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

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

दैनिक समाचार–पत्र

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 9 • अंक-2362 • उदयपुर, शनिवार 12 जून, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्

सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

कच्छ के रण में जड़े जमाएगा मशरूम

गुजरात राज्य के कच्छ जिला मुख्यालय भुज में गुजरात इंस्टीट्यूट ऑफ डेजर्ट इकोलॉजी (गाइड) के वैज्ञानिकों ने तीन माह के शोध के बाद लैब में हिमालयन गोल्ड मशरूम उगाने में सफलता हासिल की है। जो उच्च किस्म का होता है और बहुत ही गुणवत्तायुक्त होता है।

गाइड के निदेशक डॉ. विजय कुमार के मार्गदर्शन में वरिष्ठ वैज्ञानिक के. कार्तिनयन और जी. जयंती ने यह संभव कर दिखाया। 17 डिग्री सेल्सियस पर कांच की 35 बरनी में मशरूम उगाया गया। औषधीय गुणों से भरपूर इस मशरूम की कीमत डेढ़ लाख से 20 लाख प्रति किलो तक है।

ठंडे इलाकों में पैदा होने वाली इस मशरूम की खेती कच्छ के रण में की जा सके, वैज्ञानिक इसकी कोशिश में जुटे है।

भरपूर पौषक तत्व बनाते हैं खास

मशरूम कैंसर रोकने में कारगर है। इसे प्राकृतिक स्टेरॉयड भी कहा जाता है। इसमें प्रोटीन, पेपटाइड्स, अमीनो एसिड, विटामिन बी–1, बी–2 और बी–12 जैसे पोषक तत्व बहुतायत में पाए जाते हैं। ये तत्काल ताकत देते हैं। खिलाड़ियों में भी प्राकृतिक स्टेरॉयड के रूप में चर्चित है। परीक्षण में कैंसर को खत्म करने में भी कारगर साबित हुई है।

उत्तराखंड के पहाड़ी इलाकों में पैदावार ज्यादा

नेशनल बॉटेनिकल रिसर्च इंस्टीट्यूट (एनबीआरआइ), लखनऊ के वैज्ञानिकों के अनुसार हिमालय में केटरपिलर फंगस में उगती है। उत्तराखंड में कुमाऊं के धारचुला और गढ़वाल के चमोली में यह काफी मिलती है। वहां मई–जुलाई में बर्फ पिघलती है तब यह उगती है।

मदद को तरसती पत्नी और मासूमों को नारायण सेवा ने संभाला

उदयपुर जिले के आदिवासी बहुल जोर जी का खेड़ा निवासी मीना (बदला हुआ नाम) का पति अहमदाबाद में नमकीन की दुकान पर काम करता था। खराब तबीयत के चलते वो गांव आया और दो दिन बाद मृत्यु हो गई। एक तरफ पत्नी पति की मौत से दुःखी थी तो दूसरी तरफ तीन बेटियों और वृद्ध सासु माँ की चिंता सता रही थीं। असमय मौत से असहाय हुए परिवार के घर में न आटा है न दाल न ही राशन। भोजन को मोहताज परिवार पर ताऊते तूफ़ान का कहर भी ऐसा बरपा कि टूटी–फूटी छत ही उड़ गई। परिवार के पांचों जन ने बारिश में भीगकर रातें गुजारी तो अब तेज धूप में तपने को मजबूर है।

नारायण सेवा संस्थान ने ली सुध–

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि आदिवासी क्षेत्रों में राशन बांटने वाली टीम को पता चला तो वे वहाँ पहुंचे। दुःखी परिवार को ढांढस बंधाया और मदद के लिये आगे आये।

हर माह मिलेगा राशन–

मृतक मजदूर परिवार को संस्थान ने मौके पर ही महीने भर का आटा, चावल, तेल, शक्कर, चाय, दाल और मसाले दिए। हर माह परिवार का पेट भरने को राशन दिया जाता रहेगा।

संस्थान बनाएगा पक्की छत –

बारिश, धूप और गर्मी झेल रहे परिवार की समस्या निदान के लिए पक्की छत का निर्माण संस्थान द्वारा करवाया जाएगा।

तीनों बेटियों को पढ़ाने में भी मदद–

संस्थान ने मृतक मजदूर के परिवार को भरोसा दिलाया कि इन बेटियों को पढ़ाने में पूरी मदद की जाएगी।

