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-2640 • उदयपुर, शुक्रवार 18 मार्च, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

शिवपुरी (मध्यप्रदेश) में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान वर्षों से आपके आशीर्वाद से दिव्यांगजन सेवा में रत है। पूरे देश में स्थान–स्थान पर जाकर इसकी शाखाओं द्वारा दिव्यांगजन सहायता शिविर आयोजित किये जा रहे हैं। इस पुण्य कार्य को गति देने के लिये एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 27 फरवरी 2022 को मंगलम पोला ग्राउण्ड के सामने, शिवपुरी में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता मंगलम, शिवपुरी, मध्यप्रदेश रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 457, कृत्रिम अंग माप 88, कैलिपर्स माप 45, की सेवा हुई तथा 67 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् अक्षय कुमार सिंह जी (जिलाधीश महोदय, शिवपुरी), अध्यक्षता रमेशचन्द्र जी चंदेल (पुलिस अधीक्षक महोदय, शिवपुरी), विशिष्ट अतिथि श्रीमान डॉ. राघवेन्द्र जी शर्मा (मध्यप्रदेश बाल संरक्षण आयोग, पूर्व अध्यक्ष), श्रीमान पवन जी जैन (मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी), श्रीमान राकेश जी गुप्ता (अध्यक्ष मंगलम), श्रीमान राजेश जी मजेजा (सचिव शिवपुरी), डॉ.शैलेन्द्र जी गुप्ता (उपाध्यक्ष शिवपुरी), इंद्र प्रकाश जी गांधी (समाजसेवी) रहे। डॉ. नवीन जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), नेहा जी अग्निहोत्री (पी.एन.डो.), श्री भगवतीलाल जी (टेक्नीशियन), शिविर टीम में श्री मुकेश कुमार जी शर्मा (शिविर प्रभारी), श्री देवीलाल जी मीणा, श्री हरिश जी रावत (सहायक), श्री प्रवीण जी (फोटोग्राफर) ने भी सेवायें दी।

पृथ्वीपुर जिला निवारी (मध्यप्रदेश) में दिव्यांगों को राहत का उपक्रम

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 27 फरवरी 2022 को कृशि उपज मण्डी पृथ्वीपुर, जिला निवारी हुआ। शिविर सहयोगकर्ता भारतीय मानव अधिकारी सहकार ट्रस्ट रहा। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 156, कृत्रिम अंग माप 26, कैलिपर्स माप 15, की सेवा हुई तथा 35 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् शिशुपाल जी यादव (विधायक महोदय, पृथ्वीपुर), अध्यक्षता श्रीमान सुरेन्द्र प्रकाश जी (राष्ट्रीय चेयरमेन भारतीय मानव अधिकारी, सहकार ट्रस्ट), विशिष्ट अतिथि श्रीमान सुनिल जी (राष्ट्रीय अध्यक्ष भारतीय मानव अधिकारी सहकार ट्रस्ट), श्रीमान रामेश्वर जी जाट (राश्ट्रीय महामंत्री), श्रीमान शंकर जी पटेल (जिला संगठन मंत्री) रहे।

डॉ. राकेश जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), श्री रामदास जी ठाकुर (पी.एन.डो.), शिविर टीम में श्री अखिलेश जी अग्निहोत्री (शिविर प्रभारी), श्री मनीश जी, श्री कपिल जी व्यास, (शिविर सहायक), श्री मुन्नासिंह जी (फोटोग्राफर) ने भी सेवायें दी।

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

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity
SINCE 1985

स्नेह मिलन समारोह
दिनांक व स्थान
समय : सायं 4.00 बजे से

20 मार्च 2022 : होटल जयपुर हेरिटेज, बद्रीनारायण मंदिर के पीछे, आमेर रोड़, जयपुर, राज.

20 मार्च 2022 : प्रशान्ति विद्या मंदिर, महावीर नगर 2, खण्डेलवाल नर्सिंग होम के पीछे, कोटा, राज.

