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 ०७

'मानव जीवन की दो कसौटियाँ

संसार की वस्तुओं को, समस्याओं को, परिस्थितियों को, लाभ-हानि को परखने की, समझने की दो दृष्टियाँ, दो कसौटियाँ होती हैं। एक को शुद्ध व दूसरी को अशुद्ध कहते हैं। शुद्ध दृष्टि से देखने वाला मनुष्य हर काम को आत्मलाभ या आत्महानि की तराजू पर तोलता है। वह देखता है कि इस कार्य को करने में अत्यन्त कल्याण है या नहीं। जिस कार्य में स्थायी सुख होता है, उसे ही वह ग्रहण करता है भले ही उसे स्वल्प तात्कालिक लाभ एवं कम भौतिक सुख में संतोष करना पड़े। इसके विपरीत अशुद्ध दृष्टिकोण वाला मनुष्य अधिक धन, अधिक सुख, अधिक भोग उपार्जन में लगा रहता है। इन वस्तुओं को अधिक संख्या, अधिक मात्रा में प्राप्त करने के लिये वह इतना विमुग्ध होता है कि धर्म-अधर्म तक की परवाह करना छोड़ देता है। आज के सुख के लिए वह कल के दुःख को नहीं देखता। अशुद्ध दृष्टिकोण रखने वाले मनुष्य के विचार और कार्य अति स्वार्थपूर्ण-अनर्थपूर्ण होते हैं इसीलिए उसे निंदनीय, दण्डनीय, असुर माना जाता है। देववृत्ति का मनुष्य शुद्ध सात्विकता को अपनाता है, फलस्वरूप उसके समस्त विचार और कार्य पुण्य की, परमार्थ की श्रेणी में आने योग्य होते हैं। अतएव उसे सर्वत्र प्रशंसा, प्रतिष्ठा व श्रद्धा प्राप्त होती है।

हृदय से हृदय तक

इस माह युवाओं के हृदयसम्राट स्वामी विवेकानन्द की जयंती है जिसे युवा दिवस के रूप में चारों ओर धूमधाम से मनाया जाता है। वास्तव में आज के इस साँस्कृतिक संक्रमण के ऐतिहासिक दौर में भौतिकवाद अपनी चरम पराकाष्ठा पर है। संयम, सेवा, तप, त्याग और सादगी जैसे नैतिक एवं आध्यात्मिक मूल्यों के अस्तित्त्व पर गम्भीर प्रश्न चिन्ह लगा हुआ है। युवा वर्ग में इनके प्रति किसी गम्भीर आस्था का सर्वथा अभाव ही दिखता है। चारों ओर जब सुख, सुविधा, वैभव-विलास एवं स्वार्थ अनाचार का ही वर्चस्व दिखाई देता है, तो संयम, सेवा, त्याग, सहिष्णुता, विनम्रता का आदर्शवादी मार्ग उसे घाटे का ही सौदा लगता है। ऐसे में युवाओं के सामने यह प्रश्न सहज ही खड़ा हो जाता है कि वह आध्यात्मिक बनें तो क्यों? वह क्यों इन्द्रिय सुखों पर अंकुश लगाकर शील संयम का जीवन जीए? वह क्यों अपने स्वार्थ सुखों की कटौती कर सेवा सज्जनता का मार्ग अपनाए? वह क्यों कर नैतिकता के नीति नियमों में बँधकर अपनी स्वतंत्रता का हनन करें? युवा हृदय को उद्वेलित करते ये प्रश्न संतोषपूर्ण समाधान माँगते हैं।

भीषण अन्तर्द्वन्द्व की इस विषादपूर्ण स्थिति में आध्यात्मिक जगत के जाज्वल्यमान सूर्य स्वामी विवेकानन्द युवाओं को प्रखर दिशाबोध प्रदान करते हैं। उनकी दैदीप्यमान ज्ञानप्रभा के आलोक में युवाओं के दिलो-दिमाग में छाया ज्वलन्त प्रश्नों का यह सघन कुहासा परम दर परत छँटता जाता है और उनकी समस्याओं के समाधान उन्हें सहज ही मिलने लगते हैं।

स्वामी जी सर्वप्रथम युवाओं को उनके यथार्थ स्वरूप का परिचय करवाते हैं। उनकी विराट् आध्यात्मिक पृष्ठभूमि का परिचय देते हुए स्वामी जी ओजस्वी शब्दों में कहते हैं- "हे युवाओं! तुम उस सर्वशक्तिमान की सन्तानें हो। तुम उस अनन्त दिव्य अग्नि की चिंगारियां हो। इस आध्यात्मिक परिचय के साथ ही वे युवाओं का जीवन लक्ष्य स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि **"Each soul is potentially divine and the goal is to manifest this divinity"** अर्थात् हर आत्मा मूल रूप में देवस्वरूप है और लक्ष्य इस दिव्यता को जगाना है। इस तरह मनुष्य के अन्दर की अन्तर्निहित पूर्णता को जाग्रत करने और जीवन के हर क्षेत्र में इसकी अभिव्यक्ति को ही स्वामी जी जीवन का सर्वोच्च लक्ष्य घोषित करते हैं।

लक्ष्य के एक बार निर्धारित होते ही फिर इसके अनुरूप युवाओं के जीवन का गठन शुरू हो जाता है। स्वामी जी के अनुसार- लक्ष्य के अभाव में हमारी ९९ प्रतिशत शक्तियाँ इधर-उधर बिखर कर नष्ट होती रहतीं है। आध्यात्मिक आदर्श के अभाव में हम अपनी अन्तर्निहित दिव्यता एवं पूर्णता को भुलाकर देह-मन तक ही अपना परिचय मान बैठते हैं और हमारे समस्त दुःख, कष्टों और विषाद का मूल कारण यह आत्म विस्मृति ही है। स्वामी जी के शब्दों में- ''यह अज्ञान ही सब दुख-बुराइयों की जड़ है। इसी कारण हम स्वयं को पापी, दीन-हीन और दुष्ट-दरिद्र मान बैठे हैं और दूसरों के प्रति भी ऐसी ही धारणाएँ रखते हैं, तथा इसका एकमात्र समाधान अपनी दिव्य प्रकृति एवं आत्मशक्ति का जागरण है। वह जोर देते हुए कहते हैं कि आध्यात्मिक और मात्र आध्यात्मिक ज्ञान ही हमारे दुख मुसीबतों को सदैव के लिए समाप्त कर सकता है।

अपने अन्दर दिव्यता की हल्की सी झलक भी, युवा हृदय को अन्तर्निहित अपार सम्भावनाओं के प्रति आश्वस्त करती है और इसके साथ ही बाहर दूसरे व्यक्तियों एवं प्राणियों में भी इसकी झलक झाँकी प्रतिभासित होने लगती है। इसी बिन्दु पर स्वामी के अनुसार 'शिवभावे जीव सेवा' का रहस्य उद्घाटित होता है। स्वामी जी लिखते हैं कि- 'इतनी तपस्या के बाद मैं इस वास्तविक सच्चाई को समझ पाया हूँ कि ईश्वर ही हर प्राणी में है। जो जीव सेवा करता है, वह ईश्वर सेवा करता है। जो इस प्रकट ईश्वर की सेवा नहीं कर सकते हो, उस अप्रकट ईश्वर की सेवा कैसे कर पाओगे। इसलिए वे कहते हैं कि प्रत्येक पुरुष, स्त्री और सभी प्राणियों को भगवान के रूप में देखो। इनकी सेवा ही सर्वोच्च धर्म है।

वसंत पंचमी के शुभ अवसर पर माता सरस्वती से प्रार्थना है कि उनकी कृपा आपको प्राप्त हो और नववर्ष के शुभ अवसर पर आप सभी युवाहृदय में इन आदर्शों के अनुरूप जीवन जीने और अपने जीवन को अंधकार से मुक्त करने का संकल्प जागृत हो और भगवान महाकाल उसे पूर्ण करने का आपको आशीर्वाद दें।

अरुण कुमार जायसवाल

पढें वेद, सुनें उपनिषद्, उतारें गीता बनें पुराण

कोई कहता वेद ही सबकुछ हैं, उन्हें ही पढो उनसे ही सारा ज्ञान मिल जाएगा क्योंकि वेद ज्ञान के सागर हैं । कोई कहता उपनिषद् वेदों के ज्ञान काण्ड हैं । ज्ञान पाना है तो उपनिषदों की ओर मुड.जाओ, उपनिषदों का मनन करो, चिन्तन करो, मन्थन करो सबकुछ समझ में आ जाएगा तो कोई कहता गीता से बढकर कुछ नहीं है । बस गीता पढो । कोई कहता पुराण तो बेकार की बातें हैं । कपोल कल्पना है । किसी ने अहोभाव से कहानी लिख दी और भगवान के ऐश्वर्यों का गुणगान कर दिया । भला, ऐसा भी कहीं होता है कि खम्भे से भगवान निकल जाएँ, आधा मनुष्य और आधा पशु बनकर नाखूनों से हिरण्यकशिपु का वध कर दें । सब ढकोसला है आदि-आदि । पर सत्य पाने के लिए तो सबकी आवश्यकता है । इसी हेतु कहा गया हम पढें वेद, सुनें उपनिषद्, उतारें गीता और बनें पुराण ।

वास्तव में, सभी शास्त्रों का अपना - अपना महत्त्व है । सबके मूल में जो सबसे प्यारी चीज है वह भक्ति है । जैसे बच्चे का जन्म होता है तो वह लाचार, निरीह और असहाय होता है । अगर उसके माता-पिता उसका ध्यान नहीं रखें तो उसका जीवन जीना ही मुश्किल हो जाएगा । उस समय उसे कहा जाए कि तुम बी. ए., एम.ए. कर लो तो क्या यह उसके लिए सम्भव होगा । अभी तो उसे अपना जीवन बचाना है । उसे किसी की सहायता की सख्त आवश्यकता है जो उसके माता-पिता हैं । ठीक उसी तरह अध्यात्म में भी है । अगर हमारे अन्दर पुराण की भक्ति नहीं उतरी, हमारे सहायक गीता के भगवान नहीं बने तो क्या खाक हम उपनिषदों और वेदों का गूढ ज्ञान प्राप्त कर पाएंगे । पुराणों की सरलता और उनकी भक्ति अपने जीवन में उतारनी आवश्यक है । इसी से हम क्षुद्र से महान बन सकते हैं । नर से नारायण बन सकते हैं । हम जितने भी महामानव, दिव्य मानव, अति मानव आदि के विषय में सुनते हैं उन सभी ने अपने जीवन में यही सूत्र अपनाया है तभी वे दिव्यता की पराकाष्ठा पर पहुंचे और उनके जीवन का इतिहास ही पुराण बन गया ।

