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-2712 • उदयपुर, रविवार 29 मई, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

देश की पहली निःशुल्क अत्याधुनिक कृत्रिम अंग (हाथ-पैर) निर्माण इकाई प्रारंभ

– नारायण सेवा संस्थान में रोटरी अंतर्राष्ट्रीय के सहयोग से जर्मनी की मशीनें करेंगी काम। – निःशुल्क वितरण से लाखों दिव्यांगजन होंगे लाभान्वित

सड़क दुर्घटनाओं अथवा अन्य हादसों में हाथ–पांव गवा देने वाले दिव्यांगजन को अब पहले से अधिक सुविधाजनक और अत्याधुनिक कृत्रिम अंग त्वरित निःशुल्क उपलब्ध कराए जा सकेंगे। इसके लिए नारायण सेवा संस्थान के लियों का गुड़ा स्थित परिसर में देश की प्रथम निःशुल्क आर्टिफिशियल लिम्बस् फेब्रिकेशन यूनिट (कृत्रिम अंग निर्माण कार्यशाला) स्थापित की गयी है।

संस्थान अध्यक्ष ने बताया कि बढ़ती सड़क दुर्घटनाएं चिंता का विशय है। इसमें हाथ–पैर खोने वाले ही नहीं, उनके परिवार भी अत्यंत कष्टदायी जिन्दगी जीने को मजबूर हो जाते हैं। आंकड़ों की बात करें तो देश की कुल आबादी का लगभग 2 प्रतिशत हिस्सा दिव्यांगता का शिकार है, इसमें ज्यादा संख्या कटे हाथ–पैर वालों की है।

रोटरी क्लब ऑफ उदयपुर–मेवाड़ के संरक्षक हंसराज चौधरी ने बताया कि नारायण सेवा संस्थान द्वारा दिव्यांगजन के जीवन को आसान बनाने के पिछले 34 वर्षो से किये जा रहे कार्यों से इम्यूरी ड्यूड हिल्स यूएसए काफी प्रभावित हुआ है। इसमें सहयोग के लिए रोटरी क्लब उदयपुर–मेवाड़ की अनुशंसा को उसने प्राथमिकता के आधार पर स्वीकार किया। इससे संस्थान को देश ही नही विदेशों में भी कृत्रिम अंग लगाने के कार्यों में गति और आसानी होगी। इससे लाखों दिव्यांगों की जीवनचर्या में क्रांतिकारी बदलाव आएगा। वे पुनः रोजगार से जुड़कर अपने परिवार को तो खुशहाल बना ही सकेंगे, सुखी समाज की रचना का हम सबका स्वप्न भी मूर्तरूप ले सकेगा। इस अवसर पर रोटरी क्लब मेवाड़ के अध्यक्ष आशीष हरकावत, परियोजना प्रभारी रविश कावड़िया, जनसंपर्क अधिकारी विष्णु शर्मा हितैशी, भगवान प्रसाद गौड़ व रोहित तिवारी भी मौजूद थे।

संस्थान के प्रोस्थेटिक एवं ऑर्थोटिक यूनिट हेड डॉ. मानस रंजन साहू ने बताया कि दुर्घटनाग्रस्त दिव्यांगों को कृत्रिम हाथ पैर उपलब्ध कराने का कार्य संस्थान ने 2011 में शुरू किया था। अब तक 28 हजार से ज्यादा दिव्यांगों को आर्टिफिशियल लिम्ब लगाये जा चुके हैं। संस्थान के सहायता शिविरों में आने वाले हजारों हताश, लाचार अंगविहिनों की दुर्दशा पर संस्थान की टीम ने लम्बे समय तक रिसर्च की जिससे बेहतर लिम्ब प्रदान करने के व्यवस्थित एवं तकनीकी प्रकोष्ठ की शुरूआत हो सकी। संस्थान इस क्षेत्र में सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट लगाकर गुणवत्ता और एकरूपता के साथ बहुत ही कम समय में ज्यादा दिव्यांगों को लाभान्वित कर सकेगा। बड़ी संख्या में आ रहे अंग विहिन भाई–बहिनों को अब कृत्रिम अंग लगवाने को लेकर प्रतीक्षा नहीं करनी पडेगी। इस यूनिट के लगने से आधुनिकता और तकनीक के साथ संस्थान अन्य देशों द्वारा कृत्रिम अंग निर्माण प्रणाली के समकक्ष होगा। गरीब दिव्यांगों को देश में ही अत्याधुनिक प्रोस्थेटिक मुफ्त में मिलने से उनकी प्रगति एवं उनमें संतुष्टि के भाव पैदा होंगे। इस मशीन से प्लास्टर कास्टिंग, प्लास्टर मोडिफिकेशन, थर्मो प्लास्टिक मोल्डींग, प्लास्टिक लेमीनेशन, जैसी क्रियाएं उच्च तकनीक से सम्भव हो सकेगी। मशीन में उच्च गुणवत्ता वाला ऑवन लगा होने से वेक्युम ड्रेपिंग, ऑर्थोटिक अनुप्रयोग, वेक्युम असिस्टेड, लेमिनेशन फाइबर जैसी सुविधाओं से कृत्रिम अंग वर्कशॉप के संचालन को दुगुनी गति देगा।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

