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-2731 • उदयपुर, शुक्रवार 17 जून, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

गजरौला (अमरोहा, उत्तरप्रदेश) में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान ने दिव्यांगता –मुक्ति का यज्ञ वर्षो से प्रारंभ किया है। इस प्रयास–सेवा से 4,50,000 से अधिक दिव्यांग भाई–बहिनों को सकलांग होने का हौसला मिला है। लाखों दिव्यांगों को कृत्रिम अंग लगाकर जीवन की मुख्यधारा से जोड़ा गया है। इस पुण्य कार्य को गति देने के लिये एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 5 से 6 जून को 9– BF मेडीकल सेन्टर निउटराम धर्मकांटा में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता जूवीलेण्ड भरतिया फाउन्टहान रहे। शिविर में ओपीडी 100, कृत्रिम अंग नाप 80, कैलिपर नाप 31 तथा 10 को कृत्रिम अंग लगाने व 7 की कैलिपर लगाने की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री बी.के. त्रिपाठी जी (जिलाधिकारी महोदय), अध्यक्षता श्री विनित जी जायसवाल (पुलिस अधीक्षक), विशिष्ट अतिथि श्री चन्द्रशेखर जी शुक्ला (मुख्य विकास अधिकारी), श्री मायाशंकर जी (अपर जिलाधिकारी), श्री सुनिल जी दिक्षित (निदेशक जन संर्पक ठथ), डॉ. सुनिन्द्र फोगाट, डॉ नितिन जी राय (चिकित्सा अधिकारी), श्रीमति आरती जी शर्मा, श्री अजय कुमार जी शर्मा (सेवाप्रेरक, गजरोला) रहे। डॉ.रामनाथ जी ठाकुर (पी.एन.डो), श्री किशन लाल जी सुथार, (टेक्नीशियन) सहित शिविर टीम में श्री हरिप्रसाद जी लढ्ढा (शिविर प्रभारी),श्री गोपाल जी गोस्वामी, सत्यनारायण जी मीणा, मुन्नासिंह जी (सहायक) ने भी सेवायें दी।

औरंगाबाद (बिहार) में नारायण सेवा

नारायण सेवा संस्थान का ध्येय है कि दिव्यांग भी दौड़ेगा–अपनी लाठी छोड़ेगा। इस क्रम में संस्थान की शाखाओं व दानदाताओं के सहयोग से दिव्यांग जाँच, उनका ऑपरेशन के लिये चयन तथा कृत्रिम अंगों का माप लेना व अंग लगाने का कार्य गति पर है। ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 5 जून 2022 को रेडक्रास सोसायटी, सदर अस्पताल, औरंगांबाद में हुआ। शिविर सहयोगकर्ता श्रीमान् उदय कुमार जी गुप्ता, अध्यक्ष नगर परिशद औरंगाबाद रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 66, कृत्रिम अंग वितरण 46, कैलीपर अंग वितरण 26 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् उदय कुमार जी गुप्ता (अध्यक्ष, नगर परिषद औरंगाबाद), अध्यक्षता डॉ. चन्द्रशेखर प्रसाद जी (शिशु रोग विशेषज्ञ), विशिष्ट अतिथि डॉ. महावीर प्रसाद जी जैन (समाज सेवी), श्री गिरजाराम चन्द्रवंशी (उपाध्यक्ष, दिव्यांग संघ), श्री विनोद जी (अध्यक्ष, दिव्यांग संघ) रहे। डॉ. पंकज जी (पी.एन.डो.), श्री नाथूसिंह जी, श्री करण जी मीणा (टेक्नीशियन) सहित शिविर टीम में लालसिंह जी भाटी (शिविर प्रभारी), मुकेश जी त्रिपाठी (सह प्रभारी), बहादुर सिंह जी मीणा (सहायक), श्री प्रवीण जी यादव (फोटोग्राफर विडियो) ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity
विशाल नि:शुल्क दिव्यांग जांच,
ऑपरेशन चयन एवं
कृत्रिम अंग (हाथ–पांव) माप शिविर

दिनांक : 19 जून, 2022

▪ मंगलम पोलो ग्राउण्ड के सामने, कोर्ट रोड, शिवपुरी मध्यप्रदेश

▪ गीता आश्रम, हनुमान चौराहा, जैसलमेर, राजस्थान

इस दिव्यांग भाग्योदय शिविर में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

