₹१००/- वार्षिक

दिव्य जीवन

जीवन के संघर्षमय पथ में उत्थान-पतन आते हैं, कभी हँसना पड़ता है, कभी रोना पड़ता है। इनसे आप उद्विग्न मत होइए। यह सोचिए कि परमात्मा अपनी कसौटी पर कस कर आपको अपने रूप के साँचे में ढालना चाहता है। —**स्वामी शिवानन्द**

मार्च २०१७

विश्व-प्रार्थना

हे स्नेह और करुणा के आराध्य देव!
तुम्हें नमस्कार है, नमस्कार है।
तुम सर्वव्यापक, सर्वशक्तिमान् और सर्वज्ञ हो।
तुम सच्चिदानन्दघन हो।
तुम सबके अन्तर्वासी हो।

हमें उदारता, समदर्शिता और मन का समत्व प्रदान करो।
श्रद्धा, भक्ति और प्रज्ञा से कृतार्थ करो।
हमें आध्यात्मिक अन्तःशक्ति का वर दो,
जिससे हम वासनाओं का दमन कर मनोजय को प्राप्त हों।
हम अहंकार, काम, लोभ, घृणा, क्रोध और द्वेष से रहित हों।
हमारा हृदय दिव्य गुणों से परिपूरित करो।

हम सब नाम-रूपों में तुम्हारा दर्शन करें।
तुम्हारी अर्चना के ही रूप में इन नाम-रूपों की सेवा करें।
सदा तुम्हारा ही स्मरण करें।
सदा तुम्हारी ही महिमा का गान करें।
तुम्हारा ही कलिकल्मषहारी नाम हमारे अधर-पुट पर हो।
सदा हम तुममें ही निवास करें।

—स्वामी शिवानन्द

सेवा करें, प्रेम करें, दान दें

ओछे तथा सम्मान-प्राप्त कार्यों में विभेद न लायें। यदि कोई आदमी अपने शरीर के किसी हिस्से में तीव्र वेदना का अनुभव कर रहा हो, तो उसके उस पीड़ित भाग को धीरे-धीरे दबाइए। ऐसा अनुभव कीजिए कि आप रोगी के शरीर में भगवान् की सेवा कर रहे हैं। अपने इष्ट-मन्त्र का भी जप कीजिए। यदि आप सड़क के किनारे किसी मनुष्य अथवा किसी जानवर के शरीर से रुधिर प्रवाहित होते देखें, तो अपनी कमीज के ऊपरी हिस्से में से कुछ कपड़ा फाड़ कर उसके घाव पर पट्टी बाँधिए। रेलवे-स्टेशन पर गरीब कुलियों के साथ किसी भी प्रकार का झगड़ा आदि न कीजिए। उदार तथा दानशील बनिए। सदा अपनी जेब में कुछ पैसे रखिए तथा उनकों गरीबों और असहायों में बाँट दीजिए।

हृदय के शुद्ध होने पर मन स्वतः ही ईश्वर की ओर लग जायेगा। शुद्ध प्रेम, आत्मार्पण तथा उपासना के द्वारा अन्ततः यह ईश्वर में ही विलीन हो जाता है।

—स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन

Vol. XXVII	मार्च २०१७	No. 12

उपनिषद्–सुधा बिन्दु

मनसैवेदमाप्तव्यं नेह नानाऽस्ति किंचन।
मृत्योः स मृत्युं गच्छति य इह नानेव पश्यति।।

(कठोपनिषद् : २/१/११)

मन के द्वारा ही इस तत्त्व (ब्रह्म) की प्राप्ति हो सकती है, इस तत्त्व में नानात्व नहीं है। जो इसमें नानात्व देखता है, वह मृत्यु से मृत्यु को (अर्थात् जन्म–मरण) को प्राप्त होता है।

पूर्व-अंक से आगे :

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलिः

(श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती)

भवाम्भोधौ मग्नं मनुजगणमुद्धर्तुमखिलम्
दिवारात्रं कर्मप्रकरमिह कुर्वाणमतुलम्
निवाताब्जस्थेमे हृदि गिरिशमालोक्य मुदितम्
शिवानन्दं दिव्यं प्रणमत जगद्वासिजनताः।।६७।।

६७. भवसागर में निमग्न जनों के उद्धार हेतु जो अहर्निश कार्यरत हैं तथा वायुरहित स्थान में रखे कमल पुष्प सम स्थिर अपने हृदय में भगवान् शिव के दर्शन से जो नित्य प्रफुल्लित हैं, उन महान् सन्त श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के चरणकमलों में विश्व के समस्त मनुष्य श्रद्धापूर्वक प्रणाम करें।

सकलगुणनिधानं सज्जनैस्सेव्यमानं
सरसमधुरशीलं सर्वभूतानुकूलम्
सवितृसदृशभासं जाह्नवीतीरवासं
भविकसुकृतरूपं श्रीशिवानन्दमीडे।।६८।।

६८. मैं श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की वन्दना करता हूँ जो समस्त सद्गुणों के भण्डार हैं, सज्जनवृन्द जिनकी प्रेमपूर्वक सेवा करते हैं, जिनका स्वभाव अत्यन्त मधुर एवं सुन्दर है, जो सभी प्राणियों के प्रति समभाव रखते हैं, सूर्य के समान देदीप्यमान हैं, गंगा नदी के तट पर स्थित एक कुटीर में निवास करते हैं तथा जो समृद्धि एवं सदाचार के मूर्तिमन्त रूप हैं।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : सुश्री नीलमणि)

होली का पावन सन्देश*

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

प्राचीन काल में भारत में नरभक्षी अथवा स्वजाति-भक्षी समुदाय हुआ करते थे जो अत्यन्त विनाश करते थे। उन्होंने बहुतों को भयभीत करके रखा हुआ था। ऐसे आतंक फैलाने वालों में होलिका और पूतना थीं जो नन्हें शिशुओं का भक्षण करके अत्यधिक प्रसन्न होती थीं। भगवान् ने इनका संहार करके बालकों की रक्षा की थी। आज तक भी लोग इस दिन होलिका के पुतले को जलाते हैं। दक्षिण भारत में कामदेव की मिट्टी की मूर्ति बना कर, इस दिन अग्नि में जलाते हैं। होली के त्योहार के मूल में यह कथाएँ हैं।

होली का त्योहार बहार अथवा वसन्त ऋतु में आता है। यह आनन्दित होने का, खुशियाँ मनाने का दिन है। सभी पेड़-पौधे सुगन्धित फूलों से लदे होते हैं। मानो सभी भगवान् की महिमा का, उनकी अनश्वर सुन्दरता का प्रदर्शन करते हुए सबको आशा, सुख, नव-जीवन का सन्देश देते हैं और सबको अपने उस रचयिता एवं अन्तर्वासी को खोज लेने की प्रेरणा देते हैं जो इन समस्त रूपों के बीच छुपा हुआ है। (उस वर्ष यह उत्सव २१ मार्च १९४३ को था।)

दक्षिण भारत में होली को 'काम दहन' के नाम से जानते हैं। इस दिन भगवान् शिव ने कामदेव को भस्म किया था।

उत्तर भारत में लोग इस दिन रंगदार पानी से खेलते हैं। चाचा अपने भतीजों पर रंगीला पानी गिराता है, भतीजी अपनी चाची के चेहरे पर रंग पोत देती है और गीले रंगों से कपड़े भिगो देती है। भाई अपनी बहनों के साथ परस्पर रंग फेंक कर खेलते हैं।

रात्रि में लकड़ियाँ एकत्रित करके ऊँचा ढेर लगा कर अग्नि प्रज्वलित करते हैं और उसके चारों तरफ खड़े हो कर 'होली हो, होली हो, होली हो' कहते हुए ऊँचे स्वर में आवाजें निकालते हैं। लोग मोहल्लों में खड़े हो कर प्रत्येक आने-जाने वाले पर गीला रंग डाल देते हैं भले ही वह धनी हो अथवा बड़ा अफसर हो। इस दिन कोई किसी की परवाह नहीं करता। यह अँगरेजों के 'अप्रैल फूल' के समान है। लोग होली के गीत विशेष रूप से बना कर गाते हैं।

इस दिन लोग अपने घर स्वच्छ करते हैं, घर में से और आस-पास से सभी व्यर्थ का सामान और कचरा इकट्ठा करके उसे जला देते हैं जिससे कि कीटाणु पैदा होने से बचाया जा सके। इस प्रकार उस स्थान की स्थिति में सुधार हो जाता है। किन्तु आज कल लोग होली जैसे त्योहारों की ओट में बहुत से अनुचित कार्यों में भी लग जाते हैं जैसे कुछ लोग ताड़ी, मदिरा आदि मादक पदार्थों का सेवन करते हैं और फिर बुजुर्गों तथा गुरुओं का सम्मान करना भी भूल जाते हैं। वह मद्यपान और द्यूतक्रीड़ा में धन गँवा बैठते हैं। ऐसे कुकर्मों से पूर्णतया दूर रहना चाहिए।

उत्सवों एवं पर्वों का अपना आध्यात्मिक मूल्य है। यदि उनको सही ढंग से मनाया जाये तो प्रसन्नता देने के साथ-साथ यह भगवान् में श्रद्धा उत्पन्न करने का साधन बनते हैं। हिन्दू-त्योहारों का सदैव आध्यात्मिक महत्त्व रहता है। ये मनुष्य को भौतिक सुखों से ऊपर उठाते हुए धीरे-धीरे आध्यात्मिक पथ पर अग्रसर करके भगवान् से जोड़ देते हैं। लोग हवन करते हैं और नयी फसल की आहुतियाँ दे कर भगवान् को अर्पित करके फिर स्वयं ग्रहण करते हैं।

---

*१९४३ की 'डिवाइन लाइफ' पत्रिका से उद्धृत

ऐसे अवसरों पर एक-दूसरे पर रंग उड़ेलने और नशीले पदार्थों का सेवन न करके, भगवान् की पूजा, धार्मिक सम्मेलन और भगवन्नाम का संकीर्तन करना चाहिए। ऐसे उत्सवों को पावन पर्व समझते हुए प्रार्थनाओं, तीर्थस्थलों के दर्शन, पवित्र जलाशयों में स्नान, महात्माओं के साथ सत्संग तथा अन्न, वस्त्र, द्रव्य दान इत्यादि करना चाहिए। केवल तभी होली को भलीभाँति मनाया जाना मानना चाहिए। प्रभु-भक्तों को ऐसे सुखद अवसरों पर भगवद्-लीलाओं का स्मरण करना तथा कथाओं का आयोजन करना चाहिए। प्रत्येक हिन्दू-त्योहार के पीछे यही महान् महत्ता निहित है।

दक्षिण भारत में इस विषय पर मतभेद हैं कि क्या कामदेव का अस्तित्व है या नहीं, क्या उसका पूर्णतया दहन हो गया था अथवा नहीं? काम को 'अनंग' कहा जाता है (इसका अर्थ अगंहीन हो जाना है)। कामदेव का पूर्ण रूप से दहन नहीं किया गया था, उसे केवल अंगविहीन किया था। उसका सूक्ष्म रूप अभी भी है। यही कारण है कि अब भी लोग कामवश हो जाते हैं, वासना का शिकार हो जाते हैं।

इस दिन लकड़ियों का ढेर एकत्रित करके अग्नि प्रज्वलन का धार्मिक महत्त्व है, ''काम-वासना की अग्नि को भस्मीभूत कर डालें, भगवान् के साथ सम्बन्ध जोड़ें और स्वप्रकाश ब्रह्म की भाँति प्रकाशित हो जायें!'' भगवान् शिव ने अपने तीसरे नेत्र की अग्नि से कामदेव को भस्म कर दिया था। यह अग्नि आपको भगवान् शिव के उस महान् कार्य का स्मरण दिला कर वासना की सर्वभक्षी अग्नि को ज्ञान की शक्ति से नष्ट कर देने की शिक्षा देती है।

काम-वासना को भस्म कर दें। पवित्र हो जायें। समस्त ज्योतियों की ज्योति के साथ एकाकार हो जायें। आत्मा में आनन्दित हों। केवल परम आत्मा में ही प्रसन्नता को खोजें। पवित्रतम लक्ष्य को मन में लिये हुए, अपने प्रभु का पूजन करें। यह होली का पावन सन्देश है।

अपनी सम्पूर्ण सुन्दरता को लिये हुए वसन्त ऋतु आ गयी है! जीवन के वसन्त का आनन्द लें। अपने जीवन में बहार लायें—भगवान् के साथ मधुर संयोग का जीवन—आत्मसाक्षात्कार, भक्ति, ब्रह्मज्ञान, स्वतन्त्रता, मुक्ति, शान्ति और आनन्द के फूलों और फलों से आपूरित जीवन का आनन्द लें!

होलिका—काम-वासना को नष्ट करके, अपने मन, वाणी और कर्मों में परिपूर्ण पवित्रता को प्राप्त करते हुए होली के त्योहार को परम पावन बना लें और आन्तरिक होली का त्योहार मनायें! आप सभी अपने अन्तरतम में निहित परमात्मा जो कि आनन्द का स्रोत और परमानन्द का सागर है, के आनन्द को प्राप्त करें!

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

अच्छी आदतें डालिए

आपके चित्त का अधिकांश भाग ऐसे अनुभवों के द्वारा गठित हुआ है, जो भीतर के प्रकोष्ठों में डूबे हुए हैं; परन्तु जिनको पुनः निकाला जा सकता है। आप चित्त में नयी प्रवृत्तियों, नये पदार्थों, विचारों तथा चरित्र का निर्माण कर सकते हैं।

गहराई के साथ विचार कीजिए। चिन्तन कीजिए। सतत सत्संग कीजिए। निष्काम सेवा-यज्ञ कीजिए। साधना-चतुष्टय का अर्जन कीजिए। उसका विकास कीजिए।

किसी का भी उपहास न कीजिए। किसी के प्रति अपनी भृकुटि न चढ़ाइए। अपनी इन्द्रियों का दमन कीजिए। सदा प्रसन्न रहिए। पीछे न देखिए। कामना तथा क्रोध से अपने को मुक्त रखिए। अभिमान का परित्याग कीजिए। अपनी दृष्टि को अन्तर्मुखी बनाइए। ध्यान कीजिए। आप सच्चे सुख का अनुभव करेंगे। **—स्वामी शिवानन्द**

आपका शान्ति-दूत :

आयुर्वेदिक स्वास्थ्य पद्धति और समृद्धि के नियम-१

(परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

भारत के प्राचीन महान् द्रष्टा ऋषि-मुनियों द्वारा दिये गये ज्ञान में से मैं कुछ शब्द एक ऐसे विषय पर कहना चाहता हूँ जो अपने-आपमें उतना ही महत्त्वपूर्ण है जितना कि अपने वास्तविक निज स्वरूप को जानना है, क्योंकि वस्तुत: इसको जानने में यह भी एक साधन है। जीवन के वास्तविक और एकमात्र अन्तिम लक्ष्य, जो कि अपने-आपको जानना है, को पूरा करने में शारीरिक स्वास्थ्य और समृद्धि ये दोनों ही उपकरण हैं। 'आप कौन हैं' इस सत्य को जानने से आप धरा पर के इस बन्धन से मुक्त हो जाते हैं और शरीर-मन के कष्टपूर्ण बन्धन से छूट जाते हैं। वस्तुत: आप सदैव अमर, अजन्मा, अमरणशील और अपरिवर्तनशील हैं—यह आपके स्वरूप सम्बन्धी शाश्वत सत्य है। इस पृथ्वी पर जन्म लेने की सार्थकता आपको इसको जान लेने में है।

हमारे पूर्वज यद्यपि इस दिव्य दृष्टि से सम्पन्न थे तथापि हमारी वर्तमान देहबद्ध स्थिति के सम्बन्ध में भी वे पूरी तरह से जानते थे। उन्होंने इस शाश्वत सत्य को प्रकट करने वाली चार महान् उद्घोषणाएँ, चारों वेदों के रूप में देने के साथ ही, मानो एक और वेद के रूप में पाँचवाँ वेद भी दिया। यह पाँचवाँ वेद आयुर्वेद के नाम से जाना जाता है और यह अत्यन्त महत्त्वपूर्ण शब्द है। आयु का अर्थ है जीवन-काल और वेद का अर्थ है जानना अथवा विशेष ज्ञान। इस प्रकार आयुर्वेद का अर्थ हुआ जीवन का विज्ञान, और यह चारों वेदों में निहित मूलभूत सत्यों पर आधारित है। मानव-जीवन का वह विशिष्ट ज्ञान और शरीर-स्वास्थ्य को कैसे बनाये रखा जाये, यह आयुर्वेद की नींव हैं।

आत्मज्ञान, जो समस्त ज्ञान का मूलभूत आधार तत्त्व है, को सबसे प्रथम स्थान दिया गया। भारतीय विचारधारा अन्तर से उत्पन्न एवं विकसित हो कर बाहर की ओर उठती है जिससे कि सबसे आवश्यक एवं महत्त्वपूर्ण वस्तु 'स्वयं' को सर्वप्रथम जाना जाये। सब वस्तु-पदार्थों को देखने के लिए सर्वप्रथम एक द्रष्टा का होना और समस्त दृश्य वस्तु-पदार्थों के विषय में मनन करने वाला चिन्तक का बोध होना आवश्यक है। पहले स्वयं को जान लें, फिर अन्य सब-कुछ को जानना आरम्भ करें। प्राचीन भारतीय द्रष्टा इस तथ्य पर पहुँचे कि व्यक्ति केवल एक भौतिक शरीर मात्र नहीं है और उसका वास्तविक स्वरूप उसके अन्तर्निहित दिव्य चैतन्य है। इस शुद्ध चैतन्य के निकटतम मन है, किन्तु भारतीय सन्त-मनीषियों के विचारानुसार मन भी उतनी ही जड़ वस्तु है जितना कि यह भौतिक शरीर, अत: उन्होंने मन को शरीर से अधिक उच्च स्थान नहीं दिया। सूक्ष्म अवस्था में स्थित यह मन भी केवल पदार्थ ही है। दिव्य चैतन्य अर्थात् आत्मा ही केवल दिव्य गुण सम्पन्न है।

