

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 8 • अंक-2222 • उदयपुर, शनिवार 23 जनवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

बेजुबानों की सुरक्षा इनसे सीखें

इस वक्त सारा देश टंड की चपेट में हैं। दिल्ली की कंपकपा देने वाली टंडक से डॉग्स को बचाने के लिए एक वेटरनरी स्टूडेंट विभा तोमर ने स्ट्रीट डॉग्स के लिए टायर बेड बनाया है। उन्हें ये आइडिया सोशल मीडिया पर एक पोस्ट देखने के बाद आया। विभा ने बताया कि जब से टंड का मौसम शुरू हुआ है, तब से वे डॉग्स की मदद के बारे में सोच रही थीं।

इस बीच सोशल मीडिया पर उन्होंने एक व्यक्ति को अपने पेट के लिए टायर से खूबसूरत बिस्तर बनाते हुए देखा। वे कहती हैं - इस कंपकपा देने वाली टंडक के बीच डॉग्स की सुरक्षा के लिए ये बिस्तर एक अच्छा विकल्प है। जल्दी ही मैंने टायर इकट्ठा करना शुरू किया। टायरों से बना कोजी बेड डॉग्स को टंड से बचाने में मदद कर रहा है। विभा अब तक 100 डॉग्स को टायर बेड उपलब्ध करा चुकी हैं। वह घूम-घूमकर सड़कों पर सो रहे डॉग्स को टायर बेड की सुविधा दे रही हैं।

इससे पहले लॉकडाउन के दौरान भी विभा ने लगभग 300 स्ट्रीट डॉग्स को रोज खाना खिलाया था। विभा कहती हैं कि उन्हें बचपन से ही जानवरों से प्यार है और वह एक पशु चिकित्सक भी है, ऐसे में डॉग्स की मदद करना उनकी जिम्मेदारी है।

कोरोना वायरस के नए स्ट्रेन को आइसोलेट करने वाला पहला देश बना भारत

ब्रिटेन में कुछ हफ्ते पहले सामने आए कोरोना वायरस के नए स्ट्रेन के मामले में भारतीय विज्ञानियों ने बड़ी कामयाबी हासिल की है। भारत पहला देश बन गया है जिसने इस स्ट्रेन को प्रयोगशाला में अलग (आइसोलेट) करने में कामयाबी हासिल की है। इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च (आइसीएमआर) ने शनिवार को यह जानकारी दी। आइसीएमआर ने ट्वीट कर बताया कि विज्ञानियों ने नए स्ट्रेन को क्लर करने में कामयाबी हासिल की है।

क्या होती है यह प्रक्रिया

क्लर ऐसी वैज्ञानिक प्रक्रिया है, जिसमें प्रयोगशाला में नियंत्रित परिस्थितियों में कोशिकाओं को विकसित किया जाता है। आइसीएमआर ने कहा, ब्रिटेन से वापस आए लोगों से जुटाए गए नमूनों की मदद से नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ वायरोलॉजी ने सफलतापूर्वक सभी बदलावों के साथ नए स्ट्रेन को आइसोलेट और क्लर कर लिया है। इसके लिए विज्ञानियों ने वेरो सेल लाइंस का इस्तेमाल किया।



शोध में आसानी होगी

आइसीएमआर ने दावा किया कि अब तक किसी देश ने ऐसा करने में सफलता नहीं पाई है। वायरस के इस स्ट्रेन को सफलतापूर्वक आइसोलेट कर लेने से इससे जुड़े शोध में आसानी होगी। ब्रिटेन में कुछ समय पहले कोरोना वायरस का नया स्ट्रेन मिला था। वायरस का यह स्वरूप पहले के मुकाबले 70 फीसदी ज्यादा तेजी से फैलता है। भारत में भी वायरस के इस नए स्ट्रेन से करीब तीन दर्जन लोगों के संक्रमित होने की पुष्टि हो चुकी है।



सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर



लोहड़ी पर नारायण सेवा ने 150 स्वेटर और 100 कम्बल बांटे

लोहड़ी के अवसर पर दुखियों की सेवा में सेवारत नारायण सेवा संस्थान ने बुधवार को 100 कम्बल और 150 स्वेटर गरीबजनों को बांटे। संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने बताया कि संस्थान की टीम आदिवासी क्षेत्रों, कच्ची बस्तियों और सार्वजनिक स्थानों पर जाकर जरूरतमन्द और निर्धनों को सर्दी से बचने के लिए ऊनी कपड़े भेंट किए। उन्होंने कहा कि संस्था इस कड़कड़ाती ठंड में गरीबों की मदद के लिये हरसंभव सहायता करेगी।



