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 - 9 • अंक-2539 • उदयपुर, मंगलवार 07 दिसम्बर, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

सूर्य चलने लगा अकेला

जन्म से ही बाएं पैर की अपेक्षा छोटा था दायां पैर, संस्थान ने लगाया मॉड्यूलर एक्सटेंशन प्रोस्थेसिस

नरेश साहू के घर 6 साल पहले दूसरे बेटे ने जन्म लिया। परिवार को खुशी के साथ साथ दुःख भी हुआ। नवजात बालक का दांया पैर बांए पैर की अपेक्षा लगभग 7 इंच छोटा होने के साथ ही घुटने में किसी प्रकार का जोड़ नहीं था। यह स्थिति आगे जाकर इसके लिए बड़ी मुश्किल बनने वाली थी। दुर्ग (छत्तीसगढ़) जिले की पथरिया तहसील के भेड़ेसरा गांव में रहने वाले गरीब किसान नरेश साहू ने अपने इस बेटे को 2–3 साल की उम्र होने पर रामपुर के एम्स सहित अन्य शहरों के अस्पतालों में दिखाया लेकिन कोई स्थाई उपाय नहीं मिला।

सूर्यकांत नामक इस बच्चे को पड़ोस के ही एक स्कूल में दाखिल करवाया गया। बच्चा पांव छोटे–बड़े होने के कारण चल नहीं पाता था। उसे गोद में अथवा साइकिल पर स्कूल छोडना पड़ता था। किसी ने कैलिपर तो किसी ने कृत्रिम पांव लगवाने की सलाह दी लेकिन गरीबी के चलते यह व्यवस्था नहीं हो सकी। तभी परिवार के किसी मित्र ने उन्हें उदयपुर के नारायण सेवा संस्थान ले जाने की यह कहते हुए सलाह दी कि वहां निःशुल्क कृत्रिम पांव, कैलिपर अथवा उपचार जो भी सम्भव होगा वह संतोषजनक ढंग से हो जाएगा।

पिता नरेश साहू बच्चे को लेकर 19 सितम्बर को संस्थान में आए जहां डॉ. अंकित चौहान ने उसके पांव की स्थिति को देखते हुए इसका विकल्प विशेष कैलिपर को ही मानते हुए बच्चे को कैलिपर विभाग के हेड डॉ. मानस रंजन साहू के पास भेजा। जिन्होंने सूर्यकांत के लिए अत्याधुनिक मॉड्यूलर एक्सटेंशन प्रोस्थेसिस सहित विशेष डिजाइन का कैलिपर तैयार कर लगाया। जो बाएं पैर के बराबर ही था।

बच्चे की उम्र बढने के साथ उसके वजन को झेलने और उसे चलने में यह एक्सटेंशन प्रोस्थेसिस बड़ी मदद करेगा। कुछ दिन सहारे के साथ चलने के बाद नरेश अब खुद चलता है। पिता ने बताया कि वह अकेला ही स्कूल जाता और लौटता है। संस्थान ने उनके परिवार की चिंता को तो दूर किया ही बालक को भी आत्मविश्वास से भर दिया।

रागिनी को मिलेगी रफ्तार

छोटेलाल साहू बिहार की गोपालगंज तहसील के डोरापुर गांव में रहते हैं। इनके घर बेटी के रूप में पहली संतान ने जन्म लिया। लक्ष्मी रूप मानकर पूरे परिवार ने खुशियां मनाई। लक्ष्मी के आने के बाद परिवार की माली हालत भी सुधरी।

साहू ने मजदूरी छोड़ खुद फल बेचने का धंधा शुरू कर दिया। बालिका का नाम रागिनी रखा गया। वह ज्यों–ज्यों बड़ी होती गई, उसका दांया पांव घुटने से नीचे मुड़ता गया। उसे खड़ी होने में भी परेशानी होने लगी। माता–पिता को चिंता होने लगी। वे घर में ही मालिश करते रहे और आसपास के डॉक्टरों को भी दिखाया लेकिन कोई माकूल उपचार न हो सका।

रागिनी को चार–पांच वर्ष की होने के बाद स्कूल में दाखिल करवाया गया। स्कूल ले जाना और लाना पिता अथवा माता की रोज की जिम्मेदारी थी। रागिनी पढने में होशियार है और वह इस समय नवीं क्लास की छात्रा है। इसी दौरान साहू के परिवार ने एक बेटे और एक बेटी ने और जन्म लिया। वे दोनों ही सामान्य हैं।

