ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भगों देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्।।

प्रबुद्ध जीवन

प्रेरणास्रोतः शांतिकुंज हरिद्वार

संस्थापनाः गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा (बिहार)

सम्प्रेषक- डॉ. अरुण कुमार जायसवाल

वर्षः ०३ अंकः ०१

‘ऋषिप्रणीत जीवन जीने की पद्धति

वर्तमान का प्रभाव भूत पर भी पड़ता है और भविष्य पर भी। महापुरुषों के पूर्वज भी प्रशंसा पाते है और उनकी संतान भी आदर की दृष्टि से देखी जाती है। दुष्ट कुकर्मियों के पूर्वज भी कोसे जाते हैं और उनकी संतानें भी लज्जा का अनुभव करती है। स्मरण रखिए वर्तमान ही प्रधान है। पिछले जीवन में आप भले या बुरे कैसे भी काम करते रहे हों, यदि अब अच्छे काम करते हैं तो कुछ भोग्य बन गये दुःखरूपी फलों को छोड़ कर अन्य संचित पाप प्रभावहीन हो जायेंगे और यदि उनका कुछ परिणाम हुआ भी तो बहुत ही साधारण स्वल्प कष्ट देने वाला एवं कीर्ति बढ़ाने वाला होगा। शिवि, दधीचि, हरिश्चन्द्र, प्रहलाद, ध्रुव, पांडव आदि को पूर्वभोगों के अनुसार कष्ट सहने पड़े पर वे कष्ट अन्ततः उनकी कीर्ति को बढ़ाने वाले और आत्मलाभ कराने वाले सिद्ध हुए। सुकर्मी व्यक्तियों के बड़े-बड़े पूर्व घातक कर्म स्वल्प दुःख देकर सरल रीति से भुगत जाते हैं। पर जो वर्तमान काल में कुमार्गगामी हैं उनके पूर्वकृत सुकर्म तो प्रभावहीन हो जायेंगे और जो संचित पाप कर्म हैं वे संचित होकर परिपुष्ट और पल्लवित होंगे, जिससे दुःखदायी पाप कर्मफलों की शृंखला अधिकाधिक भयंकर होती जाएगी। हमें चाहिए कि सद्विचारों को आश्रय दें और सुकर्मों को अपनायें। ऋषिप्रणीत जीवन जीने की यह पद्धति हमारे बुरे भूतकाल को भी श्रेष्ठ भविष्य में परिवर्तित कर सकती है।

हृदय से हृदय तक

हृदय की भटकन को दूर कर, शाश्वत पथ का दिग्दर्शन कराने गुरु पूर्णिमा का प्रकाश पर्व पुनः आ पहुँचा है। पृथ्वी की सभ्यता का सदियों, सहस्राब्दियों, लक्षाधिक वर्षों का इतिहास गवाह है कि मानवी बुद्धि जब-जब भटकी है, भ्रमित हुई है, विश्वगुरु उसे चेताते रहे हैं। मानवी पुरुषार्थ जब-जब दिशाविहीन हुआ है, उसे मार्गदर्शन देते रहे हैं। उनके लिए जाति, धर्म, धरती के किसी भूखण्ड की सीमा अवरोध नहीं बनी, सृष्टि का कण-कण उनके प्रेमपूर्ण बोध से लाभान्वित होता रहा है। कृष्ण, ईसा, बुद्ध, जरथुस्त्र, मुहम्मद, महावीर, व्यास, वाल्मीकि के रूपों में वे ही शाश्वत गुरु भगवान महाकाल भटकी हुई मानवता को दिशाबोध कराते रहे हैं। इनके अनुदानों के प्रति सहज कृतज्ञ भारतीय जनमानस प्रतिवर्ष गुरु पूर्णिमा को इनके प्रति अपनी भावांजलि अर्पित करता है ।

अपने नाम-रूपों की भिन्नता के बावजूद देश, काल, परिस्थिति के अनुरूप समाधान का बोध कराती हुई उन्हीं विश्वगुरु की एकमेव चेतना ही मुखरित होती रही। कौरवों के विनाशकारी आतंक से सिसकती, कराहती मनुष्यता को त्राण दिलाने वाले दिग्भ्रमित पाण्डवों को गीताज्ञान का उपदेश देने वाले श्रीकृष्ण 'कृष्णं वन्दे जगद्गुरु कहकर पूजित किए गए। दार्शनिक भ्रम जंजालों, तरह-तरह की मूढ़ मान्यताओं में उलझी-फंसी मनुष्यता को महर्षि व्यास ने समाधान के स्वर दिए। चार वेद-षड्दर्शन एवं अठारह पुराणों के विशालतम विचारकोष को पाकर मानवता ने उन्हें लोकगुरु के रूप में स्वीकारा। यह कृतज्ञता इस तरह मुखरित हुई कि गुरु पूर्णिमा व्यास पूर्णिमा का पर्याय बन गयी।

आज जब पुनः धर्म मूढ़ताओं से ग्रस्त है। चित्र-विचित्र मान्यताओं, कुरीतियों, कुप्रथाओं की मेघमालाओं ने इस सूर्य को आच्छादित कर लिया है। व्यक्ति और समाज के पास प्रश्न तो अनेको हैं, पर हैं वे अनुत्तरित ही। समस्याएँ हैं, पर समाधान का बोध नहीं । बोध के अभाव में पनपे अलगाव, आतंक अस्थिरता और अव्यवस्था से जर्जरित मानव सभ्यता न केवल त्रस्त है, बल्कि भयग्रस्त हो सहमी खड़ी है। उसे आशंका है कि पतन और विनाश कहीं उसे अपनी मृत्यु पाश में न बाँध ले। सामाजिक, राजनैतिक, आध्यात्मिक, साँस्कृतिक सब ओर एक-सी स्थिति है, प्रश्न ही प्रश्न हैं, समाधानविहीन प्रश्न। जिनसे समाधान की आशा रखी गयी थी, वे विज्ञान और अन्तर्राष्ट्रीय विधान अपनी असमर्थता का अहसास कर विवश है।

इन व्यथापूर्ण क्षणों में व्याकुल मानवता के हृदय में फिर से विश्वगुरु के लिए पुकार उठी है उन्हीं विश्वगुरु के लिए जिनकी वन्दना में गोस्वामी तुलसीदास ने कहा है- 'वन्दे बोधमयं नित्यं गुरुं शंकररुपिणम् जो स्वयं बोधस्वरूप हैं, शाश्वत गुरु हैं, स्वयं सृष्टि के सूत्र संचालक महाकाल हैं। मानवीय असमर्थता, असहायता को उनके सिवा और दूर भी कौन कर सकता है ? उन्होंने ही तो ऐसे अवसर पर भटकी मनुष्यता को राह दिखाने के लिए 'तदात्मानं सृजाम्यहम् का संकल्प लिया है। उसी संकल्प को पूर्ण करते हुए प्रश्नों से आकुल संसार में भटकी मनुष्यता के लिए पं. श्रीराम शर्मा आचार्य जी का व्यक्तित्व समाधान का पर्याय बनकर अवतरित हुआ जिन्हें हम श्रद्धापूर्वक परमपूज्य गुरुदेव कहकर पुकारते हैं। वे वह उन विरल प्रज्ञपुरुषों में थे, जिनमें ऋषित्व व मनीषा एकाकार थे।

आध्यात्मिक साधना से उपजा उनका चिन्तन विचारों के इतिहास में क्रान्ति होते हुए भी किसी भी विचार का स्थान नहीं ग्रहण करता, बल्कि उसे आदर देकर पहले की अपेक्षा कहीं अधिक उपादेय बनाता है। वे आज भी एक अपूर्व प्रकाश स्तम्भ के रूप में लाखों लोगों को प्रकाश दे रहे हैं। अतः हम सभी को इस गुरु पूर्णिमा को हर्षोल्लासपूर्वक मनाते हुए उनके द्वारा प्रदत्त विचारों का अर्चन करना चाहिए। यही हमारे प्रश्नों का उत्तर देगा और समस्याएँ अपने समाधान का बोध पा सकेंगी। आप सभी को गुरु पूर्णिमा की मंगलकामनाऐं।

– डॉ. अरुण कुमार जायसवाल

तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु

यह परम पावन पंक्ति शिवसंकल्प उपनिषद् से ली गई है । उपनिषदों से यही शिक्षा मिलती है कि अगर मन शिवसंकल्प से युक्त है तो वह अपनी सारी उच्छृँखलता भूलकर परम पुरूष शिव अर्थात् अपनी आत्मा से मिल जाता है और जगत् को आत्मा की आभा से चमत्कृत भी कर जाता है । ऐसा ही मन आत्मा के प्रखर, प्रदीप्त भास्कर को देखकर कह उठता है -

न तत्र सूर्यो भाति न चन्द्रतारकं

नेमा विद्युतो भान्ति कुतो अयमग्निः ।

तमेव भान्तमनुभाति सर्वं

तस्यैव भासा सर्वमिदं विभाति ।।

सत्य का यही बोध ऐसे मन में महाकरूणा भरकर मानवमात्र को कभी बुद्ध बना देता है तो कभी महावीर, कभी ईसा तो कभी हजरत बना देता है । सत्य को प्राप्त ऐसे मन से कोई उपद्रव नहीं होता बल्कि कल्याण ही कल्याण इस जगत का होता है । आज जगत् को ऐसे ही शिवसंकल्पयुक्त मन की परम आवश्यकता है । आज कुविचारोंरूपी अनाचारी दानव मेघनाद के बाण से आहत देवसन्तति लक्ष्मणरूप मानव को होश में लाने की संजीवनी बूटी भी शिवसंकल्पयुक्त मन ही है।

आज जिस तरह से जगत् में हाहाकार मचा हुआ है, सर्वत्र आतंक और अत्याचार की कहानी दुहरायी जा रही है, अधर्म अपनी सारी सीमाएँ तोङता जा रहा है, अन्याय इस जगत् की विभीषिका बनकर उभरता जा रहा है, दुराचार मानवजाति का कलंक बनता जा रहा है, सत्य की जिस तरह से हर तरफ हार हो रही है, नर जिस तरह नरपशु एवं नरपिशाच की कोटि में आता जा रहा है, पंच पशु जिस तरह उसे अपने शिकंजे में कसते जा रहे हैं, जिस तरह मानव मन खूँखार होता जा रहा है और सृष्टि के हर नियम को वह भंग करता जा रहा है, विज्ञान रूपी चमत्कारी खिलौने को पाकर जिस तरह वह मदान्ध हो गया है, जिस तरह उसने ईश्वर के विश्वास की धज्जियाँ उङाकर रख दी है, जिस तरह से अध्यात्म के वक्षस्थल को वह निरन्तर चीर रहा है ऐसे में शिवसंकल्प युक्त मानव मन की महती आवश्यकता है क्योंकि यह मन ही है जो पापी भी है, पुण्यात्मा भी है । अशोधित मन पापी और शोधइत मन पुण्यात्मा और मन ही हमारी बुद्धइ पर शासन करता है इसलिए मन के शोधन के लिए मानव को अपने मन को शिवमय बनाने के लिए ईश्वर से आर्त स्वर में प्रार्थना करनी होगी कि -

येनंदं भुवनं भूतं भविष्यत् परिगृहीतमृतेन सर्वम्

येन यज्ञस्य तयते सर्वहोता तन्मे मनः शिवंकल्पमस्तु ।। 5 ।। शिवसंकल्प उपनिषद्

वह अमृत, अमर जिसके द्वारा भूत, भविष्य और वर्तमान सबकुछ धारण किया जाता है, हे प्रभु! जो मेरी बुद्धि पर शासन करता है वह मेरा मन शिवसंकल्पयुक्त हो । मानव की ऐसी प्रार्थना भगवान अवश्य सुनेंगे और उसका तो भला ही करेंगे ऐसे शिवमय मन से जगत् का भी भला हो जाएगा ।

हमें इससे अपने ही मन की कुटिल चालों का पता चलेगा । फिर हम दूसरों को दोष देना भूलकर स्वयं के दोषों को ढूँढकर उसके विनाश का उपाय सोचेंगे । भला दूसरों को दोष देने से अपना मन निर्मल हो भी सकता है । आज जो भी संकट है मनुष्य के दोषयुक्त अपावन मन के कारण उपजा है । आज मनुज मन ने अपने काम-क्रोध-लोभ-मोह-अहँ के वशीभूत होकर ऐसा उत्पात मचाया है कि प्रकृति तक उसके विरूद्ध खङी हो गई है । वैश्विक युद्धों से गहराता जा रहा ग्लोबल वार्मिंग, ओजोन परत में छिद्र, हिम ग्लेशियरों का विखण्डन आदि न जाने कितने कहर इस जगत् को अपना निशाना

बना रहे हैं । उसपर से मानवनिर्मित परमाणु बम, हाईड्रोजन बम और न जाने कितने बमों से मानव अपने ही सर्वनाश के विविध उपायों पर हस्ताक्षर कर रहा है । वहीं अगर वह शिवमय मन की ओर मुड़े तो उसे अपनी गलतियों का अहसास होगा । वह अविवेक को त्यागकर विवेक का वरण करेगा और एक अच्छा और सच्चा मानव बनेगा ।

मनुष्य अपने मन के शिवसंकल्पयुक्त न होने के कारण जन्म-जन्मान्तरों के भटकन की पीड़ाएँ सह रहा है और दूसरों को पीड़ाएँ दे रहा है । अगर उसे इस पीड़ा से मुक्ति चाहिए तो उसे शिवपुत्र गणेश की तरह निर्मल, निश्छल, पावन बनना होगा और फिर इस जगत् की पवित्रता की दिशा में आगे बढना होगा । एक मानव शिवसंकल्पयुक्त हो गया और उसके विचार चारों दिशाओं में फैल गए तो सारी सृष्टि ही शिवसंकल्पयुक्त क्यों नहीं बन जाएगी ? युगऋषि पंडित श्रीराम कहते हैं -

हम बदलेंगे, युग बदलेगा

हम सुधरेंगे, युग सुधरेगा ।

तो एक-एककर हम सभी बदलने की पहल करें, आगे कारवाँ हमारे साथ चल पड़ेगा और देखते-देखते युगऋषि की भविष्यवाणी उनके सपनों के संसार को इस धरा पर साकार कर देगी । बस, बदलना हमें है, स्वयं का निर्माण करना हमें है, अपने मन को शिवसंकल्पयुक्त बनाना हमें है । कहते हैं "अपना सुधार ही संसार की सबसे बड़ी सेवा है' । तो फिर देर किस बात की, इस सावन के महीने में अपने सुधार का ही शिवसंकल्प कर लें देखते-देखते व्यक्ति से परिवार, परिवार से समाज, समाज से राष्ट्र और राष्ट्र से सारा विश्व शिवमय हो जाएगा । यही तो है शिवसंकल्प उपनिषद् का सार संक्षेप ।

– 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)

- **स्वच्छता का अर्थ है गंदगी से निवृत्ति, स्वच्छता का अर्थ है अनुपयोगी को उपयोगी में बदलना, कचरा प्रबंधन करना।**
- **स्वच्छता का शरीर से भी मतलब है और मन से भी मतलब है। शरीर स्वच्छ नहीं है तो हम बीमार पड़ेंगे और मन स्वच्छ नहीं है तो हम मानसिक रूप से इरिटेट और उद्विग्न रहेंगे।**
- **जिस स्थान पर स्वच्छता और सुव्यवस्था रहती है वहां पर जाने पर मन प्रसन्न हो जाता है, खुशी महसूस होने लगती है।**
- **पर्यावरण के असंतुलन का और मनुष्य के बीमार होने का मूल कारण है - मानसिक प्रदूषण, मेंटल पॉल्यूशन।**
- **स्वच्छता का पहला चरण है- आरोग्य, रोग निवृत्ति। दूसरा चरण है- परिवार में खुशहाली, तीसरा चरण है- समाज में खुशहाली और अंतिम चरण है- आत्मा में खुशहाली यानि आध्यात्मिकता ।**
- **शारीरिक स्वच्छता और मानसिक स्वच्छता में भी संबंध है, जो व्यक्ति मानसिक रूप से स्वच्छ है वह व्यक्ति शांत भी होगा और प्रतिभाशाली भी होगा।**
- **मानसिक स्वच्छता हमें प्रतिभा का वरदान देती है और शारीरिक स्वच्छता हमें निरोगी रहने का वरदान देती है। शारीरिक स्वच्छता आपको आरोग्य देगी और मानसिक स्वच्छता आपको प्रतिभा देगी। यदि दोनों आपके पास है यानि आरोग्य भी है और प्रतिभा भी है, तो आप यह सोचिए कि आपने आधी जंग जीवन की ऐसे ही जीत लिया। न तो आप बार-बार बीमार पड़ेंगे और न आपको कोई मेंटल वर्क करने में प्रॉब्लम होगी।**
- **चित्त शुद्धि का मतलब कर्म और संस्कार से पूर्णतया मुक्ति।**
- **ऋषि काया की प्रयोगशाला में खोज करते हैं इसलिए वे आध्यात्म क्षेत्र के वैज्ञानिक हैं और आज के आधुनिक वैज्ञानिक भी ऋषि हैं, जो प्रकृति के रहस्यों की खोज में रत रहते हैं।**
- **विश्वास जब मजबूत हो जाता है तो निष्ठा हो जाती है, निष्ठा जब मजबूत हो जाती है तो आस्था हो जाती है और आस्था जब मजबूत हो जाती है तो वह श्रद्धा हो जाती है। विश्वास पर अगर प्रश्न है तो फिर वह विश्वास नहीं है।**
- **आस्था भौतिक रूप यानि बौद्धिक रूप पर टिकती है, श्रद्धा वह होती है, जहां आपकी समूची भावनाएं केंद्रित हो जाती है। आस्था का आधार बुद्धि से पैदा होता है, श्रद्धा का आधार भावना से पैदा होता है।**
- **आज धर्म आस्था का विषय नहीं रहा, क्योंकि अनुभूतियां गड़बड़ा गईं। विज्ञान आस्था का विषय बनता जा रहा है, क्योंकि वह तर्क, तथ्य और प्रमाण प्रस्तुत कर रहा है और सबसे बड़ी बात है कि विज्ञान के बारे में अनुभूतियां सकारात्मक हैं।**
- **अहंकार द्वारा प्रेरित और परिवर्धित कर्म अशुभ कर्म है।**