नारायण सेवा ने संक्रांति पर देशभर में पहुँचाई सेवा



मकर संक्रांति के पुनीत मौके पर नारायण सेवा संस्थान ने मुख्यालय पर विशाल भंडारा लगाया। 400 गरीबों को राशन किट, तिल और मुंगफली की गजक, कम्बल, स्वेटर एवं वस्त्रों का निःशुल्क वितरण करते हुए देश के विभिन्न क्षेत्रों में सेवा के शिविर आयोजित किए जिसमें हजारों गरीब बंधु भोजन - राशन, कृत्रिम अंग व सहायक उपकरण पाकर लाभान्वित हुए। अलसुबह संस्थापक पदमश्री कैलाश मानव ने मदद के सेवा रथों को हरी झंडी दिखाकर गांवों में वितरण के लिये भिजवाए।

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि लसाडिया पंचायत समिति मुख्यालय पर एडीप योजना अंतर्गत दिव्यांगता जांच, चयन एवं उपकरण वितरण हुआ जिसमें मुख्य अतिथि विधायक गौतम लाल जी मीणा, उप प्रमुख पुष्कर लाल जी तेली, पूर्व प्रधान कन्हैया लाल जी मीणा, उप प्रधान धनराज जी डांगी और विकास अधिकारी जितेंद्र सिंह जी राजावत की उपस्थिति में 30 ट्राईसाइकिल वैशाखी आदि दिव्यांग सहायक उपकरण वितरित किए। साथ ही कम्बल वितरण करते हुए 100 से ज्यादा आदिवासी भाइयों को कंबलें बांटी गईं।

अन्य सेवा शिविरों की जानकारी देते हुए उन्होंने कहा कि गुरुवार को पटना (बिहार), भोपाल (मप्र), जयपुर (राज), अहमदाबाद (गुजरात), वृदावन (उप्र) एवं उदयपुर मुख्यालय पर नारायण गरीब परिवार राशन वितरण हुआ जिसमें लगभग 300 परिवारों को खाद्य सामग्री दी गई। हरिद्वार के त्रिम अंग वितरण शिविर में 50 दिव्यांगों का त्रिम हाथ पैरों के लिए नाप लिया गया।

मानव जी ने इस अवसर पर सम्बोधित करते हुए कहा मदद चाहने वाले की पंक्ति में खड़ा अंतिम व्यक्ति तक सेवा पहुंचाना संस्थान का संकल्प है। वंदना जी अग्रवाल, दल्लाराम जी पटेल, पलक जी अग्रवाल और हरिप्रसाद जी लड्डा का विशेष प्रयास एवं सहयोग रहा।

हजार बार शुक्रिया संस्थान

उसे जिद्द थी दुनिया बदलने की। पर वो नहीं बदल पाया। उसने हार नहीं मानी और खुद की दुनिया बदल दी। चेहरे पे अपनी स्थित तेज लिये हुए ये है तेजाराम। वे कहते हैं—मेरा नाम तेजाराम है, ग्राम बडाईली है, जिला नागौर, राजस्थान। मैं बचपन से पोलियो ग्रसित था। खेलने—कूदने के लायक भी नहीं था। और उसके अलावा मैं मम्मी—पापा पे बोझ बनकर रहता था। मैं चल फिर नहीं पाता था। पांव बिल्कुल मुड़ा हुआ था। दोस्त और पड़ोसी सब ताने मारते थे। बेसहारा है ये कुछ भी मतलब नहीं है मर जाये तो ठीक है। पोलियो ने इनसे बहुत कुछ छीना। मगर मिली तो लोगों की उपेक्षा या दुत्कार। और उसकी जिन्दगी में उजाला आना बाकी था। वो आया नारायण सेवा संस्थान बनकर।

नारायण सेवा संस्थान का नागौर का कैम्प लगा था। एड्रेस मालूम चला कैम्प के द्वारा। उदयपुर जा के ऑपरेशन किया था। तीन जगह पे मैं और मेरे पापा दोनों ही उधर रहे थे छः महीने तक। तो वहीं भी एक पैसा भी नहीं लगा था। नहीं ऑपरेशन का लगा, मैं गरीब घर का हूँ। कहीं पे दूसरे प्राइवेट जगह पे ऑपरेशन नहीं करवा सकता था। अच्छा हुआ अभी चलने लायक हो सका। नारायण सेवा संस्थान ने तेजाराम को इस काबिल बनाया कि वो अपनी मंजिल की तरफ कदम बढ़ा सके। वहां पे इतना अच्छा स्टॉफ था। डॉक्टर सब इतने अच्छे थे और प्रशान्त जी सर दिन में हमको एक बार मिलकर जाते थे। छः महीने तक मैं वहां पे रूका था। तो भी वहां पर कोई फैमिली वाले

