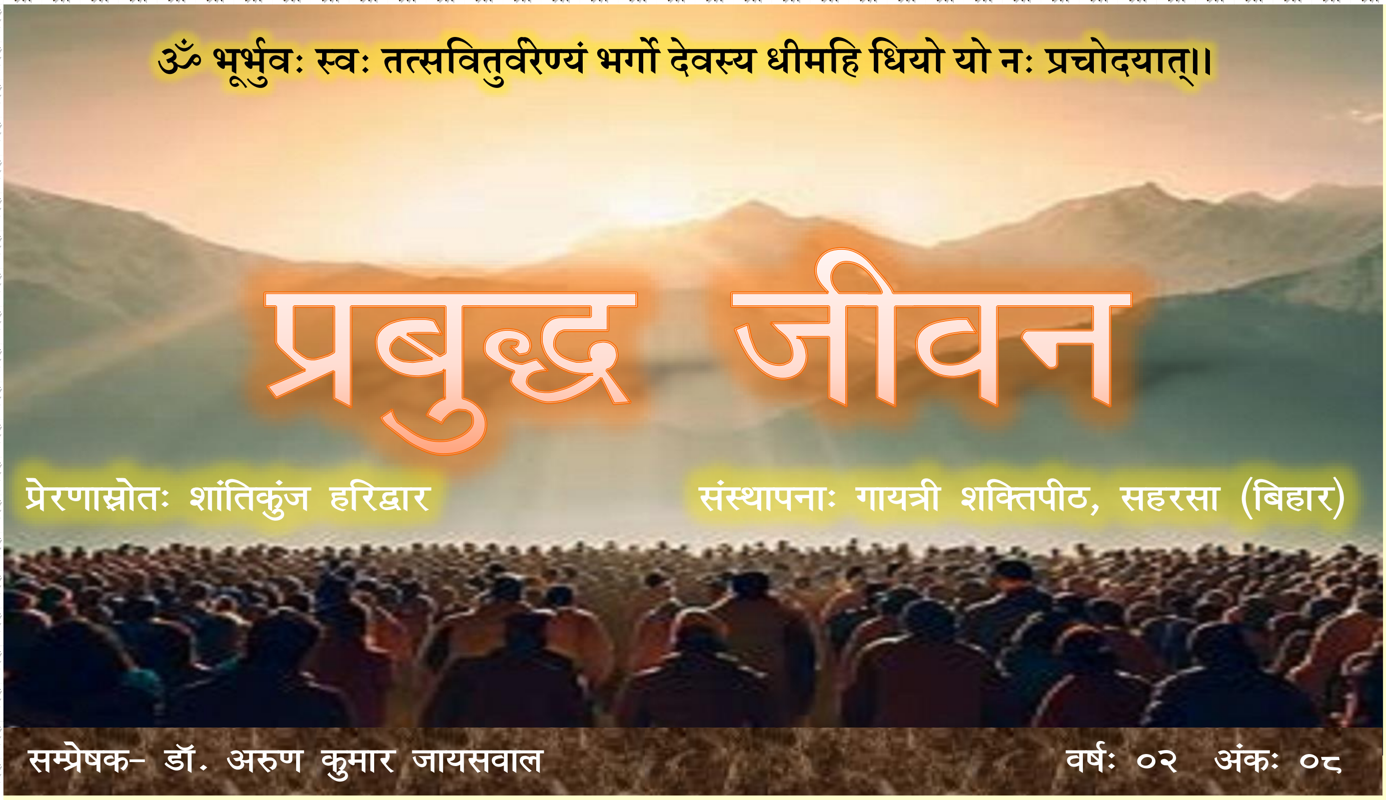



# 'बिना धन के धनवान बनें'

आप आश्चर्य करेंगे कि क्या बिना पैसे के भी कोई धनवान हो सकता है? लेकिन सत्य समझिए इस संसार में ऐसे अनेक मनुष्य हैं जिनकी जेब में एक पैसा नहीं है या जिनकी जेब ही नहीं है, फिर भी वे धनवान हैं और इतने बड़े धनवान कि उनकी बराबरी दूसरा कोई नहीं कर सकता। जिसका शरीर स्वस्थ है, हृदय उदार है और मन पवित्र है, यथार्थ में वही बड़ा धनवान है। स्वस्थ शरीर चाँदी से कीमती है, उदार हृदय सोने से मूल्यवान है और पवित्र मन की कीमती रत्नों से भी अधिक है। लार्ड कालिंगवुड कहते थे- 'दूसरों को धन के ऊपर मरने दो, मैं तो बिना पैसे का अमीर हूँ क्योंकि मैं जो कमाता हूँ नेकी से कमाता हूँ।' सिसरो ने कहा है- 'मेरे पास थोड़े से ईमानदारी के साथ कमाये हुए पैसे हैं, परन्तु वे मुझे करोड़पतियों से भी अधिक आनन्द देते हैं।' माननीय गोखले जी से एक बार एक सम्पन्न व्यक्ति ने पूछा कि आप इतने बड़े राजनीतिज्ञ होते हुए भी गरीबी का जीवन क्यों व्यतीत करते हैं? उन्होंने उत्तर दिया- 'मेरे लिए यही बहुत है। पैसा जोड़कर जीवन जैसी महत्वपूर्ण वस्तु का आधा भाग नष्ट करने में मुझे कुछ भी बुद्धिमत्ता प्रतीत नहीं होती।' फ्रेंकलिन से एक बार उनका एक धनी मित्र यह पूछने गया कि- 'मैं अपना धन कहाँ रखूँ?' उन्होंने उत्तर दिया कि- 'तुम अपनी थैलियों को अपने सिर के अन्दर उलट लो, अर्थात् उनके बदले ज्ञानवृद्धि कर लो तो फिर कोई भी उस धन को चुरा न सकेगा।' बड़ा धनवान होने का यही रहस्य है।

# हृदय से हृदय तक

मधुमय वसंत पुनः इस वर्ष अपने संपूर्ण उल्लास के साथ फिर से हमारे घर-आंगन, जीवन और हृदयों में दैवीय अनुदानों और प्रेरणाओं का प्राण प्रवाह लाया है। वसन्त के आगमन से शीतकालीन जड़ता समाप्त हो जाती है। प्रकृति के रंग में प्रकृतिस्थ होकर मानव भी उल्लसित हो उठता है। मनुष्य के अन्दर का यह उल्लास समाज में आह्लादमय उत्सव के रूप में प्रकट होता है। इस पुण्य पर्व पर माता सरस्वती के पूजन का विधान होता है। ब्रह्मवैवर्त पुराण के अनुसार वसन्त के अग्रदूत भगवान श्रीकृष्ण ने सर्वप्रथम सरस्वती पूजन कर विधान किया था। इसके अनुसार- 'आदौ सरस्वती पूजा श्रीकृष्णेन् विनिर्मितः, यत्प्रसादान्मुनि श्रेष्ठो मूर्खो भवति पण्डितः।' श्रीमद्भागवत ने भी श्रीकृष्ण के सरस्वती पूजन की बात को स्वीकारा है। कहते हैं कि तभी से भारतवर्ष में वसन्त पंचमी के दिन सरस्वती पूजन का क्रम चल पड़ा।

देवी सरस्वती, सरिता एवं कला की वाग्देवी के रूप में सांस्कृतिक आस्था का चिरकाल से सम्बल रही हैं। सरस्वती एक ओर जहाँ विलुप्त नदी के रूप में जन संस्कृति का प्रतीक है तो दूसरी ओर देश की भूमियों में व्याप्त भारत की सांस्कृतिक चेतना का विकास है। सरस्वती पूजन कला व संस्कृति के रूप में सदियों से जनमानस की आध्यात्मिक जिज्ञासा की प्यास बुझाती रही है। यह अनेकता में एकता समेटे हुए चिर प्रेरणास्रोत होकर विवेकशील जीवन का आदर्श भी बनी रही है। असंख्य साहित्यकारों, रचनाकारों ने देवी सरस्वती की साकार प्रतिमा को सत्यं शिवं सुन्दरम् भाव से भरा है।

ऋग्वेद में सरस्वती को पवित्रता, शुद्धता, समृद्धता और शक्ति की देवी माना गया है। शिवपुराण, वायुपुराण, ब्रह्मवैवर्त पुराणों में सरस्वती को अनेक विद्याओं की, कलाओं की अधिष्ठात्री देवी माना गया है। दुर्गा सप्तशती के तृतीय चरित्र में महासरस्वती के दिव्य चरित्र का विशद् विवरण प्रस्तुत किया गया है। इस ग्रन्थ के अनुसार महासरस्वती माँ दुर्गा का एक रूप है। सरस्वती सतोगुण का उत्कर्ष है। महाभारत में इस प्रकार कहा है- 'दिव्या आपस्तधौषयः श्रद्धा मेधा सरस्वती, अर्थो धर्मश्च कामश्च विद्युतश्चैव पाण्डवः।' देवी सरस्वती का नाम सतरूपा भी है जिसके पर्याय वाणी, वाग्देवता, भारती, शारदा, नागेश्वरी इत्यादि हैं। इन्हें शुक्लवर्णा, श्वेत वस्त्रधारिणी, वीणावादिनी तथा श्वेतपद्मासना के नाम से भी जाना जाता है। पुराणों के अनुसार वाल्मीकि, बृहस्पति और भृगु को क्रमशः नारायण, मरीचि तथा ब्रह्मा ने सरस्वती मंत्र प्रदान किया था। महाभारत में भी व्यासजी ने आराध्या सरस्वती को इस तरह स्मरण किया है- 'नारायणं नमस्कृत्यं नरं चैव नरोत्तमं। देवी सरस्वती व्यासं तनो जयमुदीरयते।।'

इस तरह देवी सरस्वती का स्वरूप भारतीय संस्कृति में बड़े ही प्रखरता और दिव्यता से अंकित हुआ है। माता सरस्वती की साधना एवं उपासना वसन्त के उल्लास के साथ-साथ त्याग, तप और आनन्द का परिचायक है। माता सरस्वती की उपासना से हम सभी के हृदयों में भी वासंती उल्लास के साथ दैवीय चेतना और श्रेष्ठ भावों का आविर्भाव हो। आप सभी को वसंत पंचमी और महाशिवरात्रि की बहुत बहुत शुभकामनाऐं।

अरुण कुमार जायसवाल

# आस्तिकता या नास्तिकताः विश्वमंगल का सूत्र क्या

आस्तिकता अनुभव है तो नास्तिकता अनुमान मात्र है । अनुमान सत्य हो भी सकता है नहीं भी परन्तु अनुभव शत प्रतिशत सत्य होता है । नास्तिकता से आस्तिकता की यात्रा कुछ ऐसी ही कही जा सकती है जैसे कि वर्षों से बंद कमरे में अंधेरा ही अंधेरा हो, कुछ पता ही नहीं चल रहा हो कि कौन सी चीज कहाँ रखी है परन्तु अचानक स्विच बोर्ड पर हाथ चला जाए और कोई ट्यूब लाईट जल जाए तो हमें सबकुछ स्पष्ट दिखने लगेगा और हम वर्णन कर पाएंगे कि कौन सी चीज कहाँ रखी है ? उस कमरे में क्या-क्या है ? उन्हें देखने के बाद फिर लाईट भले ऑफ हो जाए पर हम उन वस्तुओं की उपस्थिति से इन्कार नहीं कर सकते क्योंकि हमें बोध हो गया है कि अमुक वस्तु अमुक जगह पर रखी हुई है । तो जबतक हमने नहीं देखा तबतक हम नास्ति अर्थात् 'नहीं' की अवस्था में थे और जब देख लिए तो हम अस्ति अर्थात् 'है' की अवस्था में आ गये । तो जबतक हमें ईश्वरानुभूति नहीं हुई, न ही हम किसी के कहने से उन्हें मान रहे तबतक हम नास्तिक हैं और जैसे ही हम ईश्वर के मार्ग की ओर चल पडे या ईश्वरानुभूति होने लगी वैसे ही नास्तिक से आस्तिक बन गए । जैसे - महर्षि अरविन्द घोष पहले नास्तिक थे परन्तु जब उन्हें जेल में भगवान कृष्ण के दर्शन हुए तो वे नास्तिक से आस्तिक बन गए और परम धन्यता से संपृक्त होकर आत्मकल्याण और लोककल्याण की ओर अग्रसर हो गए ।

अगर देखा जाए तो हर मनुष्य आनन्द का प्यासा बनकर ही इस जगत् में आता है पर विडम्बना यही है कि वह विभिन्न धर्मों की मान्यता के अनुसार जन्म से ही आस्तिक नास्तिक के चक्रव्यूह में फँस जाता है, जहाँ नास्तिकता के कौरवों की विशाल सेना उसपर टूट पड.ती है और वह पुनः आवागमन चक्र पर हस्ताक्षर करके अत्यन्त कष्ट में यहाँ से जाता है । कहने को तो लोग बडे गर्व से कहते हैं कि मैं नास्तिक हूँ, भगवान कुछ होते नहीं, वे हमारी कल्पना मात्र हैं तो फिर आनन्दकन्द को जो कल्पना मानकर खुश होता रहता है वह कल्पना में ही खुश होता रहे क्या फर्क पड.ता है । पर प्रश्न उठता है कि वह मकान और संतान को भी कल्पना मानकर क्यों नहीं खुश हो लेता है ? क्यों उसकी चाहत में वह दिन-रात एक करता है ? और जब उसकी यह कल्पना साकार होती है तभी तो वह खुश हो पाता है । फिर ईश्वर की कल्पना उसके अन्तःकरण में आकार लिए बिना उसे खुशी कैसे प्रदान कर सकती है ? यह सोचनेवाली बात है । जिस तरह वह मकान और संतान के लिए अथक परिश्रम करता है उसी तरह तो ईश्वर को पाने के लिए भी उसे आत्मिक और मानसिक श्रम करना होगा । पर बिना श्रम किए यह कह देना कि भगवान सिर्फ कल्पना है यह सिर्फ बचकानी जिद है और कुछ नहीं । और उनकी यह जिद उनका ही बेडा गर्क करेगी, उन्हें सच्ची खुशी नहीं दे पाएगी । मनुष्य को यह सोचना होगा कि उसकी कोई भी सांसारिक खुशी आज है कल नहीं परन्तु किसी आस्तिक की परमात्म विषयक खुशी तो आज भी है कल भी रहेगी ।

