संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ७ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ मार्च २०२६
वर्ष : ३५ अंक : ९ (निरंतर अंक : ३९९)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

श्रीराम नवमी :
२६/२७ मार्च

पूज्य संत
श्री आशारामजी बापू

जब-जब जहाँ-जहाँ जैसे-जैसे बदलाव की जरूरत होती है, निर्गुण-निराकार भगवान तब-तब वहाँ-वहाँ उस-उस प्रकार से प्रकट हो जाते हैं और रामावतार, कृष्णावतार, संत-अवतरण के द्वारा सुव्यवस्था करते हैं ।

- पूज्य बापूजी

पूज्य बापूजी का अवतरण दिवस
८ अप्रैल

सभी साधकों, भक्तों के लिए एक स्वर्णिम अवसर

गुरुज्ञान-प्रचार योजना : पायें पूज्य बापूजी द्वारा स्पर्शित, आशीर्वाद रूप उपहार

दिव्य प्रसाद

कैसे पायें लाभ ?

ऋषि प्रसाद के १०० या ऋषि दर्शन के ५० सदस्य बनाने पर ।

इस दिव्य प्रसाद से आपको प्राप्त होगी

महालक्ष्मी, आर्थिक समृद्धि

पारिवारिक सुख-शांति

व्यवसाय, धन-धान्य में वृद्धि

पुण्यकर्म में सहायता

तुलसी कंठी या करमाला

स्वास्थ्य, पुण्य, सद्गति प्रदायक

कैसे पायें लाभ ?

ऋषि प्रसाद के २५ या ऋषि दर्शन के १० सदस्य बनाने पर ।

योजना का लाभ लेने हेतु क्षेत्रीय ऋषि प्रसाद कार्यालय से सम्पर्क करें ।

अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क : ऋषि प्रसाद कार्यालय, अहमदाबाद, दूरभाष : (०७९) ६१२१०७१४/७४२ ९५१२०८१०८१

ऋषि प्रसाद, ऋषि दर्शन वालों को सद्गुरु और भगवान अपने ढंग की प्रसादी देते हैं - पूज्य बापूजी

न दैन्यं न पलायनम् । न दीन बनो न पलायन करो । युद्ध छोड़कर अर्जुन साधु बनने जा रहा था । श्रीकृष्ण ने डाँटा : **क्षुद्रं हृदयदौर्बल्यं त्यक्त्वोत्तिष्ठ परन्तप** ॥ 'हे शत्रुदमन ! तुम हृदय की क्षुद्र दुर्बलता को छोड़कर युद्ध के लिए खड़े हो जाओ ।' मैं ऋषि प्रसाद वालों से कहता हूँ कि परिस्थिति कैसी भी हो, तुम अपने कर्तव्य में डटे रहो । अब तुम युद्ध तो नहीं कर रहे हो, तलवार नहीं चलानी है, किसीको मारना नहीं है, केवल 'ऋषि प्रसाद', 'ऋषि दर्शन' को जन-जन तक पहुँचाना है । तुमको पता है कि तुमको कितनी ऊँची सेवा मिली है ? 'ऋषि प्रसाद', 'ऋषि दर्शन' मतलब महापुरुषों, ऋषि-मुनियों का हृदय पहुँचा रहे हो आम लोगों के पास, ज्ञान-नेत्र की ज्योति बाँट रहे हो । **बढ़-चढ़ के सेवा में आगे बढ़ो ।**

महात्मा बुद्ध का कुप्रचार हुआ तो उनके जो लल्लू-पंजू सेवक थे वे तो भाग गये किंतु ऐसे भी सेवक थे जो बोले : ''भंते ! मैं जाऊँगा आपका संदेश लेकर ।'' कोई चीन पहुँचा तो कोई जापान तो कोई हिन्दुस्तान में घूमा । जैसे बुद्ध के पास भिक्षुक थे ऐसे हमारे पास भी 'ऋषि प्रसाद', 'ऋषि दर्शन' वाले जिंदाबाद हैं । **ऋषि प्रसाद, ऋषि दर्शन की सदस्यता बढ़ती जायेगी ।** मेरे गुरुजी तो सत्संग की पुस्तकों का गट्ठर बनाते और सिर पर उठाते, पहाड़ी पर चढ़ते और लोगों को पुस्तकें देकर आते । मेरे गुरुदेव ने कितनी कठिन सेवा की थी ! तुम्हें गुरुदेव की तरह सिर पर गट्ठर उठा के नहीं जाना है, केवल रसीद बुक ले जाना है बस; सदस्य बनाकर आये फिर हर महीने पत्रिका घर पर आयेगी, उसका वितरण करना-करवाना है । ऋषि दर्शन के सदस्य बनाते हैं तो वह भी हर महीने उनको घर बैठे ऑनलाइन देखने को मिलती है । तो कितनी कम मेहनत में बड़ी सेवा मिली है ! **मार खाकर भी यह सेवा करते रहना, गालियाँ सहते हुए भी सेवा करते रहना ।** डंडा लगे तो बोलो, 'कोई बात नहीं, किसके लिए हम डंडा सह रहे हैं ? ईश्वर के लिए । तो वसूल हो गया !' संत और संत के सेवकों को सतानेवालों को प्रकृति अपने ढंग का प्रसाद देती है और संत की सेवा करनेवाले ऋषि प्रसाद, ऋषि दर्शन वालों को सद्गुरु और भगवान अपने ढंग की प्रसादी देते हैं ।

दुर्लभ मनुष्य-देह पाकर मोक्ष के लिए यत्न नहीं किया तो...