या गांव के या दोस्तों की किसी की याद नहीं आई।

सिर्फ यही नहीं संस्थान ने उसकी योग्यता को निखारा। और मेरे को यहां पर कम्प्यूटर की ट्रेनिंग दिया गया। बिल्कुल निःशुल्क फिर उसके बाद मेरा भी बीएसएनएल कॉल सेन्टर में मेरी जॉब लग गया।

तेजाराम अब बीएसएनएल कॉल सेन्टर में अब अपनी समस्या भूलकर लोगों की समस्याए सुलझाता है। मैं अब अजमेर में रहता हूँ अब बीएसएनएल कॉल सेन्टर में जॉब करता हूँ, बास और स्टॉफ वाले सब खुश है मेरे से। अब मैं मेरे परिवार का पालन—पौषण कर रहा हूँ और मेरा परिवार पूरा खुश है। तकलीफें छूट गई और चेहरा मुसकराने लगा। संस्थान का मैं इतना आभारी हूँ नारायण सेवा संस्थान को शुक्रिया कहने के लिए तेजाराम के पास शब्द नहीं है। और उसकी निःशब्द मुसकान बहुत कुछ कहती है। एक नहीं हजार शुक्रिया, बस शुक्रिया।

अभ्यास से संस्कार

एक व्यक्ति के मन में आया कि वह सांड को अपने हाथों में उठाए। कहां भारी भरकम सांड और कहां व्यक्ति के निर्बल हाथ। उसमें बुद्धि थी। उसने उपाय की खोज की। उसे समाधान मिल गया। अब उसने तत्काल उत्पन्न बछड़े को उठाना प्रारंभ किया। प्रतिदिन वह निश्चित समय पर उसे उठाता। वह क्रम चलता रहा। उसकी यह दिनचर्या बन गई। ज्यों ज्यों बछड़ा बढ़ता गया, उसकी क्षमता भी बढ़ती गई। दो तीन वर्ष तक अभ्यास चलता रहा। बछड़ा सांड बना और उसने सांड को उठाने में सफलता प्राप्त कर ली। यह अभ्यास के द्वारा ही संभव हो सका। आदमी कितना ही बलिष्ठ क्यों न हो, वह सांड को नहीं उठा सकता। पर उपाय किया और आदमी ने सांड को उठा लिया। अभ्यास के द्वारा ही संस्कार का निर्माण होता है। आचरण, व्यवहार, और शब्द को बार-बार दोहराने से वह संस्कार बन जाता है। अभ्यास के बिना संस्कार का निर्माण नहीं होता।

जैसे हैं वैसे ही बढ़े

एक मेंढक बड़ी उम्र तपस्या करने लगा। क्षुद्र प्राणी की इतनी प्रबल निष्ठा देखकर भगवान शिव दयार्द्र हो उठे। उन्होंने उससे पूछा—“वत्स! तुझे कोई कष्ट तो नहीं है?” मेंढक बोला—“भगवन्! पड़ोस में एक दुष्ट सर्प रहता है, जो मुझे भय देता है। उससे ध्यान में विघ्न पड़ता है। कोई ऐसा उपाय कीजिए, जिससे मेरा भय दूर हो और मैं निश्चित मन से तपस्या कर सकूँ।” भगवान शंकर ने मेंढक को साँप बना दिया अब उसे दूसरे साँप का भय न रहा, परंतु थोड़े दिन में एक नेवला उधर आने लगा। मेंढक को फिर भय उत्पन्न हो गया। मेंढक ने पुनः भगवान शिव का ध्यान किया तो वे प्रकट हो गए। कारण पूछने पर उसने नई व्यथा सुनाई। भगवान ने उसे नेवला बना दिया। नेवला बना मेंढक सुखपूर्वक तप करने लगा।

अब एक वन बिलाव उधर आने लगा और नेवले पर घात लगाने की सोचने लगा। मेंढक ने अपनी व्यथा पुनः

