प्रथम सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों ! कैसी रही आप सब की दीपावली ? आशा है आप ने गुरु आश्रम में दीपावली शिविर का लाभ लिया होगा । जिन बच्चों ने दीपावली शिविर का लाभ लिया, उनको बहुत-बहुत साधुवाद है, उन्होंने अन्य बच्चों की तरह छुट्टियों को व्यर्थ नहीं गवाया, बल्कि अपने आध्यात्मिक उत्थान और सर्वांगीण विकास के लिए गुरुद्वार पहुंच गए । अब समय है यह दोहराने का कि हमने शिविर में क्या सीखा, क्या पाया ? शिविर में सीखे गए जिन नियमों का हमने संकल्प किया था, हम उन्हें अपने घर पर दैनिक जीवन में भी नित्य पालन करेंगे । प्रातः कालीन जागरण, स्नान, संध्या वंदन, सूर्य-अर्घ्य, तुलसी सेवन, योगासन, जैविक घड़ी के अनुसार हम अपनी दिनचर्या जारी रखेंगे । अपना गुरु मंत्र, सारस्वत्य मंत्र अथवा जिन्होंने दीक्षा नहीं ली हुई है वे “हरि ॐ” मंत्र का नित्य जप करेंगे । रोज

माता पिता को प्रणाम करेंगे, एकाग्रता पूर्वक पढ़ाई और समय पर गृहकार्य करेंगे । आप ही देश के भावी गौरव हो, पूज्य बापूजी द्वारा बताई गई महानता की कुंजियां और अच्छे संस्कार आप जीवन में अपनाएंगे तो खूब खूब महान बनेंगे ।

बच्चों, 5 नवंबर को कार्तिक मास की पूर्णिमा के दिन देव दिवाली है और उसी दिन गुरु नानक जयंती भी है, इसलिए आज का बाल संस्कार इसी पर केंद्रित है । आज की कहानी में हम आपको बताएंगे कि सद्गुरु हमारा किस प्रकार ध्यान रखते है ? उसके बाद संस्कृति सुवाष में हम जानेंगे कि देव दीपावली का त्यौहार क्यों मनाया जाता है और इसका भारतीय संस्कृति में क्या महत्व है ? उसके बाद हम आपके लिए लेकर आए हैं विशेष नई गतिविधि “मंगलमय दर्शन वर्ग पहेली” । इसके अलावा भजन, ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न और अंत मे पूज्य गुरुदेव के श्रीमुख से सुनेंगे विशेष सत्संग ।

तो आइए, पूज्य गुरुदेव का स्मरण करते हुए शुरू करते हैं 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

सद्गुरु तुम्हारा इंतजार कर रहे हैं...

करतारपुर में सत्संगियों की भारी भीड़ में गुरु नानकजी सत्संग कर रहे थे । किसी भक्त ने ताँबे के 4 पैसे रख दिये । आज तक कभी भी नानकजी ने पैसे उठाये नहीं थे परंतु आज चालू सत्संग में उन पैसों को उठाकर दायीं हथेली से बायीं और बायीं हथेली से दायीं हथेली पर रखे जा रहे हैं । नानकजी के शिष्य बाला और मरदाना चकित-से रह गये । ताँबे के वे 4 पैसे, जो कोई 10-10 ग्राम का एक पैसा होता होगा, करीब 40 ग्राम होंगे ।

नानकजी बड़ी गम्भीर मुद्रा में बैठे हुए सत्संग करते हुए पैसों को हथेलियों पर अदल-बदल रहे हैं । वे यह उसी समय कर रहे हैं, जिस समय सैकड़ों मील दूर उनका भक्त जो किराने का धंधा करता था, उसके द्वारा वजीर के लड़के को बेची गयी शक्कर राजा और वजीर के सामने तौली जा रही थी । उस व्यापारी भक्त ने वजीर के लड़के को जो शक्कर तौलकर दी थी, वह किसी असावधानी से रास्ते में थैले से ढुल गयी । वजीर ने शक्कर तौली तो 4 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 आपके द्वार तो नहीं पहुँच सकता हूँ परंतु आप मेरे दिल के द्वार पर हो, मेरी रक्षा करो । मैंने तो व्यवहार ईमानदारी से किया है लेकिन अब शक्कर रास्ते में ही ढुल गयी 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 ! आपकी तो सदा मीठी नजर रहती है ।’