विशाल निःशुल्क दिव्यांग जांच,
ऑपरेशन चयन एवं
कृत्रिम अंग (हाथ-पांव) माप शिविर

दिनांक 29 मई, 2022

- अग्निहोत्री गार्डन, सदर बाजार, होशंगाबाद, म.प्र.
- शेहगांव, बुलढाना, म.प्र.
- अम्बाला, हरियाणा

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

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

स्नेह मिलन समारोह

दिनांक : 29 मई, 2022

स्थान

राजपूत धर्मशाला, सिरसा रोड़, हिसार, हरियाणा, सायं 4.30 बजे
काली माता मंदिर, सत्य नगर, जनपथ रोड, भुवनेश्वर, उड़सर, सायं 4.30 बजे
अग्रेहा भवन, गोरी गणेश मंदिर के पास, रायगढ़ सायं 5.00 बजे

इस स्नेह मिलन समारोह 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

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 तूफान 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।

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

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

माताओं की बहिनों की चेतना जगी। कर्तव्य बोध है। बन्धुओं की चेतना अवचेतन मन और चेतन मन की बीच की दीवार टूट गयी है। बहुत सत्संग कर रहे हैं। और उस सत्संग को व्यवहार में उतार रहे हैं। चिरगांव झाँसी के राष्ट्रकवि मैथेलीशरण गुप्त जी ने लिखा था। कभी एम.ए. की कक्षा में ऐच्छिक हिन्दी में चला करती थी। सांकेत की कुछ पंक्तियां आप भी डायरी में लिख लेवे।

उठी ना लक्ष्मण की आँखे,
झकड़ी रही पलक पांखें।
किन्तु कल्पना घटी नहीं,
उद्धित उर्मिला हटी नहीं।।

और उद्धित उर्मिला जी ने बार–बार यही तो कहा था प्रभु मेरे लिए क्या –क्या है मेरी बाई जीजीबाई सीता माताजी को आज्ञा प्राप्त हो गयी। मेरे लिए क्या आज्ञा है और लक्ष्मण जी ने कहा रहो–रहो मेरे प्रिय रहे।

यह भी मेरे लिए सहो
और अधिक क्या कहूं कहो।
वह भी सबकुछ जान गयी,
विवश भाव से मान गयी

श्री सीता के कन्धे पर आंसू जर पड़े जर–जर।

लाला, कथा है व्यथा को मिटाने कीं। हमारी व्याकुलता मिट जावे अभी यही कहा था।

व्याकुलता मिटाये नमः,
शांति बढ़ाये नमः।
सुख आवाही नमः
सब सुख शांति चाहे।।

कौन नहीं चाहे बताओ सब चाहे। कोई आशीर्वाद भी देवे तो क्या देवे। सुख शांति हो, अखण्ड सौभाग्यवती हो, राजी रहो, जीवता रहो। गोस्वामी तुलसीदास जी महाराज ने रामचरित मानस की सुन्दरकाण्ड में लिखा। पूछ बुजायी खोई श्रम। और चरण कमलों में किनके सामने खड़े हुए जनक कुमारी सीता जी के सामने जो हनुमान जी ने उलटी–पलटी लंका सबझारी। रावण के महल तक को जला दिया। वो हनुमान जी विन्रम भाव से श्री सीतामाता के चरणों में प्रणाम करके कहते हैं।

