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-2541 • उदयपुर, गुरुवार 09 दिसम्बर, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

सीकर (राजस्थान) में दिव्यांग जांच ऑपरेशन चयन तथा कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगों को मूलधारा में लाने के लिये उनको ऑपरेशन, कृत्रिम अंग निरूपण तथा सहायक उपकरणों द्वारा नारायण सेवा संस्थान सतत् सहयोग कर रहा है।

ऐसा ही एक कृत्रिम अंग वितरण शिविर नारायण सेवा संस्थान द्वारा श्री मदनलाल भीकमचंद बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय, सीकर में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्त्ता समदृष्टि क्षमता विकास तथा अनुसंधान मंडल, सीकर द्वारा शिविर में 106 का रजिट्रेशन दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग माप 11, कैलीपर्स माप 28 तथा ऑपरेशन चयन 16 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री सुबोधानंद जी महाराज (सांसद महोदय, सीकर), अध्यक्षता श्री रतनलाल जी शर्मा (प्रांतीय अध्यक्ष सक्षम), विशिष्ट अतिथि श्रीमति प्रतिभा जी पूर्व सरपंच, श्रीमान राधाकिशन जी (समाजसेवी), श्रीमती सीमा जी सारंग (ए.डी.जे. सीकर), श्री राकेश जी पारीक (प्रधानाचार्य), श्री महेन्द्र जी मिश्रा(सक्षम), शिविर में श्री उत्तम जी (टेक्नीशियन), श्री मुकेश जी शर्मा (शिविर प्रभारी), श्री भरत जी भट्ट सहायक ने भी सेवायें दी।

खुर्जा (उत्तरप्रदेश) में कृत्रिम अंग वितरण शिविर

नारायण सेवा संस्थान आप सभी की शुभकामनाओं व सहयोग से विश्वभर में दिव्यांग सहायता व सेवा में लिये जानी जा रही है। देश–विदेश में समय–समय पर शिविर लगाकर कृत्रिम अंगों का वितरण, दिव्यांग सहायक उपकरण एवं दिव्यांग ऑपरेशन जारी है।

ऐसा ही कृत्रिम अंग वितरण शिविर नारायण सेवा संस्थान के खुर्जा, जिला–बुलंदशहर, उत्तरप्रदेश आश्रम में संपन्न हुआ।

इस शिविर में 19 दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग तथा 07 के लिये कैलिपर्स की सेवा सराहनीय हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री हरपाल सिंह जी (पूर्व विधायक खुर्जा), अध्यक्षता श्री सत्यवीर शास्त्री जी (पूर्व प्रधान महोदय, खुर्जा), विशिष्ट अतिथि श्रीमान जयप्रकाश जी चौहान, श्रीमान राजप्रताप सिंह जी (समाज सेवी), श्रीमान योगेन्द्र प्रताप जी राघव (सेवा प्रेरक एवं संयोजक) कृपा करके पधारे और संस्थान की सेवा प्रकल्पों की सराहना की।

टेक्नीशयन टीम में श्री नाथूसिंह जी, शिविर टीम में श्री हरिप्रसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री भरत जी भट्ट का पूर्ण योगदान रहा।

बोरीवली (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 बोरीवली (महाराष्ट्र) में संपन्न हुआ।

शिविर सहयोगकर्ता सहयोग सेवा ग्रुप, मुम्बई द्वारा राजस्थान भवन, जामली गली, बोरिवली (वेस्ट) में आयोजित शिविर में 82 दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग 33 तथा 49 के लिये कैलीपर्स की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री गोपाल जी शेट्टी (सांसद महोदय उत्तरीपूर्व, बोरीवली), अध्यक्षता श्री सुनिल जी राणे (विधायक महोदय बोरीवली), विशिष्ट अतिथि श्री प्रवीण जी शाह (नगर सेवक, बोरीवली), श्री योगेश जी लखानी (मैनेजिंग डायरेक्टर, ब्राईट ग्रुप), श्री यतीन जी मागिया, श्री संजय जी सेमलानी (सहयोग सेवा ग्रुप) कृपा करके पधारे। शिविर में श्री कमलचंद जी लोढ़ा (मुम्बई शाखा,संयोजक) शिविर में श्रीनाथुसिंहजी,श्री प्रकाश मेघवाल,(टेक्नीशियन), श्री हरिप्रसाद जी लड्डा (शिविर प्रभारी), श्रीमुकेश जी सेन, श्रीआंनद जी, श्री महेन्द्र जी जाटव मुम्बई आश्रम, श्री प्रवीण जी (विडियोग्राफर), श्री मुकेश त्रिपाठी रजिस्ट्रेन ने भी सेवायें दीं।

