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-2604 • उदयपुर, गुरुवार 10 फरवरी, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

श्रीकाकुलम (आन्ध्रप्रदेश), दिव्यांग जाँच, चयन एवं 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।

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का कम सतत कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 23 व 24 जनवरी 2022 को सत्यनारायण मण्डपम श्रीकाकुलम में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता टंगी आमन्ना चैरीटेबल ट्रस्ट रहा। शिविर में कृत्रिम अंग वितरण 95 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री लेटिनेंट रामाराव जी (एम.ई.ओ.), अध्यक्षता श्री सुधाकर जी (ए. एस. आई. श्रीकाकुलम), विशिष्ट अतिथि श्रीधर जी चौहान (सदस्य बीजेपी), श्री रमेश जी टंगी, श्री रमया जी (समाज सेवी), शिविर टीम श्री महेन्द्रसिंह जी (शिविर प्रभारी), श्री मुकेश जी त्रिपाठी, श्री बहादुर सिंह जी (सहायक) श्री सत्यनारायण जी (रसीद) ने भी सेवायें दी।

सिमलीगुड़ा (उड़ीसा), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का कम सतत् कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 23 जनवरी 2022 को साई मंदिर ब्लॉक ऑफिस के पास सिमलीगुड़ा में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता लॉयन्स क्लब सिमलीगुड़ा रहा। शिविर में रजिस्ट्रेशन 150, कृत्रिम अंग माप 66, कैलिपर माप 24, ऑपरेशन चयन 25 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री आनन्द कुमार जी पाटवानिया (अध्यक्ष लॉयन्स क्लब), अध्यक्षता श्री राजेन्द्र कुमार जी (सचिव), विशिष्ट अतिथि मनोज कुमार जी पात्रो (कोषाध्यक्ष), श्री आनन्द जी सेनापति (उपाध्यक्ष), श्री प्रेमानंद जी, श्री सुकान्त जी सामल (सदस्य) डॉ. विजय कार्तिक जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), श्री आर. एन. जी ठाकुर (पीएनडों), श्री नरेश जी वैष्णव (टेक्नीशियन), शिविर टीम श्री लालसिंह जी (शिविर प्रभारी), श्री बजरंग जी चौधरी, श्री गोपाल जी गोस्वामी (सहायक), श्री प्रवीण जी (फोटो एवं विडियोग्राफर) ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity
SINCE 1985

आत्मीय स्नेह मिलन एवं
भामाशाह सम्मान समारोह
स्थान व समय
12 फरवरी 2022 प्रातः 11.00 बजे से

गीता विद्यालय मंदिर, 25 बी, महावीर सोसायटी, पारस सोसायटी के सामने
पी.एन. मार्ग, जामनगर (गुजरात)

मधुबन गेस्ट हाउस नियर, त्यागी हॉस्पिटल, सासनी गेट, आगरा रोग, अलीगढ़ - उ.प्र.

बाबालाल महाराज जी मंदिर, हनुमान गेट, जगधारी, यमुनानगर- हरियाणा

13 फरवरी 2022
होटल कम्फर्ट, हॉस्पिटल रोड, मण्डी - हिमाचल

पू. कैलाश जी 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन, नारायण सेवा संस्थान

'सेवक' प्रशान्त भैया
अध्यक्ष, नारायण सेवा संस्थान

इस सम्मान समारोह में
सभी दानवीर, भामाशाह सादर आमंत्रित है।

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

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity
SINCE 1985

विशाल निःशुल्क दिव्यांग जांच,
ऑपरेशन चयन एवं
कृत्रिम अंग (हाथ-पांव) माप शिविर
13 फरवरी 2022 प्रातः 9.00 बजे से
स्थान

ग्राउण्ड करमा रोड, औरंगाबाद - बिहार

अग्निहोत्री गार्डन, सदर बाजार, होशगाबाद, म.प्र.

