

उपनिषद्-सुधा बिन्दु

अनुपश्य यथा पूर्वे प्रतिपश्य तथापरे ।
सस्यमिव मर्त्यः पच्यते सस्यमिवाजायते पुनः ॥

(कठोपनिषद् : १/१/६)

(नचिकेता ने अपने पिता से कहा) “विचार कीजिए, हमारे पूर्वज किस प्रकार (सत्य पर दृढ़ रहते हुए) आचरण करते थे। वर्तमान समय के (सत्यारूढ़) श्रेष्ठ पुरुषों

के आचरण पर भी दृष्टिपात कीजिए। (इस क्षणभंगुर संसार में) मरणधर्मा मनुष्य अनाज की तरह जीर्ण हो कर नाश को प्राप्त होते हैं और अनाज की तरह पुनः उत्पन्न होते हैं। (जन्म-मृत्यु का चक्र चलता रहता है। असत्य-भाषण करके कोई भी इस चक्र से मुक्ति पा कर अमर नहीं हो सकता। अतः आप सत्य पर दृढ़ रहते हुए अपने वचन का पालन करें और मुझे यम के पास जाने की अनुमति दें।)”

फोर्थ कवर पेज

प्रत्येक नाम-रूप में ईश्वर का दर्शन करना; प्रत्येक परिस्थिति में ईश्वर का अनुभव करना; अपने शरीर तथा मस्तिष्क के माध्यम से लोक-सेवा करना; समस्त मानव-जाति में ज्ञान का प्रसार करना; निर्धन-निराश्रित जनों

के प्रति मैत्री-भावना रखना एवं समस्त विश्व में शान्ति तथा आनन्द का संचार करके सबके प्रति एकात्म-भावना और समदृष्टि रखना मेरा जीवन-सिद्धान्त है। हृदयस्वामी शिवानन्द

गुरु २

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

गुरु-परम्परा

आध्यात्मिक ज्ञान गुरु से शिष्य तक गुरु-परम्परानुसार चलता है। गुरु अपनी आध्यात्मिक सम्पदा योग्यतम शिष्य को सौंपता है, जैसे गौडपादाचार्य जी ने अध्यात्म-ज्ञान गोविन्दाचार्य जी को प्रदान किया, गोविन्दाचार्य जी ने शंकराचार्य जी को, शंकराचार्य जी ने सुरेश्वराचार्य जी को। अध्यात्म-सम्पदा का इस प्रकार गुरु-परम्परानुसार आदान-प्रदान होता रहा है। गुरु मत्स्येन्द्रनाथ जी ने गुरु गोरखनाथ जी को ज्ञान दिया, तो गोरखनाथ जी ने निवृत्तिनाथ जी को और निवृत्तिनाथ जी ने ज्ञानदेव जी को। श्री तोतापुरी ने रामकृष्ण परमहंस को आत्म-ज्ञान दिया, तो श्री रामकृष्ण परमहंस ने विवेकानन्द को। राजा जनक के जीवन को अष्टावक्र ने ढाला, राजा भर्तृहरि का जीवन गोरखनाथ जी ने पलटा। भगवान् श्रीकृष्ण ने अस्थिर चित्त वाले अर्जुन तथा उद्धव को स्थितप्रज्ञ बनाया।

मन्त्र-दीक्षा तथा उसका महत्त्व

एक भक्त-सन्त ही भक्ति-पथ की दीक्षा दे सकने में समर्थ होते हैं। एक प्रकाण्ड ज्ञानी ही वेदान्त के जिज्ञासुओं को महावाक्यों में दीक्षित कर पायेंगे। एक हठयोगी अथवा राजयोगी दूसरों को अपने पथ की ही दीक्षा देंगे; परन्तु एक पूर्ण योगी अथवा पूर्ण ज्ञानी जिन्होंने साक्षात्कार प्राप्त कर लिया है, वे साधक को किसी भी पथ में दीक्षित कर सकते हैं। जैसे आदि गुरु शंकराचार्य अथवा मधुसूदन सरस्वती के समान कोई सन्त पूर्ण ज्ञानी हों, तो किसी को भी कहीं पर भी उसकी क्षमता के अनुसार किसी भी योग में दीक्षित कर सकते हैं। गुरु शिष्य के स्वभाव तथा रुचि के अनुसार निर्णय ले कर ही निश्चित पथ में दीक्षित करते हैं। यदि शिष्य का मन शुद्ध न पाया गया, तो कई वर्षों तक उसे निष्काम सेवा में लगाये

रखते हैं। तत्पश्चात् निर्णय ले कर जिस योग-मार्ग का अधिकारी पाया गया, उसी में दीक्षित करते हैं।

दीक्षित करने का अभिप्राय केवल इतना ही नहीं होता कि कोई भी मन्त्र शिष्य के कानों में फूँक दिया जाये। यदि कोई मनुष्य 'क' दूसरे मनुष्य 'ख' के विचारों से प्रभावित है, तो 'क' को 'ख' से एक प्रकार से दीक्षित समझिए, वह कृष्ण-प्रेमी है, तो उसे एक प्रकार से कृष्ण-मन्त्र की दीक्षा मिल चुकी है। यदि कोई साधक किसी सन्त की पुस्तकें पढ़ कर उसके सदुपदेशों-विचारों को आत्मसात् कर चुका है, तो समझिए वही सन्त उसके गुरु बन चुके हैं।

शक्ति-संचार

शक्ति-संचार भी किसी आध्यात्मिक शक्तिमान् द्वारा किसी दूसरे पर किया जा सकता है, यह उसी प्रकार है जैसे आप किसी को भी सन्तरा दे देते हैं। अध्यात्म-शक्ति को दूसरे तक पहुँचाना ही शक्ति-संचार कहलाता है। इस प्रक्रिया द्वारा सदगुरु अपनी आध्यात्मिक स्फुरणा-स्पन्दन अपने योग्यतम शिष्य के मन तक पहुँचाता है।

सदगुरु जिस शिष्य को भी शक्ति-संचार का सुपात्र समझता है, उसमें ही शक्ति-संचार करता है। ऐसा समर्थ गुरु अपने दृष्टि मात्र से, स्पर्श से, शब्द या विचार से, यहाँ तक कि केवल संकल्प मात्र से भी शक्ति-संचार कर सकता है।

शक्ति-संचार भी परम्परानुसार चलता है। यह एक गुह्य-गूढ़ रहस्यमयी विद्या है। यह एक सदगुरु से सदशिष्य को प्रदान की जाती है।

भगवान् ईसामसीह ने अपनी शक्ति का संचार अपने कुछ शिष्यों में स्पर्श द्वारा किया। समर्थ गुरु रामदास के एक शिष्य ने एक नर्तकी की कन्या पर शक्ति-संचार किया जो उस

पर आसक्त हो चुकी थी। शिष्य ने उस पर दृष्टिपात किया और उसकी समाधि लग गयी, उसकी कामेच्छा नष्ट हो गयी और वह भी धर्मपरायण हो कर आध्यात्मिकता के पथ की अनुगामिनी हो गयी। भगवान् श्रीकृष्ण के दिव्य स्पर्श द्वारा प्रज्ञाचक्षु सूरदास की अन्तर्प्रज्ञा (अन्तर्दृष्टि) खुल गयी और उनकी भाव समाधि लग गयी। गौरांग महाप्रभु ने भी अपने चुम्बकीय स्पर्श से कइयों को दिव्योन्माद प्रदान कर अपनी ओर आकर्षित कर लिया करते थे। यहाँ तक कि नास्तिक भी मस्ती में आ कर गलियों में भाव-नृत्य करना आरम्भ कर देते और 'हरि बोल', 'हरि बोल' का सुमधुर संकीर्तन करते रहते।

सद्गुरु द्वारा शक्ति-संचार प्राप्त कर लेने मात्र से शिष्य को सन्तुष्ट नहीं होना चाहिए, अपितु यथाशक्ति अथक प्रयास द्वारा साधना में उत्तरोत्तर प्रगति-पथ की ओर अग्रसर रहना चाहिए। श्री रामकृष्ण परमहंस ने विवेकानन्द में शक्ति-संचार किया। स्पर्श उपरान्त ही शक्ति का संचार हुआ, तो भी स्वामी जी ने घोर तपश्चर्या में पूरे सात वर्ष लगा दिये और इस प्रकार योग-साधना द्वारा पूर्णता प्राप्त की।

गुरु-कृपा और स्व-प्रयत्न

सद्गुरु के केवल चमत्कार मात्र से साक्षात्कार नहीं हो जाता। महात्मा बुद्ध, ईसामसीह तथा स्वामी रामतीर्थ ने घोर साधना की थी। भगवान् श्रीकृष्ण ने अर्जुन को अभ्यास, वैराग्य विकसित करने का उपदेश दिया। उन्होंने उसे यह नहीं कहा था कि "मैं तुम्हें अभी मुक्ति देता हूँ।" अतः इस भ्रम में नहीं रहिए कि गुरु ही आपकी समाधि लगवा देंगे या मुक्ति प्रदान करेंगे। प्रयत्न करते रहिए, मन की शुद्धता बनाये रखिए, ध्यान में लीन रहिए, निःसन्देह आप साक्षात्कार प्राप्त करेंगे।

सद्गुरु की कृपा पाना अत्यावश्यक है; किन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि शिष्य निठल्ला हो कर बैठा रहे, उसे तो कठोर परिश्रम-पुरुषार्थ करना होगा तथा आध्यात्मिक अभ्यासी साधक बनना होगा। पुरुषार्थ शिष्य को स्वयं करना होगा। आजकल लोग संन्यासी के कमण्डलु से एक बूँद जल ले कर तत्काल समाधिस्थ होना चाहते हैं। वे न तो मानसिक शुद्धि के लिए, न ही आत्म-साक्षात्कार-प्राप्ति के लिए साधना करने को तैयार होते हैं। वे तो चाहते हैं कि जादू की तरह समाधि लग जाये। यदि आपको ऐसा भ्रम हो, तो उसे तुरन्त ही मन से निकाल दीजिए।

सद्गुरु तथा शास्त्र तो केवल मार्ग-दर्शन कर सकते हैं एवं शंका-संशय-निवारण कर सकते हैं। अपरोक्षानुभूति आपको स्वयं करनी होगी। क्षुधा-निवारण के लिए भोजन स्वयं आपको करना होगा। (यदि कहीं खुजली हो, तो अपने हाथ से ही आपको खुजलाना होगा।)

निःसन्देह सद्गुरु के आशीर्वाद से सब-कुछ प्राप्त हो सकता है। प्रश्न यह है कि गुरुदेव का आशीर्वाद कैसे प्राप्त हो? गुरुदेव को प्रसन्न एवं सन्तुष्ट करने से। गुरुदेव सन्तुष्ट और प्रसन्न तभी होंगे, यदि शिष्य उनकी आज्ञा के अनुसार आध्यात्मिक शिक्षाओं-आदेशों का पूर्णतया परिपालन करे। अतः गुरुदेव की आज्ञा का परिपालन ध्यानपूर्वक, सावधानी से, निष्ठा से करें। उनकी शिक्षाओं को क्रियान्वित करें। तभी आप गुरुदेव की कृपा के अधिकारी बन पायेंगे। केवल तभी आशीर्वाद पूर्णतया सफल होगा।

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

आप जो भी कार्य करें, उसे भगवान् की पूजा समझ कर करें। अन्ततः भगवद्-इच्छा ही अभिभावी होती है। आपका भविष्य पहले से ही सुनियोजित तथा सुनिश्चित कर दिया गया है। आप किसी प्रकार का भी जीवन व्यतीत करें, परन्तु भगवान् का विस्मरण कभी न करें। घटनाएँ जिन रूपों में आयें, उन्हीं रूपों में स्वीकार कर लें। संसार के बीचोंबीच रहते हुए आप साधनाभ्यास कर सकते हैं। सबमें भगवद्-दर्शन करें। भगवान् सर्वव्यापक हैं। ऐसा कोई स्थान नहीं है, जहाँ 'वह' न हों।

स्वामी चिदानन्द

अतः जीवन में आपकी दृष्टि ऐसी होनी चाहिए कि आप अपने आन्तरिक प्रज्ञा-चक्षुओं से वास्तविक को देखना और वास्तविक परम सत्य को निरन्तर अपने भीतर देखते रहना; और इस तथ्य को देखते हुए सदा जागरूक रहना, सदैव सावधान रहना कि मैं निरन्तर भगवान् के साथ हूँ। इसलिए वह मेरे निकटतम है, वह सबसे अधिक निकट, सबसे अधिक अपनी एक शक्ति, एक बल, एक प्रभाव है कि मैं यहाँ संसार में रहते हुए और कार्यकलाप करते हुए निरन्तर उनके सान्निध्य में हूँ।

“मैं कभी अँधेरे में नहीं हो सकता। मैं सदा प्रकाश में ही रहूँगा, क्योंकि ‘वह’ समस्त अन्धकारों से परे, समस्त प्रकाशों का प्रकाश है। अतः मैं कभी भी अँधेरे में नहीं होऊँगा। मैं प्रकाश में निवास करता हूँ। मैं प्रकाश में चलता-फिरता हूँ। प्रकाश ने मुझे अन्दर-बाहर से घेरा हुआ है। अतः मेरे भीतर से जो-कुछ भी अभिव्यक्त होगा, वह उसी गुणवत्ता को लिये हुए होगा।” वह परम पिता परमात्मा आप पर ऐसी ही कृपा करें!

उन परम श्रद्धेय गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज को श्रद्धापूर्वक प्रणाम करते हैं जो इस तथ्य को दोहराते हुए कभी थकते नहीं थे कि “आपके भीतर भगवान् छिपे हुए हैं। यह तुच्छ ‘मैं’ जो भगवान् को देखने में बाधक बनी बैठी है, यह चली जानी चाहिए।” यही करने की आवश्यकता है। यही साधना है। उन्होंने कहा कि “इस ‘मैं’ को मार दो, जीने के लिए मरो।”

जब तक यह छोटी तुच्छ ‘मैं’ है, तब तक आप सदा यह परेशानी-भरा अस्थायी झूठा जीवन जीते रहते हैं, यह बाह्य भौतिक, लौकिक जगत् का जीवन जीते हैं। आपने अभी तक वास्तविक जीवन, सच्चा जीवन, अपने वास्तविक स्वरूप का जीवन आरम्भ ही नहीं किया है। “इसलिए”, गुरुदेव कहते हैं, “वास्तविक जीवन स्वाभाविक रूप से दिव्य जीवन है, क्योंकि दिव्यता आपकी सच्ची पहचान है; आप वास्तव में दिव्य हैं।” यह आपका वास्तविक स्वरूप है। तो

भी जब तक वह ऐसी शक्ति नहीं बन जाती जो आपकी सम्पूर्ण क्रियाओं को, आपकी हर एक गतिविधि को आच्छादित न कर ले कि तब तक आप इसमें स्थित नहीं हुए हो कि तब तक वास्तविक सत्ता उपेक्षित और सुप्त अवस्था में है कि तब तक मिथ्या छोटी मैं केन्द्रीय स्थान लिये हुए है और सर्कस के रिंग मास्टर की तरह बनी हुई पाँचों इन्द्रियों के पशुओं को अपने इच्छानुसार नचाती है। इस सरदार को बाहर धकेल कर निकाल देना चाहिए और वास्तविक परम सत्ता को केन्द्रीय स्थान ग्रहण करने दिया जाना चाहिए।

इसीलिए गुरुदेव ने कहा कि “इस तुच्छ ‘मैं’ को नष्ट करो। जीने के लिए मरो। दिव्य जीवन जीओ।” जब यह छोटी ‘मैं’ मर जाती है, केवल तभी आप ‘वास्तव में जीते’ हैं। आप तभी जान पाते हैं कि केवल ‘एक उस’ का ही अस्तित्व है। जब यह रूपान्तरण होता है, तब फिर आपका जीवन दूसरे या तीसरे दर्जे का नहीं रहता, स्थूल और भौतिक नहीं रहता, तब आपका जीवन आध्यात्मिक हो जाता है, आपका जीवन दिव्य हो जाता है, सच्चा जीवन हो जाता है और यह आपके भीतर छिपे हुए परमात्मा की अभिव्यक्ति करने वाला जीवन हो जाता है।

अतः आइए, हम उस महान् वास्तविकता के प्रति जाग्रत हो जायें, जो हमारा सतत, निकटतम, तत्काल और घनिष्ठतम साथी है। इस लक्ष्य-प्राप्ति की कोई यात्रा नहीं है। यात्रा तो तब होती है, जब जहाँ आप हों, उससे दूर कहीं पहुँचना हो। यहाँ ऐसी कोई यात्रा नहीं है। यह प्रश्न तो तत्क्षण जागरूकता प्राप्त करने का है, क्योंकि यहाँ फासला या दूरी तो है ही नहीं। आपमें और परब्रह्म (परम सत्ता) में परस्पर कोई दूरी नहीं है। आप दोनों गहन एकत्व के सह-अस्तित्व की स्थिति में हैं। सुप्रीम ताओ अर्थात् ‘पूर्ण एकत्व बनाने वाले दो अर्धभागों की जागरूकता’ का नाम इसी को दिया है।

परमात्मा आपको ऐसी जागरूकता की आन्तरिक अवस्था प्रदान करें! महान् गुरुओं द्वारा प्रदर्शित मार्ग हमें परमात्मा की पूर्ण जागरूकता प्राप्त करने के साधनों से सम्पन्न

करें! हमें गुरुओं ने सिखाया है कि हम आन्तरिक यात्रा पर आरूढ़ हैं, बाह्य यात्रा पर नहीं। गुरुदेव कहते थेहहह“ध्यान करो। साक्षात्कार पाओ।” ध्यान एक आन्तरिक प्रक्रिया है, जिसमें हमें मन और बुद्धि की जाग्रत अवस्था की प्राप्ति होती है। यह जागरूक अवस्था हमें सदा विद्यमान और निकटतम विद्यमान परम सत्ता से साक्षात्कार करने का साधन बनती है।

परम पिता परमात्मा और श्रद्धेय गुरुदेव आपको सदा प्राप्त, सदा आपके अपने को प्राप्त करने की रहस्यमयी खोज में पूर्ण सफलता प्रदान करें! यह विचित्र विरोधी रहस्य है। आप उसकी खोज में लगे हुए हैं, जिसे कहीं खोजने की

आवश्यकता नहीं है। आप उसे खोज रहे हैं, जो कभी भी कहीं गुम नहीं हुआ है। उसे ही खोज रहे हैं, जो सदा-सर्वदा आपके साथ है। खोजने की फिर आवश्यकता कहाँ है?

