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-2592 • उदयपुर, शनिवार 29 जनवरी, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

आदिवासी बहुत रणेश जी में शिक्षा-चिकित्सा, स्वास्थ्य सुधार एवं सहायता शिविर

उदयपुर। दीन–हीन, निर्धन, आदिवासी वर्ग के उत्थानार्थ नारायण सेवा संस्थान द्वारा शुक्रवार को कोटड़ा तहसील के पिपलखेड़ा ग्राम पंचायत के अति दुर्गम पहाड़ियो में स्थित रणेशजी गांव मे शिक्षा–चिकित्सा, स्वास्थ्य सुधार एवं सहायता शिविर संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल के नेतृत्व में आयोजित हुआ। शिविर में कुपोषित मेले कुचले आदिवासी बच्चों के नाखून व बाल काटकर, मंजन करवाकर उन्हें नहला–धुलाकर 150 टूथपेस्ट–ब्रश, 250 स्वेटर एवं पौष्टिक बिस्किट बांटे गये। प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि शिविर में आयी मजदूर परिवार की औरतों को कीटाणुओं से होने वाली बीमारीयों से अवगत कराया एवं मौसमी बीमारी से स्वस्थ रहने के उपाय बताये गये। साथ ही उन्हें सर्दी से बचाव के लिए 250–250 कम्बल, स्वेटर, मौजे, चप्पल वितरित किए गये। शिविर में आए 3 दिव्यांगों को वॉकर, 3 को स्टीक, 1 को बैशाखी दी गयी। वही 2 अतिनिर्धन एवं कुपोषित परिवारों को घर–घर जाकर एक महिने की राशन सामग्री दी गयी तो एक विधवा बहिन की दयनीय दशा को देखकर को सिलाई मशीन भेंट की गयी। संस्थान की मेडीकल टीम ने 150 ग्रामीणों का स्वास्थ्य परिक्षण भी किया। डॉक्टर अक्षय जी गोयल ने बताया कि इन आदिवासियों में सर्दी जुखाम, एलर्जी, दर्द फीवर, दाद–खुजली केवीटी एनिमिया जैसी बीमारीयों के लक्षण पाये गये जिन्हें उपचार देते हुए निःशुल्क दवाईयां दी गयी। इन्हें रोगों के प्रति जागरूक करते हुए 200 साबुन, मास्क, सेनेटाइजर आदि भी वितरित किये गये। शिविर में 30 सदस्य साधकों की टीम ने सेवाएं दी। शिविर का संचालन स्थानीय संयोजन आंगनवाड़ी कार्यकर्ता लीलादेवी जी ने तथा संस्थान की ओर से दल्लाराम जी पटेल, दिलीप सिंह जी, मनीष जी परिहार ने किया।

राहत पहुंची उखलियात लाभार्थी प्रफल्लित

नारायण सेवा सेवा संस्थान की मुहिम 'सकून भरी सर्दी' के तहत मंगलवार को संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल के नेतृत्व में राहत टीम गरीबों और आदिवासियों के लिए सेवा सामग्री लेकर उखलियात पहुँची। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि कोटड़ा तहसील के दुर्गम पहाड़ी क्षेत्र में निवासरत आदिवासी मजदूर परिवारों व बच्चों को शीतलहर में मदद पहुंचाते हुए 190 कम्बल, 200 स्वेटर, 170 टोपे और 100 जोड़ी चप्पल का वितरण किया गया। उन्होंने कहा राहत सामग्री लेने आये बच्चों और उनके परिजनों को शिक्षा व स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करते हुए प्रतिदिन नहाने व बच्चों को स्कूल भेजने के लिए प्रेरित किया गया। इस दौरान स्थानीय विद्यालय के शिक्षकगण और आँगनवाड़ी कार्यकर्ता लीला देवी जी मौजूद थे। शिविर में मीडिया प्रभाग के भगवान प्रसाद जी गौड़, जसवीर सिंह जी दिलीप सिंह जी, अनिल जी पालीवाल, रौनक जी माली, मनीष जी परिहार ने सेवाएं दी।