20 मार्च 2022 : बी राधिका भवन, राम वाटिका सोसाईटी, स्वामी नारायण नगर, बडोदा, गुजरात

इसस्नेह मिलन समारोह में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

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

पू. कैलाश जी 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन,नारायण सेवा संस्थान

'सेवक' प्रशान्त भैया
अध्यक्ष, नारायण सेवा संस्थान

प्रेम से बड़ी करुणा

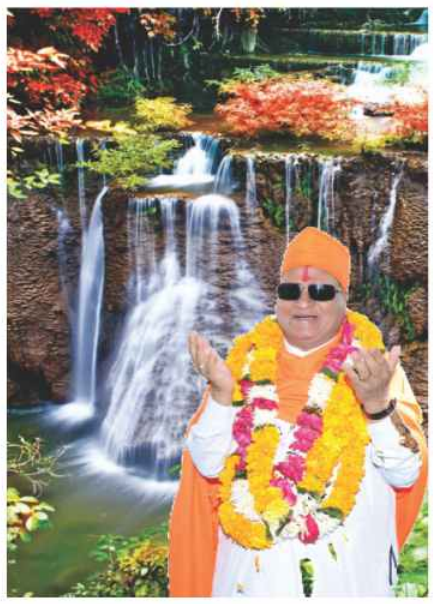
उन सभी भावनाओं में, जिन्हें आप अपने अन्दर पोस सकते हैं, करुणा की भावना सबसे कम उलझाने वाली और सबसे अधिक मुक्त करने वाली है। आप बिना करुणा के भी जी सकते हैं, लेकिन आपके अन्दर भावनाएं तो हैं ही। तो अपनी भावनाओं को किसी और चीज के बजाय करुणा में बदलना बेहतर होगा, क्योंकि हर दूसरी भावना में उलझ जाने की संभावना होती है। करुणा भावना का ऐसा आयाम है।, जो किसी चीज या किसी इंसान में उलझता नहीं।

