

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 9 • अंक-2324 • उदयपुर, बुधवार 05 मई, 2021

• प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया



समाचार-जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें



सेवा-जगत्
निःस्वार्थ सेवा, नारायण सेवा

भारत के कुशल तकनीक पेशेवरों की तारीफ

चीन के बढ़ते प्रभुत्व को रोकने के लिए अमरीका की नजर में भारत सबसे महत्वपूर्ण देश है। भारत के पास अत्यधिक कुशल तकनीकी पेशेवर होना और देशों में मजबूत राजनीतिक व सांस्कृतिक संबंध होना इसकी वजह है। यह रिपोर्ट अमरीकी थिंक टैंक इन्फोर्मेशन टेक्नोलॉजी एंड इनोवेशन फाउंडेशन ने जारी की है।

एक पहलू यह भी है, अगर दोनों देशों के बीच बौद्धिक सम्पदा, डेटा संचालन व अन्य मतभेद पैदा होते हैं तो आइटी क्षेत्र की कंपनियां आड़े आ सकती हैं।

यों समझें, चीन को रोकने लिए भारत क्यों जरूरी

रिपोर्ट के सह लेखक डेविड मोशेला का कहना है कि अमरीका और चीन के बीच मतभेद बढ़ाने वाली ताकतें अमरीका व भारत को निकट ला रही हैं। अमरीका, भारत व चीन के संबंध कई दशकों तक वैश्विक प्रतिद्वंद्विता आईटी क्षेत्र में अत्याधुनिक सस्ती तकनीकी व डिजिटल उपकरणों को आकार देंगे। ऐसे में अमरीका को चीन से मुकाबला करने के लिए भारत का साथ चाहिए। बिना इसके चीन को रोकना मुश्किल है।

बीजिंग नहीं, दिल्ली मॉडल देखेगी दुनिया

रिपोर्ट का एक परिदृश्य यह भी है कि चीन के कारण आर्थिक, सैन्य और अंतरराष्ट्रीय संबंध से जुड़ी चुनौतियां बढ़ने के बीच भारत-अमरीका के हित समान हों। ऐसे में व्यापारिक व अन्य मामलों में विकासशील देश बीजिंग मॉडल की बजाय दिल्ली मॉडल को देखेंगे।

.....अमरीका कुछ नहीं कर पाएगा

रिपोर्ट में कहा है कि यदि भारत-चीन के बीच तनाव कम हो जाए, दोनों देशों के बीच कारोबारी संबंध मजबूत हों तो ऐसी स्थिति में वैश्विक अर्थव्यवस्था और मजबूत होगी। अमरीका इस बारे में कुछ खास नहीं कर पाएगा।

रिसर्च एंड डवलपमेंट, प्रोडक्ट डिजाइन में आगे

भारत अनुसंधान व विकास, व नवोन्मेष केंद्रों, मशीनों संबंधी जानकारी, विश्लेषण, नए उत्पाद के लिए डिजाइन व जांच में बहुत तेजी से काम कर रहा है। इसमें सूचना प्रौद्योगिकी, जीव विज्ञान समेत विभिन्न क्षेत्र शामिल हैं। जो देश के विकास में अग्रणी है।

गगनयान मिशन को लेकर इसरो और फ्रांस में समझौता



भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) और फ्रांस के बीच 2022 में भारत के पहले मानवयुक्त अंतरिक्ष मिशन 'गगनयान' में सहयोग के लिए समझौता हुआ है। समझौते पर हस्ताक्षर भारत की यात्रा पर आए फ्रांस के विदेश मंत्री ज्यां रावेस ला द्रियां ने इसरो मुख्यालय के दौरे में किए। इस मिशन के लिए फ्रांस की अंतरिक्ष एंजेसी सीएनईएस भारतीय अंतरिक्ष

यात्रियों के लिए जरूरी वस्तुओं, चिकित्सा उपकरणों आदि में इसरो का सहयोग करेगी।

ट्रेनिंग देने से लेकर उपकरणों की मदद : फ्रांस 'लाइट फिजिशियन' व मिशन नियंत्रण टीमों को सूक्ष्म गुरुत्वाकर्षण ऐप्लिकेशन के विकास के लिए ट्रेनिंग देगा। अग्निरोधी बैग भी उपलब्ध करवाएगा जो उपकरणों को विकिरण से बचाएगा।

