पहला सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चो!! आज के सत्र में हम शंकराचार्य जी की श्रृंखला को आगे बढ़ाते हैं। पिछले अध्याय में हमने जाना कि किस प्रकार भगवान वेदव्यास जी की वरदान के फलस्वरुप उनकी आयु 16 वर्ष से बढ़कर 32 वर्ष की तय हो गई। यह वरदान पाकर आचार्य शंकर पुन: धर्म स्थापना के कार्य में जुट गए। वे एक से बढ़कर एक कई ग्रंथों की रचना करने लग गए। साथ ही उन्होंने ब्रहम सूत्र के ऊपर जो भाष्य लिखा था उनका सत्संग के माध्यम से प्रचार करने लग गए। परंतु उन्हें ऐसा प्रतीत हुआ की साधारण जनता के लिए इस भाष्य को समझना भी बहुत कठिन है, क्योंकि इसके लिए भी सूक्ष्म बुद्धि की आवश्यकता होती है। इसलिए उन्होंने निर्णय किया कि इन सभी भाषाओं के ऊपर वार्तिक लिखा जाए। 'वार्तिक' जिसे आजकल अंग्रेजी मे 'Commentary' कहते हैं। इसमे साधारण बोलचाल की भाषा में तर्क-वितर्क करते हुए, तथा अन्य मान्यताओं का खंडन करते हुए लोगों को लेखनी द्वारा समझाने का कार्य सरलता से किया जाता है। आज भी शंकराचार्य जी के शिष्यों

द्‌वारा कई ग्रंथों पर लिखी गई वर्तिकाएं भारतीय दर्शन शास्त्र में प्रचलित है, और हिंदी और संस्कृत दर्शनशास्त्र मे phd करते समय कई विद्‌वान उनके ऊपर थीसिस लिखकर लाभान्वित होते हैं।

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 मे 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 मे 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 - आचार्य शंकर (गतांक से आगे)

एक बार आचार्य शंकर ऐसा विचार कर रहे थे कि ब्रह्मसूत्र के भाष्य पर वार्तिक लिखने का कार्य कौन कर सकता हैं। उनके शिष्य सुरेश्वरआचार्य जी ने आकर उनको प्रणाम किया और पूछा - "गुरुदेव आप किस गहन चिंतन में है, यदि मेरे से आपका कोई कार्य सिद्ध हो तो मुझे सेवा का अवशर प्रदान कीजिए। "

सुरेश्वरआचार्य जी पूर्व में मंडनमिश्र थे जिनको आचार्य शंकर ने शास्त्रार्थ में पराजित किया था, और फिर उन्हें संन्यास धर्म की दीक्षा दी थी।

आचार्य शंकर की कृपा से उनका नाम सुरेश्वरआचार्य जी हो गया था। आचार्य शंकर ने सुरेश्वरआचार्य जी को ही ब्रह्मसूत्र के भाष्य के ऊपर वार्तिक लिखने की सेवा दी।

सुरेश्वरआचार्य जी पूर्ण लगन से वार्तिक लिखने की सेवा मे जुट गए। कभी-कभी गुरु आश्रम में भी शिष्यों में आपस में राग द्वेष और एक दूसरे के प्रति ईर्ष्या की भावना आ जाती है। अन्य शिष्यों ने देखा कि गुरुदेव ने इतने महत्वपूर्ण ग्रंथ पर वार्तिक लिखने की सेवा सुरेशवराचार्य जी को दी है, तो वे आपस में कानाफूसी करने लगे।

एक ने कहा कि - सुरेशवराचार्य अभी-अभी सन्यासी बने हैं, जबकि हम सब तो पुराने साधक हैं, फिर हमें ये सेवा क्यों नहीं मिली?

दूसरे शिष्य ने पद्मपाद से कहा कि - तुम तो बाल ब्रह्मचारी हो, जबकि ये सुरेशवराचार्य पहले विवाहित गृहस्थी थे, फिर यह सेवा तुमको मिलनी चाहिए।

अन्य शिष्य ने कहा कि - हस्तामलक पूर्व जन्म से ही सन्यासी है, और पूर्ण ब्रह्मज्ञानी है फिर उनको यह सेवा क्यों नहीं दी?

