

ऋषि प्रसाद

संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

मूल्य : ₹ 6 भाषा : हिन्दी

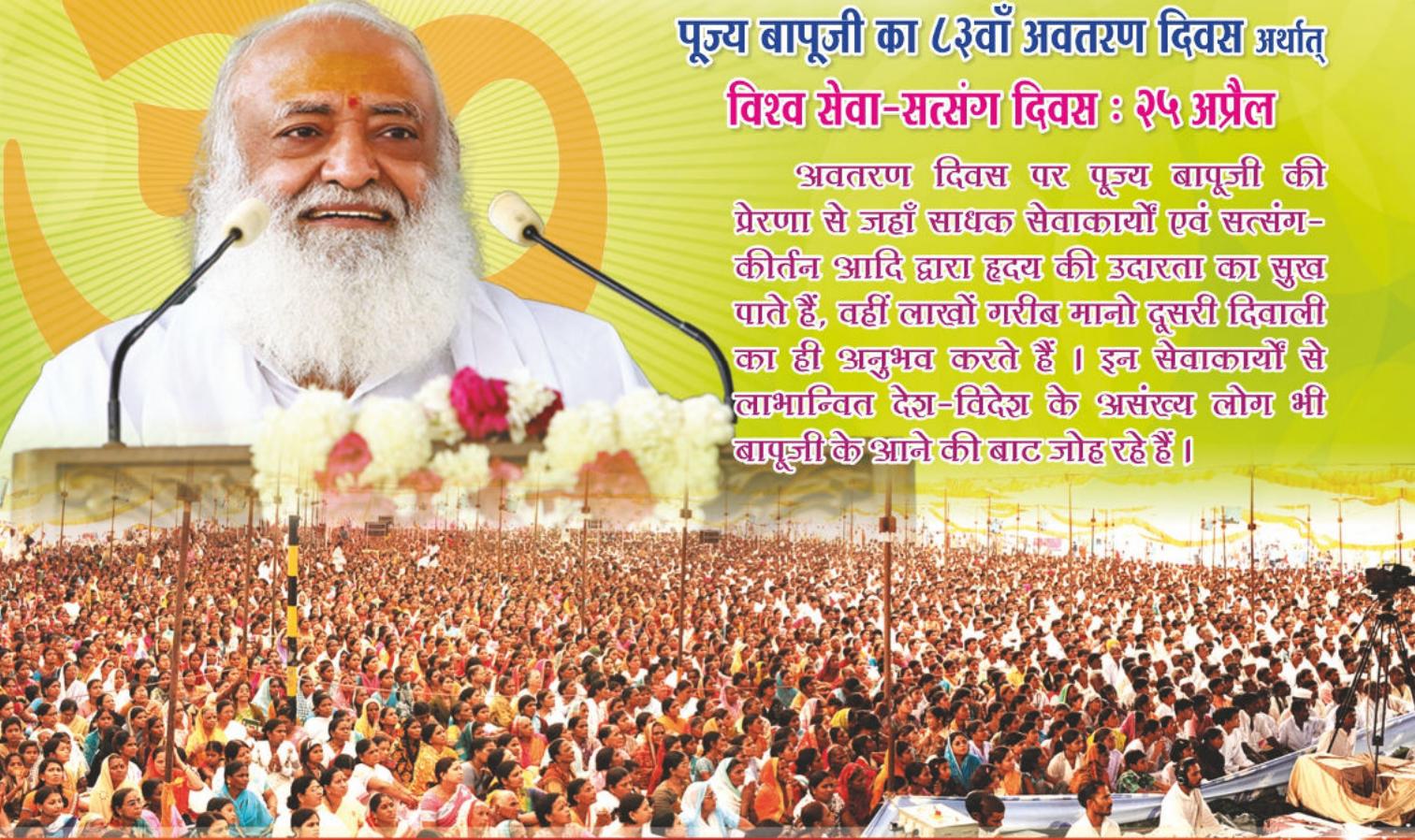
प्रकाशन दिनांक : १ अप्रैल २०१९

वर्ष : २८ अंक : १० (निरंतर अंक : ३१६)

पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

पूज्य बापूजी का ८३वाँ अवतरण दिवस अर्थात् विश्व सेवा-सत्संग दिवस : २५ अप्रैल

अवतरण दिवस पर पूज्य बापूजी की प्रेरणा से जहाँ साधक सेवाकार्यों एवं सत्संग-कीर्तन आदि द्वारा हृदय की उदारता का सुख पाते हैं, वहीं लाखों गरीब मानो दूसरी दिवाली का ही अनुभव करते हैं। इन सेवाकार्यों से लाभान्वित देश-विदेश के असंख्य लोग भी बापूजी के आने की बाट जोह रहे हैं।



