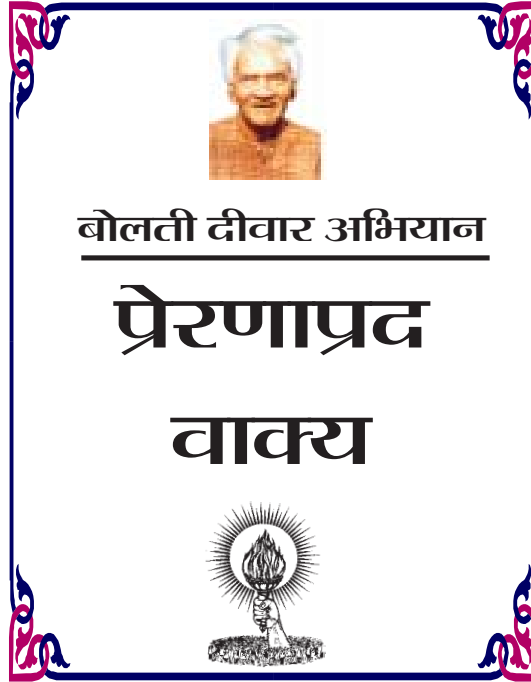




‘बोलती दीवार’ जोर पकड़े

‘गाँव-शहर के गली-मुहल्ले की हर दीवार पर सुन्दर, सुलेख द्वारा बड़े अक्षरों में प्रेरणाप्रद उत्कृष्ट और दिशा देने वाले आदर्श वाक्य लिखे हों, तो उधर से निकलने वाले उन्हें अनायास ही पढ़ेंगे और प्रभावित होंगे।’

बोलती दीवारों के आन्दोलन को हमें पूरे उत्साह के साथ आगे बढ़ाना चाहिए और अपने क्षेत्र में उत्कृष्टता की ओर इंगित करने वाला वातावरण उत्पन्न करना चाहिए। इसी उद्देश्य से इस पुस्तिका में पूज्य गुरुदेव के विचारों से अनुप्राणित कुछ पद्यात्मक-कुछ गद्यात्मक सद्वाक्य संकलित किए गये हैं। इनका उपयोग ‘बोलती दीवार’ आन्दोलन को गतिशील बनाने के लिए किया जाना चाहिए।

— प्रकाशक

सद्वाक्य लेखन

यह तो नहीं कहा जा सकता कि जो भी कोई अच्छे वाक्यों को पढ़ेगा, वह निहित प्रेरणाओं पर आचरण भी अवश्य ही करेगा; पर यह सफलता तो सुयोग्य व्यक्तियों द्वारा दिए जाने वाले लम्बे-चौड़े प्रवचनों में भी नहीं मिलती और बड़े-बड़े सद्ग्रंथ भी तत्काल कोई चमत्कारी प्रभाव नहीं दिखा पाते, किन्तु उन पर देखने वालों की निगाह बराबर जाती है, तो सद्विचारों का हलका-सा संस्कार जरूर पड़ता है। यदि वे संस्कार एकत्रित होने लगें, तो कालान्तर में ही अपना अनोखा प्रभाव उत्पन्न करते हैं, जिस प्रकार बुरी बातों को बार-बार देखने, सुनने, सोचने से उनकी ओर मन ललचाने लगता है, उसी प्रकार **प्रेरणाप्रद विचार** भी उन पर अपना प्रभाव किसी न किसी रूप में अवश्य ही छोड़ते हैं।

जन जागृति के लिए अपना समय देने वाले कार्यकर्त्ताओं को **सद्वाक्य लेखन** के लिए अपना थोड़ा समय जरूर लगाना चाहिए और जिनसे इस कार्य में सहयोग की आशा हो उनसे भी अवश्य सहयोग लेना चाहिए।

प्रेरणा का स्रोत

आदर्श वाक्यों की लेखन प्रक्रिया से एक वातावरण बनता है, जिधर से भी निकलें उधर ही प्रेरणाप्रद प्रशिक्षण मिलता है, तो मनुष्य यह सोचने लगता है कि सर्वत्र इसी स्तर की विचारधाराओं का प्रवाह बह रहा है और जिनकी दीवारों पर यह लिखा गया है, वे सभी इन विचारों से सहमत हैं। इतना न सोचें तो इतना अनुमान तो लगता ही है कि इस क्षेत्र में इस प्रकार की विचारधारा का बाहुल्य है।

कहना न होगा कि वातावरण की छाप हर मनुष्य पर पड़ती है। हवा के रुख के साथ चलने की

सहज इच्छा उत्पन्न होती है। *बोलती दीवारों के आन्दोलन को हमें पूरे उत्साह के साथ आगे बढ़ाना चाहिए और अपने क्षेत्र में उत्कृष्टता की ओर इंगित करने वाला वातावरण करना चाहिए।*

जीवटता दिखाएँ

जन-जागरण के प्रयासों में उपेक्षा और हेठी प्रतीत होती हो, तो उसे भी सहन करें। इस जन-जागरण के लिए, सद्ज्ञान प्रसार के लिए, ज्ञानयज्ञ अभियान के लिए उत्साह दिखाना चाहिए। लोग क्या कहते हैं और क्या टीका-टिप्पणी करते हैं, इस ओर से आँख-कान बन्द करके ही चलना चाहिए। *लोगों को क्या कहना चाहिए इसी के लिए प्रयत्न करने चाहिए।*

लोगों में यदि निष्कर्ष निकालने की शक्ति होती, तो फिर इतना परिश्रम ही क्यों करना पड़ता। बीमार के रूठने, बड़बड़ाने और आक्षेप लगाने पर भी दवा

पिलाने का प्रयत्न शान्त चित्त से बिना उसकी बातों पर ध्यान दिए करना ही चाहिए। जनसेवा के लिए ऐसा ही करना होता है। जो माँगे वह देना नहीं। समाज के लिए जो हितकारी है, वह उसे देना ही सेवा परिचर्या है। समाज में व्याप्त पीड़ा और अभावों का निराकरण जिस वैचारिक एवं भावनात्मक पृष्ठभूमि पर संभव है, उन्हें पैदा करने का प्रयास ही वास्तविक एवं स्थायी सेवा कहलाने योग्य है। अस्तु, प्रस्तुत सुझावों के आधार पर यह उच्च स्तरीय सेवा साधना करने के लिए हर एक को साहसपूर्वक आगे आना चाहिए। जीवन साधना की सार्थकता इसी में है कि साधना के साथ-साथ लोकमंगल की आराधना भी की जाए। उच्चस्तरीय सिद्धियाँ हस्तगत करने का यही राजमार्ग है।