बीदर (कर्नाटक) 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 पन्नालाल हिरालाल कॉलेज परिसर, बीदर में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्त्ता श्री भगवत जी खुबा (रसायन उर्वरक राज्य मंत्री, भारत सरकार) द्वारा शिविर में 225 का रजिट्रेशन दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग माप 25, कैलीपर्स माप 12, ट्राईसाईकल 15, व्हीलचेयर 05, वैशाखी 25 जोड़ी तथा ऑपरेशन चयन 08 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री भगवत जी खुबा (रसायन एवं उर्वरक तथा नवीन एवं नवीकरणीय उर्जा राज्य मंत्री, भारत सरकार), अध्यक्षता श्री राजकुमार जी अग्रवाल (उघोगपति एवं समाजसेवी), विशिष्ट अतिथि ब्रिजकिशोर जी, श्री आर. जी. अग्रवाल, श्री सत्यभूषण जी जैन (उघोगपति एवं समाजसेवी), शिविर कोडिनेटर बीदर, श्री नाथुसिंह जी (टेक्नीशियन), डॉ. अजमुदीन जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), शिविर टीम श्री हरिप्रसाद जी लड्डा (शिविर प्रभारी), श्री प्रकाश जी डामोर, श्री महेन्द्र सिंह जी रावत सहायक ने भी सेवायें दी।

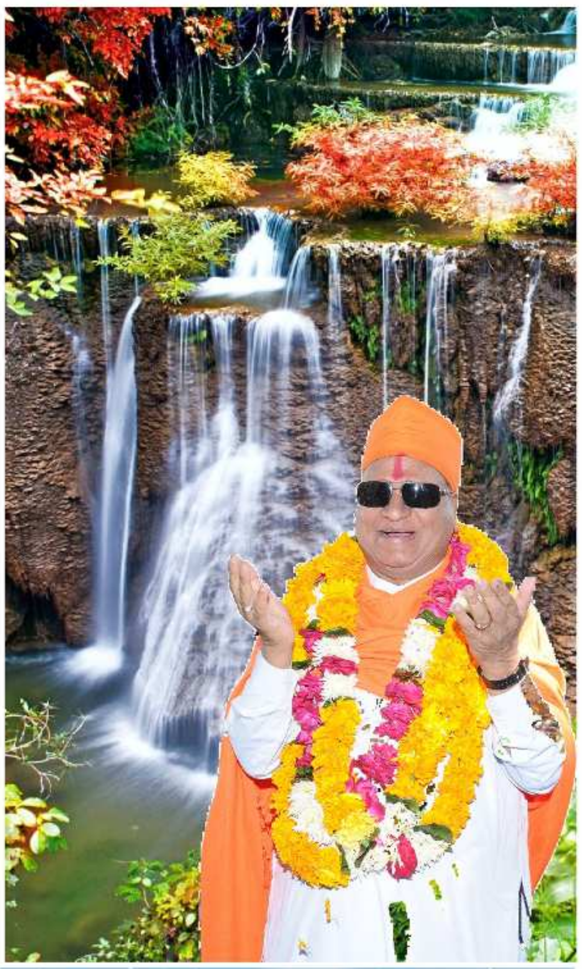
Bank Name : State Bank of India
Account Name : Narayan Seva Sansthan
Account Number : 31505501196
IFSC Code : SBIN0011406
Branch : Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001

Donate via UPI
Google Pay PhonePe Paytm
narayanseva@sbi

Head Office: 483, Sevadham, Sevanagar, Hiran Magari, Sector-4, Udaipur(Raj.) 313002, INDIA
+91 294 662 2222 | +91 7023509999
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