(पूज्य बापूजी का सत्संग-प्रसाद)

योगवासिष्ठ महारामायण में आता है : 'श्रेष्ठ पुरुष वही है जिसने संसार को विरस जान के त्याग दिया है और संतों व सत्शास्त्रों के वचनों द्वारा आत्मपद पाने का यत्न करता है ।'

श्रेष्ठ पुरुष वे ही हैं जो संसार को विरस, बदलनेवाला, नाशवान जान के अविनाशी आत्मा को जान लेते हैं । वे बड़े अभागे हैं जिनको ईश्वरप्राप्ति की रुचि नहीं है । जो मोक्ष के लिए यत्न नहीं करते, आत्मपद पाने का यत्न नहीं करते वे बड़े अभागे हैं । वसिष्ठजी कहते हैं : ''जो मनुष्य-देह पाकर भी आत्मपद पाने की इच्छा न करे तो वह पशु-समान है ।''

जो मनुष्य-शरीर पाकर परलोक नहीं सँवारता उसके लिए संत तुलसीदासजी भी कहते हैं :

सो परत्र दुख पावइ सिर धुनि धुनि पछिताइ ।

'वह परलोक में दुःख पाता है, सिर पीट-पीटकर पछताता है ।'

(रामचरित. उ.कां. : ४३)

कोई-कोई विरले हैं जो समय बचाकर सेवा भी करते हैं और बाकी का समय परमात्म-ध्यान में लगाते हैं, परमात्म-विश्रांति में लगाते हैं । वे ही श्रेष्ठ पुरुष हैं । और वे अभागे हैं जो मिटनेवालीं चीजों के पीछे जिंदगी खपा देते हैं । अंत में देखो तो सब छोड़ के मरो, फिर मृग हो जाओ, कीट-पतंग हो जाओ, उल्लू-मुल्लू हो जाओ ।

वह अपने-आपका दुश्मन है

तो आप भगवत्प्रसादजा बुद्धि प्रकट करो । एक होता है त्याग धर्म, दूसरा होता है राग धर्म । 'यह करो तो ऐसा मिलेगा, पुरुषार्थ करो तो यह मिलेगा...' यह रागी का धर्म है । 'कितना भी मिला फिर भी छूट जायेगा तो क्या झक मार ली पा-पा के ? तो छोड़ो फिर इनकी अब ख्वाहिश, ईश्वर को पाओ...' यह हुआ त्याग धर्म ।

श्रीमद्भागवत में युधिष्ठिर नारदजी से धर्म के गुप्त रहस्यों के बारे में पूछते हैं । युधिष्ठिर बोले : ''भगवन् ! सभी मनुष्यों का जिससे मंगल हो ऐसे धर्म के बारे में बताइये ।''

नारदजी बोले : ''युधिष्ठिर ! वह भगवद्-धर्म है । भगवान ही समस्त धर्मों के मूल कारण हैं । जिनसे आत्मग्लानि न होकर आत्मप्रसाद की उपलब्धि हो वे कर्म धर्म के मूल हैं ।''

रागी, त्यागी, भक्त, अभक्त भगवान के नाम का उच्चारण करे वैखरी से, फिर मध्यमा से, पश्यंती से, परा से । संयमी-सदाचारी सज्जनों, साधुजनों का संग करे । आय का दसवाँ हिस्सा दान-पुण्य करे (भगवान के रास्ते ले जानेवाले दैवी कार्यों में लगाये) । महीने में ५-७ दिन एकांतवास में रहे अथवा ३ महीने में १०-१५ दिन का मौन अनुष्ठान करे । यह भगवत्प्रसादजा धर्म है । अगर यह भी नहीं कर सकता है तो वह अभागा है । संसार में पच मरेगा, कुछ हाथ नहीं लगेगा । समय का कम-से-कम पाँचवाँ हिस्सा तो एकांत में, भक्ति में - ईश्वरप्राप्ति के साधनों में लगाये । अगर नहीं लगाता है तो वह अभागा है, अपने-आपका दुश्मन है । भागवत में आता है :

मन्दाः सुमन्दमतयो मन्दभाग्या ह्युपद्रुताः ।

(श्रीमद्भागवत माहात्म्य : अध्याय १, श्लोक ३२)

श्रीराम-चरित्र : दिव्य गुणों की गंगा

२६/२७ मार्च को श्रीराम नवमी है । भगवान रामजी के दिव्य गुणों का अमृतपान करते हैं पूज्य बापूजी की हितभरी आप्तवाणी से :

राजनीतिक मर्यादाओं में रहते हुए भी अपने उत्तम स्वभाव को प्रकट करनेवाले भगवान श्रीराम के चरणों में प्रणाम ! मानव-जात रामजी के उदार चरित्रों से फायदा लेकर अपने हृदय में छुपे हुए रामस्वरूप को पाने में सक्षम हो सकती है ।

सीताजी को दिखते ७ गुण

सीताजी को रामजी में ७ दिव्य गुण दिखते हैं । सीताजी बोलती हैं कि ''रामचन्द्रजी **उत्साही** हैं, **पुरुषार्थी** हैं, **धैर्यवान** हैं और उनमें **अक्रोध** का गुण है माने वे आवेश में आकर क्रोध नहीं करते, क्रोध को नियंत्रण में रखते हैं । **कृतज्ञता** का सद्गुण मेरे प्रभु का, मेरे पतिदेव का देखकर मैं दंग रह गयी ! **पराक्रम** भी इतना और **प्रभाव** भी खूब है । जहाँ भी जाते हैं, उनके प्रभाव से लोग उन्हींके हो जाते हैं ।''

श्रीराम नवमी पर विशेष

दशरथजी को दिखते दूसरे ९ गुण

दशरथजी को रामजी में ९ गुण दिखते हैं । बोले : ''वे **सत्य**वक्ता हैं । हँसी-मजाक में भी झूठ नहीं बोलते ऐसे हैं मेरे ज्येष्ठ पुत्र श्रीराम ! **दान** देने में उदार हैं । जैसे भगवान उदारता से मेघ बरसाते हैं, उदारता से प्रकाश देते हैं, ऐसे रामचन्द्रजी दान देने में उदार हैं और **तपस्या** भी रामजी में है । भाई या अन्य विद्यार्थी हारते हों तो रामजी जानबूझ के ऐसी गलती करेंगे कि वे लोग जीतें, उन्हें जीतने का आनंद हो । खुद हारकर भी संतुष्ट रहते, ऐसे तपस्वी एकादशी का व्रत करते, सुबह की संध्या करते । दोपहर को भी प्राणायाम, संध्या करते, उसके बाद ही भोजन करते । रामजी तपस्या की मूर्ति हैं ।