जब आप यह जान जाते हैं कि खोजने की आवश्यकता नहीं है, तो आप अपने को लक्ष्य पर पहुँच गया ही समझें। आपने अपनी नियति बना ली है। जब आप यह जान और समझ गये हैं कि खोज निरर्थक है, अनावश्यक है, व्यर्थ है, तब आप पहुँच गये हैं। यह आप सबको यह प्राप्त हो, यही प्रार्थना है।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

एक पिशाच की कहानी :

व्यस्त रहना काम के नियन्त्रण का सर्वोत्तम उपाय है

मन एक पिशाच के समान है जो सदा अशान्त रहता है। एक बार एक ब्राह्मण पण्डित ने मन्त्र-सिद्धि के द्वारा एक पिशाच को वश में कर लिया। पिशाच ने पण्डित से कहाहहह“मुझमें अलौकिक शक्तियाँ हैं। मैं पल मात्र में आपके लिए कोई भी कार्य कर सकता हूँ। आपको नित्य विविध प्रकार के कार्य मुझे देते रहना होगा। यदि आपने मुझे बिना किसी काम के एक क्षण भी छोड़ा, तो मैं आपको तत्काल खा जाऊँगा।” ब्राह्मण सहमत हो गया।

उस पिशाच ने ब्राह्मण के लिए एक तालाब खोदा, खेतों की जोताई की तथा अल्प काल में ही विभिन्न प्रकार के कार्य किये। वह ब्राह्मण उस पिशाच को और किसी कार्य में लगाये न रख सका। पिशाच ने उसे धमकायाहहह“अब मेरे लिए कुछ भी कार्य नहीं है। मैं आपको निगल जाऊँगा।”

ब्राह्मण किंकर्तव्यविमूढ़ हो गया। उसकी समझ में नहीं आया कि अब उसे क्या करना चाहिए। वह अपने गुरु के पास गया और अपनी स्थिति स्पष्ट की। उसके गुरु ने कहाहहह“अपनी सामान्य बुद्धि का प्रयोग करो। अपने घर के सामने एक बड़ा, दृढ़ चिकना काष्ठ-स्तम्भ खड़ा करवा दो। इस स्तम्भ में एरण्ड तेल, मोम तथा अन्य स्निग्ध पदार्थों का लेपन करवा दो। उस पिशाच को इस स्तम्भ पर अहर्निश चढ़ते-उतरने का आदेश दो।” शिष्य ने तदनुसार कार्य किया तथा उस पिशाच को सहज ही वश में कर लिया। पिशाच निरूपाय हो गया।

इसी प्रकार आप भी अपने मन को जप, स्वाध्याय, सेवा, कीर्तन, प्रार्थना आदि किसी-न-किसी प्रकार का काम दें। उसे पूर्णतः व्यस्त रखें। तभी मन अनायास ही नियन्त्रित किया जा सकता है। कोई कुविचार मन में नहीं आयेगा। आप शारीरिक तथा मानसिकहहहदोनों ही प्रकार के ब्रह्मचर्य में सुस्थित हो सकेंगे।

स्वामी शिवानन्द

धारणा के चार चरण

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

ध्यान की पराकाष्ठा पर पहुँचने के उद्देश्य से हम पतंजल-योग के सैद्धान्तिक पथ पर अग्रसर हो रहे हैं। पतंजलि ने मन को वश में करने की विभिन्न मनोवैज्ञानिक प्रविधियाँ बतायी हैं जो वैश्व (cosmic) ध्यान की ओर ले जाने वाली मानी गयी हैं। पतंजलि का वास्तविक योग संयम, समापत्ति अथवा समाधि से प्रारम्भ होता है। योग समाधि पर समाप्त होने के स्थान पर समाधि से प्रारम्भ होता है, यह आश्चर्य में डालने वाली बात है। इसका कारण यह है कि योग परम सत्ता के साथ ऐक्य स्थापित करने की विधि तथा उपलब्धि, दोनों ही हैं। जब 'संयम' का प्रारम्भ होता है, तब एक महान् आध्यात्मिक क्रान्ति घटित होती है। जब तक ऐसा नहीं होता, तब तक साधक योग में नौसिखिया ही रहता है। संयम, समापत्ति और समाधि शाब्दिक अर्थों तथा सम्पृक्तार्थों की दृष्टि से एक ही नहीं हैं। वे आत्म-विलीनता की प्रक्रिया में विभिन्न अर्थच्छटाओं की ओर संकेत करते हैं।

केवल एक विशेषज्ञ ही, जिसने सम्पूर्ण प्रविधियों को भली प्रकार समझ लिया हो, संयम अथवा सम्पूर्ण एकाग्रता की साधना आरम्भ कर सकता है। पतंजलि की पद्धति में 'संयम' शब्द किसी विषय पर सम्पूर्ण आत्म-एकाग्रता को निर्दिष्ट करता है। संयम के अभ्यास में दो कठिनाइयाँ हैं—(१) अस्तित्व को संघटित करने के उद्देश्य से अपने को प्रकृतिस्थ करने हेतु अपनायी जाने वाली क्रिया-विधि और (२) स्वयं तथा ध्येय पर विचार करने की कला।

सामान्य प्रकारों की एकाग्रता में प्रस्तुत उद्देश्य की पूर्ति हेतु कोई मानसिक शक्ति उपयोग में लायी जा सकती है; परन्तु संयम में कोई मानसिक शक्ति नहीं, साधक का समग्र अस्तित्व उपयोग में लाया जाता है। इस समग्र एकाग्रता (जिसे संयम कहते हैं) के लिए अपने-आपको तैयार करने

हेतु आपको धारणा और ध्यानह्रदय किसी विचार को प्रश्रय दिये बिना किसी निश्चित पदार्थ पर ध्यान (अवधान) लगाने की कलाह्रदयके नाम से विहित प्राथमिक स्तर की एकाग्रताओं में अपने को प्रशिक्षित करने का परामर्श दिया जाता है।

धारणा, ध्यान और समाधिह्रदय तीनों के पारस्परिक भेद को समझ लेना चाहिए। इन अवस्थाओं के ऊर्ध्वगमन की प्रक्रिया में ये क्रमशः गहन से गहनतर होती जाती हैं; परन्तु गुणात्मक दृष्टि से ये तत्त्वतः भिन्न नहीं हैं। एकाग्रता की कला (धारणा) के चार चरण होते हैं, जो बाद में तीन रह जाते हैं और अन्ततः अनुभूति के एकमात्र सातत्य में विलीन हो जाते हैं। इस अनुभूति में द्वैत का अनुभव नहीं होता। धारणा में चार बातों का एक-साथ अभ्यास किया जाता है।

धारणा के अभ्यास में सभी प्रकार के बाह्य विचारों का बहिष्करण करना होता है। प्रस्तुत कार्य से असम्बद्ध विचारों; जिस भाव को आप प्रश्रय देना चाहते हैं, उससे असम्बद्ध भावों तथा अनुपयोगी भावनाओं को बाह्य विचार समझना तथा उनका बहिष्कार करना चाहिए। यह बहिष्करण एकाग्रता के अभ्यास का पहला चरण है।

दूसरा चरण है—ह्रदयएकाग्रता हेतु जो विचार निश्चित रूप से आवश्यक हैं, उनको एक जगह लाना या एकत्र करना। इन आवश्यक विचारों में भी विविधता हो सकती है। इसका यह अर्थ नहीं है कि आप किसी एक ही विचार को प्रश्रय दे रहे हैं—ह्रदयएकाग्रता का अभ्यास करते समय मन में बहुत से विचार हो सकते हैं। मान लीजिए, आप वृक्ष पर मन को एकाग्र कर रहे हैं। आप भली-भाँति जानते हैं कि ऐसे क्षण में आपके मन में एक ही विचार नहीं होता है। वृक्ष-सम्बन्धी विचार में कई प्रकार के विचार समाहित होते हैं। जब आप किसी चित्र

या किसी अन्य वस्तु की ओर देखते हैं, उस समय आपके मन में उस विषय से सम्बद्ध विभिन्न प्रकार के विचार आते हैं। ये सब विधेयात्मक विचार हैं जो उन बाह्य तथा नकारात्मक विचारों से भिन्न हैं जिनका बहिष्कार करना है, यद्यपि उस समय भी विचारों की विविधता है जिसे किसी एक केन्द्र-बिन्दु पर ले आया जाना चाहिए। बहबनाये रखना अपेक्षित होता है। जब आप किसी वृक्ष के विषय में सोचते हैं, तब आपके मन में उसके बीज, उसके विकसित होने के ढंग, उसके तने, शाखाएँ, पर्ण-समूह आदि से सम्बन्धित विचार उठते हैं। वृक्षहृद्दजो हमारा प्रस्तुत विषय है। हृद्दसे सम्बन्धित विचारों के ये विविध प्रकार आन्तरिक रूप से परस्पर सम्बद्ध हैं, यद्यपि विभिन्न नाम-रूपों की दृष्टि से ये पृथक्-पृथक् दिखायी पड़ते हैं। इस आन्तरिक सम्बन्ध के प्रति जागरूकता एकाग्रता का दूसरा चरण है।

तीसरा चरण है हृद्दस्वयं धारणा के पदार्थ की संरचना पर एकाग्रता। वस्तुगत पक्ष उतना ही महत्वपूर्ण होता है, जितना आत्मगत पक्ष। आप सकारात्मक रूप से आवश्यक सभी विचारों को एकत्र करते हैं, ताकि आप धारणा के पदार्थ पर मन को एकाग्र कर सकें। फिर आप अव्यक्तिक ढंग से धारणा के पदार्थ का मानस-दर्शन करते हैं, अर्थात् उस विषय का उस रूप में मानस-दर्शन करते हैं जिस स्थिति में वह होता है, न कि जैसा वह आपके मन को प्रतीत होता है। प्रत्येक वस्तु की अपनी एक स्थिति होती है। आपको विदित होगा कि स्वयं आपके विषय में मेरे और आपके सोचने के ढंग में अन्तर होता है अथवा यों कहें कि आपके बारे में मेरे सोचने के ढंग तथा आपकी अपनी व्यक्तिकता की स्थिति में अन्तर है। किसी पदार्थ के स्वानुभूतिमूलक विचार तथा उस (पदार्थ) के वस्तुगत स्वरूप के बीच सामंजस्य रहना चाहिए।

स्वयं आप और पदार्थ के बीच के सम्बन्ध इस विषय के साथ अन्तर्ग्रस्त हैं। यह ज्ञानशास्त्रहृद्दसंवेदन, बोध, संज्ञान की प्रक्रियाहृद्दका विषय है। धारणा का अभ्यास करते समय संवेदन, बोध, संज्ञान आदि एक-साथ घटित होते हैं, यद्यपि सैद्धान्तिक तथा तार्किक दृष्टि से वे परस्पर भिन्न हैं; परन्तु व्यवहार में वे घटनाओं की तरह मन में एकाएक उभरते प्रतीत

होते हैं। जब आपकी एकाग्रता गहनतर बनती है, जब आपकी एकाग्रता ध्यान बन जाती है तथा जब धारणा ध्यान बन जाती है, तब चार चरण तीन ही रह जाते हैं। अब बाह्य विचारों के विषय में चिन्ता करने की आवश्यकता नहीं है। वे पूर्णतया बहिष्कृत कर दिये गये हैं और आप ध्येय में पूर्णतः लीन हो गये हैं। अब केवल ध्यानी, ध्येय और ध्यान; द्रष्टा, दृश्य और दृष्टि तथा ज्ञाता, ज्ञेय और ज्ञान ही हैं।

ध्यान में तीनों प्रक्रियाएँ अपने-आप और युगपत् घटित होती हैं। ध्यान की पराकाष्ठा ही वास्तविक योग है। आपने सुना होगा कि योग मिलन है, अर्थात् जब एकता स्थापित हो जाती है, तब आप योग की वास्तविक स्थिति में होते हैं। आप योग की वास्तविक स्थिति में तब तक नहीं होते, जब तक आपके और ध्येय के बीच पूर्ण सामंजस्य नहीं हो जाता तथा जब तक आप अपनी व्यक्तिकता भी किसी तरह बनाये रखते हैं। यह स्थिति कुछ इस प्रकार की है हृद्दमानो दो मित्र हों, जिनके दो भिन्न शरीर हों; परन्तु आत्मा एक ही हो और वे दोनों एक ही तरह से सोचते हों। ऐसे मित्रों की सत्ता वस्तुतः होती ही नहीं है, क्योंकि एक ही चेतना दो भिन्न रूपों में एक-समान कार्य करती हुई सरलता से नहीं पायी जाती। परन्तु ध्यानावस्था में ध्याता तथा ध्येय कुछ इस प्रकार एक हो जाते हैं कि एकता में उनकी विभेदक पहचानें खो जाती हैं।

धारणा और ध्यान का विकास समापति अथवा समाधि में होता है। समाधि-अवस्था में चैतन्य में एक सन्तुलन स्थापित हो जाता है। जागरूकता की एक सुव्यवस्थित धारा प्रवाहित होने लगती है, जिसके कारण द्रष्टा और दृश्य का भेद क्षीण होने लगता है और अल्पतम रह जाता है। ध्याता और ध्येय के बीच की खाई कम होते-होते लगभग एकात्मता अथवा एकत्व के बिन्दु पर विलीन हो जाती है। ध्यान में इस प्रकार की एकता स्थापित नहीं हो पाती; परन्तु इस एकता की ओर प्रवृत्ति अवश्य रहती है। समाधि में परम एकता स्थापित हो जाती है। योगाभ्यास का यह चतुर्थ चरण है। (अनुवादक : श्री योगेशचन्द्र बहुगुणा)

बच्चों के लिए दिव्य जीवन :