व्यापारी ने सच्चे हृदय से अपने सद्‌गुरु को पुकारा । नानकजी 4 पैसे ज्यों दायीं हथेली पर रखते हैं त्यों जो शक्कर कम थी वह पूरी हो जाती है । वजीर, तौलनेवाले तथा राजा चकित हैं । पलड़ा बदला गया । जब दायें पलड़े पर शक्कर का थैला था वह उठाकर बायें पलड़े में रखते हैं तो नानकजी 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 कोई 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 गुनाहगार 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 सत् 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 ।

सच्चे हृदय की प्रार्थना, जब भक्त सच्चा गाये है ।
भक्तवत्सल के कान में, वह पहुँच झट ही जाय है ।।

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

4. भजन / पाठ

आज हम एक भजन गायेंगे -

सद्गुरु जैसा परम हितैषी, कोई नहीं संसार में...

https://youtu.be/sFyDV5aodAg

5. ज्ञान का चुटकुला

टीचर : तुमने कभी कोई अच्छा, नेक काम किया है ?

छात्र :- हाँ सर, कल ही तो एक बुजुर्ग धीरे - धीरे अपने घर जा रहे थे, मैंने उनके पीछे कुत्ता लगा दिया वो बहुत जल्दी घर पहुँच गए !!

सीख : हमें अच्छे काम करने चाहिए । दूसरों को परेशानी हो ऐसे काम कभी नहीं करना चाहिए ।

6. संस्कृति सुवास :-

देव दीपावली का त्यौहार

दीपावली के ठीक पंद्रह दिन बाद कार्तिक मास की पूर्णिमा के दिन देव दीपावली का त्यौहार आता है । पूर्व काल में त्रिपुरासुर नामक एक भयंकर राक्षस ने स्वर्ग, देवस्थानों और सभी लोकों पर अपना अधिकार जमा लिया था । फिर भगवान शिव ने इसी कार्तिक पूर्णिमा के दिन उसका वध किया था और देवताओं और सभी लोकों की रक्षा की थी । तभी से यह दिन देव दीपावली महोत्सव के रूप में मनाया जाता है । पवित्र नगरी

वाराणसी यह पर्व बहुत धूमधाम से मनाया जाता है । देव दीपावली पर इस शुभ दिन गंगा में पवित्र डुबकी लगाते हैं तथा संध्याकाल में दीप प्रज्वलित करते हैं । जब सन्ध्या ढलती है, तो गंगा के तट और बनारस के सभी मन्दिर भी लाखों दीयों से जगमगा उठते हैं । इस पर्व का महत्व अभी कार्तिक मास की अमावस्या की दीपावली के समान ही होता है । इस दिन हमें दीपावली के समान ही लक्ष्मी जी की पूजा के साथ भगवान शिव की पूजा भी करनी चाहिए । घर में दिये जगाने चाहिए और पुण्य में वातावरण बनाना चाहिए ।

7. स्वास्थ्य सुरक्षा

मालिश

बच्चों, अब सर्दी का मौसम आने वाला है। सर्दी में मालिश विशेष लाभदाई होती है ।

- नियमित मालिश से रक्त-प्रवाह बेहतर होता है, इससे त्वचा निरोग, झुर्रियों से रहित, कांतिपूर्ण और स्वच्छ रहती है, शक्ति और स्फूर्ति बनी रहती है, थकावट दूर होती है।

- शरीर दुबला हो तो पुष्ट व सुडौल होता है । अनिद्रा, शारीरिक दर्द, हाथ-पैरों का कम्पन में लाभ होता है ।
- मालिश जमीन पर चटाई बिछाकर, बैठकर ही करनी चाहिए, खड़े-खड़े या चलते-फिरते नहीं ।
- मालिश करने के लिए हाथ नीचे से ऊपर को चलायें, तात्पर्य है कि हृदय की तरफ रक्त का प्रवाह हो ऐसा प्रयास करना चाहिए ।
- मालिश के समय पेट खाली होना चाहिए, सुबह शौच के बाद और स्नान से पहले मालिश करना सर्वश्रेष्ठ होता है ।
- मालिश के 10-20 मिनट बाद गुनगुने पानी से स्नान करना चाहिए ।
- प्रतिदिन पूरे शरीर की मालिश सम्भव न हो तो सिर व पैर के तलवों की मालिश करें व नाभि और कान में शुद्ध सरसों का तेल डालना चाहिए ।
- भोजन के तुरंत बाद कभी भी मालिश नहीं करना चाहिए । मालिश के बाद ठंडी हवा में न घूमें ।

- बुखार, कब्ज, अजीर्ण, कफ में तथा उपवास या रात्रि जागरण किये हुए, बहुत थके हुए व्यक्ति को तेल-मालिश नहीं करनी चाहिए ।

8. साखी :-

जे सौ चंदा उगवे, सूरज चढ़े हजार ।
एते चानन होन्दिया, गुरु बिन घोर अंधार ।।

यदि सौ चंदा उगें, या हजार सूर्य उगें परंतु इतना प्रकाश होने पर भी श्री गुरुदेव के बिना घोर अंधकार ही रहता है !!

