संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ७ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ अगस्त २०२६
वर्ष : ३६ अंक : २ (निरंतर अंक : ४०४)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

समाज ३ कारणों से दुःखी है -

कंस
अत्याचार, अहंकार, विषय-सुखों की चाह

काल
अनिवार्य मृत्यु का भय

अज्ञान
ज्ञान का अभाव, भ्रम और मोह

इन तीनों को हटाने के लिए जो अवतार हुआ वह है श्रीकृष्णावतार । - पूज्य बापूजी

इस साधना से आपको हर क्षेत्र में सफलता मिलेगी

(पूज्य संत श्री आशारामजी बापू के सत्संग से)

आप एक प्रयोग करिये। दिन में जब भी समय मिले श्वास अंदर गया उसको आपने देखा, बाहर आया उसको गिना। अंदर गया तो 'ॐ'... बाहर आया तो १। अंदर गया तो 'राम'... बाहर आया तो २। अंदर गया तो 'शांति'... बाहर आया तो ३। ऐसी श्वासोच्छ्वास की ५० की गिनती में मन को लगा दो। और मन को कह दो कि 'अगर भूलेगा तो फिर से एक-दो... से गिनवाऊँगा।' मन को थोड़ा अनुशासित करके आप पचास तक की गिनती करने में अगर सफल हो गये तो कोई बारह साल से मनमानी पूजा-सेवा करता है और उससे उसकी जितनी मानसिक ऊँचाई आयी होगी उतनी आपकी एक हफ्ते के अंदर आ जायेगी।

दूसरा फायदा यह होगा कि आपके संकल्प-विकल्प की संख्या कम हो जायेगी। मान लो पहले जो एक घंटे में हजार संकल्प-विकल्प होते थे वे छः सौ पर पहुँच जायेंगे और छः सौ से फिर पाँच सौ पर, पाँच सौ से चार सौ पर, चार सौ से तीन सौ पर... जितने-जितने संकल्प-विकल्प कम होंगे उतनी-उतनी आपकी संकल्प-शक्ति (will power) बढ़िया होगी। फिर उस संकल्प-शक्ति को चाहे आप भक्ति में लगाओ, योग में लगाओ, चाहे व्यापार में लगाओ, नौकरी में लगाओ... कहीं भी लगाओ आपको सफलता मिलेगी।

दुर्बल मन है तो समाज के लोग प्रभाव डालकर आपको निचोड़ने लग जायेंगे, आपके ऊपर दूसरे रुआब डालकर आपकी शक्तियों का, आपके समय का, आपकी वस्तुओं का उपयोग करेंगे और आपको नचाते रहेंगे। दुर्बल तन है तो बार-बार रोग आकर आपको निचोड़ेंगे और दुर्बल बुद्धि है तो कभी काम आपको निचोड़ेगा तो कभी क्रोध निचोड़ेगा, कभी लोभ निचोड़ेगा तो कभी मोह तो कभी अहंकार... अगर आपका चिंतन दुर्बल है तो सबल चिंतन वाले आपको निचोड़ने लग जायेंगे। बल ही जीवन है, दुर्बलता मौत है।

धिग्बलं क्षत्रियबलं ब्रह्मतेजोबलं बलम् । (वाल्मीकि रामायण, बा.कां. : ५६.२३)

सारे बल उस ब्रह्म-परमात्मा से आते हैं। तो श्वासोच्छ्वास की गिनती करते हुए उस परमात्मा के साथ एकाकार होते जाओ। इससे शरीर, मन, बुद्धि सबल बनेंगे। मन एकाग्र होगा और एकाग्रता बड़ी तपस्या है। यह आधिभौतिक जगत में भी सफलता देती है, आधिदैविक रहस्यों को जानने में भी सफलता देती है और अध्यात्म तो इसका उद्देश्य ही है। ५० की गिनती में रुकना नहीं है, १०० तक करो, फिर १५० करो... जितना ज्यादा करोगे उतना लाभ होगा।

निःस्वार्थ प्रेम का छलकता सागर

वह क्या है जो गुरु और शिष्य, माँ व बालक, भक्त व भगवान को आपस में जोड़ता है ? वह है शुद्ध प्रेम । प्रेम ईश्वर का स्वभाव है और जीव की माँग है । ईश्वर अपने प्रेमस्वभाव के वशीभूत होकर जीवमात्र को प्रेम, आनंद, माधुर्य प्रदान करना चाहते हैं । ऐसे में वे उनके बीच अवतरित होते हैं नित्य अवतारस्वरूप महापुरुषों के रूप में तथा सुलभ करा देते हैं अपने स्वभाव और जीव की माँग के सम्मिलन का दुर्लभ अवसर ।