पूज्य बापूजी की प्रेरणा से चलाये जा रहे सेवाकार्यों की एक झलक



सत्संग से आध्यात्मिक व भौतिक उन्नति



भोजन व सामग्री वितरण द्वारा गरीबों की सेवा



गौ सुरक्षा व पालन हेतु आत्मनिर्भर गौशालाएँ



बाल संस्कार केन्द्रों से बालकों का जीवन-निर्माण



'मातृ-पितृ पूजन दिवस' द्वारा समाज में पवित्र प्रेम का सर्जन



युवा सेवा संघ द्वारा व्यसनमुक्ति अभियान



गरीबों हेतु 'भजन करो, भोजन करो, पैसा पाओ' योजना



'तुलसी पूजन दिवस' से आध्यात्मिक व स्वास्थ्य लाभ



महिला उत्थान मंडल द्वारा कन्या गर्भपात रोको अभियान



युवाधन सुरक्षा अभियान द्वारा युवाओं को संयम हेतु प्रेरित करना

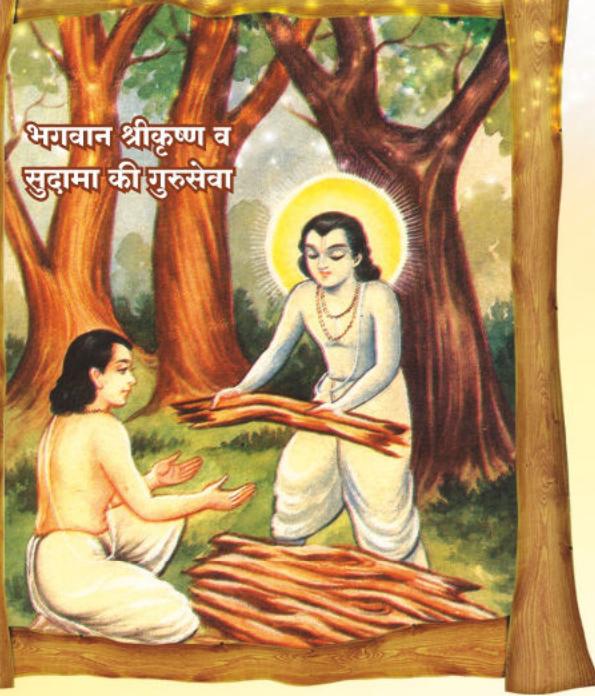


पर्यावरण
सुरक्षा अभियान



गुरुकुलों द्वारा सुसंस्कारी पीढ़ी का निर्माण
परिवारों में अनाज-वितरण

भगवान श्रीकृष्ण व
सुदामा की गुरुसेवा



गुरुसेवा क्या है एवं क्यों व कैसे करें ?

ब्रह्मवेत्ता सद्गुरु व्यापक ब्रह्मस्वरूप होते हैं ।
उनकी सेवा क्या है, कैसे करें व उसका क्या
माहात्म्य है ? आइये जानते हैं शास्त्रों व महापुरुषों
के वचनों में :

ऐसी हैं गुरुसेवा की महिमा !

भगवान ब्रह्माजी देवर्षि नारदजी से कहते हैं :

गुरुशुश्रूषया सर्व प्राप्नोति ऋषिसत्तम ॥

‘उत्तम ऋषि ! गुरुसेवा से मनुष्य सब कुछ प्राप्त करता है ।’ (स्कंदपुराण, वैष्णव खण्ड, का. मा. : २.२)

स पण्डितः स च ज्ञानी स क्षेमी स च पुण्यवान् । गुरोर्वचस्करो यो हि क्षेमं तस्य पदे पदे ॥

ब्रह्मवैर्त पुराण (१.२३.७) में आता है कि ‘वही पंडित, ज्ञानी, कल्याण का अधिकारी और पुण्यवान है जो गुरु की आज्ञा का पालन करता है । पग-पग पर उसका कल्याण होता है ।’

संत ज्ञानेश्वरजी ने कहा है : “गुरुसेवा समस्त भाग्यों की जन्मभूमि है क्योंकि गुरुसेवा ही शोकग्रस्त जीव को ब्रह्मस्वरूप बनाती है ।”

श्री उड़िया बाबाजी कहते हैं : “आत्मविचार की उत्पत्ति गुरुसेवा से होती है । जैसे भूंगी का ध्यान करते-करते कीड़ा तद्रूप हो जाता है, इसी प्रकार गुरु की सेवा में तत्पर रहने से शिष्य में गुरु के गुण आ जाते हैं ।”

शास्त्रों में आता है कि ‘गया तीर्थ में श्राद्ध करने से पितरों की सद्गति होती है ।’

पर भगवान शिवजी बताते हैं कि ‘गुरुसेवा गया प्रोक्ता...’ गुरुदेव की सेवा ही तीर्थराज गया है ।

अतः नित्य गुरुसेवा करनेवाले को गया तीर्थ का फल ऐसे ही प्राप्त हो जाता है । उसके पितरों की सद्गति में तो शंका ही नहीं है ।

स्वामी मुक्तानंदजी कहते हैं : “शास्त्रमार्ग पर चलनेवाला तो कोई विरला ही तरता है परंतु गुरुमार्ग से जानेवाले सब-के-सब तर जाते हैं । जो भगवान को ढूँढ़ने जाता है, वह भगवान को ढूँढ़ता ही रहता है पर जो गुरु की सेवा करता है, उसको भगवान ढूँढ़ने आते हैं कि वह कहाँ सेवा कर रहा है ।

सुतीक्ष्ण बड़ा गुरुभक्त था । गुरुभक्ति की महिमा को समझ के रामजी सुतीक्ष्ण के गुरु के साथ उसकी कुटी में उससे मिलने आये । रामजी को देख के उसे कुछ विस्मय नहीं हुआ । सद्गुरु उसके लिए भगवान राम से भी बहुत ज्यादा बढ़े थे । उसने पहले सद्गुरु को ही नमन किया, फिर रामजी को । रामजी उसे सच्चा गुरुभक्त जान के बढ़े प्रसन्न हो गये ।”

गुरुसेवा का वास्तविक अर्थ

श्री आनंदमयी माँ से किसी भक्त ने पूछा : “माँ ! गुरुसेवा क्या है ?” तब उन्होंने गुरुसेवा की परिभाषा स्पष्ट बताते हुए कहा : “बिना विचारे गुरु के आदेश का पालन करना ।”

