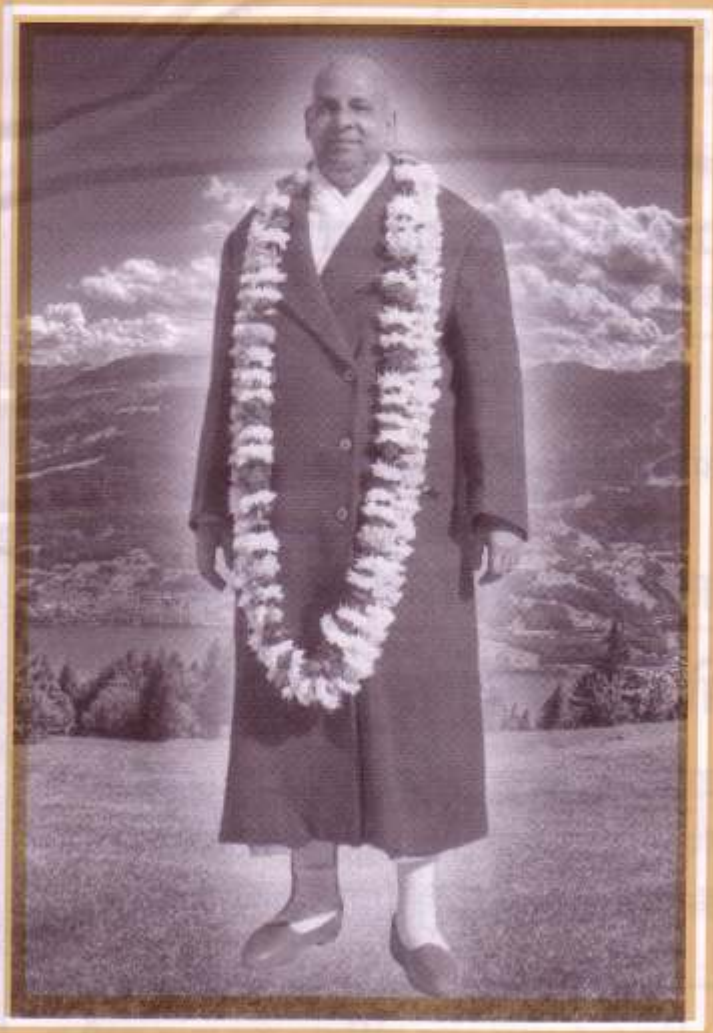
₹१००/- वार्षिक

दिव्य जीवन



निश्चय ही आध्यात्मिक मार्ग में बहुत-सी बाधाएँ हैं। यह छुरे का मार्ग है। आप कई बार गिर पड़ेंगे; परन्तु आपको शीघ्र ही उठ कर अधिक उत्साह, वीरता तथा प्रसन्नता के साथ इस मार्ग पर चलना होगा। हर बाधा आपके लिए सफलता की सीढ़ी बन जायेगी। —**स्वामी शिवानन्द**

नवम्बर 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

तीन प्रकार की तपस्याओं का अभ्यास कीजिए

अपने मन, वचन एवं कर्म से अहिंसा तथा ब्रह्मचर्य का पालन कीजिए। शौच तथा आर्जव का अभ्यास कीजिए। समत्व-बुद्धि रखने का प्रयास कीजिए। सदा प्रफुल्लित रहिए। शुद्ध भाव रखिए। इन तीन प्रकार की तपस्याओं (वाचिक, मानसिक तथा शारीरिक) का अभ्यास कीजिए तथा अपने कार्यों पर पूरा नियन्त्रण रखिए।

अपनी वाणी में सावधान रहिए। थोड़ा बोलिए। प्रिय तथा मधुर शब्द बोलिए। कटु शब्द कभी न बोलिए। ऐसा शब्द कभी न बोलिए, जिससे दूसरों की भावनाओं को चोट पहुँचे। सत्य बोलने का प्रयत्न कीजिए। आप अपनी वाक्-इन्द्रिय पर पूरा नियन्त्रण रखें।

बुरे विचार ज्यों-ही मन के किले में घुसने का प्रयास करें, त्यों-ही विवेक के खड्ग से उन्हें मार डालिए। इस प्रकार आप सुन्दर चरित्र का निर्माण कर सकते हैं।

—स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन

Vol. XXVIII	नवम्बर २०१७	No. 8

उपनिषद्–सुधा बिन्दु

अस्य विस्रंसमानस्य शरीरस्थस्य देहिनः।
देहाद्विमुच्यमानस्य किमत्र परिशिष्यते। एतद्वै तत्॥

(कठोपनिषद् : २/२/४)

इस शरीरस्थ देही के देह से मुक्त हो जाने पर इस शरीर में क्या रह जाता है? (अर्थात् कुछ भी नहीं रहता) यही वह (ब्रह्म) है।

पूर्व-अंक से आगे :

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलिः

(श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती)

भुवनेष्वखिलेषु जनान् सुमती-
नवलोकयितुं नितरां श्रमवान् ।
नवकोमललेखनदानपरः
शिवयोगिवरः सुचिरं जयतात् ।।८३।।

८३. जो अखिल विश्व के मनुष्यों के कल्याणार्थ निरन्तर कार्यशील हैं तथा अपने असंख्य भक्तों को मधुर एवं प्रेरणाप्रद पत्र लिखने में अतीव कुशल हैं, उन महामुनीन्द्र श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की सदा जय हो।

शिवानन्ददिव्यर्षिगोत्रेन्द्रजाता
परब्रह्मपाथोधिमार्गाभियान्ती।
सुधासूक्तिग'ा सदा निर्गलन्ती
जगत् सर्वमेतत् पवित्रीकरोतु ।।८४।।

८४. दिव्यर्षि शिवानन्द रूपी हिमालय से निःसृत तथा परब्रह्म के ज्ञान रूपी सागर की ओर प्रवाहित वचनामृत गंगा समस्त विश्व को पवित्र बनाए।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : ब्रह्मचारिणी नीलमणि)

विशेष सन्देश :

जिज्ञासु साधकों को सन्देश*

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

यदि आपके घर में आग लगी हो और आपका बच्चा भीतर सोया हुआ हो तो आप कैसे भय को त्याग कर घर में प्रवेश करने का साहस कर लेते हैं। बिलकुल इसी तरह आध्यात्मिक पथ पर निर्भीकतापूर्वक चलने का साहस जुटायें। आपको पूर्णतया भय रहित होना चाहिए। अपने शरीर के प्रति किंचित् भी मोह नहीं होना चाहिए। केवल तभी आप शीघ्र आत्म-साक्षात्कार प्राप्त कर पायेंगे। भीरु व्यक्ति आध्यात्मिक पथ पर चलने के योग्य नहीं हैं।

यदि किसी विशाल आम्रवृक्ष की बिलकुल ऊपर की शाखा पर आम लगे हों तो आप सीधे एकदम नीचे से ही ऊपर की ओर छलाँग नहीं लगा देंगे। एक-एक शाखा पर पाँव रखते हुए धीरे-धीरे ऊपर तक पहुँचने की चेष्टा करेंगे। इसी प्रकार आध्यात्मिक सोपान के शिखर की सीढ़ी पर भी आप एकदम से छलाँग लगा कर नहीं पहुँच सकते। आपको अत्यन्त सावधानी से एक-एक सीढ़ी चढ़ना पड़ेगा। यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा और ध्यान का आपको अभ्यास करना होगा। केवल तभी आप योग के सोपान की सबसे ऊपर की सीढ़ी अर्थात् समाधि तक पहुँच सकेंगे। यदि आप वेदान्त के विद्यार्थी हैं तो आपको पहले स्वयं को प्रथम साधन-चतुष्टय से सम्पन्न हो कर फिर श्रवण, मनन और निदिध्यासन करना पड़ेगा। केवल तब ही आप ब्रह्म-साक्षात्कार प्राप्त कर सकेंगे। यदि आप भक्तियोग के विद्यार्थी हैं तो भक्तियोग की नवधा-भक्ति यथा श्रवण, कीर्तन, स्मरण, पादसेवन, अर्चन, वन्दन, दास्य, सख्य और आत्म-निवेदन का अभ्यास करना होगा, केवल तब ही आप परा-भक्ति की अवस्था प्राप्त कर सकेंगे।

यदि मुर्गा-मुर्गी और चूजे कूड़े में से गन्दगी खाने के लिए इधर-उधर भागते हैं तो मुर्गीखाने का मालिक क्या करता है? वह उनके शिरों पर धीरे से चपत लगाता है और फिर कुछ दाने उनके सामने खाने के लिए डाल देता है। धीरे-धीरे वे सब गन्दगी खाने का स्वभाव छोड़ देते हैं। इसी प्रकार यह मन व्यर्थ की वस्तुएँ खाने के लिए तथा पाँचों प्रकार की विषय-वस्तुओं का रस लेने के लिए चारों ओर भागा करता है। उसी समय उसके शिर पर हल्की सी थपकी लगा दें और फिर जप और ध्यान के अभ्यास से इसे धीरे-धीरे आध्यात्मिक आनन्द का स्वाद चखायें।

जीवन्मुक्त अथवा भागवत के नेत्रों में एक विशेष प्रकार की दीप्ति होती है। उसके शिर और दोनों भौहों के मध्य, भृकुटि में उभार एवं फैलाव होता है। वह जो-कुछ भी कहे, उसका आपके मन पर अमिट प्रभाव होगा। आजीवन आप उसे भूल नहीं सकते। उसमें विलक्षण आकर्षण-शक्ति होती है। वह आपके समस्त संशयों का अद्भुत ढंग से निवारण कर देगा। उसकी उपस्थिति में आप एक विशेष प्रकार की शान्ति और आनन्द अनुभव करेंगे। उसकी उपस्थिति मात्र से ही आपके सभी प्रश्न हल हो जायेंगे। मौन ही उसकी भाषा है। वह अत्यन्त दयालु और स्वार्थपरता, क्रोध, लोभ, अहंकार, मोह और अभिमान से पूर्णतया मुक्त होता है। वह सत्य, शान्ति, ज्ञान और आनन्द की साकार मूर्ति होता है।

*१९३८-३९ की 'डिवाइन लाइफ' पत्रिका में से

कोयले को आग पकड़ने में बहुत समय लगता है, किन्तु बारूद पलक झपकते ही प्रज्वलित हो सकता है। इसी तरह जिस व्यक्ति का हृदय अशुद्ध होता है उसमें ज्ञान की अग्नि प्रज्वलित होने में दीर्घ समय लगता है, किन्तु पवित्र हृदय वाले जिज्ञासु साधक में आत्मज्ञान हाथ से फूल मसलने के समान पल-भर में ही प्रदीप्त हो जाता है।

माया एक बहुत बड़े आरे के समान है। काम, क्रोध, लोभ, मद, मत्सर, ईर्ष्या, अहंकार इत्यादि इस विशालकाय आरे के तीखे दन्ते हैं। समस्त संसारी व्यक्ति इस आरे के दन्तों में जकड़े हुए हैं और निरन्तर कुचले जा रहे हैं। जो पवित्रता, विनम्रता, प्रेम, भक्ति और वैराग्य से सम्पन्न हैं, वे इनसे घायल नहीं होते। वे भगवद्-कृपा से इनसे सुरक्षित बच निकलते हैं। वे इस आरे के भयानक दन्तों के बीच में से सरलता से निकल जाते हैं और दूसरी ओर अमरत्व के साम्राज्य में पहुँच जाते हैं।

एक साधारण श्वेत अथवा रंगीन कागज़ का कोई महत्त्व नहीं है, आप उसे आराम से फेंक देते हैं। किन्तु यदि उस पर सम्राट् का चित्र या मोहर लगी हो (रुपये का नोट) तो आप उसे अपनी जेब, पर्स या धन-पेटी में सँभाल कर रख लेते हैं। इसी तरह साधारण पत्थर के ढेले का कोई मूल्य नहीं होता, आप उसे उठा कर एक ओर फेंक देते हैं। किन्तु यदि आप पण्ढरपुर में भगवान् कृष्ण की पत्थर की मूर्ति को अथवा किसी भी मन्दिर में भगवान् के किसी भी रूप में दर्शन करते हैं तो आप हाथ जोड़ कर श्रद्धापूर्वक मस्तक झुका देते हैं क्योंकि यहाँ के पत्थर पर भगवान् की मोहर लगी हुई है। भक्त उस पाषाण प्रतिमा में अपने इष्ट की रूपमाधुरी और भगवान् के समस्त गुणों को देखता एवं अनुभव करता है। प्रारम्भिक साधकों के लिए मूर्तिपूजा अत्यन्त आवश्यक है।

कुछ साधक सरल ढंग से निरन्तर साधना करते हैं। कुछ प्रात:-सायं दो-दो घण्टे कठोर साधना करते हैं। यदि आप शीघ्र आत्म-साक्षात्कार प्राप्त करना चाहते हैं तो आपको निश्चित रूप से दीर्घ काल तक कठोर एवं सतत साधना करनी होगी। आपको भगवान् के साक्षात् दर्शन हो सकते हैं। आप बार-बार उनसे वार्तालाप कर सकते हैं, उनके साथ खेल सकते हैं, एक-साथ खा-पी भी सकते हैं। किन्तु यदि आप परम मोक्ष पद की प्राप्ति चाहते हैं तो आपको आत्म-साक्षात्कार करना ही पड़ेगा। नामदेव ने अनेकों बार भगवान् कृष्ण के दर्शन किये थे तो भी सन्त गोरा कुम्हार ने उन्हें कच्चा घोषित कर दिया और उन्हें कैवल्य प्राप्त करने के लिए विसोबा खेचर के पास जाना पड़ा था।

जब आप ध्यान के लिए आसन पर बैठते हैं तो बहुत शीघ्र उठने को तत्पर हो जाते हैं, कारण टाँगों में दर्द नहीं अपितु धैर्य का अभाव होता है। इस नकारात्मक स्वभाव को, धीरे-धीरे धैर्य विकसित कर लेने के द्वारा विजित करें, तब आप तीन-चार घण्टे तक निरन्तर बैठ सकेंगे। ध्यान के समय आप बीच-बीच में मन-ही-मन किसी-न-किसी से बातचीत करने लगते हैं। इस गलत स्वभाव को छोड़ दें। मन के ऊपर ध्यानपूर्वक निगाह रखें।

एक साधक लिखता है, ''प्रात: तीन बजे किसी ने मेरा द्वार खटखटाया। मैं जग गया और द्वार खोल दिया। देखा तो भगवान् श्री कृष्ण खड़े थे और उनके शीश पर मुकुट सुशोभित हो रहा था। वे शीघ्र ही अन्तर्धान हो गये। मैंने उन्हें बाहर तक जा कर गली-मुहल्लों में खोजा, किन्तु वे नहीं मिले। फिर मैं वापस लौट आया और दिन निकलने तक उन्हें पुन: देखने की आशा से द्वार के सामने बैठा रहा।'' निद्राभ्रमण का स्वभाव प्राय: लोगों में देखने-सुनने में आता है। ऐसे नींद में चलने वाले लोग चलते-चलते स्वप्न तक भी देखा करते हैं। यह ऊपर बतायी गयी घटना वाले व्यक्ति के साथ हो सकता है, ऐसा ही कुछ रहा होगा। आपको निश्चित रूप से आध्यात्मिक अनुभवों के प्रति

अत्यन्त सावधान और सतर्क रहना पड़ेगा कि वह सत्य हैं अथवा स्वप्न हैं। भगवान् श्री कृष्ण के दर्शन इतने सरल भी नहीं हैं। आरम्भ में साधकों को ऐसी भूल प्राय: हो जाती है।

जिस तरह आप अपने जूते में पड़े कंकड़ को पैर में चुभ जाने से तत्काल निकाल देते हैं, ठीक इसी तरह अपने मन में से सन्ताप देने वाले विचार को तुरन्त निकाल देना चाहिए। यदि आप ऐसा कर सकते हैं तभी समझें कि आपने अपने विचारों पर नियन्त्रण रखने की पर्याप्त क्षमता अर्जित कर ली है। केवल तभी मानें कि आध्यात्मिक पथ पर आपने कुछ उन्नति कर ली है।

एक साधक कहता है, ''मैं एक ही आसन में तीन घण्टे निरन्तर बैठ कर ध्यान कर लेता हूँ। अन्त में मैं संज्ञाहीन हो जाता हूँ, किन्तु धरती पर गिरता नहीं।'' यदि वास्तव में आप ध्यान में उतर जाते हैं तो कभी भी संज्ञाहीन अर्थात् बेसुध नहीं होंगे। आपको पूर्णतया जागरूकता की अनुभूति होगी। यह तो एक नकारात्मक एवं अवांछित मानसिक स्थिति है। पूर्ण सतर्क एवं जागरूक रहते हुए आपको ऐसी स्थिति से ऊपर उठना होगा।

मान लो कि आपका मन ध्यान के समय एक घण्टे में चालीस बार बाहर भागता है। यदि आप इस संख्या को ३८ में परिवर्तित कर सकते हैं, तो यह निश्चित रूप में पर्याप्त उन्नति कर लेने का संकेत है, समझ लें कि आपको अपने मन पर कुछ तो नियन्त्रण हो ही गया है। मन को भटकने से रोकने के लिए दीर्घ काल तक अत्यधिक कठोर अभ्यास करने की आवश्यकता है। विक्षेप-शक्ति अत्यन्त शक्तिशाली है। किन्तु सत्त्व विक्षेप से भी अधिक शक्तिशाली है। आप इसके बल से मन की चंचलता को सरलता से नियन्त्रित कर सकते हैं।

जब गहन एकाग्रता हो जायेगी, तब आप अत्यन्त आनन्द और आध्यात्मिक उन्माद अनुभव करेंगे। आप अपने शरीर को और आस-पास के वस्तु-पदार्थों को भूल जायेंगे। प्राण मस्तिष्क में स्थिर हो जायेंगे। यदि अपने कक्ष के भीतर आप अपने मन को एकाग्र कर सकने में कठिनाई अनुभव करते हैं तो बाहर खुले में अथवा आँगन में या नदी-तट पर अथवा किसी बगीचे के कोने में एकान्त में जा कर बैठ जायें। आप अच्छी तरह मन को एकाग्र कर सकेंगे।

जब आप अपनी शैया पर लेटे होते हैं, तब ऐसा भी कभी हो सकता है कि एक विशाल प्रकाश-पुंज आपके मस्तक में से हो कर निकले और जैसे ही आप उठ कर ध्यान में बैठ कर उसे फिर से देखने का प्रयत्न करेंगे तो वह लुप्त हो जायेगा। आप पूछेंगे कि, ''ऐसा क्यों हुआ कि स्वयं वह प्रकाश-पुंज आया, किन्तु मेरे प्रयत्न करने पर नहीं दिखायी दिया?'' इसका कारण यह होता है कि, 'मैं प्रयत्न कर रहा हूँ' के राजसिक विचार के प्रवेश होते ही आपकी एकाग्रता चली गयी थी।

अपने केन्द्र को खोजें। सदैव अपने केन्द्र में स्थित रहें। यह केन्द्र आत्मा है। यह केन्द्र 'गार्डन ऑफ़ ईडन' आपका वास्तविक परम धाम है। आपका स्थायी निवास स्थान यही है। अब यहाँ आप चिन्ता, भय, व्याकुलता से ऊपर हैं। सदा-सर्वदा प्रकाशित और अनन्त असीम आनन्द से परिपूर्ण आपका निजी शाश्वत धाम कितना मधुर है!

हे मित्र! जागें! अब और अधिक सोये न रहें! ध्यान करें! यह ब्राह्ममुहूर्त का समय है! अपने हृदय-मन्दिर के बन्द द्वार को प्रेम की चाबी से खोल दें। आत्मा के संगीत को सुनें। अपने प्रियतम को प्रेम-गान सुनायें। अनन्त की धुन बजायें। उनके ध्यान में अपने हृदय को द्रवित हो जाने दें। उनसे एक हो जायें। स्वयं को प्रेम और आनन्द के सिन्धु में डूब जाने दें।

ॐ शान्ति:! शान्ति:!! शान्ति:!!!

