जून २००९

शिक्षा का अर्थ हैह्वह्वमनुष्य का पूर्ण विकास। व्यावहारिक और वैज्ञानिक शिक्षा के द्वारा मस्तिष्क, हृदय और हाथ का सामंजस्यपूर्ण प्रशिक्षण होना चाहिए। शिक्षा वह है जो सादा जीवन और उच्च विचार की ओर अग्रसर करे।

जुलाई २००९

नैतिकता व्यावहारिक धर्म है और धर्म है सैद्धान्तिक नैतिकता। धर्म के बिना नैतिकता जड़-रहित वृक्ष या बालू पर बने घर की भाँति है। नैतिकता का आधार होना चाहिएह्वह्वईश्वर के प्रति प्रेम। ईश्वर के बिना नैतिकता पतवार-रहित नौका के समान है।

उपनिषद्-सुधा बिन्दु

ब्रह्म ह देवेभ्यो विजिग्ये तस्य ह ब्रह्मणो विजये देवा अमहीयन्त।
त ऐक्षन्तास्माकमेवायं विजयोऽस्माकमेवायं महिमेति ॥१॥

गुरु : ब्रह्म ने असुरों को पराजित करके देवों के लिए विजय प्राप्त की। ब्रह्म की विजय से देव गौरवान्वित हुए। उन्होंने सोचाह्वह्व''यह विजय हमारी है, यह गौरव हमारा है।''

ब्रह्मचर्य-साधना :

वीर्य का मूल्य

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

मेरे प्रिय भाइयो! प्राणभूत शक्ति वीर्य जो आपके जीवन का आधार है, जो प्राणों का प्राण है, जो आपके चमकदार नेत्रों में चमकता है, जो आपके चमकीले कपोलों में विलसित होता हैह्वह्वआपके लिए एक महान् निधि है। इस बात को भली-भाँति स्मरण रखें। वीर्य रक्त का सारतत्त्व है। एक बूँद वीर्य चालीस बूँद रक्त से बनता है। यहाँ ध्यान दें कि वीर्य कितना मूल्यवान् है।

वृक्ष पृथ्वी से रस प्राप्त करता है। यह रस समस्त वृक्ष मेंह्वह्वउसकी शाखा-प्रशाखाओं, पत्तियों, उसके पुष्पों तथा फलों में परिसंचरित होता है। पत्तियों, पुष्पों तथा फलों में जो चमकीला रंग तथा जीवन है, वह इस रस के कारण ही है। इसी भाँति अण्डकोषों की कोशिकाओं द्वारा रक्त से निर्मित किया जाने वाला वीर्य मानव-शरीर तथा इसके विभिन्न अवयवों को रंग तथा तेजस्विता प्रदान करता है।

आयुर्वेद के अनुसार वीर्य भोजन से बनने वाली अन्तिम धातु है। **''रसद् रक्तं ततो मांसं मांसान्मेधः प्रजायते; मेधासोस्थि ततोमज्जा मज्जा शुक्रस्य सम्भवः।''** भोजन से रस निर्मित होता है। इससे रक्त, रक्त से मांस, मांस से मेदा, मेदा से अस्थि, अस्थि से मज्जा और मज्जा से वीर्य उत्पन्न होता है। ये ही सप्त-धातुएँ हैं जो प्राण तथा शरीर को अवलम्ब देती हैं। यहाँ ध्यान दें कि वीर्य कितना बहुमूल्य है। यह अन्तिम सार पदार्थ है। यह समस्त सारों का सार है। वीर्य अस्थियों में प्रच्छादित मज्जा से उत्पन्न होता है।

प्रत्येक धातु के तीन प्रभाग हैं। वीर्य स्थूल शरीर, हृदय तथा बुद्धि को पोषित करता है। जो व्यक्ति स्थूल शरीर, हृदय तथा बुद्धि का उपयोग करता है, वही पूर्ण ब्रह्मचर्य रख सकता है। एक पहलवान जो केवल अपने शरीर का ही उपयोग करता है, किन्तु बुद्धि तथा हृदय को अविकसित रखता है, पूर्ण ब्रह्मचर्य रखने की कदापि आशा नहीं कर सकता। वह शरीर का ही ब्रह्मचर्य रख सकता है, मन तथा हृदय का नहीं। वह वीर्य जिसका सम्बन्ध हृदय तथा मन से है, निस्सन्देह बाहर बह निकलेगा। यदि कोई साधक केवल जप तथा ध्यान करता है, यदि वह हृदय को विकसित नहीं करता है और यदि वह शारीरिक व्यायाम नहीं करता, तो वह केवल मानसिक ब्रह्मचर्य रख सकेगा। वीर्य का वह अंश, जो हृदय तथा शरीर के पोषण में व्यय होता है, बाहर बह निकलेगा। किन्तु एक उन्नत योगी जो गम्भीर ध्यान में प्रवेश करता है, यदि शारीरिक व्यायाम न भी करे, तो भी पूर्ण ब्रह्मचर्य रख सकेगा।

वीर्य भोजन अथवा रक्त का सारतत्त्व है। आधुनिक आयुर्विज्ञान के अनुसार एक बूँद वीर्य चालीस बूँद रक्त से बनता है। आयुर्वेद के अनुसार वीर्य की एक बूँद रक्त की अस्सी बूँदों से बनती है। अण्डकोष में स्थित दो वृषणों अथवा अण्डों को स्रावी ग्रन्थियाँ कहते हैं। अण्डकोष की ये कोशिकाएँ रक्त से वीर्य स्रावित करने के एक विशेष गुण से सम्पन्न हैं। जिस प्रकार मधुमक्खियाँ बूँद-बूँद करके मधुकोष में मधु एकत्र करती हैं, उसी

प्रकार इन अण्डकोषों की कोशिकाएँ रक्त से एक-एक बूँद वीर्य एकत्रित करती हैं। तत्पश्चात् यह तरल द्रव दो वाहिनियों अथवा नलिकाओं द्वारा रैतस आशयक में ले जाया जाता है। उत्तेजना अथवा उद्दीपन की अवस्था में यह निषेचन-प्रणाली नामक एक विशेष वाहिनी द्वारा मूत्र-द्वार में फेंक दिया जाता है जहाँ वह पुरःस्थ-रस के साथ मिश्रित हो जाता है।

वीर्य सूक्ष्म रूप से शरीर के सभी कोशाणुओं में पाया जाता है। जिस प्रकार ईख में शर्करा तथा दुग्ध में नवनीत सर्वत्र व्याप्त होता है, उसी प्रकार वीर्य समग्र शरीर में व्याप्त रहता है। जिस प्रकार नवनीत निकाल लेने पर छाछ पतली रह जाती है, उसी प्रकार वीर्य का अपव्यय होने से वह पतला पड़ जाता है। जितना ही अधिक वीर्य का अपक्षय होता है, उतनी ही अधिक दुर्बलता आती है। योगशास्त्र में कहा है : **''मरणं बिन्दुपतनात् जीवनं बिन्दुरक्षणात्''** ह्नह्नवीर्य का नाश ही मृत्यु है और वीर्य की रक्षा ही जीवन है। यह मनुष्य की गुप्त निधि है। यह मुख-मण्डल को ब्रह्म-तेज तथा बुद्धि को बल प्रदान करती है।

आधुनिक चिकित्सकों की राय

यूरोप के प्रतिष्ठित भैषजिक व्यक्ति भी भारतीय योगियों के कथन का समर्थन करते हैं। डा. निकोल कहते हैं : ''यह एक भैषजिक तथा दैहिक तथ्य है कि शरीर के सर्वोत्तम रक्त से स्त्री तथा पुरुष दोनों ही जातियों में प्रजनन-तत्त्व बनते हैं। शुद्ध तथा व्यवस्थित जीवन में यह तत्त्व पुनः अवशोषित हो जाता है। यह सूक्ष्मतम मस्तिष्क, स्नायु तथा मांसपेशीय ऊतकों का निर्माण करने के लिए तैयार हो कर पुनः परिसंचारण में जाता है। मनुष्य का यह वीर्य वापस ले जाने तथा उसके शरीर में विसारित होने पर उस व्यक्ति को निर्भीक, बलवान्, साहसी तथा वीर बनाता है। यदि इसका अपव्यय किया गया, तो वह उसको स्त्रैण, दुर्बल तथा कृशकलेवर, कामोत्तेजनशील तथा उसके शरीर के अंगों के कार्य-व्यापार को विकृत तथा स्नायु-तन्त्र को असन्तोषजनक करता तथा उसे मिरगी तथा अन्य अनेक रोगों और मृत्यु का शिकार बना देता है। जननेन्द्रिय के व्यवहार की निवृत्ति से शारीरिक, मानसिक तथा आध्यात्मिक बल में असाधारण वृद्धि होती है।''

यदि व्यक्ति में शुक्र-स्राव अनवरत होता है, तो वह या तो निष्क्रमण करेगा या पुनरवशोषित होगा। परम धीर तथा अध्यवसायी वैज्ञानिक अनुसन्धानों के परिणाम-स्वरूप यह पता चला है कि जब कभी भी रेतःस्राव को सुरक्षित रखा जाता है तथा इस प्रकार उसका शरीर में पुनरवशोषण किया जाता है, तो वह रक्त को समृद्ध तथा मस्तिष्क को बलवान् बनाता है। डा. डिओ लुई का विचार है कि शारीरिक बल, मानसिक ओज तथा बौद्धिक कुशाग्रता के लिए इस तत्त्व (वीर्य) का संरक्षण परमावश्यक है। एक अन्य लेखक डा. ई. पी. मिलर लिखते हैं : ''शुक्र-स्राव का सभी स्वैच्छिक अथवा अस्वैच्छिक अपव्यय जीवन-शक्ति का प्रत्यक्ष अपव्यय है। यह प्रायः सभी स्वीकार करते हैं कि रक्त के सर्वोत्तम तत्त्व शुक्र-स्राव की संरचना में प्रवेश कर जाते हैं। यदि ये निष्कर्ष ठीक हैं, तो इसका यह अर्थ हुआ कि व्यक्ति के कल्याण के लिए ब्रह्मचर्य-जीवन परमावश्यक है।''

मन, प्राण तथा वीर्य

मन, प्राण तथा वीर्य एक ही शृंखला की तीन कड़ियाँ हैं। ये जीवात्मा-रूपी प्रासाद के तीन स्तम्भ हैं।

इनमें से एक स्तम्भह्नह्नमन, प्राण अथवा वीर्यह्नह्नको नष्ट करें, तो सम्पूर्ण भवन ध्वस्त हो जायेगा।

मन, प्राण तथा वीर्य एक ही हैं। मन पर नियन्त्रण द्वारा आप प्राण तथा वीर्य को नियन्त्रित कर सकते हैं। प्राण पर नियन्त्रण द्वारा आप मन तथा वीर्य को नियन्त्रित कर सकते हैं। वीर्य पर नियन्त्रण द्वारा आप मन तथा प्राण को नियन्त्रित कर सकते हैं।

मन, प्राण तथा वीर्य एक ही तार से जुड़े हुए हैं। यदि मन को नियन्त्रित कर लिया गया, तो प्राण तथा वीर्य स्वयं नियन्त्रित हो जाते हैं। जो व्यक्ति प्राण (श्वास) को रोक देता है अथवा उसका निरोध करता है, वह मन की क्रिया तथा वीर्य की गति को भी नियन्त्रित कर देता है। पुनः, यदि वीर्य को नियन्त्रित कर लिया जाता है और उसे शुद्ध विचार तथा विपरीतकरणी-मुद्रा (यथा सर्वांगासन तथा शीर्षासन) तथा प्राणायाम के अभ्यास से ऊपर की ओर मस्तिष्क में प्रवाहित किया जाता है, तो मन तथा प्राण स्वयमेव नियन्त्रित हो जाते हैं।