वेदों से साधक को खुद को पाने की जानकारी भले मिल गई, उपनिषदों को जीवन में उतारने की शिक्षा भी मिल गई परन्तु साथ में सारथि कृष्ण न खडे हों तो हम अपने मन के कुरुक्षेत्र को नहीं जीत सकते । अर्जुन को गीता और उपनिषद् का ज्ञान मिला भक्ति के कारण, प्रह्लाद को ज्ञान मिला भक्ति के कारण, हनुमान के अन्दर रामायण उतरी भक्ति के कारण । तो शास्त्रों का ज्ञान असीम है, अनन्त है । उसे जानना और सबको समझाना भी कठिन ही नहीं, दुष्कर भी है । हां, गुरु कृपा और भगवत्कृपा है तो गूंगा भी बोल सकता है और पंगु भी चल सकता है । हर शास्त्र एक ही सत्य को उजागर कर रहे हैं बस उनको प्रकाशित करने का ढँग अलग है, शब्द अलग हैं, वक्ता अलग हैं, श्रोता अलग हैं । सभी अपनी-अपनी बुद्धि के अनुसार उन्हें ग्रहण कर रहे हैं और उसकी व्याख्या कर रहे हैं । वेद सागर की तरह हैं और उस सागर की सभी लहरों का परिचय पाने के चक्कर में अगर हम पडे तो हमें कुछ भी हासिल नहीं होगा । कबीरदास ने कहा है -

एके साधे सब सधै, सब साधे सधे न कोय

अर्थात् एक को साध लेने से सब सध जाते हैं परन्तु सभी के ज्ञान के चक्कर में पडे तो वह एक भी चला जाता है । सागर की बूंदें तो अनन्त हैं पर एक बूंद को भी चख लिया तो सागर की सभी बूंदों के खारेपन का ज्ञान मिल जाएगा । इसलिए स्वयं का ज्ञान पाने के इच्छुकों के लिए वेदों को पढना चाहिए पर उपनिषद् को गुरु के पास बैठकर सुनना चाहिए । गीता को अपने जीवन में उतारना चाहिए । यह सब भावाभिव्यक्ति का अपना - अपना ढँग है । हमारा आचरण, हमारा व्यवहार सबकुछ उपनिषद् की तरह हो । गुरु हमारे पथ प्रदर्शक, हमारे मार्गदर्शक हमारे सर्वस्व हों तभी हम किंकर्तव्यविमूढ अर्जुनों को अपने मन का कुरुक्षेत्र जीतने का सन्मार्ग मिल सकता है । नहीं तो हम भटकते रहें व्यर्थ ही जन्म-जन्मान्तर, हमारा कुछ भी होना-जाना नहीं है । होगा तभी जब हम परमात्मा के चरणों की शरणागति पाएंगे । शास्त्र ज्ञान पाने की सीढियां हैं और उन सीढियों पर पग रखकर ही हम मंजिल का विहंगम दृश्य देख सकते हैं तो शास्त्र रूपी नयनों से परमात्मा के चरणों का दर्शन करें और पा लें ज्ञान की भोर और हो जाएं आनन्दरस में विभोर ।

– 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)

- **शिक्षा और चिकित्सा आज फलता-फूलता उद्योग बन गया है। परंतु शिक्षा और चिकित्सा सेवा कर्म है, कल्याणकारी कर्म है।**
- **जो शिक्षा और चिकित्सा को अगर सेवा भाव से करता है तो दोनों मिल करके मनुष्य तैयार करती है, इंसान तैयार करती है।**
- **शिक्षा को व्यवसाय बना दिया जाए तो वह मनुष्य कभी तैयार नहीं कर सकती है।**
- **नक्सलवाद के संदर्भ में सबसे पहला प्रयोग रामकृष्ण मिशन के स्वामी आत्मानंद जी ने शुरू किया था।**
- **चिकित्सा सामने वाले के लिए हमदर्दी पैदा करता है। लगता है सुख-दुख में कोई तो खड़ा है । शिक्षा उसको समझने के योग्य बनाती है, समझ पैदा करती है, जीवन मूल्य, मानवीय मूल्य विकसित करती है।**
- **शिक्षा और चिकित्सा दोनों चीज ऐसी है जो कि प्रभावित होने वाले और प्रभावित करने वाले के बीच में एक मजबूत संबंध, सेतु का निर्माण करती है।**
- **जब एक की संवेदना दूसरे की संवेदना से मिलती है, तो संबंधों का निर्माण होता है ।**
- **संबंध संवेदनाओं से जुड़ते हैं और संवेदना के कमजोर होने पर टूट जाते हैं।**
- **दो ही चीज संवेदना को सघन से सघन करती है, वह है- शिक्षा और चिकित्सा।**
- **जब प्रतिभावान संवेदनशील होंगे तो समाज संवेदनशील होगा, समाज में संतुलन कायम रहेगा।**
- **किसी आदमी में जब तक अंदर से प्रेरणा नहीं जागेगी, तब तक बातें नहीं बनेगी।**

जिज्ञासा

प्रश्न- मेरा प्रश्न यह है कि जब मैं कंप्यूटर परीक्षा का टेस्ट दे रहा था, पिछले रविवार तो सभी प्रश्न के उत्तर जानते हुए भी उसे समय पर नहीं बना पाया। जिसके कारण मेरे कुछ प्रश्न छूट गए। अतः आपसे निवेदन है कि परीक्षा में समय का मैनेजमेंट कैसे करें? कृपया बताएं ताकि आगे ऐसा न हो।

उत्तर- प्राथमिकता तय करें, समय के प्रबंधन से ज्यादा आवश्यक है, जो क्वेश्चन का उत्तर कन्फर्म आता है, आपको अच्छे से आता है, उसको पहले करना चाहिए। ये प्रायोरिटी तय कर लेंगे, प्राथमिकता तय कर लेंगे, तो दिक्कत नहीं होगी। आप पहले लिखने चले जाते हैं जिस क्वेश्चन का उत्तर नहीं जानते या कम जानते हैं। आप क्वेश्चन नंबर के सीरियल पर न जाएं, पहले सभी क्वेश्चन को ध्यान से पढ़ें फिर जिस क्वेश्चन के आन्सर में आप मोर कॉन्फिडेंट हैं, उसको पहले सॉल्व करें, पहले लिखें ओर अच्छे से लिखें। इस तरह से प्रायॉरिटी तय करेंगे तो समय का मैनेजमेंट भी हो जायेगा। हम हमेशा बोलते हैं, पढ़ाई करते वक्त लिखते हुए पढ़ें, क्वेश्चन का आन्सर आता है पर सॉल्व करने में समय ज्यादा लगता है तो भी आपका छूट जाएगा, क्योंकि प्रश्न से उत्तर के बीच आप कितनी देर सोचते हैं ये बड़ा महत्वपूर्ण होता है, ये प्रैक्टिस से सही होगा, आपका लगातार लिखने का अभ्यास तेजी से सोचने का माध्यम बनता है, आधार बनता है और फिर तेजी से लिखने का अभ्यास, आपके समय को बचाता चला जायेगा।

प्रश्न- मेरा प्रश्न यह है कि दीपावली में लक्ष्मीजी का पूजन करना चाहिए क्योंकि लक्ष्मीजी धन की देवी हैं या गणेशजी का पूजन करना चाहिए या फिर भगवान श्री राम जी का क्योंकि कुछ लोग दीपावली में राम जी की पूजा करते हैं, उनके बारे में ये भी बोलते है कि राम जी 14 साल में वनवास पूरा किये थे इसलिए। अब आप ही मेरा कन्फ्यूजन दूर कर सकते हैं समझ में नहीं आता कि किस भगवान की पूजा करें?

उत्तर- शुरू से ही दीपावली पर्व पर लक्ष्मी और गणेश की पूजा होती है। बंगाल में साथ-साथ माँ काली की भी पूजा होती है। वर्ष भर की चार महारात्रियों में इस रात्रि को कालरात्रि कहा जाता है। गणेश जी तो गौरीपुत्र हैं, तो गौरी-गणेश की पूजा होनी चाहिए, तो लक्ष्मी-गणेश की क्यों होती है? दरअसल जीवन में दो चीजें ऐसी हैं जो बहुत जरूरी है, अगर दो चीजें नहीं होंगी तो जीवन नहीं चलेगा। एक है विवेक यानि समझ और दूसरा है समृद्धि। विवेक के साथ जो समृद्धि आती है वह स्थायी और स्थिर होती है। विवेक के बिना जो समृद्धि आती है वो स्थायी और स्थिर नहीं होती है और जो आपके पास पहले से है वो भी बहा ले जाती है। भगवान राम वनवास गए, कैसे गए? ज्योतिष की दृष्टि से सोचें तो पूरी अयोध्या पर लग गयी थी शनि ग्रह की दृष्टि, सच कहें तो उस समय अयोध्या में अंधकार छा गया था, वाल्मीकि रामायण में यह प्रसंग है, अयोध्या में जो प्रकाश रहा, स्थिरता रही और शांति रही, राम के वनवास के बाद सारे अयोध्यावासियों ने मिलकर तप किया, भक्त भरत के नेतृत्व में, लेकिन वह प्रकाश, वह स्थिरता, वह शांति भगवान राम के 14 वर्ष के बाद लौटने पर पूरी तरह आई। रामजी लौटे तो वह समृद्धि लौटी, अभी तक जेनरेटर से अयोध्या चल रही थी, अब पूरी तरह बिजली आ गई। भगवान राम आये तो अयोध्या की राजलक्ष्मी वापस लौट आई। दरअसल राम के लौटने के बाद अयोध्या के रामराज्य में किस तरह से जीवन यापन करें, इसका प्रशिक्षण भाई भरत ने पूरे अयोध्यावासी को दिया था कि भैया लौटेंगे तो हमें कैसे रहना है। कहते है पूरे 14 साल तक अयोध्या में किसी को बच्चा नहीं हुआ, ये तप बल था