- प्रखर प्रज्ञा का मतलब है विज्ञान, विज्ञान भी प्रकृति से पाता है, पर विज्ञान के सिर्फ कह देने से प्रकृति कुछ नहीं देती है। सजल श्रद्धा यानि शुद्ध हृदय से कहने पर प्रकृति तत्काल-तत्क्षण दे देती है।
- स्त्री अपने सौंदर्य के कारण पूजनीय नहीं है, सौंदर्य के कारण वह प्रशंसनीय हो सकती है । लेकिन वह अपने मातृत्व के कारण पूजनीय होती है।
- जीवन मूल्य ही वह शुभ रत्न है जिससे आपका जीवन चमकता है, परमात्मा के सामीप्य को आप अनुभव कर पाते हैं ।
- योग जीवन की सही समझ है और वैज्ञानिक समझ है। योग उसके लिए भी है जो ईश्वर को मानते हैं, योग उसके लिए भी है जो ईश्वर को नहीं मानते हैं। दरअसल योग आस्तिकता और नास्तिकता दोनों से परे है।
- जीवन की सही, कंप्लीट, संपूर्ण और वैज्ञानिक समझ पैदा की जाए, वैज्ञानिक सोच पैदा की जाए, वैज्ञानिक प्रयोग और प्रक्रिया के साथ पैदा किया जाए, चीजें विकसित की जाए तो निकलेगा योग।
- योग विज्ञान जब आहार-विहार या जीवन के प्राण विद्या की बात करता है तो वह मेडिकल साइंस हो जाता है । योग विज्ञान जब मन की संरचना बताता है या चित्त की बात करता है तो वह मनोविज्ञान यानि साइकोलॉजी हो जाता है। योग विज्ञान जब मन के पार विभूतियों के क्षेत्र में ले जाता है तो वह परा साइकोलॉजी हो जाता है, अध्यात्म हो जाता है।
- जीवन का समग्र स्वरूप समझ करके जीवन की सभी समस्याओं का समाधान खोजना हो, तो योगविद्या है। यानि कि ऐसा अतल, अथाह समुद्र जिसमें गोते लगाते जाएं और मोती निकालते जाएं।

जिज्ञासा

प्रश्न- हमारा बुरा समय चल रहा है, उस समय अगर हम आत्महत्या कर लेते हैं, तो इसमें हमारी गलती होगी या हमारे दुख की?

उत्तर- बुरा समय क्या होता है और भला समय क्या होता है? बुरा-भला तो कर्मों का खेल है, पाप-पुण्य का प्रतिफल है। और सच कहें तो बुरा-भला तो मन:स्थिति है, कई बार बुरा भी भला होता है और कई बार भला भी बुरा होता है। राष्ट्रपति कलाम भी गरीब थे, बेहद गरीब थे, एरोनॉटिक्स क्षेत्र में जब उनको नौकरी नहीं मिली देहरादून में, तो ऋषिकेश में वो भी गंगा में डूब कर मरना चाहते थे, एक साधु ने जो उस समय गंगा किनारे टहल रहे थे उनका नाम शिवानंद स्वामी था, केरल के रहने वाले थे, डॉक्टर थे मलेशिया में, फिर उन्हें आध्यात्मिक जीवन रास आया, ऋषिकेश में डिवाइन लाइफ सोसायटी नामक संस्था है, शिवानंद स्वामी ने कहा-भगवान ने तुम्हारे लिए इससे कहीं महत्वपूर्ण कार्य सोच रखा है। उन्होंने उनको अपने आश्रम में लाकर रखा और उनको कुछ दिनों तक जीवन विद्या बताई, वापस मद्रास जाने के लिए टिकट का पैसा भी दिया, जिससे उनके जीवन की राह बदल गई, फिर वे वैज्ञानिक बने, मिसाइल मैन बने, भारत के राष्ट्रपति बने और सबसे बड़ी बात जीवन विद्या के मर्मज्ञ बने। अगर वह गंगा किनारे आत्महत्या करने नहीं जाते तो वो साधु नहीं मिलते और उनका जीवन नहीं बदलता। जीवन की व्यवस्था को अगर आप मानेंगे तो आत्महत्या जैसा विचार आपके मन में नहीं आयेगा। जीवन की व्यवस्था प्रकृति करती है, परमात्मा के संकेतों के अनुसार। प्रकृति का संविधान है कर्मफल विधान, आप मानें या न मानें, कर्म का फल आपको मिल कर ही रहेगा। परमात्मा का संकेत नहीं होता तो राम 14 साल वनवास में नहीं होते, कृष्ण को बाण नहीं लगता, मीरा को जहर नहीं पीना पड़ता, ये सब न होता। और सबसे बड़ी बात भगवान शंकर हलाहल विष पीकर ही शिव कहलाए यानि कल्याणकारी हुए। जो तप के द्वारा अपने कर्मों का प्रक्षालन करता है, जीवन के विषों को पीता है वह श्रेष्ठ होता है। प्रकृति ने जो व्यवस्था दी है वह परम कल्याणकारी होती है, ये सिर्फ विश्वास की बात नहीं है, समझ की बात है, समझने की बात है। हमारा ही बुरा समय क्यों चल रहा है? ऐसा प्रश्न प्रायः सभी करते हैं। मीरा हों, कबीर हों, रैदास हों, रहीम हों, रसखान हों, इनके साथ बुरा ही बुरा हुआ। भला या बुरा हमारे मन:स्थिति के शब्द हैं। कई बार सुख हमारे रास्ते का सबसे बड़ा रोड़ा होता है। बुद्ध के जीवन में बुद्धत्व तब आया जब उनके सारे सुख विलीन हो गए। ये कोई बात हुई कि आप आत्महत्या कर लें, आपको सत्य का सामना करना चाहिए, सत्य को स्वीकारना चाहिए, विष को पीना चाहिए और अपने तप से उसको पचाना चाहिए। सकारात्मक कर्म, सकारात्मक विचार, सकारात्मक भाव जीवन को अच्छा बनाते हैं। सकारात्मक का मतलब है उसमें आपका हर दुख तप में परिवर्तित हो जाता है। तप से आपके कर्म का प्रक्षालन हो जाता है। तप के बिना मन का मैल नहीं टूटेगा, इसलिए प्रकृति आपको तपाती है। जब प्रकृति के तपन से आप निकलते हैं न तो आपके जीवन में कोई धुंधलापन, कोई अंधेरा नहीं रहता, कोई मैल नहीं रहता, फिर आप सही-सही देख पाते हैं। फिर आप जीवन का सही-सही आकलन कर पाएंगे। आत्महत्या करना आपकी गलती है, आपके दुखों की गलती नहीं है।

बुरा समय हमारी आध्यात्मिकता की, हमारी आस्तिकता की परीक्षा होती है। बुरा समय यह नहीं कहता कि आप आत्महत्या कर लें। आपको दुख है, पीड़ा है, संताप है, विपदाएं हैं, जो ये बताती हैं कि ये आपकी परीक्षा है। आपकी

आस्तिकता कितनी मजबूत है, आपकी आध्यात्मिकता कितनी मजबूत है, आपकी ईश्वर भक्ति कितनी प्रगाढ़ है? दुख आपकी परीक्षा लेता है, आत्महत्या और शरीर छोड़ने के लिए प्रेरित नहीं करता है । परीक्षा दीजिए और परीक्षा में खरे उतरिए। कोई चीज आपको नहीं मार सकती, दुख आपकी परीक्षा की घड़ी होती है, आत्महत्या की घड़ी नहीं होती है, बस आप अपने मन को नहीं डिगाईए । परिस्थितियों से संघर्ष करिए, क्यों बुरा समय की बात करते हैं? दुख तो परीक्षा ले रहा है, आत्महत्या आपकी गलती होगी, दुख की नहीं।

प्रश्न- इस दुनिया में लड़कों को ही इतना ज्यादा दुख-कष्ट-कठिनाई क्यों झेलनी पड़ती है?

उत्तर- ये सवाल कभी लड़कियां किया करती थीं, अब लड़के करने लगे हैं। पहली बात किसी को दुख-कष्ट-कठिनाई की पीड़ा नहीं होती है, जब आप आकांक्षाएं रखते हैं, कामनाएं रखते हैं, आप उन चीजों को चाहते हैं जो आपके रेंज से बाहर है, तब आप अपने को पीड़ित महसूस करते हैं। जरूरत से ज्यादा अपेक्षा आपको कष्ट और पीड़ा देती है। जब आप ज्यादा आकांक्षा नहीं रखेंगे, तो आप अपने को पीड़ित महसूस नहीं करेंगे। सच कहें तो हमारी वासनाएं हमें गुलाम बनाती हैं और आप समझते हैं कि हम पीड़ित हैं । पहले आप ये बताइए कि आप उन चीजों को चाहते ही क्यों है? ये चाहत लड़का हो या लड़की, सभी को पीड़ा देती है। ये लड़कों का कष्ट या लड़कियों का कष्ट नहीं है, पहले आप ये बताइए कि आपके जीवन का उद्देश्य क्या है? किसी चीज को जबरदस्ती क्यों पाना चाहते हैं? अगर लड़की ने ना की है, तो जबरदस्ती उसके पीछे क्यों पड़े हैं? उसकी भी अपनी स्वतंत्रता है, आपको प्रेम करे या न करे, उसकी मर्जी है। अगर तुम प्रेम नहीं करोगी तो मैं मर जाऊंगा, ये कौन सा लड़कों का कष्ट है? अगर परिवार में कलह है, तो आप परिवार के हर सदस्यों का मन बदल देंगे क्या? आप स्वावलंबी बनिए, मेहनत मशक्कत करके, रोज़ी-रोजगार ढूंढिए। सबका भला कीजिए और अपने समय का इंतजार कीजिए, सब का समय आता है और आपका भी समय निश्चित ही आएगा।

प्रश्न- क्या लड़कों को भगवान बस मार खाने, गाली खाने और घरवालों का बोझ उठाने के लिए बनाते हैं?

उत्तर- लड़के ही क्यों, लड़कियां भी गाली खाती हैं। अब तो लड़कियां भी घर का बोझ उठाती हैं। लेकिन हम आपसे ये प्रश्न पूछते है कि घरवालों की देखभाल करना, बोझ है क्या? कर्मों का बोझ तो भाई सबको उठाना ही पड़ता है। इसमें भला क्या या बुरा क्या? आप बुरा माने या भला माने, आपको उठाना ही पड़ेगा और उठाना चाहिए। सबसे अद्भुत और विचित्र बात क्या है? आपने इसमें भगवान को भी शामिल कर लिया है, इसमें भगवान ने क्या किया? ये तो आपके कर्मों का खेल है, कर्मों का फल है। आप अपने संस्कार को क्षीण करिये न, जिसके लिए महर्षि पतंजलि ने तप, स्वाध्याय और ईश्वर प्रणिधान की बात बताई है। ये हम कहीं से जस्टिफाइड नहीं ठहराते कि आपको गाली खानी चाहिए या मार खाना चाहिए। हाँ बोझ जरूर उठाना चाहिए, जिसे आप बोझ समझते हैं वो आपका कर्तव्य है, अगर ये कर्तव्य करने का आपको अवसर मिल रहा है तो आप अपने को सौभाग्यशाली समझिए।

जीवन की प्रधान समस्या क्या है? हम ईश्वर विमुख जीवन जीते हैं। संसार से अपेक्षा रखते हैं कि संसार में कोई हमें मदद करे, यहीं गड़बड़ हो जाती है। अरे आपको इच्छा करनी है तो अपने मालिक परम पिता परमात्मा से करिए, किसी और से नहीं। जब ईश्वर हमारे सहयोगी हैं, तो ऐसा कोई काम नहीं है जो हम नहीं कर सकते। अगर हम ये भरोसा कर लें कि ईश्वर है और वह करेगा । फिर कोई समस्या ही नहीं है।

प्रश्न- जहाँ भी देखो सिर्फ लड़कियों के लिए लिखा रहता है कि बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ, लड़कों के लिए कुछ नहीं, ऐसा क्यों?

उत्तर- इस पीढ़ी के लोग इस तरह का ही प्रश्न करेंगे, पीछे का 200-300 सालों का इतिहास देख लें, तब पता चलेगा की बेटियों के साथ क्या हुआ है। उन्होंने नहीं देखा है कि महिलाओं के साथ किस तरह का सलूक किया जाता था, अब तो खैर महिलाएं सशक्त हुई हैं, स्वावलम्बी भी हुई है। ये बहुत मूल्यवान बात है, इसे ध्यान से सुनिए कि प्रकृति सबकी माँ है, आप समता मानें या विषमता माने, प्रकृति को जो उचित लगता हैं वैसी ही परिस्थिति बनाती है, वही रचना रचती है, वही विधान बनाती है। जैसे आज आरक्षण को लेकर भी बातें होती हैं कि शेड्यूल कास्ट के लोग ऊंची जाति का हक मार रहे हैं, लेकिन आप पिछले दो सौ, चार सौ साल का इतिहास देखें कि ऊंची जाति के लोग, नीची जाति के लोगों के साथ कैसा व्यवहार किया था? कैसा अत्याचार किया था? जिस दिन ये भेदभाव खत्म हो जाएगा आरक्षण भी खत्म हो जाएगा। प्रकृति अपने आप सारी व्यवस्था बना देगी, बना ही देगी। अपने ही देश में महिलाओं को दूसरे दर्जे का नागरिक माना जाता था, तो अब उनकी बारी है। क्यों परेशान हो रहे हैं? आज भी पुरुष के मानसिकता में औरतें भोगने की वस्तु है, चीज़ है, जिन्दा सामान है। जो दलित और वंचित रहा है, कब तक आप उसे दलित और वंचित रखेंगे, चाहे वो नारी हो, चाहे नीची जाति के लोग हों। प्रकृति सबका न्याय करती है।

लेकिन एक विसंगति है, आज महिलाएं भी उटपटांग काम करती हैं, महिलाएं भी दुर्व्यवहार करती हैं, ये सत्य है। लेकिन हमें अपने धर्म को नहीं छोड़ना चाहिए, अपने सत्य को नहीं छोड़ना चाहिए। एक होता है स्त्रियोचित गुण और एक होता है पुरुषोचित गुण, स्त्रियोचित गुण ईर्ष्या और पुरुषोचित गुण अहंकार । कुछ पुरुषों में भी स्त्रियोचित गुण होता है और कुछ महिलाओं में पुरुषोचित गुण होता है। संवेदना की ऊर्जा अगर अज्ञान से जुड़े तो ईर्ष्या बनती है और ज्ञान से जुड़ती है तो करुणा बनती है। महिलाओं में स्वाभाविक रूप से संवेदना ज्यादा होती है, अगर उन्हें ज्ञान से जोड़ा जाए तो वो करुणावान होकर के सभी के साथ संवेदनशील व्यवहार करेगी, उटपटांग हरकते नहीं करेंगी ईर्ष्या वश, पुरुषोचित जो अवगुण है अहंकार, जो किसी-किसी महिलाओं में ज़्यादा होता है, ज्ञान होगा तो फिर किसी पर अत्याचार नहीं करेंगी। तो समय की मांग है महिलाओं को आगे बढ़ाया जाए।

प्रश्न- भगवान अगर इस दुनिया में लड़कों को नहीं बनाते तो क्या होता?

उत्तर- क्यों नहीं बनाते? गाय बनाता, बैल नहीं बनाता, फिर क्या होता? फिर भगवान को अमैथुनी सृष्टि की व्यवस्था करनी पड़ती, सृष्टि चलाने के लिए। पुरुष और स्त्री के मिलन से ही, पीढ़ियां आगे बढ़ती हैं। गीता में भगवान कहते हैं प्रजनन के लिए मैं कामदेव हूँ, सृष्टि की निरंतरता के लिए जन्म और मृत्यु दोनों अनिवार्य है। केंचुआ को देखा है आपने? एक केंचुआ के सात आठ टुकड़े करेंगे तो सभी टुकड़ा अलग-अलग केंचुआ बन जाता है। अपने आप ग्रो हो जाता है। पर सभी की प्रकृति अलग-अलग है। ये कितना मूर्खतापूर्ण सवाल है कि आप अपनी समस्या के लिए प्रकृति को, भगवान को दोषी ठहराते हैं। तो क्या प्रकृति आपके कहने के अनुसार सृष्टि के नियम बदल दे? हो सकता है आप बहुत ज्यादा निराश हों, जप-तप-ध्यान-प्राणायाम करिए, प्राकृतिक जीवन जीएं। जीवन का निष्कर्ष क्या है?प्रकृति के साथ सहयोग, सहचर्य, और परमात्मा के साथ सहचर्य। प्राकृतिक नियम को प्राकृतिक ही रहने दीजिए। आप सूरज को कह सकते हैं कि सूरज मत निकलो, चंद्रमा को कह सकते हैं कि आज मत आओ। प्रकृति के साथ सहयोगपूर्ण

जीवन हो और परमात्मा की ओर उन्मुख जीवन हो तो फिर आप इस तरह के सवाल नहीं करेंगे। फिर जीवन में विफलता क्षणिक होंगी, उत्थान सुनिश्चित है।

प्रश्न- पढ़ाई करने के लिए जब कॉपी किताब खोलते हैं तो नींद क्यों आने लगती है? क्या कॉपी-किताब में नशा होता है?

