संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ७ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ दिसम्बर २०२४
वर्ष : ३४ अंक : ६ (निरंतर अंक : ३८४)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

आरोग्य, अध्यात्म,
पर्यावरण-रक्षा व
सद्गति का अमृतस्रोत

तुलसी

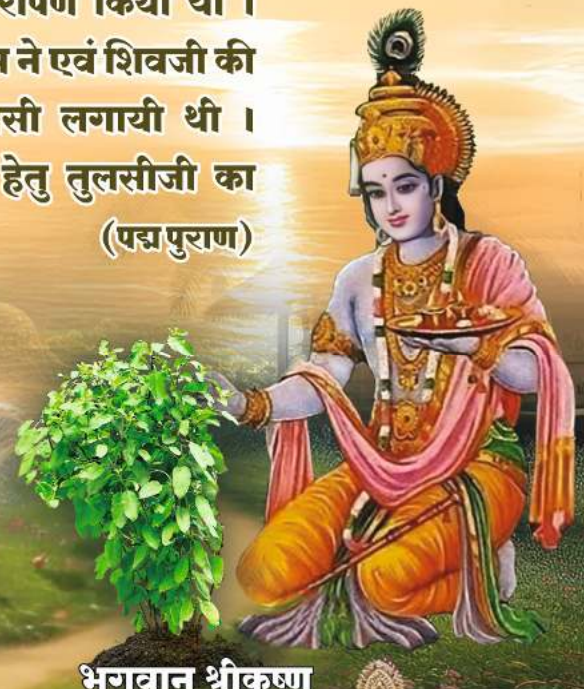
पढ़ें पृष्ठ ५

उत्तरायण पर्व
१४ जनवरी

"तुलसी सभी कामनाओं को पूर्ण करनेवाली हैं।"
– भगवान शिवजी

भगवान श्रीकृष्ण ने तुलसी-रोपण किया था। दैत्य-वध करने हेतु भगवान श्रीराम ने एवं शिवजी की प्राप्ति के लिए पार्वतीजी ने तुलसी लगायी थी। सीताजी ने श्रीरामजी की प्राप्ति हेतु तुलसीजी का मानस पूजन-ध्यान किया था। (पद्म पुराण)

भगवान श्रीरामजी

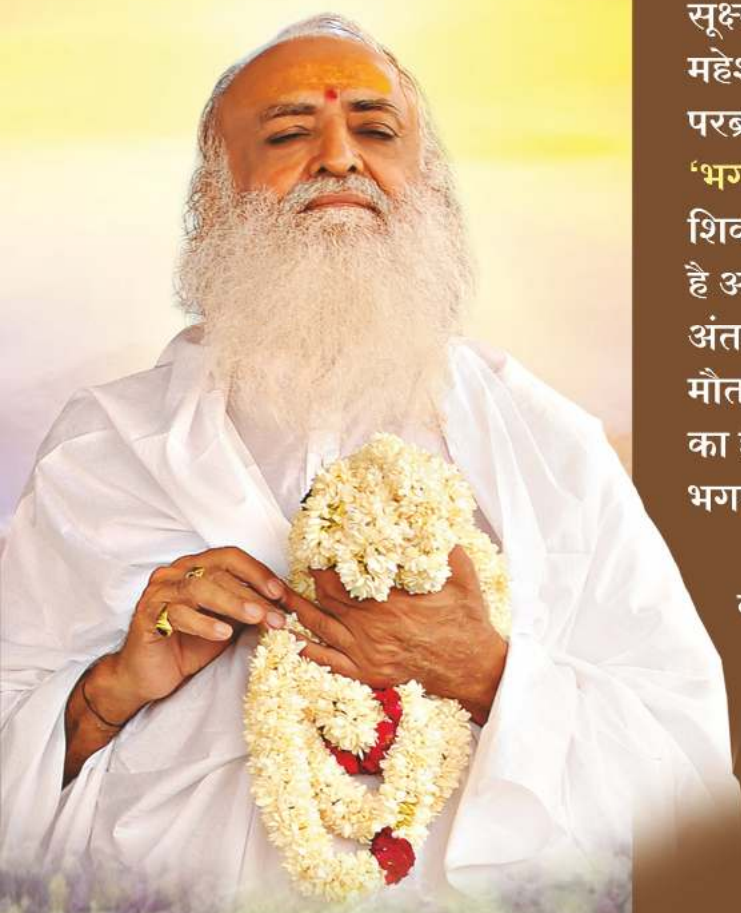


भगवान श्रीकृष्ण

तुलसी पूजन दिवस
२५ दिसम्बर

सीता माता

माता पार्वती



आत्मप्रकाश का मार्ग दिखाता उत्तरायण

(पूज्य संत श्री आशारामजी बापू के सत्संग-वचनामृत से)

