समाज और संत के बीच लोक कल्याण हेतु सेतु बननेवाला महापुण्य का भागी होता है ।

संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

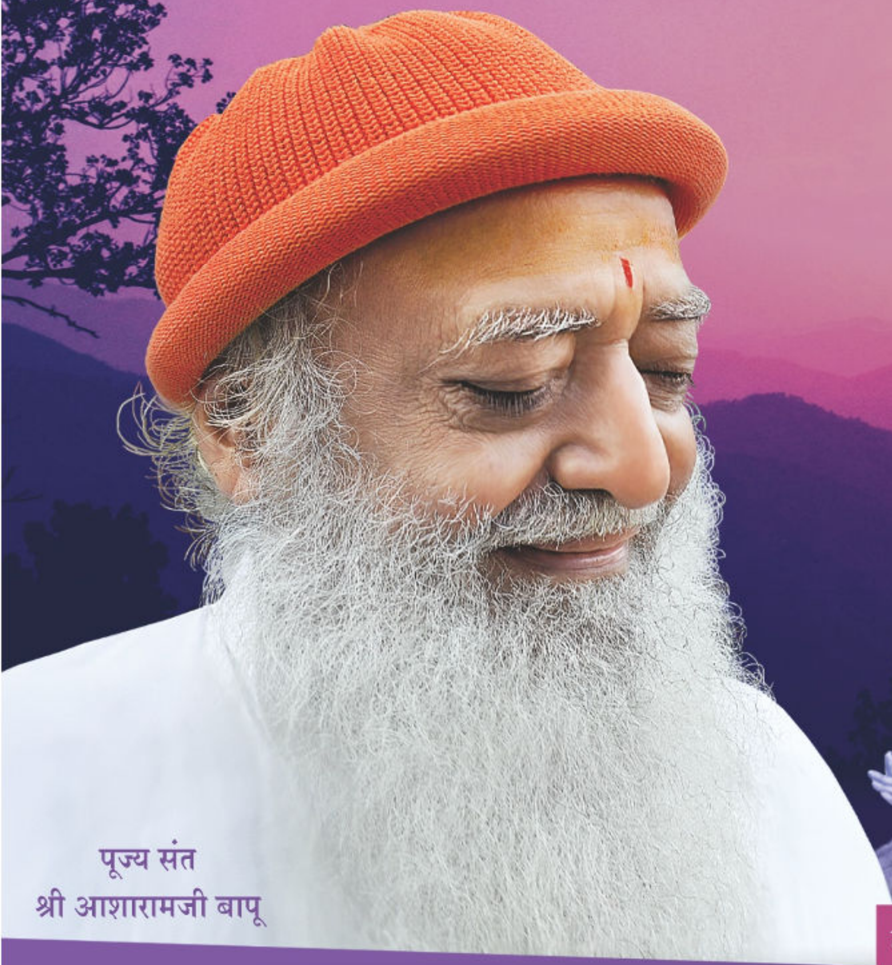
मूल्य : ₹ ३.५०

# लोक कल्याण सेतु

मासिक समाचार पत्र

● प्रकाशन दिनांक : १५ फरवरी २०२१ ● वर्ष : २४ ● अंक : ८ (निरंतर अंक : २८४)
● भाषा : हिन्दी ● पृष्ठ संख्या : २० (आवरण पृष्ठ सहित)

## महाशिवरात्रि ११ मार्च



पूज्य संत श्री आशारामजी बापू

महाशिवरात्रि की विशेषताएँ ६

महाशिवरात्रि उत्सव का दिन नहीं है, संयम और तपस्या करने का दिन है । भगवान शिवजी सिखाते हैं कि त्याग से भोगो । ऐसे पर्व पर तुम्हारे पास भी कोई राग हो, द्वेष हो, मोह हो, उसका त्याग करो और धन हो, चीज-वस्तुएँ हों - कुछ हो, उससे कुछ-न-कुछ सत्कर्म करके हृदयेश्वर के सुख, शांति, आनंद में आओ । - पूज्य बापूजी