सेवा–जगत्

सेवा में सतत्, आपका नारायण सेवा संस्थान

नारायण सेवा द्वारा सिरोही में 62 गरीब परिवारों को राशन दिया

नर को नारायण का स्वरूप मानते हुए असहाय, दिव्यांग, मूक बधिर एवम् दूसरी लहर कोरोना महामारी के चलते बेरोजगार हुए गरीब कामगारों को नारायण सेवा संस्थान उदयपुर की शाखा सिरोही द्वारा निःशुल्क राशन का वितरण किया गया। जिसमे पूरे भारतवर्ष में 50000 परिवारों को राशन निःशुल्क जा रहा है। सिरोही के अंतर्गत 62 गरीब परिवारों को निःशुल्क राशन दिया गया। सिरोही शाखा संयोजक अदाराम जी भाटिया ने बताया कि श्री कैलाश जी सुथार संरपच झाड़ोली ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया। मुख्य अतिथि श्री नरेन्द्र सिंह जी ने संस्थान गतिविधियों का अवलोकन किया। संस्थापक चैयरमेन कैलाश जी 'मानव' ने बताया कि संस्थान 36 वर्षो से दीन–दुःखियों 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 उपलब्ध करवाने का संकल्प लिया इस दौरान हजारों कोरोना संक्रमित को निःशुल्क सेवा उपलब्ध करवायी जा रही हैं। 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 15 किलो आटा, 5 किलो चावल, 4 किलो दाल, 2 किलो तेल, 2किलो शक्कर, 1 किलो नमक एवं आवश्यक मसाले दिए गए। सिरोही आश्रम की पूरी टीम ने चयनित परिवारों को राशन वितरण में सहयोग प्रदान किया।

नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

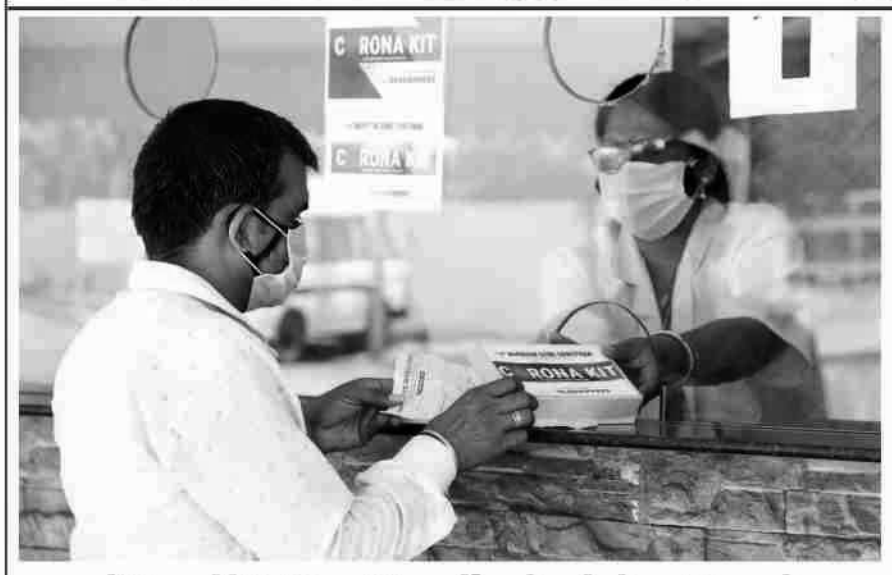
कोरोना संक्रमितों के सेवार्थ नि:शुल्क सेवाएं

ऑक्सीजन सिलेंडर सेवा

अब तक नि:शुल्क 258 ऑक्सीजन सिलेण्डर दिये

'घर – घर भोजन' सेवा

अब तक घर–घर नि:शुल्क 54,544 भोजन पैकेट वितरित



कोविड पॉजिटिव बीमारों को कोरोना किट सेवा

अब तक नि:शुल्क 2521 कोरोना किट संक्रमितों को दिये

बीमार को एम्बुलेंस सेवा

बीमार को हॉस्पीटल पहुँचाते संस्थान कर्मी अब तक 310 जन लाभान्वित

हैड्रोलिक बेड सेवा

141 जन को हैड्रोलिक बेड कराये उपलब्ध

कोरोना प्रभावित 30,225 मजदूर परिवारों को राशन वितरण

'नारायण सेवा संस्थान द्वारा कोरोना सेवा में सेवा साधक'