ऐसी बातें करते हुए सभी शिष्यों के मन में गुरु के निर्णय के प्रति शंका उत्पन्न हो गई। सभी शिष्य एकत्रित होकर गुरुदेव के पास गए और उनसे कहा- गुरुदेव, सुरेश्वरआचार्य जी तो पहले मंडनमिश्र के रूप में कर्मकांड के विद्वान थे, और वेदांत का खंडन किया करते थे। यह तो आपने उन्हें शास्त्रार्थ में पराजित कर दिया इसलिए उन्होंने मजबूरी में सन्यास धर्म की दीक्षा ली है। परंतु इनका दीर्घकाल से कर्मकांड का ही अभ्यास है, और

अभी-अभी गृहस्थी छोड़कर नए-नए सन्यासी बने है। इस कारण वेदांत ग्रंथ पर वार्तिक लिखने में इनसे से त्रुटि होने की प्रबल संभावना है। इसलिए हमारा निवेदन है कि यह सेवा हस्तामलक अथवा पद्मपाद को देना उचित है। “

गुरुदेव शिष्यों की यह बात सुनकर मौन हो गए, परंतु शिष्य फिर से बार-बार आग्रह करने लगे। तब अपना मोन खोलते हुए उन्होंने कहा- "नि:संदेह हस्तामलक और पद्मपाद की वेदांत में अच्छी स्थिति है, परंतु सुरेश्वरआचार्य को अनेक मत पंथ और मान्यताओं का ज्ञान है। इसकारण वे ठीक से तर्कों द्वारा अन्य मान्यताओं का खंडन करते हुए अच्छा वार्तिक लिखने में सक्षम है; तथा साथ ही यह पूरे भारतवर्ष में सर्वश्रेष्ठ विद्वान थे, इसलिए उनकी ख्याति भी है, तो उनके द्वारा ली गई लिखी गई वार्तिक शीघ्रता से अनेक लोगों में प्रचलित हो जाएगी। इसी कारण मैंने इन्हें वार्तिक लिखने की सेवा दी है। जबकि हस्तामलक ब्रह्मज्ञानी और पूर्ण रूप से अंतर्मुखी है। वे स्वयं तो वेदांत में स्थित है, परंतु परंतु लोगों की मान्यताओं का खंडन करने में अनुभवी नहीं है। पद्मपाद भी बाल ब्रह्मचारी है और उन्होंने सीधा मेरे से संन्यास की दीक्षा ली है, इसलिए उनको भी गुरु आश्रम के बाहर की गतिविधियों की और अन्य मान्यताओं की उन्हे पर्याप्त जानकारी नहीं है। “

गुरुदेव की इतना समझाने के बाद भी शिष्यों ने अपना हठ नहीं छोड़ा। तब पद्मपाद ने कहा - “गुरुदेव कृपा करके एक बार यह सेवा का अवसर मुझे प्रदान करें, आप सुरेश्वरआचार्य जी को कोई अन्य सेवा दे देवें। “

तब शिष्यों के आग्रह करने पर आचार्य शंकर ने ब्रह्मसूत्र पर वार्तिक लिखने की सेवा पद्मपाद को दे दी; और अन्य ग्रंथों पर वार्तिक लिखने की सेवा सुरेश्वरआचार्य को दे दी। पद्मपाद कई महीनो तक ब्रह्मसूत्र के ऊपर वार्तिक लिखते रहे; परंतु इससे पहले ही सुरेश्वरआचार्य जी ने अन्य सभी ग्रंथों पर वार्तिक लिखने का कार्य पूरा कर लिया और आचार्य शंकर के चरणों में समर्पित कर दिया। आचार्य शंकर सभी वार्तिकों का अवलोकन करके बहुत प्रसन्न हुए। अन्य सभी शिष्यों ने भी जब वार्तिकों को पढ़ा तब उन्हें भी यह विश्वास हो गया की मंडनमिश्र से बने सुरेश्वरआचार्य जी न केवल कर्मकांड के विद्वान थे, बल्कि उनकी वेदांत में भी अच्छी पकड़ थी। अब उन सबको अपनी गलती का पश्चाताप होने लगा कि उन्होंने अपने गुरु के निर्णय पर शंका की और इस वजह से सुरेशवराचार्य जी से उनकी सेवा वापस ले ली गई।

फिर ब्रह्मसूत्र के भाष्य पर वार्तिक का क्या हुआ? क्या पद्मपाद उसे पूरा कर पाया? पद्मपाद को अपने गुरुदेव के ऊपर शंका

करने, गुरु भाई के ऊपर ईर्ष्या करने और उनकी सेवा स्वयं ले लेने की क्या परिणाम हुआ, जानेंगे अगले सत्र में।।

सभी बच्चे जोर से बोलेंगे - सदगुरुदेव भगवान जी की जय।

4. **साखी**

(शिव अमृतवाणी https://youtu.be/kYFriF5zHMM 24:30)

ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय..
आंठो पहर अराधीय ज्योतिर्लिंग शिव रूप
नयनं बीच बसाइये शिव का रूप अनूप
लिंग मय सारा जगत हैं, लिंग धरती आकाश
लिंग चिंतन से होत है, सब पापो का नाश
लिंग पवन का वेग है, लिंग अग्नि की ज्योत
लिंग से ही पाताल है, लिंग वरुण का स्त्रोत
लिंग से हैं ये वनस्पति, लिंग ही हैं फल फूल
लिंग ही रत्न स्वरूप हैं, लिंग माटी निर्धूप

ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय!

