संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ७ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ अक्टूबर २०२४
वर्ष : ३४ अंक : ४ (निरंतर अंक : ३८२)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

अपना दीया आप बनो,
अपने प्रकाशक आप बनो ।

आत्मा के बाहर मत भटको ।
बाहर तुम्हारा कोई नहीं था, कोई नहीं है, कोई नहीं रहेगा ।
अपने केन्द्र में स्थित रहो, अपने आपे में आओ ।
- पूज्य संत श्री आशारामजी बापू

पंचपर्वों की सुरभित पुष्पमाला :
दीपावली पर्व
२९ अक्टूबर से
३ नवम्बर

दीपावली पर हम सब शुभ संकल्प करें कि संतों से, सद्गुरु से प्राप्त मार्गदर्शन के अनुसार जीवन जीकर हम भी भीतर के प्रकाश को जगायेंगे ।

ऐसे मनाओ दिवाली और नूतन वर्षारम्भ

- पूज्य बापूजी

अपने हृदय में ज्ञान का दीया जलाओ। 'मैं कौन हूँ ?... यह मेरा हाथ है तो मैं हाथ को जाननेवाला हुआ, यह मेरा पेट है तो मैं पेट को जाननेवाला हुआ। मैं पेट नहीं, हाथ नहीं। यह मेरा मन है तो मैं मन नहीं। तो मैं कौन हूँ ? मैं सत् हूँ। यह सब बदलनेवाला और मैं ज्यों-का-त्यों।' ऐसा ज्ञान का दीया जलाओ तो तुम्हारी रोज दिवाली होगी।

फिर मिठाई खाओ और खिलाओ। भगवान का नाम आनंद से लो। भगवान अमृतमय हैं, आनंदमय हैं, मधुमय हैं।

मधु क्षरन्ति सिन्धवः। (ऋग्वेद : मंडल १, सूक्त ९०, मंत्र ६)

जल में मधुरता भगवान की, चन्द्रमा में मधुरता है भगवान की, मेरे दिल में मधुरता है भगवान की, बालक में मधुरता-निर्दोषता है भगवान की। ऐसा मीठा स्वभाव करो और ताली बजाते हुए हरि ॐ ॐ ॐ... हाऽ... हाऽऽ... हाऽऽऽ... ऐसा (देव-मानव हास्य प्रयोग) दिन में २-३ बार करो। यही मिठाई खाओ और खिलाओ, तुम्हारी रोज दिवाली होगी।

हर रोज दिवाली, हर दम दिवाली।

जब आशिक मस्त प्रभु का, गुरु का हुआ तो फिर क्या दिलगीरी* बाबा !

दिवाली की रात को सोते समय सीधे लेट गये फिर ऐसा चिंतन करो कि 'आज के दिन भगवान श्रीराम अयोध्या आये थे, मेरे रामजी तो अहाहा... मेरे हृदय में प्रकटे हैं। अयोध्या हमारा हृदय है, दिल में हमारे दिलबर राम (अंतर्यामी परमात्मा) हैं...' श्वास अंदर जाय तो 'राम', बाहर आये तो '१'... श्वास अंदर जाय तो 'आनंद', बाहर आये तो '२'... ऐसा करते-करते सोना।

फिर अगले दिन नूतन वर्ष चालू होता है। दिवाली की रात वर्ष का आखिरी दिन है। आखिरी क्षण जैसा रहेगा वैसा वर्ष का प्रथम दिन प्रारम्भ होगा। वर्ष के प्रथम दिन जो व्यक्ति सुखी, प्रसन्न रहता है उसका पूरा वर्ष वैसा जाता है और जो दुःखी, चिंतित रहता है उसका पूरा वर्ष वैसा जाता है। तो दिवाली की रात को भगवान से प्रीति करते-करते आनंद में सोना और नूतन वर्ष को उठकर शांत बैठ के चिंतन करना कि 'भगवान अमृतमय हैं, आनंदमय हैं, ज्ञानमय हैं, मेरे आत्मा हैं। आज वर्ष का प्रथम दिन है, आज मैं प्रसन्न रहूँगा, आनंद में रहूँगा कारण कि मेरा मूल स्वभाव है सच्चिदानंद। मैं सत् हूँ, शरीर असत् है। मैं मरने से डरूँगा नहीं, दूसरों को डराऊँगा नहीं। मैं चित् (ज्ञानस्वरूप) हूँ। अपने हृदय को आत्मा-परमात्मा के ज्ञान से भरूँगा और दूसरों का ज्ञान बढ़ाऊँगा। मैं आनंदस्वरूप हूँ। मैं आनंद में रहूँगा, दूसरों को आनंद दूँगा। ॐ आनंद... ॐ माधुर्य... ॐ प्रभुजी...' ऐसा संकल्प करके नूतन वर्ष शुरू करना, मौज हो जायेगी !

