दिव्य जीवन

₹ १००/– वार्षिक

एकमात्र भगवान् का ही चिन्तन करें। उन परम प्रिय परमेश्वर के अतिरिक्त अन्य का चिन्तन नहीं करें। अपने इष्टदेव के अतिरिक्त और कुछ भी नहीं देखें। केवल भगवान् से ही प्रेम करें; उन्हीं के लिए जियें। सभी नामों में और सभी रूपों में उनकी सेवा करें, उनकी आराधना करें। सुन्दर वृन्दावन, दिव्य और मधुर वृन्दावन, यमुना का वह छलकता जल, उसके तीर के वे कदम्ब के फूल और उपवन—सब आपके अन्दर ही हैं। अन्दर देखें। आत्मा का आन्तरिक मधुर संगीत सुनें, भगवान् कृष्ण की रहस्यमयी बाँसुरी के मधुर संगीत को सुनें और भगवान् के साथ एक हो जायें।

श्री स्वामी शिवानन्द

अप्रैल २०२६

आध्यात्मिक पंचांग २०२६-२०२७

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, शिवानन्दनगर-२४९ १९२,

जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, हिमालय, भारत

२०२६

अप्रैल

१	बुध	पूर्णिमा
२	बृहस्पति	पूर्णिमा; श्री हनुमान् जयन्ती
१३	सोम	एकादशी
१४	मङ्गल	मेष संक्रान्ति (प्रातः ११.४५)
१५	बुध	प्रदोष पूजा
१७	शुक्र	अमावास्या
१९	रवि	श्री परशुराम जयन्ती
२०	सोम	अक्षय तृतीया
२२	बुध	श्री आदि शंकराचार्य जयन्ती
२३	बृहस्पति	श्री गङ्गा सप्तमी
२५	शनि	परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की १०४ वीं जन्म-जयन्ती
२७	सोम	एकादशी
२९	बुध	प्रदोष पूजा
३०	बृहस्पति	श्री नृसिंह जयन्ती

मई

१	शुक्र	पूर्णिमा; श्री बुद्ध जयन्ती
१३	बुध	एकादशी
१४	बृहस्पति	प्रदोष पूजा
१६	शनि	अमावास्या
२६	मङ्गल	श्री गंगा दशहरा
२७	बुध	एकादशी
२८	बृहस्पति	प्रदोष पूजा
३०/३१	शनि/रवि	पूर्णिमा

जून

१	सोम	परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की संन्यास-दीक्षा की १०२ वीं वर्षगाँठ
११	बृहस्पति	एकादशी
१२	शुक्र	प्रदोष पूजा
१५	सोम	सोमवती अमावास्या
२५	बृहस्पति	एकादशी
२७	शनि	प्रदोष पूजा
२९	सोम	पूर्णिमा

जुलाई

१०	शुक्र	एकादशी
१२	रवि	प्रदोष पूजा
१४	मङ्गल	अमावास्या
२५	शनि	हरिशयनी एकादशी
२६	रवि	प्रदोष पूजा
२९	बुध	श्री गुरु पूर्णिमा; श्री व्यास पूजा; श्री गुरु पूजा

अगस्त

७	शुक्र	परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का तिरेसठवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
९	रवि	एकादशी
१०	सोम	प्रदोष पूजा
१२	बुध	अमावास्या
१५	शनि	स्वतन्त्रता दिवस
१७	सोम	नाग पंचमी
१९	बुध	श्री तुलसीदास जयन्ती
२३	रवि	एकादशी
२५	मङ्गल	प्रदोष पूजा
२७	बृहस्पति	पूर्णिमा
२८	शुक्र	पूर्णिमा, रक्षाबन्धन

सितम्बर

४	शुक्र	श्री कृष्ण जयन्ती
७	सोम	एकादशी
८	मङ्गल	परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की १३९ वीं जन्म-जयन्ती
९	बुध	परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज का अठारहवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
११	शुक्र	अमावास्या
१४	सोम	श्री गणेश चतुर्थी
१५	मङ्गल	ऋषि पंचमी
२२	मङ्गल	एकादशी
२४	बृहस्पति	परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्दजी महाराज की ११० वीं जन्म-जयन्ती, प्रदोष पूजा
२५	शुक्र	श्री अनन्त चतुर्दशी
२६	शनि	पूर्णिमा
२७	रवि	महालय (पितृपक्ष) प्रारम्भ

अक्तूबर

२	शुक्र	गाँधी जयन्ती
६	मङ्गल	एकादशी
८	बृहस्पति	प्रदोष पूजा
१०	शनि	अमावास्या महालय (पितृपक्ष) समाप्ति
११	रवि	श्री नवरात्रि पूजा प्रारम्भ

(शेष आवरणपृष्ठ ३ पर)

दिव्य जीवन

Vol. XXXVII	अप्रैल २०२६	No. 01

मुण्डकोपनिषद्

प्रथम मुण्डक

ॐ ब्रह्मा देवानां प्रथमः संबभूव विश्वस्य कर्ता भुवनस्य गोप्ता।
स ब्रह्मविद्यां सर्वविद्याप्रतिष्ठामथर्वाय ज्येष्ठपुत्राय प्राह ।।१ ।।

इस जगत् की रचना एवं रक्षा करने वाले ब्रह्माजी देवताओं में सर्वप्रथम प्रकट हुए। उन्होंने अपने ज्येष्ठ पुत्र अथर्वा को समस्त विद्याओं की आधारभूता विद्या 'ब्रह्मविद्या' का उपदेश दिया।

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलिः

SIVANANDA-STOTRAPUSHPANJALI

PART–II

श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती

प्रकटतनुरुचं प्रशस्तविद्वत्–
प्रकरणुतं प्रथमानभव्यशीलम्
प्रकटितनिगमार्थमार्यधर्म–
प्रकरणदर्शकमाश्रये शिवं तम् ।।९१।।

मैं गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का आश्रय ग्रहण करता हूँ जिनकी देह दिव्य कान्ति से युक्त है, सुविख्यात विद्वज्जन जिन्हें श्रद्धापूर्वक नमन–वन्दन करते हैं, जिनका चरित्र अत्यन्त मंगलमय एवं पावन है, जो समस्त शास्त्रों के अभिप्राय को सरल–सुगम शैली में प्रकटित करते हैं तथा मानवता को सनातन धर्म का मार्ग दिखलाते हैं।

विगतविषयतर्षमार्द्रभावं
सुगतसमं सुजनाभिनन्दनीयम्
अगणितसुगुणं महर्षिवर्यं
जगदभिवन्द्यगुरुं शिवं समीडे ।।९२।।

जो विषय–सुखों की कामना से मुक्त हैं, जिनका हृदय अत्यन्त करुणाशील है, जो भगवान् बुद्ध के समान महिमाशाली हैं, सज्जनवृन्द जिनकी भावपूर्वक पूजा–आराधना करते हैं, जो असंख्य सद्गुणों के भण्डार हैं तथा महर्षिवृन्द में सर्वश्रेष्ठ हैं, उन विश्व–वन्दनीय गुरु श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की मैं प्रेमपूर्वक वन्दना करता हूँ।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

अद्वैत—अस्तित्व का एकत्व

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

आज यदि विश्व को किसी तत्त्वदर्शी महापुरुष के सन्देश की सर्वाधिक आवश्यकता है, तो वह जगद्गुरु शंकराचार्य का सन्देश ही है। हम कह सकते हैं कि उनके अद्वैत के सन्देश, अस्तित्व के एकत्व के सन्देश की आज उससे भी अधिक आवश्यकता है जितनी उनके स्वयं के समय में इसकी आवश्यकता थी।

अद्वैत की यह उनकी कितनी महान्-भव्य अवधारणा है जो हमें प्रेरित करती है तथा तत्क्षण अपनी अन्तर्निहित दिव्यता के वैभव तक उन्नत होने में समर्थ बनाती है। वर्तमान काल के राष्ट्राध्यक्षों एवं नेताओं के आडम्बरपूर्ण शब्द एवं वाक्य, केवल-अद्वैत सिद्धान्त के इस महान् सिद्धान्त की तुलना में अर्थहीन ही हैं। केवल 'एक' का ही अस्तित्व है। बाह्यतः भिन्न प्रतीत होने वाले समस्त प्राणी, वास्तव में वह एक ही तत्त्व हैं। नाम एवं रूपों की विविधता, एक रहस्यमयी शक्ति 'माया' की भ्रामक रचना है। आज 'समानता' स्थापित करने का सन्देश देने वाले सभी प्रकार के सिद्धान्तों ने पहले से अधिक असमानता एवं भेद उत्पन्न कर दिये हैं, इन्होंने असमानता को एक क्षेत्र से दूसरे क्षेत्र में स्थानान्तरित कर दिया है। विडम्बना यह है कि बन्धुत्व, भ्रातृत्व एवं भगिनीत्व का उपदेश देने वालों ने ही उन व्यक्तियों की कठोर निन्दा एवं भर्त्सना की है जो इनसे सहमत नहीं थे। शान्ति के समर्थकों ने ही युद्धों की समाप्ति के लिए युद्ध किये हैं। इसलिए, वे जिस शान्ति, समानता, बन्धुत्व, भ्रातृत्व एवं एकत्व की स्थापना का प्रयास कर रहे थे, उसमें वे असफल रहे। क्योंकि, उनके प्रयास स्थूल स्तर पर थे। आप गुलाब की सुगन्धि को किसी उपकरण से नहीं पकड़ सकते हैं। शान्ति को बाहर स्थापित करने के लिए, आपको अपने भीतर शान्ति प्राप्त करनी होगी। एकत्व, भ्रातृत्व एवं बन्धुत्व के भाव की आन्तरिक अनुभूति द्वारा ही, इन्हें बाहर प्राप्त किया जा सकता है, अर्थात् इनकी स्थापना की जा सकती है। एक शान्तिप्रिय मनुष्य सदैव शान्त रहता है तथा वह अपनी शान्ति भंग करने वालो के विरुद्ध भी किसी प्रकार की हिंसा का प्रयोग नहीं करता है। एकत्व के सिद्धान्त का सच्चा अनुयायी यह आग्रह नहीं करता है कि प्रत्येक व्यक्ति उसके विचारों का अनुसरण करें तथा उसके आदेशों का पालन करें। वह सर्वत्र शान्ति प्रसारित करता है; उसकी आत्मा से एकत्व, बन्धुत्व एवं भ्रातृत्व की रश्मियाँ विकीरित होती हैं; एकत्व की उसकी आन्तरिक अनुभूति अन्य मनुष्यों के नेत्रों से भी अनेकत्व एवं भेदभाव का आवरण हटा देती है।

जगद्गुरु शंकराचार्य का अद्वैत सिद्धान्त एक आध्यात्मिक अनुभूति था; यह केवल भौतिक स्तर की समानता नहीं थी। एक नास्तिक अथवा सन्देहवादी व्यक्ति यह प्रश्न कर सकता है, ''यह पारलौकिक दर्शन अथवा सिद्धान्त वर्तमानकालीन मानवता की समस्याओं का

'Illuminating Message' पुस्तक से उद्धृत सन्देश का अनुवाद

(सलेम में श्री शंकराचार्य जयन्ती महोत्सव हेतु दिया गया सन्देश)

समाधान किस प्रकार कर सकता है?'' ये समस्याएँ इसलिए हैं क्योंकि मनुष्य ने स्वयं इन्हें उत्पन्न किया है। यह विश्व ऐसी भयावह स्थिति में इसलिए पहुँच गया है क्योंकि मनुष्य की सम्पूर्ण चेतना इस विश्व में ही केन्द्रित हो गयी है। जिस क्षण आप अपने भीतर झाँकेंगे, जिस क्षण आप ब्रह्माण्ड के सर्वव्यापक तत्त्व को खोजने का प्रयास करेंगे, जिस क्षण आप यह अनुभव करना प्रारम्भ करेंगे कि यह विश्व, इस विराट् ब्रह्माण्ड में धूल के अत्यन्त सूक्ष्म कण के समान ही है, उस क्षण आप यह समझेंगे कि शान्ति माया-रचित नाम-रूपों के परे जाने तथा अखिल ब्रह्माण्ड को परिव्याप्त करने वाली शाश्वत परमात्म-सत्ता की प्राप्ति में ही निहित है। कोई भी बुद्धिमान व्यक्ति, समुद्री तट पर बच्चों द्वारा बनाये गये उस बालू के घर के विषय में चिन्तित नहीं होता है जब वह वायु के तेज झोंके से टूट जाता है। समस्त नाम एवं रूप परिवर्तनशील हैं अर्थात् उनकी उत्पत्ति एवं अन्त होता है। केवल एक ही शाश्वत सत्ता है, जो अमर-अविनाशी है। वही आत्मा है। इसमें ही शान्ति एवं आनन्द परिपूर्णता में प्राप्त होते हैं। इस धरा पर मनुष्य के हृदय को कभी-कभी प्रसन्न करने वाली थोड़ी शान्ति एवं आनन्द, वास्तव में सच्चिदानन्द-सागर की एक बूँद मात्र हैं; ये आत्मा के विशुद्ध एवं परिपूर्ण आनन्द के अस्पष्ट संकेत मात्र हैं। इस आत्म-तत्त्व की अनुभूति ही प्रत्येक पुरुष एवं स्त्री का कर्तव्य है। यही जगद्गुरु शंकराचार्य जी का सन्देश था।

उनका यह अद्वैत-दर्शन किसी भी प्रकार से कोई पारलौकिक दर्शन अथवा सिद्धान्त नहीं है। यह ऐसा इसलिए प्रतीत होता है क्योंकि मनुष्यों ने उनके उपदेशों का पालन करना अभी तक प्रारम्भ नहीं किया है। यदि आप सच्चाई एवं गम्भीरतापूर्वक अपने दैनिक जीवन में उनके 'एकत्व' के सन्देश का अभ्यास करेंगे, तो आप अनुभव करेंगे कि शंकराचार्य जी का केवल-अद्वैत का सिद्धान्त कितना व्यावहारिक है; तथा यह केवल वर्तमानकालीन मानवता के लिए ही नहीं अपितु सदा-सर्वदा के लिए अखिल मानवता के लिए एक महान् आशीर्वाद है।

भगवान् की कृपा आप पर हो। जगद्गुरु शंकराचार्य के आशीर्वाद आप सब पर हों।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

साधना में सच्चाई ही सफलता की कुंजी है। उग्र साधना के द्वारा ही आत्म-साक्षात्कार सम्भव है। साधना केवल एक दैनिक कार्यक्रम ही नहीं रहना चाहिए। ईश्वर-दर्शन के लिए, समाधि द्वारा अमृत-पान करने के लिए तथा शुद्ध अद्वैत भावना बनाये रखने के लिए सच्ची पिपासा होनी चाहिए। जो कुशल है, जो दृढ़-संकल्पित है, जो मुमुक्षु है, उसके लिए परम धाम का मार्ग सुगम है।

श्री स्वामी शिवानन्द

श्री गुरुदेव का प्रबोधन–गीत

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

यह श्री गुरुदेव का प्रबोधन–गीत है। वे इसे महामन्त्र ''हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे। हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे।।'' की धुन पर गाते थे।

क्या नहीं है जीवन का, कोई उच्चतर लक्ष्य
केवल खाने, पीने एवं सोने के अतिरिक्त?

क्या शरीर एवं मन के स्तर पर जिये जाने वाले जीवन से अधिक श्रेष्ठ कोई अन्य जीवन नहीं है?

