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-2401 • उदयपुर, बुधवार 21 जुलाई, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

आशियाना फिर बसा
मदद को तरसती पत्नी और मासूमों को नारायण सेवा ने संभाला

उदयपुर जिले के आदिवासी बहुल जोर जी का खेड़ा निवासी मीना (बदला हुआ नाम) का पति अहमदाबाद में नमकीन की दुकान पर काम करता था। कोरोना की दूसरी लहर में खराब तबीयत के चलते वो गांव आया और दो दिन बाद मृत्यु हो गई। एक तरफ पत्नी पति की मौत से दुःखी थी तो दूसरी तरफ तीन बेटियों और वृद्ध सासू मां की चिंता भी उसे सता रही थी।

असमय मौत से असहाय परिवार के घर में न आटा था न दाल और न ही पैसा। भोजन को मोहताज परिवार पर ताउते तूफान का कहर भी ऐसा बरपा की टूटी–फूटी छत भी उड़ गई। परिवार के पांचों जनों ने बारिश में रातें गुजारी तो बाद में तेज धूप में तपने को मजबूर हो गए।

नारायण सेवा संस्थान ने ली सुध

संस्थान की आदिवासी क्षेत्रों में राशन बांटने वाली टीम को पता चला तो वे वहां पहुंचे। दुःखी परिवार को ढ़ाढ़स बंधाते हुए मदद के लिये हाथ बढ़ाया।

हर माह मिलेगा राशन

मृतक मजदूर परिवार को संस्थान ने मौके पर ही महीने भर का आटा, चावल, तेल, शक्कर, चाय, दाल, और मसाले दिए। हर माह इस परिवार को राशन दिया जाता रहेगा।

संस्थान बनाएगा पक्की छत –

घर की छत का निर्माण भी संस्थान द्वारा करवा लिया गया। जब बरसात के दिनों में उन्हें तकलीफ नहीं होगी।

गरीब परिवार तक पहुंची नारायण सेवा

उदयपुर जिले के झाड़ोल उपखंड की ग्राम पंचायत माणस के खाड़किया फलां के रहने वाले उस गरीब परिवार तक नारायण सेवा संस्थान राहत सामग्री लेकर पहुंचा, जो पिछले कई दिनों से बेबसी की जिन्दगी जी रहा था। संस्थान अध्यक्ष प्रशान्त जी अग्रवाल ने बताया कि इस गांव का आदिवासी भरत मजदूरी और बकरी पालन करके अपने परिवार का जीवनयापन कर रहा था।

भरत पर अपने परिवार के साथ दो भाइयों के बच्चों की जिम्मेदारी भी थी। इसके दो बड़े भाई–हिम्मत और करण बीमारी के चलते 4 वर्ष पूर्व मौत के शिकार हुए और उनकी पत्नियां भी बच्चों को छोड़कर अन्यत्र नाते चली गई, इस तरह भरत बड़े भाई हिम्मत की 3 संतानों और करण के दो बच्चों सहित अपने 3 बच्चों, बूढ़ी मां और बहन कुल 11 सदस्यों के परिवार का भारी बोझ ढो रहा था।

लॉकडाउन के चलते इस परिवार पर तब मुसीबतों का पहाड़ टूट पड़ा जब भरत की मजदूरी हाथ से निकल गई और परिवार पर मुफलिसी के बादल गहरा गए।

संस्थान को पता लगने पर निदेशक वंदना अग्रवाल के नेतृत्व में मौके पर टीम पहुंचकर परिवार को फिलहाल एक माह का राशन, सम्पूर्ण परिवार के लिए वस्त्रादि और बच्चों के लिए पोषाहार तथा आगे भी मदद का भरोसा दिया। सहायता टीम में मांगीलाल जी, दिलीप जी चौहान, शंभुनाथ जी शामिल थे।

सेवा–जगत्
नि:स्वार्थ सेवा, नारायण सेवा संस्थान

कोरोना से बेहाल, भूख से परेशान

मेरा नाम प्रेम है। मैं किराणे की दुकान पर 8000 रुपये की नौकरी करता हूँ। घर में 2 बच्चे और पत्नी है। कुछ दिन पहले मुझे बुखार आया।

