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-2711 • उदयपुर, शनिवार 28 मई, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

मालेरकोटला (पंजाब) में नारायण सेवा

नारायण सेवा संस्थान का ध्येय है कि दिव्यांग भी दौड़ेगा–अपनी लाठी छोड़ेगा। इस क्रम में संस्थान की शाखाओं व दानदाताओं के सहयोग से दिव्यांग जाँच, उनका ऑपरेशन के लिये चयन तथा कृत्रिम अंगों का माप लेना व अंग लगाने का कार्य गति पर है। ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 17 अप्रेल 2022 को श्री हनुमान मंदिर, तालाब बाजार, मालेरकोटला में हुआ। शिविर सहयोगकर्ता महावीर इन्टरनेशनल एवं मानव निश्काम सेवा समिति रजि.एवं गुरु सेवक परिवार, मालेरकोटला रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 256, कृत्रिम अंग माप 82, कैलिपर माप 15 की सेवा हुई तथा 17 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् लोकेश जी जैन (प्रधान), अध्यक्षता श्रीमान् नरेश जी सिघंला (दिनेश इन्डस्ट्रीज ऑनर), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् रमेश जी जैन लाडिया (प्रधान जैन समाज), श्रीमान् राजेन्द्र सिंह जी (टिनानगल सरपंच), श्रीमान् प्रदीप जी जैन (चेयरमेन मानव निश्काम), श्रीमान् मोहन जी श्याम (कोशाध्यक्ष) रहे।

डॉ. सिद्धार्थ जी लांबा (अस्थि रोग विशेषज्ञ), श्री गौरव जी (पी.एन.डो), श्री नरेश जी वैष्णव (टेक्निशियन) सहित शिविर टीम में अखिलेश जी (शिविर प्रभारी), श्री सुनिल जी श्रीवास्तव (शिविर सह प्रभारी), श्री प्रकाश जी डामोर, श्री मनीश जी हिन्डोनिया (सहायक), श्री प्रवीण जी यादव (कैमरामेन) ने भी अमूल्य सेवायें दी।

ऊना (हिमाचल प्रदेश) में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान ने दिव्यांगता–मुक्ति का यज्ञ वर्षो से प्रारंभ किया है। इस प्रयास–सेवा से 4,50,000 से अधिक दिव्यांग भाई–बहिनों को सकलांग होने का हौसला मिला है। लाखों दिव्यांगों को कृत्रिम अंग लगाकर जीवन की मुख्यधारा से जोड़ा गया है। 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 बाबा बाल जी राधाकृष्णा मंदिर, ऊना में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता हिमातों कर्श परिषद, ऊना रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 142, कृत्रिम अंग माप 51, कैलिपर माप 20 की सेवा हुई तथा 18 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि राष्ट्रीय संत बाबा बालजी (चेयरमेन राधाकृष्ण मन्दिर ट्रस्ट, ऊना), अध्यक्षता श्री प्रेम कुमार जी धूमल (पूर्व मुख्यमंत्री, हिमाचल प्रदेश), विशिष्ट अतिथि श्री वीरेन्द्र कंवर (कृषि एवं पशुपालन मंत्री), श्री सतपाल जी सती (चेयरमेन, प्रदेश वित्त आयोग), श्री जितेन्द्र जी कंवर (प्रदेश अध्यक्ष, हिमान्तों कर्श परिषद ऊना), श्री रसील सिंह जी मनकोटिया (शाखा संयोजक, हमीरपुर) रहे।

डॉ. सिद्धार्थ जी लांबा (अस्थि रोग विशेशज्ञ), श्री सुरेन्द्र जी सोनवाल (पी.एन. डो.), श्री नरेश जी वैष्णव (टेक्निीशियन) सहित शिविर टीम में श्री अखिलेश जी (शिविर प्रभारी), श्री सुनिल जी श्रीवास्तव (शिविर प्रभारी), श्री प्रकाश जी डामोर, श्री मनीष जी हिन्डोनिया, (सहायक), श्री प्रवीण जी यादव (कैमरामेन) ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

