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-2392 • उदयपुर, सोमवार 12 जुलाई, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्

सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

दुःखी दवे परिवार तक पहुंची नारायण सेवा की मदद

संस्थान क्षतिग्रस्त कूल्हे के ऑपरेशन में करेगा मदद

इसी वर्ष जनवरी में मोड़ी ग्राम के एक वाहन चालक धनंजय जी के सड़क हादसे में क्षतिग्रस्त कूल्हे के ऑपरेशन का जिम्मा नारायण सेवा संस्थान उठायेगा। यह जानकारी संस्थान अध्यक्ष प्रशान्त जी अग्रवाल ने दी। इस सम्बंध में संस्थान के जनसम्पर्क विभाग की टीम मोड़ी ग्राम गई और हादसे की जानकारी ली। टीम ने परिवार को राशन व वस्त्र आदि की तात्कालिक सहायता भी प्रदान की। राहत दल में विष्णु जी शर्मा हितैषी, भगवान प्रसाद जी गौड़ व संस्थान के हॉस्पीटल अधीक्षक प्रवीण सिंह जी शामिल थे। धनंजय जी दवे की स्थिति और उपचार को लेकर उदयपुर में चिकित्सकों से लाइव सम्पर्क किया गया। जिन्होंने अहमदाबाद व उदयपुर के एक अस्पताल में चले इलाज व एक्सरे रिपोर्ट देखने के बाद बताया कि दवे के फेफड़े काफी कमजोर हैं और बलगम जमा हुआ हैं। जब तक बलगम नहीं निकल जाता और फेफड़े साफ नहीं हो जाते तब तक एनेस्थिसिया नही दिया जा सकता और ऑपरेशन के लिए एनेस्थिसिया देना आवश्यक हैं। उन्होंने जमा बलगम को निकालने के लिए परामर्श दिया ताकि जल्द से जल्द ऑपरेशन कर उन्हें फिर से पांवों पर खड़ा किया जा सके।

धनंजय जी अपने परिवार का इकलौता कमाने वाला व्यक्ति है। उनके पिछले 6 माह से बेड पर पड़ जाने से मां, पत्नी, दो बेटियों व एक बेटे वाले परिवार पर संकट का घना कोहरा छा गया। घर में जो भी पैसा था वह अस्पतालों में खर्च हो गया। बावजूद इसके ऑपरेशन होना अभी बाकी है। जबकि दो वक्त की रोटी का जुगाड़ भी मुश्किल हो गया है। नारायण सेवा संस्थान ने ऑपरेशन व बच्चों की शिक्षा में भी मदद का भरोसा दिया है।

अब आसानी से चलने लगी तारा और अनुराधा

सॉफ्टवेयर और ऐप द्वारा संस्थान के आर.एल. डिडवानिया पोलियो हॉस्पीटल में पिछले दिनों नई रणनीति के साथ दो जटिल मामलों की सर्जरी की गई। पोलियो करेक्शन के इन दोनों मामलों में पहली सर्जरी के बाद मरीजों को चलने में मदद मिली। जबकि वे पूर्व में बिना सहारे के उठ भी नहीं सकते थे। सॉफ्टवेयर और ऐप के जरिये सर्जरी करने वाले डॉ. अंकित सिंह चौहान के अनुसार दूसरी सर्जरी में टिबीया हड्डी में शेष रही विकृति को ठीक करने व उसे लम्बा कर रोगी की उंचाई बढ़ाने के लिए इलिजारोव विधि का प्रयोग किया गया। इस सर्जरी के अगल दिन से ही दोनों मामलों में मरीजो की फिजियोथेरेपी शुरू कर दी गई।

इन दोनो मामलों में एक उदयपुर (राजस्थान) की 16 वर्षीय तारा डांगी है। बचपन में घुटनों में चोट के कारण यह चलने में काफी दिक्कत महसूस कर रही थी। सर्जरी से पूर्व उनके एक्स–रे में पाया गया कि घुटने की यह विकृति उनकी दोनों डिस्टल फिमर हड्डियों और प्रॉक्सिमल टिबीया हड्डियों में वैल्गस विकृति के कारण थी। ऐसा ही दूसरा मामला चन्दौली (उत्तरप्रदेश) की 20 वर्षीय अनुराधा तिवारी का है। उन्हें सेरेब्रल पाल्सी के साथ डिस्टल फीमर की तीन आयामी विकृतियां थी।

