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-2724 • उदयपुर, शुक्रवार 10 जून, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

पुसद, जिला यवतमाल (महाराष्ट्र) में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान वर्षों से आपके आशीर्वाद से दिव्यांगजन सेवा में रत है। पूरे देश में स्थान–स्थान पर जाकर इसकी शाखाओं द्वारा दिव्यांगजन सहायता शिविर आयोजित किये जा रहे हैं। इस पुण्य कार्य को गति देने के लिये एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 24 अप्रेल 2022 को गजानन मंगलम शंकर नगर पुसद, जिला यवतमाल (महाराष्ट्र) में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता दिव्यांग सेवा समिति पुसद (महाराष्ट्र) रही। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 162, कृत्रिम अंग माप 31, कैलिपर माप 10 की सेवा हुई तथा 37 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् अनिल जी आडे (उपविभागीय पुलिस अधिकारी, पुसद) अध्यक्षता डॉ. किरण सुकतवाउ (मुख्या अधिकारी नगर परिषद, पुसद) विशिष्ट अतिथि डॉ. सिमलाई वानखेड़े (अधीक्षक, आयुर्वेद कॉलेज, पुसद), श्रीमान् राम महाराज (भागवताचार्य दिग्रस), श्रीमान् सुरेन्द्र सिंह जी राठौड़ (अध्यक्ष, दिव्यांग सेवा समिति, पुसद), श्री राधेश्याम जी जांगीड़ (अध्यक्ष, आयुर्वेद कॉलेज, पुसद), श्रीमान् दयाराम जी चव्हाण (उपाध्यक्ष, दिव्यांग सेवा समिति, पुसद), श्रीमान् हरिप्रसाद जी विश्वकर्मा (उपाध्यक्ष, दिव्यांग सेवा समिति, पुसद), विनोद जी राठौड़ (सेवा प्रेरक, नांदेड़) रहे।

डॉ. वरुण जी श्रीमाल (ऑर्थोपेडिक सर्जन), रिहांस जी महता (पी.एन.डो.), किशन जी सुथार (टेक्निशियन) सहित शिविर टीम में श्री हरिप्रसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री गोपाल जी गोस्वामी, सत्यनारायण जी मीणा (सहायक) ने भी सेवायें दी।

होशंगाबाद (मध्यप्रदेश) में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान वर्षों से आपके आशीर्वाद से दिव्यांगजन सेवा में रत है। पूरे देश में स्थान–स्थान पर जाकर इसकी शाखाओं द्वारा दिव्यांगजन सहायता शिविर आयोजित किये जा रहे हैं। इस पुण्य कार्य को गति देने के लिये एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 29 व 30 मई 2022 को अग्निहोत्री गार्डन, होशंगाबाद में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता लांयस क्लब ग्वालियर आस्था रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 145, कृत्रिम अंग वितरण 135, कैलिपर वितरण 32 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् प. श्री सोमेश जी परसाई (भागवताचार्य) अध्यक्षता श्रीमान् समर सिंह जी (धनलक्ष्मी मचेन्टडाइज, प्रबन्धक), विशिष्ट अतिथि श्रीमान विपिन जी जैन (सचिव, रोटरी क्लब), श्रीमान् आशिश जी अग्रवाल (कार्यक्रम संयोजक), श्रीमान् प्रदीप जी गिल्ला (रोटरी क्लब, अध्यक्ष), श्रीमान् शील जी सोनी (रोटरी क्लब, संरक्षक), श्रीमान् राजीव जी जैन, श्रीमान् समीर जी हरडे (रोटरी क्लब सदस्य) रहे। डा.सिद्धार्थ जी लाम्बा (ऑर्थोपेडिक सर्जन), श्री रामनाथ जी ठाकुर (पी.एन. डो.), श्री किशन जी सुथार (टेक्निशियन) सहित शिविर टीम में श्री हरिप्रसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री गोपाल जी गोस्वामी, श्री हरीश सिंह जी रावत (सहायक) ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

