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

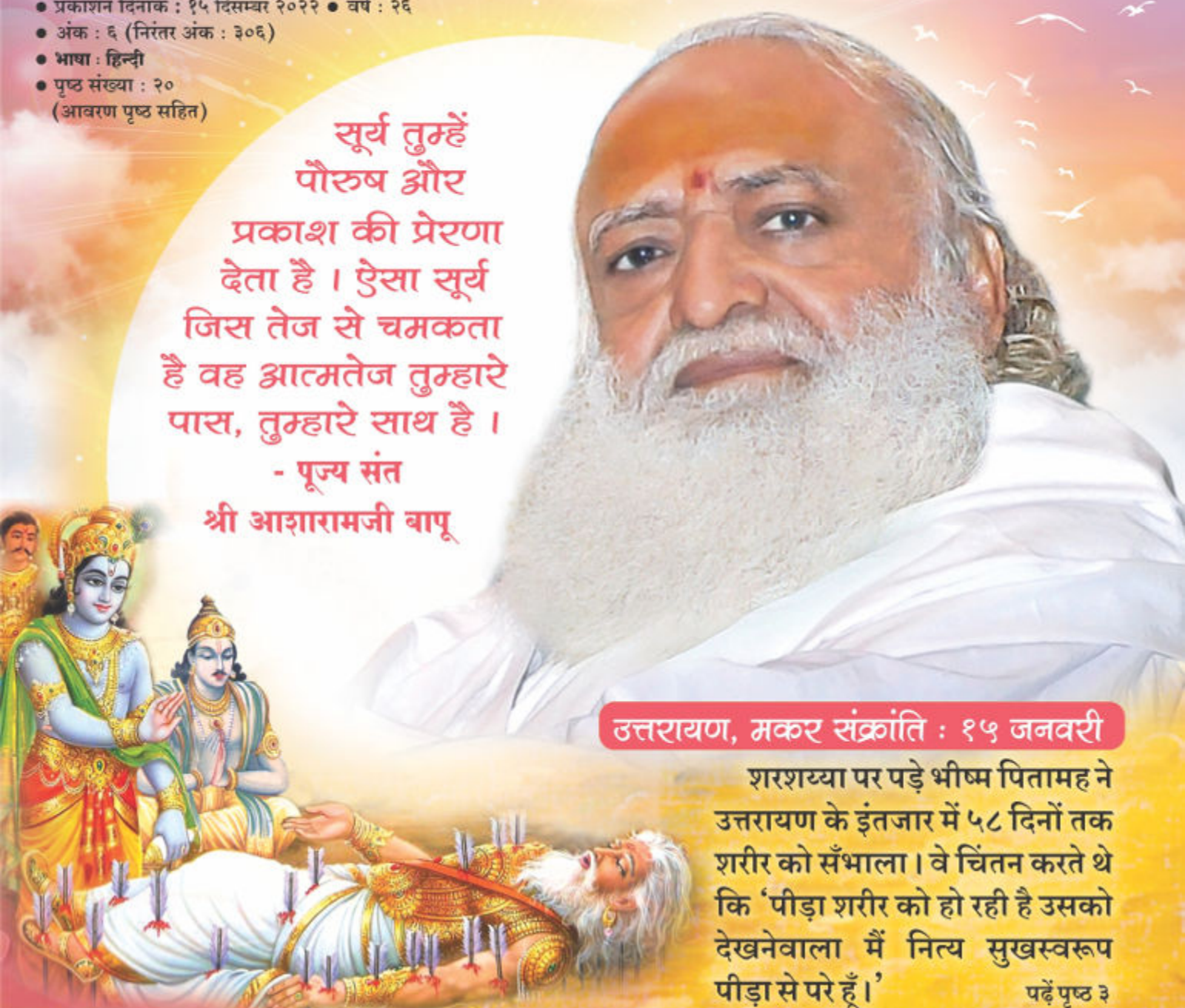
संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

मूल्य : ₹ ४.५०

लोक कल्याण सेतु

मासिक समाचार पत्र

- प्रकाशन दिनांक : १५ दिसम्बर २०२२ • वर्ष : २६
- अंक : ६ (निरंतर अंक : ३०६)
- भाषा : हिन्दी
- पृष्ठ संख्या : २०
  (आवरण पृष्ठ सहित)