---

* उदासी, मानसिक खिन्नता

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, ओड़िया, तेलुगु, कन्नड़, अंग्रेजी व बंगाली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : ३४ अंक : ४ (निरंतर अंक : ३८२)
प्रकाशन दिनांक : १ अक्टूबर २०२४
मूल्य : ₹ ७ आवधिकता : मासिक
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)
भाषा : हिन्दी। आश्विन-कार्तिक, वि.सं. २०८१

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, पौंटा 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 हमारी जिम्मेदारी नहीं रहेगी। **अपनी राशि मनीऑर्डर या डिमांड ड्राफ्ट ['हरि ओम मैन्युफेक्चरर्स' (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 : (०७९) २७५०५०१०-११, ६१२१०८८८
केवल 'ऋषि प्रसाद' पूछताछ हेतु : (०७९) ६१२१०७४२
९५१२०८१०८१ 'RishiPrasad'
ashramindia@ashram.org
www.ashram.org www.rishiprasad.org
www.asharamjibapu.org

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित) भारत में

अवधि	शुल्क
वार्षिक	₹ ७५
द्विवार्षिक	₹ १४०
पंचवार्षिक	₹ ३४०
आजीवन (१२ वर्ष)	₹ ७५०

विदेशों में

अवधि	सार्क देश	अन्य देश
वार्षिक	₹ ६००	US $ 20
द्विवार्षिक	₹ १२००	US $ 40
पंचवार्षिक	₹ ३०००	US $ 80
आजीवन (१२ वर्ष)	₹ ६०००	US $ 200

Subject to Ahmedabad Jurisdiction.

इस अंक में...

❖ **परिप्रश्नेन** ✲ पूज्य बापूजी के साथ आध्यात्मिक प्रश्नोत्तरी ४
❖ **भारतीय संस्कृति की महान देन : आयुर्वेद** ५
❖ **सुर्खियों में...** ६,३३
❖ **विवेक दर्पण** ✲ चल दिये तो चल दिये... ७
❖ **अंतर्राष्ट्रीय समाचार** ✲ अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस पर सच्ची साक्षरता को लेकर हुई सामाजिक जागृति - धीरज चव्हाण ८
✲ गुलाम-व्यापार जैसे अनैतिक कृत्यों से जुड़ा है कई विदेशी संस्थानों का इतिहास २०
❖ **धर्मांतरणग्रस्त क्षेत्रों में की गयी स्वधर्म के प्रति जागृति** १०
❖ **पर्व मांगल्य** ✲ पंचपर्वों की सुरभित माला : दीपावली पर्व ११
❖ **समर्थ साँईं लीलाशाहजी की अद्भुत लीला** १३
❖ **माँ महँगीबाजी की परदुःखकातरता** १४
❖ **पूज्य बापूजी के जीवन-प्रसंग**
✲ अपने ज्ञानदाता गुरुदेव के प्रति कैसा अद्भुत प्रेम ! - साध्वी रेखा बहन १५
❖ **भजनामृत** ✲ हृदय में ही अपने भगवान - संत पथिकजी १६
❖ **रेलवे ने की जल वितरण सेवा की भूरि-भूरि प्रशंसा** १६
❖ **ऋषि प्रसाद सेवाधारियों के नाम पूज्य बापूजी का संदेश** १७
❖ **बच्चों का आवाहन : सभी बच्चे 'ऋषि प्रसाद बाल सेवा मंडल' से जुड़ें** १७
❖ **विद्यार्थी संस्कार** ✲ कर्म करने से सिद्धि अवश्य मिलती है १८
✲ याद रखने की जादुई कुंजी १९
✲ तो सब बाधाएँ अपने-आप ही समाप्त हो जायेंगी १९
❖ **जनहित समाचार** ✲ वैदिक रक्षाबंधन कार्यक्रमों से क्यों अभिभूत हुए हृदय ? २१
❖ **कर लिया एक दिन में साक्षात्कार !** २२
❖ **तत्त्व दर्शन** ✲ आनंदमय कोष साक्षी विवेक - स्वामी अखंडानंदजी २४
❖ **संस्कृति विज्ञान** ✲ पर्व, उत्सव, व्रत, त्यौहार और उपवास क्यों ? २५
❖ **संतों की हितभरी अनुभव-वाणी** २६
❖ **भक्तों के अनुभव** ✲ ...और सिरदर्द हमेशा के लिए गायब हो गया २६
❖ **हिन्दू संगठनों की माँग : बापूजी की निःशर्त हो रिहाई** २७
❖ **गौ महिमा** ✲ गोपाष्टमी पर क्यों किया जाता है गायों का आदर-पूजन ? २८
❖ **सेवा संजीवनी** ✲ ऋषि प्रसाद की सेवा बनी रक्षाकवच व रोगनिवारक - मनु पांडेय २९
❖ **स्वास्थ्य समाचार** ✲ बहुरोगहारी व बल-पुष्टिवर्धक खजूर के स्वास्थ्य-लाभ ३०
✲ शीत ऋतु में कैसे करें स्वास्थ्य का संवर्धन ? - मनोज मेहेर ३१
❖ **एकादशी माहात्म्य** ✲ करोड़ गुना फलदायी है यह प्रबोधिनी एकादशी ३२
❖ **पुण्यदायी तिथियाँ एवं योग** ३४
❖ **सर्वपापनाशक, आरोग्य व प्रभुप्रीति प्रदायक योग** ३४

