विद्यार्थियों के लिए सन्देश

श्री स्वामी चिदानन्द

अनुवादिका
सुश्री नीलमणि

प्रकाशक
द डिवाइन लाइफ सोसायटी
पत्रालय : शिवानन्दनगर २४९१९२
जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड (हिमालय), भारत
www.sivanandaonline.org, www.dlshq.org

प्रथम संस्करण : २०१४

(५,००० प्रतियाँ)

द डिवाइन लाइफ ट्रस्ट सोसायटी

Swami Chidananda Birth Centenary Series—27

निःशुल्क वितरणार्थ

'द डिवाइन लाइफ सोसायटी, शिवानन्दनगर' के लिए
स्वामी पद्मनाभानन्द द्वारा प्रकाशित तथा उन्हीं के द्वारा 'योग-वेदान्त
फारेस्ट एकाडेमी प्रेस, पो. शिवानन्दनगर २४९१९२,
जिला टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड' में मुद्रित।

For online orders and Catalogue visit : dlsbooks.org

परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज द्वारा
१ दिसम्बर १९७४ को खुरदा रोड में आयोजित
प्रथम जोनल ओडिशा डिवाइन लाइफ कॉन्फरेन्स
में दिया गया प्रवचन

विद्यार्थियों के लिए सन्देश

हे अमरत्व की सन्तान!

मैं आपको आपकी संस्कृति का सार, आपके पूर्वजों द्वारा आप युवाओं विशेषतया विद्यार्थियों के लिए दिये गये सन्देश को देना चाहता हूँ। मैं आपको स्पष्टत: बताना चाहता हूँ कि हमारे प्राचीन मनीषी युवाओं तथा विद्यार्थियों की आवश्यकता से भलीभाँति परिचित थे। अत: उन्होंने मानव-समाज में युवाओं को समुचित स्थान प्रदान किया। उन्होंने युवाओं के जीवन से सम्बन्धित कुछ विशेष सिद्धान्त बनाये जिनका पालन युवाओं द्वारा किया जा सके।

विद्यार्थी जीवन की उनकी अवधारणा, युवाओं के लिए बनाये गये उनके सिद्धान्तों को बताने से पूर्व मैं आपको चार वाक्य देता हूँ। मैं चाहता हूँ कि प्रत्येक युवक एवं युवती, समस्त विद्यार्थी इन चार वाक्यों को हृदयस्थ कर अपने जीवन के मार्गदर्शक तत्त्वों के रूप में रखें। इन संक्षिप्त वाक्यों में बहुत ही महत्त्वपूर्ण सन्देश निहित है। वे चार वाक्य, जिन्हें मैं चाहता हूँ कि आप ध्यानपूर्वक सुनें तथा अपनी स्मृति में सँजोये रखें, हैं

''धन नष्ट हो गया, कुछ भी नष्ट नहीं हुआ।
स्वास्थ्य नष्ट हो गया, कुछ नष्ट हो गया।
चरित्र नष्ट हो गया, सब-कुछ ही नष्ट हो गया।
एक चरित्रविहीन व्यक्ति मनुष्य नहीं अपितु पशु है।''

चारित्रिक सम्पदा

मनुष्य का व्यवहार ही उसे पशु से पृथक् करता है। एक मनुष्य के चरित्र और एक पशु के चरित्र में अन्तर होता है। यदि एक मनुष्य उच्च एवं उत्तम चरित्र से सम्पन्न नहीं है, तो वह आकृति एवं नाम से मनुष्य होते हुए भी पशु ही है, क्योंकि उसका जीवन, उसका आचार-व्यवहार पशुवत् है। अपने व्यवहार से आपको यह प्रमाणित करना चाहिए कि आप एक मनुष्य हैं। यदि आपका अपनी इन्द्रियों पर नियन्त्रण नहीं है, यदि आपके जीवन जीने के निश्चित सिद्धान्त नहीं हैं, यदि आप काम, क्रोध, विषय-भोग के अधीन हैं, यदि आपमें संयम नहीं हैं तो आप पशु ही हैं। अत: आपको आपका मनुष्यत्व मात्र कुछ पाठ्य-पुस्तकों के अध्ययन एवं परीक्षाएँ उत्तीर्ण कर डिग्री प्राप्त करके नहीं, वरन् अपने अच्छे जीवन एवं आचार-व्यवहार से प्रमाणित करना होगा। मनुष्य जीवन की सर्वोच्च सम्पदा, एक युवा की सर्वोच्च सम्पदा चरित्र ही है। चरित्र सबसे मूल्यवान् वस्तु है। यही आपका वास्तविक खजाना है। यदि आप सच्चरित्र का विकास करते हैं, तो आप वास्तव में एक धनी एवं समृद्ध मनुष्य हैं, क्योंकि आपका जीवन सच्चरित्र के ऐश्वर्य से सम्पन्न है।

