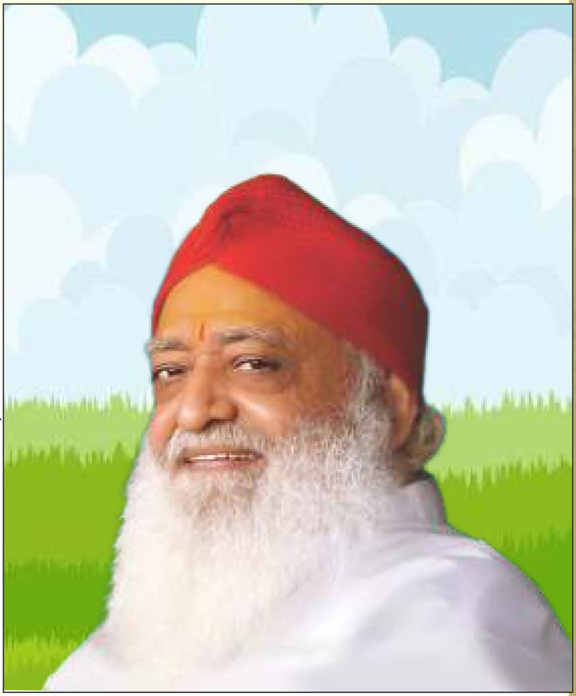
बाल संस्कार केन्द्र पाठ्यक्रम
नवम्बर- २०२२



सती और
सत्‌शिष्य को वह
सामर्थ्य प्राप्त होता है
जो योगियों को तमाम
प्रकार की कठिन योग-
साधनाएँ करने के बाद
जो उनकी अवस्था
आती है, और
सत्‌शिष्यों को सहज
में ही प्राप्त हो जाती है ।

- पूज्य बापूजी

॥ पहला सत्र ॥

१. सत्र की शुरुआत

(केन्द्र शिक्षक ये प्रयोग केन्द्र में अवश्य करवायें।)

(क) कूदना (ख) 'ॐ कार' गुंजन (ग) मंत्रोच्चारण (घ) गुरु-प्रार्थना (ङ) प्राणायाम (च) चमत्कारिक ॐकार प्रयोग (१० बार) व त्राटक (५ मिनट) करवायें। ये दोनों प्रयोग पूज्य बापूजी के श्रीविग्रह को निहारते हुए करवायें।

(छ) सामूहिक जप (११ बार)

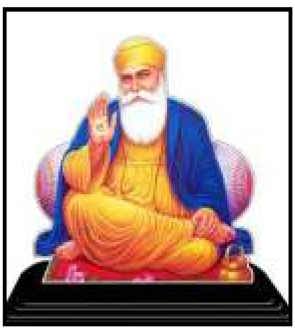
२. सुविचार : सद्गुरु शिष्य पर सतत आशीर्वाद बरसाते हैं आत्म-साक्षात्कारी गुरु जगद्गुरु हैं, परम गुरु हैं।

- गुरुभक्तियोग साहित्य से

३. आओ सुनें कहानी :

सद्गुरु तुम्हारा इंतजार कर रहे हैं

- पूज्य बापूजी



ब्रह्मवेत्ता गुरु ने अपने सत्शिष्य पर कृपा बरसाते हुए कहा : 'वत्स ! 'तेरा मेरा मिलन हुआ है (तूने मंत्रदीक्षा ली है) तब से तू अकेला नहीं और तेरे मेरे

बीच दूरी भी नहीं है। दूरी तेरे-मेरे शरीरों में हो सकती है, आत्मराज्य में दूरी की कोई गुंजाइश नहीं। आत्मराज्य में देश-काल की कोई विघ्न बाधाएँ नहीं आ सकतीं, देश काल की दूरी नहीं हो सकती। तू अब आत्मराज्य में आ रहा है, इसलिए जहाँ तूने आँखें मूँदीं, गोता मारा वहीं तू कुछ-न-कुछ पा लेगा।'

करतारपुर में सत्संगियों की भारी दौड़ में गुरु नानक जी सत्संग कर रहे थे। किसी भक्त ने ताँबे के पैसे रख दिये। आज तक कभी भी नानक जी ने पैसे उठाये नहीं थे परंतु आज चालू सत्संग में उन पैसों को उठाकर दायीं हथेली से बायीं ओर और बायीं हथेली से दायीं हथेली पर रखे जा रहे हैं। नानक जी के शिष्य बाला और मरदाना चकित से रह गये। ताँबे के वे ४ पैसे, जो कोई १०-१० ग्राम का एक पैसा होता होगा, करीब ४० ग्राम होंगे।

नानकजी बड़ी गम्भीर मुद्रा में बैठे हुए, सत्संग करते हुए पैसों को हथेलियों पर अदल-बदल रहे हैं। वे उसी समय उछाल रहे हैं, जिस समय हजारों मील दूर उनका भक्त जो किराने का धंधा करता था, वह वजीर के लड़के

को शक्कर तौलकर देता है। शक्कर किसी असावधानी से रास्ते में थैले से ढुल गयी। वजीर ने शक्कर तौली तो ४ रानी छाप पैसे के वजन की शक्कर कम थी। वजीर ने राजा से शिकायत की। उस गुरुमुख को सिपाही पकड़कर राजदरबार में लाये।

वह गुरुमुख अपने गुरु को ध्याता है 'नानकजी ! मैं तुम्हारे द्वार तो नहीं पहुँच सकता हूँ परंतु तुम मेरे दिल के द्वार पर हो, मेरी रक्षा करो। मैंने तो व्यवहार ईमानदारी से किया है लेकिन अब शक्कर रास्ते में ही ढुल गई या कैसे क्या हुआ यह मुझे पता नहीं। जैसे, जो भी हुआ हो, कर्म का फल तो भोगना ही है परंतु हे दीनदयालु ! मैंने यह कर्म नहीं किया है। मुझ पर राजा की, सिपाहियों की, वजीर की कड़ी नजर है किंतु गुरुदेव ! तुम्हारी तो सदा मीठी नजर रहती है।'

व्यापारी ने सच्चे हृदय से अपने सदगुरु को पुकारा। नानकजी ४ पैसे ज्यों दायीं हथेली पर रखते हैं त्यों जो शक्कर कम थी वह पूरी हो जाती है। वजीर, तौलने वाले तथा राजा चकित हैं। पलड़ा बदला गया। जब दायें पलड़े

पर शक्कर का थैला था वह उठाकर बायें पलड़े पर रखते हैं तो नानक जी भी अपने दायें पलड़े (हथेली) से पैसे उठाकर बायें पलड़े (हथेली) में रखते हैं और वहाँ शक्कर पूरी हुई जा रही है । ऐसा कई बार होने पर 'खुदा की लीला है, नियति है', ऐसा समझकर राजा ने उस दुकानदार को छोड़ दिया ।

बाला, मरदाना ने सत्संग के बाद नानकजी से पूछा : ''गुरुदेव ! आप पैसे छूते नहीं हैं फिर आज क्यों पैसे उठाकर हथेली बदलते जा रहे थे ?''

