तीसरा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों !! आज की कहानी में हम जानेंगे कि अभ्यास की शक्ति से किस प्रकार एक महामूर्ख बालक महान ऋषि पाणिनि बन गए और विश्व को संस्कृत व्याकरण का महान ग्रन्थ प्रदान किया । फिर संस्कृति सुवाष में हम जानेंगे पाणिनि का संस्कृत व्याकरण क्यों महान है ? फिर हम जानेंगे अक्षय तृतीया को क्या करें क्या न करें ?

इसके अलावा मजेदार गतिविधि, ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञान प्रतियोगिता, भजन और अंत मे पूज्य बापूजी के श्री मुख से 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 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

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 - अभ्यास की शक्ति (महर्षि पाणिनि)

Narrator : बच्चों, क्या आपने कभी सोचा है कि दुनिया की सबसे वैज्ञानिक भाषा 'संस्कृत' का व्याकरण किसने बनाया?

आज हम बात कर रहे हैं एक ऐसे बालक की, जो स्कूल जाता तो था परन्तु उसे कुछ समझ नहीं आता था। प्रयास करने के बावजूद भी वह सबसे पीछे रह जाता था। अब तो उसके शिक्षक और माता-पिता भी उसे 'मूर्ख' समझते थे। पर अपनी दृढ़ता और अभ्यास से उसने इतिहास रच दिया। तो आइए जानते हैं महामूर्ख समझे जाने वाले बालक में से महर्षि पाणिनि बनने वाले एक छोटे से बालक की प्रेरक कहानी ।

दृश्य 1: पाणिनि का घर (शाम का समय)

(पृष्ठभूमि में उदासी भरा संगीत। पाणिनि सिर झुकाए खड़ा है, माता-पिता नाराज़ हैं।)

पिता (कड़क स्वर): "पाणिनि! चौदह साल के हो गए हो और अब तक पहली कक्षा भी पार नहीं कर पाए?"

माँ (निराश होकर): हर साल की तरह तूने हमें निराश ही किया है।

पाणिनि (उम्र 10, रुआँसा स्वर): "माँ... पिताजी... मैं कोशिश तो करता हूँ, पर कुछ समझ ही नहीं आता।"

माँ (कड़क स्वर): "तेरे जैसे महामूर्ख से तो अच्छा होता मेरे पेट से पत्थर पैदा होता ।"

दृश्य 2: गाँव का कुआँ (निराशा का क्षण)

(पाणिनि अकेला कुएँ के पास खड़ा है। वह बहुत उदास और निराश है।)

Narrator: माता-पिता की बातों से पाणिनि इतनी ग्लानि और निराशा से भर गया कि उसने सोचा–

पाणिनि (रुआँसा स्वर): 'इतने ताने सुनने से तो अच्छा है मैं अपने घर से भाग जाऊँ।'

हे भगवान ! अब मैं क्या करूँ अब आप ही कुछ रास्ता दिखाओ।

Narrator: वह हार मानकर कुएँ के पास बैठा था, तभी उसकी नज़र एक पत्थर पर पड़ी।

पाणिनि (आश्चर्य से): "अरे ! यह क्या? इस कठोर पत्थर पर इतने गहरे निशान? ये कैसे बने?"

(वहाँ पानी भर रही एक महिला से वह पूछता है)

महिला (उम्र 70, शांत स्वर): "बेटा, जब हम रोज़ इस कोमल रस्सी से पानी खींचते हैं, तो बार-बार रगड़ खाने से इस कठोर पत्थर पर भी निशान पड़ जाते हैं।"
पाणिनि (खुद से बात करते हुए, आत्मविश्वास के साथ): "अगर एक कोमल रस्सी के बार-बार आने-जाने से पत्थर पर निशान पड़ सकता है, तो बार-बार अभ्यास करने से क्या मेरी बुद्धि तेज़ नहीं हो सकती? मैं अब हार नहीं मानूँगा! मैं अभ्यास करूँगा, मैं पुरुषार्थ करूँगा !"