तपस्वी भारत का। इसलिए उनके आगमन पर हम लोग प्रतिवर्ष दीप मालिका जलाकर उनके आने का जश्न मनाते हैं। वैसे भी दीपावली अमावस्या की अंधेरी रात को मनाई जाती है, दीपावली अज्ञान के अंधकार को दूर कर ज्ञानरूपी प्रकाश को स्थापित करने का पर्व है। तो ध्यान रखना चाहिए जीवन जीने के लिए दोनों चीजें जरूरी हैं विवेक भी जरूरी है यानि ज्ञान भी जरूरी है और समृद्धि भी जरूरी है। विवेक के देवता कौन हैं ? तो गणेश जी हैं। गणेशजी की कृपा हो तो विवेक विकसित हो, समझ विकसित हो। समझ के साथ पुरुषार्थ हो तो जीवन विकसित होगा, फिर समृद्धि की देवी लक्ष्मी कृपा करेंगी, धन-धान्य से संपन्न करेंगी जीवन को। कहते हैं शुद्धता में लक्ष्मी का वास होता है, इसलिए दीपावली में हम लोग घर -आंगन, आसपास मोहल्ले की सफाई करते है। लेकिन इस बात को हम भूल ही जाते हैं कि बाहर की सफाई से ज्यादा आवश्यक है अंदर की सफाई, अंतर्मन की सफाई, वहाँ कूड़ा-कचरा भरे हैं, ईर्ष्या, द्वेष, तो फिर लक्ष्मी स्थिर और स्थायी कैसे रहेंगी? लक्ष्मी माता की तो खूब पूजा करते हैं पर घर की महिलाओं को सम्मान नहीं देते, धनलक्ष्मी का भरपूर सम्मान करते हैं पर गृहलक्ष्मी का सम्मान नहीं करते, उसे वस्तु समझते हैं, तो कहाँ से लक्ष्मी स्थिर और स्थायी रहेंगी? भले ही आप स्थिर लग्न में गणेश लक्ष्मी का पूजन करते रहें सालों साल। तो विवेक रहेगा यानि भगवान गणेश को हम महत्त्व देंगे तो आंतरिक सफाई भी रहेगी और बाहरी सफाई भी रहेगी, तो सचमुच समृद्धि कभी घटेगी नहीं। घर में, परिवार में, समाज में नारियों का सम्मान करेंगे तो समृद्धि के साथ-साथ सुख-शांति भी बनी रहेगी। तो कहने का अर्थ है कि दीपावली मनुष्य के अंतर जीवन में विवेक और बाह्य जीवन में समृद्धि का पर्व है। दोनों चीजें जरूरी हैं किसी एक के रहने से काम नहीं चलेगा सिर्फ विवेक है तो रोटी कैसे चलेगी? और समृद्धि है विवेक नहीं है तो रुपये को जलाकर, जुआ खेलकर, दारू पीकर समृद्धि को बर्बाद कर देंगे।

तो इसी तरह से अंतर जीवन में यानि मन:स्थिति में विवेक और परिस्थिति में समृद्धि, दोनों जरूरी है, विवेक है तो गलत रास्ता नहीं चलेगा जुआ नहीं खेलेगा। विवेक नहीं है तो बड़े-बड़े लुट जाते हैं। दीया जलाने का मतलब है प्रसन्नता, सफलता, कृतज्ञता, समृद्धि का उत्सव मनाते हैं। इसलिए तो अभी-अभी दीपावली पर्व को विश्व धरोहर के रूप में घोषित किया गया। धरोहर का मतलब है, मनुष्य ने धरती पर जो उपलब्धि हासिल की प्राचीन काल में, प्राचीनता का ऐसा कोई प्रतीक है तो उसको धरोहर मान लेते हैं। वैसे भी दीपावली पूरी दुनिया में मनाई जाती है। अपनी भारतीय संस्कृति के अनेक पर्वो में दीपावली पर्व में बड़ा मर्म छुपा है ल, अगर इस भाव के साथ दीपावली मनाएं तो सचमुच जीवन परिपूर्ण हो जाएगा। दीपावली का संदेश बहुत गुढ है। आशा है अब आपका कन्फ्यूजन दूर हो गया होगा।

प्रश्न- मेरा प्रश्न ये है कि दीपावली में हम लोग हुक्कापाती क्यों खेलते हैं?

उत्तर- भारत विभिन्न परंपराओं और संस्कृतियों का अद्भुत संगम है, यहाँ हर त्योहार सिर्फ उत्सव नहीं होता बल्कि लोक जीवन से गहराई से जुड़ी परंपराओं और ग्रामीण अर्थव्यवस्था को भी बढ़ावा देने वाला होता है। उत्तर पूर्व भारत में ऐसा ही एक अनूठा और प्रचलित पर्व है, हुक्का पाती। दरिद्रता से मुक्ति। समृद्धि और समरसता के प्रतीक के रूप में यह पर्व मनाया जाता है। आधुनिकता के इस दौर में भी गांव में यह परंपरा जीवंत हैं जबकि शहरों में इसका प्रभाव नहीं के बराबर दिखता है।

दीपावली में हुक्कापाती खासकर बिहार के कोसी और मिथिलांचल क्षेत्रों की एक महत्वपूर्ण परंपरा है, जिसका मुख्य महत्त्व घर से दरिद्रता को बाहर निकालकर लक्ष्मी यानि समृद्धि का स्वागत करना है जिसमे सन - यानि संठी, पटसन

की पतली पांच लकड़ी से बनी डंडियां हुक्कापाती को जलाकर घर के कोनों में तीन बार घुमाया जाता है। लक्ष्मी घर, दरिद्र बाहर बोलते हुए इसे मुख्य द्वार से बाहर निकाला जाता है और बुझाया जाता है। जिससे धन का आगमन और दरिद्रता का निष्कासन होता है। इसका वैज्ञानिक कारण यह है कि पटसन के पौधे से निकलने वाली लकड़ी के जलने से वातावरण के हानिकारक बैक्टीरिया और कीट पतंगे मर जाते हैं जिससे वातावरण शुद्ध होता है। यह सामूहिक कार्य है, इसे घर के मुखिया और अन्य पुरुष सदस्य मिलकर जलाते हैं और तीन बार पूरे घर का भ्रमण करते हैं, जब डंडी छोटी हो जाती है तब उसे पांच बार लांघकर बुझाया जाता है फिर वरिष्ठ महिला सदस्य को ही इसका प्रतीक मानकर पाती सौंपते हैं जिसे दूसरे दिन नदी में विसर्जित किया जाता है।

अमावस्या के दिन को पितरों का दिन माना जाता है, इसलिए पटुआ यानि पटसन के डंठल में घास बांधकर उसे दीप से जलाया जाता है, इसे घर के हर कमरे में घुमाते हुए धान या सरसों छींटा जाता है, इस प्रथा को उल्क़ा भ्रमण भी कहते हैं जिससे पितरों को धरती से स्वर्ग की ओर प्रस्थान के लिए विदाई दी जाती है।

बिहार से बाहर इस परंपरा को लक्ष्मी पूजन के बाद आधी रात को महिलाएं संठी से गोल सूप को पीटती हैं। इसे ब्रह्म मुहूर्त में सम्पन्न करते हैं। इस दौरान महिलाएं बोलती हैं अन्नधन घर आऊँ दरिद्र बहार जाऊं, इस तरह से मनाती हैं।

दरिद्रा का नाम अलक्ष्मी है, लक्ष्मी जी की बड़ी बहन हैं, इसलिए ज्येष्ठा नाम पड़ा। बड़ी बहन का नाम नहीं लेते बड़ी दीदी या मँझली दीदी कहते हैं तो लक्ष्मी जी उनको ज्येष्ठा दीदी कहती हैं। लक्ष्मी जी के लिए स्वच्छता, पवित्रता और प्रकाश चाहिए, अलक्ष्मी के लिए खँडहर, गंदगी, दुर्गंध और अंधकार चाहिए, दोनों का निवास स्थल अलग-अलग है। लक्ष्मी जी कभी अंधकार में नहीं रहती हैं। इसलिए कहते हैं कि शाम में दीया बत्ती कर लो ताकि लक्ष्मी जी प्रसन्न रहें। अंधेरे से यानि ज्येष्ठा दीदी को देखकर वो भाग जाती हैं। एक कथा बहुत मजेदार है- एक बार असुरों ने लक्ष्मी जी की उपासना की, लक्ष्मी जी प्रसन्न हुईं, बोलीं, ठीक है, हम तुम्हारे यहाँ चलेंगे लेकिन अगर तुम्हारे यहाँ पवित्रता, स्वच्छता और प्रकाश नहीं होगा तो हम तत्काल उस जगह को छोड़ देंगे। असुर राजा ने कहा ठीक है मां हम इस बात का ध्यान रखेंगे। अब लक्ष्मी जी असुरों के यहाँ गयी तो देवता कंगाल हो गए और परेशान हो गए। अब लक्ष्मीजी जहाँ रहेंगी वहाँ न समृद्धि रहेगी, तो देवताओं की श्री-समृद्धि जाने लगी, फिर वे सोचने लगे कि कौन इस काम को करेगा? तो सभी ने कहा यह काम गणेशजी ही कर सकते हैं। तो गणेश जी तो बुद्धि-विवेक के देवता हैं, वो पहले ढूंढने लगे कि ज्येष्ठा देवी कहाँ हैं? वो मिली, खंडहरों में, मकड़ी के जाले के बीच, बुझे हुए दीयो के बीच प्रसन्नतापूर्वक बैठी थी। तो गणेशजी ने कहा बताइए मौसी जी, आपका हिस्सा तो ले गयी है लक्ष्मी जी, तो ज्येष्ठा ली- हाँ-हाँ मैं तो विष्णु से शादी करने के लिए तैयार थी, लक्ष्मी पहले से लपककर पहुँच गई वहाँ पर। आगे गणेश जी बोले- लेकिन एक जगह जहाँ पर आपका अधिकार था, वहाँ भी जा कर अधिकार जमा करके वो बैठ गयी हैं। आपने कहा था कि मैं असूरो के यहाँ रहूँगी, आपके लिए तो वही स्थान तय हुआ था, लेकिन वो वहाँ पहुँच गई हैं, उस जगह को भी हथिया लिया है। वहाँ से भी आपको निकाल बाहर किया है। तो दरिद्रा बोलती है अरे उसको बैकुंठ से पेट नहीं भरा जो वहाँ पहुँच गई। तो गणेश जी ने कहा कि आप ही उनको वहाँ से भगा सकती हैं। हाँ-हाँ मैं चलती हूँ, उसको भगाऊंगी। अब असुरों के राजा ने तो लक्ष्मी जी के प्रवास की जगह कहीं भी अपवित्रता, अस्वच्छता और प्रकाश की कमी नहीं रहने दी थी। गणेशजी पहुँच गए ज्येष्ठा देवी को लेकर के, जैसे ही ज्येष्ठा देवी घुसी, वैसे ही दीपक बुझने लगे और दुर्गंध आने लगा, फिर लक्ष्मीजी

मिली, उनको डांटने लगी, बैकुंठ से पेट नहीं भरा, यहाँ भी आ गई राज़ करने के लिए। हट नालायक कहीं की। हाँ-हाँ दीदी, आप ही यहाँ रहिये। लक्ष्मी जी तो रास्ता खोज ही रही थी, वह तो चाह ही रही थी वहाँ से निकलने का, पर वो तो वरदान से बंधी हुई थी। वचन के चक्कर में फंस गयी थी। ज्येष्ठा देवी के घुसने से तो अंधकार छा ही गया था, इसलिए आसानी से निकल गई, वरदान का शर्त असुर राजा हार गए थे। जैसे ही वहाँ से गई असुरों की पराजय होने लगी। देवता कंगाल से समृद्धि की ओर चल पड़े। श्री का मतलब होता है संपन्नता, श्री का मतलब होता है विजय, श्री का मतलब होता है प्रकाश, श्री का मतलब होता है समृद्धि, मतलब जीवन से संबंधित जितनी लौकिक विभूतियाँ हैं, इसलिए लक्ष्मी के आठ रूप हैं उन्हें अष्टलक्ष्मी कहा जाता है। मतलब आठ आयामों में आपकी संपन्नता हो। श्री का मतलब धन, विजय, सौभाग्य वहाँ रहता है। सौभाग्य की देवी हैं लक्ष्मी, विधवा का वेश बनाए घूमती हैं ज्येष्ठा देवी। मज़े की बात है लक्ष्मी और अलक्ष्मी यानि दरिद्रा, दोनों समुद्र से ही निकली हैं। विष्णु भगवान तो चतुर आदमी हैं जेष्ठा देवी को असु रों के पास भेज दिया। लक्ष्मी का वरण खुद कर लिया, देवो के नायक तो विष्णुजी हैं। इसलिए कहते हैं लक्ष्मी घर में आ और दरिद्रा बाहर जा। इसलिए हुक्कापाती खेलते हैं।