चरित्र का मानव जीवन से सम्बन्ध

चरित्र का मनुष्य जीवन से क्या सम्बन्ध है? चरित्र का मनुष्य जीवन से वही सम्बन्ध है जो नींव का भवन की संरचना से है। एक भवन की संरचना में नींव ही सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण भाग है। यदि नींव अच्छी प्रकार से डाली गयी है, यदि नींव सुदृढ़ है तो भवन स्थायी रहेगा; आप भवन को

अधिक ऊँचा भी बना सकते हैं, यह दृढ़ एवं स्थायी रहेगा। परन्तु यदि नींव कमजोर है, उचित प्रकार से डाली नहीं गयी है तो किसी भी क्षण भवन धराशायी हो सकता है।

ऐसा ही मनुष्य जीवन के साथ भी है। यदि एक विद्यार्थी युवावस्था में, अपने विद्यार्थी जीवन में सद्गुणों के विकास करने का, शारीरिक एवं मानसिक रूप से सुदृढ़ बनने का, संकल्प शक्ति विकसित करने का प्रयास करता है तथा वह अपनी संकल्प शक्ति के प्रयोग से स्वार्थ, अहंकार, क्रोध, बेईमानी, लालच, आवश्यकता से अधिक भोजन करना एवं विषयों की दासता इत्यादि नकारात्मक प्रवृत्तियों पर विजय प्राप्त कर अपनी इन्द्रियों का स्वामी बन जाता है; सत्यपरायणता एवं ईमानदारी का विकास कर चरित्रवान् बनता है, तब ऐसा विद्यार्थी अपने भविष्य जीवन के लिए सुदृढ़ नींव का निर्माण करता है।

सुविकसित चरित्र एवं आचरण की नींव पर ही सफल जीवन के भवन का निर्माण किया जा सकता है। एक सच्चरित्र मनुष्य जिस किसी भी कार्य को अपने हाथ में लेगा, वह उसमें सफलता प्राप्त करेगा। वह जिस भी व्यवसाय को अपनायेगा, उसमें उत्तरोत्तर प्रगति करेगा। वह उज्ज्वल यश प्राप्त करेगा; सभी का सम्मान प्राप्त करेगा। उसका व्यक्तित्व चुम्बकीय होगा तथा वह सभी को प्रभावित करने में सक्षम होगा। वह नेतृत्व शक्ति से सम्पन्न बनेगा, क्योंकि चारित्रिक शक्ति उसके व्यक्तित्व को चुम्बकीय आकर्षण प्रदान करती है। यह चारित्रिक शक्ति, आत्म-नियन्त्रण पर निर्भर है। बिना आत्म-नियन्त्रण के, आप एक आदर्श व्यक्ति नहीं बन सकते हैं।

एक सफल जीवन का रहस्य, एक चुम्बकीय व्यक्तित्व का रहस्य 'चरित्र' ही है जो आत्म-नियन्त्रण का सुपरिणाम है। आत्म-नियन्त्रण चरित्र की कुंजी है तथा चरित्र सफल जीवन का आधार है। चारित्रिक सम्पदा से युक्त हो कर आप जीवन में आने वाली प्रत्येक बाधा पर विजय पा सकते हैं, अपने समस्त कार्यों में सफलता प्राप्त कर सकते हैं। आप जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में देदीप्यमान् कीर्ति प्राप्त करेंगे।

भारतीय संस्कृति का सार

भारतीय संस्कृति का सार चरित्र है एवं चरित्र का सार आत्म-नियन्त्रण एवं संयम है। सभी महान् व्यक्ति आत्म-संयमी रहे हैं; वे सभी, जो सदा के लिए अमर हो गये हैं भीष्म, हरिश्चन्द्र, लक्ष्मण, मार्कण्डेय, सावित्री, सीता, शिवाजी, राणाप्रताप इत्यादि चारित्रिक शक्ति से सम्पन्न थे। अतएव आत्म-संयम, सच्चरित्र, सद्गुण, इच्छा शक्ति तथा जितेन्द्रियता आदि महान् आदर्शों का पालन करिए।