दृश्य 3: गुरु का आश्रम और साधना

(जंगल का वातावरण, पक्षियों की चहचहाहट। पाणिनि गुरु के चरणों में है।)
Narrator : पाणिनि ने निराशा त्याग दी और एक समर्थ गुरु की शरण में पहुँच गया। गुरु ने उसकी लगन देखकर उसे शिवजी का "ॐ नमः शिवाय" मंत्र दिया।
गुरु (सौम्य स्वर): "वत्स पाणिनि, यह मंत्र लो। इसे पूरे विश्वास के साथ जपो। यह तुम्हारी बुद्धि के सारे दोष मिटा देगा।"
पाणिनि (खुद से बात करते हुए, आत्मविश्वास के साथ): "ॐ नमः शिवाय··· ॐ नमः शिवाय··· ॐ नमः शिवाय··· "

Narrator: बच्चों, जैसे डायनेमो घूमने से बिजली बनती है, वैसे ही मंत्र जपने से आध्यात्मिक ऊर्जा पैदा होती है। पाणिनि उत्साह से जप करने लगा। तभी वहाँ शिवजी के गण, नंदी प्रकट हुए।

नंदी (भारी और दिव्य स्वर): "हर हर महादेव !”

पाणिनि (आत्मविश्वास के साथ): " प्रणाम ! "

नंदी (भारी और दिव्य स्वर): "पाणिनि! तुम्हारी एकाग्रता प्रशंसनीय है। भगवान शिव अभी समाधि में हैं। तुम अपना भजन चालू रखो। जब वे समाधि से उठकर डमरू बजायेंगे, उस समय तुम्हारी हर मनोकामना पूरी होगी।"

दृश्य 4: शिव का तांडव और डमरू की ध्वनि

(डमरू की तेज़ आवाज़– **'डम-डम-डम')**

Narrator: पाणिनि जप करता रहा और उसकी बुद्धि सूक्ष्म होती गई। जब शिवजी समाधि से उठे, तो उन्होंने नृत्य किया और 14 बार डमरू बजाया। उन ध्वनियों से पाणिनि को 14 अद्भुत सूत्र सुनाई दिए।

नटराज शिव (**Enceladus -** गूँजती हुई आवाज़):

"नृत्तावासने नटराजराजो, ननाद ढक्कां नवपञ्च वारम् ।
उद्धर्तुकामः सनकादि सिद्ध, नेताद्विमर्शे शिवसूत्र जालम् ।।"

Narrator: इसका अर्थ है– नृत्य की समाप्ति पर नटराज शिव ने ऋषियों के उद्धार के लिए 14 बार डमरू बजाया। उन ध्वनियों को पाणिनि ने अपनी सूक्ष्म बुद्धि से ग्रहण कर लिया।

दृश्य 5: सफलता की ऊँचाई (प्रेरणादायक संगीत)

Narrator: उन 14 सूत्रों की सहायता से पाणिनि ने दुनिया का सबसे महान 'संस्कृत व्याकरण' बना दिया। आज भी एम.ए. तक की पढ़ाई में उन्हीं का व्याकरण काम आता है। तो बच्चों, देखा आपने? निरंतर अभ्यास से एक महामूर्ख भी महा-विद्वान बन सकता है।

"करत-करत अभ्यास के जडमति होत सुजान।
रसरी आवत जात नित, सिल पर करत निशान।।"

दृश्य 6: बच्चों से संवाद

Narrator: (प्यार से) तो बच्चों, कैसी लगी कहानी? अब बताइए – पाणिनि जब कुएँ पर निराशा में बैठा था, तो उसने वहाँ क्या देखा? और जब भगवान शिव ने डमरू बजाया, तो पाणिनि को क्या सुनाई दिया?

सभी बच्चे जोर से बोलेंगे, सतगुरु देव भगवान की जय !!

4. साखी :-

ये कौन सा उकदा जो हो नहीं सकता ?
तेरा जी न चाहे तो हो नहीं सकता
छोटा सा कीड़ा पत्थर में घर करें
तो इंसान क्या दिले दिलबर में घर न करे ?