ऐसे नित्य अवतारस्वरूप महापुरुषों की पुष्पमाला में इस समय धरा पर विद्यमान मनोहर, सुरभित पुष्प हैं पूज्य संत श्री आशारामजी बापू, जिनके हृदय में प्राणिमात्र, सृष्टिमात्र के लिए प्रेम का अथाह सागर हिलोरें ले रहा है । नित्य प्रेम की वर्षा करनेवाले बापूजी के सत्संग-सान्निध्य में जो आया उसने उनके निर्मल, निश्छल, अमाप प्रेम को भी महसूस किया है । उनका प्रेम कभी माँ बनकर उँगली पकड़ के जीवन-पथ पर चलना सिखाता है तो कभी पिता बनकर जीवन को नियंत्रित-अनुशासित करता है । कभी मित्र बनकर बाँह पकड़ लेता है तो कभी बंधु बनकर सुरक्षा-कवच प्रदान करता है । कभी गुरु बनकर मार्गदर्शन करता है और पग-पग पर प्रेरणा व सामर्थ्य देता है तो कभी जोगी बनकर आनंदित-उल्लसित करनेवाले नये-नये रूप धारण करता है । इस प्रकार बापूजी में प्रेम की पूर्णता पाकर व्यक्ति कह उठता है :

त्वमेव माता च पिता त्वमेव
त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव ।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव
त्वमेव सर्वं मम देवदेव ॥

पूज्य बापूजी कहते हैं : ''प्रेम का बाप विश्वास है । विश्वास का मूल है सच्चाई । सच्चाई के मूल में हितभाव होना जरूरी है । हमारे हृदय में एक-दूसरे की भलाई की सच्ची भावना जितनी प्रबल होती है उतना ही विश्वास पक्का होता जाता है और उतना ही अधिक ईश्वरीय प्रेमरस प्रकट होता है ।''

मनुष्य में बुरी के साथ भली वृत्तियाँ भी रहती हैं जो समय पाकर जाग उठती हैं । जैसे उचित खाद-पानी पाकर बीज पनप उठता है वैसे ही संत का प्रेम पाकर मनुष्य की सद्वृत्तियाँ लहलहा उठती हैं । उनका दर्शन-सान्निध्य पाकर एवं अमृतवर्षी दृष्टि पड़ते ही पापी-से-पापी व्यक्ति भी सुधरने लगता है ।

बापूजी की महिमा अवर्णनीय है । वे हमें दीक्षा देकर नया जन्म देते हैं, सत्संग-मार्गदर्शन द्वारा जन्म को सार्थक बनाने की कला भी सिखाते हैं और अपने असीम योग-सामर्थ्य द्वारा हमारे जीवन को कँटीले मार्गों में फँसने से बचा लेते हैं । वे हमें जीवन के हर मोड़ पर सबल सहारा प्रदान करते हैं ।

प्रेमावतार बापूजी कहते हैं : ''आप व्यवहार करते समय सबसे अपनापन रखें क्योंकि सुखी जीवन के लिए विशुद्ध, निःस्वार्थ प्रेम ही असली खुराक है । संसार इसीकी भूख से मर रहा है । अतः अपने हृदय के आत्मिक प्रेम को हृदय में ही मत छिपाकर रखो, उदारता के साथ उसे बाँटो ।

शुभ संकल्पों की शक्ति दिखानेवाला पर्व

२८ अगस्त : रक्षाबंधन पर विशेष

२८ अगस्त को रक्षाबंधन है । इस पर्व के बारे में पूज्य बापूजी के सत्संग में आता है :

गुरुपूर्णिमा के बाद नारियली पूनम, रक्षाबंधन महोत्सववाली पूनम आती है । जरा-सा धागा है लेकिन उसके पीछे संकल्प, सद्भाव बहुत काम करते हैं । इन्द्राणी ने इन्द्र को राखी बाँध दी । देव-दानव युद्ध में इन्द्र की जीत हुई । हिन्दू रानी कर्णावती (करुणावती) ने देखा कि हमारा राज्य बहादुर शाह से युद्ध में हार जायेगा । उस समय हुमायूँ बलशाली राजा था । रानी ने हुमायूँ को राखी भेजी और संदेश भेजा कि 'मेरे राज्य की रक्षा की मेरे भाई से अपेक्षा करती हूँ ।'

हुमायूँ बोला : ''अब तो बहन-भाई का संबंध हो गया ।''

कर्णावती के राज्य की रक्षा हो गयी ।

कुंती ने अभिमन्यु को राखी बाँध दी थी । जब तक राखी हाथ में थी तब तक वह योद्धाओं के बीच लोहा लेता रहा । किसी कारण से राखी टूटी, बाद में वह परास्त हुआ ।

तार में देखते हैं तो केवल ताँबे या किसी धातु का तार दिखता है परंतु उसके द्वारा करोड़ों रुपये की विद्युत पसार होती है और करोड़ों की विद्युत से कई करोड़ बनते हैं कारखानों में । ऋणात्मक-धनात्मक विद्युत-प्रवाह पसार होता है, आँखों से दिखता नहीं है पर उसका महत्त्व है । ऐसे ही स्थूल रूप से भले कुछ दिखता नहीं किंतु शुभाशुभ संकल्पों का महत्त्व है ।

रक्षाबंधन पर बहन भाई को सूत्र - धागा बाँधती है, वैदिक मंत्र का उच्चारण करती है । अभी तो फैशनवाली राखी बनती है । उसकी जरूरत नहीं है और यदि कोई वह ले आता है तो भी उसमें भाव सात्त्विक हो तो अच्छा है ।