रागिनी पढ़–लिखकर बहुत आगे जाना चाहती है लेकिन जब वह अपने पांव की तरफ देखती तो निराश होकर रो पड़ती थी। सन् 2013 में सोशल मीडिया के माध्यम से नारायण सेवा संस्थान में इस प्रकार की शारीरिक जटिलताओं के निःशुल्क ऑपरेशन और उपचार के बारे में पता लगने पर पिता रागिनी को लेकर उदयपुर आए। यहां डॉक्टरों ने जांच के बाद तत्काल ऑपरेशन की सलाह न देकर तीन वर्ष बाद की तारीख दी।

सन् 2016 में ये वापस आए तब कुछ दिन यहां रोककर गहनता से परीक्षण किया गया तो पाया गया कि ऑपरेशन के बाद इनके पांवों में एक उपकरण लगाया जाएगा किन्तु उसके लिए भी अभी इन्तजार करना होगा। इनके 2021 में आने पर 20 अगस्त को डॉ. अंकित चौहान ने रागिनी के पांव का सफलतापूर्वक ऑपरेशन कर उसके पांव में इल्याजारो नामक उपकरण लगाया। पिता छोटेलाल साहू ने बताया कि चार माह के आराम के बाद रागिनी अब चलने का अभ्यास करने लगी है और उन्हें उम्मीद है कि वह पहले से अच्छी स्थिति में होगी और अपने सपनों को पूरा करेगी। वे संस्थान को निःशुल्क उपचार के लिए धन्यवाद देते हैं।

आकोला (महाराष्ट्र) में दिव्यांग जांच ऑपरेशन चयन तथा कृत्रिम अंग माप शिविर

नारायण सेवा संस्थान आप सभी की शुभकामनाओं व सहयोग से विश्वभर में दिव्यांग सहायता व सेवा के लिये जानी जा रही है। देश–विदेश में समय–समय पर शिविर लगाकर कृत्रिम अंगों का वितरण जारी है। ऐसा ही एक कृत्रिम अंग वितरण शिविर नारायण सेवा संस्थान के खण्डेलवाल भवन अलसी, प्लॉट आकोला में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्त्ता नारायण सेवा संस्थान शाखा आकोला द्वारा शिविर में 195 का रजिट्रेशन दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग वितरण 175, कैलीपर्स वितरण 20, की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री गोपाल जी खण्डेलवाल (अध्यक्ष खण्डेलवाल समाज आकोला), अध्यक्षता श्री सभापति जी शुक्ल (डायरेक्टर दमामी नेत्र चिकित्सालय), विशिष्ट अतिथि श्रीमती मंजू देवी गोयना (समाज सेविका), श्री दीपक जी बाबू भरतीया (उद्योगपति, गौररक्षण अध्यक्ष), श्री रणधीर जी सावरकर (विधायक आकोला), श्री हरीश जी मानधणे (शाखा संयोजक नारायण सेवा संस्थान आकोला), श्री सुभाष जी लोढ़ा (सदस्य), श्री शिव भगवान जी भाला (उद्योगपति समाजसेवी), श्री नाथूसिंह जी, नरेश जी वैष्णव (टेक्नीशियन), शिविर टीम श्री हरिप्रसाद जी लढ्ढ़ा (शिविर प्रभारी), श्री मुकेश जी त्रिपाठी, श्री भरत जी भट्ट (सहायक), श्री प्रणीण जी (विडियोग्राफर), श्री फतेहलाल जी (फोटोग्राफर) ने भी सेवायें दी।