कर्म और भावना

गाय ने केला देखकर मुँह मोड़ लिया. औरत ने गाय के सामने जाकर फिर उसके मुँह मे केला देना चाहा, लेकिन ... गाय ने केला नहीं खाया, पर औरत केला खिलाने के लिये पीछे ही पड़ी थी... जब औरत नहीं मानी, तो गाय सींग मारने को हुई.. औरत डरकर बिना केला खिलाये चली गयी। औरत के जाने के बाद पास खडा साँड बोला– "वह इतने 'प्यार से' केला खिला रही थी, तूने केला भी नहीं खाया और उसे डराकर भगा भी दिया" प्यार नहीं मजबूरी... आज एकादशी है, औरत मुझे केला खिलाकर पुण्य कमाना चाहती है... वैसे यह मुझे कभी नहीं पूछती, गलती से उसके मकान के आगे चली जाती हूँ तो डंडा लेकर मारने को दौड़ती है.।गाय बोली– प्रेम से सूखी रोटी भी मिल जाये, तो अमृत तुल्य है जो केवल अपना भला चाहता है वह दुर्योधन है जो अपनों का भला चाहता है वह युधिष्ठिर है और... जो सबका भला चाहता है वह श्रीकृष्ण है। अतः कर्म के साथ–साथ भावनाएं भी महत्व रखती हैं।

ऑपरेशन के बाद
आराम करता दिव्यांग

सम्पादकीय

कहा जाता है कि 'संतोषी नर सदा सुखी, अंत लोभी महा दुःखी।' इसका सामान्य सा अर्थ है कि संतोषी वृत्ति का है वह सुखी रहता है व जो असंतोषी है वह दुःखी। किन्तु संतोषी कौन? असंतोषी कौन? जीवन में संतोष क्या? असंतोष क्या है? ठीक से विचार करें तो संतोष को सबसे बड़ा धन भी कहा जाता है। किसी कवि ने लिखा भी है –

गौधन, गजधन, बाजीधन,
और रतन धन खान।
जब आवे संतोष धन,
सब धन धूरि समान।।

यह संतोष ही है जो हमें किसी एक सीमा पर पहुँच कर सोचने को विवश करता है कि अब कितना दौड़ूंगा? सच तो यह है कि इस दौड़ का कोई अंत नहीं है। दुनियां में और सब दौड़ों का अंतिम बिन्दु होता है पर असंतुष्ट व्यक्ति कहीं भी, किसी भी बिन्दु पर रुकना नहीं चाहता। उसे अनंत व अतृप्त क्षुधा व्याप जाती है। उसकी तृप्ति के लिये वह उचित–अनुचित का विचार भी नहीं कर पाता, तब समाज में विसंगतियों का दौर प्रारंभ होता है। असंतोष की ज्वाला बड़ी भयावह है, अतः संतोष धारण करके ही मानवता को, संबंधों को, स्वयं को बचाया जा सकता है।

कुछ काव्यमय

धीरज से उपजा संतोष
मानव को संस्कारी बनाता है।
संतोष फलित होकर हरेक को
सदाचारी बनाता है।
यह वह बीज है जो
मीठे फल देता है।
सारी व्यग्रताएं, सारी ऐषणायें
जड़मूल से हर लेता है।