गुरुभक्तियोग का सिद्धांत है कि सद्गुरु जो आज्ञा करें वह कार्य बिना विचारे हृदयपूर्वक करना चाहिए और जिस कार्य की मना करें वह कदापि नहीं करना चाहिए । अपनी अल्प मति के तर्क-कुतर्क का शिकार नहीं होना चाहिए ।

(शेष पृष्ठ २८ पर)

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, ओडिया, तेलुगु, कन्नड, अंग्रेजी,
सिंधी, सिंधी (देवनागरी) व बंगली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : २८ अंक : १० मूल्य : ₹ ६

भाषा : हिन्दी निरंतर अंक : ३१६

प्रकाशन दिनांक : १ अप्रैल २०१९

पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

चैत्र-वैशाख वि.सं. २०७५-७६

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम

प्रकाशक : धर्मेश जगराम सिंह चौहान

मुद्रक : राघवेन्द्र सुभाषचन्द्र गादा

प्रकाशन स्थल : संत श्री आशारामजी आश्रम,

मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग,

साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुजरात)

मुद्रण स्थल : हरि ३० मैन्युफैक्चरर्स, कुंजा पतरालियों,

पांठा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५

सम्पादक : श्रीनिवास र. कुलकर्णी

सहसम्पादक : डॉ. प्रे.खो. मकवाणा

संरक्षक : श्री सुरेन्द्रनाथ भार्गव

पूर्व मुख्य न्यायाधीश, सिक्किम; पूर्व

न्यायाधीश, राज. उच्च न्यायालय; पूर्व अध्यक्ष,

मानवाधिकार आयोग, असम व मणिपुर

कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी

प्रकार की नकद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक

द्वारा न भेजें। इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने

पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी। अपनी राशि

मनीऑर्डर या डिमांड ड्राफ्ट ('हरि ओम मैन्युफैक्चरर्स'

(Hari Om Manufactureres) के नाम

अहमदाबाद में देय) द्वारा ही भेजने की कृपा करें।

सम्पर्क पता :

'ऋषि प्रसाद', संत श्री आशारामजी आश्रम,

संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग,

साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुज.)

फोन : (०૭૯) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८

केबल 'ऋषि प्रसाद' पृष्ठात हेतु : (०७९) ३९८७७७४२

Email : ashramindia@ashram.org

Website : www.ashram.org,

www.rishiprasad.org

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित) भारत में

अवधि	हिन्दी व अन्य	अंग्रेजी
वार्षिक	₹ ६५	₹ ७०
द्विवार्षिक	₹ १२०	₹ १३५
पंचवार्षिक	₹ २५०	₹ ३२५
आजीवन (१२ वर्ष)	₹ ६००	---

विदेशों में (सभी भाषाएँ)

अवधि	सार्क देश	अन्य देश
वार्षिक	₹ ३००	US \$ 20
द्विवार्षिक	₹ ६००	US \$ 40
पंचवार्षिक	₹ १५००	US \$ 80

Opinions expressed in this publication are not necessarily of the editorial board.
Subject to Ahmedabad Jurisdiction.

इस अंक में...

- ❖ गुरुसेवा क्या है एवं क्यों व कैसे करें ? २
- ❖ गुरु संदेश * असली जीत किनकी होती है ? ४
- ❖ साधक सावधान रहें ! ५
- ❖ साधना प्रकाश * ...और यह जीव मुक्त हो जाता है ६
- ❖ पहले खुद को पहचानो ७
- ❖ अनुष्ठान का सुनहरा अवसर ७
- ❖ गीता अमृत * भगवान की जिम्मेदारी है पर आप विश्वास नहीं करते ८
- ❖ शास्त्र दर्पण * 'मुझमें अहंकार नहीं' यह जानना ही अहंकार है ९०
- ❖ महाभारत * भगवान किनसे पाते हैं अपने घर की समस्या का हल ? ११
- ❖ पर्व मांगल्य * ऐसा जन्मदिवस मनाना परम कल्याणकारी है ! १२
- ❖ पूज्य बापूजी के जीवन-प्रसंग * उनकी महिमा बरनी न जाय... १४
- ❖ काव्य-गुंजन * दरश बिन बहुत दिन बीते - रा. शर्मा १६
- ❖ ऋषि ज्ञान प्रसाद * सेवा-धर्म देता है अनमोल हीरा १७
- ❖ योग-वेदांत-सेवा * प्रवृत्ति में भी उसका ध्यान करें १७
- ❖ * सेवक कैसा हो ?
- ❖ विद्यार्थी संस्कार * मनोबल-बुद्धिबल विकसित करने के लिए... १८
- ❖ * कैसी हो शिक्षा ?
- ❖ तेजस्वी युवा * सफल व महान बनने की महान कुंजी : संयम २०
- ❖ महिला उत्थान * जीवन को सफल बनानेवाले सीताजी के... २१
- ❖ तत्त्व दर्शन * ब्रह्म-साक्षात्कार के लिए आओ करें... २३
- ❖ मूर्ख शिरोमणियों की खोज २४
- ❖ बिना किसी शर्त के ईश्वर का दर्शन ! - स्वामी अखंडानंदजी २५
- ❖ संतों की हितभरी अनुभव-वाणी २६
- ❖ जीवन जीने की कला * साधन-जगत का मेरुदंड : मंत्रजप २७
- ❖ भक्तों के अनुभव * शांति-आनंद घर बैठे पाया - चन्द्रकांत २९
- ❖ आप कहते हैं... ३०
- ❖ * ...तो लोकतंत्र के स्तम्भों के प्रति आस्था बनी रहेगी
- ❖ संस्था समाचार * विश्व महिला दिवस पर महिलाओं ने की माँग ३१
- ❖ शरीर स्वास्थ्य ३२
- ❖ * प्राकृतिक नियमों का करें पालन, बना रहेगा स्वस्थ जीवन
- ❖ * गर्भियों में स्वास्थ्य-सुरक्षा हेतु * गर्भी के प्रकोप से बचने हेतु
- ❖ अनमोल कुंजियाँ * इससे आपके घर में सुख-शांति की वृद्धि होगी ३४
- ❖ * तनावमुक्ति का सुंदर उपाय * परमात्मा उसीको मिलते हैं जो...