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

आपका शान्ति-दूत :

सभी परिश्रमों में सफलता का आधार–४

(परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

सावित्री

अन्य प्रसंग में एक और विलक्षण कथा है। सावित्री नाम की एक राजकुमारी का एक वनवासी संन्यासी के पुत्र के साथ विवाह हुआ था। सावित्री अत्यधिक विनीत कन्या थी जो अपने पति और सास-श्वसुर की सेवा मनोयोग से करती थी, किन्तु दुर्भाग्यवश उसके पति के प्रारब्ध में युवावस्था में मृत्यु का योग था। अपने पति के जीवन के अन्तिम दिन के विषय में वह जानती थी, अत: उस दिन जब वह लकड़ी काटने के लिए जाने लगा तो सावित्री साथ जाने का हठ करके उसके साथ चल दी। दोपहर को उसकी मृत्यु का निश्चित समय आ पहुँचा। उसे कुछ विचित्र सी घुटन अनुभव हुई और उसने सोचा कि सम्भवतया यह तीव्र ग्रीष्म का प्रकोप है, किन्तु सावित्री समझ गयी कि अन्तिम घड़ी आ पहुँची है। उसने पति को अपनी गोद में शिर रख कर लेट जाने के लिए कहा।

यमराज आ पहुँचे, किन्तु सावित्री ने कहा, ''रुक जाइए। मेरे परिपूर्ण पातिव्रत्यधर्म एवं कर्तव्यनिष्ठ होने के कारण आप इन्हें स्पर्श नहीं कर सकते।'' यमराज ने उत्तर दिया कि पवित्रता निस्सन्देह विश्व की सर्वोच्च शक्ति है, किन्तु मैं यह इस संसार से सम्बन्धित कार्य नहीं कर रहा हूँ। यह तो दैवी कर्म है और मुझे इनको ले कर ही जाना होगा। यह कहते हुए उन्होंने युवक को पाश में बाँधा और उसकी आत्मा को ले कर चल दिये। सावित्री ने देखा कि उसके पति की मृत्यु हो गयी है, और वह यमराज को मनाने का प्रयास करने लगी। उन दोनों में परस्पर अद्‌भुत वार्तालाप हुआ और अन्तत: सावित्री यमराज को पति की देह में प्राण पुन: डालने के लिए मनाने में सफल हो गयी। युवा पति पुन: जीवित हो उठा और उसे आश्चर्य हुआ कि उसे क्या हुआ था! वे दोनों घर लौट गये तथा माता-पिता ने अपनी पुत्रवधु को अनेकों आशीर्वाद दिये। यह कहानी सुनाने का तात्पर्य यह है कि सतत प्रयास के द्वारा मृत्यु तक को विवश किया जा सकता है कि मृतक को वापस लौटा दे!

पुन: मैं अपने प्रथम विचार पर और अधिक बलपूर्वक कहना चाहता हूँ : आप जैसा सोचते हैं, वैसे ही बन जाते हैं। यदि आप इस सिद्धान्त का आह्वान करते हुए इसे अपने आध्यात्मिक जीवन में अपना लेंगे तो आप इस जीवन में ही दिव्य चेतना की सर्वोच्च अवस्था में स्थित हो सकते हैं। इसमें किंचित् भी सन्देह नहीं है। इसी प्रकार दूसरा महत्त्वपूर्ण नियम है कि किसी भी दिशा में किया गया सतत परिश्रम विश्व-ब्रह्माण्ड की समस्त बाधाओं को विजित कर लेता है।

जीवन के युद्धक्षेत्र में वीरतापूर्वक संघर्ष करें। विवेक की ढाल और वैराग्य की तलवार से स्वयं को लैस कर लें। साहसपूर्वक आगे बढ़ें। प्रलोभनों के समक्ष झुकें नहीं। अपनी अन्तरात्मा पर सतत ध्यान करें। आप शाश्वत आनन्द और शाश्वत शान्ति के असीम साम्राज्य में प्रवेश प्राप्त करेंगे और प्रशान्तता, शक्ति, सन्तुलन और अविक्षुब्ध जीवन जियेंगे। मार्कण्डेय, भगीरथ और सावित्री को अपने प्रेरणा-स्रोत बनायें। भगवान् के आशीर्वाद आप पर हों!

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

आध्यात्मिकता का सत्य-स्वरूप :

अहिंसा-ब्रह्मचर्य के भव्य सद्गुण-१

(परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज)

दूसरों के प्रति उचित भाव रखना 'अहिंसा' तथा अनुचित भाव रखना 'हिंसा' कहलाता है। स्वयं के प्रति उचित भाव होना 'ब्रह्मचर्य' कहलाता है तथा इसका अभाव ब्रह्मचर्य न होने के समान है। 'अहिंसा' एवं 'ब्रह्मचर्य' न केवल यौगिक-पथ के, अपितु समस्त सफलतापूर्ण जीवन के आधारभूत भव्य गुण हैं। इन मौलिक नियमों को न समझ पाना ही हमारे जीवन में तथा यौगिक-प्रणाली में असफलता का कारण है।

यह अत्यन्त आवश्यक है कि हम दूसरों के प्रति पूर्ण आदर-भाव रखें, क्योंकि वे भी मनुष्य हैं—पाषाण, पशु, वृक्ष, श्वान अथवा दास नहीं। वे भी हमारी ही भाँति अमूल्य तथा महत्त्वपूर्ण हैं। सही शब्दों में यही अहिंसा का दर्शन है। अहिंसा का दर्शन क्या है? यह दर्शन दूसरों को अपने जैसा मानना है। जो मेरे लिए उचित है, वह दूसरों के लिए भी सही है; तथा जो मेरे लिए अनुचित है, वह दूसरों के लिए भी अनुचित हो सकता है। दूसरों को तुच्छ समझना हिंसा है। वे तुच्छ नहीं हैं।

अन्य जनों को अपने से किसी भी प्रकार तुच्छ समझना किस प्रकार सम्भव है? ऐसा इसलिए है क्योंकि हमारा मस्तिष्क दूसरों को 'अन्य' मानता है। वास्तव में 'अन्य' का अस्तित्व है ही नहीं। यदि हम अपने चारों ओर लोगों को अवज्ञा की दृष्टि से देखेंगे अथवा अलग मानेंगे, तो वे भी हमें उसी भाव से देख सकते हैं। **''आत्मनः प्रतिकूलानि परेषां न समाचरेत्''** (महाभारत ५.१५.१७) महाभारत का एक अत्यन्त प्रसिद्ध वाक्य है जिसे धर्म अथवा सद्गुणों का सार माना जाता है। जो मेरे लिए हितकर नहीं है, वह दूसरों के लिए भी श्रेयस्कर नहीं होगा क्योंकि प्रत्येक दृष्टि से वह मेरा है। अतः जो मेरे लिए अच्छा नहीं है, उसे मैं दूसरों के साथ नहीं बाँट सकता।

अन्य व्यक्तियों से व्यवहार करते समय हम एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण तथ्य भूल जाते हैं तथा अवचेतन मन अथवा अनजाने में स्वयं को दूसरों से श्रेष्ठ मानने लगते हैं। इस असंगतपूर्ण बात पर तार्किक अथवा दार्शनिक स्तर पर बहस नहीं की जा सकती, क्योंकि यह एक असंगत बात है। समस्त मनोभाव नैसर्गिक नहीं होते। उनमें से अनेक भाव तर्करहित होते हैं। उनका अन्वेषण तार्किक स्तर पर नहीं किया जा सकता। समस्त भावों का सार विसंगति अथवा अति-विसंगति है, परन्तु तर्कसंगति नहीं क्योंकि यह समस्त तर्कों को बलपूर्वक पीछे छोड़ देता है, जो हमारी विवेक-शक्ति से परे है। यह भाव हमारे मन में अनेक प्रकार से आता है : ''मैं किसी प्रकार भी येनकेनप्रकारेण दूसरों से अधिक महत्त्वपूर्ण हूँ।'' हम इसे खुल कर नहीं कह सकते, न ही इसे किसी प्रकार से स्पष्टतया सिद्ध कर सकते हैं, फिर भी हम इसे व्यक्तिगत रूप से समझते हुए उसके अनुरूप व्यवहार करते हैं।

मनुष्य की मूलभूत प्रवृत्ति है—''मैं सुखी रहूँ। मुझे किसी प्रकार का कष्ट न हो। और यदि मेरे परोपकारी स्वभाव के कारण उसे कोई असुविधा है, तो मैं दूसरों के प्रति दयालु होने से स्वयं को रोकूँगा। क्या मेरा परहितकारी स्वभाव मुझे कष्ट दे रहा है? मेरे लिए असुविधा का कारण

बन रहा है? नहीं।'' किसी को दु:ख पसन्द नहीं क्योंकि हमारे समस्त व्यवहार एवं क्रियाकलापों का अन्तिम लक्ष्य भौतिक सन्तोष की प्राप्ति है। परन्तु हमारा मन एक अत्यन्त भीषण भ्रान्ति से ग्रस्त हो गया है। दिनचर्या को हमने अव्यवस्थित कर दिया है।

इससे भी मूर्खतापूर्ण बात दूसरों को अपने से किसी भी प्रकार से कम महत्त्वपूर्ण समझना है। अपने-आपको उनके स्थान पर रख कर विचार कीजिए एवं उनके अनुसार सोचिए। तब आप उनके महत्त्व को जान पायेंगे। एक श्वान भी अपने-आपको किसी से कम नहीं समझता। कुछ पलों के लिए उसके मन में झाँक कर उसी की भाँति विचार कीजिए तथा दूसरों के प्रति उसके व्यवहार को भाँपिए। आपके बारे में उसका क्या विचार है?

यह एक अत्यन्त कठिन कला है। उदारता का अर्थ दूसरों को रुपये, भोजन अथवा कपड़े देना नहीं है। दूसरों की भावनाओं को भाँपना उदारता है। यदि इस प्रवृत्ति का अभाव है, तो हम उदार नहीं। यदि कोई व्यक्ति हमारे ऊपर क्रोधित है, तो भी हमें बिना प्रतिकार एवं क्षति-रहित भावना से यह समझने का प्रयास करना चाहिए कि वह क्रोधित क्यों है। उसके क्रोध का कारण क्या है? प्राय: हम प्रतिकार लेने को उद्यत हो जाते हैं। ''जैसे को तैसा'' हमारा सिद्धान्त है।

योग की दृष्टि से अपने प्रति किया गया कोई भी कार्य जो प्रतिकूल हो, अनुचित है। आलोचना भी एक प्रकार की हिंसा है क्योंकि आलोचना में भी हम स्वयं को दूसरों से श्रेष्ठ मानते हैं। इस प्रकार का भाव अनेक प्रकार से आ सकता है।

भगवद्-दृष्टि में सृष्टि में उत्पन्न हुई वस्तुओं का कोई-न-कोई महत्त्व अवश्य होगा। कदाचित्, पूर्णतया निरर्थक वस्तुओं का अस्तित्व असम्भव है। पूर्णरूपेण असत्य का अस्तित्व असम्भव है। जिसे हम असत्य कहते हैं, उसमें भी सत्य का अंश विद्यमान होता है, नहीं तो उसकी सत्ता होती ही नहीं। सत्य के अभाव में दिखायी देने वाले दृश्यों का भी अस्तित्व असम्भव है। सार-तत्त्व के बिना मिथ्या की सत्ता भी नहीं। वह यूँ ही उजागर नहीं हो सकता। पूर्ण मिथ्या का अस्तित्व है ही नहीं।

अत: योग नामक जिस प्रयास की बात हम कर रहे हैं, उसमें हम गलत दिशा की ओर अग्रसर हो रही हमारी चेतना को स्वयं से पृथक् करने का भरपूर प्रयास करते हैं। मैंने कुछ दिन पूर्व वस्तुओं के प्रति आकर्षण एवं विरुचि के सन्दर्भ में संकेत किया था। अत: हम यथार्थ सार्वभौमिक सत्ता के साथ सामंजस्य स्थापित करने का प्रयास करते हैं। वास्तविक सार्वभौम किसी के पक्ष-विपक्ष में नहीं है। यही सार्वभौमिकता का सही अर्थ है। यह समान रूप से सबके लिए वैध है। अत: वास्तविक सार्वभौमिक सत्ता की ओर अग्रसर होते हुए (जो वास्तव में योग है) हमें सामंजस्य स्थापित करना पड़ेगा। हम बाहर से शैतान तथा भीतर से सन्त नहीं हो सकते। हमारा बाह्य तथा अन्तर एक होना चाहिए। सार्वभौमिक सत्ता से असंगत हो कर उसी समय हम उस स्थान पर ध्यान केन्द्रित कैसे कर सकते हैं?

दूसरों का येनकेनप्रकारेण शोषण करना, उन्हें परिचारक अथवा अपने से निम्न समझना, अपनी सन्तुष्टि हेतु दूसरों का अनुचित प्रयोग करना उनका अनादर करने के समान है। वे भी उतने ही सम्मान के अधिकारी हैं, जितने कि हम। उनका अनादर स्वयं सार्वभौमिक सत्ता का अनादर है क्योंकि वह सर्वव्यापक व समस्त मनुष्यों तथा पदार्थों में समान रूप से विद्यमान है। जब हम वास्तव में इसका अनुसरण करेंगे, तब हमें आभास होगा कि यह सदाचारों अथवा सद्गुणों के समस्त प्रकारों में से सबसे कठिन है।

(भाषान्तर : मेधा सचदेव)

अद्‌भुत लीला के साक्षी

(परम पूज्य श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती)

परम पूज्य सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के वरिष्ठ शिष्य श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज ने निज गुरु की जीवनगाथा सम्बन्धी अपनी पुस्तक 'चैतन्य ज्योति' में अपने गुरुभाई श्री स्वामी माधवानन्द जी महाराज के आश्रम आगमन एवं उनके प्रारम्भिक दिनों की अद्‌भुत अनुभूतियों के विषय में लिखा है।

द्वितीय महायुद्ध के समय वर्मा में जापान की क्रूर सेनाओं के आक्रमण-कृत-प्रहारों द्वारा आकुल अनेकों असहाय दु:खी प्राणियों में एक करुणानिधि नाम का व्यक्ति भी सहस्रों कोस पार करता हुआ जीर्ण-शीर्ण अवस्था में अपनी मातृभूमि में पहुँचा और फिर वहाँ सुदूर दक्षिण को त्याग कर किसी अज्ञात आकर्षण से खिंचा हुआ दीर्घ यात्रा के बाद 'चैतन्य ज्योति के लीला केन्द्र' ऋषिकेश के आनन्द कुटीर में प्रविष्ट हुआ। यहाँ आने पर कुछ ही दिनों में वह विचित्र परिवर्तन में परिवर्तित होने लगा।

आने के तीन महीने के भीतर ही अब माधवानन्द नाम से जाने जाने वाले इस युवक के मन में भक्ति का उद्‌भव हो चुका था, वह वन से बिल्वपत्र ला कर नित्य विश्वनाथ मन्दिर में प्रतिष्ठित उन श्री मुरलीमनोहर की मूर्ति को सुसज्जित करने में व्यस्त रहता जिसमें उसे गुरुदेव का स्वरूप दिखायी देता था। उसे नित्य नये-नये अद्‌भुत अनुभव होते जिनमें से कभी-कभी मुझे भी कुछ सुनाया करता था। और एक दिन तो उसने जो बताया उसे सुन, मेरे आश्चर्य का ठिकाना न रहा। उसने कहा कि उसने विश्वनाथ मन्दिर में परमहंस श्री स्वामी चिदानन्द जी के आरती करते समय यह अलौकिक दृश्य देखा कि मुरलीमनोहर की मूर्ति में अज्ञात आभा के समावेश से मूर्ति का अंग-प्रत्यंग पारमात्मिक छवि से आवृत्त है और एकाएक मूर्ति का लोप हो कर वहाँ पर श्री गुरुदेव की ईश्वरीय-मुस्कान-युक्त मूर्ति विराजमान है। इतने भक्त समुदाय की उपस्थिति में इस दिव्य-दर्शन का द्रष्टा वह माधवानन्द निर्वाक था, उसकी विचित्र अवस्था देख सभी आश्चर्यचकित थे। अचानक चरणामृत-दाता की आवाज से जब उसकी चेतना लौटी तो वह छवि अदृश्य हो चुकी थी। इस दिव्य अनुभूति की दर्शन-स्मृति का चिह्न निर्मित करने का उसने उसी क्षण निश्चय कर लिया।

और एक सप्ताह में ही माधवानन्द ने श्री स्वामी जी की उस अविस्मरणीय छवि को मृत्तिका-मूर्ति में अपने प्रेमपूर्ण हृदयपूर्वक निर्मित कर दिया ताकि यह स्पष्ट प्रकट हो कि वह मिट्टी तक में परब्रह्म शिवानन्द की अनुभूति करता है। और फिर इस दृष्टि से कि उस मूर्ति का दर्शन, सभी भक्तों में श्रद्धा का विकास करे, उसे आश्रम के भजन हाल में एक काष्ठ-कक्ष में रख दिया।

और इसके तीन ही मास बाद की घटना है .....

गुरुदेव द्वारा ३ दिसम्बर १९४३ में प्रारम्भ किये गये अखण्ड महामन्त्र कीर्तन में अपने-अपने समयानुसार दो-दो घण्टे कीर्तन करने वालों में से एक कीर्तनकर्ता अर्धरात्रि के समय अत्यन्त कोमल स्वर में कीर्तन कर रहा था। सामने के कोने में काष्ठ-निर्मित-कक्ष में श्री स्वामी जी की मृत्तिका-मूर्ति रखी थी। उस कीर्तनकर्ता ने देखा कि सहसा वह सजीव रूप में गतिमय हो गयी। उसे उपने नेत्रों पर विश्वास ही नहीं हो रहा था, किन्तु पलक पुनर्पुन: झपकने के बाद भी उसने फिर से देखा कि कक्ष-द्वार स्वत: खुल गया है और

सम्पूर्ण स्थली को आलोकित करती हुई वह दिव्य मूर्ति उसके वाम पार्श्व में बैठ गयी। अनन्त विकसित विभा में उसने श्री स्वामी जी का ईश्वरीय रूप देखा और सामने का काष्ठ-कक्ष-स्थान भी रिक्त देखा। चाहने पर भी न तो वह उनके चरण स्पर्श कर सका, न ही कुछ बोल सका क्योंकि पूर्णतया जाग्रत होने पर भी वह स्वयं में अद्‌भुत अपूर्व विद्युत् संचार अपने अंग-प्रत्यंग में अनुभव कर रहा था। उसने सुना, श्री स्वामी जी दिव्य भावयुक्त स्वर में संगीत का अनुसरण कर रहे थे। उनके अवर्णनीय आलोक को उसने अनुभव किया। दीर्घ समय तक यह क्रम चलता रहा और कीर्तनकर्ता को इस अवधि का कुछ भी बोध न रहा। भक्त भगवान् में और भगवान् भक्त में एकाकित थे कि सहसा भजन हाल के घण्टा-नाद ने प्रात: ४ बजे की सूचना दी। और इसके साथ ही श्री स्वामी जी अन्य कीर्तनकर्ता के प्रवेश करने से पूर्व ही मन्थर गति से चलते हुए कक्षस्थित मृत्तिका-मूर्ति में, अपनी यथावत् अवस्था में स्थित हो गये।

कीर्तनकर्ता अपूर्व स्फुरण से युक्त था, उसके जीवन की सभी साधें पूर्ण हो गयी थीं। उसकी दशा अकथनीय थी। तीन महीने पूर्व स्व-निर्मित इसी मूर्ति में अपने इष्ट शिवानन्द की लीला का दर्शन पा कर मूर्तिकार माधवानन्द के मुख से निस्सीमानन्द में निकलते हुए यही शब्द उसके साथी कीर्तनकर्ता ने सुने—''धन्य है नाथ! आपको! पुन: धन्य है महान्! आपको!! पुनर्पुन: धन्य है महान्! आपकी लीला को !!

अपने संकल्प और व्रतों में दृढ़ बनिए

सदा प्रसन्न रहिए और अपने शोकों को मुस्कराते हुए भगा डालिए। जीवन के सिद्धान्तों का सदैव पालन कीजिए। खान, पान, शयन, विहार तथा अन्य सभी बातों में परिमित बनिए। ईश्वर में प्रबल श्रद्धा अर्जन कीजिए।

आलोड़ित आवेगों को तथा तरंगायमान वृत्तियों को शान्त करें। सांसारिक आकर्षणों में न बहें। सावधान रहें। ज्ञानी बनें। सांसारिक बुद्धि वाले मनुष्य से दूर रहिए। छोटे-से-छोटे कार्य में भी मन, बुद्धि, हृदय तथा आत्मा को लगा दें। श्रद्धा तथा निश्चय के साथ काम करें। अपने संकल्प में दृढ़ तथा निश्चय में अटल रहें।

अपने कर्तव्यों को समुचित रूप से निभाइए। अपने व्रतों में दृढ़ तथा वाणी में सच्चा बनिए। सच्चरित्र बनिए। सबके प्रति सदय बनिए। क्रोध पर विजय पाइए। आत्म-विजयी बनिए। द्वेष से मुक्त बनिए। आप शीघ्र ही ईश्वर का साक्षात्कार करेंगे।

ईश्वर के नाम में आश्रय ग्रहण कीजिए। अपने दोषों तथा कमजोरियों के विषय में बार-बार मत सोचिए। पूरे हृदय से दिव्य जीवन की कामना कीजिए। आध्यात्मिक जीवन में उन्नति को प्राप्त करें। आप ईश्वरत्व को प्राप्त करेंगे।

उस परमात्मा की महिमा तथा ज्योति पर ध्यान कीजिए जो सब वस्तुओं को प्रकाशित करता है, जो अदृश्य है तथा जो सच्चिदानन्द है। आप ब्रह्म को प्राप्त करेंगे।

—स्वामी शिवानन्द

पूर्व-अंक से आगे :

मैं इसका उत्तर दूँ?

