

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्॥

प्रबुद्ध जीवन

प्रेरणास्रोतः शांतिकुंज हरिद्वार

संस्थापनाः गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा (बिहार)

सम्प्रेषक- डॉ. अरुण कुमार जायसवाल

वर्षः ०३ अंकः १२

‘विवेक का अभाव

आज मनुष्य के पास साधन अधिक हैं, पर विवेक कम होता जा रहा है। तकनीक ने उसकी गति तो बढ़ा दी है, पर दिशा नहीं दी। वह हर विषय पर बोलता है, पर सोचता कम है। सूचना की अधिकता ने ज्ञान का स्थान ले लिया है और तर्क की जगह त्वरित प्रतिक्रिया ने। विवेक का यही अभाव आज अनेक व्यक्तिगत और सामाजिक संकटों की जड़ बन गया है।

मनुष्य भूल गया है कि विवेक ही उसे पशुता से मनुष्यता की ओर ले जाता है। बिना विवेक के किया गया कर्म, चाहे कितना ही आकर्षक क्यों न हो, अन्ततः दुःख का कारण बनता है। आज लोग क्रोध में लिखते हैं, आवेश में निर्णय लेते हैं और पश्चाताप में जीवन बिताते हैं। संयम और धैर्य को दुर्बलता समझ लिया गया है, जबकि वही सच्ची शक्ति हैं।

विवेक जागृत करने के लिए मन को स्थिर करना आवश्यक है। थोड़ी एकाग्रता, थोड़ी आत्मचिन्तन की आदत और थोड़ी मौन साधना मनुष्य को सही और गलत में भेद करना सिखा सकती है। वर्तमान समय में सबसे बड़ी साधना यही है कि मनुष्य प्रतिक्रिया नहीं, उत्तर दे; आवेश नहीं, विवेक से चले। विवेकयुक्त जीवन ही शांति और कल्याण का मार्ग है।

हृदय से हृदय तक

आज के सुप्त हृदयों को जो शक्ति मनुष्य को भीतर से सशक्त, निर्मल और जाग्रत कर सकती है, वह आदिशक्ति गायत्री ही है। पौराणिक प्रतिपादन के अनुसार सृष्टि के आदि में ब्रह्मा ने जिस महाशक्ति की साधना कर सृजन, संरक्षण और संवर्धन की क्षमता प्राप्त की- वही गायत्री महाशक्ति है। यह कोई बाहरी सामर्थ्य नहीं, बल्कि आत्मबल का अवतरण है। जिस मनुष्य के भीतर जितना अधिक आत्मबल जाग्रत होता है, वही उतना ही सशक्त, विवेकशील और लोकमंगलकारी बनता है। गायत्री महामंत्र की साधना का सर्वोपरि सत्परिणाम यही आत्मबल है- जो व्यक्ति को भीतर से अडिग और उज्ज्वल बनाता है।

गायत्री जयंती के साथ जुड़ा हुआ माँ गंगा के अवतरण का पर्व इस सत्य को और भी अधिक स्पष्ट कर देता है। जिस प्रकार भगवती गंगा स्वर्ग से पृथ्वी पर अवतरित होकर जले हुए सगर-पुत्रों को शीतलता और मुक्ति प्रदान करती हैं, उसी प्रकार गायत्री शक्ति आत्मलोक से चेतना में अवतरित होकर मानव के भीतर जल रही विकृतियों को शांत करती है। भगीरथ का तप केवल एक ऐतिहासिक प्रसंग नहीं, वह निःस्वार्थ पुरुषार्थ का प्रतीक है। अपने लिए नहीं, दूसरों के उद्धार के लिए किया गया तप ही गंगा को धरती पर लाता है। जब गंगा का वेग धरती के लिए असह्य हुआ, तब भगवान शंकर ने उसे अपनी जटाओं में धारण कर लोककल्याण का मार्ग प्रशस्त किया।

गायत्री और गंगा- दोनों में सूक्ष्म और स्थूल का ही अंतर है। गंगा स्थूल रूप में धरती की प्यास बुझाती है, मलिनता को धोती है और शांति प्रदान करती है; वहीं गायत्री सूक्ष्म रूप में चेतना की भूमि को सींचती है, दुर्बुद्धि को धोती है और विवेक का आलोक देती है। एक बाह्य जीवन को पवित्र करती है, दूसरी अंतर्जीवन को। पर्व भले ही दो हों, पर उनकी आत्मा एक ही है- पवित्रता, करुणा और जागरण।

आज के युग में इस द्वैत अवतरण की आवश्यकता और भी बढ़ गई है। कभी साठ हजार सगर-पुत्र पापाग्नि में जल रहे थे; आज तो संपूर्ण मानवता ही लोभ, हिंसा, असंतुलन और दुर्भावना की ज्वालाओं में झुलस रही है। प्रश्न वही है- इस दाह से शीतलता कैसे मिले? उत्तर भी वही है- आत्मशक्ति की ज्ञान-गंगा से। ऋतम्भरा प्रज्ञा, सद्बुद्धि और सद्भावना का प्रवाह ही मनुष्य को वास्तविक मुक्ति प्रदान करेगा।

गायत्री जयंती और गंगा जयंती हमें यह स्मरण कराती हैं कि बाहरी सुधार से पहले भीतरी अवतरण आवश्यक है। जब आत्मबल जागेगा, तभी समाज का कल्याण संभव होगा। इस पुण्य पर्व पर उनसे यही प्रार्थना है कि मनुष्य मात्र का अंतःकरण पवित्र हो, निर्मल हो जिससे जीवन की सार्थकता संभव हो सके।

- डॉ. अरुण कुमार जायसवाल

खो गया एक सच्चा साथी मनुष्य का

आज हम मनुष्यों का एक सच्चा साथी खो गया है जो हमारा सबसे प्यारा दोस्त था। ऐसा दोस्त, जो हर सुख-दुःख में हमारे साथ रहता था, हमसे अनन्त प्रेम करता था, हमें ढाढस देता था, हौसले देता था, कुछ कर गुजरने के पराक्रम भरता था। एक ऐसा साथी, जिसे उपनिषदों में "द्वा सुपर्णा सयुजा सखाया" कहकर पुकारा गया। अर्थात् दो स्वर्ण पंखी साथ-साथ सखा भाव से रहते हैं। कहाँ रहते हैं तो हृदय रूपी पीपल के वृक्ष की एक डाल पर जिनमें से एक जीवात्मा है और एक परमात्मा। हम मनुष्य जीवात्मा हैं। हम मनुष्यों के साथ परमेश्वर रहते हैं। वे अपने दोस्त को एक पल भी नहीं छोड़ते, बस उसे देखते रहते हैं। जो मनुष्य अपने उस सनातन दोस्त के सनातन सम्बन्धों को याद कर उनकी ओर आगे बढ़ जाता है वह तो अपने उस अनन्त दोस्त की दोस्ती का अनन्त आनन्द उठाने लगता है परन्तु जो उन्हें अपना दोस्त नहीं मानता, उनकी ओर नहीं मुड़ता वह इसी संसार चक्र में भटकता रह जाता है।

अपने उस प्यारे सखा के बिना कोई मनुष्य सच्ची खुशी प्राप्त कर ही नहीं सकता क्योंकि हम मनुष्यों के सच्चे सखा तो हमारे अन्तःकरण में बैठे ईश्वर ही हैं। वे दुःख के क्षणों में हमारे अश्रु पोंछते हैं, सुख के क्षणों में हमारे आनन्द का मार्ग प्रशस्त करते हैं। यही नहीं, वे हमारे जन्म-जन्मान्तर की भी थकान मिटाते हैं। वे ईश्वर प्रह्लाद जैसे के लिए पिता की छत्रछाया हैं तो ध्रुव जैसे के लिए माता की ममतामयी गोद भी हैं, वे अर्जुन जैसे के बन्धु हैं, सखा हैं, वे मीरा जैसी जीवात्मा के प्रेमी हैं, प्रियतम हैं। उन्हें जिस रूप में भजो वे वही हैं बस एक बार उन्हें प्यार से तो हम पुकार लें, वे हमारे हृदय में ही आँखें खोल देंगे, हमें गले लगाने का प्रबन्ध कर देंगे। वे हमारे गुरु, पथ-पर्दर्शक सब बन जाएँगे पर उन्हें विकल होकर पुकारना तो पड़ेगा। हमने उन्हें भुलाकर असीम कष्ट दिया है और बदले में असीम कष्ट पाया है तो हम अगर असीम शांति और असीम आनन्द चाहते हैं तो उस असीम, अनन्त दोस्त को अनन्त प्रेम से पुकारना तो होगा। बिना पुकारे कोई दोस्त भला दौड़कर क्यों आएगा? वे हम सबसे यही तो कह रहे हैं –