सेवा–जगत्

दिव्यांगों की सेवा में, आपकी नारायण सेवा

नारायण गरीब परिवार राशन योजना के तहत्

कोलकाता में 79 परिवारों को निःशुल्क राशन वितरण

नर को नारायण का स्वरूप मानते हुए असहाय, दिव्यांग, मूक बधिर, एवं दूसरी लहर कोरोना महामारी के चलते बेरोजगार हुए गरीब कामगारों को नारायण सेवा संस्थान शाखा कोलकाता द्वारा निःशुल्क राशन का वितरण किया गया। पूरे भारतवर्ष में 50000 परिवारों को राशन निःशुल्क दिया जायेगा। कोलकाता शाखा के अंतर्गत 79 गरीब परिवारों को निःशुल्क राशन दिया गया। कोलकाता शाखा संयोजक श्री आलोक जी गुलहार ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया। शिविर में मुख्य अतिथि श्री भीमा अंदु जी सरदार (क्लब सभापति) पुर्बिया जी शाह (सह सभापति) सुजीत जी गुहा (सेकेट्ररी) ने संस्थान गतिविधियों का अवलोकन किया। संस्थापक चैयरमेन कैलाश जी 'मानव' ने बताया कि संस्थान 36 वर्षो से दीन–दुखियों की निःस्वार्थ सेवा कर रहा है। इस वर्ष कोरोना काल में संस्थान घर–घर भोजन सेवा, ऑक्सीजन सिलेंडर, एम्बुलेंस सेवा, कोरोनाकिट, निःशुल्क हाइड्रोलिक बेड भी आदि उपलब्ध करवाये गये, इस दौरान हजारों कोरोना संक्रमित को निःशुल्क सेवा उपलब्ध करवाई गई। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि संस्थान ने ऐसे जरूरतमंदों के लिए नारायण गरीब परिवारों तक राशन पहुंचाने का लक्ष्य निर्धारित किया है। इसी क्रम में उदयपुर शहर के विभिन्न आदिवासी क्षेत्र में शिविर लगाकर निःशुल्क राशन वितरण किया जा रहा है। प्रत्येक किट में आटा, चावल, दाल, तेल, शक्कर, नमक एवं आवश्यक मसाले दिए गए। शिविर प्रभारी श्री मुकेश कुमार जी शर्मा, प्रकाश जी नाथ, सूरज जी, श्री सधीष जी, श्री आलोक जी आदि पूरी टीम ने चयनित परिवारों को राशन वितरण में सहयोग प्रदान किया।

कुलपति सारंगदेवोत जी का अभिनंदन

राजस्थान विद्यापीठ को विश्व भर में पहचान दिलाने वाले एवं तीसरी बार कुलपति मनोनीत होने पर गत गुरुवार को कर्नल प्रो. शिवसिंह जी सारंगदेवोत का नारायण सेवा संस्थान द्वारा अभिनंदन किया गया। इस अवसर पर विद्यापीठ के कार्यकर्ता भी उपस्थित थे। संस्थान के जनसम्पर्क प्रभारी विष्णु जी शर्मा हितैषी और भगवान प्रसाद जी गौड़ ने स्मृति चिन्ह, शॉल,पगड़ी और दुपट्टा भेंट कर अभिनंदन किया व शुभकामनाएं दी।

रोशन हुई 'रोशनी' की जिंदगी
पोलियोग्रस्त बालिका के सपनों को यूं मिली उड़ान

दिल्ली के बदरपुर में घर की चारदीवारी से जब रोशनी दिवाकर 15 वर्ष अपने हम उम्र साथियों को भागते–दौड़ते, हंसते–गाते, खेलते–खिलखिलाते देखती थी तो उसकी आंखें उनपर थम–सी जाती थीं। उसे लगता था जैसे वो भी उनमें भाामिल है, कुछ देर के बाद वह दोनों पैर हाथों से पकड़े आंखों से आंसू बहाते बैठी होती थी। माता–पिता रोज की तरह उसे सांत्वना देते थे कि देखना तुम्हारे पैर एक दिन बिल्कुल ठीक होंगे। रोशनी पोलियो से पीड़ित थी।

करीब एक दशक तक यही सिलसिला चलता रहता था। बस गुजारा कर सकने वाली तनख्वाह में प्राईवेट नौकरी करने वाले पिता, घर सम्भालने वाली मां, दो बेटियां जिनको लेकर घरवालों ने बहुत से ख्वाब संजोये थे मगर वो ख्वाब उस वक्त बिखर गये जब पता चला कि रोशनी जीवनभर चल–फिर नहीं सकेगी। रोशनी के माता–पिता ने हार नहीं मानी और बेटी को बहुत से डॉक्टर्स को दिखाया। डॉक्टर्स का कहना था कि इस इलाज में लाखों रुपयों का खर्च आएगा, इसके बावजूद यह गारंटी भी नहीं थी वह चल पाए। तभी परिवार की जिंदगी से अंधेरा हटाने और रोशनी के जीवन को नाम के अनुरूप रोशन करने के लिए नारायण सेवा संस्थान आगे आया जिसने उसकी जिंदगी को वाकई रोशन कर दिया।