विभिन्न चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग



रोज सुबह ७-०० बजे



रोज रात्रि १०-०० बजे



इंटरनेट चैनल
www.ashram.org/live



रोज सुबह ७ व रात्रि ० बजे

- * 'ईश्वर' टी.वी. चैनल टाटा स्काई (चैनल नं. १०६८), डिश टी.वी. (चैनल नं. १०५७), विडियोकॉर्न (चैनल नं. ४८८) तथा जीटीपीएल, डेन, फास्टवे, हाथवे, इन डिजिटल आदि केबलों एवं 'Jio Tv' एंड्रोइड एप पर उपलब्ध हैं।
- * 'डिजियाना दिव्य ज्योति' चैनल मध्य प्रदेश में 'डिजियाना' केबल (चैनल नं. १०९) पर उपलब्ध है। * 'प्रार्थना' चैनल जम्मू में TechOne Cable पर उपलब्ध है।

Download Rishi Prasad Official, Rishi Darshan & Mangalmay Official Apps

ऐसा जन्मदिवस मनाना परम कल्याणकारी है !

(पूज्य बापूजी का ८३वाँ अवतरण दिवस : २५ अप्रैल)

- पूज्य बापूजी

जन्मदिवस बधाई हो ! पृथ्वी सुखदायी हो, जल सुखदायी हो, तेज सुखदायी हो, वायु सुखदायी हो, आकाश सुखदायी हो....

जन्मदिवस बधाई हो....
इस प्रकार जन्मदिवस जो लोग मनाते-मनवाते हैं, बहुत अच्छा है, ठीक है लेकिन उससे थोड़ा और भी आगे जाने की नितांत आवश्यकता है।

जन्मोत्सव मनायें लेकिन विवेकपूर्ण मनाने से बहुत फायदा होता है।

विवेक में अगर वैराग्य मिला दिया जाय तो और विशेष फायदा होता है। विवेक-वैराग्य के साथ यदि भगवान के जन्म-कर्म को जाननेवाली गति-मति हो जाय तो परम कल्याण समझो।

कारणं गुणसङ्गोऽस्य सदसद्योनिजन्मसु ॥

(गीता : १३.२१)

ऊँच और नीच योनियों में जीवात्मा के जन्म लेने का कारण है गुणों का संग। हम जीवन में कई बार जन्मते रहते हैं। शिशु जन्मा, शिशु की मौत हुई तो बालकपन आया। बालक मरा तो किशोर का जन्म हुआ। किशोर मरा तो युवक का जन्म हुआ।... 'मैं सुखी हूँ...' ऐसा माना तो आपका सुखमय जन्म हुआ, 'मैं दुःखी हूँ' माना तो उस समय आपका दुःखमय जन्म हुआ। तो इन गुणों के साथ संग करने से ऊँच-नीच योनियों में जीव भटकता है। स्थूल शरीर को पता नहीं कि 'मेरा

जन्म होता है' और आत्मा का जन्म होता नहीं। बीच में है सूक्ष्म शरीर और वह जिस समय जिस भाव में होता है उसी भाव का उसका जन्म माना जाता है।

भगवान श्रीकृष्ण इन सारे जन्मों से हटाकर हमें दिव्य जन्म की ओर ले जाना चाहते हैं। वे कहते हैं :

**जन्म कर्म च मे
दिव्य-मेवं
यो वेति तत्त्वतः ।
त्यक्त्वा देहं पुनर्जन्म
नैति मामेति सोऽर्जुन ॥**

(गीता : ४.९)

भगवान में अगर जन्म और कर्म मानें तो भगवान का भगवानपना सिद्ध नहीं होता। भगवान को भी जन्म लेना पड़े और कर्म करना पड़े तो भगवान किस बात के ? अगर भगवान में जन्म और कर्म नहीं मानते हैं तो भगवान में आना-जाना, उपदेश देना, युद्ध करना, संधिदूत बनना अथवा 'हाय सीते ! हाय लक्ष्मण !!...' करना - ये क्रिया व दर्शन जो हो रहे हैं वे सम्भव नहीं हैं।

वेदांत-सिद्धांत के अनुसार इसको बोलते हैं विलक्षण लक्षण। इसमें भगवान में जो लक्षण जीव के लक्षणों से मेल न खायें और ईश्वर (ब्रह्म) के लक्षणों से मेल न खायें फिर भी दोनों दिखें उनको बोलते हैं विलक्षण लक्षण, अनिर्वचनीय। भगवान का जन्म और कर्म दिव्य कैसे ? बोले अनिर्वचनीय





विद्यार्थी संस्कार



मनोबल-बुद्धिबल विकसित करने के लिए...