अहंकार की गति

एक मूर्तिकार उच्च कोटि की ऐसी मूर्तियां बनाता था, जो एकदम सजीव लगती थी। हर जगह उसकी कला की प्रशंसा होती और पुरस्कार मिलते। इससे मूर्तिकार को अंहकार हो गया कि उसके समान और कोई मूर्तियां नहीं बना सकता। एक दिन उसके घर एक महात्मा आए जिन्होंने उसे बताया कि और भी कोई श्रेष्ठ मूर्ति तुम बना सकते हो तो दो दिन में बना लो क्योंकि तीसरे दिन किसी भी क्षण तुम्हारी मृत्यु हो सकती है। मृत्यु की बात सुन वह परेशानी में पड़ गया। वह मरना नहीं चाहता था। उसने दो दिन में एक जैसी सुन्दरतम 10 पुरुष मूर्तियां बनाई,जो जीवंत लगती थी। तीसरे दिन वह स्वयं उन मूर्तियों के बीच बैठ गया। यमदूत जब उसे लेने आए तो एक जैसी आकृतियों को देखकर स्तम्भित रह गए। उन्हें ये तो पता था कि एक महात्मा ने मूर्तिकार को उसकी मृत्यु का संदेश पहले ही दे दिया है। उन्हें यह आभास हो गया कि इन्हीं मूर्तियों में कहीं न कहीं मृत्यु से बचने के लिए मूर्तिकार छिपा बैठा है लेकिन सभी 11 आकृतियां एक जैसी थी। उनमें मूर्तिकार कौनसा है? यह पता लगाना यमदूतों के लिए मुश्किल हो गया। वे सोचने लगे कि अब क्या किया जाए? मूर्तिकार के प्राण अगर न ले सके तो सृष्टि का नियम टूट जाएगा और सत्य परखने के लिए मूर्तियां तोड़ी गई तो कला का अपमान होगा। अचानक एक यमदूत को मानव स्वभाव के सबसे बड़े दुर्गुण 'अहंकार' की स्मृति आ गई। उसने चतुराई से काम लेते हुए दूसरे यमदूत से कहा, 'मूर्तियां तो बड़ी सुन्दर बनी हैं, लेकिन इन्हें बनाने वाला यदि मुझे मिल जाता तो मैं उसे मूर्तियों की बनावट में रह गई भारी त्रुटि बताकर सुधार करवा देता।'

यह सुनते ही मूर्तिकार का अहंकार जाग उठा कि मेरी कला में कमी रह ही नहीं सकती। मैंने पूरा जीवन इस कला को समर्पित किया है। प्रशंसा और पुरस्कार प्राप्त किए हैं। यह सोचने के साथ ही वह बोल उठा, 'कैसी त्रुटि?' यमदूत ने झट से उसका हाथ पकड़ लिया और बोला, 'बस यही त्रुटि कर गए तुम अपने अहंकार में।' क्या नहीं जानते कि बेजान मूर्तियां कभी बोला नहीं करती। यह प्रसंग बताता है कि व्यक्ति को अहंकार से सदा दूर रहना चाहिए।

प्रसन्नता प्रेम का झरना : कैलाश मानव

कैथल में परमानन्द हुआ और क्या ? शिशुपाल की बातें करना आपने तो बहुत सुना है। सौ गालियां भगवान को दी। भीष्मपितामह टोकते रहे दुष्ट रुक जा। पितामाह इसको बोलने दो युधिष्ठर ने गदा आगे करी। बड़े भैया इसको बोलने दो। जैसे ही सौ गाली से 101 वी गाली हुई और सुर्दशन चक्र आया।

सुर्दशन चक्र ने शिशुपाल का माथा काट दिया। हा जयद्रथ के समय भगवान ने कहा था अर्जुन क्यों सोचता है सूर्यास्त हो गया है। सूर्य दर्शन कर सूर्य के। तीर उठा गाण्डीव और इसका तीर को आदेश दे इसका माथा ले जाकर के इसके तांत्रिक पिता की गोद में रखकर ताकि वो हड़बड़ी में उठे तो इसके सिर के माथे का सौ टुकड़े हो जायें। ऐसी महाभारत की कथाएं हमें ज्ञान देने के लिए रामायण की कथाएं हमारे जीवन एक–एक मिनट समाज के काम आना चाहिए। बाबू , अनाहत चक्र शब्द में बोलूं ना बोलूं कोई फर्क नहीं पड़ता अभी। कमला देवी जी मोहनानी जी आई थी भोपाल से। मैंने कहा माइक लीजिए कुछ बोलिये। वो बोली बाबूजी मुझे बोलना नहीं आता।

मुझे दान देना आता है मुझे रोटी खिलानी आती है, मुझे सब्जी परोसना अच्छा लगता है। मुझे मेहमान के लिए व्यवस्था करना अच्छा लगता है। यही धर्म है अनाहत चक्र याद रहे या ना रहे। आपका कोमल दिल, कमल का फूल बाजार में खूब मिल जाता है बाबू गुलाब के फूल आप पैसे लेकर के जाइये किसी नौकर को भेज दीजिए जा रे जा भाई वो माला वाली बैठे उनसे 100 रुपये के गुलाब के फूल लिया। वो आपको दे देगी लेकिन आपका हृदय का फूल आपकी हृदय की, आपके शरीर की 206 हड़ड्या काम आनी चाहिए।

