₹१००/– वार्षिक

दिव्य जीवन

उपनिषदों का कथन है—"यह सब आत्मा ही है। एक ही सच्चिदानन्द–रूप आत्मा सभी प्राणियों का अन्तर्वासी है।" सम्पूर्ण मानवता की आध्यात्मिक एकता का पाठ ही आज के युग की सबसे बड़ी आवश्यकता है। जो–कुछ भी हुआ है तथा जो–कुछ भी भविष्य में होगा, वह सब एक ही नित्य तत्त्व है। दिव्य जीवन का सन्देश है—"सब प्राणियों में ईश्वर को देखें। सभी की सेवा करें। सभी से प्रेम करें। सभी के प्रति दयालु बनें, कारुणिक बनें। प्रत्येक व्यक्ति को अपना समझें। ईश्वर की पूजा का भाव रख कर सबकी सेवा करें। मनुष्य की सेवा वास्तव में ईश्वर की ही उपासना है।" यह सन्देश देश के कोने–कोने में स्वतन्त्रता का गुंजन करे। यह सन्देश प्रत्येक घर में और प्रत्येक हृदय में प्रवेश करे।

श्री स्वामी शिवानन्द

जून 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 अन्त:शक्ति 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

उदार बनिए, विकास करिए

सारे कार्यों को योग में परिवर्तित कर दें। धर्म के मार्ग का अनुगमन करें। अज्ञान की नींद से जागें। अवांछनीय व्यक्तियों के साथ मत मिलें। सात्त्विक संग में रहें। आप पर्याप्त शान्ति को प्राप्त करेंगे।

उदार बनें। प्रगति करें। विशालहृदयी बनें। सबसे मिलें। नम्र बनें। ईश्वर का आश्रय ग्रहण करें। आपके सारे कष्ट स्वतः दूर हो जायेंगे। आप परम शान्ति का उपभोग करेंगे।

श्री स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन

Vol. XXXVI	जून २०२५	No. 03

प्रश्नोपनिषद्

पञ्चमः प्रश्नः

तिस्रो मात्रा मृत्युमत्यः प्रयुक्ता अन्योन्यसक्ता अनविप्रयुक्ताः ।
क्रियासु बाह्याभ्यन्तरमध्यमासु सम्यक्प्रयुक्तासु न कम्पते ज्ञः ।।६ ।।

ऊँकार की तीनों मात्राएँ (पृथक्-पृथक् रहने पर) मृत्युमती हैं अर्थात् मृत्यु से युक्त हैं। ये (ध्यान क्रिया में) प्रयुक्त होती हैं तथा परस्पर सम्बद्ध एवं अनविप्रयुक्ता (जिनका विपरीत प्रयोग न किया गया हो) हैं। इस प्रकार बाह्य (जाग्रत), आभ्यन्तर (सुषुप्ति) और मध्यम (स्वप्न) क्रियाओं में उनका सम्यक् प्रयोग किया जाने पर ज्ञाता पुरुष विचलित नहीं होता है।

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलिः
SIVANANDA-STOTRAPUSHPANJALI
PART–II

श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती

अशेषकलुषापहं सकलशास्त्रपारङ्गतं
विशेषवशिसत्तमं विषयबन्धविच्छेदकम्
कुशेशयविलोचनं हृदि निरीक्ष्य तुष्टाशयं
कृशेतरतनुच्छविं शिवमुनीन्द्रमेवाश्रये ।।७१।।

मैं मुनीन्द्र श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के चरणकमलों का आश्रय ग्रहण करता हूँ जो समस्त पापों के नाशकर्ता हैं, सकल शास्त्रों के ज्ञाता हैं, तपस्वीजनों में श्रेष्ठतम हैं, मनुष्यों के सांसारिक बन्धनों का छेदन करने में निरन्तर संलग्न हैं, अपने हृदय में कमललोचन प्रभु के दर्शन प्राप्त कर नित्य आनन्दित हैं तथा जिनकी देह दिव्य कान्ति से युक्त है।

प्रभातहरिदश्ववत् प्रकटरोचिषा भास्वरं
प्रभातरलिताननप्रसृतमन्दहासान्वितम्
स्वभावगुणशालिनं सुकृतशेवधिं शेमुषी–
प्रभावविभवान्वितं शिवयमीन्द्रमेवाश्रये ।।७२।।

जो प्रभात के सूर्य के समान विभासित हो रहे हैं, जिनका दीप्तिमन्त मुख मन्दहास से सुशोभित है, जिनका स्वभाव अत्यन्त सुन्दर है, जो सुकृतों के भण्डार हैं, प्रखर प्रज्ञा से सम्पन्न हैं, उन यतिश्रेष्ठ श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का मैं शरणापन्न हूँ।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

दुर्गम पथ

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

किसी भी मूल्यवान पदार्थ अथवा महत्त्वपूर्ण लक्ष्य की प्राप्ति बिना कष्ट एवं पीड़ा सहन किये नहीं होती है। किसी भी स्थायी आदर्श की प्राप्ति कठिन परिश्रम के बिना नहीं हो सकती है। एक बीज स्वयं नष्ट होकर ही पौधे को जन्म देता है। एक पुष्प अपने जीवन की आहुति देता है और मधुर फल में परिवर्तित हो जाता है। अग्नि में तपकर ही अयस्क (Ore) शुद्ध स्वर्ण बनता है। इसी प्रकार, एक सच्चा साधक नितान्त एकाकीपन, कष्ट एवं संघर्षपूर्ण जीवन व्यतीत करने के उपरान्त ही सन्तत्व को उपलब्ध होता है। भगवद्-साक्षात्कार के पथ पर चलने वाले प्रत्येक साधक के हृदय में आध्यात्मिक जीवन के वास्तविक स्वरूप के विषय में कोई भ्रान्ति नहीं होती है। यहाँ कोई राजमार्ग नहीं है अर्थात् कोई सीधा-सरल मार्ग नहीं है।

विपत्ति वस्तुतः एक दिव्य आशीर्वाद है। विपत्ति सहनशक्ति एवं इच्छाशक्ति का विकास करती है। विपत्ति में ही धैर्य एवं तितिक्षा का विकास होता है। प्राचीन काल के सभी सन्तों, फकीरों, भक्तों एवं योगियों को प्रतिकूल परिस्थितियों के विरूद्ध कठिन संघर्ष करना पड़ा था। सर्वशक्तिमान् प्रभु अपने भक्तों की कठोर परीक्षाएँ लेते हैं। भगवान् द्वारा इस धरा पर वास करने वाले प्रत्येक व्यक्ति के धैर्य एवं निष्ठा की परीक्षा ली जाती है। वे साधकों-भक्तों को विभिन्न प्रकार की कष्टकारक परिस्थितियों में रखते हैं। वे अपने भक्त को पूर्णतया असहाय एवं निराश-हताश बनाकर यह देखते हैं कि इन प्रतिकूल परिस्थितियों में भी उसकी उनके प्रति सच्ची श्रद्धा-भक्ति है अथवा नहीं। हम यह निश्चित रूप से नहीं बता सकते हैं कि भगवान् द्वारा ली जाने वाली परीक्षा का स्वरूप क्या होगा। परन्तु, एक सच्चा भक्त इस प्रकार की परीक्षाओं से कभी भयभीत नहीं होता है।

यदि एक साधक-भक्त को अपने लक्ष्य की प्राप्ति करनी है, तो उसमें जीवन की समस्त परिवर्तनकारी परिस्थितियों को सहने की शक्ति तथा अन्त तक प्रयासशील रहने का दृढ़ संकल्प होना आवश्यक है। उसे पुरानी आदतों के पुनः सक्रिय होने की शक्ति के प्रति सतत जागरूक रहना है। मनुष्य स्वभावतः एक भोग-विलास-प्रिय प्राणी है। वह प्रारम्भ में अपने संकल्पों एवं साधनाओं के प्रति अति-उत्साही होता है। परन्तु, यदि वह अत्यधिक सावधान नहीं है, तो धीरे-धीरे उसका उत्साह मन्द हो जायेगा, उसके मन में सुख-सुविधापूर्ण जीवन की इच्छा पुनः जाग्रत हो जायेगी और वह माया के पाश में बुरी तरह से फँस जायेगा। यदि शरीर को विश्रान्ति-प्रदायक एवं विलासितापूर्ण साधन पुनः उपलब्ध कराये जायेंगे, तो फिर उसे अनुशासित करना असम्भव हो जायेगा। अत्यधिक निष्ठावान सच्चे साधक की छोटी सी दुर्बलता का भी, मन अपने लाभ के लिए तुरन्त उपयोग कर लेता है। मन उस चीते के समान है जो आक्रमण करने के लिए सदैव तत्पर है। साधक को

'Yoga and Realisation' पुस्तक से उदधृत आलेख का अनुवाद

निरन्तर आत्म-निरीक्षण करते रहना चाहिए तथा पुराने संस्कारों के सहसा आक्रमण के प्रति सदैव सजग रहना चाहिए।

वास्तव में, आध्यात्मिक जीवन शाश्वत काल के लिए है, और साक्षात्कार भी अनन्त है। आध्यात्मिक जीवन में कुछ समय कार्य करने के पश्चात्, अवकाश लेकर विश्राम करना नहीं है। यदि जीवन को सार्थक करना है, तो पवित्रता एवं संयम-अनुशासन के उच्चतम स्तर को सदैव बनाये रखना होगा। कठोर प्रयास एवं सजगता में थोड़ी सी भी ढील नहीं दी जा सकती है। क्योंकि माया की प्रबल शक्ति के विरुद्ध संघर्ष कोई सरल कार्य नहीं है। एक क्षण की असावधानी वर्षों के कठिन परिश्रम से अर्जित फल को नष्ट कर सकती है। इसे स्मरण रखते हुए, साधक को सदैव सजग-सावधान रहना चाहिए, यही ज्ञानी-जनों ने कहा है। माया के आकर्षणों-प्रलोभनों के समक्ष मनुष्य की उपलब्धियाँ व्यर्थ एवं निष्फल हैं। इस दिव्य नाटिका के मंच पर माया का शासन सर्वोच्च है। कोई मनुष्य दृढ़तापूर्वक यह नहीं कह सकता है कि वह माया के समस्त प्रलोभनों से परे है। केवल भगवद्-कृपा ही न केवल मनुष्य को पवित्र करती है, अपितु अन्त तक उसे पवित्र बनाये रखती है। इसलिए, मनुष्य का यही कर्तव्य है कि वह निरन्तर विनम्र एवं जागरूक रहे।

उस प्रत्येक साधक को सच्ची विनम्रता एवं निरन्तर सजगता रूपी इन दो महान् उपदेशों-शिक्षाओं का दृढ़तापूर्वक अभ्यास करना चाहिए, जो अन्धकार से प्रकाश, असत्य से सत्य तथा नश्वरता से अमरत्व की ओर ले जाने वाले दुर्गम पथ पर प्रगति करना चाहता है। परम तत्त्व का साक्षात्कार कोई खेल नहीं है, यह प्रवचन अथवा वार्तालाप का विषय नहीं है। यह समस्त कार्यों में से सर्वाधिक कठिन एवं दुस्साध्य कार्य है। इसका मूल्य है—स्वयं की आहुति। क्या आप यह मूल्य वास्तव में तथा स्वेच्छापूर्वक चुकायेंगे? आत्म-साक्षात्कार अपने मूल्य के रूप में आपसे आपके अहंकार, आपके सम्पूर्ण अस्तित्व की माँग करता है। यदि यही प्रत्येक मनुष्य का लक्ष्य एवं आदर्श है, तो क्या अनुभवी-ज्ञानी जनों को अज्ञानी जनों को इस रहस्य के विषय में नहीं बताना चाहिए? क्या प्रत्येक बालक को झूले में ही अर्थात् शैशवावस्था में ही अस्तित्व के रहस्यों के विषय में शिक्षा नहीं दी जानी चाहिए?

अब एक गम्भीर प्रश्न उत्पन्न होता है कि संन्यास क्यों आवश्यक है। सांसारिक मनुष्यों को संन्यास के विषय में उपदेश देने के पीछे मुख्य भाव यही है कि केवल यही एक जीवनप्रदायक उपदेश है। अन्य सभी शिक्षाएँ-उपदेश शब्दों का खेल मात्र है। एक क्षण के लिए भी यह न सोचें कि आप आत्म-साक्षात्कार हेतु अयोग्य हैं, आप संन्यास अथवा वेदान्त अध्ययन के अधिकारी नहीं हैं। यदि आप सत्य को जानने का प्रयास नहीं करेंगे, तो इस कायरतापूर्ण स्वभाव से कभी मुक्त नहीं होंगे। अपने मानस-पटल पर इस उक्ति को अंकित करें—''एक गीदड़ को आखेट का लक्ष्य बनाकर उसे पकड़ लेने की अपेक्षा, एक सिंह को आखेट का लक्ष्य बनाना और उसमें असफल हो जाना श्रेष्ठ है।''

इसी प्रकार, सांसारिक जीवन व्यतीत करने एवं

उसमें सफलता प्राप्त करने की अपेक्षा संन्यास एवं वेदान्त को लक्ष्य बनाना और इनके अभ्यास में असफल हो जाना श्रेष्ठ है। वस्तुतः, संन्यास एवं वेदान्त सदैव साथ-साथ चलते हैं। ये एक दूसरे के बिना पूर्ण नहीं होते हैं। जहाँ भी व्यावहारिक वेदान्त है, वहाँ उच्च कोटि का संन्यास भी लक्षित होता है। वेदान्त अथवा पराभक्ति के बिना, संन्यास हास्यास्पद एवं मिथ्या आडम्बर बन जाता है। इसी प्रकार, वेदान्त भी संन्यास के बिना मात्र शुष्क बौद्धिकवाद बन जाता है। जब एक मनुष्य में वेदान्त एवं संन्यास दोनों समाहित हो जाते हैं, तो वह परम ज्ञान से सम्पन्न महापुरुष बनता है। संन्यास मनुष्य को अहंकार एवं असत्-तत्त्वों से रिक्त करता है; तथा वेदान्त उसे परम सत्य से पूरित करता है। वेदान्त के बिना संन्यास शून्यवत् एवं निरर्थक है। इसी प्रकार, संन्यास के बिना वेदान्त सारहीन एवं निरुपयोगी हो जाता है। संन्यास के द्वारा अहंकार-शून्य हुए बिना वेदान्त-तत्त्व को ग्रहण नहीं किया जा सकता है; तथा वेदान्त द्वारा परम ज्ञान की प्राप्ति बिना संन्यास निरर्थक सिद्ध होता है। इन दोनों के समन्वय द्वारा, अन्धविश्वास को तर्कपूर्ण श्रद्धा-विश्वास में परिवर्तित किया जाना चाहिए तथा इसके पश्चात् परम सत्य का व्यक्तिगत अनुभव प्राप्त करना चाहिए।

