संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ७ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ सितम्बर २०२४
वर्ष : ३४ अंक : ३ (निरंतर अंक : ३८१)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

पूज्य बापूजी के सद्गुरु साँईं
श्री लीलाशाहजी महाराज

हजारों मनुष्यों में कोई विरला ही सिद्धि को पाता है। उन यत्न करनेवाले सिद्धों में से कोई एक मुझे तत्त्वतः जान पाता है।

(गीता : ७.३)

पूज्य संत
श्री आशारामजी बापू

...ऐसे दुर्लभ महापुरुष पूज्य बापूजी का आत्मसाक्षात्कार दिवस (४ अक्टूबर)

आश्विन शुक्ल द्वितीया

जिन्होंने बदला करोड़ों का जीवन उनको समाज से दूर रखने से समाज की कितनी हानि हो रही है !

पूज्य बापूजी
के सत्संग-
वचनामृत से

हे मानव ! तू ब्रह्मजिज्ञासा कर...

भगवान वेदव्यासजी ने विश्व के सर्वप्रथम आर्ष ग्रंथ 'ब्रह्मसूत्र' में लिखा है :

अथातो ब्रह्मजिज्ञासा । (अध्याय १, पाद १, सूत्र १)

हे मानव ! तुझे कुछ जानना है तो उस एक को जान जिससे सब जाना जाता है। तुझे कुछ पाना है तो उस एक को पा जिससे सब पाया जाता है। तुझे मिलना है तो उस एक से मिल जिससे तू सबसे एक ही साथ मिल पाये। अपने जीवन की डायरी में लिखो : ब्रह्मजिज्ञासा।

ब्रह्मजिज्ञासा विवेक के विकास से उपलब्ध होती है। और विवेक की उपलब्धि कैसे होती है ?

बिनु सतसंग बिबेक न होई । (रामचरित. बा.कां. : २.४)

विवेक सत्संग से होता है। नित्य क्या, अनित्य क्या ? शाश्वत क्या, नश्वर क्या ? वास्तविक 'मैं' क्या, माना हुआ 'मैं' क्या ? आत्मा अविनाशी है, जगत परिवर्तनशील, विनाशी है।

मरनेवाले शरीर को 'मैं' मान रहे हैं, अमर आत्मा का पता नहीं। सत्संग से यह अविवेक धीरे-धीरे क्षीण होता है। सत्संग से जिनका विवेक नहीं जगा उनका जीवन बरबादी की तरफ जाता है। एक अल्प-सी आयुवाला मनुष्य-जन्म, उसमें मनुष्य अगर विवेक का सहारा ले ले तो वह अनंत ब्रह्मांडनायक ईश्वर से मिल सकता है और अविवेक की शरण जाता है तो अनेक जन्मों में माता के गर्भ में पीड़ा सहता-सहता, दुःख सहता-सहता अपने लिए, देश और विश्व के लिए अभिशाप बन जाता है। जो विवेक का सहारा लेता है, ब्रह्मजिज्ञासा का सहारा लेता है वह अपने लिए, कुटुम्ब, देश और विश्व के लिए... अरे, विश्वेश्वर के लिए भी उपयोगी हो जाता है।

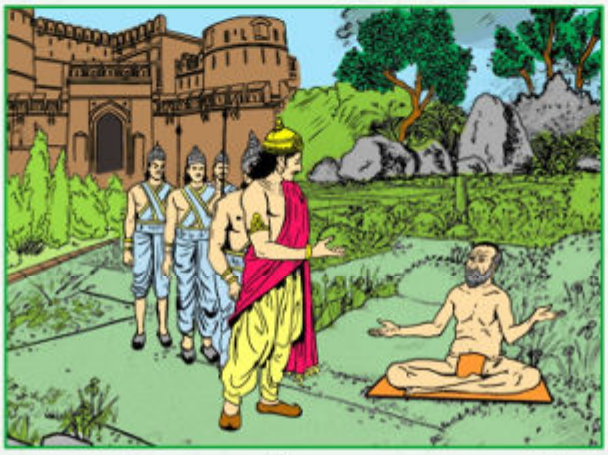
तुम कृपा करके अपने प्रति न्याय और दूसरों के प्रति उदारता का व्यवहार करो। तुम अपनी गलती को निकालने के लिए जब तक तत्पर नहीं होओगे तब तक उन्नति नहीं होगी। ऐसा मत सोचना कि कोई मजहब तुम्हारी उन्नति करेगा, कोई देवी-देवता, संत तुम्हारी उन्नति करेंगे, ना ! देवी-देवता, संत तुम्हारी उन्नति तब करेंगे जब तुम अपने विवेक का आदर करोगे, उनकी सलाह को अपने जीवन में उतारोगे। तुम्हारे पास विवेक होगा तो उनका परामर्श तुम अपना बना लोगे। संत-महात्मा, धर्म तुमको परामर्श दे सकते हैं, मोक्ष नहीं दे सकते। मोक्ष तो वे दें लेकिन उसमें तुम्हारे विवेक की जरूरत है। विवेक का आदर करके जीवन जीने की जवाबदारी तुम्हारी है। ऐसी जवाबदारी मान लोगे तो जीवनदाता - तुम्हारा आत्मा प्रकट हो जायेगा।