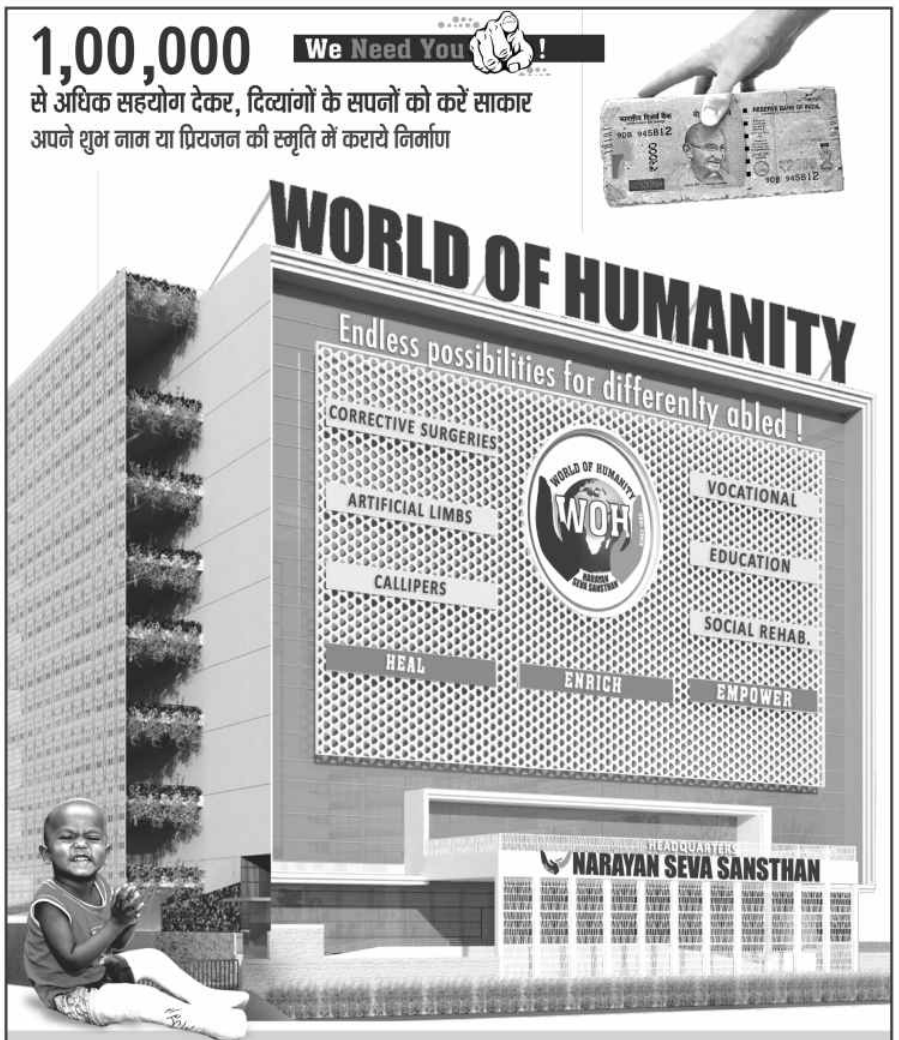
आम तौर पर, किसी को अपना हिस्सा बनाने की इच्छा ही आपके प्रेम को बढ़ावा देती है। जब यह किसी एक के लिए होती है, तो हम इसे प्रेम, लालसा या 'पैशन' कहते हैं। जब यह अपने साथ सबको शामिल कर लेती है, तो करुणा बन जाती है। एक खास पसन्द के साथ ही प्रेम की शुरूआत होती है, इसलिए प्रेम हमेशा किसी इंसान या किसी चीज पर निर्भर करता है, जो आपके प्रति अच्छा हो। सिर्फ तभी आप उससे प्रेम करना जारी रख सकते हैं। तो एक तरह से यह भावना बहुत सीमित है। प्रेम हमेशा किसी खास इंसान के प्रति होता है। जब दो प्रेमी साथ बैठते हैं, तो वे अपनी एक अलग बनावटी दुनिया बुन लेते हैं। वास्तव में यह साजिश है। इसमें मजा आता है, क्योंकि किसी दूसरे को इसके बारे में पता नहीं होता। लोगों के लिए प्रेम का आनन्द भी बस इसी वजह से है लेकिन जब शादी हो जाती है, तो सारी दुनिया जान जाती है और अचानक सारी अनोखी बातें गायब हो जाती हैं, क्योंकि अब यह साजिश नहीं रह गई। प्रेम को किसी खास व्यक्ति तक सीमित रखने में, बाकी दुनिया को अपने से अलग रखने में, तकलीफें पैदा होना लाजिमी है। अगर अपने अनुभव में से बाकी सारी सृष्टि को निकाल देंगे, तो तकलीफें आएगी ही। करुणा का अर्थ है, सबको अपने में शामिल करना। करुणा के साथ अच्छी बात यह है कि अगर कोई दयनीय हालत में है, तो आप उसके लिए ज्यादा करुणा रख सकते हैं। यह अच्छे और बुरे में फर्क नहीं करती। यह आपको असीम बना देती हैं तो प्रेम की तुलना में करुणा निश्चित रूप से अधिक मुक्त करने वाली भावना है।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

ये परिवर्तन तो आयेगा। अपने अर्न्तमन के शुद्ध भावों को गंगाजल जैसा रखीयेगा। झूठ मत बोलियेगा, कड़वा मत बोलियेगा, दंभ मत कीजियेगा, अंहकार मत कीजियेगा। चना यदि फूलेगा तो सड़ जायेगा। एक लता की तरह, ये लता किसी भी वृक्ष पर चढ़ जाती है। ये लता चढ़ जाती है और हमें एक सब्जी देती है। इसको गलका तरोई बोलते है। ये तो छोटी सी है, बड़ी भी हो जाती है। गलका तरोई के गट्टे काट के हम सब्जी बनाते है। वृक्ष अपनी सब्जियां देता है। अपना फल देता है। आप अच्छे बीज बोएंगे, अच्छे फल लगेगें।

अच्छे बीज जो डाले,
अच्छी फसल को पाये
आओ भावक्रांति को फैलाये ...।





आज से प्रतिज्ञा कीजिये। अपने भावों को मैला नहीं होने देगें। जैन धर्म में कशाय बोलते है। हिन्दु धर्म में विकार बोलते है। ये विकारों ने अब तक बहुत सताया। बहुत गांठे बांध ली। और हमारे मन ने गांठे बांधी फिर भी हमारा देह तो अपना काम करता गया। एक सैकण्ड में दो लाख तरह की एक्टीवीटिज हमारे शरीर में हो जाती है। ये ब्रेन में बारह मुख्य नसें है। कोई सूंघने की नस है, कोई बोलने की है। कोई जिव्हवा का स्वाद लेने की है। ऐसा जो हमारी किडनी, जो अपना कार्य करती आ रही है। आतें चौबीस घण्टे इसी तरह से स्पंदन करती है। जब भोजन समाप्त हो जाता है तो चर्बी को ग्रहण करती है। इसीलिये कहते है, उपवास कर लिया। शरीर का वजन कुछ कम हो गया। अच्छा है व्रत करना चाहिये।