पं० श्रीराम शर्मा आचार्य

(वाङ्मय-२, पृ० १०.५९-६०)



उज्ज्वल भविष्य के लिए

चार मंत्र

- ☸ समझदारी
- ☸ ईमानदारी
- ☸ जिम्मेदारी
- ☸ बहादुरी

चार सूत्र

- ☸ व्यस्त रहें, मस्त रहें
- ☸ सुख बाँटें, दुःख बाँटायें
- ☸ मिल-बाँटकर खायें
- ☸ सलाह लें, सम्मान दें



युग निर्माण योजना के आधार

१. व्यक्ति निर्माण २. परिवार निर्माण ३. समाज निर्माण



युग निर्माण योजना के लक्ष्य

१. स्वस्थ शरीर २. स्वच्छ मन ३. सभ्य समाज



युग निर्माण योजना के सुधारात्मक कार्यक्रम

१. शिक्षा का विस्तार २. शादियों में होने वाले अपव्यय का प्रतिरोध ३. हरामखोरी-कामचोरी का तिरस्कार, ४. फैशन परस्ती, फिजूलखर्ची की रोकथाम ५. अवांछनीयताओं का उन्मूलन



विश्व परिवार के चार आधार

१. विश्व राष्ट्र २. विश्व भाषा ३. विश्व संस्कृति और ४. विश्व धर्म



विचार परिवर्तन के चार आधार

१. स्वाध्याय २. सत्संग ३. मनन और ४. चिन्तन



मानसिक स्वच्छता के चार आधार

१. सत्य २. संतोष ३. स्वाध्याय और ४. ईश्वर उपासना



आर्थिक क्षेत्र के आध्यात्मिक आधार

१. मितव्ययिता २. संतोष ३. निरालस्य ४. ईमानदारी

उद्बोधन हेतु गेय वाक्य

पुलिस-अदालत है आसान, किन्तु अटल है ईश विधान ।

ईश न्याय दृढ़ खरा अटल, वहाँ न रिश्त-घूस सफल ।

भारत माँ की असली जय, शोषित-दलित समाज उदय ।

शिल्पी-श्रमिक-किसान-जवान, ये हैं पृथ्वी पुत्र महान् ।

शुभ शासक की यह पहिचान, शोषक शमन सृजन सम्मान ।

मानव मात्र एक समान, एक पिता की सब संतान ।

जिसने बेच दिया ईमान, करो नहीं उसका गुणगान ।

अनाचार बढ़ता है कब, सदाचार चुप रहता जब ।

अधिकारों का वह हकदार, जिसको कर्तव्यों से प्यार ।

करते वही राष्ट्र उत्थान, जिनको है चरित्र का ध्यान ।

बहुत सरल उपदेश सुनाना, किन्तु कठिन करके दिखलाना ।

जीवन यज्ञ विश्व हित धर्म, आहुतियाँ दैनिक शुभ कर्म ।

अपना-अपना करो सुधार, तभी मिटेगा भ्रष्टाचार ।

बना इंद्रियों का जो दास, उसका कौन करे विश्वास ।

जब तक नहीं चरित्र विकास, तब-तब कर्मकाण्ड उपहास ।

हम बदलेंगे युग बदलेगा, हम सुधरेंगे युग सुधरेगा ।

सद्गृहस्थ का साधक जीवन, संयम-सेवा भरा तपोवन ।

धर्मक्षेत्र में पूज्य वही नर, त्यागे लोभ स्वार्थ आडम्बर ।

यही सिद्धि का सच्चा मर्म, भाग्यवाद तज करो सुकर्म ।

करो नहीं ऐसा व्यवहार, जो न स्वयं को हो स्वीकार ।

सिर अनीति को नहीं झुकाएँ, चाहे प्राण भले ही जाएँ ।

बनो न फैशन के दीवाने, करो आचरण मत मनमाने ।

जाति-पाँति का घातक रोग, करता विफल एकता-योग ।

धुत्त नशे में जो रहता है, संकट खड़े रोज करता है।

पिटती पत्नी बिकते जेवर, छोड़ शराबी ऐसे तेवर।

यदि सुख से चाहो तुम जीना, कभी भूलकर मद्य न पीना।

नशे को दूर भगाना है, खुशहाली को लाना है।

मदिरा, मांस, तामसी भोजन, दूषित करते तन-मन-जीवन।

नशा बड़ा ही है शैतान, हमें बना देता हैवान।

मदिरा पीने में क्या शान, गली-गली होता अपमान।

सोचो समझो बचो नशे से, जीवन जियो बड़े मजे से।

नशा नाश की जड़ है भाई, इससे दूर रहो हे भाई।

नारी का असली श्रृंगार, सादा जीवन उच्च विचार।

जेवर नहीं बैंक का खाता, संचित धन को सफल बनाता।

अगर रोकनी है बर्बादी, बंद करो खर्चीली शादी।

नारी का सम्मान जहाँ है, संस्कृति का उत्थान वहाँ है।

जागो शक्ति स्वरूपा नारी, तुम हो दिव्य क्रान्ति चिनगारी।

सद्गुण है सच्ची संपत्ति, दुर्गुण सबसे बड़ी विपत्ति।

जो कुछ बच्चों को सिखलाते, उसे स्वयं कितना अपनाते?

