खंड संख्या 2. अंक संख्या 10 वीवा समाचार पत्रिका (हिंदी मासिक)

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

"सत्य के लिए सबकुछ त्याग किया जा सकता है, परन्तु सबकुछ के लिए सत्य का त्याग नहीं किया जा सकता।"

- स्वामी विवेकानन्द

अन्तर्मुखी होना ("सत्य की खोज में")

11 सितम्बर 1893 को आयोजित सर्व धर्म सम्मेलन में जब स्वामी विवेकानन्द ने "अमेरिकावासी बहनों तथा भाइयों" सम्बोधन करते हुए अपना भाषण प्रारम्भ किया तब भारत की सही छवि स्पष्ट हुई अन्यथा भारत को सिर्फ अर्धनग्न फकीरों और सपेरों का देश ही समझा जाता था।

बिना प्रमाण के विश्वास करने की मानवीय प्रकृति के कारण भ्रांतियाँ सर्वदा विद्यमान रही हैं ।आपको क्या लगता है जब यह कहा जाता है कि टमाटर एक सब्जी है या समोसा सबसे पहले भारत में बना? क्या आप भी यही सत्य मानते हैं? तो उत्तर है नहीं। इसी तरह अन्य विचार भी असत्य हैं जैसे 'योग शारीरिक खींचतान की क्रिया है' या 'भारत एक हिन्दू राष्ट्र है' ।

पत्रिका का प्रस्तुत संस्करण इन्हीं विषयों पर आपका ध्यान आकर्षित करता है कि कैसे पूर्वधारणाओं और पूर्वाग्रहों से विचारों में भ्रांतियाँ जगह बना लेती हैं। इसलिये हमें आवश्यकता है जिज्ञासु और प्रश्नशील मन की, जो विचारों में निहित सत्य की पड़ताल कर सके। क्योंकि लोग बिना विचार किये ही समाज में व्याप्त अनेकों धारणाओं को सत्य मान लेते हैं जैसे पुरुष स्त्रियों से गणित में तेज होते हैं या श्वेत वर्ण के लोग श्याम वर्ण के लोगों से श्रेष्ठ होते हैं इत्यादि। प्रस्तुत अंक में ऐसी ही धारणाओं पर विचार-विमर्श करेंगे और उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करेंगे जिन्होंने सत्य बोलने के साथ साथ सत्य की खोज भी की।

- संपादकीय टीम

आदर्श के रूप में सत्य (उमा कैकिनी, गुरुग्राम)

सत्यवादी और धर्मराज युधिष्ठिर राजकीय अभिलाषाओं, भौतिक सुखों तथा पारिवारिक सम्बन्धों की अपेक्षा सत्य और धर्म को सदैव सर्वोपरि रखते थे। माना जाता है कि उनकी इसी सत्यप्रियता के चलते उनका रथ कुरुक्षेत्र की युद्धभूमि में धरती की सतह से 4 अंगुल ऊपर हवा में तैरता हुआ चलता था और जब उन्होंने "अश्वत्थामा मारा गया "अर्धसत्य बोला, तभी उनका रथ धरती की सतह पर आ गया था।

आधुनिक युग में महात्मा गाँधी सत्य की प्रतिमूर्ति के रूप में जाने जाते हैं। उनकी आत्मकथा 'सत्य के प्रयोग ' विभिन्न निजी अनुभवों और प्रयोगों के माध्यम से सत्य की खोज की यात्रा है। महात्मा गाँधी के अनुसार सत्य प्रत्येक व्यक्ति के हृदय में अन्तर्निहित है और उसकी खोज वहीं से प्रारम्भ होती है और व्यक्ति का मार्गदर्शन करती है। लेकिन किसी को भी यह अधिकार नहीं कि उसका ही सत्य दुसरे पर लागू हो ।

शणमुगम मंजुनाथ (आईआईएम लखनऊ स्नातक) भारतीय तेल निगम में क्षेत्रीय विक्रय प्रबंधक के पद पर कार्य करने के दौरान सिर्फ इसलिये गोली मारकर हत्या कर दी गई क्योंकि वह मिलावट करने के आरोप में एक पेट्रोल पंप बंद करवा दिये थे। उस समय उनकी आयु मात्र 27 वर्ष की थी । इसी तरह उत्तर प्रदेश के लखीमपुर में गोला गोकर्णनाथ को निडरता और निष्पक्षता से कार्य करने के लिए गोली मार दी गई। इन लोगों की हत्या राष्ट्रीय हानि के रूप में मानी जाती है। इस घटना के बाद उनसे प्रेरित होकर आईआईएम, आईआईटी जैसे संस्थानों के बच्चों द्वारा 'मंजुनाथ शणमुगम ट्रस्ट' की स्थापना किया गया