दूसरे दिन बच्चे को सर्दी–जुकाम हुआ और तीसरे दिन पत्नी को बुखार आ गया। खाने का स्वाद भी जाता रहा। हम सब घर वाले टेस्ट करवाने गए।

दूसरे दिन हम सब की कोरोना रिपोर्ट पॉजिटीव आ गई। हम सभी घर में होम आइसोलेट हो गए। हॉस्पिटल से दवाई आ गई।

घर आई भोजन थाली–

अब हमारे सामने समस्या यह थी कि खाना कौन बनाए? तभी पता चला कि पडोस में नारायण सेवा की गाड़ी रोज फ्री खाना दे जाती है। हमने भी संस्थान से 4 थाली भोजन का आग्रह किया। अच्छी सी पैकिंग में स्वादिष्ट भोजन हमारे घर भी शुरु हो गया। 14 दिन तक रोज भोजन आया हमारे घर। दवाई और भोजन की बदौलत हम सभी परिजन ठीक है। मैं संस्थान का जितना साधुवाद करूं उतना कम है।

कोरोना ने जकड़ा, पीड़ित की मदद के लिए आगे आया संस्थान

मेरा नाम मोहन है। मेरे घर में पत्नी और एक बच्चा है। गली–गली जाकर सब्जी बेचता हूँ। 200–250 रुपये रोज कमाता हूँ। एक दिन शाम को मुझे हल्की सी थकान लगी। घर जा गया। खाना खाकर जल्दी ही सो गया।

मुझे रात में बुखार आ गया दूसरे दिन सर्दी–जुकाम भी हो गया। दो दिन बाद मैंने हॉस्पिटल में जांच करवाई रिपोर्ट कोरोना पॉजिटीव आई। हॉस्पीटल से दवा तो लाया पर खत्म हो गई, हालत अब भी खराब थी। अब घर वालों ने कहा जाओं दवाई लेकर आओ। दवाई कहा से लाता? मेरे पास रुपये नहीं थे और हालत घर से बाहन निकलने जैसी भी नहीं थी। तभी पडोसी ने नारायण सेवा संस्थान के बारे में बताया और मैंने फोन किया तो संस्थान ने मुझे कोरोना दवाई किट दिया।

14 दिन तक मुझे भोजन भी भिजवाया। मैं अब पूरी तरह से स्वस्थ हूँ। मैं संस्थान का धन्यवाद करता हूँ।

खुश हुई रूकी जिंदगियां

संस्थान की ओर से रूकी हुई जिंदगियों को सक्रिय करने के लिए निःशुल्क कृत्रिम अंग माप, ऑपरेशन चयन तथा वितरण शिविर लगाये गये। शिविर में जब उन्हें चलने– फिरने व उठने – बैठने की उम्मीद नजर आई तो दिव्यांगजन खुश हो उठे।

छतरपुर :–

यहां शिविर में 168 दिव्यांग बन्धु– बहनों ने भाग लिया। जिनमें से डॉ. आर. के. सोनी ने 27 का निःशुल्क सर्जरी के लिए चयन किया। जब कि 12 के लिए कृत्रिम हाथ–पैर व 39 का कैलीपर बनाने का माप लिया गया। शिविर प्रभारी हरिप्रसाद जी लढ्ढा के अनुसार कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि रोटरी प्रांतपाल के. के. श्रीवास्तव जी, श्रीमती कंचन जी अरूणराय, श्री आनन्द जी अग्रवाल, श्रीरामकुमार जी गुप्ता व श्रीमति मंजू जी राय थे। शिविर संचालन में लोगर जी डांगी, मुन्ना सिंह जी व मोहन जी मीणा ने सहयोग किया।

कांगड़ा –

ज्वाला जी– कांगड़ा (हि.प्र.) में सम्पन्न शिविर में डॉ. गजेन्द्र जी शर्मा ने कुल मौजूद 108 दिव्यांगों में से 2 का सर्जरी के लिए 28 का कृत्रिम अंग के लिए व 40 का कैलीपर बनाने के लिए चयन किया। सहयोग टेक्नीशियन नरेश जी वैष्णव ने किया। विशिष्ट अतिथि सर्वश्री रमेश चन्द्र जी बाला, रसील सिंह जी मन कोटिया, संजय जी जोशी, सौरव जी शर्मा व पंकज जी शर्मा थे।

