समाज और संत के बीच लोक कल्याण हेतु सेतु बननेवाला महापुण्य का भागी होता है ।

संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

मूल्य : ₹ ३.५०

लोक कल्याण सेतु

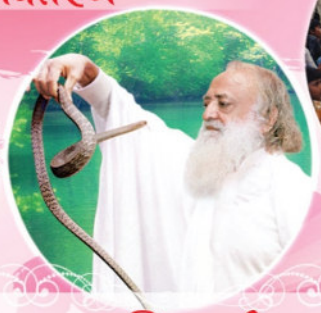
● प्रकाशन दिनांक : १५ मार्च २०१५

● वर्ष : १८ ● अंक : ९ (निरंतर अंक : २१३)

मासिक समाचार पत्र

प्राणिमात्र के कल्याण के लिए होता है

संत-अवतरण



पूज्य संत श्री आशारामजी बापू का ७५वाँ अवतरण दिवस अर्थात् विश्व सेवा-सत्संग दिवस १० अप्रैल

पूज्य बापूजी के खिलाफ इतनी बड़ी साजिश रची गयी फिर भी पूज्य बापूजी की प्रेरणा से उनके करोड़ों शिष्य समाजरूपी देवता की सेवा का एक भी मौका चूकते नहीं हैं ।

'विश्व महिला दिवस' पर देशभर में अनेक महिला संगठनों द्वारा निकाली गयीं 'संस्कृति रक्षा यात्राओं' में निर्दोष पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग की गयी व ज्ञापन सौंपे गये ।

पढ़ें पृष्ठ १५ एवं देखें आवरण पृष्ठ ४

पूज्य बापूजी द्वारा प्रेरित 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' देता शुद्ध प्रेम की अनुभूति

विद्यालयों में बाँटा गया मातृ-पितृ पूजन दिवस विषयक सत्साहित्य, एक झलक

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।

लोक कल्याण सेतु

मासिक समाचार पत्र

हिन्दी, गुजराती, मराठी,ओड़िया भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : १८ अंक : ९
भाषा : हिन्दी (निरंतर अंक :२१३)
१५ मार्च २०१५ मूल्य : ₹ ३.५०

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक और मुद्रक : राजेश बी. कारवानी
प्रकाशन स्थल :
संत श्री आशारामजी आश्रम,
मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग,
साबरमती, अहमदाबाद -३८०००५ (गुजरात)
मुद्रण स्थल :
हरि ॐ मैन्युफेक्चरर्स,कुंजा मतरालियों,
पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.) - १७३०२५.
सम्पादक : सिद्धनाथ अग्रवाल

सदस्यता शुल्क :

भारत में :

(१) वार्षिक : ₹ ३०
(२) द्विवार्षिक : ₹ ५०
(३) पंचवार्षिक : ₹ ११०
(४) आजीवन : ₹ ३००

विदेशों में :

(१) पंचवार्षिक : US $ 50
(२) आजीवन : US $ 125

सम्पर्क पता :

'लोक कल्याण सेतु' कार्यालय,
संत श्री आशारामजी आश्रम,
संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग,
साबरमती, अहमदाबाद-५ (गुज.)
फोन : (०७९) ३९८७७३९/८८,
२७५०५०१०/११.

e-mail :1) lokkalyansetu@ashram.org 2) ashramindia@@ashram.org
Website : 1) www.lokkalyansetu.org 2) www.ashram.org

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

'लोक कल्याण सेतु' के सदस्यों से निवेदन है कि कार्यालय के साथ पत्र-व्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक और सदस्यता क्रमांक अवश्य लिखें।

इस अंक में

(१) अपना उत्थान करना चाहो तो कर लो ४
(२) संत-वचन से हृदय-परिवर्तन ५
(३) आज जन्मदिन बापूजी का आया है ६
(४) होली पूनम का पूज्य बापूजी का पावन संदेश ७
(५) पर स्वारथ के कारने... (काव्य) ८
(६) जरा परिणाम का भी विचार करें ! ९
(७) १.१ अरब लोगों पर बहरेपन का खतरा - विश्व स्वास्थ्य संगठन १०
(८) जीवनरस का नाश करनेवाला महापाप ११
(९) गोमांस की बिक्री व खरीद पर हो सकती है ५ साल की कैद १२
(१०) साधन और ज्ञान में भेद १३
(११) क्या कोई उपाय है ? १५
(१२) कुटुम्ब-व्यवस्था को फिर से मजबूत करने का ठोस कदम - श्री धर्मेन्द्र भावानी १६
(१३) स्वप्न में जगाया, आग से बचाया १६
(१४) मातृ-पितृ पूजन दिवस से अभिभूत हृदयों के उद्गार १७
(१५) महावीरासन १९
(१६) इनका पुण्यलाभ लेना न भूलें १९
(१७) गर्मी में विशेष लाभकारी : पुदीना २०
(१८) महिला संगठनों ने 'संस्कृति रक्षा यात्राएँ' निकालकर की निर्दोष पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग २२
(१९) मोक्ष के चार द्वारपाल २४

◆ विभिन्न टी.वी चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग ◆

A2Z NEWS
रोज सुबह ७-३० बजे, रात्रि १० बजे

न्यूज़ WORLD
रोज सुबह ७-३० बजे, रात्रि १० बजे

Ashram TV LIVE
आश्रम इंटरनेट टीवी
२४ घंटे प्रसारण

मंगलमय
www.ashram.org पर उपलब्ध

* 'न्यूज वर्ल्ड' चैनल मध्य प्रदेश में 'हाथवे' (चैनल नं. २२६), छत्तीसगढ़ में 'ग्रांड' (चैनल नं. ४३) एवं उत्तर प्रदेश में 'नेटविजन' (चैनल नं. २४०) पर उपलब्ध है।

अपना उत्थान करना चाहो तो कर लो

- पूज्य बापूजी

जिन्होंने शरीर को 'मैं' माना है, वे समझते हैं कि 'मेरा जन्म भी हुआ है, मैं बड़ा भी हो रहा हूँ, जवान हो रहा हूँ, बूढ़ा हो रहा हूँ, बीमार हो रहा हूँ, तंदुरुस्त भी हो रहा हूँ...', वे अपने शरीर को 'मैं' मानते हैं - यह जीव का जन्म है। और जो अपने चैतन्य को 'मैं' मानते हैं ऐसे भगवान का जन्म नहीं अवतरण होता है और चैतन्य को 'मैं' मानने की जिनकी साधना-यात्रा पूर्ण हुई है ऐसे महापुरुषों का भी अवतरण माना जाता है । संत तुकारामजी का, नानकदेवजी का, संत कबीरजी आदि का ऐसा ही अवतरण मानने से बिल्कुल समाधान हो जाता है।

पैसा कमाने के लिए जन्म मिला है ऐसा किसी शास्त्र में नहीं है। बच्चे पैदा करने के लिए जन्म मिला है अथवा अविवाहित रहने के लिए जन्म मिला है ऐसा भी नहीं लिखा है। खूब खाने-पीने और भटकने के लिए जन्म मिला है, ऐसा भी नहीं लिखा है। जन्म मिला है ईश्वरप्राप्ति के लिए, ऐसा लिखा है। जन्म मिला है जन्म-मरण के चक्कर से पार होने के लिए। जिस पेड़ में फल नहीं लगते उसको निष्फल बोलते हैं, ऐसे ही जिसके जीवन में आत्मसुख, आत्मज्ञान, भगवद्भक्ति का फल फलित नहीं होता, उसका जन्म निष्फल हो गया। मनुष्य-जीवन का फल है कि भक्ति का, ज्ञान का, कर्मयोग का फल फलित हो। तीन मार्ग हैं- भक्तियोग, ज्ञानयोग, कर्मयोग। **चाहे तीनों को थोड़ा-थोड़ा करके पूरा करो, चाहे दो को करो, चाहे एक को करो लेकिन अपने जीवन में ईश्वरप्राप्ति का फल फलित होना चाहिए।**

आप क्यों नहीं पा सकते ?

'निर्वासनिक नारायण में हमारी स्वतःसिद्ध स्थिति है' - यह जानते हुए भी लोक-मांगल्य के लिए महापुरुष या भगवान आ जाते हैं। भक्त ने खूब पुकारा तो कभी संत पहुँच जाते हैं, कभी भगवान पहुँच जाते हैं। भक्त उस चैतन्य को संत के रूप में पुकारते हैं तो संत पहुँच जाते हैं और भगवान के रूप में पुकारते हैं तो भगवान पहुँच जाते हैं।

कैसा दिव्य जन्म है श्रीकृष्ण का ! कैसे दिव्य कर्म हैं ! ऐसे ही रामजी का जन्म-कर्म, साँईं श्री लीलाशाह बापूजी का जन्म-कर्म, और भी नामी-अनामी अनेकानेक संतों का जन्म-कर्म दिव्य है। जैसे वे महापुरुष पैदा हुए, आप भी वैसे ही पैदा हुए तो उन्होंने जो (आत्मज्ञान, शाश्वत सुख) पाया, वह आप क्यों नहीं पा सकते ? उधर दृष्टि नहीं जाती।

(शेष पृष्ठ ८ पर)

संत-वचन से हृदय-परिवर्तन

वाराणसी में नन्दन साहू नाम का एक सेठ रहता था । धन-धान्य से सम्पन्न होने के बावजूद परहित के लिए एक पैसा भी उसके हाथ से नहीं छूटता था । एक दिन एक गरीब ब्राह्मण उसके घर आकर बोला : ''मुझे अपनी पुत्री के विवाह के लिए धन की जरूरत है । क्या आप मुझे कुछ धन उधार दे सकते हैं ?'' सेठ ने ब्राह्मण की दुर्दशा देखकर सोचा, 'यह कंगला मेरे दिये पैसे क्या वापस करेगा!' टालने के लिए उसने कहाः ''कल आना।'' उस नगर में कोई परिचित न होने के कारण ब्राह्मण थोड़ा जल पीकर पास के ही गंगाघाट पर सो गया । अगले दिन वह पुनः सेठ के घर गया किंतु वही जवाबः ''कल आना, कल आना।'' कुछ दिनों तक यह क्रम चलता रहा वह कभी भिक्षा माँगता, कभी संकोचवश भूखा ही रह जाता। आखिर वह ब्राह्मण हताश-निराश हो गया। उस गंगाघाट पर एक महात्मा रहते थे । ब्राह्मण की व्यथा जानकर उन्होंने कागज पर कुछ लिखा और बोले : ''लो यह कागज! इसमें एक श्लोक लिखा है, उसे याद करके सेठ के सामने बोल देना और उसका मंगल हो ऐसा आशीर्वाद देना ।''

अगले दिन ब्राह्मण ने सेठ के सामने कहा :

''आदौ नकारः परतो नकारः
मध्ये नकारेण हतो दकारः ।
त्रिभिर्नकारैः परिवेष्टितस्य
का दानशक्तिर्वद नन्दनस्य ॥''

अर्थात् जिसके नाम का आदि और अंत अक्षर अस्वीकार सूचक 'नकार' है, मध्य एक दानसूचक 'दकार' था भी तो उस पर भी 'नकार' ने चोट दे रखी है (नन्दन), उस नन्दन में भला दानशीलता कैसे आ सकती है !

