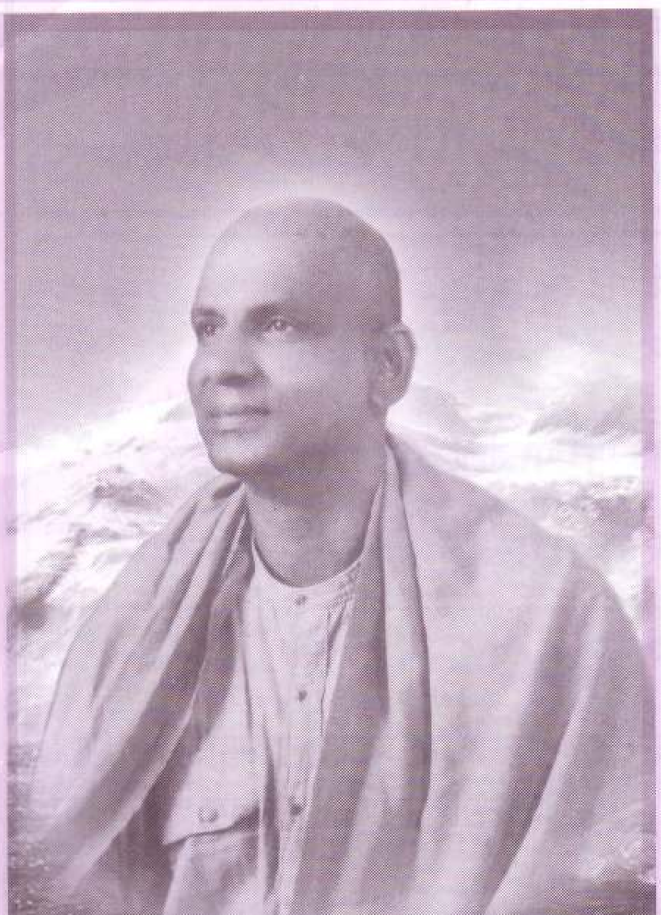
₹१००/– वार्षिक

दिव्य जीवन



हे अनन्त की सन्तानो, अमृत पुत्रो, आत्मा का अमर गीत सुनिए। प्रत्येक वस्तु की वाणी को सुनिए। टिमटिमाती तारिकाएँ, नील गगन, तेजोमय सूर्य हिमालय के हिमाच्छादित शिखर, मन्द–स्मित पुष्प, कल–कल निनाद करती सरिताएँ, सागर की तरंगें—सभी धीमे स्वर में कहते हैं : ''प्रभु यहाँ हैं।'' संसार के सब पदार्थों में परिव्याप्त उस ईश्वरीय रूप को पहचानिए।

—स्वामी शिवानन्द

जून २०१८

विश्व-प्रार्थना

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

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

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

—स्वामी शिवानन्द

वर्तमान में रहिए

भूत के बारे में न सोचिए और न भविष्य के लिए योजनाएँ बनाइए। वर्तमान में रहिए। आत्मा की महिमा में विश्वास कीजिए। सबमें समान आत्मा समझिए। सबकी सहायता कीजिए।

अविद्या के आवरण को छिन्न-भिन्न कर डालिए। विचार तथा ब्रह्म-चिन्तन के पाश में मन-रूपी हिरण को फँसा लीजिए। आत्मज्ञान के हाथी पर चढ़ कर परम ज्ञान के सर्वोच्च शिखर पर पहुँच जाइए।

सारे भ्रामक भेदों को विलीन कर डालिए। एक मनुष्य को दूसरे मनुष्य से पृथक् करने वाले सारे अवरोधों को दूर कर डालिए। सबसे मिलिए। सतत आत्म-चिन्तन अथवा अलिंग एवं अमूर्त आत्मा पर विचार के द्वारा लिंग-भाव को विनष्ट कर डालिए। *—स्वामी शिवानन्द*

दिव्य जीवन

Vol. XXIX	जून २०१८	No. 3

उपनिषद्-सुधा बिन्दु

सूर्यो यथा सर्वलोकस्य चक्षुर्न लिप्यते चाक्षुषैर्बाह्यदोषैः।
एकस्तथा सर्वभूतान्तरात्मा न लिप्यते लोकदुःखेन बाह्यः॥

(कठोपनिषद् : २/२/११)

जिस प्रकार सम्पूर्ण लोक का नेत्र होकर भी सूर्य नेत्र सम्बन्धी बाह्य दोषों से लिप्त नहीं होता है, उसी प्रकार सम्पूर्ण भूतों का एक ही अन्तरात्मा संसार के दुःखों से लिप्त नहीं होता है, प्रत्युत उनसे बाहर रहता है।

पूर्व-अंक से आगे :

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलि:

(श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती)

अविकलसुखमूलं ध्यानशीलं प्रकामं
भुवि नियतमशेषैरेतदेवार्जनीयम् ।
सुविशदमधुरोक्त्या तद्गुणान् बोधयन्तम्
भविकगुणगणाढ्यं श्रीशिवानन्दमीडे।।९७।।

९७. जो शाश्वत आनन्द के स्रोत हैं, नित्य ध्यानशील हैं, सतत प्रयत्नशील हैं कि प्रत्येक मनुष्य प्रशान्त मन रूपी सम्पदा का अर्जन करे, जो अपनी मधुर वाणी में सदैव ध्यान के लाभ का वर्णन करते हैं तथा जो मोक्षमार्गप्रदाता सन्तवृन्द में सर्वश्रेष्ठ हैं, उन श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज को मैं साष्टांग प्रणाम करता हूँ।

विहतविविधतापं वीतनानावलेपं
विदितनिगमसारं प्राप्तवेदान्तपारम्।
विनतजनपरीतं विश्रुतामेयकीर्तिं
विगतसकलदोषं श्रीशिवानन्दमीडे।।९८।।

९८. मैं श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की वन्दना करता हूँ जो समस्त प्रकार के तापों से मुक्त हैं, जिन्होंने अहंता एवं ममता का समूल नाश कर दिया है, जो सम्पूर्ण शास्त्रों के ज्ञान से सम्पन्न हैं, परम वेदज्ञ हैं, भक्तिभावपूर्ण शिष्यों से सदैव घिरे रहते हैं तथा जो अपने पावन चरित्र के लिए सुविख्यात हैं।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

जीवन का उद्देश्य

(परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

मनुष्य का जीवन उस तत्त्व को लक्षित करता है जो उससे परे है तथा जो उसके विचारों, भावनाओं एवं कार्यों को निर्धारित करता है। व्यापक जीवन अथवा अस्तित्व अदृश्य है; यह दृश्य जीवन उस अदृश्य की छाया मात्र है, जो सत्य है। छाया वास्तविक पदार्थ के विषय में सूचित करती है तथा छाया के माध्यम से उस वास्तविक पदार्थ तक पहुँचा जा सकता है। मानव जीवन अपनी सीमाओं, अभावों तथा विभिन्न प्रकार के उद्वेगों, दु:खों एवं असन्तोष के कारण एक अबोधगम्य उच्चतर लक्ष्य की प्राप्ति की ओर संकेत करता है।

धरा पर जीवन निरन्तर परिवर्तनशील है, यहाँ कुछ भी सत्य नहीं है तथा यहाँ का कोई वस्तु-पदार्थ मनुष्य को पूर्णत: सन्तुष्ट नहीं कर सकता है। श्रीमद्भगवद्गीता में इस संसार को 'अनित्यम्, असुखम्, दु:खालयम् एवं अशाश्वतम्' कहा गया है। प्राचीन ऋषि-मुनियों ने अपने अनुभव के आधार पर उद्घोषित किया कि 'सत्य एक है' तथा मनुष्य जीवन का लक्ष्य उस परम सत्य का साक्षात्कार है।

जगत् अस्थायी है, यह मनुष्यों के लिए मात्र एक अनुभव क्षेत्र है जिसमें रह कर वे परम सत्य के अनुभव की ओर प्रगतिशील हो सके। यह भारतवासियों की अनुपम महिमा है कि उनके लिए दृश्य जगत् सत्य नहीं है, केवल अदृश्य शाश्वत तत्त्व ही सत्य है। वे इन्द्रियजन्य अनुभवों में विश्वास नहीं करते हैं। वे केवल उस शाश्वत तत्त्व में विश्वास करते हैं जो इन अनुभवों का आधार है तथा इन्द्रियों एवं मन के परे है।

सच्चे एवं गम्भीर साधक भौतिक जगत् के कष्टों से मुक्ति तथा परब्रह्म की प्राप्ति हेतु हिमालय को अपनी उपस्थिति से पावन करने वाले महान् सन्तों की शरण लेते थे तथा उनके मार्गदर्शन में तपोनिष्ठ जीवन व्यतीत करते थे। इसको ही वे सच्चा जीवन तथा परम सत्ता के विधान की परिपूर्णता का मार्ग मानते थे।

महान् धर्मवेत्ता मनु धर्म के विभिन्न सिद्धान्तों के वर्णन के उपरान्त अन्तत: घोषित करते हैं, ''इन समस्त धर्मों में, आत्मज्ञान सर्वश्रेष्ठ है; यह वस्तुत: सर्वोत्तम विद्या है क्योंकि इसके द्वारा अमरत्व की प्राप्ति होती है।'' धर्म, अर्थ एवं काम की सार्थकता परम पुरुषार्थ मोक्ष की प्राप्ति में है। धर्म जीवन का नैतिक मूल्य है, अर्थ इसका भौतिक मूल्य तथा काम प्राणभूत मूल्य है परन्तु मोक्ष जीवन का परम मूल्य है जिसमें अन्य सभी समाहित हैं तथा जो इन सबसे श्रेष्ठ है। अन्य सबका अस्तित्व मोक्ष प्राप्ति में सहायक तत्त्व के रूप में ही है। बिना मोक्ष के इनका कोई मूल्य नहीं है, कोई अर्थ नहीं है। इनका मूल्य उस अनन्त तत्त्व के विधान अर्थात् मोक्ष प्राप्ति द्वारा निर्धारित होता है।

वेद एवं उपनिषद् परम पुरुष के उच्छवास हैं; ये आध्यात्मिक जीवन की विस्तृत व्याख्या प्रस्तुत करते हैं। ये मानव जीवन की महत्ता तथा नश्वरता से अनश्वरता

अर्थात् अमरत्व में परिवर्तित होने के साधन की भी व्याख्या करते हैं। समस्त विचारशील एवं विवेकशील मनुष्यों के लिए कठोपनिषद् में वर्णित महान् जिज्ञासु नचिकेता द्वारा परम सत्य के रोमांचक अन्वेषण की कथा अनुकरणीय आदर्श है।

नचिकेता ने अपने महान् त्याग के माध्यम से हमें यही शिक्षा दी कि इस इन्द्रिय-जगत् के किसी भी वस्तु-पदार्थ का कोई मूल्य नहीं है। विपुल सम्पदा एवं दीर्घतम आयु भी उसे प्रलोभित नहीं कर सके। वह परम तत्त्व की जिज्ञासा में दृढ़ बना रहा और अन्ततः उसे प्राप्त किया। इसके अतिरिक्त अन्य कुछ उसे सन्तुष्ट नहीं कर सकता था। सच्चे वीर अथवा धीर इस प्रकार के होते हैं। युद्धक्षेत्र में गोलियों का सामना करने वाला, विपत्तिपूर्ण स्थिति में जीवन को संकट में डालने वाला, समुद्र में गोता लगाने वाला अथवा उच्च शिखरों पर चढ़ने वाला व्यक्ति सच्चा वीर नहीं है, अपितु अपने मन एवं इन्द्रियों पर विजय पाने वाला, इच्छाओं एवं पृथकता के भाव को त्याग कर समस्त जीवन के परम एकत्व का अनुभव करने वाला ही सच्चा वीर है। इस लक्ष्य की प्राप्ति मनुष्य का कर्तव्य है; यही उपनिषदों के ऋषि-मनीषियों का शाश्वत सन्देश है।

मनुष्यों को आबद्ध करने वाला इन्द्रिय-अनुभवों का जाल अत्यन्त कष्टदायी है तथा स्वयं को इससे मुक्त करना बहुत कठिन है। मनुष्य इन बाह्य वस्तु-पदार्थों को सत्य मान कर भ्रमित होता है और दुःख प्राप्त करता है। महाभारत में कहा गया है कि इस जगत् में वस्तुओं-व्यक्तियों का सम्पर्क एक नदी में बहते लकड़ी के टुकड़ों के सम्पर्क की भाँति क्षणिक एवं अस्थायी है। परन्तु इन इन्द्रियजन्य अनुभवों के प्रति मनुष्य की आसक्ति इतनी दृढ़ है कि छाया मात्र को सत्य, अपवित्र को पवित्र, दुःखद को सुखद तथा अनात्म तत्त्व को आत्मा मान लिया जाता है।

प्राचीन सन्तों-महापुरुषों का यह सन्देश है कि इन्द्रिय जगत् का जीवन भ्रामक है क्योंकि यह समस्त वस्तु-पदार्थों में अन्तर्निहित 'सत्' तत्त्व को आवृत कर देता है तथा मनुष्य को यह अनुभव कराता है कि उसकी इन्द्रियों के समक्ष विद्यमान ये विशिष्ट नाम-रूपादि ही सत्य है। उपनिषद् कहती है, ''बालक अर्थात् अज्ञानी जन बाह्य सुखों के पीछे भागते हैं एवं मृत्यु के विस्तीर्ण पाश में फँस जाते हैं। धीर एवं वीर अमृतत्व का ज्ञान प्राप्त कर इन नश्वर वस्तु-पदार्थों में शाश्वत तत्त्व की खोज नहीं करते हैं।'' पुरातन काल के ऋषियों का मनुष्य के प्रति यही आह्वान है, ''हे अमृतपुत्र! स्वयं को अनन्त तत्त्व जानो; सर्वरूप बन जाओ। यही सर्वोच्च आशीर्वाद है। यही परम आनन्द है।'' यह उनका मानव के लिए शाश्वत सन्देश है।

सन्तों ने पुनः पुनः कहा है, ''यदि इस जगत् में रहते हुए मनुष्य उस परम तत्त्व का अनुभव कर लेता है तो उसने जीवन के वास्तविक लक्ष्य को प्राप्त कर लिया है परन्तु यदि वह ऐसा नहीं करता है तो यह महान् क्षति है।'' (केनोपनिषद्) ऋषि याज्ञवल्क्य कहते हैं कि उस शाश्वत तत्त्व के ज्ञान के बिना इस जगत् में किये गये समस्त महान् कार्य मूल्यहीन हैं। मानवता की सेवा, व्रत, दान, मनुष्य का व्यक्तिगत, सामाजिक, राजनैतिक तथा राष्ट्रीय जीवन सब विश्व-बन्धुत्व की भावना पर आधारित होने चाहिए। यह विश्व-बन्धुत्व की भावना वैश्विक आत्मा के सत्य की ही बाह्य अभिव्यक्ति है।

मानवता तब ही शान्ति की आशा कर सकती है जब ऋषियों द्वारा अन्वेषित एवं निर्देशित परम तत्त्व के इस विधान का पालन किया जाये। जितनी मात्रा में हम जीवन

में दिव्य विधान की अनुपालना करते हैं, उतनी मात्रा में हमें शान्ति प्राप्ति होगी। मानवता सामान्यतया देहासक्ति, वैयक्तिकता एवं सांसारिक सम्बन्धों के पाश में उलझी हुई है; शान्ति की प्राप्ति इनके सर्वथा विपरीत है। उपद्रव एवं असन्तोष के नाश हेतु एक उच्चतर चेतना की जागृति की आवश्यकता है।

विश्व-शान्ति हेतु मानवता का उचित दिशा में शिक्षण-प्रशिक्षण आवश्यक है। इन दिनों प्रचलित भौतिकवाद, नास्तिकवाद, संशयवाद एवं अज्ञेयवाद ने मानव हृदय से परम तत्त्व परमात्मा के प्रति श्रद्धा का हरण कर लिया है तथा ये वाद ही विश्व में स्वार्थपरायणता, तृष्णाओं, मानसिक उद्वेगों एवं हिंसा में वृद्धि के लिए उत्तरदायी हैं। मानव को यह जानना चाहिए कि भौतिकता, पृथकता, संशय तथा अस्थायित्व के पीछे आध्यात्मिकता, एकता, निश्चितता एवं अनन्तता का सत्य विद्यमान है।

इस सत्य के ज्ञान के बिना जीवन जीवन नहीं रहता है; यह मृत आदर्शों की भाँति, अर्थहीन, उद्देश्यहीन शून्य रह जाता है। ईशावास्य उपनिषद् के शब्दों में, ''सीमित इन्द्रिय-जगत् के प्रति मृत्यु परम तत्त्व में जीवन है। जो इन्द्रिय जगत् में स्वयं को आबद्ध करता है, वह स्वयं का ही नाश करता है।'' जीवन की वर्तमान शैली में पूर्ण परिवर्तन किया जाना चाहिए तथा नैतिकता एवं आध्यात्मिकता के आधार पर इसे नवीन दिशा दी जानी चाहिए। जीवन के केवल बाह्य रूप में ही नहीं, अपितु जीवन पद्धति की आन्तरिक संरचना एवं दृष्टिकोण में परिवर्तन की आवश्यकता है।

ऐसा तभी किया जा सकता है जब मनुष्य के आदर्श अन्धविश्वासों, मतभेदों एवं भौतिकता से ऊपर उठ कर 'एकत्व की आध्यात्मिकता' के सत्य पर आधारित हो। जब यह प्राप्त कर लिया जायेगा, तब मनुष्य धरा पर अपने महान् कर्तव्य का पालन कर लेगा। सांसारिकता के शुष्क मरुस्थल में सन्तप्त मानव के लिए औपनिषदिक ऋषियों रूपी हिमालय शिखरों से नि:सृत ज्ञान-गंगा का शीतल जल ही एकमात्र आशा है। इस शाश्वत स्रोत से जल पियें एवं स्वयं को नवीन स्फूर्ति एवं शक्ति से परिपूरित करें।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

जागिए तथा लक्ष्य को प्राप्त कीजिए

उस लक्ष्य तथा उद्देश्य को स्मरण कीजिए, जिसके लिए आपने यह भौतिक शरीर धारण किया है। मन को ढीला न छोड़िए। वृत्तियों और विचारों पर निगरानी रखिए। उन्हें भगा दीजिए।

जिस प्रकार सैनिक अपने शत्रुओं को किले में प्रवेश करते समय अपने खड्ग से मार डालता है; उसी प्रकार ज्यों-ही मन वृत्तियों का फन फैला कर चले, त्यों-ही विवेक-दण्ड से निर्ममतापूर्वक उस पर प्रहार कीजिए। अपनी वृत्तियों का उन्मूलन कीजिए।

—स्वामी शिवानन्द

संन्यास—प्रेम एवं सेवामय जीवन रूपी पुनर्जन्म

(परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

संन्यास का वास्तविक अर्थ एवं महिमा उन सन्तों-महापुरुषों के जीवन के भावपूर्वक अवलोकन से समझे जा सकते हैं जो संन्यास के श्रेष्ठतम तत्त्वों के मूर्तिमन्त विग्रह हैं। ये दिव्य पुरुष संन्यास के साकार स्वरूप होते हैं। सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज वस्तुत: वास्तविक संन्यास के महानतम आदर्श हैं। उनका प्रत्येक कार्य वास्तविक त्याग एवं संन्यास के रहस्यों को उद्घाटित करता है। अत: उनके जीवन एवं कार्यों का ध्यानपूर्वक अवलोकन तथा विनम्रता एवं गम्भीरतापूर्वक अनुकरण, त्याग एवं संन्यास के उच्चादर्शों के अनुसार जीवन व्यतीत करने का सर्वाधिक प्रभावशाली मार्ग है। उनके महात्याग की पावन स्मृति के प्रति श्रद्धांजलि स्वरूप हमें इन संन्यासीवर्य के पदचिह्नों का अनुगमन करने का प्रयास करना चाहिए। श्री गुरुदेव त्याग के साकार विग्रह हैं। उनके आदर्श जीवन के मात्र कुछ पक्षों को स्वयं में आत्मसात् करने के यथासम्भव प्रयास द्वारा हम उनकी संन्यास दीक्षा की वर्षगाँठ के पावन अवसर को समुचित रूप में मना सकते हैं।