सेवा - स्मृति के क्षण

सम्पादकीय

मानव जीवन एक सुअवसर है, परमात्मा के प्रति आभार अभिव्यक्ति का। शेष सारी योनियों में बस करना है। मानव योनि ही एकमात्र सुविधा देती है कि क्या करना है ? कैसे करना है ? इस पर चिंतन व क्रियान्वयन कर सकें। मानव जीवन में ही ऐसा संभव है कि हम अतीत से शिक्षा लें सकें, वर्तमान को जी सकें, भविष्य को संवार सकें। जो अनजाने में या अज्ञता से पूर्व में हो चुका है उसका पश्चाताप एक सीमा तक तो ठीक है पर उसे ही सदैव जीवंत रखना यानी भूतकाल में ही ठहर जाना है। भविष्य की योजना बनाना ठीक है पर उसके सपने में ही खोये रहना बाधक ही होगा। इन दोनों के मध्य वर्तमान है। इस पर हमारा अधिकार भी है और बस भी। यदि भूत ठीक न भी रहा हो व वर्तमान सुधर जाय तो वह कमी पूर्ति हो जाती है। यदि वर्तमान व्यवस्थित है तो भविष्य तो ठीक होना ही है। इसलिये वर्तमान पर सारा जोर होना चाहिये। मानवीय मूल्यों के साथ वर्तमान को जीने वाला व्यक्ति ही जीवन की सफलता को पा सकता है।

कुछ काव्यमय

बीत गये और आने वाले
दोनों कल से क्यों बेकल है ?
वर्तमान में जो कर लेंगे
वही सर्वदा सत्य प्रबल है।
जो मेरे बस में है केवल,
वह तो केवल वर्तमान है।
जो बस में हो उसे देखना,
यही विधि का सच विधान है।

- वरदीचन्द राव

संस्थान के प्रयास से जन्म से ही दिव्यांग विनोद चलने लगा

विनोद सराठे, पिता : पुरूषोत्तम दास जी, शहर पिपरिया, जिला– हौशंगांबाद (मध्यप्रदेश) में 27 वर्षों से लकड़ी के सहारे चलने वाले विनोद का जीवन निराशामय था। इलाज के लिए विनोद को कई बड़े शहरों में दिखाया गया, लेकिन पांव से दिव्यांग विनोद की हालत दिन–दिन बिगड़ती ही गई।

इसी बीच टी.वी. पर नारायण सेवा संस्थान का कार्यक्रम देखकर विनोद के हृदय में आशा की किरण जगी और वह अपनी पत्नी के साथ उदयपुर स्थित नारायण सेवा संस्थान पहुँचा। जांच के बाद विनोद के घुटने का निःशुल्क ऑपरेशन हुआ।

27 वर्षों से लकड़ी के सहारे चलने वाले विनोद की लाठी अब छूट चुकी थी और कैलिपर पहनकर आसानी से चलने लगा है। विनोद इसे अपने जीवन की नई शुरूआत मानता है।

अपनों से अपनी बात

बीत गई सो बात गई

'व्यक्ति को पृथ्वी की तरह सहनशील तथा क्षमाशील बनना चाहिए। क्रोध तो शांति और स्वास्थ्य का शत्रु है। इसलिए इसे कभी भी अपने ऊपर हावी नहीं होने देना चाहिए। यह एक ऐसी अग्नि है जिसमें क्रोध करने वाला तो जलेगा ही दूसरों को भी जलाएगा।' बन्धुओं! क्रोध को प्रेम से, पाप को सदाचार से, लोभ को दान से और झूठ को सत्य से ही जीता जा सकता है।

भगवान बुद्ध एक कस्बे में प्रवचन कर रहे थे। सभी श्रावक शांति से बुद्ध की वाणी तन्मयता से सुन रहे थे, सभा में एक ऐसा श्रोता भी था जो स्वभाव से अति क्रोधी था। बुद्ध की बातें उसे बेतुकी लगी। वह कुछ देर सुनता रहा, फिर अचानक उठा और क्रोधित होकर बोला, 'तुम पाखंडी हो, बड़ी–बड़ी बातें ही करना जानते हो। जनसमुदाय को भ्रमित कर रहे हो। तुम्हारी ये बातें आज ना प्रासंगिक हैं और न कोई मायने रखती हैं।' यह कटुवचन सुनकर भी गौतम बुद्ध शांत रहे। उसकी बातों से न तो वे दुःखी

