मूल्य – 5 रु.

तारांशु

मासिक

मई – 2019

वर्ष 7, अंक 8, पृ.सं. 20

शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल, उदयपुर (विधवाओं के बच्चों हेतु निःशुल्क) की छात्राएँ गर्मी की छुट्टियों के इंतजार में

आनन्द वृद्धाश्रम :

“आनन्द वृद्धाश्रम भविष्य निधि योजना”

तारा संस्थान के आनन्द वृद्धाश्रम में रहने वाले बुजुर्गों की निरंतर भोजन सेवा, चिकित्सा हेतु भविष्य निधि (Corpus Fund) में सहयोग देवें।

वृद्धजन सहयोगी “शांति”
रु. 1,00,000/-

वृद्धजन सहयोगी “शक्ति”
रु. 51,000/-

वृद्धजन सहयोगी “आस्था”
रु. 21,000/-

आपके सहयोग की ब्याज राशि से वृद्धाश्रम के कार्य चलायमान रहेंगे।

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

तारा नेत्रालय :

रोशनी : बच्चों के नेत्र शिविर

तारा संस्थान की इस नवीन योजना के अन्तर्गत स्कूलों में नेत्र जाँच शिविर लगाकर चेकअप कर, उन्हें मुफ्त में चश्मे दिए जाते हैं। यदि किसी बच्चे को Cataract का Diagnosis होता है तो उनका तारा नेत्रालय में निःशुल्क ऑपरेशन किया जाता है।

रोशनी : बच्चों के नेत्र शिविर सौजन्य
200 बच्चे - 15000 रु., 400 बच्चे - 30000 रु., 2000 बच्चे - 150000 रु.

उपर्युक्त राशि द्वारा बच्चों की नेत्र जाँच, निःशुल्क चश्मे एवं स्टेशनरी वितरण शामिल है।

विश्वास करना एक गुण है, अविश्वास दुर्बलता की जननी है।

"तारा संस्थान, उदयपुर"
राजस्थान रजिस्ट्रीकरण प्रमाण-पत्र क्रमांक: 31/उदयपुर/2009-10 दिनांक 25 जून, 2009 द्वारा पंजीकृत है।

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

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

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

श्रीमती सुषमा - श्री सत्यभूषण जैन
संरक्षक, प्रमुख समाजसेवी, दिल्ली

श्री जे.पी. शर्मा
संरक्षक, समाजसेवी एवं शिक्षाविद्, दिल्ली

श्रीमती सुमन - श्री अनिल गुप्ता (ISKCON)
संरक्षक, उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती प्रेम निझावन
समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती राजरानी - श्री राजेन्द्र कुमार जैन
समाजसेवी, दिल्ली

प्रकाशक एवं सम्पादक
कल्पना गोयल

दिग्दर्शक
दीपेश मित्तल

कार्यकारी सम्पादक
तरुण सिंह राव

ले-आउट व ग्राफिक डिजाइनर
गौरव अग्रवाल

तारांशु - वर्ष 7, अंक - 8, मई - 2019

अनुक्रमणिका

विषय	पृष्ठ संख्या
आनन्द वृद्धाश्रम भविष्य निधि योजना / रोशनी : बच्चों के नेत्र शिविर	02
अनुक्रमणिका	03
लेख - 1 : छुट्टी गर्मी की	04-05
लेख - 2 : जोश से भरे बच्चे	05-06
आनन्द वृद्धाश्रम : नए वृद्धजन	07-08
अन्य शहरों में आनन्द वृद्धाश्रम में नि:सहाय वृद्धजनों हेतु उपलब्ध सुविधाएँ	09
गौरी योजना / तृप्ति योजना	10
हमारे भामाशाह	11
ये हैं दुनिया के 5 सबसे बड़े दानवीर	12
गर्मियों में क्या खाना चाहिए	13
न्यूज ब्रीफ / मस्ती की पाठशाला / तारा नेत्रालय	14-15
विनम्र अपील / विशेष शिविर	16
नेत्रालय मासिक अपडेट्स : मोतियाबिन्द जाँच शिविर	17
धन्यवाद / अभिनन्दन / स्वागत	18
सम्पर्क सूत्र - तारा संस्थान	19

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

श्रीमती कल्पना गोयल (दाएं) अपने पूज्य पिता डॉ. कैलाश "मानव" तथा श्रीमती कमला देवी अग्रवाल की सन्निधि में, साथ में संस्थान सचिव श्री दीपेश मित्तल (बाएं)

'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

छुट्टी गर्मी की...

हमारे देश की खूबसूरती ही यह है कि यहाँ सारे मौसम है और हर मौसम अपने चरम पर पूरे शवाब से आता है। ठिठुरती ठंड में अलाव, कोट और रजाई, बारिश में छाता और बरसाती और भरी गर्मी में Cotton की साड़ी, कुर्ती व टी–शर्ट सारे सुख हम लेते हैं। गर्मी के मौसम का जो मजा है उसके तो कहने की क्या, मुझे याद है कि जब हम छोटे थे तो पूरा साल इस उमंग में निकल जाता था कि अप्रैल के बाद गर्मी की छुट्टियाँ होगी। आजकल व्हॉट्सएप्प पर बहुत से मैसेज आते हैं जो पुराने दिनों की गर्मी की छुट्टियाँ की याद दिला देते हैं एक ऐसा ही प्यारा सा मैसेज मेरे पास आया तो मैंने सोचा कि आपसे भी शेयर कर लूँ

(1)

छत पे सोये बरसों बीते तारों से मुलाक़ात किये
और चाँद से किये गुफ़्तगू सबा से कोई बात किये।

न कोई सप्तऋषि की बातें न कोई ध्रुव तारे की
न ही श्रवण की काँवर और न चन्दा के उजियारे की।

देखी न आकाश गंगा ही न वो चलते तारे
न वो आपस की बातें न हँसते खेलते सारे।

न कोई टूटा तारा देखा न कोई मन्नत माँगी
न कोई देखी उड़न तश्तरी न कोई जन्नत माँगी।

अब न बारिश आने से भी बिस्तर सिमटा कोई
न ही बादल की गर्जन से माँ से लिपटा कोई।

(2)

अब न गर्मी से बचने को बिस्तर कभी भिगोया है
हल्की बारिश में न कोई चादर तान के सोया है।

अब तो तपती जून में भी न पुर की हवा चलाई है
न ही दादी माँ ने कथा कहानी कोई सुनाई है।

अब न सुबह परिन्दों ने गा गाकर हमें जगाया है
न ही कोयल ने पंचम में अपना राग सुनाया है।

बिजली की इस चकाचौंध ने सबका मन भरमाया है
बन्द कमरों में सोकर सबने अपना काम चलाया है।

तरस रही है रात बेचारी आँचल में सौग़ात लिये
कभी अकेले आओ छत पे पहले से जज़्बात लिये!