उनका दृष्टिकोण यह है कि मानव के शरीर की दशा मनुष्य की विभिन्न कोषों से आवृत्त, अन्तरतम में स्थित आत्मा के तादात्म्य की अवस्था पर निर्भर करती है। यदि आत्म-शक्ति को मन, बुद्धि, भावनाओं, प्राण-शक्ति और शरीर की प्रत्येक कोषिका में पूर्ण एवं अबाध रूप से विचरण करने दिया जाये, तो शरीर की दशा पूर्णतया स्वस्थ रहेगी। यदि इस उन्मुक्त विचरण को बाधित कर दिया जाता है तो इन कोषों में रोग उत्पन्न हो जाता है। यदि आपका मन इतना भ्रमित हो जाता है कि आप अपने अस्तित्व के आध्यात्मिक स्रोत से अपना सम्बन्ध पूर्णतया विस्मृत करके इच्छाओं से

ग्रसित व्यक्तित्व ही स्वयं को समझने लग जाते हो, तब आपका परमात्मा के साथ सम्बन्ध पूरी तरह से विच्छिन्न हो जाता है। यदि ऐसा हो जाता है तो आप पूर्णतया स्वास्थ्य से सम्पन्न नहीं रह सकते, क्योंकि हमारे जीवन को भला-चंगा रखने वाला वह शाश्वत स्रोत परमात्मा है, हम अपनी प्रकृति के प्रत्येक स्तर का स्वास्थ्य भगवान् से ही प्राप्त करते हैं। और हम अपना सम्बन्ध उनसे काट लेते हैं तो जैसे वृक्ष से शाखा को काट देने से होता है, उसी प्रकार हम भी सूख जायेंगे, समाप्त हो जायेंगे। अपने जीवन-स्रोत से कट जाने से जीवन में रोग, दु:ख और कष्टों का आगमन अवश्यम्भावी है।

इसी प्रकार यदि हमारे विचार और भावनाएँ स्थूल हो जायें, अपने दिव्य स्वभाव को अभिव्यक्त करने के अयोग्य हो जायें, तो ये दोनों भी रोगग्रस्त हो जाते हैं। आयुर्वेद पूरी तरह से इस सिद्धान्त पर आधारित है। वह शुद्ध उपकरण, जो पावन दिव्य स्वभाव की अबाध अभिव्यक्ति है, उसका स्वस्थ होना आवश्यक है; और यदि हमारे अस्तित्व के विविध कोषों में विभिन्न शक्तियों का दुरुपयोग किया जाता है तो हमारा सम्पूर्ण अस्तित्व अस्वस्थ हो जायेगा। शरीर का कहीं से भी अस्वस्थ हो जाना, व्यक्ति को यह स्मरण दिलाने के लिए ही होता है कि वह स्वयं को सुधार ले और एक बार पुन: स्वास्थ्य उत्तम कर ले। यदि उसी समय शिक्षा प्राप्त करते हुए व्यक्ति अपनी जीवनशैली सही कर लेता है तब आपके शरीर और मन की स्थिति पुन: उचित स्थिति में आ जाती है।

आपके अस्तित्व के चार स्तर अथवा पहलू या कोष हैं। पहला आपका वास्तविक सत्, चित्, आनन्द निज स्वरूप, आपका आनन्दमय कोष है। दूसरा मनोमय कोष है जिसमें मन, बुद्धि और भावनाएँ सक्रिय रहती हैं। तीसरी प्राण-शक्ति अथवा प्राणमय कोष जो समस्त देह में संचारित है। चौथा बाह्य स्थूल का अन्नमय कोष है। व्यक्ति को मन, प्राण और शरीर तीनों कोषों में एक स्तर-विशेष तक पवित्रता अथवा शुद्धि को बनाये रखना पड़ता है। शरीर की पवित्रता उचित भोजन पर मुख्यतया निर्भर करती है। यदि उचित भोजन सही ढंग से और उचित समय पर किया जाता है तो शरीर-स्वस्थ ठीक रहता है।

एक महान् सन्त का कथन है कि यदि उचित भोजन उचित मात्रा में, उचित समय पर और सही ढंग से लिया जाता है तो व्यक्ति का स्वास्थ्य उत्तम रहता है। 'उचित भोजन' से उनका भाव क्या है? इससे उनका भाव सात्त्विक भोजन से है—उत्तम भोजन, शुद्ध एवं पवित्र भोजन से है। 'उचित समय' का अर्थ है, दिन का वह समय जब हमारे शरीर की शक्तियाँ ऊर्ध्वगामी हों। जब शारीरिक शक्तियाँ उतार की ओर, अधोगामी हो रही हों, उस समय भोजन नहीं करना चाहिए। व्यक्ति जब किसी प्रकार की मानसिक परेशानी की अवस्था में हो, उस समय भी भोजन नहीं करना चाहिए। 'सही ढंग' का अर्थ है अच्छे भाव सहित, आराम से धीरे-धीरे, उचित मात्रा में और मन की ईश्वरोन्मुखी अवस्था में करना चाहिए। यदि इन सब बातों का ध्यान रखा जाता है तो भोजन हमारे शरीर को शुद्ध करता है, इसकी शक्तियों में वृद्धि करता है और इसे उत्तम अवस्था में रखता है।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

प्रकृति पर विजय

आदर्श तथा लक्ष्य के लिए संग्राम करना ही जीवन है। जीवन जागरण का एक क्रम है। मन तथा इन्द्रियों पर विजय प्राप्त करें। ये ही आपके वास्तविक शत्रु हैं। व्रतों का आजीवन पालन करना चाहिए। अन्तर्बाह्य प्रकृति पर विजय पाइए। तामसिक, विद्रोही अज्ञान की शक्तियों के विरुद्ध जप तथा ध्यान की सहायता से संग्राम कीजिए। उन्नत आध्यात्मिक ज्ञान के धामों में विहार कीजिए। अपने पुरुषत्व तथा आध्यात्मिक बल का प्रदर्शन कीजिए।

—स्वामी शिवानन्द

आध्यात्मिकता का सत्य-स्वरूप :

साकल्येन आध्यात्मिक हों हमारी अभीप्साएँ-३

(परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज)

अनिवार्य पूर्वावधान यह है कि निज आकांक्षाओं में हमें पूर्ण रूप से आध्यात्मिक होना है। अंशत: आध्यात्मिक नहीं होना है। हमारी भक्ति आस्थाहीन नहीं होनी चाहिए। किन्तु जब तक मनुष्य मनुष्य है, भगवान् के प्रति पूर्ण आस्था भी रखना असम्भव-सा है। हमारे अपने मनोविकार हैं, दुर्बलताएँ हैं, जैसे कि पहले भी कहा जा चुका है। हम अन्य लोग, अन्य वस्तु, विश्व और मूल्यों आदि का चिन्तन त्याग नहीं सकते। वे हमारे ही रक्त, शिरा और अस्थियों का अंश हैं। हम इन मनोविकारों से मुक्त कैसे हो सकते हैं? उच्च कोटि का दार्शनिक मन भी एक-न-एक दिन, व्यक्तित्व की इस प्रतिबद्धता की कठिनाई से बच नहीं सकता और इसके परिमाण भी उसे भोगने पड़ते हैं।

विचार-शृंखला को आगे बढ़ाते हुए, गत दिवस मैंने एक विचार आपके समक्ष रखा था कि हम दो तरफ के आकर्षण में निगृहीत हैं, फँसे हुए हैं और सदा तनावों के घेरे में रहते हैं। हम लोग उभयत: सम्भव विकल्पों से घिरे रहते हैं। एक ओर तो समाज का आकर्षण है, सामाजिक मूल्यों का, सामाजिक शिष्टाचार का, सामाजिक नीतियों और सामाजिक नियमों का आकर्षण है जिनसे सम्बन्ध न रखने पर जीवन यापन ही असम्भव-सा हो जायेगा। दूसरी ओर, आकर्षण है हमारी अपनी ही इच्छाओं और आसक्तियों का जिन्हें हमने पूर्ण बल के साथ नियन्त्रित कर रखा है। इन दो शक्तियों के मध्य जब तक हम अपने प्रयास से सन्धान नहीं करते, हम एक स्वस्थ मन की अवस्था की अपेक्षा नहीं कर सकते। ध्यान में बैठने से पूर्व हमें मनसा स्वस्थ होना चाहिए; क्योंकि ध्यान-कक्ष में शुद्ध मन से ध्यान करते हुए भी सम्भव है कि हम अवचेतन रूप से ध्यान न कर रहे हों अर्थात् हमारा पूर्ण मन ध्यान में न लगा हो।

हाथी भली प्रकार गंगा-स्नान करता है और उसके पश्चात् अपने शरीर पर धूल डाल देता है। इसे हस्ति-स्नान कहते हैं। अच्छी प्रकार स्नान करो और शरीर पर धूल डाल दो। अत: अन्त में बोधपूर्वक ध्यान जिसमें हम चैतन्य हैं और अवचेतन उत्तेजनाएँ हम पर धूल और कीचड़ ही डालेंगे। सचेतन ध्यान करते हुए भी हम अत्यन्त शोकाकुल हो उठेंगे, क्योंकि अवचेतन आवेग बाहर नहीं लाये गये। अन्त:करण में निहित आकांक्षाएँ कुण्डली मारे हुए बैठे सर्प की भाँति हैं जो फुफ्कारने और काटने के लिए तैयार बैठा है।

हम स्वयं को अच्छे, उचित दिखायी देते हैं, दूसरों की दृष्टि में भी हम ऐसे ही हैं, अच्छे हैं; क्योंकि अवस्था के अनुसार हमने दोनों ओर से एक वक्रशील (shrewd) समीकरण बना रखा है। हम जानते हैं कि दबाव किस ओर से अधिक है। हम जब सागर में स्नान करते हैं और ऊर्मियाँ हम पर आघात करती हैं तो हम नीचे चले जाते हैं। इसी प्रकार हम दबाव में निमग्न होने का प्रयास करते हैं और उस दबाव को अपने ऊपर से निकल जाने की प्रतीक्षा करते हैं और पुन: धरातल पर आ जाते हैं वही सब करने के लिए जो हम पूर्व में कर रहे थे। कभी आकांक्षाओं का दबाव अत्यन्त तीव्र होता है, कभी बाह्य जगत् का और समाज का दबाव उग्र होता है; और हम कुशलतापूर्वक स्वयं को एक ओर लाने के लिए समीकरण बना लेते हैं, किन्तु इसका अभिप्राय: यह तो नहीं कि हमने इन संवेगों पर विजय प्राप्त कर ली है। एक वक्र समीकरण का अभिप्राय विलीन होना (sublimation) तो नहीं। यह इन आवेगों पर प्रभुता प्राप्त करना नहीं है।

न तो हमें बाह्य समाज के दबाव की दासता करनी है और न ही भीतरी आसक्तियों की उत्तेजना का दास होना है। जैसा कि मैं कल कह चुका हूँ कि ये दो शक्तियाँ, भीतर और बाहर की, वस्तुत: दो नहीं एक ही शक्ति है। ये दोनों पृथक् नहीं हैं; क्योंकि ब्रह्माण्ड अपने भीतर भी है और बाहर भी है। स्थूल जगत् और

सूक्ष्म जगत् (macrocosm and microcosm) हमारे व्यक्तित्वों में ही मिलते हैं; और यदि योग समन्वय का अभ्यास है तो आन्तरिक और बाह्य आवश्यकताओं में भी सन्तुलन लाना होगा।

समाज के भय से हम अपने कक्ष में चले जाते हैं अथवा गुहा में जा छिपते हैं। हम समाज से इतना भयभीत क्यों होते हैं? कभी-कभी भीतरी शक्तियाँ, उत्तेजनाएँ, आसक्तियाँ, इच्छाएँ बहुत हिंसक हो उठती हैं और असंयत हो जाती हैं तो हम समाज की ओर भागते हैं, इन उत्तेजनाओं पर विजय पाने के लिए नहीं अपितु इन्हें भुलाने के लिए। क्रोध आने पर कुछ लोग दीर्घ भ्रमण को निकल पड़ते हैं। अपने दु:ख को भुलाने का यह एक उपाय है, ऐसा हमारा चिन्तन है। किन्तु यह समाधान तो नहीं है, क्योंकि हमने यह तो विश्लेषण किया ही नहीं कि हमें क्रोध क्यों आया! किसी ने लोगों के समक्ष हमारा अपमान कर दिया और हम उसे सह नहीं सके तो हम क्या करते हैं? हरिद्वार के लिए यह कहते हुए निकल पड़ते हैं—''मैं तीन दिनों के उपरान्त वापस आऊँगा।'' क्या लाभ! क्रोध तो अन्दर उबल रहा है, बस कुछ समय के लिए हम दानव को भूल गये जो हमारे समक्ष है, शेर तो हमारा भक्षण करने के लिए अभी भी विजृंभण (yawning) कर रहा है।

जीवन की समस्याओं और प्रश्नों का हम विवेकपूर्वक और युक्तिपूर्वक सामना नहीं कर सकते। यह एक सत्य है जिसे हमें स्वीकार करना है। अंशत: तो ऐसा इसलिए है कि हममें पर्याप्त विवेक नहीं है। सम्भव है इसका कारण हमारे व्यक्तित्वों का अहंभाव हो, राजसिक और तामसिक प्रारब्ध कर्म भी विघ्नकारी हो सकते हैं और हम इतने विनीत भी नहीं हैं कि गुरु के समक्ष जा कर बैठें। हमारा गुरु कौन है? कोई नहीं!

यदि आपका गुरु नहीं है तो कम-से-कम समान प्रकृति के मित्र तो हो सकते हैं। अभिप्राय यह नहीं है कि एक मित्र दूसरे मित्र का गुरु हो, वे मित्र हैं, उनकी समान अपेक्षाएँ हैं और वे आपस में विषय-विशेष पर वार्तालाप कर सकते हैं और इस प्रकार से, स्कूल-कालेज के छात्रों की भाँति आध्यात्मिक अभ्यास भी एक-दूसरे की सहायता से कर सकते हैं। विद्यार्थी हर समय अपने शिक्षक अथवा प्रोफेसर के पास नहीं भागते। वे इकट्ठे बैठते हैं, संवाद करते हैं, वार्तालाप करते हैं और समस्याओं का समाधान करते हैं। जब आपको कोई एक गुरु अथवा मार्गदर्शक नहीं मिलता तो आपके पास समान विचारों वाला संगठन है, वे भ्रातृ-साधक हैं।

किसी और की अपेक्षा अपने प्रति जागरूक रहो। संसार में यदि आपका कोई शत्रु है तो वह आपका अपना ही आत्मा है। स्वयं के द्वारा भी आप सत्पथ भ्रष्ट हो सकते हैं। ''**आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मन:**'' भगवद्गीता (६/५) का वचन है। आपका अपना आत्मा ही आपका मित्र है और आपका आत्मा ही आपका शत्रु है। पुन: कभी आपको बतायेंगे 'आत्मा' क्या है, कैसे आप अपने मित्र हो सकते हैं और अपने शत्रु भी हो सकते हैं। नम्र और सरल बनो, उपदेश ग्रहण करने वाले बनो। इस भ्रान्ति में नहीं रहना कि आप सब-कुछ जानते हो। एक छोटे बच्चे से भी आप अल्प सत्य सीख सकते हैं, शिशु के प्रलाप में सत्य तत्त्व हो सकता है और किसी विद्वान् से, सम्भव है, आपको किसी भ्रम अथवा भूल का तत्त्व ही प्राप्त हो। दोनों ही तथ्यों की सम्भावना है।

अत: आज प्रवचन को विराम देते हुए इतना ही कहूँगा कि हम अपने में दोहरा (double) व्यक्तित्व न रखें—एक ओर तो मानव-समाज के बाह्य जगत् का विरोध करें और दूसरी ओर अन्तर्मन की आसक्तियों का सामना करते रहें। हमारा व्यक्तित्व एक हो, प्रबुद्ध एवं उदार हो जो दोनों पक्षों का मित्र हो और ऐसा न हो कि दोनों शक्तियों के मध्य हम फँस कर रह जायें। मैत्रीपूर्ण ढंग से हम इन शक्तियों से व्यवहार करें। हम विश्व के और बाह्य समाज के मित्र हैं तथा अन्तर्मन से अपनी कामनाओं के भी मित्र हैं। यह एक बिन्दु है जो हमें भौतिक जीवन और आध्यात्मिक जीवन के मध्य सम्बन्ध के प्रति एक प्रमुख प्रश्न की ओर अग्रसर करता है—यह प्रश्न अत्यन्त कठिन है, ऐसा प्रश्न जो समस्त धर्मों और गहन उपगमनों (approaches) का विषय है। इस पर अल्प विचार पुन: होगा।

(भाषान्तर : श्रीमती गुलशन सचदेव)

पूर्व-अंक से आगे :

मैं इसका उत्तर दूँ?

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

१५४

'आत्मा शरीर से भिन्न है और शरीर द्वारा किये गये किसी भी कार्य का इस पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता। शरीर का अपने कर्मों के अनुसार अनेकों बार पुनर्जन्म होता है और परमात्मा की इच्छानुसार यह जन्म-मरण के चक्र में भटकता रहता है।' यदि ऐसा है, तो फिर स्वर्ग अथवा नरक में कौन जाता है?