हुए और न ही किसी तरह की कोई प्रतिक्रिया व्यक्त की। यह देखकर वह व्यक्ति और आग बबूला हो गया। वह बुद्ध के मुंह पर थूककर वहां से चल दिया।

जब उस व्यक्ति का क्रोध शांत हुआ तो वह बुद्ध के प्रति अपने बुरे व्यवहार को लेकर पछतावे की आग में जलने लगा। दूसरे दिन वह प्रवचन स्थल पर पहुंचा लेकिन वहां बुद्ध नहीं थे। बुद्ध तो अपने शिष्यों के साथ पास वाले गांव की ओर विहार कर चुके थे। वह बुद्ध को ढूंढते हुए उसी गांव में पहुंचा जहां वे प्रवचन दे रहे थे। वह बुद्ध के चरणों में गिर पड़ा और बोला मुझे क्षमा करें प्रभु। बुद्ध ने पूछा, 'कौन हो भाई? क्यों क्षमा मांग रहे हो?' उसने कहा, 'क्या आप भूल गए मैं वही हूं जिसने कल आपके साथ दुर्व्यवहार किया था। मैं शर्मिंदा हूं, अपने दुष्ट आचरण के लिए। आपसे क्षमायाचना करने आया हूं।' भगवान बुद्ध ने उसके कंधे पर प्रेमपूर्वक हाथ रखते हुए कहा, 'बीता हुआ कल तो मैं वही छोड़कर आ गया, तुम अभी भी वहीं अटके हुए हो, तुम्हें अपनी गलती का आभास हो गया, तुमने पश्चाताप कर लिया, तुम निर्मल हो चुके हो, अब तुम वर्तमान में प्रवेश करो।' बुरी बातें, बुरी घटनाएं याद करते रहने से वर्तमान और भविष्य दोनों बिगड़ जाते हैं। बीते हुए कल के कारण आज को खराब मत करो।

उस व्यक्ति के मन से सारा बोझ उतर गया। उसने बुद्ध के चरणों में पड़कर क्रोध न करने और क्षमाशील बनने का संकल्प लिया। बुद्ध ने उसके सिर पर आशीष का हाथ रखा। उसी दिन से इस व्यक्ति के जीवन में परिवर्तन आ गया और वह सबका प्रिय हो गया।

–कैलाश 'मानव'

अपेक्षाएं ही मन का बोझ

यदि हम किसी समस्या को थोड़े समय के लिए भी मनोमस्तिष्क में रखते हैं, तो कोई फर्क नहीं पड़ता, लेकिन हम देर तक उसके बारे में सोचेंगे तो वह दैनिक जीवन पर असर डालने लगेगी।

इससे हमारा काम और पारिवारिक जीवन बोझिल होकर प्रभावित होने लगेगा। इसलिए सुखी जीवन के लिए जरूरी है कि समस्याओं और अपेक्षाओं का बोझ सिर पर हमेशा न लादे रखें। इसे बनाए रखने के बजाए समाधान ढूंढें और जीवन को सार्थक और आनंदमय बनाएं।'

प्रायः लोग कहते हैं कि मन भारी

है अथवा मन पर बोझ है। आखिर मन पर यह बोझ होता क्यों है? इस पर यदि मन का ही मंथन करें तो उत्तर स्वतः उभर आएगा। दरअसल, जब व्यक्ति जरूरत से ज्यादा अपनी अपेक्षाएं बढ़ा लेता है, तभी मन बोझिल हो उठता है और ऐसा होने पर अनावश्यक रूप से जीवन जटिल हो जाता है। मन कभी–कभी इसलिए भी दुःखी अथवा बोझिल हो जाता है जब आपके आसपास के लोग आपकी अपेक्षा के अनुसार व्यवहार नहीं करते लेकिन आपको दुःखी नहीं होना चाहिए क्योंकि दूसरों के प्रति आपका व्यवहार सही है।

