पहला सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों, इस बार 9 अगस्त को रक्षाबंधन है, इसलिए आज का बाल संस्कार केंद्रित है "रक्षाबंधन" पर्व पर । क्या आपको पता है, रक्षाबंधन कब से शुरू हुआ और इसका क्या फल है? यही प्रश्न महाराज युधिष्ठिर ने भगवान श्री कृष्ण को पूछा था और भगवान श्री कृष्ण जी महाराज युधिष्ठिर को रक्षाबंधन की राजा बलि और माता लक्ष्मी जी की जो कथा सुनाई थी, वही कथा आज हम आपको कहानी में सुनाएंगे । इसके बाद हम आपको बतायेंगे कि सनातन धर्म में श्रावणी पूर्णिमा और रक्षाबंधन का क्या सांस्कृतिक महत्व है।

रक्षाबंधन के दिन ऐसा क्या करें कि राखी बांधने का प्रभाव कई गुना हो जाए और हमें इसका अधिक फल प्राप्त हो यह हम जानेंगे क्या करें क्या ना करें में । इसके अलावा भजन, ज्ञान का चुटकुला, प्रतियोगिता प्रश्न और अंत में हम बापूजी के श्री मुख से सुनेंगे रक्षाबंधन का इतिहास और कहां-कहां कब-कब

रक्षाबंधन के द्वारा किसकी रक्षा हुई ? आज की गतिविधि में हम बांधेंगे अपने प्यारे सदगुरुदेव को प्यारी सी राखी !

तो आइये, सदाचार में बाँधनेवाले, विकारों से रक्षा करनेवाले इस पावन पर्व पर पूज्य गुरुदेव का स्मरण करते हुए शुरू करते है आज का बाल संस्कार केंद्र -

२. प्राणायाम, जप, ध्यान

अब सभी बच्चे अपने स्थान पर खड़े होकर थोड़ी देर पंजों के बल उछलकूद करेंगे, जिससे शरीर और मस्तिस्क में रक्त का अनुकूल प्रवाह बढ़ेगा और चुस्ती फुर्ती मे मदद मिलेगी।

बच्चों, अब सभी बच्चे अपने अपने स्थान पर बेठ जाएंगे, कमर सीधी, ज्ञान मुद्रा में 'हरि ॐ' का गुंजन करेंगे।

अब सभी अनामिका उँगली से तिलक के स्थान पर स्पर्श करते हुए मंत्र बोलेंगे और हाथ जोड़कर पूज्य सद्गुरुदेव की प्रार्थना करेंगे -

https://youtu.be/7yMWmhcJXRI

ॐ गं गणपतये नमः,

ॐ श्री सरस्वत्यै नमः,

ॐ श्री गुरूभ्यो नमः

बच्चों, अब हम सब त्राटक करेंगे । त्राटक से हमारी एकाग्रता और याद शक्ति बढ़ती है ।
https://youtu.be/XxWfEjHbqCI

3) आओ सुनें कहानी :-

कहानी - माता लक्ष्मी और राजा बलि की कथा

बच्चों, आपने भक्त प्रहलाद की तो कई कहानियां सुनी होगी जिस कारण हम होली का त्योहार मनाते हैं, उन्हीं के पौत्र थे राजा बलि । वह दैत्य कुल के इतने महान प्रतापी और वीर थे कि उन्होंने देवता, दैत्य और मनुष्यों तीनों लोकों पर विजय प्राप्त कर लिया था । वो इतने दानवीर राजा थे कि उनके द्वार पर कोई भी याचक खाली नहीं जाता था । साथ ही वह भक्त प्रहलाद के पौत्र थे, इसलिए उनमें भगवद भक्ति भी कूट-कूट कर भरी हुई थी । उस समय देवताओं को उनका स्वर्ग वापस दिलाने के लिए उनके कहने से भगवान श्री विष्णु ने वामन अवतार लिया और राजा बलि से भिक्षा में तीनों लोक मांग लिए। दानवीर राजा

बलि ने भगवान श्री विष्णु को तीनों लोक दान में दे दिए और फिर भगवान् ने राजा बलि को सुतल लोक में भेज दिया । यह कथा विस्तार से हम वामन जयंती के दिन बाल संस्कार सत्र में सुनेंगे । परन्तु उसके बाद क्या हुआ, यह कथा रक्षाबंधन से जुडी है । भगवान विष्णु राजा बलि पर बहुत प्रसन्न हुए और उन्होंने वरदान मांगने के लिए कहा । तब राजा बलि ने कहा - भगवान, यदि आप मुझ पर प्रसन्न है तो आप स्वयं मेरे और सुतल लोक की रक्षा करे और भगवान ने कह दिया - "तथास्तु" ।

बस फिर क्या था, राजा बलि अपनी प्रजा के साथ सुतल लोक में रहने लगे और भगवान वरदान के अनुरूप स्वयं ही सुतल लोक की रक्षा करने के लिए चौकीदार बनकर उनके द्वार पर पहरा देने लगे ।

इधर वैकुंठ लोक में माता लक्ष्मी जी चिंतित होने लगी कि भगवान देवताओं का कार्य करने के लिए पृथ्वी पर गए थे लेकिन अभी तक वापस क्यों नहीं आये ? वे भगवान को ढूंढने के लिए विचरण करने लगी । इतने में उन्हें नारद जी मिल गए । नारद जी ने कहा - माता ! भगवान तो बलि के यहां चौकीदार बन गए, उन्होंने भक्त को वरदान दे दिया है ।

अब तो माता लक्ष्मी जी बड़ी चिंता करने लगी और नारद जी से ही पूँछने लगी कि हे नारद जी, मैं किस प्रकार उनको वापस लेकर आऊं ?

