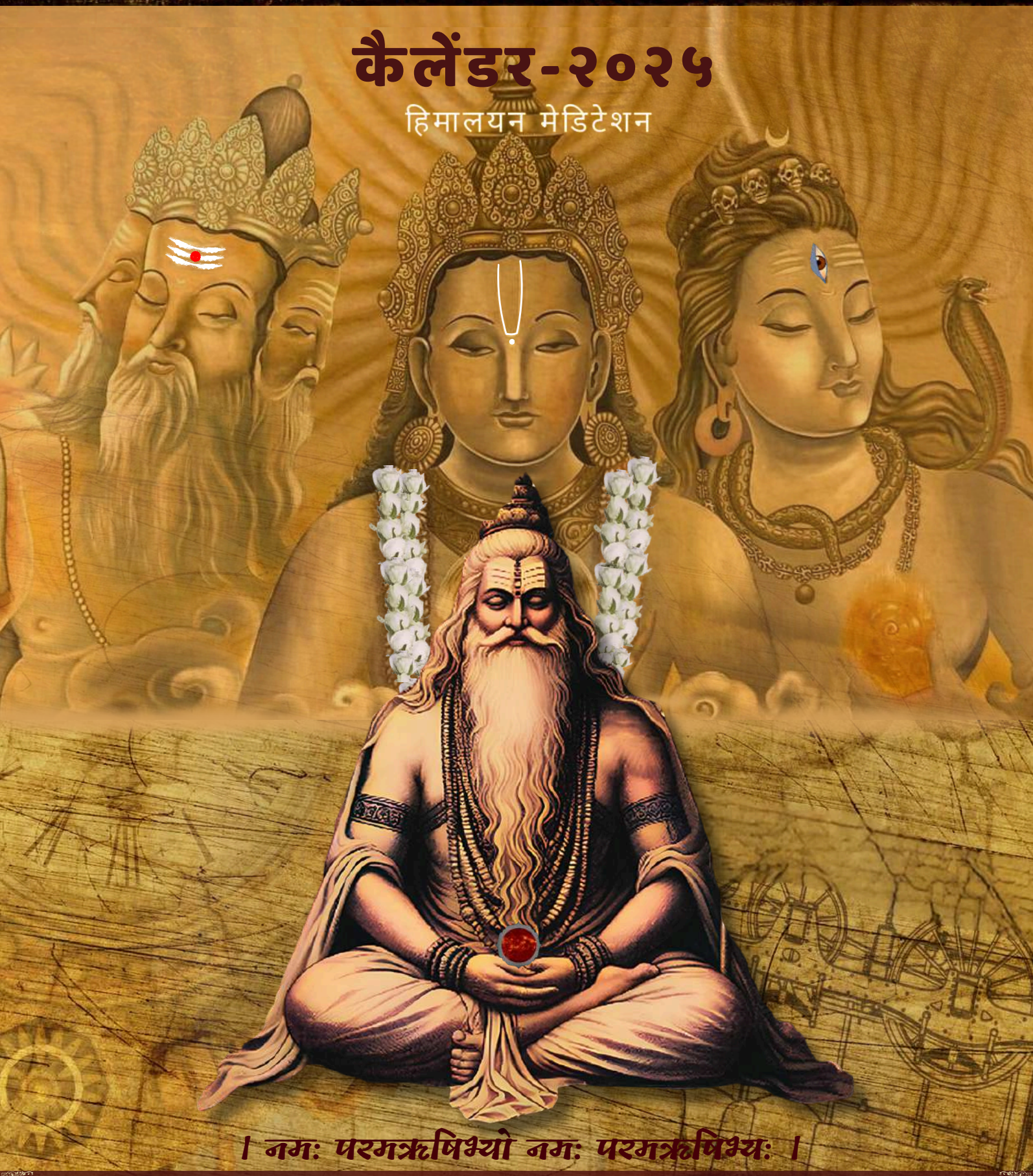
कैलेंडर-२०२५

हिमालयन मेडिटेशन



। नमः परमऋषिभ्यो नमः परमऋषिभ्यः ।

हमारा भारत

संस्कृति, विज्ञान, कला और ऋषियों की भूमि

दिव्यता का आनंद

हिमालयन मेडिटेशन द्वारा निःस्वार्थ सेवा (निष्काम सेवा)।

निःस्वार्थ सेवा करना क्यों महत्वपूर्ण है ?

योगी कहते हैं कि अपने-अपने ऋणों को चुकता किए बिना कोई भी व्यक्ति आत्मज्ञानी नहीं बन सकता (उसका आध्यात्मिक विकास नहीं हो सकता)। निःस्वार्थ अथवा निष्काम सेवा करने से आपके ऋण चुकता होते हैं। सेवा आपको मानसिक स्तर पर स्पष्टता देती है, योगी इसे 'चित्तशुद्धि' कहते हैं और इस प्रकार करते-करते आप ध्यान की गहरी अवस्था को प्राप्त करते हैं। जब आप दूसरों की सेवा करते हैं तो आपको स्वतः ही आनंद की अनुभूति होती है। यही सृष्टि का नियम है। हिमालयन मेडिटेशन, सभी भौतिक सीमाओं से परे जाकर, निःस्वार्थ सेवा कर, सभी जीवात्माओं को सुख और आनंद प्रदान करने कार्य करता है। यह कैलेंडर निष्काम सेवा का ही एक उदाहरण है। हिमालयन मेडिटेशन में सेवकों ने अपनी-अपनी दिनचर्या से समय निकाल कर इस कैलेंडर को डिज़ाइन, प्रकाशित और वितरित किया है।

हिमालयन मेडिटेशन द्वारा की गईं निःस्वार्थ सेवाएँ इस प्रकार हैं:

- **यज्ञ सेवा**

कृतज्ञता- हिमालयी ऋषि न केवल त्योहारों पर, पूर्णिमा और अमावस्या के दिन समस्त देवताओं के प्रति अपना आभार व्यक्त करने के लिए यज्ञ करते हैं परन्तु जब-जब देश किसी भी प्राकृतिक आपदा से गुजरता है, तब-तब स्थायी समाधान और शुद्धिकरण लाने के लिए ऋषि देवताओं से प्रार्थना करते हैं। अपनी इच्छानुसार यज्ञ सेवा में योगदान दें।
thehimalayanseva@sbi

- **श्रीमद् भगवद् गीता सेवा**

हम, श्रीमद् भगवद् गीता का 180 से भी अधिक भाषाओं में अनुवाद कर रहे हैं और गीता के सही जप और अर्थ पर शिक्षा भी प्रदान कर रहे हैं, साथ ही श्रीमद् भगवद् गीता के ज्ञान को अपने दिन-प्रतिदिन की दिनचर्या में कैसे लागु किया जाए इस पर भी शिक्षा देते हैं। व्यक्तिगत विकास के लिए श्रीमद् भगवद् गीता की सवा में हमसे जुड़ें।

- **मंदिर सेवा**

मानवता के लाभ के लिए हिमालयन मेडिटेशन के सेवक सक्रिय रूप से सभी मंदिरों में जाकर 'हनुमान हृदय मालिका' और शक्तिशाली 'अष्टकम्', स्तुति के बोर्ड लगाते हैं। हरि, गुरु कृपा और साधकों की भक्ति से, केवल एक ही वर्ष में हम 2,000 से अधिक बोर्ड लगा चुके हैं। आस-पास के मंदिरों में भी नियमित रूप से इन अत्यंत शक्तिशाली अष्टकम् का सामूहिक जप किया जाता है। यदि आप मंदिर सेवा में भाग लेना चाहते हैं, कृपया हमसे संपर्क करें।

- **वैदिक अनुसंधान**

क्या आप जानते हैं कि, आधुनिक अंतरिक्ष अनुसंधान का मूल, महर्षि भरद्वाज का प्राचीन विमान शास्त्र है? महर्षि भरद्वाज के विमान शास्त्र और भारत के अन्य अविश्वसनीय आविष्कारों, तथा ज्योतिष, खगोल विज्ञान, धातुकर्म, सर्जरी, इंजीनियरिंग, वास्तुकला और वैदिक युग के विभिन्न विज्ञानों के विषय में जानने के लिए हमारी वैदिक अनुसंधान सेवा से जुड़ें।

- **हिमालयन किड्स**

हिमालयन किड्स सुचारु व सचेत परवरिश की ओर पहला पग है। बच्चों के जीवन को आकार देना मिट्टी को ढालने जैसा है इसीलिए यह महत्वपूर्ण है कि हम उनके प्रारंभिक वर्षों से ही उन्हें सही दिशा दें और समय के साथ उन्हें जीवन के सभी क्षेत्रों में सशक्त बनाएँ। हम बच्चों के लिए एक 'एकाग्रता-निर्माण कार्यक्रम' करते हैं जो उन्हें अपनी पढ़ाई में उत्कृष्टता प्राप्त करने, अच्छी आदतें बनाने और नैतिक रूप से अनुशासित होने में मदद करेगा। हम उन्हें श्लोक, मंत्र और हमारी संस्कृति और परम्पराओं के विषय में भी सिखाते हैं। सरल से यह ध्यान क्रियायें उन्हें तनाव, चिंता और दबाव से निपटने में मदद करते हैं। उनके भविष्य को संवारने में हमारी मदद कीजिए और हमसे जुड़िए।

- **कला और संस्कृति**

हम सभी को हमारे दयालु भगवान ने कुछ न कुछ प्रतिभा प्रदान की हैं, जैसे गायन, नृत्य, पेंटिंग, वॉयसओवर की कला, वीडियो व रील्स बनाना, या डिजिटल पेंटिंग करना। अपने कौशल को श्री हरि की सेवा में लगाने के लिए हमसे जुड़ें। अपनी प्रतिभा, कला और रचनात्मकता से हमारे इस सेवा कार्य में योगदान दें, कृपया हमसे संपर्क करें।

हमे लिखें: thehimalayanmeditation@gmail.com, ancient.bharat.calendar@gmail.com

संपर्क करें +91 8886344222, +91 7506910073

अधिक जानकारी और हमसे संपर्क करने ले लिए हमारी वैबसाइट देखें:
https://thehimalayanmeditationadipurusha.wordpress.com/

himalayan meditation

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत ।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥

"जब-जब धरती पर धर्म की हानि होती है और अधर्म का उत्थान होता है,
तब-तब हे भारत मैं आता हूँ" ।

जनवरी

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
			पौष १ शु. द्वितीया	२ शु. तृतीया	३ शु. चतुर्थी	४ शु. पंचमी
५ शु. षष्ठी	गुरु गोविंद सिंह जयंती ६ शु. सप्तमी	७ शु. अष्टमी	८ शु. नवमी	९ शु. दशमी	पुत्रदा एकादशी १० शु. एकादशी	प्रदोष व्रत ११ शु. द्वादशी/ त्रयोदशी
स्वामी विवेकानंद जयंती १२ शु. चतुर्दशी	लोहड़ी १३ HM यज्ञ पूर्णिमा	पोंगल उत्तरायण मकर संक्रांति १४ माघ कृ. प्रतिपदा	माघ बिहू मट्टू पोंगल १५ कृ. द्वितीया	१६ कृ. तृतीया	संकष्टी चतुर्थी १७ कृ. चतुर्थी	१८ कृ. पंचमी
१९ कृ. पंचमी	२० कृ. षष्ठी	२१ कृ. सप्तमी	२२ कृ. अष्टमी	२३ कृ. नवमी	२४ कृ. दशमी	षटतिला एकादशी २५ कृ. एकादशी
गणतन्त्र दिवस २६ कृ. द्वादशी	प्रदोष व्रत २७ कृ. त्रयोदशी	२८ कृ. चतुर्दशी	२९ ● अमावस्या	३० शु. प्रतिपदा	३१ शु. द्वितीया	

। अनुगृहिता अस्म्यहम् ।

मैं धन्य हुआ ।

himalayan meditation

ब्रह्मदेव और ब्रह्मांड : वैदिक दृष्टिकोण

पुराणों के अनुसार, ब्रह्मांड एक अनंत और निरंतर पुनरावृत्ति श्रृंखला में निर्मित होता है, फिर उसका विनाश होता है और अंततः पुनर्निर्मित होता है।

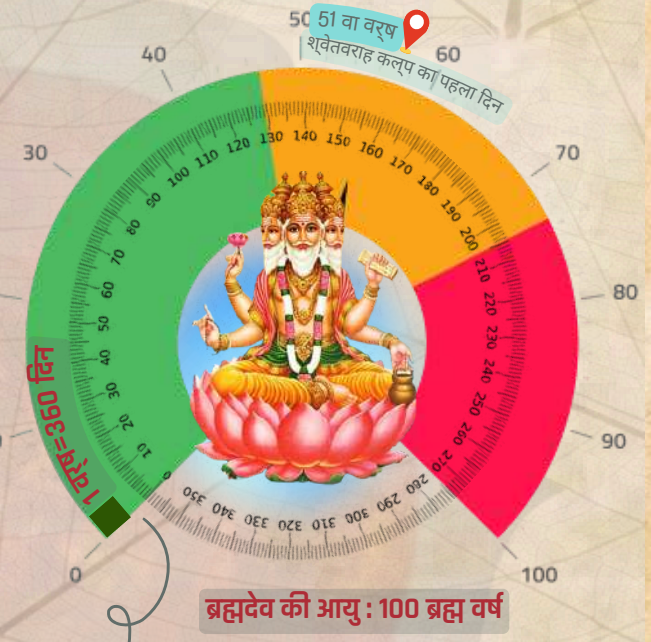
हमारे ब्रह्मांड के आरंभ में, सृष्टि से ठीक पहले, गर्भोदक सागर में आदि नारायण के नाभि से एक कमल उत्पन्न हुआ, जो हमारे ब्रह्मांड का सबसा निचला बिंदु है, और फिर वह हमारे ब्रह्मांड के उच्चतम बिंदु, सत्य लोक तक विस्तृत हो गया। इस कमल से ब्रह्मदेव प्रकट हुए। तपस्या करने के पश्चात्, ब्रह्मदेव को आदिपुरुष, भगवान श्री कृष्ण के दर्शन हुए और ब्रह्मदेव ने भगवान श्री कृष्ण से 'अति गोपनीय और पवित्र ज्ञान और तकनीक' प्राप्त की। ब्रह्मदेव ने अपने मन से सप्तऋषिओं, प्रजापतियों, कुमारों को उत्पन्न किया और उन्हें 'वेदों' के ज्ञान के साथ यह 'अति गोपनीय योगिक सिद्धांतों' का ज्ञान भी दिया और उन्हें सृष्टि को आगे बढ़ाने के लिए कहा। ऋषियों ने ज्ञान और धर्म के अनुसार सृष्टि को आगे बढ़ाया, उन्होंने इस दिव्य ज्ञान का विस्तार सभी ओर किया। सप्तऋषिओं से यह ज्ञान हस्तांतरित हो चला गया, ज्ञान के इस निरंतर, अटूट प्रवाह को 'परम्परा' कहा जाता है। प्राचीन ग्रंथों में, 'काल का चक्र' एक महत्वपूर्ण तत्वज्ञान है, जो विनाश (प्रलय) और पुनर्सृष्टि के निरंतर चक्र का प्रतीक है। ब्रह्मदेव ब्रह्मांड के सहनिर्माता की भूमिका निभाते हैं।

सृष्टिकर्ता ब्रह्मदेव की आयु की गणना

- ब्रह्मदेव की आयु 100 ब्रह्म वर्ष होती है
- ब्रह्मदेव का 1 वर्ष 360 दिन का होता है
- ब्रह्मदेव के 1 दिन को 'कल्प' कहा जाता है

हमारे वेदों और शास्त्रों के अनुसार ब्रह्मदेव अपने दिन के समय सृष्टि के सृजन कार्य में व्यस्त रहते हैं और रात्रि के समय उनके द्वारा बनाए गए सभी जीव उन्हीं में विलीन हो जाते हैं (प्रलय)। अतः ये जीव, यह सृष्टि, केवल ब्रह्मदेव के दिन के समय ही अस्तित्व में रहते हैं।

- ब्रह्मदेव के दिन की कालावधि 1000 महायुग/चतुर्युग होती है। ब्रह्मदेव की रात्रि भी 1000 महायुग तक चलती है
- ब्रह्मदेव के दिन के समय 14 मनु बदलते हैं। एक मनु के जीवनकाल को मन्वंतर कहा जाता है
- एक मन्वंतर में 71 या 72 महायुग होते हैं
- 1 महायुग चार युगों अर्थात सत्य, त्रेता, द्वापर और कलियुग का समूह है
- एक सम्पूर्ण महायुग की कालावधि 4,320,000 सौर/मनुष्य वर्ष है
- इस गणना के अनुसार हर मन्वंतर की कालावधी है 4,320,000 x 71 = 306,720,000 सौर/मनुष्य वर्ष है
- 1 कल्प = 2,000 x 4,320,000 = 8,640,000,000 सौर वर्ष
- ब्रह्मदेव के 100 ब्रह्म वर्षों के जीवनकाल के अंत में, सर्वोच्च परमात्मा, सृजन के नए चक्र का आरंभ करने के लिए एक नए ब्रह्मदेव को नियुक्त करते हैं



