प्रथम सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका)

हरि ॐ बच्चों ! आज का बाल संस्कार सत्र आधारित है हमारे प्रिय त्योहार होली पर ।

आज की कहानी में हम आपको बताएंगे कि किस प्रकार ढूंढा नाम की एक राक्षसी जिसने बड़े-बड़े वरदान पाकर अपनी शक्तियों का दुरुपयोग किया और फिर किस प्रकार उसका अंत हुआ ? संस्कृति सुवास में हम आपको बताएंगे कि होलिका दहन और घुलेंडी का क्या वैज्ञानिक कारण है और इसका वातावरण और स्वास्थ्य पर कैसे अनुकूल प्रभाव पड़ता है ? फिर हम जानेंगे की होली के दिन क्या करने से हमारी त्वचा आंखें और फेफड़े पर विपरीत प्रभाव न पडे और त्वचा क्रांतिमय हो जाए, स्वास्थ्य सुरक्षा में हम जानेंगे कि इस ऋतु में क्या करने से क्या करने से स्वास्थ्य बहुत बढ़िया हो जाता है? इसके

अलावा ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञानं प्रतियोगिता प्रश्न, भजन और अंत मे सुनेंगे पूज्य बापूजी के श्री मुख से सत्संग ।

होली अगर हो खेलनी, तो संत सम्मत खेलिये ।
संतान शुभ ऋषि मुनिन की, मत संत आज्ञा पेलिये ।।

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

राक्षसी ढूंढा की मुक्ति

बच्चों, होली पर्व की अनेक कहानियां आपने सुनी होगी, जैसे हिरण्यकशिपु और प्रहलाद की कथा । आज आपको होली से जुडी हुई एक नयी कहानी सुनाते है । सतयुग की बात है, एक राजा थे - रघुराजा ।

एक दिन उसके राज्य के नागरिकों ने दरबार में आकर राजा से कहा -" राजन, नगर में ढूंढा नाम की एक राक्षसी है, उसने अनेक गांवों और नगरों में उत्पात मचाया हुआ है । वह बड़ी मायाविनी है और अपनी इच्छानुसार रूप बदलने में शातिर है । वह गाँव के बच्चों को मार कर खा जाती है । आप अतिशीघ्र कोई उपाय कीजिए वर्ना नगर से बालकों की किलकारियाँ सदा के लिए बंद हो जाएगी । "

नगरवासियों के करुण पुकार सुनकर रघुराजा बहुत चिन्तित हुए । उन्होंने जनता को आश्ववासन देकर घर भेज दिया और स्वयं विचार कर अपने गुरु वशिष्ठजी के पास गये । गुरु के पास पहुंचकर उन्होंने बड़ी नम्रता से चरण स्पर्श किए और वहीं पर बैठकर और अपने आने का कारण बताया । उन्होंने गुरु वशिष्ठजी से पूछा कि गुरुदेव, यह राक्षसी कौन है? इसके अत्याचारों को निवारण का उपाय बताइये?

वशिष्ठजी थोड़ी देर ध्यानस्थ हो गए, फिर बोले - राजन ! ये राक्षस की कन्या है । एक समय की बात है । इसने शिव की आराधना में बड़ा उग्र तप किया था । भगवान भोलेनाथ उसकी तपस्या से प्रसन्न हुए और उसको वरदान मांगने को कहा ।

राक्षसी ने कहा - हे भोलेनाथ ! यह वरदान दीजिये कि मुझे कोई भी देवता, दैत्य नहीं मार सके, किसी प्रकार का अस्त्र शस्त्र का मुझ पर असर ना हो, मुझ पर गर्मी-सर्दी, बरसात आदि का कोई प्रभाव ना पड़े। "

शिवजी ने कहा "तथास्तु", परन्तु तुमने बालकों और पागलों का नाम नहीं लिया, इसलिए इनसे सावधान रहना, यह कहकर शिवजी वहां से अन्तर्ध्यान हो गये । शिवजी के चले जाने पर उसने विचार किया कि "मैं सब बालकों और पागलों को मार दूंगी, न कोई जीवित बचेगा और न मेरा अहित होगा ।"

ऐसा वशिष्ठजी ने रघुराजा को सुनाया और कहा तभी से वह राक्षसी बालकों को मार कर खा जाती है ।

