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

रजि. समाचार पत्र

● प्रकाशन दिनांक : १५ दिसम्बर २०२३ ● वर्ष : २७ ● अंक : ०६ (निरंतर अंक : ३१८) ● भाषा : हिन्दी ● पृष्ठ संख्या : २० (आवरण पृष्ठ सहित)

पूज्य संत
श्री आशारामजी बापू

मकर संक्रांति

१५ जनवरी

उत्तरायण का संकेत : जीवन-रथ का उत्तर (आत्मसूर्य) की ओर प्रयाण

क्या है सम्यक् क्रांति ?

पढ़ें पृष्ठ ६

प्रदूषण के दुष्प्रभावों से सुरक्षा व हवामान शुद्धि के उपाय

पढ़ें पृष्ठ ८

तुलसी, आँवला, पीपल, नीम आदि वृक्षों का रोपण

यज्ञ, हवन व गौ-गोबर के कंडे पर घी डालकर धूप

प्रातःकाल प्राणायाम, पैदल भ्रमण

अयोध्या राममंदिर उद्घाटन की वेला में... ३

देश का हित तो तब होगा जब बापूजी जैसे संत रिहा होंगे । - महेन्द्रगिरि पीठाधीश्वर दंडीस्वामी श्री भास्करतीर्थ महाराज ११

पर्यावरण व स्वास्थ्य के लिए घातक मांसाहार ९

इन दैवी गुणों ने दिलायी गांधीजी को सफलता १०

आलूप्रेमी सावधान ! आलू-सेवन खतरे से खाली नहीं १४

ऐसी दृष्टि रखो तो चलते-फिरते होगी परमात्मा की भक्ति - पूज्य बापूजी

किसीने गाली दे दी तो आपको दुःख होता है, किसीने आपकी प्रशंसा कर दी लेकिन वह है आपका दुश्मन तब भी दुःख होगा। दुश्मन आपकी सराहना करता है तो आपको लगेगा कि व्यंग्य कर रहा है। मित्र आपको गाली देगा तो कहोगे कि 'मैंने क्या बिगाड़ा है, ऐसा कैसे बोलते हैं लोगों के सामने।' लेकिन 'मित्र की गहराई में वह कौन प्रेरणा कर रहा है, शत्रु की गहराई में भी वह कौन प्रेरणा कर रहा है' - ऐसा बुद्धियोग होगा तो आपके हृदय में भगवान के लिए धन्यवाद पैदा होगा कि 'मित्र के द्वारा भी मजाक तुम्हीं करा रहे हो और शत्रु के द्वारा भी लीला तुम्हीं करा रहे हो।' शत्रु, मित्र अपने कर्म का फल जानें, तुम्हारे हृदय में भगवान फलित हो जायेंगे। क्या बढ़िया बात है ! आप अपने हृदय में भगवान को फलित करो। न दुःख को फलित करो न सुख को फलित करो, न चिंता को फलित करो न कर्मबंधन को फलित करो... हृदय में फलश्रुति भगवान हों।

रात को स्वप्न में रंग-बिरंगे दृश्य दिखते हैं और आह्लाद होता है उसके पीछे किसका हाथ है ? उसी सर्वनियंता अंतर्यामी परमेश्वर का। भ्रष्ट लोगों के साथ जीते हैं तो बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है लेकिन संत के सान्निध्य में आते हैं तो बुद्धि शुद्ध होती है। शुद्ध बुद्धि के धनी भी तुम्हीं हो। गटरों का, नालों का कितना गंदा पानी नदियों में जाता है, नदियों का समुद्र में जाता है फिर उसी समुद्र के वाष्प से बादल बनते हैं, वे बरसकर गंगाजी, यमुनाजी, नर्मदाजी बनते हैं और लोगों के पाप-ताप हरते हैं। इस सबके पीछे किसका हाथ है ? उसी समुद्र का तरंगित जल लोगों की थकान और संकीर्णता हर लेता है, मन को व्यापक बना देता है। समुद्र को कौन उछाल रहा है ? बोले : 'हवाएँ।' हवाओं को गति कौन दे रहा है ? कोई सरकार दे रही है ? कोई राजा दे रहा है ? तुम-हम दे रहे हैं ? सबके पीछे हाथ किसका है ? उस परमात्मा का ! वाह मेरे रब !