चाहूँगा मैं तुझे साँझ-सबेरे, आवाज मैं न दूँगा

तो चलो दो आवाज और बुला लो अपने चिर, पुरातन, सनातन सखा को, कर लो उससे मीठी-मीठी बातें। उसकी गोद में सिर रखकर मिटा लो अपने जन्मों-जन्मों की थकान और कोई रास्ता नहीं है प्रिय इन कँटीली झड़ियों से भरे संसार से निकल जाने का। हम इसी कार्य के लिए इस संसार में आए हैं पर एक यही कार्य भूल गए हैं। मान-सम्मान, पद-प्रतिष्ठा के लिए काम पर काम किए जा रहे हैं पर अपने सच्चे सखा के पास जाने का हमें समय ही नहीं है। कैसे काम चलेगा? कैसे हमें चिर शांति मिलेगी? कैसे हम परम आनन्द को प्राप्त कर पाएँगे? क्या हम परिवार के लिए दाल-रोटी की चिन्ता करते-करते ही इस संसार से कूच कर जाएँगे? नहीं दोस्त नहीं, ऐसा मत करना। संसार में हम आए हैं तो यह सब तो करना है परन्तु यह सब करते हुए भी जो व्यक्ति अपना मन परमेश्वर में लगा देता है वही जीवन समर का सच्चा विजेता होता है। हमारा सच्चा सखा हमारे इन्तजार में पलक पाँवड़े बिछाए हुआ है बस उनके इन्तजार का एक प्यारा सा उत्तर तो हम ही दे सकते हैं –

आओ लौट चलें अपने देश

हाँ, हमारा देश हमारा अन्तर प्रदेश ही है। जहाँ हम आत्मा हैं और वह दोस्त परमात्मा है। आत्मा परमात्मा से मिलने के लिए आई है इस संसार में। पर अफसोस, संसार की चकाचौंध में हम अपना वही एकमात्र उद्देश्य भूल गए हैं। पर अब भी समय है चेतनता के वापस आने का, सुबह का भूला शाम को घर वापस आ जाए तो वह भूला नहीं कहलाता तो आओ, पुकारें अपने उस चिर सखा को और उठा लें इसी जन्म में उससे मिलन का वह चिर आनन्द जो शाश्वत है, सनातन है और हमारे इस जीवन का एकमात्र उद्देश्य भी है।

– डॉ. लीना सिन्हा

सुधा बिन्दु

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

- ❁ विचार के बोझ के तले आज का इंसान लुढ़कता रहता है, लंगड़ाता रहता है, चलता रहता है।
- ❁ आज का मनुष्य अधिक बोलता है, कम सुनता है और बहुत कम समझता है। सच यह है कि शब्दों की अधिकता ने उसके जीवन से शांति छीन ली है। वह यह भूल गया है कि मौन भी एक भाषा है, बिना शब्दों के वह बहुत कुछ कह देती है।
- ❁ जहां वाणी असफल होती है वहां मौन प्रभावशाली होता है।
- ❁ मौन कायरता नहीं है वरन आत्मविश्वास का चिन्ह है, प्रतीक है। जो हर बात का उत्तर शब्दों में देने लगता है, वह अपनी भीतर की शक्ति को क्षीण-कर लेता है।
- ❁ क्रोध के समय मौन रह जाना, अपमान में संयम रखना, विवाद में चुप रहना यह सब आत्म विजय के लक्षण हैं।
- ❁ मौन मन को एकाग्र करता है और बुद्धि को शुद्ध बनाता है।
- ❁ ऋषि-मुनियों ने मौन को तप का अंग माना है, क्योंकि मौन से ही मन भीतर की ओर मुड़ता है।
- ❁ जब शब्द थमते हैं तब विवेक जगता है।
- ❁ अनावश्यक बोलना ऊर्जा का अपव्यय है जबकि मौन ऊर्जा का संचय करता है।
- ❁ जीवन में जितना अधिक मौन होगा उतनी ही अधिक आपके व्यक्तित्व में गहराई आएगी।
- ❁ मनुष्य को चाहिए कि मौन को अपनाए और उसे साधे।
- ❁ यदि कोई चेतना आज भी मनुष्य को मनुष्य बनाए रखने का साहस उनके हृदय को देती है, तो वह है भगवान बुद्ध की करुणा।
- ❁ मृत्यु की महानता में रचे हुए जीवन को देखकर आज भी बुद्ध हमारे बीच उपस्थित प्रतीत होते हैं।
- ❁ बुद्ध का दर्शन क्षणिकवाद का है, क्षण में बदल जाता है सबकुछ।
- ❁ बुद्ध की दृष्टि में जीवन पलायन नहीं है, जागरण है।
- ❁ करुणा का मतलब दुर्बलता नहीं है, करुणा का मतलब निर्भयता की पराकाष्ठा है।
- ❁ आज का मनुष्य सब कुछ होते हुए अंदर से खाली है, अंदर से रिक्त है। लालच, लोभ और क्षणभंगुर सुखों की दौड़ में इतना उलझ गया कि उसके आसपास घट रही पीड़ा भी उसे स्पर्श नहीं करती।
- ❁ संवेदनाएं बह रही हैं पर संवेदनशीलता का ठहराव नहीं है।
- ❁ शंकराचार्य को बौद्ध धर्म की शिक्षाओं से विरोध नहीं था, उनका विरोध वज्रयान के तंत्र से था, तंत्र की विकृतियों से था।
- ❁ तंत्र में प्रकृति की शक्तियों का जो दोहन और शोषण होता है, वे पोषण और संरक्षण न कर उसे जहरीला बनाते हैं।
- ❁ तंत्र प्रकृति के कर्मफल विधान की अवहेलना है, तंत्र की विकृति प्रकृति की शक्तियों का दुरुपयोग है।
- ❁ कोई भी व्यक्ति हो, जिसकी मां ने कष्ट साध्य पूर्ण जीवन जिया हो, उसने भले ही कितने बड़े-बड़े काम कर डाले हैं, लेकिन अपनी मां के लिए अगर कुछ नहीं कर सका है तो उसके मन में कुछ ज्यादा ही भयंकर

पीड़ा होती है कि समय पर वह उनकी सेवा नहीं कर सके, देखभाल नहीं कर सके। चाहे वह शंकराचार्य हों, स्वामी विवेकानंद हों, सभी को बहुत पीड़ा हुई।

❁ पुरुषों नारी की ममता की नापो तो गहराई, अपना हृदय गला कर भी उसने रसधार बहाई। अपने यहां जो गृहस्थ जीवन के प्रति बात थी, महिलाओं को देवी का सम्मान दिया जाता था। अपनी भारतीय संस्कृति में पहले विवाह एक संस्कार था, अब तो विवाह आडंबर बन गया है, दिखावा बन गया है, संस्कार नहीं रहा। हमारे पुरखों ने, पूर्वजों ने, ऋषियों ने, मनीषियों ने ऐसी व्यवस्था बनाई थी।

❁ कभी तुम्हें मुस्कानें दी अपने आंसू पी-पीकर, कभी तुम्हें सुख-सुविधा दी अपने घावों को सीकर। कभी अनुचरी, कभी सहचरी उसने खुद को माना। पर आज नारी सशक्तिकरण में नारी पुरुषों को बोलती है- नहीं, आप पीछे रहिए हम आगे चलते हैं। प्राचीन काल में भारतीय संस्कृति का कॉन्सेप्ट था, यह मूलभूत अवधारणा थी कि स्त्री को सहचरी भी रहना चाहिए और अनुचरी बनकर भी रहना चाहिए। आज भी समय की मांग यही है कि दोनों साथ-साथ चले ।

❁ प्रातः काल और सायं काल वातावरण में प्राण ऊर्जा ज्यादा होती है।

❁ रात में जागने वाला व्यक्ति दुख तो नहीं ही पचा पाता सुख भी नहीं पचा पाता।

❁ पढ़ाई जीवन का सौंदर्य है, पढ़ाई में अपनी अभिरुचि तलाशें।

❁ संन्यास लेने की अनुमति प्रारब्ध देता है, अवस्था नहीं।

❁ गृहस्थ और वानप्रस्थ प्रारब्ध क्षय करने की दो अवस्था है।

जिज्ञासा

प्रश्न- काशी में मरण भी मंगल क्यों माना जाता है?

