आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353
डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023

दैनिक समाचार–पत्र

प्रेषण :- कार्यालय चेतक सर्कल पोस्ट ऑफिस ,उदयपुर
प्रेषण दिनांक:-प्रतिदिन

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 10 • अंक-2751 • उदयपुर, गुरुवार 07 जुलाई, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

मानव सेवा में बाधक नहीं, सरहदें, तंजानिया में कृत्रिम अंग माप शिविर

कोई न कोई अपाहिज –'कोई न रहे लाचार' की उक्ति को चरितार्थ करते आपको अपने नारायण सेवा संस्थान ने सरहदों के पार तंजानिया (द. अफ्रीका) के दिव्यांगों को मदद पहुंचाने के लिए दो दिवसीय कृत्रिम अंग एवं कैलीपर माप शिविर 11 व 12 जून को 'द इन्डो तंजानिया कलचरल सेन्टर में आयोजित किया। इस शिविर के सौजन्य का पुण्य लाभ किया श्री लोहाना महाजन और लाल बंग परिवार के भरत भाई परमार ने जो संस्थान संरक्षक के रूप में वर्षों से संस्थान से जुड़े हैं। आपके प्रयासों से तंजनिया के दिव्यांगों को नारायण सेवा की प्रशिक्षित प्रोस्थेटिक एण्ड ऑर्थोटिस्ट टीम की सेवाएं सम्भव हुई।

आयोजक परिवार ने तंजानिया के दुर्घटनाग्रस्त गरीब दिव्यांगों को ज्यादा से ज्यादा मदद पहुंचाने के लिए आस–पास के क्षेत्रों में विभिन्न माध्यमों से भरपूर प्रचार –प्रसार करवाया। जिसके परिणाम स्वरूप पहले दिन 11 जून को 111 लोगों की ओपीडी हुई और उन सभी को कृत्रिम हाथ–पैर व कैलीपर के लिए चयनित करते हुए मेजरमेंट लिया गया। दूसरे दिन डॉ. मानस रंजन साहू की टीम ने 101 की ओपीडी करते हुए 35 दिव्यांगों का माप लिया। इस तरह 165 का कृत्रिम अंग व 13 का केलीपर बनाने के लिए माप लिया गया। इन सभी रोगियों के माप के अनुसार उदयपुर स्थित सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट में अत्याधुनिक आर्टीफिशियल लिम्ब निर्मित किए जाएंगे।

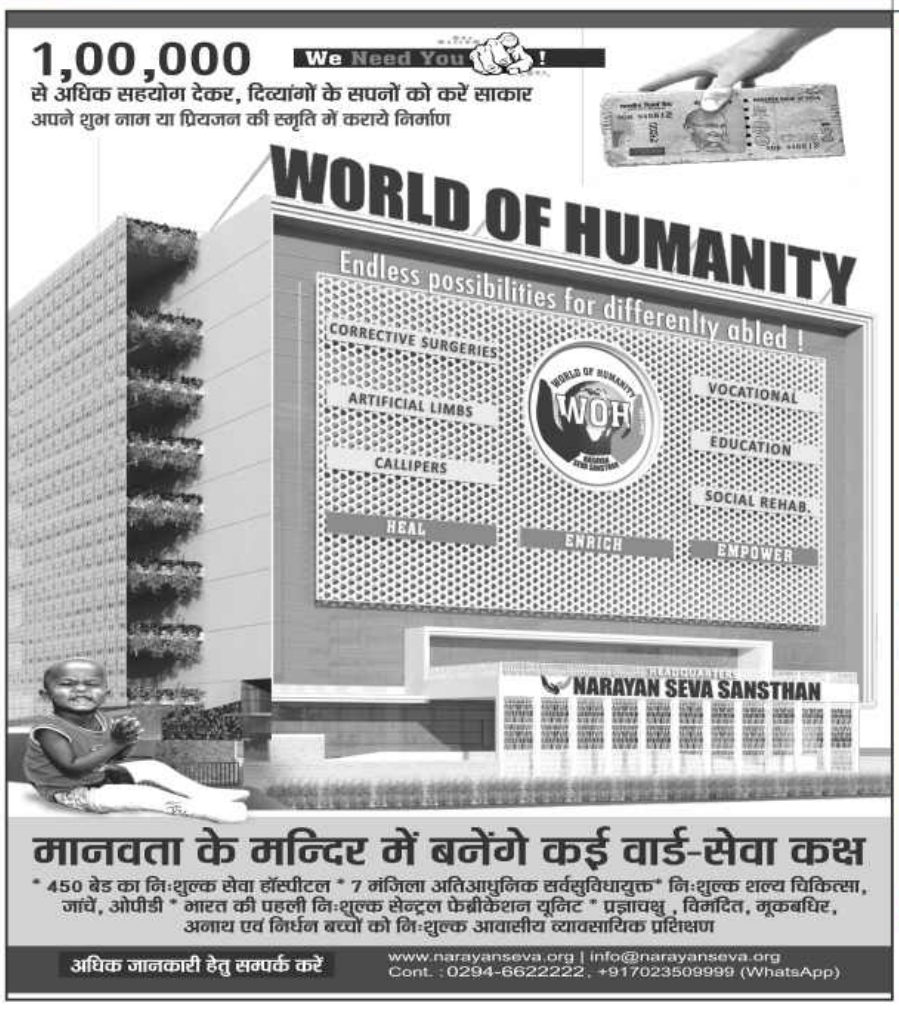
आयोजक मण्डल की निर्धारित तिथि को पुनः फोलोअप केम्प लगाकर सभी रोगियों को कृत्रिम अंग पहनाए जायेंगे। केम्प की सफलता पर प्रसन्नता जाहिर करते हुए अध्यक्ष प्रशान्त जी अग्रवाल ने कहा कि नारायण कृपा से मदद की आशा में चाहे कितना भी दूर हो, उस तक पहुंचकर सहायता पहुंचाई जाएगी। शिविर में तरूण नागदा, सुशील कुमार और अनिल पालीवाल का विशेष सहयोग रहा।