ब्रह्माजी का
1 दिन = 1 कल्प

ब्रह्मदेव का जीवनकाल

= 2000 महायुग X 100 वर्ष X 360 दिन X 4,320,000 सौर वर्ष

= 311,040,000,000,000 सौर वर्ष i.e. 311 trillion years
(31 नील 10 खरब 40 अरब सौर वर्ष)

वर्तमान में हम ब्रह्मदेव के 51 वें वर्ष के पहले दिन पर हैं
(चित्र में ब्रह्मदेव की वर्तमान आयु को लाल पिन से दर्शाया गया है)

आलस्यं हि मनुष्याणां शरीरस्थो महान् रिपुः ।
नास्त्युद्यमसमो बन्धुः कृत्वा यं नावसीदति ॥

"मनुष्यों के शरीर में रहने वाला आलस्य ही उनका सबसे बड़ा शत्रु है,
परिश्रम के समान उनका दूसरा कोई मित्र नहीं" ।

फरवरी

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
						१ शु. तृतीया
वसन्त पंचमी २ शु. चतुर्थी/ पंचमी	३ शु. षष्ठी	रथ सप्तमी ४ शु. सप्तमी	भीष्म अष्टमी ५ शु. अष्टमी	६ शु. नवमी	७ शु. दशमी	जया एकादशी ८ शु. एकादशी
प्रदोष व्रत ९ शु. द्वादशी	१० शु. त्रयोदशी	११ शु. चतुर्दशी	गुरु रविदास जयंती १२ HM यज्ञ पूर्णिमा	१३ फाल्गुन कृ. प्रतिपदा	१४ कृ. द्वितीया	१५ कृ. तृतीया
संकष्टी चतुर्थी १६ कृ. चतुर्थी	१७ कृ. पंचमी	यशोदा जयंती १८ कृ. षष्ठी	छत्रपति शिवाजी महाराज जयंती १९ कृ. षष्ठी	२० कृ. सप्तमी	जानकी जयंती २१ कृ. अष्टमी	२२ कृ. नवमी
२३ कृ. दशमी	विजया एकादशी २४ कृ. एकादशी	प्रदोष व्रत २५ कृ. द्वादशी	महा शिवरात्रि २६ HM यज्ञ, अभिषेकम् कृ. त्रयोदशी	२७ कृ. चतुर्दशी ● अमावस्या	२८ शु. प्रतिपदा	

। मा त्यज ।

कभी हार न मानो ।

महर्षि अगस्त्य की मित्रावरुणशक्ति

महर्षि अगस्त्य सप्तर्षियों में से एक हैं।

महर्षि अगस्त्य ऋग्वेद के कई मंत्रों के द्रष्टा हैं और उन्होंने आयुर्वेद एवं ज्योतिष शास्त्र के क्षेत्र मे अग्रणीम योगदान दिया। उन्हें 'ललिता सहस्र नामम्' भगवान हयग्रीव से प्राप्त हुई। उन्होंने सूर्यदेव की स्तुति में 'आदित्य हृदयम्' और माता सरस्वती की स्तुति में 'सरस्वती स्तोत्रम्' नामक शक्तिशाली भजनों की रचना की। उन्हें तमिल साहित्य का जनक माना जाता है। प्रभु श्री राम अपने वनवास के कुछ समय महर्षि अगस्त्य के आश्रम में रुके थे। महर्षि ने उन्हें तीन उपहार दिए : एक विश्वकर्मा जी द्वारा बनाया हुआ धनुष, एक कभी न समाप्त होने वाला तरकश और एक तलवार।

प्राचीन भारत में अनेकों आविष्कार हुए उदाहरण के लिए, ऊंची उड़ान वाले गुब्बारे, पैराशूट, बिजली, बैटरी, हवाई जहाज और यहाँ तक कि अंतरिक्ष यान भी। बिजली की रचना का मूल महर्षि अगस्त्य का बैटरी बनाने का फार्मूला है। अपने 'अगस्त्य संहिता' ग्रंथ में उन्होंने प्राकृतिक संसाधनों का उपयोग करके स्वच्छ ऊर्जा उत्पादन करने के सिद्धांत प्रस्तुत करते हुए बिजली बनाने का मार्ग प्रशस्त किया।

'अगस्त्य संहिता'

संस्थाप्य मृण्मये पात्रे ताम्रपत्रम् सुसंस्कृतम् ।
छादयेत् शिखिग्रीवेनार्दाभिः काष्ठपांसुभिः॥

दस्तालोष्ठो निधातव्यः पारदाच्छादितस्ततः ।
संयोगात् जायते तेजो मित्रावरुण संज्ञितम् ॥

अनेन जलभंगोस्ति प्राणोदानेषु वायुषु।
एवम् शतानाम् कुंभानाम् संयोगः कार्यकृत्स्मृतः॥

वायु बंधक वस्त्रेण निबद्धो यंमस्तके।
उदानः स्वलघुत्वे बिभर्त्याकाश यानकम॥

एक स्वच्छ मिट्टी का बर्तन लें, उसमें एक तांबे की शीट रखें और इसमें शिखिग्रीवा (कॉपर सल्फेट) डालें।

फिर इस पर गीला बुरादा, पारा और जस्ते का लेप लगाएँ। फिर आप तारों को जोड़ दें, तो इससे मित्रावरुण नामक ऊर्जा (तेजस) उत्पन्न होगी (मित्र-कैथोड, वरुण-एनोड)। इससे जल का प्राण वायु (ऑक्सीजन) और उदान वायु (हाइड्रोजन) में विघटन होगा।

कहा जाता है कि ऐसे एक सौ घटों की श्रृंखला अत्यंत सक्रीय और प्रभावी विद्युत बल प्रदान करती है। इस प्रकार निर्मित उदान वायु को कुछ युक्तियों के साथ एक वायुरोधी कपड़े में इकट्ठा किया जा सकता है।

यदि इस प्रकार हम उदान वायु को इकट्ठा कर लें तो, इस वायु के बहुत हलके होने के कारण, हवा में उड़ने में सक्षम यंत्र जैसे 'गर्म हवा के गुब्बारे' की रचना कर सकते हैं।

महर्षि अगस्त्य की मित्रावरुणशक्ति

हाल ही में नागपुर के संस्कृत विभाग के एचओडी, डॉ. सहस्त्रबुद्धे और इंजीनियरिंग विभाग के प्रोफेसर होले ने इस विवरण के अनुसार बिजली उत्पादन की जाँच की। जब 'अगस्त्य संहिता' के अनुसार एक सेल तैयार किया गया तो विवृत परिपथ वोल्टता (ओपन सर्किट वोल्टेज) 1.138 V मापी गई और लघु परिपथ विद्युत्प्रवाह (शॉर्ट सर्किट करंट) 23 mA मापा गया। 'अगस्त्य संहिता' में 32 प्रकार की बिजली और इलेक्ट्रॉनिक मशीनों और उपकरणों का वर्णन है। आधुनिक बैटरी सेल महर्षि अगस्त्य की बिजली उत्पादन विधि से मिलता जुलता है।

'टेक्नोलॉजी ऑफ द गॉड्स : द इनक्रेडिबल साइंसेज ऑफ द एंशिएंट्स' के लेखक डेविड हैचर चाइल्ड्रेस ने कहा "त्रावणकोर के त्रिवेंद्रम मंदिर के बगल के एक गहरे कुएँ में एक सौ बीस वर्षों से भी अधिक समय से एक दीपक जलाया गया था जिसका मूल 'अगस्त्य संहिता' है।"

मूकं करोति वाचालं, पङ्गुं लङ्घयते गिरिम् ।
यत्कृपा त्वमहं वन्दे, परमानन्दमाधवम् ॥

"माधव जो परमानंद हैं, जिनकी कृपा से गूंगा वक्ता बन जाता है और लंगड़ा पहाड़ चढ़ लेता है, मैं उनकी वंदना करता हूँ" ।

मार्च

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
३० उगादि गुड़ी पड़वा, चैत्र नवरात्रि घट स्थापना — शु. प्रतिपदा	३१ गौरी पूजा, मत्स्य जयंती — शु. द्वितीया/ तृतीया					१ फुलेरा दूज, रामकृष्ण जयंती — शु. द्वितीया
२ — शु. तृतीया	३ — शु. चतुर्थी	४ — शु. पंचमी	५ — शु. षष्ठी	६ — शु. सप्तमी	७ — शु. अष्टमी	८ — शु. नवमी
९ — शु. दशमी	१० आमलकी एकादशी — शु. एकादशी	११ प्रदोष व्रत — शु. द्वादशी	१२ — शु. त्रयोदशी	१३ होलिका दहन, अट्टकल पोंगल — शु. चतुर्दशी	१४ चैतन्य महाप्रभु जयंती, होली, चन्द्र ग्रहण पूर्ण, HM यज्ञ, पूर्णिमा	चैत्र १५ — कृ. प्रतिपदा
१६ भाई दूज — कृ. द्वितीया	१७ संकष्टी चतुर्थी — कृ. तृतीया/ चतुर्थी	१८ — कृ. चतुर्थी	१९ रंग पंचमी — कृ. पंचमी	२० वसंत विषुव — कृ. षष्ठी	२१ — कृ. सप्तमी	२२ — कृ. अष्टमी
२३ — कृ. नवमी	२४ — कृ. दशमी	२५ पापमोचनी एकादशी — कृ. एकादशी	२६ पापमोचनी एकादशी — कृ. द्वादशी	२७ प्रदोष व्रत — कृ. त्रयोदशी	२८ — कृ. चतुर्दशी	२९ सूर्य ग्रहण अंशिक, अमावस्या

। परोपकारार्थं इदं शरीरं ।

यह देह दूसरों की सेवा करने के लिए है ।

खगोल विज्ञान, गणित और वास्तुकला का दिव्य तालमेल

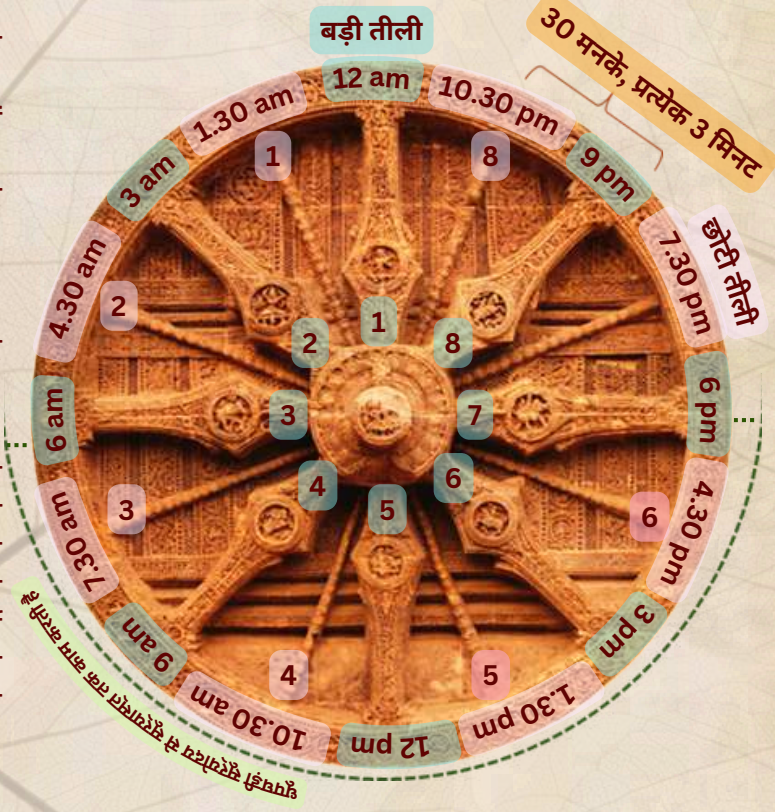
700 वर्ष प्राचीन - धूपघड़ी

कोणार्क का नाम संस्कृत के 'कोण' (कोण) और 'सूर्य' (अर्क) शब्दों से बना है। कोणार्क 'सूर्य मंदिर', 'पूरी जगन्नाथ मंदिर' और 'लिंगराज मंदिर' एक त्रिकोण बनाते हैं, जिसमें कोणार्क एक कोण बिंदु (कोणा) है। गंगा राजवंश के राजा नरसिंहदेव-प्रथम ने 1250 ई. के आस-पास इस मंदिर का निर्माण कराया था। यह मंदिर सूर्यदेव और नवग्रहों की पूजा के लिए समर्पित है। इसमें पत्थर की कई प्रतिष्ठित मूर्तियाँ हैं। वास्तुकारों ने पृथ्वी, सूर्य, चंद्रमा और तारों के घूर्णन और दूरियों की सटीक गणना कर व कुशलतापूर्वक खगोल विज्ञान का उपयोग कर एक धूपघड़ी का निर्माण किया जो दिन और रात्रि के सभी 8 प्रहरों को दर्शाती है। यह ही नहीं बल्कि, यह धूपघड़ी बदलते मौसम के साथ संरेखित होती है, और धार्मिक समारोहों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

मंदिर का आकार एक रथ जैसा है जिसे 12 जोड़ी विशाल भव्य सजावटी पहियों (चक्र) पर 7 घोड़े खींच रहे हैं। इन 24 पहियों में से, मुख्य मंदिर के दोनों ओर 6-6 हैं, 4-4 मुखशाला के दोनों तरफ और 2-2 पहिए पूर्वी सीढ़ियों के दोनों तरफ हैं। वास्तुकला की दृष्टि से सभी 24 पहिए एक जैसे हैं किन्तु उनमें से प्रत्येक को अलग तरह से सजाया गया है। 7 घोड़े सप्ताह के 7 दिनों का प्रतीक हैं, 12 जोड़ी पहिए साल के 12 महीनों का प्रतिनिधित्व करते हैं, और 24 पहिए दिन के 24 घंटों का प्रतिनिधित्व करते हैं।

धूपघड़ी

- धूपघड़ी वामावर्त (एंटीक्लॉकवाइज) दिशा में समय दिखाता है
- पहिए का आकार 9 फीट 9 इंच व्यास का है और उनमें से प्रत्येक में 8 बड़ी तीलियाँ और 8 छोटी तीलियाँ हैं
- 8 प्रमुख तीलियाँ एक दिन की प्रहारों का प्रतीक हैं। दो बड़ी तीलियों के बीच की दूरी 3 घंटे (180 मिनट) है
- दो बड़ी तीलियों के बीच की छोटी तीली 1.5 घंटे (90 मिनट) की होती है
- बड़ी तीली और छोटी तीली के बीच में पहिए के किनारे पर 30 मनके होते हैं। इस प्रकार प्रत्येक मनका 3 मिनट दर्शाता है



धुरी के केंद्र पर एक उंगली या एक छड़ी रखकर होने वाली छाया दिन के वर्तमान समय को सटीक रूप से इंगित करती है। परंतु जब सूर्य दूसरी दिशा में हो तो समय कैसे बताएँ? यानी न सूरज, न छाया? इस मंदिर में केवल 2 नहीं, बल्कि 24 सुंदर नक्काशीदार पहिए हैं। सूर्य आकाश के दूसरे भाग में होने पर यह सभी पहिए, धूपघड़ी का काम करते हैं, इन्हें सटीकता से समय बताने के लिए सावधानीपूर्वक तैयार किए गया है।

100 से भी अधिक वर्ष पूर्व, लोग पत्थर के इन पहियों को समय संकेतक के रूप में नहीं, बल्कि केवल कलात्मक रूप में देखते थे। योगियों में से एक ने सूर्य-छाया वाली तीलियों से समय पढ़कर उनके उपयोग को सभी के समक्ष प्रकट किया। 16 फरवरी, 1980 को कोणार्क पूर्ण सूर्य ग्रहण के साथ संरेखित हुआ।

सूर्यास्त के पश्चात समय कैसे बताएँ? क्या आपने चंद्रघडी के विषय में सुना है? शेष 22 पहियों को चंद्रघडी के रूप में देखें।

यूनेस्को ने कोणार्क के सूर्य मंदिर को आने वाली पीढ़ियों की सराहना और आनंद के लिए विश्व धरोहर सूची में अंकित किया है।

इन धूपघड़ियों पर सभी जगह भिन्न-भिन्न आकृतियाँ और नक्काशी हैं और हम उनमें से अधिकांश का अर्थ नहीं जानते हैं। इन पहियों पर ऐसे सुराग हैं जिन्हें लोग सदियों से अनदेखा करते आ रहे हैं। यदि पुरातन काल के लोगों ने कुछ बनाने में बहुत समय बिताया है, तो अवश्य ही यह एक मूल्यवान, वैज्ञानिक उद्देश्य के लिए किया गया होगा।

