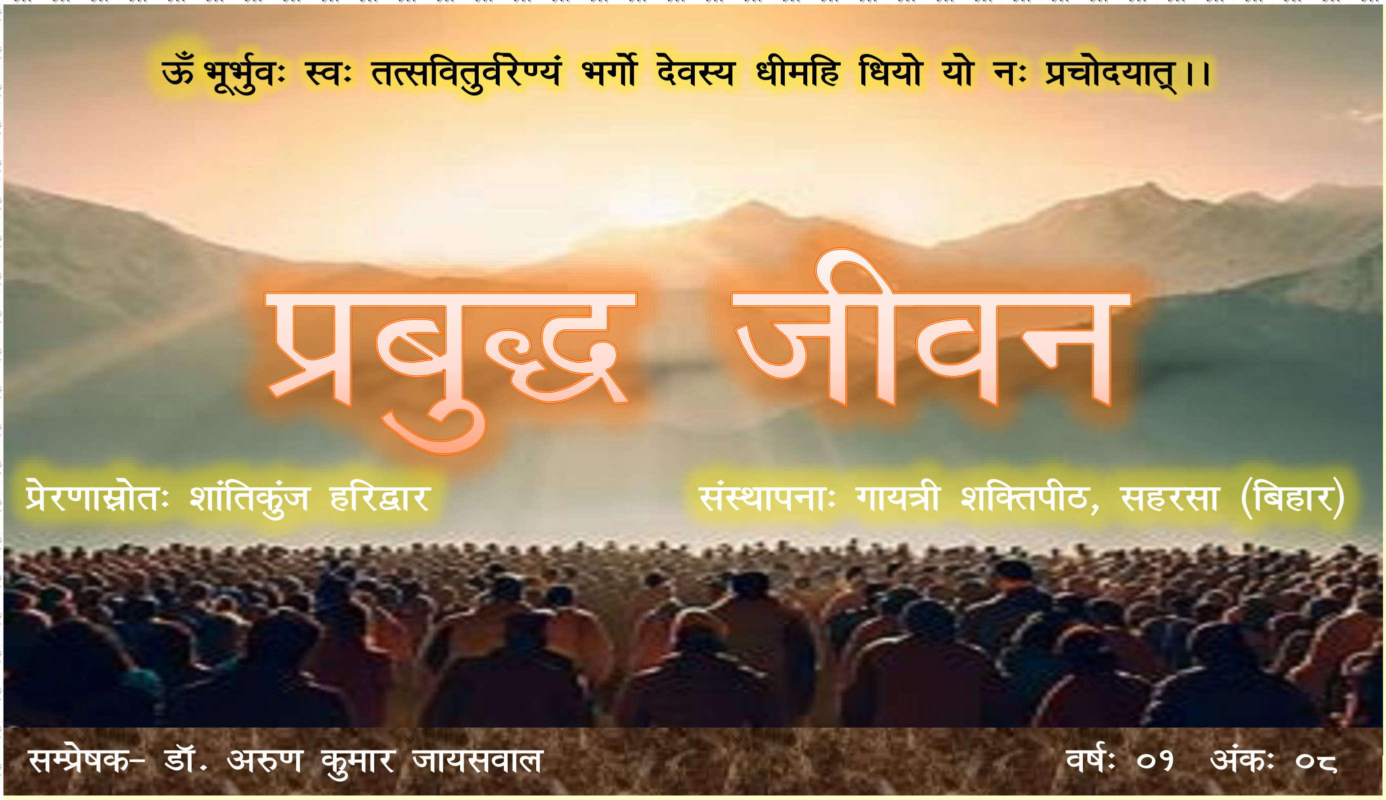


‘वरेण्यं’

‘वरेण्यं’ गायत्री महामंत्र का यह परम पावन शब्द जीवन पथ का प्रदीप है। इस अद्‌भुत-अलौकिक शब्द में जीवन का उजियारा है। हम अपने जीवन में हर दिन-हर पल किसी न किसी का चयन व चुनाव करते हैं। यह चयन व चुनाव कैसा है, किसका है, कब किन क्षणों में किया गया है? इस प्रश्न के उत्तर में हमारे अपने जीवन की दिशा व दशा बदल जाती है। वरेण्यं यानि वरण का क्षण हमसे सब कुछ छीन सकता है और सब कुछ दे सकता है।

‘वरेण्यं’ शब्द की गहनता व गहराई में उतरें, तो समझ पाऐंगे कि वरेण्यं में निहित ‘वर’ शब्द का अर्थ श्रेष्ठ है। यानि कि सदा वर का ही वरण किया जाना चाहिए। गायत्री मंत्र हमें सविता देव के वरण के लिए प्रेरित करता है। ऐसा किया जाए, तो जीवन स्वतः ही ‘तमसो मा ज्योतिर्गमय’ के पथ पर अग्रसर हो जाता है। तमस से ज्योति पथ पर चलते हुए अपने आप ही जीवन पल-प्रतिपल दिन-अनुदिन ज्योति से आपूरित ज्योतिर्मय होता जाता है।

गायत्री महामंत्र की गहन अनुभूति को समाए इस शब्द की महिमा व महत्ता को आसुरी अंधियारे में धंसे-फंसे जन प्रायः नहीं समझ पाते। यही वजह है कि अपने कठोर तप के परिणाम में भी वह श्रेष्ठता का वरण न करके निकृष्टता का वरण कर बैठते हैं। यह सच कुछ का नहीं, बल्कि सभी का है। हम भी उनमें शामिल हैं। हर दिन हमें वरेण्यं में समायी मार्गदर्शक चेतना की आवश्यकता है। अपने प्रतिदिन के चुनाव व चयन में हमें केवल श्रेष्ठता व प्रकाश का वरण करना है। तभी हमारी गायत्री साधना फलवती व वरदायी सिद्ध होगी।

हृदय से हृदय तक

वसंत ऋतु के इस पावन मास में हृदय ने गीताकार के उस स्वर को अनुभव किया जिसमें वे वसन्त की अपूर्व महत्ता के कारण स्वयं को ऋतुओं में श्रेष्ठ वसन्त कहते हैं। ऋतुराज वसन्त के आगमन के साथ ही प्रकृति का अद्‌भुत सौन्दर्य निखर उठता है। विगत पतझड़ के पश्चात् पेड़ पौधे नई-नई कोपलों, फूलों से आच्छादित हो जाते हैं। धरती सरसों के फूलों की वासन्ती चादर ओढ़कर अपना श्रृंगार करती है। विभिन्न प्रकार के पुष्पों की मनमोहक छटा के साथ पलाश के रंग तथा कोयल की कूक सर्वत्र छा जाते हैं। अनगिनत कुसुमपुष्पों के माध्यम से वसंत प्रसन्नता व आनन्द का उपहार सौंपता है। वसन्त ऋतु के आगमन के साथ ही प्रकृति सजीव, जीवन्त एवं चौतन्यमय हो उठती है। प्रकृति कुसुम कलिकाओं की सुगन्ध से गमक उठती है। आम के बौर चारों ओर एक नयी सुरभि से वातावरण को सुरभित कर देते हैं।

प्रकृति के इस परिवेश में मानव जीवन भी उसके साथ थिरक उठता है तदाकार हो जाता है। प्रकृति और मानव का यह आनन्द वसन्तोत्सव के रूप में प्रकट होता है। वसन्तोत्सव में मानव मन भी पुलकित एवं पल्लवित हो उठता है। वासंतिक उल्लास मन में नव उमंग व हृदय में सजल भाव को जगाता है। नयी आशाओं एवं कामनाओं को जन्म देता है। सम्भवतः इन्हीं सभी कामनाओं को परिष्कृत और उदात्त करने के लिए ऋषि संस्कृति में सरस्वती पूजन की परम्परा प्रचलित हुई है। सचमुच ही वसन्त उमंग, उत्साह और उल्लास तथा बुद्धि विद्या एवं ज्ञान के समन्वय का पर्व है।

वसंत के इस पुण्य पर्व पर सरस्वती पूजन का विधान सर्वप्रचलित है। माता सरस्वती विद्या और संगीत की सबसे प्राचीन अधिष्ठात्री देवी मानी जाती है। वसन्त के नए परिवेश में मानवीय मन में इच्छाएँ, आशाएँ एवं कामनाएँ अंगड़ाई लेती हैं। ज्ञान की देवी सरस्वती का पूजन प्रकृति प्रदत्त इन भावों को परिष्कृत व उदात्त बनाने के लिए किया जाता है ताकि इन भावों को नूतन दिशा मिल सके। मानव उत्साह और उल्लास के साथ ही आत्मज्योति को प्रज्वलित कर सके। वह तमस से प्रकाश की ओर, अज्ञान से ज्ञान की ओर बढ़कर अमरत्व का दिव्य उपहार प्राप्त कर सके। इसीलिए इस अवसर पर सरस्वती पूजन किया जाता है। ज्योतिष शास्त्र के अनुसार वसन्त ऋतु में ग्रहों का योग भी मांगलिक प्रकाश में अनुगमन करता है व ग्रहों की ग्रीष्म स्थिति के प्रारम्भिक काल के परिचित स्वरूप का आभास कराता है। इसलिए भी इस दिन सरस्वती पूजन का विधान है। इस तरह से देखा जाए तो माँ सरस्वती की साधना एवं उपासना, वसन्त के उल्लास के साथ त्याग, तप और आनन्द का परिचायक है।

इस तरह वसन्त के इस दिव्य वातावरण में वासंती छटा एवं ज्ञान के आलोक का समन्वय एक नवीन एवं अमूर्त भाव का सृजन करता है। साहित्य की दृष्टि से हो या लोक उत्सव के परिप्रेक्ष्य में, वसन्त मानवता का महान संदेशवाहक है। वसन्त में उमंगती नवीन कामनाओं को ज्ञान और विवेक नई दिशा एवं मार्गदर्शन प्रदान करते हैं। सरस्वती पूजन अंधकार में प्रकाश, तमस में सक्रियता तथा शुष्क जीवन में आशा एवं उमंग का संचार करते हुए हमारे जीवन को एक नई दिशा देता है।

वसन्त हर्षोल्लास का पर्व है जिसमें किया जाने वाला सरस्वती पूजन- बुद्धि, विद्या और ज्ञान के द्वारा भौतिक एवं आध्यात्मिक प्रगति का पथ प्रशस्त करता है। विवेक का प्रज्ज्वलन ही इस पर्व का मुख्य उद्देश्य होना चाहिए। हम सभी जानते हैं कि वसन्त पंचमी का पावन दिन ही परमपूज्य गुरुदेव का आध्यात्मिक जन्म दिवस भी है। इसलिए यह पर्व हमारे लिए और भी महत्त्वपूर्ण हो जाता है। यह संकल्प का पर्व है, मानवता के लिए मर-मिट जाने का पर्व है, जीवन को प्रकृति के साथ एकाकार कर देने का उत्सव है। यह वसंत पर्व हम सभी के जीवन में नवीन आशा-उत्साह-उमंग भरे तथा विद्या और बुद्धि के समुचित सुनियोजन की कला का वरदान हमें प्रदान करे, साथ ही गुरुसत्ता के अनुदानों से हम सबका जीवन सार्थक हो, यही उनसे प्रार्थना है।

अरुण कुमार जायसवाल

FRIENDSHIP

'Friendship is more tragic than love. Because it lasts longer.'

- Oscar Wilde

One of the fondest and the real long lasting memories amongst humans is of time spent with friends and the growth that subsequently and sub consciously happens with them. The times spent with them are like the elixir of life. Friendship and friends are precious because they just bloom like the most natural thing in the universe. Especially, childhood friends are like several separate flowers blooming in their own way and when they come together; they form the most exquisite bouquet. Friends are the most beautiful creatures that only fortunate people can be blessed with.

Why is friendship alone such a treasured niche in this complex and myriad relationships that a human being is surrounded with? Because only a friend can hold a mirror to your real self, only they will tell you blatantly all the shortcomings and the flaws and still not judge you. They will stand with you despite the failings and like you for the original person you are at the very core. Only in friendship, people fulfill vows even before they undertake them. It is action before words, solutions before excuses and fulfillments before promises.

When we grow old with the years and turn from black to grey and then completely white- our dynamics with the other relationships- familial and non-familial go through major transformations depending on situations, events, relatedness to emotional availability, several nadirs and acmes and other such factors. It is only friendship that goes from strength to strength and the belief in a friend is so great that it becomes an invincible force.

Friendships are symbiotic by nature. They reinforce and revitalize. The presence of a friend is something akin to divine intervention. Friends inspire, scold, praise and stand by you. A good friend is someone who will highlight the difference between the good forces and the not so good ones. They will scold you in person and praise you behind your back. Friends complete sentences for you, listen to your stupidity and agree to it when they know that you are going through a very low phase. During good times, they will be stern and during the dull phases, they will appreciate whatever little not worth praising activities- to the skies.