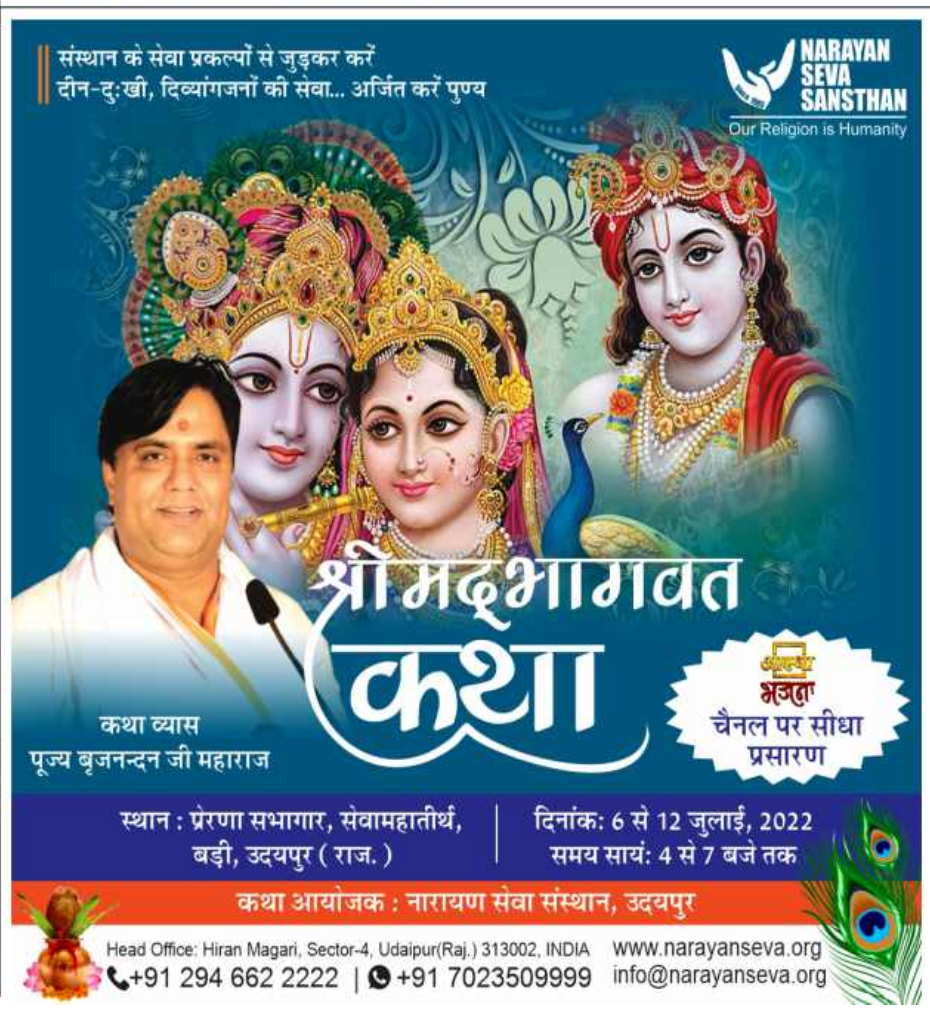
आदिवासी गांवों में नारायण सेवा

अंतिम छोर के व्यक्तियों की हुई चिकित्सा व पोषण सेवा

अंतिम छोर के व्यक्ति तक चिकित्सा, परामर्श व पोषण पहुंचे, इस भावना के साथ नारायण सेवा संस्थान का दो दिवसीय शिविर समारोह का समापन जयपुर के समाजसेवी कन्हैयालाल जी श्यामसुखा के सान्निध्य में हुआ। इसके तहत आदिवासी बहुल कोटड़ा उपखण्ड की उखलियात पंचायत व बड़गांव उपखण्ड की ऊपली वियाल में शिविर सम्पन्न हुए। प्रत्येक शिविर में 700 से अधिक स्त्री, पुरुष और बच्चे शामिल हुए। जिनके स्वास्थ्य का परीक्षण डॉ. अक्षय गोयल की टीम ने किया। उन्होंने उखलियात में 95 व ऊपली वियाल में 65 लोगों को स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं की व्यापक जांच की सलाह दी। इन शिविरों में मौसमी बीमारियों के लक्षण व उपाय बताते हुए दवाइयों का वितरण किया व जख्मों पर मरहम पट्टी की गई।