- पूज्य बापूजी

कमजोर मन का, कमजोर हृदय का व्यक्ति हो या भोंदू-से-भोंदू (बुद्ध) अथवा कितना भी दब्बू विद्यार्थी हो, वह पीपल, तुलसी की परिक्रमा करे, उन्हें स्पर्श करे^१ और वहाँ प्राणायाम करे। गहरा श्वास लेकर भगवन्नाम जपते हुए १ मिनट अंदर रोके। फिर श्वास धीरे-धीरे छोड़ दे और स्वाभाविक २-४ श्वास ले। फिर पूरा श्वास बाहर निकाल के ५० सेकंड बाहर रोके। दोनों मिलाकर १ प्राणायाम हुआ। ऐसे ४-५ प्राणायाम शुरू करे। धीरे-धीरे कुछ दिनों के अंतराल में ५-५ सेकंड श्वास रोकना बढ़ाता जाय। इस प्रकार ८०-१०० सेकंड श्वास भीतर रोके और ७०-८० सेकंड बाहर रोके। इससे प्राणबल, मनोबल, बुद्धिबल व रोगप्रतिकारक बल बढ़ेगा।

पीपल की परिक्रमा से हृदय के रोगियों को भी फायदा होता है। हम भी बचपन में पीपल को सींचते थे और थोड़ी प्रदक्षिणा करते थे। हम दब्बू नहीं हैं यह हमें भरोसा है। थोड़ा-सा ही पढ़ते थे पर १०० में से १०० अंक लाते, कक्षा में प्रथम स्थान आता था। पढ़ के फिर चले जाते किसी शांत जगह पर और ध्यान में बैठ जाते थे।

जिनको बुद्धि विकसित करनी हो, बुद्धि का काम जो करते हैं उनको प्याज, लहसुन और तामसी भोजन (बाजारु, बासी व जूठा भोजन, चाय, कॉफी, ब्रेड, फास्टफूड आदि) से बचना चाहिए। देर रात के भोजन से बचना चाहिए। सात्त्विक भोजन



करने से बुद्धि और ज्ञानतंतु पुष्ट होते हैं और सुषुप्त ऊर्जा जागृत होती है।

विद्यार्थी के जीवन में अगर सारस्वत्य मंत्र व साधक के जीवन में ईश्वरप्राप्ति का मंत्र और मार्गदर्शन मिल जाय किन्हीं परमात्म-अनुभूतिसम्पन्न महापुरुष द्वारा तो वह व्यक्ति तो धन्य हो जायेगा, शिवजी कहते हैं :

धन्या माता पिता धन्यो गोत्रं
धन्यं कुलोद्भवः ।
धन्या च वसुधा देवि यत्र
स्याद् गुरुभक्तता ॥

उसके माता-पिता, कुल-गोत्र भी धन्य हो जायेंगे, समग्र धरती माता धन्य हो जायेगी।

इन्हें छोड़कर ही चैन लो

- संत पथिकजी

कुसंग या कुसंस्कार से यदि मन में कुटिलता हो, नेत्रों में चपलता हो, हाथों-पैरों में चंचलता हो, दूसरों के अपकार की या किसीको हानि पहुँचाने की भावना हो और किसीके सुसंग से या सदबुद्धि से अपने भीतर के इन दोषों का ज्ञान हो जाय तो इन्हें छोड़कर ही चैन लो।

प्रेरणा-ज्योति

आत्मविश्वास पुरुषार्थ है, जीवन की सम्पदा अचल, ब्रह्मचर्य से चित्त-वन महके, निखर उठे बुद्धिबल। एकाग्रता दृढ़ता संयम से, मन निर्भय हो निश्चल, परिश्रम उमंग आत्मविश्राम से, हो हर कार्य सफल ॥

१. रविवार को पीपल का स्पर्श करना वर्जित है।

जीवन को सफल बनानेवाले सीताजी के १२ दिव्य गुण - पूज्य बापूजी

(श्री सीता नवमी : १३ मई)

पद्म पुराण (भूमि खंड, अध्याय ३४) में स्त्री के जिन १२ दिव्य गुणों का वर्णन आता है, वे सारे-के-सारे सद्गुण सीताजी में थे।

स्त्री का पहला सद्गुण है रूप। अपने रूप को साफ-सुथरा और प्रसन्न-वदन रखना चाहिए, कृत्रिमता (फैशन) की गुलामी नहीं करनी चाहिए।

सीताजी में दूसरा गुण

था शील। शील माने लज्जा। स्त्री का आभूषण है लज्जा। तू-तड़ाके की भाषा या फटाक-से बोल देना नहीं, बेशर्मी नहीं; लज्जा और संकोच करके पुरुषों के बीच बात करने का सद्गुण होता है शीलवान नारियों में।

सीताजी में तीसरा सद्गुण था सत्य वचन। सीताजी सारागर्भित बोलतीं, सत्य बोलतीं, दूसरों को मान देनेवाला बोलतीं और आप अमानी रहती थीं।

चौथा सद्गुण था आर्यता (सदाचार)। दुर्गुण-दुराचार में जो रत हैं उन महिलाओं की गंदगी अपने चित्त में या व्यवहार में न आये। छल-छिद्र, कपट का स्वभाव अपना न बने, सीता माता की नाई अपने हृदय में सदाचार की भावना बढ़ती रहे इसका ख्याल रखना भारत की देवियाँ!