\- गुरु नानकजी

9. क्या करें, क्या नहीं ?

कार्तिक मास में क्या करें ?

- स्कन्द पुराण में लिखा है : 'कार्तिक मास के समान और कोई मास नहीं है, सत्ययुग के समान कोई युग नहीं है,

वेदों के समान कोई शास्त्र नहीं है और गंगाजी के समान दूसरा कोई तीर्थ नहीं है ।'

- कार्तिक मास में सूर्योदय से पूर्व किया गया स्नान बहुत पुण्यदायी होता है परंतु यदि कोई सभी दिन स्नान ना कर पाए तो त्रयोदशी, चौदस और पूनम ये तीन दिन सुबह सूर्योदय से पूर्व स्नान कर लेने से पूरे कार्तिक मास के स्नान के पुण्यों की प्राप्ति होती है । इन तीन दिन विष्णु सहस्रनाम पाठ और गीता का पाठ भी अत्यंत प्रभावशाली और पुण्यदायी होता है ।
- 2 नवंबर को देवउठनी एकादशी भी है । उस दिन से प्रारंभ करते हुए 5 नवंबर कार्तिक मास की पूर्णिमा तक सूर्योदय से पूर्व स्नान अवश्य करना चाहिए, इससे ओज, तेज, आयु, बल और बुद्धि की वृद्धि होती है ।

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,-

“निम्नलिखित में से कौन सी रचना गुरु नानक देव जी की है?”

विकल्प है -

[a] जप जी साहिब [b] खालसा महिमा

[c] विवेकचूड़ामणि [d] आत्मबोध

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

11. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम सभी श्री आशारामायणजी 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-

नानकजी का प्रभुप्रेम

https://youtu.be/imD-bgRsP38

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- बच्चों दीपावली शिविर में आपने क्या सीखा ? सभी बच्चे एक-एक करके में बताएंगे ।
- गुरु नानकजी कहाँ सत्संग कर रहे थे ?
- व्यापारी ने गुरु नानकजी को क्या प्रार्थना किया ?
- कैसी प्रार्थना भक्तवत्सल के कान में झट ही पहुँच जाती है ?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- देव दीपावली का त्यौहार क्यों मनाया जाता है ?
- देव दीपावली के दिन क्या करना चाहिए ?
- मालिश करने से क्या लाभ होता है ?
- मालिश किस प्रकार करना चाहिए ?
- आज के सत्संग से हमें क्या सीख मिलती है ?

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 - [a] जपुजी साहिब

एक सिख प्रार्थना है जो गुरु ग्रन्थ साहिब के आरम्भ में है।

इसकी रचना गुरु नानक देव ने की थी।

****

दूसरा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों, हमारा आज का बाल संस्कार केंद्रित है "मेरा-तेरा" विषय पर । क्या आपको पता है, हम जितना अधिक 'मेरा-मेरा' कहते हैं उतने ज्यादा फँसते जाते हैं । मन में जितना जितना मेरेपने का भाव अधिक होता है, उतना उतना यह जीव जन्मों की परम्परा में जाता है और समय की धारा में सब 'मेरा-तेरा··· हैशो-हैशो' करते प्रवाहित हो जाता है । जिसका सब कुछ है वह परमात्मा अपना है, बाकी सब धोखा है । एक रेलगाड़ी का यात्री, जो बक्शा उसका नहीं है उसे भी 'मेरा है' ऐसा कह देता है फिर क्या होता है यह आज हम आपको कहानी में सुनाएंगे ।

फिर हम गायेंगे एक मधुर भजन- तेरा ही था, तेरा ही हूँ, तेरा रहूँगा में...। जप कैसे करें- यह हम जानेंगे क्या करें क्या ना करें में । आज की गतिविधि से हम समझेंगे की "मेरा तेरा" की भावना रखने से जीवन कैसा बनता है ! इसके अलावा ज्ञान का चुटकुला, प्रतियोगिता प्रश्न, संस्कृति सुवास और साखी

। अंत में हम बापूजी के श्री मुख से सत्संग सुनेंगे- जीवन की सभी समस्याओं का समाधान...!!

