दिव्य जीवन

यही अनुभव करो कि सारा विश्व ईश्वर का ही प्रतिरूप है। 'हरिरेव जगत्, जगदेव हरिः। सर्वं विष्णुमयं जगत्।' नारायण-भाव से सेवा करो। यही सोचो कि सभी प्राणियों में ईश्वर की ही सेवा कर रहे हो।

—*स्वामी शिवानन्द*

१३१ वाँ जन्म दिवस

सितम्बर 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

प्रेम तथा ईश्वर-साक्षात्कार का रहस्य

ईश्वर के नामों में अनन्त शक्ति है। इस परमाणु युग में मनुष्य के ऊपर जिन विपत्तियों का आक्रमण हुआ है, उन सभी का एक ही समाधान है ईश्वर का नाम। परमाणु बम एक नगर को ही नष्ट कर सकता है; परन्तु ईश्वर का नाम समस्त जगत् को विनष्ट कर सकता है। यही ईश्वर के नाम की महिमा है।

एक रहस्यमयी बूटी है, ऐसी बूटी जो मनुष्य को दिव्य बना कर अमर बना देती है। उस बूटी से निर्मित शर्बत ही मधुर तथा स्फूर्तिदायक है। वह है 'हरिनाम-बूटी'।

नाम बहुत ही शक्तिशाली आहार है। नाम आहारों का आहार है। नाम सर्वाधिक सन्तुलित आहार है। नाम का आहार सर्वदा उपलब्ध है। यह सबसे सस्ता, सबसे सुगम तथा सबसे अधिक शक्तिशाली है। इसी नाम ने प्रह्लाद तथा ध्रुव को अमर बना दिया।

—स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन

Vol. XXIX	सितम्बर २०१८	No. 6

उपनिषद्–सुधा बिन्दु

तदेतदिति मन्यन्तेऽनिर्देश्यं परमं सुखम्।
कथं नु तद्विजानीयां किमु भाति विभाति वा।।

(कठोपनिषद् : २/२/१४)

इस (आत्मविज्ञान) को ही विवेकी पुरुष अनिर्वचनीय परम सुख मानते हैं। उसे मैं कैसे जान सकूँगा? क्या यह प्रकाशित होता है अथवा नहीं अर्थात् हमारी बुद्धि का विषय होकर स्पष्ट अनुभव होता है अथवा नहीं?

पूर्व-अंक से आगे :

शिवानन्दस्तोत्ररत्नमाला

सद्‌गुरुनवमणिमाला

(ज्ञानभास्कर महामहोपाध्याय श्री एस. गोपाल शास्त्री)

रोगान् कायिकमानसान् पदजुषां निष्कासयन्नादरात्
मोहान्ध्यं व्यपनीय मानसदृशं यो भासयत्यञ्जसा।
सोऽयं निर्मलसद्यशोमयरथारूढो गुरुक्ष्मापतिः
संसाराम्बुधिनाविको विजयते क्षेमाय लोकस्य हि।।३।।

३. जो भवसागर को पार कराने वाले नाविक हैं, भक्तों के शारीरिक एवं मानसिक कष्टों का करुणापूर्वक निवारण करते हैं, उनके मोहान्धकार का नाश कर मन को ज्ञानालोक से प्रकाशित करते हैं, वे सद्गुरुदेव आज (बहत्तरवें जन्मदिवस पर) निर्मल यश रूपी रथ पर आरूढ़ हो लोककल्याणार्थ विभासित हो रहे हैं।

पूर्वस्मिन् वयसि स्वसिद्धकरुणाप्रेमादिना प्रेरितो
दीनत्राणममोघधर्ममवधार्यान्यूनहृन्निश्चयः।
लोकानन्दकवैद्यशास्त्रजलधेः पारीणतामार्जयन्
आर्तान् पालितवान्महांस्तु मलयाद्वीपान्तरे वासकृत्।।४।।

४. करुणा एवं प्रेम के अपने स्वभावजन्य मौलिक सद्गुणों से प्रेरित होकर तथा 'दीनजनों की सेवा ही सर्वश्रेष्ठ धर्म है' इस दृढ़ निश्चय के पालनार्थ सद्गुरुदेव ने मलाया में एक चिकित्सक के रूप में वास किया एवं सुखप्रदायक चिकित्सा शास्त्र के ज्ञान द्वारा रोगियों की अहर्निश सेवा की।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

(गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के बहत्तरवें जन्मदिवस के उपलक्ष्य में रचित)

जन्मदिवस सन्देश :

आध्यात्मिक जीवन की महिमा

(परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

तेजस्वी साधकवृन्द!

आपको परमानन्द प्राप्त हो। आप आध्यात्मिक धीर-वीर हैं। सदैव आत्मा में निवास करिए। आध्यात्मिक जीवन न तो संसार के भीतर का तथा न ही संसार के बाहर का जीवन है। यह उस परात्पर सत्ता में जीवन है, जो समस्त प्राणियों में परिव्याप्त है, जो भीतर-बाहर स्थित समस्त वस्तुओं-प्राणियों का सर्वोच्च स्वामी है। आध्यात्मिक जीवन संसार में रह कर व्यतीत किया जा सकता है, परन्तु यह संसार से परे है; क्योंकि यह संसार से सम्बन्धित नहीं है। हे मुमुक्षु! इस प्रकार का शाश्वत जीवन, महिमामय जीवन व्यतीत करिए।

आत्मा ब्रह्माण्ड का प्रकाशस्रोत है। इसमें वास करिए। आत्मा है, इसलिए सब अस्तित्ववान है। आत्मा प्रकाशित होता है, इसलिए सब-कुछ प्रकाशमान है। यह मुक्त है, इसलिए सभी मुक्ति की आकांक्षा करते हैं। मोक्ष एवं आनन्द के इस स्रोत को जानिए एवं मुक्त हो जाइए।

इस लक्ष्य की प्राप्ति हेतु प्रयास करिए; इस सर्वोच्च, अर्थपूर्ण उद्देश्य हेतु अपना जीवन समर्पित करिए। परम तत्त्व की प्राप्ति रूपी इस महान् लक्ष्य के समक्ष संसार निरर्थक है; यह दिव्य सत्ता की दीप्ति के समक्ष अन्धकार सदृश है; भगवद्-ज्ञान के सम्मुख यह अज्ञानस्वरूप है। यह वास्तविक जीवन के सम्मुख मृत्यु सदृश है। आत्मा समस्त सत्यों का सत्य है। ज्ञान के इस प्रकाश की सहायता से आगे बढ़िए एवं मुक्त हो जाइए।

शरीर एवं मन के स्तर पर व्यतीत होने वाले जीवन को पूर्णतः अस्वीकार करने के उपरान्त ही आध्यात्मिक जीवन की महिमा का अनुभव होता है। इसलिए स्वयं को पूर्णतः परिवर्तित करिए, अपने सम्पूर्ण व्यक्तित्व को सेवा, भक्ति, ध्यान तथा ज्ञान द्वारा रूपान्तरित करिए। मोह के आवरण का छेदन करिए; ब्रह्माण्ड रूपी नाटक के देदीप्यमान आधार 'ब्रह्म' तत्त्व को जान कर अन्धकारमय माया से परे चले जाइए।

सेवा अहंकार को खण्डित करती है, हृदय को विशाल बनाती है, चेतना का विस्तार करती है, भाव को गहन करती है। प्रेम कठोर व्यक्तित्व को मृदुल बनाता है, मन को द्रवित करता है तथा आपको ईश्वर के सम्मुख ले जाता है। ध्यान आपको शुद्ध करता है, एक महामानव की स्थिति एवं स्वभाव प्रदान करता है तथा उस आन्तरिक ज्ञान को प्रकटित करता है जो एक सांसारिक व्यक्ति को नहीं दिया जाता है और जो बुद्धि से परे है। इस ज्ञान की प्राप्ति की आशा मनुष्य तब तक नहीं कर सकता जब तक वह उस 'अनन्त दिव्य प्रकाश' के प्रति अपने व्यक्तिगत अहंकार को समर्पित न कर दे जिसे आध्यात्मिक दृष्टिविहीन मनुष्य नहीं देख पाते हैं।

इसलिए प्रयास करिए। साधना बोधपूर्वक एवं व्यवस्थित रूप में की जाने वाली आध्यात्मिक गतिविधि है। इन्द्रियों एवं मन पर नियन्त्रण तथा भगवान् की विद्यमानता के प्रति सदैव जागरूक रहना साधना का सार है। सदैव सत्य बोलना, सबको अपना ही स्वरूप मान कर प्रेम करना, पूर्ण विरक्त होना, मनसा–वाचा–कर्मणा पवित्र होना, सन्तुष्ट एवं प्रसन्नचित्त रहना, मोहरहित होना, सदा सजग रहना तथा भगवान् का, आत्मा का निरन्तर स्मरण करना आध्यात्मिक अभ्यास हैं। इन साधना–विधियों का पालन करिए तथा 'सर्वोच्च परिपूर्णता' अर्थात् भगवद्–तत्त्व का साक्षात्कार करिए।

आध्यात्मिक जीवन ही एकमात्र यशस्वी जीवन है। हे धरा के प्राणी! इस महान् सन्देश को मत भूलिए। राष्ट्रों का निर्माण होता है, वर्ग–भेद उत्पन्न होते हैं, युद्ध लड़े जाते हैं। मानवता प्रतियोगिता–प्रतिद्वन्द्विता के लिए उत्सुक है। विभिन्न दल एक–दूसरे से प्रतिस्पर्धा रखते हैं। परन्तु, हे प्रेम के सूत्रधारक! यह संघर्ष परम सत्य के अनुरूप नहीं है। आत्मा की मूलभूत एकता, समस्त जीवन के एकत्व को स्मरण रखिए। एकता एवं शान्तिपूर्ण जीवन में ही आपकी वास्तविक कीर्ति है। एकता का निर्माण करिए। यही यशकारक है। परिवर्तन, क्षय एवं विनाश से युक्त इस आनन्दरहित संसार में, इस भौतिक जगत् में कुछ सार नहीं है। विनाश एवं दुःख से कोई भी प्राणी अस्पर्शित नहीं है। सब–कुछ समाप्त हो जायेगा। कुछ शेष नहीं रहेगा। भगवान् अथवा ब्रह्म एकमात्र वस्तु, एकमात्र सत्ता है जो शाश्वत है। आप इसे किसी भी नाम से पुकार सकते हैं, केवल यही एकमात्र अस्तित्ववान है। भगवान् का आश्रय ग्रहण करिए, उनकी शरण लीजिए, उनका अनुभव कर मुक्त हो जाइए।

आप सब अपनी साधना में विजयी हों तथा कैवल्य मोक्ष प्राप्त करें।

हरि ॐ तत् सत्।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

स्वामी शिवानन्द— आध्यात्मिक जागृति के संवाहक

(परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

उज्ज्वल अमर आत्मन्, परमपिता परमात्मा की सौभाग्यशाली सन्तान!

इस धरा के समस्त प्राणियों का शुभ हो, मंगल हो, सबको शान्ति एवं आनन्द की प्राप्ति हो।

हे सर्वशक्तिमान् प्रभु, करुणा एवं प्रेम के आराध्यदेव! हम सबके मध्य आपकी दिव्य विद्यमानता के लिए हम आपको धन्यवाद देते हैं। इस सायंकालीन सत्संग के उपहार के रूप में आपकी कृपा-वृष्टि हेतु हम आपको

यह व्याख्यान बेरुत में भारी बमबारी एवं युद्ध के समान गम्भीर परिस्थिति के मध्य दिया गया था।

गहन कृतज्ञतापूर्वक नमन करते हैं। सबको अपने हृदय में आपकी उपस्थिति का उसी प्रकार अनुभव हो जैसा कि नासिका में श्वास का अनुभव होता है। हम सब यहाँ आपकी महिमा का गान करने, भक्ति एवं आराधना के माध्यम से आपके निकट आने, प्रार्थना, दिव्यनाम संकीर्तन, ध्यान, प्रवचन तथा भगवद्-चिन्तन के माध्यम से आपके साथ अपने आध्यात्मिक सम्बन्ध एवं सामीप्य का अनुभव करने हेतु एकत्रित हुए हैं। हमारे विचारों को उचित दिशा प्रदान करें, हृदयों को उन्नत करें तथा मनों को ज्ञानालोक से प्रकाशित करें।

इस सत्संग के प्रारम्भ में हम आपसे प्रार्थना करते हैं कि आप इस देश तथा इसके पड़ोसी देश के वासियों को एक आध्यात्मिक जागृति, महान् भगवदीय-विधान की नवीन चेतना तथा इस विधान के अनुरूप विचार एवं कार्य करने की इच्छा से आशीर्वादित करें। आपके दिव्य मार्गदर्शन में वे सभी वैश्विक-बन्धुत्व की भावना को समझें। वे समस्त जीवन की आध्यात्मिक एकता का अनुभव करें तथा उन सबके मन में एकत्व का वास हो। वे शान्ति एवं सद्भावनापूर्वक समस्याओं को सुलझायें तथा धर्म एवं आध्यात्मिकता के विपरीत मार्ग एवं साधनों का परित्याग करें।