बड़ोदरा :–

अजन्ता मेरिज हॉल में सम्पन्न शिविर में 107 दिव्यांगों ने भाग लिया। जिनमें से 3 का निःशुल्क ऑपरेशन के लिए चयन हुआ। जबकि 26 के कृत्रिम अंग व 28 के लिए कैलीपर बनाने का पी.एण्ड. ओ. नेहाजी अग्निहोत्र, टेक्नीशियन भंवर सिंह जी व किशन लाल जी ने माप लिए। अतिथियों ने 15 दिव्यांगों को बैसाखी का वितरण किया। आश्रम प्रभारी जितेश जी व्यास ने बताया कि शिविर में अतिथि के रूप में समाज सेवी महेन्द्र भाई चौधरी, श्रीमती लीला जी बालचंदानी व देवेथ भाई थे। शिविर श्री देवजी भाई पटेल व श्री गजेन्द्र भाई साखर के सहयोग–सौजन्य से सम्पन्न हुआ।

पुणे –

आईमाता मन्दिर कोढ़वा रोड़, पुणे (महाराष्ट्र) में संस्थान के तत्वावधान में आयोजित दिव्यांग सहायता शिविर में 18 दिव्यांगों को कृत्रिम हाथ – पैर व 2 को कैलीपर लगाए गए। आश्रम प्रभारी सुरेन्द्रसिंह जी झाला के अनुसार कार्यक्रम में विशिष्टि अतिथि सर्वश्री हीरालाल जी राठौड़, मोटाराम जी चौधरी, चम्पालाल जी कावड़िया, हर्ष वर्धन जी, हकाराम जी राठौड़, मोहन लाल जी, प्रकाश जी, कीकाराम जी, सोमाराम जी राठौड़ थे।

हेल्थ वण्डर वर्ल्ड

नारायण सेवा संस्थान में पधारे

211 मिनिट की देह यात्रा.....सृष्टि का महानतम आश्चर्य

स्वस्थ शरीर मानव जीवन का महत्त्वपूर्ण देवालय है। इसकी सेवा एवं सत्कार हम पवित्र भावनाओं के साथ करते रहें, ताकि मानव अपने देहरूपी देवालय को अन्दर से पहचान कर जीवन में नये कर्मों का विचार करें।

भाव जितने शुद्ध होंगे, देह उतनी ही पूज्य होगी, और पूज्य शरीर ही पीड़ितों, असहायों, दीन–दुःखियों की सेवार्थ आगे आते हैं। संस्थान ने लियों का गुड़ा, बड़ी आश्रम में 20 हजार स्क्वायर फीट जमीन पर विज्ञान से सम्बन्धित संग्रहालय (हेल्थ वण्डर वर्ल्ड) का निर्माण किया है।

मुँह–मुख्य द्वार के दायीं तरफ आपको विशाल 20 फिट की मानव मुख की आकृति दिखाई पड़ेगी। वह मानव मुख स्वतः खुलेगा। उसकी जिह्वा के मार्ग से मुँह के भीतर प्रवेश कर सकेंगे, और कान के रास्ते से बाहर निकलेंगे।

फेफड़ा – लक्ष्मण झूले से आगे बढ़ने पर आपको 20 फिट का सिकुड़ता–फैलता फेफड़ा दिखाई देगा, जो कुल 3 लाख मीलियन रक्त कोशिकाओं से निर्मित है, जो फैलाने पर चौबीस हजार कि.मी. तक लम्बी हो सकती हैं। एक्जास्ट फेन कहे जाने वाले फेफड़े में आपको सारी गतिविधियाँ चलायमान होती दिखाई देगी।

हाथ – हमारे हाथ देह देवालय का भारोत्तोलन यन्त्र है, जिसे हम क्रेन भी कह सकते हैं। यात्रा के दौरान आप 40 फिट लम्बे हाथ में प्रवेश कर सम्पूर्ण संरचना का अध्ययन करेंगे, और हथली के मार्ग से बाहर निकलेंगे।