मनुष्य जन्म प्राप्त होना, है अत्यधिक कठिन,
इसलिए, इसी जन्म में साक्षात्कार हेतु करें पूर्ण प्रयास।

भगवान् शंकराचार्य कहते हैं, 'यह वास्तव में कितनी महान् त्रुटि है! यह कितनी महान् मूर्खता है! मनुष्य जन्म, मुमुक्षुत्व, जीवन के लक्ष्य के विषय में ज्ञान तथा महापुरुषों एवं उनके दिव्योपदेशों के सम्पर्क रूपी आशीर्वाद से सम्पन्न होकर भी यदि व्यक्ति जीवन के लक्ष्य 'भगवद्–साक्षात्कार' की प्राप्ति हेतु प्रयास नहीं करता है, तो यह उस मनुष्य का अत्यन्त मूर्खतापूर्ण आचरण है। यह महा–मूर्खत्व है।'

उपनिषद् का भी कथन है, 'मनुष्य जन्म तथा परमानन्द प्राप्ति के लिए आवश्यक समस्त साधन–सामग्री से युक्त होने पर भी यदि व्यक्ति मोक्ष प्राप्ति हेतु प्रयास नहीं करता है, तो यह महती विनष्टि है।' परमात्म–तत्त्व का बोध इसी जन्म में किया जाना चाहिए। यदि देह–त्याग से पूर्व इस लक्ष्य की प्राप्ति नहीं होती है, तो यह 'महती विनष्टि' है अर्थात् महानतम विनाश है, महानतम हानि है।

धिक्कार है उस अधम मनुष्य को, दुर्भाग्यवान है वह
जो व्यर्थ गँवाता है, समस्त जीवन विषय–भोग में।
काल के प्रवाह में बह जाते हैं, राजा एवं सामन्त,
युधिष्ठिर कहाँ हैं? कहाँ हैं अशोक?
वाल्मीकि कहाँ हैं? कहाँ हैं शेक्सपिअर?
शिवाजी कहाँ हैं? कहाँ है नेपोलियन?

हिटलर, मुसोलिनी, गाँधी, जिन्ना आदि अन्य समस्त राजनीतिज्ञ, राजनेता, योद्धा एवं कविजन कहाँ हैं? अवतार पुरुष कहाँ हैं—श्री राम कहाँ हैं, श्री कृष्ण कहाँ हैं?

कैसे आशा कर सकते हैं , आप मानसिक शान्ति की
यदि आप गँवाते हैं समय, व्यर्थ गपशप में,
कलह एवं संघर्ष में,
उपन्यास एवं समाचार–पत्रों में
सिनेमा एवं रेस्टोरेन्ट में?
कैसे आशा कर सकते हैं, आप मानसिक शान्ति की,
यदि आप गँवाते हैं समय, रेडियो–टेलिवीजन में,
ताश खेलने एवं धूम्रपान में,
क्लब्स एवं कॉकटेल पार्टीज में?

ये सभी निरर्थक कार्य करने को मनुष्य सदैव तत्पर रहता है; परन्तु जब जीवन के उच्चतर एवं सर्वाधिक

---

१२ मई १९७९ को श्री श्री आनन्दमयी माँ आश्रम में दिये गये प्रवचन का अनुवाद

महत्त्वपूर्ण कर्तव्य की बात होती है, तो वह कहता है कि समय का अभाव है।

मृत्यु के समय, जब होगा कण्ठ अवरुद्ध
तब कौन करेगा सहायता, मुक्ति प्राप्ति हेतु?

मृत्यु के समय मनुष्य अपनी पत्नी, सन्तान, पौत्र-पौत्री आदि से कुछ कहना चाहता है, परन्तु कफ के कारण कण्ठ अवरुद्ध हो जाता है; वह कुछ कह नहीं पाता है। इसलिए, इस बहुमूल्य मानव-जन्म को व्यर्थ नहीं गँवायें।

ब्रह्मविचार में रहें सतत संलग्न,
आप प्राप्त करेंगे अमृतत्व।
यौगिक साधना में रहें निरन्तर रत
आप प्राप्त करेंगे परम आनन्द।

यह प्रबोधन-गीत है। जीवन का एक उच्चतर लक्ष्य है। जीवन केवल शारीरिक क्रियाएँ यथा खाना, पीना एवं सोना नहीं है, यह केवल मन एवं बुद्धि की क्रियाशीलता भी नहीं है। आपके अस्तित्व का एक उच्चतर आयाम है, वही आपका वास्तविक स्वरूप है। आपका उच्चतर लक्ष्य आध्यात्मिक जीवन एवं दिव्य प्रबोधन अर्थात् आत्म-साक्षात्कार है, जिसके द्वारा आप मोक्ष प्राप्त करेंगे; मोक्ष का अभिप्राय है—सर्वदुःखनिवृत्ति, परमानन्द प्राप्ति एवं नित्य-तृप्ति। आप जब तक धरा पर हैं, आप किसी भी प्रकार का जीवन जी रहे हैं, अपने आध्यात्मिक जीवन में प्रयासशील रहते हुए, भगवान् की ओर निरन्तर अग्रसर होते रहें। शाश्वत परमात्म-तत्त्व की खोज करें और उन्हें प्राप्त करके धन्य हो जायें। बाद में, मूर्खतावश विलाप-पश्चात्ताप नहीं करें।

अपना समय देने तथा शान्तिपूर्वक श्रवण करने के लिए आप सबको हार्दिक धन्यवाद। भगवान् के आशीर्वाद आप सब पर हों।

पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते।।
ॐ शान्तिः। शान्तिः। शान्तिः।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

भक्ति सभी के लिए आवश्यक है। मनुष्य का पुरुषार्थ कितना भी प्रबल क्यों न हो, मन की सूक्ष्म वृत्तियों—काम, क्रोध, मोह, ईर्ष्या और अभिमान के सूक्ष्म रूपों को विनष्ट करना असम्भव है। आप भले ही करोड़ों जन्मों तक साधना करें; परन्तु आप बुरी वृत्तियों के मूल को विदग्ध नहीं कर सकते। ईश्वर की कृपा से ही यह सम्भव है। ईश्वर उस मनुष्य को चुन लेता है, जिसे वह उन्नत करना तथा मोक्ष प्रदान करना चाहता है। कठोपनिषद् का कथन है—''आध्यात्मिक प्रवचन द्वारा, बुद्धिमत्ता द्वारा, बहुत से ग्रन्थों के स्वाध्याय से यह आत्मा प्राप्त नहीं होता; परन्तु वह मनुष्य, जो ईश्वर के द्वारा चुन लिया गया है, ब्रह्म को प्राप्त कर लेता है।''

श्री स्वामी शिवानन्द

भगवान् शिव की महिमा

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

ऊँ! मैं उन भगवान् शिव को करबद्ध नतमस्तक प्रणाम करता हूँ जो विश्वेश्वर हैं, जगद्गुरु हैं, त्रिपुरारि (काम, क्रोध और अहं रूपी तीन पुरियों का नाश करने वाले) हैं, जो (उमा, गौरी और गंगापति) उमाशंकर, गौरी शंकर, गंगाशंकर हैं, जो ज्योतिर्मय (प्रकाश से पूर्ण) हैं, चिदानन्दमय (ज्ञान और आनन्द से पूर्ण) हैं, जो योगेश्वर (योगियों के स्वामी) हैं, जो ज्ञान के भण्डार हैं, और जो महादेव, शंकर, हर, शम्भु, सदाशिव, रुद्र, शूलपाणि, भैरव, उमा-महेश्वर, नीलकण्ठ, त्रिलोचन, त्र्यम्बक, विश्वनाथ, चन्द्रशेखर, अर्धनारीश्वर, महेश्वर, नीललोहित, परम शिव, दिगम्बर, दक्षिणामूर्ति इत्यादि अनेक नामों से जाने जाते हैं।

कितने दयालु हैं वे! कितने दयालु और करुणामय हैं! वे तो अपने भक्तों की मुण्डमाला तक को अपने कण्ठ में आभूषण की भाँति धारण किये रहते हैं। वे वैराग्य, करुणा, स्नेह और ज्ञान की साकार मूर्ति हैं। उन्हें संहारकर्ता कहना भूल है। वस्तुतः भगवान् शिव पुनर्जनक हैं। जब भी किसी का भौतिक शरीर इस जन्म में आगे उन्नति करने के लिए अनुपयुक्त हो जाता है—भले ही वह रोग, वृद्धावस्था अथवा अन्य किन्हीं कारणों से हो—तब वे तत्काल उस जीर्ण-शीर्ण भौतिक आवरण को समाप्त करके पुनः विकास के लिए नयी स्वस्थ, शक्तिशाली देह प्रदान कर देते हैं। वे अपने सभी बच्चों को अति शीघ्र अपने चरण-कमलों में ले आना चाहते हैं। वे उन्हें अपना परम शिव-पद प्रदान करना चाहते हैं। हरि की अपेक्षा भगवान् शिव को प्रसन्न करना सरल है। थोड़ा सा प्रेम और भक्ति, उनके पञ्चाक्षर मन्त्र (ऊँ नमः शिवाय) का थोड़ा सा जप शिव को प्रसन्नता से भर देने के लिए पर्याप्त है। वे अपने भक्तों को बहुत शीघ्र वरदान दे देते हैं। कितना विशाल है उनका हृदय! उन्होंने अर्जुन की थोड़ी-सी तपस्या से प्रसन्न होकर उसको सरलता से पाशुपतास्त्र प्रदान कर दिया था। भस्मासुर को उन्होंने अनमोल वरदान दिया। तिरुपति के निकट, कालहस्ति में उन्होंने भक्त-कण्णप्प नयनार जो कि शिकारी था और जिसने शिव-मूर्ति के अश्रुपूर्ण नेत्रों के स्थान पर लगाने के लिए अपने नेत्र निकाल दिये थे, को उन्होंने दर्शन दिये। चिदम्बरम् में तो अछूत पारिहार सन्त नन्दन को भी भगवान् शिव के दर्शन प्राप्त हुए। मार्कण्डेय को यमराज के चंगुल से छुड़ा कर अमरत्व प्रदान करने के लिए वे अत्यन्त तीव्र गति से आये। लंकापति रावण ने उन्हें सामगान से प्रसन्न कर लिया। चारों ब्रह्मचारी बालकों-सनक, सनन्दन, सनातन और सनत्कुमार को उन्होंने दक्षिणामूर्ति के रूप में ज्ञान के रहस्योद्घाटन करते हुए दीक्षित किया। दक्षिण भारत में मदुरै में सुन्दरेश्वर (भगवान् शिव) ने एक भक्त स्त्री के लिए स्वयं एक बालक बन कर पुट्टु (एक प्रकार की मिठाई) की मजदूरी पाने के लिए वैगयै नहर के निर्माण-स्थल पर मिट्टी की टोकरी शिर पर उठाने का काम किया। अपने भक्तों के लिए उनकी असीम दया दर्शनीय है। जब ब्रह्मा और विष्णु भगवान् शिव के आदि

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

और अन्त को खोजने निकले, तो उन्होंने अनन्त विशाल ज्योतिर्मय स्वरूप धारण कर लिया। ये दोनों अपने प्रयत्न में असफल हो गये। वे कितने महिमामय और स्वयं प्रकाश हैं। दक्षिण भारत में पत्तिनातु स्वामी के घर वर्षों तक उनके दत्तक पुत्र के रूप में रहे और अन्त में यह संक्षिप्त सूचना छोड़ कर चले गये कि, 'एक टूटी सुई भी मृत्यु के पश्चात् तुम्हारे साथ नहीं जायेगी।' यही सूचनापत्र पत्तिनातु स्वामी की ज्ञान-प्राप्ति का प्रथम बिन्दु बना। आप भी इसी क्षण से भगवान् शिव की प्राप्ति के लिए पूर्ण निष्ठा सहित प्रयत्नशील क्यों नहीं हो जाते?

हठयोगी मूलाधार चक्र में प्रसुप्त कुण्डलिनी शक्ति को आसन, प्राणायाम, कुम्भक, मुद्रा और बन्ध द्वारा जाग्रत करते हैं। उसे विभिन्न चक्रों (आध्यात्मिक शक्ति स्रोतों) स्वाधिष्ठान, मणिपूर, अनाहत, विशुद्ध और आज्ञा चक्र में से ले जाते हुए शीर्षस्थान में सहस्र दलों वाले कमल 'सहस्रार' में पहुँचाकर भगवान् से मिला देते हैं। वहाँ वे अमृत (शिवज्ञान अमृत) पान करते हैं। जब शक्ति का शिव से मिलन होता है, तो योगी को पूर्ण प्रकाश प्राप्त हो जाता है।

भगवान् शिव ब्रह्म के विनाशकारी स्वरूप के परिचायक हैं। ब्रह्म का वह अंश जो तमोगुण प्रधान माया द्वारा आच्छादित है, वही सर्वव्यापक कैलाशवासी भगवान् शिव हैं। वे ज्ञान के भण्डार हैं। पार्वती, काली या दुर्गा से रहित शिव शुद्ध निर्गुण ब्रह्म हैं। माया (पार्वती) के सहित वे अपने भक्तों की पावन भक्ति के लिए सगुण ब्रह्म हो जाते हैं। राम-भक्तों को भगवान् शिव की भक्ति अवश्य करनी चाहिए। स्वयं राम ने भी प्रसिद्ध रामेश्वरम् स्थल पर भगवान् शिव की आराधना की थी। भगवान् शिव तपस्वियों और दिगम्बर योगियों के इष्ट हैं।

उनका दक्षिण हस्तधारी त्रिशूल सत्त्व, रजस् और तमस् तीनों गुणो का प्रतीक है। यह उनकी प्रभुसत्ता का द्योतक है। वे इन तीन गुणों द्वारा संसार पर शासन करते हैं। वाम हस्त में धारण किया हुआ डमरू 'शब्द ब्रह्म' का परिचायक है। यह ऊँ—जिसमें से समस्त भाषाओं का उद्भव हुआ है—का प्रतीक है। उन्होंने ही डमरू की ध्वनि से संस्कृत भाषा की रचना की है।

क्रमशः

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

धारणा के नियमित अभ्यास तथा भगवन्नाम के जप से अनास्था दूर होगी और भगवान् के प्रति श्रद्धा एवं भक्ति का उदय होगा। किसी प्रकार की भी साधना गहरे योग-संस्कार डालती है तथा आध्यात्मिक शक्ति में वृद्धि करती है। मोमबत्ती के जलने पर कुछ भी क्षति नहीं होती। योग में भी यही बात है। आध्यात्मिक उन्नति धीमी होती है। अतः प्रारम्भ में इसको परखना कठिन है; परन्तु उसका परिणाम तो है ही। कुछ समय के बाद वह स्पष्ट रूप से दृष्टिगत होने लगेगा।

श्री स्वामी शिवानन्द

केवल एक ही है

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

(केवल एक ही चिरन्तन सत्य है, और जब केवल एक का ही अस्तित्व है, तो अन्य जिस किसी का भी अस्तित्व दिखायी देता है, वह निश्चित रूप से इस एक का ही अविभाज्य अंश है। जब केवल सागर ही अस्तित्व में है, तो उसमें अन्य जो कुछ भी उससे भिन्न दिखायी देता है—लहर, भंवर, जल-चक्र, या बुदबुदा—वह भी समुद्र का ही एक अंश है। यही प्रकट और अप्रकट, अनेक और एक तथा प्रतीक और परम सत्य के बीच का सम्बन्ध है, जिसका वह प्रतीक प्रतिनिधित्व करता है।)