नानकजी बोले : ''बाला और मरदाना ! मेरा वह सोभसिंह जो था, उसके ऊपर आपत्ति आयी थी । वह था बेगुनाह । अगर गुनहगार भी होता और सच्चे हृदय से पुकारता तब भी मुझे ऐसा कुछ करना ही पड़ता क्योंकि वह मेरा हो चुका है, मैं उसका हूँ । अब मैं उन दिनों का इंतजार करता हूँ कि वह मुझसे दूर नहीं, मैं उससे दूर नहीं, ऐसे सतब अकाल पुरुष को वह पा ले । जब तक वह काल में है तब तक प्रतीति में उसकी सत्-बुद्धि होती है, उसको अपमान सच्चा लगेगा, दुःखी होगा । मान सच्चा लगेगा, सुखी

होगा, आसक्त होगा। मैं चाहता हूँ कि उसकी रक्षा करते-करते उसको सुख-दुःख दोनों से पार करके मैं अपने स्वरूप का उसको दान कर दूँ। यह तो मैंने कुछ नहीं उसकी सेवा की, मैं तो अपने-आपको दे डालने की सेवा का भी इंतजार करता हूँ।''

शिष्य जब जान जाता है कि गुरु लोग इतने उदार होते हैं, इतना देना चाहते हैं, शिष्य का हृदय और भी भावना से, गुरु के सत्संग से पावन होता है। साधक की अनुभूतियाँ, साधक की श्रद्धा, तत्परता और साधक की फिसलाहट, साधक का प्रेम और साधक की पुकार गुरुदेव जानते हैं। - ऋषि प्रसाद, नवम्बर २०१२

✻ **प्रश्नोत्तरी :** १. ब्रम्हवेत्ता सद्गुरु अपने सत्शिष्य पर कृपा बरसाते हुए क्या कहते है ?

२. सत्शिष्य सद्गुरु से दीक्षा लेने के बाद कौन से राज्य में आ जाता है ?

३. गुरुनानकजी चालू सत्संग में क्या करने लगे ?

४. सद्गुरु क्या देना चाहते है ?

४. प्रार्थना : तुम्हारे प्यार ने गुरुवर हमको तुमसे ...

https://youtu.be/xOsJSoGjB9I

५. उन्नति की उड़ान :

गुरु के सम्पर्क में आने से आत्मशांति होती है, संतोष होता है, मन पवित्र होता है । गुरु की दृष्टि पड़ती है तो पापनाश होते हैं । गुरु की वाणी सुनते हैं तो अभिमान मिटता है । गुरु का सत्संग और सान्निध्य व्यक्ति से सत्कर्म कराता है । - ऋषिप्रसाद, सितम्बर २०१६

६. साखी :

क. जो माँगो मिल जायेगा, श्रद्धा सच्ची होय ।
सद्गुरु के दरबार से, खाली गया ना कोय ।।

७. वीडियो सत्संग : गुरुनानकजी का प्रभु प्रेम ।

https://youtu.be/imD-bgRsP38

८. गृहकार्य : इस सप्ताह बच्चों को 'सद्गुरु की करुणा' के ऊपर अपने शब्दों में कुछ पंक्तियाँ लिखकर लायें ।

९. ज्ञान का चुटकुला :

पापा : ''एक जमाना था जब मैं १० रुपये में ही दूध, सब्जी और फल लेकर आता था ।''

चिंटू : “हाँ तो तब दुकानों में सीसीटीवी कैमरे नहीं होते थे।

सीख : बड़ों की बातो का सही अर्थ बुद्धिपूर्वक समझ कर उससे लाभ लेना चाहिए।

१०. पहेली :

सिक्ख पंथ के प्रथम गुरु वो, सारा जग करता गुणगान।
बाला मरदाना शिष्य थे उनके, उन गुरुवर का क्या है नाम ॥

(उत्तर : गुरु नानकजी)

११. स्वास्थ्य सुरक्षा :

(क) प्रयोग और लाभ : सूर्यभेदी प्राणायाम

जैसे सूर्य सारे सौरमंडल को उष्णता प्रदान करता है, वैसे ही सूर्यभेदी प्राणायाम से शरीर के सम्पूर्ण नाड़ी-मंडल में ऊष्मा का संचार हो जाता है।

लाभ : (१) इससे सूर्य नाड़ी क्रियाशील हो जाती है।

(२) सर्दी, खाँसी, जुकाम दूर हो जाते हैं व पुराना जमा हुआ कफ निकल जाता है। मस्तिष्क का शोधन होता है।

(३) इससे जठराग्नि प्रदीप्त होती है।

(४) कमर के दर्द में यह लाभदायी है।

विधि : ✻ प्रातः पद्मासन अथवा सुखासन में बैठकर

बायें नथुने को बंद करें और दायें नथुने से धीरे-धीरे अधिक-से-अधिक गहरा श्वास भरें। श्वास लेते समय आवाज न हो इसका खयाल रखें।

✻ अब अपनी क्षमता के अनुसार श्वास भीतर ही रोके रखें।

✻ श्वास बायें नथुने से धीरे-धीरे बाहर छोड़ें। झटके से न छोड़ें। इस प्रकार ३ से ५ प्राणायाम करें।

सावधानियाँ : (१) इस प्राणायाम का अभ्यास सर्दियों में करें। गर्मी के दिनों में तथा पित्तप्रधान व्यक्तियों के लिए यह हितकारी नहीं है।

(२) स्वस्थ व्यक्ति उष्णता तथा शीतलता का संतुलन बनाये रखने के लिए सूर्यभेदी प्राणायाम के साथ उतने ही चन्द्रभेदी प्राणायाम भी करे।

- 'हम भारत के लाल हैं' साहित्य से

१२. संस्कृति सुवास :

रमन इफेक्ट की खोज...

संसार को नयें विकिरण (न्यू रेडिएशन) देने वाले वैज्ञानिक चन्द्रशेखर वेंकटरमन की इस खोज को रमन इफेक्ट कहा गया। २८ फरवरी १९३० को इन्हें भौतिकी में नोबल पुरस्कार मिला था।

इस दिवस को राष्ट्रीय विज्ञान दिवस के रूप में मनाया जाता है। रमण इफेक्ट वह अद्‌भुत प्रभाव है जिससे प्रकाश की प्रकृति और स्वभाव में तब परिवर्तन होता है, जब किसी पारदर्शी माध्यम से निकलता है।

वह माध्यम ठोस, द्रव और गैसीय कुछ भी हो सकता है। लेंसर के अविष्कार के पश्चात् उसके शक्तिशाली प्रकाश विकिरण के कारण रमन इफेक्ट वैज्ञानिकों के लिए एक और महत्वपूर्ण साधन प्रमाणित हुआ है।

१४. क्या करें, क्या न करें ?

