UPHIN-11403

RNI - 43357/85

डाक पंजी. क्र.: S-S-P-/LW/NP-188/2024-2026

शिशु मंदिर सन्देश

सरस्वती शिशु मन्दिर / विद्या मन्दिर / बालिका विद्या मन्दिर तथा पूर्व छात्रों की मासिक पत्रिका

वर्ष - 40 | अंक -11 | युगाब्द - 5126 | विक्रम संवत् - 2081 | जुलाई - 2024

मूल्यः १२

"सवा लाख से एक लड़ाऊँ,
चिड़ियन ते मैं बाज तुड़ाऊँ,
तबै गुरु गोविन्द सिंह नाम कहाऊँ"

सम्पादकीय कार्यालय

शिशु मन्दिर संदेश

केशव कृपा, सरस्वती कुञ्ज
निराला नगर, लखनऊ-226020
फोन नं. : 0522-31654408
ईमेल : sms2019ps@gmail.com

संरक्षक मण्डल

मा. ब्रह्मदेव शर्मा
मा. यतीन्द्र शर्मा
मा. डोमेश्वर साहू
मा. हेमचन्द्र जी

प्रधान सम्पादक

उमाशंकर मिश्र
फोन नं. : 9415212142
ईमेल : umashankarmisra1957@gmail.com

सम्पादक मण्डल

डॉ. शिव भूषण त्रिपाठी
दिनेश कुमार सिंह

शुल्क

वार्षिक मूल्य : 120
दस वर्षीय : 1000

स्वामी–शिशु शिक्षा प्रबंध समिति, प्रकाशक एवं मुद्रक–डॉ० शिवभूषण त्रिपाठी द्वारा प्रिंटिको प्रिंटर्स, २२ जगत नारायण रोड, लखनऊ उ०प्र० से मुद्रित एवं केशव कृपा, सरस्वती कुंज निराला नगर, लखनऊ से प्रकाशित, सम्पादक–उमाशंकर मिश्रा।

पीआरवी एक्ट के तहत खबरों के चयन के जिम्मेदार किसी तरह के कानूनी विवाद का निपटारा लखनऊ न्यायालय के अधीन होगा।

गुरु प्रेरणा

गुरू गोविन्द सिंह जी अपने अनुयायियों को न्याय और धर्म की रक्षा के लिए तत्पर रहने की सेवा और सहायता कार्य में लगाने की प्रेरणा दे रहे थे। इसी मध्य उनको प्यास लगी उन्होंने अपने अनुयायियों को एक गिलास पानी लाने को कहा। एक सेवक उठकर सामने के घर से चाँदी के गिलास में स्वच्छ पानी लाया, पर उसके हाथ काप रहे थे। गुरू जी ने कहा तुम्हारे हाथ बहुत कोमल है उसने कहा गुरू जी इन हाथों को काम नहीं करना पड़ता है बहुत सारे नौकर, चाकर है, गुरू जी ने कहा ऐसे हाथों से पानी नहीं पी सकते, जो हाथ किसी की सहायता एवं सेवा नहीं करते उन हाथों का उपयोग कैसा ? सेठ को गुरू जी की बात समझ में आ गयी।

उसी दिन से उन्होंने अपने को असहाय और बीमार लोगों की सेवा में लगा दिया।

जय श्री गुरूदेव

अपनी बात

हमारा देश पर्वों एवं उत्सवों का देश हैं। कहते हैं यहाँ प्रति दिन कोई न कोई पर्व उत्सव अथवा त्योहार मनाया जाता है क्योंकि पर्वो का हमारे जीवन में बड़ा महत्व है। 'पर्व" शब्द का अर्थ धर्म या पुण्य कार्य करने का समयः पुण्यकाल (जैसे कि पूर्णिमा, अमावस्या, संक्रांति आदि): पक्ष, दिन, क्षण, संधिस्थान, वह स्थान जहाँ दो चीजें जुड़े हों सब पर्व हैं। 'पर्व" में व्रत और उत्सव दोनों, आ जाते हैं। प्रत्येक 'पर्व" में बिना किसी अपवाद (विरोध) के व्रत तथा उत्सव दोनों होते हैं। इसलिये उसे 'व्रतोत्सव पर्व" अथवा संक्षेप में केवल पर्व कह देते हैं। पर्व को प्रायः त्योहार भी कहते है। जन्म–जन्मातरों में जाने–अनजाने किये गए विभिन्न अशुभ एवं निषिद्ध कर्मों द्वारा अनेक बार मलिन हुए चित्त (अन्तःकरण) को शुद्ध करने के लिये सतत् प्रयत्नशील रहने की आवश्यकता होती है। इसीलिये भारतीय संस्कृति के त्योहारों या अन्य कार्यक्रमों में उन क्रियाओं एवं भावनाओं का समावेश रहता है जो मनुष्य के चित्त को शुद्ध करते है। व्रत रखने से चित्त शुद्ध होता है। "व्रत" रखने का अर्थ मात्र उपवास रखने से नहीं है अपितु इसका वास्तविक अर्थ प्रतिज्ञा, संकल्प, प्रण, दृढ़ निश्चय, भक्ति, आस्था का पदार्थ संस्कार अनुष्ठान, अभ्यास अध्यादेश, विधि, नियम कर्म, आदि के पालन करने से है तथा इसी तरह "उत्सव' का अर्थ हर्ष या आनन्द का अवसर, जयन्ती (ध्वजा, पताका, जन्मदिन पर होने वाला उत्सव) आदि से है। ये सब अवसर हमें जीवन को सुखमय, आनन्दमय और उन्नत बनाने का सौभाग्य प्रदान करते हैं।

"संयमः खलु जीवनम्" अर्थात् संयम से ही जीवन है, गति है, प्रगति है, उत्साह, और आनन्द है। जहाँ संयम नहीं असंयम है वहीं अधोगति, अवनति और मृत्यु है। हमारे जीवन में यम, नियम संयम बना रहे इसलिए व्रत, पर्व और त्यौहारों पर सकारात्मक सोच के साथ सत्संकल्पों की परम्परा भारतीय संस्कृति में रही है। प्रतिवर्ष आषाढ़ माह की पूर्णिमा को सम्पूर्ण देश गुरू पूर्णिमा पर्व के रूप में हर्ष और उल्लास के साथ बड़े धूम–धाम से मनाता है। कहा जाता है कि आषाढ़ पूर्णिमा के ही दिन यमुना जी के मध्य एक द्वीप पर सत्यवती ने एक बालक को जन्म दिया। यही बालक वेद व्यास के नाम से जाना गया। इनके पिता मुनि पारासर थे। द्वीप में जन्म लेने के कारण इन्हें कृष्ण द्वैपायन भी कहा जाता है। बचपन में ही कृष्ण द्वैपायन हिमालय चले गये, बारह वर्ष तक घोर तप किया। व्यास जी अद्भुत ज्ञानी थे। पवित्र वेद को ऋग्वेद, यजुर्वेद, साम और अथर्ववेद इन चार भागों में विभक्त कर, लोक में प्रतिष्ठित किया। इस कारण वेद व्यास के रूप में प्रसिद्ध हुए। वेदों का अर्थ समझने के लिए "बह्मसूत्र" लिखा यही नहीं ब्रह्मसूत्रों की व्याख्या के लिए "अट्ठारह पुराण" महाभारत जैसा विशाल ग्रंथ सब व्यास जी की ही देन है।

गुरु पूर्णिमा को व्यास पूर्णिमा भी कहते है। इस दिन सभी शिष्य अपने–अपने गुरू के पास जाकर अपने गुरू का पूजन–अर्चन करते है। वर्तमान के भी छात्र अपने शिक्षकों का सम्मान व पूजन आर्चन इसी तिथि को करते हैं। भारतीय संस्कृति के अनुसार गुरू को देवता के तुल्य माना गया है। शास्त्रों में बताया गया है कि गुरू के बिना ज्ञान की प्राप्ति नहीं हो सकती। ज्ञान ही जीवन के सम्पूर्ण अंधकार को दूर कर मानव को सुखी और सम्पन्न बनाता है। अस्तु गुरु पूर्णिमा के पावन पर्व पर वेदव्यास जी की पूजा अर्चना हो, हमारा ज्ञान वर्धन हो तथा गुरू के सम्मान की परम्परा निरन्तर चलती रहे इसी आशा और विश्वास के साथ यह अंक आपको समर्पित है।

रामचरितमानस - अद्भुत प्रबन्धन कौशल

The Ramcharit Manas & Unique Skill of Management

कमल कुमार (संयोजक)
भारतीय शिक्षा परिषद
नेहरूनगर, गाजियाबाद

गोस्वामी तुलसीदास जी की निम्नलिखित पक्तियाँ भगवान श्री राम के चरित्र में से कुछ प्राप्त करने की प्रेरणा देती है "जाकी रही भावना जैसी, प्रभु मूरत देखी तिन तैसी।" आपका विषय समाजिकता हो, आध्यात्मिकता हो, व्यवहारिक हो, परिवार व्यवस्था हो, प्रबन्धन हो या टीम का निर्माण करना क्यों न हो, ये सभी विषय बाबा तुलसीदास जी ने रामचरितमानस में भली प्रकार वर्णित किये हैं। वर्तमान परिप्रेक्ष्य में Management का विषय दुनियाभर में तेजी से उभर कर आ रहा है। चाहें वह Class Management हो, Office Management हो, Time Management, Company Management हो या फिर Stress Management हो सबके लिए आज अनेक स्थानों पर प्रशिक्षण चलाये जा रहे हैं। इनसे सम्बन्धित कुछ विषय रामचरितमानस में देखने को मिलते हैं ।

☆ टीम बिल्डिंग का निर्माण कैसे करें (How to dovelope the team building) :

यदि हम साथ–साथ मिलकर काम करते हैं तो प्रत्येक ज्यादा प्राप्त करता है। एक और एक ग्यारह का सूत्र सम्भवतः रामचरितमानस से ही मिला होगा। 'रावण' जो सभी प्रकार से बलवान है वह श्री रामचन्द्र जी का प्रतिद्वन्दी है। रामचन्द्र जी व लक्ष्मण दो व्यक्ति, जो अपने राज्य से अलग रह रहे हैं। दूसरी तरफ सुग्रीव है जो अपने भाई द्वारा ही अपने राज्य से निकाला गया है और स्वयं की ही सुरक्षा से असहाय, दोनों का मिलना होता है, मिलकर team बनाते हैं पहले सुग्रीव को उसका राज्य मिलता है और फिर दोनों मिलकर बलशाली रावण पर विजय प्राप्त करते हैं ।

☆ हर व्यक्ति का कोई न कोई पहलू कमजोर होता है–(Every person has some weak points) :

श्री राम–लक्ष्मण व सुग्रीव अलग–अलग दोनों असहाय ही थे। मगर जब दोनों मिलकर खड़े हुये तो ताकत कई गुना हो गई। यह सच है कि अकेले कोई भी पूरा नहीं होता है, प्रत्येक व्यक्ति का कोई न कोई पहलू कमजोर होता ही है। इसके विपरीत किसी की Weakness हमारी Strength हो सकती है। जब मिलकर Team के रूप में सामने आते हैं तो Team सभी आयामों से मजबूत हो जाती है और हम अपनी क्षमताओं से ज्यादा कार्य करने में सक्षम हो जाते हैं। Team के रूप में स्थानीय लोगों को सभी वर्गों से खड़ा करना महत्वपूर्ण आयाम है। यही कार्य भगवान श्री रामचन्द्र जी का Initiative बना।

☆ नेतृत्व कौशल कैसे विकसित करें (How to develop the skill of leadership) :

इसके लिए रामचरितमानस के प्रमुख नायक श्री रामचन्द्र जी से अच्छा उदाहरण मिलना मुश्किल है। उनके चरित्र को यदि ध्यान से देखें तो हम उनमें वे सारे गुण पायेंगे जो एक अच्छे नेतृत्वकर्ता के लिए आवश्यक है। नेता जी सुभाष चन्द्र बोस से हम सभी परिचित हैं। स्वतंत्रता संग्राम के लिए आजाद हिन्द

फौज का संचालन कुशल नेतृत्वकर्ता के रूप में किया और समान्यजनों को सैनिक के रूप में अंग्रेजों के विरूद्ध लड़ने के लिए खड़ा करने की प्रेरणा शायद उन्हें भी श्री रामचन्द्र जी से ही मिली होगी। जिन्होनें अकेले ही सुग्रीव, जामवंत, हनुमान, अंगद सहित लाखों वानरों की एक विशाल सेना खड़ी कर उनका आत्मीयता पूर्वक नेतृत्व किया ।

☆ सही समय पर सही निर्णय लेने का कौशल विकसित करें (Develop the skill of taking right decision at the right time) :

सही जगह पर सही निर्णय लेना भी एक अच्छे लीडर की प्रमुख विशेषता होती है क्योंकि लीडर के एक निर्णय का प्रभाव पूरी Team पर पड़ता है। श्री रामचन्द्र जी ने पूरी सेना में से कुछ प्रमुख लोगों की केन्द्रीय समिति (Core committee) का निर्माण किया जिसमें सुग्रीव, जामवंत, हनुमान नल–नील व अंगद आदि सदस्य शामिल थे। किसी भी विषय पर निर्णय लेने से पहले Core commeittee से चर्चा की जाती थी, उनके सुझाव एकत्रित किये जाते थे फिर उन सुझावों के आधार पर अंतिम निर्णय Team के प्रमुख श्री रामचन्द्र जी लेते थे। इस प्रकार सभी उन निर्णयों से सहमत होते थे और उन्हें लगता था कि यह निर्णय उन्हीं सभी के द्वारा लिया गया है। इस कारण से वे सभी अपने आपको अपनी सेना का महत्वपूर्ण अंग मानते थे ।

☆ टीम लीडर में निस्वार्थ भावना होनी चाहिए–(A leader should have the spirit of selflessness) :

नेतृत्वकर्ता अर्थात लीडर की यह विशेषता होनी चाहिए कि वो टीम के सदस्यों को यह एहसास कराता रहे कि वह उसके लिए व उसकी Team के लिए कितना महत्वपूर्ण है। श्री रामचन्द्र जी का सभी सम्मान करते थे, कुछ तो मन ही मन उन्हें भगवान का स्थान दे चुके थे। रावण पक्ष के विभीषण भी उनके सहयोग के लिये तैयार हो गये थे। यह उनके चरित्र की विशेषता थी। टीम के सदस्यों के लिए लीडर का चरित्र हमेशा प्रेरणा स्त्रोत होना चाहिए। लीडर हमेशा निःस्वार्थ भावना के साथ सबका सहयोग करने के लिए तत्पर रहे। कहने के लिए श्री रामचन्द्र जी ने लंका पर अपनी पत्नी सीता को बन्धन मुक्त करने हेतु चढ़ाई की थी मगर उसके पीछे विश्व कल्याण की भावना छिपी थी, रावण के अत्याचार से सभी को मुक्त करने की पवित्र भावना थी। श्री राम चन्द्र जी एक महान नायक व सक्षम लीडर के रूप में हमेशा स्मरण रहेंगे। सामान्यतः एक अच्छे नेतृत्वकर्ता की विशेषताएं सभी में होती है जरूरत है उन विशेषताओं को विकसित करने की और ये विकसित होंगी Struggle, Passion एवं Patience के आधार पर, इनको आत्मसात करने की आवश्यकता है ।

☆ सही व्यक्ति को सही काम देने का कौशल विकसित करना (To develop the skills to assign right work for the right person) :

लंका युद्ध के दौरान की घटनाएं रही हों या इससे पूर्व की। सभी को उनकी क्षमता व योग्यता के अनुसार जिम्मेदारियां मिलीं ।

❀ रावण के पास संदेश वाहक के रूप में अंगद को ही क्यों भेजा गया ?