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

१९०

भगवान् सर्वव्यापक एवं निराकार हैं। उन्हें मूर्ति में सीमित कैसे किया जा सकता है? मूर्तिपूजा का क्या लाभ है?

सर्वव्यापक भगवान् की दिव्यता सृष्टि के प्रत्येक कण में स्पन्दित है। विश्व-ब्रह्माण्ड में एक कण भी ऐसा नहीं है जहाँ वह नहीं हैं। तब फिर आप यह क्यों कहते हैं कि वह मूर्ति में नहीं हैं?

नये साधकों के लिए मूर्ति एक आधार है। यह उसके आध्यात्मिक बचपन का अवलम्बन है। प्रारम्भ में आकार अथवा मूर्ति, पूजा के लिए आवश्यक है। अनन्त के ऊपर, निराकार परम सत्ता पर मन को केन्द्रित कर सकना सबके लिए सम्भव नहीं होता। ध्यान का अभ्यास करने के लिए अधिकांश साधकों को किसी ठोस आकार की आवश्यकता होती है।

मूर्तियाँ मूर्तिकारों की निरर्थक कल्पनाएँ नहीं हैं, अपितु ऐसी उज्ज्वल प्रणालियाँ हैं जिनके माध्यम से भक्त के हृदय की संवेदनाएँ भगवान् की ओर प्रवाहित होती हैं। यद्यपि पूजा मूर्ति की जाती है, किन्तु भक्त उसमें भगवान् की विद्यमानता को अनुभव करता है और अपनी सम्पूर्ण भक्ति-भावना उसमें समाहित कर देता है। मूर्ति तो मूर्ति ही रहती है, किन्तु उपासक की पूजा उसके भगवान् तक पहुँच जाती है।

भक्त के लिए मूर्ति अथवा चित्र चैतन्य का पुंज होता है। वह मूर्ति से प्रेरणा प्राप्त करता है। मूर्ति उसका निर्देशन करती है। उससे वार्तालाप करती है। यह मनुष्य का रूप धारण करके अनेक प्रकार से उसकी सहायता करती है। दक्षिण भारत के मदुरै मन्दिर के भगवान् शिव की मूर्ति ने मनुष्य रूप से एक लकड़हारे और एक वृद्धा की सहायता की। तिरुपति मन्दिर की मूर्ति ने मनुष्य का रूप धर कर अपने भक्त की सहायतार्थ न्यायालय में गवाही दी थी। ऐसे कितने ही चमत्कार और रहस्यमय उदाहरण हैं।

केवल हिन्दू धर्म में ही मूर्तिपूजा नहीं है। ईसाई क्रॉस को पूजते हैं। उनके मन में क्रॉस की छवि रहती है। मोहम्मदी काबा की शिला का ध्यान मन में रख कर प्रार्थनाएँ करते हैं। मानसिक प्रतिबिम्ब भी मूर्ति का रूप है। यह केवल स्तर का ही अन्तर है, बात तो एक ही है।

सभी उपासक भले ही कितने भी बुद्धिवादी क्यों न हों, अपने मन में एक आकार बना लेते हैं और मन को उस पर केन्द्रित करते हैं। प्रत्येक व्यक्ति मूर्तिपूजक है। चित्र और छवि भी केवल प्रतिमा का ही रूप हैं। स्थूल मन के अवलम्बन के लिए स्थूल प्रतीक की आवश्यकता होती है तो सूक्ष्म मन को सूक्ष्म आधार की। वेदान्ती को भी चंचल मन को स्थिर करने के लिए ॐ का प्रतीक होता है। केवल चित्र अथवा पत्थर या लकड़ी की प्रतिमा ही मूर्ति नहीं है। अक्षर और सांकेतिक बिन्दु भी मूर्ति बन जाते हैं। अत: मूर्तिपूजा को दोष क्यों देना?

१९१

क्या नारी केवल पुरुष के लिए, उसकी सेवा करने के लिए ही बनायी गयी है? क्या भगवान् ने हमें केवल रसोई-घर के और सन्तानोत्पत्ति के लिए ही बनाया है? स्त्री गौण भूमिका क्यों निभाये? नारी को समानाधिकार देना क्यों नहीं चाहते आप?

स्त्री किसी भी प्रकार से पुरुष से निम्न नहीं है। गृह एक सहयोगी संस्था है। यह कार्य-विभाजन के सिद्धान्त पर उन्नत होती है। यदि पुरुष धनोपार्जन करता है और स्त्री घर में रहती है तो इसका अर्थ यह नहीं कि स्त्री पराश्रयी अथवा दासी है। वस्तुत: वह राष्ट्र की निर्माता है। एक महिला का अपनी सन्तान को प्रशिक्षित करके उत्तम नागरिक बनाना तथा इस प्रकार समस्त मानव-जाति का चरित्र निर्माण करना नि:सन्देह उससे कहीं अधिक एवं श्रेष्ठतर शक्ति एवं सामर्थ्य होने का परिचायक है जो कि वह निर्णायक अथवा विधायक या अध्यक्ष अथवा मन्त्री या न्यायाधीश बन कर प्राप्त करने की आशा रखती है।

यह विचारधारा कि स्त्री और पुरुष समान हैं, वस्तुत: पश्चिम की धारणा है। भारतीय अथवा हिन्दू धारणा के अनुसार पुरुष और स्त्री, पुरुष और शक्ति एक एवं अविभाज्य हैं। सीता ने स्वयं का भिन्न अस्तित्व नहीं समझा। वह श्री राम में ही थीं, और राम की ही थीं। भारतीय नारी सदैव प्रत्येक पारिवारिक, धार्मिक एवं सामाजिक जीवन में अपना तादात्म्य पूर्णतया अपने पति के साथ ही बनाये रखती है। वह अपने गृह की साम्राज्ञी है। मातृत्व की महिमा से वह अपने गृह को प्रकाशित करती है। मातृत्व में ही नारी का समस्त विशेषाधिकार, उसकी महिमा, योग्यता और उसका अधिकार-क्षेत्र विशेष रूप से निहित है।

पश्चिमी जगत् ने महिलाओं को पुरुषों के प्रत्येक क्षेत्र में भाग लेते हुए देख लिया है। किन्तु मैं पूछता हूँ : ''इससे क्या उन देशों में मानव-जीवन में अधिक प्रसन्नता और देश की समृद्धि एवं शान्ति में अधिक वृद्धि हो गयी है? हाँ, इससे अधिक तलाक, अधिक क्लेश, अधिक व्याकुलता ही बढ़ी है। इसने केवल स्त्रियों के अज्ञान के आवरण को घनीभूत तथा उनमें राजसिक तत्त्व का संवर्धन अवश्य ही कर दिया है।''

पश्चिमी जगत् में भी बहुत से व्यक्ति हैं जो स्त्रियों की पुरुषों के साथ समानाधिकार की माँग के पक्ष में नहीं हैं। जो इस धारा के पक्ष में थे, वह भी अब अपने इस गलत समर्थन के लिए गम्भीरतापूर्वक पश्चात्ताप कर रहे हैं, क्योंकि वे वस्तुत: अपनी दृष्टि के समक्ष इसके दुष्परिणाम देख रहे हैं।

स्वच्छन्द जीवन, परिपूर्ण स्वतन्त्रता नहीं होती। संयमविहीन मिलना-जुलना स्वतन्त्रता नहीं है। इस झूठी स्वतन्त्रता में पड़ कर कई भारतीय महिलाओं ने अपना जीवन स्वयं ही नष्ट कर लिया है।

पश्चिमी जगत् की नारी का आदर्श हमारा आदर्श नहीं होना चाहिए, क्योंकि तब हम केवल अप्राकृतिक ही नहीं अपितु अराष्ट्रिय भी हो जायेंगे। एक राष्ट्र अन्य किसी देश के आदर्श तथा सामाजिक प्रथाओं को, स्वयं अपनी आधारभूत संस्कृति को समझे बिना, नहीं अपना सकता।

महिलाओं को केवल श्रेष्ठ माताएँ बनना चाहिए। भगवान् की भव्य योजना में उन्होंने ही यह कार्य करना है। दिव्य योजना का तात्पर्य यही है। भगवान् की इच्छा यह ही है। नारी के अपने विशेष मनोवैज्ञानिक गुण, स्वभाव, योग्यताएँ, वृत्तियाँ और मनोभावनाएँ हैं। समाज में उनकी कुछ अपनी अक्षमताएँ अथवा सीमाएँ हैं। वे पुरुषों के साथ अपनी तुलना न कर सकती हैं, न ही करनी चाहिए।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

आपके आदर्श, सिद्धान्त और लक्ष्य

गरीब, बीमार, साधु तथा देश की सेवा करना, पतितों को उठाना, अन्धों को राह दिखाना, पीड़ितों को सान्त्वना देना, कष्ट-पीड़ितों को सुखी बनाना—ये ही आपके आदर्श हों। ईश्वर में पूर्ण श्रद्धा रखना, अपने पड़ोसी के साथ अपनी आत्मा के समान ही प्रेम करना, पूरे मन तथा हृदय के साथ ईश्वर की भक्ति करना, गाय, पशु, बच्चे तथा स्त्री की रक्षा करना—यही आपके सिद्धान्त हों। ईश्वर-साक्षात्कार ही आपका लक्ष्य हो।

—स्वामी शिवानन्द

मानव से ईश-मानव :

शिष्यों का प्रशिक्षण-११

(श्री एन. अनन्तनारायणन्)

गुरुदेव समन्वय में, समग्रता के विकास में विश्वास रखते थे। उन्होंने शिष्यों को एक-तरफा विकास के प्रति चेतावनी दी। एक दिन रात्रि के ९ बजे एक अन्तेवासी अत्यन्त व्यग्रता सहित एक पत्रिका के लेख टाइप करने में लगा हुआ था कि अचानक बाहर गुरुदेव आ गये और उन्होंने प्रश्न किया, ''आज तुमने कितनी माला जप किया है?'' ''जप?'' गुरुदेव की खोजपूर्ण दृष्टि का सामना करने में असमर्थ शिष्य उनके चरणों की ओर देखने लगा। गुरुदेव बोले, ''फेंक दो उठा कर टाइप की मशीन को कहीं दूर! काम, काम, काम! चौबीस घण्टे कार्य? इससे आपको मोक्ष प्राप्त नहीं होगा। कार्य और भक्ति दोनों को संयुक्त करना पड़ेगा आपको। इसका कोई लाभ नहीं होने वाला है!''

सेवा, भक्ति, ध्यान, साक्षात्कार : निष्काम सेवा ही कर्मयोग था। वैश्व-प्रेम भक्तियोग था। ध्यान राजयोग था। स्वामी जी अपने शिष्यों को सभी योग साथ-साथ करने का निर्देश देते थे और तीव्र विकास एवं अन्ततोगत्वा परब्रह्म से एकत्व के वेदान्तिक साक्षात्कार की प्राप्ति का विश्वास दिलाते थे।

सेवा। भक्ति। ध्यान। साक्षात्कार : स्वामी जी के उपदेश केवल समन्वयात्मक ही नहीं अपितु सार्वभौमिक भी हैं। यह चार-शब्दात्मक उपदेश समस्त युगों के और सभी देशों के गुरुओं की शिक्षाओं का सार अपने में समाहित किये हुए है और सभी धर्मों के आवश्यक तत्त्वों को स्पष्ट दर्शाता है। स्वामी जी की शिक्षाओं में नया कुछ भी नहीं था। यदि कुछ नया था तो वह धार्मिक साधना करने पर कठोर बल देना था, ''यदि आप जीवन का लक्ष्य प्राप्त करना चाहते हैं तो धर्म का पालन करें और उनकी शिक्षाओं के अनुसार जीवन यापन करें।'' उन्होंने बार-बार कहा, ''आपका जो भी धर्म हो, जो भी गुरु हो, जो भी भाषा और देश हो, जिस भी आयु अथवा लिंग के आप हों, आप यदि अहंकार को नष्ट करने का मार्ग जानते हैं, मन की निम्न प्रवृत्तियों को नष्ट करने और अपने देह-मन-बुद्धि पर नियन्त्रण पाने का मार्ग जानते हैं तो अत्यन्त सरलता से विकसित हो सकते हैं।''

कोई बौद्ध भिक्षु आश्रम में आ कर ठहरा हुआ हो स्वामी जी उसे रात्रि सत्संग में अपनी पाली भाषा के स्तोत्र सुनाने का आग्रह करते। कोई पारसी भक्त आया हुआ होता? गुरुदेव उसे जेंदावस्ता में से एक या दो प्रार्थनाएँ सुनाने के लिए आग्रह करते। अथवा यदि ईसाई युवक आया होता? तो गुरुदेव उसे भगवान् यीशु की स्तुति सुनाने के लिए और 'ॐ जीसस' गाने अथवा यही मन्त्र लिखते रहने के लिए कहा करते थे।

कभी किसी को भी धर्म परिवर्तन करने के लिए नहीं कहा गया। महाराष्ट्र के एक दत्तात्रेय उपासक ने एक बार स्वामी जी से शिवपंचाक्षरी[१] में दीक्षा देने की प्रार्थना की। उन्होंने उसे दत्त नम: पर ही स्थिर रहने के लिए कहा। गुरुदेव ने

[१]पंचाक्षरी मन्त्र भगवान् शिव का पाँच अक्षरों न-म-शि-वा-य, है। विष्णु भगवान् का अष्टाक्षरी अर्थात् आठ अक्षरों का ॐ-न-मो-ना-रा-य-णा-य, है। कृष्ण भगवान् का द्वादशाक्षरी अर्थात् बारह अक्षरों का—ॐ- न-मो-भ-ग-व-ते-वा-सु-दे-वा-य, है।

कभी भी किसी का मार्ग परिवर्तन नहीं किया, केवल नेतृत्व किया।

यह सत्य है, कि स्वामी शिवानन्द जी उदारचित्त थे, कि वे सभी धर्मों का सम्मान करते थे कि उन्होंने सभी सन्तों की पूजा की। किन्तु जहाँ सत्य पर सन्देह करने का प्रश्न आता, सत्य की गलत व्याख्या की जा रही होती, तब वे हिचकिचाते नहीं थे। एक बार कान्वेंट में पढ़ी हुई एक हिन्दू लड़की विजयलक्ष्मी से उन्होंने कहा, ''क्या तुम गिरजाघर जाती हो?'' लड़की ने जब 'हाँ' में शिर हिलाया तो स्वामी जी ने उसके पथ पर प्रकाश डालने के लिए उपयुक्त अवसर देखते हुए कहा, ''ईसाइयों में विश्वास न करो, यह समझ कर कि केवल ईसाई धर्म ही मोक्ष का मार्ग है, कि उनका धर्म ही केवल सच्चा धर्म है। यह मानना अनुचित है कि विश्व में केवल ईसा ही धर्म-गुरु हैं। हमारे ऐसे बहुत से धर्म-गुरु हो चुके हैं। भारतीय विचारधारा यह है कि बुद्ध, कृष्ण, ईसामसीह, मोहम्मद तथा अन्य सब भगवान् के सन्देशवाहक, धर्मदूत हैं। उन्होंने उग्र एवं कठोर तप और त्याग के द्वारा स्वयं को परिपूर्ण बनाया। वे सब आत्म-साक्षात्कार प्राप्त दिव्यात्मा थे। हमें भगवान् यीशु के प्रति भी उतनी ही श्रद्धा है जितनी भगवान् कृष्ण के प्रति। ईसाई धर्म की शिक्षाएँ, यथा—शुद्ध हृदय वाले व्यक्ति आशीर्वादित हैं, क्योंकि भगवान् के साम्राज्य में उन्हीं को प्रवेश मिलेगा''—हमारे लिए अत्यन्त मूल्यवान् हैं। अत: गिरजाघर में जाओ, उनकी शिक्षाओं का अनुसरण करो, यीशु को अवतार मानो, किन्तु ऐसा संकीर्ण दृष्टिकोण न बनाओ कि केवल यीशु ही वास्तविक मसीहा हैं। सत्य किसी एक की ही सम्पत्ति नहीं हो सकता, भले ही वह कितना भी महान् क्यों न हो। हमें स्वयं को निश्चित रूप से धर्मान्धता से बचाना चाहिए।''

इसी प्रकार १९५६ के नवम्बर मास में एक अतिथि ने गुरुदेव से कहा, ''स्वामी जी, कभी-कभी आध्यात्मिक विषयों में मेरा विश्वास डोल जाता है। मैं दर्शन-शास्त्र की पूर्व और पश्चिम, दोनों की ही पुस्तकें पढ़ता रहा हूँ; किन्तु मेरा विश्वास अभी भी डगमगा रहा है।'' स्वामी जी ने समझाया, ''जब तक आप अपने दर्शन-शास्त्र के सिद्धान्तों के मूल निम्नतम आधार तत्त्व में स्थित नहीं हो जाते, तब तक आपको पश्चिमी-दर्शन के ग्रन्थ नहीं पढ़ने चाहिए। उनसे आप भ्रान्त हो जायेंगे। आपको गीता, उपनिषद् और ब्रह्मसूत्रों का अध्ययन करना चाहिए। पहले अपने ऋषियों के विचारों में संस्थित हों। बाद में पश्चिम के दार्शनिकों की पुस्तकें पढ़ सकते हैं। अधिक संख्या में जप करें। यह आपको शान्ति प्रदान करेगा।''

गुरुदेव ने कभी किसी को भ्रमित नहीं किया। अन्य अनेकों ऐसे नकली गुरुओं की भाँति जो अपने अधपके ज्ञान से भोलीभाली जनता को नाम, यश और धन के लिए भ्रमित करते हैं, इस प्रकार स्वामी जी ने कभी किसी को अपना आध्यात्मिक उपदेश बेचा नहीं।

अनसूया नाम की एक भक्त महिला के मन को एक गम्भीर संशय ने घेर लिया था। उसने साहस करके पूछ लिया, ''स्वामी जी, क्या चालीस दिनों में समाधि प्राप्त करना सम्भव है? और १५ मिनट ध्यान करके आध्यात्मिक अनुभूतियाँ प्राप्त कर लेना?'' उसकी उत्कण्ठातुर दृष्टि यह संकेत कर रही थी कि उसका संशय उचित है और वह श्वास थाम कर गुरुदेव के उत्तर की प्रतीक्षा कर रही थी।

''चालीस जन्मों तक....चार सौ जन्मों तक भी आपको समाधि प्राप्त नहीं हो सकती।'' स्वामी जी ने करुणापूर्ण दृष्टि से अनसूया की ओर देख कर कहा। और फिर थोड़ी देर रुक कर फिर बोले, ''उन्हें कुछ प्रकाश दिखायी देता है....सोचते हैं..।''

हाँ, कुछेक को कुछ दिन के ध्यानाभ्यास के उपरान्त ही प्रकाश-किरणें दिखायी देती हैं, कभी-कभी कुछ घण्टों के अभ्यास के बाद ही! इसमें कुछ भी विलक्षणता नहीं है। सबके व्यक्तिगत अनुभवों में भिन्नता रहती है। प्रकाश दिखायी देना अपने-आपमें कोई आध्यात्मिक उन्नति का निश्चित चिह्न

नहीं है। और इसके विपरीत प्रकाशों के दिखायी न देने का अर्थ आध्यात्मिक प्रगतिरोध नहीं है। स्वामी जी ने यह सब-कुछ अपनी पुस्तकों में बताया है, किन्तु प्रश्नकर्ता के व्यक्तिगत सन्तोष हेतु वे और भी विस्तार से कहते गये, ''किसी भी ऐसे व्यक्ति द्वारा भ्रमित न हों जो कहता है कि...किसी भी ऐसे मनुष्य पर विश्वास न करें जो कहता है...यह निश्चित रूप से किसी मादक पदार्थ का प्रभाव होगा....''