हम प्रार्थना करते हैं कि आपकी कृपा एवं करुणा से समझौता-सामंजस्य कराने के इच्छुक व्यक्तियों के प्रयास प्रगतिशील हों तथा अन्ततः एकता एवं सौहार्द की स्थापना के रूप में सफलता को प्राप्त हों। पूर्व में शान्ति हो, पश्चिम में शान्ति हो, उत्तर में शान्ति हो तथा दक्षिण में शान्ति हो। ऊर्ध्व-अधः लोक में, इस विश्व के समस्त राष्ट्रों में शान्ति की स्थापना हो। सम्पूर्ण मानवता शान्ति प्राप्त करे। भीतर एवं बाह्य शान्ति का वास हो।

उज्ज्वल अमर आत्मा! सर्वेश्वर की सुधन्य सन्तान! गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पावन स्मृति के साथ आप सबको प्रणाम। उनकी प्रेरणा एवं आशीर्वाद से ही पश्चिम जगत् में योग के शिक्षण का यह कार्य सम्पन्न हो रहा है। गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज पश्चिम में वेदान्त के उच्च दर्शन के प्रचार तथा सम्पूर्ण विश्व में आत्मोन्नयन के प्राचीन विज्ञान के प्रसार में अग्रगण्य हैं; इस आत्मोन्नयन के विज्ञान का उद्देश्य मानव को भगवदीय अनुभव प्रदान करता है।

योग का परम लक्ष्य भगवद्-साक्षात्कार है, परन्तु इस प्रक्रिया में मानव के उच्च स्वभाव के समस्त पक्षों का भी विकास होता है। इसके माध्यम से समग्र एवं सर्वतोमुखी आत्मोन्नयन होता है। योग क्रमिक अभ्यासों के माध्यम से शरीर, मन, बुद्धि एवं आत्मा में एक सामंजस्यपूर्ण अवस्था की स्थापना करता है। ये अभ्यास शारीरिक स्तर से प्रारम्भ कर प्राणिक स्तर, मानसिक स्तर (विचार, भावनाएँ, कल्पनाएँ) तथा बौद्धिक स्तर (तर्क, विश्लेषण, विवेक) तक किये जाते हैं। इसके पश्चात् धारणा एवं ध्यान का अभ्यास किया जाता है। यह एक क्रमिक ऊर्ध्वारोहण है।

संन्यास से पूर्व गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज मलेशिया एवं सिंगापुर में चिकित्सक के रूप में कार्य कर रहे थे; आत्मा के प्रबल आह्वान पर उन्होंने इस कार्य का त्याग कर दिया तथा भारत लौट आये। उन्होंने ऋषिकेश में प्रार्थना, तपस्या, ध्यान करते हुए एक तपस्वी का जीवन व्यतीत किया। त्याग, वैराग्य, धारणा एवं ध्यान के गहन जीवन से उन्हें प्रबोधन प्राप्त हुआ। उस समय से ही उन्होंने इस ज्ञान रूपी प्रकाश को सबके साथ

बाँटना प्रारम्भ कर दिया। सभी को आध्यात्मिक ज्ञान से लाभान्वित करने, दिव्य ज्ञान का उपहार देने तथा मानवता को ईश्वर का प्रकट रूप जान कर ज्ञानार्पण द्वारा उसकी आराधना करने अर्थात् ज्ञान यज्ञ सम्पन्न करने को ही उन्होंने अपने जीवन का उद्देश्य बना लिया। इस प्रकार उन्होंने सम्पूर्ण विश्व में आध्यात्मिक जागृति लाने हेतु गम्भीरतापूर्वक प्रयास किया।

वे मानवता को इस सत्य के प्रति जाग्रत करना चाहते थे कि मानव धरा के प्राणी मात्र नहीं हैं, वे केवल जैविक प्राणी नहीं हैं। उनमें ऐसा एक तत्त्व है जो अस्थायी एवं परिवर्तनशील नहीं है, अपितु शाश्वत एवं अपरिवर्तनशील है, अनश्वर एवं अविनाशी है। यही आपकी वास्तविकता है, आपकी सच्ची पहचान है। इसलिए जब शरीर का नाश होता है, यह तत्त्व अप्रभावित रहता है; इसी प्रकार जब मन में परिवर्तन घटित होते हैं अर्थात् यह सुखी–दु:खी होता है, आशा अथवा निराशा से पूर्ण होता है तब भी आपका वास्तविक स्वरूप इनसे अस्पर्शित रहता है। आपका वास्तविक स्वरूप अखण्ड आनन्द एवं अखण्ड शान्ति की अजस्र धारा है।

श्री गुरुदेव ने कहा, ''आपकी उपाधियों यथा शरीर, मन एवं बुद्धि में कुछ भी घटित होने से आपका वास्तविक स्वरूप आवृत्त अथवा निष्प्रभावी नहीं होता है। ये उपाधियाँ आपको भौतिक पदार्थों के इस जगत् में रहने हेतु, धरा पर रहते हुए उचित प्रकार से कार्य करने एवं स्वयं को अभिव्यक्त करने हेतु प्रदान की गयी हैं। परमात्मा ने आपको ये परिवर्तनशील उपाधियाँ दी हैं; परन्तु आप इन परिवर्तनशील एवं सीमित शरीर, मन और बुद्धि के मध्य वास करने वाली अपरिवर्तनीय सत्ता हैं। अत: मन की विभिन्न अवस्थाएँ यथा दु:ख, निराशा, चिन्ता, अवसाद, हर्ष आदि आपको प्रभावित नहीं कर सकते हैं। आप उनसे अस्पर्शित रहते हैं। आप प्रकाश, शान्ति एवं आनन्द से परिपूर्ण, अनासक्त साक्षी चैतन्य हैं।'' प्राचीन मनीषियों ने मानव को अपने वास्तविक स्वरूप के प्रति जाग्रत होने की आवश्यकता के विषय में उद्‌बोधित किया; उन्हें केवल शारीरिक एवं मानसिक केन्द्र पर रह कर नहीं अपितु अपने वास्तविक केन्द्र पर रह कर जीवन व्यतीत करने हेतु प्रेरित किया। क्योंकि शारीरिक एवं मानसिक स्तर पर जीवन सीमित जीवन है; यह केवल उस स्तर की अभिव्यक्ति है जो आप वास्तव में नहीं हैं। यह आपके वास्तविक स्वरूप की नहीं, अपितु आपके द्वारा धारण अस्थायी उपाधियों का कार्य है। अत: इस प्रकार आप एक सीमित जीवन व्यतीत कर रहे हैं। आपका जीवन सच्चा जीवन नहीं है क्योंकि इसके माध्यम से आपका 'सत्य' अभिव्यक्त नहीं हो रहा है। यदि आपका सत्य स्वरूप स्वयं को अभिव्यक्त करना प्रारम्भ करे, तो आपका जीवन आत्म–जागृति, आनन्द एवं शुभता की सुगन्ध से परिव्याप्त हो दिव्य जीवन बन जायेगा। इसलिए उन मनीषियों ने कहा, ''हे मानव! जागिए! अपने दिव्यत्व के प्रति जाग्रत होइए! आप शाश्वत आध्यात्मिक सत्ता हैं।'' गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज मानव को उसके उच्चतर स्वरूप, उसकी दिव्यता तथा शाश्वत सत्ता के प्रति जाग्रत करने, उसे मनसा–वाचा–कर्मणा आध्यात्मिक चेतना से पूर्ण जीवन, दिव्य जीवन व्यतीत करने के लिए प्रेरित करने एवं सहायता प्रदान करने हेतु इस धरा पर आये। इस चेतना के साथ जीवन व्यतीत करने से, दिव्य जीवन व्यतीत करने से, मानव धीरे–धीरे अपने दिव्य लक्ष्य 'परिपूर्णता' की ओर प्रगति करता है। तब वह स्वयं को जन्म–मृत्यु, सुख–दु:ख से प्रभावित प्राणी नहीं मानता है अपितु स्वयं का नित्य परिपूर्ण, नित्य मुक्त, आनन्दमय आत्मा के रूप में अनुभव करता है।

श्री गुरुदेव ने वेदान्तिक सत्यों के प्रचार तथा मानवता को आध्यात्मिक जीवन एवं जीवन के उच्चतर लक्ष्य के प्रति जाग्रत करने को अपने जीवन का लक्ष्य बनाया। मात्र जीविकोपार्जन करना एवं खाना, पीना और सोना जीवन नहीं है। आधुनिक मनुष्य को जीवन के आध्यात्मिक उद्देश्य के प्रति जाग्रत करने हेतु गुरुदेव उसके विचारों एवं भावनाओं में उस समय आन्तरिक क्रान्ति लाये जब इसकी अत्यधिक आवश्यकता थी; क्योंकि तत्कालीन मानव-समाज विचारहीन सुखवाद (खाओ, पीओ और प्रसन्न रहो) तथा सिनेमा एवं टेलीविजन के स्वप्निल संसार में पूर्णतः डूब चुका था। श्री गुरुदेव ने कहा, ''नहीं! इससे आप दुःख, कष्ट, दुर्बल स्वास्थ्य एवं भीषण रोगों से ग्रसित होंगे। यह सुख प्राप्त करने का मार्ग नहीं है। आप ऐन्द्रिक वासनाओं के दास बन कर अपना सुख स्वयं नष्ट कर रहे हैं। यह विचारहीन मूर्खता की चरम सीमा है।''

''स्वयं अपने शत्रु मत बनिए; अपने सुख को स्वयं नष्ट मत करिए। अपनी आँखें खोलिए। देखिए आप कहाँ जा रहे हैं। कठोर प्रयास करिए एवं दिव्य प्रकाश की दिशा में मुड़िए। अपने परम कल्याण, सर्वोच्च हित की खोज करिए। अपने वास्तविक सुख एवं आनन्द की प्राप्ति हेतु प्रयास करिए।'' इस प्रकार उन्होंने प्रकाश, दिव्य आदर्श एवं दिव्य जीवन की ओर अभिमुख होने तथा तुच्छ ऐन्द्रिक सुखों के पीछे भागने की मूर्खता का त्याग करने और मानव-जीवन के इस बहुमूल्य उपहार को व्यर्थ नहीं गँवाने हेतु प्रबल आह्वान किया।

आदर्शवाद के प्रेरक-प्रशिक्षक होने के साथ-साथ श्री गुरुदेव व्यावहारिक भी थे। उन्होंने केवल जागृति एवं प्रेरणा देने का कार्य नहीं किया अपितु आध्यात्मिक पथ पर क्रमिक रूप से आगे बढ़ने एवं लक्ष्य प्राप्त करने सम्बन्धी व्यावहारिक निर्देश भी दिये। इस प्रकार वे एक अद्वितीय शिक्षक थे। उन्होंने व्यावहारिक आध्यात्मिक साधना सम्बन्धी मार्गदर्शन को अपने जीवन का मिशन बनाया—किस प्रकार जीवन व्यतीत करें, क्या अभ्यास करें, कहाँ से प्रारम्भ करें, किस प्रकार प्रगति करें। गुरुदेव ने व्यावहारिक साधना के प्रत्येक पक्ष की सूक्ष्मतम बात को भी ध्यान में रखा यथा प्रातः उठने का समय, विश्राम, प्रातःकालीन एवं सायंकालीन समय का उपयोग; विद्यालय, कॉलेज, कारखाने, ऑफिस, व्यावसायिक क्षेत्र तथा समाज की गतिविधियों का किस प्रकार अध्यात्मीकरण हो आदि। उन्होंने मानव को जीवन के समस्त पक्षों एवं पहलुओं के अध्यात्मीकरण का रहस्य सिखाया। इतिहास ही इस बात को पूर्णतः समझ सकता है कि आधुनिक मानवता इन महान् गुरु एवं इनकी आध्यात्मिक सेवा की आश्चर्यप्रद महत्ता के प्रति कितनी ऋणी है। परन्तु इतना कहना पर्याप्त होगा कि आधुनिक इतिहास में किसी एक व्यक्ति ने समाज के समस्त वर्गों में आध्यात्मिक जागृति लाने तथा विश्व के विभिन्न भागों में बिखरे हुए साधकों, जिज्ञासुओं एवं भगवद्भक्तों की सहायता करने हेतु इतना अधिक कार्य नहीं किया है जितना श्री गुरुदेव ने।

उन्होंने साधकों को अपने घरों में रहते हुए साधना करने में सहायता की; एक आध्यात्मिक डायरी की रूपरेखा दी जिससे वे अपनी साधना का स्वयं आकलन कर सकें तथा यह जान सकें कि वे कितनी प्रगति कर रहे हैं तथा डायरी के माध्यम से किस प्रकार समय का सदुपयोग कर रहे हैं—

आप प्रात:काल कितने बजे उठे?

रात्रि में कितने बजे सोये?

आप कितने घण्टे सोये?

आपने कितने मिनट ध्यान किया?

कितनी बार प्राणायाम का अभ्यास किया?

आपने कितने आसनों का अभ्यास किया?

कौनसे ग्रन्थ का स्वाध्याय किया?

कितनी राशि का दान किया?

आपने कितने समय धारणा का अभ्यास किया?

आप कौनसी बुरी आदतों को दूर करने का प्रयास कर रहे हैं?

अपने संकल्पों के पालन में कितनी बार असफल हुए?

आपने कितना समय कुसंगति में बिताया?

कितनी बार असत्य भाषण किया?

आपने कितना समय व्यर्थ गँवाया?

कितनी माला भगवन्नाम जप किया?

इन बिन्दुओं के आधार पर आपको डायरी में अपने उचित–अनुचित कार्यों का विवरण देना है। सप्ताह के अन्त में आपके पास एक स्पष्ट चित्र होगा कि आपने आध्यात्मिक रूप से क्या प्राप्त किया है, कितने समय का सदुपयोग तथा कितने समय का दुरुपयोग किया है, कितनी बार असत्य बोले तथा इसके लिए स्वयं को क्या दण्ड दिया?