संस्थान अध्यक्ष प्रशान्त जी अग्रवाल ने शिविर में पौष्टिक आहार की आवश्यकता बताते हुए कहा कि दोनों शिविरों में 20 क्वि. गेहूं, भोजन पैकेट, चावल, बिस्किट आदि के साथ ही महिलाओं को साड़ियां, सलवार शूट, पुरुषों को धोती–कमीज व बच्चों को पेंट–टी शर्ट वितरण किए गए। सभी को उनके माप के मुताबित चप्पल बांटे गए। शिविरों का नेतृत्व निदेशक वंदना जी अग्रवाल, पलक जी अग्रवाल, भगवान जी प्रसाद गौड़ ने किया। उखलियात में स्थानीय आंगनवाड़ी कार्यकर्ता लीलादेवी जी व ऊपली वियाल में शिक्षक प्रेमसिंह जी भाटी व फतेहलाल जी चौबीसा ने सहयोग किया।





दूसरे ऑपरेशन के बाद दौड़ेगी जकिया

इंदौर के खाजराणा में यूनुस खान अंसारी (35) के घर 6 साल पहले अपनी पहली संतान के रूप में बेटी का जन्म एक हॉस्पीटल में हुआ। परिवार में खुशी का माहौल था। सभी के चेहरे खुशी से खिले थे। खुशी के पल कुछ ही देर में फर्श पर गिरे शीशे की तरह चूर हो गए। बेटी के जन्म से ही दोनों पैरो में टेढ़ापन था। इससे सभी बहुत दुःखी हुए, मन में तो बहुत से ख्याल आ रहे थे। फिर सोचा ऊपर वाले की मर्जी के आगे कोई क्या कर सकता है। इन्दौर की एक कम्पनी में कार्यरत युनूस खान ने बेटी का नाम जकिया रखा। परिवार 5 सदस्यों का है। दो लड़किया हैं, छोटी बेटी अनामिया 3 साल की है और स्वस्थ है। जकिया को चलने–फिरने में बहुत तकलीफ होती थी। जन्म से ही ये कमजोर भी थी। 4 महिने की थी तब रीढ़ की हड्डी का ऑपरेशन हुआ। इन्दौर में 4 साल तक इलाज चला। 10–12 हजार के विशेष जूते तक बनवाये, पैसे भी बहुत खर्च हुए पर कुछ फायदा नहीं हुआ। फिर दो–तीन महिने पहले इनके किसी रिश्तेदार ने नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर के बारे में बताया कि ऐसे जन्मजात विकलांगों की निःशुल्क सेवा और चिकित्सक के लिए इस संस्थान का देश–विदेश में अपना नाम और काम है।

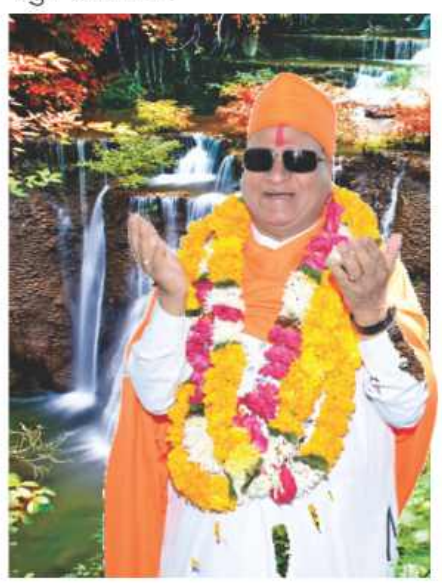
इन्होंने सोशल मीडिया से भी जानकारी ली और 5 मई 2022 को पति–पत्नी बेटी जकिया को लेकर उदयपुर आ गए। 6 मई को डॉक्टर ने जांच कर बताया कि ये चल नहीं पायेगी पर फिर भी कोशिश करते हैं। 7 मई 2022 को दाए पांव का सफल ऑपरेशन हुआ और प्लास्टर कर कुछ दिनों तक यही इलाज चला। जाकियां 11 मई को एक पांव जमीन पर रख कर धीरे–धीरे कुछ कदम चलने लगी तब पिता खुशी से उछल पड़े और डॉक्टर साहब को भी बुलाया और बताया कि देखिये बेटी चलने लगी है। डॉक्टर साहब बोले, अब ये दौड़ेगी भी। यह सुन हमें बहुत खुशी हुई। अब जाकिया के दूसरे पांव के ऑपरेशन हेतु अगली तारीख पर फिर बुलाया गया है।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

नन्हा मुन्ना बालक टाबर
नग धडंगा डोले रे।
कुण तो वांका दुःखड़ा मेरे,
कुण मुखड़ा सूं बोले रे।।

ऐसे बच्चों के बीच में भगवान ने काम करवाया। 1986 सन् की बात है उस समय के लिए उस्तरा भी ले जाते थे, कैंची भी ले जाते थे। कंघा–तेल ले जाते थे साबुन भी ले जाते थे, कपड़े ले जाते थे उनको बाल काटते थे नाखून काटते थे। डॉ. आर.के अग्रवाल साहब हमारे राम–राम बोलो भाई और फिर उनके सिर के बाल बहुत बड़े हुए रहते थे। कैंची और कंघा लगाकर हम खुद ही नाई बन जाते थे। हमने तो जब उनके दाँता में बहुत मैल होता तब अपनी अंगुली से उनके दाँतो में टूथ पेस्ट रगड़ते थे काला दंत मंजन और उसमे सरसों का तेल डाल देते थे। बहनो और भाइयों अपन सब परिवार वाले हैं।