उनमें **त्याग** का भी दिव्य गुण है और **मित्रता** निभाने में बड़े अद्वितीय पुरुष हैं । **पवित्रता** तो कोई श्रीराम से सीखे और **सरलता** जैसी बाहर वैसी भीतर । **विद्या** में शास्त्रज्ञ, धर्मज्ञ और **गुरुसेवा** में रामजी गुरु की गाय चराते, गुरु के यहाँ लीपन करते, गुरुभाइयों को सेवा में हाथ बँटाते । गुरुभक्ति में भी रामजी बड़े विलक्षण पुरुष हैं ।''

प्रजा को दिखते अन्य ६ गुण

प्रजा कहती है : ''अरे ये युवराज क्या हैं ? ये तो साक्षात्... अब हमारी वाणी नहीं जाती । **अक्रूरता**... इनमें लेशमात्र भी क्रूरता नहीं है, **दया** के समुद्र हैं और **विद्या** के बृहस्पति हैं । किसीका बुरा न चाहना, किसीको बुरा न मानना, किसीका बुरा न सोचना । सबका यथायोग्य मंगल चाहना, मंगल करना यह **शील** का महान सद्गुण हमारे युवराज श्रीराम में है । **दम**... जैसे घुड़सवार अथवा रथ का सारथी अपने घोड़ों को नियंत्रित करता है, ऐसे ही इन्द्रियों को नियंत्रित करने में, मनमानी करने से रोकने में महारथी हैं श्रीराम । **शम**... मनोनिग्रह यानी मन को रोकने में भी रामचन्द्रजी सर्वोपरि हैं ।''

प्रजा को रामजी के विलक्षण गुण दिखते हैं । दशरथजी को और कुछ दिव्य गुण दिखते हैं । सीताजी को और दिखते हैं । मैं भी आपको उनके कुछ महान गुण बताता हूँ । रामजी सारगर्भित

अंतर्राष्ट्रीय समाचार

अंग्रेज भौतिक विज्ञानी ने कहा :
'ईश्वर दिव्य गणितज्ञ ही नहीं, एक महान कलाकार भी हैं'

विश्व के कई विख्यात वैज्ञानिकों ने ब्रह्मांड के सूक्ष्म रहस्यों को भौतिकी एवं गणित के नियमों से कुछ हद तक समझने के बाद यह कहा कि सूर्य, चन्द्रमा, ग्रह, तारे, आकाशगंगाएँ जिस नियमबद्धता से कार्य कर रहे हैं, ऋतुओं में जिस सुव्यवस्थित ढंग से निरंतर परिवर्तन हो रहा है, उसे देख के यह मानना पड़ता है कि इन सबको संचालित करनेवाली कोई अदृश्य, सर्वोच्च और सर्वशक्तिमान सत्ता अवश्य है।

विश्वविख्यात भौतिक विज्ञानी आइजैक न्यूटन कहते थे : ''ईश्वर के सभी कार्यों की परिपूर्णता इसमें है कि वे परम सहजता के साथ सम्पन्न होते हैं। सूर्य, ग्रहों और धूमकेतुओं की यह अत्यंत सुंदर व्यवस्था केवल किसी बुद्धिमान और शक्तिशाली सत्ता के आदेश और आधिपत्य से ही उत्पन्न हो सकती है। यह सत्ता समस्त सृष्टि का संचालन करती है।''

क्वांटम यांत्रिकी के प्रमुख योगदानकर्ताओं में से एक रह चुके ब्रिटिश भौतिक विज्ञानी पॉल डिराक कहते हैं : ''ईश्वर अत्यंत उच्च स्तर के गणितज्ञ हैं और उन्होंने ब्रह्मांड की रचना में अत्यधिक उन्नत गणित का प्रयोग किया है।''

खगोलभौतिकी के वैज्ञानिक एवं डरहम विश्वविद्यालय (यू.के.) के प्राध्यापक डेविड विल्किंसन ने हाल ही में कहा : ''मैं आपके समक्ष एक भौतिक विज्ञानी के रूप में खड़ा हूँ और इस बात में विश्वास करता हूँ कि ईश्वर ऐसे आश्चर्यजनक अद्भुत कार्य करते हैं जो भौतिकी के नियमों से भी परे होते हैं। ईश्वर केवल एक दिव्य गणितज्ञ ही नहीं हैं, ईश्वर एक महान कलाकार भी हैं।''

ईश्वर के सत्-चित्-आनंद स्वभाव का मैं रूप में साक्षात्कार करनेवाले ब्रह्मस्वरूप महापुरुषों ने समाज को अपनी अनुभव-सम्पन्न वाणी द्वारा ईश्वर की सर्वसमर्थता, सर्वव्यापकता, अनंतता एवं सर्वसुहृदता समझायी है। पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत में आता है : ''शिव-तत्त्व कहो, चैतन्य तत्त्व कहो, आत्म-तत्त्व कहो, उसकी अद्भुत लीला है, जिसका बयान करना बुद्धि का विषय नहीं है। बुद्धि जितनी नाम-रूप में आसक्त होती है उतनी उलझ जाती है और जितना सत्य के अभिमुख होती है उतना-उतना बुद्धि का विकास होकर वह अंततः परब्रह्म-परमात्मा में लीन होती है। सूर्य से हजारों गुना बड़े तारे कैसे गतिमान हो रहे हैं ! एक आकाशगंगा में ऐसे अनंत तारे कैसी नियमबद्ध चाल से चल रहे हैं ! सर्दी के बाद गर्मी और गर्मी के बाद बारिश... यह क्रम और मनुष्य के पेट से मनुष्य तथा भैंस के पेट से भैंस की ही संतानें जन्मती हैं यह जो नियमबद्धता अनंत-अनंत जीवों में है और अनंत-अनंत चेहरों में कोई दो चेहरे पूर्णतः एक जैसे नहीं, यह सब ईश्वर की अद्भुत लीला देखकर बुद्धि तड़ाका बोल देती है। ऐसी कोई अज्ञात शक्ति है जो सबका नियमन कर रही है और कई पुतलों के द्वारा करवा रही है। उसे अज्ञात शक्ति कहो या