दिसंबर में होने वाला वार्षिक कोणार्क नृत्य महोत्सव एक मुख्य आकर्षण है, जिसमें पारंपरिक ओडिसी नृत्य किया जाता है।

रामाय रामभद्राय रामचंद्राय वेधसे ।
रघुनाथाय नाथाय सीताया: पतये नम: ॥

"भगवान श्री राम जो रामभद्र हैं, रामचन्द्र हैं, रघुनाथ हैं, सभी कारणों के कारण हैं, जगत के नियंता और माँ सीता के स्वामी हैं, उन्हें मैं नमस्कार करता हूँ" ।

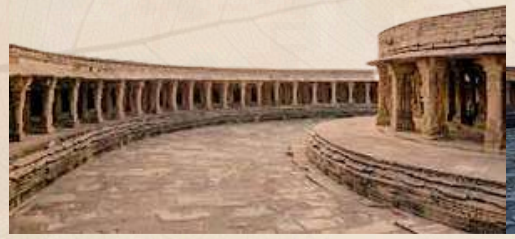
अप्रैल

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
		१ शु. चतुर्थी	२ शु. पंचमी	यमुना छट ३ शु. षष्ठी	४ शु. सप्तमी	५ शु. अष्टमी
श्री राम नवमी ६ HM यज्ञ शु. नवमी	७ शु. दशमी	कामदा एकादशी ८ शु. एकादशी	९ शु. द्वादशी	प्रदोष व्रत १० महावीर जयंती शु. त्रयोदशी	११ शु. चतुर्दशी	हनुमान जन्मोत्सव १२ HM यज्ञ पूर्णिमा
वैशाख १३ कृ. प्रतिपदा	बैसाखी १४ सौर नववर्ष कृ. प्रतिपदा	१५ कृ. द्वितीया	संकष्टी चतुर्थी १६ कृ. तृतीया	१७ कृ. चतुर्थी	१८ कृ. पंचमी	१९ कृ. षष्ठी
२० कृ. सप्तमी	२१ कृ. अष्टमी	२२ कृ. नवमी	२३ कृ. दशमी	वरूथिनी एकादशी २४ वल्लभाचार्य जयंती कृ. एकादशी	प्रदोष व्रत २५ कृ. द्वादशी	२६ कृ. त्रयोदशी/ चतुर्दशी
२७ ● अमावस्या	२८ शु. प्रतिपदा	परशुराम जयंती २९ शु. द्वितीया	अक्षय तृतीया ३० शु. तृतीया			

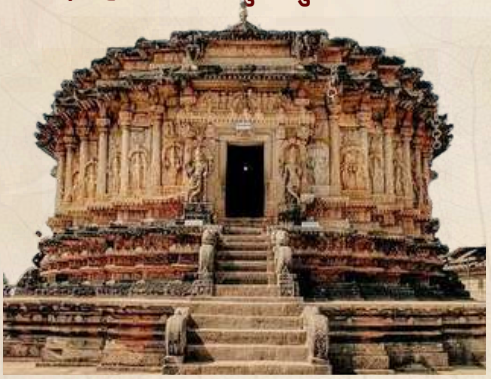
। अन्नं न निन्द्यात् तद व्रतम् ।

अन्न का कभी अनादर न करना, नियम है।

भारत की अविश्वसनीय वास्तुकला



चौंसठ योगिनी मंदिर, मितावली (मध्य प्रदेश) - छत रहित वास्तुकला जो आश्चर्यचकित कर देगी। इतिहासकारों के अनुसार पुराने भारतीय संसद का डिज़ाइन इसी संरचना पर आधारित है।



विद्याशंकर मंदिर श्रृंगेरी, कर्नाटक
यह 1300 वर्ष पुराना मंदिर है, इसके 12 स्तंभ प्रत्येक माह का प्रतिनिधित्व करते हैं। सूर्य का प्रकाश, राशि चक्र के आधार पर एक विशिष्ट स्तंभ पर पड़ता है, जो एक विशिष्ट माह का संकेतक है।

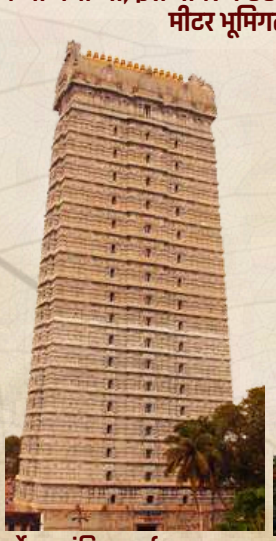
रत्नेश्वर महादेव मंदिर, वाराणसी/काशी, 74 मीटर लंबा है और 9 डिग्री के कोण पर झुका हुआ है। यह प्रतिवर्ष 6 माह तक गंगा नदी में डूबा रहता है। इसकी तुलना में, 'लीनिंग टावर ऑफ़ पिसा' 4 डिग्री झुकी हुई है और 54 मीटर ऊंची है।

चेन्नाकेशव मंदिर, सोमनाथपुरा, कर्नाटक
यह मंदिर एक ऊंचे मंच पर बनाया गया है, मंदिर के बाहर और अंदर दोनों तरफ सुंदर नक्काशी की गई है जो इस मंदिर को अत्यंत विस्मयकारी बनाता है।

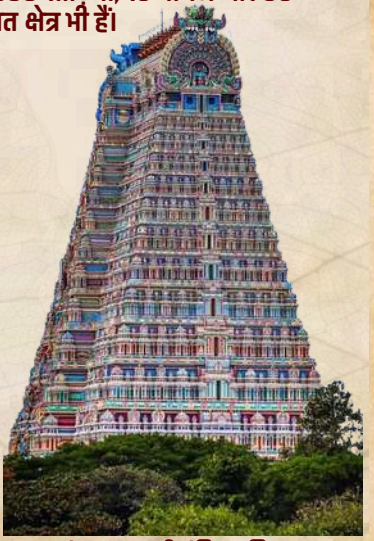
चाँद बावड़ी, राजस्थान, इस बावड़ी का निर्माण 1000 साल पहले किया गया था, इस मंदिर में 3500 सीढ़ियाँ, 13 मंजिलें और 30 मीटर भूमिगत क्षेत्र भी हैं।

गगनचुंबी इमारतें केवल आधुनिक शहरों तक ही सीमित नहीं हैं बल्कि प्राचीन भारत में भी अनेकों सुंदर गगनचुंबी इमारतें थीं।

पापनाशिनी शिव मंदिर, भुवनेश्वर



मुर्देश्वर मंदिर, कर्नाटक
237 फीट



रंगनाथस्वामी मंदिर, तमिलनाडू
239 फीट

हम चाहे कितने भी उन्नत क्यों न हो जाएँ, हम कभी भी अपने पूर्वजों द्वारा बनाए गए वास्तुशिल्प चमत्कारों की बराबरी नहीं कर सकते।

त्रिविधं नरकस्येदं द्वारं नाशनमात्मनः।
कामः क्रोधस्तथा लोभस्तस्मादेतत्त्रयं त्यजेत्॥

"काम, क्रोध और लोभ नरक के तीन द्वार हैं जो किसी भी प्राणी को पूर्ण रूप से नष्ट कर सकते हैं, अतः हे अर्जुन, इन तीनों का तुरंत त्याग कर दो!"

मई

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
				१ शु. चतुर्थी	२ सूरदास रामानुजाचार्य आदि शंकराचार्य जयंती शु. पंचमी	३ गंगा सप्तमी शु. षष्ठी
४ शु. सप्तमी	५ सीता नवमी शु. अष्टमी	६ शु. नवमी	७ शु. दशमी	८ मोहिनी एकादशी शु. एकादशी	९ प्रदोष व्रत शु. द्वादशी	१० शु. त्रयोदशी
११ नृसिंघ जयंती शु. चतुर्दशी	१२ बुद्ध पूर्णिमा कूर्म जयंती HM यज्ञ पूर्णिमा	१३ ज्येष्ठ नारद जयंती कृ. प्रतिपदा	१४ कृ. द्वितीया	१५ कृ. तृतीया	१६ संकष्टी चतुर्थी कृ. चतुर्थी	१७ कृ. पंचमी
१८ कृ. पंचमी	१९ कृ. षष्ठी/ सप्तमी	२० कृ. अष्टमी	२१ कृ. नवमी	२२ कृ. दशमी	२३ अपरा एकादशी कृ. एकादशी	२४ प्रदोष व्रत कृ. द्वादशी
२५ कृ. त्रयोदशी	२६ वट सावित्री कृ. चतुर्दशी	२७ ● अमावस्या शु. प्रतिपदा	२८ शु. द्वितीया	२९ महाराणा प्रताप जयंती शु. तृतीया	३० शु. चतुर्थी	३१ शु. पंचमी

। अस्मिन् जगति किंचितपि निःशुल्कं नास्ति।

इस ब्रह्माण्ड में कुछ भी निशुल्क नहीं है ।

संस्कृत - ध्वनि का विज्ञान

संस्कृत भाषा में ध्वनि विज्ञान सम्मिलित है। यह भाषा दिव्य है, देव भाषा है। 'शब्द' (नाद) इसका मौलिक कंपन स्रोत है, जो सार्वभौमिक गतिज ऊर्जा को संचालित करता है। प्राचीन ऋषि ध्वनि विज्ञान में सिद्ध थे और उन्होंने हमें व्यवस्थित, संगठित ध्वनि ऊर्जा प्रदान की जिसे 'मंत्र' के नाम से जाना जाता है। ये मंत्र हमारी भावनाओं, आर्थिक स्थिति और शरीर पर गहरा प्रभाव डालते हैं। गुरुदेव के मार्गदर्शन में, इन मंत्रों का सटीक जप, व्यक्ति के भीतर और बाहिर के परिसर में परिवर्तनकारी प्रभाव लाता है।

नाद की उत्पत्ति (अक्षर)

संस्कृत भाषा का अक्षर और स्वर विज्ञान उल्लेखनीय वैज्ञानिक नवाचार का प्रतिनिधित्व करते हैं। लिपि में 56 अक्षर, 16 स्वर (स्वराः), और 42 व्यंजन (व्यंजनानि) सम्मिलित हैं, यह सभी मानव शरीर विज्ञान से गहरे रूप से जुड़े हुए हैं। जैसा कि चित्र में दिखाया गया है, संस्कृत की वर्णमाला के यह घटक शरीर के ऊर्जा केंद्र 'चक्र' से प्रभावित हैं।

प्रारंभिक संस्कृत अक्षर 'अ' है जिसे 'अकार' कहा जाता है। यह गले (कण्ठ) से उत्पन्न होता है, जो ध्वनि उत्पादन के लिए मुखर प्रारंभिक बिंदु है। 'अ' अक्षर भाषा के सार का प्रतीक है, जो भाषा की उत्पत्ति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। श्रीमद् भगवद् गीता में, भगवान श्री कृष्ण ने 'अ' कार का महत्त्व बताते हुए कहा कि "अक्षरों में मैं 'अकार' हूँ"

अक्षराणामकारोऽस्मि (गीता 10.33)

व्यंजन का उच्चारण मुँह की गति और उच्चारण स्थान के आधार पर वैज्ञानिक रूप से संरचित होता है।

संस्कृत शब्दावली, ध्वनि विज्ञान, व्याकरण और वाक्यविन्यास में समृद्ध है। यह भाषा प्राचीन होने पर भी आज तक अपरिवर्तित है और इस प्रकार यह दुनिया की गणितीय भाषा है। यूनेस्को वैदिक मंत्रोच्चार को 'अमूर्त सांस्कृतिक विरासत' कहता है। नासा ने संस्कृत को सभी भाषाओं में सबसे स्पष्ट, और कंप्यूटर प्रसंस्करण और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के लिए सबसे उपयुक्त घोषित किया।

सूर्य पंडित की 14वीं सदी की संस्कृत कविता 'रामकृष्ण विलोम काव्यम्' संस्कृत भाषा व साहित्य की उत्कृष्टता दर्शाती है। यह एक विलोमपद या पैलिंड्रोम है जिसका अर्थ है एक ऐसा अनुक्रम जो आगे और पीछे समान रूप से पढ़ा जा सकता है।

इस कविता के प्रत्येक श्लोक में, पहला भाग प्रभु श्री राम और रामायण के बारे में बताता है, और दूसरा भाग भगवान श्री कृष्ण और महाभारत के बारे में बताता है। अनोखी बात यह है कि दूसरा भाग पहले भाग से बिल्कुल उलट है। प्रत्येक श्लोक एक सटीक विलोमपद या पैलिंड्रोम है, जो दोनों महाकाव्यों को आकर्षक ढंग से जोड़ता है।

जैसा कि आप पहले श्लोक में देख सकते हैं
'श्री या देवं भव्यभतो यदेवं संहा रदा मुक्ति मुता सुभूतम्',
को
'तं भूसुता मुक्ति मुदा रहे सं वन्दे यतो भव्यभवं दया श्रीः'
सटीक उल्टा लिखा गया है।
इस कविता के सभी छंद इस प्रकार हैं।

इस तरह की रचनाएँ संस्कृत भाषा की भव्यता का प्रमाण हैं। इस महान कृति के लेखक को हमारा प्रणाम है।

संस्कृत भाषा में विस्तृत ध्वनि के उच्चारण में विभिन्न मुखांगों का उपयोग उल्लेखनीय है। इस भाषा को बोलना, मुँह को फिटनेस प्रदान करता है और मुँह के आस-पास की झुर्रियों को भी कम कर सकता है। यह मुँह के लिए एक अनोखा इलाज है।

संस्कृत विद्वानों द्वारा कुछ योगदान

विद्वान	योगदान
• महर्षि पाणिनी	एक मूलभूत संस्कृत व्याकरण 'अष्टाध्यायी' के लेखक
• महर्षि वाल्मीकि	हिन्दू साहित्य की आधारशिला 'रामायण' की रचयिता
• महर्षि व्यासदेव	'महाभारत' के लेखक, जिसमें श्रीमद् भगवद् गीता और बहुत कुछ सम्मिलित हैं
• कवि कालिदास	'शकुंतला' और 'मेघदूत' काव्य जैसे नाटकों के लिए प्रसिद्ध
• महर्षि आर्यभट्ट	भारतीय गणित, खगोल विज्ञान में 'आर्यभटीय' के अग्रदूत
• आदि शंकराचार्य	अद्वैत वेदांत के साथ हिंदू विचार को पुनर्जीवित किया
• आचार्य चाणक्य	शासन कला पर प्राचीन ग्रंथ 'अर्थशास्त्र' लिखा
• महर्षि पतंजलि	योग पर एक महत्वपूर्ण ग्रंथ 'योग सूत्र' का संकलन किया
• महर्षि भासा	प्राचीन भारतीय रंगमंच के नवोन्वेषी नाटककार
• महर्षि भवभूति	'मालती माधव' और अन्य नाटकों के लिए प्रसिद्ध

अयं निजः परो वेति गणना लघुचेतसाम् ।
उदारचरितानां तु वसुधैव कुटुम्बकम् ॥

"संकीर्ण मानसिकता वाले लोग सोचते हैं कि यह मेरा है, वह उसका है, परन्तु ऊँची सोच रखने वाले लोगों का मानना है कि सम्पूर्ण विश्व एक ही परिवार है" ।

जून

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
१ शु. षष्ठी	२ शु. सप्तमी	३ शु. अष्टमी	४ शु. नवमी	गंगा दशेरा ५ शु. दशमी	निर्जला एकादशी ६ शु. एकादशी	निर्जला एकादशी ७ शु. एकादशी
प्रदोष व्रत ८ शु. द्वादशी	९ शु. त्रयोदशी	वट पूर्णिमा व्रत १० शु. चतुर्दशी	कबीरदास जयंती ११ HM यज्ञ पूर्णिमा	आषाढ़ १२ कृ. प्रतिपदा	१३ कृ. द्वितीया	संकष्टी चतुर्थी १४ कृ. तृतीया
१५ कृ. चतुर्थी	१६ कृ. पंचमी	१७ कृ. षष्ठी	१८ कृ. सप्तमी	१९ कृ. अष्टमी	२० कृ. नवमी	योगिनी एकादशी २१ इंटरनेशनल योग दिवस सबसे लंबा दिन कृ. दशमी/ एकादशी
वैष्णव योगिनी एकादशी २२ कृ. द्वादशी	प्रदोष व्रत २३ कृ. त्रयोदशी	२४ कृ. चतुर्दशी	शनि जयंती २५ वट सावित्री व्रत अमावस्या	२६ शु. प्रतिपदा	 २७ जगन्नाथ रथ यात्रा शु. द्वितीया	२८ शु. तृतीया
२९ शु. चतुर्थी	३० शु. पंचमी					