पू. कैलाश जी 'मानव'

'सेवक' प्रशान्त भैया

+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

1,00,000
We Need You !
से अधिक सहयोग देकर, दिव्यांगों के सपनों को करें साकार
अपने शुभ नाम या प्रियजन की स्मृति में कराये निर्माण

मानवता के मन्दिर में बनेंगे कई वार्ड-सेवा कक्ष
" 450 बेड का नि:शुल्क सेवा हॉस्पीटल " 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त" नि:शुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी " भारत की पहली नि:शुल्क सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट " प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों को नि:शुल्क आवासीय व्यावसायिक प्रशिक्षण

अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org
Cont. : 0294-6622222, +917023509999 (WhatsApp)

श्रद्धालुओं ने किया भक्ति का रसपान

आध्यात्मिक ज्ञान के प्रसार हेतु अप्रेल–मई में मुरैना, कैलारस–मुरैना एवं वृदांवन में श्रीमद्भागवत कथाओं का पारायण संस्थान के तत्वावधान में सम्पन्न हुआ। जिनका विभिन्न मीडिया चैनलों से प्रसारण हुआ। जिससे घर बैठे श्रद्धालुओं ने भक्ति रस का पान किया।

मुरैना – दूर वार परिवार कोलुआ के सहयोग से मुरैना (मध्यप्रदेश) में 27 अप्रेल से 3 मई तक दोपहर 1 से अपरान्ह 4 बजे तक श्रीमद्भागवत कथा पारायण का भव्य आयोजन धिरौना सारकार के सानिध्य में सम्पन्न हुआ। कथा व्यास पूज्य श्री रमाकान्त जी महाराज ने कहा कि भगवतकथाओं की बात ही निराली है। बड़े–बड़े साधु संत, सिद्ध योगीन्द्र मुनीन्द्र भी उन्हें सुनने को तत्पर रहते है। सातों दिन कथा का सत्संग चैनल से देशभर में प्रसारण हुआ, जिससे श्रद्धालुओं ने घर बैठे ही भक्तिगंगा में डुबकी लगाकर अपने को धन्य किया।

वृदांवन –राधा गाविन्द मंदिर, श्रीबृजसेवा धाम, वृंदावन–मथुरा में 10से 16 मई तक कथा व्यास पूज्य श्री बृजनन्दन जी महाराज के श्रीमुख से पतित पावनी श्रीमद्भागवत का पारायण सानन्द सम्पन्न हुआ। जिसका आस्था चैनल से प्रसारण भी हुआ। कथा व्यास पूज्य महाराजश्री ने भगवान के विविध लीला प्रसंगो का मार्मिक वर्णन करते हुए कहा कि महान पुरूषों ओर भाास्त्रों के वचनों में वि वास करके हमें अपने जीवन को सार्थक करना चाहिए। मनुष्य को काम, भय, क्रोध,मोह के वश होकर या किसी अन्य दुर्गुण के प्रभाव में एक क्षण भी व्यर्थ नहीं कर मानव देह को धारण करने का अर्थ समझते हुए उसे धन्य करने के कार्य करने चाहिए। इससे परमात्मा भी प्रसन्न होंगे।

कैलारस – मां बहरार माता मन्दिर, कैलारस–मुरैना (मध्यप्रदेश) में 14 से 20 मई तक श्रीमद्भागवत का आयोजन सानन्द सम्पन्न हुआ। श्री विश्वंभर दयाल जी परिवार के सौजन्य से आयोजित इस भक्ति ज्ञान यज्ञ में दूर दराज के सैकड़ो श्रद्धालुओं ने भाग लिया। व्यास पीठ पर बिराजित पूज्य श्री रमाकान्त जी महाराज ने कहा कि परमात्मा नित्य हैं। उसका संयोग भी नित्य है। विश्वास और श्रद्धा के अभाव में हम उसे भूले हुए है। यही वजह है कि जीवन में पग–पग पर हमें ठोकर खानी पड़ती हैं। हमें आज और अभी से उसकी शरण लेनी चहिए जो नित्य सत्य है। कथा का संस्कार चैनल से सातों दिन देशभर में सीधा प्रसारण हुआ।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