एक वर्ष की चिकित्सा के बाद चला मोहित

बांका (बिहार) के गांव कर्मा निवासी राजीव कुमार सिंह के घर 26 जुलाई 2018 को दूसरी संतान का जन्म शल्य चिकित्सा से हुआ। जन्म के 6-7 माह बाद माता-पिता को पता लगा कि मोहित के दोनों पांवों में कमजोरी और टेढ़ापन है। यह देख वे चिंताग्रस्त हो गए। तभी उनके किसी मित्र ने बताया कि अपने बच्चे का इलाज उन्होंने भी नारायण सेवा संस्थान में कराया जिससे वो अब आसानी से चलने लगा है। इस जानकारी के बाद मोहित के माता-पिता भी बिना वक्त गंवाए मार्च 2019 में उदयपुर आए।

संस्थान की डॉक्टर्स टीम ने जांच की। बच्चे को जन्मजात क्लब फुट डिफॉर्मिटी रोग बनाया और कहा कि 2 वर्ष तक इलाज चलेगा। फिर शुरू हुआ इलाज का दौर जिसके तहत 3 बार प्लास्टर चढ़ाया गया। दोनों पांव का एक-एक ऑपरेशन हुआ। उसके बाद 2 बार फिर प्लास्टर चढ़ाए और 3 बार अलग-अलग तरह के जूते पहनाकर उसे चलाया। मोहित के पांव अब सीधे हो गए हैं। वो दौड़ने भी लगा है। पूरा परिवार उसे चलता देख बहुत खुश है।



संस्थान द्वारा दिव्यांग दम्पती व बच्चे की मदद



नारायण सेवा संस्थान ने दिव्यांग धर्मराम (13) और रमेश मीणा (28) को उनकी विपरीत परिस्थितियों में तात्कालिक मदद पहुंचाई है। कानोड़ तहसील जिला उदयपुर (राज.) के तालाब फलां निवासी रमेश पुत्र वाला मीणा का घर आग लगने से स्वाह हो गया था।

संस्थान ने अनाज, वस्त्र, कम्बल मसाले आदि देकर उसकी मदद की। रमेश और उसकी पत्नी लोगरी दोनों ही जन्मजात दिव्यांग हैं। चार बच्चों के साथ गृहस्थी को चलाना, पहले से ही इसके लिए भारी था और अब घर के जल जाने से उस पर मुसीबतों का पहाड़ टूट पड़ा है। वहीं मंगलवार को पीआरओ विपुल शर्मा को फुटपाथ पर मिले धर्मा पुत्र कंवरलाल को व्हीलचेयर, कपड़े, बिस्किट एवं राशन देने के साथ उसका सीपी टेस्ट करवाया।

इस बालक की दो वर्ष पूर्व बीमारी के दौरान आवाज और आंखों की रोशनी चली गई थी। अब इसके पांव भी नाकाम हो गए हैं। डॉक्टर्स टीम आवश्यक चिकित्सा के लिए प्रयासरत हैं। संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने कहा कि विषमता में परेशान दिव्यांगों एवं दुखियों को ज्यादा से ज्यादा मदद पहुंचाने के लिए संस्थान तत्पर है। इस अवसर पर विष्णु जी शर्मा हितैषी, भगवान प्रसाद जी गौड़, दिलीप सिंह जी, फतेहलाल जी मौजूद रहे।

गलत फैसलों से भी शिक्षा लें

पुरानी आदतों को बदलना आसान नहीं है। खासकर, गलतियों के लिए खुद को कोसने जैसी आदतों को बदलना बहुत ही मुश्किल है। लेकिन समय और समर्पण के साथ कोशिश से इसे आसानी से बदला जा सकता है।

जीवन में गलतियाँ हम सबसे होती हैं और गलत फैसले भी। गलती करना मानवीय स्वभाव है। अपने गलत फैसलों और गलत चुनाव से किस तरह से निपटते हैं, यह भविष्य को लेकर आपकी सोच को परिभाषित करता है। अपने गलत फैसलों के लिए खुद को दोषी समझते रहना और उन्हें भूलकर आगे न बढ़ पाना आपकी एक और गलती होगी। इससे आपके जीवन में ठहराव आ जाएगा और आपको कामयाबी कभी नहीं मिल पाएगी।