हृदय –हैल्थ वण्डर वर्ल्ड में बना 20 फिट का धड़कता पम्पिंग यंत्र कहलाने वाला हृदय जब आप अन्दर से देखोगे तो होंगे आश्चर्य चकित।

मस्तिष्क – मुख्य द्वार के ठीक सामने मानव मस्तिष्क का भीतरी भाग आपको दिखाई देगा। यह हमारे देह देवालय में संगणक (नियन्त्रक यन्त्र) अर्थात कम्प्यूटर का कार्य करता है। इसी मस्तिष्क में लगभग एक करोड़ विचार संग्रह रखने की क्षमता है।

सुहृदयता की मिसाल

लाल बहादुर शास्त्री केंद्रीय गृहमंत्री थे। उनके घर का एक दरवाजा जनपथ की ओर, दूसरा अकबर मार्ग की ओर था। एक बार दो श्रमिक स्त्रियाँ सिर पर घास का गट्ठर रखकर उस मार्ग से निकलीं तो चौकीदार ने उन्हें धमकाना शुरु किया।

उस समय शास्त्री जी अपने घर में बैठे कुछ कार्य कर रहे थे, उन्होंने सुना तो बाहर आ गए और पूछने लगे –'क्या बात है? चौकीदार ने सारी बातें बता दी। शास्त्री जी ने कहा –"क्या तुम्हें दिखता नहीं इनके सिर पर कितना बोझ है? ये निकट के मार्ग से जाना चाहती हैं, तो तुम्हें क्या आपत्ति है? जाने क्यों नहीं देते? शास्त्री जी कोमल हृदय इंसान थे।

मकराना :–

नागौर (राजस्थान) जिले के मकराना में दिव्यांग जांच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर सम्पन्न हुआ । इसमें 116 दिव्यांगजन ने भाग लिया।

इनमें से डॉ. एस.एल. गुप्ता ने 237 का निःशुल्क सर्जरी के लिए चयन किया। टेक्नीशियन श्री भंवर सिंह जी ने 20 दिव्यांगों के कृत्रिम अंग व 7 के कैलीपर बनाने के लिए नाप लिए शेष दिव्यांगों को उनकी जरूरत के मुताबिक सहायक उपकरण दिए गए। मुख्य अतिथि श्री महेश जी रांदड़ थे।

अध्यक्षता भारत विकास परिषद के अध्यक्ष श्री बाल मुकुन्द मूंदड़ा जी ने की। विशिष्ट अतिथि सर्वश्री रमेश चन्द्र जी छापरवाल, कमल किशोर जी मांधना, भंवर लाल जी गहलोत, महावीर प्रसाद जी, ओम प्रकाश जी राठी, व श्याम सुन्दर जी स्वामी थे। सहयोग संस्थान साधक सर्वश्री मुन्नासिह जी, लोगर जी डांगी ने किया।

सम्पादकीय

दो शब्द प्रचलित हैं – सभ्यता और संस्कृति। सभ्यता यानी बाह्य रहन–सहन। रीति–रिवाज, पहनावा और लोगों को परस्पर व्यवहार। जबकि संस्कृति का अर्थ है भीतरी अर्थात् मानसिक सोच। संस्कृति शब्द का मूल है संस्कार। संस्कार वैसे तो 16 कहे गए हैं पर वे शास्त्रीय संस्कार हैं उनका संबंध कर्मकाण्ड या किसी एक पद्धति से जुड़ा है। यहाँ संस्कार का व्यापक अर्थ देखें तो बड़ों के प्रति आदरभाव, देश व देश के प्रतिमानों के प्रति निष्ठा, एक दूसरे के साथ सामंजस्य व सहकार की भावना, सत्य, ईमानदारी आदि गुणों से जीवन जीने का संकल्प, ये सभी संस्कार में आयेंगे। संस्कार का स्थूल रूप सभ्यता है तो सभ्यता का मूल रूप संस्कार है। एक संस्कारवान व्यक्ति हमेशा मर्यादित होगा, सहिष्णु होगा, कर्तव्यों के प्रति सजग होगा तथा भाईचारे का प्रतीक होगा। आज भी हमारे संस्कार ही हमारा मूल्यांकन तय करते हैं कि हम कितने मानवता के निकट हैं। संस्कार वातावरण से सीखे जाते हैं, अतः जैसा परिवेश होगा वैसे ही संस्कार दिखाई देंगे। संस्कार सदाजीवी हैं पर कभी–कभी ये क्षीण हो जाते हैं। सजगता रखी जाये तो इन्हें पुष्ट किया जा सकता है।

