"संस्कार जागृति मिशन" को समर्पित

!! ओ३म् !!

अंक–02 वर्ष–01, मई 2019 (मासिक)

एक कदम संस्कारों की ओर

संस्कार जागृति

मासिक डिजीटल (ऑन लाइन) पत्रिका

संस्कारों से बड़ी कोई वसीयत नहीं : डा.अर्चना प्रिय आर्य

संस्कार जागृति

''संस्काराद् द्विज उच्यते''

(संस्कारों से परिष्कृत मनुष्य ही द्विज कहलाते हैं)

(भारतीय संस्कृति व संस्कारों को पुनः जागृत करने में अहम भूमिका निभा रही संस्था 'संस्कार जागृति मिशन' को समर्पित डिजीटल पत्रिका)

अंक-02 वर्ष-01, संवत्सर 2076 मई 2019 (मासिक)

मार्गदर्शक
आचार्य सत्यप्रिय आर्य
डा.अर्चना प्रिय आर्य

संपादक
विवेक प्रिय आर्य

सृष्टि संवत्
1960853120

कार्यालय
संस्कार जागृति मिशन
52, ताराधाम कॉलोनी
नियर पुष्पांजलि द्वारिका
टाउनशिप (मथुरा) उ.प्र.

दूरभाष
09719910557
09719601088
09058860992

अनुक्रमणिका

लेख-कविता	पृष्ठ संख्या
वेदवाणी	03
शुभकामना संदेश	04-05
सम्पादकीय	06
संस्कार पद्धति द्वारा मानव का निर्माण करना	07
कवि की कलम से	08
पाप छाया के समान मनुष्य के पीछे लगा रहता है	09
विनाश का मार्ग क्या है?	10
संस्कार जागृति मिशन की गतिविधियां	11-13
संस्कार जागृति मिशन का साहित्य	14
स्वास्थ्य चर्चा	15

'संस्कार जागृति' पत्रिका प्राप्त करने के लिए

अपनी ई-मेल आईडी व व्हाट्सएप नम्बर हमें भेजें........09719910557

वेद वाणी

स्वार्थ त्यागकर पवित्रान्तःकरण से नित्य आपकी वंदना करें

वेद मंत्र

ओ३म् उप त्वाग्रें दिवेदिवे दोषावस्तर्धिया वयम्। नमो भरन्त एमसि।।

-ऋ० १।१।७; साम० पू० १।१।४ ।।

ऋषिः-**मधुच्छन्दाः**।। देवता-**अग्निः**।। छन्दः-**गायत्री**।।

विनय

जब से हम उत्पन्न हुए हैं, दिन के पश्चात् रात और रात के पश्चात् दिन आता-जाता है। प्रतिदिन एक नया-नया दिन और एक नयी-नयी रात आती जाती है। इस प्रकार यह अनवरत, अविश्रांत काल-चक्र चल रहा है। इस काल-चक्र में हम कहां जा रहे हैं? हे मेरे प्रभो! अग्निदेव! तुमने तो ये अहोरात्र इसलिए रचे हैं कि प्रत्येक अहोरात्र के साथ अपनी आत्मिक उन्नति का दायां और बायां पैर आगे बढ़ाते हुए हम प्रतिदिन तुम्हारे निकट पहुंचते जाएं। यदि हम प्रत्येक अहोरात्र के आरंभ में, अर्थात् प्रातःकाल एवं सायंकाल के समय में अपनी बुद्धि द्वारा तुम्हारे आगे झुकते हुए, नमन करते हुए तथा कर्म द्वारा अपने ''नमः'' की भेंट तुम्हारे प्रति लाते हुए, तुम्हारे लिए स्वार्थ त्याग करते हुए चलेंगे तो यह दिन-रात का चक्र हमें एक दिन तुम्हारे चरणों में पहुंचा देगा। इसलिए, हे अग्निरूप परमदेव! हम आज से निश्चय करते हैं कि हम प्रत्येक अहोरात्र को (प्रातःकाल और सायंकाल) अपनी बुद्धि तथा कर्म द्वारा तुम्हें नमस्कार की भेंट चढ़ाते हुए (आत्म-समर्पण व स्वार्थ-त्याग करते हुए) ही अब जीयेंगे और इस तरह जहां प्रत्येक दिन के श्रममय काल में हमारा दायां पैर तुम्हारी ओर बढ़ेगा, वहां प्रत्येक रात्रिकाल में उन्नति का बायां पैर उस उन्नति को स्थिर करता जायेगा। हे प्रभो! ये दिन-रात इसीलिए प्रतिदिन आते हैं। निश्चय ही आज से प्रत्येक अहोरात्र हमें तुम्हारे समीप लाता जायेगा। आज से प्रतिदिन हम स्वार्थ-त्याग द्वारा पवित्रान्तःकरण होते हुए और पवित्रान्तःकरण से प्रातः-सायं तुम्हारी वंदना करते हुए प्रतिदिन तुम्हारी ओर आने लगे हैं, हे प्रभो! प्रतिदिन तुम्हारे समीप आते जा रहे हैं।

शब्दार्थ

अग्ने- हे अग्ने! **वयम्**- हम **दिवे दिवे**- प्रतिदिन **दोषवस्तः**- रात और दिन के समय **धिया**- बुद्धि व कर्म से **नमः भरन्तः**- नमस्कार की भेंट लाते हुए **त्वा**- तेरे **उप**- समीप **एमसि**- आ रहे हैं।

('आचार्य अभयदेव जी' की पुस्तक 'वैदिक विनय' से)

आपके विचार व सुझाव आमंत्रित हैं

प्रिय साथियों आप भी अपने सुझाव, विचार, लेख, कविता, स्वास्थ्य चर्चा हमें भेज सकते हैं, जिन्हें हम अपने अगले अंक में प्रकाशित कर सकें। हमें आपकी प्रतीक्षा रहेगी। E-Mail : sanskarjagratimission@gmail.com 09719910557

शुभकामना संदेश

ओ३म्

'ईशा वास्यमिदं सर्वम्'

श्री विरजानन्द ट्रस्ट

फोन : (0565) 2406431

मसानी चौराहे के पास, वेद मन्दिर, वृन्दावन मार्ग, मथुरा - 281003 (उ. प्र.)

क्रमांक 108

दिनांक 05.05.2019

!! शुभकामना संदेश !!