गंदे चित्र लगाओ मत, नारी को लजाओ मत।

हर नारी देवी कहलाए, अबला क्यों ? सबला कहलाए

गन्दे गाने गाओ मत, नारी को लजाओ मत ।

रहे जहाँ नारी सम्मान, बनता है वह देश महान् ।

नारी के हैं रूप अनेक, ब्रह्मा, विष्णु और महेश ।

जाति-वर्ण जंजाल जहाँ है, समता नहीं बवाल वहाँ है ।

नारियो जागो-अपने को पहचानो ।

मांस मदिरा बीड़ी-पान, असुर तत्त्व की है पहचान ।

एक बनेंगे नेक बनेंगे, स्वस्थ बनेंगे सभ्य बनेंगे ।

गन्दे गाने गाओ मत, बच्चों को भटकाओ मत ।

कथनी करनी भिन्न जहाँ है, धर्म नहीं, पाखण्ड वहाँ है ।

वृक्षारोपण युग अभियान, प्रजनन-संयम पुण्य महान् ।

वृक्ष सभी का स्वागत करते, दे फल-फूल पंथ-श्रम हरते ।

वन रोपें, उद्यान लगाएँ, हरा-भरा निज देश बनाएँ ।

वृक्ष प्रदूषण-विष पी जाते, पर्यावरण पवित्र बनाते ।

हरियाली भूतल-श्रृंगार, जहाँ वृक्ष हैं, वहीं बहार ।

लकड़ी छाया दवा फूल फल, देते वृक्ष विशुद्ध वायु-जल ।

लघु सेवा तरु हमसे लेते, अमित लाभ जीवन भर देते ।

करते वृक्ष प्रदूषण दूर, देते हैं वर्षा भरपूर ।

वन-उपवन कह रहे पुकार, देते हम जल की बौछार ।

जीव और वन से जीवन है, बस्ती का जीवन उपवन है।

वृक्ष और हितकारी सन्त, हैं इनके उपकार अनन्त।

सिर पर बाँध कफन लड़ेंगे, दुष्टृतियाँ दफन करेंगे।

नियमित और संयमित जीवन, हमको देता है चिर यौवन।

सात्विक भोजन जो करते हैं, रोग सदा उनसे डरते हैं।

व्यसनों की लत जिसने डारी, अपने पैर कुल्हाड़ी मारी।

मान मिटा संपत्ति नशानी, नशेबाज की यही कहानी।

एक पिता की सब संतान, नर और नारी एक समान।

मानवता की यही पुकार, रोको नारी अत्याचार।

चित्र काव्य संगीत कला, रहें स्वस्थ, है तभी भला।

घर में टँगे हुए जो चित्र, घोषित करते व्यक्ति-चरित्र।

गंदे फूहड़ गीत न गाओ, मर्यादा समझो, शरमाओ।

वही व्यक्ति है चतुर सुजान, जिसकी हो सीमित संतान।

पाण्डव पाँच हमें स्वीकार, सौ कौरव धरती के भार।

फूहड़ गाने, गंदे चित्र, इनसे दूर रहो हे मित्र।

गंदे फूहड़ चित्र हटाओ, माँ-बहिनों की लाज बचाओ।

बढ़ते जिससे मनोविकार, ऐसी कला नरक का द्वार।

शुभ अवसर का भोजन ठीक, मृतक-भोज है अशुभ अलीक।

पूत-सपूत वही कहलाता, जो स्वदेश का मान बढ़ाता ।

ईश्वर ने इन्सान बनाया, ऊँच-नीच किसने उपजाया ।

चाटुकार को जिसने पाला, उस नेता का पिटा दीवाला ।

दुर्गुण त्यागो बनो उदार, यही मुक्ति सुरपुर का द्वार ।

शासक जहाँ चरित्र विहीन, वहीं आपदा नित्य नवीन ।

परम्पराएँ नहीं प्रधान, हो विवेक का ही सम्मान ।

जो उपहास-विरोध पचाते, वे ही नया कार्य कर पाते ।

शिक्षा समझो वही सफल, जो कर दे आचार विमल ।

बने युवक सज्जन शालीन, दें समाज को दिशा नवीन ।

ईश्वर तो है केवल एक, लेकिन उसके नाम अनेक ।

मिलता है उसको प्रभु प्यार, जो करता है आत्म-सुधार ।

ईश्वर के घर लगती देर, किन्तु नहीं होता अन्धेर ।

ईश्वर बंद नहीं है मठ में, वह तो व्याप रहा घट-घट में ।

मंदिर में युगधर्म पले, जन जागृति की ज्योति जले ।

वही दिखाते सच्ची राह, जिन्हें न पद-पैसे की चाह ।

जनमानस बदलेंगे कौन, जो कर सकते सेवा मौन ।

खोजें सभी जगह अच्छाई, ऐसी दृष्टि सदा सुखदायी ।

जहाँ हृदय परमार्थ परायण, वहाँ प्रकट नर में नारायण ।

वृक्षारोपण कार्य महान्, एक वृक्ष दस पुत्र समान ।

कदम क्रान्ति के नहीं रुकेंगे, बेटे-बेटी नहीं बिकेंगे ।

प्रजनन रोकें वृक्ष लगायें, शिक्षा औ सहकार बढ़ायें ।

जिसने बेच दिया ईमान, उनका करें नहीं गुणगान ।

अपनी गलती आप सुधारें, अपनी प्रतिभा आप निखारें ।

जैसी करनी वैसा फल, आज नहीं तो निश्चय कल ।

महाकाल की यही पुकार, बन्द करो सब भ्रष्टाचार ।

अधिक कमायें अधिक उगायें, लेकिन बाँट-बाँटकर खाएँ ।

जो करता है आत्म सुधार, मिलता उसको ही प्रभु प्यार ।

लोभ स्वार्थ भोजन का धंधा, करता धर्मक्षेत्र को गंदा ।

सही धर्म का सच्चा नारा, प्रेम एकता भाई चारा ।

परहित सबसे ऊँचा कर्म, ममता-समता मानव धर्म ।

जीवन उनका बना महान्, जिनका हर क्षण रत्न समान ।

प्रभु के बेटे प्रेम सिखाते, निहित स्वार्थ दंगे भड़काते ।

वही व्यक्ति है सच्चा संत, जिसके स्वार्थ अहं का अन्त ।

संभाषण के गुण हैं तीन, वाणी सत्य सरल शालीन ।

जुआ खेलने का यह फल, रोते फिरे युधिष्ठिर-नल ।

मानवता के दो आधार, सादा जीवन उच्च विचार ।

जहाँ जन्म से जाति जुड़ी है, वहाँ मनुजता ध्वस्त पड़ी है।

जाति पाति का घातक रोग, करता विफल एकता योग।

सफल ज्ञान का फल आचार, कोरा ज्ञान बुद्धि का भार।

सतयुग आयेगा कब, बहुमत चाहेगा जब।

इक्कीसवीं सदी-उज्ज्वल भविष्य।