और जैसे ही छत्र गिर पड़ा, रावण ने भी सोचा–अपशुकन हुआ। सबके चेहरे फीके पड़ गये। और रावण ने मन में सोचा फिर भी घमण्डी रावण, ये अभिमानी रावण, ये पाप वाला रावण,ये दुश्टता वाला रावण, ये घमण्ड वाला रावण बोला–कोई बात नहीं, कोई बात नहीं ये तो होता रहता है। कल वापस अप्सरा के नृत्य होंगे, वापस गीत –गायन होंगे। और महल में चला गया। मंदोदरी ने चरण कमल पकड़ लिये। अब तो मेरे सुहाग को बचा लो। आप मेरे सुहाग हो, आप सोचिये एक वानर आया था। पूरी लंका जला दी। आप कहते हो– हमारे राक्षस तो खा जाएंगे इसको। जब वो वानर लंका को जला रहा था तो, राक्षसों की भूख समाप्त हो गयी थी। कोई कुछ नहीं कर पाया ? लाला ये कथा अभी हमने प्रवेश कर लिया लंकाकाण्ड में अपने परिवार में लंकाकाण्ड मत लाना। परिवार में कलह मत करना।

महिमजी– गुरुदेव, गोहाटी आसाम से सुभोम आनन्दजी जिनका नाम है। ये लिखते हैं कि, मेरी माताजी को सदैव लगता है कि मेरी बहन उनके प्रति श्रद्धा रखती है। मगर मेरी पत्नी उनके प्रति श्रद्धा नहीं रखती है। इसलिये उनका व्यवहार बेहद कड़ा है, उग्र है इस कारण घर में सदैव अशान्ति बनी रहती है। गुरुजी –ये गलतफहमी हो गयी। बेटी और बहू एक समान ही होती है। हाँ, तभी कहते हैं ना–बहू बेटी। तो बेटी के प्रति माताजी का ज्यादा अनुराग है। बहू के प्रति कम है ऐसी भांका है, इस भांका को निकल दीजिये। दोनों रिश्ते अपनी जगह महत्वपूर्ण है। और जो बहूजी पधारे वो भी किन्हीं माता–पिता की बेटी है। अपने माता–पिता का पीहर छोड़कर के आपके यहाँ पधारी है। सासू माताजी को भी उनको बहुत प्यार देना चाहिये। बेटी जैसा प्यार करे। और बहू भी सासु माताजी को अपनी माताजी जैसा आदर देवे, सम्मान देवे। लाला, ये रिश्ते अटूट बंधन के रिश्ते हैं।

बूंद - बूंद प्रयास : एक अनुभव

मेहमान अक्सर एक–दो घूंट पानी पीकर छोड़ देते हैं। शेष पानी जाया हो जाता है। मैंने इसका उपाय ढूंढ लिया। हम एक परिचित के घर गए थे। थोड़ी देर बाद उनकी बेटी ट्रे में 5–6 गिलास पानी ले आई। उन गिलास की क्षमता ढाई–तीन सौ मि.ली. होगी। हम में से किसी ने दो–तीन घूंट पानी पिया, किसी ने आधा गिलास तो किसी ने ऊपर से थोड़ा पीकर गिलास रख दिया। पर पानी बर्बाद तो हुआ। मैंने देखा कि उन्होंने बचा हुआ पानी ले जाकर सिंक में डाल दिया। ये देखकर मैं सोच में पड़ गई कि एक तरफ तो हम देखते व पढ़ते हैं कि शहर में लोग पानी की कमी से परेशान हैं। कहीं दो–तीन दिन में पानी आता है तो कहीं–कहीं लोगों को पानी के लिए घंटों लाइन में खड़े रहना पड़ता है। दूसरी तरफ हम इस तरह पानी की बर्बादी कर रहे हैं। मैंने घर में छोटे गिलास उपयोग में लेना शुरू कर दिए। अब तो मैं ट्रे में पानी की बोतल और साथ में खाली गिलास रख लेती हूं, ताकि जिसे जितना पानी पीना हो लेकर पी ले। मेरा यह मंत्र बहुत लोगों को पसंद आया और उन्होंने इसे अपनाने का प्रयास किया। तब मुझे लगा कि जैसे बूंद–बूंद से घड़ा भरता है वैसे ही हमारा यह प्रयास पानी बचाने की दिशा में एक बूंद का काम तो कर ही सकता है।

