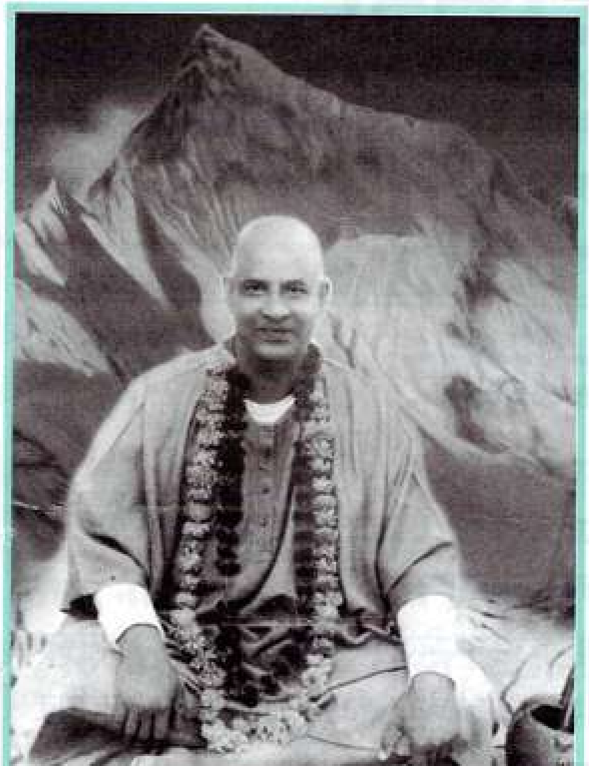
दिव्य जीवन

₹ १००/– वार्षिक



नित्य–तत्त्व कालातीत है। ब्रह्म काल से परे है। ब्रह्म शाश्वत है। ब्रह्म तत्त्व कालातीत नित्य तत्त्व है। राजा–महाराजा भी मृत्यु को प्राप्त होंगे। सूर्य, चन्द्र तथा तारागण का भी अन्त होगा। सभी सुख–दु:ख भी नष्ट हो जायेंगे। पत्नी, सन्तति, धन–सम्पत्ति भी चले जायेंगे। पाँचों तत्त्वों—पृथ्वी, आकाश आदि का लय हो जायेगा—केवल शुद्ध सच्चिदानन्द ब्रह्म ही नित्य देदीप्यमान रहेगा। ब्रह्म को प्राप्त करें और काल पर विजयी हों। काल से परे जाकर शाश्वत तत्त्व से एकाकार हो जायें।

श्री स्वामी शिवानन्द

दिसम्बर २०२५

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।

श्री स्वामी शिवानन्द

प्रेम के द्वारा सबल बनिए

आप अपनी आध्यात्मिक साधना में सदा नियमित रहिए। नियमित रहना परमावश्यक है। सबसे प्रेम कीजिए। सबको गले लगाइए। सबमें अपनी आत्मा का दर्शन कीजिए। दिव्य प्रेम विकसित कीजिए। दिनानुदिन अधिकाधिक आध्यात्मिक बल का अर्जन कीजिए। मोक्ष को प्राप्त कीजिए। आत्मानन्द प्राप्त कर मुक्त हो जाइए।

आप सभी सुखी बनें! आप सभी रोग से मुक्त बनें! आप श्रेय का साक्षात्कार करें! आप सदा ईश्वर में निवास करें!

श्री स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन

Vol. XXXVI	दिसम्बर २०२५	No. 09

प्रश्नोपनिषद्

षष्ठ प्रश्नः

स यथेमा नद्यः स्यन्दमानाः समुद्रायणाः समुद्रं प्राप्यास्तं गच्छन्ति भिद्येते तासां नामरूपे समुद्र इत्येवं प्रोच्यते। एवमेवास्य परिद्रष्टुरिमाः षोडशकलाः पुरुषायणाः पुरुषं प्राप्यास्तं गच्छन्ति भिद्येते चासां नामरूपे पुरुष इत्येवं प्रोच्यते स एषोऽकलोऽमृतो भवति तदेष श्लोकः ।।५।।

जिस प्रकार समुद्र की ओर प्रवाहित होती नदियाँ समुद्र में पहुँचकर अदृश्य हो जाती हैं, उनके नाम-रूप नष्ट हो जाते हैं और वे समुद्र ही कही जाती हैं, उसी प्रकार इस सर्वदृष्टा पुरुष की सोलह कलाएँ, जिनका अधिष्ठान पुरुष ही है, उस पुरुष को प्राप्त कर उसमें लीन हो जाती हैं। उनके नाम-रूप नष्ट हो जाते हैं और वे पुरुष ही कही जाती हैं। वह विद्वान् कला-हीन एवं अमर हो जाता है। इस सम्बन्ध में यह श्लोक है।

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलिः

SIVANANDA-STOTRAPUSHPANJALI

PART–II

श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती

भवामयविनाशनं भविकशीलमालोचना–
भवाखिलगुणोत्करं प्रणतलोककल्पद्रुमम्
दिवानिशमविश्रमं जनसुखाय कर्मोत्सुकं
शिवाह्वयमुनीश्वरं सततमाश्रये सद्गुरुम् ।।८३।।

मैं महामुनीन्द्र श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के चरणकमलों का आश्रय ग्रहण करता हूँ जो भवरोग के नाशक हैं, जिनका चरित्र अत्यन्त पावन है, जो समस्त सद्गुणों के भण्डार हैं, अपने आश्रितजनों के लिए कल्पवृक्ष के समान हैं, तथा जो जनकल्याण के कार्यों में अहर्निश एवं अथक रूप से संलग्न हैं।

महामहिमशालिनं महितभव्यतेजोमयं
महानटकृपावशात् प्रकटदिव्यबोधोदयम्
महामुनिजनोत्तमं सकललोकमोक्षप्रदं
महाशयमनेनसं शिवगुरुं सदा भावये ।।८४।।

जो अत्यन्त महिमाशाली हैं, भव्य कान्ति से युक्त हैं, जिन्हें भगवान् शिव की कृपा से दिव्य ज्ञान प्राप्त हुआ है, जो मुनिवृन्द में अग्रगण्य हैं, जो मनुष्यों को मोक्ष–पथ पर अग्रसर करते हैं, जो उदारहृदयी हैं तथा समस्त कल्मषों से मुक्त हैं, उन गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की मैं भावपूर्वक वन्दना करता हूँ।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

शान्ति का मार्ग

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

शान्ति के शिखर तक पहुँचने का एकमात्र मार्ग, समस्त मानवीय आकांक्षाओं की प्राप्ति का एकमात्र मार्ग, प्राचुर्य, समृद्धि, सुख एवं प्रसन्नता की प्राप्ति तथा शाश्वत जीवन एवं परम शान्ति की प्राप्ति का एकमात्र मार्ग है—प्रार्थना।

प्रार्थना की सार्वभौमिकता-वैश्विकता ही इसकी महिमा की घोषणा करती है। एक ईसाई, चर्च में नियमित रूप से प्रार्थना करता है। एक मुस्लिम प्रतिदिन पाँच बार नमाज पढ़ता है। एक हिन्दू को बाल्यावस्था से ही त्रिकाल-सन्ध्या-वन्दन करने की शिक्षा दी जाती है। इसी प्रकार विश्व के प्रत्येक अन्य धर्म में भी प्रार्थना की परम्परा है। विश्व के समस्त सन्त-महापुरुषों ने प्रार्थना की महिमा का गान किया है, चाहे भगवान् के सम्बन्ध में उनकी अवधारणा कितनी भी भिन्न रही हो।

एक योगी, एक वेदान्ती, एक भक्त एवं एक कर्म-योगी—सभी प्रार्थना करते हैं। प्रार्थना सम्पूर्ण मानवता की सामान्य विरासत है।

वस्तुतः ऐसा होना अत्यन्त सार्थक एवं महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि केवल प्रार्थना ही मनुष्य को अपने रचयिता, अपने परमपिता से, तथा अपनी आत्मा से सम्पर्क स्थापित करने में सक्षम बनाती है। प्रार्थना ही उसके उपद्रवकारी विचारों को शान्त करने, उसके दुःख-कष्ट को समाप्त करने, उसकी इच्छाओं-वासनाओं को नष्ट करने, उसकी इन्द्रियों को वश में करने तथा उसे स्वास्थ्य, दीर्घायु, शान्ति, सुख एवं अमृतत्व प्रदान करने में समर्थ है।

जिन परमात्म-तत्त्व की प्राप्ति सतयुग में ध्यान द्वारा, त्रेता युग में यज्ञ द्वारा, तथा द्वापर युग में उपासना द्वारा की गयी, उनकी प्राप्ति कलियुग में सरल एवं सच्ची प्रार्थना द्वारा सम्भव है।

यह कितना महान् आशीर्वाद है। हे प्रभु! आपकी जय हो। आपने हमें स्वयं तक पहुँचने का अत्यन्त सरल-सुलभ मार्ग बताया है।

मनुष्य का मन प्रपंच-जगत् के नाम-रूपों की बाहरी चमक-दमक, इसकी रंग-बिरंगी भ्रामक आकृतियों, विषय-सुखों की मृगतृष्णा तथा संसार के स्वप्न में पूर्णतः खो जाता है और परिणामतः मनुष्य जन्म-मरण के चक्र में फँस जाता है। बाहरी वस्तुओं-स्थितियों के निरन्तर सम्पर्क से मन में एक प्रकार की लीक अथवा रेखा अंकित हो जाती है जिसके कारण इसके लिए अन्य किसी दिशा में कार्य करना असम्भव हो जाता है। मन का झुकाव, इसकी प्रवृत्ति सदैव बाहरी वस्तु-पदार्थों की ओर रहती है; अतः इसे भीतर आत्मा अथवा परमात्मा की ओर मोड़ना अत्यन्त कठिन कार्य बन जाता है। केवल प्रार्थना ही मनुष्य को अपने अन्तर्वासी भगवान् से सरलतापूर्वक जुड़ने में सहायता करती है।

प्रार्थना मनुष्य को स्वयं को स्थिर-शान्त करने

'Illuminating Messages' से उद्धृत आलेख का अनुवाद

तथा अपने उन अन्तर्वासी सूत्रधार के प्रति जाग्रत होने में सहायता करती है जो अपने आनन्द के लिए अपने रचित खिलौनों द्वारा अपनी ही लीला-स्वरूप, सब कुछ करते हैं। प्रार्थना ही परम शान्ति, अवर्णनीय आनन्द एवं शाश्वत जीवन का प्रवेश-द्वार है। यही इस द्वार को खोलने की जादुई विधि है, सर्वाधिक श्रेष्ठ विधि है।

प्रत्येक मनुष्य अपने स्वभाव-रुचि के अनुसार प्रार्थना कर सकता है। किसी भी स्थिति में, किसी भी रूप में तथा किसी भी भाषा में की गयी सच्ची-भावपूर्ण प्रार्थना निश्चय ही फल प्रदान करेगी। प्रार्थना मनुष्य के लिए श्वास-प्रश्वास की भाँति आवश्यक बन जानी चाहिए।

प्रातःकाल निद्रा से जगते ही प्रार्थना करें, भगवान् को उनकी इस अनन्त-असीम कृपा के लिए हार्दिक धन्यवाद दें कि उन्होंने अपनी प्राप्ति के लिए प्रयास करने हेतु आपको एक और दिन दिया है। अपने दिन-प्रतिदिन के कार्यों-गतिविधियों में मार्गदर्शन के लिए उनसे प्रार्थना करें। पूरे दिन में अनेक बार उनसे प्रार्थना करते रहें। रात्रि में सोने से पूर्व प्रार्थना करें, उनकी कृपा-करुणा के लिए उन्हें धन्यवाद दें; आपके द्वारा दिन में की गयी त्रुटियों-गलतियों के लिए क्षमा माँगे; प्रलोभनों पर विजय पाने के लिए उनसे शक्ति की याचना करें। उनके दर्शन के लिए प्रार्थना करें, रोयें, आर्त-भाव से उन्हें पुकारें । श्री गौरांग महाप्रभु, मीरा, उद्धव, सुदामा, जयदेव, लीलाशुक, कबीर, तुलसीदास, तुकाराम, प्रह्लाद, ध्रुव आदि महान् भगवद्-भक्तों का स्मरण करें।

प्रार्थना आपके हृदय के अन्तस्तल से की जानी चाहिए। केवल होंठों की क्रिया अर्थात् शाब्दिक प्रार्थना, सच्ची प्रार्थना नहीं है, यह पाखण्ड है। प्रार्थना करते समय आपका हृदय द्रवित होना चाहिए। अहंकार का समूल नाश किया जाना चाहिए, तथा आपकी आन्तरिक चेतना का अनन्त विस्तार होना चाहिए। जो मनुष्य प्रार्थना करता है, उसे यह अनुभव करना चाहिए कि यह सम्पूर्ण जगत् भगवान् से परिव्याप्त है। अतः, उसे सम्पूर्ण जगत् के लिए प्रार्थना करनी चाहिए। प्रार्थना में स्वार्थ का अंश मात्र भी नहीं होना चाहिए।

सामूहिक प्रार्थना, व्यक्तिगत प्रार्थना से अधिक प्रभावशाली है। सामूहिक प्रार्थना से नास्तिक व्यक्तियों में भी परिवर्तन घटित होगा। लाखों मनुष्यों के हृदयों से निःसृत प्रार्थना की शक्ति एक पाषाण को भी द्रवित कर देगी तथा समस्त वातावरण को दिव्य बना देगी। उस दिव्य वातावरण में सहसा समीप आया मनुष्य भी आकर्षित एवं परिवर्तित हो जायेगा। जब एक योगी बाजार अथवा अन्य किसी भीड़-भरे स्थान में जाता है, तो उसके मन में उस स्थान की वृत्ति का प्रवेश होता है। इसी प्रकार, एक नास्तिक जब किसी प्रार्थना-स्थल में जाता है, तो वह भी प्रार्थना की शक्ति से अत्यन्त प्रभावित होगा।

एकता में अनन्त शक्ति है। जब सहस्रों मनुष्य एक साथ प्रार्थना करेंगे, तो इससे उत्पन्न शक्ति सम्पूर्ण जगत् को प्रकाशित करेगी; विश्व के प्रत्येक मनुष्य को सुख, शान्ति एवं समृद्धि प्रदान करेगी। केवल एक भक्त के हृदय से निकली सच्ची प्रार्थना भी भक्तजन-प्रिय भगवान् को दौड़कर आने के लिए तथा सब पर अपनी कृपा-करुणा की वृष्टि करने को विवश कर देगी।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

आत्म–विकास एवं इसके तीन पक्ष

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

भगवान् द्वारा रचित एक विशिष्ट प्राणी अर्थात् मनुष्य की यह अद्वितीय विशेषता है कि वह तथ्यों, वस्तुओं, स्थितियों के निरीक्षण, विश्लेषण, तुलना, स्वीकरण एवं अस्वीकरण आदि बौद्धिक प्रक्रियाओं द्वारा नवीन ज्ञान प्राप्त कर सकता है तथा इस नवीन ज्ञान का सदुपयोग जीवन की परम परिपूर्णता की प्राप्ति हेतु कर सकता है। प्राणी जगत् के समस्त सदस्यों में केवल मनुष्य ही है जो बुद्धि–क्षमता से सम्पन्न है। केवल वही तर्कपूर्ण विचार करने, गहन चिन्तन एवं मनन करने में सक्षम है। अन्य प्राणियों–पशुओं का भी एक लक्ष्य होता है, वे उस लक्ष्य की ओर गतिशील भी होते हैं, परन्तु उनमें स्व–शासन नहीं होता है। वे स्व–निर्णय के अनुसार कार्य नहीं करते हैं। यद्यपि वे विचार करते हैं, परन्तु उनके विचार चेतनापूर्ण नहीं होते हैं; ये उनके मूल स्वभाव अर्थात् प्रकृति से उत्पन्न होते हैं। तर्कपूर्ण विचार करना केवल मनुष्य का ही एकाधिकार एवं विशेषाधिकार है। इस शक्ति द्वारा, मनुष्य अपने भाग्य पर विजय प्राप्त कर सकता है।

समस्त सद्ग्रन्थ यह घोषित करते हैं कि मनुष्य की रचना भगवान् की प्रतिकृति (Image) स्वरूप हुई है। यदि मनुष्य को परम परिपूर्ण एवं परम परिशुद्ध भगवान् के समान बनाया गया है, तो पवित्रता एवं परिपूर्णता उसके अभिन्न अंग होने चाहिए। मनुष्य की भगवान् के साथ समानता, रूप अथवा आकृति के आधार पर नहीं हो सकती है, क्योंकि भगवान् निराकार हैं। उनका कोई रूप अथवा आकृति नहीं है। उनमें लम्बाई, चौड़ाई, ऊँचाई अथवा वजन नहीं है। वे सर्वव्यापक, अनन्त, अविनाशी चैतन्य–आत्मा हैं। इसलिए, मनुष्य भगवान् की प्रतिकृति स्वरूप है; इस कथन का शाब्दिक अभिप्राय नहीं ग्रहण करना चाहिए तथा न ही इसका अभिप्राय 'शारीरिक समानता' समझना चाहिए।

यह मानसिक समानता भी नहीं कही जा सकती है। क्योंकि मनुष्य का मन कभी अज्ञान, कभी त्रुटि, कभी भ्रम, कभी नकारात्मकता से युक्त होता है। कभी–कभी यह अनुचित तर्कों द्वारा अनुचित निष्कर्ष तक पहुँचता है, अनुचित निर्णय करता है। मन एवं बुद्धि में सुधार–संशोधन की प्रक्रिया निरन्तर चलती रहती है; क्योंकि स्वार्थ, सन्देह, काम, क्रोध, लोभ, घृणा, ईर्ष्या, चिन्ता एवं भय मनुष्य को भ्रमित करते हैं तथा उससे अनेक त्रुटियाँ करवाते हैं। परन्तु भगवान् इस प्रकार त्रुटियाँ नहीं करते हैं। उनमें किसी प्रकार की कोई अशुद्धि–अपवित्रता नहीं है; उनमें सन्देह, भय, घृणा, क्रोध, ईर्ष्या आदि नहीं हैं। वे परम पवित्र हैं।