शिक्षा का सार

वास्तव में शिक्षित व्यक्ति कौन है? वही वास्तव में शिक्षित है जो दो मार्गों को उचित-अनुचित, सही-गलत, उपयुक्त-अनुपयुक्त, धार्मिक-अधार्मिक को देख सकता है तथा जिसमें यह कहने की शक्ति है ''मैं उसी मार्ग का चयन करूँगा जो उचित है, धार्मिक सिद्धान्तों के अनुकूल है तथा मैं उस मार्ग का त्याग करूँगा जो तुच्छ एवं अनुचित है यद्यपि वह कितना भी आकर्षक और सुखप्रद हो। मैं जानता हूँ कि मैं

भारतीय हूँ, अत: मुझे एक निश्चित आदर्श का पालन करना है। मैं दिव्य भी हूँ। मैं यह शरीर नहीं हूँ। मैं पाँच इन्द्रियाँ भी नहीं हूँ। यह अशान्त मन, मैं नहीं हूँ। मैं यह सीमित बुद्धि भी नहीं हूँ। शरीर, मन, इन्द्रिय तथा बुद्धि से परे, मैं अमर आत्मा हूँ। मेरी आध्यात्मिक संस्कृति तथा एक भारतीय के रूप में जिस ज्ञान को मैंने विरासत में पाया है, मुझे स्पष्टत: कहते हैं

अजो नित्य: शाश्वतोऽयं पुराणो न हन्यते हन्यमाने शरीरे।

आत्मा अजन्मा, शाश्वत, अपरिवर्तनीय तथा पुरातन है, शरीर के नष्ट होने पर आत्मा नष्ट नहीं होता।

अविनाशी आत्मा

इस शरीर में अमर अविनाशी आत्मा है जो कि शरीर की मृत्यु होने पर भी अप्रभावित रहता है। यह अजन्मा है। यह स्थायी शाश्वत है। यह कालातीत है, अनादि है, अनन्त है। अग्नि इसे जला नहीं सकती, जल इसे गीला नहीं कर सकता, वायु इसे सुखा नहीं सकती, अस्त्र इसे आघात नहीं पहुँचा सकते। यही मेरा वास्तविक स्वरूप है। मैं अजर, अमर, अविनाशी, शाश्वत आत्मतत्त्व हूँ। वास्तव में, विनाशी में अविनाशी, मानव में ईश्वर, तथा भौतिक में आध्यात्मिक का निवास है; और मैं दिव्य हूँ, मैं शाश्वत हूँ। मेरा वास्तविक स्वरूप दिव्यता है; मेरा शारीरिक, प्राणिक, मानसिक तथा बौद्धिक स्वरूप तो अस्थायी उपाधियाँ हैं। ये मेरे वास्तविक स्वरूप पर आरोपित की गयी है। मेरा निज स्वरूप, वास्तविक स्वरूप है अजर, अमर, अविनाशी आत्मा, नित्य शुद्ध आत्मा, दिव्य आत्मा।

मेरी संस्कृति ने मुझे यह ज्ञान प्रदान किया है। अतएव इस ज्ञान को अपनी विरासत के रूप में प्राप्त कर, मैं सदैव इस आन्तरिक चेतना में स्थित रहूँगा। दिव्यता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। दिव्य होना तथा दिव्य गुणों से विभासित होना मेरे लिए स्वत: स्वाभाविक ही है। चन्दन की लकड़ी का सुगन्ध बिखेरना स्वाभाविक है; शहद एवं चीनी का मीठा होना स्वाभाविक ही है। जिस प्रकार बर्फ के लिए शीतलता, अग्नि के लिए उष्णता, सूर्य के लिए प्रकाश स्वाभाविक है उसी प्रकार मेरे लिए दिव्य होना, भला होना, प्रेमपूर्ण होना, पवित्र एवं सत्यशील होना, विवेकवान् होना स्वत: स्वाभाविक ही है, क्योंकि यह मेरा निज स्वरूप है। इस प्रकार से मुझे सदैव यह जागृति रखनी चाहिए कि मैं दिव्य हूँ।''