परिस्थिति का आकलन करें : अपने कार्य पर एक नजर डालें और विचार करें कि आपने यह फैसला क्यों लिया था। इसमें सुधार कैसे किया जा सकता है या इस अनुभव से क्या सीखा जा सकता है। अगर इसके लिए अपने अहम को दूर करके माफी मांगने की जरूरत हो तो सोचिए मत। यदि स्थिति को बदलने के लिए इससे ज्यादा कोशिश करने की जरूरत हो तो उसे करने का संकल्प लीजिए। अगर आपको लगता है कि इसे ठीक करना संभव नहीं है तो, आगे बढ़ जाना ही उचित होगा।

सोच को बदलें : अपनी गलतियों से सबक लेना और उन्हें सकारात्मक अनुभव में तब्दील करने का एकमात्र रास्ता है अपनी सोच को बदलना। लेकिन ऐसा कर पाना एक रात में संभव नहीं है। सोचने के पुराने तरीके को बदलने के लिए आपको अभ्यास करना होगा। बुरे नतीजों पर ध्यान केंद्रित करने से बेहतर होगा यह सोचना कि आप चीजों को सही कैसे बना सकते हैं और फिर किस तरह उन पर अमल कर सकते हैं।

सीखें और आगे बढ़ें : लगातार खुद को दोषी मानते रहने से न ही आप कुछ सीख सकते हैं और न ही हासिल कर सकते हैं। आप गलती से सीखें और एक सकारात्मक राह पर आगे बढ़ने का प्रण लें। पुरानी आदतों को बदलना आसान नहीं है खासकर गलतियों के लिए खुद को कोसने जैसी आदतों को बदलना। लेकिन समय और समर्पण के साथ आसानी से इसे बदला जा सकता है।

संकट को अवसर में बदला

सौम्या (परिवर्तित नाम) ने दो साल पहले सिलाई सीखना शुरू किया था। इससे पहले वह दूसरो के घरों में बर्तन मांजने जैसे घरेलू काम करती थी। लॉकडाउन में यह काम छूटा तो मास्क बनाना शुरू कर दिया। वह इसी काम से अब तक 15 हजार से ज्यादा कमा चुकी है। कहती है— इसमें किसी की फटकार सुनने की शर्मिंदगी भी नहीं है। दीपा मूलतः बंगाल की रहने वाली है। पति रोजगार की तलाश में कुशलगढ़ आए थे। उनकी नौकरी छूटने के बाद घर खर्च निकालना मुश्किल हो गया था। फिर दीपा ने काम शुरू किया। वह कोरोना काल के दौरान 15 हजार से ज्यादा कमाई कर चुकी है।

राधा और उनकी बेटी कमला (परिवर्तित नाम) की कहानी भी दर्द भरी है। राधा के पति की कुछ समय पहले मृत्यु हो गई थी। घर और बच्चों की जिम्मेदारी उन पर आ गई। राधा ने सिलाई सीखी। लॉकडाउन मां-बेटी ने मास्क बनाकर 30 हजार से ज्यादा की कमाई की है। इसी तरह लोहारिया पंचायत में रहने वाली बबली बीए तृतीय वर्ष की छात्रा है। तीन साल से सिलाई सिखा रही हैं। वह स्वयं सहायता समूह की अध्यक्ष है।

लॉकडाउन में बबली ने मास्क पर कशीदाकारी का काम किया है। उसने 12 हजार से ज्यादा की कमाई की है। वह साथी महिलाओं को भी कढ़ाई सिखा रही है।

मायने

दो साथी एक रेस्तरां में गये। पहले डोसा खाया, फिर दो लस्सी मंगाई। एक साथी ने लस्सी पीनी शुरू ही की थी कि उसे गिलास में बाल दिखा। उसने वहाँ के लड़के को बुला कर कहा, 'देखो इसमें कितना बड़ा बाल है?' इधर दीजिए साहब, दूसरा लेकर आता हूँ।' बालक ने सहमे हुए स्वर में कहा। 'तुम लोग कुछ नहीं देखते, सफाई का बिल्कुल ध्यान नहीं रखते हो।' दूसरा साथी कुछ तेज आवाज में बोला तो काउंटर पर बैठे दुकानदार ने कहा, 'क्या हुआ साहब?' ग्राहक ने अपनी शिकायत दुकानदार को बताई। 'ठीक है सर, आप उसे मत पीजिए। वहीं छोड़ दीजिए।' इसी के साथ उस नौकर से दूसरा गिलास लाने का आदेश दिया। दुकानदार ने उस लड़के को बुलाया, 'क्यों बे ! तेरे को दिखाई नहीं पड़ता। लस्सी में बाल कहाँ से आ गया? हरामखोर बैठे-बैठे तीस रुपये का

