

॥ जीवनोपयोगी कुंजियां ॥

Tips for Successful Life

ॐ सोते वक्त खिडकी कैसी हो ?

जहाँ सोते हो ...कितनी भी सर्दी हो खिड़कियाँ सब बंद करके नहीं सोना चाहिए ... ताजी हवा आती रहे ये स्वास्थ्य के लिए जरूरी है ।

- पूज्य बापूजी नासिक 20th Feb'2012

ॐ दूध को कितना उबाले ?

दूध को उबालते तो है बैक्टीरिया मारने के लिए पर, दूध को ज्यादा उबालने से उसके विटामिन नष्ट हो जाते हैं । दूध उबले तो एक ऊफफान आ जाये हल्की सी बस । ज्यादा दूध नहीं उबालना चाहिए । दूध गरम करते समय एक घूंट पानी डाल दें ..एक ऊफफान आई उतार दें । ज्यादा रबड़ी करके पीने से आगे ट्यूमर की बीमारी होती है ..रबड़ी, मावा ये तो मुसीबत है ..slow poison है ।

- पूज्य बापूजी नासिक 20th Feb'2012

ॐ आतों की सफाई के लिए :-

नारियल का पानी, आंवले का जूस और खजूर का जूस पेट को ... आतों को साफ करता है ।

- पूज्य बापूजी नासिक 20th Feb'2012

ॐ सदबुद्धिऔर सामर्थ्य पाने प्रार्थना :-

आप ' ॐ परमात्मने नमः ' ..." हे परमात्मा मेरी रक्षा करो ..तू मुझे अपनी प्रीति दे.." ऐसी प्रार्थना करने से मान, दुःख, चिंता जो भी आपको गिराने वाले हैं ..उससे बचने की सदबुद्धि और सामर्थ्य मिलेगा ।

- पूज्य बापूजी नासिक 20th Feb'2012

Visit :-

<http://www.hariomgroup.org/>

<http://successful-life-tips.blogspot.com/>

ॐ भगवान की प्रीति ना आये तो ...

हम हर रोज भगवन की गोद में ही सोते है ...और भगवन की सृष्टि में ही रह रहे हैं ...ऐसा चिंतन करने से आप निर्भीक भी रहेंगे और भगवन की प्रीति को भी प्राप्त करोगे । भगवान की प्रीति नहीं आवे तो " हे भगवान ! आपकी प्रीति नहीं आती ...आपकी भक्ति...हे भगवान ...हे भगवान...." करके भगवान के लिए रोने से भी बहुत लाभ होता है.. हंसने से भी लाभ होता है ...स्मरण करने से भी लाभ होता है ।

- पूज्य बापूजी नासिक 20th Feb'2012

ॐ शिव पूजन मंत्र :-

" ॐ नमः शिवाय " ये मंत्र से शिव मूर्ति की अर्चना - पूजा होती है (साकार शिव की पूजा) और " ॐकार " मंत्र से शिवलिंग की अर्चना - पूजा होती है (निराकार पूजा) ।

- पूज्य बापूजी नासिक 18th Feb'2012

ॐ ब्रह्म के तीन बीज मंत्र :-

ब्रह्म के तीन बीज मंत्र हैं

- एक ॐकार है
- दूसरा " खं " है जिससे heart attack नहीं हो
- और तीसरा " कं " बीज मंत्र है ..वो भी बड़ा गोपनीय है और शक्तिशाली है ।

- पूज्य बापूजी नासिक 20th Feb'2012

ॐ पित्त जन्य तकलीफ हेतु :-

डोडे जलते हैं, मुँह में छाले पड़ते हैं, गर्मी में ये पित्तजन्य तकलीफें हैं । ऐसे लोगों को अंगूर का सेवन करना चाहिए ।

- पूज्य बापूजी नासिक 19th Feb'2012

Visit :-

<http://www.hariomgroup.org/>
<http://successful-life-tips.blogspot.com/>

॥ हरि ॐ ॥

ॐ भाग्य बनाने की तिथियाँ :-

ये चार तिथियाँ आती हैं ...कैसा भी आदमी हो ...अपना भाग्य बनाना चाहे तो बना सकता है । होली, दिवाली, जन्माष्टमी और शिवरात्री । इन दिनों में रात्रि को एकांत में रहे, जप करे और ध्यान करे ।

- पूज्य बापूजी Pokhar 13th Feb'2012

ॐ Hemoglobin की कमी हो तो :-

Hemoglobin की कमी है तो मुनक्का (द्राक्ष) रात तो भिगा दो, २५-३० दाने , और सुबह बीज निकाल के उबाल के खाओ ...खून बनेगा ।

- पूज्य बापूजी नासिक 19th Feb'2012

Visit :-

<http://www.hariomgroup.org/>
<http://successful-life-tips.blogspot.com/>