जब मैं छोटा था। रामचरित मानस का पूज्य पिताजी श्री नवाह्न पारायण भी करते थे। अखण्ड़ रामायण भी होती थी, और मास पारायण भी होता था। तो मैं जब भी रामचरित मानस का कोई चौपाई, कोई दोहा पढ़ने लगता, मेरे मन में आया। बार– बार आता भगवान ऐसा काम करायेगा। भगवान अच्छा काम करायेगा। ये सेतु बन्ध की कथा। वो सेतु समुन्द्र वाला नहीं है। ये वो उत्साह वाला सेतु है जब श्रीराम भगवान .पा करके, चारों भाई राम, भरत, लक्ष्मण, षत्रुधन और सीता जी, माण्डवी जी, उर्मिला जी और श्रुतुकीर्ति जी जब अयोध्या में पधारे। कितना उत्साह? ये उमंग रहनी चाहिये। ये उत्साह, उमंग और उल्लास कोई मुझे कह रहा था कि– बाबूजी–बाबूजी आपको विदित है, कि नहीं भारत सरकार जब कोई सौ साल का हो जाता है तो उसकी पेंशन डबल कर देती है। भारत सरकार में कितने लोग होंगे? एक सौ तीस करोड़ में बहुत सारे महानुभाव तो भारत सरकार में भी नहीं, राज्य सरकार में भी नहीं। ये अपना पेन्शन डबल करने का अर्थ अपना उत्साह डबल हो जाना चाहिये। मन कभी बूढ़ा नहीं होता। बुद्धि कभी कमजोर नहीं होती। ये हड्ड़ियाँ थोड़ी कमजोर होगी तो ठीक कर लेंगे।



राम भगवान पधारे तो अयोध्या में बधाइयाँ। चारों तरफ तोरण द्वार सजाये गये। और भगवान श्रीराम, भगवान श्री लक्ष्मण जी और दशरथ जी इतने प्रसन्न। अपने गुरुदेव वशिष्ठ मुनि के सम्मुख सबको खड़ा करके बोले– गुरुदेव ये सब आपका है। ये धन, ये सम्पति, ये वैभव, ये अयोध्या का राज आपका है। आप जो मांगोगे, वो हो जायेगा। एक तरफ उदारता। कहते हैं– .पण राजा के राज में प्रजा सुखी नहीं रहती। ये बहुत ज्यादा कंजूसी करना भी अनर्थ है। ये भी एक विकार है। हाँ, राजा बड़े उदार परन्तु गुरुदेव वशिष्ठ मुनि जी ने उतना ही लिया जितना उचित था। जितना बनता था।

योगासन करते समय ध्यान देने वाली महत्वपूर्ण बातें–

1. योगासन खाली पेट करना चाहिए।
2. योगासन भोजन के कम से कम 3 घंटे बाद करना चाहिए।
3. प्रातःकाल का योगासन लाभदायक होता है।
4. मन शांत व स्थिर रखकर योगासन करें।
5. बुखार आदि में योगासन नहीं करें ।
6. कपड़े हल्के ही पहनें, बेल्ट,चश्मा घड़ी आदि अलग रखें।
7. कम्बल, दरी अथवा चटाई आदि बिछा लें, रजाई/गद्दे पर योगासन नहीं करें।

Bank Name : State Bank of India
Account Name : Narayan Seva Sansthan
Account Number : 31505501196
IFSC Code : SBIN0011406
Branch : Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001

Donate via UPI
Google Pay PhonePe Paytm
narayanseva@sbi

Head Office: 483, Sevadham, Sevanagar, Hiran Magari, Sector-4, Udaipur(Raj.) 313002, INDIA
+91 294 662 2222 | +91 7023509999
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

सम्पादकीय

'मन के जीते जीत है' यह उक्ति बड़ी विलक्षण है। किसी भी बात की जीत या हार संकल्प की सिद्धि या कमजोरी पर निर्भर करती है। यदि मन में जीत की ठान ली तो फिर प्रत्यक्षतः जीत होनी ही है।

इतिहास इस बात का साक्षी है कि जिसने भी मन को सुदृढ़ व संकल्पित रखा उसे विपरित परिस्थितियां भी प्रभावित नहीं कर सकी हैं। अब प्रश्न यह उठता है क्यों मन की जीत को कैसे बनाये रखें ? वस्तुतः मन की चंचलता ही हमें कमजोर कर सकती है। मन में यदि हीन भाव या स्वयं का सही मूल्यांकन न हो तो जीत दूर है। मन की चंचलता को नियंत्रित करने के लिये सद्विचारों की लगाम तथा संकल्पों की चाबुक जरूरी है।

सद्विचार हमें सही मार्ग की ओर उन्मुख करेंगे तथा संकल्प उस मार्ग पर लें चलेंगे। ये दोनों सध गये तो मन जीतेगा ही। इन दोनों पर यदि संशय हावी हो जाता है तो हार का सामना करना पड़ता है। मन को जीतना ही जीवन की सफलता की कुंजी है। संतोष की बात है कि सफलता की यह कुंजी हर मनुष्य के पास निहित है। मन को जीतने के लिये प्रयाण करें। 'शुभस्ते पंथान संतु'।