❀ सीता जी का पता लगाने जैसा कठिन कार्य हनुमान जी को ही क्यों दिया गया ?

❀ राम सेतु निर्माण की जिम्मेदारी नल–नील के कन्धों पर ही क्यों डाली गयी ?

❀ युद्ध योजना का कार्य जामवन्त को ही क्यों सौंपा गया ?

इसमें दो राय नहीं है कि इन सभी को उन्हीं क्षेत्रों में कुशलता हासिल थी। ये सभी घटनायें श्री रामचन्द्र जी के एक कुशल प्रबन्धन के रूप में प्रस्तुत

करती हैं और जब उपयुक्त कार्य उपयुक्त हाथों में सोंपा जाता है, तो सफलता मिलना सुनिश्चित है। लंका विजय इसका बड़ा प्रमाण है ।

☆ प्रतिभावान व्यक्ति ही संस्था के आधार होते हैं (Telented people are the foundation of organization) :

हम किसी भी संस्था के प्रबन्धक हों या हमें किसी माध्यम से प्रबन्धन का अवसर मिला हो। हमें भी ऐसी ही मिलती जुलती परिस्थितयों से गुजरना पड़ता है। जहां हमारी जिम्मेदारी होती है कि सही आदमी के लिये सही काम का चयन करें। अपने साथ काम करने वाले लोगों में से सबसे अच्छे लोगों का चयन करें और उनकी प्रतिभाओं का अधिक लाभ लें। श्री रामचन्द्र जी सभी प्रकार से श्रेष्ठ थे। कई लोगों का मानना था कि वह अकेले ही युद्ध को किसी भी परिणाम तक पहुंचाने में सक्षम थे। फिर उन्होंने ऐसा क्यों नही किया ? लक्ष्मण को एक बार मेघनाद द्वारा पराजित हो जाने के बाद भी पुनः मेघनाद से युद्ध के लिए क्यों भेजा गया? रामचन्द्र जी ने कभी भी अपनी शक्ति, अपने अधिकारों का दुरुप्रयोग नहीं किया। अपने साथ या अपने पीछे काम करने वाले लोगों को अपनी क्षमता का पूरा उपयोग करने देना ताकि आपकी Team और सक्षम बनें। टीम के सदस्यों की क्षमता का और विकास हो। उन्होनें गुस्से में आकार कभी किसी को अपमानित नही किया। धनुष बाण तोड़ कर नहीं फेंके भोजन–थाल या चाय का कप फेंक कर गुस्सा शान्त नहीं किया। एक व्यक्ति असफल होता है लेकिन प्रबन्धन को लगता है कि वह व्यक्ति उस काम को कर सकता है, तो उसे निराश न करके उस व्यक्ति को उत्साहित करना और कार्य करने के लिए पुनः प्रेरित करना, यह सीख श्री रामचन्द्र जी से ही ले सकते हैं।

☆ साधनों की कमी सफल होने से नहीं रोक सकती (Lack of resources cannot prevent one from being succeed)– कई बार लोग कहते हैं

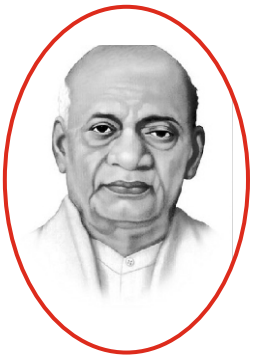
यदि मेरे पास ये होता तो वैसा कर सकता था। यदि उनको वो चीज मिल भी जाये तो भी वो कुछ नहीं कर सकते। जो कुछ कर गुजरने वाले होते हैं वे साधनों के आभाव में भी अच्छा कर गुजरते हैं। श्री रामचन्द्र जी ये सोचते कि वह तो अपने राज्य से कितनी दूर हैं, साधन विहीन है वो रावण का सामना कैसे कर पायेंगे ? तो आज हम श्री रामचन्द्र जी को जानते भी न होते! साधनों की कमी से हमारा काम नहीं रूकना चाहिए, क्योंकि हम काम शुरू करते हैं तो साधन स्वतः एकत्रित होने लगते हैं। फिर चाहे रामचन्द्र जी का 14 वर्ष का वनवास हो या फिर लंका विजय। रामचरितमानस के रामचन्द्र जी का व्यवहारिक पक्ष हो या मैनेजमैंट सभी से जीवन में कुछ न कुछ उतारने योग्य है। जरूरत केवल इतनी है कि हम क्या ग्रहण करना चाहते हैं। यदि आप अपने जीवन से खुश हो तो ये अच्छी बात है, और यदि कोई आपकी बजह से खुश है तो यह और भी अच्छी बात है। आशा और विश्वास कभी गलत नहीं होते हैं, बस यह हम पर निर्भर करता है, कि आशा किससे की और विश्वास किस पर किया ?

राम के चरित्र से चरित्र है पवित्र कौन,
राम के चरित्र को चरित्र में ढ़ारिये।
अन्य देवताओं की तो बाद में उतार लेना,
पहले राष्ट्र देवता की आरती उतारिये ।।

"हे ईश्वर मुझे आशीर्वाद दें कि मैं कभी अच्छे कर्म करने में संकोच ना करूँ।"

लौहपुरुष सरदार पटेल

तुम वीरता के साकार थे,
पुरुष के तुम अवतार थे।
हे लौह नर हे वीरवर,
तुम सत्य ही सरदार थे।
तुम क्रांति के शुभगान थे,
तुम पीड़ितों के प्राण थे।
उस 'बारदोली' युद्ध में,
तुम बन गये भगवान थे।
गम्भीरता के कोख थे,
रहते बहुत खामोश थे।
भ्रकुटी तुम्हारी देखकर,
शत्रु के उड़ते होश थे।



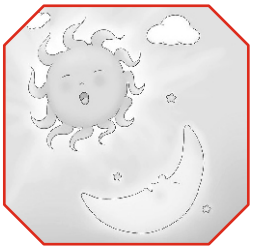
जो देश में तप जाल था,
वह हो गया बेहाल था।
तेरी कृपा से बन गया,
भारत अखण्ड विशाल था।
तू देश का अभिमान था,
जननी का गौरवगान था।
हिलते तुम्हारे होंठ जब,
सतानहीन विधान था।
तू भाग्य था इस देश का,
तू दूत था परमेश का।
मृत्यु ने तुमको छीनकर,
छीना सहारा देश का।

स्पेशल 'टी'

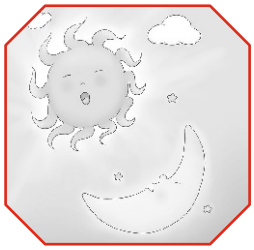
टी से बनी टेंस,
टेंस से बनी टेंशन
आते है एक्जाम जब,
बढ़ जाती है टेंशन
याद नहीं होता,
जिसकी हमें टेंशन
याद अगर कुछ होता.
तो भूल जाने की टेंशन
शुरू हुए एक्जाम,
हल हो गया पेपर,

तो रिजल्ट आने की टेंशन
नौकरी मिल गयी,
तो रिटायरमेण्ट की टेंशन
रिटायर हुए,
तो पेंशन पाने की टेंशन
जब खत्म हुए सारे टेंशन
तो इस बात की टेंशन
कि कहीं आ न जाये
फिर से एक नयी टेंशन।

आराम



सूरज करता नहीं आराम, चंदा लेता नहीं विराम।
नदी निरन्तर बहती रहती, कभी नहीं लेती विश्राम।
ऋतुएँ अपने समय पर आती, अपना नियमित करती काम।
सारी रात जागते तारे, एक संदेश देते हैं सारे।
अपना काम समय पर करना, आराम के प्रलोभन में न पड़ना।



प्रमुख नदियाँ, सरोवर एवं पर्वत

उत्तरं यत् समुद्रस्य हिमाद्रेश्चैव दक्षिणम्।
वर्ष तद् भारतं नाम भारती यत्र संततिः।।

प्रश्न 1 उपर्युक्त श्लोक के आधार पर कौन–सा क्षेत्र भारतवर्ष के नाम से जाना जाता है?

उत्तर–हिन्दु महासागर के उत्तर में तथा हिमालय के दक्षिण में स्थित महान देश भारतवर्ष के नाम से जाना जाता है।

प्रश्न 2 किस देश में धरती को माँ कहा गया है?

उत्तर–भारत में भूमि को माता कहा जाता है। हमारे देश में यह धरती भूमि मात्र नहीं, बल्कि मातृस्वरूपा है।

प्रश्न 3 भारत की पवित्रतम एवं राष्ट्रीय नदी गंगा के उद्गम स्थान का नाम क्या है?

उत्तर–गोमुख (गंगोत्री) (जिला उत्तरकाशी प्रान्त उत्तराखण्ड)

प्रश्न 4 अखण्ड भारत की विशालतम नदी कौन–सी है?

उत्तर–ब्रह्मपुत्र नदी।

प्रश्न 5 महानदी किस प्रदेश की प्रमुख नदी है तथा इस पर कौन सा बाँध बना है?

उत्तर–महानदी ओडिशा (उत्कल) प्रदेश की प्रमुख नदी है तथा विश्व का सबसे लम्बा बाँध हीराकुड इसी नदी पर बना है।

प्रश्न 6 भारत की ग्यारह प्रमुख नदियों के नाम बताइए।

उत्तर–गंगा, यमुना, सिन्धु, सरस्वती, गण्डकी, ब्रह्मपुत्र, नर्मदा (रेवा), कावेरी, कृष्णा, गोदावरी और महानदी।

प्रश्न 7 पंच सरोवरों के नाम व स्थान बताइए।

उत्तर–बिन्दु सरोवर (सिद्धपुर–गुजरात), नारायण सरोवर (कच्छ का रण–गुजरात), पम्पा सरोवर (तुंगभद्रा नदी के दक्षिण में–कर्नाटक), पुष्कर सरोवर (अजमेर के निकट राजस्थान) और मानसरोवर (तिब्बत का पठार)।

प्रश्न 8 विंध्य पर्वत मूलतः किस प्रदेश में स्थित है?

उत्तर–मध्य प्रदेश।

प्रश्न 9 दक्षिण भारत के प्रसिद्ध पर्वतों के नाम बताइए।

उत्तर–महेन्द्र पर्वत, मलय पर्वत, सह्याद्रि।

प्रश्न 10 विश्व का सर्वोच्च पर्वत कौन–सा है?

उत्तर–हिमालय।

प्रश्न 11 महेन्द्र पर्वत भारत के किस प्रदेश में स्थित है?

उत्तर–ओडिशा (उत्कल)

प्रश्न 12 उत्तर व दक्षिण का भेद मिटाने के लिए महर्षि अगस्त्य किस पर्वत को पार कर यात्रा पर निकले?

उत्तर–विन्ध्याचल।

प्रश्न 13 आबू किस पर्वत का शिखर है?

उत्तर–अरावली पर्वत का।

प्रश्न 14 द्वारका धाम किस प्रदेश में स्थित है? वहाँ किस पीठ की स्थापना

उत्तर–द्वारका धाम गुजरात में स्थित है। यहाँ

आद्य शंकराचार्य द्वारा शारदापीठ की स्थापना की गई।

प्रश्न 15 श्री कृष्ण, बलराम और सुभद्रा की भव्य काष्ठ–मूर्तियाँ किस धाम के मंदिर में प्रतिष्ठित हैं?

उत्तर–जगन्नाथपुरी।

प्रश्न 16 भारतवर्ष की उत्तर दिशा में कौन सा धाम है?

उत्तर बदरीनाथ धाम।

प्रश्न 17 भारतवर्ष के दक्षिण में स्थित धाम का क्या नाम है?

उत्तर–रामेश्वरम् धाम।

श्लोक– गंगे च यमुने चैव गोदावरिसरस्वति।
नर्मदे सिन्धुकावेरि जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ।।

प्रश्न 18 स्नान करते समय जिन पवित्र नदियों का हम स्मरण करते हैं, उनके नाम उक्त श्लोक में दिए गए हैं, आप उनका नाम स्मरण कीजिए।

उत्तर–गंगा, यमुना, गोदावरी, सरस्वती, नर्मदा, सिन्धु व कावेरी।

प्रश्न 19 यमुना नदी का उद्गम स्थल कहाँ है?

उत्तर–यमुना नदी का उद्गम स्थल हिमालय की दक्षिण–पश्चिम श्रेणी कलिन्दगिरि (यमुनोत्रि) है।

प्रश्न 20 कलिन्दगिरि से निकलने के कारण यमुना का दूसरा नाम क्या है?

उत्तर–कलिन्दगिरि से निकलने के कारण यमुना का दूसरा नाम कालिन्दी है।

प्रश्न 21 सिन्धु नदी मानसरोवर से निकलने के बाद भारत के जम्मू–कश्मीर के अतिरिक्त किन दो देशों से होकर जाती है?

उत्तर–तिब्बत एवं पाकिस्तान ।

प्रश्न 22 वैदिक सरस्वती नदी किन प्रदेशों में होकर बहती थी?

उत्तर–हिमाचल प्रदेश, हरियाणा, राजस्थान और गुजरात।

सप्त-पुरियाँ

1. अयोध्या-यह भगवान् श्री रामचन्द्र की जन्मभूमि है और उत्तर प्रदेश में सरयू नदी के तट पर स्थित है।

2. मथुरा-यह भगवान् श्री कृष्ण की जन्मस्थली है तथा उत्तर प्रदेश में यमुना नदी के किनारे स्थित है।

3. माया (हरिद्वार)-गंगा नदी के तट पर, उत्तराखण्ड प्रदेश में प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है, जहाँ से गंगा की मैदानी यात्रा प्रारम्भ होती है। "हर की पौड़ी" यहाँ का पवित्र घाट है। यह कुम्भ मेले का स्थान भी है।

4. काशी (वाराणसी)-यहाँ काशी विश्वनाथ (शिवजी) का सुप्रसिद्ध ज्योतिर्लिंग प्रतिष्ठित है। यह उत्तर प्रदेश में गंगा नदी के किनारे पर स्थित है।

5. काञ्चीपुरम्-काञ्ची कामकोटि प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है, यहाँ शंकराचार्य का मठ है। यह तमिलनाडु प्रदेश में स्थित है।

शेष पृष्ठ 18 पर

तेजस्वी राजा

पुराने समय में एक राजा था। वह जितना प्रभावशाली था, उतना ही तेजस्वी भी था। उसकी तेजस्विता के सामने सूर्य का प्रकाश व चन्द्रमा की चाँदनी भी फीकी मालूम होती थी। वह सदा अपराजित रहा था। जीवन में कभी कोई उसे हरा न पाया था। उसकी पत्नी बहुत सुन्दर थी।

एक दिन वह अपने कुलगुरु से मिलने गया। वहाँ उसने अपने कुलगुरु से पूछा–"मान्यवर ! इस जन्म में मैंने जो कुछ पाया है, वह किस पुण्य के प्रताप के कारण मिला है? मैं यह जानना चाहता हूँ कि वह पुण्य क्या है?"