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

दिनांक 29 मई, 2022

- अग्निहोत्री गार्डन, सदर बाजार, होशंगाबाद, म.प्र.
- शेहगांव, बुलढाना, म.प्र.
- अम्बाला, हरियाणा

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।

+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

स्नेह मिलन समारोह

दिनांक : 29 मई, 2022

स्थान

राजपूत धर्मशाला, सिरसा रोड़, हिसार, हरियाणा, सांय 4.30 बजे

काली माता मंदिर, सत्य नगर, जनपथ रोड, भुवनेश्वर, उड़सर, सांय 4.30 बजे

अग्रेहा भवन, गोरी गणेश मंदिर के पास, रायगढ़ सांय 5.00 बजे

इस स्नेह मिलन समारोह में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

स्नेह से ही दीप जलेगा

एक आदमी का स्वभाव बड़ा ही चंचल था। उसकी वाणी भी बहुत कर्कश थी। वह सबके साथ कठोर व्यवहार करता था। छोटे–बड़े किसी का लिहाज उसके भीतर नहीं था। इसका जो परिणाम होना चाहिए था, वहीं हुआ। उसके प्रति सबके मन में कटुता उत्पन्न हो गई।

वह जिधर जाता, लोग उसे देखकर मुंह फेर लेते। उसके तने हुए चेहरे से लोगों के दिलों मे तिरस्कार की भाव पैदा होता था। वह आदमी यह सब देखकर दुखी तो होता था पर बेचारा अपने स्वभाव से लाचार था। अप्रिय शब्द बोलने व कड़वी भाषा का प्रयोग करने से वह अपने को रोक नहीं पाता था। संयोग से एक दिन एक साधु वहां आए। वह आदमी उनसे मिलने गया।

बोला– 'यह दुनिया बहुत बुरी है। मुझे उसने इतना सताया है कि आपसे कुछ कह नहीं सकता।'' इसके बाद उसने लोगों की उपेक्षा की बात विस्तार से बताते हुए कहा 'मेरी समझ में नही आता कि मैं क्या करूं'? साधु उस व्यक्ति के चेहरे की कठोरता और उसकी तीखी भाषा सुनकर समझ गए कि इसका रोग क्या है। उन्होंने उससे कहा, ' जाओ, एक दीपक ले आओ और बाती के लिए रूई।' वह आदमी गया और दीपक तथा बाती के लिए रूई ले आया।

साधु ने कहा– 'दीपक में बाती डालो'। आदमी ने बाती डाल दी। साधु ने कहा 'अब इसमें पानी भरो।' उस आदमी ने पानी भर दिया। साधु ने कहा ' अब इसे जलाओ।' उस आदमी को बड़ा आश्चर्य हुआ कि आखिर साधु महाराज उसे दीपक जलाने को क्यों कह रहें हैं।

कहीं वह कोई चमत्कार तो नहीं करने वाले है? उसने दियासलाई लेकर दीपक को जलाने का प्रयत्न किया। लेकिन वह नहीं जला। उसने कहा ' यह तो जलता ही नहीं।' साधु ने कहा ' अरे पगले, जब तक दीये में स्नेह या तेल नहीं पड़ेगा, यह जलेगा कैसे?

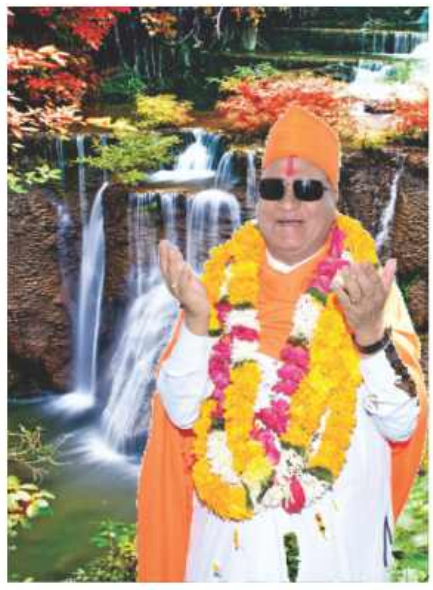
तुम्हारे दीये में पानी पड़ा है। उसे फेंक दो और स्नेह डालो। तभी वह जलेगा और प्रकाश देगा।' वह आदमी सब कुछ समझ गया। उसने अपनी बोली सुधारने का संकल्प किया। अतएव व्यक्ति को सदैव मृदुभाषी और व्यवहार कुशल बनाना चाहिए, ऐसे ही लोग प्यार और सम्मान पाते हैं।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