आप किसी याचक को कुछ देते हैं और वह बिना आपका आभार जताए अपनी राह चला जाता है तो मन दुःखी हो जाता है किंतु मन व्यर्थ में दुःखी हो रहा है। आपका कर्तव्य आपने पूरा किया। कुल–मिलाकर अपेक्षाएं ही दुःख का कारण हैं। अपना कर्म करते रहें, किसी भी कार्य को बोझ न समझें, फिर देखिए जीवन आनंद से भर जाएगा।

स्वामी रामतीर्थ जापान में थे। वहां प्रवचन से पहले उनके हाथ में पानी का ग्लास था। उन्होंने शिष्यों से पूछा, 'इसका वजन कितना होगा?' उत्तर मिला, 'लगभग 100–150 ग्राम।' उन्होंने फिर पूछा, 'अगर मैं इसे थोड़ी देर ऐसे ही पकड़े रहूं तो क्या होगा?' शिष्यों ने जवाब दिया, 'कुछ नहीं।'

'अगर मैं इसे एक घंटे पकड़े रहूं तो?' रामतीर्थ ने दोबारा प्रश्न किया। 'शिष्यों ने कहा, 'आपके हाथ में दर्द होने लगेगा।' उन्होंने फिर प्रश्न किया, 'अगर मैं इसे सारा दिन पकड़े रहूं तो?' शिष्य बोले, 'आपकी नसों में तनाव आ जाएगा।' रामतीर्थ ने कहा, 'अब ये बताओ क्या इस दौरान इस ग्लास के वजन में कोई फर्क आएगा?' जवाब था– 'नहीं।' तब रामतीर्थ बोले– 'यही नियम जीवन पर भी लागू होता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

ज्वैलर्स का नाम सुन कर कैलाश की आंखों में भी चमक आ गई, उसे भी कुछ ऐसे लोगों के पते चाहिये थे जो उसे धन दे सकें। कैलाश ने उससे पूछ लिया कि किन किन ज्वेलर्स के पते आपके पास हैं। इस पर उस यात्री ने एक पुस्तक अपने बेग से निकाल कर उसे थमाई और कहा कि इसमें सभी ज्वैलर्स के पते हैं। पुस्तक में 200–300 पते थे। कैलाश की इच्छा हो गई कि काश यह पुस्तक उसे मिल जाती तो उसे काफी मदद मिल जाती। यह संभव नहीं था तो उसने यात्री की अनुमति ले उस पुस्तक से जितने पते नोट कर सकता था कर लिये।

न्यूयार्क पहुँचते ही सहयात्री बिछुड़ गया। मनु भाई उन्हें लेने आ गये थे, उनके साथ कनेक्टिकट में उनकी साली के यहां पहुँच गये। मनु भाई की न्यूयार्क में कोई पहचान नहीं थी, डॉ. अग्रवाल के बनेड़ा के एक परिचित जरूर थे। उन्हें फोन किया तो उन्होंने इन्हें खाने पर बुला लिया। डॉ. साहब के परिचित काफी सम्पन्न प्रतीत हो रहे थे, चांदी की थालियों व सोने के चम्मचों के साथ उन्होंने भोजन कराया। कैलाश की तो बांछे खिल गई, जरूर इस स्थान से अच्छा चन्दा मिल जायेगा। खाना खाने के बाद कैलाश ने अपने बेग से एलबमें निकाली और अपने सेवा कार्यों का साहित्य भेंट किया। मेजबान ने यह सब देख कैलाश को प्रयत्नों की भूरि भूरि प्रशंसा की तो उसे विश्वास हो गया कि यहां से कम से कम एक लाख का तो चन्दा मिल ही जायेगा। मेजबान सेवा कार्यों की प्रशंसा करते नहीं अघा रहे थे तो कैलाश मन की मन एक लाख के चेक की राशि बढ़ा कर दो लाख कर रहा था।

अंश - 176

भिण्डी है गुणों से भरपूर

शरीर विज्ञानियों के अनुसार

1– भिण्डी में विटामिन ए, बी, सी बहुत ही प्रचुर मात्रा में पाया जाता है ,इसमे प्रोटीन और खनिज लवणों का एक अच्छा स्रोत है।

2– भिण्डी गैस्टिक, अल्सर के लिए प्रभावी दवा है।

3– मृदुकारी भिन्डी संवेदनशील बड़ी आंत की सतह की रक्षा करती हैं। जिससे ऐंठन रुक जाती हैं। इसके सेवन से आंत में जलन नहीं होती है।

4– भिण्डी के लस के नियमित सेवन से गले, पेट, मलाशय और मूत्रमार्ग में जलन नहीं होती है ।