करन करावनहार सुआमी । सगल घटा के अंतरजामी ।।
कहु नानक सभ तेरी वडिआई...

उधर दृष्टि रखो तो चलते-फिरते-खेलते रब का दर्शन, रब की भक्ति, रब का आनंद, रब का आह्लाद ! आँखें मूँद के ध्यान-भजन करना कुछ समय तक होता है, सतत तो नहीं होता लेकिन यह ज्ञान है तो ध्यान के समय ध्यान और व्यवहार के समय भी हर क्रिया में उसीका (परमात्मा का) हाथ दिखेगा।

रजि. समाचार पत्र

लोक कल्याण सेतु

(हिन्दी, गुजराती, मराठी व ओड़िया भाषाओं में प्रकाशित)

वर्ष : २७ अंक : ६ (निरंतर अंक : ३१८)
प्रकाशन दिनांक : १५ दिसम्बर २०२३ मूल्य : ₹४.५०
पृष्ठ संख्या : ३० (आवरण पृष्ठ सहित) भाषा : हिन्दी

सम्पर्क पता :
'लोक कल्याण सेतु' कार्यालय, संत श्री आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-५ (गुज.)
फोन : (०७९) ६१२१०७३९

सदस्यता शुल्क :

भारत में :		विदेशों में :	
(१) वार्षिक :	₹४५	(१) पंचवार्षिक :	US $५०
(२) द्विवार्षिक :	₹८०	(२) आजीवन :	US $१२५
(३) पंचवार्षिक :	₹१९५		
(४) आजीवन :	₹४७५		

✻ विभिन्न चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग ✻

अनादि	DIGIANA DIVYA JYOTI	Asharamji Bapu	सेवाकार्य भी Asharamji Ashram	Mangalmay Digital
रोज सुबह ६:३० व रात्रि ११ बजे	रोज रात्रि १० बजे	यूट्यूब चैनल्स		

✻ 'अनादि' चैनल टाटा प्ले (चैनल नं. ११६१), एयरटेल (चैनल नं. ३७९) व म.प्र., छ.ग., उ.खं. के विभिन्न केबलों पर उपलब्ध है।
✻ 'डिजियाना दिव्य ज्योति' चैनल मध्य प्रदेश में 'डिजियाना' केबल (चैनल नं. १०९) पर उपलब्ध है।

लोक कल्याण सेतु ई-मैगजीन के रूप में भी पढ सकते है। ई-मैगजीन अथवा हार्ड कॉपी के सदस्य बनने के लिए क्लीक करो...
www.lokkalyansetu.org

लोक कल्याण सेतु रुद्राक्ष मनका योजना :

पूज्य बापूजी के करकमलों से स्पर्शित रुद्राक्ष मनका या जप-माला प्राप्त करने का स्वर्णिम अवसर !...सभी साधक एवं सेवाधारी 'लोक कल्याण सेतु' की इस योजना का लाभ ले सकते हैं।

इस अंक में...

- **अयोध्या राममंदिर उद्घाटन की वेला में...**

कवर स्टोरी विश्वभर के सनातन धर्म प्रेमियों का वर्षों का संकल्प संतों-महापुरुषों के आशीर्वाद से मूर्तरूप ले चुका है। अयोध्या में श्रीराम मंदिर का उद्घाटन हो रहा है। एक और अयोध्या हम सबके साथ रहती है और उसमें भी राम का प्राकट्य होना चाहिए... ४

- युवाओं व किशोरों में बढ़ रहा है ड्रग्स का सेवन : शोध..... ७
- कुछ दिन के मेहमान ! – संत पथिकजी.....८
- मकर संक्रांति का उद्देश्य व सूर्योपासना का महत्त्व..... ९
- तो दुःख, कष्ट, समस्याएँ स्वयं भागने लगेंगे..... ११
- सबसे प्रदूषित शहर है दिल्ली : सर्वेक्षण – अलख महता..... १३
- पर्यावरण व स्वास्थ्य के लिए घातक है मांसाहार : सर्वेक्षण – धीरज चव्हाण..... १६
- इन दैवी गुणों ने दिलायी गांधीजी को सफलता.....१७
- बापूजी के प्यारों ने अनोखे अंदाज में मनाया दीपोत्सव.....१८
- दीपावली शिविर में लाभान्वित शिविरार्थियों के उद्गार.....२०
- सपने की गोली का चमत्कार – मधुस्मिता रावत.....२३
  आलूप्रेमी सावधान ! आलू–सेवन खतरे से खाली नहीं.....२२
- पश्चिमी कल्चर का अनुकरण कर युवा कर रहे हैं जीवन बरबाद : न्यायालय.....२५
- बलसंवर्धक पुष्टिदायी प्रयोग.....२७
  कर्जनाशक भौमप्रदोष व्रत..... २७
- क्या है पिंडाकाश, ब्रह्मांडाकाश, महाकाश व चिदाकाश ?...२८