जबलपुर (मध्यप्रदेश), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का कम सतत कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 16 जनवरी 2022 को विन्ध्य भवन, जबलपुर में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता विध्या संस्कृति मंच शिविर में रजिट्रेशन 283, कृत्रिम अंग माप 55, कैलिपर माप 32, ऑपरेशन चयन 29 की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री संजीव जी राजक (मध्यप्रदेश स्टेट कमिश्नर), अध्यक्षता श्री विपुल जी पंवार (असिसेटड कमिश्नर), विशिष्ट अतिथि श्री विजयपांडेय जी चौहान (स्वास्थ्य विभाग), श्री बीएस. जी परिहार (सचिव विध्या सांस्कृति मंच), श्री राजेन्द्रसिंह जी (निदान सेवा संस्थान), श्री डी.आर. जी लखोरा, श्री प्रमोद जी श्री आर.के. जी तिवारी (शाखा प्रेरक), डॉ. नवीन जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), कैलीपर्स माप टीम सुश्री नेहा जी (पीएनडो), श्री भगवती जी (टेक्नीशियन), शिविर टीम श्री मुकेश जी शर्मा (शिविर प्रभारी), श्री देवीलाल जी श्री हरीश जी रावत, (सहायक), श्री हितेश जी सेन (रसीद), श्री आदित्य जी (ऐंकर) श्री हेमन्त जी श्री मुन्नासिंह जी ने भी सेवायें दी।

सासाराम (बिहार), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का कम सतत कर रहा है। ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 16 जनवरी 2022 को तान्या विकलांग संस्थान, सासाराम में संपन्न हुआ। शिविर शविर में रजिट्रेशन 133, कृत्रिम अंग माप 20, कैलिपर माप 20, ऑपरेशन चयन 29 का रजिट्रेशन, की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री ओमप्रकाश जी अग्रवाल (समाजसेवी), अध्यक्षता श्री डॉ. राजेन्द्र जी शुक्ला (अध्यक्ष तान्या विकलांग संस्थान सासाराम), विशिष्ट अतिथि श्रीमति मीना जी चौहान (सदस्य), श्री सुरेन्द्र जी अग्रवाल (समाजसेवी), श्री राजीवकुमार जी शुक्ला (सदस्य), श्री रवि जी तिवारी (कोषाध्यक्ष), डॉ अमीत जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), कैलीपर्स माप टीम श्री पंकज जी (पी एन डो), श्री नाथूसिंह जी (टेक्नीशियन), शिविर टीम श्री लालसिंह जी (शिविर प्रभारी), श्री मुकेश जी श्री बहादुर सिंह जी श्री सत्यनारायण जी (सहायक), ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

आत्मीय स्नेह मिलन
एवं
भामाशाह सम्मान समारोह
स्थान व समय
रविवार 06 फरवरी 2022 प्रातः 11.00 बजे से

अरेरा फार्म मैरिज गार्डन, रेडिसन होटल के सामने,
ईश्वर नगर गेट, गुलमोहर, भोपाल (म.प्र.)

मानव सेवा संघ भवन, पुराना बस स्टेण्ड
करनाल - हरियाणा

इस सम्मान समारोह में
सभी दानवीर, भामाशाह सादर आमंत्रित है।

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

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

विशाल निःशुल्क दिव्यांग जांच,
ऑपरेशन चयन एवं
कृत्रिम अंग (हाथ - पांव) माप शिविर
रविवार 06 फरवरी 2022 प्रातः 9.00 बजे से
स्थान

जगजीवन स्टेडियम स्टेशन रोड, प्रखण्ड कार्यालय के पास मोहनीया जिला - कैमूर - बिहार	पन्नालाल हीरालाल स्कूल, खादी भण्डार के पीछे, बीदर- कर्नाटक
गुरुद्वारा श्री जन्डसर साहिब, बहादुर द्वार बरेटा, तह.- बुडलाडा, जिला - मानसा, पंजाब	माहेश्वरी भवन, बस स्टेण्ड रोड, शेहगांव, बुलढाणा, महाराष्ट्र