सूर्य तुम्हें पौरुष और प्रकाश की प्रेरणा देता है । ऐसा सूर्य जिस तेज से चमकता है वह आत्मतेज तुम्हारे पास, तुम्हारे साथ है ।

- पूज्य संत
श्री आशारामजी बापू

उत्तरायण, मकर संक्रांति : १५ जनवरी

शरशय्या पर पड़े भीष्म पितामह ने उत्तरायण के इंतजार में ५८ दिनों तक शरीर को सँभाला। वे चिंतन करते थे कि 'पीड़ा शरीर को हो रही है उसको देखनेवाला मैं नित्य सुखस्वरूप पीड़ा से परे हूँ।'

पढ़ें पृष्ठ ३

जब इस देश में ईसाई मिशनरियाँ तेजी से फैल रही थीं, गरीबी-रेखा के नीचे के लोगों का बहुत तेजी से धर्मांतरण हो रहा था, उस समय देश में **सनातन धर्म की रक्षा के लिए** आवाज उठानेवाले एकमात्र संत थे **पूज्य संत श्री आशारामजी बापू**, जिन्होंने उस लड़ाई को लड़ा।

- डॉ. ए.पी. सिंह, वरिष्ठ अधिवक्ता, उच्चतम अदालत, राष्ट्रीय महासचिव, बी.एस.के. लॉयर्स फेडरेशन

आशारामजी बापू एक षड्यंत्र के शिकार हुए हैं। बापूजी का केस बढ़ा-चढ़ा के दिखाया गया था लेकिन सच्चाई क्या है ? सच्चाई जनता के सामने आनी चाहिए।

- श्री हरिशंकर जैन, अधिवक्ता, उच्चतम अदालत

वजन बढ़ाने/घटाने के इच्छुकों हेतु खुशखबरी ! **शरीर सुडौल बनाने के अचूक उपाय** १४

जीवन का अंत हो जाय उसके पहले...

- पूज्य बापूजी

मुर्दे को प्रभु देत है, कपड़ा लकड़ा आग। जिंदा नर चिंता करे, ता के बड़े अभाग॥

मनुष्य होकर दो रोटी के लिए चिंता करता है, दो टुकड़ों के लिए चिंता करता है ? 'मकान का क्या होगा, पैसे का क्या होगा, इसका क्या होगा, उसका क्या होगा ?...' यह चिंता सताती है। पानी (वीर्य) की एक बूँद शरीर से पसार हुई... बेटा बनी और फिर 'मेरे बेटे का क्या होगा ?' ऐसी चिंता हो जाती है, नींद नहीं आती।

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः।

हे मानव ! तू ईश्वर का अविभाज्य स्वरूप होकर दो टुकड़ों के लिए, दो गहने-गाँठों के लिए, अच्छे महल और मकान के लिए चिंतित होता है ? अच्छा महल और मकान तो वह है जिसमें रहने से तुझे शांति मिलती हो। जो चीजें दूसरों का गला घोंटकर, दूसरों को सता के, दूसरों की आह लेकर ली हैं उनसे शांति नहीं मिलती है। अरे, चिंता तो इस बात की कर कि 'जीवन का अंत हो जाय उसके पहले जीवनदाता की मुलाकात हो जानी चाहिए।' रोजी-रोटी की व्यवस्था तो माता के गर्भ में थे तभी से उस जगतनियंता ने कर रखी है। आज का मनुष्य कहता है : 'क्या करें साहब, पेट है न !...' अरे ! तू रोटी के लिए, टुकड़ों के लिए पैदा हुआ है क्या ? तू तो मुक्ति के लिए पैदा हुआ है, बार-बार माता के गर्भ में आना और जन्मना-मरना - इस चक्कर से छूटने के लिए तुझे मनुष्य-जन्म मिला है।

जो अपने-आपको विषय-विकारों में, चिंताओं में, दुःखों में धकेलता है वह अंधकूप में गिरता है और जो अपने-आपको भगवत्प्रकाश में, भगवद्ज्ञान में, भगवत्शांति में, भगवन्माधुर्य में, भगवत्प्रेम में पहुँचाता है वह वास्तव में मनुष्य-जीवन का फल पाता है। तो आप अपने जीवन को दिव्य बनाइये।