नेत्रज्योति की रक्षा हेतु प्रयोग

भोजन करने के बाद आँखों पर पानी छिड़कें तो ठीक है, नहीं तो अपनी गीली हथेलियाँ आँखों पर रखें तो भी नेत्र के

रोग मिटते हैं। दोनों हथेलियाँ रगड़कर ॐॐॐ मेरी आरोग्यशक्ति जगह, नेत्रज्योति जगह.....' ऐसा करके आँखों पर रखने से भी आँखों की ज्योति बरकरार रहती है और आँखों के रोग मिटते हैं। रगड़ी हुई गर्म हथेलियाँ आँखों पर रखने से उनमें रोगप्रतिकारक शक्ति का संचार होता है। शरीर के किसी भी अंग पर यह प्रयोग कर सकते हैं।

१५. खेल : भगवन्नाम की अंताक्षरी...

३-३ बच्चों के ३-४ समूह बनायें। उसमें बच्चों को भगवान का नाम या संतों नाम बताना है। पहले समूह को राम शब्द से चालू करें, अगले समूह को पहले समूह के आखिरी शब्द से भगवान का या संत का नाम बताना है। (जैसे राम - दूसरे समूह को म नाम बताना है।) एक समूह को १० सेकंड मिलेंगे। जो समूह सबसे ज्यादा नाम बता पायेगी वह विजेता होगा।

१६. सत्र का समापन :

(क) आरती : आरती का ट्रेक चलायें। आरती करते समय बच्चों को दोनों हाथों का दीया बनाकर (दीपक की

भावना करें) आरती करने को कहें।

(ख) भोग : भोजन के पहले और प्रसाद बाँटने से पहले सभी बच्चे और केन्द्र शिक्षक भी ये श्री आशारामायण के पाठ का आनंददायी प्रयोग जरूर करें। श्री आशारामायण की एक पंक्ति एक बच्चा बोले, अगला बच्चा दूसरी पंक्ति बोले, इस प्रकार बारी-बारी से बोलते जायें अथवा तो सामूहिक ही सभी एक साथ पाठ करें और फिर एक साथ हास्य प्रयोग करते हुए 'नमः पार्वती पतये हर हर महादेव' का जयकारा लगायें। कभी सद्गुरुदेव की जय बोलें। इससे आनंद तो आयेगा ही साथ ही चित भी भगवत्म्य और भोजन भी प्रसाद हो जायेगा।

(ग) शशकासन : शशकासन करते समय पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में प्रणाम करने की भावना करने को कहें।

(घ) प्रार्थना : 'हे भगवान ! हम सबको सद्बुद्धि दो, शक्ति दो, निरोगता दो। ताकि हम सब अपने-अपने कर्तव्य का पालन करें और सुखी रहें।'

ङ) प्रसाद वितरण।

॥ दूसरा सत्र ॥

१. सत्र की शुरुआत

(केन्द्र शिक्षक ये प्रयोग केन्द्र में अवश्य करवायें।) (क) कूदना (ख) 'ॐ कार' गुंजन (ग) मंत्रोच्चारण (घ) गुरु-प्रार्थना (ङ) प्राणायाम (च) चमत्कारिक ॐकार प्रयोग (१० बार) व त्राटक (५ मिनट) करवायें। ये दोनों प्रयोग पूज्य बापूजी के श्रीविग्रह को निहारते हुए करवायें।

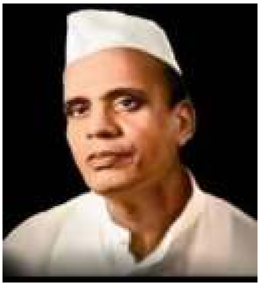
(छ) सामूहिक जप (११ बार)

२. सुविचार : जो अपने दोष देख सकता है, वह कभी-न-कभी उन दोषों को दूर करने के लिए भी प्रयत्नशील होगा ही।

- लोक कल्याण सेतु, अप्रैल २०१८

३. आओ सुनें कहानी :

माँ के संस्कारों व महापुरुषों के साहित्य से जीवन बने महान



विद्यार्थी श्याम को संतों-महापुरुषों के सत्साहित्य, आध्यात्मिकता तथा जीवन के नैतिक मूल्यों से भरी पुस्तकें पढ़ने का

बड़ा जुनून-सा था। परंतु उसे ये पुस्तकें आसानी से मिलती नहीं थीं। एक बार उसके घर एक मेहमान आये। उनकी जेब में से श्याम ने ५ रुपये निकाल लिये। मेहमान ने जब पैसे गिने तो कम निकले। उन्होंने श्याम के पिताजी से पूछा : "घर में दूसरा कोई आया था क्या ?"

उस दिन कोई आया भी नहीं था। पिताजी ने पूछा : "श्याम ! तूने तो नहीं लिये ?"

मेहमान बोले : "छिः ! यह क्यों लेगा ?"

माँ ने बहुत प्रेम और विश्वासपूर्वक कहा : "श्याम किसीकी वस्तु को हाथ नहीं लगाता। अगर वह ऐसा करे तो भी वह कबूल करेगा। तूने तो नहीं लिये न बेटा ?"

श्याम की आँखों से टप-टप आँसू टपकने लगे। बोला : "मैंने आज पहली और आखिरी बार हाथ लगाया, अब कभी भी ऐसा नहीं करूँगा।"

"रो मत बेटे ! पर बता, तूने पैसे क्यों लिये ?"

"माँ ! सत्साहित्य पढ़कर महान बनने के लिए।"

"अरे, सत्साहित्य में प्रथम यही लिखा होता है कि "चोरी कभी नहीं करनी चाहिए।" तूने यह पढ़ा भी होगा

पर ज्ञान को अमल में लाये बिना तू महान कैसे बनेगा ?''

श्याम ने निश्चय किया कि 'अब मैं सद्वचनों को जीवन में अवश्य उतारूँगा।' और वह प्रयास भी करने लगा।

माँ की करुणाभरी नसीहत व महापुरुषों के सत्साहित्य आदि द्वारा सद्वचनों को रुचिपूर्वक अंगीकार कर जीवन में लाने के सद्गुण ने श्याम के जीवन को महानता की ओर अग्रसर कर दिया। आगे चलकर यही बालक श्याम एक आदर्श शिक्षक, मराठी भाषा के सुप्रसिद्ध लेखक, प्रख्यात सामाजिक कार्यकर्ता व स्वतंत्रता संग्राम सेनानी साने गुरुजी के नाम से लोकविख्यात हुए।

✻ प्रश्नोत्तरी : १. श्याम की माँ ने श्याम के लिए क्या कहा ?