मन दो वस्तुओं अर्थात् प्राण के स्पन्दन तथा वासनाओं से गतिशील अथवा क्रियाशील बनता है। जहाँ मन अन्तर्लीन होता है, वहाँ प्राण निरुद्ध होता है और जहाँ प्राण स्थिर होता है, वहाँ मन भी अन्तर्लीन होता है। मन तथा प्राण व्यक्ति तथा उसकी छाया की भाँति अन्तरंग साथी हैं। यदि मन तथा प्राण को नियन्त्रित न किया जाये, तो सभी इन्द्रियाँह्नह्नज्ञानेन्द्रियाँ तथा कर्मेन्द्रियाँह्नह्नस्व-स्व कार्य में व्यस्त रहती हैं।

जब व्यक्ति कामुकता से उत्तेजित होता है, तब प्राण चलायमान हो जाता है। उस समय सम्पूर्ण शरीर मन के आदेशों का वैसा ही पालन करता है जैसे एक सैनिक अपने सेनापति के आदेशों का पालन करता है। प्राण वीर्य को गति देता है। वीर्य चलायमान हो जाता है। वीर्य नीचे की ओर उसी प्रकार स्खलित हो जाता है जिस प्रकार वायु के प्रबल झोंकों से वृक्षों से फल, फूल तथा पत्ते गिर जाते हैं अथवा मेघ से फूट कर वर्षा का जल नीचे गिरने लगता है।

यदि वीर्य नष्ट हो गया, तो प्राण अस्थिर हो जाता है। प्राण क्षुब्ध हो जाता है। मनुष्य अधीर हो जाता है। तब मन भी समुचित रूप से कार्य नहीं कर सकता है। मनुष्य चल-चित्त हो जाता है और उसमें मनोवैकल्य आ जाता है।

जब प्राण को स्थिर कर दिया जाता है, तो मन भी स्थिर हो जाता है। यदि वीर्य स्थिर होता है, तो मन भी स्थिर होता है। यदि दृष्टि स्थिर होती है, तो मन भी स्थिर होता है। अतः प्राण, वीर्य तथा दृष्टि को नियन्त्रित करें।

ईश्वर रस हैह्नह्न**''रसो वै सः।''** रस वीर्य है। रस या वीर्य को प्राप्त करके ही आप नित्यानन्द को प्राप्त कर सकते हैंह्नह्न**''रसोह्येवायं लब्ध्वा आनन्दी भवति।''**

जीवन के इस प्राणभूत सत्त्व के महत्त्व तथा उपयोगिता को पूर्ण रूप से समझें। वीर्य परम शक्ति है। वीर्य परम धन है। वीर्य ईश्वर है। वीर्य सीता है। वीर्य राधा है। वीर्य दुर्गा है। वीर्य चलायमान ईश्वर है। वीर्य सक्रिय संकल्प-शक्ति है। वीर्य आत्म-बल है। वीर्य भगवान् की विभूति है। भगवान् गीता में कहते हैं : **''पौरुषं नृषु''**ह्नह्नमनुष्यों में मैं पुरुषत्व हूँ। वीर्य जीवन, विचार, बुद्धि तथा चेतना का सत्त्व है। अतः प्रिय पाठको! वीर्य की बहुत ही सावधानी से रक्षा कीजिए।

(अनूदित)

प्रार्थना द्वारा मन का प्रत्याहार

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

मन की भगवान् की ओर लगने की रुचि इसलिए नहीं होती; क्योंकि यह अन्य अनेकों विषय-वस्तुओं, नाम-रूपों, अनुभवों, सम्बन्धों, उत्तेजनाओं, व्यक्तियों और घटनाओं के पीछे भागता रहता हैह्लह्लइस तथ्य को सब जानते हैं। मन नामक इस वस्तु का यही स्वभाव है।

वास्तव में यह ऐसा इसलिए है; क्योंकि मन स्वाभाविक रूप से ही वस्तु-पदार्थों की ओर, बाह्य जगत् की ओर रुचि रखता है तथा सदैव तुच्छ, परिवर्तनशील और नाशवान् वस्तुओं के सम्बन्ध में ही सोचने का आदी है। हमारे पूर्वजों ने इसीलिए कहा है कि आपको अपने मन के स्वभाव को निश्चित रूप से परिवर्तित करने का प्रयत्न करते रहना चाहिए, इसकी प्रतिभासित जगत् की ओर जाने वाली अनियन्त्रित गति को उधर से हटा कर दिव्यता की ओर मोड़ते रहना चाहिए।

मन की सहज स्वाभाविक प्रकृति के बहिर्मुखी होने के कारण ही इस प्रकार करते रहने की आवश्यकता है; क्योंकि जब तक हम उसके इस स्वभाव को बदलते रहने का प्रयत्न नहीं करेंगे, इसको प्रशिक्षित करके ऐसे स्वभाव को छुड़ाने का प्रयत्न करते नहीं रहेंगे, तब तक यह किसी भी प्रकार से अपना यह जन्मजात स्वभाव छोड़ने वाला नहीं है। यह बात पूर्णतया निश्चित है, स्पष्ट है।

यदि हमें यह कभी भी बताया नहीं जाता कि यह सब आत्म-सुसंस्कृति का एक हिस्सा है, स्वयं को सुव्यवस्थित करने की कला और विज्ञान है, उस प्रशिक्षण का एक अत्यन्त आवश्यक अंग है, जो प्रत्येक व्यक्ति को एक उत्तम मन, प्रशिक्षित मन, शुद्ध और परिष्कृत मन की प्राप्ति के लिए और एक सही दिशा में जाने के लिए करना पड़ता हैह्लह्लतो हम शान्ति की आशा कैसे कर सकते हैं? जब तक हमें यह बताया नहीं जायेगा और जब तक हम इसके अभ्यास में नहीं लगेंगे, तब तक हम प्रसन्नता प्राप्त करने की आशा कैसे कर सकते हैं? हम एकाग्रता की, शान्त मन की, प्रशान्त अन्त:स्थिति की आशा कैसे रख सकते हैंह्लह्लजब तक हम यह सब नहीं करते?

हम सब शान्ति चाहते हैं। प्रसन्नता, प्रकाश, ज्ञान, प्रबोधन, मोक्ष और परम शान्ति चाहते हैं, किन्तु इसके लिए जिस आत्म-अनुशासन की, जिस अभ्यास की आवश्यकता है, वह हम करते नहीं। जिस प्रकार हमारे हाथ, पाँव, मांसपेशियाँ और जोड़ इत्यादि हमें ऐसी शारीरिक शक्ति के रूप में उपलब्ध हैं, जिनसे अपनी इच्छानुसार कार्य-सम्पादन के लिए इन्हें अपने नियन्त्रण में रखना आवश्यक है, उसी प्रकार मन भी एक शक्ति का ही रूप है और इस शक्ति को भी उसी भाँति अनुशासन में रखने की आवश्यकता होती है।

सामान्य रूप से इस अनुशासन को, इस नियन्त्रण को योग कहा जा सकता है। योग वह है जो मनुष्य के

मन के सम्बन्ध का, दु:ख और कष्टों के समस्त कारणों से विच्छेद कर देता है। मानवीय कष्टों के जो भी कारण हैं, उनसे सम्बन्ध-विच्छेद ही योग है।

इसके लिए हमारे पूर्वजों ने हमें उपाय बताते हुए कहा है कि यदि आप इस स्वभाव को, मन के दु:खों-कष्टों के साथ स्वयं को जोड़ लेने के इस जन्मजात स्वभाव को हटाना चाहते हैं, तो उसका एकमात्र ढंग यही है कि जो-कुछ भी सुख, प्रसन्नता और आनन्द का मूल-स्रोत है, इसको उससे जोड़ लिया जाये। और जो इस पथ पर हमसे आगे चले हैं, जिन्होंने आनन्द-प्राप्ति के इस सिद्धान्त को स्वयं अनुभूत किया है, उन्होंने बताया है कि दु:खों से अतीत जाने का मार्गह्वह्वऔर एकमात्र मार्गह्वह्वयही स्वयं को आनन्द-स्रोत से जोड़ लेने का है।

सहस्रों वर्षों से हमारे पूर्वज हमें बताते चले आ रहे हैं कि अन्धकार को हटाने का एकमात्र उपाय है प्रकाश को वहाँ ले आना। इसी प्रकार स्वयं को दु:खों के प्रचुर कारणों से संयुक्त कर लेने के, मन के इस जन्मजात स्वभाव को बदलने का एकमात्र उपाय इसे उस मूल तत्त्व से संयुक्त कर देना है जो समस्त सुखों और परम आनन्द का एकमात्र मूल कारण है।

इसे योग कहते हैं, इसे आध्यात्मिक साधना कहते हैं। इसे मन का नियन्त्रण, आत्मानुशासन कहते हैं। यही एकमात्र ढंग है। मन स्वयं अपनी प्रवृत्ति को नहीं बदलेगा। हमें ही इसको बदलना आरम्भ करना होगा। हमें इसको इस ओर प्रवृत्त करके स्थिर करना होगा। और भगवान् श्री कृष्ण ने भी इस बात को स्वीकार किया है कि यह धीरे-धीरे ही होगा। एकदम से आप इसमें परिवर्तन नहीं ला सकते।

और परिपूर्ण आनन्द से स्वयं को संयुक्त करने का एक ढंग हैह्वह्वप्रार्थना! जप, स्मरण, ध्यान, चिन्तन, आत्म-चिन्तन, भगवद्-चिन्तन इत्यादि समस्त ऐसे ही अन्य साधनों में से प्रार्थना मन और हृदय के द्वारा भगवान् के साथ स्वयं को जोड़ने का एक अत्यन्त प्रभावशाली साधन है। प्रार्थना में किसी तर्क और युक्ति का आश्रय नहीं लिया जाता। यह तो भावनाओं और हृदय की समुचित अन्तरंग शक्ति के द्वारा भगवान् की ओर उन्मुख होने का प्रयास होता है।

'प्रार्थना की शक्ति' की आन्तरिक संरचना क्या है? सामान्य अर्थों में यह परमात्मा के साथ सम्बन्ध है जो कि मन को अपना स्वभाव बदल कर धीरे-धीरे रूपान्तरित होने के प्रशिक्षण की प्रक्रिया है। साररूप में प्रार्थना दिव्यता के साथ सम्बन्ध स्थापित करके उसे बनाये रखने की प्रक्रिया है। यही तथ्य प्रार्थना की शक्ति, प्रार्थना की क्षमता और प्रार्थना के प्रभाव को स्पष्ट करता है। यह (प्रार्थना) हमारा सम्बन्ध उस दिव्यता के साथ जोड़ देती है जो कि हमारे दु:खों के साथ के सतत सम्बन्ध को समाप्त करने का एकमात्र उपाय है।

असीसी के सन्त फ्रांसिस ने अपनी बहुत-सी प्रार्थनाओं में से एक प्रार्थना में अपने संन्यासी बन्धुओं को उपदेश देते हुए कहा है कि हमें भगवान् से यह याचना करनी चाहिए कि वह हम पर, अपना सतत स्मरण बनाये रखने की कृपा करें, कि हम उन्हें कभी न भूलें और कभी एक क्षण के लिए भी उनसे विमुख न हों।

शिवाजी के महान् गुरु समर्थ रामदास ने उन्हें सदा इस प्रकार प्रार्थना करने की शिक्षा दीह्वह्व

सदा सर्वदा योग तुझा घडावा।
तुझे कारणीं देह माझा पड़ावा॥
उपेक्षू नको गुणवंता अनंता।
रघुनायका मागणे हेचि आता॥

''हे गुणवन्त, हे अनन्त, मुझे सदा-सर्वदा तुझसे ही योग, मिलन, एकरूपता हो। तेरे कार्य करते ही, तेरी भक्ति करते ही मेरी देह का अन्त हो। हे रघुनाथ, अब मेरी यही याचना है कि तू मेरी उपेक्षा न करना। हे दया-निधान, हे करुणा-सागर, तुम मेरे हृदय के स्वामी, मेरे जीवन के मालिक हो। मेरी इस एकमात्र प्रार्थना को ठुकराना मत!''