बाल गंगाधर तिलक विदेश गये थे । रक्षाबंधन महोत्सव आया । ढूँढ़ते-ढूँढ़ते किसी हिन्दू परिवार, गुजराती परिवार का पता चला, वहाँ गये, बोले : ''बहनजी ! मैं अभी भारत में नहीं हूँ । तू मुझे अपना भाई मानकर मुझे राखी बाँध, तू मेरी बहन है । तू मेरे लिए शुभकामना कर । इस भोगी-विलासी देश में विकारों से सुरक्षित रहूँ, वासनाओं से सुरक्षित रहूँ ।''

एक-दूसरे के प्रति जो शुभ संकल्प है, शुभ भावना है वह मदद करती है । तो गुरुपूनम को वर्षभर की साधना से जो कुछ आध्यात्मिक उन्नति हुई है अथवा साधना छोड़ देने से हानि हुई है उसका विचार-विमर्श करके नये वर्ष की नयी राह गुरु के वचनों से तय होती है । एक महीने के बाद आती है राखी पूर्णिमा । संसारी बहन-भाई संसारी ढंग से एक-दूसरे की रक्षा करते हैं परंतु गुरु-शिष्य के बीच में आध्यात्मिक संबंध होता है । शिष्य के जीवन में कई चुनौतियाँ आती हैं, कई प्रलोभन आते हैं, कई आध्यात्मिक चमत्कार होते हैं, लाभ होते हैं और कई लाभ होते-होते हाथ से खिसक जाते हैं तो उनमें हमारी रक्षा बनी रहे इसलिए शिष्य मन-ही-मन गुरु को रक्षाबंधन के निमित्त प्रणाम करता है, मन-ही-मन रक्षा बाँधता है । और गुरु भी शिष्य के संकल्प का, गुरु के पास आने के निमित्त का अर्थ समझते हैं ।

जिस माहौल में जाते हैं उसकी अपनी

संतों का आह्वान : ‘समाज को बापूजी के मार्गदर्शन की बड़ी आवश्यकता है’

श्री सौरभ गौड़, राष्ट्रीय अध्यक्ष, धर्म रक्षा संघ : वर्तमान युग में आशारामजी महाराज ऐसे महापुरुष हैं जिन्होंने सनातन धर्म को आगे बढ़ाने के लिए अपना पूरा जीवन लगा दिया । संस्कृति को बचाने के लिए बापूजी ने छोटी-छोटी जगहों पर जाकर लोगों को जागरूक किया, जिससे एक नये सिरे से भक्ति की लहर दौड़ी ।

आप कहते हैं...

बापूजी द्वारा शुरू किये गये मातृ-पितृ पूजन दिवस व तुलसी पूजन दिवस से बहुत लोगों के जीवन में परिवर्तन आया । इन सनातन धर्म के उभरते सूर्य की रोशनी को समाप्त करने का एक षड्यंत्र किया गया, उसके तहत झूठे अनर्गल आरोप लगाये गये ।

समाज को बड़ी आवश्यकता है बापूजी के मार्गदर्शन की । बापूजी का जो प्रत्यक्ष सत्संग सुनने को मिलता था उससे हमारे अंदर बड़ी ऊर्जा आती थी । उसकी बड़ी भारी कमी हम सभीको कचोटती है । बापूजी के साथ न्याय हो और वे हम लोगों के बीच में आकर सबको फिर से आशीर्वाद दें, हमारा और सबका मार्गदर्शन करें ।

श्रीकृष्णचन्द्रजी शास्त्री (ठाकुरजी), प्रसिद्ध कथाकार : हम सबके प्रिय पूज्य संत श्री आशारामजी बापू महाराज बड़े सरलहृदय संत हैं ।

सनातन संस्कृति के संरक्षण-संवर्धन में पूज्य बापूजी का बड़ा योगदान रहा है और रहेगा । मिशनरियों द्वारा भोले-भाले आदिवासियों को ईसाई बनाने का प्रयास चल रहा था, चल रहा है, उसको रोकने में बहुत बड़ा योगदान बापूजी का रहा है ।

यद्यपि उनके साथ जो अनीति की गयी है वह यथावत् चल रही है, हमें विश्वास है कि सत्य की विजय होगी । मैं परमात्मा से प्रार्थना करता हूँ कि वे स्वस्थ रहें और शीघ्र ही हम लोगों के मध्य पधारें ।

(संकलक : धर्मेन्द्र गुप्ता) ❐

हिन्दुत्व की रक्षा में जो अग्रणी, उन्हीं पर सबसे बड़ा प्रहार !