Friends are our anchors and our true yardsticks for measuring how we are faring as human beings in this world. With true friends, one does not need to travel the gap of time to begin a conversation. One can start where one left off and it could be ten minutes or ten hours or ten months ago. A friend is someone who you can be silent with and still conduct a beautiful communication.

Friends are the gifts that we receive as an extended family that come with brothers and sisters bound by love and respect and a strange, inarticulate admiring adoration invested in humanism. Friendship cannot be forced and cannot sustain if it is forced. There are a lot of friends or so called 'friends' on social media nowadays. But do they really mean a bonding or hint of an unspoken sense of deep affection? A Facebook friend may be a true one but most of the times it is only on the face of it and the number of likes and dislikes on the posts are the determining factors. Real talks are largely amiss and that is why people despite such powerful followings on the social media circle are still alone and lonely. Friends are hard to make and if they do happen, one must try to make an effort each time to buttress it. Honesty, love, and respect are the three main foundations of any relationship. There is faith that gains a different meaning and significance between friends.

Friendship proves that life is still worth living and that not all is lost. It is a hope that everything at the end of it will end but what will make that bolt softer is the fact that we lived well, laughed like no other, cried

honestly and when the sun seemed to almost set; a bright ray hit the horizon. It was this spark that kept us alive and burning.

- **Dr. Avhinav Shetty Jaiswal**

हम स्वयं को पढाएँ और महान बनें

हम हमेशा दूसरों को पढाने में व्यस्त रहते हैं । पर प्रश्न उठता है कि क्या हमने स्वयं को भी कभी पढाया है। जिस दिन हम स्वयं को पढाना सीख लेंगे हमारा कायाकल्प होते देर नहीं लगेगी । हम क्षुद्रता से महानता की ओर अग्रसर होने लगेंगे । हमारा व्यक्तित्व विशाल से विशालतर होता चला जाएगा । व्यक्तित्व निर्माण की शक्ति जिसके अन्दर जितनी विशाल से विशालतर होती चली जाती है उस जीव के अंदर ईश्वर उतने अधिक आभासित होते चले जाते हैं और ऐसे ही व्यक्ति विशेष को हम बुद्ध, महावीर, ईसा और हजरत के नाम से पुकारने लगते हैं । उन सबके अन्दर से भगवान दिखने लगते हैं ठीक उसी तरह से जैसे स्फटिक मणि के अन्दर से उसके सामने खडे व्यक्ति का रूप दिखने लगता है तो व्यक्तित्व को स्फटिक मणि की तरह निर्मल और पवित्र बनाना ही हम सबके जीवन का एकमात्र उद्देश्य होना चाहिए ।

विराट और विशाल परमात्मा को उतारना है तो अनगढ व्यक्तित्व में तो वे परमात्मा उतर नहीं पाएँगे । इसलिए गायत्री आदि मंत्रों से हमें अपने अनगढ व्यक्तित्व को सुघढ. बनाना चाहिए और परमात्मा जो हममें आभासित होना चाहते हैं हमें स्वयं को पढाकर अपने हृदय में उनके अवतरण हेतु मार्ग देना चाहिए न कि प्रेय की ओर झुके रहकर उनके अवतरण का मार्ग ही अवरूद्ध कर देना चाहिए । वस्तुतः हमारे व्यक्तित्व निर्माण की कला है यह स्वयं को पढाना जिसे हम अंग्रेजी भाषा के TEACH और हिन्दी भाषा में ^विभाकाचस** इस सूत्र से समझ सकते हैं । जिसका अर्थ इस प्रकार है -

<u>T Thought वि विचार</u> - विचार जैसे होंगे हमारा व्यक्तित्व वैसा ही होगा जैसे दुर्योधन और अर्जुन अपने-अपने विचारों से बने ।

<u>E Emotion भा भाव</u> - विचारों से भाव पल्लवित और पोषित होते हैं । हम जैसे विचार रखेंगे हमारे भाव वैसे ही होंगे । शुभ विचार शुभ भावों के तो अशुभ विचार अशुभ भावों के पोषक होंगे ।

<u>A Action का कार्य</u> - जैसे विचार वैसे भाव जैसे भाव वैसे कार्य तो अच्छे विचार ही शुभ भावों और शुभ भाव ही शुभ कार्यों के संवाहक होते हैं । जैसे - पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य के विचार, भाव और तत्सम्बन्धित कार्य।

<u>C Choice च चयन</u> - हम श्रेय या प्रेय का चयन जो करते हैं उसकी भी पहली सीढी विचार ही हैं । जैसे आतंकवादी अपने अशुभ विचारों के कारण ही अशुभ पथ का चयन करता है और साधु जन अपने शुभ विचारों के कारण ही शुभ कार्य करते हैं तो सबका आधार है विचार इसलिए विचारों का शुद्धिकरण सबसे अधिक आवश्यक है ।

<u>H Health स् स्वास्थ्य</u> - स्वस्थ मन में स्वस्थ आत्मा का तेज प्रकट होता है । विचार, भाव, कार्य और चयन मन से ही सम्बन्धित है तो मन का स्वास्थ्य भी निर्भर करता है स्वस्थ और शुभ विचारों पर । असभ्य, उच्छृँखल,

चंचल और उद्धत मन बीमार ही कहलाता है और बीमार मन से हम कोई भी शुभ कार्य करने को प्रेरित नहीं होते तो हमारा व्यक्तित्व अनगढ तबतक रहता है जबतक हम स्वयं के शिक्षक बनकर स्वयं को ही प्रशिक्षित नहीं करते । हमें शास्त्रों से स्वयं को प्रशिक्षित करने की कला सीखनी होगी ।

हम अपने आप को नहीं पढाते इसलिए हमारे व्यक्तित्व का निर्माण अधूरा रह जाता है । हमारा मन अप्रशिक्षित रह जाता है जिस कारण उस मन को आत्मा के सूर्य का अहसास ही नहीं होता । वह सूर्य कभी निकल ही नहीं पाता और हम अंधकार के गर्भ गृह से निकलकर माया के अंधेरे गर्भ गृह में ही साँसें लेकर, अन्त में बिना अपने आत्म-सूरज को देखे ही चले जाते हैं । ओह ! कैसी विडम्बना है ये । जबकि हम चाहें तो स्वयं को सुधार सकते हैं । परम पूज्य गुरुदेव पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य ने कहा है कि - अपना सुधार ही संसार की सबसे बडी सेवा है तो हमें स्वयं को सुधारकर संसार की सेवा करनी होगी । हमें अपने आप को यानि अपने मन को पढना होगा और फिर उसे तदनुसार पढाना होगा फिर वह दिन दूर नहीं होगा जब यह धरती सत्पुरुषों के सत्कर्मों से सज उठेगी और धरती पर ही स्वर्ग का वातावरण उपस्थित हो उठेगा । क्या ऐसे ही दिन की प्रतीक्षा में सारा संसार नहीं है ? फिर देर किस बात की, आओ, चलें स्वयं के मन को प्रशिक्षित करके आत्मसुधार करें ।

– डॉ. लीना सिन्हा

सुधा बिंदु

(प्रत्येक रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार कक्षा में बोले गए विषय के कुछ अंश और जिज्ञासा के अंतर्गत पूछे गए प्रश्नों के उत्तर)

- **आज मनुष्य के पास बचा है सिर्फ उसकी उलझन, उसकी व्यथा ,उसके भीतर चलने वाला द्वन्द । यह चिर शाश्वत है ,मनुष्य की थाती है । पशु की प्रकृति पाशविक है तो ऋषियों -देवताओं की प्रकृति दैवी है। इसी बीच में फंसा हुआ है मनुष्य। वह ना इधर है ,ना उधर है। तभी तो नीत्शे ने कह डाला- 'मैन इज़ ए ब्रिज' इंसान एक पुल है। दो बिंदुओं को जोड़ता हुआ उसका अस्तित्व है । यह अस्तित्व विचारों का है।**
- **वास्तव में मनुष्य अपने में विचारों का ही पर्याय है। विचार ही उसकी व्यथा है और विचार ही उसकी संपदा है । विचार ही उसकी विशेषता है और विचार ही उसकी विवशता है।**
- **विचार विवशता और व्यथा इस कारण है क्योंकि यहीं से उसका दुख उपजता है ,इसी की वजह से उसको चिंता, तनाव, मनोरोग पैदा हुए हैं । विशेषता और संपदा इसलिए हैं क्योंकि इसी के द्वारा ,इसी पर चलकर वह समाधि को पा सकता है।**
- **मनुष्य यानी कि इस पार विचारहीनता पशुता है और उस पार विचारशून्य अर्थात निर्विचार समाधि लोक। दोनों तरफ चिंता, परेशानी नहीं है ।बीच की स्थिति बड़ी मुश्किल है। अब या तो पशु हो जाएँ तो सुख को पा लें या परमात्मा हो जाएँ तो आनंद को पा लें। लेकिन जब तक आदमी है तब तक चैन नहीं है।**
- **दुनिया में दो ही आकर्षण रहे हैं या तो समाधि का अथवा फिर सुरा-सुंदरी का। शराब पीकर या स्त्री संसर्ग में पड़कर हम विचारहीन हो जाते हैं ।थोड़ा सुख मिलता है ,कुछ क्षणों के लिए ही सही पर अपने को सुखी अनुभव करते हैं। दुनिया में शराब और स्त्री संसर्ग का आकर्षण किसी और कारण नहीं, बस! जरा यहां पशु होने की सुविधा है।**
- **आपने कभी भी किसी पशु को चिंतित, पागल नहीं देखा होगा। हां! सिर्फ सर्कस के जानवर पागल होते हैं। क्योंकि वह करीब- करीब आदमी की हालत में है और आदमी बेचारा सर्कस के पशु की हालत में है।**
- **पशु के लिए विक्षिप्तता, चिंता, अनिद्रा जैसी कोई बीमारी नहीं है ।मजे की बात है पशु कभी बोर नहीं होता। उसे कभी उबन नहीं महसूस होती, उबन के लिए तो विचार चाहिए ।इसलिए मनुष्यों में जो जितना विचारवान होगा वह उतना उबेगा ,परेशान होगा ,संकट में पड़ेगा।**
- **भगवत गीता के हिसाब से सोचें तो दुर्योधन पशु है यानी विचारहीन है ,अर्जुन मनुष्य है यानी विचारवान है और कृष्ण परमात्मा हैं यानी विचारशून्य हैं ।दुर्योधन निश्चिंत है बड़े मजे में मार-काट मचाने के लिए तैयार है, कृष्ण भी निश्चिंत हैं सृष्टि उनकी क्रीड़ा है, खेल है। बस! अर्जुन परेशान है ,वह बात-बात पर विचार करता है, उतनी आसानी से मार-काट मचाने के लिए तैयार नहीं है। दुर्योधन बंद बीज जैसा व्यक्ति है, उसके भीतर मनुष्यत्व सोया है ,अर्जुन अंकुरित है मनुष्यत्व जागृत है और अंकुरित बेचैन रहता है। क्या होगा ? फूल आएंगे कि नहीं ,अब तो बीज भी नहीं रहे। तो अर्जुन की व्यथा मनुष्य की व्यथा है।**
- **जीवन में कोई न कोई आदर्श होना चाहिए । स्वामी विवेकानंद सहज आदर्श इसलिए हैं क्योंकि कुछ चीजे विवेकानंद में है, उन चीजों की जरूरत है- एक है राष्ट्र प्रेम, एक है चरित्र निर्माण । राष्ट्र प्रेम तो मिल जाता है पर चरित्र निर्माण के उदाहरण नहीं मिलते हैं और एक चीज है विचारशीलता। आज के जमाने में यह सब चीज बहुत जरूरी हो गई है।**
- **इस आपाधापी के युग में हम छीना- झपटी में लग गए हैं। त्याग की परिभाषा हमारे जीवन से उज़ड़ गई है। जीवन में उत्साह, प्रेम, साहस ,शक्ति ये सभीचीजें गायब हो गई है। स्वामी विवेकानंद सिर्फ वैचारिक स्थिति में नहीं, सिर्फ विचारशीलता नहीं है। स्वामी जी ने जीवन में सभी आपदा जटिल और कठिन परिस्थितियों का सामना किया है। आपदाओं का सामना करने के बावजूद कभी नकारात्मक नहीं हुए।**
- **हमारे जीवन में सुविचार तभी तक रहते हैं जब तक अच्छा-अच्छा घटित होता रहता है।**
- **जब विवेकानंद सबेरे उठते थे और घर में भुखमरी थी, गरीबी थी । शिव -शिव ,भगवन नाम उच्चारण करते थे । तो उनकी मां कहती थीं -क्या दिया शिव ने, क्यों नाम लेते हो ? इस पर कह दिया एक दिन -जो पिया**