बहुत समझाया फिर रावण समझा नहीं फिर जैसे ही अक्षय कुमार की याद आयी। अरे मेरे बेटे को मार डाला तो विशाद हो गया। और बड़े क्रोध से बोला अरे हनुमान तेरा वध कर दूंगा। तूं बड़ी–बड़ी बातें करता है। बड़ा ज्ञानी आ गया है। मार डालेगें तुझे और कहा मार डालो। विभिशण जी आ गये। रुकिये बड़े भाई साहब रुकिए। दूत को मारना पाप लगता है। दूत को मारना नहीं चाहिए।

सबने कहा विभीशण जी ने अच्छी बात कही आन दण्ड कुछ करो गौसाई। हे रावण जी, हे बड़े भ्राता छोटा–मोटा दण्ड कोई दे दीजिए। पर इनका वध मत कीजिए। भाईयों और बहिनों आपको तो विदित है विभीशण जी पहले हुनमान जी से मिल चुके थे। हाँ बहुत प्रेम था। अच्छा विभीशण तुमने ठीक कहा कपि के ममता पूंछ पर अरे इसकी पूंछ पर आग लगा दो। और जैसे ही आग लगायी। और हनुमान जी तुरन्त। देह विशाल परम् हरु आई.....।

.....मन्दिर ते मन्दिर चढ़ धाई।।



समन्वय से ही परिवार में खुशी

परिवार में एक की सफलता सबकी सफलता होती है। अगर हम बहस करके एक–दूसरे को नीचा दिखाएं तो, पूरे परिवार के लिए दुःखदायी होगा। इसीलिए परिवार को तोड़ना नहीं जोड़न सीखे, ऐसा करने से आप खुशहाल और शांतिपूर्ण परिवार का हिस्सा बन जायेंगे। दों परिवार एक–दूसरे के पड़ोस में रहते थे। एक परिवार हर वक्त परस्पर लड़ता ही रहता था, जबकि दूसर परिवार सभी के साथ शांति और मैत्रीपूर्ण तरीके से रहता था। एक दिन, झगड़ालू परिवार की पत्नी ने शांत पड़ोसी परिवार से ईर्श्या महसूस करते हुए अपने पति से कहा, अपने पड़ोसी के वहां जाओ और देखो कि इतने अच्छे तरीके के लिए वो क्या करते हैं। पति वहां गया और छूप के चुपचाप देखने लगा।'

उसने देखा कि घर की मालकिन फर्श पर पोंछा लगा रही है। अचानक रसोई से कुछ आवाज आने पर रसोई में चली गई। तभी उसका पति एक कमरे की तरफ भागा। उसका ध्यान रहने के कारण फर्श पर रखी बाल्टी से ठोकर लगने से बाल्टी का सारा पानी फर्श पर फैल गया। उसकी पत्नी रसोई से वापिस आयी और अपने पति से बोली, माफ करना जी! यह मेरी गलती थी कि मैंने रास्ते से बाल्टी को नहीं हटाया। पति ने जवाब दिया, ''नहीं भाग्यवान, मेरी गलती है, क्योंकि मैंने इस पर ध्यान नहीं दिया। झगड़ालू परिवार का पति जो छुपा हुआ था वापस घर लौट आया, तो उसकी पत्नी ने पड़ोसी की खुशहाली का राज पूछा। पति ने जवाब दिया, उनमें और हम में बस यहीं अंतर है कि हमेशा खुद को सही ठहराने की कोशिश करते हैं। एक–दूसरे को को गलती के लिए जिम्मेदार ठहराते हैं। जबकि वो हर गलती के लिए खुद जिम्मेदार बनते हैं और अपनी गलती मानने के लिए तैयार रहते हैं।

