आदर्श युवक कसा असावा..... स्वामी विवेकानंद

१) चेहर्यावर तेज आहे.	२) देहामध्ये शक्ती आहे.
३) मनामध्ये उत्साह आहे.	४) बुद्धीमध्ये विवेक आहे.
५) हृदयामध्ये करून आहे.	६) मातृभूमीवर प्रेम आहे.
७) इंद्रियांवर संयम आहे.	८) मन ज्याचे स्थिर आहे.
९) आत्मविश्वास द्दढ आहे.	१०) इच्छाशक्ती प्रबळ आहे.
११) धाडसाचे बळ आहे.	१२) सिंहासारखा निर्भय आहे.
१३) ध्येय ज्याचे उच्च आहे.	१४) सत्य ज्याचा ईश्वर आहे.
१५) व्यसनापासून मुक्त आहे.	१६) जीवनामध्ये शिस्त आहे.
१७) प्रेमळ ज्याचा सूर आहे.	१८) मानवता हेच कुळ आहे.
१९) गुरुजनांचा आदर आहे.	२०) पालाकांवरती श्रद्धा आहे.
२१) दिन-दुबळ्यांचा मित्र आहे.	२२) सेवेसाठी तत्पर आहे.
२३) देवावरती भक्ती आहे.	२४) जीवनामध्ये नीती आहे.

२५) चारित्र्य ज्याचे शुध्द आहे..........तोच आदर्श युवक आहे.

सद्गुरू कबीर के अमूल्य विचार...

ऐसी वाणी बोलिए, मन का आप खोए,
औरन को शीतल करे, आपहुं शीतल होए॥

काल करे सो आज कर, आज करे सो अब।
पल में परलय होएगी, बहुरि करेगा कब॥

शब्द सम्हारे बोलिए, शब्द के हाथ न पाँव।
एक शब्द औषधि करे, एक शब्द करे घाव।।

धीरेधीरे रे मना-, धीरे सब कुछ होय ।
माली सींचे सौ घड़ा, ॠतु आए फल होय ।।

पोथी पढ़ि-पढ़ि जग मुआ, पंडित भया न कोय,
ढाई आखर प्रेम का, पढ़े सो पंडित होय ।।

जिन खोजा तिन पाइया, गहरे पानी पैठ।
जो बहुरा बूडन डरा, रहा किनारे बैठ॥

करत करत अभ्यास के, जड़मति होत सुजान।
रस्सी आवत जाट है, शील पर पडत निशान।

कबीरा जब हम पैदा हुए, जग हँसे हम रोये।
ऐसी करनी कर चलो, हम हँसे जग रोये॥

मन के मते ना चलिए, मन के मते अनेक।
जो मन पर अस्वार है, सो साधक कोई एक॥

"साधक ऐसा चाहिए, जैसा सूप सुभाय।
सार-सार को गहि रहै, थोथा देई उड़ाय॥

निंदक नियरे राखिए, आँगन कुटी छवाय।
बिन पानी साबुन बिना, निर्मल करे सुभाय॥

जहाँ दया तहाँ धर्म है, जहाँ लोभ तहाँ पाप।
जहाँ क्रोध तहाँ काल है, जहाँ क्षमा तहाँ आप॥

गांजा पिए सो गवार, बीड़ी पिए सो चोर।
तम्बाखू खाये सो गधा, थूके चारो और।।

लेने को हरिनाम है, देने को अन्नदान।
तराने को है लीनता, डूबने को अभिमान।

नई पीढ़ी और अध्यात्म: एक गलतफहमी का समाधान

आज की युवा पीढ़ी 'अध्यात्म' शब्द सुनते ही उसे पूजा-पाठ, मंदिर, और धार्मिक ग्रंथों से जोड़कर बुजुर्गों की चीज़ मान लेती है। वे सोचते हैं कि इसका उनकी व्यस्त और डिजिटल ज़िंदगी से कोई लेना-देना नहीं है।
लेकिन यह एक भ्रम है। अध्यात्म किसी धर्म या परंपरा तक सीमित नहीं, बल्कि यह स्वयं को जानने, जीवन के प्रति दृष्टिकोण को परखने और नैतिक विवेक विकसित करने की प्रक्रिया है।
अध्यात्म का अर्थ है — अपने विचारों, भावनाओं और कर्मों को समझकर उन्हें ऊँचे मूल्यों की ओर ले जाना।
यह आत्मबोध, मानसिक शांति, संतुलन, और जीवन के उद्देश्य को समझने की कला है।
जब युवा यह समझते हैं कि अध्यात्म उनका मानसिक स्वास्थ्य, नैतिक निर्णय और आंतरिक शांति से जुड़ा है, तब वे उससे सहज रूप से जुड़ने लगते हैं।
"अध्यात्म कोई पूजा-पाठ नहीं, यह सजग और सच्चा जीवन जीने की कला है।"

भोजन आराधना

भोजन नहीं यह यज्ञ है, ब्रह्माग्नि में है आहुती
नर! शुद्ध-चित्त सेवन करें, तब ब्रह्मही होती मती
ऐसी किया कर भावना, अर्पण किया कर ब्रह्मको ।
कर फेर भोजन प्रेमसे, सतबुद्धी पावे धर्म को ॥

कोशिश करने वालों की हार नहीं होती....
(कवि: हरिवंश राय बच्चन)

लहरों से डर कर नौका पार नहीं होती,
कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।
नन्हीं चींटी जब दाना लेकर चलती है,
चढ़ती दीवारों पर, सौ बार फिसलती है।
मन का विश्वास रगों में साहस भरता है,
चढ़कर गिरना, गिरकर चढ़ना न अखरता है।
अखिर उसकी मेहनत बेकार नहीं होती,
कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।

डुबकियां सिंधु में गोताखोर लगाता है,
जा जाकर खाली हाथ लौटकर आता है।
मिलते नहीं सहज ही मोती गहरे पानी में,
बढ़ता दुगना उत्साह इसी हैरानी में।
मुट्ठी उसकी खाली हर बार नहीं होती,
कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।
असफलता एक चुनौती है, स्वीकार करो,
क्या कमी रह गई, देखो और सुधार करो।
जब तक न सफल हो, नींद चैन को त्यागो तुम,
संघर्ष का मैदान छोड़ मत भागो तुम।
कुछ किये बिना ही जय जयकार नहीं होती,
कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।

............Dr. Pankaj R. Dhapake