कुछ काव्यमय

जीवन में छिपती नहीं,
संस्कारों की गंध।
जो संस्कारित ना हुये,
पिछड़ गये मतिमंद।।
संस्कारों के दौर में,
क्यों पीछे रह जाय।
सबकुछ छूटा जात है,
हाथ मले पछताय।।
संस्कारी जीवन जियें,
किसने पकड़ा हाथ।
क्यों प्रमादवश बन रहे,
निर्बल और अनाथ।।
जो संस्कारों में पला,
बढ़ा सत्य की ओर।
उसके जीवन में सदा,
उगती रहती भोर।।
संस्कारों को छोड़कर,
कौन सका है जीत।
टूटी वीणा से भला,
कैसे निकले गीत।।

- 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 जरुर लगाऐ।
- अपनी आंख, नाक या मुंह को न छुएं।
- जुकाम और खांसी होने पर मास्क पहनें।
- छींकते समय नाक और मुंह को ढकें।

धन्य भाग सेवा का अवसर पाया

नारायण सेवा संस्थान को दिव्यांगों को समर्थ बनाये के लिये जो वरदान मिला है। दिव्यांग प्रभु की सेवा के अवसर नित्य सृजित हो रहे है। ऐसे ही तीन और अवसर मिले।

नाम – रानु, ,आयु –18 वर्ष, पिता– श्री हीरालाल शर्मा निवासी–किशनगढ़, अजमेर, 3 वर्ष की उम्र में चलते समय अचानक घुटना पीछे चले जाने से रानु विगत 15 वर्षों से बहुत मुश्किल से चल पाती थी। टी.वी. चैनल्स पर संस्थान का कार्यक्रम देखकर संस्थान पहुंचे। 16 अगस्त को पैर का ऑपरेशन हुआ। रानु कहती है कि –"अब मैं पैर में स्फूर्ति महसूस कर रही हूं और केलिपर्स की सहायता से चलना सम्भव हो गया है।

संस्थान ने मुझे नया जीवन दिया हे। यहां पर किसी भी तरह की तकलीफ नही हुई है, सभी सुविधाएं निःशुल्क मिली हैं।"

नाम– प्रियंका, उम्र– 15 वर्ष,
पिता– श्री धर्मेन्द्र कुमार वर्मा
गांव– बलसरा, झारखण्ड

जन्म के 6 महीने बाद ही पोलियोग्रस्त हो गई। चारों हाथ–पैरों से चलती थी। टी.वी. पर संस्थान में दिव्यांगों के सफल ऑपरेशन की जानकारी प्राप्त कर श्री धर्मेन्द्र कुमार जी, प्रियंका को लेकर संस्थान में आये। ऑपरेशन की तारीख मिलने पर वे प्रियंका को लेकर पुनः संस्थान में आये, प्रियंका के 4 सफल ऑपरेशन सम्पन्न हुए। अब प्रियंका दिव्यांगता से मुक्त होकर केलिपर्स के सहारे चलने फिरने में सक्षम होकर प्रसन्न है।

श्री धर्मेन्द्र कहते हैं –"मेरे जैसे गरीब की यह खुशनसीबी है कि ऑपरेशन, दवाइयों का खर्च, रहना, खाना सभी कुछ निःशुल्क मिला और –मेरे घर से भी अच्छा आराम यहां मिला है।"

नाम– घनश्याम टावरी (21 वर्ष)
पिता– देवी लाल जी टावरी
शहर– पिपलगाँव, बुलढ़ाना (महाराष्ट्र)