मैं पुरातनपंथी सोच को बिलकुल भी बढ़ावा नहीं देता लेकिन कभी–कभी लगता है कि आजकल के बच्चे कुछ चूक तो नहीं रहे। आज भले ही छुट्टियों में हम स्विट्ज़रलैंड या अमेरिका चले जायें लेकिन हमारा समय उस जगह की खूबसूरती को जज करने के बजाए इस बात में बीतता है कि कितने अच्छे फोटो या सेल्फी ली जाए और उसे फेसबुक पर कितने लाइक मिले। पहले तो इतने पैसे ही नहीं होते थे कि देश में भी हर साल घूमने जायें लेकिन मुझे याद है कि हम अपने दादा–दादी के पास जयपुर जाते थे तो छत पर बिस्तर लगाना और अपना बिस्तर ठंडा रखना तब तक दूसरे के बिस्तर पर सो जाना और कभी आँधी आ जाए (जो जयपुर में अकसर आती है) तो तीसरे माले से बिस्तर नीचे फेंकना और भागकर अंदर आना और बिना लाइटों के सो जाना, क्या मजा था, पानी की कमी थी तो सारे बच्चे घर के बाहर नीचे लगे नल से पानी की बाल्टी भर कर चेन बनाकर उस बाल्टी को आगे बढ़ाते और टंकी भरते थे। दादी के यहाँ जब अमरस बनता था तो सब बच्चों को बस एक–एक कटोरी ही मिलता था लेकिन मैं दादाजी का लाड़ला था तो वो और बच्चों से छुपा कर अपने हिस्से का रस भी मुझे दे देते थे, तब ज्यादा समझ नहीं थी लेकिन उस प्यार का एहसास जरूर था तभी तो ये स्मृतियाँ छप सी गई हैं।

आँख के बदले में आँख पूरे विश्व को अँधा बना देगी।

किराए की छोटी–छोटी साइकियों को 2–5 रु. घंटे के हिसाब से लेकर साइकिल चलाना सीखना और फिर बिना ब्रेक की छुटकी सी साइकिल को भी फर्राटे से चलाना शायद डिज्नीलैंड की रोलर कोस्टर राइड से ज्यादा रोमांचकारी होता था। मेरी उम्र 47 वर्ष है और हमारी उम्र वाले 2 पीढ़ियों का प्रतिनिधित्व करते हैं एक जो मोबाइल, कम्प्यूटर, एयरकंडिशनर के बिना वाली और एक वो जो इन सबके साथ वाली। आज के बच्चों के पास सब कुछ है लेकिन वो छत पर सोते तारे गिनने के सुख से वंचित है, टूटता तारा भी वो फिल्मों में ही देखते हैं।

ये सब बातें इसलिए कर ली कि मई का महीना था तो हर साल वो बचपन की गर्मियाँ बार–बार याद आती हैं और आपको भी आती ही होगी। अपने गाँव, अपने शहर की वो गर्मियाँ जहाँ दादी नानी की कहानियों में बचपन बीतता था। मैं इस बहस में नहीं हूँ कि पहले अच्छा था या अब अच्छा है क्योंकि हर समय का अपना एक स्वाद होता है लेकिन अभी के बच्चे ये कभी महसूस नहीं कर पायेंगे कि उनकी गर्मी की छुट्टियाँ समर क्लासेस में खोती जा रही हैं।

वक्त हमेशा तेजी से बदलता है आज से 25–30 साल बाद जब आज के बच्चे जवानी या प्रौढ़ावस्था में होंगे तो उनके पास बचपन में गर्मी की छुट्टियों की यादों में मोबाइल, टी.वी., आई.पी.एल. से हटकर क्या होगा ये मुझे समझ नहीं आ रहा। वैसे अब तो उन्हें कुछ याद रखने की जरूरत नहीं होगी क्योंकि गूगल की फोटो लाइब्रेरी में सब स्टोर किया होगा और एक आदेश पर गूगल बता देगा कि 15 साल में वो कहाँ गए और 18 साल में जब वो पहली बार कॉलेज गए तो कितनों ने फेसबुक पर उस फोटो को लाइक किया।

कहते हैं समय अपने आपको दोहराता है। क्या कभी छत पर सोने वाले दिन भी वापस आयेंगे? कल्पना कीजिए कि हमने सारे प्राकृतिक संसाधन खत्म कर दिए, न तेल है, न गैस, न ज्यादा खनिज बचे, न पानी तो फिर बिजली भी कहाँ, सारे ए.सी. पंखे सब सजावटी चीज हो गए। मानव वापस छत पे अपना गद्दा तकिया चादर लेकर जाएगा लेकिन थोड़ा संभल कर, तब तक मच्छरों के भी पंख मजबूत हो जायेंगे वो भी आ जायेंगे छत पर आपके कानों में गुनगुनाने को 😄

आपके बच्चों, पोते–पोतियों, नाती नातिनों को कहियेगा कि गर्मी की छुट्टियों में खूब मस्ती करें क्योंकि ये पल लौट के ना आयेंगे...

दीपेश मित्तल

जोश से भरे बच्चे

तारा संस्थान में हम एक सायंकालीन स्कूल चलाते हैं, जिसका नाम है ''मस्ती की पाठशाला''। इसका विचार मेरे मन में तब आया था जब मैंने कुछ बच्चों को सड़क पर कचरा बीनते देखा, छोटे–छोटे बच्चे कंधे पर बड़ा सा बोरा लिए गली गली कागज, गत्ते इकट्ठे कर रहे होते हैं। मैंने सोचा इनके लिए क्या करें, सायंकालीन स्कूल का विचार आया और लगा कि थोड़े से खर्च में कुछ बच्चों के जीवन में तो बदलाव ला ही सकते हैं।

संस्थान के पास ही एक कच्ची बस्ती में एक हाल किराए पर लिया और दो टीचर को नियुक्ति दी गई और ऐसे शुरू हुई '' मस्ती की पाठशाला''। प्रश्न ये था कि बच्चे क्यों आयेंगे तो उन्हें लालच देने के लिए रोज छोटे–मोटे उपहार देने लगे जैसे कभी चिप्स, कभी बिस्कुट, कभी नमकीन, कभी उपमा और कभी पोहे आदि। समय के साथ बच्चों की संख्या बढ़ने लगी और अभी 40 से 50 बच्चे तक इस पाठशाला में आ जाते हैं। कुछ बच्चे तो सरकारी स्कूलों में जा रहे हैं और कुछ स्कूल जाते ही नहीं हैं। वैसे तो कुछ सोच समझ कर ''मस्ती की पाठशाला'' नाम नहीं रखा था लेकिन अभी यह नाम चरितार्थ हो गया है। यहाँ पर हमारा ये प्रयास है कि इन बच्चों को पढ़ाई में कोई परेशानी हो तो उसका निदान होवे, जो बच्चे स्कूल नहीं जा रहे उन्हें Basic Education देकर स्कूल से जोड़ा जाए। साथ ही इन बच्चों को नृत्य, एक्टिंग, सामान्य ज्ञान आदि भी सिखाया जाये जिससे इनका संपूर्ण विकास हो सके। गत दीपावली में इन बच्चों ने एक लघु नाटिका प्रस्तुत की तो छोटे–छोटे बच्चों का आत्मविश्वास और एक्टिंग देखकर दंग रह गए। एक बच्ची खुशबू ने तो अंधे होने की जो एक्टिंग की उसमें उसने आँखों को इस तरह कर लिया मानो वो वाकई नेत्रहीन हो। मुझे हमेशा एक खलिश थी कि मैं खुद समयाभाव के कारण इन बच्चों पर इतना ध्यान नहीं दे पा रही हूँ जितना देना चाहिए तो मैंने सोचा कि कभी–कभी इन बच्चों को ही अपने ऑफिस बुला लूँ। इसी के तहत मैंने एक दिन उन्हें अपने पास बुलाया। उनका जोश देखकर सच में मजा आ गया। इतनी छोटी उम्र में जो आत्मविश्वास उनमें था उससे यही लगा कि संघर्ष भी आत्मविश्वास को पैदा कर देता है। उनसे मिली और अगली बार के लिए उन्हें एक Task दे दिया कि भारत के राज्यों के नाम याद करके आना, मैं पूछूँगी।

अगले हफ्ते फिर वो बच्चे आए मैंने सोचा था कि एक दो बड़े बच्चों को छोड़कर क्या बतायेंगे राज्यों के नाम, लेकिन इन बच्चों ने मेरा भ्रम तोड़ दिया 5 साल के छोटे से तनिश ने आसाम से शुरू किया तो दनदनाते हुए लगभग सारे राज्य बता दिए। अधिकांश बच्चों को सारे राज्य याद थे मुझे ये पता था कि कई बच्चों को राज्य और देश में क्या फर्क है ये भी नहीं पता था लेकिन साथ ही ये भी पता था कि ये सब समझायेंगे तो जल्दी ही समझ जायेंगे। इस छोटे से प्रयोग ने मुझमें भी बहुत सारे उत्साह का संचार किया क्योंकि बच्चों के साथ काम करने में मजा आता है और इतने ऊर्जावान बच्चे यदि हों तो मजा दोगुना हो जाता है। अब मेरा प्रयास रहता है कि महीने में कम से कम दो बार तो इन बच्चों से मिलूँ और हर बार इन्हें कुछ Task दिया जाए इससे इन बच्चों को भी उत्साह रहता है और खेल–खेल में वो बहुत कुछ सीख जायेंगे।