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

पशुता व मनुष्यता का विभेद करने के लिए कई सारे मापदण्ड हैं, इनमें से एक यह भी है कि खुद ही खुद के लिए ही करे या औरों के लिये भी करे। एक प्राचीन कहावत है– 'बाँट–चूँट ने खाणो, बैकुण्ठा में जाणो।' इसका आशय यही है कि हमें जो कुछ भी मिला है उसमें हमारे अकेले का पुरुषार्थ न भाग नहीं है।

एक समग्र परिणति है कि हमें कुछ उपलब्ध हुआ है। जैसे किसी ने धन कमाया। उस कमाई में प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूप से सहयोगियों, ग्राहकों, घरवालों, अन्य सेवादारों का भी योगदान है। जब सभी के योगदान से धन या कोई अन्य चीज मिली है तो फिर मेरे अकेले का स्वामित्व कैसे होगा ? भागीदारी सबकी ही है। यदि उनकी सहभागिता को नजर अंदाज करके अपनी ही मिल्कियत स्थापित कर लूं तो क्या यह उन घटकों के प्रति धोखाधड़ी नहीं होगी? निश्चित रूप से किसी के भी किसी भी प्रकार के निर्माण या उत्थान में कई चरणों में, कई लोगों का सहयोग होता है अतः सभी के प्रति अहोभाव तथा सभी को उस उपलब्धि का लाभ मिलना ही चाहिये। यही मानवीय गुण है कि वह श्रेय हो, वस्तु हो, शक्ति हो, जो भी हो उसे प्राप्त करने के बाद सभी में बाँटे भी।

कुछ काव्यमय

जाना है बैकुण्ठ तो, खाओ मिलजुल बाँट।
मन विराट हो जायगा, नहीं पड़ेगी गाँठ।।
आपस में बाँटी नहीं, जो भी आई चीज।
सूख जायगा एक दिन, प्रेम भाव का बीज।।
ज्यों बांटो त्यों त्यों बढ़े, सामग्री या प्यार।
अनजाने बन जायगा, एक नया संसार।।
बाँट–बाँट खाया नहीं, तो क्या है उपयोग।
दिन–दिन बढ़ता जायगा, कंजूसी का रोग।।
जो भी हमको मिल गया, माने उसे प्रसाद।
सबको पहले बाँटकर, खायें सबके बाद।।

अपनों से अपनी बात

सेवा प्रभु का काम

प्रभु अपना कार्य करवाने के लिए जिस विधि से अपने सेवक चुनता है वह विधि जितनी रोचक और रोमांचक है, उतनी ही आश्चर्यजनक भी। कैसे–कैसे योग बिठाता है प्रभु, कैसे जोड़ता है अपने भक्तों को आपस में, और कैसे उनसे काम करवाता है? आप भी जानेंगे तो प्रभु शक्ति और प्रभु कृपा के कायल हो जायेंगे। ऐसा ही हुआ था। संस्थान का पहला पोलियो हॉस्पीटल बनवाने वाले स्व.सेठ श्री चैनराज जी लोढा सा. के जब मुझे पहली बार दर्शन करने का सुयोग मिला।

पाली जिले में बिजोवा गांव है। वहां के नेत्र चिकित्सा शिविर में, जो मेरे सेवा–प्रेरणा स्रोत परम पूज्य श्री राजमल जी जैन सा. के द्वारा लगाया गया था। मैं जैसे ही गया वहां बैठा, भाई सा. के चरण स्पर्श किये। उन्होंने कहा कैलाश जी! आप घाणेराव कैम्प में जरूर आना। इसलिए कि यहां के एक सेठ सा. 'चैनराज जी लोढा सा. है।' उन्होंने पढ़ी थी 'सेवा संदीपन।' उससे वे बड़े राजी हुए यह कहते थे कि कैलाश जी से मिलना है मुझे एक–दो बार कहा है। मैंने कहा भाई सा. जरूर आऊँगा।