उत्तरायण (मकर संक्रांति) पर्व हमें यह संदेशा देता है कि सबकी गहराई में ईश्वर हैं इस प्रकार का ज्ञान-प्रकाश हम अपने जीवन में लायें।

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय। 'ॐ' माने स्थूल जगत, सूक्ष्म जगत और कारण जगत में तथा ब्रह्मा, विष्णु और महेश में भी जो व्याप रहा है और तुम्हारे-हमारे में है वह परब्रह्म-परमात्मा। 'नमो' - उसको हम नमन करते हैं। 'भगवते' - जो भगवान की आकृतियों - श्रीकृष्ण, श्रीराम, शिवजी, हनुमानजी आदि कई रूपों में होते हुए भी 'वासुदेव' है अर्थात् सब जगह बस रहा है। वही भगवान है और वही अंतरात्मा है। तो जो 'ॐ' स्वरूप देश, काल, वस्तु से परे है, मौत जिसको छू नहीं सकती वह मैं आत्मा हूँ। मैं परमात्मा का हूँ, परमात्मा मेरा आत्मा है। जो सबमें बस रहा है और भगवान है वही सत्य है, सार है, बाकी सब खिलवाड़ है।

उत्तरायण के बाद सूर्य उत्तर की तरफ चलता है तो दिन बड़ा होता जायेगा, रात छोटी होती जायेगी, अंधकार कम होता जायेगा और प्रकाश बढ़ता जायेगा, ऐसे ही 'यह मिले तो सुखी हो जाऊँ, यह भोगूँ तो सुखी हो जाऊँ, इतना हो जाय तो सुखी हो जाऊँ...' ये अंधकारजन्य, अज्ञानजन्य मान्यताएँ कम होती जायें और अपने-आपमें प्रकाश, सुख बढ़ता जाय, आनंद उभरता जाय, माधुर्य निखरता जाय। उत्तरायण हमें परम स्वतंत्र बनाना चाहता है, हमें परमात्म-सुख से सुखी करना चाहता है। संसार के सुख से तो कई सुखी हुए फिर वहीं (मूल दुःखद स्थिति में) फेंके गये। जो संसारी चीजों से सुखी होते हैं वे फिर दुःखी भी होते हैं लेकिन जो परमात्म-सुख से सुखी होते हैं वे फिर दुःखी नहीं होते। जो परमात्म-सुख पाकर तृप्त होते हैं उनका फिर पुनरावर्तन नहीं होता, वे गिरते नहीं हैं।

न च पुनरावर्तते। (छांदोग्य उपनिषद् : ८.१५.१)

जैसे गुरुत्वाकर्षण की सीमा को पार कर गये तो गिरने का भय नहीं होता, ऐसे ही अब तक जो इन्द्रियों से (शरीर से), मन से, बुद्धि से सुख ले रहे थे, अब धीरे-धीरे इन्द्रियों को संयत कर लिया, मन शांत कर लिया, बुद्धि की आपाधापी छोड़ दी और अंदर का सुख लेने को जा रहे हैं, धीरे-धीरे इन विकारों से ऊपर उठते जायेंगे; जब प्रकृति की सीमा को पार करके परमात्मा को पा लेंगे तब पतन का भय नहीं रहेगा। यह बहुत ऊँची यात्रा है।

ऋषि प्रसाद

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

वर्ष : ३४ अंक : ६ (निरंतर अंक : ३८४)
प्रकाशन दिनांक : १ दिसम्बर २०२४
मूल्य : ₹ ७ आवधिकता : मासिक
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)
भाषा : हिन्दी। मार्गशीर्ष-पौष, 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 मैन्युफेक्चर्स, 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 मैन्युफेक्चर्स' (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 'Rishi Prasad'
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...