माता–पिता को नारायण सेवा संस्थान का पता उनके परिचित से लगा। जो पूर्व में संस्थान की सेवा का लाभ उठा चुके थे। नारायण सेवा संस्थान ने उन्हें बताया कि आपका इलाज निःशुल्क और बिल्कुल सुरक्षित रूप से किया जाएगा। करीब 4 साल पहले रोशनी अपनी बड़ी बहन के साथ नारायण सेवा संस्थान उदयपुर पंहुची। डॉक्टर्स के द्वारा रोशनी के दोनों पैरो की 3 सर्जरी की गई, इसके बाद रोशनी आज बैसाखी के सहारे चल–फिर सकने के साथ अपने डॉक्टर बनने के सपने को भी साकार होता देख रही है।

मेरी आंखे नहीं है तो क्या ? मैं किसी का इलाज नहीं कर सकता

यह सवाल है– 34 वर्षीय शेषाराम का जो 30 सालों से अन्धता के अभिशाप को हो रहा है। विटामिन ए की कमी से मात्र चार साल की आयु से सूरदास की तरह जीवन यापन करने वाले शेषाराम फिजियोथेरेपिस्ट के रूप में अपनी सेवाएं दे रहे है, और सम्भवतया राज्य के पहले प्रज्ञाचक्षु फिजियोथेरेपिस्ट है।

उदयपुर में संचालित लोढ़ा पोलियो अस्पताल में कई वर्षों में अपनी सेवाएं दे रहे शेषाराम चौधरी ने सैंकडों दिव्यांगों को लाभान्वित किया।

जन्म पाली जिले के देसूरी गांव में हुआ है। शेषाराम लगातार 10 सालों तक गांव में ही अपना जीवनयापन कर रहा था। इसी दौरान उसका एक भाई जो अहमदाबाद में नौकरी करता था को मालूम हुआ कि वहां अन्धों को भी शिक्षा दी जाती है। तो उसने परीक्षा उत्तीर्ण की। बाद में उसने स्कूल वालों की सलाह पर ही अहमदाबाद अन्ध विद्यालय में तीन साल तक फिजियोथेरेपिस्ट का कोर्स किया।

1997 में उदयपुर में नारायण सेवा संस्थान द्वारा स्थापित चैनराज सावंतराज लोढ़ा पोलियो हॉस्पीटल में फिजियोथेरेपिस्ट के पद पर पद रिक्त होने की जानकारी मिली तो उन्होंने अपनी स्वीकृति भेजी तथा संस्थान के बाऊजी से व्यक्तिगत भेंट कर सेवा देने का आग्रह किया। उसने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि – बाऊ जी ने उनको सेवा का मौका दिया। अब उसे फिजियोथेरेपिस्ट की चिकित्सा देने में कोई परेशानी नहीं होती ।

इस चिकित्सा के तहत व ऐसे रोगियों का इलाज करता है जिनके शारीरिक अंग ऑपरेशन के बाद जकड़ जाते हैं और स्वाभाविक रूप से कार्य नहीं करते हैं। ऐसे रोगियों में पेरेलेसिस, सरेब्रलपाल्सी, पोलियो, फेक्चर, जे.बी. सिंड्रोम जैसी बीमारियों प्रमुख हैं।

रक्तदान की महत्ता

आज के समय में रक्तदान की बहुत महत्ता है। दान किया गया रक्त अति उपयोगी है क्योंकि यह अनेक अवसरों पर काम आता है, जैसे कि–दुर्घटना के शिकार लोगों के जीवन रक्षा के लिए, शल्य चिकित्सा के समय, खून की कमी आदि।

रक्तदान मे कुछ मिनटों का ही समय लगता है। रक्तदान केन्द्र में पंजीकरण से अल्पाहार करने तक कुल आधे घंटे का समय लगता है। रक्तदान के बाद विश्राम या विशेष भोजन की आवश्यकता नहीं होती है। रक्तदान केन्द्र मे व्यतीत किया गया मात्र आधे घंटे का समय पर्याप्त है। रक्तदान के बाद रक्तदाता सामान्य दिनचर्या जारी रख सकते हैं।

रक्तदाता से एक बार में 300 से 400 मि. ली. रक्त लिया जाता जो शरीर उपलब्ध रक्त का लगभग 15वां भाग होता है। शरीर में रक्तदान के तत्काल बाद दान किये गये रक्त की प्रतिपूर्ति करने की प्रक्रिया प्रारंभ हो जाती है तथा लगभग 24 घंटे में दान किये रक्त की प्रतिपूर्ति हो जाती है।

शरीर में प्रवाहित होने वाले रक्त का आयतन रक्तदान से अप्रभावित रहता है क्योंकि रक्तदान में दिये गये रक्त के स्थान पर शरीर में संगृहित रक्त तत्काल आ जाता है। कोई भी व्यक्ति 3 माह के अंतराल से रक्तदान कर सकता है। रक्तदान मे तकलीफ बिल्कुल नहीं होती, केवल सूई की हल्की चुभन होती है। रक्तदान करने से कमजोरी नहीं आती है।