जन्म-कर्म कैसे बनते हैं तुच्छ अथवा दिव्य

८ अप्रैल को पूज्य बापूजी का अवतरण दिवस है, जो 'विश्व सेवा-सत्संग दिवस' के रूप में मनाया जाता है । इस दिन विश्वभर के साधक सत्संग-समारोहों का आयोजन करते हैं और मानव-कल्याण के विविध प्रकल्पों का नवीनीकरण किया जाता है । ये प्रकल्प वर्षभर चलते हैं । इस दिन सेवाकार्यों के साथ सत्संग-अमृत का पान किया जाता है । इस दिन (१९ अप्रैल २००६ को) दिये गये पूज्य बापूजी के वैदिक संदेश का एक आचमन :

आप सभीको जन्मदिवस की बधाई हो !

''बापूजी ! हम आपको बधाई दें उसके पहले आप हमको देते हैं ?''

हाँ, मुझे लगता है कि आप ही बधाई के अधिकारी हैं, आप ही जन्मदिवस मनाते हैं । जिसका जन्मदिवस मनाया जाता है उसको यजुर्वेद भगवान का मंत्र आशीर्वाद देता है । यजुर्वेद के मंत्र का आशीर्वाद मैं अपने लिए भी रखूँगा और आपके जन्मदिवस के लिए अभी से दे देता हूँ । यजुर्वेद भगवान कहते हैं :

समास्त्वाऽग्न ऋतवो वर्द्धयन्तु
संवत्सराऽऋषयो यानि सत्या ।
सं दिव्येन दीदिहि रोचनेन
विश्वा आ भाहि प्रदिशश्चतस्रः ॥

(अध्याय २७, मंत्र १)

जन्मदिवस पर वेद का आशीर्वाद है कि कठिनाइयाँ तुम्हारे जीवन का विकास करें और तुम्हें प्रसाद प्रदान करें । वर्ष की ऋतुएँ अनुकूलता के साथ तुम्हारा संवर्धन करें । वर्ष के काल नेमियों (समय-चक्र) के समान तुम्हारा जीवन वर्षानुवर्ष सम्यक् सतत प्रगतिशील रहे । ऋषि तुम्हारा संवर्धन करें । सबके सत्य तुम्हारे जीवन को सत्त्वसम्पन्न बनायें । तुम दिव्य रोचन (आत्मज्ञान के प्रकाश) से सम्यक् दीप्त होओ और अपनी दिव्य सुंदरताओं से सब दिशाओं को जगमगाओ ।

जो मंत्र के द्रष्टा हैं, राग-द्वेष से पार हैं, प्राणिमात्र के सर्वांगीण विकास की विधि जानते हैं ऐसे ऋषि आपका विकास करें । अपनी विवेकवती बुद्धि के द्वारा तुम देदीप्यमान रहो तथा अपनी सुंदरता से सब ओर प्रकाश, प्रसन्नता व माधुर्य फैलाओ और जीवन में जगमगाओ । एक कोने में पैदा हो के विषय-विलासी, विकारी होकर जीवन खपाओ नहीं । तुम्हारा तन स्वस्थ रहे, मन प्रसन्न रहे और बुद्धि में बुद्धिदाता का प्रकाश जगमगाये, जीवन को प्रकाशित करे । जीवनदाता के प्रकाश से तुम्हारे सम्पर्क में आनेवालों का भी सर्वांगीण विकास हो । वेद भगवान कितना सुंदर आशीर्वाद देते हैं ! कितनी सुंदर भावना है !

वह जीवन क्या जिस जीवन में,
जीवन को मुक्त बना न सके ।

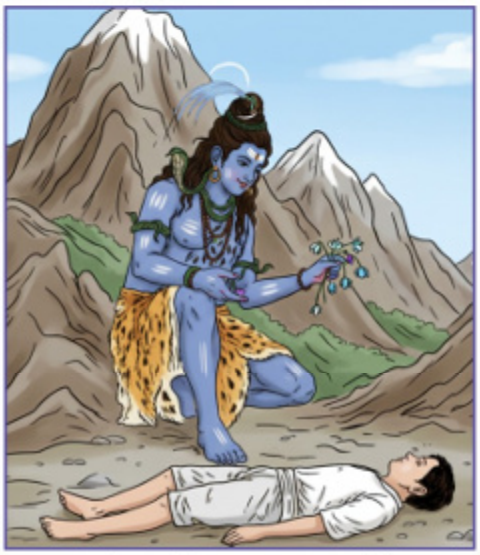
कर्मों के बंधन से आये और कर्मों के बंधन में मर गये तो वह जीवन क्या है ? कर्म जब निःस्वार्थ और आत्मसंतोष, आत्मतृप्ति के लिए होते हैं तो वे दिव्य हो जाते हैं और जन्म भी दिव्य हो जाता है । माँ-बाप के रज-वीर्य से जन्म हुआ, यह विकारी जन्म है । परंतु सत्संग के द्वारा तुम्हें पता चल जाय कि 'शरीर का जन्म हुआ है इन साधनों के द्वारा; वास्तव में मैं आत्मा पहले भी था, अब भी हूँ और शरीर के मरने के बाद भी रहूँगा ।' तो

विद्यार्थी संस्कार

भगवद्भक्ति मरने के बाद भी नष्ट नहीं होती

– पूज्य बापूजी

(पिछले अंक में हमने पढ़ा कि ब्राह्मण कुमार पहाड़ी प्रदेश में रहने लगा और शिव-पूजा में निमग्न हो गया । उसके मन में होता था कि 'मैं ऊँचे शिखर से पुष्प लाकर शिवजी को चढ़ाऊँ ।' अब आगे...)



