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-2605 • उदयपुर, शुक्रवार 11 फरवरी, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

आमदरी व रैन बसेरे में बांटे ऊनी वस्त्र

उदयपुर। पिछले कुछ दिनों में सर्द हवाओं के साथ बढ़ती ठिठुरन को देखते हुए नारायण सेवा संस्थान ने शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों में ऊनी वस्त्र, कम्बल के वितरण का व्यापक अभियान शुरू किया है। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने सोमवार को गिर्वा तहसील के आदिवासी बहुल गांव आमदरी में 120 कम्बल, 80 टोपे व 90 स्वेटर का वितरण किया। पोषाहार के रूप में उच्च गुणवक्ता युक्त बिस्किट के पैकेट भी दिए गए। इससे पूर्व सेक्टर 3, 4, 5, 6, 11 रेलवे स्टेशन व कच्ची बस्तियों में बड़ी संख्या में ऊनी वस्त्र व कम्बलों का वितरण किया गया। प्रताप नगर स्थित रैन बसेरा में रात्रि विश्राम करने वाले 100 से अधिक दिहाड़ी मजदूरों को भी कम्बल, मफलर, चप्पल, मौजे व टोपे का वितरण हुआ। संस्थान अध्यक्ष ने बताया कि सर्दी के तीखे तेवर के चलते संस्थान का यह अभियान नियमित रहेगा। 'सुकुन भरी सर्दी' अभियान के दौरान संस्थान के मीडिया प्रकोष्ठ के भगवान प्रसाद जी गौड़, जसबीर सिंह जी, दिलीप सिंह जी, अनिल जी पालीवाल व रौनक जी माली भी मौजूद थे।

राहत पहुंची उखलियात, लाभार्थी प्रफुल्लित

नारायण सेवा सेवा संस्थान की मुहिम 'सकून भरी सर्दी' के तहत मंगलवार को संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल के नेतृत्व में राहत टीम गरीबों और आदिवासियों के लिए सेवा सामग्री लेकर उखलियात पहुँची। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि कोटड़ा तहसील के दुर्गम पहाड़ी क्षेत्र में निवासरत आदिवासी, मजदूर परिवारों व बच्चों को शीतलहर में मदद पहुंचाते हुए 190 कम्बल, 200 स्वेटर, 170 टोपे और 100 जोड़ी चप्पल का वितरण किया गया। उन्होंने कहा राहत सामग्री लेने आये बच्चों और उनके परिजनों को शिक्षा व स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करते हुए प्रतिदिन नहाने व बच्चों को स्कूल भेजने के लिए प्रेरित किया गया। इस दौरान स्थानीय विद्यालय के शिक्षकगण और आँगनवाड़ी कार्यकर्ता लीला देवी जी, मौजूद थे। शिविर में मीडिया प्रभाग के भगवान प्रसाद जी गौड़, जसवीर सिंह जी, दिलीप सिंह जी, अनिल जी पालीवाल, रौनक जी माली, मनीष जी परिहार ने सेवाएं दी।