इसलिए, मनुष्य की भगवान् से समानता न तो शारीरिक और न ही मानसिक रूप में की जा सकती है। ये शारीरिक एवं मानसिक तत्त्व ही एक मानवीय व्यक्तित्व निर्माण करते हैं। दिव्यत्व का निर्माण करने वाले तत्त्व आन्तरिक एवं आध्यात्मिक होते हैं। ये मनुष्य की चेतना के अन्तस्तल में होते हैं, ये अदृश्य एवं प्रच्छन्न होते हैं। ये

'The Divine Life' १९७७ से उद्धृत आलेख का अनुवाद

मनुष्य के वास्तविक स्वरूप का सृजन करते हैं। यह वास्तविक स्वरूप आत्मिक अर्थात् आध्यात्मिक होता है, क्योंकि भगवान् आत्मा हैं। इसलिए, मनुष्य का 'वास्तविक स्वरूप' भगवान् के समान है। मनुष्य सारतः भगवान् का अंश है।

हमें शरीर, इसके नाम एवं रूप, इसकी ऐन्द्रिक वासनाओं एवं इसकी नश्वरता के परे जाना चाहिए। हमें मन एवं इसकी दुर्बलताओं-अशुद्धियों के परे जाना चाहिए। हमें बुद्धि की अपूर्णताओं एवं सीमाओं, इसके अज्ञान के भी परे जाना चाहिए। हमारे मानवीय व्यक्तित्व के इन सभी परिवर्तनशील तत्त्वों के परे, हम अपने अस्तित्व के अन्तरतम केन्द्र में 'आत्मा' के रूप में ही हैं। हमें इस अन्तरतम केन्द्र में, अपने वास्तविक स्वरूप के प्रति जाग्रत होना चाहिए। क्योंकि यहाँ हम परम पवित्र एवं परम परिपूर्ण हैं।

हमारे व्यक्तित्व का निर्माण करने वाले तीन घटक अथवा पक्ष हैं। प्रथमतः, हमारा स्थूल शारीरिक पक्ष है जिसमें धरा पर वास करने वाले अन्य प्राणियों के समान, खाने-पीने, सोने, सन्तानोत्पत्ति करने एवं मनोरंजन करने की ऐन्द्रिक प्रवृत्तियाँ एवं इच्छाएँ हैं। इस पक्ष को पाशविक पक्ष कहते हैं। हमारे व्यक्तित्व का दूसरा पक्ष मानसिक एवं बौद्धिक है जो हमें यह अनुभव कराता है कि हम पशुओं से भिन्न हैं; हम किसी भी पशु से बहुत अधिक श्रेष्ठ हैं। हमारे व्यक्तित्व का यह पक्ष मानवीय है। हमारा तीसरा पक्ष है—शुद्ध आध्यात्मिक पक्ष जो समस्त अच्छाई, पवित्रता, परिपूर्णता, शान्ति एवं आनन्द का केन्द्र है। इस केन्द्र में ही हम अपने वास्तविक स्वरूप में हैं; अर्थात् यह केन्द्र ही हमारा वास्तविक स्वरूप है।

आत्म-विकास की प्रक्रिया के तीन चरण हैं। प्रथम चरण है—अपने पाशविक स्वभाव को समाप्त करना, अपने मानवीय एवं दिव्य लक्ष्य की प्राप्ति में बाधक समस्त दुर्गुणों का समूल नाश करना। द्वितीय चरण है—अपने मानवीय स्वभाव को शुद्ध एवं पवित्र बनाना अर्थात् घृणा के स्थान पर प्रेम, ईर्ष्या के स्थान पर मैत्री, वासना के स्थान पर पवित्रता, कृपणता के स्थान पर उदारता, तुच्छ मानसिकता के स्थान पर विशालहृदयता, अहंकार के स्थान पर विनम्रता का विकास करना तथा मन को धीरे-धीरे शुद्धता की उस उच्च अवस्था तक ले जाना जब मनुष्य एक आदर्श जीवन, नैतिक एवं दिव्य जीवन जीना प्रारम्भ कर दे। उच्च आदर्शों एवं सद्-आकांक्षाओं से प्रेरित होकर, मनुष्य स्वतः ही भगवान् की ओर उन्मुख होगा, अर्थात् उनकी प्राप्ति हेतु प्रयासशील होगा। केवल तभी, वह अपने जीवन के मुख्य कर्तव्य के प्रति सच्चा है। क्योंकि मनुष्य की बुद्धि कितनी भी प्रखर एवं ओजमय हो, यदि यह विषय-भोगों में आसक्त है, चाटुकारिता, प्रशंसा, समृद्धि, सम्मान एवं यश प्राप्ति में लिप्त है, तो यह सरलतापूर्वक भ्रष्ट हो जाती है एवं तुच्छता को प्राप्त करती है। मनुष्य अपने जीवन के मुख्य कर्तव्य के प्रति तभी सच्चा होता है जब वह अपने मन एवं बुद्धि का उपयोग स्वयं को चेतना की उच्चतर अवस्था तक उन्नत करने हेतु करता है। चेतना की उच्चतर अवस्था प्राप्त करने की प्रक्रिया का ज्ञान किसी भी पुस्तक द्वारा नहीं मिल सकता है। यह किसी विश्वविद्यालय से भी प्राप्त नहीं किया जा सकता है, चाहे वह विश्वविद्यालय कितना ही श्रेष्ठ हो। विश्वविद्यालय

एक व्यक्ति को उपाधि, पद एवं वित्तीय सुरक्षा प्रदान कर सकता है परन्तु वह उसे सच्चा मनुष्य नहीं बना सकता है। मनुष्य अपने रचयिता 'भगवान्' की प्राप्ति हेतु केवल तभी योग्य बनता है जब वह सच्चरित्र से सम्पन्न होकर, सर्वत्र परोपकारिता, पवित्रता एवं सत्य की रश्मियाँ प्रसारित करता हुआ, एक गरिमामय जीवन व्यतीत करता है।

आत्म–विकास की प्रक्रिया के अन्तिम चरण में, मन भगवद्–चिन्तन से पूर्णतः ओतप्रोत होना चाहिए। इसे सहज–स्वाभाविक रूप से भगवदोन्मुखी बनना चाहिए। तब मनुष्य अपने उस वास्तविक आध्यात्मिक स्वरूप को अभिव्यक्त करने लगता है जो प्रकाश, ज्ञान एवं प्रेम से आपूरित है। जब मनुष्य में ये आध्यात्मिक गुण प्रकटित होने लगते हैं, तो इसका अभिप्राय है कि वह अपने वास्तविक स्वरूप के केन्द्र तक पहुँच गया है और अब वह अपने को वैसा ही जानता है जैसा वह वास्तव में है—परिपूर्णता, ज्ञान एवं प्रेम से पूर्ण चैतन्य सत्ता।

जीसस क्राइस्ट ने कहा है, ''अपने परमपिता के समान आप भी परिपूर्ण बनें।'' हम परिपूर्ण कैसे बनें—दिव्य परिपूर्णता के चिन्तन, मनन एवं ध्यान द्वारा, इसके प्रति प्रेम के विकास द्वारा तथा एक महान् आदर्श के रूप में इसके निरन्तर स्मरण द्वारा हम परिपूर्ण बन सकते हैं। क्योंकि मनुष्य जिसका निरन्तर चिन्तन–स्मरण करता है, अन्ततः वह वही बनता है। यह विचार–जगत् का महान् सिद्धान्त है।

मनुष्य जैसा सोचता है, वह वैसा ही बनता है। विचार में एक ऐसी शक्ति होती है जो मनुष्य को वही बना देती है जैसा वह गहनता से निरन्तर सोचता है।

जब शिष्यों द्वारा जीसस क्राइस्ट से उनके श्रेष्ठतम–महानतम उपदेश के विषय में पूछा गया तो उन्होंने कहा, ''भगवान् को अपने सम्पूर्ण, मन, हृदय एवं आत्मा से प्रेम करो।'' अतः परिपूर्णता प्राप्ति का रहस्य भगवान् से प्रेम करना है। प्रेम ही मार्गदर्शन करता है। यदि आप अपने सम्पूर्ण हृदय से भगवान् से प्रेम करते हैं, तो आपका मन भी उनकी ओर ही जायेगा। मन के भगवान् के निरन्तर चिन्तन में लीन होने से मनुष्य का अन्तःकरण परिवर्तित हो जाता है। उसमें परिपूर्णता स्वतः–स्वाभाविक अभिव्यक्त होने लगती है।

इस प्रकार, आत्म–विकास की प्रक्रिया का प्रारम्भ हम अपनी ऐन्द्रिक–कामनाओं के नियन्त्रण द्वारा करते हैं। काम, क्रोध, लोभ, घृणा एवं ईर्ष्या का नाश करके हम उत्तरोत्तर प्रगति करते हैं। इसके पश्चात्, हम दया, करुणा, न्यायप्रियता, विनम्रता, सरलता एवं सत्य आदि सद्गुणों का अर्जन करते हैं। अब हम दैनिक मौन–साधना प्रारम्भ करने हेतु तत्पर होते हैं जिससे कि हम अपने आत्म–स्वरूप भगवान् से आन्तरिक सम्पर्क स्थापित कर सकें। प्रतिदिन इस मौन–साधना से, हममें प्रेम, ज्ञान, पवित्रता एवं शक्ति की अधिकाधिक वृद्धि होती है। हम ध्यान में पूर्णता प्राप्त करने के लिए अधिक प्रयासशील होते हैं। अन्ततः, हमारे प्रयास सफल होते हैं और हम अपने सम्पूर्ण अस्तित्व के साथ भगवान् से प्रेम करते हुए उनसे एकाकार होते हैं। इस प्रकार, आत्म–विकास, अपने अन्तिम चरण में आत्म–ज्ञान में लीन हो जाता है। आत्म–ज्ञान द्वारा हम अपने वास्तविक स्वरूप का साक्षात्कार करके मुक्त हो जाते हैं।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

मणिक्कवाचकर

सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

अपने चिन्तन को प्रभु पर एकाग्रित किये हुए, मणिक्कवाचकर शुभ दिवस की प्रतीक्षा कर रहे थे। इसी बीच, एक मन्त्री ने राजा को बता दिया कि मणिक्कवाचकर सम्पूर्ण धन मन्दिर के निर्माण में व्यय कर चुका है और उसने जो कुछ कहा, वह सब असत्य है। राजा अत्यन्त आशंकित हो गया। उसने सन्देश-वाहकों को पेरुंतुरै यह देखकर आने के लिए भेजा कि क्या घोड़े आने के लिए सचमुच तैयार भी हैं या नहीं। वे नकारात्मक उत्तर लेकर वापस लौट आये। अब केवल दो ही दिन शेष थे किन्तु राजा को घोड़ों के विषय में कुछ भी सूचना नहीं मिली थी। उसने अपने सैनिकों को आज्ञा दी कि मणिक्कवाचकर को कष्ट देकर किसी भी तरह उससे धन वापस लेकर आयें। राजदरबार में जो कुछ घटित हुआ था, वह सब कुछ सैनिकों ने जाकर मणिक्कवाचकर को बताया, किन्तु वे मौन ही रहे। राजाज्ञा के अनुसार सैनिकों ने उन्हें बहुत पीड़ित किया, किन्तु वे भगवान् के ध्यान में लीन हो, मूक रहकर सब सहन करते रहे। समस्त कष्ट भगवान् ने अपने ऊपर ले लिये और भक्त को किञ्चित भी पीड़ा अनुभव नहीं हुई। सैनिक उनके कष्ट सहन करने के रहस्य को न समझ पाये, अतः उन्हें और अधिक प्रताड़ित करते गये। उन्होंने भगवान् से प्रार्थना की। भगवान् ने भक्त की प्रार्थना सुनी और थोड़ी लीला करने की ठानी। उन्होंने वहाँ के समस्त सियारों को घोड़ों का रूप धरने के लिए कहा और अपने देवदूतों को घुड़सवार बना दिया। भगवान् ने स्वयं घोड़ों के व्यापारी का रूप धारण किया और मदुरै जा पहुँचे। घोड़ों के पैरों से उड़ने वाली धूल से समस्त आकाश आच्छादित हो गया। इतनी उच्च कोटि के घोड़े देखकर लोग आश्चर्य-चकित रह गये। वह अवनीमूलम का दिन था। मणिक्कवाचकर को अकारण दण्डित करने के कष्ट से राजा का हृदय अत्यन्त व्यथित हो गया। उसने तत्काल उन्हें मुक्त कर दिया और क्षमा भी माँगी। दोनों एक साथ वहाँ गये जहाँ घोड़ों को रखा गया था। राजा उच्च कोटि के घोड़े देखकर बहुत प्रसन्न था। घोड़ों का व्यापारी भी अत्यधिक सुन्दर था। मणिक्कवाचकर जान गये थे कि वे स्वयं भगवान् ही हैं, अतः उन्हें मानसिक दण्डवत् प्रणाम किया। राजा के सेवक घोड़ों को अस्तबल की ओर लेकर चल दिये।

क्रमशः

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

'Sixty-Three Nayanar Saints' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

जिस प्रकार आप पीड़ा देने वाले कंकड़ को जूते से निकाल फेंकते हैं, उसी प्रकार आपको अपने मन से कष्टदायक विचार को शीघ्र ही निकाल फेंकना चाहिए। तभी समझिए कि आपने विचार-संयम में पर्याप्त कुशलता प्राप्त की है, तभी आध्यात्मिक पथ में कुछ वास्तविक प्रगति की है।

श्री स्वामी शिवानन्द

वास्तविक ज्ञान

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

हम इस संसार में बाह्य ज्ञान से सम्बन्धित प्रत्येक वस्तु के विषय में प्रश्न करते हैं, और ऐसा करके बहुत सी वस्तुओं के विषय में जानकारी एकत्रित कर लेते हैं, अतः इस दृष्टि से हमें बहुत कुछ ज्ञात है। अपने इस ज्ञान को हम अपने दैनिक जीवन में उपयोग में लाते हैं और इससे बहुत कुछ ऐसा करने में सफल जाते हैं जो हमसे पहले की पीढ़ी के लोग नहीं कर सकते थे, इसके लिए हम अपने इस ज्ञान पर गर्व करते हैं और इसे ही पर्याप्त समझ लेते हैं। भौतिक जगत् सम्बन्धी इस ज्ञान का अपना स्थान एवं क्षमता है। यह भी एक प्रकार का ज्ञान है, किन्तु इस ज्ञान का कुशलता से उपयोग करते हुए बहुत सी उपलब्धियाँ पाने के साथ साथ, हमारी स्वयं अपने सम्बन्ध में एक गलत धारणा है। अपने से बाहर के दृश्य जगत् का का ज्ञान तो हमने प्राप्त कर लिया है, किन्तु स्वयं अपने विषय में जानना अभी शेष है।

इसलिए, इस सब कुछ को जान लेने पर भी, हमें शान्ति का, सुख का, भलाई का तथा अन्य जो कुछ भी शुभ एवं सुन्दर है, उसे पाने का मार्ग ज्ञात नहीं हुआ है। और यह भी सम्भव है कि हमारा जीवन अभी भी दुःख, अशान्ति, असन्तोष, क्लेश और कुरूपताओं से भरा हो, बहुत से ऐसे तत्त्वों से भरा हो जो हमारे और दूसरों के भी दुःख का कारण हो; और फिर भी हम यह खोजने का प्रयास नहीं करते कि ऐसा क्यों है।

हमें आज यद्यपि ज्ञान की इतनी बृहद सामग्री उपलब्ध है, जितनी इससे पहले मानव जाति को कभी उपलब्ध नहीं थी, तथापि इतना सब ज्ञान होने पर भी और इस जगत् का और इसकी बहुत सी वस्तुओं का रूपान्तरण कर सकने में सक्षम होने पर भी, हम प्रसन्नता और अवसाद से प्रभावित क्यों होते हैं? यद्यपि हममें अपनी सभी इच्छाओं की पूर्ति करने की क्षमता है, हम जो चाहें सो पाने में सक्षम हैं, तो भी हम स्वयं को ऐसे अवसाद-ग्रस्त व्यक्ति क्यों अनुभव करते हैं जिन्हें मनोचिकित्सकों, परामर्शदाताओं और मनोवैज्ञानिकों की सहायता की आवश्यकता अनुभव होती हो?

यह असन्तोषपूर्ण अवस्था सतत चलती रहने वाली स्थिति बन चुकी है, और हमें जीवन में प्रतिदिन ऐसे उदाहरण देखने को मिलते हैं। उदाहरण के लिए, हम प्रतिदिन प्रातः नाश्ता, दोपहर का भोजन और रात्रि-भोजन खाकर पूर्णतया सन्तुष्ट नहीं होते। हम यह नहीं कहते कि, 'मैंने यह सब भोजन कर लिया है अतः अब मुझे अब क्षुधा अनुभव नहीं होगी।' क्षुधा बार-बार अनुभव होती है और उसकी पूर्ति के लिए हमें प्रतिदिन खाना पड़ता है। इसी प्रकार हमें आत्म-ज्ञान के अभाव की हमारी आन्तरिक अवस्था और उसकी प्राप्ति के मध्य में आने वाली बहुत सी बाधाओं की उपस्थिति के सम्बन्ध में बारम्बार निरीक्षण करना होगा और उन्हें समझना होगा। 'क्या सकारात्मक है,

---

'Walk in this Light' पुस्तक से उद्‌धृत आलेख का अनुवाद

क्या नकारात्मक है? मेरे स्वयं को सही दृष्टिकोण से जानने के मार्ग में क्या बाधा बन रहा है? मैं स्वयं की सही समझ में बाधा डालने वाली वस्तुओं को हटाने के लिए एक सक्रिय और व्यावहारिक प्रक्रिया कैसे स्थापित करूँ?'