वशिष्ठजी की बात सुनकर रघुराजा बोले- गुरुदेव, इससे मुक्ति को भी तो कोई उपाय होगा ।

वशिष्ठजी - हे राजन, आप चिन्तित न हो और जैसा मैं कहूं वैसा ही करें । फाल्गुन पूर्णिमा को राज्य के बालकों को बुलाकर उनसे सूखे उपले मंगाकर एक जगह इकट्ठे करवाएं, उसके बीच

में एक बड़ी लकड़ी लगा कर थोडा खाली रख दें और चारों तरफ उसमें सूखी टहनियां, लकड़ियां और पत्तों का ढेर बनवाएं । बालकों के हाथ में लकड़ी की डंडियाँ दें, सभी बड़े लोग भी पागलों जैसे अजीब वस्त्र पहन कर वहां ढेर के पास हुडदंग मचाये, पागलों की तरह व्यवहार करें, हास्य, अनर्गल प्रलाप और हंसी-मजाक करें।

रघुराजा ने सोचा- "ये कैसा उपाय है, इससे राक्षसी का अंत कैसे होगा ? पर गुरुदेव की आज्ञा थी, रघुराजा ने वैसा ही किया ।

जब फाल्गुन मास की पूर्णिमा आई, तब सभी बालक बड़े उपलों और लकड़ियों के ढेर के चारो तरफ डंडियाँ खेलने लगे और जोर जोर से हंसी-मजाक करने लगे. ।

पूर्णिमा की रात में वह राक्षसी आकाश में से इतने बालकों और पागलों के समूह को हुडदंग मचाते देखकर खुश हो गई कि आज तो एक साथ इतने सारे बालको को खा जाएगी । वह लार टपकाती हुई वहां आ गइ और सब की दृष्टि से ओझल होने के लिए उसी ढेर के बीच खाली जगह में छुप गई ।

वशिष्ठजी ने दिव्य दृष्टि से राक्षसी को देख लिया, वह जैसे ही वहां छुपी, वशिष्ठजी ने मंत्र के प्रभाव से उपले की ढेर के चारों तरफ एक अग्नि रेखा खींच दी जिसे राक्षसी पार

नहीं कर सके, ठीक वैसे ही जैसे लक्ष्मण रेखा को रावण पर नहीं कर सका ।

फिर वशिष्ठ जी ने सभी को आज्ञा दी की तुरंत इस ढेर को आग लगा दो । सभी बालकों ने अपनी अपनी डंडियों को आग लगा कर उपले के ढेर के ऊपर फेंक दी और नगर वासियों ने भी पागलों की भेष में जलती हुई टहनियों को ऊपर से डाल दिया । वशिष्ठ जी राक्षसों के नाश वाला मंत्र उच्चारण करने लगे । कुछ ही देर में ढेर ने जोरों से आग पकड़ ली, राक्षसी अंदर चीखने लगी, वह मंत्र के प्रभाव के कारण बाहर नहीं निकल पाई और उपले के देर में अंदर ही अंदर जलकर मर गई । इस प्रकार सब लोगों की रक्षा हो गई । कहा जाता है तभी से यह होली का उत्सव मनाया जाता है और होली की राख से बालकों के तिलक किया जाता है, जिससे बालकों की बुरी नजर से रक्षा होती है ।

देखा बच्चों, शिवजी से इतना बड़ा वरदान पाने के बाद भी वह राक्षसी मारी गई क्योंकि उसने अपनी शक्ति का दूसरों को सताने के लिए दुरुपयोग किया था । जो व्यक्ति अपनी योग्यता और शक्तियों का दुरुपयोग करते हैं एक दिन उनका इसी प्रकार नाश हो जाता है, जो दूसरों के दुख दूर करने के लिए इनका सदुपयोग करता है उनकी योग्यता हो शक्तियों

का विकास होता है । तो सभी बच्चे जोर से बोलेंगे - श्री सदगुरुदेव भगवान की जय ।

4. भजन / पाठ

आज हम एक होली विशेष भजन गायेंगे -
अद्वैत होली...
https://youtu.be/QX1wG8DgIC0

5. ज्ञान का चुटकुला

पिंकी होली के दिन अपने भाई से कहती है - भाई, बड़ी अजीब समस्या है !!
भाई - "क्यों, क्या हुआ ?"
पिंकी - दिवाली पर अलमारी खोलो तो सारे कपड़े पुराने लगते हैं और होली पर अलमारी खोलो तो सारे कपड़े नए लगते हैं, बताओ पहने तो कौन सा पहने ?