२. श्याम ने पैसे क्यों लिए ?

३. बालक श्याम आगे चलकर किस नाम से विख्यात हुए ?

४. भजन-संध्या : भारत के नौजवानों ,...

https://youtu.be/bLmdc-EO4bc

५. उन्नति की उड़ान :

जीवन को उन्नत बनाने और सफलता प्राप्त करने के लिए आत्मनिरीक्षण की महती आवश्यकता है। इसके द्वारा आप अपने मन के दोषों को दूर करके लौकिक और पारलौकिक सुख प्राप्त कर सकेंगे। महान बनने के इच्छुक हर व्यक्ति को प्रतिदिन रात्रि में सोने से पूर्व आत्मविश्लेषण करना चाहिए और अपनी आध्यात्मिक दैनंदिनी अवश्य भरनी चाहिए। - लोक कल्याण सेतु, अप्रैल २०१८

६. साखी :

सत्य समान तप नहीं, झूठ समान नहिं पाप।
जाके हिरदे सत्य है, ताके हिरदे आप ॥

७. वीडियो सत्संग : भगवान को कैसे मनायें -

https://youtu.be/wL4O0Ek-UG4

८. गृहकार्य : इस सप्ताह बच्चों को रोज रात को सोते समय अपनी दैनंदिनी लिखनी है। पूरे दिन में आपने क्या-क्या किया ? वह अपने बाल संस्कार के शिक्षक को दिखायें।

९. ज्ञान का चुटकुला :

शिक्षक : "आज तुमने कौन-सा अच्छा काम किया है ?"

विनय : “एक आदमी की बस छूट गई थी, वो उसके पीछे भाग रहा था।”

शिक्षक : “तो क्या हुआ ?”

विनय : “तो मैंने उनके पीछे अपना कुत्ता छोड़ दिया और कुत्ते के डर से वह तेज दौड़कर बस में चढ़ गये।”

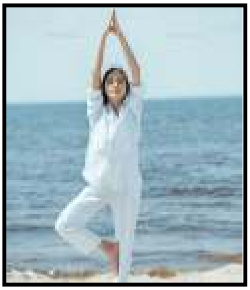
सीख : किसी की मदद करनी अच्छी बात है लेकिन ऐसी युक्ति से मदद करे कि जिससे वे खतरे में न पड़ जाये।

१०. पहेली :

ऐसा एक अनोखा खजाना,
उसका मालिक बड़ा सयाना ।
दोनों हाथों उसे लुटाये, फिर भी दौलत बढ़ती जाये ॥

(उत्तर : विद्या)

१२. स्वास्थ्य सुरक्षा :



(क) प्रयोग और लाभ : वृक्षासन

✻ वृक्षासन : भक्त ध्रुव ने ५ वर्ष की आयु में वृक्षासन में रहकर भगवान वासुदेव

की आराधना की, उन्हें पुकारा तो भगवान ने प्रसन्न होकर दर्शन दिये । इसीलिये इस आसन को ध्रुव मुद्रा भी कहते हैं ।

लाभ : इस आसन से कंधे और पैर मजबूत बनते हैं । एकाग्रता और संतुलन की वृद्धि होती है।

विधि : * सबसे पहले सीधे खड़े हो जायें । * अब अपने दाहिने घुटने को मोड़ें और पैर के तलवे को बायीं जाँघ पर रखें । * फिर हाथों को धीरे-धीरे ऊपर ले जाते हुये नमस्कार की मुद्रा बनायें, दोनों हाथ तने हुये रहें ।

दो से पाँच मिनट तक इस स्थिति में बने रहें फिर मूल स्थिति में वापस आ जायें । पैर बदलकर भी इस आसन को कर सकते हैं ।

- 'बाल संस्कार कैसे चलायें' साहित्य से

१३. संस्कृति सुवास :

हाथ जोड़कर नमस्कार करने का महत्व...

हममें से कई लोग बड़े-बुजुर्गों को हाथ जोड़कर नमस्ते करते हैं । परंतु क्या आप यह

जानते हैं कि हाथ जोड़कर नमस्ते क्यों करते हैं ? और ऐसा करने के धार्मिक और वैज्ञानिक लाभ क्या बताए गए हैं ?

विज्ञान यह मानता है कि हमारे हाथ के तंतु मस्तिष्क के तंतुओं से जुड़े होते हैं। नमस्कार करते वक्त हथेलियों को आपस में दबाने से या जोड़े रखने से हृदय चक्र या आज्ञा चक्र में सक्रियता आती है। जिससे हमारी जागृति बढ़ती है। साथ ही मन शांत रहता है और चित्त में प्रसन्नता आती है। इसके अलावा हृदय में पुष्टता आती है और निर्भीकता बढ़ती है। वहीं धार्मिक ग्रंथों में भी हाथ जोड़कर नमस्ते करने के कारण और फायदे बताए गए हैं। जिसके अनुसार दाहिना हाथ आचार यानि धर्म और बांया हाथ विचार अर्थात दर्शन का होता है। नमस्ते करते समय दांया हाथ बांया से जुड़ता है। शरीर में दाईं ओर इड़ा और पिंगला नाड़ी होती है। ऐसे में नमस्ते करते वक्त इड़ा, पिंगला के से मिलती है और सिर श्रद्धा से झुका हुआ होता है।

१४. क्या करें, क्या न करें ?

बाल कटवाने का सही तरीका

पूज्य श्री कहते हैं- ‘हमारे शास्त्रों ने मुंडन कब करना चाहिए, बाल कब कटवाने चाहिए वह भी खोज लिया है। रविवार को जो लोग मुंडन कराते हैं अथवा बाल कटवाते हैं, उनके धन, बुद्धि और धर्म की हानि होती है, ऐसा लिखा है। रविवार आदि के दिन बाल कटवा तो लेते हैं, परवाह नहीं करते हैं लेकिन बेचारों के जीवन में उन ग्रहों का कुप्रभाव तो देखने में आता ही है।

सोमवार को अगर क्षौर कर्म कराते हैं तो शिवभक्त की भक्ति की हानि होती है लेकिन शिवभक्त नहीं हैं तो सोमवार को मुंडन, बाल कटाने से कोई हानि नहीं है। पुत्रवान को भी इस दिन बाल नहीं कटवाने चाहिए। मंगलवार को आयुष्य क्षीण होता है, बुधवार को धन-लाभ होता है। गुरुवार को करायें तो मान और लक्ष्मी अथवा धन-दौलत में बरकत क्षीण होने लगती है। अगर शुक्रवार को क्षौर कर्म कराते हैं तो धन-लाभ व यश-लाभ बढ़ता है और शनिवार को कराते हैं तो आयुष्य क्षीण होता है, अकाल मृत्यु अथवा दुर्घटना

