मूल्य – 5 रु.

आनन्द वृद्धाश्रम में होली के रंग बरसे

Tara
बुजुर्गों के लिए...

नारांयु मासिक

मार्च, 2015

वर्ष 3, अंक 6, पृ.सं. 20

तारा संस्थान के विभिन्न सेवा प्रकल्पों के नित नए आयाम

एक शिविर मेरा भी....

अपने घर परिवार में जन्मदिवस, शादी ब्याह जैसे खुशी के मौकों पर - गरीब, असहाय लोगों की नेत्र ज्योति लौटाएँ।

नेत्र शिविर सौजन्य

मोतियाबिन्द जाँच-चयन-शिविर आयोजन एवं
30 ऑपरेशन सहयोग सौजन्य, प्रति शिविर - 151000 रु.

चश्मा जाँच - चश्मा वितरण - दवाई सहयोग राशि,
प्रतिशिविर - 21000 रु.

एक बुजुर्ग को गोद लें...

अपने घर परिवार के वृद्धजनों की स्मृति में

आनन्द वृद्धाश्रम बुजुर्ग सौजन्य

रु. 5000/- प्रति बुजुर्ग प्रतिमाह
रु. 60000/- प्रति बुजुर्ग प्रतिवर्ष

आशीर्वाद
डॉ. कैलाश 'मानव'
संस्थापक एवं प्रबन्ध न्यासी,
नारायण सेवा संस्थान (ट्रस्ट), उदयपुर

आभार
श्री एन.पी. भार्गव
मुख्य संरक्षक, तारा संस्थान,
उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती शमा - श्री रमेश सचदेवा
संरक्षक,
उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

श्री सत्यभूषण जैन
संरक्षक,
प्रमुख समाजसेवी, दिल्ली

प्रकाशक एवं सम्पादक
कल्पना गोयल

दिग्दर्शक
दीपेश मित्तल

कार्यकारी सम्पादक
तखत सिंह राव

ले-आउट व ग्राफिक डिजाइनर
गौरव अग्रवाल

संयोजन सहायक
जगदीश मुण्डानिया

अनुक्रमणिका

विषय		पृष्ठ संख्या
तारा संस्थान के विभिन्न सेवा प्रकल्पों के नित गए आयाम	-	02
अनुक्रमणिका	-	03
श्रद्धांजली/ हमारे इस माह के भामाशाह	-	04
होली के रंग : बुजुर्गों के संग	-	05
बालिका 'भैरकी' की नेत्र ज्योति बहाल	-	06
आनन्द वृद्धाश्रम - नए आवासी	-	07
स्वास्थ्य - गर्मियों की हेल्थ टिप्स	-	08
गौरी योजना / तृप्ति योजना	-	09
प्रेरणा - जीवन का आदर्श / असाधारण सफलता	-	10
मोतियाबिन्द जाँच - ऑपरेशन हेतु चयन शिविर	-	11-13
नवीन प्रकल्प - एक शिविर मेरा भी....	-	14
तारा संस्थान में स्वागत सम्मान / अभिनन्दन	-	15
पाठकों की रचनाएँ	-	16
दानदाताओं के फोटो एवं आभार	-	17-18
सम्पर्क सूत्र - तारा संस्थान	-	19

आशीर्वाद - डॉ. कैलाश 'मानव', संस्थापक - नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

श्रीमती कल्पना गोयल अपने पूज्य पिता डॉ. कैलाश 'मानव' की सन्निधि में,

'तारांशु' - स्वत्वाधिकारी, श्रीमती कल्पना गोयल द्वारा 240-ए, हिरण मगरी, सेक्टर - 6, उदयपुर (राज.) 313002 से प्रकाशित तथा मुद्रक श्री सत्यप्रकाष कुमार शर्मा द्वारा सागर ऑफसेट प्रिन्टर, इण्डिया प्रा. लि. प्लॉट नं. 518, इकोटेच - III, उद्योग केन्द्र एक्टेंषन - II, ग्रेटर नोएडा, गौतम बुद्ध नगर (उत्तर प्रदेष) में मुद्रित, सम्पादक - श्रीमती कल्पना गोयल

श्रद्धांजलि

श्री रतनलाल जी डीडवानिया सुप्रसिद्ध उद्यमी एवं समाज सेवी का दिनांक 13 फरवरी, 2015 को मुम्बई में निधन हो गया। सरल, हृदय, सादा जीवन एवं मानवीय करुणा के आदर्श उदाहरण श्री रतनलाल जी ''डीडवानिया (रतनलाल) चैरिटेबल ट्रस्ट, मुम्बई'' के चेयरमैन थे। मानव मात्र के प्रति सेवा सहयोग के निमित्त वे तारा संस्थान सहित कई समाजसेवी संस्थाओं से जुड़े हुए थे। प्रसन्नचित्त एवं प्रबुद्ध श्री रतनलाल जी डीडवानिया के देवलोक गमन से समस्त समाज को अपूरणीय क्षति हुई है। समस्त तारा परिवार की ओर से श्री रतनलाल जी डीडवाणिया को अश्रुपुरित श्रद्धांजलि। परमेश्वर उनकी पुण्यात्मा को चिर शांति प्रदान करे।

तारा संस्थान, उदयपुर

हमारे इस माह के भामाशाह : हार्दिक अभिनन्दन

मिस शशि जॉनी, मुम्बई : सुप्रसिद्ध व्यवसायी एवं समाजसेवी शशि जॉनी जी ने तारा नेत्रालय, मुम्बई को मरीजों के परिवहन हेतु एक 'ईको' वाहन भेंट किया। वे समय-समय पर तारा संस्थान को अन्य सहयोग करती रहती है।

श्री परेश भाई मेहता, मुम्बई : श्री परेश भाई उद्योगपति एवं समाजसेवी हैं तथा तारा संस्थान को पूरा सहयोग करते रहते हैं। हाल में इन्होंने 'शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल, उदयपुर' हेतु कम्प्यूटर लेब का सहयोग किया है।

होली के रंग : बुजुर्गों के रंग

मार्च का महीना बचपन से ही होली के महीने के रूप में माना जाता है और होली का त्योहार इसलिए भी विशेष होता है क्योंकि इसमें बहुत मस्ती और धमाल होती है। वैसे भी रंग हमारे जीवन की खुशहाली का प्रतीक होते हैं तो ये रंगों का त्यौहार थोड़े समय के लिए ही सही कामकाज की परेशानी, चिंता सब को भुलाकर खुशियाँ बाँटने के लिए होता है.....

तारा परिवार में हमारी कोशिश यह रहती है कि हमारे घर के बड़े बुजुर्ग (आनन्द वृद्धाश्रम के आवासी) भी हर त्योहार को उसी जोश और उल्लास से मनाएँ जैसा कि उन्होंने उनके बचपन और जवानी में मनाया होगा..... .मकसद सिर्फ एक ही है कि कहीं उन्हें उस पीड़ा का अहसास न हो जाए जिसके चलते उन्हें अपना घर छोड़ना पड़ा.....

तारा के आंनद वृद्धाश्रम के अंकल–आंटियों के साथ होली के उपलक्ष्य में हमने बहुत मस्ती की जिसमें एक दूसरे को गुलाल लगाया, मिठाई खिलाई और कुछ गेम भी खेले जिनमें 1 मिनिट में हथेली पर सिक्के जमाना या 1 मिनिट में मोमबत्तियाँ जलाना। जो जीते उन्हें इनाम भी दिया..... वैसे इनाम तो बस खेल में रोमांच बना रहे उसके लिए थे, वरना हमारी हैसियत नहीं कि हम उन्हें कुछ दें जिनके पास वर्षों का तज़ुर्बा हो....

इस पूरे महौल में मुझे किन्ही भी अंकल आंटी के चेहरे पर यह सोच या बोझ नहीं दिखा कि वे अपने बच्चों से दूर उन लोगों के साथ होली जैसा त्योहार मना रहे हैं जो शाब्दिक अर्थ में देखा जाए तो पराए हैं।

लेकिन मुझे लगता है कि जीवन एक ऐसी भूल भूलैया है जिसमें कौन अपना कब पराया हो जाए और कौन पराया कब अपना हो जाए बिलकुल पता नहीं चलता है। उन सबकी खुशी, नाचने – गाने मस्ती में जो जिंदादिली थी उसको शब्दों में बयां करना नामुमकिन है...

सबसे बड़ा सुकुन यह है कि तारा में उन्हें उनके घर का अधिकार और सम्मान मिल रहा है ऐसा उनके आंनद वृद्धाश्रम में निश्चित जीवन को देखकर लगता है.....एक सामान्य घर परिवार में होने वाला प्यार, अपनापन, छोटी–मोटी तकरार थोड़ी बहुत ईर्ष्या सभी रंग हमारे आंनद वृद्धाश्रम आवासियों में है और यही सब देखकर लगता है कि सब Normal है या All is well.....