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।

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

सच्ची पूजा

एक बार संत राबिया बेतहाशा सड़क पर भागी जा रही थी। उनके हाथ में पानी से भरा प्याला था और दूसरे में जलती मशाल। लोगों ने उन्हें इस तरह देखा तो हैरत में पड़ गए। आमतौर पर राबिया अध्यात्म का कोई गूढ़ तथ्य समझाने के लिए विचित्र कहानियों और रूपकों का प्रयोग करती थी, लेकिन यह आचरण सबसे अलग था। लोग कुछ पूछें इसकी गुंजाइश भी नहीं थी क्योंकि क्योंकि वह तेजी से दौड़ती जा रही थी और साथ में कुछ कहती भी जा रही थी। हालांकि जिस किसी ने ध्यान दिया उसने राबिया के वचनों को सुना।

वह कह रही थी कि मैं स्वर्ग को जला देना और नरक को पानी में डुबो दना चाहती हूं। सुनने वालों को समझ में नहीं आया कि ऐसा कहने के पीछे आशय क्या है। राबिया की बात का मर्म जानने की उत्सुकता हर किसी में थी। लोग उनका सम्मान करते थे और उनकी बातें बड़ी गंभीरता से सुनते थे। इसलिए कई और लोग उनके पीछे–पीछे दौड़ने लगे। एक जगह एक बुजुर्ग फकीर ने राबिया को रोका और पूछा कि वह ऐसा क्यों करना चाहती है।

राबिया ने कहा, 'मैं स्वर्ग को जलाना और नरक को डुबाना इसलिए चाहती हूं कि लोग सही मायने में धार्मिक हो सकें। लोग जन्नत के लालच में नेक काम करते हैं या दोजख से डर कर बुरे कामों से बचते हैं। लालच और डर जहां हो वहां ईश्वर के प्रति सच्चा प्रेम नहीं हो सकता। स्वर्ग और नरक नहीं होगें तो लालच और डर मिट जाएगा और हम ऊपर वाले की बंदगी ज्यादा अच्छी तरह कर सकेंगे।

सेवा - स्मृति के क्षण

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

सुमित्रा जी बोली न जीजीबाई न,
ये दिन तक ये बाते मत करो।
वीर न अपने देते है,
न वे औरो का लेता है।

वीरों की जननी हम है, भिक्षा मृत्यु हमे सम है हम तो वीरों की माता है। लक्ष्मण की तरफ देखा।

लक्ष्मण शांत रहोगे तुम,
तुम शेषावतार लक्ष्मण जी
मंजली माँ तू मरी न क्यों
लोक लाज से डरी नहीं क्यों।

वो लक्ष्मण जी ने सोचा–

माँ क्या करूँ कहो मुझसे
क्या है कि जो न हो मुझसे
अंगीकार आर्य करते
तो कब के द्रोही मरते
आज्ञा करें आर्य अब भी,
बिगड़ा बने कार्य अब भी
लक्ष्मण ने प्रभु को देखा,
न थी उधर कोई रेखा

बोलिये रामचन्द्र भगवान की जय मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान की जय।

भगवान के चेहरे पर कोई तनाव नहीं, कोई गुस्सा नहीं बोली माँ ये घर की बात है, घर में घर की शाति रहेगी। कुल में कुल की क्राति रहे। मैया भरत अयोग्य नहीं राम भगवान की .पा प्राप्त करे। माला जितनी आप फेर रहे हो बहुत अच्छा। राम नाम की पुस्तिका भी आती है, कॉपियां भी आती है। मेरे पूज्य जीजाजी अमृतसर में राम–राम लिखते थे, कॉपिया की कॉपिया भर दी, दुकाने में रहती थी, सिक्खों के खालिस्तान के नाम से नालायक लोगो ने बहुत हिंसा की थी। उस समय 12 दुकाने एक लाईन में थी, 11 दुकानों को आग लगा दी। और 12 वी दुकान के पास आये बोले चलो दूसरी तरफ चलो एक दुकान केवल बच गई। ये राम नाम की पोथी की महिमा है, ऐसे राम भगवान बोले।

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	1,61,000
401 ऑपरेशन के लिए	14,01,000	12 ऑपरेशन के लिए	62,500
301 ऑपरेशन के लिए	10,51,000	6 ऑपरेशन के लिए	21,000
201 ऑपरेशन के लिए	07,11,000	3 ऑपरेशन के लिए	13,000
101 ऑपरेशन के लिए	03,51,000	1 ऑपरेशन के लिए	5000