। तपः सार इन्द्रियग्रहः।

इंद्रियों पर नियंत्रण ही तपस्या का सार है ।

प्राचीन भारत के धातुकर्म चमत्कार

प्राचीन भारत का धातुकर्म प्रौद्योगिकी और कला में अविश्वसनीय कौशल दर्शाता है। हमारी सभ्यता की धातु विशेषज्ञता कई उल्लेखनीय कृतियों में स्पष्ट है।

वुट्ज़ स्टील

स्टील बनाने की प्राचीन भारतीय कला ने वुट्ज़ स्टील को जन्म दिया। यह एक असाधारण मिश्र धातु है जो अपनी अद्वितीय ताकत और असाधारण तीक्ष्णता के लिए प्रसिद्ध है और भारत के विकसित धातु विज्ञान का एक उत्कृष्ट उदाहरण है। इस मिश्र धातु ने प्रसिद्ध दमिश्क ब्लेड जैसी प्रतिष्ठित ब्लेड्स व तलवारों के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई, जो अपनी तीक्ष्णता के लिए जानी जाती हैं।

जंग रहित चमत्कार

उन्नत लौह अनुप्रयोग का एक उल्लेखनीय उदाहरण दिल्ली का प्रसिद्ध लौह स्तंभ है। यह एक भव्य 7.67 मीटर (23 फुट) की संरचना है, जिसका वजन लगभग छह टन का है। इस स्तंभ पर राजा चंद्र गुप्त द्वितीय द्वारा श्री हरि विष्णु को समर्पित एक संस्कृत शिलालेख है। एक सहस्राब्दी से अधिक समय से यह अद्भुत स्तंभ ज़ंग और संक्षारण के प्रति असाधारण प्रतिरोधक क्षमता दर्शा रहा है।

किन्तु यह स्तंभ ज़ंग रहित, या यूँ कहें कि ज़ंग प्रतिरोधी क्यों है, यह अभी भी एक प्रमुख प्रश्न है

लोहे की संरचना और इसके संक्षारण प्रतिरोध में योगदान देने वाले कारकों का विश्लेषण करने के लिए कई वैज्ञानिक अध्ययन किए गए हैं। हाल ही में यह पाया गया कि फास्फोरस, लोहा और ऑक्सीजन का एक विशेष अनुपात एक सुरक्षात्मक परत बनाता है जो खरोंचने पर पुनः सतह को ढक देता है। प्राचीन भारतीय लोहारों ने धैर्यपूर्वक प्रयोग किया, इन स्तंभों को तैयार करने के लिए उपयुक्त लौह अयस्क स्रोतों और शोधन प्रक्रियाओं की खोज की।

प्राचीन भारत का उल्लेखनीय धातुकर्म कौशल अन्य स्तंभों में भी स्पष्ट है जैसे कि धार और कोदाचद्री पहाड़ी में पाए जाने वाले स्तंभ। पूरी के जगन्नाथ और कोणार्क के सूर्य मंदिर जैसे मंदिरों में जो लौह बीम हैं वह, धातुओं, उसके अयस्कों और उनसे शिल्प बनाने की तकनीकों के चयन में प्राचीन भारत की विशेषज्ञता और दक्षता को प्रदर्शित करती हैं।

जिंक मास्टर

4 सहस्राब्दियों से केवल भारत के पास जस्ते (जिंक) को अपने अयस्क से निकालने का विशेष ज्ञान था। 997°C के गलनांक वाला जिंक या जस्ता एक अनोखी चुनौती प्रस्तुत करता है, क्योंकि यह 1000°C पर वाष्पीकृत हो जाता है तो केवल 3-डिग्री का निष्कर्षण अवसर बचता है। इस समस्या को सुलझाने के लिए, भारतीय धातुविदों ने बड़ी कुशलता से हीटिंग प्रक्रिया को उलट दिया - ठोस जस्ता निकालने के लिए ऊपर से ऊष्मा और नीचे बर्फ का उपयोग किया। सदियों से संरक्षित इस तकनीक ने भारत को एकमात्र वैश्विक जस्ता उत्पादक बना दिया। परन्तु फिर, यह विधि एक यात्री के माध्यम से चीन पहुँची और तत्पश्चात विलियम चैंपियन के साथ ब्रिटेन पहुँची, जिन्होंने 1543 में जस्ता आसवन का आरंभ किया। हजारों वर्षों पूर्व का यह आश्चर्यजनक ज्ञान, जस्ते के गुणों की पूर्वजों की समझ और इस संकीर्ण 3-डिग्री विंडो मे आसवन की प्रक्रिया के प्रबंधन की उनकी क्षमता को रेखांकित करता है।

ऋषि वाग्भट्ट द्वारा लिखित 'रसरत्न समुच्चय' जैसे संस्कृत ग्रंथों में विस्तृत जस्ता आसवन तकनीक का उपयोग 'पारा आसवन' के साथ-साथ किया गया। पुरातात्विक साक्ष्य राजस्थान की जावर खदानों में ईसा पूर्व 6वीं या 5वीं शताब्दी में जस्ता उत्पादन की पुष्टि करते हैं। भारत ने 13वीं और 18वीं शताब्दी ईस्वी के बीच जस्ता गलाने में महारत दिखा, जावर मे 50,000 से 100,000 टन जस्ते का आसवन किया।

प्राचीन कारीगरों ने लॉस्ट वैक्स तकनीक से कास्ट कांस्य की मूर्तियों में उल्लेखनीय कौशल का प्रदर्शन किया। उन्होंने कांस्य, पीतल जैसे विविध मिश्र धातुओं में महारत हासिल की, सिक्कों से लेकर अनेक वस्तुओं का निर्माण किया, उत्कृष्ट कलाकृतियों को तैयार किया और मंदिर की सजावट के लिए धातु के स्तंभों, दरवाजों और अन्य सजावटों के साथ अपनी धातुकर्म विशेषज्ञता का प्रमाण दिया।

अहं कृष्णांशः कृष्णदेवस्य अंशः ।
अहं कृष्णदासः अहं कृष्णदासः ॥

"मैं भगवान श्री कृष्ण का शाश्वत अंश हूँ, मैं उनका सेवक हूँ" ।

जुलाई

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
		१ शु. षष्ठी	२ शु. सप्तमी	३ शु. अष्टमी	४ शु. नवमी	५ शु. दशमी
देवशयनी एकादशी ६ शु. एकादशी	७ शु. द्वादशी	प्रदोष व्रत ८ शु. त्रयोदशी	९ शु. चतुर्दशी	गुरु पूर्णिमा १० व्यासदेव पूजा HM यज्ञ पूर्णिमा	श्रावण ११ कृ. प्रतिपदा	१२ कृ. द्वितीया
१३ कृ. तृतीया	संकष्टी चतुर्थी १४ कृ. चतुर्थी	१५ कृ. पंचमी	१६ कृ. षष्ठी	१७ कृ. सप्तमी	१८ कृ. अष्टमी	१९ कृ. नवमी
२० कृ. दशमी	कामिका एकादशी २१ कृ. एकादशी	प्रदोष व्रत २२ कृ. द्वादशी/ त्रयोदशी	२३ कृ. चतुर्दशी	२४ ● अमावस्या	२५ शु. प्रतिपदा	२६ शु. द्वितीया
हरियाली तीज २७ शु. तृतीया	२८ शु. चतुर्थी	नाग पंचमी २९ शु. पंचमी	३० शु. षष्ठी	तुलसीदास जयंती ३१ शु. सप्तमी		

। समत्वं योग उच्यते ।

समता ही योग है ।

हमारे दादा-दादी एकादशी व्रत क्यों रखते हैं ?

कृष्ण पक्ष के 11वें दिन और शुक्ल पक्ष के 11वें दिन को एकादशी कहा जाता है। यह हर 15 दिन में एक बार, महीने मे दो बार आती है।

1..2..3...4.....11.....15 (पूर्णिमा)..1..2..3..4.....11...(अमावस्या)

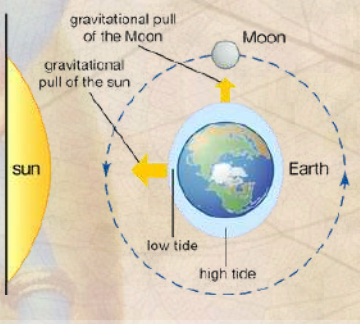
एकादशी को 'हरि वासर' या 'माधव तिथि' के नाम से भी जाना जाता है।

> एकादशी का अभिप्राय एक-1 और दस-10 से है जो 11 इंद्रियों पर नियंत्रण का प्रतीक है। एकादशी उपवास और आध्यात्मिक अभ्यास हमारे आत्म-अनुशासन को बढ़ावा देता है। एकादशी के दिन अन्न का त्याग करने से तथा साधना में व्यस्त रहने से, आपका ध्यान इंद्रिय इच्छाओं से हटाकर आध्यात्मिक उन्नति की ओर लगता है।

उपाख्यान

एक बार मुरा नाम के एक शक्तिशाली राक्षस ने ब्रह्माण्ड का संतुलन बिगाड़ दिया। देवताओं ने देवी एकादशी से सहायता माँगी। दिव्य बल से देवी एकादशी ने मुरा से युद्ध किया और उसे परास्त कर शांति की पुनः स्थापना की। श्री हरि विष्णु ने प्रसन्न होकर एकादशी को वरदान दिया कि जो भी व्यक्ति एकादशी का व्रत करेगा उसे पापों से मुक्ति मिलेगी और मोक्ष की प्राप्ति होगी और वह जीवन मृत्यु के चक्र से मुक्त हो जाएगा।

आध्यात्मिक महत्व

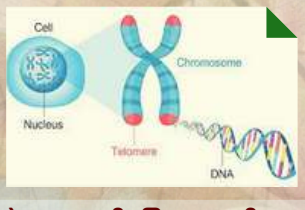


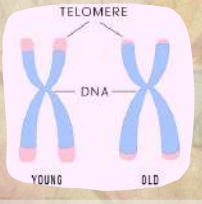
गुणसूत्र और जीवनकाल

आयु बढ़ने का संबंध गुणसूत्र या डीएनए के टेलोमेयर्स से है, जिसे 'जंक डीएनए' भी कहा जाता है, जो कोडिंग डीएनए की रक्षा करता है। जैसे-जैसे कोशिकाओं के विभाजित होने से नई कोशिकाएँ बनती हैं वैसे-वैसे टेलोमेयर्स कोशिका में स्वाभाविक रूप से सिकुड़ते हैं जिसके कारण कोशिका का जीवन काल छोटा होता रहता है। वैज्ञानिक कहते हैं कि कोशिकाओं का कम विभाजन और उससे कम होने वाली टेलोमेयर हानि से कोशिकाओं की आयु बढ़ सकती है।

कोशिका विभाजन को सीमित करने का एक तरीका कैलोरी प्रतिबंधन है, किन्तु यह करना कठिन है क्योंकि ऐसा करने से थकान होती है। एक अभूतपूर्व शोध से पता चला है कि 36 घंटे का उपवास कैलोरी प्रतिबंधन का अनुकरण करता है और कोशिकाओं को लाभदायी है। इस शोध कार्य को 2009 में नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया। एकादशी उपवास से भी समान प्रभाव पड़ता है।

एकादशी व्रत आध्यात्मिक और स्वास्थ्य संबंधी मान्यताओं को जोड़ता है जिससे शरीर डिटॉक्स होता है, पाचन क्रिया मे सहायता होती है और संभावित रोगों का जोखिम कम होता है। यह वास्तव में धर्म और विज्ञान का एक दिलचस्प मिश्रण है।





खगोलीय महत्त्व

चंद्रमा का गुरुत्वाकर्षण बल समुद्री लहरों को विशेष रूप से प्रभावित करता है, मुख्यता दशमी से द्वादशी के दौरान। यह प्रभाव एकादशी के दिन अपने उच्चतम बिंदु पर होता है। अब चूँकि हमारे शरीर में 70% पानी है, चंद्रमा का गुरुत्वाकर्षण हमारे शरीर पर भी असर डालता है और हमे मानसिक रूप से प्रभावित करता है अतः मानसिक संतुलन को बनाए रखने के लिए हम एकादशी का व्रत करते हैं।

इस दिन अनाज क्यों नहीं खाना चाहिए?

अनाज और दालें, जल-अवरोधक होने के कारण, एकादशी के दिन सेवन करने पर इस प्रभाव को बढ़ा सकते हैं। यह संबंध हमारे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर एकादशी के प्रभाव को महत्वपूर्ण रूप से रेखांकित करता है, जिससे संभावित रूप से स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ हो सकती हैं। इसलिए, एकादशी के दिन अनाज खाने से परहेज करने की सलाह दी जाती है।

हमारे दादा-दादी की एकादशी व्रत के विषय में गहरी समझ इसके महत्व पर प्रकाश डालती है, जो हमें इस परंपरा को बनाए रखने के लिए प्रोत्साहित करती है।

हे कृष्ण हे माधव हे देव त्वम् ।
सर्व कारणस्य कारणम् ॥

"हे कृष्ण, हे माधव, हे देव,
आप सभी कारणों के कारण हैं" ।

अगस्त

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
राधा अष्टमी **३१** गौरी पूजन महालक्ष्मी व्रत आरंभ शु. अष्टमी					**१** शु. अष्टमी	**२** शु. अष्टमी
३ शु. नवमी	**४** शु. दशमी	पुत्रदा एकादशी **५** शु. एकादशी	प्रदोष व्रत **६** शु. द्वादशी	**७** शु. त्रयोदशी	वरलक्ष्मी व्रत **८** शु. चतुर्दशी	रक्षा बंधन **९** नारली पूर्णिमा संस्कृत दिवस HM यज्ञ पूर्णिमा
भाद्रपद **१०** कृ. प्रतिपदा	**११** कृ. द्वितीया	संकष्टी अंगारकी चतुर्थी **१२** कजारी तीज कृ. तृतीया	**१३** कृ. चतुर्थी/ पंचमी	बलराम जयंती **१४** कृ. षष्ठी	स्वतंत्रता दिवस **१५** श्रीकृष्ण जन्माष्टमी कृ. सप्तमी	दही हंडी **१६** HM यज्ञ कृ. अष्टमी
१७ कृ. नवमी	**१८** कृ. दशमी	अजा एकादशी **१९** कृ. एकादशी	प्रदोष व्रत **२०** कृ. द्वादशी	पर्युषन पर्वारम्भ **२१** कृ. त्रयोदशी	**२२** कृ. चतुर्दशी	बैल पोळा **२३** ● अमावस्या
२४ शु. प्रतिपदा	वराह जयंती **२५** शु. द्वितीया	हरतालिका तीज **२६** गौरी हब्बा शु. तृतीया	गणेश चतुर्थी **२७** शु. चतुर्थी	ऋषि पंचमी **२८** शु. पंचमी	**२९** शु. षष्ठी	**३०** शु. सप्तमी

। स्वात्मानं जानीहि ।

स्वयं को जानिए ।

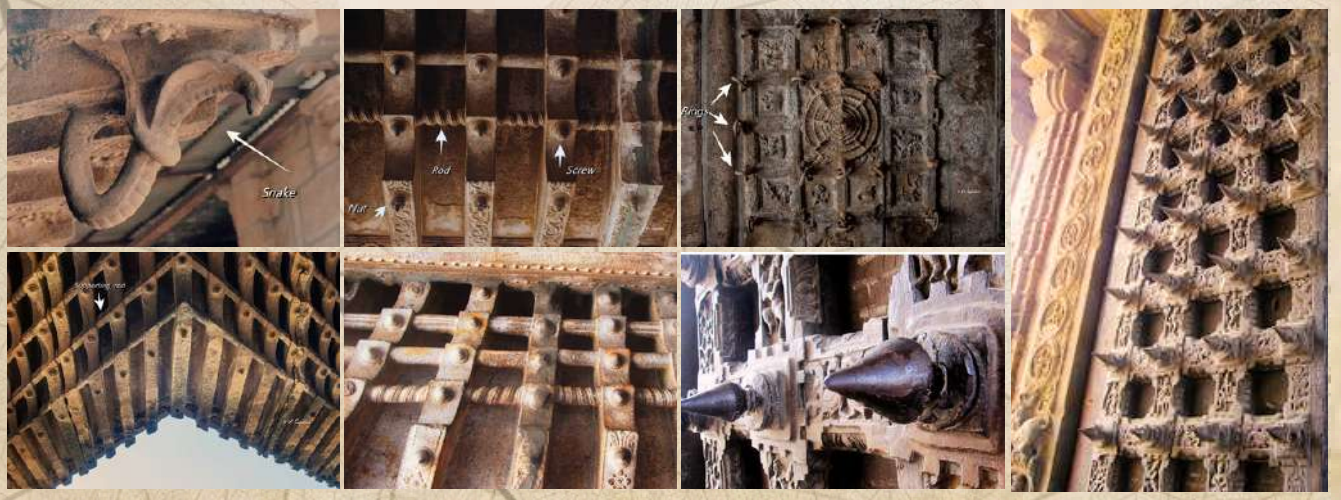
himalayan meditation

पत्थर की कहानियाँ

हमारे पूर्वज फैशनेबल कपड़े, सुन्दर मेकअप, उत्तम आभूषण, सुंदर साज-सज्जा करने में अग्रणी थे। यह हजारों साल पुराने वैदिक मंदिरों में पाई जाने वाली नक्काशीदार अद्भुत पत्थर की मूर्तियों से स्पष्ट है।

पत्थर पर चमत्कार
क्या आप इन सजावटी कपड़ों की कल्पना कभी कर सकते हैं?