प्रत्येक सच्चे साधक एवं संन्यासी का कर्तव्य है कि वह इन दो महत्त्वपूर्ण तत्त्वों पर ध्यान दे—शास्त्रों में वर्णित संन्यास की सैद्धान्तिक अवधारणा तथा इस महान् राष्ट्र की जीवन्त परम्परा द्वारा अक्षुण्ण रखा गया संन्यास का व्यावहारिक जीवन। एक विवेकशील हिन्दू संन्यास का क्या अर्थ ग्रहण करता है? हम जानते हैं कि संन्यास जीवन की चतुर्थ अवस्था अथवा आश्रम है। इस अवस्था में प्रवेश करने वाला व्यक्ति गुरु से दीक्षा प्राप्त करता है तथा विरजा होम सम्पन्न करता है। विरजा होम संन्यास के वास्तविक अर्थ के सम्बन्ध में हमें उचित मार्गदर्शन देता है, यह संन्यास के वास्तविक अभिप्राय को प्रकाशित करता है। संन्यास का अर्थ पुरानी, भ्रमित एवं अहंकारपूर्ण चेतना का नाश है। परिपूर्ण त्याग की जाज्वल्यमान अग्नि में समस्त इच्छाओं एवं आसक्तियों का भस्मीभूत होना संन्यास है। संन्यास भौतिक चेतना के अन्तिम चिह्न का समूल नाश तथा एक दिव्य नवीन चेतना का प्रादुर्भाव है। एक संन्यासी जिसने विरजा होम की अग्नि में अपनी देह, मन, इन्द्रिय, प्राण तथा अहंकार की आहुति दे दी है, वह सदैव इस दिव्य चेतना में संस्थित रहता है, ''मैं शरीर एवं मन नहीं हूँ, मैं अमर आत्मा हूँ।'' यह परमोत्कृष्ट त्याग है। इसलिए संन्यास का अभिप्राय सर्वत्याग है। यही कारण है कि वह प्रतिदिन अपनी इस प्रतिज्ञा का स्मरण करता है, ''मैं इस लोक के सुखों का त्याग करता हूँ। मैं सूक्ष्म लोक के सुखों का त्याग करता हूँ। मैं स्वर्ग लोक के सुखों का त्याग करता हूँ।''

इस प्रकार इहलोक अथवा परलोक की समस्त इच्छाओं का पूर्णत: निराकरण किया जाता है। इस समय हम एक अन्य आश्चर्यप्रद सत्य से भी अवगत होते हैं। महात्याग के व्रत के साथ संन्यासी यह भी उद्घोषणा करता है, ''मैं किसी भी प्राणी के लिए भय का कारण नहीं बनूँगा।'' वह समस्त प्राणियों को पूर्ण अभय का वचन देता है जिससे कोई भी प्राणी उससे हानि की

आशंका से भयभीत न हो। इस प्रकार वह विश्व-प्रेम का प्रण लेता है। भय तब होता है जब किसी से हानि अथवा दुःख प्राप्ति की सम्भावना होती है; घृणा एवं शत्रुता होने पर ही किसी को हानि अथवा दुःख पहुँचाया जाता है। परन्तु जिस हृदय में प्रेम स्थापित हो गया है, वहाँ से केवल प्रेमपूर्ण सेवा एवं आनन्द ही प्रवाहित होते हैं तथा समस्त प्राणी परिपूर्ण विश्वास एवं निर्भयतापूर्वक इससे लाभान्वित हो सकते हैं। इस प्रकार विश्व-प्रेम एवं सेवा, इस महात्याग के सहज परिणाम हैं। यश, ख्याति, पुरस्कार और अन्य इच्छाओं का त्याग तथा निर्धन एवं पीड़ितों की सेवा, ये दो महान् उच्चादर्श संन्यास के सारभूत तत्त्व हैं। यह त्याग आत्म-साक्षात्कार हेतु किया जाता है। इसलिए सेवा एवं आत्म-साक्षात्कार, ये दो प्रेरक तत्त्व एक सच्चे संन्यासी जीवन को संचालित करते हैं तथा परमतत्त्व की प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त करते हैं।

हम सब स्वयं में संन्यास के भाव को जगायें। सन्त-महापुरुषों एवं उनके साक्षात् प्रतिनिधि श्री गुरुदेव के आशीर्वाद हम सबमें संन्यास के इस दिव्य भाव को जीवन्त बनाये रखें।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

श्रद्धा, मुमुक्षुत्व तथा आत्मार्पण

श्रद्धा इस विश्व की सबसे बड़ी वस्तु है। सर्वोत्तम तर्क की पृष्ठभूमि में भी श्रद्धा ही है। उस वस्तु के प्रति मनुष्य तर्क नहीं करता जिसके प्रति उसे श्रद्धा नहीं। सबसे महान् दार्शनिक भी श्रद्धा को ही अपना सम्बल बनाये रखता है। श्रद्धा पर आश्रित न हो, तो कितनी भी विद्वत्ता व्यर्थ रह जायेगी। सारा जगत् श्रद्धा पर ही आश्रित है तथा श्रद्धा द्वारा ही इसका पथ-प्रदर्शन होता है। श्रद्धा धर्म की जड़ है। मनुष्य ईश्वर को प्रमाणित नहीं कर सकता यदि उसमें ईश्वर के प्रति श्रद्धा नहीं। ईश्वर तो श्रद्धा का ही विषय है। यह श्रद्धा पूर्व-संस्कारों से उत्पन्न है। कुछ लोग जन्म से ही दार्शनिक होते हैं तथा कुछ लोग ७० वर्ष की आयु में भी दर्शन को नहीं समझ पाते। यह सब पूर्व-संस्कारों का ही फल है। श्रद्धा कर्मों के संस्कारों पर ही निर्भर है। आध्यात्मिक उन्नति जितनी होगी, उतनी ही श्रद्धा भी रहेगी। अन्ध श्रद्धा को विवेकयुक्त श्रद्धा में बदलना होगा। बिना समझे श्रद्धा रखना ही अन्ध श्रद्धा है। भक्ति श्रद्धा का ही विकास है। ज्ञान भक्ति का ही विकास है। श्रद्धा से परम अनुभव की प्राप्ति होती है। जिसमें भी मनुष्य का प्रबल विश्वास होता है, वह उसका अनुभव करता है तथा वही वह बन जाता है। यदि आपको जगत् में श्रद्धा नहीं, तो जगत् का अस्तित्व भी नहीं। यदि आपको विषय-पदार्थों में श्रद्धा नहीं, तो वे आपको सुख नहीं दे सकते। यदि आपको ईश्वर में श्रद्धा नहीं है, तो आप कदापि पूर्णता को प्राप्त नहीं कर सकते। गलत श्रद्धा सत् को भी असत् बना डालती है। ''जो ब्रह्म को असत् समझता है, वह स्वयं असत् हो जाता है'' (तैत्तिरीय उपनिषद्)। श्रद्धा आध्यात्मिक साधना का आधार है।

मुमुक्षुत्व श्रद्धा का ही विकास है। यह श्रद्धा से एक कदम आगे है। श्रद्धा की ज्योति ही मोक्ष के लिए मुमुक्षुत्व-रूप ज्वाला में बदल जाती है। साधक ईश्वरीय अनुभव के लिए तड़पने लगता है। यह एक श्रद्धा ही नहीं, वरन् अनुभव है जिसे बाह्य घटनाओं से विचलित नहीं किया जा सकता। भक्त भगवान् से योग-प्राप्ति के लिए सतृष्ण रहता है। उसे नींद नहीं, आराम नहीं। वह सदा इसका ध्यान करता है कि कैसे प्रेम-प्रभु को प्राप्त किया जाये। वह प्रार्थना करता है, कीर्तन करता है तथा अपने प्रभु के लिए पागल हो जाता है। दिव्य उन्माद भर जाता है तथा भक्त अपनी व्यक्तित्व-चेतना को खो बैठता है। इसे आत्मार्पण कहते हैं।

आत्मार्पण भक्तियोग का लक्ष्य है। भक्त ईश्वर-चैतन्य में खो जाता है। वह आनन्द-सागर में निमग्न हो गया है। उसने अमृत-सागर में स्नान किया है। उसने अमृत-पान किया है। वह आप्तकाम बन गया है। उसने ईश्वर को प्राप्त कर लिया है।

—स्वामी शिवानन्द

भगवान् शिव और उनकी आराधना :

गंगा माँ

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

गंगा भारत की सबसे अधिक पवित्र नदी है। गीता में भगवान् कृष्ण ने कहा है—''मैं नदियों में गंगा हूँ।'' गंगा के जल में कोई कीटाणु पल नहीं सकता। यह रोगाणु-रोधक खनिजों से सन्तृप्त है। पश्चिमी देशों के डाक्टर त्वचा-रोगों के लिए गंगा-जल से मालिश करने को कहते हैं। गंगा केवल नदी ही नहीं है। यह पावन तीर्थ भी है। इसमें ऐसी अद्भुत शक्तियाँ विद्यमान हैं जो संसार की अन्य किसी नदी में नहीं हैं। वैज्ञानिकों तक ने गंगा-जल की क्षमता को मान्यता दी है।

मैकगिल विश्वविद्यालय, कैनेडा के डा. एफ. सी. हैरिसन लिखते हैं—''एक विशेष तथ्य जिसे कभी भी सन्तोषजनक ढंग से स्पष्ट नहीं किया गया, यह है कि गंगा के पानी में हैजे के रोगाणु अति-शीघ्र (तीन या पाँच घण्टों में) मर जाते हैं। यदि कोई हैजे इत्यादि से मृत असंख्य लाशों से तथा हज़ारों की संख्या में स्नान करने से गन्दे हुए पानी को देखे, तो यह बड़ी अद्भुत-सी बात लगती है कि हिन्दुओं का यह विश्वास है कि इस नदी का पानी शुद्ध है और यह गन्दा नहीं हो सकता तथा इसको पीना और इसमें स्नान करना सुरक्षित है, इसको आधुनिक जीवाणु-वैज्ञानिक-संशोधन द्वारा मान्यता दे दी जानी चाहिए।'' एक जाने-माने फ्रांसीसी डाक्टर डी. हैरेली ने ऐसी ही मिलती-जुलती गंगा की रहस्यात्मकता की खोज की। उन्होंने पेचिश और हैजे से मृत शरीरों को बहते हुए देखा और उनके आश्चर्य का ठिकाना न था, जब उन्होंने पाया कि मृत शरीरों के मात्र कुछ ही नीचे बहने वाले जल में, जिसमें कोई भी सोचेगा कि हैजे और पेचिश के हज़ारों रोगाणु होंगे, एक भी ऐसा कीटाणु नहीं था। तब उसने ऐसी बीमारी वाले रोगियों के कीटाणु ले कर उन्हें गंगा-जल में डाल दिया। कुछ समय बाद जब मिश्रण को देखा, तो उसके आश्चर्य का अन्त न था कि उसमें सारे कीटाणु नष्ट हो चुके थे।

एक अँगरेज डाक्टर सी. ई. नेलसन, एफ. आर. सी. एस. एक और आश्चर्यजनक तथ्य बतलाते हैं। वे कहते हैं—''कोलकाता से इंग्लैण्ड जाने वाले जलपोत गन्दे जल वाले गंगा के एक मुहाने हुगली नदी से जल लेते हैं और यह गंगा का पानी इंग्लैण्ड तक शुद्ध रहता है। दूसरी ओर इंग्लैण्ड से भारत की ओर जाने वाले जलपोत देखते कि लन्दन से लिया हुआ जल भारत की सबसे निकट की बन्दरगाह मुम्बई, जो कोलकाता से एक सप्ताह पहले ही आती है, पहुँचने तक ठीक नहीं रहता और उन्हें लाल सागर में सईद या सुएज़ या ईडन में पुन: जल लेना पड़ता। अत: इसमें आश्चर्य नहीं, यदि भारत के लोग कहें कि 'गंगा अत्यन्त पवित्र है और इसके जल में अद्भुत शक्तियाँ हैं'।''

एक हिन्दू के लिए 'गंगा' शब्द से एक निजी पावन सम्बन्ध है। प्रत्येक हिन्दू गंगा में एक गोता लगाने के लिए तथा अन्तिम समय में गंगा-जल की एक बूँद मुँह में डालने के लिए लालायित रहता है। मुमुक्षु और भिक्षु साधना और तपस्या के लिए गंगा के तट पर कुटियाएँ बनाते हैं। शरशैया पर लेटे हुए भीष्मपितामह ने पाण्डवों को अन्तिम उपदेश देते हुए गंगा की महिमा के विषय में बहुत उच्च भाव व्यक्त किये हैं।

एक धर्मपरायण हिन्दू जब भी स्नान के लिए जाता है, तो सर्वप्रथम गंगा का आह्वान करता है, नदी में डुबकी लगाने से पूर्व वहीं गंगा की उपस्थिति की भावना करता है और यदि वह गंगा से दूरस्थ स्थल पर रहता हो, तो अत्यन्त उत्कण्ठा से कभी-न-कभी स्नान कर पाने की कामना करता है। वह बरतन में गंगा-जल ले जा कर घर में अत्यन्त सावधानी से सँभाल कर रखता है जिससे कि उसे शुद्धिकरण के लिए उपयोग में ला सके।

हिन्दुओं का विश्वास है कि यदि वे पावन गंगा-जल में डुबकी लगा लें, तो उनके समस्त पाप धुल जाते हैं।

सतयुग में सभी स्थल पवित्र थे। त्रेतायुग में पुष्कर जी सर्वाधिक पवित्र स्थान माना जाता था। द्वापर में कुरुक्षेत्र सबसे अधिक पवित्र स्थान माना जाता था। कलियुग में वह गौरव गंगा को प्राप्त है। देवीभागवत में आता है : "जो सौ मील दूर से भी गंगा का नाम ले लेता है, वह पापों से मुक्त हो कर भगवान् हरि के धाम को प्राप्त कर लेता है।"

गंगा का उद्‌गम परमात्मा से हुआ है। वह भगवान् हरि के चरणों को स्पर्श करती है और वैकुण्ठ में चली जाती है। वह गोलोक से निकल कर विष्णु, ब्रह्मा, शिव, ध्रुव, चन्द्र, सूर्य, तपः, जनः, महः लोकों में बहती हुई इन्द्रलोक में पहुँच कर मन्दाकिनी नाम से प्रवाहित होती है।

भागीरथ की प्रार्थना पर (जिसने कपिल ऋषि के श्राप से भस्म हुए सगर के सहस्र पुत्र, जो कि इनके पूर्वज थे, के मोक्ष के लिए गंगा को पाताल में ले जाने के लिए कठिन तप किया था) गंगा भगवान् शिव की जटाओं में समा गयी।

तब वह भगवान् शिव की जटाओं से निकल कर बहने लगी। उसके जल ने जह्नु ऋषि की यज्ञशाला को आप्लावित कर दिया, तो ऋषि उसे पी गये। तब वह पुनः उसके कान से निकल कर बहने लगी और जाह्नवी कहलायी। वह भागीरथ की पुत्री होने से भागीरथी भी कहलाती है। पाताल में वह भागीरथी नाम से बहती है। राजा भागीरथ के पूर्वज गंगा-जल का पावन स्पर्श पा कर स्वर्ग को चले गये।

ब्रह्मा के समक्ष व्यवहार में हुई अपनी ही भूल के परिणामस्वरूप गंगा को मानव-जन्म लेना पड़ा। वह शान्तनु की पत्नी बनी। शान्तनु भी राजा महाभिशा नामक दिव्य पुरुष थे और उन्हें भी ब्रह्मा के समक्ष अभिमान युक्त अनुचित व्यवहार के कारण मृत्युलोक में जन्म लेना पड़ा था। गंगा ने महान् वीर और सन्त भीष्म को जन्म दिया।

गंगा ने अग्नि द्वारा प्रदत्त भगवान् शिव का बीजाणु धारण करना स्वीकार किया और देवताओं के वीर सेनापति तथा तारकासुर का विनाश करने वाले सुब्रह्मण्यम् को जन्म दिया।

गंगा विष्णु रूप है। उसका दर्शन आत्मोद्दीपक व भावों को उन्नत करने वाला है। वह घाटियों में प्रवाहित होती है और हिमवान् की पुत्री पार्वती के निकट वास करती है। ऋषिकेश की वादी (घाटी) में बहती हुई वह कितनी भव्य प्रतीत होती है। उसका सागर के समान नील वर्ण है। जल अत्यधिक स्वच्छ और मधुर है। मैदानों के धनी लोग ऋषिकेश से गंगा-जल लेते हैं, वे इसे भारत के दूरस्थ स्थानों में पीतल के बड़े-बड़े बरतनों में ले जाते हैं।

ऋषिकेश में गंगा-दर्शन आत्मोत्थापक है। कुछ क्षणों के लिए गंगा-तट पर पड़े पत्थर पर बैठना एक वरदान है। कुछ मास तक के लिए गंगा-तट पर रह कर अनुष्ठान या पुरश्चरण करना एक बड़ा तप है जो साधक को वैकुण्ठ ले जाने वाला है। सदा के लिए गंगा-तट पर रह कर ध्यान में जीवन यापन कर देना शिव आनन्दम् है।

माँ गंगा का आप सबको आशीर्वाद प्राप्त हो! वह आप सबको अपने तट पर रह कर योग-साधना करने में सहायक हो!

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

मननीय सत्य :

पुरुषार्थ

(परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

'पुरुषार्थ' शब्द के दो अर्थ होते हैं। प्रथम अर्थ है—जीवन के कुछ निश्चित उद्देश्य अथवा लक्ष्य (पुरुषार्थ-चतुष्टय) जिनकी पूर्ति या प्राप्ति की जाती है। इसका दूसरा अर्थ है—लक्ष्यों-उद्देश्यों की प्राप्ति या पूर्ति के लिए किया जाने वाला प्रयास।

उपर्युक्त अर्थों से इस तथ्य का संकेत मिलता है कि उद्देश्यों की पूर्ति प्रयासों से ही होती है। प्रयास का फल है—उपलब्धियाँ। पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कहा करते थे—''साधना करो।'' 'करो' का अर्थ है—प्रयास, क्रिया, गतिशीलता तथा एक निश्चित उद्देश्य से भली प्रकार संचालित किया हुआ रजस् (वह रजस् नहीं, जो आपको ही संचालित किया करता है)।

'देवी-माहात्म्य' का सम्पूर्ण वृत्तान्त कर्म और प्रयास—बार-बार किये जाने वाले कर्म और प्रयास, जिनकी परिणति है कामना-पूर्ति, फल और विजय—पर आधारित है। दीर्घकालिक प्रयासों की शृंखला (एक प्रयास असफल हो, तो दूसरा प्रयास; यदि वह भी असफल हो जाये, तो तीसरा प्रयास), तपश्चर्या, अस्त्र-प्राप्ति, वरदान-प्राप्ति आदि—यही पुराणों की सामान्य विषय-सामग्री है।

निःसन्देह इसका तात्पर्य यह है कि उपनिषद्, वेदान्त, दर्शन, संस्कृत, व्याकरण आदि पढ़ कर आप चाहे जितना ज्ञान-भण्डार अपने मस्तिष्क में एकत्र कर लें; किन्तु जब तक वह ज्ञान प्रयास से समन्वित नहीं है, तब तक वह एक बोझ ही है। ऐसा ज्ञान आपकी समस्याओं का समाधान करने के स्थान पर उन्हें जटिल ही बनायेगा।

न जानना बहुत अच्छी बात नहीं है। जानना सम्भवतः उत्तम है। परन्तु 'जानना' तब तक पर्याप्त नहीं है, जब तक कि उसे लोक-व्यवहार में एक व्यवस्थित तथा दीर्घकालीन प्रयास में रूपान्तरित न किया जाये। धर्मग्रन्थों से प्राप्त ज्ञान से हमें यही जानकारी प्राप्त होती है कि परम लक्ष्य की प्राप्ति के लिए क्या-क्या प्रयास किये जाने चाहिए। इस ज्ञान से हमें इस बात का मार्ग-निर्देशन प्राप्त होता है कि हमें किन-किन विधियों से, किन-किन कर्म-मार्गों से आगे बढ़ते हुए जीवन-यात्रा पूरी करनी है। उन कार्य-विधियों को व्यवहार में ला कर ही जीवन-यात्रा के गन्तव्य-स्थान पर पहुँचा जा सकता है।