प्रेरणा

पद्मश्री आदरणीय कैलाश जी 'मानव'
आदरणीया कमलाजी
आदरणीय प्रशांत भैया जी
आदरणीया वदंना भाभी जी
आदरणीय पलक जी
आदरणीय महर्षि जी

सेवा साधना

1	दल्लाराम जी पटेल	10	हितेष जी सेन	19	राजेन्द्र जी शर्मा	28	रणवीर जी	37	विवेक जी
2	रोहित जी तिवारी	11	हरीश जी	20	शांतिलाल जी	29	कन्हैया जी	38	मानसिंह जी
3	दिनेश जी वैष्णव	12	वर्षा जी	21	प्रवीण जी यादव	30	जगदीशचन्द्र जी	39	मोहन जी
4	राकेश जी पानेरी	13	राकेश कुमार मोची	22	उदयसिंह जी	31	प्रकाश जी	40	प्रकाश जी
5	मुकेश जी शर्मा	14	लोगर जी डांगी	23	कान जी सिंह	32	शंकर जी	41	फतहलाल जी
6	रजत जी गौड़	15	मनीष जी हिन्डोनिया	24	दलपत जी	33	गोपाल जी	42	मुन्ना सिंह जी
7	मोहित जी	16	प्रताप जी दर्जी	25	वरदीचन्द्र जी	34	प्रेम जी	43	दिग्विजय जी
8	प्रशांत जी पंचोली	17	शरद जी वैरागी	26	बबलू जी	35	हिरालाल जी	44	भगवान जी गौड
9	लालसिंह जी	18	राकेश जी मीणा	27	भरत जी	36	लाकेश जी	45	संतोश जी

सम्पादकीय

मनुष्य उन वस्तुओं और व्यक्तियों के पीछे अहर्निश पागलों की तरह भाग रहा है, जो स्थायी रूप से उसके पास रहने वाली नहीं है। दुःख इस बात का है कि इसे समझते–बूझते भी वह इससे आँख मूंदे हुए है। सब जानते हैं कि एक न एक दिन मरना है, किन्तु उस मरण को सुधारने का प्रयत्न नहीं करते। मनुष्य अच्छी–बुरी हर परिस्थिति में सत्य पथ पर अविचलित चलता रहे तो उसे जीवन में अपने–पराए का बोध और दुःख कभी अनुभव भी नहीं होगा। इच्छाओं के पूर्ण न होने पर ही मनुष्य दुखपूर्ण जीवन व्यतीत करता है।

जीवन के हर मोड़ पर लिये जाने वाले छोटे या बड़े निर्णयों का आधार हमारे उद्देश्य पर निर्भर है, जहाँ उद्देश्य नहीं वहाँ जीवन नहीं। यही बात हमारे ऋशि–मुनि, सन्त और शास्त्र भी करते रहे हैं। अब सवाल यह पैदा होता है कि आखिर उद्देश्य क्या हो और उसे निर्धारित कैसे करें? इसका हमारे पुरखों ने बहुत सीधा–सादा उत्तर भी तलाशकर हमें दिया है और वह है– केवल यह जान लें कि "मैं कौन," इस विषय में यदि हम जागरूक हो गए तो उद्देश्य तो मिला ही, जीवन की कई समस्याओं का हल भी मिल जाता है। "मैं" से ऊपर उठकर हम सत्य को, वास्तविकता को स्वीकार करने लगेंगे तो सन्देह के सारे बादल छंट जाएंगे। हम अपने भीतर स्पष्टता और शुद्धता महसूस करने लगेंगे। यही समझ, शक्तिरूप, मार्गदर्शक बनकर हमें मानवता के लिए करुणा, दया, संवेदना और समभाव के साथ जीवन जीने के लिए सक्षम बनाएगी। तब प्राणिमात्र से स्नेह–प्यार हमारे लिए स्वाभाविक और अपरिहार्य हो जाएगा। जीवन में आनन्द की हिलोर उठेगी, समस्याओं के बन्धन टूट जाएंगे। जीवन उन्मुक्त हो उठेगा।

कुछ काव्यमय

जब तक भू पर एक भी,
बाकी रहे अनाथ।
तब तक कैसे बैठ लें,
धरे हाथ पर हाथ।।
जिनके मन में उपजते,
सेवा के सद्भाव।
नाविक बन खेते प्रभु,
उनकी जीवन नाव।।
दीन दुःखी की पीर हर,
देना होगा त्राण।
तभी मुखर कुरआन हो,
वाणी पिटक पुराण।।
कदम–कदम पर हे प्रभो,
उठते ये उद्गार।
आंसू ना देखूं कहीं,
नहीं सुनूं चीत्कार।।
सेवा–रथ के सारथी,
बनना होगा आज।
गीता–ज्ञान मिले तभी,
समरस बने समाज।।