कौन हरे धरती का भार-निष्कलंक प्रज्ञावतार।

हमारा है यह लक्ष्य महान्, बने यह धरती स्वर्ग समान।

संकट हो या दुःख महान्, हर क्षण ओठों पर मुस्कान।

हँसना सीखें सृजन विचारें, आशा रखें भविष्य सुधारें।

सुधरें व्यक्ति और परिवार, होगा तभी समाज सुधार।

दुर्व्यसनों से पिण्ड छुड़ाये, स्वस्थ बनें सुख-संपत्ति पायें।

जो न कर सके जन कल्याण, उस नर से अच्छा पाषाण।

धनबल जनबल बुद्धि अपार, सदाचार बिन सब बेकार।

सद्गुण है सच्ची संपत्ति, दुर्गुण सबसे बड़ी विपत्ति।

पशुबलि झाड़ फूंक जंजाल, इनसे बचे वही खुशहाल।

हम बदलेंगे युग बदलेगा, हम सुधरेंगे युग सुधरेगा।

मानव-समता के प्रिय मानक, बुद्ध मुहम्मद ईसा नानक।

अहं प्रदर्शन झूठी शान, ये सब बचकाने अरमान।

मानवता की ज्योति जलाएँ, जाति-धर्म मत-भेद भुलाएँ।

गायत्री माहात्म्य

- ★ बुद्धि को निर्मल, पवित्र एवं उत्कृष्ट बनाने का महामंत्र है-गायत्री मंत्र।
- ★ गायत्री माता का आँचल श्रद्धापूर्वक पकड़ने वाला जीवन में कभी निराश नहीं रहता।
- ★ गायत्री उपासना का अर्थ है-सत्प्रेरणा को इतनी प्रबल बनाना कि सन्मार्ग पर चले बिना ही न जा सके।
- ★ प्रणव (ॐ) का संदेश है-परमात्मा सभी प्राणियों में समाया हुआ है, इसलिए निष्काम भाव से सभी के प्रति समर्पित होकर कर्म करो।
- ★ 'भूः' का संदेश है-शरीर अस्थायी औजार मात्र है। उस पर अत्यधिक आसक्त न होकर आत्मबल बढ़ाओ। श्रेष्ठ मार्ग का अनुसरण करो।
- ★ 'भुवः' का संदेश है-कुसंस्कारों से जूझता रहने वाला मनुष्य देवत्व को प्राप्त करता है।
- ★ 'स्वः' का संदेश है-विवेक द्वारा शुद्ध बुद्धि से सत्य को जानने, संयम और त्याग की नीति का आचरण करने

के लिए अपने को तथा दूसरों को प्रेरणा देनी चाहिए।

- ★ 'तत्' शब्द का संदेश है-वही बुद्धिमान् है, जो जीवन और मरण के रहस्य को जानता है। भय और आसक्ति-रहित जीवन जीता है।
- ★ 'सवितुः' शब्द का संदेश है-मनुष्य को सूर्य के समान तेजस्वी होना चाहिए और सभी विषय तथा अनुभूतियाँ अपनी आत्मा से ही संबंधित हैं, ऐसा विचारना चाहिए।
- ★ 'वरेण्यम्' शब्द का संदेश है-प्रत्येक को श्रेष्ठ देखना, श्रेष्ठ चिंतन करना, श्रेष्ठ विचारना, श्रेष्ठ कार्य करना चाहिए। इस प्रकार से मनुष्य श्रेष्ठता को प्राप्त होता है।
- ★ 'भर्गो' शब्द का संदेश है-मनुष्य को निष्पाप बनना चाहिए। पापों से सदैव सावधान रहना चाहिए।
- ★ 'देवस्य' शब्द का संदेश है-देवताओं के समान शुद्ध दृष्टि रखने से परमार्थ कर्म में निरत रहने से मनुष्य के भीतर और बाहर देवलोक की सृष्टि होती है।
- ★ 'धीमहि' शब्द का संदेश है-हम सब लोग हृदय में सब प्रकार की पवित्र शक्तियों को धारण करें। इसके

बिना मनुष्य सुख-शान्ति को प्राप्त नहीं होता।

★ ‘धियो’ शब्द बतलाता है कि बुद्धिमान् को चाहिए कि वह उचित-अनुचित का निर्णय तर्क, विवेक और न्याय के आधार पर वर्तमान परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए करे।

★ ‘यो नः’ पद का तात्पर्य है-हमारी जो भी शक्तियाँ एवं साधन हैं, उनके न्यून से न्यून भाग को ही अपनी आवश्यकता के लिए प्रयोग में लाएँ, शेष निःस्वार्थ भाव से असमर्थों में बाँट दें।

★ ‘प्रचोदयात्’ पद का अर्थ है-मनुष्य अपने आपको तथा दूसरों को सत्य मार्ग पर चलने के लिए प्रेरणा दे।

★ गायत्री उपासना सत्प्रेरणा को इतनी प्रबल बनाती है कि सन्मार्ग पर चले बिना रहा ही नहीं जा सकता।

★ संसार का सबसे बड़ा बल है ‘आत्मबल’। यह गायत्री साधक को प्राप्त होता है।

★ अपने व्यक्तित्व को सुसंस्कारित एवं चरित्र को परिष्कृत बनाने वाले साधक को गायत्री महाशक्ति मातृवत् संरक्षण प्रदान करती है।

★ नम्रता, सेवा, शील, सदाचार, निरालस्यता, सादगी, धर्म, रुचि एवं परमार्थ-परायणता के तत्त्व गायत्री जप से बढ़ते हैं।

★ ब्राह्ममुहूर्त में गायत्री जप करने से चित्त शुद्ध होता है, हृदय में निर्मलता आती है और शरीर नीरोग रहता है।

★ गंगा शरीर के पापों को निर्मल करती है और गायत्री रूपी ज्ञान-गंगा से मन निष्कलुष व आत्मा पवित्र होती है।

★ समस्त अज्ञानों, अशक्तियों एवं अभावों के कारण होने वाले कष्टों से छुटकारा दिलाता है-गायत्री महामंत्र।

★ जब भी जितनी अधिक मात्रा में गायत्री का जप, पूजन, चिंतन, मनन किया जा सके, उतना ही अच्छा है; क्योंकि ‘अधिकस्य अधिकं फलम्’।

★ गायत्री को इष्ट मानने का अर्थ है-सत्प्रवृत्ति की सर्वोत्कृष्टता पर आस्था।

★ भगवती गायत्री अपने शरणागत को दिव्य प्रकाश देती है और सन्मार्ग पर चलने की प्रेरणा देकर सुख-शान्ति प्रदान करती है। □