भगवान शिव के सम्मुख रखी तो भगवान ने उसे वनबिलाव बना दिया। कुछ दिनों बाद सिंह की आँखें वनबिलाव पर लगीं तो शिव जी की कृपा से उसे सिंह का शरीर प्राप्त हो गया। इतने पर भी चैन न मिला। शिकारी अपना जाल और धनुष सँभाले सिंह की घात में फिरने लगा। मेंढक ने आर्त भाव से शिव जी को पुकारा, जब वे पधारे तो उसने कहा—“प्रभु! मुझे मेंढक ही बना दीजिए।” सिंह का शरीर छोड़ पुनः उसी छोटे शरीर में लौटने की इच्छा करने वाले मेंढक से आश्चर्यपूर्वक भगवान पशुपति ने पूछा—“ऐसा क्यों?” मेंढक बोला—“प्रभु! भय कभी दूर नहीं होता और बाधाएँ कभी समाप्त नहीं होतीं। जीव जिस स्थिति में है, उसी में कठिनाइयों से साहसपूर्वक लड़ते हुए आगे बढ़ सकता है। ऐसा मैंने समझा है। यह बात सत्य हो तो मुझे अपने असली शरीर में रहकर ही तपस्या करने का वरदान दीजिए।” भगवान शिव संतुष्ट हुए और उसको वही वरदान दिया।

नवनियुक्त आईजी और एसपी का सम्मान



नारायण सेवा संस्थान द्वारा जनसंपर्क अधिकारी भगवान प्रसाद जी गौड़ एवं दिलीप सिंह जी ने नव नियुक्त महानिरीक्षक, उदयपुर रेंज सतवीर सिंह जी और एसपी डॉ राजीव पचार जी का मेवाड़ी पगड़ी, दुपट्टा पहनाकर एवं गुलदस्ता भेंटकर कर स्वागत, सम्मान किया। साथ ही उन्हें संस्थान के सेवा कार्यों की जानकारी देते हुए संस्था विजिट हेतु आमंत्रित किया।

अपने आप को जीते

दूसरों के जीतने की अपेक्षा अपने आप को जीतो। अपने आप को जीतने का अर्थ है, मन को जिधर चाहे उधर मत दौड़ने दो। जब वह वासना की ओर झुके तो उसे संयम की ओर उठाओ, जब वह लोभ-लालच की ओर तो उसे जीवन की नश्वरता दिखाओ। दूसरों पर ऐंठ और रोब करने की प्रवृत्तना से बचने की यदि सीधी-सच्ची, सरल राह चल सके तो समझ लो संसार-समर के सच्चे विजेता तुम हो। उस विजय की विभूतियाँ तो अनायास ही मिलेगी।

सेवा का यह काम आपके सहयोग के बिना कैसे होगा सम्भव

NARAYAN HOSPITALS

पशुगत चिकित्सा की रई दिव्यांग भाई बहिनों को अपने पार्श्व पर चलाने के लिए कृपया करें योगदान

ऑपरेशन	सहयोग राशि (रुपये)	ऑपरेशन	सहयोग राशि (रुपये)
501	1700000	40	151000
401	1401000	13	52500
301	1051000	05	21000
201	711000	03	13000
101	361000	01	5000

NARAYAN LIMBS & CALIPERS

रैग रैग कर चलने वाले दिव्यांगजनों को सहायक उपकरणों का सहयोग देकर धनपे सशक्त

सहायक उपकरण विवरण	सहयोग राशि (रुपये)
कृत्रिम अंग	10000
टाई साईकिल	5000
व्हील चेर	4000
कॉलिपर	2000
बैसाखी	500

NARAYAN VOCATIONAL ACADEMY

दिव्यांगों को स्वावलम्बी बनाने के लिए संस्थान द्वारा दिये जा रहे प्रशिक्षणों में आपका अनुदान हो

माथरुल / कम्प्यूटर / सिलाई / महन्दी प्रशिक्षण सांजन्य राशि	
30 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 225000 रु.	5 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 37500 रु.
20 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 150000 रु.	3 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 22500 रु.
10 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 75000 रु.	1 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 7500 रु.