एक व्यक्ति को युवावस्था में, जब वह अपने जीवन की नींव डाल रहा होता है, स्वयं को दिव्य गुणों से, सद्गुणों से आपूरित करना चाहिए। तभी उसका सम्पूर्ण जीवन सुरक्षित है, उसकी सफलता सुनिश्चित है।

जीवन का स्वर्णिम काल

मेरे प्रिय युवा मित्रो, एक मनुष्य का सोलह वर्ष से तीस वर्ष तक की आयु का समय सर्वाधिक मूल्यवान् होता है। चौदह वर्षों का यह समय स्वर्णिम काल होता है। यदि इस अवधि का उचित सदुपयोग किया जाता है, यदि आप सद्गुणों, आत्म-संयम, पवित्रता एवं सत्यता में प्रतिष्ठित होते हैं, तो आपका सम्पूर्ण जीवन प्रकाश, प्रसन्नता एवं सफलता से परिपूर्ण हो जायेगा। अत: इस समयावधि में स्वयं के निर्माण के प्रति सचेत रहिए। इन चौदह वर्षों में आप अपने जीवन को जिस आकृति या साँचे में ढालेंगे, वही

जीवनपर्यन्त बना रहेगा। यह आपका शाश्वत धर्म एवं ऐश्वर्य बन जायेगा। अत: उत्साहपूर्वक एवं विवेकपूर्वक, स्वयं को एक आदर्श साँचे में गढ़िए। तब आप पहले से ही विजय प्राप्त कर लेंगे। इस समय में जो भी छाप आपके जीवन में बनती है, वही सदैव रहेगी।

परन्तु यदि आप असावधान हैं, लापरवाह हैं; इस अवधि पर ध्यान नहीं देते हैं, इसे व्यर्थ ही गँवाते हैं, आत्म-संयम नहीं अपनाते हैं, तब आप स्वयं का ही विनाश करते हैं। यदि आप इस समयावधि में सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण सद्गुण 'आत्म-संयम' को प्राप्त नहीं करते हैं, तो आपका जीवन नष्ट ही हो गया। किसी अन्य को दोष नहीं दिया जा सकता। अत: विशेष ध्यान दीजिए तथा स्वस्थ एवं अच्छी आदतों का विकास करिए और अपने जीवन से शारीरिक, मानसिक एवं नैतिक रूप से अनुचित आदतों को दूर करिए।

कुसंग से बचिए

इस सम्बन्ध में, मैं आपसे दो बातें कहना चाहूँगा। प्रथमत: प्रत्येक युवक, युवती एवं विद्यार्थी को कुसंग से बचना चाहिए। बुरे व्यक्तियों के संग का परिहार करिए। कुसंग अग्नि अथवा विष से भी अधिक हानिकर है। विष से शरीर का नाश होता है। यदि आप विष लेते हैं, तो एक शरीर की ही मृत्यु होगी। परन्तु यदि आप बुरे व्यक्तियों का संग करते हैं और बुरी आदतों को अपनाते हैं तो वे आपके आन्तरिक संस्कार एवं वासनाएँ बन जायेंगी और जन्म-जन्मान्तर तक आपके साथ जायेंगी। यद्यपि यह शरीर जल कर भस्म हो जायेगा, परन्तु ये वासनाएँ एवं संस्कार आपके अगले जीवन में भी

आपके साथ होंगे। अग्नि आपको तभी जलाती है जब आप उसके सम्पर्क में आते हैं, यह आपको दूर से हानि नहीं पहुँचा सकती है। परन्तु कुसंग तो आपका अधोपतन ही करा देता है। अत: कुसंग से बचिए। एकाकी रहिए।

कुसंग की अपेक्षा अकेले रहना श्रेष्ठ है। यदि आप अन्य व्यक्तियों की संगति करना चाहते हैं तो ऐसे व्यक्तियों की संगति करें जो आपको नैतिक रूप से उन्नत एवं उदात्त बनाते हैं तथा जिनकी उपस्थिति में आप अच्छा एवं पवित्र अनुभव करते हैं और उच्च आदर्शवाद की ओर प्रेरित होते हैं। यह एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण बात है।