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, पौंटा साहिब, सिरमौर, (हि.प्र.) -१७३०२५ | **सम्पादक :** रणवीर सिंह चौधरी

Email: lokkalyansetu@ashram.org, ashramindia@ashram.org Website: www.lokkalyansetu.org, www.ashram.org

दशरथनंदन श्रीराम बड़ों का आदर करते, अपने जैसों से स्नेह से व्यवहार करते और छोटों से दयापूर्ण व्यवहार करते। कोई सौ-सौ गलतियाँ कर लेता किंतु रामजी उसके प्रति मन में गाँठ नहीं बाँधते और कोई उनकी भलाई या सहयोग करता तो उसका उपकार नहीं भूलते थे। ऐसे थे मर्यादापुरुषोत्तम रामजी।...

विश्वभर के सनातन धर्म प्रेमियों का वर्षों का संकल्प संतों-महापुरुषों के आशीर्वाद से मूर्तरूप ले चुका है। अयोध्या में श्रीराम मंदिर का उद्घाटन हो रहा है।

एक और अयोध्या हम सबके साथ रहती है और उसमें भी राम का प्राकट्य होना चाहिए। हमारी देहरूपी अयोध्या नगरी में हृदयरूपी मंदिर में आत्मारूपी राम का प्राकट्य करने हेतु हमें मनुष्य-जन्म मिला है। यह प्राकट्य करने हेतु संकल्प करें कि हम भगवान श्रीरामजी के पावन आदर्शों पर चलकर अपना जीवन उन्नत करेंगे। भगवान श्रीरामजी के जीवन-आदर्शों का वाचन, श्रवण, चिंतन, मनन और उसे आचरण में लाने का संकल्प निश्चित ही हमारे हृदय-मंदिर में राम-तत्त्व प्रकटाने में मददरूप होगा। श्रीरामचन्द्रजी का अनुकरणीय आदर्श जीवन पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत से :

धर्म का साक्षात् विग्रह : श्रीरामजी

वाल्मीकि रामायण में श्रीरामजी को भगवान के रूप में नहीं बल्कि नर रूप में दर्शाया गया है क्योंकि श्रीरामजी नर तन में थे और नर-मर्यादा में जी रहे थे। सीताजी को रावण ले गया तो 'हाय सीते !... सीते !!... सीते !!!...' कहकर विलाप करने लगे। परात्पर भगवान नारायण एक स्त्री के लिए क्यों रोयेंगे ? रामचन्द्रजी नरलीला कर रहे थे। भले कैसे भी हो लेकिन नर रूप में एक-दूसरे के प्रति अपना कर्तव्य कैसे निर्वाह करना चाहिए,

मकर संक्रांति का उद्देश्य व

सूर्योपासना का महत्त्व

सूर्य की किरणों में जो रोगप्रतिकारक शक्ति है, रोगनाशिनी शक्ति है वह दुनिया की सब औषधियों को मिलाकर भी नहीं मिलती है। डॉक्टर सोले कहते हैं : ''सूर्य में जितनी रोगनाशक शक्ति है उतनी संसार के अन्य किसी पदार्थ में नहीं है। कैंसर, नासूर, भगंदर आदि दुःसाध्य रोग, जो बिजली या रेडियम के प्रयोग से भी ठीक नहीं किये जा सकते, वे सूर्य-रश्मियों के प्रयोग से ठीक होते हुए मैंने देखे हैं...

