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 - 9 • अंक-2414 • उदयपुर, मंगलवार 03 अगस्त, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

गुड़गांव में दिव्यांग सहायता शिविर

नारायण सेवा संस्थान की गुड़गांव शाखा के तत्वावधान में मित्सुबिशी इलेक्ट्रिक ऑटोमेटिव इंडिया प्रा. लि. के सहयोग से गत 25 जुलाई को दिव्यांग जांच, ऑपरेशन चयन, कृत्रिम अंग माप एवं सहायक उपकरण वितरण शिविर आयोजित हुआ।

उक्त शिविर में 20 दिव्यांगों को ट्राईसाइकिल, 10 को व्हीलचेयर, 10 जोड़ी वैशाखियां, 8 के कैलिपर्स का माप लिया गया, 2 के कृत्रिम अंगों का नाप लिया गया तथा 4 का ऑपरेशन के लिये चयन किया गया। शिविर के मुख्य अतिथि श्री विशाल जी नागदा (प्रतिनिधि मित्सुबिशी इलेक्ट्रिक ऑटोमोटिव इंडिया प्रा. लिमिटेड), अध्यक्ष श्री रघुनाथ जी गोयल, (समाजसेवी) विशिष्ट अतिथि श्री रमेश जी सिंघला (कोषाध्यक्ष वैश्व समाज धर्मशाला) पधारें।

डॉ. एस.एल. जी गुप्ता– (ऑर्थोपेडिक सर्जन) ने अपने साथी नाथूसिंह जी एवं किशन जी– टेक्नीशियन के साथ सेवाएं दी। शिविर टीम में आश्रम की ओर से अखिलेश जी (शिविर प्रभारी),श्री गणपत जी रावल (आश्रम प्रभारी), श्रीरमेश जी शर्मा एवं श्री मुकेश जी त्रिपाठी उपस्थित रहे ।

ग्रामीण दिव्यांगों के द्वार संस्थान

जयपुर में वितरित हुए कृत्रिम अंग एवं राशन किट

दिव्यांगता के क्षेत्र में अग्रणी नारायण सेवा संस्थान द्वारा हेरिटेज होटल ब्रह्मपुरी पुलिस स्टेशन के सामने, आमेर रोड, जयपुर में कृत्रिम अंग एवं राशन वितरण शिविर आयोजित हुआ। शिविर प्रभारी मनीष जी खण्डेलवाल ने बताया कि दिव्यांगजन को ट्राईसाइकिल, व्हीलचेयर और वैशाखी, कैलिपर आदि प्रदान किये गये एवं गरीब परिवारों को निःशुल्क राशन दिया गया। शिविर में मुख्य अतिथि श्री सुरेन्द्र जी पारीक, अध्यक्ष मंहतश्री बच्चनदास जी, विशिष्ट अतिथि श्री राघवेंद्र जी महाराज, श्री चमनगिरी जी महाराज, श्री अमर जी गुप्ता, श्री चिराग जी जैन, श्री घनश्याम जी सैनी, श्री लक्ष्मण जी समतानी, श्री चिरंजीलाल जी, श्री भूपेन्द्र प्रताप जी सोनी एवं कई गणमान्य मेहमान उपस्थित थे। संस्थान द्वारा नारायण गरीब परिवार राशन योजना के अंतर्गत 50 हजार परिवारों को राशन का लक्ष्य निर्धारित किया है इसके अंतर्गत 28 जरूरतमंद परिवारों को राशन किट दिये गये साथ ही दिव्यांगजन को कृत्रिम अंग, कैलिपर वितरण किये। शिविर टीम में भंवरसिंह जी, हुकुमसिंह जी ने अपनी सेवाएं दी।

नारायण सेवा संस्थान के सहयोग से रोटरी क्लब छतरपुर द्वारा कृत्रिम अंग प्रत्यारोपण शिविर का आयोजन