सो दिया, शिव ने जहर पिया हमें भी दिया। वह कहते थे -नाम तो लूंगा ,समय सबका बदलता हमारा भी बदलेगा, पर ईश्वर हमारे जीवन का केंद्र हैं ।उस मानसिक यंत्रणा के साथ ही बातें कही गई है जो उन्होंने जिया है।

किशोर - बचपन और युवा के बीच की अवस्था है। इस समय साइकोलॉजिकल और फिजियोलॉजिकल बहुत सारी चेंज आ रहे होते हैं । उसमें बहुत सारे भावनात्मक, वैचारिक और शारीरिक परिवर्तन घटित होते रहते हैं। इस समय उनको बहुत सारी मदद चाहिए। एक तरफ महत्वाकांक्षाओं का उफान होता है, दूसरी तरफ वासनाओं का उफान होता है ,भावनाओं में उद्वेलन होता है । तीसरी बात क्या होती है? कुछ कहना चाहता है, लेकिन भावना और वासना इतना मिला-जुला रूप लेती है कि उसे व्यक्त करने में किशोरों को सकुचाहट, बेचैनी, परेशानी होती है । ऐसी स्थिति में भटकाव -बहकाव की गुंजाइश ज्यादा होती है । उस समय सच में उसे आध्यात्मिक जीवन का सहारा चाहिए। उसे चाहिए आइडिया और आइडियल ,मतलब विचार और आदर्श दोनों चाहिए। दूसरी चीज उसे क्या चाहिए ? क्रियाएं भी चाहिए ।साधना -तपस्या की क्रिया भी चाहिए जो उसका संबल बन सके।

किशोरों को जितनी जरूरत काउंसलिंग की है पर्टिकुलर स्पिरिचुअल काउंसलिंग की वह अन्य किसी को नहीं है । किशोरावस्था झंझावात की अवस्था है, अंतर में झंझावात पैदा होते हैं।

आध्यात्मिक जीवन के बारे में कहते हैं जब आदमी संस्कारों से उबरता हैऔर समाधि में प्रवेश करता है तो एक तरफ से समाधि की झलकियां मिल रही होती हैं और दूसरी तरफ संस्कार मर रहे होते हैं ,मिट रहे होते हैं। पर मरने मिटने वाले संस्कारों का दबाव रहता है, एक अजीब सी भौतिकता और आध्यात्मिकता में कशमकश होती है ,यही झंझावात किशोरों में होता है। बचपन और जवानी का जोश तरंग के बीच में होता है, इस वजह से किशोर भटकता है।

अध्यात्म व्यक्तित्व के परिष्कार की प्रक्रिया है, व्यक्तित्व के दमन की प्रक्रिया नहीं है।

प्रायश्चित कर्म करते समय ऐसा लगता है जो गलतियां होती हैं यह जीवन का अंत नहीं है, जीवन में अभी बहुत सारे क्षितिज हैं ,बहुत सारे आयाम हैं ,यहां जीवन की समाप्ति नहीं हो रही है और जो महत्वपूर्ण बात है जो भावना और वासना का भाव है उसे कैसे व्यवस्थित किया जाए, नियोजित किया जाए? तो बच्चों को यह बताना चाहिए, हर गलती का प्रायश्चित संभव है।

आध्यात्मिक जीवन का मतलब केवल व्रत,उपवास नहीं है। उपनिषद कहता है आध्यात्मिक जीवन मनोग्रंथियों को खोलने का नाम है।

अगर बच्चों में, किशोरों में मनोग्रंथियां नहीं हैं या मनोग्रंथियां खुल गईं तो यह मानकर चलें कि उस किशोर का यौवन चरम पर विकसित होगा, वहां जबर्दस्त व्यक्तित्व का निर्माण होगा।

सूर्य से ही सभी लोग अपने महत्व को प्राप्त करते हैं । सूर्य आनंदमय, ज्ञानमय और विज्ञानमय भी हैं। हमारी सृष्टि का आधार सूर्य ही हैं, सूर्य ऊर्जा का प्रतीक हैं।

मकर संक्रांति के दिन उन्मुक्त आकाश में उड़ती रंग- बिरंगी पतंगें 'वसुधैव कुटुंबकम' का संदेश देती हैं।

संक्रांति का शाब्दिक अर्थ है गति या चाल ।जीवन हमेशा गतिशील होता है, यह पृथ्वी गतिशील है, इसी का नतीजा है कि यहां जीवन उपजा है।

निश्चलता या स्थिरता की कोख से ही गति का जन्म होता है । जिसने अपने जीवन के निश्चलता का एहसास न किया हो ,जिसने अपने अस्तित्व की स्थिरता को महसूस न किया हो वह गति के चक्कर में पूरी तरह से खो जाता है।

जब कोई इंसान अपने भीतर स्थिरता से संबंध जोड़ने की कोशिश करता है ,तभी वह गतिशीलता का आनंद जान सकता है ,वरना इंसान जीवन की गतिशीलता से घबरा जाता है।

गतिशीलता का अर्थ है विवशता और निश्चलता का मतलब है चेतना ।

राम जी की प्रतिष्ठा का मतलब है- मर्यादा की प्रतिष्ठा, शील की प्रतिष्ठा ,गुणों की प्रतिष्ठा, सबसे बड़ी बात है मनुष्यता की प्रतिष्ठा।

राम एक अद्भुत व्यक्तित्व हैं और अद्भुत चरित्र हैं। राम ईश्वर बनकर धरती पर नहीं हैं ,राम मनुष्य बनकर धरती पर हैं ।उनका कहना है मनुष्य अपने मनुष्यता को संपूर्ण कर ले तो उसमें ईश्वर प्रकट हो जाते हैं।

- मनुष्य को अगर ज्ञान प्राप्त करना है, जीवन की विद्या सीखनी है जीवन की गूढ़ता सीखनी है तो राम मनुष्य मात्र के शिक्षक हैं ,गुरु हैं ,आदर्श हैं।
- राम हमारे पास हमारे होकर ,हमारे साथ रहते हैं ।राम आकाशवासी परमात्मा नहीं लगते ,राम भूमि पर रहने वाले ,हमारे जीवन में सहभागिता निभाने वाले, हमारे साथ-साथ चलने वाले भगवान हैं।
- राम हर तरह से बताते हैं ,उंगली पड़कर चलाते हैं ।जैसे - छोटे बच्चों को माता-पिता चलाते हैं ,शिक्षक उसको क ख ग घ सिखाते हैं ,इसी तरह राम हमें जिंदगी जीना सिखाते हैं।
- राम हमें अपने व्यक्तित्व से, अपने चरित्र से जीवन जीने की कला ,जीवन जीने की विद्या सिखाते हैं ।राम सिखाते हैं एक पुत्र को कैसा होना चाहिए, एक भाई को कैसा होना चाहिए ,एक पति को कैसा होना चाहिए ,एक राजा को कैसा होना चाहिए? मानव जीवन के जितने भी संभव आयाम हैं सब सिखाते हैं ।अगर मनुष्य साधना करे तो मनुष्य ईश्वर प्राप्ति कैसे करेगा, यह भी राम हमको सिखाते हैं । मनुष्य के अंदर देवत्व का उदय नहीं, राम ऐसे हैं कि मनुष्य के अंदर ईश्वरत्व के उदय की अवधारणा देते हैं।

जिज्ञासा

प्रश्न: - झूठ, चोरी, हिंसा, नशा और खराब विचार, इन सभी का त्याग करने से हमें मोक्ष की प्राप्ति हो सकती है क्या?

उत्तर: - नहीं !इन सबके त्याग से जीवन सुखी हो सकता है, जीवन सहज जी सकते हैं ,स्वस्थ जी सकते हैं और सम्मानित जी सकते हैं ।इन सबको छोड़ देने पर आपका व्यक्तित्व सुधरेगा ।परिस्थितियों में और मनःस्थितियों में सुधार आएगा, मोक्ष का इससे कोई लेना-देना नहीं है। मोक्ष की ओर जाने का प्रारंभिक मार्ग तक कह सकते हैं। मोक्ष आपको ज्ञान के पहले नहीं मिलेगा। ज्ञान मतलब जानकारी नहीं, विचार भी नहीं ,जो आप पढ़- लिख कर जानकारी ,विचार इकट्ठा किए हैं, वह ज्ञान नहीं है। जानकारी जब अनुभव में उतरता है तो ज्ञान कहलाता है और ज्ञान जब संपूर्णता को प्राप्त करता है तो विज्ञान कहलाता है।

एक बात जानें -किसी कर्म से मोक्ष नहीं मिलता। कर्म है तप, भक्ति ।यह चित्त शुद्धि की अवस्था है ,इससे आगे नहीं। इससे आगे की यात्रा, जब आपको ज्ञान होगा कि मैं कौन हूं ? मैं क्या हूं ?जब यह ज्ञान होगा तब स्वतः ही आत्मबोध होगा ,मोक्ष होगा। मोक्ष का खान-पान से ,रहन-सहन से बहुत मतलब नहीं है ।आप शाकाहारी हैं या मांसाहारी हैं इसका असर शरीर तक है, मन तक है। खान-पान का मतलब शरीर के स्वास्थ्य से, मन की प्रसन्नता से है । इसमें सहयोग, सहायक खान-पान हो सकता है ।हां ! जब चित्त शुद्ध होगा तब आप सम्यक विचार कर जान पाएंगे कि आत्म तत्व क्या है? मोक्ष क्या है ?शुद्ध चित्त ही ईश्वरीय प्रकाश का अनुभव कर पाएगा। शुद्ध चित्त का मतलब सभी तरह के कर्म से मुक्त। पाप और पुण्य दोनों से मुक्त, मतलब आवागमन के चक्र से मुक्त। जन्म और मृत्यु से मुक्त यानी मोक्ष के द्वार पर पहुंच गए ।जब जन्म जन्मांतर के सभी कर्मों से मुक्त होंगे तभी चित्त शुद्ध होता है ।व्रत, तप ,उपवास से जन्म-जन्मांतर के कर्म से मुक्ति मिल सकती है।

प्रश्न: - मां-बाप आशीर्वाद देते हैं तो आशीर्वाद और श्राप देते हैं तो वह भी आशीर्वाद होता है, इसके बारे में आप क्या कहेंगे?

उत्तर: - ऐसा नहीं है, श्राप देंगे तो वह आशीर्वाद नहीं होता है ।कोई भी प्रसन्न भाव से आपके लिए शुभकामना करता है ,तो आशीर्वाद लगेगा ।लेकिन अगर आप मां-बाप को पीड़ित करते हो ,परेशान करते हो तो उनकी हाय लगेगी तो श्राप जैसा लगेगा। आप सताएंगे तो कैसे आशीर्वाद देंगे ?इसलिए मां-बाप को पीड़ा नहीं देनी चाहिए ।हां !अगर आप अच्छी तरह से सेवा कर रहे हैं फिर भी वे आपको गाली दे रहे हैं, तो उसका कोई बुरा प्रभाव नहीं पड़ता। पर कलपते मन से ,तड़पते मन से जिसे हाय कहते हैं वह आपके जीवन में मुश्किल पैदा कर सकती है। वैसे किसी की भी हाय परेशानी पैदा कर सकती है। वैसे जानबूझकर कोई भी कष्ट दे सकता है। तो जहां तक हो सके किसी की भावनाओं पर चोट नहीं करनी चाहिए, मन को दुखाना नहीं चाहिए।

प्रश्न: - मृगतृष्णा क्या है?

उत्तर: - मृग एक जानवर है ,हिरण जिसे कहते हैं ।तृष्णा है प्यास, तृषा भी उसे कहते हैं ।मृग को जब प्यास लगती है उसे कहते हैं मृगतृष्णा ।राजस्थान में जो जंगल होते हैं उसे कहते हैं नखलिस्तान और जहां बालू होते हैं उसे कहते हैं रेगिस्तान। तो जब जंगल से भटक कर हिरण बालू पर, रेत पर आ जाता है ,दूर कुछ चमकता आंख में दिखाई देता है और लगता है वहां पानी भरा है। एक भ्रम पैदा होता है पानी का, तो भ्रम वाले जल को पीने आगे बढ़ता है । जब वहां पहुंचता है तो देखता है सिर्फ उजाला है। सूर्य की किरणें रेत से परिवर्तित हो रही हैं, तो लगता था पानी है। जब हिरण पानी नहीं पाता है तो बड़ा निराश होता है। फिर हिरण इधर-उधर देखता है। हिरण का मन बड़ा चंचल होता है ।जैसे जलीय जीव में मछली चंचल होती है, स्थिर नहीं रह सकती, वैसे ही स्थलीय जीव में हिरण बड़ा चंचल होता है । फिर वह दूसरी जगह देखता है, तो दूर देखता है,अरे! वहां पानी भरा है, फिर वहां भागता है ।तो ऐसे ही गर्मी में रेत पर भटकते- भटकते धूप में, तपन में हिरण दम तोड़ देता है। यही स्थिति मृगतृष्णा में रहने वाले लोगों की होती है, जो रयि की यानी चंद्रमा की उपासना करते हैं। मतलब सकाम उपासना करते हैं। दिखता है ,मिलता

भी है फिर हाथ से खिसक जाता है ,फिर अगले जन्म का हिसाब बनाने लगते हैं। तो क्या मरने के बाद भी यही करना है? कुल मिलाकर इतनी ही बात है, यह दिल मांगे मोर। इसी को मृगतृष्णा कहते हैं ,मृगतृष्णा में भटकना कहते हैं।

प्रश्न: - दुनिया में बुराई और पीड़ा क्यों है? यदि ईश्वर इतने अच्छे हैं तो वह संसार की बुराइयों पर ध्यान क्यों नहीं देते?