ओह, हाँ! एल एस डी एवं चरस भी दृश्य उत्पन्न करते और मस्तिष्क में मादकता उत्पन्न करते हैं! किन्तु वह समाधि नहीं है! न ही वह आध्यात्मिक अनुभूतियाँ हैं! यह पूर्णतया मानसिक विकृति, मानसिक विपथगमन है।

अन्ततः, स्वामी जी ने संशयों एवं निराधार आशाओं की समाप्ति कर दी, केवल उस महिला प्रश्नकर्ती की ही नहीं, अपितु सत्संग में वहाँ उपस्थित बहुत से लोगों की, यह कहते हुए—''समाधि! इसे पाने में चालीस जन्म लगेंगे।''

किसी ने गुरुदेव से प्रश्न किया, ''क्या डाक द्वारा ध्यान सिखाया जा सकता है?'' इसका उत्तर स्वामी जी ने सकारात्मक दिया, ''पुस्तकों से एकत्रित करें, छापें और भेज दें... हमारे पत्रव्यवहार के कोर्स...''

लोग आलसी हैं। वह कृत्रिम उपायों द्वारा अति शीघ्र एवं बिना प्रयास पा लेना चाहते हैं। वह झूठे बहाने बनाते हैं कि उन्हें निर्देशन नहीं मिलता। वस्तुतः सच्चे साधक तो केवल प्रामाणिक पुस्तकों के स्वाध्याय और उनमें दिये गये निर्देशों का विश्वास एवं उत्साहपूर्वक पालन करके ही आध्यात्मिक पथ पर पर्याप्त प्रगति कर जाते हैं। ध्यान की विधियाँ तक भी इसी प्रकार सीखी जा सकती हैं। यह तो केवल आगे जा कर उच्चतर स्तरों पर, जब संशय एवं समस्याएँ उत्पन्न होने की सम्भावनाएँ रहती हैं, तब सुयोग्य और सक्षम निर्देशन प्राप्त करना आवश्यक हो जाता है। स्वामी जी ने इस विषय को उपदेशत्रयी में समाहित कर दिया : ''स्वाध्याय! परामर्श! अभ्यास!'' एक स्वर्णिम कथन निश्चित रूप से!

गुरुदेव ने स्पष्ट प्रश्न का स्पष्ट उत्तर दे दिया था, किन्तु उसे इससे सन्तोष नहीं हुआ। वह समस्या को गहराई से देख रहा था। ''क्या डाक द्वारा ध्यान-विधि सिखायी जा सकती है?'' यह उसका प्रश्न था। किन्तु सबमें से ध्यान ही क्यों? क्या उससे पहले अन्य प्राथमिक बातें नहीं सीखनी चाहिए? क्या ध्यान, साधना की लगभग अन्तिम अवस्था नहीं है? आधुनिक साधक प्रायः प्रारम्भ में ही छलाँग लगा कर ध्यान और समाधि तक पहुँचने के प्रयास में लग जाते हैं और परिणाम-स्वरूप उसका समापन असफलता, अवसाद एवं श्रद्धा के समापन में होता है। स्वामी जी ने पुनः संक्षिप्त एवं सारगर्भित परामर्श दिया : ''वैराग्य के बिना ध्यान नहीं होगा। इसके लिए सेवा करें। आपको एकाग्रता प्राप्त होगी। केवल नेत्र मूँद कर बैठ जाने से ध्यान नहीं होता।''[२]

और थोड़े लोगों के समूह को गुरुदेव ने उन्हें उनके आत्म-सन्तोष से झकझोरने के लिए, जब वे एक पंजाबी महिला को 'भगवत् साक्षात्कार' पुस्तक भेंट देने लगे तो विनोदपूर्वक बोले, ''छह दिन में समाधि आयेगा!''

समाधि सम्बन्धी हो अथवा कुछ और, गुरुदेव की शिक्षा सदैव संक्षिप्त एवं सारगर्भित होती थी। वे सदैव विषय के सीधा मूल तक जाते थे।

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

---

[२]इस तथ्य की ओर संकेत करते हुए कि सच्चे ध्याता संसार में बहुत की कम हैं, गुरुदेव ने जुलाई १९१५ में, जब एक भक्त ने उन्हें सिंह-चर्म उपहार में दिया था तब उन्होंने वह उपहार किसी उपयुक्त साधक को देना चाहा और इस पर चिन्तन करते हुए उन्होंने कहा, ''सिंह-चर्म तो बहुत हैं, किन्तु सच्चे ध्याता का अभाव है।''

शिवानन्द-ज्ञानकोष :

सृष्टि–३

(परम पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

जगत् में ईश्वर का ही वैभव

संसार में व्याप्त ईश्वरीय सौन्दर्य और वैभव ईश्वरीय महिमा से मण्डित है। जैसे गन्ने में रस भरा रहता है, जैसे नमक पानी में घुल कर उसी में समा जाता है, जैसे नवनीत दुग्ध में निहित है; उसी प्रकार ब्रह्म सर्वत्र जड़ और चेतन में व्याप्त है।

ब्रह्म एक है, रूप अनेक हैं, एक ही ने बहु रूप धारण कर लिये हैं। जैसे एक ही प्रज्वलित अग्नि से एक जैसी सहस्र चिंगारियाँ निकलती हैं, उसी प्रकार एक ही अविनाशी ब्रह्म से समस्त प्राणी, सभी ब्रह्माण्ड, सभी देवताओं का उद्भव होता है।

पंच–तत्त्वों का विकास

सृष्टि के मूलाधार ब्रह्म ने अथवा विश्व के अविनाशी तत्त्व विश्वाधार ईश्वर ने अपने संकल्प के बल पर प्रकृति को अपने मौलिक सन्तुलन को त्यागने के लिए सर्वप्रथम प्रेरित किया, उसने धीरे–धीरे क्रमशः सफलतापूर्वक अपने को उन श्रेणियों और तत्त्वों में विकसित किया जो विश्व–रचना के लिए अनिवार्य थे व अत्यन्त प्रयोजनीय थे।

सबसे पहले आकाश का विकसित रूप सामने आया। भला यह क्यों? क्योंकि आकाश के बिना कोई भी वस्तु टिक नहीं सकती। प्राण का आकाश पर प्रभाव पड़ने से स्पन्दन हुआ। जहाँ स्पन्दन है वहीं गति है। गति वायु का गुण है। अत: आकाश से वायु की उत्पत्ति हुई। गति से उष्णता पैदा हो जाती है। अतः वायु द्वारा अग्नि उत्पन्न हुई। जहाँ उष्णता है वहीं जल की उत्पत्ति होती है। गर्मी के दिनों में पसीना आता ही है; अत: जल अग्नि द्वारा उत्पन्न हुआ। जहाँ जल होता है वहाँ अन्न उत्पन्न होता है। पृथ्वी अन्न का ही रूप है। अत: पृथ्वी जल से उत्पन्न हुई।

तत्त्व जितना ही सूक्ष्मतर होता है, वह उतना ही अधिक शक्तिशाली होता है। जल सूक्ष्मतर होने के कारण पृथ्वी से अधिक शक्तिशाली होता है तभी तो धरती को बहा ले जाता है। अग्नि सूक्ष्मतर होने से जल से अधिक शक्तिशाली है। अग्नि जल को सोख लेती है। वायु अग्नि से अधिक शक्तिशाली है, क्योंकि सूक्ष्मतर है। वायु अग्नि को प्रज्वलित करती है। आकाश वायु से अधिक शक्तिशाली है; क्योंकि आकाश वायु से सूक्ष्मतर है। वायु आकाश में अवस्थित है। आकाश ही वायु का आधार है। आकाश से ही वायु उत्पन्न होती है। वायु से ही अग्नि, अग्नि से जल तथा जल से पृथ्वी की उत्पत्ति होती है। महाप्रलय के समय पृथ्वी जल में, जल अग्नि में, अग्नि वायु में और वायु आकाश में लय हो जाता है। समग्र जगत् और चार प्रकार के प्राणियों के स्थूल शरीर जैसे—उद्भिज, स्वेदज, अण्डज और पिण्डज तथा सब विषय–भोग के पदार्थ आदि इन्हीं पाँच तत्त्वों से ही बने हैं।

अजातिवाद का सिद्धान्त

स्थूल बुद्धि वाले अधिकांश मनुष्य अजातिवाद के सिद्धान्त अर्थात् सृष्टि के अनस्तित्व–सिद्धान्त को समझने में असमर्थ हैं। उनके लिए ही उपर्युक्त सृष्टि–क्रम बताया गया है। गौड़पाद–रचित 'कारिका' में प्रतिपादित अजातिवाद का आप अध्ययन करेंगे तो आपको इसका ज्ञान हो जायेगा कि यह जगत् न तो भूतकाल में था, न अब है और न ही भविष्य में

रहेगा; किन्तु इसे समझने में समर्थ केवल वे हैं जो उच्च कोटि के जिज्ञासु साधक हैं और एकान्तवास करते हैं, ध्यानस्थ रहते हैं।

यदि आप इलाहाबाद में छह माह वास करें, तो आप अपनी जन्मभूमि चेन्नै को बिलकुल ही भूल जायेंगे। जब तक आप इलाहाबाद में हैं, आपके लिए चेन्नै है ही नहीं। इसी प्रकार जब आप चेन्नै में हैं, तो आपके लिए इलाहाबाद का कोई अस्तित्व नहीं रहता। जगत् तो अपने मन द्वारा रचित संस्कारों का समष्टि रूप है।

यदि आप साधना तथा समाधि द्वारा मनोनाश कर सकें तो जगत् का अस्तित्व ही नहीं रहेगा। सर्वत्र एकमात्र ब्रह्म ही ब्रह्म है। आप एक पखवाड़े के लिए अपने-आपको किसी कक्ष में बन्द कर लें, कोई समाचारपत्र भी न पढ़ें, ध्यान में लीन हो जायें तो आप स्वयं जान जायेंगे कि जगत् है या नहीं।

जगत् — मानसिक सृष्टि (कल्पना)

केवल जाग्रत अवस्था में ही जगत् का भास होता है। यह सृष्टि मन की एक वृत्ति मात्र है जो जगत् के मूल कारण ब्रह्म से स्वत: व्यक्त है।

प्राण में स्पन्दन होने से मन में गति होती है। गतिशील मन द्वारा जगत् के अस्तित्व का भास होता है। मन ही बाह्य संसार का रूप ले लेता है। माया के प्रभाव द्वारा मानसिक विक्षेप से नाम तथा रूप दृष्टिगोचर होने लगते हैं। जाग्रत व स्वप्नावस्था दोनों में माया की विक्षेप-शक्ति की क्रिया होती रहती है। इसी के कारण संसार विक्षेपित होता है। सारा जगत् केवल इसी शक्ति का परिणाम है। सुषुप्ति अवस्था में इसका अस्तित्व ही नहीं रहता।

गहरी निद्रा में जगत् का अनुभव नहीं होता; क्योंकि मन गतिशील नहीं होता। इससे स्पष्ट हो जाता है कि जगत् का भान तभी होगा जब मन गतिशील-क्रियाशील होगा और इसका भी स्पष्टीकरण हो जाता है कि मन ही के कारण जगत् की प्रतीति होती है।

जगत् मन की रचना है। सुषुप्ति में संसार-जगत् नहीं रहता। समाधि में भी जगत् का अस्तित्व नहीं रहता। ज्ञानी के लिए जगत् है ही नहीं। तभी तो श्रुति कहती है—''जगत् मन की कल्पना है, जगत् मनोकल्पित है। जगत् मनोमात्र है, **'मनोमात्रं जगत्'**।''

अचिन्तनीय ब्रह्म से उत्पन्न यह क्रियाशील मन अपने संकल्पानुसार संसार बना लेता है। संसार की रचना मनोकल्पित है। मानसिक कल्पना द्वारा रचित जगत् से अतीत विश्वातीत एक परम सत्य—परम तत्त्व की प्राप्ति मनोजय द्वारा ही हो सकती है। मन के संकल्प से जहाँ जगत् उत्पन्न होता है, उसी जगत् का नाश भी मानसिक संकल्प के नाश से ही होता है। मन के संकल्प के निवारण से दृश्य तथा द्रष्टा का भेद नहीं रहता, तब केवल ब्रह्म ज्योतित रहता है तथा चर और अचर जगत् की प्रतिच्छाया इस अद्वैतावस्था में विलीन हो जाती है।

जब मन विचार करना बन्द कर देता है तब जगत् का अस्तित्व रहता ही नहीं—केवल रह जाता है अकथनीय आनन्द। ज्यों-ही मन विचारों के ताने-बाने में उलझ जाता है, तुरन्त जगत् का जाल तैयार हो जाता है; परिणामत: दु:ख मिलता है।

अहंता के आते ही जगत् अपना जाल बिछाने लगता है, अन्यथा जगत् का अस्तित्व ही नहीं रहता—जैसे अन्धकार का अस्तित्व रहता ही नहीं सूर्य के सामने। मन तथा मैं (अहंता) एक ही हैं। अहंता के नाश से ही मनोनाश होता है। जब मन, ज्ञान, इन्द्रियगोचर अनुभव और क्रिया का माध्यम नहीं रहता तब मनोकल्पित जगत् स्वत: ही विनष्ट हो जाता है।

विश्व-नाटक

यह दृश्यप्रपंच विश्व दिव्य संकल्प का परिणाम मात्र है जो मन की क्रियाविधि के कारण सत्य दिखायी देता है। नाटक

लिखने से पूर्व लेखक के मस्तिष्क में नाटक की कथावस्तु स्पष्ट रहती है। तब वह उस कथावस्तु को क्रमपूर्वक चार अंकों में लिख देता है। नाटक का मंचन होता है तो उसके प्रत्येक भाग को क्रम से दर्शाया जाता है। इसी भाँति ईश्वर के मन-मस्तिष्क में विश्व-नाटक की कथावस्तु अर्थात् जगत् और इसकी गतिविधियाँ पूर्णतया सुस्पष्ट रहती हैं।

ईश्वर के लिए न भूतकाल है न भविष्यकाल। उसके लिए सदैव वर्तमान ही रहता है। उसके लिए न कुछ निकट है, न दूर। सब-कुछ यहाँ ही है। सदैव वर्तमान ही है। विश्व-रंगमंच पर बृहत् जगत्-नाटक की घटनाएँ क्रम से समयानुसार घटित होती रहती हैं।

अणु-परमाणु सदैव घूमते रहते हैं। नये पुराने और पुराने नये होते चले जाते हैं। वस्तुतः कुछ भी तो पुराना नहीं है, न ही कुछ नवीन होता है। वैयक्तिक मन मायावश क्रमानुसार सब घटनाएँ देखता है; किन्तु ईश्वर समस्त दृश्य घटनाएँ एक-साथ ही देखता है। वह सर्वज्ञ है। वह सब-कुछ जानता है, समझता है। वह सर्वविद् भी है। ईश्वर को स्व-रचित सृष्टि के प्रत्येक घटना-विवरण का ज्ञान है।

यह इन्द्रियगोचर विशाल विश्व ईश्वर के आत्म-संकल्प के रूप में प्रकाशित है। विश्व-मन से माया उपजती है। वैयक्तिक-मन माया के वशीभूत रहता है और गोचर वस्तुओं को इसी माया के भ्रम से देखता है।

ईश्वर ने जगत् की रचना क्यों की?

इस प्रश्न के उत्तर पूर्णतया असन्तोषजनक मिलते हैं। यदि हम यह मान लें कि मानवता के प्रति प्रेम दर्शाने के लिए ईश्वर ने जगत् की रचना की तो भी मानव-रचना से पहले उससे प्रेम का कोई प्रश्न ही नहीं उठता।

जगत् में असंख्य मनुष्यों को असह्य यातनाओं और दारुण दुःखों को भोगने के लिए सृष्टि करना क्या प्रेम कहलायेगा? वास्तव में सृष्टि-सृजन एक नैतिक अनिवार्यता है। जीवों को कर्मफलों के उपभोगार्थ उत्पन्न करना तथा ईश्वरीय चेतनता एवं आत्म-साक्षात्कार-प्राप्त्यर्थ उन्हें सर्वविध सुविधाएँ प्रदान करना ही जगत्-रचना—सृष्टि करने का उद्देश्य हो सकता है जो ईश्वर ने अपने दिव्य संकल्प द्वारा सृष्ट की। *(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)*

हार्दिक प्रार्थना कीजिए

ईश्वर में अटूट श्रद्धा तथा धार्मिक ग्रन्थों का सम्यक् ज्ञान रखिए। वैराग्य में आश्रय ग्रहण कीजिए। व्यर्थ की गपशप में अपना समय न गँवाइए। समय गतिशील है। हर एक क्षण को उसकी पूजा तथा उपासना में लगाइए। नम्रता, क्षमा, धैर्य तथा सेवा-भाव का विकास कीजिए। सच्चा तथा ईमानदार बनिए। ईश्वर आपके हृदय में, आपके बिलकुल निकट है। जोंक के समान ईश्वर से चिपके रहिए। आप परमानन्द का उपभोग करेंगे।

ईश्वर से शुद्धता, ज्योति, भक्ति तथा ज्ञान के लिए प्रार्थना कीजिए। शिशुवत् सरल बनिए। अपने हृदय के प्रकोष्ठों को खोलिए; आप सब-कुछ प्राप्त कर लेंगे।

प्रार्थना में महती शक्ति है। यदि प्रार्थना सच्ची है, यदि वह आपके हृदय के अन्तरतम से निकलती है तो निश्चय ही भगवान् का हृदय पिघल जायेगा।

द्रौपदी की हृदय-निःसृत प्रार्थना को सुन कर भगवान् श्री कृष्ण नंगे पैर द्वारका से दौड़ कर चल पड़े थे। जगत् के महान् शासक भगवान् हरि ने प्रह्लाद से उसकी प्रार्थना पर कुछ विलम्ब से आने के कारण क्षमा-याचना की थी। कितने करुणानिधान तथा प्रिय हैं भगवान्! प्रार्थना की शक्ति के विषय में विवाद न कीजिए। आप भ्रमित हो जायेंगे। आध्यात्मिक मामलों में विवाद की आवश्यकता नहीं होती। बुद्धि सीमित तथा दुर्बल यन्त्र है। अविद्या के अपने अन्धकार को दूर कीजिए। आप प्रार्थना से विशुद्ध सुख का अनुभव करेंगे।

—स्वामी शिवानन्द

ਮੇਰਾ ਬਚਪਨ

ਮੇਰਾ ਜਨਮ ਪਿੰਡ ਚੱਕ ਬਖਤੂ ਵਿਚ ਹੋਇਆ। ਇਹ ਪਿੰਡ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਫ਼ਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਵਿਚ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਨਾਂ ਸ. ਸੁਜਾਨ ਸਿੰਘ ਸੀ। ਮੇਰੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦਾ ਨਾਂ ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਰਾਮ ਕੌਰ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਸੱਤ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਰਾ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਦੋ ਭਰਾ ਮੇਰੇ ਚਾਚੇ ਲੱਗਦੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਵੀ ਤਿੰਨ ਪੁੱਤਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਧੀਆਂ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਬੀਬੀ ਸੁਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਬੀਬੀ ਸੁਖਦੇਵ ਕੌਰ ਅਤੇ ਬੀਬੀ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਨੌਂ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਚੰਗੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਮੈਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਸੀ।

ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਰਾ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਦੋ ਭਰਾ ਮੇਰੇ ਚਾਚੇ ਲੱਗਦੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਵੀ ਤਿੰਨ ਪੁੱਤਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਧੀਆਂ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਬੀਬੀ ਸੁਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਬੀਬੀ ਸੁਖਦੇਵ ਕੌਰ ਅਤੇ ਬੀਬੀ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਨੌਂ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਚੰਗੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਮੈਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਸੀ।

ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਸੱਤ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਰਾ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਦੋ ਭਰਾ ਮੇਰੇ ਚਾਚੇ ਲੱਗਦੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਵੀ ਤਿੰਨ ਪੁੱਤਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਧੀਆਂ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਬੀਬੀ ਸੁਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਬੀਬੀ ਸੁਖਦੇਵ ਕੌਰ ਅਤੇ ਬੀਬੀ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਨੌਂ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਚੰਗੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਮੈਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਸੀ।

ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਸੱਤ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਰਾ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਦੋ ਭਰਾ ਮੇਰੇ ਚਾਚੇ ਲੱਗਦੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਵੀ ਤਿੰਨ ਪੁੱਤਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ. ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਧੀਆਂ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਬੀਬੀ ਸੁਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਬੀਬੀ ਸੁਖਦੇਵ ਕੌਰ ਅਤੇ ਬੀਬੀ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਨੌਂ ਜੀਅ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਬਹੁਤ ਚੰਗੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਮੈਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਸੀ।

गीता एक जीवन्त ईश-वाणी है जो अपने में शाश्वत, सशक्त एवं अनिवार्य सन्देश मानव मात्र के लिए समाहित किये हुए है। यह आपको इस गुह्य एवं महिमाशाली उपदेश का निर्देश देती है : ''हे दिव्य मन सम्पन्न मानव, मुझे अपना परम लक्ष्य मानते हुए मुझमें समर्पित हो जाओ और अपने अवचेतन मन को दिव्य बनाओ।'' भगवान् सुदृढ़ आश्वासन भी देते हैं, ''जो मेरे परायण हो कर अपना मन मुझे अर्पित कर देते हैं, मैं उनकी इस नश्वर संसार से रक्षा करता हूँ।''

भगवान् का निरन्तर स्मरण करने से आप सदा के लिए माया के पाश से छूट जायेंगे और सभी प्रकार के भय से मुक्त हो जायेंगे। गीता का सन्देश इस प्रकार अत्यन्त प्रबोधक है जो व्यक्ति को यहाँ इस संसार में रहते हुए अपने सभी कर्तव्यों को निभाते हुए, पूर्णता प्राप्ति के जीवन की ओर ले जाता है।

गीता के उपदेशों की भावना से पूर्ण जीवन जियें। केवल बातें करना और भाषण देना आपकी कोई सहायता नहीं करेंगे। व्यावहारिक रूप में 'गीता-का-व्यक्ति' बनें।

शास्त्रों का अध्ययन करने की इच्छा हो तो केवल गीता का स्वाध्याय ही पर्याप्त है। आपको अपनी सभी समस्याओं का समाधान मिल जायेगा। यदि आप गीता के एक श्लोक को भी अपने जीवन में उतार लेंगे तो भी आपके सभी कष्टों का अन्त हो जायेगा और आप जीवन के लक्ष्य अमरत्व एवं शाश्वत शान्ति को प्राप्त कर लेंगे।

गीता जयन्ती पर यह संकल्प करें कि आप कम-से-कम गीता का एक अध्याय नित्य पढ़ेंगे। भोजन करने से पहले पन्द्रहवें अध्याय का पाठ करें। एक छोटे आकार की गीता सदा अपनी जेब में रखें। इसमें से कुछ श्लोक चयन करके रखें और जब भी समय मिले, उन्हें अवश्य पढ़ें।

गीता द्वारा दी गयी शिक्षाओं के अनुसार जीवन जियें। वेद-माता गीता आपको मार्ग दर्शाये और आपकी रक्षा करे! उपनिषदों के प्राचीन ज्ञान के दूध का यह आपको पान कराके सक्षम बनाये!