लोगों को यह विदित नहीं है कि सुख, शान्ति, सन्तोष और मानसिक स्थिरता का रहस्य उनके स्वयं के सम्बन्ध में यथार्थ ज्ञान प्राप्त करने में निहित है। सुख, शान्ति, सन्तोष और आनन्द व्यक्तिपरक अनुभव हैं जिन्हें आन्तरिक रूपान्तरण के माध्यम से प्राप्त किया जाता है। किन्तु ऐसा बहुत कुछ है जो इस आन्तरिक रूपान्तरण के बीच में आकर इसमें बाधा उत्पन्न करता है। इस आन्तरिक रूपान्तरण में बहुत सी बाधाएँ हैं, और हमें यह ज्ञात होना चाहिए कि उन बाधाओं को कैसे पहचाना जा सकता है। हमें उनको निश्चित रूप से दूर करना होगा, और यह हम केवल तब ही कर सकते हैं जब हम उनकी सही पहचान कर लेंगे। उन बाधाओं को पहचानने के लिए हमें निरीक्षण प्रणाली बनानी होगी—और वह भी केवल एक बार के लिए नहीं अपितु उसे अपने दैनिक जीवन का एक सतत चलते रहने वाला अंग बनाना होगा।

क्रमशः

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

''सदा सत्य बोलिए, स्पष्ट बोलिए''—यह उपदेश है। जब आपसे पूछा जाये, आप सत्य ही बोलिए। इसका अर्थ यह नहीं है कि आप हर व्यक्ति के सामने उसके सम्बन्ध में अपने विचार रखते चलें। यह सदाचार नहीं है। दूसरों की भावनाओं का ध्यान न रखते हुए, स्वेच्छापूर्वक अपने विचारों को प्रकट करते रहना आर्जव नहीं है। यह कम-से-कम अविचार तो है ही; परन्तु अधिक बढ़ने पर यह उदण्डता है। यह साधक को शोभा नहीं देता। जो आपको सत्य बोलने तथा स्पष्ट बोलने की शिक्षा देता है, वही आपके लिए यह भी उपदेश देता है कि 'मित भाषण, मधुर भाषण कीजिए।' मन आपको स्पष्टवादिता के बहाने दूसरों को अपमानित करने के लिए प्रोत्साहित कर सकता है। अप्रिय सत्य को न कहा जाये तो अच्छा ही है। यदि कहना अनिवार्य है, तो उसे मधुर शब्दों में नम्रतापूर्वक कहिए। ''दूसरों की भावनाओं को आघात न पहुँचायें''—यह उपदेश उतना ही महत्त्वपूर्ण है जितना कि सत्य बोलना। सत्य तथा अहिंसा दोनों को साथ-साथ चलना चाहिए। अपना अध्ययन कीजिए। मन का निरीक्षण कीजिए।

श्री स्वामी शिवानन्द

अनन्त की क्रीड़ा

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

फिर से दोहराना चाहूँगा कि असम्भव है इसका वर्णन करना। फिर भी, रास-लीला का वर्णन हमें यह अवधारणा देता है कि ईश्वर क्या हैं, वे कैसे कार्य करते हैं तथा हमारे जीवन का लक्ष्य क्या है। आत्मा का लक्ष्य ईश्वर के साथ एकात्मकता है, तथा आत्मा तब तक व्याकुल रहती है, जब तक उसको ईश्वर के दर्शन नहीं हो जाते। यद्यपि यह सत्य है कि इसे समझा नहीं जा सकता, परन्तु इसे प्राप्त करना असम्भव नहीं है, क्योंकि यही वह प्राप्ति है जिसकी आत्मा को उत्कट इच्छा है। मानव मन की अतृप्त उत्कण्ठाएँ तथा अन्तहीन अभिलाषाएँ इस बात का पर्याप्त प्रमाण है कि ईश्वर को मानव मन में समाहित नहीं किया जा सकता। आत्मा की जो माँग है, वह ईश्वर है, न कि धरती की झिलमिलाती हुई वस्तुएँ। हम भोजन, वस्त्र, आश्रय, उष्णता या सुरक्षा की माँग नहीं कर रहे हैं। आत्मा की माँग 'ईश्वर से कम' कुछ भी नहीं है। परन्तु उस अविनाशी परमपिता के लिए आत्मा की यह लालसा, विकृत माँगों तथा लौकिक वस्तुओं की अपेक्षाओं के रूप में प्रकट होती है, जो कि अपनी ही लालसाओं तथा आकांक्षाओं को समझ पाने में असमर्थता के कारण, आत्मा की स्वयं की ही तृष्णाएँ हैं। आत्मा मानो उन्मादग्रस्त हो गई है। जिसे इन्द्रियों के माध्यम से देखा ही नहीं जा सकता, उस ईश्वर की खोज में यह विक्षिप्त हो रही है। एक तिनके पर आग रखकर ले जाना असम्भव है। परन्तु आत्मा अपने सीमित मन में अनन्त को समाहित करने का प्रयास करती है। ईश्वर की सार्वभौमिकता को मन की सीमा में सीमित करने का आत्मा का असम्भव प्रयास ही सांसारिक क्रियाकलाप, इन्द्रियों के सुख, स्नायुओं की उत्तेजना और चेतना की आतुरता है। परन्तु ये हमें सन्तुष्ट नहीं कर सकते क्योंकि हम तब तक सन्तुष्ट नहीं होंगे जब तक हमें वह नहीं मिल जाता जो कि हम माँग रहे हैं। और 'हम', अर्थात् हमारा वास्तविक 'मैं', भीतर की आत्मा है जो कि बाह्य आत्मा की माँग करती है। मनुष्य के भीतर की आत्मा, परम आत्मा की माँग कर रही है, अनन्त की माँग कर रही है। हम परम आत्मा को माँग रहे हैं। सीमित असीमित को माँग रहा है, क्योंकि सीमित को सीमित वस्तुओं से सन्तुष्ट नहीं किया जा सकता, फिर चाहे उनकी संख्या कितनी भी बड़ी क्यों न हो। पूरी धरती की सम्पदा भी एक आत्मा को सन्तुष्ट नहीं कर सकती, क्योंकि आत्मा अनन्त की, असीमित की अभिव्यक्ति है, जो कि एक है, और वस्तुएँ सीमित हैं, यद्यपि उनकी संख्या बहुत अधिक है।

इस निहितार्थ को लोगों को, भक्तों को उस रोमांचकारी, मोहक एवं उन्मत्त करने वाले ईश्वर प्रेम के

'Spiritual Import of Religious Festivals' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद
२२ अक्टूबर, १९७२ को दिया गया रास-लीला सन्देश

वर्णन के माध्यम से समझाया गया, जिसे वृन्दावन की गोपियों ने एक ऐतिहासिक काल में, अत्यन्त अलौकिक शैली से प्रदर्शित किया था। इस क्रीड़ा के पीछे छिपा सनातन तात्पर्य, भक्ति के सभी प्रयासों को अमर बनाना है। भगवान् श्री कृष्ण के जीवन की सभी घटनाओं में से, यह एक ऐसी घटना है जिसे मनुष्य नहीं समझ सकता है, और मनुष्य को समझना चाहिए भी नहीं। क्योंकि, यहाँ श्रीमद् भागवत में रास-लीला का वर्णन करने वाले पाँच अध्यायों में, महान् ग्रन्थकार (महर्षि वेदव्यास) ने ईश्वर की लीलाओं के वर्णन हेतु, पाण्डित्य की अनन्तता, भावना और समझ की परिपूर्णता को सेवा में लगाया है। यहाँ प्रयुक्त संस्कृत की शैली उच्च कोटि की है। जब रास-अध्याय प्रारम्भ होते हैं तो अकस्मात् ही श्रीमद् भागवत में अवधारणा और भाषा-कौशल में परिवर्तन होता है। और जब ये अलौकिक अनुभव हमें मानवीय भाषा में समझाये जाते हैं, तो हम अपनी स्नायुओं में, अंग अंग में मानो एक स्पन्दन, एक स्फुरणा का अनुभव करने लगते हैं। ऐसा ही अवसर था, रास पूर्णिमा का, जब भगवान् मानव चेतना की निम्नतर आवृत्ति में प्रविष्ट हुए और दृश्यमान हुए, यद्यपि उनके हृदय में अलौकिक अस्तित्व की उच्चतर आवृत्तियों की असीमितता है जो कि इन्द्रियों के द्वारा अनुभव नहीं की जा सकती है। निष्कर्ष यह है कि ईश्वर ही सब कुछ हैं और ईश्वर के अतिरिक्त और कुछ भी होना सम्भव नहीं है। मानव आत्मा की एक ही इच्छा है—उस ईश्वर से एकता। उसकी बहुत सारी इच्छाएँ नहीं हैं। हमारी सारी आर्थिक लालसाएँ और आवश्यकताएँ, शारीरिक आवश्यकताएँ, बौद्धिक आकांक्षाएँ, सामाजिक आवश्यकताएँ और न जाने क्या-क्या ये सब ईश्वर के लिए, आत्मा की इच्छा के ही विकृत रूप हैं। ये दिव्यता की ओर, आत्मा की उच्चाकांक्षा की भ्रान्त गतिविधियाँ हैं। संसार और कुछ नहीं, अपितु ईश्वर से वियोग के कारण आत्मा की छटपटाहट, आत्मा का संघर्ष और आत्मा की व्यथा है। आत्मा का यह क्रन्दन-विलाप ही संसार कहलाता है। और यही हम अनुभव कर रहे हैं। अशान्त है हमारा जीवन और दयनीय है मनुष्य का अस्तित्व! और तब तक ऐसा ही रहेगा जब तक कि वह अपने माँगने का और वह क्या माँग रहा है, इसका अर्थ नहीं समझ लेता। हमारा जीवन मात्र इसी कारण से अधम हो गया है क्योंकि हमने स्वयं अपनी ही माँगों का अर्थ नहीं समझा है। हम माँगते कुछ हैं, परन्तु उसे कुछ और ही समझ लेते हैं!

मनुष्य की इस विकृत धारणा की त्रुटि का सुधार करने के लिए ही, भगवान् वेदव्यास ने हमें अविनाशी परम पुरुष, पूर्व दिशा के महामानव के अविस्मरणीय जीवन-चरित्र के रूप में यह शास्त्र दिया, जिनकी शाश्वत क्रीड़ा को, हम सबसे मंगलमय रास-पूर्णिमा पर उत्सव के रूप में मनाते हैं। धन्य है यह दिन! धन्य हैं वे भक्त, सत्य के साधक और ऐसे आकांक्षी जो ईश्वर का अनुसन्धान करते हैं और जब तक उन्हें प्राप्त नहीं कर लेते, तब तक विश्राम नहीं करते। सर्वशक्तिमान् की असीम कृपा हम सभी पर बनी रहे!

(अनुवादिका : अल्का सुरेश बुद्धिराजा)

जीवन का लक्ष्य और इसकी प्राप्ति

परम पूज्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

निर्देशनों का गीत

अब मैं आपको जीवन का लक्ष्य प्राप्त करने के लिए दिव्य जीवन का सार बतलाता हूँ।

प्रातः ४ बजे ब्रह्ममुहूर्त में उठ जायें।
प्रातः ४ बजे राम राम जपें।
प्रातः ४ बजे ब्रह्म विचार करें।
प्रातः ४ बजे पूछें 'मैं कौन हूँ'?
आत्मनिर्भर बनें, सेवकों को त्यागें,
रात्रि में कीर्तन और सत्संग करें,
सदा सत्य बोलें, वीर्य की रक्षा करें,
सत्यं वद, धर्मं चर, ब्रह्मचर्य का पालन करें।
अहिंसा परमो धर्म, सबसे प्रेम करें,
कभी किसी को कष्ट न पहुँचायें, दयालु बनें।
क्षमा द्वारा क्रोध को जीतें, विश्व-प्रेम विकसित करें।
दैनन्दिनी लिखें, आप शीघ्र उन्नति करेंगे।
(हरे कृष्ण हरे कृष्ण. . . .)

यदि आप इन निर्देशों का अनुसरण करेंगे, तो अति शीघ्र जीवन का परम लक्ष्य प्राप्त कर लेंगे। पुनः आपको स्मरण करा देता हूँ।

जीवन का लक्ष्य — गोविन्द
आत्म-साक्षात्कार — गोविन्द
इसको प्राप्त करें — गोविन्द
श्रद्धा और भक्ति द्वारा — गोविन्द
ध्यान द्वारा — गोविन्द
श्रवण मनन द्वारा — गोविन्द
निष्काम सेवा द्वारा — गोविन्द
परमात्मा सत्य है — गोविन्द
परमात्मा आनन्द है — गोविन्द
परमात्मा शान्ति है — गोविन्द
परमात्मा ज्ञान है — गोविन्द
परमात्मा प्रेम है — गोविन्द
परमात्मा प्रकाश है — गोविन्द
मन वश में करें — गोविन्द
इन्द्रियाँ वश में करें — गोविन्द
आत्म-साक्षात्कार पायें — गोविन्द
यही उपदेश है — गोविन्द
समस्त वेदों का — गोविन्द
समस्त ग्रन्थों का — गोविन्द
अहिंसा का पालन करें — गोविन्द
सत्य भाषण करें — गोविन्द
क्रोध वश में करें — गोविन्द
क्षमा द्वारा — गोविन्द
ब्रह्मचर्य पालन करें — गोविन्द
मौन व्रत रखें — गोविन्द
सेवा, प्रेम एवं दान करें — गोविन्द
निर्धनों की सेवा करें — गोविन्द
माता-पिता की सेवा करें — गोविन्द

'Siva's Doon Lectures' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

रोगियों की देख-रेख करें — गोविन्द
दान करें — गोविन्द
दयालु बनें, पवित्र बनें — गोविन्द
भलें बनें, भला करें — गोविन्द
प्रसन्न रहें — गोविन्द
साहसी बनें — गोविन्द
सहनशील बनें — गोविन्द
धैर्यशील बनें — गोविन्द
क्षमाशील बनें — गोविन्द
उदार बनें — गोविन्द
नियमनिष्ठ बनें — गोविन्द
प्रातः ४ बजे उठें — गोविन्द
ब्रह्ममुहूर्त — गोविन्द
प्रश्न करें,'मैं कौन हूँ,' — गोविन्द
विचार करें — गोविन्द
यह अति आवश्यक है — गोविन्द
सफलता पाने के लिए — गोविन्द
यह संसार है — गोविन्द
दुःखों-कष्टों का — गोविन्द
छल में न आयें — गोविन्द
मन और इन्द्रियों के — गोविन्द
मत पढ़ें — गोविन्द
नास्तिकों की पुस्तकें — गोविन्द
यह बना देगा आपको — गोविन्द
नास्तिक — गोविन्द
इससे बनेंगे — गोविन्द
अनुचित संस्कार — गोविन्द
केवल पढ़ें — गोविन्द
गीता, उपनिषद् — गोविन्द
इससे बनेंगे आप — गोविन्द
सन्त और योगी — गोविन्द
न करें धूम्रपान — गोविन्द
यह है अनुचित — गोविन्द
यह है बहुत ही अनुचित — गोविन्द
यह है बहुत ही, बहुत ही अनुचित — गोविन्द
इससे बन जायेगा — गोविन्द
विषैला निकोटिन — गोविन्द
हृदय-रोग — गोविन्द
ऐम्बलियोपिया (दृष्टि-रोग) — गोविन्द
न करें मद्यपान — गोविन्द
मत बोलें — गोविन्द
अपशब्द — गोविन्द
रिश्वत न लें — गोविन्द
यह है अनुचित — गोविन्द
यह है बहुत ही अनुचित — गोविन्द
इससे होगा नष्ट — गोविन्द
आपका नाम और चरित्र — गोविन्द
समय है अनमोल — गोविन्द
न करें नष्ट एक भी क्षण — गोविन्द
करें इसका सदुपयोग — गोविन्द
जप, कीर्तन में — गोविन्द
ध्यान में — गोविन्द
गोविन्द, गोविन्द — गोविन्द गोविन्द

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

विज्ञान

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

विज्ञान अपूर्ण है

वैज्ञानिक बाह्य जगत् का अध्ययन करने में बहुत व्यस्त हैं। उन्होंने आन्तरिक जगत् को भुला दिया है। विज्ञान बाह्य सांसारिक जगत् का ही केवल ज्ञान देता है, उसके पीछे जो सत्य है उसका नहीं। विज्ञान इन अन्तिम प्रश्नों को समझने में अभी तक सफल नहीं हुआ है—इस संसार का सार-तत्त्व क्या है? मैं कौन हूँ? परम सत्य क्या है?

