पुरुष बापूजी द्वारा प्रेषित
विश्वगुरु भारत
कार्यक्रम

25 दिसम्बर से 1 जनवरी तक (धनुष्मंस के) इन पवित्र दिनों में पाषाण्य कल्पन से प्रभावित लोग मान्स-दारू खाते-पीते हैं, गुनाह करते हैं। तो 25 दिसम्बर को तुमससी पूजन और वहाँ से 1 जनवरी तक दूसरे पर्व मनाने से समाज की प्रवृत्ति धोड़ी सार्विक हो जाय इसलिए यह कार्यक्रम मैंने शुरू कराया।

- पुरुष बापूजी

बापूजी का बाहर आना बहुत ही जरुरी है

बापूजी ने कोई गुनाह नहीं किया है। उनके सत्तगे से तो कभी न सुधनेवाले लोग भी सुधार गये। तेजी से हो रहे देश के पत्न को रोकने के लिए, हिंदू धर्म की रक्षा के लिए बापूजी का बाहर आना बहुत ही जरुरी है।

- ह.भ.ज. तवाराम आंबेंट महाप्रज अध्यक्ष, वारकरी सम्प्रदाय, मराठवाड़ा (मह.)

आम्स्था को पुनर्जीवित करने वाले मिरण राध जी श्री आश्रामजी बापू जैसे संदेह की सुरक्षा की जिम्मेदारी हमारी है। इसके लिए, हमें मिलकर आपात उठानी चाहिए।

- श्री स्वामी तांत्रिक वादावालाजी अध्यक्ष, पाठेश्वर पाठार
श्रद्धा का मापदंड
- पूज्य बापूजी

श्रद्धा की जरूरत हर जगह है। केवल ईश्वर के मार्ग में ही श्रद्धा की आवश्यकता है ऐसा नहीं है, व्यवहार में भी श्रद्धा की आवश्यकता है।

जान प्राप्त करने के लिए भगवान साधन बता रहे हैं कि

श्रद्धावॉल्बक: ज्ञान...
कुछ लोग कहते हैं कि ‘श्रद्धा करो, श्रद्धा करो। कुछ बोलने की जरूरत नहीं है। बस, श्रद्धा करो।’

श्रद्धा का मतलब यह नहीं कि किसी मजबूत को, किसी मत को, किसी पंथ को ही मानने उसीमें लगे रहना और निर्धारित कोट्टे के बेल की तरह घूमते रहना। ऐसी श्रद्धा नहीं करें कि आपके अपने मन-बुद्धि कुंजित रह जायें और कोई आपकी श्रद्धा का दुरुपयोग करार रहे। श्रद्धा के बहाने ऐसा भी होता रहता है।

कई बार श्रद्धालुओं को लगता है कि ‘मूर्ममें बहुत श्रद्धा है।’ भगवान श्रीकृष्ण ऐसे श्रद्धालुओं को श्रद्धा का मापदंड देते हुए अपनी श्रद्धा की मापनी की युक्ति बताते हैं। आपकी श्रद्धा कितनी है उस्मा ज्ञान चाहते हो तो साधन-भजन में आपकी तपस्या कितनी है, मुक्ति पानी की आपकी उल्टकृत कितनी है यह देखो। मुक्ति पानी की जितनी तपस्या होगी उतना इंद्रिय-संयम होगा।

जितना इंद्रिय-संयम होगा उतना अंतरात्मा बलवान होगा। फिर आप सुख-दुःख में विचलित नहीं होंगे। दुनिया की बड़ी-से-बड़ी हानि भी आपको हुई नहीं कर सकेंगी।

श्रद्धावॉल्बक: ज्ञान तथा: संदेश:- ज्ञान लभ्या पर्यं शान्तिम्याचरित्यांधिक्यत।

‘श्रद्धावाश, आत्मज्ञानाप्रक्ष्ये के साधनों में तपस्या से लगा हुआ और जितेन्द्रिय पुरुष आत्मज्ञान को प्राप्त करता है तथा आत्मज्ञान को प्राप्त करके वह श्रद्धा ही परम शांति को प्राप्त हो जाता है।’

(गीता : ४.३१)

आध्यात्मिक शांति, आध्यात्मिक शांति और आध्यात्मिक शांति अर्थात् मानसिक शांति - ऐसी शांतियों तो कई बार आती हैं और चली जाती हैं कितु जब किसी सदृश ने कुछ से आत्मसाक्षात मंत्रित होता है, आत्मज्ञान होता है तब परम शांति का अनुभव होता है। एक बार परम शांति मिल गयी तो फिर वह जाती नहीं। आत्मज्ञान हुआ कि परम शांति हो गयी।