## महाशिवरात्रि व्रत के लाभ

- मन शांत होता है ।
- कार्य और ध्येय की सिद्धि में दृढ़ विश्वास बनता है ।
- सात्त्विकता बढ़ती है ।
- साधना में मन का सहयोग मिल जाता है कि 'अब तो यह करना है ।'
- संकल्पशक्ति का विकास होता है ।
- शरीर व इन्द्रियों पर कुछ नियंत्रण का सामर्थ्य बढ़ता है ।
- सात्त्विक इच्छाशक्ति बढ़ती है, जिसको बोलते हैं आशीर्वाद, दुआ ।

तुलसी पूजन दिवस के माध्यम से समाज से बहिष्कृत होती तुलसी का घर-घर पुनर्वास ८

ऐसे सँवरा मेरा नारकीय जीवन १३

औषधीय गुणों से भरपूर सहजन १४

# उन्नति व सद्गति चाहते हैं तो... - पूज्य बापूजी

जिसको जो वातावरण मिलता है, सुविधा मिलती है, अधिकार मिलता है उसका वह सदुपयोग नहीं करता तो वह वहाँ से गिर जाता है, पतित हो जाता है। मेरे को गुरु का आश्रम मिला, अगर मैं उसके वातावरण का सदुपयोग नहीं करता तो गिर जाता। सदुपयोग किया तो मुझे कई-कई गुना फायदा मिला।

तो आपको जो पद मिला है, सेवा मिली है, वातावरण मिला है, अधिकार मिला है उसका दुरुपयोग न करें। संस्था की या सरकार की या किसी भी साहब की उदारता का दुरुपयोग न करें। आप समय का और व्यवहार का सदुपयोग करें। सदुपयोग करेंगे तो आपकी सद्गति, उन्नति होगी; दुरुपयोग करेंगे तो आपकी ही दुर्गति होगी।

**तो वस्तु का, समय का, विचारों का दुरुपयोग न हो इसीका नाम है सजगता।**

रुपये गिर गये तो बड़ी बात नहीं, स्वास्थ्य गिर गया तो बड़ी बात नहीं, गुरु के हृदय से नहीं गिरना चाहिए, भगवत्कृपा से नहीं गिरना चाहिए। भगवान की कृपा होती है तभी तत्त्वप्रसादजा, भगवत्प्रसादजा मति बनती है और तत्त्वप्रसादजा मति बनानेवाले गुरु के प्रति श्रद्धा अडिग रहती है।