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

दिनांक : 12 जून, 2022

▪ माता बाला सुन्दरी प्रांगण, शहजादपुर, अम्बाला, हरियाणा

▪ श्री एसएस जैन संघ मार्केट, बल्लारी, कर्नाटक

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

1,00,000 We Need You !
से अधिक सहयोग देकर, दिव्यांगों के सपनों को करें साकार
अपने शुभ नाम या प्रियजन की स्मृति में कराये निर्माण

WORLD OF HUMANITY
Endless possibilities for differenlty abled !
CORRECTIVE SURGERIES
ARTIFICIAL LIMBS
CALLIPERS
REAL
ENRICH
VOCATIONAL
EDUCATION
SOCIAL REHAB.
EMPOWER
WOH
NARAYAN SEVA SANSTHAN

मानवता के मन्दिर में बनेंगे कई वार्ड-सेवा कक्ष
* 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पीटल * 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त* निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी * भारत की पहली निःशुल्क सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट * प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों को निःशुल्क आवासीय व्यावसायिक प्रशिक्षण

अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org
Cont. : 0294-6622222, +917023509999 (WhatsApp)

बीस वर्ष भोगी पीड़ा, अब खुश हूँ !

जन्म के 6 माह बाद ही पोलियो की शिकार हुई स्वाति (22) नारायण सेवा संस्थान में पिछले वर्ष पोलियो केरेक्टिव सर्जरी के बाद अब बिना सहारे खड़ी होती और चलती है। गोरखपुर (उप्र) में बीटीएस की छात्रा स्वाति सिंह ऑपरेशन के बाद चेकअप के लिए आई हैं। उन्होंने बताया कि बीस वर्ष तक जो पीड़ा भोगी, उसे याद करती हूँ तो रो पड़ती हूँ। उत्तरप्रदेश के कुछ हॉस्पीटल में लम्बा इलाज भी चला, लेकिन फायदा नहीं हुआ। घिसटकर चलना ही उनकी नियति था। नारायण सेवा संस्थान के बारे में टेलीविजन चैनल से जानकारी मिली तो गत वर्ष नवम्बर में यहाँ आई और डॉ. ए.एस. चुण्डावत ने घुटने का ऑपरेशन किया। उसके बाद अब केलिपर्स की सहायता से वे खड़ी भी होती हैं व बिना सहारे चलती भी हैं। पाँव का टेढ़ापन भी काफी ठीक हो गया है।

प्रेम बाँटें : लाभ ही लाभ

दो भाई थे । आपस में बहुत प्यार था।

खेत अलग अलग थे आजू–बाजू। बड़ा भाई शादीशुदा था। छोटा अकेला। एक बार खेती बहुत अच्छी हुई अनाज बहुत हुआ। खेत में काम करते करते बड़ा भाई बगल के खेत में छोटे भाई को खेत देखने का कहकर खाना खाने चला गया। उसके जाते ही छोटा भाई सोचने लगा ।

खेती तो अच्छी हुई इस बार अनाज भी बहुत हुआ। मैं तो अकेला हूँ, बड़े भाई की तो गृहस्थी है। मेरे लिए तो ये अनाज जरुरत से ज्यादा है, भैया के साथ तो भाभी बच्चे है। उन्हें जरुरत ज्यादा है। ऐसा विचारकर वह 10 बोरे अनाज बड़े भाई के अनाज में डाल देता है। बड़ा भाई भोजन करके आता है। उसके आते ही छोटा भाई भोजन के लिए चला जाता है। भाई के जाते ही वह विचारता है ।