ईशावास्य उपनिषद् के एक मन्त्र में इस ओर संकेत किया गया है। इस संकेत पर ध्यान न देने से यह मन्त्र रहस्यमय प्रतीत होने लगता है। इस मन्त्र में कहा गया है कि जो अविद्या का अनुसरण करता है, वह अन्धकार में प्रवेश करता है। इसके तुरन्त बाद ही यह भी कहा गया है कि जो विद्या का अनुसरण करता है, वह अपेक्षाकृत अधिक गहन अन्धकार में प्रवेश करता है। अविद्या का अर्थ है—त्रुटिपूर्ण ज्ञान, ज्ञान का अभाव अथवा ज्ञान का विपर्यय। विद्या का अर्थ है—धर्मग्रन्थों के स्वाध्याय से प्राप्त ज्ञान तथा अन्य स्रोतों से प्राप्त और संचित ज्ञान। इस ज्ञान को प्राप्त करने के पश्चात् इससे सम्बन्धित अपेक्षित प्रयास किये जाने चाहिए, अन्यथा यह ज्ञान एक निष्फल तथा बोझ बन कर रह जायेगा। इतना ही नहीं, यह ज्ञान ज्ञानार्जन करने वाले व्यक्ति को अहंकारी भी बना देगा तथा उसे पूर्व की अपेक्षा अधिक बन्धन में डाल देगा।

अनेक महान् सन्त निरक्षर रहे हैं। न उन्होंने संस्कृत का ज्ञान अर्जित किया और न अन्य किसी प्रकार का ज्ञान। कलकत्ता में एक धनी व्यक्ति के घर में एक सेवक था। वह एक निरक्षर ग्रामीण बालक था। धनी व्यक्ति एक सन्त का

शिष्य था। सन्त के दर्शनार्थ वह अपने उस सेवक के साथ उनके पास जाया करता था।

उन सन्त के सान्निध्य तथा भजनों ने उस बालक पर बहुत गहरा प्रभाव डाला। अब एक सन्त के समान जीवन व्यतीत करने की उत्सुकता उसमें उत्पन्न हो गयी। परन्तु उसने इस उत्सुकता को व्यक्त नहीं किया—वह मात्र एक सेवक ही तो था।

कुछ दिनों के बाद वह सन्त गम्भीर रूप से रुग्ण हो गये। वह धनी भक्त उस बालक के माध्यम से सन्त के पास फलादि भेजा करता था। अन्त में उसने बालक को सन्त के निकट रहते हुए उनकी सेवा करने की अनुमति दे दी।

बाद में यही बालक उन सन्त का एक महान् तपस्वी शिष्य बना। उसका नाम लाटू था। अपने तपस्या-रूप पुरुषार्थ के बल पर वह एक महान् सन्त बन गया। वह अद्‌भुतानन्द के नाम से विख्यात हो गया।

शबरी अशिक्षित महिला थी। अद्‌भुतानन्द भी अशिक्षित थे। महान् वेदान्ती तथा अंकगणित-शास्त्री स्वामी रामतीर्थ का प्रेरणा-स्रोत एक अशिक्षित ग्रामीण था। कबीर ने किसी विद्यालय में शिक्षा नहीं पायी। जनाबाई मात्र एक सेविका थी। अंगन एक ब्राह्मण जमींदार का हरिजन सेवक था। कण्णप्प एक आदिवासी था। ध्रुव भी किसी विद्यालय में शिक्षा प्राप्त करने नहीं गये थे। परन्तु इन सबने—जितना भी आध्यात्मिक बोध उन्हें हुआ था—उसे व्यवहार में परिणत किया। ऐसा करते हुए उन्होंने कठिन परिश्रम किया। श्री राम भगवान् हनुमान के ज्ञान से कम तथा उनके कर्मों से अधिक प्रभावित थे।

अतः पुरुषार्थ साक्षात्कार की कुंजी है। भले ही आप कम जानें; परन्तु अपने ज्ञान को अपने आचरण का अंग अवश्य बनायें। पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कहा करते थे उनके बीस आध्यात्मिक उपदेश आत्म-साक्षात्कार के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए पर्याप्त हैं। यह कहते समय उन्हें इस बात का भान था कि वह क्या कह रहे हैं। उनका यह कथन सत्य ही है। वह अध्ययन का विरोध करते थे—ऐसी बात नहीं है। वस्तुतः वह शुष्क अध्ययन के विरोधी थे और कर्म पर बल देते थे।

यदि आप अध्यापक हैं, तो अध्ययन आपके लिए अनिवार्य है, अपरिहार्य है। परन्तु यदि आप एक क्रियाशील योगी बनना चाहते हैं, तो ज्ञान की अनेकानेक राशियों की तुलना में अभ्यास, कर्म, पुरुषार्थ, साधना तथा योगाभ्यास आपके लिए अधिक महत्त्वपूर्ण हैं। आध्यात्मिक जीवन का अर्थ है—पुरुषार्थ। इसका अर्थ है—क्रियाशील आध्यात्मिक प्रयास में रत रहना।

समस्त पुराणों तथा सद्ग्रन्थों का यही सार है। 'जानने' की अपेक्षा 'होना' और 'करना' अधिक महत्त्वपूर्ण है।

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

साधना तथा सन्तोष स्वास्थ्य के रहस्य हैं

सारे रोगों की सर्वोत्तम औषधि तथा सुन्दर स्वास्थ्य रखने का सर्वोत्तम साधन कीर्तन, जप तथा नियमित ध्यान है। ईश्वरीय तरंग जीवकोशों, स्नायुओं तथा मांसपेशियों में नव-जीवन का संचार करती है।

दूसरी सस्ती किन्तु प्रभावशाली औषधि है—सदा सुखी तथा प्रसन्न रहना। नित्य-प्रति गीता के एक या दो अध्याय अर्थ के साथ पढ़िए। अपने को पूर्णतः संलग्न बनाये रखिए, जिससे सांसारिक विचार प्रवेश न कर पायें।

—स्वामी शिवानन्द

आध्यात्मिकता का सत्य-स्वरूप :

एकान्त की महत्ता-४

(परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज)

अनेक बार, जब आप जप करने के लिए बैठते हैं आप माला को ही देखते रहते हैं, क्योंकि आप ऊब चुके होते हैं। आप थक चुके होते हैं। दिन में एक घण्टा दरवाजा मत खोलिए; अकेले रहिए, गीता-पाठ करिए, 'सर्मन ऑन दि माउंट' (ईसा के धर्मोपदेश) पढ़िए, धम्मपद, भागवत, रामायण पढ़िए अथवा जो आपको रुचिकर लगे, उसे पढ़िए। आप भले ही गायें अथवा नृत्य करें, परन्तु दरवाजा मत खोलिए। धीरे-धीरे, आप इस प्रकार एक घण्टा व्यतीत करने के अभ्यस्त हो जायेंगे। उस समय आप एक घण्टा व्यतीत होने की प्रतीक्षा करने के स्थान पर कुछ सकारात्मक एवं वास्तविक (ठोस) कार्य कर पायेंगे। आप मन्त्र-जप अथवा भगवन्नाम ले सकते हैं—उच्च स्वर में, मानसिक रूप में नहीं। प्रतिदिन एक घण्टा भगवन्नाम का गान करिए तथा उच्च स्वर में भगवद्‌गीता के श्लोकों का पाठ करिए। यह समय कुछ अच्छा कार्य करने में व्यतीत किया जा सकता है। धीरे-धीरे समय की अवधि बढ़ाइए। प्रायः यह कहा जाता है कि जब आप तीन घण्टे लगातार अकेले रहने के अभ्यस्त हो जाते हैं, तो आपने अकेलेपन की तकनीक पर प्रशंसनीय स्वामित्व प्राप्त कर लिया है, तथा जब आप तीन घण्टे लगातार एक ही आसन में बैठ सकते हैं, तब आपने 'आसन-जय'—अर्थात् 'आसन' में निपुणता प्राप्त कर ली है—ऐसा मत है।

तीन घण्टे निरन्तर एक आसन में बैठना निपुणता मानी जाती है। सतत तीन घण्टे अकेले रह पाना एक महान् उपलब्धि है। यह सब शारीरिक अकेलेपन के अतिरिक्त अन्य कुछ नहीं। इसमें आध्यात्मिक तत्त्व लेश-मात्र है क्योंकि जब आप एक, दो अथवा तीन घण्टे अकेले रहते हैं, तो आपका मन दुकानों की ओर तथा अन्य पदार्थों की ओर भाग रहा होगा। ऐसा होने पर भी एक, दो अथवा तीन घण्टे तक अकेले रहिए।

शारीरिक रूप से एकान्त-अभ्यस्त होने के उपरान्त आपको मानसिक रूप से एकान्त का अभ्यास करना होगा। योग में यह अगला सोपान है। शारीरिक-एकान्त से अधिक कठिन तकनीक मानसिक रूप से एकान्त में रहना है। आप अपने कक्ष का दरवाजा बन्द करके शारीरिक स्तर पर अकेले रह सकते हैं, परन्तु अपने मस्तिष्क के कक्ष को ताला नहीं लगा सकते—वह अत्यन्त कठिन है। आप मस्तिष्क को किसी अलमारी में बन्द करके नहीं रख सकते तथा उसे किसी को देखने आदि के लिए मना नहीं कर सकते। मस्तिष्क आपकी इस बात को स्वीकार नहीं करेगा। शारीरिक-एकान्त तो कुछ सीमा तक सम्भव है, परन्तु मानसिक-एकान्त अनेक लोगों के लिए लगभग असम्भव है। फलतः आरम्भ में हम शारीरिक-एकान्त द्वारा मानसिक-एकान्त प्राप्त करने के इच्छुक हैं।

शारीरिक-पार्थक्य से आप मानसिक-पार्थक्य की ओर अग्रसर होते हैं। जैसा कि मैंने कहा, अनासक्त होना ही योग है; तथा आरम्भ में इसे शारीरिक-पार्थक्य का रूप धारण करना होगा, यद्यपि यह वास्तविक योग नहीं है। मात्र शारीरिक-पार्थक्य ही पर्याप्त नहीं है क्योंकि आप मानसिक स्तर पर आसक्त है, तथा वह और भी बुरा है। परन्तु, आप मानसिक रूप से अनासक्त किस प्रकार हो सकते हैं? जैसा कि मैंने उस दिन उदाहरण दिया था कि जंगल में काँटों से

अपने वस्त्रों को छुड़ाएँ, उसी प्रकार इस व्यक्तित्व को, जो मस्तिष्क एवं शरीर का संयुक्त रूप है, धीरे-धीरे अनासक्त करना है—प्रथमत: शारीरिक-पार्थक्य द्वारा तथा बाद में मानसिक-पार्थक्य द्वारा।

अत: आरम्भ में यह आवश्यक है कि हम शारीरिक आकर्षणों, प्रलोभनों तथा आसक्तियों आदि से मुक्त हों। ऐसे स्थान पर मत रहिए जहाँ आप शारीरिक स्तर पर प्रलोभित (आसक्त) हो कर भटक जायें। ऐसे वातावरण से बचना चाहिए। कम-के-कम इतना प्रयास किया जा सकता है क्योंकि मानसिक आसक्तियों से मुक्त होने की उच्च कला का प्रयास करने से पूर्व यह अत्यन्त आवश्यक है।

आप आश्रमों में क्यों जाते हैं? आपका मठों, गिरजाघरों आदि में जाने का क्या प्रयोजन है? इसका उद्देश्य आपको शारीरिक रूप से अनुपयुक्त मार्गों पर भटक जाने से रोकना है, क्योंकि आश्रम एवं मठों का वातावरण इस प्रकार का होता है कि आप शारीरिक रूप से गलत मार्ग में प्रवेश नहीं कर सकते, यद्यपि मानसिक रूप से आप आसक्त होते हैं। मन को कोई वश में नहीं कर सकता। मानसिक स्तर पर आप बुरे से बुरा कार्य कर रहे होंगे, फिर भी शरीर में आप आसक्ति के मार्ग से पूर्णत: बचे होंगे। परन्तु एक दीर्घ अन्तराल तक शरीर को गलत मार्ग पर जाने से रोकना एक अन्य महत्त्वपूर्ण अभ्यास की ओर आपको अग्रसर करेगा—मन का पदार्थ-चिन्तन तथा आसक्तियों से मुक्ति। **(भाषान्तर : मेधा सचदेव)**

ब्रह्म ही सत्य है

जिसका भी आदि तथा अन्त है, वह मिथ्या है। वही सत्य है जो भूत, वर्तमान तथा भविष्य में रहने वाला है। ब्रह्म ही तीनों कालों में वर्तमान रहता है; अतः ब्रह्म ही सत्य है। सत्य वस्तु ही शाश्वत, अपरिवर्तनीय, अनादि, अनन्त हो सकती है। जिस वस्तु का प्रारम्भ तथा अन्त में अस्तित्व नहीं है, वह मध्य में भी अस्तित्व नहीं रखती।

सारे नाम-रूपों से परे सत्य—पुराण पुरुष जिससे सब-कुछ उत्पन्न होता है—ब्रह्म है। ब्रह्म ही आनन्द तथा सुख का परम मूल है।

ब्रह्म ही आन्तर सत्य अथवा सार है। पंचकोश तो छिलके के समान हैं। शरीर, इन्द्रिय, मन तथा बुद्धि केवल बाह्य आच्छादन हैं जो आन्तर शाश्वत सत्य को ढके रहते हैं। ये कोश ब्रह्म के ही व्यक्तीकरण हैं। ये ब्रह्म में ही स्थित हैं।

ब्रह्म इस जगत् का अतिक्रमण करता है। उत्पत्ति तथा विनाश—ये दृश्य ही हैं। ये मन अथवा माया के जादू हैं। वास्तव में किसी वस्तु का सृजन अथवा विनाश नहीं होता।

ब्रह्म अनन्त है। ब्रह्म नित्य है। ब्रह्म अमृतत्व है। असीम एक ही है। दो असीम नहीं हो सकते। जो अपरिवर्तनशील, अद्वैत, अनादि, अनन्त, काल रहित, देश रहित, कारण रहित है, वही असीम है। यदि ब्रह्म में अवयव हो, तो नानात्व हो सकता है। ब्रह्म में भेद नहीं है। ब्रह्म स्वयं-प्रकाश तथा परिपूर्ण है। ब्रह्म अजन्मा तथा अमर है। वह शरीर रहित, काल रहित असीम है। सुषुप्तिवत् अभावमात्र नहीं है। वह तो शुद्ध चैतन्य तथा ज्ञान-स्वरूप है। ब्रह्म में आपको पूर्ण बोध रहता है। ब्रह्म सत्य का भी सत्य है। यह सभी आत्माओं की आत्मा है।

—स्वामी शिवानन्द

शिवानन्द-ज्ञानकोष :

देवी–२

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

शिव तथा शक्ति

शिव परमेश्वर हैं और परमेश्वर की शक्ति ही शिव की शक्ति है जो पार्श्ववर्तिनी दुर्गा अथवा काली रूप में प्रकट है। भगवती दुर्गा के बिना शिव का अस्तित्व ही नहीं अर्थात् वह क्रियाहीन है और बिना शिव के दुर्गा की कोई सत्ता ही नहीं है। शिव निष्क्रिय, निर्विकार हैं। शिव एक हैं, अभिन्न हैं। आत्मा हैं। अर्द्ध-नारीश्वर रूप में दुर्गा और शिव एक हैं, अभिन्न हैं। शिव तो मूक द्रष्टा-साक्षी हैं। वे विश्व-लीला से पूर्णतया अप्रभावित एवं पृथक् हैं। भगवती दुर्गा ही सर्वेसर्वा हैं। वही क्रियाशील हैं।

शिव सर्वशक्तिमान्, अवैयक्तिक, निष्क्रिय, निश्चल तथा शुद्ध चेतना (चैतन्य) हैं। शक्ति ही गतिशील है। सर्वान्तर्यामी सर्वव्यापी ईश्वर का क्रियाशील रूप ही शक्ति है। ईश्वर ही शक्ति है। दुर्गा शक्ति-स्वरूपा है।

शिव तथा शक्ति का प्रकाश तथा विमर्श का सम्बन्ध है। शक्ति अथवा विमर्श शुद्ध चेतना में निहित है। इसी शक्ति अथवा विमर्श के कारण ही संसार भिन्न-भिन्न रूपों में दृष्टिगोचर होता है। परम सत्ता ब्रह्म की अनेकरूपता का कारण शक्ति ही है; ईश्वर सृष्टि-शक्ति द्वारा जगत् सृष्टि की रचना, स्थिति-शक्ति द्वारा इसका पालन और संहार-शक्ति द्वारा इसका संहार, विनाश करते हैं।

जैसे अग्नि तथा उसकी दाहिका शक्ति में, कुछ अन्तर नहीं है वैसे ही भगवान् और भगवती अर्थात् शक्ति तथा शक्तिमान् में भी कोई अन्तर नहीं है। शक्ति ईश्वर में निहित है। जैसे अग्नि से उष्णता पृथक् नहीं की जा सकती, वैसे ही सर्वशक्तिमान् ईश्वर से उसकी शक्ति पृथक् नहीं की जा सकती। शक्ति स्वयं ही ब्रह्म है। शिव तथा शक्ति दोनों एक ही हैं। शिव सदैव शक्ति सहित शक्तिमय हैं। वे, शिव-शक्ति, अभिन्नरूप हैं। काली, दुर्गा तथा पार्वती की पूजा शिव की ही पूजा तो है।

प्रकृति, शक्ति तथा आत्मा

जगन्माता ही परम सत्ता ब्रह्म का सृजनात्मक क्रियात्मक रूप है। यही ब्रह्माण्डीय विश्व-शक्ति का प्रतीक रूप है। प्रकृति के सभी भौतिक रूपों का कारण शक्ति ही है। यही आत्मा की सम्पोषक शक्ति है। आत्मा तथा शक्ति अभिन्न हैं। मूलतः वे एक ही हैं।

प्रकृति शक्ति में ही स्थित है। प्रश्नोपनिषद् कहता है, रयि तथा प्राण—प्रकृति तथा शक्ति द्वारा ही सृष्टि की रचना होती है। प्रकृति ईश्वर की आन्तरिक शक्ति का बाह्य रूप ही तो है। जिस शक्ति से विश्व की रचना तथा पालन होता है, वह वैज्ञानिकों की विद्युत् शक्ति या जड़शक्ति नहीं है, किन्तु वह तो ब्रह्म की अविकारी चैतन्य शक्ति है। वस्तुतः यह ब्रह्म की शक्ति न रह कर यह शक्ति ब्रह्म स्वयं ही है।

देवी माता

इस जगत् में यह शक्ति ही हमारी जीवनाधार है। इस जगत् में माता ही अपने सन्तान-बच्चों की समस्त आवश्यकताएँ पूर्ण करती है। बच्चे की देख-भाल, पालन-पोषण, सर्वांगीण विकास का ध्यान माँ को ही करना होता है। ठीक इसी प्रकार जीवन की सभी आवश्यकताएँ तथा जगत् की प्रापंचिक क्रियाएँ और उनके लिए अपेक्षित शक्ति ये सब जगन्माता पर ही निर्भर हैं। मानव-जननी जगज्जननी का ही व्यक्त रूप है। सभी नारियाँ भगवती स्वरूपा ही हैं। अतः सभी नारियों में मातृ-रूप के दर्शन करिए।

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

योगवाशिष्ठ की कथाएँ :

वीतहव्य की कथा

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

वसिष्ठ मुनि बोले—''हे राम! अब मैं तुम्हें एक मार्ग बताऊँगा, जो मोक्ष की ओर अग्रसर करता है। हे वीर राम! इसे पूर्ण ध्यानपूर्वक सुनो। पूर्व-काल में वीतहव्य नामक एक तपस्वी विन्ध्य पहाड़ियों में रहता था। कालान्तर में वह कर्मकाण्डीय क्रियाओं से असन्तुष्ट रहने लगा, जो मनुष्यों को भ्रान्ति में डालती हैं और जो लोगों के रोगों तथा कठिनाइयों का कारण बनी हुई हैं। उसने अग्नि को आहुति देना बन्द कर दिया। वह निर्विकल्प समाधि प्राप्त करना चाहता था। उसने पत्तों और केले के वृक्ष की डालियों से एक झोपड़ी बनायी। उसने मृगचर्म का आसन बिछाया। वह पद्मासन लगा कर बैठ गया और अपने दोनों हाथ एड़ियों पर रखे। उसने नेत्र बन्द कर लिये। धीरे-धीरे मन को बाहरी पदार्थों से खींच कर उसे स्थिर कर लिया और अन्त में अपने हृदय में दृढ़ता से स्थित कर दिया।