लिंग ही जीवन रूप हैं, लिंग मृत्युलिंगकार
लिंग मेघा घनघोर हैं, लिंग ही हैं उपचार

ज्योतिर्लिंग की साधना, करते हैं तीनो लोग
लिंग ही मंत्र जाप हैं, लिंग का रूम श्लोक
लिंग से बने पुराण हैं, लिंग वेदो का सार
रिधिया सिद्धिया लिंग हैं, लिंग करता करतार
प्रातकाल लिंग पूजिये, पूर्ण हो सब काज
लिंग पे करो विश्वास तो, लिंग रखेंगे लाज

ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय.. ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय..

5. ज्ञान का चुटकुला

पिताजी - तेरा आज का exam कैसा हुआ ?

चम्पू - आज के पेपर मे ऐसे सवाल आए थे की मैंने कभी सुने ही नहीं थे |

पिताजी - तो फिर तूने जवाब कैसे लिखे ?

चम्पू - पापा, में तो होशियार ठहरा | मैंने भी ऐसे जवाब लिखे जो टीचर ने भी कभी न सुने हो |

सीख - स्कूल में पढ़ते समय पूरी एकाग्रता से शिक्षक की बातों को सुनना चाहिए व परीक्षा से पहले अच्छे से तैयारी करनी चाहिए |

6. संस्कृति सुवास

संस्कृति सुवाष : हवन-यज्ञ क्यों?

भारतीय संस्कृति में धूप, हवन यज्ञ आदि करने का बहुत बड़ा महत्व है। आज विश्व में जो सबसे बड़ी समस्या है वह हवा और पानी में फैलती बीमारियां। विभिन्न देशों द्‌वारा करोड़ों-अरबों डॉलर खर्च करके उपाय खोजे व किये जा रहे हैं परंतु यह समस्या वैसी ही बनी हुई है । इसके निवारण हेतु विश्व अब भारत की यज्ञ-हवन की ओर एक आशाभरी नजर से देख रहा है। यज्ञ-हवन दूषित वायुमंडल को तो शुद्ध करता ही है, साथ ही इससे मानसिक कुविचारों पर भी नियंत्रण पाया जा सकता है ।हवन में उपयोग की जाने वाली प्रज्वलित खाँड में वायु को शुद्ध करने की अत्यधिक शक्ति होती है । घी की आहुति से वातावरण शुद्धि तथा विभिन्न रोगों के कीटाणुओं का

नाश होता है । जिन स्थानों पर हवन होता है वहाँ फसल अच्छी होती है ।

पूज्य बापू जी बताते हैं- “देशी गाय के गोबर के कंडे पर अगर एक चम्मच घी की बूँदें डालकर धूप करते हैं तो एक टन शक्तिशाली वायु बनती है । इससे मनुष्य तो क्या, कीट-पतंग और पशु-पक्षियों को भी फायदा होता है ।

वर्ष 2006 में सूरत में भीषण बाढ़ आयी थी, जिससे वहाँ कई गम्भीर बीमारियाँ फैल रही थीं । तब पूज्य बापू जी ने गूगल, देशी घी आदि हवनीय औषधियों के पैकेट बनवाये तथा अपने साधक-भक्तों को घर-घर जाकर धूप करने को कहा । साधक-समुदाय ने वैसा ही किया, जिससे सूरत में महामारियाँ व्यापक रूप नहीं ले पायीं।

इसी प्रकार अभी हाल ही में कोरोना महामारी के समय सभी आश्रम और समितियां ने अपने-अपने आसपास हवन धूप निरंतर चालू रखा जिससे उस क्षेत्र में कोरोना का प्रभाव इतना नहीं पढ़ पाया।

आप भी अपने घर में संध्या के समय धूप अवश्य करें।

7. क्विज़

प्रतियोगिता - 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,- महाभारत में एक यक्ष ने युधिष्ठिर से प्रश्न पूछा, "किस वस्तु का त्याग करने से मनुष्य सबका प्रिय होने लगता है"? युधिष्ठिर के अनुसार इस प्रश्न का क्या उत्तर है? विकल्प है -

A) धन का त्याग करने से

B) सत्ता का त्याग करने से

C) मान का त्याग करने से

D) घर का त्याग करने से

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

8. क्या करें क्या न करें ?

षटतिला एकादशी को क्या करें ?