मेरा गृहस्थ जीवन तो अच्छे से चल रहा है...भाई को तो अभी गृहस्थी जमाना है... उसे अभी जिम्मेदारियां सम्हालना है... मै इतने अनाज का क्या करूँगा.. ऐसा विचारकर उसने 10 बोरे अनाज छोटे भाई के खेत में डाल दिया...। दोनों भाइयों के मन में हर्ष था। अनाज उतना का उतना ही था और हर्ष, स्नेह, वात्सल्य बढ़ा हुआ था...।

सोच अच्छी रखेंगें तो प्रेम अपने आप बढ़ेगा, अगर ऐसा प्रेम भाई–भाई में हुआ तो दुनिया की कोई भी ताकत आपके परिवार को तोड़ नहीं सकती।

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

बंधन, बंधन क्या करते है,
बंधन क्षण के बंधन है।
साहस कर उठें, झटका दें,
बंधन क्षण के बंधन है।।

ये गांठें हमने ही बांधी हैं। दो भाई जा रहे थे दस हजार अर्शफियां दिख गयी। दोनों भाइयों के मन में गांठें पड़ गयी। मन में विकार आ गया, लोभ–लालच आ गया। पाप का बाप लोभ आ गया। और दोनों भाइयों ने एक दूसरे का वध करने का महान पाप कर दिया। ये बधंन भाई आप खुद छोड़ सकते हैं।

एक कोई राजा स्नान कर रहे थे। अचानक उनके ऊपर गरम पानी की दो–चार बूंदे माथे पे गिरी। गाल पे गिरी तो उन्होंने ऊपर देखा कि– रानीजी पटरानीजी वो रो रही थी छज्जे पे खड़ी हुई। उन्हों ने पूछा –महारानीजी, आपके आँखों में आँसू क्यों ? ये गरम–गरम बूंदे मेरे शरीर पर गिरी, आप रो क्यों रही है ? बोली – एक साल बाद मेरे भाई ने घोषणा कर दी की वो एक साल बाद संन्यास ले लेगा। महराज हंस दिये– घोषणा कर दी! और संन्यास लेना वो भी साल भर बाद। तो महारानी थोड़ी विचलित हुई तो बोली– आप तो जैसे अभी ले लोगे ? बोले– तुम्हारी आज्ञा होनी चाहिये। हाँ, मेरी कहाँ मना है। उसी क्षण संन्यास ले लिया। सारी गांठें खुल गयी।

ये कथा है बहनों–भाइयों वैराग्य और ज्ञान। जब बुढ्ढे हो के संज्ञाहीन हो जाते हैं तो श्रीमद्भागवत महापुराण अमृतम् का महात्म्य होता है। कि भक्ति कहती है कि– मेरे दोनों पुत्र उम्र में तो युवा है लेकिन ये बुढ्ढे जैसे हो गये है, ये संज्ञाहीन हो गये हैं, ये निराश हो गये है। इन्होंने अपना आत्मबल खो दिया है। हे नारदजी आप कोई ऐसा उपाय बताइये कि, इनका आत्मबल जागृत हो जाय, आत्मबल। ये नल और नील के वरदान तो अपनी जगह है ही। पण आप आत्मबल देखिये उस गिलहरी का जो भगवान ने कौतुक पूर्ण रूप से देखा। बहुत देर से देख रहे थे। एक गिलहरी जाती है। जल में अपने भारीर को डूबोती है। रेत में अपने आपको लपेट लेती है और रेत को पत्थरों पे बिखेर देती है। भगवान ने हनुमानजी को कहा–पवनपुत्र बजरंगबली हनुमानजी जरा गिलहरी रानी को मेरी हथेली पर रखो। उन्होंने पूछा– गिलहरी आप क्या कर रही हो ? और गिलहरी ने जो उत्तर दिया वो हजारों वर्शो से अन्तरिक्ष में तैरता हूआ हमारे तक पहुंच रहा है। गिलहरी ने कहा– प्रभु मैं बहुत छोटी हूँ, मैं बहुत सूक्ष्म हूँ। मैंने सोचा– जब आपके चरण कमलों से जब आप इन पत्थरों पर चलेंगे तो ये नुकेले पत्थर आपको चुभ नहीं जावे। कहीं आपके पैरों को तकलीफ न होवे। इसलिये इन पर रेत छिटक रही हूँ प्रभु ,मैं तो छोटी सी हूँ।