१५ जनवरी को मकर संक्रांति का महापर्व है। यह सूर्योपासना का और जीवन को उन्नत करने का पर्व है। इस पर्व से हम अपने जीवन को कैसे उन्नत कर सकते हैं यह संदेश देते हुए ब्रह्मवेत्ता संत पूज्य बापूजी कहते हैं :

यह उत्तरायण आपके लिए सदा का उत्तरायण बन जाय, इसके लिए गाँठ बाँध लो। जैसा चिंतन करने के संस्कार होते हैं, जैसे कर्म होते हैं, जैसा संग होता है वैसी गति होती है। तो चिंतन उन्नत रखो, कर्म उन्नत करो, संग उन्नत करो। दक्षिणायन हो चाहे उत्तरायण हो, उन्नत चिंतन आपको उन्नत करेगा। जिसने उन्नत चिंतन किया

स्वामी विवेकानंदजी जयंती, राष्ट्रीय युवा दिवस : १२ जनवरी

...तो दुःख, कष्ट, समस्याएँ

स्वयं भागने लगेंगे

इससे जीवन में हमें यही शिक्षा लेनी होगी कि जो कुछ भयानक है उसका डटकर सामना करना होगा, साहसपूर्वक उसके सामने खड़े होना पड़ेगा। जैसे बंदरों का डटकर सामना करने पर वे भाग गये वैसे ही हमारे जीवन में जो कठिनाइयाँ आती हैं उनका सामना करने पर वे भाग जाती हैं। यदि हमें स्वाधीनता प्राप्त करनी हो तो हम प्रकृति से भागकर नहीं अपितु उस पर विजय प्राप्त करके ही उसे पा सकेंगे। कायर कभी विजयी नहीं हो सकता।

दुःख, कष्ट, समस्याएँ तो सभीके जीवन में आती हैं, इनसे कैसे निपटें इसकी सुंदर सीख देता है स्वामी विवेकानंदजी के जीवन का यह प्रसंग, जिसका उल्लेख वे अपने प्रवचनों में किया करते थे :

एक बार मैं बनारस में एक रास्ते से जा रहा था। वहाँ एक ओर विशाल तालाब और दूसरी ओर ऊँची दीवार थी। वहाँ बहुत-से बंदर थे। काशी के बंदर बड़े शैतान और कभी-कभी खूब उत्पाती होते हैं। उन्होंने निश्चय किया कि वे मुझे उस रास्ते से नहीं जाने देंगे। अतः जब मैं उधर पहुँचा तो वे चीखते-चिल्लाते हुए मेरे निकट आने लगे। उनको पास आया देखकर मैं भागने लगा परंतु मैं जितनी तेजी से दौड़ता वे उससे भी अधिक वेग से आते हुए दाँत निकाल के किचकिचाने लगते।

पर्यावरण व स्वास्थ्य के लिए घातक है

मांसाहार

: सर्वेक्षण

ग्लोबल चेंज डाटा लैब' के ऑनलाइन प्रकाशन के अनुसार '१ किलो गौ व भेड़-बकरे का मांस-उत्पादन क्रमशः ९९.४८, ३९.७२ किलो कार्बन डाइऑक्साइड (CO_2) उत्सर्जन के समान है, वहीं १ किलो चावल, दूध, गेहूँ का उत्पादन क्रमशः ४.४५, ३.१५, १.५७ किलो कार्बन डाइऑक्साइड उत्सर्जन के समान है।' वातावरण में अधिक CO_2 उत्सर्जन से ग्लोबल वॉर्मिंग की सम्भावना बढ़ती है।

मांसाहारियों को बना रहता है हार्ट-अटैक का खतरा

अन्य शोधकर्ताओं ने पाया कि 'मांस में मौजूद सैचुरेटेड फैट्स के कारण उसके सेवन से कोलेस्ट्रॉल का स्तर बढ़ता है और हार्ट-अटैक, ब्रेन स्ट्रोक आदि के खतरे में वृद्धि होती है। पशुओं के मांस को अधिक तापमान पर जरूरत से ज्यादा पकाने से हेटरोसाइक्लिक अमाइन्स (HCAs) और पॉलीसाइक्लिक एरोमैटिक हाइड्रोकार्बन्स (PAHs) नामक हानिकारक कैंसर-उत्पादक रसायन बनते हैं।'

