संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ७ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ दिसम्बर २०२५
वर्ष : ३५ अंक : ६ (निरंतर अंक : ३९६)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

पद्म पुराण के अनुसार 'तुलसी दर्शनमात्र से पाप-समुदाय का नाश कर देती है, स्पर्श करनेमात्र से शरीर को पवित्र बनाती है और प्रणाम करने से रोगों की निवृत्ति करती है तथा जल से सींचने पर यमराज को भी भय पहुँचाती है।' - पूज्य बापूजी

पवित्रता, स्वास्थ्य और समृद्धि देनेवाला पर्व

पूज्य संत श्री आशारामजी बापू द्वारा प्रेरित

लेख पढ़ें पृष्ठ ११

तुलसी पूजन दिवस

२५ दिसम्बर

देश-विदेश में भारतीय संस्कृति का परचम लहरानेवाले प्राणिमात्र के हितचिंतक पूज्य बापूजी की निर्दोषता, समाज को उनकी आवश्यकता आदि के बारे में आवाज बुलंद करता

संत-समाज व प्रसिद्ध हस्तियाँ

श्री रविन्द्र पुरीजी | श्री गोविंददेव गिरिजी | श्री नृत्यगोपालदासजी | श्री उमाकांतानंदजी | श्री रितेश्वर महाराज | डॉ. सुब्रमण्यम स्वामी | श्री हरिशंकर जैन

आचार्य कौशिकजी | श्री देवकीनंदन ठाकुरजी | श्री रामविलास वेदांतीजी | श्री सत्यात्मानंद गिरिजी | श्री जयंत आठवलेजी | श्री अश्विनी उपाध्याय

श्री भक्तानंदहरिजी | श्री लक्ष्मणदासजी | श्री रामकमलदास वेदांतीजी | श्री जितेन्द्रदासजी | बाबा कल्याणदासजी | श्री विष्णुशंकर जैन | कीर्ति जी आहूजा

श्री विज्ञानानंदजी | श्री विश्वेश्वरानंद गिरिजी | श्री चन्द्रेश्वर गिरिजी | श्री आत्मानंद गिरिजी | श्री कमलदासजी | श्री धनंजय देसाई

डॉ. राधा गिरिजी | श्री कमलनयनदासजी | श्री वेदानंद गिरिजी | श्री आनंदस्वरूपजी | श्री कृष्ण पुरीजी | श्री अवधेश गुप्त | श्री अतुलकृष्ण महाराज

श्री महेश्वरानंद पुरीजी | श्री राघवानंददासजी | श्री सुदर्शनाचार्यजी | श्री ज्ञानदेव सिंहजी | श्री हेमंत कश्यपजी | श्री धर्मेन्द्र भावानी

श्री प्रदीपभाई शास्त्रीजी | श्री मदनमोहनदासजी | साँईं लालदासजी | श्री कृपारामजी | श्री पवनकुमारदास शास्त्रीजी | सुश्री राजश्री चौधरी | श्री मिलिंद एकबोटे

स्थानाभाव के कारण सभीकी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं।

उत्तरायण दे रहा संदेश

अपने जीवन को उत्थान की ओर ले चलो

१४ जनवरी को मकर संक्रांति का पर्व है। इसकी महत्ता के बारे में पूज्य बापूजी के सत्संग में आता है :

उत्तरायण प्राकृतिक उत्सव है जो हर साल १४ या १५ जनवरी को आता है। उत्तरायण से भगवान सूर्यनारायण दक्षिण से करवट लेकर उत्तर की तरफ चलना प्रारम्भ करते हैं। अब रात्रि थोड़ी-थोड़ी कम होती जायेगी, दिन बढ़ता जायेगा। जैसे सूर्य दक्षिण छोड़कर उत्तर को चलता है तो उसकी गतिविधि बड़ी सात्त्विक होती है, ऐसे ही तुम्हारा जीवन दक्षिण की तरफ, नीचे की तरफ जो जा रहा है उसको मोड़ के जब उत्तर की तरफ, ऊपर की तरफ चलोगे तो तुम्हारे द्वारा जो कर्म होंगे अथवा तुम्हारे होने मात्र से जो सत्प्रवृत्तियाँ होंगी वे संसार के लिए - कुटुम्बियों के लिए, पड़ोसियों व अन्य लोगों के लिए अच्छी हो जायेंगी।

स्नान, दान का पर्व

इस दिन किये गये सत्कर्म विशेष फलदायी होते हैं। जो इस पर्व पर स्नान, दान, जप आदि नहीं करता उसको ७ जन्मों तक निर्धन और रोगी रहना पड़ता है, ऐसा शास्त्रों में आता है। इस पर्व पर शरीर से स्नान करना, साथ ही प्रभु-प्रार्थना, प्रभुप्रीति और प्रभुरस से भी रसमय होना। जो इस दिन इन ६ प्रकार से तिलों का उपयोग करता है वह इहलोक और परलोक में वांछित फल पाता है : तिल का उबटन, तिलमिश्रित जल से स्नान, तिल का अर्घ्य, तिल का होम, तिल का दान और तिलयुक्त भोजन। किंतु ध्यान रखें - सूर्यास्त के बाद तिल व तिल के तेल से बनी वस्तुएँ खाना वर्जित है।