– महंत डॉ. संदीपदासजी महाराज, श्रीमंत, खातिया अखाड़ा, राष्ट्रीय अध्यक्ष, अखिल भारतीय ऋषि प्रकोष्ठ

भारत में जिन भी साधु-संतों ने धर्म के हित में बात की है, धर्मांतरण रोकने के कार्य किये हैं उन पर कई तरह के गलत आक्षेप लगे हैं और उनको किसी-न-किसी तरह से षड्यंत्र में उलझाया गया है । इसमें हमारे परम पूज्य संत श्री आशारामजी बापू भी शामिल हैं । इनके विरोध में भी बहुत बड़ा षड्यंत्र चला और वह आज भी जारी है ।

भारतवर्ष में धर्मांतरण को रोकने का इतना सशक्त, इतना व्यापक और लगातार इतने वर्षों तक जारी रहा प्रयास पहली बार यदि किसीके द्वारा हुआ है तो आशारामजी बापू के द्वारा ही

वेदन करता हूँ कि हम एकता के साथ हिन्दुत्व की रक्षा की बात करें ।

अभी तो हर हृदय में कृष्णावतार की जरूरत है

(पूज्य बापूजी के सत्संग से)

समाज ३ कारणों से दुःखी है – कंस, काल और अज्ञान । इन तीनों को हटाने के लिए जो अवतार हुआ वह है श्रीकृष्णावतार ।

कंस क्या ? 'मैं शरीर हूँ, शरीर मेरा है, मैं फलाना हूँ, दुनिया जाय भाड़ में । सम्पत्ति, सत्ता सब कुछ मेरे अधीन हो, लोग भी मेरे अधीन हों, मैं सबसे बड़ा !' अहं को सजाकर विकारी सुखों के पीछे अंधी दौड़ लगाना यह कंस का स्वभाव है । और अहं को अपने असली स्वरूप में मिलाकर निर्विकारी नारायण तत्त्व में मग्न होते हुए बंसी बजाना यह कृष्ण का स्वभाव है, सत् का स्वभाव है ।

४ सितम्बर : श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर विशेष

सत् बड़ा–छोटा नहीं होता । सत् आता–जाता नहीं, मिलता–बिछुड़ता नहीं, सत् तो अपना आपा है । जिसको कभी न छोड़ सकें उसीका नाम **'सत्यं शिवं सुन्दरम्'** है लाला ! और यह समझाने के लिए वही परात्पर ब्रह्म लाला का रूप लेकर आया था ।

एक तो अहं और दूसरा दूसरे को पराधीन करना । पति कहेगा, 'पत्नी आज्ञा में चले', पत्नी सोचती है, 'पति आज्ञा में चले', यह कंस का अंश लोगों के चित्त में काम करता है, घर में कलह होता है । बाप कहे, 'बेटा मेरे कहने में चले', बेटा कहे, 'बाप मेरे कहने में चले' । दूसरे का हित सोचना अलग बात है और दूसरे को गुलाम करना दूसरी बात है । हर रोज सुबह हर घर में कई भिखमंगे खड़े हो जाते हैं । सब एक–दूसरे को अधीन करके सुखी होने की भीख माँग रहे हैं, यह कलियुग का कंस घर–घर में नहीं दिख रहा है क्या ?

अभी घर–घर में तो क्या, दिल–दिल में कृष्णावतार की जरूरत है ।

कर्षति आकर्षति इति कृष्णः ।

जो कर्षित कर दे, आकर्षित कर दे, आनंदित कर दे वह चैतन्य सच्चिदानंद कृष्ण है ।

सच्चिदानन्दरूपाय विश्वोत्पत्त्यादिहेतवे ।
तापत्रयविनाशाय श्रीकृष्णाय वयं नुमः ॥

(श्रीमद्भागवत माहात्म्य : १.१)

जो सत् हैं, चेतन हैं, आनंदस्वरूप हैं, जिनकी सत्ता से सृष्टि की उत्पत्ति, स्थिति और प्रलय होता है वे सच्चिदानंद परमात्मा कृष्ण के रूप में प्रकट हुए, मैं उनको नमस्कार करता हूँ । क्यों नमस्कार करते हैं ?

तापत्रयविनाशाय...

'धंधा, नौकरी, मकान आदि भौतिक चीजों के अभाव से जो दुःख होता है वह आधिभौतिक, प्राकृतिक प्रकोपों से जो दुःख होता है वह आधिदैविक और मन की बेवकूफी से जो दुःख पैदा होता है वह आध्यात्मिक । इन तीनों दुःखों को दूर करने के लिए हे सच्चिदानंद ! हम आपको प्रणाम करते हैं ! **श्रीकृष्णाय वयं नुमः ।'**

एक तो कंस से बचना है, दूसरा काल से बचना है । उचित काल पर उचित काम करें । प्रदोष काल में अगर भोजन या मैथुन करते हैं तो वह काल दुःख देता है । जैसे शराब, मांस, जूआ आदि में काल का कुप्रभाव रहता है । सत्संग, मंदिर, तुलसी, पीपल के आगे काल के दुःख की दाल नहीं गलती है । अति संग्रह, अति भोग, अति वाहवाही की गुलामी ये सब कलियुग के दोष हैं ।