सूरत (गुजरात), 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 . त्रिम अंग माप शिविर 23 व 24 जनवरी 2022 को शिवशक्ति हॉल श्री सौराष्ट्र पाटीदार समाजवाडी मिनी बाजार, वराछा में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता कला मंदिर ज्वैलर्स लिमिटेड शिविर में रजिस्ट्रेशन 344, कृत्रिम अंग माप 127, कैलिपर माप 43, ऑपरेशन चयन 07 की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री हर्ष भाई संघवी (गृह राज्य मंत्री महोदय, गुजरात), अध्यक्षता श्री शरद भाई जी शाह (कला मंदिर ज्वैलर्स लिमिटेड), कांतीभाई बलर (विधायक महोदय, सूरत), श्री महेश भाई सवाणी (उद्योगपति एवं समाजसेवी), रोटेरियन चतुर भाई सभाया (रोटरी क्लब ऑफ ड्ड हिल्स), श्री श्रवण कुमार जी अग्रवाल (उद्योगपति एवं समाज सेवी) विशिष्ट अतिथि श्री वी.एम. खूंट (सिल्वर ग्रुप), श्री नरेन्द्र कुमार जी अग्रवाल (शाखा संरक्षक नारायण सेवा संस्थान), श्री मनहर भाई जी सांसपरा (उद्योगपति एवं समाज सेवी), श्री कानजी भाई भलाला (अध्यक्ष सौराष्ट्र पटेल सेवा समाज), श्री सज्जन सिंह जी परमार (डी.सी.पी. सूरत), श्री सी.के. पटेल (ए.सी.पी. सूरत), रोटेरियन डॉ. मनहर भाई जी वोरा (अध्यक्ष रोटरी क्लब ऑफ सूरत ईस्ट), रोटेरियन डॉ. जगदीश जी भाई वघासिया (पूर्व अध्यक्ष रोटरी क्लब ऑफ सूरत), रोटेरियन किशोर जी भाई बलर (पूर्व अध्यक्ष रोटरी क्लब ऑफ सूरत), श्री किर्ती जी भाई सैनी (सचिव रोटरी क्लब), अतिथिगण श्री अजय सिंह जी तोमर (पुलिस कमीश्नर सूरत), रोटेरियन संतोष प्रधान (डिस्ट्रीक्ट गर्वनर रोटरी क्लब) कैलीपर्स माप टीम श्रीमति चित्रा जी, श्री गौरव जी शर्मा, सूश्री ख्याती जी (पी.एन.डो.), श्री भगवती जी (टेक्नीशियन), शिविर टीम श्री अचलसिंह जी (शिविर प्रभारी), श्री मुकेश जी शर्मा (शिविर सह प्रभारी), श्री देवीलाल जी, श्री हरीश जी रावत, (सहायक), श्री कपिल जी व्यास (रसीद) श्री मुन्ना सिंह जी (कैमरामेन) ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

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

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

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

भाईयो और बहिनों मैं आप जैसा ही व्यक्ति हूँ। कोई बड़ा आदमी नहीं हूँ। कोई व्यासपीठ पर बैठने मात्र से बड़ा नहीं हो जाता, श्रवण करने वाला छोटा नहीं हो जाता आप और हम सब एक है।

ये कथा हमें कहती है उर्मिला जी जब पूछ रही है, मैं क्या करु चलूं फिरु?

लक्ष्मण ने सोचा ओह ! कैसे कहूं चलो फिरो।

पत्नी सह धर्मिणी है, धीरज धर्म मित्र और नारी आपत्तिकाल परखिये चारी। मैं तो जोड़ना चाहता हूँ। धीरज धर्म पुत्र और नर नारी जैसे नारी को विपत्ति के समय साथ देना चाहिए, ऐसे पुरुष को भी देवियों के विपत्ति के समय उनका साथ देना चाहिए, ये धर्म है, ये मर्म है ये कर्म है। ये दलाली धर्म की है, ये कहना नहीं मर्म की है, ये नरमायी हाथ मायी की गरमायी ये जितने भी कथा हजारो कहानिया एक दृष्टांत सागर करके पुस्तक आती है मार्केट में मिलती है। 100–200 में मिलती उसमे साढ़े तीन सौ तक के दृष्टांत लिखे हुए है।

यदि कहानियां सूनी मात्र, ये ही प्रवचन सूना मात्र, यदि रामचरित्र मानस को एक रेशमी कपड़ा चढ़ाकर ऊपर टांड में रख दिया और फिर रोज आरती दो बार कर रहे अगरबत्ती जला रहे है, पुष्प चढ़ा रहे है। उसका भी लाभ होता ही होगा।

लेकिन बड़ा लाभ तो तब होगा जब करुणा आ जावे ये दया की रेलगाड़ी में बैठना आ जावे और जब दया की रेलगाड़ी में बैठते है, तो धर्म समझ में आता है।

पहला स्टेशन बचपन का लगता.....।।
.....देखा अजब नजारा है।।

संस्थान की आगामी पांच वर्ष : योजना

1,40,400 शल्य चिकित्सा
संस्थान द्वारा किये जाने वाले ऑपरेशन में 15 प्रतिशत की वार्षिक वृद्धि का लक्ष्य।

1,87,200 सहायक उपकरण निर्माण एवं वितरण
25 प्रतिशत सहायक उपकरण निर्माण एवं वितरण ज्यादा होगा।

