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 अप्रैल २०२६ ● वर्ष : २९ ● अंक : १० (निरंतर अंक : ३४६) ● भाषा : हिन्दी ● पृष्ठ संख्या : २० (आवरण पृष्ठ सहित)

पूज्य संत
श्री आशारामजी बापू

जो ब्रह्मवेत्ता गुरु का उपकार भूलता है वह बहुत बड़ा अपराध करता है । उसकी बुद्धि ऐसी मारी जाती है कि वह अपने को पतन की खाई में ले जाता है । और ऐसे गुरु के प्रति जो अहोभाव रखता है वह प्रेमाभक्ति, परमात्म-रस पाकर जीवन धन्य कर लेता है । - पूज्य बापूजी

आसक्ति कैसे मिटे ?

पूज्य संत
श्री आशारामजी बापू
के सत्संग से

जब तक आत्मज्ञान का, आत्मरस का प्रसाद नहीं मिलता है तब तक अनासक्ति के साम्राज्य का महत्त्व नहीं पता चलता है ।

संसक्त (सांसारिक विषय-वासना में आसक्त) पुरुष एक जन्म से दूसरे जन्म में, एक इच्छा से दूसरी इच्छा में, एक कर्म से दूसरे कर्म में लेपायमान होता ही चला जाता है, गिरता ही चला जाता है। संसक्त पुरुष का मतलब यहाँ क्या है ? जीव। आसक्त पुरुष बंधन में पड़ जाते हैं। कर्म में उनकी आस्था होती है, कर्तृत्वबुद्धि होती है और उसका फल उनको मिलता है।

दूसरे पुरुष होते हैं असंसक्त पुरुष, जो आत्मसाक्षात्कार करके लेते-देते, मिलते-बिछड़ते, खाते-पीते, हँसते-खेलते हुए अनासक्त रहते हैं। युद्ध करते हैं, राज्य है तो राज्य करते हैं लेकिन चित्त से कहीं आसक्त नहीं होते हैं।

तो एक हुई साधारण चित्त की अवस्था और दूसरी हुई सिद्धपुरुषों के चित्त की अवस्था। अब साधारण चित्त से और सिद्धपुरुष के चित्त से - दोनों से तालमेल रखनेवाले तीसरे होते हैं साधक। साधक जब आसक्त पुरुषों के सम्पर्क में आता है तो साधक की आसक्ति बढ़ जाती है और अनासक्त पुरुषों के सम्पर्क में आता है तो साधक के चित्त में भी अनासक्ति की सुगंध आने लगती है। तो शास्त्रों में ज्ञानवानों (आत्मज्ञानी महापुरुषों) और साधारण लोगों के चित्त का वर्णन बताया गया है। क्यों बताया गया ? कि मनुष्य जो है वह अपना दीया आप बने। ज्ञानी की दृष्टि तथा ऊँचाई और अज्ञानी की दृष्टि व निचाई ये दोनों शास्त्र हमारे सामने रखता है। तो हमें अज्ञानी की दृष्टि पोसनी नहीं है, हमें अज्ञानी की दृष्टि छोड़नी है और ज्ञानी की दृष्टि पोसनी चाहिए।

साधक है बीच का - अत्यंत आसक्त भी नहीं और पूर्ण अनासक्त भी नहीं। तो उस बीच के साधक के लिए ऐसा कोई साधन होना चाहिए कि वह अनासक्त पुरुषों की स्थिति में पहुँच जाय। तो जब-जब इच्छा उठे तो उस इच्छा को बारीकी से देखे, विचार करे कि 'यह जो इच्छा उठी है इसको पूरी करने से क्या लाभ हो जायेगा ? और ऐसी इच्छाएँ पहले कई बार पूरी हो गयीं तो क्या मिला ? अगर पूरी नहीं हुई तो क्या हानि हो जायेगी ? हम जो सर्वोपरि लाभ चाहते हैं अनासक्ति का, ईश्वरप्राप्ति का, मुक्ति का वह लाभ यह इच्छा पूरी करने से होगा कि उस लाभ में नुकसान पड़ेगा अथवा तो उस लाभ के साथ इसका कोई विशेष संबंध ही नहीं है ?' इस प्रकार का विवेक जगाये तो अनासक्ति बढ़ाने में मदद मिल जायेगी। **यस्य ज्ञानमयं तपः ।** इस प्रकार का विवेक करे फिर भी फिसलेगा पर घबराये नहीं, फिर से विवेक करे, दोबारा वही गलती न हो ऐसी सावधानी रखे, प्रार्थना करे फिर दृढ़ता लाये। फिर से फिसले तो फिर से विवेक करे... पार हो जायेगा।