नारायण सेवा संस्थान के सहयोग से
जशोदा को दिव्यांगता से मिली निजात

उत्तरप्रदेश के मुरादाबाद जिले में लाईट फिटिंग का कार्य कर परिवार का भरण–भोशण करने वाले राजेन्द्र प्रसाद की बेटी जशोदा जब 12 साल की थी, एक दिन बुखार आया जो उसे पोलियो का दंश देकर ही गया।

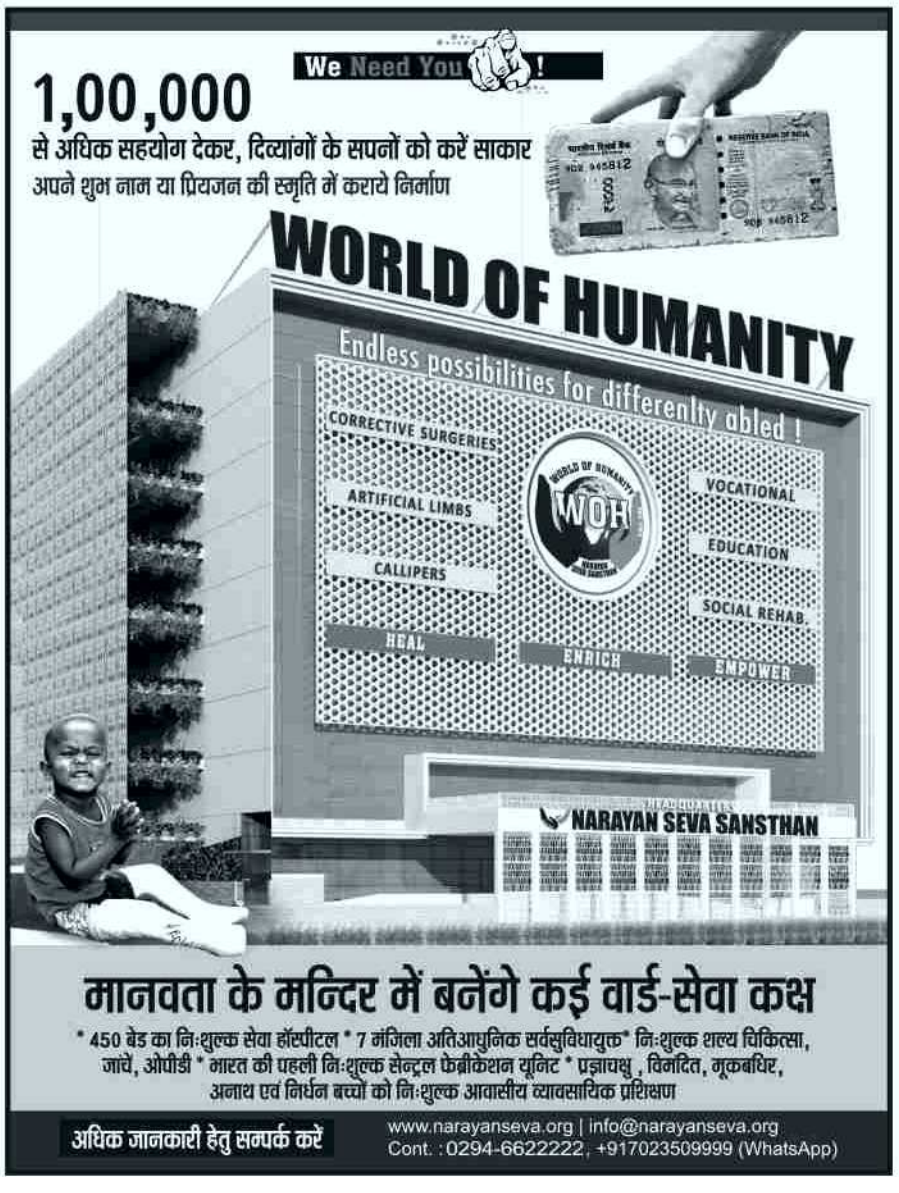
गरीब माता–पिता के लिए परिवार का भरण–पोषण ही मुश्किल हो रहा था और अब यह आसमान टूट पड़ा। विकलांगता के चलते बच्ची के अनिश्चित भविष्य पर मां–बाप के लिए सिवाय आंसू बहाने के कुछ भी न था। उम्र के साथ जशोदा की परेशानियां बढ़ती गई।

बिना सहारे शरीर को संभालना उसके बस में न था। माता–पिता ने कर्ज लेकर उसके इलाज की हर संभव कोशिश की लेकिन डॉक्टरों के अनुसार स्थिति में सुधार का एक मात्र विकल्प ऑपरेशन था, जिसमें खर्च का जुगाड़ परिवार के पास नहीं था।