46,800 कृत्रिम अंग निर्माण एवं वितरण
10 प्रतिशत कृत्रिम अंग ज्यादा बनायेंगे।

510 दिव्यांग जोड़ों की बसेगी गृहस्थी
सन 2026 तक 10 सामूहिक विवाह समारोह का होगा आयोजन।

250 एनजीओ को लेंगे गोद
प्रतिवर्ष 50 छोटी एनजीओ को देंगे आर्थिक मदद।

एनसीए होगा उच्च माध्यमिक में क्रमोन्नत
सन 2026 में प्रतिवर्ष 1000 निर्धन एवं आदिवासी बच्चे पढ़ेंगे।

22,46,400 रोगियों की निःशुल्क फिजियोथैरेपी चिकित्सा
25 प्रतिशत की वार्षिक वृद्धि की जायेगी।

निःशुल्क मोबाईल रिपेयरिंग, सिलाई, कम्प्युटर एवं फिजियोथेरेपी केन्द्र का शुभारम्भ
2026 के अंत तक संस्थान 82-82 अतिरिक्त केन्द्रों का संचालन करेगा।

सम्पूर्ण भारत में 62 पी एण्ड ओ वर्कशॉप केन्द्र का शुभारम्भ
2026 के अंत तक 62 केन्द्रों का अतिरिक्त संचालन किया जायेगा।

ईश्वर से प्रार्थना

चाहे अच्छा हो या बुरा, वक्त कभी कहकर नहीं आता। इसी बुरे वक्त की मार झेल रही है धनवन्ती। धनवन्ती और उसके पूरे परिवार को, उसके सास– ससुर ने किसी पारिवारिक विवाद के चलते घर से बेघर कर दिया।

14 साल की लड़की है और 12 साल का लड़का है और एक छोटा 10 साल का है तीन बच्चे हैं। पति के साथघर छोड़ के भैया– भाभी जहां रहते हैं, उनके साथ रहना पड़ रहा है। दर–दर की ठोकरें खा रही धनवन्ती ने हिम्मत नहीं हारी और नारी आत्मशक्ति को जागृत किया।

उन्होंने पूर्ण समर्पण भाव से नारायण सेवा संस्थान से सिलाई का कोर्स किया। वे कहती हैं नारायण सेवा संस्थान में 45 दिन का सिलाई का कोर्स किया। मुझे सिलाई मशीन मिली यहां से।

मैं सिलाई करके सौ– दो सौ रुपये कमा लेती हूँ दिन के। आज धनवन्ती इस दुःख की घड़ी में एक मजबूत सहारा बनकर अपने पति का साथ दे रही है।

हे ईश्वर, दूसरों के दुःखों को हरें। सभी की जीवन आवश्यकताओं को पूर्ण करें, यही आपसे प्रार्थना है।

सेवा - स्मृति के क्षण

सम्पादकीय

जीवन अपने आप में एक परीक्षा है। व्यक्ति को कदम – कदम पर परीक्षाओं के दौर से गुजरना होता है तथा उत्तीर्ण भी होना ही पड़ता है। सत्य तो यह है कि इन परीक्षाओं के द्वारा ही परमात्मा यह जानने का प्रयास करते हैं कि मानव कितना सीख पाया है ? हम परीक्षा को परमात्मा से दूरी या उसके द्वारा किये जा रहे विस्मरण के रूप में लेते है जबकि होना यह चाहिये कि हम इन अवसरों पर ऐसा सोचें कि अब प्रभु ने स्वयं मुझे अपने हाथों में लेकर परखने की प्रक्रिया प्रारंभ की है।

जो बात जानी और सीखी है उसका जीवन में कितना प्रभाव हुआ है यह जाँचने के लिये परमात्मा द्वारा परीक्षा ली जाती है। परीक्षा के समय जो विचलित न होकर सफल होगा उसे ही तो प्रभु का वरदान मिलेगा। हम भी आपदाओं को परीक्षा काल मानकर मुकाबला करें तो विपदाएं भागती नजर आयेंगी।

