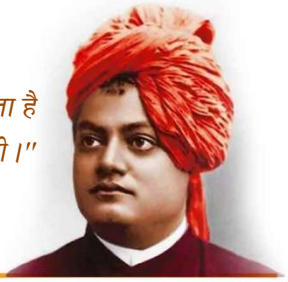
संख्या 3, अंक 6, वीवा समाचार पत्र (हिन्दी मासिक)

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता



"सत्य की हमेशा जीत होती है। श्री रामकृष्ण के बच्चे (शिष्य) स्वयं के प्रति सच्चे रहें और सब कुछ ठीक हो जाएगा। हो सकता है कि हम परिणाम देखने के लिए जीवित न रहें, लेकिन हमें विश्वास है, अगर हम इस बात को दृढ़ता से जियें, देर-सबेर यह होगा ही।"

स्वामी विवेकानन्द

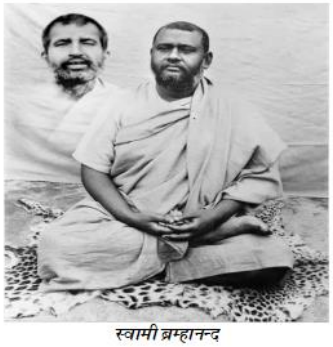
अन्तर्मुखी होना (पिता की महानता)

हम बाल्यकाल से ही अपने पिता का अनुसरण करने लगते हैं। उस समय हमारे पिता हमारे लिए सब कुछ होते है वे ही हमारी मासूम आँखों को हमारे रक्षक और सर्वज्ञ तथा उदार लगते हैं। इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि हम अपने पिता में भगवान का प्रतिबिम्ब देखते हैं। हमारे पिता हमारे व्यक्तित्व को निखारने में एक सहायक की भूमिका निभाते हैं। एक उच्चदृष्टि और आत्म-विश्वास से संपन्न पिता, अपने बच्चों को आत्मश्रद्धा विकसित करने में सहयोग करता है और उनके द्वारा चुने गए जीवन के मार्ग पर उनका मार्गदर्शन करता है। हमारे पिता की शिक्षाएँ, हमें जीवन के अन्तिम पढ़ाव तक प्रेरणा देती है और एक आदर्श पिता अपनी इसी उत्तरदाईत्व के प्रति विशेष रूप से जागरूक रहते हैं। जून माह के इस अंक में हमारे योगदानकर्ताओं ने अपने पिता के सम्मान में और उनके द्वारा उन्हें दिए गए अविस्मरणीय ज्ञान के प्रति प्रेमपूर्ण भावनायें अभिव्यक्त की ।

सम्पादकीय समिति

एक पिता के रूप में श्री रामकृष्ण देव, श्री देवाशीष मुख़र्जी, गुरुग्राम से

श्री रामकृष्ण विवाहित तो थे, लेकिन वह एक साधारण गृहस्थ की तरह जीवन नहीं जीते थे और इसलिए उनकी अपनी कोई सन्तान नही थी। फिर भी, उन्हें एक दिन एक स्वप्न आया जिसमें दिव्य माँ (काली) ने एक शिशु को उनकी गोद में रखकर कहा "यह तुम्हारा पुत्र है"। श्री रामकृष्ण ने हैरान होकर कहा- "क्या ? क्या मैं भी एक साधारण गृहस्थ की तरह बन जाऊँ?" माँ ने उत्तर दिया कि यह कोई साधारण पुत्र नहीं है अपितु, यह उनका आध्यात्मिक पुत्र होगा। श्री रामकृष्ण के इस आध्यात्मिक पुत्र का नाम राखाल था, जो बाद में स्वामी ब्रह्मानन्द बने और वह रामकृष्ण संघ के पहले अध्यक्ष थे।