किसी भी प्रकार का वास्तविक भोक्ता, व्यक्तिगत रूप में, न तो आत्मा है न ही शरीर। यह मन है जो व्यक्तित्व का केन्द्र है, यह आत्मा के प्रकाश को ले कर उससे प्रकाशित हो कर अपना व्यक्तित्व बना लेता है जिसे जीवात्मा कहते हैं। और यह मन ही है जो सूक्ष्म शरीर के साथ स्वर्ग के सुख अथवा नरक के दु:ख भोगता है, अथवा स्थूल या सूक्ष्म शरीर द्वारा किसी भी प्रकार के अनुभव करता है।

आत्मा का प्रकाश इस मन के ऊपर प्रतिबिम्बित होने के कारण ही यह मन चेतन प्रतीत होता है, जो कि वस्तुत: अपने-आप में, अपनी रचना में ही सीमित है। अत: किसी भी मनुष्य का व्यक्तित्व उतना ही वास्तविक, अथवा सत्य है जितना कि किसी वास्तविक वस्तु-पदार्थ का प्रतिबिम्ब।

यद्यपि सब-कुछ परमात्मा की इच्छा के अनुसार होता है, तथापि मनुष्य के कर्म उसके होने वाले अच्छे या बुरे अनुभवों को, परमात्मा की इच्छानुसार निर्धारित करते हैं। यह सभी अनुभव न तो आत्मा को होते हैं न ही शरीर को। यद्यपि इनका साधन स्थूल शरीर बनता है, किन्तु अनुभव मन ही करता है।

१५५

हम प्राय: अत्यन्त भले व्यक्ति को अत्यधिक कष्ट झेलते हुए पाते हैं। ऐसा क्यों है? उत्तर में कह सकते हैं, ''उसके पिछले जन्म के कर्मों के कारण।'' यह क्या हम सृष्टि-रचना के आरम्भ तक के पिछले कर्मों के कारण कह सकते हैं।

कर्म का सिद्धान्त अटल है। प्रत्येक मनुष्य अपने विगत जन्मों के फल भोगता है। भला व्यक्ति अधिक कष्ट भोगेगा, क्योंकि वह आध्यात्मिक पथ पर बहुत शीघ्र आगे बढ़ना चाहता है। उसने बहुत से बुरे कर्मों का भुगतान, इसी जन्म में मोक्ष प्राप्त कर लेने के उद्देश्य से, कर लेना होता है। किन्तु भगवान् अपनी कृपा से उसे अद्भुत सहनशक्ति प्रदान कर देते हैं। भले व्यक्ति अथवा जिज्ञासु साधक को अनेक कठिनाइयाँ और कष्ट सहन करने पड़ते हैं। किन्तु भगवान् की कृपा से वह इन सबमें भी अत्यन्त प्रसन्न रहता है। वह स्वेच्छा से इन कष्टों का स्वागत करता है। इस संसार में केवल दु:ख-दर्द और कष्ट ही सर्वोत्तम हैं, क्योंकि यह भगवान् की ओर का पथ दर्शाते हैं।

१५६

भक्ति में वृद्धि कैसे की जा सकती है?

सत्संग के द्वारा, भगवन्नाम-स्मरण, कीर्तन, कथा-श्रवण करके, रामायण, भागवत का अध्ययन करके, भक्तों के जीवनचरित—भक्त विजयम् और भक्त लीलामृत का स्वाध्याय—विष्णुसहस्रनाम, नारद भक्ति सूत्र और शाण्डिल्य

सूत्रों का पाठ करके भक्ति-भाव को बढ़ाया जा सकता है। आपको निश्चित रूप से स्वयं में वैराग्य विकसित करना होगा। यह अत्यन्त आवश्यक है। भक्तों के सान्निध्य में रहें। अयोध्या में निवास करें। आपमें भगवान् श्री राम के प्रति भक्ति बढ़ेगी। वृन्दावन में वास करें। भागवत पढ़ें। द्वादशाक्षर मन्त्र **'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय'** का जप करें। आपमें कृष्ण-भक्ति का विकास होगा।

१५७

यह संसार ईश्वर की एषणा मात्र का परिणाम है। उस एषणा से कम अथवा उसके अतिरिक्त अन्य कुछ नहीं हो सकता। ईश्वर तो हर समय हर एक बात के लिए आदेश नहीं देता रहता! ऐसा होने से तो वह अत्यधिक व्यस्त हो जायेगा। इसका अर्थ तो यह है कि सब-कुछ पूर्व-नियोजित है, अत: व्यक्ति के पुरुषार्थ का कोई स्थान नहीं है।

यह धारणा कि ईश्वर कुछ बातों में ही आदेश देता है—हर समय, हर बात में नहीं, क्योंकि ऐसा करने से तो वह बहुत ही अधिक व्यस्त हो जायेगा, निर्मूल है। ईश्वर अपनी दिव्य शक्ति से एक ही क्षण में सब-कुछ देख सकता है। उसके 'अत्यधिक व्यस्त' हो जाने जैसी कोई बात नहीं है, क्योंकि उसे काम करने के लिए मनुष्य की भाँति इन्द्रियों का उपयोग नहीं करना पड़ता। ईश्वर मनुष्य की तरह अलग-अलग सोचते हुए कार्य नहीं करता; क्योंकि ईश्वर के कार्य उस अविच्छिन्न, सदैव-जागरूक, सर्वशक्तिमान्, सर्वव्यापक परमात्मा—जो न कभी निद्राग्रस्त होता है, न ही आराम करता है—से भिन्न नहीं है। ईश्वर वस्तुत: सर्वसमर्थ परब्रह्म परमात्मा स्वयं ही है। समस्त विश्व-ब्रह्माण्ड की रचना उस परमात्मा की सृष्टि-रचना की इच्छा मात्र से ही निर्धारित है। किन्तु इस निर्धारण का अर्थ मनुष्य के पुरुषार्थ को नकारने से नहीं है। मनुष्य में स्वयं अपने विषय में और अपने से सम्बन्धित बाह्य जगत् के विषय में अपेक्षाकृत अधिक समझ है तथा वह विवेक-शक्ति और कार्य करने की शक्ति से भी सम्पन्न है। यद्यपि विश्व के और मनुष्य के व्यक्तिगत सभी कार्यों का आधार ईश्वर है तथापि ईश्वर व्यक्ति के निजी कार्यों में लिप्त नहीं है। ईश्वर के कार्यों में सब-कुछ पूर्व-नियोजित है। अतीत, वर्तमान और भविष्य सब-कुछ केवल ईश्वर में, और ईश्वर पर ही घटता है। किन्तु व्यक्ति के निजी सीमित दृष्टिकोण के अनुसार, अपरिवर्तनीय वैश्व-नियम के तथ्य के होते हुए भी, उसके अपने व्यक्तिगत कार्यों में एक स्वतन्त्रता, उसके अपने व्यक्तित्व के कारण ही उसने आरोपित कर ली है। यद्यपि व्यक्ति के सोचने और कर्म करने की स्वतन्त्रता, इस सम्बन्ध में अन्तिम सत्य नहीं है, फिर भी यह अपेक्षाकृत अधिक महत्त्वपूर्ण हो जाती है और व्यक्ति को उसके कार्यों की प्रतिक्रियाओं से प्रभावित करना आरम्भ कर देती है, क्योंकि व्यक्ति ने स्वयं को कर्ता मान लिया होता है। इस स्व-निर्मित बन्धन के परिणामस्वरूप जीव कष्ट भोगता है तथा जैसे ही जीव अपनी आत्मा का ईश्वर के साथ ऐक्य को अनुभव कर लेता है, उसी क्षण से उसके कष्टों का अन्त हो जाता है।

१५८

क्या एक पूर्ण विकसित योगी को अपनी योग-शक्तियों की परीक्षा करने की इच्छा नहीं होती? क्या यह परीक्षण करना उचित है?

पूर्ण रूप से विकसित योगी को कभी भी स्वयं का अथवा अपनी शक्तियों का परीक्षण करके देखने का विचार नहीं आ सकता। यदि ऐसा हो तो उस व्यक्ति को पूर्ण विकसित योगी नहीं समझना चाहिए। केवल कच्चे, अधपके या अधूरे साधक अथवा योगी ही अपनी या फिर अपनी अर्जित शक्तियों की परीक्षा करने के इच्छुक हो सकते हैं, और इन शक्तियों से उपलब्ध हुई अपनी उन्नति को जाँचना चाह सकते हैं।

योग शास्त्रों में निर्धारित नियमों के अनुसार योगी में योग-शक्तियों का प्रकटन उसकी योग में प्राप्त की गयी उन्नति के अनुपात में ही होता है और यदि वह स्वयं की परीक्षा के लिए अथवा योग्यता-प्रदर्शन के लिए जरा-सा भी प्रयत्न

करता है तो उसकी और आगे उन्नति करने में निश्चित रूप से हानि होती है। योग साधक के किंचित् भी इच्छा न करने पर भी प्रति दिन, प्रति मिनट, नहीं; अपितु प्रत्येक क्षण ही कोई-न-कोई आनन्दपूर्ण अनुभूति उसे होती ही रहती है, क्योंकि ऐसे अनुभव स्वयं अपने-आप ही आते हैं। अत: साधक को भगवान् की अद्भुत महिमा को समझते हुए इन अनुभवों के प्रति तटस्थ ही रहना चाहिए और इन अनुभवों के विषय में जानने-सोचने की चिन्ता भी नहीं करनी चाहिए अर्थात् इनसे सम्बन्ध जोड़ने अथवा आनन्द-रस लेने का प्रयत्न भी नहीं करना चाहिए। तभी और केवल तब ही वह इस पथ पर और अधिक उन्नति कर सकता है। पूर्ण विकसित योगी वह होता है जिसने योग के मार्ग को अपना कर आत्म-साक्षात्कार प्राप्त कर लिया है, अत: उसमें कभी भी यह जानने के लिए कि वह कौन है और उसने इन प्राप्त शक्तियों के द्वारा कितनी उन्नति की है, किंचित् भी जिज्ञासा नहीं होती।

१५९

कोई व्यक्ति जब संन्यास लेने के लिए अचानक समस्त सांसारिक सम्बन्धों को तोड़ देता है, तब उसे कैसा लगता है?

किसी भी व्यक्ति में जब त्याग की तीव्र भावना होती है तो संसार का अथवा पुराने सम्बन्धों का कुछ भी विचार उसके मन में नहीं रहता। यदि अनिवार्य वैराग्य के न होने पर भी वह संन्यास ले लेता है तब भी आवश्यक नहीं है कि उसे पुराने सम्बन्ध छूटने का कोई भाव मन में हो, यद्यपि मन में सुप्त वासनाएँ, वृत्तियाँ या संस्कार उसके मन में पड़े रह सकते हैं। सच्चा संन्यासी जब समस्त सांसारिक सम्बन्धों का त्याग करता है तो उसे अत्यन्त आनन्द मिलता है।

१६०

मैंने 'माई मैगज़ीन' में आपके लेख पढ़े हैं—''नारी केवल मल-मूत्र, मवाद, मांस-रक्त से भरा हुआ दुर्गन्धपूर्ण मांस का थैला मात्र है।'' नारी-जाति का हम इस प्रकार कैसे दुत्कारते हुए विरोध कर सकते हैं? मेरा तो विचार है कि इस संसार में कुछ भी अपवित्र नहीं है।

आवश्यकता से अधिक पढ़ना और जीवन में कुछ भी न उतारना, भ्रमित कर देता है। कामी पुरुषों में वैराग्य उत्पन्न करने के लिए मैं स्त्रियों के विषय में ऐसा नकारात्मक चित्र प्रस्तुत करता हूँ। वास्तव में नारियाँ शक्ति का प्रकटित रूप हैं। हाँ, सब-कुछ पावन है। सब-कुछ पवित्र है। सब सुन्दर है। केवल आध्यात्मिक पथ पर उन्नत व्यक्ति इसे अनुभव कर सकते हैं। नये-नये प्रारम्भिक लोग इस मन्त्र को केवल तोते की तरह रट सकते हैं। उनके अनुभव, दृष्टि और साधना के ढंग अनुभूति-प्राप्त साधकों की अभिव्यक्ति से भिन्न होते हैं। प्रारम्भिक साधकों को अत्यधिक सावधान रहना चाहिए, अन्यथा वह माया द्वारा सरलता से धोखा खा जायेंगे।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

साधना का तत्काल अभ्यास कीजिए

यही समय है जब कि आप अपना समय जप तथा ध्यान में नियमित रूप से सुखपूर्वक व्यतीत करें। ईश्वर ने आपको सब प्रकार की सुविधाएँ तथा सुअवसर प्रदान किये हैं। उसकी याद कीजिए तथा उसको धन्यवाद दीजिए।

उसकी महिमा का गायन कीजिए। अपने परिवार के सभी सदस्यों के साथ रात में कीर्तन कीजिए। वीर बनिए। प्रसन्न रहिए। भलाई कीजिए। शुद्ध बनिए। सावधान रहिए। इसी जन्म में जीवन्मुक्त बनिए।

—स्वामी शिवानन्द

मानव से ईश-मानव :

शिष्यों का प्रशिक्षण-३

(श्री एन. अनन्तनारायणन्)

एक निर्धन व्यक्ति था। वह कहीं नौकरी या काम पाने के लिए गुरुदेव से सहायता चाहता था। स्वामी जी ने नियोक्ता मित्र को अत्यधिक अपरम्परागत पत्र लिखा, ''संकटग्रस्त लोगों को देख कर मेरा हृदय अत्यन्त दु:खी हो जाता है। अत: मैं इसे तुम्हारे पास भेज रहा हूँ। कृपया जैसे भी हो सके, इसकी सहायता करो!''

दो प्रेमी थे। वे परस्पर विवाह करना चाहते थे। गुरुदेव ने अपनी उपस्थिति में उनका विवाह करवाया। नव-दम्पति को आशीर्वाद दिया और गृहस्थाश्रम के कर्तव्यों का पालन करने की शिक्षा दी। इसी तरह के दो-तीन अन्य विवाह भी उन्होंने आश्रम में सम्पन्न करवाये।

भले ही किसी प्रकार से, किसी को कोई भी सहायता की आवश्यकता हो, गुरुदेव उसको आवश्यक सहायता देने के साथ-साथ आध्यात्मिक निर्देशन देने का अवसर भी निकाल लेते थे और वह निर्देशन लोगों को अधिक स्वीकार्य होते थे, क्योंकि वह सब उनके दैनिक जीवन में अत्यधिक सहायक सिद्ध होते थे।

जैसे ही कोई आध्यात्मिक रुचि-सम्पन्न व्यक्ति उनके सम्पर्क में आता, उसी समय स्वामी जी किसी-न-किसी प्रकार उसके रूपान्तरण का कार्य प्रारम्भ कर देते थे। वे एक दिव्य मूर्तिकार थे। वे साधक को रहस्यमय ढंग से तराश कर दिव्य साँचे में ढाल देते थे। यह उनका सर्वाधिक प्रिय कार्य था, आध्यात्मिक ज्ञान प्रसारण से भी, यह कार्य उन्हें अधिक प्रिय था। इस उद्घोषणा को वह गम्भीरता और बलपूर्वक करते हुए कहते थे, ''मानवता की सर्वोच्च सेवा जो मैं कर सकता हूँ, वह है साधकों का प्रशिक्षण और रूपान्तरण। प्रत्येक योग का विद्यार्थी, जब वह परिशुद्ध और उन्नत हो जाता है तो आध्यात्मिकता का केन्द्र बन जाता है। वह अपने चुम्बकीय प्रभा-मण्डल के माध्यम से सहस्रों शिशु आत्माओं को, आध्यात्मिक रूपान्तरण एवं पुनरुद्धार के लिए, अपनी ओर खींच लेगा।''

साधकों में रूपान्तरण लाने के लिए गुरुदेव ने विभिन्न ढंग अपनाये। वह प्रत्येक व्यक्ति के लिए और कई बार तो उसी व्यक्ति के लिए भी अलग-अलग समय पर, अलग होते थे।

सर्वप्रथम तो उनका ढंग, उनका अनुपमेय प्रेम था। जब भी साधक का मन स्वामी जी के प्रति प्रेम से भरा होता था तो स्वामी जी भी उसका उत्तर उसी रूप में देने में कभी भी पीछे नहीं रहे। और उनका वह उत्तर भले ही सामने दिखायी दे या न दे, किन्तु सदैव आशीर्वाद से भरा हुआ होता था। ऐसे क्षण साधक के लिए कभी भी भुलाये न जा सकने वाले क्षण बन जाते थे और उसे—यदि अपने लिए नहीं तो अपने प्रिय गुरुदेव के प्रेम के लिए ही—और अधिक आध्यात्मिक पथ पर तीव्रता से बढ़ने को प्रेरित करते रहते थे।

फिर एक और ढंग, उनका प्रेरणा देने का था। यदि गुरुदेव किसी व्यक्ति को स्वयं को सुधारने के लिए सच्चा प्रयास करते हुए देखते तो वे तुरन्त अपनी दिव्य कृपा की उस पर वृष्टि कर देते, उसे प्रेरणा देते तथा अपने अन्त:संघर्ष को और भी अधिक शक्ति से चलता रखने के लिए उसे शक्ति प्रदान करते थे। व्यक्ति को ऊपर उठाने की उनकी कृपा में अथाह शक्ति थी।

गुरुदेव ने अपने शिष्यों के लिए जो ढंग अधिकतर अपनाये, उनमें से एक 'हँसते हुए सीखने' का था। उन्होंने ज्ञानप्रद मनोरंजन के माध्यम से साधकों की गलत विचारधारा और उनकी कमियों को विनोदपूर्वक प्रकट करते हुए सुधार दिया था।

एक अन्य अत्यन्त सुन्दर ढंग, उनका मौन रहने का था। उनके होंठ कभी भी, भूल कर भी कभी अपने शिष्य के दोषों की चर्चा नहीं करते थे। परन्तु फिर कभी मानसिक अनुकूलता के क्षण में, स्वामी जी उसे कोई एक पुस्तिका या चौपन्ना दे देते जिसमें वह व्यक्ति अपने ही दोष का वर्णन और उसको दूर करने का साधन पाता। अथवा कभी-कभी समूह में उपस्थित साधकों को सामान्य ढंग से उस सम्बन्धित दोष की चर्चा करते और साथ ही अपनी पारेन्द्रीय ज्ञान शक्तियों द्वारा उस साधक-विशेष को यह अनुभव करा देते कि यह संकेत विशेष रूप से उसी के लिए थे।