का भय रहेगा ।'

- 'जीवन जीने की कला', सत्साहित्य से

१५. खेल : देवता-दानव

सभी बच्चों को पंक्ति में खड़ा कर दे और जब शिक्षक किसी देवता का नाम ले तो सभी बच्चों को दायाँ घूमना है और दानव का नाम ले तो सभी को बायें घूमना है। जो गलत करेगा वह खेल से बाहर हो जायेगा । जो बच्चा अंत तक रहेगा वह विजेता होगा ।

१६. सत्र का समापन

(क) आरती : आरती का ट्रेक चलायें। आरती करते समय बच्चों को दोनों हाथों का दीया बनाकर (दीपक की भावना करें) आरती करने को कहें ।

(ख) भोग : भोजन के पहले और प्रसाद बाँटने से पहले सभी बच्चे और केन्द्र शिक्षक भी ये श्री आशारामायण के पाठ का आनंददायी प्रयोग जरूर करें। श्री आशारामायण की एक पंक्ति एक बच्चा बोले, अगला बच्चा दूसरी पंक्ति बोले, इस प्रकार बारी-बारी से बोलते जायें अथवा तो सामूहिक ही सभी एक साथ पाठ करें और फिर एक साथ हास्य प्रयोग करते हुए

'नमः पार्वती पतये हर हर महादेव' का जयकारा लगायें। कभी सद्गुरुदेव की जय बोलें। इससे आनंद तो आयेगा ही साथ ही चित भी भगवत्मय और भोजन भी प्रसाद हो जायेगा।

(ग) शशकासन : शशकासन करते समय पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में प्रणाम करने की भावना करने को कहें।

(घ) प्रार्थना : 'हे भगवान ! हम सबको सद्बुद्धि दो, शक्ति दो, निरोगता दो। ताकि हम सब अपने-अपने कर्तव्य का पालन करें और सुखी रहें।'

ङ) प्रसाद वितरण।

॥ तीसरा सत्र ॥

१. सत्र की शुरुआत

(केन्द्र शिक्षक ये प्रयोग केन्द्र में अवश्य करवायें।)

(क) कूदना (ख) 'ॐ कार' गुंजन (ग) मंत्रोच्चारण (घ) गुरु-प्रार्थना (ङ) प्राणायाम (च) चमत्कारिक ॐकार प्रयोग (१० बार) व त्राटक (५ मिनट) करवायें। ये दोनों प्रयोग पूज्य बापूजी के श्रीविग्रह को निहारते हुए करवायें।

(छ) सामूहिक जप (११ बार)

२. सुविचार : जहाँ-जहाँ भक्त और भगवत्कथा-प्रेमी होते हैं वहाँ-वहाँ भगवान और संतों का प्राकट्य भी होता रहता है।

३. आओ सुनें कहानी :

भक्त के प्रेमवश भगवान बने सेवक...

महाकवि पंडित विद्यापति ठाकुर भगवान के पद लिखते रहते थे। एक दिन एक व्यक्ति उनके घर नौकरी की इच्छा से आया।

विद्यापतिजी ने कहा : "भैया ! मेरे यहाँ तो कोई कार्य है नहीं। मैं तो बस भगवद्-आराधना करता हूँ।"

व्यक्ति : ''कुछ नहीं तो मैं आपकी स्याही भरने का काम कर लूँगा ।''

''अरे भाई ! यह तो मैं स्वयं ही कर लेता हूँ ।''

''पंडितजी ! कृपा करके मुझे सेवा में रख लीजिये । आपका काम पूरा कर आपके घर के कार्यों में भी हाथ बटाऊँगा । मुझे निराश न कीजिये ।''

'अच्छा भैया ! एक से भले दो । आ जाना ।''

आगंतुक प्रसन्न हो गया । विद्यापतिजी ने पूछा : ''भाई ! तुम लोगे क्या ?''

''कुछ नहीं, खाना-पीना । मुझे और क्या चाहिए ।''

''अच्छा, तुम्हारा नाम क्या है ?'' ''उगना ।''

विद्यापतिजी लिखते थे व उगना उनका तकिया, चद्दर आदि साफ कर देता । कलम सँभालता, स्याही भरता । घर की सफाई कर देता ।

एक दिन विद्यापतिजी को बाहर जाना था । उगना भी साथ में हो गया । वार्तालाप होने के साथ पदों का गायन भी होने लगा और स्वामी सेवक सानंद आगे बढ़ने लगे । जंगल में भरी दुपहरी में पंडितजी को प्यास लगी । बहुत दूर-दूर

तक पानी का कोई स्रोत नहीं दिख रहा था। विद्यापतिजी का कष्ट उगना से देखा नहीं गया। अभी आता हूँ' कह के वह पानी लेने चल दिया। रास्ते में थोड़ी ओट पड़ने पर उगना ने पैर के अँगूठे से पृथ्वी को दबाया। तत्काल गंगाजी प्रकट हो गयीं और पात्र में समा गयी। उगना लोटा लेकर विद्यापतिजी के पास आया। जल इतना शीतल और अनुपम स्वाद का था कि पंडितजी को संदेह हो गया कि उगना कोई विलक्षण ही है।

पंडितजी ने पूछा : "उगना ! जल कहाँ से लाया ?"
"जी, पास ही के एक कुंड से।"

"चल, मुझे ले चल वहाँ।"

उगना ने बहुत अनुनय-विनय और टालमटोल की लेकिन पंडितजी कहाँ माननेवाले थे उनका संदेह विश्वास में बदल गया। वे हठ कर बैठे। उगना निरुत्तर हो गया तो विद्यापतिजी की आँखें छलछला आयीं "उगना ! सच बताओ, तुम कौन हो ?"

प्रेमी भक्त के आगे भगवान की एक न चली और सर्वव्यापी परमात्मा विद्यापतिजी के इष्टदेव शिवजी के रूप

में प्रकट हो गये : 'विद्यापति ! तुम्हारा प्रेम और भावभिगोया काव्य-रस मुझे तुमसे दूर न रख सके और इसलिए मुझे उगना के रूप में आना पड़ा।''

पंडितजी चरणों में पड़ गये : ''प्रभु ! क्षमा करें। मैं आपको समझ नहीं पाया। मुझे धिक्कार है कि मैंने आपसे सेवा करवायी।''

''वत्स ! इसमें तुम्हारा कोई दोष नहीं है। तुम्हारे जैसे प्रेमी भक्त एवं संतजनों की सेवा करने में मुझे आनंद आता है। अतः क्षोभ न करो। तुम्हारा कल्याण हो !''