माता बाला सुन्दरी प्रांगण, शहजादपुर, जिला-अम्बाला

19 फरवरी 2022
बजरंग व्यायामशाला, कार शोरुम के सामने,
पटेल मैदान के सामने, अजमेर

20 फरवरी 2022
गांधी मैदान, मिर्जा गालिब कॉलेज,
चर्च रोड, गया-बिहार

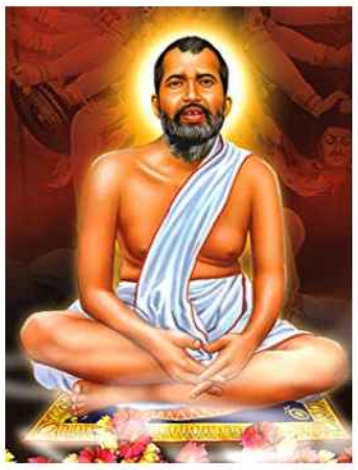
इस दिव्यांग भाग्योदय शिविर में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में
जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

पू. कैलाश जी 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन, नारायण सेवा संस्थान

'सेवक' प्रशान्त भैया
अध्यक्ष, नारायण सेवा संस्थान

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

अपनी योग्यता का इस्तेमाल सही समय और सही जगह पर ही करना चाहिए



रामकृष्ण परमहंस से मिलने काफी लोग पहुंचते थे। वे अपने उपदेशों की वजह से प्रसिद्ध हो चुके थे। वे अपनी मस्ती में रहा करते थे। एक दिन वे अपने काम में व्यस्त थे। उनके पास कुछ लोग भी बैठे हुए थे। तभी वहां एक संत पहुंचे। संत का व्यक्तित्व प्रभावशाली था। वे परमहंस के सामने आकर खड़े हो गए। संत ने कहा, क्या तुम मुझे पहचानते नहीं हो? मैं पानी पर चलकर आया हूं। मेरे पास चमत्कारी सिद्धि है, जिससे मैं बिना डूबे पानी पर धरती की तरह चल सकता हूं। मुझे ये चमत्कार करते हुए लोगों ने देखा है। और तुम मुझे ठीक से देख भी नहीं रहे हो और ना ही बात कर रहे हो।

रामकृष्ण परमहंस ने कहा, भैया, आप बहुत बड़े व्यक्ति हैं और आपके पास सिद्धि भी है। लेकिन, एक बात मैं आपसे पूछना चाहता हूं कि इतनी बड़ी सिद्धि हासिल की है और इतना छोटा काम किया है। नदी पार करनी थी तो नाव वाले को दो पैसे देते, वह आपको आराम से नदी पार करवा देता। जो काम दो पैसे में किसी केवट की मदद हो सकता था, उसके लिए आपने इतनी बड़ी महान सिद्धि का उपयोग किया और उसका प्रदर्शन भी कर रहे हो। ये बातें सुनकर संत शर्मिंदा हो गए। अगर हमारे पास कोई सिद्धि या विशेष योग्यता है तो उसका प्रदर्शन और दुरुपयोग न करें। जो काम जिस तरीके से हो सकता है, उसे उसी तरीके से करना चाहिए। योग्यता का उपयोग सही समय पर और सही जगह ही करें।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

चिंता की जग चिंतन करना.................... ।
....................समभाव में हमको रहना है।।