जीवन की ग्रंथ की जब सत्संग करते हैं बार–बार आता है कि इस देह–देवालय को स्वस्थ रखना चाहिए। हमारे भारत में जड़ी –बूटियों का विश्व रहा हुआ है। भारत से ही जड़ी –बूटियां कई जगह विश्व में गयी हैं। कभी कहते ना भाई कभी जुकाम हो जावे तो थोड़ा दूध में अदरक डाल दो। पानी में अदरक डालकर के काढ़ा बना दो। थोड़ी लोंग मिर्च डाल दो, थोड़ी काली मिर्ची डाल दो। तो ये अदरक का प्रयोग जैसे बहुत अच्छा रहता है। जैसे हल्दी अपने घरों में मिल जाती है, उपलब्ध रहती हैं। हल्दी इन्फेक्शन को मिटाने के लिए बहुत अच्छी है।



स्थानीय पार्षदों ने देखी नारायण सेवा

नगर निगम उदयपुर के पार्षदों के एक दल ने शुक्रवार को हिरण मगरी सेक्टर–4 स्थित नारायण सेवा संस्थान परिसर में विभिन्न निःशुल्क सेवा प्रकल्पों का अवलोकन किया।

इस दल में अरविंद जी जारोली, रमेश जी जैन, लोकेश जी गौड़, मुकेश जी शर्मा, देवेन्द्र जी पुजारी व चन्द्र प्रकाश जी सुहालका थे। संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने उनका स्वागत करते हुए संस्थान द्वारा हाल ही में जम्मू–कश्मीर के गादरबल व तंजानिया (द. अफ्रीका) में हादसों में हाथ–पांव गंवाने वालों के लिए आयोजित हुए कृत्रिम अंग सेवा शिविरों की जानकारी दी। मीडिया प्रभारी विष्णु शर्मा जी हितैषी, भगवान प्रसाद जी गौड़, महिम जी जैन व शीतल जी अग्रवाल ने पार्षदों को पगड़ी दुपट्टा पहनाकर संस्था साहित्य भेंट किया। पीएण्डओ विभाग के प्रभारी डॉ. मानस रंजन जी साहू ने कृत्रिम निर्माण से लेकर दिव्यांग को पहनाने व उनके उपयोग प्रशिक्षण की जानकारी दी। पार्षद दल ने केलीपर्स, सिलाई व कम्प्यूटर प्रशिक्षण कक्षाओं, मूक–बधिर व दिव्यांग बच्चों के साथ ही ऑपरेशन के लिए देश के विभिन्न भागों से आए दिव्यांग व उनके परिजनों से बात की।

पार्षदों ने पीड़ित मानवता की सेवा में संस्थान के कार्यों को बताते हुए उनमें सहयोग की पेशकश की।

दिव्यांग, अनाथ, असहाय एवं वंचितजन की सेवा में सतत सक्रिय संस्थान के विभिन्न सेवा प्रकल्पों में करें सहयोग

कृपया अपने परिजनों या स्वयं के जन्मदिन, शादी की वर्षगांठ पुण्यतिथि को बनायें यादगार..

जन्मजात पोलियो ग्रस्त दिव्यांगों के ऑपरेशनार्थ सहयोग राशि

ऑपरेशन संख्या	सहयोग राशि	ऑपरेशन संख्या	सहयोग राशि
501 ऑपरेशन के लिए	17,00,000	40 ऑपरेशन के लिए	1,51,000
401 ऑपरेशन के लिए	14,01,000	13 ऑपरेशन के लिए	52,500
301 ऑपरेशन के लिए	10,51,000	5 ऑपरेशन के लिए	21,000
201 ऑपरेशन के लिए	07,11,000	3 ऑपरेशन के लिए	13,000
101 ऑपरेशन के लिए	03,61,000	1 ऑपरेशन के लिए	5000

निर्धन एवं दिव्यांगों को खिलाएं निवाला

आजीवन भोजन/नाश्ता सहयोग मिति

(वर्ष में एक दिवस 50 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन/नाश्ता सहयोग हेतु मदद करें)

नाश्ता एवं दोनों समय भोजन सहयोग राशि	37000/-
दोनों समय के भोजन की सहयोग राशि	30000/-
एक समय के भोजन की सहयोग राशि	15000/-
नाश्ता सहयोग राशि	7000/-

दुर्घटनाग्रस्त एवं जन्मजात दिव्यांगों को दें कृत्रिम हाथ-पैर और सहायक उपकरणों का उपहार

वस्तु	सहयोग राशि (एक नग)	सहयोग राशि (तीन नग)	सहयोग राशि (पाँच नग)	सहयोग राशि (ग्यारह नग)
तिपहिया साईकिल	5000	15,000	25,000	55,000
व्हील चेयर	4000	12,000	20,000	44,000
केलीपर	2000	6,000	10,000	22,000
वैशाखी	500	1,500	2,500	5,500
कृत्रिम हाथ/पैर	5100	15,300	25,500	56,100