उत्तर- काशी में मरने पर मुक्ति होती है। काशी शिव की नगरी है, शंकर जी के त्रिशूल पर टिकी है। काशी शिव का स्थान माना जाता है। लेकिन अगला प्रश्न है कि उसके कर्म का क्या होता है? पापी लोग को शंकर जी कैसे मुक्त करेंगे? कर्म की अवहेलना होगी तो उसके लिए काशी में ही कोतवाल के रूप में कालभैरव नियुक्त हैं। काशी में मरने वाले लोगों को, कालभैरव पीड़ा-प्रताड़ना दे करके, भैरवी यातना दे करके उनको शुद्ध कर देते हैं। फिर वे मुक्त हो जाते हैं। यातना मिलती है लेकिन जन्म नहीं मिलता है। जन्म- मरण के चक्र से छूट जाते हैं। कोतवाल मतलब काशी के वे मालिक हैं, सारी व्यवस्था वही देखते हैं। यमलोक में ऐसा नहीं होता है, यम यातना से जो जीव कर्म काटता है, उसके बाद उसको जन्म मिलता है। काशी में मृत्यु मोक्ष का द्वार बन जाती है, जीवन का मंगल यही है।

प्रश्न- पिछले संडे को आपने कहा था कि माँ-बाप को छोड़कर संन्यास में निकलना सही नहीं है। तो क्या बुद्ध ने सही नहीं किया? तब तो बुद्ध भी गलत थे? कृपया बताइए, क्या

उत्तर- कृपया बताइए, क्या, पूरा वाक्य लिखना चाहिए था आपको। बुद्ध गलत नहीं थे, संन्यास एक स्वाभाविक स्थिति है। जब आपका वैराग्य तीव्र हो जाए तब संन्यास ले लेना चाहिए। महात्मा बुद्ध पर एक किताब लिखी गई है, आपको पढ़ना चाहिए, लाइट ऑफ एशिया, एडविन अर्नोल्ड ने लिखी है। उसमें एक चैप्टर है गॉड स्पीक्स। बुद्ध के पास देवगण आते थे, वे कहते थे, महाराज आप घर में बंद हैं, इस संसार का क्या होगा? आप तो कल्याण करने के लिए इस धरती पर आए हैं। आप घर से बाहर निकलें। यदि किसी को लगता है कि आपका वैराग्य तीव्र और प्रबल है, तो वे संन्यास ले सकते हैं, उन्हें अपने जीवन के विशेष उद्देश्य को पूरा करना चाहिए। बुद्ध के जन्म के समय हिमालय से असिता ऋषि आए थे और उन्होंने नन्हे बालक के चरणों में माथा लगाया था और कहा था ये तो बालक संन्यासी बनेगा, ऐसी नियति लेकर आया है। प्रतिदिन अगर आपके पास देवगण आते हैं और कहते हैं कि घर से बाहर निकलो तो संन्यास लेना। बुद्ध के बचपन का नाम सिद्धार्थ था पिता का नाम शुद्धोधन था, कपिलवस्तु के राजा थे, सिद्धार्थ के जन्म लेते ही 20 दिन के बाद उनकी माँ महामाया, कुछ लोग मायादेवी कहते थे, उन्होंने शरीर छोड़ दिया था। बुद्ध तो बड़े विशेष थे, भगवान थे, गर्भवती रहने पर उन्हें नौ महीने देवों के दर्शन होते थे, जब बुद्ध पैदा हुए तो आकाशवाणी हुई, देवताओं ने माया देवी से कहा कि हे जीवात्मा! आपने इस शरीर से एक महान कर्म पूरा किया है, अब आपकी यहाँ कोई आवश्यकता नहीं है, आप अपना शरीर अब छोड़ सकती हो। कब शरीर छोड़ना चाहते हैं आप ये बताइए, तो मायादेवी ने कहा कि बेटे का नामकरण तो हो जाने दो, तो देवताओं ने कहा कि हाँ-हाँ आप नामकरण करिए और कोई आपकी इच्छा हो तो बताइए। तो उन्होंने कहा- नहीं-नहीं और कोई इच्छा नहीं है। तो नामकरण हुआ और दूसरे दिन मायादेवी ने शरीर छोड़ दिया। उनका लालन-पालन उनकी मौसी यानि सौतेली माँ प्रजापति गौतमी ने किया था, इसलिए उनका नाम गौतम बुद्ध पड़ा। ऐसी अवस्था में किसी को गलत और सही ठहराना क्या उचित लगता है? असिता मुनि ने कहा था- शुद्धोधन! तुम्हारा बेटा संन्यासी बनेगा। राजा शुद्धोधन ने कहा कि हम बनने नहीं देंगे। तो मुनि ने कहा कि तेरे कहने न कहने से क्या होता है, इस बालक के प्रारब्ध में संन्यासी बनना लिखा है। शुद्धोधन ने

उनके लिए जो महल बनाया, उसमें सारी सुविधा, सुंदरी स्त्रियां और सारा भोग-विलास जुटा दिया था, कोई सफेद बाल वाला कर्मचारी और परिचारिका वहाँ नहीं रखा था, लेकिन उससे क्या होता है, प्रारब्ध को कोई रोक सकता है क्या? मुर्दे को देखा, रोगी को देखा, बुढ़ापा को देखा, तो वैराग्य हो गया, ऐसा लोग कहते हैं, लेकिन सच ये है कि यह देवताओं की लीला थी, वही बूढ़ा बने, रोगी बने, डेड बॉडी बने, क्योंकि शुद्धोधन ने ऐसी व्यवस्था की थी कि कोई रोगी, कोई बूढ़ा उसे न दिखे।

चैतन्य महाप्रभु थे उनकी माता और पत्नी तो खुद गईं, केशव भारती के पास कि महाराज इनको संन्यास दे दो। चैतन्य महाप्रभु का मन एकदम उपराम हो गया था। संन्यास एक आंतरिक अवस्था है, बोध प्रबल हो तो संन्यास लेना चाहिए। जब आपको संसार की निर्थकता का बोध हो जाए तो संन्यास ले लेना चाहिए, चाहे कोई भी अवस्था हो जीवन की। अगर ऐसी अवस्था होती है तो परमात्मा आपका दायित्व स्वयं उठा लेते हैं। अगर बुद्ध जैसी अवस्था आ गई तो फिर संन्यास ले ही लेना चाहिए।

हम महापुरुषों का अनुकरण करते हैं, हमें अनुशरण करना चाहिए। शंकराचार्य ने सात से आठ साल की उम्र में संन्यास लिया था। शंकराचार्य के चेतना की अवस्था क्या थी? यह तो हमें मालूम नहीं है ना। बुद्ध की चेतना की क्या अवस्था थी? हमें मालूम नहीं है ना जिसका प्रारब्ध क्षीण हो चुका होता है वह संन्यास का अधिकारी हो जाता है। संन्यास लेने की अनुमति प्रारब्ध देता है, परिस्थिति नहीं। घर छोड़ने से कोई संन्यासी नहीं हो जाता। विवेकानंद ने भी संन्यास लिया था, लेकिन वे कहते थे, हमने समय से पहले संन्यास ले लिया। शंकराचार्य हों, बुद्ध हों, तैलंग स्वामी हों, ये दैवी विभूतियाँ हैं, ये दिव्य आत्मा अपना एक निहित उद्देश्य लेकर धरती पर आई थीं, उनके जीवन का लक्ष्य उसी तरह से पूरा होना था। अपने शास्त्रों में वर्णन है कि ब्रह्मचर्य ऊर्जा संरक्षित करने की अवस्था, गृहस्थ और वानप्रस्थ प्रारब्ध क्षय करने की दो अवस्था है, गृहस्थ में प्रारब्ध भोग करके क्षय करो और वानप्रस्थ में तप करके क्षय करो। जब तप करके प्रारब्ध क्षीण हो जाए तब संन्यास की अवस्था। मतलब रस्सी जल गई अब उसमें कोई दम नहीं बचा, जब ऐसा प्रारब्ध हो जाए तब संन्यास ले लेना चाहिए। तो माँ-बाप नहीं, प्रारब्ध अनुमति देता है। हमने बताया था तैलंग स्वामी ने 80-90 साल की उम्र में संन्यास लिया था, 40 साल में उनका मन साधना में ज्यादा लगने लगा और समाधि में रहने लगे, माँ ने कहा - बेटा! तुम मेरे जीते जी संन्यास नहीं लेगा, बचन दे। तो तैलंग स्वामी ने कहा कि आप भी मुझे वचन दें कि मुझे आप शादी-विवाह के बंधन में नहीं बाँदेंगी तो माँ ने भी कहा कि नहीं बाँधूंगी और पुत्र ने भी कहा कि जब आप नहीं रहेंगी तब हम संन्यास लेंगे। तैलंगाना के थे, इसलिए उनका नाम तैलंग स्वामी पड़ा। संन्यास के बाद बनारस में आकर रहने लगे। 300-350 साल जिए। कहने का मतलब यह है कि संन्यास की अनुमति केवल प्रारब्ध देता है। हर एक आदमी में आंख-कान-नाक सब एक जैसा दिखता है पर चित्त की अवस्था हर एक की अलग-अलग होती है। माँ अनुमति दे दे कि तुम संन्यासी बन जाओ, लेकिन क्या तुम्हें अपने ऊपर विश्वास हो सकता है कि हम संसार में, घर-परिवार में नहीं फँसेंगे? एक महात्मा अपना अनुभव सुना रहे थे-हमने संन्यास लिया और सोचा कि साधना करेंगे, पिताजी मिलने आये, हम जंगल में बैठे रहे। पिताजी बोले-तुमको हम संन्यास की अनुमति देते हैं लेकिन एक शर्त है, किसी की बहन-बेटी के ऊपर आंख उठाकर मत देखना और अगर आंख उठाकर देखा तो तुम्हारे शरीर में कोढ़ फूटेगा। सचमुच में तुम अगर घर से निकले हो, भगवान का भजन करते रहे तो तुम्हारे लिए ऊसर बंजर भूमि में भी सब व्यवस्था होती रहेगी। सचमुच संन्यास एक आंतरिक अवस्था है, जब वैराग्य तीव्र हो जाए, तो जरूर ले लेना चाहिए।