25 जनवरी को 'षटतिला एकादशी है इस दिन यथासंभव उपवास करना चाहिए।

इस दिन तिल का छह प्रकार से उपयोग करना चाहिए -

- तिल से स्नान करें,

- तिल से होम करे,
- तिल का उबटन लगाये,
- तिल मिलाया हुआ जल पीये,
- तिल का दान करे,
- तिल को भोजन के काम में ले ।

एकादशी को गुरुदेव अथवा भगवान वासुदेव का पूजन करना चाहिए। तथा गुरु मंत्र अथवा भगवान का मंत्र का जप करते हुए जागरण करना चाहिए।

9. गतिविधि :- कहानी पूरी करें -

बच्चों, आपको एक छोटी सी अधूरी कहानी सुनाई जाएगी, और आपको इस कहानी को पूरा करना है।

एक किसान था उसके चार बेटे थे। चारों आपस में दिन भर लड़ाई झगड़ा करते रहते थे। किसान परेशान हो गया। एक दिन किसान ने चारों बेटों को एक-एक लकड़ी दी और कहा कि इसे तोड़ दो।

सभी ने लकड़ी को अपने दोनों हाथों से तोड़ दिया। अब किसान ने उसी आकार की चार लड़कियां एक साथ बाँध

कर दी, और कहा कि इसे तोड़ कर दिखाओ। सबने बारी-बारी लकड़ी तोड़ने का प्रयास किया, परंतु वह वे बंधी हुई लकड़िया किसी से नहीं टूटी।

बताओ, किसान इस प्रयोग के माध्यम से अपने बेटों को क्या समझाना चाहता है, और उसने अपने बेटों को क्या कहा होगा?

10) भजन

भजन - अब हम गाएंगे मधुर भजन -

https://youtu.be/G0VNqyxYSzo)

11) स्वास्थ्य सुरक्षा

शीत ऋतु विशेष :-

शीत ऋतु में पाचनशक्ति प्रबल रहती है। अतः इस समय लिया गया पौष्टिक व बलवर्धक आहार वर्ष भर शरीर को तेज, बल और पुष्टि प्रदान करता है।

मस्तिष्क- शक्तिवर्धक प्रयोग : 2 बादाम, 2 इलायची, 5 काली मिर्च, व आधा चम्मच खसखस रात को एक कुल्हड़ में

पानी में भिंगोकर रखें। सुबह बादाम के छिलके उतारकर सबको मिलाकर पीस लें, थोड़ा गुलकंद मिला लें व गर्म दूध के साथ मिश्री मिलाकर पियें। इससे मस्तिष्क की थकान दूर होकर तरावट आती है एवं शक्ति बढ़ती है।

स्फूर्तिदायक पेय : 2 चम्मच मेथीदाना 1 गिलास पानी में रात भर भिगोकर रखें। सुबह धीमी आँच पर चौथाई पानी शेष रहने तक उबालें । छानकर गुनगुना रहने पर 2 चम्मच शुद्ध शहद मिलाकर पीयें। दिन भर शक्ति व स्फूर्ति बनी रहेगी।

पौष्टिक नाश्ता : चना, मूँग, मोठ यह सब मिलाकर एक कटोरी, एक मुट्ठी भर मूँगफली व एक चम्मच तिल (काले हों तो उत्तम) रात भर पानी में भिगोकर रखें। सुबह नमक मिलाकर उबाल लें। इसमें हरा धनिया, पालक व पत्तागोभी काटकर तथा चुकंदर, मूली एवं गाजर कद्दूकश करके मिला दें। ऊपर से काली मिर्च बुरककर नींबू निचोड़ दें। चार व्यक्तियों के लिए नाश्ता तैयार है। इसे खूब चबा-चबाकर खायें। यह नाश्ता सभी प्रकार के खनिज द्रव्यों, प्रोटीन्स, विटामिन्स व आवश्यक कैलरीज की पूर्ति करता है।

शक्ति-संवर्धक आहार : बाजरे के आटे में तिल मिलाकर बनायी गयी रोटी पुराने गुड़ व घी के साथ खाना, यह शक्ति-संवर्धन का उत्तम स्रोत है।

12. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की कुछ पंक्तियां दोहराएंगे ।

https://youtu.be/bl57Gh3T4ps

13. सत्संग श्रवण

अब हम पूज्य बापूजी के श्री मुख से सत्संग में सुनेंगे- - विद्यार्थी शिविर का उद्देश्य । भाग-4

https://youtu.be/HK8GVgwhJ0A

[34:40 - 42.00 मिनिट तक]

14. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- 'वार्तिक' किसे कहते हैं?

- शंकराचार्य जी ने सुरेशवरआचार्य जी को ही वार्तिक' लिखने की सेवा क्यों दी?
- अन्य शिष्यों को सुरेश्वरआचार्य जी को वार्तिक' लिखने की सेवा देना अनुचित क्यों लगा?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- हवन-यज्ञ करने से क्या लाभ होता है?
- षटतिला एकादशी को तिल का किन छह प्रकार से उपयोग करना चाहिए ?
- शीत ऋतु में शरीर को तेज, बल और पुष्टि बढ़ाने का क्या उपाय है?
- आज के सत्संग से हमें क्या शिक्षा मिलती है?

15. 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 बच्चो ! एक नए ज्ञानवर्धक विषय के साथ। तब तक के लिए हरि ॐ !!!

ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न का सही उत्तर है । (C). मान का त्याग करने से और दूसरों को मान देने से मनुष्य सबका प्रिय होने लगता है।

दूसरा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चो!! आज के सत्र में हम शंकराचार्य जी की श्रृंखला को आगे बढ़ाते हैं। पिछले अध्याय में हमने जाना कि किस प्रकार पद्मपाद और अन्य शिष्यों ने गुरुदेव शंकराचार्य जी के निर्णय को अनुचित बताया और फिर शंकराचार्य जी ने ब्रह्मसूत्र के भाष्य पर टीका लिखने की सेवा सुरेश्वरआचार्य जी से वापस लेकर पद्मपाद को दी। फिर वह टीका किस प्रकार पूरी हुई यह हम जानेंगे आज की कहानी में। उसके बाद हम जानेंगे भारतीय संस्कृति का गौरवपूर्ण 'गणतंत्र और संविधान' क्या होता है, और हम सबके लिए क्यों महत्वपूर्ण है ?

फिर हम जानेंगे पढ़ाई या जप मे मन ना लगे तो क्या करना चाहिए। फिर बारी आएगी मजेदार गतिविधि की उसमें हम यह मिलान करेंगे कि किस स्वतंत्रता सेनानी ने कौनसा नारा दिया था. इसके अलावा ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञानं प्रतियोगिता प्रश्न, भजन और अंत मे पूज्य बापूजी के श्री मुख से सत्संग में सुनेंगे- विद्यार्थी शिविर का उद्देश्य. 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 उँगली 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

कहानी - आचार्य शंकर (गतांक से आगे)

कुछ महीनों की मेहनत के बाद पद्मपाद ने अपनी तरफ से ब्रह्मसूत्र के भाष्य पर टीका (वार्तिक) को पूरा कर उसे आचार्य शंकर को अर्पण कर दिया। आचार्य शंकर ने उसे पढ़ कर स्वीकार तो कर लिया, परंतु उन्हें पूरा संतोष नहीं हुआ। तब उन्होंने एकांत में सुरेश्वरआचार्य जी को बुलाया और कहा -

“वत्स सुरेश्वर, पद्मपाद ने जो टीका लिखा है वह प्रचलित नहीं होगा। तुम्हें यह टिका पुनः लिखनी होगी। लेकिन इसमे बहुत अधिक समय लगेगा और इतना जीवन तुम्हारे पास नहीं है। इसलिए तुम्हें एक और जन्म लेकर आना होगा। और अगले जन्म मे तुम इस टीका को लिखकर प्रचलित करोगे। तुम्हें यह कार्य मेरी सेवा समझकर करना होगा। “

सुरेश्वराचार्य जी ने अपने गुरु की आज्ञा को स्वीकार कर लिया। कैसा अद्भुत प्रसंग है, कि हम गुरु के द्वार पर जाते हैं जन्ममरण से मुक्त होने के लिए, परंतु यहां तो गुरुदेव स्वयं ही पुनर्जन्म लेकर बचा हुआ कार्य पूरा करने का आदेश दे रहे हैं, और अदभुत समर्पण भाव है शिष्य का अपने गुरु के प्रति, कि पुनर्जन्म लेकर गुरु की सेवा पूरी करने का संकल्प कर रहे हैं। और हुआ भी ऐसा ही, शंकराचार्य जी के जाने के कई शताब्दियों बाद सुरेश्वराचार्य जी का पुनर्जन्म नेपाल के निकट मधुबनी ग्राम में एक ब्राह्मण दंपत्ति के घर हुआ। उनका नाम वाचस्पति हुआ। बाल्यकाल में ही उनका विवाह हो गया। ब्राह्मण कुल के अनुसार उनकी शिक्षा-दीक्षा संपन्न हुई। कुछ ही समय में बालक ने संपूर्ण शास्त्रों और वेदों का अध्ययन कर अपने घर और लौट आए। उन्हे जन्म से ही अपने जीवन के उद्देश्य का क्या ज्ञान था, कि पूर्वजन्म के गुरुदेव आचार्य शंकर की सेवा ब्रह्मसूत्र के भाष्य पर टीका को पूरा करना है।

शिक्षा समाप्त होने के बाद जब वाचस्पति घर लौट आये तब उनकी माता ने कहा- “पुत्र तुम इतने वर्षों बाद आए हो, तुम मायके से अपनी पत्नी को ले आओ तो मेरे भी काम में हाथ बट जाएगा और तुम भी अपनी गृहस्ती संभालो।

वाचस्पति ने कहा - माता मेरे जन्म का उद्देश्य मेरे गुरु की सेवा को पूर्ण करना है, इसलिए मैं अभी गृहस्थी में नहीं पड़ना चाहता। आज से ही मैं टीका लिखने का कार्य आरंभ कर रहा हूं, मैं एकांत में रहूंगा, वहीं मेरे खाने पीने का इंतजाम कर देना, और जहां तक हो मुझे विक्षेप न करना। जब मेरी सेवा पूर्ण हो जाएगी तब आपकी जो भी आज्ञा होगी, मैं उसे स्वीकार कर लूंगा। “