आई.ए.एस. अधिकारी ने उजागर की शिक्षा-व्यवस्था की कड़वी सच्चाई

समसामयिक

Current affairs

पदवियाँ हमें पद-प्रतिष्ठा तो दे सकती हैं परंतु क्या जीवन की अर्थहीनता, मन की अशांति को मिटा सकती हैं ? आई.ए.एस. अधिकारी दिव्या मित्तल ने हाल ही में हमारी शिक्षा-व्यवस्था की कड़वी सच्चाई उजागर की, जिससे इस प्रश्न का उत्तर स्पष्ट हो जाता है । उन्होंने कहा : ''मैंने आई.आई.टी. और आई.आई.एम. में पढ़ाई की, फिर आई.ए.एस. बनी । देश की सर्वोत्तम शिक्षा ने मुझे कठिन परीक्षाएँ पास करना और बड़ी जिम्मेदारियाँ निभाना तो सिखाया किंतु यह नहीं सिखाया कि मन को शांत कैसे करें या अकेलेपन से कैसे निपटें । स्कूली शिक्षा में हम वर्षों तक सफलता प्राप्त करना सीखते हैं किंतु एक दिन भी प्रसन्न रहना नहीं सीखते । हम अपने भीतर उठनेवाले तूफानों को सँभालना नहीं जानते ताकि हम उनमें बहे बिना स्थिर रह सकें । स्कूलों में शरीर के लिए तो खेलकूद की कक्षाएँ हैं लेकिन आत्मा के लिए कुछ नहीं । हम स्वयं को अधूरा अनुभव करते हैं कारण कि हमने हर विषय पढ़ा, सिवाय आत्मा के ज्ञान के ।''

भारत की प्राचीन गुरुकुल परम्परा विद्यार्थी को आजीविका और भोग-विलास के पीछे अंधी दौड़ लगानेवाला संवेदनशून्य यंत्र-मानव नहीं बल्कि चरित्रवान और आत्मपरायण मनुष्य बनाती थी । भारतीय संस्कृति के श्रेष्ठ मूल्यों से सम्पन्न गुरुओं के सान्निध्य में उसे चारित्रिक और आध्यात्मिक शिक्षा मिलती थी, जो मन के आवेगों को नियंत्रित करने तथा सुख-दुःख में सम रहने की कला सिखाती थी । आत्मिक सुख-शांति का अनुभव करानेवाली इस शिक्षा से भीतर नीरसता का अंधकार पनप ही नहीं पाता था । परंतु मैकाले की कूटनीति ने भारतीय संस्कार-शिक्षा की बलि चढ़ा दी और पश्चिमी शिक्षा लागू कर दी, जो तथाकथित धर्मनिरपेक्षता के नाम पर आज भी जारी है । संस्कारहीन शिक्षा के साथ नव पीढ़ी के हाथों में स्मार्ट फोन थमा दिया गया, जिसने चारित्रिक पतन द्वारा उसे रिक्तता की खाई में और गहरा धकेल दिया । इसके परिणाम आत्महत्याओं के रूप में सामने आ रहे हैं । आध्यात्मिक शिक्षा के बिना लौकिक शिक्षा से शिक्षित पीढ़ी स्वयं तो अशांति की आग में तपती है, दूसरों का भी शोषण करती है ।

ऐसे विषम वातावरण में पूज्य बापूजी जैसे संत भावी पीढ़ी के रक्षाकवच बने, जिन्होंने उसे अध्यात्म से जोड़ा । उन्होंने सामूहिक सत्संग, बाल संस्कार केन्द्र, युवा सेवा संघ, महिला उत्थान मंडल, विद्यार्थी एवं युवा शिविर, गुरुकुल, मातृ-पितृ पूजन दिवस जैसे उत्सव, दिव्य प्रेरणा-प्रकाश, ऋषि प्रसाद, लोक कल्याण सेतु आदि सत्साहित्य तथा 'ऋषि दर्शन' विडियो मैगजीन द्वारा नैतिक एवं आध्यात्मिक मूल्यों के प्रचार का ऐसा बिगुल बजाया जिसने लाखों बच्चों, किशोरों व युवाओं को चारित्रिक पतन से बचाया, उनके भीतर के खालीपन को भारतीय संस्कृति के उत्तम संस्कारों की ज्योति से भर दिया । ऐसे महापुरुष की निर्दोष रिहाई एवं उनके दैवी कार्यों में सहयोग से ही भावी पीढ़ी का जीवन आत्मज्ञान के प्रकाश से आलोकित हो सकता है । इससे भारत का ही नहीं, पूरे विश्व का नैतिक एवं आध्यात्मिक पुनरुत्थान होगा, जिसके बिना भौतिक विकास का कोई मूल्य नहीं है । (संकलक : विकास यादव)

उनहत्तर रातें और एक विवेकपूर्ण निर्णय

(पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत से)

एक व्यक्ति ने शादी की। अपनी खूबसूरत पत्नी को छोड़कर उसे दूसरे प्रांत में काम करने के लिए जाना पड़ा। उस अक्लवाले युवक ने एक तोता पाल रखा था। अपनी पत्नी को कहा कि ''तू अपने को अकेली महसूस मत करना। तोता पढ़ा-पढ़ाया है, किस्से-कहानियाँ सुनाता है। तू सुनकर अपना मन बहलाना।''

पति चला गया। एक रात... दूसरी रात बीती। उस सुंदरी के लिए तो मुसीबत हो गयी। उसने सोचा कि 'मैं यहाँ अकेली नहीं रह सकती।' उसने नये कपड़े पहने, श्रृंगार किया। पड़ोस में उसका मायका था। वहाँ उसका शादी के पहले का कोई बॉयफ्रेंड था। वह रात को बॉयफ्रें ड के पास जाना चाहती थी। तोते ने कहा कि ''देवी ! जाओ भले लेकिन थोड़ी मेरी कहानी सुन लो।''