नारायण सेवा संस्थान के तत्वावधान में रोटरी क्लब छतरपुर के द्वारा छतरपुर शहर के इंग्लिश स्कूल में विशाल निःशुल्क दिव्यांग कृत्रिम अंग प्रत्यारोपण शिविर का आयोजन किया गया। शिविर के माध्यम से 47 दिव्यांगों को नारायण सेवा संस्थान के सदस्यों द्वारा कृत्रिम अंग लगाए गए।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि शहर के जाने–माने डॉक्टर राजकुमार जी अवस्थी रहे। डॉक्टर राजकुमार जी अवस्थी ने रोटरी क्लब और नारायण सेवा संस्थान के द्वारा दिव्यांगों के लिए लगाए गए इस शिविर की सराहना की साथ ही उन्होंने रोटरी क्लब के सदस्यों से दिव्यांगों के स्वरोजगार को दिशा में कार्य करने का आग्रह किया।

उल्लेखनीय है कि नारायण सेवा संस्थान के सहयोग से रोटरी क्लब छतरपुर के द्वारा 8 मार्च 2021 को शिविर लगाकर दिव्यांगों को लगाए जाने वाले कृत्रिम अंग के नाप लिए गए थे और शिविर के माध्यम से मरीजों को चिन्हित किया गया था। अप्रेल माह में शिविर लगाकर यह कृत्रिम अंग दिव्यांगों को लगाए जाने थे लेकिन प्रशासन के द्वारा लगाए गए कोरोना कर्फ्यू के कारण शिविर नहीं लग पाया था।

रविवार 11 जुलाई को नारायण सेवा संस्थान के सहयोग से रोटरी क्लब के द्वारा विशाल निःशुल्क दिव्यांग कृत्रिम अंग प्रत्यारोपण शिविर लगाया गया जिसमें 47 दिव्यांगों को कृत्रिम अंग लगाए गए। रोटरी क्लब छतरपुर के द्वारा अभी तक 184 मरीजों का उदयपुर ले जाकर इलाज भी कराया गया है।

कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्ज्वलन और माँ सरस्वती के चित्र पर माल्यार्पण से हुआ। अतिथियों का पुष्पहारों से स्वागत रोटरी क्लब और इनरव्हील क्लब के सदस्यों ने किया।

स्वागत उद्बोधन इनरव्हील अध्यक्ष ज्योति जी चौबे ने दिया तथा सचिवीय प्रतिवेदन रोटरी क्लब के सचिव डॉ स्वतंत्र जी शर्मा ने प्रस्तुत किया। कार्यक्रम में अतिथि के रूप में डॉ राजकुमार जी अवस्थी उदयपुर से पधारे हरि प्रकाश जी लड्ढा एवं उनकी टीम मौजूद रही।

समारोह में रोटरी क्लब के अध्यक्ष मुकेश जी चौबे, सचिव डॉ. स्वतंत्र जी शर्मा, एडिटर कामिनी जी सोनी, पूर्व अध्यक्ष अरुण जी राय, रामनरेश जी पाठक, पूर्व असिस्टेंट गर्वनर राकेश जी लोहिया, पंकज जी दोसाज, आनंद जी अग्रवाल, भोले जी साहू, हेमंत जी चानना, रघुनाथ जी शर्मा, सुरेन्द्र जी अग्रवाल, मदन लाल जी कुशवाह, अनुपम जी टिकरया, मोहन जी विलैया, श्रीमती दीप्ति जी शर्मा, कामिनी जी सोनी, रूपल जी दोसाज, संध्या जी टिकरया, सीमा जी अग्रवाल, किरन जी गुप्ता, रितु जी चौरसियां सहित नगर के गणमान्य लोग और पत्रकारगण मौजूद रहे।