मन में कुछ उधेड़बुन कि अभी तो मैं छह दिन की छुट्टी लेकर आया हूँ। चार दिन बाद ही कैम्प है। अफसर कैसे छुट्टी देंगे सोचा, मुझे तो आना ही होगा, क्योंकि सेठ सा. मिलना चाहते हैं। इतनी देर में पन्द्रह मिनट बाद ही काला कोट, धोती, सफेद बाल–कुछ काले बाल। एक पतला–दुबला आदमी पैरों में 20 रुपये की चप्पल पहनकर आया। आते ही कहा राजमलजी। उन्होंने कहा अरे! कैलाश जी! जिनसे मिलने के लिए मैं आपसे कह रहा था, वह तो यहीं आ गए। मैंने बड़े प्रेम से प्रणाम किया। चैनराज जी लोढ़ा के प्रथम बार दर्शन किए थे। मेरे प्रणाम का जवाब दिया। फिर वह राजमलजी भाई से बातों में लीन हो गये। कहने लगे घाणेराव का कैम्प बहुत बढ़िया होना चाहिए। शुद्ध देशी घी के फुलके बनेंगे, पूड़ी बनेगी। रोगी अपना भगवान है मैं रोगियों के लिए कम्बल ला रहा हूँ। मैं रोगियों को थाली–कटोरी भी दूंगा इत्यादि इत्यादि बातें होने लगी।

मैं बड़ा प्रभावित हुआ। समय आने पर मैंने कहा कि –"पूज्यवर जी लोढ़ा सा., बाबूजी सा. आप उदयपुर जरूर पधारें।" उन्होंने कहा कि हाँ हाँ, मेरी बड़ी इच्छा है जरूर आँऊगा और इस तरह संस्थान के मानव मंदिर पोलियों हॉस्पीटल के जनक से मेरी अनपेक्षित भेंट हुई, ऐसे ही होते हैं प्रभु के चमत्कार, प्रभु के काम।

–कैलाश 'मानव'

क्षणिक क्रोध

क्रोध मानव का सबसे बड़ा शत्रु है। क्रोधी व्यक्ति को अपने–पराए का भेद नहीं होता है। क्रोध अपनों को भी पराया बना देता है। सभी लोग उसी को पसन्द करते हैं जो क्रोध नहीं करता। मनुष्य को अपने क्रोध पर नियंत्रण हेतु हर सम्भव प्रयास करना चाहिए।

बहुत ही क्रोधी स्वभाव का एक लड़का था। वह घर, विद्यालय सभी जगह क्रोधपूर्वक लोगों से उलझ पड़ता था। एक दिन विद्यालय में स्वयं की गलती होने पर भी अपने सहपाठियों से झगड़ पड़ा। उसके सहपाठियों ने मिलकर उसे बुरी तरह से पीटा। जब वह घर आया तो उसे उसकी गलती का अहसास हुआ कि मैंने आवेश में आकर बेवजह लड़ाई की और नुकसान भी मुझे ही उठाना पड़ा।

उसके पिता ने उससे पूछा–क्या तुम क्रोध से छुटकारा पाना चाहते हो?

बेटे ने उत्तर दिया– हाँ, पर कैसे?

पिता ने उसे एक कीलों से भरा डिब्बा और हथौड़ा देते हुए कहा कि जब भी तुम्हें क्रोध

आए तो ये कीलें आँगन के पेड़ में तब तक ठोकते रहना जब तक कि तुम्हारा क्रोध समाप्त न हो जाए।