यदि मनुष्य को आत्मा के वैभव एवं सौन्दर्य का अनुभव प्राप्त करना है, तो उसे सीमित एवं भ्रामक जगत् के प्रति पूर्णतया मृत होना होगा। इस सत्य को कभी नहीं भूलना चाहिए। धरा पर विषयासक्त जीवन जीते हुए भगवान् को प्राप्त करने का स्वप्न मनुष्य की मूर्खता का ही प्रदर्शन है, यह सत् एवं असत् तत्त्व में विवेक नहीं कर पाने का परिणाम है।

इसलिए, हमें अपने गुरुजनों-पूर्वजों से शिक्षा लेनी चाहिए। प्रत्येक पिता को महर्षि याज्ञवल्क्य को अपना आदर्श मानना चाहिए। सभी बालकों को चार कुमारों (सनतकुमारों) के आदर्श का अनुसरण करना चाहिए। केवल तभी जीवन को परिपूर्ण एवं सार्थक जीवन बनाया जा सकता है। हममें से प्रत्येक को सदैव यह स्मरण रखना चाहिए कि हमारा जन्म परम मोक्ष रूपी उच्च उद्देश्य की प्राप्ति हेतु हुआ है, अन्य किसी उद्देश्य के लिए नहीं। हमें संन्यास द्वारा स्वयं को अहंकार से रिक्त करना चाहिए तथा वेदान्तिक सत्यों से परिपूरित करना चाहिए।

तत् त्वम् असि।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

आत्मा जन्म नहीं लेती और न मरती ही है। यह कहीं से उत्पन्न नहीं हुई और न तो किसी रूप में परिणत हुई है। अज, अव्यय, नित्य, पुराण यह आत्मा शरीर के मारे जाने पर भी नहीं मरती। यह आत्मा सभी प्राणियों के हृदय के अन्तरतम में छिपी हुई है। कितने भी तर्क, अध्ययन अथवा उपदेश के द्वारा इसे प्राप्त नहीं किया जा सकता। यह परम कृपा से ही प्राप्य है। दुराचारी व्यक्ति, जिसने अपनी कुटिलता का परित्याग नहीं किया, आत्म-प्राप्ति की आशा नहीं रख सकता।

श्री स्वामी शिवानन्द

त्याग के महान् प्रतीक

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

आज हमारा यह परम दुर्लभ सौभाग्य है कि हम माँ गंगा के तट पर स्थित भारत के इस अत्यन्त पवित्र स्थान पर एकत्रित हुए हैं जो एक ऐसे दिव्य महापुरुष की सन्निधि से पावनतम हो गया है जिनका हृदय भगवदीय चेतना से नित्य-परिपूरित है। हम उनके संन्यास की ३१ वीं वर्षगाँठ के शुभ अवसर पर उनके प्रति तथा उनके उस महान् त्याग के प्रति अपनी श्रद्धांजलि अर्पित करने हेतु एकत्रित हुए हैं जो उनके दिव्य एवं प्रेरणादायी व्यक्तित्व में मूर्तिमन्त हुआ है। उनकी संन्यास-दीक्षा उनके द्वारा लौकिक जीवन के त्याग तथा निवृत्तिमय जीवन में प्रवेश की प्रतीक है।

इस पवित्र अवसर पर हम यह समझने का प्रयत्न करेंगे कि उनके इस त्याग का क्या महत्त्व है तथा यह जानने का भी प्रयास करेंगे कि यह त्याग किस उच्च आदर्श का प्रतीक है। संन्यास-ग्रहण द्वारा उन्होंने जो महान् उदाहरण हमारे समक्ष प्रस्तुत किया है, हमें उसे समझना चाहिए तथा उनके त्यागमय एवं मानवता की सेवामय आदर्श जीवन का अधिकाधिक अनुकरण करने के लिए प्रेरित होना चाहिए। आइए, आज के पावन दिवस पर श्री गुरुदेव के चरणकमलों में श्रद्धांजलि एवं आराधना स्वरूप, हम संन्यास के इस उत्कृष्ट विषय पर तथा विशेषतया उनके संन्यास-ग्रहण के विषय पर विचारों का आदान-प्रदान करें।

एक महत्त्वपूर्ण कार्य

जब ३१ वर्ष पूर्व, श्री गुरुदेव ने युवावस्था में उज्ज्वल भविष्य तथा सफल व्यावसायिक एवं सामाजिक जीवन का त्याग करके, हम सबके अस्तित्व के शाश्वत-अमर स्रोत की प्राप्ति का निश्चय किया, तथा एक सामान्य मनुष्य को सांसारिक आसक्ति में बाँधने वाले बन्धनों को तोड़कर, इस पुण्यभूमि उत्तराखण्ड में त्याग के प्रकाश से आलोकित एक स्वतन्त्र मनुष्य के रूप निवृत्ति मार्ग पर पग रखा, तो एक महत्त्वपूर्ण कार्य सम्पन्न हुआ। ३१ वर्ष पूर्व, आज का दिन अर्थात् १ जून १९२४ का दिन न केवल हम सबके लिए महत्त्वपूर्ण था जो आज उनके चरणों में एकत्रित हुए हैं; अपितु, यह सम्पूर्ण भारतवर्ष के लिए अत्यन्त महत्त्वपूर्ण दिन था।

उनका संन्यास केवल भारतवर्ष के लिए नहीं, अपितु सम्पूर्ण विश्व के लिए भी अत्यधिक महत्त्वपूर्ण था, क्योंकि आज संन्यास, आत्म-साक्षात्कार एवं मानवता की निःस्वार्थ सेवा के ३१ वर्षों के पश्चात्, श्री गुरुदेव विश्वगुरु के रूप में विभासित हो रहे हैं। वे आज जगद्गुरु, तथा विश्व के असंख्य साधकों-जिज्ञासुओं के आध्यात्मिक पथप्रदर्शक एवं प्रेरक के रूप में शोभायमान हो रहे हैं; इस प्रकार दिव्य प्रेरणा एवं उद्देश्य से अनुप्राणित मनुष्य द्वारा ३१ वर्ष पूर्व किये गये एक कार्य का यह महान् ऐतिहासिक महत्त्व है।

'The Divine Life' १९५५ से उद्धृत आलेख का अनुवाद

(१ जून १९५५ को गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के संन्यास-दिवस की ३१ वीं वर्षगाँठ के अवसर पर दिया गया प्रवचन)

एक उद्धारक का अवतरण

जब श्री गुरुदेव ने संसार का त्याग किया, तो मानवता ने एक ऐसे दयालु चिकित्सक को खो दिया जो चिकित्सा विज्ञान के क्षेत्र में अथक परिश्रम करता तथा कुछ रोगियों का उपचार कर उन्हें लाभान्वित करता; परन्तु उनके त्याग से अब विश्व को एक उद्धारक प्राप्त हुआ है। स्वामीजी के इस त्याग से भारत एवं विश्व के सहस्रों मनुष्यों को तथा हम साधकों को एक ऐसे दिव्य महापुरुष प्राप्त हुए हैं, जो हमें जीवन्त प्रेरणा तथा आध्यात्मिक आहार देते हैं, हमारे हृदय में त्याग की ज्योति प्रज्वलित करते हैं, हमें दुःख-कष्ट, अपूर्णता एवं संघर्षपूर्ण इस जगत् से परे ऐसे आध्यात्मिक पथ पर ले जाते हैं जो हमें अमरत्व, परम सुख, अनिर्वचनीय असीम शान्ति, शाश्वत आनन्द तथा अनन्त ज्ञान प्रदान करता है।

स्वामीजी के संन्यास ने भारत एवं विश्व के समस्त मनुष्यों को यह उपहार दिया है। जिज्ञासु एवं साधकजन, तथा विवेकवान एवं विचारवान सभी उनके संन्यास से लाभान्वित हुए हैं। आज से ३१ वर्ष पूर्व मलाया में स्वामीजी द्वारा किये गये त्याग से पश्चिमी जगत् को ऐसी अमूल्य एवं अनुपम भेंट प्राप्त हुई है जिसकी महत्ता का आकलन नहीं किया जा सकता है। पश्चिमी जगत् के वासियों को एक ऐसा दिव्य सन्देशवाहक प्राप्त हुआ है जिसने प्राचीन काल में औपनिषदिक ऋषियों द्वारा उद्घोषित वेदों के ओजस्वी आह्वान को उन तक पहुँचाया है।

भारतीय संस्कृति के पुनरुत्थापक

पुरातन काल में ऋषियों द्वारा दिया गया 'आत्म-साक्षात्कार' का जो महान् सन्देश आगामी पीढ़ियों एवं शताब्दियों में बढ़ते हुए भौतिकवाद के कारण लुप्तप्राय हो गया था, उसे श्री गुरुदेव द्वारा नवजीवन दिया गया है; भारत की आध्यात्मिक विरासत के सारतत्त्व को स्वयं में समाहित करने वाली उनकी विपुल एवं अमूल्य रचनाएँ आज विश्व के सभी कोनों में पहुँच चुकी हैं। इस प्रकार, वे आत्म-साक्षात्कार के पौर्वात्य आदर्श को पाश्चात्य देशों तक पहुँचाने वाले महान् सम्प्रेषक हैं, और उनके सन्देश को पाश्चात्य जगत् ने तथा विशेषतया युद्ध से सन्त्रस्त उन यूरोपीय देशों के वासियों ने श्रद्धापूर्वक स्वीकार किया है जो शान्ति एवं सान्त्वनापूर्ण इस सन्देश की तीव्र आकांक्षा कर रहे थे कि ''सब कुछ ठीक है तथा सत्य की खोज करने वाले मानव का भविष्य उज्ज्वल है''—उन सबकी यह आकांक्षा पूरी हुई है।

इसलिए, श्री गुरुदेव के रूप में हमारे मध्य संन्यासीवृन्द के सम्राट् विराजमान हैं, श्री शंकराचार्य द्वारा प्रतिपादित 'संन्यास' के साकार विग्रह विराजमान हैं। उनके रूप में हमें एक दिव्य पथप्रदर्शक प्राप्त हैं जो हमें शाश्वत शान्ति एवं सुख का मार्ग दिखलाते हैं, जो यह घोषित करते हैं कि यही वह मार्ग है जो आपको भौतिकवाद के भय पर विजय दिलायेगा, यही वह मार्ग है जो आपको भौतिकवादी राजनेताओं की आत्मा का हनन करने वाली विचारधाराओं से फैले आतंक-भय का नाश करने में सहायता प्रदान करेगा। श्री गुरुदेव कहते हैं कि मैं आपको धीरे-धीरे उस परम अनुभव तक ले जाऊँगा जिसकी प्राप्ति से समस्त दुःखों का अन्त हो जाता है, जिसकी प्राप्ति के लिए प्रयास प्रारम्भ करने से ही मनुष्य को

अपने अन्तरतम से अद्भुत साहस एवं शान्ति की प्राप्ति होती है, जहाँ उसके अस्तित्व का स्रोत अथवा केन्द्र 'आत्मा' विराजमान है जो सबका केन्द्र है और सर्वत्र है। वे पूछते हैं कि आप व्यर्थ ही शान्ति एवं सुख की खोज बाहर क्यों करते हैं, और स्वयं ही उत्तर देते हैं, ''शान्ति आपके भीतर ही है।''

इसलिए, आज जब हम श्री गुरुदेव के त्याग एवं संन्यास रूपी प्रेरणादायी कार्य के स्मरण द्वारा उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित कर रहे हैं, तथा प्रवृत्ति मार्ग से निवृत्ति मार्ग में उनके प्रवेश की पावन वर्षगाँठ का समारोह मना रहे हैं, तो यह समारोह केवल उनके महान् त्याग के उपलक्ष्य में ही नहीं, अपितु इससे मानवता को हुए महान् लाभ के उपलक्ष्य में भी हर्षोल्लासपूर्वक मनाया जा रहा है। क्योंकि उनके त्याग से सम्पूर्ण विश्व लाभान्वित हुआ है; सम्पूर्ण भारत लाभान्वित हुआ है; भारतमाता को उसकी उच्च एवं महान् संस्कृति का एक साहसी समर्थक-रक्षक प्राप्त हुआ है। एक बार पुनः भारतीय संस्कृति इस विश्व के गगन-मण्डल में दीप्तिमन्त हो रही है, तथा समस्त मानवता इस पावन संस्कृति से लाभान्वित होने का प्रयास कर रही है। जब अन्य देशों ने भौतिकवादी आदर्शों की निस्सारता-व्यर्थता को जान लिया, और वे किसी महान् अनुकरणीय आदर्श को खोजने का प्रयास कर रहे थे, तब श्री गुरुदेव की पुस्तकों के माध्यम से भारतीय संस्कृति रूपी नक्षत्र पुनः प्रकाशित हुआ।

क्रमशः

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

अनुभव कीजिए कि यह शरीर ईश्वर का चल-निकेतन है। जहाँ भी आप हों, घर, ऑफिस, स्टेशन या बाजार में—सर्वत्र अनुभव कीजिए कि आप मन्दिर में ही हैं। हर कार्य को ईश्वर की ही पूजा समझिए। कर्म-फल को ईश्वरार्पित कर हर कार्य को योग में परिणत कर दीजिए। वेदान्त के साधकों को अकर्ता तथा साक्षी-भाव बनाये रखना चाहिए। भक्ति-मार्ग के साधकों को निमित्त-भाव रखना चाहिए। ऐसी भावना कीजिए कि सारे प्राणी ईश्वर के ही रूप हैं। '**ईशावास्यमिदं सर्वम्**'—यह जगत् ईश्वर द्वारा परिव्याप्त है। भावना कीजिए कि एक ही तत्त्व अथवा ईश्वर सभी हाथों से कार्य करता, सभी नेत्रों से देखता तथा सभी कानों से सुनता है। आप परिवर्तित हो जायेंगे। आप परम शान्ति तथा सुख का उपभोग करेंगे।

श्री स्वामी शिवानन्द

नेसा नयनार

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

ये सन्त कम्पिल्ली के निवासी थे। ये जाति से जुलाहे थे। ये भगवान् शिव के और शिवभक्तों के गहन भक्त थे। इनका हृदय भगवान् के चरणकमलों में पूर्णतया समर्पित था। इनके ओष्ठ सदैव पञ्चाक्षरी मन्त्र जपते रहते थे। इनके हाथ सदा भगवद्-भक्तों की सेवा में संलग्न रहते थे। इन तीन विशेष गुणों से इन्हें भगवद्-कृपा प्राप्त हो गयी थी।