एक वर्ष की चिकित्सा के बाद चला मोहित

बांका (बिहार) के गांव कर्मा निवासी राजीव कुमार सिंह के घर 26 जुलाई 2018 को दूसरी संतान का जन्म शल्य चिकित्सा से हुआ। जन्म के 6–7 माह बाद माता–पिता को पता लगा कि मोहित के दोनों पांवों में कमजोरी और टेढ़ापन है। यह देख वे चिंताग्रस्त हो गए। तभी उनके किसी मित्र ने बताया कि अपने बच्चे का इलाज उन्होंने भी नारायण सेवा संस्थान में कराया जिससे वो अब आसानी से चलने लगा है। इस जानकारी के बाद मोहित के माता– पिता भी बिना वक्त गंवाए मार्च 2019 में उदयपुर आए।

संस्थान की डॉक्टर्स टीम ने जांच की। बच्चे को जन्मजात क्लब फुट डिफोरमेटी रोग बताया और कहा कि 2 वर्ष तक इलाज चलेगा। फिर शुरू हुआ इलाज का दौर जिसके तहत 3 बार प्लास्टर चढ़ाया गया। दोनों पांव का एक–एक ऑपरेशन हुआ। उसके बाद 2 बार फिर प्लास्टर चढ़ाए और 3 बार अलग–अलग तरह के जूते पहनाकर उसे चलाया। मोहित के पांव अब सीधे हो गए हैं। वो दौड़ने भी लगा है। पूरा परिवार उसे चलता देख बहुत खुश है।

संस्थान द्वारा भोपाल में कृत्रिम अंग वितरण शिविर

दिव्यांगजनों को कृत्रिम अंग लगे तो खुशी उनके चेहरों पर साफ दिखाई पड़ रही थी।

जून माह में मध्यप्रदेश के भोपाल शहर के मानस भवन में लगे कृत्रिम अंग वितरण समारोह के दूसरे दिन ऐसा ही दृश्य दिखाई दिया।

भोपाल उत्सव मेला समिति व नारायण सेवा संस्थान के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित इस शिविर में मुख्य अतिथि श्री विश्वास जी सारंग (शिक्षामंत्री महोदय), अध्यक्ष श्री अशोक जी वली (समाजसेवी), विशिष्ट अतिथि श्री ओ.पी. बंसल जी, (विश्वास महासंघ अध्यक्ष) श्री कृष्णमोहन जी सोनी (पूर्व पार्षद) श्री रघुनंदन जी शर्मा (पूर्व सांसद महोदय एवं अध्यक्ष मानस भवन), श्री शलेन्द्र जी निगम (समाजसेवी), आदि उपस्थित थे।

शिविर प्रभारी अखिलेश जी अग्निहोत्री ने बताया कि 104 ओपीडी, 84 कृत्रिम व 20 कैलीपर्स वितरण किये गये। शिविर में भंवर सिंह जी, सुश्री रोली जी शर्मा, श्री नाथूसिंह जी, श्री भंवर सिंह जी, श्री सुनील जी, श्री लोगर जी, श्री फतेहलाल जी, श्री मुन्ना सिंह जी आदि की टीम का सहयोग रहा।

चेगलपट्टु (तमिलनाडु) में राशन–सेवा

नारायण सेवा संस्थान यों तो दिव्यांगता मुक्ति अभियान में प्रमुख रूप से सेवारत है किंतु कोरोना काल में जरूरतमंदों के लिये विविध प्रकार की सेवा में अग्रणी रहा है। आप सभी के आशीर्वाद से देशभर के करीब 50 हजार परिवारों को राशन–सामग्री प्रदान करने का सौभाग्य पाया है। यह प्रक्रिया अनवरत जारी है। ऐसा ही एक राशन वितरण शिविर नारायण गरीब परिवार राशन–योजना के अंतर्गत तमिलनाडु प्रांत के चेगलपट्टु नगर में 30 जून 2021 को आयोजित किया गया।

