दिव्य जीवन

Vol. XXIV	अप्रैल २०१३	No. 1

उपनिषद्–सुधा बिन्दु

स त्वं प्रियान्प्रियरूपाँश्च कामानभिध्यायन्नचिकेतोऽत्यस्राक्षीः।
नैताँ सृङ्कां वित्तमयीमवाप्तो यस्यां मज्जन्ति बहवो मनुष्याः।।

(कठोपनिषद् : १/२/३)

(यमराज ने कहाह्नह्न) ''हे नचिकेता! तुमने (निःस्पृह रहते हुए) प्रिय लगने वाले तथा काम्य भोगों (पुत्र, धन, सम्पत्ति आदि) और अति सुन्दर रूप वाले अन्य अभिलषित भोगों (स्वर्ग की अप्सरायें आदि) को भलीभाँति विचार करने के बाद छोड़ दिया। तुम इस धन के बन्धन में नहीं फँसे, जिसमें बहुत से मनुष्य फँस जाते हैं।''

शिवानन्दाष्टकम्

श्री आर. राजगोपाल

जगद्गुरुं शिवप्रदं भवाब्धिपोतसत्तमं
अनन्तसद्गुणालयं सदात्मचित्प्रभोज्ज्वलम्।
विशिष्टबुद्धिदायकं कृपाकरं मुदाकरं
हिमाद्रिवासिनं भजे शिवाख्यसद्गुरुं मुदा।।१

हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ, जो सर्वोत्कृष्ट जगद्गुरु हैं, जो कल्याण-मंगल प्रदाता हैं, जो भव-सागर से बचाने वाली सुरक्षा-नौका हैं, जो अनन्त सद्गुणों के आगार हैं, जो परमात्मा के उज्ज्वल प्रकाश के साकार रूप हैं, जो विशिष्ट बुद्धि प्रदाता है तथा जो करुणानिधान एवं आनन्द-दाता हैं।

सदेहलोकचिन्तया सुदूरकृष्टमानसान्
शिवोपदेशनिर्झरप्रवाहमग्नहर्षितान्।
करोति यो निजात्मतत्त्वभासुरान् तमादराद्
हिमाद्रिवासिनं भजे शिवाख्यसद्गुरुं मुदा।।२

जो इस क्षणभंगुर संसार की अनन्त चिन्ताओं से निरन्तर प्रताड़ित रहने वाले लोगों को आनन्द-लोक में पहुँचा कर हर्षमग्न कर देते हैं तथा उन्हें आत्मज्ञान के प्रकाश से उद्भासित कर देते हैं, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

यथा स्वदेशवासिनां मनोऽतिरंजयत्यरं
तथा प्रभावशालिनां च यो विदेशवासिनाम्।
हितोपदेशबृंहितैः प्रबोधनैः क्रियात्मकैः
हिमाद्रिवासिनं भजे तमादरात् शिवं गुरुम्।।३

जो स्वदेश-वासियों एवं विदेश-वासियों, सभी की आँखों के विशेष आकर्षण-बिन्दु हैं तथा जो अपने प्रबोधक, क्रियात्मक, प्रभावशाली एवं शाश्वत हितोपदेशों से सबके प्रिय बन गये हैं, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

यो ददाति मंगलं सतामयाचितः स्वयं
विशेषतः प्रपंचवृत्तिरागरंजितात्मनाम्।
यो हि दूरतः स्थितोऽदूर एव चिन्तनात्
तं भजे हिमाद्रिवासिसद्गुरुं शिवाख्यकम्।।४

जो भक्त जनों पर मंगल-वृष्टि करते हैं; और विशेष रूप से उन लोगों पर करते हैं जो अभी तो संसार की तड़प-भड़क से प्रभावित हो कर सुखों में निमज्जित हैं, किन्तु बहुत शीघ्र ही सच्चे उत्साही साधक बनने वाले हैं, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

स्फोटनैरणुप्रभावसम्भवैर्भयप्रदैः
मोहमग्नचेतसां महाप्रबोधगर्जनम्।
यद्वचोमृतं दृढीकरोति धैर्यसंस्थितिं
तं भजे हिमाद्रिवासिसद्गुरुं शिवाख्यकम्।।५

जो अणु-विस्फोटन से प्रभावित लोगों के, व्यथा से आक्रान्त मनों को, वेदान्त-प्रबोधक गर्जन करते हुए, अपने अमृत वचनों द्वारा धैर्य एवं विश्वास के सुदृढ़ धरातल पर संस्थित कर देते हैं, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

लोकशोकनाशनेऽतिवेलबद्धदीक्षितं
शिष्यतापहारिणं शिवात्मबोधसद्व्रतम्।
ध्यानयोग संश्रितं क्रियाकृतार्थजीवितं
तं भजे हिमाद्रिवासिसद्गुरुं शिवाख्यकम्।।६

जो संसार का ताप हरने के लिए कमर कसे हुए हैं, जो आत्म-प्रबोधक परम ज्ञान को साधकों के द्वार तक पहुँचा देने का व्रत धारण किये हुए हैं, जो ध्यानयोग में संस्थित रहते हुए भी आत्मा को परिष्कृत एवं उत्थापित करते हुए सदैव क्रियाशील रहते हैं, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

येन दिव्यजीवनेऽनुनीयते जनव्रजो
भक्तकोटिसंस्तुते भवामयप्रमर्दने।
स्वात्मदर्शनप्रबन्धराशिना कृतोज्ज्वले
तं भजे हिमाद्रिवासिसद्गुरुं शिवाख्यकम्।।७

जो नम्रतापूर्वक लोगों को उस दिव्य जीवन की ओर प्रेरित कर देते हैं, जिसने करोड़ों भक्तों को अपनी ओर आकर्षित किया हुआ है। जिनके दिव्य जीवन संघ ने कष्ट, रोग और मृत्यु के संसार की ओर से सशक्त रूप से द्वार बन्द कर रखा है तथा स्वामी जी की रचनाओं के कोटि-कोटि ज्योति-दीपों से स्वयं को प्रकाशित कर रखा है, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

यं गुरुं समेत्य दिव्यजीवने कृतादरा
येन नित्यशान्तिसौख्यभागिनः श्रिताः कृताः।
यस्य वाक्सुधाझरीनिमज्जनातिपाविताः
तं भजे हिमाद्रिवासिसद्गुरुं शिवाख्यकम्।।८

जिनके दिव्य जीवन की ओर दिन-प्रति-दिन बहुत से लोग बहते चले आ रहे हैं, असंख्य लोग जिनसे लाभान्वित हो रहे हैं; जिनके आनन्द एवं शान्ति के भागीदार हो रहे हैं तथा जिनकी वाक्-सुधा के पावन निर्झर में निमज्जित हो कर पवित्र हो रहे हैं, हिमालय के उन महान् सन्त शिव (शिवानन्द जी) का मैं भजन करता हूँ।

शिवानन्दाष्टकं पुण्यं गुरुपादाम्बुजन्मनोः।
अर्पितं राजगोपालशर्मणा भक्तिसंयुतम्।।

मैं (राजगोपाल शर्मा) यह अष्ट पुष्प (श्लोकों की) माला अत्यन्त श्रद्धा-भक्ति सहित अपने गुरुदेव के चरण-कमलों में (उनके ७२ वें जन्म-दिवस के पावन अवसर पर) समर्पित करता हूँ।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

प्रभु कब आते हैं?

जब सब-कुछ छूट जाता है, तब प्रभु सामने आते हैंह्लह्लजब तक किंचित् भी साथ में रहता है, तब तक प्रभु भी थोड़ी दूरी पर ही रहते हैं। एक कहानी है जिसमें बताया गया है कि प्रभु कैसे आते हैं और कैसे नहीं आते हैं। द्वारका में रुक्मिणी श्री कृष्ण को दोपहर का भोजन परोस रही थीं। खाते-खाते एकाएक श्री कृष्ण उठे और उन्होंने कोने में रखे हुए एक डण्डे को उठा लिया। रुक्मिणी ने पूछाह्लह्ल''खाते-खाते किसे मारने चले?''

श्री कृष्ण एक शब्द भी नहीं बोले। उन्होंने चुपचाप डण्डा कोने में वापस रख दिया और दोबारा भोजन करने लगे। ''आखिर, हुआ क्या?''ह्लह्लरुक्मिणी ने पूछा। श्री कृष्ण बोलेह्लह्ल''दूर रेगिस्तान (राजस्थान) में कुछ डाकुओं ने एक तीर्थयात्री पर हमला कर दिया। मैंने सोचा उसे बचा लूँ। और, इसके पहले कि मैं कुछ कर पाता, उस यात्री ने अपने डण्डे से ही उन डाकुओं की पिटाई शुरू कर दी। इसलिए मैंने सोचा कि अब मैं क्यों हस्तक्षेप करूँ, अब वह स्वयं ही अपनी रक्षा कर रहा है।''

स्वामी कृष्णानन्द

ज्ञानयोग १

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

जब मनुष्य में ज्ञान का विकास होता है, तब ज्ञानयोग का आरम्भ होने लगता है। इसे सभी योगों का चरम विकास माना गया है।

ज्ञानयोग का सारांश है कि जीव वास्तव में ब्रह्म है।

ज्ञानयोग से हमें ज्ञात होता है कि माया के कारण हम अपने को शरीर तथादिक इन्द्रियों के अधीन रखते आये हैं। वास्तव में हम परमात्मा हैं।

हम अविद्या के कारण अनुभव करते हैं कि 'हम मनुष्य हैं; जन्म, जरा, मृत्यु के बन्धन में हैं और कार्य-कारण के अधीन हैं।' ज्ञानोदय होने से इस अविद्या का परिहार होता है। हम अनुभव करने लगते हैं कि हम महान् शक्ति के आदि कारण हैं।

इस मार्ग पर चलने वाले साधक को चार साधनों से सम्पन्न होना चाहिए। ये चार साधन हैंह्लविवेक, वैराग्य, षट्-सम्पत् और मुमुक्षुत्व। सत् और असत् में अन्तर जानना विवेक है। लोक-पदार्थों से विरक्ति तथा भोग-विलास से दूर रहने की तीव्र आकांक्षा वैराग्य है। शम, दम, तितिक्षा, उपरति, श्रद्धा और समाधानह्लषट्-सम्पत् के अन्तर्गत हैं। मोक्ष प्राप्त करने की लगन को मुमुक्षुत्व की संज्ञा दी जाती है।

इन गुणों से विभूषित होने पर, सद्गुरु के पास जाना चाहिए। उनके उपदेशों पर मनन करना चाहिए; इस प्रकार ज्ञान की प्राप्ति होती है।

ज्ञानयोग के मुख्य विचार-बिन्दु

आत्मा

आत्मा सर्वत्र विराजमान है। यह आत्मा विश्व, प्राण, इन्द्रिय और शरीर का आधार है। आत्मा सच्चिदानन्द है। अस्ति, भाति और प्रिय आत्मा के ही गुण हैं। आत्मा में ही यह जगत् भासता है। क्या चींटी और क्या कुत्ता, क्या चाण्डाल और क्या राजा, क्या किसान और क्या जमींदार, क्या सन्त और क्या दुर्जनह्लसभी में निःसन्देह यही आत्मा निवास करती है।

मन, बुद्धि, इन्द्रियों के व्यापार आत्मा तक नहीं पहुँच पाते। यह सबसे परे है। आत्मा अमर है, अक्षय है, अव्यय है और परम पवित्र भी है। स्वतन्त्र और नित्यपूर्ण है यह।

आत्मा सत्य है, ज्ञान है और अखण्ड है। आत्मा में द्वैत नहीं है। यह सबके अन्तर का वासी है। आत्मा को पाप नहीं छू सकते। समय भी आत्मा को सीमित नहीं कर सकता। यह आत्मा परिच्छेदों से मुक्त है। आत्मा मरती नहीं, जन्मती भी नहीं। आत्मा की कोई जाति नहीं, कोई शरीर नहीं। घट-घट में व्यापक है यह। जितने गुण संसार में थे और हैं, आत्मा उन सबसे परे है; किन्तु आत्मा पर उन सबकी सत्ता निर्भर है।

शरीर-नाश हो जाने पर भी इसका नाश नहीं होता। बीमार व्यक्ति में स्वस्थ आत्मा सदा व्यापक है। सन्त में और दुर्जन में भी एक ही आत्मा है, भिन्न-भिन्न नहीं।

सूर्य, चन्द्रमा तथा तारों में आत्मा की ज्योति है। जीवन में आत्मा ही सम्प्राणित है। आत्मा के अतिरिक्त और कुछ है ही नहीं।

ज्ञानी जन इसी अनुभव को ज्ञान कहते हैं।

माया

ज्ञान के प्राप्त हो जाने पर माया का तरण कर लिया जाता है। जब तक ज्ञान की प्राप्ति नहीं होती, माया के कार्यकलापों का ज्ञान भी नहीं होता। शब्द भी माया की व्याख्या नहीं कर सकते। ज्यों-ही साधक में ज्ञान की चेतना जागती है, त्यों-ही माया का अन्धकार नष्ट हो जाता है।

सत्य-पदार्थ को भूल कर असत्य-पदार्थ में रमण करना ही माया है। हम जानते हैं कि सदाचारपूर्वक रहना चाहिए; किन्तु पग-पग पर कुकर्म करते जाते हैंह्नह्नयही माया है। हमें मालूम है कि संसार में सभी पदार्थ नश्वर हैं; किन्तु तब भी हम उन पदार्थों को पाने का प्रयत्न करते हैंह्नह्नयही माया है। जब हमसे कहा जाता है कि सदा सत्कार्य और सद्विचार करते रहो, तब हम राजी हो जाते हैं; किन्तु पुनः कुकर्म करने लग जाते हैंह्नह्नयही माया है।