बस एक बात थोड़ी सी तकलीफ होती है जब मन में विचार आता है कि क्या उनके बच्चे उन्हें होली पर Miss करते होंगे.....

कल्पना गोयल

12 साल की भैरकी को मिली नेत्र ज्योति

भैरकी : ऑपरेशन से पहले

अपने पिता के साथ ऑपरेशन के बाद

तारा नेत्रालयों उदयपुर, दिल्ली और मुम्बई में मिलाकर अबतक 16,000 से अधिक मोतियाबिन्द के ऑपरेशन हो गए हैं। हर ऑपरेशन संस्थान के लिए तो महत्त्वपूर्ण होता ही है लेकिन जिस वृद्ध का ऑपरेशन होता है उसका तो जीवन बदल जाता है क्योंकि खत्म होती आँखों की रोशनी में ऑपरेशन के बाद एकदम साफ दिखाई देना उस वृद्ध को मानो नया जीवन दे देता है..... और वृद्ध होते शरीर में केवल आँख ही ऐसा अंग है जो ऑपरेशन के बाद पूरी तरह सही हो सकती है.....और इस ऑपरेशन से वृद्ध के जीवन के अंतिम वर्ष तो कम–से–कम सुकून से गुजरते हैं.....

लेकिन यदि किसी बच्चे में मोतियाबिन्द हो जाए और धीरे–धीरे असकी आँखों की रोशनी पूरी चली जाए तो आप विचार करें कितना मुश्किल जीवन उसके सामने होगा।

तारा नेत्रालय में जब भी कोई बच्चा मोतियाबिन्द के साथ आता है तो हम हमेशा उसका ऑपरेशन Priority से करते हैं क्योंकि यदि समय पर ऑपरेशन न हो तो उस बच्चे की आँख Permanently खराब होने का खतरा रहता है। तारा में पूर्व में भी 3–4 बच्चे आए और उनका सफलतापूर्वक ऑपरेशन हुआ.....उनमें से एक बच्चे ने तो कई प्राइवेट हॉस्पीटल में भी दिखाया था लेकिन उन्होंने कहा कि ऑपरेशन सम्भव नहीं है.... उस हॉस्पीटल को लगा कि बच्चे के ऑपरेशन में खर्च ज्यादा होगा और गरीब माता–पिता कहाँ से इतना खर्च करेंगे....

अभी कुछ दिनों पहले 12 साल की एक बच्ची ''भैरकी'' तारा नेत्रालय, उदयपुर में आई उसकी दोनों आँखों में मोतियाबिन्द था और उसे दोनों आँखों से बिलकुल दिखाई नहीं दे रहा था। भैरकी के पिता किशन जी उदयपुर से 45 किलोमीटर दूर झाड़ौल नाम के आदिवासी गाँव में हम्माली करते हैं। और आप आसानी से अंदाजा लगा सकते हैं कि वो 4–5 हजार रुपया महीने से ज्यादा क्या कमाते होंगे। उनके पास 2 बीघा बंजर जमीन है जिसमें बरसात के दिनों में थोड़ी सी मक्का की फसल होती है।

भैरकी की दोनों आँखों में मोतियाबिन्द था और पिछले कुछ महीनों से बिलकुल नहीं दिख रहा था। किशन जी को उनके किसी रिश्तेदार से तारा नेत्रालय का पता चला कि यहाँ सारी सुविधाऐं निःशुल्क है तो वे भैरकी को ले आए..... जैसा कि हम बच्चों के लिए हमेशा करते हैं.... भैरकी का जल्दी से जल्दी ऑपरेशन किया गया..... बच्चों के ऑपरेशन में हमें अलग से Anesthetist (बेहोश करने वाले डॉक्टर) को बुलाना पड़ता है और ऑपरेशन का खर्च भी ज्यादा आता है लेकिन एक बच्चे के जीवन के आगे इस खर्च की कोई कीमत नहीं मानते हैं।

तो भैरकी का ऑपरेशन हुआ अभी वो थोड़ा–थोड़ा देख रही है उससे बात की तो वो सहमी हुई थी कि ज्यादा बोल ही नहीं रही लेकिन उस से पूछा कि दोनों आँखे ठीक होगी तो स्कूल जाओगी तो उसने धीरे से हाँ में सिर हिला दिया.....

भैरकी का जीवन सँवारने का सौभाग्य हमें भी मिला और आप लोगों को भी जो ''तारा संस्थान'' को सहयोग कर रहे हैं और आप और हम मिलकर विनम्र भावों से उनके लिए कुछ करते चले जाएँ जिन्हें सबसे ज्यादा जरूरत है.....फिर चाहे 12 साल की भैरवी हो या 80 साल के कोई बुजुर्ग.....

दीपेश मित्तल

आनन्द वृद्धाश्रम :- नए आवासी

गाजियाबाद निवासी श्री सतीश चंद्र अग्रवाल (72 वर्ष) अपनी पत्नी राजकुमारी जी के साथ 15 दिसम्बर, 2014 से आनंद वृद्धाश्रम में रह रहे हैं। श्री अग्रवाल दिल्ली नगर निगम से सह–आयुक्त के पद से सेवानिवृत्त हैं। उनके सिर्फ एक बेटी है और वो भी विवाहित, सो गाजियाबाद में स्वयं के घर में दोनों पति–पत्नी रहते हुए बहुत अकेलापन महसूस करते हैं इसलिए उन्होंने वृद्धाश्रम ज्वाईन करने की दिशा में काफी रिसर्च की। कई पैड (Paid) वृद्धाश्रम भी देखे परन्तु आनंद वृद्धाश्रम जैसी सुविधाएँ कहीं नहीं दिखी। इस जगह के बारे में उनकी पुत्री (जो कि यही उदयपुर में सैनिक क्षेत्र में अपने पति के साथ रहती हैं) ने इन्हें बताया। अग्रवाल दम्पत्ति खुश है कि आनंद वृद्धाश्रम में रहते हुए उनकी पुत्री भी उनसे समय–समय पर मिलने आ जाती है।

आप भी यदि किसी असहाय बुजुर्ग बन्धु के लिए 'आनन्द वृद्धाश्रम' में आवास की मानवीय सुविधा उपलब्ध करवाने की सेवा भावना रखते हैं, तो कृपया प्रति बुजुर्ग 5000 रु. प्रतिमाह की दर से अपना दान सहयोग 'तारा संस्थान' को प्रेषित करने की कृपा करें।
01 माह - 5000 रु., 03 माह - 15000 रु., 06 माह - 30000 रु., 01 वर्ष - 60000 रु.

वृद्धाश्रम आवासियों से कोई शुल्क नहीं लिया जाता है। उनके लिए वृद्धाश्रम की सभी सेवाएँ सुविधाएँ - भोजन, वस्त्र, आवास, चिकित्सा देखभाल आदि, सर्वथा निःशुल्क हैं।

एक बुजुर्ग को गोद लें : आनंद वृद्धाश्रम के सहयोगी बनें

याद है आपको? जब आप छोटे थे तो आपके घर–परिवार के बुजुर्ग यानी दादा–दादी, नाना–नानी, और चाचा–चाची ही आपके सबसे प्यारे इंसान थे। अब वे लोग नहीं रहे लेकिन अब भी आपके मन में उनकी आँखों से छलकता स्नेह आपको अपने फुर्सत के क्षणों को जिन्दगी की सबसे रंगीन उम्र अर्थात् बचपन में ले जाता है–– वो उनकी गोद में घंटों खेलना, उनकी उँगली थामे दुनिया भर में टहलना, कितनी मिठास थी उनके खिलाए एक बिस्किट में!

अब वो लोग और वक्त दोनों गुजर चुके हैं। आप जिन्दगी की आपाधापी में उलझे हुए हैं, खुब धनोपार्जन कर लिया है। लेकिन... क्या वो लम्हे फिर ला पाएँगे आप अपनी ज़िन्दगी में?