एक और बात यहाँ समझने की है कि रविवार को पीपल और तुलसी में जल क्यों नहीं डाला जाता है? रविवार के दिन वहाँ ज्येष्ठा देवी का वास होता है, वो वापस पीछे-पीछे चल देती है साथ में और घर में घुस जाती है। बाकी दिन लक्ष्मी जी का वास होता है,1 दिन रविवार ज्येष्ठा देवी का वास रहता है। इसलिए रविवार को तुलसी और पीपल में जल नहीं डाला जाता है। रविवार का दिन तो सूरज भगवान का ही है इसीलिए रविवार को सूर्य भगवान को जल देते हैं पर दूसरे पेड़ में देते हैं, पीपल और तुलसी को छोड़कर।

प्रश्न- तीन बार कोई चीज़ करना या तीन वस्तुएं किसी को देने को अशुभ क्यों माना गया है? अगर तीन को अशुभ माना गया है तो बेलपत्र के तीन पत्तों को शुभ क्यों माना गया है?

उत्तर- तीन बार देने का मतलब है कि अपनी सारी संपदा को लुटा देना। हमारा जीवन त्रिआयामी है। कृष्ण भगवान सुदामा के टूटे चावलों का तंदुल एक मुट्ठी खाये, फिर दो मुट्ठी खाये, तो रुकमिनी ने दो मुट्ठी ही खाने दिया, तीसरी बार हाथ पकड़ ली, अरे! अपने लिए भी कुछ रख लो महाराज। क्योंकि जितना खाओगे उतना तो लौटाना भी पड़ेगा न। धरती ,पाताल, स्वर्ग दे दोगे तो रहोगे कहाँ पर? जितना लेंगे उतना तो देना भी होगा न। कोई मुफ्त में देता-लेता नहीं है, प्रकृति में तो संतुलन का सिद्धांत है न। जैसे राजा बली से विष्णु के अवतार वामन ने तीन पग में तीनों लोक ले लिया, आकाश-पाताल-धरती ले लिया, तो उनके यहाँ द्वारपाल बनकर विष्णु जी को रहना पड़ा, बंधक बनना पड़ा। महाराज बलि की सेवा में लगना पड़ा विष्णु जी को। राजा बली का लूटा तो विष्णु भगवान का भी सब लूटा। लेंगे तो देंगे भी प्रकृति में, नहीं देने का ऐसा कोई नियम नहीं है। फिर रक्षाबंधन में लक्ष्मी जी गईं राजा बलि को राखी बांधी और भगवान विष्णु को छुड़ाकर लाई। येन बद्धओ बली राजा दानवेन्द्रो महाबल:, तभी तो कहते है न। अब तुम मेरे भाई बन गए तो विष्णु जी तो बहनोई हो गए, बहनोई को बंधक में रखोगे क्या? अरे माता !आप पहले कहती मैं ऐसे ही छोड़ देता, नहीं-नहीं बहन को नेग दो, तो इस तरह से विष्णु जी छूटे। पाताल के राजा तो थे ही बली, तीन पग लिया, लेकिन पताल फिर वामन ने छोड़ दिया, कहा रसातल चले जाओ। रसातल में वामन द्वारपाल बने बैठे रहे। वामन मतलब बौना।

कहने का मतलब है तीन मुट्ठी दे दिए तो आप अपने को लुटा दिए, तीनों आयाम निकल गया। इसलिए ये प्रचलन हो गया कि दो बार दो, तीन बार न दो। बेलपत्र तीन है जो आप शंकर जी को चढ़ाते हो, बस आप किसी और को थोड़ी दे रहे हैं, आप शंकर जी को दे रहे हैं और शंकर जी तो आपको कुछ भी लौटा सकते हैं। औघरदानी हैं। त्रिशूल में भी तीन शूल होते हैं, लोभ-मोह-अहंकार को नष्ट करने के लिए। तीन बेलपत्र चढ़ाने से लोभ - मोह -अहंकार का शूल नष्ट होता है।

प्रश्न- लंदन जाने के लिए कौन सी डिग्री चाहिए?

उत्तर- किस उद्देश्य के लिए जाना चाहते हैं? मजदूरी करने जाना चाहते हैं तो हाई स्कूल की डिग्री चाहिए। एम् आर सीपी या एफआरसीएस करने जाना चाहते हैं तो डॉक्टरी यानि एमबीबीएस की डिग्री चाहिए और वहाँ का प्लेब एग्ज़ैम क्लियर करना पड़ता है। बिज़नेस प्रोफेशनल या किसी और तरह के प्रोफेशनल के लिए जाना चाहते हैं तो उस तरह के सब्जेक्ट में ग्रैजुएशन की डिग्री चाहिए। जिस उद्देश्य के लिए जाना चाहते हैं वैसी डिग्री चाहिए।

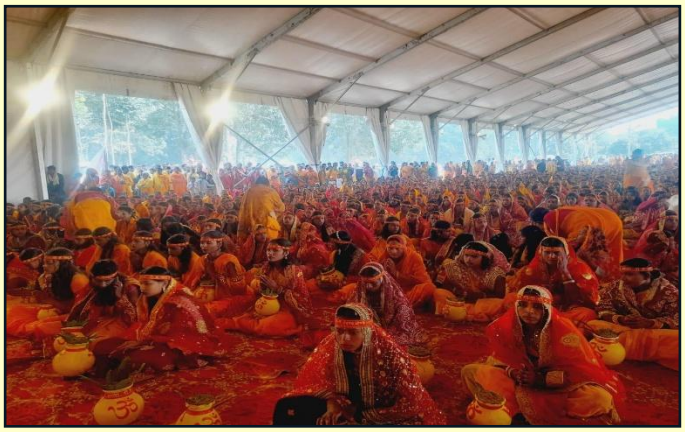
दिसंबर माह की गतिविधियाँ

रोज़ की तरह दिनांक 03/12/2025 को जरूरत मंद के बीच भोजन प्रसाद का वितरण, गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा

बेगूसराय, बिहार के मटिहानी में दिनांक 4 से 7 दिसंबर ६चलने वाले 251 कुंडिय शक्ति संवर्धन गायत्री महा यज्ञ एवं संस्कार महोत्सव के पहले दिन कलश यात्रा को संबोधित करते उपजोंन समन्वयक डॉ अरुण कुमार जायसवाल सहरसा

पूर्व आईजी श्री विकास वैभव को पूज्य गुरुदेव की पुस्तक भेंट करते हुए

विकास वैभव के द्वारा चंदन कर स्वागत करते हुए



मंगल कलश शोभा यात्रा का विहंगम दृश्य

पूर्व विधायक का स्वागत करते हुए अरुण कुमार जायसवाल

यज्ञ स्थल पर साधना कक्ष

साहित्य स्टॉल सहित अन्य स्टॉल का अवलोकन

यज्ञ स्थल का विहंगम दृश्य

रविवार को व्यक्तिव परिष्कार कक्षा को संबोधित करते हुए आदरणीय अरुण कुमार जायसवाल...विद्यार्थी का अर्थ विद्या को अर्थपूर्ण बनाना...

उपस्थित कंप्यूटर संस्थान के छात्र-छात्रागण एवम गायत्री परिजन

something special. ...ऐसे भी छात्र...

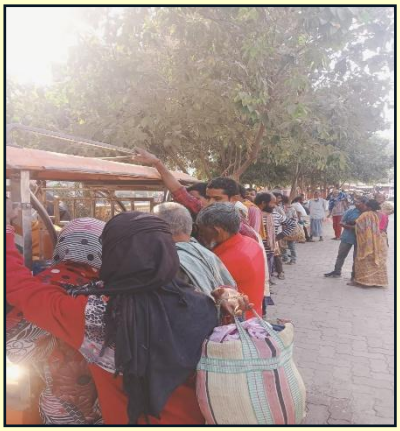
गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा दिनांक 13/12/2025 अखिल विश्व गायत्री परिवार के केंद्र शांतिकुंज हरिद्वार से ज्योति कलश रथ यात्रा 12 दिसंबर की शाम को गायत्री शक्तिपीठ पहुंचा 13 दिसंबर 2025 शनिवार को पुनः आध्यात्मिक जागरण के उद्देश्य जागना और जोड़ना, परम पूज्य गुरुदेव की तप की ऊर्जा, को अखंड दीपक के प्रकाश, को प्रज्ञा अवतार के आलोक को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से शहर के मुख्य मार्गो से भव्य शोभा यात्रा गायत्री परिजनों द्वारा निकाली गई जयकारा लगाते हुए सभी गायत्री परिजन इसमें भाग लिए ज्योति कलश यात्रा रथ कॉलेज गेट, तिवारी टोला, पॉलिटेक्निक, नगर पालिका, शंकर चौक, महावीर चौक, सराही, नया बाजार, कचहरी ढाला, पशुपालन होते हुए नवहट्ठा प्रखंड के लिए के लिए प्रस्थान किया गया

पावन ज्योति कलश यात्रा के चित्र — आध्यात्मिक जागरण और जन-जन को जोड़ने का दिव्य संदेश

गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा दिनांक 14-12-2025 को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा - शिक्षा और चिकित्सा सेवा कर्म है,कल्याणकारी कार्य है। जो शिक्षा और चिकित्सा को सेवा भाव से करता है तो दोनों मिलकर के मनुष्य तैयार करती है।इंसान तैयार करती है। शिक्षा को व्यवसाय बना दिया जाए ,तो वह मनुष्य कभी तैयार नहीं कर सकती है। हमलोग गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में बहुत छोटे स्तर पर ही शिक्षा और चिकित्सा दोनों सेवा भाव से करने की कोशिश करते हैं ताकि एक सफल इंसान के साथ साथ एक अच्छा इंसान भी तैयार कर पाए। यही लक्ष्य लेकर हम लोग अनवरत कार्य करने में जुटे हैं। नक्सलवादी क्षेत्र में शिक्षा और चिकित्सा का कार्य गढ़चिरौली और रायपुर में हो रहा है,जहाँ लड़के नौकरी प्राप्त कर रहे हैं और समाज की मुख्य धारा में शामिल हो रहे हैं। ये कार्य हम सभी लोगो क़ो मोटीवेट करता है कि बदलाव संभव हैं बस सम्वेदनशील तरीके से निरंतर प्रयास करते रहना होगा। चिकित्सा पाने वालों को लगता है सुख-दुख में कोइ तोखड़ा है वहीं शिक्षा उसको समझने योग्य बनाती है,समझ पैदा करती है, जीवन मूल्य मानवीय मूल्य विकसित करती है। इस अवसर पर मद्रास से आये विनीत साहू ने कहा गायत्री शक्तिपीठ, साहरसा ज्ञान साधना का केंद्र है सच्चा मार्गदर्शन यहां मिलता है सही तरीके से आगे बढ़ाना सिखाता है जिससे आपकी सोच और लक्ष्य में स्पष्टता आती है जो सफलता में सहायक होता है। इस अवसर पर रॉ के पदाधिकारी श्री राकेश कुमार ने भारत और रूस के महान संस्कृति के बारे में उपस्थित विद्यार्थियों क़ो बताया।

हर साल की भांति विनीत साहू के सौजन्य से और उन्हीं के कर कमलों से कम्बल का वितरण किया गया। कम्बल पाकर सभी जरुरतमंद बहुत खुश थे, सभी के चेहरे पर मुस्कान देखने लायक थी।इस अवसर पर सभी गायत्री परिजन उपस्थित थे।

ठंड में जरुरतमंदों के बीच कंबल वितरण के कुछ प्रेरक पल...