सीख: ज्यादा नखरे नहीं करना चाहिए, युक्तियुक्त व्यवहार करना चाहिए ।

6. संस्कृति सुवास :-

रंगों से होली खेलने का वैज्ञानिक कारण

बच्चों, होली भारतीय संस्कृति की पहचान का एक पुनीत पर्व है, रंगो का ये उत्सव हमारे ऋषियों की दूरदर्शिता है । यह वायु शुद्ध करता है, सामाजिक भेदभाव मिटाता है और स्वास्थ्य को एकदम तरोताजा कर देता है ।

इस दिन हम होलिका दहन करते हैं, होलीका दहन गाय के गोबर के कण्डों से किया जाना चाहिए । वैज्ञानिक रूप से यह सिद्ध हुआ है कि कि केवल 2 किलो सूखे गोबर के कण्डों को जलाने से 300 ग्राम ऑक्सीजन निकलती है और एक कंडे में गाय का घी डालकर धुंआ करते हैं तो एक टन ऑक्सीजन बनता है, तो जब हर गली नुक्कड़ पर होलिका दहन होता है तो जरा सोचिए कितनी ऑक्सीजन बनाकर वायु शुद्ध होती है जिससे कितने हानिकारक कीटाणु नष्ट होते हैं स्वास्थ्य को कितना अधिक लाभ होता है !

होलिका दहन का आध्यात्मिक अर्थ भी है कि कंडे-लकड़ी के ढेर को जलाने के साथ-साथ मन की दुर्बलता और मलिन वासनाओं को जलाने का भी पवित्र दिन है । यह पर्व संदेश देता है कि भक्ति करने वाला हंमेशा विजयी होता है । कोई कितना भी अनिष्ट करने की कोशिश करे पर उसका कुछ नहीं बिगाड़ सकता है ।

अगले दिन धुलेंडी पलाश (केसूड़े) के फूलों के रंग से खेलनी चाहिए । इसका वैज्ञानिक कारण यह है कि गर्मी के दिनों में सूर्य की किरणें हमारी त्वचा पर सीधी पड़ती हैं, जिससे शरीर में गर्मी बढ़ती है, गर्मी बढ़ने से गुस्सा, चिडचिडापन बढ़ जाता है, स्वभाव में खिन्नता आ जाती है । इसीलिए होली के दिन प्राकृतिक पुष्पों का रंग एकत्र करके एक दूसरे पर डाला जाता है, ताकि हमारे शरीर की गर्मी सहन करने की क्षमता बढ़ जाये और सूर्य की तीक्ष्ण किरणों का उस पर बुरा असर न पड़े ।

ऋतु परिवर्तन होने से शरीर में कफ पिघलकर जठराग्नि में आता है जिसके कारण अनेक बीमारियां होती है, उससे बचने के लिए होलिका दहन की तपन से कफ जल्दी

पिघल कर नष्ट हो जाता है और दूसरे दिन कूद-फांद कर धुलेंडी खेलने से कफ बाहर निकल जाता है । इससे अनेक भयंकर बीमारियों से रक्षा होती है । इस उत्सव में कूद-फाँद नहीं करें तो आलसी और नीरस बन जाते है |

होली का दिन तेरे मेरे के रीति-रिवाज को हटाकर एकता की खबरें देता है । अनेक विषमताओं के बीच भी समाज में एकत्व कासंचार करता है, होली के रंग-बिरंगे रंगों की बौछार सबके मन में एक सुखद अनुभूति प्रकट कराती है कि सब भूमि गोपाल की है और सब जीव शिवस्वरूप है, सबमें एक और एक में सब । सेठ भी आनंद चाहता है, गरीब भी आनंद चाहता है, तो इस दिन संत-सम्मत होली का आनंद लीजिये । इसलिए कहते हैं- होली अगर हो खेलनी, तो संत-सम्मत खेलिये।