उज्ज्वल आत्मन्! जो एकमेव परम सत्ता है, वह केवल पारलौकिक, परिपूर्ण और अद्वैत सत्ता के रूप में ही प्रकटित नहीं होती अपितु असंख्य सापेक्ष रूपों और अभिव्यक्तियों के रूप में भी प्रकट होती है। वह अलौकिक देवताओं के रूप में भी प्रकट होती है। ये देवता उस परिपूर्ण, अद्वैत सत्ता की शक्तियों के व्यक्त स्वरूप हैं। वही एक सत्ता अनेक होकर इन विभिन्न दिव्य रूपों में प्रकट होती है, जो अलग-अलग कार्यों का संचालन करते हैं। वे देश-काल की सीमा के भीतर होने वाली सापेक्ष प्रक्रियाओं को व्यक्त और इंगित करते हैं।

इस प्रकार वह एक जब अनेक बनता है, तब एक व्यवस्था की संरचना होती है, और यह व्यवस्था अस्तव्यस्तता न होकर क्रमबद्ध होती है। क्योंकि परम सत्य अपने स्वभाव से ही एकता है। इसलिए जहाँ एकता होती है, वहाँ व्यवस्था स्वाभाविक रूप से विद्यमान होती है, क्योंकि यही मूल सिद्धान्त है। जब वह पूर्णता अनेक रूपों में प्रकट होती है, तब भी एकता का सिद्धान्त प्रत्येक वस्तु में बना रहता है, क्योंकि वह एक ही सब कुछ बना है।

एकीकृत करने वाला यह महान् सिद्धान्त सर्वोच्च प्रेम की सर्वाकर्षित और एक करने वाली शक्ति के रूप में व्यक्त होता है। इस अभिव्यक्ति को कृष्ण कहा जाता है, और कृष्ण का अर्थ है—जो सब को—जड़-चेतन, स्त्री-पुरुष, बच्चे-बूढ़े, पशु-पक्षी और पेड़-पौधे, सभी को अपनी ओर आकर्षित करता है।

असंख्य कार्य मिल कर इस व्यवस्थित प्रक्रिया को बनाते हैं। ये सभी कार्य गति को दर्शाते हैं और समस्त गति को अनन्त शक्ति की आवश्यकता है। हिन्दू धर्म के सन्दर्भ में सभी देवता वस्तुतः इन ब्रह्माण्डीय कार्यों के विभिन्न प्रकटीकरण हैं और वे प्रकृति की सक्रिय शक्तियों के प्रतीक हैं। प्रत्येक देवता का एक विशेष कार्य होता है, जिसके वे अधिष्ठाता होते हैं। और वह कार्य यह ब्रह्माण्ड कही जाने वाली भव्य व्यवस्था के संचालन के लिए पूर्णतया अनिवार्य है। ऐसे असंख्य कोटि ब्रह्माण्ड पूर्ण व्यवस्था के साथ निरन्तर चल रहे हैं। यह कितना अद्भुत है; इसकी कल्पना मात्र ही स्तब्ध कर देने वाली है! हम कुछ भी कह नहीं पाते, बस इस अद्भुत परिपूर्णता के समक्ष

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

मौन रह कर श्रद्धा से इसके आगे नतमस्तक हो जाते हैं। वह परम सत्ता हर स्थान पर है, हर वस्तु में विद्यमान रहते हुए कार्यरत है और इसलिए वह अणु-परमाणु में और हर शक्ति की सक्रियता में दिखायी देती है। अन्ततः सब कुछ वह परिपूर्णता, वह परम सत्य ही है। जो कुछ उसने बनाया, उसमें वह स्वयं विद्यमान होते हुए उसमें समाहित है। जिस किसी रूप में वह प्रकट हुआ है, उसमें वह स्वयं ही इस अद्भुत ब्रह्माण्डीय व्यवस्था के रूप में विद्यमान है।

वह परम सत्ता धर्म, अर्थात् सर्वोच्च प्रेम और सर्वोच्च व्यवस्था भी है जो सब कुछ पूर्ण रूप से संचालित करता है। यदि हम इसे जान सकें और हम इसकी सराहना कर सकें, तब हमारा इससे सामंजस्य स्थापित हो जाता है और तब हमारा जीवन परिपूर्णता की ओर अग्रसर होने लगता है। रावण तथा अन्य लोगों ने भी इस सत्य को पहचाना था, किन्तु उनके अपने ही भीतर की समस्या थी जिसके वश में होने के कारण वे धर्म की विद्यमानता का सम्मान नहीं कर सके और इसलिए उन्होंने धर्म के विपरीत आचरण किया। यही कारण है कि श्रीकृष्ण ने अपने अति प्रिय सखा अर्जुन को ऐसी गम्भीर चेतावनी दी। पहले तो वे कहते हैं,'जो मुझे कहना था, वह कह दिया है और यही करना तुम्हारे लिए कल्याणकारी है।' किन्तु उसके बाद वे वज्र प्रहार के समान अत्यन्त कठोर चेतावनी देते हैं, 'किन्तु यदि तुम अपने हठ अथवा संकीर्ण दृष्टि के कारण मेरे कहे अनुसार नहीं करोगे, तो उसके परिणाम अत्यन्त भयंकर होंगे! यह एक अति कठोर चेतावनी है।

धर्म में सर्वोच्च भलाई है और उसका बोध हो जाने में एवं उसके साथ तादात्म्य बनाये रखने में सर्वाधिक बुद्धिमत्ता है। किन्तु यदि इसका बोध ही नहीं है अथवा इसके लिए मन में सम्मान ही नहीं है, तो फिर आप अपने हाथों अपने विनाश को आमन्त्रित कर लेते हैं। वह परम सत्ता ही सब कुछ के रूप में विद्यमान है, वही सर्वोच्च धर्म और शक्ति है। उसके अतिरिक्त वस्तुतः किसी का भी अस्तित्व नहीं है। दूसरा अन्य कोई है ही नहीं। एकमात्र वही सत्य है। जिसे हम अन्य अनेक समझते हैं, वे वास्तव में अनेक नहीं हैं, उसी एक का ही रूप है। शान्ति मनुष्य की स्वाभाविक और स्थायी अवस्था है। क्योंकि जब सत्य केवल एक ही है, तब पूर्ण शान्ति के अतिरिक्त और कुछ हो ही नहीं सकता। शान्ति तभी भंग होती है जब अनेकता की भ्रान्ति होती है। यदि हमें अन्तर्ज्ञान से यह अनुभव हो जाये कि केवल वही है, उसके अतिरिक्त और कुछ भी नहीं है, तो तत्क्षण शान्ति हमारा स्वाभाविक अनुभव बन जाती है।

श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज ने प्रायः यह महान् रहस्य बताया है कि वही एक परमात्मा अनेक देवी-देवताओं के रूप में अपनी लीला करते हैं। हम भले ही भगवान् शिव, श्रीराम, श्रीकृष्ण, हनुमानजी, श्रीगणेश, देवीमाता अथवा कार्तिकेय भगवान् की पूजा करें, वास्तव में तो हम उसी परम सत्ता की, परमात्मा की ही पूजा कर रहे होते हैं। इसलिए कोई किसी भी देवता की पूजा करे, अन्ततः पूजा उसी परम सत्ता की होती है। यदि आप हर वस्तु में परमात्मा की उपस्थिति के सम्बन्ध में जागरूक हो

जाते हैं, तो भीतर-बाहर, सर्वत्र शान्ति ही शान्ति परिव्याप्त हो जाती है। तब फिर सब ओर केवल शान्ति—अपनी परिपूर्णता, सौन्दर्य और आनन्द से भरपूर शान्ति ही है! वह शान्ति आनन्द भी है, इसीलिए उपनिषदों का प्रारम्भ शान्ति पाठ के साथ होता है, 'ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः।'

प्राचीन ज्ञान से हमें शान्ति का बोध प्राप्त हुआ है; यह हमें बताता है कि शान्ति में ही हमारा अस्तित्व है, हम उसी शान्ति में स्थित रहते हैं और अपना जीवन जीते हैं। वही शान्ति हमारा मूल आधार और परम लक्ष्य है। यह ऐसी सामान्य शान्ति नहीं है जो किसी लड़ाई-झगड़े अथवा कोलाहल के थम जाने से आती है, अपितु यह तो वह वास्तविक शान्ति है जो सदा से है, जिसका न कोई आरम्भ है, न अन्त।

बहुत समय पहले साधकों द्वारा परब्रह्म का उसके प्रकट रूपों की पूजा के माध्यम से अनुभव किया गया। और कई बार पूजा करते समय वह रूप अपने भक्त के समक्ष साक्षात् प्रकट भी हुआ। भारत में ऐसे मन्दिर हैं जहाँ भक्त के लिए भगवान् का विग्रह साकार रूप में प्रकट हो गया। इसलिए हिन्दू धर्म के महान् दार्शनिक मूर्ति-पूजा को अन्ध-विश्वास अथवा अज्ञान-जनित नहीं मानते, क्योंकि वे जानते हैं कि इसके पीछे गहन दर्शन है—जो कुछ भी है, वह उसी एक परमात्मा का ही रूप है।

केवल एक ही चिरन्तन सत्य है, और जब केवल एक का ही अस्तित्व है, तो अन्य जिस किसी का भी अस्तित्व दिखायी देता है वह निश्चित रूप से इस एक का ही अविभाज्य अंश है। जब केवल सागर ही अस्तित्व में है, तो उसमें अन्य जो कुछ भी उससे भिन्न दिखायी देता है—लहर, भंवर, जल-चक्र, या बुदबुदा—वह भी समुद्र का ही एक अंश है। यही प्रकट और अप्रकट, अनेक और एक तथा प्रतीक और परम सत्य के बीच का सम्बन्ध है जिसका वह प्रतीक प्रतिनिधित्व करता है। परमात्मा की कृपा आप पर हो!

हरिः ॐ।

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

साधना से आपमें अधिकाधिक मुदिता, मन की एकाग्रता, प्रसन्नता, समत्व-बुद्धि, शान्ति, सन्तोष, सुख, वैराग्य, निर्भयता, साहस, करुणा, विवेक, अन्तर्मुखी-वृत्ति, असंगता, अक्रोध, निरहंकारिता, निष्कामता आदि का विकास होना चाहिए। साधना से आपका आन्तरिक जीवन सम्पन्न होना चाहिए। आपकी दृष्टि अन्तर्मुखी तथा मन सभी अवस्थाओं में अविचल होना चाहिए। ये ही आपकी आध्यात्मिक उन्नति के लक्षण हैं। विभिन्न दृश्यों एवं ज्योतियों का दर्शन, अनाहत नाद का श्रवण, दिव्य गन्ध एवं ऊपर तथा नीचे को प्राण-सम्बन्धी प्रवाह का अनुभव—ये सब अधिक आध्यात्मिक मूल्य नहीं रखते। हाँ, ये धारणा की प्रथम अवस्था के परिचायक हैं।

श्री स्वामी शिवानन्द

भगवान् स्कन्द — संकेन्द्रित दिव्य शक्ति

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

भाषा और साहित्य के इतिहास में, संसार की सबसे अधिक उत्कृष्ट कृतियाँ विभिन्न राष्ट्रों के महाकाव्य ही हैं। यूनान की उत्कृष्ट साहित्यिक कृतियाँ होमर की रचनाएँ हैं—इलियड और ओडिसी। इटली में, दाँते और वर्जिल ने भी इसी प्रकार के महाकाव्य रचे—दाँते की डिवाइन कॉमेडी और वर्जिल की एनीड। अंग्रेजी साहित्य में, महाकाव्यों के सर्वोत्तम उदाहरण मिल्टन की कविताएँ और शेक्सपियर के नाटक हैं। भारत में, हमारे इतिहास और पुराण भी हैं। यहाँ, इस प्रकार की कविता और अभिव्यक्ति में, आत्मा अपनी शक्ति की चरम सीमा तक पहुँचती है और सृष्टि के चित्र का आलेखन अत्यन्त भव्य रूप में प्रस्तुत करती है। इन कवियों का उद्देश्य, चाहे वे पश्चिम के हों या पूर्व के, भावपूर्ण भाषा और रसात्मक शैली में सृष्टि की प्रक्रियाओं, इसके क्रमानुगत विकास और संलयन के हास्य और त्रासदी, तथा मानव जीवन की उस कथा का वर्णन करना है, जो कभी हास्य के आशावादी रंगों से और कभी त्रासदी के निराशावादी रंगों से चित्रित की जाती है। जीवन दोनों ही है, और इसे दो भिन्न-भिन्न दृष्टिकोणों से चित्रित किया जा सकता है। संसार के सभी महाकाव्यों का केन्द्रीय भाव एक संघर्ष पर टिका है जिसका अन्त में समाधान हो जाता है। किसी न किसी कारण से, शक्तियों के बीच संघर्ष की विशिष्टता ने कवियों और सिद्धों की दृष्टि को उनके अवलोकन के आधारभूत बिन्दु के रूप में प्रभावित किया है।

जब प्रकृति की कार्य-विधियों और मानव जीवन के इतिहास पर सावधानीपूर्वक ध्यान दिया जाता है, तो हम पाते हैं कि बाह्य रूप से प्रकृति को और आन्तरिक रूप से मनुष्य को ऐसी परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है जिन्हें निरन्तर होने वाले संघर्षों की एक शृंखला के रूप में वर्णित किया जा सकता है। प्रत्येक दिवस हमारे लिए एक संघर्ष है, एक विरोधाभास, एक टकराव और एक प्रश्न जो कि एक उत्तर की माँग करता है। हमारे जीवन के दिन-रात के उद्योग, हमारे परिश्रम, जीवन के उस प्रश्न का उत्तर पाने के हमारे प्रयास हैं जो कि अपने आप में एक गूढ़ रहस्य है, एक महान् रहस्य है। जीवन एक ऐसी समस्या प्रस्तुत करता है जिसका समाधान मनुष्य अपनी समस्त बौद्धिक अक्षय-निधियों के साथ भी नहीं कर पाया है। जीवन की गहन दृष्टि, जिसे दार्शनिक अथवा रहस्यवादी, आध्यात्मिक अथवा धार्मिक कहा जा सकता है, ने सृष्टि की मूल अथवा आधारभूत विशेषताओं को, एक केन्द्र की ओर गति और उससे परे, उससे दूर दिशा में गति के रूप में व्यक्त किया है। यही जीवन के सभी प्रश्नों का रहस्य और उत्तर प्रतीत होता है। कहीं न कहीं एक केन्द्र है, जिसकी ओर सब कुछ आकर्षित होता प्रतीत होता है और जो साथ ही साथ, सब कुछ प्रतिकर्षित भी करता प्रतीत होता है। आकर्षण और विकर्षण की यह एक साथ अनुभूति ही संघर्ष है। यही सभी समस्याओं का मूल है।

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

(९ नवम्बर १९८० को स्कन्द षष्ठी के अवसर पर दिया गया सन्देश)

महाकाव्यों की भाषा में आकर्षण और विकर्षण के इस युद्ध को दैवी और आसुरी शक्तियों के बीच युद्ध के रूप में वर्णित किया गया है। दैवी शक्तियाँ वे कारक, आवेग और आकांक्षाएँ हैं जोकि प्रत्येक वस्तु को केन्द्र की ओर प्रेरित करती हैं, और आसुरी शक्तियाँ वे विरोधी शक्तियाँ हैं जो कि प्रत्येक वस्तु को केन्द्र से दूर धकेलने के लिए बाध्य करती हैं। मनुष्य में, प्रत्येक वस्तु में और सम्पूर्ण प्रकृति में, अपितु सम्पूर्ण सृष्टि में यह दोहरा आवेग है। ऐसा प्रतीत होता है कि सब कुछ एक ही समय में दो विपरीत दिशाओं में गतिमान है, जिसे समझ पाना और समझा पाना असम्भव है। एक ही वस्तु एक ही समय में दो विपरीत दिशाओं में कैसे गतिमान हो सकती है? यही जीवन का रहस्य है। हम दो भिन्न-भिन्न दिशाओं की ओर 'आवेगशील' हैं। 'आवेगशील' ही एकमात्र शब्द है, क्योंकि यह एक अदम्य आवेग या इच्छा है जो हम अपने भीतर एक ही समय में दो कार्यों को करने के लिए अनुभव करते हैं। इस स्थिति से निकृष्ट कुछ भी नहीं हो सकता, क्योंकि यह एक असम्भवता की ओर एक आवेग है। कोई भी व्यक्ति एक ही समय में दो विपरीत कार्य नहीं कर सकता, और न ही किसी के मन में एक ही समय में परस्पर विरोधी इच्छाएँ सक्रिय हो सकती हैं। परन्तु यही तो हो रहा है। यदि ऐसा न होता, तो हम आज जो हैं, वह नहीं होते।