ये गीत जो गीतों से रिमझिम रस बरसता है। संगीत मन के पंख लगाता है। भाईयो और बहनों इसी जीवन में एक बात आप हृदय में रख लो, जिसका लोक नहीं सुधरा, ये लोक नहीं सुधरा तो उसका परलोक सुधरेगे क्या? अरे परलोक भी बिगड़ेगा। यदि मृत्यु के समय हमे क्रोध आ गया, मृत्यु के समय में राग आ गया, हमे द्वेश आ गया, हमे छल आ गया, हमे कपट आ गया तो हमारा अगला जीवन भी बिगड़ जायेगा। भगवान महावीर स्वामी से किसी ने पूछा एक राजा 12 वर्षों से खड़े थे, तप कर रहे थे यदि उसका स्वर्गवास हो अभी हो जाये तो क्या गति होगी? बोले भाई नरक में जायेगा। अधोगति होगी। 5—10 घंटे बाद में समाचार आया वो राजा तो मर गया। और भगवान महावीर स्वामी के श्रीमुख से निकला सद्गति हो गई। महापुरुष तीर्थंकर जीवन में कभी भी असत्य नहीं बोलते समझाया। कुछ घंटे पहले तुमने प्रश्न किया था। राजा के मन में बड़ा क्रोध था। राजा के मन में बहुत असंतोष था राजा भले तप कर रहा हो, शरीर से तप कर रहा हो, लेकिन उसने सोचा अरे मेरे दुश्मन देश ने मेरे बेटे पर आक्रमण कर दिया है। राज्य भले छोड़ दिया पर मोह नहीं छोड़ा। वर्षों से तपस्या कर रहे पर मोह वही है और उस समय बहुत क्रोध भाव में था। अन्तगती सो गति।

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

सम्पादकीय

जगत व्यवहार और जीवन व्यवहार में मनुष्य से भूल होना स्वाभाविक है। कहा भी गया है कि 'मनुज गलती का पुतला है, ये अक्सर हो ही जाती है।' भूल या गलती होना अपराध श्रेणी में नहीं आता है क्योंकि उसके सुधार के हजार अवसर हमारे पास मौजूद हैं। किन्तु कई लोग स्वाभाविक या जानबूझ कर गलती भी करते हैं और पकड़े जाने पर तर्क, कुतर्क से उसे सही सिद्ध करने में भी जुट जाते हैं, बस अब यह अपराध हो जाता है। अनजाने हुई गलती अपराध नहीं है, जानबूझ कर की गलती तो वह अपराध है तथा गलती को सही ठहराने का कृत्य महाअपराध है। वस्तुतः व्यक्ति की सबसे बड़ी खूबी यही है कि वह अपनी भूलों से सीखता है, गलतियों से निखरता है। जबकि हम ज्यादातर मौकों पर सुधरने व निखरने के रास्ते स्वयं ही बंद कर देते हैं। सजग रहें, गलती न करें और हो जाय तो सुधार के लिये भी तैयार रहें, यही मानव की पहचान है।

कुछ काव्यमय

भूल भले ही हो जाये
पर हो सकता है सुधार।
पर भूलों का हो नहीं
कभी गलत प्रचार।
सुधरेंगे और विकसेंगे हम,
यदि भूल सुधार करें।
अपने जीवन में विकास के
और सुनहरे रंग भरें।

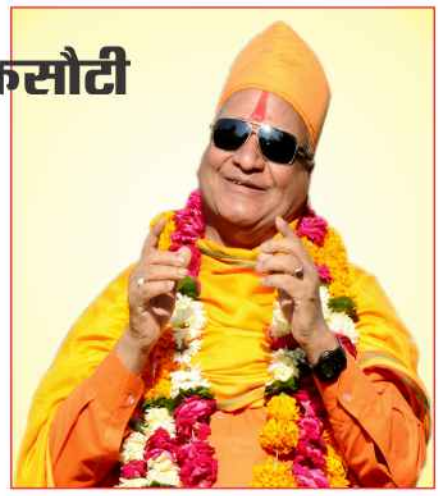
- वरदीचन्द राव

जिला खेलकूद में जीते पदक

65वीं उदयपुर जिला स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में संस्थान की नारायण चिल्ड्रन एकेडमी के बालक–बालिकाओं ने भाग लेकर विभिन्न प्रतियोगिता में सिल्वर व कांस्य पदक प्राप्त किए। 16से 18 नवम्बर तक हुई जिम्नास्टिक स्पर्द्धा में विशाल सांगिया ने व जूडो स्पर्द्धा में राकेश परमार ने कांस्य पदक प्राप्त किया, जब कि एथलेटिक्स प्रतियोगिता (1–3 दिसम्बर) में शिवराज अंगारी ने रजत पदक हासिल किया। शिवराज अंगारी ने राज्यस्तरीय एथेलेटिक्स स्पर्द्धा में उदयपुर जिले का प्रतिनिधित्व भी किया। जिम्नास्टिक में सतीश बम्बूरिया, गोविन्द बम्बूरिया, अरूण डूंगरी व अजय बम्बूरिया का भी श्रेष्ठ प्रदर्शन रहा। एथेलेटिक्स में रूपलाल पारगी, नारायण लाल, गोविन्द बम्बूरिया, विशाल सांगिया, गुंजन जोशी, हिमानी कुंवर, तनु किकावत व जिज्ञासा कुंवर को श्रेष्ठ प्रदर्शन के लिए प्रोत्साहन पुरस्कार मिले।