पश्चिम की नकल कभी मत करिए

समस्त विद्यार्थियों एवं युवाओं के लिए दूसरी महत्त्वपूर्ण बात के रूप में, मैं यह विनती करूँगा। पश्चिम के बाहरी फैशन तथा जीवन-शैली की नकल मत करिए। पश्चिमी संस्कृति अथवा किसी अन्य संस्कृति की नकल करने से अधिक लज्जाजनक कुछ नहीं है। यह आपके नैतिक दिवालियेपन को प्रदर्शित करता है कि आपके स्वयं के पास कुछ नहीं है, अत: आप किसी अन्य की वस्तु से स्वयं को भरना चाहते हैं। भारतवर्ष के युवाओं के लिए यह अत्यन्त लज्जाजनक है। आपको पश्चिम की नकल नहीं करनी चाहिए।

यदि आप पश्चिमी सभ्यता-संस्कृति का अनुकरण करना चाहते हैं तो पश्चिमी समाज की विशेषताओं यथा स्वच्छता, समयनिष्ठा तथा ईमानदारी का अनुकरण करें। वे लोग कर्तव्यनिष्ठ होते हैं, उद्यमी होते हैं। वे सदैव अपनी क्षमता का प्रदर्शन करने तथा आगे बढ़ने का प्रयास करते हैं। वे

कभी आलसी एवं अकर्मण्य नहीं रहते। वे अपने कर्तव्य के प्रति सदैव सजग रहते हैं। हमारे देश में पश्चिम के पुरुषों एवं महिलाओं के इन उच्च गुणों की नकल नहीं की जाती है। हम केवल बाहरी जीवन की ही नकल करते हैं। अत: उनके फैशन, अनियन्त्रित इच्छाओं, वस्त्र, केश-सज्जा तथा जीवन-शैली की नकल वास्तव में लज्जाजनक है, यह अभद्र है, यह अशोभनीय है।

अपनी संस्कृति के विषय में जानिए एक भारतीय होने में गर्व अनुभव करिए

एक भारतीय व्यक्ति को यह अवश्य जानना चाहिए कि उसकी संस्कृति कितनी समृद्ध है। यह आदर्शवाद से भरी है। इसमें ऐसे कई महान् तत्त्व हैं, जिन्हें जानने एवं अपनाने के लिए पश्चिम के लोग यहाँ आते हैं। अत: अपनी संस्कृति के विषय में जानना श्रेष्ठतर है। आप अपनी संस्कृति की उत्तम विशेषताओं को जानिए तथा एक भारतीय होने में गर्व अनुभव करिए। भारतीय जीवन-शैली को अपनाइए। भारतीय जीवन-शैली वही है जिसका मैंने अभी आपके समक्ष वर्णन किया है।

अपने चारित्रिक बल एवं शक्ति से आप अपनी इन्द्रियों पर संयम रख सकते हैं, मन की तुच्छ इच्छाओं, आशाओं तथा तृष्णाओं पर नियन्त्रण रख सकते हैं और शरीर रूपी गृह में दास की तरह नहीं, अपितु स्वामी की तरह रह सकते हैं। कुसंगति से बचिए एवं पश्चिम की जीवन-शैली की नकल मत करिए। हमें इसकी आवश्यकता नहीं है।

आपको एक आदर्श भारतीय के रूप में जीवन जीना है तथा विभासित होना है। यदि पश्चिम के लोग यहाँ आते हैं तो आपको देख कर उन्हें यह अनुभव होना चाहिए कि आप क्या हैं। पश्चिम के भौतिक जगत् में व्याप्त अन्धकार के निवारण हेतु हमारे पास पर्याप्त प्रकाश है। उनके जीवन-पथ को प्रकाशित करने हेतु हम पर्याप्त ज्ञान-ज्योति से सम्पन्न हैं। उन्हें जीवन के उच्चतर लक्ष्य की ओर प्रेरित करिए। इस उच्च आदर्शवाद का विकास करना, एक भारतीय के रूप में आपका कर्तव्य एवं विशेषाधिकार है। जब आप बड़े होंगे, तो आपमें समस्त संसार के समक्ष आपकी उच्च संस्कृति एवं उच्च नैतिक मूल्यों का प्रदर्शन करने की क्षमता होनी चाहिए। यही आपकी संस्कृति का वास्तविक सार है। अत: पश्चिम की नकल मत करिए एवं कुसंग से बचिए।