मनुष्य का अस्तित्व उसके अपने मन में उपस्थित इस द्वन्द्व के कारण है जो उसे दो भिन्न-भिन्न दिशाओं में खींचता है—एक आवेग एक दिशा में और दूसरा दूसरी दिशा में। अतः मनुष्य एक ही समय में दिव्य और अदिव्य दोनों है। हमारे भीतर एक दिव्य आकांक्षा है जो हमें केन्द्र की ओर बुलाती है, यद्यपि यह हमारे नेत्रों के लिए अदृश्य है। हमारे भीतर सम्भवतः समान रूप से एक शक्तिशाली आवेग भी है, जो हमें इन्द्रियों के विषयों की ओर, जीवन की गतिविधियों की ओर, सामाजिक मानदण्डों और जीवन की माँग में उलझने के लिए बाध्य करता है। इनमें से क्या महत्त्वहीन है—जीवन की माँग या वे आकांक्षाएँ जिन्हें हम धार्मिक और उत्थानशील मानते हैं? वास्तव में, यह एक ही आवेग की दो भिन्न-भिन्न दिशाओं में अभिव्यक्ति है। यह एक ब्रह्माण्डीय आवेग है और एक मनोवैज्ञानिक आवेग भी। सम्पूर्ण प्रकृति इस आवेग को अनुभव करती है, सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड इससे व्याप्त है और हममें से प्रत्येक व्यक्ति भी पूर्ण रूप से इसी से भरा हुआ है।

महाकाव्य और पुराण, महान् वीरगाथाएँ, रामायण और महाभारत और पुराण, या ऐसा कहें कि मिल्टन का पैराडाइज़ लॉस्ट एण्ड पैराडाइज़ रीगेन्ड, इन महाकाव्यात्मक दृष्टिकोणों को हम चाहे जो भी नाम दें, ये सभी उन क्षणों के मन्त्रमुग्ध कर देने वाले, काव्यात्मक उद्गार हैं, जब रोमाञ्च के क्षणों में, सम्बन्धित कवि की आत्मा की अन्तरतम गहनताओं से अन्तर्दृष्टि का एक प्रकाश फूट पड़ा था। इन्हीं कविताओं को हम महाकाव्य कहते हैं, और यही कारण है कि जब हम इन्हें पढ़ते हैं तो हम भावुक हो जाते हैं। हमारे रोंगटे खड़े हो जाते हैं, हमारी भावनाएँ उद्वेलित होने लगती हैं, हमारे अंग काँपने लगते हैं, और महाकाव्यों में चित्रित व्यक्तित्वों की भूमिका निभाने के लिए हम विवश हो जाते हैं। हम व्यक्तित्व के उन आदर्शों के साथ चलने लगते हैं जिनका वर्णन महाकाव्यों में किया गया है। यही कवि की शक्ति है। कविता की शक्ति जितनी अधिक होती है, उतना ही

अधिक हम उसमें वर्णित व्यक्तित्वों के साथ चलने के लिए प्रेरित होते हैं, और कुछ समय के लिए हम वही व्यक्तित्व बन भी जाते हैं। जैसे जैसे हम इन भव्य महाकाव्यों के नायक और नायिकाओं के साथ चलते हैं, हम उनके साथ हँसते हैं और रोते हैं, हम उनके सुख से प्रसन्न होते हैं और उनके दुःख के सागर में डूब जाते हैं।

हमारे भारत में दो महान् महाकाव्य रामायण और महाभारत हैं और अठारह पुराण हैं जिनमें से प्रत्येक, विकास और समावेशन के रूप में, दैवी और आसुरी शक्तियों के बीच हो रहे युद्ध के रूप में होने वाली इस ब्रह्माण्डीय गतिविधि के किसी न किसी पक्ष को स्पर्श करता है। धर्म-शास्त्री हमें कभी-कभी बताते हैं कि ईश्वर और राक्षसों के बीच में सदैव एक युद्ध चलता रहता है। इस ब्रह्माण्ड को चलाने वाली दैवी शक्तियाँ और ब्रह्माण्ड की आसुरी शक्तियाँ आपस में लड़ती रहती हैं। इस महान् घटनाक्रम का एक उत्कृष्ट उदाहरण ब्रह्माण्ड के इतिहास में, युगों पहले घटित हुआ स्कन्द षष्ठी उत्सव है जो कि छः दिन तक मनाया जाता है और छठे दिन भगवान् स्कन्द को समर्पित करके उसका समापन किया जाता है। स्कन्द पुराण में और कुछ अन्य शास्त्रों जैसे कि महाभारत में भी वर्णित इस दिव्य लीला के महान् नायक भगवान् स्कन्द हैं जो कि भारत के 'युद्ध के देवता' माने जाते हैं। पश्चिमी देशों में प्रायः उनकी तुलना दिव्य प्राणियों के, देवताओं के सेनापति मार्स (Mars) से की जाती है। भगवद्गीता में भगवान् कृष्ण स्वयं को सेनापतियों में भगवान् स्कन्द बताते हैं— **सेनानीनामहं स्कन्दः**।

इस घटना का धार्मिक इतिहास भगवान् शिव के समाधिस्थ और ध्यान की गहन अवस्था में लीन होने के भव्य चित्रण से आरम्भ होता है, जहाँ वे अन्धकार, अमंगलकारी या अपकेन्द्रीय शक्तियों से पूर्णतया अनभिज्ञ हैं। भगवान् का स्वयं में 'मैं जो हूँ वही हूँ' के भाव में लीन होना, इन्द्रियों की दिशा में प्रवृत्त नकारात्मक गतिविधियों का, पूर्णतया ब्रह्माण्डीय विरोध है; इन्द्रियाँ, जिनका नेता अहंकार है और जिनके संगी-साथी काम तथा क्रोध हैं। बाह्यता का यह मनोवेग हमारे भीतर इन तीन मुख्य रूपों में प्रकट हो सकता है। अहंकार इस मनोवेग का केन्द्र है, मानो वह केन्द्रीय शक्ति है जो कि इस आवेग को बाह्य दिशा में गति देने के लिए आवश्यक ऊर्जा प्रदान करती है और काम तथा क्रोध, व्यक्ति की इस अभेद्य केन्द्रीयता की दो भुजाओं के समान हैं। अतः एक प्रकार से हम कह सकते हैं कि केवल दो ही शक्तियाँ हैं, और कभी-कभी जब हम कहते हैं कि तीन शक्तियाँ हैं तो यह भी अनुचित नहीं होगा। हमारे पास मिल्टन के 'पैराडाइज लॉस्ट' में वर्णित सर्वोच्च सृष्टिकर्ता और शैतान हैं, दाँते की हास्य रचनाओं में हमें नरक, पर्गाटोरियो और स्वर्ग का वर्णन मिलता है। रामायण में रावण और कुम्भकर्ण, महाभारत में दुर्योधन और दुःशासन का वर्णन है। अधिकतर ये एक द्वैत शक्ति के रूप हैं, जैसे देवी माहात्म्य में शुम्भ और निशुम्भ, और महाभारत में सुण्डा और उपसुण्डा। व्यावहारिक रूप से देखा जाये, तो ये द्वैत शक्तियाँ अजेय हैं।

काम या इच्छा से अधिक शक्तिशाली ऊर्जा हो ही नहीं सकती, कहीं भी नहीं हो सकती। कामना ही संसार की सबसे शक्तिशाली सत्ता है। समस्त शक्तियों में कामना सबसे बलशाली है, क्योंकि कामना के बिना कुछ भी गतिमान नहीं हो सकता, आगे नहीं बढ़ सकता। अतः

कामना को किसी भी दिशा में, किसी भी प्रकार की गति का प्रेरक तत्त्व माना जाना चाहिए। कामना का स्वरूप इतना जटिल है कि महाभारत के 'काम गीता' में कहा गया है कि जो व्यक्ति कामना को वश में करने का प्रयास करते हैं, कामना उन पर हँसती है। क्योंकि कामना को वश में करने का प्रयास भी एक कामना ही है, एक इच्छा ही है। यही कारण है कि वह हँसती है। साधना के उचित उपाय को अपनाये बिना, किसी भी प्रकार की इच्छा पर विजय पाना कितना कठिन है, इसे दर्शाने के लिए ही श्रीकृष्ण 'काम गीता' का वर्णन करते हैं।

जब आसुरी शक्तियों ने देवताओं पर आक्रमण किया, तो देवता स्तब्ध हो गए और आतंकित हो गए। देवताओं के पास भी अपनी शक्ति थी, इसमें कोई सन्देह नहीं। माना जाता है कि सद्गुण में दुर्गुण पर विजय पाने की शक्ति होती है। परन्तु अधिकतर हम पाते हैं कि संसार के सद्गुण, प्रकृति के दुर्गुणों का सामना करने में असमर्थ हैं। केवल सद्गुणी होना ही पर्याप्त नहीं है। दुर्गुण हमारे लिए बहुत प्रबल हैं। हमने वर्तमान में मानव इतिहास को स्वयं अपने नेत्रों से देखा है। सद्गुण सफल होते प्रतीत नहीं होते। देवता सद्गुणी थे और दानव दुष्ट। परन्तु देवता उनका सामना नहीं कर पाये, ठीक उसी प्रकार जैसे इस संसार के सद्गुणी, दुष्टों को परास्त नहीं कर पाते हैं। सद्गुणी लोग कष्ट भोग रहे हैं और दुष्ट फल-फूल रहे हैं।

यह रहस्य क्या है? यह रहस्य बहुत से लोगों को ज्ञात नहीं है। वास्तविकता यह है कि जहाँ सद्गुण को सामान्यतः दुर्गुण का विपरीत समझा जाता है, वहीं हम यह तथ्य भूल जाते हैं कि यह दुर्गुण का प्रति-सहसम्बन्धी भी है। इसलिए, इसमें दुर्गुण का सामना करने की शक्ति नहीं है। दुर्गुण या बुराई को एक ऐसी शक्ति से पराजित किया जा सकता है जो पारलौकिक हो, न कि केवल नैतिक और सदाचारी। संसार की बुराइयाँ केवल नैतिकता और सदाचार से भयभीत नहीं होतीं। केवल अच्छाई पर्याप्त नहीं है। हमारे व्यक्तित्व में दिव्यता होनी चाहिए, और दिव्यता नैतिक व्यवहार और सदाचारी आचरण के रूप में, मात्र अच्छाई से कहीं अधिक श्रेष्ठ है। दिव्यता एक एकीकृत शक्ति है, जबकि सद्गुण केवल दुर्गुण का प्रति-सहसम्बन्धी है। दुर्गुण के बिना सद्गुण का अस्तित्व नहीं हो सकता। क्योंकि, यदि बुराई का कोई अस्तित्व ही न हो, तो अच्छाई जैसी कोई वस्तु हो ही नहीं सकती। परन्तु दिव्यता एक पूर्णतया भिन्न वस्तु है क्योंकि यह अच्छाई और बुराई दोनों से परे है।

जब नकारात्मक आसुरी शक्तियों ने देवताओं पर आक्रमण करना प्रारम्भ किया, तो पुराणों में बताया गया है कि वे तीन प्रकार की आसुरी शक्तियाँ थीं। स्कन्द पुराण में उनके नाम सुरपद्मा, सिंहमुख और ताड़का हैं; और महाभारत में दुर्योधन, कर्ण और दुःशासन हैं। कोई भी, चाहे वह कितना भी धर्मपरायण और भला क्यों न हो, इन शक्तियों का सामना नहीं कर सकता था। सभी देवताओं की शक्तियों को एकत्रित करके भी इन राक्षसी शक्तियों का सामना करना सम्भव नहीं था। देवता भय से काँप रहे थे, ठीक वैसे ही जैसे इस संसार में सुशील मनुष्य, दुष्ट डाकुओं और विवेकहीन ठगों के सामने काँपते हैं, जो कि लोगों पर आन्तरिक और बाह्य दोनों प्रकार से आक्रमण करते हैं।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : अल्का सुरेश बुद्धिराजा)

पूर्ण योग

परम पूज्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्द जी महाराज

देहरादून आश्चर्य चकित!

२ जनवरी, १९५६

स्वामीजी ने अपना दोपहर का भोजन बस अभी समाप्त ही किया था कि एक क्षण के लिए आराम किये बिना ही वे उस गाड़ी में आकर बैठ गये जो देहरादून ले जाने के लिए उनकी प्रतीक्षा कर रही थी। उनके चारों ओर भीड़ एकत्रित हो गयी थी और श्री षन्मुगम मैस्त्री और उनका परिवार (श्रीमती धनुम तथा सुपुत्री कनक) स्वामीजी से विदाई लेने के लिए खड़े हुए थे। श्रीमती धनुम ऐसे बिलख-बिलख कर रो रही थी मानो बेटी मायके से विदा हो रही हो। वह एक शब्द भी बोल नहीं सकी, उसका मन इतना भरा हुआ था कि आँखों से प्रवाहित होती हुई अश्रुधारा विरह गान कर रही थी और वाणी अवर्णनीय दुःख को व्यक्त करने में अशक्त अनुभव कर रही थी। आँखों में जल भरे हुए श्रीमती धनुम ने स्वामीजी को नतमस्तक प्रणाम किया और स्वामीजी ने कहा, 'डिवाइन लाइफ सोसायटी की शाखा अपने यहाँ आरम्भ करें। आप अद्भुत कार्य कर सकती हैं, श्री श्रीनिवासन, श्री शिवानन्द-ज्योति और अन्य अनेक व्यक्तियों ने ऐसा किया है। भगवान् की कृपा आप सभी पर हो।' कार चल पड़ी और स्वामीजी संकीर्तन-धुन गाने लगे।

सिल्क फैक्ट्री में

जब गाड़ी देहरादून के निकट पहुँचने वाली थी तो स्वामीजी कश्मीर के गोविन्द राम कपूर की सिल्क मिल के विस्तार, उसमें कार्यरत लोगों की संख्या इत्यादि के सम्बन्ध में जानकारी लेने लगे। 'हमें उन सबके लिए प्रसाद ले लेना चाहिए, बाजार से कुछ लड्डू ले लें,' स्वामीजी ने कहा। देहरादून के बाह्य-क्षेत्र में गाड़ी रोक दी गयी, और हम दुकान पर २० रु. के लड्डू लेने चले गये। स्वामीजी कार में ही बैठे हुए थे और हमने सोचा कोई नहीं जानता था कि स्वामीजी देहरादून में हैं। और हमें यह देखकर आश्चर्य हुआ कि एक सीताराम नाम का भक्त जो पंजाब से था, स्वामीजी के साथ बात कर रहा था।