वस्तुतः नास्तिकता अनगढ मन है तो आस्तिकता सुघढ मन है । नास्तिकता खान से निकाला गया कोयला है तो आस्तिकता उस कोयले से ही निकला हीरा है । नास्तिकता में आस्तिकता छुपी है बस उसे तराशना आवश्यक है । अब उसे हम तरोशेंगे कैसे ? इसके लिए हमें अध्यात्म की आवश्यकता है । वेदादि शास्त्रों की आवश्यकता है । चूँकि अन्य धर्मों के ग्रन्थों में नास्तिकता की ही विशेष चर्चा है तो हमें नास्तिकता से आस्तिकता की यात्रा के विषय में बतानेवाले सनातन धर्म में वर्णित तथ्यों के अनुसार यात्रा करनी होगी और आस्तिकता के सूत्रों को पकड.ना होगा । इसके लिए प्रखर प्रज्ञा और सजल श्रद्धा की आवश्यकता है अगर इसे मन-प्राण में बसा लिया जाए तो वह दिन दूर नहीं जब हर जन में, हर मन में आस्तिकता की खेती होगी और आस्तिकता का यह तूफानी प्रवाह ईश्वर के उस साम्राज्य को पुनः स्थापित करेगा जिसकी पुकार हर भक्त हृदय में अश्रुपूरित गंगा की निर्मल धारा की तरह बह रहा है । जबतक मानव हृदय में ईश्वर का सिंहासन नहीं होगा तबतक वह नास्तिकता को ओढे एक जीता-जागता असुर ही कहलाता रहेगा और एक असुर से विश्व के मंगल की आशा कैसे की जा सकती है ? विश्वमंगल का एकमात्र सूत्र है आस्तिकता, ईश्वर की आस्था, ईश्वर पर दृढ विश्वास । जहाँ यह है वहीं हर मनुष्य में देवत्व का उदय है और जहाँ देवत्व का सूर्योदय है वहाँ मंगल ही मंगल क्यों नहीं होगा ? तो हम सभी स्वयं में देवत्व के उदय का शंखनाद करें और विश्व के मंगल पथ पर अपने मंगल मन के मंगल पुष्प आस्तितकता के रूप में बिछा दें । फिर तो सर्वत्र मंगल ही मंगल सुनिश्चित है ।

– डॉ. लीना सिन्हा

# सुधा बिन्दु

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

- आत्महत्या यानि अस्थाई समस्याओं के सामने स्थाई रूप से घुटने टेक देना।
- जीवन में अपने होने का मकसद तलाशें ।अपने उद्देश्य को जानना यानि अपनी ताकत को जानना ।
- जो हम बदल नहीं सकते हैं उसे स्वीकार करें, इसकी जगह जो बदल सकते हैं उस दिशा में काम करें । कई चीजे नियंत्रण से बाहर होती हैं पर इस बीच जो चीज हमारे नियंत्रण में है उस पर फोकस रखें।
- डर मन की निराशा को और घना कर देता है,दुनिया में अपने असुरक्षित होने का एहसास उत्पन्न कराता है । ऐसे समय में, ऐसे पलों में दुख को ऐसे लोगों के बीच रखें जिनपर विश्वास करते हैं । ऐसे कार्यों में खुद को लगायें जो तन-मन और आत्मिक तीनों स्तर पर सुकून दे ।
- खुद को प्यार करना जीवन में सबसे महत्वपूर्ण है।
- निराशा के पलों में ध्यान बंटाने के लिए किन्हीं पांच ऐसी चीजों के बारे में सोचें जो आपके जीवन में खुशियां लाती है।
- वक्त और व्यक्ति हमेशा बदलते रहते हैं । हमें भी वक्त के मुताबिक ढल जाना चाहिए और इस जमाने को भी अपना जमाना बना लेना चाहिए।
- परिस्थिति कैसी भी क्यों न हो आनंदमग्न और खुश रहने के लिए प्रतिबद्ध रहें । हमारी खुशियों और दुखों का बड़ा हिस्सा हमारी सोच पर निर्भर करता है न कि हमारी परिस्थितियों पर ।
- जिंदगी में मुस्कुराहट और उदासी लाने में सोच की सबसे अहम भूमिका होती है।
- बढ़ती उम्र में होने वाली अधिकतर बीमारियां बुढ़ापे के कारण नहीं, खान-पान में अनियमितता,शारीरिक और मानसिक सक्रियता के काम होने के चलते भी होती है। इस अवस्था में भी आराम के लिए थकान होना जरूरी है। थकान के बिना आराम का कोई मतलब नहीं है, इसलिए शारीरिक श्रम जरूरी है। आलतू-फ़ालतू सोच हावी नहीं होगा और अच्छी नींद आएगी।
- एक बात हमेशा याद रखनी चाहिए कि शरीर बूढ़ा होता है मन नहीं ।जैसा मन ,वैसा तन। अगर हम बूढ़ा न होने की ठान लें,तो अंत तक सक्रिय व सक्षम बने रह सकते हैं।
- चिंता कई शारीरिक और मानसिक बीमारियों का कारण है । कई बार सबकुछ होने के बावजूद और अधिक पाने की चिंता में उलझ जाते हैं ।इस स्थिति से बचें।
- आज की जीवन शैली का सबसे ज्यादा दबाव जिस इंद्रियों पर पड़ता है वह है आंख । TV, फिल्म, इंटरनेट, मनोरंजन और कामकाज की पूरी दुनिया बाहर है। अनवरत रूप से नजरें गड़ाने से आंखों और मस्तिष्क में अतिशय तनाव पैदा होता है ।निरंतर बाहर देखने से मन एक अजीब सी बेचैनी अनुभव करता है ।क्योंकि व्यक्ति का खुद से संबंध टूट जाता है।
- स्वामी विवेकानंद कहते थे- कष्ट-कठिनाइयां और सुख सुविधा, दोनों ही अध्यात्म में बाधा नहीं है ,पर कब ? जब उनकी दिशा सही हो ।कष्ट- कठिनाइयां भी ईश्वरोन्मुख हों और सुख -सुविधा भी ईश्वरोन्मुख हो । कष्ट- कठिनाइयों में दिमाग नहीं लगाना चाहिए,चेतना ईश्वरोन्मुख होनी चाहिए, सिर्फ यही सोचना चाहिए कि कष्ट-कठिनाइयों के रास्ते से भगवान हमें पार लगाना चाहता है, सुख सुविधाओं में भी दिमाग नहीं लगाना चाहिए, उसमें भटकना नहीं चाहिए, उस समय भी यही सोचना चाहिए कि इसी रास्ते से भगवान हमें पार लगाना चाहता है।
- यह जीवन सहज मरणोन्मुख है ।जब से हमने जन्म लिया है हमने इसे मरणोन्मुख बना रखा है । हर व्यक्ति मृत्यु की ओर अग्रसर है। क्योंकि यह प्रकृति का विधान है कि जीवन मरणोन्मुख है । इस प्रकृति प्रदत्त मरणोन्मुख जीवन को ईश्वरोन्मुख बना लेना ही अध्यात्म और जीवन की सफलता है। जब आपके चित्त,

चिंतन और चेतना का प्रवाह पूरी तरह से ईश्वरोन्मुख हो जाए तो मृत्यु भी अमृत तत्व का स्वाद देती है,मृत्यु में भी अमृत का स्वाद मिलता है।

- गांधी जी चाहते थे कि देश के नागरिक ग्रामीण स्तर पर स्वावलंबी बने, नौकरी के बल पर नहीं। स्वावलंबन और स्वरोजगार के बल पर बने।
- शिक्षा तो अंग्रेजों ने भी चलाई, अंग्रेजों ने अपने स्वार्थ हित के लिए शिक्षा का स्वरूप बनाया। गांधी जी की बुनियादी शिक्षा का मतलब देश के परंपरागत और सांस्कृतिक ढांचे के अनुसार शिक्षा पद्धति का विकास हो।
- अंत्योदय' पुस्तक में गांधी जी ने लिखा था कि जो कुछ भी बुनियादी सहुलियतें हैं,जैसे रोजगार है,शिक्षा है, बिजली है,पानी है,साफ हवा,साफ पानी ये ज़रूरतें देश के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचनी चाहिए । जैसे रक्त वाहिनी नाड़ियाँ पैर से लेकर सिर तक खून पहुंचाती हैं, उसी तरह से होनी चाहिए।
- क्रांतियां इस बात के लिए नहीं होती हैं कि हमें भविष्य का निर्माण कैसे करना है अपितु वर्तमान को कैसे हटाना है इस बात के लिए क्रांतियां होती हैं। फिर हिंसा,तोड़फोड़ उसमें शुरू हो जाता है और किसी भी हिंसा और तोड़फोड़ से आप कुशल प्रशासन नहीं कर सकते हैं।
- किसी भी समाज में परिवर्तन की शुरुआत राजनीति से नहीं होती, संस्कृति से होती है ।राजनीति से शासन बदलता है समाज नहीं।
- जब कोई विचार होता है तो उसके क्रियान्वयन की पद्धति होती है।जैसे - पार्वती जी ने अपने मैल से गणेश जी का पुतला बनाया,पुतला तब तक था जब तक उसमें उन्होंने प्राण नहीं फूंका। अकेला विचार निष्प्राण, निष्क्रिय होता है जब तक उसके क्रियान्वयन की पद्धति को सक्रिय नहीं किया जाए। क्रियान्वयन की पद्धति ही तो प्राण है।
- प्रभावित करना और प्रेरित करना, दोनों एकदम अलग बात है ।क्योंकि प्रेरित तो आदमी आचरण से होता है बातों से नहीं होता है।

# जिज्ञासा

**प्रश्नः-जीवन में बुद्धिमान बने रहने से कष्ट ही कष्ट मिलता है और मूर्ख बने रहने से जीवन सुचारू रूप से चल नहीं पाता तथा समभाव दुनिया रहने नहीं देती ,तो ऐसी परिस्थिति में क्या करना चाहिए? जीवन कैसे जिया जाए? क्या झूठ,प्रपंच और षड्यंत्र का सहारा लेना चाहिए? किंतु यह तो एक पाप है? कृपया मार्गदर्शन करें।**

उत्तर: - बड़ा समझदार सवाल है। बुद्धिमान बनों तो मुश्किल है, मूर्ख बनो तो भी मुश्किल है। बुद्धिमानी और मूर्खता को मिला दो, बुद्धिमानी और मूर्खता का कॉकटेल बना लो और समझदार बन जाओ। जहाँ बुद्धिमान होना है वहाँ बुद्धिमान बन जाओ, जहाँ मूर्ख बनना है वहाँ मूर्ख हो जाओ। यही समझदारी है। समभाव दुनिया नहीं रहने देती तो समझदार बन जाओ। यही मार्ग है। हर जगह बुद्धिमानी शोभा नहीं देती और हर जगह मूर्खता अच्छी नहीं होती। इसलिए बुद्धिमानी और मुर्खता का सम्मिश्रण है विवेक, समझदारी। यानि दिल और दिमाग का ठीक-ठीक योग है, ठीक-ठीक रसायन है विवेक। जिंदगी समझदारी से चलती है, बुद्धिमानी से भी नहीं और मूर्खता से भी नहीं। चतुराई चालाकी से भी नहीं और बुद्धि पर ताला लगा देने से भी नहीं। कब कहाँ किसका उपयोग करना है, ये स्वविवेक तो होना ही चाहिए। इसलिए बुद्ध का जो एक शब्द है सम्यक, बहुत महत्वपूर्ण शब्द है। सम्यक दृष्टि, सम्यक वाचा, हर जगह बड़बड़ करते जाओ, ऐसा नहीं करना है, जहाँ बोलना है वहाँ बोलो, जहाँ चुप रहना है वहाँ चुप रहो। ये है सम्यक वाचा। जिसे देखना हो देखो जिसे नहीं देखना हो नहीं देखो, ये है सम्यक दृष्टि। जो सम्यक शब्द है उसी का हिंदी शब्द है समझदारी। तो समझदारी से जीवन जीना चाहिए। ना बुद्धिमानी काम आती है न मूर्खता काम आती है, समझदारी काम आती है। समझदारी पाप नहीं है। विवेक वो दीया है जो ज़िंदगी के घनघोर अंधेरे में मार्ग दिखा देता है, वह बुझता नहीं है।

आपने लिखा है कि समभाव दुनिया रहने नहीं देती, तो हम पूछते है की आपका सम भाव इतना कमजोर क्यों है? दरअसल बाहर की दुनिया कमजोर नहीं करती अंदर की दुनिया कमजोर करती है। ये दुनिया कहीं दूसरी जगह नहीं है ये हमारे मन में है। संसार और सांसारिकता यह हमारे मन में बसती है। बस समझ है तो समभाव विकसित होगा। समभाव का एक स्वरूप है कि हम आत्मभाव में रहें, जैसे आपकी आत्मा वैसे दूसरे की आत्मा, ना कोई ऊंचा न कोई नीचा, ना कोई गरीब ना कोई अमीर। आत्मा में कौन गरीब है कौन अमीर है? सब एक जैसे हैं। लेकिन इस भाव के साथ जीयेंगे तब भी जो आपको व्यवहार करना होगा वो सबके साथ अलग-अलग होगा, जो व्यवहार 2 साल की लड़की के साथ करोगे, वो 25 साल की लड़की के साथ नहीं कर सकते। भाव मे सम हैं, व्यवहार में सम नहीं रहेंगे। ये सम्भाव का दूसरा स्वरूप है। भगवत गीता में भी भगवान कहते हैं-विद्वान, गाय, हाथी, कुत्ता और चांडाल, ज्ञानीजन सब में समान भाव रखें, समदृष्टि रखें, लेकिन उन्होंने व्यवहार के लिए नहीं कहा है, भाव के लिए कहा है। समदृष्टि के लिए कहा है समव्यवहार के लिए नहीं कहा है। दृष्टि में व्यक्ति समझता है कि विद्वान और चंडाल में कोई भेद नहीं है। सम भाव तो हो सकता है पर इसमें सामान व्यवहार कैसे संभव होगा? व्यवहार में एक नहीं हो सकता है। इन सभी के व्यक्तित्व में विषमता है। सोने का हार है और सोने की अंगूठी है, लेकिन अंगूठी को तो गले में नहीं पहन सकते और हार को ऊँगली में नहीं पहन सकते, लेकिन सोने का दोनों आभूषण बराबर के भाव ही बिकेगा। भाव के दृष्टि से अलग नहीं है लेकिन व्यवहार की दृष्टि से अलग है। अंगूठी खो जाए तो भी उतनी ही चिंता होगी और हार खो जाए तो भी उतनी ही चिंता होगी, क्योंकि आपको मालूम है कि सब सोना है। आपको मालूम है कि गाय और कुत्ता, विद्वान और चांडाल सभी में वही जीवात्मा है। दरअसल आत्मभाव ही समभाव है। भगवतगीता में ही भगवान कहते हैं- समत्वं योग उच्चयते, हर स्थिति में समभाव रहना ही योग है। सुख-दुख, लाभ हानि, जय-पराजय, मान-अपमान सभी स्थिति में सामान रहना ही योग है। यहाँ किस सन्दर्भ में है सम भाव? जो चित्त में आपका प्रारब्ध भरा हुआ है, वो उफन-उफन कर आएगा। जो भी हमारे अंतःकरण में गंदगी है, वो उभरकर तो आएगी ही। उसको धैर्यपूर्वक बिना किसी दुख,द्वेष के सहन करना ही सहन करना सम भाव है, दुख,द्वेष इसलिए लिए कहा कि कष्ट हो तो दुखी न हो, किसी के माध्यम से कष्ट आया तो द्वेष न पालें। ऐसा कोई जीवन नहीं है जो हानि और लाभ के बिना न हो, सम्मान और अपमान के बिना