तब नारद जी ने उन्हें एक युक्ति बताई और वहां से चले गए । तब नारद जी के कहे अनुसार माता लक्ष्मी जी ने श्रावण मास की पूर्णिमा के दिन एक देव-कन्या का रूप धारण किया और आकाश मार्ग से सुतल लोक पर राजा बलि के द्वार पर पहुंच गई । देखा कि उनके स्वामी तो वहां पर पहरा दे रहे हैं । राजा बलि ने देखा कि एक देवकन्या द्वार पर खड़ी है । राजा बलि ने उन्हें ससम्मान भीतर आने का आग्रह किया । तब देवकन्या भीतर प्रवेश कर पाई ।

राजा बलि ने पूछा हे देवी, मैं आपकी किस प्रकार सहायता कर सकता हूं ? देवकन्या ने कहा, हे दानवीर, आप मुझे बहन के रूप में स्वीकार कीजिए, मैं आपकी कलाई पर एक रक्षा सूत्र बांधना चाहती हूं । राजा बलि ने सहर्ष देव कन्या का प्रस्ताव स्वीकार किया तब देव कन्या ने राजा बलि के कलाई पर रक्षा सूत्र बांधा ।

तब राजा बलि ने कहा- हे बहन, तुमने मुझे भाई के रूप में स्वीकार किया है । इस रक्षा सूत्र के बदले तुम्हारी जो भी इच्छा हो मांग लो, मैं अवश्य पूरी करूंगा ।

तब देवकन्या अपने वास्तविक माता लक्ष्मी के रूप में प्रकट हो गई । उन्होंने कहा हे भैया, आपने मेरे स्वामी को अपने यहां चौकीदार के रूप में बांध रखा है, आप उन्हें अपने प्रेम और वरदान के पाश से मुक्त कर दीजिए, ताकि मैं उन्हें अपने

साथ बैकुंठ धाम में लेकर जाऊं । मेरा वरदान है कि मैंने आपकी कलाई पर जो रक्षा सूत्र बांधा है उससे सदैव आपकी और आपके लोक की रक्षा होगी ।

तब राजा बलि ने माता लक्ष्मी और नारायण को प्रणाम करते हुए उन्हें मुक्त कर दिया और वे दोनों अपने धाम को चले गए । तभी से यह रक्षाबंधन का त्यौहार श्रावण मास की पूर्णिमा के दिन मनाया जाता है और इस दिन बहन अपने भाई को राखी बांधते हुए वहीं मंत्र बोलती है -

येन बद्धो बली राजा दानवेन्द्रो महाबलः
तेन त्वां प्रतिबध्नामि रक्षे मा चल मा चल ।।

जिस रक्षासूत्र से दानवों के राजा बलि धर्म के बंधन में बांधे गए थे, उसी सूत्र से मैं आपको धर्म के लिए प्रतिबद्ध करती हूं । शिष्य गुरु को रक्षासूत्र बाँधते समय 'प्रतिबध्नामि' के स्थान पर 'रक्षबध्नामि' कहते हैं, क्योंकि गुरुदेव हमारी रक्षा करते हैं । पूज्य बापूजी कहते हैं - यह छोटा सा धागा शुभ भाव से, संकल्प की दृढ़ता प्रसाद से और वैदिक संयुक्त मंत्र से बांध दिया जाए तो यह और दुर्घटना आदि में तो रक्षा करता ही है, साथ ही रोग और विकारों से भी सुरक्षित होने में मदद करता है ।

सभी बच्चे जोर से बोलेंगे- सद्‌गुरु देव भगवान की जय...

5. ज्ञान का चुटकुला

भाई-बहन की लड़ाई हो गई...दिनभर चुपचाप रहने के बाद बहन भाई के पास आकर बोली- इस तरह झगड़ा करने के बाद अच्छा नहीं लग रहा, एक काम करते हैं, थोड़ा तुम समझौता करो, थोड़ा मैं करती हूं ।

भाई- ठीक है, क्या करना है?

बहन- सिंपल है, तु मुझसे माफी मांग ले और मैं तुझको माफ कर देती हूं....