- वरदीचन्द राव, अतिवि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

मीठी वाणी और सद्व्यवहार

जावेद मियाँ के पड़ोसी जाहिद भाई शहद बेचकर अमीर हो गए। एक दिन जावेद मियाँ अपनी बीवी से बोले... मैं भी कल से साइकिल के पंक्चर निकालने का काम छोड़.. शहद बेचूंगा। बीवी ने समझाया.... शहद का धंधा बाद में करना.... पहले जरा सा शहद सा मीठा बोलना तो सीख लो। बीवी की बात को अनसुना कर जावेद लम्बी तान कर सो गए। दूसरे दिन सवेरे उठे और शहद के थोक व्यापारी से शहद का कनस्तर उधार लेकर .....शहद लो शहद.... पुकारते कस्बे के गली मोहल्ले में घूमते रहे .....मगर उनकी कर्कश आवाज के कारण किसी ने उनकी तरफ देखा भी तो मुँह मोड़ लिया.....।

शाम को हारे थके ज्यों–का –त्यों कनस्तर उठाए वे घर पहुँचे और मुँह लटका कर बैठ गए। बीवी ने उन्हें फिर समझाया कि जो खुशमिजाज और मीठा बोलते हैं, उनकी तीखी मिर्च भी हाथों–हाथ बिक जाती है..... जबकि कर्कश बोलने वालों से लोग 'शहद' भी खरीदना पसन्द नहीं करते।

इस प्रतीकात्मक कहानी का सार यही है कि यदि हम विनम्र हैं तो हमारे साथ दूसरों का व्यवहार भी नम्र होगा। नम्रता वाणी से झलकती है। मीठी वाणी बोलने वाले की इन्सान से तो क्या.... ईश्वर से भी निकटता बढ़ जाती है। लाठी और पत्थर की चोट से भी ज्यादा घातक होती है' अपशब्द' अथवा अहंकार युक्त वाणी की चोट। बरसों पुराने सम्बन्ध भी यह झटके से तोड़ देती है.....। सज्जनता की परीक्षा पहले वाणी फिर व्यवहार से होती है..... ..आपका दृष्टिकोण सकारात्मक होगा तो वाणी में कर्कशता और 'मूड' में उखड़ापन आ ही नहीं सकता। मीठी वाणी और सद्व्यवहार का फल भी सदैव मीठा होता है। यह व्यक्तित्व निर्माण की आधारशिला भी है।

–कैलाश 'मानव'

जिएँ तो ऐसे जिएँ

एक सेठ जी थे, उनकी घी की दुकान थी ! वे बड़ी ईमानदारी एवं मेहनत से काम करते–करते छोटी दुकान से बड़े उद्योगपति बन गये। पर व्यवसाय घी बेचने का ही था। एक दिन एक कारीगर उनके यहाँ घी लेने पहुँचा ! तौलते समय घी जमा हुआ था उसमें से कुछ डलियाँ नीचे गिर गई – सेठजी ने नीचे गिरी डलियों को अंगुली से उठाकर अपने मुँह में रख लिया और घी तौलकर कारीगर को दे दिया। कारीगर यह सब गौर से देख रहा था, रास्ते भर विचार करता गया कैसा कंजूस है सेठ ? दो चार बूँद घी भी। कुछ दिन बाद सेठजी ने कारीगर को अपनी दूकान पर बुलाया और कहा कि "मुझे बहुत बड़ा बंगला बनवाना है" क्या तुम मेरा बंगला बना दोगे ? मैंने तुम्हारी कारीगरी की बहुत तारीफ सुनी है इसलिए मेरी प्रबल इच्छा है कि यह बंगला तुम्हारे हाथों से ही बने। कारीगर ने ध्यान से सारी बात सुनी पर उस दिन की घटना कारीगर भूल नहीं पाया था। उसने मन ही मन में सोचा कि यह कंजूस क्या बंगला बना पायेगा ?