एक खुशहाल और शांतिपूर्ण रिश्तें के लिए जरूरी है कि हम अपने अहंकार को एक–दूसरे रखें और अपने स्वयं के हिस्से के लिए व्यक्तिगत जिम्मेदारी को ध्यान में रखें। एक–दूसरे को दोशी ठहराने से दोनों का नुकसान होता है और अपने रिश्तें भी खराब हो जाते हैं।

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

सम्पादकीय

एक प्रसिद्ध कवि ने बहुत ही प्रेरक गीत लिखा है – सारे जहाँ से अच्छा हिन्दोस्तां हमारा। इसके पीछे अनेक प्रकार की भावात्मक बातें है हमारा मुल्क हमारे लिये सर्वश्रेष्ठ तो होता ही है, किन्तु कई ऐसी विशेषतायें भी हैं जो भारत को विश्व के अन्य देशों से अलग व श्रेष्ठ सिद्ध करती है। यह अपना ही देश है जहाँ विश्व के लगभग सभी धर्मों के अनुयायी रहते हैं। न केवल रहते हैं वरन उनका सामाजिक ताना बाना भी सुदृढ़ है। सर्वधर्म समभाव के वाक्य को चरितार्थ होता देखना हो तो यहां है। ज्ञान और विज्ञान का समन्वय यहां सदियों से हैं। विज्ञान को भौतिक व ज्ञान को आध्यात्मिक उन्नति का आधार माना गया है। ज्ञानी और विज्ञानी को यहाँ समान सम्मान मिलता रहा है। यहां की एक और परम उपलब्धि है कि भारतीय संस्कृति ने सभी संस्कृतियों को आत्मसात् किया है। हरेक धर्म व संस्कृति को पूरा सम्मान दिया है। सबके कल्याण का भाव भी यहीं दिखाई देता है। इसलिये तो जहां से अच्छा है हमारा देश।

कुछ काव्यमय

कोई भी देश
केवल भूमि का खण्ड
नहीं होता है।
वह अपने निवासियों को अपनी
गरिमा, संस्कृति और
भावनाओं में भिगोता है।
अपने देश को इसमें महारत है।
इसलिये सबसे ऊँचा भारत है।

अपनों से अपनी बात

सेवा महायज्ञ में आहुति

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'

धैर्य का पुरस्कार

हमें सदैव धैर्यशील बनें रहना चाहिए, क्यों कि धैर्यशीलता ही मानव की सबसे बड़ी पूंजी है। सफलता भी धैर्यशील व्यक्ति के ही कदम चूमती है। मुश्किल की घडियों में भी धैर्य ही काम आता है। हमें धैर्य कभी नहीं खोना चाहिए।

एक बार गाँव में भयंकर अकाल पड़ा। उसी गांव में एक दयालु सेठ भी था। उसके कोई संतान नहीं थी। उसने घोषणा करवाई कि वह बच्चों को प्रतिदिन रोटियाँ बाँटेगा। दूसरे दिन से ही उसके घर के आगे बच्चों की भीड़ लग गई। वे रोटी की टोकरी तक पहुँचने के लिए धक्का–मुक्की करने लगे।

रोटियाँ चूंकि बहुत तादाद में बनी थी। इसलिए टोकरी में रखी रोटियाँ छोटी–बड़ी थी। हर बच्चा चाहता था कि उसे बड़ी रोटी मिले। उन्हीं बच्चों में एक छोटी लड़की भी थी जो भीड़ से दूर खड़ी थी। जब सभी बच्चों ने रोटियाँ ले ली तो वह लड़की आगे बढ़ी। उस समय केवल एक रोटी बची थी। लड़की ने वह रोटी ली और वहां से चली गई। दूसरे दिन भी यही क्रम जारी रहा। इस बार टोकरी में एक छोटी रोटी बची थी। लड़की ने बड़े से संतोष से वह रोटी ली और अपने घर आ गई। जब उसने रोटी तोड़ी तो उसमें उसे एक सोने का सिक्का मिला। माँ ने उसे वह सिक्का वापस करके आने को कहा। लड़की ने जब सिक्का सेठ को वापस किया तो सेठ बोला, 'मैंने यह सिक्का जानबूझकर रोटी में रखवाया था। यह मुझे उस बच्चे को पुरस्कार में देना था जो सबसे ज्यादा धैर्यवान हो। तुम इसकी हकदार हो इसलिए इस सिक्के को रख लो।'