जी हाँ! एक तरीका है जिसके ज़रिये आप उन रंगीन पलों का कुछ हिस्सा फिर पा सकते हैं –– एक बुजुर्ग को सहारा दें, उनके जीवन को रोशन करें तो आप खुद–ब–खुद उनके आशीर्वाद के प्रकाश से झूम उठेंगे।

तारा संस्थान, उदयपुर के आनंद वृद्धाश्रम में लगभग 40 बुजुर्ग महिला पुरुष देश के विभिन्न क्षेत्रों से आकर बसे हुए हैं। ये वही आपके बचपन के संसार के लोग हैं लेकिन निराश्रित, निर्धन एवं स्नेह वंचित हैं। हालाँकि हम उन्हें यहाँ पर रहने, खाने–पीने से लेकर मनोरंजन एवं भ्रमण आदि की सारी व्यवस्थाएँ पूर्णतया निःशुल्क देते हैं लेकिन ये सब आप जैसे भामाशाहों के सहयोग के बिना संभव नहीं है।

आप भी इनकी जिन्दगी को थोड़ा खुशनुमा बनाएँ– रु. 5000/– प्रति वृद्ध प्रति माह के हिसाब से आप सहयोग करें। चाहें तो अपनी क्षमतानुसार रु. 60000/– के हिसाब से एक बुजुर्ग का एक वर्ष, दो वर्ष आदि की सौजन्यता प्रदान करें। आप ऐसा माने कि जैसे आपने इन्हें गोद ले लिया हो।

आप को जब भी समय मिले आप यहाँ आकर उन्हें संभाले, उनकी ज़िन्दगी को महसूस करें। इस प्रकार हम इनके जैसे अन्य कई वृद्ध जो कि वेटिंग लिस्ट में हैं उनका भला कर सकते हैं।

ढलती उम्र में जाँच की जरूरत

20 से 30 साल :– *स्वस्थ खानपान और व्यायाम के जरिए मोटापा काबू में रखें, वरना आगे चलकर डायबिटीज, ह्रदयरोग और स्ट्रोक के हो सकते हैं शिकार। समय–समय पर वनज नपवाते रहें, रक्तचाप की जाँच जरूरी, तनाव से उच्च रक्तचाप की शिकायत हो तो योग करें।*

30 से 40 साल :– *परिवार में किसी को उच्च रक्तचाप, उच्च कोलेस्ट्रॉल या डायबिटीज की शिकायत हो तो वसा और शक्कर युक्त आहार से परहेज शुरू कर दें। हर तीन से चार महीने पर ब्लड शुगर, कोलेस्ट्रॉल, रक्तचाप और फैट का स्तर नपवाते रहें। पेशाब और खून की जाँच से किडनी में संक्रमण का खतरा जानें, नियमित रूप से स्तन जाँच करें, गाँठ महसूस हो तो डॉक्टर के पास जाएँ।*

40 से 50 साल :– *हड्डियों और दिल की सेहत की चिंता शुरू करे दें, कैल्शियम और विटामिन डी युक्त आहार के सेवन पर जोर दें, व्यायाम करें। वर्ष में एक बार इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम, स्ट्रेस इकोकार्डियोग्राफी, बोन डेंसिटी टेस्ट, सीने का एक्स–रे और स्तन का अल्ट्रासांउड जरूर करवाएं।*

गर्मियों की हेल्थ टिप्स

मौसम का मिजाज बदल गया है और अब गर्मी अपना असर दिखाने लगी है। बदले मौसम में फिट बने रहने के लिए लाइफ स्टाइल में भी बदलाव जरूरी है। अपने रूटीन में बदलाव की शुरुआत करने की जरूरत है, ताकि आने वाले महीनों में आप पूरी तरह स्वस्थ रह सकें।

गर्मी में तमाम बीमारियाँ भी लोगों को प्रभावित कर सकती हैं। ऐसे मौसम में जरूरी है कि अपने खानपान से लेकर पहनावे में भी बदलाव किया जाए। वहीं, अपने स्वास्थ्य के प्रति ज्यादा सतर्क रहने की जरूरत है। शहर की तेज गर्मी को देखते हुए जरूरी है कि पहले से ही इस मौसम के लिए अपनी प्लानिंग कर ली जाए। इससे मौसम के नकारात्मक असर से बचा जा सकेगा। एक्सपर्ट की मानें तो गर्मी ज्यादा परेशान न करे इसके लिए जरूरी है कि सुबह जल्दी उठकर अपना रूटीन बनाया जाए। खासतौर पर अपनी डाइट का ध्यान रखा जाए।

जरूरी काम दोपहर तक पूरे करें

तेज धूप से बचने के लिए जरूरी है कि अपने दिन के जरूरी कामों को दोपहर एक बजे तक पूरा कर लिया जाए। इसके लिए सुबह जल्दी उठकर अपने दिन की प्लानिंग करें। इसमें अपने जरूरी कामों की लिस्ट तैयार कर उन्हें धूप के तेज होने से पहले पूरा करने की कोशिश करें।

डाइट में शामिल करें हेल्थ ड्रिंक

गर्मी में सबसे ज्यादा जरूरत एनर्जी ड्रिंक्स की होती है। इससे बॉडी में पानी की कमी नहीं होती। गर्मी में छाछ, फ्रूट ज्यूस, मिल्क शेक, ग्रीन सलाद को शामिल करना चाहिए। सलाद में इस मौसम में आने वाले खीरा, ककज़ी भी इस्तेमाल करें।

पानी की कमी को पूरा करने के लिए तरबूज भी फायदेमंद होगा। नाश्ते में भी ज्यूस लेने की आदत शुरू कर दें, इससे दिनभर एनर्जी बनी रहेगी। लंच में हल्का खाना लें। इस मौसम में स्पाइसी खाना लेने से बचें। अगर जरूरी है तो सिर्फ डिनर में ही लें, वह भी नियमित नहीं।

लंच और डिनर के बीच एनर्जी ड्रिंक लेते रहना जरूरी है। एल्कोहलयुक्त कोल्ड ड्रिंक का उपयोग गर्मी में कम से कम करें, क्योंकि इनसे कुछ देर के लिए राहत तो मिलती है, लेकिन स्वास्थ्य के लिए यह नुकसानदायक होते हैं।

चेहरे पर कपड़ा बाँधकर निकलें

इन दिनों धूप तेज होने के कारण शरीर के खुले हिस्से सीधे प्रभावित होते हैं, इसलिए घर से बाहर निकलने से पूर्व चेहरे को सफेद कपड़े से बाँधकर ही बाहर निकलें, इससे कानों से गर्म हवा शरीर के अंदर प्रवेश नहीं करेगी। हाथों व पैरों को भी खुला न रखें, धूप से त्वचा खराब होने के साथ ही धूल की वजह से एलर्जिक प्रॉब्लम हो सकती है।

धूप के बाद ठंडी हवा से बचें

इन दिनों दिन के समय गर्मी व धूप तेज रहती है। फिटनेस व हेल्थ कंसल्टेंट बताते हैं कि दिन में यदि आप तेज धूप में रहते हैं तो इसके तुरंत बाद एकदम ठंडी हवा में जाने से बचें। प्रायः बाहर से आते ही लोग घरों में एसी ऑन कर लेते हैं या फ्रीज का पानी इस्तेमाल करते हैं, इससे उनका स्वास्थ्य बिगड़ सकता है। रात्रि में सोने से पूर्व ठंडी हवा में कुछ देर टहलना बेहतर रहेगा।

आँखों का रखें ख्याल

गर्मी में बॉडी के साथ ही आँखों पर भी ज्यादा नेगेटिव असर पड़ता है। इसलिए जरूरी है कि इनका भी खास ख्याल रखा जाए। चिकित्सक बताते हैं कि गर्मी के मौसम में एलर्जी कंजक्टीवाइटिस का खतरा बढ़ जाता है। धूल की वजह से भी आँखों में परेशानी बढ़ जाती है, इसलिए खुली हवा या धूप में निकलने पर चश्मे का प्रयोग जरूर करें। आँखों को ठंडे पानी में थोड़े अंतराल के बाद धोते रहें। इससे ड्राइनेस दूर होती है। विटामिन सी देने वाले फलों को भी अपने आहार में शामिल करें।

हमारे सेवा प्रकल्प :-

गौरी योजना

भिकनी देवी : (उम्र 40, नि. झुमरी तलैया, झारखण्ड) के पति 6 माह पूर्व बीमारी से गुजर गए। उन्होंने न कोई सम्पति अथवा काम धंधा पीछे छोड़ा। 3 बच्चे थे इनके जिनमें से बड़ा वाला 7–8 महीने पहले चल बसा। दो बच्चों में एक विकलांग है जो अपना स्वयं को कोई भी कार्य नहीं कर पाता है सो उसका बड़ा भाई घर पर ही रहकर उसकी देखभाल करता है। दोनों बच्चे भी अकसर बीमार रहते हैं। भिकनी देवी जैसे–तैसे दूसरों के घरों में घरेलू कार्य करके इन बच्चों का पेट अतएवं तारा संस्थान ने इन्हें तृप्ति योजना में शामिल किया है।