जीवन में सम्यक् प्रकार की क्रांति लाने का संदेश

- पूज्य बापूजी

उत्तरायण प्राकृतिक उत्सव है, ऋतु पर्व है। उत्तरायण से धरती पर सूर्य का प्रकाश अधिक और रात्रि का अंधकार कम होने लगता है। उत्तरायण पर्व के प्रभात से देवताओं का ब्राह्ममुहूर्त आरम्भ होता है। परा (आध्यात्मिक) व अपरा (लौकिक) विद्या की साधना के सिद्धिकाल का आरम्भ उत्तरायण से माना जाता है। इस दिन से सूर्य उत्तर की तरफ गति करता है।

इस महाशुभ दिन का ऐसे करें सदुपयोग

पुराणों का कहना है कि इन दिनों में देवता जागृत होते हैं, उनकी रात समाप्त हो जाती है और दिन शुरू होता है। मनुष्य के ६ महीने होते हैं तो देवताओं का एक दिन और मनुष्य के दूसरे ६ महीने होते हैं तो देवताओं की एक रात होती है। जैसे तुम्हारी रात जंतुओं के लिए बड़ी हो जाती है ऐसे ही देवताओं की रात तुम्हारे लिए बड़ी हो जाती है।

तो उत्तरायण की सुबह देवताओं का दिन आरम्भ होगा अतः सत्त्वप्रधान होने से यह शुभ दिन है, महाशुभ दिन है। उत्तरायण के प्रभात को देवता स्वर्ग में जगें उसके पहले तुम्हारे बिस्तर पर देवों के देव परमात्म-देव जागृत हो जायें ऐसा कर लेना। उत्तरायण के दिवस दान का, स्नान का बड़ा भारी माहात्म्य है। तो तुम शरीर से तो स्नान करोगे परंतु मन-बुद्धि को भी सत्संग, सद्विचारों से नहला देना।

उत्तरायण : एक नैसर्गिक रूपांतर

उत्तरायण का पर्व एक नैसर्गिक रूपांतर है।

एक फूल की कीमत

- पूज्य बापूजी

परमात्म-प्रेम को पाये हुए महापुरुषों के संग से ही जीवन सार्थक होता है । बढ़िया-बढ़िया अट्टालिकाएँ (बड़े-ऊँचे मकान) और गाड़ी-मोटर से रोता हुआ संसार सुखी नहीं हो सकता है परंतु बढ़िया-में-बढ़िया परब्रह्म-परमात्मा का जिन्होंने सुख पाया है उन सुखस्वरूप में जगे हुए महापुरुषों की शरण में जाकर, उनके अनुभव में और उनके उपदेश में प्रवेश पा के दुखियारा संसार निश्चित ही सुखी हो सकता है।

एक नगरसेठ आत्मशांति पाये हुए महात्मा बुद्ध के दर्शन करने जा रहा था । ऐसे महापुरुषों के चरणों में बैठने का अवसर भी कभी-कभी पुण्यात्माओं को ही मिल पाता है । संत तुलसीदासजी कहते हैं :

सुत दारा अरु लक्ष्मी, पापी के भी होय ।
संत-समागम हरिकथा, तुलसी दुर्लभ दोय ॥

पुत्र, पत्नी और पैसा तो पापियों के जीवन में भी होता है परंतु संत-समागम और भगवत्कथा तो दुर्लभ तत्त्व माने गये हैं।

सेठ जा रहा था महात्मा बुद्ध के पास। कमल के फूलों का मौसम समाप्त हो चुका था परंतु भाग्य से रास्ते में एक माली के पास एक कमल था । नगरसेठ उससे मूल्यांकन कर रहा था । इतने में एक राजा, जो महात्मा बुद्ध के पास जा रहा था, वहाँ आ गया, रथ रोका । उसने माली से पूछा : ''इस फूल के सेठ ने कितने पैसे बोले ?''

माली बोला : ''दो पैसे।''

राजा : ''मैं ४ पैसे देता हूँ।''

सेठ कहता है : ''चाँदी का पूरा रुपया ले ले।''

राजा : ''५ रुपये ले ले।''

ऐसे करते-करते सेठ कहता है : ''५० रुपये ले ले लेकिन मुझे महात्मा बुद्ध के लिए यह कमल दे दे।''

माली ने देखा कि दोनों में होड़ लगी है । आखिर यह नगरसेठ और राजा जिसको पुष्प देने जा रहे हैं मैं वहीं जाऊँगा।

अन्याय की पराकाष्ठा

१० वर्षों में निर्दोष संत को न जमानत, न पैरोल !