संन्यास लेने की योग्यता तो विश्वामित्र में नहीं थी, अगर योग्यता होती तो मेनका के साथ रिश्ते बनाते? और शकुंतला पैदा लेती? बिना प्रारब्ध के क्षीण हुए बात नहीं बनती है। बिना प्रारब्ध की अनुमति के इन्द्र का झटका कोई सह नहीं सकता है। इन्द्र यानि मन का झटका कोई सह नहीं सकता है।

तो बुद्ध अपने उद्देश्य से आए थे, अपने प्रयोजन से आये थे और उस प्रयोजन को उन्होंने पूरा किया। तो संन्यास प्रारब्ध का विषय है। हमने कहा था- शंकराचार्य संन्यासी होने के बावजूद माँ को दिया हुआ वचन पूरा किए, संन्यासी होने के बावजूद माँ का अंतिम संस्कार किया, जो उन्होंने अपनी माँ को वचन दिया था। तैलंग स्वामी ने भी अपनी माँ को वचन दिया था और उसको उन्होंने पूरा किया। महात्मा बुद्ध की परिस्थिति अलग है, उनके जीवन का उद्देश्य अलग है, इस पर कोई टिप्पणी करना, उचित नहीं है। हमने कहा था कि माँ को दुखी करके कोई महात्मा बनता है क्या? यह बेकार की बात है, जो घर छोड़ करके कौन-कौन आश्रम चले जाते हैं, आईआईटी की पढ़ाई छोड़ करके आश्रम चले जाते हैं, उसके बाद उनके जीवन का क्या हथ्र हुआ, क्या हुआ जिस उद्देश्य के लिए निकले, वो उद्देश्य से पूरा हुआ, लक्ष्य पूरा हुआ? हम इसकी चर्चा कर रहे थे, भावुकता में लिया गया निर्णय, उसे लक्ष्य से भटका देता है, मनोरोगी बना देता है, हम उनकी बात कर रहे थे। हमने कहा जब तैलंग स्वामी ने नहीं किया, शंकराचार्य ने नहीं किया, स्वामी विवेकानंद ने नहीं किया, फिर हम और आप कौन हैं? इस तरह से महात्मा बनना चाहिए क्या? महात्मा बुद्ध कि माँ नहीं थीं, हमने आपको बताया, दूसरी बात उनको ईश्वरीय आदेश था। महात्मा बुद्ध ज्ञान प्राप्त करने के बाद सबसे पहले अपने पिता से मिलने आए, पत्नी से मिलने आए और उन्होंने कारण दिया, कि हमने घर क्यों छोड़ा था। पिता को समझ में आ गया, पत्नी को भी बाद में समझ में आया और उसने तो फिर बौद्ध भिक्षुक के मठ, संघ को भी ज्वाँइन कर लिया था। ऐसा नहीं था कि उन्होंने अपने पिता को उपेक्षित कर दिया था, बुद्धत्व को प्राप्त कर लेने के बाद वो मिलने गए। लेकिन माता-पिता का तिरस्कार नहीं करना चाहिए, जहाँ तक बने माता-पिता का आशीर्वाद और आज्ञा जरूर लेनी चाहिए। रामकृष्ण मिशन में यह धारणा है कि जिसकी इकलौती संतान होती है उसको संन्यास की दीक्षा नहीं दी जाती है। माता-पिता की सेवा तो एक जिम्मेदारी होती है। लेकिन आज कौन घर में रहते हुए भी माँ-बाप की सेवा करता है? आज की स्थिति में ये सारी बातें कहना तो बेईमानी ही लगती है। माता-पिता को दुखी नहीं करना चाहिए, कुल मिलाकर बात यही है। महात्मा बुद्ध ने पिता को दुखी नहीं किया, उनका एक भी आचरण ऐसा नहीं था जिससे पिता दुखी हुए हों, या मौसी दुखी हुई हो। जिसके भाग्य में होता है तो हो ही जाता है। जिसके भाग्य में संन्यास होता है तो वह हो ही जाता है। नियति बड़ी अटल होती है।

मई माह की गतिविधियाँ

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा- दिनांक -03-05-2026को गायत्री शक्तिपीठ में भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल छात्र-छात्राओं के बीच प्रमाण पत्र एवं पुरस्कार का वितरण किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन से हुआ। दीप प्रज्वलन में पूर्व एडिटर राजेश कुमार, टाइम्स आफ इन्डिया, इंडिया टुडे, दिल्ली, पूर्व डायरेक्टर, राँ राकेश कुमार, निशा पाठक, मुम्बई से आए प्रोफेसर डाक्टर शिल्पा ठाकुर एवम मेजर गौतम कुमार (BNMU, मधेपुरा सिंडिकेट सदस्य) ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इन्हें सर्वप्रथम मंत्र दुपट्टा तथा तिलक लगाकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा - आप भजन करें, प्रार्थना करें, हवन करें, रुद्राभिषेक करें और ध्यान करें तो आपके अंदर का पापबल हटेगा और पुण्य बल बढ़ेगा यानी निगेटिव इनर्जी हटेगी और आपके अंदर पोजिटिव इनर्जी बढ़ेगी। दुख हटेगा और सुख बढ़ेगा, सफलता मिलेगी। इस भाव से जब आप प्रार्थना करते हैं तो बात बनेगी। जब आपके अंदर पोजिटिव इनर्जी आयेगी तो आप इसका उपयोग कैसे करेंगे? इस संबंध में उन्होंने कहा- जीवन को उत्कृष्ट बनाने के लिए 24 घंटे में आप एक घंटा ऐसा काम करें जिसमें आपका कोई प्रत्यक्ष लाभ नहीं होता हो, इसके लिए आप सेवा काम कीजिए, बच्चे को पढ़ाईये, साफ-सफाई कीजिए। इस अवसर पर जिले से आए विभिन्न स्कूल के शिक्षक को मंत्र दुपट्टा एवं प्रशस्ति पत्र दे कर सम्मानित किया गया एवं भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा जिलास्तरीय प्रथम, द्वितीय, तृतीय, प्रखंड स्तरीय, प्रथम, द्वितीय, तृतीय, स्कूल स्तरीय, प्रथम, द्वितीय, तृतीय, प्रणाम पत्र, मोमेंटो एवं मैडल दे कर पुरस्कृत किया गया। इस अवसर पर शक्तिपीठ के सभी परिजन उपस्थित थे।



कार्यक्रम को संबोधित करते आदरणीय अरुण कुमार जायसवाल....



अपना वक्तव्य देते अतिथिगण...



कार्यक्रम को संबोधित करते आदरणीय अरुण कुमार जायसवाल....



अतिथिगण एवं भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में वितरण किये जानेवाले पुरस्कार - प्रमाणपत्र, मोमेंटो एवं मेडल...



मुख्य अतिथियों का स्वागत, सम्मान- मंत्र दुपट्टा और अखंडज्योति पत्रिका के साथ ...



प्रमाण पत्र पाते प्रतिभागी...





प्रमाण पत्र के साथ पूरे प्रतिभागी...



भोजन प्रसाद ग्रहण करते छात्र छात्रागण...



भविष्य के युवा प्रकोष्ठ की टीम...



प्रशस्ति पत्र पाते शिक्षक गण...



दिनांक: 08/05/2026, शुक्रवार को गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान की एक बच्ची, सलोनी कुमारी का जन्म दिवस परिव्राजक श्री जवाहर जी के द्वारा भारतीय परंपरा के अनुसार बहुत ही धूम धाम से मनाया गया। इस मौके पर सभी बड़ों के द्वारा बच्ची को आशीर्वाद दिया गया।

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा, दिनांक 10 मई 2026 व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि आज मातृ दिवस है। मातृ दिवस को बताते हुए उन्होंने कहा शंकराचार्य के द्वारा माँ को दिया गया वचन शंकराचार्य की माँ ने कहा था, तुम हमारे मरते समय जरूर रहना, तो शंकराचार्य ने अपनी माँ को वचन दिया था कि हम रहेंगे। तो अपने शिष्यों को श्रृंगेरी में छोड़कर अपने जन्म स्थान केरल के अर्नाकुलम के कालाडी गांव गए, गांव वालों का बड़ा जबरदस्त विरोध उपद्रव हुआ लेकिन उस समय के वहाँ के राजा ने उनकी रक्षा की। फिर कोई शमशान ले जाने के लिए तैयार नहीं हुआ, उन्होंने घर के दरवाजे पर ही अग्नि संस्कार किया, कोई लकड़ी नहीं दिया, कोई अग्नि नहीं दिया तो अग्निदेव प्रकट हुए, और दरवाजे की किवाड़ तोड़ कर के तथा घर में जो लकड़ी का सामान था उससे चिता लगाई। शंकराचार्य अपनी विवशता पर कि माँ के लिए हम कुछ नहीं कर सके, इस व्याकुलता में उन्होंने एक स्तुति लिखी। उसका नाम है श्री आदि शंकराचार्य कृत मातृ स्तुति।