भगवन्नाम स्मरण की महिमा का यह एक और उदाहरण है। इससे पहले भी हमने सिरपल्ली नयनार का जीवन चरित पढ़ते समय भगवन्नाम स्मरण की महिमा को देखा है। मन्त्र का सतत जप आपको भगवान् का सतत स्मरण बनाये रखने की क्षमता प्रदान करता है, यह स्मरण न केवल पूरे दिन ही अपितु निद्रा में भी बना रहता है। यह इस प्रकार करना है-प्रातः जैसे ही निद्रा से जगें, आधे घण्टे के लिए बैठ जायें और मन्त्र का मानसिक जप करें, और फिर दिन भर भी अपना कार्य करते समय प्रत्येक घण्टे में मन ही मन भगवान् की उपस्थिति को अनुभव करते हुए कुछ क्षणों के लिए भगवन्नाम को दोहराते रहें। यदि आप इस साधना में सुस्थिर हो जाते हैं. तो आप देखेंगे कि शीघ्र ही अन्य लोगों के साथ वार्तालाप करते हुए, अथवा अन्य कार्य करते हुए ही नहीं, अपितु सोते समय भी आपके मन ही मन में मन्त्र जप चलता रहेगा। आप भगवद्-साक्षात्कार प्राप्त कर लेंगे। इस महिमाशाली जप योग के साथ साथ नेसा नयनार ने समन्वय-योग की साधना भी की। इन्होंने भगवान् का चिन्तन किया, भगवान् के लिए ही जीवन व्यतीत किया, ये भगवान् के लिए कार्यरत रहे, भगवान् के प्रति पूर्णरूपेण समर्पित रहे और भगवद् भक्ति में लीन रहे।

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

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

निष्काम सेवा, सत्संग, प्रार्थना, मन्त्र-जप आदि के द्वारा विश्व-प्रेम का क्रमशः विकास कीजिए। स्वार्थ के द्वारा हृदय के संकुचित हो जाने पर मनुष्य अपने स्त्री, बच्चे तथा सम्बन्धियों से ही प्रेम करता है। थोड़ी उन्नति करने पर वह अपने जिले के लोगों से प्रेम करने लगता है। तब वह प्रान्त के लोगों से प्रेम करता है। इसके बाद वह अपने देशवासियों से तथा अन्ततः विभिन्न देशों के वासियों से भी प्रेम करने लगता है। चरमावस्था में वह सभी से प्रेम करने लगता है। वह विश्व-प्रेम को प्राप्त करता है। सारी बाधाएँ दूर हो जाती हैं। उसका हृदय विशाल हो जाता है।

विश्व-प्रेम के बारे में बातें करना तो बहुत आसान है; परन्तु उसे व्यवहार में लाना अति-कठिन है। मन की संकीर्णताएँ मार्ग में बाधक बन कर आती हैं। पहले के बुरे संस्कार बाधक बनते हैं। लौह-संकल्प, प्रबल इच्छा-शक्ति, धैर्य, निष्ठा तथा विचार के द्वारा आप सभी बाधाओं को बड़ी आसानी से जीत सकते हैं। हे मेरे प्रिय मित्रो! यदि आप सच्चे हैं, तो ईश्वर की कृपा आपको प्राप्त होगी।

श्री स्वामी शिवानन्द

आप भगवान् से सदैव अभिन्न हैं

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

मात्र बौद्धिक अथवा दार्शनिक प्रक्रिया से पूर्णतया भिन्न, विचार को व्यावहारिक अभ्यास में लाने की आवश्यकता है। विचार आपके जीवन जीने की नींव होना चाहिए। यह आपके चरित्र का निर्माता होना चाहिए, इसे आपके कार्यों का निरीक्षक होकर आपकी साधना का अंग बनते हुए आपको पोषित करना चाहिए। हर समय इसे कार्यान्वित रहना चाहिए। विभिन्न कार्यों में इसकी आवश्यकता आपको सीधे अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर रखने के लिए है, जिससे कि आप लक्ष्य से भटक न जायें और कहीं आप अपने अनमोल समय को व्यर्थ गँवा न दें। और आपने अपने लिए जो आदर्श स्थापित किये हुए हैं, आपके जीवन को उसके निकटतम अनुरूप बनाये रखने के लिए भी इसकी आवश्यकता है। आपका आचरण, विचार, वाणी और कार्य भी आपके उन सिद्धान्तों के अनुरूप रखना अनिवार्य है जो आपने अपने आध्यात्मिक जीवन के लिए अपनाये हैं।

सभी साधकों और भगवद्-भक्तों के लिए यह आवश्यक है कि वे कतिपय सिद्धान्त अपने लिए निर्धारित कर लें जो उनकी सर्वोच्च भलाई के लिए उन्हें निर्देशित करते रहें। व्यक्ति को अपने सम्मुख कोई उदात्त सिद्धान्त निश्चित रूप से रखना चाहिए ताकि उसका जीवन उसके लक्ष्य की और बढ़ते रहने की सतत प्रक्रिया बन जाये, और इस सन्दर्भ में विचार कसौटी है। व्यक्ति को स्वयं से पूछते रहना चाहिए, 'क्या मैं अपने आदर्श के अनुसार जी रहा हूँ, या नहीं?'

इस स्थिति की वास्तविकता तो यह है कि आप सदैव भगवान् के साथ संयुक्त हैं और भगवान् सदैव आप में विद्यमान हैं, आप से अभिन्न हैं। यदि इसे विस्मृत कर दिया जाता है, तब फिर जो भी परिवर्तनशील परिस्थिति होती है वह आपको वश में कर लेती है और वह असत्य फिर सत्य बन जाता है। आप उसके वश में हो जाते हैं। क्यों? क्योंकि आप इस सत्य कि, आप भगवान् में हैं और भगवान् आपमें है, में जीने की साधना को सुदृढ़ता से नहीं कर रहे हैं। हम सदा ही भगवान् में जीते और चलते-फिरते हैं, हमारा अस्तित्व ही भगवान् से है। भगवान् हमारी चेतना के सार तत्त्व के रूप में सदैव हममें निवास करते हैं। अतः यह आन्तरिक साधना है, आध्यात्मिक जीवन है और प्रबोधन की ओर ऊर्ध्वगमन है। इसे योग की विकासशील प्रक्रिया कहा गया है।

इन सत्यों के सम्बन्ध में भली भाँति विचार करें जो आपके अत्यन्त निजी जीवन में सम्मिलित हैं, जो सही अर्थों में स्वयं आपके जीवन को बनाने वाले हैं। भगवान् आप सब पर कृपा करें।

हरिः ॐ

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

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

देवी माहात्म्य का गूढ़ महत्त्व

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

हमारी आकांक्षाएँ मूलतः बहुत गहरी हैं और अस्थायी परिवर्तन या बाह्य परिस्थितियों की दैनिक व्यवस्था से, सरलता से सन्तुष्ट नहीं हो सकतीं हैं। हमारी इच्छाएँ अगाध हैं और ये लालसाएँ हमारे दैनिक जीवन के बाह्य वातावरण के लिए बहुत ही अस्पष्ट हैं। ऐसा प्रतीत होता है कि हमारी जड़ें, संसार की हमारी सामान्य समझ से कहीं अधिक गहरी हैं। हम प्रत्येक दिशा में विकास की ओर अग्रसर होते हैं और जब हम किसी वस्तु की कामना करते हैं, इच्छा करते हैं या किसी वस्तु के लिए तड़पते हैं, उसकी आकांक्षा करते हैं, तो यह हम बहुत ही विस्तृत रूप से करते हैं। मनुष्य की यह आकांक्षा वास्तव में, आत्मा की मुक्ति की आकांक्षा है। हमारी सभी इच्छाएँ वास्तव में आत्मा की ही इच्छाएँ हैं। यद्यपि वे संवेदनात्मक इच्छाओं, मानसिक इच्छाओं, बौद्धिक इच्छाओं, सामाजिक इच्छाओं के समान प्रतीत होती हैं परन्तु मूल रूप से वे मनुष्य की आत्मा की ही लालसाएँ हैं जो कि मन के संचालन और इन्द्रियों की गतिविधियों के माध्यम से, स्वयं को विभिन्न किरणों के रूप में विभाजित करती हैं। इसी कारण से हमारी सब आकांक्षाएँ एक मूलभूत शक्ति, एक प्रबल आन्तरिक इच्छा के रूप में एकत्रित किये जाने में सक्षम हैं जिसे हम मुक्ति की आकांक्षा कह सकते हैं। यह मुक्ति ही है जिसकी हम लालसा करते हैं और यह मुक्ति ही है जिसकी हर कोई लालसा करता है। संसार में विविध प्रकार की लालसाएँ और अनेक प्रकार के उद्यम, आत्मा की मुक्ति की आकांक्षा के एकमात्र केन्द्र के रूप में एकत्रित किये जा सकते हैं। और मुक्ति की यह आकांक्षा केवल मनुष्य मात्र की लालसा नहीं है अपितु धरती पर कहीं भी या स्वर्ग में भी, जो भी कभी रचा गया है, उन सबकी भी यही आकांक्षा है। फिर चाहे वह पौधा हो या पशु, चाहे वह मानव हो या देव, सबकी आकांक्षा मात्र यही है। सब इच्छाओं का सारांश, मुक्ति की अभिलाषा है—प्रत्येक दिशा से मुक्ति और इस मुक्ति को प्राप्त करने में स्वयं अपने आप पर परम प्रभुता की इच्छा।

देवी माहात्म्य संस्कृत में एक भव्य काव्य है जो हमारे लिए मानव आत्मा की अपने गन्तव्य की ओर यात्रा का, इस स्वतन्त्रता की अनुभूति का वर्णन करता है, जो नवरात्रि के नौ दिनों में या दशहरा उत्सव में दिव्य माँ की विशाल पूजा अर्चना का एक भावपूर्ण पक्ष है। आत्मा की यात्रा बहुत घटनापूर्ण है। यह कोई धीमी गति का, रेंगता हुआ सा रूपक नहीं है। अपितु हम कह सकते हैं कि यह बहुत ही मधुर, सुन्दर, संगीतमय आगमन है। यही देवी माहात्म्य का सौन्दर्य है। सभी महाकाव्यों में भव्यता एक विशिष्ट गुण है, जो कि इनका अध्ययन करने वाले भक्त के भावों को ऊँचा उठाता है और उनकी बुद्धि को शुद्ध कर देता है।

'Spiritual Import of Religious Festivals' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

देवी माहात्म्य में, जो कि मार्कण्डेय पुराण का एक भाग है, तेरह अध्याय हैं जिन्हें तीन भागों में विभाजित किया गया है—प्रथम चरित्र, मध्यम चरित्र, उत्तम चरित्र। जैसा कि कभी-कभी कहा जाता है कि भगवद्गीता के अठारह अध्यायों को, शिक्षा की दृष्टि से छः-छः अध्यायों के, तीन भागों में विभाजित किया जाता है। वैसे ही देवी माहात्म्य भी, जो कि अपने व्यावहारिक कार्यान्वयन में, भगवद्गीता की पद्धति का ही एक महाकाव्य-प्रतिरूप है, तीन भागों में विभाजित किया जा सकता है। आत्मा की यात्रा तीन प्रमुख चरणों में विभाजित है, यद्यपि इन तीन प्रमुख चरणों में अनेक छोटे चरण सम्मिलित हैं। क्रमागत उन्नति की सिद्धि के विभिन्न चरणों से ऊपर उठते हुए, हम तीन मुख्य पड़ावों पर पहुँचते हैं जहाँ हमारे दृष्टिकोण का, हमारे मनोभावों का और हमारे व्यक्तित्व की संरचना का सम्पूर्ण रूपान्तरण होता है। आध्यात्मिक मनुष्य का, एक साधक का यह तीन प्रकार का रूपान्तरण, तीन देवियों के द्वारा शासित होता है। ये देवियाँ हैं—महाकाली, महालक्ष्मी और महासरस्वती। ये तीन प्रमुख शक्तियाँ आत्मा की आन्तरिक शक्तियों का प्रतिनिधित्व करती हैं जो कि स्वयं को, परम स्वतन्त्रता की ओर, ऊपर की ओर आरोहण में अभिव्यक्त करती हैं जिससे कि मुक्ति की ओर आत्मा की इस यात्रा में, यह अपने से सम्बन्धित प्रत्येक वस्तु को अपने साथ ले जाये। आत्मा की यात्रा और आपकी किसी सड़क या राजमार्ग पर की जाने वाली यात्रा में यही अन्तर है। किसी मार्ग पर आपकी यात्रा में, आप अकेले चलते हैं और किसी अन्य को आपके साथ चलना आवश्यक नहीं है। किसी वस्तु का आपसे सम्बन्ध आवश्यक नहीं है और आप अकेले पूर्ण स्वतन्त्रता के साथ भ्रमण कर सकते हैं, जबकि आध्यात्मिक यात्रा में एकाकी यात्रा जैसा कुछ भी नहीं है क्योंकि आप अपने से सम्बन्धित प्रत्येक वस्तु को अपने साथ लेकर चलते हैं।

चलिए देखते हैं कि आपसे सम्बन्धित वे कौन सी वस्तुएँ हैं जो कि आप अपने साथ लेकर जाते हैं। इस सम्बन्ध के चार चरण हैं। चेतना के स्तर पर, हम एक विशिष्ट रूप से एक दूसरे से जुड़े हैं जबकि अवचेतन स्तर पर हम किसी और तरह से एक दूसरे से जुड़े हैं। उदाहरण के लिए, सचेत रूप से, इस कक्ष में बैठे हम सब व्यक्तियों के मध्य एक विशेष सम्बन्ध है परन्तु अवचेतन रूप से, हमारा आपसी सम्बन्ध बिल्कुल ही भिन्न है। और अवचेतन रूप के इन सम्बन्धों का चेतन सम्बन्धों के समान होना आवश्यक नहीं है। और इससे भी कुछ गहरा उतरने पर हमारी एक परत है जहाँ हमारा परस्पर सम्बन्ध, व्यक्तित्व की विविधता की तुलना में, जीवन की एकता के अधिक निकट है। एक चौथा चरण है जिसका कोई वर्णन किया जाना सम्भव नहीं है। हम नहीं जानते कि हम इसे एकता कहें या विविधता कहें या अन्य तत्त्व। यही वह लक्ष्य है जिसकी ओर आत्मा अग्रसर है। तो देवी माहात्म्य के वर्णन में हमें मनोवैज्ञानिक और आध्यात्मिक रूप से परम अनुभूति के अपने गन्तव्य की ओर आगे बढ़ाया जाता है।

क्रमशः

(अनुवादिका : अल्का सुरेश बुद्धिराजा)

जीवन का लक्ष्य और इसकी प्राप्ति

परम पूज्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

कर्म योग का रहस्य

इन दो साधनों से आप स्वयं को कर्म के बन्धन से मुक्त रख सकते हैं। कर्म योगी या तो ज्ञानी होता है या फिर भक्त। केवल कर्म और ज्ञान अथवा कर्म और भक्ति का समन्वय ही आपको कर्म के बन्धन से दूर रखने की क्षमता प्रदान कर सकता है।