5. ज्ञान का चुटकुला

ज्योतिषी मुन्ना का हाथ देखकर- बेटा तुम बहुत पढ़ाई करोगे।
मुन्ना- पढ़ाई तो मैं 4 साल से कर रहा हूं. आप तो ये बताओ कि मैं पास कब होऊंगा ?
सीख : एकाग्रता पूर्वक पढ़ाई करनी चाहिए ।

6. संस्कृति सुवास

पाणिनि व्याकरण

बच्चों, हमारे भारत के महान ऋषि पाणिनि संस्कृत भाषा के सबसे बड़े विद्वान और व्याकरण के जन्मदाता हो गये । इन्होने जिस व्याकरण की रचना की थी उसमें आठ अध्याय और लगभग चार हजार सूत्र हैं। आठ अध्याय होने के कारण इस व्याकरण का नाम उन्होंने 'अष्टाध्यायी व्याकरण' रखा है ।

अष्टाध्यायी मात्र व्याकरण ग्रंथ नहीं है, इसमें भारतीय समाज का पूरा चित्र मिलता है। इसमें उस समय के भूगोल, सामाजिक, आर्थिक, शिक्षा और राजनीतिक जीवन, दार्शनिक चिंतन, खान-पान, रहन-सहन आदि के प्रसंग और व्याख्या वर्णित है। अष्टाध्यायी के व्याकरण पदों में संज्ञा, परिभाषा सूत्र, क्रिया, शब्दों के पारस्परिक सम्बन्ध, नियामक प्रकरण, विभक्ति, समास, प्रत्यय, धातु, कृदंत शब्द आदि का विस्तृत वर्णन किया गया है। पाणिनि ने संस्कृत भाषा को नियमित और वर्गीकरण करने के लिए 14 सूत्रों की रचना की,

इन सूत्रों का नाम उन्होंने माहेश्वर सूत्र रखा, क्योंकि उन्हें ये सूत्र वर्षों तक भगवान महेश्वर की तपस्या करने पर प्राप्त हुए थे ।

अष्टाध्यायी के अतिरिक्त ऋषि पाणिनि ने धातुपाठ, गणपाठ, उणादिसूत्र, लिंगानुशासन नामक संस्कृत ग्रंथों की रचनाएँ की थी । आगे चलकर महर्षि पतञ्जलि ने पाणिनि के अष्टाध्यायी पर अपनी टीका लिखी जिसे उन्होंने 'महाभाष्य' का नाम दिया । उस टीका के माध्यम से पाणिनि संस्कृत लोगों को आसानी से समझ में आने लगा । पाणिनि का संस्कृत व्याकरण बहुत ही सूक्ष्म, विस्तृत और सुविरचित है जिसे देखकर बड़े से बड़े विद्वान आश्चर्यचकित होकर स्वीकार करते है कि पाणिनि ने ही सर्वप्रथम भाषा शास्त्र की सर्वांगीण व्याख्या की है जिसमे उन्होंने ध्वनि विज्ञान, पद, वाक्य और अर्थ विज्ञान का विस्तार से विवेचन किया है ।

पाणिनि व्याकरण 2500 वर्षों से संस्कृत का प्रतिनिधि ग्रन्थ बना हुआ है । आज भी विश्वभर के संस्कृत विद्यालय और विश्वविद्यालयों में पाणिनि व्याकरण पढकर ही युवा डॉक्टरेट की उपाधि प्राप्त करते है ।

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- **"महर्षि पाणिनि संस्कृत एवं वैदिक विश्व विद्यालय कहाँ स्थित है?"** विकल्प है -

A) उज्जैन

B) अहमदाबाद

C) त्रिवेंद्रम

D) ऋषिकेश

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

8. क्या करें, क्या नहीं ?

अक्षय तृतीया को क्या करें क्या न करें ?

- बच्चों, 19 अप्रैल को अक्षय तृतीया है। क्या आपको पता है अक्षय तृतीया क्या होती है और यह क्यों अधिक महत्वपूर्ण है? आईए जानते हैं...
- वैशाख मास में शुक्ल पक्ष की जो तृतिया होती है उसको 'अक्षय तृतीया' कहते हैं। इस दिन सतयुग व त्रेता युग का प्रारंभ हुआ था। भगवान विष्णु का नर-नारायण अवतार, हयग्रीव अवतार और परशुराम अवतार भी इसी दिन हुआ था। महाभारत युद्ध का अंत इसी तिथि को हुआ था। इसलिए यह बहुत महत्वपूर्ण तिथि है।
- इस दिन विधान है कि कोई भी शुभ कार्य के लिए मुहूर्त देखने की आवश्यकता नहीं होती है। जैसे विवाह, गृह-प्रवेश, और सभी प्रकार के शुभ कार्य बिना मुहूर्त देखे ही सम्पन्न किये जा सकते है।
- 'भविष्य पुराण' में आता है कि इस दिन दिया गया दान और पुण्यकर्म अक्षय फलदायी होते हैं। इसलिए इस दिन अधिक से अधिक सत्कर्म करना चाहिए।
- इस दिन गंगा-स्नान करने से सारे तीर्थ करने का फल मिलता है। गंगा स्नान नहीं कर पाओ तो गंगाजी का