पाँचवाँ सद्गुण था धर्म-पालन। सीताजी वार-त्यौहार, तिथि के अनुरूप आचरण करतीं और घर का भोजन आदि बनाती थीं।

छठा सद्गुण था सतीत्व (प्रतिव्रत्य)।



सद्गुरु वसिष्ठजी का पूजन करते हुए
माता सीताजी व प्रभु श्रीरामजी



श्रीरामचन्द्रजी के सिवाय उनको और जो भी पुरुष दिखते वे अपने सपूत्रों जैसे दिखते या बड़ी उम्र के हों तो पिता की नाई दिखते - ऐसा सद्गुण सीताजी में था। सीताजी के चित्त में स्वप्न में भी परपुरुष को पुरुषरूप में देखने की वृत्ति नहीं जगती थी। वे उत्तम पतिव्रता देवी थीं। पाषाण की मूर्ति में दृढ़ भक्ति करने से वहाँ से मनोवांछित फल मिलता है तो पति में तो साक्षात् परमात्म-सत्ता है।

उसके दोष या ऐब न देखकर

उसमें परमात्म-सत्ता को देख के सेवा करने का सद्गुण - यह एक बड़ा भारी सद्गुण है, अपने-आपमें बहुत ऊँची बात है।

सातवाँ सद्गुण था दृढ़ता। रावण

जब सीताजी को रिझाने-समझाने आता है तो सीताजी तिनका रख देती हैं। फिर महीनोंभर सीताजी रहीं, रावण तिनके की रेखा से आगे नहीं आया।

आठवाँ सद्गुण है साहस। सीताजी जब अशोक वाटिका में रहती थीं तब राक्षस-राक्षसियाँ रावण के कहने से उन्हें डराने आते थे लेकिन सीताजी डरती नहीं थीं। अंदर से हँसती थीं कि 'ये सब माया के खिलौने हैं, आत्मा अमर है। ये सब मन के डरावने खेल हैं। मैं क्यों डरूँ?'

सीताजी में नौवाँ सद्गुण था मंगल गान। सीताजी ने कष्ट, प्रतिकूलताएँ सब कुछ सहा फिर भी कभी रामजी के प्रति फरियाद नहीं की। सदा उनका यश ही गाती रहीं।

नारी का दसवाँ सद्गुण है कार्य-कुशलता।

...तो लोकतंत्र के स्तम्भों के प्रति आस्था बनी रहेगी

श्री श्री १००८ महामंडलेश्वर स्वामी चन्द्रेश्वर गिरिजी, श्री सिद्धपीठ चंडी मंदिर धाम, ललितपुर : आशारामजी बापू पर आरोप लगानेवाली लड़की की मेडिकल रिपोर्ट के अनुसार उसके साथ कोई भी यौन-शोषण तथा शारीरिक शोषण नहीं हुआ है। मेडिकल रिपोर्ट भी नकार रही है व लड़की जो समय बताती है उस समय (९ से १०:४५-११:०० बजे तक) तो बापूजी सत्संग में थे और फिर बापूजी की उपस्थिति में शिवगंज के अर्जुन कुमार की सुकन्या की मँगनी का कार्यक्रम हुआ। ११:४५ बजे तक बापूजी लोगों के बीच थे। अर्जुन कुमार स्वयं कोर्ट में गवाही दे रहे हैं। उस कार्यक्रम के कई गवाह थे, जिनमें से कुछ गवाहों की गवाही तथा कार्यक्रम के फोटोग्राफ्स कोर्ट के रिकॉर्ड पर भी हैं।



आश्चर्य तो यह है कि बीमार लड़की को आशाराम बापू जैसे महापुरुष बुलायेंगे, षड्यंत्र रचेंगे! मानव-तस्करी और गैंगरेप जैसा ये महापुरुष सोच भी नहीं सकते ऐसी गंदी, झूठी धाराएँ लगाकर उनको फँसाया गया है, यह जगजाहिर है। बापू को इलाज के लिए भी जमानत नहीं मिली जबकि दूसरे कई लोग ऐसे आरोप में जमानत पर बाहर हैं। हिन्दू धर्म के संतों के साथ ऐसा अमानवीय व्यवहार!

हम कोर्ट का सम्मान करते हैं लेकिन उसे ध्यान रखना होगा कि जो लोग देश की न्याय-प्रणाली के प्रति आस्था रखते हैं उन्हें उसके प्रति अनास्था न हो जाय। कोर्ट इस चीज को गहराई से ले और ध्यान दे कि फैसले लेने में हमसे कोई चूक

तो नहीं हो रही है! कपोलकल्पित आरोप लगा के आशाराम बापूजी और दूसरे कई संतों को जेल भेजा गया। एक भरे-पूरे देश की संस्कृति को नष्ट करने का यह कुचक्र है। षड्यंत्रकारी गतिविधियों से जनमानस को भी जागृत होना चाहिए और सही तथ्य सामने आना चाहिए। आशारामजी बापू को शीघ्र न्याय मिलना चाहिए। इससे निश्चित ही लोकतंत्र के स्तम्भों के प्रति जनता की आस्था बनी रहेगी। संतजन तो यही चाहते हैं कि वह आस्था बनी रहे, और भी बढ़े।

महामंडलेश्वर आचार्य श्री स्वामी चित्प्रकाशनंद गिरिजी :



जो भी संत आदिवासी क्षेत्रों में सेवाकार्य करते हैं, वहाँ धर्मात्मण नहीं होने देना चाहते, निश्चित मानिये ईसाइयों का जो षड्यंत्र है उसमें उनको फँसकर कीमत चुकानी ही पड़ती है। किसी-न-किसीको हिन्दू राष्ट्र के लिए, हिन्दू धर्म के लिए यह सब कुछ सहन करना पड़ता है, आशारामजी बापू वह सहन कर रहे हैं।

किसी भी संत के साथ, राष्ट्र व धर्म के रक्षक के साथ यह जो कुछ भी हो रहा है वह एक बहुत बड़ा षड्यंत्र है। पूरे राष्ट्र को मिलकर संत का साथ देना चाहिए।

श्री श्री १०८ श्री स्वामी



सुदर्शनाचार्यजी, अध्यक्ष, श्री नृसिंह मानव कल्याण समिति, प्रयागराज : संत आशारामजी बापू के प्रकरण में विदेशी लोगों का हाथ है। वे जानते हैं कि यदि भारत को नष्ट करना है तो हथियार की आवश्यकता नहीं है