दान सहयोग हेतु सम्पर्क करें - 0294-6622222, 7023509999

NARAYAN PARA SPORTS ACADEMY

प्रतिभावान दिव्यांग बन्धुओं को खेल प्रशिक्षण देने तथा खेल अकादमी स्थापित करने के लिए कृपया करें मदद

निर्माण सहयोगी बनें	51000 रु.
---------------------	-----------

NARAYAN ROTI

प्यास को पानी, भूख को भोजन, बीमार को दवा, यही है नारायण सेवा- कृपया करें भोजन सेवा

विवरण (प्रतिदिन)	सहयोग राशि (रुपये)
नाश्ता, दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	37000
दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	30000
दोपहर अथवा रात का भोजन सहयोग	15000
केवल नाश्ता सहयोग	7000

बर्ष में एक दिन 151 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन सहयोग

NARAYAN EDUCATION ACADEMY

कृपया विद्या का दान देकर गरीब बच्चों का करे उद्धार

प्रति छात्र शिक्षा सहयोग (प्रति वर्ष)	36000 रु.
प्रति छात्र शिक्षा सहयोग (प्रति माह)	3000 रु.

NARAYAN APNA GHAR

जिनका कोई नही है इस दुनिया में..... ऐसे अनाथ बच्चों को ले गोद और उनकी शिक्षा में करें मदद

प्रति बालक (18 वर्ष तक) सहयोग	100000 रु.
---------------------------------	------------

NARAYAN COMMUNITY SEVA

दूरस्थ एवं आदिवासी क्षेत्रों में संस्थान को और से चलाई जा रही राशन वितरण, वस्त्र एवं पोशाक सेवा में मदद करें

50 मजदूर परिवार	100000 रु.
25 मजदूर परिवार	50000 रु.
5 मजदूर परिवार	10000 रु.
3 मजदूर परिवार	6000 रु.
1 मजदूर परिवार	2000 रु.



कैलाश 'मानव'
संस्थापक चयरमैन

समाज में हेय दृष्टी से देखे जाने वाले दिव्यांग बन्धुओं को समाज की मुख्यधारा से जोड़ने के लिए हम कृतसंकल्परत हैं कृपया सामाजिक सेवा में आप भी हमारे साथ आये।



प्रशांत अग्रवाल
अन्तर्राष्ट्रीय अध्यक्ष

सम्पादकीय

रिश्ते-नाते आपसी सूझ-बूझ व समर्पण की नींव पर पलते हैं। कुछ रिश्ते-नाते जन्मना होते हैं, जो जरूरी नहीं कि मजबूत हों। कुछ रिश्ते अनुभव व सम्पर्क के आधार पर बनते हैं जो मजबूत हो भी सकते हैं। रिश्ते-नाते चाहे जन्म के हों या जीवन के उनमें मजबूती ही उनकी सफलता का आधार है। जो रिश्ते मजबूत होंगे वही तो महसूस होंगे।

रिश्तों में मजबूती की सबसे बड़ी कसौटी भी यही है कि वे कैसा एहसास कराते हैं। यदि रिश्तों के बीच संवेदनाओं की, आत्मीयता की खनक नहीं होगी, अनुभूतियों को महसूस करने का संपदन नहीं होगा तो वे रिश्ते ऊपरी व बनावटी ही होंगे।

इसलिये रिश्ते बनाना एक बात है, उन्हें निभाना दूसरी बात है। लम्बे समय तक या आजीवन रिश्ते-नाते चले इसके लिये मजबूती के साथ-साथ महसूस करना भी आवश्यक है।

कुछ काव्यमय

रिश्तों की डोर मजबूत हो
तो एहसासों की पतंगें
बहुत अच्छी उड़ान भरती हैं।
यदि रिश्तों में संवेदना न हो
तो उन रिश्तों की आत्मा
बेमौत मरती है।

- वस्तीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

सोच का दायरा बढ़ाएं



जब हम गलती से डरते हैं तब हमारी सोच उसी परिदृश्य पर सीमित रहती है। मान लें आप टहल रहे हैं और फिसलने के डर की वजह से लगातार अपने पैरों की तरफ देख रहे हैं। अचानक आप एक खंभे से टकरा जाते हैं। ऐसे में सोच का दायरा बढ़ाइए।

फुर्सत के पलों की कद्र करें

कुछ लोग हमेशा तैयार रहना चाहते हैं। हो सकता है उनकी रात भर जागकर काम करने की आदत विकसित हो जाए। लेकिन रचनात्मक के लिए जरूरी है थोड़ी फुर्सत और अच्छी नींद।

अपने मूल्य पहचानें- गलतियां करने का डर लोगों को अपाहिज बना सकता है। इससे बचाव के लिए इमोशनल एजिलिटी स्किल्स का सहारा लिया जा सकता है। इसमें आपके विचार और