हिन्दूभूषण श्यामजी महाराज, कथावाचक : पिछले १० साल से पूज्य संत श्री आशारामजी बापू जेल में हैं। बहुत दुःख से कहना पड़ता है कि देश में हिन्दुत्ववादी कहलानेवाली सरकार होने के बाद भी पूज्य बापूजी जैसे बुजुर्ग संत को १० साल से जमानत तो दूर की बात है, पैरोल तक नहीं मिला।

देश में कई बड़े-बड़े अपराधियों की जमानत हो जाती है, उन्हें पैरोल मिल जाता है। मेरे मन में कभी-कभी आता है कि 'बापूजी के एक हिन्दू धर्मगुरु और धर्म-प्रचार करनेवाले हिन्दू संत होने के कारण शायद उनको यह सजा हुई है; अगर कोई मुल्ला-मौलवी या पादरी होता तो अभी तक वह छूट जाता।' क्या बापूजी को पैरोल का भी अधिकार नहीं है ? यह तो अन्याय है !

दुष्ट आत्माओं की यह भयंकर साजिश है, वे भुगतेंगे। पाश्चात्य मत का हमारे ऊपर अतिक्रमण होता था, जैसे कि 'वेलेंटाइन डे' और क्या-क्या डे मनाते थे। इन पाश्चात्य विकृतियों को रोकने के लिए पूज्य बापूजी ने 'मातृ-पितृ पूजन दिवस', 'तुलसी पूजन दिवस' जैसे पर्व मनवाना शुरू किया, बाल संस्कार केन्द्र आदि चलवाये, जो देश-विदेश में आज भी चल रहे हैं।

बापूजी निर्दोष हैं। उनके ऊपर जो आरोप लगे हैं वे बेबुनियाद हैं, उनमें कोई तथ्य नहीं है। अतः जल्द-से-जल्द बापूजी की रिहाई हो। मुझे पूरा भरोसा है कि बापूजी हम सबके बीच आयेंगे और उनका सत्संग, धर्म-कार्य देश-विदेश में और भी व्यापक स्तर पर होगा।