अपनों से अपनी बात

अनमोल है विनम्रता

विनम्र व्यवहार और मन की कोमलता किसी भी हथियार से अधिक शक्तिशाली है। कोमल हृदय व्यक्ति का अस्तित्व उसकी मृत्यु के बाद भी रहता है। जिदंगी का मूल मंत्र है, प्यार दो और प्यार लो। भगवान को वाणी में कठोरता पसन्द नहीं, इसीलिए उन्होंने जुबान को लचीली बनाया। लेकिन ये जो घाव करती है, वैसा लोहा भी नहीं कर सकता। ये अपने कटु शब्दों से एक पल में अपनों को पराया कर देती है। तो किसी को स्नेह और आत्मीयता की माला में गूंथ भी देती है। इस जुबान से महाभारत जैसे, बड़े–बड़े युद्ध हुए तो कई बिछड़े परिवार भी एक हो गए। एक दिन मुख में 32 दाँतों के बीच रहने वाली जीभ बोली–भाइयों! तुम 32 हो। मैं तुम्हारे बीच रहती हूँ। बहुत लचीली और मुलायम हूँ। मेरा ध्यान रखना। सभी दांत एक साथ बोले– बहना! हम 32 हैं और तू अकेली है। फिर भी हम पर भारी है। तू हमारा ध्यान रखना। जीभ ने पूछा– मैं तुम्हारा ध्यान कैसे रख सकती हूँ? दाँत बोले– किसी को भी उल्टा–सीधा बोल कर, तुम तो अन्दर चली जाती हो, लेकिन भुगतना हमें पड़ता है। बहना! किसी को कुछ गलत मत बोलना, नहीं तो हमें घर–बार छोड़कर बाहर आना पड़ेगा। हमेशा सबसे मीठा बोलना। विनम्र व्यवहार और मन की कोमलता किसी भी हथियार से अधिक शक्तिशाली है, जहाँ कठोरता का जल्दी नाश होता है, वहीं कोमलता लम्बे समय तक रहती है। भीष्म पितामह शरशय्या पर थे। धर्मराज युधिष्ठिर ने आग्रह किया कि पितामह उन्हें जीवनोपयोगी शिक्षा दें। भीष्म ने कहा कि नदी जब समुद्र तक पहुँचती है तो बहाव के संग बहुत सी चीजों को बहाकर ले जाती है। एक दिन समुद्र ने नदी से प्रश्न किया–तुम बड़े–बड़े पेड़ों को अपने प्रवाह में ले आती हो, लेकिन क्या कारण है कि छोटी सी घास, कोमल बेलों व नरम पौधों को बहाकर नहीं ला पाती। नदी का उत्तर था–मेरे बहाव के दौरान बेलें झुक जाती हैं और रास्ता दे देती हैं, लेकिन वृक्ष अपनी कठोरता के कारण यह नहीं कर पाते।

–कैलाश 'मानव'

विवेक से सफलता

एक धनवान सेठ के चार पुत्र थे। एक दिन उसके मन में प्रश्न उठा कि इन चारों में से किसे अपनी सम्पति का मुखिया बनाऊँ? उसने एक उपाय सोचा। अपने चारों पुत्रों को बुलाया और प्रत्येक को 5–5 गेहूँ के दाने देकर कहा कि मैं कुछ समय के लिए बाहर जा रहा हूँ। इन दानों का तुम सभी सदुपयोग करना। जो इनका सर्वश्रेष्ठ उपयोग करेगा, उसे मैं अपनी संपत्ति का मुखिया बनाऊँगा। सबसे बड़े बेटे ने सोचा–मैं सबसे बड़ा हूँ तथा सम्पूर्ण सम्पति का स्वामी तो मैं ही बनूँगा, क्या करना है, इन दानों को सहेज कर और उसने वे दानें फैंक दिये। दूसरे बेटे ने सोचा कि दाने सम्भाल कर रखना चाहिए ताकि जब

पिताजी वापस आएँगे तो उन्हें पुनः सुरक्षित लौटा सकूँ। उसने पाँचों दाने घर के पूजा स्थल में भगवान् के श्रीचरणों में रख दिए। तीसरा बेटा कोई निर्णय ही नहीं ले पाया। चौथा और सबसे छोटा बेटा बुद्धिमान था। उसने पाँचों दानों को खेत के एक कोने में बो दिया। खाद–पानी दिया, धीरे–धीरे उन पाँच दानों से गेहूँ के पौधे उगे और उनकी बालियों से अनके दाने मिले। उसने उन दानों को पुनः खेत में बोया और धीरे–धीरे पूरे खेत में गेहूँ की फसल लहलहाने लगी उसे पास कई बोरी गेहूँ का भण्डारण हो चुका था। कुछ वर्ष बाद पिता जब लौटे तो उन्होंने सभी पुत्रों को अपने पास बुलाया और गेहूँ दानों के उपयोग के बारे में पूछा।