न हो, सभी स्थिति में समान भाव से रहें। समझदारी के साथ उन परिस्थितियों में स्थिर रहना है। इन परिस्थितियों में स्थिरता और अविचलन ही समभाव है। संसार में वही होगा जो आपके प्रारब्ध में है, वैसी परिस्थिति निर्मित होगी ही, होना ही होना है। अगर हमारे कर्मों ने दुख की फसल बो दी है और फसल लहलहा रही है, अब इस फसल को हमें काटना भी पड़ेगा और इससे बाहर भी होना पड़ेगा। समझदारी से इसे काट लें। हमारी नासमझी ने ही हमारे सामने ही दुख के बीज बोए हैं। जब बोए हैं तो वो उग गए हैं, लहलहा भी रहे हैं। बस यही सोचना है कि भगवान जो करेगा सो होगा, बस यही समझदारी है। हम नाम,रूप को स्थायी मानते हैं यही विषमता होती है, बड़ा आदमी है तो उसके सामने गिड़गिड़ाते हैं, या गरीब है तो उस पर करुणा कर रहे हैं, ये भाव भी नहीं रहना चाहिए। समभाव में कब अभाव होता है? जब कर्म और कर्ता का भाव होता है। समभाव रहने से जो अभाव होता है आदमी का, वह कर्म और कर्ता का अभाव होता है। समभाव होने से बांधने वाले कर्म नहीं होते हैं, राग-द्वेष नहीं होता है।

**प्रश्नः-अगर किसी व्यक्ति का मनोबल टूट कर बिखर जाता है, उसे चारों ओर अंधकार दिखाई पड़ता है तब उसे एक ही रास्ता दिखाई पड़ता है परमात्मा का,गुरुदेव का। जब वो इंसान परमात्मा के सहारे उबरता है तो उसे एक नया जीवन मिलता है। लेकिन आश्चर्य की बात यह है उसे नया जीवन मिलने के बाद व्यक्ति वैसे ही लोगों के स्वार्थ भावनाओं के पीछे पुनः बहता चला जाता है, इसके कारण व्यक्ति बार-बार टूटता रहता है। तो मेरा प्रश्न है-वह व्यक्ति अपने आपको कंट्रोल में कैसे रखे? व्यक्ति इंसान की पहचान कैसे करे और किसी के भावनाओं को पहचानें कैसे कि वह झूठी है या सच्ची है?**

उत्तर: - बात एक ही है- सारी गड़बड़ियां होती है हमारी नासमझी से। सामने की परिस्थिति को हम समझते नहीं है। ज़िंदगी की सबसे बड़ी नेमत है समझना। दरअसल हमारी संरचना अहंकार के इर्दगिर्द गुँथी हुई भी है और बंधी हुई भी है। दोनो है । जब हमारे जीवन का केंद्र आत्मा होती है, तो फिर ये सब झंझट नहीं होता है। इसलिए रमण महर्षि 100 सवालों का एक ही जवाब देते हैं पहले यह तलाश करो कि तुम हो कौन? जितनी-जितनी गहराई से हम अपने को समझते जाते हैं, उतनी-उतनी झंझट से दूर होते जाते हैं। साइकोलॉजी में कहते हैं- इन्ट्रोस्पेक्शन इज बेस्ट टूल, मतलब आप जब अपने को जान गए तो आप दूसरों को भी जान सकते हैं। जितना-जितना आप अपने को समझेंगे उतना-उतना आप दूसरों को समझेंगे। तो पहले आप अपने को समझिये। अपने को समझने के प्रोसेस में एक अंतर्दृष्टि विकसित होगी। उससे आप सहज भाव से दूसरे को पहचानेंगे। अगर आप अपने को नहीं पहचानेंगे तो दूसरे को नहीं पहचानेंगे। हमारा जीवन ईगो सेंट्रिक है, गॉड सेंट्रिक नहीं है। जीवन के केंद्र में अहंकार है, जीवन के केंद्र में भगवान नहीं है। अहंकार की जगह भगवान को केंद्र बनाएँ, इसके लिए पहले भगवान पर यकीन हो कि भगवान हमारी चेतना का आधार है, जीवन का आधार है। तब बात बनेगी।

दूसरी बात है हम भटकते हैं निंदा और प्रशंसा में, कोई आदमी हमारा यशोगान किया, चापलूसी किया, वो आदमी हमको भला लगता है। कोई आदमी खरी-खरी सुनाया तो वो आदमी बुरा लगता है। जबकि प्रशंसा और निंदा का कोई औचित्य और कोई अस्तित्व नहीं है। इस बात को हमें भलीभाँति समझना ही चाहिए। तो पहला काम आप अपने को समझने की शुरुआत करें, दूसरा काम, अहंकार की जगह आत्मा को केंद्र बनाएँ और तीसरा काम अपने आप हो जाएगा कि आप दूसरे को समझ लें।

जहाँ तक अपने को कंट्रोल करने की बात है, तो पहली बात यह सोचे कि हम कंट्रोल में क्यों नहीं रहते? दरअसल हमारे राग द्वेष हमें अनकंट्रोल करते हैं। निन्दा और प्रशंसा हमें अनकंट्रोल करती है। अगर कोई कहे कि आप तो भगवान हैं, इसका कोई अर्थ है क्या? जब हम ही अपने को नहीं जानते कि हम क्या हैं, तो आप कैसे जान जाएंगे कि हम क्या हैं। उसी तरह से है निंदा, हम तो बहुत खराब आदमी हैं, उनको कैसे पता है? उनको क्या मालूम है? तो निंदा जिस तरह बेईमानी है उसी तरह प्रशंसा भी बेईमानी है। प्रशंसा के प्रति हमारा राग होता है और निंदा के प्रति द्वेष होता है। इसी वजह से हम अनकंट्रोल होते हैं।तो व्यक्ति की पहचान आप तभी कर सकते हैं जब आप अपनी पहचान कर लेते हैं। झूठी प्रशंसा,चापलूसी, सही प्रशंसा, वास्तविक रूप से सम्मान का फर्क हमें भली-भांति समझ में आना चाहिए।

**प्रश्नः-नमस्ते कहना उचित है या नहीं? हाथ मिलाना सही है या नहीं?**

उत्तर: - हाँ उचित है। नमस्ते और हाथ मिलाना दोनों सही है। प्रणाम करना, पैर छूना, गले मिलना ये भी सही है। नमस्ते का मतलब है- संस्कृत में सः तौ ते मतलब एक वचन, द्वि वचन, बहु वचन, सा: मतलब वह, तौ मतलब वे, मतलब हम दोनों तो है ही, हम तीनो मतलब सभी। हम दो ही खड़े हैं, तीन कौन खड़े हैं वहाँ पर, जिसके लिए बहुवचन कहा जा रहा है, नमः ते। तीसरा हमारे अंदर भगवान है परमात्मा है, दूसरा जो सामने खड़ा है उसके अंदर भी परमात्मा है और परमात्मा अदृश्य में भी है, कण कण में भी है और जगत में भी है। तो परमेश्वर जहाँ-जहाँ बहुवचनों में उपस्थित हैं, हम उनको नमन करते हैं। नमः ते यानि नमन करते हैं, नमस्ते यानि नमन करना। नमस्कार का भी लगभग-लगभग वही अर्थ है। साकार को नमन करते हैं। प्रणाम शब्द प्रणिपात से बना है, मतलब झुकना, प्रणम्य सिर झुकाकर। सिर झुकाकर,हाथ जोड़कर या पैर छूकर प्रणाम होता है। नमस्ते हाथ जोड़कर होता है। हाथ मिलाना यानि शुभकामना का स्वीकरण है। गले मिलना, हृदय से प्रेम को अभिव्यक्त करना, हृदय से हृदय को मिलाना। मतलब जितनी भी बातें है ये भावों का आदान-प्रदान है और सब सही है।

**प्रश्न:- गायत्री शक्तिपीठ का एक वाक्य है कि जीवन को उत्कृष्ट बनाना हो तो 24 घंटे में एक घंटा जरूर ऐसा सेवा कार्य करें जिससे कोई प्रत्यक्ष लाभ न मिलता हो और ध्यान रखें वहाँ धन्यवाद के लिए भी ना रुकें। दिनांक 27 दिसंबर शुक्रवार को नया बाजार पटेल मैदान के आसपास के क्षेत्र में रात्रि 10:00 बजे युवा मंडल के द्वारा जरूरत मंदों के बीच कंबल वितरण किया गया, जिसका फोटो, उस वाक्य के बैकग्राउंड में दिया गया। तो एक अच्छे व्यक्ति ने कमेंट किया-लेकिन फोटो खिंचवाने के लिए रुक गए। संदेश और छवि में काफी अंतर है । अब इस पर किसी ने कहा कि आप इसे अच्छे से समझा दें।**

उत्तर: - हालांकि हमने उस महानुभाव को उसी समय लिखकर वस्तुस्थिति समझा दिया। हमने लिखा-लेकिन चैरिटेबल ट्रस्ट में आपको इनकम टैक्स में प्रमाण के साथ सेवा कार्य का खर्चा दिखाना पड़ता है। नहीं तो फिर आप प्रमाणिक नहीं माने जाएंगे। खर्च फोटो रसीद के साथ जमा करना पड़ता है इसलिए सभी को कहा गया है फोटो अखबार की कटिंग पक्का रसीद चाहिए, ये दर्शाने के लिए क्या आप पारदर्शी और ईमानदार हैं। हमने ये भी लिखा है ये कलयुग का कमाल है। हमने कल भी व्हाट्सएप ग्रुप पर लिखा था- इस तरह की प्रतिक्रिया भी आती है फिर हमें स्पष्ट करना पड़ता है। वैसे जवाब देना जरूरी नहीं है क्योंकि लोगों के सोचने समझने का जो तल है वो तो वही रहेगा, कलयुग है ना। लबनी में दूध भी ले जाओ तो ताड़ी ही लगेगा।

अब आपने कहा समझाने के लिए तो इसकी चर्चा कर रहे हैं- आज सचमुच इस कलयुग में जीभ पर ज्ञान है पर आचरण में नहीं है, इसलिए इस तरह का कमेंट आता है। इसका बुरा नहीं मानना चाहिए, कुछ दिनों पहले हमने कहा था आध्यात्मिक हुए बिना समाज सेवा नहीं की जा सकती है। क्योंकि समाज सेवा में आपको पुरस्कार मिलेंगे और तिरस्कार भी मिलेंगे, आप सुखी हो जाएंगे या दुखी हो जाएंगे। आध्यात्मिक रहेंगे तो इन बातों से आपको फर्क नहीं पड़ेगा। संसार में भिन्न-भिन्न दृष्टिकोण के लोग हैं, ईमानदारी का मतलब है कि जो आप कर रहे हैं उसमें आपकी आत्मा गवाही दे, आपको सोचना है कि आप जो कार्य कर रहे हैं, क्यों कर रहे हैं, इसके पीछे मोटिव क्या है, नीयत क्या है? आपको विचार करना है, दुनिया को विचार नहीं करना है। दुनिया के पास बहुत तरीका है आपकी गलती निकालने के लिए। गलती सुधारने की सामर्थ्य नहीं है या सुधरी हुई चीजों को करने की सामर्थ्य नहीं है। हाँ गलती निकालने की सामर्थ्य तो जरूर है। अगर किसी को पता चल जाए कि हमें गलती निकालनी है, तो दिन भर में आप जितना काम नहीं करेंगे उससे करोड़ गुणा ज्यादा आपकी गलती निकाल देंगे। हमारे मित्र एक पत्रिका में लेख लिखते थे, कोई महीना ऐसा नहीं जाता था, जब उनको यह नहीं बताया गया हो कि कितना गलत लिखा करते हैं। अच्छे कमेंट भी आते थे, वो नहीं बताया जाता था। अब उनका लेख कम हो गया है, तो पीछे लेखों को लोग याद करते हैं और तारीफ करते नहीं थकते। तो यही दुनिया है।

**प्रश्न:-गायत्री साधना बहुत कठिन है, इसे कैसे साधा जाए अपने जीवन में?**

उत्तर: - साधना न तो आसान होती है न कठिन होती है। चीजें हमारे रुचि के अनुकूल और प्रतिकूल होती है। रुचि के अनुकूल तो आसान, रूचि के प्रतिकूल तो कठिन। बहुत बिरले आदमी होते हैं जिनके लिए साधना स्वाभाविक होती है। जन्म-जन्मांतर की हमारी आदतें, रुचियाँ, प्रवृत्तियाँ और सांसारिक दृष्टि, सांसारिकता का दृष्टिकोण, हमारी साधना

को कठिन बनाते हैं। हमारा जो जीवन का स्वाभाविक क्रम है वो साधना के उलट है। सच्चाई ये है कि गायत्री हमारे जीवन में रची-बसी हुई है, हम पहचान नहीं पाते । सूरज है तो धरती है, अगर सूर्य नहीं है तो धरती भी नहीं रह पाएगी। अगर 10 दिन किसी कारण से सूर्य का प्रकाश धरती के किसी क्षेत्र पर न आए, तो हाल बेहाल हो जाता है, हम विकल हो जाते हैं। सच यही है। पहले हमें ये मालूम होना चाहिए और भली-भांति समझ में भी आनी चाहिए कि धरती का सूर्य से क्या संबंध है? सच यह है कि धरती पर जो कुछ भी है वो सूरज के प्रकाश, ऊष्मा, ऊर्जा के कारण है और हमारा शरीर भी सूर्य के तत्वों से बना हुआ है। हर चीज़ के तीन रूप होते हैं- भौतिक, दैविक और आध्यात्मिक। हम भौतिक रूप से तो जुड़े हुए दिखते हैं और महसूस भी करते हैं। पर दैविक और आध्यात्मिक रूप से हम सूर्य से विमुख हैं, सन्मुख नहीं हैं। हमारे जीवन में विसंगतियो का कारण भी यही है कि हम विमुख हैं। जो प्राचीन भारत की संस्कृति है जिसे हमारे पूर्वज ऋषि मुनियों ने जान लिया था कि अगर हमे और संपन्न होना है, समृद्ध होना है, सशक्त होना है, तो हमें सूर्य की ओर उन्मुख होना चाहिए। क्योंकि उपनिषद् भी कहता है जो ये सूरज है वही मैं हूँ, ये बातें हमें भली-भाँति जान लेनी चाहिए। तो सूर्य के साथ हमें अपने रिश्तेदारी भली-भांति पहचान लेनी चाहिए। जब हम यह पहचान लेंगे तो गायत्री के जो 24 बीजाक्षर हैं, ये हमारे ही शरीर में हैं और ये गायत्री के तत्व के, चेतना के रिसीविंग सेंटर हैं, ग्रहण करने के केंद्र हैं। अगर हम गायत्री और सूरज का अपनी जिंदगी से रिश्तेदारी पहचान लेंगे तो साधना आसान हो जाएगी। फिर तालमेल बैठता चला जाएगा। गायत्री का मतलब है मानव चेतना का, जीवन चेतना का, सूर्य की चेतना के साथ, आध्यात्मिक यानि  आत्मिक चेतना, चैतन्यता की प्रगाढ़ता की विधि। क्योंकि सूर्य जगत की आत्मा है। अगर कोई वेद न पढ़े, उपनिषद् न पढ़े, अरण्यक न पढ़े, ब्राह्मण न पढ़े, सिर्फ गायत्री को समझ ले तो उसके जीवन में ज्ञान के समस्त रहस्य प्रकट हो जाएंगे, चित्त में, चेतना में, चिंतन में। हाँ ये धीरे-धीरे होगा। जैसे-जैसे हम जीवन को समझेंगे, सूर्य के साथ अपने रिश्तों को समझेंगे वैसे-वैसे हमें गायत्री भी समझ में आ जाएगी। गायत्री हमारी जीवनी शक्ति है, गायत्री हमारी प्राण ऊर्जा है, मतलब सूर्य हमारी प्राण ऊर्जा है। गायत्री हमारी जीवन चेतना है। जीवन में संपन्न, समृद्ध, सशक्त होना चाहते हैं तो सूर्य से रिश्ता बिठा लें। सूर्य से रिश्ता बिठाने का नाम ही गायत्री है। ये सारी बातें समझ में आ जाएंगी तो साधना आसान हो जाएगी, नहीं समझ में आएगी तो कठिन लगेगा। कठिन नहीं है बल्कि ये है कि हमें समझ नहीं है।