विशेष सूर्य-मंत्र

उगते हुए लाल सूर्य के दर्शन कर लेना, मन से ध्यान करना और मंत्रजप करना :

ॐ ह्रां ह्रीं सः सूर्याय नमः।

फिर देखना कि कैसे आनंद-आनंद देता हूँ। भगवान कहते हैं : सूर्य होकर मैं आनंद देता हूँ, प्रकाश देता हूँ, चंदा हो के मैं औषधियाँ पुष्ट करता हूँ, आचार्य हो के ज्ञान देता हूँ।

जपो, अभी-अभी आनंद, अभी-अभी भगवान के स्वभाव का स्वाद आयेगा - भगवान के आनंद स्वभाव का, चैतन्य स्वभाव का। जप करने से पहले विनियोग कर लेना :

'अथ सूर्य मन्त्रः, ब्रह्मस्वरूप छन्दः, ब्रह्म ऋषिः, ब्रह्मस्वरूप भगवान सूर्यनारायण देवता, अन्तर्यामी प्रीत्यर्थे, आत्मानन्दप्राप्ति अर्थे जपे विनियोगः।'

हमें आत्मप्रीति, आत्मानंद की प्राप्ति हो इस हेतु से हम जप कर रहे हैं।

इन पुण्यकर्मों का लाभ लें

शास्त्र में लिखा है कि उत्तरायण के एक दिन पहले (१३ जनवरी को) एक समय (मध्याह्न में) भोजन करना चाहिए। मकर संक्रांति को प्रातः जौ, तिल, गौ-गोबर, गोखुर की मिट्टी आदि के मिश्रण का उबटन अथवा सप्तधान्य उबटन★ शरीर को रगड़ दें फिर स्नान करें।

पर्व के दिन पंचगव्य का पान करना पुण्यदायी,

(शेष भाग पृष्ठ २९ पर)

★ यह संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों से तथा समितियों से प्राप्त हो सकता है।

ब्रह्मवेत्ता संतों की मनोहर पुष्पमालिका के श्रेष्ठ पुष्प : पूज्य संत श्री आशारामजी बापू

मानवमात्र आत्मिक शांति हेतु प्रयत्नशील है । जो मनुष्य-जीवन के परम लक्ष्य परमात्म-प्राप्ति तक पहुँच जाते हैं वे परमात्मा में रमण करते हैं । जिनका अब कोई कर्तव्य शेष नहीं रह गया है, जिनको अपने लिए कुछ करने को बचा ही नहीं है, जिनका अस्तित्वमात्र लोक-कल्याणकारी बना हुआ है, वे संत-महापुरुष कहलाते हैं क्योंकि उनमें परमात्म-तत्त्व जगा है । महापुरुष इसलिए कहलाते हैं कि वे सदैव महान तत्त्व 'आत्मा' में अर्थात् अपने आत्मस्वरूप में स्थित होते हैं ।

यही महान तत्त्व, आत्मतत्त्व जिस मानव-शरीर में प्रकट होता है वह फिर सामान्य शरीर नहीं कहलाता । फिर उन्हें कोई भगवान वेदव्यासजी, आद्य शंकराचार्यजी, स्वामी रामतीर्थजी, संत कबीरजी तो कोई पूज्यपाद भगवत्पाद साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज कहता है । उनका शरीर तो क्या, उनके सम्पर्क में रहनेवाली जड़ वस्तुएँ - वस्त्र, पादुकाएँ आदि भी पूज्य बन जाती हैं ।

इस अवनि-तल पर विशेषकर इस भारतभूमि का तो सौभाग्य ही रहा है कि यहाँ अति प्राचीनकाल से लेकर आज तक ऐसे दिव्य संतों का अवतरण होता ही रहा है । आधुनिक काल में भी संत-अवतरण की यह दिव्य परम्परा अवरुद्ध नहीं हुई है । आज भी ऐसे महान संतों से यह तपोभूमि भारत वंचित नहीं है, यह हमारे और मानव-जाति के लिए परम सौभाग्य की बात है ।

आधुनिक काल में भी संत-अवतरण की यह दिव्य परम्परा अवरुद्ध नहीं हुई है । आज भी ऐसे महान संतों से यह तपोभूमि भारत वंचित नहीं है, यह हमारे और मानव-जाति के लिए परम सौभाग्य की बात है ।