विज्ञान कहता है कि प्रत्येक वस्तु का अन्तिम लक्ष्य अज्ञात एवं अज्ञेय है। परन्तु वेदान्त कहता है कि अन्तिम लक्ष्य ब्रह्म अथवा अनन्तता है जिसका श्रवण, मनन तथा निदिध्यासन द्वारा साक्षात्कार हो सकता है।

वैज्ञानिकों का ज्ञान सीमित है। यह तो केवल नाममात्र का ज्ञान है। यह सत्य ज्ञान नहीं है। वैज्ञानिक बाह्य नश्वर जगत् के ज्ञान में डूबे हुए हैं। ये बाह्य उपकरणों, लेन्स आदि को अपने ज्ञान का माध्यम बनाते हैं। पुराने सिद्धान्तों को नये सिद्धान्त मिथ्या सिद्ध करते रहते हैं। इनका ज्ञान योगियों और ज्ञानियों के आत्मज्ञान की तरह वास्तविक एवं दोषरहित नहीं है।

पदार्थ और चेतना

विज्ञान सीमित है। विज्ञान के पास ऐसे उपकरण नहीं हैं जिनके द्वारा वे सूक्ष्म स्तर में होने वाले इन्द्रियातीत आध्यात्मिक या दिव्य तथ्यों को, जिनको हम आँखों से नहीं देख सकते, जान सकें। वास्तविक अनुभव तीनों अवस्थाओं के अनुभवों को मिला कर ही होता है; वे हैं—जाग्रत, स्वप्न और सुषुप्ति। वेदान्ती इन तीनों अवस्थाओं का अध्ययन करता है। वह सुषुप्ति से और अधिक सत्य प्राप्त करता है। सुषुप्ति से उसे इस बात का प्रमाण मिलता है कि तुरीय (चतुर्थ) अवस्था भी सम्भव है।

आत्मा भौतिक विज्ञान के क्षेत्र से परे है। मनुष्य आत्मा है जो भौतिक शरीर धारण किये हुए है। आत्मा अति सूक्ष्म है। यह आकाश, मन और ऊर्जा से भी सूक्ष्म है। चेतना और प्रज्ञा आत्मा के स्वभाव हैं, शरीर के नहीं। चेतना आत्मा के अस्तित्व का प्रमाण है। मनुष्य की आत्मा अमर तत्त्व है।

विज्ञान तथ्यों का एक क्रमबद्ध अध्ययन है। यह अनुभव-तथ्यों को क्रम में डालना चाहता है। विज्ञान में उसी तथ्य को मान्य-स्वीकार्य किया जाता है, जो इन्द्रियों द्वारा ग्रहण किया जा सके। इन्द्रियों का ज्ञान मिथ्या है। माध्यम रहित प्रत्यक्ष ज्ञान (Intuition) ही वास्तविक ज्ञान है। यही एकमात्र परम ज्ञान है। यह सत्य का अनश्वर और अनन्त ज्ञान है।

वैज्ञानिक बहिर्मुखी होता है। वह अणु का विच्छेद करता है, परन्तु उसे वहाँ चेतना प्राप्त नहीं होती। उसे अपने मन और इन्द्रियों को अन्तर्मुखी करके अपनी आत्मा में स्थित होना चाहिए। उसे ब्रह्म-चेतना के समुद्र में गहरी डुबकी लगानी चाहिए।

क्रमशः

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

'Bliss Divine' (शिवानन्द ज्ञानकोष) पुस्तक से उद्धृत आलेख

मन पर विजय

सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

चित्त के अस्तित्व के दो कारण हैं—वासनाएँ अर्थात् सूक्ष्म कामनाएँ एवं प्राणों का स्पन्दन। इनमें से यदि एक पर नियन्त्रण कर लिया जाये, तो दोनों पर नियन्त्रण हो जाता है। योग मार्ग के साधक को मिताहार, आसन-प्राणायाम एवं शक्तिचालन द्वारा प्राण पर नियन्त्रण करना चाहिए।

एक योगी को मधुर एवं पौष्टिक भोजन करना चाहिए। उसे उदर का आधा भाग भोजन से, तथा एक चौथाई भाग जल से भरना चाहिए। योगीश्वर भगवान् शिव को प्रसन्न करने के लिए, उसे उदर का एक चौथाई भाग रिक्त छोड़ना चाहिए। जीवन एवं साधना में सफलता के लिए मन की एकाग्रता अत्यावश्यक है। यदि आप एकाग्रता एवं ध्यान द्वारा शक्ति के आन्तरिक स्रोत का उपयोग करना जान लेंगे, तो आपकी समस्त कठिनाइयाँ एवं बाधाएँ समाप्त हो जायेंगी। जिसने अपने मन पर नियन्त्रण नहीं किया है, उसके लिए किसी कुटिया अथवा आश्रम में वास करना अर्थहीन है।

मन को अस्थि-माँस की देह पर केन्द्रित करना मृत्यु-तुल्य है तथा मन को आत्मा अथवा परमात्मा पर केन्द्रित करना शाश्वत जीवन एवं परम शान्ति की प्राप्ति है। जब परब्रह्म का साक्षात्कार होता है, तो मन, अमन हो जाता है अर्थात् मन का अस्तित्व समाप्त हो जाता है। ध्यान करें। आपकी समस्त चिन्ताएँ एवं भावनात्मक द्वन्द्व समाप्त हो जायेंगे। आप शान्ति एवं आनन्द प्राप्त करेंगे। ईर्ष्या, घृणा, क्रोध एवं कुटिलता युक्त मन द्वारा एक क्षण भी ध्यान सम्भव नहीं है, यद्यपि व्यक्ति छः घण्टे ध्यान करने हेतु बैठता हो। प्रेम, सत्यनिष्ठा, पवित्रता, विनम्रता, सहनशीलता एवं करुणा एक शुद्ध-पवित्र मन के लक्षण हैं।

ध्यान विचारों की स्पष्टता एवं मन की प्रशान्तता प्रदान करता है। ध्यान एकाग्रतापूर्ण प्रयास है। धारणा एवं ध्यान के नियमित अभ्यास से आपको शान्ति, आनन्द, सफलता एवं अन्ततः आत्म-साक्षात्कार प्राप्त होगा। ध्यान के साथ भगवन्नाम के जप का अभ्यास करें। जब आप ध्यान में प्रगति करेंगे, जप स्वतः ही रुक जायेगा। ध्यान करना आपके लिए सहज-स्वाभाविक हो जाना चाहिए। प्रारम्भ में, ध्यान के लिए प्रयास करना होता है। कुछ समय पश्चात्, यह सहज होने लगता है। ग्रन्थों के अध्ययन में नहीं, अपितु आत्मा के ध्यान में अमृतत्व का बीज निहित है। आत्म-अनुसन्धान, समस्त अनुसन्धानों में से महानतम अनुसन्धान है। शान्त होकर बैठें। ध्यान करें तथा मौन-प्रशान्ति में अपनी अन्तरात्मा का अनुभव करें। जब आप गहन ध्यान करते हैं, जब आप मौन में उत्तरोत्तर प्रवेश करते हैं, तो आपकी इच्छाएँ धीरे-धीरे नष्ट होने लगती हैं। आप अधिकाधिक शान्त-प्रशान्त होने लगते हैं। ध्यान, आत्म-साक्षात्कार का साधन है। ध्यान से प्रबोधन प्राप्त होता है। ध्यान करें। अपने हृदय के अन्तस्तल में उतरें और अपने वास्तविक दिव्य स्वरूप का अनुभव करें। तब आप सब कुछ जान जायेंगे। शुद्ध-चैतन्य स्वरूप परमात्मा के ध्यान द्वारा उन शुद्ध-चैतन्य के साथ एकाकार हो जायें। शुद्ध-चैतन्य ही बन जायें।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

'Conquest of Mind' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

बाल जगत्

बालकों के लिए दिव्य जीवन

परमपिता परमात्मा की सौभाग्यशाली सन्तान!

सबमें भगवान् को देखें

आपके पिता साक्षात् भगवान् हैं। आपकी माता साक्षात् भगवान् हैं। शिक्षक साक्षात् भगवान् हैं। आपके अतिथि भगवान्-स्वरूप हैं। यह समस्त जगत् और इसके सम्पूर्ण जीव भगवान् का ही रूप हैं। इसलिए सबसे प्रेम करें, सबकी सेवा करें और सभी का सम्मान करें।

समर्पण

भगवान् के प्रति समर्पण कर देना, सर्वोच्च प्रार्थना है। जो कुछ हुआ है, उनकी इच्छा से हुआ है। जो हो रहा है, भगवान् की इच्छा से हो रहा है। जो कुछ होगा, उनकी इच्छा से ही होगा। अतः चिन्ता न करें, भयभीत न हों। व्याकुल न हों। क्षुब्ध न हों। भगवान् पर विश्वास रखें और सदैव प्रसन्न एवं शान्त रहें।

श्री स्वामी शिवानन्द

‘Students, Spiritual Literature and Sivananda’ पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

राजा जनक एवं पण्डित

विदेह राजा जनक की कुछ पण्डित निन्दा कर रहे थे कि राजा जनक तो एक साधारण संसारी है; वह कैसे ज्ञानी या सन्त हो सकता है? राजा जनक ने पण्डितों को सबक सिखाना चाहा।

एक दिन उन्होंने सभी पण्डितों को प्रीतिभोज के लिए निमन्त्रण दिया। अपने समक्ष विविध प्रकार के स्वादिष्ट व्यञ्जनों को देखकर सब पण्डित अत्यन्त प्रसन्न थे। सहसा किसी एक पण्डित की दृष्टि ऊपर गयी। देखा तो बहुत ही पतले बाल से बँधी हुई अति तीक्ष्ण तलवारें सभी के सिर पर लटक रही थीं। इससे भयभीत होकर धड़कते हुए हृदय से सभी व्यञ्जनों को मिला कर जैसे-तैसे खाकर वे सभी दरबार में पहुँचे।

राजा जनक ने पूछा, ''आज आप सभी ने क्या-क्या चीजें खायीं? वे स्वादिष्ट तो थीं न?''

पण्डितों ने उत्तर दिया, ''हमारा चित्त तो लटकती हुई तलवार पर स्थित था; हमें कुछ भी मालूम नहीं।''

जनक ने कहा, ''पण्डितो, मेरे मन की भी यही दशा है। मेरा मन ब्रह्म पर ही स्थिर है। मुझे विश्व के सम्बन्ध में कुछ भी मालूम नहीं।''

अति लज्जित होकर सभी पण्डितों ने अपने सिर को नीचे झुका लिया। अब उनको एक जीवन्मुक्त की स्थिति का ज्ञान हो गया। भले ही जीवन्मुक्त सांसारिक कर्तव्यों को करता हुआ दिखायी दे; किन्तु उसका मन तो सदा ब्रह्म में ही स्थिर है।

श्री स्वामी शिवानन्द

'Parables of Swami Sivananda' पुस्तक से उद्धृत कहानी का अनुवाद

परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

पीटरमैरिट्ज़बर्ग के श्री प्रेम कान्तिलालजी, शिवानन्द फ़ेलोशिप ऑफ़ साउथ अफ्रीका तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के भक्तों एवं शिष्यों के सौहार्दपूर्ण आमन्त्रण पर, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय के महासचिव, परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज श्री गुरुदेव की पवित्र चरण-पादुकाओं के साथ अक्टूबर-नवम्बर २०२५ में दुबई, साउथ अफ्रीका और मॉरीशस की आध्यात्मिक एवं सांस्कृतिक यात्रा पर गये।

स्वामीजी महाराज २ अक्टूबर को मुख्यालय आश्रम से प्रस्थान कर ३ अक्टूबर को दुबई पहुँचे। दुबई एयरपोर्ट पर श्री किशोर लखानीजी एवं श्रीमती इन्दु लखानी माताजी ने अत्यन्त स्नेहपूर्वक उनका स्वागत किया। उसी दिन सांयकाल में वृद्धजनों हेतु आयोजित सत्संग में स्वामीजी ने श्री गुरुदेव के जीवन, उनके सन्देश और भगवान् के नाम की महिमा पर प्रवचन दिया। ४ अक्टूबर को श्री एवं श्रीमती किशोर लखानीजी के निवास पर आयोजित सत्संग में स्वामीजी ने भक्तवृन्द को 'श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार गृहस्थों के कर्तव्य' विषय पर अपने व्याख्यान से आशीर्वादित किया। अगले दिन स्वामीजी द्वारा उनके निवास पर श्री गुरुदेव की पादुकाओं का पूजन किया गया। सांयकाल में स्वामीजी अबू धाबी स्थित अक्षरधाम मन्दिर गये। ६ अक्टूबर को स्वामीजी दुबई के एक अन्य हिन्दू मन्दिर में दर्शन-पूजन हेतु गये। ७ अक्टूबर को स्वामीजी ने दुबई से केप टाउन, साउथ अफ्रीका के लिए प्रस्थान किया।

केप टाउन एयरपोर्ट पर आनन्द कुटीर आश्रम के श्री स्वामी विद्यानन्दजी एवं अन्य भक्तों ने स्वामीजी महाराज का हार्दिक स्वागत किया। ७ से ९ अक्टूबर तक प्रतिदिन सायंकाल स्वामीजी ने आनन्द कुटीर आश्रम में आयोजित सत्संग में 'कठोपनिषद्' पर व्याख्यान दिये, जिनमें ४० से अधिक भक्त सम्मिलित हुए। ९ अक्टूबर को श्री गुरुदेव की पवित्र पादुकाओं का पूजन सम्पन्न हुआ।

१० अक्टूबर को स्वामीजी जोहन्सबर्ग पहुँचे जहाँ अनेक भक्तों ने उनका हर्षपूर्वक स्वागत किया। स्वामीजी ने श्री गुरुदेव एवं पूज्य श्री स्वामी विमलानन्दजी महाराज के भक्त डॉ. संदीप एवं श्रीमती प्रिया भानाजी के निवास पर रात्रि-विश्राम किया। ११ अक्टूबर को स्वामीजी ने डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के एक केन्द्र द्वारा ज़कारिया पार्क में आयोजित सत्संग में भाग लिया एवं

'साधक रूप में श्री गुरुदेव का प्रेरक जीवन' विषय पर प्रवचन दिया। सायंकाल में डीएलएस मुख्यालय आश्रम की एक शाखा 'शिवानन्द स्कूल ऑफ़ योग' में श्री स्वामी ईश्वरमयानन्दजी एवं अन्य भक्तों द्वारा स्वामीजी का स्वागत किया गया। शाखा में आयोजित सत्संग में स्वामीजी ने आध्यात्मिक क्षेत्र में गुरुदेव के प्रेरणाप्रद साहित्य के अमूल्य योगदान पर व्याख्यान दिया और साथ ही जीवन के परम लक्ष्य की प्राप्ति हेतु साधना की महत्ता पर भी बल दिया।

१२ अक्टूबर को विनचेस्टर हिल्स, जोहन्सबर्ग स्थित डीएलएस मुख्यालय आश्रम की एक शाखा 'शिवानन्द योग वेदान्त सोसायटी' द्वारा पादुका-पूजा एवं सत्संग का आयोजन किया गया। स्वामीजी सत्संग में सम्मिलित हुए और भक्ति योग पर प्रवचन करते हुए यह स्पष्ट किया कि किस प्रकार भगवान् के प्रति सच्ची भक्ति द्वारा साधक उन्हें प्राप्त कर सकता है। लगभग २०० भक्तों ने इस कार्यक्रम में भाग लिया। सायंकाल एक भक्त श्री विष्णु रामलक्ष्मणजी के घर आयोजित सत्संग में भी स्वामीजी ने भक्ति योग पर ही अपना उद्‌बोधन जारी रखा। एक दिन के विश्राम के पश्चात्, स्वामीजी ने १४ अक्टूबर को डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के सैंडटन (मार्लबोरो) केन्द्र में पादुका-पूजा एवं सत्संग में भाग लिया तथा 'साधक के जीवन में गुरु की भूमिका' विषय पर प्रवचन दिया, जिसमें लगभग २५० भक्त सम्मिलित हुए । १५ अक्टूबर को स्वामीजी ने डरबन के लिए प्रस्थान किया।

डरबन एयरपोर्ट पर स्वामीजी महाराज का भक्तों ने हार्दिक स्वागत किया। १८ अक्टूबर को रिचर्ड्स बे में 'शिवानन्द वर्ल्ड पीस फ़ाउण्डेशन' द्वारा आयोजित कार्यक्रम में सहभागिता के बाद, स्वामीजी पीटरमैरिट्ज़बर्ग पहुँचे और श्री प्रेम कान्तिलालजी के निवास पर रहे। १९ अक्टूबर को डीएलएस मुख्यालय आश्रम की एक शाखा 'इन्टीग्रल योग सेन्टर' में प्रातः ९ से १२ बजे तक स्वामीजी के सान्निध्य में पादुका-पूजा एवं सत्संग का आयोजन किया गया, जिसमें लगभग १५० भक्त सम्मिलित हुए। उसी दिवस सायंकाल ४ से ७ बजे तक स्वामीजी ने डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के पीटरमैरिट्ज़बर्ग केन्द्र में पादुका-पूजा की तथा 'गुरु भक्ति' विषय पर सारगर्भित प्रवचन दिया। इस कार्यक्रम में १०० से अधिक भक्तों ने भावपूर्वक भाग लिया। दीपावली के दिन स्वामीजी श्री प्रेम कान्तिलालजी के निवास पर रहे तथा वहाँ पादुका-पूजा एवं सत्संग के साथ-साथ भक्तों से भेंट भी की।

२२ अक्टूबर को स्वामीजी डरबन लौट आये और प्रातःकाल एक भक्त के घर पादुका-पूजा एवं सत्संग में सम्मिलित हुए। सायंकाल 'उम्हलांगा हिन्दू मन्दिर' में 'ज्ञान गंगा अकादमी' द्वारा आयोजित

सत्संग में स्वामीजी ने 'श्रीमद्भगवद्गीता के परिप्रेक्ष्य में श्री गुरुदेव के जीवन' विषय पर प्रवचन दिया। लगभग १०० भक्तों ने इस कार्यक्रम में भाग लिया। २३ अक्टूबर को डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के फ़ीनिक्स केन्द्र में स्वामीजी ने पादुका-पूजा की एवं 'गुरु भक्ति' पर प्रवचन करते हुए यह स्पष्ट किया कि किस प्रकार गुरु-भक्ति द्वारा साधक जीवन के परम लक्ष्य को प्राप्त कर सकता है। सत्संग में लगभग १०० भक्त सम्मिलित हुए। २४ अक्टूबर को स्वामीजी ने श्री गुरुदेव के एक अनन्य भक्त श्री प्रदीप रामलालजी के घर पादुका-पूजा की तथा सत्संग में भाग लिया। २५ अक्टूबर को टोंगाट स्थित डीएलएस मुख्यालय आश्रम की एक शाखा 'शिवानन्द वेदान्त इन्स्टीट्यूट' द्वारा वीरभोगा मन्दिर में आयोजित सत्संग में स्वामीजी ने 'श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार श्री गुरुदेव के स्थितप्रज्ञ-लक्षण' विषय पर प्रवचन दिया। २६ अक्टूबर को स्वामीजी चैट्सवर्थ में डीएलएस मुख्यालय आश्रम की एक शाखा 'सर्व धर्म आश्रम' द्वारा आयोजित सत्संग में सम्मिलित हुए, इसमें अनेक बालक-बालिकाओं तथा भक्तों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। सायंकाल डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के चैट्सवर्थ केन्द्र में २०० से अधिक भक्तों की उपस्थिति में पादुका-पूजा एवं सत्संग सम्पन्न हुए । एक दिन के विश्राम के पश्चात्, स्वामीजी ने २८ अक्टूबर को एक भक्त के घर पादुका-पूजा एवं सत्संग में भाग लिया। इसके बाद स्वामीजी डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के एक केन्द्र स्टैंगर गये और वहाँ पादुका-पूजा एवं सत्संग में सम्मिलित हुए।

३१ अक्टूबर को डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका, 'शिवानन्द आश्रम, रिज़र्वोयर हिल्स', डरबन के स्नेहपूर्ण आमन्त्रण पर स्वामीजी कुछ दिनों वहाँ प्रवास करने हेतु गये। बोर्ड सदस्यों एवं भक्तों ने स्वामीजी महाराज का हार्दिक स्वागत किया। बोर्ड सदस्यों के साथ एक मीटिंग के बाद, स्वामीजी ने उनके कुछ प्रोजेक्टस का अवलोकन किया। सायंकाल में स्वामीजी ने आश्रम में गंगा आरती एवं पादुका-पूजा की तथा सत्संग हॉल में आयोजित सत्संग में गुरुदेव के ज्ञान यज्ञ एवं श्री स्वामी सहजानन्दजी महाराज द्वारा उनकी पुस्तकों के विपुल प्रकाशन द्वारा इस ज्ञान यज्ञ में उल्लेखनीय योगदान विषय पर विस्तृत प्रवचन दिया। १ नवम्बर को स्वामीजी ने आश्रम के अन्य प्रोजेक्टस का निरीक्षण किया तथा सायंकाल में शिवानन्द घाट पर हवन एवं सत्संग में भाग लिया। २ नवम्बर को स्वामीजी ने ला मर्सी' में डिवाइन लाइफ सोसायटी साउथ अफ्रीका के एक केन्द्र 'शिवानन्द इन्टरनेशनल कल्चरल सेन्टर', में गंगा पूजन एवं आरती तथा पादुका-पूजा की। इसके पश्चात् , उन्होंने सत्संग में एक सच्चे गुरु-भक्त के