कभी-कभी साधक के निजी संशय, उसका अहं और अकृतज्ञता, उसे उस आशीर्वाद एवं कृपा से वंचित कर देते, जो गुरुदेव उस पर करना चाहते थे। ऐसे अवसरों पर करुणामय गुरुदेव उन बाधाओं को नष्ट कर देते जिससे कि साधक का हृदय शुद्ध हो जाता। परिशुद्धि की यह प्रक्रिया अत्यधिक कष्टप्रद थी, किन्तु गुरुदेव इसे कृपा का नकारात्मक पक्ष कहा करते थे।

शिष्य के अहंकार को दूर करने के लिए कभी-कभी वे 'झटका देने का ढंग' (किक मैथेड) भी अपनाते थे। यह झटका अथवा ठोकर अत्यन्त सूक्ष्म रूप में आता था, किन्तु सुस्पष्ट रूप में शिष्य के प्रिय अहंकार को महसूस हो जाता था। इसके फलस्वरूप यदि वह व्यक्ति पुन: विनम्र बन जाता तो स्वामी जी उसे उन्नत करने के लिए स्वयं उसके समक्ष झुक जाते थे।

यदि शिष्य जानबूझ कर गलती करता तो फिर स्वामी जी स्वैच्छिक उदासीन अथवा उपेक्षा का ढंग अपनाते। इससे शिष्य जलहीन मछली के समान तड़प महसूस करता। वह अनुभव करना आरम्भ कर देता कि सम्भवतया यह केवल गुरु-कृपा ही थी जो अब तक वह इतना प्रसन्नतापूर्वक रह रहा था। उसे पश्चात्ताप होना आरम्भ हो जाता और अपने-आपको सुधारने लग जाता। जब सुधार-प्रक्रिया पूर्ण हो जाती और साधक पुन: सही मार्ग पर आ जाता तो तत्काल गुरुदेव का उपेक्षा भाव स्नेह में परिवर्तित हो जाता और शिष्य एक बार फिर से अपने गुरु की जीवनदायिनी कृपा-वृष्टि में आनन्दित हो जाता।

कभी-कभी गुरुदेव शिष्य को उसकी मूढ़ता की जानकारी दिलाने और आध्यात्मिक जागरूकता में लाने के लिए उसे जोरदार झटका भी देते थे। यह एक कड़वा ढंग था जिसका करुणामय गुरुदेव प्रयोग तो करते थे, किन्तु बहुत ही कभी-कभी साधक को सही मार्ग पर लाने के लिए उसके मन पर इस प्रकार के कोड़े का प्रहार किया करते थे। उस उपेक्षा वाले ढंग के समय अथवा झटका देने वाले ढंग के समय शिष्य मानो मानसिक अग्निपरीक्षा में छोड़ दिया जाता था, किन्तु एक बार जब वह इस परीक्षा से बाहर निकलता तो पूर्णतया परिशुद्ध हो चुका होता था।

स्वामी जी जिन साधनों को उपयोग में लाया करते थे, उनमें से एक अत्यधिक अद्‌भुत साधक के मानसिक स्तर पर कार्य करने का होता था। एक ऐसा समय आता जब शिष्य यह अनुभव करने लग जाता था कि गुरुदेव उसके विचारों को अत्यन्त सक्रियतापूर्वक स्वयं बना रहे हों, उसे प्रत्येक पग पर निर्देश दे रहे हों। साधक के आध्यात्मिक विकास में यह अत्यन्त महत्त्वपूर्ण समय होता था। जितना अधिक शिष्य का मन गुरुदेव के प्रति समर्पित होता जाता, उतना ही अधिक गुरुदेव उस पर कार्यशील होते जाते। स्वामी शिवानन्द जी का अपने शिष्यों पर प्रभाव डालने का यह सूक्ष्मतम साधन[१] था।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

---

[१] बहुत बार स्वामी जी के शिष्य अत्यन्त सशक्त रूप में सपनों के माध्यम से अथवा विविध प्रकार के चमत्कारों से गुरुदेव के प्रभाव को अनुभव करते थे, यद्यपि यह कहना कठिन है कि यह सब प्रभाव डालने का कार्य गुरुदेव जानबूझ कर स्वेच्छा से करते थे अथवा उनके अनजाने ही सब-कुछ घटता था।

शिवानन्द-ज्ञानकोष :

धारणा – २

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

किसी एक निश्चित विचार या बिन्दु (विषय) पर मन को केन्द्रित करना धारणा है। वेदान्ती अपने मन को आत्मा पर स्थिर करते हैं। यही उनकी धारणा है। हठयोगी तथा राजयोगी अपने मन को षट्चक्रों पर केन्द्रित करते हैं और भक्त अपने इष्टदेवता पर मन केन्द्रित करते हैं। सभी प्रकार के साधकों के लिए धारणा नितान्त आवश्यक है।

धारणा में विभिन्न मानसिक तरंगों–वृत्तियों को एकत्रित कर धारणा के विषय पर संकेन्द्रित किया जाता है। तब मन का विक्षेप नष्ट हो जाता है। मन पर एक ही विचार का प्रभुत्व रहता है। मन की समग्र शक्ति उसी एक ही विचार पर केन्द्रित हो जाती है, इन्द्रियाँ शान्त हो जाती हैं तथा क्रियाशील नहीं रहतीं। जब धारणा गहन होती है, तब बाह्य परिवेश व संसार का एवं देह का भान भी नहीं रहता।

जब आप किसी पुस्तक का अध्ययन करने में तल्लीन होते हैं तो आपके निकट कोई चिल्लाता रहे या आपका नाम ले कर पुकारता रहे तो आपको सुनायी नहीं देता, अपने सम्मुख खड़ा व्यक्ति भी आपको दिखायी नहीं देता। निकटस्थ मेज पर रखे सुगन्धित पुष्पों की मधुर सुगन्धि से आप अनभिज्ञ होते हैं—धारणा यही है, मन की एकाग्रता भी यही है; क्योंकि मन दृढ़तापूर्वक एक ही विषय पर केन्द्रित है। जब आप भगवच्चिन्तन करें अथवा आत्मा या परमात्मा पर मन एकाग्र करें, तो आपकी धारणा इतनी ही गहन होनी चाहिए।

धारणा की क्षमता लगभग प्रत्येक व्यक्ति में होती है। पुस्तक पढ़ते, पत्र लिखते, टेनिस खेलते, कोई भी कार्य करते समय मनुष्य को मन एकाग्र करना पड़ता है; किन्तु आध्यात्मिक विषयों में धारणा के महत्तम स्तर की आवश्यकता रहती है।

शतरंज अथवा ताश खेलने में पर्याप्त एकाग्रता से काम लिया जाता है; किन्तु ऐसे कार्यों में मन लगाने से मन के विचार शुद्ध नहीं रहते। फिर दिव्य विचारों का तो प्रश्न ही नहीं उठता। मानसिक पवित्रता भी कोसों दूर रहती है। अपवित्र विचारों के कारण दिव्य जीवन के आनन्द का अनुभव नहीं हो पाता। मानसिक विचारों का सम्बन्ध बाह्य पदार्थों के साथ स्वाभाविक है। अतः आपको अपने मन में उच्च तथा आध्यात्मिक विचारों का कोष स्थापित करना होगा ताकि वैषयिक विचार मन में उठे ही नहीं। आपको भगवान् श्री कृष्ण, भगवान् बुद्ध के चित्र अपने सामने रखने होंगे, जिनसे आत्मा को ईश्वरोन्मुख करने वाले विचार मन में आते रहें। ताश तथा शतरंज तो धूर्तता, छल आदि के विचार ही उत्पन्न करेंगे।

धारणा के विषय

सुखासन में आसीन हो जाइए। अपने सामने इष्टदेवता की मूर्ति रख लीजिए। उसको अपलक निहारते रहिए। फिर नेत्र बन्द करके मूर्ति को अपने हृदय–सिंहासन पर विराजमान कर दर्शन कीजिए या दोनों भ्रूकुटियों के मध्य बिन्दु पर धारणा का अभ्यास कीजिए।

जब हृदय में विराजमान मूर्ति धूमिल होने लगे तो नेत्र खोल कर फिर से मूर्ति को निहारना आरम्भ कर दीजिए। एक क्षण के बाद फिर आँखें बन्द कर लीजिए, और इस प्रक्रिया का पुनः अभ्यास करिए।

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

आकाश में विचार सुरक्षित हैं

ज्योति-सन्तानो!

नमस्कार! ॐ नमो नारायणाय!

आप विचार-शक्ति के बल पर संसार को हिला सकते हैं। विचार में महाबल है। एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में वह संचारित किया जा सकता है। प्राचीन युग के महर्षियों और महायोगियों के शक्तिशाली विचार अब भी आकाश में सुरक्षित हैं। जिन योगियों को अगोचर वस्तुओं को देख सकने की आन्तरिक शक्ति सिद्ध हुई है, वे उन विचारों के प्रतिबिम्ब को देख सकते हैं तथा उन्हें पढ़ सकते हैं।

आपके चारों ओर विचारों का सागर है। आप विचार-सागर में तैर रहे हैं। आप उनमें से कुछ विचार तो ग्रहण कर रहे हैं और कुछ विचार संसार में प्रत्यावर्तित कर रहे हैं। प्रत्येक का अपना-अपना विचार-जगत् है।

विचार जीवित पदार्थ है

विचार जीवित पदार्थ है। कोई भी विचार उतना ही ठोस है, जितना एक पत्थर है। हम समाप्त हो सकते हैं, पर हमारे विचार कभी नहीं मिट सकते।

विचार के प्रत्येक परिवर्तन के साथ उसके तत्त्व में (मनस्तत्त्व में) कम्पन पैदा होता है। चूँकि विचार एक शक्ति है, उसे कार्य करने में एक विशेष प्रकार का सूक्ष्म पदार्थ आवश्यक होता है।

विचार जितना ही बलवान् होता है उतना ही शीघ्र वह फलित होता है। विचार को अमुक निश्चित दिशा में केन्द्रित करते हैं तो जिस अनुपात में हम केन्द्रित करते हैं उसी अनुपात में वह लक्ष्य सिद्ध करने में सफल होता है।

स्वामी शिवानन्द

१८

होली

होली का पर्व फाल्गुन मास की पूर्णिमा से दश दिन पहले प्रारम्भ होता है और पूर्णिमा के दिन समाप्त होता है। दक्षिण भारत में यह 'कामदहन' अर्थात् जिस दिन भगवान् शिव ने कामदेव को भस्म किया था, के नाम से जाना जाता है।

होली के साथ भक्त प्रह्लाद की नारायण भगवान् के प्रति गहन आस्थापूर्ण भक्ति की कथा भी जुड़ी हुई है। प्रह्लाद के पिता हिरण्यकश्यपु ने अपने पुत्र के भक्ति से परिपूर्ण मन को परिवर्तित करके सांसारिक बनाने के लिए तरह-तरह के कष्ट और दण्ड दिये, किन्तु वह अपने सभी प्रयत्नों में असफल रहा। अन्ततः उसने बहन होलिका, जिसको अग्नि के भीतर प्रवेश होने पर भी न जलने का वरदान प्राप्त था, को आज्ञा दी कि वह प्रह्लाद को गोद में ले कर दहकती हुई आग में बैठ जाये। उसने ऐसा ही किया और वह अग्नि में जल कर भस्म हो गयी, किन्तु प्रह्लाद मुस्कराता हुआ अप्रभावित बाहर निकल आया। नारायण भगवान् की कृपा से उस पर अग्नि का कुछ भी प्रभाव नहीं हुआ।

यही दृश्य प्रत्येक वर्ष लोगों को यह याद दिलाने के लिए दोहराया जाता है कि जो लोग भगवान् से प्रेम करते हैं, वे सुरक्षित रहेंगे और जो प्रभु के भक्तों को पीड़ित करते हैं, वे राख में मिला दिये जायेंगे। उत्तर भारत में लोग रंग भरे जल से प्रसन्नतापूर्वक खेलते हैं। रात को लकड़ियों का बहुत बड़ा ढेर एकत्रित करके, आग जलायी जाती है और इसी में से लोग थोड़ी-थोड़ी उत्सवाग्नि अपने घरों में ले जाते हैं। उनका विश्वास है कि इससे उनके गृह पवित्र और रोग रहित हो जायेंगे। लोग इस दिन होली के गीत विशेष रूप से रच कर गाते हैं।

होली हिन्दुओं का वसन्त ऋतु का त्योहार है, जब किसानों के खलिहान और अन्नागार भरपूर होते हैं। भगवद्गीता के अनुसार वसन्त ऋतु स्वयं भगवान् का स्वरूप है। समस्त वृक्ष मधुर सुगन्धि युक्त फूलों से लदे होते हैं। वह भगवान् की महिमा और उनके शाश्वत सौन्दर्य की उद्घोषणा करते हैं, आपको आशा, प्रसन्नता, नवजीवन की प्रेरणा देते हैं और इस प्रकार इन सबमें गुह्य रूप में विद्यमान उस रचयिता एवं अन्तर्वासी परमात्मा को खोजने की इच्छा, आपमें प्रदीप्त करते हैं। ऐसे अवसरों पर केवल रंग भरी पिचकारियाँ छोड़ने और उत्सवाग्नि प्रज्वलित ही न करते हुए सबको भगवान् की पूजा, पावन तीर्थों के दर्शन, पवित्र जल में स्नान, महात्माओं के सान्निध्य में सत्संग तथा निर्धनों को दान इत्यादि भी करना चाहिए।

होली के पर्व का धार्मिक पहलू भगवान् श्री कृष्ण की पूजा करना है। कई स्थानों पर इसे 'डोल यात्रा' भी कहते हैं। डोल का अर्थ 'झूला' है। इस दिन बालकृष्ण का विग्रह छोटे से पालने में रखते हैं और उस पालने को रंग-बिरंगे रूप में सुसज्जित करते हैं। वृन्दावन की गोपियों और श्री बालकृष्ण की भोलीभाली नटखट लीलाएँ की जाती हैं।

होली के त्योहार का सामाजिक पक्ष बड़े, छोटे, धनी, निर्धन सबको समान रूप से गले लगाते हुए एकता और समता का भाव प्रतिपादित करता है। यह त्योहार हमें शिक्षा देता है कि अतीत को अतीत में जाने दें, जाने वाले वर्ष के साथ ही मन से कड़वाहट को निकाल फेंकें और नये वर्ष को प्रेम, सहानुभूति, सहयोग और समानता की भावनाओं सहित प्रारम्भ करें। परमात्मा के साथ भी इस ऐक्य और अपनत्व के भाव को अनुभव करने का प्रयास करें।

होली का अर्थ 'बलिदान' अथवा 'त्याग' से भी है। अहंकार, दम्भ, वासना इत्यादि जैसी मन की अशुद्धियों को भक्ति और ज्ञान की अग्नि में भस्म कर दें। वैश्व प्रेम, दया, विशाल हृदयता, नि:स्वार्थता, सत्यता और पवित्रता को योगाग्नि द्वारा प्रज्वलित करें। ईशप्रेम को अपने हृदय में सदैव प्रज्वलित रखने का होली हमें आह्वान देती है। आन्तरिक आध्यात्मिक प्रकाश ही सच्ची होली है।

निम्नांकित संकेतों के अनुसार वर्गपहेली भरिए—

बायें से दायें

१. आन्तरिक आध्यात्मिक प्रकाश

२. होली का एक अन्य अर्थ

३. दक्षिण भारत में होली का नाम

४. वह ऋतु जो भगवान् का स्वरूप है

५. होली के त्योहार का सामाजिक पक्ष

ऊपर से नीचे

६. जिसको अग्नि के भीतर प्रवेश होने पर भी न जलने का वरदान प्राप्त था

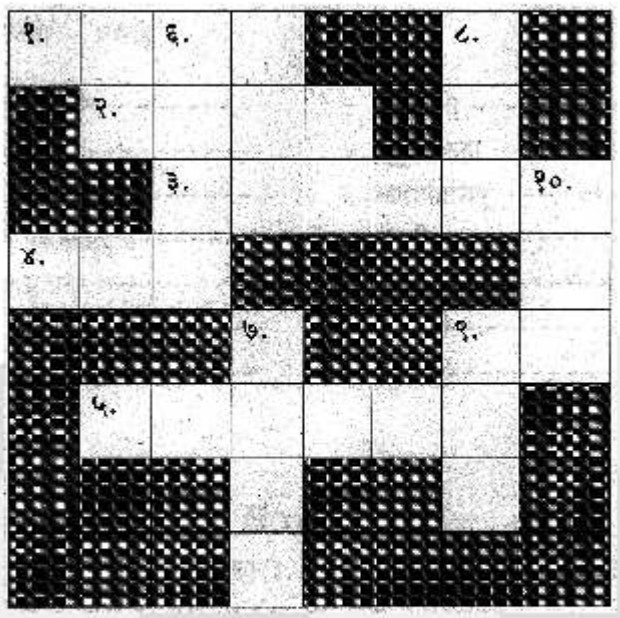
७. होली का एक अन्य नाम

८. होली का पर्व कौन से मास में आता है

९. भगवान् नारायण का भक्त

१०. कौन से भगवान् की पूजा होली के पर्व के धार्मिक पहलू से सम्बन्धित है

स्वामी शिवानन्द



विस्तृत दृष्टिकोण रखिए

सेवा-परायण जीवन बिताइए। सेवा के लिए अपने हृदय को **उत्साह** तथा प्रेरणा से ओत-प्रोत कर डालिए। हर क्षण सर्वशक्तिमान् प्रभु को याद रखिए।

अपने **चरित्र** का निर्माण कीजिए। उचित व्यवहार कीजिए। दया, **उदारता, सहानुभूति, सहनशीलता** तथा **नम्रता** का विकास कीजिए। अपने अभिमान के छोटे से दायरे से निकल जाइए और विस्तृत **दृष्टिकोण** रखिए। **शिष्टतापूर्वक विनीत** तथा मधुर शब्दों का उच्चारण कीजिए। अनावश्यक कामनाओं तथा विचारों को नष्ट कर डालिए।

अपने **आदर्शों, सिद्धान्तों** तथा विचारों पर **दृढ़तापूर्वक** डटे रहिए। समस्त जगत् के विरोध करने पर भी अपने **संकल्प** से विचलित न होइए। **सदाचार** तथा दिव्य जीवन के सिद्धान्तों पर साहस के साथ डटे रहिए। एक गुरु के उपदेश का **पालन** कीजिए। आप परब्रह्म को प्राप्त करेंगे। ***स्वामी शिवानन्द***

उपर्युक्त गद्यांश में गहरे काले रंग में दिये गये शब्दों के अक्षरों का क्रम बदलकर नीचे लिखा गया है। इन्हें पुनः सही रूप में लिखिए –

हत्उसा – उत्साह

१. चादारस--------- २. द्धान्तोंसि ---------
३. नीतवि---------- ४. पूदृर्वढ़कता --------
५. नपाल---------- ६. कतार्वष्टशिपू --------
७. हशीनतालस------- ८. त्रचरि----------
९. म्रतान---------- १०. हाभूतिसनु---------
११. शोंदआ--------- १२. रतादाउ----------
१३. णष्टिदृको-------- १४. पल्संक----------

वर्गपहेली का उत्तर

१. सच्ची होली २. होलिका ३. वसन्त ४. कामदहन ५. प्रह्लाद
६. बलिदान ७. गले लगाना ८. डोल यात्रा ९. फाल्गुन
१०. श्री कृष्ण

दधीचि की तरह बनना

(स्वामी रामराज्यम्)

पिप्पलाद महर्षि दधीचि के पुत्र थे। पिप्पलाद अपनी माता सुवर्चा से सुना करते थे अपने पिता की असाधारण गाथा—किस प्रकार वृत्रासुर के वध के इच्छुक देवताओं की प्रार्थना पर दधीचि योग-बल से अपने प्राणों का त्याग करने के लिए सहमत हो गये थे; किस प्रकार विश्वकर्मा ने उनके शरीर की हड्डियों से वज्र बनाया था और किस प्रकार उस वज्र से इन्द्र द्वारा वृत्रासुर मारा गया था। यह वर्णन करते-करते वह प्रायः कहा करती थी—''बेटा, इतनी त्याग-भावना थी महर्षि में। तुम कितने भाग्यशाली हो कि ऐसे पिता के पुत्र बने!''