किन्तु आप तो कर्म के फल की आशा किये बिना कोई कर्म कर ही नहीं सकते! मन ऐसे ही सांचे में ढला हुआ है और आपको इसे अनुशासित करना ही पड़ेगा। यदि आप मुझे प्रणाम भी करते हैं, तो आप इस आशा के साथ करते हैं कि मैं प्रत्युत्तर में प्रणाम करूँ। यदि आप एक गिलास पानी देते हैं, तो उसके बदले में धन्यवाद की अपेक्षा रखते हैं। सांसारिक मन का, राजसिक मन का और तामसिक मन का यही स्वभाव है। आपको पुनः पुनः सत्त्व-गुण को विकसित और उन्नत करना होगा। जब आप में सत्त्व होगा, जब आपका मन शुद्ध हो जायेगा, तब और केवल तब ही आप स्वयं को कर्म के बन्धन से स्वतन्त्र कर सकेंगे। जप के द्वारा, सेवा द्वारा, ध्यान द्वारा, चिन्तन द्वारा, विचार द्वारा, प्रत्याहार द्वारा, प्राणायाम द्वारा आप सत्त्व में वृद्धि कर लेंगे; सात्त्विक भोजन से, सात्त्विक विचारों से, गीता, उपनिषद्, योगवाशिष्ठ के स्वाध्याय से आप अपने मन को सत्त्व से भर सकेंगे। और तब दिव्य ज्ञान और दिव्य कृपा अवतरित होने लगेंगे। कर्म योग अत्यन्त आवश्यक है। आप तुरन्त ही निर्गुण ध्यान मे नहीं उतर सकते, आपको फल की इच्छा किये बिना निरन्तर निष्काम सेवा द्वारा अपने मन को शुद्ध करना होगा। इसका क्षेत्र अति विशाल है, संसार में रहते हुए ही आप इन सद्गुणों को विकसित कर सकते हैं, आप दूसरों की, अपने पड़ोसियों की सेवा साक्षी भाव से, नारायण भाव से, तथा मन में यह भाव रखते हुए सेवा कर सकते हैं कि आप के हृदय मन्दिर में निवास करने वाले प्रभु ही वहाँ भी विद्यमान हैं :

ज्योतिषामपि तज्ज्योतिस्तमसः परमुच्यते।
ज्ञानं ज्ञेयं ज्ञानगम्यं हृदिसर्वस्य विष्ठितम्।।

(समस्त ज्योतियों की परम ज्योति को अन्धकार से अतीत कहा गया है; वह ज्ञान, ज्ञेय और ज्ञान का लक्ष्य सभी के हृदयों में विराजमान है।

(भ.गी-१३/१७)

भगवान् प्राणी मात्र में वास करते हैं, वे सब के अन्तर्वासी हैं।

न तत्र सूर्यो भाति न चन्द्रतारकं
नेमा विद्युतो भान्ति कुतोऽयमग्निः।
तमेव भान्तमनुभाति सर्वं
तस्य भासा सर्वमिदं विभाति।।

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

वहाँ न सूर्य चमकता है, न चन्द्रमा और न ही सितारे। वहाँ विद्युत नहीं चमकती और यह अग्नि भी नहीं। परम ब्रह्म स्वयं-प्रकाशित है, स्वयंज्योति है, उसी के प्रकाश से सब कुछ प्रकाशित होता है। (कठोपनिषद् २/२/१५)

संसार के समस्त प्रकाश के स्त्रोत जैसे सूर्य, चन्द्रमा, सितारे, आकाशीय विद्युत और अग्नि इत्यादि वहाँ पहुँच नहीं सकते। वह परम ब्रह्म स्वयं प्रकाशित है, स्वयं उज्ज्वल दीप्ति से उद्भासित है, उसी के प्रकाश से संसार के सभी प्रकाश के साधन एवं वस्तु-पदार्थ भी प्रकाशित होते हैं। बुद्धि आत्मा से अपना प्रकाश लेती है। परब्रह्म समस्त मनों का मन है, वही सब प्राणों का प्राण, आत्माओं का आत्मा है। समस्त नेत्रों का नेत्र और कर्णों का कर्ण वही है। इन्द्रियों को प्रकाश वही देता है और पञ्च ज्ञानेन्द्रियों को, पञ्च कर्मेन्द्रियों को प्रकाशित भी वही करता है। सर्व दुःख-निवृत्ति के लिए आप जिसे पाना चाहते हैं, वह परम आत्मा ऐसी महिमामयी है।

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

उपनिषद् हिन्दू-धर्म तथा दर्शन के केन्द्रीय आधार हैं। वे वेदान्त अथवा वेदों का अन्त अथवा ज्ञान की पराकाष्ठा हैं। उपनिषदों की गम्भीरता अतुलनीय है। जगत् के सबसे महान् विचारकों ने भी उनसे तृप्ति पायी है, सबसे अधिक महान् आध्यात्मिक पुरुषों ने भी सान्त्वना पायी है। उपनिषदों के पूर्व अथवा बाद का कोई भी ग्रन्थ उनके ज्ञान की गहराई तथा तृप्ति एवं शान्ति के सन्देश से अधिक श्रेष्ठ नहीं हो सकता। दध्यांच, उद्दालक, सनत्कुमार, शाण्डिल्य तथा याज्ञवल्क्य—ये उपनिषद् के प्रसिद्ध ऋषियों में हैं जिन्होंने ज्ञान की ज्योति जगायी है। उपनिषद् मुख्यतः दर्शन-पद्धति के द्वारा ज्ञान की शिक्षा देते हैं। आत्मान्वेषियों के लिए ये पाठ्य-ग्रन्थ हैं। इन्हें विभिन्न नामों से पुकारा जाता है : ब्रह्मविद्या, अध्यात्म शास्त्र, वेदान्त, ज्ञान आदि। जो उपनिषदों के उपदेशों का अभ्यास करता है, वह ब्रह्म को प्राप्त कर लेता है। वह हृदय-ग्रन्थि का भेदन कर तथा शंकाओं को दूर कर सारे पापों को विनष्ट कर देता है। वह सबमें प्रवेश कर जाता है। वह जन्म-मृत्यु से विमुक्त हो जाता है। वह अमर हो जाता है। वह आत्मा ही बन जाता है। वह आप्त-काम है। वह धन्य है। वह शोकों का अतिक्रमण कर लेता है। वह पाप से पार चला जाता है। वह मर्त्यशील शरीर को पुनः धारण नहीं करता। वह ब्रह्म हो जाता है।

श्री स्वामी शिवानन्द

समाधि

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

ईश्वर से मिलन या एकता का नाम समाधि है। यह परम चेतना का अनुभव है। यह आध्यात्मिक अनुभव है।

समाधि आनन्दपूर्ण एकत्व की अवस्था है। जैसे जल में नमक अथवा ज्वाला में कर्पूर लीन हो जाता है, उसी प्रकार मन आत्मा अथवा परम सत्ता में लीन हो जाता है। यह विशुद्ध चेतनता की अवस्था है।

समाधि आपको आत्मा में स्थित करती है। समाधि के द्वारा सीमित आत्मा, परम आत्मा में मिल जाती है। जीवात्मा और परमात्मा की एकता का साक्षात्कार हो जाता है।

जो ज्ञान समाधि से प्राप्त होता है, वह दिव्य ज्ञान होता है। यह इन्द्रियातीत और प्रत्यक्ष ज्ञान है। यहाँ पर तर्क, अनुमान और शब्द की पहुँच नहीं होती।

समाधि आन्तरिक दिव्य अनुभव है जो मन और वाणी का उत्क्रमण कर जाता है। समाधि की अवस्था सब प्रकार के व्यवहार से परे है। कोई भी भाषा अथवा साधन ऐसा नहीं है जो इसको अभिव्यक्त कर सके।

सांसारिक व्यवहार में भी आप उस व्यक्ति को जिसने कभी सेब न खाया हो, सेब का स्वाद नहीं बता सकते और एक अन्धे व्यक्ति को रंग का ज्ञान नहीं करा सकते। समाधि परम आनन्द, सुख और शान्ति की अवस्था है। इसके सम्बन्ध में केवल इतना ही कहा जा सकता है। इसका तो स्वयं अनुभव करने से ही ज्ञान होता है।

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

समाधि अवस्था में न शारीरिक चेतना रहती है और न मानसिक। इसमें तो केवल आत्म-चेतना रहती है। यह सत् या शुद्ध अस्तित्व है। यह आपका वास्तविक स्वरूप है। जब एक सरोवर का पानी सूख जाता है, तो उसमें पड़ने वाला सूर्य का प्रतिबिम्ब भी अदृश्य हो जाता है। जब मन ब्रह्म में लय हो जाता है, जब मन-सरोवर सूख जाता है तो प्रतिबिम्बित चैतन्य भी अदृश्य हो जाता है। जीवात्मा अथवा व्यक्तित्व समाप्त हो जाता है। केवल परम अस्तित्व शेष रह जाता है।

समाधि में न तो ध्याता रहता है और न ध्यान। ध्याता और ध्यान, विचारकर्ता और विचार, पुजारी और पूज्य एकाकार हो जाते हैं। मन अपनी चेतना खो देता है और ध्यान के विषय से एकता को प्राप्त हो जाता है। ईश्वर रूपी सागर में ध्याता अपना व्यक्तित्व खो देता है और परमात्मा के हाथ का एक यन्त्र मात्र बन जाता है। जब उसका मुख खुलता है, तो वह ईश्वर-वचनों को प्रत्यक्ष आन्तरिक अनुभव से, बिना किसी पूर्व-विचार और प्रयत्न से बोलता है, और जब वह हाथ उठाता है, तो परमात्मा ही उसके द्वारा चमत्कार प्रकट करता है।

परिपूर्ण-चैतन्य स्थिति

समाधि एक तमस् (जड़), विस्मृति अथवा अभाव की अवस्था नहीं है। यह तो एक परम चैतन्य स्थिति है जो परिभाषा के सभी प्रयत्नों का उत्क्रमण कर जाती है। यही सबका अन्तिम लक्ष्य है। यही मुक्ति अथवा मोक्ष है।

यह पाषाण-सदृश जड़ अवस्था नहीं है जैसा कि

प्राय: अधिकांश लोग कल्पना कर लेते हैं। परमात्मा में जीवन का अर्थ चेतना का नाश नहीं हैं। जब आत्मा सांसारिक सीमाओं से सीमित हो जाती है, तो उसकी पूर्ण कार्य करने की शक्ति प्रकट नहीं होती, परन्तु जब सीमाएँ समाप्त हो जाती हैं, तो सार्वभौमिक जीवन दृढ़ हो जाता है और आत्मा शक्ति-सम्पन्न हो जाती है। तब आपका आन्तरिक जीवन सम्पन्न हो जाता है। तब आपका जीवन विस्तृत और विराट् स्वरूप हो जाता है।

समाधि एक अचेतन अवस्था नहीं है। यह तो पूर्ण चेतना की स्थिति है। समाधि केवल सुखप्रद भावना मात्र नहीं है। यह तो सत्य अथवा परम सत्ता का प्रत्यक्ष, अद्वितीय और आन्तरिक अति सूक्ष्म अनुभव है। यह तो सभी प्रकार की भावनाओं, उत्तेजनाओं और रोमांचकारी अनुभवों से ऊपर की अवस्था है। यह इन्द्रियातीत परम चैतन्य की शक्तिशाली अवस्था है। साधक अपने अन्वेषण के परम लक्ष्य पर पहुँच कर अपने केन्द्र में पूर्णतया स्थिर हो जाता है और परम मुक्ति, स्वाधीनता और पूर्णता का अनुभव करता है।

तुरीयावस्था

समाधि अवस्था न जाग्रत और न ही स्वप्नावस्था है, क्योंकि इनमें संकल्प अथवा कामना विद्यमान रहती है। यह सुषुप्ति अथवा निद्रावस्था भी नहीं है, क्योंकि इसमें जड़ता अथवा तमस् होता है। यह तो चतुर्थ अवस्था है, जहाँ पर अनन्त ब्रह्मानन्द होता है।

प्राय: जिसको आप स्वप्न-रहित निद्रावस्था कहते हैं, उसकी दो दशाएँ होती हैं। पहली दशा यह है कि आपको देखे हुए स्वप्न का विस्मरण हो जाता है और दूसरी दशा में आप पूर्ण अचेतनावस्था में डूब जाते हैं जो कि लगभग मृत्यु के तुल्य होती है। परन्तु एक विलक्षण सुषुप्ति अथवा निद्रा का भी आप अनुभव कर सकते हैं जिसमें पूर्ण शान्ति, अमरता और शरीर के सभी अंगों में विश्रान्ति का अनुभव होता है और आपकी चेतना सत्-चित्-आनन्द में डूब जाती है। इसको आप निद्रा नहीं कह सकते, क्योंकि इसमें पूर्ण 'चेतना' रहती है। इस अवस्था में यदि आप कुछ क्षण, घण्टे अथवा दिन रहे, तो आपको साधारण निद्रा के कई घण्टों की अपेक्षा इस अवस्था के कुछ क्षणों में अधिक शान्ति और आनन्द का अनुभव होगा। यह अकस्मात् प्राप्त नहीं होती। इसके लिए चिरकाल के अभ्यास की आवश्यकता है।

जड़ समाधि तथा चैतन्य समाधि

सामान्यत: लोगों को ऐसा विश्वास है कि केवल एक कौपीन पहन कर, पद्मासन लगा कर और श्वास को पूर्णतया रोक कर अचेतनावस्था में रहने का नाम समाधि है। साधारण मनुष्य ऐसा सोचते हैं कि जो मनुष्य समाधि में रहता है, उसको अपने आस-पास की सुधि नहीं होनी चाहिए और यदि उसके शरीर में चाकू भी चुभाया जाये, तो भी उसे इसका भान नहीं होना चाहिए। निश्चय ही ऐसी समाधि भी होती है। यह जड़ समाधि कहलाती है जो हठयोग की क्रियाओं से प्राप्त की जाती है।

एक हठयोगी खेचरी मुद्रा लगा कर अपने को एक सन्दूक में बन्द कर सकता है और वह सन्दूक भी पृथ्वी में मास पर्यन्त गाड़ा जा सकता है। नि:सन्देह, यह एक कठिन यौगिक क्रिया है, परन्तु इससे आत्मज्ञान प्राप्त नहीं होता।

क्रमश:

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

मन पर विजय हेतु उच्चतर साधन

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

मनोजय की उपलब्धि

मन, मोह अथवा माया रूपी चक्र की धुरी है। यदि आप विवेक के अभ्यास द्वारा मन को नष्ट कर देते हैं, तो माया आपको प्रभावित नहीं कर पायेगी; क्योंकि पदार्थ, रूप, देश एवं काल सब मन में ही रहते हैं।

मन एवं इसके संवेगों पर विजय पाना ही सफल जीवन जीना है। विचारों एवं भावनाओं पर नियन्त्रण-संयम आपको शक्ति एवं शान्ति देगा तथा भगवद्-साक्षात्कार में सहायक होगा।