**प्रश्नः- बिना स्नान किए गायत्री मंत्र नहीं किया जा सकता है। इतनी सुबह जब भी स्नान करता हूँ, तो बीमार पड़ जाता हूँ। इस वजह से गायत्री मंत्र सुबह में नहीं कर पाता हूँ, कोई सरल,सुलभ मार्ग दिखाएं। जिससे जीवन गायत्रीमय हो जाए, जीवन का कोई सार्थक अर्थ निकल जाए।**

उत्तर: - प्रश्न ये नहीं है कि स्नान कर पाते हो या नहीं कर पाते हो, क्या थोड़ी बहुत साफ सफाई, हाथ मुँह धोकर, मंजन कर आप चाहें तो गायत्री मंत्र का जप कर सकते हैं। लेकिन स्नान महत्वपूर्ण इसलिए है कि हमारे यहाँ दिन की शुरुआत ही स्नान से होती है। वैसे मानसिक जप करने के लिए नियम नहीं है, लेकिन जब आसन पर बैठेंगे, तो नियम है। ठंड के दिनों में आप देर से स्नान करिए, वैसे भी गायत्री की त्रिकाल संध्या प्रचलित है-प्रातःकाल,दोपहर,सायंकाल। विधिवत जप करते हैं तो नहा धो कर करिये और मानसिक जप कभी भी किसी अवस्था में किया जा सकता है।

जीवन गायत्रीमय हो जाए या नहीं हो जाए ये अभी आप के लिए सिर्फ एक विचार है। गायत्रीमय हो जाए, इसके लिए तो प्रयास करना होगा। जीवन का गायत्रीमय होने का मतलब है, सूर्य के साथ आपका संबंध स्थापित हो जाय, रिश्ता प्रगाढ़ होता जाय, आपकी चेतना सूर्य की चेतना से एकाकार होती चली जाय।

हम लोगों के समय बायोलोजी में नौवीं कक्षा से मेंढक का डिसेक्शन पढ़ाया जाता था। मेंढक को नौंवी कक्षा और दसवीं कक्षा में भी काटते थे, खोलकर सभी अंग अवयवों लंग्स, हार्ट, बोन इत्यादि को देखते थे। इंटरमीडिएट आया तब भी मेंढक पढ़ाया जाता था, तब मेंढक के सर्कुलेटरी सिस्टम को देखते थे। बीएससी आया तब भी मेंढक पढ़ाया जाता था, तब मेंढक का नर्वस सिस्टम देखते थे। एमएससी आया तब भी मेंढक पढ़ाया जाता था, तब मेंढक का क्रेनियल नर्व देखते थे, दिमाग की नसें देखते थे। बात ये है की नौ वीं क्लास में भी मेंढक, दसवी क्लास में भी मेंढक, 11,12 में भी मेंढक, बीएससी में भी मेंढक, एमएससी में भी मेंढक। मेढक में लगभग-लगभग वो सारे अंग-अवयव होते हैं जो इंसान में होते हैं। उसी तरह गायत्री, प्राइमरी कक्षा की भी गायत्री है, मिडिल कक्षा की भी गायत्री है, सीनियर

कक्षा के भी गायत्री है और पीएचडी की भी गायत्री है। समझने की बात है। जैसे बच्चे को गायत्री मंत्र बोलना सिखाया और सूर्य भगवान को लाल चंदन डालकर अर्घ्य देना सिखाया। सूर्य भगवान को प्रणाम करना सिखाया जाता है । शुरुआत में हम अपनी चेतना को सूर्योमुखी बनाते हैं। धरती पर जो ऊर्जा है, ऊष्मा है, प्रकाश है, पक्षियों की चहचहाहट है, फूलों की मुस्कुराहट है, उसका खिलना है, पेड़-पौधे,वृक्ष-बनस्पति हैं, ये सब सूर्य के कारण है। धीरे-धीरे आगे हम जानने लगते हैं, हमारे शरीर में जो प्राण संजीवनी बह रही है, प्राणशक्ति बह रही है वह सूर्य की है। हम उसको फील करते हैं,अनुभव करते हैं यानि रिश्ते को बनाते है। ये प्राइमरी गायत्री है। एक माला जप किया सूर्य भगवान को प्रणाम किया, हो गयी गायत्री। जब हम इसकी गहराई में जाते हैं, आंतरिक रहस्य को जानने लगते हैं, सूर्य केवल बाहर ही उजाला ही नहीं देता है, सूर्य हमारी जीवन चेतना में भी उजाला कर सकता है। तो गायत्री ज्यादा बड़ी हो गयी। फिर हम जो गायत्री के बीजाक्षर को देखते हैं, तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि,ये दर्शन है, ये फिलॉसफी है। हमारी +2 की गायत्री हो गयी। जब हम ये जान लेते हैं कि हमारे शरीर के जो प्राण ऊर्जा के केंद्र हैं , ये सूर्य के केंद्र से जुड़ें हुए है तो ये बीएससी की गायत्री हो गई। जब हम ये जान लेते हैं कि गायत्री से ही पिंड बना है और ब्रह्मांड बना है, पिंड और ब्रह्मांड की एकता के साथ हमने गायत्री की एकता को महसूस कर लिया, तो ये एमएससी के गायत्री हो गई। तो बात यह है कि विचार के तल पर नहीं, अनुभूति के तल पर यह घटित होता है तो जीवन गायत्रीमय हो जाता है। आपने किताब में क्या पढ़ा यह महत्वपूर्ण नहीं है, जो आप परसीब करते हो, आपका पर्सेप्शन बनता है, जिसकी आप अनुभूति करते हो, वो महत्वपूर्ण है। गायत्री चेतना, जब आप सूर्य के तत्वों की अनुभूति करते हैं, और अंत में आप जब वहाँ पहुँचते हैं, जहाँ उपनिषद का ऋषि पहुंचा था, तो बात बदल जाती है। गायत्री मंत्र करते करते मान लीजिए आपने ब्रह्मांडीय एकता सिद्ध कर ली, तो आपमें दुनिया को बदलने की सामर्थ हो सकती है। हमारा जो सर्वोच्च ज्ञान है वह ज्ञान है वेद का ज्ञान, उपनिषद् का ज्ञान। इन सारे ज्ञान के सूत्र गायत्री में गुथे हुए हैं।

ध्यान से समझने की बात है कि गायत्री एक ऐसी चीज़ है, जिसको सम्यक रूप से प्रकट किया जाये, तो भारत भूमि की चेतना और चैतन्यता चरम तक पहुँच सकती है। लेकिन दुर्भाग्य है कि गायत्री का नाश किया गायत्री करने वालों ने, ये जाति के लोग नहीं करेंगे,तो वो जाति लोग नहीं करेंगे, अपनी श्रेष्ठता का अहंकार स्थापित करने के चक्कर में सबको हीन बना दिया, डूबा दिया। अभी जिस तरह से गायत्री की प्राइमरी कक्षा से पीएचडी की कक्षा की चर्चा हुई, इस तरह से किसी ने बताया क्या? नहीं। आज हम गायत्री का प्रचार तो करते हैं लेकिन खुद भी गायत्री नहीं करते हैं। अगर खुद ठीक से करते तो जीवन भी सुधर जाता न।

स्वामी विवेकानंद भी गायत्री मंत्र के बारे में कहते थे कि ये ब्रह्मविद्या का मंत्र है, बड़ा गुढ मंत्र है। अगर एक माला भी गायत्री मंत्र समझकर करता है, महसूस कर जप करता है, तो अन्य 1000 मंत्र भी उस 108 जप के सामने कम है। महर्षि अरविंद का भी गायत्री के बारे में यही कहना था कि गायत्री मंत्र में असाधारण शक्ति है। असाधारण शक्ति इसलिए है कि गायत्री सूर्य की ऐसी चेतना है जिससे हमारा शरीर बना है, हमारा शरीर, हमारे अंदर की प्राणचेतना, हमारे जीवन की प्रकृति गायत्री से विनिर्मित है। तो सहज ही गायत्री के तेज को, ऊर्जा को स्वीकार करने में समर्थ है। अन्य देवी-देवताओं की तरह भगवान सूर्य स्वर्ग में नहीं, धरती के नज़दीक अंतरिक्ष में विद्यमान हैं। सूर्य की चेतना धरती को प्रभावित करती है, तो गायत्री सर्वसामान्य लोगों के लिए बहुत ही सरल,सुलभ और सहज है, लेकिन कोई समझे,माने तब न। ये बताइए ऐसी कौन सी सोच है, समझ है जो आप बिना प्रकाश के कर लेंगे? आंखो की रौशनी चली जाती है तो क्या होता है? कल्पना कीजिये, सोचकर देखिए, जिंदगी से प्रकाश चला जाता है, सर्वत्र अंधेरा ही अंधेरा दिखता है। ज़िंदगी से प्राण चली जाये, उर्जा चली जाए, प्रकाश चला जाए तो जिंदगी क्या रहेगी? मृत और जीवित की परिभाषा क्या है? प्राण है तो जीवित, प्राण नहीं है तो मृत। सूर्य हमारे जीवन का प्राण है। गायत्री जीवन का नेत्र चक्षु है। गायत्री जीवन चेतना का केंद्र है। पर अभी इसको समझने में वक्त लगेगा। आज गायत्री और भारत माता एक तरह से कैद है। धरती और गायत्री के बीच में अवरोध आया है, उसे दूर करना होगा।

**प्रश्न:-आपने बताया कि हमारी चेतना कहीं सांसारिकता में उलझ जाती है, हम कैसे जानें कि क्यों और कहाँ हमारी चेतना उलझी है? और अगर पता चलता है कि कहीं उलझी है तो फिर आगे निवारण का उपाय क्या है?**

उत्तरः - मन को देखो, समझ जाओगे। ये निर्धारण बुद्धि से नहीं हो सकता है। आप सांसारिकता में उलझे हैं या नहीं उलझे हैं, ये तर्क से संभव नहीं है, ये बौद्धिकता से नहीं हो सकता है। कोई आदमी कहता है कि हम तो कर्म अनासक्त भाव से करते हैं। अब उसमें अनासक्ति है या नहीं यह तो वही आदमी बताएगा या तो परमात्मा बताएगा। ध्यान रखें जब आप स्थिर बैठते हैं, स्थिर बैठने पर आपके मन को अस्थिर करने वाली क्या कोई चीजें उभरती है, परिस्थिति में या मनोस्थिति में? कोई ऐसी परिस्थिति बनती है जो आपको उठा दे? अगर आती है तो वो सांसारिकता है। संसार और सांसारिकता मनुष्य के चित्त में होते हैं, मन:स्थिति में होते हैं, परिस्थिति में नहीं। मनःस्थिति में अगर संसार बसता है, तो आप जंगल में हो, घर में हो, गेरुआ पहने हो, सफेद पहने हो, कोई फर्क नहीं पड़ता। कबीर कहते हैं न- मन न रंगाए, रंगाए जोगी कपड़ा। दाढ़ी बढ़ईले, होईले जोगी बकरा। मन रंगा कि नहीं रंगा, मन नहीं रंगा तो सब बेकार है, दाढ़ी बढ़ाने वाला बकरा है, इसलिए पहले मन को रंगों। मन जब भगवान के प्रेम में रंग गया, तो फिर कोई गड़बड़ भी गड़बड़ नहीं है। कटहल को काटने से पहले हाथ में तेल लगा लें, तो कटहल चिप-,चिप नहीं करेगा, नहीं चिपकेगा। तेल नहीं लगा है तो चिपकेगा। आप सोते हैं तो आपको क्या दिखता है? मन को पहचान लें, तो सब हो जाएगा। बस एक ही बात है ईश्वर के चरणों में जितना अनुराग होगा, संसार उतना छूटता चला जाएगा। बंगाल में कहावत है- काशी की ओर जितना चलो कलकत्ता उतना छूट जाता है। भगवान के प्रेम में जितना रमते जाओगे उतना संसार छूटता जाएगा। नहीं रमोगे तो नहीं छूटेगा। प्रारब्ध जो है वह परिस्थितियों का निर्माण करता है तथा भक्ति और ज्ञान मनःस्थिति का निर्माण करता है। परिस्थितियां तो वही रहेंगी, जो प्रारब्ध में है, प्रारब्ध में प्रशंसा लिखी है तो प्रशंसा मिलेंगी, निंदा है तो निंदा मिलेगी। लेकिन निंदा और प्रशंसा आपको स्पर्श कर पाएगी कि नहीं? अगर ज्ञान और भक्ति है तो नहीं कर पाएगी। कैसे जानें? तो निरीक्षण करें कि आपके मन को कौन प्रभावित करता है, जब तक आपके मन को प्रभावित करने वाली शक्ति है, तब तक आप संसार और सांसारिकता में हैं। अगर मन आपका अप्रभावित है तो आप संसार और सांसारिकता में नहीं हैं। कैसे जानें? आपको गाली दे खड़े होकर के,तो आप विचलित होते हैं क्या? नहीं होते हो तो नहीं हो संसार में और प्रशंसा करते हैं तो तुम्हारे होठों पर मुस्कुराहट आती है क्या? खुशी लगती है क्या? नहीं आती है तो नहीं उलझे हो। चेतना कहाँ उलझी है? पांच प्रशंसकों में और चार निंदकों में उलझी है, या राग में उलझी है या तो द्वेष में उलझी है। निवारण का उपाय है भगवत्प्रेम। मन डाँवाडोल नहीं होना चाहिए। मन की स्थिरता ही आसान है, वही आसन सिद्धि है, बैठ गए तो बैठ गए।