सुमिरन एवं जल में आवाहन करके ब्राह्ममुहूर्त में पुण्यस्नान तो सभी कर सकते हैं।

- इस दिन पितृ तर्पण करना अक्षय फलदायी है। पितरों के तृप्त होने पर घर में सुख-शांति-समृद्धि आती हैं।
- इस दिन माता-पिता, गुरुजनों की सेवा कर उनकी प्रसन्नता व आशीर्वाद प्राप्त करें। इसका फल भी अक्षय होता है।
- 'अक्षय' यानी जिसका कभी नाश न हो। शरीर एवं संसार की समस्त वस्तुएँ नाशवान हैं, अविनाशी तो केवल परमात्मा ही है। महापुरुषों व धर्म के प्रति हमारी श्रद्धा और परमात्मप्राप्ति का हमारा संकल्प अटूट व अक्षय हो - यही अक्षय तृतीया का तात्त्विक संदेश है।

9) भजन

अब हम गायेंगे भजन -
https://youtu.be/RjkCLPIdPQA

10) गतिविधि :-

आओ, जानें सत्शाश्त्रों के रचयिता...

बच्चों, आज की गतिविधि में आपको यह मिलान करना है कि किस महापुरुष से कौन-सा साहित्य प्राप्त हुआ । देखते हैं कौन सबसे पहले सही मिलान करके लाता है ।

सत्शास्त्र का नाम	**महापुरुष का नाम**
1. महाभारत	संत श्री आशारामजी बापू
2. रामायण	साँईलीलाशाहजी महाराज
3. विचार सागर	महर्षि वाल्मीकिजी
4. मन को सीख	महर्षि वेदव्यासजी
5. ब्रह्मरामायण	स्वामी निश्चलदासजी
6. ईश्वर की ओर	राजा भर्तहरि
7. विवेक चूड़ामणि	भोले बाबा
8. वैराग्य-शतक	समर्थ रामदासजी
9. पंचदशी	आद्यशंकराचार्यजी
10. दासबोध	विद्यारण्यस्वामी

गतिविधि का सही उत्तर –

1. महाभारत	महर्षि वेदव्यासजी
2. रामायण	वाल्मिकीजी
3. विचार सागर	स्वामी निश्चलदासजी
4. मन को सीख	साँई लीलाशाहजी महाराज
5. ब्रह्मरामायण	भोले बाबा
6. ईश्वर की ओर	संत श्री आशारामजी बापू
7. विवेक चूड़ामणि	आद्यशंकराचार्यजी
8. वैराग्य-शतक	राजा भर्तहरि
9. पंचदशी	विद्यारण्यस्वामी
10. दासबोध	समर्थरामदासजी

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-

क्यों हुआ भगवान झूलेलाल का अवतार

https://youtu.be/09gCh1B8gdU

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- पाणिनि को आत्मविश्वास कैसे जगा?
- पाणिनि के गुरु ने उसको कौन सा मंत्र दिया?
- पाणिनि की तपस्या से उनको किनके दर्शन हुए और क्या वरदान प्राप्त हुआ?
- पाणिनि ने कौन से ग्रन्थ की रचना की थी?
- पाणिनि ने संस्कृत सूत्रों का क्या नाम रखा और क्यों?
- किन ऋषि ने पाणिनि के ग्रन्थ पर टीका लिखी, और टीका का क्या नाम रखा?
- अक्षय तृतीया क्यों बहुत महत्वपूर्ण तिथि है?
- अक्षय तृतीया को क्या करना चाहिए?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- आज के सत्संग से हमको 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: A) उज्जैन ।

नारायण नारायण नारायण नारायण

****

चौथा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों !! आज से बाल संस्कार केंद्र में हम "नरसिंह मेहता पर नई श्रंखला की सुरुआत कर रहे है । आज की कहानी में हम जानेंगे कि नरसी मेहता का जन्म कब कहां और किस प्रकार हुआ । फिर संस्कृति सुवाष में हम जानेंगे कि जब हम कीर्तन करते हैं तो ताली क्यों बजाते हैं । फिर स्वास्थ्य सुरक्षा में आज हम जानेंगे कि आसपास के हवामान को शुद्ध कैसे करें ? मजेदार गतिविधि में हम सीखेंगे कि "संस्कृत में ..... इसके अलावा ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञानं प्रतियोगिता, भजन और अंत मे पूज्य बापूजी के श्री मुख से हम सत्संग में सुनेंगे । 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