सामान्य ज्ञान-६

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

संख्या

एक ईश्वर है जो सारे विश्व का शासक है। एक है सूर्य जो इस विश्व को प्रकाश देता है।

दो हैं अश्विनीकुमार। दो हैं मानव के प्रकारहृहपुरुष और स्त्री।

तीन हैं हिन्दू-धर्म के देवता। तीन हैं वेद जिनसे ब्राह्मण-धर्म बना है।

चार हैं वर्ण और चार हैं आश्रम। चार हैं जीवन की अवस्थाएँ (जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्ति और तुरीय)।

पाँच हैं यज्ञ की अग्नि। पाँच हैं मूलभूत तत्त्व।

छह हैं ऋतुएँ। छह हैं वेद के अंग।

सात हैं महर्षि। सात हैं संगीत के स्वर।

आठ हैं राजयोग के अंग। आठ हैं पूर्णता की सिद्धियाँ।

नौ हैं निधियाँ। नौ है संख्या का अन्त।

पहला

ईश्वर की प्रथम सृष्टि थी जल। इस विश्व में पहली ध्वनि निकली थी ॐ। ब्राह्मण को दीक्षा देने का पहला मन्त्र गायत्री है। इस धरती का पहला राजा पृथु था।

पहला काव्य रामायण है। अमरीका जाने वाला पहला आदमी कोलम्बस था। पहला छापाखाना खुला जर्मनी में। जीवन को प्रेरणा देने वाली पहली चीज श्रद्धा है।

आध्यात्मिक साधक को जिन-जिन बातों से बचना है, उनमें से पहली है कुसंगति। भारत आने वाले विदेशियों में पहला था वास्कोडिगामा। सबसे पहला भारतीय गवर्नर लार्ड सिन्हा था।

पाप करने वाला सबसे पहला पुरुष आदम था। दुःख का पहला कारण है अज्ञान। सबसे पहला हिन्दू-धर्मग्रन्थ ऋग्वेद है। सब आध्यात्मिक साधनाओं में पहली साधना जप है।

सूर्य

हे वासुदेव! इस चमकीले सूर्य को देखो। वह अपना कर्तव्य नियमित रूप से करता है। वह ठीक समय से निकलता है। तुम भी सूर्य के समान ही नियम-पालन करो। उदय होते समय सूर्य में किरणें नहीं होतीं।

वह बिना तेल और बाती के जलता है (या चमकता है)। उसके अन्दर अपार शक्ति भरी है। सूर्य को पैदा करने वाला ईश्वर है। सूर्य जाड़ों में गरमी देता है। उसी से बादल बनते और वर्षा होती है। सूर्य के ही कारण सारे पेड़-पौधे बढ़ते हैं। यदि सूर्य न हो तो ठण्ड से सब मर जायें।

सूर्य निकलते समय और अस्त होते समय हृदय बड़ा प्रसन्न होता है। उससे अच्छा स्वास्थ्य, तेजस्विता और आँख की ज्योति प्राप्त होती है। रोज प्रातःकाल, विशेषतः रविवार के दिन, आदित्यहृदय-स्तोत्र का पाठ करो। इससे तुम जीवन में सफलता प्राप्त करोगे, स्वस्थ रहोगे और दीर्घ आयुष्य पाओगे। प्रातः और सायं सूर्य को अर्घ्य प्रदान करो।

विश्व के सात आश्चर्य

आगरा का ताजमहल, पीसा की झुकी मीनार, बेबीलोन का झूलता बगीचा, मिश्र के पिरामिड, रोडस शहर का कोलोसस, चीन की बड़ी दीवाल और शाहजहाँ का मयूर-सिंहासनहृह्वये विश्व के सात आश्चर्य हैं।

ताजमहल बादशाह शाहजहाँ की बेगम मुमताज की कब्र पर बनाया गया है।

इटली के पीसा नामक स्थान पर जो मीनार है, वह एक तरफ को झुकी हुई है। अपने प्रयोग करते समय गैलिलियो ने इसका इस्तेमाल किया था।

बेबीलोन का बगीचा पानी में तैर रहा है।

काहिरा में पिरामिड हैं। ये पत्थरों से बनी विशाल संरचनाएँ हैं।

कोलोसस एक बहुत बड़ी मूर्ति है, जो कुस्तुनतुनिया के

बन्दरगाह पर बनायी गयी है जिसके दो पैर बन्दरगाह के दोनों तरफ हैं।

चीन की दीवाल मंगोलिया और चीन के बीच बनायी गयी थी। वह संसार की सबसे बड़ी दीवाल है।

मयूर-सिंहासन अपनी कारीगरी और नक्काशी के लिए प्रसिद्ध है।

एक दूसरा आश्चर्य है मन; किन्तु आश्चर्यों का आश्चर्य तुम्हारा अपना अमर आत्मा है।

(अनुवादक : श्री त्रि. न. आत्रेय)

विश्व-प्रार्थना

हे स्नेह और करुणा के आराध्य देव!

तुम्हें नमस्कार है, नमस्कार है।

तुम सर्वव्यापक, सर्वशक्तिमान् और सर्वज्ञ हो।

तुम सच्चिदानन्दघन हो।

तुम सबके अन्तर्वासी हो।

हमें उदारता, समदर्शिता और मन का समत्व प्रदान करो।

श्रद्धा, भक्ति और प्रज्ञा से कृतार्थ करो।

हमें आध्यात्मिक अन्तःशक्ति का वर दो,

जिससे हम वासनाओं का दमन कर मनोजय को प्राप्त हों।

हम अहंकार, काम, लोभ, घृणा, क्रोध और द्वेष से रहित हों।

हमारा हृदय दिव्य गुणों से परिपूरित करो।

हम सब नाम-रूपों में तुम्हारा दर्शन करें।

तुम्हारी अर्चना के ही रूप में इन नाम-रूपों की सेवा करें।

सदा तुम्हारा ही स्मरण करें।

सदा तुम्हारी ही महिमा का गान करें।

तुम्हारा ही कलिकल्मषहारी नाम हमारे अधर-पुट पर हो।

सदा हम तुममें ही निवास करें।

स्वामी शिवानन्द

राग और द्वेष के परे जायें

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

हमारे पूर्वजों ने जगत्-संरचना के सारतत्त्व के सम्बन्ध में जिस मूल आधार की खोज की, वह क्या था? मानव-जन्म का आधारभूत कारण उन्होंने क्या बताया? गुरुदेव ने इसे अपने ढंग से कहा है। उन्होंने कहा कि संसार के चक्र का, सृष्टि का, इस प्रपंच का पहिया राग और द्वेष के दो आरों पर घूमता है।

अँगरेजी में राग और द्वेष का अर्थ विभिन्न लेखकों ने प्रायः प्रेम और घृणा से लिया है; किन्तु दार्शनिक लोग इसे मात्र मानवीय भावनाओं और भावुकताओं के रूप में लेना पसन्द नहीं करते। वह इसे गूढ़ अर्थों में लेना चाहते हैं। स्वामी कृष्णानन्द जी जैसे दार्शनिक इसे आकर्षण और विकर्षण के रूप में लेते हैं। कुछ इसका अर्थ आसक्ति और विरक्ति कहते हैं। जो भी कहें, कुल मिला कर सारा संसार जब इस राग और द्वेष के आधार पर ही चल रहा है, तो असली प्रश्न यह है कि द्वेष पर विजयी कैसे हों? राग से छुटकारा कैसे पायें?

हमारे पूर्वजों ने अत्यन्त सूक्ष्म और गहन खोज की। उन्होंने कहा कि यद्यपि हम राग और द्वेष को दो भिन्न-भिन्न नकारात्मक और सकारात्मक रूपों में जानते और कहते हैं; किन्तु वास्तव में ये दोनों मिल कर एक ही हैं। दो भिन्न-भिन्न चीजें मिल कर एक ही कैसे हो सकती हैं? एक रुपये का सिक्का लें। बड़ी ही रोचक बात है यह। सिक्के के दो भिन्न-भिन्न पहलू हैं, एक-दूसरे से दोनों पूरी तरह अलग, तो भी दोनों मिल कर एक ही सिक्का है। इससे भी बढ़ कर जिस मूल धातु से सिक्का बना है, वह दोनों में बिलकुल एक ही है। एक ही मूल धातु, दोनों भिन्न-भिन्न रूपों में विद्यमान है।

अतः आप इस नतीजे पर पहुँचे कि सिक्का कहलाने वाली इस एक इकाई में यह द्विविधता दिखलायी दे रही है; निःसन्देह द्विविधता तो दिखायी दे रही है, क्योंकि दोनों के

रूप पूर्णतया एक-दूसरे से अलग हैं। किन्तु दोनों एक ही हैं। दोनों का अन्तर्निहित तत्त्व एक ही है। आप उसका एक पहलू छोड़ते हुए दूसरे एक को अलग से नहीं ले सकते। जब आप मेज़ से सिक्का उठाते हैं, तो उसके दोनों पहलू एक-साथ ही उठाते हैं। वह साथ ही रहते हैं। एक में ही दोनों की सत्ता है।

अतः जहाँ राग है, वहीं द्वेष भी है। जहाँ द्वेष है, वहाँ ही राग भी है। पल-भर में ही राग द्वेष में बदल सकता है और द्वेष राग का रूप ले सकता है। इसीलिए कहा है कि आपको दोनों से परे जाना होगा और दोनों से परे जाने के लिए आपको दोनों से संघर्ष करने की आवश्यकता नहीं है। एक से छुटकारा पाने के लिए ही अपना ध्यान एकाग्रित करें। जब आप एक से छुटकारा पा लेंगे, तो दूसरा स्वयमेव ही लुप्त हो जायेगा। या दूसरे से छुटकारा पाने के लिए ध्यान एकाग्रित करें, उससे छूटते ही पहला लुप्त हो जायेगा।

“द्वन्द्वैर्विमुक्ताः सुखदुःखसंज्ञैर्गच्छन्त्यमूढाः पद-मव्ययं तत्” (जिसका सुख-दुःख नामक द्वन्द्व छूट गया है, ऐसा ज्ञानी उस अविनाशी परम पद को प्राप्त होता है)। अतः हे अर्जुन, द्वन्द्वतीत हो जाओ। केवल ऐसा करने से ही तुम अद्वितीय परम पद को प्राप्त कर सकोगे।

परम पिता परमात्मा की कृपा और परम पावन गुरुदेव के आशीर्वाद हमें वेदान्त के इस प्रमुख सत्य पर गहराई से मनन करने की योग्यता प्रदान करें। उस प्राचीन भारतीय अद्वितीय दार्शनिक सत्य पर मनन करने की क्षमता दें, जिसकी बराबरी का कोई भी आधुनिक अव्यावहारिक दार्शनिक विचार नहीं है। आप इस महान् सत्य को ग्रहण करने के योग्य बनें और राग और द्वेषद्वन्द्वों से परे जा कर, दोनों से ऊपर उठ कर उस अवस्था में स्थित हो जायें, जो मोक्ष पद है। भगवान् की कृपा आप सब पर हो!

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

ब्रह्मचर्य-शाधना :

स्वप्नदोष तथा वीर्यपात २

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

हानिकर कामुक प्रकृति तथा क्रोध के विस्फोट के विरुद्ध चेतावनी

सभी प्रकार के मैथुनों से बचें। वे आपकी वीर्य-शक्ति को चूस लेते तथा आपको मृतक अथवा रस निचोड़ी हुई ईख के समान बना देते हैं। वीर्य निस्सन्देह एक अमूल्य सम्पत्ति है। इसे क्षणिक उत्तेजना तथा संवेदन के लिए नष्ट न करें।

इस अनिष्टकर आदत को तत्काल त्याग दें। यदि आप इस आदत को बनाये रखेंगे, तो विनष्ट हो जायेंगे। अपने नेत्र खोलें। अब जाग जायें। बुद्धिमान् बनें। कुसंगति से दूर रहें। स्त्रियों के साथ हास-परिहास न करें। शुद्ध दृष्टि का अभ्यास करें। अब तक आप अन्धे तथा अज्ञानी थे। आप अन्धकार में थे। आपको इस अनिष्टकारी व्यवहार के अनर्थकारी परिणाम का कोई बोध नहीं था। आप अपनी दृष्टि खो बैठेंगे। आपकी दृष्टि में धुँधलापन होगा। आपके स्नायु छिन्न-भिन्न हो जायेंगे।

अपनी जननेन्द्रिय को न देखें। अपने जननांग का जब-तब अपने हाथों से स्पर्श भी न करें। यह आपकी काम-वासना को बढ़ायेगा। कामोत्तेजना की अवस्था में मूल-बन्ध तथा उड्डियान-बन्ध करें। ॐ का अर्थ के साथ कई बार जप करें। शुद्धता का चिन्तन करें। बीस प्राणायाम करें। अशुद्धता का मेघ शीघ्र ही क्षीण हो जायेगा।

मैथुन की अति तथा क्रोध और घृणा के विस्फोट को त्याग देना चाहिए। यदि आप मन को सर्वदा उत्तेजनाहीन तथा प्रशान्त रखेंगे, तो आपको उत्कृष्ट स्वास्थ्य, बल तथा पुंस्त्व प्राप्त होगा। क्रोधावेश से शक्ति क्षीण होती है। जब व्यक्ति झल्लाता तथा मन में अत्यधिक घृणा रखता है, तब उसके कोशाणु तथा ऊतक दूषित विषैले द्रव्यों से आपूरित हो जाते हैं। विविध प्रकार के शारीरिक रोग उत्पन्न होते हैं। रक्त उष्ण

और पतला हो जाता है तथा उसके फल-स्वरूप रात्रि-काल में वीर्यपात होता है। विविध प्रकार के स्नायविक रोगों के लिए वीर्य-शक्ति की अत्यधिक क्षति तथा बारम्बार के विस्फोटक क्रोधावेश को उत्तरदायी माना जाता है।

उचित आहार तथा मलोत्सर्ग का महत्त्व

अधिकांश व्याधियाँ अति-भोजन के कारण होती हैं। आहार में मिताहार का पालन करें। देर से निशाहार करने से बचें। सायंकाल का भोजन हलका होना चाहिए तथा उसे ६ अथवा ७ बजे से पूर्व ही खा लेना चाहिए। यदि सम्भव हो, तो रात्रि में केवल दूध और फल लें। सूर्यास्त के पश्चात् किसी ठोस अथवा द्रव्य पदार्थ का सेवन नहीं करना चाहिए। जब आप दूध पियें, तो उसमें अदरक का रस मिला लें अथवा दूध पीने से पहले दूध के साथ कुचली हुई अदरक उबालें। तित्त चटनी, लहसुन, प्याज तथा चरपरा खाद्य-पदार्थ त्याग दें। तित्त कढ़ी, मिर्च तथा चटनी वीर्य को जलवत् (पतला) बना देते हैं तथा बारम्बार होने वाले स्वप्नदोष का कारण बनते हैं। मृदु, शामक, अनुत्तेजक सादा भोजन लें। धूम्रपान, मदिरा, चाय, काफी, मांस तथा मछली त्याग दें।

जब रात्रि में मूत्रोत्सर्जन की हाजत हो, तो मूत्राशय को रिक्त करने के लिए तुरन्त उठ जायें। भारित मूत्राशय स्वप्नदोष का कारण है। शयन करने के लिए जाने से पूर्व मल-मूत्र का त्याग करें। यदि गम्भीर कोष्ठबद्धता है तथा आँतें भारी हैं, तो वे रैतस आशयक पर दबाव डालेंगी जिसके परिणाम-स्वरूप रात्रि में वीर्यपात होगा।

मलावरोध से छुटकारा पाने के लिए वस्ति (एनीमा) का प्रयोग अत्यावश्यक है। मृदु विरेचक औषधियों का सेवन

अधिक लाभदायी नहीं है; क्योंकि यह शरीर में उष्णता उत्पन्न करता है।

मल-मूत्र-त्याग के आवेग को कभी न रोकें। यदि आँतों में कृमि हों, तो उन्हें रात्रि में एक मात्रा कृमिहर ले कर दूर करें तथा आगामी प्रातःकाल को एण्ड तेल का विरेचक लें। इससे आँतें सुव्यवस्थित रहेंगी।

कभी-कभी शरीर में उष्णता की अधिकता, अधिक चलने अथवा यात्रा करने, अधिक मात्रा में मिष्ठान्न अथवा मिर्च तथा लवण खाने के कारण भी वीर्यपात होता है। चाय, काफी, मिर्च, अत्यधिक मिष्ठान्न तथा अत्यधिक चीनी त्याग दें। सुस्वादु भोजन, व्यंजन, मसालेदार भोजन तथा पाश्चात्य पिष्टान्न (पेस्ट्री) से बच कर रहें। कभी-कभी उदाहरणतः सप्ताह में एक बार उपवास करें। उपवास के दिनों में जल भी न पिये। साइकिल की अधिक सवारी न करें।