''वह अपने मन में इस प्रकार विचार करने लगा कि 'मैंने अपने मन को नियन्त्रित किया; किन्तु फिर प्राण के द्वारा यह विक्षिप्त होने लगा है। वायु द्वारा उड़ाये गये सूखे पत्ते की भाँति यह बह रहा है। यह बाह्य अंगों को इस प्रकार चालित करता है, जैसे रथवान् अपने घोड़ों को हाँकता है और फिर अंगों के द्वारा अपने विभिन्न विषयों की ओर ले जाया जाता है। वह एक विषय से दूसरे विषय की ओर दौड़ता रहता है, जैसे बन्दर एक वृक्ष से दूसरे पर कूदता है। मैं इसे अपने मार्ग से रोकने की चेष्टा करता हूँ, परन्तु यह पदार्थों की ओर ही दौड़ता है। यह उत्कण्ठा और उत्सुकता से उनका अनुसरण करता है। पंच ज्ञानेन्द्रियाँ मानो चित्त के ही द्वार हैं और मैं उनका द्रष्टा मात्र हूँ। मैं मूक साक्षी हूँ।

'' 'हे मेरी दुष्ट और हतभागी इन्द्रियो! तुम क्यों व्यर्थ में अपने को विपत्तियों और मुसीबतों में डालती हो? तुम क्यों इतनी नासमझ हो कि अशान्त हो कर भटकती हो? मैं शुद्ध चैतन्य हूँ। मैंने मन और इन्द्रियों का संसर्ग किया, इस कारण मेरा पतन हुआ। सर्वज्ञ आत्मा नेत्रों और कानों को भली प्रकार जानता है, परन्तु ये इन्द्रियाँ अन्तरात्मा को नहीं जानतीं। ये ब्राह्मण और शूद्र, बिल्लियों और चूहे तथा नेवला-सर्प की भाँति हैं। हे मन! तुम गली के एक कुत्ते की तरह लक्ष्यहीन क्यों भटकते हो? हे विकृत बुद्धि! तुमने अहंकार के कारण इस नाशवान् शरीर को अमर आत्मा समझ रखा है। 'मैं' को शरीर और पदार्थों से संयुक्त मत करो। अहंकार की भ्रान्ति से उत्पन्न पृथकता का नाश करो। हे मन! जिस प्रकार सूर्य उदय होने पर अन्धकार विलीन हो जाता है, इसी प्रकार आत्मिक खोज से तुम तुरन्त विलीन हो जाओगे। हे मन! अब तुमने निश्चय कर लिया है कि सत्य का मार्ग अपना कर आत्मा की खोज करोगे। वर्तमान मार्ग सचमुच प्रशंसनीय है। तुम शीघ्र ही आत्मा के शाश्वत सुख को प्राप्त करोगे।'

''इस खोज के द्वारा वीतहव्य ने दृढ़ता से मन, इन्द्रियों और प्राण पर नियन्त्रण कर लिया। उसने नासिका के अग्र भाग पर दृष्टि स्थिर की। उसकी देह अचल हो गयी। श्वास रुक गया। फिर उसने तीन सौ वर्ष समाधि में ऐसे व्यतीत किये मानो एक क्षण था। सिंहों की दहाड़ का भयंकर शब्द और शिकारियों की चीख-चिल्लाहट भी उसे समाधि से नहीं जगा सकी। उसका शरीर बाढ़ों में आये हुए रेत के ढेर से कन्धों तक दब गया था। समाधि से जागने पर उसे विदित हुआ कि उसका शरीर रेत से दब गया है। प्राण का सुचारु संचालन नहीं था। अतएव शरीर में भी स्फुरण नहीं था। उसने चित्त के भीतर प्रवेश करके पाया कि उसने कैलास पर्वत के ढाल पर एक तपस्वी की भाँति सौ वर्ष व्यतीत कर दिये थे, और फिर सौ वर्ष विद्याधर की भाँति, देवलोक में देवेन्द्र की भाँति पाँच युगों तक रहने के पश्चात् शिव जी का पुत्र गणेश हुआ। दिव्य दृष्टि से वीतहव्य अपने पूर्व-जन्मों की घटनाओं को देख सका। उसे भूत, वर्तमान और भविष्य—तीनों कालों का ज्ञान था।

''वीतहव्य ने अपनी देह को रेत में से निकालना चाहा। वह अपने सूक्ष्म शरीर द्वारा सूर्य के पास गया और पिंगला से कहा कि वह उसके शरीर पर संचित रेत को हटा दे। पिंगला ने बादल के रूप में विन्ध्य की गुफा में प्रवेश किया। बादल ने एक विशाल हाथी का आकार ग्रहण किया। इस हाथी ने मिट्टी और रेत को हटा

दिया। पिंगला अपने मूल स्थान को चली गयी। मुनि के सूक्ष्म शरीर ने उनके शरीर में प्रवेश करके उसे जीवन्त कर दिया। मुनि ने स्नान करके सूर्य की उपासना की। फिर उसने कुछ समय नदी के किनारे पर व्यतीत किया। उसे सांसारिक पदार्थों का कोई आकर्षण नहीं था। उसमें आत्म-संयम, प्रेम, करुणा, शान्ति, दया, सन्तोष, बुद्धिमत्ता और आन्तरिक सुख था।

''वीतहव्य इस प्रकार अपने से कहने लगा—'अब तक मैं अपनी सारी इन्द्रियों को नियन्त्रित करता रहा, अब मैं निर्विकल्प समाधि में प्रवेश करके चट्टान की भाँति अडिग रहूँगा। मैं स्वयं को सुख के सागर अर्थात् पूर्ण चैतन्य में विलीन कर दूँगा। मैं अपनी आत्मा में स्थित हो जाऊँगा। मैं ऐसा हो जाऊँगा मानो कोई प्रगाढ़ निद्रा में हो। संसार के लिए मृतक हो जाऊँगा। मुझे विश्व की कोई चेतना नहीं रहेगी। प्रगाढ़ निद्रा में रहते हुए भी इस संसार में जागृत की भाँति हो जाऊँगा। मुझे अपने स्वरूप की पूर्ण चेतना होगी। मुझमें पूर्ण जागृति रहेगी। मैं तुरीय का आनन्द अनुभव करूँगा, जहाँ विषमता नहीं है। मैं ब्रह्म के एकरूपत्व का अमृत-पान करूँगा।'

''इस प्रकार चिन्तन करके वह ध्यानस्थ हो गया। वह छह दिन और रात समाधि में रहा। उसने आत्मा के शाश्वत सुख को भोगा और जीवन्मुक्त हो गया। उसने जन्म-मृत्यु तथा सुख-दुःख आदि द्वन्द्वों से मुक्ति पा ली।

''अब वह विदेहमुक्ति प्राप्त करना चाहता था। वह एक पर्वत की गुफा में जा कर पद्मासन लगा कर बैठ गया और सोचने लगा—'हे कामनाओ! मैं तुमसे विदाई लेता हूँ। मैंने तुम्हारे द्वारा भौतिक सुख भोगे। अब मैं निष्काम हो गया हूँ और शान्ति-सुख का अनुभव कर रहा हूँ। हे क्रोध! तुमने दुष्टों से रक्षा करने में मेरी सहायता की, अब मैं तुमसे विदा लेता हूँ। अब मुझे चित्त की शान्ति प्राप्त हो गयी है। मुझे तुम्हारी सारी चालाकी विदित हो गयी है। हे विषयानन्द! तुम्हें विदा करता हूँ। असंख्य जन्म-चक्रों में अपने कटु सुखों को भोगने हेतु तुम मुझे प्रलोभन देते रहे। इस विश्व में तुम्हारे साथ मैं पर्याप्त खेल खेल चुका। हे विषय-भोगो! मैं तुम्हें विदा करता हूँ। तुमने दीर्घ काल तक मुझे भ्रम में रखा। अब मैं तुम्हारी पहुँच से ऊपर उठ गया हूँ। तुमने मुझे अपनी सच्चिदानन्द प्रकृति विस्मृत करा दी। हे कष्ट! तू मेरा रक्षक है। तूने मेरे नेत्र खोल दिये। तुम मेरे लिए छिपे वेश में वरदान हो। तुमने आत्मा का शाश्वत सुख प्रकट कर दिया। तुम्हारे बिना मैं जीवन के परम लक्ष्य को प्राप्त करने की चेष्टा कभी नहीं करता। तुमने मुझे आत्मिक खोज, ध्यानाभ्यास एवं समाधि के मार्ग पर अग्रसर कर दिया। हे शरीर, मेरे पुराने एवं घनिष्ठ मित्र! मैं अब तुम्हें त्यागता हूँ। मैं तुम्हारे प्रति समुचित सम्मान अर्पण करता हूँ। यद्यपि तुमने मुझे अत्यधिक यातनाएँ दीं, फिर भी मैंने तुम्हारे सहारे से भव-सागर पार किया है। हे लोभ! मुझे अब सन्तोष मिल गया है। अब मुझे सांसारिक लाभ नहीं चाहिए। मुझे मोक्ष-रूपी परम धन मिल गया है। मुझे सर्वोच्च लाभ प्राप्त हो गया है। मैं तुम्हें विदा करता हूँ। हे आसक्ति एवं काम! अब मुझे अधिक मत सताओ। मैंने वैराग्य और पवित्रता प्राप्त कर ली है। मैं तुम्हें नमस्कार करता हूँ, हे मेरी प्रिय कन्दरा! ध्यानाभ्यास में तुम मेरी सहयोगी रही हो। जब मैं इस कोलाहलपूर्ण विश्व के शोरगुल से पूर्ण थक गया था, तो तुम्हीं मेरा एकमात्र आश्रय थीं। हे मेरी छड़ी! थकान दूर करने के लिए तुम मेरी सर्वश्रेष्ठ मित्र थीं। मेरे वृद्ध शरीर का तुम सहारा थीं। हे मेरे प्रबल प्राणो! अब मैं तुम्हें विदा करता हूँ। अनेक जन्मों तक तुम मेरे साथ रहे। हे मेरे शुभ कर्मो! मैं तुम्हें बारम्बार नमस्कार करता हूँ। तुम्हारी सहायता से ही मैं दुष्कर्म करने से बचा रहा और शीघ्रता से मोक्ष प्राप्त कर सका। हे बन्धुओ और मित्रो! मैं तुम सबसे अब विदा लेता हूँ। ईश्वर करे, तुम सब सुखी हो! तुम सबको अन्तिम लक्ष्य प्राप्त हो!'

''उसने धीमे से प्रणव उच्चारण किया, जिसने समस्त ऐन्द्रिक पदार्थों और संकल्पों का निवारण कर दिया। उसने ॐ पर ध्यान लगाया। अन्धकार का लोप हुआ और प्रकाश प्रकट हुआ। उसका हृदय प्रकाशमान् हो गया। फिर वह जाग्रत-सुषुप्ति अवस्था में एक चट्टान की भाँति स्थित हो गया। उसने तुरीयावस्था प्राप्त कर ली। वह पूर्ण चैतन्य हो गया, पूर्ण सत् हो गया। उसने नास्तिकों के शून्य, ब्रह्मवादियों के परब्रह्म, सांख्य के पुरुष, योगियों के ईश, शैवों के शिव, कालवादियों के काल तथा माध्यमिकों के मध्यम की स्थिति प्राप्त कर ली।

''वह 'वह' हो गया जो सन्तों के द्वारा जाना जाता है, जो सबमें व्यापक है, जो सारी ज्योतियों को ज्योति देता है, जो एक और अनेक है, जो समस्त शास्त्रों का उपसंहार है, जो विश्व का आश्रय और आधार है। वह बीस हजार वर्ष तक उस उच्च स्थिति में रहा, प्रसन्नतापूर्वक विश्व-भर में भ्रमण करता रहा। अन्त में ज्योतियों की ज्योति में विलीन हो गया और विदेहमुक्ति प्राप्त कर ली।'' ***(अनुवादिका : स्वामी विष्णुशरणानन्द सरस्वती)***

पुरन्दरदास

ज्योति-सन्तानो!

नमस्कार! ॐ नमो नारायणाय!

पुरन्दरदास का जन्म १४८४ ई. एक समृद्ध ब्राह्मण परिवार में हुआ था। कृष्ण-भक्त होने के पूर्व उनको श्रीनिवास नायक के नाम से अभिहित किया जाता था। उन्होंने सरस्वती बाई से विवाह किया जो एक धर्म-परायणा तथा समृद्ध महिला थीं। संगीत के प्रति पुरन्दरदास का अनुराग उत्कट था और इस कला में वह निष्णात थे। वह विलासपूर्ण जीवन व्यतीत करते थे। व्यवसाय से वह जौहरी तथा साहूकार थे। उनकी विपुल सम्पदा के कारण उन्हें 'नव कोटि नारायण' कहा जाता था।

समृद्ध होते हुए भी श्रीनिवास नायक महाकृपण थे। परोपकार में उनका एक पैसा भी खर्च नहीं होता था। संन्यासियों, ब्राह्मणों तथा निर्धन लोगों को वह कभी भी भोजन नहीं कराते थे। नायक की धर्म-निष्ठ तथा ईश्वरभीरू पत्नी सरस्वती अपने पति के भौतिकवादी तथा अधार्मिक स्वभाव के कारण मन-ही-मन अत्यन्त दुःखी रहती थी।

एक ब्राह्मण अपने पुत्र का यज्ञोपवीत-संस्कार कराना चाहता था। एक दिन पुरन्दरदास के घर जा कर उसने कुछ धन की याचना की। श्रीनिवास द्वारा अपमानित एवं तिरस्कृत होने पर वह निर्धन ब्राह्मण चुपके से उनकी पत्नी के पास गया और उससे प्रार्थना की।

सरस्वती ने कहा कि उसकी अपनी सम्पत्ति के नाम पर उसके पास कुछ भी नहीं है। किन्तु उस वृद्ध ब्राह्मण ने उससे कहा कि वह अपनी नाक में हीरे की जो नथ पहने हुई है, उसे उसके माता-पिता ने दिया था और उसे वह अपने इच्छानुसार उसे दे सकती है। इस पर सरस्वती ने उस ब्राह्मण को वह नथ प्रसन्नतापूर्वक दे दी।

ब्राह्मण ने उस नथ को श्रीनिवास नायक के पास गिरवी रख कर ऋण की याचना की। नायक ने तत्काल समझ लिया कि वह नथ उनकी पत्नी की है। वह नायक की दुकान से उनसे यह कह कर चला गया कि वह अपने धन के लिए उनके पास शीघ्र ही आयेगा।

नायक उस नथ को अपनी लोहे की तिजोरी में रख कर शीघ्र ही अपने घर पहुँचे जहाँ उन्होंने सरस्वती से वह नथ ले आने को कहा। किंकर्तव्यविमूढ़ सरस्वती ने सोचा कि अब उसका पति उसे कठोरतापूर्वक प्रताड़ित करेगा; अत: उसने विष-पान कर आत्महत्या करने का निश्चय कर लिया। वह विष-पान करने ही वाली थी कि उसे विष-पात्र में किसी वस्तु के गिरने का आभास हो गया। विष-पात्र से उस वस्तु को निकाल कर उसने आश्चर्य-चकित हो कर देखा कि वह उसकी वही नथ थी जिसे उसने उस वृद्ध ब्राह्मण को दान-स्वरूप दिया था। उसने ईश्वर की इस महती कृपा के लिए उसे धन्यवाद देते हुए उस नथ को अपने पति के समक्ष रख दिया।

नथ को देख कर नायक स्तब्ध रह गये। वह तत्काल ही अपनी दुकान पर गये; किन्तु उन्हें उस लोहे की तिजोरी में वह नथ नहीं मिली। उन्होंने अपनी पत्नी को इस नथ से सम्बन्धित सारा वृत्तान्त बताने का आदेश दिया। सरस्वती ने सारी घटना का आद्योपान्त वर्णन कर दिया। अब नायक को इस सत्य की स्पष्ट अनुभूति हो गयी कि वह वृद्ध ब्राह्मण जो दुकान से जाने के बाद फिर कभी नहीं लौटा, ईश्वर के अतिरिक्त अन्य कोई न था जो वहाँ उसके परीक्षण-प्रशिक्षण के लिए आया था। इस घटना से उनका स्वभाव पूर्णत: परिवर्तित हो गया। धन के प्रति उनकी आत्यन्तिक आसक्ति समाप्त हो गयी और वैराग्य की भावना से उनका हृदय पूरित हो उठा। अपनी सारी सम्पत्ति को परोपकार में दे कर उन्होंने गृह-त्याग कर दिया। वह तुंगभद्रा नदी के तट पर स्थित कर्नाटक की राजधानी विजयनगर चले गये।

उन दिनों कर्नाटक के अधिपति कृष्णदेव राज थे जिनकी ख्याति सुदूर-विस्तृत थी। उस समय व्यासराजा साम्राज्य के संरक्षक सन्त थे जो एक महान् कृतविद्य एवं रहस्यवादी थे। नायक उनके शिष्य हो गये। उन्होंने अपने जीवन के शेष चालीस वर्ष अपने गीतों के माध्यम से इस धरती पर भक्ति के प्रचार-प्रसार में व्यतीत किये। १५६४ ई. में अस्सी वर्ष की आयु में विजयनगर में उनका देहान्त हुआ।

पुरन्दरदास को नारद ऋषि का अवतार माना जाता है। संगीत की कर्नाटक शैली के वे जनक थे। राग-ताल का उन्हें विशद ज्ञान था। कर्नाटक साहित्य को उनका योगदान अप्रतिम तथा उनकी साहित्यिक शैली अत्यन्त उत्कृष्ट है।

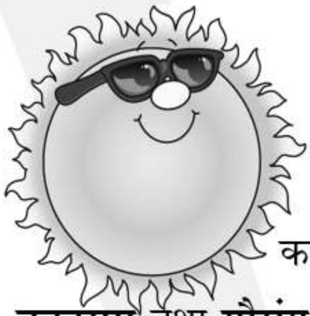
भाषा पर अधिकार, अभिव्यक्ति का सौन्दर्य, कवि-सुलभ प्रतिभा तथा प्राचीन संस्कृत ग्रन्थों का विशद ज्ञान—पुरन्दरदास में ये सभी गुण विद्यमान थे। इसके अतिरिक्त जहाँ तक स्वर-संगीत तथा लयबद्धता का सम्बन्ध है, उन्हें संगीत का युक्तियुक्त ज्ञान था। सार्थक भावों से समन्वित लयबद्ध गति को नाट्य कहते हैं। वह इस कला में भी दक्ष थे; किन्तु उनकी सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण उपलब्धि तो यह थी कि वह स्वयं को अपरोक्षानुभूति से कृतकृत्य कर चुके थे।

पुरन्दरदास सन्तों की एक ऐसी पंक्ति को दीक्षित कर गये जो अपने आध्यात्मिक सन्देश से कर्नाटक को शताब्दियों तक लाभान्वित करती रही। पुरन्दरदास ईश्वर को लक्ष्मीपति मानते थे। उन्होंने अपनी सारी सम्पत्ति ईश्वर के चरणों पर अर्पित कर दी। अपनी भौतिक सम्पदा के परित्याग के पश्चात् उन्हें आध्यात्मिक सम्पदा की सम्प्राप्ति हो गयी। यह आध्यात्मिक कोष एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को प्राप्त होता रहा और इसमें ह्रास न हो कर वृद्धि ही होती गयी।

स्वामी शिवानन्द

नीचे दिये गये वाक्यों में खाली स्थानों पर सही शब्द भरें:-

१. पुरन्दरदास को ------------के नाम से अभिहित किया जाता था।
२. उनकी विपुल सम्पदा के कारण, उन्हें ----------------कहा जाता था।
३. समृद्ध होते हुए भी श्रीनिवास नायक ------------थे।
४. सरस्वती ने उस ब्राह्मण को वह ---------प्रसन्नतापूर्वक दे दी।
५. उसने ईश्वर की इस -----------के लिए उन्हें धन्यवाद दिया।
६. नायक को इस सत्य की स्पष्ट अनुभूति हो गयी कि ईश्वर उसके ------------के लिए आया था।
७. ---------की भावना से उनका हृदय पूरित हो उठा।
८. पुरन्दरदास को ----------का अवतार माना जाता है।
९. भौतिक सम्पदा के परित्याग के पश्चात् उन्हें -------------की सम्प्राप्ति हो गयी।