श्री गुरुदेव ने आधुनिक व्यस्त मानव के लिए दिनचर्या की रूपरेखा भी दी—आठ घण्टे ऑफिस कार्य, एक घण्टे बस अथवा ट्रेन द्वारा ऑफिस जाना एवं आना, सायंकाल में भ्रमण अथवा टेनिस या गोल्फ खेलना, प्रात:कालीन एवं सायंकालीन ध्यान। इसी प्रकार उन्होंने विद्यार्थियों के लिए, सेवानिवृत्त व्यक्तियों के लिए तथा पूर्णकालिक साधकों के लिए दिनचर्या भी बतायी अर्थात् श्री गुरुदेव ने विभिन्न प्रकार के व्यक्तियों के लिए विभिन्न प्रकार की दिनचर्या–रूपरेखाएँ दीं।

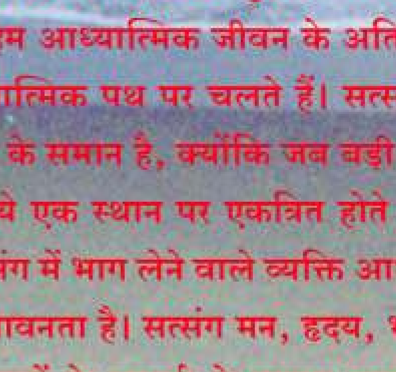
साधना का प्रारम्भ करने हेतु उन्होंने एक 'संकल्प पत्र' भी मुद्रित करवाया—''आज मैं जीवन को नवीन दिशा देने का संकल्प लेता हूँ। आज से प्रतिदिन आध्यात्मिक साधना करने का संकल्प लेता हूँ। मैं धूम्रपान, मद्यपान एवं जुआ खेलने का त्याग करने का संकल्प लेता हूँ। आज से मैं असत्य भाषण, क्रोधपूर्ण शब्द एवं अशिष्ट शब्द प्रयोग को त्यागने का संकल्प करता हूँ।'' इस प्रकार आपके जीवन में पूर्ण परिवर्तन लाने हेतु कुछ दस या बारह संकल्प उस संकल्प पत्र में समाविष्ट हैं।

उन्होंने संकल्प पत्र, दिनचर्या, आध्यात्मिक डायरी तथा बीस आध्यात्मिक नियम दिये। इस प्रकार श्री गुरुदेव ने साधना को प्रारम्भ करने से लेकर, उसके प्रतिदिन क्रियान्वयन एवं मूल्यांकन सम्बन्धी निर्देश देकर एक साधक को प्रत्येक अवस्था में सहायता प्रदान करने का अविश्वसनीय कार्य किया। गंगा जी के किनारे एक छोटे से कुटीर में रहते हुए उन्होंने पत्र–व्यवहार द्वारा साधकों की शंकाओं का समाधान किया, उनके प्रश्नों के उत्तर दिये तथा साधना सम्बन्धी अग्रिम निर्देश दिये। यदि गंगा नदी बाढ़ग्रस्त होती, तो उन्हें कुटिया छोड़ कर अन्यत्र जाना पड़ता था। उस कुटीर में न तो वायु के आवागमन की समुचित व्यवस्था थी तथा न ही सूर्य की सीधी किरणें वहाँ प्रवेश पा सकती थीं। वास्तव में वह एक भण्डारगृह था जो किसी अन्य व्यक्ति का था। ऐसे छोटे से कक्ष में गुरुदेव रहते थे और वहीं से उन्होंने विश्वव्यापी आध्यात्मिक जागृति का सूत्रपात किया तथा मनुष्यों को आध्यात्मिक पथ पर चलने की प्रेरणा दी। वे मार्गदर्शन एवं प्रेरणा प्रदान करते हुए सतत लेखन कार्य में संलग्न रहते थे। वर्ष १९२८–२९ से १९६३ के मध्य उन्होंने २७८ पुस्तकों की रचना की। उनकी पुस्तकों का विश्व की विभिन्न भाषाओं में अनुवाद हो चुका है।

इन एक व्यक्ति के माध्यम से वस्तुतः भगवद्कृपा ही कार्य कर रही थी। उनके पास टाइप राइटर तथा टेपरिकार्डर नहीं था। वे हाथ से ही लिखते थे। सभी अलमारियाँ उनकी हस्तलिखित प्रतियों से भरी रहती थीं। जब उन्होंने विचारों को अभिव्यक्त करना प्रारम्भ किया था, उन दिनों उनके पास एक रुपया भी नहीं था। वे लिफाफे के आन्तरिक खाली भाग पर लिखा करते थे। श्री गुरुदेव ने स्वयं बताया कि किस प्रकार उन दिनों जब कभी उनके पास पेन होता था, तो स्याही नहीं होती थी; जब स्याही होती थी तो कागज नहीं होता था; और कभी जब वह रात्रि में लिखना चाहते थे तो दीपक में तेल नहीं होता था तथा कभी किसी ने तेल दे दिया तो माचिस नहीं होता था। इस प्रकार उन्होंने गहन संघर्ष किया किन्तु फिर भी सच्चे साधकों की सहायतार्थ लिखते रहे। उन्हीं गुरुदेव के प्रतिनिधि के रूप में उनका शिष्य स्वामी चिदानन्द आपके साथ है।

श्री गुरुदेव एवं हम सत्संग में एकत्रित हुए हैं। सत्संग में हम अपनी आध्यात्मिक आकांक्षा एवं भावना को परिपुष्ट करना चाहते हैं; हम आध्यात्मिक जीवन के अतिरिक्त अन्य कुछ नहीं चाहते हैं, अतः हम सत्संग से स्पष्ट दृष्टिकोण प्राप्त कर आध्यात्मिक पथ पर चलते हैं। सत्संग में भाग लेना आध्यात्मिक स्पन्दनों की पावन झील अथवा नदी में स्नान करने के समान है, क्योंकि जब बड़ी संख्या में साधकवृन्द हृदय में गहन भक्तिभाव एवं ईश्वर के प्रति दृढ़ विश्वास लिये एक स्थान पर एकत्रित होते हैं, तो उस स्थान का वातावरण आध्यात्मिक तरंगों से परिपूरित हो जाता है। सत्संग में भाग लेने वाले व्यक्ति आध्यात्मिक स्पन्दनों के सरोवर में स्नान कर स्वयं को पवित्र करते हैं। यह सत्संग की पावनता है। सत्संग मन, हृदय, भावना एवं विचार को शुद्ध बनाता है; अनेकों हृदयों के भक्तिभाव एवं पावन विचारों के सम्पर्क के कारण सत्संग से बाहर जाने पर व्यक्ति स्वयं को उन्नत एवं पवित्र अनुभव करता है। सत्संग श्रद्धा, भक्ति, आराधना एवं आध्यात्मिक आकांक्षा का संगम है। इन दुर्लभ सद्गुणों के संगम में अर्थात् सत्संग में भाग लेने से व्यक्ति निश्चयमेव मन एवं हृदय की शुद्धता प्राप्त करेगा तथा अत्यन्त लाभान्वित एवं उन्नत अनुभव करेगा।

हरि ॐ तत् सत्।



(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

पूर्व-अंक से आगे :

मैं इसका उत्तर दूँ?

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

२२०

मैं कभी-कभी भगवान् की महिमा और उनकी सर्वव्यापकता पर ध्यान किया करता हूँ, किन्तु उससे मुझे कुछ अधिक लाभ मिलता प्रतीत नहीं होता। इसका क्या कारण है, क्या आप बताने की कृपा करेंगे?

भगवान् का ध्यान कभी-कभार करने का कोई लाभ नहीं है। जप और ध्यान प्रतिदिन, बिना एक भी दिन छोड़े, निर्बाध करें। जैसे आप चाय और भोजन प्रतिदिन करते हैं और जैसे आप उन्हें करना भूलते भी नहीं, ठीक उसी प्रकार से किसी भी परिस्थिति में साधना करना न छोड़ें, भूल से भी नहीं! सर्वप्रथम अपनी साधना करें, थोड़ी-बहुत, जितनी भी आप कर सकते हैं, उतनी करें—केवल तभी अपना भोजन ग्रहण करें। मन को निर्बाध और गम्भीरता सहित साधना में प्रवृत्त करने का यह सुनिश्चित, सशक्त और सफल ढंग है। यह पद्धति अपनाने से आपका नियमित रूप से साधना करने का स्वभाव बन जायेगा, कम-से-कम उसके उपरान्त मिलने वाले भोजन के लिए ही सही। भले ही साधना करने को मन न भी चाह रहा हो, फिर भी अवश्य करें।

जब मन को बीच-बीच में सांसारिक सुख लेने का समय मिलता रहता है, तो यह स्वयं पर केन्द्रित होने और अपने भीतर उतरने में सक्षम नहीं हो पाता। जब मन इधर-उधर भागता है तो इसकी लगाम को अपने भीतर की ओर खींचें। यह प्रक्रिया दिन में बार-बार दोहरायें। जब कठोर अभ्यास के माध्यम से भगवान् का अपने भीतर साक्षात्कार करने की शक्ति विकसित कर लेते हैं, तो उन्नति स्वयमेव होने लगती है। गीता के द्वितीय अध्याय का अर्थ सहित स्वाध्याय करें। इससे आपको साधना की प्रगति में बाधाओं के सम्बन्ध में स्पष्टतया बोध हो जायेगा।

२२१

यदि कोई व्यक्ति अपने माता-पिता की पावन इच्छाओं की उपेक्षा करके साधु बन जाता है, तो क्या यह अवज्ञा करने का पाप नहीं है?

निःसन्देह यदि व्यक्ति अपने माता-पिता, निकट सम्बन्धियों अथवा प्रियजनों से आज्ञा ले कर साधु या संन्यासी बनता है तो यह उस व्यक्ति के लिए अच्छा है। किन्तु यदि उच्च श्रेणी का वैराग्य हो जाने पर वह निवृत्ति मार्ग को अपनाना चाहता है तो ऐसा करने में बिलकुल भी हानि नहीं है।

वस्तुतः इस संसार में आध्यात्मिक दृष्टिकोण से किसी भी मनुष्य का किसी से कोई नाता नहीं है और एक-दूसरे का परस्पर जो भी नाता है, वह केवल गत जन्मों के कर्मों के कारण ही है। बहती नदी में दो लकड़ी के शहतीरों की भाँति मनुष्यों का परस्पर संयोग और वियोग होता है। जब समय हो जाता है तो सब-कुछ उस एक में विलीन हो जाता है। इससे स्पष्ट होता है कि जब व्यक्ति को तीव्र वैराग्य हो जाये और जब उसमें यह सुदृढ़ भावना उदित हो जाये कि इस संसार में कोई किसी का नातेदार नहीं है और प्रत्येक ने

अपना परम लक्ष्य स्वयं प्राप्त करना है तो वह अपने इच्छित समय पर संन्यास ग्रहण करने के लिए स्वतन्त्र है।

२२२

क्या आप इस बात में विश्वास रखते हैं कि स्वर्ग और नरक का इस भू-लोक से अलग कहीं स्वतन्त्र अस्तित्व है?

क्यों नहीं? हमारे इस भू-लोक की भाँति अन्य लोक भी हैं। उनका अस्तित्व भी उतना ही वास्तविक है जितना हमारे इस लोक का। यदि व्यक्ति अपने शास्त्रों में विश्वास रखता है तो समस्त लोक और सभी तीर्थ मनुष्य के अपने शरीर में ही विद्यमान हैं। यदि मनुष्य चाहे तो वह इस जन्म में ही नरक या स्वर्ग भोग सकता है। व्यक्ति में जितनी अधिक मलिनता होगी, उसे उतने ही अधिक कष्ट, यातनाएँ और उत्पीड़न, उस समय तक रहेंगे जब तक वह बार-बार भस्मीकरण प्रक्रिया अथवा शुद्धिकरण प्रक्रिया द्वारा स्वयं को भगवान् के अवतरण के योग्य नहीं बना लेता। यदि आप इस धरती पर ही स्वर्ग के भोग भोगने के इच्छुक हैं, तो अपने निम्न मन, इच्छाओं और लालसाओं को नियन्त्रित करके स्वयं को शुद्ध करते जायें। तब सर्वत्र आनन्द है, सर्वदा सुख है, सब ओर प्रसन्नता है। यदि आप इन्द्रियों के अश्वों की लगाम खुली छोड़ देते हैं और आसुरी मन की उत्तेजक कामनाओं के समक्ष घुटने टेक देते हैं, यदि आप अधर्म के पथ को स्वीकृति दे देते हैं, तो नरक यहीं उपस्थित हो जायेगा, कहीं दूसरे लोक में नहीं, यहाँ इसी भू-लोक में, आपके अपने निकट!

२२३

मुस्लिमों के लिए कुरान है, ईसाइयों की बाइबल, यहूदियों की ओल्ड टेस्टामेंट, पारसियों की गाथाएँ। हिन्दुओं के लिए क्या है?

निःसन्देह गीता। यह समस्त हिन्दुओं के लिए सरल और आधार-भूत ग्रन्थ है। इसमें उपनिषदों का सार निहित है, यह जीवन का सकारात्मक एवं आदर्श दर्शन प्रदान करती है और योग के समन्वयात्मक प्रमुख पथ दर्शाती है।

२२४

आप तो समानता के पक्षपाती हैं और आप अपनी शिक्षाओं में जाति-पाँति का भेद-भाव नहीं मानते तो क्या आप साम्यवाद के प्रति भी सहानुभूति रखते हैं?