उत्तर- कॉपी-किताब में नशा नहीं होता है, आपके अंदर विटामिन बी 12 की कमी है, हीमोग्लोबिन की कमी है इसलिए आपको ज्यादा नींद आती है या फिर आप ज्यादा मोबाइल का उपयोग करते हैं, सोशल मीडिया का ज़्यादा उपयोग करते हैं, तो नींद आना स्वभाविक है। नींद आने का पहला कारण है- मानसिक, पढ़ाई में अरुचि, रुचि का ना होना, दूसरा कारण है- शारीरिक, हीमोग्लोबिन का कम होना, इससे मानसिक थकान होती चली जाती है। अगर कारण शारीरिक है तो थोड़ा नस-नाड़ी को मजबूत करने वाली दवाइयां लें, ब्राह्मी रासन खाइये और कारण मानसिक है, तो पढ़ाई में रुचि विकसित कीजिये, खुद से प्रश्न करिए कि हम पढ़ाई क्यों कर रहे हैं? पढ़ाई क्यों करना चाहिए? उत्तर मिलेगा तो आपको पढ़ाई में मन लगेगा फिर नींद नहीं आएगी। किसी काउंसलर से मिलें, जो आपकी पढ़ाई में रुचि को जगायें।

प्रश्न- मेरा प्रश्न ये है कि क्या राम को सच में आदर्शवादी पुरुष कहने की जरूरत है? क्योंकि मुझे लगता है जो गलत है सो गलत है, उसके सामने नहीं झुकने वाले लोग ही आदर्शवादी कहलाने वाले लोग हैं और ये बात हम सब जानते हैं कि भगवान राम ने कई बार गलत शर्तों के सामने हार माना है।

उत्तर- अच्छा ये बताइए, चलिए भगवान राम आदर्शवादी नहीं है, मर्यादा पुरुषोत्तम नहीं हैं, आप हैं क्या? कोई और है क्या? जिसको कई उपनिषदों में "अवांगमनसगोचरं' और तैत्तरीय उपनिषद में "अप्राप्य मनसा सह' कहा गया है। जो वाणी मन और इंद्रिय से परे है, मन के सहित सभी इन्द्रियां उसे न पाकर लौट आती है, वह परब्रह्म परमात्मा है। जब अहंकार अपने स्रोत यानि अपनी आत्मा में डूब जाता है, जिसे समाधि कहते हैं, इसे जीवन का खंड प्रलय कहते हैं, गंगा अगर हिमालय में विलीन हो जाए तो गंगा के लिए प्रलय हो गया, उसी तरह जीवन जब लीन हो जाता है यानि इन्द्रियां, मन सब विलीन हो जाता है, मतलब संसार नहीं रहता है, जीवन चेतना अपने स्रोत में विलीन होने लगती है, तब आप भगवान के ज्ञाता हो सकते हैं। आप कहते हो न भगवान राम यानि भगवत्ता से परिपूर्ण है, तो क्या भगवत्ता मानवीय बुद्धि की सीमा में है? क्या ईश्वरत्व का विवेचन बुद्धि से किया जा सकता है? क्या आप राम को जज करने की स्थिति में हो? आपको कुछ काम राम के अच्छे नहीं लग सकते हैं, कुछ काम अच्छे लग सकते हैं, आपकी बुद्धि ऐसा कहती है। लेकिन आपको अपनी अच्छाई और बुराई पर ध्यान देना चाहिए, राम की अच्छाई या बुराई पर नहीं। आप स्वयं में सद्गुण संवर्धन करें। भगवान राम में ऐसे बहुत सारे सद्गुण हैं, जिसमें से कम से कम एक को आप अपना लीजिए, जिससे आपका जीवन निहाल हो सकता है। क्या दिक्कत है? आपको राम में बहुत कुछ बुरा लगता है तो बुरा राम के लिए रहने दें, जो अच्छा लगता है वो अपना लीजिये। हम विवेचना करने लगते हैं और विवेचना करने लायक हमारे पास तो अकल है नहीं। रामायण लिखी महर्षि वाल्मीकि ने, रामचरित मानस लिखी गोस्वामी तुलसीदास जी ने, हमारे पास महर्षि वाल्मीकि और गोस्वामी तुलसीदास जैसी मेधा-क्षमता है क्या? अरे भाई! चित्त को शुद्ध किए बिना हमें

अपनी आत्मा का तो परिचय मिलता नहीं, परमात्मा तो बहुत दूर की बात है। भगवान राम को समझना तो बहुत दूर की बात है, हम अपने आप को समझते हैं क्या?

आपकी समस्या है कि आप राम को नहीं मानना चाहते हैं मत मानिए, लेकिन ये संदर्भ कहाँ है जहाँ गलत शर्तों पर उन्होंने हार मान ली, क्या आप माता सीता वाला प्रकरण कहना चाहते हैं कि धोबी के कहने पर उन्हें घर से निकाल दिया। सच ये है कि राम ने हार मानी नहीं, मालूम है राम कब हार मानते? जब सोने की सीता की बजाय दूसरा विवाह करके, दूसरी पत्नी के साथ अश्वमेध यज्ञ करते। ये होती है राम की हार। पर राम ने तो ऐसा नहीं किया तो फिर कब गलत शर्तों के सामने हार माना? अश्वमेध यज्ञ हो या न हो उन्होंने स्पष्ट कहा कि मेरे जीवन में सीता के अलावा और कोई दूसरी महिला नहीं होगी। सच यह है कि राम और सीता कभी अलग थे ही नहीं। ये बात आपको समझ में नहीं आएगी क्योंकि भगवत्ता को आप बौद्धिकता से नहीं नापये-तौल सकते हो।

राम के जीवन में आपको बाहरी दृष्टि से विसंगतियाँ लग सकती हैं, पर आंतरिक दृष्टि से देखेंगे, अंतर्दृष्टि से देखेंगे, अंतःकरण की दृष्टि से देखेंगे तो सब सुसंगत है, विसंगत नहीं है। आपका दृष्टिकोण सतही है।

प्रश्न- मैं प्रतिदिन ध्यान करता हूँ लेकिन 10-15 मिनट से ज्यादा ध्यान करने पर मैं ना चाहते हुए भी नींद में चला जाता हूँ। इसका कोई उपाय बताइए, जिससे मैं ज्यादा देर तक ध्यान कर सकूँ।

उत्तर- ध्यान के ज्यादा देर होने की जरूरत नहीं है उसे प्रगाढ़ होने की जरूरत है। आपका मन, बुद्धि, हृदय, ध्येय में 2 मिनट के लिए लीन हो, ये लीनता बढ़ेगी आपकी स्नायविक संस्थान के विकास के अनुरूप। थोड़ी देर बाद ही ध्यान में नींद आने लगती है मतलब आपका स्नायु कमजोर है। जो ध्यान साधना करते हैं उन्हें ब्राह्मी रसायन, शंखपुष्पी, जटामासी इत्यादि का प्रयोग करना चाहिए ताकि स्नायु संस्थान मजबूत हो। नींद का मतलब है कि शरीर, मन और स्नायु संस्थान थक गए हैं। इसका सरल उपाय है कि ध्यान से पहले प्राणायाम करें, ऑक्सीजन लेवल बढ़ाएँ, प्राणवायु बढ़ेगी तो आप ध्यान ज्यादा देर तक कर पाएंगे। आयुर्वेदिक औषधि ले पाएंगे तो ज़्यादा देर तक ध्यान कर पाएंगे। नींद आना मानसिक थकान द्योतक है। अपने खान-पान को सही करिए, सात्विक भोजन करिए, तामसी भोजन मत करिए जिससे नींद बढ़े। जिसका हीमोग्लोबिन कम होता है, विटामिन बी 12 कम होता है तो उसे जल्दी नींद आती है और ज्यादा नींद आती है। तो ये समस्या ध्यान की नहीं है ये समस्या आपके मानसिक और शारीरिक दुर्बलता की है। बकरी के पीठ पर घोड़े का वजन नहीं लादा जा सकता और घोड़े के पीठ पर हाथी का वजन नहीं लादा जा सकता। आपके मन और मस्तिष्क से ध्यान ज्यादा क्षमतावान है, तो आप अपने मस्तिष्क की क्षमता बढ़ाईये। सादा भोजन, पौष्टिक भोजन करिए और प्रातःकाल उठकर के भ्रमण करिए, शाम सूर्यास्त के बाद ही खाना खाकर भी भ्रमण करिए, जठराग्नि प्रज्ज्वलित रहेगी तो खाना आसानी से पचेगा और देह में लगेगा । पर देर रात तक जागेंगे उस समय खाना खाकर सोयेंगे तो सुबह पेट साफ नहीं होगा तो ध्यान क्या खाक लगेगा?

प्रश्न- श्री रामचरित मानस में यह लिखा हुआ है कि जब रामजी वनवास में थे तो माता सती, माँ सीता का रूप धारण कर रामजी के पास गई थीं, परीक्षा लेने के लिए, लेकिन जब राम जी का जन्म होता है और विवाह होता है तो माँ पार्वती जाती हैं दर्शन करने, ऐसा कैसे हो सकता है?

उत्तर- नाना भांती राम अवतारा, रामायण सतकोटि अपारा, तुलसीदासजी कहते हैं- सौ करोड़ रामायण है। राम जन्म के हेतु अनेका, परम विचित्र एक ते एका। राम किसी एक कारण से पैदा नहीं हुए, राम के जन्म के अनेक हेतु हैं, अनेक कारण हैं और सभी परम विचित्र हैं। राम हर कल्प में अवतार लेते हैं। दोनों कथा के कल्प अलग-अलग हैं। सती जी अलग कल्प में हुई हैं और पार्वतीजी अलग कल्प में हुई हैं। हरि अनंत हरि कथा अनंता, आप बस इतना समझ लें कि कल्प भेद के अनुसार कथा भेद है। एक कल्प की कथा है जब सतीजी परीक्षा लेने के लिए गई, एक कल्प की कथा है जब पार्वतीजी गईं। कल्प भेद को अगर आप समझ सकें तो समझ पाएंगे, नहीं तो नहीं समझ पाएंगे। राम का तो अनेक बार अवतार हुआ, अनेक तरह से उनकी कथाएं हैं, समझ सकें तो समझ लीजिये। कल्प भेद से उनके अलग-अलग चरित्र हैं। आप अगर गणेश पुराण पढ़ें तो उसमें वर्णन है कि शिव-पार्वती के विवाह में गणेशजी मौजूद थे, वे तो पुत्र थे, फिर माँ-बाप की शादी में वो कैसे उपस्थित थे? दरअसल यह गणेश जी परब्रह्म गणेश हैं, जिनका न जन्म होता है और न मरण होता है। फिर पुत्र बनकर भी पैदा लेते हैं। अटपटा लगता है सुनकर, लेकिन सच्चाई यही है। उसी तरह आदि शक्ति के रूप में राम जीके जन्म और विवाह के समय पार्वतीजी विद्यमान हों, ऐसा हो सकता है। मूल बात है कैसे भी समझने की कोशिश करें भगवान बुद्धि की पकड़ में आता ही नहीं है। इसलिए भगवान कृष्ण गीता में कहते हैं "श्रद्धावान लभते ज्ञानं तत्परा संयतेंद्रिय, बुद्धिमान को ज्ञान का लाभ नहीं मिलता श्रद्धावान को ज्ञान का लाभ मिलता है। पढ़िए तो पूरी रामायण पढ़िए, एक पैर कटा हुआ कहीं पड़ा हुआ है, सिर्फ पैर देख कर पूरे शरीर का अंदाजा लगाया जा सकता है क्या? नहीं। आप मानस पीयूष पढ़ लीजिये 9-10 खंडों में गीताप्रेस ने छापा था उसमें इस तरह की हर समस्याओं का समाधान है।

प्रश्न- मेरा एक प्रश्न था कि मुझे कंप्यूटर साइंस के बारे में पूर्ण जानकारी दीजिए। क्या उसके लिए एक ग्यारहवीं कक्षा से कुछ करना पड़ता है? यह भी मुझे बताइए।

उत्तर- कंप्यूटर तो आज पहली कक्षा से पढ़ाई जाती है। इंटरमीडिएट में तो एक सब्जेक्ट के रूप में कंप्यूटर है। मैथ से इंटरमीडिएट करने के बाद इंजीनियरिंग की परीक्षा दीजिए, उसमें अच्छे नंबर आएँगे तो आपको कंप्यूटर साइंस सब्जेक्ट मिलेगा पढ़ने के लिए। वैसे बीसीए, एमसीए कीजिए उसमें कंप्यूटर साइंस पढ़ाया जाता है। इस व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में, गान-ज्ञान-ध्यान की कक्षा में, इसकी पूरी जानकारी नहीं दी जा सकती। कंप्यूटर को समझने के लिए गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान में एडमिशन लीजिये, बेसिक्स समझ में आ जाएगा। कंप्यूटिंग का मतलब होता है गुणा-भाग-जोड़-घटाव, गणना, कैलकुलेशन। कंप्यूटर ह्यूमन ब्रेन का प्रतिरूप बनाने की कोशिश है। जो-जो ह्यूमन ब्रेन में है वह कंप्यूटर में डालने की कोशिश की जा रही है। फर्क यही है कि ह्यूमन ब्रेन कंप्यूटर बना सकता है पर कंप्यूटर ह्यूमन ब्रेन बना नहीं सकता, ब्रेन में कैलकुलेशन के अलावा लॉजिक भी है। वैसे ह्यूमन ब्रेन भी लॉजिक से चलता है, कंप्यूटर भी लॉजिक से चलता है।

प्रश्न- पूर्वाग्रह अनुभूतियों की मौलिकता को नष्ट कर देते हैं। कृपया इसका आशय समझाने की कृपा करें।

उत्तर- पूर्वाग्रह का आशय यह है कि आप कुछ ले करके किसी के पास जाते हैं, जिस रंग का चश्मा होगा सर्वत्र वैसा ही रंग दिखेगा। अभी भगवान राम के बारे में पूर्वाग्रह से ग्रसित व्यक्ति ने प्रश्न किया कि राम कई बार गलत शर्तों के

सामने हार गए। ये पूर्वाग्रह का चश्मा है। पहले से निष्कर्ष निकाल चुके हैं, वो राम को क्या जानेंगे। आप खुले दिल से रामायण को पढ़ते, तुलसी दास जी की अनुभूतियों में बहते, तब तो राम की मौलिकता आपको पता चलती।

प्रश्न- धर्म क्या होता है? अगर धर्म व्यक्तिगत होता है तो पाप करने वाले, अपराध करने वाले भी अपने स्थान पर सही हैं? तो फिर अच्छे और बुरे में क्या अंतर रह गया? फिर ऐसी परिस्थिति में धर्म की क्या परिभाषा होगी? कृपया इस तथ्य को समझाने की असीम कृपा करें।

उत्तर- धर्म जीवन के नियम है, कमांडेंट्स ऑफ लाइफ। जिन ऋषियों-मनीषियों ने जीवन को गहराई से समझा, जीवन का मतलब सिर्फ शरीर नहीं, जीवन का मतलब जब से हमने जन्म लिया और जब तक जीवित रहेंगे, तब तक का जोड़-घटाव, गुणा-भाग नहीं, मृत्यु के बाद भी जो जीवन है, उसको भी समझा, क्योंकि जीवन तो एक यात्रा है, यह शरीर तो उसकी एक कड़ी है। तो जिन लोगों ने जीवन को समझा, प्रकृति में जीवन कैसे संचालित होता है उसके लिए उन्होंने कुछ नियम बनाए और उसकी व्याख्या की। जिस तरह से प्रकृति के नियमों को समझना विज्ञान है, शरीर के नियम समझना बायलॉजी, पदार्थ के नियम को समझना फिजिक्स, पदार्थ में एक दूसरे का क्रिया-प्रतिक्रिया से मिलने को समझना केमिस्ट्री, ये सब प्रकृति के नियम ही तो हैं, उसी तरह से जीवन के नियम को समझने की ख्वाहिश और कोशिश और ये नियम, निष्कर्ष, धर्म कहलाता है। धर्म व्यक्तिगत भी होता है और सामाजिक भी होता है और धर्म आध्यात्मिक भी होता है। आप पाप और अपराध करेंगे तो वे नियम आप पर लागू हो जाएंगे अपने आप। आप अगर जीवन के नियमों का और प्रकृति के नियमों का उल्लंघन करेंगे तो आप सही नहीं हैं। आप प्रकृति के नियम को मत मानिए, ठीक है मत मानिए, सर्दी के दिनों में कपड़ा खोलकर अच्छे से नदी या तालाब में नहाइए, जितनी देर तक आपकी जीवनी शक्ति साथ देगी तब तक आप बीमार नहीं पड़ेंगे और जहाँ जीवनी शक्ति कमजोर पड़ी तो खट से आप बीमार हो जाएंगे। आप मानिये या न मानिए, उससे कोई फर्क नहीं पड़ता, प्रकृति के नियम लागू होंगे। उसी तरह से जीवन के नियम भी लागू होते हैं। जब तक पुण्य का बल है तब तक आप कुछ भी करते रहिये, जिस दिन पुण्य बल खत्म हुआ, पाप बल बढ़ा, फिर कानून अपना काम करेगा। लागू नहीं होता तो अब तक रावण खटिया बिछाये हंस रहा होता, हा हा हा हा करके। आप प्रकृति का सहयोग कर रहे हैं, आप ऋतुचर्या, दिनचर्या का पालन कर रहे हैं, तो स्वस्थ रहेंगे। प्रकृति के नियम का विरोध करके कब तक आप सवस्थ रह सकेंगे? यही जीवन के नियम हैं, अगर आप जीवन को स्वीकारते हैं, सहेजते हैं, तो आपकी जीवनी शक्ति बढ़ेगी, ऊर्जा बढ़ेगी, अपने जीवन के उद्देश्य को पूरा करेंगे, प्रकृति में अपने प्रयोजन को पूरा करेंगे। अगर आप नहीं स्वीकारते हैं तो लुढक-पुढक कर मर-मुरा जाएंगे। तो धर्म की परिभाषा है जीवन के नियम, जिसे आप स्वयं समझिए और नियम को अनुभव करिए।

प्रश्न- सप्ताह का दिन रविवार से शुरू होता है या सोमवार से?