नरसिंह मेहता

श्री नरसिंह मेहता का जन्म गुजरात के जूनागढ में लगभग वर्ष 1414 में एक ब्राह्मण परिवार में हुआ था। उनके एक और बड़े भाई थे, जब बड़े भाई की उम्र 22 वर्ष और नरसिंह की 5 वर्ष थी तब उनके माता-पिता का देहांत हो गया । उसके बाद नरसिंह का लालन-पालन बड़े भाई तथा दादी ने किया। नरसिंह बचपन से गूँगे थे, आठ वर्ष की उम्र तक उनका कण्ठ नहीं खुला। इस कारण लोग उन्हें "गूँगा 'कहकर पुकारने लगे। उनकी दादी इस चिन्ता में रहती थी कि मेरे पौत्र की जुबान कैसे खुले। लेकिन उनको पूरा विश्वास था, परम पिता परमेश्वर की दया होने पर मेरा पौत्र भी वाणी प्राप्त कर सकता है और साथ ही यह भी उसे विश्वास था कि उनकी कृपा उनके प्रिय भक्तों और संतों के के द्वारा ही प्राप्त हुआ करती है। उसमें साधु -महात्माओं के प्रति श्रद्धा और आदर का भाव था। जब उसे कोई साधु-महात्मा मिलते, वह उनके दर्शन-सेवा भी करती। कहते है श्रद्धा उत्कट होने पर फलती ही है।

एक दिन दादी नरसिंह को लिए मंदिर में भागवत सुनने गई, और लौटते समय उसकी दृष्टि एक महात्मा पर पड़ी । जो मंदिर के एक कोने में व्याघ्राम्बर पर पद्मासन लगाये बैठे थे। उनका चेहरा एक अपूर्व ज्योति से जगमगा रहा था । देखने

से मालूम होता, जैसे कोई परम सिद्ध योगी हों। उसने बड़े आदर और भक्ति के साथ महात्मा जी को प्रणाम किया और हाथ जोड़कर विनती की - महात्मन ! यह बालक मेरा पौत्र है; इसके माता -पिता का देहांत हो चूका है । यह आठ वर्ष का होने चला, पर कुछ भी बोल नहीं सकता । इसका नाम नरसिंह राम है; परंतु सब लोग इसे गूँगा कहकर ही पुकारते है। महाराज ! ऐसी कृपा कीजिये कि इस बालक की वाणी खुल जाय। महात्मा ने नरसिंह को देखा और मुस्कराते हुए कहा– "माताजी, तेरा यह बालक भाग्यवान है तेरे वंश का महापुरुष। फिर उन्होंने अपने कमण्डल से जल निकालकर नरसिंह पर छिड़का और उसके कान में कहा "बोलो, राधाकृष्ण।" नरसिंह ने बोलकर दोहराया "राधाकृष्ण" । पौत्र को बोलते देख दादी खुशी से नाच उठीं "मेरा नरसिंह बोलने लगा?" फिर महात्मा के चरणों में माथा टेककर प्रणाम किया, उनके चरणों की धूल लेकर वे अपने पौत्र पर छिड़कने लगीं। महात्मा ने मुस्कराते हुए कहा "अब घर जाओ, माँ। बालक को "राधाकृष्ण" नाम रटाते रहना। "पोते को लेकर दादी घर आयीं। नरसिंह बोलने लगा है, सुनकर घर के लोग प्रसन्नता प्रकट करने लगे। दूसरे दिन दादी उन महात्मा को खूब सारी दक्षिणा देने के लिए मंदिर गई, लेकिन देखा वहां कोई नहीं थे। आस-पास पूछने पर लोगों ने बताया "हमने कभी किसी संन्यासी महात्मा को यहाँ नहीं देखा। "न जाने वह महात्मा कौन

थे कहां से आए थे और कहां चले गए और किसी ने उन्हें नहीं देखा। जब सच्ची श्रद्धा हो तो ईश्वर की कृपा किसी न किसी के द्वारा बरस ही पड़ती है।

4. श्लोक :-

ॐ कृष्णाय वासुदेवाय हरये परमात्मने ।
प्रणत: क्लेशनाशाय गोविंदाय नमो नम: ॥

अर्थ: वासुदेव नंदन, परमात्मा स्वरूप, क्लेशों (दुखों) का नाश करने वाले गोविंद कृष्ण को मैं बार-बार नमस्कार करता हूँ।

5. ज्ञान का चुटकुला

टीचर क्लास में - बच्चों बताओ तुम सब में सबसे बहादुर लड़का कौन है?