जशोदा को भी अब विकलांगता से छुटकारे की उम्मीद भी नहीं रही। कहते हैं कि जब सब तरफ अंधेरा होता है तब प्रकाश की कोई हल्की सी किरण दिखाई भी दे जाती है। टेलिविजन चैनल के माध्यम से परिवार को नारायण सेवा संस्थान में पोलियो के निःशुल्क ऑपरेशन की जानकारी मिली।

माता–पिता जशोदा को लेकर उदयपुर आए। उसके पालियोग्रस्त पांव का संस्थान के आर.एल. डिडवानिया हॉस्पीटल में पहला ऑपरेशन हुआ। एक पैर बिल्कुल मुड़ा होने और पीठ में ट्यूमर होने के कारण 7 ऑपरेशन और 9 माह आई.सी. में रहने के बाद और जांघ की चमड़ी को पैर के पंजे पर लगाई तब वो पैर पर खड़ी हुई।

सहारा लेकर चलने वाली जशोदा अब कैलीपर के सहारे के चलती हैं। जशोदा ने संस्थान में ही रहकर 3 माह का सिलाई प्रशिक्षण भी लिया। बी.ए. अंतिम वर्ष की छात्रा जशोदा संस्थान के सिलाई केन्द्र में रोजगार पाकर खुश है।



सम्पादकीय

नीतिकारों ने कहा है कि कभी किसी को धोखा मत दो। हम किसी को धोखा देकर यह सिद्ध करके प्रसन्न हो जाते हैं कि हमने चालाकी से अपना उल्लू सीधा कर लिया। यह नहीं सोचते कि हमने जिसके साथ धोखा किया है, उस पर क्या गुजरेगी? हमारी आदत हो गई है कि हम केवल अपना ही सोचते हैं, दूसरों के बारे में हम क्यों सोचें? यह आदत ठीक है क्या? वास्तव में हमने धोखा देकर अपना कार्य तो सिद्ध कर लिया किन्तु हमने आगे वाले के विश्वास को तोड़ दिया है। उसका विश्वास टूटना उसके लिये बड़ी दुर्घटना है। इस दुर्घटना से वह न केवल आहत होता है वरन् उसका विश्वास भी डगमगा जाता है। यदि हमने किसी का विश्वास डगमगा दिया तो उसका जीवन तो नष्ट कर ही दिया। इसलिये दो अपराध हो रहे हैं –एक तो धोखा देकर और दूसरा विश्वास तोड़कर। इस दोहरे पाप से बचना चाहिये।

कुछ काव्यमय

धोखा देना है अपराध।
यही पाप है निर्विवाद।
अगले का टूटे विश्वास।
भावों का होता है नाश।
हम जिसको समझें चालाकी।
वो केवल होती बैसाखी।
जिससे भावों का हो खंडन।
उन बातों का कर लो मुंडन।

- वरदीचन्द राव

सतर्क रहें! सुरक्षित रहें!
कोरोना वायरस से सावधान रहे
क्योकि सावधानी ही बचाव हैं।
कोरोना को धोना हैं।
नारायण सेवा संस्थान
#CoronaVirus