उत्तर- दिन तो सोमवार से शुरू होता है क्योंकि रविवार का एक नाम है इतवार, लेकिन उसका सही शब्द है इतिवार यानि वार का अंत। इतिवार ही इतवार हो गया है। सोमवार से शुरू हुआ और रविवार को अंत हो गया। अंग्रेजी कैलेण्डर में संडे से सैटरडे तक का क्रम है। हिंदी कैलेंडर में सोमवार से रविवार का क्रम है। हमारे यहाँ ग्रहों की रश्मियों के आधार पर वारों के नाम है। सभी ग्रहों के अधिपति हैं सूर्य, सभी ग्रह क्रमवार प्रकट होते हैं और अंत में अधिपति यानि राजा प्रकट होते हैं, सूर्य प्रकट होते हैं। सभा के अध्यक्ष का भाषण सबसे अंत में होता है।

प्रश्न- आप जो रविवार की कक्षा में ध्यान कराते हैं, जो लड़कियां या महिलाएं पूजा नहीं कर सकती, उन्हें ध्यान करना चाहिए क्या? क्या उन्हें मंदिर जाना चाहिए?

उत्तर- उस 4 दिन में अगर मनःस्थिति सही है, मन बुझा-बुझा सा नहीं है, भावनात्मक रूप से बिखराव नहीं है तो ध्यान करने में कोई बुराई नहीं है। मानसिक जप, ध्यान, मानसिक पूजा आप कर सकते हैं। पर सभी जगह की अपनी अपनी प्रथा है, परम्पराएं हैं, मर्यादाएं हैं, उसे भी मान लेने में कोई बुराई नहीं है। दरअसल ये 4 दिन रेस्ट डे होते हैं, कॉन्फिगरेशन ऑफ एनर्जी चेंज हो जाती है बॉडी में, बॉडी की भी और साइकी की भी, शरीर की भी और मन की भी ऊर्जा का चक्र परिवर्तन होता है। उस चक्र परिवर्तन से आप किसी और ऊर्जा के क्षेत्र में प्रवेश करते हैं, तो एक व्यतिक्रम सा पैदा होता है, इसलिए मंदिर जाना मना किया जाता है क्योंकि मंदिर का या किसी तीर्थ क्षेत्र की ऊर्जा का अपना विशेष चक्र होता है। हो सकता है आप का ऊर्जा चक्र डिस्टर्ब हो जाये। हाँ गर्भगृह में आप मत जाइए, लेकिन आसपास के परिसर में तो आप जा ही सकते हैं, मानसिक रूप से जल चढ़ा ही सकते हैं, मानसिक रूप से धूप, अगरबत्ती, पुष्प, फल भाव से चढ़ा ही सकते हैं। आपको लगता है कि मेरी दिनचर्या में ये शामिल हैं, इसमें व्यतिक्रम कैसे ले आयें? तो आप भाव स्नान कराएं भगवान को, मन ही मन पुष्प, अक्षत, धूपबत्ती, फल चढ़ाने का भाव कर लें। आकर दर्शन तो कर ही सकते हैं। थकान नहीं लगती है तो आप खाना भी बनाइए। लेकिन इन चार दिनों में स्त्री अछूत नहीं होती है, छुआछूत की भी बात नहीं है, अब तो ऐसी व्यवस्था है कि इन्फेक्शन भी नहीं फैलता है। बात यह है कि उसके शरीर के ऊर्जा चक्र में परिवर्तन होता है, इसलिए उन दिनों उसके लिए रेस्ट डे हो तो ज्यादा अच्छा है। वह कंफर्टेबल फील करे, पर ये न छुओ वो न छुओ, ये न करो वो न करो, ये सब नहीं। अपनी शारीरिक स्थिति और अपनी मानसिक स्थिति के हिसाब से खूद निर्णय करिये।

प्रश्न- मेरा प्रश्न यह है कि कई बार हमारी कोई भी गलती नहीं होती है फिर भी हमें बहुत डांट सुननी पड़ती है और ऐसे में हम अपनी भावना यानि दुख को कैसे संभाले? यदि बर्दाश्त करते हैं तो उस गलत चीज़ का टैग हमारे ऊपर हमेशा लगा रहता है, जिसमें हमारी कोई गलती भी नहीं ऐसे में हम कितने को समझाएं ?

उत्तर- देखिए, अपनी बात कहनी चाहिए। अगर तत्काल वहाँ का वातावरण आवेशित है तो ना कहें। वातावरण जब सामान्य हो तो सरल भाषा में समझाया जा सकता है, या एक लाइन में कहें ऐसा नहीं ऐसा था, फिर उसके बाद डिस्कशन में मत फंसे, उलझें नहीं। भ्रांति जरूर दूर कर देनी चाहिए। अधिकांश स्थिति में प्रायः ऐसा होता है कि लोग सही बात, सही समय पर नहीं कहते और सही तरीके से नहीं कहते इसलिए गलत ठहराए जाते हैं। सही समय पर और सही तरीके से कहने पर, लोग अपनी बात पर अड़े भी नहीं रहते और सहज रूप से मान भी लेते हैं, सबका मन हल्का भी हो जाता है। यही पर धैर्य और विवेक की आवश्यकता है। धैर्य और विवेक दो शब्द नहीं है, एक तरह से कह सकते हैं कि हमारी सुरक्षा के लिए हथियार हैं।

प्रश्न- प्रणाम अंकल जी, क्या लड़कियों का कोई अपना घर नहीं होता? जब वह मायके में रहती है तो उसे कहा जाता है कि वह पराया धन है और ससुराल जाती है तो उसे कहा जाता है कि वह दूसरे घर से आई है, ऐसा क्यों?

उत्तर- ऐसा नहीं है, अगर कोई ऐसा सोचता है तो वह गलत सोचता है। हमारे यहाँ जीवन की व्यवस्था में जो सबसे बड़ी खूबसूरती है वह है परिवार की व्यवस्था। लड़की जब अपने मायके में रहती है तो वह आदरणीय और पूजनीय होती है। लड़की को माता-पिता, भाई-बहन सबका प्रेम मिलता है, सबकी वह लाडली होती है। और जब वह ब्याह कर जाती है तो वहाँ की गृहस्वामिनी होती है। उसे ससुराल में गृह लक्ष्मी कहा जाता है। अपने गुणों से, अपने व्यवहार से सबका मन जीतती है, प्रेम पाती है। पर कुछ लोग लड़की को चीज समझते हैं, सामान समझते हैं, भोगने की वस्तु समझते हैं, तो फिर ऐसे लोगों के बारे में क्या कहा जा सकता है। ससुराल में वह बिना वेतन वाली 24 घंटे की नौकरानी होती है, अरे नौकरानी को भी लोग पैसा देते हैं, पर उसे तो दवा के लिए भी पैसा नहीं दिया जाता है, क्यों बीमार पड़ती हो, खाना-पीना खाओ और काम करती रहो, ये डिश वो डिश बनाने की फरमाइश पूरी करती रहो, मायके आना जाना है तो अपने पैसो से आओ-जाओ और हद तो तब हो जाती है, जब लड़के के रिश्तेदार उस लड़के को ही सही ठहराते हैं, उल्टा लांछन लगाते हैं- अरे समय समय पर फ़ोन क्यों नहीं करती हो, पर उस लड़की की मनःस्थिति को कोई नहीं समझते हैं। इस स्थिति में, मजबूरी में लड़की को काम करना पड़ता है, पैसा कमाना पड़ता है, नहीं तो घुट-घुटकर जीना पड़ता है और जब असहनीय स्थिति हो जाती है तो मर जाना पड़ता है। हालांकि गहराई से सोचें तो ये कर्मों का खेल है। प्रारब्ध सभी को भुगतना ही पड़ता है। हाँ प्रकृति के दंड विधान में कभी न कभी सभी आते हैं, चाहे वो देव हो, दानव हो, मानव हो, कोई ब्रह्मा-विष्णु-महेश नहीं बच पाते, कर्मफल का विधान सभी पर लागू होता है। वेद में मंत्र है, ऋषि विवाह के समय कन्या के लिए प्रार्थना करता है, तुम अपने पति के परिवार वालों से, यहाँ की तुलना में 1000 गुना ज्यादा प्रेम पाओ और उन पर प्रेम बरसाओ। ऐसा मंत्र है वेद का। कोई अगर कहता है कि लड़की पराया धन है तो काहे का पराया धन है? बेकार की बातें हैं इसी को कहते हैं मूढ मान्यता। अब तो कानून की दृष्टि से भी भाई-बहन को संपत्ति में बराबर अधिकार है।

प्रश्न- प्रणाम अंकल, मेरा प्रश्न है, लक्ष्मण जी के पुत्रों के क्या नाम है? क्योंकि गूगल पर सर्च करने पर अंगद और चंद्रकेतु बता रहा है। अंगद तो बाली के पुत्र का नाम था?

उत्तर- ठीक ही है, एक ही नाम दो व्यक्तियों का नहीं रखा जा सकता क्या? एक नाम दो आदमियों के तो हो ही सकते है न। अंगद और चंद्रकेतु, पर कहीं कहीं धर्मकेतु भी है।

प्रश्न- मेरा प्रश्न यह है कि सूर्य भगवान को जब हम जल चढ़ाते हैं तो जल का छींटा हमारे पैर पे पड़ता है तो क्या ये अच्छी बात है या नहीं? मैं क्षमा चाहती हूँ कि ऐसे प्रश्न पूछती हूँ लेकिन मेरे मन में ऐसे सवाल आते हैं तो मुझे आपसे अच्छा सुझाव देने वाला कोई नजर नहीं आता।

उत्तर- नहीं, इसका कोई अर्थ नहीं है प्रश्न का। सूर्य भगवान को आप जल चढ़ाती हैं मतलब सूर्य भगवान को आप अपनी श्रद्धा निवेदन करते हैं, जल के माध्यम से आपकी श्रद्धा पहुंचती है। आपकी श्रद्धा में कोई कमी नहीं है बस इतना ही काफी है। गीता में भी भगवान ने कहा है-अश्रद्धा से दी गई आहुति मतलब हवन, अश्रद्धा से किया गया तप, अश्रद्धा से किया गया दान, इसको असत कहा जाता है, इसका न यहाँ कोई फल है, न वहाँ कोई फल है। बात बस इतनी है कि आप अपनी श्रद्धा मजबूत रखिये, बाकी जल के छींटे उड़ने दीजिये। छोटा बच्चा माँ की गोद में धूल भरे

शरीर से चढ़ जाता है तो क्या माँ को बुरा लगता है या अच्छा लगता है? सूर्य भगवान और गायत्री माता हमारे माता-पिता हैं। यह भाव रखकर आप अपनी श्रद्धा निवेदन करिए । बात खत्म, इन सब बातों में दिमाग नहीं लगाईये।

प्रश्न- कोई व्यक्ति जो सुबह जल चढ़ाते हैं तो पूरब की ओर घूमकर, लेकिन जिनको लेट हुआ तो क्या पूरब की ओर घूम के डालेंगे, या जिधर भगवान हैं उधर? मेरी समझ से ओरिजिन में ही देना चाहिए। इसमें मुझे आपकी सलाह चाहिए।

उत्तर- गायत्री जो हमारे जीवन में है, गायत्री मंत्र का मूल मकसद है सूर्याभिमुख यानि जीवन को सूर्याभिमुख होना। सूरजमुखी का पौधा आपने देखा होगा, जिधर सूरज जाता है उधर उसका मुख हो जाता है, सुबह पूरब की ओर मुख है तो शाम पश्चिम की ओर मुख है। इसलिए सूर्याभिमुख होकर ही जल देना चाहिए। जिधर सूर्य भगवान हैं उधर ही जल डालना चाहिए। संध्या का जल जो होता है वह पश्चिमाभिमुख हो करके चढ़ाया जाता है। सुबह में पूरब की ओर चढ़ाया जाता है क्योंकि उस समय सूर्य भगवान पूरब की ओर होते हैं। पूरब- पश्चिम का मतलब नहीं है, सूर्याभिमुख होने का मतलब है। वेदों में पुराणो में त्रैकालिक संध्या की बात कही गई है, मतलब सूर्याभिमुख होकर जल अर्पित करना। वैसे भी सूर्य भगवान प्रत्यक्ष देवता हैं, छठ पर्व में हम शाम का अर्घ्य पश्चिम मुख होकर ही तो डालते हैं और सुबह का अर्घ्य पूर्व की ओर मुख कर डालते हैं। ओरिजिन सूर्य का नहीं है धरती का है, धरती घूमती है सूरज की ओर, सूरज थोड़े ही घूमता है धरती की ओर। सूरज तो स्थिर है, हम घूम गए क्योंकि हमे सूर्याभिमुख होना है। गीताप्रेस की दैनिक साधना पुस्तक में भी लिखा है कि शाम का जल पश्चिम मुख होकर चढ़ाना चाहिए।

जून माह की गतिविधियाँ

आयोजित सत्र में उपस्थित विशेष अतिथिगण के रूप में,

1. प्रजेश कुमार सिंह जी , रजिस्टार, हाईकोर्ट,पटना
2. शशांक कुमार जी , सिविल जज , खगड़िया
3. रामपुकार जी , APO, सहरसा

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में रविवार को आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते डॉक्टर श्री अरुण कुमार जायसवाल जी ने कहा कि -

मनुष्य ज्ञान और कर्म के माध्यम से अमृत अर्थात् मोक्ष को प्राप्त कर लेता है .....

आयोजित परिष्कार सत्र में भाग लेते गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान के बच्चे एवं श्रोतागण....

दिनांक: 1 जून 2025, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में डॉ. अरुण कुमार जायसवाल का उद्बोधन: "ईश्वर की कृपा का पात्र सत्कर्म ही बनाते हैं" गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में दिनांक 1 जून को आयोजित *व्यक्तित्व परिष्कार सत्र* में मुख्य वक्ता डॉ. श्री अरुण कुमार जायसवाल ने अपने प्रेरणादायी संबोधन में ज्ञान, प्रेम एवं विद्या के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि "भगवान आस्तिक या नास्तिक, सभी पर समान रूप से कृपा करते हैं। यह नहीं देखा जाता कि कौन ईश्वर को मानता है, बल्कि यह देखा जाता है कि कौन ईश्वर की करुणा को धारण करने योग्य आचरण करता है।" उन्होंने स्पष्ट किया कि ईश्वर की कृपा किसी एक व्यक्ति विशेष के लिए नहीं, बल्कि संपूर्ण सृष्टि के लिए होती है। जो व्यक्ति जितना अधिक सतपात्र, जागरूक और ईश्वर की ओर उन्मुख होता है, वही उस कृपा का अधिकारी बनता है। प्रार्थना को करुणा का आवाहन बताते हुए उन्होंने कहा कि जब हम पूर्ण एकाग्रता और विश्वास से ईश्वर को पुकारते हैं, तो चेतना के उच्चतम स्तर पर होते हैं। इस अवसर पर श्री प्रजेश कुमार सिंह (रजिस्ट्रार, पटना हाई कोर्ट), माननीय शशांक कुमार (सिविल जज, खगड़िया) तथा श्री रामपुकार (एपीओ, सहरसा) की गरिमामयी उपस्थिति रही।

इससे पूर्व 31 मई को एक मोटिवेशनल सेमिनार का आयोजन किया गया, जिसमें वक्ता श्री मनीष कुमार ने युवाओं को आह्वान किया कि "भीतर के अंधकार को हटाकर ज्ञान और ध्यान की ज्योति जलानी होगी। गायत्री मंत्र के नियमित जप से बुद्धि की पवित्रता आती है।" उन्होंने भी शुभ कर्मों में ज्ञान और विवेक के प्रयोग पर बल दिया। दिनांक 5 जून को *गायत्री जयंती* का आयोजन प्रातः 7 बजे से किया जाएगा, जिसमें समस्त सहरसा वासियों को सादर आमंत्रित किया गया है।

गायत्री जयंती, गंगा दशहरा और पूज्य गुरुदेव के महाप्रयाण दिवस पर आयोजित कार्यक्रम...

उपस्थित परिजन...