लड़की बोली, 'सेठजी, मेरा पुरस्कार मुझे मिल चुका है, क्योंकि मुझे रोटी पाने के लिए धक्का मुक्की नहीं करनी पड़ी। इसलिए, यह सिक्का आप ही रखिए।' लड़की ने वह सिक्का सेठ को लौटा दिया। सेठ ने लड़की के पिता से कहा, मेरे कोई संतान नहीं है इसलिए आपकी पुत्री को मैं गोद लेना चाहता हूँ। उसके बाद, उस लड़की को सेठ ने गोद ले लिया और उसके परिवार की जिम्मेदारी उस दयालु सेठ ने ही निभाई।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

सामान में सत्तू व कपड़ों के अतिरिक्त मफत काका द्वारा भेजे गये विदेशी दूध के पाउडर के डिब्बे भी थे। मफत काका का आग्रह था कि इस पाउडर का दूध बनाकर, उससे दही जमाया जाये तथा दही से छाछ बनाकर ग्रामवासियों को पिलाई जाये। धीरे–धीरे लोगों की संख्या बढ़ने लगी। सभी लोग घेरा बनाकर सामान के पास भीड़ करने लगे जिससे काम करने में कठिनाई होने लगी। इन तमाम लोगों को कतारें बनाकर बिठाया गया तब कहीं जाकर व्यवस्था बनी।

कैलाश ने वातावरण को धार्मिक स्वरूप देते हुए जयकारे लगवाने शुरू कर दिये। थोड़ी देर यही क्रम चला, जब सभी लोग अनुशासित हो एकाग्रचित्त हो गये तो कैलाश उन्हें शराब छोड़ने का उपदेश देने लगा। शराब की बुराइयों का जिक्र करते हुए कहा कि हम जा आहार आपके लिये लाये हैं, यह तो आप खा कर खतम कर दोगे मगर शराब छोड़ दोगे तो आप जीवन में आगे बढ़ सकोगे।

इस बीच सभी लोगों के कार्ड बनाना शुरू कर दिया। कार्ड, बीसलपुर पद्धति का अनुसरण करके छपवा लिये गये थे। इसी दौरान सभी लोगों में चर्म रोगों की भारी समस्या दृष्टिगोचर हुई। बच्चे तो फोड़े–फुन्सियों से ग्रसित थे ही बड़े भी इनसे पीड़ित नजर आ रहे थे, सबके नाखून बढ़े हुए थे बाल बढ़े हुए थे।

दोपहर तीन बजे तक अपने साथ लाया समूच आहार बांट दिया गया। जरूरतमंदों को कपड़े भी दे दिये। स्कूली बच्चों के लिये कुछ ड्रेसें भी साथ लाये थे, इनका भी वितरण कर दिया गया। दूध के पाउडर से छाछ कैसे बनानी है, इसका तरीका भी वहां आगे आये कुछ लोगों को समझा कर सभी लोग वापस उदयपुर लौट आये।

उदयपुर पहुँचते ही कैलाश अस्पताल में ही उतर गया। पिता उसे देखते ही मुस्कुरा पड़े। उनकी मुस्कान कह रही थी –मैंने कहा था ना। कैलाश भी पिता से मिलकर बहुत प्रसन्न हुआ। पिता ने उत्सुकता से शिविर की एक एक बात का बारीकी से विवरण लिया। वे बच्चों को दी गई ड्रेसों के बारे में जानने को ज्यादा उत्सुक थे। उन्होंने पूछा कि –सब बच्चों को ड्रेसें मिल गई या कुछ रह भी गये। कैलाश ने बताया कि कई बच्चे रह गये मगर क्या करते, हमारे पास जितनी ड्रेसे थी, सब बांट दी।