हम मिल में पहुँचे तो मैनेजर ने बहुत शीघ्रता से आकर स्वामीजी का स्वागत किया। उसने मिल के कर्मचारियों से स्वामीजी का परिचय करवाया और घूम घूम कर साड़ी मिल स्वामीजी को दिखाते हुए विस्तारपूर्वक वर्णन करने के साथ साथ दिखाया कि रेशम के कीड़े से कैसे रेशमी वस्त्र बनाया जाता है। स्वामीजी ने अत्यन्त रुचि लेते हुए समस्त प्रक्रिया को और मिल को देखा। स्वामीजी ने बहुत सी पुस्तकें मैनेजर को, मिल के कार्यकर्ताओं को और कर्मचारियों को उपहार में दीं।

मिल के गोदाम कक्ष में, मैनेजर ने स्वामीजी को तैयार साड़ियाँ, कुर्ते के लिए रेशमी वस्त्र और मेज़पोश दिखाये। वे स्वामीजी को कुर्ते के लिए वस्त्र भेंट करना चाहते थे किन्तु स्वामीजी ने यह कहकर तुरन्त अस्वीकार

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

कर दिया, 'नहीं नहीं, मैं सिल्क बिल्कुल नहीं पहनता।' फिर थोड़ी देर बाद स्वामीजी ने कुछ अच्छी सिल्क की साड़ियाँ दिखलाने के लिए कहा, '१५ को सावित्री का विवाह होने वाला है, और मेरे विचार से उसके लिए अभी ही साड़ी ले लेना अच्छा रहेगा।' स्वामीजी बोले। जो साड़ियाँ उन्हें दिखलायी गयीं, उनमें से स्वामीजी ने सर्वश्रेष्ठ का चयन किया। 'अपने प्रिय शिष्यों के लिए साड़ी का चयन स्वयं मुझे ही करना है।' स्वामीजी ने एक पिता के गौरव, सन्तोष और प्रसन्नता के भाव सहित कहा। इसी बीच एम. के. पी. विश्वविद्यालय की प्रधानाचार्या, श्रीमती पुष्पा आनन्द और संगीत की प्राध्यापिका, श्रीमती सुशीला कम्बोज कक्ष में आ गयीं और उन्होंने स्वामीजी को पुष्पमालाएँ पहनायीं। स्वामीजी ने उन्हें चयन की हुई साड़ी दिखायी जिसकी उन्होंने बहुत प्रशंसा की। 'एक और साड़ी सुशीला के लिए भी दिखायें,' स्वामीजी ने कहा और उनके लिए भी एक बहुत सुन्दर साड़ी ले ली गयी। मैनेजर के बहुत अधिक आग्रह करने पर स्वामीजी सिल्क के मेज़पोश का उपहार लेने के लिए मान गये।

इसी बीच मिल के सभी कर्मचारी मिल–कार्यालय के बाहर बगीचे में एकत्रित हो गये थे और भजन गान आरम्भ कर दिया था। स्वामीजी और सभी कार्यकर्ता सदस्य भी उनमें सम्मिलित हो गये। श्रीमती पुष्पा ने उन सबकी भावनाओं को अभिव्यक्त करते हुए हिन्दी में संक्षिप्त भाषण देते हुए कहा कि, 'यह उन सभी के जीवन का एक सर्वाधिक सौभाग्यशाली दिवस है कि उन्हें आज महान् सन्त–स्वामीजी के साक्षात् दर्शन एवं सत्संग प्राप्त हुए हैं।' उन्होंने स्वामीजी के उपदेशों के सारतत्त्व का भी वर्णन किया। श्रीमती सुशीला कम्बोज माताजी ने कुछ भजन गाये और स्वयं स्वामीजी ने संकीर्तन का संचालन किया तथा श्री गोविन्द राम कपूर एवं सभी कर्मचारियों के उत्तम स्वास्थ्य तथा दीर्घायु के लिए प्रार्थना की।

फिर स्वामीजी के लिए चाय प्रस्तुत की गयी। उन्होंने मैनेजर को श्रीमती पुष्पा, श्रीमती सुशीला तथा अन्य से सर्वोत्तम लाभ प्राप्त करने का परामर्श दिया और कहा कि उन्हें मिल के कर्मचारियों के लिए सत्संग और प्रवचनों के लिए आमन्त्रित कर सकते हैं।

घर–घर प्रचार

फिर स्वामीजी पहले किसी भी प्रकार की सूचना के बिना ही स्वेच्छा से एम.के.पी कॉलेज की लाइब्रेरियन, श्रीमती शान्ति के आवास पर पहुँच गये। वहाँ केवल श्रीमती शान्ति और उनकी माताजी ही घर में थीं और शिवानन्द भगवान् को अपने गृह में पधारे देख कर उन दोनों के हर्ष का पारावार नहीं था। शीघ्र ही पुरुषों, महिलाओं और बच्चों से विशाल कक्ष पूरा भर गया। स्वामीजी ने कीर्तन किया और श्रीमती शान्ति द्वारा उसी समय बाज़ार से लाये गये प्रसाद का भी वितरण किया।

'इसी तरह हमें घर–घर जाना चाहिए और दिव्य जीवन का सन्देश तथा भगवन्नाम की महिमा का प्रचार करना चाहिए,' स्वामीजी ने चलते चलते कहा। आध्यात्मिक जाग्रति लाने हेतु, विशाल जन–समूह के लिए भाषण और प्रवचन के आयोजनों से यह ढंग कहीं अधिक अच्छा है। इससे एक घनिष्ठ सम्बन्ध स्थापित हो

जाता है, और लोगों का हृदय सरलता से जीता जाता है। हम जो कुछ कहते हैं, जो संकीर्तन करते हैं, वह इन लोगों के हृदय में घर कर जायेगा और उनका जीवन निश्चित रूप से परिवर्तित हो जायेगा।'

वहाँ से स्वामीजी सुशीला कम्बोज के घर गये। गाड़ी जब अभी उनके घर में प्रवेश ही कर रही थी, स्वामीजी ने उनसे प्रश्न किया, 'आपके पिताजी का क्या नाम है? यदि हम किसी व्यक्ति को उसका नाम लेकर सम्बोधित करें तो वह बहुत प्रसन्न होता है।' श्रीमती सुशीला ने उत्तर दिया, 'गौरीशंकर, स्वामीजी।' घर में प्रवेश करते हुए स्वामीजी बोले, 'गौरीशंकरजी महाराज, कैसे हैं आप?' इसका उन पर अत्यन्त गहरा प्रभाव पड़ा। यहाँ भी स्वामीजी ने कीर्तन किया और परिवार के उत्तम स्वास्थ्य एवं दीर्घायु के लिए प्रार्थना की। उन्होंने गौरीशंकरजी को आश्रम आने के लिए निमन्त्रण भी दिया, 'आपको जब भी समय होगा, तब मैं स्वयं आपको आश्रम ले चलूँगा, और आपको वहाँ कुछ अधिक समय के लिए रहकर गहन साधना करनी चाहिए।'

और उसके बाद श्रीमती पुष्पा आनन्द के आवास पर, जहाँ स्वामीजी केवल उनके माता-पिता (डॉ. तथा श्रीमती आर.आर.आनन्द) से ही नहीं मिले अपितु अन्धविद्यालय के श्री और श्रीमती मौरटिमर और डॉ. लीला व्लाचाउ से भी मिले। श्रीमती पुष्पा की वृद्ध माताजी जो अभी हाल में ही दुर्घटना-ग्रस्त हुई थीं, वह भी कुछ देर के लिए खड़ी हो सकीं। जब स्वामीजी ने उन्हें आश्रम आने का निमन्त्रण दिया तब उन्हें ऐसा प्रतीत हुआ कि यह वास्तव में उनके शीघ्र पूर्ण स्वस्थ होने का आश्वासन था। यहाँ भी कीर्तन किया गया। स्वामीजी ने सभी उपस्थित लोगों में आश्रम से लाया हुआ दोसा-प्रसाद वितरित किया, जिसका सभी ने भरपूर आनन्द लिया। फिर कॉफ़ी परोसी गयी।

इस पूरे समय में स्वामीजी जहाँ जहाँ भी गये वहाँ लोगों में प्रसाद हेतु बाँटने के लिए पुस्तकें एवं चौपन्ने, बच्चों के लिए मिठाइयाँ और सभी के लिए बिस्कुट साथ लिए हुए स्वामी सच्चिदानन्द जी हर समय तत्परतापूर्वक तैयार रहते थे। स्वामीजी ने श्रीमती पुष्पा की माताजी को मन्दिर प्रसाद देना चाहा, और सच्चिदानन्द स्वामीजी ने वह भी तुरन्त प्रस्तुत कर दिया! इससे स्वामीजी प्रसन्न हो कर बोले 'अब सच्चिदानन्दजी पक्के हो गये हैं। ये मेरे बारे में सब जानने लगे हैं। इन्हें पहले से ही अनुमान हो जाता है कि मैं क्या कहने वाला हूँ और मुझे क्या चाहिए होगा, और जो भी मैं माँगू, ये देने के लिए तत्पर रहते हैं। अब ये एकदम पूर्ण हैं!'

फिर स्वामीजी कार में बैठ गये और हम वापिस लौटने लगे। स्वामीजी ने कहा, 'मुझे श्रीमती सीताराम को संन्यास-वस्त्र देना है, वह आज रात ही देहली जाने वाली है,' और गाड़ी तीव्र गति से ऋषिकेश की ओर बढ़ने लगी। श्रीमती सीताराम अभी आश्रम से निकली ही थी और वह कैलाश आश्रम के निकट स्वामीजी की गाड़ी से मिल गयीं। स्वामीजी ने उन्हें आश्रम लौटने का अनुरोध किया। वह लौट आयीं और उन्होने संन्यास दीक्षा प्राप्त की।

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

काम–प्रवृत्ति

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

(पूर्वांक से आगे)

काम–वासना की अदम्य शक्ति

मनुष्य–जीवन में काम–प्रवृत्ति सर्वाधिक है। काम–वासना की जड़ें मनुष्य में गहरी समायी हैं। इसका मन, बुद्धि, प्राण, इन्द्रियों तथा सारे शरीर पर कुप्रभाव पड़ता है। मनुष्य–शरीर की संरचना में सबसे प्राचीनतम घटक यही है।

मनुष्य की इच्छाओं का तो अन्त है ही नहीं, किन्तु इसमें प्रमुखता कामेच्छा की ही रहती है। मौलिक इच्छा अपना जीवनसंगी ढूँढ़ने की रहती है। अन्य समस्त इच्छाएँ इसी एक पर आधारित हैं। पुत्रैषणा, धन–सम्पत्ति, गृह आदि की तृष्णा तदुपरान्त आती है।

सृष्टि–रचना के चक्र को चलायमान रखने के लिए ही ईश्वर ने काम–वासना को प्रबलतम बनाया है। अन्यथा जीवन्मुक्त बनना सरल हो जाता और विश्वविद्यालय के स्नातकों की तरह जीवन्मुक्तों की संख्या भी बढ़ जाती। विश्वविद्यालय का स्नातक बनना सरल है। इसके लिए तो अल्प धन, थोड़ी–सी बुद्धि तथा स्मरण शक्ति और कुछ परिश्रम चाहिए; किन्तु काम–प्रवृत्ति पर विजय पाना अत्यन्त कठिन है। जिस व्यक्ति ने काम–वासना का पूर्णतः उन्मूलन कर लिया है और जो मानसिक ब्रह्मचर्य में स्थित है, वह भगवान् अथवा ब्रह्म का ही स्वरूप है।

कामोत्तेजना अत्यन्त प्रबल तथा भयंकर होती है। यह तो बार–बार दुगुनी शक्ति से आप पर आक्रमण करेगी। यह अन्तर्मन में छिपी रहेगी। जब भी आप असावधान होंगे, यह आपको आक्रान्त कर लेगी। विश्वामित्र जैसे महर्षि मेनका के वश में हो गये। एक और ऋषि को रम्भा ने जीत लिया। जैमिनि की भी यही गति हुई। एक महान् तपस्वी मछलियों को सम्भोग करते देख सारे जीवन की तपस्या गँवा बैठे। एक गृहस्थी जिज्ञासु अपने गुरु की पत्नी को ही लेकर चले गये। अधिकतर जिज्ञासु काम जैसे इस भयानक शत्रु को जान ही नहीं पाते। वे इस भ्रम में रह जाते हैं कि वे परम पवित्र साधु बन चुके हैं। परीक्षा का समय आने पर वे असफल हो जाते हैं। अत: सदैव एकान्त में रहें, ध्यान–साधना में रत रहें तथा काम–वासना पर विजय प्राप्त करें।

एक ज्ञानी में काम–वासना का पूर्णतः नाश हो जाता है। एक साधक में यह सुनियन्त्रित रूप में होती है। एक गृहस्थ यदि इसे नियन्त्रित न रखें, तो यह विनाशकारी होती है। उसमें यह पूर्णतः विकसित अवस्था में रहती है। वह इसका विरोध नहीं कर सकता है। अपनी दुर्बल संकल्प–शक्ति के कारण, वह इसके पूर्णतः अधीन हो जाता है।

भोग–वासना तथा उसका दमन

भोग से कभी तृप्ति नहीं हो पाती। भोग से तृष्णा बढ़ती है। भोग द्वारा वासना बढ़ती ही है, यह घी में आहुति

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

के समान है। प्राचीन काल के राजा ययाति का दृष्टान्त सामने है। सहस्रों वर्षों तक विषय-भोग हेतु उन्होंने अपने पुत्र का यौवन माँग लिया। अन्त में वृद्धावस्था में दुःखी होकर कहने लगे कि मैं कितना मूर्ख निकला। मेरी काम-वासना की सीमा ही नहीं है। यह अब भी बढ़ती जा रही है। मेरा सारा जीवन व्यर्थ गया। हे प्रभु, मुझ पर दया करो। अब आप ही मुझे संसार-पंक से उबार सकते हैं।

काम-निग्रह से कुछ नहीं होगा। आपके दुर्बल होने पर यह कामेच्छा अवसर आने पर दुगुनी शक्ति से उभरेगी। जब आपके वैराग्य में कमी होगी, जब ध्यान तथा योग-साधना शिथिल हो जायेगी, जब आप रोगी हो कर दुर्बल हो जायेंगे, ऐसी अवस्था आते ही काम-वासना आपको पुनः घेर लेगी।

काम-वासना का उन्मूलन आप निग्रह द्वारा नहीं कर पायेंगे। दबाये जाने से यह और भी उभरेगी। आप मुक्त नहीं हो पायेंगे। दबायी गयी वासना बार-बार आक्रमण करेगी। इसके कारण स्वप्न-दोष, स्वभाव में चिड़चिड़ापन तथा अशान्ति उत्पन्न होंगे।

जप, ध्यान, प्रार्थना, स्वाध्याय, प्राणायाम तथा आसनों द्वारा काम-वासना की शक्ति को ओज में परिवर्तित करना चाहिए। केवल तभी काम-वासना पर विजय प्राप्त हो सकती है।

काम-वासना का ऊर्ध्वीकरण

यदि काम-वासना को शुद्ध तथा पवित्र विचारों के माध्यम से आध्यात्मिक शक्ति में परिणत कर लें, तो पाश्चात्य मनोविज्ञान में इसे शोधन-ऊर्ध्वीकरण कहा जायेगा। जैसे किसी रासायनिक पदार्थ के ऊष्मीकरण द्वारा इसे शुद्ध करके तथा इसके वाष्प को ठोस रूप में परिणत कर लेते हैं, इसी प्रकार काम-वासना को उच्च आध्यात्मिक तथा सात्त्विक विचारों द्वारा शुद्ध करके दिव्य शक्ति में परिणत कर लिया जाता है।