नुकसान करा दिया। दुकानदार ने रजिस्टर में उसका खाता खोला और उसके नाम तीस रुपये चढ़ा दिये फिर बोला, 'ठीक है जा, आगे से ध्यान रखना। तेरी पगार से तीस रुपये कट जाएँगे। तुम लोगों की लापरवाही से मैं अपना धंधा चौपट नहीं करूँगा।'

दूसरी ओर बैठा एक ग्राहक चुपचाप सारी गतिविधियों को गौर से देख रहा था। थोड़ी देर में काउंटर पर आया और पूछा, 'कितना बिल हुआ?' 'सत्तर रुपये!' दुकानदार के कहने से पहले ही उस नौकर ने बताया, जो उसकी मेज पर खाना रख रहा था। ग्राहक ने सौ रुपये का एक नोट देते हुए दुकानदार से कहा, 'पूरा-पूरा लीजिए, सत्तर मेरे और तीस रुपये, जो आपने इस नौकर के खाते में चढ़ाया है, उसे काट दीजिएगा। उसके जीवन में तीस रुपये बहुत मायने रखते हैं।'

WORLD OF HUMANITY का निर्माण प्रगति पर.....

अंतहीन संभावनाएं - दिव्यांगता मिटाने के विभिन्न आयाम

चिकित्सा

- निदान (एक्स रे, ओपीडी, लैब)
- उपचार (कृत्रिम अंग और कैलीपर्स)
- पोस्ट ऑपरेटिव केयर (वार्ड, आईसीयू)
- चिकित्सा सहायता (फार्मसी एवं फिजियोथेरेपी)

स्वावलम्बन

- हस्तकला या शिल्पकला
- सिलाई प्रशिक्षण
- डिजिटल (कंप्यूटर) प्रशिक्षण
- मोबाइल फोन मरम्मत प्रशिक्षण
- नारायण चिल्ड्रन एकेडमी (निःशुल्क डिजिटल स्कूल)

सशक्तिकरण

- दिव्यांग शादी समारोह
- दिव्यांग हीरोज
- दिव्यांग खेल अकादमी
- दिव्यांग संगोष्ठी - सेमीनार
- इंटरनेशनल वॉलंटियर

सामुदायिक सेवाएं

- आदिवासी और ग्रामीण शिक्षा
- वस्त्र वितरण
- दृश्य एवं श्रवण बाधित के लिए आवासीय विद्यालय
- मोजन सेवा
- राशन वितरण
- वस्त्र और कंबल वितरण
- दवा वितरण

○ 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पिटल ○ 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त
○ निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी ○ निःशुल्क कृत्रिम अंग निर्माण कार्यशाला

○ प्रज्ञाचक्षु, विनोदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों का निःशुल्क आवासीय
○ व्यावसायिक प्रशिक्षण ○ बस स्टैण्ड से मात्र 700 मीटर दूर ○ रेलवे स्टेशन से 1500 मीटर दूर

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें मो नं. : +91-294-662222 वाट्सअप : +91-7023509999

सम्पादकीय

'उम्मीद पर दुनिया टिकी है।' यह वाक्य बहुत सुनने में आता है। सच है कि मानव की उम्मीद ही मर जायेगी तो उसके जीने का सहारा भी क्या बचेगा ? उम्मीद वह आशावती फल है जो वर्तमान के संकटों से न केवल जूझने की शक्ति प्रदान करता है वरन् भावी जीत की इच्छा भी प्रकट करता है। उम्मीदें पालकर ही मानव को आगे बढ़ने का रास्ता सूझता है। नाउम्मीद होने पर आदमी निराश भी होता है तथा अपनी शक्ति व क्षमता को विस्मृत भी कर बैठता है। इसलिये उम्मीदें उसमें उमंगें भरती हैं। हमारा सारा समाज उम्मीद के सहारे ही कर्मशील बना रहता है। किन्तु यहाँ एक सावधानी भी जरूरी है कि हम झूठी उम्मीदें न पालें। हरेक को अपनी सामर्थ्य का ज्ञान होता है, इसके बावजूद भी वह अनहोनी उम्मीदें पालने लगे तो निराशा तो आनी ही है। वाजिब उम्मीद आगे बढ़ाती है तो गौर वाजिब उम्मीद रूकावट ही पैदा करती है।