जब तक आप लोकवाद से परे नहीं चले जाते, तब तक माया को पराभूत नहीं कर सकेंगे। लोकवाद से ऊपर उठें, माया स्वतः काफूर हो जायेगी। प्रकाश को हाथों में ले कर देखें और जानें कि साँप, साँप नहींह्नह्नरस्सी है। तब साँप का भ्रम नष्ट हो जायेगा और केवल रस्सी ही शेष रह जायेगी। यही माया का निवारण है।

लोकवाद की सभी उपाधियों से ऊपर उठें। माया के कार्यकालापों को निष्फल करने का यही एक अमोघ अस्त्र है।

विचार

विचार का अर्थ हैह्नह्नब्रह्म के विषय में सोचना। यह जगत् कैसे उत्पन्न हुआ? कौन इसका स्रष्टा है? इसका उपादान-कारण कौन है? बन्धन क्या है और मुक्ति किसे कहते हैं? अविद्या से क्या तात्पर्य है? जीव तथा परमात्मा का पारस्परिक सम्बन्ध क्या है? व्यक्ति और विश्व का पारस्परिक सम्बन्ध क्या है? इस प्रकार से सोचने को ही विचार कहा जाता है।

ज्ञानी पुरुषों के आदर्शों का पालन और आत्म-चिन्तनह्नह्नइन दोनों से विचारों को नव-जीवन मिलता है।

मोक्ष-द्वार पर चार प्रहरी हैं। विचार उनमें से एक है। विचारपरायण होने से अन्य तीनों प्रहरी (सत्संग, सन्तोष और शान्ति) आपकी सेवा में सदा उपस्थित रहेंगे और आपको अन्दर जाने की अनुमति भी मिल जायेगी। विचार करने के लिए पवित्र मन, तीव्र लगन, सूक्ष्म विश्लेषण और एकाग्र बुद्धि की आवश्यकता है।

यदि निरन्तर विचार किया जाये, तो ब्रह्मज्ञान प्राप्त होने लगता है। अनवरत चिन्तन करने से साधक में एक प्रकार की वृत्ति का उदय होता है, जिसे ब्रह्माकार-वृत्ति कहते हैं। ब्रह्माकार-वृत्ति में अविद्यालेश नहीं रहता।

विचार-शक्ति को बढ़ाने के लिए वेदान्त-सम्बन्धी पुस्तकों का स्वाध्याय करना चाहिए। उपनिषद्, विवेकचूड़ामणि, योगवासिष्ठ, पंचदशी आदि के अध्ययन से आप अपने विचारों को आध्यात्मिक बल दे सकते हैं।

विवेक

विवेक ज्ञानयोग का एक प्रमुख साधन है।

आप जगत् को सत्य समझ कर माया-जाल को ही आनन्द का केन्द्र समझते हैं; यह अविवेक का लक्षण है। ज्ञानी जगत् के सभी व्यापारों को असत्य समझ कर माया-जाल से दूर रहना चाहता है; यह विवेक का लक्षण है।

जब संसार की नश्वरता साक्षात् भासने लगती है, ब्रह्म ही सत्य दीखने लगता है और जब यह निश्चय हो जाता है कि संसार असत्य है, तो उस समय हममें विवेक-बुद्धि विद्यमान रहती है।

परमात्मा की कृपा के बिना विवेक का उदय नहीं होता। विवेक के उदित होने पर साधक निरहंकारी और निःस्पृह बन जाता है।

जिस प्रकार तलवार से प्रतिपक्षी को छिन्न-मस्तक किया जा सकता है, उसी प्रकार विवेक के अभ्यास से सांसारिक वासनाओं, महत्त्वाकांक्षाओं तथा विविध प्रापंचिक प्रवृत्तियों को आहत कर दिया जाता है। विवेक ज्ञान-चक्षु को खोलता है। जागतिक व्यवहारों में रमते हुए मन को अन्तर्मुख कर उसे पवित्र रखने का श्रेय सर्वप्रथम विवेक को है।

जब-जब आपकी इन्द्रियाँ विषयों की ओर भागने लगें, तब-तब विवेक का डण्डा अपने हाथों में ले लें। इन्द्रियाँ स्वतः शान्त हो जायेंगी।

जिस व्यक्ति में विवेक है, वह आध्यात्मिक साधना में सफलता का श्रेय प्राप्त करता है। यही शास्त्रों का कथन है।

(अनूदित)

आपका शान्ति-दूत :

मन एक मोक्षदाता के रूप में

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

यदि भीतर की ओर मोड़ कर इसे अपने अन्तरतम स्थित निज स्वरूप की ओर उन्मुख कर दिया जाये तो मन आपका मोक्षदाता बन जाता है। अभी तो यह आपका बन्धन है, क्योंकि यह इच्छाओं और इन्द्रियों के जाल में फँसा हुआ है। लालसापूर्ण और इच्छापूर्ति मात्र के लिए जीवन जीने से व्यक्ति अपनी निम्न वृत्तियों के जाल में फँस जाता है। यही संसार है, यही बन्धन है। यही मन यदि अपनी इस लोभी वृत्ति को त्याग देता है तथा अपने अन्तर्निहित परम तत्त्व को पाने की इच्छा करना आरम्भ कर देता है और 'उसी की प्राप्ति करना' अपना जीवन-लक्ष्य बना लेता है, तब यही मन आपका 'मोक्ष-प्रदाता' बन जाता है। बाह्य जगत् तो अव्यवस्था, अशान्ति, असन्तोष एवं हलचल से भरा हुआ है; किन्तु इतना सब होते हुए भी आपके अन्तरतम की गहराइयों में शाश्वत शान्ति का निवास है।

आप जिस ओर आकर्षित होते हैं, उसी के साथ भागीदार बन जाते हैं। यदि आप अपना समूचा ध्यान बाहर की ओर रखेंगे, तो व्याकुलता, व्यग्रता और अशान्तिद्धह्वजो सब बाहर व्याप्त है, उसी हड़बड़ाहट के भागीदार बनेंगे। किन्तु यदि आप अपने उस अन्तरतम की गहराई में उतर जाते हैं, जहाँ गहन एवं स्थायी शान्ति विद्यमान है, तो बाहर की अत्यधिक अशान्ति के मध्य में होते हुए भी आप अपनी निजी शान्ति में निवास करते रहेंगे। आपमें एक अक्षुब्ध शान्ति का निवास है, अन्य कुछ भी आपको स्पर्श नहीं कर सकता; क्योंकि आप अपने आन्तरिक केन्द्र में स्थित हैं। बाह्य परिस्थितियों के किसी भी प्रकार के अशान्त वातावरण के मध्य में रहते हुए भी अपनी आन्तरिक शान्ति में स्थित रहने का यही रहस्य है।

पश्चिमी जगत् के शहरी समाज में रहते हुए हमें जीवन की कठोर सच्चाइयों का सामना करना पड़ता है। सदा ही बाह्य हलचलों से अनजान बने रहना, बहुत बार सम्भव नहीं हो पाता; क्योंकि बाहर जो-कुछ हो रहा है, आप जबरदस्ती उस ओर ध्यान देने को लाचार हो जाते हो और आपको उसके प्रति कुछ-न-कुछ करना पड़ता है। बुद्धिपूर्ण मार्ग यह है कि आप दिन का प्रारम्भ अपने इस अन्तरतम के साथ इस आन्तरिक शान्ति में निवास करते हुए करें, इस जागरूकता के साथ करें कि आप वह शान्ति स्वयं ही हैं। बाहरी जगत् की हलचल से अपना सम्बन्ध जोड़ने से पहले थोड़ा समय इस गहन शान्ति, इस शाश्वत प्रशान्ति में बितायें, शान्तिपूर्ण ध्यान में बितायें। यह इतनी सशक्त है कि यदि आप इन निर्देशों के अनुसार अपना जीवन प्रारम्भ कर दें, तो यह मौन आपके व्यक्तित्व का एक अंग बन जायेगा और जब आप बाहरी जगत् की हलचलों में जायेंगे, तब भी यह आपको स्थिर रखने वाली एक शक्ति बना रहेगा।

इसके लिए आपको अपना जीवन पुनः व्यवस्थित करना पड़ेगा। इस पुनर्व्यवस्था का पहला कदम है, सुबह थोड़ा-सा जल्दी उठना। बहुत सरल है यह; किन्तु बहुत ही महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि आज के मानव की पुरानी शिकायत है, ''समय नहीं है।'' बाह्य जगत् जब आपको समय देने से इनकार कर देता है तो इसकी आपको कहीं और से खोज करनी पड़ेगी। आप अपने दैनिक जीवन के उस भाग में से थोड़ा-सा समय निकाल लें जिस पर इस संसार का अधिकार नहीं है, इसे मैं 'विरजिन' (कुँआरा अथवा अछूता) समय कहा करता हूँ। यह वह समय है जब आप सो रहे होते हैं। यह आपके निजी जीवन-क्षेत्र में से कुछ चुन लेने जैसा ही है।

इस समय को ध्यान करने में लगायें और जिस अवस्था को प्राप्त करने की आप इच्छा रखते हैं उसको निरन्तर बनाये रखने का प्रयास करते रहें, निश्चित रूप से यह आपकी अनुभूति बन जायेगा। उस अवस्था का ध्यान करते रहें, उसी में से आपका भावी अनुभव प्राप्त हो जायेगा। अन्ततोगत्वा ध्यान ही उस सर्वोच्च आनन्द को प्राप्त करने का अचूक रहस्य है, और इस आन्तरिक ध्यान के लिए मन को उपयुक्त उपकरण बनाने के लिए मानसिक अनुशासन ही एकमात्र रास्ता है।

इसके लिए एक विशेष सहायक अभ्यास हैह्वह्वशान्त मन से बैठ कर कुछ समय के लिए उन नकारात्मक अवगुणों की महान् हानि के विषय में चिन्तन करना जो सम्भवतया आप में हों; यह नकारात्मक स्वभाव आपके लिए और दूसरों के लिए भी कितनी उलझनें पैदा करता है, और यह कैसे अप्रसन्नता एवं कष्टों का कारण बन जाता है। पूरी स्पष्टता से इस नकारात्मक परिस्थिति की हानियों पर मनन करें, और एक बार यदि आप ऐसा कर लेते हैं तो धीरे-धीरे इस अवगुण के प्रति दृष्टिकोण में परिवर्तन होने लग जायेगा। आप देखेंगे कि अब इसे आपने पसन्द करना छोड़ दिया है। जब ध्यान का यह पक्ष पूरा हो जाये, तब आप इस अवगुण के विपरीत गुण के अद्भुत लाभों पर मन को एकाग्र करना आरम्भ कर दें। आप अब मनन करें कि उस सकारात्मक गुण से कैसे विलक्षण लाभ होंगे और कैसे समस्याएँ सुलझने लगेंगी।

ध्यान की एक अन्य विधि यह है कि किसी ऐसे महान् व्यक्तित्व के ऊपर अपने मन को एकाग्र करें जिसके अपने जीवन में इस प्रकार का महान् सकारात्मक गुण विद्यमान हो। यह कोई सन्त हो सकता है, कोई महान् सुधारक अथवा कोई अन्य उदात्त व्यक्तित्व हो सकता है। यदि आप दूसरों के प्रति स्वार्थपूर्ण भावना और उदासीनता अथवा निरुत्साह की भावना को अपने में से निकालना चाहते हैं और अन्य लोगों के प्रति दया, सहानुभूति और भाव-हित निःस्वार्थ सेवा में लगना चाहते हैं, तो उन महान् विभूतियों के ऊपर ध्यान करें जिनमें यह सद्गुण हैं। उन्हें अपना आदर्श बना लें और कुछ समय के लिए उन पर ध्यान करें।

एक अन्य ध्यान की विधि यह भी है कि अपने ही एक ऐसे काल्पनिक स्वरूप को अपने ध्यान का केन्द्र बना लें जो उस दुर्गुण से पूर्णतया मुक्त है, जिस दुर्गुण को आप अपने-आपमें से निकालने का प्रयत्न कर रहे हैं। जिस सद्गुण को प्राप्त करने का आप प्रयास कर रहे हैं, उस सद्गुण को स्वयं में पूर्णरूपेण भरा हुआ अनुभव करें, स्वयं को उस सद्गुण की साकार प्रतिमा देखें। देखें कि वह सद्गुण आपमें है ही, और अपने ऐसे सकारात्मक रूप पर ध्यान करें। ये सारे अभ्यास आपके सारे आन्तरिक स्वभाव में परिवर्तन लाने के लिए अत्यन्त शक्तिशाली साधन हैं। इनके द्वारा आपमें से ही एक नया व्यक्तित्व प्रकट हो जायेगा। इन प्रक्रियाओं में निरन्तर लगे रहने से व्यक्ति अपने निम्न एवं स्थूल मन को एक उच्चतर सूक्ष्म मन में परिवर्तित कर लेता है।

योग, थोड़े समय में बाँधी गयी, विकास की एक प्रक्रिया है। योग की प्रणाली इस ढंग से सूत्रबद्ध की गयी है कि यह मानव की आध्यात्मिक चेतना के विकसित होने की गति को तीव्र कर देने में सक्षम है। विकास की यह प्रक्रिया इतनी तीव्र हो जाती है कि एक ही जीवन-काल मेंह्वह्वया एक ही जीवन-काल के भी कुछ ही वर्षों की अवधि मेंह्वह्वव्यक्ति अपने मन को पूर्णतया परिवर्तित कर लेता है, उसी आत्मा से उसका मानो उसका पुनर्जन्म हो जाता है और आध्यात्मिक जागरूकता से सम्पन्न एक व्यक्तित्व प्रकट हो जाता है।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