जब भी इन बच्चों से मिलती हूँ तो धन्यवाद देती हूँ नांगलिया परिवार सूरत को जिन्होंने इस योजना में अपना सहयोग दिया और हमें एक अवसर दिया ऐसे बच्चों का जीवन सुधारने का जो सिर्फ इसलिए ज्ञान से वंचित रह जाते कि उनके माता–पिता के पास धन नहीं है और उन्हें ये भी नहीं पता कि शिक्षा उनके जीवन में कितना बड़ा बदलाव ला सकती है।

प्रतिभा कभी भी पैसे की मोहताज नहीं होती है अगर होती तो लैम्प पोस्ट के नीचे पढ़ने वाला एक गाँव का छोटा सा बच्चा अब्दुल कलाम भारत का मिसाइल मैन और राष्ट्रपति ना बन पाता। सिर्फ वे ही नहीं इतिहास और वर्तमान भरा पड़ा है ऐसी प्रतिभाओं से मुझे ये भी समझ है कि सारे बच्चे अब्दुल कलाम नहीं हो सकते क्योंकि प्रतिभा के साथ–साथ खुद की प्रतिभा की पहचान और उसको निखारने की लगन तो करोड़ों में 2–4 की होती है लेकिन हम ''मस्ती की पाठशाला'' में इन बच्चों की छुपी प्रतिभा को बाहर लाकर उसे निखारने का प्रयत्न भर कर रहे हैं।

''मस्ती भरी पाठशाला'' की सफलता का आंकलन अभी तुरंत होगा भी नहीं लेकिन ये जरूर है कि कुछ बच्चों का जीवन भी यदि सुधर गया तो पूरा परिवार और पीढ़ियाँ सुधर जायेंगी। वैसे भी सफलता असफलता की आशंका रखें तो कोई भी काम करना बेहद कठिन हो जाए सो बस हम और आप मिलकर ये काम कर रहे हैं पूरी ईमानदारी और साफ नियत से, बिना फल की आशा के....

आदर सहित...

कल्पना गोयल

मस्ती की पाठशाला की कक्षा का एक दृश्य

क्रोध और असहिष्णुता सही समझ के दुश्मन हैं।

आनन्द वृद्धाश्रम, उदयपुर में आए दिन नए वृद्धजन प्रवेश लेते रहते हैं आइए मिलते हैं ऐसी ही कुछ नवीन वृद्धाश्रम वासियों से

श्री रमनलाल गुप्ता (78 वर्ष) व श्रीमती पुष्पलता गुप्ता (73 वर्ष) : कोटा निवासी गुप्ता दम्पति जनवरी, 2019 से आनन्द वृद्धाश्रम में रह रहे हैं कारण यह है कि उनके मकान को लेकर बच्चों के साथ विवाद चल रहा था। उनकी 3 पुत्रियाँ विवाहित हैं और एक पुत्र व्यवसाय व अन्य प्राइवेट नौकरी में है। जबसे छोटे पुत्र की शादी के बाद बहू घर में आई तबसे ही मकान को लेकर खटपट चल रही थी नौबत यहाँ तक आ गई कि उन्हें खाना तक नहीं मिल रहा था और बाहर होटल में जाकर दोनों मियाँ बीवी खाना खा रहे थे ऊपर से बहू बद्‌तमीजी की हदें पार कर रही थीं। ऐसी स्थिति में पति–पत्नी दोनों व्याकुल रहने लगे। आखिरकार उन्होंने मकान को छोटे पुत्र को बेच दिया और अलग मकान खरीद कर रहने लगे परन्तु खाने की व्यवस्था होटलों में ही हो पाई। चूंकि रमन लाल जी नारायण सेवा संस्थान से जुड़े हुए थे और दानपुण्य भी करते रहते थे तो नारायण सेवा संस्थान प्रतिनिधि को जब इनकी स्थिति का भान हुआ तो उन्होंने तारा संस्थान के आनन्द वृद्धाश्रम में प्रवेश लेने का सुझाव देकर तारा से सम्पर्क करवाया। इस प्रकार दम्पति जनवरी, 2019 से आनन्द वृद्धाश्रम में रह रहे हैं। उन्हें एक कमरा अलॉट किया गया है तथा खान–पान आदि की व्यवस्था से वे अति प्रसन्न हैं।

श्री भंवर लाल जी (70 वर्ष) : मूलतः फालना (पाली) निवासी श्री भंवरलाल जी ने सिर्फ कुछ दिन पहले (25 अप्रैल को) आनन्द वृद्धाश्रम में प्रवेश लिया है। भंवर जी ने 40–50 वर्ष तक मुम्बई में पावरलूम पर काम किया है। इनके पत्नी और दो बच्चे भी बड़े होकर शादीशुदा हैं लेकिन वे सब सम्पर्क में नहीं हैं। इन्हें उनका कुछ अता–पता नहीं है। भंवर जी स्वयं अपने भाई के साथ रहते थे जो खुद इन्हें यहाँ आनन्द वृद्धाश्रम में छोड़ कर गए हैं क्योंकि भंवर जी की उम्र हो गई थी सो कोई काम नहीं कर पा रहे थे ऊपर से मुम्बई जैसे शहर में कौन किसको सम्भाले और कहाँ रखे? भंवर लाल जी अब आनन्द वृद्धाश्रम आकर ठीक हैं एवं कहते हैं कि यहाँ की सारी व्यवस्थाएँ अत्यन्त उत्तम हैं, कोई समस्या नहीं है यहाँ।

श्री इन्दरमल जैन (63 वर्ष) : टोंक (राजस्थान) निवासी श्री इन्दरमल जैन अभी 29 अप्रैल, 2019 से आनंद वृद्धाश्रम में रहने आए हैं। वह 40 वर्ष से किराणा की दुकान चलाते थे फिर 10 वर्ष तक स्वयं का व्यवसाय किया। 2015 में पत्नी की कैंसर से मृत्यु हो गई तो इनका अकेले पड़ कर रहना दूभर हो गया तो ये अपने पुत्र के साथ हिम्मत नगर में रहने लगे। 3 साल बाद इनकी पुत्रवधू जो कि यू.पी. में नौकरीरत थी, उसका ट्रांसफर उदयपुर हुआ तो सोचा कि चलो अच्छा है दोनों पति–पत्नी ज्यादा दूर नहीं रहेंगे, समय–समय पर मिलकर खुश रहेंगे लेकिन इन्दरमल जी का अनुमान गलत निकला। पुत्रवधू के आते ही अनबन शुरू हो गई। जब भी वह इन्दरमल जी से मिलती तो किसी न किसी प्रकार की माथा फोड़ी जरूर करती। इस प्रकार की परेशानी जब ज्यादा बढ़ गई तो इन्दरमल जी ने आनन्द वृद्धाश्रम आना उचित समझा। इसके बारे में उन्होंने टी.वी. पर काफी देखा सुना था लेकिन यहाँ आकर इन्हें सुखद आश्चर्य हुआ। यहाँ की सुविधाएँ इनके सोच से भी बढ़कर निकली।

श्री राजेश्वर सिंह (80वर्ष) : श्री राजेश्वर सिंह माइन्स डिपार्टमेंट उदयपुर से रिटायर्ड होकर किराने की दुकान करते थे। उनके नाते रिश्तेदार कोई भी नजदीक नहीं है। पत्नी की बहुत पहले ही मृत्यु हो चुकी है तथा एक भाई है जो अफ्रीका में है। श्री सिंह किराए के मकान में रहते थे। अतएवं अकेलेपन के चलते वृद्धाश्रम में प्रवेश ले लिया। श्री सिंह की उम्र के चलते इन्हें स्पष्ट सुनने व बोलने की समस्या है लेकिन कहते हैं कि वे यहाँ पर खुश हैं एवं सारी व्यवस्थाएं उत्तम हैं।