प्राकृतिक नियमों का करें पालन, बना रहेगा स्वस्थ जीवन

(गतांक का शेष)

(५) बैठने-चलने का सही ढंग : गलत ढंग से बैठने, खड़े होने या चलने से हमारी कार्यक्षमता व जीवनीशक्ति की हानि होती है। अतः इस संदर्भ में कुछ बातों का ध्यान रखें :

* दोनों नितम्ब बैठनेवाले स्थान पर समानरूप से रखने चाहिए।

* रीढ़ की हड्डी अपने प्राकृतिक झुकावोंसहित सीधी रहनी चाहिए। इससे शरीर की सभी नस-नाड़ियाँ, जो शरीर के सभी भागों को शक्ति देती हैं, वे अच्छी तरह से कार्य करती हैं। मेरुदंड सीधा नहीं रखने से इन नाड़ियों पर अनावश्यक दबाव पड़ता है। इसका बुरा

प्रभाव शरीर के अन्य अंगों पर पड़ता है और वे सामान्यरूप से कार्य नहीं करते हैं। जब शरीर सीधा रखा जाता है तो छाती उभरी रहती है। इसके गोलाकार और फैले रहने से हृदय और फेफड़ों के लिए पर्याप्त स्थान मिलता है, जिससे वे अपनी पूरी कार्यक्षमता से कार्य कर पाते हैं।

* सिर को ऐसी सीधी स्थिति में रखना चाहिए कि गर्दन के आगे और पीछे के भाग की मांसपेशियाँ दबाव या तनाव रहित रहें।

(६) आवेगों को न रोकें : कक्षा में पढ़ते समय कई विद्यार्थी मल-मूत्र के आवेगों को रोके रखते हैं। अधिक समय तक मल को रोकने से वह सड़ने लगता है तथा आगे चलकर उसका निष्कासन करनेवाले अंग दुर्बल हो जाते हैं और निष्कासन-समय होने पर भी हमें संकेत नहीं दे पाते, जिससे कब्ज, पेट के रोग, कृमि, जोड़ों का दर्द, सिरदर्द,

यकृत (liver) व गुर्दे (kidneys) के रोग जैसी अनेक बीमारियाँ हो सकती हैं। शौच आदि से निवृत्त होकर ही विद्यालय या कार्यालय जायें तथा मल-मूत्र को न रोकें।

(७) ब्रह्मचर्य-पालन : जिन्हें बल, बुद्धि, स्वास्थ्य, एकाग्रता व प्रसन्नता चाहिए हो, उन्नत जीवन जीना हो तथा जीवन के महानतम लक्ष्य परमात्मा की प्राप्ति करना हो, उन्हें वीर्यक्षय न हो

इसका विशेष ध्यान रखना चाहिए। जो फिल्में, सीरियल, अश्लील वेबसाइट्स देखते हैं, कामोत्तेजक साहित्य पढ़ते हैं, लड़कियाँ लड़कों से व लड़के लड़कियों से हँसी-मजाक या स्पर्श करते हैं वे उपरोक्त बातों में सफल नहीं

हो पाते और पतन, तबाही के शिकार हो जाते हैं। उनका जीवन ओज-तेजहीन, उत्साह व शक्ति हीन होने लगता है तथा नपुंसकता की तरफ घसीटा जाता है। अतः 'दिव्य प्रेरणा-प्रकाश' पुस्तक का नित्य पठन कर ब्रह्मचर्य का दृढ़ता से पालन करें।

(८) जैविक घड़ी पर आधारित दिनचर्या : अच्छे स्वास्थ्य की उत्तम कुंजी है जैविक घड़ी पर आधारित दिनचर्या। इसके अंतर्गत प्रातः ३ से ५ बजे के बीच प्राणायाम, ५ से ७ के बीच मलत्याग, ७ से ९ के बीच सम्भव हो तो दूध (भोजन से २ घंटे पूर्व) या फलों के रस का सेवन, ९ से ११ के बीच भोजन, शाम ५ से ७ के बीच भोजन, रात्रि ७ से ९ के बीच अध्ययन तथा ९ से ३ बजे तक नींद लेना विशेष लाभकारी है। पूज्य बापूजी द्वारा बतायी गयी यह दिनचर्या सर्वांगीण विकास में बहुत सहायक है। □



प्राकृतिक जड़ी-बूटियों व उत्तम गुणवत्ता से युक्त, प्राणिजन्य वर्द्धक हित

हर्बल साबुनों की शृंखला

- * त्वचा में निखार, सौंदर्य अपार
- * दुर्गंध करें दूर, सुगंधों से भरपूर
- * रोगाणु भगायें, प्रसन्नता जगायें
- * रोमकूप खोलें, मन भी डोले
- * रहें तरोताजा, स्वास्थ्य के राजा
- * कील-मुँहासे ? न हों रुआँसे
- * 'सेवा' का भाव, सस्ते में पाओ
- * खुद ले जाओ, भेंट दो-दिलाओ



- च्येमेली : ताजगी, प्रसन्नता, मुलायमता दायक
- पंचगत्वा : पाप व रोग नाशक, पुण्यप्रद
- चंदन : चंदनयुक्त, शीतल, आहातप्रद
- मुलतानी नीम तुलसी : रोगप्रतिकारक, त्वचारोगों में लाभप्रद
- संतरा : एंटीसेप्टिक, तैलीय त्वचा हेतु
- गुलाब : मस्तिष्क-पोषक, सुकोमलताप्रद
- गिलसरीन सोप : नीम व तुलसी अर्कयुक्त
- वृक्षकुमारी : कांति निखारे, कील-मुँहासे हटाये
- मुलतानी : रोमकूप खोले, गर्मी भगाये

रक्त, मांस व वीर्य वर्धक,
योषक तत्त्वों से भरपूर

योग्यिक खजूर

वर्षभर कर सकते हैं खजूर का यथोचित उपयोग



3 किलो खजूर
लेने पर पाइये
1 किलो खजूर
निःशुल्क !