वाचस्पति की माता भी धर्मपरायण थी, इसलिए अपने पुत्र की इच्छा पर सहमत हो गई। वो अध्ययन कक्ष में चले गए दिन-रात वहीं रहते और ब्रह्मसूत्र पर टीका लिखते रहते। इतनी लगन से वह कार्य करते रहे कि उन्हें यह कार्य करते हुए कई वर्ष हो गए। उनकी माता बहुत बूढ़ी हो गई थी, इसलिए उन्होंने स्वयं ही अपनी बहू को घर बुला लिया, परंतु वाचस्पति को इसका पता तक नहीं चल पाया। कुछ समय बाद उनकी माता का भी देहांत हो गया परंतु, उनकी बहू भी ऐसी ही धर्मज्ञ थी कि उन्होंने कभी इस बात का आभास नहीं होने दिया। वह चुपचाप पति के कक्ष मे खाना पीना रख देती और संध्या के

समय दिया जला कर आ जाती। वाचस्पति दिए की रोशनी में देर रात तक लिखते रहते। इस प्रकार ब्रह्मसूत्र के भाष्य पर टीका लिखते लिखते उन्हे 30 वर्ष बीत गए। एक दिन शाम के समय दीपक का तेल लगभग खत्म होने ही वाला था कि वाचस्पति की पत्नी ने सावधानी से उनके कमरे में आकर दिए में तेल डाल दिया, और संयोगवश उसीसमय वाचस्पति का टीका लेखन का कार्य पूरा हो गया। उनका ध्यान हटा, सिर ऊपर करके देखा कि उनके कमरे मे कोई स्त्री खड़ी है।

उन्होंने आश्चर्य से पूछा - तुम कौन हो, और यहां क्या कर रही हो?

स्त्री ने अपना परिचय देते हुए कहा- स्वामी मैं आपकी धर्मपत्नी हूं, बाल्यकाल में ही हमारा विवाह हो गया था। मेरा नाम भामती है। आपने शायद मुझे पहले कभी देखा नहीं है इसलिए आप आश्चर्य कर रहे हैं। “

तब वाचस्पति ने पूछा - मेरी माता कहां है?

पत्नी बोली- स्वामी आपकी माता का बहुत वर्षों पहले ही देहांत हो चुका है। आप अपने गुरु की सेवा में निमग्न थे, आपकी सेवा में विघ्न उत्पन्न ना हो, इसलिए मैंने आपको यह सूचना नहीं दी, इसके लिए क्षमा प्रार्थी हूं। “

वाचस्पति अपनी पत्नी भामती की सेवा से बहुत अधिक प्रसन्न हुए। उन्होंने 30 वर्षों की मेहनत से जो ग्रंथ

लिखा था, वह निकाला और उसके ऊपर कलम से लिख दिया "भामती टीका" । और अपनी पत्नी को वरदान देते हुए कहा कि यह ग्रंथ संसार मे भामती के नाम से प्रसिद्ध होगा। आज भी सनातन दर्शन और सभी विद्वानों के बीच "भामती टीका" आदरणीय है, उसकी कई प्रतिलिपियां संग्रहालयों में उपलब्ध है जो एक शिष्य का अपने गुरु के प्रति, और एक स्त्री का अपने पति के प्रति निष्ठा, सेवा और समर्पण का एक महान प्रतीक है। इस प्रकार ब्रह्म सूत्र के जिस भाष्य पर टीका लिखने का कार्य आदिशंकराचार्य जी के जीवनकाल में ही संपन्न होना था, पद्मपाद की शंका और शिष्यों के आपसी मतभेद के कारण वही कार्य उनके जाने के कई शताब्दीयों बाद पूरा हुआ, और उसके लिए एक ब्रह्मज्ञानी शिष्य सुरेश्वराचार्य जी को पुनर्जन्म लेकर आना पड़ा।

तो देखा बच्चों गुरु के निर्णय में शंका और उसमें अपनी बुद्धि द्वारा तर्क-वितर्क करके बाधा उत्पन्न करने का कितना दूरगामी परिणाम होता है। फिर पद्मपाद को अपने गुरुदेव के ऊपर शंका करने, गुरु भाई के ऊपर ईर्ष्या करने और उनकी सेवा स्वयं लेने का क्या परिणाम हुआ, जानेंगे अगले सत्र में।।
सभी बच्चे जोर से बोलेंगे - सदगुरुदेव भगवान जी की जय।

4. भजन

भजन - अब हम गाएंगे मधुर भजन -
https://www.youtube.com/watch?v=z1JnIg0K1z0&pp=ygUvYmhhamFulHNha2hpIG1hbmdhbCBnYWFvIHJpIGJ5IGFzaGFyYW1qaSBhc2hyYW0%3D

5. ज्ञान का चुटकुला

टीचर - : बच्चों, बताओ आपस में झगड़ा क्यों नहीं करना चाहिए ?