अत: भगवान् से एक ही प्रार्थना करें॥''हे भगवान्! मुझ पर कृपा करें कि मैं इसके प्रति सजग रहना कभी न भूलूँ कि मैं केवल आपमें ही रहता, चलता-फिरता हूँ, मेरा अस्तित्व केवल आप ही से है। मुझे यही वर दें कि मैं इस सत्य के प्रति सदा सचेत और जागरूक रहूँ। मेरा प्रत्येक श्वास इसी के प्रकाश की जागृति में रहे! मैं केवल आपके लिए रहूँ, आपके लिए जियूँ, आपके लिए हर कार्य करूँ, अपना समस्त जीवन और जीवन का हर कार्य आपको ही समर्पित करूँ।'' इस प्रकार हम अपने मन, अपने हृदय से प्रार्थना करते हुए भगवान् के साथ निरन्तर संयुक्त रहें, सतत योग में स्थिर रहें!

(अनुवादिका : श्रीमती सुधा भारद्वाज)

सूचना

श्री कृष्ण जन्माष्टमी

श्री कृष्ण जन्माष्टमी उत्सव अर्थात् भगवान् श्री कृष्ण का प्राकट्य-दिवस शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर में **१३ अगस्त २००९** को मनाया जायेगा। इस अवसर पर श्री विश्वनाथ मन्दिर में लक्षार्चना-महाभिषेक तथा हवन, द्वादशाक्षर-मन्त्र **(ॐ नमो भगवते वासुदेवाय)** का अखण्ड कीर्तन, सन्दर्भ ग्रन्थों का पाठ, श्रीमद्भागवत-पारायण तथा अन्त में अर्धरात्रि को आरती आदि के साथ विशाल पूजा होगी। इस पूजा में सम्मिलित होने के लिए सभी भक्तों का स्वागत है। उन्हें अपने आने की पूर्व-सूचना **'महासचिव, दिव्य जीवन संघ, पो. शिवानन्दनगर २४९ १९२, जिला टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड'** को दे देनी चाहिए। जो स्वयं सम्मिलित न हो सकें, वे यदि **'व्यवस्थापक, श्री विश्वनाथ मन्दिर, पो. शिवानन्दनगर २४९ १९२, जिला टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड'** को पत्र द्वारा अपनी इच्छा सूचित कर देंगे, तो उनके नाम से भी पूजा की जायेगी।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

प्रणव–रूप आत्मा २

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

अब आत्मा के द्वितीय पाद, तैजस की तुलना ओंकार के द्वितीय अक्षर 'उ' से की जाती है।

उकार ओंकार का द्वितीय अक्षर है जिसकी तुलना आत्मा के द्वितीय पाद से की जा सकती है। अकार से उकार उत्कृष्ट-सा प्रतीत होता है, इस भाव में उकार को 'उत्कर्ष' कहा गया है। वर्णमाला के वर्णों के क्रम में अकार के उच्चारण के पश्चात् ही उकार आता है और अकार यदि भाषा का प्रारम्भिक वर्ण है, तो उकार मध्यवर्ती है।

'उ' के उच्चारण में कण्ठ का मध्यवर्ती भाग चेष्टा करता है। उपनिषद् की भाषा में लक्षणा से इसका उत्कर्ष माना जाता है, क्योंकि शब्द-रचना की प्रक्रिया में यह अकार से ऊपर है। इसी प्रकार से तैजस है जो जाग्रतावस्था के पश्चात् कार्य रूप में आता है और जाग्रत तथा सुषुप्ति के मध्य की अवस्था है।

'उभयत्वाद्वा' ह्रह्वयह उभय है, क्योंकि आत्मा के पाद के रूप में यह जाग्रत और सुषुप्ति के मध्य है तथा ओंकार की मात्रा के विचार से अकार और मकार के मध्य स्थित है। इस प्रकार ध्यान में तुलना कर सकते हैं कि स्वप्न जिसका स्थान है, वह तैजस उकार के समरूप है। उपनिषद् के द्वारा ही समानताएँ निरूपित की गयी हैं, जिससे साधक ओंकार को आत्मा की अवस्थाओं के सन्निकर्ष में ला सकता है। ये सभी तुलनाएँ सांकेतिक हैं, इन्हें शब्दत: (शब्दार्थानुसार) नहीं लेना चाहिए।

उपनिषदों की सभी विद्याएँ संकेत रूप हैं, लाक्षणिक हैं; क्योंकि सर्प-रज्जु-न्याय में ब्रह्म की तुलना रज्जु से और संसार की तुलना सर्प सेह्रह्वयह भी लाक्षणिक है। आप जब कहते हैं कि ब्रह्म रज्जु के समान है, तो इसका अभिप्राय यह कदापि नहीं कि ब्रह्म रज्जु की भाँति लम्बा है। सादृश्यता तो उद्दिष्ट लक्षणा तक ही सीमित है। इस सादृश्यता को हमने संकेत रूप में ही लेना है, जिससे हम आत्मा (सर्व पाद सहित) और ओंकार के एकत्व का आधार ले कर सब नाम और रूपों के एकत्व भाव पर ध्यान एकाग्रित कर सकें। इस प्रकार उत्कर्ष को प्राप्त उकार जो अकार और मकार के मध्य स्थित है, उसकी तुलना स्वप्नावस्था से की जाती है जो कार्य रूप में जाग्रत अवस्था से उत्कृष्टतर है और जाग्रत तथा सुषुप्ति के मध्य स्थित है।

'उत्कर्षति ह वै ज्ञानसन्ततिम्' और जो इस प्रकार से ध्यान करता है, वह अपने ज्ञान का उत्कर्ष करता है। जिस प्रकार से 'अ' की अपेक्षा 'उ' उत्कृष्टता को प्राप्त है और जाग्रत से स्वप्नावस्था उत्कृष्ट है, उसी प्रकार ध्याता का ज्ञान भी दर्शनशास्त्रों की समस्त सामान्य अवधारणाओं से उत्कृष्ट-सा हो

जाता है। वह वास्तव में ही ज्ञानी बन जाता है, क्योंकि वह उकार एवं तैजस की अभेदता पर ध्यान करता है।

'समानश्च भवति'ह्वह्वजाग्रत और सुषुप्ति के मध्य तैजस के सम्बन्ध का इस भाव में समानार्थक कार्य है कि यह जाग्रतावस्था की भाँति चैतन्य है और साथ ही बाहर की चेतना इसमें नहीं है। इसी प्रकार अकार और मकार के मध्य उकार का भी यही कार्य है, क्योंकि यह प्रमाणित हो चुका है कि उकार और तैजस का अभेद भाव है।

अब उपनिषद् निर्देश देता है कि जो भी साधक इस प्रकार से ध्यान करता है, वह सृष्टि में और समाज में सबके लिए समान होता है। वह सर्वत्र मैत्री भाव का प्रतिनिधि बन जाता है। इस उपासना में स्थिर होने के उपरान्त मन में कोई विरोध नहीं रह जाता है और इस अभेद भाव का उपासक समाज में भी सबके प्रति अद्वेष्य भाव, प्रीति भाव रखता है। उसका मन शान्त रहता है और वह बाहर भी शान्ति ही प्रकीर्ण करता है, क्योंकि उसके व्यक्तित्व से शान्त आभा ही नि:सृत होती है। उपासक अनायास ही शान्ति-प्रदाता बन जाता है। उसका अस्तित्व ही शान्ति-स्वरूप हो जाता है। संसार में उसे कुछ कहने की आवश्यकता नहीं है।

उपनिषद् के अनुसार उकार के माध्यम से जाग्रत और सुषुप्ति के मध्य तैजस पर उपासना के अभ्यास से बना शान्ति अथवा समान भाव का प्रतिनिधि जहाँ भी रहता है, उसे कुछ कहना नहीं पड़ता, उसकी विद्यमानता में विरोध उत्पन्न ही नहीं होता, उपद्रव शान्त हो जाते हैं और बाधाएँ तथा तनाव समाप्त हो जाते हैं। इतना ही नहीं, **'नास्याब्रह्मवित्कुले भवति'**ह्वह्वइतनी पावन है यह उपासना और इतनी प्रभावशाली है यह कि ऐसे उपासक के वंश में ब्रह्मज्ञान से हीन कोई उत्पन्न ही नहीं होता। अपनी उपासना के प्रभाव से उसके कुल में केवल ब्रह्मविद् ही अवतरित होंगे। उसका रुधिर (रक्त) शुद्ध हो जाता है। उसके शरीर का प्रत्येक रोम-कूप (छिद्र) आध्यात्मिक ज्ञान से इतना संयुक्त हो जाता है कि उसके कुल में कोई मूर्ख तो जन्म ले ही नहीं सकता।

अन्तत: शिशु है क्या? यह आप हैं, आप स्वयं, पुन: जन्म हुआ है आपका। **'आत्मा वै पुत्रनाम असि'**ह्वह्वआपका ही पुत्र-रूप में अथवा किसी अन्य रूप में पुनर्जन्म हुआ है और आपका ज्ञान उस शिशु में प्रकाशित होगा। उपासना के परिणाम-रूप आप ज्ञान से आप्लावित हो जाते हैं, आप स्वयं ही ज्ञान-स्वरूप हो जाते हैं। वस्तुत:, यह आपका शरीर नहीं जिसका पुनर्जन्म हुआ है, यह ज्ञान है जिसका पुनर्जन्म हुआ है। शिशु के जन्म में केवल रक्ताणु ही प्रवृत्त नहीं होते, प्रत्युत ज्ञान भी प्रवृत्त होता है। आध्यात्मिक ज्ञान में आप इतना अधिक आप्लावित होते हैं कि अब आप स्वयं ही मात्र स्थूल शरीर ही नहीं, ज्ञानमय शरीर हो जाते हैं। भौतिक शरीर ज्ञान-शरीर की भाँति तरंगित होता है, स्फुरित होता है। यह है शक्ति ज्ञान की। परिवार क्या है, वह तो आपकी ही सन्तान का वंश है जो कि उपनिषद् के अनुसार केवल ज्ञान ही है। अत: आपकी आगामी सन्तति मात्र भौतिक शरीर से युक्त न होगी, वह तो ज्ञान-सन्तति होगीह्वह्व**'अमृतस्य पुत्रा:**!' ऐसी है महिमा इस उपासना की!

(अनुवादिका : श्रीमती गुलशन सचदेव)

बच्चों के लिए दिव्य जीवन :

महाकाव्य और महापुराण २

परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

रामायण का सार

भगवान् राम हरि के अवतार हैं। दुष्ट रावण ऋषियों को सताया करता था। उसका संहार करने के लिए राम ने जन्म लिया। रावण लंका (जिसे आजकल श्रीलंका कहते हैं) का राजा था।

भरत की माता कैकेयी ने राम को वन में भेजा। राम अपनी पत्नी सीता और भाई लक्ष्मण के साथ दण्डक-वन गये। रावण साधु के वेश में आया और सीता जी का हरण कर ले गया। राम ने सुग्रीव के साथ मित्रता की। हनुमान् राम के सेवक और दूत बने।

राम और रावण के बीच भयंकर युद्ध हुआ। राम ने रावण का संहार किया और सीता को वापस ले आये। राम अपने साथियों-सहित अयोध्या लौट आये। वह अयोध्या के राजा बने। उनका राज्य रामराज्य कहलाता था। रामराज्य में सर्वत्र सुख, शान्ति और समृद्धि थी।

गीता

(१)

अर्जुन कौरवों से युद्ध करने गये। श्री कृष्ण उनके सारथि थे। अर्जुन ने देखा कि उनके सगे-सम्बन्धी ही उनसे युद्ध करने के लिए खड़े हैं। वह कृष्ण से बोलेह्न ''हे कृष्ण! ये सारे प्रतिपक्षी लोग मेरे ही सम्बन्धी हैं। उन्हें मारने का पाप मुझसे न होगा। उनसे मैं लड़ना नहीं चाहता। उन्हें मैं मार नहीं सकता। हे कृष्ण! मेरी समझ में कुछ नहीं आ रहा है। मैं आपका शिष्य हूँ। मुझे रास्ता दिखायें।''