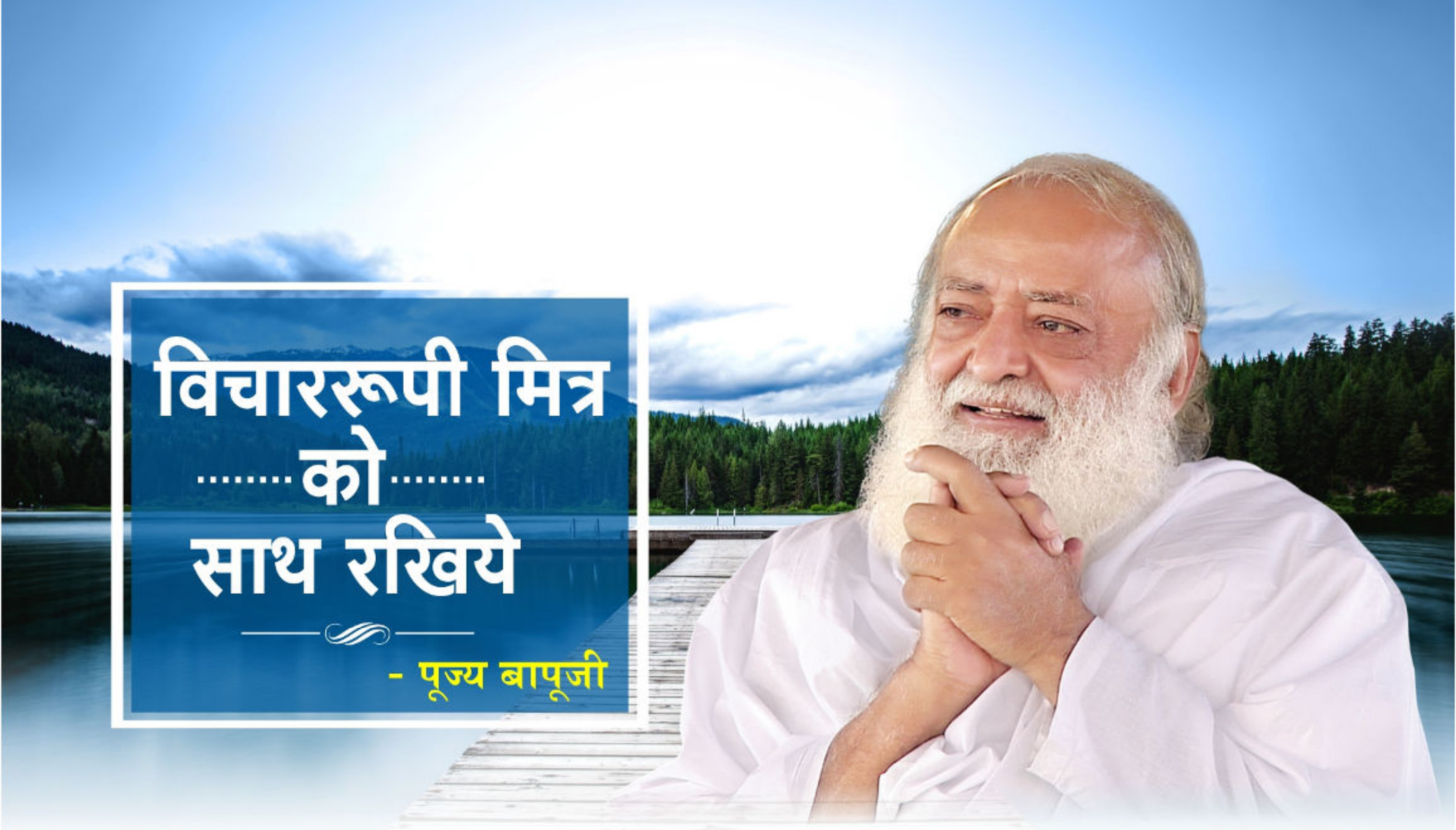
**ईशकृपा बिन गुरु नहीं, गुरु बिना नहीं ज्ञान।**
**ज्ञान बिना आत्मा नहीं, गावहिं वेद पुरान ।।**

तो भारत देश का सदुपयोग करें, मनुष्य-जन्म का सदुपयोग करें, मति का सदुपयोग करें। सदुपयोग करोगे तो सत्स्वरूप ईश्वर को पा लोगे।

वह सत्स्वरूप ईश्वर अपना आत्मा है। वह चेतन भी है, ज्ञानस्वरूप भी है, सुखरूप भी है। अगर इसी जन्म में उसको नहीं पाया तो कब पायेंगे ? इसी जन्म में अपने आत्मदेव को नहीं जाना तो कब जानेंगे ? 'हा-हा, ही-ही' तो कई जन्मों में करते रहे हैं।

**अब की बिछड़ी कब मिलेगी,**
**जो जाय पड़ेगी दूर ?**

हे मति ! अभी जो तू परमात्मा से बिछड़ी तो फिर कब मिलेगी ?



# विचाररूपी मित्र ........को........ साथ रखिये

**- पूज्य बापूजी**

जो मनुष्य विचार का आश्रय लेकर कर्म करते हैं वे दुःखी नहीं होते, विफल नहीं होते। दुःखी और विफल तो वे होते हैं, बंधन में वे पड़ते हैं जो विचाररूपी मित्र को साथ लेकर कर्म नहीं करते। श्री योगवासिष्ठ महारामायण में वसिष्ठजी महाराज श्रीरामजी से कहते हैं : ''जो भी कार्य करें, विचारपूर्वक करें।'' कर्मों से बंधन न बढ़ायें, आसक्ति व पाप न बढ़ायें अपितु शास्त्र और संत सम्मत कर्म करें। पुण्यकर्म तो करें पर पुण्य का फल भोगने की अविचारी दृष्टि न रखें, फल ईश्वर को अर्पण कर दें। ऐसा करोगे तो बदले में ईश्वर ही मिल जायेगा। जो जैसा कर्म करता है उसे वैसा ही फल मिलता है। शुभ-अशुभ कर्म का फल कर्ता को देर-सवेर भोगना ही पड़ता है।