सम्पादकीय

यह समाज भामाशाहों की खान है। कभी देशरक्षा के लिए, कभी संस्कृति रक्षा के लिए, कभी सज्जनों की रक्षा के लिए तो कभी दीनों के हित समय–समय पर अनेक भामाशाह अपना खजाना खोलते रहे हैं।

यह समाज दधीचियों की भी खान है। कभी सत्य के लिए, कभी देवत्व के लिए, कभी न्याय की स्थापना के लिए तो कभी अभावों से जूझने के लिए अनेक दधीचि अपनी अस्थियों को गलाते रहे हैं। यह समाज हर्षवर्धन और कर्ण का भी जनक है। जब–जब समाज को तन, मन, धन की आवश्यकता पड़ी, जब–जब विषमता की खाइयाँ चौड़ी होने लगी। कोई कर्ण, कोई हर्षवर्धन आगे आता गया और समाज में समता, ममता द्वारा एक लयबद्धता निर्मित करता चला गया। यह वसुंधरा समय–समय पर ऐसे नरपुंगवों को जन्म देती रहती है। यह शृंखला अनवरत है, अटूट है तथा अति प्राचीन है। आज भी इसी भाव से जीने वाले लाखों लोगों के कारण ही मानवता, मानव–सेवा और मानव कल्याण के दीपक जल रहे हैं।

कुछ काव्यमय

त्याग तपस्या की धरा, भारत देश महान।
इसीलिए भगवान भी, आते बन इंसान।।
देव तरसते जन्म को, पुण्यभूमि यह देश।
त्यागी तपसी ही यहाँ, करते रहे प्रवेश।।
इतिहासों में है लिखी, भारत की तासीर।
परहित में लुटती रही, जीवन की जागीर।।
अपना जीवन होम कर, बचे पराये प्राण।
जग कल्याणक मृत्यु को, यहाँ कहा निर्वाण।।
औरों के हित जो मरे, वो ही जीव महान।
उपकारी जीवन यहाँ, आन बान अरु शान।।

अपनों से अपनी बात

सेवा का आह्वान

परमार्थ की भावना जब उत्पन्न होती है, तो अपना सब कुछ देने को तत्पर हो जाती है। जीवन साथी का सहयोग मिलने पर यह और भी स्तुत्य हो जाती है। माघ विद्वान कवि थे एवं प्रतिभावान भी। अपनी अद्भुत काव्य शक्ति के बल पर उन्होंने कमाया भी बहुत। इतने पर भी वे कभी सम्पन्न न बन सके। जो हाथ आया वह अभावग्रस्तों, दुःखी–दरिद्रों की सहायता के लिए बिखेर दिया।

एक बार उस क्षेत्र में दुर्भिक्ष पड़ा। कवि ने अपनी सम्पदा बेचकर वहां के दीन–दरिद्रों की अन्नपूर्ति के लिए लगा दिया। मात्र उनका नवरचित काव्य घर में शेष रह गया था। सोचने लगे इसके

बदले कुछ पैसा मिला जाये तो उसे भी समय की आवश्यकता पूरी करने के लिए लगा दिया जाय। माघ और उनकी धर्म पत्नी लम्बी पैदल यात्रा करके राजा भोज के दरबार में पहुँचे। एक अपरिचित महिला द्वारा काव्य, बेचने की दृष्टि से प्रस्तुत किया गया। काव्य के कुछ पृष्ठ उलटते ही राजा दंग रह गया। उन्होंने मुक्त हस्त से उसका पुरस्कार दिया। जो मिला उसे लेकर मार्ग में फिर वही दुर्भिक्षग्रस्त क्षेत्र मिले, वहीं से बांटना चालू किया।