व्यक्ति, परिवार एवं समाज निर्माण संबंधी सद्वाक्य

- ★ भाग्य पर नहीं, चरित्र पर निर्भर रहो।
- ★ आशा सर्वोत्तम प्रकाश है और निराशा घोर अन्धकार है।
- ★ सत्कर्म ही ईश्वर की सबसे बड़ी पूजा है।
- ★ आत्मा की पुकार अनसुनी न करें।
- ★ छोटी-छोटी भूलों पर ध्यान दें और अपना सुधार करें।
- ★ आलसी लोगों के पास से सफलता दूर-दूर ही रहती है।
- ★ आज का काम कल पर मत टालिए।
- ★ वही उन्नति कर सकता है, जो स्वयं को उपदेश देता है।
- ★ अदालत और पुलिस से बच सकते हैं, परमेश्वर से नहीं।
- ★ धैर्य और साहस संसार की हर आपत्ति का अमोघ उपचार है।
- ★ आत्म-विश्वास अपने उद्धार का एक महान् सम्बल है।
- ★ धनवान् नहीं, चरित्रवान् सुख पाते हैं।
- ★ अपने जीवन को प्यार करो, तो वह तुम्हें प्यार करेगा।
- ★ जो सत्य के प्रति वफादार नहीं, वे कायर और कमजोर हैं।
- ★ जो जैसा सोचता है और करता है, वह वैसा ही बन जाता है।
- ★ 'परमार्थ' मानव जीवन का सच्चा स्वार्थ है।

- ★ परोपकार से बढ़कर और निरापद दूसरा कोई धर्म नहीं।
- ★ सदाचार की शक्ति अनाचार से हजार गुना बढ़कर है।
- ★ भाग्य को मनुष्य स्वयं बनाता है, ईश्वर नहीं।
- ★ विश्वास खो बैठना मनुष्य का अशोभनीय पतन है।
- ★ भय हमारी स्थिरता और प्रगति में सबसे बड़ा बाधक है।
- ★ दृढ़ आत्म-विश्वास ही सफलता की एकमात्र कुञ्जी है।
- ★ बिना श्रम के अपनी आवश्यकता पूर्ण करना चोरी है।
- ★ इस संसार में कमजोर रहना सबसे बड़ा अपराध है।
- ★ मनुष्य अपने भाग्य का निर्माता आप है।
- ★ अपना सुधार संसार की सबसे बड़ी सेवा है।
- ★ चरित्रवान् का वैभव कभी क्षीण नहीं होता।
- ★ व्यसन और व्यभिचार दीर्घजीवन के शत्रु हैं।
- ★ आलसी और प्रमादी धरती के भार हैं।
- ★ शीलवान् होना किसी भी वस्त्रालंकार से बढ़कर है।
- ★ असत्य सदा हारता है।
- ★ परमात्मा की सच्ची पूजा है सद्व्यवहार।

- ★ जमाना तब बदलेगा, जब हम स्वयं बदलेंगे।
- ★ हृदयहीन होना मनुष्य जीवन का सबसे बड़ा अभिशाप है।
- ★ भाग्यवाद हमें नपुंसक और निर्जीव बनाता है।
- ★ 'क्रोध' स्वास्थ्य और शान्ति का शत्रु है।
- ★ आत्म निर्माण का ही दूसरा नाम भाग्य निर्माण है।
- ★ जीवन का सच्चा मूल्य 'कर्त्तव्य पालन' है।
- ★ श्रेष्ठ आदतों में सर्वप्रमुख है-नियमितता की आदत।
- ★ महानता के विकास में सबसे बड़ी बाधा असंयम है।
- ★ ईश्वर को मनुष्य के दुर्गुणों में सबसे अप्रिय 'अहंकार' है।
- ★ सफलता की अपेक्षा नीति श्रेष्ठ है।
- ★ आत्म-निर्माण सबसे बड़ा पुण्य-पुरुषार्थ है।
- ★ भूल सुधार मनुष्य का सबसे बड़ा विवेक है।
- ★ उत्कृष्ट चरित्र ही मानव जीवन की सच्ची कसौटी है।
- ★ चरित्र साधना का मूलाधार मानसिक पवित्रता है।
- ★ मनुष्य और कुछ नहीं मात्र भटका हुआ देवता है।
- ★ फल की आतुरता प्रगति के मार्ग में सबसे बड़ी बाधा है।

- ★ बच्चा माता-पिता के व्यक्तित्व और स्वभाव का संगम है।
- ★ दोष और पाप हमारी प्रगति में सबसे बड़े बाधक हैं।
- ★ आत्म-पक्षपात मनुष्य का सबसे बड़ा दुर्गुण है।
- ★ विचार बल संसार का सर्वश्रेष्ठ बल है।
- ★ नवनिर्माण का अर्थ है-मानव जीवन के उद्देश्य, आदर्श एवं स्तर में उत्कृष्टता का समावेश।
- ★ युग परिवर्तन का अर्थ है-मानवीय दृष्टिकोण का परिष्कार।
- ★ अपने कर्त्तव्य का निष्ठापूर्वक पालन करने से बड़ा कोई धर्म नहीं है।
- ★ शालीनता बिना मोल मिलती है, पर उससे सब कुछ खरीदा जा सकता है।
- ★ अपना मूल्य समझो और विश्वास करो कि तुम संसार के सबसे महत्त्वपूर्ण व्यक्ति हो।
- ★ उत्कृष्ट जीवन का स्वरूप है-दूसरों के प्रति नम्र और अपने प्रति कठोर होना।

- ★ जो बच्चों को सिखाते हैं, उन पर बड़े खुद अमल करें, तो यह संसार स्वर्ग बन जाए।
- ★ ज्ञान को कर्म का सहयोग न मिले, तो कितना ही उपयोगी होने पर भी वह ज्ञान निरर्थक है।
- ★ दूसरों के साथ वह व्यवहार न करो, जो तुम्हें अपने लिए पसन्द नहीं।
- ★ वही जीवित है, जिसका मस्तिष्क ठंडा, रक्त गरम, हृदय कोमल और पुरुषार्थ प्रखर है।
- ★ स्वार्थ, अहंकार और लापरवाही की मात्रा का बढ़ जाना ही व्यक्ति के पतन का कारण होता है।
- ★ प्रमादपूर्ण जीवन संसार की सारी बुराइयों और व्यसनों का जन्मदाता है।
- ★ अपने विश्वास की रक्षा करना प्राण रक्षा से भी बहुत अधिक मूल्यवान् है।
- ★ अपने दोषों की ओर से अनभिज्ञ रहने से बड़ा प्रमाद और कोई नहीं हो सकता।