चार अवस्थाएँ

युवा एवं विद्यार्थी जीवन के विषय में आपकी संस्कृति क्या कहती है? आपकी प्राचीन संस्कृति में मनुष्य के जीवन को चार अवस्थाओं में विभाजित कर उन्हें 'आश्रम' नाम दिया गया है।

इन चार आश्रमों के अपने धर्म हैं यह आश्रम-धर्म क्या है? प्रत्येक अवस्था के लिए कुछ सिद्धान्त एवं आदर्श निर्धारित किये गये हैं और यही उस विशेष आश्रम का धर्म है। चतुर्थ आश्रम अन्तिम आश्रम संन्यास आश्रम है। तृतीय आश्रम वानप्रस्थ आश्रम है। द्वितीय आश्रम के कर्तव्यों को पूर्ण कर मनुष्य को जीवन की उच्चतर वस्तुओं की ओर ध्यान देना चाहिए।

द्वितीय आश्रम गृहस्थाश्रम है। इसका तात्पर्य है विवाह कर परिवार के सभी सदस्यों पत्नी, सन्तान, माता-पिता, सम्बन्धियों के प्रति कर्तव्य का निर्वहन करना तथा उद्योग एवं व्यवसाय करना एवं अपने सामाजिक तथा व्यावसायिक दायित्व निभाना। प्रथम आश्रम क्या है? यह वह आश्रम है जिसमें आप रह रहे हैं। इसे ब्रह्मचर्य आश्रम कहा जाता है।

ब्रह्मचर्य क्या है? ब्रह्मचर्य के दो अर्थ हैं। इसका वास्तविक अर्थ है जीवन की ऐसी चर्या अथवा व्यवहार जो अन्त में आपको ब्रह्मज्ञान अथवा ब्रह्मसाक्षात्कार की प्राप्ति कराये। अतः ब्रह्मचर्य है आपके जीवन जीने की शैली, आपका कार्य-व्यवहार जो आपको ब्रह्मज्ञान, ब्रह्मसाक्षात्कार प्रदान करे। ब्रह्मचर्य का दूसरा अर्थ है आत्मसंयमित जीवन, इन्द्रियों एवं अपवित्र इच्छाओं पर नियन्त्रण, काम एवं क्रोध पर नियन्त्रण। इसका अभिप्राय आत्म-नियन्त्रण से है, यही ब्रह्मचर्य है। अविवाहित रहना मात्र ही इसका अर्थ नहीं है। यह उचित परिभाषा नहीं है। इसका तात्पर्य है जीवन की प्रथम अवस्था।

उन दिनों मनुष्य की आयु १०० वर्ष मानी जाती थी। परन्तु आजकल १०० वर्ष तक कौन जीवित रहता है? जीवन की अवधि अल्प हो गयी है। जीवन के प्रथम २५ वर्ष व्यक्ति को विद्यार्थी जीवन व्यतीत करना चाहिए। आजकल इंजीनियरिंग के विद्यार्थी, चिकित्सा एवं विधि शास्त्र के विद्यार्थी जब अपनी डिग्री प्राप्त करते हैं, उनकी आयु तेईस अथवा चौबीस वर्ष हो जाती है। अत: ब्रह्मचर्य आश्रम चौबीस वर्ष तक माना जा सकता है। आप गृहस्थाश्रम चौबीस से पैंतालीस वर्ष तथा वानप्रस्थाश्रम पैंतालीस से साठ

वर्ष तक का मान सकते हैं। साठ वर्ष के पश्चात्, व्यक्ति को संन्यास अवश्य लेना चाहिए। अभी हम द्वितीय, तृतीय एवं चतुर्थ आश्रम के विषय में नहीं, अपितु ब्रह्मचर्य आश्रम की बात कर रहे हैं। यह सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण अवस्था है, क्योंकि इस पर ही अन्य तीन आश्रम निर्भर करते हैं। यदि ब्रह्मचर्य आश्रम में व्यक्ति उचित प्रकार से जीवन व्यतीत करता है तो वह एक आदर्श गृहस्थी, आदर्श वानप्रस्थी एवं आदर्श संन्यासी बनेगा। परन्तु यदि आप ब्रह्मचर्य आश्रम में उचित प्रकार से नहीं जीते हैं, सच्चरित्र नहीं बनते हैं तो क्या होगा? आप आदर्श गृहस्थी नहीं बन सकते हैं। आपकी सन्तान स्वस्थ एवं चरित्रवान् नहीं बनेगी। यदि आपमें आत्म-संयम नहीं है तथा आपके कार्य धर्म पर आधारित नहीं हैं तो आपका जीवन अनुचित कार्यों से पूर्ण होगा और आप वानप्रस्थ आश्रम में अत्यन्त दु:खी होंगे तथा आपका सम्पूर्ण जीवन ही असफल हो जायेगा।