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***

स्वामी शिवानन्द एवं आध्यात्मिक पुनरुत्थान १

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

कथित समस्या

हमारा वास-स्थानह्वह्वयह संसार, स्थूल द्रव्यों का एक राशि-पुंज माना जाता है। रचनाकार के नियमों से अनुशासित हमारे शरीर भी भौतिक प्रकृति के अंग हैं और केवल यही सत्य प्रतीत होता है। विज्ञान-जगत् में विशेष रूप से यह तथ्य सर्वसाधारण सा हो गया है कि जीवन उस कारणस्वरूप निर्माता के नियम के अन्तर्गत कठोरतापूर्वक सुनिश्चित होता है जो संसार की सम्पूर्ण व्यवस्था का शासक है। हमें यह बताया गया है कि द्रव्य, जीवन और मन के मध्य सत्ता के सोपानों में जो भेद सम्भावित रूप से प्राप्य हैं, वे केवल बाह्य हैं, असूक्ष्म हैं और द्रव्य कणों की अभिव्यक्ति और विस्तार में सूक्ष्मता के स्तर पर उनकी समीक्षा होती है। आधुनिक विज्ञान के अनुसार मानव-शरीर की रचना भी जो कि सार्वभौमिक नियमों को चुनौती प्रदान करती अथवा ललकारती-सी प्रतीत होती है, उसे प्रकृति के स्थूल शक्ति के कार्यों के अनेक रूपों में से ही एक माना जाता है और वही स्थूल तत्त्व सब वस्तुओं का अन्तिम तत्त्व (stuff) है। ऐसे सिद्धान्त का स्वाभाविक परिणाम यह हुआ कि मानव-जीवन संसार की अन्य भौतिक वस्तुओं की भाँति पूर्ण रूप से अन्ध (blind) निमित्त कारणों से सुनिश्चित किया गया माना जाने लगा और यह धारणा बन गयी कि तथाकथित मनुष्य की स्वतन्त्र इच्छा उनके लिए यदि मनोरथ सृष्टि नहीं तो उपयोगी तो है। जब हम विरोध करते हैं कि मनुष्य केवल भौतिक वस्तु नहीं, मन भी है तो यह समझाया जाता है कि मन और कुछ नहीं, केवल भौतिक ऊर्जा का सूक्ष्म एवं आकाशीय स्पन्दन है। ब्रह्माण्ड की विशाल मशीनरी जो मनुष्य के शुभाशुभ के प्रति उदासीन (unconcerned) रह कर अपने नियमों के अनुसार कठोरतापूर्वक कार्य करती है, उसमें मनुष्य की एक निरर्थक कण तक अधोगति कर दी जाती है।

जीवन की पदार्थ विज्ञान सम्बन्धी व्याख्या जो आज के वैज्ञानिक और परमाणु युग में मनुष्य को तेजी से उच्छृंखल और अनियन्त्रित बना रही है, वस्तुतः सामान्य विश्वासशील मनुष्य के लिए तो दर्शन है, 'फ़िलॉसफ़ी' है, और तो और, बौद्धिक वर्ग भी, जिनके पास न तो धैर्य है, न समय है और न ही मानवीय मूल्यों की गहराई का निरूपण करने के लिए मेधा बुद्धि अथवा ग्रहण शक्ति रूपी साधन है, वह भी उसी श्रेणी में है। उस स्थूल भौतिकवाद के सिद्धान्त के साथ ही एक और उन्माद भी छाया हुआ है कि कम प्रयास से और हर प्रकार का भटकना कर के अधिकाधिक सुख-ऐश्वर्य प्राप्त हो सके और एक सहज भाव यह भी, कि भौतिक प्रगति में ऐश्वर्य की पराकाष्ठा जीवन का अन्तिम लक्ष्य हो। इस सिद्धान्त के औचित्य और प्रभाव से विवेकहीन विश्वास के कारण मनुष्य आज नैतिक मूल्यों के पतन को, चित्त-विभ्रम को, शिक्षण स्तर को और जीवन के इस प्रकार के दृष्टिकोण से आत्मा में उदित और समस्वरता को भौतिक संग्रह और समृद्धि के होते हुए भी विस्मृत कर रहा है।

भौतिकवादियों द्वारा किये गये असन्तोषजनक और अविवेकपूर्ण धर्म-प्रचार-प्रसार की प्रतिक्रिया का आभास बहुत लोगों को हुआ और इस तथ्य की पुष्टि हुई कि मनुष्य ब्रह्माण्ड की निश्चयात्मिका मशीन का केवल एक विनम्र भाग ही नहीं है, प्रत्युत् मनुष्य का सारतत्त्व आध्यात्मिक तत्त्व है जो वैश्विक आत्मा के समान विस्तृत और शाश्वत है। भौतिकवाद की पराकाष्ठा से सन्तुलन इस कारण से बिगड़ने लगा कि मनुष्य एक ओर तो भौतिक जगत् में विलीन हो गया और दूसरी ओर उसने आदर्शवाद की पराकाष्ठा को आत्मसात् कर लिया जिसने इस सिद्धान्त को प्रतिपादित किया कि ब्रह्माण्डीय आध्यात्मिक सत्य की शक्ति अथवा आकर्षण से बलात् मनुष्य आकृष्ट होता है। इन भौतिकवादी और

आदर्शवादी सिद्धान्तों के मध्य भेद अन्ततः ब्रह्माण्ड की रचना और अन्त्य तत्त्व (Ultimate Stuff) की विचारधारा में प्राप्त हुआ जिनमें से एक धारणा तो यह थी कि यह पदार्थ है, गति है और ऊर्जा है, और दूसरी धारणा थी कि यह विशुद्ध रूप से मन अथवा आत्मा है। पुनरपि दोनों यह स्वीकार करते हैं कि मनुष्य के पास कोई वास्तविक वरणीय अभीष्ट अथवा व्यक्तिगत स्वतन्त्रता नहीं है; क्योंकि वह जटिल रूप से ब्रह्माण्ड के अन्तिम सत्य में विलीन हो गया है, खो गया है, उसमें फँस गया है, फिर वह चाहे भौतिक हो, मानसिक हो अथवा आत्मिक।

भाग्यहीन मनुष्य ने जान लिया कि ऐसी परिस्थितियों में एक सामान्य जीवन यापन करना कठिन था जिसमें सौन्दर्य का आनन्द हो, धार्मिक और नैतिक मूल्यों का सुख हो और साथ ही धरती माँ पर उसका जीवन धरती की समृद्धि, वैभव, रहस्यों और विशिष्टता से भरपूर हो जो कुशलता से और विलक्षण रीति से उसका ध्यान आकृष्ट करती है और उसे संकेत करती है कि जीवन निरन्तर संघर्षपूर्ण, साहसिक कर्म और संकट भरा होते हुए भी यही वास्तविकता है, सौन्दर्य है, आनन्द है। पुनरपि, ऐसा जीवन ही सर्वस्व नहीं है; क्योंकि यह एक दुःखद एवं भयानक सत्य है जिसका संकेत सतत दुःख, कष्ट और मृत्यु से, संसार की व्याकुलता से, जीवन की कठिनाइयों से, मनुष्य की अनन्त इच्छाओं से और अन्तःकरण से उल्लसित होने वाली नैतिक आकांक्षाओं से मिलता है। सांसारिक मनुष्य को प्रेमपूर्ण, विवेकपूर्ण, सहानुभूतिपूर्ण एवं सन्तोषप्रद उपदेश की आवश्यकता थी जिससे वह एक ऐसे मनुष्य की भाँति रह सके जो जीवन में अपने कर्तव्यों का पालन करने के साथ-साथ उस अलौकिक भव्य परम तत्त्व की भी आकांक्षा करे जो सदा उसे प्रकृति के मायावी आवरणों के मध्य से पुकारता-सा आभासित होता है।

विचारशील, चतुर लॉर्ड मैकॉले की कुशल योजनाओं के अन्तर्गत शिक्षण ग्रहण करने वाले एवं विकसित होते भारतीय युवाओं के मन, जो धोखे में आ चुके थे, सहज ही भटकाये जा सकते थे; क्योंकि यह आशा करना स्वाभाविक ही था कि इन युवाओं के सनातन पूर्वजों की उदात्त विचारधारा और बुद्धिमत्ता उत्तर काल तक आते-आते धीरे-धीरे लुप्तप्राय-सी हो गयी थी और सामान्य लोगों की विचारधारा में तथाकथित आधुनिकता का रंग चढ़ गया था। तर्कपूर्ण चिन्तन और वैज्ञानिक दृष्टिकोण ही जीवन के बोधक बन गये थे। वैज्ञानिक विचारधारा का ही प्रचार-प्रसार होने लगा और उसे ही उत्कृष्ट माना जाने लगा। अधिकांश लोग तो आध्यात्मिक नियमों में संशय करने, परम सत्ता को नकारने और संस्कारहीनता की सभी सीमाएँ पार करके आत्मा और ईश्वर की भी निन्दा करने में सुख का अनुभव करने लगे। विदेशी शासकों द्वारा अपनायी गयी चकित कर देने वाली विधा ने अपना कार्य किया और आज के नवयुवक, निःशंक नेत्रों के समक्ष रखी गयी औद्योगिक आन्दोलन की उपयोगिता और व्यावहारिक विज्ञान (Applied Science) की चमक के वशीभूत हो गये। लोग धीरे-धीरे अपने पूर्वजों की आध्यात्मिक धरोहर को त्यागने लगे और ऐसी अदृश्य सभ्यता के नियन्त्रण में आ कर गर्व का अनुभव करने लगे जो उन्हें ही अपने आधीन कर रही थी। शाश्वत जीवन के गूढ़ रहस्यों की अपने भाई-बन्धुओं में चर्चा करने वाले आध्यात्मिक गुरु जनों और नितान्त धार्मिक पुरोहितों के ये सरल-स्वभाव पुत्र थे जो आज पराधीनता को गले लगा रहे थे।

साथ-ही-साथ संसार का दृष्टिकोण विशेष रूप से प्रथम विश्व युद्ध के दबाव के पश्चात् शंकालु हो गया और जीव विज्ञान तथा भौतिक विज्ञान के अन्वेषणों के पश्चात् तो प्रत्येक वस्तु में तर्क बढ़ने लगा। प्राचीनता के कारण पूजित मूल्यों के प्रति रूढ़िवादी प्रवृत्ति कुछ भी हो, संसार के लोगों ने संकेत दिया कि वे अच्छाई, विश्वास, नैतिकता, धर्म और आध्यात्मिकता पर उग्र प्रहार करेंगे। समस्त मूल्यों का पुनर्मूल्यांकन करने और मानव-निर्माण में दृढ़तर नींव प्रदान करने के लिए परिस्थिति ने आह्वान किया। सत्य, नियम और नैतिकता की आवश्यकताओं को स्पष्ट करने के लिए और सम्भ्रान्त मानसिकता को सन्मार्ग पर लाने के लिए आध्यात्मिकता, योग, धर्म, सामाजिक विज्ञान और राजनीति जैसे जीवन की क्रियाशीलता के महत्त्वपूर्ण क्षेत्रों में आन्तरिक

न्याय के अनेक शक्तिशाली और कल्पनातीत स्वरों का शीघ्र ही जागरूकता के साथ आविर्भाव हुआ। आधुनिक भारत में पूर्णरूपेण आभ्यन्तर परिवर्तन ला कर विशिष्ट आध्यात्मिक मूल्यों को स्थिर करने और उनकी उचित व्यवस्था करने के लिए अवतरित हुए महापुरुषों में स्वामी शिवानन्द का नाम विशेष रूप से उल्लेखनीय है।

दार्शनिक सन्त का उद्देश्य

स्वामी शिवानन्द के सूक्ष्म दृष्टिकोण ने इस महत्त्वपूर्ण अभाव, जीवन की सम्पूर्ण रचना की कमी और आकांक्षित आत्मा की भूल को ध्यान से देखा और संसार को एक बोधगम्य व्यापक दर्शन का सिद्धान्त देने का उद्देश्य अपने समक्ष रखा जो एक ओर तो दुःसाध्य एवं दुःचिकित्स्य माँगों और दूसरी ओरह्लह्लशाश्वत आत्मा एक है जो सत्य स्वरूप हैह्लह्लइस उच्च आदर्श के उपदेशों और नियमों के मध्य पुनः सन्तुलन लाने और पूर्णत्व प्राप्ति हेतु आभ्यन्तर और बाह्य अनुशासन के विशेष शृंखलाबद्ध उपायों को अभ्यास में लाने के ढंग का निर्देश करने का था।

केवल परमात्मा ही आत्यन्तिक सत्य है, इस अद्वैतवाद की आध्यात्मिक विद्या की नीतियों को स्वीकारने में प्रवृत्त होने पर तथा छिन्न-संशय होने पर एवं व्यक्तिगत रूप से इस अलौकिक सत्य को अनुभव कर लेने पर स्वामी शिवानन्द ने मानव-जीवन के प्रत्येक पक्ष को ध्यान में रखते हुए अज्ञानी मनुष्य के श्रद्धा-विश्वास को बिना चोट पहुँचाये और बिना प्रतिबन्ध लगाये बुद्धिमत्तापूर्वक उस परिस्थिति को सुधारने की आवश्यकता का अनुभव किया, जिसमें मानव-मन लगा हुआ था।

हम यह शिक्षा नहीं दे सकते कि इन्द्रिय-विषय ही जीवन का सर्वस्व हैं और भौतिक शरीर तथा बाह्य जगत् ही केवल सत्य हैं; क्योंकि चिन्तनशील प्रकृति एक उपयुक्त तथ्य का निरूपण करती है कि मन की तुलना भौतिक पदार्थों से नहीं की जा सकती, प्रेम और सुख 'इलैक्ट्रॉन' और 'प्रोटॉन' की गति की न्यूनता तक नहीं लाये जा सकते और कभी न समाप्त होने वाली रहस्यवादियों और धार्मिक मनुष्यों की अनन्त काल से आ रही पुकार को अनसुना नहीं कर सकते, जिन्होंने आध्यात्मिक मूल्यों के अनिरूपित अथवा न खोजे गये सत्य और अज्ञात विषय के अस्तित्व का ज्ञान होने और अमृतत्व जैसे सत्य की स्पष्ट सम्भावना को स्वीकार करने की घोषणा कीह्लह्लइन सबको विकृत आत्मा के मिथ्या स्वर मात्र मान कर, इनकी उपेक्षा तो नहीं की जा सकती।