सीख - भाई बहनों को आपस में मिलजुल कर रहना चाहिए ।

6. संस्कृति सुवास

श्रावणी पूर्णिमा

बच्चों, इस बार 9 अगस्त को श्रावणी पूर्णिमा और रक्षाबंधन है । सनातन धर्म में इसका बहुत बड़ा सांस्कृतिक महत्व है।

इस श्रावणी पूर्णिमा के दिन सामवेद का गान और तान अर्थात् संगीत का प्राकट्य हुआ था । इस दिन सरस्वती

माता की उपासना करनेवाले रागविद्या में निपुणता का बल पाते हैं।

यह ब्राह्मणों के लिए जनेऊ बदलकर ब्रह्माजी और सूर्यदेव से वर्ष भर आयुष्य बढाने की प्रार्थना करनेवाली पूर्णिमा है।

यह पूर्णिमा समुद्री नाविकों के लिए समुद्रदेव की पूजा करके नारियल भेंट करने और अपनी छोटी उँगली से खून की बूँद निकालकर समुद्रदेव को अर्पण करके सुरक्षा की प्रार्थना करनेवाली पूर्णिमा है।

राजा दशरथ ने श्रवण कुमार की हत्या के पाप से मलिनचित्त होकर उसके माँ-बाप से क्षमायाचना की और श्रवण का श्रावणी पूनम के निमित्त खूब प्रचार भी किया ।

7. क्विज़

अब बारी है ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता की। आपको एक प्रश्न पूछा जाएगा, उत्तर में चार विकल्प होंगे और आपको 10 सेकंड में सही उत्तर बताना है।

प्रश्न है,- “रक्षाबंधन के अतिरिक्त श्रावण मास में निम्नलिखित में से कौन सा त्यौहार आता है?” विकल्प है -

A) ऋषि पंचमी

B) नाग पंचमी

C) गणेश चतुर्थी

D) जन्माष्टमी

प्रश्न का सही उत्तर आपको सत्र के अंत में बताया जायेगा।

8. क्या करें, क्या न करें ?

बच्चों, इस बार रक्षाबंधन को राखी बाँधने का शुभ मुहुर्त दिनांक 9 अगस्त शनिवार को सुबह 05:45 AM से दोपहर 01:24 PM तक है । इसलिए ध्यान रखें राखी बाँधने का कार्यक्रम शुभ मुहूर्त में ही करें ।

रक्षाबंधन के दिन वैदिक रक्षासूत्र बाँधने से वर्ष भर रोगों से हमारी रक्षा रहे, बुरे भावों से रक्षा रहे, बुरे कर्मों से रक्षा रहे- ऐसा एक-दूसरे के प्रति सत्संकल्प करते हैं। साधारण राखी

की अपेक्षा वैदिक राखी का अधिक महत्व होता है, संभव हो तो अपने भाई को वैदिक राखी बांधे ।

वैदिक राखी बनाने के लिए दुर्वा, चावल, केसर, चंदन, सरसों की थोड़ी-थोड़ी मात्रा में लेकर एक पीले रंग के रेशमी कपड़े में बांध लें और इसकी सिलाई कर दें । इनके अलावा राखियों में हल्दी, कौड़ी व गोमती चक्र भी रखा जा सकता है। रेशमी कपड़े में लपेट कर बांधने या सिलाई करने के बाद इसे कलावे (मौली) में पिरो दें। आपकी राखी तैयार हो जाएगी। यह वैदिक राखी आप आश्रम से अथवा आश्रम के ऑनलाइन स्टोर से भी मंगवा सकते हैं ।

वैदिक राखी बनाकर एक राखी को सर्वप्रथम गुरुदेव के श्री-चित्र पर अर्पित करें । फिर बहनें अपने भाई को, माता अपने बच्चों को, दादी अपने पोते को शुभ संकल्प करके बांधे । रक्षा सूत्र बांधते समय ये श्लोक बोलें -

येन बद्धो बलि राजा, दानवेन्द्रो महाबलः ।
तेन त्वाम रक्ष बध्नामि, रक्षे माचल माचल: ।

अर्थात, “जिस पतले रक्षासूत्र ने महाशक्तिशाली असुरराज बलि को बाँध दिया, उसीसे मैं आपको बाँधती हूँ। आपकी रक्षा हो।

यह धागा टूटे नहीं और आपकी रक्षा सुरक्षित रहे । " यही संकल्प बहन भाई को राखी बाँधते समय करे ।

9) भजन

भजन - अब सभी बच्चे गाएंगे रक्षाबंधन विशेष

साधकों ने है बाँधी प्रेम की डोरी...

https://youtu.be/P1Xf5OpFQNg

10) गतिविधि :-

प्रेम का अटूट बंधन !!