विशुद्ध प्रेम का विकास कीजिए

प्रेम **ईश्वर** के राज्य, **सत्य** तथा **शान्ति** एवं सुख के **अक्षय धाम** का साक्षात् **मार्ग** है। यह सृष्टि का **जीवन्त सिद्धान्त** है। यही **मीरा, तुकाराम** तथा **गौरांग महाप्रभु** में निहित शक्ति थी।

अतः शुद्ध एवं **निःस्वार्थ** प्रेम का **विकास** करें। **शुद्ध प्रेम** एक **अनमोल** वस्तु है। इसका अर्जन शनैः-शनैः कीजिए। द्वेष, मन की संकीर्णता आदि सब दुर्गुण दूर हो जायेंगे। प्रेम मन को पूर्ण शुद्ध बनाता है।

सब प्रकार के गलत विश्वासों, दुर्बलताओं, अन्धविश्वासों, गलत धारणाओं तथा व्यर्थ विचारों का परित्याग कीजिए। प्रेम में **निवास** कीजिए। **दिव्य जीवन** पर **श्रद्धा** जमाइए। ईश्वर में निवास करने के लिए **उत्सुकतापूर्वक** सतत **प्रयास** कीजिए। आप **परमानन्द** का **उपभोग** करेंगे।

स्वामी शिवानन्द

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

प्र	ई	गौ	शु	नि	मी	प	दि	उ	जी	तु	उ	नि	प्र	म
उ	श्व	रां	उ	प	भो	ग	गौ	त्सु	व	का	प	अ	क्ष	य
तु	र	सि	त्सु	र	द्धा	म	रां	व	मी	रा	भो	न	का	स
शु	श्र	द्धा	क	मा	न	न्द	ग	न	धा	म	दि	मो	द्धा	न्त
जी	व	न्त	ता	शु	द्ध	प्रे	म	मी	नि	त्सु	व्य	ल	रा	म
वि	का	स	पू	या	स	शु	हा	न्ति	वा	रा	जी	मी	का	स
उ	प	त्य	र्व	का	स्वा	र्थ	प्र	या	स	शु	व	निः	स्वा	र्थ
ई	श्व	वा	क	रा	भो	क्ष	भु	प	र	मा	न	न्द	शा	रा
धा	मी	स	न	म	ग	य	म	न	रा	र्ग	भु	र	न्ति	न

उच्च विचारों के नियम

जैसा सोचोगे, वैसा बनोगे। आपके विचार जैसे होंगे, वैसा आपका जीवन होगा। अपने विचारों को उन्नत बनाओ। उन्नत विचारों से उन्नत कार्य निष्पन्न होते हैं।

केवल सांसारिक विषयों का चिन्तन करना दुःखमय है। वह विचार-मात्र ही बन्धनकारक होता है। शुद्ध विचार विद्युत्-शक्ति से भी अधिक शक्तिशाली शक्ति है।

जो मन ऐन्द्रिय विषयों से आकृष्ट होता है, वह बन्धन का कारण बनता है और जो उनसे अलिप्त रहता है, वह मुक्ति का कारण बनता है। मन लुटेरा है। इस लुटेरे मन का ही अन्त करो। इससे तुम सदा सुखी और प्रसन्न रहोगे। मन को जीतने के इस प्रयत्न में अपनी सारी शक्ति लगा दो। यही सच्चा पुरुषार्थ है।

स्वामी शिवानन्द

उत्तर :- (१) श्रीनिवास नायक (२) नव कोटि नारायण
(३) महाकृपण (४) नथ (५) महती कृपा
(६) परीक्षण-प्रशिक्षण (७) वैराग्य (८) नारद ऋषि
(९) आध्यात्मिक सम्पदा

मुख्यालय आश्रम में अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन सप्ताह

कलौ कल्मषचित्तानां पापद्रव्योपजीविनाम् ।
विधिक्रियाविहीनानां गतिर्गोविन्दकीर्तनम्।।

कलियुग में, जहाँ मानव के मन अशुद्ध हैं, जीविका के साधन पापमय हैं तथा जहाँ आध्यात्मिक नीतिवचनों के अनुसार जीवन जीना अत्यन्त कठिन है, वहाँ मोक्ष प्राप्ति का एकमात्र साधन प्रभु के पावन नाम का गान—नामसंकीर्तन ही है।

३ दिसम्बर २०१८, भजन हॉल में आयोजित 'अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन यज्ञ' की 'प्लेटिनम जुबली' का शुभ अवसर है। प्लेटिनम जुबली महोत्सव के मंगलाचरण के रूप में डिवाइन लाइफ सोसायटी करवाडी शाखा (आन्ध्र प्रदेश) के ८४ सदस्यों ने श्री साई बाबू और श्रीमती गीताजी के साथ भजन हॉल में सात दिनों तक अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया।

हारमोनियम, मृदंग एवं मंजीरा सहित उनका श्रद्धा-भक्ति और भावपूर्ण संकीर्तन ११ मई २०१८ को प्रातः ९ बजे प्रारम्भ हो कर १८ मई २०१८ को समाप्त हुआ। मण्डली के सदस्यों ने दक्षिण भारत के कलेन्डर के अनुसार १० मई, श्री हनुमान जयन्ती के दिन श्री दिव्य नाम मन्दिर में १०८ बार श्री हनुमान चालीसा का पारायण किया। परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने उन सभी को सम्मानित किया।

सर्वशक्तिमान् भगवान् तथा सद्गुरुदेव के आशीर्वाद सभी पर हों।

◆ ◆ ◆

मुख्यालय आश्रम में 'जसवन्त मॉडर्न सीनियर सैकेन्डरी स्कूल, देहरादून' के विद्यार्थियों का आगमन

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की प्रेरणा एवं आशीर्वाद से श्रीमती कैलाशवती खोसला माताजी ने अपने पति श्री जसवन्त राय खोसला की पावन स्मृति में १५ नवम्बर १९४९ में 'जसवन्त मॉडर्न सीनियर सैकेन्डरी स्कूल' की देहरादून में स्थापना की थी। परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज इसके संस्थापक अध्यक्ष थे। श्री गुरुदेव का मूल सन्देश 'भले बनो, भला करो' विद्यालय के प्रतीक रूप में सुशोभित है और विद्यालय का यही दर्शन एवं सिद्धान्त भी है।

१२ मई २०१८ को कैलाशवती माताजी की दौहित्री एवं विद्यालय की वर्तमान प्रधानाध्यापिका सुश्री मीनाक्षी गंडोत्रा अपने साथ २० विद्यार्थियों और अध्यापकों को ले कर सद्गुरुदेव को श्रद्धा समर्पित करने एवं आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए गुरुदेव के पावनधाम में आयीं। छात्र-छात्राओं को आश्रम के पावन मन्दिरों के दर्शनार्थ ले जाया गया। रात्रि सत्संग में उन्होंने सद्गुरुदेव के समाधि हॉल में भजन-कीर्तन का अत्यन्त सुन्दर कार्यक्रम प्रस्तुत किया। उस मधुर एवं मनोहर गायन ने सभी के हृदय आनन्द से भर दिये। परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी

अद्वैतानन्द जी महाराज ने उन्हें प्रेरणाप्रद सन्देशों एवं उपहार-बैग तथा विशेष प्रसाद से आशीर्वादित किया।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव की अपार कृपावृष्टि उन सभी पर हो। ♦ ♦ ♦

मुख्यालय आश्रम में मधुमेह रोगियों की दृष्टिपटल-चिकित्सा का शिविर

मुख्यालय आश्रम के शिवानन्द धर्मार्थ चिकित्सालय के माध्यम से समाज के निर्धन वर्ग के रोगियों की चिकित्सा सम्बन्धी आवश्यकताओं की पूर्ति की जाती रही है। उनमें बहुत से मधुमेह के रोगी भी हैं जो अपनी चिकित्सा एवं औषधियों के लिए नियमित रूप से आते हैं। उनमें से अधिकांश लोग इस तथ्य से अनभिज्ञ हैं कि मधुमेह रोग उनके दृष्टिपटल को भी प्रभावित करता है। ऐसे रोगियों के लिए शिवानन्द धर्मार्थ चिकित्सालय में १५ से १७ मई २०१८ तक, ऋषिकेश के

''इन्स्टीट्यूट ऑफ ऑल इन्डिया मेडिकल साइन्सिज (एम्स) के प्रेमपूर्ण सहयोग से 'मधुमेह रोगियों की दृष्टिपटल-चिकित्सा' सम्बन्धी एक तीन दिवसीय शिविर आयोजित किया गया।

एम्स, ऋषिकेश के चिकित्सकों एवं प्रविधिज्ञों (तकनीशियन) की मण्डली द्वारा यह शिविर संचालित किया गया। भलीभाँति परीक्षण के उपरान्त मधुमेह के दृष्टिपटल के अल्प-प्रभावित रोगियों को इससे सम्बन्धित उचित जानकारी एवं परामर्श दिया गया तथा सामान्य एवं अधिक रोग ग्रस्तों के आगे की चिकित्सा हेतु एम्स में जाने के निर्देश दिये गये। मधुमेह के दृष्टिपटल रोग के अतिरिक्त 'अपवर्तक-दोष', सबलवाय (ग्लूकोमा), मोतियाबिन्दु के रोग भी पाये गये। उन सभी को आवश्यक चिकित्सा अथवा आगामी निर्देशन दे दिये गये।

आश्रम चिकित्सालय में चिकित्सा के लिए नियमित रूप से आने वाले मधुमेह के रोगियों के लिए यह शिविर सचमुच वरदान सिद्ध हुआ। इससे उन्हें आँखों के परीक्षण का सुअवसर तो प्राप्त हुआ ही, साथ ही दृष्टिपटल की समस्याओं का सही समय पर निदान हो गया, जिससे कि उचित चिकित्सा प्राप्त करवायी जा सके। इस शिविर से सामान्य जनता को भी मधुमेह रोग के सम्बन्ध में जागरूकता, जानकारी एवं कैसे इसका प्रबन्धन किया जा सकता है, इस सबके विषय में ज्ञात हुआ। कुल मिला कर २२० रोगी इस शिविर से लाभान्वित हुए।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा एवं सद्गुरुदेव की कृपा सब पर हो।

◆ ◆ ◆

भावनगर, गुजरात में 'स्वामी श्री चिदानन्द सत्संग भवन' का उद्घाटन समारोह

डिवाइन लाइफ सोसायटी की भावनगर शाखा द्वारा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की पावन स्मृति में एक सत्संग हॉल का निर्माण करने की योजना बनायी गयी थी। पहली मंजिल पर आधुनिक सुविधाओं से सम्पन्न ३००० वर्ग फुट के विशाल सत्संग हॉल तथा दूसरी मंजिल पर कमरों और बड़े हॉल सहित 'स्वामी श्री चिदानन्द सत्संग भवन' का निर्माण अभी हाल ही में पूर्ण हुआ है।

३० अप्रैल २०१८ को परम पावन बुद्धपूर्णिमा के शुभदिवस पर, परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के, सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के पावनधाम ऋषिकेश में आगमन के ७५ वर्ष पूर्ण होने के शुभ अवसर पर 'स्वामी श्री चिदानन्द सत्संग भवन' का उद्घाटन किया गया। भावनगर शाखा के भक्तों के प्रेमपूर्ण अनुरोध पर परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज इस भवन का उद्घाटन करने के लिए भावनगर गये।

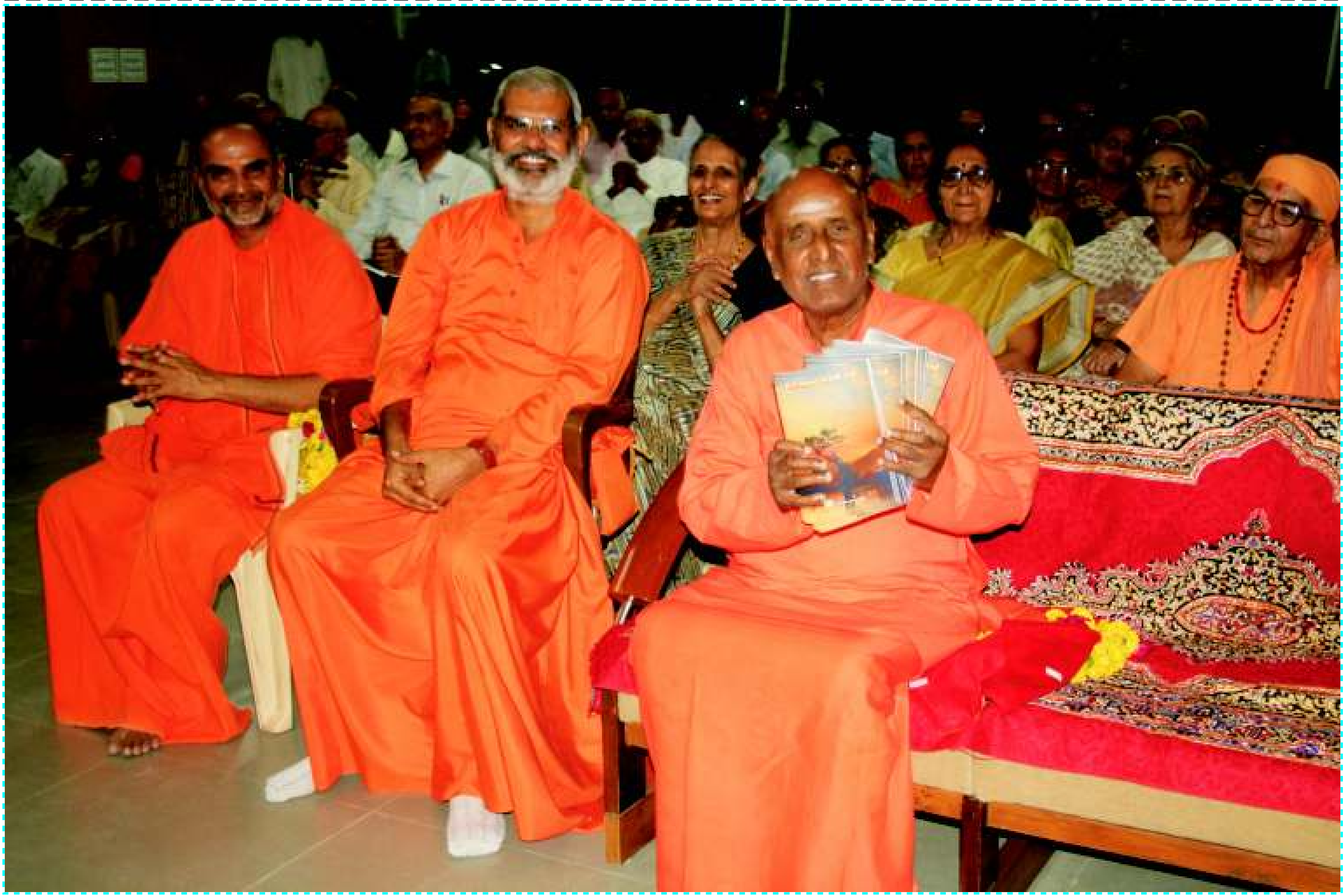
समारोह के मंगलाचरण के रूप में २९ अप्रैल की सन्ध्या में एक सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया गया था जिसमें संस्कार भारती, भावनगर के सदस्यों तथा ॐ शिव संस्था की मण्डलियों द्वारा भजनों की प्रस्तुति दी गयी तथा सुश्री धारा वनेरा द्वारा अति सुन्दर भरत नाट्यम् प्रस्तुत किया गया। शाखा से सम्बद्ध लड़कियों की एक स्काउट मण्डली द्वारा प्रस्तुत किये गये एक गुजराती लोकनृत्य ने उपस्थित श्रोताओं के हृदय आह्लादित कर दिये। परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी ने कलाकारों को आशीर्वचन देते हुए बताया कि संगीत एवं नृत्य भक्ति योग के अभिन्न अंग हैं।

बुद्धपूर्णिमा के पावन दिवस पर श्री स्वामी जी महाराज ने मन्त्रोच्चारण के मध्य दीप प्रज्वलित करते हुए पट्टिका अनावृत्त करके 'स्वामी श्री चिदानन्द सत्संग भवन' का उद्घाटन किया। अपने उद्घाटन-भाषण में श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि सत्संग मन की मलिनता को दूर करके उसे दिव्यज्ञान एवं प्रकाश को ग्रहण करने और अभिव्यक्त करने में सक्षम बनाता है। श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी, श्री स्वामी श्रीधरानन्द जी, मुख्यालय आश्रम से, श्री स्वामी गोपालानन्द जी डी एल एस सुरेन्द्रनगर से, श्री स्वामी निराकारानन्द जी, महामण्डलेश्वर श्री स्वामी

स्वरूपानन्द जी (सिहोर), श्री स्वामी निजस्वरूपानन्द जी, श्री स्वामी सन्तोषानन्द जी, स्वामिनी कमला माता जी, श्री स्वामी नित्य निष्ठानन्द जी, ब्रह्मकुमारी पूर्णिमा दीदी और ब्रह्मकुमारी तृप्तिबेन उद्घाटन कार्यक्रम में सम्मिलित हुए।

नवनिर्मित भवन में सायंकाल में सत्संग किया गया जिसमें सुविख्यात वक्ताओं ने उपस्थित श्रोताओं को प्रेरणाप्रद आशीर्वचन दिये। श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचनों में गुरुदेव और ग्रन्थों की शिक्षाओं के आधार पर सबको अपने निज आनन्द स्वरूप में निवास करने की प्रेरणा दी।

भावनगर शाखा के अध्यक्ष श्री स्वामी त्यागवैराग्यानन्द जी ने संक्षिप्त रूप से योजना के विकास का इतिहास तथा इस परियोजना से सम्बन्धित भावी योजनाओं का वर्णन किया। श्री स्वामी जी महाराज ने समस्त दान-दाताओं और इस परियोजना में रत सभी महानुभावों द्वारा दिये गये प्रेम पूर्ण सहयोग के लिए हार्दिक आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर सभी को सम्मानित किया गया।



गुजरात की विभिन्न शाखाओं से आये हुए सभी भक्त अत्यन्त प्रसन्न थे, विशेष रूप से 'स्वामी श्री चिदानन्द सत्संग भवन' में आयोजित प्रथम उद्घाटन सत्संग में सम्मिलित होने का सौभाग्य प्राप्त करके। १ से ३ मई तक श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी द्वारा यहाँ एक योग शिविर भी संचालित किया गया।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा, सद्गुरुदेव तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के आशीर्वाद सभी पर हों।

◆ ◆ ◆

८८ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का समापन समारोह

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की दिव्य कृपा से ८८ वाँ बेसिक योग-वेदान्त कोर्स २९ अप्रैल २०१८ को समाप्त हुआ। परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने अपनी पावन उपस्थिति से समापन कार्यक्रम की शोभा-वृद्धि की।

प्रारम्भिक प्रार्थनाओं तथा कोर्स की रिपोर्ट-प्रस्तुति के उपरान्त कुछ विद्यार्थियों ने कोर्स के सम्बन्ध में अपने अनुभव और भाव व्यक्त किये। फिर विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र एवं ज्ञान प्रसाद दिया गया तथा प्राध्यापक वर्ग को सम्मानित किया गया।

परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने अपने विदाई-सन्देश में छात्रों को सद्गुरुदेव की दिव्य शिक्षाओं को अपने दैनिक जीवन में उतारते हुए आध्यात्मिक पथ पर अबाध अग्रसर होने की प्रेरणा दी। माँ सरस्वती की पूजा एवं प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा एवं सद्गुरुदेव की अपार कृपावृष्टि सभी पर हो।

♦ ♦ ♦

८९ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का उद्घाटन कार्यक्रम

८९ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का उद्घाटन ४ मई २०१८ को वाई वी एफ ए हॉल में किया गया। भारत के विभिन्न स्थानों से कुल ३९ तथा एक साधक नेपाल से इस कोर्स में सम्मिलित होने के लिए आये।

कार्यक्रम का आरम्भ माँ दुर्गा तथा दत्तात्रेय भगवान् के पावन मन्दिरों की पूजा के साथ किया गया। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं के उपरान्त परम पूज्य श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने दीप प्रज्वलित करके कोर्स का उद्घाटन किया। श्री स्वामी जी महाराज ने छात्रों को अपने प्रवचन के माध्यम से सद्गुरुदेव की प्रेरणाप्रद जीवनी एवं शिक्षाओं से अवगत कराया। माँ सरस्वती की पूजा तथा प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा एवं सद्गुरुदेव के आशीर्वाद सभी पर हों।

जाग्रत की वस्तुएँ उसी प्रकार मिथ्या हैं, जिस प्रकार स्वप्न की वस्तुएँ। सारी वस्तुएँ असत्य हैं। साक्षी ही सत्य तथा नित्य है। जीवन जाग्रत-स्वप्न है। जो वस्तु परिवर्तनशील है, वह नित्य तथा सत्य कैसे हो सकती है?