कुछ काव्यमय

विपदाओं से भागकर
कोई कितना भागेगा ?
ईश्वर तो यही देखना चाहते है
कि यह कब जागेगा ?
ये परीक्षाएं हम पर
कृपा है, दया है।
इन परीक्षाओं के बिना
कौन उस पार गया है।

- वरदीचन्द राव

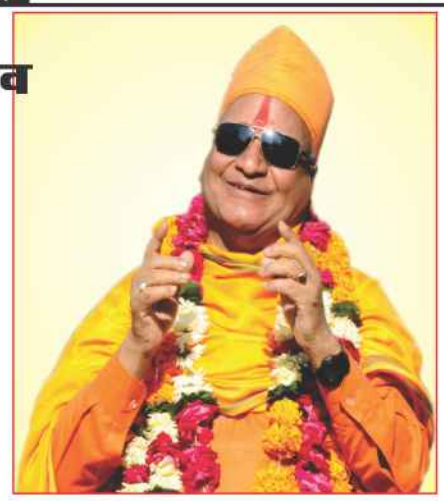
अपनों से अपनी बात

खुशी बांटने का सुख

हर आँख यहाँ,
यूँ तो बहुत रोती है।
हर बूंद मगर,
अश्क नहीं होती है।।
पर देखकर रो दे,
जो जमाने का गम।
उस आँख से आँसू,
गिरे वो मोती है।।

गोगुन्दा तहसील के ग्राम मोकेला का सर्वे किया जा रहा था– संस्था के साधकों द्वारा! टूटे–फूटे मकान का हुलिया। गारे व मिट्टी से बनी कच्ची ढही दीवारें, काँटों व घास से ढकी छत उस परिवार के अभावों का वर्णन कर रहे थे। घर के मुखिया का नाम था रूपा! लगभग 10 वर्ष से अपने पांवों पर खड़ा नहीं हो पाया था –वह। लम्बी बीमारी, औषधि का अभाव एवं घर में गरीबी के कारण वह इतना दुबला हो गया कि उसकी पसलियाँ एवं हड्डियाँ ही दिखाई देती थी –शरीर पर!

राम–राम करके सर्वे का कार्य प्रारंभ किया गया ! पूछा गया क्या काम करते हैं आप लोग तथा कितना कमा लेते हैं?



जवाब में रूपा जी बिल्कुल मौन व असहाय थे। प्रश्न दुबारा उठा तो मुँह से निकला दस बरस से कुछ भी नहीं कमाया है, मैंने। औरत बेचारी लकड़ियाँ बीन कर पहाड़ी से लाकर गोगुन्दा (10 कि.मी.) बेचकर आती है। 10–12 रुपये मिल जाता है जिससे चार बच्चों सहित मेरा पालन पोषण मुश्किल से करती है, और जब किसी दिन जंगल से लकड़ियाँ नहीं लेने दी जाती है उस दिन तो .....और कहते–कहते रो पड़े श्री रूपाजी ! उनकी वेदना थी कि माह में चार पाँच दिन तो ऐसे भी आते हैं जब दोनों समय भी चूल्हा नहीं जल पाता– उनके घर में!

श्री रूपा जी के दुःख से साथियों के दिल भी पिघल गये करुणा से ! तत्काल उस घर में गेहूँ और अन्य सामग्री के लिए सहयोग का ठाना और संस्था वाहन को जसवन्त गढ़ गाँव भिजवाकर खाद्य सामग्री मँगवाई गई।

देखते ही देखते दृश्य बदल गया! आटा, तेल, नमक, दाल पाते ही बच्चे खुशी से उछल पड़े जैसे कुबेर का खजाना मिल गया हो–उन्हें! मन की शान्ति, आत्मिक आनन्द एवं हर्ष की अनुभूति उस क्षण साधकों को हुई वह किसी खजाने से कम न थी! सभी को उस घर में खुशी बाँटने का जो सुख मिला उसे आज भी भुलाया नहीं जा सकता है ....आज भी वह दृश्य याद आता है तो मन में एक अनोखा–सा स्पन्दन होता है.....हमने उस क्षण यही अनुभव किया था :

सदियों की इबादत से
बेहतर है वह एक लम्हा,
जो हमने बिताया है
किसी इंसान की खिदमत में!