सभी बच्चों ने हाथ खड़े कर लिए।

टीचर- अच्छा बचाओ, यदि तुम्हें कहीं बम दिख जाए तो क्या करोगे?

चिंटू - उसे उठाकर ऑफिस में जमा करा देंगे, जिसका होगा, ले जाएगा।

सीख : युक्ति युक्त उत्तर देना चाहिए और व्यवहार करना चाहिए।

6. संस्कृति सुवास :-

कीर्तन में ताली क्यों ?

बच्चों, आप जब भगवन्नाम-कीर्तन करते हैं तो ताली बजाते हैं। ताली बजाने से क्या लाभ होता है आपको पता है ?

पूज्य बापूजी कहते हैं, आपके सिर, हाथ, पैर में शरीर की नाड़ियों के स्विचबोर्ड हैं। जैसे घर में कई जगह बिजली से चलनेवाले उपकरण होते हैं और स्विचबोर्ड 1-2 जगह पर होते हैं, ऐसे ही तुम्हारी नाभि से लेकर कंधे तक 72000 नाड़ियाँ हैं; तुम्हारे पैरों के तलवों और हाथों में इन नाड़ियों के स्विचबोर्ड हैं। मानो किसीको सिरदर्द है तो एक्यूप्रेशर पॉइंट दबाओ तो थोड़ी

देर में सिरदर्द ठीक हो जाना चाहिए। आँख का मोतिया तक दूर हो सकता है। स्मरणशक्ति में लाभ होता है। ऐसे ही अलग-अलग तकलीफों के लिए अलग-अलग पॉइंट हैं किंतु उनका पता नहीं है तो थोक में ताली बजाओ तो फायदा होगा।

यह है तो हमारे भारत की विद्या, लेकिन अब चीन से एक्यूप्रेशर प्रचारित हो के आयी है तो अब यहाँ के डॉक्टर उसको बोलते हैं: "वंडरफुल! एक्यूप्रेशर इज वेरी गुड सिस्टम ।" परंतु है भारत की।

'आयोलाल, झूलेलाल, झूले-झूले-झूले झूलेलाल.... गाते और ताली बजाते हैं तो एक्यूप्रेशर हो रहा है, और क्या हो रहा है!

एक साथ मिलकर कीर्तन करने से तुमुल ध्वनियाँ वातावरण में ऊत्पन्न होती है, तथा उस समय मन ध्वनि पर एकाग्र होता है, जिससे स्मरणशक्ति तथा श्रवणशक्ति विकसित होती है। हरिनाम लेकर ताली बजाने से हाथ के सभी रक्तकण पवित्र होते हैं । श्री रामकृष्ण परमहंस ने कहा है: "ताली बजाकर प्रातःऔर सायं हरिनाम करने से सब पाप दूर हो जायेंगे । जैसे पेड़ के नीचे खड़े होकर ताली बजाने से पेड़ पर

की सब चिड़ियाँ उड़ जाती हैं, वैसे ही ताली बजा के हरिनाम लेने से देहरूपी वृक्ष से सब अविद्यारूपी चिड़ियाँ उड़ जाती हैं । कलियुग में भगवन्नाम के समान दूसरा सरल साधन नहीं है । भगवन्नाम लेने से मनुष्य के मन और शरीर दोनों शुद्ध हो जाते हैं ।"

7. सुरक्षा :

हवामान शुद्ध करने का उपाय

बच्चों, आजकल कई बीमारियां तो अशुद्ध वायु या स्वच्छ वातावरण नहीं मिलने के कारण होती है।

आपको देशी गाय के गोबर के कंडे कभी-कभार जलाकर जौ, तिल, घी, नारियल के टुकड़े एवं गूगल मिला के तैयार किया गया धूप कर दो तो बहुत सारे हानिकारक जीवाणु नष्ट हो जायेंगे।