तैलंग स्वामी भी मातृभक्त थे, वो भी दक्षिण भारत के थे, संन्यास लेना चाहते थे, माँ ने कहा कि जब हम नहीं रहेंगे तब तुम संन्यास लेना, उन्होंने कहा ठीक है। जब वो 80 साल के हुए तब माँ का देहांत हुआ। फिर संन्यास लिया और उत्तर भारत बनारस में आकर रहने लगे, कहते हैं 350 साल जीये। नित्य मुक्त जीवन मुक्त आत्मा थे, उन पर प्रकृति का कोई कर्म विधान नहीं लगता था। रामकृष्ण परमहंस कहते थे कि काशी जा रहे हो, तो उनसे जरूर मिलना वो साक्षात् चलते फिरते शिव हैं। ये हैं प्राचीन काल के महात्मा पर मातृभक्त।



10 मई 2026 | व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, गायत्री शक्तिपीठ सहरसा — डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने मातृ दिवस पर आदि शंकराचार्य एवं तैलंग स्वामी की मातृभक्ति एवं सांस्कृतिक योगदान पर प्रेरक विचार व्यक्त किए।



जीव सेवा-शिव सेवा, रोज़ गायत्री परिवार, सहरसा करता

गायत्री शक्तिपीठ सहरसा, दिनांक 17--5--26, व्यक्तित्व परिष्कार सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ अरुण कुमार जायसवाल ने विद्यार्थी को पढ़ाई का गूढ तत्व बताते हुए कहा-प्रातःकाल स्वर्णिम काल है, उस समय जगने से स्मृति, धृति, मेधा, प्रज्ञा का जागरण होता है। सुबह जगने पर अंतःस्फुरण होती है। याददाश्त की क्षमता बढ़ती है। धारण करने की क्षमता बढ़ती है, आपकी प्रतिभा बढ़ती है। विवेक जगता है क्या करना चाहिए, क्या नहीं करना चाहिए। सुबह जगने से

विवेक का जागरण होता है। सुबह उठने से प्राण ऊर्जा का प्रवाह वातावरण में ज्यादा होता है। सुबह जगने के लाभ बहुत हैं। अतः सुबह जगिए, सुबह पढ़ाई कीजिए। उन्होंने कहा-पढ़ाई जीवन का सौंदर्य है। पढ़ाई में अभिरुचि तलाशिये। तभी पढ़ाई में मन लगेगा। इस अवसर पर सिलीगुड़ी से आए प्रवीर कृष्ण सिन्हा, अवकाश प्राप्त बी एन मंडल यूनिवर्सिटी ने संबोधित करते हुए कहा-यहां की व्यवस्था अच्छी है तथा अरुणजी द्वारा संचालित यह कार्यक्रम बहुत अच्छा है। ये हमें मदद किए हैं। और बहुतों को मदद किए हैं। इस अवसर विभिन्न विद्यालयों के छात्र-छात्राओं के अलावा शक्तिपीठ के सभी परिजन उपस्थित थे।



17 मई 2026 | व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, गायत्री शक्तिपीठ सहरसा — डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने विद्यार्थियों को प्रातःकालीन अध्ययन के महत्व एवं पढ़ाई में अभिरुचि विकसित करने का प्रेरक संदेश दिया।

दिनांक 17-5-2026 को संस्कृति भवन, लोकहा, सुपौल का लोकार्पण समारोह का कार्यक्रम गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा के द्वारा संपन्न किया गया। अनावरण माननीय उप मुख्य मंत्री श्री विजेन्द्र प्रसाद यादव जी के द्वारा किया गया। सांसद श्री दिलेश्वर कामत भी इस उद्घाटन समारोह में उपस्थित थे। साथ ही निर्माणकर्ता, उमा चौधरी एवं विक्रम चौधरी तथा मलेशिया में रहने वाले उनके पुत्र श्री प्रशांत जायसवाल एवं निर्माण कराने वाले इंजीनियर अरुण यादव जी और ग्राम वासी भी उपस्थित थे। इस अवसर पर डॉ. अरुण कुमार जायसवाल जी ने कहा कि संस्कृति का अर्थ है परिष्कृति, चिंतन चरित्र और व्यवहार में शुद्धता। यह संस्कृति भवन पूरे गांव को अनुप्राणित, संस्कारित और प्रेरित करता रहेगा।



17 मई 2026 | लोकहा (सुपौल) में संस्कृति भवन का लोकार्पण माननीय उपमुख्यमंत्री श्री विजेन्द्र प्रसाद यादव द्वारा संपन्न हुआ। डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने इसे समाज के संस्कार एवं प्रेरणा का केंद्र बताया।



दिनांक 19/05/2026, मंगलवार को गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के दिव्य वातावरण में गायत्री कंप्यूटर शिक्षण संस्थान की छात्रा, प्रियांशी कुमारी का जन्म दिवस भारतीय परंपरा के अनुसार मनाया गया। इस मौके पर सभी छोटे और बड़ों के द्वारा बच्ची के स्वस्थ, दीर्घायु एवं मंगलमय जीवन तथा उसके उज्ज्वल भविष्य की शुभकामना दी गई।



गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा स्थित प्रज्ञेश्वर महादेव, गंगा माता, नंदी महाराज, कच्छप महाराज



आरती रानी (रसायनशास्त्र शिक्षिका, दिल्ली)



श्री सत्यम कुणाल (आई.टी. विभाग, दिल्ली)



श्री शशांक कुमार (न्यायाधीश, मधेपुरा)



दिनांक: 24 मई 2026, श्री धीरज कुमार, गायत्री शक्तिपीठ सहरसा



दिनांक: 24 मई 2026, गायत्री शक्तिपीठ, सहरसा युवा प्रकोष्ठ के सक्रिय सदस्य श्री प्रमोद कुमार।



पूज्य गुरुदेव के महाप्रयाण दिवस, गंगा दशहरा एवं गायत्री जयंती के शुभ अवसर पर एक दिवसीय कार्यक्रम का आयोजन गायत्री शक्तिपीठ सहरसा के प्रांगण में सपत्र ...



कार्यक्रम को संबोधित करते हमारे आदरणीय हरीश



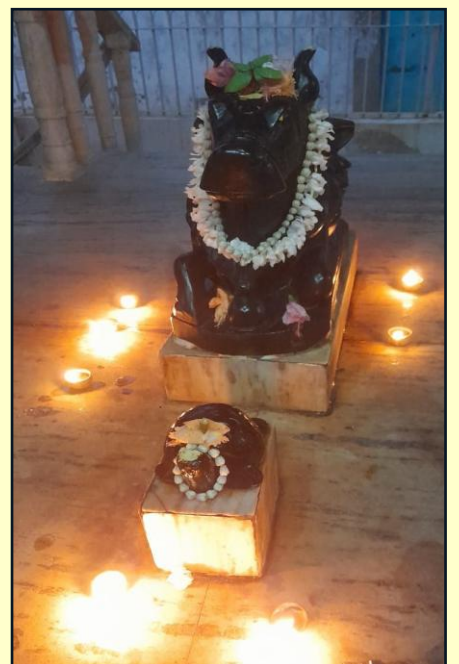
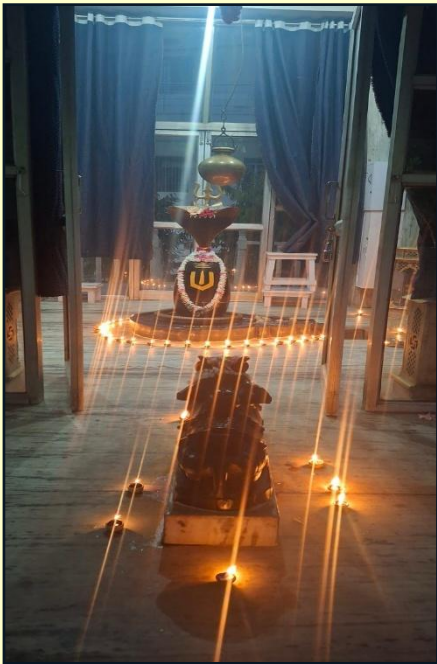
पूजन करवाती देवकन्याएँ...



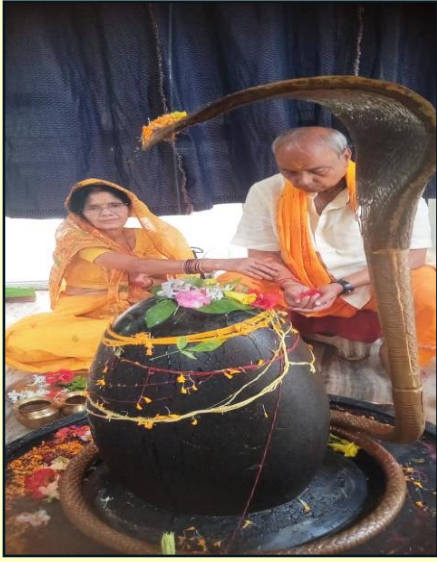
उपस्थित श्रद्धालुगण...