उत्तर: - ईश्वर हैं ना इसलिए ध्यान नहीं देते, मनुष्य होते तो ध्यान जाता ।भगवान ने तो सबको अच्छा ही बना कर भेजा है ।आत्मा में न तो दोष है, न तो दुर्गुण है। छोटा बच्चा कोई बुराई लेकर आता है क्या? नहीं। फिर बुराई कहां से आती हैं? आपकी रुचियाँ, आपकी प्रवृत्तियां, आपके कर्म आपके इर्द-गिर्द अच्छा और बुरा संसार रचते हैं ,तो आपको ध्यान देना है न इस पर, भगवान को थोड़ी ही ध्यान देना है ।दो बड़ी छोटी-छोटी चीज है और बहुत बड़ी भी है, जिस दिन इंसान ईमानदारी और प्रेम सीख जाएगा उस दिन ना उसमें कोई बुराई रहेगी और ना संसार में रहेगी और ना पीड़ा रहेगी, ना दर्द रहेगा। ईमानदारी और प्रेम नहीं है इसलिए बुराई और पीड़ा है। आप कल्पना करिए कि आदमी को क्या सूझता है कि वह बेईमानी करता है ?आदमी सरपंच हो या प्रधानमंत्री स्थिति बराबर ही होती है ।जब भी जीवन सुकून भरा होगा ,सुख भर नहीं ,इसलिए नहीं कि जीवन में बहुत सारे जटिल कर्म होते हैं ,जैसे दुर्घटना नहीं रोकी जा सकती है। तो दुखों के कई कारण हैं ।पर एक चीज की जा सकती है ,जीवन को सहज और सुकून भरा बनाया जा सकता है सिर्फ ईमानदारी और प्रेम से ।यह आपको सुकून देने में सक्षम है और कई बार सुख देने में भी सक्षम है।

प्रश्न: - भगवान होने का सबूत क्या है?

उत्तर: - खुद हैं ।भगवान होने का सबूत आप स्वयं हैं ।भगवान की जड़ें ढूंढने की जरूरत नहीं है ।अपनी जड़ें ढूँढेंगे, भगवान का पता चल जाएगा ।अगर भगवान न होता तो आप न होते। माता-पिता हैं, परिवार है इसलिए आप हैं,आप ऐसा बोल सकते हैं । चलो मान लिया, पर आप माता-पिता के यहां जन्म लेने से पहले कहीं थे कि नहीं थे ?उसके पहले कहां थे, उसके पहले कहां थे? यदि आप अपनी जड़ें ढूंढेंगे ,अपनी चेतना के अस्तित्व का पता लगाएंगे न तो भगवान का पता चल जाएगा, सबूत मिल जाएगा । भगवान को ढूंढने के लिए न तो मंदिर जाना है, न मस्जिद जाना है ,न गिरजाघर आपको अपनी अंतर चेतना में ,अपने जीवन का केंद्र अपनी आत्मा की गहराई को ढूंढना है, तो भगवान का पता चल जाएगा। तो आप खुद हो सबूत ।आपके जीवन की धारा, जीवन की कड़ियाँ चली आ रही हैं ।आज आपके ये माता-पिता हैं कल कोई और होंगे ।भगवान गीता में कहते हैं अर्जुन को -'हमारे और तुम्हारे बहुत जन्म चले आ रहे हैं, मुझे सब कुछ याद है तुम्हें याद नहीं है' ।याद कर लो तुम्हें भी पता चल जाएगा। पर एक बात सबूत ढूंढने की जगह एहसास की जरूरत है।

प्रश्न: - क्या कोई ऐसा तरीका है जिसकी मदद से हम अपनी जिंदगी के मूल मकसद को जान पायें?

उत्तर: - शनि ने भी बहुत साधना की थी जीवन के उद्देश्य को जानने की काशी में। पर उसकी तपस्या से प्रसन्न होकर त्रिदेव आए। ब्रह्मा,विष्णु, महेश ने कहा -'वरदान मांगो' ।जब शनि ने कहा - 'हम ब्रह्मविद्या पाना चाहते हैं, परमात्मा का अनुभव करना चाहते हैं' ।तो सभी चुप हो गए ।कहने का तात्पर्य है देवी -देवता, अवतार आपकी सांसारिक मनोकामनाएं पूर्ण कर सकते हैं, आध्यात्मिक आकांक्षा गुरु ही पूरी कर सकते हैं। जीवन के मकसद को जानने में ,उस यात्रा में गुरु अगर सही हो तो आसानी से जीवन के उद्देश्य को जान भी पाएंगे और पहुंच भी पाएंगे ।वैसे किसी अवतार ने किसी को आत्मज्ञान नहीं दिया ।गुरु सेवा करते हुए, गुरु के अनुशासन पर चलते हुए उनके निर्देश में तप करना चाहिए।

सामान्य बात अगर कहें अनंत विस्तार लिए प्रकृति है । प्रत्येक कण-कण में परमात्मा घुला-मिला है, पर इसे जानना, पहचानना कठिन है। कौन शास्त्र पढ़ेंगे ?हर धर्म अपनी-अपनी बात कहता है । हर गुरु एक नया उपदेश देता है ।तो लगता है जटिल मामला है पर आप जटिल नहीं हैं। आप हैं ना ,आप अपने बारे में क्यों नहीं सोचते हैं? जब आप अपने बारे में सोचेंगे कि आप क्यों हैं? आपके जीवन का क्या प्रयोजन है ?आपके जीवन की गहराई क्या है ?यह बात उपनिषद में प्रश्न पूछा -'कहां से प्राणी उत्पन्न होते हैं ?इस जीवन का स्रोत क्या है? इस जीवन को कौन

धारण करता है ?पंचभूत धारण करते हैं? इंद्रिय धारण करती है' ?तो उत्तर है -'प्राण धारण करता है' ।तो प्राण क्या है ?प्राण का स्रोत क्या है ?यह सभी लोकों में विचारता है ,यही इंद्र को पद देता है । जब आप अपने आपको ढूंढना शुरू करेंगे तो आपको सब कुछ पता चल जाएगा । तो कहीं भागने की जरूरत नहीं है,आपको अपने में जानना है ।तो बस तरीका है आत्म विश्लेषण ,आत्म परीक्षण, आत्म समीक्षा, आत्म परिष्कार । उपनिषद में ऋषि क्या करता है ? खोजता है ।आदिकाल से यही तरीका है।

प्रश्न: - कोई मेरे बारे में सोच रहा है, इस बात का पता हमें कैसे चलेगा? आपको क्या लगता है?

उत्तर: - संवेदना की गहराई और विस्तार से एकदम पता चलेगा। मन, भाव जिससे जुड़ा रहता है उसके साथ अच्छा हुआ, बुरा हुआ, उनकी बेचैनी बता देती है। हमारे मन की डोर जहां जुड़ी है, उस डोर में कंपन होगा तो हमारे हृदय में भी कंपन होगा। डोर नहीं जुड़ी है तो सोच भी रहा है तो पता नहीं चलेगा ।तो मन को पढना सीखिए, बॉडी लैंग्वेज को पढ़ना सीखिए।

प्रश्न: - अपने काम पर फोकस नहीं है, इस चीज का पता केवल इससे चलता है कि हमें परीक्षा में या किसी चीज में कितना मार्क्स आया?

उत्तर: - नहीं !ऐसी बात नहीं है । कभी-कभी बहुत एकाग्रतापूर्वक पढ़ने वाले को भी प्रारब्ध वश नंबर कम आते हैं । पर जो पढ़ेगा वह नंबर लाता ही है । फोकस की बात कर रहे हैं, आपकी जिसमें रुचि होगी, जिस काम के साथ आपका मानसिक रूप से ,भावनात्मक रूप से तालमेल हुआ उस काम को आप मनोयोग पूर्वक करेंगे, वहां आपका फोकस रहेगा । फिर आप करते ही जाएंगे। तो आज नहीं कल आप सफल भी हो जाएंगे। फोकस के लिए आपके कार्य में और आपके मन में कोई ना कोई सामंजस्य के सूत्र होने ही चाहिए। तो बात मन की है, आपकी पूरी चेतना को, जिसमें आपको मन लगेगा आप अपने आप फोकस कर लेते हैं।

प्रश्न: - मन को कंट्रोल कैसे करें?

उत्तर: - माइंड अनकंट्रोल कैसे होता है, यह जान लेंगे तो माइंड कंट्रोल कैसे होता है यह भी जान लेंगे। आपका मन जो कार्य आप कर रहे हैं उसके महत्व को समझ नहीं पाया तो फिर मन कंट्रोल में नहीं रहेगा। एक मनोवैज्ञानिक हैं पाउलो, उसने एक छोटा सा प्रयोग किया, जैसे आदमी की आदत पड़ जाती है, तो हैबिट को कैसे बदलें? जैसे सिगरेट पीने की आदत है ,तंबाकू खाने की आदत है। तो लोग जाते थे पाउलो के पास, छोड़ें कैसे? तो पाउलो ने एक व्यवस्था दी ,एक कमरा दिया, उसमें एक डिवाइस दिया ।जब आप सिगरेट के पैकेट में हाथ लगाओगे तो एक बिजली के करंट का झटका लगेगा हल्का सा। जितनी बार मन करेगा पैकेट को हाथ लगाएंगे, उतनी बार झटका लगेगा। तो पाउलो ने क्या किया? आपके मन की कंडीशनिंग तोड़ दी। हम कोई काम क्यों करते हैं?कंडीशनिंग के कारण। साइकोलॉजी में उसे कंडीशनिंग कहते हैं ।यह भूख लगना, याद आना यह क्या है? यह कंडीशनिंग है हमारी। 15 दिन बाद आपके मन में वह बात चली गई, अरे सिगरेट !हटाओ, छोड़ो, करंट लगता है, इसका झटका लगता है। तो मन में जिस बात से कष्ट होता है वह काम आप नहीं करते हैं, जिस काम से मन को सुख मिलता है वह काम आप करते हैं। अगर श्रेष्ठ काम जो जीवन में करते हैं उसमें सुख महसूस होने लगेगा तो वह काम आप करने लगेंगे । कंडीशनिंग तोड़िए, माइंड कंट्रोल।

प्रश्न: - धरती पर पहले मुर्गा आया था या अंडा? मुर्गा पहले पहले आया था तो अंडा से मुर्गा निकला होगा, अगर अंडा पहले आया था तो मुर्गा से निकला होगा ।आपको क्या लगता है?