''संस्कार जागृति मिशन'' द्वारा समाज से विलुप्त होते जा रहे 16 संस्कारों को पुनः स्थापित करने का जो कार्य विगत वर्षों किया जा रहा है, जोकि बहुत प्रशंसनीय कार्य है। मुझे यह जानकर हार्दिक प्रसन्नता हुई कि ''संस्कार जागृति मिशन'' के द्वारा संस्कारों पर की गयी खोज व मिशन द्वारा किये जा रहे कार्यों को प्रचारार्थ ''संस्कार जागृति'' डिजीटल पत्रिका का शुभारंभ किया जा रहा है।

मैं ईश्वर से प्रार्थना करता हूं कि ''संस्कार जागृति मिशन'' दिनों दिन आगे बढते हुए इसी तरह समाजसेवा व अपनी वैदिक संस्कृति बचाये रखने के लिए निरंतर कार्य करता रहे। मेरी ओर से ''संस्कार जागृति'' डिजीटल पत्रिका के शुभारंभ की बहुत-बहुत हार्दिक शुभकामनाएं।

(आचार्य स्वदेश)

अधिष्ठाता

श्री विरजानंद ट्रस्ट वेद मंदिर (मथुरा)

शुभकामना संदेश

रामवीर उपाध्याय

विधायक, सादाबाद
मुख्य सचेतक – ब.स.पा. विधान मण्डल दल
पूर्व ऊर्जा, परिवहन, चिकित्सा–शिक्षा एवं
ग्रामीण समग्र विकास मन्त्री, उ.प्र.

सदस्य विधान सभा उत्तर प्रदेश

दूरभाष नं. : 05722–235710
मोबाइल : 08765954779, 08193967777
ख ● 6 № 220295
आवास – 7/11, लेबर कॉलोनी –हाथरस (उ.प्र.)
ए–9, पार्क रोड, लखनऊ
e-mail : ramveermla@gmail.com

शुभकामना संदेश

प्रिय महोदय,

मुझे यह सुनकर हार्दिक प्रशन्नता हो रही है कि संस्कार जागृति मिशन, मथुरा द्वारा संस्कारों पर की गई खोज व मिशऩ की गतिविधियों के प्रचारार्थ **"संस्कार जागृति"** डिजिटल पत्रिका 2019 प्रथम अंक प्रकाशन किया जा रहा है। मेरी तरफ से इस पत्रिका को हार्दिक शुभकामनायें है। निश्चित रूप से यह पत्रिका सभी के लिए अत्यंत लाभकारी सिद्ध होगी। ऐसी मेरी आशा है।

सधन्यवाद

11.05.2019
(रामवीर उपाध्याय)
विधायक (सादाबाद)
पूर्व ऊर्जा, चिकित्सा–शिक्षा एवं
परिवहन मंत्री, उ0प्र0

श्री विवेक प्रिय आर्य
(संपादक)
संस्कार जागृति पत्रिका

संपादकीय

क्या भारत सुरक्षित हाथों में है?

विवेक प्रिय आर्य
(सम्पादक)

इस समय देश व समाज में घोर हिंसा, अशांति, अराजकता और आतंकवाद व्याप्त है। वेदमाता, गौमाता, धरतीमाता, जननीमाता का पदे-पदे पर अपमान हो रहा है। भाषा, भेष, भोजन, भजन सभी का अराष्ट्रीयकरण शराब, मांस आदि का दौर, दलगति राजनीति, जाति पांति का विष, दहेज का घोरतम अभिशाप, आचार, आहार और व्यवहार का अकल्पनीय पतन, धर्म के नाम पर अधर्म का प्रबलतम चक्रव्यूह, मातृभाषा हिंदी का अपमान आदि से सब दृश्य व्यक्ति, परिवार, समाज और राष्ट्र की सुख शांति को निगल रहे हैं। देश की आजादी को आज 76 वर्ष बीत चुके हैं, स्वतंत्र भारत दुनियां के अन्य विकासशील देशों की तुलना में तेजी से आगे बढ़ता हुआ विकसित देशों की श्रेणी में खड़ा होने की तैयारी कर रहा है।

दरअसल हमारे देश के पुराने नेताओं में तप एवं त्याग पूर्ण रूपेण उनके जीवन में ओतप्रोत था। वे बिना किसी स्वार्थ के अपने पूरे तन, मन, धन से प्रभावी राजनीति करते थे। उनकी राजनीति में धर्म सिद्धांत कूट-कूटकर भरे हुए होते थे। परंतु आज की राजनीति मुख्य रूप से सत्ता प्राप्त करने के उद्देश्य को केन्द्र बिन्दु मानकर किया जाने वाला एक ऐसा पेशा बनकर रह गई, जिसमें अनेक अनपढ़, गुण्डे, बदमाश, स्वार्थी धन प्राप्ति की इच्छा रखने वाले अखबार बाजी व प्रेसनोट की राजनीति पर अपने नाम को जनता के मध्य नियोजित तरीकों से उछालने वाले तथा छलकपट के द्वारा राजनीति के क्षेत्र में अपना नाम रोशन करने की कोशिश करने वालों की भीड नजर आती है। नवनिर्माण के नाम पर विदेशी सहायता और सलाह के मुंहताज रहते हुए हमने अपनी स्वतंत्रता की रजत जयंती तक की यात्रा पूरी की और उसके बाद स्वर्ण जयंती तक आते आते हमने विदेशी अनुकरण और अनुसरण में दुनिया के सभी देशों को पीछे छोड दिया। आश्चर्य की बात है कि भारतीयता का भौंपू बजाते-बजाते अनायास हम अपनी गरिमामय स्वतंत्र चेतना से दूर होते गये। 21वीं सदी में पहुंचते-पहुंचते तो हमने स्वयं को पूर्णरूप से बहुराष्ट्रीय कम्पनियों का गुलाम बनाये रखना सहर्ष स्वीकार कर लिया है। भेष, भाषा, शिक्षा, संस्कार, नीति, नियम और व्यापार, व्यवहार सभी में हमने विदेशी दासता को गर्वपूर्वक अंगीकार कर लिया है। आज भी भारत की अदालतों में 'माई लॉर्ड' जैसे शब्दों से ही सम्बोधन हमारी आत्मा को कथित स्वतंत्रता के 76 वर्षों बाद भी नहीं कचोटता। ऐसे संस्कारों वाला देश स्वयं को स्वतंत्र कह तो सकता है पर स्वतंत्रकर नहीं सकता। इन सब बातों को देखकर मन में प्रश्न खड़े होते हैं- 'क्या भारत सुरक्षित हाथों में है'? क्या हम अपनी जिंदगी और अपना भविष्य इन कुछ नेताओं और अधिकारियों के हाथों में सुरक्षित देखते हैं? ऐसा नहीं है कि हमारी सरकारों पर केवल विदेशी कम्पनियों या विदेशी सरकारों का ही दबाव है, पैसे के लिए नेता और अफसर कुछ भी कर सकते हैं। कितने ही मंत्री और अधिकारी औद्योगिक घरानों के हाथों की कठपुतली बन गये हैं। अब तो खुली बात हो गई है कि कौन सा नेता या अधिकारी किस घराने के साथ है। इन सब को देखकर भारतीय राजनीति और भारतीय जनतंत्र पर एक बहुत बड़ा सवालिया निशान लगता है।

विवेक प्रिय आर्य

(विवेक प्रिय आर्य)

सम्पादक : संस्कार जागृति (डिजीटल पत्रिका)