7. स्वास्थ्य सुरक्षा

- होली के बाद नीम की कोपलें काली मिर्च के साथ चबाकर खानी चाहिये । यह 20 दिन करने से वर्ष भर चर्म रोग,

रक्त विकार और ज्वर आदि रोगों से रक्षा होती है तथा रोग प्रतिकारक शक्ति बनी रहती है।

- होली के दिनों में 15 दिन तक नमक कम कर दें, इससे वर्षभर स्वास्थ्य में मदद मिलती है ।
- होली के बाद खजूर नहीं खाना चाहिए, ये पचने में भारी होते है ।
- इन दिनों में सर्दियों का जमा हुआ कफ पिघलता है और जठराग्नि कम करता है । इसलिए इन दिनों में हल्का भोजन करें, धाणी और चना खाएं, जिससे जमा हुआ कफ निकल जाये ।
- पूनम के दिन पंचगव्य का प्रसाद लेना चाहिए । इससे हड्डी तक के रोगों का शमन होता है ।

8. साखी :-

सांवरिया सद्गुरु मेरे, आया हूँ दर पे तेरे ।
रंग लगा दे तेरे ज्ञान का, दुनिया का रंग किस काम का ?

9. क्या करें, क्या न करें ?

होली पर क्या करें क्या ना करें -

- बच्चों, बाजार में मिलने वाले रासायनिक रंगों से होली नहीं खेलनी चाहिए, इनसे त्वचा और नेत्रज्योति और फेफड़ों पर बहुत बुरा असर होता है ।
- रंग खेलने से पहले अपने शरीर पर नारियल का तेल से अच्छी प्रकार से लगा लेना चाहिए, ताकि तेलयुक्त त्वचा पर रंग का दुष्प्रभाव न पड़े और साबुन लगाने मात्र से ही शरीर पर से रंग छुट जाये ।
- रंग आंखों में या मुँह में न जाये इसकी विशेष सावधानी रखनी चाहिए ।
- संभव हो तो पलाश के फूलों के रंग से होली खेलनी चाहिए, इससे त्वचा के रोग मिटकर शरीर में कांति आती है । यदि पलाश के फूलों के रंग नहीं मिले तो हल्दी, कुमकुम, मेंहदी पाउडर, लाल चंदन पाउडर, चुकंदर कश, अमलतास और गेंदे के फूलों का रस, बेसन, मैदा, चावल

का आटा, आरारोट या मुलतानी मिट्टी आदि त्वचा के लिए बहुत अच्छे होते है, इनसे होली खेलनी चाहिए ।

- यदि किसी ने आप पर रासायनिक रंग लगा दिया हो तो तुरन्त ही बेसन, आटा, दूध, हल्दी व तेल के मिश्रण से बना उबटन लगाकर रंग को धो डालना चाहिये । यदि उबटन न मिले तो पहले निंबु से रगड़कर साफ कर लेना चाहिए ।
- लड़कों को केवल लड़कों के साथ और लड़कियों को लड़कियों के साथ ही होली खेलनी चाहिए । स्त्रियाँ यदि अपने घर में ही होली मनायें तो अच्छा 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,-

“भक्त प्रहलाद को बचाने के लिए भगवान विष्णु ने कौन सा अवतार लिया था ?” विकल्प है -

a) वामन अवतार

b) परशुराम अवतार

c) वराह अवतार

d) नरसिंह अवतार

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-

होली महोत्सव की पूरी कहानी और वैज्ञानिक महत्त्व...

https://youtu.be/kAI3eP4KP9M

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- भगवान शिव ने राक्षसी ढूंढा को क्या वरदान दिया ?
- भगवान शिव ने ढूंढा को किन से सावधान रहने का कहा ?
- वशिष्ठ जी महाराज ने रघु राजा को राक्षसी के अंत का क्या उपाय बताया ?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है ?
- होलिका दहन का वातावरण की शुद्धि में क्या योगदान है ?
- होली कैसे खेलनी चाहिए सभी बच्चे एक-एक करके उत्तर बताएंगे ।
- होली खेलने से पहले क्या करना चाहिए ?
- इस ऋतु में अपने स्वास्थ्य की रक्षा कैसे करना चाहिए ?
- आज के सत्संग से हमें 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 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 - (D) नरसिंह अवतार

****

दूसरा सप्ताह

१. सत्र की शुरुआत (पूर्वभूमिका) :-

हरि ॐ बच्चों, 13 मार्च को हमारे दादागुरु पूज्यपाद संत श्री लीलाशाहजी बापू का प्राकट्य दिवस है, इसलिए इसी पर आज का बाल संस्कार केंद्रित है । आज की कहानी में हम आपको बताएंगे कि किस प्रकार हमारे दादा गुरु जी का नाम संत श्री लीलाशाह जी महाराज हुआ ?