अंश - 108

जरुरी है धैर्य

धैर्य हमारी कमजोरियों को दूर करने में मददगार है। ईश्वर हमें खुद को बदलने के लिए समय देते हैं। वे हमारे लिए हमेशा नई संभावनाओं को खोलते है। जब हम गिरते है, तो वे हमें उठाते हैं। जब हम रास्ता भटकने के बाद ईश्वर के पास लौटते हैं, तो वे खुली बाहों से हमारा इंतजार करते हैं। उनके प्यार को नहीं तौला जा सकता, ईश्वर हमें नए सिरे से शुरूआत करने की हिम्मत देते हैं। धैर्य कमजोरी का संकेत नहीं हैं, जब सब खो जाए तो भी अपने अंदर की अच्छाई को बनाए रखें। थकान और बैचेनी को दूर करते हुए आगे बढ़ते रहें। यह भी हो सकता है कि हमारे जीवन मे आशा धीरे–धीरे घटती चली जाए। फिर भी हमें धैर्य रखना होगा और ईश्वर पर भरोसा रखना होगा, क्योंकि वे सबका ध्यान रखते हैं। अपने जीवन में हतोत्साहित होने की बजाय, इसे याद रखने से हमें अपने लक्ष्य के लिए डटे रहने और अपने सपनों को फिर से जीवित करने में मदद मिल सकती है। कोई भी निर्णय जल्दबाजी मे नहीं किया जाना चाहिए। शांति को बनाये रखने के लिए और स्थितियों को सुलझाने के लिए बेहतर समय की प्रतीक्षा करने की आवश्कता होती है। इसलिए हमेशा धैर्य को बनाएं रखें।

हाई बीपी अनदेखी से सात बड़े नुकसान, ऐसे बचें

अक्सर लोग हाई ब्लड प्रेशर की अनदेखी करते हैं। इस कारण कई बार खास अंगों को नुकसान पहुंचता है। जानते हैं इनके बारे में –

1. हार्ट अटैकः बीपी अधिक होने से खून की नलियां मोटी व सख्त हो जाती हैं। हार्ट अटैक की आशंका रहती है।
2. धमनी फट सकती (एन्जुरिज्म): जब खून की नलियां कमजोर हो जाती है तो बाहर की तरफ उभरने लगती है। कई बार इसमें रुकावट से फट भी जाती है।
3. हार्ट फेल होना : खून की नलियों पर ज्यादा दबाव पड़ने से हृदय पर अधिक दबाव पड़ता है। हार्ट फेल आशंका बढ़ जाती है।
4. गुर्दे पर असरः हाई बीपी से गुर्दे की क्रियाशीलता पर असर पड़ता है किडनी पानी और सोडियम को कम निकालती है।
5. आंखों की नसें कमजोरः हाई बीपी से आंखों की कोशिकाओं तक खून पहुंचाने वाली नसें ब्लॉक हो जाती हैं। रोशनी तक जा सकती है।
6. मेटाबॉलिक असंतुलन : इसके असंतुलन से मधुमेह, हृदय रोग और दिल का दौरा जैसी बीमारियों का जोखिम बढ़ता है।
7. सोचने, समझने व सीखने में दिक्कतः अनियंत्रित हाई बीपी का असर ब्रेन पर भी होता है। सोचने, याद्दाश्त सीखने पर असर पड़ता है।

ऐसे घटाएं बीपी

वजन नियंत्रित रखें, नियमित व्यायाम करें। हरी सब्जियां व मोटे अनाज ज्यादा खाएं। रोगी दो ग्राम से कम नमक ही रोज लें। तनाव लेने से बचें।