स्वामी ब्रम्हानन्द

जब राखाल की नवविवाहिता पत्नी दक्षिणेश्वर आईं, तो श्री रामकृष्ण ने माँ सारदा से अपनी पुत्रवधू का स्वागत एक रुपया भेंट देकर करने के लिए कहा, जो उस समय की परंपरा थी। जल्द ही राखाल दक्षिणेश्वर में श्री रामकृष्ण के साथ रहने लगे। ठाकुर भी राखाल के जीवन यापन के प्रति बहुत सावधान रहते थे। एक दिन की बात है जब उन्होंने राखाल से पूछा, "आज मैं तुम्हारा चेहरा क्यों नहीं देख सकता? क्या तुम झूठ बोल रहे हो?"तब राखाल को याद आया कि उन्होंने वास्तव में परिहास में ऐसा किया था। श्री रामकृष्ण राखाल की आध्यात्मिक प्रगति के प्रति भी बहुत सावधान रहते थे। एक दिन उन्होंने राखाल से अपने पैरों को अपने हाथ से मालिश करने के लिए कहा लेकिन राखाल बहुत इसके लिए बहुत उत्सुक नहीं दिखे, तो श्री रामकृष्ण ने राखाल से कहा कि "एक पवित्र व्यक्ति की सेवा करने का तत्काल परिणाम मिलता है"। अनिच्छुक राखाल ने अभी पैरों की मालिश शुरू ही की थी कि उसने देखा कि एक साँवले रंग की युवती अपने पायल की झनकार के साथ कमरे में दौड़ती हुई आई। वह उस चौकी के चारों ओर तीन बार चक्कर लगाई जिस पर श्री रामकृष्ण आराम कर रहे थे और फिर उन्हीं में विलीन हो गई। श्री रामकृष्ण तुरन्त राखाल की ओर मुस्कुराते हुए देखकर बोले, "देखो, क्या मैंने तुमसे ऐसा नहीं कहा था?"

उनके आध्यात्मिक पुत्र राखाल को अपने आध्यात्मिक पिता की संपत्ति (त्याग, भक्ति, ज्ञान और सब कुछ) विरासत में प्राप्त हुई थी। श्री रामकृष्ण के समाधि के कई वर्ष बाद स्वामी ब्रह्मानन्द वृन्दावन में बहुत कठोर तपस्या में लीन थे। जब किसी ने पूछा "आप इतनी तपस्या क्यों करते हैं? क्या ठाकुर ने आपको सब कुछ नहीं दे दिया है?" "सत्य", उन्होंने उत्तर दिया, "उन्होंने अवश्य दिया है। लेकिन अब मुझे जो कुछ भी मिला है, उसे अपना बनाना है"।

वीवा समाचार पत्र के पूर्व संस्करण (हिन्दी और अंग्रेजी) प्राप्त करने के लिए क्लिक करें https://viva.rkmm.org/

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर 47 , गुरुग्राम, 122018
values.viva@gmail.com

संख्या 3, अंक 6, वीवा समाचार पत्र (हिन्दी मासिक)

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

मेरे पिता मेरे लिए क्यों विशेष थे
सुलक्षना रत्तन, गुरुग्राम से

मेरे पिता जी कई मायनों में विशिष्ट थे और उनकी अपनी एक अद्भुत जीवन गाथा थी जो मेरे हृदय के बहुत निकट है। जब उनकी आयु मात्र 5 वर्ष की थी, तब उनकी माँ का स्वर्गवास हो गया था। उनके बड़े भाई ने उन्हें पढ़ना, खेलना और आत्मनिर्भर बनना सिखाया। इसके परिणामस्वरूप वह एक उत्साही पाठक बन गए। घर में हर विषय पर लाखों किताबें थीं। उन्होंने हमें इतिहास, कला, वास्तुकला, शास्त्र, अध्यात्म, धर्म, दर्शन, संग्रहालय, रंगमंच से परिचित कराया और प्रकृति और पशु जगत के प्रति सम्मान करना भी सिखाया। यहाँ तक कि आत्मरक्षा भी!!! पिता जी ने हमें सिखाया कि कर्म ही पूजा है, इसलिए किसी भी कार्य में अपना सर्वश्रेष्ठ करने की भावना हमारे अंदर गहराई से समाहित हो गई।