कुछ काव्यमय

उम्मीदों के पंख लगाकर,
उड़ना है आकाश में।
सफलताओं को भर लेना,
अपने बाहुपाश में।
पर झूठी उम्मीदों से,
आस नहीं लगाना चाहिये।
जितनी अपनी ताकत हो,
बस उम्मीदें वही चाहिये।

- वस्तीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

नारायण सेवा में मिले सेवा और प्यार

ख्यालीराम-बौद्धदेवा निवासी कनीगवा जिला बदारूँ (उ.प्र.) के खेतीहर साधारण परिवार का बेटा नरेशपाल (19) दोनों पाँव से लाचार था। करीब ढाई साल की उम्र में बुखार के दौरान लगे इंजेक्शन के बाद दोनों पाँव लगातार पतले होते चले गए। बिना सहारे के लिए उठना, बैठना और खड़ा रहना भी मुश्किल था। मथुरा में इलाज भी करवाया परन्तु हालत बही रही। नरेश ने बताया कि हरियाणा में उसके परिवार से सम्बद्ध व्यक्ति ने नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर में पोलियो चिकित्सा की जानकारी दी जिसका इलाज भी यहीं हुआ था। नरेश के साथ आए उसके भाई अभय सिंह ने बताया कि ऑपरेशन हो चुका है। हम पूरी तरह संतुष्ट हैं। दुनियाभर में संस्थान का प्रचार होना चाहिए ताकि हम जैसे गरीब लोग भी इसका लाभ ले सकें। इसके संस्थापक पूज्य 'मानव सा.' के जुग-जुग जीने की प्रभु से कामना करते हैं।

अपनों से अपनी बात

रोम-रोम में खिल जाँएँ पुष्प

दूसरों की वेदना से जो व्यथित नहीं होता वह सहृदयी हो ही नहीं सकता। पर दुःख से दुःखी हो जाने वाला और उसके निराकरण में यथायोग्य सहायता करने वाला व्यक्ति ही दैवीय गुण सम्पन्न हो सकता है। जब दैवीय गुण अंतर्मन में अंगड़ाई लेते हैं तो अंतःकरण स्वतः शुद्ध हो जाता है। भौतिक कामनाएं मुरझाने लगती हैं और लगने लगता है कि रोम-रोम में परम ब्रह्म से सुवासित पुष्प खिल रहे हैं। परम पुनीता भारत-भू पर अनेक ऐसे महान ऋषि-महर्षि और संत हुए हैं। जिन्होंने अपने कर्म और साधना से ऐसा करिश्मा करके दिखाया भी....। ऐसे ही एक संत थे रैदास। सहृदय और निश्चल प्रभु भक्त। वे रोजाना प्रभु स्मरण करते - करते दो जोड़ी जूते बनाते। पहला जोड़ा बेचकर अपना निर्वाह करते तो दूसरा उस गरीब व्यक्ति को दे देते जो नंगे पाँव होता था। रैदास जी के कुछ सम्पन्न शिष्यों को यह बुरा लगता कि उनके गुरु जूता बनाएँ और जीवन यापन करें। एक दिन वे सब हम सलाह होकर उनकी झोंपड़ी में गए और दण्डवत प्रणाम कर कहा- गुरुजी!