कुलगुरु ने पूछा– "क्यों जानना चाहते हो राजन?" कहकर वे राज के चेहरे के भाव पढ़ने की चेष्टा करने लगे।

"इसलिए गुरुवर, ताकि मैं आगे उस पुण्य से भी ज्यादा पुण्य का काम कर सकूं और फलस्वरूप भविष्य में इस जन्म से भी अधिक धन–धान्य ओर यश अर्जित कर सकूँ।" राजा ने बताया।

कुलगुरु मुस्कुरा दिये, बोले–"राजन्, वह पुण्य संतुष्ट था।"

"क्या मतलब गुरुवर ?"

"सुनो राजन। पूर्व काल में एक स्त्री थी और तुम उस स्त्री के सेवक थे। यह स्त्री सदा शिव की आराधना में लीन रहती थी। यहीं उसका कर्म था, यही उसका धर्म।

उसने एक बार पुष्कर में लवणचल का दान किया था। उसने सोने का वृक्ष भी बनवाया था, जिस पर सोने के फूल और देवी–देवताओं की स्वर्ण प्रतिमाएं लगवाई गयी थीं।

यह वृक्षी देवताओं की सभी प्रतिमाओं से जड़ित होने के कारण सुन्दर–स्वच्छ था, वह रवी हर रोज उस वृक्ष पर जड़ी देवी–देवताओं की प्रतिमाओं की पूजा करती थी। उस वृक्ष को बनवाने में तुमने निष्फल भाव से सेवा की थी।

जब इस काम के तुम्हें अतिरिक्त पैसे दिये जाने लगे. ती तुमने उन्हें लेने से इन्कार कर दिया। तुम्हारा कहना था कि यह तो धर्म का कार्य है। तुम्हारी स्त्री ने भी वृक्ष के फूलों और देवीं देवताओं की प्रतिमाओं को चमकाने में निःस्वार्थ भाव से मदद की थी।

अतः इस जन्म में तुम्हें जो कुछ मिला है, उसी जन्म के पुण्यों व संतुष्टि के कारण मिला है राजन।"

कुलगुरु कुछ देर के लिए रुके, फिर पुनः बोले– "राजन ! उस समय तुम सामान्य व्यक्ति थे, अब तुम राजा हो। अन्न के पर्वत दान करो। जब तुम्हारे श्रमदान करने से तुम्हें इतना पुण्य मिल सकता है कि तुम राजा बन सकते हो तो अन्न के पर्वत दान करने में कितना फल मिलेगा, इसकी तुम सहज ही कल्पना कर सकते हो।"

कुलगुरु की बात राजा की समझ में आ गयी। अगले ही दिन उसने उनकी आज्ञा का पालन किया।

गुरू की महिमा क्या कहें, निर्मल गुरु से ही होय।
बिन गुरु जीवन, कटू फल सा होय।।

राम हमारे, राम तुम्हारे

राम हमारे, राम तुम्हारे,
जीवन के हैं राम सहारे,
ये सारी दुनिया राम की है
और नचनिया राम की है।
राम ही हैं ब्रह्मांड के नायक,
राम ही भारत के जननायक,
गीत उगाते उर में वे ही
वे ही उसके मीठे गायक।
रोम–रोम में राम रमे हैं,
उन बिन देह न काम की है। ये सारी...
कौन है जिसने त्यागी रजधानी
पिया नदी झरनों का पानी
भार्या भ्राता के सँग किसने
खाक वनों की बरसों छानी
रघुकुल रीति की अमर कहानी
वर्षा, सर्दी औ घाम की है। ये सारी...
वन में जाते पैदल–पैदल,
जन–गण–मन के बनकर संबल,
जल, थल, नभ के वासी उनकी
संगति पाने को थे पागल।
अवध से ज्या ज्यादा चिंता उनको
केवट–शबरी के गाम की है। ये सारी...
वन के साथ शहर भी उनका
दर्द जानते वे जन–जन का
देश की खातिर जीकर समझे
सत्य अर्थ अपने जीवन का
कर्त्तव्यों की शिक्षा देती यह
कथा नहीं कुहराम है। ये सारी...
जिनके तिनके से भय खाया।
जिन्हें दशानन छू नहीं पाया
उसी वाटिका में वर देकर
रामदूत को अमर बनाया।
भले जानकी रहीं अकेली, सँग
ताकत राम के नाम की है। ये सारी...
तुम क्या उनको जान सकोगे
जान भी लो क्या मान सकोगे।
स्वार्थ पंक के कृमियों ! क्या तुम
अरि पर शर–सन्धान सकोगे।
निशिचरहीन किया भारत को
बात ये नमन प्रणाम की है। ये सारी...

इष्ट देव वे शिवशंकर के
संस्थापक मर्यादित घर के
परहित सरस धर्म करने के
कितने किस्से हैं रघुवर के।
संत सज्जनों की रक्षा की
दुष्टों के अंजाम की है। ये सारी...

थोड़े–थोड़े राम बनें हम
नहीं मोह मद काम बनें हम
वे अपने संग हो जाएँगे
बस सात्विक संग्राम बनें हम।
आवश्यकता घर–घर उनके
शुभ संदेश ललाम की है। ये सारी...

–डॉ. सतीश चतुर्वेदी 'शाकुन्तल'

मन्द बुद्धि बच्चों को चाहिए परिवार की सहानुभूति

मनुष्य जीवन, घटनाओं की एक अटूट कड़ी है और इनमें सबसे प्रथम महत्त्वपूर्ण कड़ी है बच्चे का जन्म। जन्म से पूर्व माता–पिता बच्चे को लेकर बहुत सपने संजोये रहते हैं किन्तु नहीं कहा जा सकता है कि जो नन्हा बालक इस संसार में आ रहा है वह संसार के लिए क्या लेकर आया है। हो सकता है कि वह परिवार के लिए दुःख और कठिनाइयों का अम्बार लिए धरती पर आया हो। ऐसे बच्चों में अंधे, बहरे, अपंग और मन्दबुद्धि हो सकते हैं।

मन्दबुद्धिता का तात्पर्य है, सामान्य बच्चों की तुलना में शारीरिक विकास, चलना, बोलना आदि क्रियाओं में मन्दता–ग्रसित होना। ऐसे बच्चों का बौद्धिक स्तर सामान्य बच्चों के बौद्धिक स्तर से कम होता है और जैसे ही माता–पिता को पता चलता है कि उनका बच्चा सामान्य नहीं है तो उनके सारे सपने धूमिल होने लगते हैं और धीरे–धीरे वह बच्चा परिवार में या तो उपेक्षित या दया का पात्र बनकर जीता है या सहानुभूति के रूप में ऐसा प्यार पाता है कि उसके बुद्धि–स्तर में कोई विकास नहीं हो पाये।

सहानुभूति का तात्पर्य है बच्चे की भावनाओं को महसूस करने के लिए स्वयं को उसके स्तर पर लाना। जब तक माता–पिता या परिवार या समाज के अन्य लोग स्वयं को बच्चे के स्तर पर आकर उसे समझने की कोशिश नहीं करेंगे, तब तक वह परिवार के बीच में स्वयं को उपेक्षित ही महसूस करेगा। इन बच्चों को सामान्य बच्चों की अपेक्षा अधिक ध्यान व प्यार देने की आवश्यकता होती है, लेकिन 'दुलार' ऐसा भी न हो कि उसकी क्षमता ही विकसित न हो पाये। कई बार आवश्यकता से ज्यादा दुलार इनमें और भी कई तरह की विकलांगता का निर्माण कर देता है। ज्यादातर माता–पिता या परिवार के लोग अज्ञानता के कारण ऐसे बच्चे की भावना को समझ नहीं पाते हैं और कुछ ऐसे भी हैं जिनके पास इनकी भावना को समझने का समय ही नहीं होता। कुछ ही अभिभावक इस बात को जानते हैं कि अठारह वर्ष के बाद बुद्धि का विकास नहीं होताः परन्तु आयु के साथ–साथ भावनात्मक स्थिति में परिवर्तन होते रहते हैं।

सामान्य बच्चों की भाँति इनमें भी भावनाएँ होती हैं किन्तु ये उन्हें ठीक से व्यक्त नहीं कर पाते हैं और जब व्यक्त करने की कोशिश करते हैं तो कभी इन पर हँसते हैं, कभी क्रोधित होते हैं या उपेक्षा ही कर हैं।

एक बच्ची मानसिक व शारीरिक रूप से विकलांग थी। माँ, शरीर से विकलांग अपनी बच्ची से बहुत प्यार करती क्योंकि व सामान्य बच्चों के अलग थी। उसकी धारणा कि अब यह बच्ची कभी नहीं कर पायेगी। उसकी सेवा करना मेरा धर्म है लक्ष्मी के समान है। इसी धारणा के कारण सभी व्यक्तिगत कार्यों को भी स्वयं ही करती है। उसने उसे खाना तक स्वयं खिलाया और जब माँ नहीं रही तो वह बच्ची कई–कई दिनों तक भूखी और गन्दगी में पड़ी रहती। परिवार का कोई सदस्य उसके पास नहीं आता और एक कमरे में बन्द करके रखा जाता। शारीरिक विकलांगता के वह हाथ से कोई वस्तु नहीं उठा पाती। माँ बचपन से ही उसको अपने व्यक्तिगत कार्य को स्वयं करने हेतु प्रोत्साहित करती तो शायद वह माँ के न रहने पर कमरे में बन्द होकर न पड़ी

रहती। वह भी अपने को करने में सक्षम होती और सामान्य बच्चों के साथ बैठती, खेलती, लेकिन माँ के दुलार ने उसे जयादा विकलांग बना दिया।

ऐसे ही एक बालक जो निर्धन परिवार का जिसकी माँ मर चुकी थी। पिता मजदूरी करता परिवार में चाचा, चाची, दादी व अन्य सदस्य भी थे किन्तु उस बच्चे की भावना को कोई भी सदस्य समझने की कोशिश नहीं करता। एक पशु की भाँति उसे खम्भे से बाँध कर रखा जाता। जब लोगों को दया आती तो दिन भर में एक–दो बार खाना खिलाकर पुनः खम्भे में बाँध दिया जाता। एक दिन वह बच्चा किसी तरह से माग गया तो रास्ता भटक गया। बच्चे को भटकते देख एक अपरिचित परिवार ने चार–पाँच दिन तक अपने घर पर रखा। वह परिवार शिक्षित था। उन लोगों ने अपने छोटे बच्चों के साथ खेलने के लिए उसे खिलौने दिये। धीरे–धीरे वह बच्चा खिलौनों से खेलने लगा और बुलाने पर पास आने लगा किन्तु बोल नहीं पाता था क्योंकि उसके परिवार के लोग बच्चे को पागल समझकर बचपन से ही कभी बात नहीं करते थे। इसलिए वह, बालक भाषा से अनभिज्ञ था। आवश्यकता उस बच्चे को खम्भे से बाँधने की नहीं बल्कि ऐसी सहानुभूति की थी। यदि बचपन से उससे बातें की गयी होतीं तो वह बोल भले नहीं पाता किन्तु भाषा को समझने में सक्षम अवश्य होता।

एक मध्यमवर्गीय परिवार में पिता अपनी पत्नी को निरन्तर उलाहने देता कि तुमने पागल बच्चे को जन्म दिया और बच्चे को कभी प्यार नहीं करता। पिता का यह तिरस्कार देखकर माँ मन ही मन टूट चुकी थी। माँ बच्चे को बहुत प्यार देती किन्तु उसके बौद्धिक स्तर को समझ नहीं पायी। बच्चे को नित्य क्रिया कराकर व खाना खिलाकर, कुछ बर्तनों के साथ कमरे में बन्द करके अपने काम में लग जाती। बच्चा दिन भर उन बर्तनों से खेलता रहता। उसे बर्तनों से खेलने की ऐसी आदत पड़ गयी कि यदि वह रास्ते में किसी दुकान में बर्तन देखता तो उस ओर लपकता। एक दिन उस बच्चे को लेकर वह महिला हम लोगों के पास 'मनोविकास केन्द्र' में आयी। सबसे पहले उस बच्चे का बौद्धिक परीक्षण किया गया और फिर जब बच्चे के स्तर के अनुसार मैं उसके साथ व्यवहार करने लगी तो वह बच्चा पन्द्रह दिन में नमस्ते बोलने लगा और स्वयं से खाने की कुछ–कुछ कोशिश भी करने लगा। बर्तनों के अतिरिक्त दूसरी वस्तुओं में भी उसकी रुचि बढ़ने लगी। यहाँ उस बच्चे को 'दुलार' या 'घृणा' के स्थान पर सहानुभूति दी गयी जिससे वह बच्चा अपने व्यक्तिगत और सामाजिक कार्यों को करने में कुछ सक्षम हो सका।

एक धनी परिवार में एक बच्ची को कम बुद्धि का समझकर आवश्यकता से ज्यादा ही प्यार मिला। महँगे से महंगे खिलौने या वस्तुओं को चाहने पर तुरन्त दिला देते, भले वे उसके लिए हानिकारक ही क्यों न हो, उनका प्यार कीमती वस्तुएँ दिलाने में ही अभिव्यक्त होता था। घर के काम करने के लिए नौकर होने के कारण बच्ची की मानसिकता बन गयी घर के काम नौकर या नौकरानी को ही करने है। बच्ची घर में दिन भर कुछ न कुछ खाती रहती या अकेले कमरे में टी०वी० देखती या फालतू घूमती। सहानुभूति रहित वह प्यार उसे मिला, जिसमें उसकी आवश्यकताओं को समझने की आवश्यकता ही अनुभव नहीं की गयी। उसकी क्षमताएँ कुण्ठित होकर रह गयीं। सम्भव विकास भी अवरुद्ध हो गया।

इस प्रकार ऐसे अनेक परिवार हैं जिनमें मन्द बुद्धि बच्चे उपेक्षित पड़े हैं। जबकि उनको सबकी ऐसी सहानुभूति चाहिए जिससे उनकी सोयी हुई

क्षमताएँ जाग्रत होकर विकसित हो सकें। यह सम्भव है विकास की गति धीमी हो किन्तु उन्हें सहानुभूति ही चाहिए और वह भी उनके मानसिक स्तर के अनुरूप।

परिवार का वातावरण बच्चे के जीवन पर महत्त्वपूर्ण प्रभाव डालता है। अन्य बालकों से उनकी तुलना करके उन्हें डाँटें नहीं। इन बच्चों को प्यार से उचित अनुचित को समझाया जा सकता है। परिवार के लोग सहानुभूतिपूर्वक बच्चों को उनके स्तर के अनुसार काफी कुछ सिखा सकते हैं किन्तु कठोरता से नहीं। कठोर व्यवहार से उत्साह टूट जाता है। परिवार के बड़े–बूढ़े एवं माता–पिता ऐसा व्यवहार करें जिससे बालक उन पर विश्वास कर सकें।

यह बहुत ही कड़वा सत्य है कि मन्दबुद्धि बालक का जन्म परिवार में एक दुर्भाग्यपूर्ण घटना है। परन्तु आजकल के समय में यह इतनी निराशाजनक नहीं है जितनी कि कुछ कुछ वर्ष पूर्व थी। वर्तमान समय में ऐसे मन्दबुद्धि बच्चों के लिए विशेष प्रशिक्षण केन्द्र देश भर में खुले हैं।