पूज्य संत श्री आशारामजी बापू भी संतों की ऐसी मनोहर पुष्पमालिका के एक पूर्ण विकसित, सुरभित, प्रफुल्लित पुष्प हैं । पूज्यश्री अमाप आत्मिक प्रेम के स्रोत हैं । उनके चहुँओर एक ऐसा प्रेममय आत्मीयतापूर्ण वातावरण हर समय रहता है कि आनेवाले भक्त-श्रद्धालुजन निःसंकोच अपने अंतर में वर्षों से दबे हुए दुःख, शोक तथा चिंताओं की गठरी खोल देते हैं और हलके हो जाते हैं । कुछ लोग कहते हैं : ''बापूजी ! आपके पास न मालूम ऐसा कौन-सा जादू है कि हम फिर-फिर से आये बिना नहीं रह पाते ।''

पूज्यश्री कहते हैं : ''भाई ! मेरे पास ऐसा कुछ भी जादू या गुप्त मंत्र नहीं है । जो संत तुलसीदासजी, संत कबीरजी के पास था वही मेरे पास भी है ।

वशीकरण मंत्र प्रेम को...

बस इतना ही मंत्र है । सबको प्रेम चाहिए । वह प्रेम मैं लुटाता हूँ । सब कुछ तो पहले ही लुटा चुका हूँ इसलिए मुझे ऐसा अखूट प्रेम का धन 'आत्मधन' मिला है कि उसे कितना भी लुटाओ, खूटता नहीं, समाप्त नहीं होता । लोग अपने-

मेरा राज्य ले लो किंतु मेरे संत को रिहा कर दो

कैवर्त राज्य के संत देवलाश्वजी को पड़ोस के राजा विश्वजित के सैनिक जासूस समझकर ले गये और राजा ने उन्हें फाँसी की सजा सुनायी।

कैवर्त के लोगों ने यह बात सुनी तो खाना-पीना छोड़ दिया । भगवान को पुकारने लगे : 'हे भगवान ! कुछ भी हो, तुम्हारे प्यारे निर्दोष संत के साथ ऐसा अन्याय न हो !' कैवर्त-सम्राट तोमराज शांत हुए, सोचने लगे कि 'अब क्या करें ?'

एक अनजान व्यक्ति विश्वजित के दरबार में पहुँचा, बोला : ''मैं कैवर्त-सम्राट का संदेशा लाया हूँ । २ करोड़ स्वर्णमुद्राएँ ले लो और हमारे संत को रिहा कर दो ।''

विश्वजित : ''२ करोड़ ! एक व्यक्ति के लिए ! आखिर उसमें है क्या ?''

ब्रह्मवेत्ता संत का आदर मानवता का आदर है, मनुष्यता के ज्ञान का आदर है, विकास का आदर है । ऐसे ब्रह्मवेत्ता संत धरती पर कभी-कभार होते हैं ।

''वे व्यक्ति नहीं हैं, वे संत हैं; उनके अज्ञान का अंत हो गया है । ऐसे पुरुष की उपस्थितिमात्र से लोगों का कल्याण होता रहता है ।''

''शत्रु का जासूस चाहे संत हो, हम कैसे छोड़ सकते हैं ?''

''कैवर्त-सम्राट ने प्रार्थना भी भेजी है कि २ करोड़ स्वर्णमुद्राएँ अगर कम लगें तो मैं अपना राज्य देने से भी चूकूँगा नहीं लेकिन हमारे देश के संत की हत्या हम बर्दाश्त नहीं करेंगे ।''

''तुम तो संदेशवाहक हो, मैं कैसे विश्वास करूँ ?''

आगंतुक ने दायाँ हाथ विश्वजित के नजदीक कर दिया । अँगूठी में लिखा था : 'कैवर्त-सम्राट तोमराज !' विश्वजित सिंहासन से उठा और गले लगाया : ''सम्राट तुम ! संत को रिहा कराने के लिए अपने प्राणों की भी बाजी लगाकर आये हो ! जिन संत के सत्संग-सान्निध्य से तुम ऐसे प्राणबल और सूझबूझ से सम्पन्न हो गये हो वे कितने महान होंगे ! तुमने मेरी आँखें खोल दीं। जिसके रक्षक ऐसे संत हैं, उसका मित्र बनने से भी हमारा कल्याण होगा ।''

तब से दोनों पड़ोसी राज्य मित्र हो गये।

ऐसा ही एक दूसरा प्रसंग भी है । ईरानियों और तुर्कियों के बीच युद्ध चालू हुआ था । वे आपस में भिड़े तो ऐसे भिड़े कि कोई निर्णायक मोड़ नहीं आ रहा था । तुर्कियों को ईरानियों से लोहा लेना बड़ा भारी पड़ रहा था । इतने में ईरान के सूफी संत फरीदुद्दीन अत्तार युद्ध की जगह से गुजरे तो तुर्कियों ने उन्हें जासूसी के शक में पकड़ लिया । अब ईरान के संत हैं तो गुस्से में द्वेषपूर्ण निर्णय किया कि 'इन्हें मृत्युदंड दिया जायेगा, अपने देश के शत्रु हैं।' ईरान के अमीरों ने सुना तो कहला के भेजा : ''इन संत के वजन की बराबरी के हीरे-जवाहरात तौल के ले लो पर हमारे देश के संत को हमारी आँखों से ओझल न करो।''

तुर्क-सुलतान : ''हूँह... !''