पिले प्रकार की हरड़ तथा हरीतकी के टुकड़े को बहुधा चबायें। जब वीर्यपात प्रायः हो, तो दो चुटकी कपूर एक प्याला दूध में घोल लें और इसका सेवन समय-समय पर

रात्रि में करते रहें। आधा सेर दूध ऊषाकाल में तथा आधा सेर रात्रि में लें।

प्रातः ४ बजे से पहले उठ जायें

स्वप्नदोष प्रायः रात्रि के अन्तिम प्रहर में होता है। जिनकी प्रातः ३ बजे से ४ बजे तक उठने तथा जप-ध्यान करने की आदत है, वे स्वप्नदोष से कभी पीड़ित नहीं होते। कम-से-कम चार बजे प्रातः नियमित रूप से उठने का विचार स्थिर कर लें। कठोर शय्या पर सोयें। खुरदरी चटाइयों का प्रयोग करें।

यदि आप विवाहित हैं, तो अलग कमरे में सोइए। आप अपनी पत्नी को रात्रि में अपने पैरों की मालिश कभी न करने दीजिए। यह खतरनाक व्यवहार है।

ब्रह्मचारी के लिए सदा खड़ाऊँ पहनना उचित है। इससे वीर्य सुरक्षित रहेगा, नेत्रों को लाभ होगा, आयु दीर्घ होगी तथा पवित्रता और कान्ति बढ़ेगी।

(अनूदित)

योगवासिष्ठ : मोक्ष और ज्ञान के विभिन्न सोपान

सात सोपानों से होता हुआ साधक अपनी ऊर्ध्वमुखी यात्रा पूरी करता है। प्रथम सोपान है 'शुभेच्छा' अर्थात् ज्ञान के सही मार्ग पर बढ़ने की इच्छा। द्वितीय सोपान है 'विचारणा' अर्थात् ज्ञान प्राप्त करने के मार्गों की तर्कणापरक खोज। तृतीय सोपान है 'तनुमानसी' अर्थात् ध्यानाभ्यास से उपलब्ध सूक्ष्मता के कारण मन का क्षीणन। ये तीन सोपान साधना की शर्तें हैं। चतुर्थ सोपान है 'सत्त्वापत्ति' अर्थात् उच्चतम मानसिक पवित्रता की उपलब्धि के कारण आध्यात्मिक सन्तुलन की अनुभूति। पंचम सोपान है 'असंशक्ति' अर्थात् सर्वव्यापकता का दिव्य दर्शन होने के कारण दृश्य जगत् या किसी भी प्रकार की विषय-वस्तु से विरक्ति तथा उसके साथ असम्पर्क। षष्ठ सोपान है 'पदार्थाभावना' अर्थात् दैवी सत्ता का साक्षात्कार हो जाने के कारण वैयक्तिकता अथवा भौतिकता का अदर्शन। सप्तम तथा अन्तिम सोपान है 'तुरीय' अर्थात् परम तत्त्व के दिव्यानुभाव की चरम स्थिति। अन्तिम चार सोपान पूर्णता या अनुभूति की शर्तें हैं।

तुरीय को जीवन्मुक्ति भी कहते हैं। इस स्थिति में प्रारब्ध कर्मों के कारण प्राप्त मानव-शरीर में स्थित रहते हुए भी परम पूर्णता का अनुभव प्राप्त होता है। जब प्रारब्ध कर्म नष्ट हो जाते हैं तथा शरीर का अन्त हो जाता है, तब जीवन्मुक्त विदेहमुक्त हो कर शरीर की सीमाओं से परे हो जाता है। जो अपने जीवन-काल में ही मोक्ष को प्राप्त कर लेता है, वह धरती की सर्वश्रेष्ठ आत्मा (महात्मा) है। वह महाकर्ता, महाभोक्ता तथा महात्यागी है अर्थात् उसके कार्य, भोग और त्याग भौतिक सीमाओं को पार करके सार्वभौम तथा ब्रह्माण्ड-व्यापक बन जाते हैं।

स्वामी कृष्णानन्द

बाल-राम्यः

धरती माता की वन्दना

स्वामी रामराज्यम्

यह एक पौराणिक कथा है।

विद्वथ ने अपनी सारी जिन्दगी दूसरों की सेवा करने में ही बितायी थी। लोक-मंगल (यानी लोगों की भलाई करना) के मन्त्र को उन्होंने अपनी पूजा के मन्त्र के साथ जोड़ लिया था। जीवन-भर यह करते-करते वह मृत्यु को प्राप्त हुए। उन्हें स्वर्ग में रहने की अनुमति मिली। स्वर्ग के सुख का क्या कहना? जीवन को सुखी बनाने के लिए सब-कुछ तो वहाँ था। वह अहङ्कार, उनका सुमधुर संगीत, सभी कामनायें पूरी करने वाला कल्पवृक्ष, अमृत। लेकिन विद्वथ को कोई प्रसन्नता नहीं हुई। वह उदास रहने लगे। उनकी उदासी देख कर एक दिन इन्द्रदेव ने पूछा कि “आपको यहाँ किसी वस्तु का अभाव तो नहीं है?”

“है तो। लेकिन जिस वस्तु का अभाव है, वह स्वर्ग में है नहीं।”

“मुझे बतायें, कौन-सी वस्तु है वह?” इन्द्र ने कहा।

“मुझे दीन-दुःखियों का साथ चाहिए। मुझे उनकी सेवा करने का अवसर चाहिए।”

इन्द्र उनकी ओर देखते रहे। बोले कुछ नहीं। उसी दिन देवताओं की सभा में उन्होंने घोषणा की कि “महाराज विद्वथ को स्वर्ग से भी ऊँचे लोक में भेजा जा रहा है।”

देवता सोचने लगे कि स्वर्ग से भी ऊँचा और कौन-सा लोक होगा!

जब विद्वथ स्वर्ग से प्रस्थान करने लगे, तब इन्द्र ने वहाँ उपस्थित देवों से कहा कि “मैं भी जहाँ जन्म लेने के लिए तरसता रहता हूँ, उस धरती लोक में विद्वथ वापस लौट रहे हैं। यह धरती लोक ही है, जहाँ अच्छा जीवन जीने का अवसर मिलता है। ऐसा अवसर दूसरों की सेवा और भगवान् का भजन करने से मिलता है। अच्छा जीवन स्वर्ग के सुखों को भोगने से नहीं मिलता। स्वर्ग से कई गुना श्रेष्ठ है धरती लोक।”

बच्चों, किसी कवि ने कहा है कि “अगर कहीं स्वर्ग है, तो वह यह धरती ही है।” स्वर्ग में सदा ही सुख रहता है। धरती लोक में भी सुख ही सुख के अवसर हैं। पूजा-भजन करके भगवान् के साथ जुड़ने का सुखद अवसर, दूसरों का कल्याण करके उनका दुःख दूर होता हुआ देख सुखी होने का अवसर। धरती लोक में भगवान् ने हमें इन अवसरों को पाने के लिए ही भेजा है। धरती लोक में जन्म लेने के सौभाग्य को ठीक-ठीक समझना। माता-पिता की वन्दना करने के साथ-साथ धरती माता की भी वन्दना करना। भगवान् की याद करते हुए दूसरों की सेवा करने से अच्छा और कोई उपाय नहीं है धरती माता की वन्दना करने का। □ □ □

इन तीन बातों को अवश्य ही करें (१) सत्य, शुचिता, निःस्वार्थता, दयालुता तथा (स्वभाव की) सरलता के सद्गुणों को अर्जित करें। अपने क्रोध पर नियन्त्रण रखें। घृणा तथा अन्य दुर्भावनाओं का परित्याग करें। (२) प्रत्येक समय भगवान् का स्मरण रखें तथा उनके पवित्र नाम का निरन्तर जप करते रहें। (३) अपने सारे कर्म भगवान् को अर्पित कर दें। किसी भी कर्म को सांसारिक न समझें। जो-कुछ भी आप करें, उसे पवित्र समझें तथा पग-पग पर उसे भगवान् को अर्पित कर दें। आपका प्रत्येक दिन पूजामय बन जाये। अपनी पवित्र भावनाओं को विकसित करें; परन्तु उन पर अपने विवेक का नियन्त्रण बनाये रखें। बुद्धिमत्तापूर्वक विवेक करें।

स्वामी चिदानन्द

स्मृतिग्रन्थ अथवा धर्म-संहिता

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

सामान्य विशेषताएँ

जीवन के प्रति सामान्य दृष्टिकोण तथा नीति-धर्म की विवेचना-विधि के दृष्टिकोणों से स्मृतिग्रन्थ महाकाव्यों तथा पुराणों से पहले लिखे गये थे। धार्मिक भावना का जो चरमोत्कर्ष वेद-संहिताओं में पाया जाता है, उसकी सर्वाधिक प्रभावोत्पादक अभिव्यक्ति पुराणों-महाकाव्यों में हुई है। वर्तमान समय के अधिकांश भारतीयों की आकांक्षाएँ जितनी उन (पुराणों-महाकाव्यों) में मुखरित हुई हैं, उतनी स्मृतिग्रन्थों में नहीं हुई।

स्मृतिग्रन्थों में एक विधिज्ञ के दृष्टिकोण से प्रस्तुत की गयी सामाजिक आचरण से सम्बन्धित विषय-सामग्री तो है; परन्तु मानवीय स्वभाव की ऊँचाइयों तक पहुँचने के लिए उनसे किसी प्रकार का प्रत्यक्ष प्रोत्साहन नहीं मिलता। दूसरी बात यह है कि स्मृतिग्रन्थों की विषय-सामग्री को महाकाव्यों तथा पुराणों में इतने आकर्षक ढंग से विस्तारपूर्वक प्रस्तुत किया गया है कि केवल इन (महाकाव्य तथा पुराण) का ही अध्ययन कर लेने से स्मृतियों के समस्त महत्त्वपूर्ण विचार-बिन्दुओं का परिचय मिल जाता है। महाभारत स्वयं ही एक महान् स्मृतिग्रन्थ है; क्योंकि इसमें धर्म के बारे में जितना कुछ बताया गया है, उसके अतिरिक्त और कुछ बताने को नहीं रह जाता। कल्पसूत्रों, आगमों तथा तन्त्रों में भी प्राचीन भारतीय धार्मिक अनुष्ठानों से सम्बन्धित तथा नैतिक नियमों का उल्लेख है।

स्मृतिग्रन्थ श्रुतियों (वेदों) के विस्तार हैं। ये सामाजिक नियमों (कानूनों) की संहिताएँ हैं। मनु, याज्ञवल्क्य तथा पाराशर के स्मृतिग्रन्थ सर्वाधिक प्रामाणिक तथा प्रसिद्ध ग्रन्थ हैं। इसके बाद उन स्मृतिग्रन्थों का स्थान है, जिनके रचयिता धर्म के ज्ञाता हैं तथा उसका आचरण करते हैं। स्मृतिग्रन्थ

वेदों के समाजशास्त्रीय तथा आनुष्ठानिक आदेशों (विधि) के पूरक हैं तथा उनकी व्याख्या भी करते हैं। इस कारण ये ग्रन्थ धर्मशास्त्र भी कहलाते हैं। इन धर्मशास्त्रों में उन कानूनों को निर्धारित किया गया है जो राष्ट्रीय, सामुदायिक, पारिवारिक तथा वैयक्तिक कर्तव्यों का सामान्य तथा विशेष परिस्थितियों के अनुसार नियमन करते हैं।

ब्राह्मणों (दार्शनिक तथा आध्यात्मिक प्रवृत्तियों के व्यक्ति), क्षत्रियों (शासक, योद्धा या सामान्य रूप से सैनिक-वर्ग), वैश्यों (सामाजिक जीवन के आर्थिक क्षेत्र को सँभालने वाला व्यापारी-वर्ग) तथा शूद्रों (सेवक) से सम्बन्धित धर्मों का विस्तृत वर्णन इन ग्रन्थों में है। इनमें ब्रह्मचारियों (गुरु के संरक्षण में अध्ययन करने वाले तथा ब्रह्मचर्य का जीवन व्यतीत करने वाले विद्यार्थी), गृहस्थों (समाज के क्रियाशील, व्यावहारिक तथा व्यावसायिक पक्षों से सम्बन्धित कार्यों में रत गृहपति), वानप्रस्थियों (ब्रह्म-साक्षात्कार हेतु साधना करने की तैयारी के रूप में सामाजिक सक्रिय जीवन से विरत एकान्तवासी) तथा संन्यासियों (परम तत्त्व का साक्षात्कार करने के आदर्श के प्रति अपने को पूर्णरूपेण समर्पित करने हेतु कर्ममय संसार तथा सामाजिक सम्पर्कों का त्याग करने वाले मठवासी) के भी धर्मों का विवरण है। इस प्रकार मानव विभिन्न परिस्थितियों तथा कालों में सामाजिक जीवन व्यतीत कर सके, इस हेतु स्मृतिग्रन्थ उसका पथ-प्रदर्शन करते हैं।

इन ग्रन्थों या धर्मशास्त्रों में सबसे प्रमुख है मनुस्मृति। मनु के अनुसार वेदों, स्मृतिग्रन्थों, सन्तों के आचरणों तथा अन्ततः अपने ही शोधित किये हुए विवेक (अन्तःकरण) के माध्यमों से धर्म जाना जाता है। धर्म का आचरण करने से मनुष्य पूर्णता को प्राप्त होता है। ब्रह्मचारी, गृहस्थ, वानप्रस्थी,

संन्यासी तथा राजा के कर्तव्यों, राजनैतिक शासन के सिद्धान्तों तथा पाप-कर्मों के प्रायश्चित्त-स्वरूप किये जाने वाले व्रत-अनुष्ठानों की मनु ने विस्तार से विवेचना की है। अपने निर्देशों का सार बताते हुए वह कहते हैं कि समस्त धर्मों में आत्मज्ञान सर्वोत्तम है; क्योंकि इससे मानव अमरत्व को प्राप्त होता है। सभी प्राणियों में अपनी आत्मा तथा अपनी आत्मा में सभी प्राणियों को देखना समदृष्टि है। इसका अभ्यास करने से आत्म-साक्षात्कार होता है। मनुष्य अकेला ही जन्म लेता है तथा अकेला ही मृत्यु को प्राप्त होता है। अपने कर्मों का फल भी उसे अकेले ही भोगना पड़ता है। परलोक में माता-पिता, पत्नी, सन्तान, मित्रहृद्दकोई काम नहीं आता। अन्त में धर्म ही सहायक सिद्ध होता है।

न तो जीवन के प्रति मोह होना चाहिए और न मृत्यु का वरण करने का प्रयत्न करना चाहिए। अपना कर्तव्य भली प्रकार करते हुए आसक्ति-रहित हो कर जीवन व्यतीत करना चाहिए। धृति (धैर्य, सहन-शक्ति), क्षमा, दम (इन्द्रियों पर नियन्त्रण), अस्तेय (चोरी न करना), शौच (विचारों, शब्दों तथा कर्मों की पवित्रता), इन्द्रिय-निग्रह (मन पर नियन्त्रण), धी (संशय-रहित समझ या बुद्धि), विद्या (सत्य का ज्ञान), सत्य तथा अक्रोध का अभ्यास करना ही धर्म का सार-तत्त्व

है। कभी यह नहीं सोचना चाहिए कि कोई भी गलत कार्य गुप्त रूप से किया जा सकता है; क्योंकि आकाश, धरती, जल, सूर्य, चन्द्र, अग्नि, वायु, दिवस, रात्रि और स्वयं अपना हृदय समय आने पर इस बात की गवाही देंगे कि गलत कार्य किया गया है। विचारों के सन्तुलन की स्थिति में मन को नियन्त्रित करते हुए अच्छाई और बुराईहृद्ददोनों को ही आत्मा के रूप में मानना चाहिए। इस विधि से अधर्म की ओर जाती हुई प्रवृत्तियों को रोका जा सकता है।