आप अपने बच्चे को मनोविकास केन्द्र में प्रशिक्षण के लिए डालें। प्रशिक्षण द्वारा आपका बच्चा पूर्ण रूप से सामान्य तो नहीं बन सकता परन्तु कुछ सीमा तक इनके व्यवहार में परिवर्तन लाकर उन्हें इस स्तर तक अवश्य ला सकते हैं जिससे वे समाज में अपने को कुछ हद तक समायोजित कर सकें। इसके लिए बहुत धैर्य की आवश्यकता है क्योंकि इसमें लम्बा समय लगता है।

भगवान से भी पहले देश

नोबल पुरस्कार से सम्मानित विश्व कवि रवीन्द्रनाथ ठाकुर जापान के प्रवास पर थे। एक विद्यालय में बच्चों के कार्यक्रम में वे आमंत्रित थे। उन्होंने वहाँ बालकों से प्रश्न किया – "तुम किस धर्म को मानते हो ? उत्तर मिला–बौद्ध धर्म। क्या तुम जानते हो ? कि बौद्धधर्म के प्रणेता महात्मा बुद्ध भारत में उत्पन्न हुये थे। जी हाँ, जानते है। बालको ने बड़ी सरलता से उत्तर दिया।

'रवीन्द्र नाथ टैगोर ने एक बहुत ही पेचीदा प्रश्न किया, कल्पना करो कि महात्मा बुद्ध सेना का नेतृत्व कर तुम्हारे देश जापान पर आक्रमण कर दें तो तुम क्या करोगे? एक बालक खुश हुआ और बोट के साथ फुर्ती से खड़ा हुआ व बोला–हम बुद्ध का सामना करेंगे। भगवान बुद्ध से युद्ध करेंगे और आक्रमणकारियों तथा उसकी सेना को भून डालेगें।

गुरुदेव यह उत्तर सुन बालकों में जापान का उज्जवल भविष्य देख रहे थे और उसका भस्तक, उनकी देश भक्ति के सामने झुक रहा था।

उठो, जागो और लक्ष्य प्राप्त करो

नये भारत का उदय

शिकागो धर्म सम्मेलन से पूर्व दुनिया में भारत की पहचान उसकी विशेषताओं से न होकर रूढ़ियों और कुरीतियों से होती थी। अशिक्षित, अज्ञानी, पत्थरों को पूजने वाला, गरीब, असहाय देश, अपने ही भाइयों से छुआछूत बरतने वाला देश, गुलाम और दासों का देश। ऐसा ही चित्र खींचा गया था सारी दुनिया में भारत का। ऐसे कठिन समय में स्वामी विवेकानन्द ने विश्व पटल पर उपस्थित होकर भारत को गौरव के स्थान पर बैठाया। 11 सितम्बर, 1893 को स्वामी विवेकानन्द के विचारों में से एक नये भारत का उदय हुआ। ऐसा भारत जिसने संसार को बहुत कुछ दिया है और आज भी देने की क्षमता है।

हिन्दुत्व की पुनर्प्रतिष्ठा

यह दिवस दुनिया के इतिहास में हिन्दुत्व को पुनर्प्रतिष्ठा के रूप में उपस्थित हुआ जब सारी दुनिया के लोगों को स्वामी विवेकानन्द ने यह अनुभव कराया कि हिन्दू संस्कृति ही सब धर्मों की माता है। उन्होंने घोषणा की कि 'मुझे एक ऐसे देश का व्यक्ति होने का अभिमान है जिसने इस पृथ्वी के समस्त धर्मों और देशों के उत्पीड़ितों और शरणार्थियों को आश्रय दिया।. हम केवल सब धर्मों के प्रति सहिष्णुता में ही विश्वास नहीं रखते, वरन् सब धर्मों को सच्चा मानकर स्वीकार करते हैं।' हिन्दुत्व की इस विशालता, सहिष्णुता और उदारता को सुनकर सभी मतों के अनुयायी भारत के इस तेजस्वी संन्यासी के चरणों में झुक गये।

भगिनी निवेदिता कहती हैं—'उस दिन आधुनिक हिन्दू धर्म और गौरवशाली भारत की सृष्टि हुई।'

न्यूयार्क हैराल्ड समाचार पत्र के सम्पादक ने लिखा है भारत जैसे ज्ञान समृद्ध देश में अमेरिका द्वारा धर्म प्रचारक भेजना कैसी मूर्खता की बात है, इसे अब हम अनुभव कर रहे हैं।' वास्तव में राष्ट्र की जिस गौरवशाली पुनर्प्रतिष्ठा का सूत्रपात 1893 में शिकागो से स्वामी जी द्वारा हुआ था, आज का हिन्दू जागरण उसी की पूर्णता का प्रयास है। इसी प्रचंड हिन्दू जागरण में से निर्माण होगा विवेकानन्द के स्वप्नों का भारत।

अतः हिन्दू जागरण के कार्य को साम्प्रदायिक कहना स्वामी विवेकानन्द के विचारों को नकारना ही माना जायेगा।

हिन्दू होने पर गर्व करो

स्वामी जी कहते हैं 'जब कोई मनुष्य अपने पूर्वजों के बारे में ही लज्जित होने लगे तो, तो समझिए कि उसका अंत आ गया। मैं हिन्दू कहने में गर्व का अनुभव करता हूँ। हम उन महान ऋषियों के वंशज हैं जो संसार में अद्वितीय रहे हैं।'

अपने को पहचानो, अंधानुकरण मत करो

स्वामी जी कहते हैं—'विदेशों में जो कुछ श्रेष्ठ है उसे ग्रहण करो किन्तु अंधानुकरण मत करो।' उन्होंने स्पष्ट रूप से देखा कि शिक्षित हिन्दू पाश्चात्य भौतिक सभ्यता से सम्मोहित हो गये हैं। उनके लिए सत्य की एकमेव कसौटी है पश्चिम क्या कहता है, पश्चिम ने यदि कह दिया कि वेद गड़रियों के गीत हैं तो हम उन्हें नकारने लगे।'

शिक्षितों की यह प्रवृत्ति निंदनीय व खतरनाक है। इससे भारत कैसे उठेगा?

इसलिए स्वामी जी ने कहा है 'पहले अपने को पहचानो अपने पर विश्वास रखो तथा अपना जो

श्रेष्ठ है उस पर गर्व करो, तब दूसरों से ग्रहण करने में आपत्ति नहीं।'

'धर्म भारत के राष्ट्रीय जीवन का मूलाधार है'

स्वामी जी कहते हैं 'भारत में एकता का सूत्र भाषा या जाति न होकर धर्म है।. भारत राष्ट्र का प्राण धर्म है, भाषा धर्म है, भाव धर्म है। धर्म छोड़ने से हिन्दू समाज का मेरुदण्ड ही टूट जायेगा। जिस भित्ति के ऊपर यह सुविशाल भवन (भारत राष्ट्र) खड़ा है वही नष्ट हो जायेगा फिर तो सर्वनाश निश्चित ही है। भारत हजारों वर्षों के आक्रमण के बाद आज भी जीवित है तो अपने धर्म प्रधान चरित्र के कारण।'

ऋषियों ने भी कहा है–'मनुष्य के लिए आवश्यक शाश्वत नियम ही धर्म है।' सर्वोच्च न्यायालय में अंकित है, 'यतो धर्मस्ततो जयः' तथा संविधान सभा की मोहर पर भी लिखा है 'धर्म चक्र प्रवर्तनाय।'

अतः भारत में धर्म विहीन या धर्म से अलग होने की कल्पना यहाँ के मूलाधार को ही नष्ट करने वाली सिद्ध होगी।

रूढ़ियों और कुरीतियों को छोड़ दो

स्वामी जी ने जहाँ धर्म के महत्व का वर्णन किया है वहीं उन्होंने समझाया है कि कर्मकाण्ड व रूढ़ियों और कुरीतियों को छोड़ना ही होगा। हमारे इन दोषों के कारण विदेशी जातियों ने अनुचित लाभ उठाकर भारत की छवि को धूमिल किया है।

स्वामी विवेकानन्द कुरीतियों की ओर इशारा करते हुए कहते हैं – 'हम कितनी हास्यास्पद स्थिति में पहुँच गये हैं? यदि कोई दलित, दलित के रूप में ही किसी के पास आता है तो उसे प्लेग के समान दुत्कारा जाता है। किन्तु जब कोई पादरी मंत्र पढ़कर, उसके सिर पर थोड़ा जल छिड़क कर उसका धर्म परिवर्तन कर लेता है, और उसे एक कोट पहना देता है चाहे वह कितना ही फटा हो और तब यदि वह बड़े से बड़े कर्मकाण्डी हिन्दू के कमरे में प्रवेश करे तो मुझे ऐसा कोई व्यक्ति नहीं दिखाई देता जो तुरन्त उसे बैठने को कुर्सी न दे और तपाक से उससे हाथ न मिलाये। इससे बड़ी विडम्बना और क्या हो सकती है? स्वामी जी आगे कहते हैं 'उस जाति से तुम क्या आशा कर सकते हो जहाँ इन विषयों पर महत्वपूर्ण विवाद होता रहा है कि पानी का गिलास दायें हाथ से पिये या बायें हाथ से, हाथों को तीन बार माजें, अथवा चार बार, चंदन मस्तक पर लगाया जाये या अन्य की कहीं, ऐसे प्रश्नों का उत्तर खोजने में ही हम भटकते रहे जबकि एक चौथाई जनसंख्या भूखी मरती रही है।'

हिन्दू समाज की इन बातों को देखकर स्वामी जी कहते हैं– 'हमारे धर्म के लिए भय यही है कि वह चूल्हे तक सिमट कर रह गया है। हम केवल 'मत छुओ–वादी रह गये हैं। यह 'मतछुओ–वादी' हिन्दू धर्म नहीं है वह हमारे किसी भी ग्रन्थ में नहीं है वह एक कुसंस्कार है जो हर प्रकार से राष्ट्रीय योग्यता (विकास) में बाधक है। अतः इन सब रूढ़ियों को ठोकर मारकर निकाल दो।'

जब तक गरीब, दुःखी, दीन–हीन और दलित नहीं उठेंगे, भारत माता नहीं जागेगी।

मानवता की सेवा करो यही सच्ची ईश्वर सेवा है

यदि सेवा करना चाहते हो तो मेरी बात सुनो–'तुम्हें पहले अपने कमरे के दरवाजे और खिड़कियाँ खुली रखनी होंगी। तुम्हारे घर के पास, बस्ती के पास, कितने अभावग्रस्त दुःखी लोग रहते हैं, उनकी तुम्हें यथा साध्य सेवा करनी होगी। जो पीड़ित हैं, उनके लिए औषधि और पथ्य का प्रबन्ध करो और अपने शरीर द्वारा उनकी सेवा सुश्रूसा करो। जो भूखा उसके लिए खाने का प्रबन्ध करो। जो अज्ञानी है, उसे समझाओ, पढ़ाओ । यदि तुम इस प्रकार कर सकोगे तो तुम्हें अवश्य शान्ति मिलेगी।'

स्वामी जी आह्वान करते हैं– 'चला जा उस ओर, जहाँ महामारी फैली हो, जहाँ पर लोगों को

दुःख ही दुःख हो, जहाँ अकाल पड़ा हो। उन लोगों का दुःख दूर कर। अधिक से अधिक क्या होगा मर ही तो जायेगा। मेरे तेरे जैसे न जाने कितने कीड़े–मकोड़े पैदा होते रहते हैं। इससे दुनियाँ को क्या हानि लाभ है? अतः एक महान उद्देश्य लेकर मर जा। मर तो जायेगा ही, पर अच्छा उद्देश्य लेकर मरना ठीक है।'

'हममें से प्रत्येक दिन–रात प्रार्थना करें उनके कल्याण के लिए जो दरिद्रता पाखंड और अत्याचार के पाश में बँधे हैं, भारत के उन करोड़ों दलितों के लिए रात और दिन प्रार्थना करो। इन जनों को अपना ईश्वर मानो। महात्मा तो मैं उसे कहूँगा जिसके कलेजे में गरीब के लिए हूक उठती है।'

'केवल अपना मोक्ष चाहोगे तो नर्क में गिरोगे। दूसरों का मोक्ष चाहो... पर सेवा के लिए नरक भी भोगना पड़े तो वह अपनी मुक्ति द्वारा अर्जित स्वर्ग से उत्तम है।... गुरु गोविन्द सिंह का उदाहरण हमारे सामने है। समाज के मोक्ष के लिए पिता, पुत्र, पत्नी सब कुछ त्याग दिया।' इसीलिए स्वामी जी ने कहा है – सब पूजाओं में श्रेष्ठ है, प्राणिमात्र की सेवा। सब प्राणि हमारे देवता है।'

'दरिद्र में, दुःखी में, दलित में, संतप्त में शिवं का दर्शन करो।'

संगठन खड़ा करो

स्वामी जी स्पष्ट रूप से कहते हैं 'यदि भारत को महान बनाना है, इसका भविष्य उज्ज्वल बनाना है तो इसके लिए आवश्यकता है संगठन करने की और बिखरी हुई इच्छा शक्तियों को एकत्र करने की।'

वे कहते हैं – 'तुम आर्य और द्रविड़, ब्राह्मण और अब्राह्मण, छूत और अछूत जैसे विषयों को लेकर तू–तू, मैं–मैं करते हुए झगड़े और पारस्परिक विरोध भाव को बढ़ाओगे तो समझ लो कि तुम उस शक्ति संग्रह से दूर हटते चले जाओगे, जिसके द्वारा भारत का भविष्य गठित होने वाला है।'

संगठन का रहस्य बताते हुए वे कहते हैं. तुम सब लोग एक मन हो जाओ, सब लोग एक ही विचार के बन जाओ क्योंकि प्राचीन काल में एक मन होने के कारण ही देवताओं ने सफलता प्राप्त की। देवता मनुष्य द्वारा इसीलिए पूजे गये कि वे एक चित थे। अतः एक मन हो जाना ही समाज के गठन का रहस्य है।' अपने–अपने मतों के जीवनोपयोगी समान तत्त्वों को सामने लाये। एकता के लिए यह प्रथम पग होगा।

सभी मतों में ऊँ का प्रमुख स्थान है। इसीलिए स्वामी जी संगठन की अपनी योजना बताते समय कहते है कि, 'सबको एकत्र लाने के लिए ऊँ को उपास्य बनाया जा सकता है। ऊँ के समक्ष सबको एकत्र करो, वहाँ झगड़े की नहीं, मिलने की शिक्षा दो। इसी में से वीर्यवान, तेजस्वी, श्री सम्पन्न और पूर्ण प्रामाणिक नवयुवक मिलेंगे। ये ही कार्यकर्ता संगठित प्रयास से पूरी समस्या को हल कर देंगे।'

मनुष्य चाहिए

'भारत तभी जागेगा जब विशाल हृदय वाले सैकड़ों स्त्री–पुरुष भोग–विलास और सुख की सभी इच्छाओं को विसर्जित कर मन, वचन और शरीर से उन करोड़ों भारतीयों के कल्याण के लिए सचेष्ट होंगे जो दरिद्रता और मूर्खता के अगाध सागर में निरन्तर डूबते जा रहे हैं।'

केवल मनुष्यों की आवश्यकता है और सब कुछ हो जायेगा, किन्तु आवश्यकता है वीर्यवान, तेजस्वी, श्री सम्पन्न और अंत तक कपट रहित नवयुवकों की। इस प्रकार के युवकों से संसार के सब भाव बदले जा सकते।