गणपति महाजन (62 वर्ष) : धार (म.प्र.) निवासी श्री गणपति महाजन की बड़ी दर्दभरी दास्तान है। वे अविवाहित एवं संयुक्त परिवार में रहते थे तथा नाना प्रकार की छोटी–मोटी नौकरियाँ करके जीवन यापन करते थे। परिवार वालों के असहयोग व असंतोष के चलते 10 वर्ष पहले वह अलग रहने लगे। इनके पिताजी की मृत्यु हो चुकी है एवं माताजी कोमा में है। भाई–बहिनों से बनती नहीं है ऊपर से कोई ठीक ठाक सी नौकरी भी नहीं। इधर–उधर भटकते रहने लगे फिर 2017 में एक दिन बस एक्सीडेंट में एक टांग से गंभीर रूप से घायल हो गए। 11 महीने तक धार में हॉस्पीटल में पड़े रहे परन्तु ढंग से उपचार नहीं हो पाया फिर किसी ने बड़ौदा में ऑपरेशन करवाने का सुझाया परन्तु वहाँ भी कोई अटेण्डेण्ट साथ नहीं होने की वजह से केयर नहीं हो पाई। इधर–उधर भटकते हुए इतने परेशान हुए कि रेज़र से गला काटकर आत्महत्या करने की कोशिश की। फिर एक दिन हरिद्वार में एक सामाजिक कार्यकर्त्ता (जो कि नारायण सेवा संस्थान से सम्बधित थे) ने इन्हें आनन्द वृद्धाश्रम के बारे में जानकारी दी तो उन्होंने यहाँ आवेदन किया। अब 11 अप्रैल से यहाँ आरामपूर्वक रह रहे हैं। श्री गणपति महाजन अपने सारे अंगदान करने के इच्छुक है।

वृद्धाश्रम वासी साप्ताहिक नृत्य प्रशिक्षण कक्षा में भाग लेते हुए

आनन्द वृद्धाश्रम में साप्ताहिक भजन कीर्तन कार्यक्रम का एक दृश्य

आनन्द वृद्धाश्रम सेवा (प्रतिबुजुर्ग)			वृद्धाश्रम बुजुर्गों हेतु भोजन मिति 3500 रु. (एक समय)
01 वर्ष	06 माह	01 माह	
60000 रु.	30000 रु.	5000 रु.	

जो भी चाहे अपनी अंतरात्मा की आवाज सुन सकता है, वह सबके भीतर है।

अन्य शहरों में आनन्द वृद्धाश्रम में निःसहाय वृद्धजनों हेतु उपलब्ध सुविधाएँ

वृद्धाश्रम की इमारत

प्रयागराज पता :

रवीन्द्र नाथ गौड़ आनन्द वृद्धाश्रम

25/39, एल.आई.सी. कॉलोनी, टैगोर टाउन,
इलाहाबाद - 211022 (उ.प्र.)
फोन नं. (0532) 2465035

आवासी भोजन करते हुए

15 वृद्धों हेतु पूर्णतः निःशुल्क, आवास, भोजन एवं चिकित्सा आदि की सुविधा

आवासी एक वृद्ध का जन्मदिन मनाते हुए

फरीदाबाद पता :

ओम दीप आनन्द वृद्धाश्रम

866, सेक्टर - 15ए,
फरीदाबाद - 121007 (हरियाणा)
मोबाइल नं. +91 7821855758

गौरी योजना :

दानदाताओं के सहारे जैसे-तैसे जी लूंगी : श्रीमती भंमू कुंवर

लगभग 35 वर्षीया भंमू कुंवर के पति की कुछ वर्षों पूर्व मृत्यु हो गई। कोई बाल बच्चे भी नहीं। निपट अकेली भंमू कुंवर गाँव में मजदूरी करके जैसे–तैसे गुजारा कर रही थी मजदूरी कभी–कभार ही मिलती थी एवं अकसर खाने–पीने के लाले पड़ जाते थे। ऊपर से कपड़े लते या दवाई की आवश्यकता पड़ जाए तो भगवान ही जाने। भंमू कहती है कि ऐसी स्थिति में वह कई बार सोचती थी भगवान हार्ट फेल कर दे तो अच्छा हो जाए सारी समस्या ही खत्म। पर अब तारा संस्थान की गौरी योजना के अन्तर्गत 1000 रु. मिलने से स्थिति सुधरी है एवं खाने–पीने के सामान की चिंता नहीं होती भले ही किसी दिन मजदूरी न मिले तो भी। भंमू कुंवर तारा संस्थान को अनेक धन्यवाद देकर कहती है कि अब वह आपके दानदाताओं की सहारे जैसे–तैसे जी लेगी।

गौरी योजना सेवा (प्रति विधवा महिला सहायता)

01 वर्ष - 12000 रु.	06 माह - 6000 रु.	01 माह - 1000 रु.

तृप्ति योजना :

तारा संस्थान की मदद से ही जीवित हूँ : श्रीमती प्रेम बाई

तृप्ति योजना सेवा (प्रति बुजुर्ग खाद्य सामग्री सहायता)

अति वृद्ध प्रेम बाई के पति की पिछले वर्ष दुर्घटनावश मृत्यु हो गई। तब से वह अपने छोटे पुत्र के साथ रहती है परन्तु खाने–पीने या ख्याल रखने का सवाल हो तो कोई भी बेटा सक्षम नहीं है अथवा मदद करने की इच्छा नहीं रखता है। प्रेम कहती है कि बड़े पुत्र की बहू ठीक नहीं है इसलिए वह उसको खाने की भी व्यवस्था नहीं करने देती है। तारा संस्थान द्वारा प्रदत्त मासिक राशन व 300 रु. केश की मदद से प्रेम बाई जीवित है अन्यथा जीवन दूभर हो जाता है। प्रेम बाई तारा संस्थान के दानदाताओं को आशीर्वाद देते हुए कहती है कि भगवान उन्हें सदा सुखी एवं खुशहाल रखे।

01 वर्ष - 18000 रु.	06 माह - 9000 रु.	01 माह - 1500 रु.

मैं मरने के लिए तैयार हूँ, पर ऐसी कोई वजह नहीं है जिसके लिए मैं मारने को तैयार हूँ।

श्री हरिपाल जी अग्रवाल (दिल्ली)

श्री हरिपाल जी अग्रवाल, दिल्ली में पटपरगंज में रहते हैं आप वर्तमान में पोंटी चड्डा फाउण्डेशन में सेवारत हैं। अग्रवाल जी विगत 5 वर्षों से तारा संस्थान से जुड़े हैं व आपने संस्थान में तृप्ति योजना व गौरी योजना के लिए सहयोग किया है साथ ही संस्थान के आनन्द वृद्धाश्रम में एक कक्ष का निर्माण की करवाया है। आप तारा संस्थान से इतने वर्षों से जुड़े हुए हैं वहाँ पर वास्तव में क्या कार्य होता है ये अभी तक आपने टी.वी. पर ही देखा था लेकिन माह अप्रैल, 2019 में आप स्वयं उदयपुर पधारे व जिन लाभार्थियों को आपकी ओर से सहयोग दिया जा रहा था उनसे मिलकर भावविभोर हो गए। आपके द्वारा निर्मित कक्ष के उद्घाटन के समय आपका पधारना नहीं हो पाया इसलिए अभी आप पधारे तब इस कक्ष का फीता काटकर उद्घाटन किया गया। आप से मिलकर हमें महसूस हुआ कि आप सरल स्वभावी व मृदुभाषी हैं। आप जैसे भामाशाह का संस्थान से जुड़ना सौभाग्य की बात है। आपका साथ सहयोग व मार्गदर्शन हमें सतत मिलता रहे इसी मनोकामना के साथ व आपके परिवार के सदस्यों की कुशलक्षेम की कामना के साथ आपका धन्यवाद...!