ब्राह्मण : ''सेठ ! तुम्हारा मंगल हो, कल्याण हो ।''

यह सुनकर सेठ सोच में पड़ गया ! श्लोक के हृदयभेदी वचन और संत का संकल्प काम कर गया। सेठ ब्राह्मण के चरणों में गिर पड़ा और क्षमा माँगते हुए बोला : ''आपने मेरे नाम को माध्यम बना के मेरे जीवन की व्याख्या कर दी और मेरे घोर दुराचरण के बावजूद भी मेरी भलाई का संकल्प किया है । तीर्थक्षेत्र में रहकर भी मैं अभागा रह जाता । ब्राह्मणदेव! एक बार फिर से अपने वचन दोहराइये ।'' ब्राह्मण ने कहाः ''ये वचन मेरे नहीं हैं, ये तो नदी किनारे बैठे उन महात्मा के हैं, जो मेरी पीड़ा और तुम्हारी कृपणता देख रहे थे । यह उन्हींके वचन व संकल्प का प्रभाव है

तुम्हारी कृपणता देख रहे थे। यह उन्हींके वचन व संकल्प का प्रभाव है कि आज तुम्हें पश्चात्ताप हुआ है।''

घाट पर पहुँचकर सेठ महात्मा के चरणों में गिर के क्षमा माँगने लगा और भविष्य में किसी को दुःखी न करने का वचन दिया। महात्मा ने कहा : ''सेठ ! जिस कमाई को तुम इतना सँभाल के रख रहे हो, वह सदा तुम्हारा साथ नहीं देगी। इसलिए वह खरी कमाई नहीं है। ईश्वरीय भाव रखकर दूसरों की भलाई करने से जो आत्मसंतोष का खजाना मिलता है, खरी कमाई तो वह है। अब तुम उपभोग के लिए इकट्ठे किये धन का उपयोग करो। उससे लोगों के दुःख-दर्द दूर करो। तुम्हारा मंगल हो !''

सेठ महात्मा के वचन शिरोधार्य कर अपना धन परोपकार व भगवद्-जनों की सेवा में लगाने लगा। इससे उसे जो औदार्य सुख (उदारता का सुख), जो आनंद मिला, उसके आगे धन-दौलत इकट्ठा करने से होनेवाला सुखाभास अति तुच्छ लगा।

वास्तव में सुख क्रिया में नहीं, बोध में है, अनुभूति में है। जो संतुष्ट नहीं है उसे कभी सुखी नहीं बनाया जा सकता। जो आत्मसंतोष के अनुभव का मूल्य जानकर हर कार्य **'स्वान्तःसुखाय'** अर्थात् अंतरात्मा के संतोष व सुख के लिए करने का अभ्यास करता है, वह जीवन के परम सुख के अमृत का आस्वादन करते-करते एक दिन स्वयं शाश्वत सुखसिंधु बन जाता है।

आज जन्मदिन बापूजी का आया है

आज जन्मदिन बापूजी का आया है।
देने को बधाई हर दिल गाया है॥
आज ही पावन दिवस है मंगल वेला वो।
आज ही धरती ने पाया था प्रभु तुमको॥
कितनी दयामय बापू तेरी काया है।
देख के तुमको सबका मन हर्षाया है॥
आज जन्मदिन...

तुम मिले हमको तो पायी हर खुशी हमने।
जग में बिखरे थे सभी, हमें थाम लिया तुमने
जिसके सर पे बापूजी का साया है।
उसने तो समझो सभी कुछ पाया है॥
आज जन्मदिन...

माँगते हैं हम तुम्हीं को बापूजी तुमसे।
तुम सदा संग में रहो ये एक दुआ रब से॥
तेरे चरणों में ये शीश झुकाया है।
हम सबमें तेरा ही नूर समाया है॥
आज जन्मदिन...

अब कहीं तुम बिन हमारा दिल नहीं लगता।
तुम न होते तो ये जीवन ना कभी सजता॥
बापू तेरा प्यार जब से पाया है।
तब से तेरे बिन कुछ ना हमको भाया है॥
आज जन्मदिन...

दूसरों की ही खुशी में खुश हो रहते तुम।
सोचते हित की सदा और हित की करते तुम।
हमें मुक्त करने का बीड़ा तुमने उठाया है।
तुमसे मिलती शीतल हमको छाया है॥
आज जन्मदिन...

लीलाशाहजी के हो प्यारे सबसे हो न्यारे।
महँगीबाजी के दुलारे आँखों के तारे॥
तुमको हमने मन-मंदिर में बिठाया है।
तुमने ही ऊँचा हमें उठाया है॥
आज जन्मदिन...

- साधक परिवार

होली पूनम का पूज्य बापूजी का पावन संदेश

षड्यंत्रकारियों द्वारा पूज्य बापूजी के खिलाफ रचे गये षड्यंत्र की वजह से निर्दोष होने पर भी डेढ़ साल से अधिक समय से पूज्य बापूजी कारागृह में हैं, फिर भी हमेशा उनके हृदय से 'सबका मंगल, सबका भला' के भाव ही निकलते हैं। २ मार्च को पूज्य बापूजी ने संदेश देते हुए कहा :

''होली हुई तब जानिये, पिचकारी सद्भाव की लगे।
वैर-भाव, एक-दूसरे की निंदा,
टाँग खींचना, ये सब मिट जायें॥
हो... ली... (हो + ली)
जो बीत गयी सो बीत गयी,
तकदीर का शिकवा कौन करे।
जो तीर कमान से निकल गया,
उस तीर का पीछा कौन करे,
क्यों करे, कब तक करे ?

रासायनिक रंगों से सावधान ! प्राकृतिक रंगों से होली खेलना, मौज में रहना। मैं जल्दी आ रहा हूँ। हरि ॐ...''

होली पूनम के निमित्त साधकों को दिये एक अन्य संदेश में पूज्य बापूजी ने कहा : ''ॐ आनंद... ॐ माधुर्य... ॐ ॐ...

बड़ी प्रसन्नता से लिखवा रहा हूँ। होली के २-५ दिनों में पलाश का रंग सिर पर भी रगड़ना चाहिए, जिससे व्यर्थ की गर्मी आगे चलकर तकलीफ न दे, अभी निकल जाय। सिरदर्द की तकलीफ भी दूर हो जायेगी।

आँवला, अदरक, तुलसी, हल्दी, पुदीना इन पंचरसों के मिश्रणवाला पंचामृत रस गजब का फायदा करता है। इसे विधिपूर्वक बनायें और यह गुणों का भंडार सभी साधकों को मिले (यह प्रमुख आश्रमों में उपलब्ध है)। रविवार व शुक्रवार छोड़कर १५ से २५ मि.ली. तक लेनेवाले को इस ऋषि-अमृत का अद्भुत लाभ होगा। अगर इसमें दालचीनी व अर्जुन-छाल मिला दिये जायें तो हृदयाघात का भय भाग जायेगा।

जो पूनम-व्रतधारी जोधपुर में आये हैं, उनकी तपस्या एवं व्रत रंग ला रहे हैं और देश-विदेशों के साधकों का व्रत व तपस्या उनकी उन्नति कर रही है।

किसीको बुरा मानना, कहना, किसीका बुरा सोचना संतों के व अपने सिद्धांत के विपरीत है, फिर भी कोई किसीकी निंदा करता है, आश्रमों तथा साधकों पर आरोप लगें ऐसी साजिश करता-करवाता है तो भगवान उनको सद्बुद्धि दें, मंगलकारी मति दें। जो मंगल करता है, मंगल सोचता है वह मंगलमय अपने 'सोऽहम्' स्वभाव में सुप्रतिष्ठित हो

सुप्रतिष्ठित हो जाता है।

हनुमानजी ने जूनागढ़ (गुजरात) के पास धंधुसर गाँव में रहनेवाले अपने दृढ़ भक्त संत उगमशी को प्रकट होकर 'सोऽहम्'स्वरूप की साधना बतायी थी। हनुमानजी रामनाम रटते थे लेकिन अपने उन प्रिय संत को प्रकट होकर 'सोऽहम्' की साधना बतायी। मार्च के ऋषि प्रसाद में तुम पढ़ लेना। इस महामंत्र (साधना) का आत्मसाक्षात्कार से सीधा संबंध है। लोक-लोकांतर में जाना नहीं पड़ता। मरने के बादवाली सालोक्य, सामीप्य, सारूप्य आदि मुक्ति से भी विलक्षण जीवन्मुक्ति यहीं जीते-जी होती है, जिसका श्रीकृष्ण ने अपने प्यारे अर्जुन को अनुभव कराया।

ज्ञानं लब्ध्वा परां शान्तिमचिरेणाधिगच्छति।
(गीता : ४.३९)

और अर्जुन ने अपनी अनुभूति कही :

नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा त्वत्प्रसादान्मयाच्युत।
(गीता : १८.७३)

अर्जुन के वे दिन आये, हनुमानजी के आये, मेरे गुरुजी ने मुझे वे दिन दिखाये। अब तुम्हारे गुरुजी तुमको वे दिन दिखाना चाहते हैं। आनंद हुआऽऽ... मौज हुईऽऽ...!