विभिन्न चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग

अनादि
रोज सुबह ६:३० व रात्रि ११ बजे टाटा प्ले (चैनल नं. ११६१), एयरटेल (चैनल नं. ३७९) व म.प्र., छ.ग., उ.खं. के विभिन्न केबल

DIGIANA DIVYA JYOTI
रोज रात्रि १० बजे म.प्र. में 'डिजियाना' केबल (चैनल नं. १०९)

Asharamji Bapu

सेवाकार्य भी
Asharamji Ashram

Mangalmay Digital

यूट्यूब चैनल्स

डाउनलोड करें : Rishi Prasad App (ऋषि प्रसाद की ऑनलाइन सदस्यता हेतु), Rishi Darshan App (ऋषि दर्शन विडियो मैगजीन की सदस्यता हेतु) एवं Mangalmay Digital App

भारतीय संस्कृति की महान देन : आयुर्वेद

२९ अक्टूबर को भगवान धन्वंतरिजी की जयंती है, जो 'राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस' के रूप में देशभर में मनायी जाती है । इस निमित्त पूज्य बापूजी की प्रेरणा से संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा विशेष कार्यक्रम किये जाते हैं ।

आयुर्वेद की निरापद चिकित्सा-पद्धति भारतीय संस्कृति के ऋषि-मुनियों द्वारा विश्वमानव को दी गयी अनमोल सौगात है । इसमें रोग-निवृत्ति हेतु कारगर औषधियों के साथ स्वास्थ्य की रक्षा के लिए आदर्श दिनचर्या, ऋतु-अनुरूप आहार-विहार, संयम-सदाचार पालन के विभिन्न नियम आदि की सुंदर व्यवस्था है । पूज्य बापूजी स्वयं तो आयुर्वेद का लाभ लेते ही रहे हैं, अपने सत्संगों के माध्यम से लाखों-लाखों लोगों तक इसका ज्ञान पहुँचाकर उन्हें भी इसका लाभ लेने हेतु प्रेरित करते रहे हैं । आयुर्वेद की महत्ता के बारे में पूज्यश्री के सत्संग-वचनामृत में आता है :

भगवान धन्वंतरिजी

२९ अक्टूबर : राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस पर विशेष

दिल में आयुर्वेद को रखो

आयुर्वेदिक औषधियों व उपचार की खोज ऋषियों द्वारा समाधिस्थ होकर की गयी है । भगवान ब्रह्माजी, जो सृष्टि के कर्ता हैं, सारे भुवनों के रहस्यों के जानकार हैं, उन्होंने समाधिस्थ होकर हमारे स्वास्थ्य के बारे में चिंतन किया औरआरोग्य का पुनः प्राकट्य करने के लिए सच्चिदानंदरूप परमेश्वर से एक हो के आयुर्वेद को प्रकट किया । उनको खूब-खूब प्रणाम हैं !