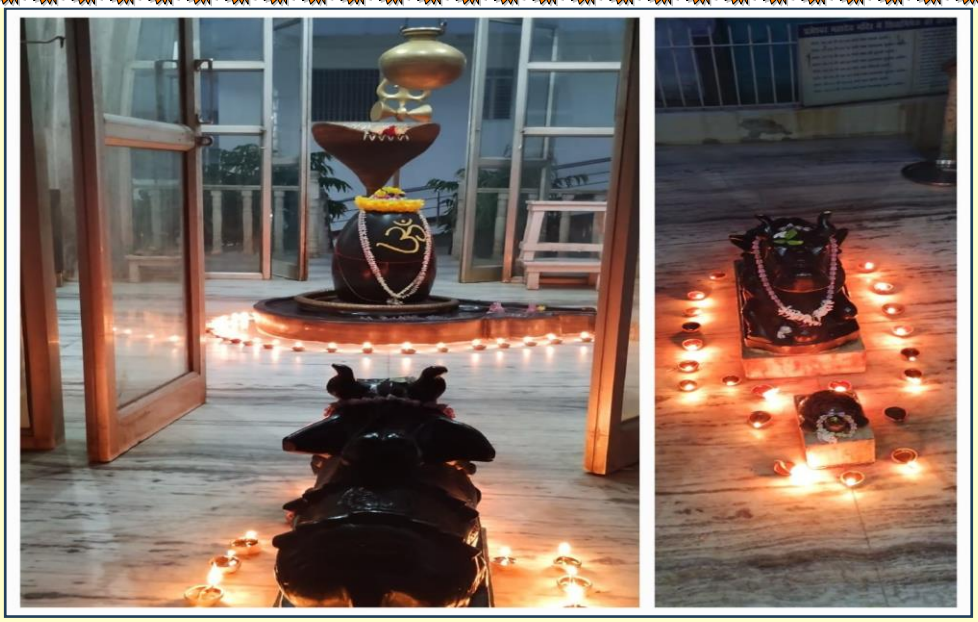
भजन प्रस्तुत करते हुए बाल संस्कारशाला के विद्यार्थी—कश्यप, अर्जुन और आनंद

मुख्य प्रतिनिधि पंकज जी एवम चंदा जी

अपनी भावांजलि,श्रद्धांजलि पुष्पांजलि के माध्यम से देने पंक्ति में जाते परिजन

भोजन प्रसाद स्वरूप खीर पूरी सब्जी ग्रहण करते श्रद्धालु

चरण पीठ, प्रातः कालीन एवम सायंकालीन दृश्य...



दीपों से जगमगाता प्रज्ञेश्वर महादेव मंदिर.....

गायत्री जयंती, गंगा दशहरा और महाप्रयाण दिवस के पावन पर्व पर संध्या वंदन, गीत के माध्यम से गुरुवर का संदेश जन-जन तक पहुँचाते डॉ. श्री अरुण कुमार जायसवाल जी...
साथ में, संध्या वंदन तथा संकल्पों की पूर्णाहुति करातीं देवकन्याएँ...

गायत्री जयंती के संध्याकालीन आयोजन में, भक्ति भाव में विभोर श्रद्धालुगण

.... गायत्री जयंती के संध्या वंदन में, पूजन आरती करते मुख्य अतिथि सिविल जज अभिनव जी एवम मोनिका जी .....

इस पावन मौके पर बाल संस्कार शाला के बच्चों के द्वारा गीत की प्रस्तुति.....

गायत्री जयंती, गंगा दशहरा और महाप्रयाण दिवस के पावन अवसर पर 5 जून को गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में श्रद्धा, साधना और सेवा का भव्य आयोजन हुआ, जिसमें सैकड़ों श्रद्धालुओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रातः काल से ही गायत्री परिवार के सदस्य पूजा-अर्चना, संध्या वंदन और अखंड गायत्री मंत्र जाप में सम्मिलित हुए। ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने अपने प्रेरणादायी उद्बोधन में कहा कि यह दिवस तीन दिव्य घटनाओं से जुड़ा है—माँ गंगा का पृथ्वी पर अवतरण, गायत्री माता का प्रथम प्रकटीकरण तथा परम पूज्य गुरुदेव पं. श्रीराम शर्मा आचार्य का महाप्रयाण। उन्होंने बताया कि गायत्री मंत्र जीवन को जागृत करने वाला मंत्र है, और गायत्री साधना से व्यक्ति आत्मचिंतन कर अपने दोषों को दूर कर आत्मविकास की दिशा में आगे बढ़ता है। पूज्य गुरुदेव की वाणी को स्मरण करते हुए उन्होंने कहा कि संवेदना की कोख से सभी सद्गुणों का जन्म होता है, जबकि निष्ठुरता की कोख से दुर्गुण उत्पन्न होते हैं। डॉ. जायसवाल ने यह भी बताया कि 5 जून विश्व पर्यावरण दिवस के रूप में भी मनाया जाता है, और हमें अधिक से अधिक वृक्षारोपण कर प्रकृति के संरक्षण में योगदान देना चाहिए। संपूर्ण दिन मंत्रोच्चार और साधना के साथ व्यतीत हुआ, जिसका समापन पूर्णाहुति और विशेष दीप यज्ञ के साथ हुआ, जिसमें पर्यावरण शुद्धिकरण और विश्व कल्याण हेतु आहुतियाँ दी गईं। कार्यक्रम में विधिवत गायत्री पूजन, अन्नप्राशन, विद्यारंभ जैसे संस्कार निःशुल्क कराए गए तथा श्रद्धालुओं के लिए सुंदर सजावट और प्रसाद वितरण की व्यवस्था रही। कार्यक्रम का समापन सामूहिक प्रार्थना एवं गुरुचरण वंदना के साथ हुआ, जिसने यह सिद्ध किया कि आस्था, परंपरा और प्रकृति के संगम से समाज को जागरूक और सशक्त बनाया जा सकता है।

दिनांक: 8 जून 2025, रविवार

गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में रविवार को आयोजित *व्यक्तित्व परिष्कार सत्र* को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ. श्री अरुण कुमार जायसवाल जी ने स्वच्छता विषय पर कहा कि स्वच्छता का अर्थ केवल सफाई भर नहीं, बल्कि अनुपयोगी को उपयोगी में बदलना भी है। हमारे जीवन में जो अनुपयोगी है, उसे हम कैसे उपयोगी बनाएं — यह भी स्वच्छता के अंतर्गत आता है। स्वच्छता का संबंध केवल शरीर से ही नहीं, मन से भी होता है। शरीर की अशुद्धता बीमारियों को जन्म देती है और मन की अशुद्धता मानसिक तनाव और उद्विग्नता को। जहां स्वच्छता और सुव्यवस्था होती है, वहां वातावरण में प्रसन्नता स्वतः आ जाती है। उन्होंने कहा कि *स्वच्छता और सुव्यवस्था एक-दूसरे के पूरक हैं* तथा यह युग की आवश्यकता भी है। हमारी संस्कृति में कुछ भी अनुपयोगी नहीं होता, हमें केवल सुव्यवस्थित होकर उसे दिशा देनी होती है। उन्होंने आगे कहा कि *स्वच्छता का सीधा संबंध हमारी जीवनी शक्ति से है* और आज के प्रदूषित पर्यावरण ने उस शक्ति को क्षीण कर दिया है। *अंतःकरण शुद्ध होगा तो बाहरी प्रदूषण स्वतः समाप्त हो जाएगा।* यदि हम अपने घर की सफाई ठीक से रखें तो वह स्थान आरोग्य और समृद्धि का केंद्र बन सकता है। जिस स्थान पर सफाई और सुव्यवस्था होती है, वहाँ ईश्वर का वास होता है, और *स्वच्छता व सुव्यवस्था आकर्षण का केंद्र बन जाती है।* उन्होंने कहा कि *शारीरिक स्वच्छता निरोग जीवन का वरदान है और मानसिक स्वच्छता प्रतिभा का वरदान,* तथा जब *स्वच्छता का मेल विवेक से होता है तो वैराग्य का प्रकटीकरण होता है।* इस अवसर पर प्रमुख अतिथियों के रूप में श्री कृष्ण कुमार (सिविल जज, सहरसा), धीरज कुमार (इमीग्रेशन ऑफिसर, बिहार), दीपांकर जी (प्रमुख, प्रभात खबर), सुरेश कुमार, गीता सिन्हा, कुमारी माधवी (सभी पटना से), एवं इंजीनियर श्री क्षितिज (बेंगलुरु) की उपस्थिति रही। इसके अतिरिक्त गायत्री परिवार के युवा मंडल, युवती मंडल, प्रज्ञा मंडल, महिला मंडल एवं अनेक श्रद्धालुजन भी उपस्थित थे।

व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में गान ज्ञान और ध्यान के क्रम में ध्यान करते श्रद्धालुगण.....

सत्र में उपस्थित अतिथि विशेषगण अपने अनुभवों को साझा करते हुए .....

सत्र के अंत में पुष्पांजलि करते श्रद्धालुगण.....

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में रविवार को आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए पितृ दिवस के विशेष अवसर पर डॉक्टर श्री अरुण कुमार जायसवाल जी ने पिता की महत्ता को बताया .....

आयोजित सत्र में उपस्थित विशेष रूप से गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान के बच्चे एवं श्रद्धालुगण ...

सत्र के अंत में पुष्पांजलि अर्पित करते उपस्थित श्रद्धालुगण.....

दिनांक: 15 जून 2025

गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा में आयोजित *व्यक्तित्व परिष्कार सत्र* को संबोधित करते हुए डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने स्वच्छता के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक पहलुओं पर विस्तृत प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि *शारीरिक स्वच्छता आरोग्य का वरदान देती है और मानसिक स्वच्छता प्रतिभा का विकास करती है*। स्वच्छता जीवन की गुणवत्ता बढ़ाती है और इसके अभाव में व्यक्ति न केवल रोगग्रस्त होता है, बल्कि मानसिक असंतुलन का भी शिकार होता है। उन्होंने बताया कि जैसे बुरी आदतें और गंदगी बिना प्रयास फैल जाती हैं, वैसे ही *स्वच्छता और सकारात्मकता को फैलाने के लिए संकल्प, प्रयास और अनुशासन की आवश्यकता होती है*। सोशल मीडिया जैसे माध्यमों से आज मानसिक प्रदूषण बढ़ रहा है, और हमें जागरूक होकर विवेकपूर्वक चयन करना चाहिए कि हम क्या ग्रहण कर रहे हैं। डॉ. जायसवाल ने कहा कि *स्वच्छता एक सामाजिक और नैतिक दायित्व है*, जो प्रत्येक नागरिक, परिवार और संस्था की सहभागिता से ही संभव है। उन्होंने उदाहरण देकर समझाया कि प्रेरणा केवल उपदेश से नहीं, बल्कि अपने आचरण से दी जाती है। कार्यक्रम में यह भी बताया गया कि स्वच्छता का प्रशिक्षण प्रारंभिक स्तर से ही घर और विद्यालय में अनिवार्य होना चाहिए ताकि यह जीवनशैली का हिस्सा बन जाए। अंततः उन्होंने कहा कि *स्वच्छता केवल स्वास्थ्य की कुंजी नहीं, बल्कि पर्यावरणीय संतुलन, सामाजिक सौहार्द और व्यक्तिगत चरित्र निर्माण का आधार भी है*। 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाए जाने की जानकारी भी दी गई।

रविवार 15 जून 2025 को प्रेक्षा गृह में आयोजित प्रभात खबर, प्रतिभा सम्मान समारोह 2025 को संबोधित करते डॉक्टर श्री अरुण कुमार जायसवाल जी साथ ही, आयोजित समारोह में उपस्थित बच्चों को जीवन रूपी समर में विजय श्री प्राप्त करने के मूलमंत्र बताते हुए....

प्रेक्षा गृह में आयोजित प्रभात खबर , प्रतिभा सम्मान समारोह 2025 में दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम की शुरुआत करते श्री जायसवाल जी एवं साथ में उपस्थित विशिष्ट अतिथिग कमिश्नर, विधायक , विधान पार्षद, एडीएम एवं निर्देशक

आयोजित सम्मान समारोह में उपस्थित गायत्री परिवार एवं प्रतिभागी बच्चे

15 जून 2025 (रविवार), सहरसा उप जोन के आदरणीय डॉ. अरुण कुमार जायसवाल और पांचों जिला से आए हुए सभी जिला संयोजक एवम ट्रस्टियों के द्वारा दीप प्रज्वलन के साथ त्रैमासिक गोष्ठी का शुभारंभ ...

सुपौल में उपजोन की बैठक में भाग लेते बेगूसराय,खगड़िया,सहरसा,सुपौल एवम मधेपुरा के सक्रिय परिजन

दिनांक: 15 जून 2025 (रविवार)

गायत्री शक्तिपीठ, सुपौल में उपजोन अंतर्गत पांचों जिलों—सहरसा, सुपौल, मधेपुरा, खगड़िया एवं बेगूसराय—की *त्रैमासिक समन्वय बैठक* का आयोजन हुआ, जिसमें *उपजोन समन्वयक आदरणीय डॉ. अरुण कुमार जायसवाल जी* की गरिमामयी उपस्थिति रही। डॉ. जायसवाल ने अपने संबोधन में कहा कि प्रत्येक तीन माह पर आयोजित ये बैठकें हमारे संगठनात्मक कार्यों की समीक्षा एवं भविष्य की कार्य योजना निर्धारण हेतु अत्यंत आवश्यक हैं। उन्होंने कार्यकर्ताओं को उनके समर्पण हेतु साधुवाद भी दिया।

बैठक में निम्नलिखित प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से चर्चा हुई:

- पिछले तीन माह के प्रगति प्रतिवेदन की समीक्षा
- ज्योति कलश रथ यात्रा में समयदान देने वाले कार्यकर्ताओं की सूची का विवरण
- नारी जागरण विषय पर बौद्धिक प्रस्तुति, जिसमें सभी जिलों ने अपनी प्रस्तुति दी
- जिला संयोजकों द्वारा किए गए कार्यों का विवरण और अनुभव साझा
- पांचों जिलों में हाल ही में संपन्न यज्ञों की समीक्षा तथा आगामी यज्ञों की योजनाओं पर विचार
- यूथ एक्सपो (Youth Expo) की समीक्षा एवं आगामी यूथ एक्सपो की कार्य योजना पर विमर्श
- साथ ही, अखंड ज्योति प्रश्नावली की वार्षिक परीक्षा हेतु 20 जुलाई 2025 की तिथि निर्धारित की गई

बैठक की सफलता और उद्देश्यपरक संचालन ने संगठनात्मक दिशा को और अधिक स्पष्ट किया। सभी प्रतिनिधियों ने संकल्प लिया कि वे आगामी महीनों में अपने-अपने क्षेत्रों में अधिक सक्रियता और प्रतिबद्धता के साथ कार्य करेंगे।

11 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के शुभ अवसर पर आयोजित योग कार्यक्रम का संचालन करते डॉक्टर श्री अरुण कुमार जायसवाल जी साथ ही, योग के महत्व को बताते हुए उन्होंने कहा कि योग अर्थात जो नहीं है उसे प्राप्त करना क्षेम अर्थात जो है उसकी रक्षा करना।

योग दिवस पर योग संचालन करते हुए योगाचार्य श्री रुपेश

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग करते डॉक्टर अरुण....

योग कार्यक्रम में विभिन्न योग कौशल प्रस्तुत करतीं शक्तिपीठ की देव कन्याएं.....

योग कार्यक्रम में भाग लेते शक्तिपीठ के युवा भाई .....

योग कार्यक्रम में विभिन्न योग कौशल प्रस्तुत करते बाल संस्कारशाला के बच्चे....

योग कार्यक्रम में योग के विभिन्न आयाम को करते श्रद्धालु गण.....

योग कार्यक्रम में विशेष अतिथि के रूप में उपस्थित डॉ. जावेद अख्तर जी (प्रोफेसर, सिविल इंजीनियरिंग विभाग, गुवाहाटी) ने योग के महत्व पर प्रकाश डाला।

कार्यक्रम के अंत में शक्तिपीठ के युवा भाइयों और देव कन्याओं के द्वारा बहुत ही खूबसूरत फोटोशूट...

शक्तिपीठ सहरसा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित योग कार्यक्रम में योगाचार्य श्री प्रखर योग के दिशानिर्देश देते हुए.....

"योग प्रकृति का वरदान है, जिसने अपना लिया वो महान है"

प्रत्येक दिन की तरह आज भी गरीबों और निःसहायों के बीच भोजन वितरित करते गायत्री परिवार, सहरसा के सदस्य

रविवार को गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डॉक्टर श्री अरुण कुमार जायसवाल जी ने कहा कि " बुद्धि का अतिरेक भक्ति का विनाशक है "

व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में उपस्थित गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान के अध्ययनरत छात्र एवं श्रद्धालुगण.....

कार्यक्रम की दूसरी कड़ी में मानव पुस्तकालय (ह्यूमन लाइब्रेरी) का आयोजन.....

इस विशेष कार्यक्रम में उपस्थित आमंत्रित विभूतिगण..

1. प्रोफेसर मोहम्मद जावेद , IIT गुवाहाटी
2. राकेश कुमार , सेवानिवृत भारतीय राजनयिक।
3. रंजीत झा, सेवानिवृत जनरल मैनेजर AFCONS इंफ्रास्ट्रक्चर लिमिटेड।
4. प्रकाश ठाकुर, व्यवसायी, सहरसा।

व्यक्तित्व परिष्कार सत्र के दौरान मानव पुस्तकालय प्रश्नावली (Human Library Questionnaire) में उपस्थित विभूतियों से प्रश्न करते बच्चे.....

कार्यक्रम की सफलता पूर्वक समाप्ति के पश्चात पुष्पांजलि करते श्रद्धालुगण.....

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में रविवार को आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का संचालन करते श्री प्रखर....

सत्र में गायत्री मंत्र की महत्ता एवं प्रभाव पर प्रकाश डालते हुए श्री दिनेश कुमार दिनकर जी .....