यदि आप भगवान् से सम्पर्क करना चाहते हैं, तो इसके लिए भावनाओं-संवेगों पर नियन्त्रण करना अत्यधिक महत्त्वपूर्ण है। जब आपके मन में कोई वृत्ति अथवा विचार उठे, तो उसके विषय में नहीं सोचें, अपने ध्यान को किसी ओर दिशा में ले जायें और उस वृत्ति को स्वतः ही नष्ट होने दें। कल्पना के जाल नहीं बुनें; क्योंकि कल्पना ही वृत्ति को सशक्त करती है। किसी भी प्रकार के अनुभव से आपके अन्तःकरण में उसके संस्कार बनते हैं; संस्कारों से वासनाएँ उत्पन्न होती हैं; और वासनाओं से वृत्तियों अर्थात् विचार-तरंगों का उद्भव होता है। कल्पना वृत्तियों को इच्छा में परिवर्तित कर देती है। इसके पश्चात्, अहंकार स्वयं को इच्छा से जोड़ लेता है और तब यह तृष्णा बन जाती है। फिर आप इस तृष्णा की पूर्ति हेतु चेष्टा करने के लिए विवश होते हैं। इस प्रकार मन की प्रक्रिया निरन्तर चलती रहती है।

आप नये संस्कारों के निर्माण को रोक सकते हैं तथा पुराने संस्कारों को दृढ़ बनने से भी रोक सकते हैं। वासनाएँ मनुष्यों को बन्धन में डालने वाले पाश हैं। यदि आपने वासनाओं पर नियन्त्रण कर लिया है, तो आपने एक महान् विजय प्राप्त कर ली है। यद्यपि आपकी वृत्तियाँ एवं संस्कार असंख्य और अधिक गहरे हैं, परन्तु विचार, विवेक, सत्संग, स्वाध्याय, भगवन्नाम-जप, ध्यान एवं प्रार्थना द्वारा इन्हें समाप्त किया जा सकता है।

वस्तु-पदार्थों से जुड़ा मन बन्धनकारक होता है, तथा वस्तु-पदार्थों से विलग मन मोक्षकारक होता है। शान्त-प्रशान्त मन में ही शक्ति का रहस्य निहित है। जब मन वस्तु-पदार्थों के प्रति राग-द्वेष से पूर्णतया मुक्त होता है, तो इसका अस्तित्व ही नहीं रहता है। जब मन खिन्न अथवा निरुत्साहित है, तो उसे कीर्तन से जगायें, उत्साहपूर्ण बनायें; जब यह विक्षिप्त है, तो उसे प्राणायाम, पूजा एवं ध्यान द्वारा शान्त करें; जब यह किसी वस्तु-व्यक्ति के प्रति आसक्त होता है, तो विवेक एवं वैराग्य द्वारा इसे अनासक्त बनायें।

विचार, इच्छा से प्रेरित होता है। इच्छा ही मन को क्रियाशील-गतिशील करने वाली शक्ति है। इच्छा एवं विचार एक दूसरे से घनिष्ठ रूप से सम्बन्धित हैं। प्रत्येक विचार उसके पीछे छिपी इच्छा से प्रेरित होता है। इच्छा ईंधन है। विचार वह अग्नि है जो इच्छा रूपी ईंधन द्वारा प्रज्वलित होती है। इच्छा, मन का ही दूसरा नाम है।

'Conquest of Mind' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

इच्छा, अहंकार का सतत पोषण करती है। इसलिए, इच्छा ही हमारे समस्त दुःखों-भयों का मूल है। अनेकानेक इच्छाओं के भार से स्वयं को मुक्त करें। यदि इच्छाओं को बढ़ने दिया जाता है, तो ये विचारों रूपी अग्नि के लिए ईंधनवत् कार्य करती है और इसे प्रज्वलित रखती है।

इच्छाओं रूपी ईंधन के समाप्त होने से, संकल्पों अथवा विचारों रूपी अग्नि भी समाप्त हो जायेगी। इस प्रकार, अपने संकल्पों अथवा विचारों का समूल नाश करें। फिर आप जन्म-मरण के बन्धन से मुक्त हो जायेंगे; और मन बिना घी अथवा तेल के दीपक के समान बुझ जायेगा, नष्ट हो जायेगा।

मन, भगवान् का आशीर्वाद-वरदान है। क्योंकि, मन के बिना आप भगवद्-चिन्तन नहीं कर सकते हैं, धारणा एवं ध्यान का अभ्यास नहीं कर सकते हैं। मन, विचारों एवं भावनाओं के बिना आप भगवान् के प्रति भक्ति-भाव से युक्त नहीं हो सकते हैं।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

परब्रह्म अवर्णनीय है। वह मन तथा इन्द्रियों की पहुँच से परे है। वह बुद्धि से भी परे है। वह सबके लिए प्रकाशपुञ्ज है। उसके लिए किसी प्रकाश की आवश्यकता नहीं है। वाणी उसे व्यक्त नहीं कर सकती। मन उसे सोच नहीं सकता। बुद्धि उसे समझ नहीं सकती। इन्द्रियाँ उसे ग्रहण नहीं कर सकतीं। ऐसी विचित्र वस्तु है वह सत्य। ब्रह्मज्ञान किसी वस्तु का ज्ञान नहीं, वरन् परम ज्ञान ही बन जाना है। वाणी के द्वारा कहा जाये तो उसे 'असीम कर्ता' कह सकते हैं। वह अनुभव है, विषय-संवेदन नहीं। वह पारमार्थिक तत्त्व है; अतः वह द्वैत एवं द्वन्द्वों से परे है। उसको जानना ही सबसे महान् लाभ है। वह व्यक्ति अभागा ही है जो उसे बिना जाने ही मर जाता है।

पार्थिव वस्तुएँ नाशवान् हैं; अतः उनके पीछे नहीं भागना चाहिए। बहुत वर्षों का सारा जीवन भी अल्प ही है। वह कुछ भी नहीं है। विषयों के भोग से कोई लाभ नहीं है। मनुष्य धन से तृप्त नहीं हो सकता है। वह अमर बनना चाहता है। दुर्भाग्यवश वह उन वस्तुओं के पीछे दौड़ता है जो सुखद मालूम पड़ती हैं, परन्तु वास्तव में सुखद नहीं हैं। श्रेय एक वस्तु है और प्रेय दूसरी वस्तु। पहली मुक्ति प्रदान करती है और दूसरी बन्धन में डालती है। मनुष्य को एक क्षण के लिए भी प्रेय को ग्रहण नहीं करना चाहिए, यद्यपि उससे क्षण मात्र के लिए सुख की प्राप्ति ही क्यों न हो।

श्री स्वामी शिवानन्द

बाल जगत्

बालकों के लिए दिव्य जीवन

परमपिता परमात्मा की सौभाग्यशाली सन्तान!

चरित्र

गहराई से विचार करें। उचित निर्णय लें। सावधानी से कार्य करें। सत्य बोलें। सतर्कता सहित विचरण करें। परिश्रमपूर्वक काम करें। कोमलता सहित वार्तालाप करें। उचित व्यवहार करें। विषय को और शब्दों को घुमा-फिरा कर न कहें। चतुराई और कुटिलता से दूर रहें।

दान

दान दें, देते जायें, खुले दिल से दें! प्रचुरता का यही रहस्य है। स्वेच्छा से दान करें। आपके पास जो है, उसका दूसरों के साथ मिल-बाँट कर उपयोग करें। यह आपके हृदय को शुद्ध करेगा और भगवद् दर्शन की ओर ले जायेगा। आप नाम-यश और अमरत्व अर्जित करेंगे।

स्वास्थ्य

समय पर शीघ्र सो जायें और प्रातः शीघ्र उठें। आप स्वस्थ और सशक्त रहेंगे। केवल वही आहार लें, जो आपके स्वाथ्य के लिए अनुकूल हो। आवश्यकता से अधिक न खायें। नित्य व्यायाम करें। प्रकृति आपका उपचार करेगी। सभी रोग मन से उत्पन्न होते हैं। सदैव प्रसन्न रहें। उत्तम स्वास्थ्य समस्त सम्पदाओं से श्रेष्ठ है।

श्री स्वामी शिवानन्द

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

जिम्मेदारी तुम्हारी या उसकी

अपनी प्रिय पत्नी तथा अन्य स्वजनों से दूर रतनपुर के छोटे से गाँव में माधो काम करता था। गरीबी के कारण वह जब भी अपने नगर जाता, तब पैदल ही चला जाता था। उसने कई बार ट्रेन को भक्-भक् कर भागती हुई देखा था, किन्तु आज तक उसने कभी ट्रेन की यात्रा नहीं की थी।

आज मृत्यु-शय्या पर पड़ी हुई पत्नी से मिलने की व्याकुलता के कारण वह टिकट ले कर ट्रेन में चढ़ बैठा। रास्ते में लाईन की मरम्मत होने से ट्रेन अति मन्द गति से चल रही थी। ट्रेन की इस मन्द गति के कारण से अनजान, वह अपनी पत्नी से मिलने के लिए अति व्याकुल हो उठा था।

मन्द गति का कारण खोजते-खोजते वह गहन विचार में डूब गया। गहन चिन्तन के बाद उसने खोज निकाला—'कितना मूर्ख हूँ मैं? स्वयं के इतने बोझ के साथ-साथ बेचारी ट्रेन पर अपना सन्दूक एवं बिस्तर भी रखे बैठा हूँ, इसीलिए ट्रेन मन्द गति से चल रही है।' यह सोच कर उसने अपने सामान को उठा कर सिर पर रख दिया। सभी यात्री अचम्भे से उसको देखने लगे।

ऐसे ही जीवन की ट्रेन पर मनुष्य चढ़ा हुआ है। किन्तु स्वयं उसे तो कोई अज्ञात शक्ति चलाती है। उसकी पत्नी (शान्ति) पीड़ित है, और वह उससे मिलने को अधीर हो उठा है। किन्तु नियम है—''माँगने से दूर रहता है सदा प्रारब्ध मेरा; माँगू नहीं अगर मैं, पास आता भाग्य मेरा।'' अधीर और मूर्ख मानव समझता है कि वह कुटुम्ब-परिवार का बोझ उठाता है, व्यापार और तमाम घर का भार भी वही उठाता है। वह मानता है कि इस तरह से वह अपने लक्ष्य (शान्ति) को शीघ्र प्राप्त कर लेगा। वह शायद भूल जाता है कि अपने भार का और सब प्रकार के भार का वहन करने वाली तो ट्रेन है। फिर वह बोझ को चाहे अपने कन्धों पर रखे या फर्श पर।

जीवन का सच्चा भारवाहक तो वह जगत्-नियन्ता है। फिर भी मूर्ख मानव अज्ञान के कारण पत्नी, बच्चे, व्यापार और सम्पत्ति का भारवाहक अपने को मानता है।

श्री स्वामी शिवानन्द

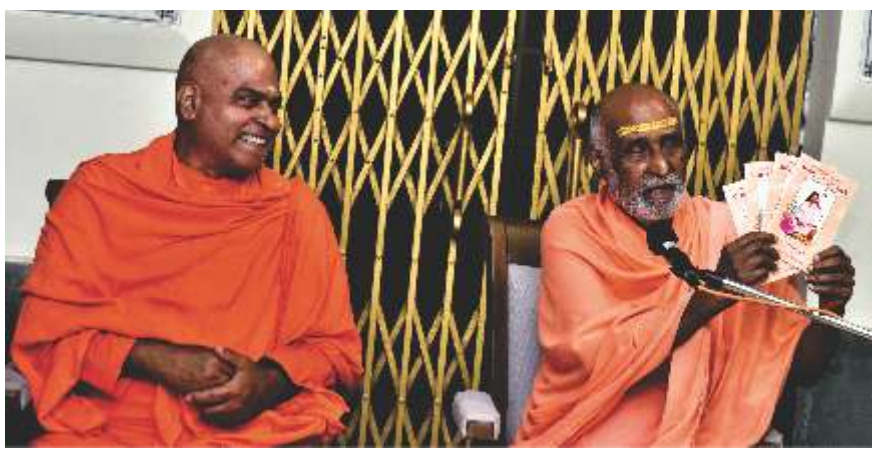
'शिवानन्द-दृष्टान्त-मंजरी' पुस्तक से उद्धृत कहानी का अनुवाद

मुख्यालय आश्रम में श्री शंकराचार्य जयन्ती उत्सव

जगद्गुरु श्री आदि शंकराचार्य के इस धरा पर अवतरण का पावन दिवस मुख्यालय आश्रम में २ मई २०२५ को अत्यन्त श्रद्धापूर्वक मनाया गया।

कार्यक्रम का शुभारम्भ श्री विश्वनाथ मन्दिर में आदिगुरु श्री शंकराचार्य की दिव्य सन्निधि में प्रातः ९ बजे 'जय गणेश' प्रार्थना एवं कीर्तन के साथ किया गया। तदुपरान्त, श्री स्वामी हरिहरानन्दजी

महाराज, श्री स्वामी पूर्णबोधानन्दजी महाराज एवं पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज ने जगद्गुरु आदि शंकराचार्य के प्रेरणाप्रद जीवन एवं शिक्षाओं पर प्रवचन दिये । इसके उपरान्त अष्टोत्तरशतनामावली सहित भगवान् आदि शंकराचार्य की पुष्पार्चना की गयी। इस पावन दिवस के उपलक्ष्य में दो पुस्तकों तथा एक पुस्तिका का विमोचन भी किया गया।आरती एवं पावन प्रसाद वितरण के साथ ११ बजे कार्यक्रम समाप्त हुआ।



भगवान् शंकराचार्य तथा सद्गुरुदेव के आशीर्वाद हम सभी पर हों जिससे कि हम अपने वास्तविक स्वरूप को जान सकें!