भक्तों एवं ब्रह्मज्ञानी महापुरुषों की सेवा करने के लिए भगवान भी लालायित रहते हैं। अतः जिन्हें ऐसे संतों के दैवी कार्यों में सहभागी होने का अवसर मिलता है, उनके सौभाग्य की तो जितनी भी सराहना की जाय, कम ही है !

- लोक कल्याण सेतु, जुलाई २०१८

✻ **प्रश्नोत्तरी :** १. पंडित विद्यापति के सेवक का क्या नाम था ?

२. उगना विद्यापति ठाकुर के लिए जल कहाँ से लाया ?

३. उगना किस रूप में प्रकट हुए ?

४. इस कहानी से आपको क्या सीख मिली ?

४. भजन-संध्या : है मेरे प्यारे बापू भगवान के अवतार..

https://youtu.be/wjkEj5COVXg

५. उन्नति की उड़ान :

बुद्धि को तेजस्वी बनाने के लिए प्रतिदिन प्रातःकाल सूर्य देना चाहिए, प्रार्थना करनी चाहिए, जीवन तेजस्वी बनाने के लिए संकल्प करना चाहिए, बिना द्रव्य या वस्तु के भाव नहीं बनता। इसलिए जल, पुष्प मिले तो इनसे भगवान सूर्य को अर्घ्य दो। शास्त्रों में ऐसा लिखा है कि जहाँ जल, पुष्प नहीं मिलें वहाँ रेत से भी अर्घ्य दे सकते हैं।

- लोक कल्याण सेतु, अप्रैल २०१०

६. साखी :

बिनु सतसंग बिबेक न होई।
राम कृपा बिनु सुलभ न सोई ॥

७. वीडियो सत्संग : गुरु चरणों में निष्ठा कैसी हो

https://youtu.be/CihIh7Efo6s

८. गृहकार्य : इस सप्ताह बच्चों को यादशक्ति बढ़ानेवाले ५ प्रयोगों के नाम अपनी नोटबुक में लिखकर लाना है तथा

उनमें से कौन-सा प्रयोग आप नियमित रूप से करते हैं अपने केन्द्र शिक्षक को बतायें ।

९. ज्ञान का चुटकुला :

राम : "बर्फ का टुकड़ा उठाकर उसे देखे जा रहा था ।"

शाम : "क्या देख रहा है ?"

राम : "देख रहा हूँ कि यह लीक कहाँ से हो रहा है ।"

सीख : अगर हम विज्ञान की कक्षा में ध्यान दे तो व्यर्थ के प्रश्नों पर समय नहीं गवायेंगे ।

१०. पहेली :

ज्ञान वैराग्य है बेटे जिसके, उनके लिए जो रोती है ।
रसमयी भाव की धारा है वो, जग उसको क्या कहती है ।

(उत्तर : भक्ति)

११. स्वास्थ्य सुरक्षा :

ध्यान मुद्रा

लाभ : (१) स्नायुमंडल को बल मिलता है ।
(२) चंचल मन एकाग्र होता है ।
(३) शारीरिक व मानसिक तनाव दूर करने में मदद मिलती है ।

विधि : पद्मासन या सुखासन में बैठें। बायीं हथेली पर दायीं हथेली रखें। दोनों हाथों के अँगूठे तर्जनी (अँगूठे के नजदीक की उँगली) से मिलायें। सिर, गर्दन और रीढ़ की हड्डी सीधी रेखा में रहें। आँखें और होंठ सहज रूप से बंद करें। मनःचक्षुओं के आगे अपने इष्टदेव, सद्गुरुदेव की प्रतिमा को लायें। - 'हम भारत के लाल हैं' सत्साहित्य से

१२. संस्कृति सुवास :

प्लास्टिक सर्जरी की खोज...

प्लास्टिक सर्जरी आधुनिक तकनीक की देन मानी गई है। पर यह कला प्राचीन भारत की दी हुई है। भारत में आचार्य सुश्रुत को शल्य चिकित्सा का जनक माना जाता है। आचार्य ने 'सुश्रुत संहिता' नाम की अपनी किताब में १,१०० बीमारियों, सैकड़ों औषधीय पौधों और सर्जरी करने के तरीक़ों के बारे में लिखा है। इसमें त्वचा और नाक की शल्यक्रिया के बारे में भी लिखा है।

इसमें उनके द्वारा की गई ३०० शल्य चिकित्साओं और १५० यंत्रों का भी ज़िक्र है। २५००-३००० साल पहले युद्ध या प्राकृतिक विपदाओं में जिनके अंग-भंग हो

जाते थे या नाक खराब हो जाती थी, तो उन्हें ठीक करने का काम सुश्रुत जैसे चिकित्सक करते थे।

१३. क्या करें, क्या न करें ?

दाँत की मजबूती के लिए

दाँत की मजबूती के लिए गुलाब जीरा पाउडर १५ रुपए की डब्बी मिलती है। इस पाउडर को रात को घिस लो और लार थूकना हो तो थूक लो पर कुल्ला मत करो गुलाब जीरा पाउडर गुलाब के फूलों का ही है। इससे मसूड़े व दांत मजबूत बनते हैं।

१५. खेल : मूर्ति

इस खेल में दो समूह बनायें। एक समूह को भजन/कीर्तन चलते ही पहले समूह को मैदान में गोल बनाकर दौड़ेंगे । भजन बंद करके जैसे ही शिक्षक बोले 'मूर्ति' तब सभी बच्चों को तुरंत स्तब्ध हो जाना है। दूसरे समूह को ३० सेकन्ड का समय मिलेगा उनको पहले समूह को हँसाकर हिलाना है। जिस समूह के बच्चे सबसे ज्यादा स्थिर रहेंगे वह विजेता होंगे। दोनों समूहों का बारी-बारी यह खेल करवायें।

१५. सत्र का समापन

(क) आरती : आरती का ट्रेक चलायें। आरती करते समय बच्चों को दोनों हाथों का दीया बनाकर (दीपक की भावना करें) आरती करने को कहें।

(ख) भोग : भोजन के पहले और प्रसाद बाँटने से पहले सभी बच्चे और केन्द्र शिक्षक भी ये श्री आशारामायण के पाठ का आनंददायी प्रयोग जरूर करें। श्री आशारामायण की एक पंक्ति एक बच्चा बोले, अगला बच्चा दूसरी पंक्ति बोले, इस प्रकार बारी-बारी से बोलते जायें अथवा तो सामूहिक ही सभी एक साथ पाठ करें और फिर एक साथ हास्य प्रयोग करते हुए 'नमः पार्वती पतये हर हर महादेव' का जयकारा लगायें। कभी सद्गुरुदेव की जय बोलें। इससे आनंद तो आयेगा ही साथ ही चित्त भी भगवत्मय और भोजन भी प्रसाद हो जायेगा।