अपनों से अपनी बात

डॉक्टर भगवान हैं

हम लोग 1986-87 तक समझते ही नहीं थे, कि संस्थाओं का रजिस्ट्रेशन क्या होता है? संस्था रजिस्टर्ड कैसे होती है। संस्थाओं का नाम क्यों रखा जाता था, बस करना है-कार्य। तो ये मानना था। पी.सी.जेन साहब तत्कालीन कलक्टर साहब एक शिविर में पधारें। पूछा आपकी संस्था का भवन कहाँ है? मैंने कहा साहब कुछ भवन की आवश्यकता या अनुभव नहीं है। साहब मेरा तो पी.एन.टी. कॉलोनी में एक क्वार्टर है। उसके नीचे एक छोटा सा मकान किराये का भी ले रखा है। और वहीं एक कमरा व चौक है। वहीं पौष्टिक आहार बना लेते हैं। वहीं जब रवाना होते हैं गाड़ी में बस में बैठते हैं, तो बोलते हैं।

चालो-चालो रे भाया,
उण कांकड़ मंगरे चालां रे।
आदिवासी बसे भायला,
वाने जाय संभाला रे।।



बड़ा-बड़ा वे कई डॉक्टर,
सेवा भावी आवे रे।
तन-मन-धन सूं सेवा करने,
कतराई रोग मिटावे रे।।

ऐसे डॉक्टरों को मैं प्रणाम करना चाहता हूँ। जिनको बड़े-बड़े महापुरुष कहते हैं, डॉक्टर साहब, भगवान के बाद डॉक्टर का ही नम्बर आता है। व्यक्ति समर्पण कर देता है-डॉक्टर के सामने। हाथ-पैर ढीले छोड़ देता है। लीजिए डॉ.

अहंकार घातक है



एक मूर्तिकार उच्च कोटि की सजीव मूर्ति बनाता था, वह सजीव लगती थी, लेकिन मूर्तिकार को उस कला पर घमंड हो गया। उसको आभास होने लगा कि उसकी मृत्यु होने वाली है तो वह परेशानी में पड़ गया। वो जाना नहीं चाहता था, वह मरना नहीं चाहता था। यमराज को भ्रमित करने के लिए उसने अपने जैसी दस मूर्तियाँ बना डाली, योजना अनुसार बनाई गयी मूर्तियों के बीच में स्वयं जाकर बैठ गया। अब आपको और

हमें पता नहीं लग सकता कि वो कौन है? यमदूत जब उसको लेने आये तो एक जैसी ग्यारह आकृतियाँ देकर अचंभित हो गये। उसमें वास्तविक मनुष्य कौन है? नहीं पहचान पाये, और वे सोचने लगे कि अब क्या किया जाये? मूर्तिकार के प्राण अगर नहीं ले सके, तो सृष्टि का नियम टूट जायेगा। और अगर सृष्टि का नियम पलटने के लिए मूर्तियाँ तोड़ें, तो कला का अपमान होगा, बड़ा जबदस्त संकट, अचानक यमदूत को मानव स्वभाव के सबसे बड़े दुर्गुण, अहंकार की स्मृति आई। उसने चलते-चलते, इधर-उधर घूमते हुए कहा कि काश! इन मूर्ति को बनाने वाला मिलता तो मैं कहता कि मूर्ति अतिसुन्दर बनायी है लेकिन इसको बनाने में एक त्रुटि रह गयी है। यह सुनकर मूर्तिकार का अहंकार जाग उठा, मेरी मूर्तियों में कमी, ये तो संभव ही नहीं, मैंने तो अपना कार्य पूरा

साहब ये मेरी देह है। अब आप जो भी ऑपरेशन करेंगे मैं आप पर विश्वास करता हूँ। मैं आप पर फ़ैथ करता हूँ। अब मैं आप पर भरोसा करता हूँ, कि आप मेरे को ठीक कर देंगे।

हे! डॉ. साहब-उस रोगी का भरोसा टूट नहीं जावे। वो बहुत-बहुत विश्वास करके आपकी शरण में आया है। आपको भगवान के बाद मान लिया है आप इसकी शरणागति को स्वीकार करके उसको स्वस्थ कर देना। और भगवान से आपके ईष्ट देव से प्रार्थना कर देना हे ! ठाकुर, हे !