मंदिर के पत्थर की दीवारों पर की गई नक्काशी दर्शाती है :- 1. अंतरिक्ष यात्री : पूरा हेलमेट और दस्ताने पहने हुए लोग, सिर और हाथ की सुरक्षा को प्राथमिकता दे रहे हैं, दस्तानों का कफ दिख रहा है; 2. दूरबीन का उपयोग करते हुए सैनिक, रॉकेट लॉन्चिंग पैड जो मिसाइलों/ दहनशील तीरों को पकड़े हुए हैं, (12वीं शताब्दी हलेबीडु मंदिर); 3. मोबाइल और टैबलेट जैसे उपकरणों का उपयोग करने वाली महिलाएँ (सूर्य मंदिर, मोढेरा-गुजरात); 4. पैराशूट का उपयोग (रंगनाथस्वामी मंदिर, श्रीरंगम); 5. साइकिल का उपयोग (2000 साल पुराना पंचवर्णस्वामी मंदिर); 6. विस्तृत शुक्राणु-अंडाणु निषेचन और कोशिका विभाजन की प्रक्रिया (वरमूर्तिश्वर मंदिर); 7. भ्रूण विकास (कालभैरवनाथ मंदिर, तमिलनाडु); 8. प्रसव प्रक्रिया करवाते हुए डॉक्टर्स व नर्सेज (रंगनाथस्वामी मंदिर); 9. एक बच्चे पर होते सीपीआर की प्रक्रिया (होयसला मंदिर, हलेबीडु, कर्नाटक); 10. पृथ्वी ध्रुवों पर थोड़ी चपटी है (सोमनाथपुरा मंदिर); 11. डायनासोर की आकृति (अंकोरवाट मंदिर); 12. दंत चिकित्सा के क्षेत्र में चिकित्सा उपकरणों का उपयोग



आत्मनाथर मंदिर प्राचीन मूर्तिकारों और इंजीनियरों के मंदिर वास्तुशिल्प कौशल का प्रमाण है। छत पर दृष्टि डालेंगे तो आपको सजावटी साँप, अंगूठियाँ, नट, बोल्ट, लटकते छल्लों, विभिन्न प्रकार की छड़ें दिखाई देंगे। विशाल तारमंगलम कैलासनाथर मंदिर में पत्थर के सुंदर दरवाज़ों को देखें सभी ग्रेनाइट से बने हैं।

आध्यात्मिकता ही नहीं, प्राचीन भारतीय मंदिर ज्ञान के खुले स्रोत हैं। मंदिरों में प्रतिदिन जाने से हमे गुप्त विज्ञान को प्राप्त करने का अवसर मिलता है।

अभिवादनशीलस्य नित्यं वृद्धोपसेविनः ।
चत्वारि तस्य वर्धन्ते आयुर्विद्या यशो बलम् ॥

"जो सदैव सौम्य, बुद्धिमान, विनम्र है और बड़ों की सेवा करता है,
उसकी आयु, विद्या, यश और बल बढ़ता है"।

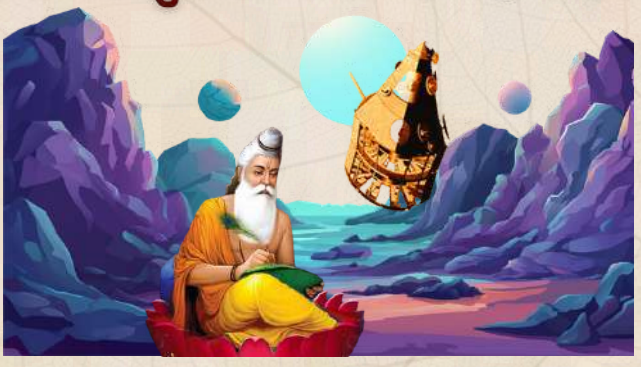
सितम्बर

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
	गौरी पूजा १ शु. नवमी	२ गौरी विसर्जन शु. दशमी	परिवर्तिनी एकादशी ३ शु. एकादशी	वामन जयंती ४ शु. द्वादशी	प्रदोष व्रत शिक्षक दिवस ५ तिरुवोणम शु. त्रयोदशी	अनंत चतुर्दशी ६ गणेश विसर्जन शु. चतुर्दशी
चन्द्र ग्रहण पूर्ण ७ HM यज्ञ पूर्णिमा	अश्विन ८ पितृपक्ष आरंभ कृ. प्रतिपदा	९ कृ. द्वितीया	संकष्टी चतुर्थी १० कृ. तृतीया	११ कृ. चतुर्थी	१२ कृ. पंचमी	१३ कृ. षष्ठी/ सप्तमी
महालक्ष्मी व्रत पूर्ण १४ कृ. अष्टमी	१५ कृ. नवमी	१६ कृ. दशमी	इन्दिरा एकादशी १७ विश्वकर्मा पूजा कृ. एकादशी	१८ कृ. द्वादशी	प्रदोष व्रत १९ कृ. त्रयोदशी	२० कृ. चतुर्दशी
सर्व पितृ अमावस्या २१ अमावस्या	नवरात्रि आरंभ २२ घटस्थापना सूर्य ग्रहण आंशिक शु. प्रतिपदा	२३ शु. द्वितीया	२४ शु. तृतीया	२५ शु. तृतीया	ललिता पंचमी २६ शु. चतुर्थी	बिल्व निमंत्रण २७ शु. पंचमी
कल्पारंभ २८ शु. षष्ठी	नव पत्रिका पूजन २९ सरस्वती आवाहन शु. सप्तमी	दुर्गा अष्टमी सरस्वती पूजा ३० शु. अष्टमी				

। नास्ति क्रोधसमो रिपुः ।

क्रोध के समान अन्य कोई शत्रु नहीं ।

चुंबक मणि
विमानों में प्रयुक्त प्राचीन लैंड माइन डिटेक्टर



ऋषि अपने समय के महान वैज्ञानिक होते हैं। प्राचीन संस्कृत साहित्य में उड़ने वाले यंत्रों का वर्णन मिलता है, जिन्हें विमान कहते हैं। प्रचुर मात्रा में लिखित प्रमाण यह दर्शाते हैं कि महर्षि अगस्त्य और महर्षि भरद्वाज विमान निर्माण के अग्रणी वैज्ञानिक हैं। 'अगस्त्य संहिता' में दो प्रकार के विमानों का वर्णन मिलता है। ऐसी ही एक और उल्लेखनीय रचना 'वैमानिक प्रकरण' है जो की 'यंत्रसर्वस्व' का हिस्सा है और यह महर्षि भरद्वाज द्वारा लिखित एक मशीनरी विश्वकोश है।

यह बहुत ही आश्चर्य की बात है कि पुस्तक में विमान के विभिन्न पहलुओं, जैसे उड़ान के सिद्धांत और तकनीक, पायलट की महत्वपूर्ण भूमिका, मौसमी आहार दिशानिर्देश और पायलटों के लिए निर्दिष्ट पोशाक, नेविगेशन के लिए वायुमंडलीय समझ, कार्यात्मक घटकों का विश्लेषण, ताकत के लिए सही धातु की संरचना, विशिष्ट कार्यों के लिए यंत्र एकीकरण, परावर्तक दर्पणों का उपयोग, कृतका वर्गीकरण के अंतर्गत व्यवस्थित वर्गीकरण तथा और भी बहुत से विषयों का विस्तृत विवरण दिया गया है।

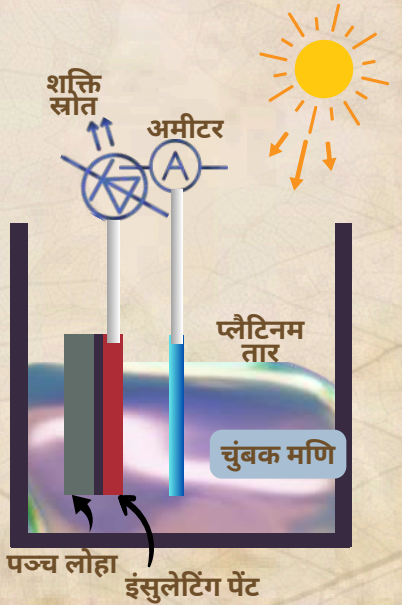
रामायण, महाभारत और पुराणों में विभिन्न प्रकार के विमानों का उल्लेख मिलता है। मंदिरों में विमानों और हवाई वाहनों की नक्काशी भी उनके अस्तित्व का ठोस सबूत प्रदान करती है।

भारत में एक विमान नक्काशी, एल्लोरा गुफा मंदिर

चूँकि इस पुस्तक में विभिन्न उपकरणों के निर्माण के लिए कई सैकड़ों तरीके सम्मिलित हैं, इसलिए तीन आईआईटी बॉम्बे नैनोटेक्नोलॉजी विशेषज्ञों ने "गुहगर्भ दर्शन यंत्र" पर ध्यान केंद्रित करने का निर्णय किया, जो एक प्राचीन लैंड माइन डिटेक्टर है जिसे भूमिगत छिपे हुए हथियारों का पता लगाने के लिए बनाया किया गया था।

यह यंत्र तीन भागों का संयोजन है :

पंचलोहा - सूत्र संख्या 38-41
परग्रंथिकद्रव - सूत्र संख्या 42-46
चुंबक मणि - सूत्र संख्या 47-50



चुंबक मणि को फ्लक्स तकनीक का उपयोग करके बनाया गया है। नियुक्त फ्लक्स की अद्भुत प्रतिक्रियाशीलता (रिएक्टिविटी) है, जो 600°C तक के तापमान पर भी लौह ऑक्साइड, रेत और इसी तरह के पदार्थों को घोलने में सक्षम है। जब इसे 1250°C तक तपाया जाता है, तब यह हीरे जैसी चमक (मणि) के साथ एक चुंबकीय पदार्थ में परिवर्तित हो जाता है। यह फ्लक्स उच्च गलनांक वाली धातुओं को प्रभावी ढंग से पिघलाने में मूल्यवान है। चुंबक मणि 400°C तक धात्विक गुण प्रदर्शित करता है और फिर उच्च तापमान पर अर्धचालक (सेमीकंडक्टर) बन जाता है जिसके कारण यह एक सेंसर के रूप में उपयोगी हो सकता है।

उल्लेखनीय बात यह है कि, "गुहगर्भ दर्शन यंत्र" फोटोइलेक्ट्रोकेमिकल सेल के सिद्धांत का पालन करते हुए प्रकाश (सौर) ऊर्जा को विद्युत ऊर्जा में परिवर्तित करता है, जैसा कि चित्र में दिखाया गया है।

संक्षेप में, यह प्रयोग "गुहगर्भ दर्शन यंत्र" की तकनीक और घटक सामग्रियों की प्रामाणिकता और वैज्ञानिक पुनरुत्पादन क्षमता को दर्शाता है। यह दिलचस्प है कि ऐसी फ्लक्स तकनीक हमारे प्राचीन द्रष्टाओं को पहले से ही ज्ञात थी। इस प्रकार, अन्य वर्णित उत्पादों के संभावित अस्तित्व को उजागर करने के लिए प्राचीन ज्ञान का व्यापक अध्ययन करने की आवश्यकता है।

यो न ह्यष्यति न द्वेष्टि न शोचति न कांक्षति ।
शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः ॥

"जो भक्त अति उत्साहित नहीं होता और सदैव संतुष्ट रहता है, चिंतामुक्त रहता है, दूसरों के प्रति ईर्ष्या नहीं रखता, कोई भौतिक इच्छा नहीं रखता, अपने सभी शुभ और अशुभ कर्मों के फल को त्याग देता है और जो सदैव मेरी भक्ति में लीन रहता है वह मुझे बहुत प्रिय है"

अक्तूबर

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
			महा नवमी १ शु. नवमी	दुर्गा विसर्जन सरस्वती विसर्जन विजयदशमी दशहरा माधवाचार्य जयंती गांधी जयंती २ शु. दशमी	पापांकुशा एकादशी ३ शु. एकादशी	प्रदोष व्रत ४ शु. द्वादशी
५ शु. त्रयोदशी	कोजागिरी शरद पूर्णिमा ६ शु. चतुर्दशी	वाल्मीकि जयंती मीराबाई जयंती ७ HM यज्ञ पूर्णिमा / कृ. प्रतिपदा	कार्तिक ८ कृ. द्वितीया	९ कृ. तृतीया	संकष्टी चतुर्थी १० करवा चौथ कृ. चतुर्थी	११ कृ. पंचमी
१२ कृ. षष्ठी	राधा कुंड स्नान १३ कृ. सप्तमी	१४ कृ. अष्टमी	१५ कृ. नवमी	१६ कृ. दशमी	रमा एकादशी १७ गोवत्स द्वादशी कृ. एकादशी	प्रदोष व्रत धनतेरस १८ यम दीपम कृ. द्वादशी
काली चौदस १९ कृ. त्रयोदशी	नरक चतुर्दशी २० लक्ष्मी पूजन दिवाली कृ. चतुर्दशी ● अमावस्या	२१ ● अमावस्या	बली प्रतिपदा २२ गुजराती नव वर्ष गोवर्धन पूजा शु. प्रतिपदा	भाई दूज २३ शु. द्वितीया	२४ शु. तृतीया	२५ शु. चतुर्थी
२६ शु. पंचमी	छट पुजा २७ शु. षष्ठी	२८ शु. षष्ठी	२९ शु. सप्तमी	गोसप्तमी ३० शु. अष्टमी	३१ शु. नवमी	

। प्रबल: कर्मसिद्धांत: ।

कर्म सिद्धांत बहुत शक्तिशाली है ।

himalayan meditation

प्राचीन भारत की शल्य चिकित्सा पद्धतियाँ

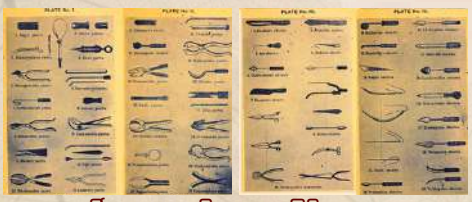
प्राचीन भारतीय ग्रंथ ऋग्वेद, अश्विनीकुमारों का उल्लेख कुशल शल्य चिकित्सकों के रूप में करता है। अश्विनीकुमारों ने कई असाधारण सर्जरी की हैं , जिसमें सिर का प्रत्यारोपण भी सम्मिलित है। इसी प्रकार उन्होंने ऋषि च्यवन के सिर और धड़ को पुनः जोड़ने की सर्जरी की, रीजशवा की आँखों का भी ऑपरेशन किया, पुष्णा के दांत लगाए और राजा खेला की पत्नी विश्पला को एक लोहे का पैर लगाया। यह प्राचीन प्रक्रियाएँ, जिनमें ऑटोलोगस और एलोजेनिक ट्रांसप्लांट दोनों सम्मिलित हैं, 5,000 साल पुरानी हैं।

ऋग्वैदिक युग का उल्लेखनीय शल्य चिकित्सा कौशल, आधुनिक चिकित्सा के लिए किंवदंतियों या रहस्यों की तरह लग सकते हैं, जिससे अविश्वास भी पैदा हो सकता है हालाँकि, यह सभी कौशल आयुर्वेद का आधार हैं। आयुर्वेद का अर्थ है 'आयु बढ़ाने का ज्ञान' और यह अथर्ववेद से जुड़ा हैं। इसे 'वैद्यशास्त्र' भी कहा जाता है, और एक चिकित्सक को 'वैद्य'। वैद्य शब्द 'विद्या' से आता है। भारत की शास्त्रीय चिकित्सा प्रणाली आयुर्वेद पर आधारित है।

प्राचीन भारत का सबसे पहला व्यापक चिकित्सा ग्रंथ महर्षि चरक द्वारा संकलित 'चरक संहिता' है। इसमें हज़ारों वर्षों पूर्व, आचार्य आत्रेय और आचार्य अग्निवेश जैसे अग्रणी चिकित्सकों ने योगदान दिया और आयुर्वेदिक सिद्धांतों की नींव रखी। 'सर्जरी के जनक' महर्षि सुश्रुत ने कॉस्मेटिक, प्लास्टिक और दंत चिकित्सा सर्जरी का आरंभ किया, जिसे संधान कर्म कहा जाता है। उनकी प्रक्रियाएँ, जैसे कि राइनोप्लास्टी (नासा संधान), लोबुलोप्लास्टी (ओष्ठ संधान), और ओटोप्लास्टी (कर्ण संधान), को 'सुश्रुत संहिता' में प्रलेखित किया गया है, जिसमें 120 सर्जिकल उपकरण, 300 प्रक्रियाएँ, 8 सर्जरी श्रेणियाँ और 60 घाव उपचार का विवरण है।