फिर ईरान के शाह ने कहा : ''हीरे-जवाहरात कम लगें तो यह पूरा ईरान का राज्य ले लो लेकिन हमारे देश के प्यारे संत को फाँसी मत दो ।''

''आखिर इनमें क्या है ? देखने में तो ये एक इंसान दिखते हैं !''

पवित्रता, स्वास्थ्य और समृद्धि देनेवाला पर्व

'तुलसी पूजन दिवस' पूज्य बापूजी द्वारा समाज को दिया गया सर्वोन्नतिकारी उपहार है । तुलसी माँ के समान हमारा रक्षण व पोषण करती है । तुलसी पूजन, सेवन व रोपण से आरोग्य-लाभ, आर्थिक लाभ के साथ ही आध्यात्मिक लाभ भी होते हैं । समाज में सुख, सौहार्द, स्वास्थ्य, शांति आये, लोगों का जीवन मंगलमय हो यह इस पर्व का लोकहितकारी उद्देश्य है ।

तुलसी की महत्ता और आवश्यकता

आयुर्वेदिक महत्त्व :

चरक संहिता में आता है कि 'तुलसी कफ-वातशामक एवं विष-विकार, दमा, खाँसी तथा भोज्य द्रव्यों की दुर्गंध हरनेवाली है ।'

भावप्रकाश निघंटु में आता है कि तुलसी के पत्तों में ०.७% उड़नशील तेल पाया जाता है जो कफनिःसारक व सड़नरोधी (antiseptic) होता है तथा कीड़ों को भगाता है ।

वैज्ञानिक महत्त्व :

वैज्ञानिक अनुसंधानों के अनुसार 'तुलसी के पत्तों में यूजेनॉल नामक तत्त्व होता है, जो एंटीबैक्टीरियल, एंटीवायरल और एंटीस्ट्रेस गुणों से भरपूर है । यह शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है और कोशिकाओं को नुकसान से बचाता है । तुलसी तनाव, चिंता और अवसाद (depression) को कम करती है ।'

मानव-नैदानिक परीक्षणों में पाया गया कि 'तुलसी ग्लूकोज स्तर को कम करती है, रक्तचाप (B.P.) और लिपिड प्रोफाइल में सुधार लाती है और मधुमेह (diabetes) में लाभकारी है ।'

एक अध्ययन के अनुसार 'तुलसी का पौधा हवा में मौजूद हानिकारक बैक्टीरिया और वायरस को खत्म करने में सहायक है । इसके द्वारा उत्पन्न ऑक्सीजन न केवल हवा को शुद्ध करती है बल्कि श्वसन-तंत्र को भी इससे लाभ होता है ।'

आध्यात्मिक महत्त्व :

श्री 'व्रतराज' ग्रंथ में आता है कि भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : ''तुलसी दर्शन मात्र से सब पापों को नष्ट करती तथा छूने से शरीर को पवित्र करती है । वंदन करते ही यह रोगों को नष्ट करती है, पानी देने से मौत को भी भयभीत करती और पूजा करने से मुक्त कर देती है । लगाने से श्रीकृष्ण की प्रत्यासत्ति (नजदीकी, सामीप्य) करती है ऐसी तुलसी के लिए बारम्बार नमस्कार है ।''

श्री सनकजी कहते हैं : ''तुलसी की सेवा दुर्लभ है, साधु पुरुषों का संग दुर्लभ है और सम्पूर्ण भूतों के प्रति दयाभाव भी किसी विरले को ही सुलभ होता है ।'' **(नारद पुराण)**

भगवान नारायण कहते हैं : ''पुष्पों में अथवा देवियों में किसीसे भी इनकी तुलना नहीं हो सकी । इसीलिए उन सबमें पवित्ररूपा इन देवी को तुलसी कहा गया । ये सबके द्वारा अपने मस्तक पर धारण करने योग्य हैं । विश्व को पवित्र करनेवालीं ये देवी जीवन्मुक्त हैं । मुक्ति और भगवान श्रीहरि की भक्ति प्रदान करना इनका स्वभाव है ।'' **(ब्रह्मवैवर्त पुराण)**