इसलिए हे साधक ! हे मानव ! तू ब्रह्मजिज्ञासा कर, आत्मविकास कर। तेरा मैं केवल शरीर या परिवार में नहीं, केवल गाँव या राज्य में नहीं, केवल राष्ट्र या विश्व में नहीं बल्कि जब तक तेरा मैं अपने विश्वेश्वर में (ब्रह्मतत्त्व में) पूर्णरूप से स्थापित नहीं होता है तब तक तू अपनी जिज्ञासा और आध्यात्मिक यात्रा चालू रख, जरूर पहुँचेगा, अवश्य पहुँचेगा !

सच्चे संत स्वयं कष्ट सहकर भी सत्य की रक्षा करते हैं

आज हम देखते हैं कि धर्म-विरोधी तत्त्वों द्वारा साजिश के तहत हमारे निर्दोष हिन्दू साधु-संतों की छवि धूमिल करके उनको फँसाया जा रहा है, उन्हें कारागार में रखा जा रहा है। ऐसी ही एक घटना का उल्लेख स्वामी अखंडानंदजी के सत्संग में आता है, जिसमें एक संत की रिहाई के लिए एक अन्य संत के कष्ट-सहन की पावन गाथा प्रेरणा-दीप बनकर उभर आती है :

प्रेरणादायी संस्मरण



''मध्य प्रदेश में एक बड़ी रियासत थी। वहाँ एक महात्मा जेल में डाल दिये गये थे। वे स्वयं तो गाँजा नहीं पीते थे परंतु उनके फूल के बगीचे में गाँजे के पौधे लगे हुए थे, यही उनका अपराध था। जब हमारे महात्माजी (मधईपुर के ब्रह्मवेत्ता महात्मा) को मालूम पड़ा तो वे अकेले ही सैकड़ों मील की यात्रा कर वहाँ पहुँच गये। राजा के उद्यान में जाकर बैठ गये। शरीर पर लँगोटी के सिवाय और कुछ नहीं, धूल से लथपथ। राजा आया टहलने। उसके साथियों ने आकर बाबाजी से कहा : ''तुम यहाँ से हट जाओ, राजा साहब आ रहे हैं।''

वे वहाँ से हटने को तैयार नहीं हुए। राजा टहलते हुए पास आ गया। उसने बाबाजी से पूछा : ''तुम कौन हो ?''

बोले : ''मैं तुम्हें क्या दिखता हूँ ?''

राजा ने कहा : ''मनुष्य।''

बाबाजी : ''तुम चमार हो।''

राजा के साथियों को बहुत बुरा लगा। वे उन्हें वहाँ से निकालने लगे। कुछ आपस में खींचातानी हुई। बाबाजी जानबूझकर गाली देने लगे। पहरेदार पकड़कर थाने ले गये। डिप्टी कलेक्टर के सामने पेश किये गये।

डिप्टी कलेक्टर ने पूछा : ''महात्माजी ! आपने राजा को चमार क्यों कहा ?''

बाबाजी : ''उसने चाम पहचानकर ही तो मुझे मनुष्य कहा था, जो चाम पहचाने सो चमार। शरीर तो आत्मा नहीं है।''

कलेक्टर को सत्संग का संस्कार था। उसने उन्हें कुर्सी पर बैठा लिया और प्रश्नोत्तर करना प्रारम्भ कर दिया।

अंत में उसने पूछा : ''महात्माजी ! यह सब गड़बड़ आप क्यों कर रहे हैं ? आप क्या चाहते हैं ?''

बोले : ''एक अच्छे महात्मा जेल में पड़े हैं, मैं उनसे मिलना चाहता हूँ। मुझे भी जेल भेज दो तो उनके साथ कुछ दिन रह जाऊँगा।''

तब जाकर कलेक्टर को सारा माजरा समझ में आया और उसने राजा से कहकर उन महात्मा को जेल से छुड़ा दिया। दोनों महात्मा मौज से हँसते हुए चले आये। एक संत को जेलखाने से छुड़ाने के लिए हमारे महात्माजी ने कितना कष्ट उठाया !''

सच्चे संतों का लक्षण होता है कि वे दूसरों पर होता हुआ अन्याय नहीं देख सकते, निर्दोषों पर अत्याचार का वे हमेशा प्रतिकार करते हैं। कष्ट सहकर भी सज्जनों, भक्तों, संस्कृतिसेवियों की वे रक्षा करते हैं फिर सर्वहितकारी संतों-महापुरुषों पर हो रहे जुल्म को तो वे कैसे सह सकते हैं !