रानी विश्पला ने युद्ध के दौरान अपना पैर खो दिया। फिर अश्विनीकुमारों ने उन्हें लोहे से बना कृत्रिम पैर लगाया, जिससे वह फिर से चल पाईं।

4000 वर्ष पुरानी, 26-30 वर्षीय महिला की उक्त बरमे द्वारा छेदन (ट्रेपोनेशन) की गई खोपड़ी श्रीनगर, कश्मीर में मिली। इस खोपड़ी पर 11 ट्रेपोनेशन (एक शल्य प्रक्रिया जिसमें हड्डी का एक गोलाकार टुकड़ा ड्रिल किया जाता है और निकाला जाता है) की गई थीं।



महर्षि सुश्रुत द्वारा आविष्कृत शल्य चिकित्सा उपकरण

a

a. नाक के पुनर्निर्माण के लिए 'इंडियन फ्लैप'
b. माथे की त्वचा द्वारा राइनोप्लास्टी (नाक का पुनर्निर्माण)

महर्षि सुश्रुत का शल्य चिकित्सा में योगदान :

- शरीर-रचना विज्ञान : महर्षि सुश्रुत संरक्षित शवों के विच्छेदन के माध्यम से मानव शरीर रचना का अध्ययन करने वाले प्रारंभिक चिकित्सकों में से थे।
- मृत शरीरों का संरक्षण : उन्होंने शारीरिक अध्ययन के लिए मृत शरीरों को संरक्षित करने की तकनीक इजात की।
- प्रायोगिक मॉडल : महर्षि सुश्रुत ने वास्तविक रोगियों पर ऑपरेशन करने से पूर्व अपने छात्रों को सर्जिकल प्रक्रियाएँ सिखाने के लिए प्रायोगिक मॉडल विकसित किए।
- सर्जरी का वर्गीकरण : महर्षि सुश्रुत ने सर्जरी को अलग-अलग क्षेत्रों में वर्गीकृत किया, जिसमें उच्छेदन यानि एक्सिज़न, स्कारिफिकेशन, पंचर करना, सर्जिकल एक्सप्लोरेशन, निष्कर्षण या एक्सट्रैक्शन, निष्कासन यानि इवैक्युएशन और टांके लगाना सम्मिलित हैं।
- अग्रणी प्रक्रियाएँ : उन्हें प्लास्टिक सर्जरी, मोतियाबिंद ऑपरेशन, लैपरोटॉमी, सीज़ेरियन सेक्शन, वेसिकल लिथोटॉमी (मूत्राशय की पथरी हटाने की विधि), गुर्दे की पथरी को हटाने की सर्जिकल विधि की उत्पत्ति का श्रेय दिया जाता है।
- स्वास्थ्य जागरूकता : वह बढ़ती आयु और मोटापे के प्रतिकूल प्रभावों जैसे स्वास्थ्य मुद्दों के विषय में जानते थे। उन्होंने मधुमेह जैसी बीमारियों के प्रबंधन में शारीरिक व्यायाम के लाभों को भी समझा।
- कॉस्मेटिक सर्जरी : उन्होंने नाक के पुनर्निर्माण के लिए माथे की त्वचा का उपयोग करके राइनोप्लास्टी सहित कॉस्मेटिक सर्जरी को विकसित किया, जिसका यूरोप में प्लास्टिक सर्जरी के विकास पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ा।
- नेत्रों का इलाज : महर्षि सुश्रुत को भारत की नेत्र विज्ञान की समृद्ध परंपरा विरासत में मिली। नेत्र विज्ञान की जड़ें राजा निमी जैसी महान हस्तियों से जुड़ी हैं, जिन्होंने मोतियाबिंद सर्जरी की शुरुआत की थी।
- चिकित्सा ज्ञान का संचारण : उन्होंने चिकित्सा ज्ञान को आगे की पीढ़ियों को भी सिखाया, जिससे चिकित्सा विज्ञान के निरंतर विकास में योगदान हुआ।
- सुश्रुत संहिता के महत्व को देखते हुए, इसके विभिन्न भाषाओं में अनुवाद हुए, जैसे 9वीं शताब्दी में इब्न अबिला सिब्बल द्वारा अरबी, 1844 में एफ. हेस्लर द्वारा लैटिन, 1846 में जे. ए. वुल्फर्स द्वारा जर्मन में, 1883 में यू. सी. दत्ता और 1897 में ए. एफ. आर. हॉर्नेल द्वारा अंग्रेजी आदि अनुवाद किए गए हैं।

रॉयल ऑस्ट्रेलेशियन कॉलेज ऑफ सर्जन्स (आरएसीएस), सर्जिकल शिक्षा और अनुसंधान में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यहाँ, सर्जरी के जनक के रूप में पहचाने जाने वाले महर्षि सुश्रुत की मूर्ति स्थापित की गई है।

शुभं करोति कल्याणमारोग्यं धनसंपदा ।
शत्रुबुद्धिविनाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ॥

"दीपक के प्रकाश को नमस्कार है जो शुभता, स्वास्थ्य और समृद्धि लाता है और शत्रुतापूर्ण भावनाओं को नष्ट कर देता है" ।

नवम्बर

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
३० शु. दशमी						देवुत्थान एकादशी १ कंस वध शु. दशमी
देवुत्थान एकादशी २ तुलसी विवाह शु. एकादशी/ द्वादशी	प्रदोष व्रत ३ शु. त्रयोदशी	मणिकर्णिका स्नान ४ शु. चतुर्दशी	देव दिवाली ५ गुरु नानक जयंती HM यज्ञ पूर्णिमा	मार्गशीर्ष ६ कृ. प्रतिपदा	७ कृ. द्वितीया	संकष्टी चतुर्थी ८ कृ. तृतीया/ चतुर्थी
९ कृ. पंचमी	१० कृ. षष्ठी	११ कृ. सप्तमी	१२ कृ. अष्टमी	१३ कृ. नवमी	१४ कृ. दशमी	उत्पन्न एकादशी १५ कृ. एकादशी
१६ कृ. द्वादशी	प्रदोष व्रत १७ कृ. त्रयोदशी	१८ कृ. त्रयोदशी	१९ कृ. चतुर्दशी	२० ● अमावस्या	२१ शु. प्रतिपदा	२२ शु. द्वितीया
२३ शु. तृतीया	२४ शु. चतुर्थी	विवाह पंचमी २५ शु. पंचमी	२६ शु. षष्ठी	२७ शु. सप्तमी	२८ शु. अष्टमी	२९ शु. नवमी

। गुरुरेव परायणः ।

गुरु ही परम आश्रय हैं ।

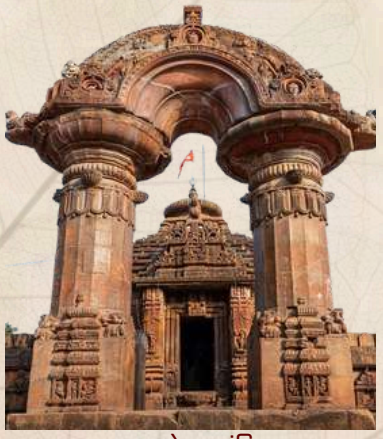
himalayan meditation

मंदिर : धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष का मार्ग

1: यदि आप ज़ूम-इन करते हैं तो आप एक साँप के स्केल्स को देख सकते हैं; 2, 5: 3डी नक्काशी; 3, 12, 13, 14: ऑप्टिकल इलूशन; 6: पत्थर में खुदी हुई रस्सी; 4, 7: घूमती हुई पत्थर की गेंद और घूमता हुआ पहिया; 9, 19: विस्तृत शारीरिक रचना, कान से गुजरती हुई 0.5 मि.मी सुई; 19 पैर की नस; 8, 10, 11, 16, 17, 19: शिल्प की असरलता के स्तर को देखें, अंतराल के बीच छोटी तीलियाँ डाली जा सकती हैं; 15: इस पत्थर को तराशने के लिए अविश्वसनीय तकनीक (रॉक सॉफ्टनिंग) का उपयोग किया गया था।

रुद्र महालय मंदिर

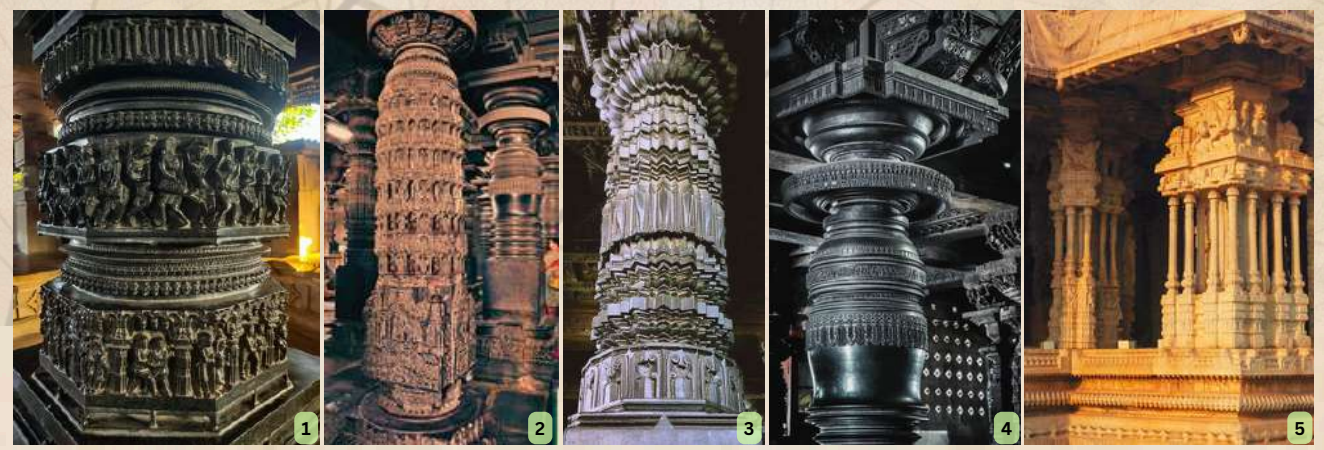
मोढेरा सूर्य मंदिर



मुक्तेश्वर मंदिर

श्री भोग नंदीश्वर मंदिर

एक ही चट्टान से बनाई गई प्रतिष्ठित, उत्कृष्ट पत्थर की छतरी



1, 2, 3, 4, 7: यह कर्नाटक में 12वीं सदी के होयसलेश्वर मंदिर, चेन्नाकेशव मंदिर और हरिहरेश्वर मंदिर के चमचमाते स्तंभों पर आश्चर्यजनक और मंत्रमुग्ध कर देने वाली नक्काशी हैं। क्या आप विश्वास कर सकते हैं कि यह उन्नत उपकरणों और प्रौद्योगिकी के बिना ही बनाए गए थे? क्या यह खराद मशीन, लेज़र से पत्थर काटने की मशीनों और आधुनिक सॉफ्टवेयर के उपयोग के बिना संभव है? हमारी विरासत अविश्वसनीय, विस्मयकारी, जादुई और रहस्यमयी है। यह सभी मंदिर वह उत्कृष्ट कृतियाँ हैं जिन्हें हमारे पूर्वजों ने पत्थरों से हज़ारों वर्षों पूर्व बनाया; 5: विट्ठल मंदिर, हम्पी के 56 संगीतमय स्तंभ: आप इन पत्थर के स्तंभों से सप्त-स्वरंगल (7 संगीत नोट्स) सुन सकते हैं; 6: 1000 वर्ष से भी अधिक पूर्व, महान इंजीनियरों द्वारा निर्मित रामेश्वरम मंदिर में 1212 स्तंभ एक बिंदु पर मिलते हैं; 8: लेपाक्षी मंदिर का लटकता हुआ स्तंभ, एक रहस्य है। छत को सहारा देने वाले उनसठ स्तंभों में से एक स्तंभ धरती को नहीं छूता है जिसके कारण इसके नीचे से कपड़े जैसी पतली वस्तुएँ गुज़र सकती हैं।

श्रद्धावाननसूयश्च शृणुयादपि यो नरः ।
सोऽपि मुक्तःशुभाँल्लोकान्प्राप्नुयात्पुण्यकर्मणाम् ॥

"जो लोग इस ज्ञान (श्रीमद् भगवद् गीता) को पूर्ण श्रद्धा से और ईर्ष्या रहित होकर मात्र सुनते हैं, वे भी अपने पापों से मुक्त हो जाएँगे और उन शुभ लोकों को प्राप्त करेंगे जहाँ दिव्य लोग रहते हैं" ।

दिस्मबर

रवि	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि
	मोक्षदा एकादशी १ गीता जयंती HM महायज्ञ श्रीमद् भगवद् गीता पठन शु. एकादशी	प्रदोष व्रत २ शु. द्वादशी	हनुमान जन्मोत्सव (तेलुगु) ३ शु. त्रयोदशी	दत्तात्रेय जयंती ४ अन्नपूर्णा जयंती HM यज्ञ शु. चतुर्दशी/ पूर्णिमा	पौष ५ कृ. प्रतिपदा	६ कृ. द्वितीया
संकष्टी चतुर्थी ७ कृ. तृतीया	८ कृ. चतुर्थी	९ कृ. पंचमी	१० कृ. षष्ठी	११ कृ. सप्तमी	१२ कृ. अष्टमी	१३ कृ. नवमी
१४ कृ. दशमी	सफला एकादशी १५ कृ. एकादशी	१६ कृ. द्वादशी	प्रदोष व्रत १७ कृ. त्रयोदशी	१८ कृ. चतुर्दशी	हनुमान जन्मोत्सव (तमिल) १९ ● अमावस्या	२० ● अमावस्या
वर्ष का लघुतम दिवस २१ शु. प्रतिपदा	२२ शु. द्वितीया	२३ शु. तृतीया	२४ शु. चतुर्थी	२५ शु. पंचमी	२६ शु. षष्ठी	गुरु गोविन्द सिंह जयंती २७ शु. सप्तमी
२८ शु. अष्टमी	२९ शु. नवमी	पुत्रदा एकादशी ३० शु. दशमी/ एकादशी	पुत्रदा एकादशी ३१ शु. द्वादशी			

। शिवास्ते सन्तु पन्थानः ।

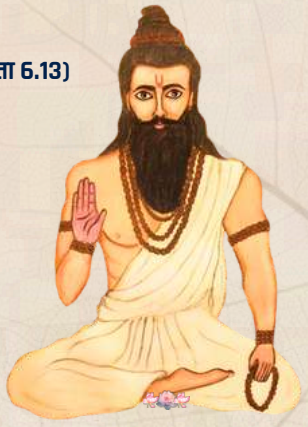
आपका पथ मंगलमय हो ।

himalayan meditation

ध्यानम्

ध्यानम् अर्थात मेडिटेशन हमारी सीमित चेतना को अनंत ब्रह्मांडीय चेतना या सर्वोच्च परमात्मा से जोड़ने की प्रक्रिया है। भगवान श्री कृष्ण कहते हैं:

समं कायशिरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः ।
सम्प्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ॥ (गीता 6.13)



ध्यान करने के लिए एक उपयुक्त आसन पर बैठो फिर अपने मेरुदंड, ग्रीवा और मस्तक को सीधा रख, इधर-उधर देखे बिना स्थिर रह कर, मानसिक रूप से नाक की नोक पर दृष्टि रखो और अंदर-बाहिर चलने वाली अपनी श्वास पर ध्यान केंद्रित करो। संतुष्ट रहकर मन को नियंत्रित करो, फिर शांत मन से और ब्रह्मचर्य का पालन करते हुए अपना मन मुझ पर केंद्रित करो। इसी प्रकार ध्यान करना चाहिए।

जिस तरह किसी को वांछित व्यक्ति से जुड़ने के लिए एक सही नंबर मिलाना पड़ता है, ठीक उसी तरह सही ध्यान तकनीकें हमें उच्च चेतन अवस्था में ले जाती हैं। जबकि, बिना किसी उचित मार्गदर्शन के चीजों का गलत अभ्यास आपदाओं का कारण बन सकता है। हमारे वेदों, उपनिषदों और तांत्रिक ग्रंथों में विभिन्न शक्तिशाली ध्यान तकनीकों का वर्णन किया गया है। इन ध्यान तकनीकों को गुरु के मार्गदर्शन में सीखना चाहिए। वर्तमान विश्व स्थिति को समझते हुए ऋषियों ने सबसे प्राचीन और शक्तिशाली तकनीकों को हिमालयन मेडिटेशन एप्प के रूप में समाहित किया है।