**अवश्यमेव भोक्तव्यं कृतं कर्म शुभाशुभम्।**

इसलिए विचाररूपी मित्र को सदैव साथ रखना चाहिए। मनुष्य-जीवन में जो अविचार से जीते हैं, मजा लेने के लिए जीते हैं, वे धीरे-धीरे मन के गुलाम होकर फिर नारकीय यात्रा करते हैं और चौरासी के चक्र में पड़ते हैं। जो मनुष्य संत, शास्त्र या बड़े-बुजुर्गों (ज्ञानवृद्धों) के कहने के अनुसार अपने मन को वार (नियंत्रित कर) नहीं सकता उसका मन 'आवारा' है। आवारा मन का व्यक्ति सोचेगा कि 'अपनी तो नाक कटे, दूसरे की भी कटे।' वह अपने कार्यों से आप तो दुःखी होगा ही, अपने संरक्षक-पोषक को भी परेशान कर देगा। ऐसे व्यक्ति सुख-सुविधाएँ तो चाहते हैं पर आज्ञापालन व संयम-नियम से दूर भागते फिरते हैं। आजकल के बच्चे-बच्चियों में आवारापन बढ़ गया है। न उन्हें शास्त्रों का ज्ञान है, न उनका मन पर संयम है, न वे माँ-बाप की बात मानते हैं, फिर छिछला जीवन, दुःखी जीवन जीते हैं बेचारे। दुःख इसलिए नहीं है कि उनके पास खाने-पीने को नहीं है, रहने को नहीं है बल्कि इसलिए है कि उनके मन पर न शास्त्र का अनुशासन है, न माँ-बाप का, न गुरुजनों का; न उनके पास अपना विवेक-विचार ही है।

पहले के जमाने में लोग ब्रह्मवेत्ता संतों के, सद्गुरुओं के पास जाते थे, वहाँ उन्हें सत्संग में शास्त्र-विचार, पुराणों की कथाएँ, भगवच्चर्चा सुनने को मिलती थी। घरों में भी श्री रामचरितमानस, श्रीमद्भागवत, महाभारत आदि

# महाशिवरात्रि

## की विशेषताएँ

– पूज्य बापूजी

**महाशिवरात्रि : ११ मार्च**

महाशिवरात्रि में मुख्यता व्रत की क्यों है ? इससे रोगप्रतिकारक शक्ति घटती है कि बढ़ती है ? इन प्रश्नों के उत्तर समझने चाहिए। देशभर में तो क्या, विश्वभर में महाशिवरात्रि की रात्रि का जागरण-पूजन करोड़ों-करोड़ों लोग करते हैं। व्रत-उपवास, पर्व और त्यौहार - इन सभीमें व्रतों की विशेष आध्यात्मिक भूमिका रही है। अच्छी बात का वरण कर उसमें आनेवाले विघ्न-बाधाओं से जूझते हुए भी उसे पूर्ण करने के संकल्प का नाम है 'व्रत'। एकादशी व्रत, चान्द्रायण व्रत... और भी कई व्रत होते हैं। अपनी-अपनी जगह पर सबका माहात्म्य है परंतु महाशिवरात्रि का व्रत इन सभीमें अनूठा है। यह व्रत रखने से क्या लाभ होता है ?

### महाशिवरात्रि व्रत के लाभ

यह व्रत रखने से : (१) मन शांत होता है। (२) कार्य और ध्येय की सिद्धि में दृढ़ विश्वास बनता है। (३) सात्त्विकता बढ़ती है। (४) साधना में मन का सहयोग मिल जाता है कि 'अब तो यह करना है।' (५) संकल्पशक्ति का विकास होता है। (६) शरीर व इन्द्रियों पर कुछ नियंत्रण का सामर्थ्य बढ़ता है। (७) सात्त्विक इच्छाशक्ति बढ़ती है, जिसको बोलते हैं आशीर्वाद, दुआ। जिसके जीवन में व्रत, नियम नहीं है उसके संकल्प व आशीर्वाद में बल नहीं होता है।

### सभीके लिए पथ्य परम औषध

देवताओं के वैद्य अश्विनीकुमार रूप बदलकर महान आयुर्वेदज्ञ वाग्भट्ट की परीक्षा लेने को आये और पूछा :

**अभूमिजमनाकाशं पथ्यं रसविवर्जितम्।**
**सम्मतं सर्वशास्त्राणां वद वैद्य किमौषधम्॥**

'वाग्भट्ट ! यह बताइये कि वह कौन-सी औषधि है जो न धरती में पैदा होती है न आकाश में पैदा होती है और उसमें कोई रस नहीं होता पर वह पथ्य है एवं सर्व शास्त्र-सम्मत है ?'