अपनों से अपनी बात

बुरा वक्त, मित्रता की कसौटी



सच्चा मित्र वही है, जो कठिन से कठिन परिस्थिति में भी न केवल साथ खड़ा रहे। बल्कि खतरों से खेलने पर अमादा होकर मित्र को बचाने के लिए तत्पर रहे।

एक राजा की उसी राज्य के एक सज्जन व्यक्ति से मित्रता थी। दोनों एक दिन टहलते हुए जंगल की तरफ निकल गये। राजा ने एक फल तोड़ उसके छः टुकड़े किये। एक टुकड़ा अपने मित्र को दिया। मित्र ने उसे खाकर और मांगा। राजा ने दे दिया। जब तीसरा मांगा तो राजा ने थोड़ा सकुचाते हुए वह भी दे दिया। मित्र ने जब शेष टुकड़े भी मांगे तो राजा ने मन मारकर उसे दो और टुकड़े दे दिये। मित्र वे टुकड़े भी बड़े चाव से खा गया और छठे की मांग कर दी।

इस पर राजा मन ही मन क्रुद्ध हो गया कि कैसा मित्र है, पूरा फल स्वयं खाना चाहता है। तब राजा ने कहा –यह टुकड़ा तो मैं ही खाऊँगा, तुम्हें नहीं दूँगा। ऐसा कहने के उपरांत राजा ने वह टुकड़ा मुँह में डाला और चबाते ही झट से थूंक दिया, क्योंकि वह बहुत ही कड़वा था। राजा ने कहा–हे मित्र! तुमने कड़वे फल के पाँच टुकड़े बिना शिकायत ही खा लिये। मैं तो मन में यह सोच रहा था कि फल बहुत मीठा होगा और तुम पूरा फल खाना चाह रहे हो परंतु जब मैंने खाया तब पता चला कि तुम मुझे कड़वा फल नहीं खाने देना चाहते थे। फल के इस कड़वे स्वाद के कारण तुमने यह सब किया। तुमने यह क्यों नहीं बताया कि यह फल इतना कड़वा है?

इस पर मित्र ने उत्तर दिया–राजन, आपने मुझे कई बार मीठे फल खिलाए। एक बार अगर कड़वा फल आ गया तो मैं कड़वा कहूँगा क्या? आपने मुझ पर अनगिनत उपकार किये हैं, अगर एक बार कष्ट आ गया तो मैं क्या वह कष्ट आपको बताऊँगा? राजा मित्र की बात सुनकर बहुत प्रसन्न हो गया और उसे गले लगा लिया। एक मित्र को दूसरे मित्र के सुख–दुःख में बराबर का भागीदार होना चाहिए। मित्रता भेदभाव नहीं देखती है। सच्चा मित्र वही है, जो कठिन से कठिन हालत में भी साथ खड़ा रहे।

–कैलाश 'मानव'

वो करो जो बहुत कम लोग करते हैं

इस जिंदगी में बड़ी सफलता न मिलने का सबसे बड़ा कारण यह है कि वो ऐसी सोच रखता है। जैसी दुनिया के 99 प्रतिशत लोग रखते हैं। अगर आप बड़ी सफलता चाहते हैं तो आपकी वो करना होगा जो सिर्फ एक प्रतिशत लोग करते हैं। इस बात को इस कहानी से समझें– एक बार एक चित्रकार ने बहुत ही सुन्दर पैंटिंग बनाई। उसे पैंटिंग में कहीं भी कमी नजर नहीं आ रही थी। उसने सोचा क्यों न यह पैंटिंग लोगों को दिखाई जाएं।