संस्कार पद्धति द्वारा मानव का निर्माण करना

लेखिका : डा. अर्चना प्रिय आर्य, अध्यक्ष : संस्कार जागृति मिशन

हम समझते हैं कि मनुष्य सिर्फ भूख-प्यास का पुतला है इसके सिवाय कुछ नहीं है। ऐसी बात नहीं है भूख-प्यास मिट जाने तथा दुनिया भर की सम्पत्ति समेट लेने पर भी हवस नहीं मिटती है। बडे से बडा धनी भी निर्धन ही बना रहता है। क्योंकि उसे अपने से बडे धनी दिखाई देते हैं। इसलिए भौतिक सम्पत्ति जोड लेने पर मनुष्य और अधिक के फेर में पड जाता है। यही कारण है कि रेलें बिछीं परन्तु रेलगाडियों पर चढकर लोग डाकें डालते हैं। मोटरें घर-घर दिखायी देने लगीं लेकिन उन पर चढकर लोग हत्यायें करते हैं। मनुष्य को बाहर से हमने संवार लिया लेकिन उसके भीतर का अस्त व्यस्त पडा है। अगर पंचवर्षीय, दशवर्षीय योजनाऐं बनाने के बाद रेलों का गांव-गांव में तांता बिछ जाए, मोटरें सबके पास हो जायें, जमीन के चप्पे-चप्पे पर नहर का पानी पहुंच जाये, भूमि का कोई भी हिस्सा बंजर ना हो लेकिन इन सब का उपभोग करने वाला मानव सच्चा न हो, ईमानदार ना हो, सच्चरित्र न हो, भृष्टाचारी हो तो रोटी कपडा और मकान पाकर तथा रेलों और मोटरों में सैर करके भी आदमी का क्या भला हुआ? वह जानवर का जानवर ही रहा।

कहतें हैं एक ग्रीक ज्योतिषी दिन को लैम्प जलाकर एक पुल के पास जहां से लोग आते जाते थे खडा हो जाता था। लोगों ने पूछा आप दिन में लैम्प जलाकर क्या देखते हैं? उसने कहा रात को बत्ती जलाकर भी स्पष्ट नहीं दिखता, मैं दिन के प्रकाश को भी अधिक उज्जवल बनाकर ढूंढ रहा हूं कि मनुष्य कहां है? उसने कहा इतने लोग इस पुल से गुजर रहे हैं लेकिन इनमें से मुझे तो कोई इन्सान नहीं नजर आया। संस्कार पद्धति का मुख्य ध्येय मनुष्य की भौतिक आवश्यकताओं को पूरा करने के साथ-साथ ऐसी योजना को हाथ में लेना था जिससे नव मानव का निर्माण हो सके। वह योजना थी संस्कारों द्वारा मानव का निर्माण करना, सुसंस्कृत मानव बनाना। संस्कार का अर्थ है किसी वस्तु के रुप को बदल देना, उसे नया रुप दे देना। वैदिक संस्कृति में मानव जीवन के लिये सोलह संस्कारों का विधान है। इसका अर्थ यह है कि जीवन में मानव जीवन को बदलने का सोलह बार प्रयत्न किया जाता है। जैसे सुनार अशुद्ध सोने को अग्नि में डालकर उसका संस्कार करता है। उसी प्रकार बालक उत्पन्न होते ही उसे संस्कारों की ऐसी भट्टी में डालकर उसके दुर्गुणों को निकालकर उसमें सद्‌गुणों का आह्वान करने का प्रयत्न किया जाता है। इस योजना को संस्कारों की योजना कहना उचित है। इस सृष्टि में संस्कार मानव के निर्माण की योजना है। बालक का जन्म जब होता है तब वह दो प्रकार के संस्कार लेकर आता है। एक तो वे संस्कार हैं जिन्हे जन्म-जन्मान्तरों के कर्मों द्वारा उस पर पडे हैं। दूसरे प्रकार के वे हैं जिन्हे उसने अपने माता-पिता से प्राप्त किया है। ये दोनों प्रकार के संस्कार अच्छे भी हो सकते हैं और बुरे भी हो सकते हैं। संस्कारों द्वारा मानव के नव निर्माण की योजना ऐसी योजना है जिसमें बालक को ऐसे पर्यावरण से घेर दिया जाये जिसमें अच्छे संस्कारों के पडने से उसके व्यक्तित्व का निर्माण अच्छी दिशा में होने लगे। चाहे अपने पिछले जन्मों से कितने ही बुरे कर्मों के संस्कार लाया हो, चाहे वंश परम्परा द्वारा अपने माता-पिता से उसने कितने ही बुरे संस्कार प्राप्त कियें हों, उन्हे निर्जीव कर दिया जाये। हम बांध बांधते हैं, नहर खोदते हैं ये सब भौतिक योजनायें हैं। इनसे मानव की भूख प्यास मिटती है, भौतिक जगत में परिवर्तन भी आता है लेकिन वैदिक संस्कृति की योजना मानव के चरित्र को बदल देना है, संस्कारों द्वारा बदल देना है। यह योजना आध्यात्मिक योजना है। **– डा.अर्चना प्रिय आर्य** एम.ए. (संस्कृत/हिन्दी), पी.एच.डी. (संस्कृत)

कवि की कलम से...

तुम ही तो हो....तुम ही तो हो

रचियता : राज सिंह, सहायक आयुक्त पुलिस, दिल्ली

सृष्टि के आदर्श, तुम ही
मनु के उत्तराधिकारी।
अल्प वयस सम्पन्न शक्ति
परमाणु रूप संस्कारी।।

तुम्ही राम के बाल रुप हो,
तुम ही कृष्ण मुरारी।
हने निशाचर अगणित, हर ली
विपत सभी की सारी।।

तुम्ही फतेह जोरावर सिंह,
तुम सिंहो के शहजादे।
चिने बीच दीवार, किन्तु
नहीं भूले अपने वादे।।

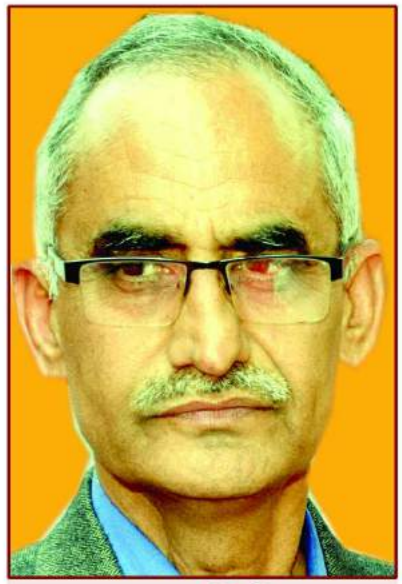
तुम ही बालक ध्रुव हो
मां से तिरस्कार जब पाया।
तप घनघोर किया वन में,
ध्रुव शाश्र्वत नाम कमाया।।

बालक नामदेव भी तुम हो,
जिनकी हठ के आगे।
साक्षात भोजन करने
विष्णु नंगे पद भागे।।

तुम बालक प्रहलाद, पिता की
सही यातना भारी।
बुआ होलिका तुम्है जलाते
जल गई स्वयम बेचारी।।