उत्तर: - प्रश्न मुर्गा या अंडा का नहीं है, प्रश्न जीवन का है। यह जीवन धीरे-धीरे विकसित हुआ। जीवन आया है विविध रूपों में ।मुर्गी नहीं आई, न अंडा बना, चेतना आई। जीवन चेतना ने अपने प्रारब्ध को, अपनी प्रवृत्ति के अनुसार, अपनी प्रकृति के अनुसार अलग-अलग ढंग से समेटा। चेतना और पदार्थ का मिलन है जीवन ।मुर्गा और अंडा का मिलन जीवन नहीं है ।सवाल यह होता कि पहले चेतना आई या पदार्थ आया? 'एकोऽहम् बहु स्यामि', मैं एक से बहुत हो जाऊँ परब्रह्म की इस कल्पना से एक से बहुत हो गई परमात्मा चेतना ।चेतना में हलचल हुई तो पदार्थ बना, फिर

चेतना और पदार्थ का सहयोग हुआ तो बहुस्यामि हुआ ।तो पहले परमात्म चेतना में इच्छा हुई एक से अनेक होने की। इच्छा तो मन में होती है ,पर चेतना में मन नहीं होता ।चेतना में स्फुरण होती है। यह परमात्मा अपने आप सतत विस्तार का नाम है, इच्छा की बात नहीं है ।तो विस्तार से पहले पदार्थ था, उसमें चेतना का सहयोग जुड़ा फिर जीवन के विविध रूप बने ,पेड़ -पौधे, पक्षी,पशु ,वनस्पति सब बने ।एकोऽहम ने पहले पदार्थ का रूप लिया, फिर चेतना प्रविष्ट हुई। उसे परमात्म चेतना बोलें, परात्पर् चेतना बोले, जो बोले। फिर संसार बना, सत्, रज ,तम त्रिगुण बने ,फिर पांच तत्व बना -पृथ्वी ,जल, अग्नि, वायु, आकाश। फिर स्थावर और जंगम बने। तो कुल मिलाकर आत्म चेतना की अभिव्यक्ति है जीवन। आत्म चेतना जब अपने को प्रकट करती है तो जीवन के रूप में करती है। तो आत्मा का प्रकटीकरण है जीवन।

जनवरी माह की गतिविधियाँ

नए वर्ष के अवसर पर गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में कार्यक्रम का आनंद लेते दर्शक

सोशल मीडिया के बढ़ते दुष्प्रभाव के प्रति नाटक के माध्यम से जागरूक करते हुए श्री राम बाल संस्कारशाला, गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के बच्चे। डायरेक्टर प्रियवर्त कुमार

नव वर्ष के अवसर पर गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में बाल संस्कार शालाओं के बच्चों एवं स्वरांजली केन्द्र के कलाकारों के द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें प्रेरणादायी नाटक, शास्त्रीय संगीत एवं नृत्य की प्रस्तुति दी गई।

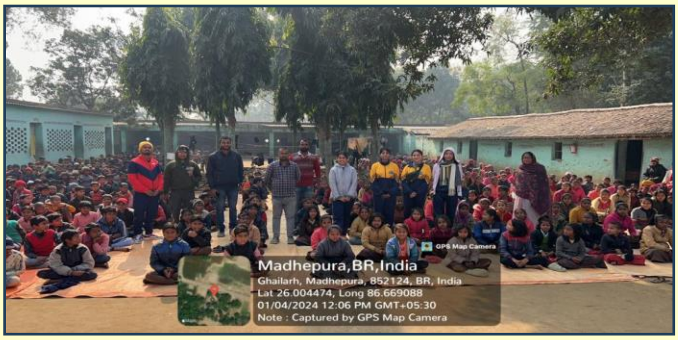
नए वर्ष के अवसर पर गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के द्वारा शहर में संचालित होने वाली सात बाल संस्कारशालाओं में झुग्गी- झोपड़ियों के करीब 500 बच्चों के बीच कंबल वितरण भी किया गया।

गायत्री शक्तिपीठ में 1 जनवरी (2024) नववर्ष धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर हजारों श्रद्धालु एवं परिजन शक्तिपीठ में उपस्थित थे। इस अवसर पर डा0 अरुण कुमार जायसवाल ने नववर्ष के संबंध में कहा- नववर्ष का आज प्रथम दिन है। ईसाई नववर्ष को आज अंतर्राष्ट्रीय नव वर्ष भी कहते हैं।भारतीय संस्कृति का उदघोष वसुधैव कुटुम्बकम् का है। दुनिया में जो भी अच्छी बातें जहां भी आनंद मनाने की, प्रसन्न रहने की बातें होती है उसे हीपर्व त्योहार कहते हैं, पूरी दुनिया की अच्छी बातों को हम आत्मसात करते हैं।

गायत्री शक्तिपीठ के प्रांगण में प्रसाद स्वरूप लिट्टी चोखा चटनी जलेबी का आनंद लेते श्रद्धालु

दिनांक 03/01/2024 को देवसंस्कृति विश्वविद्यालय से Internship हेतु गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में आई छात्राओं (काजल राणा, प्रीति सिंह महर, हिमानी पवार एवम मोनिका असवाल) के द्वारा शांभवी बाल संस्कारशाला, पूर्वी दुर्गा मंदिर मध्य विद्यालय रेलवे कॉलोनी सहरसा के प्रांगण में दीपयज्ञ संपन्न कराया गया।

जरूरतमंदों के बीच कंबल वितरण गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के युवा मंडल के भाइयों ने पूर्व वर्ष की भांति इस वर्ष भी बढ़ते ठंड के प्रकोप को देखते हुए कंबल वितरण हेतु जरूरतमंदों के बीच गए। सहरसा शहर के ऐसे विभिन्न जगहों पर जाकर कंबल वितरण किया गया जहां की झुग्गी झोपड़ियों में निवास करने वाले लोग, रिक्शा चालक तथा स्टेशन परिसर पर खुले आकाश के नीचे निवास करने वाले शरीर से लाचार, बीमार, अभावग्रस्त लोगों को कंबल दिया गया।



दिनांक 04/01/2024 को देवसंस्कृति विश्वविद्यालय से Internship हेतु गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में आई छात्राओं (काजल राणा, प्रीति सिंह महर, हिमानी पंवार एवम मोनिका असवाल के द्वारा घैलाढ़ प्रखंड में नीलमनी रेजिडेंशियल स्कूल में बच्चों के बीच योग, आसन, प्राणायाम सिखाते हुए अंतिम दिन।

दिनांक 05/01/2024 को देवसंस्कृति विश्वविद्यालय से Internship हेतु गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में आई छात्राओं (काजल राणा, प्रीति सिंह महर, हिमानी पंवार एवम मोनिका असवाल के द्वारा प्रज्ञा बाल संस्कारशाला, गंगजला में बच्चों के बीच योग, आसन, प्राणायाम सिखाते और दिनचर्या बताते हुए।

सहरसा जिला में 51 कुंडीय गायत्री महायज्ञ, सराही में 5 से 8 मार्च 2024 निर्धारित है। इसके निमित्त व्यवस्था को ले कर, 07 जनवरी को सराही स्थित पोखर के निकट यज्ञ स्थल पर पहली बैठक आयोजित की गई। सभा को संबोधित डॉ0 अरुण कुमार जायसवाल जी के द्वारा किया गया। साथ ही यज्ञ को लेकर दिशा निर्देश भी दिया गया। इस सभा में युवा मंडल, युवती मंडल, प्रज्ञा मंडल और महिला मंडल और सराही के समस्त गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

दिनांक 07/01/24 गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डा0 अरुण कुमार जायसवाल ने कहा- यदि मन के विपरित बातें घटित होती है तो दुःख होता है। जहाँ सृजन है वहीं त्याग है।तप और त्याग के बल पर हीं यह संसार चलता है। जहां कहीं तप और त्याग नहीं है वह जीवन बेकार है।जो सुख सुविधा लग्जरी का त्याग करते हैं वही अवतारी कहलाते हैं,वही समाज में,राष्ट्र में महात्मा होते हैं,उनकी बताई हुई बातों पर दुनियाँ चलती है।ज्ञान की बातें बताते हुए कहा- अगर समाज का एक अंग,एक नागरिक खतरे में है तो पूरा समाज,पूरा देश खतरे में है।कहा-अपने आप स्वयं तक ही सीमित मत रहिए। अपने दायरे से बाहर आईए और अपनी बारी का इन्तजार कीजिए। अगर कोई किसी भी समस्या में है उसकी आप मदद कीजिए। उन्होंने कहा- पंडित श्री राम शर्मा आचार्य गायत्री परिवार बनाया और उसका नाम दिया-विचार क्रांति अभियान।

डॉ सुनील झा (कार्डियक इलेक्ट्रिक फिजियोलॉजिस्ट), अमेरिका - युवाओं को संबोधित करते हुए कुछ अपने बारे में बताया कि मेरा जन्म गांव में ही हुआ था गांव के स्कूल में ही मैं पढ़ा और फिर वहां से कॉलेज गया और MD करने के बाद मैं 4 साल इंग्लैंड में काम किया फिर वहां से अमेरिका गया, वहां मैं कार्डियक इलेक्ट्रिक फिजियोलॉजिस्ट हूं साथ ही मैं प्रोफेसर भी हूं। उन्होंने कहा कि आप छोटी जगह से या बड़ी जगह से हैं यह महत्वपूर्ण नहीं है सबसे महत्वपूर्ण बात है आपका जुनून क्या है यदि आप में जुनून है तो आप सफल अवश्य होंगे।

श्रीमति तनुजा ठाकुर, अमेरिका- युवाओं को संबोधित करते हुए कहा कि अगर आप अपनी जिंदगी में जब कुछ भी अलग करने की सोचते हैं तो सही चीज का चयन करें। नारियों को कहा कि महिलाएं जो ससुराल में जाकर अपना हक मांगती हैं पहले उन्हें अपने घर में हक मांगना सीखना चाहिए अच्छी चीजों के लिए जैसे शिक्षा के लिए। साथ ही, महिलाओं को यह भी कहा कि त्याग भी सकारात्मक हो जाता है जब इसे हम spiritually लेते हैं, अन्यथा इसमें अहंकार जुड़ जाता है तो यह negative हो जाता है।

श्री नीरज ठाकुर (रिटायर्ड डीजीएम ओएनजीसी) मधुबनी, मैं जो कुछ भी बन पाया वह मेरे माता-पिता की दूर दृष्टि थी मैंने नेतरहाट में पढ़ाई की और फिर पटना में पढ़ा,उसके बाद आईआईटी मुंबई में पढ़ा और बहुत सारे अन्य रास्तों को चुनते हुए मैं ONGC में ज्वाइन किया और रिटायरमेंट से पूर्व 4 साल सीजीएम रहा। उन्होंने युवाओं को संबोधित करते कहा कि रिस्क और रिवॉर्ड को हर समय आप बैलेंस करते रहें यानि आप क्या कर रहे हैं और क्या करना चाहिए। जब तक आप में एनर्जी है आप सोच सकते हैं, आप कर सकते हैं । जिस प्रकार सोते हुए सिंह के मुख में मृग स्वयं नहीं जाता उसी प्रकार आपको भी कर्म करना होगा । आपकी चॉइस में आपका समाज, परिवार भी होना चाहिए। मैंने भी रिटायरमेंट के बाद चॉइस की, कि मैं अपने गांव जाकर कुछ साल खेती करूंगा और कर भी रहा हूं।

सुश्री भव्या झा (Work in energy finance),अमेरिका इन्होंने बताया कि मैंने टेस्ला में काम करने के बाद यूरोप में रह कर रिसर्च की फुल ब्राइट स्कॉलरशिप के बाद न्यूयॉर्क जब वापस आई तब मैं energy , climates ,wind power जैसी चीजों के लिए कुछ नया करने के लिए मास्टर कोलंबिया यूनिवर्सिटी न्यूयॉर्क में की उसके बाद अभी एनर्जी फाइनेंस में काम करती हूं ,युवाओं के लिए उन्होंने कहा कि जो पढ़ाई आप करते हैं उस पर ध्यान रखें गायत्री शक्तिपीठ सहरसा आपके लिए बहुत ही अच्छा प्लेटफार्म है जब आप ऊंचा सोचेंगे तो समाज भी आपके साथ ऊँचा सोंच सकेगा।

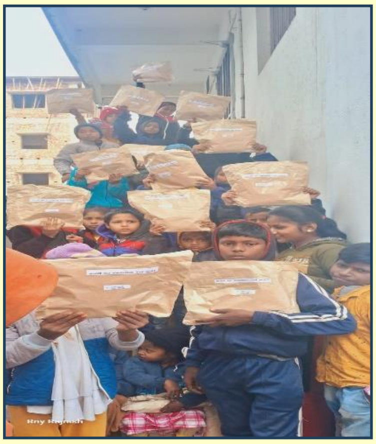
दिनांक 11 जनवरी(गुरुवार) 2024 को दैनिक जागरण के सौजन्य से जिला परिषद स्थित Pooja Banquet Marriage Resort, सहरसा में "सबके राम" विषय पर आयोजित लघु चर्चा कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में गायत्री परिवार की ओर से उद्बोधन देते डॉक्टर अरुण कुमार जयसवाल

प्रतिदिन सदर अस्पताल सहरसा में 1:00 बजे से 2:00 बजे के बीच गायत्री परिवार, सहरसा के द्वारा जरूरतमंदों के बीच भोजन प्रसाद वितरण करते हुए।

शक्तिपीठ में गरीबों के बीच कंबल वितरित करते हुए। इस अवसर पर गरीब लोग बहुत खुश हुए।

दिनांक 12 जनवरी को राष्ट्रीय युवा दिवस, युवा चेतना दिवस के रूप में युवाओं के प्रेरणा श्रोत स्वामी विवेकानंद जयंती समारोह गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में मनाया गया। डॉ0 अरुण कुमार जयसवाल ने युवाओं को संबोधित करते हुए कहा - युवा अपना आदर्श उन्हें क्यों चुनें और उनके विचारों को अपने जीवन में कैसे उतारें ।