जन्म के छः माह बाद बुखार में घनश्याम का पांव पोलियाग्रस्त हो गया। परिवार की आर्थिक स्थिति ठीक नहीं होते हुए भी महाराष्ट्र एवं आन्ध्रप्रदेश सहित कई स्थानों पर इलाज के लिए दिखाया, लेकिन सब कोशिशें बेकार रही। टी.वी. पर संस्थान का कार्यक्रम देखकर घनश्याम अपने बड़े भाई के साथ संस्थान पहुंचा। संस्थान के चिकित्सकों द्वारा घनश्याम के पांव की जांच की गई, जब घनश्याम के पांव का सफल ऑपरेशन हुआ। घनश्याम की आंखों में खुशी के आंसू छलक पड़े जब वह कैलिपर पहन कर अपने पावों पर चलने लगा।

ऐसे एक–दो नहीं, लाखों से अधिक दिव्यांगों को अपने पावों पर खड़ा किया है संस्थान ने। यह सब आपके आर्थिक सहयोग से ही संभव हो पाया है।

विश्वास फलीभूत हुआ

जयपुर निवासी श्री बिट्टू आयु 12 वर्ष सुपुत्री श्री ताराचन्द्र जन्म से एक महीने बाद पोलियो की वजह से दिव्यांगता का शिकार हो गई।

श्री बिट्टू के पिता एक व्यापारी हैं। इन्होंने कई जगह हॉस्पीटल में अपनी पुत्री का इलाज करवाया पर कोई आशाजनक परिणाम नहीं मिलें। श्री ताराचन्द्र बताते हैं कि टी.वी. के माध्यम से नारायण सेवा संस्थान के बारे में जानकारी मिली। इससे हमारी एक आशा जगी, और हमने उदयपुर में संस्थान के डॉक्टर्स को दिखायां जाँच के बाद डॉक्टर्स ने हमें ऑपरेशन के लिए बुलाया है। संस्थान में दिव्यांगों की सफल चिकित्सा देख कर श्री ताराचन्द्र को पूरा विश्वास हो गया।

सेवा संजीवनी - अतीत की याद

उदयपुर से 130 किमी दूर पानरवा के एक केम्प की बात भूलाये नहीं भूलती। अति वृद्ध एवं बहुत गरीब सी दिखने वाली एक माई को जब जर्सी देने लगे तो उसने अपनी छोटी–सी गांठ को कस कर दबा लिया। हमने कहा "माँजी यह गांठ नीचे रख दीजिये, ताकि आराम से आप कपड़ा ले सके।" माँजी के गांठ और कस कर दबाई। हमारे आश्चर्य का समाधान करते हुए एक सज्जन ने बताया, इसकी कुल जमा पूँजी इसी गांठ में बंद है। यहां से तीस किमी दूर नदी के किनारे रहती हे, झौंपड़ा भी नहीं है। हाय–हाय यह मांजी मात्र एक कपड़ा लेने के लिये 30 किमी दूर पैदल चलकर आयी है?

शुरू–शुरू में ये वनवासी बंधु सभी को शंका की दृष्टि से देखते है इनको लगता है कि लोग आते हैं, भाषण आदि करके चले जाते हैं। जब इनको यह विश्वास होता है कि ये वास्तव में हमारे शुभचिंतक है तो बात को ध्यान से सुनते हैं और मानते हैं। संस्थान का 81वां शिविर 25.6.89 को इसवाल में आयोजित हुआ। वहां एकत्रित हुए आस–पास के क्षेत्रों से 2000 से अधिक बंधु–बांधव माताएं बहने व बच्चे। चिकित्सा के लिए गये डॉ. एन.एम.दुग्गड़ एवं डॉ. महेश दशौरा ने 206 बीमारों की चिकित्सा जांच कर लगभग 2100 रु. की दवाइयां प्रदान की। मेडिकल प्रकल्प हेतु मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी का सौजन्य रहा। .....वनवासियों ने जीवन भर के लिए शराब व मांस का परित्याग किया। हर बार की तरह इन बन्धुओं को शिक्षा, स्वच्छता आदि के विभिन्न पहलुओं की तरफ कई उदाहरणों से बताया। इनके रीतिरिवाज, इनकी उन्मुक्त, हंसी, सन्तोष की गहरी भावना हम शहरवासियों को भी बहुत कुछ सिखा देती है। रामचरित मानस में एक अर्धाली आती है "गिरा अनयन नयन बिनु बानी" जीभ के आँखें नहीं कि वह देख सके, और हमारे ये चक्षु, इनके जीभ नहीं कि ये कह सके। कई मीठे अनुभव, हृदय को अन्दर से छू जाने वाली कई बातें ऐसी हो जाती है कि बार–बार कृपानिधान की कृपा का आभास होता है।