सत्र को संबोधित करते हुए श्री धीरज ने बताया कि कैसे विद्यार्थी जीवन को उत्कृष्ट बनाया जाए .....

इसी कड़ी में आगे , सुश्री मनीषा ने सत्र को संबोधित किया ....

आयोजित सत्र में उपस्थित गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान के बच्चे एवं श्रद्धालुगण.....

दिनांक: 29 जून 2025 (रविवार)

प्रत्येक माह के अंतिम रविवार की परंपरा के अंतर्गत, दिनांक 29 जून 2025 को सहरसा जिला के पॉलीटेक्निक क्षेत्र में गायत्री परिवार द्वारा *देव स्थापना एवं एक कुंडीय गायत्री यज्ञ* का आयोजन सफलतापूर्वक संपन्न कराया गया। इस आयोजन में क्षेत्र के *नए 24 घरों* में विधिवत देव स्थापना की गई तथा यज्ञ के माध्यम से आध्यात्मिक वातावरण का सृजन किया गया।

पर्यावरण संतुलन एवं शुद्धिकरण को ध्यान में रखते हुए *प्रत्येक घर में पौधा वितरण* किया गया। इसके साथ ही *गुरुदेव के सद्विचारों* को जन-जन तक पहुँचाने के लिए *अखंड ज्योति पत्रिका वितरण* एवं *दीवाल लेखन अभियान* भी चलाया गया।

इस संपूर्ण कार्यक्रम में *गायत्री परिवार, सहरसा* के *युवा मंडल, युवती मंडल, महिला मंडल* एवं *प्रज्ञा मंडल* के कार्यकर्ताओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और आयोजन को सफल बनाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

प्रतिदिन ज़रूरतमंदों के बीच गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा

दैनिक समाचार पत्रो में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा की छपी खबरें

ईश्वर की कृपा सब पर समान, जागरूक ही पाते हैं लाभ

सहरसा | ईश्वर की कृपा आस्तिक और नास्तिक, दोनों पर समान रूप से होती है। फर्क सिर्फ इतना है कि कौन उसे ग्रहण करने के योग्य है। जो व्यक्ति प्रभु की ओर उन्मुख होता है, जागरूक होता है, वही उनकी कृपा का अधिकारी बनता है। यह बातें डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने रविवार को स्थानीय गायत्री शक्ति पीठ में कही। वे व्यक्तिगत परिष्कार सत्र को संबोधित कर रहे थे।उन्होंने कहा, ईश्वर की करुणा किसी एक व्यक्ति के लिए नहीं, पूरी सृष्टि के लिए है। जो जितना सतपात्र, जाग्रत और उत्साही होता है, वह उतना ही प्रभु कृपा का अधिकारी बनता है। डॉ जायसवाल ने कहा, मानव अपने ज्ञान के बल पर शुभ कर्म करता है। इस अवसर पर पटना हाई कोर्ट के रजिस्ट्रार प्रजेश कुमार सिंह, खगड़िया के सिविल जज शशांक कुमार और एपीओ सहरसा रामपुकार सहित कई लोग मौजूद थे। कार्यक्रम में जानकारी दी गई कि आगामी 5 जून को गायत्री जयंती मनाई जाएगी। आयोजन की शुरुआत सुबह 7 बजे से होगी।

www.jagran.com

समस्त श्रृष्टि के लिए होती है ईश्वर की कृपा : अरुण

संबोधित करते ट्रस्टी अरुण कुमार जायसवाल • सौजन्यः शक्तिपीठ

संस, सहरसाः रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए डा. अरुण कुमार जायसवाल ने ज्ञान,प्रेम एवं विद्या के बारे बताया। कहा कि भगवान आस्तिक, नास्तिक –सभी पर बराबर कृपा करते हैं। ऐसा नहीं है कि जो ईश्वर विश्वासी है केवल उसी पर कृपा करते हैं। ईश्वर की कृपा व्यक्ति विशेष के लिए नहीं है। समस्त श्रृष्टि के लिए है। जो जितना उत्साही, जागृत, सतपात्र है वह प्रभु कृपा का उतना अधिकारी होता है । उन्होंने कहा कि मानव जब शुभ कर्म करता है, तो अपने ज्ञान के द्वारा करते हैं। इस अवसर पर पटना उच्च न्यायालय के रजिस्ट्रार प्रजेश कुमार सिंह,सिविल जज खगड़िया शशांक कुमार एवं एपीओ सहरसा रामपुकार उपस्थित थे। इससे पूर्व शनिवार को मोटिवेशनल सेमिनार का आयोजन हुआ। इस अवसर पर मनीष कुमार ने कहा कि युवाओं को अपने अंदर की अंधकार दूर करके अंदर की ज्योति जलानी होगी। इसलिए गायत्री मंत्र और ध्यान करना जरूरी है। इससे बुद्धि पवित्र होगी।

भगवान आस्तिक-नास्तिक पर बराबर कृपा करते हैं : डॉ अरुण

गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का हुआ आयोजन

सहरसा. गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया. सत्र को संबोधित करते डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने ज्ञान, प्रेम एवं विद्या के बारे बताया. उन्होंने कहा कि भगवान आस्तिक, नास्तिक सभी पर बराबर कृपा करते हैं. ऐसा नहीं है कि जो ईश्वर विश्वासी है, केवल उसी पर कृपा करते हैं. ईश्वर की कृपा व्यक्ति विशेष के लिए नहीं है. समस्त सृष्टि के लिए है. जो जितना उत्साही, जागृत, सत्पात्र है, वह प्रभु की कृपा का उतना अधिकारी होता है. प्रार्थना में जब हम भावनाओं की गहराई से मानसिक एकाग्रता से, विश्वास भाव से पुकारते हैं तो हम अपने कांससनेस के शिखर पर होते हैं. इस अवसर पर पटना हाई कोर्ट के रजिस्ट्रार प्रजेश कुमार सिंह, सिविल जज खगड़िया शशांक कुमार व एपीओ सहरसा रामपुकार मौजूद थे. इससे पूर्व 31 मई को मोटिवेशनल सेमिनार का आयोजन हुआ. इस मौके पर मनीष कुमार ने कहा कि युवाओं को अपने अंदर की अंधकार दूर करके अंदर की ज्योति जलानी होगी. इसके लिए गायत्री मंत्र एवं ध्यान करना होगा. इससे बुद्धि पवित्र होगी. आगामी कार्यक्रम के तहत पांच जून को गायत्री जयंती का आयोजन होगा. जिसकी शुरुआत सुबह सात बजे से होगी. जिसमें समस्त सहरसा वासियों को आमंत्रित किया गया है.

सत्र में भाग लेते श्रद्धालु.

कार्यक्रम में भाग लेते युवा.

प्रज्ञा युवा प्रकोष्ठ के तहत शनिवार को यूथ एक्सपो का किया गया आयोजन

□ हजारों युवक व युवतियों ने लिया हिस्सा

सहरसा. अखिल विश्व गायत्री परिवार की युवा इकाई प्रांतीय युवा प्रकोष्ठ बिहार द्वारा प्रज्ञा युवा प्रकोष्ठ के तहत शनिवार को यूथ एक्सपो का आयोजन किया गया. जिसका उद्देश्य राष्ट्र के सांस्कृतिक उत्थान के साथ नैतिक, बौद्धिक व सामाजिक क्रांति द्वारा भारत को पुनः चक्रवर्ती व जगतगुरु राष्ट्र बनाने को है. जिसमें हजारो युवाओं को संबोधित करते हेड पीवाईपी बिहार मनीष कुमार ने कहा कि युवाओं को अपने अंदर के अंधकार को दूर कर अंदर ही ज्योति जलानी होगी. प्रत्येक युवा को अपना दीपक स्वयं बनाना चाहिए. इस कार्यक्रम में जिले के विभिन्न इलाकों से लगभग हजारों की संख्या में युवा एवं युवतियों ने भाग लिया एवं अपने को बेहतर बनाने का संकल्प भी लिया.

अपने ज्ञान को सही दिशा में लाएं युवा संवरेगा भविष्य

रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में कार्यक्रम में उपस्थित युवा। • हिन्दुस्तान

सहरसा।रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन हुआ। डॉ अरुण कुमार जायसवाल जी ने ज्ञान,प्रेम एवं विद्या के बारे बताया-भगवान आस्तिक, नास्तिक - सभी पर बराबर कृपा करते हैं।ऐसा नहीं है कि जो ईश्वर विश्वासी है केवल उसी पर कृपा करते हैं। प्रश्न यह कि ईश्वर की करुणा को धारण कौन कर रहा है ? दैवी आचारण कौन कर रहा है ? जो भगवान की ओर उन्मुख होता है, जागरूक होता है, जाग्रत होता है, उनसे जुड़ता है।ईश्वर की कृपा व्यक्ति विशेष के लिए नहीं। है। समस्त सृष्टि के लिए है ,जो जितना उत्साही, जागृत, सतपात्र है वह प्रभु कृपा का उतना अधिकारी होता है प्रार्थना क्या है ? करुणा का आवाहन है। प्रार्थना में जब हम भावनाओं की गहराई से, मानसिक एकाग्रता से, विश्वास भाव से पुकारते हैं तो हम अपने कांससनेस के शिखर पर होते है।

उन्होंने कहाः मानव जब शुभ कर्म करता है तो अपने ज्ञान के द्वारा।

इस अवसर पर प्रजेश कुमार सिंह , पटना हाई कोर्ट के रजिस्ट्रार। शशांक कुमार सिविल जज,खगड़िया एवं रामपुकार जी ,एपीओसहरसा उपस्थित थे।

इस से पूर्व 31 मई को मोटिवेशनल सेमिनार का आयोजन हुआ ।

इस अवसर पर श्री मनीष कुमार जी ने कहा कि युवाओं को अपने अंदर की अंधकार दूर करके अंदर की ज्योति जलानी होगी, इसलिए गायत्री मंत्र और ध्यान करना होगा। इससे बुद्धि पवित्र होगी।

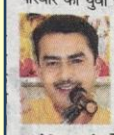
उन्होंने ने कहा कि मानव जब शुभ कर्म करता है तो अपने ज्ञान क द्वारा । इस अवसर पर प्रजेश कु० सिंह ये हाईकोर्ट में रजिस्टार विजिलेंस, शशांक कुमार, सिविल जज खगड़िया, रामपुकार एपीओ उपस्थित थे।

आगामी कार्यक्रम - 5 जून को गायत्री जयंती का आयोजन होने जा रहा है, जिसकी शुरुआत सुबह 7 बजे से होनी है। जिसमें समस्त सहरसा वासी सादर आमंत्रित हैं।

युवाओं को अपने अंदर के अंधकार को दूर कर ज्योति को जलाना होगा : मनीष

अखिल विश्व गायत्री परिवार की युवा इकाई का हुआ एक्सपो, युवाओं ने इसमें लिया हिस्सा

भास्कर न्यूज | सहरसा



शनिवार को अखिल विश्व गायत्री परिवार की युवा इकाई प्रांतीय युवा प्रकोष्ठ बिहार के द्वारा प्रज्ञा युवा प्रकोष्ठ सहरसा में यूथ एक्सपो का आयोजन किया गया। संस्था के अनुसार, जिसका उद्देश्य राष्ट्र के सांस्कृतिक उत्थान के साथ नैतिक, बौद्धिक और सामाजिक क्रांति द्वारा भारत को पुनः चक्रवर्ती और जगतगुरु राष्ट्र बनाना है। आयोजित कार्यक्रम में युवाओं को संबोधित करते हुए बिहार प्रांतीय युवा प्रकोष्ठ के मनीष कुमार ने कहा कि युवाओं को अपने अंदर के अंधकार को दूर करके अंदर ही ज्योति जलानी होगी । प्रत्येक युवा को अपना दीपक स्वयं बनाना चाहिए । अप्प दीपो भवः। इस कार्यक्रम में जिलें के विभिन्न इलाकों से लगभग सैकड़ों की संख्या में युवा एवं युवतियों ने भाग लिया और अपने को बेहतर बनाने का संकल्प भी लिया।

कार्यक्रम में भाग लेते श्रद्धालु।

पड़ लगाएं और धरती को हरा-भरा बनाएं : डॉ. अरुण

गायत्री जयंती पर अखंड जाप, दीप यज्ञ और प्रार्थना सभा हुई

भास्कर न्यूज | सहरसा

स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में गुरुवार को गायत्री जयंती और गंगा दशहरा के पावन अवसर पर विशेष कार्यक्रम हुआ। सुबह से ही सैकड़ों श्रद्धालु पूजा-अर्चना और अखंड जाप में शामिल होने पहुंचने लगे। पूरे दिन गायत्री मंत्र का जाप चलता रहा। श्रद्धालुओं ने गहरी आस्था और भक्ति से भाग लिया। ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने बताया कि आज ही के दिन भगीरथ ऋषि के प्रयास से मां गंगा का पृथ्वी पर अवतरण हुआ था। इसी दिन गायत्री माता का प्रथम प्रकटीकरण भी हुआ था। उन्होंने कहा कि पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य ने भी इसी दिन लौकिक शरीर का त्याग किया था। यह दिन विश्व पर्यावरण दिवस के रूप में भी मनाया जाता है। उन्होंने लोगों से अधिक से अधिक पेड़ लगाने की अपील की। शाम को पूर्णाहुति के साथ जाप का

कार्यक्रम को संबोधित करते अतिथि।

समापन हुआ। इसके बाद दीप यज्ञ हुआ। इसमें पर्यावरण शुद्धिकरण और विश्व कल्याण के लिए आहुति दी गई। विशेष कार्यक्रम को लेकर परिसर को आकर्षक ढंग से सजाया गया था। श्रद्धालुओं के लिए प्रसाद वितरण की व्यवस्था रही। कार्यक्रम का समापन सामूहिक प्रार्थना और गुरुचरण वंदना के साथ हुआ।

संवेदना की कोख से जन्म लेता है सद्गुण

गायत्री जयंती व गंगा दशहरा पर कार्यक्रम आयोजित, कहा- गंगा अमृतमई मां है

संवाद सूत्र, जागरण, सहरसा: गुरूवार को गायत्री जयंती और गंगा दशहरा के अवसर पर शहर के गायत्री शक्तिपीठ में भव्य कार्यक्रम आयोजित किया गया। विशेष कार्यक्रम को लेकर शक्तिपीठ में श्रद्धालुओं की भीड़ जमा हो गयी। ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने कहा कि आज ही के दिन मां गंगा का पृथ्वी पर अवतरण भागीरथ ऋषि के माध्यम से हुआ था। साथ ही आज के ही दिन गायत्री माता का प्रथम बार प्रकटीकरण हुआ था। गायत्री मंत्र जीवन को बदलने वाला मंत्र है। परम पूज्य गुरूदेव की वाणी को याद करते हुए उन्होंने कहा कि भावना, संवेदना सभी सदगुणों का स्त्रोत है। संवेदना की कोख से सभी सदगुणों का जन्म होता है और निष्ठुरता की कोख से सभी दुर्गुणों का जन्म होता है। गायत्री साधना से, गायत्री जप से इंसान के स्वयं का, परिवार का, समाज व राष्ट्र-विश्व का कल्याण होता है। साधना करने से व्यक्ति अपना परीक्षण स्वयं कर पाता है। अपना गुण दोष स्वयं ढूंढ पाता है। ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने कहा कि विश्व

संबोधित करते ट्रस्टी • जागरण

पर्यावरण दिवस है। इसीलिए आज हर व्यक्ति कम से कम पांच-पौधे जरूर लगाएं। धरती को हरा भरा बनाए रखने में योगदान दें। हमें सिर्फ

अपने लिए नहीं बल्कि प्रकृति के लिए भी बहुत कुछ करना चाहिए। आयोजन के दौरान पूरे दिन गायत्री मंत्र का अखंड जाप किया गया। जिसमें श्र द्धालुओं ने गहरी आस्था और भक्ति भाव से भाग लिया। शाम को पूर्णाहुति के साथ जाप का समापन किया गया। इसके उपरांत विशेष दीप यज्ञ आयोजित की गयी। जिससमें पर्यावरण, शुद्धिकरण और विश्व कल्याण के लिए आहुति दी गयी।

अन्नप्राशन सहित विचारंभ संस्कार हुए : गायत्री शक्तिपीठ में, इस मौके पर विभिन्न संस्कार कराए गए। पूरे विधि विधान के साथ अन्नप्राशन, विद्यारंभ संस्कार कराए गए। कार्यक्रम की समाप्ति सामूहिक प्रार्थना और गुरूचरण वंदना के साथ किया गया।

ढाई करोड़ से राम जानकी ठाकुरवाड़ी का होगा निर्माण

बनमाईटहरी (सहरसा) : तेलियाहाट बाजार स्थित श्रीश्री 108 राम जानकी ठाकुरवाड़ी सरबेत तेलियाहाट के प्रांगण में नये मंदिर का निर्माण किया जाएगा। मंदिर लगभग ढाई करोड़ रुपए के आसपास की लागत से बनेगी। यह मंदिर प्रखंडवासियों के सहयोग की राशि से बनेगी। इसकी जानकारी मंदिर के बाबा राम नारायण दास त्यागी ने दी। मंदिर निर्माण हेतु गुरूवार को पंडित लतन ठाकुर के द्वारा की गई मंत्रोच्चारण के साथ भूमि पूजन किया गया। जिसके बाद क्षेत्रीय सांसद दिनेश चंद्र यादव की मौजूदगी में पूर्व प्रमुख रमेश चंद्र यादव के द्वारा मंदिर निर्माण हेतु नींव रखी गई। पूर्व विधायक डा. अरूण कुमार यादव, मुखिया संघ अध्यक्ष विनय यादव, पूर्व मुखिया लतन यादव, रेवती रमण सिंह, जवाहर यादव, राजेन्द्र प्रसाद भगत, पवन यादव, हरिशंकर सिंह, लतन मोदी, विकेट कुमार, डा. बाल किशोर सिंह, दामोदर यादव, श्याम शर्मा, नीरज कुमार, पवन कुमार, सत्यनारायण यादव, मनीष कुमार, मो अफसर आलम मौजूद रहे।

गंगा दशहरा पर शक्तिपीठ में हुआ आयोजन

संबोधित करते डॉ अरूण जयसवाल .