नारायण सेवा संस्थान की इस शाखा द्वारा कुल 104 परिवारों को राशन–किट प्रदान किये गयें। शिविर प्रभारी लालसिंह जी भाटी के अनुसार इस कार्यक्रम में जो अतिथिगण पधारे उनके शुभनाम निम्नलिखित हैं– श्री शिवकुमार जी (बी.डी.ओ., मदुरंतकम ब्लोक), श्री मुरली जी (सब इंस्पेक्टर पुलिस पडालम), श्री जी. एस. सुरेश बाबू (शासकीय वकील), श्री मारी मूथा (सेवानिवृत वी. ए. ओ.) श्री सत्य सांई, श्री एजीलरासु (सामाजिक कार्यकर्ता), श्री एम. जी. अंबाजगन (निदेशक–जी. वी. एस.) श्री वेंकटेश जी एस. (कोषाध्यक्ष–जी. वी. एस.)। शिविर के लाभार्थी जन अत्यंत प्रसन्न थे।

भुवनेश्वर में राशन–सेवा

नारायण सेवा संस्थान यों तो दिव्यांगता मुक्ति अभियान में प्रमुख रूप से सेवारत है किंतु कोरोना काल में जरूरतमंदों के लिये विविध प्रकार की सेवा में अग्रणी रहा है।

आप सभी के आशीर्वाद से देशभर के करीब 50 हजार परिवारों को राशन– सामग्री प्रदान करने का सौभाग्य पाया है। यह प्रक्रिया अनवरत जारी है।

ऐसा ही एक राशन वितरण शिविर नारायण गरीब परिवार राशन–योजना के अंतर्गत भुवनेश्वर में 14 जुलाई 2021 को आयोजित किया गया। नारायण सेवा संस्थान की इस शाखा द्वारा कुल 100 परिवारों को राशन–किट प्रदान किये गये। शिविर प्रभारी लालसिंह जी भाटी के अनुसार इस कार्यक्रम में जो अतिथिगण पधारे उनके शुभनाम निम्नलिखित हैं– मुख्य अतिथि श्री शरदकुमार जी दास (सचिव द ओड़िसा एसोशिएशन फॉर ब्लाइण्ड), विशिष्ट अतिथि श्री शेख समद कड़ापार (कोषाध्यक्ष) श्री कपिल जी साई, श्री रस्सी रंजन जी साहू (समाज सेवी) शिविर के लाभार्थी जन अत्यंत प्रसन्न थे।

सम्पादकीय

'विद्या ददाति विनयं' का मंत्र हो या 'विनय शोभती उस भुजंग को, जिसके पास गरल हो' की हुंकार, पर इन जैसी सब परिस्थितियों का केन्द्र तो विनय ही है। विनय मनुष्य में देवत्व की अवधारणा जीवंत करने वाला शुभ घटक है। एक विनयशील व्यक्ति किसी के भी प्रति हल्की भावना रख ही नहीं सकता। विनम्रता के कारण बोली का संयम स्वतः सधने लगता है। जब भाषायी संतुलन जीवन में उतरता है तो विनयशीलता का प्रादुर्भाव होता ही है।

विनय का गुण धारणकर्त्ता को तो सुकून देता ही है पर श्रोता को भी आह्लादित करके उसके मन की कालिख को धो देता है। यह वो गुण है जो शत्रु को भी मित्र बना लेने की क्षमता रखता है। कभी –कभी लगता है कि विनयशील व्यक्ति दब्बू हो सकता है। यह धारणा ही गलत है। विनय से साहस संचरित होता है, इसलिये विनयी का दब्बू और कमजोर होने का तो कोई प्रश्न ही नहीं है। विनय के कारण मन की निर्मलता प्रवाहमान होने लगती है अतः व्यक्ति उन्मुक्त, सहज व सच्चा बनता चला जाता है। विनय के द्वारा हम किसी कठोर हृदय को भी नवनीत सा कोमल कर सकते हैं।