जीवन की सफलता एवं असफलता इस बात पर निर्भर करती है कि आपने अपने जीवन का प्रथम भाग किस प्रकार व्यतीत किया है। इस सम्बन्ध में आपके पूर्वजों ने तीन महान् कर्तव्य बताये हैं। ब्रह्मचर्य आश्रम में एक विद्यार्थी और युवा के कर्तव्य क्या हैं? प्रथम महत्त्वपूर्ण कर्तव्य तो स्वत: स्पष्ट ही है। विद्यार्थी का प्रथम कर्तव्य ज्ञान प्राप्त करना है। आपकी प्राचीन संस्कृति में ज्ञान मात्र इतिहास, विज्ञान, गणित तथा राजनीति शास्त्र तक सीमित नहीं था। इसमें व्यवसाय का ज्ञान तथा जीवन का ज्ञान एक आदर्श जीवन कैसे व्यतीत किया जाये भी सम्मिलित था। हम यहाँ क्यों आये हैं अपने वास्तविक स्वरूप के ज्ञान की प्राप्ति हेतु। अत: इस ज्ञान से

अभिप्राय नैतिक विद्या, धार्मिक विद्या तथा अध्यात्म विद्या भी था। आपको गृहस्थाश्रम में प्रवेश कर अपनी पत्नी एवं सन्तान के पालन-पोषण हेतु उद्योग आदि द्वारा धनार्जन करने के लिए भौतिक विद्या प्राप्त करनी होती है। परन्तु यदि आप एक उच्च जीवन जीना चाहते हैं तथा समाज में सुयश चाहते हैं तो आपको यह भी अवश्य जानना चाहिए कि धर्म क्या है, नीति क्या है? आपको नैतिक शिक्षा भी प्राप्त करनी चाहिए।

प्रत्येक विद्यार्थी को श्रीमद्भगवद्गीता कण्ठस्थ करनी चाहिए; इसके लिए संस्कृत का थोड़ा ज्ञान होना चाहिए। श्रीमद्भगवद्गीता में अध्यात्म विद्या का सार निहित है। आपकी सम्पूर्ण संस्कृति वैदिक ज्ञान पर ही आधारित है। आपके धर्म को वैदिक धर्म कहा जाता है तथा इसका वास्तविक नाम सनातन वैदिक धर्म है। इसका तात्पर्य है वेदों पर आधारित धर्म। वेदों का ज्ञान उपनिषदों में समाया है तथा उपनिषदों का सार श्रीमद्भगवद्गीता के ७०० श्लोकों में निहित है। यदि आप प्रतिदिन एक श्लोक कण्ठस्थ करते हैं, तो दो वर्षों में आप सम्पूर्ण गीता कण्ठस्थ कर लेंगे। यदि आप अधिक उत्सुक हैं, तो एक श्लोक प्रातःकाल एवं एक श्लोक सायंकाल में कण्ठस्थ कर एक वर्ष में ही सम्पूर्ण अठारह अध्याय अर्थात् ७०० श्लोक हृदयस्थ कर लेंगे। श्रीमद्भगवद्गीता में उपनिषदों का सार, आपकी अध्यात्म विद्या का सार है। अतः ब्रह्मचर्य आश्रम में विद्यार्थियों के प्राथमिक कर्तव्यों में से एक है लौकिक, नैतिक एवं आध्यात्मिक ज्ञान की प्राप्ति।