किसी भी अज्ञानी, अहंकारी मनुष्य को संसार की अस्तित्वहीनता अथवा मिथ्यात्व की शिक्षा दे कर सन्तुष्ट नहीं किया जा सकता। वह जो भी सुख-दुःख का अनुभव प्राप्त करता है, वह माया है। जीवन चेतना की भ्रमित स्थिति है। उत्कृष्ट मूल्य, जो इतनी व्यग्रता और उत्सुकतापूर्वक सोत्साह संचित किये जाते हैं, वे जीवन रूपी रोग के दुःख में अनुरंजित (आसक्त) उस मन का एक दीर्घ स्वप्न है जो व्यस्त क्रियाओं में भ्रमित हो चुका है; क्योंकि बाह्य खोज में व्यस्त इन्द्रियाँ और बुद्धि, जो प्रचण्ड रूप से जिज्ञासा करती हैं, वे एक स्थूल राशिभूत पिण्ड और इतनी ही वास्तविक वस्तु के दर्शन करती हैं जितनी वास्तविक कोई वस्तु हो सकती है। इस शरीर के अपने ही सुख-दुःख हैं, कर्तव्य हैं, बोझ हैं, कष्ट हैं, आश्चर्य हैं, सुस्पष्ट अर्थ हैं जो किसी भी तर्क के प्रयास के आधार पर उपेक्षित नहींह्लहो सकते और अनुभव ही सत्य है, उसका खण्डन अथवा विलोप किसी भी कल्पना के आधार पर निरर्थक नहीं हो सकता। इसके अतिरिक्त दृग्गोचर विषय सत्य है और उसका मूल्य है; क्योंकि वह यथेष्ट रूप से प्रतिदिन के अनुभव से प्रमाणित हो चुका है। हम यह नहीं कह सकते कि ईश्वर ने सृष्टि को क्यों रचा; क्योंकि ईश्वर की कोई इच्छा नहीं है जो उसे सृष्टि की रचना के लिए प्रेरित करे। हम यह नहीं कह सकते कि संसार ईश्वर की क्रीड़ा है; क्योंकि एक सम्पूर्ण सत्ता को किसी क्रीड़ा की आवश्यकता नहीं है। हम यह भी नहीं कह सकते कि संसार का कोई आधार ही नहीं है; क्योंकि भौतिक जगत् की परिवर्तनशील प्रकृति और मनुष्य की अन्तरात्मा की नैतिक आकांक्षाएँ दृढ़तापूर्वक स्वीकार करती हैं कि ईश्वर होना चाहिए।

(हिन्दी रूपान्तरण : श्रीमती गुलशन सचदेव)

मानव से ईश-मानव :

मालाया में कुप्पुस्वामि का जीवन २

श्री एन. अनन्तनारायणन्

कुप्पुस्वामि अपने रसोइये के साथ मित्र के समान ही व्यवहार करते थे। उन्होंने अय्यर को आध्यात्मिक पुस्तकें पढ़ने को दीं तथा हठयोग के अभ्यास में भी निर्देशन दिये। जब वह शीर्षासन का अभ्यास करते समय डगमगाने लगता, तो कुप्पुस्वामि अपने हाथ से उसके पैरों को पकड़ कर सहायता देते थे। सायंकाल के समय वे प्रायः उसे घुमाने के लिए साथ ले जाया करते। जब वे एक-दूसरे का हाथ पकड़ कर टहल रहे होते, तो कोई भी उनके सही आपसी सम्बन्ध का अनुमान नहीं कर सकता था।

एक बार अय्यर बैठक की दीवार पर लगे डॉक्टर के चित्रों को ललचायी नजर से देख रहा था। कुप्पुस्वामि तुरन्त उसके मन में छुपी इच्छा को समझ गये, रसोइये को अपना कुर्ता पहनने को दे कर, वे उसे अपने साथ 'स्टुडियो' में ले गये और तीन अलग-अलग मुद्राओं में उसके चित्र खिंचवाये।

जो पुस्तकें वह रसोइये को पढ़ने के लिए देते थे, उनमें डॉक्टर के नाम की मोहर लगी हुई देख कर उसने भी अपने नाम की मोहर बनवाने की इच्छा प्रकट की। उसी समय डॉक्टर ने एक कागज पर अय्यर के हस्ताक्षर लिये और सिंगापुर भेज दिये। शीघ्र ही डाक द्वारा अय्यर के नाम की मोहर, स्याही का पैड और स्याही का पार्सल पहुँच गया। कहने को ये छोटी-छोटी बातें हैं; किन्तु ये कुप्पुस्वामि द्वारा जीवन में अपनाये गये आदर्शों को अभिव्यक्त करती हैं यथाह्नह्नदूसरों की प्रसन्नता में ही अपनी प्रसन्नता देखना।

एक बार कुप्पुस्वामि की हारमोनियम सीखने की इच्छा हुई, तो उन्होंने संगीत-शिक्षक से एक माह में ही हारमोनियम बजाना सीख लिया और जब पारिश्रमिक के तौर पर संगीत-शिक्षक को २०० डालर की प्रचुर धनराशि दी गयी, तो शिक्षक आश्चर्यचकित रह गया। उदारहृदयता कुप्पुस्वामि का स्वभाव बन चुकी थी। नौकरोंह्लको वेतन देते समय वह उनके परिश्रम और पारिश्रमिक का कोई हिसाब न रख कर प्रचलित वेतन से कहीं अधिक धन दे दिया करते थे।

घर में कुप्पुस्वामि के पास चार हारमोनियम, दो टाइप मशीनें और तीन ग्रामोफोन बाजे थे। वे समृद्धिशाली जीवन जीते थे और और अन्य सभी को अपनी सम्पन्नता का भागीदार मानते थे। वटवृक्ष के समान उन्होंने बहुतों को आश्रय दिया। लोगों को उन्होंने भोजन दिया, वस्त्र दिये और अतिथियों को बहुमूल्य उपहार दिये। समूचे मलाया से और सिंगापुर तक से लोग उनके स्वादिष्ट भोजन और मधुर संगीत का आनन्द लेने के लिए आते थे।

कुप्पुस्वामि जब भी घर से निकलते तो अपने साथ जेब में खुले पैसे रखते थे। रास्ते में मिलने वाले सभी निर्धन लोगों में वे उन्हें बाँट देते थे। इससे उन्हें शान्ति और प्रसन्नता मिलती। धन या भोजन पाये बिना कोई भी भिखारी उनके द्वार के आगे से नहीं जाता था और बहुत बार तो वे भिखारी को घर के भीतर बुला लेते, उसका अतिथि की तरह स्वागत करते, भरपेट भोजन कराते और जब तक वह भोजन करता, तब तक प्रेमपूर्वक उसके पास खड़े रहते। भोजन समाप्त कर चुकने पर हाथ धुलाने के लिए स्वयं पानी डालते। यदि कभी भोजन अभी तैयार न हुआ होता तो वे भूखे व्यक्ति को इतना धन दे देते जो उसे तीन-चार बार खा सकने के लिए पर्याप्त हो।

और यदि कभी कोई द्वार पर आया भूखा व्यक्ति साधू होताह्नह्नया कोई साधू अचानक द्वार के आगे से निकल ही रहा होताह्नह्नतो डॉक्टर उसे प्रणाम करने को उसके पीछे भागते। उसके सम्बन्ध में कुछ भी पूछे बिना, बदले में उससे कुछ भी

चाहे बिना वह उसे प्रेमपूर्वक भोजन कराते, वस्त्र भेंट करते और जहाँ भी उसने जाना होता, वहाँ तक का प्रथम श्रेणी का टिकट ले कर देते और उसे शाही विदाई देते। यह सब-कुछ वे अत्यन्त भाव सहित, अपार श्रद्धा और प्रेमपूर्वक करते थे।

कुप्पुस्वामि के पास से कोई खाली हाथ नहीं जाता था। किसी भी कारण के लिए वे तत्परता से दान देते थे। गायक हों, अपरिचित हों अथवा विदेशी हों, सभी उनके पास सहायता के लिए आया करते थे। ऐसा नहीं था कि डॉक्टर बहुत ही उच्च पद पर थे; किन्तु उनका प्रभाव बहुत अधिक था। उनसे बहुत अधिक धनवान् व्यक्ति बहुत से थे। किन्तु मलाया में मुसीबत में फँसे हुए किसी भी भारतीय व्यक्ति को प्रायः लोग 'डॉक्टर कुप्पुस्वामि जोहोरबाहरु' के पास ही भेज देते थे।

एक बार सीताराम अय्यर नाम का कोई व्यक्ति नौकरी की खोज में जोहोरबाहरु गया और कुछ दिन कुप्पुस्वामि के पास रहा। दुर्भाग्यवश उस समय कोई नौकरी उसे न मिल सकी। वह व्यक्ति निराश हो कर अपना कोई भी पता छोड़े बिना ही वहाँ से चला गया।

एक या दो मास बाद एक स्थान रिक्त हुआ और कुप्पुस्वामि को तुरन्त सीताराम अय्यर का ध्यान आया; किन्तु उससे सम्पर्क कैसे किया जाये? कुछ देर सोचने के बाद उन्होंने तीन, चार ऐसे स्थानों पर तार भेजे जहाँ उसके होने की सम्भावना थी। एक तार द्वारा उसे समाचार मिल गया। कुप्पुस्वामि ने न केवल उसे नौकरी ही दिलायी, बल्कि अपने ही घर में उसे अपने भाई की तरह रखा।

सन् १९२१ की बात है, जब कुप्पुस्वामि जोहोरबाहरु में थे, उनके एक मित्र की पत्नी प्रसव-काल में अचेत हो गयी। डॉक्टर ने उसका अत्यन्त भली-भाँति उपचार करके घर भेज दिया; किन्तु नवजात बालिका इतनी दुर्बल थी कि उसे अस्पताल में ही रखना पड़ा। कई सप्ताहों तक डॉक्टर स्वयं उस बच्ची की मालिश करते रहे, उसे तरह-तरह की शक्तिवर्धक दवाईयाँ देते रहे और उसके स्वास्थ्य के लिए प्रार्थना करते रहे। इस सबके परिणाम-स्वरूप शीघ्र ही बालिका एक सामान्य स्वस्थ बच्ची हो गयी और उसके प्रथम जन्म-दिवस पर कुप्पुस्वामि ने अत्यधिक प्रसन्नता अनुभव की। उन्होंने इस घटना को समाचार-पत्र में भी छपवा दिया, जिससे उसके माता-पिता को अत्यन्त सुखद आश्चर्य हुआ।

डॉक्टर सदा ही पूरी तरह से सहायता करते थे जिससे कि सहायता पाने वाला व्यक्ति प्रशंसा किये बिना रह नहीं सकता था। एक दिन सायंकाल के समय सुब्रमनियन नाम का एक चौबीस वर्षीय युवक डॉक्टर के घर पहुँचा। कुप्पुस्वामि घर पर नहीं थे, अतः वह वहीं रुका रहा। रात होने पर डॉक्टर घर लौटे तो अपने आँगन में अपरिचित को देख, उसके निकट पहुँचे और पूछा कि वह उसकी क्या सहायता कर सकते हैं। आगन्तुक ने अपने आने का कारण बताया तो तत्काल ही डॉक्टर ने उत्तर दिया, ''मैं अवश्य ही तुम्हें नौकरी दिलवाऊँगा। अभी तो इसे अपना घर समझो और यहीं मेरे पास रहो। आओ, चलो भोजन करें।'' सुब्रमनियन वहीं रुक गया। उन कुछ ही सप्ताहों में डॉक्टर ने अपने मित्रों से बात की, कइयों को टेलीफोन किये, किन्हीं को पत्र लिखे और इस प्रकार उसे रेल विभाग में ५५ डालर मासिक की नौकरी पर लगवा दिया। अपना प्रथम वेतन मिलने पर उस युवक ने अपने पैरों पर खड़ा होने की इच्छा व्यक्त की। कुप्पुस्वामि ने सहमति जतलायी और उसके लिए उचित किराये पर फ्लैट ढूँढ़ लिया। फिर उसे घर बदलने में सहायता की, रसोइये से कह कर आवश्यक बर्तन और एक महीने का राशन भी दिला दिया तथा दुकानदार से भी आवश्यकता पड़ने पर उसे उधार सामान देने को कहला दिया। इतना ही नहीं, सुब्रमनियन से भी कहा कि कभी भी आवश्यकता पड़ने पर वह निःसंकोच उनके पास आ सकता है। जब भी डॉक्टर किसी की सहायता करते तो बाद में स्वयं से पूछा करते, ''क्या मैं जितनी कर सकता था, उतनी सहायता कर दी है?'' यह प्रश्न तो वह आजीवन स्वयं से करते ही रहे?