कुछ काव्यमय

जो मन को जीतेगा वो ही,
जन्म सफल कर जायेगा।
धनात्मक जो भी सोचेगा,
वही सफल हो पायेगा।
राहें दुर्गम बन जायेंगी,
मन को यदि कमजोर किया तो।
वही सुगम बन के आयेंगी,
मन में हमने ठान लिया तो।

- वरदीचन्द राव

कोविड-19 के नियम

- भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें।
- सार्वजनिक स्थानों पर ना थूकें।
- बार-बार अपने हाथों को धोएं।
- बाहर जाते समय मास्क जरूर लगाऐं।
- अपनी आंख, नाक या मुंह को न छुएं।
- जुकाम और खांसी होने पर मास्क पहनें।
- छींकते समय नाक और मुंह को ढकें।

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 वहीं 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 १००–१५० 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)

कैलाश चिन्ताओं से ग्रस्त था तभी उदयपुर से फोन आया कि वेतन की व्यवस्था हो गई है आप चिन्ता मत करना। कैलाश इस चमत्कार से हैरान रह गया, पूछा तो बताया कि नोखा के चाण्डक साहब ने धन संग्रह कर एक थैली लाकर दी, थैली में कितने रुपये हैं, यह भी उन्होंने नहीं गिने, थैली में रसीद बुक थी उसमें सारा हिसाब था, उन्हें जल्दी थी इसलिये वे थैली देकर चले गये। बाद में थैली के रुपये गिने तो 71 हजार से ज्यादा ही निकले। वेतन का काम आसानी से निपट गया। इस घटना से कैलाश की निराशा आशा में बदली। उसने डॉ. अग्रवाल को सारी बात बताते हुए कहा कि ऐसा कोई चमत्कार यहां भी हमारे साथ जरूर होगा।

मनुभाई के साथ दिन गुजरते जा रहे थे, कहीं कोई आशा की किरण दिखाई नहीं दे रही थी तो कैलाश ने उनसे कहा कि हवाई जहाज में एक यात्री से उसे यहां के कुछ ज्वैलर्स के पते मिले हैं, आप कहें तो इनसे सम्पर्क करें। मनुभाई ने पूछा कि कैसे करेंगे तो उसने कहा कि पास ही के पोस्ट ऑफिस से कुछ लिफाफे और डाक टिकट लेकर आते हैं। कैलाश अपने साथ ढेर सारे पत्रक लेकर आया था। ये पत्रक इन लिफाफों में भर कर, ज्वैलरों के पते लिख कर डाक में डाल देते हैं। मनुभाई ने कैलाश को बताया कि इस तरह के पत्रकों को यहां जंक मेल कहते हैं। आये दिन इस तरह के पत्रक जिनमें विज्ञापनों की भरमार होती है, सब के घरों पर आते रहते हैं, सभी लोग इस जंक मेल को सीधे गारबेज में डालते हैं।

अंश - 178

महत्वपूर्ण ओषधि है- हल्दी

प्राचीन काल से भोजन में तथा घरेलू उपचार के रूप में हल्दी का उपयोग होता रहा है। हल्दी का सबसे ज्यादा उपयोग दाल–साग में होता है। इसके उपयोग से दाल–साग का रंग पीला होता है और स्वाद भी बढ़ता है।

बंगाल, बिहार, महाराष्ट्र, चेन्नई, देहरादून आदि स्थानों में हल्दी की बोआई की जाती है। गुजरात में खेड़ा और सूरत जिले में इसकी फसल अच्छी होती है। वीसनगरी हल्दी प्रसिद्ध है, परन्तु आजकल वीसनगर के आस–पास में इसकी बोआई नहीं होती। हल्दी रेतीली बेसर जमीन में खूब होती है। हल्दी का पौधा कमर तक ऊँचा बढ़ता है। वह सुगंधयुक्त होता है। उसके पत्ते केले के पत्ते जैसे होते हैं। वे सुगंधवाले, दोनों ओर चिकने तथा सफेद दागवाले होते हैं। उसके कंद से जमीन में गाँठें निकलती हैं। ये गाँठें भीतर से तेजस्वी पीले रंग की होती हैं। इन गाँठों को हल्दी कहते हैं। हल्दी को पानी (सिंचाई) की खूब जरूरत पड़ती है।