शीतलता-प्रदायक, स्वास्थ्यवर्धक गुणकारी शरबत व पेय

गुलाब शरबत	पलाश शरबत	ब्राह्मी शरबत	आँवला-अदरक शरबत	लीची पेय	सेब पेय	मैंगो औज	अग्रागास पेय	आँवला सस
सुमधुर, जायकेदार, शारीरिक व मानसिक थकावट को मिटानेवाला।	जलन, प्यास आदि में लाभदायक, गर्मी सहने की शक्ति बढ़ानेवाला।	स्मरणशक्ति, वर्धक, दिमाग को शांत व ठंडा रखने में सहायक।	रोगप्रतिकारक शक्ति, पुष्टि व भूख वर्धक, लीवर, हृदय व मस्तिष्क हेतु हितकर, पेट के रोगों में लाभदायी।	कमजोरी को दूर व शरीर को पुष्ट करने वाला तथा पाचनक्रिया को मजबूत बनानेवाला।	उत्तम स्वास्थ्य हेतु पोषण और स्वाद से भरपूर अनोखा मिश्रण।	सप्तधातु वर्धक व उत्तम हृदय-पोषक।	रोग-प्रतिरोधक क्षमता, पाचनशक्ति तथा नेत्रज्योति वर्धक।	गर्मीशामक, वीर्यवर्धक, त्रिदोषशामक तथा पित्तजन्य विकारों में लाभदायक।



wt. = Net weight

साबुन, शरबत, पेय, अगरबत्तियाँ आदि सत्साहित्य सेवाकेन्द्रों एवं संत श्री आशारामजी आश्रम की समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त कर सकते हैं। रजिस्टर्ड पोस्ट से मँगवाने हेतु सम्पर्क करें : (०९९) ३९८७७७३०, ई-मेल : contact@ashramestore.com अन्य उत्पादों व सभीके विस्तृत लाभ आदि की जानकारी के लिए एवं घर बैठे सामग्री प्राप्त करने हेतु गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड करें : "Ashram eStore" App या विजिट करें : www.ashramestore.com

विश्व महिला दिवस पर महिलाओं ने की पूज्य गापूजी की रिहाई की मँग

निकालीं संरक्षि रक्षा यात्राएँ, सौंपे ज्ञापन



पुणे



ज्ञावुआ (म.प्र.)



वडोदरा

RNI No. 48873/91
RNP. No. GAMC 1132/2018-20
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-2020)
Licence to Post Without Pre-payment.

WPP No. 08/18-20
(Issued by CPMG UK, valid upto 31-12-2020)
Posting at Dehradun G.P.O. between
1st to 17th of every month.
Date of Publication: 1st April 2019



लुधियाना



नागपुर



सुरत

प्राप्ति-स्थान : देखें आवरण पृष्ठ 3 के अंत में

प्राप्ति-स्थान : देखें आवरण पृष्ठ 3 के अंत में



बदलापुर (महा.)



सहारनपुर (उ.प्र.)



जम्मू



दुर्ग (छ.ग.)

प्राप्ति-स्थान : देखें आवरण पृष्ठ 3 के अंत में



इंदौर



लुनावाड़ा (गुज.)



खरगोन (म.प्र.)



भोपाल

प्राप्ति-स्थान : देखें आवरण पृष्ठ 3 के अंत में



सिल्वासा (दादा एवं नगर हवेली)



मेहसाणा (गुज.)



सीहोर (म.प्र.)



अम्रावती (महा.)

प्राप्ति-स्थान : देखें आवरण पृष्ठ 3 के अंत में



बैंगलुरु

युवा सेवा संघ के तेजरवी युवा शिविरों की झलकें



आग्रा



रायपुर (छ.ग.)



नागपुर

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।

आश्रम, समितियाँ एवं साधक-परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें।

क्या क्लाइंटों में भन नहीं लगता ? क्या दृश्यान-भजन में कंक नहीं आ देता ?

आपकी भवित, सरसता और शांति बढ़ाने हेतु प्रस्तुत हैं मनभावन सुंगंधोवालीं, प्राकृतिक द्रव्यों से निर्मित

‘संत सेवा’ अगरबत्तियाँ

सुगंधिं पुष्टिवर्धनम्...

भुगंधिं भवितव्यर्थनम्...

* आहाददायक, वातावरण को बनायें पवित्र व पॉजिटिव एनर्जी से भरपूर * तनाव करें दूर, एकाग्रता बढ़ाने में मददरूप * मनःशांति प्रदायक व आध्यात्मिक वातावरण के निर्माण में सहायक * बाजारु अगरबत्तियों से अनेक गुना गुणवत्तायुक्त एवं सस्ते दामोवालीं



₹ 10
45 ग्राम

₹ 10
45 ग्राम

₹ 10
45 ग्राम

₹ 15
65 ग्राम

₹ 10
45 ग्राम

₹ 10
45 ग्राम

₹ 20
150 ग्राम

₹ 25
50 ग्राम

₹ 10
60 ग्राम

₹ 20
50 ग्राम

प्राप्ति-स्थान : देखें आवरण पृष्ठ 3 के अंत में