इस ज्ञान की पाकर तकत्व परम शांति का अनुभव होता है, वह व्यक्त चैतन्य का ज्ञान पाने के लिए साधन-भजन के समय तो लगे ही, व्यवहारकाल में भी साधनान्य रहे। सुख-दुःख की दलदल में जिन्हें से अपने को बचाने पर साध्य भाव, असंग भाव, शुद्धस्वरूप की स्पर्श या जाप का अवलम्बन लेते रहे। ॐ शांति... ॐ शांति... ॐ शांति...
लोक कल्याण सेतु
(हिंदी, गुजराती, मराठी व ओडिया भाषाओं में प्रकाशित)

स्वामी: संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक और अध्यक्ष:
राकेशसिंह आरी, चंदेल
प्रकाशन-स्थल:
संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत
श्री आशारामजी बापू आश्रम, मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-380005
(गुजरात)

पुस्तक-स्थल:
हरी ३१ मैनूफैक्चरर्स, खुंजा नगरपालिका,
pी.टी.साहिब, सिरसरी,
(ह.प.) - १७३०१५.
सम्पादक: सिद्धनाथ अग्रवाल

प्रकाशन संस्था:
'लोक कल्याण सेतु' कार्यालय, संत श्री
आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू
आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५
(गुजरात)

प्रकाशक पता:
Email: lokkalyansetu@ashram.org,
'ashramindia@ashram.org
Website: www.lokkalyansetu.org
www.ashram.org

लोक कल्याण सेतु' कहानियाँ मतका योजना
पूज्य बापूजी के कथाभागों से स्वतंत्र स्त्राह
मतका या जप-माला प्राप्त करने के स्वागित
अवसर !!...सभी साधक एवं संबंधित 'लोक
cल्याण सेतु' की इस योजना का लाभ ले सकते हैं।

शास्त्र-योग्यता शुल्क:

<table>
<thead>
<tr>
<th>भारत में</th>
<th>अंतरराष्ट्रीय</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>(१) वाणिज्यिक:</td>
<td>रू. २५०</td>
</tr>
<tr>
<td>(२) वित्तीयिक:</td>
<td>रू. १५०</td>
</tr>
<tr>
<td>(३) विविधिक:</td>
<td>रू. ७५०</td>
</tr>
<tr>
<td>(४) आधीनी:</td>
<td>रू. २३५</td>
</tr>
</tbody>
</table>

☆ ‘विभिन्न चैनलों पर बूझ बापूजी का सतंग’

JK अराधना
रोज 9 दिसम्बर १०:२० बजे

DIGIANA DIVYAJYOTI
रोज 9 दिसम्बर १०:२० बजे

संगमा मल्टी
www.ashram.org/live
पर उपलब्ध
ऐसी हो गुरु-आज्ञापालन में निष्ठा!

गंगा-किनारे एक महात्मा बैठे हुए थे। उनके पास एक व्यक्ति जाकर चरणों में गिर पड़ा और बोला: "गुरुदेव! आपके श्रीरंगों में गुरुजीने आश्रय दीजिये, मुझे अपना शिष्य बना लीजिये।"

सामने एक कुआँ था। उसमें पानी निकालने का यंत्र लगा हुआ था। महात्मा ने उसकी ओर संकेत करते हुए कहा: "तुम इस गोल चक के साथ बैठ जाओ। इससे तुम कुएँ में जाओगे और फिर वापस आओ लेकिन देखो, अपने शरीर को भिगाना मत।"

यह व्यक्ति यंत्र में बैठ गया पर कुएँ में पानी में जाकर भीग के ऊपर आ गया।

महात्मा ने डोंगर कहा: "क्यों भीग गया?

व्यक्ति: "गुरुदेव! अपराध हो गया, क्षमा कीजिये।"

"अच्छा, अब दुबारा जाओ!"