तुम्हारे संकल्प जल्दी फलेंगे कि 'बापू बाहर आयें।' और 'साधक आत्मा-परमात्मा में पहुँचें।' - यह मेरा संकल्प भी जल्दी फले। ॐ आनंदम्, सोऽहम्...।''

अमृत-बिंदू

विपत्ति के समय संत-शरण ही एकमात्र उपाय है। महापुरुषों की कृपा से भारी संकट भी दूर हो जाते हैं।

पर स्वारथ के कारने...

पर स्वारथ के कारने संत लिया औतार[1] ॥
संत लिया औतार जगत को राह चलावैं।
भक्ति करैं उपदेस ज्ञान दे नाम सुनावैं ॥
प्रीत बढ़ावैं जक्त में[2] धरनी पर डोलैं।
कितनौ कहै कठोर बचन वे अमृत बोलैं ॥
उनको क्या है चाह सहत हैं दुःख घनेरा।
जिव तारन के हेतु मुलुक फिरते बहुतेरा ॥
पलटू सतगुरु पाय के दास भया निरवार[3]।
पर स्वारथ के कारने संत लिया औतार ॥

- संत पलटू साहिबजी

१. अवतार २. जगत में आपसी प्रेम-सद्भाव बढ़ाते हैं
३. जन्म-मरण से छुटकारा पाना, मुक्त होना

(पृष्ठ ४ का शेष)

नश्वर की तरफ इतना आकर्षण है कि शाश्वत में, विश्रांति में कुछ खजाना है यह पता ही नहीं चलता। स्वार्थ में इतना माहौल अंधा हो गया कि निःस्वार्थ कर्म करने से बदले में भगवान मिलते हैं इस बात को मानने की भी योग्यता चली गयी। सचमुच, निष्काम कर्म करो और ईश्वर के लिए तड़प हो तो ईश्वरप्राप्ति पक्की बात है। ईश्वरप्राप्त महापुरुष को प्रसन्न कर लिया तो ईश्वरप्राप्ति पक्की बात है। वे जिस ज्ञान से, जिस भाव से प्रसन्न रहें ऐसा आचरण करो बस!

अवतरण दिवस का संदेश

अवतरण दिवस का यही संदेश है कि आप 'बहुजनहिताय-बहुजनसुखाय' कार्य करके स्वयं परमात्मा में विश्रांति पा लो। बाहर से सुख पाने की वासना मिटाओ और सुखस्वरूप में विश्रांति पाते जाओ। समय बहुत तेजी से बीता जा रहा है। पतन का युग बहुत तेज रफ्तार से आगे बढ़ रहा है। उत्थान चाहनेवाले अपना उत्थान कर लो तो कर लो।

जरा परिणाम का भी विचार करें !

शंकरप्रसाद पटना के एक महाविद्यालय में प्राध्यापक थे। अचानक उनका मस्तिष्क विकृत हो गया। माता-पिता इलाज करा-करा के थक गये पर कोई लाभ नहीं हुआ।

उनकी माता सरलादेवी ने हरिहर बाबा के एक शिष्य के सामने अपना दुखड़ा रोया। शिष्य ने कहाः ''विपत्ति के समय संत-शरण ही एकमात्र उपाय है। आप हरिहर बाबा के पास जाइये। महापुरुषों की कृपा से भारी संकट भी दूर हो जाते हैं।''

सरलादेवी ने हरिहर बाबा के चरणों में जाकर प्रार्थना की परंतु बाबा मौन रहे। उन्होंने आँख उठाकर देखा तक नहीं। सरलादेवी दुःखी होकर वापस लौट आयी और उनके शिष्य को सारी बात बतायी। शिष्य बोला : ''आप फिर से बाबा के पास जाइये। संत करुणा-वरुणालय होते हैं। वे जरूर कृपा करेंगे।''

सरलादेवी ने दूसरे दिन फिर बाबाजी से कातर भाव से प्रार्थना की। हरिहर बाबा कुछ देर मौन रहे, फिर बोले : ''रोज हनुमानजी का भजन और राम-नाम का जप किया करो। इससे तुम्हारा कल्याण होगा।''

शंकरप्रसाद व उसके परिवार के सदस्य बाबाजी की आज्ञानुसार जप करने लगे। उनके घर में नित्य कीर्तन-भजन, रामायणजी का पाठ, ब्रह्मनिष्ठ संत-महापुरुषों का सत्संग-श्रवण होने लगा। धीरे-धीरे शंकरप्रसाद स्वस्थ होने लगा। उसके पिता को हुआ कि आखिर इसने ऐसा क्या किया था !

उसी समय पटना में एक प्रसिद्ध ज्योतिषी आये हुए थे। पिता पुत्र को लेकर उनके पास गये और सारी बात कह सुनायी। ज्योतिषी बोले : ''किसी स्थान पर भगवद्भजन-कीर्तन का आयोजन होता था, जिसे आपके पुत्र ने विघ्न डालकर बंद करवा दिया। इसी महापाप के फलस्वरूप इसका मस्तिष्क विकृत हो गया। जब तक इसके पूर्व के कोई शुभ कार्य का फल शेष था, तब तक पाप का फल उभरकर नहीं दिखा। अब यह किसी दवा या झाड़-फूँक से ठीक नहीं हो सकता। हरिहर बाबा ने जो उपाय बताया है, उससे सब कुछ ठीक हो जायेगा।''

शंकरप्रसाद को सारी बात पता चली तो उसे अपनी भूल का एहसास हुआ, उसने पश्चात्ताप किया। अब उसे समझ में आने लगा कि सत्संग, सेवा, सुमिरन, भजन में विघ्न डालना तथा संतों-महात्माओं की निंदा करना अपना व कुल-खानदान का लोक-परलोक तबाह करना है। उसने दोबारा भूलकर भी ऐसी गलती न करने का निश्चय किया और संतों के दैवी कार्यों में सहयोगी बनकर सुखमय जीवन की राह पर चलने लगा।

आजकल ऐसे कई लोग होते हैं जो स्वयं तो पाश्चात्य विचारों, भोगों और कुसंस्कारों के गुलाम होते हैं और बिना कारण ही देवी-देवताओं, शास्त्रों और संत-महापुरुषों की निंदा करते हैं, कुछ तो उन पर मिथ्या आरोप लगाते रहते हैं।

इतिहास इस बात का साक्षी है कि जिन्होंने भी निर्दोष भक्तों, संतों की निंदा की, उन पर अत्याचार किया, उन्हें जेल में डाल के प्रताड़ित किया, उन्हें अपने कर्मों का परिणाम देर-सवेर भुगतना ही पड़ा है। संत-महापुरुष एवं भक्त तो भगवन्नाम, ध्यान, सत्संग, साधना का अमृत समाज को पिलाते हैं लेकिन कुछ लोग उनकी निंदा का जहर फैलाकर लोगों को उस अमृत-रस से वंचित करने का नीच कर्म करते हैं, उनके लिए यह घटना एक अंजन है।

१.१ अरब लोगों पर बहरेपन का खतरा : विश्व स्वास्थ्य संगठन

'विश्व स्वास्थ्य संगठन' द्वारा हाल ही में जारी एक रिपोर्ट के अनुसार नाइट क्लब, बार, खेल कार्यक्रमों जैसे मनोरंजक स्थलों के शोर-शराबे व व्यक्तिगत उपकरणों (होम थिएटर, मोबाइल, आईपोड आदि) को असुरक्षित तरीके से प्रयोग करने के कारण दुनियाभर में लगभग १.१ अरब किशोर और वयस्कों के सामने बहरेपन का खतरा पैदा हो गया है। नाइट क्लब, बार और खेल आयोजनों में शोर का स्तर आम तौर पर १०० डेसिबल होता है। इस स्तर की आवाज में किसीकी श्रवण क्षमता १५ मिनट से ज्यादा देर तक सुरक्षित नहीं रह सकती। 'विश्व स्वास्थ्य संगठन' ने सलाह दी है कि लोग शोर-शराबेवाली जगह पर कम समय बितायें और अपने व्यक्तिगत उपकरणों की आवाज धीमी रखें व इनका उपयोग दिनभर में १ घंटे से अधिक न करें।

जीवनरस का नाश करनेवाला महापाप

(गतांक से आगे)

हस्तदोष में मन को तृप्ति नहीं मिलती है, जिससे उस अतृप्ति के कारण हस्तमैथुन की बार-बार प्रवृत्ति चलती रहती है। इस बुरी आदत से शरीर के मुख्य तत्त्व वीर्य का नाश होता है, जिससे कई प्रकार के हानिकारक परिणाम उत्पन्न हो जाते हैं।

हस्तमैथुन से होनेवाले गम्भीर नुकसान

शारीरिक हानियाँ : शरीर में कमजोरी, देहकांति का नाश, मुँह पर खड्डे, चेहरे का तेज कम होना, आँखों के आगे अँधेरा छाना, वजन कम होना, थोड़ा चलने या दौड़ने से हाँफ जाना, जोड़ों में दर्द, भूख कम होना, आवाज भारी होना, शीघ्र वृद्धत्व जैसे भयंकर नुकसान होते हैं। विशेषकर किशोरावस्था तथा युवावस्था में ही हस्तमैथुन की आदत होती है। इससे वे शीघ्र पतन, स्वप्नदोष, शुक्राणुओं की कमी तथा कई प्रकार की गुप्त समस्याओं के शिकार हो जाते हैं। इससे उन्हें वैवाहिक जीवन में भी कई प्रकार की समस्याओं से जूझना पड़ता है।

इस आदत की शिकार युवतियाँ अनियमित रजोदर्शन, गर्भाशय का मुख टेढ़ा या स्थानभंग होना, वृद्धत्व, हिस्टीरिया, प्रसूती पतन, प्रदर रोग, कर्कश आवाज जैसे रोगों का शिकार हो जाती हैं।

मानसिक हानियाँ : स्वभाव चिड़चिड़ा होना, स्मरणशक्ति मंद होना, संकल्पशक्ति का ह्रास होना, मानसिक अवसाद व तनाव होना आदि के साथ ऐसे युवक-युवतियों की सोच नकारात्मक हो जाती है। वे पुरुषार्थहीन होकर आलसी तथा उद्देश्यविहीन हो जाते हैं।