(ग) शशकासन : शशकासन करते समय पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में प्रणाम करने की भावना करने को कहें।

(घ) प्रार्थना : 'हे भगवान ! हम सबको सद्बुद्धि दो, शक्ति दो, निरोगता दो। ताकि हम सब अपने-अपने कर्तव्य का पालन करें और सुखी रहें।'

ङ) प्रसाद वितरण।

॥ चौथा सत्र ॥

१. सत्र की शुरुआत

(केन्द्र शिक्षक ये प्रयोग केन्द्र में अवश्य करवायें।)

(क) कूदना (ख) 'ॐ कार' गुंजन (ग) मंत्रोच्चारण (घ) गुरु-प्रार्थना (ङ) प्राणायाम (च) चमत्कारिक ॐकार प्रयोग (१० बार) व त्राटक (५ मिनट) करवायें। ये दोनों प्रयोग पूज्य बापूजी के श्रीविग्रह को निहारते हुए करवायें।

(छ) सामूहिक जप (११ बार)

२. सुविचार : सद्गुरु को जैसा अच्छा लगता है, महापुरुषों को जैसा अच्छा लगता है वैसा करो तो कल्याण-ही-कल्याण है।

- लोक कल्याण सेतु, जून २०१९

३. आओ सुनें कहानी :

जे गुर चरन रेनु सिर धरहीं

गुरुदेव की चरणरज का एक छोटा-सा कण भी एक ऐसे सेतुबंध की भाँति है, जिसके सहारे भवसागर को सरलता से पार किया जा सकता है। जिन गुरुभक्त शिष्यों ने गुरुकृपा को अपने जीवन में फलित होते देखा है, उनकी प्रेरक गाथाओं से

इतिहास के पन्ने भरे पड़े हैं।

ऐसा ही एक उदाहरण लक्ष्मण मल्लाह का है, जो काशी के संत भास्करानंदजी का शिष्य था। वह न तो पढ़ा-लिखा था और न ही उसमें कोई विशेष योग्यता थी लेकिन उसका हृदय सदा अपने गुरुदेव के प्रति विह्वल रहता था। लक्ष्मण के लिए गुरुदेव की सेवा एवं गुरुमंत्र का जप ही सब कुछ था। श्रद्धा से विभोर होकर उसने गुरुजी की चरणधूलि एक डिबिया में रख ली थी। गुरुदेव की पूजा करना, गुरुमूर्ति का ध्यान करना और चरणरज को माथे पर लगाकर जप करना उसका नित्य-नियम था।

इसके अलावा उसे किसी और योगविधि का पता न था। वह आसन, प्राणायाम, मुद्रा, बंध आदि से बिल्कुल अनजान था।

एक दिन प्रातः जप करता हुआ वह गुरुदेव। का चिंतन कर रहा था, तभी उसे दोनों भौंहों के बीच गोलाकार श्वेत प्रकाश दिखा तथा गुरुदेव ध्यानस्थ बैठे हुए दिखाई दिये। योगविद्या से अनभिज्ञ लक्ष्मण को यह सब अचरजपूर्ण लगा। दिन में जब वह गुरुदेव को प्रणाम करने गया तो

उसने सुबह की सारी बात सुनायी ।

भास्करानंदजी बोले : ''बेटा ! इसे आज्ञाचक्र का जागरण कहते हैं । यह चक्र दोनों भौंहों के बीच होता है । वहाँ पर ध्यान करने से वह सक्रिय होता है, कई प्रकार की योग्यतायें विकसित होने लगती हैं और जीवन में चमत्कार घटित होने लगते हैं । अब से तुम जब भी आज्ञाचक्र में मन एकाग्र करके जिस किसी स्थान, वस्तु या व्यक्ति का संकल्प करोगे वह तुम्हें दिखने लगेगा ।''

लक्ष्मण : ''गुरुदेव ! मुझे और कोई चमत्कार नहीं देखना है । मैं तो सदा-सदा आपको ही देखना चाहता हूँ । मैं प्रतिदिन आपकी चरणरज का तिलक एवं सत्संग में आपके बताये अनुसार ध्यान करता था, यह सब उसीका परिणाम है ।''

लक्ष्मण पर भास्करानंदजी बड़े संतुष्ट हुए ।

भले बाहरी कोई योग्यता न हो लेकिन हृदय में अपने सद्गुरु के प्रति प्रेम हो, सच्चा समर्पण हो तो शिष्य के जीवन में अनायास ही भक्ति की सुवास फैलने लगती है, ज्ञान का प्रकाश होने लगता है और योग के रहस्य प्रकट

होने लगते हैं।

श्री रामचरितमानस (अयो.कां. : २.३) में आता है:

जे गुर चरन रेनु सिर धरहीं।
ते जनु सकल बिभव बस करहीं।

'जो लोग सद्गुरु के चरणों की रज (सद्गुरु के सिद्धांत) को मस्तक पर धारण करते हैं वे मानो समस्त ऐश्वर्य को अपने वश में कर लेते हैं।'

ब्रह्मवेत्ता महापुरुषों की चरणरज मिलना यह बड़े सौभाग्य की बात है। यही कारण है कि पूज्य बापूजी के विभिन्न आश्रमों की भूमि, जहाँ पर इन महापुरुष के श्रीचरण पड़े हैं, वहाँ की मिट्टी का बड़े श्रद्धाभाव से तिलक करते हुए लाखोंलाखों भक्तों को देखा जा सकता है। गुरुदेव का मानस पूजन करते हुए रूप से उनकी चरणरज का तिलक अपने ललाट पर करने से और अधिक लाभ होगा। जो और भी आगे की यात्रा करने में रुचि रखते हैं वे गुरुदेव का सर्वव्यापक ब्रह्मस्वरूप में चिंतन करते हैं। ऐसी साधना में गति करने पर तात्विक अर्थ में, सद्गुरुदेव के सर्वव्यापी अद्वैत स्वरुप का चिंतन ही उनकी चरणरज का तिलक

करना है। अपनी-अपनी निष्ठा, योग्यता, रुचि और पात्रता के अनुसार सभी लोग अपने आज्ञाचक्र को जागृत करने का इस कुंजी का लाभ ले सकते हैं। ७ यौगिक चक्रों में छठा स्थान रखनेवाले इस चक्र के जागरण से नीचे के पाँच चक्रों के जागरण का भी फल मिल जाता है।

- लोक कल्याण सेतु, जून २०१९

✻ **प्रश्नोत्तरी :** १. लक्ष्मण मल्लाह के नित्य नियम क्या थे ?

२. लक्ष्मण मल्लाह का एक दिन क्या अनुभव हुआ ?

३. अनुभव के दौरान लक्ष्मण मल्लाह ने गुरुदेव से क्या कहा ?