जिस भी कार्य को हम करते हैं उसके लिये हम ही जिम्मेदार होते हैं और जो नहीं करते उसके लिए भी। मन, वचन एवं कर्म से एक रहकर कर्म करने से समाज पर एक अमिट प्रभाव पड़ता है और कुछ भी साबित करना शेष नहीं रह जाता। ऐसा माना जाता है कि लगातार 12 वर्ष तक सत्य बोलने वाले में ऐसी सिद्धि आ जाती है जिससे उसके द्वारा बोली गई हर बात सत्य होने लगती है। यह बात हमेशा स्मरण रखिये कि हम अकेले होकर भी किसी भी चुनौती का सामना निडर होकर सत्य रूपी शक्ति से कर सकते हैं।

टमाटर एक फल है क्योंकि यह एक फूल का पका हुआ अंडाशय है जिसमे बीज होते हैं। चूंकि इसका उपयोग खाना पकाने में किया जाता है इसलिए टमाटर को सब्जी माना जाता है।

समोसा मूलरूप से मध्य पूर्वी क्षेत्र का है। इसकी उत्पत्ति संभवतः 10वीं शताब्दी में मध्य एशिया में हुई थी।

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर ४७ , गुरुग्राम, १२२०१८
values.viva@gmail.com

खंड संख्या 2. अंक संख्या 9 वीवा समाचार पत्रिका (हिंदी मासिक)

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

कथनी और करनी में एक रहना । श्री ओमप्रकाश, भुवनेश्वर

राजा हरिश्चन्द्र सूर्यवंश के एक महान राजा थे। वह अपने सत्यवादी एवं उदार चरित्र के लिए प्रसिद्ध थे। ऐसा कहा जाता है कि एक बार उन्होंने ऋषि विश्वामित्र को एक वचन दिया था और उस वचन को पूरा करने के लिए उनको अपने राज्य का त्याग करना पड़ा, अपने परिवार का विक्रय करना पड़ा और स्वयं चांडाल (श्मशान में चिता को अग्नि देने वाला) का दास बन गये। उनकी पत्नी ने उनके वचन की पूर्ति हेतु उनका पूर्ण समर्थन किया। राजा हरिश्चन्द्र का विश्वास था कि वचन का पालन करना उनका धर्म है और एक बार जो बोला जाए उसे पूरा करना अनिवार्य है।

राजा हरिश्चन्द्र के लिए सत्यनिष्ठा के बिना जीवन जीना असंभव था। कल्पना कीजिये कि आपके शब्द एक बाण का अग्रसिरा हैं और आपकी कर्म उस बाण का पिछला सिरा। जिस तरह लक्ष्य को भेदने के लिए बाण के पिछले सिरे को उसके अग्रसिरे का पीछा करना होता है उसी तरह एक सत्यनिष्ठ जीवन जीने के लिये आपके कर्मों को कथनी के साथ-साथ चलना आवश्यक है। वचन देने में केवल कुछ क्षण लगते हैं लेकिन उसे पूरा करने में कभी-कभी पूरा जीवन भी लग सकता है और इस प्रतिक्रिया में कभी-कभी हमें अपने समय, धन, निजता एवं सुख का बलिदान भी देना पड़ सकता है। साहसपूर्ण भावना के बिना हम अपने वचनों को पूर्ण नहीं कर सकते। पुरातन काल के अनेकों राजाओं को हम भूल चुके हैं किन्तु राजा हरिश्चन्द्र और उनकी सत्य के प्रति निष्ठा का हम सदैव स्मरण करते हैं क्योंकि उन्होंने असहनीय कष्ट सह कर भी अपने वचन को पूरा किया।

अष्टांग योग के अंगों में एक अंग आसन है जिसका सम्बन्ध शारीरिक गतिविधियों एवं मुद्राओं से है । योग शब्द की उत्पत्ति संस्कृत की 'युज्' धातु से हुई है जिसका अर्थ है 'जोड़ना' या 'मिलाना'। योगाभ्यास का उद्देश्य न केवल शरीर, मन एवं आत्मा के बीच बल्कि व्यक्तिगत चेतना एवं सार्वभौमिक चेतना के बीच भी समन्वय बनाना है।