पुष्पांजलि हेतु कतारबद्ध श्रद्धालु...



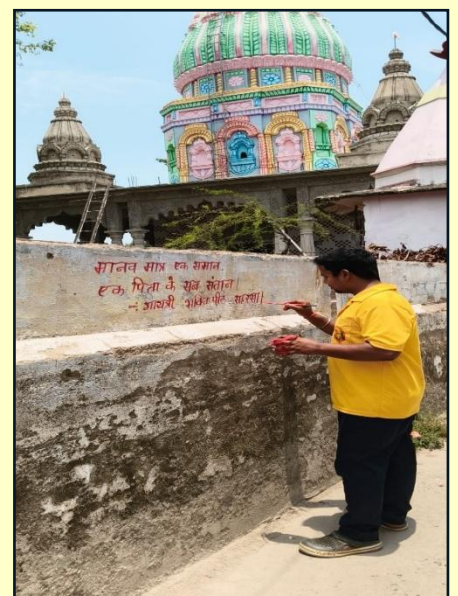
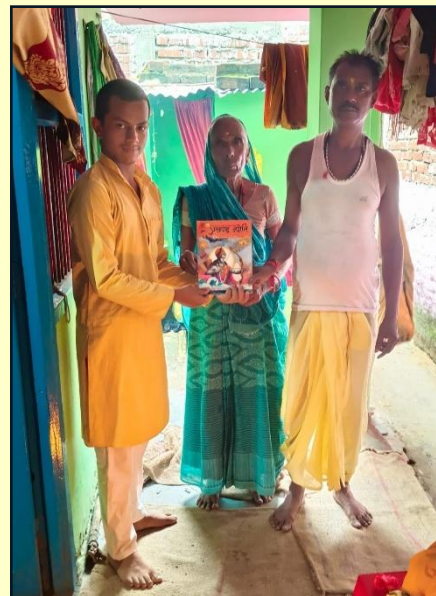
गायत्री जयंती, गंगा दशहरा और महाप्रयाण दिवस पर सायंकालीन प्रज्ञेश्वर महादेव का एक अलौकिक दृश्य...



रुद्राभिषेक पूजन

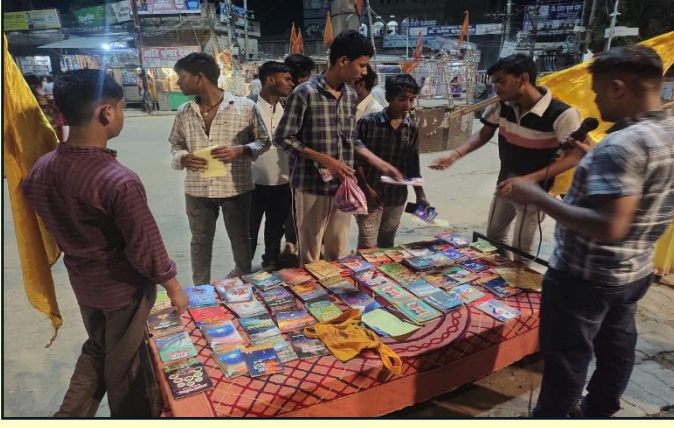


31 मई 2026 | व्यक्तित्व परिष्कार सत्र, गायत्री शक्तिपीठ सहरसा आदरणीय श्री हरीश कुमार जी संबोधित करते हुए



मई महीना के अंतिम रविवार 31/05/2026 को सहरसा जिला के नवहट्टा प्रखण्ड के नगर पंचायत नवहट्टा गाँव में अलग-अलग 24 नए घरों में देव स्थापना एवं एक कुंडीय गायत्री यज्ञ सम्पन्न कराया गया। साथ ही, पर्यावरण संतुलन एवं शुद्धिकरण हेतु प्रत्येक घरों में पौधा वितरण किया गया।

गुरुदेव के सद्विचारों को अखण्ड ज्योति पत्रिका एवं दिवाल लेखन के माध्यम से जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास किया गया। जिसमें गायत्री परिवार सहरसा के युवा मंडल, युवती मंडल, महिला मंडल एवं प्रज्ञा मंडल के सक्रिय कार्यकर्ताओं ने अहम भूमिका निभाई।



ज्ञान रथ, युवा मंडल, सहरसा



साधना स्वाध्याय सेवा संयम के बारे में युवा भाइयों को जानकारी देते हुए युवा प्रकोष्ठ सहरसा.

दैनिक समाचार पत्रों में गायत्री शक्तिपीठ सहरसा की छपी खबरें

रुद्राभिषेक आपके अंदर की निगेटिव एनर्जी को हटाता है एवं पॉजिटिव एनर्जी को बढ़ाता है : अरुण जायसवाल

भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल विद्यार्थियों को किया गया पुरस्कृत

प्रतिदिन, सहरसा

गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल छात्रों-छात्राओं के बीच प्रमाण पत्र एवं पुरस्कार का वितरण किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ भूतपूर्व एडिटर राजेश कुमार, भूतपूर्व रॉ डायरेक्टर राकेश कुमार, निशा पाठक, मुंबई से आये प्रो. डॉ. शिल्पा ठाकुर एवं सिंडिकेट सदस्य मेजर डॉ. गौतम कुमार ने दीप प्रज्वलित कर किया। सर्वप्रथम अतिथियों को मंत्र दुपट्टा एवं तिलक लगाकर सम्मानित किया गया। इस मौके पर डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि रुद्राभिषेक आपके अंदर का निगेटिव एनर्जी को हटाता है एवं पॉजिटिव एनर्जी बढ़ाता है। पॉजिटिव एनर्जी बढ़ेगी तो आपका दुख हटेगा एवं आप सफल होंगे, भजन करें, प्रार्थना करें, हवन करें



कार्यक्रम में भाग लेते छात्र-छात्राएं व अन्य.

तो आपके अंदर का पाप बल हटेगा, निगेटिव एनर्जी हटेगी एवं आपके अंदर पॉजिटिव एनर्जी बढ़ेगी। इस भाव से जब आप प्रार्थना करते हैं तो बात बनेगी, जब

आपके अंदर पॉजिटिव एनर्जी आवेगी तो आप इसका उपयोग कैसे करेंगे के संबंध में उन्होंने कहा कि 24 घंटे में एक घंटा ऐसा काम करें जिसमें आपका

प्रत्यक्ष लाभ नहीं हो, इसके लिए आप सेवा काम करें, बच्चे को पढ़ाएं, साफ-सफाई करें, इस मौके पर जिले से आये विभिन्न स्कूल के शिक्षक को मंत्र दुपट्टा,

प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। वहीं भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में जिला स्तरीय प्रथम, द्वितीय, तृतीय, प्रखंड स्तरीय प्रथम, द्वितीय, तृतीय,

स्कूल स्तरीय प्रथम, द्वितीय, तृतीय को प्रमाण पत्र, मोमेंटो एवं मेडल देकर पुरस्कृत किया गया। मौके पर शक्तिपीठ के सभी परिजन मौजूद थे।



रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में कार्यक्रम को संबोधित करते डा. जयसवाल।

पॉजिटिव एनर्जी बढ़ेगी तो सफल होंगे

सहरसा। रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल छात्रों-छात्राओं के बीच प्रमाण पत्र एवं पुरस्कार का वितरण किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ राजेश कुमार, राकेश कुमार, निशा पाठक, प्रो. डाक्टर शिल्पा ठाकुर, सिंडिकेट सदस्य मेजर गौतम कुमार ने किया। डाक्टर अरुण कुमार जायसवाल ने कहा हवन, रुद्राभिषेक से पॉजिटिव एनर्जी बढ़ता है। पॉजिटिव एनर्जी बढ़ेगी तो आप सफल होंगे।

संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल छात्रों को मिला सम्मान



सहरसा। स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल छात्र-छात्राओं के बीच प्रमाण पत्र एवं पुरस्कार का वितरण किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि हवन, भजन और प्रार्थना से व्यक्ति के भीतर की नकारात्मक ऊर्जा समाप्त होती है और सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। उन्होंने कहा कि जीवन में सफलता के लिए सकारात्मक सोच जरूरी है। साथ ही उन्होंने सभी से अपील की कि प्रतिदिन एक घंटा समाज सेवा के लिए जरूर निकालें, जैसे बच्चों को पढ़ाना या साफ-सफाई करना। इस अवसर पर जिले के विभिन्न स्कूलों के शिक्षकों को मंत्र दुपट्टा व प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। वहीं परीक्षा में जिला, प्रखंड और स्कूल स्तर पर प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले छात्र-छात्राओं को प्रमाण पत्र, मेडल व मोमेंटो देकर पुरस्कृत किया गया। इस मौके पर भूतपूर्व एडिटर राजेश कुमार, भूतपूर्व रॉ डायरेक्टर राकेश कुमार, निशा पाठक, मुंबई से आई प्रोफेसर डॉ. शिल्पा ठाकुर, मेजर गौतम कुमार व शक्तिपीठ परिवार के सदस्य मौजूद रहे।