हॉस्पिटल में मरीजों को फल बांटे

मानव कमल कैलाश सेवा संस्थान द्वारा राजकीय हॉस्पीटल के गरीब मरीजों के सेवार्थ शनिवार को सैकड़ों की संख्या में फल एवं बिस्कीट वितरित किए गए। संस्थान के संस्थापक चेयरमैन कैलाश जी 'मानव' ने बताया कि सहसंस्थापिका कमला देवी जी अग्रवाल की टीम ने खेमराज कटारा सेटेलाइट हॉस्पीटल हिरण मगरी उदयपुर में 300 से अधिक पेशेन्ट एवं उनके साथ वाले परिजनों को निःशुल्क बिस्कीट, संतरे व कैले आदि फल वितरण किये। इस केम्प के प्रभारी कुलदीप सिंह जी थे। महिम जी जैन, राजकुमार जी, मोहन जी रेबारी, सुकान्त जी मोहान्ती, राजेन्द्र जी वैष्णव ने सेवा में हाथ बंटाए।

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 दुख 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 ऋषि–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।

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।।

सदुपयोग कर लें समय का..

ये सारा दृश्य मानव जी की आँखों में आज वर्षों बाद भी ज्यों का त्यों घूम रहा था, जैसे कोई फिल्म देख रहे हों। आज माँ और पिता जी की बड़ी याद आ रही थी। उन्हीं के संस्कारों का प्रसाद है ये सेवा की महाक्रान्ति। उनके आशीर्वाद से ही अंतर चक्षु मिले... समझ आया कि ये संसार ज़िद्दियों का संसार है। बिना शर्त के, बिना माँगे, सेवा का प्रतिदान लिए बिना कोई कुछ नहीं करता..? क्या मैं इस संसार में खुद को पा सकूँगा...?

ये कैसी लीला है भगवान..? मुझमें रहकर मेरे द्वारा मेरी ही खोज करवा रहे हो। मोती सीप से पूछता है मैं कहाँ से आया... सीप मुसकुरा देती है आप मेरे हृदय से आये। एक अंदर की यात्रा... भावों की यात्रा.. संकल्पों की यात्रा। संतुष्टः सतत्

योगी यदात्मनः दृढ़ निश्चयी.. ये दृढ़ निश्चय की यात्रा है... ये अपने अंदर की खोज की यात्रा है... महाक्रान्ति की यात्रा है.. महर्षि तुम धन्य हो बेटा, धन्य है तुम्हारी माता जी वंदना जी, प्रशांत भैया धन्य है तुम्हारे जैसा बेटा पाकर, तुमने उन बूढ़े माता–पिता का दर्द समझा, माँ–बाप उम्र से नहीं, फिक्र से बूढ़े होते हैं...

याद रखना बच्चों... कड़वा है, मगर सच है... जिस बेटे को नौ महीने कोख में रखा.. मन में ईश्वर से प्रार्थनाएँ की कि बेटा राम सा हो... बेटा प्रह्लाद सा हो, बेटा ध्रुव सा हो... और बेटा जन्मे रावण सा.... क्या बीतती होगी उस माँ पर.. कोई माँ रावण सा...

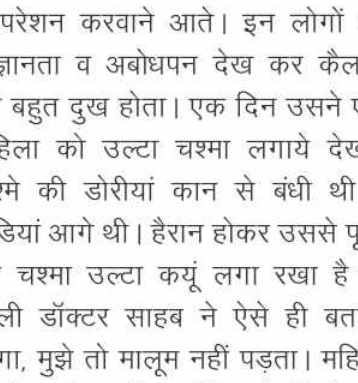
कंस सा बेटा जनने की कामना करती है कभी..? कभी नहीं... पति भले ही उसका हिरण्यकशिपु हो, पर बेटा तो उसे विष्णु भगवान सा ही चाहिए.. मंदोदरी भले ही रावण की पत्नी थी, पर उसे बेटा मेघनाद सा नहीं राम सा ही चाहिए था.... याद रखना... हमारे कर्म इस जन्म में ही नहीं अगले जन्मों में भी परछाई की तरह हमारा पीछा करते हैं... इसलिए सद्कर्म करते रहो... सबसे मधुर व्यवहार करते रहो ताकि वो आपकी परछाई बनकर आपकी राह से दुःख के काँटे निकालते रहे, अपने इन पलों को इन क्षणों को जी लो... सदुपयोग कर लें इनका।" **– कैलाश 'मानव'**