यह सुन कर पिप्पलाद को गर्व का अनुभव नहीं होता था, बल्कि उन्हें देवताओं पर क्रोध आता था। वह सोचा करते थे—''ये स्वार्थी देवता! इन्होंने वृत्रासुर को मारने के लिए मेरे पिता को बहकावे में डाल कर उनके प्राण ले लिये। मैं प्रतिशोध लूँगा, सब देवताओं को नष्ट कर डालूँगा।''

और, एक दिन देवताओं को नष्ट करने का संकल्प ले कर वह गौतमी नदी के तट पर बैठ गये और तपस्या करने लगे।

लम्बे समय तक वह तपस्या करते रहे। एक दिन शंकर भगवान् प्रकट हो गये। पिप्पलाद बोले—''प्रभु! यदि आप मुझ पर प्रसन्न हैं, तो अपना तीसरा नेत्र खोल कर प्रलय की आग प्रज्वलित कर दें और इन स्वार्थी देवताओं को नष्ट कर दें।''

शंकर भगवान् ने कहा—''पुत्र, मुझसे ऐसा करने को न कहो; क्योंकि प्रलय की जिस आग से देवता भस्म होंगे, उससे पूरा विश्व भी भस्म हो जायेगा।''

पिप्पलाद का उत्तर था—''हो जाने दें ऐसा। मुझे न देवताओं से कोई मतलब है, न इस विश्व से। मैं देवताओं से प्रतिशोध लेना चाहता हूँ। कृपया मेरी यह मनोकामना पूर्ण करें।''

शंकर भगवान् थोड़ा हँसे, फिर बोले—''तुम्हें मेरे प्रचण्ड रूप का पूरा-पूरा अनुभव नहीं है। उसी रूप से प्रलय की आग निकलती है। पहले मेरे इस रूप का अपने हृदय में अनुभव करो और प्रलय की आग की उष्णता को सहन करने का प्रयास करो।''

पिप्पलाद ने उनके प्रचण्ड रूप का दर्शन अपने हृदय में किया। उन्हें लगा कि वे कुछ ही क्षणों में भस्म हो जायेंगे। उनका पूरा शरीर काँपने लगा। वह शंकर भगवान् को आर्त स्वर से पुकारने लगे। थोड़ी ही देर बाद शंकर भगवान् उनके सामने प्रकट हो गये।

पिप्पलाद बोले—''यह क्या भगवान्! मैंने देवताओं को भस्म करने के लिए आपका आवाहन किया था, आप तो मुझे ही भस्म करने लगे!''

तब शंकर भगवान् ने उन्हें समझाया—''विनाश किसी एक स्थान से ही प्रारम्भ हो कर व्यापक बनता है। और, वह उसी व्यक्ति से प्रारम्भ होता है जो विनाश की कामना करता है। देवताओं के विनाश की कामना तुमने की। इस कारण विनाश तुम्हीं से प्रारम्भ हुआ। दूसरों के अमंगल की कामना करने पर पहले अपना ही अमंगल होता है। अपने पिता का अनुकरण करो। उन्होंने देवताओं के मंगल (कल्याण) की कामना की। उनके मंगल के लिए उन्होंने अपने शरीर का त्याग कर दिया। तुम भी उनकी तरह दूसरों के मंगल की कामना करो। फिर तुम्हारा भी मंगल होगा।''

बच्चो, दधीचि की तरह बनना, पिप्पलाद की तरह नहीं। दधीचि की तरह बनोगे, तो अनेकों का कल्याण कर सकोगे। पिप्पलाद की तरह बनोगे, तो दूसरों की कौन कहे, अपना भी कल्याण नहीं कर सकोगे। दधीचि थे वर्षा की बूँदों की तरह जो खेतों की प्यास बुझाती हैं, अन्य प्राणियों की भी प्यास बुझाती हैं। पिप्पलाद थे ओलों की तरह जो गिर कर स्वयं नष्ट होते हैं और खेती को भी नष्ट करते हैं। □ □ □

मुख्यालय आश्रम में महाशिवरात्रि महोत्सव

परात्मानमेकं जगद्बीजमाद्यं निरीहं निराकारमोङ्कारवेद्यम्।
यतो जायते पाल्यते येन विश्वं तमीशं भजे लीयते यत्र विश्वम्।।

''मैं उन भगवान् की उपासना करता हूँ जो परम आत्मा हैं, एकमेव हैं, विश्व के आदि कारण, निराकार, अरूप हैं, जो ॐ द्वारा जाने जाते हैं, जिनसे यह जगत् उत्पन्न होता है, जिनमें यह जगत् स्थित है और जिनमें ही लय हो जाता है।''

महाशिवरात्रि का पावन पर्व मुख्यालय आश्रम में २४ फरवरी २०१७ को अत्यन्त श्रद्धा, भक्ति एवं हर्षोल्लास सहित मनाया गया। महोत्सव के मंगलाचरण के रूप में १९ से २३ फरवरी तक प्रति दिन दो घण्टे पंचाक्षरी मन्त्र **'ॐ नमः शिवाय'** का संकीर्तन श्री विश्वनाथ मन्दिर परिसर में किया गया।

महाशिवरात्रि का कार्यक्रम प्रातः ५ बजे प्रार्थना एवं ध्यान तथा उसके उपरान्त तुरन्त प्रभातफेरी से प्रारम्भ हुआ। आश्रम यज्ञशाला में विश्व-शान्ति और मानव-कल्याण हेतु हवन भी किया गया। प्रातः ७ से सन्ध्या ६ बजे तक श्री

विश्वनाथ मन्दिर में किये जाने वाले पंचाक्षरी सामूहिक कीर्तन से समस्त भक्तों के हृदयों एवं आश्रम परिसर को शिवमय बना दिया।

रात्रि ८ बजे अत्यन्त सुरुचिपूर्वक फूलहार और पुष्पगुच्छों एवं रंगबिरंगे विद्युत् प्रकाश से इस शुभ अवसर हेतु सुसज्जित श्री विश्वनाथ मन्दिर में मुख्य कार्यक्रम प्रारम्भ हुआ। रुद्रम् और चमकम् मन्त्रोच्चारण सहित चार प्रहरों में चार महापूजाएँ सम्पन्न की गयीं। भारत और विदेशों से भारी संख्या में सद्गुरुदेव के पावन स्थल पर महाशिवरात्रि में सम्मिलित होने के लिए अत्यन्त उत्साहपूर्वक भक्त जन एकत्रित हुए। प्रत्येक भक्त को निजी रूप से अभिषेक और अर्चना करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। पूरी रात पावन पंचाक्षरी मन्त्र और भगवान् शिव की महिमा का वर्णन करने वाले स्तोत्र, भजन, संकीर्तन एवं स्तुति-गान मन्दिर प्रांगण में चलते रहे जिससे भक्तों के हृदय अवर्णनीय शान्ति और आनन्द से आपूरित हो गये। प्रात: ४ बजे मंगल आरती तथा अन्नपूर्णा भवन में पावन प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सद्गुरुदेव और भगवान् शिव की कृपा सभी पर हो!

मुख्यालय आश्रम में ऋग्वेद पारायण

महाशिवरात्रि के पावन उत्सव के उपलक्ष्य में १९ से २७ फरवरी २०१७ तक श्री विश्वनाथ मन्दिर में ऋग्वेद का पारायण किया गया। त्रिवेन्द्रम, केरला के श्री वी. के. कृष्णन् नम्बूदरी जी ने अत्यन्त श्रद्धापूर्वक परम्परानुसार स्वर सहित ऋग्वेद (शाकला शाखा) के सभी दश मण्डलों का पारायण किया।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव के आशीर्वाद सब पर हों!

मुख्यालय आश्रम में तिरुवाचकम् पारायण

महाशिवरात्रि के एक अंग के रूप में २६ फरवरी २०१७ को श्री विश्वनाथ मन्दिर में, महान् सन्त मन्निकवाचक द्वारा भगवान् शिव की महिमा-वर्णन की अत्यन्त सुन्दर रचना 'तिरुवाचकम्' का पारायण किया गया। डी एल एस करीकुडी, तमिलनाडु शाखा से श्री अरुणाचलम ने ३२ अन्य भक्तों के साथ मिल कर तिरुवाचकम् पारायण की प्रेमपूर्ण सेवा समर्पित की।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव के आशीर्वाद सब पर हों!

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

श्रद्धेय ज्ञानेश्वरी माता जी के प्रेमपूर्ण आमन्त्रण पर परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज जनवरी २०१७ के तीसरे सप्ताह में आन्ध्र प्रदेश के ईस्ट गोदावरी जिले में स्थित तोतापल्ली हिल्ज़ के शान्ति आश्रम के शताब्दी महोत्सव में सम्मिलित होने के लिए गये। शान्ति आश्रम की स्थापना वर्ष १९१७ में, 'व्यक्तिगत शान्ति के माध्यम से विश्व-शान्ति का विकास' करने के लक्ष्य को ले कर परम पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के ही समकालीन, परम पूज्य श्री श्री स्वामी ओंकार जी महाराज ने की थी। सद्गुरुदेव द्वारा यह वर्णन भी मिलता है कि वे अपने परिव्राजक काल के समय कुछ मास श्री शान्ति आश्रम में रहे थे।

परम पूज्य श्री श्री स्वामी ओंकार जी महाराज के बार-बार अनुरोध करने पर, परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज ने १९८३ में श्री शान्ति आश्रम का सम्मानार्थ प्रदत्त अध्यक्ष पद स्वीकार कर लिया था। परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज प्रत्येक वर्ष परम पूज्य श्री श्री स्वामी ओंकार जी महाराज के जन्म दिवस के महोत्सव पर २१ जनवरी, जो कि आश्रम का वार्षिकोत्सव भी हुआ करता था, को कार्यक्रम की अध्यक्षता के लिए जाया करते थे। वर्ष २००३ में पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने २१ जनवरी के महोत्सव कार्यक्रम के लिए अपने प्रतिनिधि के रूप में श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज को श्री शान्ति आश्रम जाने का अनुरोध किया। तभी से श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज प्रत्येक वर्ष श्री शान्ति आश्रम जा रहे हैं।

इस वर्ष, आश्रम का शताब्दी वर्ष होने के कारण १७ से २१ जनवरी तक पाँच दिवसीय विशेष कार्यक्रम परम पूज्य श्री स्वामी ओंकार जी महाराज के सामान्य जन्मोत्सव-कार्यक्रम के अतिरिक्त आयोजित किया गया था। श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने श्री शान्ति आश्रम की पूज्य श्री ज्ञानेश्वरी माता जी की उपस्थिति में कार्यक्रम की अध्यक्षता की। श्री व्यास आश्रम के पूज्य श्री स्वामी परिपूर्णानन्द गिरी जी महाराज, आनन्दाश्रम के पूज्य श्री स्वामी मुक्तानन्द जी महाराज, महामहोपाध्याय श्री स्वामी तत्त्वविदानन्द सरस्वती जी महाराज, श्री स्वामी स्मरणानन्द गिरी जी महाराज योगदा सत्संग के तथा बहुत से अन्य विद्वानों ने कार्यक्रम में भाग लिया और प्रवचन भी दिये। सभाध्यक्ष होने के नाते श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने प्रत्येक दिन आशीर्वचन दिये। प्रत्येक सन्ध्या में विद्यार्थियों द्वारा प्रस्तुत सांस्कृतिक कार्यक्रमों के साथ-साथ अष्टादश वीणा सम्मेलन, अन्नमाचार्य कीर्तन, अखण्ड नाम संकीर्तन इत्यादि भी हुए। परम पूज्य श्री श्री स्वामी ओंकार जी महाराज के समाधि मन्दिर में पारम्परिक पूजा भी अर्पित की गयी। श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने आश्रम के नवनिर्मित स्वागत भवन का भी उद्घाटन किया। कार्यक्रम के अन्तिम दिवस पर पूज्य श्री ज्ञानेश्वरी माता जी ने अपने प्रवचन में अत्यन्त श्रद्धापूर्वक परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के आश्रम में हुए आगमनों के संस्मरणों का वर्णन किया। उन्होंने श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज के शान्ति आश्रम के प्रति निरन्तर सहयोग के लिए हार्दिक आभार प्रकट किया। उस दिन लगभग २०,००० लोगों ने पावन प्रसाद ग्रहण किया।

शान्ति आश्रम के कार्यक्रम के उपरान्त श्री स्वामी जी महाराज अपने साथियों सहित डी एल एस की माधवपत्तनम् और काकिनाडा शाखाओं में आयोजित सत्संगों में सम्मिलित होने के लिए पहुँचे जहाँ भक्त जन अत्यन्त व्यग्रतापूर्वक उनकी प्रतीक्षा कर रहे थे। आगामी दिवस सीमाचलम् मन्दिर-दर्शन के उपरान्त श्री स्वामी जी महाराज विशाखपत्तनम् की डी एल एस ग्रामीण शाखा में गये और वहाँ के भक्तों के साथ सत्संग किया। सायंकाल में ब्रह्मलीन परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज के समाधि-स्थान के दर्शन के लिए कोत्तपेन्टा आश्रम गये तथा वहाँ के भक्तों को संक्षिप्त आशीर्वचन देने के उपरान्त विजाग लौट आये। आगामी दिन श्री स्वामी जी महाराज विजयनगरम् डी एल एस शाखा में गये और बाद में श्रीकाकुलम जिले के सुरवरम् गाँव गये जहाँ लगभग १५०० भक्त श्री स्वामी जी महाराज के सत्संग में सम्मिलित हुए। वहाँ से लौटते समय श्री स्वामी जी महाराज डी एल एस के लेदम केन्द्र में गये और वहाँ

के भक्तों से मिले। उसी सन्ध्या को डी एल एस रामनगर जो कि विजाग की प्रमुख शाखा है, में सत्संग किया। श्री स्वामी जी महाराज के वार्षिक भ्रमण से डी एल एस की इन शाखाओं में पुनरुत्साह तथा भक्तों में नव-प्रेरणा का संचार हो गया।

श्री स्वामी जी महाराज और उनके साथ चलने वाली मण्डली यहाँ से हैदराबाद होते हुए करीमनगर पहुँची। जनवरी २०१६ में ४२ वाँ अखिल तेलगु दिव्य जीवन संघ सम्मेलन करीमनगर के सच्चिदानन्द आश्रम में हुआ था। सम्मेलन के सफलतापूर्वक सम्पन्न होने की धन्यवादाभिव्यक्ति के रूप में सम्मेलन समिति के सदस्यों ने आश्रम में स्थित हनुमान जी की प्रतिमा के चतुर्दिक् मन्दिर निर्माण करने का निश्चय किया था। श्री स्वामी जी महाराज ने २६ जनवरी को इस नव-निर्मित मन्दिर का उद्घाटन किया और सत्संग भी किया। उसी सन्ध्या को श्री स्वामी जी महाराज ने 'इन्डियन मेडिकल एसोशियेशन हाल, करीमनगर' में प्रगना भारती द्वारा आयोजित कार्यक्रम में 'अवर धर्मा एण्ड अवर नेशन' (हमारा धर्म और हमारा राष्ट्र) विषय पर प्रवचन दिया जिसे सुप्रसिद्ध चिकित्सकों, इंजीनियरों, चार्टड एकाउंट्स, अध्यापकों तथा अन्य विविध क्षेत्रों से सम्बन्धित लोगों ने श्रवण किया। २७ जनवरी को श्री स्वामी जी महाराज ने 'निगमा कॉलेज ऑफ़ इंजनीयरिंग एण्ड टेक्नौलोजी' में २००० के लगभग एकत्रित विद्यार्थियों को 'धर्मा एज़ वैल्यू ऑफ़ लाइफ' (जीवन-मूल्यों के रूप में धर्म) विषय पर सम्बोधित किया।