इस तरह अपनी विनम्र सेवा और अथाह करुणा के द्वारा कुप्पुस्वामि ने लोगों के हृदय जीत लिये। शीघ्र ही सेरमबन और जोहोरबाहरु के लोगों के होठों पर उनके नाम ने

आसन जमा लिया। इस भले डॉक्टर के लिए कुछ भी करने को लोग तत्पर रहते थे। आवश्यकता पड़ती तो उनकी प्रतीक्षा में स्टेशन मास्टर रेलगाड़ी को रोक लेते। डाकिये उनकी डाक पहुँच जाने तक डाक के थैले खुले रखते थे, स्टीमर तट छोड़ जाने के बाद भी उन्हें लेने के लिए वापस लौट आते थे। बैंक मैनेजर किसी भी समय, यहाँ तक कि छुट्टी के दिनों में भी उनके चैकों का भुगतान कर देते थे। किन्तु डॉक्टर ने इन प्राप्त सुविधाओं का कभी भी अनुचित लाभ नहीं उठाया।

दो-तीन वर्षों में एक बार कुप्पुस्वामि भारत अपने घर जाते थे। उनकी माता जी तिरुनलवेली जिले के कोडगनलूर में बस गयी थीं। डॉक्टर जब भी अपने गाँव पहुँचते तो घर में उत्सव छा जाता और बड़ी संख्या में मित्र एवं सम्बन्धी इकट्ठे हो जाते।

ऐसे ही एक अवसर पर, ताम्रपर्णी नदी में बाढ़ आयी हुई थी। कुप्पुस्वामि को किसी कार्यवश नदी के दूसरे पार जाना पड़ा और वे नौका में सवार हो गये। नदी पार होने से थोड़ा ही पहले नाविक नियन्त्रण खो बैठा और नाव, जिसमें लगभग १५ लोग बैठे हुए थे, तीव्र लहरों के साथ बहने लगी। नौका में कोहराम मच गया, लोग सहायता के लिए चीख-पुकार मचाने लगे। उसी समय एक चमत्कार हुआ। रंगास्वामि नाम का एक सुनार नौका से कूद गया, सभी आश्चर्यचकित रह गये, उसे एक बहुत बड़ी चट्टान मिल गयी थी। उस चट्टान पर पहुँच कर उसने नौका से अपनी ओर फेंकी गयी रस्सी को खींचना शुरू कर दिया। सभी की प्राण-रक्षा हुई। भगवान् ने सभी को बचा लिया।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

ज्ञान के प्रकार

जिस ज्ञान के कारण हम किसी एक ससीम वस्तु को प्रेम का एकमात्र विषय मान कर केवल उसके ही प्रति आसक्त हो जाते हैं, वह निम्नतम कोटि का ज्ञान है। यह ज्ञान हमें वस्तुओं का न्यूनतम बोध प्रदान करता है। एक उच्चतर कोटि का ज्ञान भी है जो हमें वस्तुओं के अन्य वस्तुओं के साथ आंगिक सम्बन्धों का बोध कराता है। तब केवल मेरे बच्चे की ही बीमारी मुझे चिन्तित नहीं करती, पड़ोसी के बच्चे की बीमारी भी मेरी चिन्ता का कारण बन जाती है। तब मैं किसी को भी दुःखी नहीं देखना चाहता। इतना ही नहीं कि मेरे सम्बन्धी ही दुःखी न हों, वरन् कोई भी दुःखी न हो; क्योंकि सभी समान रूप से मनुष्य हैंह्वह्वऐसा मेरा बोध हो जाता है। सभी वस्तुएँ किसी शृंखला की कड़ियाँ हैं। मनुष्यता एक अखण्ड पिण्ड है। हम केवल अपने परिवार, अपने प्रान्त अथवा अपने देश तक सीमित नहीं हैं। समस्त मनुष्य-जाति एक परिवार है। हम इस परिवारह्वह्वसंसार-परिवारह्वह्वके सदस्य हैं। इसका कारण यह है कि जिस प्रकार शरीर का प्रत्येक अंग अन्य प्रत्येक अंग से जुड़ा हुआ होता है, उसी प्रकार ईश्वर की सृजनात्मक प्रक्रिया में प्रत्येक वस्तु प्रत्येक अन्य वस्तु से जुड़ी होती है।

जो ज्ञान हमें समस्त वस्तुओं के अन्तःसम्बन्धों का बोध कराता है, वह उच्चतर ज्ञान है; परन्तु उच्चतम ज्ञान इस ज्ञान से भिन्न है। उच्चतम ज्ञान केवल परम सत्ता के अस्तित्व को स्वीकार करता है। उस सत्ता से हम स्वयं को पृथक् नहीं कर सकते। हम सब उसी सत्ता में तल्लीन हैं। समस्त सरिताएँ अन्ततः सागर में ही लीन हो जाती हैं। सागर में उनका पृथक् अस्तित्व नहीं रह जाता।

स्वामी कृष्णानन्द

बाल-स्तम्भ :

'मदर्स डे' १

स्वामी रामराज्यम्

गत वर्षों की भाँति इस वर्ष भी 'मदर्स डे' भारत में मई माह के दूसरे रविवार को मनाया जायेगा। 'मदर्स डे' माताओं और उनकी प्यारी-दुलारी सन्तानों का त्योहार है। यह त्योहार सन्तानों को इस बात की याद दिलाता है कि उनकी माँ उनके जीवन में कितनी मूल्यवान् रही है। कितने त्याग किये हैं उसने उनके लिए। उन्हें दुःखों और कष्टों से बचाने के लिए भगवान् के आगे अपना आँचल फैला कर कितनी आकुलता-व्याकुलता से उसने उनकी कुशलता की याचना की है। कितनी अच्छी-अच्छी बातें उसने प्यार की थपकियाँ देते हुए उन्हें सिखायी हैं।

यह त्योहार मात्र माँ को फूल भेंट करने या 'आई लव यू, मॉम' का सन्देश भेजने के लिए ही नहीं मनाया जाता। यह त्योहार इसलिए भी मनाया जाता है कि हम सोचें कि कैसे हम माँ की शिक्षाओं को अपने जीवन में उतारें, कैसे हम उसके सपनों को पूरा करें और कैसे हम उसे सदा-सर्वदा मान-सम्मान देते रहें।

बच्चो, इस धारावाहिक कहानी में प्रस्तुत किसलय और उसकी अम्मा की डायरी के पृष्ठों को पढ़ कर तुम्हें अपनी माताओं के प्रति अपने कर्तव्यों की याद आ जायेगी; माताएँ, जो धरती पर चलती-फिरती भगवती देवी ही हैं उनके श्रीचरणों में झुक जाने का मन करेगा।

डायरी के इन पृष्ठों को बार-बार पढ़ना और सोचना कि इस कहानी के किसलय और अन्य बालपात्रों की तुलना में तुम उनसे कितना आगे या पीछे हो। पूरे जीवन-भर तुम्हें उनसे आगे ही रहना है।

११ मई १९८६ अम्मा की डायरी

आज मैं समुद्र के किनारे टहल रही थी। तभी मेरा सेवक दौड़ा-दौड़ा आया और एक टेलिग्राम दे कर चला गया। उसमें लिखा था कि मेरी इकलौती बेटी चल बसी। वह मुझसे ५०० किलोमीटर दूर अपने पति के पास थी। मेरे मुँह से निकलाह्वह्व'बड़ों के सामने छोटे क्यों चले जाते हैं? भगवान्, यह अन्याय है।' उस समय मुझे कुछ नहीं सूझ रहा था। आँसुओं से भरी मेरी आँखों के सामने समुद्र था और मन की आँखों के सामने बेटी का चेहरा। मैंने निर्णय ले लियाह्वह्वमैं समुद्र में कूद कर प्राण दे दूँगी। मैं तेजी से समुद्र की ओर बढ़ी। तभी किसी ने पीछे से मेरी साड़ी का पल्ला पकड़ लिया। मैंने पीछे मुड़ कर देखाह्वह्वकिसी अनाथ बालक की तरह दिखलायी पड़ने वाला सात-आठ साल का एक लड़का मुझे घूर रहा था। वह बोलाह्वह्व''माँ जी, तुम समुद्र में कूदोगी?''

न जाने उसकी दृष्टि में क्या था? समुद्र की ओर बढ़ने की मेरी तत्परता क्षीण होने लगी। मैंने पूछाह्वह्व''तू कौन है?''

''मेरा कोई नहीं है, माँ जी। मुझे अपने घर ले चलो न?''

मैं वहीं समुद्र-तट की बालू पर बैठ गयी। उस लड़के के सुन्दर चेहरे का भोलापन बहुत असाधारण था मेरे लिए। मैं उसके चेहरे को देखे जा रही थी और इसके साथ ही समुद्र में कूद कर प्राण दे देने के मेरे निर्णय की दृढ़ता विलीन भी होती जा रही थी।

मेरे मन में एक विचार उठाह्वह्वबेटी के जाने का दुःख भूल जाने के लिए भगवान् ने इस लड़के के रूप में सुन्दर उपहार भेजा है मेरे लिए। भगवान् ने मेरे साथ अन्याय नहीं किया, मेरे ऊपर कृपा की है।

मैं उठ कर खड़ी हो गयी। उस लड़के से कुछ नहीं बोली। उसका हाथ पकड़ा और घर की ओर चल पड़ी। घर पहुँच कर सबसे पहले मैंने उसके गन्दे-बदबूदार कपड़े उतारे और नहाने के लिए भेज दिया। बेटी के बच्चों के कुछ कपड़े घर में पड़े थे, उन्हें उसे पहना दिया। फिर मैंने पूछाह्वह्व''तेरा नाम क्या है?''

''किसलूह्वह्व'' उसने उत्तर दिया।

''ये किसलू क्या होता है?''

''पता नहीं।''

''मैं तेरा नाम रखती हूँ। आज से तेरा नाम होगा किसलय।''

''मैं तुम्हें क्या कहा करूँ?

''मुझे 'अम्मा' कहा करो।''

फिर किसलय को मैंने भोजन परोसा। भोजन के बाद मैंने उससे सोने के लिए कह दिया।

आज 'मदर्स डे' है। यह कैसा संयोग है! इधर एक माँ को अपनी इकलौती बेटी का वियोग हुआ, उधर उसे एक दूसरी सन्तान मिल गयी। भगवान्! तुम्हें धन्यवाद, बहुत-बहुत धन्यवाद।

३ अगस्त १९८७ अम्मा की डायरी

आज मैंने किसलय से कहाह्वह्व''जिस प्रकार अपने स्कूल में तू तरह-तरह के विषय सीखता है, उसी प्रकार इस घर के स्कूल में भी मैं तुझे तरह-तरह की बातें सिखाऊँगीह्वह्वजैसे, माँ का बेटा कैसे बना जाता है, माँ...।''

मेरी बात काट कर किसलय बोलाह्वह्व''माँ का बेटा बनने के लिए भी कुछ करना पड़ता है?''

''हाँ रे''ह्वह्वमैंने कहाह्वह्व''माँ के सपने पूरे करने पड़ते हैं; माँ की खातिर कष्ट झेलने पड़ते हैं; माँ की सेवा-पूजा करनी पड़ती है।''

पता नहीं, मेरी बात किसलय समझा कि नहीं। बस, मुझे देखता रहा। थोड़ी देर बाद बोलाह्वह्व''अच्छा अम्मा, कोई कहानी सुनाओ।''

मैंने उसके गाल थपथपाये और उसे कहानी सुनाने लगी :

''सौ-डेढ़ सौ साल पहले की बात है। ओडिशा प्रान्त में भयंकर अकाल पड़ा। एक गाँव में एक बहुत गरीब परिवार रहता था। उस परिवार में एक माँ थी और उसके दो बेटे थे। माँ को भीख माँग-माँग कर बेटों का पेट भरना पड़ता था। बेटों को खिलाने के बाद अगर कुछ बच जाता, तो खा लेती थी; नहीं तो भूखी रह जाती थी। धीरे-धीरे ऐसा खराब समय भी आ गया कि उसके लिए बेटों का भी पेट भरना मुश्किल हो गया। एक दिन छोटा बेटा भूख से बेहोश हो कर मर गया।''

'हाय रे'ह्वह्वकिसलय के मुँह से निकला। उसकी आँखें डबडबा आयीं। मैंने उसके आँसू पोंछे और फिर कहानी कहने लगी।

''थोड़े दिनों बाद माँ बीमार पड़ गयी और चारपाई से लग गयी। अब बड़ा बेटा भीख माँगने के लिए घर-घर घूमने लगा। एक बार लगातार दो दिनों तक भीख में कुछ नहीं मिला। भूख के मारे चलने की ताकत तो उसमें नहीं थी, लेकिन किसी प्रकार वह एक घर के दरवाजे के सामने पहुँचा और हाथ जोड़ कर रोते हुए बोलाह्वह्व'कुछ दे दो।' घर के मालिक ने कहाह्वह्व'मेरे पास थोड़ा-सा भात है। अगर तुम यहीं बैठ कर खा लोगे, तो मैं दे दूँगा।' बेटे ने कहाह्वह्व'मेरी माँ बीमार है। उसे दो दिनों से कुछ भी खाने को नहीं मिला है। जब वह अच्छी थी, तब मुझे खिलाये बिना कुछ भी नहीं खाती थी, अब मैं उसे खिलाये बिना कैसे खा सकता हूँ?' 'मैं तुम्हें घर ले जाने के लिए कुछ भी नहीं दूँगाह्वह्व' मालिक ने कहा। बेटे ने फिर विनती कीह्वह्व'मेरी माँ भूखी और बीमार है। उसके लिए कुछ तो...।' बेटे की बात पूरी होने से पहले ही दरवाजा बन्द हो गया। बेटे ने दरवाजा खटखटाया, लेकिन वह नहीं खुला। बेटा चल दिया, लेकिन कमजोरी से लड़खड़ा कर वहीं गिर पड़ा। न वह स्वयं उठ पाया, न किसी ने उसे उठाया।

शाम हो गयी। फिर रात होने लगी। उसकी बीमार माँ तक यह बात पहुँची कि उसका बेटा गिरा पड़ा है। गिरती-पड़ती वह वहाँ पहुँची, जहाँ बेटा पड़ा हुआ था। उसका रोना-बिलखना सुन कर पाँच-छः लोग वहाँ इकट्ठे हो गये। उन्होंने लड़के को पकड़ कर उठाया। लोगों की आवाजें सुन कर मकान-मालिक ने दरवाजा खोला। फिर वह हाथ में भात का कटोरा लिये हुए बाहर निकला और बेटे के आगे रख दिया। लेकिन तब तक माँ के प्राण-पखेरू उड़ चुके थे। बेटा थोड़ी देर तक फटी-फटी आँखों से कटोरे की ओर देखता रहा, फिर बोलाह्वह्व'मुझे तुम्हारा भात नहीं, मेरी माँ चाहिए।' ''

किसलय मेरी गोद में मुँह छिपा कर रोने लगा।

मैंने उसे चुप कराया और पूछाह्वह्व''कैसी लगी यह कहानी?''