विद्यार्थी संस्कार

कृतघ्न, निंदक बनता है अपने ही विनाश का कारण

महाभारत में एक कथा आती है । भीष्म पितामह युधिष्ठिर से बोले : ''किसी निर्जन वन में एक जितेन्द्रिय महर्षि रहते थे । वे सिद्धि से सम्पन्न, सदा सत्त्वगुण में स्थित, सभी प्राणियों की बोली एवं मनोभाव को जाननेवाले थे । महर्षि के पास क्रूर स्वभाववाले सिंह, बाघ, चीते, भालू तथा हाथी आदि भी आते थे । वे हिंसक जानवर भी ऋषि के शिष्य की भाँति उनके पास बैठते थे । एक कुत्ता उन मुनि में ऐसा अनुरक्त था कि उनको छोड़कर कहीं नहीं जाता था ।

एक दिन एक चीता उस कुत्ते को खाने के लिए आया । कुत्ते ने महर्षि से कहा : ''भगवन् ! यह चीता मुझे मार डालना चाहता है । आप ऐसा करें जिससे मुझे इस चीते से भय न हो ।''

''यद्यपि तू नीच कुल में पैदा हुआ था तो भी मैंने स्नेहवश तेरा परित्याग नहीं किया । और अब हे पापी ! तू इस प्रकार मेरी ही हत्या करना चाहता है ।...''

मुनि : ''बेटा ! इस चीते से तुम्हें भयभीत नहीं होना चाहिए । लो, मैं तुम्हें अभी चीता ही बना देता हूँ ।'' ऋषि ने उसे चीता बना दिया । उसे देख दूसरे चीते का विरोधी भाव दूर हो गया ।

एक दिन एक भूखे बाघ ने उस चीते का पीछा किया । वह पुनः ऋषि की शरण में आया । इस बार महर्षि ने उसे बाघ बना दिया तो जंगली बाघ उसे मार न सका ।

एक दिन उस बाघ ने अपनी तरफ आते हुए एक मदोन्मत्त हाथी को देखा । वह भयभीत हो के फिर ऋषि की शरण में गया । उन्होंने उसे हाथी बना दिया तो जंगली हाथी भाग गया ।

कुछ दिन बाद वहाँ एक केसरी सिंह आया । उसे देख वह हाथी भय से पीड़ित हो ऋषि के पास गया । उन्होंने उसे सिंह बना दिया । उसे देखकर जंगली सिंह स्वयं ही डर गया ।

एक दिन वहाँ समस्त प्राणियों का हिंसक एक शरभ आया, जिसके आठ पैर और ऊपर की ओर नेत्र थे । शरभ को आते देख सिंह भय से व्याकुल हो ऋषि की शरण में आया । उन्होंने उसे शरभ बना दिया । जंगली शरभ उससे भयभीत हो के तुरंत भाग गया ।

ऋषि के पास शरभ सुख से रहने लगा । एक दिन उसने सोचा कि 'महर्षि के कह देने मात्र से मैंने दुर्लभ शरभ का शरीर पा लिया । दूसरे भी बहुत-से मृग और पक्षी हैं जो अन्य भयानक जानवरों से भयभीत रहते हैं । ये महर्षि उन्हें भी शरभ का शरीर प्रदान कर दें तो ? किसी दूसरे जीव पर ये प्रसन्न हों और उसे भी ऐसा ही बल दें उसके पहले मैं इनका वध कर डालूँगा ।'

उस कृतघ्न शरभ का मनोभाव जान महाज्ञानी ऋषीश्वर बोले : ''यद्यपि तू नीच कुल में पैदा हुआ था तो भी मैंने स्नेहवश तेरा परित्याग नहीं किया । और अब हे पापी ! तू इस प्रकार मेरी ही हत्या करना चाहता है, अतः तू पुनः कुत्ता हो जा !''

महर्षि के शाप देते ही वह मुनिजनद्रोही दुष्टात्मा नीच शरभ में से फिर कुत्ता बन गया । ऋषि ने हुंकार करके उस पापी को तपोवन से बाहर निकाल दिया ।''

उस कुत्ते की तरह ही कुछ लोग ऐसे होते हैं कि जो महापुरुष उनको ऊपर उठाते हैं, जिनकी कृपा से उनके जीवन में सुख, शांति, →

विदेशी फंडिंग से चल रहे धर्मांतरणकारी नेटवर्क का हुआ पर्दाफाश

भारत में करोड़ों-अरबों रुपयों की विदेशी फंडिंग हो रही है, जिसका उद्देश्य हिन्दुओं को धर्मांतरित करना, आपस में लड़ाना-भिड़ाना और हिन्दू धर्म के आस्था केन्द्रों व प्रतीकों के प्रति लोगों के मन में नफरत का जहर घोलना है । ये विदेशी ताकतें हिन्दू धर्म की जड़ों को काटने के लिए कुछ गिने-गिनाये स्वार्थी और कृतघ्न हिन्दुओं को प्रलोभन देकर मोहरा बनाती हैं ।