बच्चों, हम सभी का यह अनुभव रहा है की हमारे जीवन के हर मोड़ पर, हर छोटी बड़ी बात पर गुरुदेव हमारी हंमेशा रक्षा करते है, यहाँ तक की बापूजी की दी हुई दीक्षा व उनकी अमृतवाणी भवबंधन से हमारी रक्षा करती है ।

आज 'रक्षाबंधन' के इस पावन पर्व पर उनकी कृतज्ञता व्यक्त करते हुए अपने दिव्य भावों से गुरुदेव का पूजन करेंगे व उनको हमारे प्रेम का प्रतिक रूप राखी बांधेंगे । बाहर से हम भले ही राखी बांध न सके पर जैसे षोडशोपचार की पूजा से

मानसिक पूजन कई गुना श्रेष्ठ होता है, वैसे ही हम प्रेम भरे हृदय के शुध्ध-निर्मल भावों से उन्हें राखी बांधेंगे ।

पूज्य बापूजी कहते है - "हजारों मील दूर बैठा हुआ सत्शिष्य सद्गुरु की मानस-पूजा करके प्रेरणा-प्रसाद पाने में सक्षम होता है । षोडशोपचार की पूजा से भी अधिक फल देने वाली मानस पूजा है । "

हम सभी आंखे बंध करके मन के भावों से बापूजी के पास जा रहें है । उनके पास पहुंचकर बहुत प्रेम और अहोभाव पूर्वक उनको प्रणाम कर रहें है । उनके श्रीचरणों में बैठकर अपलक नेत्रों से उन्हें निहार रहें है । गंगा तथा सप्त तीर्थों के पवित्र जल से उनके श्रीचरण पखार रहें है । शुध्ध केसर व् चन्दन से गुरुदेव को तिलक लगा रहे है । अपने हाथों से बनाई हुई गुलाब एवं मोगरे के सुन्दर सुगन्धित पुष्पों की सुहावनी माला गुरुदेव को पहना रहें है । अपने मनपसंद रंग का उपवस्त्र एवं पघड़ी गुरुदेव को अर्पित कर रहे है । हमने अपने हाथों से बनाई हुई वैदिक एवं सुन्दर मोतियों वाली सुहावनी राखी गुरुदेव को बाँध रहे है और मंत्र बोल रहे है

येन बद्धो बली राजा दानवेन्द्रो महाबलः
तेन त्वां प्रतिबध्नामि रक्षे मा चल मा चल ।।

गुरुदेव को मन ही मन प्रार्थना कर कर रहें है कि “हे मेरे सद्गुरुदेव ! जब-जब दुनिया की उलझनों और आकर्षणों में मैं गिर जाऊँ, तब-तब आप मेरी रक्षा करना । हे गुरुदेव ! हम आपको सिर्फ धागे की नहीं, परन्तु श्रद्धा तथा प्रार्थना की भी राखी बाँध रहे हैं । हमें अपनी प्रेमाभक्ति देना !’

अब घी का दीपक प्रज्ज्वल्लित करके गुरुदेव की आरती कर रहे है और गुरुदेव की लम्बी आयु एवं स्वस्थ जीवन के लिए मंगलकामना कर रहे है । अपने हाथों से बनाया हुआ मधुर प्रसाद गुरुदेव को भोग लगा रहे है साथ में ही हमारा कर्ता एवं भोक्तापन का भाव एवं हमारा अहंकार भी गुरुदेव के श्री चरणों में अर्पित कर रहे है...

11. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की कुछ पंक्तियां दोहराएंगे ।

https://youtu.be/bl57Gh3T4ps

12. सत्संग श्रवण

अब हम पूज्य बापूजी के श्री मुख से सत्संग में सुनेंगे-

रक्षाबंधन का इतिहास और सांस्कृतिक महत्व

https://youtu.be/vHdsBT_5ATU

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- राजा बलि किसके पोत्र थे?
- भगवान राजा बलि के यहां भिक्षा मांगने क्यों गए?
- राजा बलि ने भगवान से क्या वरदान मांगा?
- माता लक्ष्मी जी ने भगवान को छुड़ाने के लिए क्या उपाय किया?
- माता लक्ष्मी ने जाते समय राजा बलि को क्या वरदान दिया?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- श्रावण मास की पूर्णिमा के दिन क्या गतिविधियां होती है?
- श्रावण मास की पूर्णिमा का क्या सांस्कृतिक महत्व है?
- वैदिक राखी बनाने के लिए किन सामग्री का प्रयोग किया जाता है?

- राखी बांधते समय किस मंत्र का उच्चारण करना चाहिए?
- आज के सत्संग में किन-किन का इतिहास बताया गया है?
- आज के सत्संग से हमें क्या सीख मिलती है?

14. पूर्णाहूति

<u>**दीपज्योति एवं आरती**</u>

सभी बच्चे अपने अपने स्थान पर आरती के लिए खड़े हो जाएंगे।

प्रार्थना :

ॐ असतो मा सद्गगमय,

तमसो मा ज्योतिर्गमय,

मृत्योर्मामृतं गमय ॥

ॐ शान्ति शान्ति शान्तिः

हे ईश्वर, हमें असत्य से सत्य की ओर ले चलो, अन्धकार से प्रकाश की ओर ले चलो, मृत्यु से अमरता की ओर ले चलो ।

नारायण नारायण नारायण नारायण ।

इसी के साथ हमारा आज का बाल संस्कार केंद्र संपन्न होता है, अगले सप्ताह फिर मिलेंगे, बच्चों ! एक नए ज्ञानवर्धक विषय के साथ । तब तक के लिए हरि ॐ !!!

ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न का सही उत्तर है । ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न का सही उत्तर है ।

[B] नाग पंचमी

दूसरा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

नंद घेर आनंद भयो, जय कन्हैया लाल की !