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

कर्म और भावना

गाय ने केला देखकर मुँह मोड़ लिया.. औरत ने गाय के सामने जाकर फिर उसके मुँह मे केला देना चाहा, लेकिन ... गाय ने केला नहीं खाया, पर औरत केला खिलाने के लिये पीछे ही पड़ी थी... जब औरत नहीं मानी, तो गाय सींग मारने को हुई.. औरत डरकर बिना केला खिलाये चली गयी। औरत के जाने के बाद पास खडा साँड बोला– "वह इतने 'प्यार से' केला खिला रही थी, तूने केला भी नहीं खाया और उसे डराकर भगा भी दिया" प्यार नहीं मजबूरी... आज एकादशी है, औरत मुझे केला खिलाकर पुण्य कमाना चाहती है... वैसे यह मुझे कभी नहीं पूछती, गलती से उसके मकान के आगे चली जाती हूँ तो डंडा लेकर मारने को दौड़ती है.।गाय बोली– प्रेम से सूखी रोटी भी मिल जाये, तो अमृत तुल्य है जो केवल अपना भला चाहता है वह दुर्योधन है जो अपनों का भला चाहता है वह युधिष्ठिर है और... जो सबका भला चाहता है वह श्रीकृष्ण है। अतः कर्म के साथ–साथ भावनाएं भी महत्व रखती हैं।

अनुभव अमृतम्

रात को करीबन 1:30 बजे। मैंने कहा कमला जी तुरंत जाप चालू करवा दो। शक्तिपीठ में नवकार महामंत्र गायत्री मंत्र और महामृत्युंजय मंत्र जाप चालू करवा दो। जाप निरंतर चलता रहे। बन्द ना हो। चैनराज जी लोढ़ा साहब के स्वस्थ होने तक चलता रहे। भगवान से प्रार्थना करो। प्रार्थना फलीभूत हुई। आश्चर्यचकित, डॉक्टर ने देखा बाबूजी में सुधार आया, 2 दिन बाद आईसीयू से कमरे में लाये गए। मैं 5–6 दिन वहाँ रहा। स्वस्थ होकर घर आए– बाबूजी :–

कुछ भी नहीं असंभव जग में,
सब संभव हो सकता है।
कार्य हेतु यदि कमर बांध लो,
तो सब कुछ हो सकता है।।

बाबूजी स्वस्थ हो गए। परंतु हॉस्पिटल के निर्माण में कठिनाइयाँ बहुत आई। वर्णन नहीं करूंगा। एक दिन उन्हीं कठिनाइयों के मध्य ट्रक में बैठ कर के जगदीश जी आर्य के साथ मुंबई जाना था बैठक करने के लिए। मीटिंग करने के लिए। मन थोड़ा उदास था। उस समय टेप रिकॉर्ड चला ट्रक के ड्राइवर साहब ने जो गाने लगा रखे थे।

टेप रिकॉर्ड चला उस गाने के कुछ एक शब्द थे तेरी भी जय हो, मेरी भी जय हो। तेरी भी जय जय मेरी भी जय जय। सूत्र मिल गया। आपकी भी कामनाएं पूर्ण हो। मेरी भी कामनाएं पूर्ण हो। कामना क्या है? दिव्यांगों के ऑपरेशन करना है, और क्या कामना है? बात चली मन में भगवान ने एक विचार दिया 10,000 दानपात्र उदयपुर में रखेंगे। अपने लाइफ मेंबर जनता जनार्दन से कहेंगे 1 रुपया रोज आप इस दान पात्र में जरूर डालिए, और 10,000 डिब्बे दानपात्र उदयपुर के बाहर संपूर्ण भारत में रखे जाएंगे। जहाँ–जहाँ शिविर किए हैं बहुत जगह। उनसे भी 1 रुपये रोज का कहा जाएगा। दोनों जगह से पूरे भारत से और उदयपुर से 20,000 रुपये रोज के होंगे। 60,0000 रुपये महीना होगा बस इतना ही खर्चा है–हॉस्पिटल चलेगा। बहुत कठिनाइयों के स्त्रोत। एक बार 32 पेज का पत्र बाबूजी को लिखा। आँखों से आँसू गिरते रहे स्याई के साथ आँखों का खारा पानी भी, इतना कुछ शब्द में मिल गए, कुछ शब्द रह गए।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 461 (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