प्रारम्भ में व्यक्ति इस कृत्य द्वारा क्षणिक, बेवकूफीभरे सुखाभास का अनुभव करता है पर समय बीतने पर जब इससे होनेवाले भयंकर दुष्परिणाम सामने आते हैं, तब वह काँप उठता है। शोक और वेदना से उसके हृदय में खलबली मच जाती है। परिणामस्वरूप वह इससे बचना तो चाहता है लेकिन उचित मार्गदर्शन व दृढ़ निश्चय न होने पर फिर-फिर से वही गलती दुहराता है और अपने जीवन को बरबादी की तरफ धकेल देता है। जो बीत गया सो बीत गया, अब इस गंदी आदत से छुटकारा पाने का दृढ़ संकल्प करें। ऐसे कुकृत्यों में सिर से लेकर पैर तक डूबे व्यक्ति भी महापुरुषों के मार्गदर्शन और उनकी कृपा से जीवन को महान बनाने में सफल हो गये, इतिहास इस बात का साक्षी है।

(आगामी अंकों में कुछ महत्त्वपूर्ण प्रयोग एवं उपाय दिये जायेंगे, जो इस बुरी आदत से पिंड छुड़ाने में मददरूप होंगे।)

गोमांस की बिक्री व खरीद पर हो सकती है ५ साल की कैद

गौहत्या पर प्रतिबंध लगानेवाले विधेयक को २ मार्च २०१५ को राष्ट्रपति महोदय की मंजूरी मिलने से महाराष्ट्र में गौहत्या प्रतिबंधित हो गयी है । अब अगर कोई गोमांस बेचते या अपने पास रखे पकड़ा गया तो उसे ५ साल की कैद और १० हजार रुपये के जुर्माने का भी प्रावधान है । नये विधेयक की वजह से अब बैल या साँड़ों को काटना भी कानूनन अपराध होगा । निश्चित ही महाराष्ट्र सरकार का यह कदम स्वागत के योग्य है और केन्द्र सरकार व अन्य प्रदेशों की सरकारों को इस दिशा में कार्य करने की प्रेरणा देनेवाला है ।

पूज्य बापूजी पिछले कई दशकों से अपने सत्संगों के माध्यम से लोगों को गाय की महत्ता, गौ-उत्पादों के लाभ तथा गोपालन से मिलनेवाली सुख-शांति व समृद्धि से अवगत कराने की राष्ट्र एवं संस्कृति हितकारी सेवा सुचारु रूप से करते रहे हैं । आश्रम द्वारा प्रकाशित मासिक पत्रिका 'ऋषि प्रसाद' व मासिक समाचार पत्र 'लोक कल्याण सेतु' के द्वारा भी यह कार्य सतत जारी है । इसके साथ ही पूज्य बापूजी के मार्गदर्शन में देश के कई राज्यों में गौशालाएँ चलायी जा रही हैं, जिनमें कत्लखाने ले जायी जा रही हजारों गायों को बचाकर उनका पालन-पोषण किया जाता है एवं उनकी नस्ल सुधारी जाती है । गायों के झरण, गोबर आदि से विभिन्न उत्पाद बनाये जाने से कई गरीब परिवारों के लिए रोजी-रोटी का द्वार खुल गया । केन्द्र व राज्य सरकारों द्वारा भी इस तरह की पहल हो, जिससे गौ-उत्पादों को बढ़ावा मिले, उनकी माँग बढ़े । इससे गौ-संरक्षण व संवर्धन आसानी से हो पायेगा । महाराष्ट्र सरकार के इस कदम की भूरि-भूरि प्रशंसा करते हुए पूज्य बापूजी ने संदेशा दियाः ''केमिकल के फिनायल की अपेक्षा गोमूत्र से बना गौसेवा फिनायल हितकारी है । महाराष्ट्र सरकार व भारत सरकार गौसेवा फिनायल का सरकारी स्थानों में उपयोग करें, गौपालकों को प्रोत्साहित करें । इससे गौ की आजीविका का रास्ता खुलेगा । प्रत्येक गाय का लगभग ७ लीटर गोमूत्र प्रतिदिन व्यर्थ चला जाता है । उसके सदुपयोग से गाय का पोषण होगा, गरीबों का पोषण होगा ।

साधन और ज्ञान में भेद

'आत्मा' को 'ब्रह्म' जानने का साधन क्या है? उसके लिए हम क्या करें, क्या छोड़ें और क्या ग्रहण करें ? कौन-सी ध्यान-धारणा करें ? समाधि कैसे लगे ? ब्रह्मज्ञान के लिए उक्त समाधि आदि साधनों की आवश्यकता है भी या नहीं ?

एक पक्ष कहता है, 'बिना कुछ किये कोई अवस्था, स्थिति, ज्ञान प्राप्त नहीं हो सकता। केवल ब्रह्मात्मैक्य-बोध (आत्मा और ब्रह्म की एकता का ज्ञान) की चर्चा अथवा विचार करने से ब्रह्मज्ञान नहीं हो सकता।'

दूसरा पक्ष कहता है, 'कर्म से जो भी अवस्था, स्थिति, ज्ञान प्राप्त होगा वह विनाशी होगा । यदि किसी साधना के परिणामस्वरूप ब्रह्मज्ञान की प्राप्ति हो तो वह मोक्ष भी अनित्य होगा । अनित्य मोक्ष निश्चित ही वेदांत का प्रयोजन नहीं है । अतः ब्रह्मज्ञान के लिए किसी अन्य साधन की आवश्यकता नहीं है, स्वयं ज्ञान ही साधन है।'

तब इसमें निर्णय यह है कि मोक्ष आत्मा का स्वरूप है तथा आत्मा और ब्रह्म की एकता का ज्ञान साधन-साध्य नहीं है। किंतु 'आत्मा साधन-साध्य नहीं है' यह ज्ञान आपमें उदित कैसे हुआ ? इसके उदय के लिए अंतःकरण की पूर्व-तैयारी तो आवश्यक ही है। पहले यह समझें कि साधन से क्या मिलता है और ज्ञान से क्या मिलता है।

साधन साध्य के लिए होता है । साध्य का प्रागभाव (उत्पत्ति से पहले अभाव) और प्रध्वंसाभाव (नष्ट होने के बाद अभाव) भी होता है क्योंकि स्वयं साधन का वही स्वभाव है । किंतु जो वस्तु नित्य-सिद्ध होती है उसकी प्राप्ति केवल ज्ञान से ही होती है । साधन से अनित्य साध्य मिलता है तो ज्ञान से नित्य-सिद्ध वस्तु मिलती है, यही साधन और ज्ञान का भेद है।

जो वस्तु पहले से ही विद्यमान रहती है वह केवल अज्ञान से ही अप्राप्त रहती है । उस वस्तु का ज्ञान उसमें सिर्फ ज्ञातता उत्पन्न करके उसे ज्ञाता को प्राप्त करा देता है। ज्ञान केवल अज्ञान को दूर करता

है, वस्तु में कोई नवीनता उत्पन्न नहीं करता।

वस्तु के बोध में ज्ञान प्रमाण के अतिरिक्त किसी अन्य साधन की अपेक्षा नहीं रखता। जैसे रूप-ज्ञान के लिए केवल उत्तम नेत्र चाहिए, वैसे ही ब्रह्म के साक्षात्कार के लिए केवल शुद्ध प्रमाण (**'तत्त्वमसि'** आदि महावाक्यजन्य वृत्ति) चाहिए; कर्म, उपासना, योग, समाधि कुछ नहीं चाहिए। किंतु जैसे नेत्र में रोग होने पर उसे औषधि से शुद्ध कर लिया जाता है, इसमें औषधि केवल रोग-निवृत्ति के लिए है, आँख की देखने की शक्ति उत्पन्न करने के लिए नहीं, ठीक वैसे ही जिस अंतःकरण में प्रमाण-वृत्ति उदित होती है उसमें बाह्य कर्मों और अंतर वासनाओं द्वारा उत्पन्न केवल मल-विक्षेपरूप रोग की निवृत्ति के लिए साधन की आवश्यकता होती है।

ब्रह्म-जिज्ञासु को भलीभाँति समझ लेना चाहिए कि शास्त्रोक्त सभी साधनों का प्रयोजन मोक्ष-सम्पादन करनेवाली प्रमाण-वृत्ति के आश्रय अंतःकरण के रोग की निवृत्ति में है, सीधे ब्रह्मज्ञान की उत्पत्ति में नहीं। साधन से पूर्व और साधन के बाद जो आप हैं, वे तो ज्यों-के-त्यों विद्यमान हैं। केवल आपके वास्तविक स्वरूप की अज्ञता ही नष्ट होकर ज्ञातता उदित हुई है।

यूँ तो साधन की बातें पुस्तकों और पंडितों से बहुत-से लोग जान जाते हैं किंतु उसकी गहराइयाँ तो वे अनुभवी महापुरुष ही जानते हैं जिन्होंने अपना जीवन साधनों के प्रति समर्पित कर दिया है। अतः आत्मानुभवी महापुरुष, आत्मसाक्षात्कारी सद्गुरु की बतायी स्वाध्याय, जप, निष्काम सेवा, आज्ञापालन आदि साधनाओं को तत्परता से करना चाहिए और उनके ब्रह्मज्ञान के सत्संग को

सुनकर उसका मनन-चिंतन करते हुए, उन्हीं विचारों में विश्रांति पाते हुए आत्म-अज्ञान को निवृत्त कर लेना चाहिए। इसके लिए 'गुरुभक्तियोग' सर्वसुलभ एवं सलामती योग है। फिर भिन्न-भिन्न योगों का अध्ययन आवश्यक नहीं रहेगा। भगवान वेदव्यासजी का वचन तीनों कालों में अकाट्य है :

एतत् सर्वं गुरौ भक्त्या...।

(श्रीमद्भागवत : ७.१५.२५)

प्रवेश प्रारंभ

संत श्री आशारामजी गुरुकुल, लुधियाना

(अंग्रेजी माध्यम, PSEB से मान्यता प्राप्त) शैक्षणिक-सत्र : 2015-16

सभी विषयों के लिए अनुभवी शिक्षक/शिक्षिकाओं की आवश्यकता है।
(पूज्य बापूजी से दीक्षित व बी.एड. शिक्षकों को प्राथमिकता दी जायेगी।)

सम्पर्क : 9646780088, (0161) 6062732.