निर्धन एवं दिव्यांगों को खिलाएं भोजन

आजीवन भोजन/नाश्ता सहयोग तिथि

(वर्ष में एक दिवस 50 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन/नाश्ता सहयोग हेतु चयन 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)
ट्राईसाइकिल	5000	15,000	25,000	55,000
व्हील चेयर	4000	12,000	20,000	44,000
कैलीपर	2000	6,000	10,000	22,000
बैसाखी	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 व्हाट्सअप : +91-7023509999

आपके अपने संस्थान का पता

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

सम्पादकीय

परिवर्तन प्रकृति का नियम है। ये परिवर्तन स्वतः होते हैं पर प्रकृति यह नहीं देखती कि वह किसके लिये उपयोगी होंगे और किसके लिए अनुपयोगी। प्रकृति का यह भी विभाजन नहीं होता कि कौनसा परिवर्तन किसके लिये सकारात्मक होगा और किसके लिये नकारात्मक। वहाँ तो निरंतर परिवर्तन का क्रम जारी है।

अब हमें यह देखना है कि हम अपने बुद्धिबल या कौशल से कैसे इन परिवर्तनों को अपने अनुकूल बना लेते हैं। अनुकूलता या प्रतिकूलता परिस्थितियों के बजाय भावों पर ज्यादा निर्भर होती हैं। हम जैसे भाव से परिवर्तन को ग्रहण करेंगे वही भाव हमें उसके सार्थकता या निरर्थकता को बतायेंगे। यह भी सत्य है कि प्रकृति प्रत्येक प्राणी के लिये अनुकूलन का प्रयास करती है, वह हरेक को अवसर देती है सफलता के लिये, किन्तु हम अपने भावों के आधार पर ही उन्हें समझ सकेंगे। प्रश्न यह नहीं है कि हम प्रकृति के प्रति अपनी समझ बढ़ायें, प्रश्न यह है कि हम अपने प्रति अपनी समझ बढ़ायें।

कुछ काव्यमय

परिवर्तन तो शाश्वत हैं
ये तो होते रहते हैं।
कोई अनुकूल होते हैं
तो कोई प्रतिकूल पर
हम उन्हें सहते हैं।
यह प्रकृति का उपहार है।
हमें हर हाल में स्वीकार है।

- वरदीचन्द राव

संस्थान से सीखा : जीवन को बदला

मेरा नाम वीणा कोदली है नाईन्थ क्लास तक पढ़ी हूँ। एक छोटी बहन है जो कैन्सर जैसी भयानक बीमारी का ग्रास बन चुकी है। दीदी की शादी के लिये बचा के रखे थे पैसे पर छोटी बहन के ईलाज में लग गये सारे पैसे तो बहुत परेशनी आ रही है। एक बड़ी बहन जिसकी शादी होनी बाकी है। और एक सबसे छोटी बहन जो कि अक्सर बीमार रहती है। लेकिन वीणा ने ईश्वर में आस्था रखते हुए नारायण सेवा संस्थान से 45 दिन का निःशुल्क सिलाई कोर्स किया।

वे बताती हैं– मैंने नारायण सेवा संस्थान से सिलाई सीखी है उसमें मैंने लेडिज के कपड़ों की सिलाई सिखी जिसमें ब्लाऊज, पैटीकोट और सलवार सूट बनाना सीखा है।

इससे मार्केट में मेरा काम सब पसन्द करते हैं। बहुत अच्छा सिखाया और मैंने भी मन और रूचि से सिखा। मैं सुबह 11 बजे जाती हूँ। प्रतिदिन 200–300 रुपये कमा लेती हूँ। मैं आज जो भी कमा रही हूँ नारायण सेवा संस्थान की तरफ से बहुत बड़ा योगदान है। आज वीणा अपनी मेहनत और आस्था से परिवार का गुजारा कर रही है।