विश्व पर्यावरण दिवस : ५ जून

बाह्य एवं आंतरिक पर्यावरण की शुद्धि :

पूज्य बापूजी का

दिव्य दृष्टिकोण

आज जब विश्व पर्यावरण-संकट की गहरी खाई में खड़ा है तब पूज्य बापूजी का यह समग्र दृष्टिकोण एक दीपस्तम्भ की तरह मार्गदर्शन करता है। बाहरी प्रकृति को बचाने के साथ-साथ मनुष्य के भीतर की प्रकृति को शुद्ध करना - यही पूज्यश्री का अनूठा और सम्पूर्ण पर्यावरण-दर्शन है।

संतों की दृष्टि में

पूज्य बापूजी का दिव्य गौरव

बापूजी ने करोड़ों मनुष्यों को मनुष्य बना दिया, भक्तिवान, देशप्रेमी बना दिया। उनको फँसाने के लिए विदेशी चाल थी। बाकी बापू, बापू हैं, अवतार हैं। आज भी पूजे जाते हैं और धरती रहेगी तब तक पूजे जायेंगे।

श्री बटुक मोरारी (महेश भगत), श्रीराम कथाकार :

आशारामजी बापू ने जो काम हिन्दुस्तान में किया है ऐसा कोई संत कर नहीं सकेगा। आज जो इच्छाएँ हिन्दुओं की पूरी हुई हैं वे बापूजी की ताकत से हुई हैं। क्योंकि सनातन में हमने किसीके मंडप में इतने लाख जनता नहीं देखी जितनी बापूजी के सत्संग-पंडाल में देखी। बापूजी ने करोड़ों मनुष्यों को मनुष्य बना दिया, भक्तिवान, देशप्रेमी बना दिया। उनको फँसाने के लिए विदेशी चाल थी। बाकी बापू, बापू हैं, अवतार हैं। आज भी पूजे जाते हैं और धरती रहेगी तब तक पूजे जायेंगे।

खेल के मैदान बनाओ, अच्छी बात है परंतु जो आश्रम विश्व की आध्यात्मिक उन्नति का केन्द्र है उस जगह की एक तह तक नहीं हटानी चाहिए।

महंत डॉ. स्वामी आदित्यानंद गिरि, श्री पंचायती निरंजनी अखाड़ा :

आशाराम बापू के बारे में जितना कहा जाय, कम है। उन्होंने निम्न वर्ग से लेकर समस्त वर्गों को समरस करते हुए सनातन धर्म का प्रचार किया। लोगों को विसंगतियों, रूढ़िवाद से हटाकर ईश्वर-भजन में लगाया।

कितने करोड़ लोगों को उन्होंने भगवन्नाम का प्रसाद देकर उनका जीवन धन्य किया। ऐसे संत के ऊपर नाना किस्म के झूठे अभियोग लगाने का जो कार्य किया गया उसका प्रायश्चित जिन्होंने यह कार्य किया उनको करना ही पड़ेगा।

देश-विदेश के बुद्धिजीवियों की राय

पश्चिमी शिक्षा के बजाय
भारत में दी जाय आध्यात्मिक शिक्षा

प्राचीन भारतीय शिक्षा का उद्देश्य युवाओं के मन में तथ्य भरना नहीं था बल्कि आत्मखोज की ज्वाला प्रज्वलित करना था। भारत की पारम्परिक शिक्षा-व्यवस्था गुरुकुल-पद्धति इसी समग्र दृष्टि को अपनाती थी। वहाँ विद्यार्थियों को केवल तर्कशास्त्र और भाषाविज्ञान ही नहीं सिखाया जाता था बल्कि विनम्रता, आत्मनिर्भरता और आध्यात्मिक अनुशासन भी सिखाया जाता था।

क्या हमने इस बात पर विचार किया है कि आज हमारे युवानों के पास पदवियाँ बढ़ रही हैं फिर भी उनके जीवन में भीतर से खालीपन क्यों है ? शिक्षित होकर भी वे दिशाहीन क्यों हैं ? कारण कि हम अपनी जड़ों को, गौरवशाली प्राचीन शिक्षा-प्रणाली को भूल गये हैं और उसकी महत्ता से अनजान हैं।

क्षमता निर्माण आयोग (CBC) के सदस्य एवं प्रतिष्ठित लेखक डॉ. आर. बालासुब्रमण्यम ने इस

विषय का संज्ञान लेते हुए कुछ समय पूर्व कहा : ''हमने पिछली शताब्दी पश्चिम से शिक्षा-संबंधी नमूने उधार लेने में बितायी और इस दौरान हम अपनी ही ज्ञान-परम्पराओं और नैतिक मूल्यों से धीरे-धीरे दूर होते गये। इसका परिणाम यह हुआ है कि हमारी शिक्षा-व्यवस्था युवाओं को आजीविका कमाने के लिए तो तैयार करती है परंतु उन्हें जीवन को समग्र रूप से और उद्देश्यपूर्ण ढंग

दिल्ली शब्दोत्सव २०२६ में हुई गर्जना

जहाँ से 'इतिहास' शब्द मिला

उसीको इतिहासरहित बता रहे हो ?