–कैलाश 'मानव'

सेवा का आदर्श

जब धर्मराज युधिष्ठिर ने राजसूय यज्ञ आयोजित किया तो उसमें दूर–दूर तक के राजाओं व आम लोगों को आमंत्रित किया गया। चुंकि यज्ञ व्यापक स्तर पर हो रहा था। इसलिए काम भी अधिक था ।

युधिष्ठिर ने सोचा कि यदि यज्ञ से सम्बंधित कार्यों को विभिन्न व्यक्तियों के मध्य विभाजित कर दिया जाए, तो आयोजन की समस्त व्यवस्थाएं छीक से हो पाएगी और आयोजन भी सुचारू रूप से सम्पन्न हो सकेगा। न कोई कमी रहेगी और न ही आमंत्रित व्यक्तियों को असुविधा। उन्होने स्वयं कुछ काम अपने जिम्में रखकर शेष कार्य चारो भाईयों,

पत्नि द्रोपदी, माता कुन्ती और अन्य सहयोगियों में बांट दिया।

जब समस्त कार्यों का विभाजन हो गया और सभी ने अपना कार्य पूर्ण समर्पण के साथ निष्पादित करने का आश्वासन दिया, तभी योगेश्वर श्रीकृष्ण वहाँ उपस्थित हुए। उन्होने धर्मराज से कहा,'' आपने यज्ञ की सुचारू रूप से संपन्नता के लिए सभी को कुछ न कुछ काम सौंपा है। मुझे भी कोई काम दीजिए। मैं यूहीं हाथ पा हाथ धरे तो नहीं बेठ सकता''। युधिष्ठिर सहित सभी पांडव श्रीकृष्ण के प्रति अत्यन्त श्रद्धा भाव रखते थे, इसलिए युधिष्ठिर ने उनसे आग्रह किया, आपकी कृपा के बिना तो कुछ भी संभव नहीं है।आपके लिए हमारे पास कोई काम नहीं है। बस, आपश्री तो विराजमान होकर देखते रहिए कि सभी लोग अपने–अपने कार्य ठीक ढंग से कर रहे है या नहीं। श्रीकृष्ण तत्क्षण बोले– मैं बिना कार्य के तो रह ही नही सकता। कोई काम तो मेरे लायक अवश्य होगा।

युधिष्ठिर हंस कर बोले– मेरे पास तो आपके लिए कोई काम नहीं है यदि आपको कुछ करना ही है तो आप स्वयं अपना काम तलाश लीजिए। श्रीकृष्ण बोले तो ठीक है, मैने अपना खोज लिया । युधिष्ठिर ने पूछा– क्या काम खोज लिया आपने क्षणभर में?

श्रीकृष्ण ने कहा– मैं सभी की झूठी पत्तले उठाएंगा और सफाई करूंगा।यह सुनकर युधिष्ठिर हैरान हो गए।फिर उन्होंने श्री कृष्ण को रोका, किन्तु उन्होने यज्ञ के दौरान इस सेवा कार्य को किया और असीम सुख पाया। सेवा परम आर्दश है। यह दूसरों के प्रति वह सद्भाव है, जो लोक कल्याण को साकार करता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

एक दिन कैलाश ने सोहनी से पूछ ही लिया– बाई ! तू कहां तक पढ़ी है। सोहनी हँस कर बोली –पहले बच्चियों को कहां पढाते थे, पहली दूसरी तक पढी हूं, बस ! कैलाश बोल उठा– फिर आपको गीता जी कैसे याद हो गई। सोहनी बोली–तेरे बापूजी बोलते हैं ना, उन्हें ही सुन सुन कर याद हो गई।

एक दिन घर में कुछ मेहमान आने वाले थे। हलवा, पूड़ी, लड्डू समेत अच्छे अच्छे व्यंजन बने थे। मेहमान अभी आये नहीं थे तभी सोहनी ने कैलाश को आवाज दी और जल्दी से घर पे काम करने आई बाइयों को बुलाने को कहा।

कैलाश तुरंत उन्हें बुला लाया। सोहनी ने सबको आंगन में बिठाते हुए कहा– पहले आप सबको जीमा देती हूं। बाइयां यह सुन हतप्रभ रह गई। एक पूछ बैठी –मेहमान तो अभी जीमे ही नहीं, आप हमें पहले क्यूं जीमा रही हो? कहीं मेहमानों हेतु मिठाई कम पड़ गई तो...सोहनी उसकी बात काटते हुए बोली– मेहमान भगवान होता है पर क्या भगवान आप में नहीं ?