अपनों से अपनी बात

ऋषि परंपरा

बहुत भूख लग रही है माँ....., फुलका सिक तो गया आप देती क्यों नहीं.........
"अरे, क्या तुझे मालूम नहीं, पहली रोटी तो गाय की होती है। ठहर, अभी सिक रही है दूसरी रोटी।" माँ का प्यार भरा उत्तर था। धन्य धन्य है भारत की ऋषि परम्परा को – जिसने हर माँ को यह सिखाया कि पहिला फलका गाय के लिए और अन्तिम श्वान के लिए। हमारी कमाई में से अतिथि का भी हक बनता है और मनुष्यों के ऊपर आश्रित रहने वाली गाय माता का भी।
जब भी संस्था के पचासों साथी मिलजुल कर बनवासी क्षेत्रों में सेवा कार्य करते हैं, याद आ जाते हैं किसना जी भील के वे आंसूँ जिन्होंने जन्म दिया "नारायण सेवा" को। अक्टूबर 1985 का वह दिन–जनरल हॉस्पीटल उदयपुर का सर्जिकल वार्ड नं. 11 बेड नं.9 हमेशा की तरह किसना जी (आदिवासी) ने जाकर राम–राम की। अपनी जर्जर काया को साधते हुए उन्होंने राम–राम का जवाब दिया ही था कि हॉस्पीटल की भोजन की ट्रोली आ गई। मैंने थाली लेकर किसना जी को दी, उस गरीब बेसहारा ने एक रोटी खाई और बाकी तीन रोटियां और सब्जी रख दी अपने जर्मन के कटोरे में। पूछा गया –क्यों बासा कई आपरी भूख बंद बेईरी है? (बा साहब क्या आपकी भूख बंद हो रही है?) एक मिनट वह मौन रहा, फिर रुंधे गले से बोला –"बावजी मने लेइने म्हारा दो भाई आयोड़ा है, दो दिन वेईग्या पैसा बिल्कुल नहीं रिया, आटो कटुं लावा, तीनी जणा मलान ये रोटियां खावां हाँ। (श्रीमान मुझे लेकर मेरे दो भाई भी आये हुए है, दो दिन से पैसे बिल्कुल समाप्त हो गये है, आटा कैसे खरीदें, तीनों भाई मिलकर एक ही थाली का भोजन कर लेते है।) कुछ क्षण वह और मौन रहा, सहानुभूति मिलते ही उसके सब्र का बांध टूट गया और वह 60 वर्षीय किसना जी फूट–फूट कर रोने लगा अपने दुर्भाग्य और बेबसी पर।
गीली हो आई हमारी आँखें–एक विचार आया–अपने परिचित पांच–सात घरों में खाली डिब्बे रखे–उनसे निवेदन किया कि ऋषि परम्परा का पालन करते हुए कृपया अपना आटा गोंदनें के पूर्व एक मुट्ठी आटा उन लोगों के लिए भी निकालें जो दो–दो राते भूखे रह कर गुजार लेते है, पर मांग सकते नहीं, बस अपनी गरीबी पर रह जाते हैं मन मसोस कर।
प्रभु कृपा, दुखियों की दुआ एवं आप सभी के आशीर्वाद से इस प्रकार चला–आत्म संतुष्टी का एक क्रम......."स्वान्तः सुखाय तुलसी रघुनाथ गाथा।" बड़ी मिठास मिलती है, इन सब में–एक नहीं कई किसना जी भील–कई स्थानों पर मन ही मन पी रहे हैं अपने कड़ुए आँसुओं को। आईये, ऋषि परम्परा का निर्वाह करने हम बढ़े आगे –सबको साथ लिए–कदम से कदम मिलाये.....

–कैलाश 'मानव'

बड़ा 'छोटू'

जब हमारे सामने कोई छोटा व्यक्ति अर्थात् गरीब–निर्धन, दीन–दुःखी आदि आता है तो, हमारा व्यवहार उसके साथ अलग प्रकार का होता है और अगर हमारे कोई धनवान, रूतबे वाला, ऊँचे पद वाला सम्मानित व्यक्ति हो तो, हमारा व्यवहार उसके साथ अलग होता है। हम बड़े लोगों के साथ सलीके से पेश आते हैं और छोटे लोगों को सम्मान नहीं देते और उनके साथ तू–तड़ाके से बात करते हैं। आखिर हमारे व्यवहार में ऐसा अंतर क्यों?

उदाहरण के तौर पर ये छोटू जो चाय–नाश्ते की दुकानों, होटलों, रेस्टोरेंट आदि पर काम करते हैं, ये छोटे नहीं होते, बल्कि अपने घर के बड़े होते हैं। आइए एक उदाहरण के माध्यम से इस तथ्य को समझने का प्रयास करते हैं

एक व्यक्ति अपनी नई चमचमाती कार में ढाबे पर खाना खाने गया। वहाँ एक छोटा लड़का था, जो ग्राहकों को खाना परोस रहा था। कोई उसे ऐ छोटू ! तो कोई ओए छोटू! कहकर उसे बुला रहा था। वह नन्हीं –सी जान ग्राहकों के बीच उलझ कर रह गई। यह संबोधन उस व्यक्ति के मन को कचोट रहा था। उसने छोटू को छोटू जी कहकर अपनी तरफ बुलाया। बहुत प्यारी–सी, मासूम–सी मुस्कान लिए छोटू उस व्यक्ति के पास आकर बोला –जी साहब, क्या खाएँगे?

साहब नहीं, भैयाजी कहोगे तो बताऊँगा –व्यक्ति ने प्यार से उत्तर दिया।

यह सुनकर छोटू मुस्कुरा दिया और आदर के साथ बोला – भैयाजी, आप क्या खाओगे? तब व्यक्ति ने खाना ऑर्डर किया। खाना आ जाने पर वह खाना खाने लगा, परंतु छोटू के लिए वह ग्राहक नहीं, मेहनत बन गया था। छोटू उसकी एक आवाज पर दौड़ा चला आता और प्यार से पूछता–भैया जी, और क्या लाऊँ? खाना अच्छा तो लगा ना आपको? हाँ छोटू जी। आपके प्यार ने इस खाने को और अधिक स्वादिष्ट बना दिया है –व्यक्ति ने उत्तर दिया। खाना खाने के बाद उस व्यक्ति ने बिल चुकाया और सौ रूपये छोटू जी के हाथ पर रख कर कहा – यह तुम्हारे हैं। मालिक से मत कहना।

जी, भैया जी – छोटू ने उत्तर दिया।

"इन रुपयों का क्या करोगे?"