हाल ही में उत्तर प्रदेश पुलिस ने लापता हुईं २ बहनों की खोजबीन में एक बहुत बड़े अंतर्राज्यीय नेटवर्क का पर्दाफाश किया । इस गिरोह को भारत में जबरन धर्मांतरण करने, महिलाओं को प्रेमजाल में फँसाकर उन्हें इस्लाम धर्म में लाने और इस्लामी कट्टरपंथ का प्रचार करने के लिए अमेरिका, कनाडा, दुबई और लंदन से भारी फंडिंग मिलती थी । पुलिस द्वारा गिरोह के १० आरोपियों को ६ राज्यों से गिरफ्तार कर लिया गया है ।

जो काम अभी विदेशी फंडिंग द्वारा किया जा रहा है वह और कुछ नहीं बल्कि अंग्रेजों द्वारा अपनाये गये हथकंडे का स्वरूप है । राइजिंग कश्मीर समाचार पत्र में प्रकाशित लेख में उल्लेख किया गया कि जिस समय से अंग्रेजों ने भारत में पैर रखे, उन्होंने एक ऐसी कूटनीति अपनायी जिसके बल पर उनका छोटा-सा शासक वर्ग भारत जैसे विशाल और विविधतापूर्ण देश पर शासन कर सका । उनको लगा कि भारत को केवल बलपूर्वक जीता नहीं जा सकता लेकिन उसे विभाजित करके नियंत्रित किया जा सकता है । जो ईस्ट इंडिया कम्पनी के व्यापारिक उद्यम के रूप में शुरू हुआ वह शीघ्र ही एक ऐसे साम्राज्य में बदल गया जो भारतीय समाज को जाति, धर्म, भाषा और क्षेत्र के आधार पर तोड़ने पर टिका था ।

लड़ा-भिड़ाकर हिन्दुओं पर राज करने की अंग्रेजों की कूटनीति उनकी स्वार्थपूर्ण मानसिकता की द्योतक है । धर्मांतरणकारी ताकतें, चाहे पूर्वकालीन हों या वर्तमानकालीन, उनका उद्देश्य तो सम्पदा, सत्ता इत्यादि पाना रहा है । और ये सब पाकर भी आखिर तो वे लोग सुख ही चाहते हैं जो कि उन्हींको मिलता है जो यह समझ पाते हैं कि दूसरों की भलाई में अपनी भलाई है तथा दूसरों के अहित में अपना अहित है । जो दूसरों को दुःख देता है उसको कालांतर में भी दुःख भोगना पड़ता है और वर्तमान में जो सुख की अनुभूति होती है वह झूठी व काल्पनिक होती है ।

पूज्य बापूजी के सत्संग में आता है : ''जो अखंड भारत को तोड़ना चाहते हैं उनकी मुरादें हैं कि हम आपस में लड़ें-भिड़ें, झगड़ें परंतु हमारा ज्ञान कहता है कि

तुझमें राम मुझमें राम सबमें राम समाया है ।
कर लो सभीसे स्नेह जगत में
कोई नहीं पराया है ।।

विदेशी लोग तो ऐसी भारी गलती में पड़े हैं कि 'फूट डालो और शासन करो (divide and rule) - हिन्दुओं-हिन्दुओं में फूट डालो, उनको लड़ाओ, हिन्दू संस्थाओं को बदनाम करो ।' हिन्दुओं को आपस में लड़ाकर उन पर राज करने की मुरादवालों ने, धर्मांतरण करानेवालों ने हिन्दू साधु-संतों और पुलिस के बीच में, हिन्दू संस्थाओं और मीडिया के बीच में एक खाई खोद दी । ये लोग तभी सफल हो पाते हैं जब हमारे धर्म, हमारी

संस्कृतिप्रेमी, सज्जन क्या करें ?

(१) अपने अनुभव का आदर करें । आपके अंदर सत्यस्वरूप अंतर्यामी चैतन्य जगमगा रहा है । अपने उस सद्ज्ञानस्वरूप के अनुभव की निर्मल आँख से सच्चाई को जानें । हमारे जीवन, धर्म, संस्कृति व समाज के हित में पूरा जीवन लगानेवाले करुणासिंधु संतों-महापुरुषों, धर्मप्रेमी, संस्कृतिनिष्ठ पुण्यात्माओं, समाजसेवी, लोकहितैषी सज्जनों आदि के प्रति किसी अन्य की मान्यता या दृष्टि के आधार पर कोई गलत धारणा न बनायें । अपना जीवन कीमती है, उसे मात्र किसीकी मान्यता के आधार पर व्यर्थ करना बुद्धिमानी नहीं है ।

(२) अफवाहों में न उलझें । भ्रामक खबरों व उनको फैलानेवाले माध्यमों से बचें । किसी भी तथ्य की सही जानकारी हेतु केवल आधिकारिक स्रोतों - संबंधित संस्था, संगठन, आश्रम से सम्पर्क करें ।