श्रीमती लता भाटिया (गृहिणी) - श्री लक्ष्मण लाल भाटिया (मुम्बई)

श्री लक्ष्मण भाटिया ने इंदौर से B.Sc. शिक्षा गृहण करके हिदुस्तान एरोनॉटिक्स लिमिटेड में नौकरी से रिटायर हुए। श्रीमती भाटिया गृहिणी है। भाटिया दम्पति नारायण सेवा संस्थान से तो पहले से ही जुड़े थे फिर 2011 में तारा संस्थान से जुड़े। तबसे अब तक यह दम्पति तारा संस्थान के विभिन्न प्रकल्पों में सहयोग करते आ रहे हैं। इन्होंने अपने पुत्र (स्व.) श्री सचिन भाटिया की स्मृति में आनन्द वृद्धाश्रम में एक कमरे के निर्माण में सहयोग दिया। इनके दो बेटियाँ हैं जो मुम्बई में ही रहती है। नारायण सेवा संस्थान व तारा संस्थान के अतिरिक्त श्रीमती लता व श्री लक्ष्मण लाल जी भाटिया, मुम्बई में कैंसर सम्बधित संस्थान ''जीवन पथ'' व नेत्रहीनों हेतु कार्य करने वाली ब्लाइंड आर्गेनाइजेशन से भी जुड़े हुए हैं।

श्री बृज मोहन जी शर्मा सा. (कोटा)

श्रीमान् बृज मोहन जी शर्मा सा. कोटा राजस्थान के रहने वाले हैं इनकी उम्र 73 वर्ष हैं। शर्मा सा. शिक्षा विभाग में प्रिंसीपल पद से रिटायर्ड हैं। अपने जीवन काल में काफी सरल ओर मृदुभाषी रहे हैं और उनकी सेवा की जो भावना है वो अति सराहनीय है, तारा संस्थान से जबसे वो जुड़े हैं तब से और भी कई लोगों से वो संस्थान के लिये बातचीत कर उनको जोड़ते हैं। इनकी पत्नी स्व. श्रीमती रामकन्या शर्मा का स्वर्गवास हो गया था जिनकी याद में शर्मा सा. ने उदयपुर के आनन्द वृद्धाश्रम में एक रूम भी बनवाया है। इनके परिवार में एक पुत्र जनार्दन शर्मा, पुत्रवधू श्रीमती सीमा शर्मा एवं इनकी पौत्री सुश्री गर्विता शर्मा ओर पौत्र अंशु शर्मा हैं।

ये हैं दुनिया के 5 सबसे बड़े दानवीर, अरबों डॉलर्स दान करने वालों में भारतीय भी शामिल

जहां लोग पैसे कमाने की होड़ में लगे हुए हैं वहीं कुछ चुनिंदा शख्स ऐसे भी है, जिन्होंने अपनी मेहनत और दिमाग के दम पर अरबों डॉलर की संपत्ति कमाई और अब उसे दान करने का फैसला किया। सुनकर थोड़ा अजीब लगता है कि ऐसे शख्स भी है इस दुनिया में जो मेहनत से कमाए गए रुपए को गरीबों में दान कर देते हैं। आइए हम आपको मिलवाते हैं दुनिया के कुछ ऐसे दानियों से जिन्होंने अरबों डॉलर्स लोगों के कल्याण और बच्चों के उज्ज्वल भविष्य के लिए दान कर दिया।

बिल गेट्स (माइक्रोसॉफ्ट के फाउंडर) : बिल गेट्स जैसा बनने का सपना हर कोई देखता है लेकिन हर कोई उनके जैसा हो नहीं सकता। बिल गेट्स दुनिया के सबसे रईस आदमियों में से एक हैं साथ ही वे दुनिया के सबसे बड़े दानी भी हैं। बिल गेट्स की संपत्ति 84.2 अरब डॉलर है। उन्होंने अपनी संपत्ति का एक बड़ा हिस्सा (27 अरब डॉलर) दान कर दिया है। इनका बिल और एंड मिलिंडा गेट्स फाउंडेशन नाम से चेरिटेबल ट्रस्ट है।

वॉरेन बफे (निवेशक और बर्कशायर हैथवे के सीईओ) : वारेन बफे दुनिया के सबसे कामयाब निवेशकों में शुमार हैं। वह अपने नए–नए आइडियाज की वजह से निवेशकों के बीच मशहूर भी हैं। वारेन बफेट को निवेश का जादूगर माना जाता है जिन्होंने लगातार निवेश के ज़रिए संपत्ति अर्जित की। वॉरेन बफे की संपत्ति वर्तमान में 61 अरब डॉलर है जिसमें से 21.5 अरब डॉलर उन्होंने दान कर दी है।

जॉर्ज सोरॉस (सोरॉस फंड मैनेजमेंट) : जॉर्ज सोरॉस, सोरॉस फंड मैनेजमेंट कंपनी के रिटायर्ड फाउंडर है। वर्तमान में जॉर्ज ओपन सोसाइटी फाउंडेशन के चेयरमैन हैं। उन्होंने अपनी संपत्ति से 8 बिलियन डॉलर (आठ अरब डॉलर) दान किए हैं। वर्तमान में उनकी कुल संपत्ति 24.4 अरब डॉलर है।

अजीम प्रेमजी (विप्रो चेयरमेन) : परोपकार के मामले में अजीम प्रेमजी को भारत का बिल गेट्स माना जाता है। अजीम प्रेमजी आईटी कंपनी विप्रो लिमिटेड के चेयरमैन हैं। अमेरिकी बिजनेस पत्रिका फोर्ब्स के मुताबिक वर्ष 1999 से 2005 तक अजीम प्रेमजी भारत के सबसे धनी व्यक्ति रह चुके हैं। अजीम प्रेमजी की कुल संपत्ति 15.9 अरब डॉलर है, जिसमें से उन्होंने 8 अरब डॉलर दान कर दी है।

चार्ल्स फ्रांसिस फीनी : चार्ल्स फ्रांसिस फीनी को परोपकार का जेम्स बॉण्ड (James Bond of philanthropy) माना जाता है। वह अपना पूरी संपत्ति देने के मिशन पर है। उन्होंने 6.3 अरब डॉलर दान करने का फैसला किया है।

सत्य बिना जन समर्थन के भी खड़ा रहता है, वह आत्मनिर्भर है।

गर्मियों में क्या खाना चाहिए

गर्मी का मौसम अपने साथ तेज धुप और गर्म माहौल लेकर आता है जिसके कारण हम स्वास्थ्य समस्याएं जैसे सन डेमेज, निर्जलीकरण, हीट स्ट्रोक और खराब पाचन से ग्रसित हो सकते हैं। यदि हम अपने आपको इन समस्याओं से मुक्त रखना चाहते हैं तो हमें अपने आहार में कुछ स्वस्थ विकल्प चुनने होंगे। गर्मियों के मौसम में बाजार में भरपूर मात्रा में ताजा, स्वादिष्ट और स्वस्थ फल और सब्जियां पाई जाती हैं। गर्मियों में मिलने वाले ये ताजा और स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ ना केवल आपके शरीर को पोषण देते हैं बल्कि गर्मियों की अन्य स्वास्थ्य समस्याओं से भी छुटकारा दिलाने में मदद करते हैं।

तो चलिए जानते हैं ऐसे ही कुछ खाद्य पदार्थों के बारे में जो गर्मियों की स्वास्थ्य समस्याओं से निजात दिलाने में हमारी मदद करते हैं :

गर्मी में खाएं तरबूज : तरबूज गर्मियों के मौसम पाया जाने वाला स्वादिष्ट फल है। इसमें लगभग 92 प्रतिशत पानी की मात्रा होती है। तरबूज हमारे शरीर को अच्छी तरह से हाइड्रेटेड बनाए रखने में मदद करता है। हमारा शरीर हाइड्रेटेड रहने से हमारी मेमोरी तेज रहती है और हमारा मूड स्थिर रहता है। इसके अलावा तरबूज हमें विटामिन ए, विटामिन सी और लाइकोपीन सहित बहुत सारे एंटीऑक्सिडेंट प्रदान करता है, जिससे मधुमेह, हृदय रोग, कैंसर, उच्च रक्तचाप, आंखों में धब्बेदार विकार की समस्या और गठिया की जटिलताओं के जोखिम को कम कर सकता है। गर्मियों के महीनों के दौरान अपने शरीर को ठंडा और अच्छी तरह से हाइड्रेटेड रखने के लिए ताजे तरबूज का रोजाना सेवन करें। तरबूज का ताज़ा और मीठा स्वाद बच्चों को भी पसंद आता है।