दिनांक 14/01/24 को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने किशोर अवस्था के संबंध में कहा - युवा एवं किशोरों को आध्यात्मिक जीवन का सहारा चाहिए,उन्हें विचार और आदर्श चाहिए। आज के किशोरों को कॉउन्सिलिंग की जरूरत है।इस समय युवाओं में भावनाओं और वासनाओं का उफान होता है।वासना एवं नैतिकता बीच गांठ पर जाती है।कई बार झंझावात की अवस्था में बहुत से युवा एवं किशोर यौवन की सम्पदा खो चुके होते हैं।ऐसे में युवाओं और किशोरों को आध्यात्मिक आदर्श एवं आध्यात्मिक साधना की सख्त जरूरत है।किशोर अवस्था को सहारा चाहिए अध्यात्म का। अध्यात्म व्यक्तित्व के परिष्कार की प्रक्रिया है,इससे अध्यात्म से वासना का रूपांतरण संभव है।हर गलती का प्रायश्चित संभव है।युवाओं को एवं किशोरों को प्रार्थना एवं ध्यान से जोड़ना है ताकि उसमें अपराध बोध विकसित न हो। इस अवसर पर मद्रास के विनित साहू के सौजन्य से बाल संस्कार शाला के बच्चों को पोशाक दिया गया।पोशाक पाकर बच्चे बहुत खुश हुए।कहा-बच्चे आगे बढ़ते रहें ताकि उन्हें किसी प्रकार की दिक्कत न हो।गायत्री शक्तिपीठ अच्छा काम कर रही है।कहा-इस पुण्य कार्य में समय दान कहते हुए सहयोग कर सकते हैं।सही तरीका से कमाया हुआ धन आनंद और खुशी लाता है।मानवीय गरिमा का हमेशा ख्याल रखें। इस अवसर पर झुग्गी झोपडी में रह रहे गरीब लोगों के बीच कंबल भी बांटा गया।



व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा-आज युवाओं-किशोरों को आध्यात्मिक जीवन का सहारा चाहिए। अध्यात्म व्यक्तित्व परिष्कार की प्रक्रिया है।

दिनांक 15/01/24 को आज मकर संक्रान्ति शक्तिपीठ में धूमधाम से मनाया गया।इस अवसर पर शक्तिपीठ के सभी प्रज्ञा मंडल, युवा मंडल, युवती मंडल के अलावे कई श्रद्धालु परिजन उपस्थित थे। मकर संक्रांति के संबंध में डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा-आज मकर संक्रांति है,एक तरह से कह सकते हैं जब सूर्य भगवान उत्तरायण में प्रवेश करते हैं तो संक्रांति होती है।मकर राशि में सूर्य प्रवेश करते ही दिन धीरे-धीरे बड़ा होने लगता है और ठंढ कम होने लगती है। भगवान सूर्य जगत की आत्मा है,श्रृष्टि के प्राण हैं।सूर्य से हीं जीवन है,इसलिए सूर्य को प्राणदाता अमृत दाता और अमरत्व दाता भी कहा जाता है। मकर संक्रांति ही एक ऐसा पर्व है जिसकी तारीख लगभग लगभग फिक्स रहती है चूँकि मकर संक्रांति सौर्य कलेक्टर पर आधारित है।प्रायः और पर्व सौर्य-चन्द्रमा दोनों के मिलाकर के होता है।लगभग 72 साल तक ऐसा ही होता है कि मकर संक्रांति 14 जनवरी को मनाया जाता है। इसक कारण है पृथ्वी की गति। 2012 तक मकर संक्रांति 14 जनवरी को मनाया जाता था।लेकिन 2012 में सूर्य की गति विलम्ब से 12 बजे मकर राशि में प्रवेश करने के कारण 1 दिन का अंतर लगभग 12 बजे के बाद आता है इसलिए 2012 के बाद मकर संक्रांति 15 जनवरी को मनाया जाता है।इस दिन से सभी मांगलिक कार्य शुरू हो जाता है।मकर संक्रांति मूल रूप से अपनी आत्मा की चेतना को जगाने का यह पर्व है।सूर्य का आध्यात्मिक, और वैज्ञानिक पक्ष है,सूर्य उर्जा का भी प्रतीक है क्योंकि सूर्य की उर्जा से हीं विश्व में सभी हलचलें होती है। पंचदेव उपासना के संबंध में कहा- 1.पृथ्वी तत्व आधार तत्व गणपति संप्रदाय ।इसकी तन्मात्रा है गंध।उसके बाद जल।उसके देवता भगवान विष्णु,उसकी तन्मात्रा है जल।वैष्णव संप्रदाय। फिर अग्नि तत्व उसके देवता हैं शांख संप्रदाय। जितने भी देवियां हैं।उसकी तन्मात्रा है गंध, रुप, रंग।शैव संप्रदाय वायुतत्व उसका तन्मात्रा है स्पर्श। और पांचवां है ध्वनि। इसके देवता हैं भगवान सूर्य जो इन पांचो तत्वों के प्रमुख हैं।आज का दिन उनका है। इसके बाद शक्तिपीठ के प्रज्ञा मंडल, युवा मंडल, महिला मंडल को वस्त्र दिया गया तथा आये हुए गरीब महिलाओं के बीच कंबल वितरित किए गए।

गायत्री शक्तिपीठ के प्रज्ञा मंडल, युवा मंडल और महिला मंडल के बीच वस्त्र वितरण किया गया।

मकरसंक्रांति के शुभ अवसर पर देव संस्कृति विश्वविद्यालय, हरिद्वार से आए हुए योगार्थियों द्वारा प्रज्ञा बाल संस्कारशाला में दीप यज्ञ सम्पन्न कराया गया। इसके साथ ही सुमन-2(आचार्य) का अवतरण दिवस भी मनाया गया।

दिनांक 21/01/24 को आज गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा-कल भगवान राम का फिर से प्रकटीकरण है।जन्म तो अवतार का होता नहीं है जन्म तो हम लोगों का अपने कर्म के आधार पर होता है।अपने कर्म के आधार पर स्थान का निर्धारण होता है।कल भगवान का प्रकटीकरण हो रहा है।फिर से हमलोग उस खुशी को उल्लास से मनाने वाले हैं।उन्होंने कहा-राम सिर्फ़ अयोध्यावासी के ही नही हैं,लंका वासी के भी हैं। वे तो संपूर्ण विश्व वासी के हैं।राम जितने दशरथ के हैं, कौशल्या के हैं उतने ही रावण के भी हैं।अयोध्या वहीं है जहां राम निवास करते हैं। राम सिर्फ़ एक व्यक्ति,भगवान का नाम नहीं है।कबीरदास ने कहा है-एक राम दशरथ का का बेटा,एक राम घर घर में लेटा,एक राम जगत पसारा एक राम जगत से न्यारा। इस चार चीज में राम का पूरा व्यक्तित्व आ जाता है। इस अवसर पर 22 जनवरी 2024 को शक्तिपीठ में संध्याकालीन 4 बजे दीपोत्सव मनाया जायेगा।

आज शक्तिपीठ सहरसा में गरीबों के बीच कंबल बांटते प्रज्ञा परिजन। कंबल पाकर सभी प्रसन्न थे।

सहरसा जिला में 51 कुंडीय गायत्री महायज्ञ, सराही में 5 से 8 मार्च 2024 निर्धारित है। इसके निमित्त व्यवस्था को लेकर, 21 जनवरी को सराही स्थित पोखर के निकट यज्ञ स्थल पर पहली बैठक आयोजित की गई। सभा को संबोधित डॉ0 अरुण कुमार जायसवाल जी के द्वारा किया गया। साथ ही यज्ञ को लेकर दिशा निर्देश भी दिया गया। इस सभा में युवा मंडल, युवती मंडल, प्रज्ञा मंडल और महिला मंडल और सराही के समस्त गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान में 15 जनवरी से नामांकन शुरू है।

श्री राम मंदिर अयोध्या के प्राण प्रतिष्ठा के अवसर पर आज गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में भी दीप उत्सव मनाया गया।

75 वा गणतंत्र दिवस के अवसर पर बाल संस्कार शाला के बच्चे प्रसाद ग्रहण करते हुए।

26 जनवरी को 75 वां गणतंत्र दिवस गायत्री शक्तिपीठ एवम आर्य समाज मंदिर, सहरसा में मनाया गया।

प्रत्येक महीने के अंतिम रविवार की तरह दिनांक 28/01/2024 (रविवार) को सहरसा जिला के सिमरी बख्तियारपुर प्रखंड के सिमरी पंचायत में 24 अलग- अलग घरों में देव स्थापना एवम गायत्री यज्ञ सम्पन्न कराया गया।साथ ही पर्यावरण संतुलन हेतु प्रत्येक घर में पौधा रोपण किया गया।

प्रत्येक महीने के अंतिम रविवार की तरह दिनांक 28/01/2024 (रविवार) को सहरसा जिला के सिमरी बख्तियारपुर प्रखंड के सिमरी पंचायत में 24 अलग- अलग घरों में देव स्थापना एवम गायत्री यज्ञ सम्पन्न कराया गया।साथ ही पर्यावरण संतुलन हेतु प्रत्येक घर में पौधा रोपण किया गया। गुरुदेव के विचारों को दीवार लेखन के माध्यम से जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास किया गया।जिसमें गायत्री परिवार सहरसा की माताओं, बहनों और भाइयों ने अहम भूमिका निभाई।

दैनिक समाचार पत्रों में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा की छपी खबरें

जरूरतमंदों के बीच शक्तिपीठ ने किया कंबल का वितरण, दिव्यांगों में खुशी

कंबल वितरण करते शक्तिपीठ के सदस्यगण • जागरण

संस, सहरसा: गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के युवा मंडल के सदस्यों पूर्व वर्ष की भांति इस वर्ष भी बढ़ते ठंड के प्रकोप को देखते हुए विगत एक महीने से हर रविवार को जरूरतमंदों के बीच कंबल वितरण किया। युवा मंडल के सदस्यों ने शहर के विभिन्न जगहों पर रहे रह गरीबों, झुग्गी झोपड़ियों में निवास करने वाले लोग ,रिक्शा चालक तथा स्टेशन परिसर पर खुले आकाश के नीचे निवास करने वाले शरीर से लाचार, बीमार, अभावग्रस्त लोगों को कंबल उपलब्ध कराया।शक्तिपीठ से मिली जानकारीनुसार पटुआहा स्थित नया टोला के दिव्यांगों, मल्लिक टोला के निवासियों आदि को शक्तिपीठ बुलाकर कंबल प्रदान किया।

देव संस्कृति विवि की छात्राओं ने बच्चों को दी योग की जानकारी

बच्चों को योगाभ्यास कराती देव संस्कृति विवि की छात्रा • सौजन्य: शक्तिपीठ

- जिला मुख्यालय के स्कूली बच्चों को दी गई प्राणायाम की जानकारी
- हिमानी पंवार और मोनिका ने योग के आसनों के बारे में दी जानकारी

संस, सहरसा: देव संस्कृति विश्वविद्यालय हरिद्वार से इंटर्नशिप के सहरसा आई छात्राओं ने जिला मुख्यालय के विद्यालयों में बच्चों को योग प्राणायाम की जानकारी दी। देव संस्कृति विवि की काजल, प्रीति सिंह महरख हिमानी पंवार एवं मोनिका असवाल ने विगत एक महीने से बच्चों को योग के विभिन्न आसनों की जानकारी दी। और इससे होनेवाले फायदों को बताया। इन लोगों ने बच्चों के साथ शिक्षकों व अभिभावकों को भी स्वस्थ एवं चुस्त- दुरूस्त रहने के लिए नियमित योग प्राणायाम करने का आह्वान किया। छात्राएं सहरसा के लोगों के विचार- व्यवहार से काफी प्रसन्न हुई और कहा कि विचारों के आदान- प्रदान से उनलोगों को भी बहुत कुछ सीखने का मौका मिला है। इनलोगों ने स्थानीय शक्तिपीठ के सदस्यों की भी काफी प्रशंसा की।

जगत की आत्मा और सृष्टि के प्राण हैं भगवान सूर्य

संबोधित करते ट्रस्टी सौजन्य • शक्तिपीठ

संस, सहरसा : सोमवार को गायत्री शक्तिपीठ में मकर संक्रांति धूमधाम से मनाया गया। मकर संक्रांति के संबंध में डा. अरुण जायसवाल ने कहा कि जब सूर्य भगवान उत्तरायण में प्रवेश करते हैं तो संक्रांति होती है। मकर राशि में सूर्य प्रवेश करते ही दिन बड़ा होने लगता है और सर्दी कम होने लगती है। कहा कि भगवान सूर्य जगत की आत्मा है, सृष्टि के प्राण हैं। सूर्य से जीवन है इसलिए सूर्य को प्राणदाता, अमृत दाता और अमरत्वदाता भी कहा जाता है। मकर संक्रांति ही एक ऐसा पर्व है जिसकी तारीख लगभग निर्धारित है। चूंकि मकर संक्रांति शौर्य संग्रह पर आधारित है। कहा कि लगभग 72 साल तक ऐसा हीं होता है कि मकर संक्रांति 14 जनवरी को मनाया जाता है। इसका कारण पृथ्वी की गति। लेकिन गति विलंब से 12 बजे मकर राशि में प्रवेश कर रहा है। इसके कारण दिन का अंतर आता है।