वह बोलाह्वह्व''हाँ अम्मा, अच्छी लगी। कितना अच्छा बेटा था वो! तुम मुझे ऐसा ही बेटा बनाना।''

१० अक्तूबर १९८७ अम्मा की डायरी

आज कहीं दूर से ढोलक बजने की आवाज आ रही थी। किसलय ने कहाह्वह्व''अम्मा, मुझे एक ढोलक मँगा दो। मैं भी बजाया करूँगा।''

मैंने हँस कर जवाब दियाह्वह्व''तेरी ढोलक अभी बन रही है। थोड़े दिन इन्तजार कर। जब तेरी ढोलक बजेगी, तब मैं ही नहीं, सारी माताएँ तेरी प्रशंसा करेंगी।''

वह मेरी बात का अर्थ नहीं समझा; बस, मेरी तरफ देखता रहा।

किसलय की ढोलक, उसके जीवन की ढोलक बनाने की जिम्मेदारी मेरी है। उसमें मनुष्यता केह्वह्वभगवत्प्रेम, सेवा, सहानुभूति और करुणा के संस्कार डालूँगी, तभी बन पायेगी उसकी ढोलक।

(क्रमशः)

इच्छाओं से निपटने का उपाय

इच्छाओं से निपटने के प्रमुख दो उपाय हैंह्वह्वएक उपाय स्थूल है, दूसरा है सूक्ष्म। स्थूल उपाय यह है कि आप भौतिक रूप से प्रलोभक वस्तुओं से बहुत दूर हट जायें। जो वस्तु मन को विक्षुब्ध करे, उसकी ओर आप देखें ही क्यों? दूसरा उपाय मनोवैज्ञानिक है। इसमें प्रतिस्थापन की कला उपयोग में लायी जाती है। इस उपाय में मन को उसकी रुचि की वस्तु के स्थान पर कोई अन्य वस्तु दी जाती है; परन्तु वह अन्य वस्तु एक प्रकार से मनोवांछित वस्तु के तुल्य ही होती है। वह अन्य वस्तु क्या हो, इसका निर्णय प्रभावी परिस्थितियों को दृष्टि में रखते हुए व्यक्ति स्वयं लेता है।...जब किसी इच्छा के उत्पन्न होने पर उसके प्रबल प्रभाव के समक्ष घुटने टेक देने के लिए विवश हो कर आप अपने को निर्बल अनुभव करने लगें, तब आपको भीष्म की शक्ति, हनुमान् के सामर्थ्य, भगवान् श्री राम या श्री कृष्ण के प्रताप अथवा इसी प्रकार की उत्कृष्ट उदात्त भावनाओं का चिन्तन करना चाहिए। तब आप यह अनुभव करने लगेंगे कि आपमें शक्ति का संचार हो रहा है।

स्वामी कृष्णानन्द

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

'शिवानन्द होम' द्वारा सेवा

''शिवानन्द होम उन आवास-विहीन लोगों के लिए प्रेमपूर्ण सेवा का केन्द्र है जो सड़क के किनारे पड़े हुए पाये जाते हैं, जो रोग-ग्रस्त हैं; किन्तु उनकी देख-रेख करने वाला कोई नहीं है।'' (स्वामी चिदानन्द) स्वामी जी महाराज ने अपनी अद्वितीय, अविभाज्य एवं अप्रतिबन्ध सेवा के द्वारा स्वयं 'इस सेवा' का शुभारम्भ किया था।

'शिवानन्द होम' उन आवास-विहीन लोगों को आरम्भिक चिकित्सीय सहायता देता है, जो बीमार पड़ जाते हैं और जिन्हें भरती हो कर, चिकित्सा कराने की आवश्यकता होती है। 'रोटी, कपड़ा और मकान'ह्वसुनने में ये शब्द कितने साधारण लगते हैं! कितने स्वतःसिद्ध लगते हैं! कितनी सहजता से इन्हें अपना लिया जाता है! किन्तु इनमें से यदि एक भी न हो अथवा एक की भी कमी हो, तब व्यक्ति इनका मूल्य समझता है।

यह किशोर लड़का ऐसा ही था जिसे सड़क के किनारे से अकेले बैठे हुए को उठा कर लाया गया था। उसकी आयु १५ वर्ष के लगभग प्रतीत होती थी। जैसे ही उसे 'होम' में भरती किया गया, वह चीखते-चिल्लाते हुए इधर-उधर भागने और संकेत से खाने को माँगने लगा। लगता था कि वह बहुत दिनों से भूखा था। एक भय था उसकी चीखों में कि कहीं इतने लोगों में उसे भुला न दिया जाये, या फिर आँतों में कीड़ों के कारण बहुत अधिक भूख की व्याकुलता, बहुत अधिक खाने की इच्छा होगी; अथवा अत्यधिक अकेलापन, या अपनी ओर ध्यान खींचने के लिए या सुरक्षा प्राप्ति के लिए चीख-चिल्ला रहा होगा।

एक शब्द भी वह बोल नहीं सकता, यह देख कर अकल्पनीय लगता है कि इतनी देर से वह अकेला सड़कों पर कैसे रह रहा होगा! लगता था जैसे उसने बोलना सीखा ही न हो! दिमागी तौर पर भी यह लड़का मन्द बुद्धि है, यद्यपि समझता सब-कुछ है। कुछ दिनों के बाद उसने अपने-आप को सबके अनुकूल ढाल लिया। और जब दैनिक कामों के सम्बन्ध में उसे सिखाना शुरू किया गया, उसका एक नाम रख दिया गया, तब वह धीरे-धीरे दूसरे अन्तेवासियों के साथ हिल-मिल गया, सन्ध्याकालीन सत्संग में भाग लेने लगा, कमरे के काम-काज में हाथ बँटाने लगा और कुत्ते और बिल्लियों के साथ हँसने-खेलने लग गया। 'शिवानन्द होम' में दो अन्य युवाओंह्वएक लड़का और लड़कीह्वने आश्रय लिया है। ये भी पूरी तरह से बोल सकने में या किसी भी आवाज को सुन कर दोहरा सकने में असमर्थ हैं। यद्यपि इनकी सुनने की शक्ति पूर्णतया ठीक है। सम्भवतया जन्म से ही इनकी मस्तिष्क की शक्ति अत्यन्त क्षीण है। कई बार जब बात समझाने का कोई अन्य ढंग निकालना आवश्यक हो जाता है तो व्यक्ति को कोई भी समान साधन न होने के अभाव का पता चलता है। तब अचानक संकेत से, आँखों में आँखें डाल कर देखने से, हाथ पकड़ने से या बाँह पर साधारण से स्पर्श से एक नया जगत् खुल कर सामने आ जाता हैह्वएक ऐसा जगत्, जहाँ बिना शब्दों की भाषा है, जहाँ मुस्काना ही अप्रतिबन्धित प्रसन्नता है और जहाँ उत्साहहीनता अथवा चिन्ता का कोई अस्तित्व ही नहीं है! परमात्मा के हर एक बच्चे के द्वारा क्या-क्या शिक्षाएँ सीखने को दी जाती हैं? क्या-क्या पाठ ये छोटे-छोटे नटखटों से हमें मिलते हैं, जो हर क्षण हमें बताते हैं कि जीवन इतना छोटा है कि इसमें अपने-आप को हीन समझने, निष्कासित या निराश मानने का समय कहाँ है? बस केवल एकमात्र 'यहीं' और 'अभी' यह एक वर्तमान क्षण मिल रहा है इसेह्वइसी पल को उत्साह से जीना है। यह क्षण जो उज्ज्वलता से 'उस महान्' के असीम प्रकाश को प्रतिबिम्बित करता हुआ चमक रहा है, इसे जीवन्त रूप से जीना है! ॐ श्री सूर्याय नमः!

''हे प्रभु, आपके प्रेम का प्रकाश चमक रहा है,
अँधेरे के मध्य चमक रहा है।
हमारे ऊपर चमक, हमारे द्वारा चमक
और सर्वत्र प्रकाश बिखेर दे।'' (अज्ञात)

''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**

मुख्यालय आश्रम में श्री महाशिवरात्रि महोत्सव

तेजोमयं सगुणनिर्गुणमद्वितीयमानन्दकन्दमपराजितमप्रमेयम्।
नादात्मकं सकलनिष्कलमात्मरूपं वाराणसीपुरपतिं
भजविश्वनाथम्।।

(उन वाराणसीपुरपति, विश्वनाथ भगवान् की उपासना करें, जो तेजोमय हैं, जिनका स्वरूप सगुण और निर्गुण दोनों ही है, जो अद्वितीय हैं, जो स्वयं साक्षात् आनन्द ही हैं, जो अजेय हैं, अप्रमेय हैं, नाद स्वरूप हैं, जो सकल एवं निष्कल दोनों ही हैं तथा जो आत्मस्वरूप हैं।)

मुख्यालय आश्रम में महाशिवरात्रि का पावन दिवस अत्यन्त श्रद्धा, भक्ति एवं उत्साहपूर्वक १० मार्च २०१३ को मनाया गया। इस महोत्सव में भाग लेने के लिए भारत तथा विदेशों से भारी संख्या में भक्त जन आये।

इस उत्सव के उपलक्ष्य में ६ से ९ मार्च तक प्रतिदिन दो घण्टे पंचाक्षरी मन्त्र 'ॐ नमः शिवाय' का संकीर्तन श्री विश्वनाथ मन्दिर में किया जाता रहा। महाशिवरात्रि के दिन कार्यक्रम का प्रारम्भ प्रातः ५ बजे प्रार्थना-ध्यान तथा उसके तुरन्त बाद प्रभातफेरी से किया गया। प्रातः ७ बजे से सन्ध्या ५ बजे तक श्री विश्वनाथ मन्दिर में 'ॐ नमः शिवाय' का अखण्ड संकीर्तन हुआ जिसमें आश्रम के संन्यासियों, ब्रह्मचारियों, साधकों एवं अतिथियों ने अत्यन्त उत्साहपूर्वक भाग लिया। मन्दिर-परिसर आत्मोत्थापक अखण्ड कीर्तन संगीत की मधुर ध्वनि से तरंगित हो उठा। यज्ञशाला में विश्व-शान्ति एवं मानव-कल्याण हेतु हवन भी किया गया।

भगवान् श्री विश्वनाथ के अत्यन्त सुन्दर एवं आलोकित मन्दिर में रात्रि ८ बजे से महाशिवरात्रि की पूजा प्रारम्भ हुई; नमकम् एवं चमकम् मन्त्रों सहित भगवान् का चार प्रहरों में चार बार महाभिषेक किया गया। प्रत्येक व्यक्ति को भगवान् का अभिषेक एवं अर्चना करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। भगवान् शिव के भक्तिभाव सहित सुमधुर भजन-कीर्तन एवं स्तुति-गान से सम्पूर्ण रात्रि समस्त मन्दिर एवं भक्तों के हृदय गुंजायमान रहे। सारा वातावरण शिवमय हो रहा था। प्रातः चार बजे मंगल आरती एवं अन्नपूर्णा भवन में पावन प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

भगवान् शिव तथा सद्गुरुदेव की कृपा-वृष्टि सब पर हो!

७३ वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन समारोह

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के ज्ञान–यज्ञ में ७३ वीं आहुति के रूप में बेसिक योग–वेदान्त कोर्स के ७३ वें द्विमासीय (मार्च–अप्रैल) कोर्स का उद्घाटन योग–वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी के वाचनालय में १ मार्च २०१३ को सम्पन्न हुआ। इसमें भारत के विभिन्न १३ प्रान्तों में से कुल ४० विद्यार्थियों को सम्मिलित होने का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

परम पावन श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने अपनी सम्मान्य उपस्थिति देते हुए उद्घाटन कार्यक्रम की शोभा बढ़ायी। कार्यक्रम का शुभारम्भ माँ दुर्गा तथा दत्तात्रेय भगवान् के पावन मन्दिरों में पूजन से किया गया। जयगणेश प्रार्थना तथा गुरुस्तोत्र पाठ के उपरान्त एकाडेमी के कुलसचिव श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने सभी उपस्थित श्रोताओं का हार्दिक स्वागत किया। फिर कोर्स के उद्घाटन के प्रतीक–स्वरूप दीप–प्रज्वलन परम पावन श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने किया। तत्पश्चात् श्री स्वामी अखिलानन्द जी महाराज ने उपस्थित श्रोताओं से विद्यार्थियों का परिचय करवाया।

परम पावन श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने अपने उद्घाटन–प्रवचन में विद्यार्थियों को सद्गुरुदेव के प्रेरणाप्रद जीवन से तथा उनके महिमाशाली मिशन से अवगत कराया। परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों को, अपने जीवन को उदात्त बनाने के लिए तथा एकाडेमी कोर्स से प्राप्त होने वाली ज्ञान–निधि को सबके साथ बाँटने के लिए भी प्रेरित किया। परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने अपने उद्बोधन में दिव्य जीवन पर प्रकाश डालते हुए विद्यार्थियों से कहा कि मानव के भीतर छिपे हुए पशुत्व को निकालना तथा मानवता से स्वयं को दिव्यता की ओर ले जाना ही दिव्य जीवन है। श्री स्वामी जी ने विद्यार्थियों को सद्गुरुदेव के इस पावन धाम में अपने इस आवास–काल से सर्वोत्तम लाभ प्राप्त करने की प्रेरणा दी। माँ सरस्वती की पूजा तथा पावन प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ।

परम पिता परमात्मा तथा सद्गुरुदेव की कृपा–वृष्टि सब पर हो!