उक्त शोध सुस्पष्ट करते हैं कि मांसाहार करनेवाले अपनी तंदुरुस्ती तो खो ही रहे हैं, साथ ही वातावरण को प्रदूषित व पर्यावरण को असंतुलित करके जो मांसाहार नहीं करते उन निरपराध लोगों के स्वास्थ्य की भी कब्र खोद रहे हैं! सूत्रों का कहना है कि कई लोग एक ओर ग्लोबल वॉर्मिंग को दूर करने के विषय को लेकर बड़ी-बड़ी सम्मिट्स (सम्मेलनों) में अच्छे-खासे वक्तव्य तो दे देते हैं पर जिस मांसाहार से यह समस्या अग्नि में घी की आहुति की तरह अधिकाधिक विकराल रूप धारण कर रही है उस मांसाहार को न तो स्वयं छोड़ते हैं और न ही दूसरों को छोड़ने के लिए प्रेरित करते हैं। यह कैसी घोर विडम्बना है! इसे शीघ्र ही दूर किया जाना चाहिए और प्राणिमात्र व विश्व के कल्याण के लिए मांसाहार को प्रतिबंधित करने हेतु कानून बनाया जाना चाहिए ऐसी माँग हो रही है।

- धीरज चव्हाण

आलूप्रेमी सावधान !

आलू-सेवन खतरे से खाली नहीं

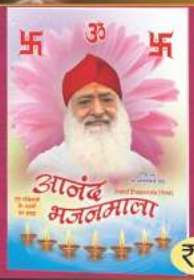
तले हुए आलू के सेवन से हो रही हैं डिप्रेशनसहित कई बीमारियाँ : शोध

चरक संहिता में आलू को कंदों में सबसे अधिक अहितकर बताया गया है। आधुनिक शोधकर्ता भी आलू की कई हानियाँ बता रहे हैं। हाल ही में हुए एक शोध के अनुसार 'तले हुए आलू खाने से चिंता व अवसाद (depression) के साथ मोटापा, हृदयरोग, मधुमेह (diabetes) व तंत्रिका-तंत्र (nervous system) संबंधी रोगों का खतरा बढ़ता है।'

यू.के. की फूड स्टैंडर्ड्स एजेंसी (FSA) ने भी चेताया है कि अधिक पकाये हुए आलू के सेवन से कैंसर का खतरा बढ़ जाता है। अमेरिकी मीडिया का कहना है कि 'जो लोग हफ्ते में दो या दो से अधिक बार तले हुए आलू खाते हैं उनकी अकाल मृत्यु का खतरा न खानेवालों की अपेक्षा दुगना हो जाता है।'

ऐसे बनाया जा रहा है तेजाबी आलू

उत्तर प्रदेश, बिहार, झारखंड आदि कई राज्यों से पुराने आलू को नया बनाने की आ रहीं खबरों ने सबको चौंका दिया है। मुनाफाखोर जमीन में गड्ढा बनाकर उसमें पानी भर देते हैं और तेजाब, मिट्टी व गेरुआ रंग मिला देते हैं फिर कोल्ड स्टोर से निकाले पुराने आलू इस मिश्रण में रखते हैं। तेजाब के प्रभाव से पुराने आलू की ऊपरी परत झुलस जाती है और



भगवद्-ज्ञान की रसधार

आनंद भजनमाला

श्रद्धा, भक्ति, प्रभुप्रीति की ज्योत जगानेवाले, गुरुनिष्ठा, ज्ञान, वैराग्य, विवेक बढ़ानेवाले भजनों का संग्रह

₹ ३

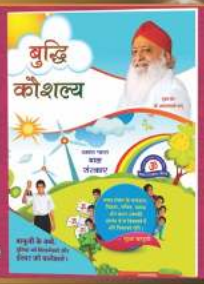
नूतन सत्साहित्य

बुद्धि कौशल्य

बच्चों के लिए खास

बच्चों के विवेक को प्रखर, बुद्धि को कुशाग्र एवं संस्कारी बनाने में सहायक

₹ ३०



पूज्य बापूजी के अमृत-वचनों से सुसज्जित

दीवाल घड़ी

₹ २००

अलार्म घड़ी

₹ १४०

₹ ६००
५०० ग्राम

ब्राह्म रसायन जीवनीशक्ति को बढ़ानेवाला एक उत्तम रसायन

इसके सेवन से शरीर की दुर्बलता और दिमाग की कमजोरी दूर होकर आयु, बल, कांति तथा स्मरणशक्ति की वृद्धि होती है। खाँसी, दमा (asthma), क्षयरोग (T.B.), कब्जियत आदि रोग दूर हो शरीर में स्थायी ताकत पैदा होती है। यह उत्तम रसायन होने के कारण जीवनीशक्ति को बढ़ानेवाला है।