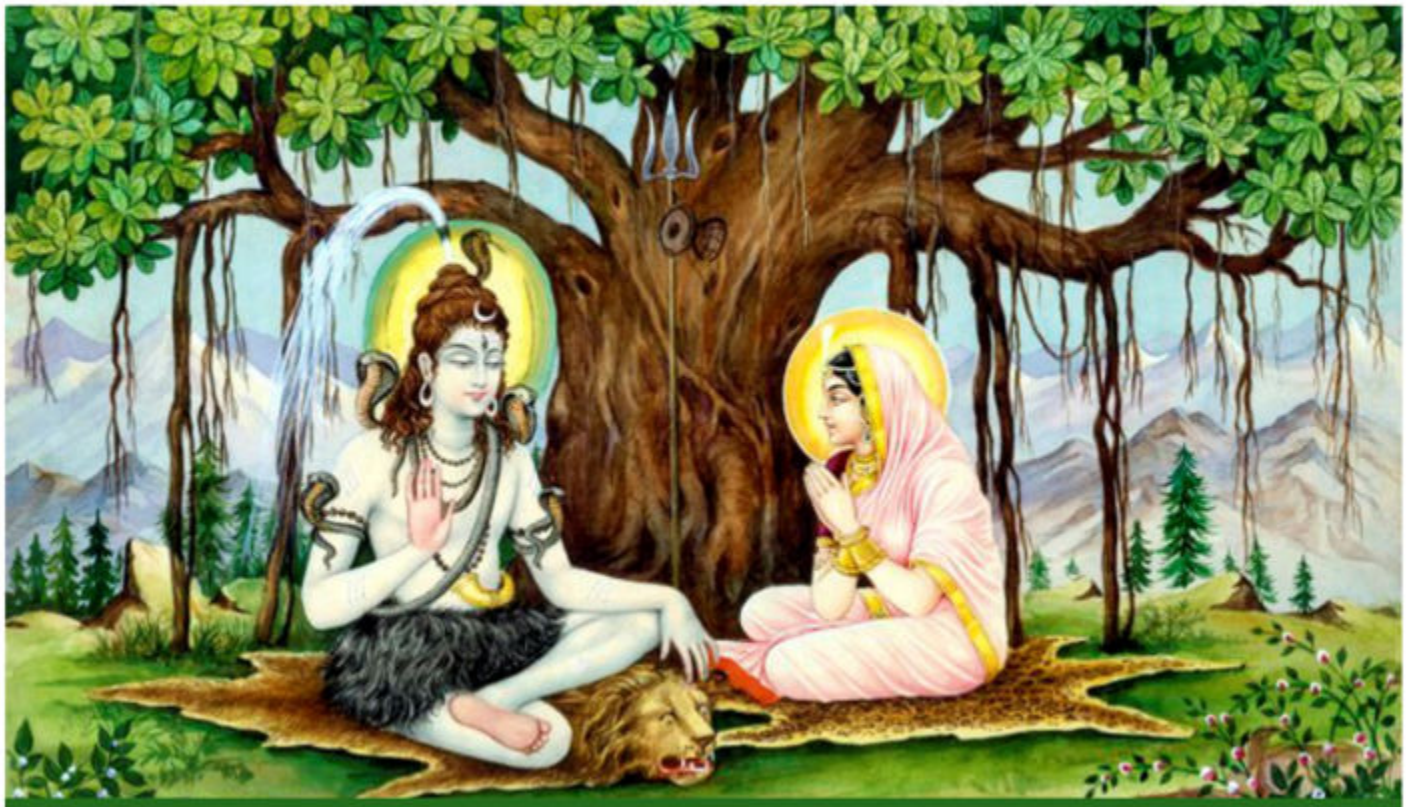
श्री हरिशंकर जैन, अधिवक्ता, सर्वोच्च न्यायालय : आशारामजी बापू एक षड्यंत्र के शिकार हुए हैं। बापूजी का केस बढ़ा-चढ़ा के दिखाया गया था लेकिन सच्चाई क्या है ? सच्चाई जनता के सामने आनी चाहिए। इसलिए मीडिया पर अंकुश लगना चाहिए और अंकुश लगाने का काम जनता करेगी।

बापूजी को फँसाने के पीछे कारण यह था कि ईसाई मिशनरियों के धर्मांतरण-कार्यों का उन्होंने विरोध किया था।

षड्यंत्र की, कुचक्र की सच्चाई सामने आये और बापूजी को जोधपुर केस में भी उच्च न्यायालय से न्याय मिले ऐसी मैं अपील करता हूँ।

पंडित श्री सत्यनारायण शास्त्री (राधे-राधे), कथा-प्रवक्ता : पूज्य संत श्री आशारामजी बापू ने लाखों हिन्दुओं को ईसाई बनने से रोका। धर्मांतरणकारियों ने सोचा कि बापूजी हिन्दू धर्म को बचा लेंगे, हिन्दुओं को ईसाई नहीं बनने देंगे तो उन पर झूठा आरोप लगवाया।

अरे, ८६ वर्ष के वृद्ध संत, जिनको लोग भगवान मानते हैं, उनकी उम्र का तो लिहाज किया



राम-तत्त्व का रहस्य

- स्वामी अखंडानंदजी

(गतांक से आगे)

सत् – परमात्मा सत्स्वरूप है। सत् माने 'है'। संसार में कोई भी वस्तु या व्यवहार ऐसा नहीं है जिसमें 'है' (अस्तित्व) न हो। 'नहीं है' में भी 'है' है। सत् के बिना कोई व्यवहार सम्भव नहीं। पशु-पक्षी, कपड़ा, मकान... कुछ भी आपसे अलग नहीं है, आपसे एक है। जिस 'है' की वजह से सबके 'है-पने' का व्यवहार होता है, वह 'है' राम है। वेदांत के ग्रंथों में आता है – सन् घटः सन् पटः। (घड़ा है, कपड़ा है) राम क्या है ? सत् है।

सत् वह है जिसके होने से मालूम पड़े, न हो तो न मालूम पड़े। वह सत् आप स्वयं हैं। आप नहीं हैं तो कुछ नहीं है। राम माने 'आत्मा' और आत्मा माने 'राम'।