- **सत्संग सुमन** ✲ भगवद्रस ऐसा सुखदायी है ! ४
- **संस्कृति व पर्यावरण पोषक पर्व**
  ✲ आरोग्य, अध्यात्म, पर्यावरण-रक्षा व सद्गति का अमृतस्रोत ५
- **प्रेरणादायक प्रसंग** ✲ ब्रह्मवेत्ता संत तीर्थों में क्यों जाते हैं ? ७
- **आप कहते हैं...** ✲ संतों की रक्षा कीजिये,
  आपका राज्य निष्कंटक हो जायेगा - सुप्रसिद्ध श्री प्रदीप शास्त्री महाराज ८
- **जयंती विशेष** ✲ समाजसेवा व परदुःखकातरता की जीवंत मूर्ति ९
- **हृदयोद्गार** ✲ क्या बोले अहमदाबाद आश्रम में आये पर्यटक ? १०
- **अंग्रेज भी गा रहे तुलसी की महिमा !** ११
- **पर्व मांगल्य** १२
  ✲ मकर संक्रांति : स्नान, दान, स्वास्थ्य, समरसता, सुविकास का पर्व
- **पूज्य बापूजी के जीवन-प्रसंग** ✲ गुरुदेव के प्रेरक संस्मरण १४
  ✲ हँसते-हँसाते पिलाते ज्ञान की बूटी १५
- **विषयभोग और धन से कभी तृप्ति नहीं होती** १६
- **ऋषि ज्ञान प्रसाद** ✲ पुण्यात्मा कर्मयोगियों के नाम बापूजी का संदेश १७
- **विद्यार्थी संस्कार** ✲ हिम्मत करें और ठान लें तो क्या नहीं हो सकता !१८
  ✲ अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर जीते स्वर्ण व कांस्य पदक १९
- **राष्ट्रीय युवा दिवस विशेष** ✲ ये गुण युवाओं का जीवन सँवार देंगे २०
- **अंतर्राष्ट्रीय समाचार** ✲ कुत्ते, बिल्ली पालने का शौक
  देता है गम्भीर बीमारियों का शॉक ! - विकास यादव २१
  ✲ मांसाहार का मजा देता है गम्भीर रोगों की सजा ३३
- **तत्त्व दर्शन** ✲ पंचकोष-साक्षी शंका-समाधान - स्वामी अखंडानंदजी २२
- **संस्कृति विज्ञान** ✲ भारतीय संस्कृति के आधारभूत तथ्य २३
- **एकादशी माहात्म्य** २४
  ✲ पुत्रप्राप्ति आदि मनोरथ पूर्ण करनेवाला एवं समस्त पापनाशक व्रत
- **संतों की हितभरी अनुभव-वाणी** २६
- **भजनामृत** ✲ साथी सावधान हो जाना - संत पथिकजी २६
- **संस्था समाचार** ✲ ज्ञान के दीप, भक्ति के पुंज व
  सेवा की ज्योति से सजी दिवाली २७
- **जीवन जीने की कला** ✲ जानुशीर्षासन/समाधि आसन २८
- **स्वास्थ्य समाचार** ✲ बल, बुद्धि, आयु, आरोग्य वर्धक श्रेष्ठ औषधियाँ ३०
  ✲ स्वास्थ्यवर्धक चटनी ✲ शरीर पुष्ट, दाँत मजबूत ! ३१
- **सेवा संजीवनी** ✲ हर घर में बहे सेवा, साधना और सुरक्षा की त्रिवेणी ३२
- **पूज्य बापूजी द्वारा बतायी गयीं जीवनोपयोगी कुंजियाँ** ३४

विभिन्न चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग

अनादि TV — 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

आरोग्य, अध्यात्म, पर्यावरण-रक्षा व सद्गति का अमृतस्रोत

हर मनुष्य चाहता है : (१) शारीरिक स्वास्थ्य (२) मानसिक स्वास्थ्य (३) बौद्धिक विकास (४) आर्थिक सम्पन्नता (५) आध्यात्मिक उन्नति (६) पारिवारिक सुख-शांति (७) सद्गति, मोक्ष या पारलौकिक ऊँची गति ।

मनुष्य की इन माँगों को पूरा करने में मददरूप माता तुलसी प्रकृति का अनमोल उपहार हैं । आध्यात्मिक ऊर्जा एवं आरोग्यवर्धक गुणों से परिपूर्ण तुलसी घर में लगते ही वातावरण को आध्यात्मिक स्पंदनों से भर देती है तथा कई जीवाणुओं एवं रोगाणुओं का नाश कर देती है । वातावरण की स्वच्छता एवं पवित्रता, प्रदूषण का शमन, घर-परिवार के सदस्यों की नकारात्मक ऊर्जा से रक्षा और उनकी आरोग्यता की जड़ें मजबूत करना आदि अनेक लाभ तुलसी से होते हैं ।

शास्त्रों में है तुलसी की अद्भुत महिमा

नारद पुराण में श्री सनकजी कहते हैं : ''जिस घर में तुलसी पूजित होती हैं वहाँ प्रतिदिन सब प्रकार के श्रेय की वृद्धि होती है ।''