एक दिन सबेरे वह पहाड़ से पुष्प तोड़ने के लिए चल पड़ा । पहाड़ तो पास दिखता था परंतु चढ़ते-चढ़ते उसको दोपहर हो गयी । उतरते-उतरते दोपहर ढलने को हुआ। फूल तो ले आया पर गर्मी के कारण वे फूल मुरझा गये । उसे खेद हुआ और वह रोया कि 'ऐसे सुमन कैसे साम्बसदाशिव को अर्पण करूँ ? मैं कितना अभागा हूँ कि सुंदर पुष्प भी शिवजी को अर्पण नहीं कर सकता ।'

भूखा-प्यासा वह ब्राह्मणकुमार रोते-रोते मूर्च्छित हो गया । अनजाने में उसकी चेतना अचेतन मन में चली गयी, उसकी वृत्ति शांत हो गयी । इन्द्रियों के साथ का संबंध भूलकर जहाँ से मन फुरता है वहाँ पहुँच गया । फिर वह देखता है कि 'भगवान शिव बड़ी प्रसन्न मुद्रा में मुझे उठा रहे हैं । मेरे मुरझाये हुए फूलों को अपनी जटाओं में लगाकर कह रहे हैं कि ''तू चिंतित क्यों होता है ? ये फूल तो पैदा होते और मुरझाते हैं परंतु तू मेरा ऐसा फूल है कि कभी नहीं मुरझाता । मैं तुझ पर संतुष्ट हूँ । तेरे ये फूल मेरे लिए मुरझाये हुए नहीं हैं क्योंकि तेरा भाव नहीं मुरझाया है । भाव मुरझा गया तो खिले हुए फूल भी मेरे काम नहीं आते और जिसका भाव नहीं मुरझाया उसके मुरझाये फूल भी मेरी सेवा में चल जाते हैं । उठ ! तू वरदान माँग ले ।''

बालक बोला : ''भगवान ! मेरे पंजे ऐसे बना दो कि मैं जल्दी से पर्वत पर चढ़ सकूँ और रोज फूल लाकर आपको चढ़ाऊँ ।''

शिवजी ने कहा : ''और कुछ माँग !''

उस बालक को सत्संग के संस्कार नहीं थे । उसने कहा : ''बस, मेरे हाथ-पैर व्याघ्र जैसे कर दो !''

शिवजी ने कहा : ''एवमस्तु !''

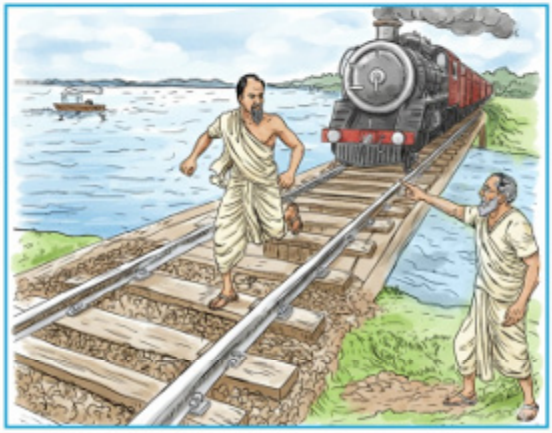
उस बालक का नाम व्याघ्रपाद पड़ा । उसके व्याघ्र जैसे हाथ-पैर हो गये और वह शिवपूजा करते-करते जीवन बिताने लगा । व्याघ्रपाद को यदि सत्संग मिल जाता तो व्याघ्र जैसे हाथ-पैर नहीं माँगता, शिव-तत्त्व का ज्ञान माँगता और आत्मशिव में जग जाता ।

तो उस तत्त्व को जो अब भी तुम्हारे साथ है, तुम्हारे पास है उसको जानने के लिए जीवन में जागरण चाहिए, सूझबूझ चाहिए, जागृत महापुरुष की शरण चाहिए । ❐

जिसको उन्नत होना हो, चाहे भौतिक जगत में, चाहे आधिदैविक जगत में, चाहे आध्यात्मिक जगत में, उसके लिए बस दो सूत्र हैं - एकाग्रता और अनासक्ति । - पूज्य बापूजी

सब भयों की अचूक दवा : भगवन्नाम

संत विनोबा भावे जब बड़ौदा में रहते थे तब रोज घूमने जाया करते थे । एक बार रेलवे पुल से जाने का मौका आया । पटरी के तख्तों (स्लीपर) के बीच की खाली जगह और नीचे ३०-४० फीट की गहराई देख पुल पार करने में उन्हें बड़ा डर लगने लगा । उनकी भक्तिसम्पन्ना माता ने उनमें बचपन से ही भक्ति के संस्कार भरे थे, जो पग-पग पर उनकी सहायता करते थे । उन्हें स्मरण हुआ कि भगवन्नाम के जप से भय चला जाता है, निर्भयता आती है । भगवान का बल हमारे साथ जुड़ने से हर काम आसानी से पूरा हो जाता है । उन्होंने भयनाशक भगवन्नाम का जप करते हुए धीरे-धीरे पुल पार करना शुरू किया । एक-एक तख्ता पार करते-करते उन्होंने पूरा पुल पार कर लिया ।



फिर तो दूसरे दिन वे जानबूझ के उसी रास्ते से घूमने गये और कल की तरह भगवन्नाम ले के पुल पार कर लिया । उनका यह क्रम लगातार चलता रहा । २५-३० दिन के भगवन्नामयुक्त अभ्यास से उनका डर ही डरकर भाग गया । इस पर विनोबाजी कहते हैं : ''सब भयों को दूर करने का उपाय है भगवन्नाम, जिसके सामने कुछ टिकता नहीं । पर कुछ कोशिश भी करनी पड़ती है भय से मुक्त होने के लिए ।''