केवल आत्मा ही समस्त देवताओं का रूप है। उसी में समस्त वस्तुएँ समाहित हैं। जो समस्त वस्तुओं का नियामक है, जो सूक्ष्मातिसूक्ष्म है तथा जिसका साक्षात्कार कुशाग्र बुद्धि से किया जा सकता है, वही परम पुरुष है। जो समस्त प्राणियों में आत्मा को देखता है, उसके लिए सभी वस्तुएँ महत्त्व की दृष्टि से एक-समान हो जाती हैं तथा वह ब्रह्म-पद को प्राप्त होता है। कार्यों का कारण में अपगमन (अर्थात् पृथ्वी-तत्त्व जल-तत्त्व में, जल-तत्त्व अग्नि-तत्त्व में, अग्नि-तत्त्व वायु-तत्त्व में, वायु-तत्त्व परम सत्ता में विलीन हो जाता है) होने पर आधारित ध्यान की पद्धति ही मनुस्मृति में प्रतिपादित की गयी है। मनु के आदेश किसी चिकित्सक के नुसखे की तरह प्रभावोत्पादक माने जाते हैं। (अनूदित)

आकांक्षा करें, खोजें, प्रवेश करें और स्थित हो जायें! सूक्ष्मता से भी अधिक सूक्ष्म को जानने वाला शुद्ध चैतन्य है। वही आपका वास्तविक अपरिवर्तनीय स्वरूप है, यह अनिवार्य है, अमिश्रित प्रकृति वाला है, शुद्ध चैतन्य है और स्वरूप आत्मा है। वह ही आप वास्तव में हैं। एक बार यदि आपको इसका ज्ञान हो जाये, तो आप मुक्त हैं।

उस सर्वज्ञ की आकांक्षा करें। सर्वज्ञ की इच्छा करके उसे खोजें, उस सर्वज्ञ को खोज लेने पर उसी के स्वभाव में गहन प्रवेश कर जायें! उस परम प्रशान्ति में गहरे उतर जायें! उस परम चैतन्य में गहन प्रवेश पा जाने पर, उस चैतन्य में सदा के लिए स्थिर हो जायें! उस चैतन्य में निवास करने से आपको शान्ति मिलेगी। इस प्रकार जो अवास्तविक को मात्र भ्रान्ति और क्षणिक मानते हुए उसे त्याग देता है और केवल वास्तविक में ही दृढ़ रहता है, वह उस सत्य में ही स्थित हो जाता है।

यही साधना हैहृद्दवास्तविक पर दृढ़ रहना और क्षणिक असत्य को अस्वीकार करते रहना। बारम्बार, निरन्तर अपने सर्वदा आनन्दमय, सर्वदा शान्त स्वरूप को दृढ़ करते जायें और जब भी कभी मन की पुरानी आदत के अनुसार विपरीत विचार आने लगें, उन्हें अस्वीकार कर दें, वापस लौटा दें। विपरीत विचारों को स्थान न दें। परम अनुभूति के आकांक्षी, जिज्ञासु और मुमुक्षु का यही वास्तविक स्वरूप है।

यह सब अन्धकार से प्रकाश की ओर गमन है। वह परम सत्ता, समस्त अन्धकारों से परे, समस्त प्रकाशों का प्रकाश है। सभी दिव्य महान् आत्माओं ने अपनी साधना के द्वारा, सत्य पर दृढ़ रह कर और असत्य को अस्वीकार करके प्रबुद्धता और ज्ञान की प्राप्ति की। वे उस ज्ञान के प्रकाश से भर गये। वे प्रकाश के केन्द्र बन गये।

स्वामी चिदानन्द

मुख्यालय आश्रम में गुरुपूर्णिमा महोत्सव, ४८ वाँ साधना सप्ताह तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि आराधना का महोत्सव

*अज्ञानतिमिरान्धस्य ज्ञानांजनशलाकया।
चक्षुरुन्मीलितं येन तस्मै श्रीगुरवे नमः॥*

“उस सद्गुरु को प्रणाम है जो अज्ञान-रूपी अन्धकार से अन्धी बनी हुई हमारी आँखों को ज्ञान-रूपी अंजन की शलाका से खोल देता है।”

मुख्यालय आश्रम में १५ जुलाई २०११ को परम पावन श्री गुरुपूर्णिमा का शुभ दिन अत्यन्त श्रद्धा, भक्ति एवं उत्साहपूर्वक मनाया गया। इस समारोह के लिए निर्धारित स्थान, ‘स्वामी शिवानन्द सत्संग भवन’ की पुष्पों से तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज तथा श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज के विशाल चित्रों से अति सुन्दर सज्जा की गयी थी। कार्यक्रम का शुभारम्भ प्रातः ४.३० बजे ब्राह्ममुहूर्त प्रार्थनाओं तथा ध्यान से किया गया। तत्पश्चात् श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने ‘गुरु-महिमा’ पर प्रवचन दिया। श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में कहा कि गुरु की जीवन्त एवं सक्रिय विद्यमानता हमसे अहं का सतत उन्मूलन करने की अपेक्षा रखती है। श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी महाराज ने अपने प्रेरणाप्रद प्रवचन में गुरुन्मुखी जीवन जीने के लिए सभी को उत्साहित किया। इसके पश्चात् दिव्य नाम संकीर्तन करते हुए प्रभातफेरी हुई। विश्व-शान्ति एवं सर्वकल्याण हेतु आश्रम यज्ञशाला में विशेष हवन किया गया।

पूर्वाह्न सत्र में सद्गुरुदेव के पावन समाधि-मन्दिर में विशेष पूजा की गयी तथा सत्संग भवन में भक्तों के विशाल जन-समूह के समक्ष श्री गुरुदेव की पावन चरण-पादुकाओं की भव्य पूजा एवं अभिषेक किया गया। सम्पूर्ण वातावरण

पूजा एवं प्रार्थना की भावनाओं से ओतप्रोत हो रहा था। पादुका-पूजन के पश्चात् दिव्य जीवन संघ के महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने व्यास भगवान् का आवाहन करते हुए ब्रह्मसूत्र के प्रथम चार सूत्रों का पाठ किया। इस पावन अवसर के उपलक्ष्य में पुस्तकों तथा डीवीडी का भी विमोचन किया गया। दिव्य जीवन संघ के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज के आशीर्वचनों से पूर्वाह्न सत्र समाप्त हुआ।

अपराह्न सत्र में भक्त लोगों के सद्गुरुदेव के जीवन एवं शिक्षाओं पर प्रवचन हुए। रात्रि सत्संग में दैनिक प्रार्थनाओं के अतिरिक्त श्री मीना के. साहु ने दशावतार प्रदर्शित करते हुए अति भव्य ओडिसी नृत्य की प्रस्तुति दी तथा श्रीमती नवनीत चटर्जी ने अत्यन्त सुमधुर भजन प्रस्तुत किये। आरती तथा पावन प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

१६ से २२ जुलाई २०११ तक मुख्यालय आश्रम द्वारा साधकों एवं जिज्ञासु भक्तों को प्रेरित तथा उत्साहित करने एवं दिशा-निर्देशन हेतु ४८ वाँ साधना सप्ताह आयोजित किया गया। सभी कार्यक्रम शिवानन्द सत्संग भवन (ऑडिटोरियम) में ही आयोजित किये गये थे। इन सभी सातों दिनों में कार्यक्रम का प्रारम्भ प्रातःकालीन प्रार्थना एवं ध्यान सत्र से हुआ जिसका संचालन श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी तथा श्री स्वामी गुरुप्रेमानन्द जी ने किया। इसके उपरान्त प्रभातफेरी की गयी। श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी द्वारा योगासन कक्षाएँ संचालित की गयीं। पूर्वाह्न सत्र का प्रारम्भ कीर्तन तथा श्री स्वामी कैवल्यानन्द जी तथा ब्रह्मचारी लालमोहन जी द्वारा श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण द्वारा हुआ। पूर्वाह्न सत्र तथा अपराह्न

सत्र में वरिष्ठ सन्तों तथा अन्य विभिन्न संस्थाओं के महामण्डलेश्वर तथा आध्यात्मिक महान् विभूतियों के आशीर्वचन भी हुए जिनके प्रेरणाप्रद प्रबोधन द्वारा मार्गदर्शन प्राप्त हुआ।

कैलास आश्रम, ऋषिकेश के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी दिव्यानन्द सरस्वती जी महाराज ने अपने उद्घाटन प्रवचन में मोक्ष-प्राप्ति के लिए ज्ञानयोग साधना की सर्वोच्च साधना के रूप में महिमा बताते हुए कहा 'उत्तमं तत्त्व चिन्ता एव।' यह तत्त्वचिन्तन केवल सूक्ष्म, परिशुद्ध तथा सात्त्विक मन द्वारा ही सम्भव है; अतः कर्मयोग तथा भक्तियोग भी उतने ही अनिवार्य हो जाते हैं, क्योंकि मन की सूक्ष्मता तथा परिशुद्धि इनसे ही हो सकती है।

परम पूज्य श्री दण्डी स्वामी हंसानन्द जी महाराज (स्वर्गाश्रम) ने अपने प्रबोधन में कहा कि परमात्म-ज्ञान ही परम शान्ति, परम आनन्द तथा अमरत्व प्रदान कर सकता है। श्री स्वामी जी महाराज ने यह भी बतलाया कि परम लक्ष्य की प्राप्ति के मार्ग में बाधक मल, विक्षेप तथा आवरण को किस प्रकार क्रमशः कर्मयोग, भक्तियोग तथा ज्ञानयोग द्वारा दूर किया जा सकता है।

परमार्थ निकेतन, ऋषिकेश के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी असंगानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचनों में कहा कि केवल ब्रह्म की ही सत्ता है तथा यह जगत् प्रपंच उस ब्रह्म का ही प्रकटीकृत रूप है। श्री स्वामी जी महाराज ने साधकों को प्रेरणा देते हुए कहा कि वे उच्चतर दृष्टिकोण को विकसित करें तथा ज्ञान के चक्षुओं द्वारा अनेकों में उस एक को, विनाशशीलों में उस अनश्वर को तथा समस्त प्राणी मात्र में निवास करते हुए उस परम तत्त्व के अस्तित्व को पहचानने का प्रयत्न करें।

गीता विज्ञान पीठ, कनखल, हरिद्वार के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी विज्ञानानन्द जी सरस्वती ने अपने प्रेरणाप्रद आशीर्वचनों में एकनिष्ठ भक्ति की महिमा का वर्णन किया। श्रीमद्भगवद्गीता को उद्धृत करते हुए उन्होंने कहा कि जो भक्त केवल भगवान् को चाहता है, भगवान् के

अतिरिक्त अन्य कुछ भी नहीं चाहता, सब-कुछ केवल भगवान् के लिए ही करता है, सभी कर्म भगवान् को ही समर्पित कर देता है, केवल भगवान् के लिए ही जीता है, वह भगवान् को प्राप्त कर लेता है, वह उनके साथ एक हो जाता है।

गुरुमण्डल आश्रम, मायापुरी, हरिद्वार के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी भगवत्स्वरूप जी महाराज (दर्शनाचार्य) ने मानव-जन्म की प्राप्ति-रूपी महान् आशीर्वाद प्राप्त कर लेने पर बल देते हुए अपने आशीर्वचनों में कहा कि भगवान् ने यह मानव-जन्म का बहुमूल्य उपहार दे कर दिव्य कृपा, इस भयंकर भवसागर को पार कर जाने के लिए की है। यदि मानव-देह के इस दुर्लभ उपहार का उपयोग, हम परम लक्ष्य अर्थात् परमात्म-साक्षात्कार को प्राप्त करने में नहीं करेंगे तो यह बड़ी भारी हानि है।

साधना सदन, हरिद्वार के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी विश्वात्मानन्द पुरी जी महाराज ने अपने आशीर्वचनों में उपनिषदों के महान् सत्य को दोहराते हुए कहा कि हमारा वास्तविक स्वरूप तो आनन्द है, किन्तु देहाध्यास के कारण हम इसे अनुभव नहीं कर पाते हैं। देहाध्यास का मूल कारण अज्ञान है; अतः साधक को चाहिए कि वह पहले साधन-चतुष्टय से सम्पन्न हो कर श्रोत्रिय ब्रह्मनिष्ठ गुरु के पास जाये तथा अज्ञान को दूर करने के लिए ज्ञान की प्राप्ति करे।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज (परमाध्यक्ष, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय) ने अपने उद्घाटन प्रवचन में जिज्ञासु, भक्त साधक वृन्द पर परम पिता परमात्मा तथा सद्गुरुदेव के आशीर्वचनों के लिए प्रार्थना की। श्रीमद्भगवद्गीता को उद्धृत करते हुए पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि यह संसार दुःखालयम् है तथा इन दुःखों एवं कष्टों से दूर जाने तथा परम आनन्द प्राप्त करने का एकमात्र मार्ग परमात्म-साक्षात्कार है। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कठोपनिषद् में नचिकेता एवं यम के मध्य के संवाद में वर्णित दो मार्ग 'श्रेय तथा प्रेय' का वर्णन करते हुए साधकों को नचिकेता की भाँति श्रेयोमार्ग पर चलने का उपदेश दिया।

पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के महिमाशाली जीवन के सम्बन्ध में साधकों को बतलाया तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज से सम्बन्धित कतिपय प्रेरणाप्रद घटनाओं का भी उल्लेख किया।

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज (उपाध्यक्ष, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय) ने प्रातःकालीन दैनिक ध्यानोपरान्त की प्रवचन-शृंखला में तथा दिन के अन्य सत्रों के समय प्रवचनों में साधना सम्बन्धी विविध पहलुओं का वर्णन करते हुए अनेक विषयों पर प्रकाश डाला। आध्यात्मिक पथ पर चलते समय मन के नियन्त्रण के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए श्री स्वामी जी महाराज ने कहा : 'मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयोः' ब्रह्ममन ही मनुष्य के बन्धन और मोक्ष, दोनों का मूल कारण है। श्री स्वामी जी महाराज ने मन को नियन्त्रित करने के लिए विस्तारपूर्वक निर्देश दिये। साथ ही साधकों को गुरुदेव के समन्वययोग पर चर्चा करते हुए सेवा, प्रेम, ध्यान और साक्षात्कार इन चारों के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए बताया कि ये शब्द चारों योगों का प्रतिनिधित्व करते हैं।

श्री स्वामी जी महाराज ने 'पुरुषार्थ' पर विशेष बल देते हुए कहा कि आध्यात्मिक जीवन में यह सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि इसके बिना तो व्यक्ति साधना में सही रूप में संलग्न हो ही नहीं सकता। गुरु एवं सन्त पथ प्रदर्शित कर सकते हैं, किन्तु पथ पर चलना तो साधक को स्वयं ही पड़ता है।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज (महासचिव, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय) ने अपने आशीर्वचन में तत्त्वचिन्तन को सर्वोच्च साधना के रूप में महिमान्वित करते हुए उसकी अन्य आध्यात्मिक साधना पद्धतियों यथा तीर्थाटन, मन्त्र-जप, स्वाध्याय इत्यादि से सम्बद्धता को अत्यन्त प्रांजलतापूर्वक वर्णन करके कहा कि ये सब विधियाँ मन को तत्त्वचिन्तन के लिए उपयुक्त बनाने में प्रारम्भिक सोपान रूप में अत्यन्त आवश्यक हैं।

सभी प्रकार की साधन पद्धतियों में भावशुद्धि के महत्त्व

पर बल देते हुए श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि भगवान् तो आभ्यन्तरवृत्ति को देखते हैं, अतः साधक को चाहिए कि वह हृदय की शुद्धता को विकसित करे।

श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में ॐ की अकथनीय महिमा पर प्रकाश डालते हुए कहा ब्रह्म 'एतद् आलम्बनं श्रेष्ठतम एतदालम्बनं परम' ब्रह्म का साक्षात्कार करने का ॐ सर्वश्रेष्ठ साधन है। यदि कोई सगुण भाव से ॐ का ध्यान करता है, तो वह प्रकटीकृत अथवा सगुण ब्रह्म को प्राप्त करेगा; यदि कोई निर्गुण भाव से ॐ पर ध्यान करता है तो वह अप्रकटीकृत अथवा निर्गुण ब्रह्म को प्राप्त करेगा।