दूसरे ही दिन उसके भाई से उसका किसी बात को लेकर झगड़ा हो गया। लड़के को उसके पिता की बात याद आ गई। वह कीलों का डिब्बा और हथौड़ा लेकर गया और आँगन के पेड़ पर कीलें ठोकने लगा। जब उसका गुस्सा शांत हुआ, तब तक वह उस पेड़ में लगभग 30 कीलें ठोक चुका था और थक चुका था। दूसरे दिन उसे फिर किसी बात को लेकर गुस्सा आया और वह जा पहुँचा पेड़ पर कीलें ठोकने। उस दिन उसने 25 कीलें ठोकीं। ऐसे करके वह रोज कीलें ठोकता, परन्तु पिछले दिन से कम। एक दिन ऐसा भी आया जब उसने सोचा कि इस कीलें ठोकने के थका देने वाले काम से तो अच्छा है कि मैं क्रोध ही न करूँ। कीलें ठोकने में तो बहुत मेहनत करनी पड़ती है। उस दिन क्रोध आने पर भी उसने कोई कील नहीं ठोकी। उसने यह बात अपने पिताजी को बताई –पिताजी, आज मैंने अपने क्रोध पर नियंत्रण करना सीख लिया है। मुझे क्रोध आया तो भी मैंने आज कोई कील नहीं ठोकी। आपका यह कीलों वाला तरीका तो कामयाब रहा। पिता ने कहा–चलो, चलकर देखते हैं कि इतने दिनों में तुमने कितनी कीलें ठोक डालीं।

पिता–पुत्र दोनों उस पेड़ के पास गए और देखा कि वह पेड़ तो पूरा कीलों से भरा हुआ था। पिता ने बेटे से कहा – अब जब–जब तुम्हें क्रोध न आए, उस दिन एक कील निकाल देना। दूसरे दिन से उसने रोज एक–एक कील निकालना शुरू किया।

उसे 60–70 दिन लग गए, सारी कीलें निकालने में। वह मन ही मन बहुत खुश था कि इतने दिन हो गए, मुझे बिल्कुल भी क्रोध नहीं आया है। वह पिता के पास गया और बोला – पिताजी, मैंने सभी कीलें निकाल दीं। अब तो मुझे क्रोध आता ही नहीं है। पिता उसे पुनः उस पेड़ के पास लेकर गए और उसे उस पेड़ की हालत दिखाई।

पिता ने पुत्र से पूछा –पेड़ कैसा लग रहा है?

बेटे ने उत्तर दिया –पिताजी, पेड़ तो बहुत भद्दा दिख रहा है। सभी जगह कीलों के निशान हैं। पिता ने कहा–जो पेड़ पहले सुन्दर था, परन्तु तुम्हारे कीलें ठोकने से यह कुरूप हो गया। इसी तरह तुम भी जब सामने वाले पर क्रोध करते हो तो उसके मन पर एक कील ठोक देते हो और क्षमा माँग कर कील वापस तो निकाल देते हो, लेकिन उसके मन में दर्द रूपी घाव का निशान रह जाता है। क्षमा माँगने पर दर्द कम हो जाता है, परन्तु निशान तो बना ही रह जाता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश के उदयपुर लौटने के बाद 5–7 महीने अत्यन्त संकट से गुजरे। व्यस्तताएं बढ़ रही थी इसलिये बार बार उसे अवैतनिक अवकाश लेने पड़ते, इससे हर महीने घर में जो बंधी बंधाई राशि आती थी, उसमें भी कमी होने लगी। कमला भी शिकायत करने लगी, इतने कम पैसों में कैसे घर चलाये। कल्पना भी विवाह योग्य हो गई थी। उसके लिये उचित वर की तलाश भी भारी काम था। सौभाग्य से अजमेर के अच्छे घर से सम्पर्क हो गया तो विवाह पक्का कर दिया। अब विवाह का खर्चा अलग सिर पर आ गया, नारायण सेवा से वह एक पैसा भी नहीं लेना चाहता था। 1991 में विवाह सम्पन्न हो गया। समधी सत्यनारायण गोयल तथा दामाद सुनील गोयल बहुत अच्छे स्वभाव के थे। कैलाश ने स्वयं को एक बहुत बड़ी जिम्मेदारी से मुक्त होने की राहत महसूस की।

1993 में एक आदिवासी गांव में शिविर आयोजित किया था। सारे कार्य सामान्य तरीके से चल रहे थे तभी कैलाश ने सामने की पहाड़ी से एक युवक को घुटनों व हाथों के बल चल कर आते देखा। युवक की उम्र 20 साल रही होगी, वह एक पशु की तरह चल रहा था, पशु भी पांवों पर चलते हैं, मगर यह तो घुटनों पर चल रहा था जिससे इसके घुटने छिल गये थे, खून निकल रहा था और कंकर चुभ गये थे। कैलाश इस युवक की ऐसी दशा देखकर सन्न रह गया, उसके मन में एक सवाल कौंधने लगा –क्या कुछ लोगों को इस तरह भी जीना पड़ता है?