ब्रह्मवैवर्त पुराण में भगवान नारायण कहते हैं : ''परम साध्वी तुलसी पुष्पों में सार हैं । ये पूजनीया तथा मनोहारिणी हैं । सम्पूर्ण पापरूपी ईंधन को भस्म करने के लिए ये प्रज्वलित अग्नि की लपट के समान हैं ।''

स्कंद पुराण में ब्रह्माजी कहते हैं : ''यदि कोई तुलसी-संयुक्त जल में स्नान करता है तो वह सब पापों से मुक्त हो भगवान विष्णु के लोक में आनंद का अनुभव करता है । जो लगाने के लिए तुलसी का संग्रह करता है और लगा के तुलसी का वन तैयार कर देता है वह उतने से ही पापमुक्त हो ब्रह्मप्राप्ति का अधिकारी हो जाता है ।''

अगस्त्य संहिता के अनुसार ''तुलसी-वन के चारों ओर एक कोस (३.२ किलोमीटर) तक का स्थान गंगाजल के समान पवित्र हो जाता है ।''

तुलस्युपनिषद् में प्रार्थना की गयी है : 'हे तुलसी ! अवृक्ष (चैतन्यरूप) होते हुए भी तुम वृक्षरूप में दिखाई देती हो, (इसलिए) मेरी जड़ता (वृक्षत्व) का विनाश करो ।'

विज्ञान भी गा रहा तुलसी की महिमा

पाश्चात्य वैज्ञानिकों ने तुलसी पर अनुसंधान किये तो उन्हें पता चला कि हिन्दुओं ने तुलसी को अपने जीवन में धार्मिक स्वरूप देकर जो पूजनीय स्थान दे रखा है वह अनुचित या ढकोसला नहीं है । वैज्ञानिकों ने स्वीकार किया कि 'रोज तुलसी के पत्ते खाने से कैंसर नहीं होता और इसका तेल क्षयरोग (T.B.) के कीटाणुओं को समाप्त कर देता है ।' पाश्चात्य डॉक्टरों ने अपने अनुभव के आधार पर बताया है कि 'आँतों की सफाई का श्रेष्ठ उपाय तुलसीदल को चबाकर खाना है । स्त्रीरोगों पर तुलसी के सेवन का बहुत ही गुणकारी प्रभाव पड़ता है ।'

जैसी दृष्टि, वैसा लाभ

पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत में आता है : ''विज्ञानी अभी बोलते हैं कि तुलसी का सेवन करने से फलानी-फलानी बीमारियाँ मिटती हैं लेकिन मैं यह नहीं कहता हूँ कि फलानी बीमारी मिटाने के लिए तुलसी का सेवन करो । तुलसी-

संतों की रक्षा कीजिये, आपका राज्य निष्कंटक हो जायेगा

– श्री प्रदीपभाई शास्त्री, प्रसिद्ध कथा-प्रवक्ता

राष्ट्र का सौभाग्य है कि देश की आजादी के बाद राजतंत्र में ऐसे लोग आये हैं जो चाहते हैं कि भारत पुनः विश्वगुरु बने परंतु एक दुर्भाग्य भी है कि संत श्री आशारामजी बापू जैसे महान संत आज १२-१२ वर्षों से कारागार में हैं ।

क्या ऐसे संत राष्ट्र की धरोहर नहीं हैं ? क्या पुरातत्त्व विभाग के खंडहर और जीर्ण-शीर्ण इमारतें ही राष्ट्र की धरोहर हैं ? जिन्होंने वेदों, उपनिषदों, पुराणों के ज्ञान को घर-घर पहुँचाया, माता-पिता का आदर करना सिखाया, गुरुकुल परम्परा के माध्यम से विद्यार्थियों को भगवद्गीता का दिव्य संदेश सुनाया, उन्हें ही एक बनावटी केस में १२-१२ वर्ष से अंदर रखा गया है ! क्या ऐसे संत और उनके भक्त भारत की जनता में नहीं आते हैं ? इतने वयोवृद्ध संत इतने वर्षों से बंदीगृह में हैं यह देखकर हमारा हृदय द्रवीभूत हो जाता है कि ५५-६० वर्ष तक राष्ट्रसेवा करने का सनातनियों ने उन्हें यही फल दिया !

जो लोग कल तक उनके व्यासपीठ पर आकर माल्यार्पण करते थे वे आज विगत १०-१० वर्षों से राजतंत्र की ऊँचाइयों पर बैठे हुए हैं । ऐसे महापुरुषों को नजरअंदाज करके राष्ट्र को क्या सींचेंगे ! राजतंत्र के गिने-चुने एक-दो लोगों के दुराग्रह के कारण इतने लम्बे समय से ऐसे महापुरुष अंदर हैं । यह नहीं होना चाहिए । एक-दो लोगों के दुराग्रह के कारण समूचे लोगों को चुप नहीं रहना चाहिए, सत्य की आवाज को बुलंद करना चाहिए ।

आप कहते हैं...