अपनों से अपनी बात

जीवन धर्म

आलोक धर्म अर्थात् जीवन में अपना लिखा धर्म। जो आचरण में लाया जाये। हमारे फेफड़े चोबीस घंटे हमारे लिये ऑक्सीजन को पूरे खून में मिलाकर शुद्ध करते हैं, और कार्बन डाइऑक्साईड को बाहर ले जाते है। अभी परसों में गिन रहा था, पसलियाँ होती है–बारह। पाँच पसलियाँ ये छठी पसली से एक और पसली पैदा होती है। यह भगवान ने बना दिया– बाबूड़ा। जब हम दान देते हैं तो वायरलेस मैसेज टू गोड होता है–बाबू। वायरलेस मैसेजे टू गोड का अर्थ है–भगवान को ब्रह्मांड को वायरलेस पहुँच जाता है। जब कहते है ना, कि प्रभु मेरी यह इच्छा पुरी कर दो। ब्रह्मांड कहता है– बेटा, प्रसन्नता रखो, दानशीलता रखो। जो दानशीलता रखते हैं, प्रसन्न होके दान देते हैं। ब्रह्मांड कहता है मांगो, मांगो। मेरे से प्राप्त कर लो। मैं सबकुछ दे सकता हूँ। वही ईश्वर आपको और हमारे को अच्छे कार्य करने के लिये कहता है।

दान, पुण्य का बीज है,
और बीज पाप का लोभ।
शक्ति, ज्ञान का बीज है,
यह मानवता की मोह।।

यह कर सकते हो ना–बाबुड़ा। यह हो सकता है। अभी धर्म की बड़ी – बड़ी बातें महाराज। दया धर्मस्य मूलम्।

निवेदन किया है हमारे पुराणों में, हमारे उपनिषदों में, वेद और वेदांग में। वेद और वेदांग में लिखा है विद्या ददाति विनयम्, और धर्म लगाते है तो होता है विद्या ददाति विनयम् धर्मः। यह धर्म का प्रेक्टिकल स्वरूप है। मार्कण्डेय ऋषि जी को भक्ति की विद्या, ज्ञान की विद्या।

मले ही इनके पिताजी ने कहा हो बेटा तेरी उम्र छः साल की ही भगवान ने दी है, पर तू भगवान की भक्ति करना, इनके प्रति समर्पित भाव रखना।

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

और मार्कण्डेय ऋषि ने–

ऊँ नमः शिवाय, ऊँ नमः शिवाय,
ऊँ नमः शिवाय, ऊँ नमः शिवाय।

और काल आया। मार्कण्डेय तुझे मैं लेने आया हूँ। लेकिन मार्कण्डेय ने कहा तू वहीं रूद्र–काल।

मैं कालों के काल महाकाल की भक्ति में हूँ। मेरी भक्ति पूरी होने दो, और भांकर भगवान बड़ी कृपा करके, महाकाले वर भगवान प्रकट हो गये। काल को कहा– अरे काल दूर खड़ा रह। ये मेरा भक्त है।

–कैलाश 'मानव'

मन के जीते जीत सदा...

एक बहुत सुन्दर घटना मैं आपको सुनाना चाहूँगा, कि विकलांग व्यक्ति क्या नहीं कर सकता? यदि आत्मबल मजबूत है। यदि मन में दृढ़ इच्छाशक्ति है, कहते कि

मन के हारे हार हुई है,
मन के जीते जीत सदा।
साक्धान मन हार न जायें,
मन से मानव बना सदा।

ये दृढ़ इच्छाशक्ति मन का एक बहुत ही जीता जागता उदाहरण मैं आपको सुनाता हूँ। घटना है 1960 की स्थान था यूरोप का भव्य ऐतिहासिक नगर तथा इटली की राजधानी रोम। सारे विश्व की निगाह 25 अगस्त से 11 सितम्बर तक होने वाले ओलम्पिक खेलों पर टिकी हुई थी। इन्ही ओलम्पिक खेलों में 20 वर्षीय बालिका भाग ले रही थी वो इतनी तेज दौड़ी कि 1960 ओलम्पिक खेल में तीन स्वर्ण पदक जीतकर, दुनिया की सबसे तेज धाविका बन गयी। रोम ओलम्पिक में 83 देशों के 5346 खिलाडियों ने इस बीस वर्षीय बालिका का असाधारण पराक्रम देखने के लिए इतनी खुशी जाहिर नहीं की क्योंकि वो अश्वेत बालिका थी। आपको इसके पीछे ले जाता हूँ वह चार वर्ष की थी डबल निमोनिया, अर्थात् काला बुखार हो गया, बुखार होने से पोलियो हो गया, फलस्वरूप उसके पेरों में बेस पहननी पड़ी। विल्डमाल रूफडोलस ग्यारह वर्ष की उम्र तक चल फिर नही सकती थी। लेकिन उसने एक सपना पाल रखा था कि उसको दुनिया की सबसे तेज धाविका बनना है, उस सपने को यथार्थ में परिवर्तित होते देखने के लिए वह इतनी इच्छुक थी कि उसने डॉक्टरों के मना करने के बावजूद भी अपने पैरों की बेस उतार करके और स्वयं को मानसिक रूप से मजबूत किया, तैयार किया। मुझे दौड़ना है। मुझे अभ्यास करना है। वह कई वर्षों तक अभ्यास करती रही, अपने मन में सपने को प्रगाढ़ करते हुए उस अभ्यास में उसने कमी निरन्तरता खोयी नही। अपने आत्मविश्वास को उसने इतना ऊँचा कर लिया कि असंभव सी बात लगने वाली, जो पोलियो विकलांग सहन नहीं कर सकता, और उसने असंभव सी बात भी अपने मन से निकाल दी मैं दौड़ सकती हूँ। एक साथ तीन स्वर्ण पदक हासिल किये। सच यदि व्यक्ति में पूर्ण आत्मविश्वास हो, शारीरिक विकलांगता उनकी राह में बाधा नहीं डाल सकती बाधाओं के लिए बहुत सुन्दर लाइने है, सुनियेगा आप।