जय कन्हैया लाल की, हाथी घोडा पालखी !!

जय श्री कृष्ण बच्चों !! हरी ॐ !! इस सप्ताह 15 अगस्त को स्वतंत्रता दिवस और 16 अगस्त को जन्माष्टमी है तो आज का बाल संस्कार सत्र इन्हीं पर्वों पर आधारित है । आज की कहानी में हम यह जानेंगे की भगवान किस पर जल्दी प्रसन्न हो जाते है और क्यों ? आज के भजन में हम गायेंगे भारत के नौजवानों, भारत को दिव्य बनाना... । आज के श्लोक में हम भगवान श्रीकृष्ण के गुणों के बारे में जानेंगे ।

संस्कृति सुवास में हम यह जानेंगे की हमारे देश का त्रिरंगा ध्वज और उनके तीन रंग किन किन चीजों का प्रतिक है ? क्या करें, क्या नहीं में हम जानेंगे जन्माष्टमी पर क्या क्या करना चाहिए ? स्वास्थ्य सुरक्षा में हम बात करेंगे हमारे प्रिय फूल गुलाब से बने स्वादिष्ट गुलकंद के बारे में !! फिर सत्संग में पूज्य गुरुदेव के श्री मुख से हम सुनेंगे इस प्रेमावतार के प्रागट्य दिन जन्माष्टमी क्यों मनाई जाती है ? तो आइये, पूज्य गुरुदेव का स्मरण करते हुए शुरू करते है आज का बाल संस्कार केंद्र -

२. प्राणायाम, जप, ध्यान

कीर्तन- अब हम कीर्तन करते हुए अपने स्थान पर खड़े होकर थोड़ी देर नृत्य करेंगे ।

https://youtu.be/7yMWmhcJXR

बच्चों, अब हम मंत्रोच्चारण और स्तुति करेंगे। सभी बच्चे अनामिका ऊँगली से तिलक के स्थान पर स्पर्श करते हुए मंत्र बोलेंगे ।

ॐ गं गणपतये नमः, ॐ श्री सरस्वत्यै नमः,

ॐ श्री गुरूभ्यो नमः

शिखा स्पर्श : सभी बच्चे शिखा के स्थान पर हाथ लगाकर मंत्र उच्चारण करेंगे -

ॐ विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव ।
यद् भद्रं तन्न आ सुव ॥ ॐ

(हे विश्व के देव ! हमारे सम्पूर्ण दुर्गुणों को दूर करें, और ब्रह्माण्ड में जो भी कल्याणकारक, शुभ गुण, कर्म, स्वभाव, सुख हैं वो हमें प्राप्त हों ।)

अब सभी बच्चे करेंगे "ॐकार" गुंजन

https://youtu.be/IpaxAhv-9LM

(2 मिनिट)

बच्चों, अब हम सब त्राटक करेंगे। त्राटक से हमारी एकाग्रता और याद शक्ति बढ़ती है ।

https://youtu.be/XxWfEjHbqCI (1 मिनिट चलायें।)

3. आओ सुनें कहानी

बच्चों पर तो वे जल्दी खुश हो जाते है...

मोहन के पिता का बचपन में ही स्वर्गवास हो गया था । गरीब ब्राह्मणी ने अपने इकलौते बेटे को गाँव से 5 मील दूर गुरुकुल में प्रवेश करवाया । गुरुकुल जाते समय बीच में जंगल का रास्ता पड़ता था । एक दिन घर लौटने में मोहन को देर हो गयी । भयानक जानवरों की आवाजें आने लगीं :- कहीं चीता, कहीं शेर तो कहीं सियार··· मोहन थर-थर काँपने लगा । वह जैसे-तैसे करके जंगल से बाहर निकला । उसकी माँ राह देख रही थी । माँ ने कहा :- “ बेटा क्यों डरता है ? ”

मोहन :- “ माँ ! अँधेरा हो गया था । हिंसक प्राणियों की भयानक आवाजें आ रही थीं इसलिए बड़ा डर लगता था । भगवान का नाम लेता-लेता मैं किसी तरह भाग आया । ”

“ तू अपने बड़े भाई को बुला लेता । ”

“ माँ ! मेरा कोई भाई भी है क्या ? ”

“ हाँ-हाँ बेटा ! ”

“ कहाँ है ? ”

“ जहाँ से बुलाओ, वहीं आ जाता है । ”

“ मेरे भाई का नाम क्या है माँ ? ”

“ बेटा ! तेरे भाई का नाम है गोपाल । परंतु कोई उसको गोपाल बुलाता है, कोई गोविन्द, कोई कृष्ण तो कोई केशव…। जब भी डर लगे तब तू ‘गोपाल भैया ! गोपाल भैया !…’ करके उसको पुकारना तो वह आ जायेगा । ”

दूसरे दिन भी गुरुकुल से लौटते समय देर हो गयी तो जंगल में मोहन को डर लगा । उसने पुकारा :- “ गोपाल भैया ! गोपाल भैया ! आ जाओ न, मुझे बड़ा डर लग रहा है…। ” इतने में मोहन को बड़ा ही मधुर स्वर सुनाई दिया :- “ भैया ! तू डर मत । मैं यह आया। ”