आदर्श उदाहरण के रूप में स्वामी सहजानन्दजी के प्रेरक जीवन पर प्रवचन देते हुए बताया कि स्वामी सहजानन्दजी ने स्वयं को श्री गुरुदेव के प्रति पूर्ण समर्पित कर दिया था। उन्होंने श्री गुरुदेव की प्रेमपूर्ण सेवा के रूप में उनकी पुस्तकों का विपुल प्रकाशन किया, स्कूलों एवं कम्यूनिटी हॉल्स का निर्माण करवाया तथा सामाजिक कल्याण के अन्य अनेक कार्य किये । इस कार्यक्रम में २०० से अधिक भक्त सम्मिलित हुए। ४ नवम्बर को पीटरमैरिट्ज़बर्ग के 'हिन्दू धर्म सभा मन्दिर' में आयोजित सत्संग में स्वामीजी ने जीवन के परम लक्ष्य की प्राप्ति हेतु धर्म के पालन की अनिवार्यता पर सारगर्भित सन्देश दिया। साउथ अफ्रीका की सुखद एवं सफल यात्रा के पश्चात् , ६ नवम्बर को स्वामीजी ने मॉरीशस के लिए प्रस्थान किया।

श्री गुरुदेव के एक प्रमुख शिष्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्दजी महाराज द्वारा मॉरीशस में स्थापित डिवाइन लाइफ सोसायटी शाखा में स्वामीजी महाराज का स्नेहपूर्ण स्वागत किया गया। ७ नवम्बर को स्वामीजी ने स्थानीय मन्दिरों एवं आध्यात्मिक स्थलों के दर्शन किये। अगले दिन स्वामीजी 'वेंकटेश्वर मन्दिर' गये जिसके निर्माण हेतु भूमि श्री स्वामी वेंकटेशानन्दजी द्वारा दान-स्वरूप दी गयी थी। मन्दिर के पुजारीजनों द्वारा स्वामीजी का पूर्ण कुम्भ सहित स्वागत किया गया। स्वामीजी ने भगवान् वेंकटेश के दर्शन किये और दोपहर में स्वामीजी डिवाइन लाइफ सोसायटी मॉरीशस शाखा द्वारा आयोजित गुरु-पूजन एवं सत्संग में सम्मिलित हुए। ९ नवम्बर को स्वामीजी ने शाखा में गुरुदेव की पावन पादुकाओं की पूजा की तथा 'श्री स्वामी वेंकटेशानन्दजी के जीवन एवं गुरुदेव की शिक्षाओं के प्रसार में उनके योगदान' विषय पर प्रवचन दिया। लगभग ७० भक्तों ने सत्संग में भावपूर्वक भाग लिया। अपराह्न में स्वामीजी ने वेदान्त आश्रम में श्रीमद्भगवद्गीता पर प्रवचन दिया।

अपनी सम्पूर्ण यात्रा के दौरान स्वामीजी महाराज ने श्री गुरुदेव के साधना काल, उनके जीवन एवं शिक्षाओं तथा उनके दिव्य व्यक्तित्व में परिलक्षित श्रीमद्भगवद्गीता एवं उपनिषदों में वर्णित 'स्थितप्रज्ञ' और 'जीवन्मुक्त' के लक्षणों पर व्याख्यान दिये। स्वामीजी की इस आध्यात्मिक एवं सांस्कृतिक यात्रा ने भक्तों के हृदयों में गहरा प्रभाव डाला। ऐसा प्रतीत होता था कि जैसे गुरुदेव स्वयं ही इस सम्पूर्ण आध्यात्मिक एवं सांस्कृतिक यात्रा का निर्देशन कर रहे हों। गुरुदेव की कृपा एवं आशीर्वाद से यह यात्रा अत्यन्त सफलतापूर्वक पूर्ण हुई और स्वामीजी महाराज ११ नवम्बर २०२५ को मुख्यालय आश्रम लौट आये।

पूज्य श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्दजी महाराज की १००वीं जयन्ती का उत्सव

मुख्यालय आश्रम में २४ नवम्बर २०२५ को पूज्य श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्दजी महाराज (बिल स्वामीजी) की १००वीं जयन्ती का शुभ दिवस हर्षोल्लास के साथ मनाया गया।

पूर्वाह्न में पवित्र समाधि-मन्दिर में सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की पावन पादुकाओं की विशेष पूजा की गयी, जिसमें आश्रम के संन्यासी, ब्रह्मचारी, भक्त तथा अतिथिजन पूज्य श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्दजी महाराज को अपनी श्रद्धांजलि अर्पित करने हेतु सम्मिलित हुए।

रात्रिकालीन सत्संग में, श्री स्वामी अमृतरूपानन्द माताजी ने अपने व्याख्यान में पूज्य श्री स्वामी आत्मस्वरूपानन्दजी महाराज के परम श्रद्धेय श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज के प्रति परिपूर्ण आत्म-समर्पण एवं प्रेमपूर्ण भक्ति पर प्रकाश डालते हुए उनके प्रेरणादायी जीवन-चरित का सुन्दर वर्णन किया। तत्पश्चात्, पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज ने अपने संक्षिप्त सन्देश में गुरुदेव के पवित्र आश्रम के प्रति स्वामीजी की अनवरत एवं समर्पित सेवाओं का उल्लेख करते हुए उन्हें भावांजलि अर्पित की। सत्संग का समापन आरती और प्रसाद वितरण के साथ हुआ।

परमपिता परमात्मा एवं सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की कृपा सभी पर बनी रहे।

पावन स्मृति में

गहन शोक के साथ हम सूचित करते हैं कि आश्रम के एक वरिष्ठ संन्यासी श्री स्वामी मुकुन्दानन्दजी महाराज ने २० नवम्बर २०२५ को अपनी नश्वर देह का त्याग किया।

श्री स्वामी मुकुन्दानन्दजी ने आश्रम के भजन हॉल और वाईवीएफए प्रेस में अपनी प्रेमपूर्ण सेवाएँ प्रदान कीं। पूज्य स्वामीजी एक महान् विद्वान् थे, उन्होंने तेलुगु भाषा में सनातन धर्म और भारत की आध्यात्मिक संस्कृति का गौरव-गान करने वाली दो पुस्तकों की रचना की थी। स्वामीजी ने २० नवम्बर को ८८ वर्ष की परिपक्व आयु में अन्तिम श्वास ली।

हम प्रार्थना करते हैं कि सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के पावन चरणों में दिवंगत आत्मा को परम शान्ति प्राप्त हो।

प्रत्येक मनुष्य यही चाहता है कि उसका अन्त अथवा मरण शान्तिपूर्वक हो और मन प्रभु में लीन रहे। इसीलिए मरणासन्न व्यक्ति के समीप गीता, भागवत, विष्णुसहस्रनाम आदि धर्मशास्त्रों का पाठ किया जाता है। भले ही वह बोल न सकता हो, परन्तु वह इनका श्रवण तो कर सकेगा। परिणामतः उसमें देहाध्यास नहीं रहेगा, रोग का विस्मरण होगा और मन भगवद्-चिन्तन करने लगेगा। जब उसकी स्मरण-शक्ति क्षीण हो जायेगी, तब यही पावन आध्यात्मिक वचन उसे उसके वास्तविक स्वरूप का स्मरण करायेंगे।

श्री स्वामी शिवानन्द

द डिवाइन लाइफ सोसायटी वडोदरा शाखा का प्लैटिनम जुबली महोत्सव

द डिवाइन लाइफ सोसायटी वडोदरा शाखा द्वारा गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की अखिल भारतीय यात्रा के तथा इस यात्रा-अवधि में उनके करकमलों द्वारा १ नवम्बर १९५० को वडोदरा शाखा की स्थापना के ७५वें वर्ष के उपलक्ष्य में ३० अक्टूबर से १ नवम्बर २०२५ तक तीन दिवसीय आध्यात्मिक सम्मेलन का आयोजन किया गया। 'आत्म-जागरण, आध्यात्मिक पुनरुत्थान एवं विश्व शान्ति के लिए दिव्य जीवन' विषयक इस सम्मेलन को डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम तथा अन्य आध्यात्मिक संस्थाओं के वरिष्ठ संन्यासियों ने अपनी पावन उपस्थिति से आशीर्वादित किया।

सम्मेलन का शुभारम्भ पूजनीय सन्तों द्वारा दीप प्रज्वलन से किया गया । इसके बाद श्री कृष्णकान्त दवेजी द्वारा डी.एल.एस. मुख्यालय आश्रम के अध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज तथा महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज के आशीर्वाद सन्देश पढ़े गये। सम्मेलन के संयोजक श्री स्वामी त्यागवैराग्यानन्दजी ने स्वागत भाषण दिया तथा डॉ. जयन्त दवेजी ने वडोदरा शाखा के ७५ वर्षों के उल्लेखनीय सेवाकार्यों विशेषतः प्लैटिनम जुबली वर्ष का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया। सम्मेलन के मुख्य अतिथि परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज, उपाध्यक्ष, डी.एल.एस. मुख्यालय ने अपने उद्बोधन में गुरुदेव के जीवन एवं शिक्षाओं के विशिष्ट आयामों यथा निःस्वार्थ सेवा, समन्वय योग तथा विश्व-बन्धुत्व पर प्रकाश डाला। इस अवसर पर 'शिवानन्द अमृतं' स्मारिका, 'स्वाध्याय सुधा' (प्रार्थना-स्तोत्र-भजन संग्रह) तथा श्री जयन्त दवेजी (उपनाम-आत्माराम) द्वारा रचित गुजराती पुस्तक 'आत्म-चिन्तन' का विमोचन किया गया।

सम्मेलन के विभिन्न सत्रों में अनेक प्रतिष्ठित सन्तों एवं विद्वानों ने व्याख्यान दिये। हिन्दू धर्माचार्य सभा के संयोजक एवं महासचिव स्वामी परमात्मानन्दजी ने 'साधना और साध्य' विषय पर प्रेरक प्रवचन दिया। आदि शंकर ब्रह्मविद्या पीठ, उत्तरकाशी के आचार्य स्वामी हरिब्रह्मेन्द्रानन्द तीर्थजी ने 'हिन्दू धर्म सर्वस्व' विषय पर तीन प्रभावशाली व्याख्यान दिये। आर्ष विद्या तीर्थ, बड़ोली की संस्थापिका स्वामी सद्विद्यानन्द माताजी ने 'वेदान्त में भक्ति का महत्त्व' विषय पर सारगर्भित प्रवचन दिया। बीएपीएस स्वामीनारायण संस्था के साधु ज्ञानवत्सलदासजी ने अपने सन्देश में दिव्य जीवन को आत्म-संयम,

सामाजिक व्यवस्था एवं आध्यात्मिक उत्कर्ष का अद्भुत समन्वय बताया जो २१वीं सदी के लिए अत्यन्त आवश्यक है।

स्वामी त्यागवैराग्यानन्दजी, स्वामी धर्मनिष्ठानन्दजी तथा इन्दौर के अखण्ड प्रणव वेदान्त आश्रम के आचार्य स्वामी प्रणवानन्दजी ने समन्वय योग एवं दिव्य जीवन के विविध पक्षों पर प्रवचन दिये। सेन्ट्रल चिन्मय मिशन ट्रस्ट के पूर्व प्रमुख, पूज्य स्वामी तेजोमयानन्दजी ने तुलसीदासजी के काव्य से उद्धरण देते हुए ज्ञान एवं भक्ति के एकत्व को फल और रस के उदाहरण के माध्यम से बहुत सुन्दर रूप से समझाया।

डी.एल.एस. भावनगर की स्वामी शिवप्रियानन्द माताजी तथा वेदान्त विज्ञान मण्डल, मुम्बई के संस्थापक स्वामी ब्रह्मभूतानन्दजी ने 'स्वामी शिवानन्द का मानवता के लिए सन्देश' विषय पर व्याख्यान दिये। परम पूज्य स्वामी श्री निर्लिप्तानन्दजी महाराज ने अपने प्रवचन में मानव सेवा और व्यक्तिगत साधना को गुरुदेव स्वामी शिवानन्दजी की शिक्षाओं का सारतत्त्व बताया। पोरबन्दर के सान्दीपनि विद्यानिकेतन के पूज्य रमेशभाई ओझा (भाईश्री) ने अपने व्याख्यान में श्रीमद्भागवत को सनातन धर्म का सार तथा भक्ति को श्रीमद्भागवत का हृदय बताया।

स्वामी धर्मनिष्ठानन्दजी ने तीनों दिन प्रातःकाल प्रार्थना, ध्यान एवं प्राणायाम सत्रों का तथा अन्तिम दिन पादुका-पूजा का संचालन किया। अध्यात्म विद्या मन्दिर, वडोदरा की स्वामी स्वप्रकाशानन्द माताजी और स्वामी ब्रह्मप्रियानन्द माताजी ने विविध स्तोत्रों के पाठ हेतु प्रतिभागियों का मार्गदर्शन किया। श्री मयंक पंड्याजी, श्री प्रवीण लांघणोजाजी, श्रीमती आरती बरोतजी और श्रीमती मीना पटेलजी ने भक्तिगीत प्रस्तुत किये। डॉ. जयन्त दवेजी, श्री अनिरुद्ध बुच जी तथा सुश्री नेहा भट्ट जी ने मास्टर ऑफ सेरेमनीज के रूप में विविध कार्यक्रमों का संचालन किया। संयुक्त संयोजक श्री महेश त्रिवेदीजी ने धन्यवाद ज्ञापन प्रस्तुत किया और आयोजन समिति के सभी सदस्यों के हृदयपूर्ण योगदान का उल्लेख किया। जामनगर से आये प्रतिभागी श्री उपेन्द्र त्रिवेदीजी ने सभी प्रतिभागियों की ओर से गहन प्रसन्नता और कृतज्ञता व्यक्त की। समापन सत्र में परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज ने वडोदरा शाखा की ७५ वर्षों की गौरवपूर्ण सेवा तथा प्लैटिनम जुबली के उपलक्ष्य में आध्यात्मिक सम्मेलन के भव्य एवं सफल आयोजन पर हार्दिक प्रशंसा एवं प्रसन्नता व्यक्त की।

गुजरात की सभी डीएलएस शाखाओं तथा देश के अन्य केन्द्रों से लगभग ५०० पंजीकृत प्रतिभागियों एवं भक्तों ने इस आध्यात्मिक सम्मेलन में भाग लिया और सन्तों की ज्ञान-गंगा से अपार लाभ प्राप्त कर स्वयं को अत्यन्त धन्य अनुभव किया।

सूचना

३९ वाँ अखिल ओडिशा डिवाइन लाइफ सोसायटी आध्यात्मिक सम्मेलन डिवाइन लाइफ सोसायटी कटक शाखा, ओडिशा ३० जनवरी से २ फरवरी २०२६

महाप्रभु श्री जगन्नाथ के असीम अनुग्रह एवं परम आराध्य सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के विपुल आशीर्वाद से, डिवाइन लाइफ सोसायटी कटक शाखा के स्थापना दिवस की प्लेटीनम जुबली (७५ वर्ष) के उपलक्ष्य में कटक में ३० जनवरी से २ फरवरी २०२६ तक ३९ वें अखिल ओडिशा डिवाइन लाइफ सोसायटी आध्यात्मिक सम्मेलन का आयोजन किया जा रहा है।

इस शाखा का यह अद्वितीय सौभाग्य है कि इसका शुभारम्भ १५ अगस्त १९५१ को गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के आशीर्वाद के साथ हुआः—''मैं सर्वशक्तिमान् प्रभु से प्रार्थना करता हूँ कि वे शाखा को एक ऐसी सक्रिय आध्यात्मिक संस्था बनने का आशीर्वाद दें, जहाँ अधिकाधिक जन शान्ति, विश्रान्ति एवं आनन्द प्राप्त कर सकें। परमपिता परमात्मा शाखा के सदस्यों, भक्तों, कार्यकर्ताओं एवं समर्थकों को तथा कटक के सभी निवासियों को दीर्घायु, सुस्वास्थ्य, समृद्धि, शान्ति एवं आनन्द से आशीर्वादित करें। डिवाइन लाइफ सोसायटी कटक शाखा 'दिव्य जीवन' के सन्देश को तब तक प्रसारित-प्रचारित करती रहे, जब तक प्रत्येक मनुष्य भगवद्-प्राप्ति न कर लें! भगवान् की दिव्य कृपा सब पर हो।''

अपनी स्थापना के समय से ही शाखा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के मार्गदर्शन, उनकी दिव्य उपस्थिति एवं आशीर्वाद के साथ अनेक राज्यस्तरीय, राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय स्तर के सम्मेलनों के आयोजन द्वारा श्री गुरुदेव के सन्देश 'दिव्य जीवन व्यतीत करें एवं भगवान् में वास करें' को प्रसारित करने का अनवरत प्रयास कर रही है।

इस सम्मेलन का विषय होगा—''**दिव्य जीवन व्यतीत करें एवं भगवान् में वास करें।**''

डी एल एस मुख्यालय आश्रम के वरिष्ठ संन्यासी, भारत की अन्य आध्यात्मिक संस्थाओं के अध्यक्ष, विद्वान् एवं गणमान्य व्यक्ति अपनी गरिमामयी उपस्थिति से सम्मेलन की शोभावृद्धि करेंगे तथा अपने ज्ञानपूर्ण

वचनों से भक्तजनों को लाभान्वित करेंगे।

आध्यात्मिक ज्ञान के प्रचार-प्रसार तथा वैश्विक एकता एवं शान्ति हेतु दिव्य जीवन-यापन का सन्देश देने के उद्देश्य से आयोजित इस सम्मेलन में भाग लेने हेतु भारत एवं विदेश की डिवाइन लाइफ सोसायटी की सभी शाखाओं के भक्तवृन्द सादर आमन्त्रित हैं।