गरीब दिव्यांगों को बनाएं आत्मनिर्भर

मोबाइल /कम्प्यूटर/सिलाई/मेहन्दी प्रशिक्षण सौजन्य राशि

1 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 7,500	3 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -22,500
5 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 37,500	10 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -75,000
20 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 1,50,000	30 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -2,25,000

सम्पादकीय

जीवन एक अवसर है। इस जीवन के द्वारा हम सिद्ध कर सकते हैं कि हम मानवता के पुजारी हैं। हम यह भी सिद्ध कर सकते हैं कि हम परमात्मा द्वारा रचित श्रेष्ठ रचना हैं। कैसे ? मानवीय गुणों से युक्त व्यवहार को मानवता कहा जाता है। एक मनुष्य में जो गुण होने चाहिए उनकी सूची बनायें तो सत्य–संभाषण, ईमानदारी का व्यवहार, नैतिकता का आचरण, परोपकार के भाव, उत्तरदायित्वों का सफल निर्वहन, प्राणिमात्र के प्रति स्नेह तथा आत्मा के उत्थान के साथ परमात्मा की प्राप्ति का भाव आदि सूचीबद्ध किये जा सकते हैं। इन गुणों को यदि कोई मानव जीने लगता है तो वह उपर्युक्त दोनों बातों को सिद्ध कर देता है।

वास्तव में परमात्मा की श्रेष्ठ रचना का अर्थ उसका प्रतिबिम्ब ही है। जो सद्गुण बिम्ब में हैं वही प्रतिबिम्ब में दृष्टिगत होने चाहिये। यही सच है। अतः हम यदि प्रतिबिम्ब पूर्णरूप से नहीं बन पायें हो तो अब भी अवसर है। किसी एक सूत्र को पकड़कर भी हम अपनी सार्थकता सिद्ध कर सकते हैं।

कुछ काव्यमय

प्रभु का अजब स्वभाव है,
देता छप्पर फाड़।
पर सीधा देता नहीं,
रखता है इक आड़।।
हँसी खुशी आनंद सब,
प्रभु के हैं उपहार।
अब तक सांसे चल रही,
मिलते बारम्बार।।
योग क्षेम वह देखता,
क्या मुझको परवाह।
मनचाहा सब कुछ दिया,
भरने ना दी आह।।
जो जपता पाता वही,
यही अखण्ड रिवाज।
दाता ने झोली भरी,
मुझको उस पर नाज।।
मालिक वही परमात्मा,
सुध सबकी है लेत।
उसको कब है देखना,
कौन श्याम या श्वेत।।

अपनों से अपनी बात

कण–कण में भगवान

हमें इस बात को नहीं भूलना चाहिए कि कण–कण में परमपिता परमेश्वर का वास है। इस सृष्टि की सभी रचनाएं, यहाँ तक कि हमारा शरीर भी ईश्वर की ही देन है।

एक संत अपने शिष्यों को शिक्षा के दौरान एक बात हर रोज दोहराते, 'कण–कण में भगवान है।' वे उन्हें समझाते कि ऐसी कोई वस्तु और स्थान नहीं है जहाँ भगवान नहीं हो। प्रत्येक वस्तु को हमें भगवान मान कर नमन् करना चाहिए।

एक दिन उनका शिष्य सदाशिव भिक्षा के लिए निकला। रास्ते में सामने से एक हाथी दौड़ता आता दिखाई दिया।

महावत लगातार लोगों को सावधान करता आ रहा था। तभी सदाशिव को

गुरू की बात याद आ गई। वह रास्ते में ही निडरता और भक्ति भाव से खड़ा रहा। वह मन ही मन कह रहा था, 'मुझमें भी भगवान है और इस हाथी में भी भगवान है। फिर भला भगवान को भगवान से कैसा डर?

'महावत ने जब सदाशिव को रास्ते में खड़े देखा तो वह जोर से चिल्लाया, 'सुनाई नही देता? हट जाओ! क्यों मरने पर तुले हो', लेकिन सदाशिव पर महावत की बात का कोई असर नहीं हुआ। वह अपनी जगह डटा रहा। तब तक पागल हाथी बिल्कुल नजदीक आ चुका था। उसने सदाशिव को सूंड में लपेटा और घूमा कर फेंक दिया।

सदाशिव नाली में जाकर गिरा। उसे बहुत चोट आई। उसके साथी उसे उठाकर आश्रम में ले गए। उसने कहा, 'गुरूजी, आप तो कहते हैं कि कण–कण में भगवान है। हाथी ने मेरी कैसी हालत कर दी?

'गुरू बोले, हाथी में भी भगवान का वास है, परन्तु तुम यह कैसे भूल गए कि उस महावत में भी भगवान है जो तुम्हें दूर हटने के लिए कह रहा था। तुम्हें उसकी बात भी तो सुननी चाहिए थी।

सदाशिव बोला, आपने सही कहा गुरूदेव, मैंने आपकी बात को सिर्फ सुना ही था, परन्तु उसे समझा नहीं। अतः मुझे क्षमा करे। **–कैलाश 'मानव'**