उसने पैंटिंग को शहर के बीचों बीच लटका दिया और नीचे लिख दिया। किसी को इसमें कमी दिखाई दे तो वे उस जगह निशान लगा दें। शाम को जब चित्रकार पैंटिंग के पास पहुंचा तो बहुत दुःखी हुआ क्योंकि पूरी पैंटिंग पर निशान लगे थे और वह पूरी तरह से खराब हो चुकी थी। समझ में नही आ रहा था कि अब वो क्या करे। तभी एक दोस्त उससे मिलने आया। उसे दुःखी देखकर कारण पूछा– चित्रकार ने अपनी समस्या उसे बता दी। सारी बात सुनने के बाद दोस्त हंसने लगा और बोला कि यह तो बहुत ही छोटी समस्या है। उसने कहा कि तुम फिर से एक पैंटिंग बनाओ और उसे कल शहर के बीचों बीच लटका देना और उसके नीचे फिर से लिखना कि इस पैंटिंग में जिस किसी को भी कोई कमी दिखाई दे वो उसे सहीं कर दे। उस चित्रकार ने अगले दिन ऐसा ही किया। जब शाम को उसने देखा तो उस पैंटिंग में किसी ने कुछ भी नहीं किया था यह देखकर वह समझ गया कि किसी दूसरे में कमियां निकालना आसान होता है। लेकिन उस कमी को दूर करना बहुत ही मुश्किल होता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

बीसवीं शताब्दी का उत्तरार्द्ध शुरू हो चुका था। देश अंग्रेजों की गुलामी की बेड़ियों से स्वतन्त्र हो अपने पहले आम चुनाव की तैयारियां कर रहा था। मेवाड़ रियासत का एक ठिकाना था भीण्डर। यहीं एक गिरवी की हवेली में मदन अपने भाई देवीलाल के साथ रहता था। मदन के चार पुत्र व 2 पुत्रियां थी इनमें कैलाश दूसरे क्रम पर था। स्वतन्त्रता प्राप्ति के सिर्फ 7 माह पूर्व 2 जनवरी 1947 को कैलाश का जन्म हुआ था।

घर में मिट्टी का चूल्हा था, मां उसी के पास बैठ कर खाना बनाती। बच्चों को आवाज दी तो एक–एक कर सब आ गये। सब अपनी अपनी थाली कटोरी ले जमीन पर बैठ गये। कैलाश कहां पीछे रहता, उसने भी कटोरी को थाली के साथ जोर जोर से बजाना शुरू कर दिया, देखा देखी अन्य बच्चे भी यही करने लगे तो ऐसा शोर मच गया कि सोहनी को इन्हें डपटना पड़ गया। पहले ही चूल्हे से उठते धुएं से उसकी आंखों का बुरा हाल था। एक हाथ में साड़ी का आंचल ले आंखे पोंछ रही थी तो दूसरे हाथ से तवे पर रोटी पलट रही थी।

अभी रोटी तवे से उतरी भी नहीं थी कि कैलाश जिद करने लगा पहली रोटी मेरी। भूख तो सबको लग रही थी, अब सब यही राग अलापने लगे और कुछ देर पूर्व थमा थाली कटोरी का शोर फिर गुंजायमान हो गया।

सोहनी ने सबको शांत करते हुए कैलाश से कहा–तू तो समझदार है, यह पहली रोटी तो गाय माता की है, दूसरी जल्दी उतर जायगी, एक एक करके तुम सबको दे दूंगी, जल्दी मत करो। सोहनी रोटी बेलने लगी और गीता का अध्याय सुनाने लगी। सब बच्चे चुपचाप मां की बातें सुनने लगे। कैलाश को लगता था उसकी मां बहुत पढी लिखी है तभी तो ऐसी बातें बताती है।