एलोपैथी में मेंढ़क, खरगोश चीरते-फाड़ते हैं, क्या-क्या करते हैं ! जानवरों की हिंसा करके उनके तत्त्वों से कई दवाइयाँ बनायी जाती हैं इसलिए उनके दुष्परिणाम भी बहुत हैं ।हम बड़े भाग्यशाली हैं कि हमारी भारतीय संस्कृति में भगवान ब्रह्माजी, धन्वंतरिजी, और भी एक-से-एक ऋषि-मुनियों की परम्परावाले आयुर्वेद का प्रसाद हमको मिल रहा है, जिससे हम अन्य लोगों की अपेक्षा ज्यादा स्वस्थ और ज्यादा सत्य के करीब हो जाते हैं ।

फिर भी एलोपैथी ने कुछ खोजें अच्छी की हैं, शाबाश है ! और कहीं-कहीं आयुर्वेद पहुँच नहीं पाता वहाँ एलोपैथी कभी काम कर देती है इस सत्य को भी स्वीकार करना पड़ेगा ।एलोपैथी को केवल नकारा नहीं जा सकता और सिर पर भी नहीं चढ़ाया जा सकता ।

मेरा जूता है जापानी, ये पतलून इंग्लिस्तानी ।
सर पे लाल टोपी रूसी,
फिर भी दिल है हिन्दुस्तानी ॥...

हाँ, सिर पर तो भगवान को और दिल में आयुर्वेद को रखो अथवा दिल में भगवान को, सिर पर भारतीय संस्कृति को रखो ।

हमें किसी चिकित्सा-पद्धति से एलर्जी नहीं है, गुण कहीं से भी ले सकते हैं । एलोपैथी में जल्दी फायदा करने का गुण है, रोग खोजने का गुण है लेकिन बड़ा दुर्गुण यह है कि साइड इफेक्ट्स करती है । बहुत भारी दुर्गुण है कि बकरी निकाल के ऊँट घुसेड़ देती है, कई बार यकृत (liver), गुर्दे (kidneys) खराब कर देती है । दर्द-निवारक (pain killer) से आपका दर्द मरता नहीं बल्कि

पंचपर्वों की सुरभित माला : दीपावली पर्व

भारतीय संस्कृति का सुमधुर पर्व दीपावली हमें अंधकाररूपी निराशा को प्रकाशरूपी आशा में बदलने का पावन संदेश देता है । दीपावली का शास्त्रीय महत्त्व समझते हैं पूज्य बापूजी की अमृतवाणी से :

पर्व और उत्सव आध्यात्मिक विकास के लिए बहुत जरूरी हैं । सामाजिक रीति-रिवाज तो अपने को ढाँचे में ढालते हैं लेकिन पर्व-उत्सव व्यक्ति को मुक्तता, मधुरता, ईश्वर व ईश्वरप्राप्त महापुरुषों के साथ आत्मीयता का राजमार्ग बता देते हैं । अगर पर्व-उत्सव नहीं होते तो हम इतनी ऊँचाई पर नहीं जा सकते थे । ॐ ॐ ॐ...

२९ अक्टूबर से ३ नवम्बर : दीपावली पर्व पर विशेष

धनतेरस, नरक चतुर्दशी, दिवाली, बलि प्रतिपदा, भाईदूज – इन पंचपर्वों का झुमका है दीपावली पर्व । पंच-इन्द्रियों में, पंचविकारों में भटकनेवाला जीव पंचामृत का (अमृतसदृश इन पाँच दिनों का) उपयोग करके पंचविकारों को नियंत्रित करके, पंचकर्मेन्द्रिय, पंचज्ञानेन्द्रिय, पंच प्राणों का संयम करके महापुरुष बन सकता है । ब्रह्मा, विष्णु, महेश जिस आत्म-माधुर्य में हैं उसीमें मनुष्य पहुँच सकता है । कितनी ऊँची उपलब्धि मिलती है पर्व-उत्सवों द्वारा !