क्या पुरातत्त्व विभाग के खंडहर और जीर्ण-शीर्ण इमारतें ही राष्ट्र की धरोहर हैं ?

...राष्ट्रसेवा करने का सनातनियों ने उन्हें यही फल दिया !

संगठित होने का समय है

जो लोग निंदा में लगे हैं वे केवल मीडिया की आँखों से देख रहे हैं । विधर्मी भारत को निवाला बनाने में लगे हैं और आज हम खंड-खंड में बँटे हुए हैं! कई संस्थाएँ अपने को श्रेष्ठ बताने में लगी हैं तथा ऐसे महापुरुषों को नजरअंदाज कर रही हैं । उनके लोग समझते हैं कि 'हमारी संस्था बहुत आगे निकलेगी ।' भूल जाना इस बात को, यदि एकजुट नहीं हुए तो देख लेना हमारी स्थिति बांग्लादेश जैसी हो जायेगी । जब आशारामजी बापू जैसे इतने बड़े विशाल वटवृक्ष के साथ ऐसा दुर्व्यवहार हो सकता है तो छोटे-मोटे पौधों की तो बात ही क्या है !

जिनके जीवन में धर्म और सत्य है ऐसे लोग फिर चाहे वे राजतंत्र में हों, धार्मिक संस्थाओं में हों या जो भी बड़े-बड़े संत या अखाड़े वाले हैं – उन सबको मौन नहीं रहना चाहिए । सभी सनातनियों को एक मंच पर आना होगा ।

संतों की प्रसन्नता में ही राष्ट्र की समृद्धि है कारण कि केवल और केवल संत ही ऐसे हैं जो वास्तव में समाज, राष्ट्र और विश्व की शांति के लिए सोचते हैं । ऐसे संतों के आश्रम बनते हैं तो उनका लाभ समाज को ही होता है । किसीके खेत-खलिहान में आप थोड़ी देर ठहर के देखो, वह बोलेगा, 'यह मेरा है' लेकिन संतों के आश्रमों में जाते हैं तो हम बोलते हैं कि 'यह हमारा है' । हमारे बच्चों की शांति के लिए, हमारी वृद्धावस्था

हँसते-हँसाते पिलाते ज्ञान की बूटी

पूज्य बापूजी जैसे भगवत्प्राप्त लोकसंतों की हर चेष्टा हमें ईश्वर के सत्-चित्-आनंद स्वभाव में जगने की दिशा में प्रेरित करती है । पूज्य बापूजी अपने सत्संग व व्यवहार द्वारा लोगों को यही शिक्षा देते रहे हैं कि 'हम सद्ज्ञान के प्रकाश में रह के विवेक को जागृत रखें और खाते-पीते, उठते-बैठते, लेते-देते ईश्वर की स्मृति रखते हुए अपने चित्त को परमात्म-रस से परितृप्त कर लें ।'

पंडाल में बैठे सभी लोग आश्चर्यचकित थे कि 'यह क्या हो रहा है ?' एकाएक गुरुदेव खिलखिलाकर हँसने लगे...

हैदराबाद-निवासी नवीन भाई तीर्थानी, जिन्हें वर्ष १९९८ से पूज्य बापूजी के सत्संग-सान्निध्य का लाभ मिलता रहा है, वे गुरुदेव के कुछ ऐसे ही प्रसंगों का स्मरण करते हुए बताते हैं :

कैसी अद्भुत कला !

२००७ में अहमदाबाद आश्रम में हुए उत्तरायण शिविर के पहले दिन का वृत्तांत है । पूज्य बापूजी व्यासपीठ पर विराजमान थे और भगवान के भिन्न-भिन्न नाम बताकर उनका अर्थ समझा रहे थे । गुरुदेव ने बताया कि ''भगवान को 'भयकृत्' और 'भयहारी (भयनाशन)' भी कहते हैं ।''

फिर पूज्यश्री एक मुस्लिम साधक भाई की ओर देखते हुए बोले : ''खड़े हो जाओ मियाँ !''

वे खड़े हो गये । गुरुदेव क्रोधभरे स्वर में बोले : ''तुम वही हो न, जो कल रात को शराब पी के झगड़ा कर रहे थे ?''

उन भाई ने सिर से 'नहीं' का इशारा किया तो पूज्यश्री बोले : ''अरे नहीं कैसे, मैंने तुम्हें झगड़ा करते देखा था !'' उन भाई ने पुनः वही इशारा किया । पंडाल में बैठे सभी लोग आश्चर्यचकित थे कि 'यह क्या हो रहा है ?'