**प्रश्नः-आश्रम कितने प्रकार के होते हैं? क्या चार आश्रम और चार पुरुषार्थ एक ही हैं?**

उत्तरः - ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ और सन्यास, ये चार आश्रम हैं। धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष ये चार पुरुषार्थ हैं। ब्रह्मचर्य में रह करके धर्म का अभ्यास करें, गृहस्थ में रहकर के अर्थ और काम का अभ्यास करें, वानप्रस्थ में रहकर अर्थ और काम से निवृत्ति का अभ्यास करें और संन्यास में रह कर मोक्ष में प्रतिष्ठित हो जाएँ। पर आज तो सभी गृहस्थाश्रम ही है। गीता में भगवान कहते है न, चातुर्वर्ण्यम मया सृष्टम, गुण कर्म विभागशः। चार वर्ण अपने गुण कर्म विभाग के अनुसार हैं। ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य और शुद्र। पर अब एक ही वर्ण बचा है, एक ही जाति बची है वह है वैश्य। तिवारी जी की भी वही जाति है, राठौड़ जी की भी वही जाति है, गुप्ता जी की भी वही जाति है, शर्मा जी की भी वही जाति है। क्योंकि सभी पैसा कमाने में जुटे है। जिसके आँखों में धन बसता है वह वैश्य है, आज वही बेस्ट है, पर हम कहते हैं कि वह वेस्ट है, लेकिन हमारी बातों को तो कोई मानेगा नहीं। हाँ वो बेस्ट कब है? जब वैश्य अनासक्ति पूर्वक धन कमाता है। जीवन का प्रवाह बना रहे, यानि धन का प्रवाह बना रहे, तो धन एक जगह संग्रहित न हो, समान रूप से सभी को वितरित हो। कहते हैं न निधन हो गया यानि जीवन चला गया। धन को जीवन का पर्याय माना गया है। उसी तरह से एक ही आश्रम अब बचा है, वह है गृहस्थ आश्रम। 8 साल का लड़का भी गृहस्थाश्रमी है, उसकी बातें सुनें, आठवीं दसवीं में पढ़ने वाला लड़का गर्लफ्रेंड बनाता है, आठवीं दसवीं में पढ़ने वाली लड़की बॉयफ्रेंड बनाती है, और 80 साल का व्यक्ति 30 साल की लड़की से विवाह करता है। तो कितना आश्रम बचा? एक आश्रम बचा, वह है गृहस्थाश्रम। महात्माजी सबकी भी अलग कहानी है, वो भी गृहस्थाश्रम ही है। पैसा जोड़ते घटाते हैं, उनके अपने प्रिय, अप्रिय हैं। तो अब गृहस्थाश्रम और वैश्य वर्ण ही बचे हैं। अब कहीं ब्राह्मण, क्षत्रिय, शुद्र नहीं दिखता। पहले शिक्षक और चिकित्सक ब्राह्मण होते थे, अब शिक्षा और चिकित्सा उद्योग बन गया है। बस पैसा कमाओ पैसा कमाओ, यही आज के इंसान का लक्ष्य हो गया है। अब कोई आश्रम नहीं है, 8 साल का लड़का से लेकर के 80 साल के बूढ़े तक, सभी

गृहस्थाश्रमी है। अभी एक ही पुरुषार्थ बचा है काम। कामना पूर्ति के लिए पुरुषार्थ बचा है। न धर्म है, न अर्थ है, न मोक्ष है, बस काम है। हर आदमी के अंदर कामनाएं कीड़ों की तरह कुलबुला रही है। मन है गंदी नाली जैसा, ये दिल मांगे मोर, थोड़ा है थोड़े की जरूरत है। ज़िंदगी भर मोर की तरह नाचता रहता है, फिर पैर को देख करके मोर की तरह डिप्रेशन में जाता है, अवसाद में जीवन को ले जाता है। जिसके पास बहुत है उसे लगता है कि थोड़ा है। सड़क पर खड़ा भिखारी जितना असंतुष्ट है, उतना ही अंबानी और अडानी असंतुष्ट है। उसको भी उतनी ही परेशानी है जितना भिखारी को परेशानी है। हाँ अगर धन मशीन होने के बावजूद अंदर से करुणा भाव, सेवा भाव है तो बात अलग है।

**प्रश्नः-आपने स्वामी विवेकानंद की जयंती पर कहा- सूक्ष्मदर्शी लोग उनकी समीक्षा करते हुए कहते हैं कि अगर बेलूर मठ नहीं बनता तो भारत को खंडित स्वतंत्रता नहीं मिलती, पूर्ण स्वतंत्रता मिलती और आज स्थिति अलग होती। इसको ज़रा अच्छे से समझा दें।**

उत्तरः - बिलकुल, पर सूक्ष्म दृष्टि होगी तभी अच्छे से समझ पाएंगे। अगर आप टेबुल- लैम्प जलाते हैं, उसी बल्ब को आप कमरे में लगा लें, रोशनी कम हो जाएगी, फिर उसी बल्ब को आप टेबल लैंप में लगा दें, रोशनी बढ़ जाती है। यानि जब आपकी ऊर्जा एकाग्र होगी, अपने लक्ष्य के लिए, फोकस होगी, तो ऊर्जा लक्ष्य का भेदन करेगी। और उर्जा जब बिखरेगी, मठ में बिखरेगी मंदिर में बिखरेगी, शरीर में बिखरेगी, शिष्यों में बिखरेगी, कार्यक्रम में बिखरेगी तब अपने लक्ष्य का भेदन नहीं कर पाएगी। स्वामी विवेकानंद की कुछ ऊर्जा शायद इन सब कार्यों में खर्च हो गई, इसलिए सूक्ष्मदर्शी ऐसी बातें कह रहे हैं। सबकी अपनी-अपनी आसक्तियां हैं, आज वाणी विलास चारों तरफ देखने का मिलता है, अच्छी बातें कोई बोल सकता है, अच्छे काम कोई नहीं करता है। बाबा आम्टे की तरह पीढ़ियों दर पीढ़ी कोढियों की सेवा कोई नहीं करता है। बाबा आम्टे ने किया, उनके पुत्र ने भी किया। ऐसा आज कोई करता नहीं है। भगवद्गीता में भी भगवान ने कहा स्वधर्म को पहचानो, क्या करने आये हो ये जानो। भारत को स्वतन्त्र कराने आये हो तो सिर्फ उसी उद्देश्य के लिए काम करो। श्री अरविंद से पूछा गया कि आपने शादी क्यों कर ली? श्री अरविन्द ने तो साफ-सुथरा स्वीकारा, मुझे पता ही नहीं था कि मुझे क्या करना है? मुझे प्रेम की तलाश थी, बचपन से मुझे कभी प्रेम नहीं मिला, सोचा पत्नी प्रेम करेगी तो मैंने शादी कर ली। बाद में नियति और उसके कार्य मुझे अपनी ओर खींचने लगे तो मैं क्या करूँ? फिर भी मैंने कोशिश की थी कि मृणालनी हमारे साथ रहे, लेकिन सहयोग नहीं बना उसका शरीर छूट गया। उन्होंने खुलकर स्वीकारा।

कोई घटना कब घटती है? पहले प्रारब्ध टूटता है, तब घटना क्रम बदलता है, सूक्ष्म में घटित हो जाता है फिर स्थूल में दृष्टिगोचर होता है। 1962 में चीन के आक्रमण को रोकने के लिए पीतांबरा पीठ, दतिया, मध्यप्रदेश के स्वामी जी ने यज्ञ किया था। वह धूमावती देवी और बगलामुखी देवी का शक्तिपीठ है। जो लोग की दृष्टि सूक्ष्म को पकड़ने की नहीं है, वो तर्क-कुतर्क करेंगे, घी को बेकार जला दिया, इतना धुआं कर दिया यज्ञ करके। उस समय झांसी के वैद्यनाथ कंपनी के मालिक वैद्य रामनारायण वे इस बात को समझते थे, उन्होंने स्वामी जी को कहा-आप कहे तो हम इस पूरी कंपनी को बेच कर जितना धन चाहिए हम दे देंगे यज्ञ करने के लिए। जब पीतांबरा पीठ के महाराज जी ने कहा-इतना ब्राह्मण लगेगा, इतनी सामग्री लगेगी तब इतना बड़ा अनुष्ठान हो पायेगा। धन के रूप में कुछ लाख रुपये चाहिए, उस जमाने में कुछ लाख रुपये, बहुत बड़ी बात होती है तो राम नारायण जी ने उतना धन इकट्ठा किया और दे दिया, फिर महाराज जी ने कहा- ब्राह्मण पक्के वाले चाहिए मतलब पंडित जी नहीं चाहिए सिर्फ, 108 आचार्य निष्ठ ब्राह्मण चाहिए। पूरे देश में ढूँढने पर इस कार्य के लिए 89 ब्राह्मण ही मिल पाए। पूरे भारतवर्ष में 108 ब्राह्मण नहीं मिल पाए उनको, जिसके आचरण में ब्रह्मत्व हो। सोचिए, फिर महाराज जी ने कहा कि कोई बात नहीं इतने से ही करेंगे। उन ब्राह्मणों को कहा कि इस अनुष्ठान साधना के बीच तुम्हें कोई सपना दिखे, कोई अनुभूति होती है तो तुरंत, तत्काल बताओ। एक ब्राह्मण को पहला स्वप्न दिखा कि माता कह रही है जप की संख्या बढ़ाओ, ये संख्या पर्याप्त नहीं है, हवन की आहुतियाँ बढ़ाओ। तो महाराज जी ने ऐसा ही किया। फिर दूसरा स्वप्न महाराज जी को ही आया, साथ ही अन्य ब्राह्मणों को भी आया कि कि माता धूमावती, चीन की सेना को खदेड़ रही है, डंडा मार मार के। तब महाराज जी ने कहा-घोषणा कर दो कि चीन की सेना गई। महाराज जी ने पहले घोषणा की और शाम को रेडियो से खबर आई कि चीनी सेना वापस हो गई। चीन कि सेना तेजपुर असम तक पहुँच गयी थी, नेहरू जी ने मान लिया था की असम हिंदुस्तान के हाथ से गया। लेकिन फिर बिना किसी भारतीय सेना के समर्थ प्रतिरोध के चीनी सेना वापस लौट गयी। यह स्पष्टता है। इन सब

बातों को समझने के लिए परंतु सूक्ष्म दृष्टि चाहिए। अध्यात्म का जो पुरुषार्थ है, उस पुरुषार्थ को समझने के लिए वो दृष्टि चाहिए, नहीं तो ये सब बातें समझ में नहीं आयेगी। बात यही है कि जिसको जितनी समझ है उसको उतनी ही अनुभूति होती है। सूक्षमता का, अध्यात्म के पुरुषार्थ का सामर्थ्य भी चाहिए अनुभव करने की। जो धर्म है, जो कर्मकांड है, उसकी जो ऊर्जा है, जो सूक्ष्म है, उसको समझने के लिए वो तल चाहिए, तभी ये बातें आपको अच्छी तरह से समझ में आएगी।

# जनवरी माह की गतिविधियाँ

दिनांक 01 जनवरी 2025 को गायत्री शक्तिपीठ में लोगों ने हर्षोल्लास से नव वर्ष मनाते हुए मां गायत्री की पूजा अर्चना की। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रजज्वलन के साथ हुआ। इस अवसर पर नववर्ष के संबंध में डाक्टर अरुणकुमार जायसवाल जी ने कहा- नया साल हमेशा नया जोश, नई उमंग एवं नया उत्साह लेकर आता है और नए संकल्पों को लेकर आता है। यहां प्रश्न ये नहीं है कि वह इसाई है, या मुस्लिम है या हिन्दू है। यह भारत की संस्कृति है। हमारे यहां जो भी आया हमने उसको अपनाया। अपने यहाँ, विक्रम संवत से शुरू होता है चैत्र प्रतिपदा से, कहीं शक सम्वत से शुरू होता है, कहीं मकर संक्रांति से शुरू होता है, कहीं बैशाखी पूर्णिमा से शुरू होता है। पूरे देश में कई बार शुरू होता है। पर आज तो शुरुआत नए साल की हो रही है, जिसे ईसाई नववर्ष कहते हैं, अपने देश भारत में जो शुरुआत की आहट मिलती है, हमें वसंत की आहट मिलती है। अंग्रेजों का नया साल होगा और जनवरी से होगा निश्चित रूप से होगा, लेकिन एक बात निश्चितरूपेण होती है। वसंत अपनी आहटें देने लगती है, अपना दस्तक जनवरी से ही देना शुरू कर देता है। यही वजह है कि कई बार वसंत जनवरी में पड़ती है, कभी फरवरी में पड़ती है। तो वातावरण भी हमारे देश का बदलना शुरू हो जाता, जनवरी के कारण नहीं, वसंत के कारण। थोड़े दिनों बाद मकर संक्रांति आएगी, मकर संक्रांति आई कि सर्दी घटनी शउरु हो जाती है। सर्दी सच पूछे तो 15 दिसंबर से 15 जनवरी तक पीक यानी अपने चरम पर रहती है। अपने देश में जो मौसम में परिवर्तन होता है, इसकी आहटें जनवरी के साथ ही शुरू हो जाता है। और हमारे जो दो त्यौहार है, एक मकर संक्रांति और दूसरा वसंत पंचमी, सर्दी के घटने की शुरुआत हो जाती है। ये दोनों त्योहार हमारे लिए बहुत मूल्यवान कार्यक्रम है, उसकी गणना इसी अंग्रेजी वर्ष से करते हैं, ये हमारे मनोमस्तिष्क में रच बस गया है। इस वजह से नया साल मनाते हैं और नया साल मनाने में कोई आपत्ति नहीं है, नया साल मनाएं, 1 जनवरी को मनायें, मकर संक्रांति को मनाएं, चैत्र प्रतिपदा को मनायें, वैशाखी पूर्णिमा से मनाएं, दीपावली से मनायें, इसमें कोई समस्या नहीं है, लेकिन एक बात है, मनाएं अपने तरीके से। केक बनाएँ केक बनाने से कोई मना नहीं करता, पर अंडे का केक क्यों बनाएँ? प्रश्न ये है। हमारा जो रिवाज है, जो संस्कार है, जो संस्कृति है उसे उसी अनुरूप मनाएं। नव वर्ष के इस अवसर पर शक्तिपीठ में बालसंस्कारशाला के बच्चे एवं स्वरांजली के कलाकारों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया । लोगों ने इस अवसर पर लिट्टी, चोखा,ईमरती खाते हुए पिकनिक की तरह आनंद लिया ।

जन्मदिन के अवसर पर आशीर्वाद देते परिजन

नव वर्ष के उपलक्ष्य में नाट्य प्रस्तुति

नए साल के अवसर पर साहित्य स्टॉल पर ज्ञान प्रसाद का वितरण

नववर्ष में यज्ञ करते श्रद्धालु गण

नव वर्ष में (लिट्टी, चोखा, जलेबी )भोजन प्रसाद पाते परिजन

गायत्री गीत माला भाग १२-१३ का विमोचन करते अतिथि गण एवं उसके कुछ दृश्य

नव वर्ष के शुभ अवसर पर विशेष भोजन प्रसाद (लिट्टी, चोखा, जलेबी)का वितरण जरूरत मंद के बीच करता गायत्री परिवार

गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी अरुण जायसवाल का सम्मान करते संतोष दत्ता ,डॉ अरुण कुमार सिंह द्वय,जज प्रजेश कुमार सिंह,गौतम कुमार सिंह,ललन कुमार सिंह आदि

दिनांक 5 जनवरी (रविवार) 2025 गायत्री शक्तिपीठ,सहरसा में जरूरतमंदों को कम्बल वितरण