गोपाल भैया का हाथ पकड़कर मोहन निडर होकर चलने लगा । जंगल की सीमा तक मोहन को लौटाकर गोपाल लौटने लगा ।

मोहन :- “ गोपाल भैया ! घर चलो। ”
गोपाल :- “ नहीं भैया ! मुझे और भी काम हैं । ”

घर जाकर मोहन ने माँ को सारी बात बतायी, माँ समझ गयी कि जो दयामय प्रभु द्रौपदी और गजेन्द्र की पुकार पर दौड़ पड़े थे…. मेरे भोले, निर्दोष और दृढ़ श्रद्धा वाले बालक की पुकार पर भी वे ही आये थे ।

अब मोहन वन में पहुँचते ही गोपाल भैया को पुकारता और वे झट आ जाते । एक दिन गुरुकुल में सारे बच्चे और कुछ शिक्षक उपस्थित हुए । गुरु जी के यहाँ दूसरे दिन श्राद्ध था । कौन बच्चा इन निमित्त क्या लायेगा - इस पर बातचीत हो रही थी ।
किसी ने कहा :- “ मैं शक्कर लाऊँगा । ”
किसी ने कहा :- “ चावल लाऊँगा ”
किसी ने कहा :- “ चरौली और इलायची लाऊँगा । ”
मोहन गरीब था, फिर भी उसने कहा :- “ गुरु जी ! गुरु जी ! मैं दूध लाऊँगा । ”

मोहन ने घर जाकर गुरु जी के यहाँ श्राद्ध की बात बतायी और कहा :- “ माँ ! मुझे भी एक लोटा दूध ले जाना है । ”
गरीब माँ कहाँ से दूध लाती ?
माँ ने कहा :- “ बेटा ! जब गुरुकुल जायेगा न, तो गोपाल भैया से दूध माँग लेना, वे ले आयेंगे । ”

दूसरे दिन मोहन ने जंगल में जाते ही गोपाल भैया को पुकारा और कहा:- " आज मेरे गुरु जी के पिता का श्राद्ध है । मुझे एक लोटा दूध ले जाना है । माँ ने कहा है कि गोपाल भैया से माँग लेना । "

गोपाल ने मोहन के हाथ में दूध से भरा लोटा दे दिया । मोहन लोटा लेकर गुरुकुल पहुँचा और बोला :- " गुरुजी ! गुरु जी ! गोपाल भैया ने दूध भेजा है । " गुरु जी व्यस्त थे, सामने तक न देखा । उन्हें पता था कि गरीब मोहन क्या लाया होगा । मोहन ने फिर से कहा तो गुरु जी बोले :- " बैठ अभी । "

थोड़ी देर बाद मोहन फिर बोला :- " गुरु जी ! दूध लाया हूँ । गोपाल भैया ने दिया है। "

गुरु जी ने कहा :- " सेवक ! ले जा । जरा-सा दूध लाया है और सिर खपा दिया…. जा, इसका लोटा खाली कर दे । "

सेवक लोटा ले गया । खाली बर्तन में दूध डाला । बर्तन भर गया । दूसरे बर्तन में डाला, दूसरा बर्तन भी भर गया । जितने बर्तनों में दूध डालता बर्तन भर जाते पर लोटा खाली होता । सेवक चौंका । उसने जाकर गुरु जी को बताया ।

गुरु जी :- " कहाँ से लाया है यह अक्षयपात्र ? "

मोहन :- एक मेरे गोपाल भैया हैं, उनसे माँगकर लाया । मेरी पुकार सुनते ही वे आ जाते हैं ? "

" तेरी आवाज सुनकर तेरे गोपाल भैया कैसे आ जाते हैं ? "

“ मेरी माँ ने बताया था कि कोई यदि प्रेम से और विश्वास से उसको पुकारे, ध्यान करे तो वह प्रकट हो जाता है ” उसने प्रारम्भ से सारी घटना बतायी ।

गुरु जी ने मोहन को प्रणाम किया और कहा :- “ मोहन ! मुझे भी ले चल, अपने गोपाल भैया के दर्शन करा । ”

मोहन :- “ चलिये गुरु जी ! जब मैं घर जाऊँगा, तब जंगल के रास्ते में गोपाल भैया को बुलाऊँगा । तब आप भी उन्हें देख लीजिये । ”

श्राद्ध-विधि पूरी होने के बाद गुरु जी मोहन के साथ चले । रास्ते के जंगल में मोहन ने आवाज लगायी :- “ गोपाल भैया ! गोपाल भैया ! आ जाओ न ! ”

मोहन को आवाज सुनाई दी- “ आज तुम अकेले तो हो नहीं…. डर तो लगता नहीं…. फिर मुझे क्यों बुलाते हो ? ”

मोहन:- “ डर तो नहीं लगता मेरे गुरु जी तुम्हारे दर्शन करना चाहते हैं । ”

गुरु जी :- “ मेरे कर्म ऐसे हैं कि मुझे देखकर भगवान नहीं आते । तू दूर जाकर पुकार । ”