—स्वामी शिवानन्द

'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***

जो मनुष्य दीर्घकाल से, और कई बार तो वर्षों पर्यन्त सड़क के किनारे बिना किसी सहारे और आश्रय के, बिना किसी दूसरे से बातचीत किये, रह रहा हो, जो लोगों की हँसी का पात्र रहा हो, सताया गया, गालियाँ खाते हुए और मार-पीट तक को सहन करते हुए रहता आया हो, ऐसे व्यक्ति को आरम्भ में किसी सामाजिक समूह के साथ दैनिक नियमों में बँध कर रहने में अत्यन्त कठिनाई का सामना करना पड़ता है। बहुत लम्बे समय तक लोगों से सम्पर्क न रहने से वह सामाजिक ताल-मेल खो बैठता है और दूसरे लोगों और जानवरों तक के दुर्व्यवहार के कारण किसी पर भी विश्वास करना भूल जाता है, यहाँ तक कि स्वयं अपने ऊपर भी विश्वास करने का स्तर भी अति निम्न चला जाता है, कभी-कभी तो समाप्त ही हो जाता है। सभी पर सन्देह, सबसे भय के कारण आवाज़ तक कंठ में रुक जाती है, स्वप्न और सत्य का बोध नहीं रहता, मन में भ्रमजाल छा जाता है।

इस अधेड़ावस्था के साधु के साथ भी ऐसा ही हुआ प्रतीत होता है। जब वह अपने अतीत के अति कष्टप्रद समय को पुनः अनुभव करते हुए जीता है—पत्थरों और डण्डों से पीटे जाते हुए, मानो अभी भी उसके साथ ऐसा ही हो रहा हो। शिवानन्द होम में भरती के समय ऐसी ही दशा थी उसकी, समय और स्थान का तालमेल वह खो बैठा था, लोगों को पहचानता नहीं था। उसके पास एकमात्र शस्त्र उसके हाथ और चीखती हुई आवाज़ से जिसका प्रयोग वह पूरी शक्ति से कर रहा था, हाथ और पाँव चलाने में और बलपूर्वक चिल्ला कर अपनी रक्षा करने में कर रहा था। अब तक वह चल पाने में भी असमर्थ हो चुका था और जो उसे स्नानागार तक उठा कर ले जाते थे, उनको आक्रमणकर्ता समझता था, अपने हाथ से वह खा तक नहीं सकता था और खिलाने की चेष्टा करने वालों को वह समझता था कि उसे विष देने का प्रयत्न किया जा रहा है।

जैसे ही धीरे-धीरे अपने आपकी सुध आने लगी, उसे सब-कुछ स्मरण आने लगा, उसने अपने साथियों से हँसी-विनोद करना और अपने सड़क पर बिताये समय की घटनाएँ सुनाना आरम्भ कर दिया। उसे आरम्भ में किये गये अपने व्यवहार की स्मृति भी आ गयी थी और अब यह देख कर अति प्रसन्नता होती थी कि जिन्हें वह पहले मारने का प्रयत्न करता था, उनके हाथों को वह कितने स्नेह और कोमलता से स्पर्श करता था और जिन पर क्रोधित हुआ करता था, उनके कानों में कैसे प्रेमपूर्ण, मधुर शब्दों में बात कहता था, कितनी प्रसन्नता सहित स्नान कराये जाने के लिए मान जाता और कैसे हाथ जोड़ कर प्रसाद और भोजन को लेता था। स्पष्टतया गुरुदेव के दयामय एवं प्रेमपूर्ण आलिंगन ने उसके हृदय के घावों को कोमलता से भर दिया है और उसके पुराने क्रोध एवं कठोरता को पिघला कर समाप्त कर दिया है....

अपने जीवन के प्रत्येक पल में निर्देशन एवं धैर्य के लिए प्रार्थना करते हुए....

''उदय होते दिवस के मौन क्षणों में, आपसे शान्ति, विवेक और शक्ति के लिए प्रार्थना ले कर आया हूँ। आज मैं संसार को प्रेमपूर्ण नेत्रों से देखने, धैर्य और समझबूझ से, विनम्रता और बुद्धिपूर्वक देखने की इच्छा करता हूँ, नाम-रूपों से परे देखना चाहता हूँ, लोगों को जैसी दृष्टि से आप देखते हैं, वैसी दृष्टि से अर्थात् सबमें केवल भला देखना चाहता हूँ।''

(एक प्रातःकालीन प्रार्थना में से—लेखक-अज्ञात)

''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***

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की अर्जेन्टीना की सांस्कृतिक यात्रा

दक्षिण अमरीका के अर्जेन्टीना राष्ट्र के भक्तों के विनम्र अनुरोध एवं आमन्त्रण पर डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय आश्रम के उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज अर्जेन्टीना की सांस्कृतिक यात्रा पर गये। अर्जेन्टीना की सम्माननीया शुचिता जी के नेतृत्व में भक्त डी. एल. एस. मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज से मिले तथा उनकी स्वीकृति हेतु एक लिखित निवेदन प्रस्तुत किया कि वे अर्जेन्टीना के भक्तों को आशीर्वाद एवं मार्गदर्शन प्रदान करने हेतु तथा सान्ता फे में गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की शिक्षाओं के प्रचार के लिए स्थापित 'शिवानन्द स्प्रिचुअल स्टडी सर्कल' के उद्घाटन हेतु परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज को अर्जेन्टीना आमन्त्रित करना चाहते हैं। परम पूज्य परमाध्यक्ष जी महाराज ने इसकी सहर्ष स्वीकृति प्रदान की तथा पूज्य स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज से अर्जेन्टीना की यात्रा हेतु अनुरोध किया। तदनुसार पूज्य स्वामी जी महाराज ९ अप्रैल २०१८ को अर्जेन्टीना यात्रा पर गये। सम्माननीया शुचिता जी एवं सम्माननीया नलिनी जी द्वारा ९ अप्रैल को ब्यूनस ऐयर्स एअरपोर्ट पर श्री स्वामी जी महाराज का स्वागत किया गया। उन्होंने १० अप्रैल को सान्ता फे के लिए प्रस्थान किया। सान्ता फे एअरपोर्ट पर सम्माननीय श्री वाल्टर जी, सम्माननीया सिसेल जी तथा उनकी पुत्री सम्माननीया उमा जी द्वारा श्री स्वामी जी महाराज का हार्दिक स्वागत किया गया।

१३ अप्रैल को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में श्री स्वामी जी महाराज के स्वागतार्थ एक कार्यक्रम रखा गया जिसमें बड़ी संख्या में भक्तवृन्द सम्मिलित हुए। उन्होंने पावन कुम्भ तथा वैदिक मन्त्रोच्चार सहित पारम्परिक रीति से श्री स्वामी जी महाराज का अभिनन्दन किया। उस दिन इन्स्टीट्यूटो डमरु में स्थापित 'शिवानन्द स्प्रिचुअल स्टडी सर्कल' का उद्घाटन समारोह भी था। इस शुभ अवसर के उपलक्ष्य में एक सत्संग आयोजित किया गया था जिसमें सान्ता फे, पराना, याम्बी केम्बेल, पोसादस, ऐलिसा आदि नगरों के अनेक भक्त एकत्रित हुए। श्री स्वामी जी महाराज ने 'शिवानन्द स्प्रिचुअल स्टडी सर्कल' का उद्घाटन किया तथा भक्तों के अनुरोध पर गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज द्वारा प्रतिपादित 'दिव्य जीवन' पर व्याख्यान दिया। व्याख्यान अत्यन्त प्रेरणादायक था, सभी भक्तों ने इसकी सराहना की तथा वे अत्यधिक प्रसन्न थे।

१४ अप्रैल को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में एक विशेष सत्संग आयोजित किया गया। श्री स्वामी जी महाराज सत्संग में सम्मिलित हुए तथा भक्तों की प्रार्थना पर 'जीवन का उद्देश्य' विषय पर प्रवचन दिये। इसके उपरान्त प्रश्नोत्तर सत्र में श्री स्वामी जी ने साधकों के प्रश्नों के उत्तर दिये।

भक्तों के आग्रह पर श्री स्वामी जी महाराज १५ अप्रैल को सम्माननीया उषा जी द्वारा संचालित इन्स्टीट्यूटो गुरुपादा, पराना गये। श्री स्वामी जी के आगमन के उपलक्ष्य में वहाँ एक विशेष सत्संग रखा गया था। भक्तों के अनुरोध पर श्री स्वामी जी ने उन्हें 'भगवान् का सर्वाधिक प्रिय भक्त' विषय पर सम्बोधित किया। भक्तवृन्द द्वारा इस उद्बोधन की अत्यधिक प्रशंसा की गयी। श्री स्वामी जी ने उनके प्रश्नों के उत्तर भी दिये। इससे सभी भक्त अत्यन्त हर्षित हुए, यह सत्संग उन सबके लिए अत्यधिक लाभप्रद था।

१७ अप्रैल को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में पुन: एक सत्संग आयोजित हुआ जिसमें बड़ी संख्या में जिज्ञासु भक्त सम्मिलित हुए। उन्होंने श्री स्वामी जी से 'आत्मा का स्वरूप' विषय पर प्रवचन देने हेतु प्रार्थना की। श्री स्वामी जी महाराज के प्रवचन की भक्तों द्वारा सराहना की गयी।

पराना के इन्स्टीट्यूटो गुरुपादा ने १८ अप्रैल को श्री स्वामी जी महाराज के लिए एक और विशेष सत्संग का आयोजन किया। श्री स्वामी जी सत्संग में सम्मिलित हुए तथा भक्तवृन्द के अनुनय पर 'भगवान् के प्रति समर्पण तथा वैयक्तिक पुरुषार्थ' विषय पर व्याख्यान दिये। भक्तों ने अत्यन्त उत्सुकतापूर्वक श्रवण किया एवं प्रसन्न हुए। श्री स्वामी जी महाराज ने उनके प्रश्नों के उत्तर भी दिये।

२१ अप्रैल को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में आयोजित विशेष सत्संग में विशाल संख्या में सच्चे जिज्ञासु साधक एकत्रित हुए। श्री स्वामी जी महाराज ने सत्संग में भाग लिया तथा 'मन का समत्व कैसे बनाये रखें' विषय पर भक्तों को सम्बोधित किया। श्री स्वामी जी ने उनके प्रश्नों के उत्तर भी दिये। वे सब अत्यधिक लाभान्वित हुए, अत: अत्यन्त हर्षित थे।

पराना के इन्स्टीट्यूटो गुरुपादा के भक्तों ने २२ अप्रैल को आयोजित सत्संग में सम्मिलित होने की श्री स्वामी जी से प्रार्थना की। श्री स्वामी जी महाराज ने सत्संग में भाग लिया तथा भक्तों के अनुरोध पर 'भगवान् राम एवं उनके आदर्श' विषय पर उद्बोधन दिया। श्री स्वामी जी ने उनके प्रश्नों का समाधान भी किया। यह अत्यन्त प्रेरणादायक था तथा भक्तों ने इसके लिए अत्यन्त हर्ष अभिव्यक्त किया।

२४ अप्रैल को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में एक विशेष सत्संग रखा गया। भक्तों के अनुनय पर श्री स्वामी जी ने उनके प्रश्नों के उत्तर दिये। श्री स्वामी जी महाराज ने महान् भक्त मीरा बाई के प्रेरणादायक जीवन चरित का भी संक्षिप्त वर्णन किया। इसके उपरान्त मीरा बाई के कुछ भजन एवं प्रार्थनाएँ भी गायी गयीं। इससे वहाँ एकत्रित भक्तसमुदाय को अत्यन्त आनन्द प्राप्त हुआ।

पराना के इन्स्टीट्यूटो गुरुपादा ने २५ अप्रैल को स्वामी जी महाराज के लिए अन्तिम सत्संग का आयोजन किया। भक्तवृन्द अत्यधिक उत्साहपूर्वक इस सत्संग में सम्मिलित हुए। उन्होंने श्री स्वामी जी से 'भगवान् कृष्ण एवं उनकी शिक्षाएँ' विषय पर प्रवचन हेतु विनती की। इस प्रवचन को अत्यन्त भावपूर्वक सुना गया तथा भक्तजन बहुत प्रसन्न हुए। उन्होंने श्री स्वामी जी महाराज को हार्दिक स्नेहपूर्ण विदाई दी।

श्री स्वामी जी के आगमन के उपलक्ष्य में सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में २८ अप्रैल से १ मई तक एक गहन कार्यक्रम आयोजित किया गया। उनके अनुरोध पर श्री स्वामी जी महाराज ने चारों दिन 'आध्यात्मिक जीवन का अभ्यास' विषय पर व्याख्यान दिये। इस कार्यक्रम में सच्चे आध्यात्मिक जिज्ञासु एवं भक्त सम्मिलित हुए तथा उन्होंने स्वयं को अत्यन्त लाभान्वित अनुभव किया।

परम श्रद्धेय गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के शिष्य परम पूज्य श्री स्वामी विष्णुदेवानन्द जी महाराज द्वारा ब्यूनस ऐअर्स में स्थापित द इन्टरनेशनल शिवानन्द योगा सेन्टर ने आकांक्षा अभिव्यक्त की थी कि श्री स्वामी जी महाराज अपनी अर्जेन्टीना यात्रा के दौरान उनके सेन्टर पर भी पधारे। श्री स्वामी जी ने उनकी प्रार्थना एवं आमन्त्रण को स्वीकार किया तथा सान्ता फे में अपने प्रवास के समय २ मई को उनके सेन्टर गये। ब्यूनस ऐअर्स एअरपोर्ट पर सेन्टर के संचालक पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज तथा श्री रघुवीर जी द्वारा श्री स्वामी जी महाराज का हार्दिक स्वागत किया गया। उस दिन श्री स्वामी जी ने सायंकाल में आयोजित विशेष सत्संग में भाग लिया तथा श्री गुरुदेव के 'समन्वय योग' पर प्रवचन दिया।

३ मई को योगा सेन्टर द्वारा 'रेडियो मन्त्र एफ. एम.' पर एक घण्टे का साक्षात्कार (Interview) रखा गया। इस रेडियो पर सेन्टर का यह नियमित कार्यक्रम है तथा प्रत्येक सप्ताह वे इस प्रकार आध्यात्मिक कार्यक्रम आयोजित करते हैं। रेडियो मन्त्र एफ. एम. आध्यात्मिक तथा अन्य उच्च स्तरीय कार्यक्रमों के प्रति पूर्णतया समर्पित है। श्रद्धेय श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज द्वारा ही श्री स्वामी जी महाराज का साक्षात्कार लिया गया तथा इसका सीधा प्रसारण भी किया गया। यह आध्यात्मिक विषय पर आधारित था तथा श्री स्वामी जी महाराज ने उनके समस्त प्रश्नों के उत्तर दिये। विभिन्न देशों में इस कार्यक्रम को सुन रहे श्रोताओं ने भी कुछ प्रश्न पूछे। श्री स्वामी जी महाराज ने उन विद्वान् श्रोताओं के प्रश्नों के भी उत्तर दिये जो आध्यात्मिक जिज्ञासु थे।

उस दिन श्री स्वामी जी महाराज ने योगा सेन्टर द्वारा आयोजित एक सम्मेलन में भी भाग लिया तथा 'आत्मसाक्षात्कार हेतु आन्तरिक शान्ति' विषय पर व्याख्यान दिया। श्री स्वामी जी ने प्रतिभागियों द्वारा पूछे गये प्रश्नों के उत्तर भी दिये। इन्टरनेशनल शिवानन्द योगा सेन्टर द्वारा आयोजित सभी कार्यक्रम बहुत अच्छे थे। श्री स्वामी जी महाराज ने इन कार्यक्रमों के लिए, स्नेहपूर्ण आतिथ्य के लिए तथा उनके प्रवास को सुखद एवं लाभप्रद बनाने के लिए श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज एवं उनके सहयोगियों के प्रति हार्दिक कृतज्ञता अभिव्यक्त की।

५ मई को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु में अन्तिम सत्संग आयोजित हुआ। इसमें श्री स्वामी जी ने गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की शिक्षाओं तथा अन्य सामान्य आध्यात्मिक विषयों पर वक्तव्य दिया। श्री स्वामी जी ने भक्तों के प्रश्नों के उत्तर भी दिये। इसके पश्चात् कुछ भजन गाये गये। भक्त एवं साधकवृन्द ने अत्यन्त श्रद्धा, प्रेम एवं भावपूर्वक श्री स्वामी जी को हार्दिक विदाई दी। समस्त कार्यक्रमों से उन्हें अत्यन्त हर्ष एवं आनन्द की अनुभूति हुई। श्री स्वामी जी महाराज ने भी उनकी सहृदयता तथा सद्भावना के प्रति हार्दिक आभार प्रकट किया। सभी कार्यक्रम सुनियोजित रूप से संचालित हुए थे तथा आध्यात्मिक जिज्ञासुओं की उत्साहपूर्ण प्रतिभागिता प्रशंसनीय थी। ये सभी कार्यक्रम अत्यन्त सन्तोषप्रद, लाभप्रद एवं प्रेरणाप्रद थे। श्री स्वामी जी महाराज ने सभी भक्तों को अपनी शुभकामनाएँ दीं।

श्री स्वामी जी महाराज ने २० अप्रैल को सान्ता फे के इन्स्टीट्यूटो डमरु तथा शिवानन्द स्प्रिचुअल स्टडी सेन्टर के कुछ समर्पित भक्तों से अलग से भेंट की। उन सबको श्री स्वामी जी का सत्संग प्राप्त हुआ। वे सच्चे आध्यात्मिक जिज्ञासु थे, उन्होंने श्री स्वामी जी से आध्यात्मिक विषयों से सम्बन्धित अनेक प्रश्न पूछे। श्री स्वामी जी ने उनके सभी प्रश्नों के उत्तर दिये जिससे वे अत्यन्त प्रसन्न हुए। उनके लिए ८ मई को आयोजित एक विशेष सत्संग में वे सब पुन: स्वामी जी से मिले। इस सत्संग में विविध आध्यात्मिक विषयों पर चर्चा हुई। उन्होंने पुन: अनेक प्रश्न पूछे जिनके श्री स्वामी जी महाराज ने उत्तर दिये। ये अत्यन्त लाभदायक, प्रेरणादायक एवं उन्नयनकारी सत्संग थे।

अर्जेन्टीना के सान्ता फे, आरोयो लेयेस, एमीलिया, गाल्वेज, याम्बी केम्बेल, पराना (एन्ट्रे रियोस स्टेट), पोसादस (देश के उत्तर में मिसिअनस स्टेट) तथा सान्तो टोम नगरों के एवं इटली और मेक्सिको देशों के भक्तों एवं आध्यात्मिक जिज्ञासुओं ने श्री स्वामी जी महाराज के सत्संगों में उत्साहपूर्वक भाग लिया।