भगवान् कृष्ण ने कहाह्न ''हे अर्जुन! तुम्हें युद्ध करना ही चाहिए। उसमें कोई पाप नहीं है। क्षत्रिय के नाते वह तुम्हारा धर्म है। अपने धर्म को मत छोड़ो। यह गलत है। मृत्यु-पर्यन्त तुम्हें अपना धर्म पालन करना ही चाहिए। जय-पराजय, सुख और दु:खह्नसब एक ही हैं। उन्हें समान समझो।

''तुम्हें केवल कर्म करना चाहिए। यह न सोचो कि उससे तुम्हें क्या मिलने वाला है। देखो, मैं यहाँ हूँ। मैं ईश्वर हूँ। मैं तुम्हारे साथ हूँ। जाग जाओ। प्रसन्न होओ। मेरी पूजा करो। मैं सारे जग का स्वामी हूँ।''

(२)

श्री कृष्ण अर्जुन से बोलेह्न ''हे वीर! तुम जो-कुछ भी करते हो, सब मुझे अर्पण करो; क्योंकि मैं ही भगवान् हूँ। किसी प्रकार का मानसिक ताप न रखो। तुम्हें अपना कर्तव्य-कर्म करना चाहिए; परन्तु उसके फल की आशा नहीं रखनी चाहिए। यही धर्म है। ऐसा करने पर तुम योगी बनोगे। पुष्प, जल, अग्नि आदि द्रव्य से ईश्वर की पूजा का परित्याग नहीं करना चाहिए। जो-कुछ भी कर्म नहीं करता, वह सच्चा योगी नहीं है। तुम अपने स्व-धर्म का पालन करो; परन्तु उसके फल की अपेक्षा मत रखो।

''इन सब योद्धाओं का मैंने पहले ही अपनी दिव्य शक्ति से संहार कर दिया है। मैं सारा संसार नष्ट कर सकता हूँ। मुझे तुम्हारी अपेक्षा नहीं है। तुम केवल एक निमित्त हो।

''अपना चित्त मुझमें लीन करो। अहंकार का त्याग करो। तुम्हारे हृदय में तथा सबके हृदय में ईश्वर है।

उसकी शरण में जाओ। मैं ही वह ईश्वर हूँ। सभी धर्मों का त्याग करो, मेरी शरण में आओ। मैं तुम्हें मोक्ष दूँगा और तुम्हारी सहायता करूँगा।''

श्री कृष्ण और उद्धव

श्री कृष्ण की इहलौकिक-लीला समाप्त होने को आयी थी। उनके निष्ठावान् मन्त्री और शिष्य उद्धव उनकी स्तुति करते-करते उनके सामने रो पड़े। वह श्री कृष्ण का वियोग सहन नहीं कर सकते थे। उन्होंने भगवान् से कहाह्वह्व''हे कृष्ण! मुझे यहाँ छोड़ कर मत जाइए। मैं आपके बिना रह नहीं सकता।''

श्री कृष्ण ने उद्धव से कहाह्वह्व''मेरे परम मित्र! शोक न करो। इस स्थिति में तुम मेरे पास नहीं आ सकोगे। अपने को शुद्ध करो। मेरे परम स्वरूप का ध्यान करो। मैं ईश्वर हूँ। मैं ही सब-कुछ हूँ। मैं इस विश्व का स्रष्टा, पालक और संहारक हूँ। स्थूल इन्द्रियों से मैं गोचर नहीं होता। मैं मन और बुद्धि की पहुँच से भी परे हूँ।

''बदरीनाथ जाओ। वहाँ मेरे धाम में मेरा ध्यान करो। मैं तुम्हें अपने हृदय में रख लूँगा।''

उद्धव के समान भगवान् की पूजा करो।

(अनुवादक : श्री त्रि. न. आत्रेय)

आराधना के अवसर पर विशेष छूट

१ मई २००९ से ३० सितम्बर २००९ तक

पुस्तकों पर छूट

३०० रु. तक की पुस्तकों के आर्डर पर २०%

१००० रु. तक की पुस्तकों के आर्डर पर ३०%

१००० रु. से अधिक की पुस्तकों के आर्डर पर ३५%

पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी और पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी की निम्नलिखित चित्रात्मक पुस्तकों पर ४०% विशेष छूट दी जायेगी।

(चित्रात्मक पुस्तकों पर यह छूट ३० सितम्बर या जब तक पुस्तकें उपलब्ध हैं, तब तक दी जायेगी।)

1. ES8	Glorious Vision	(A Pictorial Volume)	Rs. 650/-
2. ES4	Gurudev Sivananda	(A Pictorial Volume)	Rs. 250/-
3. EC70	Ultimate Journey	(A Pictorial Volume)	Rs. 500/-
4. EC71	Divine Vision	(A Pictorial Volume)	Rs. 300/-

सभी आर्डरों के साथ ५०% अग्रिम धन-राशि भेजें।

यह विशेष छूट केवल भारत में ही भेजने के लिए उपलब्ध है।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, द शिवानन्द पब्लिकेशन लीग

पोस्ट : शिवानन्दनगरह्वह्व२४९१९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखंड, भारत

फोन : (९१) ०१३५-२४३४७८०, २४३००४०; E-mail: bookstore@sivanandaonline.org

योग द्वारा स्वास्थ्य :

भस्त्रिका

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

भस्त्रिका का अर्थ है धौंकनी। जोर से जल्दी-जल्दी रेचक इस प्राणायाम का विशेष लक्षण है।

विधि

बैठने वाले आसनों में से किसी भी एक आसन में बैठें। नासारन्ध्रों से जल्दी-जल्दी एक के बाद एक शीघ्रता से गहरी-गहरी श्वास लेना और निकालना चाहिए। इसमें प्रत्येक रेचक और पूरक के साथ पेट का सिकोड़ना तथा फुलाना होना चाहिए। अपनी क्षमता के अनुसार एक आवर्तन में छह, आठ या दश रेचक से प्रारम्भ करना चाहिए। प्रत्येक आवर्तन में अन्तिम रेचक के पश्चात् जितनी देर सुविधापूर्वक कर सकें, गहरा पूरक और कुम्भक करें। भस्त्रिका के एक आवर्तन के पश्चात् कुछ देर विश्राम करें। इस बात का ध्यान रहे कि फुफ्फुसों पर अनावश्यक दबाव नहीं पड़े। प्रारम्भिक अभ्यासकर्ता दो या तीन आवर्तन से प्रारम्भ कर सकते हैं, जिसमें प्रत्येक आवर्तन छह या दश रेचक का और प्रत्येक रेचक एक सेकण्ड का हो। आवर्तन की संख्या दो या तीन रखते हुए शनैः-शनैः रेचक तथा पूरक की संख्या बीस से तीस प्रति आवर्तन तक बढ़ायें ।

लाभ

भस्त्रिका गले की सूजन को आराम देता, जठराग्नि को वर्धित करता, कफ के जमाव को नष्ट करता, नासिका तथा वक्ष की व्याधियों को दूर करता और दमा, क्षय तथा वात और पित्त के आधिक्य का उन्मूलन करता है। यह शरीर को उष्णता प्रदान करता है। अभ्यासकर्ता का स्वास्थ्य उत्तम बना रहता है।

(अनुवादक : श्री शिवगोविन्द गुप्त)

गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के प्रमुख उपदेश को याद रखेंह्न ''सर्वप्रथम ईश्वर, तत्पश्चात् जगत् और सबसे अन्त में स्वयं आप।'' पहले कौन? ईश्वर, तत्पश्चात् आता है जगत् और सबसे अन्त में आप। अतः आप ऐसा न कहें कि सर्वप्रथम मैं। अपनी सत्ता को आगे न रखें। सृष्टि में तो आपका स्थान अन्तिम है। आपसे पहले विश्व की रचना हुई थी और उससे पूर्व ईश्वर था; अतः कारण को पूर्वता दें, कार्य को नहीं। अहर्निश सावधान रहें। सेवा भाव से आध्यात्मिक पथ के साधक के रूप में जीवन-यापन करें, मानव-रूपी भगवान् की यथाशक्ति सेवा करें तथा ईश्वर के साक्षात्कारार्थ संयमपूर्ण जीवन व्यतीत कर तप द्वारा आत्मशोधन करें।

स्वामी कृष्णानन्द

बाल-स्तम्भ :

तुम तो मनुष्य हो न!

स्वामी रामराज्यम्

कभी-कभी पशु-पक्षी भी अपने व्यवहार से हमें आश्चर्यचकित कर देते हैं और हम यह सोचने के लिए विवश हो जाते हैं कि वे साधारण मनुष्यों से ऊँचे हैं। उनके ऐसे व्यवहार से हमें प्रेरणा और सीख लेनी चाहिए।

नीचे हम पशु-पक्षियों के असाधारण सद्व्यवहार की कुछ सच्ची घटनाएँ प्रस्तुत कर रहे हैं।

(१)

अलवर (राजस्थान) में एक धोबी रहता था। उसके पास एक गधा था। गधे को वह जुम्मी कह कर पुकारता था। धोबी एक तालाब में कपड़े धोया करता था। धोबी और गधा साथ-साथ तालाब पर जाते थे। जुम्मी अपनी पीठ पर कपड़ों को ढोता था। जिस समय धोबी कपड़े धोता था, उस समय जुम्मी पास के एक मैदान में घास चरता रहता था। दिन में हमेशा साथ-साथ रहने के कारण दोनों में बहुत प्रेम हो गया था। धोबी जुम्मी की प्यार से देखभाल करता था। जुम्मी भी धोबी की भाषा कुछ-कुछ समझने लगा था और धोबी के पुकारने पर वह उसकी सेवा में हाजिर हो जाया करता था।

एक दिन धोबी तालाब के पानी में खड़ा हो कर कपड़े धो रहा था। तभी उसका पैर फिसला और वह पानी में गिर पड़ा। पानी गहरा था। वह डूबने-उतराने लगा। वह चिल्लायाह्ह ''जुम्मी, बचाओ!''

घास चरते हुए जुम्मी ने उसकी आवाज सुनी। उसने धोबी की ओर देखा। वह समझ गया कि धोबी संकट में है। उसने तालाब में छलाँग लगा दी और धोबी तक जा पहुँचा। धोबी ने उसकी पूँछ पकड़ ली। तैर कर जुम्मी उसे किनारे तक ले आया।

(२)

एक गाँव की घटना है। तोते का एक बच्चा अपने घोंसले के बाहर अकेला पेड़ पर बैठा हुआ था। तभी एक बाज ने उस पर झपट्टा मारा। बच्चा टाँय-टाँय करके चिल्लाने लगा। बाज उस पर बार-बार झपट्टा मारता रहा।

एक दूसरे पेड़ पर कुछ बन्दर बैठे थे। उन्होंने बच्चे की टाँय-टाँय सुनी, तो वे सब बच्चे के पास आ गये। बच्चा उन्हें देख कर डर गया और जोर-जोर से आवाज करने लगा। तब एक सयाने बन्दर ने प्यार से उसे पकड़ा और अपने सीने से चिपटा लिया। बच्चे ने उसके प्रेम-भाव को समझ लिया और चिल्लाना बन्द कर दिया। दूसरे बन्दर कुछ बेर तोड़ लाये और उस बच्चे को खिलाने लगे। ऊपर बाज अपने शिकार (तोते का बच्चा) को पकड़ लेने के लिए लगातार चक्कर लगा रहा था। सयाना बन्दर उसे अपने सीने में छिपाये बैठा था इसलिए बाज उस तक नहीं पहुँच पा रहा था। जब बाज ने देखा कि बच्चे का रक्षक बन्दर उसे नहीं छोड़ेगा, तब वह निराश हो कर चला गया।

(३)

रोडेशिया देश में यह घटना घटित हुई।

एक कुत्ता भटक कर जंगल में चला गया और वहाँ एक दलदल में फँस गया। छह दिनों तक फँसा रहा। पेड़ पर बैठे हुए एक कौए ने उसकी दयनीय दशा देखी। उसके लिए वह जंगल के पास के एक गाँव से रोटी के टुकड़े अपनी चोंच में दबा कर लाने लगा। वह एक बार में एक या दो टुकड़े ही ला पाता था इसलिए उसे बार-बार उड़ कर जाना पड़ता था। रोटी के टुकड़े किसी प्रकार कुत्ते के प्राणों की रक्षा करते रहे।

एक दिन कौए को बार-बार जंगल से गाँव और गाँव से जंगल की ओर जाते देख कर कुछ लोगों को कौतूहल हुआ। वे कौए के पीछे-पीछे जंगल की ओर भागे। जंगल में उन्हें कौआ उस कुत्ते के सामने रोटी के टुकड़े डालते हुए दिखायी पड़ गया। फिर उन लोगों ने कुत्ते को दलदल से निकाला।

(४)

एक कुत्ता अपने झुंड से बिछुड़े हुए सुअर के एक छोटे बच्चे का पीछा करने लगा। बच्चा जान बचा कर भागा। कुछ दूरी पर चार-पाँच गायें साथ-साथ बैठी हुई जुगाली कर रही थीं। बच्चा उन्हीं के पास जा पहुँचा। गायें उठ खड़ी हुईं और बच्चे को चारों ओर से घेर कर खड़ी हो गयीं। एक गाय हुंकारते हुए कुत्ते की ओर बढ़ी। कुत्ता डर कर भागा। तब तक सुअरों का झुंड बच्चे को ढूँढ़ते हुए वहाँ आ गया और उसे अपने साथ लिवा ले गया। गायें पूर्ववत् बैठ कर जुगाली करने लगीं।

बच्चो, यदि पशु-पक्षी इतनी सहृदयता से पूर्ण व्यवहार कर सकते हैं, तो तुम उनसे पीछे क्यों रहो? तुम तो मनुष्य हो न!