अंश - 004

खुद के पांवों से चला

फतेहपुर (राज.) के सत्यम् का जन्म एक निर्धन परिवार में हुआ। पिता रामबहादुर नौ सदस्यीय परिवार का पालन– पोषण मजदूरी करके करते हैं। सत्यम् को जन्म के नौ माह बाद अचानक तेज बुखार आया और दांया पांव निष्क्रिय हो गया। पांव की निष्क्रियता ने गरीबी का बोझ ढो रहे रामबहादुर की समस्या और बढ़ा दी। रामबहादुर ने सत्यम् के इलाज के लिए कई हॉस्पीटलों के चक्कर काटे लेकिन कहीं से भी आशाजनक परिणाम सामने नहीं आया। एक दिन टी.वी. पर रामबहादुर ने संस्थान का कार्यक्रम देखा। हताश– निराश– मायूस रामबहादुर को आशा की नई किरण नजर आने लगी और अपने पुत्र के पांवों पर चलने की उम्मीद रामबहादुर के हृदय में जगी।

रामबहादुर तत्काल अपने पुत्र सत्यम् को लेकर उदयपुर स्थित नारायण सेवा संस्थान में आये। संस्थान के डॉक्टर सा. द्वारा सत्यम् के पाँव की जांच की गई और जांच के बाद सत्यम् के दायें पाँव का सफल ऑपरेशन संस्थान में हुआ।

घुटनों के बल रेंगकर चारों हाथ–पांव से चलने वाले सत्यम् का जीवन बदल गया है और अब वह सामान्य रूप से अपने पाँवों पर चलकर स्कूल जाने लगा है। सत्यम् के पिता रामबहादुर संस्थान परिवार का आभार व्यक्त करते नहीं थकते।

ऐसे लाखों से अधिक भाई–बहनों को संस्थान ने अपने पाँवों पर खड़ा किया है और यह सम्भव बन पाया है आपके सहयोग और सेवा के प्रति समर्पित भाव से।

शीतकाल में उपयोगी है टमाटर

टमाटर अपने विशेष गुणों के कारण शीतकाल का उपयोगी फल माना जाता हैं वैज्ञानिक वर्गीकरण के अनुसार यह 'भाजी वर्ग' का एक फल है। इसका प्रयोग सब्जी के साथ–साथ फल के रूप में समान रूप में होता है। वैसे तो टमाटर वर्ष भर उपलब्ध रहते हैं परंतु इनकी उपयोगिता और उपलब्ध शीतकाल में बढ़ जाती है। टमाटर की मातृभूमि दक्षिणी अमेरिका परन्तु आज यह संपूर्ण विश्व में सुलभ है।

आजकल टमाटर की अनेक उन्नत किस्में पाई जाती हैं। शीतकाल में किचन गार्डन के लिए 'आर्क्सहट' किस्म अच्छी रहती है। इसके फल आकार में बड़े मीठे तथा कम बीजों वाले होते हैं। शीतकाल में शरीर की वायु कुपित हो जाती है। टमाटर उत्तम वायुनाशक है, इस शीतकाल में विशेष उपयोगी है। आहार में टमाटर का जूस, सूप, सलाद आदि के रूप में विविधपूर्वक सेवन करना चाहिए।

पके हुए टमाटर अग्निदीपक, पाचक, रूचिकर, बल एवं रक्तवर्धक लघु, उष्ण, स्निग्ध और उत्तम रक्तशोधक होते हैं। उपरोक्त गुणों के साथ–साथ इसमें विटामिन ए, बी, सी, तथा लोहा प्रचुर मात्रा में होता है।