विनोबाजी को अब पुल पर चलने का अच्छा अभ्यास हो चुका था । गांधी आश्रम आने के बाद वे एक बार काकासाहब कालेलकर के साथ आबू गये । वापस आते समय वे रेल पटरी से आ रहे थे । संध्या हो चली थी । जब वे रेलवे पुल पार कर रहे थे तो अचानक पीछे से धड़-धड़ करते आती हुई रेलगाड़ी की आवाज सुनाई दी । पुल के दोनों ओर न तो रेलिंग थी और न ही फुटपाथ । काकासाहब लकड़ी के तख्तों के बीच की खाली जगह छोड़कर पुल पर दौड़ने लगे । विनोबाजी की दृष्टि कमजोर थी इसलिए उन्हें तख्तों के बीच की खाली जगह ठीक से दिखाई नहीं दे रही थी । भगवन्नाम लेकर वे भी काकासाहब के पीछे दौड़ने लगे । उनकी जरा-सी भी गलती उन्हें नीचे बहती नदी में गिरा सकती थी । काकासाहब पुल के दूसरे छोर तक पहुँचकर पटरी के बाजू में नीचे कूद गये पर विनोबाजी अब भी पटरी पर दौड़ रहे थे । इंजन बस कुछ ही गज दूर था किंतु जो भगवान का स्मरण करते हैं, भगवान उनकी किसी-न-किसी तरह से सहायता करते ही हैं, बिल्कुल पक्की बात है ! अचानक काकाजी की आवाज सुनाई दी : 'बायीं ओर कूदो ।' वे निर्भयतापूर्वक कूद पड़े और काकाजी ने उन्हें थाम लिया । दूसरे ही क्षण रेल वहाँ से निकल गयी । रेल की आवाज के साथ विनोबाजी के मुँह से उच्चारित होता हुआ भगवन्नाम काकासाहब को स्पष्ट सुनाई दे रहा था ।

उस समय का स्मरण कर विनोबाजी कहते हैं : ''बड़ौदा में जो अभ्यास किया था पुल पर से चलने का, उसका लाभ उस समय मिला । उस समय डर जाता तो मामला खत्म था । ऐसे अनेक भय होते हैं, वे स्थूल अभ्यास करने से जाते हैं लेकिन मुख्य बात भगवान का स्मरण है ।''

वसंत ऋतु में उत्तम स्वास्थ्य के लिए महत्त्वपूर्ण बातें

१८ फरवरी से २० अप्रैल : वसंत ऋतु पर विशेष

स्वास्थ्य समाचार
Health bulletn

आहार में सावधानी :

गुर्वम्लस्निग्धमधुरं दिवास्वप्नं च वर्जयेत्।

'वसंत ऋतु में पचने में भारी, खट्टे, स्निग्ध व मधुर पदार्थों का सेवन व दिन में शयन नहीं करना चाहिए।' (चरक संहिता, सूत्र स्थान : ६.२३)

वसंत में कफ बढ़ जाता है व जठराग्नि मंद हो जाती है इसलिए मावा, मिठाई, बलवर्धक पाक, सूखे मेवे, दही, खट्टे फल, अधिक तेल व घी वाले पदार्थ; मिश्री, चीनी, गुड़ व उनसे बने पदार्थ प्रायः नहीं खाने चाहिए। दिन में सोना भी कफ बढ़ानेवाला है अतः त्याग दें। इन दिनों में शीघ्र पचनेवाले, अल्प तेल व घी में बने, तीखे, कड़वे, कसैले, उष्ण पदार्थों का सेवन करना चाहिए। अदरक, सोंठ, काली मिर्च, दालचीनी, हींग, मेथी, अजवायन, करेला, बिना बीज के कोमल बैंगन, पुनर्नवा, मूली, सूरन, सहजन, पुराने गेहूँ व जौ, चना आदि हितकर हैं।

व्यायाम की विशेषता :

वसंत ऋतु में कफ की अधिकता के कारण शरीर में भारीपन, शीतलता आती है। कभी आलस्य भी आता है, भूख कम लगती है। योगासन, सूर्यनमस्कार, टहलने, दौड़ने व कसरत करने से शरीर में गर्मी उत्पन्न होती है, जिससे कफ पिघलता है। शरीर में मृदुता, हलकापन व स्फूर्ति आती है और भूख भी खुलकर लगती है। इसलिए कहा गया है :

वसन्ते भ्रमणं पथ्यम्। वसंत ऋतु में खूब पैदल चलना चाहिए।

उपवास की आवश्यकता :

लंघनं कफशमनम्।

उपवास से कफ शांत हो जाता है। वसंत ऋतु में सप्ताह अथवा १५ दिन में एक बार सम्पूर्ण उपवास रखने से कफजन्य रोगों से रक्षा होती है। उपवास के दिन केवल सोंठ डालकर उबाला हुआ पानी पियें।

कुछ खास प्रयोग :

❋ श्री चरकाचार्यजी के अनुसार वसंत में सुखोष्ण जल (गुनगुना पानी) पीना चाहिए तथा शरीर पर उबटन लगाना चाहिए। गेहूँ, जौ, चावल, चना, मूँग, उड़द व तिल के समभाग मिश्रण से बना 'सप्तधान्य उबटन★' स्वास्थ्यवर्धक व मंगलकारक है।

❋ श्री वाग्भटाचार्यजी के अनुसार इन दिनों में नागरमोथ डालकर उबाला हुआ पानी पीना चाहिए।

❋ कफशामक पदार्थों में शहद★ सर्वोत्कृष्ट है। सुबह गुनगुने पानी में शहद मिलाकर पीना हितावह है।

❋ तुलसी व गोझरण (गोझरण अर्क★) का सेवन हितकर है।

❋ गोबर के कंडे जलाकर गूगल का धूप करना, कपूर★ जलाना (कपूरदानी में डाल के जला सकते हैं), चंदन, कपूर व केसर का तिलक करना, आँखों में अंजन लगाना, नाक व कान में तिल का गुनगुना तेल डालना – ये वसंत ऋतु के स्वास्थ्य-रक्षक विशेष उपक्रम हैं।

❋ नया अनाज कफवर्धक व पचने में भारी

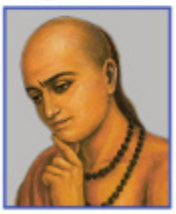
★ आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों पर उपलब्ध

खोजें भारतीयों की, नाम विदेशियों के !