न केवल कैलाश वरन वहां उपस्थित कई लोगों में इस युवक को देख करुणा जागृत हो गई। कुछ लोगों ने मिलकर उसके घुटनों से खून साफ किया, कंकर हटाये और घुटनों पर कपड़े का पट्टा बांध दिया। किसी ने नी–केप के लिये पूछा मगर यहां तो किसी के पास नहीं थी। युवक बचपन से ही पोलियो पीड़ित था इसलिये उसके हाथ पांव असामान्य थे और वह अन्यों की तरह चल नही पाता था। कैलाश ने जानकारी ली तो पता चला कि इस तरह के ढेर सारे बच्चे हैं जो बचपन से ही पोलियो रोग से ग्रस्त हैं। कैलाश को अब सेवा की एक नई दिशा दिखी। पोलियो ग्रस्त बच्चों का इलाज संभव है या नहीं, तो कहां है, यह सब जानकारी एकत्र करने का उसने संकल्प किया। मुम्बई में उसके कई परिचित थे, उन्हें इसने पूछा मगर किसी को इस क्षेत्र की ज्यादा जानकारी नहीं थी। इन्हीं में एक चैनराज लोढ़ा भी थे। उन्होंने एक विज्ञापन पढ़ा था जिसमें एलीजारोव पद्धति से किसी का छोटा पांव बड़ा किये जाने का दावा था। एक सूत्र हाथ में आ गया तो उस पर आगे बढ़ते रहे। पता लगा कि एलिजारोव एक ऑपरेशन होता है। डा. एलिजारोव रूस के प्रसिद्ध आर्थोपेडिक सर्जन थे।

अंश - 128

कैसे मैंगो शरीर में चर्बी बढ़ाता है ?

आम और दूध दोनों ही पौश्टिकता से भरे हुए हैं, लेकिन दोनों को एक साथ मिलाकर मैंगो भोक के रूप में पीना नुकसानदायक हो सकता है। आयुर्वेद के अनुसार दोनों की ही प्रकृति अलग है। दूध पचने के बाद मीठा और आम पचने के बाद खट्टा होता है। इसे पीने से मेटाबॉलिक दर प्रभावित होती है। इससे न केवल अपच की समस्या हो सकती है, बल्कि अधिक चर्बी भी जमा होती है जिससे टॉन्सिल की समस्या बढ़ सकती है। आम की तासीर गर्म होती है, इसलिए यह भारीर की गर्मी को बढ़ाता है। कुछ लोगों में इससे उल्टी–दस्त की समस्या हो सकती है। कई बार एलर्जी जैसे लक्षण भी दिखते हैं। इसलिए अगर आप मैंगो शेक पीते भी हैं तो भी इसे कम मात्रा में ही लें। या फिर इन्हें अलग–अलग लेना ही चुने।

गठिया में ताजे फल-सब्जियां ही खाएं

गठिया में विटामिन्स, एंटीऑक्सीडेंट्स और पौश्टिक तत्वों से भरपूर ताजे फल व सब्जियों का रस लाभप्रद होता है। आर्थराइट्स ग्रसित रोगी यदि लहसून, मौसमी, संतरा, गाजर, चुकंदर आदि का रस ले तो उन्हें इससे निजात मिल सकती है। बढ़ती उम्र में मांसपेशियों व अंगों को किसी काम में अधिक परिश्रम लगता है। ऐसे में हरी सब्जियां, जूस, फल एवं सलाद लें। इसमें बासी खाना और जंक फूड आदि लेने से जकड़न बढ़ती है। इससे दिनचर्या पर असर पड़ता है। शरीर में दर्द भी बढ़ता है।