हम जानेंगे कि पूज्य दादागुरूजी ने बच्चों और विद्यार्थियों के लिए क्या शिक्षा दी ? स्वास्थ्य सुरक्षा में हम जानेंगे कि इस मौसम में डिहाइड्रेशन क्यों होता है, उसके क्या परिणाम होते हैं, उससे बचने के लिए क्या करना चाहिए? इसके अलावा ज्ञान का चुटकुला, ज्ञान विज्ञानं प्रतियोगिता प्रश्न, भजन और अंत मे पूज्य बापूजी के श्री मुख से सत्संग में सुनेंगे- पूज्य बापूजी और दादा गुरु जी के बीच की आनंदमई कथाएं ।

हमारे बापूजी पूज्य दादागुरुजी के बारे में कहते हैं - “लाखों-लाखों जन्म के माता-पिता जो न दे सके वह मेरे परमपिता गुरुदेव ने मुझे हँसते-खेलते दे दिया, मुझे घर में ही घर बता दिया । मेरे सदगुरुदेव साक्षात् सच्चिदानंदस्वरूप ब्रह्मा,

विष्णु और महेश हैं । जब तक सूर्य, चंद्र, सितारे चमकते रहेंगे तब तक आपके उपदेश से पृथ्वी पावन होती रहेगी। हे मेरे तारणहार ! आप की जय-जयकार हो !"

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 :-

दादा गुरूजी का नाम 'लीलाशाहजी' कैसे पड़ा ?

नरेटर - यह आजादी से पहले की घटना है जब भारत और पाकिस्तान का विभाजन नहीं हुआ था। उन दिनों सिंध प्रान्त में एक जमीन के लिए हिन्दू एवं मुसलमानों के बीच में तीस वर्षों से झगड़ा चल रहा था ।

हिन्दू लोग - यहां पहले झूलेलाल का मंदिर था यह हमारी जमीन है और यहाँ झूलेलाल का मंदिर बनेगा ।

मुसलमान लोग - हरगिज नहीं, यह हमारी जमीन है तो यहां मस्जिद ही बनेगा ।

उस समय अंग्रेजों का राज था । अंग्रेज चाहते थे कि हिन्दू एवं मुसलमान आपस में लड़ते रहें । इसलिए अंग्रेजों की कोर्ट में

कोई फैसला नहीं हुआ । दोनों पक्ष कोर्ट में धक्के खा-खाकर थक गये । आखिरकार दोनों पक्षों ने आपस में बातचीत की ।

मुसलमान लोग - देखो भाइयों, यह धार्मिक जगह है । इस जमीन पर यह एक नीम का वृक्ष है, जहाँ से इस जमीन की सीमा निर्धारित होती है । क्यों ना हम हिन्दू और मुसलमान दोनों धर्मों के अग्रणी सब यहां एकत्रित होते हैं ।

जिस पक्ष का संत या कोई पीर-कीर यहां पर अपना विशेष विशेष बल, तेज या कोई चमत्कार दिखा देगा यह जमीन उसी पक्ष की मानी जाएगी । क्या आप सब लोगों को यह शर्त स्वीकार है?

हिंदू लोग - हां ठीक है, हमें स्वीकार है.

