तीसरा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों, आज का हमारा बाल संस्कार केंद्रित है हमारे प्रिय त्यौहार दीपावली पर। जो कि इसबार 20 अक्टूबर को है।

आज की कहानी में हम आपको बताएंगे कि माता लक्ष्मी का प्राकट्य किस प्रकार हुआ और माता लक्ष्मी जी किस पर प्रसन्न होती हैं? फिर हम जानेंगे कि दीपावली के पर्व पर क्या करना चाहिए और क्या नहीं करना चाहिए ? उसके बाद हम आपके लिए लेकर आए हैं विशेष नई गतिविधि "मंगलमय दर्शन वर्ग पहेली" ! फिर हम आपको बताएँगे कि आग या पटाखे से जल जाए तो क्या करना चाहिये ?

इसके अलावा भजन, ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न और अंत मे पूज्य गुरुदेव के श्रीमुख से सुनेंगे दीपावली विशेष सत्संग ।

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 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 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

अब हम सभी बच्चे भगवती सरस्वती की वंदना करेंगे -

(लिंक :- https://youtu.be/DySzqHwNCxU)

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

https://youtu.be/XxWfEjHbqCI

3) आओ सुनें कहानी

कहानी : देवी लक्ष्मी की उत्पत्ति कथा

एक बार देवराज इंद्र अपने हाथी पर सवार होकर कंही जा रहे थे । मार्ग में उन्हें ऋषि दुर्वासा से भेंट हो गई, दोनों से एक दुसरे का अभिवादन किया । ऋषि दुर्वासा ने इंद्र को एक दिव्य पुष्पमाला भेंट की । जाते समय इंद्र ने उस माला को हाथी के मस्तक पर रख दिया । पुष्प की गंध से हाथी मतवाला हो गया, हाथी ने अपनी सुन्ड से माला को नीचे फेक दिया और अपने पेरों से उसे कुचल दिया । यह देख कर ऋषि दुर्वासा क्रोधित हो गए ।

ऋषि दुर्वासा - इंद्र, तुमने एक ऋषि की भेंट का अपमान किया है, में तुम्हे श्राप देता हूं कि तुम 'श्री' हीन हो जाओगे ।

ऋषि के श्राप से देवता आलसी और विलासी हो गए, इस अवसर का लाभ उठाते हुए असुरों ने उनपर आक्रमण कर दिया और उनसे सारा स्वर्ग वैभव छीन लिया । सभी देवता निस्तेज होकर वहां से भाग गए । तब सभी देवताओं ने ब्रम्हाजी को आगे करके बैकुंठ लोक में भगवान विष्णु से प्रार्थना की - हे श्री हरि !! सभी देवता निस्तेज होकर अपने स्वर्ग वैभव को खो कर आपकी शरण में आएँ है, हम सबकी रक्षा करें प्रभू ।

सबके पालनहार श्री हरि ने उनकी व्यथा सुनी और कहा - हे देवताओं, इस समय असुर बलवान है । तुम उनके साथ संधि कर के क्षीरसागर का मंथन करो । समुद्र मंथन से भगवती लक्ष्मी प्रकट होगी, उनके आशीर्वाद से तुम सब को अपना खोया हुआ वैभव और सम्रद्धि पुनः मिल जाएगी, तुम पहले से अधिक तेजस्वी हो जाओगे। यह कह कर भगवान अंतर्ध्यान हो गए ।

तब देवराज इंद्र ने देत्यराज बलि से भेंट-वार्ता की - हे देत्यराज, यदि देवता और असुर साथ मिलकर समुद्र मंथन करें तो अमृत निकलेगा साथ ही कई बहुमूल्य रत्न और निधियां निकलेगी जिन्हें हम आपस में बाँट लेंगे । असुरों को उनकी बात जच गई और वे मंथन के लिए राजी हो गए ।

देव और असुर सब ने अपनी शक्ति से मिलकर स्व्रन्र्मय मंदराचल पर्वत को उठाकर समुद्र में डाल दिया। भगवान विष्णु ने कच्छप अवतार लेकर उस पर्वत को अपनी