अंतहीन संभावनायें – दिव्यांगता मिटाने के लिये विभिन्नआयाम
WORLD OF HUMANITY का निर्माण प्रगति पर.....

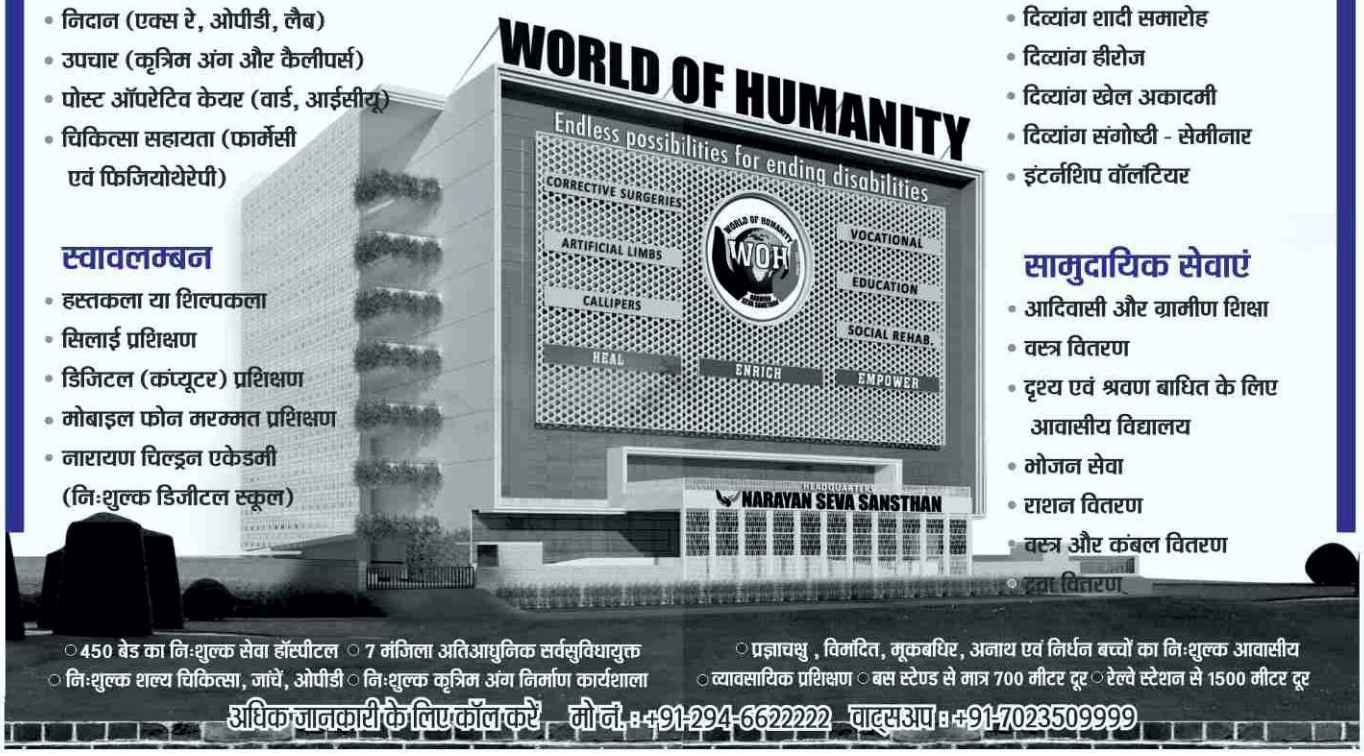
अंतहीन संभावनाएं - दिव्यांगता मिटाने के विभिन्न आयाम