रोज़ की तरह आज भी ,अन्नदान-महादान प्रभु इतनी कृपा नित्य करे कि जीव सेवा-शिव, सेवा की सामर्थ्य और भाव बना रहे ... गायत्री शक्तिपीठ,सहरसा

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा-दिनांक 21-12-2025.

व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा-भगवान मतलब विभूतियों का समूह। हम गायत्री शक्तिपीठ के उपासना कक्ष में बैठे हुए हैं,भगवान की प्राण ऊर्जा हमारे अंदर समाहित हो रही है।भगवान किसी को ग़रीब-अमीर,सुंदर-असुंदर,गोरा-कला बनाया है पर भगवान हर मनुष्य को दिमाग एक जैसा दिया है,प्रश्न यह उठता है आप दिमाग को किस रूप में और कितना उपयोग करते हैं।आप अपने मन से हटा दीजिए कि मेरा दिमाग कमजोर है। अगर कमजोर होता तो दस साल पहले की बात क्यों याद रहती है? किसी गाने को एक बार सुने या किसी ने डाँट दिया तो वो हमेशा याद क्यों रह जाता है? मन की तीन अवस्था होती है चेतन मन, अवचेतन और अचेतन मन। पढ़ाई में लिखना चाहिए। पढ़ना कम लिखना ज्यादा लिखते हुए पढ़ना। लिखते समय तीनो मन मौजूद रहता है, इसलिए हमेशा के लिए याद रहता है।उन्होंने कहा-भगवान बुद्धि सबको एक जैसा दिया है, प्रश्न यह उठता है हम इसका उपयोग कितना करते हैं। सामान्य व्यक्ति पांच प्रतिशत उपयोग करते हैं। बुद्धिमान व्यक्ति -सात प्रतिशत उपयोग करते हैं और जीनियस व्यक्ति, नौ प्रतिशत उपयोग करते हैं। अल्बर्ट आइंस्टीन ने ग्यारह से तेरह प्रतिशत ही उपयोग किया था ।जिस दिन हम सौ प्रतिशत उपयोग कर लेंगे, हम भगवान हो जाएँगे। जो अपने बुद्धि का जितना ज़्यादा उपयोग करता है वह उतना बड़ा वैज्ञानिक या महात्मा बनता है।

अपने पिता का वार्षिक श्राद्धकर्म और शिवाभिषेक करने अमेरिका से आए सत्र में उपस्थित डॉक्टर श्रेया नारायण ने कहा लिख कर पढ़िये। मन को शांत रखिए। इंजीनियर इशिका नारायण ने कहा परीक्षा के समय नर्वस हो जाते हैं, चाचाजी ने जो टिप्स दिया उससे सफलता मिली। स्वर्गीय विकास नारायण की धर्मपत्नी सुप्रिया नारायण ने कहा- डॉ. जायसवाल जो सिखाते हैं उसे फॉलो कीजिए। इस अवसर पर शीत लहर को देखते हुए गायत्री शक्तिपीठ द्वारा जरूरतमंदों के बीच कंबल बांटे गए।

डॉ. अरुण कुमार जायसवाल सत्र को संबोधित करते... जोश न ठंडा होने पाए कदम मिलाकर चल मंजिल तेरे पग चूमेगी आज नहीं तो कल...

डॉ श्रेया नारायण, फिनिक्स, एरिजोना, यूएसए

इंजीनियर ईशिका नारायण, फ़ीनिक्स, एरिजोना, यूएसए

सुप्रिया नारायण, फिनिक्स, एरिजोना, यूएसए

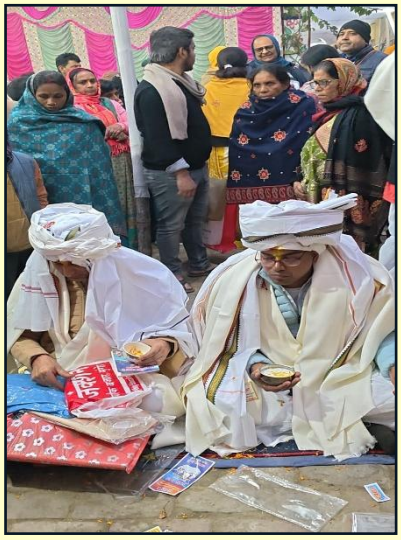
माँ और बेटियां उपासना कक्ष में ध्यान करते हुए...

सत्र में भाग लेते विद्यार्थी गण एवम प्रबुद्ध और भक्त गण...

कंबल प्राप्त करते जरुरतमंद ...

प्रत्येक दिन की भांति आज भी जरूरतमंदों के बीच पुनः देव परिवार गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा

अन्नदान होंठों पर मुस्कान नेत्रहीन पर मुस्कान से हीन नहीं

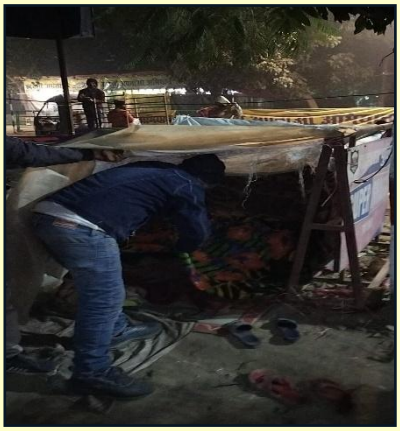


महेशखूंट में माँ गायत्री की निष्ठावान साधिका डॉ० विजेंद्र कुमार विद्यार्थी जी मुख्य ट्रष्टि खगड़िया, की अर्धांगिनी "स्व० उर्मिला विद्यार्थी" जी के श्राद्ध संस्कार कराते सहरसा शक्तिपीठ के परिजन सनोज, रूपेश, जवाहर, ट्रस्टी अरुण जायसवाल

दिनांक 24/12/2025 को रात्रि में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के द्वारा रेलवे स्टेशन परिसर में एवं सड़को के किनारे सो रहे जरूरतमंद व्यक्तियों को कम्बल का वितरण

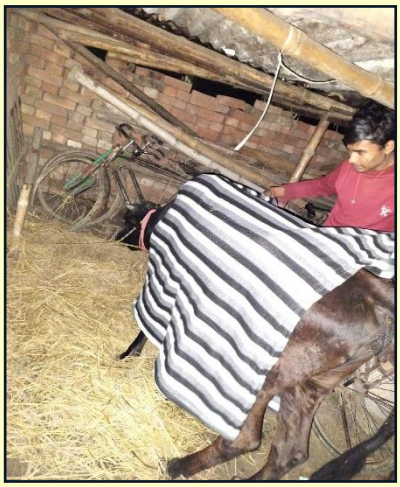
गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा के द्वारा शहर में शीतलहर की स्थिति के मद्देनजर हॉस्पिटल, झुग्गी झोपड़ी और अन्य स्थानों पर लोगों के बीच कंबल वितरित कर जिंदगी को थोड़ा आसान करते हुए युवा मंडल...

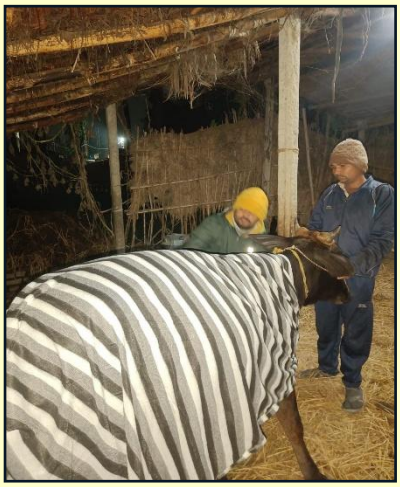
गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा के सौजन्य से...पटना में जीव सेवा-शिव सेवा...



गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा के द्वारा शहर में यत्र-तत्र रहने वाले जरूरतमंद लोगों के बीच कंबल वितरण

जीव सेवा-शिव सेवा





गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा के सौजन्य से जीव सेवा-शिव सेवा

गायत्री परिवार, सहरसा के सौजन्य से-नर सेवा-नारायण सेवा

दैनिक समाचार पत्रो में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा की छपी खबरें

गायत्री मंत्र केर जप आ ध्यान सं व्यक्ति संस्कारवान आ प्राणवान बनैत अछिः डॉ. अरुण जयसवाल

सहरसाः समदिया

गायत्री शक्तिपीठ मे रविवार कें युवासभक लेल व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित कएल गेल। सत्र कें संबोधित करैत डॉ. अरुण कुमार जयसवाल प्रातःकाल केर महत्व पर प्रकाश डाललनि। ओ कहलनि जे प्रातःकाल स्वर्णिम काल थीक। एहि समय पढ़ाई करब तँ भूलब नहि, परीक्षा मे प्रश्न छूटत नहि, आ दबाव मे बिखरब नहि। ओ आगू कहलनि जे इमोशनली मजबूत बनबाक लेल सुबह जल्दी उठू, गुनगुना पानी पिबू, पेट साफ रहत आ दिमाग साफ रहत, जकरा कारण पढ़ाई मे मन लगत। हेल्थ टिप्स देत हुनका कहलनि— इंस्टेंट आ चिपकनिहार भोजन, मैदा, बेसन आ फास्ट फूड नहि खाउ, कारण एहि मे ट्रांसफैट अधिक होइत अछि, जे शरीर कें कमजोर आ रोगी बना सकैत अछि। गायत्री