हवन- रुद्राभिषेक से दूर होती नकारात्मकता : डा. अरुण

संस, सहरसा: रविवार को गायत्री शक्तिपीठ सहरसा में भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में सफल छात्रों-छात्राओं के बीच प्रमाण पत्र एवं पुरस्कार का वितरण किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ भूतपूर्व एडिटर राजेश कुमार, भूतपूर्व रॉ डायरेक्टर राकेश कुमार, निशा पाठक, मुंबई से पहुंची प्रो. डा. शिल्पा ठाकुर एवं सिंडिकेट सदस्य गौतम कुमार द्वारा दीप प्रज्वलित कर किया गया। सभी अतिथियों को मंत्र दुपट्टा तथा तिलक लगाकर सम्मानित किया गया।

इस अवसर पर डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा- कि जब हवन करते हैं, रुद्राभिषेक करते



अतिथियों के साथ सफल प्रतिभागी छात्रा • सीजन: शक्तिपीठ

हैं, तो वह आपके अंदर की नकारात्मक ऊर्जा को हटाता है, और सकारात्मक ऊर्जा का संचार करता है।

कहा कि आपके अंदर सकारात्मक ऊर्जा बढ़ेगी तो, आपका दुःख हटेगा। आप सफल होंगे। आप भजन करें, प्रार्थना

करें, हवन करें तो आपके अंदर का पापबल हटेगा- नकारात्मक ऊर्जा हटेगा और आपके अंदर सकारात्मक ऊर्जा बढ़ेगी। इस भाव से जब आप प्रार्थना करते हैं तो बात बनेगी। जब आपके अंदर सकारात्मक ऊर्जा आवेगी तो आप इसका उपयोग कैसे करेंगे? इस

संबंध में उन्होंने कहा कि 24 घंटे में आप एक घंटा ऐसा काम करें जिसमें आपका प्रत्यक्ष लाभ नहीं हो, इसके लिए आप सेवा कीजिए, बच्चे को पढ़ाने में जुटे, साफ-सफाई कीजिए। इस अवसर पर जिले से आए विभिन्न स्कूल के शिक्षक को मंत्र दुपट्टा प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया।

भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा में जिलास्तरीय प्रथम, द्वितीय, तृतीय, प्रखंड स्तरीय, प्रथम, द्वितीय, तृतीय, स्कूल स्तरीय, प्रथम, द्वितीय, तृतीय प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र, मोमेंटो एवं मेडल देकर पुरस्कृत किया गया। मौके पर शक्तिपीठ के सभी परिजन मौजूद रहे।

गायत्री शक्तिपीठ . व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का किया गया आयोजन

पढ़ाई जीवन का सौंदर्य, अभिरुचि तलाशने से ही लगता है मन : डॉ अरुण

प्रतिनिधि, सहरसा



कार्यक्रम में भाग लेते बच्चे व श्रद्धालु.

का सौंदर्य है. विद्यार्थियों को पढ़ाई में अपनी अभिरुचि तलाशनी चाहिए, तभी उनका मन पढ़ाई में लगेगा और वे सफलता की ओर अग्रसर होंगे. **सिलीगुड़ी से आये अतिथि ने डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने विद्यार्थियों को पढ़ाई का गूढ तत्व समझाते हुए कहा कि सुबह काल स्वर्णिम काल होता है. उस समय जगने से स्मृति, धृति, मेधा और प्रज्ञा का जागरण होता है. उन्होंने कहा कि सुबह जल्दी उठने से अंतःस्फूर्ति जागती है, याददाश्त की क्षमता बढ़ती है और प्रतिभा का विकास होता है. साथ ही ध्यान करने की क्षमता भी मजबूत होती है. प्रातः काल में विवेक का जागरण होता**

है और वातावरण में प्राण ऊर्जा का प्रवाह अधिक रहता है, जिससे मानसिक एवं बौद्धिक विकास में सहायता मिलती है. डॉ. जायसवाल ने कहा कि पढ़ाई जीवन

प्रातःकाल स्मृति, मेधा व विवेक जागरण का होता है श्रेष्ठ समय

व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में सुबह की पढ़ाई का महत्व बताया

भारत न्यूज़ | सहरसा



भाग लेते विद्यार्थियों के बच्चे व संबोधित करते ट्रस्टी।

स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों को अनुशासित जीवन, नियमित अध्ययन और सुबह जल्दी उठने के लाभों की जानकारी दी गई। सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा कि प्रातःकाल स्वर्णिम काल होता है। इस समय जगने से स्मृति, धृति, मेधा और प्रज्ञा का जागरण होता है। सुबह पढ़ाई करने से याददाश्त बढ़ती है तथा विषयों को ध्यान करने की क्षमता मजबूत होती है। उन्होंने कहा कि सुबह के समय वातावरण में प्राण ऊर्जा का प्रवाह अधिक रहता है, जिससे मन

एकसंग होता है और विवेक जागृत होता है। विद्यार्थी सही और गलत का निर्णय बेहतर तरीके से कर पाते हैं। उन्होंने छात्रों से सुबह उठकर नियमित पढ़ाई करने की अपील करते हुए कहा कि पढ़ाई जीवन का सौंदर्य है और उसमें अभिरुचि पैदा करना जरूरी है। कार्यक्रम में सिलीगुड़ी से आए अक्काश प्रान्त बोर्डिंग मंडल विश्वविद्यालय के प्रचार कृष्ण सिन्हा ने भी विचार रखे। मौके पर विभिन्न विद्यालयों के छात्र-छात्राएं व शक्तिपीठ परिवार के सदस्य मौजूद थे।



रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में आयोजित व्यक्तित्व परिष्कार सत्र में मौजूद युवा।

पढ़ाई के लिए सुबह का समय स्वर्णिम

सहरसा। रविवार को गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित हुआ। सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने विद्यार्थियों को पढ़ाई का गूढतत्व बताते हुए कहा प्रातःकाल स्वर्णिम काल है, उस समय जगने से स्मृति, धृति, मेधा, प्रज्ञा का जागरण होता है। सुबह जगने पर याददाश्त की क्षमता बढ़ती है। इस अवसर पर सिलीगुड़ी से आए प्रवीर कृष्ण सिन्हा ने भी संबोधित किया। मौके पर विभिन्न विद्यालयों के छात्र-छात्राएं के अलावा शक्तिपीठ के सभी परिजन उपस्थित थे।

मातृभक्ति व सांस्कृतिक एकता के प्रतीक थे शंकराचार्य : डॉ जायसवाल

गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन

प्रतिनिधि, सहरसा



कार्यक्रम में मौजूद छात्र-छात्राएं.

गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। सत्र को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने मातृ दिवस के अवसर पर आदि शंकराचार्य के जीवन और मातृभक्ति पर विस्तार से प्रकाश डाला. उन्होंने कहा कि शंकराचार्य ने संन्यासी जीवन अपनाने के बावजूद अपनी मां को दिए वचन का पालन किया एवं अंतिम समय में उनके पास पहुंचे. उन्होंने शंकराचार्य कृत मातृ स्तुति का उल्लेख करते बताया कि मां के प्रति उनके हृदय में अपार श्रद्धा एवं सेवा नहीं कर पाने की पीड़ा थी. उन्होंने कहा कि शंकराचार्य ने मात्र 32 वर्ष की आयु में भारत की सांस्कृतिक एकता को नष्ट दिशा दी. उन्होंने देश के चारों दिशाओं

में मठों की स्थापना कर सनातन संस्कृति को मजबूत किया. उन्होंने कहा कि उस समय समाज तंत्र-मंत्र एवं अंधविश्वास में उलझ चुका था. शंकराचार्य ने वैदिक संस्कृति को पुनर्जीवित कर लोगों को सत्कर्म एवं प्रकृति संरक्षण का संदेश दिया. उन्होंने यह भी कहा कि शंकराचार्य का विरोध बौद्ध धर्म से नहीं, बल्कि तंत्र की विकृतियों से था. डॉ. जायसवाल ने स्वामी विवेकानंद एवं तैलंग स्वामी जैसे महापुरुषों की मातृभक्ति का भी उल्लेख किया. उन्होंने कहा कि मां के प्रति श्रद्धा एवं सेवा का भाव भारतीय संस्कृति की सबसे बड़ी पहचान है. कार्यक्रम में मौजूद लोगों ने मातृ दिवस पर मां के प्रति सम्मान एवं कर्तव्य निभाए का संकल्प लिया.