पश्चिमी दुनिया में एक मत यह है कि भारत हिन्दुओं का देश है । भारत विभिन्न मान्यताओं वाली भूमि है जहाँ हिन्दू धर्म प्रमुख है जिसको मानने वाले आबादी के 80 प्रतिशत लोग है। यहाँ पर हिन्दू धर्म अन्य धर्मों जैसे बौद्ध, जैन, सिख, इस्लाम, इसाई धर्म के लोग साथ-साथ रहते हैं

सत्य क्या है ? डॉ हेमा राघवन, नई दिल्ली

तथ्यों के प्रकाश में ही किसी भी वाक्य की सत्यता की पुष्टि होती है। चारकोल काला रंग का होता है और अगर आप उसे काला कहते हैं तो सत्य कह रहे हैं लेकिन अगर आप उसे सफेद कहेंगे तो आपका वाक्य असत्य माना जायेगा। यहाँ पर सत्य असन्दिग्ध है। सत्य काल्पनिक नहीं अपितु वास्तविक होता है यथार्थ होता है। पृथ्वी की आकृति अंडाकार है लेकिन हमें सपाट प्रतीत होती है। अतः सत्य को केवल खोजा जा सकता है परन्तु निर्मित नहीं किया जा सकता।

राज्यपाल पॉन्टियस पायलेट के सामने ईसा मसीह को सिर्फ इसलिए अनादरपूर्वक खींचकर लाया गया क्योंकि उन्होंने स्वयं को यहूदियों का राजा घोषित किया था। राज्यपाल पायलेट जानते थे कि उनकी कोई गलती नहीं है लेकिन उन्होंने सिर्फ इसलिए ईसा मसीह को मुक्त नहीं किया क्योंकि वह ईसामसीह के खून की प्यासी जनता को अप्रसन्न नहीं करना चाहते थे। उन्होनें यह कहते हुए कि "मैं अपना हाथ इनके रक्त से धोता हूँ" ईसा मसीह को उसे भीड़ के आगे समर्पित कर दिया जो उनको क्रूस पर चढ़ाने वाली थी। सत्य यही है कि ईसा मसीह को क्रूस पर चढ़ाने के लिए राज्यपाल पायलट उतने ही दोषी थे जितने कि वह भीड़।

विवेकानन्द के शब्दों में 'सत्य के लिए सबकुछ त्याग किया जा सकता है, परन्तु सबकुछ के लिए सत्य का त्याग नहीं किया जा सकता।' एक बार एक मनुष्य जो डकैती करने का आरोपी है वह एक साधु से उसकी झोपड़ी में शरण पाने का आग्रह करता है । साधु विचार करते हैं की यह दोषी है या नहीं, किंतु फिर भी वह उसे छुपने के लिए जगह देते हैं ताकि वह भीड़ ढूँढ ना सके । जब भीड़ साधु के द्वार पर आकर डकैत के बारे में प्रश्न करती है तो साधु दुविधा में पड़ जाते हैं की क्या बतायें? सत्य बोले या नहीं? उस भीड़ को सौंप दें या सुधारने का एक अवसर दें ? साधु उस डकैत की रक्षा करने के लिए सत्य न बोलने का निर्णय लेते हैं। ऐसी स्थिति में सत्य बोलने से करुणामय होना अच्छा है ।

इस सत्य के स्वरूप पर आप क्या सोचते हैं?

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर ४७ , गुरुग्राम, १२२०१८
values.viva@gmail.com

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

वीवा गतिविधियाँ - कार्यक्रम एवं सूचनाएँ

1. जागरूक नागरिक कार्यक्रम शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला: सितम्बर माह में रक्षा और निजी विद्यालयों के चयनित शिक्षकों को प्रथम/द्वितीय/तृतीय वर्ष हेतु ऑनलाइन मंच से प्रशिक्षित किया गया ।

भोपाल में सरकारी विद्यालयों के चयनित शिक्षकों को ऑफलाइन माध्यम से प्रशिक्षित किया गया। पूर्व की भाँति ही, प्रशिक्षण प्राप्त करने वाले शिक्षक, कार्यक्रम और उसकी शिक्षण तकनीक से बहुत प्रभावित दिखे।