श्रीमती गोदावरी कुमावत : (38 वर्ष) तलाकशुदा होकर अपने माँ–बाप के साथ उदयपुर में रहती है। इनके तीन बच्चे क्रमशः 18, 16 एवं 10 वर्ष के है जिनके भरण–पोषण एवं शिक्षा का भार गोदावरी पर ही है। इनके अतिरिक्त इनके माता–पिता जो कि वृद्धावस्था में है उनकी भी देखभाल करनी पड़ती है। गोदावरी के पास कोई पैसा वगैरह नहीं होने से वह घरेलू कार्य करके जैसे–तैसे गुजारा चलाती है। तारा संस्थान को जब इनकी इतनी कुरी माली हालत की सूचना मिली तो इन्हें सम्बल देने का प्रावधान किया। गोदावरी बाई को अब प्रतिमाह 1000/– नकद का सहारा दिया जा रहा है।

मानवीय संवेदनाओं को आहत करने वाली असहाय विधवा महिलाओं की पीड़ाओं को कुछ कम करने के प्रयास के प्रति यदि आप भी इच्छुक हों, तो कृपया प्रति विधवा महिला 1000 रु. प्रतिमाह की दर से 01 माह, 03 माह, 06 माह, 01 वर्ष या इससे भी अधिक अवधि के लिए अपना दान-सहयोग 'तारा संस्थान' को प्रेषित करने का अनुग्रह करें।

तृप्ति योजना

चन्दा ढोली : (40 वर्ष) रुण्डेणा, तहसील – वल्लभनगर, जिला – उदयपुर (राज.) की निवासी है। इनपके पति की कई वर्षों पहले मृत्यु हो गई थी। चूंकि वह निःसंतान थी तो पति की मृत्यु के बाद ससुराल वालों ने इन्हें घर से निकाल दिया। तब से ये अपनी माँ के के साथ रह रही है। यह निर्धन, जैसे–तैसे जीवित हैं। कहीं से कोई आसरा नहीं हैं। उनकी इस दयनीय स्थिति से उभार ने हेतु तारा संस्थान ने इन्हें 'तृप्ति योजना' के अन्तर्गत सहायता देना आरम्भ किया जिससे ये कम–से–कम जीवित तो रह पाएँ।

कन्ना मेघवाल : रुण्डेडा, तहसील – वल्लभनगर, जिला – उदयपुर (राज.) निवासी 75 वर्षीय कन्ना मेघवाल शरीर के नाम पर एक कंकाल से रह गए है। इनकी कमर झुकी हुई है, आँखों से दिखता नहीं है। लगभग हमउम्र अपनी पत्नी के साथ एक झोपड़ी में रहते है। इनके कोई संतान नहीं है और कोई नाते–रिश्तेदार भी पूछने वाला नहीं है। कभी – कभार भूखे ही दिन निकल जाते है जब इस उम्र में मजदूरी भी मिलना मुश्किल हो जाता है। इस निराश्रित वृद्ध को तारा संस्थान ने प्रतिमाह राशन एवं थोड़ी नकद देकर (तृप्ति योजना द्वारा) कुछ राहत प्रदान की है।

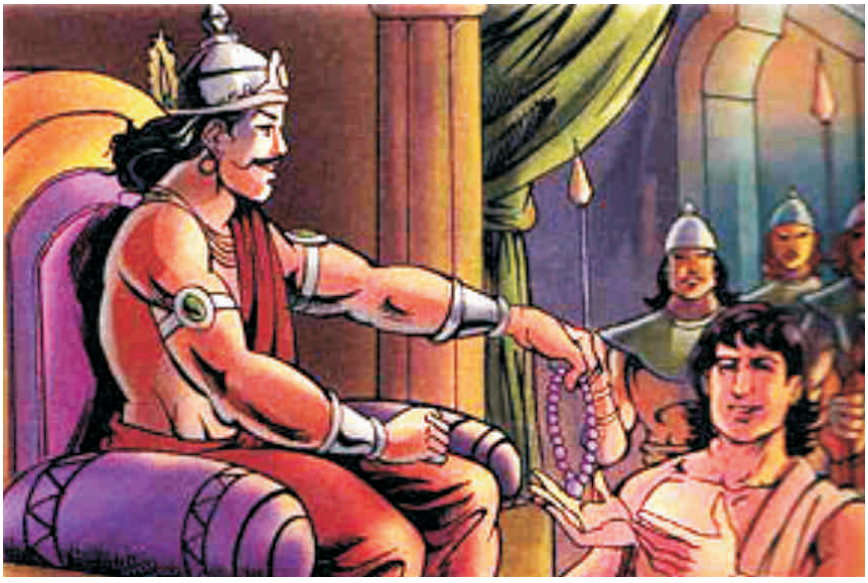
'तृप्ति योजना' के अन्तर्गत प्रत्येक बुजुर्ग को 1500/– मूल्य की खाद्य-सामग्री सहायता प्रतिमाह वितरित की जा रही है।

वर्तमान में तृप्ति योजना के अन्तर्गत 252 बुजुर्ग बन्धुओं को प्रतिमाह उपर्युक्त मात्रानुसार खाद्य सामग्री पहुँचाई जा रही है। आपके सहयोग सौजन्य से यह संख्या 500 करने का लक्ष्य है।

आपसे प्रार्थित खाद्य-सामग्री सहयोग-सौजन्य राशि रु. 4500 (3 माह), रु. 9000 (6 माह), रु. 18000 (एक वर्ष)

प्रेरणा :-

जीवन का आदर्श



राजा भोज स्वयं तो विद्वान थे ही, वे अन्य विद्वानों का भी खूब सम्मान करते थे। एक बार उनकी राजसभा में बाहर के विद्वान भी आमंत्रित थे। भोज ने उन सभी से आग्रह किया– आप सभी विद्वान अपने जीवन में घटित कोई आदर्श घटना एक–एक कर सुनाएं। बस फिर क्या था, सभी विद्वानों ने अपनी–अपनी आपबीती कह सुनाई।

अंत में एक दीन–हीन सा दिखने वाला विद्वान अपने आसन से उठा और बोला – ''मैं क्या बताऊं महाराज, वास्तव में तो मैं आपकी इस विद्वत सभा में आने का अधिकारी ही नहीं था, किंतु मेरी पत्नी का बड़ा आग्रह था, इसलिए चला आया। यात्रा का ध्यान करते हुए मेरी पत्नी ने एक पोटली में मेरे लिए चार रोटियां बांध दीं। मार्ग में भूख लगने पर जब मैं एक जगह खाना खाने लगा तभी एक कुतिया मेरे पास आकर बैठ गई। साफ लग रहा था कि वह भूखी थी। मुझे उस पर दया आ गई और मैंने उसके सामने एक रोटी रख दी। वह उसे वह तुरंत खा गई। इसके बाद मैंने जैसे ही खाने के लिए रोटियों को छुआ, वह फिर रोटी मिलने की इच्छा से दुम हिलाने लगी। मुझे लगा जैसे वह कह रही हो कि बाकी रोटियां भी मुझे ही दे दो। मैंने सभी रोटियां भी उसके आगे डाल दीं।

बस महाराज, यही है मेरे जीवन में हाल में घटित सत्य और आदर्श घटना। स्वयं भूखा रहकर एक भूखे जीव को मैंने तृप्त किया और ऐसा करने से जो सुखद अहसास मुझे हुआ, वह मैं जीवन भर नहीं भूलुंगा।'' राजा इस वृत्तांत से भाव–विभोर हो गए। उस विद्वान को उन्होंने मूल्यवान वस्तुएं भेंट कीं और कहा– यही है जीवन का आदर्श।

असाधारण सफलता

एक राजदूत अमेरिकी राष्ट्रपति रूजवेल्ट से मिलकर बड़ा प्रभावित हुआ। राजदूत ने उनसे कहा, 'मैं आपसे एक निजी सवाल पूछना चाहता हूं?' रूजवेल्ट बोले, क्या पूछना चाहते हो, पूछो। राजदूत बोला, सर, क्या जीवन में सफलता हासिल करने के लिए असाधारण योग्यता का होना जरूरी है? क्या आप भी इसी कारण इस पद पर विराजमान हुए हैं या फिर साधारण होने पर भी असाधारण योग्यता पाई जा सकती है?