भगवान् श्री कृष्ण की जय! जगद्गुरु श्री कृष्ण की जय!! कवियों के कवि, गीता के रचयिता श्री व्यासदेव के आशीर्वाद आप सब पर हों!!!

स्वामी शिवानन्द

नीचे दिये गये दोनों ओर के वाक्यांशों का सही मिलान करें :

१. गीता एक दिव्य गीत है।	(क) दिव्य गुरु हैं।
२. भगवान् का निरन्तर स्मरण	(ख) उपनिषदों पर आधारित
३. ऐसे वैश्व उपदेश हैं जो	(ग) गीता के रचयिता हैं।
४. श्री व्यास	(घ) कर्तव्य निभाने की शिक्षा देता है।
५. भगवान् उनकी रक्षा करते हैं	(च) जो निर्बलता में शक्ति देते हैं।
६. भगवान् श्री कृष्ण	(छ) सभी भयों से मुक्त करता है।
७. गीता शक्ति और ज्ञान का वह स्रोत हैं	(ज) सभी को प्रभावित करते हैं।
८. कर्म करने का उपदेश	(झ) जिनका मन मुझे अर्पित है।

जीवन का लक्ष्य ईश्वर–साक्षात्कार है

जीवन का **लक्ष्य ईश्वर–साक्षात्कार** है। ईश्वर को जानने से सारी **कामना** पूरी हो जाती है। **शुद्ध, सूक्ष्म विचार** से ईश्वर–साक्षात्कार सम्भव है। विषय–वस्तुओं में लेशमात्र भी सुख नहीं है; क्योंकि वे जड़ हैं। लखपतियों तथा राजाओं के मन में भी सदा बेचैनी, अशान्ति तथा असन्तोष रहता है।

ईश्वरीय **ज्ञान** के **उदय** होते ही सारे भय, दुःख तथा कष्ट **विलीन** हो जायेंगे। आप **जन्म–मृत्यु** के **चक्र** तथा तत्सम्बन्धी बुराइयों से **मुक्त** हो जायेंगे।

सारे समयों में ईश्वर की **याद** सदा बनाये रखने का दृढ़ **स्वभाव** बनाइए। इन्द्रियों का **दमन** कीजिए। सुख, दुःख, **शीतोष्ण** तथा **मानापमान** में **सन्तुलित** रहिए। ईश्वर के प्रति **अविचलित भक्ति** तथा **अनन्य श्रद्धा** बनाये रखिए।

स्वामी शिवानन्द

अक्षरों के इस जंगल में से ऊपर वाले गहरे काले रंग में दिये गये शब्दों को खोजिए :–

जी	स	वि	स्व	अ	ई	मा	अ	भ	द	वि
अ	शु	द्ध	शी	न	श्व	ना	वि	क्ति	ज्ञा	च
ज्ञा	न्तु	त्का	तो	न्य	र	सू	जी	व	न	लि
भ	या	क्ष्म	ष्ण	स्व	सा	क्ष्म	ल	क्ष्य	मा	म
उ	द	य	क्ति	भा	क्षा	अ	का	म	ना	क्र
शु	ष्ण	मु	द्ध	व	त्का	वि	ली	न	प	द्धा
सू	ष्ण	क्त	वि	चा	र	च	क्र	ष्ण	मा	ष्ण
ज	न्म	मृ	त्यु	च	क्ष्य	लि	द	म	न	क्ष्य
ई	श्व	श्र	क्र	लि	त्का	त	स	न्तु	लि	त
शी	तो	द्धा	न	त	क्ति	ष्ण	क्र	र	क्ति	क्त

विचार का आकार और स्थूल भाव

मन स्थूल शरीर का सूक्ष्म रूप है। यह स्थूल शरीर विचारों की बाह्य अभिव्यक्ति है; अतः जब मन कलुषित होता है, तब शरीर भी कलुषित हो जाता है।

जिस व्यक्ति की आकृति क्रूर दिखायी देती हो, वह सामान्यतया दूसरों के प्रति प्रेम एवं करुणा जाग्रत नहीं कर सकता। उसी प्रकार जिसका मन कठोर होगा, वह औरों में भी प्रेम और करुणा जाग्रत नहीं कर सकेगा।

मन बड़ी कुशलतापूर्वक अपनी विभिन्न अवस्थाओं को मुख पर प्रतिबिम्बित कर देता है, जिसे बुद्धिमान् व्यक्ति बड़ी सरलता से पढ़ अर्थात् समझ सकता है।

शरीर मन का अनुगामी है। यदि मन ऊँचाई से नीचे गिरने का विचार करता है, तो शरीर अपने को उसके लिए तुरन्त तैयार कर लेता है और बाह्य लक्षण प्रकट हो जाते हैं। भय, उद्वेग, शोक, प्रसन्नता, आह्लाद, क्रोध—सभी मुख पर भिन्न-भिन्न भाव उत्पन्न करते हैं।

तुम्हारे नेत्र तुम्हारे विचारों को प्रकट कर देते हैं

नेत्र आत्मा के वातायन माने जाते हैं, जो आपके मन की दशा एवं स्थिति बता देते हैं। विश्वासघात, दुःख, निराशा, द्वेष, प्रसन्नता, शान्ति, समाधान, स्वास्थ्य, शक्ति, सौन्दर्य आदि से सम्बन्धित समाचार और विचार प्रसारित करने के लिए नेत्र मानो दूरभाष-यन्त्र हैं।

यदि आपमें दूसरों के नेत्रों को समझने का गुण है तो आप दूसरे के हृद्गत भावों को तुरन्त जान जायेंगे। यदि आप किसी मनुष्य के मुख-लक्षण, संलाप तथा व्यवहार पर ध्यान दें तो आप उसके प्रमुख अथवा प्रभावशाली विचार को जान सकते हैं। इसमें किंचित् चतुरता, साहस, अभ्यास, बुद्धि और अनुभव की आवश्यकता है।

स्वामी शिवानन्द

वाक्यांशों के उत्तर :-

(१) उपनिषदों पर आधारित। (२) सभी भयों से मुक्त करता है। (३) सभी को प्रभावित करते हैं। (४) गीता के रचयिता हैं। (५) जिनका मन मुझे अर्पित है। (६) दिव्य गुरु हैं। (७) जो निर्बलता में शक्ति देते हैं। (८) कर्तव्य निभाने की शिक्षा देता है।

मुख्यालय आश्रम में दीपावली महोत्सव, गो–पूजा तथा गोवर्धन–पूजा का कार्यक्रम

पद्मासनस्थिते देवि परब्रह्मस्वरूपिणि।
परमेशि जगन्मातर्महालक्ष्मि नमोऽस्तु ते।।

''हे महालक्ष्मी देवी, आपको नमन है, हे माँ आप कमल के आसन पर विराजती हैं, आप परब्रह्मरूपिणि हैं और आप ही समस्त जगत् की माता हैं, आपको पुन: नमस्कार है।''

मुख्यालय आश्रम में प्रकाशों का यह मंगलमय उत्सव दीपावली १९ अक्तूबर को अत्यन्त पवित्रता एवं आध्यात्मिक उत्साह सहित मनाया गया। इस शुभ अवसर पर आश्रम का कोना–कोना रंग–बिरंगे विद्युत् बल्बों एवं मिट्टी के दीपकों से जगमगा रहा था। रात्रि सत्संग में माँ लक्ष्मी की विशेष पूजा, अत्यन्त सुसज्जित समाधि हॉल में की गयी।

नियमित प्रार्थनाओं एवं स्तोत्र पारायण के उपरान्त श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी द्वारा कनकधारास्तोत्र तथा

महालक्ष्म्यष्टकस्तोत्र का पारायण किया गया। तत्पश्चात् श्री स्वामी गुरुभक्तानन्द जी ने सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज का सन्देश पढ़ा। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने अपने प्रेरणाप्रद प्रवचनों से उपस्थित श्रोताओं को आशीर्वादित किया। फिर मुम्बई के श्री हरिहरन एवं कु. लक्ष्मी ने श्री दुर्गासूक्त, श्रीसूक्त तथा मेधासूक्त के सुमधुर पारायण से सभी श्रोताओं के हृदय आनन्दविभोर कर दिये। इस पावन अवसर पर दो पुस्तकों का विमोचन किया गया। लक्ष्मी माँ की अष्टोत्तरशतनामावली सहित पुष्पार्चना, आरती एवं विशेष प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ।

आगामी दिन २० अक्तूबर को आश्रम की विश्वनाथ गोशाला में गो-पूजा तथा गोवर्धन-पूजा सम्पन्न की गयी। गोमाताओं की अत्यन्त श्रद्धा-प्रेम सहित पूजा की गयी तथा प्रेमपूर्वक उन्हें खिलाया गया। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने आश्रम के अन्य संन्यासियों एवं ब्रह्मचारियों सहित इस पूजा में भाग लिया। गो-माता तथा भगवान् श्री कृष्ण की आरती तथा पारम्परिक भोज के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

परम पिता परमात्मा तथा सद्गुरुदेव हम सबके हृदयों को ज्ञान के प्रकाश से आलोकित करें! * * *

मुख्यालय आश्रम में श्री स्कन्दषष्ठी महोत्सव

''स्कन्द भगवान् की कृपा अत्यन्त सुलभ है। अत्यन्त श्रद्धा-विश्वास एवं भक्तिभाव सहित उनसे प्रार्थना करें। अति शीघ्र ही आप इस विस्तृत भवसागर को पार कर लेंगे।''

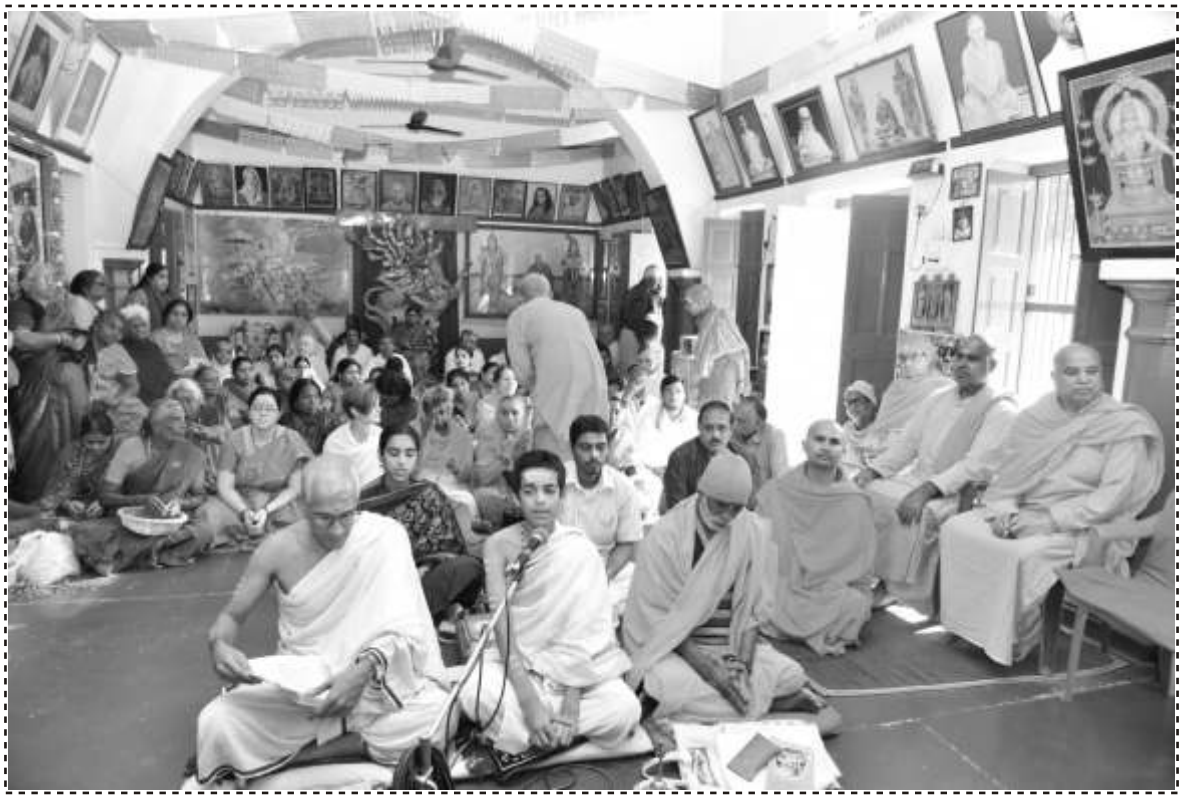
(सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

मुख्यालय आश्रम में २० से २५ अक्तूबर २०१७ तक स्कन्द भगवान् की आसुरी शक्तियों पर महिमाशाली भव्य विजय प्राप्त करने का आनन्दोत्सव, श्री स्कन्दषष्ठी अत्यन्त श्रद्धा-भक्ति एवं हर्षोल्लास सहित मनाया गया। प्रथम पाँच दिन पूर्वाह्न में स्कन्द भगवान् को वैदिक मन्त्रोच्चारण सहित विशेष पूजा समर्पित की गयी तथा सायंकाल में भगवान् की स्तुति में भजन-कीर्तन और स्तोत्र गान किया गया।

२५ अक्तूबर, स्कन्दषष्ठी के दिन कार्यक्रम का शुभारम्भ माँ गंगा के पावन तट पर स्थित गणेश मन्दिर से कावड़ी-यात्रा सहित हुआ जो भजन हाल तक पहुँच कर सम्पन्न हुआ। इस शोभायात्रा में भक्त जन अत्यन्त

सुसज्जित काँवड़ियों में गंगाजल लिये हुए आनन्दपूर्वक भगवान् स्कन्द के पावन नाम का संकीर्तन करते हुए भगवान् के अभिषेक हेतु गंगाजल सहित आ रहे थे। इसके उपरान्त भगवान् की महापूजा की गयी। श्री स्कन्द भगवान् के मनोहर विग्रह की चन्दन लेप, अलंकार और रंग-बिरंगे पुष्पों से भव्य सज्जा की गयी। तदुपरान्त पुष्पार्चना और आरती हुई। फिर स्कन्द भगवान् के छह मुखों के प्रतीक रूप में छह कुमारों की पूजा की गयी तथा उन्हें भोजन और उपहार भेंट किये गये। पावन प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ। रात्रि सत्संग में परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने स्कन्द भगवान् की पूजा के महत्त्व पर प्रवचन दिया। इस पावन अवसर के उपलक्ष्य में दो पुस्तकों का विमोचन भी किया गया।

स्कन्द भगवान् और सद्गुरुदेव की असीम अनुकम्पा सभी पर हो!



मुख्यालय आश्रम में दृष्टि–दान यज्ञ

सद्गुरुदेव के आशीर्वाद से दृष्टि–दान यज्ञ (नेत्र शिविर) का मूल प्रारम्भ एवं आयोजन मुख्यालय आश्रम में १९५९ में वीरनगर, गुजरात के श्री स्वामी याज्ञवल्क्यानन्द जी (डा. अध्वर्यु जी) द्वारा किया गया था। तभी से यह मुख्यालय आश्रम के शिवानन्द धर्मार्थ चिकित्सालय में नियमित रूप से आयोजित किया जाता रहा है। इस वर्ष यह शिविर ५ से ९ अक्तूबर २०१७ तक आयोजित किया गया।

शिविर से पूर्व डी एल एस राजकोट से स्वयंसेवक आ गये और प्रारम्भिक कार्यवायी करनी आरम्भ कर दी। चार दिनों में आश्रम से ५० कि.मी. की परिधि में स्थित लगभग ५३ गाँवों और ११ कस्बों में इस शिविर के सम्बन्ध में समाचार दे दिया। फिर गाँव–गाँव में घूमते हुए, पैरा–मेडिकल, टैक्नीशियन तथा शिवानन्द मिशन नेत्र चिकित्सालय वीरनगर के स्वयंसेवकों की ओपीडी की मण्डली इन निर्धारित स्थानों पर ओपीडी के संचालन हेतु गयी और कुल ३३० रोगियों का निरीक्षण किया गया। इनमें से १३२ को आश्रम में मोतियाबिन्द की शल्यक्रिया के लिए भेजा गया

५ अक्तूबर २०१७ को शिवानन्द सत्संग भवन (आडिटोरियम) में परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द

जी महाराज ने अन्य वरिष्ठ स्वामी जी के साथ तथा डा. सी. एल. वर्मा जी, वरिष्ठ नेत्र विशेषज्ञ, अन्य सहयोगी चिकित्सकों, टेक्नीशियन, पैरा-मेडिकल स्टाफ तथा स्वयंसेवकों (डी एल एस राजकोट शाखा के) की उपस्थिति में शिविर का उद्घाटन किया। उद्घाटन के उपरान्त डा. सी. एल. वर्मा जी ने अन्य सहयोगी चिकित्सकों के साथ अन्तिम बहिरंग परीक्षण पूर्ण किया। कुल ४०३ रोगियों का परीक्षण करने के उपरान्त इनमें से २६६ को शल्यक्रिया हेतु चुना गया

६ अक्तूबर को पाँच चिकित्सकों ने डा. वर्मा जी के नेतृत्व में प्रातः ५ बजे शिवानन्द धर्मार्थ चिकित्सालय में शल्यक्रिया प्रारम्भ की तथा सायंकाल तक कुल २०० रोगियों की अन्तरनेत्र लेंस सहित शल्य चिकित्सा कर दी गयी। शेष रोगियों की आगामी दिन प्रातः शल्यक्रिया सम्पन्न की गयी। शल्यक्रिया के उपरान्त अपने-अपने सहायकों सहित सभी रोगियों को आश्रम आडिटोरियम में ठहराया गया। शल्यक्रिया के उपरान्त की देख-रेख, आवश्यक औषधियाँ एवं भोजन भी उन्हें दिया गया। तृतीय दिन पट्टियाँ खोल दी गयीं और निरीक्षण के बाद सभी रोगी स्वस्थ पाये गये। निर्देशनों, औषधियों और प्रसाद जो श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज तथा श्री

संजय मनचन्दानी जी द्वारा वितरित किया गया था, के साथ रोगियों को भेज दिया गया

डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, शिवानन्द मिशन नेत्र चिकित्सालय वीरनगर की समर्पित सेवाओं, राजकोट शाखा के स्वयंसेवकों, आश्रम चिकित्सालय के स्टाफ सदस्यों तथा अन्य जो भी प्रत्यक्ष अथवा परोक्ष रूप में इस यज्ञ की सफलता में सहयोगी बने, उन सभी की सराहना एवं उनका धन्यवाद करता है

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की असीम कृपा सभी पर हो!