मेरा राजनीति से कोई सरोकार नहीं है और किसी भी अनीश्वरवादी मत से तो प्रश्न ही नहीं। मैं ऐसा नहीं मानता कि धर्म अथवा धार्मिक शिक्षाओं का राजनीति से कोई सम्बन्ध होना चाहिए। समदृष्टि से मेरा अभिप्राय यह है कि समस्त प्राणियों में वह एक ही परम सत्ता समान रूप में विद्यमान है। नाम और रूप परिवर्तनशील हैं। केवल आत्मा का ही अस्तित्व है। सापेक्ष दृष्टि से समस्त मानवता भगवान् का एक परिवार है, भगवान् की दृष्टि में कोई उच्च या नीच नहीं है। अतः आध्यात्मिक व्यक्ति का व्यवहार जाति, धर्म, वर्ण, मत-मतान्तर अथवा पद-प्रतिष्ठा के भेद-भाव के प्रभाव से किसी भी प्रकार से संकुचित नहीं होना चाहिए।

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

प्रारब्ध तथा पुरुषार्थ एक ही हैं। प्रारब्ध पूर्व-जन्म का पुरुषार्थ ही है। यह अनन्त शृंखला है। सत्पुरुषार्थ द्वारा आपको सुखमय फल प्राप्त होंगे। मार्कण्डेय ने पुरुषार्थ द्वारा ही अमृतत्व प्राप्त कर लिया। सावित्री ने यम के पाश से अपने पति सत्यवान् को छुड़ा लिया। प्रारब्ध पर ही निर्भर रहने से मनुष्य भाग्यवादी बन जाता है। यह आध्यात्मिक उन्नति का महान् शत्रु है। इससे साधक दुर्बल बन जाता है। उसमें इच्छा-शक्ति नहीं रह जाती। ***—स्वामी शिवानन्द***

आपका शान्ति-दूत :

जीवन जीने का विज्ञान–५

(परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

पुनश्च, प्रथम सिद्धान्त है कि—यदि आप परमात्मा को पाना चाहते हैं तो परमात्मा जैसे बनें और तब आप अपनी इस शारीरिक पहचान के स्वप्न को जान जायेंगे क्योंकि यह एक कल्पना मात्र ही थी। आप जो वास्तव में हैं, वह तो आप सदा से थे ही। दूसरा—यदि आप अपना सम्पूर्ण जीवन पवित्रता एवं उदात्तता से भर लें तो आपके विचार, चिन्तन और कर्मों में एक सुरुचि एवं सूक्ष्मता आ जायेगी। तीसरा सिद्धान्त जो मेरी दृष्टि में सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण है और जो दार्शनिक आचार्य शंकर के आधे श्लोक में आता है, वह है : **'ब्रह्म सत्यं जगन्मिथ्या'**—अर्थात् केवल ब्रह्म ही सत्य है और पञ्च इन्द्रियों से अनुभव में आने वाला यह जगत् प्रतीति मात्र है। स्वप्न केवल तभी तक सत्य प्रतीत होता है जब तक आप स्वप्न देख रहे हैं, किन्तु जैसे ही आप जागते हैं, उसी क्षण ज्ञात हो जाता है कि वह असत्य था।

योग का चतुर्थ सिद्धान्त है सत्यपरायणता। महात्मा गाँधी ने कहा है, ''समस्त धर्मों की उद्‌घोषणा है कि भगवान् सत्य है, किन्तु मैं घोषणा करता हूँ कि सत्य भगवान् है।'' सत्य चरित्र की परिपूर्णता एवं स्थिरता है, यह स्वयं अपने प्रति ईमानदार होना तथा अन्य सबके प्रति अपने व्यवहार में निश्छल होना है। सत्य के सिद्धान्त के प्रति दृढ़ रहना, अपने जीवन में सत्य के व्रत का पालन करना और अपने सम्पूर्ण व्यक्तित्व से सत्य का अनुमोदन करना—यह तीनों आपको दया, प्रेम, पवित्रता और सत्य रूपी दिव्य गुणों के विपरीत समस्त वस्तुओं से स्वतन्त्र रखने में सहायता करेंगे। यही योगमय जीवन है—एक ऐसा जीवन है जो जानता है कि स्वयं को दिव्यता के अनुसार परिवर्तित करना आवश्यक है, न कि भगवान् को अपने अनुसार परिवर्तित होने की अपेक्षा रखना।

एक सन्त ने घोषणा की, ''हे बालक, यदि तुम मोक्ष प्राप्त करना चाहते हो तो भौतिकता के समस्त बन्धनों को और विषयों को पूर्णतया त्याग दो और दया, पवित्रता एवं सत्य के मोक्षदायक सद्‌गुणों को अपनाओ।'' सम्पूर्ण विषय-वासनाओं का त्याग कर दें तथा अपने जीवन में सत्य, अहिंसा और ब्रह्मचर्य के जीवनदायी अमृत रूपी सद्‌गुण अपनायें जो कि योग के मूल आधार हैं। इन सबका अभ्यास करें, तब आप अपने लिए परम आनन्द का द्वार खोल लेंगे तथा उस प्रकाशपूर्ण पथ पर अग्रसर होंगे जो शान्ति, आनन्द और ज्ञान की ओर ले जाता है।

आज का यह प्रवचन, सेवा के रूप में मैं आपको समर्पित करता हूँ। आप सबने शान्तिपूर्वक सुना, उसके लिए आभार प्रकट करता हूँ। भगवान् आप सबमें आन्तरिक जागरूकता के रूप में, आध्यात्मिक स्तर पर उच्चतर जागरूकता बन कर प्रकट हों! दिव्यता के आपके इस अग्रगामी एवं ऊर्ध्वगामी पथ, जो कि वस्तुतः योग का आरम्भ एवं अन्त सभी कुछ है, पर भगवान् आपको पूर्ण सफलता प्रदान करें! भगवान् एवं सद्‌गुरु महाराज की कृपा आप सब पर हो!

(समाप्त)

आपका शान्ति-दूत :

प्रत्येक परिस्थिति में चट्टान की तरह अडिग रहना

(परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज)

अतीत के महान् सन्तों ने परम सत्ता को खोजा। वह परम सत्ता सदा विद्यमान है। यह 'वह' है जो आपकी कर्मेन्द्रियों अथवा ज्ञानेन्द्रियों की पहुँच से परे है और जो आपकी चेतना के अन्तरतम में विद्यमान है। उन्होंने इसे कोई विशेष नाम न दे कर केवल **'तत्'** अर्थात् 'वह' कहा। केवल एक उसी की सत्ता है, केवल एक वह ही है। वह सदा-सर्वदा विद्यमान है। और उन्होंने यह भी कहा कि आप उससे भिन्न नहीं हैं। संस्कृत का श्लोक है, **'तत् त्वम् असि'** अर्थात् तुम वह ही हो।

तथापि, इस भौतिक जगत् से सम्बन्धित समस्त ज्ञान केवल इन्द्रियों से ही होता है। यह वस्तु-पदार्थों वाला जगत् सिनेमा के पर्दे पर प्रतिक्षण परिवर्तित होने वाले छाया-चित्रों की भाँति आने-जाने वाला है, किन्तु इन चलचित्रों की प्रस्तुति केवल तभी सम्भव है जब पीछे पर्दा हो। पर्दे के आधार के बिना चलचित्र का प्रदर्शन असम्भव है। चलचित्र जब प्रारम्भ नहीं किया गया था, पर्दा तब भी वहाँ था, समस्त चलचित्र के प्रदर्शन के समय यह उपस्थित था और प्रदर्शन के समाप्त हो जाने के बाद भी केवल वह पर्दा ही विद्यमान रहता है। किन्तु सिनेमाघर में बैठा हुआ कोई भी व्यक्ति कभी उस मूक पर्दे के सम्बन्ध में नहीं सोचता, प्रत्येक व्यक्ति केवल छाया-चित्रों को देखने में रुचि रखता है। तो भी, वह पर्दा वास्तविक सत्य है, जब कि चित्र केवल छायाओं का खेल हैं। महान् सन्तों ने कहा कि वास्तविकता इस परिवर्तनशील चलचित्र के समान नहीं है और अब तक आपने अपनी इन्द्रियों के माध्यम से जो-कुछ भी अनुभव किया है, वह उनमें से किसी के भी समान नहीं है।

मानवीय अनुभवों का आधार क्या है? क्या इन अनुभवों का अस्तित्व वास्तव में आपसे बाहर है? क्या इनका आपसे अलग स्वतन्त्र अस्तित्व है? आओ, हम इसे और अधिक स्पष्ट रूप से समझें। आपके सुख और दुःख—यह सब वस्तुएँ क्या आपके बाहर के इस संसार में हैं? कौन आपको प्रसन्न करता है और कौन रुलाने वाला है आपको? क्या आप किसी व्यक्ति अथवा किसी वस्तु की ओर संकेत करके कह सकते हैं कि, 'यह मेरे सुख का या मेरे दुःख का कारण है?' यह उँगली का संकेत हम सभी करते हैं। हम सभी समझते हैं कि हम तो बहुत ही अच्छे और भोले-भाले हैं, किन्तु यह बाह्य जगत् है जो हमें कष्टों में डालता है। हम सदैव इस अन्यायी संसार को कोसते रहते हैं, जो हमारे साथ अनुचित करता है, और हम अपने दुःखों का कारण बाह्य वस्तु-पदार्थों में खोजते रहते हैं।

क्या सचमुच बाहर कुछ ऐसा है? क्या यह संसार हमें किसी भी प्रकार के अनुभव देने में सक्षम है? यदि हम समझते हैं कि ऐसा है तो हम इस संसार को एक बड़ी भारी शक्ति प्रदान कर देते हैं, किन्तु क्या हम जो शक्ति इसे दे रहे हैं, उसके योग्य यह संसार है? एक महान् सन्त ने इस समस्त विचार को पूर्णतया नकार दिया। उन्होंने कहा कि थोड़ा सोचें, हर रात को जब आप अति गहन निद्रा में प्रवेश करते हैं तब क्या होता है? गहन निद्रा में जाते ही बाह्य जगत् की आपकी समस्त समस्याएँ, दुःख और अनुभव तत्क्षण विलुप्त हो जाते हैं। आपकी जाग्रत अवस्था का कुछ

भी उस समय नहीं रहता और सब–कुछ सिमट जाता है। कोई समस्या तब आपके सामने नहीं होती, कोई भी चिन्ता, निराशा या हताशा, कुछ भी शेष नहीं होता। आप एक ऐसी प्रशान्तावस्था में उस समय होते हैं जहाँ सब–कुछ शान्त और मौन हो जाता है।

सुषुप्ति की इस स्थिति में यह सब–कुछ इतना वांछनीय है कि यदि आपको दो या तीन दिन के लिए ऐसी गहन निद्रा न आये तो आप अत्यधिक व्याकुल हो जाते हैं। कोई भले ही बन्दीगृह में बन्द एक निकृष्ट बन्दी हो अथवा करोड़पति हो, किसी का बाह्य व्यावहारिक जीवन चाहे जैसा भी हो, प्रत्येक व्यक्ति ऐसी अवस्था में पहुँचना चाहता है, जहाँ यह बाह्य जगत् विद्यमान न हो। क्या यह बात अत्यधिक अद्भुत नहीं लगती? आपको यह देखना होगा कि वह क्या है जो हमें इस अवस्था में प्रवेश करने का इच्छुक बनाता है। आप इसे समझ सकते हैं, क्योंकि जब आप उस अवस्था में प्रवेश करते हैं तो आपकी सभी समस्याएँ और व्यग्रताएँ चमत्कारी ढंग से विलुप्त हो जाती हैं।

जैसे ही आप जागते हैं, उसी क्षण यह सभी समस्याएँ पुनः आपको आ घेरती हैं। जाग्रतावस्ता में आते ही यह चिन्ताएँ क्यों आ खड़ी होती हैं और निद्रा में प्रवेश करने के साथ ही वह पुनः क्यों विलुप्त हो जाती हैं? वह इसलिए लुप्त हो जाती हैं क्योंकि उस समय मन की सक्रियता समाप्त हो जाती है और जिस क्षण आप गहन निद्रा में प्रविष्ट होते हैं आपका मन पूर्णतया स्थिर हो जाता है, किन्तु जैसे ही आप जागते हैं, मन सक्रिय होना प्रारम्भ हो जाता है। और ज्यों–ही मानसिक सक्रियता होने लगती है, बस उसी क्षण समस्त संसार और सभी अनुभव पुनः प्रकट हो जाते हैं। वे महान् सन्त, जिनके विषय में मैंने चर्चा की थी, ने कहा कि जाग्रत अवस्था, परम सत्ता नहीं है। अतः वे कहते हैं कि इस समस्त घटना–चक्र का मूल कारण मन की सक्रियता है।