कुछ काव्यमय

विनम्रता की खान जो,
बन जाते इन्सान।
समझो उनमें प्रकटते,
कृपासिन्धु भगवान।।
विद्या से उपजे विनय,
कह गये नीतिकार।
बिना विनय निष्प्राण है,
मानव का व्यवहार।।
मनुज शोभता विनय से,
इससे सधते काम।
बिना विनय के मौल क्या,
मिले न एक छदाम।।
विनयशीलता से जिये,
जग के सब अवतार।
फिर भी हम समझे नहीं,
विनयी लोकाचार।।
विनय नहीं जो मानता,
वो भी क्या इन्सान।
सीख विनय आगे बढ़ो,
क्यों करते अभिमान।।

- वरदीचन्द राव

कोविड-19 के नियम

- भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें।
- सार्वजनिक स्थानों पर ना थूकें।
- बार-बार अपने हाथों को धोएं।
- बाहर जाते समय मास्क जरुर लगाऐ।
- अपनी आंख, नाक या मुंह को न छुएं।
- जुकाम और खांसी होने पर मास्क पहनें।
- छींकते समय नाक और मुंह को ढकें।

अपनों से अपनी बात

देने में बड़ा आनंद

एक बार एक शिक्षक, अपने एक युवा शिष्य के साथ टहलने निकले। उन्होंने देखा कि रास्ते में पुराने एक जोड़ी जूते उतरे पड़े है, जो पास के खेत में काम कर रहे मजदूर के थे वह काम खत्म कर घर जाने की तैयारी में था। शिष्य को मजाक सूझा, उसने शिक्षक से कहा, ''गुरुजी क्यों न हम ये जूते कहीं छिपा दें।

मजदूर इन्हें यहां नहीं पाकर घबराएगा तो बड़ा मजा आएगा। ''शिक्षक गम्भीरता से बोला ''किसी गरीब के साथ इस तरह का मजाक ठीक नहीं है। क्यों ना हम इन जूतों में कुछ सिक्के डाल दें और छिपकर देखें कि इसका मजदूर पर क्या प्रभाव

पड़ता है।

शिष्य ने ऐसा ही किया और दोनों पास ही झाड़ियों में छिप गए। मजदूर आ गया। उसने जैसे ही एक पैर जूते में डाला, उसे किसी चीज का आभास हुआ। उसने जूते में देखा कि कुछ सिक्के पड़े थे। उसे बड़ा आश्चर्य हुआ। उसने इधर–इधर देखा। अब उसने दूसरा जूता उठाया, उसमें भी सिक्के थे। उसकी आंखों में आंसू आ गए उसने हाथ जोड़कर कहा, हे भगवान्! समय पर प्राप्त इस सहायता के लिए उस अनजान सहायक का लाख–लाख धन्यवाद। उसकी सहायता के कारण आज मेरी बीमार पत्नी को दवा और भूखे बच्चों को रोटी मिल सकेगी।

मजदूर की बातें सुन शिष्य की आंखे भर आई। शिक्षक ने शिष्य से कहा 'क्या तुम्हारी मजाक वाली बात की अपेक्षा जूते में सिक्का डालने से तुम्हें कम खुशी मिली? ''शिष्य बोला, आपने आज मुझे जो पाठ पढ़ाया है, उसे मैं जीवन भर नहीं भूलूंगा।

–कैलाश 'मानव'

अनोखा कर्मचारी

बात 1947 की है। लेस्टर वण्डरमेन नाम का एक व्यक्ति मेक्सवेल सेकिम एण्ड कम्पनी में काम करता था। यह एक विज्ञापन एजेन्सी थी। एक दिन एजेन्सी के मालिक को लगा कि कम्पनी के मुनाफे का अधिकांश हिस्सा तो कर्मचारियों में ही चला जाता है, अगर वह कर्मचारियों की छंटनी कर देगा तो निश्चित ही उसे अधिक फायदा होगा। अपनी योजनानुसार उसने कई कर्मचारियों को निकाल दिया, लेस्टर वण्डरमेन भी उनमें से एक थे। नौकरी से निकाले जाने के बाद भी वह एजेन्सी में आकर काम करते रहे। दूसरे कर्मचारी अक्सर उनसे कहते – जब तुम्हें यहाँ से निकाल दिया गया है तो फिर, यहाँ काम क्यों कर रहे हो? "मैं यहाँ बिना तनख्वाह के काम कर रहा हूँ। मुझे लगता है कि मैं इस विज्ञापन एजेन्सी के मालिक से बहुत कुछ सीख सकता हूँ।" वण्डरमेन ने उत्तर दिया।

