



मुख्यालय आश्रम

दिल्ली की सुश्री जागृति नटराज ने ४ जुलाई २०१५ को पावन समाधि हाल में सद्गुरुदेव एवं परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के श्रीचरणों में पूजा रूप में समर्पित एक अत्यन्त मनोहर ओडिशी नृत्य प्रस्तुत किया। परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने अपने प्रारम्भिक प्रवचन में उपस्थित श्रोताओं को

ओडिशी नृत्य के महत्त्वपूर्ण तथ्यों का परिचय देते हुए बताया कि भारत के मन्दिरों की भव्य मूर्तिकला से अत्यधिक समानता के कारण यह नृत्य अत्यन्त लावण्यपूर्ण एवं सुशिष्ट है। जागृति जी ने नृत्य का प्रारम्भ शिव पंचाक्षर स्तोत्र से किया तथा उसके उपरान्त राग बसन्त में पल्लवी प्रस्तुति के बाद मोक्ष पर समाप्ति की।



दक्षिण अफ्रीका

परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के जन्म शताब्दी कार्यक्रमों के अन्तर्गत, दक्षिण अफ्रीका के 'स्वामी शिवानन्दा फैलोशिप' ने मुख्यालय आश्रम के भक्तों के समावेशन से २७ से २९ जून २०१५ तक सर्वधर्म आश्रम, वैल्बेडैच में राष्ट्रीय युवा सम्मेलन का आयोजन किया।

युवा सम्मेलन की गतिविधियाँ, १२ से २५ वर्ष के युवा वर्ग में सनातन धर्म के उदात्त मूल्यों का अर्जन करने के पवित्र उद्देश्य के साथ, अत्यन्त भलीभाँति निर्धारित की गयी थीं। दक्षिण अफ्रीका के सभी भागों से कुल ११७ युवाओं ने अत्यन्त उत्साहपूर्वक योगासन कक्षा, आध्यात्मिक विषयों पर सामूहिक विचार-विमर्श एवं

सत्संग के कार्यक्रमों में भाग लिया तथा महाराज, श्री स्वामी श्रद्धानन्द माता जी, श्री
लाभान्वित हुए। स्वामी विद्यानन्द जी महाराज, श्री स्वामी

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी निश्चलानन्द जी महाराज तथा संयोजक
महाराज एवं परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द समिति के अन्य सदस्यों, यथा श्री स्वामी
जी महाराज की कृपा से तथा दक्षिण वेदानन्द, श्री स्वामी बालसिंहा भारती
अफ्रीका के श्री स्वामी लोकसंग्रहानन्द जी तथा श्री स्वीटी माता जी के पूर्ण सहयोग
महाराज, श्री स्वामी चैतन्यानन्द जी से सम्मेलन वर्णनातीत सफलता को प्राप्त
महाराज, श्री स्वामी रामकृपानन्द जी हुआ।
महाराज, श्री स्वामी शिवशंकरानन्द जी



आत्म-संयम

सत्य, अहिंसा, दया और ब्रह्मचर्य—ये प्रशस्त सिद्धान्त हैं जिनको छोटे-छोटे कार्यों में आपको उतारना होगा। प्रारम्भ में आपका जीवन आत्म-संयम से पूर्ण होना चाहिए। आपको जिद्दा को वश में करना होगा। क्या आप समझते हैं कि आप जो-कुछ भी चाहें खा लें, कैसा भी चाहें बोल लें और तदनन्तर आपको अच्छा ध्यान लग जायेगा? यदि आप ऐसा समझते हैं, तो आप स्वयं को ही धोखा दे रहे हैं। योग खिलौना नहीं है जिसके साथ आप आसानी से खेलने लगें। यह तो लौहदुर्ग है जिसके अन्दर शस्त्र-सज्जित सैनिक हैं।

हर कार्य को करने से पूर्व जाँच लीजिए। जो अन्न ग्रहण करते हैं उसका गुण, उसका परिमाण, भोजन लेने का समय यह सब महत्त्वपूर्ण है। प्रतिकूल भोजन या अनुचित समय में किया हुआ भोजन आपके स्वास्थ्य को बिगाड़ कर आपके ध्यान में विघ्न बन सकता है। उसी तरह आपके विचार तथा कर्म भी ध्यान के लिए महत्त्वपूर्ण हैं। सारे शरीर तथा मन को नियन्त्रित करना चाहिए।

जब मैं यह गाना गाता हूँ कि 'थोड़ा खाओ, थोड़ा पीओ', तो इसके अर्थ को अच्छी तरह समझ लीजिए। कहने का अभिप्राय यह है कि सभी वस्तुओं से मुक्त बनिए, अति से बचिए। गीत का दूसरा भाग 'थोड़ा जप करो, थोड़ा आसन करो' से अभिप्राय यह है कि आपके दैनिक कार्य में जप, कीर्तन, आसन आदि को अवश्य स्थान मिलना चाहिए।

स्वामी शिवानन्द