लौकिक दिवाली को आध्यात्मिक दिवाली में बदलने हेतु हर वर्ष दीपावली पर्व पर हजारों विद्यार्थी व साधक संत श्री आशारामजी आश्रम, अहमदाबाद में अनुष्ठान शिविर का लाभ लेने आते हैं । इस बार यह शिविर १ से ७ नवम्बर तक होगा ।

धनतेरस : धनतेरस को लक्ष्मीजी का पूजन अर्थात् धन के दोषों को दूर करने के लिए धन का सदुपयोग करने का संकल्प करना । धन से विषय-विकारों में फँसना यह धन का दुरुपयोग है और धन से परमात्मा के रास्ते जाना, दान-पुण्य करना यह धन का सदुपयोग है ।

अकाल मृत्यु टालने के लिए, दरिद्रता मिटाने के लिए यमराज को २ दीपक दान करने चाहिए, तुलसी के आगे एक दीपक रखना चाहिए ।

नरक चतुर्दशी : नरक चतुर्दशी (३० अक्टूबर) की रात्रि को मंत्रजप करने से मंत्र की सिद्धि होती है । अगर इस समय मंत्रों का जप नहीं करते हैं तो वे मलिनता को प्राप्त होते हैं, उनका प्रभाव कम हो जाता है ।

यह दिन आनंद-मस्ती बढ़ाने का है । जो भी साधन-भजन करेंगे उसमें विशेष लाभ होगा । इस दिन (३१ अक्टूबर को) तिल के तेल की मालिश करके उबटन लगा के सूर्योदय से पूर्व स्नान करना चाहिए । सूर्योदय के बाद जो स्नान करता है उसके पुण्यों का क्षय माना गया है ।

इस दिन सरसों के तेल अथवा घी का दीया जलाकर उससे काजल उतार के रखो । वह काजल लगानेवाले व्यक्ति को नजर नहीं लगती और भूतबाधा भाग जाती है ऐसा कहा जाता है । शाम की संध्या के समय चौमुखी दीयों को जलाकर चौराहे पर चारों तरफ रखना शुभ माना जाता है । इससे यमराज की प्रसन्नता मिलती है ।

दीपावली : इस दिन गणेश-पूजन, लक्ष्मी-पूजन, सरस्वती-पूजन, गुरु-पूजन और कुल देवता का पूजन करने का रिवाज है ।

इस दिन नारियल और थोड़ी-सी खीर लेकर

विद्यार्थी संस्कार

कर्म करने से सिद्धि अवश्य मिलती है - स्वामी अखंडानंदजी

गतासूनगतासूंश्च नानुशोचन्ति पण्डिताः ॥

जो विद्वान होते हैं वे शोकग्रस्त कभी नहीं होते । उनकी हार कभी होती ही नहीं । वे दुःख के सामने हारते नहीं, वे भय के सामने हारते नहीं, मोह के सामने हारते नहीं । **चरैवेति चरैवेति...** उनका मंत्र होता है – चलो-चलो, चलो-चलो ।

एक कथा है महाभारत के उद्योग पर्व में । एक था राजकुमार । जब उसके पिताजी की मृत्यु हो गयी तो उसके शत्रुओं ने उसको घेर लिया । उसकी सेना मजबूत नहीं थी और वह अभी समझता भी नहीं था कि क्या करना चाहिए ? युद्ध में से भाग आया और घर में आकर सो गया। जब उसकी माता को मालूम पड़ा कि हमारा बेटा युद्ध में हार के घर में आकर सोया है, उसने उसको जगाया और बोली कि ''बेटा ! तुम मनुष्य हो, सोने के लिए तुम्हारा जन्म नहीं हुआ । सोने के लिए तो अजगर पैदा होता है । प्रमाद करना या असावधान रहना भी एक प्रकार से सोना ही है।''

उसने उपदेश किया :

''उत्थातव्यं जागृतव्यं योक्तव्यं भूतिकर्मसु ॥
भविष्यतीत्येव मनः कृत्वा सततमव्यथैः ।

(महाभारत, उद्योग पर्व : १३५.२९)

बेटा उठो ! जागना चाहिए, उठना चाहिए और अच्छे कामों में लग जाना चाहिए ।हमें सफलता मिलेगी यह आशा कभी नहीं छूटनी चाहिए, आज नहीं तो कल, कल नहीं तो परसों... ।''