कंबल मिलने के बाद खुशी का इजहार

दिनांक 12 जनवरी(रविवार) 2025 व्यक्तित्व परिष्कार सत्र एवं स्वामी विवेकानंद जयंती का शुभारम्भ दीप प्रज्वलन के साथ हुआ सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा- स्वामी विवेकानन्द बचपन से ध्यानी थे। उनका ध्यान सहज लग जाता था। उन्होंने कहा था अगर मैं दुबार जन्म लिया तो एकाग्रता का अभ्यास करूंगा। यही बात महर्षि रमण ने कहा था। अगर एकाग्रता ठीक हो तो असुविधाएँ तुम्हें परेशान नहीं करेगी यह यह बहुत गूढ बात है। असुविधाओं पर ध्यान मत दो, ध्यान में मन स्थिर रखो। स्वामी विवेकानन्द कहते थे-कष्ट कठिनाइयों में दिमाग नहीं लगाना चाहिए चेतना ईश्वरोरोन्मुख होनी चाहिए। स्वामी विवेकानन्द में राष्ट्रप्रेम, देशप्रेम, भारत भूमि के प्रति प्रेम, भारत और भारतीय संस्कृति के प्रति सम्पूर्ण समर्पण, ये उनकी नैसर्गिक स्थिति थी। उनकी चेतना में घुला हुआ था स्वामी विवेकानन्द के विचारों के क्रियान्वयन की पद्धति होनी चाहिए तभी उनकी जयन्ती मनाना सार्थक होगा आज के दिन हम स्वामी जी के बताये गये रास्ते पर चलने की कोशिश करें इस अवसर पर ठंड के प्रकोप को देखते हुए अमेरिका के सुप्रिया नारायण एवं डॉ लीना सिन्हा के सहयोग से शक्तिपीठ मे कंबल बाँटे झोंपडी गए।

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के पावन प्रांगण में राष्ट्रीय युवा दिवस कार्यक्रम के आयोजन के अवसर पर जन सभा को संबोधित करते आदरणीय डॉ अरुण कुमार जायसवाल जी

स्वामी विवेकानंद दिवस के अवसर पर गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में उपस्थित युवा एवं युवतियां

**कंबल प्राप्ति के बाद भोजन प्रसाद की प्राप्ति एवम चेहरे पर तृप्ति...**

**आज भी जरूरतमंद के बीच गायत्री परिवार सहरसा**

**विनीत साबू, चेन्नई के जन्म दिवस पर उनके द्वारा तीन सौ टी शर्ट गायत्री शक्ति पीठ,सहरसा के द्वारा झुग्गी झोपड़ी के बच्चों के बीच चलाए जा रहे बाल संस्कार शाला एवम युवा मंडल युवती मंडल के बीच वितरित किया गया । साथ ही विनीत साबू के स्वस्थ, दीर्घायु एवम मंगलमय जीवन की प्रार्थना भगवती माँ गायत्री से की गई।**

**51 कुंडीय गायत्री महायज्ञ, त्रिवेणीगंज, सुपौल में आगाज मंगल कलश शोभा यात्रा से**

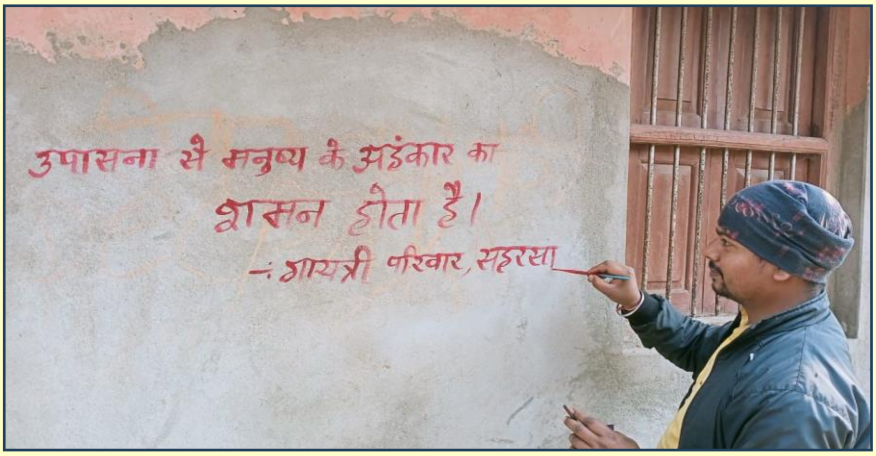
**दिनांक 19 जनवरी (रविवार) को नौहट्टा प्रखंड के केदली पंचायत के रामपुर छतवन गांव में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा द्वारा जरूरतमंदों के बीच कंबल वितरण किया गया। गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के सक्रिय कार्यकर्ता नवल किशोर सिंह जी के नेतृत्व में युवा मंडल के धीरज,रूपेश,चंदन,कार्तिक ,सूर्य प्रकाश,गोविंद,आदित्य द्वारा बांध के भीतर दुर्गम रास्तों से जा कर चचरी पुल पार कर कंबल वितरण किया गया...**

रामपुर छतवन गांव में दुर्गम रस्ते से जाते परिजन

दिनांक 19 जनवरी (रविवार) 2025, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरूण कुमार जायसवाल ने गांधीजी की बुनियादी शिक्षा, स्वरोजगार और गणतंत्र दिवस के संबंध में बताया...

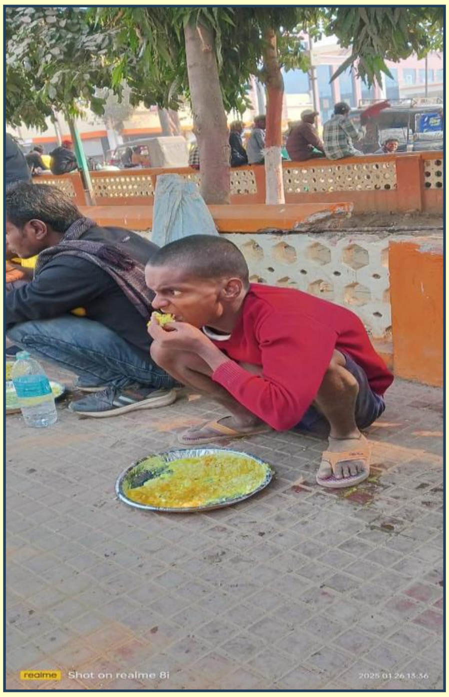
जरूरतमंदों के बीच कंबल वितरण...

**19 जनवरी (रविवार) 2025, को कर्मकांड की कक्षा में युवामंडल एवं युवतीमंडल के सदस्यों को गायत्री शक्तिपीठ,सहरसा का टी शर्ट का ...**




**प्रत्येक महीना के अंतिम (रविवार) की तरह दिनांक 26 जनवरी 2025 रविवार को सहरसा जिला के सिमरी बख्तियारपुर प्रखंड के अंतर्गत सोनपुरा गहरी गांव में अलग-अलग 24 नए घरों में देव स्थापना एवं एक कुंडिय गायत्री यज्ञ संपन्न कराया गया। साथ ही पर्यावरण संतुलन हेतु , प्रत्येक घर में पौधा वितरण किया गया ।गुरुदेव के विचारों का अखंड ज्योति पत्रिका एवं दीवाल लेखन के माध्यम से जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास किया गया। जिसमें गायत्री परिवार सहरसा के युवा मंडल , युवती मंडल, महिला मंडल एवं प्रज्ञा मंडल के सक्रिय कार्यकर्ताओं ने अहम भूमिका निभाई।19 जनवरी (रविवार) 2025, को कर्मकांड की कक्षा में युवामंडल एवं युवतीमंडल के सदस्यों को गायत्री शक्तिपीठ,सहरसा का टी शर्ट दिया गया...**

गायत्री शक्ति पीठ में गणतंत्र दिवस...





प्रत्येक दिन की तरह आज भी निसहाय, लाचार और जरूरतमंदों के बीच पुनः देव परिवार गायत्री परिवार सहरसा

# दैनिक समाचार पत्रो में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा की छपी खबरें

## संस्कार और संस्कृति की करें रक्षा : डा. अरुण

संवाद सूत्र, जागरण ● सहरसा : शहर के गायत्री शक्तिपीठ में बुधवार को नव वर्ष के मौके पर विशेष समारोह आयोजित किया गया। इस मौके पर गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने नव वर्ष के मायने को बताते हुए कहा कि संस्कार- संस्कृति अनुरूप ही नव वर्ष मनाएं। अपने यहां विक्रम संवत से शुरू होता है नव वर्ष। कहीं शक संवत से शुरू होता है, कहीं मकर संक्रांति से शुरू होता है, कहीं बैशाखी पूर्णिमा से शुरू होता है। पूरे देश में कई बार नव वर्ष शुरू होता है। पर आज तो शुरुआत नए साल की हो रही है, जिसे ईसाई नववर्ष कहते हैं। अपने देश भारत में जो शुरुआत की आहट मिलती है, हमें वसंत की आहट मिलती है। देश में जो मौसम में परिवर्तन होता है, इसकी आहटें जनवरी के साथ ही शुरू हो जाता है। हमारे जो दो त्यौहार है, एक मकर संक्रांति और दूसरा वसंत पंचमी। सर्दी के घटने की शुरुआत हो जाती है। ये दोनों त्योहार हमारे लिए बहुत

गोष्ठी को संबोधित करते डा. अरुण जायसवाल ● जागरण

मूल्यवान है। उसकी गणना इसी अंग्रेजी वर्ष से करते हैं। यह हमारे मनोमस्तिष्क में रच बस गया है। इस वजह से नया साल मनाते हैं और नया साल मनाने में कोई आपत्ति नहीं है, नया साल मनाएं, लेकिन पूरे संस्कृति अनुरूप नव वर्ष मनाएं। हमारा जो रिवाज है, जो संस्कार है, जो संस्कृति है, उस अनुरूप मनाएं। इस अवसर पर गायत्री शक्तिपीठ के मुख्य दृष्टि डा. अरुण कुमार जायसवाल को पटना बापू सभागार में अटल सम्मान मिलने पर स्थानीय गायत्री परिजनों ने उन्हें शक्तिपीठ की ओर से सम्मानित किया। नव वर्ष के इस अवसर पर शक्तिपीठ में बालसंस्कारशाला के बच्चे एवं स्वरांजलि के कलाकारों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। लोगों ने इस अवसर पर लिट्टी चोखा,ईमरती खाते हुए पिकनिक की तरह आनंद उठाया। समारोह में न्यायिक पदाधिकारी प्रजेश कुमार सिंह, आयकर अधिवक्ता संतोष दत्ता, ललन कुमार सिंह, प्रो. गौतम कुमार सिंह, सिंडिकेट सदस्य मेजर गौतम कुमार आदि मौजूद थे।

## गायत्री शक्ति पीठ में गायत्री गीतमाला का लोकार्पण

- अभी तक गायत्री शक्ति पीठ की ओर से सौ से ज्यादा प्रज्ञा गीत रिलीज किये जा चुके है

प्रतिनिधि, सहरसा

गायत्री शक्ति पीठ में गायत्री गीतमाला का 12वें व 13वें भाग जिसके नूतन गीतों का नए वर्ष के शुभ अवसर पर शुक्रवार को विमोचन किया गया. विमोचन हाई कोर्ट के रजिस्ट्रार एडमिनिस्ट्रेशन प्रजेश कुमार सिंह व उनके पिता पूर्व सिविल सर्जन डॉ अरुण कुमार सिंह, शक्ति पीठ के ट्रस्टी डॉ अरुण कुमार जयसवाल, प्रो गौतम सिंह, संतोष दत्ता, विक्रम चौधरी व जिला संयोजक ललन सिंह ने संयुक्त रूप से किया. इस अवसर पर डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि अभी तक गायत्री शक्ति पीठ के द्वारा सौ से ज्यादा प्रज्ञा गीत रिलीज हो चुकी है. इस बार के गीतों की शूटिंग सहरसा के विभिन्न स्थल एवं गायत्री शक्ति पीठ के अलावा अमरकंटक मध्यप्रदेश, मॉरीशस, मैडागास्कर, ताशकंद, बुखारा, मलेशिया सहित अन्य जगहों में किया गया. यह गीत गायत्री शक्ति पीठ सहरसा के यू ट्यूब चैनल पर उपलब्ध है. एल्बम के दोनों भागों में

गायत्री शक्ति पीठ में गायत्री गीतमाला का विमोचन करते अतिथि व अन्य.

पांच एवं छह गीत हैं, जो सुनने में अत्यंत मधुर हैं. इनकी विशिष्टता इनके शब्द एवं अर्थ की वह भाव गंभीरता है जिसे सुनकर मन प्राण आह्लादित हो उठता है. कहीं भक्त की आर्त स्वर से प्रार्थना है. आदिशक्ति मां दुर्गा के नवरूपों में निहित वर को पाने के लिए कि धो रहे चरण अश्रुओं से माता, भूल स्वीकार ली माफ कर दो, तो कहीं मां तेरे चरणों में हम शीश झुकाते हैं, गायत्री अष्टकम, गुरु अष्टकम, एक विनती सुने गुरु मेरे में भक्ति की मधुर धारा बहाई गयी है. एक खुबसूरत गीत है हमारी गायत्री मां युगों से सृजन की लीला रच रही है, तो वहीं कव्वाली के अंदाज में डाल नजर मां गाकर गायिका ने मंत्रमुग्ध कर दिया है. आज के परिप्रेक्ष्य में भोग एवं योग के मंजुल सनिवेश के लिए तीन गीत हमें सोचने को मजबूर कर देते हैं. चलनी में दूध लगाता है, करते जो सहकार, एक दिन ही जी इन गीतों के साथ भक्ति का सर्वश्रेष्ठ उदाहरण पेश करते हुए एक गीत गाया गया है. श्रीराम जी का कीर्तन बारंबार सुनने का मन करता है. ऐसी सुंदर रचना एवं इतने सुंदर गायन, जिसके लिए शब्द नहीं हैं. बस भक्त की मां के अनुदानों वरदानों के प्रति भाव विभोरता ही कही जा सकती है. उन्होंने कहा कि इसे विभोर होकर सुन लें तो हमारा परिश्रम एवं आत्मकल्याण व लोक कल्याण की आतुरता दोनों ही अपनी मंजिल पा लेंगे.

## नववर्ष अपने रिवाज, संस्कार, संस्कृति के अनुरूप मनाएं

सहरसा. नववर्ष के अवसर पर गायत्री शक्तिपीठ में बुधवार को कार्यक्रम आयोजित की गयी. कार्यक्रम को संबोधित करते ट्रस्टी डॉ अरूण कुमार जायसवाल ने कहा कि नववर्ष अपने यहां विक्रम संवत से शुरू होता है. कहीं चैत्र प्रतिपदा से, कहीं शक संवत से शुरू होता है. कहीं मकर संक्राति से शुरू होता है, कहीं बैशाखी पूर्णिमा से शुरू होता है. पूरे देश में नववर्ष कई बार शुरू होता है. लेकिन आज जो शुरुआत नए साल की हो रही है इसे ईसाई नववर्ष कहते हैं. अपने देश भारत में जो शुरुआत की आहट मिलती है वो बसंत की आहट है.

अंग्रेजों का नया साल होगा एवं जनवरी से होगा निश्चित रूप से होगा. लेकिन एक बात निश्चितरूपेण होती है. बसंत अपनी आहटें देने लगती है. अपना दस्तक जनवरी से ही देना शुरू

कार्यक्रम में मौजूद श्रद्धालु.