केवल भारत में लागू

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के सदस्यता-शुल्क की एवं शाखाओं के सम्बद्धता-शुल्क की दरें

१. नवीन सदस्यता-शुल्क		रु. १५०/-
	प्रवेश-शुल्क . . . . . रु. ५०/-	
	सदस्यता-शुल्क . . . . . रु. १००/-	
२. सदस्यता नवीकरण-शुल्क (वार्षिक)		रु. १००/-
३. आजीवन सदस्यता-शुल्क		रु. ३,०००/-
४. संरक्षकता-शुल्क		रु. १०,०००/-
५. नयी शाखा खोलने का शुल्क*		रु. १०००/-
	प्रवेश-शुल्क . . . . . .रु. ५००/-	
	सम्बद्धता-शुल्क . . . . . .रु. ५००/-	
४. शाखा-सम्बद्धता (नवीकरण) शुल्क (वार्षिक)		रु. ५००/-

* नयी शाखा खोलने के लिए मुख्यालय से लिखित अनुमति लेनी होगी।

➲ कृपया सदस्यता-शुल्क और शाखा-सम्बद्धता-शुल्क इंडियन पोस्टल आर्डर अथवा ऋषिकेश में स्थित किसी भी बैंक के नाम बने डिमांड ड्राफ्ट द्वारा भेजें।

➲ सदस्यता ग्रहण करने, पत्रिका भेजने एवं दि. जी. सं. से सम्बन्धित अन्य विषयों के लिए कृपया पत्रिका-विभाग/शाखा-विभाग से सम्पर्क करें। फो.नं. ०१३५-२४४२३४०

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

'शिवानन्द होम' द्वारा सेवा

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय अपनी विनम्र सेवा 'शिवानन्द होम', जो कि लक्ष्मणझूला के पास तपोवन में स्थित है, के द्वारा निरन्तर सेवा दे रहा है। ऐसे बीमार, निराश्रित, बहिष्कृत एवं समाज द्वारा सन्तापित लोगों के लिए जिनकी आँखें तो हैं, परन्तु देख नहीं सकते; कान तो हैं, परन्तु सुन नहीं सकते; जिनके मुँह तो हैं, पर बोलने में असमर्थ हैं और सभी ऐसे लोग जो कि शारीरिक अथवा मानसिक अक्षमता के कारण परित्याग दिये गये हैं और तप्त सूर्य के नीचे अकेले ही मानवीय क्रूरता के आगे शिकार होने के लिए, केवल काँपते, जुड़े हाथ और विलखते, भयभीत हृदय के साथ छोड़ दिये गये हैं, यह एक चिकित्सीय-सुविधाओं के परिपूर्ण घर है।

यह हमें एक ऐसी सुकन्या की याद दिलाता है जो कि इसी महीने 'शिवानन्द होम' में भरती हुई। यह शायद करीब बारह वर्ष की होगी। एक सहज मुस्कान इसके मुखारविन्द का आभूषण है; हाथों द्वारा अव्यावहारिक इशारे, धरती पर लोटना, किसी को भी देखते ही आलिंगन करना, अथवा कपड़े ज़ार-ज़ार फाड़ना, चीखना या और आवाज़ें निकालना, परन्तु एक शब्द भी बोल न पाना। जब हम गन्दगी का एक आवरण, फटे कपड़े देखते हैं, तो हम वह भाषा सुन पाते हैं जो कि हमें बिलकुल भी नहीं भाती, हमारा मन उसी वक्त इसे विच्छिन्न मानसिक रोग का ठप्पा लगा देता है। परन्तु इसे एक अधिक उदात्त और सकारात्मक दृष्टिकोण से नहीं देख पाता। इसे क्यों न एक 'प्रसन्न हृदय', 'शुद्ध आत्मा', 'दीप्त तारा', 'प्रिय पुत्री' या 'अपराजिता' कहा जाये। कल्पना कीजिए कि आप सड़कों पर इस सुकन्या की दशा में हैं, एकदम अकेले और कोई ऐसा नहीं जिसे अपना कह सकें, न किसी से बोल सकें, न ढंग से चल सकें, न पहन सकें और न शरीर की अन्य आवश्यकताओं को ही पूरा कर सकें! परन्तु सर्वशक्तिमान् प्रभु की सदा-प्रवाहित, अनन्त एवं अति दयामय कृपा इस बच्ची को यहाँ ले आयी।

आयु से वह किशोरी एक और नयी दाखिल हुई महिला रोगी की पौत्री के बराबर ही रही होगी, जो कि आश्रम मुख्यालय से लायी गयी, केवल ३० किलो वज़न, ६५ वर्ष आयु, कमज़ोर, अल्प पोषित, चलने में असमर्थ, हरपीज़ से रुग्ण, धीरे-धीरे अब दोबारा शक्ति अर्जित कर, दशा में सुधार पा रही है।

आओ, हम अपनी इन बहनों, माताओं और पितामहिओं को सदा गले से लगायें, जिन्होंने अत्यन्त दुर्गमताओं और प्रलोभनों में भी जीवन की आशा नहीं छोड़ी और जो कि इतनी प्रेमपूर्वक आँखों से मुस्करा सकती हैं कि अश्रुधारा सहज ही बह पड़ती है। जिन्होंने गहनतम गहराइयों से समझा और अनुभव किया कि एकमात्र आश्रय, संरक्षक और जीवन का लक्ष्य और कहीं नहीं पाया जा सकता, केवल हमारे परम पिता परमात्मा के चरणारविन्द में ही है, जो हमारे केवल पिता, माता, भ्राता, दिव्य सखा एवं पथ-प्रदर्शक ही नहीं, अपितु हमारे सर्वस्व हैं। सर्वस्व तुम हो! हरि ॐ!

''प्रभु सरल-हृदयी के साथ चलते हैं, विनम्र के समक्ष प्रकट होते हैं और दीन-हीनों को समझ देते हैं।''

(थॉमस ए केम्पिस)

''भूखे को भोजन दें! नग्न को वस्त्र दें! रोगियों की सेवा करें! यही दिव्य जीवन है।'' **स्वामी शिवानन्द**

सांस्कृतिक कार्यक्रम

परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की प्रथम पुण्य-तिथि आराधना, जो १४ अगस्त से १८ अगस्त २००९ तक मनायी जायेगी, से सम्बन्धित कार्यक्रमों की शृंखला में ही आश्रम मुख्यालय में दो संगीत कार्यक्रम मनाये गये। प्रथम कार्यक्रम जौनथन तथा ऐन्ड्रयूके और जस्टिनग्रे (कैनेडा) द्वारा श्री सद्गुरुदेव समाधि मन्दिर में २ अप्रैल २००९ को तथा द्वितीय शान्ति निवास, देहरादून में ५ अप्रैल को दिया गया। सभी श्रोताओं के लिए यह एक रोमांचक अनुभव रहा।

यह तीनों प्रदर्शनकारियों ने दीर्घ काल तक सुप्रसिद्ध गायक श्री शान्तन भट्टाचार्य से वादनकला संगीत प्रशिक्षण ले कर अपने अनुकूल वाद्योंह्वसोप्रैनो तथा आल्टो सैक्सोफ़ोन तथा विद्युत् बास गिटार पर संगीत प्रस्तुत किया था। दिव्य जीवन संघ के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने इन तीनों उदीयमान संगीतकारों का हार्दिक धन्यवाद किया तथा इनके परम कल्याण, शान्ति और आनन्द प्राप्ति के लिए गुरुदेव से प्रार्थना की।

* * *

चेन्नै के श्री कांची कामकोटि नाट्यालयम् से एक किशोर नृत्यमण्डली ने २५ तथा २६ अप्रैल २००९ को पावन समाधि मन्दिर में श्री रामायण जी पर दो दिवसीय नृत्यकला का प्रदर्शन किया। सभी दर्शक मण्डली ने तल्लीन हो कर इस सम्पूर्ण कार्यक्रम का भरपूर आनन्द लिया। दोनों दिन पूरे समय तक निस्तब्धता छाई रही तथा सारा समाधि हॉल दिव्य तरंगों से आच्छादित रहा। इस कार्यक्रम में भाग लेने वाले सभी किशोर तथा बाल-कलाकारों पर सद्गुरुदेव की अपार कृपावृष्टि हो!

शिवानन्द आश्रम में शंकराचार्य जयन्ती महोत्सव

शिवानन्द आश्रम मुख्यालय, शिवानन्दनगर, ऋषिकेश में २९ अप्रैल २००९ को श्री आदि शंकराचार्य जी का पावन जन्मोत्सव मनाया गया। सम्पूर्ण कार्यक्रम का आयोजन श्री विश्वनाथ मन्दिर के पावन परिसर में स्थापित श्री आदि शंकराचार्य जी के विग्रह के सम्मुख किया गया था।

कार्यक्रम का शुभारम्भ दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने 'जय गणेश' संकीर्तन से किया। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने आदि शंकराचार्य जी के जीवन-वृत्त पर प्रवचन भी दिया। उसके उपरान्त श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज, श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज तथा श्री हरिहरसिंह जी ने शंकराचार्य जी के जीवन और उपदेशों पर प्रकाश डालते हुए प्रवचन दिये।

आरती और प्रसाद-वितरण के साथ ही कार्यक्रम सम्पूर्ण हुआ।

६१ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का समापन-समारोह

६१ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स के समापन समारोह का कार्यक्रम एकाडेमी वाचनालय में मंगलवार, २८ अप्रैल २००९ को सम्पन्न हुआ। आरम्भिक प्रार्थना के उपरान्त एकाडेमी के कुलसचिव श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने उपस्थित सभी श्रोताओं का स्वागत किया। उपकुलसचिव प्राध्यापक की राजेन्द्र कुमार भारद्वाज जी ने कोर्स की रिपोर्ट प्रस्तुत की। उसके पश्चात् कुछेक विद्यार्थियों ने एकाडेमी के आवास-कालीन अपने सुखद अनुभव अभिव्यक्त किये। दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने कार्यक्रम की शोभा बढ़ाते हुए, उपस्थित हो कर विद्यार्थियों को प्रमाण-पत्र और ज्ञान-प्रसाद वितरित किया तथा प्राध्यापक-वर्ग को ज्ञान-प्रसाद दे कर सम्मानित किया।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने विद्यार्थियों को विदाई-आशीर्वचन देते हुए नैतिक आधार की आवश्यकता पर