5– भिन्डी का काढ़ा पीने से सुजाक, मूत्र .च्छ, और ल्यूकोरिया में फायदा होता हैं ।

6– मधुमेह में इसके रेशे ब्लड शुगर को नियंत्रित रखते हैं।

7– इसका विटामिन सी श्वास रोगों से बचाता है।

8– इसके सेवन से त्वचा अच्छी दिखती है. भिन्डी को उबाल कर,मसल कर इसे त्वचा पर थोड़ी देर लगा कर रखें। धोने के बाद आप पायेंगे कि त्वचा बहुत मुलायम और ताजगी भरी लग रही है।

9– इसका सेवन कैंसर से बचाता है। इसका विटामिन ए म्यूकस मेम्ब्रेन बनाने में मदद करता है, जिससे पाचन क्रिया बेहतर होती है।

10– इसके नियमित सेवन से किडनी की सेहत में सुधार होता है।

11– मोटापे को दूर करता है, कई बार शरीर में विटामिन्स की कमी से ज्यादा खाने का मन करता है। इसलिए भिन्डी मे मौजूद विटामिन्स उसकी कमी को दूर कर अनावश्यक भूख को मिटाते हैं।

12– इसके विटामिन हड्डियों को मजबूत बनाते हैं, यह रक्त की कमी को भी दूर करता है।

13– कोलेस्ट्रेरोल को कम करती है।

14– इसके विटामिन्स आँखों, बाल और इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाते हैं।

15– यह गर्मी से बचाती है।

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

अनुभव अमृतम्

कुछ सबब है इसका कि मफत काका चुप हैं रो रहे हैं बोल नहीं पाते।

मगर जवाब वो भी रखते हैं लफ्ज़ उनको भी आते।

विस्मित नेत्र। कमला जी जो अपने लिए लाए सब दाल पुड़ी और सामान दे दो इनको, बहुत जीमा है। दाल बाटी कैलाश वर्षों हो गए। 1947 में कैलाश तुम्हारा जन्म हुआ और 1986 में 39 साल का हो गया। 39 साल के कैलाश की आँखों में धड़–धड़ आँसू बहने लगे।

पौंछ लो आँसू दुखी के,
और दुखों को बाँट लो।
मूलमंत्र है जिंदगी का,
प्यार दो और प्यार लो।।

बहुत कहानियाँ पढी। ध्रुव की तपस्या भगवान ने कहा वरदान मांग ले। प्रभु मुझे तो मांगना नहीं आता। मेरे को भी प्रभु यदि कहते वरदान मांग लो तो प्रभु यहाँ जो आए है उनको सुखी कर दो। उन बूढ़े दादी जी के वस्त्र पूरे होवे। इनकी भूख मिटे। इनको कुछ चाहिए ही नहीं न ट्रांजिस्टर चाहिए, ना मोबाइल चाहिए। ना टेलीफोन चाहिए ना गाड़ियाँ चाहिए। इनकी चाहना केवल रोटी भूख मिट जावे।

रोटी पिक्चर देखी थी बहुत सालों पहले। एक रोटी के लिए आदमी कितना तड़पता है? जब रोटी नहीं होती जब आँतें बिलबिलाती है। जब भूख बहुत जोरों से लगती है तब बहुत कुछ खो जाता है। ऐसी भूख से बिलबिलाते बच्चों को देख कर ही संत एकनाथ जी ने उनको ब्राह्मणों के निमित्त भोजन करवाया।

बच्चे बोल रहे थे मां तीन दिन से भूखे हैं। देशी घी की मिठाइयाँ बन रही हैं जिधर से निकल रहे हैं। मां ने डॉट कर कहा बेटा ये अपने लिए नहीं है। अपने तो छोटे हैं। ये मिठाइयाँ बड़े आदमियों के लिए है। तथाकथित जातिवाद ने कितना जहर घोल दिया हमारे में।

इसका कुआं अलग मेरा कुआं अलग। बहुत जहर घोल दिया। संत एकनाथ जी कहा आइये भोजन कीजिए। आप मेरे ठाकुर। आप मेरे भगवान। आप मेरे ब्रह्मा। आप मेरे विष्णु। आप मेरे शंकर। आप मेरे राम जी। आप ही मेरे महावीर भगवान आप ही मेरे बुद्ध भगवान।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 303 (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. 8278607811, 9119398965 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023