परमात्मा, हे ! मेरे ईष्ट देव, हे ! मेरे कुलदेव, हे! मेरे पितृदेव मेरी अंगुलियों से, मेरे अंगूठे से, मेरे हाथ से, मेरी इस देह से अभी एक ऑपरेशन होने वाला है। वो पूर्ण सफल हो, ब्रह्माण्ड इसे सम्भाल लेना। हर पीड़ा को अपनी समझ लेना फिर तो आप निहाल हो जायेंगे। आप घर बैठे तर जाओगे।

- कैलाश 'मानव'

समर्पित भाव से किया है, और आज तक जीवन में मेरी मूर्तियों में कोई कमी नहीं निकाल पाया। सबने वाह- वाह किये, उसका अहंकार बोल उठा। वो तुरन्त उन ग्यारह मूर्तियों में से खड़ा हो गया और बोला कैसी त्रुटि?

यमदूत ने उसका हाथ पकड़ लिया और बस यही त्रुटि कर दी, अहंकार की वजह से तुम भूल गये, तुम ये नहीं जानते कि बेजान मूर्तियाँ बोला नहीं करती। इससे हमें ये सीख मिलती है, कि हम अहंकार नहीं रखें, अहंकार तो आप जानते ही हैं राजा का न रहा, इस धरती पर जितने भी प्राणी आये हैं, भले ही वो भूत में आये हो, भले ही प्रजेन्ट में जी रहे हो, भले ही वो भविष्य में आयेंगे, सभी जितने भी प्राणी है किसी का अहंकार नहीं रहा न रहेगा। मैं आपसे प्रार्थना करता हूँ अहंकार को अपने हृदय से निकाल फेंके।

- सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश उसमें आये परिवर्तन पर आश्चर्यचकित था, वह सोच रहा था कि यह व्यक्ति मोटर साईकिल की किक कैसे लगाता होगा। उससे रहा नहीं गया और यह सवाल पूछ ही लिया। युवक ने हंसते हुए कहा कि ऑपरेशन के बाद धीरे-धीरे उसके पांवों में शक्ति आती गई और एक दिन वह किक भी आसानी से लगाने लगा।

बोम्बे नं. 2 से कैलाश बहुत प्रोत्साहित हो गया। उसके मन में यह विचार आने लगा कि जिस तरह का अस्पताल मुम्बई में है वैसे ही अत्यन्त छोटे स्तर का अस्पताल उदयपुर में खोल लिया जाय तो कई बच्चों को फायदा हो सकता है। कैलाश ने अपने मन की बात चैनराज को बताई तो उसके मन में भी इसी तरह की सुगबुगाहट हो रही थी मगर

अस्पताल खोलना आसान बात नहीं थी। मशीनें, डॉक्टर, अस्पताल वगैरह के ढेर सारे खर्चे थे। चैनराज इतना खर्चा एक साथ वहन करने के लिये तैयार नहीं था। उसका सारा कारोबार मुम्बई में चलता था। उसने यही कहा कि मुम्बई जाकर अपने बच्चों से सलाह मशविरा करेगा उसके बाद ही इस बारे में कोई निर्णय ले सकेगा।

चैनराज ने मुम्बई आकर बोम्बे नं. 2 से मिलने की सारी घटना बताई तो उसके बच्चे भी खुश हो गये। उदयपुर से लाये दिव्यांगों के जब मुम्बई में ऑपरेशन चल रहे थे तब इन सबने मिलकर उनकी भरपूर सेवा की थी। बच्चों ने पिता की इच्छा पर सहमति की मुहर लगा दी -बोले, एक दिव्यांग खड़ा होगा तो बहुत अच्छी बात होगी।

बवासीर और बड़ी आंत में परेशानी है तो चोकर वाला आटा खाएं

बदलती जीवनशैली से बवासीर और बड़ी आंत की परेशानी अधिक हो रही है। ऐसा होने पर मैदा – बैसन और दूसरी रिफाइन चीजों को खाने से बचें। इनसे परेशानी बढ़ती है। इसमें हमेशा मोटे अनाज और चोकर युक्त आटा खाएं। चोकर में फाइबर अधिक होता है। यह आंतों में चिपका हुआ मल और गंदगी साफ करता है। आंत साफ रहने से कब्ज व गैस नहीं बनती पेट फूलने की समस्या नहीं होती है। बवासीर और अमाशय के घावों में चोकर फायदेमंद होता है। यह खून में इम्यूनोग्लोब्यूलिन्स की मात्रा को बढ़ाता है जो इम्युनिटी बढ़ाने में मददगार है। यह टीबी जैसी खतरनाक बीमारी से लड़ने की भी ताकत रखता है। चोकर वाला आटा खाने से कोलेस्ट्रॉल कम होता है। अधिक वजनी एवं हार्ट के मरीजों के लिए भी चोकर युक्त आटा फायदेमंद है। फाइबर वजन भी नियंत्रित रखता है।