नामांकन एवं जानकारी हेतु कृपया सम्पर्क करें :

प्रो. डॉ. गीता मोहान्ती, मुख्य संयोजक : +९१- ९४३७३४८९३०
डॉ. अन्तर्यामी साहू, मुख्य कार्यपालक : +९१- ९०९०५११५६६
कॉन्फरेन्स ऑफिस : +९१- ९८६१४५९२९५, ७८९४३१२२८०

पत्र-व्यवहार हेतु पता :

द डिवाइन लाइफ सोसाइटी कटक शाखा
चिदानन्द घाट, मधुसूदन नगर,
तुलसीपुर, कटक
ओडिशा - ७५३००८
ई मेल: 39aodlsc@gmail.com

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

मोक्ष-प्राप्ति में सत्संग का योगदान है। एक क्षण का सत्संग भी एक राज्य के शासन से श्रेष्ठ है। सत्संग से सब-कुछ प्राप्त हो जाता है। यह सांसारिक तथा बुरे विचारों को जड़ से उखाड़ फेंकता है और विषयी मन को आध्यात्मिकता की ओर मोड़ देता है। मोह का नाश करता है, वैराग्य उत्पन्न करता है, सत्पथ पर लगा कर मन में विद्वत्ता का सूर्य उदय कर देता है। यदि सत्संग मिल जाये, तो तीर्थयात्रा की आवश्यकता ही नहीं है। सत्संग स्वयं तीर्थों का तीर्थ है। जहाँ सत्संग है, वहाँ त्रिवेणी ही उपस्थित मानिए।

श्री स्वामी शिवानन्द

सूचना

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, चण्डीगढ़ शाखा

वार्षिकोत्सव एवं आध्यात्मिक सम्मेलन

२० से २२ मार्च २०२६

परम पूज्य सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की अपार कृपा से, द डिवाइन लाइफ सोसायटी चण्डीगढ़ शाखा २० से २२ मार्च २०२६ तक शिवानन्द आश्रम, प्लॉट नं. २, सैक्टर २९-ए, चण्डीगढ़ में अपना वार्षिकोत्सव और 'कलियुग केवल नाम अधारा' विषय पर आध्यात्मिक सम्मेलन आयोजित करने जा रही है।

इस सम्मेलन को मुख्यालय आश्रम, ऋषिकेश तथा अन्य संस्थाओं के वरिष्ठ सन्त एवं विद्वान् अपनी उपस्थिति से आशीर्वादित करेंगे। आध्यात्मिक ज्ञान के प्रचार-प्रसार हेतु आयोजित इस सम्मेलन में भाग लेने के लिए दिव्य जीवन संघ की सभी शाखाओं के सदस्य सादर आमन्त्रित हैं।

नामांकन और अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क सूत्रः

श्री एस. के. महाजन, अध्यक्ष	मोः ९८१४११८०३४
श्री रामावतार, उपाध्यक्ष	मोः ९४१७५०६२२४
श्री दर्शन कुमार वशिष्ठ, सचिव	मोः ९२१६७०४०४१

पत्र-व्यवहार हेतु पताः

शिवानन्द आश्रम,

डिवाइन लाइफ सोसायटी

प्लॉट नं. २, सैक्टर २९-ए,

चण्डीगढ़ - १६००३०

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

सूचना

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, पश्चिमी बंगाल

वार्षिक साधना शिविर

२४ से २८ जनवरी २०२६

परम पूज्य सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की अपार कृपा से, द डिवाइन लाइफ सोसायटी पश्चिमी बंगाल शाखा २४ से २८ जनवरी २०२६ तक हावड़ा–तारकेश्वर रेलवे लाइन (कोलकाता से ५४ किमी) पर स्थित हमीरगाछी, रेलवे–स्टेशन मालिया के विश्वनाथ सेवा समिति ट्रस्ट कॉम्प्लेक्स में वार्षिक साधना शिविर आयोजित करने जा रही है।

इस शिविर को मुख्यालय आश्रम, ऋषिकेश तथा अन्य संस्थाओं के वरिष्ठ सन्त एवं विद्वान् अपनी उपस्थिति से आशीर्वादित करेंगे। आध्यात्मिक ज्ञान के प्रचार–प्रसार हेतु आयोजित इस शिविर में भाग लेने के लिए दिव्य जीवन संघ की सभी शाखाओं के सदस्य सादर आमन्त्रित हैं।

नामांकन की अन्तिम तिथि १५ जनवरी २०२६ है।

नामांकन, आवास–सुविधा एवं अन्य जानकारी हेतु कृपया सम्पर्क करें–

१.	श्री विजय कुमार स्वाँइ	९३३९३ ९२८४५
२.	श्री नितुल पारेख	९८३०० ४०७३०
३.	श्री त्रिलोचन दास	९३३०४९६०३०
४.	श्री एल.एन.पाढ़ी	७३२८८४०१६७

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

डोनेशन सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण सूचना

प्रशासनिक कारणों तथा वर्तमान अकाउण्टिंग व्यवस्था (Accounting System) को थोड़ा सरल बनाने के उद्देश्य से, १० मार्च २०२१ को आयोजित 'बोर्ड ऑफ मैनेजमेण्ट' मीटिंग एवं ११ मार्च २०२१ को आयोजित 'बोर्ड ऑफ ट्रस्टीज' मीटिंग में यह निर्णय लिया गया है कि द डिवाइन लाइफ सोसायटी के लिए भेजे जाने वाले डोनेशन दिनांक १ अप्रैल २०२१ से केवल निम्नलिखित अकाउण्टस हेड्स हेतु ही स्वीकार किये जायेंगे:

<u>जनरल डोनेशन</u>

(१) आश्रम जनरल डोनेशन

(२) अन्नक्षेत्र

(३) मेडिकल रिलीफ

<u>कॉरपस डोनेशन</u>

शिवानन्द आश्रम कॉरपस (मूलधन) फण्ड

अत: भक्तवृन्द से अनुरोध है कि वे केवल उपर्युक्त अकाउण्टस हेड्स हेतु ही डोनेशन भेजें।

आश्रम के भक्त एवं हितैषी जनों को यह भी सूचित किया जाता है कि

- '**आश्रम जनरल डोनेशन**' में प्राप्त धनराशि का उपयोग द डिवाइन लाइफ सोसायटी की समस्त धार्मिक, आध्यात्मिक एवं सेवा-सम्बन्धी गतिविधियों हेतु किया जायेगा यथा शिवानन्द होम द्वारा गृहविहीन-निराश्रितों की देखभाल, लेप्रसी रिलीफ वर्क द्वारा कुष्ठरोगियों की सेवा, निर्धन छात्रों को शैक्षिक सहायता, योग-वेदान्त फॉरेस्ट अकादमी का संचालन, नि:शुल्क वितरणार्थ आध्यात्मिक पुस्तकों का मुद्रण, आध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार-प्रसार, आश्रम-मन्दिरों में पूजा-अर्चना, आश्रम एवं गौशाला का रख-रखाव तथा आश्रम की नियमित धार्मिक-आध्यात्मिक गतिविधियों का संचालन। इस धनराशि का उपयोग सोसायटी द्वारा समय-समय पर आयोजित अन्य विभिन्न धार्मिक, आध्यात्मिक एवं सेवा-सम्बन्धी कार्यक्रमों हेतु भी किया जायेगा।
- '**अन्नक्षेत्र**' हेतु प्राप्त धनराशि का उपयोग आश्रम के संन्यासियों, ब्रह्मचारियों, साधकों, भक्तों, अतिथियों, शिवानन्द चैरिटेबल हॉस्पिटल के रोगियों एवं कर्मचारियों, तीर्थयात्रियों, परिव्राजक साधुओं तथा निर्धनों को निःशुल्क भोजन उपलब्ध कराने हेतु किया जायेगा।
- '**मेडिकल रिलीफ**' के अन्तर्गत प्राप्त डोनेशन का उपयोग शिवानन्द चैरिटेबल हॉस्पिटल में जरूरतमन्द रोगियों के निःशुल्क उपचार हेतु तथा सोसायटी द्वारा संचालित अन्य चिकित्सा-सम्बन्धी कार्यक्रमों हेतु किया जायेगा।
- इसी प्रकार '**शिवानन्द आश्रम कॉरपस (मूलधन) फण्ड**' से प्राप्त ब्याज की राशि का सदुपयोग सोसायटी की समस्त गतिविधियों (धार्मिक, आध्यात्मिक एवं सेवा-सम्बन्धी) हेतु किया जायेगा।
- इस सम्बन्ध में यह तथ्य ध्यान देने योग्य है कि सोसायटी अपनी किसी गतिविधि को समाप्त नहीं कर रही है। सोसायटी की सभी आश्रम-सम्बन्धी एवं सेवा-सम्बन्धी गतिविधियाँ पूर्ववत् चलती रहेंगी; यद्यपि डोनेशन स्वीकार करने हेतु अकाउण्टस हेड्स की संख्या कम कर दी गयी है।

- डोनेशन ऋषिकेश में देय बैंकड्राफ्ट अथवा चेक अथवा इलेक्ट्रानिक मनीआर्डर (E.M.O.) द्वारा **"The Divine Life Society", Shivanandanagar, Uttarakhand** के नाम भेजा जा सकता है। कृपया ड्राफ्ट अथवा चेक अथवा ई. एम. ओ. के साथ एक पत्र में डोनेशन का उद्देश्य, अपना डाक पता, फोन नम्बर, ई मेल आई डी तथा पैन नम्बर लिख कर भेजें।
- भक्तवृन्द को यह भी सूचित किया जाता है कि आश्रम-मन्दिरों में पूजा-अर्चना करवाने हेतु कोई धनराशि नहीं ली जायेगी। जो व्यक्ति अपने अथवा अपने परिवार के किसी सदस्य के नाम पर पूजा करवाना चाहते हैं, वे इस सम्बन्ध में आश्रम के महासचिव अथवा परमाध्यक्ष को आवश्यक विवरण के साथ एक अनुरोध-पत्र ई मेल अथवा डाक द्वारा भेज सकते हैं जिससे कि उनके नाम पर पूजा सम्पन्न हो सके।
- सोसायटी को भेजे जाने वाले सदस्यता शुल्क, प्रवेश शुल्क, आजीवन सदस्यता शुल्क, पैट्रनशिप शुल्क, शाखा-सम्बद्धता शुल्क एवं एस पी एल को भेजी जाने वाली अग्रिम धनराशि से सम्बन्धित प्रावधानों एवं निर्देशों में कोई परिवर्तन नहीं किया गया है।

ऑनलाइन डोनेशन सुविधा सम्बन्धी सूचना

- द डिवाइन लाइफ सोसायटी के लिए 'ऑनलाइन डोनेशन' वेब एड्रेस **https://donations.sivanandaonline.org** के माध्यम से अथवा हमारी वेबसाइट **www.sivanandaonline.org** में दिये गये 'ऑनलाइन डोनेशन' लिंक के माध्यम से भेजा जा सकता है।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय के सदस्यता-शुल्क एवं शाखाओं के सम्बद्धता-शुल्क की दरें

१. नवीन सदस्यता-शुल्क*		₹ १५०/-
प्रवेश-शुल्क	₹ ५०/-	
सदस्यता-शुल्क	₹ १००/-	
२. सदस्यता नवीकरण-शुल्क (वार्षिक)		₹ १००/-
३. नयी शाखा खोलने का शुल्क**		₹ १०००/-
प्रवेश-शुल्क	₹ ५००/-	
सम्बद्धता-शुल्क	₹ ५००/-	
४. शाखा-सम्बद्धता नवीकरण शुल्क (वार्षिक)		₹ ५००/-

* 'दिव्य जीवन' पत्रिका डिवाइन लाइफ सोसायटी के सदस्यों को निःशुल्क भेजी जाती है। जो व्यक्ति सोसायटी के सदस्य बनना चाहते हैं, वे कृपया महासचिव को इस सम्बन्ध में पत्र लिखें।

** सदस्यता के इच्छुक प्रार्थी कृपया प्रार्थना-पत्र के साथ अपना फोटो पहचान-पत्र (Photo Identity) तथा निवास-स्थान के प्रमाण-स्वरूप कोई दस्तावेज (Residential Proof) भेजें।

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

⇨ कृपया सदस्यता-शुल्क और शाखा-सम्बद्धता-शुल्क ऋषिकेश में स्थित किसी भी बैंक के नाम बने डिमांड ड्राफ्ट अथवा चेक द्वारा भेजें।

डी एल एस शाखाओं की गतिविधियाँ एवं कार्यक्रम

भारतीय शाखाएँ

कानपुर (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा श्रीमद्‌भगवद्‌गीता और श्रीमद्‌भागवत का दैनिक स्वाध्याय नियमित रूप से चलता रहा । ८ सितम्बर को सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज का जन्मदिवस पादुका पूजा, भजन और कीर्तन सहित मनाया गया। २८ सितम्बर को श्रीमद्‌भगवद्‌गीता, श्री रामचरितमानस और श्री हनुमानचालीसा पाठ तथा भजन-कीर्तन सहित मासिक सत्संग आयोजित किया गया।

केन्द्रापड़ा (ओडिशा): शाखा के नियमित कार्यक्रमों के अतिरिक्त कार्तिक माह में विशेष महामन्त्र संकीर्तन और सायंकालीन सत्संग आयोजित किया गया। इस पवित्र माह में सात दिन का 'हविष्यालीशिविर' भी आयोजित किया गया। विजयादशमी, दीपावली और गोपाष्टमी पर्व श्रद्धापूर्वक मनाये गये।

गुदरी (ओडिशा): शाखा द्वारा नियमित पूजा और प्रत्येक गुरुवार को दैनिक सत्संग पूर्ववत् चलते रहे। पूर्णिमा के दिन ७ सितम्बर को श्रीमद्‌भागवत का पाठ, हवन और भजन-कीर्तन का आयोजन किया गया। ८ सितम्बर को सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज का जन्मदिवस पादुका पूजा, भजन-कीर्तन और प्रवचन सहित मनाया गया।

चाँदपुर (ओडिशा): प्रत्येक गुरुवार को गुरु पादुका पूजा, शनिवार को साप्ताहिक सत्संग, और माह की ८ व २४ तारीख को चल-सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। १ अक्टूबर को ब्रह्मवैवर्त पुराण का दैनिक स्वाध्याय आरम्भ किया गया और ११ अक्टूबर को निकटवर्ती गाँव में श्री हनुमान चालीसा पाठ सहित विशेष सत्संग का आयोजन किया गया।

चन्द्रशेखरपुर-भुवनेश्वर (ओडिशा): प्रत्येक मंगलवार को पादुका पूजा और श्रीमद्‌भगवद्‌गीता पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग पूर्ववत् चलते रहे। इसके अतिरिक्त, श्रीमद्‌भगवद्‌गीता पाठ सहित चार चल सत्संग आयोजित किये गये। शाखा द्वारा १५, १६ और १८ अक्टूबर को तीन अलग-अलग स्कूलों में तीन विद्यार्थी विकास शिविर आयोजित किये गये। २९ अक्टूबर को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का २४वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस प्रभात-फेरी, पादुका पूजा, श्री विष्णुसहस्रनाम, श्रीमद्‌भगवदगीता, श्री हनुमान चालीसा पाठ, भजन-कीर्तन और प्रवचन सहित मनाया गया।

छत्रपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक गुरुवार को भजन, कीर्तन, श्रीमद्‌भगवद्‌गीता पाठ, रामायण पर प्रवचन सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये। १ और २७ सितम्बर को सुन्दरकाण्ड का पारायण किया गया। ५ सितम्बर को गुरु दिवस पर शिशु विद्या मन्दिर के छात्रों द्वारा सत्संग किया गया। ८ तारीख को सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की १३८वीं जयन्ती नगर संकीर्तन, पादुका पूजा, शिवानन्द चालीसा पाठ, भजन, कीर्तन और गुरुदेव के जीवन और शिक्षाओं पर प्रवचन सहित मनायी गयी। २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की १०९वीं जयन्ती नगर संकीर्तन, पादुका पूजा, चिदानन्द चालीसा पाठ, भजन, कीर्तन और गुरु महाराज के जीवन और शिक्षाओं पर प्रवचन सहित मनायी गयी।

जयपुर (ओडिशा): प्रत्येक गुरुवार और शनिवार को साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे । १० जुलाई को श्री गुरु पूर्णिमा और १९ जुलाई को सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का ६२वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस पादुका पूजा, श्री विष्णुसहस्रनाम एवं श्रीमद्‌भगवद्‌गीता पारायण, प्रवचन और हवन सहित मनाये गये। २० जुलाई को विश्व-शान्ति के लिए रुद्राभिषेक किया गया। २७ जुलाई को एक भक्त के आवास पर गीता यज्ञ का आयोजन किया गया।

ढेंकानाल (ओडिशा): १० जुलाई को श्री गुरु पूर्णिमा, ८ सितम्बर को सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की जयन्ती और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की जयन्ती प्रभात-फेरी, पादुका पूजा, भजन, कीर्तन और प्रवचन सहित मनायी गयी।

दुर्ग (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा प्रत्येक शनिवार को

प्रार्थना, भजन, श्री हनुमान चालीसा पाठ एवं महामृत्युञ्जय मन्त्र जप सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): प्रार्थना, श्रीमद्भगवद्गीता एवं श्री हनुमानचालीसा पाठ सहित दैनिक प्रातःकालीन सत्संग, जप एवं ध्यान सहित सायंकालीन सत्संग, तथा प्रत्येक शनिवार को श्री हनुमानचालीसा और श्री सुन्दरकाण्ड पारायण सहित मातृ सत्संग के कार्यक्रम नियमित रूप से किये जाते रहे। माह की ३ तारीख को महामन्त्र कीर्तन किया गया। १ अक्टूबर को दुर्गा नवमी के दिन कन्या पूजन का आयोजन किया गया। ५ से ७ अक्टूबर तक श्री रामचरितमानस पर प्रवचन आयोजित किये गये। १२ अक्टूबर को शाखा के संस्थापक श्री वी. कृष्णमूर्ति की २२वीं पुण्यतिथि मनायी गयी।

नयागढ़ (ओडिशा): प्रत्येक बुधवार को साप्ताहिक सत्संग और संक्रान्ति के दिन श्री सुन्दरकाण्ड और श्री हनुमान चालीसा का पाठ किया गया।