जब उन्हें सबसे छोटे बेटे की स्थिति का पता चला तो वह बहुत खुश हुए और उसे ही अपनी सम्पूर्ण सम्पत्ति का मुखिया घोषित किया। कहना तात्पर्य यह है कि यदि व्यक्ति विवेक से काम ले तो कठिन से कठिन परिस्थितियां भी आसान हो सती हैं। विवेक और परिश्रम ही सफल जीवन की कुंजी हैं।

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

पिता कैलाश की बात गौर से सुन रहे थे, उन्होंने अपने हाथ की सोने की अंगूठी निकाली और उसे देते हुए कहा कि इस अंगूठी को बेच कर जितने पैसे आयें उसकी ड्रेसें खरीद कर बाकी के बच्चों में बांट देना। पिता की भावना देखकर सब द्रवित हो उठे। कैलाश को बरबस ही वर्षों पहले ऐसी ही घटना याद आ गई। तब भी पिता ने असहाय बच्चों की सहायता हेतु इसी तरह अपनी अंगूठी उतार कर दी थी। वहां 75 बच्चे थे मगर वे 57 ड्रेसें ही ले जा पाये थे, इतने ही पैसे थे। पिता की इस पहल पर कैलाश को हिचकिचाहट हो रही थी तो मन ही मन गर्व भी हो रहा था कि वह ऐसे पिता का पुत्र है। कैलाश ने अंगूठी लौटाते हुए कहा कि – इस बार हम बाकी बच्चों के लिये भी ड्रेसें ले जायेंगे, आप यह अंगूठी अपने पास ही रहने दो। पिता भी तो उसी के थे, वे ऐसे कैसे मान जाते। उन्होंने अंगूठी लेने से इन्कार कर दिया और कहा कि तू जो पैसे इकट्ठे करे उससे कोई और चीज ले चले जाना।

अगले शिविर की तैयारी की चर्चा की तो ग्रामवासियों में व्याप्त चर्म रोग पर सभी चिन्तित थे। कल्पना बोली कि बच्चे बहुत खुजला रहे थे, ऐसा लगता था जैसे वे महीनों से नहीं नहाये हों, अगली बार अपन जायेंगे तो सबको नहलायेंगे। छोटी सी कल्पना का यह सुझाव सभी को पसन्द आया। कैलाश को भी अच्छा लगा। उसने कहा कि अगली बार अपने साथ बाल्टी और साबुन की बट्टियां भी ले जायेंगे। इस पर किसी ने सवाल किया कि खाली स्नान कराने से क्या होगा, यदि हमारे साथ कोई चर्म रोग विशेषज्ञ डॉक्टर चले तो बहुत अच्छा रहेगा। सुझाव तो अच्छा था पर डॉक्टर को देने के पैसे कहां थे।

सेटेलाइट हॉस्पीटल में ही डॉ. आर. के. पामेचा थे। कैलाश इन्हें जानता था। उसने सोचा कि अगर वे सेवा के रूप में साथ आने को तैयार हो जायें तो उनसे पूछने में क्या दिक्कत है। ज्यादा से ज्यादा मना ही करेंगे। कैलाश ने उनसे निवेदन किया तो वे खुशी–खुशी शिविर में भाग लेने को तैयार हो गये।

पिताजी की अंगूठी बेचने की जरूरत ही नहीं पड़ी। बड़े भाई राधेश्याम ने अंगूठी यादगार के रूप में अपने पास रख ली और इसके बदले 650 रु. दे दिये। इससे बाकी बचे बच्चों के लिये ड्रेसें खरीद ली और किसी के हाथ पई भिजवा भी दी।

कैलाश के मन में एक बात और घूम रही थी। सिर्फ डॉक्टर को ले जाने से क्या होगा, दवाओं की भी तो आवश्यकता होगी। उसने डॉ. पामेचा से आवश्यक दवाओं की सूची मांग ली। डॉक्टर ने सूची दे दी तो बाजार से सभी दवाएं मंगवा ली। सिर्फ एक दवा नहीं मिली। कई दुकानों की खाक छानी मगर कहीं नहीं मिली। जब आस छोड़ दी तो एक छोटी सी दुकान पर यह दवा भी मिल गई।