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

दिव्यांगों के सेवार्थ श्रीमद्भागवत कथा हुई

नारायण सेवा संस्थान द्वारा दीन–दुःखी दिव्यांगजनों के कल्याणार्थ श्रीमद्भागवत कथा सप्ताह का आयोजन गत मंगलवार को प्रेरणा सभागार, सेवामहातीर्थ बड़ी में संपन्न हुआ। संस्थान अध्यक्ष प्रशान्त जी अग्रवाल ने बताया कि भागवत कथा मर्मज्ञ कथाव्यास रमाकान्त जी महाराज के श्रीमुख से कथायज्ञ 31 मई से 6 जून तक प्रतिदिन 1 से 4 बजे तक चला। देशभर से इलाज के लिए आए दिव्यांग बन्धुओं और उनके परिजनों की उपस्थिति में यह कथा सम्पन्न हुई। स्थानीय लोगों को बुलाने के कारण उन्होंने कहा कि अधिक से अधिक संख्या में पधाकर भगवद् आयोजन को सफल बनाया।

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

इन सब महानुभावों ने अपने अपने क्षेत्र में भी गांव में भी बहुत विकास किया, नारायण सेवा पर भी महानुभावों की बड़ी कृपा रही। तो मैं निवेदन कर रहा था कि आर्य बुक स्टोर पर। इसी बीच उन्होंने कहा कि कैलाश जी अभी तो पुस्तक नहीं है एनाटॉमी फिजियोलॉजी की। बड़ी वाली जो आपने कहा है लेकिन पांच 7 दिन में मैं मंगवा दूंगा। इसी बीच एक डॉक्टर साहब खड़े थे वहां वह मुझे जानते थे। तो उन्होंने कहा नमस्ते कैलाश जी। मैं आपको टीवी पर देखा करता हूँ। मेरे पास एक बुक अतिरिक्त है। मैं पीजी सीनियर हॉस्टल मैं रहता हूँ। 5 मिनट में मैं लेकर आता हूँ। मैं आपको भेंट करना चाहता हूँ। मेरे पास अतिरिक्त है डोंट वरी। अद्भुत उन डॉक्टर साहब को भगवान ने भेज दिया, और 5 मिनट में वह अपने कक्ष में जाकर के पुस्तक ले आए एनाटॉमी एंड फिजियोलॉजी बड़ी साइज की। बड़ी पुस्तक और ईश्वरीय उपकरण का एक खिलौना जो सजीव तो है पर अनित्य है, नित्य नहीं है। यह खिलौना यह काया यहां देह देवालय साढ़े तीन हाथ की काया नित्य नहीं है।

इट इज नॉट परमानेंट संवेदना बदल रही है। बीज वही बीज जैसा बीज वैसा परिणाम 24 घंटों में हजारों बीज डाल देते हैं। उत्तेजना के, उद्वेग के, कहीं क्रोध के, ना ना ना आज से ऐसे बीजों को नहीं डालना है। क्रोध के हजारों पहले के बीज है एक बीज और जुड़ गया। आगे कर देंगे। तो लाला पुस्तक आ गई 15 दिन तक लगातार पढ़ता गया। एक दिन रात को 2.00 बजे अचानक जैसे भगवान ने कहा कैलाश उठ ईश्वर ने प्रेरणा दी। सेवातीर्थ चलना है।

मैं सेवा धाम में सोया हुआ था। प्रभु की प्रेरणा से उठा वहीं से फोन किया भंवर जी आ जाओ। अपने 4–5 साथी को ले आओ। मैं आ रहा हूँ। एक के हाथ में चूने की बाल्टी देना, एक ईंटें पास पास में रख दो सेवातीर्थ में, और प्रभु ने प्रेरणा दी देह देवालय के अवयवों को इस रूप में उकेरना है कि हमारे अन्य भाई–बहन देख सके कि हमारा हृदय कैसा है? यहाँ हमारा मस्तिष्क कैसा है– लाला बाबू। पहला काम तो यही किया कि जाकर चूने की लाइनें बनाते गए। यहाँ मस्तिष्क बनेगा। इस एरिया में 100 गुणा 100 = 1000 स्क्वायर फिट की मस्तिष्क के लिए जगह चाहिए ही चाहिए। 1200 स्क्वायर फिट हृदय के लिए चाहिए। 200 फिट किडनी, 200 फिट स्टोमक, 200 फिट आँतें 40 फिट के लंबे दोनों हाथ, 40 फिट के दोनों पैर ऊंचाई करीबन 530 फिट चूने की लाइनें डल गई। एक भैया के पास ईंटें थी।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 481 (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