तोते ने एक कहानी सुनायी और बोला कि ''मन में जो बुरा विचार आ जाय उसके अनुसार कर्म करने से मनुष्य मन का गुलाम हो जाता है। जो भी मन में आये वह करने लगे तो मन उस पर हावी हो जाता है, फिर उसको घोर नरकों में जाना पड़ता है। सफलता का रास्ता छोड़कर विफलता की खाई में गिरना पड़ता है। इसलिए तुम्हारे मन में ऐसा बुरा विचार आये तो उसको यह सोचकर टाल देना कि आज नहीं करती हूँ।'' उस स्त्री ने अपना श्रृंगार, मेकअप उतार दिया, सो गयी।

परंतु दूसरे दिन भी वही भूत सवार हो गया। फिर उसने मेकअप किया और जाने लगी। तोते ने कहा : ''देवी ! सुनो, बुरा काम करने में जल्दबाजी नहीं करनी चाहिए, नहीं तो मन को बुराई की आदत पड़ जायेगी और वह तुम्हारा गला घोंट देगा।''

फिर तीसरा-चौथा दिन बीता... रोज ऐसा कुछ-न-कुछ होता। ऐसा करते-करते उनहत्तर दिन बीत गये। उनहत्तरवें दिन की रात को वह फिर अपने प्रेमी के पास जा रही थी तो तोते ने कहा कि ''देवी ! एक मुनीम को सेठ ने कहा कि ''भाई ! यह काम तो थोड़ा गलत है पर क्या करें, किये बिना रहा नहीं जाता। मैंने उनहत्तर दिन इंतजार किया। देख मुनीम ! आज यह काम तेरे को पूरा करना है, मैं नहीं कर सकता तो तू ही कर।''

मुनीम ने कहा : ''सेठजी ! आपकी आज्ञा सिर-आँखों पर। मैं जरूर कर लूँगा।''

''कब करेगा ?''

बोले : ''सेठजी ! यह फरवरी का महीना है। मैं तीस फरवरी को आपका यह काम बिल्कुल पूरा कर दूँगा।''

मार्च का महीना आया, सेठ ने कहा : ''अरे ! तूने वचन दिया था कि मैं काम पूरा कर दूँगा। क्यों नहीं किया ?''

बोले : ''सेठजी ! तीस फरवरी जिस दिन आ जायेगी, मैं कर दूँगा। तीस फरवरी आयी नहीं।''

मुनीम ने सेठ के लिए गलत काम किया ही

सनातन धर्म विरोधी टिप्पणी का देश-विदेश में हुआ भारी विरोध

भारतवासियो ! सावधान !!

पिछले दिनों तमिलनाडु विधानसभा में एक शीर्ष नेता ने सनातन धर्म के विरुद्ध अनर्गल टिप्पणी की कि यह धर्म लोगों को बाँटता है, इसका उन्मूलन होना चाहिए । देश-विदेश के सनातन धर्मावलम्बियों ने सोशल मीडिया के माध्यम से इस विद्वेषपूर्ण टिप्पणी का भारी विरोध किया और यह अहम प्रश्न उठाया कि क्या अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के नाम पर असंख्य सनातनियों की धार्मिक भावनाओं को आहत करना उचित है ?

जो धर्म **'वसुधैव कुटुम्बकम्'** अर्थात् 'समस्त विश्व एक परिवार है' का उद्घोष करता हो, जो **'सर्वे भवन्तु सुखिनः'** अर्थात् सभी प्राणियों के कल्याण की कामना करता हो, जो **'सबमें एक, एक में सब'** का बोध कराता हो, उसे धर्मनिरपेक्षता की आड़ में 'विघटनकारी' कहना वास्तव में उस शक्ति को नष्ट करने की मंशा है जो समस्त मानवता को जोड़ने का कार्य कर रही है । आज समाज में यदि कहीं आत्मीयता, करुणा, सहानुभूति, परस्पर सद्भाव जैसी मानवीय संवेदनाएँ थोड़ी भी जीवित हैं तो उसका

एकमात्र कारण सनातन धर्म का अस्तित्व है । महात्मा गांधी कहते थे : ''हिन्दू धर्म केवल समस्त मानव-जाति के प्रति नहीं बल्कि प्राणिमात्र के प्रति बंधुत्व का भाव रखने पर बल देता है ।'' अमेरिका के प्रतिष्ठित दार्शनिक एवं लेखक ट्रॉय विल्सन ऑर्गन लिखते हैं : ''हिन्दू धर्म एक साधना है, जिसका उद्देश्य मनुष्य को एकात्मता, आध्यात्मिकीकरण और मुक्ति की ओर ले जाना है ।''