श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने अपने प्रेरणाप्रद आशीर्वचन में सद्गुणों के विकास पर बल देते हुए कहा कि आध्यात्मिक दिव्य भवन की संरचना केवल सद्गुणों की सुदृढ़ नींव पर ही की जा सकती है। श्री स्वामी जी ने साधकों से यह भी कहा कि जीवन के परम लक्ष्य अर्थात् भगवद्-साक्षात्कार प्राप्त करने के लिए उन्हें एकनिष्ठ हो कर पूरी लगन से जुट जाना चाहिए।

श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में 'पूर्णमदः पूर्णमिदम्' शान्ति-मन्त्र को उद्धृत करते हुए कहा कि हम परिपूर्ण हैं, परिशुद्ध हैं, सत्-चित्-आनन्द ब्रह्म हैं, किन्तु समझते स्वयं को नाशवान् देह ही रहते हैं। यह देहात्म-बुद्धि ही हमारे बन्धन का, दुःख-क्लेश का कारण है। हमें इस देहाध्यास से ऊपर उठ कर ईश्वरोन्मुखी जागरूकता में स्थित होने का प्रयास करना चाहिए। यही साधना है।

श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में मानव मात्र की मूल व्याधि के कारण का विश्लेषण करते हुए कहा कि हम सब इसलिए कष्ट भोग रहे हैं, क्योंकि हम अपनी देह, मन, इन्द्रियों में ही अहंता-ममता जोड़ कर बैठे हैं, जब कि वास्तव में हम अमर उज्वल आत्मा हैं। हम महान् वेदवाक्यों ब्रह्मकि 'केवल ब्रह्म ही सत्य है और हम वह ही हैं' ब्रह्ममें विश्वास नहीं करते। स्वामी जी ने साधकों को प्रेरणा देते हुए कहा कि इस महान् सत्य को वह अपने जीवन

का आधार बनायें तथा इसी के आधार पर अपनी साधना का पुनर्गठन करें।

श्री स्वामी रामराज्यम् जी महाराज ने अपने प्रवचनों में प्रभु-विस्मृति के कारणभूत तत्त्वों के प्रति साधकों को जागरूक करके चेतावनी देते हुए कहा कि विषय-भोगों अथवा इन्द्रियजन्य सुखों की इच्छा तथा उनमें आसक्ति ही प्रभु-विस्मरण का मूलभूत कारण है। विषय-भोगों की इच्छा का त्याग करने से ही व्यक्ति सतत प्रभु-स्मरण में जीवन जी सकता है।

श्री स्वामी पूर्णबोधानन्द जी महाराज ने कर्मयोग की विस्तृत व्याख्या की। श्रीमद्भगवद्गीता में से उद्धृत करते हुए श्री स्वामी जी ने कहा कि कर्तापन की भावना से रहित तथा फल की इच्छा किये बिना किये गये कर्तव्य ही कर्मयोग हैं। कर्मयोग साधना चित्त को शुद्ध करती है तथा जिज्ञासु साधक को परम ज्ञान की प्राप्ति का अधिकारी बना देती है।

श्री स्वामी राधाकृष्णानन्द जी महाराज ने साधकों को व्यावहारिक वेदान्ती बनने की प्रेरणा देते हुए प्राणी मात्र के प्रति प्रेम विकिरणित करने तथा एक ही सत्ता के अस्तित्व होने के वेदान्तीय सत्य का अनुकरण करने को कहा।

श्री स्वामी सेवानन्द जी महाराज ने कहा कि भगवान् हमारे हृदय में निवास करते हैं; किन्तु उस अन्तःस्थित भगवान् को हम अनुभव नहीं कर पाते, क्योंकि हम नाम-रूपों के इस बाह्य जगत् में उलझे रहते हैं। श्री स्वामी जी ने साधकों को अपनी दृष्टि अन्तर्मुखी करके सदा विद्यमान दिव्यता को अनुभव करने का उपदेश दिया।

श्री स्वामी निराकारानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन को भगवान् की सर्वव्यापिता पर केन्द्रित रखा। विभिन्न उपनिषदों का संकेत करते हुए श्री स्वामी जी ने कहा कि भगवान्, एकमात्र जिनकी ही सत्ता है और जो एक ही हैं, सर्वत्र व्यापक हैं तथा प्राणी मात्र के अन्तर्भूत निवास करते हैं।

श्री स्वामी भक्तिप्रियानन्द माता जी ने वेदों की महिमा का वर्णन करते हुए कहा कि वेद शाश्वत हैं। वे अनादि

और अनन्त हैं, क्योंकि उनमें वे शाश्वत सत्य प्रकट किये गये हैं जो भगवान् ने प्राचीन महान् ऋषियों को उद्घाटित किये।

स्वामी वैकुण्ठानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में कहा कि संसार भगवान् श्री नारायण द्वारा परिव्याप्त और आच्छादित है तथा उनके श्रीचरणों में पूर्ण शरणागति हो जाने से व्यक्ति सब-कुछ प्राप्त कर सकता है।

श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी महाराज ने अपने सन्देश में साधकों को परा विद्या का जिज्ञासु होने की प्रेरणा दी, क्योंकि इसी से शाश्वत शान्ति, आनन्द तथा अमरत्व की प्राप्ति होती है, जब कि अपरा विद्या द्वारा केवल अस्थायी सुख मिलते हैं और ये बन्धन का कारण भी हैं।

श्री स्वामी ब्रह्मात्मानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में गुरु की सर्वोच्च महिमा पर प्रकाश डालते हुए कहा कि सद्गुरु की कृपा के बिना व्यक्ति न तो विषय-भोगों की आसक्ति को त्याग सकता है, न ही परमात्म-ज्ञान प्राप्त कर सकता है।

ब्रह्मचारी गोपी जी ने अपने प्रवचन में सविस्तार बताया कि आध्यात्मिक यात्रा किस प्रकार कर्म से प्रारम्भ होती है और कैसे ज्ञान में पराकाष्ठा पर पहुँचती है। उन्होंने साधकों को प्रेरित करते हुए कहा कि वे साधना को यज्ञ के रूप में करें जिसमें कर्तापन की भावना का परित्याग तथा फल के प्रति आसक्ति न हो।

श्री हरिहरसिंह जी ने अपने प्रवचन में साधकों को श्री रामचरितमानस के अध्ययन सम्बन्धी निर्देश देते हुए कहा कि व्यक्ति को श्री रामचरितमानस का प्रारम्भ इस दृढ़ एवं गहन विश्वास के सहित करना चाहिए कि श्रीराम परब्रह्म हैं तथा सीता माँ पराशक्ति हैं।

श्री ब्रजेश पाठक जी ने अपने प्रेरणाप्रद प्रवचनों में श्री रामचरितमानस में से व्याख्या करते हुए विषय को सच्चे भगवद्-भक्त के सद्गुणों पर केन्द्रित रखा। उन्होंने कहा कि सच्चा एवं वास्तविक प्रभु-भक्त हर प्रकार की परिस्थिति को

भगवद्-इच्छा मानता हुआ सदैव आनन्दमग्न रहता है तथा वह सदा विनम्र एवं अहंकार से रहित होता है।

अन्य वक्ताओं के प्रवचनों के साथ-साथ परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज के ध्वन्यांकित प्रवचन भी पर्दे पर दिखाये गये। इसके अतिरिक्त प्रश्नोत्तर-सत्र भी हुए जिसमें परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज तथा पूज्य श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने प्रश्नों के उत्तर देते हुए साधकों की शंकाओं का समाधान किया।

रात्रि सत्संग में दैनिक स्तोत्र-पाठ एवं प्रार्थनाओं के अतिरिक्त प्रथम दो दिन दिव्य जीवन संघ, भद्राचलम् शाखा के भक्तों ने विविध रागों में श्री हनुमान चालीसा पाठ किया। पाँचवें दिन गायत्री वेद विद्या पाठशाला, ऋषिकेश के छात्रों द्वारा अत्यन्त आत्मोत्थापक वेद-पाठ किया गया। वंशीवादन तथा आश्रम के भक्तों, संन्यासियों और ब्रह्मचारियों द्वारा भजन-कीर्तन इस रात्रि सत्संग के अन्य आकर्षक कार्यक्रम, अन्य दिनों में रहे। सातवें दिन समापन-सत्र में परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने विदाई-आशीर्वचनों में साधकों को बहुमूल्य उपदेश दिये। ज्ञान-प्रसाद तथा प्रसाद-वितरण के साथ साधना सप्ताह सम्पन्न हुआ।

२४ जुलाई २०११ को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज का ४८ वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस अत्यन्त श्रद्धापूर्वक, भक्तिभाव सहित एवं उत्साह के साथ मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ प्रातःकालीन ब्राह्ममुहूर्त स्तोत्र-पाठ, प्रार्थना एवं ध्यान सत्र से ४.३० बजे हुआ। श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने सब भक्त-साधकों पर सद्गुरुदेव के आशीर्वाद का आह्वान करते हुए सभी साधकों को सद्गुरुदेव की उदात्त शिक्षाओं का अनुसरण करने के लिए प्रेरित किया। श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्द जी महाराज ने

अपने प्रवचन में भक्तों को इस पावन दिवस पर अपने गुरु के वास्तविक स्वरूप का स्मरण करने को कहा। श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी महाराज ने कहा कि गुरु अपने शिष्यों में तथा शिष्यों के माध्यम से जीते हैं। इसके उपरान्त विशाल संख्या में उपस्थित भक्तों ने भजन-कीर्तन करते हुए अत्यन्त उत्साहपूर्वक प्रभातफेरी निकाली। आश्रम यज्ञशाला में विश्व-शान्ति एवं मानव-कल्याण हेतु विशेष हवन किया गया।

पूर्वाह्न सत्र में पावन समाधि मन्दिर में सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज को विशेष पूजा समर्पित की गयी तथा शिवानन्द सत्संग भवन में सद्गुरुदेव की पावन पादुकाओं की लक्षार्चना सहित महापूजा की गयी। 'ॐ नमो भगवते शिवानन्दाय' मन्त्रोच्चारण की मधुर गूँज सम्पूर्ण वातावरण के साथ-साथ प्रत्येक भक्त साधक के हृदय में गूँज रही थी। दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचन में उपस्थित साधकों को मानव-जन्म के परम लक्ष्य को स्मरण कराते हुए सबको प्रेरणा दी कि उस परम लक्ष्य की प्राप्ति हेतु दिव्य जीवन यापन करें। इस पावन अवसर पर सद्गुरुदेव की दो पुस्तकों का भी विमोचन किया गया। अपराह्न सत्र में भक्तों ने भजन प्रस्तुत किये तथा सद्गुरुदेव के जीवन एवं शिक्षाओं पर प्रवचन भी दिये।

सन्ध्या-समय श्री विश्वनाथ घाट पर गंगा माँ की विशेष पूजा-आरती की गयी तथा सद्गुरुदेव की पावन स्मृति में शत-शत दीप गंगा जी में प्रवाहित किये गये। रात्रि के सत्संग में भक्तों द्वारा सुमधुर भजनों के रूप में सद्गुरुदेव को प्रेमपूर्ण श्रद्धांजलि समर्पित की गयी। साथ ही पर्दे पर सद्गुरुदेव के दर्शनों का सौभाग्य भी इलेक्ट्रॉनिक माध्यम से भक्तों को प्राप्त हुआ। आरती, प्रसाद-वितरण के साथ सम्पूर्ण समारोह सम्पन्न हुआ। परम पिता परमात्मा तथा श्रद्धेय सद्गुरुदेव के आशीर्वाद सब पर हों!

* * *

अगस्त २०११ मुख्यालय आश्रम में गुरुपूर्णिमा महोत्सव, ४८ वाँ साधना सप्ताह तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी
महासुख की पुण्यतिथि आराधना का महोत्सव २१

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

‘शिवानन्द होम’ द्वारा सेवा

श्री गुरुदेव के गहन आशीर्वाद से द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय लक्ष्मणझूला के निकट तपोवन में स्थित ‘शिवानन्द होम’ के माध्यम से विनम्र सेवा में सतत संलग्न है। यह ऐसे आवास-विहीन अकिंचन रोगियों को चिकित्सीय सुविधाएँ उपलब्ध करता है, जिन्हें बीमार होने के कारण भरती किये जाने की आवश्यकता है, किन्तु साधन-हीन होने के कारण असमर्थ हैं।

इस माह नये भरती होने वाले रोगियों में कुछ लोग संक्रामिक घावों से ग्रस्त थे। दुःसाध्य घाव, चाहे वह कुछ रोग के कारण संवेदना विहीन हों, अथवा किसी अन्य गुप्त रोग के कारण से हों, दीर्घकालीन चिकित्सा, देखभाल, दैनिक मरहमपट्टी तथा रोगग्रस्त अंग के पूर्ण आराम की अपेक्षा रखते हैं।

ऐसे सभी नये रोगियों को भरती करके पूरी आवश्यक सुविधाएँ दे दी गयीं। अन्य रोगी दमे, डी हाइड्रेशन (निर्जलन) तथा रक्ताल्पता (अनेमिया) का इलाज कर दिये जाने के बाद भेज दिये गये।

अधिक गम्भीर अवस्था में भरती किये जाने वालों में एक बाबा जी भी थे जिन्हें बेसुध अवस्था में भरती किया गया था तथा जिन्हें लगातार मिरगी के दौर पड़ रहे थे। दौरों पर नियन्त्रण पा लेने के बाद डाक्टर की राय के अनुसार उनके

शिर का सी टी स्कैन किया गया तो दुर्भाग्यवश उनका रोग पूर्णतया बढ़ चुका पाया गया तथा उसी अस्पताल में उनका देहान्त हो गया। परम पिता परमात्मा उनकी आत्मा को परम शान्ति एवं सद्गति प्रदान करें! जय जगन्नाथ भगवान् की जय हो!

एक अन्य यात्री बाबा जी रात्रि के समय भरती किये गये। उन्हें सड़क के किनारे से उठा कर लाया गया था, जहाँ से स्वयं उठ पाने में वह पूर्णतया असमर्थ थे। कुछ दिन पूर्व ही कुरुक्षेत्र से आये इन बाबा जी की अवस्था अन्यन्त शोचनीय थी।

गुरुदेव की शरण में पूरी तरह समर्पित हो जाने वाले इन बाबा जी का रक्तचाप ८०/४० तथा रक्ताणु ३.१ मात्र ही रह गया था। किन्तु सर्वशक्तिमान् की अपार कृपा से धीरे-धीरे रक्त देने तथा विशेष खुराक एवं इलाज से इनकी स्थिति में सुधार हो रहा है।

दुःख एवं सुखपूर्ण क्षणों में, परीक्षापूर्ण परिस्थितियों में, हर प्रकार की मुसीबतों और कष्टों में, हे प्रभो! सब प्राणी आपकी परम शान्ति के प्रति जागरूक रहें!

जय श्री राम! जय गुरुदेव!

जय माता जी की जय हो!