चित् – चित् माने ज्ञान। ज्ञान से ही वस्तु-व्यक्ति-परिस्थिति यह सब मालूम पड़ता है। चित्त में संस्कारों का संग्रह होता है और चित् ही चित्त होता है। 'चित्' माने ज्ञान – जो स्वयंप्रकाश है और सबको प्रकाशित करता है। प्रकाशित करने के लिए कुछ है या नहीं है इससे चित् का कोई मतलब नहीं। यह चित् राम है।

आनंद – सबसे अधिक प्रेमास्पद कौन है ? राम के सौंदर्य पर सब मुग्ध हो गये। वे सबके प्रिय रहे। शूर्पणखा, खर-दूषण, मारीच उनको देखकर आत्मविस्मृत-से हो गये (स्वयं को भूल गये)। तो ये राम कहाँ हैं और मनुष्य किससे सर्वाधिक प्रेम करता है ?

रामः परात्मा प्रकृतेरनादिरानन्द
एकः पुरुषोत्तमो हि ॥

(अध्यात्म रामायण, बा.कां. : १.१७)

'श्रीरामचन्द्रजी निःसंदेह प्रकृति से परे, परमात्मा, अनादि, आनंदघन, अद्वितीय और पुरुषोत्तम हैं।'

आप स्वयं आनंदरूप हैं। जनक ब्रह्मनिष्ठा में लीन थे। चन्द्रमा को देखकर जैसे चन्द्र स्वयं मुग्ध हो जाय वैसे जनक, सनकादि राम को देख के मुग्ध हुए। अर्थात् राम आप स्वयं हैं अतः आप आनंदस्वरूप

वजन बढ़ाने/घटाने के इच्छुकों हेतु खुशखबरी !

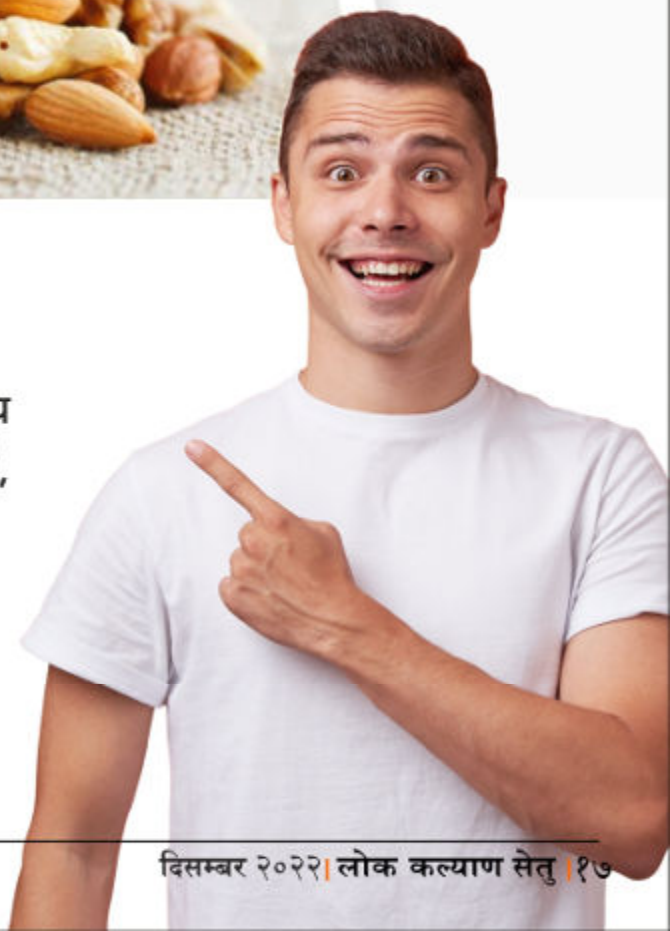
शरीर सुडौल बनाने के अचूक उपाय

सामान्यतया पुरुषों के लिए जितने इंच लम्बाई उतना किलो वजन होना चाहिए (जैसे ६५ इंच कद हेतु ६५ किलो) व महिलाओं के लिए उनकी इंच में लम्बाई से करीब ३ से ५ किलो कम वजन उचित है।

वजन बढ़ाने हेतु

क्या खायें : मधुर व स्निग्ध पदार्थ, जैसे – देशी गाय या भैंस का दूध–घी, मक्खन, ताजा मीठा दही, गेहूँ, दालें, चावल, चने, लाल चौलाई, शकरकंद, मूँगफली, गोंद, तिल, केला, चीकू, सेवफल; मखाना, नारियल, खजूर आदि सूखे मेवे।

* २ ग्राम अश्वगंधा चूर्ण घी–मिश्रित दूध या आँवले के २० मि.ली. रस के साथ सुबह लें। साथ में भिगोये हुए ५–७ खजूर भी ले सकते हैं।



अंत्येष्टि संस्कार क्यों ?