- ★ दुनिया में आलस्य को पोषण देने जैसा दूसरा भयंकर पाप नहीं है।
- ★ अन्याय के विरुद्ध संघर्ष करना प्रत्येक धर्मशील व्यक्ति का मानवोचित कर्तव्य है।
- ★ किसी सदुद्देश्य के लिए जीवन भर कठिनाइयों से जूझते रहना ही महापुरुष होना है।
- ★ किसी सदुद्देश्य के लिए जीवन भर कठिनाइयों से जूझते रहना ही महापुरुष होना है।
- ★ जीवन का अर्थ है—समय। जो जीवन से प्यार करते हों, वे आलस्य में समय न गँवाएँ।
- ★ अपने गुण, कर्म और स्वभाव का परिष्कार ही अपनी सच्ची सेवा है।
- ★ धर्म का मार्ग फूलों का सेज नहीं है। इसमें बड़े-बड़े कष्ट सहन करने पड़ते हैं।
- ★ हम क्या करते हैं, इसका महत्त्व कम है, किन्तु उसे हम किस भाव से करते हैं, इसका अधिक महत्त्व है।

- ★ हम क्या करते हैं, इसका महत्त्व कम है, किन्तु उसे हम किस भाव से करते हैं, इसका अधिक महत्त्व है।
- ★ संसार में उत्तम व्यवहार और शुभ कर्म करना ही भगवान् की सच्ची पूजा है।
- ★ मनुष्य स्वयं ही अपना शत्रु और स्वयं ही अपना मित्र है। इसलिए अपने को उठाओ, गिराओ मत।
- ★ ईश्वर सभी को श्रेष्ठ उत्तरदायित्व सौंपता है, पर प्रसन्न उन्हीं पर होता है, जो उन्हें निभाते हैं।
- ★ कायर केवल नीति की बातें करते हैं, बहादुर उसकी रक्षा के लिए मर-मिटते हैं।
- ★ अपनी प्रसन्नता दूसरे की प्रसन्नता में लीन कर देने का नाम ही प्रेम है।
- ★ सद्गुणों के विकास में किया हुआ कोई भी त्याग कभी भी व्यर्थ नहीं जाता।
- ★ जीवन अवसर है, जिसे गँवा देने पर सब कुछ हाथ से गुम हो जाता है।

- ★ सुअवसरों की प्रतीक्षा में न बैठो। उद्यम के लिए हर घड़ी शुभ मुहूर्त और हर पल सुअवसर है।
- ★ उत्तम ज्ञान और सद्विचार कभी नष्ट नहीं होते।
- ★ सुन्दर चेहरा आकर्षक भर होता है, पर सुन्दर चरित्र की प्रामाणिकता अकाट्य है।
- ★ मनुष्यता सबसे अधिक मूल्यवान् है। उसकी रक्षा करना प्रत्येक जागरूक व्यक्ति का परम कर्तव्य है।
- ★ व्यसनों से कोसों दूर रहें, क्योंकि ये वास्तविक प्राणघातक शत्रु हैं।
- ★ ईमान और भगवान् ही मनुष्य के सच्चे मित्र हैं।
- ★ बुद्धिमान् वह है, जो किसी को गलतियों से हानि होते देखकर अपनी गलतियाँ सुधार लेता है।
- ★ लोग क्या कहते हैं, इस पर ध्यान मत दो। सिर्फ यह देखो कि जो करने योग्य था, वह बन पड़ा या नहीं।
- ★ धरती पर प्रेम, आत्मीयता एवं दूसरों के हित में लगे रहना ही पुण्य है।

- ★ शान्ति से क्रोध को, भलाई से बुराई को, शौर्य से दुष्टता को और सत्य से असत्य को जीतें।
- ★ दूसरों की निन्दा करके किसी को कुछ नहीं मिला। जिसने अपने को सुधारा उसने बहुत कुछ पाया।
- ★ चरित्र का अर्थ है—अपने महान् मानवीय उत्तरदायित्वों का महत्त्व समझना और उसका हर कीमत पर निर्वाह करना।
- ★ साधना का शास्त्र—वरदान या शाप का शास्त्र नहीं है। यह तो कर और देख का शास्त्र है।
- ★ सलाह सबकी सुनो, पर करो वह, जिसके लिए तुम्हारा साहस और विवेक समर्थन करे।
- ★ आपत्ति धर्म का तात्पर्य है—सामान्य सुख—सुविधाओं की बात ताक पर रखकर वह करने में जुट जाना, जिसके लिए मनुष्य की गरिमा भरी अंतरात्मा पुकारती है।
- ★ कलियुग का बुरा समय केवल उन्हें प्रभावित करता है, जो अपनी सुरक्षा में सतर्क नहीं रहते।
- ★ मनुष्य कर्म करने में स्वतंत्र है, परन्तु इनके परिणामों में

- चुनाव की कोई सुविधा नहीं।
- ★ धीर और वीर वे हैं, जो निडर रहते हैं, अधीर नहीं होते और हर कठिनाई का हँसते—मुस्कराते स्वागत करते हैं।
- ★ अंतरात्मा में बैठा हुआ ईश्वर उचित और अनुचित की निरन्तर प्रेरणा देता रहता है। जो उसे सुनेगा—समझेगा, उसे सीधे रास्ते चलने में कठिनाई नहीं होगी।
- ★ जो बनावट, धोखेबाजी और चालाकी को तिलांजलि देकर ईमानदारी को अपनी जीवन नीति बनाये हुए हैं, वे सबसे अधिक बुद्धिमान् हैं।
- ★ जो आज कर सकते हो, उसे कल पर मत छोड़ो, कौन जाने कल कब आएँ ?
- ★ हमें दम्भ और कपट का नहीं, सत्य का आचरण करना चाहिए। इसी में हमारा गौरव है।
- ★ मनुष्य एक भटका हुआ देवता है। सही दिशा पर चल सके, तो उससे बढ़कर श्रेष्ठ और कोई नहीं।
- ★ सत्कार्य के आरंभ का नाश नहीं होता, वह गिरता—

पड़ता आगे बढ़ता चलता है। उलटा फल कभी नहीं निकलता।

★ क्या पता कि जिस क्षण को हम व्यर्थ समझकर बर्बाद कर रहे हैं, वह ही हमारे लिए अपनी झोली में सुन्दर सौभाग्य की सफलता लाया हो।

★ लोग प्रशंसा करते हैं या निन्दा इसकी चिन्ता छोड़ो। सिर्फ एक बात सोचो कि ईमानदारी से जिम्मेदारियाँ पूरी की गई या नहीं।

★ अपनी सभी इच्छाएँ समाप्त कर गुरु को संतोष देने वाला कष्टसाध्य कार्य में प्रवृत्त होना ही सच्ची गुरु भक्ति है।