मंत्र केर महत्व पर सेहो प्रकाश डालैत कहलनि—गायत्री मंत्र केर जप आ ध्यान सँ व्यक्ति संस्कारवान आ प्राणवान बनैत अछि। एहि अवसर पर रॉ पदाधिकारी राकेश कुमार सहित शक्तिपीठ केर समस्त परिजन उपस्थित छलाह।

गायत्री मंत्र के जप से व्यक्ति संस्कारवान और प्राणवान बनता हैः डॉ. अरुण जायसवाल

आंदोलन न्यूज, सहरसा। सहरसा। गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को युवाओं के लिए व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातःकाल के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि प्रातःकाल स्वर्णिम काल है, इस समय पढ़ाई करने से चीजें याद रहती

हैं और व्यक्ति इमोशनली स्ट्रांग बनता है। स्वास्थ्य और संस्कारः उन्होंने स्वास्थ्य संबंधी सुझाव देते हुए मैदा, बेसन और फास्ट फूड जैसे ट्रांसफैट वाले भोजन से परहेज करने को कहा, जो बीमार करते हैं। उन्होंने चेतावनी दी कि गुपचुप का पानी तेजाब होता है और इससे कैंसर हो सकता है। अंत में, उन्होंने गायत्री मंत्र के महत्व पर जोर देते हुए कहा कि इसके जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान और प्राणवान बनता है।

गायत्री मंत्र जप व ध्यान से व्यक्ति बनता है संस्कारवान, प्राणवान : डॉ अरुण

मीडिया लाइव न्यूज, सहरसा। गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को युवाओं के लिए व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातःकाल के महत्व को बताते हुए कहा प्रातःकाल स्वर्णिम काल है इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं।परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं।दबाव में बिखरेंगे नहीं।इमोशनली स्ट्रांग होंगें इसलिए सुवह जागिये,गुनगुना पानी पिजिए,पेट साफ रहेगा तथा दिमाग साफ रहेगा ,पढ़ाई में मन लगेगा।हेल्थ टीप बताते हुए उन्हों ने कहा-इन्टस्टाईन में चिपकने वाला भोजन ,मैदा,बेसन,तथा फास्ट फूड नहीं खायें इसमें ट्रासफेट ज्यादा होता है।यह आपको बिमार करेगा।गुपचुप मत खाईऐ इसका पानी तेजाब होता है,इससे कैंसर होता है। साथ ही गायत्री मंत्र के महत्व को बताते हुए कहा-गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है। इस अवसर पर रॉ पदाधिकारी राकेश कुमार के साथ शक्तिपीठ के समस्त परिजन उपस्थित थे।

नवबिहार दूत हिन्दी दैनिक,

संक्षिप्त खबरें

गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है: डॉ अरुण जयसवाल

नवबिहार दूत संवाददाता

सहरसाः गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को युवाओं के लिए व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए

डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातः काल के महत्व को बताते हुए कहा प्रातःकाल स्वर्णिम काल है। इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं। परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं। दबाव में बिखरेंगे नहीं। इमोशनली स्ट्रांग होंगें इसलिए सुवह जागिये, गुनगुना पानी पिजिए, पेट साफ रहेगा तथा दिमाग साफ रहेगा, पढ़ाई में मन लगेगा। हेल्थ टीप बताते हुए उन्हों ने कहा-इन्टस्टाईन में चिपकने वाला भोजन, मैदा, बेसन, तथा फास्ट फूड नहीं खायें इसमें ट्रासफेट ज्यादा होता है। यह आपको बिमार करेगा। गुपचुप मत खाईऐ इसका पानी तेजाब होता है, इससे कैंसर होता है। साथ हीं गायत्री मंत्र के महत्व को बताते हुए कहा-गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है। इस अवसर पर रॉ पदाधिकारी राकेश कुमार के साथ साथ शक्तिपीठ के समस्त परिजन उपस्थित थे।

गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता हैः डॉ अरुण जयसवाल

गरीब दर्शन सहरसा

गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को युवाओं के लिए व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातःकाल के महत्व को बताते हुए कहा प्रातःकाल स्वर्णिम काल है।इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं।परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं।दबाव में बिखरेंगे नहीं।इमोशनली स्ट्रांग होंगें इसलिए सुवह जागिये,गुनगुना पानी पिजिए,पेट साफ रहेगा तथा दिमाग साफ रहेगा ,पढ़ाई में मन लगेगा।हेल्थ टीप बताते हुए उन्हों ने कहा-इन्टस्टाईन में चिपकने वाला भोजन ,मैदा,बेसन,तथा फास्ट फूड नहीं खायें इसमें ट्रासफेट ज्यादा होता है।यह आपको बिमार करेगा।गुपचुप मत खाईऐ इसका पानी तेजाब होता है,इससे कैंसर होता है।साथ हीं गायत्री मंत्र के महत्व को बताते हुए कहा-गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है।इस अवसर पर रॉ पदाधिकारी राकेश कुमार के साथ साथ शक्तिपीठ के समस्त परिजन उपस्थित थे।

रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में उपस्थित युवा व अन्य।

प्रातःकाल की पढ़ाई रहती हमेशा याद

सहरसा। रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा प्रातःकाल स्वर्णिम काल है। इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं। परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं। दबाव में बिखरेंगे नहीं। भावनात्मक रूपसे मजबूत होंगे। इसलिए सुवह जागिये, गुनगुना पानी पिजिए, पेट साफ रहेगा तथा दिमाग साफ रहेगा ,पढ़ाई में मन लगेगा। उन्होंने कहा अंत में चिपकने वाला भोजन ,मैदा, बेसन,तथा फास्ट फूड नहीं खायें इसमें ट्रासफेट ज्यादा होता है। यह आपको बीमार करेगा। कहा-गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है। इस अवसर पर राव पदाधिकारी राकेश कुमार के साथ शक्तिपीठ के समस्त परिजन उपस्थित थे।

प्रातःकाल स्वर्णिम काल, इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं: डॉ. अरुण

भास्कर न्यूज | सहरसा

स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातःकाल के महत्व को रेखांकित किया।

उन्होंने कहा कि प्रातःकाल स्वर्णिम काल होता है ।इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं। परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं। दबाव में बिखरेंगे नहीं। इमोशनली स्ट्रांग होंगे। इसलिए सुबह जागिए। गुनगुना पानी पीजिए। इससे पेट और दिमाग साफ रहेगा तथा पढ़ाई में मन लगेगा। हेल्थ टिप्स देते उन्होंने कहा कि इंटेस्टाइन में चिपकने वाला भोजन जैसा मैदा,बेसन तथा फास्ट फूड नहीं

संबोधित करते डॉ. जायसवाल।

खाएं।यह आपको बीमार करेगा। उन्होंने युवाओं को सलाह दिया कि गुपचुप मत खाइए, इसका पानी तेजाब होता है तथा इसे खाने से कैंसर रोग हो सकता है। डॉ जायसवाल ने गायत्री मंत्र के महत्व को बताते हुए कहा कि गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान एवं प्राणवान बनता है।

प्रतिदिन करें गायत्री मंत्र का जप, संस्कार व चरित्र आपका होगा उज्ज्वल और पवित्र

गायत्री शक्तिपीठ में साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र हुआ संपन्न, खान-पान और रहन-सहन पर भी चर्चा की गई

संस, सहरसा: रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र संपन्न हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातः काल के महत्व को बताते हुए कहा कि

प्रातः काल स्वर्णिम काल है। इस समय पढ़ाई करेंगे तो, भूलेंगे नहीं। परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं। दबाव में बिखरेंगे नहीं। इमोशनली स्ट्रांग होंगे, इसलिए सुबह जगिए, गुनगुना पानी पीजिए, पेट साफ रहेगा तथा दिमाग भी साफ रहेगा। पढ़ाई में मन लगेगा। हेल्थ टीप बताते हुए उन्होंने

डा. अरुण कुमार जायसवाल • जागरण

कहा कि इंटस्टाइन में चिपकने वाला भोजन ,मैदा,बेसन,तथा फास्ट फूड नहीं खायें इसमें ट्रासफेट ज्यादा होता है। यह आपको बीमार करेगा। पानीपूरी मत खाइए इसका पानी तेजाब होता है,इससे कैंसर होता है। गायत्री मंत्र के महत्व को बताते हुए कहा कि गायत्री मंत्र के जप एवं ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है। इस अवसर पर राव पदाधिकारी राकेश कुमार के साथ साथ शक्तिपीठ के समस्त परिजन उपस्थित थे।

प्रातःकाल में पढ़ाई करने से कभी नहीं छूटेगा परीक्षा में प्रश्न : डॉ अरुण

कार्यक्रम में भाग लेते छात्र-छात्राएं.

□ 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 डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने प्रातःकाल के महत्व को बताते कहा कि प्रातःकाल स्वर्णिम काल है. इस समय पढ़ाई करेंगे तो भूलेंगे नहीं. परीक्षा में प्रश्न छूटेगा नहीं व दबाव में बिखरेंगे नहीं व इमोशनली स्ट्रांग होंगे. इसलिए सुबह जागिये, गुनगुना पानी पीजिए, पेट साफ रहेगा व दिमाग साफ रहेगा व पढ़ाई में मन लगेगा. हेल्थ टीप बताते हुए उन्होंने कहा कि इन्टस्टाईन में चिपकने वाला भोजन मैदा, बेसन एवं फास्ट फूड नहीं खायें. इसमें ट्रासफेट ज्यादा होता है. यह आपको बिमार करेगा. गुपचुप मत खाईऐ इसका पानी तेजाब होता है व इससे कैंसर होता है. साथ ही गायत्री मंत्र के महत्व को बताते कहा कि गायत्री मंत्र के जप व ध्यान से व्यक्ति संस्कारवान, प्राणवान बनता है. इस अवसर पर राव पदाधिकारी राकेश कुमार के साथ शक्तिपीठ के समस्त परिजन मौजूद थे.

ज्योति कलश रथ यात्रा पहुंची सहरसा

सहरसा | अखिल विश्व गायत्री परिवार का केंद्र शांतिकुंज हरिद्वार से निकली ज्योति कलश रथ यात्रा शुक्रवार की शाम सहरसा स्थित गायत्री शक्तिपीठ पहुंची। शनिवार को पुनः आध्यात्मिक जागरण के उद्देश्य से निकाली गई। कलश यात्रा गायत्री परिजनों द्वारा शहर के मुख्य मार्गों से निकाली गई। जयकारा लगाते हुए सभी गायत्री परिजनों ने इसमें भाग लिया। ज्योति कलश यात्रा रथ कॉलेज गेट, तिवारी टोला, पॉलिटेक्निक, नगर पालिका, शंकर चौक, महावीर चौक, सराही, नया बाजार, कचहरी ढाला, पशुपालन कॉलोनी होते हुए नवहट्टा प्रखंड के लिए के लिए प्रस्थान किया।

गायत्री परिजनों ने निकाली भव्य शोभायात्रा

सहरसा. अखिल विश्व गायत्री परिवार केंद्र शांतिकुंज हरिद्वार से ज्योति कलश रथ यात्रा शुक्रवार की शाम गायत्री शक्तिपीठ पहुंचा. शनिवार को आध्यात्मिक जागरण के उद्देश्य से जागना, जोड़ना व पूज्य गुरुदेव की तप की ऊर्जा को अखंड दीपक के प्रकाश को प्रज्ञा अवतार के आलोक को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से शहर के मुख्य मार्गों से भव्य शोभा यात्रा गायत्री परिजनों द्वारा निकाली गयी. जयकारा लगाते हुए सभी गायत्री परिजनों ने इसमें भाग लिया. ज्योति कलश यात्रा रथ कॉलेज गेट, तिवारी टोला, पॉलिटेक्निक, नगर निगम, शंकर चौक, महावीर चौक, सराही नया बाजार, कचहरी ढाला, पशुपालन होते नवहट्टा प्रखंड के लिए के लिए प्रस्थान किया.