(गतांक से आगे)

गुरुत्वाकर्षण सिद्धांत की खोज

भारतीय विद्यालयीन व महाविद्यालयीन शिक्षा में यह तो पढ़ाया जाता है कि १७वीं शताब्दी में न्यूटन ने एक सेब को गिरते हुए देखकर गुरुत्वाकर्षण सिद्धांत की खोज की परंतु यह नहीं पढ़ाया जाता कि न्यूटन से सैकड़ों वर्ष पहले भारत के महान गणितज्ञ एवं ज्योतिषविद् भास्कराचार्यजी ने १२वीं शताब्दी में अपने 'सिद्धांत शिरोमणि' ग्रंथ में गुरुत्वाकर्षण के मूल सिद्धांतों का उल्लेख किया था । ज्योतिष एवं संस्कृत के प्रसिद्ध विद्वान डॉ. चन्द्रमौली रैणा कहते हैं : ''भास्कराचार्यजी ने सिद्धांत शिरोमणि में भूगोल की केन्द्रीय आकर्षण शक्ति का वर्णन किया है । उन्होंने कहा है : ''पृथ्वी में आकर्षण शक्ति है, जिससे वह पदार्थों को अपनी ओर खींचती है और आकर्षण के कारण वे जमीन पर गिरते हैं । पर जब आकाश में समान शक्ति चारों ओर से लगे तो कोई कैसे गिरे ? अर्थात् आकाश में ग्रह निरावलम्ब रहते हैं कारण कि विविध ग्रहों की गुरुत्वाकर्षण शक्तियाँ संतुलन बनाये रखती हैं ।'' इसी सिद्धांत को लगभग ५०० वर्ष बाद न्यूटन ने दोहराया है । गुरुत्वाकर्षण सिद्धांत का आविष्कारक न्यूटन को मानना पाश्चात्यों का पक्षपात ही है ।''



भारतीय लेखक विवान करुलकर ने अपनी पुस्तक में लिखा है : 'प्राचीन भारत के सिद्धांत शिरोमणि जैसे ग्रंथों ने सौरमंडल के विषय में किये गये गणनात्मक पूर्वानुमानों की सटीकता को प्रदर्शित किया, जो पश्चिमी मापनों से मेल खाती है । ये अंतर्दृष्टियाँ वेदों में निहित वास्तविक ज्ञान का आभास कराती हैं तथा प्राचीन भारत के महर्षियों के अपार ज्ञान की एक झलक प्रस्तुत करती हैं, जो हजारों वर्ष पूर्व खगोलविद् और गणितज्ञ भी थे । भास्कराचार्यजी द्वारा सिद्धांत शिरोमणि के श्लोकों के माध्यम से व्यक्त की गयी गुरुत्वाकर्षण-संबंधी अंतर्दृष्टि न्यूटन द्वारा इन नियमों की नकल किये जाने से पूर्व की है और पश्चिमी विज्ञान की प्रचलित झूठी कहानी को चुनौती देती है । महर्षि भास्कराचार्यजी से भी पहले वेदों में गुरुत्वाकर्षण से संबंधित सम्पूर्ण ज्ञान प्रदान किया गया था ।'

सुविख्यात अमेरिकी लेखक डिक टेरेसी कहते हैं : ''करीब ५७० ईसा पूर्व में जन्मे पाइथागोरस से लगभग २००० वर्ष पहले उत्तरी भारत के दार्शनिक यह समझ चुके थे कि गुरुत्वाकर्षण बल ही सौरमंडल को एक साथ बाँधे रखता है और इसी कारण सूर्य, जो सबसे अधिक द्रव्यमान वाला पिंड है, उसका केन्द्र होना चाहिए । आइजैक न्यूटन से अनगिनत शताब्दियों पूर्व ऋग्वेद में यह प्रतिपादित किया गया था कि गुरुत्वाकर्षण ही सम्पूर्ण ब्रह्मांड को एक सूत्र में बाँधे रखता है ।''

भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (ISRO) के पूर्व अध्यक्ष डॉ. जी. माधवन नायर ने कहा था : ''वेदों में अंतरिक्ष और परमाणु ऊर्जा के क्षेत्र में अत्यधिक जानकारी विद्यमान है । एक वैज्ञानिक के रूप में मैं कह सकता हूँ कि उस समय की गयीं गणनाएँ वास्तव में अद्भुत थीं । ये वे मूलभूत खोजें हैं जिनके बारे में पश्चिमी विश्व को कोई जानकारी नहीं थी ।''

(क्रमशः) ❐

शुभकामना संदेश

श्री संतोष पांडेय, सांसद (राजनांदगाँव, छ.ग.) : देश की भावी पीढ़ी को ओजस्वी-तेजस्वी बनाने तथा हमारी वैदिक परम्पराओं के पुनरुत्थान हेतु पूज्य संत श्री आशारामजी बापू की पावन प्रेरणा से पूरे देश में मातृ-पितृ पूजन दिवस मनाया जा रहा है। सभी देशवासियों से आग्रह करता हूँ कि इस अभियान में बढ़-चढ़कर सहभागी बनें।