यह व्यक्ति पुनः गया और बहुत सावधानी

रखने के बावजूद फिर से भीग गया। महात्मा ने फिर से फटकारा।

जो आसपास में लोग थे उन्होंने उस व्यक्ति को कहा कि 'तुम महाराज से कह दो कि मैं कुएँ में जाओ और जल से न भीगूँ यह तो हो ही नहीं सकता।'

"नहीं, यह मेरा धर्म नहीं है। गुरु महाराज पूर्ण ज्ञानी हैं। गुरु की आज्ञा ही मेरे लिए शिरोधार्य है। अपने आदेश का अर्थ बोले ही जानते हैं।"

महात्मा बड़े प्रसन्न हुए और उसे शिष्यरूप में स्थीरता कर लिया।

शिष्य के लिए गुरु-आज्ञापालन ही सर्वश्रेष्ठ कर्त्वत्य है। शक्यशक्य का विचार नहीं करना चाहिए। विचारशून्य होकर गुरु की आज्ञा का पालन करना चाहिए। गुरु-वचनों में पूर्ण विश्वास, पूर्ण श्रद्धा होगी तो पूर्ण प्रकाश भी होगा।
नारायणी, कक्षा 9, बिहार: पहली बार ही शिविर में आने से में अपने को बदला हुआ महसूस कर सकते हैं। शुभ-शुभ मूर्ति सुविधा उठाने, अनुष्ठान की माता पूरी करने आदि में कठिनाई लगती थी। तक फिर भी मैंने किया। शिविर पूरा होने पर मुझे पता चला कि जो कमाय यहाँ हुई वह में धर पर नहीं कर पाती। गुरुजी शिक्षा में हमारी दिवाली बहुत अच्छी मानी और शिविर में किसी प्रकार कोई कमी नहीं दिखी। हाँ, एक कमी खाली कि प्रत्येक रूप में बापूजी की उपरिस्थिति नहीं थी। जो यहाँ-वहाँ से कुछ सुन-सुनाकर बापूजी के बारे में बोलते हैं कि ‘बापू ऐसे हैं, वैसे हैं...’ उनसे में कहना चाहती हूं कि ‘तुम एक बार गुरुजी आओ तब तुम्हें पता चलेगा कि हमारे पाया क्या हैं।’

आशूतोष गुप्ता, बी.ए.एल.एन.बी. (प्रथम वर्ष), लखनऊ: हलके वातावरण के प्रभाव से युवा अवस्था में जो हुई आदतें आ जाती हैं उनसे कैसे बाहर निकलें इस बारे में हमें अच्छे तरीके से शिविर में सीखने को मिला। ग्रहणी-पालन की प्रेरणा मिली और उसका समृद्ध मार्गदर्शन भी मिला। विभिन्न सेवाकार्य कैसे

नवम्बर 2021 | लोक कल्याण सेतु | 13
पौष्टिक एवं बलबर्धक मूंगफली

मूंगफली मधुर, सरस, पौष्टिक एवं बलबर्धक है। इसका तेल वात-ककशामक, पाच को भरनेवाला, कांतिवर्धक, पौष्टिक, मधुमेह (diabetes) में लाभकारी, आौं के लिए बलकारक तथा खाने में तिल के तेल के समान गुणकारी होता है।

मूंगफली में मौजूद पोषक तत्व शरीर को स्वस्थ रखने में सहायक होते हैं। इसमें कार्बोहाइड्रेट्स, इंजी (fibres), प्रोटीन, कैल्शियम, लोह, मैंनिशियम, पास्फोरस, पोटशियम, सोडियम, जिक, तांबा, मैगनिषियम एवं विटामिन बी-१, बी-२, बी-६, इ आदि तथा पाए जाते हैं।

मूंगफली के नियमित सेवन से स्वस्थता की वृद्धि होती है। इसका सेवन समजना, वाद रखना, सोचना, वैचारिक शक्ति आदि बौद्धिक क्षमताएँ विकसित करते हुए सहायक है। मधुमेह-नियंत्रण में मूंगफली और बादाम करारी से सहायक होते हैं।

कच्ची मूंगफली उद्यमध्यक होती है। जिन माताओं के अपने बच्चों के लिए पर्याप्त मात्रा में दूध नहीं उत्तरदायित्व हो वे यदि कच्ची मूंगफली को पानी में निगरानी सेवन करने हैं तो दूध खुले के उत्तरदायित्व लगता है।