तो आइये, 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 - जो कुछ है सो तोर...

मुंबई स्टेशन पर रेलगाड़ी खड़ी थी । एक अनजान आदमी आया, उसने ट्रेन में एक बक्सा रखा और एक यात्री को कहा: "इसे जरा देखना, मैं आता हूँ ।" समय हुआ, गाड़ी चल पड़ी; कई स्टेशन निकल गये पर वे महाशय आये नहीं ।

आखिर मुंबई से निकली गाड़ी चेन्नई पहुँची । यात्री उतर गये पर बक्सा पड़ा रहा । इस यात्री ने सोचा कि 'वह तो आया नहीं । चलो, अपन ही बक्सा उठवा लो ।" यात्री ने कुली को कहा : "यह सामान भी ले चलो ।"

सामान के साथ थोड़ा बाहर आया तो लगेजवालों ने पकड़ा कि "एक टिकट पर इतना सारा वजन है ! किसका माल है ?"

इसने कहा : “हमारा है ।”

और लगेज वालों ने 7 रुपये 6 आने की एक पर्ची फाड़ दी अतिरिक्त वजन के लिए ।

फिर बाहर निकला तो कस्टम वालों ने पूछा : “इतना माल किसका है ?”

यात्री ने कहा: “मेरा है ।”

“बक्से में क्या है ?”

“चाबी गुम हो गयी है । “

“चाबी गुम हो गयी तो क्या है ? खोलो इसे“

ताला तोड़ा तो अंदर से लाश निकली । अब वह कितना ही कहे कि ‘मेरा नहीं है, मेरा नहीं है…’ तो भी दफा ३०२ का मुकदमा बन गया । क्योंकि पहले उसने ‘मेरा’ कह दिया न ?

ऐसे ही हम लोग दिन में न जाने कितनी बार ‘मेरा, मेरा, मेरा’ कहते हैं और हम लोगों के ऊपर भी ३०२ के न जाने कितने मुकदमे दर्ज हो जाते हैं ! उस यात्री पर ३०२ का केस बनता है तो उसको एक बार उम्रकैद की सजा मिलेगी लेकिन हमको तो ८४-८४ लाख जन्मों की सजा मिलती रहती है । उसने तो एक बक्से को ‘मेरा’ कहा किंतु हमने तो न जाने कितनों को ‘मेरा’ कहा होगा । यह मकान मेरा है… यह घर मेरा है… रुपये मेरे हैं… गहने मेरे हैं… गाड़ी मेरी है… ।

देह तो बनी है माया की मिट्टी से, मन बना है माया के सूक्ष्म तत्वों से, उस अनन्त की हवाएँ लेकर तू अपने फेफड़े चला रहा है, उस परमात्मा की सत्ता से सूर्य की किरणें तुझे जिला रही हैं । तेरा अपना क्या है ? सच पूछो तो यह सब देनेवाले परमात्मा की अद्भुत करुणा से प्राप्त है ।

जिसकी सत्ता से यह सब लीला हो रही है वह परमात्मा तेरा है । तू उसकी ठीक से स्मृति बना ले तो तेरी ज्ञानमयी दृष्टि जिनपर पड़ जायेगी उनका भी कल्याण होने लगेगा ।

सभी बच्चे जोर से बोलेंगे श्री सदगुरुदेव भगवान की जय....

4. ज्ञान का चुटकुला :

टीचर- संजू यमुना नदी कहाँ बहती है ?

संजू- जमीन पर ।

टीचर- नक्शे में बताओं कहाँ बहती है?

संजू नक्शे में कैसे बह सकती है, नक्शा गल नहीं जाएगा !!

सीख :- बुद्धि का प्रयोग करके किसी भी प्रश्न का जवाब देना चाहिए ।

5. संस्कृति सुवास

सुषुप्त शक्तियों का विकास

- पहले के गुरुकुलों में लौकिक विद्या के साथ साथ विद्यार्थियों की सुषुप्त शक्तियाँ भी जाग्रत हों, ऐसी व्यवस्था थी । इसीलिए गुरुकुल में पढ़ा हुआ विद्यार्थी प्रमाणपत्र लेकर नौकरी के लिए । धक्के नहीं खाता था । जहाँ भी, जिस किसी क्षेत्र में जाता सफलता अर्जित करता था । आजकल तो बेचारे कई जवान प्रमाणपत्र लेकर घूमते रहते हैं किंतु नौकरी के ठिकाने नहीं होते । नौकरी मिलने पर भी पदोन्नति की चिंता और तबादले का डर तो बना ही रहता है ।
- यदि आज का विद्यार्थी इस बात को समझ ले और पहुँच जाय किन्हीं ब्रह्मवेत्ता महापुरुष के चरणों में तो वह आज भी अपनी सुषुप्त शक्तियों को जाग्रत करने की कुंजियाँ पाकर अपने जीवन को व औरों को भी समुन्नत कर सकता है ।