शिवानन्द आश्रम में संन्यास दीक्षा

(दिव्य जीवन संघ मुख्यालय)

महाशिवरात्रि के पावन दिवस, १० मार्च २०१३, रविवार को दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पावन श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने परम आराधनीय सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम श्रद्धेय गुरुमहाराज श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की आध्यात्मिक सन्निधि में माँ भागीरथी के पावन तट पर स्थित 'गुरुदेव कुटीर' (शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर) में संन्यास दीक्षा दी।

आश्रम के निम्नांकित अन्तेवासी साधकों को दशनामी परम्परा में संन्यास दीक्षा दी गयी :

पूर्वाश्रम–नाम	संन्यास–नाम
१. श्री हरिहर सिंह	स्वामी हरिहरानन्द सरस्वती
२. ब्र. राघव चैतन्य	स्वामी राघवानन्द सरस्वती

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

महत्त्वपूर्ण सूचना

सदस्यता का शुल्क

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

अन्तर्देशीय शाखाएँ

अम्बाला (हरियाणा): जनवरी और फरवरी २०१३ की माहावधि में शाखा के दैनिक सत्संग और मासिक वीडियो-सत्संग एवं साप्ताहिक स्तोत्र-पाठ की गतिविधियाँ चलती रहीं। नूतन-वर्ष-दिन तथा परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि के विशेष सत्संग सम्पन्न हुए। होमियोपैथिक औषधालय की सेवाएँ सामाजिक सेवा के रूप में की गयीं।

आस्का (ओडिशा): शाखा के साप्ताहिक द्विवार सत्संगों के अतिरिक्त मासिक साधना-दिवस में दिनांक ६ जनवरी को, १५ कि.मी. की दूरी पर के एक ग्राम में ३५० भक्तों की प्रतिभागिता में अन्न-प्रसाद सहित 'श्री राम-चरित मानस' पर प्रवचन तथा वार्षिक उत्सव के विशेष कार्यक्रम में हमारे दो गुरुओं के नामों से सहस्रार्चना, ३०० भक्तों की उपस्थिति में सुचारु रूप से पूर्ण हुआ।

बंगलूरु (कर्नाटक): शाखा की नियमित गतिविधियाँह्नह्नप्रति गुरुवार पादुका पूजन के साथ सत्संग, प्रति शुक्रवार देवी और श्री विष्णु भगवान् के स्तोत्रपाठ; प्रति माह प्रथम, तृतीय और चतुर्थ रविवार को वैविध्यपूर्ण सत्संग, अखण्ड कीर्तन और मासिक सत्संग-क्रमशः। दैनिक प्रभातीय योगासन वर्ग के आधिक्य में, प. पू. श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज दिनांक २३ फरवरी को शाखा में गये और, ''दिव्य जीवन क्या है''ह्नह्नइस विषय पर प्रवचन दिया।

बरबिल् (ओडिशा): शाखा के आश्रम के साप्ताहिक सत्संग, साप्ताहिक गृह-सत्संग और बालविहार-वर्ग, आध्यात्मिक कार्यक्रमों के साथ 'साधना-दिवस'; गीता-पाठ, प्रसाद-सेवन और सान्ध्य-सत्संग के साथ 'चिदानन्द-दिवस' एवं जनवरी में होमियोपैथिक डिस्पेंसरी द्वारा ६०० मरीजों के उपचार आदि सुचारु रूप से सम्पन्न हुए।

बरगढ़ (ओडिशा): *दैनिक गतिविधियाँ*ह्नह्नदैनिक द्विवार-पूजा, आरती, स्वाध्याय और योगासन-वर्ग, *साप्ताहिक*ह्नह्न पादुका-पूजन, गीता-पाठ-चक्र। *विशेष गतिविधियाँ*ह्नह्नवसन्त-पंचमी को श्री सरस्वती देवी की पूजा और अन्य कार्यक्रमों के साथ शाखा के प्रतिष्ठा-दिन का महोत्सव तथा आदरणीय श्री स्वामी मोक्षप्रियानन्द जी के द्वारा उनके शाखा में निवास के दौरान 'गुरुदेव के उपदेश' पर दैनिक वर्ग।

बारिपदा (ओडिशा): दैनिक पादुका-पूजा, दिनांक २ जनवरी को वार्षिक दिन निमित्त विशेष पादुका-पूजा और सत्संग, एक गृह-सत्संग तथा मकर-संक्रान्ति को विशेष पादुका-पूजाह्नह्नआदि शाखा की गतिविधियाँ थी।

बल्लारि (कर्नाटक): दैनिक पाद-पूजा, साप्ताहिक पादुका-पूजा और सत्संग, प. पू. श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि को विशेष कार्यक्रमह्नह्नआदि शाखा ने सुचारु रूप से पूर्ण किये।

ब्रह्मपुर, महिला शाखा (ओडिशा): नूतन-वर्ष-दिवस को विशेष सत्संग, प्रति एकादशी को गीता-पाठ, मकर-संक्रान्ति को श्री हनुमान चालीसा के १०८ आवर्तन; आदरणीय श्री स्वामी श्रद्धानन्द जी और आदरणीय श्री कमलकुमारी पाणिग्रही के हस्तों से, तृतीय रविवार को १३० निराश्रितों को अन्न-प्रसाद और बर्तन का वितरण; प्रजासत्ताक-दिन को रक्तदान-कैम्प एवं वरिष्ठ नागरिकों का निःशुल्क परीक्षणह्नह्नआदि शाखा की गतिविधियाँ थी।

ब्रह्मपुर, लांजीपल्ली (ओडिशा): शाखा द्वारा फरवरी माह के दिनांक १७ से २५ पर्यन्त, नूतन-निर्मित आश्रम के परिसर में शाखा का २२ वाँ वार्षिक दिन, 'श्री राम-चरित-मानस' का नवाह्न-पारायण और कथा, दैनिक यज्ञ के साथ मनाया गया और पूर्णाहुति-दिन को निराश्रितों को अन्न तथा वस्त्र-दान किया गया।

भंजनगर (ओडिशा): नियमित गतिविधियों के साथ-साथ, शाखा ने, मकर-संक्रान्ति को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण, ६३ वें शाखा के वार्षिक-दिवस को, ९ दिवसीय श्री राम-चरित-मानस का पारायण और जनवरी २५ से फरवरी माह के दिनांक २ पर्यन्त आदरणीय श्रीमती कमलाकुमारी पाणिग्रही माता जी के प्रवचन भी शाखा ने सम्पन्न किये।

भिलाई, शान्तिपरा (छत्तीसगढ़): *विशेष गतिविधियाँ*ह्नह्न(१) दिनांक १९ दिसम्बर, २०१२ में सन्तों की शाखा को भेंट : आदरणीय श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी और अन्य स्वामी जी और राज्य के नेताओं का शाखा में आगमन हो कर ५ घण्टों के विशेष सत्संग में, उन्होंने भक्तों को आध्यात्मिक प्रवचन-मार्गदर्शन दिया; (२) गीता-जयन्ती; (३) दैनिक दो घण्टों का गीता-स्वाध्याय; (४) परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि का उत्सव।

भीष्मगिरि (ओडिशा): साप्ताहिक सत्संगों के अतिरिक्त शाखा ने दिनांक २७ जनवरी की पूर्णिमा को पुष्प-अभिषेक और पूजा के पश्चात् भजन-कीर्तन, नारायण-सेवा और प्रसाद-सेवन आदि सम्पन्न किये।

भुवनेश्वर (ओडिशा): साप्ताहिक सत्संग, गृह-सत्संग, मासिक साधना-दिवस को निर्धनों को अन्न-दान के साथ-साथ शाखा

ने शाखा की सुवर्ण-जयन्ती के सुअवसर पर ३५ वीं समस्त ओडिशा दिव्य जीवन संघ परिषद, दिनांक १७, १८, १९ जनवरी को आयोजित की जिसमें ५५ सन्तों, ५००० डेलिगेट और १०,००० भक्तों ने भाग लिया। (कृपया विशेष अहवाल व तस्वीरें, 'दिव्य जीवन', जनवरी २०१३ के मासिक अंक में देखिए।)

बीकानेर (राजस्थान): नियमित गतिविधियों के आधिक्य में, (१) मकर-संक्रान्ति : विशाल यज्ञ, मिठाई-वितरण; (२) विशेष यज्ञ : दिनांक २७ जनवरी को; (३) वसन्त-पंचमी उत्सव; (४) सूर्य-सप्तमी : पूजा और हवन; (५) आदरणीय स्वामी वन्दनानन्द जी की पुण्यतिथि को आध्यात्मिक कार्यक्रम; (६) एकादशी हवन, प्रार्थना; (७) समाज-सेवा : शिष्यवृत्ति का प्रदान, आध्यात्मिक पुस्तकालय और योगासन-वर्ग शाखा ने सम्पन्न किये।

चण्डीगढ़ : शाखा की नियमित गतिविधियाँह्वह्वसाप्ताहिक : गुरुवार के, रविवार के सत्संगों में आध्यात्मिक कार्यक्रम, चिकित्सीकीय परीक्षण, शिवानन्द-दिवस के अखण्ड कीर्तन के आधिक्य में, (१) नूतन-वर्ष-दिवस को विशेष सत्संग और परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज का विडियो-प्रवचन, (२) मकर-संक्रान्ति को दिव्य जीवन संघ की स्थापना के वार्षिक दिन को प्रसाद सहित आध्यात्मिक कार्यक्रम, (३) परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि के कार्यक्रम, (४) दिनांक ७ और ८ फरवरी को २४ घण्टों का महामन्त्र का जपह्वह्वआदि शाखा ने पूर्ण किये।

छत्रपुर (ओडिशा): नियमित गतिविधियों के साथ-साथ शाखा की विशेष गतिविधियों में (१) नूतन-वर्ष-दिवस के कार्यक्रम; (२) गृह-सत्संग : दो महिनों में ५ ; (३) ग्रामों में सत्संग : दिनांक २० जनवरी को आदरणीय श्री स्वामी रामकृपानन्द और आदरणीय श्री स्वामी गोविन्दानन्द जी के प्रवचन; (४) सत्संग-भवन में विशेष ५ सत्संग सम्पन्न हुए। दिनांक ३ फरवरी को ४ घण्टों के दीर्घ सत्संग में आदरणीय श्री स्वामी सदाशिवानन्द जी का प्रवचनह्वह्वइत्यादि सम्पन्न हुए।

चेन्नै, अन्नानगर (तमिलनाडु): *विशेष गतिविधियाँह्वह्व*(१) दिव्य परिषद, गान्धी जयन्ती को, १२ घण्टों पर्यन्त प्रभातीय प्रार्थना, महात्मा गान्धी और पूज्य गुरुदेव को श्रद्धांजलि, ३४ विजेताओं द्वारा मन्त्र-युक्त ६० योगासन-निदर्शन, गुरुदेव की खड़ी प्रतिमा को पुष्पहार-अर्पण करने हेतु, मद्रास यूनिवर्सिटी पर्यन्त शोभा-यात्रा, पादुका-पूजा, प्रवचन (१५ विद्वानों द्वारा), महाप्रसाद, भजनावली, ३४ विजेताओं को पारितोषिक और सन्मान-अर्पण, लघु-प्रसाद, दिव्य नृत्यह्वह्वआदि कार्यक्रम। (२) दिनांक २४ फरवरी को प्रार्थना, संकीर्तन और 'तत्त्वमसि' प्रवचन युक्त विशेष सत्संग।

धनंजयनगर (ओडिशा): शाखा के प्रति रविवार के भगवद्गीता के स्वाध्याय के साथ साप्ताहिक सत्संग चलते रहे।

दिगपहंडी (ओडिशा): नियमित गतिविधियों के अतिरिक्त शाखा की विशेष गतिविधियों में, (१) दिनांक २४ जनवरी को ५ घण्टों का हवन, साधना-शिविर और युवा-कैम्प जिसमें ५० युवानों की प्रतिभागिताह्वह्वआदरणीय श्री स्वामी रामकृपानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी गोविन्दानन्द जी, आदरणीय श्री प्रकाश रथ जी, आदरणीय श्री श्रीधरदास जी और अन्य विद्वानों के प्रवचन; (२) दिनांक २७ जनवरी को श्री हनुमान चालीसा के सामूहिक १०८ आवर्तनह्वह्वआदि समाविष्ट हैं।

एरिन, महिला शाखा (ओडिशा): शाखा के साप्ताहिक सत्संग, दो गृह-सत्संग, शिवानन्द-दिवस और चिदानन्द-दिवस के कार्यक्रमों के आधिक्य में, श्री वसन्त-पंचमी को विशेष कार्यक्रमों में ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-सत्र, श्री सरस्वती देवी की पूजा, पादुका-पूजा, श्रीमद् भागवतम् में से पाठ, प्रसाद-सेवन और सान्ध्य-सत्संग समाविष्ट थे।

फरीदपुर (उत्तर प्रदेश): दैनिक और साप्ताहिक सत्संगों के आधिक्य में, शाखा ने, (१) कम्बल, ऊनी कपड़े, और कोरे राशनह्वह्वआदि का वितरण किया। (२) सर्दी की ऋतु में शाखा के स्वयंसेवकों ने चारों और घूम कर, खुले आकाश तले सोये हुए निर्धनों को कम्बल ओढ़ाये। (३) नेत्र के कैंसर से पीड़ित एक निर्धन लड़के के सम्पूर्ण उपचार की व्यवस्था की। (४) परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि को विशेष कार्यक्रम पूर्ण किये।

घाटपदमुर, जगदालपुर (छत्तीसगढ़): *विशेष गतिविधियाँह्वह्व*दैनिक ब्राह्ममुहूर्तीय सभा से सन्ध्या पर्यन्त, साप्ताहिक पादुका-पूजा और स्तोत्रपाठ के अतिरिक्त शाखा ने (१) मकर-संक्रान्ति; (२) आदरणीय श्री स्वामी सदाप्रेमानन्द जी की पुण्यतिथि; (३) शिवानन्द विद्यालय में प्रजासत्ताक दिवस और (४) श्री वसन्त-पंचमी को विविध महत्त्वपूर्ण और उपयोगी आध्यात्मिक कार्यक्रम सम्पन्न किये।