एकाएक गुरुदेव खिलखिलाकर हँसने लगे और बोले : ''देखो भाई ! तुमने ऐसा कुछ नहीं किया तो निर्भीकता से मना कर रहे हो । वह अंतर्यामी भगवान तुम्हारे हृदय में प्रकट होकर भय हर रहा है । इसलिए उसका एक नाम भयहारी है ।''

भगवन्नाम का अर्थ प्रायोगिक रूप से समझाने हेतु कैसा अभिनय किया, कैसी अठखेली की गुरुदेव ने ! भगवान के भयहारी स्वभाव को समझाने का कितना सुंदर प्रात्यक्षिक प्रयोग !

विनोद में वेदांत

शिविर के अंतिम दिन की बात है । शाम के सत्र में पूज्य बापूजी व्यासपीठ पर विराजमान हुए और बोले : ''जो कल नहीं आये थे, आज ही आये हैं, वे हाथ ऊपर करो ।'' तो जो लोग केवल उसी दिन आये थे उन्होंने हाथ ऊपर किये ।

फिर पूज्यश्री ने विनोद-विनोद में कहा : ''अच्छा, जो कल आये थे लेकिन आज नहीं आये हैं वे हाथ ऊपर करो ।'' उपस्थित जनसमूह में हँसी की लहर दौड़ गयी ।

गुरुदेव बोले : ''देखो, किसीने भी हाथ ऊपर नहीं किये । यह प्रेरणा किसके द्वारा आती है ? ज्ञान के द्वारा । यह कौन जानता है कि जो आज नहीं आया वह हाथ कैसे ऊपर उठायेगा ? वह परमेश्वर । आपके इस हास्य का अधिष्ठान कौन है ? वही आनंदस्वरूप परमेश्वर, जो आपका आत्मा होकर विद्यमान है । आप व्यवहार में उस परमात्मा की स्मृति रखो ।''

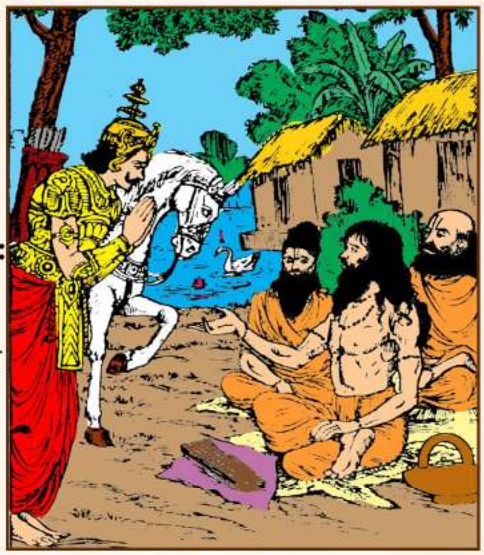
हँसते-हँसाते हमारे चित्त में ब्रह्मज्ञान के

पुत्रप्राप्ति आदि मनोरथ पूर्ण करनेवाला एवं समस्त पापनाशक व्रत

एकादशी माहात्म्य

पुत्रदा एकादशी पर विशेष

१० जनवरी को पुत्रदा एकादशी है । इसके माहात्म्य के बारे में पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत में आता है :



एकादशी एक ऐसा सुंदर व्रत है कि जिसका लाभ लेनेवाले धन्य हो गये । युधिष्ठिर ने भगवान श्रीकृष्ण से कहा : ''प्रभु ! पौष मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी का माहात्म्य आपके श्रीमुख से सुनना चाहता हूँ । उसका नाम क्या है ?''

श्रीकृष्ण ने कहा : ''राजन् ! पौष मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी का नाम 'पुत्रदा' है ।

यह एकादशी निःसंतान को संतान देने में बड़ी सहायक है । यह समस्त पापों का नाश करनेवाली, पुण्यदायिनी और मनोरथ पूर्ण करनेवाली उत्तम तिथि है । समस्त कामनाओं तथा सिद्धियों के दाता भगवान नारायण इस तिथि के अधिदेवता हैं । त्रिलोकी में इससे बढ़कर दूसरी कोई तिथि नहीं है ।

पूर्वकाल की बात है । भद्रावती पुरी में सुकेतुमान राजा राज्य करते थे । उनकी रानी का नाम था चम्पा । राजा को राज्य-सुख था लेकिन संतान नहीं थी । संतान न होने से राजा-रानी बहुत दुःखी रहते थे कि 'हमें कोई संतान नहीं है, राज्य कौन सँभालेगा ?' 'राजा के बाद और कोई ऐसा दिखाई नहीं देता जो हम लोगों का तर्पण करेगा...' यह सोच-सोचकर पितर दुःखी रहते थे ।