सहरसा . गायत्री शक्तिपीठ में गायत्री जयंती व गंगा दशहरा के पावन अवसर पर गुरुवार को भव्य आयोजन किया गया. इस विशेष दिन को लेकर श्रद्धालुओं में भारी उत्साह देखा गया. सैकड़ों की संख्या में गायत्री परिवार के सदस्य सुबह से ही पूजा-अर्चना एवं अखंड जाप में सम्मिलित हुए. ट्रस्टी डॉ अरुण कुमार जयसवाल ने अपने विचार व्यक्त करते कहा कि आज ही के दिन मां गंगा का पृथ्वी पर अवतरण भगीरथ ऋषि के माध्यम से हुआ था. साथ ही आज के दिन ही गायत्री माता का प्रथम बार प्रकटीकरण हुआ था. उन्होंने कहा कि यह दिन इसलिए भी विशेष है क्योंकि आज ही के दिन हमारे पूज्य गुरुदेव पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य ने अपने लौकिक शरीर का त्याग क दिव्य लोक की यात्रा की थी. ड जयसवाल ने बताया कि पांच जून विश्व पर्यावरण दिवस' के रूप में भी मनाय जाता है. उन्होंने सभी से आग्रह किय कि अधिक से अधिक पेड़ लगाएं एव धरती को हरा-भरा बनाए रखने में योगदान दें. पूरे दिन गायत्री मंत्र क अखंड जाप किया गया. जिसमें श्रद्धालुओं ने गहरी आस्था एवं भक्ति भाव से भाग लिया. शाम को पूर्णाहुति के साथ जाप का समापन हुआ. इसके बाद विशेष दीप यज्ञ का आयोजन किया गया. जिसमें पर्यावरण शुद्धिकरण एवं विश्व कल्याण के लिए आहुति दी गयी. इस मौके पर पूरे परिसर को आकर्षक रूप से सजाया गया था व श्रद्धालुओं के लिए प्रसाद वितरण की भी व्यवस्था की गयी. कार्यक्रम क समापन सामूहिक प्रार्थना एवं गुरुचरण वंदना के साथ हुआ. इस भव्य आयोजन ने एक बार फिर साबित कर दिया कि आस्था, प्रकृति एवं परंपरा क संगम किस प्रकार समाज को जागरूक एवं सशक्त बना सकता है.

गायत्री शक्तिपीठ में कार्यक्रम को संबोधित करते ट्रस्टी।

गायत्री जयंती व गंगा दशहरा मनाया

सहरसा। गुरुवार को गायत्री शक्तिपीठ में गायत्री जयंती और गंगा दशहरा का भव्य आयोजन किया गया। इस विशेष दिन सैकड़ों की संख्या में गायत्री परिवार के सदस्य सुबह से ही पूजा-अर्चना और अखंड जाप में सम्मिलित हुए। ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जयसवालने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि आज ही के दिन मां गंगा का पृथ्वी पर अवतरण भगीरथ ऋषि के माध्यम से हुआ था। साथ ही, आज के दिन ही गायत्री माता का प्रथम बार प्रकटीकरण हुआ था। उन्होंने यह भी बताया कि आज विश्व पर्यावरण दिवस भी है। उन्होंने सभी से आग्रह किया कि अधिक से अधिक पेड़ लगाएं और धरती को हरा-भरा बनाए ।

तन और मन को स्वच्छ रखें युवा

सहरसा। रविवार को गायत्री शक्तिपीठ आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते डा. अरुण कुमार जायसवाल ने स्वच्छता के विषय में युवाओं को बताया। कहा स्वच्छता का अर्थ है अनुपयोगी को उपयोगी में बदलना होता है।

जीवन का चक्र भी स्वच्छता के अंतर्गत आता है। हमारे जीवन में जो अनुपयोगी है उसे हम कैसे उपयोगी बनाएं स्वच्छता के अंतर्गत यह बात आती है। स्वच्छता का संबंध शरीर से भी और मन से भी होता है। शरीर स्वच्छ नहीं रहने पर हम बीमार पड़ते हैं और मन स्वच्छ नहीं रहने पर हम मानसिक रूप से उद्विग्न होते हैं। स्वच्छता और सुव्यवस्था एक दूसरे के पूरक हैं। जहां स्वच्छ व्यक्ति का मन संतुलित और सब व्यवहारित होता है वही दूसरी ओर अस्वच्छ व्यक्ति का मन असंतुलित और दुर्व्यवहार से भरा हुआ होता है। मानसिक स्वच्छता हमें प्रतिभा का वरदान देता है। इस अवसर पर मुख्य अतिथि गण के रूप में जज कृष्ण कुमार, पदाधिकारी धीरज कुमार, सुरेश कुमार, कुमारी माधवी, इंजीनियर, क्षितिज थे

रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में मौजुद युवा व अन्य। • हिन्दुस्तान

मन व चित्त की शुद्धि के लिए ध्यान व शरीर की शुद्धि के लिए स्वच्छता के साथ योग जरूरी : 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 अरुण कुमार जायसवाल ने स्वच्छता के विषय में बताया कि स्वच्छता का अर्थ अनुपयोगी को उपयोगी में बदलना होता है. जीवन का चक्र भी स्वच्छता के तहत आता है. हमारे जीवन में जो अनुपयोगी है, उसे हम कैसे उपयोगी बनायें, स्वच्छता के तहत यह बात आती है. स्वच्छता का संबंध शरीर से एवं मन से भी होता है. शरीर स्वच्छ नहीं रहने पर हम बीमार पड़ते हैं एवं मन स्वच्छ नहीं रहने पर हम मानसिक रूप से उद्विग्न होते हैं. जहां स्वच्छता एवं सुव्यवस्था रहती है, वहां जाते ही मन प्रसन्न हो जाता है. खुशी महसूस होने लगती है. ऐसे में हम स्वच्छ रहें एवं सुव्यस्थित रहें. उन्होंने कहा कि स्वच्छता एवं सुव्यवस्था एक दूसरे के पूरक हैं. स्वच्छता प्रबंधन आज के समय की मांग है, युग की मांग है. उन्होंने कहा कि हमारी संस्कृति में कुछ भी अनुपयोगी नहीं है. स्वच्छता सुव्यवस्था से पूरी होती है एवं सुव्यवस्था स्वच्छता से पूरी होती है. स्वच्छता एवं सुव्यवस्था दोनों साथ-साथ चलती है. हम अस्वच्छ रहेंगे तो अस्वस्थ होंगे ही. मन की शुद्धि एवं चित की शुद्धि के लिए ध्यान व शरीर की शुद्धि के लिए स्वच्छ रहने के साथ योग जरूरी है. स्वच्छता का सीधा संबंध हमारे जीवनी शक्ति से होता है. उन्होंने कहा कि आज चारों ओर पर्यावरण दूषित होने के कारण हमारी जीवनी शक्ति क्षीण हो चुकी है. अंतःकरण साफ होने पर प्रदूषण स्वतः साफ होते चला जाता है. हम अपने-अपने घर की सफाई अच्छे से रखें तो हमारा घर आरोग्य एवं समृद्धि का केंद्र बन जायेगा. जिस घर में, जिस जगह सफाई होती है वहां ईश्वर का वास होता है. स्वच्छता एवं सुव्यवस्था आकर्षण का केंद्र होता है. जहां स्वच्छ व्यक्ति का मन संतुलित एवं व्यवहारित होता है, वहीं दूसरी ओर अस्वच्छ व्यक्ति का मन असंतुलित एवं दुर्व्यवहार से भरा होता है. मानसिक स्वच्छता हमें प्रतिभा का वरदान देती है. स्वच्छता के साथ यदि विवेक का मेल हो जाए तो वैराग्य का प्रकटीकरण होता है. इस मौके पर मुख्य अतिथि के रूप में जज कृष्ण कुमार, इमिग्रेशन ऑफिसर बिहार धीरज कुमार, सुरेश कुमार, दीपांकर श्रीवास्तव, गीता सिन्हा, कुमारी माधवी, ई क्षितिज आमंत्रित थे. इस मौके पर गायत्री परिवार के युवा मंडल, युवती मंडल, प्रज्ञा मंडल एवं महिला मंडल मौजूद थे.

कार्यक्रम • गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का हुआ आयोजन

स्वच्छता से बढ़ती है जीवनशक्ति मन व शरीर रहते हैं स्वस्थ: अरुण

भास्कर न्यूज़ | सहरसा

स्वच्छता का मतलब है अनुपयोगी को उपयोगी बनाना । यह जीवन के हर क्षेत्र से जुड़ी है। शरीर और मन की सफाई भी स्वच्छता का हिस्सा है। शरीर गंदा रहेगा तो बीमारी आएगी। मन अशांत रहेगा तो मानसिक तनाव बढ़ेगा। जहां सफाई और सुव्यवस्था होती है, वहां मन प्रसन्न होता है। यह बातें डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में कही।

उन्होंने कहा, स्वच्छता और सुव्यवस्था एक-दूसरे की पूरक हैं। दोनों साथ चलती हैं। स्वच्छता प्रबंधन आज की जरूरत है। हमारी संस्कृति में कुछ भी अनुपयोगी नहीं होता। स्वच्छता को टिकाऊ बनाने के लिए सुव्यवस्था जरूरी है। उन्होंने कहा, मन और चित्त की शुद्धि के लिए ध्यान जरूरी है। शरीर की सफाई के लिए योग अपनाना चाहिए। स्वच्छता का सीधा संबंध हमारी जीवनी शक्ति से है।

सत्र को संबोधित करते डॉ. अरुण।

सत्र में भाग लेतीं छात्राएं।

जहां सफाई होती है, वहां ईश्वर का वास होता है : डॉ. जायसवाल

डॉ जायसवाल ने कहा, आज पर्यावरण प्रदूषित है। इससे हमारी जीवन शक्ति कमजोर हो रही है। अगर अंतःकरण साफ हो जाए तो प्रदूषण भी दूर हो जाता है। हर व्यक्ति अपने घर की सफाई अच्छे से करे तो घर आरोग्य और समृद्धि का केंद्र बन सकता है। जहां सफाई होती है, वहां ईश्वर का वास होता है। स्वच्छता और सुव्यवस्था आकर्षण का केंद्र होती है।

उन्होंने कहा, स्वच्छ व्यक्ति का मन संतुलित और व्यवहारिक होता है। अस्वच्छ व्यक्ति का मन असंतुलित और दुर्व्यवहार से भरा होता है। मानसिक स्वच्छता से प्रतिभा निखरती है। स्वच्छता के साथ विवेक जुड़ जाए तो वैराग्य प्रकट होता है। मौके पर गायत्री परिवार के युवा मंडल, युवती मंडल, प्रज्ञा मंडल और महिला मंडल के सदस्य मौजूद थे।

स्वस्थ रहने के लिए शरीर और मन से स्वच्छ रहना जरूरी

संवाद सूत्र, जागरण, सहरसा: रविवार को शहर के गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित किया गया। छात्र- छात्राओं को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डा. अरूण कुमार जायसवाल ने स्वच्छता का संबंध शरीर से भी और मन से भी होता है। शरीर स्वच्छ नहीं रहने पर हम बीमार पड़ते है और मन स्वच्छ नहीं रहने पर हम मानसिक रूप से उद्विग्न रहते है। ट्रस्टी ने कहा कि मन की शुद्धि और चित्त की शुद्धि के लिए ध्यान और शरीर की शुद्धि के लिए स्वच्छ रहने के साथ- साथ योग जरूरी है। स्वच्छता का सीधा संबंध हमारे जीवन शक्ति से होता है। उन्होंने आगे कहा कि आज चारों ओर पर्यावरण दूषित होने के कारण हमारी जीवन शक्ति क्षीण हो चुकी है। यदि हम अपने- अपने घर की सफाई अच्छे से रखें तो हमारा घर आरोग्य और समृद्धि का केंद्र बन जाएगा। जिस घर में सफाई होती है वहां ईश्वर का वास होता है। स्वच्छ व्यक्ति का मन संतुलित और सब व्यवहारित होता है। मानसिक स्वच्छता हमें प्रतिभा का वरदान देता है। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में न्यायिक अधिकारी कृष्ण कुमार सहित अन्य लोग मौजूद रहे।

उपस्थित बच्चे व अन्य • जागरण

संबोधित करते ट्रस्टी • जागरण

प्रभात खबर | भागलपुर, सोमवार 16.06.2025

प्रभात खबर की पहल बच्चों को आगे बढ़ने के लिए करती रहेगी प्रेरित

अपना जिला

प्रभात खबर | भागलपुर, सोमवार 16.06.2025 | 02

सहरसा | prabhatkhabar.com

सम्मान पाने को सुबह से ही पहुंचने लगे शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों के बच्चे

प्रतिभा सम्मान 2025

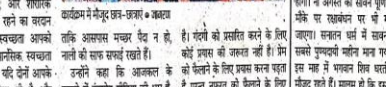
प्रतिभाओं को सम्मानित कर प्रभात खबर रच रहा इतिहास

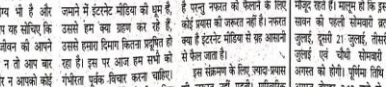
प्रभात खबर ने ही की थी ग्रामीण क्षेत्रों के बच्चों को भी सम्मानित करने की शुरुआत

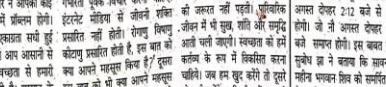
शारीरिक स्वच्छता ही मनुष्य को बनाती है आरोग्य

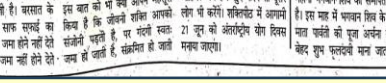
गायत्री शक्तिपीठ में आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार कार्यक्रम में साफ-सफाई, स्वच्छता पर अतिथियों ने की चर्चा

संवाद सूत्र, जागरण • सहरसा: शहर के गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया। व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि स्वच्छता जीवन के लिए जरूरी है। जो व्यक्ति मानसिक रूप से स्वच्छ है वह व्यक्ति शांत भी होगा और प्रतिभाशाली भी होगा। मानसिक स्वच्छता हमें प्रतिभा का वरदान देती है, और शारीरिक स्वच्छता हमें निरोगी रहने का वरदान देती है। शारीरिक स्वच्छता आपको आरोग्य देगी और मानसिक स्वच्छता आपको प्रतिभा देगी। यदि दोनों आपके पास है, यानी आरोग्य भी है और प्रतिभा भी है, तो आप यह सोचिए कि आपने आधी जंग जीवन की आपने ऐसे ही जीत लिया, न तो आप बार बार बीमार पड़ेंगे और न आपको कोई मेंटल वर्क करने में प्रॉब्लम होगी। आपकी मानसिक एकाग्रता सधी हुई है, तो कोई भी काम आप आसानी से कर ले जाएंगे। स्वच्छता से हमारी जीवनी शक्ति बढ़ती है। बरसात के समय हम ज्यादा साफ सफाई का ध्यान रखते हैं पानी जमा होने नहीं देते हैं, कूलर में पानी जमा नहीं होने देते ताकि आसपास मच्छर पैदा न हो, नाली की साफ सफाई रखते हैं।









कार्यक्रम में मौजूद छात्र-छात्राएं • जागरण

उन्होंने कहा कि आजकल के जमाने में इंटरनेट मीडिया की धूम है, उससे हम क्या ग्रहण कर रहे हैं, उससे हमारा दिमाग कितना प्रदूषित हो रहा है। इस पर आज हम सभी को गंभीरता पूर्वक विचार करना चाहिए। इंटरनेट मीडिया से जीवनी शक्ति प्रसारित नहीं होती। रोगाणु विषाणु कीटाणु प्रसारित होती है, इस बात को क्या आपने महसूस किया है? दूसरा क्या आपने महसूस इस बात को भी क्या आपने महसूस किया है कि जीवनी शक्ति आपको संजोनी पड़ती है, पर गंदगी स्वतः जमा हो जाती है, संक्रमित हो जाती है। गंदगी को प्रसारित करने के लिए कोई प्रयास की जरूरत नहीं है। प्रेम को फैलाने के लिए प्रयास करना पड़ता है परन्तु नफरत को फैलाने के लिए कोई प्रयास की जरूरत नहीं है। नफरत क्या है इंटरनेट मीडिया से वह आसानी से फैल जाता है।

इस संक्रमण के लिए ज्यादा प्रयास की जरूरत नहीं पड़ती। पारिवारिक जीवन में भी सुख, शांति और समृद्धि आती चली जाएगी। स्वच्छता को हमें कर्तव्य के रूप में विकसित करना चाहिये। जब हम खुद करेंगे तो दूसरे लोग भी करेंगे। शक्तिपीठ में आगामी 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाएगा।