दोनों पक्षों ने लिखित अनुबंद पास किया कि जिनके संत का प्रभाव ज्यादा हो उन्हीं की यह धार्मिक जमीन मानी जायेगी।'

हिन्दू लोग आपस में - इस समय यहां पर हमारे एक ही संत है, पूज्य श्री लीलाराम जी महाराज, वही हम पर दया कर सकते हैं, चलो हम सब उन्ही के पास चलकर प्रार्थना करते हैं ।

अन्य - हां, हां ! चलो चलते हैं।

पूज्य श्री लीलारामजी के पास पहुँचे एवं बोलेः "हमारे तो आप ही एकमात्र संत हैं । हम कोर्ट कचहरी में धक्के खाकर थक गये। अब पूरे हिन्दू समाज की इज्जत आपके हाथों में है ।

नरेटर -संतों के पास अहंकार लेकर जाने वाले खाली हाथ ही लौटते हैं, किन्तु विनम्र एवं श्रद्धालु लोग शरणागति के भाव से जाते हैं तो संत की करुणा कुछ देने के लिए जल्दी बरस पड़ती है। स्वामी लीलाराम जी ने सहमति दे दी। तारीख निश्चित हुई, अमुक तारीख को उसी जमीन पर आसपास के गांव के कई लोग इकट्ठे हुए । मुसलमानों ने अपने पीर फकीरों तंत्र-मंत्र और जादू टोने करने वाले को तैयार करके आगे बिठा दिया ।

हिन्दू लोगों की प्रार्थना सुनकर पूज्यपाद स्वामी श्री लीलारामजी महाराज उस स्थल पर जाकर जमीन पर दो घुटनों के बीच सिर रखकर बैठ गये । विपक्ष के लोगों ने उन्हें इस प्रकार सहज एवं सरल रूप से बैठे देखा तो आपस में हसने लगे - यह साधु क्या करेगा ? जीत तो हमारी ही होगी, अब तो इस जमीन पर हमारा ही कब्जा होगा ।'

पहले मुसलमान लोगों द्वारा आमंत्रित पीर-फकीरों ने मंत्र-तंत्र, जादू, टोने-टोटके किये, कोई तांत्रिक पागल होकर अजीब से नाचने लगा तो, कोई जोर-जोर से चिल्लाने लगा, कुछ तांत्रिक धुएं से आकृति बनाने लगे, इस प्रकार छोटे-मोटे चमत्कार

दिखाकर लोगों को प्रभावित करने का प्रयास किया । फिर हिंदुओं की बारी आई।

मुसलमान लोग- हमारे पीर फकीरों ने यहां इतने चमत्कार दिखाएं । अब आप अपने हिन्दू संत को कहिए कि कोई चमत्कार दिखाएं अन्यथा यह जमीन हमारी हो जाएगी ।

हिन्दू लोग पूज्य श्री लीलाराम जी से - महाराज, अब तो आप ही हमारे एकमात्र आधार हो ।"

नरेटर - पूज्य श्री लीलारामजी बाहर से भले साधारण दिखते थे, किन्तु उनके अंदर तो आत्मानंद हिलोरे ले रहा था.... जब लोगों ने पूज्य श्री लीलारामजी से आग्रह किया तब उन्होंने अपने मस्तक को धीरे-से उठाया । सामने ही नीम का वही वृक्ष खड़ा था, जहाँ से उस जमीन की सीमा निर्धारित होती है । उसके ऊपर दृष्टि डालकर, गर्जना करते हुए उन्होंने आदेश दियाः "ऐ नीम ! यहाँ क्या खड़ा है ? जा, वहाँ जाकर खड़ा रह ।"

बस, ऐसा कहते ही नीम का पेड़ सर्र... सर्र.... करता हुआ खिसकने लगा एवं दूर जाकर खड़ा हो गया । यह देखकर लोग तो अवाक् रह गये । आज तक ऐसा चमत्कार किसी ने नहीं देखा था । अब तो विपक्ष के लोग भी पूज्य श्री लीलारामजी

के पैरों पड़ने लगे । वे समझ गये कि पूज्य श्री लीलारामजी कोई सिद्ध पुरुष हैं ।

उन्होंने हिन्दुओं से कहाः "ये केवल आपके ही पीर नहीं हैं, परंतु आपके, हमारे और सभी के पीर हैं। आज से वे 'लीलाराम' नहीं परंतु 'लीलाशाह' हैं।" तब से लोग उन्हें पूज्यपाद स्वामी श्री लीलाशाहजी महाराज के नाम से जानने लगे।

देखा बच्चों, प्रकृति भी संत की आज्ञा मानने के लिए तैयार रहती है।

एक बार स्वामी जी रस्सी के बल सुलझा रहे थे । पूछने पर बोले कि "भारत के दुश्मनों का बल निकाल रहा हूँ ।" उन दिनों भारत-चीन युद्ध चल रहा था । दूसरे दिन समाचार आया कि "युद्ध समाप्त हो गया और दुश्मनों का बल निकल गया ।"