आखिर संतानहीनता के ताप से तप्त राजा मन बदलने के लिए एक दिन किसीको बताये बिना घने जंगल में चले गये । घूमते-घूमते दोपहर हो चली । राजा को भूख-प्यास सताने लगी । वे जल की खोज में इधर-उधर भटकने लगे। किसी पुण्य-प्रभाव से उन्हें एक उत्तम सरोवर दिखाई दिया, जिसके समीप ऋषि-मुनियों के आश्रम थे । राजा वहाँ पहुँचे । देखा कि बहुत-से मुनि वेदपाठ कर रहे हैं । राजा ने हाथ जोड़कर वंदना की और दंडवत् प्रणाम किया । मुनि बोले : ''राजन् ! हम लोग तुम पर प्रसन्न हैं ।''

राजा : ''आप कौन हैं ? इधर एकांत जंगल में आश्रम बना के क्या कर रहे हैं ?''

मुनि बोले : ''राजन् ! हम लोग विश्वेदेव हैं । हम यहाँ ध्यान, जप, स्नान करते हैं । माघ मास निकट आ गया है । आज से पाँचवें दिन माघ-स्नान आरम्भ हो जायेगा । आज पुत्रदा एकादशी है । जिनको पुत्र नहीं होता वे इसका व्रत रखें तो उनको पुत्रप्राप्ति एवं दूसरे लोग व्रत रखें तो उनके पाप नष्ट होते हैं और उन्हें मनोवांछित फल की प्राप्ति होती है ।''

राजा का मुरझाया चेहरा और भूख-प्यास से व्याकुल अवस्था देखकर मुनियों के हृदय में

बल, बुद्धि, आयु, आरोग्य वर्धक श्रेष्ठ औषधियाँ

आँवला, हरीतकी (हरड़), अश्वगंधा, शतावरी, पुनर्नवा, गिलोय, ब्राह्मी, जीवंती आदि श्रेष्ठ औषधियाँ हैं । इनके सेवन से दीर्घायु, स्मृति व मेधा शक्ति, आरोग्य, नवयौवन, ओज, उत्तम देह-बल, इन्द्रिय-बल, कांति आदि प्राप्त करने में सहायता मिलती है । इनमें आँवला व हरीतकी सर्वश्रेष्ठ हैं ।

आमलकं वयःस्थापनानां,
हरीतकी पथ्यानां श्रेष्ठम् ।

'पथ्यकर (स्वास्थ्य-हितकारी, रोगनाशक) पदार्थों में हरीतकी श्रेष्ठ है व वयःस्थापन में (वृद्धावस्था रोकने में) आँवला श्रेष्ठ है ।'

(चरक संहिता, सूत्रस्थान : २५.४०)

ये दोनों द्रव्य शरीर से विकृत दोष-मल आदि को बाहर निकालकर स्रोतसों की शुद्धि व अग्नि को प्रदीप्त कर सारभूत धातुओं की उत्पत्ति करते हैं ।

इन औषधियों का कैसे उठायें लाभ ?

(१) आँवला : आचार्य सुश्रुत ने आँवले को सभी फलों में श्रेष्ठ कहा है : **फलेभ्योऽभ्यधिकं च तत् ।** वाग्भटाचार्य ने भी यौवन को स्थिर करनेवाले पदार्थों में आँवले को श्रेष्ठ माना है ।

आँवले के रस (आँवला रस★) में प्रकृति-अनुसार विभिन्न द्रव्य मिलाकर सेवन करने से वह विशेष लाभदायी होता है ।

(अ) कफ प्रकृति – आँवला रस + आधा ग्राम (मटर के दाने जितनी मात्रा में) पीपर + २ चम्मच शहद

(ब) पित्त प्रकृति – आँवला रस + एक चौथाई चम्मच जीरा-चूर्ण + १ चम्मच मिश्री

(स) वात प्रकृति – आँवला रस + १ चम्मच घी

(द) रक्त की शुद्धि व वृद्धि के लिए – आँवला रस + आधा ग्राम (मटर के दाने जितनी मात्रा में) हल्दी + १ चम्मच शहद

(आँवले के रस की मात्रा – १५ से २० मि.ली. अर्थात् ३ से ४ चम्मच) (ये सब प्रयोग सुबह खाली पेट करें ।)

सावधानी : रविवार को आँवले का सेवन वर्जित है । शुक्रवार को कम लें ।

(२) हरड़ :