रूजवेल्ट राजदूत का यह सवाल सुनकर मुस्कराने लगे और बोले, मैं इसका जवाब तुम्हें अपने उदाहरण से देना चाहूंगा। मेरे विचार में सफलता पाने या महान बनने के पीछे दो प्रमुख बातें महत्वपूर्ण हैं। पहली– वह काम जिसे केवल असाधारण प्रतिभा वाले ही कर सकते हैं और करते हैं। असाधारण प्रतिभा वाले गूढ़ और दुष्कर कार्य को भी अपनी प्रतिभा और कौशल के बल पर हल कर एक महान प्रतिभा के रूप में उभरते हैं।

दूसरी– सफलता तब मिल सकती है, जब मनुष्य उस काम को करने में तन–मन और एकाग्रता से जुट जाता है जो सहज होता है और प्रत्येक मनुष्य उसे कर भी सकता है लेकिन अधिकतर लोग आलस और अन्य व्यस्तताओं के चलते ऐसा नहीं करते। इसलिए दूसरी तरह से सफलता भी उन्हीं लोगों को मिलती है जो तन्मयता और धैर्य से काम करते हुए अपना लक्ष्य पाने में लगे रहते हैं।

मुझमें भी कोई असाधारण प्रतिभा नहीं है। हां, काम को सफलता की हद तक करने का जुनून जरूर है। इसी जुनून ने मुझे आज इस पद पर पहुंचाया है। इसलिए साधारण योग्यता होने पर भी सभी लोग असाधारण सफलता हासिल कर सकते हैं। लेकिन इसके लिए सतत प्रयत्नशील होना जरूरी है। जवाब सुनकर राजदूत संतुष्ट हो गया।

मोतियाबिन्द जाँच - ऑपरेशन हेतु चयन शिविर

तारा संस्थान द्वारा निर्धन वृद्ध बन्धुओं की आँखों में सामान्यतः पाये जाने वाले मोतियाबिन्द के निदान और ऑपरेशन हेतु चयन के लिए शिविर आयोजित किये जाते हैं। दूरस्थ एवं ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले मोतियाबिन्द ग्रस्त बन्धुओं की स्थिति अधिक ही पीड़ादायक है, क्योंकि प्रथम तो उन्हें मोतियाबिन्द–ऑपरेशन की सुविधा आसानी से उपलब्ध नहीं है एवं द्वितीय, निर्धनता उनकी चिकित्सा में बड़ा अवरोधक है। तारा संस्थान ने ऐसे निर्धन बन्धुओं की जाँच हेतु शिविर लगाने एवं चयनित मोतियाबिन्द ग्रस्त बन्धुओं के शिविर स्थल के निकटवर्ती कस्बे या शहर में स्थित अधुनातन सुविधाओं से सम्पन्न नेत्र चिकित्सालयों या संस्थान के उदयपुर, दिल्ली व मुम्बई स्थित 'तारा नेत्रालय' में सर्वथा निःशुल्क ऑपरेशन करवाने का कार्य प्रारंभ किया है। निःशुल्क सुविधाओं में मोतियाबिन्द की जाँच, दवाइयाँ, लेंस, ऑपरेशन, चश्मे, रोगियों का परिवहन, भोजन तथा देखभाल आदि सम्मिलित है।

दानदाताओं के सौजन्य से माह दिसम्बर, 2014 से फरवरी 2015 के मध्य आयोजित शिविरों का संक्षिप्त विवरण

तारा नेत्रालय, उदयपुर में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
07.12.2014	श्री संतोष कुमार कपूर, वाराणसी	42	01	20	32
23.12.2014	डॉ. शिव हरि श्रीवास्तव, वाराणसी	132	25	49	73
25.12.2014	श्रीमती सुमन बनवारी लाल, नागपुर	164	36	132	86
02.01.2015	श्री आर.डी. शर्मा, भीलवाड़ा	84	05	27	36
03.01.2015	श्री अमित जी चावला, सिरसा (हरियाणा)	100	11	14	54
05.01.2015	श्री जितेन्द्र कुमार जी अग्रवाल, सहारणपुर (यू.पी.)	138	18	24	66
07.01.2015	श्री भंवर लाल जी शर्मा, उदयपुर	122	08	46	74
12.01.2015	श्रीमती अंजना देवी जैन निवासी, गया (बिहार)	144	16	46	79
14.01.2015	श्री कान्ती लाल जी मेहता, निवासी - नीमच (म.प्र.)	101	10	34	52
19.01.2015	रवाणी परिवार, बड़ौदा	124	13	34	46
21.01.2015	श्री गोविन्द गौतम - श्रीमती भारती गौतम, निवासी - कोटा (राज.)	96	16	47	52
23.01.2015	श्रीमती शकुन्तला देवी जैन - श्री राकेश कुमार जैन	51	05	16	24
30.01.2015	श्री पारसमल जी जैन, निवासी - कोटा (राज.)	83	13	18	56

तारा नेत्रालय, दिल्ली में आयोजित शिविर

06.12.2014	श्री रमेश कुमार अग्रवाल सा., दिल्ली	115	05	81	53
08.12.2014	श्रीमती अनिता सर्राफ, दिल्ली	105	04	79	43
05.01.2015	श्रीमती कमला देवी - श्री राधे श्याम शर्मा, निवासी - नवादा, दिल्ली	193	08	30	50
13.01.2015	श्री विजनय भारती जैन एवं सपरिवार	150	03	45	100
14.01.2015	श्री सुमेधा मेहता एवं सपरिवार	70	06	29	36

तारा नेत्रालय, मुम्बई में आयोजित शिविर

21.01.2015	जजोदिया मेडम	75	08	24	36

श्रीमती बादाम बाई, उदयपुर

श्री भैर लाल, उदयपुर

मोतियाबिन्द जाँच-चयन-शिविर आयोजन एवं 30 ऑपरेशन सहयोग सौजन्य, प्रति शिविर - 151000 रु. चश्मा जाँच - चश्मा वितरण - दवाई सहयोग राशि, प्रति शिविर - 21000 रु.

श्रीमती सीमा, मुम्बई

श्री रमेष, दिल्ली

जिसके पास धैर्य है, वह जो कुछ इच्छा करता है, प्राप्त कर सकता है

स्व. श्री पोण्टी चड्डा

स्व. सरदार कुलबन्त सिंह चड्डा की प्रेरणा से ''The Ponty Chaddha Foundation'' के सौजन्य से आयोजित शिविर

शिविर का एक दृश्य

शिविर दिनांक	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
07 दिसम्बर, 2014	गुरुद्वारा दसमेष सभा पंजाब खलसा चॉल, दता मंदिर रोड, भांडुप (वे.)	226	21	80	40
14 दिसम्बर, 2014	गुरुद्वारा श्री गुरुनानक दरबार डोंगरीपाडाद्व जे.बी. रोड, ठाणे (वे.)	132	08	40	64
21 दिसम्बर, 2014	श्री गुरुद्वारा श्री गुरुसिंह सभा, गुलाब बाग, मोहन गार्डन, नई दिल्ली	180	15	85	150
04 जनवरी, 2015	गुरुद्वारा श्री गुरुसिंह सभा, आचोले रोड, नालासोपारा (ई.)	195	10	60	85
16 जनवरी, 2015	श्री गुरुद्वारा श्री गुरुसिंह सभा, जे.जे. कॉलोनी, पंखा रोड, उत्तमनगर, दिल्ली	675	38	320	675
18 जनवरी, 2015	गुरुद्वारा श्री गुरु अमरदास सच्चानन्द दरबार सेवा संग, अमरनगर, मुलुण्ड	239	13	68	142
23 जनवरी, 2015	गुरुद्वारा श्री गुरु अमर दास, तिलक नगर, दिल्ली – 18	351	11	127	223
29 जनवरी, 2015	गुरुद्वारा भोरा साहिब, पटेल मार्ग, शिब्बनपुरा, गाजियाबाद	475	13	163	277
08 फरवरी, 2015	गुरुद्वारा श्री गुरु कलगिधर सिंह सभा, ग्रेटर नोएडा (यू.पी.)	276	11	147	223
08 फरवरी, 2015	गुरुद्वारा कलगिधर दरबार, श्री नगर, नियर अयप्पा टेम्पल, थाना, मुम्बई	179	13	78	82
15 फरवरी, 2015	श्री गुरु नानक सतसंग, हापुड रोड, गाजियाबाद (यू.पी.)	566	13	280	484
21 फरवरी, 2015	गुरुद्वारा सिंह सभा, सी–4, सी–ब्लॉक, जनकपुरी, दिल्ली	384	10	158	303
26 फरवरी, 2015	गुरुद्वारा माता गुजरी सिंह सभा, तिहार गाँव (मानक विहार), दिल्ली	377	17	157	254

इस शिविरों में चयनित सभी रोगियों के तारा नेत्रालय, दिल्ली एवं मुम्बई में निःशुल्क मोतियाबिन्द ऑपरेशन करवाए गए हैं।

मानवीय सेवा सौजन्य के लिए तारा संस्थान उदयपुर , दिल्ली सिख गुरुद्वारा प्रबन्धक कमेटी एवम् वेव इन्फ्राटेक, दिल्ली के प्रति अपनी कृतज्ञता व्यक्त करता है एवं स्व. सरदार कुलबन्त सिंह चड्डा के प्रति हार्दिक श्रद्धांजलि अर्पित करता है।