(३) आसपास के साधकों, संस्कृतिप्रेमियों से मिल के एकता बढ़ायें । आपस में चर्चा करें व समूह बनायें । साधकों के लिए हर सप्ताह सामूहिक संध्या, बैठक करना, सेवा-साधना हेतु उत्साहवर्धक सत्संग चलाना, सुप्रचार सेवा-संबंधी विचार-विमर्श करना विशेष हितकारी है । प्रतिदिन कुछ समय सेवा के लिए जरूर निर्धारित करें ।

(४) संस्कृतिरक्षक प्राणायाम करें । (विधि हेतु इस लिंक पर जायें : bit.ly/SRpranayam)

(५) जप, त्राटक, ध्यान आदि जो भी साधना तथा सेवा करें, पूज्य गुरुदेव की शीघ्र ससम्मान रिहाई के संकल्प के साथ करें ।

(६) असत्य बातों, अफवाहों व झूठे आरोपों की भरमार के दौर में सत्य का प्रचार करनेवाले अभियानों-प्रकल्पों में भाग लें । संत-महापुरुषों व भारतीय संस्कृति के खिलाफ हो रहे दुष्प्रचार व षड्यंत्रों का पर्दाफाश करने में अग्रणी पत्रिका ऋषि प्रसाद, लोक कल्याण सेतु, ऋषि दर्शन आदि जन-जन तक पहुँचायें । आश्रम के सोशल मीडिया अकाउंट्स से जुड़कर इस सेवा में उत्साह से लगे रहें । बाल संस्कार केन्द्र चलाने, युवा सेवा संघ एवं महिला उत्थान मंडल की संस्कार सभाएँ चलाने आदि सेवाओं में तत्परता से लगे रहें । इन सेवाओं का अधिक-से-अधिक विस्तार हो - ऐसा प्रयास सतत करना चाहिए ।

(७) साधक अकेले, २-२ या ४-४ का समूह बनाकर 'साधक सम्पर्क अभियान' चलायें। अपने आस-पड़ोस एवं क्षेत्र के साधकों से मिलने जायें और बापूजी का संदेश उन्हें सुनायें । उनकी साधना में प्रीति एवं गुरुदेव के दैवी सेवाकार्यों में सहभागिता का उत्साह बढ़े ऐसा वार्तालाप उनके साथ करें । पूज्य बापूजी के विश्व-मांगल्य के कार्यों को सुसम्पन्न करने के लिए सुसंवादिता अत्यंत आवश्यक है ।

(८) सप्ताह में १-२ दिन जैसे - गुरुवार, रविवार को तथा पूर्णिमा व पर्व-त्यौहारों पर अपने नजदीकी आश्रम में जाने का निश्चय करें व उसका दृढ़ता से पालन करें । आश्रम के नजदीक रहनेवाले साधक अगर प्रतिदिन आश्रम जा सकें तो प्रयत्नपूर्वक जायें, वहाँ के पवित्र वातावरण में साधन-भजन करें तथा आश्रम द्वारा संचालित

सर्दियों में बल एवं स्वास्थ्य संवर्धन हेतु लाभकारी प्रयोग

शीत ऋतु में पाचनशक्ति प्रबल रहती है। अतः इस समय लिया गया पौष्टिक आहार वर्षभर शरीर को आवश्यक तेज और बल प्रदान करता है । इस ऋतु में अपनी सेहत बनाने के लिए कुछ सरल प्रयोग जानें :

शक्ति-संवर्धक आहार

बाजरे के आटे में तिल मिलाकर बनायी गयी रोटी पुराने गुड़ व घी★ के साथ खाना, यह शक्ति-संवर्धन का उत्तम स्रोत है । बाजरा, तिल व गुड़★ में कैल्शियम व लौह प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं।

पौष्टिक नाश्ता

चना, मूँग, मोठ ये सब मिलाकर एक कटोरी, एक मुट्ठी मूँगफली व एक चम्मच तिल (काले हों तो उत्तम) रातभर पानी में भिगोकर रखें । सुबह नमक मिलाकर उबाल लें । इसमें हरा धनिया, पालक व पत्तागोभी काटकर तथा चुकंदर, मूली एवं गाजर कद्दूकश करके मिला दें । ऊपर से काली मिर्च बुरककर नींबू निचोड़ दें। चार व्यक्तियों के लिए नाश्ता तैयार है । इसे खूब चबा-चबाकर खायें । यह नाश्ता विभिन्न प्रकार के खनिज-द्रव्यों, प्रोटीन्स, विटामिन्स व आवश्यक कैलोरीज की पूर्ति करता है । जिनकी उम्र ६० साल से अधिक है व जिनकी पाचनशक्ति कमजोर है, उनको यह नाश्ता नहीं करना चाहिए ।