देख एक–दो विघ्न बीच में,
हुआ मुझे उल्टा विश्वास।
बाधाओं के भीतर ही तो,
कार्य सिद्धि करती है वास।।

बाधा नही तो सफलता क्या? और कहते है बहुत सुन्दर लाइनें हैं–

वह पथ क्या पथिक पथिकता क्या,
जिस पथ पर बिखरे शूल न हो।
नाविक की धैर्य परीक्षा क्या,
जब धाराएँ प्रतिकूल न हो।।

प्रतिकूल धारा में ही रास्ता बनाना हमारा कर्म है। मैं और आप हम सब मिलकर प्रतिकूल व्यवस्था में रहने वाले उन निःशक्तजन बन्धुओं की मदद करें और उन्हें हमारी तरह चलता –फिरता कर दें, हमारी तरह मजबूत कर दें। हमारी तरह एक सक्षम व्यक्ति बना दें। आप सबको बहुत धन्यवाद।

— सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

उसी दिन शाम को सभी ने कनाट प्लेस के प्रसिद्ध रेस्टोरेन्ट में भोजन किया। यह रेस्टोरेन्ट अपने वैष्णव खाने के लिये बहुत प्रसिद्ध था। अगले दिन दोपहर को कोन्स्टिट्यूशन क्लब में एक कार्यक्रम था। केन्द्रीय सामाजिक न्याय मंत्री मीरा कुमार समारोह की मुख्य अतिथि थी।

शाम को पुनः इसी स्थान पर कार्यक्रम था। यह आयोजन बहुत बड़ा था। लगभग दो हजार लोग उपस्थित थे। कार्यक्रम के पश्चात् भोजन की भी व्यवस्था थी। अगले दिन 10 मई की शाम की ट्रेन से समूचा दल वापस उदयपुर के लिये रवाना हो गया। 11 मई की सुबह ट्रेन उदयपुर के सिटी स्टेशन पहुंची तो भारी जनसमूह ने उसका स्वागत किया। कार्यक्रम पूर्व निर्धारित था इसलिये सबको सूचना मिल गई थी। स्टेशन पर करीब 3–हजार लोगों का हुजूम एकत्र था। ट्रेन से उतरते ही लोगों ने फूल मालाओं से से लाद दिया तथा जय जयकार के नारे लगाने लगे। सिटी स्टेशन से खुली जीप में खड़ा कर उसे पूरे शहर में घुमाया गया। पूरे शहर में उसके स्वागत–अभिनंदन हेतु 80 द्वार लगाये गये थे। ऐसे अभूतपूर्व स्वागत की उसने कल्पना तक नहीं की थी। लोगों के ऐसे आशीर्वाद हेतु वह मन ही मन सबको धन्यवाद दे रहा था। स्वागत जुलूस पूरे शहर में घूमने के पश्चात् बोहरा गणेश मन्दिर में पूर्ण हुआ। यहां तक पहुंचने में 4–5 घंटे लग गये। इस मन्दिर के प्रति कैलाश की गहरी आस्था थी। जीप से उतर कर मंदिर में दर्शन किये, पूजा अर्चना की इसके बाद यहां से पैदल ही चलते हुए वह समीप ही स्थित गणपति वाटिका पहुंचा। गणपति वाटिका में सभी के लिये महाप्रसाद का आयोजन रखा था। जीप में खड़े खड़े तो उसने हाथ हिला हिला कर लोगों का अभिवादन ही स्वीकार किया था किसी से मिलना नहीं हो पाया था वह कमी गणपति वाटिका में पूरी हो गई। यहां भारी संख्या में लोग एकत्रित थे। वह सबसे आरामी से मिल रहा था। लोग उससे अलंकरण समारोह के अनुभव पूछ रहे थे। कार्यक्रम शाम तक चलता रहा, लोग आते रहे, मिलते रहे। कैलाश को ऐसा प्रतीत हो रहा था जैसे उसके जीवन भर के परिश्रम का फल इस एक दिन में मिल गया हो।