कैलाश ये सब चुपचाप सुन रहा था। मगर मां ने आगे जो बात कही वह उसके बाल मन को छू गई–मेहमान आने के बाद आपको कोई पूछेगा भी नहीं, आप तो ढेर सारे बर्तन मांजते ही रह जाओगी, भूख तो सबको लगती है इसलिये आप धाप कर भोजन करो।

सोहनी के आदर्शों से सब सहमत हों यह जरूरी नहीं। एक बार अपने रिश्तेदारों के यहां आयोजित कार्यक्रम में भी सोहनी ने काम करने वालों को मेहमानों से पहले खिलाने का प्रयास किया तो रिश्तेदार नाराज हुए और जीमने बैठे काम करने वालों को उठा दिया। सोहनी उस क्षण तो अपमान का घूंट पी गई मगर घर लौट कर बहुत रोई। मदन ने उसे समझाया कि सब लोग हमारी तरह नहीं होते तो उसका जी हल्का हुआ।

अंश - 005

थैंक्यू 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।

महौषधि है अदरक

अदरक का इस्तेमाल आमतौर पर चाय का जायका बढ़ाने के लिए अथवा चटनी बनाने के लिए किया जाता है, लेकिन इसकी महत्ता यहीं तक सीमित नहीं है, आयुर्वेद चिकित्साशस्त्रियों ने भी इसकी महत्ता स्वीकारी है तथा कई बीमारियों में इसे अचूक दवा माना है।

यह कंद आद्र अवस्था में अदरक तथा सूखने पर सौंठ कहलाती है, दोनों ही स्थिति में यह रासायनिक और पौषक तत्वों से भरपूर होती है, इसमें प्रोटीन, विटामिन, खनिज लवण कार्बोहाइड्रेड, वसा तथा रेशे पाये जाते है, इसके अतिरिक्त उड़नशील तेल भी होता है।

अदरक का सेवन हृदय रोग में लाभदायक है, यह रक्तचाप को कम करती है। उच्चरक्तचाप, हृदयरोग का मुख्य कारण है। रक्तचाप सामान्य रहने से हृदय पर दबाव नहीं बनता, यही नही अदरक रक्त के थक्के जमने की प्रक्रिया को भी रोकती है। जिसकी वजह से हार्ट अटैक की आशंका कम हो जाती हैं।

अदरक, माइग्रेन से भी बचाती है, दिमाग की रक्त नलिकाओं में सूजन की वजह से माइग्रेन की समस्या पैदा हो सकती है। अदरक प्रोस्टागलैनडिन के प्रभाव को रोकती है। यह आर्थराइटिस में भी लाभदायक है।

अदरक सर्दी, खांसी मे बहुत गुणकारी है। सर्दी, खांसी में अदरक का इस्तेमाल चाय, सूप, सब्जी आदि में कर सकते हैं। बच्चों की खांसी में अदरक पाक बहुत लाभदायक होता है, यदि खांसी के साथ कफ भी आता हो तो अदरक से रस में शहद मिलाकर चाटने से लाभ होता है। सर्दी–जुकाम में अदरक और काली मिर्च की चाय पीना लाभदायक रहता है। तुलसी के पत्तों के रस में अदरक का रस मिलाकर भी हल्का गर्म करके सेवन करने से बंद गला खुल जाता है।

गर्म पानी में कुछ बूंदे नींबू की और कुछ बारीक की हुई अदरक, मिलाकर खाने से पाचन तंत्र तेजी से काम करने लगता है। स्वाद ग्रथियों को तेजी से सक्रिय करने मे अदरक पाचक रसों पर काम करती है। इसके कारण पेट में जलन, दर्द आदि भी खत्म हो जाता है। पेट की गैस से उत्पन्न ऐंठन भी रूक जाती है। अदरक में पर्याप्त मात्रा में कैल्शियम होता है जो कि हड्डियों के लिए आवश्यक है और उन्हें सशक्त बनाता है। गठिया या जोड़ो के दर्द में भी अदरक निजात दिलाती है। यदि रोजाना एक ग्राम का सेवन किया जाता है तो इससे आस्टियोआर्थराइटिस, रूमेटाइड आर्थाराइटिस आदि बीमारियों में लाभ होता है।