हिमालयन मेडिटेशन एप्प हिमालयी ऋषियों का आशीर्वाद है, जो सम्पूर्ण मानवता को आंतरिक या आध्यात्मिक रूप से परिवर्तित कर देता है, साथ ही यह 'ब्रह्मांड' और 'प्रकृति' के सिद्धांतों के विषय में व्यापक रूप से ज्ञान प्रदान करता है। ध्यान करते समय आपको दैवीय उपस्थिति का अनुभव हो साथ ही ऋषियों का मार्गदर्शन भी प्राप्त हो इसलिए हिमालयन मेडिटेशन एप्प को स्वयं ऋषियों ने 108 यज्ञों और मंत्रों द्वारा अभिमंत्रित किया है।

- हिमालयन मेडिटेशन एप्प तनाव-मुक्त, रोग-मुक्त, संतुलित, केंद्रित और जागरूक जीवन जीने के लिए आपका पथ प्रदर्शक तो है ही किन्तु यह इससे भी कही आगे, उच्च लोकों तक जाने के लिए आपका मार्गदर्शन करता है।
- यह एक अनोखा ध्यान एप्प है, जिसे आचार्य निर्देशित और स्व-निर्देशित दोनों मोड्स में किया जा सकता है। एप्प में उपलब्ध प्राचीन वैदिक योग तकनीकों के साथ हर जीवात्मा का उत्थान सुनिश्चित है।
- स्वयं और आचार्य निर्देशित मोड में 24 विशिष्ट शक्तिशाली ध्यान करें, जो नवीनता की 500+ से भी अधिक संभावनाओं को प्रस्तुत करते हैं।
- इसमें प्राथमिक से लेकर माध्यमिक और उच्चस्तरीय ध्यान तकनीकें हैं, जो विश्व भर में सभी प्रकार की जीवात्माओं की आवश्यकता को पूरा करती हैं।
- सभी समस्याओं के लिए सबसे अनोखा, सबसे तेज़, सबसे शक्तिशाली समाधान : हिमालयन माइंडफुलनेस, हार्टफुलनेस और सोलफुलनेस को 'सर्वोच्च से जुड़ने' के लिए सबसे सरल पथ के रूप में अपनाएँ।
- एप्प में दी गई योगिक जीवनशैली का पालन और नित्य सेवा उन सभी के लिए आवश्यक है जो अपने जीवन को पूर्ण रूप से परिवर्तित करना चाहते हैं। अमरता की ओर अपना मार्ग प्रशस्त करने के लिए "माई पाथ" साधना मार्ग का अनुसरण करना आवश्यक है।
- हिमालयी मंत्र और धुनें अविश्वसनीय रूप से शक्तिशाली, सुखदायक, मधुर हैं जो प्रकृति की धुनों का प्रतिबिंब हैं। उपाख्यान : मनोरम उपनिषद् कहानियों का अन्वेषण करें।
- हिमालयन मेडिटेशन एप्प में हमारे किसी भी प्रोग्राम पर 50% की छूट पाने के लिए इस पेज की फोटो के साथ हमें लिखें।

डाउनलोड लिंक **हिमालयन मेडिटेशन** **http://thehimalayanfoundation.in**

यज्ञ का विज्ञान

अग्नि, एक रहस्यमय तत्व है जिसके विषय में हमारे प्राचीन ऋषियों और महर्षियों द्वारा गहराई से विश्लेषण किया गया है। कुछ लोग अग्नि को केवल गर्मी और प्रकाश के स्त्रोत के रूप में देखते हैं, जबकि कुछ लोग यह भी स्वीकारते हैं की अग्नि हमे शुद्ध करती है। हालाँकि, हजारों वर्षों पूर्व, हमारे ऋषियों ने ब्रह्मांड के निर्माण में अग्नि के महत्व और ब्रह्मांडीय शक्तियों के साथ इसके संबंध को पहचान लिया था। अग्नि की शक्ति ने तारों और ग्रहों को जन्म दिया। उनका मानना था कि अग्नि सृष्टि का संचालन करती है और अंततः इसे राख में बदल देती है। ऋग्वेद में पहला शब्द 'अग्नि' है, जो अग्नि (जो सर्वोच्च परमात्मा का पहला गुण है) के लिए प्रार्थना है।

ॐ अग्निमीले पुरोहितं यज्ञस्य देवमृत्विजम्। होतारं रत्नधातमम्।।

यज्ञ, का अर्थ है भेंट, आहुति, पूजा, प्रार्थना।

श्रीमद् भगवद् गीता के अध्याय 3 और 4 में, भगवान श्री कृष्ण विभिन्न प्रकार के यज्ञों के बारे में बताते हैं।
आज के युग में सभी जीवों को सबसे गंभीर ख़तरा जहरीली जलवायु से है। प्राचीन वैदिक युग से, ऋषि और महर्षि हमें हवन (अग्निहोत्र यज्ञ) अनुष्ठान के शुद्धिकरण करने के विशेष गुणों के बारे में बताते हैं।

हिमालयी ऋषि त्योहारों और पूर्णिमा पर यज्ञ करते हैं, और इसके माध्यम से वे परमात्मा, देवताओं और प्रकृति के प्रति अपना आभार प्रकट करते हैं, ऐसा करने से सम्पूर्ण मानवता का कल्याण होता है। हिमालयन मेडिटेशन के माध्यम से इन यज्ञ सेवाओं में सम्मिलित हों और इनमें अपना योगदान दें।

हिमालयी ऋषि यह देख पा रहे हैं कि निकट भविष्य में 1,00,000 सामूहिक यज्ञ होंगें।

हिमालयन मेडिटेशन द्वारा यज्ञ सेवा

यज्ञ ब्रह्माण्डीय परिवर्तन एवं संचरण की प्रक्रिया है

यज्ञसह प्रजा सृष्टि करि । प्रजापति चतुर्मुखधारी ।
यज्ञ कले हिँ अभिवृद्धि । कामना पूर्त्ति ओ समृद्धि ।।
एमन्त गुह्य तत्त्वमान । देले उपदेश अर्जुन ।।10।।
यज्ञकर्म कले अर्जुन । तृप्त हुअन्ति देवगण ।
देवता जेबे तृप्त होइ । अभीष्ट फल देईथाई ।
परष्णरकु करि तृप्त । रुहन्ति सर्वे आनंदित ।।11।।

श्रीमद् भगवद् गीता - 3.10, 3.11 (हिमालयी ऋषि द्वारा श्रीमद् भगवद् गीता का संथ सरल संस्करण)

चार मुख वाले ब्रह्मदेव ने यज्ञ करके ही सब कुछ सृष्ट किया और उन्होंने ऋषिओं और देवताओं को कुछ गुप्त रहस्य भी उजागर किए। यज्ञ करने से समृद्धि आती है और इच्छाओं की पूर्ती होती है। हे अर्जुन, जब मनुष्य यज्ञ कर्म करते हैं तब देवता प्रसन्न होते हैं और बदले में वे मनुष्यों की इच्छाओं की पूर्ती करके उन्हें आशीर्वाद देते हैं। इस प्रकार यज्ञ करके देवता और मनुष्य दोनों एक दूसरे को संतुष्ट करते हैं।

यज्ञ क्यों करें ??

क्या आप जानते हैं कि प्रत्येक देवता जीवन की कोई न कोई विशिष्ट आवश्यकताओं को पूर्ण करते हैं? उदाहरण के लिए, इंद्रदेव वर्षा लाते हैं, जलदेव जल प्रदान करते हैं, अग्निदेव अग्नि प्रदान करते हैं, और वायुदेव जीवनदायी वायु प्रदान करते हैं। यज्ञ एक पवित्र अनुष्ठान है, जो घर से परेशानियाँ दूर करता है और समृद्धि और खुशियाँ लाता है। आप अपने या अपने परिवार के सदस्यों के लिए यज्ञ में आहुतियाँ समर्पित कर सकते हैं। यदि आप ऐसा करना चाहते हैं तो कृपया उनके नाम और गोत्र हमें लिखकर भेजें। यज्ञ सेवा और भी बढ़े इसलिए आप यथासामर्थ्य इन यज्ञों में योगदान दे सकते हैं, यहाँ तक कि एक रुपया भी। इसके अतिरिक्त, आप दान देकर विशेष अवसरों पर अपने प्रियजनों के लिए यज्ञ की व्यवस्था भी करवा सकते हैं।

योगदान के लिए, आप हमारी UPI आईडी:
thehimalayanseva@sbi का उपयोग करें।

यज्ञ कैसे करें ??

हिमालयी ऋषि त्योहारों और पूर्णिमा पर यज्ञ करके परमात्मा, देवताओं और प्रकृति के प्रति अपनी कृतज्ञता व्यक्त करते हैं। प्रत्येक पूर्णिमा पर, भारत और विदेश में, 100 से भी अधिक साधक ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों ही मोड्स से यज्ञ करने के लिए एकजुट होते हैं, जिससे आशीर्वाद का एक सामूहिक शक्तिशाली स्रोत बनता है। ध्यान और निःस्वार्थ सेवा में अपना समय समर्पित करने के पश्चात, आप ऋषिओं से यज्ञ की विधि सीखने के लिए मार्गदर्शन भी प्राप्त कर सकते हैं।

UPI ID के लिए QR कोड
UPI ID: thehimalayanseva@sbi

विभिन्न स्थानों पर आयोजित यज्ञों की झलकियाँ

आप यज्ञ अग्नि की लपटों में देवताओं की उपस्थिति अनुभव कर सकते हैं

हमारा सबसे छोटा साधक हर पूर्णिमा पर एकाग्रचित्त होकर, अकेले एक या दो घंटे के लिए प्रभु से आशीर्वाद माँगते हुए यज्ञ करता है।

दिव्यता को अनुभव करें

himalayan meditation

हिमालयन मेडिटेशन द्वारा अष्टकम् सेवा

अष्टकम् अत्यधिक शक्तिशाली और दैवीय रूप से परिवर्तनकारी हैं। यह दिव्य अष्टकम् ऐसी आध्यात्मिक ऊर्जा प्रसारित करते हैं जो सामान्य शब्दों से परे हैं, अवर्णनीय हैं। अष्टकम् पाठ में लीन होने से कोई भी व्यक्ति भव्य और दिव्य उपस्थिति से अभिभूत हुए बिना नहीं रह पाता। यह उस कालातीत ज्ञान और दैवीय कृपा के प्रमाण है जो इन पवित्र छंदों के माध्यम से बहता है, जो हमारे सभी संताप हर कर हमें दिव्यता की ओर ले जाता है। प्रतिदिन भक्तिपूर्वक अष्टकम् पाठ करने से हमें श्री हरि (परमात्मा) के निवास की ओर मार्गदर्शन मिलता है।

इन अष्टकम् जैसे गणपति रक्षा कवचम्, हनुमान हृदय मालिका, भूतनाथ अष्टकम्, महामाया अष्टकम्, जीवाष्टकम्, मोक्ष स्तोत्रम्, कृष्ण क्रिया षटकम्, नारायण अष्टकम्, कारण षटकम्, पूर्णब्रह्म स्तोत्रम्, माँ मंगला अष्टकम् की दिव्यता को अनुभव करें और इनमें मग्न हो जाएँ। यह सभी हमारे यूट्यूब चैनल पर उपलब्ध हैं।

बहुत से भक्तों ने इन अष्टकमों का नियमित जाप करने के पश्चात अपने अनुभवों को हमसे साझा किए हैं। वे अष्टकम् की पुस्तकें छापने, उन्हें वितरित करने और पास के मंदिरों में स्टिकर, फ्लेक्स बोर्ड, स्टील बोर्ड, संगमरमर बोर्ड की सेवा करने के लिए हमसे जुड़े हैं।

भक्त के अटूट प्रेम और समर्पण का एक उल्लेखनीय उदाहरण देखिये, एक भक्त ने श्री हरि की कृपा से 'जगन्नाथ रथ यात्रा' के दौरान दूरदर्शन-ओडिया चैनल पर अति सुंदर और शक्तिशाली 'पूर्णब्रह्म स्तोत्रम्' का सीधा प्रसारण करवाया।

विश्व भर में समर्पित भक्त सभी ज्योतिर्लिंगों, शक्तिपीठों, सभी धामों और अन्य बड़े मंदिरों में इन दिव्य अष्टकमों के स्टील और संगमरमर के बोर्ड स्थापित करने के हमारे मिशन में उत्साहपूर्वक सम्मिलित हुए हैं और हो रहे हैं।

श्री हरि की कृपा से, भक्तों ने कई प्रतिष्ठित शक्तिपीठों और मंदिरों में पवित्र अष्टकम् बोर्ड स्थापित किए हैं। इनमें कामाख्या शक्तिपीठ, देवीकूप शक्तिपीठ, वैद्यनाथ शक्तिपीठ, तारा तारिणी, विमला मंदिर, विशालाक्षी शक्तिपीठ, अट्टाहा शक्तिपीठ और अमरनाथ शक्तिपीठ सम्मिलित हैं। बहुत से मंदिरों में प्रतिदिन नित्य सेवा के रूप में इन अष्टकम् का पाठ किया जाता है। बहुत से सेवकों द्वारा स्थापित किए गए यह बोर्ड इन महत्वपूर्ण स्थानों पर आने वाले सभी भक्तों के साथ दिव्य ज्ञान साझा करते हैं और उनकी अपनी-अपनी आध्यात्मिक यात्रों पर उन्हें अग्रसर करते हैं। यह ही नहीं, जम्मू-कश्मीर में खीर माँ भवानी, हरि पर्वत पर शारिका माता मंदिर और वैष्णो देवी मंदिर, बरसाना व वृन्दावन के मुख्य मंदिर, काशी का कालभैरव मंदिर, जगन्नाथ पूरी मंदिर, व्यासदेव गुफा, शंकराचार्य पीठ, द्वारका, अमेरिका में कई मंदिर और कई अन्य महत्वपूर्ण मंदिरों में इन अष्टकम् बोड्र्स की सेवा को बहुत प्रेम से स्वीकारा गया।

दिव्य अष्टकमों का श्रवण करने के लिए हमारे यूट्यूब चैनल पर जाएँ।

अपनी इच्छा के अनुसार मंदिर सेवा में योगदान दें। आपके समर्थन की अत्यधिक सराहना की जाती है। यह हमारे पवित्र स्थानों की जीवंतता को बनाए रखने में सहायता करता है।

हमसे संपर्क करें
+91 8886344222,
+91 7506910073

हिमालयन मेडिटेशन द्वारा ज्योतिर्लिंग मंदिर सेवा

भूतनाथ अष्टकम् सेवा

प्रतिदिन भक्तिपूर्वक शक्तिशाली भूतनाथ अष्टकम् का जप करने से हमारे कष्ट कम होते हैं और महादेव शिव के दिव्य निवास स्थान की ओर हमारी यात्रा में सहायता मिलती है। शिव, देवों के देव हैं, पापों का नाश करने वाले और आंतरिक प्रकाश को प्रज्वलित करने वाले हैं, इस अष्टकम् का पाठ करने से वह हम पर दया करते हैं। अनगिनत साधकों ने निरंतर जप के माध्यम से इसके परिवर्तनकारी प्रभावों को अनुभव किया है। अब वे भूतनाथ अष्टकम् मंदिर सेवा से जुड़ गए हैं। विभिन्न मंदिरों में 300 से भी अधिक भूतनाथ अष्टकम् बोर्ड स्थापित किए गए हैं, जिनमें ज्योतिर्लिंग सम्मिलित हैं।

श्री केदारनाथ सेवा, रुद्रप्रयाग
भूतनाथ अष्टकम् स्टील और फ्लेक्स बोर्ड

ओंकारेश्वर ज्योतिर्लिंग एवं ममलेश्वर महादेव सेवा
भूतनाथ अष्टकम् स्टील और फ्रेम बोर्ड

नागेश्वर ज्योतिर्लिंग सेवा, द्वारका
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

महाकालेश्वर ज्योतिर्लिंग सेवा
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

काशी विश्वनाथ ज्योतिर्लिंग सेवा, वाराणसी
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

घृष्णेश्वर ज्योतिर्लिंग सेवा, संभाजी नगर
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

रामनाथस्वामी ज्योतिर्लिंग सेवा, रामेश्वरम
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

वैद्यनाथ ज्योतिर्लिंग सेवा, देवघर
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

त्र्यंबकेश्वर ज्योतिर्लिंग सेवा, नासिक
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

भीमाशंकर ज्योतिर्लिंग सेवा, पुणे
भूतनाथ अष्टकम् स्टील बोर्ड

भक्त अपनी भक्ति, आध्यात्मिक विकास और सामुदायिक जुड़ाव की अभिव्यक्ति के रूप में निष्काम मंदिर सेवा (निःस्वार्थ सेवा) में संलग्न होते हैं। यह कर्म योग का अभ्यास करने, चेतना को उन्नत करने, परंपराओं को संरक्षित करने, स्वयं को कार्मिक छापों (संस्कारों) से मुक्त करने और ईश्वर के प्रति समर्पण करने का एक तरीका है।

मंदिर सेवा में योगदान के लिए संपर्क करें।
+91 8886344222, +91 7506910073

himalayan meditation

हिमालयन किड्स

आपके बच्चों के शारीरिक और मानसिक उन्नति के लिए

"CATCH THEM WHILE YOUNG ....."