गर्मी से बचने का उपाय है खीरा : गर्मियों के मौसम में खीरा बहुत अच्छा आहार होता है। इसमें अच्छी मात्रा में पानी होता है जो शरीर को शांत और ताज़ा रखने में मदद करता है। ककड़ी में पाए जाने वाले ईरेप्सिन नामक एंजाइम आंतों के पथ को स्वस्थ रखने में मदद करता है। यह गर्मियों के मौसम के कारण ख़राब पाचन की समस्या से छुटकारा दिलाने में बहुत उपयोगी होता है। इसके अलावा खीरे में विटामिन सी होता है जो त्वचा को पराबैंगनी (यूवी) सूर्य की किरणों से बचाता है और झुर्रियां, सन डेमेज आदि को रोकता है। इसके लिए गर्मी के मौसम के दौरान प्रतिदिन खीरे के सलाद, सूप या रस का सेवन करें।

गर्मी से बचने के लिए पिएं छाछ : गर्मियों के दिनों में छाछ का सेवन निर्जलीकरण और थकान का सामना करने का एक शानदार तरीका है। छाछ में इलेक्ट्रोलाइट्स और बहुत अधिक पानी होता है। एक ग्लास छाछ आपके शरीर को तुरंत हाइड्रेट करने में मदद कर सकता है। मसालेदार भोजन या गर्मी के कारण पेट में गैस की समस्या को शांत करने में भी मदद करता है। अपने भोजन के साथ छाछ का सेवन करने से पसीना, थकान, मांसपेशियों में ऐंठन, मतली और सिरदर्द की समस्या काफी हद तक कम हो जाती है। इसके साथ–साथ छाछ त्वचा के लिए भी बहुत अच्छा होता है। तो गर्मियों में वायुकृत पेय से बचें और रोजाना एक या दो गिलास छाछ पीना शुरू करें।

गर्मी के मौसम में खाएँ आम : आम गर्मियों के मौसम में आसानी से उपलब्ध होता है। आम का सुखदायक और ठंडा प्रभाव हमें गर्मी के दिनों में सक्रिय बनाए रखने में मदद करता है। इसके अलावा आम में विटामिन ए, विटामिन सी और विटामिन ई पाया जाता है जो हमारे स्वास्थ्य को अच्छा बनाए रखने के लिए आवश्यक होते हैं। आप गर्मी की समस्या से बचने के लिए पके हुए या कच्चे दोनों रूप में इसे खा सकते हैं। आप पके हुए आम को नाश्ते में खाएं – इसके गुद्दे को दूध या दही में मिलाकर स्वादिष्ट स्मूथी बना कर इसका सेवन करें। इसके साथ–साथ आप कच्चे आम को उबाल कर उसके गुद्दे को निकाल लें अब इसमें एक गिलास ठंडा पानी, थोड़ा नमक और भुना हुआ जीरा पाउडर मिलाकर इसका सेवन करें। यह गर्मी के स्ट्रोक और थकावट को दूर करने में मदद करता है।

गर्मी से बचाव करने के लिए खाएं मौसंबी : मौसंबी रसदार और स्वादिष्ट फल होता है जो पानी से भरा हुआ है। यह गर्मियों में पसीने के कारण पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी को पूरा करने में मदद करता है। यह विटामिन सी, तांबा और लोहे का उत्कृष्ट स्रोत भी है। यह गर्मियों में पाचन संबंधी समस्याएं को दूर करता है। साथ ही यह त्वचा अतिरंजना, काले धब्बे और मुंहासों के साथ–साथ सूरज के टेन को कम करने में मदद करता है। इसके लिए मौसंबी का रस निकालें और थोड़ा नमक और चीनी डाल कर गर्मियों में इसका सेवन करें।

गर्मी में हाईड्रेटेड रहने के लिए पिएं नारियल पानी : नारियल पानी गर्मी के दिनों में पसीने के कारण पानी की कमी को पूरा करने के लिए महत्त्वपूर्ण स्वस्थ खाद्य पदार्थों में से एक है। यह प्राकृतिक और ताज़ा पेय सरल चीनी, इलेक्ट्रोलाइट्स और खनिजों से भरा होता है जो शरीर को हाइड्रेटेड करने में मदद करते हैं। एक गिलास नारियल पानी शरीर में इलेक्ट्रोलाइट संरचना को आसानी से बढ़ाने में मदद करता है। इसके अलावा यह वजन कम करने में सहायता कर सकता है क्योंकि इसमें वसा, कोलेस्ट्रॉल और क्लोराइड बहुत कम मात्रा में होते हैं और इसके सेवन से व्यक्ति अपने आपको पूर्ण महसूस करता है। तो गर्मी में नारियल के पानी के साथ हाईड्रेटेड रहें और फेफड़े, आंख, गुर्दे और रक्त परिसंचरण की रक्षा के लिए सुबह खाली पेट नारियल पानी पिएं।

गर्मी में त्वचा की देखभाल करने के लिए खाएं टमाटर : टमाटर पौष्टिक और स्वादिष्ट होता है। टमाटर में लगभग 95 प्रतिशत पानी होता है। यह शरीर को हाइडेटेड रखने में मदद करता है। टमाटर में उच्च मात्रा में लाइकोपीन पाया जाता है जो एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट होता है। यह हमारी त्वचा को हानिकारक यू.वी. किरणों से सुरक्षित रखता है। इसके साथ–साथ पोटेशियम, फोलेट, आहार फाइबर, मैंगनीज, मैग्नीशियम, नियासिन, और विटामिन बी 6, विटामिन सी, विटामिन ए, विटामिन । अपने आपको हमेशा स्वस्थ रखने के लिए टमाटर को सलाद, सैंडविच या सूप में डालकर सेवन करें। आप इसके जूस का सेवन भी कर सकते हैं।

न्यूज ब्रीफ – 1 :

06.04.2019

श्री नवीन सैनी ने अपना जन्मदिवस ओमदीप आनन्द वृद्धाश्रम, फरीदाबाद में हर्षोल्लास के साथ मनाया।

13.04.2019

वैसाखी उत्सव के अवसर पर आयोजित अभिनन्दन समारोह में ओमदीप आनंद वृद्धाश्रम, फरीदाबाद के निवासियों की झलकियां। समारोह वरिष्ठ नागरिक केसरी क्लब तथा रोटरी क्लब, फरीदाबाद द्वारा रखा गया।

07.04.2019

तारा संस्थान द्वारा पुणे में आयोजित एक स्नेह सम्मेलन

25.04.2019

दिनांक 25 अप्रैल, 2019 को जोधपुर में 12वीं रोड में होटल श्रीराम एम्पायर में एक स्नेह मिलन रखा गया। जिसमें अनेक दानदाता उपस्थित हुए। संस्थान परिवार ने दानदाताओं का स्वागत किया एवं संस्थान की आगामी गतिविधियों के बारे में जानकारी दी। तत्पश्चात भोजन महाप्रसाद की व्यवस्था वही रखी गई।

हार्दिक श्रद्धांजलि

संस्थान के मुख्य सहयोगी व भामाशाह श्री राज अरोड़ा जी, निवासी मसूरी (उत्तराखण्ड) के आकस्मिक निधन पर सम्पूर्ण तारा संस्थान परिवार की ओर से हार्दिक श्रद्धांजलि।

स्व. श्री घासीलाल कोठारी

की 16वीं पुण्य तिथि पर

श्रीमती सौरम देवी कोठारी एवं श्री कमल जी, श्री हिम्मत जी एवं कोठारी परिवार, निवासी : उदयपुर (राज.)