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

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

सशक्तिकरण
- दिव्यांग शादी समारोह
- दिव्यांग हीरोज
- दिव्यांग खेल अकादमी
- दिव्यांग संगोष्ठी - सेमीनार
- इंटर्नशिप वॉलंटियर

सामुदायिक सेवाएं
- आदिवासी और ग्रामीण शिक्षा
- वस्त्र वितरण
- दृश्य एवं श्रवण बाधित के लिए आवासीय विद्यालय
- भोजन सेवा
- राशन वितरण
- वस्त्र और कंबल वितरण
- दूध वितरण



○ 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पीटल ○ 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त
○ निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी ○ निःशुल्क कृत्रिम अंग निर्माण कार्यशाला
○ प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों का निःशुल्क आवासीय
○ व्यावसायिक प्रशिक्षण ○ बस स्टेण्ड से मात्र 700 मीटर दूर ○ रेल्वे स्टेशन से 1500 मीटर दूर

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999

जमीन पर बैठकर भोजन करने के लाभ

बैठकर खाने से थाली की तरफ झुकना पड़ता है। इससे पेट की मांसपेशियों में खिंचाव होता है। पाचन सिस्टम एक्टिव रहता है। शरीर का यह हिस्सा भी मजबूत होता है। खाते हुए झुकने से ओवर ईटिंग नहीं हो पाती है। ऐसी परंपरा में परिवार के साथ ऋतु चक्र के अनुरूप व पोषक तत्वों से भरपूर भोजन ही लिया जाता है। परिवार संग भोजन सुकून भी देता है। चबाकर खाने की आदत के साथ पाचन रस भी स्रावित होते हैं। जमीन पर बैठने से रीढ़ की हड्डी के निचले भार पर जोर पड़ता है। शरीर को आराम मिलता है। सांस सामान्य रहती है। मांसपेशियों का खिंचाव कम होता है। पेट, पीठ के निचले हिस्से और कूल्हे की मांसपेशियों में लगातार खिंचाव रहता है जिसकी वजह से दर्द और असहजता से छुटकारा मिलता है। इसमें खाना के साथ व्यायाम भी होता है।

भूख का एक चौथाई भाग खाली छोड़ना चाहिए, सुपाच्य रहेगा।

आलथी–पालथी लगाकर बैठने से नाड़ियों पर दबाव कम होता है जिससे ब्लड सप्लाई अच्छी होती है। भोजन पचाने के लिए पेट को भरपूर ब्लड की सप्लाई मिलती है। इससे हार्ट को कम मेहनत करनी पड़ता है। इसमें घुटनों को मोड़कर बैठना होता है। नियमित करने से घुटनों में लचीलापन आता है। जोड़ों की समस्या नहीं होती है। घुटने स्वस्थ रहते हैं।

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

दूटने से बची सांसो की डोर

मेरा नाम सुशीला है मेरे पति की 3 साल पहले मौत हो गई थी। मेरे 12 साल का एक बेटा है। मैं घरों में झाडू – पौछा करने का काम करती हूँ। 5000– 6000 रुपये महीने का कमाकर जी रही हूँ। एक रात मुझे खाना बनाते सर्दी लगी और तेज खांसी आने लगी । खाना बनाकर सो गई रात में बुखार भी आ गया ।

सांस लेने में परेशानी –

मैं अस्पताल गई। डॉक्टर्स ने कोरोना की जांच कर दवा दी और घर पर आराम करने की सलाह दी। दूसरे दिन मुझे सांस लेने में तकलीफ होने लगी । तभी मुझे मेरी बहन ने फोन पर बताया कि नारायण सेवा से ऑक्सीजन मंगा लो।

मैंने संस्थान से ऑक्सीजन का सिलेंडर मांगा तो उनके कार्यकताओं ने तत्काल घर पर पहुंचाया। उसी दिन से संस्थान ने भोजन पैकेट भी भेजने शुरू कर दिए। 5 – 6 दिन में मेरी तबीयत ठीक हो गई ।

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

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, 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 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