संयम और विवेक

एक व्यक्ति एक प्रसिद्ध संत के पास गये। बोले गुरुदेव मुझे जीवन के सत्य का पूर्ण ज्ञान है। मैंने शास्त्रों का काफी ध्यान से अध्ययन किया है फिर भी मेरा मन किसी काम में नहीं लगता। जब भी कोई काम करने के लिये बैठता हूँ तो मन भटकता है। आप और हमारे साथ भी ऐसा होता है। तो मैं उस काम को छोड देता हूँ। इस अस्थिरता का कारण क्या है? संत ने उसे रात तक इंतजार करने के लिये कहा। रात होने पर वो उसे एक झील के किनारे ले गये। झील के अंदर चांद के प्रतिबिम्ब को दिखाकर बोले– एक चांद आकाश में और एक झील में। तुम्हारा मन इस झील की तरह है। तुम्हारे पास ज्ञान तो है लेकिन तुम उसको इस्तेमाल करने की बजाय, तुम उसे सिर्फ मन में लाकर बैठे हो। ठीक उसी तरह जैसे झील असली चांद का

प्रतिबिम्ब लेकर बैठी है।

तुम्हारा ज्ञान तभी सार्थक हो सकता है। जब तुम उसे अपने व्यवहार में संयमता और एकाग्रता के साथ अपनाने का प्रयास करोगे। झील का चांद तो मात्र एक भ्रम है तुम्हें कार्यो में मन लगाने के लिये, आकाश के चन्द्रमा की तरह बनना है। झील का चांद तो पानी में पत्थर गिराने पर हिलने लगता है। जिस तरह से तुम्हारा मन जरा–जरा सी बातों पर डोलने लगता है ना? तुम्हें अपने ज्ञान और विवेक को जीवन में नियमपूर्वक लाना होगा। अपने जीवन को सार्थक और लक्ष्य हासिल करने में लगाओगे, खुद को आकाश के चांद की तरह पाओगे। शुरू में थोड़ी परेशानी आयेगी पर कुछ समय बाद ही तुम्हें इसकी आदत हो जायेगी। इसलिये आप और हम ध्यान रखें कि जैसे मन नहीं लगता तो मन लगाने के लिये सबसे बड़ा एक तरीका है कि आप उसमें खो जायें। आप उसको समझने की कोशिश करें। उसमें विवेक लगायें, उसमें संयम रखें। क्योंकि अगर आप विवेक नहीं लगायेंगे, आप रटा मारेंगे। आप किसी चीज को ऐसे याद करने की कोशिश करेंगे रटा मारकर तो नहीं होगी। लेकिन आप उसे समझकर याद करेंगे तो तुरन्त याद हो जायेगी। इसलिये ध्यान रखें संयम और विवेक का जो कोम्बीनेशन है वो बराबर चलना चाहिये। **– सेवक प्रशान्त भैया**

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

(वरिष्ठ पत्रकार श्री सुरेश जी गोयल द्वारा लिखित-झीनी-झीनी रोशनी से)

कैलाश चिन्ताओं से ग्रस्त था तभी उदयपुर से फोन आया कि वेतन की व्यवस्था हो गई है आप चिन्ता मत करना। कैलाश इस चमत्कार से हैरान रह गया, पूछा तो बताया कि नोखा के चाण्डक साहब ने धन संग्रह कर एक थैली लाकर दी,थैली में कितने रुपये हैं, यह भी उन्होंने नहीं गिने, थैली में रसीद बुक थी उसमें सारा हिसाब था, उन्हें जल्दी थी इसलिये वे थैली देकर चले गये। बाद में थैली के रुपये गिने तो 71 हजार से ज्यादा ही निकले। वेतन का काम आसानी से निपट गया। इस घटना से कैलाश की निराशा आशा में बदली। उसने डॉ. अग्रवाल को सारी बात बताते हुए कहा कि ऐसा कोई चमत्कार यहां भी हमारे साथ जरूर होगा।

मनुभाई के साथ दिन गुजरते जा रहे थे, कहीं कोई आशा की किरण दिखाई नहीं दे रही थी तो कैलाश ने उनसे कहा कि हवाई जहाज में एक यात्री से उसे यहां के कुछ ज्वैलर्स के पते मिले हैं, आप कहें तो इनसे सम्पर्क करें। मनुभाई ने पूछा कि कैसे करेंगे तो उसने कहा कि पास ही के पोस्ट ऑफिस से कुछ लिफाफे और डाक टिकट लेकर आते हैं। कैलाश अपने साथ ढेर सारे पत्रक लेकर आया था। ये पत्रक इन लिफाफों में भर कर, ज्वैलरों के पते लिख कर डाक में डाल देते हैं। मनुभाई ने कैलाश को बताया कि इस तरह के पत्रकों को यहां जंक मेल कहते हैं। आये दिन इस तरह के पत्रक जिनमें विज्ञापनों की भरमार होती है, सब के घरों पर आते रहते हैं, सभी लोग इस जंक मेल को सीधे गारबेज में डालते हैं।