पीड़ित किसान परिवार को मदद

कुछ दिन पहले गंगाखेड़ क्षेत्र के कतकरवाड़ी में किसान मंचक कतकड़े के घर में भीषण आग लग गई थी। आग ने उनके घर और उनकी आजीविका बकरियों और उनके दो चूजों को नष्ट कर दिया और दो बैलों को क्षति पहुंचाई। गरीब परिवार संकट में आ गया। कोरोना के कारण, उन्हें शिकायत दर्ज करने के लिए वाहन भी नहीं मिल सके। मदद की आशा से गरीब किसान परिवार के सदस्य डेप्युटी कलेक्टर सुधीर जी पाटिल के कार्यालय में गए और उन्हें अपनी स्थिति व क्षति की जानकारी दी। यह महसूस करने हुए इस किसान को कानून के ढ़ांचे के भीतर मदद नहीं मिलेगी, सुधीर पाटिल ने धर्मार्थ संगठन, नारायण सेवा संस्थान उदयपुर जो हर मुश्किल में जरूरतमंद को सहायता के लिए तैयार रहता है। परभणी जिला संयोजिका श्रीमती मंजू दर्डा से संपर्क किया और उनसे मदद का अनुरोध किया। इस पर उन्होंने पीड़ित किसान परिवार को खाद्यान्न, बर्तन, कपड़े आदि सामान दिया। इस अवसर पर पूजा दर्डा, सखाराम बोबड़े, राहुल सबने एवं हर्ष आंधले भी उपस्थित थे।

गर्मियों में खाएं ये सब्जियां

गर्मियों में तमाम बीमारियां शरीर को घेर लेती हैं, इसलिये ऐसी सब्जियों का सेवन कीजिये जिसमें ढेर सारा पोषण और जल हो। आपको कुछ ऐसी सेहतमंद सब्जियाँ बताएंगे जो आपको गर्मियों के दिनों में खानी चाहिये। इन्हें खाने से आप का पेट भी ठीक रहेगा और शरीर भी हमेशा तर रहेगा। आइये जानते हैं कौन सी हैं वे हेल्दी सब्जियां।

कद्दू – इसे खाने से पेट बिल्कुल साफ रहता है। यह पेट के कीड़ों को सफाया करती है। इसमें पोटैशियम और फाइबर काफी मात्रा में पाये जाते हैं। यह ब्लड प्रेशर को भी कंट्रोल करता है। यह त्वचा की कई बीमारियों को भी ठीक करता है। इसके अलावा यह ब्लड शुगर लेवल को और आंत को भी ठीक रखता है।

करेला – करेला त्वचा से फोड़े, फुन्सी, रैश, फंगल इंफेक्शन और दाग को पैदा होने से रोकता है। इससे हाई बीपी और मधुमेह भी काबू में रहता है।

लौकी – इसे खाने से गर्मी दूर होती है और यह पेट के सभी रोग जैसे, एसिडिटी और अपच को दूर करती है। लौकी में सोडियम होता है।

चवली – इसमें ढ़ेर सारा विटामिन–ए, बी6 और विटामिन सी होता है। इसमें गर्मी भगाने वाला तत्व होता है। साथ ही यह सास की बीमारी को दूर करती है इसके अलावा यह मलेरिया बीमारी को भी दूर करती है, जो कि गर्मियों में एक आम बीमारी है।

तुरई – यह सब्जी खून को साफ करती है, ब्लड शुगर को नियंत्रित करती है और पेट के लिये बड़ी ही अच्छी मानी जाती है।

खीरा – खीरे में 96 प्रतिशत तक पानी पाया जाता है, जिससे शरीर हमेशा तर रहता है और उसका तापमान नियंत्रित रहता है। खीरे में बहुत सारा पोटैशियम, मैग्नीशियम और फाइबर पाया जाता है, जिससे ब्लड प्रेशर हमेशा नियंत्रित रहता है।