ऐसे योगियों को भूत, वर्तमान एवं भविष्य काल ये तीनों होते हैं । इसलिए उनके मार्गदर्शन एवं आज्ञा में चलने वालों को उनकी त्रिकालदर्शी दृष्टि का लाभ मिलता है । उन्ही लीलाशाह जी महाराज की कृपा प्रसादी हमारे पूज्य गुरुदेव संत आसाराम जी बापू ने पूर्णरूप से पाई है । हमें भी उनके सानिध्य और आज्ञा में रहकर अपने जीवन को धन्य बनाना चाहिए ।

आज्ञा सम नहीं साहिब सेवा । सभी बच्चे जोर से बोलेंगे श्री सदगुरुदेव भगवान की जय....

4. ज्ञान का चुटकुला :

पप्पू - यार एक बात बता...

चिंटू - बोल ।

"ये फेसवॉश क्या काम आता है?"

"चेहरा धोने के लिए ।"

"और ये शैंपू क्या काम आता है ?"

"बाल धोने के लिए ।"

"तो फिर जब चहरे पर दाढ़ी आ जाती है, तो चहरे को शैंपू से धोना चाहिए या फेसवॉश से?"

सीख :- उजुल फजूल सवाल नहीं करना चाहिए, युक्ति युक्त व्यवहार करना चाहिए ।

5. प्रार्थना (नित्य करणीय) :-

'हे भगवान ! हम सबको सदबुद्धि दो... शक्ति दो... आरोग्यता दो... हम सब अपना-अपना कर्त्तव्य पालें एवं सुखी रहें...।'

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,- "पूज्य दादागुरुजी लीलाशाहजी के सद्गुरुदेव का नाम क्या था ?" विकल्प है -

A) संत नामदेव जी

B) समर्थ रामदास जी

C) संत रविदास जी

D) स्वामी श्री केशवराम जी

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

7. क्या करें, क्या नहीं ?

बच्चों, आईए अब हम जानते हैं कि पूज्य दादागुरूजी ने बच्चों और विद्यार्थियों के लिए क्या शिक्षा दी है ।

सिनेमा से बचना चाहिए, आजकल सिनेमा का स्वरूप और भी विकृत हो गया है । छोटे-छोटे बच्चों को मोबाइल फोन की लत लग जाती है और इंटरनेट पर वीडियो क्लिप आदि देखने से बच्चो की मानसिकता खराब हो जाती है जिससे बच्चों के स्वभाव में चिड़चिड़ापन, मूड स्विंग होना जैसी शिकायतें आजकल सब जगह पाई जाती है। बच्चों को हमेशा मोबाइल टीवी सिनेमा इन सबसे को दूर ही रहना चाहिए । आप मन को दृढ़ करेंगे तो इनसे बचना मुश्किल बात नहीं है।

कुसंग से हमेशा बचना चाहिए, अच्छी संगत हमेशा पार उतारती है । बुरी संगत डुबोती है । इसलिए अच्छे लोगों की ही संगत करनी चाहिए । रानी कैकयी को राजा दशरथ से बेहद प्यार था परन्तु मंथरा के कुसंग के कारण उसके मन के संकल्प बिगड़ने लगे तथा राजा दशरथ से राम को वनवास भेजने का वचन माँगकर वह राजा की मृत्यु का कारण बनी । यह है

कुसंग का फल । सत्संग करने के अलावा अच्छी पुस्तकों का संग करना चाहिए ।

भगवान के भजन करने के लिए शरीर को निरोग रखना चाहिये । इसके लिये संयम का पालन करना चाहिये । मातृदेवो भव । पितृदेवो भव । आचार्य देवो भव । अतिथिदेवो भव । माता-पिता,आचार्य,गुरु व अतिथि को देवता के समान पूजनीय समझना चाहिए । यह बड़ा धर्म है ।

व्यायाम व प्राणायाम किया करना चाहिए, जिससे तन-मन स्वस्थ रहे ।

सात्विक व हजम होने वाला भोजन करना चाहिए । भोजन शरीर को स्वस्थ रखने के लिए खाना चाहिए, न कि स्वाद पाने के लिए । दिन में दो बार से अधिक भोजन नहीं करना चाहिए ।