करीमनगर से अपने साथियों सहित श्री स्वामी जी महाराज २८ से ३० जनवरी २०१७ तक होने वाले ४३ वें अखिल तेलगु डिवाइन लाइफ सोसायटी सम्मेलन में भाग लेने के लिए बीरमगुडा हैदराबाद में स्थित शिवानन्द आश्रम में पहुँचे। यह आश्रम पूज्य श्री स्वामी राजेश्वरानन्द जी महाराज, जिन्होंने सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज से संन्यास दीक्षा प्राप्त की थी, द्वारा संस्थापित किया गया था और उनकी यह प्रबल इच्छा थी कि बीरमगुडा आश्रम में आध्यात्मिक सम्मेलन हो। किन्तु दुर्भाग्यवश सम्मेलन से एक मास पहले ही उनका देहान्त हो गया तथापि उनके शिष्यों और भक्तों ने स्वयं अपने ऊपर इसका दायित्व लेते हुए अत्यन्त भव्य रूप में सफलतापूर्वक सम्मेलन सम्पन्न किया। तीन दिवसीय इस सम्मेलन में लगभग २००० भक्तों ने भाग लिया जिसमें दिन में विशिष्ट विद्वान् और सन्तों के प्रवचन हुए तथा सन्ध्या में विद्यार्थियों द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किये गये।

उसके उपरान्त, श्री स्वामी जी महाराज बंगलूरु की ओर अग्रसर हुए तथा वहाँ डी एल एस शाखा के भक्तों को सायं के सत्संग में ३१ जनवरी को आशीर्वादित किया। सत्संग से पूर्व वहाँ शाखा भवन की दूसरी मंजिल पर उस निर्माणाधीन चिदानन्द शताब्दी हॉल के चल रहे निर्माण-कार्य का निरीक्षण किया, जिसकी आधारशिला उन्होंने गत वर्ष रखी थी। वे उसके शिल्पकार, ठेकेदार और मजदूरों से भी मिले और उन्हें शीघ्र कार्य पूर्ण करने के लिए प्रोत्साहित किया। आगामी दिन श्री स्वामी जी महाराज मैगलोर होते हुए आनन्दाश्रम की ओर बढ़े। आनन्दाश्रम जाने से पहले श्री स्वामी जी महाराज और मण्डली ने उडुपी कृष्ण मन्दिर, श्री मूगाम्बिका, शृंगेरी और धर्मस्थल के श्री मंजुनाथ मन्दिर के दर्शन किये। आनन्दाश्रम के दो दिवसीय आवासकाल में श्री स्वामी जी महाराज ने विशेष सत्संग किये तथा राम नाम संकीर्तन में भी सम्मिलित हुए। वहाँ से श्री स्वामी जी महाराज गुरुवायूर गये और श्री कृष्ण दर्शन किये। उसके उपरान्त अद्वैताश्रम तथा कालीकट में लोकाथुर गये और एक दिन वहाँ रुके। आश्रम के आध्यात्मिक गुरु श्री स्वामी चिदानन्द पुरी जी महाराज उस क्षेत्र में अत्यन्त निष्ठा सहित अद्वैत दर्शन के प्रचार-प्रसार में संलग्न हैं। आगामी दिवस कालीकट के मार्ग से त्रिवेन्द्रम की ओर चले जहाँ चिन्मय मिशन के भक्तों के साथ संक्षिप्त सत्संग हुआ। त्रिवेन्द्रम के दो दिवसीय आवासकाल में आने वाले भक्तों के साथ श्री स्वामी जी महाराज ने अनौपचारिक रूप में श्रीमद्भागवत पर सत्संग किया तथा सम्प्रदाय भजनों में सम्मिलित हुए। १२ फरवरी को श्री स्वामी जी महाराज नय्यर डैम शिवानन्दा योग वेदान्त सेंटर गये। १४ फरवरी २०१७ को श्री स्वामी जी महाराज मुख्यालय आश्रम वापस पहुँच गये।

* * *

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

डी एल एस मुख्यालय के उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज भारत में सांस्कृतिक यात्रा पर गये।

११ जनवरी २०१७ को श्री स्वामी जी महाराज ओडिशा राज्य के भुवनेश्वर में 'शिवानन्द सैन्टेनरी बॉयज़ हाई स्कूल, खण्डगिरि' गये। वहाँ श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यालय की प्रबन्धक समिति के कुछ सदस्यों तथा अन्य महत्त्वपूर्ण कार्यकर्ताओं से विद्यालय सम्बन्धी अत्यन्त महत्त्वपूर्ण विषयों पर विचार-विमर्श किया। १६ जनवरी को विद्यालय के छात्रावास के नये भवन के निर्माण हेतु भूमिपूजन में श्री स्वामी जी महाराज सम्मिलित हुए।

२४ जनवरी को विद्यालय का ३३ वाँ वार्षिकोत्सव था। श्री स्वामी जी महाराज ने अध्यक्ष पद सुशोभित करते हुए इस कार्यक्रम में भाग लिया।

२८ जनवरी को विद्यालय द्वारा पत्रकार सम्मेलन (प्रैस कॉन्फ्रेंस) आयोजित किया गया था। श्री स्वामी जी महाराज ने इसकी अध्यक्षता की और पत्रकार-प्रतिनिधियों को सम्बोधित किया। यह मुख्यतया विद्यालय की गतिविधियों पर प्रकाश डालने के सम्बन्ध में थी और विशेष रूप से स्टेट बोर्ड सैकिन्डरी एज्यूकेशन के अन्तर्गत उड़िया माध्यम से परिवर्तित करके सी बी एस ई के अन्तर्गत अँगरेजी माध्यम में कर देने के विषय में थी।

३१ जनवरी को श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यालय की प्रबन्धक समिति की गोष्ठी में भाग लिया।

'सेन्ट ज़ेवियर इन्टरनेशनल स्कूल' १५ जनवरी को अपना स्थापना दिवस तथा अपने संस्थापक श्रद्धेय डा. बद्रीनाथ पटनायक जी का जन्म दिवस मना रहा था। उनके सप्रेम आग्रह एवं आमन्त्रण पर श्री स्वामी जी महाराज ने समारोह में सम्मिलित होते हुए आशीर्वचन दिये।

१७ जनवरी को श्री स्वामी जी महाराज पुरी पहुँच कर चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम बालिगुआली गये। वहाँ के कार्यभारी सम्माननीय श्री स्वामी जितमोहानन्द जी महाराज के साथ आश्रम प्रबन्ध से सम्बन्धित विचार-विमर्श किया।

श्री गोवर्धन मठ, पुरी शंकराचार्य पीठ की विमलम्बा देवी के नव-निर्मित मन्दिर का १८ से २० जनवरी तक प्रतिष्ठा समारोह था। इस पावन अवसर के उपलक्ष्य में परम पूज्यपाद श्रीमद् जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी निश्चलानन्द जी महाराज की अध्यक्षता में त्रिदिवसीय आध्यात्मिक सम्मेलन आयोजित किया गया था। इस पावन महोत्सव की 'महोत्सव समिति' ने श्री स्वामी जी महाराज को विशिष्ट अतिथि के रूप में आमन्त्रित किया था। तदनुसार श्री स्वामी जी महाराज पूर्वाह्न उद्घाटन सत्र में १८ जनवरी को सम्मिलित हुए और उपस्थित श्रोताओं को सम्मेलन के विषय, ''भारत का सुशिक्षित, सुसंस्कृत, समृद्ध, सेवापरायण, सुस्वस्थ एवं सर्वहितैषी पूर्णसुविकसित भव्य स्वरूप में निर्माण करना'' पर सम्बोधित किया। श्री स्वामी जी महाराज ने परम पूज्यपाद जगद्गुरु शंकराचार्य श्री स्वामी निश्चलानन्द सरस्वती महाराज के दर्शन भी किये।

उसी दिन श्री स्वामी जी महाराज भागवत आश्रम गये तथा परम पूज्य बाबा श्री चैतन्य चरण दास जी महाराज के भी दर्शन किये।

फरवरी मास में श्री स्वामी जी महाराज पश्चिम बंगाल में 'पश्चिम बंगाल डिवाइन लाइफ सोसायटी' द्वारा आयोजित १६ से २० तक हमीरगाची में होने वाले वार्षिक साधना शिविर में भाग लेने के लिए १५ फरवरी को वहाँ गये। श्री स्वामी जी महाराज ने १६ को शिविर का उद्घाटन करते हुए भागीदारों को उद्घाटन प्रवचन दिया। १७ से १९ तक प्रात:काल, पूर्वाह्न सत्र तथा सायंकालीन सत्र में श्री स्वामी जी महाराज के ध्यान से सम्बन्धित विषयों पर प्रवचन हुए। समापन दिवस, २० को श्री स्वामी जी महाराज ने प्रात:कालीन सत्र में प्रवचन तथा दोपहर को समापन सत्र में भी आशीर्वचन दिये। इस सम्मेलन में पश्चिम बंगाल, भारत के अन्य प्रान्तों तथा विदेश के साधकों ने भी भाग लिया। सभी साधकों के लिए यह सम्मेलन अत्यन्त लाभप्रद रहा।

* * *

आन्ध्र प्रदेश और तेलंगाना प्रान्त का ४३ वाँ डिवाइन लाइफ सोसायटी आध्यात्मिक सम्मेलन

आन्ध्र प्रदेश और तेलंगाना प्रान्त का ४३ वाँ डिवाइन लाइफ सोसायटी आध्यात्मिक सम्मेलन २८ से ३० जनवरी २०१७ तक हैदराबाद के बाह्य क्षेत्र में स्थित बीरमगुडा हिल्ज़ में स्थित डिवाइन लाइफ सोसायटी शाखा के शिवानन्द सत्संग सोसायटी आश्रम में आयोजित किया गया। डी एल एस मुख्यालय के महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने डिवाइन लाइफ सोसायटी के ध्वजारोहण एवं दीप प्रज्वलन सहित २८ जनवरी २०१७ को सम्मेलन का उद्घाटन किया।

सम्मेलन के दैनिक कार्यक्रमों में प्रात:कालीन ध्यान सत्र, नगर संकीर्तन, योगासन और प्राणायाम, गीता पाठ, श्री विष्णुसहस्रनाम, श्री ललितासहस्रनाम एवं हनुमान चालीसा पाठ, सुप्रसिद्ध सन्तों एवं विद्वानों के प्रवचन तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम सम्मिलित किये गये थे। परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए तीनों दिन आशीर्वचन दिये।

सम्मेलन के समय श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज द्वारा तीन पुस्तकों, 'दिव्योपदेशम्', 'श्री गुरुपाद पूजा', 'वन्दनम चिदानन्दम्' और एक स्मारिका 'दिव्य दर्शनम्' का भी विमोचन किया गया।

आन्ध्र प्रदेश और तेलंगाना के सभी भागों से लगभग १००० की पर्याप्त संख्या में प्रतिनिधियों ने भाग लिया। आचार्य कसिरेड्डी वेंकट रेड्डी गारू जी ने सम्मेलन के संचालन का तथा श्री टिप्पाराजू कोंडल राव जी ने सह-संचालन का कार्यभार वहन किया।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव की कृपा सभी पर हों! ♣ ♣ ♣

'शिवानन्द होम' द्वारा सेवा

'शिवानन्द होम' उन एकाकी एवं मरणासन्न लोगों की प्रेमपूर्ण देख-रेख का एक केन्द्र है, जो सड़क के किनारे पड़े मिलते हैं, जिनकी देख-रेख करने वाला कोई नहीं है, जिन लोगों के रहने के लिए कोई घर नहीं है, जिनका न तो स्थायी और न ही अस्थायी रूप से कोई ठिकाना है, जो रोगग्रस्त हो जाते हैं, गुम हो जाते हैं अथवा अपने परिवार द्वारा त्याग दिये जाते हैं। ***—स्वामी चिदानन्द***

अचानक वह 'शिवानन्द होम' के मुख्य द्वार के एकदम सामने आ खड़े हुए। प्रात:काल का समय था, ठण्ढी बर्फीली तीव्र वायु चल रही थी। वे माँ-बेटी थीं, लगभग तीस और तीन वर्ष की आयु की। कहाँ से वे आयीं और किसने यहाँ के बारे में बताया? वह बता नहीं पायीं, यह सब-कुछ। माँ ने बेटी का नाम तो बताया, किन्तु अपना नाम स्मरण न कर पायी। गत रात्रि कहाँ व्यतीत की, यह भी एक रहस्य ही बना रहा। उसने बताया कि वह उलझन में और परेशानी में थी। बस इतना ही कह पा रही थी कि मेरी बच्ची को दूध दे दो। कोई भी सामान उनके पास नहीं था, शरीर पर पहने हुए वस्त्रों के अतिरिक्त, और वस्त्र भी इधर-उधर से लिये हुए प्रतीत होते थे, मर्दाना कपड़े और वह भी बेहद ढीले और बड़े। दूध-बिस्कुट खा लेने और गर्म जल से स्नान कर लेने के बाद वह आराम करने लगीं। एक-दूसरी से चिपट कर दोनों पड़ी हुई थीं। माँ थकीमाँदी और उदास थी, बेटी ने प्रसन्नचित हो कर इधर-उधर भागना आरम्भ कर दिया।

एक अन्य महिला रोगी भी इस माह भरती की गयी जो बायीं ओर के पक्षाघात, जोड़ों के दर्द, उच्च रक्तचाप, कब्ज़ और श्वास रोग से ग्रसित थी। वह पूरी तरह से शैयाग्रस्त थी और शरीर को हिला पाने और स्वयं खा-पी सकने में असमर्थ थी, किन्तु अपने बिस्तर में बैठ कर सामने पड़े टीवी में भगवान् शिव की कथाएँ देखने में प्रसन्न थी।

माँ-बेटी भी धीरे-धीरे रच-बस गयीं, बाद में उन्हें स्वास्थ्य केन्द्र में भी दिखाया जाने लगा। बूढ़ी माँ अन्य अन्तेवासी दीदियों और दादियों से परस्पर मित्रता स्थापित करने लगी, अन्य उन सबने उसके जीवन और परिवार की कहानियों में रुचि लेते हुए परस्पर वार्तालाप करने के साथ-साथ बूढ़ी माँ की दैनिक आवश्यकताओं की देख-रेख करनी आरम्भ कर दी और सब परस्पर हिल-मिल गये।

गुरुदेव ने रक्षा की। गुरुदेव ने परस्पर मिलाया। एक नया प्रारम्भ, एक नया घर, नया परिवार। उनकी सुरक्षा और आशीर्वाद उन सब पर हो जो पीड़ित हैं, जो कष्ट में हैं, जो रोगग्रस्त हैं, निराश हैं, अवसाद में हैं और एकाकी हैं। प्रार्थना है कि सभी अपने अन्तर्मन में विद्यमान उस उपस्थिति को जानें जो मूक स्वर में आपको धैर्य बँधाती और आपकी देख-रेख करती है, जो प्रत्येक को प्रेरणा और निर्देश देती है! ॐ सद्गुरुदेवाय नम:! ॐ नम: शिवाय! ॐ ॐ ॐ।

''भगवान् का कोई भी बालक अयोग्य नहीं है। मात्र यह तथ्य कि वह भगवान् की सन्तान है, व्यक्ति को योग्य बना देता है।'' ***—स्वामी चिदानन्द***

* * *

महत्त्वपूर्ण सूचना

योग-वेदान्त अरण्य अकादमी (द डिवाइन लाइफ सोसायटी)

शिवानन्दनगर—२४९ १९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत

प्रवेश-सम्बन्धी सूचना

लगभग दो माह **४.५.२०१७ से ३०.६.२०१७** तक के **८६ वें** आवासीय बेसिक योग-वेदान्त पाठ्यक्रम (कोर्स) में भाग लेने हेतु आवेदन-पत्र आमन्त्रित किये जाते हैं। यह पाठ्यक्रम द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, शिवानन्दनगर (ऋषिकेश) के अकादमी-परिसर में आयोजित किया जायेगा।

इस पाठ्यक्रम से सम्बन्धित विस्तृत विवरण इस प्रकार है :

१. इस पाठ्यक्रम में केवल भारतीय (पुरुष) नागरिक भाग ले सकते है। कक्षाएँ कोर्स के लिए विद्यार्थियों के रूप में पंजीकृत प्रविष्ट आवेदनकर्ताओं के लिए संचालित की जायेंगी।

२. आयु-वर्ग—२० और ६५ वर्ष के बीच

३. योग्यताएँ :
   (क) गहन आध्यात्मिक अभीप्सा तथा योग-वेदान्त के अभ्यास में गहन रुचि रखने वाले स्नातक उपाधिधारी पुरुषों को वरीयता दी जायेगी।
   (ख) अँगरेजी भाषा में धाराप्रवाह वार्तालाप करने की क्षमता होनी चाहिए; क्योंकि शिक्षण का माध्यम अँगरेजी भाषा है।
   (ग) स्वास्थ्य अच्छा होना चाहिए।

४. पाठ्यक्रम की अवधि—योग, वेदान्त तथा सांस्कृतिक मूल्यों पर लगभग दो माह की अवधि का आवासीय पाठ्यक्रम।

५. पाठ्यक्रम का विषय-क्षेत्र तथा पाठ्यचर्या (Syllabus) :
   (क) भारतीय तथा पाश्चात्य दर्शन के इतिहास का रूपरेखीय अध्ययन, उपनिषदों का अध्ययन, धार्मिक चेतना का परिशीलन, भगवद्गीता का अध्ययन, पतंजलि की योग-प्रणाली, नारद-भक्ति-सूत्र तथा स्वामी शिवानन्द का दर्शन।
   (ख) व्यावहारिक—आसन, प्राणायाम, ध्यान, कर्मयोग, भाषण, समूहों में चर्चा, प्रश्न-उत्तर और अन्तिम परीक्षा।
   (ग) वैकल्पिक विषय के रूप में प्रारम्भिक संस्कृत के शिक्षण का भी प्रावधान है। जो प्रतिभागी इसमें रुचि रखते हों, वे इस संस्कृत-कक्षा से भी लाभ उठा सकते हैं।