मूंगफली है शक्तिवर्धक आहार
मूंगफली का सेवन शरीर को शक्ति प्रदान करता है। बच्चों को यदि प्रतिदिन २०-२५ ग्राम मूंगफली खिलाई जाए तो उनके पोषक आहार की कमी का अनुभव नहीं होगा। बच्चों के बिकास के लिए मूंगफली, चने, मूंग आदि प्रोटीनयुक्त आहार उचित मात्रा में खिलाने चाहिए। इन्हें रात में निगरानी के लिए सानह बर्फ की पाचनशक्ति के अनुसार देना चाहिए। पाचनशक्ति कमजोर होने पर इन्हें उबालकर भी खाया जा सकता है। इनके सेवन से कमजोरी दूर होती है एवं शरीर में शक्ति-संचय होता है। ये अधिक श्रम एवं व्यायाम करनेरों के लिए विशेष लाभकारी हैं।

मूंगफली की चाटनी
१०० ग्राम मूंगफली को
यह साधना का बड़ा विध्वंस है

एक व्यक्ति तीन वर्ष तक एक स्थान पर बैठकर लगातार साधना करता रहा, तब उसे इस बात का मूल्यांकन हो गया। एक बार उसके गुरुजी वहाँ से गुजर रहे थे। वे तुरंत सामझ गये कि इस साधक को अपनी साधना का अभिमान हुआ है। अतः वे उसके पास गये और बोले: ‘‘अरे, तू यहाँ क्या कर रहा है?’’

वह बोला: ‘‘मैं यहाँ एक स्थान पर बैठकर 3 वर्ष से साधना कर रहा हूँ।’’

गुरुजी बोले: ‘‘शाबाश! बहुत अच्छा! तो बस, अब तू और तीन ही दिन यहाँ लगातार बैठकर साधना कर।’’ इससे उन्हें आज तक की की हुई साधना का फल मिल जाएगा।’’

वह फिर से साधना करने लगा। उसे लगा कि ‘जब मैंने 3 वर्ष तक साधन किया है तो यह तीन दिन साधन करना क्या मुश्किल होगा, यह तो मैं आसानी से कर लूँगा।’’ लेकिन मजा यह हुआ कि गुरुजी के कहने के बाद उसे वहाँ 5 मिनट भी बैठना सम्भव नहीं हुआ। उसे लगा जैसे कोई उसे भीतर से फेंक दे रहा है, नीचे से मानो चीटियाँ निकल रही हैं और उसे सब ओर से भय लगने लगा। उसे अपनी भूल समझ में आयी और वह गुरुजी के चरणों में जा गिरा। बोला: ‘‘गुरुदेव! आज तक मैं सोचता था कि मैं अपने बल से साधना में सफल हो रहा हूँ, परंतु वास्तव में आप ही मुझसे सब करा रहे थे। आप ही ने शक्ति दी इसलिए मुझसे यह साधना हो पायी, अन्यथा न होती। अतः अब मैं आपकी शरण आया हूँ।’’

इस प्रकार अभिमानसहित होकर सदगुरु की शरण जाने पर उस पर गुरु की क्रृपा हुई और वह साधना में सफल हुआ। अहंकार साधना का बड़ा विध्वंस है। यह ऐसा दर्जन है कि सारी साधना को चट कर देता है और निरस्तकार, शरणागति ऐसा सदगुरु है कि यह व्यक्ति की साधना को शीघ्र पूर्ण कर अनंत फल की प्राप्ति कर देता है।
यह तो तेरे यार और मेरे यार का खेल है...

(पूज्य बापूजी के सत्संग से)

एक संत कहीं जा रहे थे और रास्ते में उनके साथ—साथ एक युवक और उसकी सहेली जा रही थी। सहेली ने रंग—रोगन कर रखा था, चमकदार कपड़े पहने थे और युवक उसके पीछे लटका था। जाते—जाते मार्ग पर कहीं कीचड़ था तो उसे लाँचने के लिए संत को ज्या कूदना पड़ा, जिसके कारण उनके पैर से उखला कीचड़ लड़के की सहेली को लग गया। युवक आगबूझा हो गया, बेलुके तर्क दिये और महात्मा को खरी—खोटी पुनाने लगा कि ‘‘तुम्हारे को चलने की इतनी भी अक्ल नहीं! तुम ऐसे हो, वैसे हो...’’

उसने बुरी तरह महात्मा के लिए कुछ—का कुछ बोला। महात्मा कुछ बोले नहीं... महात्मा की एकाकारता अनंत आत्मा के साथ होती है तो जब महात्मा कुछ नहीं बोलते हैं, सह लेते हैं तो प्रकृति में प्रकृप होता है। जाते—जाते कुछ पक्ष और चलने पर उस युवक को पेट में ऐसी तो पीड़ा हुई कि बस, नछटी भी बिना पानी के कैसे छटपटाये, ऐसा यह छटपटाये!