आपका यह संस्थान दुर्भिक्ष रूपी पोलियो विकलांगों के लिए जो कर रहा है, वह है –समुद्र में बूंद के समान। इस भगवत कार्य में आपश्री की धनरूपी लक्ष्मी द्वारा आहुति की वैसे ही आवश्यकता है –जैसे दुर्भिक्षग्रस्त क्षेत्र में अन्न की।

संस्थान के कई दानदाता इस महायज्ञ में सुदूर रहते हुए भी अपनी आहुतियाँ दे रहे हैं –पुण्य का संग्रह कर रहे हैं– यदि आपश्री अभी तक नहीं जुड़ पाये है किसी कारण से तो अभी जुड़ जाइये– अन्तःकरण में उठे विचारों को दबाइये मत। दीजिये –सेवा में अपना सहयोग।

–कैलाश 'मानव'

खुशियाँ बाँटिए

दो मित्र एक महाविद्यालय में एक ही कक्षा में पढ़ते थे। एक मित्र बहुत अमीर और दूसरा बहुत गरीब था। अमीर मित्र का जब जन्मदिन आया तो उसे उसके परिवार के सदस्यों एवं परिजनों ने नाना प्रकार के बहुमूल्य उपहार दिए।

उसके बड़े भाई साहब ने उसे एक महँगी घड़ी भेंट की। उस घड़ी को पहनकर जब अमीर मित्र महाविद्यालय गया तो उसकी घड़ी गरीब मित्र को पसन्द आ गई। उसने अमीर मित्र से एक दिन पहनने के लिए वह घड़ी माँगी। अमीर मित्र ने वह घड़ी सहर्ष गरीब मित्र को दे दी। एक दिन पश्चात् उसने घड़ी लौटाते हुए अमीर मित्र से पूछा, "तुमने मेहनत करके पैसे कमाए होंगे और फिर घड़ी खरीदी होगी।"

अमीर मित्र ने उत्तर दिया, "नहीं, यह मुझे मेरे बड़े भाई साहब ने उपहार में दी है। परंतु तुम ऐसा क्यों पूछ रहे हो?" शायद तुम यह सोच रहे हो कि तुम भी मेरी जगह होते और तुम्हें भी तुम्हारा बड़ा भाई ऐसी ही महँगी सुंदर घड़ी उपहार में देता।"

यह बात सुनकर गरीब मित्र ने उत्तर दिया, "नहीं, मैं तुम्हारे जैसा बनने के बारे में नहीं सोच रहा था ताकि मैं दूसरों को उपहार दे सकता और उन्हें खुश रख पाता।"

कहने का तात्पर्य यह है कि हमें जीवन में खुशियाँ बाँटते हुए आगे बढ़ना चाहिए।

जब हम औरों को खुशियाँ बाँटते हैं, तब हम स्वयं भी खुश रहते हैं। खुशियाँ पाना है, तो खुशियाँ बॉटते चलो।

– सेवक प्रशान्त भैया

घिसट घिसट कर संस्थान में आया लौटते वक्त अपने पैरों पर खड़ा था

सहारनपुर (उत्तर प्रदेश) जिले के गांव भाबसी निवासी श्री धर्मवीर सिंह के पुत्र अर्पित जन्म से ही एक पांव में घुटनों से नीचे तक दिव्यांग था। गरीबी के कारण न उसका इलाज हो सका और न ही उसे पढ़ने के से भेजा जा सका। माता– पिता बच्चे की इस हालत और उसके भविष्य को लेकर सदैव चिंतित रहते। घर का माहौल हर समय उदासी से भरा रहता था। धर्मवीर बताते हैं एक दिन उन्हें किसी परिचित में नारायण सेवा संस्थान में दिव्यांगों की निःशुल्क चिकित्सा, कृत्रिम अंक लगाने और सहायक उपकरण दिये जाने की जानकारी दी। उसके बाद वे बेटे को लेकर उदयपुर आए और संस्थान के डॉक्टर से मिले जिन्होंने दिलासा देते हुए कहा कि आप बेटे को गोद में उठा कर लाए है किंतु वह अपने पांव पर खड़ा होकर चलते हुए अपने घर में प्रवेश करेगा। कुछ दिनों के इलाज के बाद उसे विशेष कैलीपर पहनाया गया।