६. प्रशिक्षण, आवास तथा भोजन के लिए कोई शुल्क नहीं लिया जायेगा। द डिवाइन लाइफ सोसायटी की ओर से शुद्ध शाकाहारी भोजन (जलपान तथा दो बार भोजन प्रतिदिन) उपलब्ध कराया जायेगा। धूम्रपान, मद्यपान तथा नशीले पदार्थों का सेवन सर्वथा वर्जित है।

७. भरे हुए आवेदन-पत्र अधोलिखित पदाधिकारी के पास **२०.३.२०१७** तक पहुँच जाने चाहिए।

८. योग-वेदान्त अरण्य 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 में संचालित किये जाने वाले पाठ्यक्रम का स्वरूप छात्र को केवल शास्त्रीय ज्ञान अथवा मूलपाठ-विषयक जानकारी प्रदान करने की अपेक्षा अनुशासनात्मक अधिक है।

आवेदन-पत्र तथा विवरण-पत्रिका प्राप्त करने के लिए निम्नांकित पते पर सम्पर्क स्थापित करें :

आवेदन-पत्र तथा विवरण-पत्रिका को वेबसाइट से भी डाउनलोड किया जा सकता है।
www.sivanandaonline.org
e-mail: yvfa@dlshq.org
yvfacademy@gmail.com

शिवानन्दनगर
जनवरी, २०१७

कुल-सचिव (रजिस्ट्रार)
योग-वेदान्त अरण्य अकादमी
द डिवाइन लाइफ सोसायटी
पत्रालय : शिवानन्दनगर—२४९ १९२
जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड
फोन : ०१३५-२४३३५४१ (अकादमी)

नोट— (१) चयनित विद्यार्थियों को अकेले आना चाहिए—पारिवारिक सदस्यों अथवा सम्बन्धियों के साथ नहीं। (२) आवश्यकता पड़ने पर क्रमसंख्या ५ के अन्तर्गत उपर्युक्त पाठ्यचर्या में बिना किसी पूर्व-सूचना के किंचित् परिवर्तन किया जा सकता है।

केवल भारत में लागू

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

१. नवीन सदस्यता–शुल्क*	रु. १५०/–
प्रवेश–शुल्क . . . . . रु. ५०/–	
सदस्यता–शुल्क . . . . . रु. १००/–	
२. सदस्यता नवीकरण–शुल्क (वार्षिक)	रु. १००/–
३. नयी शाखा खोलने का शुल्क**	रु. १०००/–
प्रवेश–शुल्क . . . . . रु. ५००/–	
सम्बद्धता–शुल्क . . . . . रु. ५००/–	
४. शाखा–सम्बद्धता (नवीकरण) शुल्क (वार्षिक)	रु. 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 इंडियन पोस्टल आर्डर अथवा ऋषिकेश में स्थित किसी भी बैंक के नाम बने डिमांड ड्राफ्ट द्वारा भेजें।

आश्रम को धन भेजने सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण निर्देश

कृपया धनराशि इण्डियन पोस्टल आर्डर (I P Os), बैंक ड्राफ्ट अथवा चेक द्वारा **"The Divine Life Society" Shivanandanagar, Uttarakhand** के नाम से भेजें। बैंक ड्राफ्ट अथवा बैंकर चेक 'ऋषिकेश' देय होना चाहिए।

इलेक्ट्रानिक मनी आर्डर के माध्यम से धन भेजते समय कृपया एक पत्र में इलेक्ट्रानिक मनी आर्डर नम्बर (EMO), भेजने की तारीख तथा उद्देश्य लिख कर भेजें।

व्यवस्थागत तथा लेखागत कारणों से, हमारे बैंक एकाउन्ट में बिना पूर्व अनुमति के सीधी भेजी गयी धनराशि सोसायटी द्वारा स्वीकार नहीं की जाती है।

सूचना

डिवाइन लाइफ सोसायटी, चण्डीगढ़ शाखा—साधना शिविर

परम आराध्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के अनुग्रह से डिवाइन लाइफ सोसायटी, चण्डीगढ़ शाखा द्वारा शिवानन्द आश्रम, चण्डीगढ़ में दिनांक ७ से ९ अप्रैल २०१७ तक एक साधना शिविर आयोजित किया जायेगा तथा शाखा का वार्षिकोत्सव भी मनाया जायेगा।

मुख्यालय आश्रम तथा अन्य संस्थाओं के वरिष्ठ संन्यासी अपनी उपस्थिति से कार्यक्रम की शोभा बढ़ायेंगे। डिवाइन लाइफ सोसायटी की समस्त शाखाओं के भक्तवृन्द कार्यक्रम में सम्मिलित होने हेतु हार्दिक रूप से आमन्त्रित हैं।

नामांकन एवं अन्य जानकारी हेतु कृपया सम्पर्क करें—

१. श्री एफ. लाल. कंसल	अध्यक्ष	०-९८१४० १५२३७
२. डॉ. रमणीक शर्मा	सचिव	०-९८१४१ ०५१५४

शिवानन्द आश्रम, डिवाइन लाइफ सोसायटी, #२, सेक्टर २९- ए, चण्डीगढ़—१६००३०

* * *

युवाओं एवं विद्यार्थियों के लिए

६ वाँ अखिल ओडिशा व्यक्तित्व विकास शिविर

२७ से ३१ मई २०१७ तक

शिवानन्द सेवाग्राम, गहम, तालचेर, अनगुल

सर्वशक्तिमान् परमात्मा एवं परम पूज्य गुरुदेव की कृपा से डिवाइन लाइफ सोसायटी गहम (स्वामी शिवानन्द सेवाग्राम धर्मार्थ सोसायटी), २७ से ३१ मई २०१७ तक शिवानन्द सेवाग्राम गहम, तालचेर, अनगुल, ओडिशा में युवाओं एवं विद्यार्थियों के लिए ६ वाँ अखिल ओडिशा व्यक्तित्व विकास शिविर आयोजित कर रही है।

डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम से श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी महाराज तथा अन्य वरिष्ठ सन्त एवं विद्वान् भी युवाओं को निर्देशन देने हेतु होंगे। युवा वर्ग एवं विद्यार्थियों से अनुरोध है कि जीवन-मूल्यों के विकास के उद्देश्य को ले कर किये जा रहे इस शिविर में सम्मिलित हों।

आयु सीमा—	१६ से २५ वर्ष तक
शिक्षा—	१० वीं पास या और अधिक
भोजन एवं आवास—	नि:शुल्क
नामांकन की अन्तिम तिथि—	१५ मई २०१७

सम्पर्क सूत्र— १. श्री धनंजय सेन मो. +९१ ७३८११-४१००६

२. श्री अक्षय कुमार दाश मो. +९१ ९४३७०-४३२२५

डी एल एस शाखाओं के प्रतिवेदन

भारतीय शाखाएँ

अन्नानगर (तमिल नाडु): शाखा द्वारा प्रार्थना, सूर्य नमस्कार और प्राणायाम १४ जनवरी को आयोजित किये गये तथा पोंगल भी मनाया गया।

अम्बाला (हरियाणा): शाखा द्वारा १ जनवरी को भजन-कीर्तन सहित नव-वर्ष मनाया गया। प्रत्येक रविवार एवं मंगलवार को ध्यान, भजन-कीर्तन, स्वाध्याय और हनुमान चालीसा पाठ इत्यादि सहित नियमित सत्संग चलते रहे। रोगियों की प्रतिदिन होमियोपैथी सेवा तथा जल सेवा निःशुल्क चलती रहीं।

बरबिल (ओडिशा): शाखा द्वारा दिसम्बर-जनवरी मास में साप्ताहिक सत्संग गुरुवारों को, चल सत्संग सोमवारों को किये गये। शिवानन्द धर्मार्थ डिस्पेंसरी द्वारा रोगियों को निःशुल्क होमियोपैथी औषधियाँ दी गयीं। १० जनवरी को शाखा की स्वर्ण जयन्ती नगर-संकीर्तन, पादुका पूजा, और नारायण सेवा सहित तथा सन्ध्या को श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी एवं गजपति महाराज श्री दिव्य सिंह देव जी के प्रवचनों सहित मनायी गयी तथा शाखा के स्वाध्याय हाल का भी श्री स्वामी जी द्वारा उद्घाटन किया गया।

बालेश्वर (ओडिशा): शाखा की नियमित गतिविधियाँ एवं दूसरे रविवार को पादुका पूजा पूर्ववत् चलती रही। १० दिसम्बर को गीता पाठ, हवन और नारायण सेवा सहित गीता जयन्ती मनायी गयी।

ब्रह्मपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा साप्ताहिक सत्संग रविवार को, चल सत्संग शनिवारों को, गीता पाठ एकादशियों को, सुन्दरकाण्ड संक्रान्ति को, पादुका पूजा हर मास की ८ और २४ को, तीसरे रविवार को साधना दिवस पादुका पूजा, विष्णुसहस्रनाम पाठ और गीता पाठ सहित मनाया गया। जनवरी मास में ५ विशेष सत्संग शाखा में हुए। २२ को शाखा प्रारम्भ वार्षिकोत्सव अत्यन्त उत्साह सहित मनाया गया तथा नये प्रार्थना भवन का उद्घाटन भी किया गया।

बरगढ़ (ओडिशा): शाखा के दैनिक स्वाध्याय, प्राणायाम और ध्यान, सोमवारों को रुद्राभिषेक, गुरुवारों को पादुका पूजा, प्रत्येक शनिवार को साप्ताहिक सत्संग, रविवार को भागवत और गीता पर विचार गोष्ठी के कार्यक्रम चलते रहे। 'महत् वाणी' उड़िया पत्रिका निःशुल्क वितरणार्थ छापी गयी। शिवानन्द धर्मार्थ डिस्पेंसरी द्वारा निर्धन रोगियों की सेवा की गयी। भगवद्गीता और हस्तामलक स्तोत्र पर १७ से २३ जनवरी तक प्रबोधन हुए।

बेलागुंठा (ओडिशा): दैनिक प्रार्थना, ध्यान, रविवारों को गीता पाठ सहित सत्संग, मंगलवारों को रामायण पाठ तथा गुरुवारों को चल सत्संग; प्रत्येक संक्रान्ति को साधना दिवस, विष्णुसहस्रनाम एकादशी को, तथा प्रत्येक ८ और २४ को पादुका पूजा शाखा की नियमित गतिविधियाँ रहीं। २४ जनवरी से २८ फरवरी तक गीता प्रवचन हुए।

चाँदपुर (ओडिशा): साप्ताहिक सत्संग शनिवार को, गुरु पादुका पूजा गुरुवार को और चल सत्संग ९, १७ और २४ जनवरी को तथा हनुमान चालीसा का पाठ २२ को किया गया।

छत्रपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, नियमित सत्संग गुरुवारों को, मासिक जयन्ती कार्यक्रम ८ और २४ को, पादुका पूजा और अर्चना सहित किये गये। १० से १२ दिसम्बर तक गीता जयन्ती गीता पाठ सहित मनायी गयी तथा १५ को सुन्दरकाण्ड का पाठ किया गया।

दिगपहंडी (ओडिशा): शाखा द्वारा दो बार दैनिक पूजा, गुरुवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग चलते रहे। मासिक जयन्तियों ८ और २४ को श्री गुरुपादुका पूजा तथा संक्रान्ति को सायंकालीन विशेष सत्संग किया गया। १२

दिसम्बर गीता जयन्ती को गीता पाठ और ३१ दिसम्बर को नव-वर्ष महामन्त्र संकीर्तन तथा भजनों सहित मनाया गया।

जयपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, रविवार एवं गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग; ४, १० और २५ दिसम्बर गीता ज्ञान यज्ञ आयोजित किया गया, ८ को शिवानन्द दिवस पर पूजा और हवन तथा २० को भक्त के आवास पर सत्संग किया गया।

जमशेदपुर (झारखण्ड): दिसम्बर और जनवरी मास में शुक्रवार को गीता पाठ एवं प्रवचनों सहित साप्ताहिक सत्संग चलते रहे; नि:शुल्क चित्रकारी एवं योग कक्षाएँ अन्तोदय बस्ती के निर्धन बालकों के लिये शाखा द्वारा प्रत्येक रविवार को तथा विद्यार्थियों को रंगीन पैंसिलें और कापियाँ बाँटी गयीं। नव-वर्ष प्रभातफेरी और सत्संग सहित १ जनवरी को मनाया गया। २६ जनवरी परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के स्मृति दिवस के रूप में मनायी गयी।

काकिनाडा (आन्ध्र प्रदेश): दिसम्बर-जनवरी में दैनिक योगासन कक्षाएँ प्रत्येक बुधवार, रविवार और शुक्रवार को ध्यान, भजन, पारायण और प्रवचन सहित शाखा द्वारा सत्संग तथा रविवार को विद्याथियों के लिए किशोर भारती एवं निर्धनों के लिए नारायण सेवा के कार्यक्रम नियमित रूप से चलते रहे। श्री गीता जयन्ती १० दिसम्बर को गीता पाठ सहित मनायी गयी। ८ जनवरी को नाम संकीर्तन और महामन्त्र जप किया गया।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): दिसम्बर में शाखा द्वारा प्रात: पुरुषों के लिए तथा सायंकाल में महिलाओं के लिए योग कक्षाएँ, ध्यान योग रविवारों को, मातृ सत्संग एकादशियों को, नि:शुल्क साहित्य वितरण तथा जरूरतमन्द रोगियों के लिए श्री स्वामी देवानन्द होमियो औषधालय द्वारा नि:शुल्क चिकित्सा के कार्यक्रम चलते रहे।

कोदला (ओडिशा): शाखा द्वारा गुरुवारों को प्रभातफेरी, पादुका पूजा और बाद में नारायण सेवा सहित साप्ताहिक सत्संग तथा प्रत्येक ८ और २४ को चल-सत्संग चलते रहे। शाखा का २३ वाँ वार्षिकोत्सव २८ जनवरी को मनाया गया तथा एक सार्वजनिक सभा श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी और श्री स्वामी गोविन्दानन्द जी के प्रवचनों सहित आयोजित की गयी।

लाँजीपल्ली महिला शाखा (ओडिशा): शाखा द्वारा दिसम्बर-जनवरी में दैनिक पूजा, रविवार को साप्ताहिक और पादुका पूजा एवं चल सत्संग गुरुवार को नियमित रूप से चलते रहे। गीता पाठ और स्वाध्याय एकादशियों को तथा हनुमान चालीसा (१०८ बार) और सुन्दरकाण्ड पारायण संक्रान्ति दिवस को किये गये। गीता पाठ सहित गीता जयन्ती मनायी गयी। १५ जनवरी को नारायण सेवा तथा २६ को रक्त दान शिविर का आयोजन किया गया जिसमें रैड क्रौस ब्लड बैंक द्वारा ४३ यूनिट रक्त एकत्रित किया गया।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा सत्संग के नियमित कार्यक्रम चलते रहे। १ जनवरी और २२ जनवरी को लेखराज होम में प्रार्थना, भजन, मन्त्र जप, गीता पाठ और स्वाध्याय सहित सत्संग हुए।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग, साप्ताहिक सत्संग, चल सत्संग गुरुवारों को, मातृ सत्संग सुन्दरकाण्ड और हनुमान चालीसा सहित शनिवारों को, एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम एवं गीता पाठ किये जाते रहे। ३ को महामन्त्र कीर्तन तथा ५ दिसम्बर को विशेष सत्संग तथा १० को गीता पाठ, भजन-कीर्तन सहित गीता जयन्ती ३० को मनायी गयी।

नारायणपुर-गंजाम (ओडिशा): जनवरी मास में शाखा द्वारा रविवार को साप्ताहिक सत्संग, गुरुवार को पादुका पूजा तथा भजन, गीता-रामायण के स्वाध्याय सहित चल सत्संग किये गये। पादुका पूजा और सुन्दरकाण्ड पाठ, नारायण सेवा सहित नव-वर्ष मनाया गया।

रायपुर (छत्तीसगढ़): रविवारों को सत्संग तथा विष्णुसहस्रनाम पाठ एकादशियों को किया गया। नव-वर्ष को प्रार्थना, ध्यान और प्रवचनों सहित विशेष सत्संग हुआ।

स्टील टाउनशिप राउरकेला (ओडिशा): दिसम्बर मास में शाखा द्वारा चल सत्संग, गुरुवारों को गुरु पूजा, शनिवारों को स्वाध्याय, सोमवारों को योग एवं संगीत की नि:शुल्क कक्षाएँ पूर्ववत् चलती रहीं। साधना दिवस पादुका पूजा, प्रवचन, गीता पाठ, हनुमान चालीसा और विष्णुसहस्रनाम पाठ सहित मनाया गया। शाखा स्थापना दिवस, युवा स्थापना दिवस और गणतन्त्र दिवस जैसे सभी महत्त्वपूर्ण दिन शाखा द्वारा मनाये गये।

साउथ बलांडा (ओडिशा): दो बार दैनिक पूजा, शुक्रवारों को साप्ताहिक सत्संग, एकादशियों को महिलाओं द्वारा विशेष सत्संग तथा ८ और २४ को पादुका पूजा, शाखा की नियमित गतिविधियाँ पूर्ववत् चलती रहीं। १ को नव-वर्ष तथा ३ को पादुका पूजा सहित विशेष सत्संग किया गया। २८ को अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन विश्व-शान्ति एवं मानव-कल्याण हेतु किया गया तथा ३० को भक्त के आवास पर विशेष सत्संग किया गया।

वसंत विहार (नई दिल्ली): दिसम्बर-जनवरी मास में शाखा द्वारा रविवारों को स्वाध्याय, प्रवचन, रामचरितमानस पाठ और विश्व-शान्ति हेतु प्रार्थनाओं सहित सत्संग चलते रहे। २८ दिसम्बर को 'श्री स्वामी चिदानन्द मेमोरियल व्याख्यान' तथा २६ जनवरी को स्कूल के विद्यार्थियों सहित कार्यक्रम रखा गया।