कैलाश को समझ नहीं आया कि यह गारबेज क्या होता है, उसने पूछा तो मनु भाई ने बताया कि कचरा पात्र। यह सुनकर कैलाश भी अपनी कड़ी मेहनत के ऐसा हश्र की कल्पना कर हंस पड़ा। दो दिन और निकल गये। न तो कहीं से कोई सम्पर्क सूत्र मिल रहा था न ही एक पैसे का भी जुगाड़। जया बेन के आग्रह पर वह अमेरिका आ तो गया था मगर इनका भी यहां कोई सम्पर्क वृत नहीं था। इतने पैसे और समय बरबाद होने का बारम्बार ध्यान आता और वह रोने लगता। जया बेन से उसका रोना देखा नहीं गया। उसका मन पसीज गया, वह बोली–भैया आप रोते क्यूं हो। कैलाश बोला–बहन, मैं ऐसे किले में फंस गया हूँ जिसके चारों तरफ दीवार ही दीवार है, मैं दीवारें खटखटा रहा हूँ कि कहीं तो दरवाजा मिल जाये, मगर मिल नहीं रहा। मनु भाई भी कैलाश की बात सुन द्रवित हो गये। अब उनके मन में पछतावा होने लगा कि क्यूं उसने कैलाश को डाक को पत्रक भेजने से हतोत्साहित किया।

अंश - 148

शिव आराधना के पावन श्रावण मास में संस्थान से जुड़कर करें दीन दुःखी दिव्यांगजनों की सेवा....और पाये पुण्य

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

कथा आयोजक :
अनिल कुमार मित्तल, अरूण कुमार मित्तल एवं सपरिवार, आगरा

श्रीमद्भागवत कथा

दिनांकः
14 से 20 जुलाई, 2022
समय : सायं
4.00 से 7.00 बजे तक

संस्कार
चैनल पर सीधा प्रसारण

कथा व्यास
डॉ. संजय कृष्ण 'ललित' जी महाराज

स्थान : श्री खाटूश्याम मन्दिर, जीवनी मंडी, आगरा (उ.प्र.)
स्थानीय सम्पर्क सूत्र :9837362741, 9837030304

Head Office: Hiran Magari, Sector-4, Udaipur(Raj.) 313002, INDIA | www.narayanseva.org
+91 294 662 2222 | +91 7023509999 | info@narayanseva.org

गला बैठ जाने पर काम आएंगे ये तरीके

ठंडा पानी पीने या तेज बोलने से कई बार गला बैठ जाता है। इससे न केवल बोलने में दिक्कत, बल्कि कुछ निकलने में भी परेशानी होती है।

कैसे पाएं राहत मौसमी बदलाव

मौसम के बदलाव के साथ ही यह समस्या होना आम बात है। गला बैठ जाने पर सबसे पहले ठंडा पानी पीना बंद कर दें। साथ ही गुनगुना पानी ही पीएं। गुनगुने पानी में नमक मिलाकर दिन में तीन बार गरारे करें। ठंडे, खट्टे, दही, तले हुए खाने से भी बचें।

आराम जरूरी : गला बैठने पर ज्यादा राहत तभी मिल सकती है, जबकि आप अधिक से अधिक आराम करें यानी कम बोलें। इसके साथ ही समय–समय पर गर्म आहार का ध्यान भी रखें। चाय, सूप या काढ़ा ले सकते हैं। इससे आराम मिलेगा।

ऐसे मिलेगी राहत गला बैठ जाने या गले में दर्द के लिये कुछ तरीके अपना सकते हैं।

काढ़ा बनाएं : 250 एमएल (एक गिलास) पानी में 2–3 काली मिर्च, 6–7 लौंग, 10–20 ग्राम अदरक, या 8–10 ग्राम सौंठ, छोटा टुकड़ा दालचीनी कूटकर डालें व आधा गिलास स्वाद रह जाने तक गर्म करें। इसमें स्वाद के लिए थोड़ा सा गुड़ मिला डाल सकते हैं। एक चुटकी हल्दी ऊपर से मिला लें। ज्यादा दिक्कत हो तो इसमें तुलसी भी डाल सकते हैं। गुनगुने दूध में हल्दी मिलाकर रात में पी सकते हैं। लौंगादिवटी, शहद के साथ शीतोप्लाधि, त्रिकुट चूर्ण जैसी आयुर्वेदिक दवाएं भी डॉक्टरी सलाह से ले सकते हैं।

(यह जानकारी विविध स्रोतों से प्राप्त है कृपया चिकित्सक से सलाह अवश्य लें।)

आस की डोर विश्वास की ओर

नारायण सेवा संस्थान ने मेरी आस की डोर विश्वास की ओर मेरी बेटी को नई जिंदगी दी। चिकित्सकों और साधकों ने बहुत ध्यान दिया। परिणाम स्वरूप बेटी को नया जीवन मिल। मैं संस्थान का दिल से बहुत बहुत धन्यवाद करती हूँ। मैं कविता यादव उम्र 23 छत्तीसगढ मुंगेली की रहने वाली हूँ। मेरे पति दुर्गेश यादव दूसरों के खेत में मजदूरी करते हैं। मेरी लड़की गोमिया 3 जन्म से ही एक पैर में टेढ़ेपन से ग्रसित थी। गरीबी के कारण आर्थिक हालात बहुत खराब हैं। लड़की के पैर की परेशानी से सभी बहुत परेशान और निराश थे। उसका बिलासपुर, रायपुर, मुंगेली, कुँवरधर आदि कितनी ही जगहों पर इलाज करवाया। 1 से 2 लाख रुपयों का खर्चा भी हो गया पर कुछ फायदा नहीं हुआ। फिर एक दिन मेरी दीदी की भांजी ने नारायण सेवा संस्थान के बारे में बताया और आस्था चैनल के द्वारा पूरी जानकारी मिली। तब हम बच्ची को लेकर उदयपुर आये। संस्थान चिकित्सकों ने जाँच की फिर 2 मार्च 2022 को पहला ऑपरेशन कर प्लास्टर चढ़ाया गया। दूसरा ऑपरेशन 14 मार्च को हुआ और पैर में रिंग लगाई गई। इसके बाद घर लौट गए। एक माह बाद फिर आये और 19 अप्रैल 2022 को तीसरा ऑपरेशन हुआ। अब बच्ची के पांव की स्थिति में सुधार भी दिख रहा है। हड्डी भी जुड़ रही है। संस्थान का दिल से आभार।