तो उस सुंदरी को, जो उसकी सुख की
घर-घर कैलेंडर ‘दिव्य दर्शन’ अभियान

टेबल कैलेंडर हिंदी, गुजराती, ओणिया, तेलुगू, रुद्र, देवभाषा संस्कृत के साथ इस वर्ष भारतीय भाषा में भी उपलब्ध है।

प्राप्ति : संत श्री आश्रमारमणी आश्रम में संस्कृत सेवा केंद्र पर तथा संत श्री बाबा वेदार्डेस्वर से संस्कृत सेवा संस्थानों तथा साधक-परिवारों के संसारों मुद्रा।

www.ashramestore.com/calendar समयक : (0711) 65210797 (संस्कृत सियान), 8238091091 (संस्कृत सियान मुद्रा)

सत्संगों तथा पूजा बारसी के संदर्भ में संकलित ‘तुलसी रहस्य’

इसमें आप पाएँगे : * शरीफ-शास्त्र, पार्थिव, धार्मिक, आध्यात्मिक, वेदान्त आदि विभिन्न दृष्टिकोणों से तुलसी की महत्ता व उपयोगिता। * धन-सम्पत्ति, चेहरे का चमक व विश्वसनीयता बढ़ाने के उपाय। * फल के झागड़े, रोग-बीमारियाँ आदि कई समस्याओं का निवारण। * भगवान सम्बन्धित व भक्ति-चाहते पाने के उपाय।

तुलसी की बहुप्रकार वहाँ लगने व दिल्लिने हेतु पर-पत्थरों, जन-जन तक पहुँचने पुलक ‘तुलसी रहस्य’

चंदन-गुलाब अगरबत्ती

चंदन-चूर्ण व अन्य सुगंधित इत्रों से निमित्त अगरबत्ती तथा गुलाब की पत्तियों के चूर्ण व अन्य सुगंधित ब्लॉकों से निमित अगरबत्ती अब एक साथ, एक ही पैकिंग में। ये चंदन चूर्णको किसी भी पत्तियों, अहादार्थ को एवं साकारत्मक उर्जा से भरपूर।

स्पेशल च्यवनप्राश केरस्यूक्त

सोना, चौंटी, लीप व तांबा भिजवा में उबले हुए वीर्यावर हाँलों में ५६ से भी अधिक बहुमूल्य जड़ी-बूटियों के साथ चौंटी, लीप, बंग व अधिक भरस्म एवं शुद्ध केरस्यूक्त बनाया गया। विशेष ध्यान च्यवनप्राश! इसके लिये वहाँ सामान्य च्यवनप्राश के ताबूं के साथ अन्य अनेक लाभ।

शिलाजीट केप्स्यूल 100% शुद्ध, शाक्यार्य

युवा व वृद्ध - दोनों अवस्थाओं में उर्जा देनेवाला तथा शक्तिपूर्वक बुद्धि व स्वास्थ्य वर्धक फलको मजबूत देनेवाला उत्तम रसायन।

अश्वगंधा पाक / जोधग्यल शुंती पाक / छिलाजीट केप्स्यूल

उपरोक्त सामान्य समय श्री आश्रमारमणी आश्रम में संस्कृत सेवा केंद्रों से तथा संस्थानों से प्राप्त हो सकते हैं। अन्य उपकरण व अन्य लाभ आर्थिक तुर्किच्च में लुप्त करने के लिये या हेतु गुणल व्यर्थ पर रहन पाएँगे डायजेंट को: "Ashram eStore"
App या वित्तिय ग्राहकों को: www.ashramestore.com वा समयक को: (0711) 65210797 (संस्कृत सियान) वा contact@ashramestore.com
अहमदाबाद आश्रम में सुसम्पन्न दीपावली वियाली अनुष्ठान शिविर की कुछ झालके

भवानी की हुए श्री योग वेदांत सेवा समितियों के राजस्थानी सम्मेलन

महिला उत्थान गंगश द्वारा आयोजित ‘चले स्व की ओर...’ शिविर, अहमदाबाद

युवा सेवा संघ के ‘तेजस्वी युवा शिविरों’ के कुछ दृश्य

‘तुलसी पूजन दिवस’ की पूर्ववैत्तिक में विशेष महत्वपूर्ण तुलसी वितरण अभियान

स्थानाभाषा के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरें हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।