सत्संग

क्या कोई उपाय है ?

एक जौहरी को संसार के प्रति बहुत ज्यादा आकर्षण था। वह सोचता था कि 'जिसके पास भौतिक सम्पदा अधिक है, वही सुखी है।' वह धनवान बनने के उद्देश्य से रोम के मंत्री से मिला।

एक दिन मंत्री जौहरी को वन-भ्रमण के लिए ले गया। वहाँ मणि-मुक्ताओं एवं मूल्यवान रत्नों से सजा हुआ एक मंडप दिखा। एक सुसज्जित सैनिक दल ने मंडप की प्रदक्षिणा की, उसके आगे रोमन भाषा में कुछ कहा और चला गया। इसके बाद वहाँ वृद्धों का समूह, पंडितों का समूह, रूपवती युवतियाँ, प्रमुख मंत्री व सम्राट क्रमशः एक-एक करके आते गये और ऐसा ही करते गये। जौहरी कुछ समझ नहीं पाया। तब मंत्री ने बताया : ''सम्राट का एक ही पुत्र था। भरी जवानी में चल बसा। यहाँ उसकी कब्र है। प्रतिवर्ष सम्राट अपने सैनिकों तथा पारिवारिक व्यक्तियों के साथ पुत्र के मृत्यु-दिवस पर आते हैं।

सैनिकों ने कहा था : ''हे राजकुमार ! हमारी अमित शक्ति भी तुम्हें मृत्यु से बचाने में अक्षम थी।''

वृद्धों ने कहा : ''वत्स ! काल के सम्मुख हमारे आशीषों की भी एक नहीं चल पाती।''

पंडितों ने कहा : ''पांडित्य से जीवन सुरक्षित रह पाता तो हम तुम्हें जाने नहीं देते।''

युवतियों ने कहा : ''अन्नदाता ! रूप-लावण्य, यौवन से हम तुम्हारी रक्षा कर सकतीं तो अपनी बलि दे देतीं पर मौत के आगे इनका कोई मूल्य नहीं।''

अंत में सम्राट ने कहा था : ''प्राणप्रिय पुत्र ! अमित बल-सम्पन्न सैनिक, विद्वान समुदाय और रूप-लावण्य व यौवन सम्पन्न युवतियाँ - ये सब तो मैं यहाँ ले आया किंतु जो कुछ हो गया है, उसे बदलने का सामर्थ्य विश्व की किसी भी भौतिक सम्पदा में नहीं है।''

संसार के बल, सौंदर्य, धन, सत्ता और पांडित्य में सत्यबुद्धि करना वास्तव में अपने आत्मा के साथ धोखा करना है। जैसे कुसवारी (रेशम का कीड़ा) अपनी पूरी शक्ति लगाकर जो जाला बनाता है, आखिर उसीमें फँस मरता है, ऐसे ही मानव खुद की कल्पनाओं के सुखों का एक विशाल काल्पनिक घेरा बनाकर स्वयं को मनुष्य-जीवन के परम सौभाग्य से वंचित कर देता है। अपने भीतर जो विशुद्ध आत्मानंद का सागर लहरा रहा है, उसका अनादर करके बाहरी वस्तु, व्यक्ति और परिस्थितियों से सुख बटोरना चाहता है, जो कि असम्भव है।

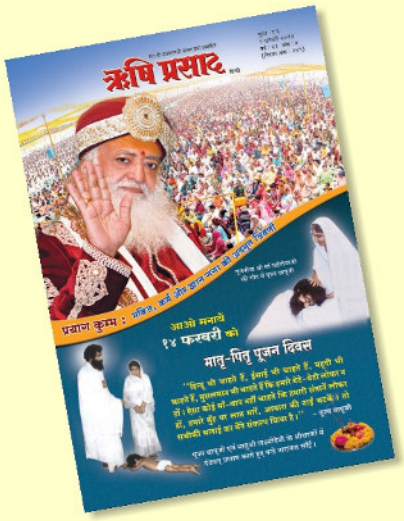
जौहरी के मन में वैराग्य-विचार पैदा हुआ। वह मंत्री से बोला : ''मंत्रिवर ! केवल यह एक राजकुमार ही नहीं, मैं, तुम और हम सभी इसी राह के पथिक हैं। लेकिन क्या इस दारुण मौत से बचने का कोई उपाय है ?''

मंत्री ने कहा : ''हे सुमते ! भारत के उपनिषदों

का नूरानी संदेश है कि यदि जगना चाहो तो किसी जाग्रत महापुरुष के पास पहुँचो। यदि शाश्वत ज्ञान पाना चाहते हो तो किसी ज्ञातज्ञेय को खोज लो। वे दुर्लभ हैं पर यदि वे मिल जायें तो परम लक्ष्य परमानंद दुर्लभ नहीं।'' इसके बाद वह रत्नपारखी न रुका, न मुड़ा, बस चल पड़ा तो चल पड़ा और किन्हीं ब्रह्मवेत्ता संत का आश्रय लेकर अपने वास्तविक रत्न 'सच्चिदानंद स्वरूप' का ज्ञान पाने में लग गया और सबका जीवन धन्य किया।

कुटुम्ब-व्यवस्था को फिर से मजबूत करने का ठोस कदम

– श्री धर्मेन्द्र भावानी, सहमंत्री, विश्व हिन्दू परिषद धर्म प्रसार समिति



सृष्टि के प्रारम्भ में परम कृपालु परमात्मा ने वेद को आधार बनाकर विश्व को श्रेष्ठ कुटुम्ब-व्यवस्था प्रदान की। इसी व्यवस्था को फिर से मजबूत बनाने के लिए पूज्य संत श्री आशारामजी बापू द्वारा १४ फरवरी का दिन मातृ-पितृ पूजन दिवस के रूप में घोषित किया गया। 'ऋषि प्रसाद पत्रिका' विश्व हिन्दू परिषद कार्यालय में आती है, मैं हमेशा पढ़ता हूँ। ऋषि प्रसाद में मैंने पढ़ा कि श्री रमन सिंह ने छत्तीसगढ़ में मातृ-पितृ पूजन दिवस सभी स्कूलों में मनाने का परिपत्र जारी किया है, हम उनका अभिनंदन करते हैं। मैं दावे के साथ कहता हूँ कि पूरे देश में धर्मांतरण को रोकने के लिए किसीने भगीरथ कार्य किया है तो परम पूज्य संत श्री आशारामजी बापू और उनके साधकों ने किया है। प. बंगाल, ओड़िशा, जम्मू-कश्मीर के अंदर धर्म को बचाने की व्यवस्था खड़ी करने का काम आशारामजी बापू के आश्रमों द्वारा हुआ है। संतों को बदनाम करने का फैशन सारे भारतवर्ष में चल रहा है। हम सबको एकजुट होकर इसके खिलाफ आवाज उठानी चाहिए।

स्वप्न में जगाया, आग से बचाया

२५ दिसम्बर २०१४ की रात को मेरे १५ वर्षीय पुत्र सूरज के स्वप्न में बापूजी आकर बोले : 'सूरज ! पशुशाला में आग लग गयी है।' पशुशाला घर से थोड़ी दूरी पर है। सूरज उठकर घर के बाहर आया पर स्वप्न की बात भ्रम समझकर फिर से सो गया। पुनः उसके स्वप्न में बापूजी डाँटकर बोले : 'पशुशाला में आग लगी है और तू फिर से सो गया !' उसने जाकर देखा तो सचमुच आग लगी थी और जहाँ सरसों के पतले-सूखे डंठल, कंडे और लकड़ियाँ रखी थीं, वहाँ तक आग पहुँचनेवाली थी। उसने आग बुझा दी। अगर थोड़ी और देर हो जाती तो आग बहुत विकराल रूप ले लेती।

सुबह हमको यह बात पता चली तो हमारा दिल भाव-विभोर हो गया कि 'अगर गुरुदेव बेटे को स्वप्न में आकर नहीं जगाते तो पशुशाला में बँधे सारे पशु जल जाते और जान-माल की भारी हानि हो जाती।' कितने दयालु और भक्तवत्सल हैं हमारे गुरुदेव ! जेल के अंदर से भी बापूजी को हमारा ध्यान है, शिष्यों की रक्षा करते हैं। गुरुदेव के श्रीचरणों में सादर दंडवत् प्रणाम !

– साधु यादव , भदोही (उ.प्र.), मो. : ७२०८१३१५२२

मातृ-पितृ पूजन दिवस से अभिभूत हृदयों के उद्गार

फैमिली सपोर्टिव हाउसिंग, कैलिफोर्निया ने भेजा धन्यवाद पत्र

(कैलिफोर्निया स्थित यह एक समाजसेवी संस्था है, जो बेघर, बेरोजगार, असहाय परिवारों को आश्रय देने व उत्थान हेतु सहयोग करती है। १४ फरवरी २०१५ को यहाँ बड़े उल्लास के साथ 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' मनाया गया। उनका पत्रः)

श्री योग वेदांत सेवा समिति के

प्यारे सदस्यगण,

हमारे परिवारों के साथ अपना समय साझा करने और उनको मातृ-पितृ पूजन दिवस के बारे में बताने के लिए फैमिली सपोर्टिव हाउसिंग के सभी निवासियों एवं कर्मचारियों की ओर से मैं आपको धन्यवाद देना चाहती हूँ। जिनकी प्रेरणा से १४ फरवरी के दिन मातृ-पितृ पूजन दिवस विश्वभर में मनाया जाता है, ऐसे परम पूज्य संत श्री आशारामजी बापू के बारे में जानकर हमारे सारे परिवारों को बड़ी प्रसन्नता हुई।

हमारे बहुत-से परिवारों को अपने जीवन में संघर्ष और कई कसौटियों का सामना करना पड़ा है और हम आपके आभारी हैं कि आपने उनको एक ऐसा मौका दिया जिससे वे एक-दूसरे के प्रति अपने स्नेह और निष्ठा को व्यक्त कर सकें। अपने इस विशेष दिवस में औरों को सहभागी करने के लिए एवं एक बहुत ही सकारात्मक संदेश फैलाने के लिए आपको एक बार फिर से धन्यवाद !