सच्चा न्याय

एक भिखारी को बीच बाजार में एक बटुआ मिला। उसने बटुआ खोलकर देखा, उसमें सोने की सौ अशर्फियाँ थीं। तभी भिखारी ने एक सौदागर को चिल्लाते हुए सुना– मेरा बटुआ खो गया है। जो कोई उसे खोजकर मुझे लौटाएगा, मैं उसे अच्छा ईनाम दूँगा। भिखारी बहुत ही ईमानदार था। उसने बटुआ सौदागर को लौटाते हुए कहा– यह रहा आपका बटुआ। अब क्या आप मुझे ईनाम देंगे?

सौदागर ने बटुआ लेकर अपनी अशर्फियाँ गिनीं और रौबपूर्वक बोला– अरे! इसमें से सौ अशर्फियाँ चुरा लीं और अब ईनाम माँग रहे हो। दफा हो जाओ यहाँ से, वरना मैं सिपाहियों को बुला लूँगा।

इतनी अधिक ईमानदारी दर्शाने के बाद भी व्यर्थ का दोषारोपण भिखारी से सहन नहीं हुआ और वह बोला– मैंने इसमें से कोई अशर्फियाँ नहीं चुराई हैं और मैं अदालत में



जाने के लिए तैयार हूँ। दोनों इस विवाद को लेकर न्यायालय पहुँच गए। न्यायालय में न्यायाधीश महोदय ने दोनों की बातों को इत्मीनान से सुना और कहा– मुझे तुम दोनों की ही बातों पर पूरा विश्वास है। मैं तुम दोनों के साथ पूरा इंसाफ करूँगा।

न्यायाधीश ने सौदागर की तरफ देखते हुए कहा– तुम कहते हो कि तुम्हारे बटुए में दो सौ अशर्फियाँ थीं, परंतु भिखारी को मिले बटुए में केवल सौ अशर्फियाँ ही हैं, इसका मतलब यह हुआ कि यह बटुआ तुम्हारा नहीं है। चूँकि भिखारी को मिले बटुए का कोई दावेदार नहीं है, इसलिए इस बटुए की आधी अशर्फियाँ सरकारी खजाने में जमा कराने और बची हुई आधी अशर्फियाँ भिखारी को ईनाम के रूप में देने का आदेश देता हूँ। बेईमान सौदागर हाथ मलता रह गया। अब यह चाहकर भी अपने धन को अपना नहीं कह सकता था। अगर वह ऐसा करता तो उसे सजा हो जाती। इंसाफ पसन्द न्यायाधीश की वजह से ईमानदार भिखारी को उसकी ईमानदारी का उचित ईनाम मिल गया। अतः जीवन की राहों पर ईमानदारी एवं इंसाफ के साथ डटे रहें, लोभ–लालच न करें। आपको ईनाम जरूर मिलेगा, चाहे दुनिया के द्वारा न सही, परंतु ईश्वर आपको ईनाम जरूर देगा। इसके विपरीत अगर आपके मन में लोभ–लालच आ गया तो जो आपके पास है, वह भी चला जाएगा।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

इस बीच कमला पुनः गर्भवती हो गई। सिलाई का काम कम हो गया और खर्चे बढ़ गये। तब कार्यालय से किसी को डेपूटेशन पर भेजा जाता तो उसे 12 रु. प्रतिदिन का भत्ता मिलता था। कैलाश ने पोस्टमास्टर से विनती की कि उसे पैसों की सख्त जरूरत है, यदि उसे भी डेपूटेशन पर भेजा जाय तो कुछ अतिरिक्त आय हो जायगी। पोस्ट मास्टर ने उसकी बात मान उसे भी भेजना शुरू कर दिया।