स्वामी विवेकानंदजी मानते थे कि सनातन धर्म के अद्वैत ज्ञान के बिना मनुष्य-जाति एकजुट नहीं हो सकती । वे कहते थे : ''हिन्दुओं ने अपना धर्म वेदों में प्रकट हुए ज्ञान से प्राप्त किया है । वेदों के अनुसार यह समस्त ब्रह्मांड एक ही सत्ता है । साधना के द्वारा मनुष्य उस सार्वभौम आत्मभाव का अनुभव कर सकता है, जो हिन्दू धर्म का सार है । यदि वेदांत - यह चेतन ज्ञान कि सब कुछ एक आत्मा ही है - सम्पूर्ण विश्व में फैल जाय तो समस्त मानवता आध्यात्मिक बन जायेगी । विचारशील मानवता का भविष्य का धर्म अद्वैत वेदांत होगा, इसमें तनिक भी संदेह नहीं है ।''

रूस के समाजशास्त्री अलेक्जेंडर जिनोविएव के ये वचन हमें चेता रहे हैं : ''हिन्दू धर्म मानवता के लिए इतना मूल्यवान है और पवित्र भारतीय ग्रंथों में इतना बहुमूल्य तथा अद्वितीय ज्ञान निहित है कि वह विस्मृति के अंधकार में विलीन नहीं होगा । मेरा गहरा विश्वास है कि भारत के बिना विश्व आध्यात्मिक अंधकार और अज्ञान में डूब जायेगा ।'' (संकलक : रामेश्वर मिश्र) ❐

अमृतबिंदु - पूज्य बापूजी

❋ दुनियाभर के सभी मित्र मिल के उतना भला नहीं कर सकते जितना शांत, शुद्ध और मौन-सम्पन्न मन हमारा मंगल कर सकता है ।

❋ आप भगवन्नाम और भगवद्-स्वभाव का वर्णन करते-सुनते शांत हो जायें तो आपके अंतःकरण में कार्य-साफल्य और ज्ञान-प्राप्तव्य के गुण (योग्यता) विकसित होंगे ।

आयुर्वेद अपनायें : उत्तम स्वास्थ्य और दीर्घायु पायें

आयुर्वेद के आचार्य वाग्भटजी विश्वमानव को हितभरा संदेश देते हुए कहते हैं :

आयुः कामयमानेन धर्मार्थसुखसाधनम् ।
आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरः ॥
(अष्टांगहृदय, सूत्रस्थान : अध्याय १, श्लोक २)

'धर्म, अर्थ, सुख (काम) इन तीन पुरुषार्थों की प्राप्ति का साधन आयु है, अतः आयु (सुखायु) की कामना करनेवाले पुरुष को आयुर्वेद शास्त्रों में निर्दिष्ट उपदेशों का परम (विशेष) आदर करना चाहिए ।'

शास्त्र दो प्रकार से उपदेश देते हैं - एक विधानात्मक अर्थात् इन्हें करना चाहिए और दूसरा निषेधात्मक अर्थात् इन्हें नहीं करना चाहिए । शास्त्र के इस प्रकार के विश्वसनीय उपदेशों के प्रति समाज का आदरभाव होना आवश्यक है । उन वचनों की उपेक्षा करने से जीवन दुःखदायक हो जाता है । हम हितायु, सुखायु तथा दीर्घायु की कामना करते हैं । लेकिन वह कैसे प्राप्त हो यह नहीं जानते । आयुर्वेद हमें यह बताता है । जिस अपौरुषेय आयुर्वेद को ब्रह्माजी ने स्वयं जाना था वह हेतु (रोगोत्पादक कारण), लिंग (रोगों के लक्षण) तथा औषध (रोगों की औषधि) इन त्रिसूत्रों पर आधारित है । महर्षि चरक, आचार्य सुश्रुतजी व वाग्भटजी द्वारा रचित चरक संहिता, सुश्रुत संहिता तथा अष्टांगहृदय ग्रंथ उसी त्रिसूत्र आयुर्वेद का विस्तार हैं । इस लेखमाला में हम साक्षात् ब्रह्माजी के उपदेशात्मक इन तीन सूत्रों को संक्षेप में समझकर स्वस्थ जीवन की कुंजियों को समझेंगे ।

मनुष्य-शरीर के मूलभूत घटक व उनके कार्य

दोषधातुमलमूलं हि शरीरम् ।
(सुश्रुत संहिता, सूत्रस्थान : अध्याय १५, श्लोक ३)

शरीर दोष, धातु व मल के समन्वय से बना है ।

दोष – दूषयन्ति इति दोषाः ।

वात, पित्त व कफ ये त्रिदोष शरीर की सम्पूर्ण क्रियाओं के आधार हैं । इनके सम रहने से शरीर स्वस्थ रहता है परंतु विषम होने पर ये ही दोष धातु व मलों को विकृत कर रोगों को उत्पन्न करते हैं ।

धातु – शरीरधारणाद्धातवः ।
(सुश्रुत संहिता, सूत्रस्थान : १४.२०)

जो शरीर को धारण करें उन्हें धातु कहते हैं । रस, रक्त, मांस, मेद, अस्थि, मज्जा व शुक्र - ये सात धातु हैं । सेवन किये गये आहार के सम्यक् पाचन से आहार-रस उत्पन्न होता है । आहार-रस से करीब एक दिन में रस धातु की उत्पत्ति होती है । तत्पश्चात् हर ५ दिन के बाद क्रमशः रस से रक्त, रक्त से मांस, मांस से मेद, मेद से अस्थि, अस्थि से मज्जा व मज्जा से शुक्र धातु की उत्पत्ति होती है ।