यह नाश्ता सस्ता और बलदायक होने के साथ-साथ प्रोटीन्स का भरपूर स्रोत भी है ।

पौष्टिक लड्डू

शीतकाल में मूँग की दाल के लड्डू खाने से लाल रक्तकणों की वृद्धि होती है। यह स्फूर्तिदायक व वीर्यवर्धक भी है ।

खजूर की खीर

लाभ : (१) इसके सेवन से वजन व बल बढ़ता है। (२) यह आमाशय को बल देती है, सूखी खाँसी, क्षयरोग (T.B.) आदि रोगों में लाभदायक है । (३) स्वप्नदोष तथा विभिन्न व्याधियों से उत्पन्न दुर्बलता, हृदय की कमजोरी व रक्ताल्पता (anaemia) में यह बहुत ही लाभदायी है ।

विधि : ५ से ७ खजूर★ रात को पानी में भिगो दें। सुबह गुठलियाँ निकाल के उसी पानी में खजूर मसल लें। इन्हें २०० मि.ली. दूध में मिला के धीमी आँच पर उबालें । इसमें इलायची तथा रात को भिगोये हुए १-२ बादाम छिलके उतार के पीसकर मिला सकते हैं । यह सर्वगुणयुक्त शक्तिवर्धक योग है ।

अन्य प्रयोग

❊ ४ से ६ खजूर अच्छी तरह धो लें और रात में भिगोकर सुबह खा लें। हो सके तो गाय के घी★ अथवा दूध के साथ लें । इससे बल-वीर्य की वृद्धि होती है ।

❊ दूध के साथ ३-५ ग्राम शतावरी चूर्ण★ लेने से दुबले-पतले व्यक्ति, विशेषतः महिलाएँ कुछ ही दिनों में पुष्ट हो जाती हैं। यह चूर्ण स्नायु संस्थान को भी शक्ति देता है ।

❊ अश्वगंधा★ और आँवला चूर्ण★ समभाग मिला लें। ४-५ ग्राम मिश्रण सुबह-शाम लेने से धातु पुष्ट होती है, हड्डियाँ, दाँत व बाल मजबूत होते हैं । स्वप्नदोष, श्वेतप्रदर आदि से उत्पन्न दुर्बलता, प्रमेह, मधुमेह (diabetes) में यह प्रयोग लाभदायी है ।

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

ऋषि प्रसाद का 'संस्कृति गरिमा विशेषांक' प्राप्त करते हुए

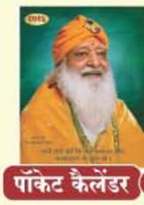
वैदिक ज्ञान को ऋषि प्रसाद के द्वारा समाज तक पहुँचाने का संकल्प लेते पुण्यात्मा

घर-घर कैलेंडर 'दिव्य दर्शन' अभियान (वर्ष २०२६)

भारतीय चैत्री दिनदर्शिका

विक्रम संवत् २०८३ (वर्ष २०२६-२७)

चैत्र मास से प्रारम्भ होनेवाले इस कैलेंडर में आप पायेंगे पुण्यदायी तिथि-त्यौहारों के साथ पंचांग के पाँच अंग - तिथि, वार, नक्षत्र, योग व करण आदि की जानकारी



पॉकेट कैलेंडर ₹ ३

कर्मयोग दैनंदिनी (डायरी)

सभी साधकगण दीवाल दिनदर्शिका (wall calendar), पॉकेट कैलेंडर व डायरी घर-घर 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। २ कैलेंडर लेने पर ₹ ५ की आकर्षक छूट के साथ आपको देने हैं मात्र ₹ २५ !
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 ₹ १३ तथा १००० या उससे अधिक छपवाने पर मूल्य ₹ १२.५० प्रति कैलेंडर रहेगा।

पोषक तत्त्वों से भरपूर, सेहत का खजाना

खजूर

₹ १२० १ कि.ग्रा.

च्यवनप्राश

₹ २२५ १ कि.ग्रा.

₹ ३०० १ कि.ग्रा.

केसर, मकरध्वज व चाँदी युक्त

स्पेशल च्यवनप्राश

जीवनीशक्ति को बढ़ानेवाला एक उत्तम रसायन

ब्राह्म रसायन

₹ ६०० ५०० ग्राम

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 पार्सल द्वारा सामग्रीप्राप्ति 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

ये ३ विडियो देखिये और खुद तय कीजिये आखिर सच क्या है !

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 2025

bit.ly/Kyakiya bit.ly/jantafaisla bit.ly/publichai

सभी साधक-संस्कृतिप्रेमी इन विडियो का खूब-खूब प्रचार करें।

दीपावली अनुष्ठान एवं ध्यान योग शिविर की झलकियाँ (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 : Rishi Prasad ऋषि प्रसाद Rishi Darshan ऋषि दर्शन Lok Kalyan Setu लोक कल्याण सेतु

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम **प्रकाशक** : रूपनारायण भगवानसिंह लोधी **मुद्रक** : विवेक सिंह चौहान **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