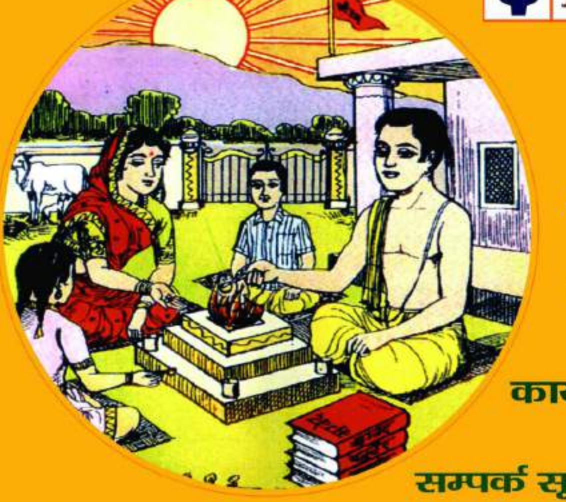
तुम्ही मूलशंकर, मां से
व्रत ब्रह्मचर्य का पाया।
दयानंद की हुई वेद ध्वनि
सोता राष्ट्र जगाया।।

तुम बालक नचिकेता, जिसके
आगे यम भी हारा।
आत्मतत्व का सफल परीक्षण,
ज्ञान ले लिया सारा।।



राज सिंह
सहायक आयुक्त पुलिस, दिल्ली

शक्ति तुम्ही से राष्ट्र ग्रहण कर
बनता विश्व पुरोधा।
बने अजेय सुधीर, क्योंकि
तुम हो अपराजित योद्धा।।



Sanskar Jagrati TV

!! ओ३म् !!

संस्कार जागृति मिशन

एक कदम संस्कारों की ओर

''संस्काराद् द्विज उच्यते''

(संस्कारों से परिष्कृत मनुष्य ही द्विज कहलाते हैं)

संस्कार जागृति मिशन

कार्यालय : 52, ताराधाम कॉलोनी, पुष्पांजलि द्वारिका के पास,
पोस्ट-अडूकी, मथुरा (उ.प्र.) -281006

सम्पर्क सूत्र : 09719910557, 08218692727, 09058860992

पाप छाया के समान मनुष्य के पीछे लगा है

लेखक : आचार्य सत्यप्रिय आर्य, संरक्षक : संस्कार जागृति मिशन

आचार्य सत्यप्रिय आर्य
मो. : 09719601088

एक दिन याज्ञवल्क्य के शिष्यों ने अपने गुरू जी से छाया के विषय में पूछा- आचार्य देव! क्या पुरूष कभी अपनी छाया से मुक्त हो सकता है? ऋषि ने उत्तर दिया यह कभी संभव नहीं है। जब तक यह शरीर है तब तक छाया है। शिष्यों ने फिर सरलभाव से दूसरा प्रश्न किया कि गुरूदेव छाया की उत्पत्ति का कारण क्या है? ऋषि ने उत्तर दिया- छाया नाम प्रकाश के अभाव का है। जहां प्रकाश नहीं वहां छाया है। सूर्य की किरणों का रोध होते ही छाया हो जाती है। हमारा शरीर सूर्य की किरणों को जब रोकता है तो हमारी छाया दिखायी देती है। प्रातःकाल में हमारा शरीर अधिक किरणों को रोकता है तो छाया लम्बी होती है। जब दोपहर में सूर्य ऊपर आ जाता है तो हमारा शरीर अधिक किरणों को नहीं रोक पाता है, तो छाया छोटी हो जाती है। पुनः शाम को प्रातःकाल के समान हमारी छाया बढ़ जाती है। शिष्य छाया के स्वरूप को पूर्ण तरह समझ गये।

परंतु इसी प्रसंग में याज्ञवल्क्य अपने शिष्यों को समझाते हुए बोले- हे शिष्यों छाया के समान ही मनुष्य पाप से जुड़ा हुआ है। ज्ञान के प्रकाश का रोध हुआ नहीं कि पाप छाया के समान बढ़ जाता है। ज्ञान का प्रकाश होने पर छाया के समान पाप वासना सूक्ष्म हो जाती है। जैसे दोपहर के समय सूर्य का प्रकाश हमें चारों तरफ से घेर लेता है तो हम समझते हैं कि हमारी छाया समाप्त हो गयी, पर ध्यान से विचार किया तो पता चला कि छाया हमारे पैरों के नीचे छिपी है। पापभाव भी ज्ञान प्रकाश होने पर भी छाया के समान हमारे अंतरमन में छिपे रहते हैं। ज्योंहि ज्ञान प्रकाश मंद पडा त्योंहि ये पापभाव प्रकट हो जाते हैं।

महामुनि वेदव्यास के पिता महर्षि पाराशर का नाम तो तुमने सुना होगा उनका वेदाभ्यास अद्‌भुत था। गुरूचरणों में बैठकर पाराशर ने दीर्घकाल तक वेदों का पवित्र ज्ञान प्राप्त किया था। समग्र वेदाध्ययन के पश्चात करने में रत हो गये। पाराशर के तप, त्याग, ब्रम्हचर्य और संयम का यश सूर्य के समान धरती पर फैल गया। सब लोगों ने समझा कि पाराशर ऋषि ने पाप भावों को दग्ध कर डाला। उसकी सब भोग वासनाएं समाप्त हो गयीं, अब संसार का कोई भी बड़े से बड़ा आकर्षण पाराशर को लुभा नहीं सकता। रूप यौवन सुंदररियां पाराशर ऋषि के लिए पंच्चभूतों का विकार मात्र हैं। सोना, चांदी, हीरे, मोती इनके लिए मिट्‌टी के तुल्य हैं। यमुना के एकांत शांत किनारे पर पाराशर की साधना कुटी थी। मात्र कोपीन के कुछ भी परिग्रह उन्होंने नहीं किया था। एक दिन कारणवश उन्हें यमुनापार जाना पड़ गया। तट पर एक अत्यंत सुंदरवाला नौका लिए खड़ी थी। वह दशराज की कन्या थी, धर्मार्थ नौका चलाती थी। पाराशर को देखकर दशराज की कन्या समझ गयी कि ब्रम्हचारी यमुनापार जाना चाहते हैं। युवती ने भक्ति भरे वचन से कहा- हे महात्मन! यद्यपि कोई दूसरा यात्री पार जाने वाला नहीं है पर आपको पार उतार कर मैं अवश्य पुण्यधन अर्जित करूंगी। पाराशर ऋषि नौका में बैठ गये और रूप सौंदर्य को देखकर पाराशर के भीतर छिपी पाप वासना सायंकालीन छाया के समान बढ़ती चली गयी। ज्ञान सूर्य अस्त हो गया और पाराशर अपने आप को रोक न सके। उस युवती का नाम सत्यवती था, जिसकी कोख से व्यास ने पुत्र के रूप में जन्म लिया। याज्ञवल्क्य के अल्पायु शिष्य पाराशर ऋषि के पतन की कथा को सुनकर स्तब्ध रह गये। और एक शिष्य ने साहस करके महर्षि याज्ञवल्क्य से कहा कि आचार्य देव! ऐसे कन्यासेवी, लम्पट पाराशर को ऋषि पद कैसे प्राप्त हो गया।..(शेष अगले पेज पर)

विनाश का क्या मार्ग है?