हिन्दू संस्कृति में १६वाँ संस्कार

(गतांक से आगे)

यह परमात्म-स्वभाव में जगाने की व्यवस्था है

पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत में आता है : ''सनातन धर्म यह मानता है कि शरीर के नष्ट हो जाने के बाद भी जीव का अस्तित्व नहीं मिटता है। अपने कर्म एवं संस्कारों के अनुसार वह दूसरे किसी रूप को धारण करता है। भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं :

वासांसि जीर्णानि यथा विहाय
नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि।
तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि
संयाति नवानि देही ॥

'जिस प्रकार मनुष्य पुराने वस्त्रों को छोड़ के दूसरे नये वस्त्र ग्रहण करता है उसी प्रकार देही (जीवात्मा) भी जीर्ण शरीरों को छोड़ के नवीन शरीर धारण कर लेता है।' (गीता : २.२२)

यदि वास्तव में मौत होती तो हजारों-हजारों बार होनेवाली तुम्हारी मौत के साथ तुम भी मर चुके होते, आज तुम इस शरीर में नहीं होते। यह शरीर तो मात्र वस्त्र है और आज तक आपने हजारों वस्त्र बदले हैं। हमारा परमात्मा कोई कंगाल थोड़े ही है जो हमें एक ही अवस्था में, एक ही शरीर में और एक ही परिस्थिति में रख दे। उसके पास अपने प्यारे बच्चों के लिए ८४-८४ लाख चोले हैं तथा करोड़ों-करोड़ों अवस्थाएँ भी हैं, जिनसे वह गुजारता-गुजारता अंत में हमको परमात्म-स्वभाव में जागृत करता है।

इससे मृतक का मंगल हो जायेगा

व्यक्ति का जब स्वर्गवास हो गया हो तो गरुड़ पुराण का पाठ पढ़ना-विचारना चाहिए, उसमें वैराग्य है, ज्ञान है अथवा 'ईश्वर की ओर'* पुस्तक पढ़नी चाहिए या 'मंगलमय जीवन-मृत्यु'* पुस्तक पढ़कर अपने चित्त को शांति देनी चाहिए। मृतक के पीछे रो-रोकर उसका चित्त बिगाड़ना नहीं चाहिए और अपना चित्त मलिन नहीं करना चाहिए।

गरुड़ पुराण में आता है कि 'शव-दाह तथा तिलांजली के बाद लोग आँसू बहाते हैं और कफ निकालते हैं तो मृतक आत्माओं की इच्छा न होने पर भी उन्हें इनका पान करना पड़ता है।' इसलिए चतुर मनुष्यों को चाहिए कि वे मृतकों के लिए आँसू न बहायें, कफ न निकालें, रो-रोकर नाक से गंदगी न निकालें बल्कि उनके लिए भगवन्नाम-कीर्तन

बाल व युवा पीढ़ी को पतन की खाइयों से बचाकर
उज्ज्वल भविष्य व सुखमय जीवन की ओर ले जानेवाला सत्साहित्य

माँ-बाप को भूलना नहीं

इसमें आप पायेंगे : * प्रेम दिवस मनायें लेकिन 'मातृदेवो भव । पितृदेवो भव ।' का भाव करके । * आयु, विद्या, यश और बल बढ़ाने की युक्ति * हर धर्म के माता-पिता की माँग व उसकी पूर्ति के उपाय * वेलेंटाइन डे आदि के दुष्परिणाम

हिन्दी, गुजराती, मराठी, ओड़िया, बंगाली, तेलुगु, अंग्रेजी, आसामी, नेपाली, तमिल व कन्नड़ भाषाओं में उपलब्ध