कर देती है. यही वजह है कि कई बार बसंत जनवरी में पड़ती है. कभी फरवरी में पड़ती है. तो वातावरण भी हमारे देश का बदलना शुरू हो जाता. यह जनवरी के कारण नहीं बसंत के कारण होता है. थोड़े दिनों बाद मकर संक्रांति आएगी. मकर संक्रांति आने के साथ ही सर्दी घटना शुरू हो जाता है. सर्दी सच पूछे तो 15 दिसंबर से 15 जनवरी तक अपने चरम पर रहती है. अपने देश में जो मौसम में परिवर्तन होता है, इसकी आहटें जनवरी के साथ ही शुरू हो जाती है. हमारे जो दो त्योहार हैं एक मकर संक्रांति एवं दूसरा वसंत पंचमी इसमें सर्दी के घटने की शुरुआत हो जाती है. यह दोनों त्योहार हमारे लिए बहुत मूल्यवान है. उसकी गणना इसी अंग्रेजी वर्ष से करते हैं. यह हमारे मनोमस्तिष्क में रच बस गया है. इस वजह से नया साल मनाते हैं एवं नया साल मनाने में कोई आपत्ति नहीं है.

नया साल एक जनवरी को मनाएं, मकर संक्रांति को मनाएं, चैत्र प्रतिपदा को मनाएं, वैशाखी पूर्णिमा से मनाएं, दीपावली से मनायें, इसमें कोई समस्या नहीं है. लेकिन एक बात है मनाएं अपने तरीके से. केक बनाएं, केक बनाने से कोई मना नहीं करता, पर अंडे का केक क्यों बनाएं. हमारा जो रिवाज है, जो संस्कार है, जो संस्कृति है उस अनुरूप मनाएं. नववर्ष के इस अवसर पर शक्तिपीठ में बाल संस्कारशाला के बच्चे एवं स्वरांजलि के कलाकारों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया. लोगों ने इस अवसर पर लिट्टी चोखा, ईमरती खाते हुए पिकनिक की तरह आनंद लिया.

## गायत्री गीतमाला की विदेशों में भी की गई शूटिंग

गायत्री शक्तिपीठ में गीतमाला का विमोचन करते हाईकोर्ट के रजिस्ट्रार व अन्य ●

संसू, जागरण, सहरसा: गायत्री शक्तिपीठ द्वारा 12वां और 13वां गीतों के गायत्री गीतमाला का विमोचन किया गया। नव वर्ष के अवसर पर गायत्री गीतमाला का विमोचन मुख्य रूप से हाईकोर्ट के रजिस्टार प्रशासन प्रजेश कुमार सिंह, पूर्व सिविल सर्जन डा. अरुण कुमार सिंह, शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. प्रकाशलाल दास, प्रो. गौतम कुमार सिंह, संतोष दत्ता, विक्रम चौधरी एवं ललन सिंह ने संयुक्त रूप से किया। इस अवसर पर शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि अभी तक गायत्री शक्तिपीठ द्वारा सौ से ज्यादा प्रज्ञा गीत रिलीज हो चुका है। इस बार के गीतों की शूटिंग सहरसा के विभिन्न स्थल, गायत्री शक्तिपीठ के अलावा अमरकंटक मध्य प्रदेश, मारीशस, मेडागास्कर, ताशकंद, बुखारा, मलेशिया आदि जगहों पर किया गया। यह गीत गायत्री शक्तिपीठ के यू टयूब चैनल पर भी उपलब्ध है। एलबम के दोनों भागों में 11 गीत है जो सुनने में अत्यंत ही मधुर है। गीतों की विशिष्टता, इनके शब्द और अर्थ की वह भाव गंभीरता है जिसे सुनकर मन प्राण आह्लादित हो उठते हैं। कहीं भक्त की आर्त स्वर से प्रार्थना है, आदिशक्ति मां दुर्गा के नवरूपों में निहित वर को पाने के लिए कि- धो रहे चरण अश्रुओं से माता, भूल स्वीकर ली माफ कर दो.. कहीं मां तेरे चरणों में हम शीश झुकाते है... गायत्री अष्टकम, गुरू अष्टकम, एक विनती सुने गुरू मेरे.. में भक्ति की मधुर धारा बहाई गयी है। गायत्री गीतमाला में ही एक गीत है। हमारी गायत्री मां युगों से सृजन की लीला रच रही है तो वहीं कव्वाली के अंदाज में, डाल नजर मां... गाकर गायिका ने मंत्रमुग्ध कर दिया है। चलनी में दूध लगाता है... करते जो सहकार... एक दिन ही जी..।

**पूजा-अर्चना** • सुबह से ही बड़ी संख्या में शहरवासी मंदिर परिसर स्थित मां गायत्री की पूजा कर की प्रार्थना

## अपनी संस्कृति व संस्कार बचाकर ही मनाएं नया साल

भास्कर न्यूज़ | सहरसा

नववर्ष के अवसर पर स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में विशेष कार्यक्रम का आयोजन हुआ। नव वर्ष के अवसर पर शक्तिपीठ में बाल संस्कारशाला के बच्चे एवं स्वरांजलि के कलाकारों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। लोगों ने इस अवसर पर लिट्टी चोखा,ईमरती खाते हुए पिकनिक की तरह आनंद लिए। इससे पहले सुबह से ही बड़ी संख्या में शहरवासी श्रद्धालु मंदिर परिसर स्थित मां गायत्री के समक्ष माथा टेकने पहुंच गए थे। ट्रस्टी अरूण कुमार जायसवाल के नेतृत्व में गायत्री परिवार से जुड़ी कन्याओं द्वारा विशेष पूजन कराया गया। बीच-बीच में सांस्कृति कार्यक्रम की

कार्यक्रम का उद्घाटन करते अतिथिगण।

प्रस्तुती आकर्षण का केन्द्र रहा । सभी श्रद्धालुओं के लिए परिसर के अंदर ही खास व्यंजन लिट्टी चोखा और इमरती का प्रसाद दिया गया। पूरा परिसर एक तरह से पिकनिक स्थल बन गया था। इस दौरान परिसर में गायत्री साहित्य सहित अन्य पूजन सामग्रियों की प्रदर्शनी लगायी गयी थी। कार्यक्रम में पटना उच्च न्यायालय के रजिस्टार प्रजेश कुमार सिंह , गायत्री परिवार के संस्थापक सदस्य डा. अरूण कुमार सिंह, आयकर अधिवक्ता संतोष दत्ता सहित अन्य गणमान्य लोगों के अलावा बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल हुए।

### अपने यहां नया साल विक्रम संवत से होता है प्रारंभ

इस अवसर पर ट्रस्टी डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि अपने यहां नया साल विक्रम संवत से शुरू होता है। कहीं चैत्र प्रतिपदा से तो कहीं शक सम्वत से शुरू होता है। वहीं कहीं मकर संक्रांति से शुरू होता है तो कहीं बैशाख पूर्णिमा से शुरू होता है। पूरे देश में कई बार नया साल शुरू होता है। लेकिन बुधवार से जो नए साल की शुरुआत हो रही है, इसे ईसाई नववर्ष कहते हैं। उन्होंने कहा कि हमारे जो दो त्यौहार हैं, एक मकर संक्रांति और दूसरा वसंत पंचमी, सर्दी के घटने की शुरुआत हो जाती है। ये दोनों त्योहार हमारे लिए बहत मूल्यवान है। कार्यक्रम की गणना इसी अंग्रेजी वर्ष से करते हैं, ये हमारे मनो मस्तिष्क में रच बस गया है। इस वजह से नया साल मनाते हैं और नया साल मनाने में कोई आपत्ति नहीं है, नया साल मनाएं, 1 जनवरी को मनायें, मकर संक्रांति को मनाएं, चैत्र प्रतिपदा को मनायें, वैशाखी पूर्णिमा से मनाएं, दीपावली से मनायें, इसमें कोई समस्या नहीं है, लेकिन एक बात है कि मनाएं अपने तरीके से। केक बनाएं,केक बनाने से कोई मना नहीं करता, पर अंडे का केक क्यों बनाएं? हमारा जो रिवाज है, जो संस्कार है, जो संस्कृति है , उस अनुरूप मनाएं।

# भारतीय संस्कृति के प्रतिमूर्ति थे स्वामी विवेकानंद

संवाद सूत्र, जागरण • सहरसा: रविवार को शहर के गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र और स्वामी विवेकानंद की जयंती धूमधाम के साथ मनाई गई। शक्तिपीठ परिसर में आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र एवं स्वामी विवेकानंद जयंती का शुभारंभ दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि स्वामी विवेकानन्द बचपन से ध्यानी थे। उनका ध्यान सहज लग जाता था। उन्होंने कहा था अगर मैंने दुबारा जन्म लिया तो एकाग्रता का अभ्यास करूंगा। यही बात महर्षि रमण ने कहा था। अगर एकाग्रता ठीक हो तो असुविधाएं तुम्हें परेशान नहीं करेगी यह यह बहुत गूढ बात है। असुविधाओं पर ध्यान मत दो ध्यान में मन स्थिर रखो। स्वामी विवेकानन्द कहते थे कि कष्ट कठिनाइयों में दिमाग नहीं लगाना चाहिए। चेतना ईश्वरोन्मुख होनी चाहिए। स्वामी विवेकानन्द में राष्ट्रप्रेम, देशप्रेम, भारत भूमि के प्रति प्रेम, भारत और भारतीय संस्कृति के प्रति सम्पूर्ण समर्पण था। उनकी यह नैसर्गिक स्थिति रहती थी। भारतीय संस्कृति के प्रतिमूर्ति थे स्वामी विवेकानंद। स्वामी विवेकानन्द के विचारों के क्रियान्वयन की पद्धति होनी चाहिए। तभी उनकी जयंती मनाना सार्थक होगा। आज के दिन हम स्वामी जी के बताये गये रास्ते पर चलने की कोशिश करें। इससे ही समाज और राष्ट्र का निर्माण होगा। ठंड के प्रकोप को देखते हुए अमेरिका के सुप्रिया नारायण एवं प्रो. लीना सिन्हा ने कंबल बांटा।

# स्वामी विवेकानंद में राष्ट्र प्रेम के प्रति था समर्पण

कंबल वितरित करते सदस्य.

सहरसा. गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र व स्वामी विवेकानंद जयंती का शुभारंभ दीप प्रज्वलन के साथ किया गया. सत्र को संबोधित करते डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि स्वामी विवेकानंद बचपन से ध्यानी थे. उनका ध्यान सहज लग जाता था. उन्होंने कहा था अगर वे दुवारा जन्म लिया तो एकाग्रता का अभ्यास करूंगा. यही बात महर्षि रमण ने कहा था. अगर एकाग्रता ठीक हो तो असुविधाएं तुम्हे परेशान नहीं करेगी.

यह यह बहुत गूढ बात है. असुविधाओं पर ध्यान मत दो ध्यान में मन स्थिर रखो. स्वामी विवेकानंद कहते थे कि कष्ट, कठिनाइयों में दिमाग नहीं लगाना चाहिए. चेतना ईश्वरोन्मुख होनी चाहिए. स्वामी विवेकानंद में राष्ट्र प्रेम, देशप्रेम, भारत भूमि के प्रति प्रेम, भारत व भारतीय संस्कृति के प्रति सम्पूर्ण समर्पण, यह उनकी नैसर्गिक स्थिति थी जो उनकी चेतना में घुला हुआ था.

स्वामी विवेकानंद के विचारों के क्रियान्वयन की पद्धति होनी चाहिए. तभी उनकी जयंती मनाना सार्थक होगा. आज के दिन हम स्वामी जी के बताये रास्ते पर चलने की कोशिश करें. इस अवसर पर ठंड के प्रकोप को देखते हुए अमेरिका के सुप्रिया नारायण एवं प्रो लीना सिन्हा के सहयोग से शक्तिपीठ में कंबल का बाटा गया.

# परिवर्तन की शुरुआत संस्कृति से ही : डॉ अरुण

- गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन

प्रतिनिधि, सहरसा

गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया. सत्र को संबोधित करते डॉ अरूण कुमार जायसवाल ने गांधीजी की बुनियादी शिक्षा, स्वरोजगार एवं गणतंत्र दिवस के संबंध में विस्तृत जानकारी दी. उन्होंने कहा कि गांधीजी की बुनियादी शिक्षा, स्वरोजगार और गणतंत्र दिवस गणतंत्र दिवस का मतलब है उस दिन भारत संविधान, संप्रभु राष्ट्र के रूप में स्थापित हुआ. गणतंत्र दिवस से भारत को राष्ट्राध्यक्ष यानी राष्ट्रपति मिला. भारतवर्ष में पंचायत से लेकर प्रदेश तक सब को कुछ स्वायतता है एवं कुछ निर्भरता है. स्वायतत्ता उसको स्वतंत्र बनाती है. निर्भरता उसको गण से जोड़ती है. भारत गांव, प्रांत व प्रदेशी का एक संघ है. जैसे यूनाइटेड स्टेटस ऑफ अमरीका, जितनी स्टेटस है उनका यूनियन मिलकर के अमेरिका है. उसी तरह से भारत के सारे प्रदेश मिलकर के भारत वर्ष है. गांधीजी उसके पहले इस दुनिया से जा चुके थे. हालांकि संविधान सभा का निर्माण गांधी जी के समय हुआ था. जिसके अध्यक्ष भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ राजेंद्र प्रसाद थे. जिसमें आंबेडकर सहित अन्य कई सदस्य थे. लेकिन संविधान सभा ने जो संविधान दिया व जब लागू हुआ वह 26 जनवरी का दिन था. समय के अनुसार नियम को, कानून को बदला गया. वेद में बदलाव संभव नहीं है. लेकिन स्मृति में समयानुसार बदलाव संभव है. उन्होंने कहा कि शिक्षा तो अंग्रेजों ने भी चलाई. अंग्रेजों ने अपने स्वार्थ हित के लिए शिक्षा का स्वरूप बनाया. आज हम कहानी भी पढ़ते हैं तो सिंड्रेला की पढ़ते हैं. लेकिन हमारे देश में इतनी लोककथाएं बिखरी पड़ी हुई है, उनको भी जानो. उन्होंने कहा कि किसी भी समाज में परिवर्तन की शुरुआत राजनीति से नहीं, संस्कृति से होती है. राजनीति से शासन बदलता है समाज नहीं. उन्होंने कहा कि विचार परिवर्तन का मतलब है मानसिक संरचना में परिवर्तना. विचार परिवर्तन का मतलब है दृष्टिकोण में परिवर्तन. वहीं ठंढ के प्रकोप को देखते हुए बड़ी संख्या में कंबल बांटे गये. शक्तिपीठ में 26 जनवरी गणतंत्र दिवस झंडोत्तोलन समारोह 9.30 बजे से मनाया जायेगा.