वंदना प्रिय आर्य
(उपाध्यक्ष)
संस्कार जागृति मिशन

एक बार राजा भोज ने धर्म सभा में विद्वानों से पूछा विनाश का मार्ग क्या है? धर्माचार्य ने उस समय तो उत्तर नहीं दिया लेकिन राजा को प्रतीक्षा के लिए कहा। एक बार प्रातःकाल राजा भोज ने अद्भुत दृश्य देखा। एक सन्यासी हाथ में भिक्षा पात्र लिए खड़ा है, पात्र में मांस के टुकड़े देखकर राजा ने आश्चर्य से पूछा हे सन्यासी! तुम मांस का भी सेवन करते हो। सन्यासी ने उत्तर दिया राजन शराब के बिना मांस का क्या आनंद? राजा ने फिर कहा कि तुम शराब भी पीते हो? तो सन्यासी ने कहा कि शराब का सेवन तो मैं वैश्याओं के साथ करता हूं। राजा ने पूछा कि वैश्याओं के लिए धन कहां से लाते हो? सन्यासी ने कहा कि जूआ या चोरी कर के। राजा ने फिर सआश्चर्य कहा कि अरे तुम जुआ भी खेलते हो और चोरी भी करते हो? सन्यासी ने कहा कि महाराज यही तो विनाश का मार्ग है। यह कहकर सन्यासी वेषधारी धर्माचार्य ने अपना आवरण हटा लिया और इससे राजा को अपने प्रश्न का उत्तर मिल गया।

पृष्ठ 09 का शेष....

पाप छाया के समान मनुष्य के पीछे लगा है

.....आप भी उसे महर्षि कहते हैं। महर्षि याज्ञवल्क्य धीरता के साथ बोले बेटा यह मनुष्य सदा पाप वासना से बंधा हुआ है। पाप वासना मनुष्य के पीछे सदा छाया की तरह लगी है। ज्ञान के प्रकाश का आवरण आया नहीं कि पाप छाया आगे आ जाती है। ज्ञान के प्रकाश का आवरण आया नहीं कि पाप छाया आगे आ जाती है। यह सच है कि पाराशर ने पाप वासनाओं की जड़ों को काटने का महान तप किया पर उसने पाप भावों से निःर्मूल होने का मिथ्याभिमान कर लिया था। इसी मिथ्याभिमान के कारण वह धर्म मर्यादा को भूल गया और उसने शास्त्र वचनों को अनदेखा कर दिया। ब्रम्हचारी के नियमों का उल्लंघन कर दिया और अकेली सुंदर युवती के साथ नौका में बैठ गया। अपार सौंदर्य को देख पाप तम का बल बढ़ गया और पाराशर को रूप सौंदर्य के आकर्षण ने एक बार मोहित कर दिया। वह अपने धर्म को कुछ क्षणों के लिए भूल गया और अकरणीय दुष्कर्म को कर दिया। पर पुनः उसकी अन्तरात्मा में ज्ञान का प्रकाश हुआ, पाप वासना रूप छाया मिट गई। पाराशर को अपनी भूल का अहसास हो गया, उसका मिथ्याभिमान टूट गया। पाराशर को अपने संयम ब्रम्हचर्य पर जो अहंकार था वह इस घटना से नष्ट हो गया। उसकी समझ में आ गया कि पाप वासनाएं अन्तर्मन में कैसे छिपी रहती हैं। पाराशर ने फिर अपने मन में सारे जीवन मिथ्या अहंकार को पनपने नहीं दिया। वह सदा सजग रहने लगा, सदा के लिए सावधान हो गया, उसके आगे अपने को पतन के अवसरों से बचा लिया। इसलिए संसार यह जानता हुआ भी कि पाराशर ने कुमारी कन्या के साथ संग करके अवैध संतान को पैदा किया था, उसका आदर और सम्मान करता है और उसे ऋषि पद से भूषित करता है।

आचार्य सत्यप्रिय आर्य
एम.ए. (संस्कृत), शिक्षा शास्त्री, विद्यावाचस्पति, नीति-भूषण
पूर्व प्रधान : आर्य प्रतिनिधि सभा, मथुरा / ग्राम पंचायत सुसाइन

Sanskar Jagrati Mission
follow us on twitter
"like" us on facebook
Contact To Join Our Mission
09719910557 / 09058860992

संस्कार जागृति मिशन की गतिविधियां

जनपद सिहोर (म.प्र.) के गांव मुहाली में आयोजित संगीतमय सत्य सनातन वैदिक सत्संग एवं राम कथा महोत्सव को सम्बोधित करतीं संस्कार जागृति मिशन की अध्यक्ष डा.अर्चना प्रिय आर्य जी।

मतदान जागरूकता के लिए मथुरा में दैनिक जागरण द्वारा बनायी गयी मानव श्रृखंला में संस्कार जागृति मिशन के सचिव विवेक प्रिय आर्य ने भाग लिया।

वैदिक सत्संग में संस्कार जागृति मिशन के संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य जी व अध्यक्ष डा.अर्चना प्रिय आर्य जी का माल्यार्पण कर स्वागत करते आयोजक।

मतदान जागरूकता के उद्देश्य से मथुरा में अमर उजाला समाचार पत्र द्वारा निकाली गयी पदयात्रा में संस्कार जागृति मिशन के सचिव विवेक प्रिय आर्य ने अपनी टीम के साथ भाग लिया।

संस्कार जागृति मिशन की गतिविधियां

नवसंवत्सर 2076 के शुभारंभ पर संस्कार जागृति मिशन के प्रधान कार्यालय पर यज्ञ व प्रवचन का आयोजन हुआ।

मथुरा में नवजात शिशु का जातकर्म संस्कार करातीं संस्कार जागृति मिशन अध्यक्ष डा.अर्चना प्रिय आर्य

हाथरस के ऊंचागांव में संस्कार जागृति मिशन के संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य जी व श्रीमती सरोज रानी आर्य जी मतदान के बाद स्याही दिखाते।

मथुरा में मतदान करने के पश्चात स्याही दिखाती संस्कार जागृति मिशन की अध्यक्ष डा.अर्चना प्रिय आर्य, डा. कपिल प्रताप सिंह व सचिव विवेक प्रिय आर्य जी।

मध्य प्रदेश (सिहोर) के गांव मुहाली में बुजुर्गों का माल्यार्पण कर व श्रीफल भेंट कर संस्कार जागृति मिशन की अध्यक्ष डा. अर्चना प्रिय आर्य जी व संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य जी द्वारा सम्मानित किया गया।