अंश- 220

त्रिदोषनाशक है सौंफ

सौंफ को मसालों की रानी कहा जाता है। सौंफ का प्रयोग रसाइघर में मसाले के रूप में किया जाता है। पान की तो जान है सौंफ हैं शादी–ब्याह या दावत के मौके पर सौंफ मेहमानों के सामने पेश की जाती है। आयुर्वेद चिकित्सा में सौंफ को त्रिदोषनाशक, पाचक, बुद्धिवर्धक व नेत्रज्योतिवर्द्धक कहा गया है। सौंफ की तासीर ठंडी होती है। सौंफ वात रोग, उदरशूल, दाह अर्श, नेत्र रोग, वमन, कफरोग आदि को दूर करता है।

सौंफ में स्थिर तेल 15 प्रतिशत तथा उड़नशील तेल 2.9 प्रतिशत तक होता है। साथ ही उड़नशील तेल 60 प्रतिशत एनीथाल एवं फेनराल नामक तत्व भी पाया जाता है।

- प्रतिदिन सौंफ और मिश्री चबा–चबाकर नियमित रूप से खाने से खून और रंग दोनो साफ होते हैं।
- बेल का गूदा और सौंफ सुबह–शाम खाने से अजीर्ण मिटता है तथा अतिसार में लाभ होता है।
- दो चम्मच पिसी सौंफ गुड़ में मिलाकर एक सप्ताह तक रोज खाने से नाभि का अपनी जगह से खिसकना रूक जाता है।
- यदि बार–बार मुंह में छाले हो तो एक गिलास पानी में चालीस ग्राम सौंफ पानी आधा रहने तक उबालें। इसमें जरा सी भुनी फिटकरी मिलाकर दिन में दो–तीन बार गरारे करें।
- रात्रि को सोते समय गुनगुने पानी के साथ पिसी सौंफ का सेवन करने से कब्ज की शिकायत दूर होती हैं।
- भोजन के बाद प्रतिदिन सौंफ खाने से मुंह की दुर्गन्धि दूर होती है तथा पाचन क्रिया ठीक रहती हैं।
- भुनी व कच्ची सौंफ समभाग मिलकार दो चम्मच चूर्ण मट्ठे के साथ लेने से अतिसार में लाभ होता है।
- सौंफ और मिश्री समभाग पीसकर एक चम्मच चूर्ण सुबह–शाम पानी के साथ दो माह तक सेवन करने से नेत्र ज्योति में वृद्धि होती है।
- स्मरण शक्ति यदि कमजोर हो तो सौंफ कूटकर उसकी मींगी निकाल कर सुबह–शाम एक चम्मच मींगी पानी या गर्म दूध के साथ सेवन करने से स्मरण शक्ति तेज होती है।
- जरा–सी सौंफ पानी में उबालकर तथा मिश्री मिलाकर दिन में दो तीन बार सेवन करने से खट्टी डकारें आनी बंद हो जाती है।
- पेट दर्द होने पर भुनी हुई सौंफ चबाने से शीघ्र आराम मिलता है।
- सौंफ तथा मिश्री पीसकर एक चम्मच चूर्ण दिन में दो बार पानी के साथ सेवन करने से खूनी पेचीश में लाभ होता है।
- दो चम्मच भुनी सौंफ दिन में चार बार लेने से दस्त में लाभ होता है।
- जी घबराने या उल्टी होने पर सौंफ और पोदीना पानी में उबालें। पानी आधा रह जाने पर पिएं। दिन में तीन बार सेवन करने से लाभ होता है।