जरूरतमंदों को कंबल देते डॉ अरूण कुमार जायसवाल .

www.jagran.com

सहरसा जागरण

# संस्कृति के स्तंभ माने जाते हैं अरुण जायसवाल

## चार दशकों से कर रहे संस्कृति और धर्म की रक्षा, हजारों बच्चों को संस्कृति का पढ़ा चुके हैं पाठ

राजन कुमार • जागरण

सहरसा: शहर के नया बाजार निवासी 61 वर्षीय डा. अरूण कुमार जायसवाल संस्कृति के स्तंभ के रूप में जाने जाते हैं। पिछले चार दशकों से भारतीय संस्कृति को लेकर अनवरत लोगों को सांस्कृतिक मूल्यों व सूत्रों से अवगत करा रहे हैं। भारतीय संस्कृति को बिहार ही नहीं विश्व के कई देशों में इसका प्रचार प्रसार किया।

वे नियमित रूप से न्यायिक पदाधिकारियों को भी नैतिक शिक्षा व संस्कृति का पाठ पढ़ाते हैं। वे कहते हैं कि किसी भी समाज में परिवर्तन की शुरूआत राजनीति से नहीं होती है, संस्कृति से होती है। विरासत को सहेजने का सांस्कृतिक आंदोलनों को गति देने का काम आज की दुनिया का सबसे बड़ा काम है। जिन सांस्कृतिक सूत्रों व मूल्यों को लेकर हमें स्वाधीनता प्राप्त हुई थी उस सांस्कृतिक मूल्यों को आधार बनाकर भारत परिवार विश्व परिवार में विकास कर सकते हैं। सांस्कृतिक सूत्रों के माध्यम से समूचा विश्व कदम से कदम मिलाकर चल सकता है। किसी भी राष्ट्र की एकता व समता का आधार धर्म नहीं उसका एकमात्र आधार है संस्कृति। वर्ष 2000 में वैदिक संस्कृति पर केंद्रित प्राचीन भारतीय संस्कृति का पुनरोदय विषय पर पीएचडी कर चुके गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल कहते हैं कि संस्कृति बेहतर जीवनशैली सिखाती है। मिलजुल कर रहना संस्कृति सिखाती है। संस्कृति परिवार, कुटुम्ब बनाती है। धर्म आस्था व संस्कृति जीवन मूल्य है। धर्म का सार है संस्कृति।

**प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र बना है लाभकारी:** डा. अरूण कुमार जायसवाल की देख रेख में ही प्राकृतिक चिकित्सा का केंद्र गायत्री शक्तिपीठ में खोला गया है। वर्ष 2018 से ही यह चल रहा है। वे कहते है कि शरीर दवा नहीं शुद्धि मांगता है। लोगों के बाडी के अंदर से टाक्सिन निकाला जाता है।

सांस्कृतिक स्तंभ के रूप में शहर में चर्चित हैं अरूण कुमार जायसवाल, संस्कृति के प्रचार प्रसार में लगे हैं

### आठ बाल संस्कारशाला है संचालित

शहरी क्षेत्र के झुग्गी झोपड़ियो व महादलित बस्तियों में 8 बाल संस्कारशाला संचालित है। जिसमें इनकी प्रेरणा से ही बच्चो को मुफ्त शिक्षा दी जा रही है। वर्ष 2014 से ही बाल संस्कारशाला चल रहे है। जिसमें करीब पांच हजार से अधिक बच्चे शिक्षित हो चुके है। बच्चों को नैतिक शिक्षा, संस्कृति का पाठ पढाया जाता है। इन्हीं बच्चो से जगह- जगह पौधे लगाए जाते है। मंदिरो की साफ सफाई करायी जाती है।

### विदेशों में भी भारतीय संस्कृति का बजाया डंका

डा. अरूण कुमार जायसवाल भारतीय संस्कृति पर केंद्रित व्याख्यान देने कई बार विदेशों में जाने का अवसर मिला है। हाल ही में अफ्रीकी देश मेडागास्कर में उन्होंने गरीब बच्चों को शिक्षा के प्रति उन्हे जागरूक किया। शिक्षा को हथियार बनाकर अपने परिवार व राष्ट्र को सुरक्षित करने का बीजमंत्र दिया। वे मारीशस, ताशकंद, बुखारा, समरकंद, दुबई आदि जगहों पर जाकर भारतीय संस्कृति पर केंद्रित व्याख्यान देकर संस्कृति अधारित आदर्श मूल्यो को अपनाने पर बल दिया।

### बच्चों को बनाया संस्कारवान

शहर के गायत्री शक्तिपीठ में वर्ष 2002 से ही व्यक्तित्व परिष्कार कक्ष शुरू किया गया। वे अब तक हजारो बच्चों को भारतीय संस्कृति से परिचित कराते हुए उन्हें संस्कारवाना बना चुके है। गायत्री शक्तिपीठ व्यक्ति बनकर आते है और व्यक्तित्व लेकर जाते है। अब तक 20 हजार से अधिक बच्चे संस्कारवान बने।

### दो पुस्तकें हो चुकी है प्रकाशित

डा. अरूण कुमार जायसवाल द्वारा वैदिक संस्कृति के विविध आयाम पुस्तक का विमोचन वर्ष 2000 मे तत्कालीन राज्यपाल विष्णुकांत शास्त्री ने किया। इसके बाद 2023 मे भागवत गीता पर युगानुकूल व्याख्या पर आधारित पुस्तक जीवन गीता दो खंडो का विमोचन तत्कालीन राज्यपाल राजेंद्र प्रसाद आर्लेकर ने किया।

### बच्चों को दिया कर्मकांड कराने का ज्ञान

डा. अरूण कुमार जायसवाल की ही देन है कि आज मंदिरों ही नहीं घरों में जाकर बच्चे हवन यज्ञ, नियमित कर्मकांड कराते है। ये बच्चे धर्म व कर्मकांड के काफी ज्ञानी होते है। संस्कृत का श्लोक इन्हें कंठस्थ याद रहता है। बच्चो को भारतीय धर्मशोधक संस्कार व कर्मकांड सिखाए जाते है। इन्हीं बच्चों को कंप्यूटर की शिक्षा भी दी जाती है। वे कहते है कि प्राचीन ज्ञान एवं आधुनिक ज्ञान का समन्वय गायत्री शक्तिपीठ में देखा जा सकता है। 2017 से गरीब व जरूरतमंद लड़के- लड़कियों को निशुल्क शिक्षा 8 से 12 की दी जाती है।

# गांधी जी के आदर्शों पर चलकर समृद्ध होगा अपना देश भारत

संवाद सूत्र, जागरण • सहरसा: रविवार को शहर के गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने कहा कि राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के सपने को साकार करने की जरूरत है। उन्होंने सोने की चिड़िया भारत का स्वरूप गढ़ा उसे उसी अनुरूप बनाने की जरूरत है। गणतंत्र दिवस की महत्ता को बतलाते हुए उन्होंने कहा कि 27 जनवरी के दिन ही संविधान लागू किया गया, इसीलिए उस दिन भारत संप्रभु राष्ट्र के रूप में स्थापित हुआ। संविधान सभा का निर्माण महात्मा गांधी के समय में ही हुआ था। जिसके अध्यक्ष देश के प्रथम राष्ट्रपति राजेंद्र प्रसाद थे। भारत के प्राचीन राज में श्रुति और स्मृति थीं। उसी आधार पर राजकाज चलता था। श्रुति मतलब शाश्वत, उसमें कोई बदलाव नहीं होता था। स्मृति मतलब सामयिक, जिसमें समय समय पर बदलाव होते रहते थे। समय समय पर बदलाव के कारण ही 108 स्मृतियां भारत में है। समय के अनुसार नियम व कानून को बदला गया। गांधी जी चाहते थे कि देश के नागरिक ग्रामीण स्तर पर स्वाबलंबी बने, नौकरी के बल पर नहीं। स्वावलंबन और स्वरोजगार के बल पर बने। बापू के बुनियादी शिक्षा का मतलब, देश के परंपरागत और सांस्कृतिक ढांचे के अनुसार शिक्षा पद्धति का विकास हो। ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने मौजूद छात्र- छात्राओं से भी कहा कि वे अपनी सोच को बदलें और सकारात्मक दिशा की ओर बढ़ें। जिससे समाज व परिवार का भला हो सकें। सृजन की दिशा में सदैव आगे बढ़ें। अंत में ठंड को लेकर जरूरतमंदों के बीच कंबल का वितरण किया गया। 26 जनवरी गणतंत्र दिवस को लेकर झंडोत्तोलन समारोह सुबह 09.30 बजे मनाने का निर्णय लिया गया। बड़ी संख्या में विभिन्न स्कूलों से आए बच्चों ने भाग लिया।

# एकाग्रता ठीक हो तो असुविधाएं परेशान नहीं करेंगी : अरुण

भास्कर न्यूज | सहरसा

स्वामी विवेकानंद बचपन से ध्यानी थे। उनका ध्यान सहज लग जाता था। स्वामी जी ने कहा था कि अगर मैं दूसरी बार जन्म लिया तो एकाग्रता का अभ्यास करूंगा। यही बात महर्षि रमण ने कहा था। अगर एकाग्रता ठीक हो तो असुविधाएं तुम्हें परेशान नहीं करेगी। यह बातें डॉ अरूण कुमार जायसवाल ने रविवार को स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए कही। उन्होंने कहा कि यह बहुत गूढ बात है। असुविधाओं पर ध्यान मत दो ध्यान में मन स्थिर रखो। डॉ जायसवाल ने कहा कि स्वामी विवेकानंद कहते थे कि कष्ट कठिनाइयों में दिमाग नहीं लगाना चाहिए। चेतना ईश्वरोन्मुख होनी चाहिए। स्वामी विवेकानंद में राष्ट्रप्रेम, देशप्रेम, भारत भूमि के प्रति प्रेम, भारत और भारतीय संस्कृति के प्रति सम्पूर्ण समर्पण, ये उनकी नैसर्गिक स्थिति थी। उनकी चेतना में घुला हुआ था। हम स्वामी जी के बताये गये रास्ते पर चलने की कोशिश करें। इस अवसर पर अमेरिका के सुप्रिया नारायण एवं प्रो लीना सिन्हा के सहयोग से शक्तिपीठ में कंबल का बांटे गए।

सहरसा जागरण

# नजीवन पर दिखा असर

## युवा मंडल के सहयोग से जरूरतमंदों के घर में पहुंचाई जा रही कंबल

संवाद सूत्र, जागरण, सहरसा: जिले में इन दिनों ठंड का तापमान दिनोंदिन गिरता ही जा रहा है। ऐसे में हर कोई अपनी जान बचाने में लगा है। इसके बाद भी गायत्री परिवार इस शीतलहर भरी ठंड में लोगों को कंबल व भोजन पहुंचाने में जुटा हुआ है। शहरी क्षेत्र ही नहीं ग्रामीण सुदूर इलाकों में जरूरतमंदों के घर पहुंचकर उन्हें कंबल व पहुंचाया जा रहा है। गायत्री शक्तिपीठ से जुडे युवाओं की टोली हर दिन कोसी तटबंध के अंदर किसी ने किसी गांव में जाकर लोगों के बीच कंबल उपलब्ध करा रहा है। बालू के रेत हो या पगडंडी पर बाइक चलाकर गरीब निर्धन लोगों के बीच पहुंचकर उन्हें ठंड से राहत पाने के लिए कंबल उपलब्ध करा रहा है। शहरी क्षेत्र में हर सार्वजनिक जगहों पर जाकर जरूरतमंदों को भोजन उपलब्ध कराया जा रहा है। शक्तिपीठ से जुडे लोगों ने बताया कि ठंड में दैनिक कामगारों को काम नहीं मिलता है। ऐसे में उन्हें घर चलाने में काफी दिक्कतें होती है। इसीलिए ऐसे लोगों को गायत्री परिवार द्वारा उन्हें नियमित रूप से भोजन कराया जा रहा है। कई लोगों ने बताया कि जहां है गायत्री परिवार, वहां न रह सकता कोई हताश- निराश। गायत्री परिवार हमलोगों को नया जीवन दे रहा है। केदली पंचायत के रामपुर छतवन गांव में गायत्री शक्तिपीठ द्वारा जरूरतमंदों के बीच कंबल का वितरण किया गया। शक्तिपीठ के सक्रिय कार्यकर्ता नवल किशोर सिंह के नेतृत्व में युवा मंडल के धीरज, रूपेश, चंदन, कार्तिक, सूर्य प्रकाश, गोविंद, आदित्य द्वारा बांध के भीतर दुर्गम रास्तों से जाकर चचरी पुल पार कर जरूरतमंदों के बीच कंबल का वितरण किया।

कंबल का वितरण करते गायत्री परिवार के सदस्य।

# योग निद्रा के लाभ

यह एक प्राचीन योग विधि है। यह जागते हुए गहरे आराम की स्थिति में ले जाने का तरीका है। योग निद्रा करने से शरीर और दिमाग स्वस्थ रहते हैं। इससे तनाव, चिंता और अवसाद जैसी समस्याओं से भी राहत मिलती है।

**योग निद्रा के निम्न फायदे हैं -**
योग निद्रा से शरीर में ऊर्जा बनी रहती है।
इससे रक्त संचार बढ़ता है और रक्तचाप की समस्या दूर होती है।
योग निद्रा से नींद की कमी पूरी होती है।
यह थकान और दर्द को कम करने में भी मदद करती है।
योग निद्रा से मन शांत होता है और एकाग्रता बढ़ती है।
यह चिंता और तनाव को कम करने में मदद करती है।
योग निद्रा से नींद की गुणवत्ता बेहतर होती है।

**योग निद्रा करने का तरीका -**
योग निद्रा करने से पहले संकल्प लें।
शरीर के अलग-अलग अंगों पर ध्यान केंद्रित करें और उन्हें तनाव मुक्त करें।
धीरे-धीरे और गहरी सांस लें.
शांत करने वाली छवियों पर ध्यान केंद्रित करें।
शरीर में कुछ हल्की हरकतें करके धीरे-धीरे सामान्य जागरूकता में वापस आएं।

# आगामी कार्यक्रम

- 3 फरवरी वसंत पर्व
- 26 फरवरी महाशिवरात्रि
- प्रत्येक रविवार साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार कक्षा का आयोजन

# प्रार्थना

हाथों में पुष्प लिए हम, खड़े हैं माँ द्वार पर
आशीष तेरा पाने को, बिछाए नयन, उपकार कर ।
चरण शरण में ले लो माँ, और क्या कहें थक-हारकर
विद्यादेवी कहलाती हो, कर दो जीवन सार्थक ।।

ज्ञान की भूख-प्यास लिए, अब तो हम हाँफ गए
सद्ज्ञान की खोज में हम, दर-दर भटक रहे ।
नहीं कहीं भोर दिखी तो तेरे दर पर आ गए
वाग्देवी तुम हो माँ, वाणी में ओज भर ।।

हृदय गति रूक जाएगी, मृत्यु क्षण में आ जाएगी
धड़कन समाप्त हो जाएगी, प्राण पखेरू उड़ जाएँगे ।
आज नहीं तो कल हे माँ, यही दृश्य होगा सामने
भारती कहलाती हो माँ, हमारी नैया पार कर ।।

मेरा बल तुम हो माँ, मेरी आरजू भी तुम ही हो
तुम ही हो भक्ति मेरी, तुम ही हो शक्ति मेरी ।
तुम से ही है रति, तुमसे ही पाऊँ सन्मति
ज्ञानदेवी तुम हो माँ, सद्गति पथ  ले चल ।।

बुद्धि और विवेक का, महान दान तुम देती हो
विद्या की देवी बन, विद्यारम्भ करवाती हो ।
ज्ञान की हो देवी तुम, अज्ञान – तम से उबारती
सरस्वती कहलाती हो, हमें सरसता प्रदान कर ।।

तुममें ही हो इस मन का, हे माँ सतत रमण
तेरी गोद में ही माँ, मन का हो सतत शयन ।
मनन हो या हो चिन्तन, तुम ही सबका श्रोत हो
हंस बना इस मन को, हे हंसवाहिनी इसकी सवारी कर ।।

**– 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/ |