पंजाबी के रूप मे जन्म पाकर भी, उनकी प्रारंभिक शिक्षा उर्दू, फ़ारसी और अंग्रेज़ी में हुई। फिर भी, पापा ने हिंदी और संस्कृत सीखी। एक वाणिज्यिक पायलट रहते हुए मेरे पिता जी ने फ्रेंच, इतालवी और रूसी भाषा भी सीखी। वे प्रायः विदेशी यात्रियों को घर आमंत्रित करते थे। हम उनके रहन-सहन और संस्कृति से परिचित हुए और उनके देशों के बारे में जाना। पिता जी, जो खुद भी भ्रमण करने के लिए उत्सुक रहते थे, हमें भी भारत और विदेशों के शहरों में लंबी सैर पर ले जाते थे। वे बहुत अच्छे तैराक थे, लोग उन्हें डुबकी लगाते देखने के लिए पूल से बाहर निकल आते थे। मैं अपने पिता के बहुमुखी व्यक्तित्व का सचमुच सम्मान करती हूँ और उनकी अनेक प्रतिभाओं को अभिव्यक्ति देने के लिए उनकी प्रशंसा भी करती हूँ।

मेरे पिता मेरे लिए क्यों विशेष थे
चेन्नई से देविका रामकृष्णन

मेरे पिता, मेरे अचन (मलयाली भाषा में पिता को अचन कहते हैं)। वे मेरे लिए कितने विशेष थे, यह बताने के लिए मेरे पास पर्याप्त शब्द नहीं हैं। वे ही एकमात्र कारण हैं, जिनकी वजह से मैं जीवित हूँ, और अपने जीवन में अपने मूल्यों को बनाए रखी हूँ, जिससे मैं एक साहसी महिला बन सकीं। उन्होंने मेरा और मेरे भाई-बहन का जिस तरह लालन-पालन किया, वह मेरे लिए अमूल्य है। उन्होंने हमें अथाह प्रतिकूलताओं के बीच एक अच्छे मनुष्य के रूप में बड़ा किया। उन्होंने हमें सिखाया कि दूसरों के प्रति पूर्वाग्रह न रखें, साथ ही साथ उनके दर्द को भी समझें। उन्होंने हमें दयालु होना सिखाया, और सबसे बढ़कर, अपने जीवन में आने वाले सभी संघर्षों का प्रसन्नता के साथ सामना करना सिखाया। वह सामाजिक और व्यक्तिगत रूप से हम सब के दिल में सर्वोच्च स्तर पर रहें और आज भी हमारे दिलों में रहते हैं। आज भी उनकी यादें मेरे साँसों से जुड़ी हैं, शायद जितनी बार साँस लेती हूँ उतनी ही बार उनको याद भी करती हूँ।

पिता की महानता पर एक कविता, हरिओम , लखनऊ से

अपने पिता की याद में, जो करूँ कम लगता है ।
गाथा कहूँ या बात बताऊँ, ये जीवन कम लगता है ।
किस्से सुनाऊँ या महानता बताऊँ, ये जीवन कम लगता है ।।

बचपन में उन्हीं का चेहरा था, जिसके दम पर जीता था
कोई कुछ कर दे तो उनका साहस मुझमे भर जाता था ।
कभी-कभी की डांट भी रात में मुस्कान लाती थीं और
उन्हीं मुस्कराते चेहरे को देख, यूँ डर भी जीत लेता था ।
किस्से सुनाऊँ या महानता बताऊँ, ये जीवन कम लगता है ।।

जब वो मुझको पीटते तो, अकेले में रोया करते थे
फिर दुलार के सहारे, मेरे घाव भरा करते थे ।
जब माँगता रात में आम, तो रात में ही लाते थे
ऐसे थे मेरे पिता, कैसे बताऊँ उनकी बात, ऐसी मुझमे कला कहाँ ।
किस्से सुनाऊँ या महानता बताऊँ, ये जीवन कम लगता है ।।