गौ-तस्करी करने पर मिली आजीवन कारावास की सजा, लगा ५ लाख का जुर्माना

हाल ही में मध्य प्रदेश के सिवनी जिले से गौ-हत्या से जुड़ी एक दिल दहलानेवाली खबर सामने आयी। यहाँ करीब ५० गायों के शव मिले, जिनमें से ३२ शवों की गर्दनें कटी हुई थीं। पुलिस ने गौ-हत्या की साजिश में शामिल २४ लोगों को हिरासत में ले लिया है।

समसामयिक

आज देश को स्वतंत्रता मिले हुए ७५ वर्ष से भी अधिक समय बीत गया है लेकिन गौ-हत्या बंद होना तो क्या, वह और बढ़कर अपनी चरम सीमा पर पहुँच गयी है।
- न्यायाधीश एस. वी. व्यास

कुछ समय पहले मालेगाँव (महाराष्ट्र) निवासी मोहम्मद आमीन आरीफ अंजुम द्वारा गौ-हत्या हेतु गौ-तस्करी की जाने का मामला उजागर हुआ था, जिसके चलते गुजरात के तापी जिले के सत्र न्यायालय ने इस शख्स को आजीवन कारावास की सजा सुनायी, साथ ही उस पर ५ लाख का जुर्माना भी लगाया।

न्यायाधीश एस. वी. व्यास ने इस मामले पर अहम टिप्पणी करते हुए कहा : ''गाय धर्म का प्रतीक है। गाय जैसा कोई कृतज्ञ प्राणी नहीं है। गाय केवल एक प्राणी नहीं है बल्कि वह माता भी है इसलिए उसे 'गौ माता' नाम दिया गया है। अड़सठ तीर्थ और तैंतीस करोड़ देवताओं का जो स्वरूप है वह गाय है। समस्त ब्रह्मांड पर गाय ने जो उपकार किये हैं उनका वर्णन नहीं किया जा सकता। जिस दिन से गाय के रक्त की एक बूँद भी धरती पर नहीं गिरेगी उसी दिन से पृथ्वी की सभी समस्याओं का समाधान हो जायेगा तथा विश्व का कल्याण हो जायेगा।

गाय की रक्षा और गौ-संवर्धन की काफी सारी चर्चाएँ होती हैं लेकिन वास्तव में उनका अमल नहीं होता। गायों की हत्या और तस्करी के मामले बार-बार होते रहते हैं। यह सभ्य समाज के लिए अत्यंत पीड़ादायी बात है। गायों की हत्या के लिए अब यांत्रिक कत्लखाने बन गये हैं और गायें कट रही हैं। यह गायों के लिए सबसे बड़ा संकट है। मांसाहारी लोग मांस खाते हैं और उसमें गाय का मांस भी इस्तेमाल होता है। आज के समय में गायों की सुरक्षा और महत्ता पर धार्मिक एवं आध्यात्मिक दृष्टि से चिंतन करने के साथ-साथ आर्थिक, सामाजिक, वैज्ञानिक और स्वास्थ्य की दृष्टि से भी चिंतन करने की आवश्यकता है।

गव्य पदार्थ मानव-जीवन में बहुत उपयोगी हैं। गव्य का मतलब है दूध, दही, घी, गोबर, गोमूत्र आदि।

आदि गौ 'सुरभि' से गायों का प्राकट्य हुआ है ऐसा कहा गया है। धर्म (तप, पवित्रता, दया और सत्य) का जन्म गाय से हुआ है कारण कि धर्म जो है वह वृषभरूप है और गाय के पुत्र को ही वृषभ कहा जाता है। वृषभ के रूप में धर्म प्रकट हुआ है। अन्न की उत्पत्ति के लिए धर्म ने वृषभ का रूप धारण किया है। वृषभ के बिना उत्तम खेती सम्भव नहीं है। उत्तम अन्न केवल गाय और वृषभ से ही प्राप्त होता है। आजकल रासायनिक खेती की जगह प्राकृतिक खेती यानी गौ-आधारित खेती का प्रचलन बढ़ गया है। प्राकृतिक खेती से उत्पन्न अनाज कई रोगों से रक्षा करता है। इसलिए आज के समय में गाय की अत्यधिक आवश्यकता है। ऐसे समय में गाय की