आह्वान

ओ हिन्दुओं ! मोहनिद्रा को त्यागो और कार्य में जुट जाओ।

'हम प्रत्येक आत्मा का आह्वान करें, उतिष्ठत! जाग्रत! प्राप्य वरान्निवोधत। उठो, जागो

और जब तक लक्ष्य प्राप्त न कर लो कहीं मत ठहरो।' उठो। जागो। दौर्बल्य के मोहजाल से निकलो, कोई वास्तव में दुर्बल .नहीं है। आत्मा अनंत, सर्वशक्तिमान एवं सर्वव्यापी है। खड़े हो, स्वयं को झकझोरो, अपने अन्दर व्याप्त ईश्वर का आह्वान करो। उसकी सत्ता को अस्वीकार मत करो। हमारी जाति पर बहुत अधिक निष्क्रियता, बहुत अधिक दुर्बलता और बहुत अधिक मोहजाल छाया रहा है और अब भी है। ऐ हिन्दुओं! इस मोहजाल को निकाल फेंको। 'सभी को एकत्र लाओ और संगठित करो। महान त्याग के द्वारा ही महान कार्य सम्भव है.. . करो, मेरी योजना, मेरे विचारों को क्रियान्वित करो। मेरे वीर, श्रेष्ठ, उदात्त बन्धुओं। अपने कंधों को कार्य चक्र में लगा दो, कार्यचक्र पर जुट जाओ। मत ठहरो, पीछे मत देखो।

नाम के लिए न वंश के लिए, और न ऐसी ही किसी अन्य निरर्थक वस्तु के लिए। व्यक्तिगत अहंकार को एक ओर फेंक दो और कार्य करो। स्मरण रखो, घास के अनेक तिनकों को जोड़कर जो रस्सी बनती है उससे एक उन्मत हाथी को भी बाँधा जा सकता है।'

आज स्वामी जी का यह कथन सत्य सिद्ध हो रहा है

'मैं भविष्य को नहीं देखता, न ही उसे जानने की चिन्ता करता हूँ। किन्तु एक दृश्य मैं अपने मनश्चक्षुओं से स्पष्ट देख रहा हूँ कि यह प्राचीन मातृ–भूमि एक बार पुनः जाग गई है और अपने सिंहासन पर आसीन है – पहले से कहीं अधिक गौरव एवं वैभव से प्रदीप्त। शांत और मंगलमय स्वर में उसकी पुनर्प्रतिष्ठा की घोषणा समस्त विश्व में करो।'

पेज 09 का शेष .....

6. अवन्तिका (उज्जैन)-यहाँ महाकाल द्वादश ज्योतिर्लिंगों में से एक हैं। यह स्थान मध्य प्रदेश में स्थित है। यह कुम्भ मेले का स्थान भी है।

7. द्वारावती (द्वारकापुरी)-धामों मृं से एक है। गुजरात में समुद्र तट पर स्थित है। यह चारों धामों में से एक है।

चार धाम

भारतीय राष्ट्रीय एकता के प्रतीक चार धाम निम्नांकित हैं :

1. उत्तर	–	बदरीनाथ धाम
2 दक्षिण	–	रामेश्वरम् धाम
3. पूर्व	–	जगन्नाथपुरी धाम
4. पश्चिम	–	द्वारका धाम

कुम्भ-स्थल

1. हरिद्वार	उत्तराखण्ड	गंगा नदी के तट पर
2. प्रयागराज	उत्तर प्रदेश	गंगा, यमुना, सरस्वती (त्रिवेणी) के पावन संगम पर
3. अवन्तिका (उज्जैन)	मध्य प्रदेश	क्षिप्रा नदी के तट पर
4. नासिक	महाराष्ट्र	गोदावरी नदी के तट पर

निः स्वार्थ सेवा की सुगन्ध

—डॉ0 हरिप्रसाद दुबे

सेवा महानता का गुण है। सेवा सबसे मीठी ऐसी मेवा है, जिसे देने वाले को भी आनंद मिलता है और पाने वाले को भी परम अलौकिक है। सेवा भाव यही है। सेवा शब्दों से नहीं होती और न ही सेवा का वर्णन शब्द कर पाते हैं। मानवता की सेवा करने वाले हाथ, धर्म की बात करने वाले होठों से कहीं श्रेष्ठ है। सेवा भक्ति सार है। सेवा में हम जितना स्वयं को लुटाते हैं, उतना ही हमारा लक्ष्य महानता से भर जाता है। सेवा योगी से बढ़कर शिखर होती है। सेवा से मानवचेतना असाधारण आनंद देती है। सेवा लोकमंगल की परम्परा है।

सेवा का भाव कृतज्ञता में जन्मता है। मानव स्वयं में सेवा नारायण है। परोपकार में उसे दिव्य संतोष और सुख मिलता है। सृष्टि और प्रकृति के कण—कण में सेवा का भाव है। सूर्य ऊर्जा देता है। वृक्ष फल देते हैं। सेवा मानव के उदात्त आदर्श की प्रतीक है। सेवा ऐसी सुगन्ध है, जो हवा की तरह लगती है, पर दिखाई नहीं देती। 'सेवा की सुगन्ध सरस्वती है। आलोक सेवा आराधना है। एकता के सूत्र में बांधने की सेवा दृष्टि मिलती है। नर सेवा—नारायण सेवा संदेश देती है।

सेवा के संस्कार माता—पिता के आशीर्वाद मिलते हैं। माता ने जन्म लेने पर दूध पिलाना सेवा का अमृत संस्कार दिया है। दीन—हीन के लिए सेवा में अपना सौभाग्य मानना सेवादूत अलग है। दधीचि शिवि, जटायु, हनुमान, भरत ने सेवा धर्म में सर्वस्व अर्पित कर दिया।

भरत का चरित्र सेवाभाव है— सब तें सेवक धरमु कठोरा। देने की संस्कृति सेवा मंत्र है। सेवा का सदगुण देवत्व है। सेवा से व्यक्तित्व का विकास होता है। सेवा व्यक्ति को उन्नति के शिखर पर पहुंचाने में समर्थ है। स्वार्थ का त्याग करके दूसरों का हित करना श्रेष्ठ है। परमार्थ उन्नति की पाठशाला है। परोपकार धर्म के समान है—''पर हित सरिस धर्म नहिं भाई''। सेवा की भावना विश्व बन्धुत्व के रूप में परिवर्तित होती है। सेवा में आत्मा का विस्तार होता है। सेवा का बीज समाज का संकट दूर करता है। श्रेष्ठतम जीवन मूल्यों की रक्षा सेवा से संभव है। सेवा सरलता में नहीं मिलता है। तुलसीदास ने सेवा की व्याख्या उत्कृष्ट दिया है— सेवा धर्म कठिन जग माना।' सेवा में स्वाभाविक कष्ट कभी—कभी आता है। सेवा उदात्त साधना है। कष्ट वहन करने पर सेवा असीम आनन्द मिलती है। करुणा सेवा का भाव मानवीय गुणों को बढ़ाता है। सहयोग पूर्ण आचरण उदारता आती है। सेवा भावना और परोपकार संक्रामकता का गुण है। दूसरों के लिए जीवन जीना सेवा—मंगल है। भूख रखने बचाना ही सेवा का जीवन है। धमर्मात्मा रामनरेश परोपकार की सेवा ने अनाथ, विपन्नता में आजीवन मौन रहकर सदा लाज बचायी। इन्होंने अस्सी वर्ष में बीमार होकर भीपूड़ी, बनाने वाली कड़ाही दूर से लाकर संत रामनरेश ने लाज बचायी कभी खाली हाथ नहीं किया। निःस्वार्थ सेवा की भावना की, इतनी प्रशंसा शिव बहादुर ने कितनी दूर अमर किया। पीड़ित मानवता की सेवा के लिए अमर—मंत्र लोक मंगल बनाया है। सेवा पूरम ईश्वर का सूत्र है। जीवन की सार्थकता सेवा का लक्ष्य है मातृसेवा की गोमाता संकट से बचाती हैं। निःस्वार्थ सेवा की की सुगन्ध परम प्रेरणा स्रोत है।

सात चक्र और अपार सिद्धियाँ

पतंजलि ऋषि के योग सूत्र में योग के विभूतिपाद में अष्टसिद्धि के अलावा अन्य अनेक प्रकार की सिद्धियों का वर्णन मिलता है। सभी सिद्धियों को प्राप्त करने के लिए चक्रों को जाग्रत करना चाहिए। मनुष्य शरीर स्थित कुंडलिनी शक्ति में जो चक्र स्थित होते हैं उनकी संख्या कहीं छः तो कहीं सात बताई गई है।

समय–समय पर चक्रों वाले स्थान पर ध्यान दिया जाए तो मानसिक स्वास्थ्य और सुदृढ़ता के साथ ही सिद्धियाँ प्राप्त की जा सकती है तो जानते है चक्रों को जाग्रत करने की विधि और किस चक्र से प्राप्त होती है कौन सी सिद्धि...

1– मूलाधार चक्रः यह शरीर का पहला चक्र है। गुदा और लिंग के बीच चार पंखुरियों वाला यह 'आधार चक्र' है 199.9 लोगों की चेतना इसी चक्र पर अटकी रहती है और वे इसी चक्र में रहकर मर जाते। जिनके जीवन में भोग, संभोग और निद्रा की प्रधानता है उनकी इच्छा इसी चक्र के आसपास एकत्रित रहती है।

मंत्रः लं

चक्र जगाने की विधि : मनुष्य तब तक पशुवत है, जब तक कि यह इस चक्र में जी रहा है इसीलिए भोग, निद्रा और संभोग पर संयम रखते हुए इस चक्र पर लगातार ध्यान लगाने से यह चक्र जाग्रत होने लगता है। इसको जाग्रत करने का दूसरा नियम है यम और नियम का पाचन करते हुए साक्षी भाव में रहना।

प्रभाव : इस चक के जाग्रत होने पर व्यक्ति के भीतर वीरता, निर्भीकता और आनंद का भाव जाग्रत हो जाता है। सिद्धियां प्राप्त करने के लिए वीरता, निर्भीकता और जागरूकता का होना जरूरी है।

2. स्वाधिष्ठान चक्र : यह वह चक्र है, जो लिंग मूल से चार अंगुल ऊपर स्थित है जिसकी छः पंखुरियां हैं। अगर आपकी ऊर्जा इस ही एकान्त है तो आपके जीवन में आमोद–प्रमोद, मनोरंजन घूमना–फिरना और मौज–मस्ती करने की प्रधानता रहेगी। यह सब करते हुए ही आपका जीवन कब व्यतीत हो जाएगा आपको पता भी नहीं चलेगा और हाथ फिर भी खाली रह जाएंगे।

मंत्र यं

1. कैसे जाग्रत करें: जीवन में मनोरंजन जरूरी है, लेकिन मनोरंजन की आदत नहीं। मनोरंजन भी व्यक्ति की चेतना को बेहोशी में धकेलता है। फिल्म सच्ची नहीं होती लेकिन उससे जुड़कर आप जो अनुभव करते हैं वह आपके बेहोश जीवन जीने का प्रमाण है। नाटक और मनोरंजन सच नहीं होते।

2. प्रभाव : इसके जाग्रत होने पर क्रूरता, गर्व, आलस्य, प्रमाद, अवज्ञा, अविश्वास आदि दुर्गणों का नाश होता है। सिद्धियां प्राप्त करने के लिए जरूरी है कि उक्त सारे दुर्गुण समाप्त हो तभी सिद्धियां आपका द्वार खटखटाएंगी।

3. मणिपूर चक्र : नाभि के मूल में स्थित रक्त वर्ण का यह चक्र शरीर के अंतर्गत मणिपूर नामक तीसरा चक्र है, जो दस बल कमल पंखुरियों से युक्त है। जिस व्यक्ति की चेतना या ऊर्जा यहाँ एकत्रित है उसे काम करने की धुन–सी रहती है। ऐसे लोगों को कर्मयोगी कहते हैं। ये लोग दुनियां का हर कार्य करने के लिए तैयार रहते हैं।

मंत्रः रं

कैसे जाग्रत करें: आपके कार्य को सकारात्मक आयाम देने लिए इस चक्र पर ध्यान लगाएंगे। पेट से श्वास लें।

प्रभाव : इसके सक्रिय होने से तृष्णा, ईर्ष्या, चुगली, लज्जा, भय, घृणा, मोह आदि कषाय–कल्मष दूर हो जाते हैं। यह चक्र मूल रूप से आत्मशक्ति प्रदान करता है। सिद्धियां प्राप्त करने के लिए आत्मवान होना जरूरी है। आत्मवान होने के लिए यह अनुभव

करना जरूरी है कि आप शरीर नहीं, आत्मा हैं। आत्मशक्ति, आत्मबल और आत्मसम्मान के साथ जीवन का कोई भी लक्ष्य दुर्लभ नहीं।

4. अनाहत चक्र– हृदय स्थल में स्थित स्वर्णिम वर्ण का द्वादश दल कमल की पंखुड़ियों से युक्त द्वादश स्वर्णाक्षरों से सुशोभित चक्र ही अनाहत चक्र है। अगर आपकी ऊर्जा अनाहत में सक्रिय है, तो आप एक सृजनशील व्यक्ति होंगे। हर क्षण आप कुछ न कुछ नया रचने की सोचते है। आप चित्रकार, कवि, कहानीकार, इंजीनियर आदि हो सकते हैं।

मंत्रः यं

कैसे जाग्रत करें: हृदय पर संयम करने और ध्यान लगाने से यह चक्र जाग्रत होने लगता है। खासकर रात्रि को सोने से पूर्व इस चक्र पर ध्यान लगाने से यह अभ्यास से जाग्रत होने लगता
इस चक्र की भेवकर ऊपर गमन करने लगती है।

प्रभाव : इसके सक्रिय होने पर लिप्सा, कपट हिंसा, कुतर्क, चिंता, मोह, दंभ, अविवेक और अहंकार समाप्त हो जाते है। इस चर्क के जाग्रत होने से व्यक्ति के भीतर प्रेम और संवेदना का जागरण होता है। इसके जाग्रत होने पर व्यक्ति को समय ज्ञान स्वतः ही प्रकट होने लगता है।

व्यक्ति अत्यंत आत्मविश्वस्त, सुरक्षित, चारित्रिकै रूप से जिम्मेदार एवं भावनात्मक रूप से संतुलित व्यक्तित्व बन जाता है। ऐसा व्यक्ति अत्यंत हितैषी एवं बिना किसी स्वार्थ के मानवता प्रेमी एवं सर्वप्रिय बन जाता है।

5. विशुद्धि चक्र– कंठ में सरस्वती का स्थान है, जहाँ विशुद्धि चक्र है और जो सोलह पंखुरियों वाला है। सामान्य तौर पर यदि आपकी ऊर्जा इस चक्र के आसपास एकत्रित है तो आप अति शक्तिशाली होंगे।

मंत्रः हं

कैसे जाग्रत करें : कंठ में संयम करने और ध्यान लगाने से यह चक्र जाग्रत होने लगता है।

प्रभाव : इसके जाग्रत होने पर सोलह कलाओं और सोलह विभूतियों का ज्ञान हो जाता है। इसके जाग्रत होने से जहाँ भूख और प्यास को रोका जा सकता है वहीं मौसम के प्रभाव को भी रोका जा सकता है।