आज चाहे जितना सीखा लूँ, रहूँगा उनका प्यारा ही
उनकी बातें सुनकर मैं, देखता हूँ उनका प्रेम ही ।
चाहे जितना बड़ा बन जाऊँ, कर्ज कहाँ से चुकाऊँगा
मेरे पिता महान है, सिर्फ कर्म से बतला पाऊँगा ।
किस्से सुनाऊँ या महानता बताऊँ, ये जीवन कम लगता है ।।

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर 47 , गुरुग्राम, 122018
values.viva@gmail.com

संख्या 3, अंक 6, वीवा समाचार पत्र (हिन्दी मासिक)

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

स्वामी *शान्तात्मानन्द* जी से पूछिए

एक पाठक लिखतें है

मेरे पिता हमेशा से ही एक कठिन व्यक्ति रहे हैं और अब उम्र बढ़ने के साथ और भी कठिन हो गए हैं। मैं उनके बुढ़ापे में उनसे प्यार करने और उनकी सेवा करने की अपनी ताकत कैसे विकसित करूँ ?

स्वामी शान्तात्मानन्द जी उत्तर देते हैं:

इस प्रश्न का उत्तर देते समय कई पहलुओं पर विचार करना होगा। एक यह हो सकता है कि आपके पिता आपसे प्रेम करने के कारण आपके बारे में यह सोचते हों कि आपको अनुशासित करने से ही आप अपना सर्वश्रेष्ठ दे सकते हैं? हो सकता है कि बच्चों के लालन-पालन की यह शैली वह अपने पिता में देखे हों। माना कि आप अपने पिता से अधिक परिपक्व हो गए हों, फिर भी क्या आप यह स्वीकार नहीं कर सकते कि आपके पिता ने वही किया जो उन्हें सबसे अच्छा लगा? हाँ, जैसे-जैसे लोग बुढ़े होते जाते हैं, उनकी कुछ माँगें होती हैं जिन्हें हम पूर्ण करने में स्वयं को असमर्थ पाते हैं। एक आध्यात्मिक दृष्टिकोण भी है जिसमें हम अलग-अलग विचारों को समझने और स्वीकार करने के साथ-साथ उन लोगों को भी अपना मानने लगते हैं जो हमारे लिए 'कठिन' प्रतीत होते हैं। जैसे-जैसे हम प्रकृति के परस्पर संबंध को समझेंगे, हम सभी को क्षमा करना सीख लेंगेऔर अपने विचारों की परिधि में उनको भी देखने लगेंगे। सबके साथ एकत्व भाव रखने का 'अद्वैतवाद का एकत्व सिद्धात' भी कुछ सीमा तक हआपकी सहायता कर सकता है।

वीवा गतिविधियाँ - कार्यक्रम एवं सूचनाएँ

- **वीवा में आयोजित युवा सम्मेलन**: 4 मई, 2024 को वीवा में एकदिवसीय युवा सम्मेलन आयोजित किया गया। इस सम्मेलन में लगभग 127 युवा सम्मिलित हुए और उनकी भागीदारी ने इसे एक अभूतपूर्व सफलता में रूपान्तरित कर दिया। श्रद्धेय स्वामी शान्तात्मानन्द जी (सचिव, वीवा) और स्वामी सर्वप्रियानन्द जी (सचिव, वेदान्त सोसाइटी ऑफ न्यूयॉर्क, यूएसए, जो सम्मेलन में मुख्य वक्ता भी थे) ने युवाओं को वेदान्त और इसके व्यावहारिक पहलुओं पर मार्गदर्शन प्रदान किया।