यदि आप मन की गतिशीलता के स्वभाव को परिवर्तित करने में सक्षम हैं, तो अपने अनुभवों में परिवर्तन लाने में सफल होने की चाबी आपके पास आ जाती है। मन की किसी एक विशेष अवस्था में, आपको किसी एक विशेष प्रकार के अनुभव प्राप्त होते हैं, यदि आप अपने मन की आन्तरिक अवस्था में रूपान्तरण ला सकते हैं, तो इसका अर्थ यह है कि आपके अनुभव भी रूपान्तरित हो जायेंगे। यह आपके द्वारा अपने दूरदर्शन की चैनल बदल देने के समान है। यह बिलकुल उसी तरह है जैसे चैनल बदल देने के साथ तुरन्त वह कार्यक्रम लुप्त हो जाता है और कोई अन्य भिन्न कार्यक्रम आने लगता है। ***(क्रमशः)***

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

अमृत–पान कीजिए

मन को शुद्ध बनाइए। सारी इन्द्रियों को उनके विषयों से समेट लीजिए। मन को अपने अधीन कर लीजिए। अन्तर्निरीक्षण कीजिए। अपने ध्यान को ईश्वर–साक्षात्कार की ओर लगाइए।

सच्चे ब्रह्मचारी बनिए। मानसिक तथा शारीरिक ब्रह्मचर्य में स्थित हो जाइए। सात्त्विक आहार लीजिए। वैराग्य को बढ़ाइए। ईश्वर में पूर्ण श्रद्धा रखिए।

विवेक का कवच पहनिए। वैराग्य की ढाल ले लीजिए। साहस का शंख फूँकिए। शंका, अज्ञान, काम, अभिमान आदि शत्रुओं को मार कर सुखमय ब्रह्म के असीम साम्राज्य में प्रवेश कीजिए। अमृत–रस का पान कीजिए।

—स्वामी शिवानन्द

आध्यात्मिकता का सत्य-स्वरूप :

मानसिक अनासक्ति

(परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज)

मुझे नेशनल फ़िज़िकल लैबोरेट्री, नई दिल्ली के पूर्व निदेशक स्व. डॉ. के. एस. कृष्णन की अच्छाई स्मरण हो आयी। वे अत्यन्त प्रसिद्ध व्यक्ति थे, भारत में विज्ञान के क्षेत्र में महान् व्यक्तित्व, कदाचित् अन्तर्राष्ट्रीय क्षेत्र में भी। वे एक बार अत्यन्त साधारण वेश में धोती पहन कर अन्य कुछ मित्रों के साथ आये थे। स्वामी शिवानन्द जी महाराज ने सत्संग में लोगों को उनके लिए कुर्सी लाने के लिए कहा। एक ब्रह्मचारी झाडू लगा कर दरी बिछा रहा था। उसने कुर्सी रखते हुए कहा, ''यह डॉ. कृष्णन के लिए है।'' डॉ. कृष्णन वहाँ आये। उन्हें कोई नहीं पहचानता था। डॉ. कृष्णन आये और उस कुर्सी पर बैठ गये। तुरन्त उस ब्रह्मचारी ने कहा, ''अरे! यह डॉ. कृष्णन के लिए है। आप यहाँ नहीं बैठ सकते।''

''ओह, अच्छा! सारी'' (माफ़ कीजिए)! डॉ. कृष्णन ने कहा। वे उठे तथा ज़मीन पर बैठ गये।

तब स्वामी शिवानन्द जी महाराज आये और बोले, ''अरे, आप ज़मीन पर बैठे हैं! कुर्सी पर बैठिए।''

''नहीं, ठीक है,'' वे बोले।

''नहीं! नहीं!'' स्वामी शिवानन्द जी महाराज ने उन्हें खींचा तथा कुर्सी पर बिठाया। सब उस ओर देखने लगे। ये वही व्यक्ति हैं। ब्रह्मचारी अत्यन्त लज्जित हुआ। अन्य कोई होता तो प्रतिक्रिया करता अथवा क्रोधित होता, परन्तु डॉ. कृष्णन ने ऐसा नहीं किया, यद्यपि सत्य कहा जाये तो वे एक महत्त्वपूर्ण व्यक्ति थे।

एक व्यक्ति की महानता बाह्य प्रचार अथवा दूसरों द्वारा प्रदत्त मान्यता पर निर्भर नहीं करती। किसी की महानता अपने-आपमें पर्याप्त अर्हता है, जो स्व-विद्यमान है तथा आकाश में सूर्य की भाँति स्वत: उजागर होती है। यह वास्तविक महत्त्व की अनुपस्थिति (शून्यता) है, जो हमें आभास कराती है, कि हम क्षुद्र हैं तथा जब हमें पहचान प्राप्त नहीं होती तो हम क्रोधित होते हैं। हमारी विद्या जितनी अधिक होगी, उतना ही अधिक हमारी विनय होगी। हमारी ज्ञान तथा बुद्धिमत्ता जितनी अधिक होगी, उतना ही गहन हमारा विनम्र-भाव होगा। हम अन्तर में जितने अधिक विशाल होंगे, लोगों की दृष्टि में हम उतने ही छोटे दिखायी देंगे, जिससे कि जब हम अन्तर में विशालतम हों, बाह्य दृष्टि में हम 'ना' के बराबर दिखें। यह एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण बात है जिसे स्मरण रखना चाहिए। वास्तविक आध्यात्मिक जीवन की विशेषताएँ किसी भी प्रकार की अहंता का दूसरा पक्ष है। 'लोकेषणा'—नाम, यश तथा बल तथा किसी भी प्रकार का आत्म-प्रतिज्ञान—वास्तविक आध्यात्मिक आकांक्षा के विपरीत है। श्रेष्ठता की भावना मानव-प्रकृति के लिए अभिशाप है। इससे बचना आवश्यक है।

ऐसे भी अन्य लक्षण हैं, जो हमारी दुर्बलताएँ हैं, जिन पर हमें बाद में ध्यान देना है। *(समाप्त)*

आध्यात्मिकता का सत्य-स्वरूप :

इच्छाओं का प्रबन्धन

(परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज)

हम मानसिक अनासक्ति के पक्षों पर विचार कर रहे हैं, जो योगाभ्यास के लिए एकान्त में रहते हुए प्रथम प्रयास के रूप में आवश्यक हैं। बाह्य तथा अभ्यन्तर प्राकृतिक वेगों के आक्रमण से स्वयं को पर्याप्त रूप से सुदृढ़ बनाने के लिए यह लगभग ५० प्रतिशत है। आत्मा की राह में मानव व्यक्तित्व के अति संवेदनशील भाग सबसे अधिक हानिकारक शत्रु हैं, जो प्रतिक्रिया करते हैं तथा बाह्य संसार में अपने समकक्षों को उत्तेजित करते हैं।

हमारे भीतर सब-कुछ बाह्य संसार से एक धागे से जुड़ा हुआ है। जो-कुछ भी बाह्य संसार-रचना में है, वह सब हमसे सूक्ष्म अनुलग्नों के रूप में जुड़ा हुआ है। अत: जो भी लक्षण हमारे अन्दर प्रमुखतया दृढ़ होता है, वह बाह्य संसार में अपने समरूपी भाग को उत्तेजित करता है तथा अपने प्रतिरूप की ओर आकर्षित करता है। मन की इस गतिविधि को आसक्ति कहते हैं जो यह इन्द्रियों के द्वारा (जो कर्म सहायक हैं) करता है।

अनेक बार हमें आभास होता है कि हमारी समस्याएँ बाह्य संसार से आती हैं, अत: हम दूरस्थ स्थानों, जैसे, वन, जंगल तथा मठों में जाते हैं। ऐसे अवसर भी आते हैं, जब हमें लगता है कि हमारी समस्याएँ बाह्य संसार से नहीं आतीं, वे हमारे भीतर ही हैं, अत: यह आवश्यक है कि हम बाह्य संसार की गतिविधियों की ओर ध्यान न देते हुए पूर्ण निश्चय करके अपना मनोविश्लेषण करें। ये दोनों ही आंशिक सत्य हैं, वे पूर्ण सत्य प्रस्तुत नहीं करते।

कुछ सीमा तक यह सत्य भी है कि हमारी समस्याएँ बाह्य जगत् में उत्पन्न नहीं होतीं। हमारी अनेक समस्याएँ आन्तरिक हैं तथा हमारी अनेक कठिनाइयों का समाधान यथोचित अभ्यन्तर समायोजन द्वारा हो सकता है। परन्तु संसार भी समस्याओं का मूल इस प्रकार है कि यह हमसे जुड़ा हुआ है तथा हम इसे अपने व्यक्तित्व अथवा व्यक्तिगत जीवन से अलग नहीं कर पाते।

यही हल हमारे साथ है। हम यह नहीं कह सकते कि समस्या कहाँ से उत्पन्न हो रही है—हमारे अन्दर से अथवा बाहर से—क्योंकि समस्या एक ही समय में दोनों ओर से उत्पन्न होती है; भीतरी केन्द्र तथा बाह्य समकक्ष सूक्ष्म साधनों से जुड़े हैं, जिन्हें हम आसानी से समझ नहीं पाते।

अत:, हम पुन: इस निष्कर्ष पर आते हैं कि योग-प्रणाली में कुछ अति-बृहत् कठिनाई है। यद्यपि, हम सदैव एक-पक्षीय दृष्टिकोण रखते हैं, हम किसी भी समय एक-पक्षीय नहीं हो सकते। मनुष्य के लिए किसी भी प्रश्न के दोनों पक्षों को ध्यान में रखना दुष्कर है। इसका कारण इसके स्वभाव की दुर्बलता है। या तो हम किसी बाह्य वस्तु को ध्यान में रखते हैं, अथवा अपने मस्तिष्क में, शीतस्वाप की अवस्था में रहते हैं। यह हमारे साथ दिन-प्रतिदिन के क्रियाकलापों में ही नहीं होता, वरन् हमारी धार्मिक प्रवृत्ति में भी होता है। हम, या तो अत्यन्त बहिर्मुखी होते हैं, अथवा अत्यन्त अन्तर्मुखी, तथा इनमें से कोई भी स्वभाव अन्त में वांछनीय अथवा सफल नहीं है।

जहाँ एक ओर यह जानना आवश्यक है कि हमारी दुर्बलताएँ क्या हैं, वहीं यह पहचानना भी आवश्यक है कि हमारे चहुँ ओर कौन-सी वस्तुएँ इन दुर्बलताओं को सक्रिय करने में उत्तेजित कर सकती हैं। हमें अपनी अभ्यन्तर

उत्तेजनाओं एवं असामान्य इच्छाओं को वशीभूत करना है—आन्तरिक विश्लेषण, दार्शनिक चिन्तन तथा ज्ञानी साधु, सन्तों आदि की संगति द्वारा ही नहीं, वरन् इन आन्तरिक इच्छाओं के समकक्षों से शारीरिक रूप से दूरी बना कर, जो हमारे सत्संग, स्वाध्याय, जप, ध्यान आदि के होते हुए भी हमें सक्रिय कर सकते हैं। अत: एक ही समय पर दोहरा कार्य करना आवश्यक है : भीतर से, जहाँ तक सम्भव हो, सावधान, सजग, जागरूक, आत्म-विश्लेषक तथा पवित्र बने रहें, परन्तु बाह्य रूप से रक्षित रहें। अत: एकान्त, विषय का एक पक्ष है तथा आत्म-विश्लेषण दूसरा।

यह प्रक्रिया निरन्तर चलनी चाहिए। जैसा हमारे महान् दार्शनिक पतंजलि कहते हैं, सफलता उन साधकों को शीघ्र प्राप्त होती है जो निरन्तर अभ्यास-रत रहते हैं, तथा एक दिन भी उसे छोड़ते नहीं, तथा अभ्यास की तीव्रता को उसी प्रकार बनाये रखते हैं, जो त्याग करते समय भगवद्-प्रेम की भावना उस समय उनके हृदय में थी। यह सब कहना सरल है, परन्तु इसका पालन करना कठिन है, क्योंकि जब हम बुद्धिमान् होते हैं, तब सांसारिक वेग भी उतने ही बुद्धिमान् होते हुए हमारी प्रत्येक सावधानी को हटा सकते हैं तथा कभी-कभी हमारी सावधानी को ही अपने कार्य का साधन बना लेते हैं।

हमारे द्वारा बरती गयी सावधानी ही हमारे लिप्त होने तथा पतन का कारण बन सकती है। दूसरे शब्दों में, हमारे मित्र हमारे विरुद्ध जा कर हमारे शत्रु बन सकते हैं। जिस अनुकूल वातावरण की हम मन में कल्पना कर रहे हैं, वह प्रतिकूल वातावरण में परिवर्तित हो सकता है। हमें केवल आर्जव साधक के व्यक्तिगत जीवन का अध्ययन करना है; जो शहर से दूर रहते हैं, उनके विचार तथा भावनाओं का अध्ययन करना है। हमें यह ज्ञात होगा कि यह अत्यन्त जटिल कथा है तथा सुनने में सदा सुखद नहीं है, अत: यदि अभ्यास करने के वर्षों बाद भी वास्तविक परिणाम न निकलें, तो आश्चर्य की बात नहीं।

हमारी इच्छाएँ विभिन्न चरणों तथा रूपों में प्रकट होती हैं तथा वे सर्प के समान अत्यन्त बुद्धिमान् होती हैं। उन्हें ज्ञात होता है कि उचित समय पर किस प्रकार कार्य करना है तथा उन्हें यह भी ज्ञात होता है कि किस समय में कैसे पीछे हटना है। प्रसुप्त, तनु, विच्छिन्न तथा उदार—इच्छाओं की ये चार शृंखलाएँ हैं।