गायत्री शक्तिपीठ मे कंबल दान कर मंकर संक्रांति पर्व समारोह धूमधाम से आयोजित

नवबिहार दूत संवाददाता

सहरसा। 15 जनवरी सोमवार को मकर संक्रान्ति शक्तिपीठ में धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर शक्तिपीठ के सभी प्रज्ञा मंडल, युवा मंडल, युवती मंडल के अलावे कई श्रद्धालु परिजन उपस्थित थे। मकर संक्रांति के संबंध में डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा-आज मकर संक्रांति है। एक तरह से कह सकते हैं जब सूर्य भगवान उत्तरायण में प्रवेश करते हैं तो संक्रांति होती है।मकर राशि में सूर्य प्रवेश करते हीं दिन धीरे-धीरे बड़ा होने लगता है और ठंड कम होने लगती है।

भगवान सूर्य जगत की आत्मा है।श्रृष्टि के प्राण हैं।सूर्य से हीं जीवन है, इसलिए सूर्य को प्राणदाता अमृत दाता और अमरत्व दाता भी कहा जाता है।मकर संक्रांति ही एक ऐसा पर्व है जिसकी तारीख लगभग लगभग फिक्स रहती है चूँकि मकर संक्रांति सौर्य कलेक्टर पर आधारित है।प्रायः और पर्व सौर्य-चन्द्रमा दोनों के मिलाकर के होता है।लगभग 72 साल तक ऐसा हीं होता है कि मकर संक्रांति 14 जनवरी को मनाया जाता है। इसक कारण है पृथ्वी की गति।2012 तक मकर संक्रांति 14 जनवरी को मनाया जाता था।लेकिन 2012 में सूर्य

की गति विलम्ब से 12 बजे मकर राशि में प्रवेश करने के कारण 1 दिन का अंतर लगभग 12 बजे के बाद आता है इसलिए 2012 के बाद मकर संक्रांति 15 जनवरी को मनाया जाता है।इस दिन से सभी मांगलिक कार्य शुरू हो जाता है।मकर संक्रांति मूल रूप से अपनी आत्मा की चेतना को जगाने का यह पर्व है।सूर्य का आध्यात्मिक, और वैज्ञानिक पक्ष है, सूर्य उर्जा का भी प्रतीक है क्योंकि सूर्य की उर्जा से हीं विश्व में सभी हलचलें होती है। पंचदेव उपासना के संबंध में कहा पृथ्वी तत्व आधार तत्व गणपति संप्रदाय ।इसकी तन्मात्रा है गंध। उसके बाद जल। उसके देवता भगवान विष्णु, उसकी तन्मात्रा है जल। वैष्णव संप्रदाय। फिर अग्नि तत्व उसके देवता हैं शांख संप्रदाय। जितने भी देवियां हैं। उसकी तन्मात्रा है गंध, रुप, रंग।शैव संप्रदाय वायुतत्व उसका तन्मात्रा है स्पर्श। और पांचवां है ध्वनि। इसके देवता हैं भगवान सूर्य जो इन पांचो तत्वों के प्रमुख हैं।आज का दिन उनका है। इसके बाद शक्तिपीठ के प्रज्ञा मंडल, युवा मंडल, महिला मंडल को बस्त्र दिया गया तथा आये हुए गरीब महिलाओं के बीच कंबल वितरित किए गए।

सहरसा जागरण www.jagran.com

श्रीराम के आगमन पर 51 हजार दीप जला मनाई दीवाली

दैनिक जागरण के आयोजित कार्यक्रम में शहर के शंकर चौक स्थित रामजानकी मंदिर व तालाब दीपोत्सव से जगमगाया

जास, सहरसा: दैनिक जागरण अखबार के तत्वावधान में चल रहे सबके राम कार्यक्रम के तहत अयोध्या में रामलला के प्राण प्रतिष्ठा के पूर्व संध्या पर रविवार को पूरे जिले में दीपोत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिले में 51 हजार से अधिक दीप जलाकर लोगों ने दीवाली मनाई। लोगों ने दैनिक जागरण के आयोजन की जमकर सराहना की।

शहर के शंकर चौक स्थित राम जानकी मंदिर, तालाब व परिसर शाम होते ही दीपों से जगमगा उठा। कार्यक्रम की शुरुआत कलाकारों द्वारा भक्ति गीतों से की गई। गायत्री परिवार के सदस्यों ने भी गीत की प्रस्तुति दी। जिसके बाद भगवान श्रीराम, माता सीता के चित्र पर लोगों ने पुष्पांजलि किया गया। कार्यक्रम के दौरान मंदिर व परिसर को गणेश सेवा मंडल व मंदिर समिति द्वारा संजाया संवारा गया था। तालाब पर दूधिया रोशनी के बीच जैसे ही दीपोत्सव शुरू हुआ लोग दीप जलाने को आतुर दिखे।

शंकर चौक तालाब के तट पर दीप जलाते अतिथि • जागरण

मंदिर में दीप जलाती महिलाएं व बच्चे • जागरण

श्रीराम जानकी बैठे हैं मेरे सीने में . . .

भजन प्रस्तुत करते गायत्री शक्तिपीठ के सदस्य • जागरण

संस, सहरसा: रामलला के प्राण-प्रतिष्ठा के मौके पर दैनिक जागरण के सौजन्य से शंकर चौक मंदिर प्रांगण में प्रो. डा. गिरिधर श्रीवास्तव पुटीश के निर्देशन में भव्य भजन संध्या संपन्न हुआ। उत्तर बिहार के ख्यातिप्राप्त कलाकार सुंदर सामंजस्य व चिरंजीव सामंजस्य ने अपनी गणेश वंदना "तेरी जय हो गणेश" से माहौल को भक्तिमय बना दिया। उसके बाद" श्री राम- जानकी बैठे हैं मेरे सीने में" और" राम आए हैं- आए हैं राम आए हैं" गाकर लोगों को झूमने पर मजबूर कर दिया। तबला पर प्रो. गिरिधर श्रीवास्तव पुटीश, गिटार पर संजीव सामंजय, ढोलक पर माईकल राज के बेहतरीन संगत में गायत्री शक्तिपीठ के प्रखर, मधु, राखी, युक्ति, जयंती, श्रुति ने "चलो करें आरती दीप जलाओ कि राम आ रहे हैं " गाकर लोगों को मंत्रमुग्ध कर दिया। कलाकारों के गायन के साथ उपस्थित श्रोता ताली बजाकर आनंदित होते रहे।

सकारात्मक संकल्प के साथ नववर्ष का किया गया अभिनंदन

संस, सहरसा: नववर्ष के मौके पर सोमवार को गायत्री शक्तिपीठ के प्रशाल में भव्य कार्यक्रम आयोजित हुआ। इस मौके पर ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने लोगों को मानवता की रक्षा, जल, पशु- पक्षी, पर्यावरण की रक्षा, राष्ट्रहित व समाज हित में कार्य करने का संकल्प कराया। उन्होंने कहा कि नववर्ष का आज प्रथम दिन है। ईसाई संवत को आज नववर्ष कहते हैं। भारतीय संस्कृति वसुधैव कुटुंबकम के सिद्धांत पर चल रही है। दुनिया में जो भी अच्छी बातें होती है, जहां भी आनंद मनाने की ,प्रसन्न रहने की चीज होती है उसे पर्व- त्योहार कहते हैं। सबको हम आत्मसात करते हैं। इस मंगलमय बेला में सूर्य का ध्यान करें ।सूर्य हीं जगत की आत्मा है। श्रृष्टि का निर्माण सूर्य की हीं ऊर्जा से हुआ है। दूसरे अर्थ में पदार्थ प्रकृति और प्राण सूर्य है। सूर्य हमारी जीवन और प्राण ऊर्जा का स्रोत है। इसलिए सूर्य को "नारायण "कहते हैं,परमात्मा कहते हैं। जो संबंध शरीर और आत्मा में है वही संबंध सूर्य और धरती में है। जो लोग कामना के निमित अनुष्ठान करते हैं, ऐसे व्यक्ति चंद्रलोक को प्राप्त करते हैं। वह फिर जन्म लेते हैं। उनके जन्म मरण का चक्र चलते रहता है। और जो निष्काम भाव से हवन करते हैं वह सूर्य लोक को जाते हैं। फिर लौट कर इस लोक में नहीं आते हैं।'

नृत्य प्रस्तुत करती बच्चियां • जागरण

इस मौके पर अपराह्न तक भजन-कीर्तन, गीत व नृत्य का दौर चलता रहा। प्रो. गौतम सिंह व भारती सिंह के निर्देशन में स्वरांजलि से जुड़े कलाकारों ने भरत नाट्यम, गजल, गीत, एकल व समूह नृत्य से लोगों का खूब मनोरंजन किया। शक्तिपीठ से जुड़े बच्चों ने इंटरनेट मीडिया की बुराईयों पर आधारित बेहतरीन एकांकी नाटक प्रस्तुत किया। तत्पश्चात श्यामानंद लाल दास,मुर्तजा नरियारवी व राजेश कुमार समेत अन्य कवियों ने अपनी कविता का पाठ किया। दूसरी तरफ प्रज्ञेश्वर महादेव की पूजा-अर्चना का दौर चलता रहा। बाद में झुग्गी- झोपड़ी में निवासित डेढ़ सौ बच्चों के बीच कंबल वितरण किया। मौके पर हरीश जायसवाल, नवल सिंह, दिनेश दिनकर आदि मौजूद रहे।

सोमवार को नव वर्ष पर गायत्री शक्तिपीठ में आयोजित कार्यक्रम में मौजूद लोग।

शक्तिपीठ में नववर्ष पर हुआ कार्यक्रम

सहरसा। गायत्री शक्तिपीठ में नववर्ष धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर हजारों श्रद्धालु एवं परिजन शक्तिपीठ में उपस्थित थे। डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा ईसाई संवत को आज नववर्ष कहते हैं। इस मंगलमय वेला में सूर्य का ध्यान करें। सूर्य हीं जगत की आत्मा है।श्रृष्टि का निर्माण सूर्य की हीं उर्जा से हुआ है। इस अवसर पर वाल संस्कार शाला के वच्चों द्वारा रंगारंग कार्यक्रम हुआ। मौके पर प्रो.प्रोफेसर गौतम सहित अन्य थे।

सूर्य ही जगत की आत्मा है, सृष्टि का निर्माण सूर्य की ही ऊर्जा से हुआ है, उनका ध्यान करें: डॉ. जायसवाल

गायत्री शक्तिपीठ में नववर्ष के अवसर पर कार्यक्रम का हुआ आयोजन, दी गई खास जानकारियां

भास्कर न्यूज|सहरसा

भारतीय संस्कृति वसुधैव कुटुम्बकम पर चल रही है।दुनिया में जो भी अच्छी बातें होती है और जहां भी आनंद मनाने एवं प्रसन्न रहने की चीजें होती है उसे पर्व त्योहार कहते हैं और हम भारतवासी उसे आत्मसात करते हैं। ये बातें स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में एक जनवरी के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ अरूण कुमार जायसवाल ने कही। उन्होंने कहा कि ईसाई संवत को आज नववर्ष कहते हैं। उन्होंने कहा कि इस मंगलमय बेला में सूर्य का ध्यान करें।सूर्य हीं जगत की आत्मा है।श्रृष्टि का निर्माण सूर्य की हीं ऊर्जा से हुआ है। उन्होंने कहा कि हमारी जीवन और प्राण ऊर्जा स्रोत है।इसलिए सूर्य को \'नारायण \'कहते हैं,परमात्मा कहते हैं।जो संबंध शरीर और आत्मा में है वही संबंध सूर्य और धरती में है। पदार्थ रूप में जो धरती पर दृष्टिगोचर होता है जैसे-पशु-पक्षी,जीव-ज न्तु,मनुष्य, वृक्ष,उसमें जो चेतना है उसका संचार सूर्य के द्वारा होता है। इस अवसर पर बाल संस्कार शाला के बच्चों द्वारा रंगारंग कार्यक्रम आयोजित किए गए। कवियों द्वारा कविता एवं गजल प्रस्तुत किए। प्रो गौतम द्वारा प्रशिक्षित बच्चों द्वारा संगीत का गायन हुआ तथा बाल संस्कार शाला के बच्चों के बीच कम्बल बांटे गए। इस अवसर पर एडीएम ज्योति कुमार सपत्नी उपस्थित थे।

सोमवार को नववर्ष पर गायत्री शक्तिपीठ में आयोजित कार्यक्रम में भाग लेते लोग।

सबके हैं राम, सब में हैं राम, कण-कण में हैं राम

इप्टा के कलाकारों ने श्रीरामोत्सव को बनाया यादगार दैनिक जागरण के सौजन्य से रामचरित मानस का किया वितरण

दैनिक जागरण ॥श्रीरामोत्सव॥ सबके राम

संस, सहरसा: गुरुवार को दैनिक जागरण के सौजन्य से जिला परिषद स्थित पूजा वैंक्वेट रिसोर्ट में श्रीरामोत्सव "सबके राम" पर परिचर्चा आयोजित की गई। इस दौरान लोगों के बीच रामचरित मानस का वितरण भी किया गया।

कार्यक्रम की शुरुआत श्रीराम-जानकी, लक्ष्मण व बजरंगबली की आरती से हुई। कलाकारों द्वारा आरती गायन के बीच गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल, विधायक डा. आलोक रंजन, जिप अध्यक्ष किरण देवी, पूर्व प्राचार्य डा. रेणु सिंह, आइएमए अध्यक्ष डा. केके झा, डा. रंजेश कुमार सिंह, डा. ब्रजेश कुमार सिंह, डा. जयंत आशीष व डा. शैलेंद्र कुमार, भाजपा जिलाध्यक्ष दिवाकर सिंह, नेता रितेश रंजन, जिप सदस्य बिट्टू सिंह समेत अन्य ने आरती की। समाजशास्त्री डा. विनय चौधरी ने "सबके राम" कार्यक्रम का विषय प्रवेश प्रस्तुत किया।

उन्होंने कहा कि राम की व्यापकता को पहचानना आसान नहीं है। श्रीराम ने जिस मर्यादा और न्याय को स्थापित ...