उसने सोच–विचार के बाद सेठ जी से कहा "सेठ जी बंगला तो मैं बना दूंगा, मगर ....सेठ जी ने मगर का कारण पूछा तो कारीगर ने कहा कि "जो बंगला आप बनवाना चाहते हैं उसकी नीवें मजबूत हो इसलिए नींव में 100 किलो देशी घी डालना पड़ेगा। क्या आप इसकी व्यवस्था कर सकते हैं ? सेठ जी ने तुरन्त हाँ कर दी और जिस दिन नींव का मुहूर्त था –उस दिन 100 कि.ग्रा. घी मँगवा लिया। कारीगर ने यह सब देखा तो उसके आश्चर्य का ठिकाना न था। उससे रहा नहीं गया, और पूछ ही लिया कि "सेठ जी –उस दिन दो चार बूँदें जमीन पर गिर गई तो आपसे रहा नहीं गया और अंगुली से उठाकर चाट लिया और आज 100 कि.ग्रा. घी नींव के लिए मँगवा दिया, यह कैसे हुआ ?

सेठ जी ने कहा कि वे बूँदें व्यर्थ जा रही थीं इसलिए उठाकर मैंने चाट ली और आज 100 कि.ग्रा. घी नींव में डाल रहे हैं तो इससे बंगले की नीवें मजबूत होंगी।

यह व्यर्थ नहीं जा रहा है। इसका सदुपयोग ही हो रहा है।

क्या हम अपने जीवन में अपने द्रव्य, साधनों व सामर्थ्य का ऐसा ही सदुपयोग कर रहे हैं? क्या हमारा पैसा व्यर्थ के कार्यों के लिए तो नहीं जा रहा है? क्या हमारे द्रव्य, साधन व सामर्थ्य के सदुपयोग से हमारी मानवता की नीवों को मजबूती मिल रही है? यदि हाँ, तो हम सही सदुपयोग कर रहे हैं अपनी चीजों का .....और अगर हमारे द्रव्य, साधनों व सामर्थ्य से किसी गरीब, बीमार, असहाय, निःशक्त, विधवा, असमर्थ या जरूरतमन्द को सहारा नहीं मिल पा रहा है तो हमारे पास जो कुछ भी है, उसके होने का क्या अर्थ है? क्या मूल्य है?

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

देश को आजाद हुए 25 साल होने जा रहे थे। सर्वत्र छूआछूत समाप्त होने की बातें जोर–शोर से की जाती थीं मगर वास्तविक धरातल पर स्थिति कुछ ओर ही थी। कैलाश के ऑफिस में एक व्यक्ति बाहर से ट्रांसफर होकर आया था। वह सबसे अच्छी तरह घुलमिल गया था। होटल में सब एक साथ मिल बैठ कर खाते–पीते थे। एक बार वह छुट्टियां ले कहीं गया हुआ था तो पीछे से उसके नाम एक पार्सल आई।

पार्सल रस्ते में फट गई थी। अपने साथी के नाम पार्सल आई थी तो उसे वापस ढंग से पेक करने की कोशिश में उसके अन्दर से सूखी मिठाई निकल पड़ी, लड्डू, जलेबी वगैरा थे, इनके साथ ही एक चिट्ठी भी थी। जिससे पता चला कि पार्सल उसके ननिहाल से आई है। चिट्ठी में लिखा था कि गांव में ब्याह था, उसकी झूठन बहुत आई थी वो भेज रहे हैं, सब मिल कर खा लेना। चिट्ठी से बाबू की जाति का सबको अन्दाजा हो गया।

बाबू वापस लौटा तो सबके व्यवहार से अचरज में पड़ गया। जब खुली हुई पारसल और चिट्ठी देखी तो सारी बात उसे समझ में आ गई। होटल वाले ने भी अब उसे खाना देने से इन्कार कर दिया। बाबू ने उसे धमकी दे डाली कि अगर भोजन नहीं दिया तो वह दलित के साथ भेदभाव के आरोप में उसे जेल करवा देगा, जमानत तक के लिये तरस जायगा।

होटल वाला डर गया। होटल के ताला लगाया और अपने गांव चला गया। होटल बंद हो गया तो सबके लिए समस्या हो गई। बाबू के तेवर देख पोस्ट ओफिस के साथी भी ढीले पड़ गये। सब ने होटल वाले को बुला कर समझाया कि अब छुआछूत का जमाना नहीं है। होटल वाले ने कहा मैंने तो इसीलिये उसे मना किया क्यूंकि उसे खाना दिया तो आप मेरे यहां खाना नहीं खाओगे। आप तैयार हो तो मैं भी उसे खाना देने को तैयार हूं।