"आज माँ के लिए चप्पलें ले आऊँगा। चार दिनों से माँ के पास चप्पलें नहीं है। नंगे पाँव धूप में चली जाती है साहब, लोगों के घर काम करने।"

इतना सुनते ही व्यक्ति की आँखें भर आई। उसने आगे पूछा –और कौन–कौन तुम्हारे घर में? माँ, मैं और छोटी बहन हैं। पापा भगवान के घर चले गए।

अब वह व्यक्ति और कुछ भी नहीं पूछ पाया। उसने कुछ और रूपए जेब से निकाले और बोला –आज घर पर आम ले जाना, अपने और अपनी बहन के लिए आइसक्रीम ले जाना, और माँ के लिए एक साड़ी भी ले जाना। अगर माँ पूछे ताक बता देना कि पापा ने एक भैया को भेजा था, वही ये सब देकर गए हैं।

छोटू व्यक्ति से लिपट कर रोने लगा। व्यक्ति ने छोटू को गले लगा लिया।

वास्तव में, छोटू अपने घर का बड़ा निकला, जो पढ़ाई की उम्र में अपने घर का बोझ उठा रहा था।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश को डॉक्टर की इस उक्ति से निर्णय लेने में मदद मिली, वह सोचने लगा कि लड़के के हाथ–पांव नहीं काटे तो वह मर जायेगा, हाथ–पांव काट दिये तो कम से कम इसका जीवन तो बच जायेगा। कैलाश ने निश्चय कर लिया और डॉक्टर को कह दिया कि आप ऑपरेशन करें। इतना बड़ा ऑपरेशन करने के पहले आवश्यक औपचारिकताएं पूरा करना जरूरी होता है। मरीज के रिश्तेदार को ऑपरेशन की जिम्मेदारी लेते हुए एक फार्म पर हस्ताक्षर करने पड़ते हैं। डॉक्टर ने यह फार्म कैलाश के आगे कर दिया। फार्म में लड़के से रिश्ता बताना जरूरी था। कैलाश ने पुछा यहां क्या लिखूं, फिर स्वयं ही बात दिया–मानवीय रिश्ता लिख दूं। डॉक्टर ने कहा–सुबह तुम पिण्डवाड़ा से अनजान घायलों को लाये थे, उन्हें तो पुलिसवालों को अपना भाई–बताया तो इस बच्चे को अपना भतीजा बताने में क्या आपत्ति है।

कैलाश को बात समझ में आ गई। उसने रिश्ते के कॉलम में भतीजा लिख कर हस्ताक्षर कर दिये। डॉक्टर तुरन्त उसे ऑपरेशन रूम में ले गया और अपनी कार्रवाई शुरू कर दी। रात काफी हो गई थी, वह दुर्घटनाग्रस्त घायलों से मिल कर घर लौट आया। कमला उसकी बाट जोह रही थी, घर में प्रवेश करते ही पूछ बैठी–इतनी देर कैसे लग गई तो कैलाश ने उसे आदिवासी लड़के की पूरी बात बताई। कमला भी सुन कर सन्न रह गई।

अगले दिन नहा–धो कर तैयार हुआ और ऑफिस जाने के पहले अस्पताल का एक चक्कर लगाने की सोचते हुए उधर ही बढ़ गया। अस्पताल में प्रवेश करते ही एक स्त्री के रूदन और विलाप की आवाजें आई तो कैलाश चौंक गया। एकाएक यही खयाल आया कि घायलों में से कोई चल बसा प्रतीत होता है। जिधर से स्त्री की आवाजें आ रहीं थी, उसके पांव उधर ही बढ़ गये। दुर्घटना के सभी 40 घायल यहीं भर्ती थे। इन्हीं में से एक व्यक्ति की पत्नी आ गई थी। वही अपने पति के पलंग के पास बैठी विलाप कर रही थीं। डॉ. खत्री भी वहीं खड़े थे। स्त्री जोर जोर से विलाप कर रही थी – अब मेरा क्या होगा, मैं विधवा हो जाऊंगी। उसकी आवाजों से पूरे अस्पताल की शांति भंग हो रही थी। डॉ. उसे समझाने, चुप कराने की कोशिश कर रहे थे मगर वह चुप होने का नाम ही नहीं ले रही थी।

अंश - 58

पौष्टिक साग जो राजस्थान में खूब चाव से खाए जाते हैं

कैर : कैपरिस डैसिडुआ, एक कांटेदार झाड़ी है। जिसकी लंबाई, 6 मीटर तक होती है। इसका फल, कैर सूखने के बाद गहरे भूरे रंग का हो जाता है। इसे सूखाकर खाया जाता है। यह प्रोटीन व फाइबर का अच्छा स्रोत है। इसमें कैल्शियम, फॉस्फोरस, जिंक, लोहा और मैंगनीज होते हैं।