आपकी प्रभु भक्ति, सादगी और विनम्र व्यवहार से अनेक लोग आपसे प्रेरणा लेते हैं। आपको गुरु मानकर व्यसन-दुर्गुण का त्याग करते हैं। आपके रचे भक्ति पद घर-घर में गाए जाते हैं। ऐसी स्थिति में जूता बनाने का त्याग हमारी गुरु-दक्षिणा ही मान लें और मृत पशुओं के चाम को हाथ भी न लगाएँ। संत रैदास शिष्यों के आग्रह को सुनकर मुसकुराएँ और बोले - उपदेश के बदले जीवन निर्वाह की सामग्री जुटाना मेरी दृष्टि में धर्म नहीं है। गुरु - दक्षिणा तो मैं प्रभु कृपा से तुम्हारे जीवन की दिशा देकर हासिल कर चुका। अब रही जूता सिलने की बात मेरी समझ में

बुजुर्ग - हमारी छत्र छाया



पिता जीवन है, संबल है, शक्ति है, पिता सृष्टि के निर्माण की अभिव्यक्ति है, पिता सुरक्षा है, सिर पर हाथ है, पिता नहीं तो जीवन अनाथ है। एक राजा था। उसने सोचा कि राज्य में वृद्ध लोग भार हैं। 50 साल की उम्र के बाद कोई काम तो करते नहीं। अगर वृद्धों से हमारे राज्य को मुक्ति दिला दें तो कई प्रकार के संसाधनों और सामग्री की बचत हो जाएगी।

राजा युवा था, उसके मंत्री भी युवा थे। इसलिए उसके मन में ऐसी बात आई और आदेश दे दिया कि सभी वृद्धजनों को यहाँ से निकाल दो। सभी बूढ़ों को देश छोड़कर जाना पड़ा। पूरा राज्य बुजुर्गविहीन हो गया। लेकिन एक लड़का था, उसे अपने वृद्ध पिता से बहुत प्यार था, इसलिए उसने उसे कमरे में छुपा कर रख लिया। कुछ समय गुजरा.....राज्य में भयंकर अकाल पड़ा, भूखमरी फैल गई। लोग काल के ग्रास बनने लगे। उस पीड़ा में उस वृद्ध पिता ने अपने बेटे को बुलाकर कहा कि तुम ऐसा करो कि सड़क के दो तरफ हल जोतो। आज्ञाकारी पुत्र ने दूसरों को भी इस काम के लिए बोला - लेकिन किसी ने सहयोग नहीं किया। अंत में बेटा खुद अपने सामर्थ्य से हल लेकर सड़क किनारे जोतने लगा। थोड़े समय में ही उसमें से फसल उगने लगी। यह देख लोगों में चर्चा होने लगी। राज ने उस लड़के को बुलाकर पूछा -यह कैसे हुआ? लड़के ने कहा-यह तो मेरे पिताजी

आ गया कि कोई भी काम छोटा-बड़ा नहीं होता। उसके पीछे जो भावना है वही प्रमुख है और जिससे आपको आत्म संतोष मिले वही कार्य श्रेष्ठ है।

ईश्वर की निकटता प्राप्त करने के मार्ग पर बढ़ते हुए साधक के मन में यदि अहम और अपने कार्य तथा वंचित के प्रति हीन भावना है तो समझ लेना चाहिए कि वह अपने मार्ग से भटक रहा है। ईश्वर की निकटता की बजाय उससे दूरी बढ़ रही है। ऐसे में गुरु ही उसे थामता और सही दिशा की ओर इंगित करता है। संत रैदास जी ने भी अपने शिष्यों को भ्रम के आवरण से बाहर निकाला...। बंधुओं, निष्काम कर्म व निष्काम भक्ति ही लोक - परलोक में कल्याणकारी है। एक नन्हीं गिलहरी ने भी गौतम बुद्ध को अपने लक्ष्य मार्ग से विचलित होने से बचा लिया था। व्यक्ति को अपने कार्य की उपयोगिता का अहसास है तो फिर चाहे कोई किसी दृष्टि से उसका मूल्यांकन करे यदि वह आश्वस्त है कि उसके कार्य से किसी न किसी वंचित, पीड़ित अथवा अभावग्रस्त को लाभ मिल रहा है तो फिर न किसी की प्रशंसा की जरूरत है और न आलोचना का डर।

-कैलाश 'मानव'