संस्कार जागृति मिशन की गतिविधियां मीडिया की नजरों में

हिन्दुस्तान
• आगरा • रविवार • 07 अप्रैल 2019 •

आर्य ग्रंथों का अध्ययन करे मनुष्य

मथुरा। संस्कार जागृति मिशन ने ताराधाम कॉलौनी में आर्य समाज के स्थापना दिवस के पर यज्ञ व भजन आयोजित किए। इस मौके पर मिशन अध्यक्ष डा.अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि इसी दिन हिमालय क्षेत्र में वायुवस्था में मनुष्यों की व्युत्पत्ति हुई। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि सभी को वेद, शास्त्र, आर्ष ग्रंथों का स्वाध्याय करना चाहिए।

06 अप्रैल 2019 | राजपथ मथुरा | 2

नवसंवत्सर शुभारंभ पर संस्कार जागृति मिशन ने किया हवन

मथुरा, (राजपथ मथुरा ब्यूरो)। संस्कार जागृति मिशन द्वारा ताराधाम कॉलोनी स्थित कार्यालय पर भारतीय नवसंवत्सर व आर्य समाज के स्थापना दिवस के अवसर पर यज्ञ व भजन का आयोजन किया गया। जिसमें वैदिक विचारधारा के बारे में बताया गया। मिशन की अध्यक्ष डा. अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि इसी दिन पृथ्वी के तिब्बत हिमालय क्षेत्र में वायुवस्था में मनुष्यों की व्युत्पत्ति हुई। आज के ही दिन सूर्योदय के साथ ईश्वर ने सृष्टि की रचना प्रारंभ की। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि नवसंवत्सर पर सभी को अपने घरों व धार्मिक स्थलों पर हवन यज्ञ के कार्यक्रम करने और वेद, शास्त्र आर्ष ग्रंथों का स्वाध्याय करने का संकल्प लेना चाहिए। कार्यक्रम की शुरूआत में वेद मंत्रों के साथ यज्ञ किया गया, जिसमें याज्ञिकों द्वारा आहुति प्रदान की गई। इस अवसर पर मिशन के सचिव विवेक प्रिय आर्य, कपिल प्रताप सिंह, सतीश शर्मा, नवीन शर्मा, लव गौर, हेमंत सैन, उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

अमर उजाला आगरा रविवार, 7 अप्रैल 2019

वहीं संस्कार जागृति मिशन द्वारा ताराधाम कालोनी स्थित कार्यालय पर भारतीय नवसंवत्सर व आर्य समाज के स्थापना दिवस के अवसर पर यज्ञ व भजन का आयोजन किया गया। मिशन की अध्यक्ष डॉ. अर्चना प्रिय आर्य ने विचार रखे। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य, सचिव विवेक प्रिय आर्य, कपिल प्रताप सिंह, सतीश शर्मा, नवीन शर्मा थे।

मथुरा | 19 अप्रैल 2019 — **छोटी सी बात**

हवन कर मनाई हनुमान जयंती

मथुरा (छोटी सी बात)। टाउनशिप क्षेत्र की ताराधाम कॉलोनी स्थित संस्कार जागृति मिशन के कार्यालय पर हनुमान जयंती मनाई गई। इस दौरान वैदिक विधि विधान से हवन यज्ञ किया गया और महावीर हनुमान जी जैसा बल, बुद्धि, ज्ञान, विवेक अपने अंदर धारण करने का संकल्प दिलाया गया। मिशन की अध्यक्ष डॉ. अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि हनुमान जी संघर्ष करते हुए अपने लक्ष्य पर पहुंचते थे, जब तक अपने कार्य को संपूर्ण ना कर ले तब तक सक्रिय रहते थे। वह वेदों के प्रकांड विद्वान थे।

संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि हनुमान जी एक अच्छे मित्र थे, भगवान श्री राम के बहुत आदर्श कार्यकर्ता थे और सुग्रीव के बहुत योग्य और अच्छे वफादार मित्र थे। सचिव विवेक प्रिय आर्य ने कहा कि आर्य पुत्र हनुमान जी के अंदर कभी भी कोई पद या राज्य लेने की आकांक्षा नहीं रही। वह सदैव सेवा में लगे रहते थे। वह एक कुशल राजदूत, एक कुशल गुप्तचर, एक कुशल योद्धा थे। उनका उज्जवल व धवल चरित्र हम सब के लिए प्रेरणादायक है। इस दौरान मिशन उपाध्यक्ष वंदना प्रिय आर्य, सचिव विवेक प्रिय आर्य, डॉ. कपिल प्रताप सिंह, नवीन शर्मा, राहुल सिंह, हेमंत सेन, एससी शर्मा, उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

19 अप्रैल 2019 | राजपथ मथुरा

हनुमान चारों वेदों के हैं प्रकांड विद्वान

संस्कार जागृति मिशन ने हवन कर मनाई हनुमान जयंती

मथुरा, (राजपथ मथुरा ब्यूरो)। टाउनशिप क्षेत्र की ताराधाम कॉलोनी स्थित संस्कार जागृति मिशन के कार्यालय पर हनुमान जयंती मनाई गई। इस दौरान वैदिक विधि विधान से हवन यज्ञ किया गया और महावीर हनुमान जी जैसा बल, बुद्धि, ज्ञान, विवेक अपने अंदर धारण करने का संकल्प दिलाया गया। मिशन की अध्यक्ष डॉ. अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि हनुमान जी संघर्ष करते हुए अपने लक्ष्य पर पहुंचते थे, जब तक अपने कार्य को संपूर्ण ना कर ले तब तक सक्रिय रहते थे। वह वेदों के प्रकांड विद्वान थे। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि हनुमान जी एक अच्छे मित्र थे, भगवान श्री राम के बहुत आदर्श कार्यकर्ता थे और सुग्रीव के बहुत योग्य और अच्छे वफादार मित्र थे। सचिव विवेक प्रिय आर्य ने कहा कि आर्य पुत्र हनुमान जी के अंदर कभी भी कोई पद या राज्य लेने की आकांक्षा नहीं रही। वह सदैव सेवा में लगे रहते थे। वह एक कुशल राजदूत, एक कुशल गुप्तचर, एक कुशल योद्धा थे। उनका उज्जवल व धवल चरित्र हम सब के लिए प्रेरणादायक है। इस दौरान मिशन उपाध्यक्ष वंदना प्रिय आर्य, सचिव विवेक प्रिय आर्य, डॉ. कपिल प्रताप सिंह, नवीन शर्मा, राहुल सिंह, हेमंत सेन, एससी शर्मा, उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

अमर उजाला आगरा | शनिवार, 20 अप्रैल 2019

संस्कार जागृति मिशन ने किया हवन

मथुरा। टाउनशिप की ताराधाम कालोनी में संस्कार जागृति मिशन के कार्यालय पर हनुमान जन्मोत्सव मनाया गया। इस दौरान वैदिक विधि विधान से हवन यज्ञ किया गया अध्यक्ष डॉ. अर्चना प्रिय आर्य, संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य, सचिव विवेक प्रिय आर्य, मिशन उपाध्यक्ष वंदना प्रिय आर्य, डॉ. कपिल प्रताप सिंह, नवीन शर्मा, राहुल सिंह, हेमंत सेन, एससी शर्मा और उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