अंधे या भूले हुओं को राह दिखाना, प्यासों को पानी पिलाना व भूखों को खाना देना भी धर्म समझना चाहिए । प्रभु का स्मरण भी करते रहना चाहिए क्योकिं वह सुखों का दाता है ।

8. साखी

संसार तेरा घर नहीं, दो चार दिन रहना यहाँ ।
कर याद अपने राज्य की, स्वराज्य निष्कटक जहाँ ।।

9) भजन :-

अब सभी बच्चे गाएंगे प्यारा सा भजन -
आओ श्रोता तुम्हें सुनाऊं महिमा लीलाशाह की...
https://youtu.be/AAjCB0MEwsE

10) स्वास्थ्य सुरक्षा :-

डिहाइड्रेशन से स्वास्थ्य सुरक्षा

बच्चों, सर्दियों में तो प्यास कम लगती है इसलिए हम कम पानी पीते थे परंतु अब गर्मी का मौसम शुरू होने वाला है, इस मौसम में सबसे अधिक बीमारियां शरीर में

पानी की कमी से होती है, जिसे डॉक्टर लोग डिहाइड्रेशन करते हैं । शरीर में डिहाइड्रेशन होने से पेटदर्द, मल मूत्र में पीड़ा, बदहजमी, पाइल्स, और कभी-कभी मूर्छा भी हो जाती है । परंतु कुछ साधारण उपाय से हम इनसे बच सकते हैं । डिहाइड्रेशन से बचने के लिए क्या करना चाहिए आइये जानते हैं -

रात भर तांबे के बर्तन में रखा हुआ पानी

प्रतिदिन सुबह जल्दी उठकर बिना मुँह धोये, बिना ब्रश किये करीब आधा लीटर, बच्चों के लिए एक गिलास कुनकुना पानी एक साथ पी लें । पानी पीने के बाद मुँह धो सकते हैं, ब्रश कर सकते हैं । पानी पीने के 45 मिनट तक कुछ भी खायें-पियें नहीं । इस प्रयोग से कई प्राणघातक बीमारियाँ दूर हो जाती है, पानी की कमी से होने वाले अधिकतर रोग इस प्रकार के पानी प्रयोग से नहीं होते हैं, तथा शरीर स्वस्थ रहता है ।

भोजन में रोटी-सब्जी चावल आदि चाहे तो कम कर सकते हैं, परंतु सलाद का सेवन जरूर करना चाहिए । इससे शरीर को जलीय अंश के साथ-साथ आवश्यक न्यूट्रिएंट भी मिल जाते हैं ।

दिन में संतरा, तरबूज, अंगूर जैसे रस युक्त मौसमी फलों का सेवन करना चाहिए ।

11. श्री आशारामायण पाठ

बच्चों, अब हम श्री आशारामायण की कुछ पंक्तियां दोहराएंगे ।

https://youtu.be/bl57Gh3T4ps

12. सत्संग श्रवण

अब हम देखेंगे पूज्य दादागुरुजी और पूज्य बापूजी की आनंददायी लीलाएं...

https://youtu.be/tLlvBq9qixQ

13. प्रश्नोत्तरी

तैयार हो जाइए प्रश्नोत्तरी के लिए -

- हिन्दू एवं मुसलमानों के बीच में वर्षों से झगड़ा क्यों चल रहा था?

- दोनों पक्षों ने झगड़ा सुलझाने के लिए क्या निर्णय लिया ?
- लीलाराम जी ने क्या चमत्कार किया?
- दादा गुरूजी का नाम 'लीलाशाहजी' कैसे पड़ा?
- श्री लीलाशाहजी ने गुलाब के फूल का उदाहरण क्यों दिया?
- आज की कहानी से हमें क्या शिक्षा मिलती है?
- दादागुरु जी ने विद्यार्थियों और बच्चों के लिए क्या शिक्षाएं दी? सभी बच्चे एक-एक शिक्षा बताएंगे ।
- डिहाइड्रेशन से बचने के लिए क्या करना चाहिए?
- आज के सत्संग से हमें क्या शिक्षा 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 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 - स्वामी श्री केशवराम जी

****