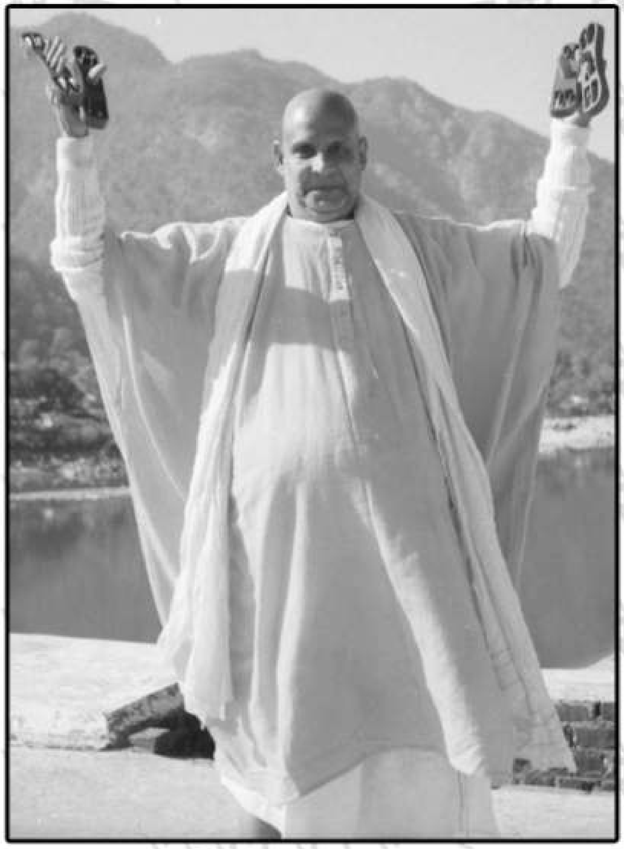
अर्जेन्टीना के कार्यक्रम अत्यधिक सुनियोजित रूप से संचालित किये गये। प्रारम्भ से अन्त तक सब कुछ सम्माननीया शुचिता जी द्वारा ही योजनाबद्ध किया गया था। सम्माननीय सान्ड्रा जी एवं सम्माननीया सिसेल जी के सहयोग से सम्पूर्ण यात्रा-व्यवस्था भी शुचिता जी द्वारा की गयी। श्री स्वामी जी महाराज का आवास सम्बन्धी प्रबन्ध सम्माननीया नलिनी जी तथा सम्माननीय सान्ड्रा द्वारा किया गया। अर्जेन्टीना के विभिन्न भागों में आयोजित कार्यक्रमों में भाग लेने हेतु श्री स्वामी जी के वाहन-चालन की सेवा श्री बाल्टासार जी एवं श्री वाल्टर जी ने की। श्री स्वामी जी महाराज के प्रवास सम्बन्धी विभिन्न पहलुओं पर श्री बाल्टासार जी, श्री नलिनी जी, श्री मंगला जी, श्री सिसेल जी एवं श्री वाल्टर जी ने विशेष ध्यान दिया तथा उनके प्रवास को अत्यन्त सुखद बनाने हेतु सहयोग दिया। सम्पूर्ण प्रवास के दौरान श्री स्वामी जी के लिए भोजन बनाने की सेवा शुचिता जी द्वारा की गयी तथा इस सेवा में उन्हें नलिनी जी, सिसेल जी, वाल्टर जी, बाल्टासार जी, मंगला जी तथा अन्य भक्तों ने सहयोग प्रदान किया। इस प्रकार सम्पूर्ण व्यवस्था श्रेष्ठ एवं सुनियोजित रूप से की गयी। यह शुचिता जी के नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में भक्तों के आपसी सहयोग एवं सद्भावना से ही सम्भव हो सका। सभी श्री स्वामी जी महाराज के प्रति अत्यन्त श्रद्धा रखते थे तथा सबने अत्यधिक प्रेम एवं भावपूर्वक, सम्पूर्ण हृदय से अपनी सेवाएँ अर्पित कीं। श्री स्वामी जी महाराज उनकी सहृदयता, स्नेहपूर्ण व्यवहार एवं सेवा की अत्यधिक सराहना करते हैं तथा सबके प्रति अपना हार्दिक आभार व्यक्त करते हैं।

इस प्रकार अर्जेन्टीना यात्रा श्रेष्ठ रूप में सम्पन्न हुई, भक्तों एवं आध्यात्मिक जिज्ञासुओं के लिए यह अत्यन्त लाभप्रद, प्रेरणाप्रद एवं उन्नयनकारक थी तथा इसने सभी प्रतिभागियों को अत्यधिक आनन्द प्रदान किया।

श्री स्वामी जी महाराज ने ९ मई को सान्ता फे से प्रस्थान किया। सान्ता फे एअरपोर्ट पर श्री वाल्टर जी, सिसेल जी एवं उनकी पुत्री उमा ने श्री स्वामी जी को विदाई दी। ब्यूनस ऐअर्स एअरपोर्ट से श्री स्वामी जी ने भारत के लिए प्रस्थान किया, यहाँ श्री शुचिता जी एवं श्री सान्ड्रा जी ने श्री स्वामी जी को भावपूर्वक विदाई दी। श्री स्वामी जी महाराज १२ मई को दिल्ली पहुँचे।

* * *

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे



उद्धव गीता

कलेर्दोषनिधे राजन्नस्ति ह्येको महान् गुणः।
कीर्तनादेव कृष्णस्य मुक्तसङ्गः परं व्रजेत्।।

हे परीक्षित! यद्यपि कलियुग दोषों का भण्डार है परन्तु इसमें एक महान् गुण भी है। इस युग में भगवान् श्री कृष्ण की लीलाओं एवं नाम के स्मरण-कीर्तन मात्र से मनुष्य समस्त आसक्तियों से मुक्त होकर परम तत्त्व को प्राप्त कर लेता है।

३ दिसम्बर २०१८ तथा ३१ दिसम्बर २०१८, भजन हॉल में आयोजित 'अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन यज्ञ' एवं 'श्री विश्वनाथ मन्दिर प्रतिष्ठा दिवस' की प्लेटीनम जुबली के शुभ अवसर हैं। इन पावन दिवसों के उपलक्ष्य में मुख्यालय आश्रम ने विभिन्न कार्यक्रम आयोजित करने का निर्णय लिया है।

प्लेटीनम जुबली उत्सव के एक कार्यक्रम के रूप में दिनांक २७ से ३० सितम्बर २०१८ तक स्वामी शिवानन्द सत्संग भवन में 'उद्धव गीता' पर प्रवचन आयोजित किये जायेंगे। श्री वृन्दावन धाम के राधावल्लभ सम्प्रदाय के श्रद्धेय श्री हित अम्बरीश जी महाराज अपराह्न ३ से सायं ६ बजे तक उद्धव गीता के अमृतोपदेश पर अपने उद्बोधन से भक्तवृन्द को लाभान्वित करेंगे।

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे

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

पावन गुरुपूर्णिमा महोत्सव द डिवाइन लाइफ सोसायटी के मुख्यालय 'शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर' में २७ जुलाई २०१८ को आयोजित किया जायेगा। गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज का ५५ वाँ पुण्यतिथि आराधना महोत्सव ५ अगस्त २०१८ को आयोजित किया जायेगा।

उक्त दो पावन महोत्सवों के बीच की अवधि में साधना–सप्ताह नामक एक आध्यात्मिक सम्मेलन का आयोजन किया जायेगा। २८ जुलाई से ३ अगस्त तक लगातार सात दिनों तक चलने वाले इस सम्मेलन में प्रतिदिन कार्यक्रम आयोजित किये जायेंगे।

उपर्युक्त कार्यक्रमों में भाग लेने के इच्छुक भक्तों से निवेदन है कि वे अपना पूरा डाक–पता और अपने साथ आने वाले व्यक्तियों की संख्या आदि से सम्बन्धित पूर्ण विवरण हमें पत्र द्वारा ३० जून २०१८ तक पहुँचा दें।

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

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

महोत्सव के समय अधिक संख्या में आने वाले भक्तों के लिए आश्रम में आवासीय स्थान की कमी पड़ जाने के कारण हमें निकट के आश्रमों में स्थान प्राप्त करना होता है। आशा है अतिथि जन इन कठिनाइयों को सहन करते हुए इस व्यवस्था को प्रेमपूर्वक अपना लेंगे। भक्त साधकों से विनम्र प्रार्थना है कि इस कार्यक्रम से एक या दो दिन पहले ही आयें तथा कार्यक्रम की समाप्ति के बाद भी एक या दो दिन से अधिक ठहरने का समय न बढ़ायें।

हम सबको गुरुदेव की कृपा प्राप्त हो!

शिवानन्दनगर

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

१ मई २०१८

महत्त्वपूर्ण सूचना

योग-वेदान्त अरण्य अकादमी (द डिवाइन लाइफ सोसायटी)

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

प्रवेश-सम्बन्धी सूचना

लगभग दो माह **१६-०८-२०१८ से १४-१०-२०१८** तक के **९० 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) <u>अँगरेजी भाषा में धाराप्रवाह वार्तालाप करने की क्षमता होनी चाहिए; क्योंकि शिक्षण का माध्यम अँगरेजी भाषा है।</u>
   (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 **१५-०७-२०१८** 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
मई, २०१८

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

<u>नोट</u>— (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।

महत्त्वपूर्ण सूचना

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिनिधियों के लिए द्वि–साप्ताहिक आवासीय कोर्स

दो सप्ताह **(४–७–२०१८ से १८–७–२०१८ तक)** के चतुर्थ आवासीय पाठ्यक्रम के लिए दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिनिधियों से आवेदन–पत्र आमन्त्रित किये जाते हैं। यह कोर्स दिव्य जीवन संघ मुख्यालय, शिवानन्दनगर–२४९१९२ (ऋषिकेश), उत्तराखण्ड की योग–वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी द्वारा आयोजित किया जायेगा।

पाठ्यक्रम से सम्बन्धित विस्तृत विवरण इस प्रकार है :

१. यह पाठ्यक्रम भारत की दिव्य जीवन संघ की किसी भी पंजीकृत शाखा द्वारा समर्थन प्राप्त सदस्यों (पुरुषों) के लिए ही प्रारम्भ किया जा रहा है। दिव्य जीवन संघ मुख्यालय की योग–वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी के कुल–सचिव द्वारा चयनित प्रार्थियों को ही प्रशिक्षण दिया जायेगा।

२. आयु–वर्ग—२० से ६० वर्ष के बीच।

३. योग्यताएँ—

(क) प्रत्याशी दिव्य जीवन संघ का सदस्य हो तथा उसे दिव्य जीवन संघ की किसी भी भारतीय शाखा द्वारा समर्थन प्राप्त हो। स्नातक उपाधिधारी, आध्यात्मिक रुचि तथा सेवापरायण व्यक्ति को वरीयता दी जायेगी।

(ख) वह अँगरेजी भाषा तथा अन्य कोई भी एक प्रान्तीय भाषा में धाराप्रवाह बोलने की क्षमता से सम्पन्न होना चाहिए।

(ग) स्वास्थ्य अच्छा होना चाहिए।

४. पाठ्य–विषय तथा पाठ्यक्रम–विवरण—

आसन–प्राणायाम और ध्यान, कर्मयोग, प्रात: और सायं कालीन सत्संग–प्रार्थनाएँ, वेदपाठ, श्रीमद्भगवद्गीता का चयनित अध्ययन, नीति और आचारपरक साधना पर व्यावहारिक संकेत और श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के दर्शन के मूल सिद्धान्त।

५. आवास, भोजन और प्रशिक्षण नि:शुल्क है। शुद्ध सात्त्विक शाकाहारी भोजन (प्रात: कालीन नाश्ता और दोनों समय का भोजन) उपलब्ध कराया जायेगा। धूम्रपान, मदिरापान अथवा अन्य किसी भी प्रकार के मादक पदार्थ के सेवन का पूर्णतया निषेध है।

६. जो विद्यार्थी इस पाठ्यक्रम के लिए प्रवेश प्राप्त करके प्रशिक्षण पूर्ण करेंगे, वे इस शिक्षा को अपने जीवन में उतारने, इसका प्रचार–प्रसार करने तथा दिव्य जीवन संघ की शाखा में सेवा करने के लिए वचनबद्ध रहेंगे।

७. विद्यार्थी द्वारा भरे गये तथा शाखा द्वारा अनुमोदन प्राप्त किये गये आवेदन–पत्र योग–वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी के कुल–सचिव के पास **१५–६–२०१८** से पूर्व तक पहुँच जाने चाहिए।

८. आवेदन–पत्रों को दिव्य जीवन संघ की शाखाओं को ही भेजा जायेगा और उन्हीं के द्वारा स्वीकार किये गये प्रत्याशियों के आवेदन–पत्र ही स्वीकृत किये जायेंगे।

शाखाएँ आवेदन–पत्र तथा विवरण–पत्र के लिए सम्पर्क करें :

कुल–सचिव (रजिस्ट्रार)
योग–वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी
द डिवाइन लाइफ सोसायटी
पत्रालय : शिवानन्दनगर–२४९ १९२
जिला : टिहरी–गढ़वाल, उत्तराखण्ड
फोन : ०१३५–२४३३५४१

शिवानन्दनगर
जनवरी, २०१८

टिप्पणी :

१. केवल चयनित विद्यार्थी ही आ सकता है। उसके साथ परिवार के अन्य किसी व्यक्ति अथवा सम्बन्धी को ठहरने नहीं दिया जायेगा।

२. भाग ४ में वर्णित पाठ्यक्रम के विषय और विवरण में आवश्यकतानुसार बिना किसी पूर्व–सूचना के 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

आंकोली (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग तथा बाल-सत्संग, गुरुवार को पादुका पूजा एवं चल सत्संग यथावत् चलते रहे। संक्रांति को श्री हनुमान चालीसा पाठ किया गया। २४ मार्च को श्री रामनवमी अभिषेक-अर्चना सहित मनायी गयी।

बंलागीर (ओडिशा): दैनिक पादुका पूजा, योग-कक्षाएँ, सायंकालीन सत्संग, प्रत्येक गुरुवार और शनिवार को साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। २५ मार्च को श्री रामनवमी मनायी गयी तथा एकादशी को श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ एवं भजन-कीर्तन किया गया। चिदानन्द स्वास्थ्य केन्द्र के माध्यम से १७९ निर्धन रोगियों को नि:शुल्क चिकित्सा सेवा तथा औषधियाँ उपलब्ध करायी गयीं।

बंगलूरु (कर्नाटक): गुरुवार को पादुका पूजा, स्वाध्याय, श्री गुरु गीता एवं श्रीमद्भगवद्गीता पाठ सहित साप्ताहिक सत्संग, माह के तीसरे रविवार को अखण्ड महामृत्युञ्जय मन्त्र जप तथा दूसरे एवं चौथे रविवार को भजन गायन, श्रीमद्भगवद्गीता एवं उपनिषद् पाठ हेतु प्रशिक्षण कक्षाएँ आयोजित की गयी। २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज की जयन्ती भजन-कीर्तन तथा स्वामी जी महाराज के जीवन और शिक्षाओं पर प्रवचनों तथा वीडीओ द्वारा उनके दर्शन, आरती एवं प्रसाद वितरण सहित मनायी गयी।

बरबिल (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग तथा प्रत्येक सोमवार को चल सत्संग किये गये। शिवानन्द धर्मार्थ डिस्पेंसरी द्वारा नि:शुल्क होमियोपैथी चिकित्सा सेवा पूर्ववत् चलती रही। २४ मार्च को साधना दिवस आयोजित किया गया।

भुवनेश्वर (ओडिशा): दैनिक पादुका पूजा, प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, मंगलवार को योग कक्षा एवं भजन सन्ध्या, २४ को श्री रामनाम जप तथा श्रीमद्भागवत पारायण यथावत् चलते रहे। १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती एवं २० अप्रैल को श्री शंकराचार्य जयन्ती मनायी गयी। माह के अन्तिम रविवार को साधना दिवस आयोजित किया गया।

चाँदपुर (ओडिशा): प्रत्येक गुरुवार को पादुका पूजा, शनिवार को साप्ताहिक सत्संग और माह की ८ एवं २४ तारीख को चल सत्संग यथावत् चलते रहे। १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी। १०, १४, २६ तथा २९ को श्री हनुमान चालीसा पाठ किया गया।

छत्रपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा तथा प्रत्येक गुरुवार को सत्संग नियमित रूप से किये जाते रहे। गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के मासिक जयन्ती दिवस ८ एवं २४ को पादुका पूजा और अर्चना की गयी। श्री रामनवमी २४ मार्च से १ अप्रैल तक श्री रामचरितमानस पारायण सहित मनायी गयी।

चंडीगढ़ (यू.टी.): दैनिक योग कक्षा, प्रत्येक रविवार को भजन, स्वाध्याय, 'ॐ नमो नारायणाय' मन्त्र जप तथा नारायण सेवा सहित सत्संग, मासिक पत्रिका का प्रकाशन, रोगियों की नि:शुल्क चिकित्सा आदि गतिविधियाँ नियमित रूप से चलती रहीं। चिदानन्द दिवस अर्थात् माह की २४ को १२ घण्टे का अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया।

जमशेदपुर (झारखण्ड): शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग किये जाते रहे तथा प्रत्येक रविवार को अन्त्योदय बस्ती के निर्धन बालकों के लिए नि:शुल्क चित्रकारी एवं योग कक्षाएँ आयोजित की जाती रहीं। बालकों को पेन्सिल एवं लेखन-पुस्तिकाएँ तथा कुष्ठ रोगियों को अल्पाहार वितरित किया गया। २५ मार्च को श्री रामनवमी श्री हनुमान चालीसा पाठ सहित मनायी गयी।

जयपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा तथा गुरुवार एवं रविवार को साप्ताहिक सत्संग यथावत् चलते रहे। गुरुदेव श्री

स्वामी शिवानन्द जी महाराज का मासिक जयन्ती दिवस पादुका पूजा एवं हवन सहित मनाया गया। २५ मार्च को श्री रामनवमी अर्चना, हवन तथा श्री रामचरितमानस पारायण सहित मनायी गयी। ४ एवं ११ मार्च को श्रीमद्भगवद्गीता ज्ञान यज्ञ आयोजित किये गये। कोरापुट जिले की धर्मार्थ होमियोपैथी डिस्पेंसरी द्वारा ३०० रोगियों को नि:शुल्क चिकित्सा सेवा उपलब्ध करायी गयी।

कबिसूर्यनगर (ओडिशा): दैनिक अन्नदान तथा गुरुवार एवं रविवार को साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। शाखा द्वारा श्री हनुमान चालीसा एवं तत्त्व-बोध पर कक्षाएँ आयोजित की गयीं। १४ अप्रैल संक्रांति को श्री हनुमान चालीसा पाठ किया गया।

काकिनाडा (आन्ध्र प्रदेश): प्रत्येक बुधवार, शुक्रवार और रविवार को ध्यान, भजन, पारायण और प्रवचन सहित सत्संग तथा रविवार को विद्यार्थियों के लिए किशोर भारती एवं निर्धनों के लिए नारायण सेवा के कार्यक्रम नियमित रूप से चलते रहे। २६ मार्च को श्री रामनवमी के उपलक्ष्य में श्री सीतारामकल्याणम् सम्पन्न हुआ।

कानपुर (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा प्रतिदिन महामृत्युञ्जय मन्त्र एवं श्रीदुर्गासप्तशती पाठ नियमित रूप से चलता रहा। ६, ७, २८ एवं २९ अप्रैल को श्री रामचरितमानस पाठ किया गया। २९ अप्रैल को एक भक्त के आवास पर मासिक सत्संग भी आयोजित किया गया।

खातिगुडा (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग तथा एकादशी को श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ पूर्ववत् चलते रहे। १ अप्रैल को जप, स्वाध्याय तथा पादुका पूजा सहित साधना दिवस आयोजित किया गया। १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): प्रात:काल पुरुषों तथा सायंकाल में महिलाओं के लिए योग कक्षाएँ, प्रत्येक रविवार को ध्यान योग, एकादशी को मातृ-सत्संग, नि:शुल्क साहित्य वितरण तथा जरूरतमन्द रोगियों के लिए श्री स्वामी देवानन्द होमियो औषधालय द्वारा नि:शुल्क चिकित्सा के कार्यक्रम यथावत् चलते रहे।

कोदला (ओडिशा): प्रत्येक गुरुवार को प्रभातफेरी, पादुका पूजा और बाद में नारायण सेवा सहित साप्ताहिक सत्संग तथा प्रत्येक ८ और २४ को चल-सत्संग नियमित चलते रहे। श्री रामनवमी २३ मार्च से ३१ मार्च तक श्री रामचरितमानस पारायण सहित मनायी गयी। ३१ मार्च को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा ८ एवं २९ अप्रैल को लेखराज होम में प्रार्थना, भजन, मन्त्र जप और स्वाध्याय सहित सत्संग हुए।