ने वृद्धाश्रम आवासियों का भोजन SPONSER किया।

आप भी अपने या प्रियजनों के जन्मदिवस, पुण्य स्मरण, वर्षगांठ या किसी अन्य अवसर पर आनन्द वृद्धाश्रम में एक समय का भोजन 3500 रु. में SPONSER करवा सकते हैं।

सम्पर्क करें ✆ + 91 95493 99993

मस्ती की पाठशाला :

झुग्गी झोपड़ी के 1 बच्चे की शिक्षा
सौजन्य सहयोग रु. 12000/- प्रति वर्ष

तारा नेत्रालय :

13 वर्षीय बालक का निःशुल्क मोतियाबिन्द ऑपरेशन

13 वर्षीय बालक मोहित सालवी को छोटी उम्र से ही मोतियाबिन्द हो गया था जिसकी एक आँख का ऑपरेशन पिछले वर्ष किया गया एवं इस वर्ष 16 अप्रैल, 2019 को दूसरी आँख का भी सफलतापूर्वक ऑपरेशन किया गया।

नेत्र चिकित्सा सेवा (मोतियाबिन्द ऑपरेशन)		
09 ऑपरेशन	06 ऑपरेशन	03 ऑपरेशन
27000 रु.	18000 रु.	9000 रु.

विनम्र अपील :

जैसा कि आपको विदित है तारा नेत्रालय (उदयपुर, दिल्ली, मुम्बई व फरीदाबाद) जरूरतमंद निर्धनों हेतु आँखों के मोतियाबिन्द के मुफ्त इलाज करते हैं। इसी प्रक्रिया में हमें अनेक महंगी मशीनों व यंत्रों की आवश्यकता पड़ती है वर्तमान में निम्न मशीनों की तुरंत आवश्यकता है, कृपया मुक्तहस्त सहयोग करें।

Auto Kerato Refractometer
ऑटो केराटो रिफ्रैक्टोमीटर

मरीजों के चश्मे के व आँख में लगने वाले लेन्स के नम्बर निकालने के काम आता है।

कीमत रु. 4,20,000/- (चार लाख बीस हजार रुपये)

A-Scan ए-स्केन

इस मशीन के द्वारा मोतियाबिन्द के मरीजों की आँख के प्रत्यारोपित किये जाने वाले लैंस का पॉवर/नम्बर निकाला जाता है।

कीमत रु. 2,00,000/- (दो लाख रुपए)

विशेष शिविर :

07.04.2019 को द पोंटी चड्डा फाउण्डेशन

कुल ओ.पी.डी : 642, चयनित मरीज : 67

सचखण्ड नानक धाम (रजि.), गुरुद्वारा रोड, इन्द्रापुरी, लोनी, गजियाबाद (उ.प्र.)

कृपया आपश्री सहमति पत्र के साथ अपनी करुणा - सेवा भेजें

आदरणीय अध्यक्ष महोदया,

मैं (नाम) .... सहयोग मद/उपलक्ष्य में/स्मृति में ....

संस्थान द्वारा संचालित सेवा कार्यों में रुपये .... का केश/चैक/डी.डी. नम्बर ....

दिनांक .... से सहयोग भेजने की सहमति प्रदान करता / करती हूँ।

मेरा पता (नाम) .... पिता (नाम) ....

निवास पता ....

लेण्ड मार्क .... जिला .... पिन कोड .... राज्य ....

फोन नम्बर घर/ ऑफिस .... मो.नं. .... ई-मेल ....

तारा संस्थान, उदयपुर के नाम पर दान-सहयोग प्रदान करें।

हस्ताक्षर

भगवान का कोई धर्म नहीं है। - महात्मा गाँधी

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, मुम्बई व फरीदाबाद 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 हैं।

दानदाताओं के सौजन्य से माह अप्रैल – 2019 में आयोजित शिविरों का संक्षिप्त विवरण

तारा नेत्रालय – उदयपुर, दिल्ली, मुम्बई व फरीदाबाद में आयोजित शिविर :

सौजन्यकर्त्ता : श्रीमती मधु – श्री प्रकाश चन्द्र महाजन – इन्दौर, श्री अमन चौहान एवं श्री अनिरुद्ध चौहान – अजमेर, श्री गोविन्द प्रसाद गौतम – कोटा, श्री विनय जैन – विजयनगर (अजमेर), श्री कांतिलाल जी – बाड़मेर

अन्य दानदाताओं के सौजन्य से देशभर में आयोजित शिविर :

**श्रीमती पुष्पलता बाटला – अम्बाला (हरि.), वर्धमान प्लाजा – दिल्ली,
श्री बाल कृष्णा मुन्दड़ा एवं श्रीमती चन्द्रकला मुन्दड़ा – मुम्बई, श्री मनोज जैन, श्रीमती ममता जैन, श्री साहिज जैन – दिल्ली
श्रीमती सुषमा – श्री सत्यभूषण जैन – दिल्ली, श्री संजय अग्रवाल (सिंघल ग्रुप ऑफ कम्पनीज) – रायपुर (छ.ग.),
श्री आबीद लखानी, निवासी – बान्द्रा (वे.) मुम्बई, श्री अजित सिंह जी एवं सपरिवार– मुनरिका, नई दिल्ली,
श्री आलोक जी गोवर – गुड़गाँव, श्री सम्पत राज एवं श्रीमती शकुंतला देवी पारेख – मुम्बई,
तेजराम सैनी, श्री भूपसिंह सैनी, प्रेमसिंह सैनी, पहलवान कुलदीप सिंह – दिल्ली,
श्रीमान निरंजन बी. वैध, श्रीमती सुरेखा निरंजन वैध, श्रीमान प्रकाश निरंजन वैध, श्रीमती प्रिति प्रकाश वैध,
श्रीमान राजेश निरंजन वैध, श्रीमती नेहा राजेश वैध, सुश्री युक्ता प्रकाश वैध, देवांश राजेश वैध – मुम्बई,**

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

स्थान : 472, सेक्टर 4 के सामने, गुड़गाँव (हरि.)

सचखण्ड नानक धाम (रजि.), गुरुद्वारा रोड, इन्द्रापुरी, लोनी, गजियाबाद (उ.प्र.)

इन 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।

विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया : कुल 17 शिविर (देशभर में)

Thanks :

NAMES AND PLACES OF THE DONORS WE ARE GRATEFUL OF

Donors are requested kindly to send their photographs along with donation for publishing in TARANSHU

Mr. Gopal Krishan - Mrs. Sarishta Gupta
Pathankot (Punjab)

Lt. Mr. Amarnath Mahajan - Mrs. Vaishno Devi
Pathankot (Punjab)

Mr. Bal Krishna - Mrs. Indu Tai Jumde
Nagpur (MH)

Mr. Ramratan - Mrs. Tulsi Devi Saarda
Nagpur (MH)

Mr. Kamal Kishore - Mrs. Usha Arora
Vasai (MH)

Mr. Prahlad - Mrs. Usha Mohne
Nagpur (MH)

Mr. Sushant - Mrs. Sudha Bhatt
Dhar (M.P.)

Mr. Hiralal Jain- Mrs. Sudesh Jain
Ludhiana (PB)

Mr. Randhir Munjal
Jalandhar (PB)

Lt. Mr. Chauthmal Dixit
Jaipur (Raj.)

Lt. Mr. Rahul Dixit
Jaipur (Raj.)

Mr. Abhishek Jain
Hazaribagh (UP)

Mr. Rajdeep Jangra
New Zealand

Mrs. Saraswati Bai
Nagpur (MH)

Lt. Mr. Bapu Lal Bhandari
Kota (Raj.)

Lt. Mr. Lalchand Deora
Udaipur

Mr. Surender K. Sharma
Dhuri - Sangrur (PB)

Mrs. Urmil Talwar
Patiala (PB)

Mr. Rakesh Mahajan
Dasuya (PB)

Mrs. Jyoti Gupta
Jammu (J&K)

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

श्री अशोक कुमार गुप्ता
जबलपुर (उ. प्र.)