1973 में प्रसव हेतु कमला को अजमेर भेज दिया था जहां उसने उनकी दूसरी सन्तान पुत्र को जन्म दिया। इसका नाम प्रशान्त रखा गया। शीघ्र ही कमला दोनों बच्चों के साथ वापस पाली लौट आई। पोस्ट मास्टर कैलाश के प्रति बहुत दयालु थे, वे निरन्तर उसे डेपूटेशन पर भेजते रहते थे। एक बार वह 8 दिन के लिए रोहट गया, एक बच्चा गोद मं और एक उंगली पकड़े, कमला ने सिर पर सिलाई मशीन रख ली व हाथ में सामान ले लिया, सब बस में बैठ कर निकल पड़े। 8 दिन के 96 रु. बनते थे, उस वक्त ये बहुत बड़ी बात थी। परिवार ले जाना जरूरी था वरना खाने के पैसे और बिगाड़ने पड़ते थे। क्वार्टर मिल जाता था। कैलाश ऑफिस में काम करता, कमला सिलाई करती रहती। कल्पना को स्टूल पर बिठा देते। उन्हीं दिनों राजमल भाईसा का एक नेत्र शिविर पाली में भी लगा। कैलाश ने 3 दिन की छुट्टियां ले बहुत मनोयोग से काम किया। दूर दूर के गांवों से आदिवासी, निर्धन लोग आंखों का ऑपरेशन करवाने आते। इन लोगों की अज्ञानता व अबोधपन देख कर कैलाश को बहुत दुख होता। एक दिन उसने एक महिला को उल्टा चश्मा लगाये देखा। चश्मे की डोरीयां कान से बंधी थी व डंडियां आगे थी। हैरान होकर उससे पूछा कि चश्मा उल्टा कयूं लगा रखा है तो बोली डॉक्टर साहब ने ऐसे ही बताया होगा, मुझे तो मालूम नहीं पड़ता। महिला सीधी सादी, ग्रामीण परिवेश से थी, मेवाड़ी बोल रही थी, वो डॉक्टर की बात समझ नहीं पाई थी, कैलाश ने उसे समझाया और चश्मा सीधा लगवाया। लोगों में अशिक्षा तो थी ही, भाषा की कठिनाई भी थी इसी कारण वह डॉक्टर की बात ढंग से समझ नहीं पाई। यही बात एक गुजराती कार्यकर्ता के साथ हुई। मेवाड़ी में शौच जाने को हाथ–मुण्डा धोने जाना कहते हैं। उसे यह बात पता नहीं थी। डॉक्टर ने ऑपरेशन के पश्चात मुंह धोने को मना कर रखा था, गुजराती इसका सख्ती से पालन करवा रहा था। इसी दौरान एक स्त्री उठी तो गुजराती ने पूछ लिया कहां जा रही हो। स्त्री ने उत्तर दिया कि हाथ मुण्डा धोने जा रही हूं तो उसने मना कर दिया कि कहीं नहीं जाना, डॉक्टर ने मुँह धोने से मना किया है। स्त्री डर कर बैठ गई मगर दबाव बढ़ता गया। कुछ पल बैठी रही फिर इधर उधर देखा और वापस उठ गई। गुजराती ने फिर उसे बिठा दिया और कहा हाथ मुँह नहीं धोना है। स्त्री का डर बढ़ते दबाव से खत्म हो गया, उसने प्रतिकार करते हुए कहा कि मेरे से और रूका नहीं जाता, अब तो मैं तेरे सामने ही हाथ–मुण्डा धोती हूं। संयोग से इसी वक्त कैलाश वहां पहुंच गया। सारी स्थिति जान स्त्री को शौच करने जाने दिया तथा गुजराती कार्यकर्ता को समझाया कि मेवाड़ी में इस उक्ति का अर्थ क्या है।