भवदीय

क्रिस्टी मोयर केली, समुदाय संसाधन प्रबंधक

तो वृद्धाश्रमों की जरूरत ही नहीं पड़ेगी

– श्री प्रमोद कुमार सपरा, संचालक,वंदना हिन्दी विद्यालय, अहमदाबाद

हमारे विद्यालय में मातृ-पितृ पूजन दिवस मनाया गया । यह जो परम्परा पूज्य संत श्री आशारामजी बापू ने शुरू की है, वह सचमुच अनोखी और सुसंस्कारों को फिर से जागृत करनेवाली है । पूजन के समय कई लोगों की आँखें भर आयी थीं । यह पर्व सच में निर्दोष प्रेम लानेवाला और विद्यार्थियों व युवाओं को अपनी संस्कृति से जोड़े रखनेवाला पर्व है । इसकी आज के पतनकारी परिवेश में नितांत आवश्यकता है । इस पर्व को देखकर ऐसा लगा कि इसे सभी संतानें व माता-पिता मनायेंगे तो वृद्धाश्रमों की जरूरत ही नहीं पड़ेगी । इतने सुंदर कार्यक्रम के लिए मैं आभार व धन्यवाद व्यक्त करता हूँ।

नरेन्द्र मोदीजी मातृ-पितृ पूजन दिवस को राष्ट्रीय दिवस घोषित करें

– श्री सुरेश चव्हाणके, अध्यक्ष,'सुदर्शन न्यूज चैनल

आज प्यार के नाम पर फूहड़ता हो रही है। उसको दूर करने के लिए, लोगों में माता-पिता के प्रति श्रद्धाभाव बढ़ाने के लिए पूज्य संत श्री आशारामजी बापू ने यह प्रयत्न किया है । न केवल भारत में, न केवल बापूजी के भक्त बल्कि पूरे विश्ववासी १४ फरवरी को मातृ-पितृ पूजन दिवस के रूप में मनाने लगे हैं । भारत सरकार से मैं आग्रह करता हूँ, खास करके हमारे देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदीजी से आग्रह करता हूँ कि जैसे आपने योग-डे को अंतर्राष्ट्रीय दिवस के तौर पर घोषित किया है, वैसे मातृ-पितृ पूजन दिवस को राष्ट्रीय दिवस घोषित कीजिये।

(श्री चव्हाणकेजी ने न केवल उपरोक्त आह्वान किया बल्कि उसके पहले शिरडी (महा.) जाकर अपने माता-पिता का पूजन भी किया।)

महावीरासन

लाभ : (१) छाती चौड़ी व शक्तिशाली बनती है।

(२) फेफड़े और कंधे पुष्ट होते हैं।

(३) मेरुदंड मजबूत बनता है और कमरदर्द दूर होता है।

(४) टाँगों का टेढ़ापन दूर होता है।

(५) कंठ, श्वासनली व फेफड़ों के वायुकोष बलवान होते हैं।

(६) सम्पूर्ण शरीर में शुद्ध रक्त का परिभ्रमण तेजी से होता है, जिससे उत्साह एवं स्फूर्ति की वृद्धि होती है व मन प्रसन्न होता है।

(७) पाचनशक्ति ठीक होती है व भूख बढ़ती है।

(८) पेट की अतिरिक्त चरबी दूर होती है, मोटापा घटता है।

(९) बाँहों के ऊपरी भाग एवं जाँघों की मांसपेशियाँ पुष्ट होती हैं व कद बढ़ता है।

(१०) साहस, धैर्य और शक्ति का विकास होता है।

(११) वीर्य-विकारों व अनिद्रा में लाभ होता है।

विधि : कम्बल पर सीधे खड़े होकर दोनों पैरों को परस्पर मिलायें। अब बायें पैर को डेढ़-दो फुट पीछे ले जायें तथा बायें पंजे को जमीन पर टिकाकर दायें घुटने को आगे की ओर झुकायें । मुट्ठियों को कसें, कोहनियों को मोड़ें और गले की नस-नाड़ियों में कसाव ले आयें। श्वास भरते हुए सीने को अधिक-से-अधिक फुलायें। (जितनी देर हो सके श्वास रोके रखें, फिर धीरे-धीरे छोड़ दें, पुनः गहरा श्वास लें।) शरीर के सभी अंगों को कमान की तरह खींचकर २ मिनट तक रखें। फिर सामान्य अवस्था में आ जायें। थोड़ी देर बाद दायें पैर को पीछे रखकर उपरोक्त समस्त क्रियाएँ पुनः करें । २ से ४ बार इसका अभ्यास करना चाहिए।

---

४ अप्रैल : श्री हनुमान जयंती, खग्रास चन्द्रग्रहण (भूभाग में ग्रहण समय : दोपहर ३-४५ से शाम ७-१५ तक), चन्द्रग्रहण के समय किया गया पुण्यकर्म एक लाख गुना फलदायी। गंगाजल पास में हो तो एक करोड़ गुना फलदायी। इस समय जप न करने से मंत्र को मलिनता प्राप्त होती है।

४ अप्रैल से ४ मई : वैशाख-स्नान व्रत (प्रातः ब्राह्ममुहूर्त में स्नान करने से अनेक जन्मों की उपार्जित पापराशि का नाश। वैशाख-स्नान तथा व्रत, जप, नियम से अत्यंत दुर्लभ वस्तु की प्राप्ति।)

१० अप्रैल : **पूज्य संत श्री आशारामजी बापू का ७५वाँ अवतरण दिवस**

१४ अप्रैल : चैत्र संक्रांति (मेष संक्रांति) (पुण्यकाल : सुबह ९-४५ से शाम ५-४८ तक) (जप, ध्यान, दान व पुण्यकर्म का अक्षय फल। संक्रांति-काल में किये गये एक शुभ कृत्य से भी कोटि-कोटि फलों की प्राप्ति।)

१५ अप्रैल : वरूथिनी एकादशी (दस हजार वर्षों की तपस्या के समान फल। मोहजाल तथा पातक-समूह से छुटकारा।)

२१ अप्रैल : अक्षय तृतीया (पूरा दिन शुभ मुहूर्त, सर्व कार्य सिद्ध करनेवाली तिथि), त्रेता युगादि तिथि (प्रातः पुण्यस्नान, अन्न-जल दान, जप, तप, हवन आदि शुभ कर्मों का अक्षय फल), मंगलवारी चतुर्थी (शाम ५-०६ से २२ अप्रैल सूर्योदय तक)

गर्मी में विशेष लाभकारी पुदीना

औषधि-प्रयोग

पुदीना गर्मियों में विशेष उपयोगी एक सुगंधित औषध है। यह रुचिकर, पचने में हलका, तीक्ष्ण, हृदय-उत्तेजक, विकृत कफ को बाहर लानेवाला, गर्भाशय-संकोचक व चित्त को प्रसन्न करनेवाला है। पुदीने के सेवन से भूख खुलकर लगती है और वायु का शमन होता है। यह पेट के विकारों में विशेष लाभकारी है। श्वास, मूत्राल्पता तथा त्वचा के रोगों में भी यह उपयुक्त है।

औषधि-प्रयोग

✻ पेट के रोग : अपच, अजीर्ण, अरुचि, मंदाग्नि, अफरा, पेचिश, पेट में मरोड़, अतिसार, उलटियाँ, खट्टी डकारें आदि में पुदीने के रस में जीरे का चूर्ण व आधे नींबू का रस मिलाकर पीने से लाभ होता है।

✻ मासिक धर्म : पुदीने को उबालकर पीने से मासिक धर्म की पीड़ा तथा अल्प मासिक-स्राव में लाभ होता है। अधिक मासिक-स्राव में यह प्रयोग न करें।

✻ गर्मियों में : गर्मी के कारण व्याकुलता बढ़ने पर एक गिलास ठंडे पानी में पुदीने का रस तथा मिश्री मिलाकर पीने से शीतलता आती है।

✻ पाचक चटनी : ताजा पुदीना, काली मिर्च, अदरक, सेंधा नमक, काली द्राक्ष और जीरा - इन सबकी चटनी बनाकर उसमें नींबू का रस निचोड़कर खाने से रुचि उत्पन्न होती है, वायु दूर होकर पाचनशक्ति तेज होती है। पेट के अन्य रोगों में भी लाभकारी है।

✻ उलटी-दस्त, हैजा : पुदीने के रस में नींबू का रस, अदरक का रस एवं शहद मिलाकर पिलाने से लाभ होता है।

✻ सिरदर्द : पुदीना पीसकर ललाट पर लेप करें तथा पुदीने का शरबत पियें।

✻ ज्वर आदि : गर्मी में जुकाम, खाँसी व ज्वर होने पर पुदीना उबाल के पीने से लाभ होता है।

✻ नकसीर : नाक में पुदीने के रस की ३ बूँद डालने से रक्तस्राव बंद हो जाता है।

✻ **मूत्र-अवरोध :** पुदीने के पत्ते और मिश्री पीसकर १ गिलास ठंडे पानी में मिलाकर पियें।

✻ **गर्मी की फुंसियाँ :** समान मात्रा में सूखा पुदीना एवं मिश्री पीसकर रख लें। रोज प्रातः आधा गिलास पानी में ४ चम्मच मिलाकर पियें।

✻ **हिचकी :** पुदीने या नींबू के रस-सेवन से राहत मिलती है।

मात्रा : रस - ५ से २० मि.ली.। अर्क - १० से २० मि.ली. (उपरोक्त प्रयोगों में पुदीना रस की जगह अर्क का भी उपयोग किया जा सकता है)। पत्तों का चूर्ण - २ से ४ ग्राम (चूर्ण बनाने के लिए पत्तों को छाया में सुखाना चाहिए)।