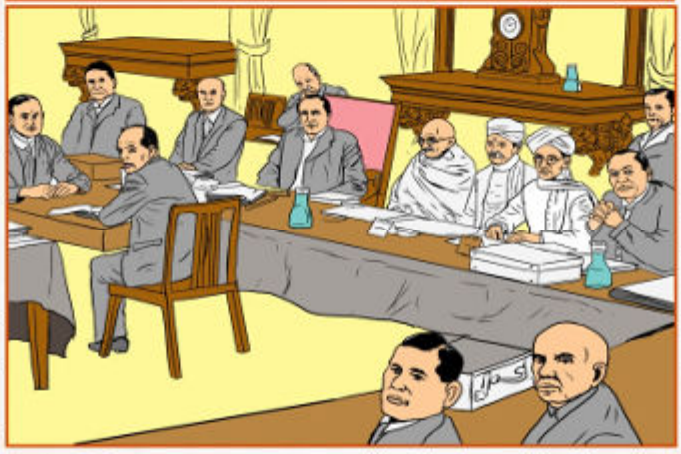
विद्यार्थी संस्कार

मन पर नियंत्रण का परिणाम

जयंती विशेष

महात्मा गांधी जयंती : २ अक्टूबर

२ अक्टूबर को महात्मा गांधीजी की जयंती है। दुबले-पतले दिखनेवाले गांधीजी ने साधनों व सत्ता से सम्पन्न अंग्रेजों को कैसे हिलाकर रख दिया, उनमें ऐसी कौन-सी शक्ति थी इसके बारे में पूज्य बापूजी के सत्संग में आता है :



मन जितना आपके नियंत्रण में होगा उतना आप सफल होंगे। गोलमेज सम्मेलन में जॉर्ज पंचम ने गांधीजी को बुलाया था। गांधीजी गये तो उनकी प्रशंसा की, भोजन करवाया। बाद में बैठक शुरू हुई। जॉर्ज पंचम ने तेवर बदले, गांधीजी को डाँटना शुरू किया : ''हमारे गोरे अंग्रेजों को, अधिकारियों को तुम्हारे हिन्दुस्तानी लोग मारते हैं, बम बनाते हैं, यह करते हैं... और तुम अहिंसा-अहिंसा कर रहे हो ? तुमको पता नहीं मेरे में कितनी ताकत है ! तुम अपने को क्या समझते हो ? तुम्हारे पास कुछ भी नहीं है।...'' ऐसा करके गांधीजी पर वह बरसने लगा।

सुननेवाले दंग रह गये और सोच में पड़ गये कि 'अब गांधीजी क्या निर्णय करेंगे ? क्या पता क्या हो जायेगा...' परंतु गांधीजी खड़े हो गये, बोले : ''जॉर्ज पंचम ! मैं आपका मेहमान हूँ और आपके यहाँ मैंने भोजन भी कर लिया है। अब आप जो बोल रहे हैं उन बातों को मैं काटूँ-छाँटूँ यह मुझे अच्छा नहीं लगता है। आपको जो बोलना है, बोल दीजिये।''

गांधीजी का मन पर ऐसा नियंत्रण था कि जॉर्ज पंचम देखता ही रह गया। न रूठे, न हाथाजोड़ी की, जॉर्ज पंचम को कुछ बोलने का मौका ही नहीं दिया।

मन पर नियंत्रण बहुत बड़ी उपलब्धि है। श्वासोच्छ्वास की गिनती से आपके मन पर आपका नियंत्रण होगा। श्वास अंदर जाय तो भगवन्नाम, बाहर आये तो गिनती... ५० की गिनती हर रोज आप करेंगे तो कभी आपके निर्णय बाद में पश्चात्ताप करने योग्य नहीं होंगे। आपका नियंत्रण आपको यशस्वी बनाकर रहेगा।

गांधीजी के लिए अखबारवाले कैसा-कैसा लिखते थे - He is mad, he is fool. अंग्रेजों के पिट्ठुओं ने गांधीजी को बदनाम करने में कोई कसर नहीं रखी, काल्पनिक कहानियाँ बना-बनाकर आरोप थोपने में कोई कमी नहीं रखी फिर भी गांधीजी आज भी सम्माननीय हैं। गांधीजी के मन पर नियंत्रण का ही यह परिणाम है। पक्की बात है !

मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयोः।

'मन ही मनुष्यों के बंधन एवं मोक्ष का कारण है।' **(शाट्यायनीय उपनिषद् : १)**

बहुसंख्य लोग मीरा-शबरी के प्रतिकूल थे फिर भी मीरा-शबरी जीतकर गयीं। तो आप अपने

आयु-आरोग्य, यश बढ़ानेवाला तथा पितरों की सद्गति करनेवाला व्रत

२८ सितम्बर को इंदिरा एकादशी है। इसका माहात्म्य, विधि व कथा पूज्य बापूजी के सत्संग से :

युधिष्ठिर महाराज ने भगवान श्रीकृष्ण से पूछा : ''प्रभु ! आश्विन मास (अमावस्यांत भाद्रपद) कृष्ण पक्ष की एकादशी का नाम क्या है और इसका फल क्या है ? इसकी महिमा मुझे बतायें।''