सद्भावना महिला मण्डल
दिल्ली

महिलाएँ दुर्गा स्तुति मण्डल
सेक्टर 20-बी, चण्डीगढ़

श्री गोविन्द प्रसाद असावा
अजमेर (राज.)

श्रीमती किरण देवी
तोषनीवाल, विजयवाड़ा

तारा संस्थान में पधारे अतिथि महानुभावों का स्वागत सम्मान

श्रीमती एवं श्री मगन लाल वैद
असम

श्री हरिश चन्द्र मेहता एवं परिवार
दिल्ली

श्रीमती एवं श्री रामनिवास अग्रवाल
पश्चिम बंगाल

पाप से घृणा करो, पापी से प्रेम करो।

AREA SPECIFIC TARA SADHAKS

Amit Sharma
Area Delhi
Cell : 07821855747

Gopal Gadri
Area Delhi
Cell : 07821855741

Sanjay Choubisa
Area Delhi
Cell : 07821055717

Rameshwar Jat
Area Gurgaon, Faridabad
Cell : 07821855758

Kamal Didawania
Area Chandigarh (HR)
Cell : 07821855756

Ramesh Yogi
Area Lucknow (UP)
Cell : 07821855739

Narayan Sharma
Area Hyderabad
Cell : 07821855746

Vikas Chaurasia
Area Jaipur (Raj.)
Cell : 09983560006

Sunil Sharma
Area Mumbai
Cell : 07821855752

Santosh Sharma
Area Chennai
Cell : 07821855751

Prakash Acharya
Area Surat (Guj.)
Cell : 07821855726

Kailash Prajapati
Area Mumbai
Cell : 07821855738

Deepak Purbia
Area Punjab
Cell : 07821055718

Pavan Kumar Sharma
Area Bikaner & Nagpur
Cell : 07821855740

Mukesh Gadri
Area Noida, Ghaziabad
Cell : 07821855750

Krishna Gopal Yadav
Area Jodhpur, Kanpur
Cell : 07412051606

'TARA' CENTRE - INCHARGES

Shri S.N. Sharma
Mumbai
Cell : 09869686830

Shri Prem Sagar Gupta
Mumbai
Cell : 09323101733

Shri Bajrang Ji Bansal
Kharsia (C.G.)
Cell : 09329817446

Shri Dinesh Taneja
Bareilly (U.P.)
Cell : 09412287735

Shri Anil Vishvnath Godbole
Ujjain (M.P.)
Cell : 09424506021

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

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

TARA SANSTHAN BANK ACCOUNTS

ICICI Bank (Madhuban)	A/c No. 004501021965	IFSC Code : icic0000045
State Bank of India	A/c No. 31840870750	IFSC Code : sbin0011406
IDBI Bank	A/c No. 1166104000009645	IFSC Code : IBKL0001166
Axis Bank	A/c No. 912010025408491	IFSC Code : utib0000097
HDFC Bank	A/c No. 12731450000426	IFSC Code : hdfc0001273
Canara Bank	A/c No. 0169101056462	IFSC Code : cnrb0000169
Central Bank of India	A/c No. 3309973967	IFSC Code : cbin0283505
Punjab National Bank	A/c No. 8743000100004834	IFSC Code : punb0874300
Yes Bank	A/c No. 065194600000284	IFSC Code : yesb0000651

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 of I.T. Act. 1961 at the rate of 50%

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

FCRA

Tara Sansthan is registered under Foreign Contribution Regulation Act (FCRA) with the Govt of India for receiving Donations from Foreign Countries VIDE Registration No. 125690108

HUMANITARIAN ENDEAVORS OF TARA SANSTHAN

TARA NETRALAYA - Udaipur

236, Hiran Magari, Sector 6, Udaipur (Raj.) 313002, Mob. No. +91 9649399993

TARA NETRALAYA - Delhi

WZ-270, Village - Nawada, Opp. 720, Metro Pillar, Uttam Nagar, Delhi - 110059
Mob. +91 9560626661

TARA NETRALAYA - Mumbai

Unit No. 1408/7, 1st Floor, Israni Indl. Estate, Penkarpara, Nr. Dahisar Check-post, Meera Road, Thane - 401107 (Maharashtra),
Phone No. 022-28480001, +91 7821855753

TARA NETRALAYA - Faridabad

Bhatia Sewak Samaj (Regd.), N.H. - 2, Block - D, N.I.T., Faridabad - 121001 (Haryana)
Phone No. 0129-4169898, +91 7821855758

ANAND VRUDHASHRAM - Udaipur

#344/345, Hiran Magri, (In the lane of Rajasthan Hospital, Opposite Kanda House) Sector – 14, J-BLock, Udaipur - 313001 (Raj.)
Mob. +91 8875721616

RAVINDRA NATH GAUR ANAND VRUDHASHRAM - Allahabad

25/39, L.I.C. Colony, Tagor Town, Allahabad - 211022 (U.P.), Ph. No. (0532) 2465035

OM DEEP ANAND VRUDHASHRAM - Faridabad

866, Sec - 15A, Faridabad - 121007 (Haryana)
Mob. +91 7821855758

SHIKHAR BHARGAVA PUBLIC SCHOOL - Udaipur

H.O. Bypass Road, Gokul Village, Sector - 9, Udaipur - 313002 (Raj.), Mob. +91 7229995399

तारांशु (हिन्दी - अंग्रेजी) मासिक, मई - 2019
प्रेषण तिथि : 11-17 प्रति माह
प्रेषण कार्यालय का पता : मुख्य डाकघर, चेतक सर्कल, उदयपुर

समाचार पत्र पंजीयन सं. : RAJBIL/2011/42978
डाक पंजीयन क्र. : आर.जे./यू.डी./29-102/2018-2020
मुद्रण तिथि : 9 प्रतिमाह

तारा संस्थान के निःशुल्क मानवीय सेवा प्रकल्प, आपसे प्रार्थित अपेक्षित सहयोग -सौजन्य राशि

नेत्र चिकित्सा सेवा (मोतियाबिन्द ऑपरेशन)

17 ऑपरेशन - 51000 रु., 09 ऑपरेशन - 27000 रु., 06 ऑपरेशन - 18000 रु., 03 ऑपरेशन - 9000 रु., 01 ऑपरेशन - 3000 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	गौरी योजना सेवा	आनन्द वृद्धाश्रम सेवा	वृद्धाश्रम बुजुर्गों
(प्रति बुजुर्ग खाद्य सामग्री सहायता)	(प्रति विधवा महिला सहायता)	(प्रतिबुजुर्ग)	हेतु भोजन मित्ति
01 वर्ष - 18000 रु.	01 वर्ष - 12000 रु.	01 वर्ष - 60000 रु.	3500 रु.
06 माह - 9000 रु.	06 माह - 6000 रु.	06 माह - 30000 रु.	(एक समय)
01 माह - 1500 रु.	01 माह - 1000 रु.	01 माह - 5000 रु.	

1,50,000 रु. संचित निधि में जमा करवा कर आप एक विधवा महिला को आजीवन 1000 रु. प्रति माह सहयोग कर पाएँगे

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 के अन्तर्गत आयकर में 50% 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	IFSC Code : ICIC0000045
State Bank of India A/c No. 31840870750	IFSC Code : SBIN0011406
IDBI Bank A/c No. 1166104000009645	IFSC Code : IBKL0001166
Axis Bank A/c No. 912010025408491	IFSC Code : UTIB0000097
HDFC A/c No. 12731450000426	IFSC Code : HDFC0001273
Canara Bank A/c No. 0169101056462	IFSC Code : CNRB0000169
Central Bank of India A/c No. 3309973967	IFSC Code : CBIN0283505
Punjab Nationa Bank A/c No. 8743000100004834	IFSC Code : PUNB0874300
Yes Bank A/c No. 065194600000284	IFSC Code : YESB0000651

PAN CARD NO. TARA - AABTT8858J

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

'पारस'
रात्रि 8:20
से 8:40 बजे

'आस्था भजन'
प्रात: 8:40 से
9:00 बजे

बुक पोस्ट

तारा संस्थान
डीडवाणिया (रतनलाल) निःशक्तजन 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