शिमला मिर्च – शिमला मिर्च चाहे जिस रंग की हो उसमें विटामिन–सी, विटामिन–ए और बीटा कैरोटीन भारी मात्रा में होता है। इसके अंदर बिल्कुल भी कैलोरी नहीं होती इसलिये यह खराब कोलेस्ट्रॉल को नहीं बढ़ाती। यह शरीर को हार्ट अटैक, ओस्टीपुरोसिस, अस्थमा और मोतियाबिंद से लड़ने में सहायता भी करती है।

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

अनुभव अमृतम्

कैलाश भरोसा रख भगवान पर। भरोसा रख, अपने उन हजारों दानदाताओं की कृपा पर, कोई 500 रुपये भेजता था। कोई 1000 रुपये भेजता था। कहीं 5000 रुपये का दान भी प्राप्त होता था। कहीं उससे ज्यादा भी प्राप्त हो जाता था। मनी ऑर्डर भी आते थे। बहुत प्रेम बनाये रखा, बनाए रखना ही चाहिए। वह घड़ी आ गई, जब उद्घाटन का दिन निश्चित हो गया । लंबा सा बड़ा निमंत्रण पत्र बनाया गया। जैसे जैन समाज में आमतौर पर प्रतिष्ठाओं में बनाए जाते हैं। पूज्य बाबूजी चैनराज जी लोढ़ा साहब का फोटोग्राफ उनके पाँचों बच्चों के फोटोग्राफ, पूज्य चैनराज जी लोढ़ा साहब अमुक तारीख को हॉस्पिटल का उद्घाटन करेंगे। पूज्य कनक राज जी लोढ़ा साहब ने अपने सबसे बड़े बेटे जी को भेजने की कृपा की। रणकपुर जोधपुर से पधारे जोधपुर में हवाई अड्डे उतरे। जोधपुर से राणकपुर पधारे। राणकपुर से फिर उदयपुर पधारने की कृपा की। बड़ा शुभ दिन पूज्य विमल मुनि जी महाराज, मंदिर मार्गीय धारा के पूज्य महाराज, श्री पूज्य चैनराज जी लोढ़ा साहब उनको बहुत सम्मान देते थे, और मैं भी बहुत सम्मान देता था। मंच पर आदरणीय मूंधड़ा साहब बिना शर्त के बिराजने वाले, वह भी बिराजे, कमला जी, प्रशांत, कल्पना दौड़ दौड़ कर सेवा कर रहे थे। और प्रभु कृपा से ही उद्घाटन, शुभ उद्घाटन पूर्ण हुआ। बहुत आनंद हुआ। नारायण सेवा संस्थान के पहले हॉस्पिटल का शुभारंभ हुआ।

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

अनुकूलता प्रतिकूलता तो आती ही रहेगी, आई है बहुत ही आई है। पन्ने के पन्ने रंग जावे, परंतु आनन्द भी बहुत हुआ। एक अद्भुत दृश्य, परम पूज्य बाबू जी साहब गार्डन में मिले, तो संपर्क बना रहा। प्रेम बना रहा, और ढाई साल बाद एक दिन अचानक सुना पूज्य बाबूजी शांत। उनके देह देवालय को छोड़ कर चले गये। हंस अकेला चला।

तुरंत मुंबई पहुँचा, बहुत दुख हुआ। नारायण सेवा के स्तम्भ ने चिर विश्राम ले लिया। जब अंत्येष्टि में भाग ले रहे थे, कुछ महानुभाव कह रहे थे। चैनराज जी लोढ़ा की सेवा ने उनको ढ़ाई साल का जीवन बढ़ा दिया। दार्ढ़ साल पहले कैलाश जी है उनके साथ मिलकर के हॉस्पिटल बनाया उदयपुर में। मै पीछे खड़ा सुन रहा था। मैंने हाथ जोड़कर के कहा मैं ये वो छोटा सा निशान हूँ। अच्छा–अच्छा कैलाश जी चैनरज जी चल बसे।

हाँ, हाँ, कितना बयां करू मैं,
इस दुनिया की अजब गति।
चंदन आना और जाना है,
फर्क नहीं है राई रति

सेवा ईश्वरीय उपहार– 462 (कैलाश 'मानव')

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

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