२८ सितम्बर : इंदिरा एकादशी पर विशेष

भगवान श्रीकृष्ण ने कहा : ''राजन् ! उस एकादशी का नाम है 'इंदिरा'। इसके व्रत के प्रभाव से बड़े-बड़े पापों का नाश हो जाता है। यह व्रत नीच योनि में दुःख भोगनेवाले पूर्वजों के पुण्य-लाभ के लिए करें तो उनकी सद्गति होती है।

सतयुग में माहिष्मतीपुरी में इन्द्रसेन बड़े धर्मात्मा, प्रजापालक, सत्यनिष्ठ, न्यायप्रिय राजा थे। उनकी पुरी में धन-धान्य, सुख-सम्पदा की कमी नहीं थी। वे प्रजा के उत्तम हितैषी, शत्रुओं के लिए कालरूप और मित्रों के लिए इन्द्रस्वरूप थे। विद्वानों में उनकी प्रसिद्धि थी और दानवीरों में भी उनका नाम था। वे भगवान की भक्ति में तत्पर हो भगवन्नाम का जप करते हुए समय व्यतीत करते थे और विधिपूर्वक अध्यात्म-तत्त्व के चिंतन में संलग्न रहते थे।

एक दिन राजा इन्द्रसेन राजदरबार में बैठे हुए थे। इतने में देवर्षि नारदजी आकाशमार्ग से वहाँ आ पहुँचे। राजा उठ खड़े हुए, देवर्षि को ऊँचे आसन पर बिठाया और अर्घ्य-पाद्य से उनका पूजन किया। तनिक सेवा के बाद राजा ने कहा : ''प्रभु ! यहाँ पधारने की आपने कृपा की है, मेरे योग्य कोई सेवा हो, पधारने का प्रयोजन हो तो बताइये।''

नारदजी ने कहा : ''विचरण करते-करते मैं ब्रह्मलोक से यमलोक गया। यमराज ने उठकर मेरा स्वागत-पूजन किया। इन्द्रसेन ! वहाँ तुम्हारे पिता भी थे। वे व्रत-भंग के दोष से स्वर्ग से गिराये गये और नरक भेजे गये थे। तुम्हारे पिता ने रोते हुए कहा कि ''मैंने एकादशी का व्रत नहीं रखा इसलिए मैं नरक में पड़ा हूँ। आप मेरे बेटे इन्द्रसेन को बोलना कि वह इंदिरा एकादशी का व्रत करे। इससे उसकी आयु, आरोग्य, पुष्टि व यश बढ़ेगा और पितरों को व्रत का पुण्य अर्पण करेगा तो पितरों की सद्गति होगी और उनका आशीर्वाद भी मिलेगा। यह संदेशा मेरे बेटे को देने की कृपा कीजिये।''

राजन् ! पिता की सद्गति के लिए तुम इस एकादशी का व्रत रखो।''

राजा ने पूछा : ''भगवन् ! किस पक्ष में, किस तिथि को और किस विधि से यह व्रत करना चाहिए।''

नारदजी : ''राजेन्द्र ! मैं तुम्हें इस व्रत की शुभकारक विधि बतलाता हूँ। व्रती आश्विन मास के कृष्ण पक्ष की दशमी को संयम रखे, पति-पत्नी के संसारी व्यवहार से बचे। हो सके तो एक समय भोजन करे और रात्रि में भूमि पर (कम्बल या चटाई जैसा विद्युत-कुचालक कुछ बिछाकर) शयन करे। एकादशी को सुबह स्नान आदि के बाद संकल्प करे :

अद्य स्थित्वा निराहारः सर्वभोगविवर्जितः।

पादपश्चिमोत्तानासन : एक ईश्वरीय वरदान

'जीवन जीने की कला' शृंखला में इस अंक में हम जानेंगे पादपश्चिमोत्तानासन के बारे में। सब आसनों में यह आसन प्रधान है। इसके अभ्यास से कायाकल्प हो जाता है। पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत में आता है :

''पादपश्चिमोत्तानासन ईश्वर का आशीर्वादरूप है। यह आसन भगवान शिवजी को प्रिय है। यह जरा कठिनता से होता है इसलिए इसका दूसरा नाम उग्रासन है। शिव संहिता में इस आसन का भगवान शंकर ने प्रचार किया था, बाद में गोरखनाथजी ने प्रचार किया और अभी हम लोग कर रहे हैं।