एजेन्सी के मालिक वण्डरमेन को देखकर भी नजरअंदाज करते रहे। उन्होंने एक महीने तक वण्डरमेन को अनदेखा किया एवं तनख्वाह भी नहीं दी, लेकिन वण्डरमेन ने फिर भी हार नहीं मानी और वे काम करते रहे। एक दिन हार कर कम्पनी के मालिक वण्डरमेन के पास गए और बोले– मैंने पहले कभी ऐसा व्यक्ति नहीं देखा, जिसे काम तनख्वाह से ज्यादा प्रिय हो। वण्डरमेन ने वहीं पर काम करके विज्ञापन की अनेकों बारीकियों को सीखा। जब उन्हें वहाँ काम करते–करते बहुत समय बीत गया तो, उन्होंने अपनी समझ और अपने तरीके से विज्ञापन बनाने शुरू कर दिए।

इसके पश्चात् वह विज्ञापन की दुनिया में इस कदर छा गए कि उन्हें इस क्षेत्र में सदी का सबसे सफल व्यक्ति माना गया। आज भी लोग उन्हें 'Father of Direct Marketing' के रूप में जानते हैं। अतः हम सभी को शुरूआती असफलता के बावजूद मेहनत, लगन, आस्था और विवेक के काम करना होगा, क्योंकि सफलता अवश्य मिलेगी।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

ज्योतिषि ने कहा–आपके कहने और अनुभव करने से क्या होता है? आपके मस्तिष्क की रेखाएं सब बता रही हैं। कैलाश ने फिर कहा कि साल भर तो उसे यहां रहना ही है, इतनी जल्दी ट्रान्सफर थोड़े ही हो सकता, उसकी वाणी में उपेक्षा का भाव झलकने लगा था।

ज्योतिषि ने मुस्कुराते हुए कैलाश की बात सुन ली और आशीर्वाद स्वरूप अपना हाथ ऊपर उठा लिया। कुछ देर इधर–उधर की बातें करने के बाद कैलाश वापस झालावाड़ रवाना हो गया। घर पहुँचते पहुँचते अंधेरा हो गया था।

हाथ–मुँह धो ताजा होकर वह भोजन करने बैठा। कल्पना ने भोजन परोसते हुए कहा कि आपके लिये एक चिट्ठी आई हैं, कमला तुरन्त बीच में टोकते हुए बोल उठी– कोई खास बात नहीं है, आप तो भोजन करो। भोजन के पश्चात् आरामी से उसने चिट्ठी खोली।

चिट्ठी पढ़ते ही उसके विस्मय का पारावार नहीं था। उसका स्थानान्तरण सरदार शहर कर दिया गया था। यह पढ़ते ही उसे ज्योतिषि की याद आ गई और वो स्वयं को धिक्कारने लगा कि किस तरह उसने एक महान भविष्यवेत्ता की उपेक्षा कर उसका अपमान किया। उसकी ज्योतिष के प्रति अगाध श्रद्धा हो गई।

अंश - 76

राहुल को लगे कृत्रिम पैर

शाहदरा– दिल्ली निवासी एवं संस्थान के विशिष्ट सेवा प्रेरक श्री रविशंकर जी अरोडा ने लॉक डाउन (कोरोना काल) के दौरान दोनों पांवों से दिव्यांग एक युवक के कृत्रिम पैर लगवाए।