पीठ पर रोक लिया। उसके बाद नागों के राजा वासुकि को उस पर्वत के चारों ओर लपेट दिया । फिर जेसे घोटनी और नेति की सहायता से मक्खन निकला जाता है, वेसे ही देवता और असुर मंदराचल पर्वत को वासुकि नाग से घुमाकर मंथन करने लगें। सागर-मंथन से सबसे पहले हलाहल नामक विष निकला जिसे स्वयं महादेव ने पी लिया और अपने कंठ में ही उसे रोक लिया। तब से वे नीलकंठ के नाम से भी जाने जाते हैं। फिर उच्चैःश्रवा सात मुख वाला घोड़ा निकला जिसे राजा बलि ने अपने पास रख लिया।

फिर ऐरावत हाथी निकला जिसे इंद्र देव को दे दिया गया। यही इंद्र का वाहन है। फिर कौस्तुभ मणि निकली जिसका तेज केवल भगवान विष्णु सहन कर सकते थे, इसलिए उन्होंने इस मणि को धारण किया।

फिर कामधेनु गाय निकली, यह गाय ऋषियों को दे दी गई। फिर अप्सरा रंभा, वारुणी देवी, चंद्रमा, पारिजात पुष्प और कल्पवृक्ष आदि कई निधियां निकली. सबके बाद समुन्द्र मंथन से माता लक्ष्मी जी कमल पुष्प की माला हाथ में लेकर प्रकट हुई । देवी लक्ष्मी की अद्भुत छटा को देख कर सभी देवता और असुर सभी आश्चर्यचकित रह गए। तब देवराज इंद्र ने माता लक्ष्मी का पूजन किया और उनको एक सुंदर कमल का आसन प्रदान किया, सभी देवताओं और ऋषियों ने माता लक्ष्मी की

स्तुति और उनका पूजन किया और सबने उन्हें वस्त्र, पुष्प, श्रृंगार आभूषणों आदि भेंट किये । साज़ श्रृंगार और आभूषणों से लदी लक्ष्मी जी ने चारों ओर अपनी दृष्टि घुमायी, जब उनकी नज़र भगवान नारायण पर पड़ी और तो उन्होंने अपने हाथ में पकड़ी हुई कमल की माला को उनके गले में डाल दिया और उन्हें अपना स्वामी मान लिया । भगवान नारायण ने भी माता लक्ष्मी को अपनी अर्धांगिनी स्वीकार कर लिया । जब देवता माता लक्ष्मी का पूजन और स्तुति कर रहे थे उस समय असुर काम से आतुर होकर उन्हें पाने की लालसा कर रहे थे । इसलिए माता लक्ष्मी असुरों से रुष्ठ हो गई । जबकि देवताओं पर अति प्रसन्न हुई और उन्हें आशीर्वाद प्रदान किया ।

समुद्र मंथन में सबसे अंत में भगवान धन्वंतरी अमृत कलश लेकर प्रकट हुए । तब श्री हरि ने मोहिनी रूप धारण कर असुरों से छल कर वह अमृत को देवताओं को पिला दिया। तब देवता ने पुनः असुरों पर आक्रमण किया । अमृत के प्रभाव और माता लक्ष्मी जी आशीर्वाद के प्रभाव से उन्हें अपना स्वर्ग, वैभव, सम्रद्धि और तेज पुनः प्राप्त हुआ ।

सभी बच्चे जोर से बोलेंगे लक्ष्मी नारायण की जय, सतगुरु देव भगवान की जय...

4. साखी :

आसोज सुद दो दिवस, संवत् बीस इक्कीस ।
मध्याह्न ढाई बजे, मिला ईस से ईस ।।
देह सभी मिथ्या हुई, जगत हुआ निस्सार ।
हुआ आत्मा से तभी, अपना साक्षात्कार ।।

5. ज्ञान का चुटकुला

चिंटू की दीदी - चिंटू, क्या तुम्हारे पेट दर्द कर रहा है?

चिंटू - नहीं तो ।

“तो क्या सर दर्द कर रहा है” ?

“नहीं ।”

“जुकाम बुखार है?”

“नहीं, बार बार क्यों पूछ रही हो, दिखाई नहीं दे रहा मैं एकदम ठीक हूं?”