6. आज्ञाचक्र : भ्रूमध्य (दोनों आंखों के बीच भृकुटी में) में आज्ञा चक्र है। सामान्यतौर पर जिस व्यक्ति की ऊर्जा यहाँ ज्यादा सक्रिय है तो ऐसा व्यक्ति बौद्धिक रूप से सम्पन्न, संवेदनशील और तेज दिमाग का बन जाता है लेकिन वह सब कुछ जानने के बावजूद मौन रहता है। इस बौद्धिक सिद्धि कहते हैं।

कैसे जाग्रत करें : भृकुटी के मध्य ध्यान लगाते हुए साक्षी भाव में रहने से यह चक्र जाग्रत होने लगता है।

प्रभाव : यहाँ अपार शक्तियां और सिद्धियां निवास करती हैं इस आज्ञा चक्र का जागरण होने से ये सभी शक्तियां जाग पड़ती हैं और व्यक्ति एक सिद्धपुरुष बन जाता है।

7. सहस्रार चक्रः सहस्रार की स्थिति मस्तिष्क के मध्य भाग में है अर्थात जहां चोटी रखते हैं। यदि व्यक्ति यम, नियम का पालन करते हुए यहाँ तक पहुँच गया है तो वह आनंदमय शरीर में स्थित हो गया है। ऐसे व्यक्ति को संसार, संन्यास और सिद्धियों से कोई मतलब नहीं रहता है।

कैसे जाग्रत करें : मूलाधार से होते हुए ही सहन्नार तक पहुँचा जा सकता है। लगातार ध्यान करते रहने से यह चक्र जाग्रत हो जाता है और व्यक्ति परमहंस के पद को प्राप्त कर लेता है।

प्रभाव : शरीर संरचना में इस स्थान पर अनेक महत्वपूर्ण विद्युतीय और जैवीय विद्युत का संग्रह है। यही मोक्ष का द्वार है।

जो सांसारिक व्यक्ति पूरी ईमानदारी से ईश्वर के प्रति समर्पित नहीं है, उसे अपने जीवन में ईश्वर से भी कोई उम्मीद नहीं रखनी चाहिये।

रामकृष्ण परमहंस

शिक्षा आध्यात्मिक प्रक्रिया

शिक्षा जीवन का विकास है। भारतीय दर्शन के अनुसार जीवन का अधिष्ठान अध्यात्म है। अध्यात्म का सम्बन्ध आत्मा से है। आत्मा मनुष्य की सत्ता का अन्तरतम मर्म है। भारतीय चिन्तन में आत्मा को मन, बुद्धि, इन्द्रियों एवं अहंकार से परे माना है। इन्द्रियाँ, मन और बुद्धि आत्मा की शक्ति से ही प्रेरित होती हैं। आस्मा के प्रकाश से ही वे विषयों के अधिगम में समर्थ होती हैं। आत्मा समस्त ज्ञान का आधार है। शिक्षा मुख्यतः ज्ञान की साधना है। ज्ञान चेतना का विकास है। इस प्रकार शिक्षा चेतना का ही संवर्धन है। हमारे धर्म–ग्रन्थों में कहा गया है कि विद्या श्रद्धा के द्वारा ही प्राप्त होती है। गीता में भी कहा गया है– "श्रद्धावाँल्लभते ज्ञानम्"। श्रद्धा से ही ज्ञान प्राप्त होता है। प्रेम, आदर एवं विश्वास के सम्मिलित भाव को ही श्रद्धा कहते हैं। ज्ञान चेतना का विस्तार होने के कारण श्रद्धा से इस विस्तार में अनुकूलता उत्पन्न होती है। श्रद्धा का विपरीत भाव अहंकार है। अहंकार से चेतना का संकोच होता है जो कि ज्ञान प्राप्त करने में बाधक है। भारतीय परम्परा में सरस्वती को विद्या की देवी का रूप देकर इस श्रद्धा के भाव को आध्यात्मिक रूप दे दिया है। सरस्वती का भव्य रूप कला सहित विद्या का साकार रूप ही है। सरस्वती को हमने माँ का स्थान दिया है। जिस प्रकार माँ अपने हृदय के रस से बालक का पोषण करती है, उस माँ के अनन्त उपकार को पुत्र श्रद्धा के पवित्र भाव से स्वीकार करता है। माँ सरस्वती विद्या एवं ज्ञान से हमारा पोषण करती है। हम भी श्रद्धा के पवित्रतम् मातृभाव से उसकी आराधना करते हैं।

विद्या के अर्जन में गुरु अर्थात् शिक्षक का महत्त्व कम नहीं है। गुरु के सहयोग से ही बालक विद्या के मार्ग में आगे बढ़ता है। गुरु का सहयोग श्रद्धा और सेवा के द्वारा ही प्राप्त हो सकता है। श्रद्धा एवं सेवा से प्रसन्न होकर ही गुरु शिष्य को विद्यादान करने की ओर अभिमुख होता है। वास्तव में विद्या गुरु की ओर से शिष्य के प्रति आत्मदान है जो कि एक आध्यात्मिक प्रक्रिया ही है। विद्या का व्यवसाय नहीं हो सकता। व्यवसाय से प्रेरित विद्या साधारण कोटि की ही होगी। शास्त्रों, कलाओं और दर्शनों आदि की उत्तम विद्या धन से प्राप्त नहीं हो सकती। इसीलिये कोई भी धनवान केवल घन के बल से न विद्यावान बन सका और न बन सकेगा।

विद्या बौद्धिक साधना है। राग, द्वेष, क्रोध, अहंकार आदि मन के विकारों से बुद्धि आच्छादित हो जाती है, अर्थात् ज्ञान–यशक्ति का नाश हो जाता है। गीता में कहा है–

क्रोधाद्भवति संमोहः संमोहात्स्मृतिविभ्रमः।
स्मृतिभ्रंशाद्बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति॥(२/६३)

क्रोष से अविवेक उत्पन्न होता है और अविवेक से स्मरण शक्ति भ्रमित हो जाती है। स्मृति के भ्रमित होने से बुद्धि अर्थात् ज्ञान–शक्ति का नाश हो जाता है और बुद्धि का नाश होने से व्यक्ति अपने श्रेय–साधन से गिर जाता है।

विद्या की साधना की सफलता हेतु मन को इन विकारों से बचाये रखना परम आवश्यक है। इसीलिये प्राचीन भारतीय शिक्षा में ब्रह्मचर्य की महिमा थी। ब्रह्मचर्य कोई प्राचीन रूढ़ि नहीं है। वह संयम और साधना का सनातन मन्त्र है। संयम और साधना की पीठिका पर ही ज्ञान की साधना होती है। ये सब अध्यात्म की अभिव्यक्ति के रूप हैं। इसी अध्यात्म के द्वारा उत्तम शिक्षा एवं श्रेष्ठ प्रतिभा का विकास सम्भव है। शिक्षा, विद्या, साहित्य, विज्ञान, कला आदि के क्षेत्रों में जिन महान् पुरुषों ने कुष्ठ श्रेष्ठ उपलब्धियाँ की हैं, उनको यह सफलता इसी साधना के आधार पर मिली है।

शिक्षा संस्कृति की प्रणाली

आजकल विद्यालयों में संगीत, नृत्य, अभिनय आदि के कार्यक्रम होते हैं जिन्हें 'सांस्कृतिक कार्यक्रम' कहा जाता है। इन आयोजनों और समारोहों में कला

के कुछ रूपों को ही संस्कृति का सर्वस्व मान लिया जाता है। कला संस्कृति का एक अंग अवश्य है, परन्तु वह संस्कृति का सर्वस्व नहीं है। प्रायः ये कार्यक्रम मनो– रंजन के लिये ही आयोजित किये जाते हैं। इन्हें मनोरंजन कार्यक्रम कहना ही अधिक उपयुक्त है। परन्तु पश्चिम के विचारों के प्रभाव के कारण ही इन्हें 'सांस्कृतिक' कहा जाने लगा है। पश्चिम में जिसे संस्कृति कहा जाता है वह मुख्यतः प्रकृति का ही पोषण है। इसके पीछे प्रकृति के अनुरंजन की ही सहज प्रेरणा होती है। संयम और साधना के द्वारा प्रकृति का परिष्कार और उन्नयन संस्कृति कहलाती है। भारतीय संस्कृति की यही मूल धारणा है। प्रकृति के परिष्कृत आधार पर ही संस्कृति का निर्माण होता है। वस्तुतः संस्कृति एक आध्यात्मिक साधना है। नैतिक शील और संस्कारों में अभिव्यक्त होकर अध्यात्म की मर्यादाएँ प्रकृति का उन्नयन और संस्कृति का पथ–प्रदर्शन करती हैं। इसलिये संयम, शील और चरित्र का भारतीय संस्कृति में अधिक महत्त्व है। भारतीय शिक्षा में इनका महत्त्वपूर्ण स्थान है।

वास्तव में, "ज्ञान, चरित्र एवं संस्कृति की त्रिवेणी के संगम में ही शिक्षा जीवन का तीर्थराज बनती है।" ज्ञान के अर्जन को शिक्षा माना जाता है। ज्ञान जीवन के विकास का साधन है, तथा जीवन का लक्ष्य भी है। ज्ञान का उद्देश्य सत्य की खोज है। ज्ञान के प्रकाश से ही जीवन के विविध पक्ष विकसित होते हैं। किन्तु अकेले सत्य ही जीवन का सर्वस्व नहीं है। 'शिवम्' और 'सुन्दरम्' का भी जीवन में स्थान है। संस्कृति 'सत्यम्', 'शिवम्' एवं 'सुन्दरम्' पर अधिष्ठित है। अतः संस्कृति सम्पूर्ण जीवन का परिष्कार एवं निर्माण है और ज्ञान के उपार्जन तथा सत्य के अनुसंधान के रूप में शिक्षा संस्कृति का केवल एक अंग है।

किन्तु शिक्षा को केवल बौद्धिक ज्ञान का अर्जन न मानकर जीवन–निर्माण के व्यापक रूप में समझा जाना चाहिए। शिक्षा और संस्कार के द्वारा मनुष्य का जीवन विकसित होता है। इसी विकास को सभ्यता और संस्कृति नाम दिया जाता है। व्यक्ति और समाज, दोनों का जीवन इस विकास के द्वारा समृद्ध होता है। शिक्षा प्राकृत मानव को सभ्य और संस्कृत बनाती है। शिक्षा आध्यात्मिक संस्कार की एक सामाजिक परम्परा है। इस प्रकार शिक्षा संस्कृति की एक प्रणाली है।

भारतीय संस्कृति एवं संस्कारयुक्त विद्यालय

भारतीय संस्कृति एवं संस्कारयुक्त विद्यालय की संकल्पना की अवधारणा की चर्चावार्ता के समय मा. नानाजी देशमुख जी, ठाकुर प्रसाद एडवोकेट के साथ उनके आवास पर बैठे हुये थे उसी समय एक घटना घटी अपराह्न 2.00 बजे के समय वकील साहब की पोती कान्वेन्ट विद्यालय से पढ़कर घर वापस आयी। मा. नानाजी देशमुख जी बड़े प्यार से बालिका से वार्ता करने लगे। वकील साहब के बंगले में जिस कक्ष में बैठे हुए थे उस कक्ष में भगवान श्रीराम तथा माता सीता जी का चित्र लगा हुआ था। नानाजी ने उस बालिका से चित्र की ओर इशारा करते हुए पूछा ये किसका चित्र हैं? बालिका ने उत्तर दिया किंग राम एण्ड क्यून सीता। मा. नानाजी एवं वकील साहब एक दूसरे को देखने लगे। वकील साहब का परिवार हिन्दू संस्कृति एवं परम्पराओं का पोषक था। पोती के इस प्रकार भगवान राम की प्रतिमा को देखकर किंग राम कहना उनको भी सोचने के लिए मजबूर कर दिया। मा. नानाजी ने कहा जैसी शिक्षा होगी उसी प्रकार की आगे की पीढ़ी तैयार होगी। उसी समय दोनों अधिकारियों ने निश्चित किया कि मा. गुरु जी संकल्पना को सर्वप्रथम गोरखपुर से प्रारम्भ किया जाए जो समाज के लिए प्रेरणा प्रदान करेगा। इसी वीर ने सरस्वती शिशु मंदिर योजना को जन्म दिया।

तनावों से मुक्ति के लिए योगनिद्रा में सोयें

इस बात को गांठ बांध लीजिये कि निश्चिंत होकर जिओगे तो खूब जिओगे और अगर चिंता करके जिओगे तो जल्दी मरोगे। तो आपका अगर जल्दी मरने का कार्यक्रम हो तो खूब चिंता कीजिये, रातों की नींद गंवाइए। परंतु यदि आप लम्बा जीवन जीना चाहते हैं, तो अपने आपको हर प्रकार की चिंताओं से मुक्त कर लीजिये।

जीवन को चिंताओं से पूरी तरह मुक्त रखने के लिये यह जरूरी है कि हमारे सुझावों पर आप अवश्य अमल करें और उन्हें अपनी जीवन–शैली के रूप में अपनाएं। सत्संग करें, संतों के सानिध्य में बैठें, उनसे ज्ञान प्राप्त करें और उस ज्ञान को अपने आचरण का अभिन्न अंग बनाएं। इसके साथ ही जीवन में सुमिरन के महत्त्व को समझना भी अत्यन्त आवश्यक है, क्योंकि सुमिरन के जरिये ही आपको चिंता और तनाव से मुक्ति मिल सकती है।

सुमिरन करने का सही तरीका आपको सद्गुरु से सीखना होगा। गुरु अर्जुनदेव जी की बहुत ही प्यारी पंक्ति है 'गोविन्द के गुण गाओ साधो'। इसमें गुरुदेव ने सुमिरन की महिमा का गुणगान किया है कि 'हे साधु! वास्तव में मनुष्य को यह जीवन सुमिरन करने के लिये ही प्राप्त हुआ है।

लेकिन चिंताग्रस्त मन सुमिरन भी कैसे करे? मन को चिंता मुक्त करने की एक अनोखी विधि है 'योगनिद्रा'। योगाभ्यास प्रायः जाग्रत अवस्था में ही किया जाता है, परंतु योगाभ्यास की यह विशेष विधि लेट कर की जाती है। आप या तो जगते हैं या फिर गहरी नींद में सो जाते हैं। लेकिन योगनिद्रा में आप पूर्णतः जागृत होते हुए भी शरीर और मन पर गहरी नींद के तमाम लक्षण अनुभव कर पाते हैं।

योगनिद्रा शरीर को गहन विश्राम देकर पूरी तरह शिथिल करती है। आप यह हमेशा महसूस करते रहोगे कि विश्राम तो आप रात नींद में भी करते हैं। परंतु सारी रात सोने के बाद भी सुबह उठकर अगर आप थका हुआ और बोझिल महसूस करते हैं, तो आपके रात भर नींद में होने का कोई अर्थ नहीं है।

इसकी वजह यह है कि आप नींद में स्वप्न देखते रहते हैं। क्या आपने कभी गिना है कि एक रात में आप कितनी बार करवटें बदलते हैं? कभी गरमी लग रही, कभी मच्छर काट रहे, कभी प्यास लगी, कभी शौचालय जाना है, कभी–कभी थकान के मारे शरीर इतना अकड़ जाता है कि नींद आना मुश्किल हो जाता है।