मां के प्रति प्यार और आभार प्रकट करें बच्चे



डा. अरुण कुमार जायसवाल • जागरण

संवाद सूत्र, जागरण, सहरसा: रविवार को शहर के गायत्री शक्तिपीठ में व्यक्तित्व परिष्कार सत्र आयोजित किया गया। छात्र-युवाओं को संबोधित करते हुए ट्रस्टी डा. अरुण कुमार जायसवाल ने कहा आज मातृ दिवस है। यह दिवस मां के प्रति प्यार

और आभार प्रकट करने का दिवस है। यह दिन मां के लिए आभार जताने का एक विशेष अवसर मिलता है। इसीलिए सबों को अपनी मां के प्रति सम्मान व आभार जताना चाहिए। बच्चों के जीवन में मां ही पहली गुरु होती है। इसीलिए मां का दर्जा भगवान से ऊपर है। उन्होंने मौजूद युवाओं से कहा कि हर मां अपने बच्चों की प्रथम पाठशाला होती है। मां के बताए गुण व संस्कार से ही बच्चे चरित्रवान और उर्जावान होते हैं। बच्चों के लिए मां से बढ़कर कोई दूसरा उपहार नहीं है।

मां के प्रति सम्मान और सेवा भारतीय संस्कृति की बड़ी पहचान: डॉ. अरुण

भारत न्यूज़ | सहरसा



संबोधित करते डॉ. अरुण जायसवाल।

स्थानीय गायत्री शक्तिपीठ में रविवार को व्यक्तित्व परिष्कार सत्र का आयोजन किया गया। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में ट्रस्टी डॉ. अरुण कुमार जायसवाल ने आदि शंकराचार्य की मातृभक्ति, त्याग और भारतीय संस्कृति में उनके योगदान पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि आदि शंकराचार्य ने संन्यास लेने के बाद भी अपनी मां को अपने पास पहुंचे और अंतिम समय में उनके पास पहुंचे। गांव वालों के विरोध के बावजूद उन्होंने अपनी मां का अंतिम संस्कार स्वयं किया। डॉ. जायसवाल ने बताया कि मां के प्रति अपनी वेदना और श्रद्धा व्यक्त करते हुए शंकराचार्य ने "मातृ स्तुति" की रचना की, जिसमें मां के त्याग और कर्तव्य का भावपूर्ण वर्णन मिलता है। उन्होंने कहा कि शंकराचार्य ने अल्प आयु में ही भारतीय संस्कृति को नष्ट दिशा

दी। देश के चारों कोनों में मठों की स्थापना कर सांस्कृतिक एकता को मजबूत किया। उन्होंने वैदिक संस्कृति को तंत्र-मंत्र और अंधविश्वास के प्रभाव से बाहर निकालने का कार्य किया। डॉ. जायसवाल ने कहा कि मां के प्रति सम्मान और सेवा भारतीय संस्कृति की सबसे बड़ी पहचान है। चाहे शंकराचार्य हों, स्वामी विवेकानंद हों या तैलंग स्वामी, सभी महापुरुषों के जीवन में मातृभक्ति का विशेष स्थान रहा है। व्यक्ति चाहे कितना भी बड़ा क्यों न बन जाए, यदि वह अपनी मां की सेवा नहीं कर पाता तो उसके मन में पीड़ा बनी रहती है।



परिचय :-

चंद्रभेदी प्राणायाम एक शीतलन (cooling) योग तकनीक है, जिसमें दाईं (सूर्य) नासिका को बंद करके केवल बाईं (चंद्र) नासिका से सांस ली जाती है और दाईं से छोड़ी जाती है। यह शरीर के तापमान को कम करने, हाई ब्लड प्रेशर, एसिडिटी, और मानसिक तनाव को कम करने में सहायक है। यह विशेष रूप से गर्मी के मौसम और पित्त प्रकृति वाले लोगों के लिए फायदेमंद है।

चंद्रभेदी प्राणायाम करने की विधि :-

आसन :- सुखासन, पद्मासन या सिद्धासन में सीधे बैठें। रीढ़ की हड्डी सीधी रखें और आंखें बंद करें।

मुद्रा :- बाएं हाथ को घुटने पर ज्ञान मुद्रा में रखें। दाएं हाथ से नासिका मुद्रा (अंगूठे और अनामिका/छोटी उंगली का उपयोग) बनाएं।

क्रिया :- दाहिने नथुने (दाएं नासिका) को अंगूठे से बंद करें।

श्वास लेना (पूरक) :- बाएं नथुने (चंद्र नाड़ी) से धीरे-धीरे और गहरा सांस लें।

श्वास छोड़ना (रेचक) :- बाएं नथुने को बंद करें और दाईं (सूर्य नाड़ी) नासिका से सांस को बाहर छोड़ें। पुनरावृत्ति: यह एक चक्र हुआ।

इसे 10-20 बार या 5-10 मिनट तक दोहराएं।

महत्वपूर्ण बातें :- शुरुआत: सांस को हमेशा बाएं से लें और दाएं से छोड़ें।

सावधानियां :-

सर्दी, जुकाम, खांसी, अस्थमा या लो ब्लड प्रेशर (निम्न रक्तचाप) से पीड़ित लोगों को यह प्राणायाम नहीं करना चाहिए।

समय :-

यह प्राणायाम सुबह, दोपहर और शाम, कभी भी किया जा सकता है, विशेषकर जब शरीर में गर्मी महसूस हो।

लाभ :-

शीतलता :- शरीर की गर्मी को कम करता है।

बीपी/तनाव :- उच्च रक्तचाप (High BP) और तनाव को नियंत्रित करने में सहायक।

पाचन :- एसिडिटी और सीने में जलन से राहत दिलाता है।

मन :- बेचैनी, गुस्सा और अनिद्रा (नींद न आना) की समस्याओं में सुधार करता है।

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

- पूर्व रॉ डायरेक्टर राकेश कुमार - प्राकृतिक चिकित्सा, रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- निशा पाठक (पूर्णिमाँ) - प्राकृतिक चिकित्सा, रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- प्रोफेसर डॉ० शिल्पा ठाकुर (मुम्बई) - प्राकृतिक चिकित्सा, रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- मेजर गौतम कुमार (BNMU, मधेपुरा सिंडिकेट सदस्य) - साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- प्रवीर कृष्ण सिन्हा सिलीगुड़ी (अवकाश प्राप्त बी एन मंडल यूनिवर्सिटी) - रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- शशांक कुमार (न्यायाधीश, मधेपुरा) - रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- सत्यम कुणाल (आई टी विभाग, दिल्ली) - प्राकृतिक चिकित्सा, रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- आरती रानी (रसायनशास्त्र शिक्षिका, दिल्ली) - प्राकृतिक चिकित्सा, रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।
- कृष्णकांत अग्रवाल (सेवानिवृत्त बैंककर्मी, अहमदाबाद) - प्राकृतिक चिकित्सा, रुद्राभिषेक, यज्ञ, एवं साप्ताहिक व्यक्तित्व परिष्कार की कक्षा में भाग लिया।

आगामी कार्यक्रम



05 जून - विश्व पर्यावरण दिवस



07 जून - विशेष भोजन



12 जून - प्रदोष व्रत



21 जून - अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस



27 जून - प्रदोष व्रत



अंतिम रविवार - 24 घरों में गायत्री यज्ञ



प्रत्येक रविवार - व्यक्तित्व परिष्कार सत्र

ईश्वर और तुम

आए थे प्रकाश पाने, पर पूछते रहे अन्धकार को
रम गए तुम उसी में, अन्धकार के मेले थे जो ।
मेले में मचल गए तुम, देख संसार के खिलौने
जिद कर दी ऐसी तुमने, माँ-बाप झुक गए तब ॥
तुम रोए लोट-पोटकर, क्या करते वे बेचारे
संतान के आँसू पोंछे, खुद को कर लिया किनारा ।
संतान की खुशी प्रिय थी, रमने दिया तुम्हें जग में
पर उनके अश्रु जो छलके, उन्हें तुमने कब देखा ॥
तुम रमते गए इस जग में, वे चुप होते गए हृदय में
सोचते रहे यही बस, कभी तो आओगे वापस ।
पर वापस आना तुम्हारा, हो सका न संभव
हर तरफ मोह के गड्ढे, भोगों की थी गठरिया ॥
कैसे याद आते परमात्मा और उनकी आदिशक्ति
जिन्होंने जन्म दिया तुमको, अपनी ही कल्पना से ।
दिए थे साजो-सामान तुमको, अपनी ही भावना से
पर तुमने रख दिया कुचलकर, उनके सारे अरमानों को ॥
अब रोते-धोते हो, पर कुछ नहीं होना-जाना
संसार ने चूस लिया गूदा, कंकाल तुम बने हो ।
अर्थी सजी तुम्हारी, चार कन्धे आए उठाने
अरे! अब भी उन्हें पुकारो, अपने प्राणपण से ॥
हो सकता है अगला जन्म तुम्हारा, बीते भक्ति भाव में
भक्ति देगी तुम्हें मुक्ति, यह संसार सिर्फ एक युक्ति ।
उस युक्ति हेतु प्रार्थना, अन्त समय भी कर लो
तो भगवान तोड़ेंगे सारे बन्धन, दूर होगा सारा क्रन्दन ॥

- 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 : gpsaharsa@gmail.com
Website : <https://gps.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/>