“हाँ तो ठीक है फिर चल, दीवाली की सफाई में मदद कर । पिछली साल तुम ये ही बहाने बनाकर कमरा बंद करके सो गए थे ।”

सीख : बहाने नहीं बनाना चाहिए, घर के काम में बड़ों की मदद करनी चाहिए ।

6. संस्कृति सुवास

माता लक्ष्मी प्रसन्न किस पर प्रसन्न होती हैं?

बच्चों, जिस पर माता लक्ष्मी प्रसन्न हो जाती है, उसके जीवन में कभी दरिद्रता नहीं आती। देवी लक्ष्मी के आशीर्वाद से धन, सुख, समृद्धि और ऐश्वर्य की प्राप्ति होती है । लेकिन क्या आपको पता है, माता लक्ष्मी किस पर प्रसन्न होती है?

यही बात एक बार देवराज इंद्र और वरुण देव नारदजी ने माता लक्ष्मी से पूछा : महेश्वरी ! आप ही बताइये कि आप किस पर प्रसन्न होती हैं?

माँ लक्ष्मी बोली : -

समझदार लोग उद्योग से मुझे पाते हैं, दान से मेरा विस्तार करते हैं, संयम से मुझे स्थिर बनाते हैं और सत्कर्म में मेरा उपयोग करके हरि को पाने का यत्न करते हैं।

- जहाँ मनुष्य सूर्योदय से पहले स्नान करते हैं, सत्य बोलते हैं, कर्त्तव्य और वचन पालन में दृढ़ता रखते हैं, वहाँ मैं निवास करती हूँ ।
- जो भगवान के नाम का जप करते हैं, पूर्वकाल में चाहे कितना भी पापी रहा हो, परंतु जो अभी संत और शास्त्रों के अनुसार पुरुषार्थ करते हैं, मैं उसके जीवन में आती हूँ ।
- जो सुबह झाड़ू-बुहारी करके घर को साफ-सुथरा रखते हैं, इन्द्रियों को संयम में रखते हैं, भगवान के प्रति श्रद्धा रखते हैं, किसीकी निंदा न तो करते हैं न ही सुनते हैं, जरा-जरा बात में क्रोध नहीं करते हैं, जिनका दयालु स्वभाव है और जो विचारवान हैं, उनके वहाँ मैं स्थिर होकर रहती हूँ ।
- जो पर्वों के दिन घी और मांगलिक वस्तुओं का दर्शन करते हैं, धर्मचर्चा करते हैं, जो परोपकार के लिए दान देने को तत्पर रहते हैं, उन पर मैं प्रसन्न रहती हूँ ।

- जो दिन में अकारण नहीं सोते, रोगी को सांत्वना देते हैं, पीड़ित और थके-हारे को ढाढ़स बँधाते हैं, ऐसों पर मैं प्रसन्न रहती हूँ ।
- जो दुर्जनों के संग से अपने को बचाते हैं, और सज्जनों का संग करते हैं और नारायण का ध्यान करते हैं, उनके वहाँ मैं बिना बुलाये वास करती हूँ।
- जिनके पास विवेक हैं, उत्साह हैं, जो अहंकार से रहित हैं, और आलस्य नहीं करते हैं वहाँ मैं प्रयत्नपूर्वक रहती हूँ ।
- इसके विपरीत, जो जरा-जरा बात में खिन्न होता है, अपने वचनों से मुकर जाता है, आलसी होता है, दगाबाज और पराश्रित होता है, राग-द्वेष में पचता रहता है, ईश्वर-गुरु-शास्त्र से विमुख होता है, उससे मैं मुख मोड़ लेती हूँ ।
- जो मुझे स्थिर रखना चाहते हैं, उन्हें रात्रि को घर में झाड़ू-बुहारी नहीं करनी चाहिए । “

इस संवाद को जो भी सुनेगा, सुनायेगा उस पर लक्ष्मीजी प्रसन्न रहेंगी और उसे नारायण की भक्ति प्राप्त होगी।

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- **“**श्रीमद भगवद गीता के अनुसार आत्मज्ञान के लिए कौनसे तीन मार्ग है**?**”

(A) विषादयोग, समत्वयोग, कर्मयोग

(B) ज्ञानयोग, कर्मयोग, भक्तियोग

(C) a और b दोनों सही

(D) a और b दोनों गलत

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

8. क्या करें क्या नहीं ?