परिस्थितियाँ यदि प्रतिकूल हों, तो इच्छाएँ सुप्तावस्था में होती हैं। कल्पना करिए कि आपके पास गंगोत्री अथवा उत्तरकाशी में उचित कपड़ों, ऊनी कम्बल, नकद आदि का अभाव है तथा अपनी इच्छाएँ पूर्ण करने हेतु आपके पास कोई साधन नहीं है। तब आप अनिवार्य तपस् कर रहे होंगे तथा कुछ समय के लिए ऐसा प्रतीत होगा कि आप आध्यात्मिक पथ पर हैं और भगवद्-साक्षात्कार हेतु तपस्या कर रहे हैं। परन्तु सावधान! इच्छाएँ सुप्तावस्था में हैं। सुप्त व्यक्ति मृत नहीं होता। अत: जब गंगोत्री आदि में इच्छाएँ सुप्त हों, तो इसका तात्पर्य यह नहीं कि वे नष्ट हो गयी हैं, क्योंकि वे अवसर मिलते ही तुरन्त आपको दबोच लेंगी।

सुप्त इच्छाएँ मानसिक रोग का कारण बन सकती हैं। व्यवहार की विचित्र जटिलताएँ मूर्त रूप धारण कर सकती हैं—तनिक भी उकसाने पर अचानक क्रोधित होना तथा सामान्य व्यक्ति के लिए अर्थहीन-तुच्छ पदार्थों के प्रति इच्छा जागृत होना। हमें एक पेन्सिल के प्रति इच्छा होना मूर्खतापूर्ण लगेगा; परन्तु एक ऐसे व्यक्ति को, जिसकी इच्छाएँ वर्षों से सुप्तावस्था में थीं तथा प्रतिकूल परिस्थितियों के कारण स्वयं को प्रकाशित नहीं कर पायीं, उसे यदि एक पेन्सिल भेंट की जाये, तो उसके आनन्द की सीमा नहीं रहेगी। एक फ़ाउन्टेन पेन तो उसे स्वर्ग का आभास करायेगा। क्यों? क्योंकि इच्छाओं को भूखा रखा गया है। वे शेर की भाँति भूखी हैं तथा कुछ भी प्राप्त होते ही उसे निगलने को तैयार हैं। एक भूखा शेर खतरनाक होता है, यद्यपि वह कई दिन से भूखा रहने के कारण खड़ा नहीं हो पा रहा है। *(क्रमशः)*

(भाषान्तर : मेधा सचदेव)

मानव से ईश-मानव :

स्वामी शिवानन्द और पश्चिमी जगत्

(श्री एन. अनन्तनारायणन्)

(पूर्व-अंक से आगे)

सुदूर हिमालय में रहते हुए भी स्वामी शिवानन्द जी द्वारा प्रभावित होने वालों में से एक ज्वलन्त उदाहरण बुलगेरिया के एक पादरी वी.एम.सप्लीवेंको की है। वह प्रतिदिन मन्त्र-लेखन करते थे और स्वामी जी से प्रोत्साहन पाने के लिए लिखित जप की कापियाँ ऋषिकेश भेजा करते थे। योगाभ्यास में स्वयं पर्याप्त उन्नत सप्लीवेंको अपने ज्ञान का उपयोग अन्य लोगों को प्रशिक्षित करने में करते थे। शिवानन्द साहित्य का अनुवाद बुलगेरिया भाषा में निःशुल्क वितरण हेतु किया गया। अपने मित्र बोरिस सकारो के साथ मिल कर सप्लीवेंको ने परोपकारी सेवा कार्य, विशेष रूप से रोगियों की भाव सहित देख-रेख का कार्य भी बहुत किया।

इंगलैंड के ऐट्किंसन और मैक्सिको के आल्डो जैसे साधकों ने स्वामी जी के साथ अत्यधिक विश्वासपूर्वक नियमित रूप से पत्र-व्यवहार करके स्वामी जी के निर्देशों का अनुसरण करते हुए व्यक्तिगत रूप से पर्याप्त उन्नति की। स्वामी जी ने अपने पश्चिमी जगत् के शिष्यों का भी उतने ही प्रेमपूर्वक ध्यान रखा जितना कि भारतीय शिष्यों का रखते थे। और उन्होंने अत्यन्त बलपूर्वक यह स्पष्ट कर दिया था कि हठयोग पश्चिम के लोगों के लिए उतना ही उपयुक्त है जितना भारतीयों के लिए है।

यूरोप में ही नहीं, अपितु अन्य देशों में भी गुरुदेव की वाणी की गूँज सुनायी देनी आरम्भ हो गयी थी। नरोबी से जी. एम. शर्मा मोम्बासा, नाकुरु और इल डोवट में डिवाइन लाइफ सेंटर चलाते थे। वी. ओलशान्स्की तेहरान में और ओट्कर पेचाचक ने एजिप्ट में डिवाइन लाइफ के प्रशंसनीय सेवा कार्य किये। रंगून में टी. वेंकटरामा इया सफलतापूर्वक डिवाइन लाइफ शाखा चला रहे थे, उन्होंने १९३९ और १९४० में दो साधना शिविर आयोजित किये। प्रोम में जी. के. सुन्दरा शास्त्री ने दैनिक प्रार्थना कक्षाएँ संचालित कीं, सदस्यों द्वारा नित्य लिखित जप किया जाता था, शाखा का अपना एक अच्छा पुस्तकालय था। शंघाई शाखा के अध्यक्ष बटूरिन ने स्वामी जी की पुस्तकों का अनुवाद करके उन्हें प्रकाशित भी किया। फ़ारस की खाड़ी के बहरेन में बी. बी. देसाई द्वारा डिवाइन लाइफ सेंटर की स्थापना की गयी।

फिर द्वितीय विश्व युद्ध प्रारम्भ हो गया। १९४० में लटविया पर साम्यवादी शक्तियों का अधिकार हो गया। योग संस्थाओं का कार्य बन्द कर देना पड़ा, उनका साहित्य ज़ब्त कर लिया गया। पत्र-व्यवहार भी समाप्त हो गया। हेन्ज़ बौम्ब्लैट का भी १९४४ में जर्मन शिविर में असंख्य अकथनीय यातनाओं को सहन करने के उपरान्त देहान्त हो गया।

किन्तु बोरिस सैकरो अधिक भाग्यशाली थे। यातनाओं के तत्काल बाद गुरुदेव को लिखे गये विस्तृत पत्र में उन्होंने बताया कि वह लगभग नाज़ियों की कृपा से किस प्रकार युद्ध के दौरान भी अपनी गतिविधियाँ चलती रख सके थे :

''नाज़ी अधिकारियों ने प्रत्येक उस शिक्षा को बन्द कर दिया था, प्रत्येक उस चेष्टा को और लगभग प्रत्येक उस विचार पर रोक लगा दी थी जो उनके सिद्धान्तों का समर्थन न करता हो। अतः सभी साधु-सन्तों पर, ज्योतिष ज्ञान और अलौकिक एवं रहस्यवादी संस्थाओं पर कठोरतापूर्वक रोक

लगा दी गयी थी और उनके नेताओं एवं सदस्यों तक को कारागृहों में डाल दिया गया था—तथापि मैं उन्हें किसी-न-किसी प्रकार योग के सिद्धान्तों का पूरी तरह से वैज्ञानिक होना सिद्ध करने में सफल हो गया था और १९४३ तक योग पर व्याख्यान देता रहा था। अपने बहुत से मित्रों के साथ मैंने अपने ही घर में योग केन्द्र स्थापित किया जिसमें योग के शारीरिक और आध्यात्मिक आसनों का 'भारतीय शारीरिक ज्ञान' के रूप में प्रशिक्षण दिया गया। यहाँ तक कि मैं जर्मन अधिकारियों को उन दिनों में इतने अधिक बिगड़े हुए स्वास्थ्य को सुधारने और शक्तिशाली बनाने में अपनी पद्धति के उपयोग की आवश्यकता समझाने में भी सफल हो गया। यह सचमुच आश्चर्य ही है कि मैं बिना किसी बाधा के अपनी सभी गतिविधियाँ करता रह सका, व्याख्यान देता रहा, योग सम्बन्धी सभी कार्य करता रहा, जब कि अन्य जितनों ने भी देशों में, धर्मों में या जातियों आदि में परस्पर भ्रातृ-भाव के विषय में कुछ कहने अथवा राय देने का किञ्चित् भी प्रयास किया था, उन पर रोक लगा दी गयी और दण्डित भी किया गया था। बरलिन के मित्रों के अतिरिक्त जर्मनी के शहरों से पचास से भी अधिक शिष्य थे जिनके साथ मैं पत्र-व्यवहार द्वारा गीता, संस्कृत भाषा और योग सम्बन्धी प्रशिक्षण देता था—इस प्रकार सब भली-भाँति तब तक चलता रहा, जब तक कि रूस-जर्मन युद्ध ने मेरी गतिविधियों में बाधा नहीं डाल दी। रूसी होने के नाते मुझे एक प्रकार के एकाग्रता शिविर में निम्न पद पर डाल दिया गया, यद्यपि यह केवल तीन सप्ताह के लिए ही किया गया था, किन्तु इतना पर्याप्त था।''

युद्ध के समय में धार्मिक संस्थाओं और पूजा-स्थलों पर निष्ठुरतापूर्वक गोलाबारी की गयी। किन्तु स्वामी शिवानन्द जी के अधिकांश शिष्य घायल हुए बिना बच निकले, बहुतों की तो किसी प्रकार की हानि भी नहीं हुई। जैसे ही युद्ध समाप्त हुआ और पत्राचार प्रारम्भ हुआ, उसी क्षण उन्होंने अत्यन्त उत्साहपूर्वक गुरुदेव को पुनः लिखा, ''ओह गुरुजी! आपका क्या हाल है? हम बहुत बड़े दुःखान्त से बच कर निकल आये हैं। कैसा भयानक समय था वह—आपसे पूर्णतया अलग कट गये थे! धन्यवाद है भगवान् का! हम आपसे पुनः सम्पर्क स्थापित कर सके हैं!'' उनमें से अधिक महत्त्वपूर्ण थे बोरिस सैकरो, लोइस ब्रिंकफोर्ट और बैरी डिकमैन।

डिकमैन उस समय जर्मनी में था। उसे स्वामी जी की कुछ पुस्तकें खरीदने की इच्छा थी, किन्तु उस समय जर्मनी से धनराशि भेजना सम्भव नहीं था। अतः उसने स्वामी जी से कतिपय निःशुल्क चौपन्ने भेजने के लिए प्रार्थना की। गुरुदेव ने उसे समाधि-योग और 'सेंट औफ आनन्द कुटीर', अर्थात् आनन्द कुटीर के सन्त नामक दो पुस्तकें भेज कर आश्चर्यचकित कर दिया। ***(क्रमशः)***

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

अज्ञान को नष्ट कीजिए

तपस्या तथा ध्यान का जीवन बिताइए। संकीर्ण अहंकार के दायरे से निकल कर विशाल दृष्टिकोण प्राप्त कीजिए। कुसंगति से सावधान रहिए। पियक्कड़ों के साथ में रह कर एक भला आदमी भी पीना शुरू कर देता है।

कष्टों तथा कठिनाइयों में धैर्य रखें। दृढ़ बनें तथा बाधाओं पर विजय प्राप्त करें। मुक्ति की प्राप्ति के लिए ज्वलन्त कामना रखें। सत्संग तथा श्रवण, मनन और निदिध्यासन के द्वारा अज्ञान को नष्ट कर डालें।

अपने आवेगों पर शासन करें। अपने संकल्प में सदा दृढ़ बनें। अपनी प्रतिज्ञा पर अविचलित रहें। आप जीवन के हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त करेंगे। ***—स्वामी शिवानन्द***

शिवानन्द-ज्ञानकोष :

शिष्य

(परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)

(पूर्व-अंक से आगे)

गुरु-सेवा

प्रारम्भ में नव साधकों, शिष्यों को अपना सारा ध्यान निरन्तर गुरु-सेवा द्वारा स्वार्थपरता के नाश में लगा देना चाहिए। गुरु की सेवा दिव्य भक्ति-भाव से करनी होगी, जिससे वैयक्तिकता—अहंता का कैंसर विनष्ट हो जायेगा।

जहाज का कप्तान प्रतिक्षण सावधान रहता है। मछली पकड़ने वाले मछुआरे को भी चौकस रहना होता है। इसी प्रकार एक सर्जन भी शल्य-कक्ष में सावधानी एवं दक्षता से काम लेता है। ऐसे ही आध्यात्मिक पिपासु तथा क्षुधित शिष्य को भी गुरु-सेवा में सदैव सतर्क-सजग रहना चाहिए।

जीवन को गुरु-सेवा में ही अर्पण कर देना चाहिए। इसके लिए सुअवसर की ताक में रहना चाहिए, न कि आमन्त्रण की। गुरु-सेवा के लिए सदैव स्वेच्छा से तत्पर रहना चाहिए।

अपने गुरु की सेवा नम्रतापूर्वक स्वेच्छा से, तन-मन से, संशय-रहित, प्रदर्शन-दम्भ-रहित, बिना कुढ़न के खुशी से अथक ढंग से प्रेमपूर्वक करनी चाहिए। जितनी सामर्थ्य-शक्ति से गुरु-सेवा करोगे, उतनी ही अधिक दिव्य शक्ति का आपके भीतर संचार होगा। जो गुरु-सेवा करता है, वह मानो विश्व-भर की सेवा करता है। गुरु-सेवा नि:स्वार्थ भाव से करनी चाहिए। गुरु-सेवा करते समय अपनी अन्त:वृत्तियों का विश्लेषण करते रहना चाहिए। गुरु-सेवा में संलग्न रहते हुए लोकैषणा, वित्तैषणा, प्रभुता तथा नाम-प्रसिद्धि आदि की इच्छा तक का त्याग कर देना चाहिए।