मोहन ने दूर जाकर पुकारा :- “ गोपाल भैया दिखे । मोहन ने कहा :- “ मेरे गुरु जी को भी दर्शन दो न ! ”

गोपाल :- “ वे मेरा तेज सहन नहीं कर सकेंगे । तेरी माँ तो बचपन से भक्त थी, तू भी बचपन से भक्ति करता है । तुम्हारे

गुरु जी ने इतनी भक्ति नहीं की है । उनसे कहो कि ‘जो प्रकाश-पुंज दिखेगा, वे ही गोपाल भैया हैं ’जाओ, गुरु जी को मेरे प्रकाश का दर्शन हो जायेगा, उसी से उनका कल्याण हो
जायेगा । ”

मोहन ने आकर कहा :- “ देखिये गुरु जी ! गोपाल भैया
खड़े हैं । ”

गुरु जी :- “ मेरे को नहीं दिखते, केवल प्रकाश दिखता है ”

मोहन :- “ हाँ, वे ही हैं, वे ही हैं गोपाल भैया ! ”

गुरु जी गदगद हो गये, उनका रोम-रोम आनंदित हो उठा, अष्टसात्विक भाव प्रकट हो गये ।

गुरु जी :- “ गोपाल ! गोपाल !.... ” पुकार उठे। अब तो गुरु जी मोहन को अपना गुरु मानने लगे क्योंकि उसी ने भगवद् दर्शन का रास्ता बताया ।

प्यारे बच्चों ! तुम भी मोहन की नाईं भगवन्नाम जपते जाओ । गोपाल भैया तुम पर भी प्रसन्न हो जायेंगे । स्वप्न में भी दर्शन दे देंगे । बच्चों पर तो वे जल्दी खुश होते हैं । तुम भी भगवान के साथ सेवक-स्वामी, सखा-भैया के भाव से कोई भी संबंध जोड़कर प्रेम से उन्हें पुकारोगे तो तुम्हारे हृदय में भी आनंद प्रकट हो जायेगा । सभी बच्चे जोर से बोलेंगे - सदगुरुदेव भगवान जी की जय ।

4. भजन

भजन - अब हम गाएंगे वीरता भरा भजन -

भारत के नौजवानों, भारत को दिव्य बनाना ...

https://youtu.be/xT_Q2LbpEPs

5. ज्ञान का चुटकुला

पप्पू बाबा जी के पास आशीर्वाद लेने जाता है ।

पप्पू - बाबाजी, जीवन में तरक्की करने के लिए मैं क्या करूं?

बाबा जी - ये लो बेटा हथोड़ा ।

पप्पू - बाबाजी हथोड़ा ! इसका मैं क्या करूँ?

बाबाजी - इससे तू अपना मोबाईल फोड़ दे तो तेरी तरक्की हो जाएगी ।

सीख - मोबाइल पर अधिक देर तक वीडियो देखने से बच्चों की आंखें और मानसिकता खराब हो जाती है, जिससे वे आगे तरक्की नहीं कर पाते । मन के चुंगल से बाहर निकलना ही सच्ची स्वतंत्रता है ।

6. संस्कृति सुवास :-

त्रिरंगा ध्वज

अपना राष्ट्रीय झंडा राष्ट्रीय एकता-अखंडता और गौरव का प्रतीक है । भारत के लोग इस झंडे को प्राणों से भी ज़्यादा चाहते हैं । इस झंडे के मान और गौरव की रक्षा के लिए वे कोई भी बलिदान दे सकते हैं । यह झंडा त्याग, बलिदान और उत्साह का इतिहास है ।

➢ अपने राष्ट्रीय ध्वज में तीन रंग हैं ।

➢ सबसे ऊपर का रंग केसरी है जो साहस, त्याग और बलिदान का प्रतीक है । यह रंग हमें इस बात की प्रेरणा देता है कि हम भी अपने जीवन में साहस, त्याग और बलिदान की भावना को लाएँ ।

➢ बीच का रंग सफेद है, जो निष्कामता, सत्य और पवित्रता का प्रतीक है । यह रंग हमें सच्चा तथा साहसी बनने और अशुभ से लोहा लेने की प्रेरणा देता है ।

➢ सबसे नीचे हरा रंग है, जो देश की समृद्धि और जीवन का प्रतीक है । यह रंग हमें खेती और उद्योग-धंधे का विकास करके देश से गरीबी हटाने की प्रेरणा देता है ।

7. क्या करें क्या न करें ?

जन्माष्टमी पर क्या करें ?