हमारा दृष्टिकोण और लक्ष्य

"हिमालयन किड्स" सचेत परवरिश की ओर पहला कदम
माता-पिता अपने बच्चों की जड़ें सशक्त करते हैं और उनके सपनों को उड़ान भी देते हैं।
प्रतिदिन 'हिमालयन किड्स' के साथ सिर्फ पाँच मिनट आपके बच्चे के जीवन को हमेशा के लिए परिवर्तित कर सकते हैं।
"हिमालयन किड्स" प्रोग्राम में, बच्चे ध्यान का अभ्यास करते-करते एक 'सुपर-किड' बन जाते हैं।

"और हमारा प्रयास है कि आपके बच्चे में इन सभी गुणों को विकसित किया जा सके।"

बालयोगम् और बालबोधनम् प्रोग्राम

बच्चों के लिए हिमालयन मेडिटेशन के साथ रोमांचक और उत्साह भरा एक घंटा

एक अत्यंत लोकप्रिय पहल, जो नियमित रूप से भारत, अमेरिका, यूके, डेनमार्क, दक्षिण अफ्रीका, सिंगापुर और कई अन्य देशों के विभिन्न हिस्सों से बच्चों को आकर्षित कर रही है। इस प्रोग्राम में सूर्य-नमस्कार, सुपर ब्रेन योग, माइंडफुलनेस मेडिटेशन, चरित्र निर्माण, श्लोकों का उच्चारण, ध्यान लगाना, समय प्रबंधन, 'वैदिक भारत की विज्ञान और प्रौद्योगिकी' पर जानकारी, मंदिर की वास्तुकला के आश्चर्यजनक तत्व, रामायण और महाभारत पर विशेष सत्र जैसी विविध गतिविधियाँ शामिल हैं।

बच्चों ने हमारी कल्पना और अपेक्षाओं की सभी सीमाएँ पार कर ली हैं। हिमालयन मेडिटेशन ध्यान पद्धतियों को अपनाने से उनकी दैनिक दिनचर्या में अनुशासन और स्थिरता आई है। उन्होंने कम आयु में ही श्रीमद् भगवद् गीता के सटीक जाप में भी महारत प्राप्त कर ली हैं और कृतज्ञता पर केंद्रित हमारी 'भारतीय संस्कृति' को उत्साहपूर्वक अपनाया और उसका गौरव बढ़ाया है। हमारे बच्चे विज्ञान, गणित, चिकित्सा, मंदिर कला और वास्तुकला के क्षेत्र में प्राचीन भारत की उन्नत तकनीकों से प्रभावित हैं। अपनी जिज्ञासा और आकर्षण से बच्चों ने वैदिक संस्कृति को गहराई से समझने का प्रयास किया। हम बच्चों के मन, शरीर और आत्मा का पोषण करने में बहुत गर्व अनुभव करते हैं। कार्यक्रम के समापन पर बच्चों को प्रमाण पत्र एवं मेडल से पुरस्कृत किया जाता है। यह निःस्वार्थ सेवा सभी में खुशी और संतुष्टि की भावना लाती है।

इसे पढ़ना न भूलें:

- हिमालयन किड्स एल्बम
- बच्चों की एक्टिविटीज़ और ध्यान कार्यक्रम

"Himalayan Kid's Meditation"

जीवन भर का मूल्यवान उपहार है, जिसे आप अपने बच्चे को प्रदान कर सकते हैं।

हमसे संपर्क करें +91 8886344222, +91 7506910073

himalayan meditation

हिमालयन मेडिटेशन समारोह और कार्यक्रम

आनंद को अनुभव करें, दिव्यता को अनुभव करें : सेवा, स्वाध्याय, साधना, और सत्संग (4s)
हिमालयन मेडिटेशन के साथ

जनवरी
- मकर संक्रांति - सुबह सूर्य ध्यान
- योगिक तरीके से समय प्रबंधन - 3 दिन की चुनौती
- पौष पूर्णिमा यज्ञ
- अष्टकम् पाठ

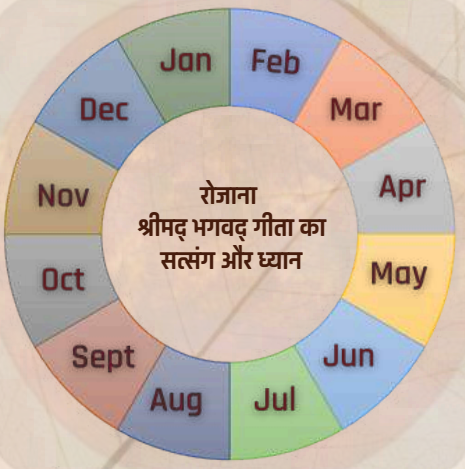
फरवरी
- महाशिवरात्रि - महायज्ञ, भजन, अभिषेकम्, और ध्यान
- क्रोध पर नियंत्रण - 21 दिन की चुनौती
- 7 दिन का नेतृत्व प्रबंधन प्रोग्राम
- माघ पूर्णिमा यज्ञ
- अष्टकम् पाठ

मार्च
- 41 दिन की मेधा नाड़ी - अनंत स्मृति और बुद्धि चुनौती
- चैतन्य महाप्रभु जयंती - लीला ध्यान
- फाल्गुन पूर्णिमा यज्ञ

अप्रैल
- श्रीराम नवमी यज्ञ, मंत्र ध्यान
- हनुमान जन्मोत्सव - मंत्र ध्यान
- निद्रा विकार व दुःस्वप्न - 27 दिन का प्रोग्राम
- चैत्र पूर्णिमा यज्ञ

मई
- आंतरिक असुर का विनाश - 27 दिन की चुनौती
- मदिरा, तम्बाकू एवं निकोटिन से मुक्ति - 41 दिन की चुनौती
- वैशाख पूर्णिमा यज्ञ
- अष्टकम् पाठ

जून
- जगन्नाथ रथ यात्रा - ब्रह्मांड ध्यान
- तनाव, दुश्चिंता और मानसिक अवसाद - 41 दिन की चुनौती
- आंतरिक परिवर्तन - 27 दिन की चुनौती
- ज्येष्ठ पूर्णिमा यज्ञ



जुलाई
- क्षमता व योग्यता का विकास - 27 दिन की चुनौती
- योगिक निद्रा - एक कदम आगे - 21 दिन की चुनौती
- गुरु पूर्णिमा (आषाढ़) यज्ञ और उत्सव

अगस्त
- श्री कृष्ण जन्माष्टमी यज्ञ, भजन, अभिषेकम्, ध्यान, और बच्चों का उत्सव
- कुण्डलिनी जागरण - 84 दिनों में आंतरिक निष्क्रिय शक्ति को जगाना
- श्रावण पूर्णिमा यज्ञ
- ऋषि पंचमी - योगियों के सहज साधना को जाने

सितंबर
- त्रितीय नयन जागरण - 84 दिन की चुनौती
- भाद्रपद पूर्णिमा यज्ञ
- गणपति रक्षा कवचम् पाठ
- महामाया अष्टकम् पाठ

अक्टूबर
- भक्तिरस - 41 दिन भक्ति सेवा में
- कार्तिक माह 5 बजे की ध्यान चुनौती
- शरद पूर्णिमा - चंद्र ध्यान
- दिवाली यज्ञ और उत्सव
- आश्विन पूर्णिमा यज्ञ

नवंबर
- कार्तिक माह 5 बजे की ध्यान चुनौती
- अतीत को फिर से लिखें और गहन सफाई - 27 दिन की चुनौती
- कार्तिक पूर्णिमा यज्ञ

दिसंबर
- गीता जयंती महायज्ञ - संपूर्ण संस्कृत और संथ सरल गीता पठन
- हतोत्साहित और अत्यधिक सोच पर नियंत्रण - 21 दिन की चुनौती
- मार्गशीर्ष पूर्णिमा यज्ञ

हिमालयन मेडिटेशन 2025 समारोह और कार्यक्रम

हमे हिमालयी ऋषियों द्वारा सावधानीपूर्वक तैयार किया गए, ध्यान कार्यक्रम प्रस्तुत करते हुए बहुत प्रसन्नता हो रही है। इन कार्यक्रमों की प्राचीन वैदिक ध्यान तकनीकें सरल अपितु शक्तिशाली हैं जो आपके जीवन में भौतिक और आध्यात्मिक सफलता दोनों लाती हैं। इनमें 'आत्मशोधनम्,' 'अभयदानम्,' 'नवनिर्माणम्,' और 'बालबोधनम् प्रोग्राम' का 12-दिन का पाठ्यक्रम सम्मिलित है। पिछले एक वर्ष में इन रूपांतरणात्मक कार्यक्रमों में सक्रियता से भाग लेने वाले 2,000 से अधिक व्यक्तियों की तरह आप भी इनके गहरे प्रभाव को व्यक्तिगत रूप से अनुभव कर सकते हैं। आपके आध्यात्मिक और व्यक्तिगत विकास के लिए हिमालयन मेडिटेशन द्वारा कार्यक्रमों की श्रृंखला एक अनुशासित जीवन जीने का अनूठा अवसर प्रदान करती है। इन कार्यक्रमों के विषय में विस्तार से जानने के लिए thehimalayanmeditation@gmail.com पर हमे लिखें।

प्रसादम

बिना प्रेसेर्वटिवेस या आर्टिफिशियल एडिटिव्स डाले सावधानीपूर्वक पकाए गए सात्त्विक आहार के उत्कृष्ट स्वाद और पोषण का आनंद लें। यह पौष्टिक आहार शुद्ध सामग्रियों से बना हुआ, भगवान को अर्पित किया हुआ और पवित्र मंत्रों से समृद्ध है। अत्यंत प्रेम और पवित्रता से पकाया यह भोजन आपके स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है। अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें ।

हमारे कार्यक्रम मुंबई, दिल्ली, चंडीगढ़, बैंगलोर, अमेरिका, इंग्लैंड, इंडोनेशिया, सिंगापूर, साउथ अफ्रीका और डेनमार्क सहित विभिन्न स्थानों पर आयोजित होते हैं जो आध्यात्मिक और व्यक्तिगत विकास को बढ़ावा देने के लिए समर्पित हैं। इनमें अष्टकम् पुस्तकों का वितरण जैसी बहुत सी सेवाएँ की जाती हैं। हमारे कैलेंडर, वैदिक भारत के विषय में विस्तार से वर्णन करते हैं। इसके अतिरिक्त, हम हिमालयन प्रसाद का वितरण भी करते हैं, जो इस पवित्र क्षेत्र से आशीर्वाद के रूप में हमारी आत्मा को पोषण देने वाला है। हम शैक्षणिक संस्थानों जैसे स्कूल, कॉलेज तथा कॉर्पोरेट क्षेत्र में युवाओं को ग्रूप मेडिटेशन के माध्यम से माइन्डफुलनेस और आंतरिक शांति के लिए वैदिक ध्यान तकनीक सिखाते हैं। इसके अतिरिक्त, हम व्यक्ति के समग्र कल्याण के लिए शारीरिक व्यायाम के साथ ध्यान को एकीकृत करने के महत्व पर जोर देते हैं और इसीलिए फिटनेस केंद्रों के साथ सहयोग कर वहाँ भी ध्यान कार्यक्रम आयोजित करते हैं।

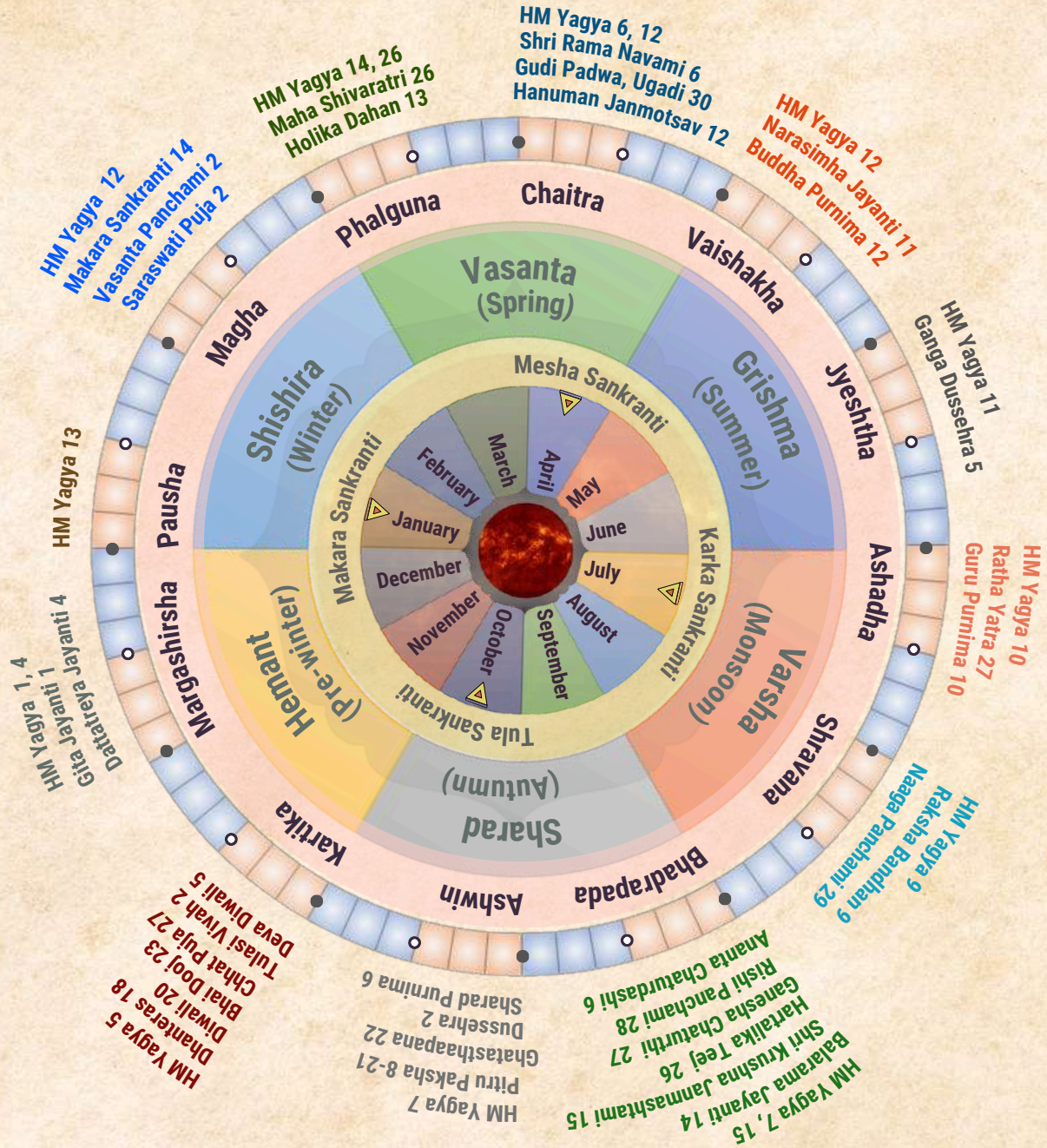
ये आयोजन प्राचीन शिक्षाओं के प्रसार और विविध समुदायों के भीतर आध्यात्मिक संवर्धन को बढ़ावा देने के प्रति हमारी अटूट प्रतिबद्धता को दर्शाते हैं।

आयोजनों और कार्यक्रमों के विषय में अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें +91 8886344222, +91 7506910073

himalayan meditation

हिमालयन मेडिटेशन का वार्षिक कैलेंडर - वर्ष 2025

आनंद को अनुभव करें, दिव्यता को अनुभव करें : सेवा, स्वाध्याय, साधना, और सत्संग (4स) हिमालयन मेडिटेशन के साथ



- कृपया अधिक जानकारी के लिए हमारी वेबसाइट thehimalayameditationadipurush.com पर जाएँ।
- सोशल मीडिया के माध्यम से जुड़ने के लिए हमारे इंस्टाग्राम और फेसबुक पेज पर जाएँ।
- हमारे उद्देश्य का समर्थन करने के लिए हमारी यूपी आईडी: thehimalayanseva@sbi के साथ दान करें।
- संपर्क करें:
  +91 8886344222, +91 7506910073
- हमे लिखें:
  thehimalayanmeditation@gmail.com,
  ancient.bharat.calendar@gmail.com

! मंगलम् भवतु !

himalayan meditation