आपश्री का सहयोग मिले : प्रार्थना

भारत के विभिन्न शहरों में 720 स्नेह मिलन
2026 के अंत तक 720 मिलन समारोह आयोजित करने का संकल्प

960 शिविरों द्वारा निःशुल्क जांच एवं उपचार
2026 के अंत तक 960 आर्टिफिशियल लिम्ब केम्प लगाये जायेंगे।

1200 नई शाखाएं
2026 के अंत तक 1200 नई शाखाएं खोलने का लक्ष्य।

120 कथाएं
2026 के अंत तक विभिन्न शहरों में 120 कथाएं आयोजित की जायेंगी।

वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी
2026 के अंत तक वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी का निर्माण पूर्ण होकर 10 हजार से अधिक लोग लाभान्वित होंगे।

नारायण सेवा केन्द्र
आगामी 5 वर्षों में संस्थान के वर्तमान में संचालित सभी केन्द्रों में रोजगारोन्मुखी प्रशिक्षण आरम्भ किये जायेंगे।

विदेश में सेवा प्रकल्पों का विस्तार

26 देशों में पंजीयन
वर्ष 2026 के अंत तक 26 देशों में संस्थान के पंजीकृत कार्यालय खोलने का लक्ष्य

6 से सेवा केन्द्र का शुभारम्भ
6 से अधिक देशों में केन्द्र स्थापित कर संस्थान सेवाओं को देगा विस्तार

20 हजार दिव्यांगों को लाभ
विदेश के 20 हजार से अधिक जरूरतमंद एवं रोगियों को लाभान्वित करने का होगा प्रयास

अनुभव अमृतम्

यह भी अच्छा,
वह भी अच्छा,
अच्छा–अच्छा
सब मिल जाये।

जो जैसा है उनको वैसा, मिल जाता यह मंत्र मान लें।।

प्रभु कृपा से बहू वन्दनाजी बहुत संस्कारवान, ब्यावर गुप्ताजी का परिवार। बहुत ही अच्छा परिवार। सब अच्छा, और इन्हीं अच्छे क्षणों में, 1990 में, जो नवें–दसवें महिने में प्रभु ने जो कार्य कराया उसका उच्चारण आदरणीय मुकेश जी के द्वारा :–

गांव दिनांक रोगी सेवा अन्य सेवा

ओबरा 2.9.1990, 318, 1150 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

मजावड़ 9.9.1990, 414, 1123 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

मालवा का चौरा 16.9.1990 613, 2123 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

खाखड़ी 23.9.1990,114, 788 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

जसवन्तगढ़ 30.9.1990, 125, 950 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

सूरण 7.10.1990, 276, 1240 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

खाखड़ी 14.10.90ए 288, 186 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

ओबरा 21.10.90, 310, 1450 दवा, पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

खाखड़ी28.10.90,285, 1310 पौषाहार एवं वस्त्र वितरण।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 501 (कैलाश 'मानव')

अपने बैंक खाते से संस्थान के बैंक खाते में जमा करें - अपना दान

आप अपना दान सहयोग नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर के नाम से संस्थान के बैंक खातों में सीधे भी जमा करवाकर PAY IN SLIP भेजकर सूचित कर सकते हैं, जिससे दान प्राप्ति रसीद आपको भेजी जा सके।

संस्थान पेन कार्ड नम्बर AAATN4183F, टेन नम्बर JDHN01027F

Bank Name	Branch Address	RTGS/NEFT Code	Account
State Bank of India	H.M.Sector-4	SBIN0011406	31505501196
ICICI Bank	Madhuban	ICIC0000045	004501000829
Punjab National Bank	KalajiGoraji	PUNB0297300	2973000100029801
Union Bank of India	Udaipur Main	UBIN0531014	310102050000148

संस्थान को दिया गया दान-सहयोग आयकर अधिनियम 1961 की धारा 80G के अन्तर्गत 50 प्रतिशत नियमानुसार छूट के योग्य है।

मन के जीते जीत सदा (दैनिक समाचार-पत्र) प्रकाशक : कैलाश चन्द्र अग्रवाल 483, सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी, से. 4, उदयपुर (राज.) स्वामित्व : नारायण सेवा संस्थान प्रकाशन स्थल : ई, डी-71 बप्पा रावल नगर, हि.म. सेक्टर-6, उदयपुर
मुद्रक : न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, 13, भोपा मगरी, बी.एस.एन.एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी, सेक्टर - 3 उदयपुर (राज.) के लिए नारायण प्रिंटिंग प्रेस, सेवा महातीर्थ, लियो का गुडा, उदयपुर
सम्पादक : लक्ष्मीलाल गाडरी, मो. +91-294-6622222,+91-7023509999 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023