अर्पित जब पिता के साथ पुनः अपने घर के लिए रवाना हुआ तब यह संस्थान के अस्पताल से चलते हुए ही बाहर निकला। पिता ने कहा मुझे बहुत अच्छा लग रहा है। अब इसके लिए मैं वो सब– कुछ करूंगा जिसका सपना देखा करता था।

थैक्यू नारायण सेवा

पेशे से ट्रक ड्राईवर अरुणसिंह की जिंदगी का सबसे बुरा दिन वो था जब एक दिन उनकी गाड़ी पर 11 हजार वोल्टेज बिजली का तार गिर पड़ा। उसे दोनों पांव और एक हाथ गंवाना पड़ा। उनका भाई कहता है–जी मेरा नाम अतुलसिंह, मेरे भैया अरुणसिंह मैं जादोन यू.पी. का रहने वाला हूं। मेरे भैया पेशे से ट्रक ड्राईवर थे और दो पैसे कमाकर परिवार का पालन– पोषण करते थे।एक दिन अचानक ऐसा आया कि मेरे भैया की गाड़ी पर 11 हजार वोल्टेज हाई टेंशन का तार गिर गया जिस कारण से पूरी गाड़ी में करंट आ गया।

मेरे भैया उसी में बैठे हुए थे। करंट के कारण झुलस गये और जिस कारण से मेरे भैया के दोनों पैरों को और एक हाथ भी गंवाना पड़ा, फिर उसके बाद काफी इलाज चलाना पड़ा। और हम पूर्णरूप से बर्बाद हो चुके थे भैया का इलाज करवाने में। बड़ी दुःख की बात तो ये है कि मेरी बहनों और मेरी खुद की पढ़ाई भी बंद हो चुकी थी। मुझे टी. वी. पे नारायण सेवा संस्थान के बारे में जानकारी हुई। यहां पर सारी सुविधाएं निःशुल्क है। और हम यहां पर आये हैं भैया के पैर लगे हैं तो मुझे बहुत खुशी हुई है। थेंक्यू नारायण सेवा संस्थान।

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

गोगुन्दा के समीप मोलेला गांव है। यहां गांव का ही एक सुथार युवकों को सुथारी का प्रशिक्षण देने को तैयार हो गया। ऑफिस में जो बेकार खोखे पड़े थे, वे खरीदकर बाजरे वाले मकान में रख दिये थे। सभी खोखे मोकेला भिजवा दिये, सुथारी के आवश्यक औजार, कीलियां वगैरह भी खरीद कर भिजवा दीं। पहली टोली में 15 युवकों को 6 माह के प्रशिक्षण हेतु चयनित किया गया। इन्हें टेबल, कुर्सी, स्टूल वगैरह बनाने का काम सिखाया गया। यह प्रयोग सफल रहा तो इसी प्रकार के जनोपयोगी कार्यों का प्रशिक्षण शुरू करने की सोची। सिलाई कार्य का प्रशिक्षण देने की योजना उसके मन में काफी दिन से कुलबुला रही थी।