वीवा में आयोजित युवा सम्मलेन

- **कल्याणी: जागृत महिला** - वीवा ने इस वर्ष मई के महीने में महिलाओं के लिए (ऑनलाइन) कार्यशालाओं की साप्ताहिक कड़ी (कल्याणी) प्रारम्भ किया। कार्यशाला में व्यावहारिक आध्यात्मिकता के विभिन्न पहलुओं जैसे आत्म-विश्वास, सद्भावना, मानवीय प्रकृति, भावनाओं को नियन्त्रित करना और उद्देश्य खोजना इत्यादि को समावेशित किया गया। ठाकुर-माँ-स्वामी जी की कृपा से इन कार्यशालाओं को अपार सफलता प्राप्त हुई। हम अपनी कार्यशालाओं को तभी सफल मानते हैं जब हम अपने प्रतिभागियों के जीवन को स्पर्श कर पाते हैं और उन्हें आत्म-अनुसन्धान के मार्ग पर प्रेरित करने में सफल होते हैं। कार्यशाला की एक प्रतिभागी, सुश्री मंजू भामरा ने कहा कि "पिछले दो सत्रों का हिस्सा बनने के बाद मैं अपनी भावनाओं के बारे में बहुत अधिक जागरूक हो गई हूँ... जो आत्म-सुधार की दिशा में पहला कदम है। इन सत्रों के लिए आपका बहुत-बहुत धन्यवाद!" हम हमेशा आपके आभारी रहेंगे।

कल्याणी कार्यशाला की कुछ झलकियाँ

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)
पार्क अस्पताल रोड, सेक्टर 47 , गुरुग्राम, 122018
values.viva@gmail.com

विवेकानन्द इंस्टीट्यूट ऑफ वैल्यूज़ (वीवा)

सभी के लिए व्यावहारिक आध्यात्मिकता

- **कल्याणी: जागृत महिला (बंगाली भाषा में) -** अपने आप में पहली बार, बंगाली भाषा में में कल्याणी कार्यशाला (ऑनलाइन) आयोजित की गई। वीवा के वरिष्ठ रिसोर्स पर्सन (संसाधन व्यक्तियों) के नेतृत्व में, कार्यशाला को अच्छी प्रतिक्रिया मिली और प्रतिभागियों ने क्षेत्रीय भाषा में महिलाओं के लिए इस तरह की कुछ और कार्यशालाएँ आयोजित करने का अनुरोध किया।

- **प्राचार्य उन्मुखीकरण कार्यक्रम (Principal Orientation Program)** – 6 मई, 2024 को सरला बिरला पब्लिक स्कूल, राँची में आयोजित की गई।

- **अन्य मूल्य शिक्षा कार्यक्रम:** अर्थ फाउन्डेशन के छात्रों ने 12 मई, 2024 को मूल्य शिक्षा कार्यक्रम के उद्देश्य से वीवा का दौरा किया। श्री धर्मेंद्र पाण्डेय ने आत्मविश्वास विकसित करने और भय पर काबू पाने की तकनीक पर कार्यशाला का नेतृत्व किया।

- **स्वराट- आनंद में रहना:** 17 मई को, स्वराट कार्यशाला का तीसरा सत्र वीवा परिसर में आयोजित किया गया था। विषय था 'गुरु पारस से भी बड़ा है'। हमारे वक्ता, श्री देवासीस मुखर्जी ने गुरु के महत्व के बारे में बात की, जो एक ऐसे व्यक्ति के रूप में पारलौकिक सच्चिदानंद हैं जो हमें अज्ञानता से प्रकाश की ओर ले जाते हैं। यह सत्र सभी उपस्थित लोगों के लिए विद्वत्तापूर्ण और ज्ञानवर्धक था।

बंगाली भाषा में में आयोजित कल्याणी कार्यशाला (ऑनलाइन)

श्रद्धेय स्वामी शान्तात्मानन्द जी (सचिव, वीवा) प्राचार्य उन्मुखीकरण कार्यशाला को सम्बोधितकरते

अर्थ फाउंडेशन के छात्रों के लिए मूल्य कार्यक्रम शिक्षा

Created by VIVA team
Digital services by Sun&Social www.sunandsocial.com