# तुलसी पूजन दिवस के माध्यम से समाज से बहिष्कृत होती तुलसी का घर-घर पुनर्वास

संसार में तुलसी ही एक ऐसा पौधा है जिसके पंचांग में समाहित औषधीय तेल हवा में मिलकर शक्तिशाली व रोगप्रतिकारक वायुमंडल का निर्माण करता है पर भारतीय संस्कृति के सौजन्य से घर-घर में स्थापित स्वास्थ्य-प्रदायक, बहुगुणसम्पन्न व दूरद्रष्टा ऋषियों के जीवंत उपहार तुलसी को भी गौ-निष्कासन की तरह पाश्चात्य विचारधारा के दुष्प्रभाव में भोले-भाले लोगों ने अपने घरों से

उखाड़कर मानो अपने सौभाग्य को ही उखाड़ फेंका था।

जैसे कलियुग के प्रभाव से मूर्च्छित पुत्रों के शोक से ग्रस्त भक्ति को श्रीमद्भागवत-सत्संग द्वारा घर-घर स्थापित करने में ब्रह्मवेत्ता लोकसंत देवर्षि नारदजी द्वारा गुरु की भूमिका जगजाहिर हुई थी ऐसे ही कलियुग के प्रभाव से ही समाज से निष्कासित व पीड़ित भगवत्प्रिया वृंदा (तुलसी) को भी

# अहल्या-प्रसंग में
# समाज व संत की दृष्टि

## ..........साधकों को सजगता का संकेत..........

रामायण में वर्णित अहल्या-प्रसंग को आपने पढ़ा-सुना होगा । यहाँ इस प्रसंग को अलग-अलग दृष्टियों से देखेंगे।

### इन्द्र अर्थात् भोगी व्यक्ति का जीवन-दर्शन

अहल्या सृष्टि की अनुपमेय सुंदरी थी, जिसे ब्रह्माजी ने महर्षि गौतम को अर्पित कर दिया । देवराज इन्द्र भी अहल्या को पाने की इच्छा रखते थे। अहल्या का विवाह हो जाने पर इन्द्र क्षुब्ध हो गये । इन्द्र का जीवन-दर्शन क्या है ? शास्त्रीय दृष्टि से स्वर्ग की उपलब्धि महान पुण्य का परिणाम है । स्वर्ग वह स्थान है जहाँ व्यक्ति को शरीर के जरा और मृत्यु का भय नहीं होता, मनमाने विषयों का उपभोग किया जा सकता है। इस तरह इन्द्र का जीवन-दर्शन पुण्य का पक्षधर होते हुए भी भोगों का पक्षधर है । पुण्याभिमानी इन्द्र यह मान बैठा था कि 'मैं सबसे बड़ा पुण्यात्मा हूँ इसलिए अहल्या का निर्माण मेरे लिए ही हुआ होगा।' पर विवेक के देवता तथा सृष्टि के निर्माता ब्रह्माजी इन्द्र के इस जीवन-दर्शन को अस्वीकार कर देते हैं।

### महर्षि गौतम का जीवन-दर्शन

महर्षि गौतम महान पुण्यात्मा हैं पर वे भोगों को जीवन के चरम लक्ष्य के रूप में स्वीकार नहीं करते। वे तपस्या के द्वारा अंतःकरण की शुद्धि में संलग्न थे । उनके साथ अहल्या के विवाह का उद्देश्य विवेक के सामाजिक दर्शन को अभिव्यक्ति देना था । इन्द्र अपनी लालसा की पूर्ति के लिए व्यग्र था और उसके लिए उसने मार्ग

## सर्वसुलभ, पोषक व औषधीय गुणों से भरपूर

# सहजन

## श्रीविष्णुसहस्रनाम

# 'ज्येष्ठ'

## परमात्मा को भजनेवाले ज्येष्ठ हो जाते हैं

श्री विष्णुसहस्रनाम में भगवान का ६७वाँ नाम आता है **'ज्येष्ठ'** अर्थात् सबके कारण होने से सबसे बड़े। **वृद्धतमो ज्येष्ठः** - जो अतिशय वृद्ध है उसको 'ज्येष्ठ' कहते हैं।