पावन समाधि मन्दिर में विशेष सत्संग

१७ अक्तूबर २०१७ को प्रात: ११ बजे पावन समाधि मन्दिर में एक विशेष सत्संग का आयोजन किया गया जिसमें भगवान् श्री रमण महर्षि के सुप्रसिद्ध शिष्य श्री नोचुर वेंकटरमण ने श्री गणेशन जी (भगवान् श्री रमण महर्षि के भाई के पौत्र) के साथ अपने प्रेरणाप्रद आशीर्वचनों द्वारा उपस्थित श्रोताओं को आशीर्वादित किया।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज तथा अन्य वरिष्ठ स्वामी जी ने पावन समाधि मन्दिर में उनका हार्दिक स्वागत किया। फिर श्री गणेशन जी ने बहुत से हृदयस्पर्शी संस्मरण सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के जीवन के बारे में, जो भगवान् श्री रमण महर्षि से सम्बन्धित थे, सुनाये।

अपने गुरुजनों के विषय में और उनके विलक्षण ढंगों के बारे में अनसुने क्षणों के सम्बन्ध में सुन कर समस्त श्रोता-भक्त मन्त्रमुग्ध हो रहे थे।

मुख्य घटना श्री नोचुर वेंकटरमण द्वारा लिखित 'आत्मतीर्थम्' जो कि श्री आदि शंकराचार्य के जीवन एवं शिक्षाओं को प्रतिपादित करती है, के हिन्दी में अनूदित पुस्तक का उन्मोचन करना था। पुस्तक का विमोचन करते समय परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने कहा कि हिन्दी भाषी साधकों के लिए यह पुस्तक एक वरदान सिद्ध होगी। आश्रम की अन्तेवासी ब्रह्मचारिणी नीलमणि ने पुस्तक के सम्पादन में अपनी सेवाएँ दी थीं।

उसके उपरान्त श्री नोचुर वेंकटरमण जी ने संक्षिप्त वक्तव्य दिया जिसके द्वारा उन्होंने आध्यात्मिक पथ को भलीभाँति समझने तथा भगवान् एवं गुरु के प्रति श्रद्धा को विकसित एवं सुदृढ़ करने के आध्यात्मिक रहस्यों का वर्णन करके श्रोताओं को आशीर्वादित किया।

परम पिता परमात्मा तथा सद्गुरुदेव की असीम कृपा सभी पर हो!

परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज के १६ वें पुण्यतिथि आराधना दिवस का कार्यक्रम

परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज की महासमाधि वर्ष का १६ वाँ पावन दिवस मुख्यालय आश्रम में गोपाष्टमी अर्थात् २८ अक्तूबर को अत्यन्त श्रद्धा सहित मनाया गया।

कार्यक्रम का प्रारम्भ श्री विश्वनाथ मन्दिर में विशेष पूजा एवं हवन के साथ हुआ। पूर्वाह्न में सद्गुरुदेव की पावन पादुकाओं की समाधि मन्दिर में महापूजा की गयी जिसमें समस्त वरिष्ठ स्वामी जी, संन्यासी, ब्रह्मचारी तथा आश्रम के भक्त एवं अतिथि परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज को श्रद्धांजलि समर्पित करने हेतु सम्मिलित हुए। उसके उपरान्त एक संक्षिप्त सत्संग आयोजित किया गया जिसमें मुम्बई के कुमार श्रीहरि तथा कुमारी लक्ष्मी ने पुरुषसूक्त एवं नारायणसूक्त का सुमधुर गायन प्रस्तुत किया तथा परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज के प्रेरणाप्रद जीवन के विषय में संक्षिप्त आशीर्वचन दिये।

रात्रि सत्संग में परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज तथा श्री जेम्स ने पूज्य श्री स्वामी जी महाराज के महिमाशाली व्यक्तित्व पर प्रकाश डालते हुए संक्षिप्त श्रद्धा-सुमन समर्पित किये। इस पावन अवसर पर पूज्य श्री स्वामी जी महाराज की दो पुस्तकों का विमोचन किया गया। आरती, ज्ञान प्रसाद तथा प्रसाद वितरण के साथ सत्संग समाप्त हुआ।

सद्गुरुदेव तथा पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज के आशीर्वाद सब पर हों!

* * *

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

दक्षिण अफ्रीका और मौरिशस के भक्तों के प्रेमपूर्ण आमन्त्रण पर परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज अक्तूबर २०१७ में एक मास के लिए दक्षिण अफ्रीका और मौरिशस की सांस्कृतिक यात्रा पर गये।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी केप टाउन शाखा (आनन्द कुटीर आश्रम) ने पूज्य श्री स्वामी जी महाराज को आश्रम की सह-संस्थापक एवं आध्यात्मिक सह-अध्यक्ष श्री योगेश्वरी माता जी के ५० वर्षीय सेवा-काल को मनाने के लिए आमन्त्रित किया था। श्री योगेश्वरी माता जी ने परम पूज्य गुरुदेव तथा अपने गुरु पूज्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्द जी महाराज को अपने गृह में योग केन्द्र प्रारम्भ करने के लिए अनुमति दे कर अपनी सेवाएँ १९६७ में समर्पित की थीं और बाद में १९८२ में वही स्थान आश्रम बन गया। अब यह उत्सव मनाने का कार्यक्रम जो ४ से १२ अक्तूबर २०१७ तक चला, इसमें दो कार्यक्रम हुए एक प्रवचन शृंखला का तथा दूसरा विशेष उत्सव का।

श्री स्वामी जी महाराज ने आठ दिन पर्यन्त शृंखलाबद्ध प्रवचन दिये जिसमें पाँच प्रवचन 'केनोपनिषद्' पर, दो प्रवचन 'इनसाइटस इन टू ईशावास्योपनिषद्' पर और एक प्रवचन 'भक्ति' पर था। सभी प्रवचनों की आश्रमवासियों तथा आश्रम के भक्तों ने हार्दिक प्रशंसा व्यक्त की। सभी ने पूज्य श्री स्वामी जी के ज्ञान की गहराइयों से अत्यधिक प्रेरणा प्राप्त की तथा अनुभव किया कि श्री स्वामी जी महाराज द्वारा प्रदत्त इस गहन ज्ञान द्वारा उन्हें व्यक्तिगत साधना में अत्यन्त सहायता एवं प्रोत्साहन मिला।

श्री योगेश्वरी माता जी की निष्काम सेवा के प्रति धन्यवाद अभिव्यक्त करने हेतु आयोजित विशेष समारोह में 'केप टाउन इन्टरफेथ इनिशियेटिव', 'हिन्दू एस्सोसियेशन वैस्टर्न केप' और 'साउथ अफ्रीकन रेमेडियल योगा टीचर्स एस्सोसियेशन' के प्रतिनिधियों ने भाग लिया, और इन सभी ने श्री योगेश्वरी माता जी की अथक सेवाओं तथा उनके प्रेरणाप्रद व्यक्तित्व के प्रति अपनी श्रद्धाएँ अभिव्यक्त कीं। श्री स्वामी जी महाराज मुख्य वक्ता थे; अपने प्रवचन में श्री स्वामी जी ने कर्मयोग के महत्त्वपूर्ण बिन्दुओं का वर्णन किया तथा श्री योगेश्वरी माता जी की श्री गुरुदेव के प्रति की गयी सेवाओं के लिए श्रद्धा भी अभिव्यक्त की।

इसके उपरान्त श्री स्वामी जी महाराज क्वाज़ुलु-नैटाल प्रोविंस में विभिन्न कार्यक्रमों में सम्मिलित होने के लिए भक्तों द्वारा दिये गये प्रेमपूर्ण आमन्त्रण पर, पीटरमैरीबर्ग की यात्रा पर गये। श्री स्वामी जी महाराज ने १४ और १५ अक्तूबर २०१७ को क्रमश: शिवानन्दा एण्ड चिदानन्द रिटायरमैन्ट सैन्टरज़ (शिवानन्द विश्राम केन्द्र एवं चिदानन्द विश्राम केन्द्र) का उद्घाटन उस सर्व धर्म आश्रम में किया जिसके आध्यात्मिक अध्यक्ष श्री स्वामी रामकृष्णानन्द जी महाराज हैं। १४ अक्तूबर को श्री स्वामी जी महाराज ने चारों आश्रमों पर प्रवचन देते हुए विशेष

रूप से ब्रह्मचर्य आश्रम और गृहस्थाश्रम पर बल देते हुए बताया कि प्रथम आश्रम आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त करने तथा द्वितीय उस ज्ञान को जीवन में जीने के लिए महत्त्वपूर्ण है। १५ अक्तूबर को स्वामी जी ने बच्चों को मुख्य रूप से सम्बोधित करते हुए चारों पुरुषार्थों पर प्रवचन दिया।

१५ अक्तूबर के अपराह्न में श्री स्वामी जी महाराज ने श्री स्वामी लोकसंग्रहानन्द के आश्रम के पुनर्नामकरण कार्यक्रम में भाग लिया। श्री स्वामी जी महाराज ने नवीन नाम, 'शिवानन्द वेदान्त सोसायटी ऑफ़ साउथ अफ्रीका' की नयी पट्टिका का अनावरण किया तथा फिर वेदान्त के सार एवं उसकी साधना पर प्रकाश डालते हुए वेदान्त के विषय पर प्रबोधन दिया।

१७ अक्तूबर को पूज्य श्री स्वामी जी को 'शिवानन्दा-किंग गुडविल ज़्वेलिथिनि एजुकेशन सैन्टर, मिचेल्स पार्क, डरबन' का उद्घाटन करने के लिए क्वाज़ुलु-नैटाल प्रान्त के राजा, किंग गुडविल ज़्वेलिथिनि के साथ आमन्त्रित किया गया था। राजा के भाषण के उपरान्त श्री स्वामी जी महाराज ने पर्यावरण की सुरक्षा के सम्बन्ध में वेदों के निषेधादेशों पर प्रकाश डालते हुए श्रोताओं को सम्बोधित किया।

फिर श्री स्वामी जी महाराज ने २० और २१ अक्तूबर को दो दिन 'इन्टेगर्ल योगा सैन्टर, पीटरमेरीबर्ग' में दो सत्संगों में भाग लिया। प्रथम सत्संग में श्री स्वामी जी ने वर्णन किया कि गुरुदेव के बताये समग्रयोग की पतंजलि के योगसूत्रों में समन्वययोग की शिक्षा कैसे दी गयी है। द्वितीय सत्संग में, श्री स्वामी जी ने दक्षिण अफ्रीका के भारतीयों की आवश्यकताओं को समक्ष रखते हुए भारतीय आध्यात्मिकता पर प्रवचन दिया।

२३ अक्तूबर को श्री स्वामी जी महाराज 'शिवानन्द स्कूल ऑफ़ योगा, जौह्नसबर्ग' में आमन्त्रित किये गये थे, वहाँ श्री स्वामी जी ने, सुख की मूलभूत खोज एवं उपनिषदों का उस खोज के लिए मार्ग के सम्बन्ध में प्रवचन दिया। २६ अक्तूबर को जौह्नसबर्ग में आदिशंकर आश्रम में पूज्य श्री स्वामी जी महाराज के सम्मान में विदाई सत्संग आयोजित किया था। वहाँ श्री स्वामी जी ने दूसरों के भय को दूर करने में संन्यासी की भूमिका पर प्रकाश डालते हुए भय और निर्भयता विषय पर प्रवचन दिया। २७ अक्तूबर को श्री स्वामी जी महाराज ने दक्षिण अफ्रीका से मौरिशस के लिए प्रस्थान किया।

मौरिशस हवाई अड्डे पर श्री स्वामी जी महाराज का स्वागत डी एल एस मौरिशस शाखा के अध्यक्ष श्री यज्ञेश्वरनाथ के जानकी, सचिव श्री राम तथा अन्य भक्तों ने किया। २८ अक्तूबर को स्वामी जी महाराज ने डी एल एस मौरिशस शाखा के सत्संग में भक्तों को सम्बोधित किया। श्री वेंकटेश्वर मन्दिर की समिति के सदस्यों के अनुरोध पर श्री स्वामी जी ने २९ अक्तूबर को मन्दिर के कल्याण उत्सव में भाग लिया तथा 'पूजा सम्प्रदाय और इसका दार्शनिक अर्थ' विषय पर उपस्थित श्रोताओं को सम्बोधित किया। १ नवम्बर २०१७ को श्री स्वामी जी महाराज ने डी एल एस मौरिशस शाखा में एक संक्षिप्त सत्संग के उपरान्त मौरिशस से दिल्ली के लिए प्रस्थान किया।

* * *

'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)

यह रोगी रस्सी के साथ दृढ़तापूर्वक बाँधी हुई बोरी को इस प्रकार अपने वक्ष के साथ चिपकाये हुए था मानो उसका पूरा-का-पूरा जीवन इसी में समाया हुआ हो। इस टाट की बोरी में वह सब-कुछ, जो भी उसके पास था, जो-कुछ भी वह रख सकता था उसने भरा हुआ था, उसके सर्वस्व की प्रतीक थी वह बोरी। उसमें से दुर्गन्ध आ रही थी, इससे उसे कुछ अन्तर नहीं पड़ता, अत्यधिक दुर्गन्ध थी, यह लगभग असहनीय दुर्गन्ध थी, इससे उसे कुछ लेना-देना नहीं था। उसके लिए महत्त्व केवल इस तथ्य का था कि यह उसकी 'सम्पत्ति' थी, उसकी 'अपनी' थी, उसका 'सब-कुछ' थी अत: वह इसे अपने से अलग करने को तैयार नहीं था।

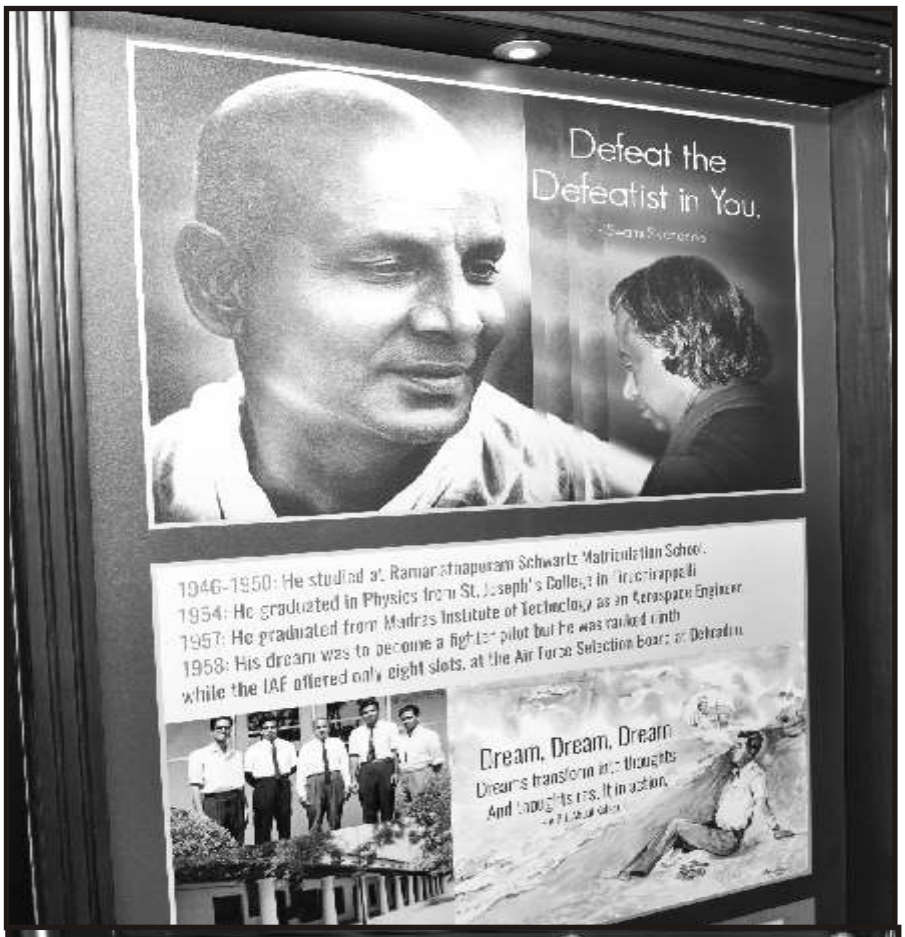
लगभग ८५ वर्ष का एक वयोवृद्ध, कष्टदायी दुर्बल और झुके हुए घुटने, जीवन के बोझ से भारी एवं झुकी हुई कमर, हाथ में दीर्घकाय—उसके अपने शरीर से भी अधिक लम्बी छड़ी थी। गहन चीख सी उसके मुख से निकली और अत्यन्त कठिनता से वह 'होम' तक पहुँच पाया, किन्तु उसको चाय चाहिए थी। लगभग बीस मिनट बाद वह कुर्सी पर बैठ गया, गोद में नन्हें सोये हुए बालक की भाँति बोरी को लिये हुए वह चाय पीने लगा। वह हिन्दी बोल नहीं सकता था। अत: वार्तालाप असम्भव सा ही था। बिलकुल अकेला था वह, एक भरी हुई बोरी के साथ, किन्तु कुछ भी बता सकने में असमर्थ, मानो कहीं विदेश में हो। वह आन्ध्र प्रदेश से आया था, इसके अतिरिक्त वह कुछ भी बता नहीं सका क्योंकि वह हिन्दी नहीं जानता था। सौभाग्यवश सामने वाली कुष्ठ बस्ती में एक व्यक्ति उसकी भाषा तेलुगु बोलने वाला था और जब उसे बुला लिया गया तो दोनों अपनी मातृ-भाषा में वार्तालाप करने लगे। सम्भवतया वृद्धावस्था के कारण उसकी स्मरण-शक्ति बहुत क्षीण हो चुकी थी अत: वह न तो अपने घर-परिवार के विषय में कुछ बता सका और न ही जीवन में किये गये अपने काम-काज के सम्बन्ध में कुछ बता पाया। उसके साथी ने जितना समझ कर बताया, वह यही था कि संसार में उसका कोई नहीं है। फिर अत्यन्त कठिनता से समझाने-बुझाने पर जब उसने स्वीकृति दी तो उसकी बोरी को खोला गया और अत्यन्त सावधानी से प्रत्येक वस्तु को अलग-अलग करके साफ किया गया। जो नोट उसने एकत्रित किये हुए थे, उन्हें अलग से साफ किया गया। शेष सामान में गली-सड़ी खाद्य सामग्री थी जिसे तुरन्त फेंक दिया गया। जब साफ-सुथरे सामान को पुन: नयी स्वच्छ बोरी में भर दिया गया तब वह कुछ शान्त प्रतीत हुआ। भोजन करते समय भी प्रतीत होता था कि वह भोजन में से कुछ भाग छुपा कर अपने कम्बल के नीचे रख रहा था, सम्भवतया उसे अभी भी पुन: कष्टप्रद दिन आने का भय बना हुआ था। उसके सम-भाषी से नित्य उसके पास आ कर वार्तालाप करने की प्रार्थना की गयी। और सचमुच ही उसे इस व्यक्ति में मानो अपना एक मित्र मिल गया। और तब अचानक ही एक दिन वह लुप्त हो गया, अचानक ही वह भाग गया। कई दिनों के बाद वह पुन: लौट आया, फिर से 'शिवानन्द होम' में आ गया और पुन: अपनी बोरी यहाँ ला कर खाली कर दी....