अंश-33

कद्दू खाने के फायदे

कद्दू मेंमुख्य रूप से बीटा केरोटीन पाया जाता है, जिससे विटामिन ए मिलता है। पीले और संतरी कद्दू में केरोटीन की मात्रा अपेक्षाकृत ज्यादा होती है। बीटा केरोटीन एंटीऑक्सीडेंट होता है जो शरीर में फ्री रैडिकल से निपटने में मदद करता है। कद्दू ठंडक पहुंचाने वाला होता है। इसे डंठल की ओर से काटकर तलवों पर रगड़ने से शरीर की गर्मी खत्म होती है। कद्दू लंबे समय के बुखार में भी असरकारी होता है। इससे बदन की हरारत या उसका आभास दूर होता है।

कद्दू का रस भी सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है। यह मूत्रवर्धक होता है और पेट संबंधी गड़बड़ियों में भी लाभकारी रहता है।

यह खून में शर्करा की मात्रा को नियंत्रित करने में सहायक होता है और अग्नयाशय को भी सक्रिय करता है। इसी वजह से चिकित्सक मधुमेह के रोगियों को कद्दू के सेवन की सलाह देते हैं।

कद्दू के बीज भी बहुत गुणकारी होते हैं। कद्दू व इसके बीज विटामिन सी और ई, आयरन, कैलशियम मैग्नीशियम, फॉसफोरस, पोटैशियम, जिंक, प्रोटीन और फाइबर आदि के भी अच्छे स्रोत होते हैं। यह बलवर्धक, रक्त एवं पेट साफ करता है, पित्त व वायु विकार दूर करता है और मस्तिष्क के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। प्रयोगों में पाया गया है कि कद्दू के छिलके में भी एंटीबैक्टीरिया तत्व होता है जो संक्रमण फैलाने वाले जीवाणुओं से रक्षा करता है। शायद इन्हीं खूबियों की वजह से कद्दू को प्राचीन काल से ही गुणों की खान माना जाता रहा है।

अनुभव अमृतम्

बहुत प्यार बढ़ा, बहुत आत्मीयता बढ़ी। अरे! कैलाश तुम तो काम बहुत अच्छा करते हो। अगली बार जेल चलेंगे। मुझे हंसी आयी, मैंने कहा डॉ साहब क्या अपराध किया मैंने?

बोले– नहीं नहीं चलेंगे, वहाँ भजन, कीर्तन करवायेंगे। पान–मसाला छुड़वायेंगे। हाँ, नशा नाश का द्वार है, सेन्ट्रल जेल में डॉ. साहब के साथ गये।

सुप्रिडेन्ट सेन्ट्रल जेल के बोले आइये डॉ. साहब आईये–आईये। पहली बार लगा एक दरवाजे में घुसे वो दरवाजा बन्द किया। आपका नाम लिखाइये, आपका नाम यहाँ लिख दीजिए। उस समय तो मोबाइल था ही नहीं भैया। नाम लिख दिया, फिर दूसरा दरवाजा खोला। पहले वाला बन्द किया।

20–25 सीढ़ियाँ चढ़कर देखा 550–600 कैदी बिराजे हुए हैं। जाजम पर बैठे हैं। राम–राम भाई, जय श्रीकृष्णा, वन्दे मातरम्, भारत माता की जय। और डॉ. साहब भजन करवाने लगे।

अब सौंप दिया इस जीवन का,
सब भार तुम्हारे हाथों में।
है जीत तुम्हारे हाथों में,
और हार तुम्हारे हाथों में।।

भजन करवाने के साथ में बोलते गये। पान–मसाला मौत–मसाला, जर्दा खाये तो जीभ जलेगी। गुटखा खाये तो गाल गलेंगे। ऐसे एक बार नहीं कई बार। कैदी भाइयों के बीच में इंसान बनना है– आपको। जब मुक्ति मिले अच्छे इंसान बनकर के काम करना है, गुस्सा नहीं करना। इस गुस्से ने कितना नुकसान कर दिया?

सेवा ईश्वरीय उपहार– 160 (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 अब ऑनलाईन साईट पर भी उपलब्ध है
www.narayanseva.org, www.mannkijeet.com
: kailashmanav

मन के जीते जीत सदा (दैनिक समाचार-पत्र) प्रकाशक : कैलाश चन्द्र अग्रवाल स्वामित्व : नारायण सेवा संस्थान प्रकाशन स्थल : सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी, से. 4, उदयपुर (राज.) 313002
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