★ न तो कभी निराश हो और न कभी हार मानो। उठो, खड़े हो जाओ और संघर्ष करो, जब तक विजयी न हो जाओ।

★ न्याय की चर्चा तो बड़ी सुंदर है, पर इसे प्राप्त कर सकना ईश्वर को प्राप्त कर सकने से भी अधिक दुर्लभ है।

★ जो आत्म-निर्माण रूपी पुरुषार्थ में रत हैं, जिसमें

सन्मार्ग पर चलने का साहस है, उसका कभी पतन-पराभव नहीं होता।

★ जो व्यक्ति सत्य के साथ कर्तव्य परायणता में लीन है, उसके मार्ग में बाधक बनना कोई सरल काम नहीं है।

★ क्रान्तियाँ तलवारों से नहीं, आदर्शों से होती हैं। जो मात्र तलवार से पायी जाती है, वह तलवार से छिन भी जाती है।

★ धर्म वही है, जिसका विपत्ति एवं संपत्ति में समान रूप से पालन किया जाए।

★ किसी को कुछ देने की इच्छा हो, तो आत्म-विश्वास जगाने वाला प्रोत्साहन सर्वोत्तम उपहार के रूप में दें।

★ अनीति अपनाने से बढ़कर जीवन का तिरस्कार और कुछ हो नहीं सकता।

★ परमेश्वर का प्यार केवल सदाचारी और कर्तव्य परायणों के लिए सुरक्षित है।

★ दूसरों के साथ वह व्यवहार न करो, जो तुम्हें अपने लिए पसन्द नहीं।

- ★ गृहस्थ एक तपोवन है, जिसमें संयम, सेवा और सहिष्णुता की साधना करनी पड़ती है।
- ★ सबसे बड़ा दीन दुर्बल वह है, जिसका अपने ऊपर नियंत्रण नहीं।
- ★ शालीनता बिना मोल मिलती है, पर उससे सब कुछ खरीदा जा सकता है।
- ★ जिन्हें लम्बी जिन्दगी जीनी हो, वे बिना कड़ी भूख लगे कुछ भी खाने की आदत न डालें।
- ★ कुकर्मी से बढ़कर अभागा कोई नहीं, क्योंकि विपत्ति में उसका कोई साथी नहीं होता।
- ★ आय से अधिक खर्च करने वाले तिरस्कार सहते और कष्ट भोगते हैं।
- ★ अपने को मनुष्य बनाने का प्रयत्न करो, यदि उसमें सफल हो गये, तो हर काम में सफलता मिलेगी।
- ★ मांसाहार मानवता को त्याग कर ही किया जा सकता है।
- ★ श्रेष्ठता का मार्ग वह है, जिस पर खुद चलकर ही

- किसी को चलने की प्रेरणा दी जा सकती है।
- ★ यदि मनुष्य अपनी आत्मा के सामने सच्चा है, तो उसे सारी दुनिया की परवाह नहीं करनी चाहिए।
- ★ न्याय की रक्षा और धर्म के समर्थन के लिए अपने प्राणों की भी परवाह न करने वालों को 'नरसिंह' कहते हैं।
- ★ अवसर की प्रतीक्षा में मत बैठो। आज का अवसर ही सर्वोत्तम है।
- ★ किसी समाज, देश या व्यक्ति का गौरव अन्याय के विरुद्ध लड़ने में ही परखा जा सकता है।
- ★ अपने दोषों से सावधान रहो, क्योंकि यही ऐसे दुश्मन हैं, जो छिपकर वार करते हैं।
- ★ अपने बच्चे की सच्ची स्नेहिल वही माता हो सकती है, जिसे दूसरे बच्चों से भी प्रेम हो।
- ★ यदि मनुष्य कुछ सीखना चाहे, तो उसकी प्रत्येक भूल कुछ न कुछ सिखा देती है।
- ★ अपना मूल्य गिरने न पाये, यह सतर्कता जिसमें जितनी

पाई जाती है, वह उतना ही प्रगतिशील है।

★ ईश्वर विश्वास का अर्थ है—उत्कृष्टता के प्रति असीम श्रद्धा रखने वाला साहस।

★ निठल्लापन व्यक्ति, समाज और राष्ट्र के लिए अकल्याणकारी है।

★ प्रतिभाशाली का पाप समाज का बहुत बड़ा अहित करता है।

★ धन या पद पाने की अपेक्षा लोकश्रद्धा प्राप्त करना अधिक मूल्यवान् है।

★ सच्चरित्र, निःस्वार्थ लोकसेवी ही किसी राष्ट्र को ऊँचा उठा सकते हैं।

★ अपनी प्रशंसा आप न करें, यह कार्य आपके सत्कर्म स्वयं करा लेंगे।

★ जमाना किसी को बुरा नहीं बनाता, बल्कि मनुष्य ही जमाने को बुरा बनाते हैं।

★ मातृत्व नारी के जीवन का सर्वोत्कृष्ट गौरव है।

★ नर और नारी का दर्जा समानता का है। उसमें छोटे-बड़े का कोई भेदभाव नहीं है।

★ जैसी राष्ट्र की जननी नारी होगी, राष्ट्र भी उसी प्रकार का बनेगा।

★ प्यार और सहकार से भरा-पूरा परिवार ही धरती का स्वर्ग होता है।

★ फूलों की सुगंध हवा के प्रतिकूल नहीं फैलती, पर सद्गुणों की कीर्ति दसों दिशाओं में फैलती है।

★ अपनी क्षमताओं, गुणों और कर्तृत्वों को राष्ट्र को समर्पित कर देना एक उच्च स्तरीय अध्यात्म साधना है।

★ विषयों, व्यसनों और विलासों में सुख खोजना और पाने की आशा करना भयानक दुराशा है।

★ लघु से महान्, अणु से विभु, आत्मा से परमात्मा, नर से नारायण, पुरुष से पुरुषोत्तम बनने की विचारधारा का नाम आस्तिकता है।

★ सर्वव्यापी, न्यायकारी, निष्पक्ष ईश्वर की प्रसन्नता सत्कर्मों

पर आधारित है। कर्म के आधार पर ही वह भक्त और अभक्त की परख करता है।

★ ईश्वर कर्तव्य परायणों को प्यार करता है।

★ ईश्वर पाप से बहुत कुढ़ता है और हमारी चौकीदारी के लिए अदृश्य रूप से हर घड़ी साथ रहता है।