यस्य माता गृहे नास्ति तस्य माता हरीतकी ।
कदाचित् कुप्यते माता नोदरस्था हरीतकी ॥

'जिसकी माता नहीं है उसकी माता हरड़ है । माता कभी क्रुद्ध भी हो सकती है किंतु पेट में गयी हुई हरड़ कभी कुपित नहीं होती ।'

हरड़ चूर्ण (हरड़े चूर्ण★) को १ चम्मच घी में मिलाकर सेवन करने से शरीर में बल चिरस्थायी होता है । गुड़ के साथ हरड़ खाने से रोग-नाश और मन प्रसन्न होता है ।

कहावत भी है :

गुड़ हरीतकी संग भखै,
नसै रोग अति मुदित चित ।

ऋतु-अनुसार हरड़ सेवन-विधि : ऋतु-अनुसार निम्नलिखित द्रव्य दी गयी मात्रा में मिलाकर सुबह हरीतकी का निरंतर सेवन करने से रोगों से रक्षा होती है ।

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

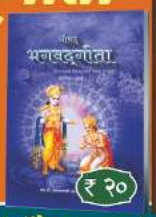
तुलसी रहस्य

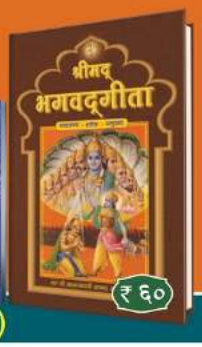
(सत्शास्त्रों तथा पूज्य बापूजी के संदेशों से संकलित)

तुलसी की बहूपयोगिता का लाभ लेने व दिलाने हेतु पढ़ें-पढ़ायें, जन-जन तक पहुँचायें।

श्रीमद्भगवद्गीता

माहात्म्य, श्लोक व श्लोकों का अनुवाद





यह सत्साहित्य हिन्दी, गुजराती, मराठी, तेलुगु व अन्य भाषाओं में भी उपलब्ध है। (पॉकेट साइज)

सर्दियों हेतु बल-पुष्टिदायी विशेष उत्पाद

पोषक तत्त्वों से भरपूर, स्वाद में लाजवाब

ईरानी मबरूम खजूर

✻ अनेक खनिज तत्त्वों, शर्करा, प्रोटीन्स, फाइबर्स, एंटी ऑक्सीडेंट्स और कई आवश्यक विटामिन्स से युक्त ✻ शक्ति-स्फूर्तिदायक ✻ रक्त, मांस व वीर्य वर्धक ✻ रोगप्रतिकारक शक्तिप्रदायक तथा कैंसररोधी गुण से युक्त ✻ दिमागी व मानसिक कार्यों को बेहतर बनाने में मददगार

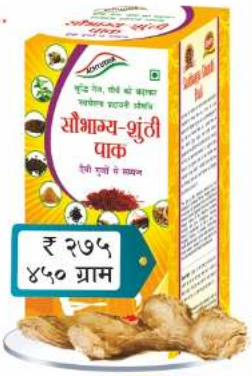
आयु, आरोग्य एवं पुष्टि वर्धक

अश्वगंधा पाक

यह पुष्टि व वीर्य वर्धक, स्नायु एवं मांसपेशियों को ताकत देनेवाला तथा कद व मांस बढ़ानेवाला है।

सौभाग्य शुंठी पाक

उत्तम बलवर्धक व वात, पित्त, कफ के रोग, बुखार, मूत्ररोग तथा नाक, कान, मुख, नेत्र व मस्तिष्क के रोग एवं अन्य अनेक रोग नाशक।



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।

होमियो पॉवर केअर

देशी गाय के पवित्र पीयूष से निर्मित

इन गोलियों में हैं ऐसे पोषक तत्त्व, जो देते हैं आपके शरीर के हर हिस्से को उचित पोषण, उत्तम स्वास्थ्य और ढेर सारी रोगप्रतिकारक शक्ति !

होमियो लीवर केअर

लीवर टॉनिक

पीलिया, यकृत (liver) का बढ़ना या सिकुड़ना तथा अन्य समस्याओं में लाभदायी

गूगल धूप

हवन सामग्री

सुगंधमय, पवित्र माहौल के लिए गूगल, शुद्ध घी एवं हवन सामग्री का शास्त्रीय मिश्रण

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 Dec 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), पॉकेट कैलेंडर व डायरी 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।

गुरु-दर की दिवाली निराली, भक्ति-रस से छलकी हर दिल की प्याली

७ दिवसीय दीपावली अनुष्ठान एवं ध्यान योग शिविर, अहमदाबाद आश्रम

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