पौष्टिकता से भरपूर द्राक्षावलेह

शक्ति, चुस्ती व स्फूर्ति प्रदायक यह औषधि अरुचि, खून की कमी, शारीरिक कमजोरी एवं अम्लपित्त (hyperacidity) में लाभदायी है। यह यकृत (liver) के लिए लाभकारी है एवं रोगप्रतिरोधक क्षमता (immunity) बढ़ाता है। पौष्टिक तत्त्वों से भरपूर है।

₹ २७०
५०० ग्राम

₹ ५०
६० गोलियाँ

शक्ति सुरक्षा वीर्य, बल व ओज का संरक्षक

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 आदि समस्याओं की यह बेजोड़ औषधि है।

₹ २००
६० गोलियाँ

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।

ओजस्वी पेय (Herbal Tea)

यह मेधाशक्ति, नेत्रज्योति व ओज वर्धक तथा जठराग्नि-प्रदीपक, हृदय-बलवर्धक, रक्तशुद्धिकर, अस्थि-पुष्टिकारक, पाचक व कृमिनाशक है।

₹ ६०
२०० ग्राम

स्मृतिवर्धक, रक्तशुद्धिकर व विविध रोगों में लाभदायी तुलसी अर्क

तुलसी अर्क स्मृति, सौंदर्य व बल वर्धक तथा कीटाणु और विष नाशक है। यह हृदय के लिए हितकर तथा ब्रह्मचर्य-पालन में सहायक है। यह रक्त में से अतिरिक्त स्निग्धांश (LDL) को हटाकर रक्त को शुद्ध करता है। सर्दी-जुकाम, खाँसी, बुखार, दस्त, उलटी, हिचकी, दमा, मुख की दुर्गंध, मंदाग्नि, पेचिश, कृमि, स्मृतिह्रास आदि रोगों में लाभदायी है।

₹ ४०
२१० मि.ली.

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

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

घर-घर कैलेंडर 'दिव्य दर्शन' अभियान (वर्ष २०२४)

साधकगण एवं युवा सेवा संघ के सेवादार भाई इस अभियान के अंतर्गत साधकों, मित्रों, रिश्तेदारों एवं परिचितों के घर जाकर उन्हें दीवाल दिनदर्शिका (वॉल कैलेंडर), पॉकेट कैलेंडर व डायरी पहुँचाने की सेवा का लाभ लें।

प्राप्ति : संत श्री आशारामजी आश्रमों में सत्साहित्य सेवा केन्द्रों पर तथा श्री योग वेदांत सेवा समितियों एवं साधक-परिवारों के सेवा केन्द्रों पर। ऑनलाइन ऑर्डर हेतु : **www.ashramestore.com/calendar** सम्पर्क : (०७९) ६१२१०७३२ (साहित्य विभाग), ६१२१०७६१ (युवा सेवा संघ मुख्यालय)

विशेष : प्रति कैलेंडर मूल्य ₹ १५ मात्र। ८ कैलेंडर लेने पर ₹ २० की आकर्षक छूट के साथ आपको देने हैं मात्र ₹ १००!
२५० या इससे ज्यादा कैलेंडर का ऑर्डर देने पर आप अपना नाम एवं फर्म, दुकान आदि का नाम-पता छपवा सकते हैं।
२५० से ९९९ तक छपवाने पर मूल्य ₹ १५.५० तथा १००० या उससे अधिक छपवाने पर मूल्य ₹ १४.५० प्रति कैलेंडर रहेगा।

'योग व उच्च संस्कार शिक्षा कार्यक्रम' बन रहे भावी पीढ़ी के उज्ज्वल भविष्य का आधार

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

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।

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।

जाहिदी खजूर पोषक तत्त्वों से भरपूर, सेहत का खजाना

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

आश्रम के मासिक प्रकाशन लोक कल्याण सेतु, ऋषि प्रसाद व ऋषि दर्शन की सदस्यता हेतु स्कैन करें : Lok Kalyan Setu Rishi Prasad Rishi Darshan

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, पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५ **सम्पादक :** रणवीर सिंह चौधरी