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

अनुभव अमृतम्

आदरणीय अर्जुन जी सोनी साहब गुलाब बाग में भी मिलना हुआ। बहुत सरल प्रकृति के व्यक्ति तो उन्होंने कहा आप पर्चे अभी काट रहे हो उसमें एक कैलाश जी को दीजियेगा नारायण सेवा संस्थान बहुत अच्छा काम कर रही है। स्टेन्शियल उस समय स्टेन्शियल करते थे टाइप करके चढ़ा देते और टाइप हो जाते है। फिर एक घुमने वाली मशीन होती तो उसमें स्याही लगा के उसको घुमाते जाते थे। और कागज पर निकलते जाते थे। जितने कागज चाहिये उतनी बार घुमाते जाओ और प्रिंट निकलते जाते थे। उन्होंने कहा नारायण सेवा का नाम लिखा दो, और ऐसे करना कैलाश जी पांच रुपये पच्चीस पैसा इसका एक शुल्क होती है घंटे भर में जमा करवा देना। काउण्टर पर तो आपकी फाइल खुल जायेगी। स्टेनशियल में नाम तो अभी जुड़वा देते हैं। बड़ा खुश हुँ मैं। सिलाई सेन्टर मिल गया। वाह! ठाकुर तू क्या क्या करवा रहा है? ठाकुर मफत काका से मिलवा रहा है। राजमल जी भाई साहब के चरणों में बिठा रहा है। डॉक्टर आर.के. अग्रवाल साहब का सानिध्य प्राप्त करवा रहा है। के.एस. हिरण साहब प्रोफेसर हेड ऑफ डिपार्टमेन्ट इंजिनियरिंग कृषि महाविद्याल सत्य साई बाबा के उदयपुर के अध्यक्ष उनकी धर्मपत्नी जी उनके पुत्र शैलेन्द्र जी हिरण, हिरण एक्स–रे क्लीनिक वाले, आर.सी.जैन साहब जोबनेर के कृषि विश्व विद्यालय के कुलपति महोदय और उस समय जगदीश जी आर्य मेरे पास थे। जिला परिषद् में मैंने कहा जगदीश जी पांच रुपये पच्चीस पैसे जमा करवाने निकालो। मेरी जेब में तो है नहीं उन्होंने कहा मेरी जेब में तो एक रुपया भी नहीं है भाई साहब–भाई साहब मेरी जेब में भी नहीं है होता तो मैं जरूर निकाल देता। अभी सेक्टर 04 जाकर लायेंगे। नारायण सेवा से कमला जी तब तक तो ये ऑफिस बंद हो जायेगा। अपना नाम भी चढ़ गया सिलाई सेन्टर में कैलाश जी जगदीश जी को देखे, जगदीश जी कैलाश जी को देखे, और कैलाश जी को याद आया पास में रेक्स स्टूडियो है कलक्ट्री के पास में चलो चलो। रमेश जी भाई साहब मेरे मिलने वाले प्रेम रखाते है रमेश जी भाई साहब से ले आते हैं।

सोचा साईकिल थी उस समय दौड़े–दौड़े गये तो रेक्स स्टूडियो बंद। जो कभी आमतौर पर बंद नही रहता है। दरवाजा बंद ताला लगा हुआ है ठाकुर जी पांच रुपये पच्चीस पैसे चाहिये न कैलाश अग्रवाल के पास न ही जगदीश के पास काउण्टर बंद होने वाला। कैशियर का डॉक्टर मालोविका जी कहेगी मैंने आपका नाम भी लगा दिया। आपका सिलाई सेन्टर का पत्र भी तैयार करवा दिया और आपकी फाइल भी खोल दी। आपने पाँच रुपये पच्चीस पैसे अभी जमा नही करवाये।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 347 (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 बापा रावल नगर, हिरण मगरी 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, लियों का गुडा, उदयपुर
सम्पादक: लक्ष्मीलाल गाडरी, मो. 82 7860 7811, 9 11939 8965 • ई-मेल: mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. . RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. RJ/UD/29-154/2021-2023