पुरी (ओडिशा): दैनिक सत्संग, प्रत्येक गुरुवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग, माह की ८ एवं २४ को पादुका पूजा, एकादशी को श्रीमद्भगवद्गीता पाठ, संक्रान्ति को श्री हनुमानचालीसा पाठ तथा अमावस्या एवं पूर्णिमा को महामन्त्र संकीर्तन कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की १३८वीं जयन्ती और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की १०९वीं जयन्ती प्रभात फेरी, पादुका पूजा और नारायण सेवा सहित मनायी गयी।

बीकानेर (राजस्थान): दैनिक पूजा, योगासन, प्राणायाम और ध्यान सत्र, प्रत्येक सोमवार को रुद्राभिषेक, मंगलवार को भजन सन्ध्या, शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड एवं श्री हनुमानचालीसा पाठ और महामन्त्र संकीर्तन सहित सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। इसके अतिरिक्त, अमावस्या को हवन तथा प्रदोष दिवस को पूजा की गयी। शाखा द्वारा जरूरतमन्द लोगों को पीने का पानी उपलब्ध कराया गया।

बरगढ़ (ओडिशा): दैनिक पूजा, स्वाध्याय, योग और प्राणायाम की कक्षाएँ, प्रत्येक सोमवार को रुद्राभिषेक, गुरुवार को पादुका पूजा, शनिवार को साप्ताहिक सत्संग और रविवार को गीता पर विचार-विनिमय तथा निर्धन रोगियों की होमियोपैथी चिकित्सा कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे। २० अक्टूबर को दीपावली उत्सव पूजा और दीप-प्रज्वलन सहित मनाया गया।

भिलाई (छत्तीसगढ़): दैनिक प्रातःकालीन प्रार्थना एवं श्रीमद्भगवद्गीता पाठ, प्रत्येकमंगलवार को ध्यान सत्र एवं श्री हनुमानचालीसा पाठ, तथा एकादशी के दिन भजन-कीर्तन नियमित रूप से किये जाते रहे। १० जुलाई को श्री गुरु पूर्णिमा और ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की जयन्ती पादुका पूजा और भजन-कीर्तन सहित मनायी गयी।

भीमकांड (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पादुका पूजा और प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग किये गये। २६ सितम्बर को ५९वाँ साधना दिवस आयोजित किया गया।

भुवनेश्वर (ओडिशा): दैनिक पूजा और नारायण सेवा, प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, सप्ताह में चार दिन निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे। १३ अक्टूबर को एक लाख महामृत्युञ्जय मन्त्र जप के साथ विशेष सत्संग और १८ और २३ अक्टूबर को चल सत्संग आयोजित किये गये । २४ अक्टूबर को महामन्त्र कीर्तन, श्रीमद्भागवत पारायण और 'श्री राम जय राम जय जय राम' मन्त्र के १२ घण्टे के अखण्ड कीर्तन सहित चिदानन्द दिवस मनाया गया। २६ अक्टूबर को एक भक्त के आवास पर गीता यज्ञ का आयोजन किया गया और ३० अक्टूबर को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का २४वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस मनाया गया।

मदुरै (तमिलनाडु): शाखा द्वारा १ से ८ सितम्बर तक मीनाक्षी मन्दिर के पवित्र परिसर में सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की १३८वीं जयन्ती श्रीमद्भगवदगीता पाठ, भजन-कीर्तन, श्री गुरुदेव के जीवन और शिक्षाओं पर प्रवचन, विद्यार्थियों के लिए प्रतियोगिताएँ तथा एक विशाल शोभायात्रा के आयोजन सहित मनायी गयी। भक्तों को श्री गुरुदेव की दस पुस्तकें भी वितरित की गयी।

मल्कानगिरी (ओडिशा): सितम्बर और अक्टूबर माह में दैनिक श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण प्रत्येक रविवार

को साप्ताहिक सत्संग, माह की ८ तारीख को पादुका पूजा तथा संक्रान्ति के दिन श्री सुन्दरकाण्ड पाठ कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की जयन्ती पादुका पूजा और सत्संग सहित मनायी गयी।

रायपुर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक पूजा और अभिषेक, सोमवार को भजन सहित मातृ सत्संग, मंगलवार को श्री रामचरितमानस स्वाध्याय और रविवार को बाल संस्कार शाला यथावत् चलते रहे। एकादशी के दिन श्री विष्णुसहस्रनाम एवं श्री हनुमानचालीसा पाठ और नामरामायण संकीर्तन किया गया। प्रदोष के दिन विशेष पूजा की गयी। नवरात्रि, विजयादशमी और दीपावली पर्व श्रद्धापूर्वक मनाये गये।

राजा पार्क शाखा, जयपुर (राजस्थान): सितम्बर और अक्टूबर माह में दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक सोमवार को नारायण सेवा, मातृ सत्संग, तथा रविवार को सर्वकल्याण हेतु हवन इत्यादि समस्त गतिविधियाँ यथावत् चलतीं रहीं। निर्धन रोगियों का निःशुल्क होम्योपैथिक उपचार किया गया तथा जरूरतमन्द विधवाओं को वित्तीय सहायता प्रदान की गयी। निर्धन और प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति दी गयी। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की जयन्ती पादुका पूजा सहित मनायी गयी। २२ सितम्बर से १ अक्टूबर तक नवरात्रि श्री सुन्दरकाण्ड पाठ, हवन और डांडिया नृत्य सहित मनायी गयी। ६ अक्टूबर को शरद पूर्णिमा और २२ अक्टूबर को अन्नकूट पर्व भजन और कीर्तन सहित मनाये गये।

राजोल (आन्ध्र प्रदेश): प्रत्येक रविवार को संकीर्तन और श्री हनुमान चालीसा पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग पूर्ववत् चलते रहे। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की १३८वीं जयन्ती और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की १०९वीं जयन्ती श्रद्धापूर्वक मनायी गयी। ८ अक्टूबर को श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ सहित विशेष सत्संग आयोजित किया गया। ३० अक्टूबर को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का २४वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस पूजा और संकीर्तन सहित मनाया गया।

राउरकेला (ओडिशा:) दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक गुरुवार तथा रविवार को पादुका पूजा, भजन-कीर्तन और श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण सहित साप्ताहिक सत्संग के कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। जरूरतमन्द लोगों को निःशुल्क एक्यूप्रेशर चिकित्सा एवं औषधियाँ पूर्ववत् दी जाती रहीं। १२ अक्टूबर को पादुका पूजा, श्रीमद्भगवद्गीता पाठ और भजन-कीर्तन सहित विशेष सत्संग आयोजित किया गया। २२ अक्टूबर को शाखा का २६वाँ स्थापना दिवस उल्लासपूर्वक मनाया गया। २९ अक्टूबर को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का २४वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस पादुका पूजा और संकीर्तन सहित मनाया गया।

वसन्त विहार, नई दिल्ली: अक्टूबर माह में प्रत्येक रविवार को ब्रह्मसूत्र और गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की पुस्तक के स्वाध्याय, महामन्त्र कीर्तन, ध्यान, प्रवचन तथा विश्व शान्ति हेतु प्रार्थना सहित साप्ताहिक सत्संग किये गये।

स्टील टाउनशिप – राउरकेला (ओडिशा): दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक गुरुवार को चल-सत्संग एवं गुरु पादुका पूजा, तथा सोमवार को निःशुल्क संगीत कक्षाएँ आदि कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। ३ से ५ अक्टूबर तक श्रीमद्भगवद्गीता पर प्रवचन आयोजित किये गये। २९ अक्टूबर को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का २४वाँ पुण्यतिथि आराधना दिवस पादुका पूजा और प्रवचन सहित मनाया गया।

विदेशी शाखा

हाँगकाँग : शाखा द्वारा २० सितम्बर को च्यूंग शॉ वान और नॉर्थ पॉइंट योगा सेन्टर पर एक घण्टे का महामन्त्र कीर्तन किया गया। १३ और २७ सितम्बर को नॉर्थ पॉइंट योगा सेन्टर में श्री हरि चेंग द्वारा योग वेदान्त सूत्रों पर प्रवचन तथा महामृत्युञ्जय मन्त्र जप सहित मासिक सत्संग तथा ऑनलाइन-सत्संग आयोजित किये गये। शाखा सदस्यों द्वारा माह में दो बार नॉर्थ पॉइंट योगा सेन्टर में जप सत्र आयोजित किया गया। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की १३८वीं जयन्ती और २४ सितम्बर को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की १०९वीं जयन्ती श्रद्धापूर्वक मनायी गयी।

हिन्दी में उपलब्ध पुस्तकों की नवीनतम सूची

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कृत

अच्छी नींद कैसे सोयें	₹ ७०/-
अध्यात्मविद्या	१९०/-
कर्म और रोग	२५/-
कर्मयोग-साधना	२२५/-
गीता-प्रबोधिनी	७०/-
गुरु-तत्त्व	५५/-
घरेलू चिकित्सा	२९०/-
जपयोग	१२०/-
जीवन में सफलता के रहस्य	१८५/-
ज्योति, शक्ति और प्रज्ञा	६५/-
दिव्योपदेश	४०/-
देवी माहात्म्य	११५/-
धनवान् कैसे बनें	५०/-
धारणा और ध्यान	२१०/-
ध्यानयोग	१३०/-
प्राणायाम-साधना	७५/-
बालकों के लिए दिव्य जीवन सन्देश	१००/-
ब्रह्मचर्य-साधना	१६५/-
भगवान् शिव और उनकी आराधना	१८५/-
भगवान् श्रीकृष्ण	१३०/-
मन : रहस्य और निग्रह	२५०/-
मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म	१९५/-
मानसिक शक्ति	१३०/-
मूर्तिपूजा का दर्शन और महत्त्व	४०/-
मैं इसका उत्तर दूँ?	१३०/-
श्रीमद्भगवद्गीता	४९०/-
योगाभ्यास का मूलाधार	२६०/-
योगवासिष्ठ की कथाएँ	९०/-
योगासन	११५/-
विद्यार्थी-जीवन में सफलता	६०/-
शिवानन्द-आत्मकथा	१२०/-
सत्संग भजन माला	₹ १६०/-
सत्संग और स्वाध्याय	६०/-
सद्गुणों का अर्जन एवं दुर्गुणों का नाश किस प्रकार करें	१९५/-
सन्त-चरित्र	४६०/-
सौ वर्ष कैसे जियें	९५/-
साधना	४७५/-
स्वरयोग	९०/-
हठयोग	१५०/-
हिन्दूतत्त्व-विवेचन	१६०/-

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज कृत

अध्यात्म-प्रसून	३५/-
आलोक-पुंज	१०५/-
ज्योति-पथ की ओर	U.P.
त्याग : शरणागति	२५/-
भगवान् का मातृरूप	१००/-
मोक्ष सम्भव है	३५/-
योग-सन्दर्शिका	५५/-
शाश्वत सन्देश	५५/-
शोकातीत पथ	१४०/-
साधना सार	५०/-
चिदानन्द-आत्मकथा	८५/-

श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज कृत

नित्य वन्दना	४५/-

अन्य लेखक कृत

एकादशोपनिषदः (मूल मन्त्राः)	१४०/-
गुरुदेव कुटीर में भजन-कीर्तन	६५/-
चिदानन्दम्	२००/-
जीवन-स्रोत	१५०/-
शारीरकमीमांसादर्शनम्	१५/-
शिव स्तोत्र माला	३५/-
श्रीमद्भगवद्गीता (मूलमात्रम्)	१००/-
सर्वस्नेही हृदय	१००/-
दिव्य योग	९०/-
शिवानन्द स्तोत्रपुष्पांजलि	५५/-

विस्तृत जानकारी के लिए निम्नांकित पते पर सम्पर्क करें :

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, पत्रालय : शिवानन्दनगर—२४९१९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत

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

For online orders and catalogue : dlsbooks.org

AVAILABLE BOOKS ON YOGA, PHILOSOPHY AND RELIGION

By H.H. Sri Swami Sivanandaji Maharaj

AdhyatmaYoga	125/-
Ananda Gita	75/-
Ananda Lahari	40/-
Analects of Swami Sivananda	55/-
Autobiography of Swami Sivananda	145/-
All About Hinduism	255/-
Bazaar Drugs	90/-
Beauties of Ramayana	U.P.
Bhagavad Gita (One Act Play)	U.P.
Bhagavadgita Explained	55/-
Bhagavadgita (Text & Commentary)	140/-
Bhagavadgita (Text, Word-to-Word Meaning, Translation and Commentary) (H.B.)	560/-
” ” (P.B.)	U.P.
Bhagavad Gita (Translation only)	65/-
Bhakti and Sankirtan	150/-
Bliss Divine	485/-
Blood Pressure—Its Cause and Cure	95/-
Brahmacharya Drama	50/-
Brahma Sutras	470/-
Brahma Vidya Vilas	75/-
Brihadaranyaka Upanishad	450/-
Constipation: Its Causes and Cure	120/-
Come Along, Let's Play	80/-
Concentration and Meditation	295/-
Conquest of Mind	330/-
Daily Meditations	110/-
Daily Readings	115/-
Dhyana Yoga	155/-
Dialogues from the Upanishads	120/-
Divine life for Children	U.P.
Divine Life (A Drama)	25/-
Divine Nectar	230/-
Easy Path to God-Realisation	75/-
Easy Steps to Yoga	115/-
Elixir Divine	35/-
Essays in Philosophy	80/-
Essence of Bhakti Yoga	165/-
Essence of Gita in Poems	45/-
Essence of Principal Upanishads	105/-
Essence of Ramayana	180/-
Essence of Vedanta	165/-
Ethics of Bhagavad Gita	155/-
Ethical Teachings	105/-
Every Man’s Yoga	U.P.
First Lessons in Vedanta	140/-
Fourteen Lessons on Raja Yoga	85/-
Gems of Prayers	70/-
God Exists	65/-
God-Realisation	125/-
Guru Bhakti Yoga	100/-
Guru Tattwa	80/-
Hatha Yoga	120/-
Health and Diet	150/-
Health and Happiness	130/-
Heart of Sivananda	115/-
Health and Hygiene	255/-
Himalaya Jyoti	35/-
Hindu Gods and Goddesses	130/-
Hindu Fasts and Festivals	150/-
Home Nursing	120/-
Home Remedies	190/-
How to Become Rich	40/-
How to Cultivate Virtues and Eradicate Vices	230/-
How to Get Sound Sleep	75/-
How to Live Hundred Years	90/-
Illumination	60/-
Illuminating Teachings of Swami Sivananda	75/-
Inspiring Stories	195/-
In the Hours of Communion	65/-
Isavasya Upanishad	35/-
Inspiring Songs & Kirtans	130/-
Japa Yoga	175/-
Jivanmukta Gita	75/-
Jnana Yoga	175/-
Karmas and Diseases	25/-
Kathopanishad	80/-
Kenopanishad	65/-
Kingly Science and Kingly Secret	U.P.
Know Thyself	65/-
Kalau Keshavkirtanat	300/-
Lectures on Yoga & Vedanta	200/-
Life and Teachings of Lord Jesus	90/-
Light, Power and Wisdom	80/-
Lives of Saints	425/-
Lord Krishna, His Lilas and Teachings	170/-
Lord Siva and His Worship	185/-
Maha Yoga	20/-
May I Answer That	170/-
Mind—Its Mysteries and Control	210/-
Meditation Know How	185/-
Meditation on Om	80/-
Moral and Spiritual Regeneration	75/-
Mother Ganga	70/-
Moksha Gita	55/-
Mandukya Upanishad	45/-
Music as Yoga	85/-
Nectar Drops	75/-
Narada Bhakti Sutras	165/-
Parables of Sivananda	90/-
Passion and Anger	20/-

Pearls of Wisdom .... U.P.
Philosophy and Significance of
Idol Worship 35/-
Philosophical Stories 65/-
Philosophy and Yoga in Poems ........................U.P.
Philosophy of Life ....U.P.
Philosophy of Dreams 55/-
Pocket Prayer Book 70/-
Pocket Spiritual Gems 55/-
Practical lessons in Yoga 160/-
Practice of Ayurveda 220/-
Practice of Bhakti Yoga 305/-
Practice of Brahmacharya 165/-
Practice of Karma Yoga 215/-
Practice of Nature Cure 345/-
Practice of Vedanta 145/-
Practice of Yoga 215/-
Precepts for Practice 125/-
Pushpanjali 35/-
Radha's Prem ....U.P.
Raja Yoga 180/-
Revelation ....U.P.
Religious Education ....U.P.
Sadhana 550/-
Sadhana Chatushtaya 45/-
Saint Alavandar or The King's
Quest of God 40/-
Sarvagita Sara 100/-
Satsanga and Swadhyaya 45/-
Samadhi Yoga 310/-
Self-Knowledge 190/-
Science of Reality ....U.P.
Self-Realisation 85/-
Sermonettes of Sw. Sivananda 130-
Sivananda-Gita (Last printed in 1946) 65/-
Sixty-three Nayanar Saints 125/-
Spiritual Experiences 160/-
Spiritual Lessons 115/-
Stories from Yoga Vasishtha 140/-
Student's Success in Life 75/-
Stories from Mahabharata.............................180/-
Sure Ways for Success in Life 230/-
Svara Yoga 105/-
Sw. Sivananda - His Life in Pictures................75/-
Spiritual Stories 150/-
Spiritual Treasure 55/-
Tantra Yoga, Nada Yoga and Kriya Yoga 180/-
Ten Upanishads 225/-
The Devi Mahatmya 165/-
The Divine Treasure of Swami Sivananda 25/-
The Glorious Immortal Atman 50/-
The Science of Pranayama 120/-
Thought Power 110/-
Thus Illumines Swami Sivananda....................40/-
Triple Yoga 95/-
The Principal Upanishads 450/-
Timeless Teachings of
Sri Swami Sivananda (No Discount)..............150/-
Unity of Religions 105/-
Universal Moral Lessons 60/-
Upanishad Drama ....U.P.
Upanishads for Busy People 55/-
Vairagya Mala 55/-
Vedanta for Beginners 100/-
Voice of the Himalayas 185/-
Waves of Bliss 130/-
Waves of Ganga 70/-
Wisdom in Humour ....U.P.
Wisdom Sparks..70/-
World Peace 120/-
What Becomes of the Soul after Death 195/-
Yoga and Realisation 120/-
Yoga Asanas 160/-
Yoga for the West 55/-
Yoga in Daily Life 75/-
Yoga Vedanta Dictionary 70/-
Yoga Question & Answers 95/-
Yoga Vedanta Sutras 90/-