सहरसा में शनिवार को गायत्री शक्तिपीठ में पहुंची ज्योति कलश रथ।

ज्योति कलश यात्रा पहुंची शक्तिपीठ

सहरसा। अखिल विश्व गायत्री परिवार का केंद्र शांतिकुंज हरिद्वार से ज्योति कलश रथ यात्रा 12 दिसंबर की शाम को गायत्री शक्तिपीठ पहुंचा। शनिवार को पुनः आध्यात्मिक जागरण के उद्देश्य जागना और जोड़ना परम पूज्य गुरुदेव की तप की ऊर्जा को अखंड दीपक के प्रकाश को प्रज्ञा अवतार के आलोक को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से शहर के मुख्य मार्गो से भव्य शोभा यात्रा गायत्री परिजनो द्वारा निकाली गई। ज्योति कलश यात्रा रथ कॉलेज गेट तिवारी टोला पॉलिटेक्निक नगर पालिका शंकर चौक महावीर चौक सराही नया बाजार कचहरी ढाल पशुपालन होते हुए नवहट्टा प्रखंड के लिए के लिए प्रस्थान किया गया

जागरण

कल्याणकारी कर्म है शिक्षा और चिकित्सा सेवा : डा. अरुण

संस, सहरसा: रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि शिक्षा और चिकित्सा सेवा कर्म है। कल्याणकारी कार्य है। शिक्षा और चिकित्सा को सेवा भाव से करने पर मनुष्य का कल्याण होता है। शिक्षा को व्यवसाय बना दिया जाए तो वह मनुष्य कभी तैयार नहीं कर सकती है।

कहा कि हमलोग गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में बहुत छोटे स्तर पर ही शिक्षा और चिकित्सा दोनों सेवा भाव से करने की कोशिश करते हैं, ताकि एक सफल इंसान के साथ- साथ एक अच्छा इंसान भी तैयार कर पाए।

जरूरतमंदों को कंबल वितरण करते • जागरण

यही लक्ष्य लेकर हम लोग अनवरत करने में जुटे हैं। इस तरह का कार्य हम सभी लोगों को मोटीवेट करता है कि बदलाव संभव है। बस संवेदनशील तरीके से निरंतर प्रयास करते रहना होगा। चिकित्सा पाने वालों के लिए हमदर्दी पैदा करता है। लगता है सुख-दुख में कोई तो है। शिक्षा समझने योग्य बनाती है, समझ पैदा करती है। जीवन मूल्य मानवीय मूल्य विकसित करती है। इस अवसर पर मद्रास से आये विनीत साहू ने कहा कि गायत्री शक्तिपीठ ज्ञान साधना का केंद्र है। सच्चा मार्गदर्शन यहां मिलता है। सही तरीके से आगे बढ़ना सिखाता है। आपकी सोच और कर्म लक्ष्य की अस्पष्टता सफलता देने में सहायक है। इस अवसर पर राव पदाधिकारी राकेश कुमार ने भारत और रूस के महान संस्कृति के बारे में उपस्थित विद्यार्थियों को बताया। इस अवसर पर हर साल की भांति विनीत साहू के कर कमलों से जरूरतमंदों के बीच कंबल का वितरण किया गया। इस अवसर पर सभी गायत्री परिजन उपस्थित थे।

रविवार को कार्यक्रम में गायत्री शक्तिपीठ में मौजूद युवा व अन्य। • हिन्दुस्तान

शिक्षा और चिकित्सा हैं सेवा कर्म

सहरसा। गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा शिक्षा और चिकित्सा सेवा कर्म है। शिक्षा और चिकित्सा सेवा भाव से करना कल्याणकारी कार्य है। शिक्षा और चिकित्सा को व्यवसाय बना दिया जाए तो वह मानवता को कभी भी प्रश्रय नहीं दे सकती है। गायत्री शक्तिपीठ में बहुत छोटे स्तर पर ही शिक्षा और चिकित्सा दोनों सेवा भाव से करने की कोशिश की जाती हैं ताकि एक सफल इंसान के साथ एक अच्छा इंसान भी तैयार हो। इस अवसर पर मद्रास से आये विनीत साहू ने कहा गायत्री शक्तिपीठ साहरसा ज्ञान साधना का केंद्र है सच्चा मार्गदर्शन यहां मिलता है। राव पदाधिकारी राकेश कुमार ने भारत और रूस के महान संस्कृति के बारे में उपस्थित विद्यार्थियों को बताया।

शिक्षा व चिकित्सा सेवा कर्म है कल्याणकारी

- गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का किया गया आयोजन

प्रतिनिधि, सहरसा

कंबल वितरण करते सदस्य व अन्य.

गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया. सत्र को संबोधित करते डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि शिक्षा एवं चिकित्सा सेवा कर्म कल्याणकारी कार्य है. जो शिक्षा एवं चिकित्सा को सेवा भाव से करता है, वह इंसान तैयार करता है. शिक्षा को व्यवसाय बना दिया जाये तो वह मनुष्य कभी तैयार नहीं कर सकता है. गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में बहुत छोटे स्तर पर ही शिक्षा व चिकित्सा दोनों सेवा भाव से करने की कोशिश करते हैं. जिससे एक सफल इंसान के साथ-साथ एक अच्छा इंसान भी तैयार कर पायें. यही लक्ष्य लेकर अनवरत सेवा करने में जुटे हैं. इस तरह का कार्य हम सभी लोगों को मोटीवेट करता है कि बदलाव संभव है बस संवेदनशील तरीके से निरंतर प्रयास करते रहना होगा. चिकित्सा पाने वालों के लिए हमदर्दी पैदा करता है. लगता है सुख-दुख में कोइ तो खड़ा है. शिक्षा समझने योग्य बनाती है, समझ पैदा करती है. जीवन मूल्य मानवीय मूल्य विकसित करती है. इस मौके पर मद्रास से आये विनीत साहू ने कहा कि गायत्री शक्तिपीठ सहरसा ज्ञान साधना का केंद्र है. सच्चा मार्गदर्शन यहां मिलता है. सही तरीके से आगे बढ़ाना सिखाता है. आपकी सोच एवं कर्म लक्ष्य की अस्पष्टता सफलता देने में सहायक है. इस मौके पर रॉ पदाधिकारी राकेश कुमार ने भारत एवं रूस के महान संस्कृति के बारे में मौजूद विद्यार्थियों को बताया. इस मौके पर हर साल की भांति विनीत साहू द्वारा कंबल का वितरण किया गया. कंबल पाकर सभी बहुत खुश थे व सभी के चेहरे पर मुस्कान देखने लायक थी. मौके पर सभी गायत्री परिजन मौजूद थे.

गायत्री शक्तिपीठ में परिष्कार सत्र व कंबल वितरण कार्यक्रम आयोजित

मीडिया लाइव न्यूज, सहरसा। गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया जिसे संबोधित करते हुए डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा शिक्षा और चिकित्सा सेवा कर्म है। कल्याण कारी कार्य है, जो शिक्षा और चिकित्सा को सेवा भाव से करता है तो दोनों मिलकर के मनुष्य तैयार करती है इंसान तैयार करती है। शिक्षा को व्यवसाय बना दिया जाए ,तो वह मनुष्य कभी तैयार नहीं कर सकती है हमलोग गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में बहुत छोटे स्तर पर ही शिक्षा और चिकित्सा दोनों सेवा भाव से करने की कोशिश करते हैं ताकि एक सफल इंसान के साथ साथ एक अच्छा इंसान भी तैयार कर पाए यही लक्ष्य लेकर हम लोग अनवरत करने में जुटे हैं इस तरह का कार्य हम सभी लोगो को मोटीवेट करता हैं की बदलाव संभव हैं बस सम्वेदनशील तरीके से निरंतर प्रयास करते रहना होगा। चिकित्सा पाने वालों के लिए हमदर्दी पैदा करता है। लगता है सुख-दुख में कोइ तो खड़ा है

जो उसको शिक्षा समझने योग्य बनाती है,समझ पैदा करती है, जीवन मूल्य मानवीय मूल्य विकसित करती है। इस अवसर पर मद्रास से आये विनीत साहू ने कहा गायत्री शक्तिपीठ साहरसा ज्ञान साधना का केंद्र है सच्चा मार्गदर्शन यहां मिलता है ,सही तरीके से आगे बढ़ाना सिखाता है। आपकी सोच और कर्म लक्ष्य की अस्पष्टता सफलता देने में सहायक है। इस अवसर पर राव पदाधिकारी राकेश कुमार ने कहा भारत और रूस के महान संस्कृति के बारे में उपस्थित विद्यार्थियों को बताया। नोट:- इस अवसर पर हर साल की भाँति विनीत साहू के कर कमलों से कम्बल का वितरण किया गया। कम्बल पाकर सभी बहुत खुश थे ,सभी के चेहरे पर मुस्कान देखने लायक थी।इस अवसर पर सभी गायत्री परिजन उपस्थित थे।

गायत्री शक्तिपीठ में परिष्कार सत्र व कंबल वितरण कार्यक्रम आयोजित

नवबिहार दूत संवाददाता

सहरसा: गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया। जिसे संबोधित करते हुए डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा शिक्षा और चिकित्सा सेवा कर्म है। कल्याण कारी कार्य है, जो शिक्षा और चिकित्सा को सेवा भाव से करता है तो दोनों मिलकर के मनुष्य तैयार करती है। इंसान तैयार करती है।