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के संन्यास–दीक्षा दिवस की १०१ वीं वर्षगाँठ का समारोह

मुख्यालय आश्रम में १ जून २०२५ को सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के संन्यास–दीक्षा दिवस की १०१ वीं वर्षगाँठ का पवित्र दिन अत्यन्त भक्तिभावपूर्वक मनाया गया।

दिवस का प्रारम्भ प्रार्थना एवं ध्यान सत्र के साथ हुआ। पूर्वाह्न में पावन समाधि मन्दिर में सद्गुरुदेव की पावन पादुकाओं की प्रेम एवं श्रद्धापूर्वक पूजा की गयी। पादुका पूजा के उपरान्त

सत्संग आयोजित किया गया जिसमें आश्रम के संन्यासियों और ब्रह्मचारियों ने सद्गुरुदेव की स्तुति–स्वरूप भजन–कीर्तन समर्पित किये। तदुपरान्त, परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज ने अपने संक्षिप्त प्रवचन में सद्गुरुदेव के संन्यास की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए सबको उनके उज्ज्वल आदर्श का अनुकरण करने के

लिए तथा स्वयं में सच्चे त्याग-भाव का विकास करने के लिए प्रेरित किया। इस मंगलमय दिवस पर पांच पुस्तकों, दो पुस्तिकाओं एवं छः बुकमार्क्स का विमोचन भी किया गया।

आरती और विशेष प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

रात्रि-सत्संग में, मुम्बई की कुमारी विदिता गणेश द्वारा श्री गुरुदेव के दिव्य चरणकमलों में पुष्पांजलि स्वरूप मधुर एवं भावपूर्ण भजन प्रस्तुत किये गये। विश्व-शान्ति हेतु प्रार्थना एवं आरती के साथ सत्संग समाप्त हुआ।

परमपिता परमात्मा एवं श्री गुरुदेव के असीम आशीर्वाद सब पर हों।

१०३ वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन समारोह

१०३वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन ४ मई २०२५ को वाई.वी.एफ़.ए हॉल में किया गया। भारत के विभिन्न भागों से कुल ४० जिज्ञासु–विद्यार्थी इस कोर्स के माध्यम से दिव्य ज्ञान की प्राप्ति हेतु सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के पावन आश्रम में आये।

उद्घाटन कार्यक्रम का शुभारम्भ दुर्गा माता तथा दत्तात्रेय भगवान् के पावन मन्दिरों में पूजा के साथ किया गया। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं के उपरान्त अकादमी के संयुक्त रजिस्ट्रार, श्री स्वामी शिवभक्तानन्दजी महाराज ने स्वामीजियों, व्याख्याता–गण, अतिथियों एवं विद्यार्थियों का हार्दिक स्वागत किया।

शाक्तपुरम्, कर्नाटक के श्री स्वामी कृष्णात्मानन्दजी महाराज ने पावन दीप प्रज्वलन के साथ कोर्स का उद्घाटन किया । तदुपरान्त अकादमी के रजिस्ट्रार, ब्रह्मचारी श्री गोपीजी ने विद्यार्थियों का इस अवसर पर उपस्थित सभी जनों से परिचय करवाया। श्री स्वामी कृष्णात्मानन्द जी महाराज ने अपने उद्घाटन प्रवचन में विद्यार्थियों को इस कोर्स में सम्मिलित होने के उनके सौभाग्य के प्रति जागरूक करते हुए कहा कि उनके पूर्व जन्मों के पुण्यकर्मों के फलस्वरूप उन्हें इस पावन स्थान पर परम ज्ञान की प्राप्ति करने का सुन्दर अवसर प्राप्त हुआ है। उन्हें इस अवसर का परिपूर्ण रूप से सदुपयोग करना चाहिए। माँ सरस्वती की पूजा और प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के आशीर्वाद सब पर हों!

महत्त्वपूर्ण सूचना

चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम (CHSA), बालिगुआली, पुरी, ओडिशा के सम्बन्ध में स्पष्टीकरण

ओडिशा के पुरी जिले के बालिगुआली क्षेत्र में स्थित **चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम (CHSA)** के सम्बन्ध में भक्तवृन्द में व्याप्त भ्रम एवं भ्रान्ति के निवारण के लिए द डिवाइन लाइफ सोसायटी, मुख्यालय आश्रम द्वारा यह स्पष्टीकरण दिया जा रहा है।

सोसायटी के अधिकांश दीर्घकालिक भक्त-जन इस तथ्य को जानते ही हैं कि **CHSA** की भू-सम्पत्ति मूलतः बालिगुआली के श्री स्वामी शान्तानन्द जी महाराज की थी; यह उन्हें अपने गुरु श्री सुकुमार दास जी महाराज से विरासत में प्राप्त हुई थी। वर्ष १९९१ में, श्री स्वामी शान्तानन्द जी महाराज ने लगभग ७.५ एकड़ की यह सम्पूर्ण सम्पत्ति, द डिवाइन लाइफ सोसायटी के तत्कालीन परमाध्यक्ष परम श्रद्धेय श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के माध्यम से, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम को उपहार-स्वरूप दे दी। उसके बाद से यह सम्पत्ति '**चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम (CHSA)**' के नाम से जानी जाने लगी। वर्ष २००२ में, 'स्वामी चिदानन्द साधना कुटीर समिति' के भंग होने के पश्चात्, **CHSA** की समीपवर्ती ३ एकड़ भूमि भी डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम को दे दी गयी।

मुख्यालय आश्रम, ऋषिकेश से **CHSA** के प्रबन्धन में आने वाली व्यावहारिक कठिनाईयों के कारण, द डिवाइन लाइफ सोसायटी के बोर्ड ऑफ मैनेजमेंट, बोर्ड ऑफ ट्रस्टीज तथा जनरल बॉडी ने एक वर्ष तक गहन विचार-विमर्श के पश्चात् ३० नवम्बर २०२३, १ दिसम्बर २०२३ तथा २ दिसम्बर २०२३ को क्रमशः आयोजित अपनी मीटिंग्स में यह निर्णय लिया कि **CHSA के स्वामित्व को द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम के पास रखते हुए,** इसके दिन-प्रतिदिन के कार्यों-गतिविधियों का संचालन एवं प्रबन्धन एक स्वतन्त्र ट्रस्ट को सौंप दिया जाये। बोर्ड ऑफ

मैनेजमेंट एवं बोर्ड ऑफ ट्रस्टीज की इन मीटिंग्स से पूर्व-आयोजित मीटिंग्स में लिये गये निर्णय की अनुपालना करते हुए तथा मुख्यालय आश्रम के निर्देशन में एक नये ट्रस्ट '**चिदानन्द शान्ति आश्रम**' **(CSA)** का गठन कर लिया गया था तथा इसे ३ नवम्बर २०२३ को पुरी में रजिस्टर करा लिया गया था। इस नये ट्रस्ट के सदस्य डिवाइन लाइफ सोसायटी के भक्तजन ही हैं। इसके कुछ सदस्य द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम के बोर्ड ऑफ मैनेजमेंट के सदस्य भी हैं। साथ ही, मुख्यालय आश्रम के ट्रस्ट बोर्ड द्वारा, मुख्यालय आश्रम के दो न्यासियों (Trustees) को भी इस नवीन ट्रस्ट '**चिदानन्द शान्ति आश्रम**' **(CSA)** के दो न्यासियों (Trustees) के रूप में मनोनीत किया गया है।

अतः, यह स्पष्ट किया जाता है कि द डिवाइन लाइफ सोसायटी, मुख्यालय आश्रम ही **CHSA** की चल एवं अचल सम्पत्ति का एकमात्र स्वामी है; तथा सम्पत्ति के रख-रखाव तथा **CHSA** के दिन-प्रतिदिन के कार्यों के संचालन और समय-समय पर आध्यात्मिक कार्यक्रमों के आयोजन के लिए ही इसे **CSA ट्रस्ट** को लीज पर सौंपा गया है।

उपरोक्त स्पष्टीकरण का परिशिष्ट

द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम से भक्तों द्वारा, विशेषतया ओडिशा के अनेकानेक भक्तों द्वारा यह जानकारी माँगी जा रही है कि क्या वे **CHSA** बालिगुआली के परिसर में अपने लिए नये कमरों का निर्माण करवा सकते हैं ताकि वे **CHSA** बालिगुआलि आने पर उन कमरों में रुक सकें।

इस विषय में भक्तवृन्द के सूचनार्थ यह बताया जाता है कि **CHSA** में भक्तजन न तो अपने नाम पर किन्हीं कमरों का निर्माण करवा सकते हैं तथा न ही वे पुराने कमरों का नवीनीकरण (renovation) करवाकर इनके स्वामित्व का दावा कर सकते हैं।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम एवं **CSA** ट्रस्ट के मध्य हुई लीज-डीड के अनुसार **CSA** ट्रस्ट, **CHSA** का रख-रखाव करते हुए तथा इसकी दिन-प्रतिदिन की गतिविधियों का

संचालन करते हुए, इसकी सम्पत्ति को अथवा इसके कुछ भागों को किसी अन्य संस्था अथवा व्यक्ति को किसी भी रूप में नहीं देगा, अर्थात् वह इसे न बेचेगा, न किराये पर देगा और न ही लीज पर देगा।

यदि **CSA** ट्रस्ट अपने उद्देश्यों की पूर्ति के लिए प्रभावशाली रूप से कार्य करने हेतु नये कमरों-भवनों का निर्माण आवश्यक समझता है, तो **CSA** ट्रस्ट स्वयं, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम के ट्रस्ट बोर्ड की पूर्व-अनुमति के साथ, **CHSA** परिसर में नये भवनों का निर्माण करवा सकता है। यह नवनिर्माण भक्तों अथवा संस्थाओं द्वारा बिना किसी पूर्व शर्त के दिये गये स्वैच्छिक दान से एकत्रित धनराशि से ही किया जा सकता है।

लीज-डीड में यह भी उल्लिखित किया गया है कि **CHSA** परिसर में कोई भी नवनिर्माण द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय की ही सम्पत्ति माना जायेगा तथा इसे सोसायटी की अकाउण्ट-बुक में सम्पत्ति (Assets) के रूप में दिखाया जायेगा।

अतः भक्तवृन्द से अनुरोध है कि वे इस परिशिष्ट को सावधानीपूर्वक पढ़े तथा इस सम्बन्ध में फैलायी जाने वाली भ्रान्तियों पर ध्यान न दें।

हे मनुष्य! प्रकृति से व्यावहारिक ज्ञान सीखो। आम का वृक्ष पुरुषार्थ करता है। वह श्रान्त पथिक को छाया देता है, अपने स्वामी को मधुर फल देता है। मल्लिका पुष्प सबको मीठी सुगन्ध देता है। चींटी ग्रीष्म ऋतु में अन्न-संग्रह करने में व्यस्त रहती है। वर्षा और शीत-काल में वह अपने बिल में सुख से रहती है। मधुमक्खी पुष्पों से रस संचय करने में व्यस्त रहती है और मधुपान कर आनन्द-विभोर रहती है। सरिता लोगों को निर्मल जल देती है। सूर्य मनुष्य और वृक्षों को शक्ति और उष्णता देता है तथा सागर के खारे जल को सुस्वादु पेय जल में बदल देता है। चन्दन का वृक्ष अपने चारों ओर सुगन्ध बिखेरता है। कस्तूरी-मृग कस्तूरी देता है। धरती अनाज देती है; स्वर्ण, लोहा, वनस्पति आदि देती है। माता-पिता अपने बच्चों को पुरुषार्थ करने का उपदेश देते हैं। शिक्षक छात्रों से कहते हैं—''भली-भाँति पढ़ो। सच्चरित्र बनो। परीक्षा में उत्तीर्ण होओ। अच्छा काम पाओ। दान दो। इन्द्रियों को वश में रखो। सज्जन बनो।''

श्री स्वामी शिवानन्द

ॐ

महत्त्वपूर्ण सूचना

योग–वेदान्त फॉरेस्ट अकादमी

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

पी.ओ. शिवानन्दनगर—२४९१९२, जिला—टिहरी–गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत

प्रवेश–सम्बन्धी सूचना

दिनांक **१–९–२०२५ से ३०–१०–२०२५** तक आयोजित **१०४** वें द्विमासिक बेसिक योग–वेदान्त (आवासीय) कोर्स में प्रवेश लेने हेतु आवेदन–पत्र आमन्त्रित किये जाते हैं। यह कोर्स, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, शिवानन्दनगर, ऋषिकेश के अकादमी–परिसर में आयोजित किया जायेगा।

इस कोर्स से सम्बन्धित विस्तृत विवरण इस प्रकार है :

१. इसमें केवल भारतीय नागरिक (पुरुष) ही भाग ले सकते हैं।

२. आयु–वर्ग : – २० और ६५ वर्ष के बीच

३. योग्यताएँ : –

(क) तीव्र आध्यात्मिक अभीप्सा तथा योग–वेदान्त के अभ्यास में गहन रुचि रखने वाले स्नातक उपाधिधारी पुरुषों को वरीयता दी जायेगी।

(ख) अभ्यर्थी में अँगरेजी भाषा में धाराप्रवाह वार्तालाप करने की क्षमता होनी चाहिए; क्योंकि शिक्षण का माध्यम अँगरेजी भाषा है।

(ग) अभ्यर्थी का स्वास्थ्य अच्छा होना चाहिए।

४. पाठ्यक्रम का विषय–क्षेत्र : –

(क) भारतीय दर्शन के इतिहास का रूपरेखीय अध्ययन, उपनिषदों का अध्ययन, धार्मिक चेतना का परिशीलन, श्रीमद्भगवद्गीता का अध्ययन, पतंजलि की योग–प्रणाली, नारद–भक्तिसूत्र तथा स्वामी शिवानन्द के दर्शन (philosophy) का अध्ययन।

(ख) पाठ्यक्रम पूर्ण होने के उपरान्त परीक्षा आयोजित की जायेगी।

(ग) आसन, प्राणायाम, ध्यान, कर्मयोग, भाषण, समूह–चर्चा, प्रश्न–उत्तर सत्र भी इस कोर्स का अंग होंगे।

५. प्रशिक्षण, आवास तथा भोजन के लिए कोई शुल्क नहीं लिया जायेगा। प्रतिदिन शुद्ध शाकाहारी भोजन (जलपान तथा दो बार भोजन) उपलब्ध कराया जायेगा। धूम्रपान, मद्यपान तथा नशीले पदार्थों का सेवन सर्वथा वर्जित है।

६. आवेदन–पत्र तथा विवरण–पत्रिका अकादमी के कुलसचिव से डाक द्वारा प्राप्त किये जा सकते हैं अथवा इन्हें हमारी वेबसाइट **www.sivanandaonline.org** से डाउनलोड भी किया जा सकता है। अभ्यर्थी इस कोर्स में प्रवेश हेतु हमारी वेबसाइट **www.sivanandaonline.org** में दिये गये लिंक द्वारा ऑनलाइन आवेदन भी कर सकते हैं। भरे हुए आवेदन–पत्र अधोलिखित पदाधिकारी के पास **३१–७–२०२५** तक पहुँच जाने चाहिए।

७. योग–वेदान्त फॉरेस्ट अकादमी का उद्देश्य विद्यार्थियों को शैक्षिक–सैद्धान्तिक ज्ञान प्रदान करने के साथ–साथ उन्हें इस योग्य भी बनाना है कि वे अपने व्यक्तित्व को पूर्ण तथा संघटित बना सकें तथा हितकारी एवं सफल जीवन व्यतीत कर सकें। अकादमी द्वारा संचालित किये जाने वाले कोर्स का स्वरूप विद्यार्थी को केवल शास्त्रीय ज्ञान अथवा पुस्तकीय जानकारी प्रदान करने की अपेक्षा अनुशासनात्मक अधिक है।

शिवानन्दनगर
१ जून २०२५

कुलसचिव (रजिस्ट्रार)
योग–वेदान्त फॉरेस्ट अकादमी
फोन : – ०१३५–२४३३५४१ (अकादमी)
ईमेल : – yvfacademy@gmail.com

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 जायेंगे्

जनरल डोनेशन

(१) आश्रम जनरल डोनेशन

(२) अन्नक्षेत्र

(३) मेडिकल रिलीफ

कॉरपस डोनेशन

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 नि:शुल्क भोजन उपलब्ध कराने हेतु किया जायेगा।
- '**मेडिकल रिलीफ**' के अन्तर्गत प्राप्त डोनेशन का उपयोग शिवानन्द चैरिटेबल हॉस्पिटल में जरूरतमन्द रोगियों के नि:शुल्क 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/-