चंडीगढ़ और देहरादून संभाग के केंद्रीय विद्यालयों के शिक्षकों को भी जागरूक नागरिक कार्यक्रम के प्रथम/द्वितीय/तृतीय वर्ष हेतु प्रशिक्षण प्रदान किया गया। विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा) के अनुभवी प्रशिक्षकों द्वारा संपन्न कार्यशाला की शिक्षकों ने भूरि-भूरि सराहना की।

चंडीगढ़ में संपन्न जागरूक नागरिक कार्यक्रम का दृश्य

स्वरात कार्यशाला में सम्मिलित समूह

2. स्वरात (SVARAT) पर कार्यशाला और वीवा समिति की साप्ताहिक बैठक शुक्रवार को वीवा कार्यालय में सम्पन्न होती रही। सितम्बर माह का विषय था "करुणामय आत्मसंचार"। ऊर्जा से परिपूर्ण जनसमूह कार्यशाला के सूत्रधार के साथ आत्मीय अनुभवों को साझा करके खुश दिखे, साथ ही साथ सूत्रधार ने भी अपने अनुभवों को उनसे साझा किया।

3. वीवा की महिला कार्यशाला का नाम 'कल्याणी- जागरूक महिला' है। 11 और 18 सितंबर को आयोजित कार्यशाला (ऑनलाइन) का उद्देश्य था 'महिलाओं को आत्म-विश्वास से परिपूर्ण बनाना'। सभी महिलाओं की भागीदारी ऊर्जावान और चैतन्यमय रही।

4. अगस्त की सफल कार्यशाला के पश्चात, 14 और 15 सितंबर को एक बार फिर ऑनलाइन अभिभावन कार्यशाला (Parenting Workshop) आयोजित की गई। कार्यशाला के दूसरे दिन, जिसमें प्रश्नोत्तरी सत्र शामिल थी, श्रद्धेय स्वामी शान्तात्मानन्दजी ने अभिभावकों के विभिन्न प्रश्नों के उत्तर दिये। अभिभावकों को यह कार्यशाला जानकारीपूर्ण और व्यावहारिक लगी। वे प्रश्नों से भरे हुए थे और सभी प्रतिभागियों और सूत्रधारों के बीच बातचीत स्पष्ट, सरल और आकर्षक थी। वीवा इस तरह की अधिक से अधिक कार्यशालाओं की योजना बना रही है क्योंकि देश के जागरण में माता-पिता एक महत्वपूर्ण स्तम्भ हैं। हमारी अभिभावन कार्यशाला के बारे में अत्यधिक जानकारी के लिए कृपया ईमेल arise.parents@gmail.com पर हमसे संपर्क करें।

ऑनलाइन अभिभावन कार्यशाला का दृश्य

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर ४७ , गुरुग्राम, १२२०१८
values.viva@gmail.com

खंड संख्या 2. अंक संख्या 9 वीवा समाचार पत्रिका (हिंदी मासिक)

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

कुछ सत्य की खोज

1. विचार : धन से खुशी मिलती है।
हमारी समझ : धन से हमें आराम प्राप्त होता है । जीवन का उद्देश्य और ध्येय खुशी लाता है।

2. विचार : एक धार्मिक व्यक्ति अच्छा व्यक्ति होता है।
हमारी समझ: धर्म एक ऐसा मार्ग है जो हमें ईमानदारी, करुणा, सत्यनिष्ठा, स्वीकृति और निःस्वार्थता जैसे अच्छे मूल्यों को आत्मसात करने और अपनाने में मदद कर सकता है। जब हम इन मूल्यों का अभ्यास करते हैं तभी हम वास्तव में एक अच्छे व्यक्ति बन पाते हैं।

3. विचार: जो व्यक्ति शान्त और अन्तर्मुखी है, वह बहिर्मुखी और गतिशील लोगों की तुलना में कम योगदान देता है।
हमारी समझ: शान्त लोग ज्यादातर विचारशील होते हैं और अगर उन्हें समय दिया जाए तो वे समस्याओं का उचित समाधान निकालने में सक्षम होते हैं।

4. विचार : पहली ही दृष्टि में सबसे अच्छी छवि बनती है।
हमारी समझ है हाँ; लेकिन जिस व्यक्ति पर प्रभाव डाला जा रहा है वह वास्तव में इतना समझदार हो कि पहली छवि से अधिक समझने में सक्षम हो सके