अन्य दानदाताओं के सौजन्य से देशभर में आयोजित शिविरों के विवरण व फोटो

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
07.12.2014	बंसल चेरिटेबल ट्रस्ट/श्री बृजलाल जी आर. बंसल	गोगुन्दा, उदयपुर	207	17	45	200
08.12.2014	तारा संस्थान, उदयपुर एवं तारा नेत्रालय, मुम्बई	उल्हासनगर, मुम्बई	450	23	240	245
14.12.2014	अर्लट इंजीनियरिंग एन्टरप्राईजेज, भोपाल	वल्लभनगर, उदयपुर	254	8	51	188
14.12.2014	श्रीमती सुषमा जैन धर्मपत्नी श्री सत्यभूषण जैन	दिल्ली केन्ट	275	11	145	260
16.12.2014	श्रीमान् गोपाल शर्मा, भवानी मण्डी	मावली, उदयपुर	190	8	36	121
16.12.2014	श्रीमती शोभा कोणवनकर बोरीवली विकास फाउण्डेशन	कांदिवली (पं.), मुम्बई	215	10	100	145
21.12.2014	गोकुलम्, दिल्ली	मंगोलपुरी, दिल्ली	1040	18	720	996
21.12.2014	श्री मनोज कुमार शौकीन, दिल्ली	मोहन गार्डन, नई दिल्ली	1156	14	600	1123
22.12.2014	स्व. श्री राम जी लढ्ढा, सोजत रोड	सवना, उदयपुर	119	11	25	94
28.12.2014	श्रीमती सुमन जी बनवारी लाल जी, नागपुर	कानोड़, उदयपुर	150	10	25	92
28.12.2014	तारा संस्थान, उदयपुर	फरीदाबाद (हरि.)	190	10	115	177
28.12.2014	हरकिशन लाल एण्ड शांति साहनी मेमोरियल ट्रस्ट, दिल्ली	सरिता विहार, नई दिल्ली	316	10	170	295
29.12.2014	जय माता पेन्ट्स एण्ड हार्डवेयर	सोनिया विहार, दिल्ली	924	12	482	915
29.12.2014	शासन पति महावीर स्वामी	कृष्णा नगर, दिल्ली	256	09	180	253
02.01.2015	श्रीमती शमाजी - श्री रमेश सचदेवा	रोहिणी, नई दिल्ली	479	05	209	476
04.01.2015	श्री कैलाश अरोडा, बी.के. दत्त कॉलोनी, दिल्ली	सीतापुरी, नई दिल्ली	725	15	390	710
04.01.2015	श्रीमती सुषमा धर्मपत्नी श्री सत्यभूषण जैन, दिल्ली	गाजियाबाद (यू.पी.)	563	05	270	550
05.01.2015	श्रीमती प्रेम जी निझावन, दिल्ली	मोहन गार्डन, दिल्ली	335	06	160	305
08.01.2015	नाकोड़ा ज्वैलर्स, मुम्बई	मंगलवाड़, चित्तौड़गढ़	410	30	40	250
18.01.2015	श्री कृष्ण कुमार, साहरनपुर, यू.पी.	मावली, उदयपुर	170	15	40	164
19.01.2015	जय श्री कृष्णा, दिल्ली	सलुम्बर, उदयपुर	435	30	150	376
20.01.2015	पलक ज्वैलर्स, मुम्बई	नाथद्वारा, उदयपुर	295	11	80	225
21.01.2015	श्री रमेश जी सचेदवा, कृष्णा सचदेवा जन्मदिवस	मुबारकुर डबास, दिल्ली	480	19	250	463
25.01.2015	मुक्तीगोल्ड प्राइवेट लिमिटेड, जवेरी बाजार, मुम्बई	बोरीवली, मुम्बई	251	10	80	110
25.01.2015	शोभा जी आढ़ले	थाना, मुम्बई	247	25	105	108
27.01.2015	श्रीमती रीवा बेन, हीराभाई, अमरोली, सूरत	सलुम्बर, उदयपुर	194	06	62	136

जिस दिन जीवन की छोटी अवधि का एहसास हो जाता है, हम छोटी-छोटी बातों में पड़ना छोड़ देते हैं

नवीन प्रकल्प :-

एक शिविर मेरा भी....

आपके घर में उत्सव

आप के द्वारा प्रायोजित शिविर से लाभान्वित होने वाले गरीब, आदिवासी

तारा संस्थान के उदयपुर, मुम्बई व दिल्ली स्थित आँखों के हॉस्पीटल के माध्यम से कई नेत्र शिविर लगाए गए हैं। उदयपुर के शिविर मुख्यतया 100 कि.मी. की परिधि के गाँवों या दूरदराज के आदिवासी क्षेत्रों में लगाए गए हैं और दिल्ली व मुम्बई के शिविर मुख्यतया झुग्गियों या ऐसी जनसंख्या के आसपास लगाए गए जहाँ गरीब लोग बहुतायत में है।

इन शिविरों के माध्यम से तारा ऐसे लोगों तक पहुँच पाता है जिन्हें सबसे ज्यादा जरूरत है। और इन शिविरों के माध्यम से बहुत से लोगों को तारा संस्थान के निःशुल्क हॉस्पीटल की जानकारी भी होती है।

तार संस्थान के द्वारा जो भी शिविर दानदाताओं के माध्यम से हो रहे हैं उसे हमने एक सरल सा नाम दिया है ''एक शिविर मेरा भी.....'' इस योजना का महत्व इसलिए है कि इसके माध्यम से आप वर्ष में कोई भी एक दो या अधिक दिनों को शिविर आयोजित करवाकर अविस्मरणीय बना सकते हैं। यह दिन आपका और आपके परिवार में किसी का जन्म दिन हो सकता है, या शादी की सालगिरह या पुण्यस्मृति भी हो सकती है। अब जरा कल्पना करें कि आपके पोते या बच्चे के जन्मदिन का केक कट रहा हो या दादा–दादी की शादी की सालगिरह पर नाच गाना हो रहा हो और उसी दिन एक दूर से आदिवासी गाँव में बहुत से निर्धन वृद्ध अपनी आंखों की जाँच करवा रहे हो और फिर उनके ऑपरेशन होकर 10–12 जनों की आंखों में रोशनी इस शुभ दिन आए तो इससे सफल जन्मदिन या सालगिरह क्या होगा।

अपने घर के दिवंगत सदस्यों को भी इससे बेहतर श्रंद्धजलि क्या होगी कि उनके पुण्य स्मरण के दिन कुछ ऐसे लोगों की आँखों में रोशनी आ जाए जो सिर्फ इसलिए नहीं देख पाते क्योंकि उनके पास इलाज के लिए पैसे नहीं थे।

'' एक शिविर मेरा भी.....'' के तहत आप छोटे से सहयोग से बहुत सा सुकून पा सकते हैं और तारा संस्थान इस योजना के तहत होने वाले हर शिविर के फोटोग्राफ्स वाली एक एलबम feedback के रूप में आपको भेजूंगा।

श्री सत्यभूषण जैन (उद्योगपति एवं समाज सेवी, दिल्ली)
सपत्नीक शादी की वर्षगांठ मनाते हुए

उनके द्वारा प्रायोजित शिविर का दृश्य

क्रोध से सब काम वैसे नहीं बनते, जैसे शांति से बनते हैं

तारा संस्थान में पधारे अतिथि महानुभावों का स्वागत सम्मान

श्री डूंगरमल जैन, झारखण्ड

श्री आर.के. गोयल, फरीदाबाद

श्रीमती उमा जी, श्रीमती सरला जी, गुड़गाँव

श्री एम.सी. जैन, नोएडा

श्री वैभव कान्त, कानपुर

श्रीमती सरोज शर्मा, दिल्ली

''तारा परिवार का सौभाग्य कि आपने अभिनन्दन का अवसर प्रदान किया''

श्री हनुमान सहाय, जयपुर

श्री धर्म प्रकाश अग्रवाल, कानपुर

श्री सौरभ कुमार गर्ग, आगरा

श्री कृष्णा लाल गोयल, चैन्नई

श्री जितेन्द्र जी गोयल, बारां (राज.)

श्री प्रकाश चन्द जी, पाली (राज.)

श्री नन्द लाल जी, पंचकुला

श्री गोविन्द एस. खण्डेलवाल, अकोला

श्री देव गुप्ता
दिल्ली

श्रीमती रेणु गुप्ता
दिल्ली

श्री आकाश गुप्ता
दिल्ली

श्री ओम सोजत
पाली (राज.)

श्री होशियार सिंह यादव
जोधपुर (राज.)