आशा रखो, उत्साह रखो । उत्साह चाहिए, आशा चाहिए कि हमारे पीछे एक महान शक्ति है जो हमारी मदद कर रही है, हमारे हृदय का संबंध है उसके साथ । यदि उससे संबंध ही छूट गया तो मनुष्य का जीवन निष्प्राण हो जाता है । हमारे पीछे शक्ति का एक बहुत बड़ा पॉवर हाउस है और वहीं से हमारे हृदय में शक्ति आती है । यदि उसके साथ हम अपने हृदय को जोड़कर रखते हैं तो नयी-नयी बुद्धि, नयी-नयी युक्ति, नये-नये कर्म हमारे जीवन में आते हैं ।

उस माता ने बताया कि ''बेटा ! तुम हार गये तो कोई बात नहीं, जीवन में हार और जीत तो आती रहती है । एक बार विफलता जीवन में आ जाय और हाथ पर हाथ रखकर बैठ जायें यह कोई मनुष्य का काम नहीं है । तुम मनुष्य हो । तुम्हारे अंदर जीव के रूप में परमेश्वर निवास करता है । तुम कभी हार नहीं सकते, तुम काम करो ।''

उसने पूछा : ''सेना है नहीं, सामग्री है नहीं, हम काम क्या करें ?''

तब उस माता ने बताया कि ''जितने तिरस्कृत लोग हैं समाज में, जिनका लोगों ने

हिन्दू संगठनों की माँग : बापूजी की निःशर्त हो रिहाई

बोगस आरोपों के तहत पिछले १२ वर्षों से कारागार में रखे गये संत श्री आशारामजी बापू की रिहाई की माँग देश में जोर-शोर से हो रही है । हिन्दुत्ववादी संगठनों के प्रतिनिधियों ने बापूजी के खिलाफ हो रहे षड्यंत्र के विरुद्ध आवाज उठायी और उन्हें शीघ्रातिशीघ्र न्याय दिये जाने की माँग की । कुछ उद्गार :

महामंडलेश्वर श्री नर्मदा शंकर पुरी, निरंजनी अखाड़ा, जयपुर : साधु-संतों को बदनाम करने की गतिविधियाँ बहुत समय से चल रही हैं और इसी कड़ी में हमारे परम पूज्य संत आशारामजी बापू के ऊपर आरोप लगवाये गये हैं । बापूजी को अतिशीघ्र न्याय मिले और वे कारागृह से छूटकर सभीके बीच में आयें और सनातन धर्म के लिए उनकी जो योजनाएँ व कार्य हैं उनको फिर से गति मिले । जो भी साजिश में शामिल हैं उनको कड़ी-से-कड़ी सजा मिले ताकि भविष्य में कोई भी इस प्रकार के कार्य साधु-संतों के प्रति न करे ।

आचार्य श्री राजेश्वर, कथा-वक्ता तथा राष्ट्रीय अध्यक्ष, संयुक्त भारतीय धर्म संसद : आशारामजी बापू ने पूरे भारत में धर्म की ध्वजा को स्थापित किया । उनका भारतीय संस्कृति के संरक्षण एवं प्रचार-प्रसार का कार्य अद्वितीय था ।

आज उनके साथ जो हो रहा है वह बहुत दुःखद है । यह बहुत बड़ा षड्यंत्र है । षड्यंत्रकारी हर सिस्टम में समाये हुए हैं । उनके मुखौटे को पहचानने की आवश्यकता है तभी हम ऐसे संतों को बचा पायेंगे ।

श्री शंकर खराल, वरिष्ठ उपाध्यक्ष, विश्व हिन्दू महासंघ, नेपाल : आशारामजी बापू ने ग्रामीण क्षेत्रों में जाकर जन-जातियों का उत्थान करने का काम किया । सारे समाज के विकास में उनका बहुत बड़ा योगदान है । केवल आशारामजी बापू जैसे महान संत को ही नहीं बल्कि हर हिन्दू संत को फँसाने की कहीं-न-कहीं साजिश रची जा रही है । मैं नेपाल की तरफ से माँग करता हूँ कि आशारामजी बापू की जल्दी निःशर्त रिहाई हो ।

श्री खुश खंडेलवाल, अधिवक्ता एवं संस्थापक, हिन्दू टास्क फोर्स, ठाणे : आशारामजी बापू ने बड़े स्तर पर अध्यात्म का प्रचार किया, करोड़ों लोगों को अध्यात्म से जोड़ा लेकिन जहाँ पर सरकारें हिन्दुत्ववादी कही जाती हैं वहाँ आशारामजी पर केस चलता है और जिसमें कोई ढंग का सबूत नहीं है ऐसे आरोप में उन्हें जमानत तक नहीं मिलती है, यह बड़ा दुर्भाग्यपूर्ण है !