दिल्ली के बदरापुर निवासी युवा क्रिकेट खिलाड़ी 2018 में जबलपुर मैच खेलने गए थे। लौटते समय चलती ट्रेन से नीचे गिर पड़े और पांव पहियों के नीचे आकर कट गए थे। कृत्रिम पांव लगने पर राहुल को अब चलने फिरने में किसी सहारे की जरूरत नहीं है। उन्होंने संस्थान एवं व उसके विशिष्ट सेवा प्रेरक–अरोडा जी का आभार व्यक्त किया है।

कोलेस्ट्रॉल घटाती अर्जुन की छाल

प्रकृति से आयुर्वेद में हृदय के लिए अर्जुन की छाल औषधि समान बताया है। इसकी छाल से बने चूर्ण को हृदय रोग, कोलेस्ट्रॉल, हाई ब्लड प्रेशर, अत्यधिक रक्तस्राव सहित कई रोगों में काफी उपयोगी माना गया है। अर्जुन की छाल अंदर से लाल रंग की होती है। पंसारी की दुकान पर आसानी से मिलती है।

हृदय की धड़कन नियमित व व्यवस्थित रखने के लिए अर्जुन की छाल का क्षीर पाक व चाय बनाकर देते हैं। बीमारी के अनुसार इसकी मात्रा तय होती है। मात्रा ज्यादा होने पर दस्त शुरू हो सकते हैं। व्यक्ति की पाचन शक्ति के अनुसार इसकी मात्रा तय होती है। चिकित्सक की सलाह के बिना न लें।

कॉलेस्ट्रॉल में कमी

इसके नियमित प्रयोग से हाई ब्लड प्रेशर, दिल के दौरे, नसों में जमे फैट को हटाता है। इससे कॉलेस्ट्रॉल में कमी (अतिरोस्किलरेटिक चेंजेज) आती है। अर्जुन की चाय के नियमित प्रयोग से क्षीर पाक की तरह फायदा मिलता है।

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

अनुभव अमृतम्

रोगी भाई का भी बी पॉजीटीव मिला। बोला– आप खून दे दो। अरे! नहीं खून नहीं देंगे। खून देने से तो बीमार पड़ जाते हैं, डॉक्टर साहब ने बहुत समझाया एक घण्टा समझाया।

खून तो भगवान ने मुफ्त का दिया है 16–18 लीटर। पाव लीटर लेंगे एक यूनिट 250 एम.जी. 250 मिली ग्राम।

खून तीन महीने में वापस बन जायेगा। कोई दिक्कत नहीं होगी। नहीं नहीं नहीं खून नहीं दे सकते। अरे! ये आपके ससुरजी! कैसे जीयेंगे? हाँ मैं खून की व्यवस्था कराता हूँ।

ये 200 रुपये लो कैलाशजी। ये 300 रुपये लो कैलाशजी सिरोही में कोई खून देने वाला हो और चाहिये तो और दे दूंगा मैं। खून खरीद लो। कैसी दशा? रक्त ग्रुप मिल रहा है फिर भी ससुरजी को खून देने के लिये तैयार नहीं? और रुपया दे रहें हैं, और लेलो, और ले लेलो। डॉक्टर साहब ने कहा– हम परिवार वालों का ही खून लेंगे। कुछ संघ के कार्यकर्त्ता आये बोले– कभी जरूरत हो तो हमारा खून ले लेना।

संघ के कार्यकर्त्ता खून ले आये। उनको जरूरत थी उनके चढ़ा दिया। इनके लिये कहा डॉक्टर साहब ने इन्हीं का लेंगे। पर मैंने बहुत समझाया, मान गये। अच्छा ठीक है खून दे दूंगा। सुबह सात बजे खून दे दूंगा। मैं करीबन पौने सात बजे हॉस्पीटल पहुँचा, घर से पैदल ही जाता था।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 203 (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 : न्यूटेक 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. 8278607811, 9119398965 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023