मैं घर में था तो २२ साल की उम्र में मुझे बहुत बीमारियाँ थीं, पेट का दर्द तो बचपन से ही रहता था फिर अपेंडिसाइटिस (आंत्रपुच्छ शोथ) की तकलीफ हो गयी। उसे ठीक करने के लिए ऑपरेशन के सिवाय कोई चारा नहीं था। फिर उन्हीं दिनों में हम घर छोड़कर गुरुजी के पास ईश्वरप्राप्ति के लिए गये। गुरुजी ने पादपश्चिमोत्तानासन बताया। वह किया तो अपेंडिसाइटिस ठीक हो गया, अभी तक वह तकलीफ नहीं हुई और पेट कभी दुखा तो आसन-वासन करके टनाटन हो गये। यह साधकों को जरूर करना चाहिए - भगवान चाहिए तब भी, संसार में तंदुरुस्त रहना है तब भी।

लाभ : प्राणशक्ति ऊपर उठती है, मन सूक्ष्म होता है। स्मरणशक्ति बढ़ती है और बुद्धि तेजस्वी बनती है। पेट की बिनजरूरी चरबी दूर होती है। अंडवृद्धि, पांडुरोग (anaemia), अनिद्रा, ज्ञानतंतुओं की दुर्बलता, मोटापा, मधुमेह (diabetes) तथा बवासीर, कब्ज, अजीर्ण, अफरा (gas), खट्टी डकारें आना, अपेंडिसाइटिस आदि पेट की बीमारियों में लाभ होता है। जठराग्नि प्रदीप्त रहती है तथा वक्षःस्थल पर दबाव पड़ने से हृदय मजबूत होता है। आलस्य दूर होता है। शरीर का कद बढ़ता है। स्वप्नदोष नहीं होता है। महिलाओं को प्रदररोग, गर्भाशय के रोग, मासिक धर्म की अनियमितता आदि गुप्त रोग नहीं होते, प्रसूति की पीड़ा ज्यादा नहीं होती और तेजस्वी संतान आती है।

प्राण-अपान में टकराव होकर सुषुम्ना का द्वार खुलता है और प्राण मेरुदंड के मार्ग में गमन करता है, फलतः बिंदु को जीत सकते हैं (वीर्यरक्षण में सफल हो सकते हैं)। २-३ मिनट करें तो नाभि के नीचे के केन्द्रों में जो जीवनीशक्ति होती है वह ऊर्ध्वगामी होती है। अभी जो आपका स्वभाव या इन्द्रियों की चंचलता या बहिर्मुखता है वह ऐसी नहीं रहेगी।

यदि शरीर में मोटापन है तो वह दूर होता है और यदि दुबलापन है तो वह दूर होकर शरीर सुडौल, तंदुरुस्त अवस्था में आ जाता है। ब्रह्मचर्य पालनेवालों के लिए यह आसन भगवान शिव का प्रसाद है। जो स्त्री-पुरुष काम-विकार से अत्यंत पीड़ित हों उन्हें विशेष रूप से इस आसन का अभ्यास करना चाहिए। इससे शारीरिक एवं मानसिक विकार दब जाते हैं। पेट, छाती और मेरुदंड को उत्तम कसरत मिलती है अतः वे अधिक कार्यक्षम बनते हैं। हाथ, पैर तथा अन्य अंगों के संधिस्थान मजबूत बनते हैं। शरीर के सब तंत्र ठीक से कार्यशील होते हैं।

गोझरण-आधारित पारम्परिक चिकित्सा कैंसर-मरीजों के लिए वरदान सिद्ध हो सकती है : सर्वेक्षण

स्वास्थ्य समाचार

कीमोथेरेपी का प्रभावशाली विकल्प

गाय भारतीय संस्कृति की अनमोल धरोहर है । गोदुग्ध, गोघृत, गौ-गोबर, गोझरण (गोमूत्र) आदि गौ-उत्पाद औषधीय गुणों से भरपूर होने से स्वास्थ्य के लिए अमृततुल्य हैं । आयुर्वेद के अनुसार गोझरण एक दिव्य रसायन (tonic) है ।

भारत की गोझरण-आधारित पारम्परिक चिकित्सा की महिमा पढ़-सुनकर आधुनिक शोधकर्ता उसके बारे में शोध कर रहे हैं । हाल ही में 'इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एनहांस्ड रिसर्च इन साइंस, टेक्नोलॉजी एंड इंजीनियरिंग' में प्रकाशित शोध के अनुसार 'गोझरण एक प्राकृतिक पदार्थ है, जो मनुष्य की बुद्धिशक्ति को बढ़ाता है । यह एक विश्वव्यापी औषधि है । कैंसर के उपचार के लिए गोझरण थेरेपी को कीमोथेरेपी का प्रभावशाली विकल्प देखा जाता है । गोझरण और उसके अर्क★ का उपयोग कैंसर के इलाज हेतु किया जाता है ।'

कैंसर के उपचार के लिए गोझरण थेरेपी को कीमोथेरेपी का प्रभावशाली विकल्प देखा जाता है ।