अगर नींद आ भी जाये तो कच्ची नींद आती है, स्वप्न चलते रहते हैं। फिर जरा आप नींद में उतरने लगते हो, इतने में उठने का अलार्म बज जाता है और आपको दिनभर के कार्य करने के लिये उठना ही पड़ता है। सात घण्टों की नींद के बाद भी अगर आप थकान महसूस करते हैं, बोझिल महसूस करते हैं, मन चिड़चिड़ा रहता है, तो ये सारे लक्षण आपके तनाव में होने के लक्षण हैं।

बहुत से लोगों को स्पॉण्डिलाइटिस या साइनस की समस्या रहती है। श्वास ठीक से नहीं ले पाते, जुकाम बना रहता है, सिर दुखता रहता है। औरतें तो जब देखो सिर पकड़ कर बैठी रहती हैं। सिर दुखना भी लक्षण है कि आप तनाव में हैं। बहुत बार घर का वातावरण सामंजस्यपूर्ण नहीं होता है। आपसी सम्बन्धों को किस प्रकार सही ढंग से निभाना चाहिये यह आपको मालूम नहीं है। आपको दूसरों से या तो बड़ी अपेक्षाएं रहती हैं या फिर सारा समय आप

दूसरों की आलोचना करते रहते हो। अगर आपका मन तनाव में रहता है, तो आपका शरीर कैसे स्वस्थ रह सकता है? आप में से कितने लोग अपच और वायु से पीड़ित हैं? आपमें से कितनों को खट्टी डकारें आती हैं? इसका कारण भी आपके मन का तनाव है। मन का तनाव ही शरीर पर असर करता है और वही रोगों के रूप में प्रकट हो जाता है।

अस्सी प्रतिशत रोगों का मूल तो आपको अपने मन के तनावों में ही मिल जाएगा। याद रहे, रोग कभी शरीर से मन की तरफ नहीं जाते। परंतु मन के रोगी होने से शरीर भी रोगी होता है। तो अगर हम अपने मन को स्वस्थ रखेंगे, तो शरीर भी तंदुरुस्त रहेगा।

योगनिद्रा हमको सम्पूर्ण विश्राम में ले जाकर सुन्दर स्वास्थ्य प्रदान करती है। शरीर के स्तर पर तो योगनिद्रा हमारी मांसपेशियों और नाड़ियों को विश्राम देती ही है, साथ ही हमें मानसिक और भावनात्मक विश्राम भी प्रदान करती है। दिलचस्प बात तो यह है कि योगनिद्रा बैठ कर नहीं, लेट कर करनी होती है।

तुम सोचोगे कि फिर तो मजा आ गया, अब तो हम अधिकृत ढंग से सो जाएंगे। नहीं, इस विधि में सोना नहीं है, जगना है। पूरी तरह सजग और सचेत रहना है। योगनिद्रा शरीर और मन पर बहुत गहन प्रभाव देने वाला प्रयोग है। इसके द्वारा आप अपने शारीरिक और मानसिक तनावों से मुक्ति पा सकते हैं।

कर्त्तव्य पालन का महत्व

एक वार एक किसान ने गौतम बुद्धसे अपने गाँव आने का आग्रह किया। बुद्ध उसके गाँव में पहुँचे वो सारे गाँव वाले उन्हे देखने के लिए उमड़ पडे, परन्तु उसी दिन बुद्ध को. गाँव बुलाने वाले किसान के बैलो की जोड़ी कही खो गयी। बैलो को खोजें। किसान इस दुविधा में फंस गया कि महात्मा बुद्ध का प्रवचन सुनने जाये या अपने बैलों को खोजें। सोचने के बाद उसने अपने बैलों को ही ढूंढ़ने का निर्णय किया।

घंटो भटकने के बाद कही जाकर उसे अपने बैल मिले। थका हुआ – किसान घर आते ही भोजन करके सो गया। अगले दिन वह संकोच के साथ गौतम बुद्ध के पास गया। गौतम बुद्ध उसकी आत्मा ग्लानि को समझ गये और बोले मेरी दृष्टि में यह किसान ही मेरा सच्चा अनुयायी है। इसने उपदेशों से अधिक कर्म को महत्व दिया है। यदि यह कल अपने बैल खोजने न जाता और यहाँ आ कर मेरा प्रवचन सुनने लगता तो इसे मेरी कही बाते समझ में नहीं आती क्योंकि इसका मन कही और भटक रहा होता इसने कार्य को महत्व देकर सराहनीय कार्य किया है।

सुख सपना दु:ख बुद बुदा दोनो एकसमान।
सबका आदर कीजिए जो भेजे भगवान।।

विज्ञान अर्थात विशेष रुप से ज्ञान प्राप्त करना। किसी ने दूध का नाम सुना है। किसी ने दूध को देखा भर है और किसी ने दूध पिया है। जिसने सिर्फ सुना है, वह अज्ञानी है, जिसने देखा है, वह ज्ञानी है और जिसने पिया है, वह विज्ञानी है, विशेष रुप से ज्ञान उसी को हुआ है।

रामकृष्ण परमहंस

विद्या भारती के स्तम्भ : श्री लज्जाराम तोमर

भारत में लाखों सरकारी एवं निजी विद्यालय हैं, पर शासकीय सहायता के बिना स्थानीय हिन्दू जनता के सहयोग एवं विश्वास के बल पर काम करने वाली संस्था 'विद्या भारती' सबसे बड़ी शिक्षा संस्था है। इसे देशव्यापी बनाने में जिनका बहुत महत्वपूर्ण योगदान रहा, वे थे 21 जुलाई, 1930 को गांव बघपुरा (मुरैना, म.प्र.) में जन्मे श्री लज्जाराम तोमर।

लज्जाराम जी के परिवार की उस क्षेत्र में अत्यधिक प्रतिष्ठा थी। मेधावी छात्र होने के कारण सभी परीक्षाएं उच्च श्रेणी में उत्तीर्ण करने के बाद उन्होंने 1957 में एम.ए. तथा बी. एड. किया। उनकी अधिकांश शिक्षा आगरा में हुई। 1945 में वे संघ के सम्पर्क में आये। उस समय उ.प्र. के प्रांत प्रचारक थे श्री भाउराव देवरस। अपनी पारखी दृष्टि से वे लोगों को तुरन्त पहचान जाते थे। लज्जाराम जी पर भी उनकी दृष्टि थी। अब तक वे आगरा में एक इंटर कॉलेज में प्राध्यापक हो चुके थे। उनकी गृहस्थी भी भली प्रकार चल रही थी।

लज्जाराम जी इंटर कॉलेज में और उच्च पद पर पहुँच सकते थे; पर भाउराव के आग्रह पर वे सरकार नौकरी छोड़कर सरस्वती शिशु मंदिर योजना में आ गये। यहाँ शिक्षा संबंधी उनकी कल्पनाओं के पूरा होने के भरपूर अवसर थे। उन्होंने अनेक नये प्रयोग किये, जिसकी ओर विद्या भारती के साथ ही अन्य सरकारी व निजी विद्यालयों के प्राचार्य तथा प्रबंधक भी आकृष्ट हुए। आपातकाल के विरोध में उन्होंने जेल यात्रा भी की।

इन्हीं दिनों उनके एकमात्र पुत्र के देहांत से उनका मन विचलित हो गया। वे छात्र जीवन से ही योग, प्राणायाम, ध्यान और साधना करते थे। अतः इन मानसिक उथल–पुथल में वे संन्यास लेने पर विचार करने लगे; पर भाउराव देवरस उनकी अन्तर्निहित क्षमताओं को जानते थे। उन्होंने उनके विचारों की दिशा बदल कर उसे समाजोन्मुख कर दिया। उनके आग्रह पर लज्जाराम जी ने संन्यास के बदले अपना शेष जीवन शिक्षा विस्तार के लिए समर्पित कर दिया।

उस समय तक पूरे देश में सरस्वती शिशु मंदिर के नाम से हजारों विद्यालय खुल चुके थे, पर उनका कोई राष्ट्रीय संजाल नहीं था। 1978 में सब विद्यालयों को एक सूत्र में पिरोने के लिए 'विद्या भारती का गठन किया गया और लज्जाराम जी को उसका राष्ट्रीय संगठन मंत्री बनाया गया।

उन्हें पढ़ने और पढ़ाने का व्यापक अनुभव तो था ही। इस दायित्व के बाद पूरे देश में उनका प्रवास होने लगा। जिन प्रदेशों में विद्या भारती का काम नहीं था, उनके प्रवास से वहाँ भी इस संस्था ने जड़े जमा लीं। अतः उन्हें अनेक अन्तर्राष्ट्रीय गोष्टि में आमंत्रित किया गया। उन्होंने भारतीय चिंतन के आधार अनेक पुस्तकें भी लिखीं, जिनमें भारतीय मूल तत्व आधारित प्राचीन भारतीय शिक्षा पद्धति विद्या भारती की चित दिशा, नैतिक शिक्षा, आध्यात्मिक शिक्षा का आधार आदि हैं।

उनके कार्यों से प्रभावित होकर उन्हें कई संस्थाओं सम्मानित किया। उन्होंने कुरुक्षेत्र विद्यालय परिसर में संस्कृति संग्रहालय की स्थापना कराई; पर इसी बीच वे कैंसर से पीडित हो गये। समुचित चिकित्सा के बाद भी उनके स्वास्थ्य में सुधार नहीं हुआ। 17 नवम्बर 2004 को विद्या भारती के निराला नगर लखनऊ स्थित परिसर में उनका शरीरांत हुआ। उनकी अंतिम इच्छानुसार उनका दाह संस्कार उनके पैतृक गाँव में ही किया गया।

अभिमान

प्राचीन काल की बात है। रावण ने शंकर भगवान को प्रसन्न करने के लिए कैलाश पर्वत पर जाकर आराधना शुरू कर दी। किन्तु ! बहुत समय बीतने पर भी भगवान शंकर प्रसन्न नहीं हुए। तब! रावण ने हिमालय के दक्षिण में जाकर आराधना करनी प्रारम्भ की। परन्तु इस पर भी शंकर प्रसन्न नहीं हुए।

इस बार रावण ने अपना सिर काट कर शिव को बलि चढ़ानी शुरू कर दी। जब वह अपने नौ सिर काट चुका तो भगवान प्रसन्न हो उठे। उन्होने उसे दर्शन देकर कहा–"रावणराज! जो तुम मांगना चाहते हो मांग लो।''

रावण ने कुछ पल सोचा, फिर कहा "महाराज! मुझे अतुल बल दीजिए।'' भगवान शंकर ने कहा– "तथास्तु!" फिर वे अन्तर्धान हो गये। इधर रावण की सब इच्छाएं पूर्ण हो गयीं। रावण को इस वरदान के मिलते ही सभी देवता व ऋषि बहुत दुखी हुए।

उन्होंने नारद से परामर्श किया और पूछा "इस दुष्ट रावण से हमारी रक्षा कैसे हो सकती है?" नारद ने कहा–" आप लोग चिन्ता न करें। मैं इसका उपाय करूंगा।" कहकर नारद अन्तर्धान हो गये। इसके बाद वे उस मार्ग पर प्रकट हुए जिससे रावण वापस लौट रहा था। रावण से मिलते ही उन्होंने कहा–"राक्षस राज! बड़े प्रसन्न दिखाई दे रहे हो ! तुम्हें देखकर बड़ा हर्ष अनुभव हो रहा है। पर यह तो बताओ कि आ कहां से आ रहे हो ?"

रावण ने सारा हाल कह सुनाया। सुनकर नारद बोले–"तुम मेरे प्रिय शिष्य हो राक्षस राज, इसलिए तुमसे कहता हूँ कि शंकर की बात पर विश्वास मत करना, उनका कोई भरोसा नहीं है। तुम जाओ और वरदान को प्रमाणित करने के लिए कैलाश पर्वत को उठाओ।" उस समय रावण अभिमान से चूर था। वह तत्काल कैलाश गया और पर्वत को उठाने लगा। पर्वत को हिलता देख शंकर और पार्वती एकाएक घबरा गये। शंकर जी ने देखा कि रावण पर्वत को उठा रहा है।

शंकर ने कहा–"यह क्या हो रहा है?"

पार्वती ने हंसकर कहा–"आपका शिष्य, आपको गुरु–दक्षिणा दे रहा है। तब! शंकर ने रावण को शाप दे डाला– "अरे दुष्ट! तुझे मारने वाला जल्द ही पैदा होगा।" बस, नारद का काम बन गया। रावण पर्वत को रखकर मदमस्त होता वापस लौट गया।

शोक सन्देश

परमादरणीय, गुरुवर, वृन्दावन में शिक्षा के अद्वितीय स्तर के निदर्शन, राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के माध्यम से इस भारत भू के सेवक, परमेश्वरी देवी धानुका सरस्वती विद्या मंदिर के प्रधानाचार्य पद को अलंकृत करते हुए कुशल नेतृत्व कर्ता, परमादरणीया दीदी माँ साध्वी ऋतम्भरा जी के पुनीत सान्निध्य में वात्सल्य ग्राम के विभिन्न शिक्षा प्रकल्पों के कुशल संचालक, अत्यंत सहज व सरलता की प्रतिमूर्ति परम पूजनीय श्री शिशुपाल सिंह जी के एम्स में इलाज के दौरान आकस्मिक निधन पर निश्चित ही उनके सभी परिचित व समस्त समाज मार्मिक रूप से क्षति का अनुभव करते हैं।

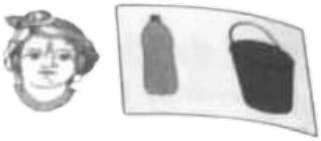
ईश्वर से प्रार्थना है कि प्रभु उन्हें स्वपद प्रदान करें व इस असहनीय वेदना को सहने की शक्ति उनके परिवार को प्रदान करें। आप अपने व्यक्तित्व व कार्यशैली से एक युग पुरुष तपस्वी के सामान थे। एक युग आज विराम को प्राप्त हुआ है। आप सान्निध्य थे, ऊर्जा थे। वे अपने समस्त परिचित परिकर के लिए एक आदर्श थे आपका समस्त परिचित परिकर निश्चित ही आपसे सदैव प्रेरणा लेता रहेगा।

उनका प्रेम पूर्ण आशीर्वाद पिछले 26 वर्षों से मुझे सदैव व सहज रूप से प्राप्त होता रहा, इसके लिए मैं स्वयं को अत्यंत सौभाग्यशाली अनुभव करता हूँ।

अश्रुपूर्ण श्रद्धाञ्जलि

पॉस्कल का नियम स्वयं सिद्ध करो !