इस शोध-क्रिया में निग्रह नहीं रहता, यह तो सकारात्मक प्रक्रिया है। भौतिक शक्ति को आध्यात्मिक शक्ति में बदला जाता है जैसे उष्णता को प्रकाश तथा विद्युत् में। यदि प्रजनन शक्ति को वश में रख कर उसे परिशुद्ध किया जाये, तो यह शक्ति ओजस् शक्ति का रूप ले लेती है। इस ओजस् शक्ति को मस्तिष्क में सुरक्षित रखा जाता है। ध्यान, जप, पूजा, अर्चना तथा प्राणायाम द्वारा काम-वासना की शक्ति को ओजस् में परिवर्तित किया जा सकता है। जैसे बत्ती में तेल धीरे-धीरे ऊपर चढ़ता है और बत्ती को जलाये रखता है, वैसे ही योग-साधना द्वारा वीर्य तेजस् अथवा ओजस् शक्ति में परिणत हो सकता है। ओजस् शक्ति द्वारा आप चिरकाल तक ध्यानाभ्यास में लगे रह सकते हैं। यह शक्ति मस्तिष्क में संग्रहीत रहती है। यह ध्यानाभ्यास में सहायता प्रदान करती है। वृद्धावस्था में भी क्रियान्वित रहती है। इससे स्मरण शक्ति भी बढ़ जाती है। पुस्तक-लेखन आदि जैसे मानसिक क्रिया-कलाप सम्भव हो जाते हैं।

ऊर्ध्वरेता योगी का वीर्य मस्तिष्क की ओर जा कर ओजस् शक्ति में परिणत हो जाता है जिससे ध्यानाभ्यास सरल हो जाता है। वह वीर्य को ओजस् में केवल परिवर्तित ही नहीं करता अपितु मनसा, वाचा, कर्मणा पवित्रता तथा यौगिक शक्ति से अण्डकोषों में स्थूल वीर्य के निर्माण को भी रोक देता है। यह एक रहस्य है।

ऊर्ध्वरेता योगी का वीर्य निरन्तर बनता रहता है तथा उसके रक्त में मिलता जाता है, ऐसा मानना डॉक्टरों की भूल है। वे आन्तरिक योग के रहस्यों को नहीं समझ पाते हैं, इनसे अनभिज्ञ हैं। उनकी दृष्टि तथा बुद्धि जगत् के स्थूल रूप तक सीमित रहती है, किन्तु योगी की ज्ञान-दृष्टि सूक्ष्म तथा रहस्यमय तत्त्वों तक पहुँच जाती है। योगी वीर्य के सूक्ष्म तत्त्व को पूर्ण नियन्त्रण में रखता है तथा इसके निर्माण को ही रोक देता है।

एक सच्चे ऊर्ध्वरेता योगी के शरीर से कमल की गन्ध आती रहती है। इसके विपरीत जो ब्रह्मचारी नहीं है, जिसका वीर्य स्थूल रूप में रहता है, उसके शरीर से बकरे की गन्ध आती है।

यह अति कठिन है, किन्तु आध्यात्मिक पथ के जिज्ञासु के लिए अत्यावश्यक है । यह उन सबके लिए भी अत्यन्त आवश्यक है जो कर्मयोग, भक्तियोग, राजयोग अथवा वेदान्त मार्ग के पथिक हैं। कितना भी कष्ट क्यों न उठाना पड़े, ऊर्ध्वरेता होना आवश्यक है। जिस व्यक्ति में लिंग-भेद रह जाता है, वह तो करोड़ों जन्म लेने पर भी न तो वेदान्त को समझ पाता है, न ही ब्रह्म की प्राप्ति कर सकता है। सत्य का काम-वासना से कोई सम्बन्ध नहीं है।

भोगवादी मनुष्य

कई अज्ञानी यह कहते सुने गये हैं कि काम-वासना का विरोध ठीक नहीं है। हमें प्रकृति के विरुद्ध नहीं जाना चाहिए। भला भगवान् ने इन सुन्दर नारियों की रचना क्यों की? इस रचना में कोई सारतत्त्व तो है ही, अत: हमें सम्भोग करना ही चाहिए। कामेच्छा पर प्रतिबन्ध लगाने से रोग उत्पन्न होंगे। अत: हमें बच्चों की संख्या बढ़ाते ही रहनी चाहिए। यह तो अर्थ रहित तर्क है। ये लोग चार्वाकों तथा विरोचन के वंशज हैं। ये ही 'खाओ, पीओ, मौज उड़ाओ' के सिद्धान्त की पुष्टि करने वाले हैं। इनकी संख्या आजकल वृद्धि पर है। यह आसुरी सम्पत्ति के लोग हैं। क्या कहने इनके भोगवादी-दर्शन के? जब ये सन्तान, सम्पत्ति तथा पत्नी का खो देते हैं अथवा ये असाध्य रोगों से ग्रस्त होने लगते हैं तो ये कहने लगते हैं—''हे प्रभु, इस भयंकर रोग से मेरी रक्षा करो। मेरे पापों के लिए मुझे क्षमा करो। मैं महापापी हूँ।''

काम-निग्रह करना ही होगा। ऐसा करने से कोई भी रोग आक्रमण नहीं कर सकता। विषय-भोग से ही हानि है, पर विषय-त्याग से हानि कदापि सम्भव नहीं। इसके विपरीत शक्ति, बल तथा आयु में वृद्धि ही होती है। काम-वासना को त्यागने से आपको शक्ति, प्रसन्नता तथा शान्ति ही मिलेगी।

काम पर विजय प्राप्त करने के अनेक उपाय हैं। प्रकृति के विरुद्ध जाकर ही हम प्रकृति से परे आत्म-तत्त्व के ज्ञान की प्राप्ति कर पायेंगे। संसार की आसुरी शक्तियों के विरोध में जाकर ही आध्यात्मिक सफलता मिलेगी। मछली भी लहरों के विरोध में तैरती हैं। आसुरी शक्तियों से संघर्षों के बाद ही आत्म-साक्षात्कार सम्भव है। नित्य आत्मानन्द की प्राप्ति के लिए काम रूपी आसुरी शक्ति का नाश करना ही होगा।

(क्रमश:)

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

पवित्र मन, पवित्र चिन्तन

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

प्राण एवं मन

हठ-योगी यह मानते हैं कि प्राण-तत्त्व, मन से श्रेष्ठ है। वे कहते हैं कि निद्रावस्था में मन नहीं रहता है, परन्तु प्राण कार्यशील रहते हैं। राज-योगी एवं वेदान्ती यह मानते हैं कि मन, प्राण से श्रेष्ठ है क्योंकि जब मन, संकल्प के माध्यम से इच्छा करता है, तब प्राण कार्य करते हैं। प्राण में संकल्प शक्ति नहीं होती है। प्राण को मन के आदेश का पालन करना होता है। यही उचित दृष्टिकोण है।

बाह्य कर्ण, नेत्र आदि केवल उपकरण हैं, ये वास्तविक इन्द्रियाँ नहीं हैं। इन्द्रियों के वास्तविक केन्द्र मस्तिष्क में, अथवा अधिक उचित रूप में कहा जाये तो सूक्ष्म शरीर में होते हैं। यदि मस्तिष्क में स्थित सुनने अथवा देखने का केन्द्र उचित रूप में कार्य नहीं करता है, तो आप न सुन सकते हैं, न देख सकते हैं। स्वप्नावस्था में इन्द्रियों एवं इनके बाह्य उपकरणों यथा कर्ण-नेत्र आदि की अनुपस्थिति में, मन स्वयं ही समस्त इन्द्रियों का कार्य करता है। वास्तव में यह मन ही है जो देखता है, सुनता है, चखता है, अनुभव करता है। मन में ही समस्त इन्द्रियाँ समाहित रहती हैं। यह सिद्ध करता है कि वास्तविक इन्द्रियाँ भीतर हैं तथा नेत्रगोलक, जिह्वा, कर्ण, नासिका, हाथ, पैर आदि मात्र बाह्य उपकरण हैं। कुछ व्यक्ति मानते हैं कि स्वप्नावस्था में सूक्ष्म इन्द्रियाँ क्रियाशील होती हैं। इससे भी यही प्रमाणित होता है कि वास्तविक इन्द्रियाँ सूक्ष्म शरीर के भीतर होती हैं तथा नेत्र, कर्ण आदि केवल बाह्य उपकरण हैं।

मन संकल्प-विकल्प का कार्य करता है। उदाहरणतः "क्या मैं देहरादून जा सकता हूँ अथवा नहीं?" बुद्धि निर्णय लेती है, "मुझे जाना चाहिए।" अहंकार इसे अपनी स्वीकृति देता है। चित्त, जो संस्कारों का भण्डार-गृह है, देहरादून जाने के लिए आवश्यक तैयारी करता है तथा इन्द्रियों को आदेश देता है। इसके पश्चात्, इन्द्रियाँ कार्य करती हैं। पैर गतिशील होते हैं, नेत्र देखते हैं। जब आप देहरादून पहुँच जाते हैं, तो आपको उद्वेलित करने वाली देहरादून देखने की वह वृत्ति अथवा विचार-तरंग समाप्त हो जाती है, उसका लय हो जाता है तथा अपनी इस इच्छा की पूर्ति के पश्चात्, आपको अस्थायी शान्ति प्राप्त होती है।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

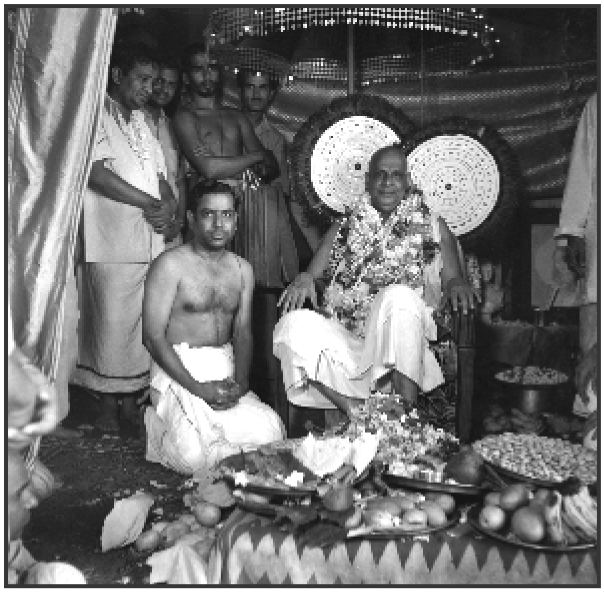
'Conquest of Mind' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

साधना प्रारम्भ में यन्त्रवत् होती है; परन्तु बाद में वह जीवन का अंग बन जाती है। प्रारम्भ में वह भार मालूम पड़ती है; परन्तु बाद में वह सुख, शक्ति, साहस एवं मुक्ति प्रदान करती है।

श्री स्वामी शिवानन्द

बाल जगत्

प्रिय अमृत पुत्रो!



ईश्वर तुमसे प्रेम करते हैं

ईश्वर तुमसे प्रेम करते हैं। वे तुम्हें अच्छे-अच्छे पदार्थ देते हैं, खाने को भोजन और पहनने को वस्त्र देते हैं। उन्होंने तुम्हें सुनने को कान दिये हैं, देखने को आँखें दी हैं, सूँघने को नाक दी है, स्वाद लेने को जीभ दी है, काम करने को हाथ और चलने को पैर दिये हैं।

तुम अपनी इन आँखों से ईश्वर को नहीं देख सकते; परन्तु वे तुम्हें देखते हैं। वे तुम्हारा ध्यान रखते हैं। तुम्हारे हर काम के बारे में वे जानते हैं।

वे तुम पर अपार कृपा रखते हैं। उनसे प्रेम करो। उनकी स्तुति करो। उनका नाम और उनकी महिमा गाओ। उनसे प्रार्थना करो कि वे तुम्हें सब पापों से बचायें। वे तुमसे प्रसन्न होंगे और तुम्हें आशीर्वाद देंगे।

सौन्दर्य ईश्वर है

गुलाब को देखो। वह कितना सुन्दर है! उसकी सुगन्धि कितनी अच्छी है! तुम उसे चाहते हो। उसे तोड़ते और सूँघते हो। क्या कोई वैज्ञानिक गुलाब बना सकता है? तुम कागज का बढ़िया गुलाब बना सकते हो, लेकिन उसमें वह सुगन्धि नहीं होगी।

गुलाब जल्दी ही मुरझा जाता है और उसका सौन्दर्य और सुगन्धि नष्ट हो जाते हैं। फिर तुम उसे फेंक देते हो। वह नश्वर है। उसका सौन्दर्य कुछ ही क्षणों का है।

उस सुन्दर फूल को किसने बनाया? उसके रचयिता ईश्वर हैं। वे सौन्दर्यों के सौन्दर्य हैं। उनमें

'Divine Life for Children' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

शाश्वत सौन्दर्य है। उनको प्राप्त करो। तुम्हारे अन्दर भी परम सौन्दर्य आयेगा। सौन्दर्य ईश्वर है। सर्वदा सही और गलत का, असली और नकली का भेद पहचानो।

श्री स्वामी शिवानन्द

संशयात्मा विनश्यति (संशयी व्यक्ति का नाश हो जाता है)

समुद्र के बीच, किनारे से काफी दूर, एक छोटे-से द्वीपाकार चट्टान पर दो व्यक्ति बैठे थे। गहरा अन्धकार छा रहा था। आकाश में काले-काले बादल जोर-जोर से गरज रहे थे, उनकी स्पर्धा करता हुआ सागर भी रौद्र रूप धारण करता जा रहा था। प्रचण्ड लहरें आकर जोर-जोर से उस चट्टान से टकरा रही थीं।

उस अन्धकार में विपदाग्रस्त उन व्यक्तियों के सामने सहसा थोड़ा-सा प्रकाश दिखायी देता है। एक मनुष्याकार आकृति ने सामने आ कर कहा—''मेरे पीछे-पीछे चले आओ, मैं तुम्हें उस पार ले जाऊँगा।''

समझदार व्यक्ति सहसा उठ कर उसके पीछे चलता है; किन्तु मूर्ख पूछता है, ''तुम कैसे उसे पार ले जाओगे?''

आगन्तुक—''मेरे पास एक नौका है?''

समझदार व्यक्ति—''मैं तुम्हारे साथ आने के लिए तैयार हूँ।''

मूर्ख बड़बड़ाता है—''मैं नहीं जाऊँगा। शायद इस नौका में छिद्र हो, या फिर वह डाकू या लुटेरा हो तो?''