हल्दी दो प्रकार की होती है–एक लोहे–सी सख्त हल्दी, जो रंग बनाने के काम आती है। दूसरी नरम सुगंधित हल्दी, जिसका मसाले के रूप में उपयोग होता है। जंगल में उत्पन्न होने वाली एक अन्य प्रकार की हल्दी को 'आम–हल्दी' कहते हैं। मसाले के रूप में इसका उपयोग नहीं होता, परंतु यह रक्तविकार और खुजली मिटाती है। हल्दी की गाँठों को जमीन खोदकर निकाला जाता है। फिर उन्हें साफकर, मटके में भरकर, उसका मुँह बंदकर, आग की धीमी आँच पर पकाकर, उनकी कच्ची गंध दूर की जाती है। इसके बाद उसे सुखाकर बेचने के लिए तैयार किया जाता है। हल्दी एक महत्त्वपूर्ण औषधि है, किन्तु लोग औषधि के रूप में इसका पूरा–पूरा उपयोग नहीं जानते। हल्दी में लहू को शुद्ध करने का गुण है। यह शरीर के लहू को शुद्धकर शरीर के वर्ण को भी सुधारती है।

लग्न के समय हल्दी लगाने–उबटन करने का यही कारण है। हल्दी में अतिरिक्त कफ तथा आम को पचाने–जलाने का भी विशेष गुण है। अतएव खाँसी के रोगी को गर्म दूध में हल्दी डालकर पिलाने का रिवाज है। शरीर में उत्पन्न होने वाली वि.तियों का नाश भी हल्दी से होता है। इस प्रकार हल्दी अनेक रोगों की सस्ती, घरेलू रामबाण औषधि है। उपरान्त, कपड़ों को छापने व रंगने में भी हल्दी का उपयोग होता है। हल्दी और चूने के योग से कुंकुम बनता है। इसके उपयोग से सभी परिचित हैं। हल्दी प्रमेह–नाशक होने के कारण कुछ आचार्यों ने इसे 'मेहघ्नी' कहा है।

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

Bank Name : State Bank of India
Account Name : Narayan Seva Sansthan
Account Number : 31505501196
IFSC Code : SBIN0011406
Branch : Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001

Donate via UPI
Google Pay PhonePe Paytm
narayanseva@sbi

Head Office: 483, Sevadham, Sevanagar, Hiran Magari, Sector-4, Udaipur(Raj.) 313002, INDIA
+91 294 662 2222 | +91 7023509999
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

अनुभव अमृतम्

इन्ही पगडंडियों पर कभी सबरी ने नदी तक का रास्ता साफ किया होगा। बड़े लोग स्नान करने बड़े लोग मंत्र बोलने, ये बडे लोग हमें भी कोई शिक्षा दे देवें। मतंग ऋषि ने कहा होगा सबरी तू मेरी बहन है ना! ना! महाराज जी मैं अछूत हूँ, कोई छूत अछूत नहीं। कहा गए मतंग ऋषि? मैं आपको ढूंढ रहा हूँ और आप कह रहे हैं कैलाश अभी तो अच्छा समय आ गया 2020 में अभी तो मेरे मत को मानने वाले आप सभी हो गए। बहुत अच्छी बात है।

ऊपर जाने के बाद में एक झोपड़े के बाहर एक डोकरी माता जी बैठी थी बहुत दुबला पतला शरीर। राम राम! आपरो घर देखणो चावे। यो सतु लेवो। जीमजो इने ये दो कपड़ा आपरे लिये लाया हाँ घर देखिलो बावजी मिट्टी की कोठी है मगर अन्न नहीं है।

परम पूज्य राजमल जी भाई साहब की बात स्मरण हो आई। सेवा गुरु मानव धर्म के मसीहा उन्होंने एक आँखों देखा प्रसंग बताया था। कहा था एक चूल्हे के पास दो तीन बच्चे बेचारे नंग धडंग बैठे थे। बार बार देख रहे थे। माता जी ने चूल्हा जलाया। हांडी में कुछ बन रहा है, चम्मच से हिला रही है। लकड़ी का चम्मच उसी समय राजमल जी भाई साहब पहुँचे। बोले– माता जी क्या बना रही हो? माताजी ने कहा घाट।

राजमल जी भाई साहब ने कहा मैं भी देखूं। ढक्कन खोला देखा केवल पानी उबल रहा था। कहा घाट के दानें कहाँ? चली गई मक्की? किसी महानगर में देखा था बादाम छिले जा रहे हैं बीस बीस किलों क्यों छिले जा रहे है। आप भी छिलो बादाम की सब्जी बनेगी। ब्याव में बादाम की सब्जी काजू की सब्जी दाखों की सब्जी। इनके पास इस उबलते हुए पानी में डालने के लिए मक्की का आटा भी नहीं, ज्वार भी नहीं, गेहूँ भी नहीं।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 305 (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 पैन कार्ड नम्बर AAATN4183F, टैन 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 चन्द 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