रामचरित मानस के साथ देवी-देवताओं के प्रतिरूप के साथ उपस्थित अतिथि • जागरण

विहिप ने संतों को अयोध्या चलने के लिए किया आमंत्रित

जासं, सहरसा: अयोध्या में रामलला के प्राण प्रतिष्ठा की तैयारी जोरों पर चल रही है। जिसको लेकर विश्व हिन्दू परिषद के कार्यकर्ता सभी अनुषांगिक संगठनों के साथ मिलकर अयोध्या में पूजित अक्षत तथा पत्रक घर-घर पहुंचा रहे हैं। कार्यक्रम में सम्मिलित होने के लिए संतों, कारसेवकों एवं धर्मार्थ प्राण न्यौछावर करने वाले रामभक्तों को आमंत्रित किया जा रहा है। विहिप कार्यकर्ताओं ने देवव्रत बाबा, महर्षि मेंहीं आश्रम, सिमराहा सहरसा, अरुण दास महाराज, बनगांव पट्टी सहरसा, मुनि जी एवं संत सुरेंद्र दास जी को आमंत्रित किया गया। विश्व हिन्दू परिषद कोसी विभाग के विभाग मंत्री शारदानंद, विहिप सहरसा के कार्याध्यक्ष पंचम सिंह, जिलामंत्री प्रणव मिश्र, जिला सहमंत्री अभिषेक सिंह, जिला कोषाध्यक्ष कुन्दन सिंह एवं अन्य कार्यकर्ता ने इसमें सहयोग किया। विभाग मंत्री ने कहा कि यह आमंत्रण पत्र 492 साल की अपेक्षित दासता से उन्मुक्त होने का प्रमाण है। भारतवर्ष का घर-घर, कण-कण राममय हो गया है। संपूर्ण देश रामानुराग में आनंदित हो रहे हैं। 22 जनवरी को दीपावली की तरह मनाया जाएगा। संत बाबा देवव्रत जी महाराज ने कहा कि मैं बहुत आह्लादित हूं और एक संत के जीवन में इससे बढ़कर कोई आनंद ...

सोमवार को नववर्ष पर जयप्रकाश उद्यान में सेल्फी लेतीं लड़कियां। • हिन्दुस्तान

सोमवार को नव वर्ष पर गायत्री शक्तिपीठ में आयोजित कार्यक्रम में मौजूद लोग।

शक्तिपीठ में नववर्ष पर हुआ कार्यक्रम

सहरसा। गायत्री शक्तिपीठ में नववर्ष धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर हजारों श्रद्धालु एवं परिजन शक्तिपीठ में उपस्थित थे। डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा ईसाई संवत को आज नववर्ष कहते है। इस मंगलमय वेला में सूर्य का ध्यान करें। सूर्य हीं जगत की आत्मा है। श्रृष्टि का निर्माण सूर्य की हीं उर्जा से हुआ है। इस अवसर पर वाल संस्कार शाला के वच्चों द्वारा रंगारंग कार्यक्रम हुआ। मौके पर प्रो.प्रोफेसर गौतम सहित अन्य थे।

शिरोधारा

सभी प्राचीन आयुर्वेदिक ग्रंथों में शिरस या सिर के महत्व पर बार-बार जोर दिया गया है। वृक्ष-शरीर उपमा का जब गहन अर्थों में विश्लेषण किया जाता है तो शिरस के महत्व का पता चलता है। यह मस्तिष्क और इंद्रियों को होस्ट और धारण करता है, और इसे प्राण (महत्वपूर्ण शक्ति) का स्थान भी माना जाता है। कई महत्वपूर्ण मर्म बिंदु (महत्वपूर्ण स्थान) सिर पर मौजूद होते हैं। योग के अनुसार, सहस्रार चक्र और अजना चक्र, ऊर्जा के 7 काल्पनिक पहियों में से दो, खोपड़ी के केंद्र में स्थित हैं। ये सभी शिरस को उत्तमांग या श्रेष्ठ शरीर का अंग बनाते हैं। इसके अलावा, सिर, विशेष रूप से माथे क्षेत्र में सबसे अधिक तंत्रिका अंत होते हैं, और औषधीय तरल का टपकना उन्हें उत्तेजित कर सकता है। जैसे सिर किसी व्यक्ति को संपूर्ण रूप से प्रभावित करता है, सिर पर किए गए उपचार का प्रभाव पूरे शरीर और दिमाग पर पड़ता है। यहीं पर शिरोधारा जैसे उपचार, विशेष रूप से सिर के लिए, सामने आते हैं।

शिरोधारा के लाभ: -

- अनिद्रा से राहत दिलाता है।
- नींद के चक्र को नियंत्रित करता है।
- तनाव और चिंता को कम करता है।
- बालों और त्वचा के स्वास्थ्य में सुधार करता है।
- ध्यान और एकाग्रता बढ़ाता है।
- सिरदर्द से राहत मिलती है।
- अवसाद, मनोभ्रंश आदि जैसी मनोवैज्ञानिक समस्याओं का प्रबंधन करता है।
- दृष्टि और नेत्र स्वास्थ्य को बढ़ाता है।
- परिसंचरण में सुधार और उच्च रक्तचाप का प्रबंधन करता है।
- शरीर और मन दोनों को आराम देता है।

माह जनवरी में इन गणमान्य अतिथियों ने पाँच दिवसीय प्राकृतिक चिकित्सा एवं रूद्राभिषेक, यज्ञ एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा (गान, ज्ञान, ध्यान) में भाग लिया –

- डॉ सुनिल झा (कार्डियक इलेक्ट्रिक फिजियोलॉजिस्ट), अमेरिका- व्यक्तिव परिष्कार सत्र, रुद्राभिषेक एवं यज्ञ के लिए
- श्री मति तनुजा ठाकुर झा, अमेरिका- व्यक्तिव परिष्कार सत्र, रुद्राभिषेक एवं यज्ञ के लिए
- भव्या झा (WORK IN ENERGY FINANCE), अमेरिका- व्यक्तिव परिष्कार सत्र, रुद्राभिषेक एवं यज्ञ के लिए
- श्री नीरज ठाकुर (रिटायर्ड डीजीएम, ONGC) मधुबनी- व्यक्तिव परिष्कार सत्र, रुद्राभिषेक एवं यज्ञ के लिए

आगामी कार्यक्रम

- **14 फरवरी वसंत पंचमी पर्व पूजन एवं अखण्ड जप**
- **18 फरवरी सराही में गायत्री महायज्ञ हेतु भूमि पूजन**

भाव पथ

राम ने सजाया दरबार, युग परिवर्तन होने लगा
धरा ने ली अंगडाई, स्वर्गावतरण होने लगा ।
राम लोकहृदय-सम्राट बने, हृदय प्रमुदित होने लगा
राम के आने से, रामराज्य साकार होने लगा ।।
जय श्रीराम के नारों से, धरा-आकाश गुँजित होने लगा
सदियों की तपस्या को, अर्थ देखो मिलने लगा ।
भगवान और इन्सान का, संबंध मजबूत होने लगा
अनास्था को धूल-धुसरित कर, आस्था का सूर्य चमकने लगा ।।
सनातन सत्य का पुनः, परचम अब लहराने लगा
आत्मा और परमात्मा का, गठजोड मधुर, दिखने लगा ।
देव संस्कृति के विस्तार का, सिलसिला आरम्भ होने लगा
प्रत्यक्ष पर परोक्ष अब, फिर से भारी पडने लगा ।।
भावनाओं की गंगा पुनः, राम पथ पर मचलने लगी
मीठे जल से भाव पथ को, पुनः सिंचित करने लगी ।
राम आए, राम आए, यह सोच वह थिरकने लगी
भक्ति, ज्ञान और कर्म की, त्रिवेणी पुनः बहने लगी ।।
हर साँसों का राम से, व्यापार पुनः होने लगा
हर रोमों को पुलकने का, आधार पुनः मिलने लगा ।
हर धडकनों में राम का, प्यार पुनः पलने लगा
राम जगे संसार हेतु, यह विश्वास फिर जमने लगा ।।
हृदय से हृदय के, तार फिर जुडने लगे
'वसुधैव कुटुम्बकम्' का, दृश्य पुनः दिखने लगा ।
राम में परब्रह्म परमेश्वर नजर आने लगे
अयोध्या नगरी क्या झूमी, हमारे मन-प्राण झूमने लगे ।।

....

– डॉ. लीना सिन्हा

परिचय

सृष्टिस्थितिविनाशानां शक्ति भूते सनातनि।
गुणाश्रये गुणमये नारायणि नमोऽस्तुते।।

गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा

अखिल विश्व गायत्री परिवार का दर्शन है- मनुष्य में देवत्व का जागरण और धरती पर स्वर्ग का अवतरण। यह पूरे युग को बदलने के अपने सपने को पूरा करने के लिए बड़ी संख्या में आध्यात्मिक और सामाजिक गतिविधियों को अंजाम देता है। इन गतिविधियों का मुख्य फोकस विचार परिवर्तन आंदोलन है, जो सभी प्राणियों में धार्मिक सोच विकसित कर रहा है। अखिल विश्व गायत्री परिवार के गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में सहरसा और आसपास के क्षेत्रों में स्थित गायत्री परिवार के सदस्य शामिल हैं। गायत्री शक्तिपीठ ट्रस्ट, सहरसा स्थानीय निकाय है जो सहरसा और उसके आसपास कई आध्यात्मिक और सामाजिक क्षेत्रों से संबंधित अनेकों उल्लेखनीय गतिविधियों, जैसे- यज्ञ, संस्कार, बाल संस्कारशाला, पर्यावरण संरक्षण, स्वावलंबन प्रशिक्षण, योग प्रशिक्षण, कम्प्यूटर शिक्षण, ह्यूमन लायब्रेरी, भारतीय संस्कृति प्रसार, स्वास्थ्य संवर्धन, जीवन प्रबंधन, समय प्रबंधन आदि वर्कशॉप का आयोजन करता है। गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के सदस्य व्यवसायी, आईटी पेशेवर, वैज्ञानिक, इंजीनियर, शिक्षक, डॉक्टर आदि हैं, जो सभी युगऋषि पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य द्वारा निर्धारित आध्यात्मिक सिद्धांतों के प्रति उनकी भक्ति और प्रेम से बंधे हैं, जिन्हें परमपूज्य गुरुदेव के रूप में स्मरण किया जाता है।

स्वेच्छा सहयोग यानि अपना अनुदान इस Account No. पर भेज सकते हैं

Account No. – 11024100553 IFSC code – SBIN0003602

पत्राचार	:	गायत्री शक्तिपीठ, प्रतापनगर, सहरसा, बिहार (852201)
संपर्क सूत्र	:	06478-228787, 9470454241
Email	:	gspsaharsa@gmail.com
Website	:	https://gsps.co.in/
Social Connect	:	https://www.youtube.com/@GAYATRISHAKTIPEETHSAHARSA
		https://www.facebook.com/gayatrishaktipeeth.saharsa.39
		https://www.instagram.com/gsp_saharsa/?hl=en
		https://www.kooapp.com/profile/gayatri7AJ0S6
		https://twitter.com/gsp_saharsa?lang=en
		https://www.linkedin.com/in/gayatri-shaktipeeth-saharsa-21a5671aa/