शिक्षा को व्यवसाय बना दिया जाए, तो वह मनुष्य कभी तैयार नहीं कर सकती है। हमलोग गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में बहुत छोटे स्तर पर ही शिक्षा और चिकित्सा दोनों सेवा भाव से करने की कोशिश करते हैं ताकि एक सफल इंसान के साथ साथ एक अच्छा इंसान भी तैयार कर पाए यही लक्ष्य लेकर हम लोग अनवरत करने में जुटे हैं इस तरह का कार्य हम सभी लोगो को मोटीवेट करता हैं की बदलाव संभव हैं बस सम्वेदनशील तरीके से निरंतर प्रयास करते रहना होगा। चिकित्सा पाने वालों के लिए हमदर्दी पैदा करता है। लगता है सुख-दुख में कोइ तो खड़ा है। शिक्षा समझने योग्य बनाती है, समझ पैदा करती है, जीवन मूल्य मानवीय मूल्य विकसित करती है। इस अवसर पर मद्रास से आये विनीत साहू ने कहा गायत्री शक्तिपीठ सहरसा ज्ञान साधना का केंद्र है सच्चा मार्गदर्शन यहां मिलता है ,सही तरीके से आगे बढ़ाना सिखाता है। आपकी सोच और कर्म लक्ष्य की अस्पष्टता सफलता देने में सहायक है। इस अवसर पर राव पदाधिकारी राकेश कुमार ने कहा भारत और रूस के महान संस्कृति के बारे में उपस्थित विद्यार्थियों को बताया। नोट:- इस अवसर पर हर साल की भाँति विनीत साहू के कर कमलों से कम्बल का वितरण किया गया। कम्बल पाकर सभी बहुत खुश थे, सभी के चेहरे पर मुस्कान देखने लायक थी। इस अवसर पर सभी गायत्री परिजन उपस्थित थे।

सामान्य व्यक्ति बुद्धि का पांच प्रतिशत, बुद्धिमान सात प्रतिशत व जीनियस नौ प्रतिशत करते हैं उपयोग

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 हुए डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि भगवान मतलब विभूतियों का समूह. हम गायत्री के साधना कक्ष में बैठे हुए हैं, भगवान की प्राण ऊर्जा हमारे अंदर समाहित हो रही है. भगवान ने हर मनुष्य के दिमाग को एक रंग दिया है. प्रश्न यह उठता है आप दिमाग को किस रुप में कितना उपयोग करते हैं. आप अपने मन से हटा दीजिए कि मेरा दिमाग कमजोर है. मन की तीन अवस्था होती है चेतन मन, अवचेतन व अचेतन मन. पढ़ाई में पढ़ना कम, लिखना ज्यादा चाहिए. लिखते समय तीनों मन मौजूद रहे. उन्होंने कहा कि भगवान ने बुद्धि सबको एक समान दी है. सामान्य व्यक्ति इसका पांच प्रतिशत उपयोग करते हैं, बुद्धिमान व्यक्ति सात प्रतिशत उपयोग करते हैं व जीनियस व्यक्ति नौ प्रतिशत उपयोग करते हैं. जो अपने बुद्धि का जितना उपयोग करता है, वह उतना बड़ा वैज्ञानिक बनता है.

रविवार को शक्तिपीठ में ध्यान करते लोग।

संयमित मन से आती है सफलता

सहरसा। रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा युवा अपने मन को संयमित रखे सफलता जरूर मिलेगी। उन्होंने कहा भगवान हर मनुष्य को एक ही तरह के दिमाग दिए हैं पर सवाल यह है कि आप उसका किस रुप में कितना उपयोग करते हैं। मन की तीन अवस्था होती है चेतन,अवचेतन, और अचेतन। उन्होंने कहा सामान्य व्यक्ति अपनी बुद्धि का पांच प्रतिशत उपयोग करते हैं। अमेरिका से आए डाक्टर श्रेया नारायण ने कहा लिख कर पढ़िये। मन को शांत रखिए। इ. रिसका, सुप्रिया नारायण ने कहा डा. जायसवाल जो सिखाते हैं उसे फोलो कीजिए। इस अवसर पर शीत लहर को देखते हुए गायत्री शक्तिपीठ द्वारा गरीबों के बीच कंवल बांटे गए।

ईश्वर ने हर मनुष्य को समान बुद्धि प्रदान की है

संस. जागरण. सहरसा: रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। इस अवसर पर ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि भगवान का अर्थ विभूतियों का समूह है। हम गायत्री के साधना कक्ष में हैं, जहाँ भगवान की प्राण ऊर्जा हमारे अंदर समाहित हो रही है। उन्होंने बताया कि हर व्यक्ति को समान दिमाग दिया गया है, और यह महत्वपूर्ण है कि हम इसका उपयोग किस प्रकार करते हैं। उन्होंने कहा कि हमें अपने मन से यह धारणा हटा देनी चाहिए कि हमारा दिमाग कमजोर है। मन की तीन अवस्थाएँ होती हैं: चेतनमन, अवचेतन, और अचेतन मन। पढ़ाई में लिखना अधिक महत्वपूर्ण है; पढ़ना कम और लिखना ज्यादा होना चाहिए। लिखते समय तीनों मन सक्रिय रहना चाहिए। डा. जायसवाल ने बताया कि सामान्य व्यक्ति अपनी बुद्धि का पांच प्रतिशत, बुद्धिमान सात प्रतिशत और जीनियस नौ प्रतिशत उपयोग करते हैं। जो अपनी बुद्धि का अधिकतम उपयोग करता है, वह उतना ही बड़ा वैज्ञानिक बनता है।

नाड़ी शोधन प्राणायाम

परिचय :—

नाड़ी शोधन प्राणायाम एक योगिक श्वास व्यायाम है जिसमें बारी-बारी से एक नथुने से साँस लेना और दूसरे से छोड़ना शामिल है, जिसका उद्देश्य शरीर की ऊर्जा (नाड़ियों) को शुद्ध करना, मन को शांत करना और तनाव कम करना है, यह एकाग्रता बढ़ाता है, जिससे शारीरिक और मानसिक संतुलन आता है।

नाड़ी शोधन प्राणायाम करने की विधि :—

1. आराम से बैठें: सुखासन या पद्मासन में रीढ़ सीधी करके बैठें, या कुर्सी का उपयोग करें।
2. मुद्रा (Hand Gesture): दाहिने हाथ से विष्णु मुद्रा बनाएं (अंगूठे और अनामिका को मोड़ें, तर्जनी और मध्यमा को भौंहों के बीच रखें)।
3. शुरुआत: बाएँ नथुने (इड़ा नाड़ी) से गहरी साँस लें, फिर दाहिने नथुने (पिंगला नाड़ी) से छोड़ें।
4. क्रम: दाहिने नथुने से साँस लें, उसे रोकें, फिर बाएँ नथुने से साँस छोड़ें (यह एक चक्र है)।
5. दोहराएं: इस प्रक्रिया को 10-15 मिनट तक दोहराएं, शुरुआत हमेशा बाएँ नथुने से करें।

नाड़ी शोधन प्राणायाम के लाभ :—

1. मानसिक शांति: तनाव, चिंता और मानसिक अवसाद कम करता है।
2. ऊर्जा संतुलन: इड़ा और पिंगला नाड़ियों को संतुलित करता है, सुषुम्ना नाड़ी को जगाता है।
3. एकाग्रता: मन को एकाग्र करने में मदद करता है।
4. शारीरिक स्वास्थ्य: श्वसन तंत्र को मजबूत करता है और साइनस की समस्याओं में भी सहायक है।

सावधानियां :—

1. यह अभ्यास खाली पेट, सुबह या शाम को करना चाहिए।
2. बुखार, सर्दी या कफ होने पर इसे न करें।
3. रीढ़ सीधी रखना महत्वपूर्ण है।
4. किसी भी असुविधा या अजीब लगने पर अभ्यास रोक दें और विशेषज्ञ से सलाह लें।
5. नाड़ी शोधन प्राणायाम एक शक्तिशाली तकनीक है जो शरीर और मन दोनों को शुद्ध करती है, जिससे आप अधिक संतुलित और शांत महसूस करते हैं।

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

- सुप्रिया नारायण (फिनिक्स, एरिजोना, यूएसए)- रुद्राभिषेक, वार्षिक श्राद्धकर्म संस्कार, यज्ञ, एवं व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में भाग लिया।
- डॉ० श्रेया नारायण (फिनिक्स, एरिजोना, यूएसए)- रुद्राभिषेक, वार्षिक श्राद्धकर्म संस्कार, यज्ञ, एवं व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में भाग लिया।
- इंजीनियर इशिका नारायण (फिनिक्स, एरिजोना, यूएसए)- रुद्राभिषेक, वार्षिक श्राद्धकर्म संस्कार, यज्ञ, एवं व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में भाग लिया।
- विनित साबू (मद्रास) - रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में भाग लिया।
- मुग्धा साबू (मद्रास) - साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में भाग लिया।
- श्री राकेश कुमार वर्मा (सेवानिवृत रॉ के डायरेक्टर) - साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में भाग लिया।

आगामी कार्यक्रम

01 जनवरी अंग्रेजी नए वर्ष का उत्सव एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम

12 जनवरी स्वामी विवेकानंद जयंती (राष्ट्रीय युवा दिवस)

15 जनवरी मकर संक्रांति

23 जनवरी वसंत पंचमी

26 जनवरी गणतंत्र दिवस

प्रत्येक रविवार व्यक्तित्व परिष्कार सत्र

नववर्ष

नवल वर्ष है, नवल हर्ष है, नवल संघर्ष का नवल उत्कर्ष है
नवल उत्थान का सूचक यह वर्ष, दिव्यता का प्रकर्ष नववर्ष ।।

हर साधकों का मन झूम रहा, नयेपन की अनुगूँज हो रही
कह रहा अन्तर हो जैसे, अरे कुछ नया घटित होनेवाला है ।
वह नया क्या होगा, यह कल्पना उठ रही मनों में
शांतिकुँज के विशिष्ट पलों का साक्षी, यह सन् 2026 है ।। नवल वर्ष है --------

नई भोर है, मन विभोर है, भक्त भगवान से सराबोर है
भक्ति की उठ रही लहर है, इधर उधर ही नहीं, हर ओर है ।
कैसा देखो यह शोर है, नाच रहा मन में मोर है
अखण्ड ज्योति के हुए सौ वर्ष पूरे, शुभ्रता की सब ओर होङ है ।। नवल वर्ष है --------

आओ लगाएँ वन्दनवार घरों में, भगवान उतर रहे धरा पर
भगवत्ता उतर रही धरती पर, नवल सूर्य चमक रहा आकाश पर ।
माता भगवती के दिव्य जन्म के भी, हो रहे हैं सौ वर्ष पूरे
श्रीराम-भगवती के चरण पङे धरा पर, उल्लसित गायत्री परिवार है ।। नवल वर्ष है --------

सामूहिक साधना के चरम उत्कर्ष का प्रतिफल, गायत्री अभियान है
जो बन रहा तूफान है, वह विचार क्रांति अभियान है ।
शिष्यों की आत्मा गुरुवर की आत्मा से, हो रही एकाकार है
उतरेगा स्वर्ग अवश्य भू पर, स्वर्णिम भविष्य का संकेत नव वर्ष है ।। नवल वर्ष है --------

– 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://twitter.com/gsp_saharsa?lang=en** **https://www.linkedin.com/in/gayatri-shaktipeeth-saharsa-21a5671aa/**