श्री एस. के. वर्मा
रायपुर

श्री विशाल राठौड़
रायपुर

समय का पुकार

समय की पुकार

मेरी प्यारी माँ क्या सोच रही हो ? क्या करने जा रही हो ? मेरा गला दबाने जा रही हो ? मुझे इस दुनिया मे क्यों नही आने देना चाहती ? तुझ से तो मेरी नानी अच्छी है। जिसने तुझे जन्म दिया। वह एक रुढीवादी महिला होते हुए भी तेरा बढिया पालन पोषण। किया, अच्छी शिक्षा दी व आत्मनिर्भर बनाया।

फिर मुझे क्यों बोझ समझ रही हो ?

मैं आप पर बोझ नही बनूंगी जो भी हालात होंगे उन्हें स्वीकार करते हुए संघर्ष करूँगी और एक दिन आपका गौरव व मान सम्मान समाज में बढ़वाऊंगी।

आप चिंतित न हों और मुझे इस दुनिया मे आँखे खोलने का अवसर दें।

लेखक - नवलकिशोर गुप्ता
फरीदाबाद (हरियाणा)
समाज सेवक
9873232657

बुढ़ापा

शहर में अनेकों कॉम्पलेक्स! कॉम्पलेक्स एक, फ्लेट अनेक! जोगेन्द्र सिंह के मित्र कॉम्पलेक्स के एक फ्लेट में उनके मझले बेटे के साथ रहते हैं। जोगेन्द्र सिंह उनकी बीमारी की सुनकर उनके फ्लेट पर पहुंचे । दरवाजा खुलते ही सात वर्षीय बच्ची अन्नू ने उनसे नमस्ते कहा, और कहने लगी, आईये दादाजी आइये। फिर जोर से आवाज देकर बोली, ''मम्मी – चीनू के दादाजी आए हैं।'' उनका हाथ पकड़ कर बोली, दादाजी, यह हमारा ड्राइंग रूम है, वो सामने मम्मी – पापा का कमरा , और आगे बढ़ते हुए बोली यह मेरा और भैया का कमरा । उन्होंने उससे पूछा ''बेटा आपके दादाजी कहा है ?'' उसने कहा दादाजी तो बालकनी में है। बालकनी में प्रवेश करते ही पाया कि रामदीन जी एक तख्त पर सो रहे हैं, एक दीवार जो सड़क की और है चिक से ढकी है, तख्त के निकट ही स्टूल पर दवाइँयाँ पड़ी हैं, सामने दीवार पर सुशीला जी की तस्वीर टंगी है।

इतने में अन्नू की मम्मी ने बालकनी में प्रवेश कर नमस्ते कहा – उन्होंने कहा, ''बेटी सदैव प्रसन्न रहो।'' शायद रामदीन जी को नींद आ रही है, मैं शाम को फिर देखने आ आऊंगा। यह कहकर वह वापिस जाने के लिए मुड़े और यह सोचने लगे कि बुढ़ापे और एकाकीपन के समय के सुनेपन को क्या बालकनी में पड़े तख्त की तरह ज़िन्दा रहने को डाल दिया गया है?

योगेश अग्निहोत्री
प्रभात नगर उदयपुर

NAME AND PLACE OF THE DONORS, WE ARE GRATEFUL TO THEM

Donors are requested kindly to send their photographs alongwith Donation for publishing in TARANSHU

Mr. Kiran Bade & Mrs. Aprana Bade
Yawatmal (Maha.)

Mr. Bihari Lal & Mrs. Pushpa Devi
Bharinda

Mr. Umed Lal Bhogilal &
Mrs. Jyotsna Marwadi, Jamnagar (Guj.)

Mr. Bhushan Lal Jain &
Mrs. Shimali Jai Mala Jain

Mr. Jagdish & Mrs. Varsha Vadhvani
Yawatmal (Maha.)

Mr. Chandra Shekhal &
Mrs. Sushila Devi Goyal

Dr. Shiv Hair & Dr. Anupama Shrivastav
Varanasi

Mr. Ganchand &
Mrs. Jhankar Bai Golecha

Mr. Pawan Kumar Gupta

Mrs. Rashmi Gupta

Mr. Vinod Kumar Gupta

Mr. Narayan Gupta

Mr. Mohan Lal Tank
Pali (Raj.)

Mr. Rai Avtar Prasad
Aurangabad (Bihar)

Mr. R.P. Chaudhary
Jabalpur (Ranchi)

Mrs. Lalita Didwania
Mumbai

Mr. Arti Gupta

Miss Tulsi Sharma
Amrawati (Maha.)

Mrs. Vimla Devi Jain
Aurangabad (Bihar)

Mr. Gautam Bhandari
Bangalore

Mrs. Annpurna Gupta

Mrs. Sanjay Gupta

Mr. Chandra Kumar
Madhusudan Jajodia
Amrawati

Mrs. Sheela Devi Jain
Aarangabad (Bihar)

Mr. Mahaveer Prasad Jain
Aurangabad (Bihar)

Mr. Anil Kumar
Yawatmal (Maha.)

Dr. N.R. Kavedia
Pali (Raj.)

Dr. H.N. Gupta
Neemuch (M.P.)

Mr. Sushil Chand Agrawal
Agra (UP)

Mr. Gopal Ji
Chennai

Mr. Vijay Kumar Mittal
Padampur

Mr. Harsh
Yawatmal (Maha.)

Mr. Rameshwar Lal Rathi
Surat (Guj.)

Mrs. Mala Gupta
Chennai

Mr. Rakesh Kumar Gupta

Mr. Anil Kumar Gupta

NAME AND PLACE OF THE DONORS, WE ARE GRATEFUL TO THEM

Donors are requested kindly to send their photographs alongwith Donation for publishing in TARANSHU

Mr. Krishna Kumar & Mrs. Pramod Kumari Agrawal
Lucknow (UP)

Mr. Ind Kumar & Mrs. Rita Shekhari
Meerut

Mr. Amar Chand & Mrs. Sharda Jain
Alwar (Raj.)

Mr. A.P.N. Sinha & Mrs. Ranjana Sinha
Lucknow (UP)

Lt. Hukchand Gupta & Mrs. Raj Dulari Ji
Panchkula

Mr. Bhanu Prakash & Mrs. Rajani Gupta
Krishna Nagar, Delhi

Mr. Rai Bahadoor & Mrs. Alka Saxena
Faridpur, Bareilly (UP)

Mr. O.P. Jain & Mrs. Aasha Jain
Alwar (Raj.)

Mr. Kurdaram & Mrs. Munni Devi
Churu (Raj.)

Mr. S.K. Agrawal & Mrs. Usha Agrawal
Bareilly (UP)

Mr. Anand & Mrs. Usha Devi Singhania
Raipur (CH)

Mr. Dhannalal & Mrs. Ratan Devi Jain
Kota (Raj.)

Mr. Sunil Surana
Malegaon

Mr. Jaydev Mukharjee
Alwar (Raj.)

Mr. Hari Narayan Gupta
Alwar (Raj.)

Mr. Uttam Chand Jain
Alwar (Raj.)

Mr. Devki Nandan Khairthal
Alwar (Raj.)

Mr. Sanjay Jain
Alwar (Raj.)

Mr. Rajkumar Ji
Alwar (Raj.)

Mrs. Vibha Gupta
Bareilly (UP)

Mr. Jambu Kumar Jain
Alwar (Raj.)

Mr. Akhil Jain
Alwar (Raj.)

Lt. Ravi Agrawal
Jaipur

Mr. Jitendra Kumar Jain
Agra (UP)

Mr. Usha Kumari
Kanpur

Mr. Prakash Soni
Udaipur (Raj.)

Mr. Bharat Kumar
Gupta

Mr. Gaurang Gupta
Jaipur (Raj.)

Mr. Amit Gupta
Jaipur (Raj.)

Mrs. Anamika Gupta
Jaipur (Raj.)

Mr. Mahaveer Sharan Agrawal
Bareilly (UP)

Mr. Gautam Ji
Chennai

Mrs. Vibha Shrivastava
Lucknow (UP)

FCRA

Tara Sansthan is registered under Foreign Contribution Regulation Act (FCRA) with the Govt of India for receiving Donations from Foreign Countries

'Tara' Contact Details - Office

Mumbai Office : Unit No. 1408/7, 1st Floor, Israni Indl. Estate, Penkarpara, Nr. Dahisar Check-post, Thane - 401104 (M.S.) INDIA
Shri Madhusudan Sharma Cell : 07821855746, Shri Bharat Menaria Cell : 07821855755, Jagdish Choubisa Cell : 07821855748

Delhi Office: WZ-270, Village - Nawada, Opp. 720, Metro Pillar, Uttam Nagar, Delhi - 59
Shri Amit Sharma Cell : 07821855779

Surat Office : 295, Chandralok Society, Parwat Gaon, Surat (Guj.)
Shri Prakash Acharya Cell : 07821855751 (Raj.)