श्री रामज्ञानी दास महात्यागी, गोंदिया : धर्मांतरण पूर्णरूप से बंद करने का बापूजी का लक्ष्य था तथा लोग उनके मार्गदर्शन में इस दिशा में आगे बढ़ रहे थे । उनके इस लक्ष्य को तोड़ने-मरोड़ने के लिए कुत्सित प्रयास चल रहे हैं । मैं सरकार से अपील करूँगा कि बापू के खिलाफ जो षड्यंत्र रचा गया है उस पर तुरंत कार्यवाही करके उनको बाइज्जत आश्रम में भेजे ।

(संकलक : धर्मेन्द्र गुप्ता) ❐

बहुरोगहारी व बल-पुष्टिवर्धक खजूर के स्वास्थ्य-लाभ

स्वास्थ्य समाचार

खजूर★ अतिशय पौष्टिक, तृप्तिकर, वीर्यवर्धक, धातु-पुष्टिकर और बलवर्धक है । यह क्षयरोग (T.B.) तथा हृदय के लिए हितकारी है । शारीरिक दुर्बलता और वजन की कमी में खजूर को दूध में उबालकर खाने से बहुत लाभ होता है । रक्तपित्त (नाक, मुँह, मूत्र-मार्ग आदि से खून आना) में यह उपयोगी है ।

खर्जति व्यथयति रोगान् इति खर्जूरः ।

अनेक रोगों को कष्ट देता है अर्थात् नष्ट करता है इसलिए इसको 'खजूर' कहते हैं ।

कमजोरी एवं वृद्धावस्थाजनित कमरदर्द और जोड़ों के दर्द में इससे लाभ होता है ।

खजूर शर्करा का एक प्राकृतिक भंडार है । वैज्ञानिक मत के अनुसार इसमें ७०% प्राकृतिक शर्करा होती है । यह तुरंत ही रक्त में घुल-मिलकर सरलता से पच जाती है । खजूर अन्य सूखे मेवों की तुलना में विटामिन का एक उत्तम स्रोत है । इसमें विटामिन 'ए', 'बी', 'के' तथा रेशे (fibres), कैल्शियम, लौह, एंटीऑक्सीडेंट्स आदि तत्त्व पाये जाते हैं ।

यह बलवर्धक आहार है । इसके सेवन से शरीर के अवयवों का अच्छी तरह विकास होता है तथा हृदय और इन्द्रियाँ स्वस्थ रहती हैं ।

खजूर आँतों व शरीर को स्वच्छ करता है । रात को २०० मि.ली. पानी में ८-१० खजूर भिगो दें । सुबह इसमें ३०० मि.ली. पानी और डाल के उस पानी में खजूर अच्छी तरह मसल लें और गुनगुना करके पियें । इससे पेट ठीक से साफ होता है । पाचन-तंत्र स्वस्थ बनने पर भूख खुलती है एवं शरीर से मल आदि का सरलतापूर्वक निष्कासन होता है ।

खजूर की चटनी

बीज निकाले हुए १०० ग्राम खजूर, इमली का ३-४ इंच का टुकड़ा (पानी में भिगोया हुआ), किशमिश के १०-१५ दाने, थोड़ी-सी काली मिर्च, अदरक तथा आवश्यकतानुसार नमक लेकर बनायी हुई चटनी स्वादिष्ट और गुणकारी होती है । इसका सेवन करने से रुचि उत्पन्न होती है, आहार का पाचन होता है और भूख लगती है ।

औषधीय प्रयोग

रक्तवृद्धि हेतु : ६-७ घंटे तक भिगोये ४-५ खजूर और १५-२० किशमिश★ या काली द्राक्ष★ प्रतिदिन खाने से शरीर में नया रक्त बनता है । (किशमिश व काली द्राक्ष पानी से ३ बार अच्छी तरह धोकर उपयोग करें ।)

वजन व बल वृद्धि हेतु : गुठली निकले हुए ५ खजूर और भैंस का पिघला घी चावल में मिलाकर खायें । इससे वजन एवं बल में वृद्धि होती है ।