* 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

काकीनाडा (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा प्रत्येक सोमवार और शनिवार को ध्यान सत्र और संकीर्तन सहित साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। १४ मार्च को भक्तों के निवास पर श्री हनुमानचालीसा का पाठ किया गया।

काकचिंग (मणिपुर): दैनिक पूजा, सोमवार को शिवाभिषेक, गुरुवार तथा माह की ८ तारीख को पादुका पूजा यथावत् चलते रहे। ६ अप्रैल को श्री रामनवमी भजन-कीर्तन सहित मनायी गयी। २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की १०३ वीं जयन्ती मनायी गयी, जिसमें स्वामीजी के जीवन और उनके कार्यों पर प्रवचन दिये गये। २७ और २८ अप्रैल को विशेष सत्संग आयोजित किये गये।

कानपुर (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा श्रीमद्भगवद्गीता और श्रीमद्भागवत के दैनिक स्वाध्याय के अतिरिक्त, २७ अप्रैल को श्रीमद्भगवद्गीता, श्री रामचरितमानस और श्री हनुमानचालीसा पाठ सहित मासिक सत्संग आयोजित किया गया।

केन्द्रापड़ा (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग तथा प्रत्येक रविवार को चल-सत्संग के अतिरिक्त, विश्वशान्ति के लिए विष्णु महायज्ञ का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में योग शिविर, भजन और नारायण सेवा सम्मिलित थे। ६ अप्रैल को श्री रामनवमी और १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती पारायण और श्री राम कथा सहित मनायी गयी। २५ अप्रैल को 'व्यक्तित्व विकास शिविर' और ३० अप्रैल को 'महिला जागरूकता शिविर' का आयोजन किया गया।

कटक (ओडिशा): शाखा द्वारा २८ मार्च से ५ अप्रैल तक श्री रामचरितमानस नवाह्न पारायण आयोजित किया गया। ५ को चण्डी पाठ और हवन सहित दुर्गाष्टमी पूजा की गयी। ६ को पादुका पूजा सहित रामनवमी उत्सव और साधना दिवस का आयोजन किया गया । एकादशी के दिन श्रीमद्भगवद्गीता का पाठ तथा १४ को श्री हनुमानचालीसा पाठ किया गया। २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का जन्म-दिवस मनाया गया। दैनिक पादुका पूजा, गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग तथा निर्धन रोगियों के लिए शिवानन्द एलोपैथिक डिस्पेंसरी के माध्यम से निःशुल्क चिकित्सा एवं औषधि वितरण पूर्ववत् चलते रहे। मासिक पत्रिका 'दिव्य जीवन' का प्रकाशन किया गया।

चण्डीगढ़ (पंजाब): २१, २२ एवं २३ मार्च को वार्षिक दिवस एवं 'मन जीते जग जीत' विषय पर तीन दिवसीय आध्यात्मिक सम्मेलन आयोजित किया गया जिसके अन्तर्गत प्रभात फेरी, पादुका पूजन, भजन सन्ध्या, श्री हनुमानचालीसा पाठ एवं महामृत्युञ्जय मन्त्र का जप किया गया तथा विभिन्न स्थानों से आये सन्तों एवं विद्वानों ने सम्मेलन के विषय पर उपस्थित लोगों को सम्बोधित भी किया।

चाँदपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक शनिवार को साप्ताहिक सत्संग, गुरुवार को पादुका पूजा, संक्रान्ति के दिन श्री सुन्दरकाण्ड पारायण तथा माह की ८ एवं २४ को चल-सत्संग कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। ६ अप्रैल को श्री रामनवमी का पर्व अभिषेक एवं 'श्री राम जय राम जय जय राम' मन्त्र के संकीर्तन सहित मनाया गया। १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती हनुमानचालीसा पाठ सहित मनायी गयी।

चौद्वार (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, स्वाध्याय और योग कक्षाएँ और प्रत्येक रविवार को श्रीमद्भगवद्गीता और श्री हनुमान चालीसा पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये। भक्तों के निवास पर दो चल-सत्संग आयोजित किये गये। १४ अप्रैल को 'श्री राम जय राम जय जय राम' मन्त्र के जप सहित श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी। २५ को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की जयन्ती मनायी गयी।

छत्रपुर (ओडिशा): माह की ८ एवं २४ तारीख को पादुका पूजा एवं प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये। १७, २३, ३० और ३१ मार्च को गुरुवाणी, श्री सुन्दरकाण्ड और श्री हनुमानचालीसा पाठ सहित चार चल-सत्संग आयोजित किये गये। ६ अप्रैल को को भजन कीर्तन सहित साधना दिवस आयोजित किया गया।

जैकबपुरा-गुरुग्राम (हरियाणा): शाखा द्वारा प्रत्येक सोमवार को भजन सन्ध्या और श्री सत्यनारायण कथा सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित किया गया। इसके अतिरिक्त, ६ अप्रैल को श्री रामनवमी पूजा, प्रवचन, भजन-कीर्तन सहित मनायी गयी और १२ अप्रैल को श्री सुन्दरकाण्ड और श्री हनुमानचालीसा पाठ सहित श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी। २७ को मासिक भण्डारा आयोजित किया गया। जरूरतमन्द निर्धन व्यक्तियों को राशन वितरित किया गया, और छात्रों को वित्तीय सहायता दी गयी। फिजियोथेरेपी हेल्थकेयर द्वारा १३४ रोगियों का निःशुल्क उपचार किया गया।

जमशेदपुर (झारखण्ड): शाखा द्वारा प्रत्येक शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग किया तथा प्रत्येक रविवार को अन्त्योदय बस्ती के छात्रों के लिए निःशुल्क चित्रकला प्रशिक्षण की कक्षाएँ आयोजित की गयी। विश्व विकास विद्यालय के छात्रों को नोटबुक भी वितरित की गयी।

दुर्ग (छत्तीसगढ़): प्रत्येक शनिवार को प्रार्थना, भजन, श्री हनुमानचालीसा पाठ और महामृत्युञ्जय मन्त्र जप सहित साप्ताहिक सत्संग किये जाते रहे।

नयागढ़ (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक बुधवार को साप्ताहिक सत्संग के अतिरिक्त, १४ मार्च को श्री सुन्दरकाण्ड और श्री हनुमानचालीसा पाठ किया गया।

पुरी (ओडिशा): मार्च माह में दैनिक सत्संग, प्रत्येक गुरुवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग, ८ एवं २४ को पादुका पूजा सहित विशेष सत्संग, एकादशी को श्रीमद्भगवद्गीता पाठ तथा संक्रान्ति को श्री हनुमानचालीसा पाठ के कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। पूर्णिमा और अमावस्या को अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया

बीकानेर (राजस्थान): मई माह में दैनिक पूजा और योगासन, 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 विशेष पूजा की गयी। १२ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी। शाखा द्वारा जरूरतमन्द लोगों को पीने का पानी भी उपलब्ध कराया गया।

ब्रह्मपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा चैत्र नवरात्रि के दौरान, २९ मार्च से ६ अप्रैल तक श्री रामचरितमानस पारायण और प्रवचन आयोजित किये गये और ६ अप्रैल को श्री रामनवमी मनायी गयी। १२ को चल-सत्संग किया गया तथा १४ को श्री हनुमानचालीसा और सुन्दरकाण्ड का पाठ किया गया। प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग और

गुरुवार और प्रत्येक माह की ८ और २४ तारीख को पादुका पूजा, एकादशी के दिन श्रीमद्भगवद्गीता पारायण और संक्रान्ति के दिन श्री सुन्दरकाण्ड पारायण पूर्ववत् चलते रहे। २० अप्रैल को नारायण सेवा सहित साधना दिवस आयोजित किया गया।

बरगढ़ (ओडिशा): दैनिक पूजा, स्वाध्याय, योग और प्राणायाम की कक्षाएँ, प्रत्येक सोमवार को रुद्राभिषेक, गुरुवार को गुरु पादुका पूजा, शनिवार को साप्ताहिक सत्संग और रविवार को गीता पर विचार-विनिमय तथा निर्धन रोगियों की होमियोपैथी चिकित्सा कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे। ६ अप्रैल को पूजा और भजन सहित श्री रामनवमी मनायी गयी।

बुगुडा (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, रविवार को मातृ सत्संग और प्रत्येक माह की ८ और २४ को पादुका पूजा नियमित रूप से चलते रहे। ६ अप्रैल को श्री रामनवमी और १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी। १८ और २३ को चल-सत्संग किया गया।

भीमकांड (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पादुका पूजा और प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग किये गये। १२ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती हनुमानचालीसा पाठ सहित मनायी गयी। २७ को साधना दिवस आयोजित किया गया।

भुवनेश्वर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा और नारायण सेवा, प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, सप्ताह में चार दिन निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा पूर्ववत् चलते रहे। २८ मार्च से ५ अप्रैल तक श्री रामचरितमानस पारायण का आयोजन किया गया। ६ अप्रैल को श्री रामनवमी तथा १४ को श्री हनुमान जयन्ती श्री हनुमानचालीसा पाठ सहित मनायी गयी। २० को चल-सत्संग आयोजित किया गया। २४ को 'श्री राम जय राम जय जय राम' का जप किया गया और २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की १०३ वीं जयन्ती मनायी गयी।

राजा पार्क शाखा, जयपुर (राजस्थान): दैनिक योग कक्षाएँ, नारायण सेवा, प्रत्येक सोमवार को मातृ सत्संग, 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। ६ अप्रैल को श्री रामनवमी तथा १२ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती अभिषेक, हवन, श्री सुन्दरकाण्ड तथा श्री हनुमानचालीसा पाठ सहित मनायी गयी।

रायपुर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक पूजा तथा अभिषेक, प्रत्येक सोमवार को भजन सहित मातृ सत्संग, मंगलवार को श्री रामचरितमानस का स्वाध्याय तथा रविवार को बाल संस्कार शाला आयोजित किये गये। एकादशी के दिन श्री विष्णुसहस्रनाम एवं श्री हनुमानचालीसा पाठ तथा नामरामायण संकीर्तन किया गया। प्रदोष के दिन विशेष पूजा की गयी। चैत्र नवरात्रि के दौरान दुर्गा पूजा तथा दुर्गा सप्तशती का पाठ किया गया।

राजोल (आन्ध्र प्रदेश): प्रत्येक रविवार को प्रार्थना तथा संकीर्तन सहित साप्ताहिक सत्संग किया गया। १८ तथा २५ अप्रैल को विशेष सत्संगों का आयोजन किया गया। २० अप्रैल को श्री विष्णुसहस्रनाम का पाठ किया गया। २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की १०३ वीं जयन्ती पादुका पूजा और श्रीमद्भगवद्गीता पाठ सहित मनायी गयी। २७ अप्रैल को श्री ललितासहस्रनाम का पारायण किया गया।

राउरकेला (ओडिशा): दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक गुरुवार तथा रविवार को पादुका पूजा, भजन-कीर्तन, अर्चना और श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण सहित साप्ताहिक सत्संग के कार्यक्रम चलते रहे। शाखा द्वारा ६ अप्रैल को श्री रामनवमी, १२ को श्री हनुमान जयन्ती और २५ को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की १०३ वीं जयन्ती मनायी गयी।

लांजीपल्ली महिला शाखा, ब्रह्मपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग, मंगलवार को सुन्दरकाण्ड पारायण, गुरुवार को पादुका पूजा और चल-सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। एकादशी को श्रीमद्भगवदगीता पाठ तथा संक्रान्ति के दिन श्री हनुमानचालीसा और श्री सुन्दरकाण्ड का पारायण किया गया। नारायण सेवा के साथ इनका समापन हुआ। ६ अप्रैल को अभिषेक सहित श्री रामनवमी और १४ को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी। गाँधीनगर में अनाथालय में बालकों को चॉकलेट, बिस्कुट और स्टेशनरी वितरित की गयी तथा कुष्ठ रोग कॉलोनी में छाते वितरित किये गये। ग्रीष्म काल में जरूरतमन्द लोगों को पीने का पानी वितरित किया गया।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा १३ और २७ अप्रैल को लेखराज होम पर प्रार्थना, भजन और मन्त्र जप सहित विशेष सत्संग आयोजित किये गये। इसके अतिरिक्त, सर्वकल्याण हेतु महामृत्युञ्जय मन्त्र जप किया गया।

वसन्त विहार, नई दिल्ली: अप्रैल माह में प्रत्येक रविवार को श्री रामचरितमानस, श्रीमद्भगवदगीता और गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की पुस्तक के स्वाध्याय तथा विश्व शान्ति हेतु प्रार्थना सहित साप्ताहिक सत्संग किये गये। माह के चौथे रविवार को प्रवचन का आयोजन किया गया।

विशाखापट्टनम् (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, अभिषेक और योग कक्षाएँ, प्रत्येक सोमवार को जप, भजन, श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा गुरुदेव के जीवन एवं शिक्षाओं पर प्रवचन सहित साप्ताहिक सत्संग, शुक्रवार को श्री ललितासहस्रनाम पारायण, अभिषेक और अर्चना तथा मंगलवार और शनिवार को हनुमान पूजा के कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे। माह के दूसरे और चौथे शनिवार को निःशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। आश्रम परिसर में दैनिक शास्त्रीय संगीत और नृत्य कक्षाएँ आयोजित की गयी। ६ अप्रैल को सीताराम कल्याणम् सहित श्री रामनवमी मनायी गयी जिसमें १००० भक्तों को दोपहर का भोजन कराया गया। सायंकाल में कोलाटम संकीर्तन सहित पालकी सेवा शोभा यात्रा का आयोजन किया गया। १० अप्रैल को गायत्री हवन, १४ अप्रैल को श्री सत्यनारायण स्वामी व्रतम् तथा २५ अप्रैल को महामृत्युञ्जय हवन का आयोजन किया गया। १५ अप्रैल को १०८ हनुमानचालीसा के सामूहिक पाठ सहित श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

विशाखा ग्रामीण शाखा (आन्ध्र प्रदेश): दैनिक पूजा और प्रत्येक सोमवार को विश्वनाथ मन्दिर में अभिषेक तथा सप्ताह में छः दिन निकटवर्ती गाँवों में सत्संग किये गये। २ से ४ अप्रैल तक श्री दुर्गा देवी हवन, भजन और सत्संग तथा ५ और १९ अप्रैल को महामन्त्र संकीर्तन आयोजित किया गया। २३ अप्रैल को मासिक सत्संग का आयोजन किया गया। २४ अप्रैल को किशोर भारती के बच्चों के लिए ग्रीष्मकालीन अवकाश कोर्स आयोजित किया गया।