- जन्माष्टमी के दिन किया हुआ जप अनंत गुना फल देता है । उसमें भी जन्माष्टमी की पूरी रात जागरण करके जप-ध्यान का विशेष महत्व है ।
- भगवान श्रीकृष्ण युधिष्ठिर जी को कहते हैं : “20 करोड़ एकादशी व्रतों के समान अकेला श्रीकृष्ण जन्माष्टमी व्रत है।”

  धर्मराज सावित्री से कहते हैं : “भारतवर्ष में रहनेवाला जो प्राणी श्रीकृष्ण जन्माष्टमी का व्रत करता है वह 100 जन्मों के पापों से मुक्त हो जाता है ।”

  इसलिए जन्माष्टमी का व्रत अवश्य करें ।
- जन्माष्टमी के दिनों में मिलने वाला पंजीरी का प्रसाद वायुनाशक होता है । उसमें अजवायन, जीरा व गुड़ पड़ता है ।

8. श्लोक :-

ॐ कृष्णाय वासुदेवाय हरये परमात्मने।
प्रणत क्लेशनाशाय गोविंदाय नमो नमः॥

यह मंत्र भगवान कृष्ण को समर्पित है और इसका अर्थ है, "हे कृष्ण, वासुदेव के पुत्र, हरिरूप, परमात्मा, प्रणतजनों के क्लेशों को दूर करने वाले, गोविंद, आपको नमस्कार है।"

9. स्वास्थ्य सुरक्षा

गुलकंद

बच्चों, देशी गुलाब की पंखुड़ियों की लुगदी से एक मीठा, गाढ़ा पेस्ट बनाया जाता है, फिर इसमें इलायची, केसर आदि मिलाकर गुलकंद बनाया जाता है । आश्रम के गुलकंद में प्रवालपिस्टी, जावंत्री, सौंफ आदि औषधिया मिलाई जाती है जिस कारण यह बाजारू गुलकंद से अधिक गुणकारी व प्रभावशाली

बन जाता है । गर्मी के दिनों में उचित मात्रा में गुलकंद का सेवन करना चाहिए ।

- यह मस्तिष्क को ठंडक पहुँचाता है,
- पाचन में सुधार करता है,
- मुंह के छालों को ठीक करता है,
- पेट में एसिडिटी से राहत दिलाता है,
- थकान कम करता है,
- आंखों की जलन, प्यास की अधिकता, आन्तरिक गर्मी आदि से राहत दिलाता है ।
- पढ़ने वाले विद्‍यार्थी के लिए यह बहुत लाभदायक है,
- इससे आंखें और दिमाग तरोताजा रहता है ।

गुलकंद का उपयोग कैसे करें: - गुलकंद को सीधे खाया जा सकता है, इसे दूध या दही में मिलाकर भी खाया जा सकता है ।

सावधानी - बाजारू गुलकंद में चीनी की मात्रा अधिक होती है, जिससे फायदे की जगह नुकसान हो सकता है । डायबिटीज के रोगियों को इसका सेवन नहीं करना चाहिए ।

10. क्विज़

अब बारी है ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता की । आपको एक प्रश्न पूछा जाएगा, उत्तर में चार विकल्प होंगे और आपको 10 सेकंड में सही उत्तर बताना है । प्रश्न है,-

भारत छोड़ो आंदोलन कब शुरू हुआ था?

A. 1947

B. 1946

C. 1942

D. 1948

प्रश्न का सही उत्तर आपको सत्र के अंत में बताया जायेगा ।

11. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की पंक्तियां दोहराएंगे ।

https://youtu.be/bl57Gh3T4ps (कुछ पंक्तियों का पाठ करवाएं।)

12. सत्संग श्रवण

अब हम पूज्य बापूजी के श्रीमुख से सत्संग में सुनेंगे-

जन्माष्टमी क्यों मनाई जाती है ?

https://youtu.be/C1lLRt3vvcc

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- मोहन को डर क्यों लगता था ?
- माँ ने मोहन को किसके बारे में बताया ?
- मोहन को दूध क्यों चाहिए था ?
- भगवान किस पर जल्दी खुश हो जाते है ?
- गुलकंद के कोई भी 5 फायदे बताओ ।
- त्रिरंगा ध्वज का केसरी रंग किसका प्रतिक है ?
- जन्माष्टमी को व्रत क्यों करना चाहिए ?
- जन्माष्टमी के दिनों में मिलनेवाला कौन-सा प्रसाद वायुनाशक होता है ?
- आज के सत्संग से हमें क्या जानने को मिला ?

14. पूर्णाहूति

<u>**आरती**</u> - सभी बच्चे अपने अपने स्थान पर आरती के लिए खड़े हो जाएंगे ।

नारायण नारायण नारायण नारायण ।

इसी के साथ हमारा आज का बाल संस्कार केंद्र संपन्न होता है अगले सप्ताह फिर मिलेंगे बच्चो एक नए ज्ञान वर्धक विषय के साथ । तब तक के लिए हरि ॐ !!!

<u>**दीपज्योति एवं आरती**</u> -

सभी बच्चे अपने अपने स्थान पर आरती के लिए खड़े हो जाएंगे।

प्रार्थना :

ॐ असतो मा सद्‌गगमय, तमसो मा ज्योतिर्गमय,

मृत्योर्मामृतं गमय ॥

ॐ शान्ति शान्ति शान्तिः

हे ईश्वर, हमें असत्य से सत्य की ओर ले चलो, अन्धकार से प्रकाश की ओर ले चलो, मृत्यु से अमरता की ओर ले चलो ।

प्रतियोगिता का उत्तर - ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न का सही उत्तर है - (C) 1942

****