गुरु-आज्ञा-पालन का महत्त्व

गुरु-आज्ञा-पालन गुरु-आदर-सत्कार से भी बढ़ कर है। यह एक महान् गुण है। इसी सद्गुण के विकास से ही अहंता का शनै:-शनै: नाश होता है। यही अहंता आत्म-साक्षात्कार-प्राप्ति में भारी बाधा है।

केवल गुरु का आज्ञाकारी शिष्य ही निम्न अहं पर नियन्त्रण पा सकता है एवं मनोजय प्राप्त कर सकता है। गुरु-आज्ञा का अनुपालन हृदय से, अनवरत सक्रियता से अविलम्ब होना चाहिए। सच्चे आज्ञा-पालन में न तो आलस्य होता है, न संशय रहता है। दम्भी शिष्य तो भय-वश आज्ञा मानता है। एक निष्कपट शिष्य शुद्ध प्रेम के लिए, प्रेम भाव से एवं शुद्ध पवित्र भावना से गुरु-आज्ञा का पालन करता है।

आज्ञा-पालन करना सीखिए। तभी आप आज्ञा देने के अधिकारी बनेंगे। प्रथमत: आदर्श शिष्यत्व का निरन्तर अभ्यास कीजिए, तभी आप गुरु-पद के अधिकारी बन सकेंगे।

गुरु-आज्ञा-पालन, गुरु के प्रति आत्म-समर्पण दासत्व है, ऐसा भ्रामक विचार कदापि अपने मन में नहीं लाना चाहिए। एक अज्ञानी मनुष्य ही ऐसा सोचता है कि गुरु की आज्ञा का पालन करना अपनी प्रतिष्ठा अथवा स्वतन्त्रता खोना है। ऐसा सोचना ही तो भारी भूल है। विचार करने पर पता लग

जायेगा कि जिसे आप स्वतन्त्रता की संज्ञा देते हैं, वास्तव में वह तो दम्भ, उद्दण्डता व अहंता की दासता और मन की कामुक चपलता मात्र है। वस्तुत: जिसने मन तथा अहंकार पर विजय प्राप्त कर ली है वही मुक्त है, वही स्वतन्त्र है, वही धीर-वीर है। वास्तविक विजय तो दैवी-गुण-सम्पन्न पूर्ण गुरु के सर्वसमर्थ आध्यात्मिक व्यक्तित्व के समक्ष पूर्णतया समर्पित हो जाने में है, पूर्ण शरणागति में है। इसी समर्पण में अहंता का उन्मूलन होता है और परम चैतन्य परमानन्द की अनुभूति होती है।

स्वच्छन्द शिष्य

आध्यात्मिक पथ स्नातकोत्तर की उपाधि के प्राप्त्यर्थ शोध-लेख-प्रबन्ध लिखने जैसा विषय नहीं है। यह सर्वथा भिन्न मार्ग एवं प्रणाली है। इस पथ के पथिक को तो गुरु की सहायता-सहयोग प्रतिक्षण तथा पग-पग पर अपेक्षित हैं। आजकल के युवा जिज्ञासु-साधक अपनी शैक्षणिक योग्यता को ही सब-कुछ मानने वाले अहंकारी तथा दुराग्रही होते हैं। वे गुरु की आज्ञाओं का अनुपालन करते ही नहीं, न ही गुरु की महिमा समझते हैं। वे प्रारम्भ से ही स्वेच्छाचारी होते हैं। आध्यात्मिकता का लेशमात्र ज्ञान न रखने पर भी वे अपने-आपको को 'तुरायीवस्था-प्राप्त' मान बैठते हैं। वे स्वतन्त्रता का अर्थ मनमानी अथवा स्वेच्छाचारिता तथा स्वच्छन्दता समझते हैं। यही तो अत्यन्त दयनीय-शोचनीय भूल है। यही प्रगति-पथ में बाधक है। ऐसे मनुष्य भगवान् की सत्ता पर सन्देह कर साधना की अवहेलना करने लगते हैं और श्रद्धा खो बैठते हैं। मनमाने ढंग से वे कश्मीर से गंगोत्री और गंगोत्री से रामेश्वरम् तक निरुद्देश्य ही भ्रमण करते रहते हैं, कभी 'पंचदशी' से कोई उद्धरण दे, तो कभी 'विचार-सागर' की चर्चा कर वे जीवन्मुक्त होने का दम्भ भरते हैं।

शरणागति तथा गुरु-कृपा

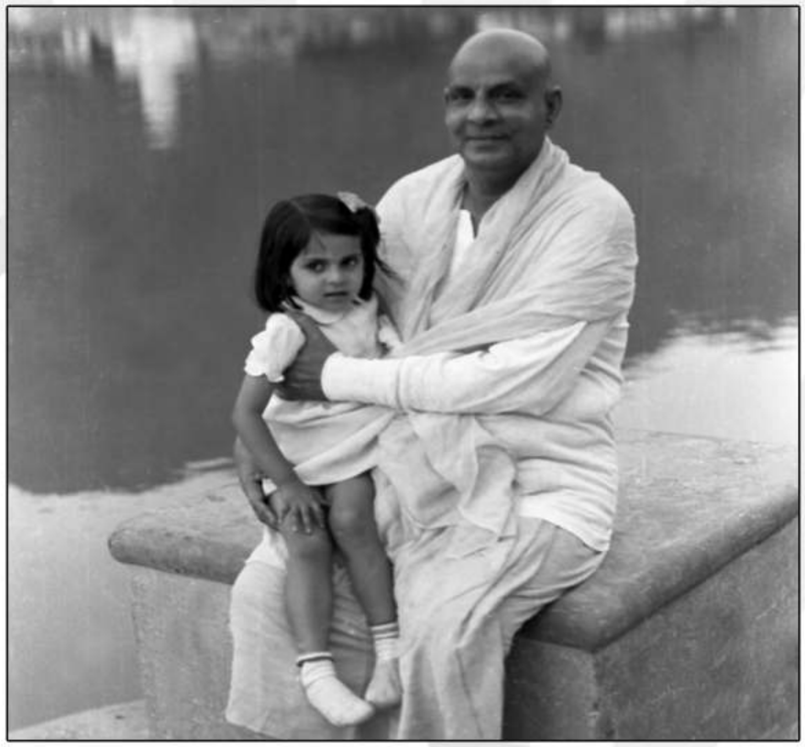
यदि आप नल से पानी पीना चाहते हैं तो झुकने की आवश्यकता तो होगी ही। ठीक इसी प्रकार यदि सद्गुरु के मुखारविन्द से नि:सृत आध्यात्मिक वचनामृत का पान करना चाहते हैं तो आपको विनम्रता की मूर्ति तथा अत्यन्त विनीत बनना ही होगा। मन की निम्न प्रवृत्ति को पूर्णतया सुधारना होगा। शिष्य गुरु से निवेदन तो करता है कि 'मैं योगाभ्यास करना चाहता हूँ, निर्विकल्प समाधि में पहुँचना चाहता हूँ, मैं आपके श्रीचरणाश्रित होना चाहता हूँ, मैं आपकी शरण में हूँ' ; परन्तु अपनी नीच प्रकृति को छोड़ता नहीं है, न ही आचार-व्यवहार, पुराने स्वभाव, दिनचर्या और चरित्र-आचरण को सुधारने का प्रयत्न ही करता है।

उचित तो यही है कि शिष्य अपने अहंकार, पुरानी धारणाओं, पूर्वाग्रहों, स्वार्थपरता, मन के प्रियकर विचारों को तिलांजलि दे दें, क्योंकि ये सब प्रवृत्तियाँ गुरु-आज्ञा तथा शिक्षा के अनुसार जीवन-यापन करने में घोर बाधक हैं।

गुरु के समक्ष हार्दिक सरलता से रहिए। अपनी अति गोपनीय बातों को नहीं छिपाइए। जितनी अधिक सरलता बरतेंगे, उतनी ही अधिक गुरु-कृपा प्राप्त करेंगे। इसी 'गुरुकृपा ही केवलम्' के बल पर आप प्रलोभनों और पापाचार के विरुद्ध संघर्ष कर मनोजय प्राप्त करने में समर्थ हो जायेंगे।

गुरु-कृपा चाहने से पूर्व अपने-आपको उसका अधिकारी बनाने का भरसक प्रयत्न करना होगा। जितनी ही साधक-शिष्य में आध्यात्मिकता की तीव्र पिपासा होगी एवं कृपा-प्राप्ति के लिए सुयोग्य व सुपात्र अधिकारी होगा, उनती ही उस पर दिव्य-कृपा की अधिकाधिक वृष्टि होती जायेगी। ***(क्रमश:)***

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)



ज्ञानदेव

ज्योति-सन्तानो!

नमस्कार! ॐ नमो नारायणाय!

महाराष्ट्र का प्रत्येक व्यक्ति सन्त ज्ञानेश्वर के नाम से परिचित है। वे एक जन्मजात सिद्ध तथा उच्च कोटि के योगी थे। पञ्च-महाभूत उनके वशवर्ती थे। उनकी कृति 'ज्ञानेश्वरी' मराठी-साहित्य की चूड़ामणि है। विट्ठल पन्त ज्ञानदेव के पिता थे। वह तेरहवीं शताब्दी में अपेगाँव में रहते थे। उनका विवाह आलन्दी के श्रीधर पन्त की पुत्री रुक्माबाई से हुआ। विट्ठल पन्त के मन में सांसारिक जीवन के प्रति वितृष्णा थी।

विट्ठल पन्त ने वाराणसी जा कर श्रीपाद यति (रामानन्द स्वामी) से संन्यास-दीक्षा ले ली। यह सुन कर कि उसके पति जीवन के चतुर्थ आश्रम में प्रविष्ट हो गये हैं, रुक्माबाई शोकाकुल हो गयीं। एक बार विट्ठल पन्त के गुरु रामेश्वरम् जाते हुए आलन्दी में रुके। रुक्माबाई ने उनके पास जा कर उनको साष्टांग प्रणाम किया। यति ने उन्हें आशीर्वाद देते हुए कहा, ''तुम्हें आठ पुत्रों की जननी होना है।'' रुक्माबाई फूट-फूट कर रोने लगी। यति ने कहा, ''भद्रे, तुम सौभाग्यवती हो। मैं तुम्हारे दुःख का कारण जानना चाहता हूँ।'' तब रुक्माबाई ने उनके समक्ष सारी बातें स्पष्ट कर दीं।

यति ने सोचा कि जिस युवक को उन्होंने संन्यास-आश्रम में दीक्षित किया है, वही इस स्त्री का पति होगा। रामेश्वरम्-यात्रा का कार्यक्रम स्थगित कर वह वाराणसी लौट गये। वहाँ अपने शिष्य को डाँटते हुए उन्होंने कहा, ''तुम गृहस्थाश्रम में लौट कर अपनी पत्नी के साथ सुखमय जीवन व्यतीत करो। वह तुम्हारी सेवा करना चाहती है। मेरा आशीर्वाद तुम्हारे साथ रहेगा।''

गुरु के आदेश को शिरोधार्य कर विट्ठल पन्त आलन्दी लौट आये और रुक्माबाई के साथ रहने लगे। आलन्दी के रूढ़िग्रस्त ब्राह्मणों ने

उन्हें तथा उनकी पत्नी को जाति-बहिष्कृत कर दिया। उनका कहना था, ''संन्यास-ग्रहण कर पुनः दाम्पत्य जीवन व्यतीत करना शास्त्र-सम्मत नहीं है।'' किन्तु, विठ्ठल पन्त का विचार था कि गुरु के आदेशानुसार वह जो-कुछ भी कर रहे हैं, उचित है।

इस बीच विठ्ठल पन्त तथा रुक्माबाई की चार सन्तानें हुईं। निवृत्तिनाथ, ज्ञानदेव, सोपान तथा मुक्ताबाई—इन चारों का जन्म क्रमशः १२७३ ई., १२७५ ई., १२७७ ई. तथा १२७९ ई.में हुआ। इनमें निवृत्ति को शिव का, ज्ञानदेव को हरि का, सोपान को ब्रह्मा का एवं मुक्ताबाई को सरस्वती का अवतार कहा जाता है। निवृत्ति तथा ज्ञानदेव ने अपने पिता के संरक्षण में वेदाध्ययन किया। आध्यात्मिक ग्रन्थों के अनुशीलन में उनकी प्रगति स्तुत्य थी।