राजा पार्क शाखा, जयपुर (राजस्थान): शाखा द्वारा दैनिक पूजाओं, साप्ताहिक पूजा, पारायण, हवन, सत्संग इत्यादि की आध्यात्मिक गतिविधियाँ; ज्ञान-प्रसार, स्वास्थ्य, अन्नदान एवं जल सेवा के सेवार्थ कार्यक्रम सभी पूर्ववत् नियमित रूप से चलते रहे। विशेष कार्यक्रम—८ जनवरी को नव-वर्ष के उपलक्ष्य में पोष बड़ा-भण्डारा, नव-वर्ष स्नेह मिलन एवं भजन-कीर्तन सभी सदस्यों को आमन्त्रित करके किया गया। प्रात: साढ़े आठ से सबकी सुख-शान्ति के लिए डेढ़ घण्टे का हवन फिर गीता पाठ, स्तोत्र, जप-कीर्तन, १ घण्टे भजन गान तथा अन्त में ६०० के लगभग लोगों को विशेष भण्डारा और सभी को घर के लिए पोष बड़े का प्रसाद भी दिया गया।

शिवानन्द योग निकेतन शाखा (भिलाई): शाखा द्वारा २३.१२.१६ से २९.१२.१६ तक पण्डित नीलमणी जी दीक्षित द्वारा राम कथा का आयोजन मुख्यालय आश्रम के श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी तथा श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी की उपस्थिति में किया गया। इसके अतिरिक्त दोनों स्वामी जी द्वारा भजनों और प्रवचनों के कार्यक्रम, योगाश्रम से १०, जगन्नाथ मन्दिर से ४, भिलाई विद्यालय से २, दिव्य जीवन संघ शाखा कैम्प शिवानन्द योग निकेतन नेहरू नगर संस्थाओं में भी हुए।

विदेशी शाखाएँ

हांग कांग (चीन): शाखा द्वारा 'च्यूँग शॉ वान' एवं 'नार्थ पौइंट योगा सेन्टर' दोनों जगह दैनिक योगासन-प्राणायाम एवं ध्यान, प्रत्येक शनिवार को १ घण्टा महामन्त्र कीर्तन यथावत् चलता रहा। योग कक्षाएँ 'प्रैक्टीकल गाइड टू योगा' के आधार पर की जाती रहीं। १२ नवम्बर को मासिक सत्संग हनुमान चालीसा पारायण, महामृत्युंजय मन्त्र जप तथा गुरुदेव की शिक्षाओं (योग-वेदान्त सूत्रों में से) का स्वाध्याय किया गया। विशेष गतिविधियाँ—परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज का जन्म दिवस भजन गान सहित मनाया गया। डी एल एस मुख्यालय के परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज की उपस्थिति में ८ से १७ नवम्बर तक शिवानन्द योग, जप का महत्त्व विषय पर प्रवचन तथा योग शिविर जैसे विशेष कार्यक्रम किये गये। हांग कांग फैमिली वैलफेयर सोसायटी-एल्डरली सेंटर द्वारा आयोजित योग कक्षाओं के लिए इच्छुक योग प्रशिक्षक भी शाखा उपलब्ध करवाती है।

* * *

हिन्दी में उपलब्ध पुस्तकों की नवीनतम सूची

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कृत

अच्छी नींद कैसे सोयें . . . . . ₹ ५०/-
कर्म और रोग २०/-
गीता-प्रबोधिनी ५५/-
गुरु-तत्त्व ५५/-
घरेलू चिकित्सा १९०/-
जपयोग ५५/-
ज्योति, शक्ति और प्रज्ञा ४०/-
दिव्योपदेश २५/-
देवी माहात्म्य ७५/-
धनवान् कैसे बनें ५०/-
धारणा और ध्यान १७०/-
ध्यानयोग १२०/-
प्राणायाम-साधना ६०/-
बालकों के लिए दिव्य जीवन सन्देश . . . ९०/-
भगवान् श्रीकृष्ण १३०/-
मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म १३५/-
मानसिक शक्ति ६०/-
मूर्तिपूजा का दर्शन और महत्त्व २०/-
श्रीमद्भगवद्गीता ४२५/-
योगवासिष्ठ की कथाएँ ९०/-
योगाभ्यास का मूलाधार १८५/-
विद्यार्थी-जीवन में सफलता ६०/-
शिवानन्द-आत्मकथा १००/-
सत्संग भजन माला . . . . . ₹ १०५/-
सन्त-चरित्र २३५/-
साधना ३२०/-
स्वरयोग ६०/-
हठयोग १००/-

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज कृत

अध्यात्म-प्रसून ३५/-
आलोक-पुंज १०५/-
ज्योति-पथ की ओर १०५/-
त्याग : शरणागति २५/-
भगवान् का मातृरूप ७०/-
योग-सन्दर्शिका ५०/-
शाश्वत सन्देश ५५/-
शोकातीत पथ १४०/-
साधना सार ३५/-

अन्य लेखक कृत

एकादशोपनिषदः (मूल मन्त्राः) १४०/-
गुरुदेव कुटीर में भजन-कीर्तन ४५/-
चिदानन्दम् २००/-
जीवन-स्रोत १५०/-
शारीरकमीमांसादर्शनम् १५/-
श्रीमद्भगवद्गीता (मूलमात्रम्) ७५/-
सर्वस्नेही हृदय १००/-

५०% अग्रिम। पैकिंग अतिरिक्त । विस्तृत जानकारी के लिए निम्नांकित पते पर सम्पर्क करें :

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, पत्रालय : शिवानन्दनगर—२४९ १९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत

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

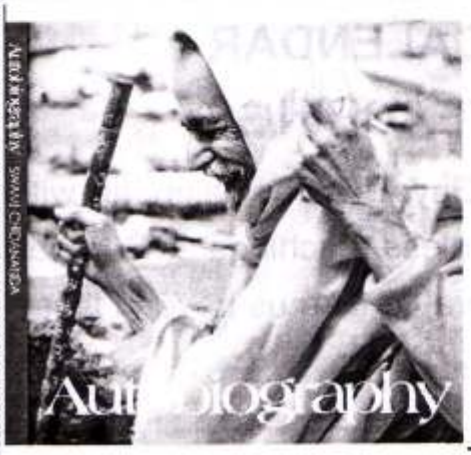
For online orders and Catalogue : dlsbooks.org

INFORMATION ABOUT BOOKS, CDs & DVDs

SOUVENIR

Artistically adorned token of devout and loving remembrance humbly striving to describe the Indescribable 'Swami Chidananda'.

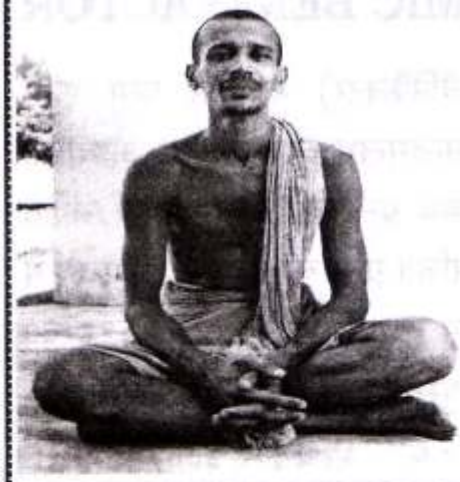
Pages: 140 **Price. ₹ 200/-**



AUTOBIOGRAPHY : SWAMI CHIDANANDA

Sri Swami Chidananda's AUTOBIOGRAPHY, as We heard from him, in pictures and words in 72 pages available at a subsidised price of ₹150/-

Pages: 72 **Price: ₹ 150/-**



THE STORY OF SWAMI CHIDANANDA

DVD

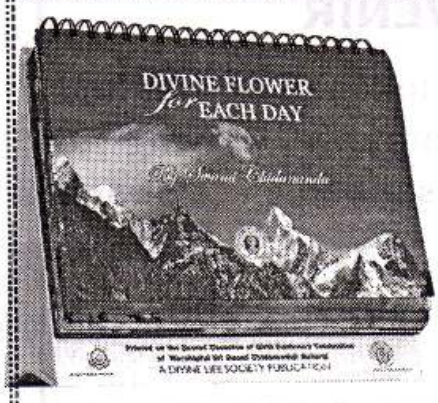
ZDC-225

Price: ₹ 70/-

SWAMI CHIDANANDA— AN OCEAN OF COMPASSION

'Swami Chidananda—An Ocean of Compassion'—A poignantly moving, greatly inspiring and devoutly directed Drama (in English) depicting Worshipful Sri Swami Chidanandaji Maharaj's glorious life and sublime teachings, an offering by the Divine Life Society Australia Branch and Ananya Samarpana Group on the sacred occasion of his Birth Centenary, available in a set of two DVDs. **Price: ₹ 140/-**

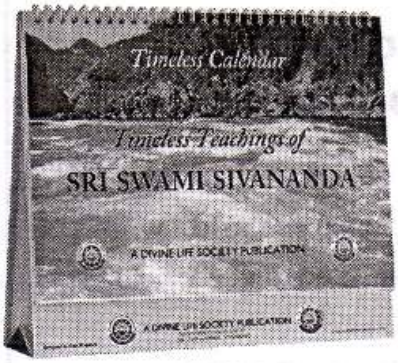
INFORMATION ABOUT BOOKS, CDs & DVDs



DIVINE FLOWER FOR EACH DAY

A 366 Days Table Calendar with 366 exquisite photographs and sublime sayings of Worshipful Sri Swami Chidanandaji Maharaj set against the beautiful backdrop of serene Ganga and lofty peaks of Himalayas.

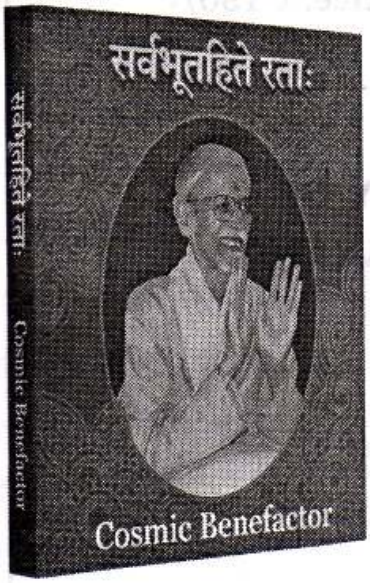
Price: ₹ 400/-



TIMELESS CALENDAR : TIMELESS TEACHINGS

A deftly designed 31 Days Table Calendar with 31 beautiful pictures and timeless teachings of Gurudev Sri Swami Sivanandaji Maharaj to take us beyond time.

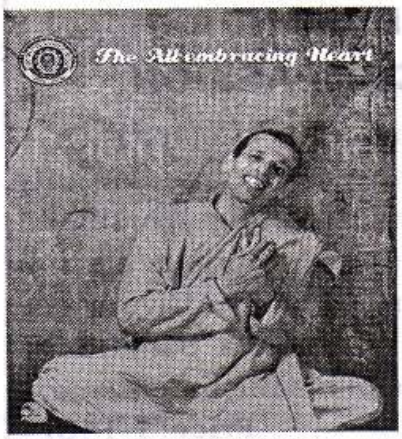
Price: ₹ 50/-



सर्वभूतहिते रताः COSMIC BENEFACTOR

सर्वभूतहिते रताः (कॉस्मिक बैनिफैक्टर) नाम से परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के सन्तसुलभ व्यक्तित्व पर आधारित २०६ पृष्ठों के एक अति मनोरम चित्रमय ग्रन्थ को अत्यन्त हर्ष सहित प्रस्तुत किया जा रहा है। इस विलक्षण सचित्र ग्रन्थ का हर एक पृष्ठ स्वयं में एक प्रेरणाप्रद शिक्षा है। इसका विमोचन बुद्धपूर्णिमा २० मई २०१६ को किया गया है तथा यह हमारे आश्रम की पुस्तकों की दुकान पर उपलब्ध है।

पृष्ठ : २०६ आकार : १०'' X १२.५'' मूल्य : ₹ ३००/-



THE ALL-EMBRACING HEART

We are very happy to bring out 'The All Embracing Heart', a beautiful collection of inspiring poems on Worshipful Sri Swami Chidanandaji Maharaj penned by Swami Vedantananda Saraswati Mataji. This delightfully designed book is available at a subsidised price of ₹ 100/-

Pages: 84 **Price: ₹ 100/-**

Particulars under Section 19D Sub section (b) of the Press and Registration of Books Act:

1. Name of the Publication:. . . . . Divya Jeevan
2. Place of Publication: . . . . . Yoga Vedanta Forest Academy Press
   Shivanandanagar, Uttarakhand
3. Publisher's Name: . . . . . Swami Vimalananda
4. Periodicity of Publication: . . . . . Monthly
5. Editor's Name: . . . . . Swami Nirliptananda
6. Nationality: . . . . . Indian
7. Address: . . . . . The Divine Life Society,
   P.O. Shivanandanagar—249 192
   Distt. Tehri-Garhwal, Uttarakhand
8. Language: . . . . . Hindi
9. Owners: . . . . . The Divine Life Trust Society,
   Registered under the Societies'
   Registration Act of the Government

I, Swami Vimalananda, hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Swami Vimalananda

1st March, 2017 PUBLISHER

सदाचारी बनें

पुण्य-कर्मों के द्वारा सुख तथा पाप-कर्मों के द्वारा दुःख होता है। कर्मों के फल अवश्यमेव मिलते हैं। कर्म के बिना कोई भी फल नहीं मिलता। सदाचार ही ईश्वर के चरण-कमलों की प्राप्ति का आश्रय है। सदाचार के द्वारा सब-कुछ प्राप्त किया जा सकता है।

मन, वचन तथा कर्म से किसी प्राणी की हिंसा न करें। दयालु तथा दानशील बनें। अपने विचारों में उदार बनें। सतत सत्यपरायण रहें। क्रोध, घृणा तथा द्वेष से मुक्त रहें।

अपने गुरुओं तथा गुरु जनों के प्रति आदर तथा भक्ति रखें। श्रद्धा एवं सच्चाई के साथ देवों की पूजा करें। कपटी लोगों के प्रति विनम्र रहें। आप इस लोक तथा परलोक में बहुत यश और पुण्य भोगेंगे।

—स्वामी शिवानन्द

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/99

Postal-Registration No. TRI/005/2015-17

मार्च २०१७

LICENSED TO POST WITHOUT PREPAYMENT
(Licence No. WPP No. 02/15-17, Valid upto: 31-12-2017)
Posted at Shivanandanagar, Tehri-Garhwal, Uttarakhand
DATE OF POSTING : 20TH OF EVERY MONTH:
P.O. SHIVANANDANAGAR—249192

पुनर्जन्म के सिद्धान्त

कुछ लोग पूर्व-जन्म में आवश्यक यम-नियमों का पालन कर चुके होते हैं, अत: इस जीवन में उत्पन्न होने के साथ ही वे शुद्धता और आत्मज्ञान के लिए आवश्यक गुणों को भी ले कर आते हैं। वे जन्मजात सिद्ध पुरुष होते हैं। गुरुनानक, आलन्दी के ज्ञानदेव, नामदेव एवं अष्टावक्र आदि सभी बाल्य-काल से ही ज्ञानी थे। गुरुनानक जब अल्पवयस्क थे, तभी स्कूल में उन्होंने अपने शिक्षक से ॐ का अर्थ पूछा था। वामदेव ने माता के गर्भ में रहते समय ही वेदान्त पर प्रवचन दिये थे।

मनुष्य फल-प्राप्ति की कामना से कार्य करता है और इसीलिए उन कर्मों का फल भोगने के लिए पुन: जन्म लेता है। आगामी जन्म में वह कुछ और कर्म करता है और उनका फल भोगने के लिए पुन: जन्म लेता है। इस प्रकार यह संसार-चक्र सदा के लिए घूम रहा है। जब कोई आत्मज्ञान प्राप्त कर लेता है, तब वह इस जन्म-मृत्यु के चक्र से मुक्त हो जाता है। कर्म अनादि है, संसार भी अनादि है। परन्तु जब मनुष्य फल-प्राप्ति की कामना छोड़ कर नि:स्वार्थ भाव से कर्म करता है, तब उसके कर्म के सारे बन्धन शिथिल हो जाते हैं।

जीने के लिए मरो। इस छोटे 'मैं' को समाप्त करो और अमरत्व को प्राप्त करो। ब्रह्म में जीओ। तुम शाश्वत काल तक जीओगे। आत्मा को प्राप्त कर लो। तुम्हें परम जीवन मिलेगा। अपनी आत्मा के साथ अपने-आपको जोड़ दो। मृत्यु-सागर या संसार से पार हो जाओगे। अपने सत्-चित्-आनन्द-स्वरूप में विश्राम करो। तुम्हारा जीवन अमर हो जायेगा।

जोंक एक घास की पत्ती की धार पर चलती है और जब घास के छोर पर पहुँच जाती है, तब पहले अपने अगले पैरों को फैला कर दूसरी घास को पकड़ती है, फिर शरीर के पिछले भाग को ले आती है। इसी प्रकार जीवात्मा मृत्यु के समय इस वर्तमान शरीर को छोड़ कर विचारों के द्वारा भावी शरीर की योजना बनाता है, तब फिर उस शरीर में प्रवेश करता है।

—स्वामी शिवानन्द

सेवा में

'द डिवाइन लाइफ ट्रस्ट सोसायटी' की ओर से स्वामी विमलानन्द द्वारा 'योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी प्रेस, पो. शिवानन्दनगर, जि. टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन २४९ १९२' से मुद्रित तथा 'द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्य कार्यालय, पो. शिवानन्दनगर, जि. टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन २४९ १९२' से प्रकाशित। फोन : ०१३५-२४३००४०, २४३११९०
E-mail: generalsecretary@sivanandaonline.org ; Website : www.sivanandaonline.org ; www.dlshq.org
सम्पादक : स्वामी निर्लिप्तानन्द