समझदार व्यक्ति आगन्तुक के साथ नौका में बैठकर सुरक्षित रीति से किनारे पर पहुँच जाता है, जबकि उस संशयी मूर्ख को कुछ देर बाद भयंकर प्रचण्ड सागर अपने मुख में निगल लेता है।

संसार-सागर में बहते-बहते अनन्त पुण्य-संचय के पश्चात् यह दुर्लभ मानव-जन्म मिला है। अब तक तुम सुरक्षित किनारे पर नहीं पहुँचे हो। समय अति तेजी से भाग रहा है। जीवन का सूर्य ढल रहा है। आँखें प्रकाशहीन हो गयी हैं। ज्ञानचक्षुओं पर अभी भी निरीश्वरवाद और वैमनस्य के काले बादल छाये हुए हैं। संसार सागर में जीवन रूपी चट्टान पर व्यक्ति भ्रमित एवं प्रार्थनापूर्ण होकर खड़ा है।

भगवन्नाम-रूपी नौका को लेकर गुरुदेव आते हैं। वे कहते हैं—''मेरा अनुगमन करो, इस नौका में बैठो और आराम से उस पार पहुँचो।'' बुद्धिमान् मनुष्य आदेश का पालन करता है, किन्तु मूर्ख अनेक प्रकार के संशय करता है, अनुगामी नहीं बनता। वह गुरु की योग्यता-अयोग्यता को देखता है। उद्धार के आये हुए सुअवसर को हाथ से ऐसे ही जाने देता है और संसार-सागर में नि:सहाय बन कर अपनी ही मूर्खता से डूब जाता है।

श्री स्वामी शिवानन्द

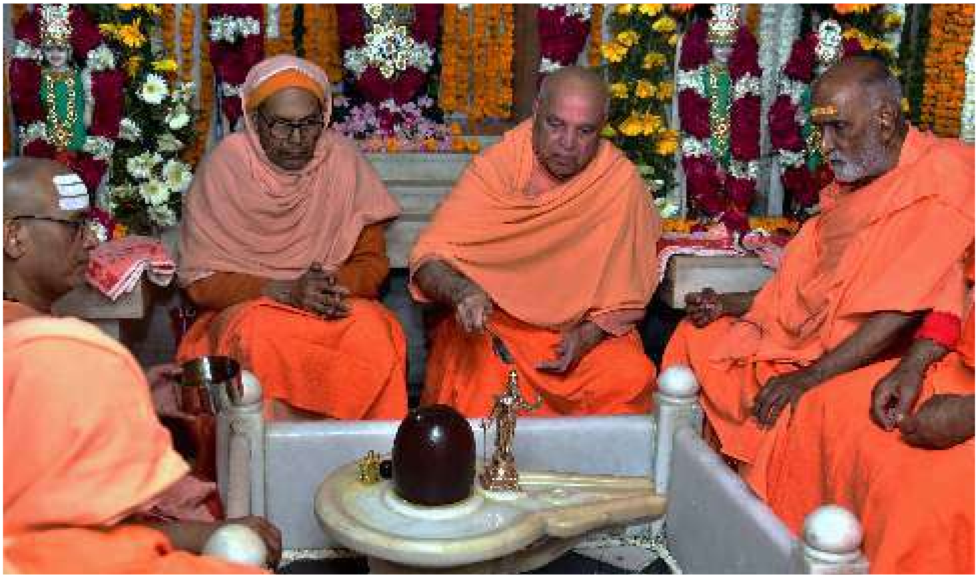
'Parables of Swami Sivananda' पुस्तक से उद्धृत कहानी का अनुवाद

मुख्यालय आश्रम में श्री रामनवमी महोत्सव

भगवान् श्री राम का नाम मधुरतम पदार्थों से भी अधिक मधुर है। यह समस्त शुद्धिकारक वस्तुओं का भी शुद्धिकारक है। यह सांसारिक इच्छाओं की अग्नि का शमन कर देता है तथा साधक को दिव्य आनन्द के सागर में स्नान कराता है। भगवान् राम और उनके नाम की जय हो।

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज

श्री रामनवमी का पावन दिवस मुख्यालय आश्रम में वसन्त नवरात्रि की नवमी तिथि अर्थात् २७ मार्च २०२६ को अत्यन्त श्रद्धा-भक्ति और हर्षोल्लास सहित मनाया गया।

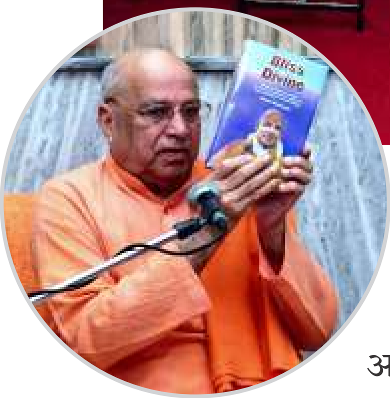


महोत्सव के मंगलाचरण के रूप में, १ से २० मार्च तक आश्रम के संन्यासियों, ब्रह्मचारियों और अतिथियों द्वारा, श्री दिव्य नाम मन्दिर में श्री वाल्मीकि रामायण का मूल पारायण किया गया। २२ से २५ मार्च तक नित्य एक घण्टे के लिए श्री विश्वनाथ मन्दिर परिसर में दिव्य मन्त्र, 'श्री राम जय राम जय जय राम' का संकीर्तन किया गया। २६ मार्च को इस पावन मन्त्र का प्रातः ७ बजे से सायं ६ बजे तक अखण्ड कीर्तन किया गया, जिससे सभी के हृदय रामनाम के दिव्यामृत से आप्लावित हो गये।

श्री रामनवमी के शुभ दिवस का कार्यक्रम प्रातः ५ बजे प्रार्थना और ध्यान सत्र तथा उसके बाद

प्रभात-फेरी के साथ प्रारम्भ हुआ। विश्व शान्ति के लिए आश्रम यज्ञशाला में विशेष यज्ञ भी किया गया। प्रातः ९ बजे से मध्याह्न १२ बजे तक अत्यन्त भव्य रूप में सजाये गये श्री विश्वनाथ मन्दिर में वैदिक मन्त्रोच्चारण और आत्मोत्थापक भजन-कीर्तन के साथ भगवान्

श्री राम को महापूजा समर्पित की गयी, जिसमें उपस्थित प्रत्येक भक्त को व्यक्तिगत रूप से भगवान् का अभिषेक एवं अर्चना करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। तदुपरान्त, परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्दजी महाराज द्वारा श्री वाल्मीकि रामायण में से और परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज द्वारा श्री रामचरितमानस में से अवतार सर्ग का सुमधुर पारायण किया गया। आरती और पावन प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।



रात्रि सत्संग में, श्री स्वामी पूर्णबोधानन्दजी महाराज ने भगवान् श्री राम और उनके महान् भक्त, श्री हनुमान के परस्पर अति सुन्दर सम्बन्ध का वर्णन करते हुए संक्षिप्त प्रवचन दिया। इस पावन अवसर के उपलक्ष्य में सद्गुरुदेव की चार पुस्तकों का विमोचन भी किया गया। आरती और पावन प्रसाद वितरण के साथ सत्संग समाप्त हुआ।

भगवान् श्री राम और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की अपार कृपा सभी पर हो।

१०५ वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन समारोह

मुख्यालय आश्रम में १ मार्च २०२६ को १०५ वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन कार्यक्रम वाईवीएफ़ए हॉल में आयोजित किया गया। भारत के विभिन्न भागों से कुल ३४ साधक–शिक्षार्थी इस कोर्स में सम्मिलित होकर दिव्य ज्ञान अर्जित करने की आकांक्षा से सद्गुरुदेव के पावन धाम में आये।

उद्घाटन कार्यक्रम का शुभारम्भ माँ दुर्गा और भगवान् दत्तात्रेय के पावन मन्दिरों में पूजा से किया गया। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं और अकादमी के रजिस्ट्रार ब्रह्मचारी गोपीजी के स्वागत सन्देश के उपरान्त, डिवाइन लाइफ़ सोसायटी मुख्यालय के परमाध्यक्ष, परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज ने कोर्स के शुभारम्भ के प्रतीक के रूप में पावन दीप प्रज्वलित किया। तदुपरान्त श्री गोपीजी ने सभी उपस्थित जनों को विद्यार्थियों का परिचय दिया।

अपने उद्घाटन सम्बोधन में पूज्य स्वामीजी महाराज ने सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज से प्रार्थना की कि वे विद्यार्थियों को कोर्स सफलतापूर्वक पूर्ण करने के लिए अपने आशीर्वाद प्रदान करें। स्वामीजी महाराज ने विद्यार्थियों को कोर्स के दैनिक कार्यक्रम का अत्यन्त निष्ठापूर्वक पालन करते हुए इस पावन आश्रम में अपने द्विमासीय आवास–काल का भली भाँति सदुपयोग करने का उपदेश दिया। माँ सरस्वती की पूजा और पावन प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की दिव्य कृपा सब पर हो।

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:

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 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

काकचिंग (मणिपुर): दैनिक पूजा, सोमवार को शिवाभिषेक और गुरुवार को गुरु पादुका पूजा यथावत् चलते रहे। १६ फरवरी को महाशिवरात्रि पूजा, भजन और कीर्तन सहित मनायी गयी। २८ तारीख को मनाओ सेवाश्रम का ४९वाँ स्थापना दिवस मनाया गया जिसमें मणिपुर राज्य की सभी डी.एल.एस. शाखाओं ने भाग लिया। कार्यक्रम में प्रवचन, भजन और कीर्तन सम्मिलित थे।

कानपुर (उत्तर प्रदेश): १५ फरवरी को महाशिवरात्रि अभिषेक, श्रीमद्भगवद्गीता, श्री रामचरितमानस, श्री हनुमान चालीसा और श्री विष्णुसहस्रनाम के पाठ, भजन और संकीर्तन सहित मनायी गयी। श्रीमद्भगवद्गीता पाठ और स्वाध्याय सहित दैनिक सत्संग पूर्ववत् चलते रहे ।

चन्द्रशेखरपुर–भुवनेश्वर (ओडिशा): दैनिक सत्संग, तथा प्रत्येक रविवार को पादुका पूजा और श्रीमद्भगवद्गीता पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग पूर्ववत् चलते रहे। इसके अतिरिक्त, श्रीमद्भगवद्गीता पाठ सहित चार चल–सत्संग आयोजित किये गये। ८ फरवरी को 'शिवानन्द दिवस' पादुका पूजा, भजन, 'ॐ नमो भगवते शिवानन्दाय' और महामृत्युञ्जय मन्त्र जप सहित मनाया गया। १५ तारीख को महाशिवरात्रि पञ्चाक्षरी मन्त्र के संकीर्तन सहित मनायी गयी। २१ तारीख को प्रार्थना सहित विशेष सत्संग आयोजित किया गया ।

चाँदपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, 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। इसके अतिरिक्त ७, १०, १३ और १७ फरवरी को श्री हनुमान चालीसा का पारायण किया गया। १५ तारीख को महाशिवरात्रि अभिषेक, शिव पुराण के स्वाध्याय और पञ्चाक्षरी मन्त्र के संकीर्तन सहित मनायी गयी।

चण्डीगढ़ (पंजाब): दैनिक ऑनलाइन सत्संग पूर्ववत् चलते रहे जिसमें गुरुदेव की पुस्तक 'भक्ति योग' और पूज्य स्वामी रामसुखदासजी महाराज की पुस्तक 'सहज साधना सिन्धु' से स्वाध्याय किया गया। प्रत्येक रविवार को श्रीमद्भगवद्गीता पाठ, स्वाध्याय, भजन, कीर्तन और नारायण सेवा सहित साप्ताहिक सत्संग किया गया। ५ फरवरी को पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्दजी महाराज का पुण्यतिथि आराधना दिवस मनाया गया तथा १५ फरवरी को महाशिवरात्रि मनायी गयी। १४ से १८ फरवरी तक विशेष सत्संग आयोजित किये गये जिसमें डी.एल.एस. मुख्यालय, ऋषिकेश के श्री स्वामी पूर्णबोधानन्दजी ने प्रवचन दिये ।

जमशेदपुर (झारखण्ड): शाखा द्वारा प्रत्येक शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि रुद्राभिषेक सहित मनायी गयी।

दुर्ग (छत्तीसगढ़): प्रत्येक शनिवार को प्रार्थना, भजन, श्री हनुमान चालीसा पाठ एवं महामृत्युञ्जय मन्त्र जप सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि श्री सुन्दरकाण्ड पाठ सहित मनायी गयी।

पंचकुला (हरियाणा): शाखा द्वारा ८ फरवरी को 'सिविल हॉस्पिटल' में नारायण सेवा की गयी। प्रत्येक रविवार को प्रार्थना, श्रीमद्भगवद्गीता के स्वाध्याय, भजन और श्री हनुमान चालीसा के पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग किया गया। २४ तारीख को गौशाला में गायों को हरा चारा खिलाया 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। १३ फरवरी को हनुमान चालीसा यज्ञ आयोजित किया गया। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि रुद्राभिषेक, भजन, कीर्तन और दीपोत्सव 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। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि रुद्राभिषेक सहित मनायी गयी। शाखा द्वारा २५ तारीख को फाग-उत्सव भी मनाया गया।

भीमकाण्ड (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पादुका पूजा और प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग किये गये। ४ से ११ फरवरी तक श्रीमद्भागवत सप्ताह का आयोजन किया गया। २२ तारीख को 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। ४ फरवरी को चल-सत्संग तथा ६ से ८ फरवरी तक अष्टप्रहरी नाम-यज्ञ आयोजित किया गया। १५ तारीख को महाशिवरात्रि 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र के कीर्तन, अभिषेक और अर्चना सहित मनायी गयी। २२ तारीख को गीता यज्ञ आयोजित किया गया । २४ तारीख को चिदानन्द दिवस 'श्री राम जय राम जय जय राम' मन्त्र और महामन्त्र कीर्तन तथा श्रीमद्भागवत के स्वाध्याय और हरिहाट सहित मनाया गया। २७ फरवरी को डी.एल.एस. मुख्यालय, ऋषिकेश के महासचिव श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज और श्री स्वामी सदाशिवानन्दजी की उपस्थिति में विशेष सत्संग आयोजित किया गया।

मल्कानगिरी (ओडिशा): जनवरी माह में दैनिक श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ, प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक

सत्संग, माह की ८ तारीख को पादुका पूजा तथा संक्रान्ति के दिन श्री सुन्दरकाण्ड पाठ कार्यक्रम यथावत् चलते रहे।

राउरकेला (ओडिशा): दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक गुरुवार तथा रविवार को पादुका पूजा, भजन-कीर्तन और श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण सहित साप्ताहिक सत्संग यथावत् चलते रहे। जरूतमन्द लोगों को निःशुल्क एक्यूप्रेशर चिकित्सा एवं औषधियाँ पूर्ववत् दी जाती रहीं। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि पादुका पूजा, अभिषेक और शिवसहस्रनाम पाठ सहित मनायी गयी।

लांजीपल्ली महिला शाखा, ब्रह्मपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग, गुरुवार को पादुका पूजा और चल-सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। एकादशी को श्रीमद्भगवद्गीता एवं श्रीमद्भागवत का पाठ तथा संक्रान्ति के दिन नारायण सेवा एवं श्री हनुमानचालीसा और श्री सुन्दरकाण्ड का पाठ किया गया। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि अभिषेक और पञ्चाक्षरी मन्त्र के कीर्तन सहित मनायी गयी। शीत ऋतु के दौरान जरूरतमन्द लोगों में कपड़े वितरित किये गये।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): ८ और २२ फरवरी को लेखराज होम्स में प्रार्थना, भजन, कीर्तन और मन्त्र जप सहित विशेष सत्संग किये गये। इसके अतिरिक्त, स्वामी देवभक्तानन्दजी के शीघ्र स्वास्थ्य-लाभ और सर्वकल्याण हेतु महामृत्युञ्जय मन्त्र का जप किया गया।

वसन्त विहार, नई दिल्ली: फरवरी माह में प्रत्येक रविवार को श्री रामचरितमानस और गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की पुस्तक के स्वाध्याय, श्रीमद्भगवद्गीता पाठ तथा विश्व शान्ति हेतु प्रार्थना सहित साप्ताहिक सत्संग किये गये।

विशाखापत्तनम् (आन्ध्र प्रदेश): दैनिक पूजा, अभिषेक और योग क क्षाएँ, शास्त्रीय संगीत एवं नृत्य कक्षाएँ, प्रत्येक सोमवार को जप, संकीर्तन, श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा गुरुदेव के जीवन एवं शिक्षाओं पर प्रवचन सहित साप्ताहिक सत्संग, शुक्रवार को श्री ललितासहस्रनाम पारायण, अभिषेक, अर्चना एवं नारायण सेवा तथा रविवार को श्रीमद्भगवद्गीता कक्षाएँ आदि कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे। माह के दूसरे और चौथे शनिवार को निःशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। पूर्णिमा के दिन सत्यनारायण व्रत और हवन, शुद्ध त्रयोदशी के दिन गायत्री हवन और बहुला त्रयोदशी के दिन महामृत्युञ्जय हवन किया गया। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि रुद्राभिषेक, मन्त्र जप, नाम संकीर्तन और कोलाट्टम सहित मनायी गयी। २१ तारीख को रामायण पर प्रवचन सहित विशेष सत्संग आयोजित किया गया। माघ मास के दौरान भानु सप्तमी पूजा की गयी।