हिन्दुस्तान आगरा • शनिवार • 20 अप्रैल 2019 •

ताराधाम कालोनी में संस्कार जागृति मिशन ने हवन कर हनुमान जयंती मनाई अध्यक्ष डा. अर्चना प्रिय आर्य, संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य, वंदना प्रिय आर्य, सचिव विवेक प्रिय आर्य, डा. कपिल प्रताप सिंह ने रामदूत का गुणगान किया। असकुण्डा घाट स्थित सिद्धपीठ

महासमर 2019 सभी चुनें सही चुनें

हम अपने साथ अपने पास पड़ोस और इष्ट मित्रों को आवश्यक रूप से मतदान के लिए प्रोत्साहित करें। मतदान लोकतंत्र में बदलाव का सबसे बड़ा हथियार जनता के पास है।

विवेक प्रियआर्य।

6 अप्रैल 2019 ■ ब्रज गरिमा

नवसंवत्सर शुभारंभ पर संस्कार जागृति मिशन ने किया हवन

मथुरा, संस्कार जागृति मिशन द्वारा ताराधाम कॉलोनी स्थित कार्यालय पर भारतीय नवसंवत्सर व आर्य समाज के स्थापना दिवस के अवसर पर यज्ञ व भजन का आयोजन कियागया। जिसमें वैदिक विचारधारा के बारे में बताया गया। मिशन की अध्यक्ष डा. अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि इसी दिन पृथ्वी के तिब्बत हिमालय क्षेत्र में वायुवस्था में मनुष्यों की व्युत्पत्ति हुई। आज के ही दिन सूर्योदय के साथ ईश्वर ने सृष्टि की रचना प्रारंभ की। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि नवसंवत्सर पर सभी को अपने घरों व धार्मिक स्थलों पर हवन यज्ञ के कार्यक्रम करने और वेद, शास्त्र आर्ष ग्रंथों का स्वाध्याय करने का संकल्प लेना चाहिए। कार्यक्रम की शुरूआत में वेद मंत्रों के साथ यज्ञ किया गया, जिसमें याज्ञिकों द्वारा आहुति प्रदान की गई। इस अवसर पर मिशन के सचिव विवेक प्रिय आर्य, कपिल प्रताप सिंह, सतीश शर्मा, नवीन शर्मा, लव गौर, हेमंत सैन, उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

आज आगरा, 07 अप्रैल 2019

नवसंवत्सर शुभारंभ पर संस्कार जागृति मिशन ने किया हवन

मथुरा। संस्कार जागृति मिशन द्वारा ताराधाम कॉलोनी स्थित कार्यालय पर भारतीय नवसंवत्सर व आर्य समाज के स्थापना दिवस के अवसर पर यज्ञ व भजन का आयोजन किया गया। जिसमें वैदिक विचारधारा के बारे में बताया गया। मिशन की अधयक्ष डा. अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि इसी दिन पृथ्वी के तिब्बत हिमालय क्षेत्र में वायुवस्था में मनुष्यों की व्युत्पत्ति हुई। आज के ही दिन सूर्योदय के साथ ईश्वर ने सृष्टि की रचना प्रारंभ की। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि नवसंवत्सर पर सभी को अपने घरों व धार्मिक स्थलों पर हवन यज्ञ के कार्यक्रम करने और वेद, शास्त्र आर्ष ग्रंथों का स्वाधयाय करने का संकल्प लेना चाहिए। कार्यक्रम की शुरूआत में वेद मंत्रे के साथ यज्ञ किया गया, जिसमें याज्ञिकों द्वारा आहुति प्रदान की गई। इस अवसर पर मिशन के सचिव विवेक प्रिय आर्य, कपिल प्रताप सिंह, सतीश शर्मा, नवीन शर्मा, लव गौर, हेमंत सैन, उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

मथुरा | 06 अप्रैल 2019 — **छोटी सी बात**

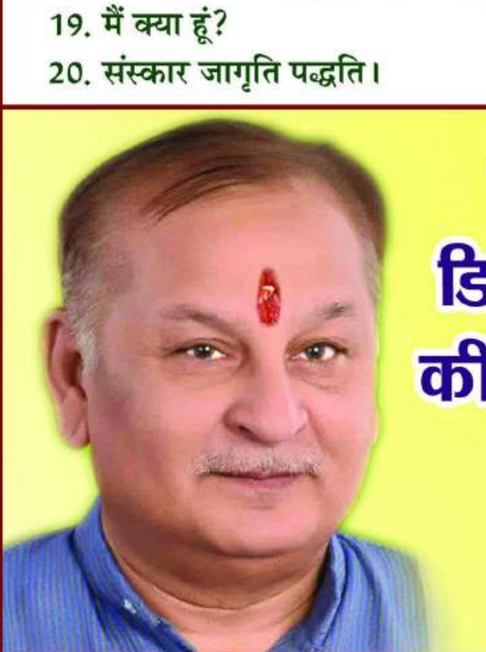
हवन-यज्ञ और भजनों का आयोजन

मथुरा (छोटी सी बात)। संस्कार जागृति मिशन द्वारा ताराधाम कॉलोनी स्थित कार्यालय पर भारतीय नवसंवत्सर व आर्य समाज के स्थापना दिवस के अवसर पर यज्ञ व भजन का आयोजन किया गया जिसमें वैदिक विचारधारा के बारे में बताया गया। अध्यक्ष डा. अर्चना प्रिय आर्य ने कहा कि इसी दिन पृथ्वी के तिब्बत हिमालय क्षेत्र में वायुवस्था में मनुष्यों की व्युत्पत्ति हुई। आज के ही दिन सूर्योदय के साथ ईश्वर ने सृष्टि की रचना प्रारंभ की। संरक्षक आचार्य सत्यप्रिय आर्य ने कहा कि नवसंवत्सर पर सभी को अपने घरों व धार्मिक स्थलों पर हवन यज्ञ के कार्यक्रम करने और वेद, शास्त्र आर्ष ग्रंथों का स्वाध्याय करने का संकल्प लेना चाहिए। कार्यक्रम की शुरूआत में वेद मंत्रों के साथ यज्ञ किया गया, जिसमें याज्ञिकों द्वारा आहुति प्रदान की गई। इस अवसर पर मिशन के सचिव विवेक प्रिय आर्य, कपिल प्रताप सिंह, सतीश शर्मा, नवीन शर्मा, लव गौर, हेमंत सैन, उत्कर्ष आदि मौजूद रहे।

''संस्कार जागृति मिशन'' का साहित्य

(संस्कार जागृति मिशन के संरक्षक **आचार्य सत्यप्रिय आर्य जी** व अध्यक्ष **डा.अर्चना प्रिय आर्य जी** द्वारा लिखित साहित्य की श्रृंखला, जोकि अभी केवल ऑनलाइन ही प्राप्त की जा सकती हैं। भविष्य में इन्हें प्रकाशित किया जायेगा। इसमें आप सभी अपना सहयोग प्रदान कर सकते हैं।)