“भूखे को भोजन दें! नग्न को वस्त्र दें! रोगियों की सेवा करें! यही दिव्य जीवन है।”

स्वामी शिवानन्द

६८ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का समापन समारोह

२९ जून २०११ को अकादमी के वाचनालय में ६८ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का विदाई समारोह सम्पन्न हुआ। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं के उपरान्त अकादमी के कुल-सचिव श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने उपस्थित सभी श्रोताओं का स्वागत किया। दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के महासचिव, परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज अपनी उपस्थिति द्वारा कार्यक्रम की शोभा को बढ़ा रहे थे।

इसके उपरान्त श्री स्वामी अखिलानन्द जी महाराज ने कोर्स की रिपोर्ट पढ़ कर सुनायी तथा कुछेक विद्यार्थियों ने कोर्स सम्बन्धी अपने विचार व्यक्त किये। तदुपरान्त विद्यार्थियों को ज्ञान-प्रसाद तथा प्रमाण-पत्र प्रदान किये गये तथा प्राध्यापकों को सम्मानित किया गया।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने अपने विदाई-आशीर्वाचनों में विद्यार्थियों से कहा कि वे योग-वेदान्त अकादमी में द्विमासीय कोर्स में सम्मिलित हो कर प्राप्त किये गये लाभ का मूल्यांकन करें तथा आश्रम में

प्राप्त इस आवास अवधि के लाभ की महत्ता को भी पहचानें। श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि वर्तमान युग में लोगों के ऊपर कार्य-भार अत्यधिक बढ़ गया है जिसके फलस्वरूप वे अनेक प्रकार की मानसिक तनाव सम्बन्धी समस्याओं से ग्रसित हैं। हमारे पूर्वजों को कभी इस प्रकार की समस्याओं का सामना नहीं करना पड़ा, क्योंकि उन्होंने बाह्य कार्यों तथा आन्तरिक ध्यान को कभी भिन्न नहीं समझा। स्वामी जी ने कहा कि बाह्य कार्य-कलाप तथा आन्तरिक ध्यान सदैव साथ-साथ चलते रहने चाहिए। कर्म और ध्यान के कुशलतापूर्ण मिश्रण को ही श्रीमद्भगवद्गीता में कर्मयोग कहा गया है। गुरुदेव ने इसी पर बल देते हुए हमें सभी कार्य-कलापों का अध्यात्मीकरण करने का उपदेश दिया है। सभी विद्यार्थियों पर गुरुदेव के आशीर्वाद होने की प्रार्थना करते हुए श्री स्वामी जी महाराज के आशीर्वाचन सम्पूर्ण हुए। सरस्वती-पूजन तथा पावन प्रसाद-वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

आवश्यक सूचना

श्री स्वामी गुरुप्रियानन्द जी, जिसका पूर्वाश्रम नाम श्री रामनारायण रथ (परलाखेमुन्डी, ओडिशा) था, जो दिव्य जीवन संघ मुख्यालय आश्रम में श्री विश्वनाथ मन्दिर में पुजारी था, को मार्च २०११ से कार्यकारिणी समिति द्वारा, भक्तों के साथ गलत आचरण के कारण आश्रम छोड़ कर जाने को कह दिया गया था; अतः वह आश्रम छोड़ कर जा चुका है।

दिव्य जीवन संघ के सभी सदस्यों तथा जनसाधारण को सूचित किया जाता है कि स्वामी गुरुप्रियानन्द के भारत अथवा विदेशों में सभी कार्यक्रम उसके अपने हैं तथा द डिवाइन लाइफ सोसायटी का किसी भी प्रकार से उसके साथ कोई सम्बन्ध नहीं है। इसके साथ ही यह भी सूचित किया जाता है कि स्वामी गुरुप्रियानन्द अपनी सभी गतिविधियों एवं कार्यों के लिए स्वयं उत्तरदायी होगा। हमारा उसके किसी भी कार्य अथवा व्यवहार से कोई सम्बन्ध नहीं है।

स्वामी विमलानन्द

परमाध्यक्ष

दिव्य जीवन संघ

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

आगरा (उत्तर प्रदेश): माह जून, वर्ष २०११ की अवधि में शाखा ने दैनिक योगासन वर्ग, साप्ताहिक सत्संग और प्रति मंगलवार को हवन, प्रवचन, जप और स्तोत्र-पाठ की नियमित गतिविधियों के आधिक्य में विशेष गतिविधि में एक सप्ताह साधना-शिविर का श्री प्रमुखलाल गुप्ता जी के परिचालन में तथा गुरुदेव के उपदेशों विषयक प्रवचन का आयोजन किया।

अम्बाला (हरियाणा): नियमित गतिविधियाँ ह्मशाखा ने आधे घण्टे के कीर्तन पश्चात् साप्ताहिक सत्संग और प्रति मंगलवार को अन्य साप्ताहिक सत्संग पूर्ण कर विशेष गतिविधियों में दिनांक १२ जून को दृश्य-श्राव्य सत्संग, निर्जला एकादशी को संकीर्तन-सत्संग के पश्चात् शरबत-मिश्रित दूध, फल और मिठाइयों का वितरण एवं दिनांक १४ जून को एक आध्यात्मिक प्रवचन तथा होमियोपैथिक औषधालयों द्वारा तथा जल-प्याऊ द्वारा सामाजिक सेवाएँ सम्पन्न कीं।

बड़कुआल (ओडिशा): दैनिक द्विवार पूजा, दैनिक सान्ध्य-सत्संग के आधिक्य में शाखा द्वारा प्रति रविवार तथा शिवानन्द-दिवस को पादुका-पूजा और वसन्त-नवरात्रि को श्री रामचरित मानस-पारायण पूर्ण हुए।

बढ़ियाउस्ता (ओडिशा): नियमित गतिविधियाँ ह्मशाखा के दैनिक प्रभातीय तथा सान्ध्य पूजा-आरती, प्रार्थना और ध्यान द्वारा चिदानन्द-आश्रम के पावन वातावरण का सातत्य रहा। विशेष गतिविधियाँ ह्मशाखा (१) आश्रम का प्रतिष्ठा-महोत्सव : ब्राह्ममुहूर्तीय कार्यक्रम, पादुका-पूजा पूर्वाह्न में तथा श्री सुन्दरकाण्ड-पारायण, श्रीमद् भगवद् गीता पारायण सहित यज्ञ विशेष सान्ध्य-सत्संग में सम्पन्न किये। आधिक्य में ६०० भक्तों युक्त एक दिवसीय साधना-शिविर किया गया। गत दो माहों में चार नये ग्रामों में सत्संग, पाँच ग्रामों में सक्रिय सत्संग-केन्द्रों का प्रारम्भ, दो भिन्न ग्रामों में श्री हनुमान चालीसा के १०८ आवर्तन और भक्तों के निवासस्थानों में, तीन विशेष पादुका-पूजा का आयोजन भी पूर्ण हुए।

बंगलूरु (कर्नाटक): शाखा की कार्यरतता सुचारु रूप से, साप्ताहिक सत्संग में पादुका-पूजा सहित अन्य कार्यक्रम, स्तोत्र-पाठ के साथ भजन सहित प्रति शुक्रवार को सत्संग; माह

के प्रति प्रथम, तृतीय और चतुर्थ रविवार को क्रमशः भव्य अभिषेकम्, 'थिरुपुगळ' का गान, स्वाध्याय, मन्दिर में मन्त्र-जप और अखण्ड कीर्तन एवं भक्ति-संगीत सम्पन्न हुए। शाखा की विशेष गतिविधियों में (१) उगादिहहवसन्त-नवरात्रि। (२) दिनांक ७ मई १९६५ को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज द्वारा स्थापन शिला रखी गयी थी, उसकी स्मृति में विशेष सत्संग।

बरबिल् (ओडिशा): शाखा की ह्मप्रति सोमवार के, आश्रम में २ घण्टों के साप्ताहिक-सत्संग, प्रति गुरुवार को भक्तों के निवास-स्थानों पर चल-सत्संग तथा चिदानन्द-दिवस को प्रभात से ले कर सायंकाल पर्यंत विविध-कार्यक्रमों युक्त मासिक साधना-दिनहहआदि गतिविधियाँ उचित रूप से, चलती रहीं। शाखा ने दिनांक ३ अप्रैल से "बाल-विहार" कार्यक्रम का पुनः प्रारम्भ किया। माह मई में शाखा ने होमियोपैथिक औषधालय द्वारा ४६३ मरीजों के उपचार किये।

बल्लारि (कर्नाटक): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, प्रति रविवार को पादुका-पूजा सहित साप्ताहिक सत्संग पूर्ण होने के अतिरिक्त श्री हनुमान-जयन्ती के विशेष कार्यक्रम तथा परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज के जन्म-जयन्ती के भी विशेष कार्यक्रम सम्पन्न हुए।

भंजनगर (ओडिशा): नियमित गतिविधियाँ ह्मसाप्ताहिक सत्संग, स्तोत्र-पाठ सहित प्रति एकादशी के सत्संग तथा प्रति संक्रान्ति-दिन को श्री सुन्दरकाण्ड तथा श्री हनुमान-चालीसा के पाठ। विशेष गतिविधियाँ ह्ममहा-विशुबा (मेष) संक्रान्ति के दिन ३५८ वाँ साधना-दिन मनाया गया, जिसमें ३०० भक्त प्रतिभागी थे और श्री हनुमान-चालीसा के १०८ आवर्तन किये गये तथा प्रसाद-सेवन सम्पन्न हुआ। लोगों की विशाल संख्या की उपस्थिति में दिनांक २० से दिनांक २६ पर्यन्त श्रीमद् भागवत सप्ताह-पारायण और भागवत पर प्रवचनों के जाहीर कार्यक्रम रखे गये।

बीकानेर (राजस्थान): शाखा की दैनिक द्विवार पूजा; प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग; दिनांक ७ और दिनांक २५ को क्रमशः श्री सुन्दरकाण्ड-पारायण और सिक्ख धर्मग्रन्थ में से पाठ; चिदानन्द-दिवस को महामृत्युंजय-मन्त्र और गायत्री-मन्त्र

सहित हवन, शिवानन्द-पुस्तकालय और निर्धन छात्रों को आर्थिक सहाय के अतिरिक्त आध्यात्मिक कार्यक्रमों युक्त गुरुदेव का संन्यास-दीक्षा दिन का उत्सवहहहआदि कार्यक्रम पूर्ण हुए। निर्जला एकादशी को भजन-कीर्तन, अन्धजनों की शाला में फल और मिठाइयों का और निर्धन लोगों को फल तथा शरबत का वितरण हुआ। चन्द्रग्रहण के दिन भक्तों ने स्व-निवासस्थानों में जप किये।

विलासपुर (छत्तीसगढ़): शाखा ने प्रतिमाह दिनांक ८ और २४ को सत्संग तथा द्वितीय शनिवार को बालकों के लिए सत्संग पूर्ण किये।

चण्डीगढ़: दैनिक योगासन-वर्ग और सत्संग के आधिक्य में शाखा ने प्रति रविवार को भण्डारा, नारायण-सेवा और निःशुल्क चिकित्सकीय शिविरों युक्त साप्ताहिक सत्संग तथा शिवानन्द-दिवस को १२ घण्टों का अखण्ड जप आदि भी पूर्ण किये। शाखा ने निज स्थापना-दिन, दिनांक ८ जून को और दिनांक ४ जून को, एक भक्त के निवास-स्थान पर विशेष सत्संग किये।

छत्रपुर (ओडिशा): नियमित गतिविधियाँहहहदैनिक सत्संग, साप्ताहिक सत्संग, भक्तों के निवासस्थानों पर सत्संग, शिवानन्द-दिवस तथा चिदानन्द-दिवस को पादुका-पूजा और संक्रान्ति-दिवस को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण।

फरीदपुर (उत्तर प्रदेश): शाखा ने नियमित रूप से साप्ताहिक सत्संग किये। शाखा द्वारा ग्रीष्म ऋतु में, रेलगाड़ी में प्रवास करने वाले यात्रियों को शीतल जल के पैकेट वितरित किये गये।

गुडुर (आन्ध्र प्रदेश): शाखा ने प्रति रविवार को सुचारु रूप से साप्ताहिक सत्संग किये तथा विशेष गतिविधि में, परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जन्म-जयन्ती को राजकीय अस्पताल में भर्ती मरीजों को ब्रेड और फल वितरित किये, विशेष सत्संग भी किया। शाखा में पधारे हुए एक सन्त के प्रवचन युक्त अन्य एक विशेष सत्संग किया।

गुडगाँव (हरियाणा): नियमित गतिविधियाँहहहसाप्ताहिक सत्संग, साप्ताहिक मातृ-सत्संग, प्रति मंगलवार श्री सुन्दरकाण्ड पारायण, प्रति एकादशी को कथा तथा हवन, प्रति पूर्णिमा को श्री सत्यनारायण पूजा और कथा एवं प्रति माह अन्तिम रविवार को

विशाल भण्डारा। विशेष गतिविधियाँहहह(१) वसन्त-नवरात्रि : श्री दुर्गा सप्तशती के मन्त्रों के साथ यज्ञ, श्री रामचरित मानस का नवाह पारायण। (२) श्री हनुमान जयन्ती : श्री हनुमान-चालीसा के १०८ आवर्तन और पश्चात् श्री सुन्दरकाण्ड पारायण। (३) प्रवचन : दिनांक २० अप्रैल को आदरणीय श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी महाराज द्वारा प्रवचन। (४) श्री रामकथा : दिनांक ३० अप्रैल से दिनांक ६ मई पर्यन्त आदरणीय श्री पण्डित ब्रजेश पाठक जी द्वारा और दिनांक १७ जून से दिनांक २५ जून पर्यन्त आदरणीय श्री राम जी दास द्वारा रामकथाएँ सम्पन्न हुई। (५) परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की जन्म-जयन्ती को पादुका-पूजा, श्री सुन्दरकाण्ड पारायण और भण्डारा। (६) होमियोपैथिक औषधालय : इसका भव्य उद्घाटन समारम्भ, अप्रैल में चिदानन्द-दिवस को किया गया।

जयपुर, मालवीयनगर (राजस्थान): दैनिक द्विवार योग-साधना, मध्याह्न में ध्यान तथा सायंकाल में अध्ययन-मण्डली की गतिविधियों के उपरान्त शाखा ने प्रति रविवार हवन, सत्संग और भजन-कीर्तन, प्रति शुक्रवार को मातृ-मण्डली द्वारा देवी भजन तथा निर्धनों को अन्नदानहहहआदि किये। स्वामी शिवानन्द होमियोपैथिक औषधालय एक अन्य नियमित गतिविधि है। विशेष गतिविधियों में शाखा ने माह मई में श्रीमद् भागवत-कथा और पूर्णिमा को भजन प्रस्तुति एवं दिनांक ५ जून से दिनांक १२ जून पर्यन्त योग-शिविर भी आयोजित किये।

जयपुर (ओडिशा): शाखा की विविध नियमित आध्यात्मिक गतिविधियों में द्विवार पूजा, प्रति रविवार और प्रति गुरुवार साप्ताहिक द्विवार सत्संग, हवन और पूजा शिवानन्द-दिवस को सम्पन्न होते हैं। विशेष गतिविधियों में माह मई और जून की समयावधि में आदरणीय डॉ. के. सी. महन्ती जो शाखा के सहमन्त्री भी हैंहहहने होमियोपैथिक औषधालय द्वारा १८६५ मरीजों के निःशुल्क इलाज किये।

कंटाबाँड़ी (ओडिशा): शाखा के प्रति रविवार के श्रीमद् भागवद् गीता के स्वाध्याय सहित सत्संग सुचारु रूप से चलते रहे।

खातिगुडा (ओडिशा): शाखा ने निम्नानुसार आध्यात्मिक गतिविधियाँ सम्पन्न कींहहहदैनिक द्विवार पूजा, प्रति गुरुवार साप्ताहिक सत्संग, दिनांक १७ जून को एक चल-सत्संग, श्री विष्णुसहस्रनाम स्तोत्र-पारायण के साथ एकादशी के सत्संग

और दिनांक ५ जून को नारायण-सेवा सहित मासिक साधना-दिवस।

खुर्दा रोड, जतनी (ओडिशा): शाखा की सुन्दर कार्यरतता में, दैनिक सत्संग, प्रति माह तृतीय रविवार को मासिक साधना-दिन आदि के साथ-साथ श्री रामनवमी, श्री हनुमान-जयन्ती और परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जन्म-जयन्ती आदि मनायी गयीं।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): विविध दैनिक और नियमित गतिविधियाँ हँह जैसे कि प्रभातीय योगासन-वर्ग पुरुषों के लिए तथा सान्ध्य-योगासन-वर्ग महिलाओं के लिए; प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति एकादशी को मातृ-संकीर्तन और प्रति रविवार के प्रभातीय ध्यान-योग चलते रहे तथा परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जन्म-जयन्ती को संकीर्तन-सत्संग का विशेष कार्यक्रम पूर्ण हुआ।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): नियमित गतिविधियाँ हँह दैनिक ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान सभा; दैनिक सान्ध्य-सत्संग; साप्ताहिक चल-सत्संग, साप्ताहिक मातृ-सत्संग और प्रतिमाह दिनांक ३ को ६ घण्टों का अखण्ड कीर्तन। विशेष गतिविधियाँ हँह (१) ७ दिवसीय, निवासीय युवा-शिविर जिसमें अहिवारा शाखा के ५० युवान् तथा इस शाखा के युवानों ने भाग लिया। इस शिविर में ब्राह्ममुहूर्तीय सभा और योगासन-वर्ग; पूर्वाह्न-सत्र में आदरणीय श्री स्वामी आनन्दस्वरूपानन्द जी, आदरणीय ब्रह्मचारी श्री पंकज जी और पाण्डुराम जी द्वारा प्रेरक प्रवचन और स्तोत्र-पाठ का प्रशिक्षण, अपराह्न-सत्र में प्रवचन और स्तोत्र-पाठ तथा सान्ध्य-सत्संग। (२) शाखा का पुनर्जीवन : दिनांक ७ मई से दिनांक १३ मई पर्यन्त, उपरोक्त आदरणीय त्रिपुटी तथा डॉ. के. एस. ठाकुर द्वारा, विविध शाखाओं में और तीन जिले में सत्संग केन्द्रों में १५ सत्संगों का परिचालन। (३) विशेष सत्संग-शिविर : दिनांक २२ मई से दिनांक २९ मई पर्यन्त भिलाई में इस शिविर का आयोजन हुआ। (४) परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जन्म-जयन्ती को हवन तथा (५) भिलाई में तीन रविवारों को विशेष सत्संग।