ने कहा था। राजा ने उसके पिता को बुलाया। पहले तो सोचा कि यह बच कैसे गया? लेकिन इस बात को नजरअंदाज करते हुए राजा ने पूछा कि अनाज कैसे उगा? तो पिता कहता है-मैं जानता था कि सड़क पर चलने वाली गाड़ियों से बहुत-सा अनाज नीचे गिरा हुआ है। अगर भूमि जोत दी गई तो फसल उग आएगी। राजा उसकी बुद्धिमत्ता और अनुभव को जानकर प्रसन्न हुए। वृद्धजन और बड़े-बुजुर्गों का जब तक हम सम्मान करेंगे, तब तक हमारे परिवार में किसी भी तरह की तकलीफ नहीं आयेगी। वृद्धजनों के आशीर्वाद से भगवान प्रसन्न होते हैं।

पिता रोटी है, कपड़ा है, मकान है,
पिता नन्हें से परिन्दे का बड़ा आसमान है।
पिता अपनी इच्छाओं का हनन और परिवार की पूर्ति है,
पिता रक्त में दिए हुए संस्कारों की मूर्ति है।।
-सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

देवीलाल ने अपने प्रिय भाई का अत्यन्त स्नेह से स्वागत किया। मदन ने सगाई की बात बताई तो देवी प्रसन्न हो गया और उसने कहा सोने की तू चिन्ता मत कर, जो मां का है वो सब तेरा है। मदन ने अब पांचोरा से रिश्ता खत्म करने की ठान ली। एक पत्र लिख कर अब भीण्डर ही रहने का अपना निर्णय जता दिया। मदन ने पत्र में विनम्रता पूर्वक लिखा कि भगवान ने आपको बहुत कुछ दिया है, रुपया पैसा जमीन जायदाद, किसी चीज की कमी नहीं है। बड़े भाई के त्याग से छोटे भाई का विवाह सानन्द सम्पन्न हो गया।

दुकान लगा ली। धीरे धीरे कपड़े व अन्य सामान भी रखने लगे। मदन की गृहस्थी अच्छी चलने लगी। देवीलाल ने षादी नहीं की और समस्त जीवन छोटे भाई के कल्याण को समर्पित कर दिया। समय व्यतीत होता रहा, मदन का परिवार बढ़ता रहा। पत्नी सोहनी भी धर्म-ध्यान में बहुत अभिरुचि रखती थी। मदन गीता का पाठ करता तो सोहनी को भी थोड़ी थोड़ी याद हो गई। पढी लिखी तो थी नहीं। उस जमाने में स्त्रियों को पढाते भी कहां थे। पहली दूसरी कक्षा तक पढी होगी फिर भी समझदारी उसमें कूट-कूट कर भरी थी। अपने बच्चों में धर्म का ज्ञान भरने की उसकी हरदम कोशिश रहती।

दोनों भाईयों ने मिल कर भीण्डर में ही एक बर्तन की

पालन करें पानी पीने के ये 5 नियम

1. अगर दो घूंट भी पानी पीना हो तो भी बैठकर पिएं। जब हम खड़े होकर पानी पीते हैं तो उससे शरीर में लिक्विड बैलेंस बिगड़ जाता है। इससे हमारे जोड़ों (जॉइंट्स) में द्रव्य जमा होने लगता है, जो आर्थराइटिस की आशंका को बढ़ा देता है। जब हम बैठकर पानी पीते हैं तो उससे हमारी नर्व्स रिलैक्स होती हैं और हमारा पाचन तंत्र भी पोषक तत्वों को कहीं बेहतर ढंग से अवशोषित कर पाता है। इसी तरह किडनियां भी इस तरह से पिए गए पानी को बेहतर तरीके से प्रोसेस कर पाती हैं।
2. एक बार में ही बहुत सारा पानी पीने के बजाय कम मात्रा में थोड़े-थोड़े अंतराल पर लगातार पीते रहना बेहतर है। ऐसा करने से पानी में मौजूद पोषक तत्व अच्छे से अवशोषित हो पाएंगे और पेट फूलने, गैस और हाइपरटेंशन की समस्या की आशंका कम रहेगी।
3. खाना खाने के बाद उसे पचाने वाले एंजाइम्स रिलीज होते हैं। ऐसे में अगर तुरंत पानी पी लेंगे तो उनका असर कम हो जाएगा और खाना ठीक से पच नहीं पाएगा। इसी तरह खाने से पहले भी मील्स और पानी पीने के बीच करीब 30 मिनट का गैप दें।
4. कई लोगों की आदत होती है, खासकर ऑफिस में कि वे बोतल से आसमान की ओर मुंह का पानी गटकते जाते हैं। इससे पानी पेट में तेजी से जाता है और वह हमारे पाचन तंत्र को नुकसान पहुंचा सकता है। इसके अलावा ऐसी स्थिति में पानी के साथ कुछ मात्रा में हवा भी पेट में जाती है। इससे पाचन के कमजोर होने और पेट फूलने की समस्या हो सकती है। इसलिए बेहतर होगा कि पानी हमेशा गिलास से सिप लेते हुए जैसे पिएं, जैसे चाय-कॉफी पीते हैं। बोतल से भी पीना हो तो अपनी पर्सनल बोतल रखें और उससे भी मुंह लगाकर ही पिएं।
5. पानी हमेशा वही पिएं जो कमरे के तापमान पर रखा हुआ है, न कि रेफ्रिजरेटर से निकला हुआ एकदम ठंडा पानी। एकदम ठंडा पानी आपकी पाचन प्रणाली को बिगाड़ सकता है और शरीर द्वारा पोषक तत्वों के अवशोषण की प्रक्रिया में भी बाधा उत्पन्न कर सकता है। गुनगुना पानी शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ाकर वजन को नियंत्रित रखता है। साथ ही ब्लड सर्कुलेशन को ठीक रखकर दिल को हेल्दी बनाए रखता है। शरीर में थकान दूर होती है।