(Pascal's Law)

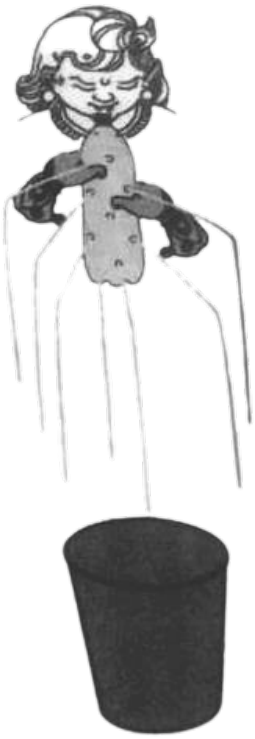


आवश्यक सामग्री– तीन छिद्र युक्त एक लीटर की प्लास्टिक बोतल, एक सूई या कील (Needle/Nail), पानी एवं एक खाली बाल्टी।

प्रयोग की तैयारी (Preparation)– बोतल के चारों ओर सूई/कील से और अधिक छिद्र बनाओ।

ऐसा करो –

1. बोतल को पानी से भरो।
2. मुँह से फूंक मारकर हवा का दाब अंदर की ओर डालो ।
3. छिद्रों से कैसे पानी प्रवाहित हो रहा है, उसका अवलोकन करो।



आप देखते हैं कि –सभी छिद्रों से पानी समान दाब से सभी दिशाओं में प्रवाहित होता है।

वैज्ञानिक कारण – पॉस्कल के नियमानुसार, द्रव से भरे पात्र पर आरोपित दाब सभी भाग में बराबर रूप से दाब डालकर सदैव स्थिर मान का बना रहता है।

अनुप्रयोग (दैनिक जीवन में)–

1. पॉस्कल के नियम का प्रयोग हाईड्रोलिक और द्रव प्रवाह गतिकी में विशेष रूप से होता है।
2. हाइड्रोलिक लिफ्ट/क्रेन और ब्रेक के रूप में सबसे अधिक प्रयोग किया जाता है।
3. हाईड्रोलिक मशीनों में द्रव को आवश्यक नलियों में डालकर विशेष उद्देश्य से पॉस्कल के नियम का उपयोग किया जाता है।

गतिविधियाँ

मेघावी छात्र सम्मान

सरस्वती शिशु मन्दिर वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, सुभाष चन्द्र बोस नगर, गोरखपुर के प्रधानाचार्य डॉ० राजेन्द्र पाण्डेय ने अपने विज्ञप्ति में बताया कि केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, नई दिल्ली द्वारा आयोजित इण्टरमीडिएट परीक्षा (AISSE–2024) में विद्यालय के भैया आदर्श सिंह 97.00% अंक प्राप्त करके विद्यालय में सर्वोच्च स्थान प्राप्त किया। विद्यालय का सम्पूर्ण परीक्षा परिणाम इण्टरमीडिएट में 97.12% प्रतिशत रहा। इण्टरमीडिएट में रसायन विज्ञान में भैया आदर्श सिंह ने 100 अंक प्राप्त कर विद्यालय को गौरवान्वित किया है। इस अवसर पर विद्यालय के प्रधानाचार्य डॉ० राजेन्द्र पाण्डेय द्वारा सर्वोच्च अंक प्राप्त छात्रों को तिलक लगाकर, माला पहनाकर उनका मुँह मीठा किया गया।

विद्यालय में सर्वोच्च अंक प्राप्त करने वाले छात्रों के नाम निम्नवत् हैं– आदर्श सिंह (97.00%), अमन पासवान (90.80%), दीपक कुमार पाण्डेय (90.40%)

छात्रों की इस विशेष उपलब्धि पर विद्यालय प्रबंध समिति के अध्यक्ष प्रदीप कुमार, उपाध्यक्ष डॉ. (श्रीमती) विनोद सोलंकी, मंत्री डा. आमोद राय, कोषाध्यक्ष डॉ० अश्वनी वर्मा, डॉ० राजेन्द्र पाण्डेय, विद्यालय प्रबंधसमिति द्वारा संचालित विद्यालयों के निदेशक श्री राजबिहारी विश्वकर्मा सहित विद्यालय के सभी आचार्यों ने उन्हें अपनी शुभकामना देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना किया है।

ऊर्जा संरक्षण सप्ताह

सरस्वती बालिका विद्या मन्दिर इंटर कॉलेज रायबरेली में 03.05.2024 से 10.05.2024 तक ऊर्जा संरक्षण सप्ताह मनाया गया, जिसमें 03.05.2024 को विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमती निधि द्विवेदी जी ने ऊर्जा संरक्षण सप्ताह की प्रस्ताविकी रखी एवं कार्यकम के प्रमुख विनोद कुमार मौर्य जी ने आइंस्टाइन समीकरण बताते हुए ऊर्जा संरक्षण के महत्व एवं सप्ताह में होनें वाले कार्यकमों की सूचना छात्र/छात्राओं को दी, जिसके अनुसार एक सप्ताह ऊर्जा संरक्षण से संबंधित विभिन्न कार्यक्रम किए गए, जिसमें भाषण प्रतियोगिता, वाद–विवाद प्रतियोगिता ड्राइंग एवं पेटिंग, वृक्षारोपण, शैक्षिक भ्रमण एवं प्रदर्श प्रतियोगिता आदि में छात्र/छात्राओ ने उत्साहपूर्वक प्रतिभाग किया तथा विद्यालय के सभी छात्र/छात्राओं एवं शिक्षकों को शपथ दिलायी गयी तथा हस्ताक्षर अभियान भी चलाया गया। इस सप्ताह के अंतिम दिन सभी प्रतियोगिताओं में स्थान प्राप्त करने वाले छात्र/छात्राओं को सम्मानित किया गया। समापन दिवस पर विद्यालय के आचार्य श्री आशीष मिश्र जी ने ऊर्जा संरक्षण करने के लिए आवाहन किया और ऊर्जा के महत्व पर प्रकाश डाला। प्रधानाचार्या जी ने अपने विशेष टिप्स छात्राओ को देते हुए ऊर्जा संरक्षण सप्ताह का समापन किया।

प्रधानाचार्य योजना बैठक

विद्या भारती जन शिक्षा समिति पश्चिम उत्तर प्रदेश मेरठ प्रांत के प्रधानाचार्य की एक योजना बैठक 12 मई से 14 मई तक हस्तिनापुर के जैन स्थानक पर 14 जिलों के 146 प्रधानाचार्य ने भाग लिया। क्षेत्रीय संगठन मंत्री श्री डोमेश्वर साहू जी, क्षेत्रीय मंत्री डॉ० एल०एस० बिष्ट जी, प्रदेश मंत्री श्री विपिन गोयल जी, अध्यक्ष चरणपाल सिंह जी, प्रदेश उपाध्यक्ष श्री

विद्यासागर जैन जी, प्रदेश निरीक्षक श्री हेमराज सिंह जी, संभाग निरीक्षक श्री रविंद्र सिंह जी, श्री यशपाल सिंह जी, कोषाध्यक्ष श्री कैलाश राघव जी, प्रदेश निरीक्षक भारतीय शिक्षा समिति श्री विशोक जी, शिशु वाटिका प्रमुख श्री शिव कुमार शर्मा, क्षेत्रीय अभिलेखागार प्रमुख श्री कमल जी, श्री रमेश कुमार पाण्डेय जी ने संबोधित किया। सभी वक्ताओं ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति, क्रिया शोध ,संस्कार केंद्र, पूर्व छात्र परिषद, जॉयफुल लर्निंग, विद्यालय विकास के लिए प्रधानाचार्य की भूमिका, उसके कर्तव्य, कुटुंब प्रबोधन, पूरे वर्ष भर के आगामी कार्यक्रमों की रूपरेखा तैयार की गई। मंच का संचालन संभाग निरीक्षक श्री मदन पाल जी ने और कार्यक्रम की संपूर्ण व्यवस्था हस्तिनापुर विद्यालय के प्रधानाचार्य श्री अनुज कुमार शर्मा जी एवं श्री रविंद्र कुमार जी ने की। इसी के साथ हस्तिनापुर की पावन भूमि पर तीन दिवसीय प्रधानाचार्य योजना बैठक सफलतापूर्वक संपन्न हुई।

अकबर सीतापुर में जल संरक्षण

रहिमन पानी राखिये बिन पानी सब सून।
पानी गये न ऊबरै मोती मानुष चून।।

जल ही जीवन है. मात्र कथानक ही नही अपितु सत्य है। राष्ट्रीय स्वयम् सेवक संघ की यथार्थ योजनाओं को मूर्त रूप – भरत वसुन्धरा के ग्राम–2 व सुदूर आँचल में सदा सर्वदा पुष्पित पल्लवित रहने की योजना अनुसार विद्याभारती की संस्कारयुक्त शिक्षा प्रदान करने वाली सीतापुर जनपद में लहरपुर विकास खण्ड में विद्या का मन्दिर अति–प्राचीन संस्कृति का अक्षय केन्द्र है। वैशाख शुक्ल एकादशी के शुभ दिन रत्नगर्भा वसुन्धरा की गोद में से श्री अवनीश कुमार मिश्र जी के – भीष्म प्रयास, योजना, व्यवस्था अनुसार उपहार मिला। भारत माता के कर्णधारों को वैज्ञानिक. सावधानियों का अनुकरणीय कार्य स्थानी सर्व समाज के लिये उपलब्ध हुआ। जल के अभाव में अरुण उदय के विद्यार्थी मृगतृष्णा के लिये–मजबूर हो ही जाय तो सप्तम अष्टम् के विद्यार्थी जल की वैज्ञानिक जानकारी के लिये बाध्य हो शिशु, आचार्य, अभिभावक, समाज सबके सम्मिलित सहयोग का केन्द्र केवल पुस्तकी ज्ञान ही नहीं वरन परस्पर सम्मिलित एक आदर्श केन्द्र है। हसता बोलता विद्यार्थी, ज्ञान, व्यवहार प्रेरणा की भित्तियाँ नहीं अपितु विद्यालय भवन निरन्तर–उत्थान के पंग पर गतिमान होता रहे मा अध्यक्ष म० कोषाध्यक्ष, भा० व्यवस्थापक जी का प्रयास अनुकरणीय, प्रेरणास्पद है और बना रहे इसी की याचना है।

प्रधानाचार्य अभ्यास वर्ग

श्रीपाल सिंह सरस्वती विद्या मन्दिर इण्टर कालेज चौखड़िया मैगलगंज–खीरी मे चल रहे प्रधानाचार्य प्रशिक्षण वर्ग में दिनांक 19.06.2024 दिन बुधवार प्रथम सत्र में आदरणीय जिला विद्यालय निरीक्षक लखीमपुर ''आदेश, निर्देश, टप्पणी एवं विद्यालय प्रशासन'' विषय पर प्रशिक्षार्थी प्रधानाचार्यों को समसामयिक उदाहरणों के माध्यम से प्रेरणादायी व सारगर्भित उद्बोधन प्रदान किया।

द्वितीय सत् में प्रशिक्षार्थियो को दो समूहों में बिठकर "Activity based classroom teaching of English subject" का प्रशिक्षण प्रदान किया गया।

प्रथम समूह के प्रशिक्षक सरस्वती विद्या मन्दिर इण्टर कालेज पाली के अंग्रेजी प्रवक्ता श्री आशुतोष जी व द्वितीय समूह के प्रशिक्षक स्थानीय विद्यालय के अंग्रेजी प्रवक्ता श्री अभयराज जी द्वारा प्रशिक्षण दिया गया।

तृतीय सल में 'आदरणीय क्षेत्रीय संगठन मंत्री जी के द्वारा "सर्वांगीण विषय की हमारी संकल्पना". तथा चतुर्थ सत्र में "समग्र विकास की अवधारणा" पर सभी प्रशिक्षार्थी प्रधानाचार्यों को PPT के माध्यम से विस्तृत रुप से प्रेरणादायी मार्गदर्शन प्राप्त हुआ।

शोक सन्देश

समाजसेवी, प्रबंधक दिनेश गुप्ता को नम आंखों से दी गयी अंतिम विदाई

दिनेश गुप्ता

बिसवां नगर में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ, हिन्दू संगठन सहित सामाजिक सेवाओ में अहम योगदान देने वाले कस्बे के समाजसेवी व राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के पूर्व प्रांत व्यवस्था प्रमुख व सरस्वती शिशु मंदिर के प्रबंधक दिनेश गुप्ता का बीते शनिवार को निधन हो गया। उनके निधन से पूरे क्षेत्र में शोक की लहर दौड़ गई । उनके अंतिम दर्शन के लिए उनके निवास पर लोगों का ताँता लगा रहा। रविवार को उनका अंतिम संस्कार मंसाराम शमशान घाट पर उनके बड़े बेटे विशाल गुप्ता द्वारा मुखाग्नि देकर किया गया। उनके अंतिम दर्शन करने के लिए प्रदेश व जिले के राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के पदाधिकारी व नेता उनके निवास पर पहुंचे। जिनमें प्रमुख रूप से प्रांत प्रचारक कौशल कुमार, विद्या भारती क्षेत्रीय संगठन मंत्री हेमचंद, प्रांत विशेष संपर्क प्रमुख प्रशांत भाटिया, विद्यार्थी परिषद संगठन मंत्री, उन्नाव विकास कुमार विधान परिषद सदस्य, अवनीश कुमार, पवन सिंह चौहान कारागार राज्यमंत्री सुरेश राही, भाजपा जिला अध्यक्ष राजेश शुक्ला, पूर्व जिला अध्यक्ष अचिन मेहरोत्रा, विधायक निर्मल वर्मा, पूर्व विधायक अजीत मेहरोत्रा, जिला पंचायत निर्माण समिति प्रतिनिधि शिव कुमार गुप्ता, सांसद राकेश राठौर, नगर पालिका अध्यक्ष पुष्पू जायसवाल, सहित जिले के राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के पदाधिकारी व सभी राजनीतिक पार्टियों के नेता व क्षेत्र के लोगों ने नम आँखों से उनको अंतिम विदाई दी।

कीर्तिशेष सुरेश साहू

अत्यन्त दुख के साथ प्रकृति के इस अटल सत्य का उल्लेख करना पड़ रहा है कि शिशु शिक्षा प्रबन्ध समिति उत्तर प्रदेश, लखनऊ में कार्यरत श्री सुरेश जी, (कार्यालय प्रमुख) सेवानिवृति के उपरांत भी अपनी ईमानदारी, निष्ठा परिश्रम और अच्छे व्यवहार के कारण पिछले तीन वर्षों से अधिक समय से कार्य करते रहे। एक सप्ताह की अस्वस्थता के कारण दिनाँक 17 जून 2024 को हृदय गति रुक जाने से गोलोक वासी हो गए। उनके निधन से विद्या भारती की अपूरणीय क्षति हुई है। उनके निधन से शोकाकुल सरस्वती कुंज निराला नगर, लखनऊ ,विद्या भारती परिवार के हम सभी जन उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए परम पिता परमात्मा से प्रार्थना करते है कि वह दिवंगत आत्मा को मोक्ष प्रदान कर शोक संतप्त परिवार को इस असहनीय वेदना को सहन करने की शक्ति दें।

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात् पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते।।
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः।।

UPHIN-11403

डाक पंजी. क्र.: S-S-P-/LW/NP-188/2024-2026
प्रेषण डाकघर-रेल सेवा, चारबाग, लखनऊ । प्रेषण तिथि- 5,6,7,8

नवीन प्रधानाचार्य प्रशिक्षण वर्ग में विद्या भारती के अधिकारी मार्ग दर्शन करते हुए

मुद्रकः प्रिन्टको प्रिन्टर्स-22, जगत नारायण रोड, लखनऊ । प्रकाशक : डॉ. शिवभूषण त्रिपाठी, शिशु शिक्षा प्रबन्ध समिति, निराला नगर, लखनऊ- 226020, सम्पादक : उमाशंकर मिश्र।

प्रकाशन तिथि : 01:07:2024