गुनगुने पानी से पैर धोकर सोने से दूर होती है अकड़न

रात में सोने से पहले पैरों को गुनगुने पानी में 5 मिनट तक डुबाने से न केवल थकान मिटती बल्कि पैरों में खून का बहाव सही होता है। पैरों ही अकड़न में भी राहत मिलती है। अगर गठिया के रोगी हैं तो इससे सूजन में भी आराम मिलता है। दिनभर जूते पहनने से होने वाली दुर्गंध से भी बचाव होता है। सर्दी जुकाम है तो पानी भरे टब में दालचीनी या कालीमिर्ची मिलाएं। इसके बाद तलवों में नारियल – सरसों के तेल में मालिश जरूर करें।

लो बीपी व शुगर है तो बचें – जिन्हें लो बीपी है, उन्हें गरम पानी में पैर डुबाने से बेहोशी आ सकती है। मधुमेह रोगी भी बचें। कई बार उनकी नसें सुन्न हो जाती हैं। इसलिए गर्माहट का पता नहीं चलता है, स्किन जल सकती है। हैवी डाइट के बाद भी ऐसा करने से बचें।



अनुभव अमृतम्

बैल्सियम, लंदन, सिंगापुर, अफ्रीका, युगाण्डा, जर्मनी और आज तो उद्घाटन का दिन है। मलेशिया के प्रधानमंत्री जी आने वाले, अभी आयेंगे। प्रधानमंत्री जी पधारे और इस मंच पर बैठे, और भी जो गुजरात विद्यापीठ के मुख्य



थे, वो भी बिराजे। प्रधानमंत्री जी बोले उद्घाटन समारोह समाप्त हुआ, 15 मिनट का इन्टरवेल हुआ।

मैंने अद्भुत बात देखी। कई महानुभाव दौड़े-दौड़े गये मंच पर, और पोडियम जो होता है वहाँ खड़े हो गये। अपने साथी को बोला जल्दी फोटो खींच ले। बोलने का अभिनय किया बोला नहीं, लेकिन मुंह हिलाया। फोटो आ गया। ये भारत में भेजेंगे कि हम इस मंच पर बोले। जिस मंच से मलेशिया के प्रधानमंत्री बोले उस मंच से बोले। कैसी स्थिति बनी? भाई हमने तो पहली बार देखा कि ऐसा भी होता जिनको बोलने का नम्बर नहीं था जिनको बोलने के लिए आमंत्रित नहीं किया गया।

ऐसे कई कुर्सियों पर बैठे हुए हमारे कई प्रतिनिधि भाइयों ने जाकर के फोटो खिंचवा लिये। मंच पर खड़े-खड़े दौड़ रहे हैं, होड़ मच रही है। वाह! भाई! वाह! फोटो खींच गया तो क्या हो जायेगा? बहुत फोटो खिंच गये। बहुत विडियो निकल गये। अब तक क्या पा लिया? पूज्य पिताश्री मदन लाल जी अग्रवाल साहब कहा करते थे। फोटो तो भगवान का खींचना चाहिए- भैया। फोटो तो भगवान का हमारे गहराई में बस जावे। इस ब्रह्माण्ड रूपी पिण्ड में बंगला अजब बने महाराज इसमें ठाकुर जी बिराजे।

ये कैसी लीला रचा रहे हो।

मुझमें रहकर मुझको ही दिखा रहे हो।

सेवा ईश्वरीय उपहार- 44 (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, 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
f : kailashmanav

We Need You!

1,00,000

से अधिक सहयोग देकर, दिव्यांगों के सपनों को करे साकार
अपने शुभ नाम या प्रियजन की स्मृति में कराये निर्माण

WORLD OF HUMANITY

Endless possibilities for differently abled!

CORRECTIVE SURGERIES

ARTIFICIAL LIMBS

CALLIPERS

HEAL

ENRICH

EMPOWER

VOCATIONAL

EDUCATION

SOCIAL REHAB.

HEADQUARTERS
NARAYAN SEVA SANSTHAN

मानवता के मन्दिर में बनेंगे कई वार्ड-सेवा कक्ष

* 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पिटल * 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी * भारत की पहली निःशुल्क सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट * प्रज्ञाचक्षु, विनोदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों को निःशुल्क आवासीय व्यावसायिक प्रशिक्षण

अधिक जानकारी हेतु संपर्क करें

www.narayanseva.org | info@narayanseva.org
Cont. : 0294-6622222, +917023509999 (WhatsApp)