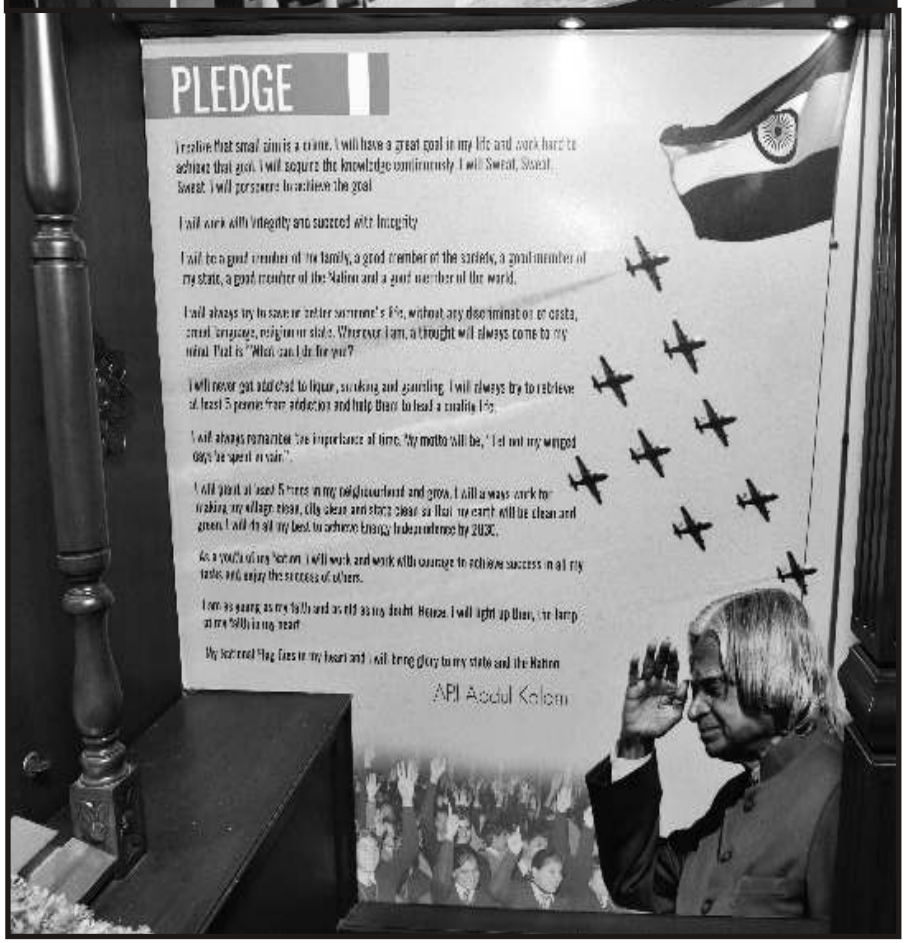
किन्तु संयोग सदैव सम्भव है और आशा कभी समाप्त नहीं होती। उसे फिर से भरती कर लिया गया है, धीरे-धीरे स्थिर हो रहा है, कभी अपशब्द कहता है, कभी व्याकुल दीखता है, कभी मुस्कराहट दिखायी देती है। गुरुदेव एकाकी, अनवांछित, अनचाहे एवं प्रेमविहीन वृद्धों के प्रति सर्वाधिक स्नेह एवं प्रेम रखते थे और उनके लिए अपने जीवन में जितना भी सम्भव था, उन्होंने किया। अब भी वही कर रहे हैं प्रत्येक की देख-रेख! ॐ नमो भगवते शिवानन्दाय! ॐ नमो भगवते चिदानन्दाय! ॐ ॐ ॐ!

"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)

* * *





मुख्यालय आश्रम में कलाम-सन्देश-वाहिनी

माननीय प्रधानमन्त्री श्री नरेन्द्र मोदी जी ने एक 'चल-प्रदर्शनी बस', जिसमें भूतपूर्व राष्ट्रपति डा. ए. पी. जे. अब्दुल कलाम जी की प्रेरणाप्रद जीवनी एवं मिशन को प्रदर्शित किया गया है, को २७ जुलाई २०१७ को रामेश्वरम् से झंडी दिखा कर प्रारम्भ किया। डा. कलाम जी से सम्बन्धित विभिन्न महत्त्वपूर्ण स्थानों पर होते हुए यह 'सन्देश-वाहिनी' समस्त भारत में घूमी।

अपनी यात्रा के अन्तिम पड़ाव में यह वाहिनी ९ अक्तूबर २०१७ को मुख्यालय आश्रम में, सद्गुरुदेव के साथ १९५७ में आनन्द कुटीर में डा. कलाम के जीवन में हुए परिवर्तनकारी मिलन की स्मरणीय घटना के स्मरणोत्सव के रूप में पहुँची। आश्रम के वरिष्ठ स्वामीजीयों ने आश्रम के प्रवेशद्वार पर वाहिनी का हार्दिक स्वागत किया।

वाहिनी का १० अक्तूबर को आश्रम में पड़ाव रहा तथा आश्रम के अन्तेवासी, अतिथि और भक्तों ने अत्यन्त उत्साहपूर्वक प्रदर्शनी के दर्शन किये। ११ अक्तूबर की प्रात: 'कलाम-सन्देश-वाहिनी' ने अपने अन्तिम लक्ष्य-स्थान राष्ट्रपति भवन,

दिल्ली के लिए प्रस्थान किया जहाँ इसका स्वागत भारत के राष्ट्रपति तथा प्रधानमन्त्री, डा. ए. पी. जे. अब्दुल कलाम की जन्मशताब्दी के शुभ दिन १५ अक्तूबर २०१७ को करेंगे।

कभी निराश न हों

आपको कर्म में स्वतन्त्रता है। आप अपने कर्म को जैसे भी चाहें, कर सकते हैं। मनुष्य एक असहाय प्राणी नहीं है। उसकी एक अपनी स्वतन्त्र इच्छा-शक्ति है।

अतः सभी प्रतिकूल परिस्थितियों पर विजय पाइए। साहस रखिए। वीर बनिए। कभी भी निराश न बनिए। आप सफल होंगे। इस संसार में सम्यक् पुरुषार्थ के द्वारा कुछ भी अप्राप्य नहीं है।

अब जागिए। अपनी आँखें खोलिए। धार्मिक मनुष्य बनिए। अच्छे कर्म करिए। हरि के नाम का गायन करिए। सतत सत्संग करिए। सारी बुरी आदतें नष्ट हो जायेंगी। शुद्ध बनिए। ध्यान करिए। आप लक्ष्य को प्राप्त करेंगे। ***—स्वामी शिवानन्द***

कस्तूरबा गाँधी गर्ल्ज होस्टल, आमपाटा को सहायता

अपनी सेवार्थ गतिविधियों के एक अंग के रूप में मुख्यालय आश्रम उत्तराखण्ड के पर्वतीय क्षेत्रों में स्थित विभिन्न शिक्षा संस्थाओं को नियमित रूप से सहायता करता रहा है। इस बार कस्तूरबा गाँधी कन्या छात्रावास की छात्राओं की सहायता की गयी।

उत्तराखण्ड सरकार पिछड़ी जातियों के निर्धन परिवारों की छात्राओं हेतु विभिन्न स्थानों में कन्या छात्रावास चला रही है। ऐसा ही एक छात्रावास मुख्यालय आश्रम से ४० कि.मी. की दूरी पर आमपाटा नामक स्थान पर अभी हाल ही में आरम्भ किया गया था। यद्यपि आवास के भवन का सुन्दर निर्माण किया गया था, किन्तु वित्तीय कमी के कारण छात्राओं के लिए अन्य सुविधाएँ नहीं दी जा सकी थीं।

छात्रावास की संचालिका तथा शिक्षा-विभाग के अनुरोध पर मुख्यालय आश्रम ने छात्राओं हेतु रज़ाइयाँ, बिछाने की चादरें, स्वेटर, गर्म सूट, सूती सूट, तौलिये, बस्ते, जूते, कापियाँ इत्यादि प्रत्येक छात्रा के लिए देने की स्वीकृति दे दी। ११ अक्तूबर २०१७ को अन्य स्वामी जी के साथ श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज यह सामान छात्राओं को वितरित करने के लिए गये। नरेन्द्रनगर के फकोट ब्लाक के ब्लाक एजूकेशन आफिसर श्री ओ. पी. वर्मा जी तथा गर्ल्ज इन्टर कालेज के प्रिंसिपल श्री सोहन सिंह जी भी इस अवसर पर उपस्थित थे। अपने सन्देश के द्वारा दोनों ने ही विभिन्न राजकीय विद्यालयों को आश्रम द्वारा दी जाने वाली इस सहायता की अत्यन्त सराहना अभिव्यक्त की। जी. आई. सी., फकोट के प्रिंसिपल आश्रम तथा उसकी उदात्त गतिविधियों से इतने प्रभावित एवं प्रेरित हुए कि उन्होंने स्वयं अपनी ओर से छात्रावास हेतु पानी का टैंक दान देने की घोषणा की। श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचन द्वारा छात्राओं को अपने जीवन में सद्गुणों का विकास करके समाज के माननीय नागरिक बनने की प्रेरणा दी। आश्रम द्वारा दी गयी इस सहायता से ५९ छात्राएँ लाभान्वित हुईं।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव की अपार कृपा एवं आशीर्वाद सभी पर हों!

स्वामी शिवानन्द सेवाग्राम चैरिटेबल सोसायटी, गहम, अनगुल (ओडिशा) द्वारा विद्यार्थियों के लिए भलाई के कार्यक्रम

'स्वामी शिवानन्द सेवाग्राम चैरिटेबल सोसायटी, गहम, अनगुल' युवा पीढ़ी को नैतिक एवं आध्यात्मिक शिक्षा प्रदान करने हेतु विभिन्न शैक्षिक संस्थाओं में 'विद्यार्थी भलाई कार्यक्रम' आयोजित करती रही है। अक्तूबर २०१७ में सोसायटी द्वारा छह विभिन्न विद्यालयों में आध्यात्मिक प्रवचन आयोजित किये गये। श्री धनन्जय सेन तथा श्री के. श्रीधर दास ने विद्यार्थियों को प्रेरणाप्रद वक्तव्य दिये तथा उन्हें डिवाइन लाइफ सोसायटी के सम्बन्ध में एवं इसकी उदात्त गतिविधियों के सम्बन्ध में भी अवगत करवाया। यह वक्तव्य १३ अक्तूबर को आँचलिका गर्ल्ज़ हाई स्कूल ओडिशा खामार, १४ अक्तूबर को पंचायत हाई स्कूल बदसदा, खामर, २६ अक्तूबर को पंचायत हाई स्कूल हिंगुला तथा श्री अरबिंदा मातृविहार, दनारा, २७ अक्तूबर को पंचायत हाई स्कूल दनारा तथा पंचायत हाई स्कूल कुमुंडा। भागीदार विद्यार्थियों तथा अध्यापकों की इन विद्यालयों में संख्या क्रमश: २५०, १८०, ३२० तथा १९० रही। सोसायटी द्वारा सभी विद्यार्थियों तथा अध्यापकों को उड़िया पुस्तक 'आदर्श बालका' बाँटी गयी।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव की कृपा सब पर हो! ◆◆◆

'चिदानन्द सैन्टेनरी चैरिटेबल डिस्पेंसरी, गहम, अनगुल (ओडिशा)' द्वारा सेवा

स्वामी शिवानन्द सेवाग्राम चैरिटेबल सोसायटी, गहम, अनगुल (ओडिशा) द्वारा 'चिदानन्द सैन्टेनरी चैरिटेबल डिस्पेंसरी' के माध्यम से निर्धन एवं असहाय रोगियों की सेवा चलती रही। अक्तूबर २०१७ में लगभग १४७८ निर्धन रोगियों का परीक्षण करके नि:शुल्क औषधियाँ दी गयीं। इस धर्मार्थ डिस्पेंसरी में डा. आर. एन. पण्डा, डा. रुद्रनारायण दास, फार्मासिस्ट श्री श्वेताम्बर प्रधान, श्री पी. के. धर, श्री हृदयानन्द बेहरा तथा अन्य सहायक स्टाफ ने अपनी सेवाएँ दीं।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव की कृपा सब पर हो!

अखिल ओडिशा साधना शिविर

डिवाइन लाइफ सोसायटी गहम शाखा, शिवानन्द सेवाग्राम, अनगुल, ओडिशा

२८ दिसम्बर २०१७ से १ जनवरी २०१८

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव की अपार कृपा से डिवाइन लाइफ सोसायटी, गहम शाखा (शिवानन्द सेवाग्राम चैरिटेबल सोसायटी), अनगुल, ओडिशा 'अखिल ओडिशा साधना शिविर' २८ दिसम्बर २०१७ से १ जनवरी २०१८ तक, शिवानन्द सेवाग्राम, गहम, तालचेर, अनगुल, ओडिशा में आयोजित कर रही है।

मुख्यालय आश्रम के वरिष्ठ सन्त तथा अन्य सुविख्यात विद्वान् इस शिविर की शोभावृद्धि हेतु सम्मिलित होंगे। जीवनमूल्यों की उत्पत्ति एवं विकास हेतु आयोजित किये जा रहे इस शिविर में हम विद्यार्थियों एवं युवाओं से सम्मिलित होने का अनुरोध करते हैं।

प्रतिनिधि शुल्क : ५००/-

नामांकन के लिए अन्तिम तिथि : १५ दिसम्बर २०१७

कृपया सभी धनराशि चैक अथवा डिमांड ड्राफ्ट द्वारा **'दिव्य जीवन संघ, स्वामी शिवानन्द सेवाग्राम चैरिटेबल सोसायटी'** के नाम से प्रेषित करें।

पता : दिव्य जीवन संघ,
स्वामी शिवानन्द सेवाग्राम चैरिटेबल सोसायटी,
डाकघर—गहम, जिला—अनगुल, ओडिशा—७५९१००

सम्पर्क सूत्र : १. श्री धनन्जौय सेन मो. +९१ ७३८११ ४१००६
२. श्री अक्षय कुमार दाश मो. +९१ ९४३७० ४३२२५

प्रेम के द्वारा सबल बनिए

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

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

—स्वामी शिवानन्द

महत्त्वपूर्ण सूचना

योग-वेदान्त अरण्य अकादमी (द डिवाइन लाइफ सोसायटी)

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

प्रवेश-सम्बन्धी सूचना

लगभग दो माह १-३-२०१८ से २९-४-२०१८ तक के ८८ 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 १५-१-२०१८ 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
Or contact the e-mail:
yvfacademy@gmail.com

शिवानन्दनगर
अक्तूबर, २०१८

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।

डी एल एस शाखाओं के प्रतिवेदन

भारतीय शाखाएँ

आस्का (ओडिशा): रविवारों और गुरुवारों को गुरु पादुका पूजा सहित चल और साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। संक्रांति को विशेष सत्संग किये गये। ३० अगस्त को मासिक साधना दिवस कीर्तन, पादुका पूजा और प्रवचनों तथा समापन पर प्रसाद, ज्ञान प्रसाद एवं अधिकारी विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र वितरण सहित मनाया गया।

बंगलूरु (कर्नाटक): शाखा द्वारा गुरुवारों को पादुका पूजा, स्वाध्याय, महामृत्युञ्जय जप, गीता और गुरुगीता पाठ सहित सत्संग चलते रहे। ८ सितम्बर को गुरुदेव की १३० वीं जयन्ती मनायी गयी तथा परम पूज्य श्री स्वामी माधवानन्द जी महाराज की जन्मशताब्दी में ८ से १४ तक भागवत सप्ताह और १७ सितम्बर को अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया, २४ सितम्बर को श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज का जन्मोत्सव भजन-कीर्तन सहित मनाया गया। शाखा की अन्य नियमित गतिविधियाँ पूर्ववत् चलती रहीं।

बरबिल (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक सोमवार एवं गुरुवार को सत्संग, शिवानन्द धर्मार्थ डिस्पेंसरी द्वारा रोगियों की नि:शुल्क चिकित्सा पूर्ववत् चलती रही। २४ अगस्त को साधना दिवस, बाल विहार कक्षाएँ प्रत्येक रविवार को; १४ को श्री कृष्णजन्माष्टमी मनायी गयी।

बाबनपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा गुरुवारों और रविवारों को सत्संग, संक्रांति दिवस को हनुमान चालीसा पाठ किया गया। १४ अगस्त को श्री कृष्णजन्माष्टमी तथा १८ को सद्गुरुदेव के आराधना दिवस ध्यान, प्रार्थना एवं पादुका पूजा सहित मनाये गये। २६ और २७ अगस्त को विशेष सत्संग किये गये।

बरगढ़ (ओडिशा): शाखा की नियमित गतिविधियाँ—शनिवारों को सत्संग, गुरुवारों को पादुका पूजा, रविवारों को भागवत और गीता पाठ, स्वाध्याय, योगासन, ध्यान, सोमवारों को रुद्राभिषेक, उड़िया में महत् वाणी पत्रिका की छपाई और वितरण, रोगियों की शिवानन्द धर्मार्थ होमियो डिस्पेंसरी द्वारा चिकित्सा इत्यादि चलती रहीं; विशेष कार्यक्रम—५ और ६ सितम्बर को भागवत सप्ताह, ८ सितम्बर को गुरुदेव का जन्मोत्सव, २४ को श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की जयन्ती प्रभातफेरी, पादुका पूजा, प्रवचन और भजन इत्यादि सहित तथा समापन पर अन्नदान एवं वस्त्र दान किया गया। गीता पाठ प्रतियोगिता में विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र भी दिये गये।

बल्लारि (कर्नाटक): दैनिक पूजा और साप्ताहिक सत्संगों में रविवारों को पादुका पूजा एवं अर्चना के कार्यक्रम चलते रहे; परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि पर पादुका पूजा और समापन पर विश्व-शान्ति हेतु प्रार्थना एवं आरती की गयी।

ब्रह्मपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा रविवारों को साप्ताहिक सत्संग, शनिवारों को चल सत्संग, पादुका पूजा गुरुवारों को, प्रत्येक ८ और २४ को भी पादुका पूजा, संक्रांति को सुन्दरकाण्ड तथा एकादशियों को गीता पाठ के कार्यक्रम किये जाते रहे। १४ अगस्त को श्री कृष्णजन्माष्टमी अभिषेक तथा 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' मन्त्र जप सहित मनायी गयी।

बिलासपुर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा नियमित सत्संगों और चल सत्संगों के अतिरिक्त १५ अगस्त को नन्दोत्सव मनाया गया।

भुवनेश्वर (ओडिशा): शाखा द्वारा सद्गुरुदेव की जयन्ती ८ सितम्बर को तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की जयन्ती २४ को पादुका पूजा, हनुमान चालीसा पाठ, गीता पाठ और प्रवचनों तथा समापन पर नारायण सेवा सहित मनायी गयीं। ९ से १६ सितम्बर तक विभिन्न गणमान्य विद्वानों द्वारा प्रेरणाप्रद आध्यात्मिक प्रवचनों का आयोजन किया गया। ८ और १७ सितम्बर को निःशुल्क नेत्र एवं रक्तदान शिविरों का आयोजन किया गया।

छत्रपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा तथा प्रत्येक गुरुवार को नियमित सत्संग किये जाते रहे। श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के मासिक जयन्ती दिवस ८ एवं २४ को पादुका पूजा और अर्चना की गयी। १४ अगस्त को श्री कृष्ण जयन्ती तथा १९ को परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि आराधना नगर संकीर्तन, पादुका पूजा, प्रवचन और भजन आदि तथा समापन पर अन्न एवं वस्त्र दान सहित मनायी गयी, २५ को श्री गणेश पूजा तथा २६ अगस्त को सुन्दरकाण्ड पाठ किया गया ।

चाँदपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक गुरुवार को पादुका पूजा और शनिवार को साप्ताहिक तथा ८ और २४ को चल सत्संग यथावत् चलते रहे। ३१ अगस्त से ६ सितम्बर तक भागवत सप्ताह, ८ को सद्गुरुदेव की जयन्ती तथा २४ सितम्बर को परम पूज्य गुरुमहाराज की जयन्ती प्रार्थना, नगर संकीर्तन, पादुका पूजा, प्रवचनों सहित मनायी गयीं। गीता पाठ, भजन-कीर्तन ९ से २३ सितम्बर तक आयोजित किये गये।

जमशेदपुर (झारखण्ड): शाखा द्वारा शुक्रवार को गीता पाठ एवं प्रवचनों सहित साप्ताहिक सत्संग चलते रहे, निःशुल्क चित्रकारी एवं योग कक्षाएँ अन्तोदय बस्ती के निर्धन बालकों के लिये शाखा द्वारा प्रत्येक रविवार को की गयीं तथा विद्यार्थियों को कापी-पेंसिलें बाँटी गयीं। १९ अगस्त को परम पूज्य गुरुमहाराज का पुण्यतिथि-आराधना दिवस गीता पाठ तथा उनके जीवन और शिक्षाओं पर प्रवचनों सहित मनाया गया

जयपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, रविवार को साप्ताहिक एवं गुरुवार को चल सत्संग चलते रहे; ८ को शिवानन्द दिवस पर पूजा और हवन तथा प्रसाद वितरण सहित सत्संग किया गया। कोरापुट ज़िले की निःशुल्क होमियोपैथी डिस्पेंसरी द्वारा रोगियों की चिकित्सा की जाती रही। १४ अगस्त को श्री कृष्णजन्माष्टमी हवन, पूजा तथा 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' मन्त्र जप सहित मनायी गयी। परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि आराधना १९ को पादुका पूजा, भजन-कीर्तन तथा विष्णुसहस्रनाम पाठ सहित मनायी गयी। १२ से १९ अगस्त तक मुण्डकोपनिषद् पर प्रवचन आयोजित किये गये।