शरीर में संचित विषाक्त द्रव्यों (toxins) के कारण होनेवालीं बीमारियों को नष्ट करने में गोझरण कारगर सिद्ध हो रहा है । मध्य प्रदेश के मंदसौर जिले में चिकित्सकों द्वारा कैंसर के मरीजों का गोझरण थेरेपी से उपचार किया गया, जिसके चमत्कारिक परिणाम देखने को मिले । जहाँ प्रथम दिन मरीजों में कैंसर के गम्भीर लक्षणों का स्तर ८२% से अधिक था वहीं आठवें दिन यह स्तर कम होते-होते मात्र ७.९% तक पहुँच गया । जिन कैंसर-मरीजों ने २-३ महीने तक गोझरण का उपयोग किया उन्हें सबसे ज्यादा लाभ हुआ । चिकित्सकों ने दावा किया कि 'इससे यह सिद्ध होता है कि गोझरण-आधारित पारम्परिक चिकित्सा कैंसर के रोगियों के लिए वास्तव में वरदान सिद्ध हो सकती है ।'

गोझरण में पाये जाते हैं अनेक स्वास्थ्य-हितकारी घटक

विभिन्न अनुसंधानों से यह ज्ञात हुआ कि देशी गाय के झरण में ऐसे घटक पाये जाते हैं जो स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभप्रद हैं :

* **स्वर्णक्षार** (aurum hydroxide) : ये विष तथा जीवाणु नाशक हैं व रोगप्रतिरोधक शक्ति बढ़ाते हैं ।

* **यूरिया व यूरिक एसिड** : यूरिया एक शक्तिशाली रोगाणुरोधी (antimicrobial) घटक है । यूरिक एसिड संक्रमण को नियंत्रित करने में मदद करता है ।

* **ताँबा** : यह शरीर में संचित वसा (fat)

★ गोझरण से निर्मित गोमूत्र अर्क व संजीवनी रस संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों से तथा समितियों से प्राप्त हो सकते हैं ।

१००% शुद्ध व ऑर्गेनिक भीमसेनी कपूर

✲ औषधीय प्रयोग हेतु यह सर्वोत्तम कपूर है। ✲ नकारात्मक ऊर्जा को दूर करने और वातावरण को शुद्ध करने के लिए भीमसेनी कपूर का उपयोग श्रेष्ठ बताया गया है।

१००% शुद्ध शहद

खनिज तत्त्वों एवं विटामिन्स से भरपूर यह शहद एक प्राकृतिक संजीवनी है। यह वर्ण को निखारनेवाला, नेत्रज्योति व बल वर्धक एवं शरीर को पुष्ट करनेवाला और पेट साफ करनेवाला है।

गुलाब चूर्ण

✲ पोषक तत्त्वों से भरपूर ✲ इससे नियमित मंजन करने से दाँत एवं मसूड़े बनें मजबूत एवं मुँह की दुर्गंध, दाँतों का हिलना, दाँतों का दर्द, मसूड़ों से खून आना, मसूड़ों की सूजन आदि दंत-रोगों में मिले लाभ। ✲ यकृत (liver), आमाशय एवं हृदय के लिए बलप्रद। ✲ झुर्रियाँ हटाये, त्वचा में निखार लाये। ✲ जोड़ों के दर्द एवं सूजन, मधुमेह, हृदयरोग, आमाशय व्रण, दस्त, रक्तस्राव आदि रोगों में लाभदायी।

शोधनकल्प वजन घटाने का अक्सीर इलाज

विशेष आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियों द्वारा बनाया गया यह चूर्ण पेट के तमाम दोषों को शरीर से बाहर निकाल के शरीर का शोधन करता है। शुद्धि होने से कफ, वात, पित्त संबंधी कई रोगों से रक्षा होती है। मंदाग्नि, अरुचि, हिचकी, सिरदर्द, अम्लपित्त (hyperacidity), हृदयरोग, उच्च रक्तचाप, मधुमेह, आमवात, यकृत (liver) तथा गुर्दों (kidneys) के रोग आदि में यह लाभदायी है। मोटापा व कब्जियत में विशेष उपयोगी है।

घृतकुमारी स्वरस (Aloe vera juice) ऑरेंज फ्लेवर में

यह विविध त्वचा-विकारों, पीलिया, नेत्र व स्त्री रोगों, आंतरिक जलन आदि में लाभदायी है। त्रिदोषशामक, जठराग्निवर्धक एवं यकृत (liver) के लिए वरदानरूप है।

दीर्घायु व यौवन प्रदाता, विविध रोगों में लाभदायी आँवला रस

यह वीर्यवर्धक, त्रिदोषशामक व गर्मीशामक है। इसके सेवन से आँखों व पेशाब की जलन, अम्लपित्त (hyperacidity), श्वेतप्रदर, रक्तप्रदर, बवासीर आदि पित्तजन्य अनेक विकारों में लाभ होता है।