शास्त्रों में आता है : **ब्रह्मैव भूतानां ज्येष्ठं वृद्धतमो वा ।** ब्रह्म ही सभी भूतों में प्रशस्यतम (सबसे अधिक ज्येष्ठ, प्रशंसनीय) है अथवा महत्तम (सबसे बड़ा, महान) है।

संसार के मानव सूर्य की प्रशंसा करते हैं, वह महान तेजस्वी सूर्य सारे जगत को चक्र के समान घुमाता रहता है किंतु वह सूर्य भी जिसके पार को नहीं पाता है ऐसा वह परमात्मा सबसे अधिक ज्येष्ठ अर्थात् श्रेष्ठ, प्रशंसनीय अथवा बड़ा है, अन्य नहीं।

अथर्ववेद (कांड १०, सूक्त ८, मंत्र १ व १६) में परमात्मा की स्तुति इस प्रकार की गयी है : 'जो भूतकाल और भविष्यकाल का और सबका अधिष्ठाता है और आनंद जिसका केवल स्वरूप है, उस ज्येष्ठ ब्रह्म को नमस्कार है। जिससे सूर्य उदित होता है और जिसमें अस्त को प्राप्त होता है उसे ही मैं ज्येष्ठ (सबसे बड़ा) मानता हूँ, उससे बढ़कर कोई भी नहीं है।'

ऋग्वेद (मंडल ९, सूक्त ६६, मंत्र १६) में कहा गया है : **महाँ असि सोम ज्येष्ठः ।** 'हे प्रभो ! तू बड़ा है, श्रेष्ठ है।'

वाल्मीकि रामायण में आता है : **ज्येष्ठं ज्येष्ठगुणैर्युक्तं...** दशरथजी के चार पुत्रों में श्रीरामजी सबसे ज्येष्ठ थे। केवल उम्र में सबसे ज्येष्ठ नहीं, गुण, आचरण और आदर्श में भी सबसे ज्येष्ठ थे।

**ॐ आत्मा वा इदमेक एवाग्र आसीत् ।**
**नान्यत्किञ्चन मिषत् ।**

'यह जगत (प्रकट होने से) पहले एकमात्र परमात्मा ही था। (उसके सिवा) दूसरा कोई भी चेष्टा करनेवाला नहीं था।'

(ऐतरेय उपनिषद् : १.१.१)

# दंत सुरक्षा तेल

इस तेल को मसूड़ों पर मलने से मसूड़ों से खून आना, पायरिया, मसूड़ों का दर्द व सूजन, दाँतों की सड़न व दर्द तथा दाँतों की अन्य प्रकार की तकलीफों में लाभ होता है।

हफ्ते में दो दिन नियमित रात को सोते समय मसूड़ों पर यह तेल लगाकर सोने से दाँत एवं मसूड़े स्वस्थ व मजबूत बनते हैं।

# बेल चूर्ण

यह चूर्ण आँव-मरोड़, कमजोर पाचनशक्ति व पेट की खराबी से बार-बार होनेवाले दस्त, खूनी बवासीर एवं आँतों के घाव को दूर कर आँतों की कार्यशक्ति बढ़ाता है।

# मधुरक्षा टेबलेट

मधुमेह (diabetes) के लिए
एक प्रभावशाली अद्‌भुत औषध

# रसायन टेबलेट

ये गोलियाँ शक्ति, स्फूर्ति, ताजगी तथा दीर्घ जीवन देनेवाली हैं। जीर्णज्वर, वीर्यदोष, मूत्रसंबंधी रोग, स्वप्नदोष आदि में लाभदायी हैं। ये बढ़ती उम्र के साथ आनेवाली कमजोरी एवं रोगों से रक्षा करती हैं। रोगी-निरोगी सभी इन्हें ले सकते हैं। निरोगता व दीर्घ आयुष्य हेतु ४० वर्ष की उम्र के बाद इनका सेवन विशेषरूप से करना चाहिए।