उस समय श्रीमती मालविका पंवार उदयपुर की अतिरिक्त कलेक्टर थी। उनकी कल्याण कार्यों में काफी रूचि थी। तब कथौड़िया परिवार के लोग सरकार के एक निर्णय से बेकार हो गये थे। ये लोग कत्था निकाल कर बेचने का काम करते थे। मगर सरकार ने यह समूचा कार्य ही ठेके पर दे दिया था जिससे इनकी मुश्किलें बढ़ गई थी। सिलाई प्रशिक्षण देने के सिलसिले में कैलाश इनसे मिलने गया तो वे मदद को तैयार हो गई। तब सरकार की एक स्काईट योजना आई थी, इसमें सिलाई सीखने वालों को भत्ता दिये जाने का प्रावधान था। इस योजना हेतु आवेदन करने की अन्तिम तिथि उसी दिन थी। आवेदन भी दोपहर 12 बजे तक जमा कराना था।

कैलाश ने जल्दी से आवेदन प्रपत्र लिया और भरकर दे दिया। आवेदन के साथ 5 रु. 50 पैसे का शुल्क भी जमा कराना पड़ता था। कैलाश ने अपनी जेबें टटोली तो एक पैसा नहीं मिला। उसका सहयोगी जगदीश आर्य साथ ही था, उससे मांगे तो उसकी जेब में भी एक पाई नहीं थी। कैलाश का समीप ही स्थित रेक्स स्टूडियो के मालिक रमेश खथूड़िया से परिचय था, वह दौड़ कर वहां गया, मगर स्टूडियो पर भी ताला लगा था। साढ़े पांच रुपयों की मामूली राशि की आवश्यकता थी, वो नहीं मिल रही थी। जगदीश ने इस स्थिति का आंकलन करते हुए हास्य किया कि –काल पड़े तो पीहर और सासरे, दोनों जगह पड़े। मालविका ने जब देखा कि शुल्क के पैसे इनके पास नहीं है तो अपने पर्स में से पैसे निकाले और इन्हें देते हुए जमा कराने को कहा। फार्म जमा हो गया और अनुमति भी मिल गई।

अंश - 121

अधिक उम्र में स्वस्थ रहने के लिए अपनाएं ये पांच आसन

योगाभ्यास, वरिश्ठ नागरिकों के लिए भी बहुत महत्वपूर्ण है। जैसे–जैसे उम्र बढ़ती है, उससे शरीर की ताकत और क्षमता क्षीण होने लगती है। चाहे मांसपेशियां हो, जोड़ हों या फिर आंतरिक अंग। इनकी शक्ति को बनाएं रखने में योग एक अच्छा माध्यम बन सकता है। हल्के तरीके से यदि आसन या व्यायाम किए जाएं तो इसका फायदा पूरे शरीर को मिलता है।

अर्ध मत्यस्येन्द्रासन – हाथों को जमीन पर रखें व रीढ़ सीधी रखकर बैठे। अब बाएं पैर के ऊपर से दायां हाथ लाकर बाएं पैर का अंगूठा पकड़ें। सांस छोड़ते हुए धड़ व गर्दन मोड़ें एवं बाएं कंधे पर नजर केन्द्रित हो।

फायदा : यह आसन कंधे, गर्दन, रीढ़ की हड्डी और हिप्स के लिए फायदेमंद है। पाचन क्रिया भी बेहतर होती है।

पवनमुक्तासन –लेटकर घुटनों को सीने की ओर लाएं और जांघो को पेट पर लाते हुए हाथों से दबाएं। सिर उठाए और ठोड़ी से घुटनों को छूने का प्रयास करें।

फायदा : रक्त संचार में फायदा होता है। रीढ़ की हड्डी का लचीलापन बढ़ता है। एसिडिटी में राहत मिलती है।

विपरीत करणी –इस आसन मे दीवार के पास लेटें। हिप्स को दीवार के करीब ले जाएं और पैरों को दीवार के ऊपर लें जाएं। इस दौरान हाथों से संतुलन बनाए रखें। इसके बाद शरीर के हर हिस्से को रिलेक्स करने की कोशिश करें। यह क्रिया दिन में कई बार दोहरा सकते हैं।