सर्दियों हेतु विशेष बल-पुष्टिदायी उत्पाद

शुद्ध हीरा-भस्मयुक्त वज्र रसायन टेबलेट

ये गोलियाँ देह को वज्र के समान दृढ़ व तेजस्वी बनानेवाली हैं । ये त्रिदोषशामक, जठराग्नि व वीर्य वर्धक एवं दीर्घायुष्य-प्रदायक हैं । मस्तिष्क को पुष्ट कर बुद्धि, स्मृति तथा इन्द्रियों की कार्यक्षमता बढ़ाती हैं । ये कोशिकाओं के निर्माण में सहायक हैं ।

पोषक तत्त्वों से भरपूर, सेहत का खजाना शाहाबी खजूर

खजूर वात-पित्तशामक एवं १४० प्रकार की बीमारियों को जड़ से उखाड़नेवाला है । यह शर्करा, प्रोटीन्स, कैल्शियम, पोटैशियम, लौह, मैग्नेशियम, फॉस्फोरस, रेशों (fibres) आदि से भरपूर है । तुरंत शक्ति-स्फूर्ति देनेवाला यह खजूर रक्त-मांस, वीर्य व कांति वर्धक होने के साथ-साथ कब्जनाशक तथा हृदय व मस्तिष्क के लिए बलप्रद है । खजूर का सेवन बारहों महीने कर सकते हैं ।

उपरोक्त सभी गुणों से युक्त एवं विशेष मीठे, रसीले व मुलायम कबकब खजूर

* रोगप्रतिरोधक व पाचन शक्ति वर्धक * यकृत (liver), हड्डियों आदि के लिए बलप्रद * कब्ज आदि पेट की बीमारियों में अत्यंत हितकारी

केसर व सफेद मूसली युक्त पुष्टि कल्प

यह अनुभूत कल्प स्वादिष्ट, पुष्टिकर तथा तेज, ओज, बल, वीर्य व बुद्धि वर्धक है । संयम-ब्रह्मचर्य के पालन के साथ इसके सेवन से शरीर सुदृढ़ व सशक्त होता है ।

दिव्य स्वर्णक्षार युक्त पीयूष बल्य रसायन

यह गौ-पीयूष से प्राप्त तेजस्वी स्वर्णक्षार व अन्य अत्यंत गुणकारी पोषक तत्त्वों से युक्त होने से शक्ति, पुष्टि का दिव्य स्रोत है ।

सौभाग्य शुंठी पाक

उत्तम बलवर्धक व वात, पित्त, कफ के रोग, बुखार (ज्वर), मूत्ररोग तथा नाक, कान, मुख, नेत्र व मस्तिष्क के रोग एवं अन्य अनेक रोग नाशक ।

वीर्य, बल व ओज का संरक्षक शक्ति सुरक्षा

यह अनुभूत योग वीर्य की रक्षा कर बल, ओज, बुद्धि व आयु को बढ़ाता है । इससे वीर्य पुष्ट व गाढ़ा होता है । शारीरिक शक्ति की सुरक्षा होकर शरीर बलवान बनता है । शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, धातु दौर्बल्य, प्रदररोग (leucorrhoea) आदि समस्याओं के लिए यह बेजोड़ इलाज 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 पोस्ट द्वारा सामग्री-प्राप्ति हेतु गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड करें : "Ashram eStore" App या विजिट करें : www.ashramestore.com या सम्पर्क करें : (०७९) ६१२१०७६९. ई-मेल : contact@ashramestore.com

भगवत्प्रसाद बाँटतीं भव्य संकीर्तन यात्राएँ

RNI No. 66693/97
RNP No.GAMC-1253-A/2021-2023
Issued by SSPO's-AHD
Valid upto 31-12-2023

WPP No. 02/21-23
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2023)
Posting at Dehradun G.P.O. between 18th to 25th of every month.
Publishing on 15th of every month

देशभर के विभिन्न विद्यालयों में 'तुलसी पूजन दिवस' की धूम

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

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम **प्रकाशक और मुद्रक** : राकेशसिंह आर. चंदेल **प्रकाशन-स्थल** : संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुजरात) **मुद्रण-स्थल** : हरि ॐ मैन्युफेक्चरर्स, कुंजा मतरालियों, पाँटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५ **सम्पादक** : रणवीर सिंह चौधरी