# हरड़ टेबलेट व हरड़े चूर्ण

ये कब्ज, रक्ताल्पता (anaemia), अग्निमांद्य, पुराना अजीर्ण-रोग, संग्रहणी, जीर्णज्वर, प्लीहावृद्धि, कृमि, आँतों में सूजन व पेट के अन्य रोगों को दूर करते हैं। नियमित सेवन से ये सम्पूर्ण शरीर की शुद्धि कर दीर्घायुष्य प्रदान करते हैं।

# सदाबहार तेल

यह बालों का झड़ना, असमय सफेद होना, गंजापन, रूसी आदि समस्याओं में लाभकारी है । यह बालों को काला, चमकदार, तथा घना बनाने में सहायक है ।

RNI No. 66693/97
RNP No. GAMC-1253-A/2021-2023
Issued by SSPO's-AHD
Valid upto 31-12-2023
LWPP No. PMG/NG/045/2021-2023
(Issued by PMG GUJ. valid upto 31-12-2023)
Permitted to Post at AHD-PSO
from 18th to 25th of E.M.
Publishing on 15th of every month

**आश्रम में व समितियों के सेवाकेन्द्रों पर शीघ्र ही उपलब्ध...**

## स्वास्थ्य, बरकत व पुण्य दायक गोमय हर्बल साबुन

लक्ष्मीश्च गोमये नित्यं
पवित्रा सर्वमङ्गला । (स्कंद पुराण)
'गोमय में परम पवित्र, सर्वमंगलमयी लक्ष्मीजी नित्य निवास करती हैं ।'

**ऐसे गोमय को साबुन के रूप में लाने का सफल प्रयोग हुआ है ।**
**यह साबुन बाजार के साबुनों से बहुत ही ज्यादा लाभदायी है ।**
**इसके प्रयोग से केमिकलयुक्त साबुनों से होनेवाली हानियों से रक्षा होती है ।**

✲ गोमय उच्च कोटि का एंटी बैक्टीरियल व एंटीसेप्टिक है तथा लाभकारी जीवाणुओं का पोषक है । ✲ गोमय से स्नान करने से चर्मरोगों में लाभ होता है । ✲ यह रोमकूपों को खोलता है एवं पूरे शरीर को शुद्ध करता है । ✲ त्वचा को चमकदार तथा मुलायम बनाता है । ✲ मुँहासे की रोकथाम में मदद कर उन्हें दूर करता है । ✲ चेहरा कांतिमान बनाता है और झुर्रियों को दूर करता है ।

# अच्युताय मलहम

यह दाद, खाज, खुजली आदि चमड़ी के रोगों तथा फंगल व बैक्टीरियल इन्फेक्शन में लाभकारी है, साथ ही पैरों की कटी-फटी एड़ियों के लिए बहुत उपयोगी है ।

# कर्ण बिंदु

यह कान का दर्द, उसमें सूजन व खुजली होना, कानों में सतत भनभनाहट की ध्वनि सुनाई देना (tinnitus) आदि समस्याओं में लाभकारी है । इसका उपयोग वृद्धावस्था तक श्रवणशक्ति को ठीक बनाये रखने में सहायक होता है ।

# दंतमंजन

दाँतों के लिए उपयोगी विशिष्ट औषधियों से बना यह दंतमंजन आपके दाँतों को सम्पूर्ण सुरक्षा प्रदान करता है । यह दाँतों को साफ करता है एवं मसूड़ों को मजबूत रखता है । इसके नियमित उपयोग से मसूड़ों की सूजन, मसूड़ों से खून निकलना, दाँतों का दर्द, दाँतों का हिलना, दाँतों की सड़न आदि दंत-रोगों से रक्षा होती है ।

# १००% शुद्ध संजीवनी शहद

खनिज तत्त्वों एवं विटामिन्स से भरपूर यह शहद एक प्राकृतिक संजीवनी है । इसका प्रतिदिन सेवन करने से शारीरिक शक्ति का विकास होता है तथा स्वास्थ्य एवं सुंदरता की प्राप्ति होती है ।

**उपरोक्त सामग्री संत श्री आशारामजी आश्रमों में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकती है । अन्य उत्पादों व सभीके विस्तृत लाभ आदि की जानकारी के लिए गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड करें : "Ashram eStore" App या विजिट करें : www.ashramestore.com या सम्पर्क करें : (०७९) ६१२१०७३०, ९२१८११२२३३. ई-मेल : contact@ashramestore.com**