विशाख ग्रामीण शाखा (आन्ध्र प्रदेश): दैनिक पूजा और प्रत्येक सोमवार को अभिषेक पूर्ववत् चलते रहे। १ फरवरी को मासिक सत्संग तथा १४ को अखण्ड नाम संकीर्तन आयोजित किया गया। १५ तारीख को महाशिवरात्रि महान्यास पूर्वक अभिषेक सहित मनायी गयी। १, १९ और २६ फरवरी को श्री स्वामी

विष्णुदेवानन्दजी ने आसपास के गाँवों के विभिन्न आध्यात्मिक केन्द्रों में सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की शिक्षाओं पर प्रवचन दिये।

स्टील टाउनशिप–राउरकेला (ओडिशा): दैनिक योग कक्षाएँ, प्रत्येक सोमवार को निःशुल्क संगीत कक्षाएँ; गुरुवार को गुरु पादुका पूजा, तथा शनिवार को स्वाध्याय आदि कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। इसके अतिरिक्त माह में छः चल–सत्संग किये गये। ४ से ९ फरवरी तक श्रीमद्भगवद्गीता पर प्रवचन आयोजित किये गये ।

साउथ बलंडा (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग तथा माह की ८ एवं २४ तारीख को गुरु पादुका पूजा नियमित रूप से चलते रहे। प्रत्येकएकादशी को श्रीमद्भगवद्गीता, श्री विष्णुसहस्रनाम और श्री हनुमानचालीसा का पाठ किया गया। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र के कीर्तन सहित मनायी गयी। २४ तारीख को विश्वशान्ति और विश्व–बन्धुत्व के लिए अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया।

सुनाबेड़ा (ओडिशा): प्रत्येक बुधवार और शनिवार को मातृ सत्संग तथा गुरुवार और रविवार को पादुका पूजा, भजन, कीर्तन और स्वाध्याय सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित किये गये। १५ फरवरी को महाशिवरात्रि मनायी गयी।

सुनाबेडा महिला शाखा (ओडिशा): दैनिक पूजा, महामन्त्र कीर्तन, मंगलवार को नारायण सेवा और रविवार को बालविकास सत्संग पूर्ववत् चलते रहे। एकादशी के दिन श्रीमद्भगवद्गीता और संक्रान्ति के दिन श्री सुन्दरकाण्ड का पाठ किया गया। डी.एल.एस. मुख्यालय ऋषिकेश के महासचिव श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज की यात्रा के दौरान तीन दिवसीय आध्यात्मिक कार्यक्रम आयोजित किया गया ।

श्री कृष्ण मन्दिर–जैकबपुरा–गुरुग्राम (हरियाणा): ५ फरवरी को पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्दजी महाराज का पुण्यतिथि आराधना दिवस पादुका पूजा, श्री सुन्दरकाण्ड पाठ और भजन सहित मनाया गया। १५ तारीख को महाशिवरात्रि 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र के कीर्तन और अभिषेक सहित मनायी गयी। २२ तारीख को मासिक भण्डारा आयोजित किया गया। २४ तारीख को डी.एल.एस. मुख्यालय, ऋषिकेश के श्री स्वामी पूर्णबोधानन्दजी की उपस्थिति में महिला मण्डली द्वारा ५०वाँ सुन्दरकाण्ड पारायण किया गया । शाखा द्वारा २५ फरवरी को गुरुग्राम के बंधवाड़ी गाँव में स्थित अर्थ सेवियर्स फाउण्डेशन में मानसिक रूप से रुग्ण वरिष्ठ नागरिकों की सेवा की गयी और विशेष सत्संग भी आयोजित किया गया।

विदेशी शाखा

मलेशिया: शाखा द्वारा १ फरवरी को थाईपुसम पर्व कावड़ी और पालकुडम यात्रा सहित मनाया गया। १५ तारीख को महाशिवरात्रि अभिषेक, हवन, भजन, पञ्चाक्षरी मन्त्र के कीर्तन और 'महाशिवरात्रि का महत्त्व' विषय पर प्रवचन सहित 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	८५/-
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	८०/-
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	१४५/-
ज्योति-पथ की ओर	१४५/-
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/-
महान् जीवन की पथ प्रदर्शिका	८०/-

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/-
A Boon to Diabetics.......... 70/-
Bazaar Drugs..........U.P.
Beauties of Ramayana..........155/-
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.)..........470/-
” ” (P.B.)..........U.P.
Bhagavad Gita (Translation only)..........65/-
Bhakti and Sankirtan..........150/-
Bliss Divine..........445/-
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..........U.P.
Daily Readings..........115/-
Dhyana Yoga..........155/-
Dialogues from the Upanishads..........120/-
Divine life for Children..........110/-
Divine Life (A Drama)..........45/-
Divine Nectar..........230/-
Easy Path to God-Realisation..........75/-
Easy Steps to Yoga..........115/-
Elixir Divine..........45/-
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..........205/-
Ethics of Bhagavad Gita..........155/-
Ethical Teachings.......... U.P.
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..........160/-
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..........30/-
Inspiring Songs & Kirtans..........130/-
Japa Yoga..........135/-
Jivanmukta Gita..........75/-
Jnana Yoga..........175/-
Karmas and Diseases..........25/-
Kathopanishad..........80/-
Kenopanishad..........65/-
Kingly Science and Kingly Secret..........205/-
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..........210/-
Meditation on Om..........80/-
Moral and Spiritual Regeneration..........75/-
Mother Ganga..........70/-
Moksha Gita.......... U.P.
Mandukya Upanishad..........45/-
Music as Yoga.......... U.P.
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 190/-
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...............U.P.
Spiritual Stories 150/-
Spiritual Treasure 55/-
Tantra Yoga, Nada Yoga and Kriya Yoga .... U.P.
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/-
Taittiriya Upanishad 120/-
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 155/-
Waves of Ganga 155/-
Wisdom in Humour ....U.P.
Wisdom Sparks...145/-
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 100/-
Yoga Vedanta Dictionary 70/-
Yoga Question & Answers 95/-
Yoga Vedanta Sutras .... U.P.

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 130/-
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 95/-
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 40/-
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.................45/-
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 55/-
The All-Embracing Heart 100/-
Twenty Important Spiritual Instructions 145/-
Verses Addressed to the Mind 210/-
Walk in This Light 140/-
Worshipful Homage 500/-

By Swami Krishnananda

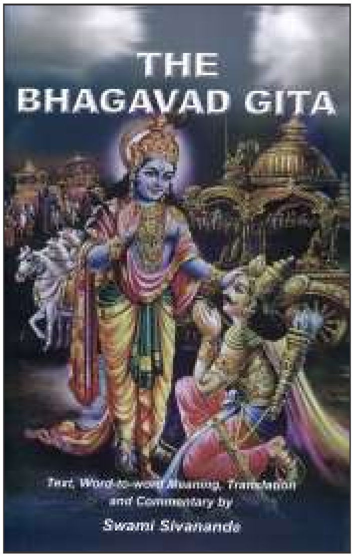
A Brief Outline of Sadhana 60/-
Ascent of the Spirit 180/-
A Textbook of Yoga 225/-
Chhandogya Upanishad............................... U.P.
Commentary on the Bhagavadgita 490/-
Commentary on the Kathopanishad 145/-
Commentary on the Mundaka Upanishad 95/-
Commentary on the Panchadasi (Vol - II) .........U.P.
Epic of Consciousness 20/-
Essays in Life and Eternity .............................U.P.
Essays on the Upanishad 70/-
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/-
Religious Consciousness 55/-
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 70/-
Sivananda Integral Yoga 70/-
The Holy Stream 185/-
This Monk from India 125/-
Trust God 215/-
Yoga Divine..75/-
Yoga Sutras of Patanjali 70/-
Sivananda Stotrapushpanjali...........................60/-
Sivananda: Biography of A Modern Sage.........380/-
Wisdom Teachings 260/-

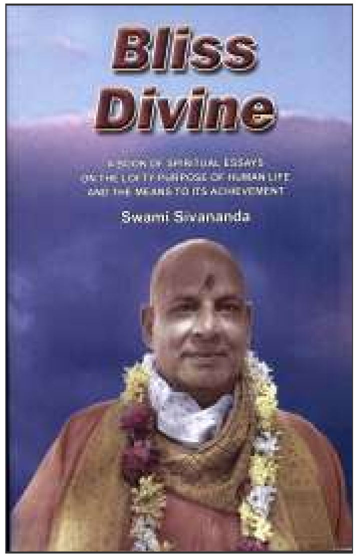
For Direct Orders: The Divine Life Society, Shivanandanagar—249 192, Uttarakhand, India.
For online orders and Catalogue visit: dlsbooks.org

NEW EDITION



THE BHAGAVAD GITA

Pages: 632 **Price: 470/-**

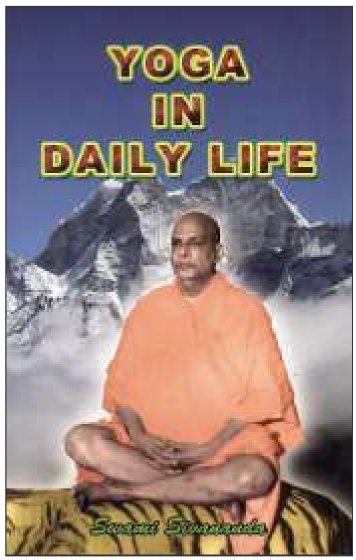


BLISS DIVINE

Pages: 592 **Price: 445/-**

BEAUTIES OF RAMAYANA

Pages: 280 **Price: 155/-**



YOGA IN DAILY LIFE

Pages: 168 **Price: 100/-**

(आवरणपृष्ठ २ का शेष)

१७	शनि	सरस्वती आवाहन
१८	रवि	श्री दुर्गा अष्टमी
१९	सोम	श्री महानवमी; श्री नवरात्रि पूजा समापन
२०	मङ्गल	विजयादशमी
२२	बृहस्पति	एकादशी
२३	शुक्र	प्रदोष पूजा
२५	रवि	पूर्णिमा
२६	सोम	पूर्णिमा; महर्षि वाल्मीकि जयन्ती

नवम्बर

२	सोम	श्री राधा जयन्ती
५	बृहस्पति	एकादशी
६	शुक्र	प्रदोष पूजा
७	शनि	नरक चतुर्दशी
८	रवि	अमावास्या, दीपावली; श्री लक्ष्मी पूजा
९	सोम	सोमवती अमावास्या, गोवर्धन पूजा; श्री गौ पूजा; श्री बलि पूजा
१५	रवि	स्कन्द षष्ठी
१७	मङ्गल	गोपाष्टमी; परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज का पच्चीसवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
२०	शुक्र	एकादशी
२२	रवि	प्रदोष पूजा
२३	सोम	वैकुण्ठ चतुर्दशी
२४	मङ्गल	कार्तिक पूर्णिमा; श्री गुरु नानक जयन्ती

दिसम्बर

२	बुध	परम पूज्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्दजी महाराज का चौवालीसवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
३	बृहस्पति	शिवानन्द आश्रम में चल रहे अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन यज्ञ की तिरासीवीं वर्षगाँठ
४	शुक्र	एकादशी
६	रवि	प्रदोष पूजा
८	मङ्गल	अमावास्या
२०	रवि	श्री गीता जयन्ती; एकादशी
२१	सोम	प्रदोष पूजा
२३	बुध	पूर्णिमा; श्री दत्तात्रेय जयन्ती
२४	बृहस्पति	पूर्णिमा
३१	बृहस्पति	श्री विश्वनाथ मन्दिर, शिवानन्द आश्रम के प्रतिष्ठा महोत्सव की तिरासीवीं वर्षगाँठ

२०२७

जनवरी

३	रवि	एकादशी
५	मङ्गल	प्रदोष पूजा
७	बृहस्पति	परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्दजी महाराज का सताईसवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस; अमावास्या
१५	शुक्र	मकर संक्रान्ति (उत्तरायण पुण्यकाल प्रातः ०३.५३)
१८	सोम	एकादशी
२०	बुध	प्रदोष पूजा
२२	शुक्र	पूर्णिमा
२६	मङ्गल	गणतन्त्र दिवस

फरवरी

२	मङ्गल	एकादशी
३	बुध	प्रदोष पूजा
४	बृहस्पति	परम पूज्य श्री स्वामी दयानन्दजी महाराज का पच्चीसवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
५	शुक्र	परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्दजी महाराज का तेईसवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
६	शनि	मौनी अमावास्या
११	बृहस्पति	वसन्त पंचमी
१३	शनि	रथ सप्तमी
१४	रवि	भीष्म अष्टमी
१७	बुध	एकादशी
१८	बृहस्पति	प्रदोष पूजा
२०	शनि	पूर्णिमा

मार्च

३	बुध	एकादशी
३	बुध	परम पूज्य श्री स्वामी माधवानन्दजी महाराज का बाईसवाँ पुण्य-तिथि आराधना दिवस
५	शुक्र	प्रदोष पूजा
६	शनि	श्री महाशिवरात्रि
८	सोम	सोमवती अमावास्या
१८	बृहस्पति	एकादशी
२०	शनि	प्रदोष पूजा
२२	सोम	पूर्णिमा, होली, श्री चैतन्य महाप्रभु जयन्ती

अप्रैल

२	शुक्र	एकादशी
४	रवि	प्रदोष पूजा
६	मङ्गल	अमावास्या

नोट : जहाँ दो अँग्रेजी दिनांकों के साथ किसी तिथि/पर्व का उल्लेख हो, वहाँ यह समझना चाहिए कि उस तिथि/पर्व की अवधि प्रथम अँग्रेजी दिनांक की सन्ध्या से प्रारम्भ हो कर द्वितीय अँग्रेजी दिनांक के प्रातःकाल में समाप्त होगी।

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/1999

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

अप्रैल २०२६

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

विष्णुदास एक पहुँचे हुए सन्त हैं। वे चित्रकूट से दो मील दूर जंगल में रहते हैं। वे ऐसी जगह सोते हैं, जहाँ साँप बहुत हैं। उनमें बच्चों जैसा भोलापन है। यह भक्त का एक प्रमुख लक्षण है।

एक लुहार लोहे को गरम करता है, हथौड़े से ठोक-पीट कर काम के योग्य औजार बनाता है; इसी प्रकार भगवान् भी अपनी लीला के लिए उपयुक्त उपकरण बनाने की दृष्टि से जीवों को कई प्रकार की परीक्षाओं में डालते हैं, विभिन्न अनुभव दिलाते हैं।

कुन्ती कहती है—''हे भगवान्, हे जगद्गुरु, हम पर बार-बार विपत्तियाँ आती रहें; क्योंकि ऐसे समय ही हम आपकी उपस्थिति का अनुभव कर सकेंगे और अमरत्व तथा सुख पा सकेंगे।''

ईश्वरेच्छा पर अटूट श्रद्धा रखिए। दुःख और सुख में, हर्ष और शोक में, समृद्धि और निर्धनता में, जन्म और मृत्यु में भगवान् का हाथ देखिए। उत्साहपूर्ण हृदय और शिर के ऊपर भगवान् के वरद-हस्त की जागरूकता के साथ काम कीजिए। आपका जीवन सफल होगा और आप भगवद्-साक्षात्कार करेंगे।

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