द्वितीयतः, यदि आप अपने लौकिक, नैतिक एवं आध्यात्मिक ज्ञान का उपयोग करना चाहते हैं तो आपको इसे कार्य में परिणत करना होगा। आपको इस ज्ञान को जीना होगा और अपने सीखे हुए ज्ञान का आप प्रभावशाली रूप से तभी अभ्यास कर सकते हैं यदि आपका स्वास्थ्य उत्तम है, यदि आपका शरीर स्वस्थ एवं बलवान् है। **''धर्मार्थकाममोक्षाणां आरोग्य मूलमुत्तमम्''** धर्म, अर्थ, काम एवं मोक्ष का आधार एक स्वस्थ एवं सुदृढ़ शरीर ही है। अतः आपको प्रतिदिन व्यायाम, आसन-प्राणायाम, सूर्यनमस्कार का अभ्यास कर अपने शरीर को बलवान् बनाना चाहिए। आपको स्वस्थ आदतों का विकास करना चाहिए। रात्रि में जल्दी सो कर, प्रातः जल्दी उठें। ठण्ढे जल से स्नान करें। सूर्यनमस्कार करें, कुछ आसनों का अभ्यास करें। शक्तिवर्धक शारीरिक व्यायाम करें। आहार में संयम बरतें। मारुति (हनुमान्) की भाँति आपको वज्रकाय होना चाहिए। हनुमान्, भीष्म, भीम, लक्ष्मण तथा स्वामी विवेकानन्द आपके आदर्श होने चाहिए। शारीरिक रूप से बलवान् होने पर आपकी मानसिक शक्ति का भी विकास होगा। क्योंकि शरीर एवं मन अन्तःसम्बन्धित हैं। यदि आपका शरीर दुर्बल है तो मन शक्तिशाली नहीं हो सकता, आप संकल्प शक्ति का विकास नहीं कर सकते। अतः स्वस्थ एवं बलवान् शरीर का विकास करना आपका द्वितीय महत्त्वपूर्ण कर्तव्य है। शरीर ही सेवा एवं सफल उद्यम का माध्यम है। बिना सुदृढ़ शरीर के कोई पुरुषार्थ, किसी प्रकार का परिश्रम सम्भव नहीं है।

आपका तृतीय, सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण कर्तव्य है सच्चरित्र का विकास करना। एक बार यदि यह समय निकल जाता है, फिर आप अपने चरित्र को

बदल नहीं पायेंगे। क्योंकि युवावस्था में, आप उन ईंटों की तरह हैं जिन्हें भट्ठी में नहीं डाला गया है; मिट्टी अभी नरम है और आप आकृति बदल सकते हैं। आप इस पर कोई भी छाप डाल सकते हैं। आप इसे किसी भी साँचे में ढाल सकते हैं, बदल सकते हैं। परन्तु एक बार यदि ईंट भट्ठी में पकने के लिए डाल दी गयी तो वह कठोर हो जाती है, तब आप इसकी आकृति बदल नहीं सकते हैं। यदि आप इसकी आकृति बदलने का प्रयास करेंगे, यह टूट जायेगी। अत: आप जो-कुछ भी करना चाहते हैं, इसी अवस्था में करिए। जब एक पौधा कोमल होता है, उसे किसी भी दिशा में मोड़ा जा सकता है। परन्तु जब वह एक विशाल वृक्ष बन जाता है, आप उसे झुका नहीं सकते। यह टूट जायेगा। इसलिए आप इस अवस्था में अपने चरित्र को, स्वभाव एवं व्यवहार को जैसा चाहें वैसा बना सकते हैं। परन्तु यदि आपने जागने में विलम्ब किया और फिर इसे बदलने का प्रयास किया तो आप पायेंगे कि आप ऐसा नहीं कर सकते हैं। आपका स्वभाव अब कठोर तथा एक निश्चित रूप धारण कर चुका है। अत: वर्तमान समय ही वह समय है जब आप इसे कोई भी आकृति दे सकते हैं।

स्मरण रखिए कि मानव-समाज की महानतम व्याधि है स्वार्थपरायणता। क्रोध एवं अहंकार शक्ति के परिचायक नहीं हैं। इसे समझने का प्रयास करिए। आत्म-नियन्त्रण के प्रमाण रूप में आप सदैव विनम्र, सरल एवं निःस्वार्थी बनिए। आपका चरित्र निःस्वार्थता से विभासित हो। यह सरलता, विनम्रता एवं क्षमाशीलता से युक्त हो। गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की 'श्योर वेज़ ऑफ सक्सेस इन लाइफ' तथा

महात्मा गान्धी की 'सेल्फ इन्डलजेन्स वर्सेज सेल्फ कन्ट्रोल' पुस्तकों का अध्ययन करिए। स्वालम्बन, संयमित जीवन एवं चरित्र आपका आदर्श हो। एक आदर्श विद्यार्थी बनिए।

परम पिता परमात्मा का आशीर्वाद आप सब पर हो!