जयपुर, मालवीयनगर (राजस्थान): *साप्ताहिक*ह्वह्वहवन और सत्संग, मातृ-सत्संग, निर्धनों को अन्न-वितरण तथा दै*निक*ह्वह्वमध्याह्न-ध्यान, अभ्यास-गोष्ठी में स्वाध्याय, प्रभातीय और सान्ध्य योगासन वर्ग और स्वामी शिवानन्द होमियोपैथिक औषधालयह्वह्वइत्यादि सुचारु रूप की गतिविधियों की पूर्णता के विशेष में, पौष माह के वद्य पक्ष के कार्यक्रम सम्पन्न हुए तथा आदरणीय श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी भी उनमें, प्रसाद-सेवन सहित संयुक्त हुए।

जयपुर, राजा पार्क (राजस्थान): शाखा की उदाहरणीय और सुव्यवस्थित, *नियमित : दैनिक* प्रभातीय और सान्ध्य एवं साप्ताहिक पूर्वाह्न, तथा साप्ताहिक मातृ-सत्संग, *मासिक* २७ निराधार विधवा महिलाओं को सहाय, ९० छात्रों को छात्रवृत्तियों के रूप में क्रमशः रु. ४०५० और रु. ७०५० का वितरण, कुष्ठरोगियों की एक निवासीय संस्था को ९० किलोग्राम अनाज और २० किलोग्राम अन्य खाद्य-सामग्री का वितरण एवं श्री स्वामी शिवानन्द पुस्तकालय और दो महीनों में, स्वामी शिवानन्द होमियोपैथिक औषधालय द्वारा ३११० मरीजों के उपचारह्नह्नआदि गतिविधियाँ हैं। *विशेष गतिविधियों में*, पौष माह के वद्य पक्ष के उत्सव में, आदरणीय श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी, स्थानिक एक एम. एल. ए., म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन के अध्यक्षश्री, आदरणीय श्री खेतान जी परिवार सहित और अन्य महानुभावों की उपस्थिति में विशेष पूजा, अभिषेक-जप-हवन आदि की सम्पन्नता हुई।

जयपुर (ओडिशा): दैनिक, द्विसाप्ताहिक, शिवानन्द-दिवस की और गृह-सत्संग की नियमित गतिविधियों के साथ-साथ, शाखा की विशेष गतिविधियों में नूतन-वर्ष-दिवस, मकर-संक्रान्ति पर्व के आध्यात्मिक कार्यक्रम एवं सामाजिक गतिविधियों में, दिनांक २८ जनवरी को पादुका पूजा के पश्चात् पूर्ण हुए निःशुल्क मेडिकल कैम्प में नौ विशेषज्ञों ने १००० मरीजों के परीक्षण और आवश्यक दवाइयों का प्रदान किया।

काकिनाडा, माधवपत्तनम् (आन्ध्र प्रदेश): शाखा के साप्ताहिक द्विवार सत्संग, पाक्षिक निःशुल्क मेडिकल कैम्प और साप्ताहिक नारायण-सेवा के अतिरिक्त, विशेष में, शाखा ने (१) शाखा के स्थापना-दिवस को ब्राह्ममुहूर्तीय, प्रभातीय विविध आध्यात्मिक कार्यक्रमों के आधिक्य में, सायंकाल में परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज का प्रवचन और प्रसाद-सेवन आदि २०० प्रतिभागियों सहित सम्पन्न किये; (२) जनवरी माह के दिनांक २१ से २६ को दैनिक भजन-कीर्तन हुए; (३) एक आदरणीय सन्तश्री द्वारा, ३०० भक्तों की उपस्थिति में 'भक्तियोग' पर प्रवचन और महाप्रसाद।

कंटाबाँझी (ओडिशा): शाखा के रविवारीय साप्ताहिक सत्संगों में श्रीमद् भगवद् गीता का स्वाध्याय समाविष्ट है।

खातिगुडा (ओडिशा): दैनिक द्विवार पूजा, साप्ताहिक सत्संग, पाक्षिक एकादशी के स्तोत्र-पाठ, मासिक साधना दिवस के आधिक्य में, शाखा ने दिनांक १६ और १७ फरवरी को अपने वार्षिक दिवस निमित्त पूर्वदिन भजन-सन्ध्या और वार्षिक दिवस को ब्राह्ममुहूर्त से ले कर रात्रि-सत्संग पर्यन्त प्रार्थना-ध्यान, आध्यात्मिक प्रतियोगिताओं के विजेता छात्रों को पारितोषिक वितरण, प्रभातफेरी, कीर्तन, पादुका-पूजा, नारायण-सेवा तथा विशेष भक्ति-संगीत एवं आदरणीय श्री स्वामी परमप्रियानन्द जी द्वारा प्रवचनह्नह्नआदि कार्यक्रम पूर्ण किये।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): नियमित गतिविधियाँ सुचारु रूप से पूर्ण कर, शाखा ने, विशेष में, परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि, 'स्वामी देवानन्द सत्संग भवन' में सम्पन्न की। होमियोपैथिक औषधालय की निःशुल्क सेवा प्रतिदिन चलती रही।

कोलकाता, कीड्डरपुर (पश्चिम बंगाल): शाखा के एक दिवसीय साधना-शिविर में पादुका-पूजा और विडियो-सत्संग समाविष्ट थे। दिनांक २४ फरवरी को झोपड़ियों में रहने वाले निर्धन १५२ बालकों को चिकित्सिकीय परीक्षण पश्चात् निःशुल्क दवाइयाँ दी गयीं।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): सुचारु रूप से नियमित गतिविधियाँ पूर्ण कर, शाखा ने विशेष में, (१) वक्तृत्व-स्पर्धाएँ : ४५ छात्रों की कक्षाओं के अनुसार चार श्रेणियों में, ''नैतिकता का महत्त्व'' विषयकह्नह्ननगर-पंचायत के प्रमुख के अध्यक्ष पद से पारितोषिक वितरण; (२) सन्तों का शाखा में आगमन : आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी का दिनांक ९ फरवरी को और आदरणीय ब्रह्मचारी श्री सत्यनारायण जी का २ फरवरी को प्रवचन। (३) दिनांक २३ फरवरी को शिव-अभिषेक।

निंगथाउकाँग (मणिपुर): नियमित गतिविधियों के साथ, विशेष में, आदरणीय श्री स्वामी पवित्रानन्द जी शाखा में आये। दिव्य जीवन संघ के स्थापना-दिवस को शाखा ने १२ शाखाओं की डिस्ट्रीक्ट स्तर पर, गतिविधियाँ प्रेरक और संयोजक करने एक सभा रखी।

राउरकेला, स्टील टाउनशिप (ओडिशा): विशेष गतिविधियाँह्नह्न(१) दिनांक १, २, ३ फरवरी को, आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी द्वारा निःशुल्क योग-कैम्प। (२) एक ग्राम में, ४ डाक्टरों के परीक्षण युक्त, २०० मरीजों को निःशुल्क दवाइयों के वितरणयुक्त निःशुल्क मेडिकल कैम्प।

साउथ बलण्डा (अडिशा): शाखा की दैनिक पूजा, साप्ताहिक सत्संग, शिवानन्द-दिवस और चिदानन्द-दिवस के कार्यक्रमों के आधिक्य में शाखा ने संक्रान्ति-दिवसों को तीन घण्टों पर्यन्त महामृत्युंजय मन्त्र और दिनांक ३ जनवरी को तीन घण्टों का अखण्ड महामन्त्र का एवं दिनांक २८ फरवरी को १२ घण्टों का महामन्त्र संकीर्तनह्नह्नआदि भी सम्पन्न किये।

सुनाबेडा (ओडिशा): शाखा के पाक्षिक सत्संग, दैनिक योगासन-वर्ग के अतिरिक्त दिनांक १ जनवरी और १८ जनवरी को भक्तों के मन्त्र-दीक्षा-दिन निमित्त तथा दिनांक ३ और २० जनवरी को विशेष पादुका-पूजा-हवन और सत्संग हुए।

सुनाबेडा, महिला शाखा (ओडिशा): *विशेष गतिविधियाँ*ह्लह्लनियमित गतिविधियों की सुचारु पूर्णता कर, शाखा ने, (१) नूतन-वर्ष-दिवस और श्री वसन्त-पंचमी को विशेष सत्संग और विशेष पूजा सम्पन्न किये।

सोरडा (ओडिशा): *विशेष गतिविधियाँ*ह्लह्ल(१) दिनांक ३० नवम्बर को सरकारी माध्यमिक कन्या-शाला में एक दिवसीय आध्यात्मिक और योगासन-वर्ग; (२) भगवान् के श्रीविग्रहों के प्रतिष्ठा-संवत्सरी के कार्यक्रम; (३) नूतन वर्ष-दिवस को पादुका-पूजा; (४) शाखा की स्थापना-दिवस की संवत्सरी के कार्यक्रमों में स्थानिक एक आदरणीय एम. एल. ए. श्री की प्रतिभागिता।

सुरेन्द्रनगर (गुजरात): दैनिक सत्संग पूर्व की इमारत के परिसर में तथा मातृ-सत्संग शिवानन्द आश्रम में, साप्ताहिक सुन्दरकाण्ड-पारायण और श्री रामायण विषयक प्रवचन, गौ माताओं को चारा, चींटियों को आटा तथा पक्षियों को अनाज द्वारा, जीव-सेवा के सातत्य के साथ-साथ, शाखा ने *विशेष गतिविधि में*, वर्ष २०१२, दिसम्बर माह के दिनांक ३१ से ले कर वर्ष २०१३ के जनवरी के दिनांक ५ पर्यन्त आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी के विविध कार्यक्रम आयोजित और पूर्ण किये।

विक्रमपुर (ओडिशा): शाखा ने नियमित गतिविधियाँ सुचारु रूप से सम्पन्न कर, विशेष गतिविधि में, श्री वसन्त-पंचमी को शाखा की स्थापना के वार्षिक दिवस को, ब्राह्ममुहूर्त से ले कर, प्रभातीय, पूर्वाह्न, मध्याह्न सत्रों में विविध आध्यात्मिक कार्यक्रम और रात्रि-सत्संगह्लह्लआदि पूर्ण किये।

विशाखपत्तनम् (आन्ध्र प्रदेश): नियमित गतिविधियों के साथ-साथ शाखा ने फरवरी माह के दिनांक ९, १०, ११ को योगासन-ध्यान और कीर्तन वर्ग; एवं श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र और श्री आदित्य हृदयम् स्तोत्र के शुद्ध उच्चारण के भी वर्ग परिचालित किये।

विदेशी शाखाएँ

केप टाउन, आनन्द कुटीर आश्रम (दक्षिण अफ्रीका): *नियमित गतिविधियाँ*ह्लह्लत्रिवार साप्ताहिक सत्संग, प्रभातीय और सान्ध्य हठयोग-वर्ग; साप्ताहिक राजयोग-वर्ग; साप्ताहिक मार्गदर्शित ध्यान-वर्ग; *साप्ताहिक* आदरणीय मदर योगेश्वरी जी द्वारा महर्षि पतंजलि के योग-सूत्र विषयक प्रवचन; छान्दोग्य उपनिषद् पर प्रवचन; आदरणीय श्री स्वामी पार्वतीनन्द जी द्वारा 'दैनिक जीवन में योग और वेदान्त' पर प्रवचन। भारतीय-ईसाई आध्यात्मिक मिलन; बालकों के लिए समन्वययोग और औषधालयों के लिए सैंडविच बनाना और उनका वितरण करना।

हाँगकाँग (चीन): शाखा ने परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज (उपाध्यक्ष, मुख्यालय) को माह नवम्बर में आमन्त्रित किये तथा विविध कार्यक्रम आयोजित किये। (कृपया 'दिव्य जीवन', जनवरी २०१३, पृष्ठ १९ पर विस्तृत अहवाल देखिए।)

आयोजित विविध कार्यक्रम निम्नानुसार थेह्लह्ल(१) वर्ष २०१२ के नवम्बर-दिसम्बर में ६८ प्रतिभागियों सहित प्रति शनिवार को १ घण्टे पर्यन्त महामन्त्र-संकीर्तन।

(२) ८४ भक्तों के साथ पूज्य श्री स्वामी जी महाराज की पवित्र उपस्थिति में 'ज्ञानयोग कैम्प' में प्रभातीय सत्संग।

(३) ३४ भक्तों के साथ, दिसम्बर के मासिक सत्संग में आदरणीय श्री हरि जी द्वारा प्रवचन।

(४) गत दो माहों में नियमित योगासन-वर्ग में ३९६ भक्त प्रतिभागी थे।

(५) २४ प्रतिभागियों सहित 'प्रौढ़ (बड़ी आयु के लोग) केन्द्र' में शाखा के योग-शिक्षकों ने वर्ग परिचालित किये।

(६) 'रक्तदान करो'-गतिविधि में शाखा ने भाग लिया।

(७) २४ प्रतिभागियोंयुक्त 'क्रिसमस-पर्व' भजन और रात्रि-भोजन सहित मनाया गया।

विशेष अहवाल

दिव्य जीवन संघ की सुरेन्द्रनगर शाखा ने आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी को शाखा में आमन्त्रित किया और निम्नानुसार विविध कार्यक्रम आयोजित कियेह्लह्ल

(१) माह जनवरी के दिनांक १ से ५ पर्यन्त योगासन-वर्ग : 'लोक विद्यालय' में प्रभात में और 'आर. पी. जी. गर्ल्स हाईस्कूल' में सायंकाल में।

(२) स्वामी जी गुजरात की वांकानेर और ध्रांगध्रा शाखाओं में गये।

(३) स्वामी जी गुजरात के हलवद नगर में गये जहाँ नूतन शाखा के आरम्भ के प्रयास चल रहे हैं।

(४) अन्य एक ग्राम में छात्रों को प्रवचन दिया।

(५) सुरेन्द्रनगर शाखा के सत्संग में स्वामी जी ने उपस्थित रह कर भाग लिया। □ □ □