5. विचार: हम अपने मूल स्वभाव को नहीं बदल सकते।
हमारी समझ: स्व-प्रयास और बदलाव की दृढ़ इच्छा हमें खुद को और अपने जीवन की दिशा को बदलने में सहायता करती है। जो प्रयास करने की इच्छा दिखाता है उसी को ईश्वर की कृपा भी मिलती है

स्वामी शान्तात्मानन्दाजी से पूछिए

एक पाठक लिखतें हैं

क्या आप उदाहरण के साथ हमें बता सकते हैं कि निम्न सत्य और उच्चतर सत्य का अर्थ क्या हैं?

स्वामी शान्तात्मानन्दा उत्तर देते हैं:

पारिभाषित अर्थ में, सत्य, मानव मन की सर्वोच्च जिज्ञासा है। वेदान्त के अनुसार, इस जगत में केवल एक ही चेतना है जिसे लोग 'ब्राहमण' या 'आत्मा' जैसे कई नामों से संबोधित करते हैं और यही सर्वोच्च सत्य है। इसके विपरीत सत्य के अन्य पहलू भी हैं जिसे निम्न-सत्य कहा जाता है। निम्न इसलिए क्योंकि (1) वे उच्च-सत्य तक पहुँचने की सीढ़ियाँ हैं (2) और वह इस दुनिया में जिसे अनिवार्य रूप से काल्पनिक और क्षणभंगुर माना जाता है, उसके अंदर भी अंतर्निहित हैं। अपने इस संसार में, अगर हम अपनी प्रतिबद्धताओं को अपने व्यक्तिगत, सामाजिक और व्यावसायिक जीवन में ईमानदारी और सत्यनिष्ठा के साथ पूरा करते हैं, तो उसे निम्न-सत्य का रूप माना जाएगा। निम्न-सत्य के साथ अपने जीवन को परिपूर्ण करने से हमें स्वयं को अनुशासित करने में सहायता मिलती है और साथ ही साथ मन स्पष्ट होने लगता है, जिससे हम धीरे-धीरे सत्य के उच्चतम स्तर की ओर बढ़ने लगते हैं।

स्वामी विवेकानन्द इन शब्दों को हिन्दू-दर्शन के विशिष्ट सन्दर्भ में करते हैं। हिन्दू-दर्शन के अन्तर्गत कुछ प्रणालियों को कुछ लोग सत्य और सही मानते हैं जबकि अन्य को गलत और त्रुटिपूर्ण। स्वामीजी का मत था कि दर्शन की सभी प्रणालियाँ योग्य और स्वीकार्य हैं, लेकिन 'द्वैत' (मैं और ईश्वर अलग-अलग दो हैं) से 'अद्वैत' (मैं और ईश्वर एक ही हैं) की प्रगति असत्य से सत्य की ओर नहीं, अपितु निम्नतर-सत्य से उच्चतर-सत्य की ओर यात्रा है।

सत्य के सम्मुख डटे रहने का विकल्प - स्वामी विवेकानन्द के जीवन की एक कहानी

कोई दोष न रहने पर भी एक दिन स्कूल में नरेन्द्र को दण्ड मिला। भूगोल की कक्षा में नरेन्द्रनाथ ने सही जवाब दिया था, परन्तु शिक्षक को लगा कि उनका उत्तर गलत है। नरेन्द्र ने बार-बार प्रतिवाद किया, "मुझसे भूल नहीं हुई, मैंने ठीक ही उत्तर दिया है।" परन्तु इससे शिक्षक की क्रोधाग्नि और भी भड़क उठी, वे निर्दयता के साथ नरेन्द्र को छड़ी से पीटने लगे। घर लौटकर नरेन्द्रनाथ ने रोते-रोते माँ को सारा हाल सुनाया। माँ ने सान्त्वना देते हुए कहा, "बेटा, यदि तुम से कोई भूल न हुई हो, तो जो तुम सत्य समझते हो, उसी पर सर्वदा अडिग रहना।" माँ के इस उपदेश का परिपूर्ण रूप नरेन्द्रनाथ ने श्रीरामकृष्ण के स्वरूप में पाया था।

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर ४७ , गुरुग्राम, १२२०१८
values.viva@gmail.com