अनुभव अमृतम्

आप मेरे घर की हवेली में देख लीजिए। उसमें एक हॉल भी है कमरे हैं पांच-सात उसमें केम्प कर लीजिए। हाँ, जरूर करेंगे। ये कौन कह रहा है? ये कौन विचार कर रहा है? कौनसी भावना में अटक गया है? ये कौनसा दर्शन? ये कौनसा शास्त्र? ये ज्ञान, जिन खोजा, तिन पाइया, गहरे पानी पेट। तुरन्त कमला जी को, प्रशांत भैया को, कल्पना जी को कहा केम्प करना सर्जरी केम्प करना। उनका वो हॉल देखा अन्दर गेहूँ भरा था। उन्होंने कहा कल सब बाहर निकाल लेते हैं। कुछ भाइयों ने सोचा कि ये असम्भव काम कैसे होगा?



सहज, सरल, निर्मल-मना, हृदय कमल कहलाय। जिसमें नित करुणा बहे, सेवा सहज ही आय।।

जिस हॉल में गेहूँ भरा हुआ था। उसमें केम्प कैसे होगा? सब सम्भव है- भाईसाहब। जिन बालाजी हनुमान ने दूर संचार विभाग के जे.ई.एन. साहब को रात को सपने में प्रेरणा दी कि मेरे लिये सवा किलो का प्रसाद बोला है। उसका रुपया नारायण सेवा को दान दे देना। प्रथम दान साठ रुपया उन्होंने यही कहा था कि मैंने बोलमा बोली थी। मेरा काम हो गया। ये ब्रह्माण्ड की कौनसी शक्तियाँ हैं? आदमी बोलमा बोलता है, काम हो जाता है, आदमी ब्रह्माण्ड से मांगता है, ब्रह्माण्ड दे देता है। कोई किन्तु परन्तु नहीं, ब्रह्माण्ड सब कुछ कर सकता है प्रथम सर्जरी केम्प जो उदयपुर से बाहर जाकर ऑपरेशन करने का डॉक्टर ए.एस. चुण्डावत साहब जी, डॉक्टर परिहार जी, ये दो सर्जन साहब उस समय थे।

राह बन्द हो जब सभी, काम सभी रुक जाय।

जीवन के लाले पड़े, आपद काल कहाय।।

सेवा ईश्वरीय उपहार- 127 (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 बनाते यादगार.. जन्मजात पोलियो ग्रस्त दिव्यांगों के ऑपरेशन 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 खिलाएँ 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 नम)	सहयोग राशि (तीन नम)	सहयोग राशि (पाँच नम)	सहयोग राशि (ग्यारह नम)
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
वैराखी	500	1,500	2,500	5,500
कृत्रिम हाथ/पैर	5100	15,300	25,500	56,100

गरीब दिव्यांगों को बनाएँ आत्मनिर्भर

मोबाइल /कम्प्यूटर/सिलार्ड/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, ट्रेन 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.mankijeet.com : kailashmanav