'Tara' Centre - Incharge

Shri S.N. Sharma
Mumbai (M.S.)
Cell : 09869686830

Smt. Rani Dulani
10-B/B, Viceroy Park, Thakur Village,
Kandiwali (W), Mumbai - 400 101, Cell : 09029643708

Shri Prahlad Rai Singhaniya
Hyderabad (A.P.)
Cell : 09849019051

Shri Pawan Sureka Ji
Madhubani (Bihar)
Cell : 09430085130

Shri Satyanarayan Agrawal
Kolkata
Cell : 09339101002

Shri Bajrang Ji Bansal
Kharsia (CG)
Cell : 09329817446

Smt. Pooja Jain
Saharanpur (UP)
Cell : 09411080614

Shri Naval Kishor Ji Gupta
Faridabad (HR.)
Cell : 09873722657

Shri Anil Vishvnath Godbole
Ujjain (MP)
Cell : 09424506021

Shri Vishnu Sharan Saxena
Bhopal (M.P.)
Cell : 09425050136, 08821825087

Lt. Col. A.V.N. Sinha
Lucknow
Cell : 09598367090

Shri Dinesh Taneja
Barelly (UP)
Cell : 09412287735

Area Specific Tara Sadhak

Shri Kamal Didawania
Area Chandigarh, Haryana
Cell : 07821855756

Shri Bhanwar Devanda
Area Noida, Ghaziabad
Cell : 07821855750

Shri Rameshwar Jat
Area Gurgaon, Faridabad
Cell : 07821855758

Shri Sanjay Choubisa
Shri Gopal Gadri
Area Delhi
Cell : 07821055717, 07821855741

Shri Vikas Chaurasia
Area Jaipur (Raj.)
Cell : 09983560006

Donors Kindly NOTE

It you do not get any response from any of the above mentioned Mob. numbers, Kindly inform us at Mobile No. 09549399993 and / or 09649399993

INCOME TAX EXEMPTION ON DONATIONS

Donations to Tara Sansthan are TAX-EXEMPT under section 80G and 35 AC / 80GGA of I.T. Act. 1961 at the rate of 50% and 100%

Donation to Tara Sansthan may be sent by cheque/draft drawn in favor of Tara Sansthan, payable at Udaipur, OR may be remitted direct into any of the following Bank Accounts, with caopy of pay-in-slip and Donor's address to Tara Sansthan, Udaipur for expediting Donation Acknowledgment Receipt

Tara Sansthan Bank Account

ICICI Bank (Madhuban) A/c No. 004501021965 **IFS Code : icic0000045**
SBI A/c No. 31840870750 **IFS Code : sbin0011406**
IDBI Bank A/c No. 1166104000009645 **IFS Code : IBKL0001166**
Axis Bank A/c No. 912010025408491 **IFS Code : utib0000097**

HDFC A/c No. 12731450000426 **IFS Code : hdfc0001273**
Canara Bank A/c No. 0169101056462 **IFS Code : cnrb0000169**
Central Bank of India A/c No. 3309973967 **IFS Code : cbin0283505**

For online donations - kindly visit - www.tarasansthan.org **Pan Card No. Tara - AABTT8858J**

TARA NETRALAYA
WZ-270, Village - Nawada, Opp. 720, Metro Pillar, Uttam Nagar, Delhi - 59
DELHI HOSPITAL - Tara Netralaya, +91 9560626661, 011-25357026

TARA NETRALAYA
Unit No. 1408/7, 1st Floor, Israni Indl. Estate, Penkarpara, Nr. Dahisar Check-post, Meera Road, Thane - 401107 (M.S.) INDIA
MUMBAI HOSPITAL - Tara Netralaya, Shankar Singh Rathore +91 8452835042, 022 - 28480001

तारांशु (हिन्दी - अंग्रेजी) मासिक समाचार पत्र, मार्च, 2015

RNI. No. - RAJBIL/2011/42978, Postal Reg. No. - RJ/UD/29-102/2015-2017, Dates of Posting - 11th to 18th each month at Udaipur H.O.

'तारांशु' - स्वत्वाधिकारी, श्रीमती कल्पना गोयल द्वारा 240-ए, हिरण मगरी, सेक्टर - 6, उदयपुर (राज.) 313002 से प्रकाशित तथा मुद्रक श्री सत्यप्रकाश कुमार शर्मा द्वारा सागर ऑफसेट प्रिन्टर, इण्डिया प्रा. लि. प्लॉट नं. 518, इकोटेच - III, उद्योग केन्द्र एक्टेंशन - II, ग्रेटर नोएडा, गौतम बुद्ध नगर (उत्तर प्रदेश) में मुद्रित, सम्पादक - श्रीमती कल्पना गोयल

तारा संस्थान के नि:शुल्क मानवीय सेवा प्रकल्प, आपसे प्रार्थित अपेक्षित सहयोग -सौजन्य राशि

नेत्र चिकित्सा सेवा (मोतियाबिन्द ऑपरेशन)

01 ऑपरेशन - 3000 रु., 03 ऑपरेशन - 9000 रु., 06 ऑपेरशन - 18000 रु., 09 ऑपरेशन - 27000 रु., 17 ऑपरेशन - 51000 रु.

नेत्र शिविर सौजन्य

मोतियाबिन्द जाँच-चयन-शिविर आयोजन एवं 30 ऑपरेशन सहयोग सौजन्य, प्रति शिविर - 151000 रु.
चश्मा जाँच - चश्मा वितरण - दवाई सहयोग राशि, प्रतिशिविर - 21000 रु.

तृप्ति योजना सेवा
(प्रति बुजुर्ग खाद्य सामग्री सहायता)
01 माह - 1500 रु.
06 माह - 9000 रु.
01 वर्ष - 18000 रु.

गौरी योजना सेवा
(प्रति विधवा महिला सहायता)
01 माह - 1000 रु.
06 माह - 6000 रु.
01 वर्ष - 12000 रु.

आनन्द वृद्धाश्रम सेवा
(प्रतिबुजुर्ग)
01 माह - 5000 रु.
06 माह - 30000 रु.
01 वर्ष - 60000 रु.

एक विधवा महिला के बच्चे की शिक्षा हेतु वार्षिक सहयोग - 12000 रु.

सहयोग राशि - आजीवन संरक्षक 21000 रु., अर्जित ब्याज से दानदाता के नाम से इच्छित दिनांक को प्रतिवर्ष 2 मोतियाबिन्द ऑपरेशन,
आजीवन सदस्य 11000 रु., अर्जित ब्याज से दानदाता के नाम से इच्छित दिनांक को प्रतिवर्ष 1 मोतियाबिन्द ऑपरेशन (संचितनिधि में)

दान पर आयकर में छूट : तारा संस्थान को दिया गया दान आयकर अधिनियम 1961 की धारा 80G व 35AC/ 80GGA के अन्तर्गत आयकर में 50% व 100% छूट योग्य मान्य है।

निवेदन : कृपया अपना दान - सहयोग नकद या 'तारा संस्थान, उदयपुर' के पक्ष में देय चैक/ड्राफ्ट द्वारा संस्थान के पते पर प्रेषित करने का कष्ट करें, अथवा : अपना दान सहयोग तारा संस्थान के निम्नांकित किसी बैंक खाते में जमा करवा कर 'पे-इन-स्लिप' अपने पते सहित संस्थान को प्रेषित करें ताकि दान - सहयोग प्राप्ति रसीद आपको तत्काल भेजी जा सके।

ICICI Bank (Madhuban) A/c No. 004501021965	IFS Code : icic0000045	HDFC A/c No. 12731450000426	IFS Code : hdfc0001273
SBI A/c No. 31840870750	IFS Code : sbin0011406	Canara Bank A/c No. 0169101056462	IFS Code : cnrb0000169
IDBI Bank A/c No. 1166104000009645	IFS Code : IBKL0001166	Central Bank of India A/c No. 3309973967	IFS Code : cbin0283505
Axis Bank A/c No. 912010025408491	IFS Code : utib0000097	Pan Card No. Tara - AABTT8858J	

'तारा' के सेवा प्रकल्पों का कृपया टी.वी. चैनल्स पर प्रसारण देखें :-

'पारस' रात्रि 8.40 से 9.00 बजे

'आस्था भजन' प्रात: 8.40 से 9.00 बजे

'आस्था' रविवार दोपहर 2.30 बजे

बुक पोस्ट

Tara
बुजुर्गों के लिए...

तारा संस्थान

डीडवाणिया (रतनलाल) नि:शक्तजन सेवा सदन
236, सेक्टर - 6, हिरण मगरी, उदयपुर (राज.) 313002
मो. +91 9549399993, +91 9649399993

Email : info@tarasansthan.org, donation@tarasansthan.org
Website : www.tarasansthan.org