भारत का इतिहास यूरोपीय इतिहास की तरह केवल युद्धों और राजाओं की सूचियों तक सीमित नहीं है, यहाँ अतीत का वर्णन उपनिषदों तथा रामायण, महाभारत आदि महाकाव्यों, पुराणों, वंशावलियों और अन्य ग्रंथों के माध्यम से सुरक्षित रखा गया। इसके बावजूद अंग्रेजों ने हमारे ग्रंथों को कल्पित कहकर नकारने का प्रयास किया ताकि हमारी आस्था हमारी संस्कृति में न रहे।

ब्रिटिश राज में यूरोपीय विद्वानों ने जानबूझकर यह प्रचारित किया कि भारत में कोई व्यवस्थित इतिहास नहीं है। उनकी दृष्टि में इतिहास माने तिथियों, युद्धों और राजाओं की सूची है जबकि भारत में 'इतिहास' शब्द अपने में बहुत व्यापक अर्थ एवं उद्देश्य समाये हुए है। भारत का इतिहास यूरोपीय इतिहास की तरह केवल युद्धों और राजाओं की सूचियों तक सीमित नहीं है, यहाँ अतीत का वर्णन उपनिषदों तथा रामायण, महाभारत आदि महाकाव्यों, पुराणों, वंशावलियों और अन्य ग्रंथों के माध्यम से सुरक्षित रखा गया। इसके बावजूद

गर्मी में ठंडक और ऊर्जा का प्राकृतिक स्रोत :

सत्तू

सभी सत्तू पचने में हलके होते हैं। ये तृप्ति व शक्ति देनेवाले, थकान को मिटानेवाले होते हैं। जिन्हें बार-बार भूख लगती है - उनके लिए फायदेमंद हैं। गर्मी के कारण आँखें लाल होना, आँखों में जलन होना या आँखों से पानी आना तथा थकान होना - इन समस्याओं में इसका सेवन हितकारी है। जिन्हें मोटापा है वे जौ का सत्तू लें तथा जो दुबले-पतले हैं, वजन बढ़ाना चाहते हैं वे गेहूँ या चने के सत्तू का सेवन करें।

गर्मियों में शरीर को ठंडक व ऊर्जा देने के लिए सत्तू का सेवन लाभकारी है। गेहूँ, जौ, चना तथा मसूर आदि से विभिन्न प्रकार के सत्तू बनाये जाते हैं। अलग-अलग अनाजों को मिला के भी सत्तू बना सकते हैं।

लाभ : प्रायः सभी सत्तू पचने में हलके होते हैं।

अजगैबी ग्राहक

– पूज्य बापूजी

''जब जो काम करो न, उसमें तदाकार हो जाओ। तू मूर्ति बनाता है लेकिन ग्राहक के लिए मत बना, मूर्ति बना तो भगवान के लिए बना। ऐसी भावना किया कर कि 'ग्राहक में भगवान हैं, मेरे भगवान को संतुष्ट करने के लिए मैं काम कर रहा हूँ।' तू जो भी काम कर ईश्वर के लिए कर, तेरे को अपने काम से ही भगवान मिल जायेंगे।''

एक शिष्य था। उसने गुरु को कहा कि ''गुरुदेव ! मुझे भगवान का दर्शन करना है।''

गुरु ने पूछा : ''बेटा ! तू क्या काम करता है ?''