आग से शरीर का कोई अंग जल जाए तो क्या करें ?

बच्चों, दीपावली के दिनों में पटाखे, दीये आदि से या अन्य दिनों में आग से शरीर का कोई अंग जल जाये तो जले हुए स्थान पर तुरंत कच्चे आलू का रस लगाना व उसके टुकड़े

पीड़ित स्थान पर रखना। इससे न फोड़ा होगा न मवाद बनेगा न ही मलहम या अन्य औषधियों की आवश्यकता होगी। है ना बढ़िया उपाय ?

9) भजन

अब हम सभी पाठ करेंगे- मनी आज अच्छी दिवाली हमारी... https://youtu.be/eb-HfCAlgeY

10) गतिविधि

मंगलमय दर्शन

दीपावली के दिन, नूतन वर्ष के दिन मंगलमय चीजों का दर्शन करना भी शुभ माना गया है, पुण्य-प्रदायक माना गया है। ऐसी कोई भी 10 चीजों के नाम बताइए ।

11. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की कुछ पंक्तियां दोहराएंगे । https://youtu.be/bI57Gh3T4ps

12. सत्संग श्रवण

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

आत्म साक्षात्कार की पावन कहानी- पूज्य बापूजी की ज़ुबानी

https://youtu.be/F8_5BOp5uU4

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- देवता असुरों से क्यों हार गए?
- भगवान श्री हरि ने देवताओं को खोई हुई सम्रद्धि पाने के लिए क्या उपाय बताया?
- आज कि कहानी में भगवान विष्णु कोनसे अवतारों का नाम आता है?
- समुद्र मंथन से कोनसी निधियां निकली?
- माता लक्ष्मी देवताओं पर प्रसन्न क्यों हुई?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- माता लक्ष्मी किस पर प्रसन्न होती हैं?
- माता लक्ष्मी किस को छोड़ कर चली जाती हैं?

- नरक चतुर्दशी के दिन क्या करना चाहिए?
- दीपावली के दिन क्या करना चाहिए?
- दीपावली को लक्ष्मी प्राप्ति के लिए किस मंत्र का जप करना चाहिए?
- शरीर का कोई अंग आग से जल जाए तो क्या करना चाहिए?
- आज के सत्संग से हमें क्या शिक्षा 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 ।**

उत्तर: (**B**) ज्ञानयोग, कर्मयोग, भक्तियोग

- **गतिविधि के जवाब :-**

१) गुरु मूर्ति २) दूध ३) दहीं ४) घी ५) कलश ६) शंख ७) बछड़े सहित की गाय ८) सुन्दर वेशभूषा ९) पघडी १०) दर्पण

(मंगलमय दर्शन की कोई भी चीज यहाँ जवाब में ले सकते है !)

चौथा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों !! आज के अध्याय में हम मिलारेपा के जीवन पर आधारित श्रृंखला को आगे बढ़ते हैं । मिलारेपा नागोप्पा के पास गया था और उन्होंने उसको जो सेवा दी उसमें फिर उसने नरसंहार कर दिया, फिर आगे क्या हुआ, यह हम जानेंगे आज की कहानी में ।

फिर संस्कृति सुवाष में आज हम जानेंगे भारतीय नस्ल की गायों के बारे में । उसके बाद हम आपको बतायेंगे गोपाष्टमी के दिन क्या करना चाहिए? इसके अलावा ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञान प्रतियोगिता प्रश्न, भजन और अंत मे पूज्य बापूजी के श्री मुख से सत्संग में सुनेंगे गोपाष्टमी की

दिव्य कथा !! - 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

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 - मिलारेपा का पश्च्यातापा

सूत्रधार - मिलारेपा अब एक ऐसी जगह पर खड़ा था, जहां एक तरफ बुढ़िया खुशी से झूम रही है, तो दूसरी तरफ सभी गांव वाले अपनी नष्ट हुई खेती को देखकर बिलख-बिलख कर रो रहे हैं । मिलारेपा बस खड़े-खड़े देख रहा है और भीतरी ही भीतर ग्लानी से भर रहा था ।