★ ईश्वर की भक्ति करने का अर्थ है-आदर्शवाद को प्रेम करना।

★ असत् से सत् की ओर, अंधकार से आलोक की ओर और विनाश से विकास की ओर बढ़ने का नाम साधना है।

★ अंतःकरण को कुसंस्कारों, कषाय-कल्मषों की भयानक व्याधियों से साधना की औषधि ही मुक्त करती है।

★ सफलता की एक अनिवार्य शर्त है-ध्येय के प्रति अटूट निष्ठा।

★ साधना का अर्थ है-कठिनाइयों से संघर्ष करते हुए सत्प्रयास जारी रखना।

★ आत्मबल संपन्न होने का अर्थ है-आदर्शवाद के लिए

बड़े से बड़ा त्याग कर सकने का शौर्य।

★ प्रेम समस्त सत्प्रेरणाओं का स्रोत है।

★ हृदय की निष्कलंक निष्ठा का दूसरा नाम प्रेम है।

★ प्रेम ही परमेश्वर है।

★ प्रेम ही आत्मा का प्रकाश है, जो इस प्रकाश में जीवन पथ पर अग्रसर होता है, उसे संसार में शूल नहीं, फूल नजर आता है।

★ मानव जीवन की सफलता का एकमात्र मार्ग सन्मार्ग ही है और ज्ञान द्वारा सन्मार्ग का निर्धारण होता है।

★ ज्ञान ही जीवन का सार है, ज्ञान आत्मा का प्रकाश है, जो सदा एकरस और बंधनों से मुक्त रहने वाला है।

★ ज्ञान अमोघ शक्ति है, जिसके समक्ष सभी शक्तियाँ निष्प्रभ हो जाती हैं।

★ ज्ञान का ध्येय सत्य है और सत्य ही आत्मा का लक्ष्य है। ज्ञान मनुष्य को सत्य के दर्शन कराता है।

★ सच्चा ज्ञान वह है, जो हमारे गुण, कर्म, स्वभाव की

त्रुटियाँ सुझाने, अच्छाइयाँ बढ़ाने एवं आत्म-निर्माण की प्रेरणा प्रस्तुत करता है।

★ इस दुनिया में सबसे अधिक कष्ट अज्ञानी व्यक्ति को ही होता है।

★ ज्ञानार्जन हर किसी के लिए संभव है। भगवान् ने किसी को कम, किसी को अधिक बुद्धि दी है, यह भ्रान्ति छोड़ देनी चाहिए।

★ वह स्थान मंदिर है, जहाँ पुस्तकों के रूप में मूक किन्तु ज्ञान के देवता निवास करते हैं।

★ वे माता-पिता धन्य हैं, जो अपनी संतान के लिए उत्तम पुस्तकों का एक संग्रह छोड़ जाते हैं।

★ उत्तम पुस्तकें जाग्रत देवता हैं। उनके अध्ययन, मनन, चिंतन के द्वारा पूजा करने पर तत्काल ही वरदान पाया जा सकता है।

★ जो ज्ञान मनुष्य के अच्छे संस्कारों को जाग्रत करे और उसकी उत्तम वृत्तियों को बढ़ाकर ऊँचा उठा दे, वही विद्या है।

★ महान् चरित्र और आदर्शवान् व्यक्तित्वों का समय कभी खाली नहीं रहता। उनकी महानता का चिह्न ही व्यस्तता है।

★ अश्लीलता और कुरुचि फैलाने वाला साहित्य आवारागर्द बदमाशों जैसा ही है।

★ बुरी पुस्तकें शत्रु से कम नहीं हैं।

★ स्वाध्याय मनुष्य का पथ-प्रदर्शक, नेता और मित्र जैसा हितैषी है।

★ राग और द्वेष स्वार्थ और संघर्ष का जन्मदाता है।

★ समय की कद्र करो। प्रत्येक दिवस एक जीवन है। एक मिनट भी फिजूल मत गँवाओ।

★ बीता हुआ समय और कहे हुए शब्द कभी वापस नहीं बुलाए जा सकते।

★ जीवन का हर क्षण एक उज्ज्वल भविष्य की संभावना लेकर आता है।

★ यदि हमें जीवन से प्रेम है, तो यही उचित है कि समय को व्यर्थ नष्ट न करें।

- ★ प्रत्येक काम का अपना अवसर होता है और अवसर वही है, जब वह काम आपके सामने पड़ा हो।
- ★ ईश्वर उपासना का अर्थ है-अपने आपको विकसित करना।
- ★ शान्तिकुंज एक विश्वविद्यालय है। कायाकल्प के लिए बनी एक अकादमी है। सतयुगी सपनों का महल है।
- ★ शान्तिकुंज एक क्रान्तिकारी विश्वविद्यालय है। अनौचित्य की नींव हिला देने वाली यह प्रभात पर्व की एक नवोदित किरण है।
- ★ शान्तिकुंज नैतिक, बौद्धिक और सामाजिक क्रान्ति का नालन्दा-तक्षशिला विश्वविद्यालय है।
- ★ प्रतिभाओं की ढलाई का समर्थ संयंत्र है-ब्रह्मवर्चस, गायत्री तीर्थ शान्तिकुंज।
- ★ जो असत्य और अनौचित्य को इसलिए स्वीकार करता है कि प्रतिरोध करने पर उसे झंझट में फँसना पड़ेगा, वह वस्तुतः नास्तिक है।
- ★ महत्वाकांक्षाओं का सही आधार है-पवित्रता एवं प्रखरता की उच्च स्तरीय अभिवृद्धि।

- ★ दो बातें याद रखने योग्य हैं-एक कर्तव्य और दूसरा मरण।
- ★ अन्याय के विरुद्ध लड़ते रहना ही सम्माननीय वीरोचित जीवन प्रणाली है।
- ★ सत्प्रयोजन में संलग्न होने वाले जो खोते हैं, उससे कहीं अधिक पाते हैं।
- ★ सट्टा, जुआ, लाटरी द्वारा कमाई गई आमदनी चोरी-डकैती की तरह अनैतिक है।
- ★ अश्लील और गंदा विषय-भोग संबंधी साहित्य वैसा ही घातक है, जैसा भले-चंगे व्यक्ति के लिए विष।



पत्र व्यवहार का पता

गायत्री तीर्थ-शान्तिकुंज, हरिद्वार (उ०प्र०)

पिन-२४१४११ (भारत) ☎ (०१३३) ४२६४०३, ४२७५१८

फैक्स- (०१३३) ४२३८६६

Email-shail@del2.vsnl.com

Internet-www.gayatripariwar.org