तथा शास्त्रों में प्रतिपादित यम और नियमों को पोषित करने पर बल दिया। उन्होंने विद्यार्थियों से कहा कि अपनी इस दो मास की अवधि में उन्होंने जो-कुछ सीखा है, उसका अभ्यास करते रहें तथा प्रतिदिन कम-से-कम आश्रम के प्रेरणाप्रद वातावरण को, एकाडेमी को और गंगा को स्मरण कर लिया करें, इससे उन्हें अपने मधुर अनुभवों का पुनः आनन्द लेने में सहायता मिलेगी। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि इनमें आये हुए परिवर्तन को देख कर लोग इसका कारण पूछेंगे तथा इनसे उन्हें प्रेरणा भी प्राप्त होगी। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने गंगा के उद्‌भव की कहानी सुनाते हुए राजा भागीरथ तथा उनके पूर्वजों जैसे दृढ़ निश्चय तथा सतत कठोर परिश्रम की आवश्यकता पर बल दिया। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने संकेत किया कि गंगा अपने लक्ष्य तक पहुँचने अर्थात् समुद्र से मिल कर एक हो जाने के लिए सतत प्रवाहित होती रहती है, एक क्षण के लिए भी रुकती नहीं। इसी प्रकार हमें भी निरन्तर साधना में लगे रहना चाहिए और अपनी आध्यात्मिक नींव को दृढ़ से दृढ़तर करते जाना चाहिए तथा परमात्मा के साथ एक हो जाने के लक्ष्य को प्राप्त करना चाहिए।

अन्त में श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने विद्यार्थियों को अपने ज्ञान और अनुभवों को अपने परिवार तथा मित्रों से बताने के लिए कहा। साथ ही यह भी कहा कि आश्रम के नियमों का पालन करते हुए वे जब भी समय निकाल कर आश्रम आना चाहें, उनका स्वागत है।

सरस्वती-पूजा तथा प्रसाद-वितरण के साथ ही कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

६२ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का उद्‌घाटन समारोह

रविवार, ३ मई २००९ को ६२ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी में उद्‌घाटन किया गया जिसमें १२ राज्यों से ४३ विद्यार्थियों ने प्रवेश लिया। दत्तात्रेय मन्दिर व दुर्गा मन्दिर में पूजा के पश्चात् एकाडेमी के लेक्चर हाल में 'जय गणेश' प्रार्थना तथा 'गुरु स्तोत्र' का पाठ किया गया। एकाडेमी के रजिस्ट्रार श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने पूज्य श्री स्वामी जी महाराज, महात्माओं, फैकल्टी के सदस्यों, अतिथियों व विद्यार्थियों एवं सभी उपस्थित सज्जनों का समारोह में स्वागत किया। डिवाइन लाइफ सोसायटी हेडक्वार्टर्स के परमाध्यक्ष श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज एवं महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने अपनी उपस्थिति से समारोह की शोभा बढ़ायी। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने दीप-प्रज्वलन कर समारोह का शुभारम्भ किया। तत्पश्चात् एकाडेमी के सहायक रजिस्ट्रार प्रोफेसर राजेन्द्र कुमार भारद्वाज ने विद्यार्थियों का परिचय कराया।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने पूज्य गुरुदेव के गंगातट-स्थित आश्रम में विद्यार्थियों का अभिनन्दन किया। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि आप यहाँ जिस स्थान पर बैठे हैं, यह स्थान दिव्य व परम पवित्र है, क्योंकि इस सम्पूर्ण क्षेत्र में स्वामी शिवानन्द जी विचरण करते थे तथा यहाँ उन्होंने तपश्चर्या की तथा परमानन्द की प्राप्ति की। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों की प्रशंसा करते हुए कहा कि आप भाग्यशाली हैं कि आप यहाँ आये हैं तथा भगवान् ने स्वयं आपके मन में यहाँ आने का सद्‌विचार पैदा किया है।

पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने अपने बारे में जीवन की कहानी सुनायी कि वे कैसे इस आश्रम में आये तथा यहाँ रहने लगे तथा उन दो महान् विभूतियों (स्वामी शिवानन्द जी व स्वामी चिदानन्द जी) की सेवा कर लाभान्वित हुए। इन महान् गुरुओं के सम्पर्क से उन्हें भी कुछ सुगन्ध मिली। गुरुदेव श्रेष्ठ महात्मा थे। वे अच्छी तरह से जानते थे कि कैसे सुखी रहें तथा कैसे दूसरों को भी सुखी करें। इस समय कई महान् विभूतियाँ आश्रम में पधारीं जैसे भारत के राष्ट्रपति, महाराजा लोग, सेनाध्यक्ष, बड़े अफसर, राजनैतिक नेता, विदेशी लोग, यहाँ तक कि जो लोग अँगरेजी नहीं जानते थे और न ही कोई दूसरी भारतीय भाषाह्नह्वये सब यहाँ आये तथा उन्होंने गुरुदेव के दर्शन का पुण्यलाभ अर्जन किया।

पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों से कहा कि यहाँ दो महीने के निवास की अवधि में आपका मन सद्‌विचार से भर जायेगा तथा आपका जीवन अधिक अच्छा हो जायेगा; क्योंकि यहाँ आप उस हवा में श्वास ले रहे हैं, जिसको सन्त-महात्माओं ने इस मुनिकीरेती पवित्र क्षेत्र में प्रश्वसन किया है। आप मन को

एकाग्र रखें, प्रत्युत्पन्न मन से ध्यानपूर्वक उन बातों को श्रवण करें जिन्हें आपके प्राध्यापक प्रवचन करते हैं। इसको अच्छी तरह से समझें, बूझें तथा आत्मसात् करें। गुरुदेव कहा करते थे कि हम यहाँ रोने-विलखने के लिए नहीं आये हैं; परन्तु मानव-प्राणी के रूप में हमें सोचना है, चिन्तन करना है तथा सत्य व असत्य को विवेकपूर्ण रूप से समझना है। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों को शुभकामनाएँ दीं तथा कहा कि गुरुदेव की कृपा आप पर बनी रहे।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने विद्यार्थियों का स्वागत करते हुए कहा कि आप पर बहुत बड़ी भगवद्-कृपा है कि आप पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के आश्रम में आये हैं, आपके अन्दर जीवन के उद्देश्य को जानने की जिज्ञासा है। अपने व्यस्त जीवन से समय निकाल कर इस उच्च लक्ष्य के लिए यहाँ आना ही शास्त्रों के अनुसार यज्ञ है। भगवद्गीता के अनुसार प्रत्येक व्यक्ति में आध्यात्मिक पिपासा होती है। इस यज्ञ की अग्नि को अपने अन्दर प्रज्वलित रखे रहें। आपको यथासम्भव सर्वश्रेष्ठ आध्यात्मिक प्रशिक्षण प्रदान किया जायेगा। अतः अपना मन सदैव उन उच्च मूल्यों को ग्रहण करने के लिए खुला रखें तथा अपने जीवन को सुसम्पन्न बनायें। हमारा मन ही हमारे सुख व दुःख का कारण है। भगवद्गीता व श्रीमद्भागवत के उद्धरण दे कर इस तथ्य को समझाया।

पूज्य श्री स्वामी जी ने उनको आशीर्वाद दिया तथा कहा कि आप अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज का सांस्कृतिक भ्रमण

दिव्य जीवन संघ के महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने श्री स्वामी भक्तिभावानन्द जी महाराज, ब्रह्मचारी श्री आत्मनिष्ठ चैतन्य जी एवं प्रोफेसर वासुदेव रणदेव जी के साथ बीकानेर की यात्रा की।

बीकानेर शाखा ने अपने शिवानन्द आश्रम परिसर में एक यज्ञशाला का निर्माण किया है, उसी के उद्घाटन के लिए पूज्य श्री स्वामी जी को दिनांक २७ अप्रैल २००९ को आमन्त्रित किया था। पूज्य श्री स्वामी जी २६ की दोपहर में बीकानेर पहुँचे। २६ की शाम को सत्संग हुआ। सत्संग में पूज्य श्री स्वामी जी ने दिव्य जीवन संघ के सदस्यों को परमाराध्य श्री गुरुदेव और परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज का सन्देश सुनाया। २७ की प्रातः एक प्रभातफेरी निकाली गयी, तत्पश्चात् यज्ञशाला में विष्णु-यज्ञ किया गया। पूज्य श्री स्वामी जी ने यज्ञ के अन्तर्निहित अर्थ को समझाया। श्री स्वामी भक्तिभावानन्द जी और ब्रह्मचारी श्री आत्मनिष्ठ चैतन्य जी के भजन-कीर्तन के साथ २८ अप्रैल को शाखा में सत्संग भी हुआ। श्री वासुदेव रणदेव जी ने पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के महान् उपदेशों पर प्रवचन दिया।

सरकारी डुंगर कालेज के प्राचार्य एवं प्रभाग (फैकल्टी) के सदस्यों ने पूज्य श्री स्वामी जी से प्रभाग के सदस्यों को सम्बोधन करने का अनुरोध किया। २९ अप्रैल २००९ को पूज्य श्री स्वामी जी ने नैतिक जीवन-यापन द्वारा स्वास्थ्य-प्रबन्धन पर भाषण दिया। भाषण को खूब सराहा गया। विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन सुश्री पुष्पा कथूरिया माता जी ने शाखा के अन्य सहयोगियों के साथ और श्री दामोदर शर्मा जी के साथ बड़े प्रभावी ढंग से किया। दिव्य जीवन संघ के सन्देशों के प्रसार के लिए, विभिन्न कार्यक्रमों के आयोजन के लिए जिन भक्तों ने कष्ट उठाया, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय और पूज्य श्री स्वामी जी उनके अत्यन्त आभारी हैं।

दिव्य जीवन संघ की जालन्धर शाखा ने ब्रह्मलीन परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज के ८९ वें जन्मोत्सव ७ मई २००९ से मेल खाते हुए ६ मई को स्वामी चिदानन्द मेमोरियल भाषणों का आयोजन किया। पूज्य श्री स्वामी जी ने आयोजन में भाग लिया।

श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी, श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी, प्रोफेसर वासुदेव रणदेव जी, श्री स्वामी भास्कर जी एवं पण्डित पाठक जी ने कार्यक्रमों में भाग लिया और परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के जीवन और उनके सन्देशों पर प्रवचन दिये। श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज का ८९ वाँ जन्मोत्सव दिनांक ७ मई २००९ को पाद-पूजा, श्रद्धांजलि एवं भण्डारे के साथ मनाया गया।

आत्मा एक और अक्षय है, फिर भी उसने अनेक नाम-रूप धारण किये हैं। **स्वामी शिवानन्द**

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

अन्तर्देशीय शाखाएँ

आगरा (उत्तर प्रदेश): नियमित दैनिक सत्संग। प्रतिदिन के इष्टदेवता की पूजा-स्तुति, योगासन व प्रार्थना सत्र।

अहिवारा (छत्तीसगढ़): महाशिवरात्रि के पावन अवसर पर विशेष रुद्राभिषेक किया गया। प्रत्येक एकादशी के दिन विश्व-शान्ति के लिए १०८ महामृत्युंजय जप।

अम्बाला (हरियाणा): नियमित साप्ताहिक सत्संग व दैनिक इष्टदेवता की स्तुति एवं दैनिक होम्योपैथिक सेवा एवं जल सेवा।

अन्ना नगर, चेन्नै (तमिलनाडु): ८ फरवरी को एलेंगो नगर शाखा ने प्रार्थना, आसन, प्राणायाम, ध्यान व मन्त्र पर पुस्तक का विमोचन किया। २२ फरवरी को विशेष ध्यान सत्र आयोजित किया गया। महासमाधि महोत्सव में विशेष प्रार्थना तथा प्रसाद वितरण किया गया। शिवानन्द योगालयम् में २९ मार्च को विशेष सत्संग का कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