धातुपुष्टि हेतु : सुबह ४-५ खजूर खायें और ऊपर से इलायची व मिश्री मिलाकर उबाला हुआ दूध घी★ डाल के पी लें । यह धातुपुष्टि में लाभदायी है ।

बच्चों के लिए टॉनिक : एक खजूर २ चम्मच चावल के माँड़ के साथ अच्छी तरह पीस लें ।

★ ये संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों से तथा समितियों से प्राप्त हो सकते हैं ।

स्वतंत्रता दिवस पर युवा सेवा संघ की देशभक्ति यात्राएँ

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 को श्रेष्ठ बताया गया है।

निरापद वटी

यह संक्रमण का नाश कर तद्जन्य बुखार, कफ, खाँसी, कमजोरी आदि लक्षणों से शीघ्र राहत दिलाती है।

पूरे परिवार के उत्तम स्वास्थ्य के लिए **आँवला कैंडी** सेहत और स्वाद का संगम

पुष्कर आश्रम गौशाला से जुड़ी जंगल की शुद्ध भूमि, जो गोधूलि, गौ-खाद, अन्य शुद्ध खाद, अत्यंत शुद्ध जल से सम्पन्न है, उसमें उपजे ताजे आँवलों से तैयार की गयी यह कैंडी स्वास्थ्य एवं साधना में सहायक है। यह स्वादिष्ट, शक्तिप्रद एवं विटामिन 'सी' से भरपूर है। बच्चों को बाजारू टॉफियों से बचाने हेतु यह स्वास्थ्यवर्धक उत्तम विकल्प है।

बल, आयु-आरोग्य व वीर्य वर्धक **आँवला चूर्ण (मिश्रीयुक्त)**

देशी गाय के घी, आँवला व अनेक जड़ी-बूटियों से निर्मित

च्यवनप्राश / स्पेशल च्यवनप्राश केसर, मकरध्वज व चाँदी युक्त

✲ स्मरणशक्ति, बल, बुद्धि, स्वास्थ्य, आयु एवं इन्द्रियों की कार्यक्षमता वर्धक ✲ रोगप्रतिकारक शक्ति, नेत्रज्योति व स्फूर्ति वर्धक ✲ हृदय व मस्तिष्क पोषक ✲ फेफड़ों के लिए बलप्रद ✲ ओज, तेज, वीर्य, कांति व सौंदर्य वर्धक ✲ हड्डियों, दाँतों व बालों को बनाये मजबूत ✲ क्षयरोग में तथा शुक्रधातु के व मूत्र-संबंधी विकारों में उपयोगी ✲ वात-पित्तजन्य विकारों में तथा दुर्बलता में विशेष हितकर।

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 Oct 2024

घर-घर कैलेंडर 'दिव्य दर्शन' अभियान (वर्ष २०२५)

साधकगण एवं युवा सेवा संघ के भाई इस अभियान के अंतर्गत साधकों, मित्रों, रिश्तेदारों एवं परिचितों के घर जाकर उन्हें दीवाल दिनदर्शिका (वॉल कैलेंडर) पहुँचाने की सेवा का लाभ लें।

प्राप्ति : संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों पर तथा श्री योग वेदांत सेवा समितियों एवं साधक-परिवारों के सेवा केन्द्रों पर। ऑनलाइन ऑर्डर हेतु : www.ashramestore.com/calendar सम्पर्क : (०७९) ६१२१०७३२ (साहित्य विभाग), ६१२१०७६१ (युवा सेवा संघ मुख्यालय)

विशेष : प्रति कैलेंडर मूल्य ₹ १५ मात्र। ८ कैलेंडर लेने पर ₹ २० की आकर्षक छूट के साथ आपको देने हैं मात्र ₹ १००!
२५० या इससे ज्यादा कैलेंडर का ऑर्डर देने पर आप अपना नाम एवं फर्म, दुकान आदि का नाम-पता छपवा सकते हैं।
२५० से ९९९ तक छपवाने पर मूल्य ₹ १५.५० तथा १००० या उससे अधिक छपवाने पर मूल्य ₹ १४.५० प्रति कैलेंडर रहेगा।

'वसुधैव कुटुम्बकम्' के पावन सूत्र को अपनाकर बाँधे वैदिक रक्षासूत्र

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/seva देखें।
आश्रम, समितियों एवं साधक-परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें।

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, पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५ **सम्पादक** : श्रीनिवास र. कुलकर्णी