By Swami Chidananda

108 Divine Pearls 475/-
A Call to Liberation 390/-
A Guide to Noble Living.................................55/-
An Instrument of Thy Peace..........................405/-
Awake, Realise Your Divinity .... U.P.
Bliss is Within ....U.P.
Chidanandam (The Joy of Knowing Him) 300/-
Cosmic Benefactor 300/-
Essentials of the Higher Values of Life 65/-
Eternal Messages 45/-
Forest Academy Lectures on Yoga 325/-
Gita Vision 20/-
God As Mother 85/-
Guidelines to Illumination 120/-
Insights into The Srimad
Bhagavad Gita 180/-
Lectures on Raja Yoga 100/-
Life 25/-
Light-Fountain 155/-
Liberation Is Possible! 45/-
Light on the Yoga Way of Life 30/-
Mind Its Nature & Control 60/-
Manache Shlok 30/-
Message of Swami Chidananda
to Mankind 45/-
New Beginning 45/-
Path Beyond Sorrow 230/-
Philosophy, Psychology &
practice of Yoga 180/-

Path to Blessedness 125/-
Ponder These Truths 245/-
Practical Guide to Yoga 70/-
Renunciation—A Life of
Surrender and Trust.................25/-
Seek the Beyond 300/-
Souvenir 200/-
Swami Chidananda Talks in South Africa 135/-
Swami Sivananda our Loving Awakener 120/-
Swami Sivananda—Saint,
Sage and Godman 205/-
The Quintessence of the Upanishads 50/-
The Role of Celibacy in the Spiritual Life 25/-
The Divine Destination 120/-
The Truth That Liberates 35/-
The All-Embracing Heart 100/-
Twenty Important Spiritual Instructions 145/-
Verses Addressed to the Mind ..........................U.P.
Walk in This Light 140/-
Worshipful Homage 500/-

By Swami Krishnananda

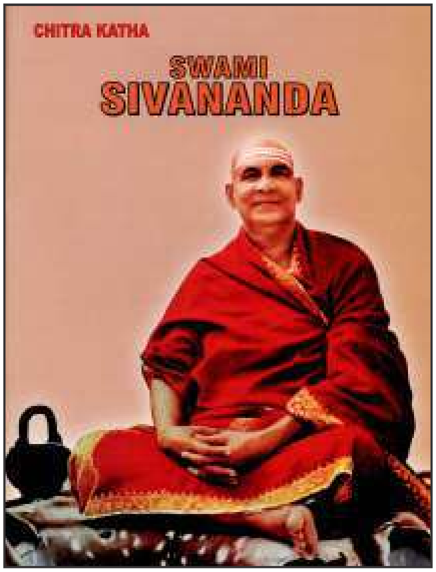
A Brief Outline of Sadhana 60/-
Ascent of the Spirit 180/-
A Textbook of Yoga 225/-
Chhandogya Upanishad................................ U.P.
Commentary on the Bhagavadgita 490/-
Commentary on the Kathopanishad 145/-
Commentary on the Mundaka Upanishad 95/-
Commentary on the Panchadasi (Vol - II) .........U.P.
Epic of Consciousness 20/-
Essays in Life and Eternity .............................U.P.
Interior Pilgrimage ....U.P.
Lessons on the Upanishads...........................170/-
Mundaka Upanishad 65/-
Philosophy of Bhagavadgita...........................195/-
Philosophy of Religion .....................................U.P.
Problems of Spiritual Life............................... 95/-
Realisation of the Absolute 125/-
Religion and Social Values 50/-
Resurgent Culture 20/-
Rare Quotes from a Rare Master....................100/-
Spiritual Import of Religious Festivals........... 250/-
Spiritual Aspiration & Practice 115/-
Self-Realisation, Its Meaning and Method 70/-
Sri Swami Sivananda and His Mission 45/-
Studies in Comparative Philosophy..................U.P.
Sessions with Ashram Residents 300/-
The Mandukya Upanishad 105/-
The Glory of the Self 375/-
The Development of Religious
Consciousness 85/-
The Brihadaranyaka Upanishad......................U.P.
The Heart and Soul of Spiritual Practice 150/-
The Mighty God-Man of our Age 75/-
The Tree of Life ....U.P.
The Vision of Life 150/-
The Yoga of Meditation 75/-
The Universality of Being 140/-
Ture Spiritual Living II....................................U.P.
The Glory of God 90/-
The Spiritual Import of the Mahabharata
and The Bhagavad Gita............................190/-
The Struggle for Perfection 40/-
The Attainment of The Infinite.......................105/-
The Essence of the Aitareya &
Taittriya Upanishad...........................65/-
The Yoga System 60/-
To Thine Own Self be True............................110/-
Total Thinking 110/-
The Guru-Disciple Relationship 40/-
The Nature of the True Religious Life.............235/-
Yoga as a Universal Science 230/-
Yoga, Meditation and Japa Sadhana 30/-
Your Questions Answered...............................U.P.

Others

Anecdotes of Sivananda 75/-
Bhajan Kirtan in Gurudev's Kutir 60/-
Dr. Dharmabhushanam
Swami Shraddhananda...............45/-
Ekadasa Upanishadah 140/-
From Man to God-Man
(N. Ananthanarayanan) 270/-
Greatness Amidst Us 40/-
Guru Gita (Swami Narayanananda) 115/-
Bhagavad Gita for Students
(Swami Venkatesananda).................75/-
I Live to Serve 25/-
Miracles of Sivananda 80/-
Sivananda Day-To-Day ..................................U.P.
Sivananda: Poet, Philosopher and Saint
(Dr. Savitri Asopa) 70/-
Sivananda: Raja Yoga (Vol-4) 355/-
Sivananda: Bhakti Yoga (Vol-5) ........................U.P.
Sivananda: Vedanta (Jnana Yoga)....................U.P.
Sivananda: The Darling of Children..................U.P.
Sivananda: Health & Hatha Yoga...................235/-
Sw. Sivananda Chitrakatha 45/-
Sivananda Integral Yoga 70/-
The Holy Stream 185/-
This Monk from India 125/-
Yoga Divine..75/-
Yoga Sutras of Patanjali 70/-
Sivananda Stotrapushpanjali..........................60/-
Sivananda: Biography of A Modern Sage.........380/-

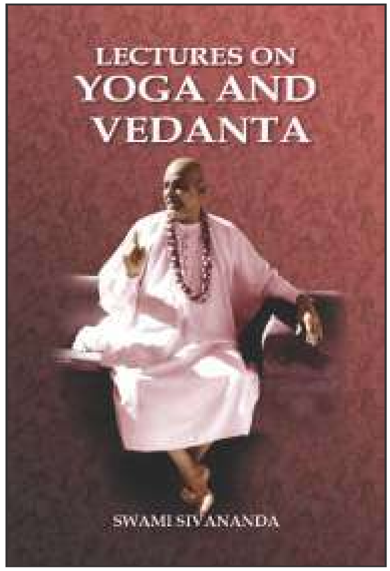
For Direct Orders: The Divine Life Society, Shivanandanagar—249 192, Uttarakhand, India.
For online orders and Catalogue visit: dlsbooks.org

NEW EDITION



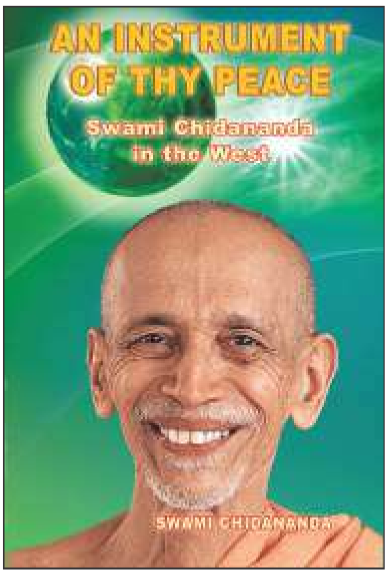
CHITRA KATHA
SWAMI SIVANANDA

Pages: 36 Price: 70/-



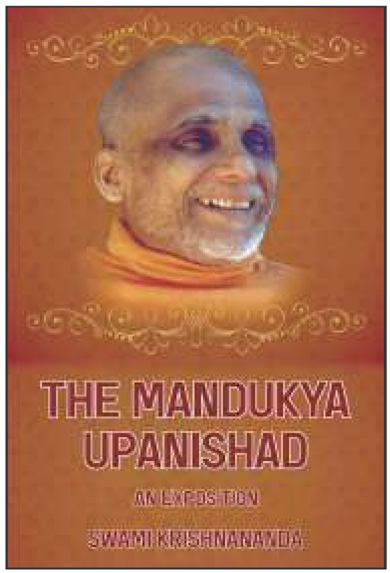
LECTURES ON
YOGA AND VEDANTA

Pages: 264 Price: 200/-



AN INSTRUMENT
OF THY PEACE

Pages: 456 Price: 405/-



THE MANDUKYA
UPANISHAD

Pages: 120 Price: 105/-

बीस महत्त्वपूर्ण आध्यात्मिक नियम

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

१. **ब्राह्ममुहूर्त-जागरण**—नित्यप्रति प्रातः चार बजे उठिए। यह ब्राह्ममुहूर्त ईश्वर के ध्यान के लिए बहुत अनुकूल है।

२. **आसन**—पद्मासन, सिद्धासन अथवा सुखासन पर जप तथा ध्यान के लिए आधे घण्टे के लिए पूर्व अथवा उत्तर दिशा की ओर मुख करके बैठ जाइए। ध्यान के समय को शनैः-शनैः तीन घण्टे तक बढ़ाइए। ब्रह्मचर्य तथा स्वास्थ्य के लिए शीर्षासन अथवा सर्वांगासन कीजिए। हलके शारीरिक व्यायाम (जैसे टहलना आदि) नियमित रूप से कीजिए। बीस बार प्राणायाम कीजिए।

३. **जप**—अपनी रुचि या प्रकृति के अनुसार किसी भी मन्त्र (जैसे **'ॐ'**, **'ॐ नमो नारायणाय'**, **'ॐ नमः शिवाय'**, **'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय'**, **'ॐ श्री शरवणभवाय नमः'**, **'सीताराम'**, **'श्री राम'**, **'हरि ॐ'** या गायत्री) का १०८ से २१,६०० बार प्रतिदिन जप कीजिए (मालाओं की संख्या १ और २०० के बीच)।

४. **आहार-संयम**—शुद्ध सात्त्विक आहार लीजिए। मिर्च, इमली, लहसुन, प्याज, खट्टे पदार्थ, तेल, सरसों तथा हींग का त्याग कीजिए। मिताहार कीजिए। आवश्यकता से अधिक खा कर पेट पर बोझ न डालिए। वर्ष में एक या दो बार एक पखवाड़े के लिए उस वस्तु का परित्याग कीजिए जिसे मन सबसे अधिक पसन्द करता है। सादा भोजन कीजिए। दूध तथा फल एकाग्रता में सहायक होते हैं। भोजन को जीवन-निर्वाह के लिए औषधि के समान लीजिए। भोग के लिए भोजन करना पाप है। एक माह के लिए नमक तथा चीनी का परित्याग कीजिए। बिना चटनी तथा अचार के केवल चावल, रोटी तथा दाल पर ही निर्वाह करने की क्षमता आपमें होनी चाहिए। दाल के लिए और अधिक नमक तथा चाय, काफी और दूध के लिए और अधिक चीनी न माँगिए।

५. **ध्यान-कक्ष**—ध्यान-कक्ष अलग होना चाहिए। उसे तालेकुंजी से बन्द रखिए।

६. **दान**—प्रतिमाह अथवा प्रतिदिन यथाशक्ति नियमित रूप से दान दीजिए अथवा एक रुपये में दस पैसे के हिसाब से दान दीजिए।

७. **स्वाध्याय**—गीता, रामायण, भागवत, विष्णुसहस्रनाम, आदित्यहृदय, उपनिषद्, योगवासिष्ठ, बाइबिल, जेन्दअवस्ता, कुरान आदि का आधा घण्टे तक नित्य स्वाध्याय कीजिए तथा शुद्ध विचार रखिए।

८. **ब्रह्मचर्य**—बहुत ही सावधानीपूर्वक वीर्य की रक्षा कीजिए। वीर्य विभूति है। वीर्य ही सम्पूर्ण शक्ति है। वीर्य ही सम्पत्ति है। वीर्य जीवन, विचार तथा बुद्धि का सार है।

९. **स्तोत्र-पाठ**—प्रार्थना के कुछ श्लोकों अथवा स्तोत्रों को याद कर लीजिए। जप अथवा ध्यान आरम्भ करने से पहले उनका पाठ कीजिए। इससे मन शीघ्र ही समुन्नत हो जायेगा।

१०. **सत्संग**—निरन्तर सत्संग कीजिए। कुसंगति, धूम्रपान, मांस, शराब आदि का पूर्णतः त्याग कीजिए। बुरी आदतों में न फँसिए।

११. **व्रत**—एकादशी को उपवास कीजिए या केवल दूध तथा फल पर निर्वाह कीजिए।

१२. **जप-माला**—जप-माला को अपने गले में पहनिए अथवा जेब में रखिए। रात्रि में इसे तकिये के नीचे रखिए।

१३. **मौन-व्रत**—नित्यप्रति कुछ घण्टों के लिए मौन-व्रत कीजिए।

१४. **वाणी-संयम**—प्रत्येक परिस्थिति में सत्य बोलिए। थोड़ा बोलिए। मधुर बोलिए।

१५. **अपरिग्रह**—अपनी आवश्यकताओं को कम कीजिए। यदि आपके पास चार कमीजें हैं, तो इनकी संख्या तीन या दो कर दीजिए। सुखी तथा सन्तुष्ट जीवन बिताइए। अनावश्यक चिन्ताएँ त्यागिए। सादा जीवन व्यतीत कीजिए तथा उच्च विचार रखिए।

१६. **हिंसा-परिहार**—कभी भी किसी को चोट न पहुँचाइए **(अहिंसा परमो धर्मः)**। क्रोध को प्रेम, क्षमा तथा दया से नियन्त्रित कीजिए।

१७. **आत्म-निर्भरता**—सेवकों पर निर्भर न रहिए। आत्म-निर्भरता सर्वोत्तम गुण है।

१८. **आध्यात्मिक डायरी**—सोने से पहले दिन-भर की अपनी गलतियों पर विचार कीजिए। आत्म-विश्लेषण कीजिए। दैनिक आध्यात्मिक डायरी तथा आत्म-सुधार रजिस्टर रखिए। भूतकाल की गलतियों का चिन्तन न कीजिए।

१९. **कर्तव्य-पालन**—याद रखिए, मृत्यु हर क्षण आपकी प्रतीक्षा कर रही है। अपने कर्तव्यों का पालन करने में न चूकिए। सदाचारी बनिए।

२०. **ईश-चिन्तन**—प्रातः उठते ही तथा सोने से पहले ईश्वर का चिन्तन कीजिए। ईश्वर को पूर्ण आत्मार्पण कीजिए।

यह समस्त आध्यात्मिक साधनाओं का सार है। इससे आप मोक्ष प्राप्त करेंगे। इन नियमों का दृढ़तापूर्वक पालन करना चाहिए। अपने मन को ढील न दीजिए।

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/1999

Postal-Registration No. TRI/005/2024-26

दिसम्बर २०२५

LICENSED TO POST WITHOUT PREPAYMENT
(Licence No. WPP No. 02/24-26, Valid upto: 31-12-2026
DATE OF PUBLICATION: 20th OF EVERY MONTH
DATE OF POSTING: 20th OF EVERY MONTH
Posted at Shivanandanagar, Tehri-Garhwal, Uttarakhand

मनुष्य केवल रोटी पर जी नहीं सकता, लेकिन वह भगवान् के नाम पर जी सकता है। मानव मात्र और समूचे देश के प्रति आत्म-भाव-युक्त शुद्ध प्रेम और नि:स्वार्थ सेवा के द्वारा ईश्वरीय चेतना की प्राप्ति ही वास्तविक स्वराज्य है। शुद्ध और सर्वव्यापी प्रेम का विकास वास्तविक आत्म-स्वराज्य की प्राप्ति का एकमात्र साधन है। अत: प्रत्येक व्यक्ति को स्वार्थ, गर्व, अहंकार, लोभ, वासना और घृणा को त्याग कर शुद्ध प्रेम विकसित करना चाहिए।

भक्त या भागवत में सहनशीलता और करुणा होती है। वह प्राणीमात्र का हितैषी होता है और सर्वत्र अपने भगवान् के ही दर्शन करता है। जब वह वियोग अनुभव करता है या पल-भर के लिए भी अपने प्रियतम से विछोह का आभास पाता है, तब वह पत्थर की चट्टान से, लता से, वृक्ष से और खम्भों से—सबसे बातें करता है। उसका कोई शत्रु नहीं है। उसे सभी स्त्रियों में अपनी माता ही दिखती है। स्वर्ण का ढेर उसे पाषाण-खण्ड-सा दृष्टिगत होता है। वह आसक्ति, लोभ, क्रोध, काम, अहंता और ममता से मुक्त रहता है। वह सीधा-सादा, नम्र और शान्त होता है। उसकी भगवद्-भक्ति दृढ़ और अनन्य होती है। वह प्रभु के लिए सर्वस्व त्याग देता है। भगवान् की, भक्तों की और दु:खी मानवता की सेवा के लिए ही वह जीता है। उसके मुँह में सर्वदा प्रभु का नाम रहता है और वह सदा भगवद्-महिमा का ही गान करता है।

श्री स्वामी शिवानन्द

सेवा में

'द डिवाइन लाइफ ट्रस्ट सोसायटी' की ओर से स्वामी अद्वैतानन्द द्वारा 'योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी प्रेस, पो. शिवानन्दनगर, जि. टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन २४९१९२' में मुद्रित तथा 'द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्य कार्यालय, पो. शिवानन्दनगर, जि. टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन २४९१९२' से प्रकाशित। फोन : ०१३५-२४३००४०, २४३११९०
E-mail: generalsecretary@sivanandaonline.org ; Website : www.sivanandaonline.org ; www.dlshq.org
सम्पादक : स्वामी निर्लिप्तानन्द