बड़कुँआल (उड़ीसा): नियमित मासिक सत्संग एवं साप्ताहिक गुरु पादुका पूजा, दैनिक पूजा तथा सहस्रनाम अर्चना की जा रही है। भागवत महापुराण पर उड़िया भाषा में व्याख्यान, सायंकालीन सत्संग में भजन व कीर्तन।

बरबिल् (उड़ीसा): पाँच साप्ताहिक सत्संग तथा चार सचल सत्संग का आयोजन किया गया। पहले की तरह होम्योपैथिक क्लिनिक में मरीजों की सेवा की जा रही है।

बल्लारि (कर्नाटक): ब्रह्मलीन श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि ७ जनवरी २००९ को विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। वैकुण्ठ एकादशी को अष्टोत्तरशत नामावली अर्चना के साथ श्री विष्णु पूजा की गयी। २३ फरवरी को महाशिवरात्रि पर्व पर विशेष पूजा की गयी जिसमें २०० सदस्यों ने भाग लिया। रुद्राभिषेक भी किया गया। सत्संग का समापन महामृत्युंजय जप, शान्ति-पाठ, विश्व-शान्ति के लिए प्रार्थना के साथ किया गया। मंगल आरती के बाद प्रसाद व ज्ञान प्रसाद का वितरण किया गया।

भंजनगर (उड़ीसा): नव वर्ष १ जनवरी को विशेष सत्संग, ७ जनवरी को एकादशी सत्संग में विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा गीता के १२ वें व १५ वें अध्याय का पाठ किया गया। १४ जनवरी को मकर संक्रान्ति महोत्सव में तुलसी रामचरित मानस व हनुमान चालीसा का पाठ किया गया। १८ से २१ जनवरी तक चार दिवसीय विशेष साधना शिविर में भजगोविन्दम् पर प्रवचन किये गये। २५ जनवरी को शाखा का ५९ वाँ वार्षिक दिवस मनाया गया। ६ फरवरी को एकादशी सत्संग एवं १२ फरवरी से २० फरवरी तक ९ दिवसीय रामचरित मानस नवाह्न पारायण व प्रवचन कार्यक्रम आयोजित किया गया। २३ फरवरी को महाशिवरात्रि समारोह मनाया गया।

भिलाई नगर (छत्तीसगढ़): नियमित सत्संग व मातृ सत्संग के आयोजन किये गये।

भीमकांड (उड़ीसा): प्रातः प्रतिदिन गुरुपादपूजा तथा साप्ताहिक सत्संग किये गये।

भुवनेश्वर (उड़ीसा): नव वर्ष दिवस, ब्रह्मलीन श्री स्वामी दयानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि आराधना और २३ फरवरी को महाशिवरात्रि महोत्सव मनाया गया। प्रत्येक मास की २४ तारीख को विशेष सत्संग एवं नियमित साप्ताहिक सत्संग का आयोजन किया गया।

बीकानेर (राजस्थान): नव वर्ष दिवस पर विशेष सत्संग व तुलसी रामचरित मानस पाठ किया गया। मकर संक्रान्ति और वसन्त पंचमी महोत्सव मनाये गये। ५ से ११ फरवरी तक परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज, श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज एवं अन्य सन्त-महात्मा तथा महामण्डलेश्वरों के पावन सान्निध्य में विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। नियमित सत्संग व योगासन कक्षाएँ चल रही हैं।

विलासपुर (छत्तीसगढ़): नियमित सचल सत्संगों का आयोजन किया गया, जिनमें पर्याप्त संख्या में सदस्यों व अन्य भक्तों ने भाग लिया।

बुर्ला (उड़ीसा): २३ फरवरी को महाशिवरात्रि उत्सव और ११ मार्च को गौरांग महाप्रभु जयन्ती मनायी गयी तथा मार्च १२ को साधना दिवस मनाया गया। नियमित साप्ताहिक सत्संगों का आयोजन किया गया।

छत्रपुर (उड़ीसा): शाखा के परिसर में पाँच साप्ताहिक सत्संग, दैनिक सायंकालीन सत्संग, चार विशेष सत्संग, मकर संक्रान्ति एवं वसन्त पंचमी महोत्सव मनाये गये।

फरीदपुर (उत्तर प्रदेश): हर बुधवार को नियमित साप्ताहिक सत्संगों का आयोजन किया गया। २३ फरवरी को महाशिवरात्रि

महोत्सव में प्रातःकाल भण्डारा किया गया तथा भोजन प्रसाद के पैकेट प्रमुख शिव मन्दिरों में दरिद्रनारायण की सेवा हेतु वितरित किये गये और सायंकालीन सत्संग में अभिषेक व महामृत्युंजय यज्ञ किया गया।

गान्धीनगर (गुजरात): सप्ताह में तीन बार नियमित सत्संग किये गये। महिला और पुरुषों के लिए अलग से दैनिक योगासन का आयोजन किया गया। महीने में दो बार होम्योपैथिक क्लिनिक की सेवा उपलब्ध करायी। कुष्ठ कालोनी में आर्थिक सहायता दी गयी। ८ फरवरी को नारायण सेवा और २४ फरवरी को बाल नारायण सेवा की गयी।

गुमरगुंडा (छत्तीसगढ़): २३ फरवरी को महाशिवरात्रि महोत्सव मनाया गया। इस पर्व पर पन्द्रह दिवसीय अखण्ड जपह्नह्नॐ नमः शिवाय का अखण्ड जप किया गया। इसमें बहुत बड़ी संख्या में स्थानीय लोगों ने भाग लिया। स्थानीय शिवानन्द आश्रम के श्री विश्वनाथ मन्दिर व समाधि मन्दिर में नित्य पूजा दिन में तीन बार नियमित रूप से की जाती है। दैनिक प्रार्थना-ध्यान, प्रातःकालीन योगासन कक्षाएँ, सायंकालीन सत्संग, बृहस्पतिवार को पादुका पूजा, शनिवार को सुन्दरकाण्ड पारायण, सोमवार को शिव चालीसा और शुक्रवार को देवी चालीसा का पाठ किया गया।

हैङां (मणिपुर): १२ अप्रैल को राज्य स्तरीय साधना दिवस मनाया गया जिसमें तीन सौ से अधिक प्रतिभागियों ने भाग लिया। कार्यक्रम बहुत सफल रहा।

इम्फाल ईस्ट तोप खोंनां (मणिपुर): ३१ जनवरी को वसन्त पंचमी में विशेष सरस्वती पूजा, गुरुदेव शिवानन्द जी के विशेष प्रवचन तथा दिव्य जीवन के सम्बन्ध में विशेष व्याख्यान, गीता तत्त्व व योग में वार्ताएँ की गयीं। प्रार्थना और आरती के पश्चात् प्रसाद वितरण किया गया।

जगदलपुर (छत्तीसगढ़): २३ फरवरी को महाशिवरात्रि महोत्सव में चौबीस घण्टे ॐ नमः शिवाय मन्त्र का अखण्ड जप किया गया। नियमित प्रातःकालीन और सायंकालीन सत्संग तथा बच्चों के लिए योग कक्षाएँ लगातार चल रही हैं।

जयपुर, राजा पार्क (राजस्थान): विशेष कार्यक्रमह्नह्न२० दिसम्बर २००८ से मध्य फरवरी २००९ तक पूज्य श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज की दैनिक आध्यात्मिक वार्ताओं का आयोजन किया गया। ६ जनवरी को सिद्धेश्वर मन्दिर में पौष बड़ा महोत्सव मनाया गया जिसमें सुन्दरकाण्ड का पाठ और भजनों का आयोजन किया गया। नियमित कार्यकलापों के अन्तर्गत दैनिक प्रातःकालीन देवी भागवत पर वार्ताएँ, प्रवचन, सायंकालीन सत्संग, हर शनिवार को सुन्दरकाण्ड पाठ, रविवासरीय प्रातःकालीन सत्संग हैं। होम्योपैथिक क्लिनिक से स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान की जा रही हैं, योग कक्षाएँ तथा आध्यात्मिक पुस्तकालय का संचालन किया जा रहा है, विधवा महिलाओं को आर्थिक सहायता प्रदान की जाती है, दैनिक नारायण अन्नक्षेत्र सेवा एवं कुष्ठ रोगियों की सेवा की जा रही है। गरीब बच्चों को छात्रवृत्ति दी जा रही है।

जयपुर (उड़ीसा): नियमित पूजा और साप्ताहिक सत्संग शाखा परिसर में किया जाता है एवं भक्तों के घरों में सचल सत्संगों का आयोजन किया गया। ४ जनवरी को पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी द्वारा विशेष वार्ता व सत्संग किया गया। ८ जनवरी २००९ को शिवानन्द दिवस मनाया गया।

कंटाबाँजी (उड़ीसा): जनवरी माह में चार साप्ताहिक सत्संग किये गये जिनमें शाखा के सदस्य एवं अन्य भक्त गण उपस्थित रहे।

खाटिगुडा (उड़ीसा): ८ फरवरी को शाखा दिवस महोत्सव मनाया गया जिसमें सत्संग, नारायण सेवा, महाप्रसाद वितरित किया गया। नियमित सत्संग लगातार चल रहे हैं।

खेडब्रह्मा (गुजरात): श्री अम्बाती मन्दिर में मासिक सत्संग में आश्रम के स्तोत्र, गुरु स्तोत्र का पाठ किया गया। ज्ञान प्रसाद भी वितरित किया गया।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): ब्रह्मलीन श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि आराधना के अवसर पर जनवरी मास में विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। महिला और पुरुषों के लिए अलग-अलग योग कक्षाएँ चलती हैं। साप्ताहिक सत्संग और एकादशी सत्संग का आयोजन किया गया। ज्ञान प्रसाद वितरित किया गया। रोगी व गरीब माताओं को आर्थिक सहायता दी गयी।

कुवाकुंडा (छत्तीसगढ़): गुमरगुण्डा आश्रम के श्री स्वामी विशुद्धानन्द जी महाराज के मार्गदर्शन में मन्दिर स्थापना का वार्षिक समारोह, परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की पादुका पूजा एवं सोलह दिन तक रामायण पाठ का आयोजन किया गया।

लंगथाबल (मणिपुर): श्रीमद् भगवद् गीता एवं दिव्य जीवन विषय पर २६ अप्रैल को आध्यात्मिक प्रवचन का आयोजन किया गया। विश्व-शान्ति केलिए प्रार्थना के साथ सत्संग का समापन हुआ।

लइदाम (आन्ध्र प्रदेश): ३ से ११ अप्रैल तक श्री रामनवमी महोत्सव मनाया गया जिसमें कोटि विष्णुसहस्रनाम पारायण एवं अन्य कार्य बृहत् स्तर पर किये गये।

माधवपट्टनम् (आन्ध्र प्रदेश): प्रत्येक रविवार को स्वास्थ्य मेडिकल होम्योपैथिक सेवाएँ की गयीं। नियमित योग कक्षाएँ, साप्ताहिक सत्संग का आयोजन किया गया। १ फरवरी को साप्ताहिक सत्संग का आयोजन किया गया जिसमें श्री वेंकट राव गारु को गुरु-तत्त्व पर प्रवचन देने के लिए आमन्त्रित किया गया।

नाभा (पंजाब): नियमित साप्ताहिक सत्संग तथा निकटस्थ गौशाला में सेवा जारी है।

नलगोंडा (आन्ध्र प्रदेश): जनवरी, फरवरी और मार्च मास में नियमित सत्संग और विशेष सचल दैनिक सत्संगों का आयोजन किया गया।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): नियमित ब्राह्ममुहूर्त सत्संग, ३ फरवरी को महामन्त्र कीर्तन, साप्ताहिक सचल सत्संग, शनि और एकादशी के दिन मातृ सत्संगों का आयोजन किया गया। २३ फरवरी को महाशिवरात्रि महोत्सव में अभिषेक एवं बारह घण्टे का ॐ नमः शिवाय मन्त्र जप किया गया।

वसन्त बिहार, नई दिल्ली : जनवरी, फरवरी और मार्च मास में नियमित चार साप्ताहिक सत्संगों का आयोजन किया गया।