अंश - 037

अंगूर के फायदे

1 अंगूर दमा के रोगियों के लिए बहुत अच्छा होता है, दमा को ठीक करने में अंगूर काफी सहायक होता है।
2 अंगूर हमारे ह्रदय के लिए बहुत अच्छा होता है, दिल के रोगियों को अंगूर खाने से बहुत फायदा मिलता है।
3 अंगूर का जूस माइग्रेन के दर्द को ठीक करने में काफी सहायक होता है।
4 ये कब्ज को भी दूर कर देता है, अंगूर बदहजमी को भी ठीक कर देता है।
5 अंगूर शरीर के गुर्दों को स्वस्थ रखता है।
6 अभी हाल के ही अध्ययन से पता चला है कि अंगूर ब्रेस्ट कैंसर को भी रोकने में मदद करता है।
7 अंगूर में एंटी कैंसर की विशेषता पाई जाती है। जिससे कैंसर को ठीक करने में मदद मिलती है।!
8 लाल अंगूरों में एंटी बेक्टेरीयल की विशेषता पाई जाती है। जो कि इन्फेक्शन से बचाने में हमारी मदद करता है।
9 अंगूर कोलेस्ट्राल लेवल को कम करने में मदद करता है।
10 अंगूर सभी लोगों को खाने चाहिए लेकिन शुगर के मरीजों को अंगूर नहीं खाना चाहिए।

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

नारायण सेवा ने दादी और उसके जिम्मे दो मासूमों को दी मदद

नारायण सेवा संस्थान ने जयसमंद के गातोड़ भण्डारफला गांव में पहुंच कर 70 वर्षीय विधवा वृद्धा और 2 मासूम बच्चों का हाल जानकर बुधवार को वस्त्र, राशन और पाठ्य सामग्री की मदद देकर हर संभव सहयोग का भरोसा दिलाया। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि संस्थान के ध्यान में गातोड़ भण्डारफला के दुःखी परिवार की जानकारी आते ही निदेशक वंदना जी अग्रवाल की टीम को सेवा सहायता के लिए भेजा गया। टीम ने परिवार के हालात देखकर वृद्धा कालकी बाई (70) और मासूम ममता (2) व कैलाश (4) को वस्त्र, जूते–चप्पल, आटा, चावल, अनाज, दाल, मसाले, कम्बल, स्कूल बेग सहित एक माह की खाद्य सामग्री तात्कालिक राहत के रूप में प्रदान की। साथ ही उन्हें भविष्य में यथासंभव मदद करने के लिए आश्वस्त भी किया गया। दिलीप सिंह जी चौहान, फतेहलाल जी एवं स्थानीय ग्रामीण भी इस दौरान उपस्थित रहे।

अनुभव अमृतम्

हे परमात्मा! सत्य मित्रानंन्द जी महाराज ने भारत माता मंदिर के संस्थापक ने कहा– "कभी भी यह लगने लगे कि बहुत कुछ काम कर लिया, अब तो विश्राम करलें, रूक जावें तो गंगा माता का स्मरण करना, गंगा माता कभी रूकी नहीं।
कलकल करती बहती रही, हम भी रूकेंगे नहीं। क्या अधिकार है रुकने का? भगवान की परम् कृपा से ये साँसें और विपश्यना ध्यान में सहज श्वास को तटस्ट भाव से देखने की प्रकृति और श्वास के सहारे देहधारा, भोजन करते हैं, उसकी ऋतुधारा कौर कौर से अपनी देह देवालय में मौसम और ऋतु की वजह से आ रही है। विचारधारा जब हम सोचते हैं और फल पकने की धारा जो इस क्षण के पहले पिछले जन्मों में, जो इस जन्म में कर्म किये हैं, उसका फल जब पकता है। उसकी धारा ये चारों धारा, इसको साक्षी भाव से देखते हुए किसी ने आवाज दी, किसी ने दरवाजा खटखटाया, कोई दिखा, विज्ञान ने कहा आया है, कोई आवाज, स्पर्श, कोई रूप, कोई गंध आयी है। संज्ञा ने तुरन्त पहचाना, उस पहचानने में कोई भूल की होगी कि ये कोई खास अपना है। साथ क्या जायेगा? क्या मेरे बंगले के पहिये हैं? क्या मेरे कफन में जेब है? नहीं नहीं। तो संज्ञा को प्रज्ञा में बदलते जावें। संज्ञा को सत्य पहचानने की शक्ति देते जावें और संवेदना में चिंतन करें, मुझे तो समभाव की पुष्टि करनी है, मुझे तो समता में रहना है।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 390 (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