- सारस्वत्य मंत्र के प्रभाव से बुद्धि कुशाग्र होती है, स्मरणशक्ति विकसित होती है । ग्रीष्मकालीन अवकाश में या अन्य छुट्टियों के समय सारस्वत्य मंत्र का अनुष्ठान करके बच्चे इसका अधिकाधिक लाभ उठा सकते हैं ।

6. 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,- "न बोलने में .... गुण" विकल्प है -

A) 10

B) 12

C) 19

D) 9

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

7. क्या करें, कैसे करें ?

जप कैसे करें ?

- जप में मंत्र का स्पष्ट उच्चारण करो।
- जप में न बहुत जल्दबाजी करनी चाहिए और न बहुत विलम्ब।
- गाकर जपना, जप के समय सिर हिलाना, लिखा हुआ मंत्र पढ़कर जप करना, मंत्र का अर्थ न जानना और बीच में मंत्र भूल जाना.. ये सब मंत्रसिद्धि के प्रतिबंधक हैं।
- जप के समय यह चिंतन रहना चाहिए कि इष्टदेवता, मंत्र और गुरुदेव एक ही हैं।

8. साखी :-

मेरा मुझ में कुछ नहीं, जो कुछ है सो तोर
तेरा तुझ को सोंप दें, क्या लागत है मोर...!!

9) भजन

भजन - अब सभी बच्चे गाएंगे प्यारा सा भजन - तेरा ही था, तेरा ही हूँ, तेरा रहूँगा मैं...

https://youtu.be/K2gRcEPVrGY

10) गतिविधि :-

'वासुदेव: सर्वम ।'

सामग्री : नमक । एक गिलास पानी । एक घड़ा/ पानी का बड़ा पात्र ।

शिक्षक एक बच्चे को आगे बुलायें।

शिक्षक : "यह लो एक गिलास पानी, इसमें २ चम्मच नमक डालो और अब उसका स्वाद चखो । कैसा है?

बहुत खारा है न?

बच्चा : "हाँ,जी।

फिर शिक्षक उसी बच्चे को पास में रखे मटके या पानी के बडे पात्र के पास ले जाये । शिक्षक 'अब उतना ही नमक लेकर मटके के पानी में डालकर उसे चखकर बताओ । कैसा लगा इसका स्वाद ?

बच्चा : "कोई विशेष अंतर नहीं लगा । पानी तो ज्यों-का-त्यों मीठा ही लग रहा है।

शिक्षक : "बच्चों ! जीवन के दुःख नमक की तरह हैं, खारे हैं। यदि आप उन दुःखों को संकीर्ण वृत्तिरूपी गिलास में डालोगे, 'तेरे-मेरें के पानी में मिलाओगे तो आपका जीवन खारा, ढुःखों ' से भरा ही दिखेगा । लेकिन यदि आप अपनी वत्ति को व्यापक ब्रह्मरूपी मटके में ले आओगे, 'तेरे-मेरे' की भावना से अपनी वृत्ति को ऊपर उठकर 'वासुदेव: सर्वम ।' की विशाल भावना रखोगे तो उसमें आया हआ आपको दुःख नहीं लगेगा ।"

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 - जीवन की सभी समस्याओं का समाधान ...

https://youtu.be/bmScPQDTbFk

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- कौनसे स्टेशन से गाड़ी निकली थी ?
- यात्री ने उस बक्शे के विषय में क्या कहा ?
- यात्री पर कौनसी धारा लगी ? क्यों ?
- आज के जवान प्रमाणपत्र लेकर घूमते रहते है फिर भी नौकरी नहीं मिलती इसका क्या कारण है ?
- 'वासुदेव सर्वं' इति - का अर्थ बताओ ।
- जप कैसे करना चाहिए ?
- जप करते समय मन में क्या चिंतन होना चाहिए ?
- आज के सत्संग से हमें क्या सीख मिलती है ?

14. पूर्णाहूति

दीपज्योति एवं आरती

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 । ज्ञान-विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न का सही उत्तर है ।

D) 9

****