कबिसूर्यनगर (ओडिशा): अगस्त-सितम्बर मासों में दैनिक अन्नदान तथा गुरुवार एवं रविवार को साप्ताहिक सत्संग चलते रहे। २ से ६ अगस्त तथा १३ से १७ सितम्बर तक साधना पंचकम् और नवधा भक्ति पर कक्षाएँ आयोजित की गयीं। १४ को श्री कृष्णजन्माष्टमी तथा १९ को परम पूज्य गुरुमहाराज का पुण्यतिथि आराधना दिवस पादुका पूजा और गीता पाठ सहित मनाया गया। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव की तथा २४ को परम पूज्य गुरुमहाराज की जयन्ती प्रार्थनाओं, प्रभातफेरी, पादुका पूजा तथा गीता पाठ सहित मनायी गयी।

खातिगुडा (ओडिशा): शाखा की दैनिक पूजा तथा गुरुवारों के साप्ताहिक सत्संग, एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम पाठ के कार्यक्रम चलते रहे। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव का तथा २४ को परम पूज्य गुरुमहाराज का जन्मोत्सव प्रभातफेरी, पादुका पूजा, भजन-कीर्तन और नारायण सेवा सहित मनाया गया। २१ से ३० सितम्बर तक नवरात्रि पूजा की गयी।

खल्लिकोट (ओडिशा): गुरुवारों को साप्ताहिक सत्संग चलते रहे। १९ अगस्त को परम पूज्य गुरुमहाराज का पुण्यतिथि आराधना दिवस मनाया गया। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव का जयन्ती महोत्सव पादुका पूजा, नारायण सेवा और विद्यार्थियों हेतु प्रस्ताव लेखन प्रतियोगिता के आयोजन तथा अन्त में प्रसाद-वितरण सहित मनाया गया।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): 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।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा ८ को और २४ सितम्बर को क्रमशः सद्गुरुदेव महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के जयन्ती दिवस प्रार्थना, पादुका पूजा और भजन-कीर्तन सहित मनाये गये।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग तथा योग कक्षाएँ, साप्ताहिक सत्संग, चल सत्संग गुरुवारों को, मातृ सत्संग सुन्दरकाण्ड और हनुमान चालीसा सहित शनिवारों को, एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम एवं गीता पाठ किये जाते रहे। ६ अगस्त को विशेष अभिषेक, १४ अगस्त को श्री कृष्णजन्माष्टमी 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' मन्त्र जप सहित मनायी गयी तथा २५ से ३१ तक गणेश पूजा की गयी। ३ अगस्त को महामन्त्र कीर्तन किया गया।

पटियाला (पंजाब): शाखा द्वारा प्रार्थना, भजन, महामृत्युञ्जय मन्त्र जप इत्यादि सहित चल सत्संग किये जाते रहे। स्थानीय गोशाला में नियमित रूप से दान दिया जाता रहा। ३ अगस्त को मुख्यालय आश्रम से श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी शाखा में पधारे।

रायपुर (छत्तीसगढ़): शाखा की नियमित गतिविधियाँ यथा—प्रत्येक रविवार को सत्संग तथा एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम पारायण इत्यादि चलती रहीं। ८ और २४ सितम्बर को क्रमशः सद्गुरुदेव एवं गुरुमहाराज की जयन्तियाँ गुरु पादुका पूजा, भजन-कीर्तन सहित मनायी गयीं।

राउरकेला (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक योगासन कक्षाएँ, गुरुवारों को साप्ताहिक सत्संग, रविवार को चल सत्संग, पादुका पूजा प्रत्येक ८, २४ को अभिषेक एवं अर्चना सहित कार्यक्रम चलते रहे। होमियोपैथी डिस्पेंसरी और एक्यूप्रैशर चिकित्सा द्वारा ज़रूरतमन्द लोगों का उपचार नारायण सेवा के रूप में किया जाता रहा। ८ और २४ सितम्बर को क्रमशः सद्गुरुदेव एवं परम पूज्य गुरुमहाराज की जयन्तियाँ पादुका पूजा, भजन-कीर्तन एवं स्वाध्याय सहित मनायी गयीं। समापन पर नारायण सेवा की गयी।

सम्बलपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, रविवारों को साप्ताहिक, शनिवारों को चल सत्संग एवं सुन्दरकाण्ड पाठ, सोमवारों को नारायण सेवा, ८ और २४ को पादुका पूजा के कार्यक्रम चलते रहे। होमियोपैथी डिस्पेंसरी द्वारा रोगियों की औषधियों सहित निःशुल्क सेवा की जाती रही। श्री कृष्णजन्माष्टमी १४ अगस्त को, परम पूज्य गुरुमहाराज का पुण्यतिथि आराधना दिवस १९ को, सद्गुरुदेव और

गुरुमहाराज के जन्मोत्सव ८ और २४ सितम्बर को शाखा द्वारा मनाये गये। २३ को विद्यार्थियों हेतु 'जीवन में सफलता के लिए विकास' शीर्षक से एक विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें उन्हें 'आदर्श बालका' पुस्तिका भी ज्ञान प्रसाद में दी गयी।

सुनाबेडा (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक सायंकालीन सत्संग, रविवार एवं गुरुवार को पादुका पूजा, भजन-कीर्तन और स्वाध्याय सहित विशेष सत्संग एवं एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा संक्रान्ति को सुन्दरकाण्ड पारायण इत्यादि के कार्यक्रम चलते रहे। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव तथा २४ को गुरुमहाराज के जन्मोत्सव दिवस पादुका पूजा और हवन सहित मनाये गये।

सुरेन्द्रनगर (गुजरात): दैनिक योग कक्षाएँ, पादुका पूजा तथा स्वाध्याय सहित मातृ सत्संग नियमित रूप से किये जाते रहे। मास की प्रत्येक ८ को निर्धन परिवारों में सूखा राशन वितरण, सोमवारों को रामचरितमानस पाठ, एकादशियों को संकीर्तन, शनिवार और रविवार को सुन्दरकाण्ड पाठ चलते रहे। १ से ९ सितम्बर तक अखण्ड श्री रामचरितमानस का पाठ किया गया। ८ को सद्गुरुदेव का तथा २४ सितम्बर को गुरुमहाराज का जन्म महोत्सव पादुका पूजा सहित मनाया गया तथा विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र दिये गये। शाखा द्वारा चिकित्सा शिविर भी आयोजित किया गया।

साउथ बलांडा (ओडिशा): दो बार दैनिक पूजा, शुक्रवारों को साप्ताहिक सत्संग, एकादशियों और संक्रांति को विशेष सत्संग तथा ८ और २४ को पादुका पूजा, शाखा की नियमित गतिविधियाँ पूर्ववत् चलती रहीं। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव का तथा २४ को परम पूज्य गुरुमहाराज का जन्म दिवस प्रार्थना, नगर कीर्तन, पादुका पूजा, गीता पारायण और गुरुतत्त्व पर प्रवचनों सहित मनाये गये। २३ सितम्बर को विश्व-शान्ति हेतु अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा १३ अगस्त को वृद्धाश्रम में प्रार्थना, भजन, गुरुस्तोत्र, गायत्री मन्त्र इत्यादि सहित सत्संग किया गया।

बीकानेर (राजस्थान): शाखा की नियमित गतिविधियाँ यथा शाखा में प्रतिष्ठित सभी विग्रहों की दिन में २ बार पूजा, प्रदोष को विशेष पूजा तथा योगासन-प्राणायाम कक्षाएँ पूर्ववत् चलती रहीं। विशेष गतिविधियाँ इस प्रकार रहीं—प्रत्येक मंगलवार को भक्तों के आवास पर सुन्दरकाण्ड का पाठ, २१ से २९ तक दुर्गा मन्दिर में अखण्ड दीप प्रज्वलन, विशेष पूजा, दुर्गासप्तशती का पाठ, अर्चना, शृंगार एवं आरती की गयी, ८ और २४ सितम्बर को सद्गुरुदेव की १३० वीं तथा गुरुमहाराज की १०१ वीं जयन्ती पर पादुका पूजा, अर्चना, भजन-कीर्तन एवं उनकी शिक्षाओं एवं जीवनी पर प्रकाश डाला गया, २४ को महामृत्युंजय मन्त्र जप और गायत्री जप द्वारा यज्ञ; २५ से ९ दिवस नवरात्रि में नवाह्न पारायण व अखण्ड दीप प्रज्वलन; चिदानन्द शिक्षा सहायक निधि द्वारा मेधावी निर्धन बच्चों को छात्रवृत्ति तथा शिवानन्द पुस्तकालय द्वारा ज्ञान का प्रचार-प्रसार किया गया।

नया गंज कोष्टपारा, रायगढ़ (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा अगस्त मास में प्रत्येक सोमवार को साप्ताहिक सत्संग एवं कीर्तन, १४ और १५ को मुख्यालय आश्रम में होने वाले शाखाओं के सम्मेलन में हमारी शाखा से ११ सदस्यों के दल ने जाकर सक्रिय रूप से भाग लिया। ८ सितम्बर को सद्गुरुदेव का जन्मोत्सव शाखा द्वारा भक्त के आवास पर अत्यन्त उल्लासपूर्वक मनाया गया। इससे पहले गणेश विसर्जन के उपरान्त शिवानन्द जागृति आश्रम, ताँटापली में काव्य गोष्ठी का भी आयोजन किया गया ।

महासमुन्द शाखा (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा नित्य प्रात: सर्वदेव प्रार्थना, गीता पठन, आसन-प्राणायाम; प्रत्येक मंगलवार एवं शनिवार हनुमान चालीसा तथा रविवार को गीता पाठ, नियमित कार्यक्रम रहे। विशेष कार्यक्रमों में—जन्माष्टमी के अवसर पर प्रातः ६ से सायं ६ बजे तक 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' मन्त्र का अखण्ड जप किया गया तथा १५ अगस्त अत्यन्त धूमधाम से मनाया गया।

फरीदपुर शाखा, बरेली (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा जुलाई-अगस्त मास में श्री गुरुपूर्णिमा पर पादुका पूजा, भजन-कीर्तन एवं भण्डारा हुआ, निर्धन विद्यार्थियों हेतु २५००० रु. की वित्तीय सहायता दी गयी, सन्त सेवा और गो सेवा चलती रही, सद्गुरुदेव के पुण्यतिथि आराधना दिवस पर अन्नपूर्णा सेवा एवं विशेष सत्संग भी किया गया, श्री कृष्णजन्माष्टमी पर झाँकी शृंगार तथा विशेष प्रसाद के महाभोग का आयोजन किया गया, ८ सितम्बर सद्गुरुदेव-जयन्ती पर पादुका पूजा, नारायण सेवा, जल सेवा और वस्त्र दान किया गया, यह सब विशेष गतिविधियाँ रहीं। नियमित कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे।

माँझीगुड़ा (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दो बार दैनिक पूजा, आरती, भजन-कीर्तन, शनिवारों को हनुमान चालीसा और मानस पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग चलते रहे। श्री कृष्णजन्माष्टमी १४ अगस्त को सन्ध्या ७ बजे से अर्ध रात्रि तक 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' का सामूहिक कीर्तन, पूजा, आरती, विशेष प्रसाद वितरण किया गया।

गुमरगुण्डा (ओडिशा): शाखा द्वारा सितम्बर मास में दैनिक प्रातःकालीन आरती, जप, ध्यान, कीर्तन, सन्ध्या को भजन-कीर्तन, गुरुवारों को पादुका पूजा, शाखा के ७४ आवासीय विद्यार्थियों हेतु प्रातः अल्पाहार, मध्याह्न एवं रात्रि भोजन के अतिरिक्त शिक्षण की व्यवस्था एवं स्वास्थ्य की देख-रेख तथा प्रत्येक शनिवार रात्रि को सुन्दरकाण्ड का पाठ इत्यादि के कार्यक्रम चलते रहे। विशेष कार्यक्रमों में—८ सितम्बर को सद्गुरुदेव के जन्मोत्सव में ६ घण्टे का अखण्ड नाम-संकीर्तन, पादुका पूजा, जीवनी पर संक्षिप्त प्रवचन, प्रसाद वितरण तथा भण्डारा किया गया। ९, १६ और २३ सितम्बर को स्थानीय आश्रम से सुदूर गाँवों में स्थित भक्तों के आवास पर जाकर भारी संख्या में एकत्रित हुए भक्तों के साथ सत्संग एवं अखण्ड नाम जप किया गया, २१ को शारदीय नवरात्रि में ज्योति कलश स्थापना, सप्तशती पारायण, हवन, कन्या भोजन, प्रसाद और भण्डारे का आयोजन किया गया।

राजा पार्क शाखा, जयपुर (राजस्थान): शाखा द्वारा अगस्त मास में 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—७ अगस्त को रक्षाबंधन पर सभी विग्रहों का नव-शृंगार तथा श्रावण मास में प्रारम्भ किये गये रुद्राभिषेक का समापन, १५ को श्री कृष्ण जन्माष्टमी को विविध झाँकियाँ, भजन-कीर्तन, अभिषेक, पूजा, आरती और विशेष प्रसाद वितरण, २१ को मातृ सत्संग में नन्दोत्सव, २९ को राधा अष्टमी पर उनका जन्मोत्सव भजन-कीर्तन, नृत्य, आरती और प्रसाद वितरण सहित मनाया गया।

दिव्य जीवन संघ भिलाई नगर शाखा (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा अगस्त मास में ४, ११, १८ और २५ को महिला-भक्तों द्वारा विष्णुसहस्रनाम, ललितासहस्रनाम पाठ, भजन एवं सत्संग किया गया, रविवार सन्ध्या-१३ को भजन-कीर्तन, त्रिदेव पूजन तथा प्रसाद वितरण और दोनों एकादशियों को गीता पाठ, भजन-कीर्तन तथा प्रसाद वितरण किया गया। ◆ ◆ ◆

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

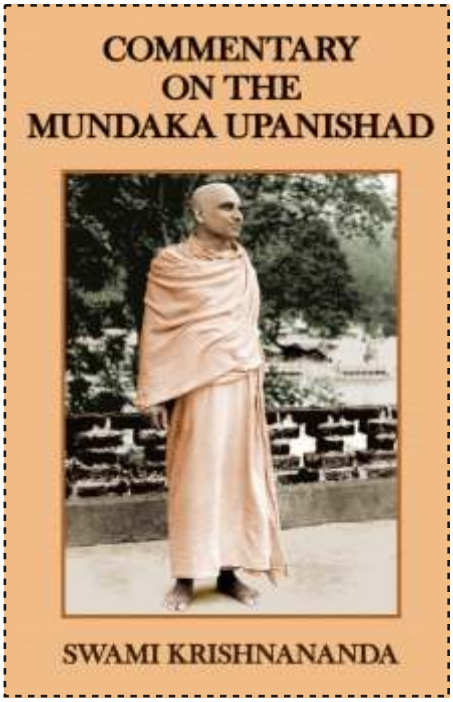
फोन : ०१३५-२४३४७८०, २४३००४०; E-mail : bookstore@sivanandaonline.org

For online orders and Catalogue : dlsbooks.org

BOOKS NOW AVAILABLE

1.	Lives of Saints	Swami Sivananda	₹ 375/-
2.	May I Answer That?	Swami Sivananda	125/-
3.	Gems of Prayers	Swami Sivananda	60/-
4.	How to Cultivate Virtues and Eradicate Vices	Swami Sivananda	165/-
5.	Kingly Science Kingly Secret	Swami Sivananda	165/-
6.	The Bhagavadgita Explained	Swami Sivananda	50/-
7.	Isavasya Upanishad	Swami Sivananda	30/-
8.	Kenopanishad	Swami Sivananda	40/-
9.	Kathopanishad	Swami Sivananda	75/-
10.	Mandukya Upanishad	Swami Sivananda	35/-
11.	हिन्दूतत्त्व-विवेचन	स्वामी शिवानन्द	160/-
12.	सत्संग भजन माला	स्वामी शिवानन्द	155/-
13.	Stories From Yoga Vasishtha	Swami Sivananda	110/-
14.	Inspiring Stories	Swami Sivananda	170/-
15.	Fourteen Lessons on Raja Yoga	Swami Sivananda	55/-
16.	Concentration and Meditation	Swami Sivananda	225/-
17.	Bliss Divine	Swami Sivananda	415/-
18.	Heart of Sivananda	Swami Sivananda	115/-
19.	Elixir Divine	Swami Sivananda	35/-
20.	Lectures on Raja Yoga	Swami Chidananda	80/-
21.	The Realisation of the Absolute	Swami Krishnananda	125/-

INFORMATION ABOUT BOOKS



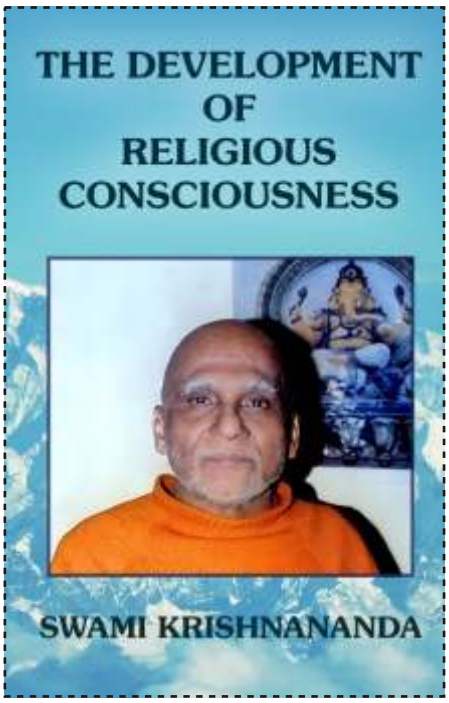
NEW RELEASE!

COMMENTARY ON THE MUNDAKA UPANISHAD

Swami Krishnananda

Insightful Analysis of each verse of the Mundaka Upanishad by Worshipful Sri Swami Krishnanandaji Maharaj.

Pages: 116 **Price: ₹ 95/-**



THE DEVELOPMENT OF RELIGIOUS CONSCIOUSNESS

Swami Krishnananda

A Lucid Exposition on the different stages of Religious Consciousness by Worshipful Sri Swami Krishnanandaji. Maharaj

Pages: 104 **Price: ₹ 85/-**

BOOKS NOW AVAILABLE

Guru Bhakti Yoga	Swami Sivananda	₹100/-
Blood Pressure: Its Cause and Cure	Swami Sivananda	₹ 65/-
Essence of Vedanta	Swami Sivananda	₹165/-
Practice of Karma Yoga	Swami Sivananda	₹150/-
Practice of Nature Cure	Swami Sivananda	₹210/-
मानसिक शक्ति	स्वामी शिवानन्द	₹ 90/-
अध्यात्मविद्या	स्वामी शिवानन्द	₹140/-
Forest Academy Lectures on Yoga	Swami Chidananda	₹325/-
योग–सन्दर्शिका	स्वामी चिदानन्द	₹ 55/-

बीस महत्त्वपूर्ण आध्यात्मिक नियम

(परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/99

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

नवम्बर 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

मृत्यु और उस पर विजय

आप मर नहीं सकते; क्योंकि आप कभी पैदा नहीं हुए। आप अमरात्मा हैं। माया के इस मिथ्या नाटक में जन्म और मृत्यु—ये दो असत्य दृश्य हैं। उनका सम्बन्ध केवल भौतिक कोश से है जो पंचतत्त्वों के मिश्रण से बना हुआ है। जन्म और मृत्यु का विचार केवल अन्धविश्वास है।

यह भौतिक शरीर, जो कि मिट्टी का पुतला है, उस परमेश्वर की लीला का क्रीड़ामृग मात्र है। ईश्वर सूत्रात्मा है। जब तक उसकी इच्छा होती है, तब तक वह इस क्रीड़ामृग को दौड़ाता रहता है। अन्ततोगत्वा वह इस क्रीड़ामृग को तोड़ देता है। दो का खेल समाप्त होता है। एकत्व मात्र अवशिष्ट रहता है। यह जीवात्मा उस परमात्मा में विलीन हो जाता है।

आत्मा का बोध होने पर मृत्यु का भय जाता रहता है। लोग व्यर्थ ही मृत्यु से चौंकते हैं। मृत्यु निद्रा के समान है। प्रातः निद्रा से जैसे जागते हैं, वैसे ही जन्म है। जिस प्रकार आप नये वस्त्र पहनते हैं, उसी प्रकार मृत्यु के बाद नया शरीर धारण करते हैं। मृत्यु इस प्रक्रिया की एक स्वाभाविक घटना है। आपके विकास के लिए वह आवश्यक है। जब इस जीवन की भावी प्रवृत्तियों के लिए यह शरीर असमर्थ तथा अनुपयोगी हो जाता है, तब भगवान् रुद्र इसका नाश करते तथा दूसरा नया शरीर देते हैं। मृत्यु के समय कोई कष्ट नहीं होता। अज्ञानी लोगों ने मृत्यु के सम्बन्ध में अत्यन्त भय और आतंक पैदा कर दिया 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