इतने में बुढ़िया ने मिलारेपा से कहा -
बुढ़िया - युवक तुम चमत्कारी पुरुष हो, मैंने तुम्हारा चमत्कार देखा है, तुमने ही मेरे खेत की इस प्रकोप से रक्षा की है । मेरी तुमसे विनती है कि तुम अपनी शक्तियों का उपयोग करके इस पुरे गाँव को वापस पहले जैसा कर दो; ये लोग जैसे भी है पर उनके भी परिवार है छोटे-छोटे बच्चे हैं, तुम इनके नष्ट हुए पशुओं को वापस जीवित कर दो ।

सूत्रधार - बुढ़िया की विनती यह विनती सुनकर मिलारेपा के हाथ पांव कंपने लग गए, वह घुटनों की बल नीचे बैठ गया और फूट फूट कर रोते हुए कहने लगा -

मिलारेपा - माता में यह सब वापस ठीक नहीं कर सकता हूं, यह विद्या मुझे नहीं आती है ।

सूत्रधार - वह देखता है कि चारों तरफ खेतों में पशु पक्षी बर्फ की चादर पर मरे पड़े हैं, लोगों की क्रंदन आवाजे आ रही है, और वह कुछ नहीं कर सकता । वह आत्म ग्लानि से भर गया । फिर वह उठा और पागल सा होकर दौड़ने लगा, दौड़ते दौड़ते वह महात्मा नागोपा के आश्रम के द्वार आकर घुटनों के बल बेठ गया और फिर से फूट फूट कर रोने लगा । महात्मा ध्यान में बैठे थे, उसके रोने की आवाज सुनकर उन्होंने आँखे खोली और उसके सामने द्वार पर गए । मिलारेपा ने उनके चरणों को पकड़ लिया और रोते हुए कहने लगा -

मिलारेपा - हे महात्मा ! मैं तो आपके पास उत्तम ब्रह्मविद्या लेने आया था लेकिन यह कैसा नीच काम मेने कर डाला; ना जाने कितने प्राणियों की हत्या मैंने कर डाली । मैं भीतर ही भीतर अशांति की आग में तप रहा हूं,मेरी रक्षा कीजिए गुरुदेव ।

सूत्रधार - महात्मा नागोपा ने मिलारेपा को उठाया और कहा -

महात्मा नागोपा - मिलारेपा तुम मेरी आज्ञा से वहां गए थे, परंतु तुमने मेरे वचनों का अलग ही अर्थ लगा लिया परंतु अब तुम वापस मेरी शरण में आ गए हो तो तुम्हारे समस्त पापों की जिम्मेदारी मैं स्वयं लेता हूं । भगवतगीता में भी भगवान श्री कृष्ण कहते हैं-
यदि तुम तो सभी पापियों से से भी अधिक पाप करने वाला है तो भी तुम समस्त कर्मों को मुझे अर्पण करके मेरी शरण आ जाओ तो मैं तुम्हें समस्त पापों से मुक्त कर दूंगा ।"

सूत्रधार - फिर महात्मा नागोपा मिलारेपा को अपने आश्रम के भीतर लेकर आते हैं । नागोपा फिर से ध्यान मुद्रा में बैठ जाते हैं, मिलारेपा नीचे बैठकर उनकी तरफ देखने लगता है ।
महात्मा नागोपा यह भांप लेते है कि मिलारेपा का चित अब भी अशांत है, इसलिए वो कहते है -

महात्मा नागोपा - मिलारेपा मेने तुम्हारे समस्त पापों की जिम्मेदारी ली है, फिर भी तुम अशांत हो, तो तुम्हारी शांति आत्म शांति के लिए मैं तुम्हें दिखाता हूं कि जिन प्राणियों की तुमने हत्या की है उनकी आगे क्या गति होगी ।