सौन्दर्य सहायक टमाटर में त्वचा संबंधी नाना प्रकार के विटामिन, साइट्रिक एसिड, लवण, पोटाश, चूना, मैगनीज, खजिन, क्षार आदि विद्यमान होने के कारण एक प्रकार से सौन्दर्य सहायक भी है। टमाटर के सूप में काली मिर्च डालकर नियमित पीने से कब्जियत दूर होती है। टमाटर दूषित रक्त का शोधन कर के चेहरे की त्वचा को गुलाबी आभा प्रदान करता है। इसके नियमित सेवन से सर्दी के मौसम में होने वाली त्वचा संबंधी शिकायतें जैसे–कीले, मुहांसे, झाइयां, त्वचा का फटना, खुजली आदि नहीं होती। टमाटर का जूस पीने से बाल चमकदार होते है। बड़े टमाटर की मोटी–मोटी फांके काटकर गालों में आंखों के नीचे रखने से झाइयां और आंखों के काले घेरे मिट जाते है।

सावधानी : टमाटर गुणकारी होने के बावजूद अत्यधिक मात्रा में सेवन करने से शरीर को हानि पहुंचाते हैं। टमाटर ही क्या प्रत्येक चीज की अति खराब होती है। पथरी के रोगियों को टमाटर का सेवन हितकर नहीं होता। अगर आप टमाटर के लाभ उठाना चाहते हैं तो आपको इसका सेवन उचित मात्रा में नियमित करना होगा।

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

अनुभव अमृतम्

बहुत अच्छा ये रोगी सेवा, ये कपड़े ये कपड़े की गाँठें, दस गाँठ तो ऐसी आयी, जिसमें बिलकुल नये कपड़े प्लास्टिक की थैलियों में, मन रोमांचित हो गया। जर्सी नई, स्वेटर नये, पेन्ट नये शर्ट नये सोचा मैं मालूम करूँ कि नये कपड़े कैसे आ गये?

मालूम हुआ कि जब लंदन आदि में फैशन बदल जाती है, डिजाईन बदल जाती तो नई फैशन के नये कपड़े आ जाते हैं, तब पुराने को कोई नहीं लेता। उस समय रेडिमेड कपड़े वाले चर्च को फोन करते कि आइये ट्रक लेकर के हमारी दुकान का पुराना कपड़ा, पुरानी फैशन के कपड़े आप ले लीजियेगा और किन्हीं गरीबों में बाँट दीजियेगा और पूरा ट्रक भर कर के सामान आ जाता है। वो ही सामान दिवाली बेन मोहन मेहता चेरिटेबल ट्रस्ट इंपोर्ट लाइसेंस, जिसमें इनको ये स्वीकृति मिली है भारत सरकार से कि आप मंगवा सकते हो। तीन महीने के अन्दर एक प्रमाण पत्र कस्टम में देना पड़ता है कि जो भी सामान उस कंटेनर में आया, उसका उचित सदुपयोग दीन दुःखियों की सेवा में बिना जात–पात के, बिना धर्म महजब के कोई अन्तर के बिना किया गया। न बड़ों में, न छोटों में, सब सामान्य रूप में किया गया।

बड़ा हुआ तो क्या हुआ, जैसे पेड़ खजूर।
पंथी को छाया नहीं, फल लागे अति दूर।।

कल्पना एक बार आटा इक्कटा करने गई थी। जब आयी तो आँखों में आँसू थे। पापा आप और कुछ भी काम कहोगे, मैं कर लूँगी, लेकिन ये आटा इक्कठा करना मेरे लिये मुश्किल है। क्या हुआ बेटा? तू रो क्यों रही है? पापा अमरचंद जी ने कहा– बेटा तू दो चार जगह से और ले आ, अगली बार मेरे से ले लेना। बीच में किसी ने पूछा– ये आटा किसको देते हो?

पहले तो एक ब्राह्मणी आती थी माँगने। ब्राह्मणी आजकल आती नहीं नारायण सेवा पैदा हुई है। नारायण सेवा को आटा देते हैं, पापा मुझे तो ब्राह्मणी बना दिया। मैंने कहा बेटे तेरे आँसू एक दिन फूल बनेंगे। कल्पना ने बहुत सहयोग दिया, प्रशांत ने भी बहुत सहयोग दिया। कल्पना 17 साल की, प्रशांत 14 साल का, कल्पना मीरा गर्ल्स कॉलेज में पढ़ा करती थी।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 357 (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, 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. 8278607811, 9829790403 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023