फायदा : शरीर में रक्तप्रवाह बेहतर होता है। तनाव दूर होता है। मन व शरीर दोनों को ही रिलेक्स करने के लिए सबसे अच्छा पॉश्चर है।

भुजंगासन– पेट के बल लेटकर हथेलियों को जांघों के पास जमीन की तरफ करके रखें। ध्यान रखें कि आपके टखने एक–दूसरे को छूते रहें। अब शरीर के अगले हिस्से को उठाएं।

फायदा : पेट की मांसपेशियों में खिंचाव होता हैं। कमर और गर्दन के दर्द में राहत देता है। शरीर लचीला होता है।

सेतुबंधासन – लेटकर टांगों को मोड़कर पैरों को हिप्स के करीब लें जाएं। हाथों पर वजन डालकर धीरे–धीरे हिप्स को ऊपर उठाएं। पीठ मोड़ें। दृश्टि नाक या छत की ओर हो। यह अभ्यास अपनी क्षमता अनुसार ही करें।

फायदा : सीने, गर्दन व रीढ़ की हड्डी में खिंचाव लाता है। तनाव कम, पीठ दर्द में राहत व पाचन में सुधार लाता है।

योग निद्रा भी करें : 50 वर्ष के बाद योग निद्रा भी करनी चाहिए। यह मन और मस्तिश्क को शांत कर शरीर को स्वस्थ बनाता है। शरीर भी स्वस्थ रहता है। नींद पूरी लें और सात्विक भोजन करें नियमित ध्यान का अभ्यास करते रहें।

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

अनुभव अमृतम्

आज दिनांक 15.5. 2020 हो गई। आप सबको मंगलकामना। प्रभु की कृपा से नारायण सेवा संस्थान् में वो केलीपर्स ही बने। पहले शब्द का अर्थ ही मालूम नहीं था। केलीपर्स क्या होता? क्यों इनको बनाना जरुरी है? ऐसा क्या महत्त्व है? उसके लिए उड़ीसा के मानस रंजन साहू ने प्रथम प्रवेश नारायण सेवा संस्थान में इंजीनियर के तौर पर लिया गया।

ये जो फोटोग्राफ आप देख रहे हैं केलीपर्स के प्रभु की कृपा है– लाला। अपने हाथ में क्या है? सब ईश्वरीय प्रेरणा है। ईश्वर ही सब कार्य करवा रहा है। मैं चल रहा हूँ इसलिए बैलगाड़ी चल रहीं है अपने बल पर चल रही है। बैलों की वजह से चल रही है। कोई छोटा–सा पशु उसके नीचे–नीचे चले, और मन में सोचे की मैं चल रहा हूँ, इसलिए बैलगाड़ी चल रही है। उसको नींद भी आ जायेगी तो बैलगाड़ी आगे निकल जायेगी। क्योंकि बैलगाड़ी उस पशु की वजह से नहीं चल रही हैं। एक बार एक अद्भुत सपना आया।

एक बैलगाड़ी डीजल वाली, मैं कैलाश चन्द्र चला रहा हूँ। बटन दबाता हूँ गाड़ी की स्पीड़ बढ़ती है, बटन जब कम करता तो स्पीड कम होती हैं। रुकती है–फिर आगे बढ़ती है। एक स्टेशन से जैसे ही आगे बढ़ती तो मुझे कुछ नींद आ गयी। कुछ झौंका आ गया। झौंका आना नहीं चाहिए। रेलगाड़ी चला रहा हूँ फिर झौंका आ गया, भूल गया। तो फिर में गया। कुछ क्षणों बाद झौंका टूटा–गर्दन को हिलाया। ऊपर नीचे किया, पानी के छीटे मारे मुंह पर, अरे! मैं रेलगाड़ी चला रहा हूँ। और मुझे झौंका आ गया। पूरी अवस्था जिसमें इन्द्रियों का कार्य करना बन्द हो जाता हैं।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 474 (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