४. भजन : मोहे लागी लगन गुरु चरणन का...

https://youtu.be/RxIrnJ1MIXw

५. उन्नति की उड़ान :

ऐसे शिष्य पर ही होती है आशीर्वाद की वर्षा

गुरु तो स्वयं भगवान ही हैं। भगवद्-तत्त्व गुरु ही समझते हैं। गुरु में मनुष्यबुद्धि नहीं करनी चाहिए। हर समय भगवद्बुद्धि से गुरु का दर्शन करना चाहिए। तुम यदि एक स्थान में गुरु-शक्ति को जागृत कर सको तो

उसीसे अखिल विश्व-ब्रह्मांड जान सकते हो। गुरु जो आदेश दें, उसका अक्षरशः पालन करना ही सर्वापेक्षा (सर्व की अपेक्षा) बड़ी सेवा होती है।

- लोक कल्याण सेतु, जून २०१८

६. साखी :

सद्गुरु जैसा परम हितैषी कोई नहीं संसार में।
गुरुचरणों में पूर्ण समर्पण कर हो जा भवपार रे॥

७. वीडियो सत्संग : एक ऐसा भक्त जिसने भगवान को भी सुना दिया - https://youtu.be/x1lzc9kPwkk

८. गृहकार्य : सभी बच्चों को इस सप्ताह बच्चों ५ मिनट गुरुमूर्ति पर त्राटक करना है। और फिर आँखें बंद करके आज्ञा चक्र गुरुमूर्ति को देखना है।

९. ज्ञान का चुटकुला :

विजय (ज्यूस वाले से) : ''जल्दी से जूस दो, लड़ाई होने वाली है।

एक गिलास जूस पीने के बाद एक और दो, लड़ाई होने वाली है।

पाँच गिलास जूस पिलाने के बाद जूस वाले ने पूछा :

“लड़ाई कब होगी ?”

विजय : “जब आप पैसे मांगेंगे।”

सीख : किसी दुसरे व्यक्ति से मुफ्त का या उधार का सामान नहीं लेना चाहिए और अगर पैसे नहीं है तो अपने इच्छाओं पर संयम रखना चाहिए।

१०. पहेली :

त्रिनेत्र कहते है जिनको, पिनियल ग्रंथि जिसका नाम।
बोलो कौन-सा चक्र है वो जो, भ्रूमध्य जिसका स्थान॥

(उत्तर : आज्ञाचक्र)

११. स्वास्थ्य सुरक्षा :

बथुए का औषधी प्रयोग

(क) प्रयोग और लाभ : यादशक्ति की कमी : बथुए के चौथाई कटोरी रस में १ चम्मच शहद मिलाकर रात को सोने से पूर्व पियें। १५ दिन तक नियमित प्रयोग करने से लाभ होता है। - ऋषि प्रसाद, नवम्बर २०१८

१२. संस्कृति सुवास :

एटॉमिक रिसर्च में भारत का योगदान...

होमी जहाँगीर भाभा ने नया कण मेसोन खोजा। इन्हीं

के निर्देशन में अप्सरा, सिरस व जरलीना नामक तीन परमाणु रिएक्टर की स्थापना की गई ।

भारत में केमिकल उद्योग के प्रवर्तक प्रफुल्ल चंद्र-रे ने १८९६ में मरक्युरस नाइट्रेट की खोज की । उनकी पुस्तक 'द हिस्ट्री ऑफ हिंदु केमेस्ट्री' को बहुत ख्याति मिली ।

१३. क्या करें, क्या न करें ?

बच्चों को कफ रहता हो तो

बच्चों को कफ रहता हो तो ५० ग्राम शहद व १० ग्राम लहसुन की चटनी बना कर बच्चों को चटा दें । सर्दी खाँसी में तो आराम होगा साथ ही पेट की कृमि भी नष्ट होती है ।

१४. खेल : हरि, ॐ, गं, राम...

जब शिक्षक 'हरि' बोले तो बच्चों को तालियाँ (पर जोर से नहीं) बजानी है । 'ॐ' बोलने पर ज्ञानमुद्रा में बैठना है । 'गं' बोलने पर तिलक लगाना है । 'राम' बोलने पर हँसना है । जो विद्यार्थी गलत करेगा वह खेल से बाहर हो जायेगा । इस प्रकार खेल खेलते जायेंगे जो विद्यार्थी आखिरी में रहेगा वह विजयी होगा ।

१५. सत्र का समापन

(क) आरती : आरती का ट्रेक चलायें। आरती करते समय बच्चों को दोनों हाथों का दीया बनाकर (दीपक की भावना करें) आरती करने को कहें।

(ख) (ख) भोग : भोजन के पहले और प्रसाद बाँटने से पहले सभी बच्चे और केन्द्र शिक्षक भी ये श्री आशारामायण के पाठ का आनंददायी प्रयोग जरूर करें। श्री आशारामायण की एक पंक्ति एक बच्चा बोले, अगला बच्चा दूसरी पंक्ति बोले, इस प्रकार बारी-बारी से बोलते जायें अथवा तो सामूहिक ही सभी एक साथ पाठ करें और फिर एक साथ हास्य प्रयोग करते हुए 'नमः पार्वती पतये हर हर महादेव' का जयकारा लगायें। कभी सद्गुरुदेव की जय बोलें। इससे आनंद तो आयेगा ही साथ ही चित भी भगवत्मय और भोजन भी प्रसाद हो जायेगा।

(ग) शशकासन : शशकासन करते समय पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में प्रणाम करने की भावना करने को कहें।

(घ) प्रार्थना : 'हे भगवान ! हम सबको सद्बुद्धि दो, शक्ति दो, निरोगता दो। ताकि हम सब अपने-अपने कर्तव्य का पालन करें और सुखी रहें।'

(च) प्रसाद वितरण।

दुर्बल कौन है ?

कुछ मंदमति लोग कहते है कि श्रद्धा और भगवान का रास्ता थके, हारे और कमजोर लोगों का है लेकिन शास्त्र कहते है कि जिसको नहीं देखा उसको मानना यह कमजोरी नहीं है, यह तो परम बल है। जिसको देखा नहीं है, अनुभव किया नहीं है, उसके (भगवान के) लिए भोग-वासना, विषय-विकार छोड़ना, उसके नाम मात्र से छोड़ने लग जाना, इतना त्याग, ज्ञान और हिम्मत है, यह कमजोरों का मार्ग नहीं है, बलवानों की पराकाष्ठा में पहुँचे हुए लोग ही परमात्मा को पा सकते हैं।

बाल संस्कार केन्द्र की अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें :

बाल संस्कार विभाग, संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, साबरमती, अहमदाबाद - 5

दूरभाष : 079-61210749/50/51

whatsapp - 7600325666,

email - bskamd@gmail.com,

website : www.balsanskarkendra.org