पुदीना अर्क

पुदीना अर्क पाचक, रुचिकारक, क्षुधावर्धक, स्फूर्तिदायक व चित्त को प्रसन्न करनेवाला है। पेट के विकार, जैसे- अरुचि, भूख न लगना, अजीर्ण, अफरा, उलटी, दस्त, हैजा एवं कृमि में यह विशेष उपयुक्त है। ज्वर, खाँसी, सर्दी-जुकाम, मूत्राल्पता तथा श्वास व त्वचा के रोगों में भी यह लाभदायी है।

मात्रा : बड़े १० से २० मि.ली. तथा बच्चे ३ से १० मि.ली. अर्क पानी के साथ दिन में १-२ बार लें।

(**प्राप्ति-स्थान :** सभी संत श्री आशारामजी आश्रम व समितियों के सेवाकेन्द्र।)

एलोवेरा जेल

लाभ : यह त्वचा को मुलायम व कोमल बनाकर उसमें निखार लाता है तथा अल्ट्रावॉयलेट किरणों के प्रदूषण व त्वचा-उत्तेजकों आदि से होनेवाले हानिकारक प्रभाव से सुरक्षा प्रदान करता है। इसके उपयोग से कील-मुँहासे, काले दाग-धब्बे, निशान, दरारें व झुर्रियों से रक्षा होती है। यह रूखी और तैलीय त्वचा - दोनों के लिए उपयोगी है।

प्रयोग विधि : त्वचा को पानी से धोने के बाद हलके हाथों से लगायें।

(**प्राप्ति-स्थान :** सभी संत श्री आशारामजी आश्रम व समितियों के सेवाकेन्द्र।)

लिवर टॉनिक

लाभ : सभी प्रकार के यकृत-विकार, खून की कमी, पीलिया, रक्त-विकार, कमजोरी, भूख न लगना, अरुचि, कब्ज, पेट-दर्द तथा गैस में अत्यधिक लाभप्रद।

(सभी आश्रमों में एवं समितियों के सेवाकेन्द्रों पर उपलब्ध।)

महिला संगठनों ने 'संस्कृति रक्षा यात्राएँ' निकालकर की निर्दोष पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग

भारतीय संस्कृति पर हो रहे कुठाराघात के प्रति जनजागृति लाने हेतु 'विश्व महिला दिवस' के उपलक्ष्य में महिला उत्थान मंडल व विभिन्न महिला संगठनों द्वारा देशभर में संस्कृति रक्षा यात्राएँ निकाली गयीं तथा जिलाधिकारी के माध्यम से राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, केन्द्रीय गृहमंत्री, कानून मंत्री, महिला और बाल विकास मंत्री, राष्ट्रीय महिला आयोग, मानवाधिकार आयोग आदि को ज्ञापन सौंपे गये।

संतों पर लग रहे आरोपों को झूठा और अनर्गल बताते हुए महिला संगठनों ने ज्ञापन में कहा कि 'संस्कृति रक्षा - देश की रक्षा और संस्कृति का आधार हैं हमारे संतजन। पिछले काफी समय से भारतीय संस्कृति के आधारस्तम्भ हमारे संतों पर मनगढ़ंत आरोप लगा के उन्हें जेल में डालकर उन पर अत्याचार किये जा रहे हैं। शंकराचार्य श्री जयेन्द्र सरस्वतीजी, स्वामी केशवानंदजी, कृपालुजी महाराज, साध्वी प्रज्ञा के बाद पूज्य संत श्री आशारामजी बापू को निशाना बनाया गया है। यौन-उत्पीड़न का झूठा आरोप लगवाकर जेल में डाल के उन्हें प्रताड़ित किया जा रहा है, जबकि लड़की की मेडिकल जाँच रिपोर्ट में उसके शरीर पर खरोंच तक के निशान नहीं पाये गये। लड़की को नाबालिग बताया गया जबकि उसके विद्यालय के दाखिले का आवेदन, रजिस्ट्रेशन फार्म, एफिडेविट, जो लड़की के पिता की शपथ से युक्त है तथा लड़की के बीमा से संबंधित एलआईसी के कागजात में लिखी जन्मतिथि के अनुसार वह बालिग है और मा. सर्वोच्च न्यायालय ने भी इन दस्तावेजों को मँगवाने का आदेश दिया है।

दूसरी ओर बापूजी पर आरोप लगानेवाली सूरत की महिला ने गांधीनगर सत्र न्यायालय में एक अर्जी डालकर बताया कि उसने धारा १६४ के अंतर्गत पहले जो बयान दिया था, वह डर और भय के कारण दिया था। अब वह दूसरा बयान देकर केस का सत्य उजागर करना चाहती है।'

ज्ञापन में पूज्य संत श्री आशारामजी बापू द्वारा किये गये संयम-सदाचार के विश्वव्यापी प्रचार-

प्रसार पर प्रकाश डालते हुए कहा गया है कि 'पूज्य बापूजी का पूरा जीवन संयम-सदाचार से ओतप्रोत है । आत्मज्ञानप्राप्ति के बाद अपने सद्गुरुदेव की आज्ञा शिरोधार्य कर पूज्य बापूजी ने गत ५० वर्षों में सत्संग व सेवा के माध्यम से हर वर्ग, हर जाति, हर सम्प्रदाय के असंख्य लोगों को ईश्वरीय सुख-शांति, आत्मिक निर्विकारी आनंद पहुँचाया है। संयममूर्ति बापूजी द्वारा पिछले ५० वर्षों से चलाये जा रहे ३० से अधिक प्रमुख समाजसेवा-अभियानों में से १५ से अधिक सेवा-अभियान विशेष रूप से संयम-सदाचार एवं नैतिक-आध्यात्मिक मूल्यों को सुदृढ़ करने हेतु चलाये गये हैं। समाज, संस्कृति और विश्वसेवा के दैवी कार्य में पूज्य बापूजी का योगदान अद्वितीय है।

पूज्य बापूजी के ओजस्वी जीवन एवं उपदेशों से असंख्य लोगों ने व्यसन, मांसाहार आदि बड़ी सहजता से छोड़कर संयम-सदाचार का रास्ता अपनाया है । एक ७५ वर्षीय निर्दोष संत, जिन्हें करोड़ों लोगों के जीवन में संयम-सदाचार जागृत करने व उन्हें भगवान के रास्ते चलाने तथा करोड़ों दुःखियों के चेहरों पर मुस्कान लाने का श्रेय जाता है, उनको जमानत मिलनी चाहिए । सम्पादक, राजनेता, फिल्म स्टार, आतंकवादी आदि को जमानत मिल जाती है तो क्या डेढ़ साल से जेल में बंद एक निर्दोष संत को जमानत नहीं मिलनी चाहिए ?'

महिला उत्थान मंडल ने देशभर की महिलाओं की प्रतिक्रियाओं के आधार पर ज्ञापन में ठोस रूप से कहा है कि 'विश्व में भारतीय संस्कृति की ध्वजा फहरानेवाले, आध्यात्मिक क्रांति के प्रणेता, संयममूर्ति पूज्य संत श्री आशारामजी बापू की समाज को अत्यंत आवश्यकता है। यह पूज्य बापूजी की सच्चाई ही है कि आज भी देश की असंख्य महिलाएँ उनकी निर्दोषता के समर्थन में सड़कों पर आकर उनकी रिहाई की माँग कर रही हैं। इस बात पर अवश्य विचार करना चाहिए कि आरोप लगानेवाली दो महिलाएँ सच्ची हैं या हम करोड़ों बहनों का अनेक वर्षों का अनुभव सच्चा है! अतः पूज्य बापूजी को शीघ्रातिशीघ्र जमानत दी जाय, रिहा किया जाय।'

ये यात्राएँ दिल्ली, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, हरियाणा, पंजाब, महाराष्ट्र, बिहार, पश्चिम बंगाल, ओड़िशा, जम्मू-कश्मीर, छत्तीसगढ़, गुजरात आदि राज्यों के विभिन्न शहरों एवं नगरों में निकाली गयीं । इनमें बड़ी संख्या में शामिल हुई महिलाओं का संस्कृति-रक्षा एवं संस्कृतिरक्षक संतों पर हो रहे अत्याचार के निवारण के लिए उत्साह समाज को जागृत करनेवाला था । यात्रा के दौरान पर्चे, बैनर और तख्तियों द्वारा संस्कृति रक्षा व संयम-सदाचार का संदेश दिया गया तथा गौ-गीता-गंगा, आयुर्वेद व प्राकृतिक चिकित्सा आदि का महत्त्व बताकर स्वस्थ जीवन की कुंजियाँ आम जनता तक पहुँचायी गयीं। महिला संगठनों ने यह संकल्प लिया है कि बापू एवं अन्य संस्कृतिनिष्ठ संतों की रिहाई होने तक उनका यह आंदोलन जारी रहेगा।

परमानंद-प्राप्ति के लिए इनसे करें मित्रता

-पूज्य बापूजी

'विवेक चूड़ामणि' आदि शास्त्रों में कहा गया है कि 'ज्ञानयोग का साधक साधन-चतुष्टय से सम्पन्न होना चाहिए ।' वे चार साधन हैं : विवेक, वैराग्य, षट्सम्पत्ति और मुमुक्षुत्व।

षट्सम्पत्ति : साधक के पास ६ प्रकार की सम्पत्ति होनी चाहिए : शम (व्याख्या नीचे देखें), दम (इन्द्रियों को रोकना), उपरति (छोड़े हुए असाधन या नासमझी को फिर न पकड़ना), तितिक्षा, श्रद्धा और समाधान (अपनी बुद्धि को समस्त बाह्य पदार्थों एवं विषयों से हटाकर केवल ब्रह्म में ही स्थिर करना)। इसके अलावा 'योगवासिष्ठ महारामायण' के मुमुक्षु प्रकरण में मोक्ष की इच्छा रखनेवाले साधक के लिए मुक्ति के द्वार तक ले जानेवाले चार साधनों का वर्णन आता है । वे हैं : शम, संतोष, सत्संग और विचार । ये मोक्ष के चार द्वारपाल कहे गये हैं।