साउथ बलांडा (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग तथा माह की ८ और २४ को गुरु पादुका पूजा के कार्यक्रम नियमित चलते रहे। प्रत्येक

एकादशी को श्रीमद्भगवदगीता, श्री विष्णुसहस्रनाम और श्री हनुमानचालीसा का पाठ किया गया। संक्रान्ति के दिन विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। २९ अप्रैल को अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया।

स्टील टाउनशिप – राउरकेला (ओडिशा): शाखा द्वारा अप्रैल माह में दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक गुरुवार को चल-सत्संग और गुरु पादुका पूजा, सोमवार को निःशुल्क संगीत कक्षाएँ और शनिवार को स्वाध्याय कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। ६ को श्री रामनवमी, १४ को श्री हनुमान जयन्ती तथा २५ को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की १०३ वीं जयन्ती मनायी गयी। १ से ५ तक विशेष सत्संग तथा १२ को साधना दिवस का आयोजन किया गया। शाखा स्थापना दिवस की रजत जयन्ती के उपलक्ष्य में ८ और २४ अप्रैल को नगर संकीर्तन आयोजित किया गया।

हरिचन्दनपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा माह की ८ एवं २४ को पादुका पूजा, प्रत्येक रविवार को श्री रामचरितमानस पाठ एवं भजन सहित साप्ताहिक सत्संग चलते रहे। १ अप्रैल को पादुका पूजा, भजन एवं कीर्तन सहित विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। ६ को श्री रामनवमी तथा १४ को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

SPECIAL ARADHANA CONCESSION

FROM 1st JULY 2025 to 30th SEPTEMBER 2025

DISCOUNT ON PUBLICATIONS (BOOKS ONLY):

20% ON ORDERS UPTO ₹ 300/-

30% ON ORDERS UPTO ₹ 1000/-

35% ON ORDERS ABOVE ₹ 1000/-

40% ON ORDERS ABOVE ₹ 25000/-

PACKING AND FORWARDING CHARGES EXTRA

THE DIVINE LIFE SOCIETY,
THE SIVANANDA PUBLICATION LEAGUE
SHIVANANDANAGAR, DISTT. TEHRI-GARHWAL,
UTTARAKHAND - 249192, INDIA
PHONE: (91)-135-2434780, 2431190
Email: bookstore@sivanandaonline.org
For catalogue and online purchase, please visit
www.dlsbooks.org

हिन्दी में उपलब्ध पुस्तकों की नवीनतम सूची

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कृत

अच्छी नींद कैसे सोयें . . . . . ₹ ७०/-
अध्यात्मविद्या . . . . . U.P.
कर्म और रोग २५/-
कर्मयोग-साधना. २२५/-
गीता-प्रबोधिनी ५५/-
गुरु-तत्त्व ५५/-
घरेलू चिकित्सा . . . . . U.P.
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. . . १५०/-
भगवान् श्रीकृष्ण. १३०/-
मन : रहस्य और निग्रह २०५/-
मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म. १९५/-
मानसिक शक्ति. १३०/-
मूर्तिपूजा का दर्शन और महत्त्व. ४०/-
मैं इसका उत्तर दूँ? १३०/-
श्रीमद्भगवद्गीता ४९०/-
योगाभ्यास का मूलाधार . . . . . U.P.
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 . . . . . U.P.
सौ वर्ष कैसे जियें ९५/-
साधना ४७५/-
स्वरयोग. . . . . U.P.
हठयोग १५०/-
हिन्दूतत्त्व-विवेचन १६०/-

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज कृत

अध्यात्म-प्रसून. ३५/-
आलोक-पुंज १०५/-
ज्योति-पथ की ओर १२५/-
त्याग : शरणागति २५/-
भगवान् का मातृरूप. १००/-
मोक्ष सम्भव है ३५/-
योग-सन्दर्शिका ५५/-
शाश्वत सन्देश ५५/-
शोकातीत पथ १४०/-
साधना सार ३५/-
चिदानन्द-आत्मकथा ८५/-

श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज कृत

नित्य वन्दना ४५/-

अन्य लेखक कृत

एकादशोपनिषदः (मूल मन्त्राः) १४०/-
गुरुदेव कुटीर में भजन-कीर्तन. ५०/-
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

Adhyatma Yoga	₹ 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)	35/-
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	U.P.
Blood Pressure—Its Cause and Cure	95/-
Brahmacharya Drama	50/-
Brahma Sutras	470/-
Brahma Vidya Vilas	75/-
Brihadaranyaka Upanishad	450/-
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	120/-
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	U.P.
Essence of Gita in Poems	35/-
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	160/-
First Lessons in Vedanta	140/-
Fourteen Lessons on Raja Yoga	85/-
Gems of Prayers	70/-
Glorious Vision (A Pictorial Guide)	650/-
God Exists	65/-
God-Realisation	U.P.
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	100/-
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	120/-
Karmas and Diseases	25/-
Kathopanishad	80/-
Kenopanishad	65/-
Kingly Science and Kingly Secret	165/-
Know Thyself	65/-
Kalau Keshavkirtanat	300/-
Life and Teachings of Lord Jesus	90/-
Light, Power and Wisdom	85/-
Lives of Saints	425/-
Lord Krishna, His Lilas and Teachings	170/-
Lord Siva and His Worship	U.P.
Maha Yoga	20/-
May I Answer That	170/
Mind—Its Mysteries and Control	U.P.
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	55/-
Philosophy and Significance of Idol Worship	35/-
Philosophical Stories	65/-
Philosophy and Yoga in Poems	U.P.
Philosophy of Life	35/-
Philosophy of Dreams	55/-
Pocket Prayer Book	40/-
Pocket Spiritual Gems	35/-
Practical lessons in Yoga	160/-
Practice of Ayurveda	U.P.
Practice of Bhakti Yoga	305/-
Practice of Brahmacharya	195/-
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	160/-
Revelation	U.P.
Religious Education	U.P.
Sadhana	U.P.
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	120/-
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/-
Spiritual Aspiration & Practice	115/-
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	100.
Thought Power	135/-
Thus Illumines Swami Sivananda	40/-
Triple Yoga	95/-
The Principal Upanishads	390/-
Unity of Religions	U.P.
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	160/-
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	265/-
Awake, Realise Your Divinity	195/-
Bliss is Within	95/-
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/-
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	80/-
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

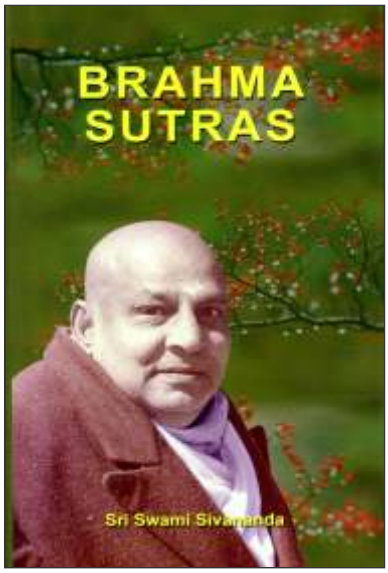
A Brief Outline of Sadhana	60/-
Ascent of the Spirit	180/-
Chhandogya Upanishad	100/-
Commentary on the Bhagavadgita	490/-
Commentary on the Kathopanishad	145/-
Commentary on the Mundaka Upanishad	95/-
Commentary on the Panchadasi (Vol - II)	U.P.
Epic of Consciousness	20/-
Essays in Life and Eternity	U.P.
Interior Pilgrimage	75/-
Mundaka Upanishad	65/-
Philosophy of Bhagavadgita	195/-
Philosophy of Religion	50/-
Realisation of the Absolute	125/-
Religion and Social Values	50/-
Resurgent Culture	20/-
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 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	60/-
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	35/-
The Attainment of The Infinite	105/-
To Thine Own Self be True	110/-
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)	170/-
Greatness Amidst Us	40/-
Guru Gita (Swami Narayanananda)	95/-
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	65/-
The Holy Stream	185/-
This Monk from India	125/-
Yoga Divine	U.P.
Yoga Sutras of Patanjali	70/-
Sivananda Stotrapushpanjali	60/-
Sivananda: Biography of A Modern Sage	380/-

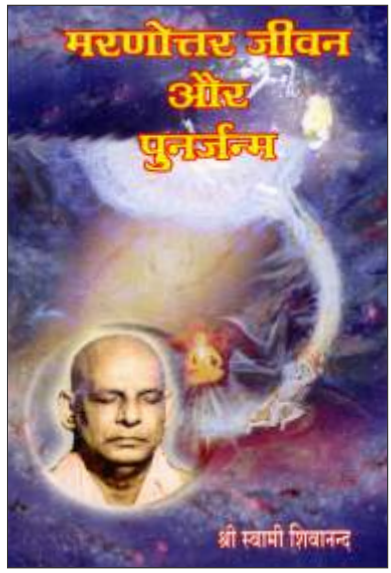
For Direct Orders: The Divine Life Society, Shivanandanagar—249 192, Uttarakhand, India.
For online orders and Catalogue visit: dlsbooks.org

NEW EDITION



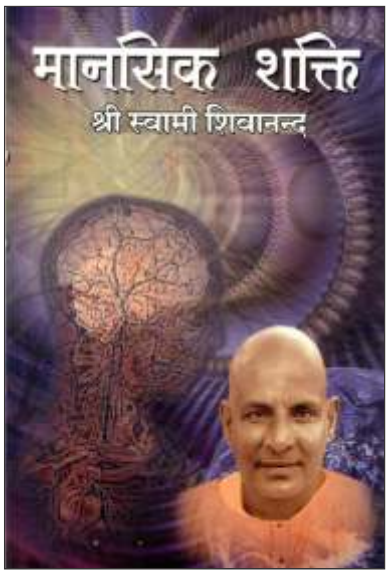
BRAHMA SUTRAS

Pages: 576 **Price: 470/-**



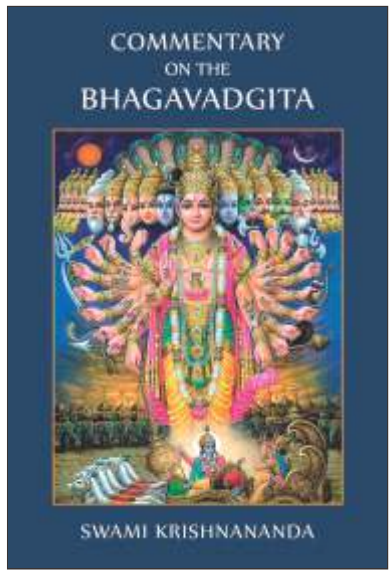
मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म

Pages: 224 **Price: 195/-**



मानसिक शक्ति

Pages: 136 **Price: 130/-**



COMMENTARY ON THE BHAGAVADGITA

Pages: 616 **Price: 490/-**

महत्त्वपूर्ण सूचना

श्री गुरुपूर्णिमा, साधना–सप्ताह तथा गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि–आराधना

पावन गुरुपूर्णिमा महोत्सव द डिवाइन लाइफ सोसायटी के मुख्यालय 'शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर' में १० जुलाई २०२५ को आयोजित किया जायेगा। गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज का ६२ वाँ पुण्यतिथि आराधना महोत्सव १९ जुलाई २०२५ को आयोजित किया जायेगा।

उक्त दो पावन महोत्सवों के बीच की अवधि में साधना–सप्ताह नामक एक आध्यात्मिक सम्मेलन का आयोजन किया जायेगा। ११ जुलाई से १७ जुलाई तक लगातार सात दिनों तक चलने वाले इस सम्मेलन में प्रतिदिन कार्यक्रम आयोजित किये जायेंगे।

उपर्युक्त कार्यक्रमों में भाग लेने के इच्छुक भक्तों से निवेदन है कि वे अपना पूरा डाक–पता और अपने साथ आने वाले व्यक्तियों की संख्या आदि से सम्बन्धित पूर्ण विवरण हमें पत्र अथवा ई–मेल द्वारा भेज दें।

शारीरिक दृष्टि से निर्बल अथवा किसी प्रकार की गम्भीर स्वास्थ्य समस्या से प्रभावित व्यक्तियों को इस कठिन कार्यक्रम से होने वाले परिश्रम और थकानपूर्ण परिस्थितियों से बचने के विषय में विचार कर लेना चाहिए। वे किसी अन्य समय में आश्रम में आ सकते हैं, क्योंकि श्रावण मास होने के कारण रोज आने–जाने वाले यात्रियों की भारी भीड़ भी, इन दिनों में आने–जाने में अत्यन्त कठिनाई उत्पन्न कर देती है।

यह वर्षा–ऋतु का समय होगा और इस क्षेत्र में उन दिनों भारी वर्षा की सम्भावना रहती है। अत: जो भक्त–जन इस सम्मेलन में भाग लेने के लिए आ रहे हों, उन्हें इसके अनुकूल आवश्यक सामान—जैसे छाता, टार्च और ऐसी ही अन्य वस्तुएँ साथ लानी चाहिए।

महोत्सव के समय अधिक संख्या में आने वाले भक्तों के लिए आश्रम में आवासीय कक्षों की कमी होने के कारण निकट के आश्रमों में कमरों हेतु अनुरोध किया गया है। आशा है अतिथि–जन इन कठिनाइयों को सहन करते हुए इस व्यवस्था को प्रेमपूर्वक अपना लेंगे। भक्तों–साधकों से विनम्र प्रार्थना है कि इस कार्यक्रम से एक या दो दिन पहले ही आयें तथा कार्यक्रम की समाप्ति के बाद भी एक या दो दिन से अधिक नहीं ठहरें।

गुरुदेव की कृपा सब पर हो!

शिवानन्दनगर

१ जून २०२५

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/1999

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

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

जून २०२५

चारों ओर घनघोर वर्षा हो रही हो, तब भी चकोरी अपनी प्यास बुझाने के लिए किसी और ही पानी की तलाश में रहती है। इसी प्रकार भगवद्-भक्तों के चारों ओर भले ही वैषयिक सुख-साधन भरे पड़े हों, तब भी अपने सुख के लिए वे भगवान् के चरण-कमलों की ओर ही दृष्टि लगाये रहते हैं।

हृदय और आत्मा की भाषा सर्वत्र एक ही है। विश्व के किसी भी भाग के सन्त अपनी भावनाओं और अनुभूतियों को व्यक्त करने के लिए एक ही भाषा और एक ही परम्परा का अनुसरण करते हैं।

जो परा-भक्ति से सम्पन्न हैं, जो निष्कलंक हैं, जो गुण-दोषों से परे हैं, जो पूर्ण शान्त और संयमी हैं, सर्वथा जितेन्द्रिय हैं, वे सीधे भगवान् हरि या वासुदेव को प्राप्त होते हैं; उन्हें तीन अवस्थाओं से गुजरना नहीं पड़ता। परन्तु जिनकी भक्ति परिपूर्ण नहीं है, उन्हें आदित्य मण्डल, अनिरुद्ध, प्रद्युम्न और संकर्षण मण्डल से होकर गुजरना पड़ता 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