पटियाला (पंजाब): १५ फरवरी को मासिक सत्संग किया गया। ५ फरवरी को नारायण सेवा डा. खुशदेव लेप्रोसी होम में की गयी। स्थानीय गौशाला के संचालन हेतु मासिक योगदान की व्यवस्था की गयी।

फूलबानी (उड़ीसा): शाखा में नियमित पूजा और सत्संग किये गये। ८, २३ और २४ फरवरी तथा ८ और २४ मार्च को पादुका पूजा की गयी। साप्ताहिक सत्संग और सचल सत्संगों का आयोजन किया गया। २८ फरवरी और २८ मार्च अन्नदान नारायण सेवा के लिए समर्पित किये गये।

रायपुर (छत्तीसगढ़): शिव मन्दिर के स्थापना दिवस १६ से १८ फरवरी तक विशेष आयोजन किया गया। २३ फरवरी को महाशिवरात्रि महोत्सव मनाया गया। राम दरबार का आयोजन किया गया। नियमित एवं साप्ताहिक सत्संग के अतिरिक्त २८ फरवरी को अखण्ड रामायण का पाठ किया गया।

राजकोट (गुजरात): प्रत्येक बृहस्पतिवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग का आयोजन किया गया। १ व २ नवम्बर को श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी महाराज के लिए विशेष सत्संग का आयोजन किया गया और ६ नवम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज के लिए विशेष सत्संग का आयोजन किया गया जिसमें उन्होंने सत्संग के माहात्म्य पर प्रवचन दिये। आसपास के विभिन्न स्थानों में नेत्र शिविर, निःशुल्क होम्योपैथिक क्लिनिक तथा क्षेत्र के विकलांग लोगों के लिए विशेष सहायता के कार्य किये गये।

राउरकेला (उड़ीसा): साप्ताहिक सत्संग और होम्योपैथिक स्वास्थ्य सेवाएँ जारी रखी गयीं। दिसम्बर में विशेष गीता जयन्ती महोत्सव मनाया गया।

सालेपुर (उड़ीसा): नियमित प्रातःकालीन व सायंकालीन सत्संग तथा विशेष साप्ताहिक पूजा-पाठ प्रत्येक दिवस के इष्टदेवता के लिए किये गये। गीता जयन्ती दिवस पर गीता यज्ञ किया गया। भजगोविन्दम् का उड़िया भाषा में प्रकाशन किया गया (परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की वार्ताएँ)। २० दिसम्बर २००८ और १३ व २० जनवरी २००९ को क्रमशः ४१, १८५ एवं १७५ विद्यार्थियों को सालेपुर कालेज में योग प्रशिक्षण दिया गया। नव वर्ष दिवस एवं १३ जनवरी को डी. एल. एस. स्थापना दिवस मनाया गया जिसमें विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। धर्मार्थ स्वास्थ्य केन्द्र में २६० व ३०० मरीजों की क्रमशः दिसम्बर तथा जनवरी में उपचार-सेवा की गयी।

सिक्किम : दस दिवसीय आवासीय योग शिविर में पचास युवकों को आसन, प्राणायाम व ध्यान का प्रशिक्षण दिया गया। इस अवसर पर प्रमुख अतिथि वक्ताओं ने सिक्किम क्षेत्र की वनस्पति एवं जीव-जन्तुओं के बारे में विशेष व्याख्यान दिये। यह शिविर परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज को समर्पित किया गया।

विशाखपट्टनम् (आन्ध्र प्रदेश): दैनिक योगासन कक्षाएँ, सायंकालीन सत्संग और एकादशी के दिन गीता पाठ का आयोजन किया गया। परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज के सान्निध्य में १९ जनवरी को विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। २० जनवरी को पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने मन्त्रदीक्षा दी। ९ अप्रैल को चिदानन्द योग हाल का शिलान्यास समारोह मनाया गया। साप्ताहिक निःशुल्क चिकित्सा शिविर का भी आयोजन किया गया।

वडोदरा (गुजरात): साप्ताहिक सत्संग, मन्त्र जप, शिवानन्द दिवस एवं चिदानन्द दिवस पर महीने की आठवीं व चौबीसवीं तिथि को

गुरु पादुका पूजा का आयोजन किया गया। पूज्य श्री स्वामी रामराज्यम् जी महाराज ने १८ से २४ फरवरी तक प्रवचन कियेह्नप्रथम बार स्कूल के छात्रों के लिए पाँच दिवसीय बच्चों के लिए दिव्य जीवन नाम का विशेष कार्यक्रम किया गया जिसका उद्घाटन परम पूज्य श्री स्वामी त्यागवैराग्यानन्द जी महाराज ने किया। निःशुल्क चिकित्सा सेवा जारी रही।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): नियमित सचल सत्संग तथा बुजुर्गों के लिए वृद्ध आश्रम में विशेष सत्संग एवं मातृ मण्डली का आयोजन किया गया।

साउथ बलांडा (उड़ीसा): फरवरी व मार्च में नियमित सत्संग जारी रहे। प्रत्येक माह की ८ और २४ तारीख को विशेष कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। शिवरात्रि एवं होली महोत्सव भी मनाये गये।

सुनाबेडा (उड़ीसा): नियमित सायंकालीन सत्संग किये गये। पुरुष व महिलाओं के लिए अलग-अलग योगासन कक्षाएँ आयोजित की गयीं। साप्ताहिक, पाक्षिक एवं मासिक सत्संगों में मातृ सत्संगों को भी जारी रखा गया, महाशिवरात्रि महोत्सव मनाया गया और निःशुल्क चिकित्सा शिविरों का आयोजन किया गया।

विदेशी शाखा

हांगकांग (चीन): नियमित योगासन कक्षाओं द्वारा १४८ नये प्रतिभागियों को लाभ प्राप्त हुआ तथा कुछ और अधिक नये प्रतिभागी फरवरी माह में लाभान्वित हुए। पहले चल रही कक्षाएँ नियमित रूप से सुचारु रूप से चल रही हैं। साप्ताहिक सत्संग और विशेष पादुका पूजन का आयोजन किया गया।

आवश्यक सूचना

शिवानन्द आश्रम, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय, ऋषिकेश में अतिथियों एवं अभ्यागतों-आगन्तुकों के स्वागतार्थ वर्तमान समय की माँग तथा सरकारी एजेंसियों की अपेक्षाओं-आदेशों के अनुसार हम कुछ नियमों-शर्तों के परिपालन के लिए बाध्य हैं।

शिवानन्द आश्रम मूलतः संन्यास आश्रम/एक आध्यात्मिक संस्था है, जहाँ के अन्तेवासी संन्यासी, ब्रह्मचारी और आध्यात्मिक साधना में रत साधक हैं। वे निष्काम सेवा करते हैं और दिनानुदिन के कार्यक्रमों में सामूहिक रूप से सम्मिलित हो कर तथा अपनी आध्यात्मिक साधना की तरंगों से तरंगित वातावरण को तथा आश्रम की पवित्रता को बनाये रखने में प्रयत्नशील रहते हैं।

आश्रम में कुछ समय ठहरने वाले अतिथियों एवं अभ्यागतों से आशा की जाती है कि वे आश्रम के आध्यात्मिक वातावरण के अनुकूल ही अपनी आश्रमवास-अवधि का आध्यात्मीकरण करें। पर्यटकों, सप्ताहान्त छुट्टी मनाने वालों तथा मात्र मौजमस्ती करने वालों को आश्रम में ठहरने की सुविधा प्राप्त करने की प्रत्याशा नहीं रखनी चाहिए। वे किसी अन्य स्थान पर ठहरें और आश्रम-दर्शनार्थ तथा प्रार्थना, ध्यान तथा योग आदि के लिए ही आश्रम में आयें।

अतिथियों तथा अभ्यागतों के लिए दिशा-निर्देशन

(१) अतिथियों तथा अभ्यागतों को आश्रम में ठहरने की पूर्व-अनुमति प्राप्त करने के लिए महासचिव को पत्र, ई-मेल आदि के द्वारा पर्याप्त समय पूर्व अग्रिम सूचना देनी होगी, ताकि वे रवाना होने से पूर्व ही अनुमति-पत्र प्राप्त कर सकें। आश्रम-वास की अनुमति-प्राप्ति के लिए आवेदन-पत्र का प्रारूप निम्नलिखित अनुसार होगा :

१. पूरा नाम
२. लिंग और आयु
३. राष्ट्रीयता
४. निवास-स्थान/घर का पूरा पता
५. ई-मेल का पता
६. कोड सहित टेलीफोन/सैल नम्बर

७. पासपोर्ट/फोटो आइडी टाइप और नम्बर*

८. आपके परिचित आश्रमवासी का नाम/सम्बन्ध

९. व्यवसाय-नौकरीपेशा तथा संक्षिप्त आध्यात्मिक पृष्ठभूमिका

१०. क्या आप दिव्य जीवन संघ से सम्बद्ध हैं? तो किस रूप में, कैसे?

११. आगमन का उद्देश्य

१२. आपके साथ आने वालों की संख्या (उनके नाम, लिंग और आयु उल्लेख सहित)

१३. आगमन की तिथि-तारीख

१४. प्रस्थान की तिथि-तारीख

(२) आश्रम-आवास के लिए फोन पर अनुमति लेना मान्य नहीं होगा।

(३) अतिथियों तथा अभ्यागतों को स्वागत-कार्यालय द्वारा जो आवास-स्थान दिया जायहृहृपूर्ण सहयोग सहित उसके साथ उन्हें एडजस्ट करना होगा।

(४) आश्रम-वास करते हुए अतिथियों तथा अभ्यागतों को आश्रम के समस्त कार्यक्रमों में उपस्थित रहना होगा; विशेष रूप से प्रातः ध्यान-कक्षा में और रात्रि-सत्संग में।

(५) अतिथियों-अभ्यागतों को अपने मूल्यवान् सामान का ध्यान स्वयमेव रखना होगा। किसी भी प्रकार की हानि-नुकसान के लिए आश्रम-प्रबन्धन उत्तरदायी नहीं होगा।

(६) स्वागत-कार्यालय का नियत कार्य-समय प्रातः ६ बजे से रात्रि १० बजे तक है। रात्रि १० बजे से प्रातः ६ बजे तक कार्यालय बन्द रहेगा। अतः अतिथियों-अभ्यागतों से अनुरोध है कि वे अपनी यात्रा का कार्यक्रम इस प्रकार सुनिश्चित करें कि वे स्वागत-कार्यालय के कार्य-समय के अन्दर ही आश्रम में पहुँचें।

(७) बिना पूर्व-सूचना दिये एवं पूर्व-अनुमति लिये आश्रम में ठहरने हेतु आने वाले अतिथियों तथा अभ्यागतों के अनुरोध पर गौर नहीं किया जायेगा।

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के लिए सूचना

शिवानन्द आश्रम, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय, ऋषिकेश आने वाले अतिथियों-अभ्यागतों की सिफारिश करने वाली शाखाओं से अनुरोध है कि वे उपर्युक्त दिशा-निर्देशों का अनुपालन करें।

शाखाएँ अपने सदस्यों/भक्तों का आश्रम मुख्यालय में आने के लिए सिफारिश सदा कर सकती हैं, किन्तु पूर्व अग्रिम सूचना देने और अनुमति-स्वीकृति-प्राप्ति सुनिश्चित हो।

बिना पूर्व-सूचना दिये एवं पूर्व-अनुमति प्राप्त किये शाखाओं से सिफारिशी पत्र लाने पर भी मुख्यालय में आवास-उपलब्धि हेतु आने वाले सदस्यों, भक्तों, अतिथियों और अभ्यागतों को आश्रम में ठहरने की (स्वीकृति) अनुमति प्राप्त नहीं हो सकेगी।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

---

* स्वागत-कार्यालय (Reception Office) में पहुँचने पर आपको पासपोर्ट अथवा कोई फोटो पहचान-पत्र अवश्यमेव प्रस्तुत करना होगा। यह सरकारी नियमानुसार आवश्यक जरूरत है।