गोलू : क्योंकि पता नहीं एक्जाम में कब किस के पीछे बैठना पड जाये…!

सीख - मन लगाकर एक्जाम की तैयारी स्वयं करनी चाहिए |

6. संस्कृति सुवास :-

भारतीय संस्कृति का गौरव : गणतंत्र और संविधान

बच्चों, जैसा कि आप जानते ही हो पूरे भारत मे हर वर्ष 26 जनवरी को गणतंत्र दिवस मनाया जाता है, क्योंकि इसी दिन 1950 को हमारा संविधान बना था। पर क्या आपको यह पता है कि ‘गणतंत्र’ क्या होता है, ‘संविधान’

क्या होता है, और यह हमारे लिए इतना महत्वपूर्ण क्यों है? आईए जानते हैं।

गणतंत्र दो शब्दों “गण” और “तंत्र” से मिलकर बना है। गण माने “लोग” ,और तंत्र माने “शासन व्यवस्था” । तो गणतंत्र का मतलब हुआ लोगों के लिए लोगों के द्वारा ही बनाई गई ‘शासन व्यवस्था’ । इसी प्रकार संविधान दो शब्दों ‘समान’ और ‘विधान’ से मिलकर बना है। विधान’ माने ‘नियम कानून’ । इस प्रकार एक देश में सब लोगों के लिए समान नियम कानून लागू करने की प्रक्रिया को संविधान कहते हैं।

भारत के आजाद होने से पहले नियम कानून अंग्रेजों के बने हुए थे। वो भारतीयों को गुलाम समझते थे और उनके साथ अत्याचार करते थे, वे जबरन उनकी जमीन और धन हड़प लेते थे, किसानों पर भारी भरकम टैक्स लगाकर उन्हें लूटा जाता था, और उनके लिए किसी प्रकार की न्याय और कानून व्यवस्था नहीं थी। इसके साथ-साथ हम भारतीयों में भी आपस मे जातियों को लेकर कई भेदभाव होते थे। भारतीय संविधान लागू होने पर भारत में अपने नेता के चुनाव का अधिकार लोगों को ही दिया गया, और लोगों द्वारा चुने गए नेता ही लोगों की भलाई के लिए कार्य करते है।आज कोई भी नेता या पदाधिकारी आम जनता के साथ जबरदस्ती और

दुर्व्यवहार नहीं कर सकता। यदि कोई नेता अच्छा कार्य नहीं करता है तो उस नेता को हटाने का अधिकार भी लोगों को ही दिया गया।

इसीलिए भारत को लोकतांत्रिक गणराज्य कहा जाता है। संविधान लागू होने पर ही सभी नागरिकों के लिए समान कानून बनाया गया, किसी को भी जाति के आधार पर भेदभाव करने पर कड़ी सजा का प्रावधान भी किया गया।

26 जनवरी 1950 को देश के प्रथम राष्ट्रपति डॉक्टर राजेंद्र प्रसाद ने ध्वजारोहण कर भारत को पूर्ण गणतंत्र घोषित किया। इसके बाद से हर वर्ष इस दिन को गणतंत्र दिवस के रूप में मनाया जाता है। तो देखा बच्चों, अब आपको पता चला कि गणतंत्र दिवस क्यों इतना महत्वपूर्ण है?

7. क्या करें क्या न करें ?

पढ़ाई या जप मे मन ना लगे तो क्या करें ?

बच्चों कभी-कभी आप पढ़ाई करने या माला से जप करने बैठते हो तो, आपको उबासी आती है, थकान सी होती है, आलस आता है

तो क्या करना चाहिए? क्या पढ़ाई या माला छोड़ देनी चाहिए? नहीं। आइए यह बताते हैं कि आलस दूर करके ताजगी कैसे लाएं, जिससे आपका मन जप अथवा पढ़ाई करने में लग जाएगा।

पहले पालथी मार के बैठ जाओ, एक कीर्तन का ऑडियो चला लो, और शरीर को चक्की कि नाई गोल घुमाओ, अनाज पीसने कि हाथवाली चक्की घूमती है न गोल वाली, ऐसे थोड़ी देर घुमाओ; फिर उसकी विपरीत दिशा में भी घुमाओ, फिर अपने-आप शरीर को थोड़ी देर घूमने दो, फिर शांत होकर एक या दो बार भ्रामरी प्राणायाम करो। उसके बाद फिर से पढ़ाई या जप करना शुरू करो, देखो आपकी थकान मिट जाएगी और मन में ताजगी आ जाएगी, है ना मजेदार उपाय ?