नारायणपुर-गंजाम (ओडिशा): रविवार को साप्ताहिक सत्संग, गुरुवार को पादुका पूजा के अतिरिक्त, श्री रामनवमी १७ मार्च से २३ मार्च तक श्री रामचरितमानस पारायण सहित मनायी गयी। २२ अप्रैल को जप, ध्यान, पादुका पूजा तथा प्रवचन सहित साधना दिवस आयोजित किया गया।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग, साप्ताहिक सत्संग, प्रत्येक गुरुवार को चल सत्संग, शनिवार को श्री हनुमान चालीसा पाठ एवं सुन्दरकाण्ड पाठ सहित मातृ सत्संग किये जाते रहे। ३ मार्च को महामन्त्र कीर्तन तथा ११ मार्च को विशेष सत्संग किया गया। श्री रामनवमी १८ मार्च से २५ मार्च तक श्री रामचरितमानस पारायण, हवन एवं पूजा सहित मनायी गयी। ३१ मार्च को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

नयागढ़ (ओडिशा): प्रत्येक बुधवार को साप्ताहिक सत्संग तथा रविवार को अन्नदान सेवा पूर्ववत् चलते रहे। ११ मार्च को पादुका पूजा, श्री हनुमान चालीसा पाठ तथा श्रीमद् भगवद्गीता पाठ सहित साधना दिवस मनाया गया। १५ मार्च को सुन्दरकाण्ड पाठ किया गया। ४ एवं १८ मार्च को समीपवर्ती गाँवों में चिकित्सा शिविर आयोजित किये गये। २५ मार्च को श्री रामनवमी 'श्री राम जय राम जय जय राम' मन्त्र जप सहित मनायी गयी।

राजकोट (गुजरात): शाखा द्वारा जनवरी से मार्च माह तक प्रत्येक रविवार को प्रार्थना, श्री गुरुदेव की पुस्तकों से स्वाध्याय, कठोपनिषद् पर वीडियो कार्यक्रम तथा प्रवचन सहित सत्संग नियमित चलते रहे। महाशिवरात्रि तथा श्री रामनवमी को आधे दिन का शिविर आयोजित किया गया। नेत्र, दन्त और होमियोपैथी चिकित्सा इत्यादि के नि:शुल्क शिविर भी आयोजित किये गये। नेत्र शिविर में ९१८ रोगियों का परीक्षण तथा १३० का आपरेशन किया गया। दन्त चिकित्सा शिविर में ३२७ रोगियों का उपचार किया गया। हृदय रोगियों और कैंसर पीड़ितों के आपरेशन एवं औषधियों के लिए ५१,००० रुपये की वित्तीय सहायता दी गयी। नि:शुल्क योग कक्षाएँ, दान सेवा इत्यादि के कार्यक्रम, महिलाओं के लिए नि:शुल्क कक्षाएँ नियमित चलती रहीं।

रायपुर (छत्तीसगढ़): प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग तथा एकादशी को श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ के अतिरिक्त, ३१ मार्च को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

राउरकेला (ओडिशा): दैनिक योग कक्षा, प्रत्येक गुरुवार को पादुका पूजा, अभिषेक-अर्चना सहित साप्ताहिक सत्संग तथा रविवार को चल सत्संग नियमित चलते रहे। 'शिवानन्द होमियोपैथी धर्मार्थ डिस्पेंसरी' द्वारा रोगियों का नि:शुल्क उपचार किया गया। १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती तथा २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज की जयन्ती मनायी गयी। २९ अप्रैल को एक भक्त के आवास पर विशेष सत्संग आयोजित किया गया।

सम्बलपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग, सोमवार को नारायण सेवा, द्वितीय शनिवार को सुन्दरकाण्ड पाठ, ८ और २४ को पादुका पूजा आदि नियमित गतिविधियाँ चलती रहीं। होमियोपैथी डिस्पेंसरी द्वारा रोगियों की औषधियों सहित निःशुल्क सेवा की जाती रही। १४ अप्रैल को श्री हनुमान जयन्ती श्री हनुमान चालीसा पाठ सहित मनायी गयी। २९ अप्रैल को प्रार्थना, पादुका पूजा एवं श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण सहित विशेष सत्संग आयोजित किया गया।

सिरपुर-कागजनगर (तेलंगाना): शाखा द्वारा सोमवार को पूजा और भजन, गुरुवार को पादुका पूजा एवं रविवार को चल-सत्संग नियमित रूप से चलते रहे।

साउथ बलांडा (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग, ८ एवं २४ को पादुका पूजा आदि नियमित गतिविधियाँ चलती रहीं। १४ अप्रैल को विशेष सत्संग तथा २८ अप्रैल को विश्व-शान्ति एवं विश्व-बन्धुत्व हेतु अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन किया गया।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा ११ मार्च को वृद्धाश्रम में भजन-कीर्तन सहित सत्संग आयोजित किया गया।

विशाखपत्तनम् (आन्ध्र प्रदेश): प्रतिदिन योग कक्षाएँ तथा श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण, प्रत्येक सोमवार को विशेष सत्संग यथावत् चलते रहे। ९ अप्रैल को विशेष सत्संग तथा १२ अप्रैल को गणपति, महामृत्युञ्जय एवं नवग्रह हवन का आयोजन किया गया। श्री शंकराचार्य जयन्ती २० से २२ अप्रैल तक 'प्रातःकाल दर्शन स्तोत्र' पर प्रवचन सहित मनायी गयी।

विशाख ग्रामीण शाखा (आन्ध्र प्रदेश): दैनिक योग कक्षा, श्रीमद्भगवद्गीता पाठ, श्रीमद्भागवत पारायण एवं भजन-कीर्तन यथावत् चलते रहे। १ अप्रैल को योगासन-प्राणायाम शिविर, ८ अप्रैल को निःशुल्क चिकित्सा शिविर तथा १५ अप्रैल को विशेष सत्संग आयोजित किया गया।

रायगढ़ (छत्तीसगढ़): फरवरी-मार्च माह में शाखा द्वारा प्रत्येक सोमवार को श्री रामचरितमानस एवं श्रीमद्भगवद्गीता पर व्याख्यान सहित साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे।

घाटपदमुर शाखा, जगदलपुर (छत्तीसगढ़): शाखा के दैनिक प्रातःकालीन एवं सायंकालीन सत्संग, प्रत्येक गुरुवार को पादुका पूजा, शनिवार को श्री हनुमान चालीसा, सुन्दरकाण्ड पाठ तथा रविवार को श्री विष्णुसहस्रनाम पाठ इत्यादि कार्यक्रम

यथावत् चलते रहे। विशेष कार्यक्रमों में १ मार्च को होलिका दहन तथा २ मार्च को 'ॐ नमो नारायणाय' मन्त्र का ३ घण्टे जप किया गया। वसन्त नवरात्रि में अखण्ड दीप, रामायण पाठ, श्री दुर्गासप्तशती पाठ, अर्चना, पूजा, आरती तथा श्री रामनवमी को नौ कन्या पूजन, हवन और भण्डारा किया गया। २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज की जयन्ती ३ घण्टे 'ॐ नमो भगवते शिवानन्दाय' मन्त्र के अखण्ड जप तथा गुरु पादुका पूजा सहित मनायी गयी।

बीकानेर (राजस्थान): अप्रैल माह में दैनिक पूजा, प्रत्येक शनिवार को श्री हनुमान चालीसा एवं सुन्दरकाण्ड पाठ आदि नियमित गतिविधियाँ यथावत् चलती रहीं। विशेष कार्यक्रमों में १८ अप्रैल अक्षय तृतीया के अवसर पर एक भक्त के निवास पर महामन्त्र का २४ घण्टे अखण्ड संकीर्तन किया गया।

राजा पार्क, जयपुर (राजस्थान): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, पारायण, हवन, सत्संग इत्यादि की आध्यात्मिक गतिविधियाँ; ज्ञान-प्रसार, स्वास्थ्य, अन्नदान एवं जल सेवा कार्यक्रम सभी पूर्ववत् नियमित रूप से चलते रहे। १ मार्च को भजन-कीर्तन सहित फागोत्सव मनाया गया तथा होलिका दहन किया गया। १८ से २५ मार्च तक वसन्त नवरात्रि में रामायण पाठ, श्री दुर्गासप्तशती पाठ, श्री हनुमान चालीसा एवं हनुमान अष्टक पाठ, आरती तथा श्री रामनवमी को नौ कन्या पूजन, हवन और भण्डारा किया गया। २६ मार्च से ४ अप्रैल तक महामृत्युञ्जय मन्त्र अनुष्ठान सम्पन्न हुआ। ३१ मार्च को श्री हनुमान जयन्ती सुन्दरकाण्ड पारायण, श्री हनुमान चालीसा एवं हनुमान अष्टक पाठ, आरती तथा प्रसाद वितरण सहित मनायी गयी।

* * *

SPECIAL ARADHANA CONCESSION

From 1st JULY 2018 to 30th SEPTEMBER 2018

DISCOUNT ON PUBLICATIONS (BOOKS ONLY) :

20% ON ORDERS UPTO Rs. 300/-
30% ON ORDERS UPTO Rs. 1000/-
35% ON ORDERS ABOVE Rs. 1000/-

40% Special Discount on the following Pictorial Volumes of Worshipful Gurudev Sri Swami Sivanandaji and Worshipful Sri Swami Chidanandaji

(This offer on the Pictorials is valid till 30th September or till the stocks last)

1.	ES8	Glorious Vision	(A Pictorial Volume)	₹ 650/-
2.	ES4	Gurudev Sivananda	(A Pictorial Volume)	₹ 250/-
3.	EC70	Ultimate Journey	(A Pictorial Volume)	₹ 500/-
4.	EC71	Divine Vision	(A Pictorial Volume)	₹ 300/-

ALL ORDERS TO BE ACCOMPANIED BY 50% ADVANCE
PACKING AND FORWARDING CHARGES EXTRA

—o—

THE DIVINE LIFE SOCIETY, THE SIVANANDA PUBLICATION LEAGUE,
P.O. SHIVANANDANAGAR—249 192, DISTT. TEHRI-GARHWAL, UTTARAKHAND, INDIA
Phone: (91)-0135-2434780, 2430040,
E-mail: bookstore@sivanandaonline.org
For Catalogue and online purchase logon: www.dlsbooks.org

हिन्दी में उपलब्ध पुस्तकों की नवीनतम सूची

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कृत

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

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज कृत

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

अन्य लेखक कृत

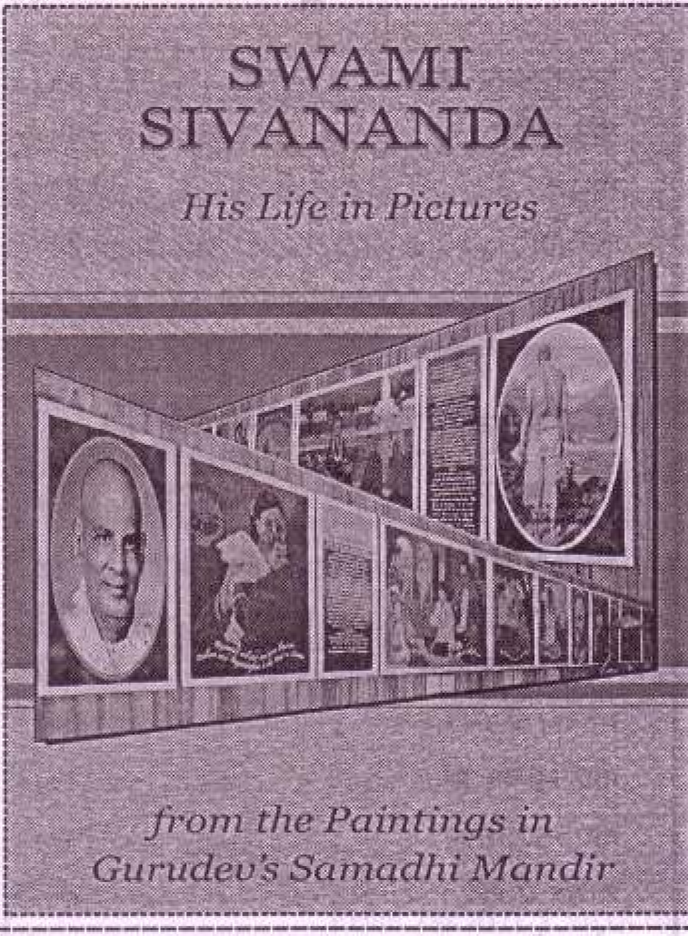
एकादशोपनिषदः (मूल मन्त्राः)	१४०/-
गुरुदेव कुटीर में भजन-कीर्तन	४५/-
चिदानन्दम्	२००/-
जीवन-स्रोत	१५०/-
शारीरकमीमांसादर्शनम्	१५/-
श्रीमद्भगवद्गीता (मूलमात्रम्)	७५/-
सर्वस्नेही हृदय	१००/-

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

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, पत्रालय : शिवानन्दनगर—२४९ १९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत
फोन : ०१३५-२४३४७८०, २४३००४०; E-mail : bookstore@sivanandaonline.org

For online orders and Catalogue : dlsbooks.org

INFORMATION ABOUT BOOKS



NEW RELEASE!

SWAMI SIVANANDA
HIS LIFE IN PICTURES

श्री गुरुदेव के पावन समाधि-मन्दिर की भित्तियों पर प्रदर्शित मनोहारी चित्रों से बनी एक सुन्दर चित्रमय पुस्तक

पृष्ठ : ७२ मूल्य : ₹ ७५/-

BOOKS NOW AVAILABLE

1. What Becomes of the Soul After Death	Swami Sivananda	₹ 150/-
2. Precepts for Practice	Swami Sivananda	125/-
3. Yoga Questions and Answers	Swami Sivananda	95/-
4. विद्यार्थी-जीवन में सफलता	स्वामी शिवानन्द	60/-
5. Passion and Anger	Swami Sivananda	20/-
6. The Bhagavadgita explained	Swami Sivananda	55/-
7. Hindu Gods and Goddesses	Swami Sivananda	100/-
8. The Science of Pranayama	Swami Sivananda	70/-
9. Ten Upanishads	Swami Sivananda	165/-
10. Stories from the Mahabharata	Swami Sivananda	180/-
11. Essence of Vedanta	Swami Sivananda	165/-
12. Practice of Karma Yoga	Swami Sivananda	150/-
13. Practice of Nature Cure	Swami Sivananda	210/-
14. हिन्दूतत्त्व-विवेचन	स्वामी शिवानन्द	160/-
15. सत्संग भजन माला	स्वामी शिवानन्द	155/-
16. Stories From Yoga Vasishtha	Swami Sivananda	110/-
17. Inspiring Stories	Swami Sivananda	170/-
18. Fourteen Lessons on Raja Yoga	Swami Sivananda	55/-
19. Concentration and Meditation	Swami Sivananda	225/-
20. Bliss Divine	Swami Sivananda	415/-
21. Hatha Yoga	Swami Sivananda	120/-
22. Health and Diet	Swami Sivananda	110/-
23. Lectures on Raja Yoga	Swami Chidananda	80/-
24. The Realisation of the Absolute	Swami Krishnananda	125/-
25. Commentary on the Bhagavadgita	Swami Krishnananda	485/-
26. Yoga, Meditation and Japa Sadhana	Swami Krishnananda	30/-

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे

सूचना

मुख्यालय आश्रम में अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन तथा श्री विश्वनाथ मन्दिर प्रतिष्ठा के युग्म अमृत महोत्सव

सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज ने विश्व-शान्ति एवं मानव-कल्याण हेतु ३ दिसम्बर, १९४३ को डिवाइन लाइफ सोसायटी के मुख्यालय शिवानन्द आश्रम के भजन हाल में अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन प्रारम्भ किया था। ३१ दिसम्बर, १९४३ को सद्‌गुरुदेव ने श्री विश्वनाथ मन्दिर में श्री विश्वनाथ भगवान् की प्रतिष्ठा की।

जब से यह दोनों पावन उद्‌घाटन किये गये हैं, तभी से भजन हाल में अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन अबाध रूप से, दिन-रात सतत चल रहा है तथा श्री विश्वनाथ मन्दिर में अभिषेक, अर्चना, प्रार्थना एवं पूजा दिन में तीन बार नियमित रूप से की जाती रही है।

३ दिसम्बर और ३१ दिसम्बर, २०१८ को क्रमशः दोनों पावन उद्‌घाटनों के अमृत महोत्सव (७५ वीं जयन्तियाँ) आ रहे हैं। मुख्यालय आश्रम ने ७५ दिन का सामूहिक अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन २० सितम्बर से ३ दिसम्बर तक तथा अखण्ड पंचाक्षरी मन्त्र का सामूहिक संकीर्तन ४ से ३० दिसम्बर तक, इन पावन अवसरों को यथोचित रूप से मनाने के उद्देश्य से आयोजित करने का निर्णय किया है।

शाखाएँ उन भक्तों को भेज सकती हैं जो इन अखण्ड संकीर्तनों के समय भलीभाँति, सक्रिय रूप से दिव्य नाम गान में भाग ले सकते हों। उनसे अनुरोध है कि हमें पर्याप्त समय पहले ही, भेजे जाने वाले व्यक्तियों की संख्या, नाम, आयु, पहुँचने और ठहरने के समय इत्यादि के सम्बन्ध में सविस्तार सूचित करें, जिससे कि कार्यक्रमों के सफलतापूर्वक संचालन हेतु आवश्यक प्रबन्ध समय से पूर्व किये जा सकें।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/99

Postal-Registration No. TRI/005/2018-20

जून २०१८

LICENSED TO POST WITHOUT PREPAYMENT
(Licence No. WPP No. 02/18-20, Valid upto: 31-12-2020)
Posted at Shivanandanagar, Tehri-Garhwal, Uttarakhand

DATE OF POSTING : 20TH OF EVERY MONTH:
P.O. SHIVANANDANAGAR—249192

वास्तविक धर्म

सही अर्थ में सच्चा आध्यात्मिक जीवन ही धर्म है। धर्म और जीवन कोई दो भिन्न वस्तु नहीं हैं। अँगरेजी का 'रिलीजन' शब्द लैटिन के 'रि' और 'लिगर'—इन दो मूल धातुओं से बना है। 'रि' का अर्थ है 'पुन: वापस' और 'लिगर' का अर्थ है 'बाँधना'; अत: 'रिलीजन' का अर्थ हुआ कि जो मन इस प्रापंचिक विषय–वासना के पीछे भटक रहा है, उसे फिर से वापस आत्मा के साथ बाँधना, मूल–स्रोत या आधार की ओर ले जाना। धर्म के अभाव में वास्तविक जीवन कुछ भी नहीं रहता है। अब हम धर्म के विषय में अधिक विचार न करके उसकी साधना के विषय में विचार करें।

अमर आत्मा में शाश्वत जीवन व्यतीत करने का नाम धर्म है। धर्म पूर्णत्व या साम्यता है। धर्म एकत्व है। धर्म मन और इन्द्रियों के परे है। धर्म आचार–विधियों और कर्मकाण्डों से भिन्न है। धर्म भगवान् के साथ एकरसता का नाम है। दिव्य चेतना या दिव्य ज्ञान की प्राप्ति का नाम धर्म है। अज्ञान, भ्रम, संशय, भय, दु:ख और मोह से मुक्ति ही धर्म है। धर्म–युद्ध कराने और आत्माभ्युदय के साथ श्रेय या मोक्ष की ओर ले जाने वाले प्राचीन धर्मों की स्थापना के लिए आध्यात्मिक क्षेत्र में कुछ कार्य करने की प्रेरणा ही धर्म है।

धर्म वह आस्था या श्रद्धा है जो भगवान् को जानने और उसकी उपासना के लिए प्रेरित करे। वह चर्चा–गोष्ठियों में वाद–विवाद करने का विषय नहीं है। वह तो वास्तविक आत्मा का ज्ञान है, मनुष्य के अन्दर निहित शाश्वत जिज्ञासा की पूर्ति है।

इसलिए धर्म को जीवन का उच्चतम मूल्य मानना चाहिए। अपने जीवन का प्रत्येक क्षण उसी की अनुभूति के लिए होना चाहिए। जिस जीवन में धर्म की साधना नहीं है, वह जीवन जीवन नहीं, वस्तुत: मृत्यु 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