शिष्य : ''गुरुदेव ! मैं चित्रकार हूँ, मूर्तियाँ बनाता हूँ।''

''जब जो काम करो न, उसमें तदाकार हो जाओ। तू मूर्ति बनाता है लेकिन ग्राहक के लिए मत बना, मूर्ति बना तो भगवान के लिए बना। ऐसी भावना किया कर कि 'ग्राहक में भगवान हैं, मेरे भगवान को संतुष्ट करने के लिए मैं काम कर रहा हूँ।' तू जो भी काम कर ईश्वर के लिए कर, तेरे को अपने काम से ही भगवान मिल जायेंगे।''

उसकी अटूट श्रद्धा थी। बाबाजी के चरणों में हफ्ते में एक बार, दो बार, तीन बार – जैसा समय मिलता आ के घंटों भर बैठता था, ध्यान करता था, सत्संग सुनता था। उसने बाबाजी का आदेश शिरोधार्य किया। बहुत कम बोले, इधर-उधर फालतू देखे नहीं, फालतू खाये नहीं, फालतू सुने नहीं।

गुरु के बताये अनुसार वह शिल्पकाम करता था। करते-करते उसकी भावना दृढ़ हुई।

गर्मी से राहत दिलानेवाले

शीतलता-प्रदायक, स्वादिष्ट, गुणकारी पेय व स्वास्थ्यवर्धक शरबत

लीची पेय : लीची करती है कमजोरी को दूर, शरीर को बनाती है पुष्ट तथा पाचनक्रिया को करती है मजबूत । **सेब पेय :** सेब है उत्तम स्वास्थ्यवर्धक, पोषण और स्वाद से भरपूर । **अनन्नास पेय :** अनन्नास है रोगप्रतिरोधक क्षमता, पाचनशक्ति तथा नेत्रज्योति वर्धक । **मैंगो ओज :** आम है सप्तधातुवर्धक व उत्तम हृदयपोषक । **गुलाब शरबत :** सुमधुर, जायकेदार, शारीरिक व मानसिक थकावट को मिटानेवाला । **पलाश शरबत :** जलन, प्यास आदि में लाभदायक, गर्मी सहने की शक्ति बढ़ानेवाला । **ब्राह्मी शरबत :** स्मरणशक्तिवर्धक, दिमाग को शांत व ठंडा रखने में सहायक ।

हर घूँट में

मधुरता व शक्ति का एहसास

wt. = Net weight

पेय २७० मि.ली. एवं ५०० मि.ली. में भी उपलब्ध !

स्वास्थ्य, बरकत व पुण्य प्रदायक

लक्ष्मीश्च गोमये नित्यं पवित्रा सर्वमङ्गला । (स्कंद पुराण)

'गोमय में परम पवित्र, सर्वमंगलमयी लक्ष्मीजी नित्य निवास करती हैं ।'

गोमय हर्बल साबुन

✲ 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 । ✲ मुँहासों की रोकथाम में मदद कर उन्हें दूर करता है । ✲ चेहरा कांतिमान बनाता है और झुर्रियों को दूर करता है ।

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 होनेवालीं हानियों से रक्षा होती है ।

आँवला-मिश्री चूर्ण बल, आयु-आरोग्य व वीर्य वर्धक

✲ बल, वीर्य, ओज, तेज, कांति, यौवन व आयु वर्धक श्रेष्ठ रसायन ✲ शीतल, उत्तम पित्तशामक, नेत्रों एवं बालों के लिए हितकारी, हड्डियों तथा मांसपेशियों को सशक्त बनानेवाला दिव्य योग ✲ यकृत (liver) की कार्यक्षमता को बढ़ाकर पाचनतंत्र को मजबूत बनानेवाला ✲ सभी आयु के लोगों के लिए पथ्यकर ✲ अम्लपित्त (hyperacidity), अरुचि, कब्ज, बवासीर, स्वप्नदोष, श्वेतप्रदर, पेशाब की जलन आदि समस्याओं में लाभदायी ।

केसर व चंदन युक्त तिलक

✲ बुद्धिबल, सत्त्वबल, मेधाशक्ति, सौंदर्य, तेज व सूझबूझ वर्धक ✲ आज्ञाचक्र को सुविकसित कर विचारशक्ति, निर्णयशक्ति की वृद्धि में सहायक

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

संत श्री आशारामजी आश्रम, अहमदाबाद की सुरक्षा एवं निर्दोष पूज्य बापूजी की ससम्मान रिहाई हेतु विश्व महिला दिवस पर निकालीं रैलियाँ व सौंपे ज्ञापन, किया गया हवन-कार्यक्रम

RNI No. 66693/97
RNP No. GAMC-1253-A/2024-2026
Issued by SSPO's-Ahmedabad City Dn.
Valid up-to 31-12-2026
WPP No. 02/24-26
(Issued by CPMG UK. valid up-to 31-12-2026)
Posting at Dehradun G.P.O. between 18th to 25th of every month.
Publishing on 15th of every month

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 : Lok Kalyan Setu लोक कल्याण सेतु | Rishi Prasad ऋषि प्रसाद | Rishi Darshan ऋषि दर्शन

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम **प्रकाशक :** राकेशसिंह आर. चंदेल **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 :** रणवीर सिंह चौधरी