सूत्रधार - महात्मा नागोपा ने आंखें बंद करके समाधि लगा ली, थोड़ी देर में मिलारेपा ने देखा कि जो पशु पक्षी और प्राणि उसकी तंत्र विद्या के द्वारा मारे गए थे, वे सब आकाश से नीचे की तरफ आ रहे हैं, उनका शरीर पहले से अधिक उज्जवल और पूर्ण स्वस्थ है, वे सभी नीचे उतरकर महात्मा नागोपा और मिलारेपा के आसपास आकर बैठ गए । मिलारेपा यह सब देखकर अचंभित रह गया । फिर महात्मा नागोपा ने मिलारेपा को ध्यान में यह दिखाया कि जिस गांव को उसने तबाह किया था, वह फिर से खुशहाल हो गया है सभी लोग सुखी-सुखी वहां अपना जीवन व्यतीत कर रहे हैं ।

महात्मा नागोपा - मैं महान गुरु मारपा का शिष्य हूं, मुझ में इतना सामर्थ्य है कि तुमने तंत्र विद्या जो कुछ भी बिगाड़ा है, वह सब में ठीक कर सकता हूं । ये सब जीव अब हमेशा तुम्हारे आसपास ही रहेंगे, ये तुम्हें ही अपना गुरु मानेंगे और तुम्हारी तुम्हारे संग से ही इन सब की मुक्ति होगी ।

सूत्रधार - यह सब सुन देख कर मिलारेपा को शांति प्राप्त हुई और उसने भाव विभोर होकर प्रणाम करते हुआ कहा -

मिलारेपा - हे महात्मा, आप सर्वसमर्थ है, मुझे विश्वास हो गया है कि मैं बिल्कुल सही जगह पर आया हूं, मुझे आप शिष्य के रूप में स्वीकार करें और सदा के लिए आत्मशांति मुझे प्राप्त हो ऐसी परम विद्‌या मुझे प्रदान करें ।

महात्मा नागोपा - मिलारेपा, मेंरे पास जो भी विद्‌याएं हैं वो मेरे गुरु मारपा की प्रसादी है । अपने गुरु की पूर्ण शरणागति, तत्परता, सेवा और साधना से, उनकी कृपा से मुझे विद्‌यायें स्वतः ही प्राप्त हुई है । यह मैं तुम्हें इसलिए बता रहा हूं कि तुम्हे मेरे गुरुदेव ने ही भेजा है, गुरु के प्रति तुम्हारा पूर्ण समर्पण रहेगा तो तुम भी शीघ्र ही पूर्णता को प्राप्त हो जाओगे ।

सूत्रधार - फिर आगे मिलारेपा का क्या हुआ क्या ? मिलारेपा तो गुरु मारपा के साथ छल करके महात्मा नागोपा के पास भाग कर आया था । तो क्या उसे विद्‌यायें प्राप्त होगी ?

यह हम जानेंगे अगले सत्र की कहानी में ।

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

4. श्लोक :-

यया सर्वमिदं व्याप्तं जगत् स्थावरजङ्गमम् ।
तां धेनुं शिरसा वन्दे भूतभव्यस्य मातरम् ॥

अर्थ: जिसने समस्त चराचर जगत् को व्याप्त कर रखा है, उस भूत और भविष्य की जननी गौ माता को मैं मस्तक झुका कर प्रणाम करता हूँ।

5. ज्ञान का चुटकुला

मास्टर जी - बताओ, कुतुबमीनार कहां है?

चिंटू - पता नहीं ।

मास्टर जी - फिर बेंच पर खड़े हो जाओ ।

चिंटू बेंच पर खड़ा हो जाता है और कुछ देर बाद कहता है, मास्टरजी यहाँ से भी नहीं दिख रहा...!!

सीख: कक्षा में जब शिक्षक पढ़ा रहें हो तब ध्यान देकर पढना चाहिए और उनके प्रश्नों का सोच समझ कर जवाब देना चाहिए ।

6. संस्कृति सुवास :-

भारतीय देशी गाय

- भारतीय देशी गायों में अधिक तापमान बर्दाश्त करने की अद्भुत क्षमता है ।
- इनकी रोग-प्रतिरोधक क्षमता, पौष्टिक तत्वों की कम जरूरत और रख-रखाव में आसान होने के कारण दुनिया के प्रमुख राष्ट्र इनका आयात कर रहे हैं ।
- केन्द्र सरकार द्‌वारा 'राष्ट्रीय गोकुल मिशन' योजना के तहत बनायी गयी गौशालाओं में ६० प्रतिशत देशी दुधारू गायें तथा ४० प्रतिशत बिना दूध देनेवाली गायें रखी जायेंगी ।
- पूज्य बापूजी ने भी सालों पूर्व ऐसी ही पहल करते हुए कत्लखाने ले जायी जा रहीं, बिल्कुल दूध न देनेवाली हजारों गायों की गौशालाएँ बनाकर संरक्षण-संवर्धन किया है ।