पंचकुला (हरियाणा): शाखा ने शास्त्रों और धर्मग्रन्थों का नित्य अध्ययन किया और प्रति रविवार को साप्ताहिक चल-सत्संग किये।

फुलबानी (ओडिशा): दैनिक द्विवार पूजा, प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग और शिवानन्द-दिवस और चिदानन्द-दिवस को पादुका-पूजा करने के आधिक्य में (१) दिनांक १० मई से दिनांक १४ मई पर्यन्त, 'पुरुषोत्तम योग' पर ५ दिवसीय गीता-यज्ञ किया। (२) दिनांक ६ जून से दिनांक १४ जून पर्यन्त श्री राम चरित मानस का पारायण और प्रवचन पूर्ण किये, जिसमें सबको भोजन दिया गया। समापन के दिन ४०० भक्त शामिल थे।

राउरकेला, शिवानन्द आश्रम (ओडिशा): शाखा की दैनिक गतिविधियाँ हँह ब्राह्ममुहूर्तीय ध्यान और योगासन और प्राणायाम, प्रति गुरुवार प्रभातीय पादुका-पूजा और सान्ध्य-सत्संग; साप्ताहिक चल-सत्संग में स्वाध्याय और आध्यात्मिक प्रवचन, शिवानन्द-दिवस को पादुका-पूजा और चिदानन्द-दिवस को पादुका-पूजा और सान्ध्य-सत्संग। शाखा की विशेष गतिविधियाँ हँह गुरुदेव की संन्यास-दीक्षा के वार्षिक दिन को प्रभात में पादुका-पूजा और भगवद् गीता का पाठ और स्वाध्याय के साथ सत्संग। प्रति रविवार को होमियोपैथिक औषधालय सेवा देता है।

राउरकेला, स्टील टाउनशिप (ओडिशा): शाखा ने साप्ताहिक चल-सत्संग आयोजित किये।

सालेपुर (ओडिशा): शाखा की निम्नानुसार गतिविधियाँ नियमित रूप से सम्पन्न होती हैं हँह दैनिक प्रभातीय पूजा-प्रार्थना और ध्यान; दैनिक सान्ध्य-सत्संग, स्वाध्याय, प्रवचन पूजा और स्तोत्रपाठ; रविवार के साप्ताहिक सत्संगों में माह के प्रथम रविवार को गीता-पारायण; द्वितीय रविवार को योगासन-प्राणायाम-ध्यान वर्ग; तृतीय रविवार को साधना-दिवस और चतुर्थ और पंचम रविवार को विशेष सत्संग। माह के द्वितीय शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड-पारायण, शिवानन्द-दिवस को पादुका-पूजा और रविवारीय स्वास्थ्य सेवाएँ। विशेष गतिविधियों में शाखा ने दिनांक २९ मई को ६ घण्टों पर्यन्त अखण्ड महामन्त्र-जप और ३५ छात्रों की प्रतिभागिता सहित योग-प्रशिक्षण आदि पूर्ण किये गये।

साउथ बलण्डा (ओडिशा): शाखा ने सुचारु रूप से दैनिक द्विवार पूजा, प्रति शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग, शिवानन्द-दिवस और चिदानन्द-दिवस को पादुका-पूजा और विशेष सत्संग, संक्रान्ति-दिवस को ३ घण्टों का महामृत्युंजय मन्त्र का जप तथा दिनांक २५ जून की विशेष गतिविधि में ११०

प्रतिभागियों द्वारा ३ घण्टों का अखण्ड महामन्त्र-संकीर्तन और प्रसाद-सेवनहृदयआदि की सम्पन्नता की।

सुनाबेडा (ओडिशा): शाखा की नियमित गतिविधियाँहृदयसाप्ताहिक द्विवार सत्संग। विशेष गतिविधियाँ हृदय दिनांक ७ मई और १५ मई को विशेष सत्संग; दिनांक १ मई को कुछेक भक्तों का मन्त्र-दीक्षा-दिवस होने से प्रभात में, पूर्वाह्न में, मध्याह्न में, अपराह्न तथा सायंकालीन यथायोग्य आध्यात्मिक कार्यक्रम शाखा ने सम्पन्न किये।

सुरेन्द्रनगर (गुजरात): शाखा द्वारा शिवानन्द आश्रम में दैनिक रूप से प्रभात में पादुका-पूजा और सायंकाल में मातृ-सत्संग पूर्ण होते हैं। आधिक्य में, शाखा ने रविवार के

दिवसों कोहृदयश्री रामायण विषयक तीन और केनोपनिषद् पर एकहृदयइस प्रकार प्रवचन और प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड के सामूहिक पारायण किये। शाखा ने ४५ जरूरतमन्द परिवारों को कोरा राशन, गायों को चारा वितरित किये तथा चींटियों को, स्थान-स्थान पर आटे की पूर्ति की। पूर्व, श्री रामनवमी को श्री रामसहस्रनाम के साथ पूजा की गयी, जिसमें १०० भक्त प्रतिभागी थे।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा, दिनांक १२ और १६ जून को स्वाध्याय सहित पाक्षिक सत्संग एवं दिनांक १२ जून को वृद्धाश्रम में फलों का वितरण तथा उसके अन्तेवासियों की आवश्यक चीजों की पूर्तिहृदयआदि की सम्पन्नता हुई।

पावन स्मृति में

अत्यन्त शोक के साथ यह सूचित किया जाता है कि मलाउ माता जी का देहान्त ९० वर्ष की आयु में २७ जून २०११ को फ्रांस में लियोन के समीप भारतीय समयानुसार प्रातःकाल ४ बजे हुआ।

मलाउ माता जी १९६३ में गुरुदेव के आश्रम में आर्यी तथा उन्होंने सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के दर्शन किये। गुरुदेव से मन्त्र-दीक्षा प्राप्त करने का सौभाग्य उन्हें प्राप्त हुआ। आश्रम में निवास के समय माता जी ने गुरुदेव से श्री आनन्दमयी माँ के दर्शन की इच्छा प्रकट की। गुरुदेव ने उन्हें माँ के दर्शन करके आश्रम वापस लौट आने की आज्ञा दी। अतः वे १४ जुलाई १९६३ में गुरुदेव की महासमाधि के समय यहीं थीं।

निजी जीवन में माता जी को अनेक सन्तों के दर्शन का सौभाग्य प्राप्त हुआ। भारत तथा यहाँ के सन्तों के प्रति उनका विशेष आकर्षण था। उन्होंने श्री श्री आनन्दमयी माँ, पापा रामदास, वसिष्ठ गुहा के श्री स्वामी पुरुषोत्तमानन्द जी महाराज तथा अन्य सन्तों के दर्शन का लाभ भी प्राप्त किया था।

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की अनन्य शिष्या थीं माता जी। वे निरन्तर स्वामी जी महाराज के सत्संग में आया करती थीं। स्वामी जी महाराज के आनन्द आश्रम, केरल में दीर्घ प्रवास के समय भी वे उनके दर्शनार्थ जाया करती थीं। उनके आग्रह पर स्वामी जी महाराज दो बार फ्रांस गये तथा सत्संग किये।

१९९२ में उन्हें श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज से संन्यास-दीक्षा प्राप्त हुई तथा वे स्वामी पूर्णब्रह्मानन्द सरस्वती बन गयीं।

माता जी २००७ तक कुछ समय फ्रांस तथा कुछ समय आश्रम में व्यतीत करती रहीं। तदुपरान्त वृद्धावस्था के कारण वे फ्रांस में ही अपनी पुत्री के साथ रहीं; परन्तु हृदय से वे सदैव गुरुदेव के आश्रम से ही जुड़ी रहीं।

हम सब सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के श्रीचरणों में मलाउ माता जी की दिवंगत आत्मा की परम शान्ति तथा सद्गति के लिए प्रार्थना करते हैं।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

सूचना

३४ वाँ ओडिशा दिव्य जीवन संघ आध्यात्मिक सम्मेलन एवं युवा शिविर

परम श्रद्धेय गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की अपार अनुकम्पा से ३४ वें ओडिशा दिव्य जीवन संघ आध्यात्मिक सम्मेलन तथा ७ वें युवा शिविर का आयोजन २९ दिसम्बर २०११ से १ जनवरी २०१२ तक भंज भवन, सेक्टर-५, राउरकेला, जिला सुन्दरगढ़, ओडिशा में किया जायेगा।

सम्मेलन में दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के अनेक सन्त तथा अन्य आश्रमों से पधारे प्रबुद्ध जन आशीर्वचन प्रदान करेंगे। संघ की समस्त शाखाओं के भक्त आध्यात्मिक ज्ञान के प्रचार-प्रसार तथा विश्व-शान्ति की ओर अग्रसर करने वाले इस कार्यक्रम में प्रतिभागिता के लिए सादर आमन्त्रित हैं।

१. प्रतिनिधि शुल्कद्वारूपये ३५०/- प्रति व्यक्ति (भोजन तथा ठहरने की व्यवस्था सहित; व्यवस्था केवल २५०० प्रतिभागियों के लिए सीमित)
२. युवा शिविर रजिस्ट्रेशन शुल्कद्वारूपये ५१/- (केवल ५०० युवाओं के लिए सीमित)
३. युवा शिविर की आयु-सीमाद्वारूपये १४ से २१ वर्ष (पहचान-पत्र लाना आवश्यक है)
४. आवेदन-पत्र पहुँचने की अन्तिम तिथिद्वारूपये ३० नवम्बर २०११

समस्त धनराशि बैंक ड्राफ्ट अथवा चेक के द्वारा “**The Divine Life Society, Rourkela Branch**” के नाम से भेजें। ड्राफ्ट अथवा चेक का देय State Bank of India, Rourkela Evening Branch (Code No. 2112) में होना चाहिए।

पंजीकरण तथा अन्य सूचना के लिए सम्पर्क करें :

१. रबीन्द्र कुमार पंडब, प्रमुख आयोजक, मोबाइल नं. ०९९३७३९८९९६
२. नृसिंह चरण दास, सचिव, मोबाइल नं. ०९४३७२४४७७७
शिवानन्द आश्रम, M/4, फ़ेज़द्वार, छेंद, राउरकेलाद्वारूपये ७६९०१५, जिला : सुन्दरगढ़, ओडिशा
३. जयचन्द्र नायक, मोबाइल नं. ०९४३८८४९०४९
४. बिप्र चरण पात्र, मोबाइल नं. ०९४३७०७८०४९

भगवत्प्रेम तथा भक्तवत्सलता

जितना प्रेम आप भगवान् से करते हैं, उससे अधिक प्रेम भगवान् आपसे करते हैं। भले ही, आप अपने लक्ष्य की ओर धीमी गति से बढ़ें; परन्तु लक्ष्य बहुधा आपकी ओर अत्यधिक वेग से बढ़ता है। जिस वेग से सरिता सागर में प्रवेश करती है, उसकी अपेक्षा कहीं अधिक वेग से सागर सरिता में प्रवेश करता है।

स्वामी कृष्णानन्द

ज्ञान-गंगा :

जगत् महान् रहस्य

यह जगत् रहस्यमय है। इस रहस्य की कुंजी छिपी हुई है।

यह जगत् कहाँ से आया? हममें से बहुतों में यह शंका बनी रहती है। अपनी आत्मा पर ध्यान कीजिए। यह शंका विलीन हो जायेगी।

ईश्वर ने हिरण्यगर्भ तथा अन्य देवताओं एवं जगत् की सृष्टि की। जीव गण भी उससे उत्पन्न हुए जो कर्माधीन हैं।

सांख्य-दर्शन आत्मा की अमरता को मानता है। यह जीव के आवागमन तथा पुनर्जन्म को मानता है; परन्तु स्रष्टा की सत्ता का निषेध करता है। सांख्यों के अनुसार यह जगत् ईश्वर द्वारा नहीं रचा गया; परन्तु यह प्रकृति से ही उत्पन्न है।

ईश्वर ही, जो परमात्मा है, वही प्रथम कारण है; सारे कारणों का कारण तथा जगत् का मूल है।

काल प्रथम कारण नहीं है। प्रकृति प्रथम कारण नहीं है। प्रकृति तथा शक्ति प्रथम कारण नहीं हैं।

जगत् ईश्वर की ही विभूति है।

ईश्वर इस जगत् की रचना करता है तथा पुनः उसे विलीन कर देता है; जिस तरह मकड़ी जाले को अपने अन्दर से ही निकालती है तथा उसे अपने पेट में समेट लेती है।

ईश्वर विविध रूपों को धारण कर जगत् के रूप में प्रतीत होता है।

ईश्वर पदार्थ तथा शक्ति का नियामक है। वह सभी गुणों का स्वामी है।

यद्यपि ईश्वर सूर्य तथा चन्द्रमा से परे है, तथापि ईश्वर के विभासित होने के कारण ही वे विभासित हैं।

जिस तरह बीज में तेल, दही में मक्खन तथा काष्ठ में अग्नि है, उसी तरह ईश्वर भी सर्वत्र व्याप्त है।

यह जगत् जो आप देखते हैं, वह ईश्वर के सिवा वास्तव में और कुछ भी नहीं है।

वस्तुओं को ठीक-ठीक देखिए। उन्हें तत्त्वतः देखिए। यही सम्यक् दर्शन है।

शुद्धता तथा आत्मा पर ध्यान के द्वारा नानात्व की भ्रान्ति का अतिक्रमण कर एकता की अवस्था को प्राप्त कीजिए।

आत्म-साक्षात्कार कर लेने पर यह जगत् आपके लिए विलुप्त हो जायेगा।

जगत् की प्रतीति से परे सत् तथा चेतन का तत्त्व है, जो सभी भूतों की आत्मा, एक तथा नित्य है।

ब्रह्म ही यह सारा जगत् है। पृथ्वी और आकाश, आपके मन तथा प्राण सभी उसी में गुंथे हुए हैं।

हर वस्तु का मूल उसी ब्रह्म में ही है।

जड़ पदार्थ किसी निश्चित उद्देश्य से, चेतन वस्तु के नियन्त्रण तथा पथ-प्रदर्शन के बिना कार्य नहीं कर सकता।

यह कहना युक्ति-संगत नहीं है कि जगत् स्वतः ही प्रकट हो जाता है।

जड़ प्रकृति अथवा परमाणु को जगत् का कारण मानना भी सम्भव नहीं है।

कोई भी जड़ पदार्थ चेतन वस्तु के नेतृत्व के बिना कार्य नहीं कर सकता।

यह सुव्यवस्थित एवं सुसंगठित जगत् हमें उसके सचेतन स्रष्टा की याद दिलाता है।

ब्रह्मा जी ने अपने पुत्रोद्ब्रह्मप्रजापति आदि के द्वारा इस जगत् में ज्ञान का प्रसार किया।

श्रुतियों के अनुसार तैत्तिरीय देवता हैं ब्रह्म आठ वसु, ग्यारह रुद्र, बारह आदित्य, इन्द्र तथा प्रजापति। यही ईश्वरीय विधान है। अन्ततः एक ही ईश्वर है, जो ॐ अथवा ब्रह्म है।

इस जगत् के साथ ब्रह्म का सम्बन्ध अनिर्वचनीय है। इसकी व्याख्या नहीं हो सकती। (अनूदित)