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

अनुभव अमृतम्

एक दिन बोली– पापा दो बच्चे मेरा पीछा करते हैं साईकिल से। मैं जहाँ जाती, वहाँ पीछे–पीछे आते है मेरे, पी. एण्ड टी. कॉलेनी तक पीछे–पीछे आते। मुझे डर लगता है। शाम के समय उसने मुझे कहा था। मैंने कहा– बेटे कल मैं बी.एन. कॉलेज में रास्ते में ही हूँ। ऑन ड्यूटी पर ही मुझे आप संकेत कर देना। आप कितने बजे निकल रहे हो, गेटमेन को बोल देना, मैं आ जाऊँगा। देखा, वास्तव में उसकी साईकिल के पीछे दो लड़के साईकिल चला के पीछा कर रहे थे। मैंने अपनी लूना उठाई, नेहरू हॉस्टल के पास चढ़ाई, लड़कों को पकड़ा, उनकी अक्लें ठीक की, कुछ उनको दंड दिया। बच्चे कल्पना के पैरों में गिर पड़े।

नेहरू हॉस्टल से भी कई बच्चे आये। उन्होंने कहा– क्या हुआ– बाबूजी? मैंने कहा ऐसा हुआ, ये बच्चे कई दिनों से नालायक, कुसंस्कारी मेरी बेटी का पीछा कर रहे थे। उन्होंने कहा ये उचित नहीं है, बच्चों को दंड देकर भगा दिया। उसी लूना से एक दिन सेक्टर 4 से जा रहा था। सड़क पर किसी का दो–तीन किलो तेल गिर गया था।

सड़क चिकनी थी, एकदम लूना घूमकर गिर पड़ी। हाथ में फ्रेक्चर हो गया। पन्द्रह दिन का लास्टर बंधा, फिर तीस दिन का बंधा, ये तो होना ही है, कोई अमर होकर नहीं आये, सबको एक दिन जाना ही है। कोई स्वस्थ पूर्ण जीवनभर नहीं रहा, और कोई पूर्ण बीमार भी नहीं रहा। ये सुख और दुख का मेल है, चलता ही रहता है। बन्धन नहीं बाँधना, किसने बाँधा है आपको? कौनसी बेड़ी है? कहते हैं– साहब! क्या करूँ, मैं बन्धन में बँध गया, पराधीन हो गया, कोई बन्धन नहीं है।

बन्धन बन्धन क्या करते हैं,
बन्धन मन के बन्धन हैं।
साहस करें उठें झटका दें,
बन्धन क्षण के बन्धन हैं।।

बन्धन कुछ नहीं। ये गाँठें किसने बाँधी? हमने बाँधी हैं। ये राग, द्वेष, विकार सब हमने पैदा किया है। ये अरि हमारे अन्दर के अरि हैं, उनका अंत करना है। अरिहंत भगवान ने भी यही किया है, अरिहंत भगवान महावीर स्वामी काम, क्रोध, मद, लोभ इनका अंत करना।

धर्म हृदय की दिव्य ज्योति है, सावधान बुझने ना पाये,
काम, क्रोध, मद, लोभ अहं के, अन्धकार में डूब ना जावे।
सेवा मन को पवित्र करती, मन को निर्मल करती है।
सेवा ईश्वरीय उपहार– 358 (कैलाश 'मानव')

Bank Name : State Bank of India
Account Name : Narayan Seva Sansthan
Account Number : 31505501196
IFSC Code : SBIN0011406
Branch : Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001

Donate via UPI
Google Pay PhonePe paytm
narayanseva@sbi

Head Office: 483, Sevadham, Sevanagar, Hiran Magari, Sector-4, Udaipur(Raj.) 313002, INDIA
+91 294 662 2222 | +91 7023509999
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

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