भूखवर्धक, रोगप्रतिकारक शक्ति वर्धक, हृदय के लिए हितकर पंचरस

मधुमेह, हृदय की रक्तवाहिनियों के अवरोध, उच्च रक्तचाप, रक्त में वसा (fat) का बढ़ना आदि रोगों में लाभप्रद। पाचनशक्तिवर्धक, कृमिनाशक एवं रक्तशुद्धिकर अनुभूत रामबाण योग।

होमियो एडिक्ट केअर

यह तम्बाकू, बीड़ी, सिगरेट तथा शराब आदि नशीले पदार्थों के दुर्व्यसन की लत को छुड़ाकर दुर्व्यसन से आयी शारीरिक कमजोरी को दूर करने हेतु एक उत्तम टॉनिक है।

उपरोक्त सामग्री संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों से तथा समितियों से प्राप्त हो सकती है। अन्य उत्पादों व उनके लाभ आदि की विस्तृत जानकारी के लिए एवं घर बैठे रजिस्टर्ड पोस्ट द्वारा सामग्री-प्राप्ति हेतु गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड करें : "Ashram eStore" App या विजिट करें : www.ashramestore.com या सम्पर्क करें : ९४२८८५७८२०. ई-मेल : contact@ashramestore.com

RNI No. 48873/91
RNP. No. GAMC 1132/2024-26
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-2026)
Licence to Post without Pre-payment.
WPP No. 08/24-26
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2026)
Posting at Dehradun G.P.O. between 1st to 17th of every month.
Date of Publication: 1st Sep 2024

'पूज्य बापूजी ने हमें जो दिया है उसे भुलाया नहीं जा सकता'

गुरुपूर्णिमा पर कृतज्ञता व्यक्त करने आश्रमों में उमड़ा जनसमुदाय

अहमदाबाद

पंचेड़, जि. रतलाम (म.प्र.)

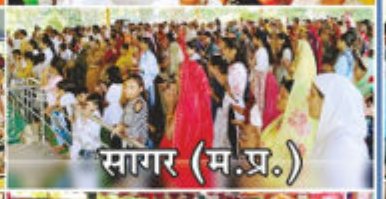
लखनऊ

कवर्धा (छ.ग.)

फरीदाबाद

सहारनपुर (उ.प्र.)

इंदौर


सागर (म.प्र.)

वाराणसी (उ.प्र.)

पटना (बिहार)

करोलबाग-दिल्ली

पानीपत (हरि.)

यवतमाल (महा.)

बारां (राज.)

विदेशों में

न्यूजर्सी (यू.एस.ए.)

बीरगंज (नेपाल)

दुबई (यू.ए.ई.)

राजनांदगाँव (छ.ग.)

मनायी ऋषि प्रसाद जयंती ऋषि प्रसाद की शोभायात्रा, पूजन, आरती, संकल्प

अहमदाबाद

बेंगलुरु

भोपाल

हैदराबाद

जमशेदपुर

धौली-भुवनेश्वर

तलवाड़ा (पंजाब)

प्रयागराज (उ.प्र.)

छिंदवाड़ा (म.प्र.)

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

पूज्य बापूजी की पावन प्रेरणा से

दीपावली के पावन पर्व पर अहमदाबाद आश्रम के पवित्र आध्यात्मिक वातावरण में

विद्यार्थी अनुष्ठान शिविर १ से ७ नवम्बर

विद्यार्थी व बड़े सभी लाभ लें।

❊ सम्पर्क : बाल संस्कार विभाग, अहमदाबाद आश्रम। दूरभाष : (०७९) ६१२१०७४९/५०/८८८, ९५१०३२२१०० ❊ ट्रेन के आरक्षण शुरू हो चुके हैं, जल्द ही टिकट बुक करायें।

राष्ट्रीय तेजस्वी युवा शिविर अहमदाबाद आश्रम में

६ से ८ दिसम्बर १६ से ४५ वर्ष के युवा भाई विशेषरूप से लाभ लें। इससे बड़ी उम्र के भाई भी भाग ले सकते हैं।

युवा भाई ट्रेन का रिजर्वेशन और शिविर का पंजीकरण शीघ्र करायें।

SCAN ME

सम्पर्क : युवा सेवा संघ मुख्यालय, संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, अहमदाबाद। दूरभाष : (०७९) ६१२१०७६१/८८८, ९५१०१०५२१४

आश्रम के मासिक प्रकाशन की सदस्यता हेतु स्कैन करें : ऋषि प्रसाद | ऋषि दर्शन | लोक कल्याण सेतु

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 ॐ मैन्युफेक्चरर्स, कुंजा मतरालियों, पाँटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५ सम्पादक : श्रीनिवास र. कुलकर्णी