इस बार सावन में सोमवारी का चार व्रत, 11 जुलाई से श्रावण आरंभ

संसू, सिमरीबख्तियारपुर (सहरसा) : इस बार सावन माह चार सोमवारी के साथ 30 दिनों का होगा। सावन का महीना 11 जुलाई शुक्रवार से शुरू होकर नौ अगस्त शनिवार को संपन्न होगी। नौ अगस्त को सावन पूर्णिमा के मौके पर रक्षाबंधन पर भी मनाया जाएगा। सनातन धर्म में सावन को सबसे पुण्यदायी महीना माना गया है। इस माह में भगवान शिव धरती पर मौजूद रहते हैं। मालूम हो कि इस बार सावन की पहली सोमवारी व्रत 14 जुलाई, दूसरी 21 जुलाई, तीसरी 28 जुलाई एवं चौथी सोमवारी चार अगस्त को होगी। पूर्णिमा तिथि आठ अगस्त दोपहर 2:12 बजे से प्रारंभ होगी। जो नौ अगस्त दोपहर 1:24 बजे समाप्त होगी। इस बाबत पंडित सुबोध झा ने बताया कि सावन का महीना भगवान शिव को समर्पित होता है। इस माह में भगवान शिव के साथ माता पार्वती की पूजा अर्चना करना बेहद शुभ फलदायी माना जाता है। उन्होंने बताया कि व्रत त्योहार जीवन में खुशहाली लेकर आता है। वही व्रत का परायण आध्यात्मिक उन्नति के साथ मोक्ष की प्राप्ति का सबसे आसान रास्ता है। ऋषि मुनियों ने विभिन्न त्योहारों में धार्मिक उत्सवों एवं व्रत का ही प्रावधान नहीं दिया नहीं किया है बल्कि उन्हें धर्म समाज और जीवन का अभिन्न अंग भी माना जाता है। भारतीय संस्कृति में व्रत उपासना का महात्मय देखने को मिलता है। उन्होंने कहा कि इस बार सावन 11 जुलाई से शुरू हो रहा है और नौ अगस्त को समाप्त हो रही है। सावन में सोमवारी का व्रत करने से विवाहिता स्त्रियों को जहां सुख सौभाग्य की प्राप्ति होती है। पंडित सुबोध ने बताया कि प्रत्येक सोमवार तथा प्रदोष में शिव पूजन अवश्य करना चाहिए। इसमें नियम, संयम, भक्ति भाव, शुद्ध आचरण व शुद्ध आहार, शुद्ध विचार रखने से भक्तों पर भगवान भोलेनाथ की असीम कृपा बरसती है।

आयोजन• सोशल मीडिया से इंसान का दिमाग हो रहा प्रदूषित, यहां पर 90% बातें नकारात्मक होती हैं

शारीरिक स्वच्छता से बढ़ती है प्रतिभा: जायसवाल

भास्कर न्यूज़ | सहरसा

शारीरिक स्वच्छता और मानसिक स्वच्छता का जीवन पर गहरा असर होता है। जो व्यक्ति मानसिक रूप से स्वच्छ होते हैं वह शांत और प्रतिभाशाली होता है। वहीं, शारीरिक स्वच्छता व्यक्ति को निरोगी बनाता है। यह बातें गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने रविवार को स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए कहीं।

उन्होंने कहा कि मानसिक स्वच्छता से प्रतिभा का विकास होता है और शारीरिक स्वच्छता से आरोग्य मिलता है। यदि किसी के पास दोनों हैं, तो वह जीवन की आधी जंग जीत चुका है। ऐसे व्यक्ति बार-बार बीमार नहीं पड़ते और मानसिक कार्यों में भी उन्हें कोई परेशानी नहीं होती। मानसिक एकाग्रता मजबूत होने से कोई भी काम आसानी से किया जा सकता है।

कार्यक्रम में भाग लेते लोग।

डॉ. जायसवाल ने कहा कि स्वच्छता से जीवन की गति, वेग, संतुलन और उपलब्धि सामान्य व्यक्ति की तुलना में अधिक होती है। स्वच्छता से जीवनी शक्ति बढ़ती है। स्वच्छता अपने आप में एक प्रिवेंटिव मेडिसिन है। डॉ. जायसवाल ने कहा कि आज सोशल मीडिया से हमारा दिमाग कितना प्रदूषित हो रहा है, इस पर गंभीरता से सोचने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि सोशल मीडिया पर 90% बातें नकारात्मक होती हैं।

उन्होंने शारीरिक और मानसिक गंदगी के दुष्परिणाम भी बताए। पसीना, मल-मूत्र, आंख का कीचड़, नाक और मुंह में जमा कफ, नाखून न काटना, दांतों की सफाई न करना, गंदे कपड़े पहनना—ये सब शारीरिक गंदगी के रूप हैं। इनसे रोग जन्म लेते हैं। मानसिक अस्वच्छता से मनोरोग होते हैं।

उन्होंने कहा कि किसी को अच्छा बनाने का एकमात्र तरीका है प्रेरणा, प्रशंसा और प्रोत्साहन। लेकिन आज माता-पिता बच्चों की हर समय निंदा करते हैं। इससे बच्चे अच्छे नहीं बन पाते। जब घर से निराशा मिलती है, तो 14-15 साल की उम्र में ही बच्चे गर्लफ्रेंड-बॉयफ्रेंड की तलाश में भटकने लगते हैं।

गायत्री शक्तिपीठ में 100 से ज्यादा साधकों ने किया योग

गायत्री शक्तिपीठ में योग करते साधक।

भास्कर न्यूज | सहरसा

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर गायत्री शक्तिपीठ में भव्य योग कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें 100 से ज्यादा छात्रों और श्रद्धालुओं ने भाग लिया। सभी ने भारत सरकार द्वारा तय योग प्रोटोकॉल के अनुसार योगाभ्यास किया। कार्यक्रम का संचालन ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने किया। उन्होंने योग के लाभों पर विस्तार से बताया। कहा, योग प्राण विद्या है। जीवन को सही ढंग से समझने के लिए योग जरूरी है। सामान्य व्यक्ति के लिए यह जीवन पद्धति है। रोगियों के लिए चिकित्सा पद्धति है। साधकों के लिए साधना पद्धति है। योग से शारीरिक, मानसिक और प्राण बल मिलता है। इससे जीवन में संतुलन और ऊर्जा बनी रहती है।

गायत्री शक्तिपीठ के कार्यक्रम में शिक्षा और साक्षरता के महत्व पर चर्चा हुई, विज्ञान पर आस्था हुई गहरी

गायत्री शक्तिपीठ में मानव पुस्तकालय का किया गया आयोजन, वंचितों को मिला ज्ञान का सहारा

भास्कर न्यूज | सहरसा

स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को मानव पुस्तकालय का आयोजन हुआ। इसका उद्देश्य वंचित समुदायों को ज्ञान और पुस्तकों तक पहुंच देना था। कार्यक्रम में शिक्षा और साक्षरता के महत्व पर चर्चा हुई। बताया गया कि ये दोनों समाज में बदलाव लाने और व्यक्ति को सशक्त बनाने में मदद करता है।

इस मौके पर व्यक्तित्व परिष्कार सत्र भी हुआ। इसे गायत्री शक्तिपीठ के ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने संबोधित किया। उन्होंने कहा, पहले धर्म आस्था का विषय था, अब विज्ञान बन गया है। आस्था में संशय नहीं होता। पहले धर्म पर कोई सवाल नहीं उठता था, अब धर्म पर कई सवाल खड़े हो गए हैं। विज्ञान पर अब कोई सवाल नहीं करता। लोग विज्ञान पर भरोसा करने लगे हैं।

संबोधित करते डॉ. अरुण जायसवाल।

कार्यक्रम में भाग लेते श्रद्धालु।

आज के वैज्ञानिक ऋषि हैं, जो प्रकृति के रहस्यों की खोज में लगे हैं : डॉ. जायसवाल

डॉ जायसवाल ने कहा, फिलॉस्फी में एक शब्द है अज्ञेयवाद। कुछ है, लेकिन हम नहीं जानते। चित्त शुद्धि के बिना भगवान नहीं मिलते। बौद्धिक प्रखरता और चित्त शुद्धि अलग-अलग बातें हैं। चित्त शुद्धि का मतलब है कर्म और संस्कार से पूरी तरह मुक्ति। उन्होंने कहा, ऋषि काया की प्रयोगशाला में खोज करता है। वह अध्यात्म के वैज्ञानिक होते हैं। आज के वैज्ञानिक भी ऋषि हैं, जो प्रकृति के रहस्यों की खोज में लगे हैं। प्राचीन काल में ऋषि को वैज्ञानिक और मुनि को विद्वान कहा जाता था। ऋषि की खोज को मुनि आम लोगों तक पहुंचाते थे। उन्होंने कहा, जब विश्वास मजबूत होता है तो वह निष्ठा बनता है। निष्ठा जब गहरी होती है तो आस्था बनती है। आस्था जब मजबूत होती है तो श्रद्धा बन जाती है। अगर विश्वास पर सवाल हैं तो वह विश्वास नहीं है। विज्ञान आस्था का विषय नहीं था, लेकिन अब बन गया है। धर्म पर लोगों की आस्था कम हो रही है, क्योंकि आस्था का आधार अनुभूति होती है।

विश्वास जब मजबूत होता है, तो बन जाती है निष्ठा : जायसवाल

सत्र को संबोधित करते ट्रस्टी • सौ: गायत्री शक्तिपीठ

संस, सहरसा: रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा एक समय धर्म आस्था का विषय था, अब विज्ञान आस्था का विषय है। सचमुच विज्ञान आस्था का विषय हो गया है। आस्था का मतलब संशय नहीं, आस्था में प्रश्न नहीं होते हैं। पहले धर्म प्रश्नवाचक चिह्नों से परे था, अब धर्म पर ढेर प्रश्नवाचक चिह्न खड़े हो गए हैं। विज्ञान के बारे में अब कोई प्रश्न नहीं करता है। भावनाएं जब मजबूत होती है तो चट्टान की तरह हो जाती है। उन्होंने कहा कि एक समय धर्म आस्था का विषय था, लेकिन आज धर्म के प्रति लोगों की आस्था खत्म होती जा रही है। क्योंकि आस्था का आधार होती है अनुभूतियां। आज के युग में वैज्ञानिक अध्यात्मवाद की बात गायत्री परिवार के सूत्र संचालक वेदमूर्ति तपोनिष्ठ पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य जी ने किया। कहा कि गायत्री शक्तिपीठ की पहल का उद्देश्य समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाना और बौद्धिक विकास को बढ़ावा देना है। कार्यक्रम का समापन प्रतिभागियों के बीच उद्देश्य और उत्साह की भावना के साथ हुआ, जो मानव पुस्तकालय के मिशन का

गरुड़ आसन के लाभ

गरुड़ आसन, जिसे ईगल पोज भी कहा जाता है, एक योग मुद्रा है जिसमें एक पैर को दूसरे पैर के ऊपर लपेटकर और एक हाथ को दूसरे हाथ के ऊपर लपेटकर संतुलन बनाया जाता है। कुछ योग वेबसाइटों के अनुसार इसे "गरुड़" (संस्कृत में चील) के नाम से जाना जाता है, जो भगवान विष्णु के वाहन का नाम है, और "आसन" का अर्थ है मुद्रा। योग जर्नल के अनुसार यह एक उन्नत योग मुद्रा है जो संतुलन, लचीलापन, और एकाग्रता में सुधार करने में मदद करती है। टाटा एआईजी के अनुसार

गरुड़ आसन करने की विधि:

1. ताड़ासन में खड़े हों:

पैरों को एक साथ मिलाकर सीधे खड़े हो जाएं, हाथों को शरीर के बगल में रखें।

2. घुटने मोड़ें:

दाएं घुटने को थोड़ा मोड़ें और बाएं पैर को दाएं पैर के ऊपर लपेटें, बाएं पैर की उंगलियां दाहिनी पिंडली के नीचे आ सकती हैं।

3. भुजाएं उठाएं:

हाथों को कंधे की ऊंचाई तक उठाएं, कोहनियों को मोड़ें और दाएं हाथ को बाएं हाथ के ऊपर लपेटें, उंगलियां ऊपर की ओर हों।

4. संतुलन बनाएं:

धीरे-धीरे शरीर को नीचे करें, जैसे कि आप कुर्सी पर बैठ रहे हों, और सामने किसी एक बिंदु पर ध्यान केंद्रित करें।

5. मुद्रा में रहें:

कुछ देर इसी स्थिति में रहें, गहरी सांस लें और छोड़ें।

6. आसन से बाहर निकलें:

धीरे-धीरे हाथों और पैरों को खोलें और सामान्य स्थिति में वापस आ जाएं।

7. दूसरे पैर और हाथ से दोहराएं:

यही प्रक्रिया बाएं पैर और दाएं हाथ के साथ दोहराएं।

गरुड़ आसन के लाभ:

संतुलन और एकाग्रता में सुधार करता है। कुछ योग वेबसाइटों के अनुसार

जांघों, कंधों, और ऊपरी पीठ को लचीला बनाता है। ओमकार अहरम योगा मैंडिरम के अनुसार

पैरों को मजबूत बनाता है।

तनाव और थकान को कम करता है।

साइटिका के दर्द को कम करने में मदद करता है।

गुर्दे और प्रजनन प्रणाली के लिए फायदेमंद है।

मानसिक स्पष्टता और एकाग्रता में सुधार करता है। विकिपीडिया के अनुसार

सावधानियां:

यदि घुटने, टखने, या कंधे में कोई चोट हो, तो इस आसन से बचें।

शुरुआती लोगों को दीवार के सहारे का उपयोग करना चाहिए।

गर्भावस्था के दौरान इस आसन से बचना चाहिए।

यदि चक्कर या मतली महसूस हो, तो धीरे-धीरे आसन से बाहर निकल आएं।

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

- प्रो० मोहम्मद जावेद (IIT गुवाहाटी) – मानव पुस्तकालय (ह्यूमन लाइब्रेरी) कार्यक्रम में भाग लिया
- श्री राकेश कुमार (सेवानिवृत्त भारतीय राजनयिक) – मानव पुस्तकालय (ह्यूमन लाइब्रेरी) कार्यक्रम में भाग लिया
- श्री रंजीत झा (सेवानिवृत्त जनरल मैनेजर, AFCONS इंफ्रास्ट्रक्चर लिमिटेड) – मानव पुस्तकालय (ह्यूमन लाइब्रेरी) कार्यक्रम में भाग लिया
- श्री प्रकाश ठाकुर (व्यवसायी, सहरसा) – मानव पुस्तकालय (ह्यूमन लाइब्रेरी) कार्यक्रम में भाग लिया
- श्री प्रजेश कुमार सिंह (रजिस्ट्रार, पटना हाई कोर्ट) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्री शशांक कुमार (सिविल जज, खगड़िया) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्री रामपुकार (असिस्टेंट प्रॉसिक्यूशन ऑफिसर, सहरसा) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्री कृष्णा कुमार (न्यायाधीश) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्री अव्हिनव कुमार (न्यायाधीश, सहरसा) – गायत्री जयंती के संध्याकालीन पूजन में भाग लिया
- श्रीमती मोनिका– गायत्री जयंती के संध्याकालीन पूजन में भाग लिया
- श्री धीरज कुमार (पटना) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्री सुरेश कुमार (पटना) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्रीमती गीता सिन्हा जी (पटना) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- सुश्री कुमारी माधवी (पटना) – शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया
- श्री क्षितिज (इंजीनियर, बेंगलुरु)–शिवाभिषेक, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यज्ञ में भाग लिया

आगामी कार्यक्रम

- 10 जुलाई गुरु पूर्णिमा
- 29 जुलाई नाग पंचमी
- प्रत्येक रविवार व्यक्तित्व परिष्कार सत्र

भगवान शिव

नसों में, धड़कनों में, भक्त की हर पुलकनों में
साँसों की सरगमों में, कल्पनाओं की थिरकनों में
कौन हैं समाए, महायोगी शिव, भोलेभण्डारी शिव ।।
भावनाओं की निर्मल गंगा में, सम्वेदनाओं की यमुना में
ज्ञान-प्रयाग की सरस्वती में, हृदय के हरिद्वार में
कौन हैं समाए, देवाधिदेव शिव, औघड़दानी शिव ।।
विचारों की पावनता में, आस्था की तरलता में
स्वभाव की सरलता में, देवत्व की मधुरता में
कौन हैं समाए, विश्वनाथ शिव, सोमनाथ शिव ।।
सूरज की ज्योति में, चन्द्रमा की शीतलता में
सागर की गहराईयों में, पर्वत की ऊँचाईयों में
कौन हैं समाए, हृदयाधिपति शिव, समाधिस्थ शिव ।।
प्रखर प्रज्ञा की प्रज्ञा में, महाशक्ति की सजल श्रद्धा में
आदिशक्ति की यात्रा में, चेतना के उच्चतम शिखर में
कौन हैं समाए, पलकाधिपति शिव, कैलाशाधिपति शिव ।।
इस सृष्टि के सृजन में, पालन में औ रक्षण में
संहार में, उद्धार में, भवरोग की चिकित्सा में
कौन हैं समाए, वैद्यनाथ शिव, महाकाल शिव ।।
जग के सारे विषों को हरने में, अमृत के छलकते प्याले में
आत्मा के आनन्द में, अध्यात्म के विराट ज्ञान में
कौन हैं समाए, त्रयम्बकेश्वर शिव, परम पिता परमेश्वर शिव ।।

.....

– 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	**रू**	**https://www.youtube.com/@GAYATRISHAKTIPEETHSAHARSA**
		https://www.facebook.com/gayatrishaktipeeth.saharsa.39
		https://www.instagram.com/gsp_saharsa/?hl=en
		https://twitter.com/gsp_saharsa?lang=en
		https://www.linkedin.com/in/gayatri-shaktipeeth-saharsa-21a5671aa/