श्री पुष्कर सिंह धामी, मुख्यमंत्री (उत्तराखंड) : तुलसी पूजन दिवस व मातृ-पितृ पूजन दिवस जैसे आयोजन समाज में, विशेषरूप से युवावर्ग में बुजुर्गों के प्रति सम्मान, सेवा और आदर के भाव को बढ़ावा देने के साथ ही विलुप्त हो रही तुलसी की महिमा को समाज में फैलाने तथा उसकी उपयोगिता के प्रति जागरूकता लाने में सहायक होते हैं।

श्री विष्णु देव साय, मुख्यमंत्री (छत्तीसगढ़) : तुलसी पूजन दिवस एवं मातृ-पितृ पूजन दिवस जैसे अभियान समाज में संस्कार तथा युवा पीढ़ी में 'मातृदेवो भव। पितृदेवो भव। आचार्यदेवो भव।' जैसे महान मूल्यों को सुदृढ़ करेंगे।

श्री हर्ष संघवी, उपमुख्यमंत्री (गुजरात) : आपकी संस्था द्वारा १४ फरवरी, २०२६ के दिन राज्यभर के स्कूलों और कॉलेजों में 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' का भव्य आयोजन किया गया है। इस सराहनीय अभियान की सफलता के लिए मैं हृदयपूर्वक मंगल कामनाएँ करता हूँ।

श्री त्रिकमभाई छांगा, उच्च एवं तकनीकी शिक्षा राज्यमंत्री (गुजरात) : मातृ-पितृ पूजन दिवस से नयी पीढ़ी में माता-पिता के प्रति आदर, पूज्यभाव और सेवा के संस्कारों का सिंचन होगा, जो एक आदर्श समाज के निर्माण में महत्त्वपूर्ण योगदान देगा।

श्री सी. पी. राधाकृष्णन, उपराष्ट्रपति : माता-पिता का सम्मान हमारी संस्कृति की प्राचीन और गौरवशाली परम्परा है, जहाँ उनकी सेवा को सर्वश्रेष्ठ पूजा का स्थान दिया गया है। इस दृष्टि से बच्चों में माता-पिता के प्रति आदर-सम्मान और संस्कारों की भावना जागृत करने हेतु श्री योग वेदांत सेवा समिति, अहमदाबाद आश्रम द्वारा 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' का आयोजन अत्यंत सराहनीय है। मुझे विश्वास है कि यह संस्था भविष्य में भी इसी प्रकार समाज को जागरूक करने और सांस्कृतिक मूल्यों के संवर्धन हेतु सक्रिय भूमिका निभाती रहेगी।

आचार्य देवव्रत, राज्यपाल (गुजरात एवं महाराष्ट्र) : देशभर में तुलसी पूजन दिवस तथा मातृ-पितृ पूजन दिवस मनाने का सराहनीय प्रयास राष्ट्र के नैतिक, सांस्कृतिक और पारिवारिक मूल्यों को सुदृढ़ करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायेगा।

श्री जीतूभाई वाघानी, कृषि एवं पशुपालन मंत्री (गुजरात) : आपकी संस्था द्वारा पिछले दो दशकों से १४ फरवरी का दिन 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' के रूप में विश्वभर में मनाया जा रहा है। विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में इस कार्यक्रम का आयोजन समाजहितकारी कदम होगा।

श्री कुंवरजीभाई बावलिया, श्रम, रोजगार एवं ग्राम विकास मंत्री (गुजरात) : मातृ-पितृ पूजन दिवस भारतीय संस्कृति के अमूल्य संस्कारों को नयी पीढ़ी तक पहुँचाने का एक पवित्र उपक्रम है। यह अत्यंत प्रशंसनीय एवं समाजहितकारी है।

हर घर-आँगन में पवित्र प्रेम की गंगा बहानेवाले पर्व

मातृ-पितृ पूजन दिवस की हृदयस्पर्शी झलकें

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 Mar 2026

नाला सोपारा, जि. पालघर (महा.)

डिंडोली-सूरत

जमशेदपुर

नर्मदापुरम् (म.प्र.)

पाटणागढ़, जि. बलांगीर (ओड़िशा)

पेटछला, जि. केन्द्रापड़ा (ओड़िशा)

वर्ये, जि. सातारा (महा.)

भोपाल

कुरुक्षेत्र (हरि.)

दिल्ली

दुर्दा, जि. अपर सियांग (अरुणाचल प्रदेश)

ब्रह्मगिरी, जि. पुरी (ओड़िशा)

गांधीनगर (गुज.)

भाटसांगवी, जि. बीड (महा.)

कोरबा (छ.ग.)

झारसुगुड़ा (ओड़िशा)

नाथद्वारा (राज.)

झाबुआ (म.प्र.)

लुधियाना

हरिद्वार

रेवाड़ी (हरि.)

सहारनपुर (उ.प्र.)

अमरावती (महा.)

पेंड्री गोबरा, जि. दुर्ग (छ.ग.)

कुबेरनगर-अहमदाबाद

संकीर्तन यात्राएँ
झालोद, जि. दाहोद (गुज.)

लिमखेड़ा, जि. दाहोद (गुज.)

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।

राष्ट्रीय स्तर पर लहराया गुरुकुल का परचम !

स्कूल गेम्स फेडरेशन ऑफ इंडिया (SGFI) द्वारा आयोजित ६९वीं राष्ट्रीय स्कूल खेल थांग-ता प्रतियोगिता २०२५-२६ में संत श्री आशारामजी गुरुकुल, अहमदाबाद के कक्षा ११वीं के छात्र अजय कुमार निषाद ने ७० कि.ग्रा. वजन वर्ग में प्रथम स्थान प्राप्त कर स्वर्ण पदक जीता। (थांग-ता एक प्राचीन भारतीय युद्धकला है।)

आश्रम के मासिक प्रकाशन की सदस्यता हेतु स्कैन करें : ऋषि प्रसाद ऋषि दर्शन 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 मैन्युफेक्चर्स, कुंजा मतरालियों, पाँटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५ **सम्पादक** : श्रीनिवास र. कुलकर्णी