शुक्र से सप्तधातुओं के सारस्वरूप ओज की उत्पत्ति होती है । सम्यक् आहार, निद्रा व ब्रह्मचर्य से शरीर ओजस्वी, तेजस्वी व बलवान होता है ।

मल – पृथक् जन्मानः भावा मलाः ।

शरीर के जिन घटकों का शरीर को छोड़ के जाना ही उचित है अन्यथा शरीर में एकत्र हो के जो शरीर को मलिन कर देते हैं उन्हें मल कहा जाता है । अधोवात (अधोवायु), शौच, मूत्र, पसीना, केश, नख तथा नाक-कान-आँखों से

संजीवनी रस

स्वास्थ्य, शक्ति वर्धक विटामिन B12 युक्त टॉनिक

* यह एक सुमधुर व सुगंधित पेय है। * इसमें पाये जानेवाले **सोना** और **चाँदी** शरीर के निर्माण, मस्तिष्क के पोषण और याददाश्त तथा बुद्धि बढ़ाने में मदद करते हैं। * इसमें निहित शिलाजीत ह्यूमिक एसिड और फुल्विक एसिड का एक उत्तम स्रोत है, जो विषनाशक, एंटी ऑक्सीडेंट और स्फूर्तिदायक गुणों के लिए जाने जाते हैं। * यह B12 सहित 'B ग्रुप' के अन्य विटामिन्स एवं कैल्शियम, सेलेनियम, आयरन एवं पोटैशियम आदि खनिजों का उत्तम स्रोत है। * यह शरीर को स्वस्थ रखने एवं बल बढ़ाने में सहायक है। * मोटापा, रक्ताल्पता, यकृत-विकार, पथरी, एड्स, कैंसर, हार्ट ब्लॉकेज, लकवा आदि गम्भीर रोगों में राहत एवं सुरक्षा प्रदान करने में सहायक है।

१००% शुद्ध शहद

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

मुनक्का व काली द्राक्ष

ये वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक, वायु को सरलता से निकालनेवाले, पित्तशामक, हृदय के लिए हितकारक, थकान दूर करनेवाले, रक्तवर्धक तथा रक्त व मल शोधक हैं। रक्तपित्त, रक्तप्रदर आदि अनेक रोगों में ये लाभदायी हैं।

किशमिश

अंगूर के सभी गुणों व दूध के लगभग सभी पोषक तत्त्वों से युक्त। करे सूखी खाँसी और खून की कमी दूर। वृद्धावस्था में करे स्वास्थ्य की रक्षा। दूध की अपेक्षा शीघ्र पचनेवाली। शक्ति-स्फूर्तिदायी।

हृदय सुधा सिरप

रक्तवाहिनियों को खोलने में विशेष लाभदायी

यह हृदय की तरफ जानेवालीं तमाम रक्तवाहिनियों को खोलने में मदद करता है। यदि आप हृदयरोग से पीड़ित हैं और डॉक्टर ने बायपास सर्जरी करवाने के लिए कहा है तो उससे पहले इस सिरप का प्रयोग अवश्य करें।

गोझरण वटी

यह कफ के रोग (सर्दी, खाँसी आदि), यकृत (liver) व पेट के रोग, गैस, अग्निमांद्य, घुटनों व बदन का दर्द, वायु के रोग, अजीर्ण, अफरा, संग्रहणी, पीलिया, बहुमूत्रता, जोड़ों का दर्द, गठिया, पेट के कृमि आदि में उपयोगी है।

संजीवनी टेबलेट

यह गोली व्यक्ति को शक्तिशाली, ओजस्वी, तेजस्वी व मेधावी बनाती है। इसमें सभी रोगों का प्रतिकार करने तथा उन्हें नष्ट करने की प्रचंड क्षमता है। यह श्रेष्ठ रसायन-द्रव्यों से सम्पन्न होने से सप्तधातुओं व पंचज्ञानेन्द्रियों को दृढ़ बनाकर वृद्धावस्था को दूर रखती है। हृदय, मस्तिष्क व पाचन-संस्थान को विशेष बल प्रदान करती है। इसमें तुलसी-बीज होने से सभी उम्रवालों के लिए यह बहुत लाभदायी है।

उपरोक्त सामग्री संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों से तथा समितियों से प्राप्त हो सकती है। अन्य उत्पादों व उनके लाभ आदि की विस्तृत जानकारी के लिए एवं घर बैठे रजिस्टर्ड पार्सल द्वारा सामग्रीप्राप्ति हेतु गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड करें : "Ashram eStore" App या विजिट करें : www.ashramestore.com या सम्पर्क करें : ७३५९१९३७५२. ई-मेल : contact@ashramestore.com

नवपीढ़ी को मिल रहा बापूजी का उपहार, उज्ज्वल भविष्य का बन रहा आधार

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 Aug 2026

तेजस्विनी भव अभियान : दिखाता सच्चरित्रता की राह, बना नारीशक्ति की शान

ऋषि प्रसाद के पुण्यात्मा कर्मयोगी घर-घर पहुँचा रहे गुरुज्ञान

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