सांगरी : यह राजस्थान के राजकीय वृक्ष खेजड़ी की फली है। इनमें प्रोटीन, फाइबर, कैल्शियम, जिंक, लोहा और पोटेशियम अधिक मात्रा में होता है। कहा जाता है कि पुराने जमाने में अकाल के समय खेजड़ी की छाल को पीसा जाता था। इसकी रोटियां बनाई जाती थी।

कुमटिया : ये अकेशिया सेनेगल के बीज है, जो सपाट, भूरे रंग की फलियों में पाए जाते है। इस वृक्ष से गोंद मिलता है, जिससे लड्डू बनाए जाते हैं। कुमटिया का पेड़ वायुमंडलीय नाइट्रोजन का स्थिरीकरण करके मिट्टी को अधिक उपजाऊ बनाता है।

गुंदा : इसकी सब्जी और अचार बनाया जाता है। यह पकने के बाद मीठा व लसलसा हो जाता। इसे फल तरह खाया जाता है। गुंदा उच्च रक्तचाप व सूजन का नियंत्रण करने में लाभदायक होता है। यह पेट के अल्सर और जिगर के फाइब्रोसिस के निवारण में भी सहायक होता है।

काचरी : यह छोटे तरबूज के समान दिखती है और बेलो पर फलती है। काचरी की सब्जी, अचार और चटनी बनाई जाती है। सूखी, पिसी हुई काचरी पकनावो में खटास लाने के लिए आमचूर की भांति मिलाई जाती है।

बोर : यह बेर के नाम से भी जाना जाता है और देश के कई राज्यों में पाया जाता है। बोर का वृक्ष, शुष्क जलवायु और विभिन्न प्रकार की मिट्टियों में पनपता है। इसमें विटामिन सी और फाइबर प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

ग्वार : ग्वार लोहा, फॉलिक एसिड और विटामिन के का स्त्रोत है। यह शुगर और कोलेस्ट्रोल को नियंत्रित करने मे लाभदायक हो सकता है।

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

अनुभव अमृतम्

फिर झोपड़ों में ले गये। ये देखिये ये मिट्टी की कोठी बनाई हुई है, लेकिन खाली है। इधर बकरी बंधी हुई है, बच्चे खेल रहे हैं।

नन्हा–मन्ना बालक टाबर
नंग धड़ंगा डोले रे।
कुण तो वांका दुःखड़ा देखे,
कुण मूखड़ा सूं बोलो रे।।
नाना रोग लग्या कुपोषण,
कठे जाय ने रोवे रे।
बिन नारायण सेवा वांका,
जख्मा ने कुण धोवे रे।

डॉक्टर साहब काम कर रहे हैं। डॉक्टर साहब दवाइयाँ दे रहे हैं। डॉक्टर साहब रोगियों को देख रहे हैं। अलग– अलग लाईनें बनी हुई हैं, सात हजार महानुभाव आये हुए हैं आदिवासी, वनवासी। कम से कम पाँच झोपड़ों में ले गये। मफत काका ने उनको पूछा– गेहूं नहीं है? आपकी कोठी खाली है? लावां, कमावांगा, लकड़ियाँ काट न लावां, उदयपुर में वैचा। कुछ नहीं। ऐसे हड्डियों की काया, इतने दुबले? रोटी नहीं मिली? अस्थि पंजर की तरह लोगों को देखा, आँखों में जल भर आया। कैलाशजी इस इलाके में काम कीजिये, पूरे राजस्थान में काम कीजिए। राजस्थान में कोई भूखा रह गया तो आप दोषी होंगे। मैं बहुत सामान भेजूंगा। आप जितना चाहो मैं ज्वार की, एक ट्रक भेज दूंगा। खूब बांटिये, ये दूध पाऊडर खूब छाछ बनवाइये। अद्भुत! मफतकाका साहब कम से कम पांच बार पधारे, पानरवा गये। बहुत दूर था– पानरवा। करीबन 90 किलोमीटर दूर, कोटड़ा तहसील का पानरवा। कमला जी सोच रही थी क्या करें? कपड़े कम पड़ जाऐंगे। लोग दूर – दूर से आ रहे है, कैसे होगा? कमलाजी सब ठीक हो जायेगा, सब भगवान करेंगे। गणेश भगवान करेंगे, रामचन्द्र भगवान करेंगे, महावीर भगवान करेंगे, करती ही है– भगवान की शक्तियाँ।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 185 (कैलाश 'मानव')

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

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें

मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999

आपके अपने संस्थान का पता

नारायण सेवा संस्थान - 'सेवाधाम', सेवानगर, हिरण मगरी, सेक्टर-4, उदयपुर-313002 (राजस्थान) भारत

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