जब ध्यान, जप आदि करना हो तो थोड़ी देर पहले यह धूप करके फिर उस धूप से शुद्ध बने हुए वातावरण में

प्राणायाम, ध्यान, जप करने बैठें तो बहुत ही लाभ होगा । किंतु धूप में भी अति न करें, नहीं तो गले में कुछ तकलीफ हो सकती है।

आजकल परफ्यूम आदि से अगरबत्तियाँ बनती हैं । वे खुशबू तो देती हैं लेकिन उनमें प्रयुक्त रसायनों का हमारे स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पड़ता है । एक तो मोटर-गाड़ियों के धुएँ का कुप्रभाव, दूसरा अगरबत्तियों के रसायनों का भी कुप्रभाव शरीर पर पड़ता है । ऐसी अगरबत्तियों की अपेक्षा सात्त्विक अगरबत्ती या धूपबत्ती मिल जाय तो ठीक है, नहीं तो कम-से-कम घी का थोड़ा धूप कर लेना चाहिए ।

हमारे ऋषियों ने यज्ञ की खोज कीटाणु मारने के लिए नहीं, अपितु वातावरण की शुद्धि, अंतःकरण की शुद्धि करके शुद्ध-बुद्ध परमात्मा को पाने के लिए यज्ञ की खोज की है।

8. क्या करें, क्या नहीं ?

ग्रीष्म ऋतु में क्या करें क्या ना करें ?

- ग्रीष्म में पानी भरपूर पीना चाहिए । फ्रिज का ठंडा पानी या कोल्ड- ड्रिंक पीने से अजीर्ण, मंदाग्नि, बवासीर तथा एसिडिटी जैसी बीमारियाँ होती हैं । पानी के लिए मिट्टी के घड़े का उपयोग करना स्वास्थ्यप्रद है । घड़े में देशी घास, गुलाब अथवा मोगरे की पंखुड़ियाँ डाल दें। इस पानी के उपयोग से शरीर की गर्मी दूर होकर शीतलता व बल की प्राप्ति होती है ।
- ग्रीष्म ऋतु में प्रातः भ्रमण विशेष लाभदायी है । दोपहर की धूप में न घूमें । अधिक तंग, पसीना न सोखनेवाला व कृत्रिम वस्त्र न पहनें । हल्के, ढीले, पतले तथा सूती वस्त्रों का उपयोग करें । रात को चन्द्रमा की शीतलताप्रदायक चाँदनी में सोयें। (क्रमशः)

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 - ""नरसिंह मेहता के इष्ट कौन थे जिनकी भक्ति में वे सदा मग्न रहते थे?" विकल्प है -

A) भगवान श्री कृष्ण

B) भगवान श्री राम

C) भगवान शिव

D) माता अंबाजी

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

10. भजन

अब हम गाएंगे भजन :- मारी हुंडी स्वीकारो महाराज रे...
https://youtu.be/RjkCLPIdPQA

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 सुनेंगे- "रस स्वरूपा भक्ति की अमृतधारा !"
https://youtu.be/3ZSnUoJATw0

13. प्रश्नोत्तरी

बच्चों, अब तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए ।

- नरसिंह मेहता का जन्म कब और कहां हुआ था?
- नरसिंह मेहता गूँगे थे तो उनको वाणी किस प्रकार प्राप्त हुई?
- राजा मुचुकुन्द ने इंद्रदेव से क्या वरदान मांगा?
- राजा मुचुकुन्द ने भगवान श्री कृष्ण से क्या वरदान मांगा ?
- राजा मुचुकुन्द किस वंश में उत्पन्न हुए थे?

- राजा मुचुकुन्द को भगवान की भक्ति उसी जन्म में क्यों नहीं मिली?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- जब कीर्तन करते हैं तो ताली बजाने के पीछे भारत का कौन सा विज्ञान काम करता है?
- भोजन में से किसका हिस्सा निकालना चाहिए?
- धर्म के 8 मार्ग कौन से हैं जिनका अनुसरण करना चाहिए?
- किस प्रकार धूप हवन करने से वातावरण शुद्ध होता है?
- आज के सत्संग से हमको क्या शिक्षा 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 - **(A)-** नरसिंह मेहता सदैव भगवान श्री कृष्ण की भक्ति में ही तल्लीन रहते थे ।

****