8. साखी

हरिओम का जाप कर, कर सदगुरु का ध्यान।
निश्चय ही हो जायेंगे, तेरे पूरन काम॥

अर्थ : भगवन्नाम का जप करने से और सद्गुरुजी का ध्यान करने से निश्चय ही आपके सारे काम सफल हो जाते हैं ।

9. स्वास्थ्य सुरक्षा

तिल के तेल के औषधि-प्रयोग :-

१.तिल का तेल मुँह में १० मिनट रखने से हिलते हुए दांत भी मजबूत हो जाते हैं और पायरिया मिटता है ।

२. दांत दुखता हो तो हींग और काली जीरी को तिल के तेल के कल्क में भूनकर उसके कूल्ले करें या दांत में रुई का फाहा रखें ।

३. तिल का गुनगुना तेल एक माह तक शरीर पर मालिश करने से त्वचा में निखार आ जाता है, मेद (चर्बी) कम हो जाता है और खाज-खुजली मिट जाती है ।

४. मोम और सेंधा नमक मिला हुआ तिल का तेल पैरों की एड़ी में लगाने से वे मुलायम हो जाती है ।

५. पागल कुत्ते ने काटा हो तो मरीज को तिल का तेल, कुटा हुआ तिल, गुड़ और आंकड़े का दूध समभाग करके पिलाने से फायदा होता है ।

६. जले हुए भाग पर गरम किया हुआ तिल का तेल लगाने से भी चमत्कारिक लाभ होता है ।

७. तिल के तेल में भिगोया हुआ पट्टा बाँधने से व्रण (घाव) का शोधन व शोषण होता है ।

10. क्विज़

प्रतियोगिता - 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,- बुद्धि का विकास करने के लिए कौन सा प्राणायाम करना चाहिए? विकल्प है -

(A) कपालभाति प्राणायाम

(B) भ्रामरी प्राणायाम

(C) थल बस्ती प्राणायाम

(D) अनुलोम-विलोम प्राणायाम

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

11. गतिविधि

किस सेनानी का कोन-सा नारा ?

बच्चो, आज की गतिविधि में आपको यह मिलान करना है कि किस स्वतंत्रता सेनानी ने कौनसा नारा दिया था ?

विभाग- अ

1) तुम मुझे खून दो, मई तुम्हें आझादी दूंगा |

2) मैं आज़ाद था और आज़ाद ही रहूँगा |

3) स्वराज्य मेरा जन्मसिध्ध अधिकार है और मैं इसे लेकर ही रहूंगा

4) सरफरोशी की तमन्ना अब हमारे दिल में है, देखना है ज़ोर कितना बाज़ु-ए-क़ातिल में है.

5) इन्कलाब जिंदाबाद |

6) मैं अपनी झांसी नहीं दूंगी

विभाग- ब

राम प्रसाद बिस्मिल

रानी लक्ष्मीबाई

शहीद भगतसिंह

बाल गंगाधर तिलक

नेताजी सुभाषचन्द्र बोज़

चंद्रशेखर आजाद

गतिविधि का उत्तर

1) तुम मुझे खून दो, मई तुम्हें आझादी दूंगा |

जवाब:- नेताजी सुभाषचन्द्र बोज़

2) मैं आज़ाद था और आज़ाद ही रहूँगा |

जवाब:- चंद्रशेखर आजाद

3) स्वराज्य मेरा जन्मसिध्ध अधिकार है और मैं इसे लेकर ही रहूंगा

जवाब:- बाल गंगाधर तिलक

4) सरफरोशी की तमन्ना अब हमारे दिल में है, देखना है ज़ोर कितना बाज़ु-ए-क़ातिल में है.

जवाब:- राम प्रसाद बिस्मिल

5) इन्कलाब जिंदाबाद |

जवाब:- शहीद भगतसिंह

6) मैं अपनी झांसी नहीं दूंगी

जवाब:- रानी लक्ष्मीबाई

12. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की पंक्तियां दोहराएंगे ।

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

13. सत्संग श्रवण

सत्संग - अब हम पूज्य बापूजी के श्रीमुख से सत्संग में सुनेंगे-

उत्तरायण दक्षिणायन के मध्य में क्या?

https://youtu.be/HK8GVgwhJ0A

[42.00 - अंत तक]

14. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- सुरेशस्वराआचार्य जी का पुनर्जन्म कहां और किस रूप में हुआ?
- वाचस्पति ने माता की आज्ञा का अनुसार गृहस्थी जीवन क्यों स्वीकार नहीं किया?
- वाचस्पति ने ब्रह्मसूत्र टीका का नाम “भामती टीका” क्यों रखा?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- भारत को पूर्ण गणतंत्र घोषित किसने किया?
- संविधान क्या होता है?
- भारत को लोकतांत्रिक गणराज्य क्यों कहा जाता है?
- यदि गणतंत्र और संविधान लागू नहीं होता तो क्या होता?
- पढ़ाई या जप मे मन ना लगे तो क्या करना चाहिए?
- आज के सत्संग से हमें क्या शिक्षा मिलती है?

15. पूर्णाहूति

आरती - 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 (B). भ्रामरी प्राणायाम

****