1. मनुज द्विज बनते हैं, संस्कारों से।
2. संस्कार पद्धति द्वारा मानव का निर्माण।
3. संस्कारों द्वारा मानव के नव निर्माण के दृष्टान्त।
4. संस्कारों की पुण्य-परम्परा।
5. संस्कारों का प्रचलन अपने घर से।
6. वर्णाश्रम और संस्कार।
7. वेद और संस्कार।
8. गृहसूत्र और संस्कार।
9. ब्राह्मण ग्रन्थ और संस्कार।
10. उपनिषद और संस्कार।
11. सत्यार्थ प्रकाश और संस्कार।
12. रामायण और संस्कार।
13. पुराण और संस्कार।
14. संस्कारों का वैज्ञानिक स्वरुप।
15. संस्कारों की विज्ञान सम्मत प्रक्रिया।
16. बेटे-बेटियों में भेदभाव क्यों?
17. दया का सागर स्वामी दयानंद।
18. संसार का प्रथम गृहस्थ आर्य था।
19. मैं क्या हूं?
20. संस्कार जागृति पद्धति।
21. संस्कारों का महत्व
22. मानव निर्माण में संस्कारों का वैज्ञानिक प्रयत्न
23. हमारे सोलह संस्कार
24. हिन्दू धर्म में संस्कारों का महत्व
25. देव मानव गढ़ देने वाले ये विलक्षण संस्कार
26. यज्ञ और संस्कार
27. स्मृति और संस्कार।
28. चरक और संस्कार।
29. दर्शन और संस्कार।
30. संस्कार विधि और संस्कार।
31. गीता और संस्कार।
32. महाभारत और संस्कार।
33. मानव जीवन में संस्कारों का औचित्य।
34. संस्कारों की वर्तमानकालीन प्रासंगिकता।
35. मानसिक चिकित्सा की प्रखर पद्धति।
36. बेटी नहीं होगी तो सृष्टी नहीं होगी।
37. देश की स्वतंत्रता में वीरों का योगदान।
38. मादक दृव्य पदार्थ और हमारा स्वास्थ्य।
39. सृष्टि व्युत्पत्ति कैसे?
40. संस्कारित विचार।



संस्कार जागृति मिशन द्वारा डिजीटल पत्रिका ''संस्कार जागृति'' की शुरूआत के लिए हार्दिक बधाई

आपका अपना

वीरेन्द्र कुमार गौतम

(प्रमुख उद्योगपति, भावनगर, गुजरात)

स्वास्थ्य चर्चा

''पथरी'' का आयुर्वेदिक उपाय

किडनी में स्टोन होना एक आम समस्या है। यूरीन में कई रासायनिक तत्व मौजूद होते हैं। यूरिक एसिड, फॉस्फोरस, कैल्शियम और ऑक्जेलिक एसिड यही सारे रासायनिक तत्व स्टोन बनाने के लिए उत्तरदायी होते हैं। इसके साथ ही बहुत अधिक मात्रा में विटामिन डी के सेवन से, शरीर में लवणों के असंतुलन से, डीहाइड्रेशन से और अनियमित डाइट की वजह से भी किडनी में स्टोन हो जाता है। किडनी में स्टोन हो जाने की वजह से पेट में हर वक्त दर्द बना रहता है। इसके अलावा बार-बार यूरीन डिस्चार्ज करना, शौच के दौरान दर्द होना, बहुत ज्यादा पसीना आना और उल्टी होना इसके लक्षण हैं।

हालांकि इसके उपचार के लिए कई तरह की दवाइयां बाजार में उपलब्ध हैं और ऑपरेशन से भी इसका इलाज संभव है लेकिन आप इन घरेलू उपायों को अपनाकर भी किडनी के स्टोन से राहत पा सकते हैं। घरेलू उपायों के साथ ही ये बेहद जरूरी है कि आप नियमित रूप से 10 गिलास पानी का सेवन करें। स्टोन होने की हालत में कम पानी पीना दर्द और तकलीफ की वजह बन सकता है।

1. लेमन जूस और ऑलव ऑयल

बरसों से लेमन जूस और ऑलिव ऑयल को मिलाकर उसका सेवन गॉलब्लेडर के स्टोन के लिए किया जाता रहा है लेकिन किडनी के स्टोन में भी ये काफी कारगर है। नींबू के रस में मौजूद सिट्रिक एसिड कैल्शियम बेस वाले स्टोन को तोड़ने का काम करता है और दोबारा बनने से भी रोकता है। इस मिश्रण को बनाने के लिए नींबू के रस और ऑलिव ऑयल को बराबर मात्रा में लेकर मिला लें और दिन में दो से तीन बार इसका सेवन करें।

2. अनार

अनार का जूस और उसके बीज दोनों में ही एस्ट्रीजेंट गुण होता है जो कि किडनी के स्टोन के इलाज में मददगार है। यदि आपकी किडनी में स्टोन है तो प्रतिदिन एक अनार खाना या फिर उसका जूस पीना फायदेमंद हो सकता है। इसके अलावा अनार को फ्रूट-सलाद में भी मिलाकर खाया जा सकता है।

3. तरबूज

मैग्निशियम, फॉस्फेट्स, कार्बोनेट और कैल्शियम से बने किडनी स्टोन के इलाज के लिए तरबूज एक बहुत अच्छा और कारगर उपाय है। तरबूज में पर्याप्त मात्रा में पोटैशियम मौजूद होता है जोकि स्वस्थ किडनी के लिए एक प्रमुख तत्व है। पोटैशियम यूरीन में एसिड लेवल को मेंटेन रखने में मदद करता है। पोटैशियम के साथ ही पानी भी भरपूर होता है जोकि स्टोन को नेचुरल तरीके से शरीर से बाहर निकाल देता है।

4. राजमा

राजमा में भरपूर फाइबर होता है। इसे किडनी बीन्स के नाम से भी जाना जाता है। किडनी बीन्स किडनी और ब्लेडर से जुड़ी हर किस्म की समस्या से राहत दिलाने में कारगर होती है। इसे बनाने से पूर्व जिस पानी में भिगोया जाता है उसे पीने से भी फायदा मिलता है।

(हालांकि ये सभी घरेलू उपचार हैं फिर भी डॉक्टर से परामर्श ले लेना बेहतर होगा)

!! ओ३म् !!
मर्यादा पुरुषोत्तम
श्रीराम कथा
स्थान : बलरई (रिफाइनरी)
जनपद : मथुरा , उप्र, भारत
11-17
जून 2019
दोपहर 12 से 04 बजे
विशेष
प्रतिदिन प्रातःकाल
की बेला में यज्ञ
अनुष्ठान होगा।
कथा वाचिका
डा. अर्चना प्रिय आर्य जी
(अध्यक्ष : संस्कार जागृति मिशन)
आयोजक : श्री महारूप सिंह जी / श्री केसव सिंह जी
संपर्क सूत्र : 09719910557, 09719601088