7. गतिविधि

गोपाष्टमी के दिन बच्चों को अपने नजदीकी आश्रम में गौशाला में जाकर अथवा अपने आसपास जहाँ भी भारतीय नस्ल की देशी गाय हों वहां जाकर गायों की तिलक, अक्षत, फूलमाला,

दीपक आदि से पूजा करनी है एवं उन्हें यथासंभव कुछ न कुछ खिलाना है व परिक्रमा करनी है ।

8. क्या करें क्या न करें ?

गोपाष्टमी के दिन क्या करें, क्या ना करें :-

- देशी गाय की परिक्रमा, स्पर्श, पूजन आदि से शारीरिक, बौद्धिक, आर्थिक, आध्यात्मिक आदि कई प्रकार के लाभ होते हैं।
- पूज्य बापू जी के सत्संगामृत में आता है कि “देशी गाय के शरीर से जो आभा (ओरा) निकलती है, उसके प्रभाव से गाय की प्रक्षिणा करने वाले की आभा में बहुत वृद्धि होती है। सामान्य व्यक्ति की आभा 3 फीट की होती है, जो ध्यान भजन करता है उसकी आभा और बढ़ती है। साथ ही गाय की प्रदक्षिणा करे तो आभा और सात्त्विक होगी, बढ़ेगी।”

- पूज्य बापू जी कहते हैं- “संतान को बढ़िया, तेजस्वी बनाना है तो गर्भिणी अलग-अलग रंग की 7 गायों की प्रदक्षिणा करके गाय को जरा सहला दे, आटे-गुड़ आदि का लड्डू खिला दे या केला खिला दे, बच्चा श्रीकृष्ण के कुछ-न-कुछ दिव्य गुण ले के पैदा होगा। कइयों को ऐसे बच्चे हुए हैं।”
- विष्णुधर्मोत्तर पुराण के अनुसार तिल, जौ, व गुड़ के बने लड्डू 9 गायों को खिलाने व उनकी परिक्रमा करने से उत्तम संतान एवं मनोवांछित फल की प्राप्ति होती है।

9. 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- “गोपाष्टमी पर्व कौन सी तिथि को मनाया जाता है?

a. कार्तिक महीने के कृष्ण पक्ष की अष्टमी तिथि

b. कार्तिक महीने के शुक्ल पक्ष की अष्टमी तिथि

c. कार्तिक महीने के शुक्ल पक्ष की षष्ठी तिथि

d. मार्गशीर्ष महीने के शुक्ल पक्ष की अष्टमी तिथि

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

10. भजन

अब हम देखेंगे गोपाष्टमी का एक सुन्दर वीडियो :-
https://youtu.be/0dEZvb_huvI

11. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की पंक्तियां दोहराएंगे ।

https://youtu.be/bl57Gh3T4ps

(कुछ पंक्तियों का पाठ करवाएं।)

12. सत्संग श्रवण

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

“गोपाष्टमी की दिव्य कथा”

https://youtu.be/E4VdbbRXNpk

13. प्रश्नोत्तरी

बच्चों, अब तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए ।

- मिलारेपा को पश्च्याताप क्यों हो रहा था?
- मिलारेपा सब कुछ वापस पहले जैसा क्यों नहीं कर सकता था ?
- नागोप्पा ने मिलारेपा को क्या करके दिखाया ?
- मिलारेपा की श्रध्दा कैसे बढ़ गई ?
- भारतीय देशी गाय में क्या सहन करने की अदभूद क्षमता है ?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- भारतीय देशी गाय के बारे में बताइए ।
- गोपाष्टमी को हमें क्या करना चाहिए ?
- आज के सत्संग से हमें क्या सीख मिलती है?

14. 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 बच्चों, 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 सद्गमय, 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. कार्तिक महीने के शुक्ल पक्ष की अष्टमी तिथि

****