(१) शम : शम माने मन को रोकना । जिनके पास शम है, उन्हें शांति अनायास मिलती है । मन को गलत जगह जाते समय देखना, उस पर अपने हस्ताक्षर नहीं करना और उसे रोककर अपने-आपमें वापस लाना यह शम है । इस तरह मन को रोकने से वासनाएँ क्षीण होती हैं । ज्यों-ज्यों इच्छा-वासनाएँ क्षीण होंगी, त्यों-त्यों मन शांत होता जायेगा । मन की शांति और हृदय की प्रसन्नता प्राप्त होने से इन्द्रियाँ भी शांत होती हैं । जिसको शांति की प्राप्ति होती है, उसका मन जगत के आकर्षणों

से या जगत के भले-बुरे व्यवहार से जल्दी चलायमान नहीं होता और होता भी है तो ज्यादा समय के लिए नहीं।

मन की शांति से जितना सुख मिलता है, उतना सुख और किसीसे नहीं मिलता। जिसको मन की शांति प्राप्त होती है, वह जगत में सूर्य की तरह प्रकाशता है। जितना-जितना मन शांत होता जाता है, उतना-उतना वह परम पद में स्थित होता जाता है और आत्मज्ञान से मोक्ष की प्राप्ति कर लेता है। मन की शांति को पाये हुए महापुरुष शांत चित्त से, सहज भाव से जगत के व्यवहार करते हैं।

(२) संतोष : जो अप्राप्त वस्तु की इच्छा नहीं करता है और न्याय के मार्ग से मिली हुई वस्तु का उपयोग करता है, वह पुरुष संतोषी कहा जाता है। **संतोष ही परम धन है।** संतोषरूपी धन से शीघ्र कल्याण होता है और शांति की प्राप्ति होती है। संतोषी पुरुष को भोग-वासना बढ़ानेवाले साधन-वैभव की परवाह नहीं होती। वह संतुष्ट नर बाह्य दृष्टि से गरीब हो, फिर भी वह विश्व का सम्राट है। जो कुछ अनायास मिलता है उसीमें वह संतुष्ट रहता है। उसे चिंता, लोभ, तृष्णा नहीं सताती क्योंकि उसके पास इन महारोगों की संतोषरूपी उत्तम औषधि है। ऐसे संतोषी पुरुष के दर्शनमात्र से प्रसन्नता की प्राप्ति होती है।

मोक्ष के इन चार द्वारपालों के साथ मैत्री करोगे तो वे मोक्ष-मंदिर के द्वार खोल देंगे और तुम्हें आत्मराज्य के भीतर प्रवेश दिलायेंगे।

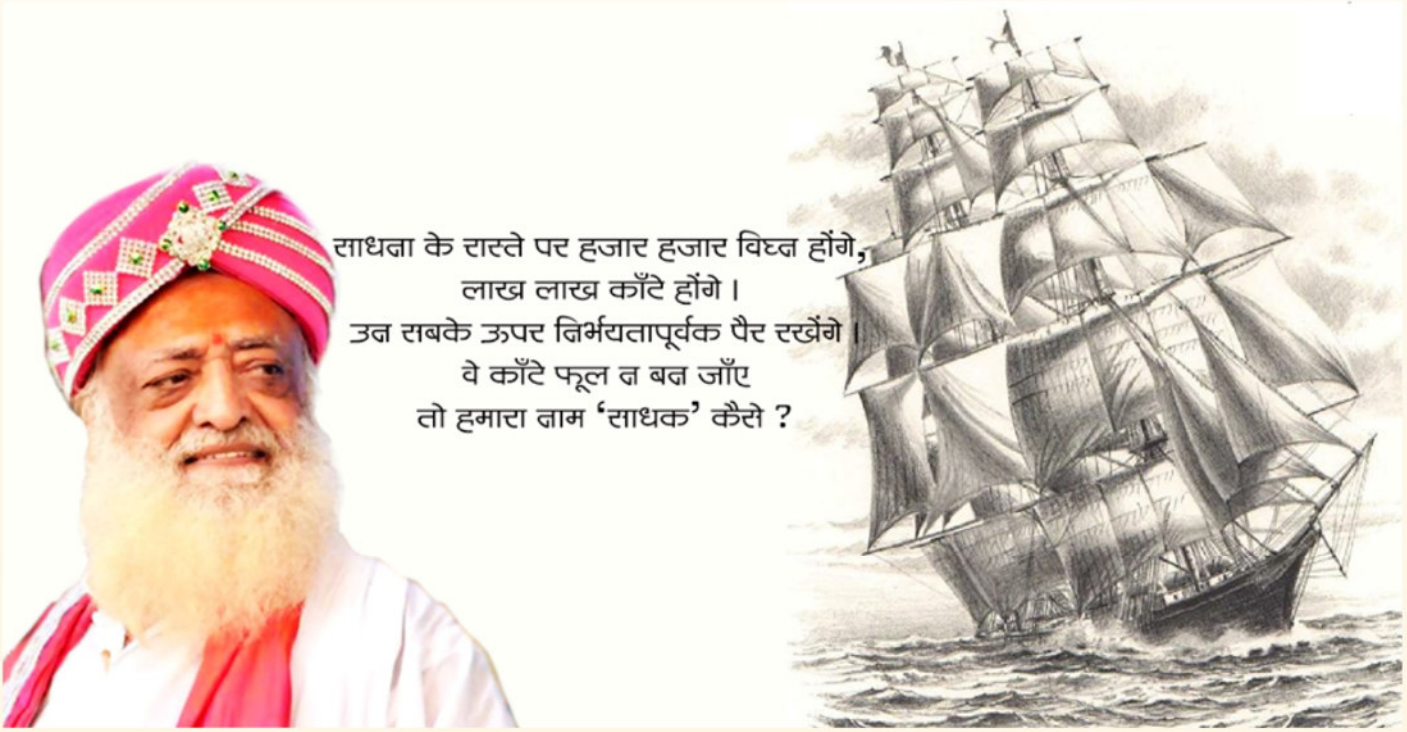
(३) सत्संग : सत्संग से मनुष्य का परम कल्याण होता है। आत्म-परमात्मज्ञान का सत्संग जीते-जी मुक्ति का अनुभव कराने में सक्षम है। सत्संग में महापुरुषों के जीवन की अनुभूत युक्तियाँ मिल जाती हैं, जिनसे आदमी सदाचार के नियमों का पालन करके उन्नत होता जाता है और सत्यस्वरूप आत्मा का ज्ञान भी पा लेता है। सत्संग से विवेकबुद्धिरूपी सूर्य का उदय होता है, जिससे अंतर का अज्ञानांधकार दूर होता है। मन को वश करके माया का आवरण दूर करने में सत्संग उत्तम उपाय है। सत्संग और संतपुरुषों का समागम एक ऐसी मजबूत नौका के समान है, जो जीव को संसार-सागर से पार करके शिवत्व में पहुँचा देती है।

(४) विचार : आत्मविचार से सत्य-ज्ञान का दर्शन होता है। बार-बार विचार करें कि 'मैं कौन हूँ ? जगत क्या है ? ईश्वर क्या है ?' - इस प्रकार के विचार करने से अज्ञान का नाश होकर ब्रह्मज्ञान का उदय होता है और जीव मुक्त स्वभाव का साक्षात्कार करता है। आत्मविचार से ही साधक अज्ञानरूपी बादलों को हटाकर ज्ञानसूर्य का प्रकाश पा सकता है। जन्म-मरण के चक्र से छुड़ानेवाला मित्र विचार

है । आत्मविचार से अन्य विचारों, वासनाओं, कल्पनाओं को दूर करो और दिव्य आनंद तथा शाश्वत शांति को प्राप्त करो। आत्मविचार बड़े-बड़े संकटों में, भय में, आपत्तिकाल में सहायक सिद्ध होता है। अतः सदैव उसका सेवन करो और आत्मानंद की प्राप्ति करो।

मोक्ष के इन चार द्वारपालों के साथ मैत्री करोगे तो वे मोक्ष-मंदिर के द्वार खोल देंगे और तुम्हें आत्मराज्य के भीतर प्रवेश दिलायेंगे। जो पुरुष सतत अभ्यास से शास्त्र, गुरु और स्वानुभव की एकतानता करता है, वह आत्मसाक्षात्कार कर लेता है।

जब तक मन में आत्मविचार, ब्रह्मविचार का उदय न हो, तब तक मनुष्य को आत्मज्ञान से युक्त (योगवासिष्ठ महारामायण, मुक्ति का सहज मार्ग, जीवन रसायन जैसे) ग्रंथों का भलीभाँति अभ्यास करना चाहिए, गुरुमंत्र का जप, ध्यान और साधु पुरुषों का संग करना चाहिए। इन चार साधनों की मैत्री या सदाचार के नियमों का पालन करना चाहिए। तैलधारावत् आत्मचिंतन, आत्म-अभ्यास करके नित्य, अविनाशी, स्वयंप्रकाश आत्मा का ज्ञान पा लेना चाहिए। इससे सब दुःखों का सदा के लिए अंत हो जाता है और ब्रह्मा, विष्णु और महेश भी जिस आनंद में निमग्न रहते हैं,



पूज्य बापूजी की निर्दोषता समाज तक पहुँचाकर जनजागृति लाती राष्ट्र जागृति यात्राएँ

महाराष्ट्र

मध्य प्रदेश

पूज्य बापूजी के उत्तम स्वास्थ्य तथा शीघ्र रिहाई हेतु महाशिवरात्रि पर हवन-पूजन में रत साधक

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

RNI No. 66693/97
RNP No. GAMC-1253-A/2015-17
Issued by SSP-AHD
Valid upto 31-12-2017
LWPP No. CPMG/GJ/45/2015
(Issued by CPMG GUJ. valid upto 31-12-2017)
Permitted to Post at AHD-PSO
from 18th to 25th of E.M.
Publishing on 15th of every month

''करोड़ों की जीवन बगिया सच्चरित्रता से महकानेवाले
निर्दोष पूज्य बापूजी को मिले जमानत''

अनेक महिला संगठनों ने 'विश्व महिला दिवस' पर देशभर में निकाली 'संस्कृति रक्षा यात्राएँ', ज्ञापन सौंपकर की निर्दोष पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग

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।