जब पुत्र कौमार्यावस्था को प्राप्त हुए, तब उनके माता-पिता को उनका यज्ञोपवीत-संस्कार करने की इच्छा हुई; किन्तु ब्राह्मणों ने उस संस्कार के निष्पादन में स्पष्ट शब्दों में अपनी अस्वीकृति व्यक्त कर दी। उन्होंने कहा, ''किसी संन्यासी को वैवाहिक जीवन नहीं व्यतीत करना चाहिए। उसके पुत्र का यज्ञोपवीत-संस्कार शास्त्रानुमोदित नहीं है। संन्यासी के आत्मज यज्ञोपवीत-धारण के अधिकार का उपभोग नहीं कर सकते। उनकी गणना ब्राह्मणों में नहीं की जा सकती। तुम तथा तुम्हारी पत्नी—दोनों ने शास्त्रों के पवित्र विधान का उल्लंघन किया है। तुम दोनों के लिए एकमात्र प्रायश्चित्त यही है कि तुम लोग प्रयाग की त्रिवेणी में जा कर प्राण-त्याग करो।'' विठ्ठल पन्त तथा रुक्माबाई ने प्रयाग जा कर गंगा-यमुना के संगम पर प्राण-विसर्जन कर दिया। उन्होंने सोचा था कि इससे ब्राह्मण उनके पुत्रों पर दया कर उनका यज्ञोपवीत-संस्कार सम्पन्न करवा देंगे। उस समय निवृत्ति, ज्ञानदेव तथा कनिष्ठ पुत्र की आयु क्रमशः लगभग दश, आठ तथा पाँच वर्ष थी।

ज्ञानदेव अपने माता-पिता की इच्छा-पूर्ति के लिए यज्ञोपवीत-धारण के लिए अत्यन्त उत्सुक थे। उन लोगों ने इसी प्रयोजन की सिद्धि के लिए अपने प्राण विसर्जित किये थे। वह पुनः आलन्दी के बाह्मणों के पास गये। इस बार इन निराश्रित बालकों की दशा पर उनको दया आ गयी। उन लोगों ने उनसे कहा, ''तुम लोग पैठण जा कर वहाँ के कृतविद्य ब्राह्मणों से एक अनुमोदन-पत्र ले आओ। इसके पश्चात् हम लोग तुम्हारा यज्ञोपवीत-संस्कार कर देंगे।''

बालकों ने पैठण जा कर वहाँ के शास्त्रविद् ब्राह्मणों के समक्ष वेद-पाठ किया। ब्राह्मणों ने कहा,''तुम लोग वेद-पाठ के अधिकारी नहीं हो; अतः वेद-पाठ मत करो। तुम लोग उस संन्यासी के पुत्र हो जो गृहस्थाश्रम में पुनः लौट आया था।''

ज्ञानदेव ने कहा, ''कोई भी व्यक्ति वेद-पाठ कर सकता है। यहाँ तक कि यह भैंसा भी वेद-पाठ कर सकता है।'' इतना कह कर उन्होंने भैंसे की पीठ पर अपना हाथ रख दिया और वह भैंसा एक घण्टे तक वेद-पाठ करता रहा। आश्चर्य तो यह है कि उन बालकों के वेद-पाठ को जिस स्थान पर रोक दिया गया था, भैंसे ने उसी स्थल से वेद-पाठ का प्रारम्भ किया था। उसका वेद-पाठ लय तथा स्वर-शैली के दृष्टिकोण से सर्वथा निर्भ्रान्त था।

इस चमत्कार को देख कर ब्राह्मण स्तब्ध रह गये। उन्होंने कहा, ''ये सामान्य बालक न हो कर शंकर, विष्णु तथा ब्रह्मा के साक्षात् अवतार हैं।'' वास्तव में वे बालक जन्मजात सिद्ध थे। यद्यपि ब्राह्मणों ने बालकों की महानता को स्वीकार कर लिया, तथापि उन्होंने उनका यज्ञोपवीत-संस्कार करना स्वीकार नहीं किया।

पैठण में रह कर उन बालकों ने वहाँ के लोगों को गीता की शिक्षा दी। वहाँ ज्ञानदेव से अनेक चमत्कार हुए। एक ब्राह्मण को अपने मृत पिता को पिण्ड-दान देना था; किन्तु ब्राह्मण उस समारोह में सम्मिलित नहीं हुए। तब

ज्ञानदेव ने उसके पितरों को स्वर्ग से पृथ्वी पर बुला लिया। उन्होंने सच्चिदानन्द बाबा नामक एक मृत व्यक्ति को पुनर्जीवित कर दिया। महाभूतों पर ज्ञानदेव का पूर्ण नियन्त्रण था। पाकशाला में जब कभी पात्राभाव हो जाता था, तब उनकी बहन उनकी पीठ पर रोटियाँ सेक लिया करती थी। ज्ञानदेव को भगवान् कृष्ण का अवतार माना जाता है।

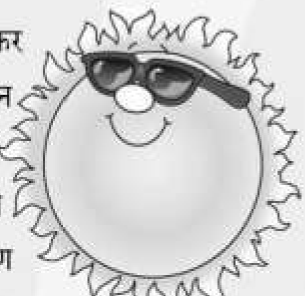
ज्ञानदेव ने तेरह वर्ष की अल्पायु में ही गीता पर 'ज्ञानेश्वरी' नामक एक अप्रतिम भाष्य की रचना की। इस भाष्य के लेखन का समापन जनपद अहमदनगर में प्रवरा नदी के तट पर स्थित नेवासा में हुआ था। इस भाष्य की गणना गीता के सर्वश्रेष्ठ भाष्यों में की जाती है।

प्रख्यात सन्त चांगदेव वटेश्वर में रहा करते थे, जो काल की अवज्ञा करते हुए अपनी योग-शक्ति से चौदह सौ वर्षों तक जीवित रहे। उनको अपनी यौगिक सिद्धियों पर बहुत गर्व था। उन्हें भूत-सिद्धि थी अर्थात् समस्त जीवित प्राणी उनके वशवर्ती थे। वह चीते पर सवार हो कर हाथ में सर्प का चाबुक लिये चला करते थे। वह ज्ञानदेव को देखने को उत्सुक थे। एक बार वह अनेक शिष्यों के साथ चीते पर सवार हो कर हाथ में सर्प का चाबुक लिये उनके दर्शनार्थ चल पड़े। ज्ञानदेव और उनके भाइयों ने उन्हें अपनी ओर धूमधाम से आते हुए देखा। उस समय ज्ञानदेव एक दीवार पर बैठे हुए थे। उन्होंने दीवार को आदेश दिया कि वह अग्रसरण करे जिससे वह चांगदेव का स्वागत कर सकें। चांगदेव ज्ञानदेव के इस चमत्कार के स्वयं साक्षी थे। वस्तुतः इससे उनको अवमानित होना पड़ा था। उन्होंने शान्त भाव से चीते से नीचे उतर कर ज्ञानदेव को साष्टांग प्रणाम किया और उनका शिष्यत्व ग्रहण कर लिया।

चांगदेव चौदह सौ वर्ष के एक वृद्ध पुरुष थे; किन्तु चतुर्दश वर्षीया बाला मुक्ता ने उनसे कहा, ''चांगदेव, सुनो, यदि तुम मुक्त होना चाहते हो, तो सर्वप्रथम तुम्हें निष्कपट भक्ति की साधना करनी होगी। तुम्हें भक्ति से वैराग्य और वैराग्य से ज्ञान प्राप्त होगा। अतः ज्ञान तुम्हारा लक्ष्य और भक्ति इस लक्ष्य-सिद्धि का माध्यम होना चाहिए।''

निवृत्ति ज्ञानदेव के वास्तविक गुरु थे। उन्होंने ज्ञानदेव को एक ऐसे स्वतन्त्र ग्रन्थ की रचना का आदेश दिया जिसमें उनके ज्ञान-सम्बन्धी समस्त अनुभवों का समावेश हो। इस आदेश का पालन करते हुए ज्ञानदेव ने 'अमृतानुभव' नामक ग्रन्थ की रचना की। इसकी आठ सौ द्विपदियों में उनके उच्चतम आध्यात्मिक अनुभव सन्निहित हैं।

ज्ञानदेव ने अपने मित्रों तथा भाइयों के समक्ष जीते-जी समाधि (संजीवनी समाधि) लेने की इच्छा व्यक्त कर दी। बाईस वर्ष की आयु में १२९६ ई. के अक्तूबर मास के लगभग अन्त में कार्तिक के कृष्ण पक्ष की त्रयोदशी तिथि को आलन्दी में उन्होंने अपनी इस इच्छा की पूर्ति भी कर ली। उन्होंने अपने प्राणों को ब्रह्मरन्ध्र में केन्द्रित कर अपने भौतिक शरीर का परित्याग कर दिया। यदि कोई उनकी समाधि के पार्श्व में उनकी गीता को पढ़ ले, तो उसे अपनी सभी शंकाओं का समाधान प्राप्त हो जायेगा। इसके पश्चात् आठ महीने की अल्पावधि में ही उनके अन्य भाइयों तथा उनकी बहन ने भी अपने शरीर का परित्याग कर दिया।



उन्होंने पचीस वर्षों की अवधि में तत्कालीन ब्राह्मणों की धर्मान्धता को समाप्त कर उन्हें अज्ञान के अन्धकार से मुक्त किया। उनसे उन ब्राह्मणों को मुक्ति के लिए भक्ति तथा ज्ञान के सुदृढ़ माध्यम की भी सम्प्राप्ति हुई। इसके अतिरिक्त उन महान् आत्माओं ने लोगों के मन में इस तथ्य को बद्धमूल कर दिया कि संसार में सभी समान हैं और मानव की महिमा-मण्डित उपलब्धियों तथा उसके उत्कर्ष का कारण संयोगवशात् किसी कुलीन परिवार में उसका जन्म-ग्रहण या मात्र वेद-वेदान्त का अध्ययन न हो कर उसका दिव्य कर्म है।

ज्ञानदेव वारकरी-सम्प्रदाय नामक एक संस्था के संस्थापक थे जो महाराष्ट्र में अपनी पुरातन गरिमा के साथ आज भी जीवित है। जो लोग इस सम्प्रदाय के प्रति आस्थावान् हैं, उन्हें प्रति वर्ष आषाढ़ तथा कार्तिक मास की एकादशी को पण्ढरपुर की यात्रा करनी होती है। यदि किसी कारण ऐसा सम्भव नहीं हो पाता, तो प्रति वर्ष कम-से-कम एक बार तो वहाँ जाना ही पड़ता है। इसे इतना पवित्र समझा जाता है कि अस्वस्थ व्यक्तियों को छोड़ कर अन्य सभी लोग आजीवन प्रतिवर्ष पण्ढरपुर की यात्रा करते हैं। यह परम्परा पीढ़ियों से चली आ रही है।

ज्ञानदेव का जीवन आप सब लोगों के लिए प्रेरणा-स्रोत बने! 'ज्ञानेश्वरी' तथा 'अमृतानुभव' का सम्यक् आशीर्वाद प्राप्त हो! आप सबको उनकी जयन्ती के अवसर पर आलन्दी में उनकी समाधि के दर्शन के लिए जाने का सुअवसर प्राप्त हो और आप लोग वहाँ उस सन्त के आशीर्वाद से कृतकृत्य हों जो आज भी अपने भक्तों को गुप्त रूप से अमरत्व का अमृत-पान कराया करते हैं!

स्वामी शिवानन्द

खाली स्थानों को भरें :

१. ज्ञानदेव की कृति......................मराठी-साहित्य की चूड़ामणि है।

२. ....को सरस्वती का अवतार कहा जाता है।

३. ज्ञानदेव ने......................में समाधि ली।

४. ....को ब्रह्म का अवतार कहा जाता है।

५. ....में भैंसा एक घण्टे तक वेद-पाठ करता रहा।

६. विठ्ठल पन्त ने......................से संन्यास-दीक्षा ले ली।

७. ....ज्ञानदेव के वास्तविक गुरु थे।

८. ....नामक ग्रन्थ में ज्ञानदेव के उच्चतम आध्यात्मिक अनुभव सन्निहित हैं।

९. ज्ञानदेव......................नामक एक संस्था के संस्थापक थे।

उत्तर के लिए पृष्ठ ५० देखिए।

साधना सप्ताह और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि आराधना का कार्यक्रम

आध्यात्मिक जिज्ञासु साधकों को प्रेरणा एवं निर्देशन देने के उद्देश्य से मुख्यालय आश्रम वर्ष १९६४ से गुरु पूर्णिमा एवं सद्गुरुदेव की पुण्यतिथि आराधना के मध्यवर्ती समय में साधना सप्ताह के आयोजन में सतत संलग्न है। इस वर्ष २८ जुलाई से ३ अगस्त २०१८ तक स्वामी शिवानन्द सत्संग भवन में ५५ वाँ साधना शिविर आयोजित किया गया।

प्रत्येक दिन कार्यक्रम का प्रारम्भ श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी तथा श्री स्वामी गुरुप्रेमानन्द जी द्वारा संचालित प्रातःकालीन प्रार्थना एवं ध्यान तथा उसके उपरान्त परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज द्वारा दिये जाने वाले संक्षिप्त सन्देश के सत्र के साथ किया गया। उसके तुरन्त बाद प्रभातफेरी होती थी जिसमें भक्त अत्यंत उत्साह एवं आनन्द सहित दिव्य नाम संकीर्तन करते हुए सम्मिलित होते थे। श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी तथा श्री स्वामी पूर्णानन्द जी द्वारा योगासन सत्र संचालित किये गये। पूर्वाह्न सत्र श्री स्वामी कैवल्यानन्द जी तथा ब्रह्मचारी सरोज जी द्वारा जयगणेश प्रार्थनाओं और श्रीविष्णुसहस्रनाम एवं श्रीमद्भगवद्गीता के पारायण के साथ संचालित किये गये तथा अपराह्न सत्रों का प्रारम्भ भक्तों द्वारा किये जाने भजन-कीर्तनों सहित किया गया। पूर्वाह्न एवं अपराह्न सत्रों में विभिन्न संस्थाओं के और मुख्यालय आश्रम के सन्त-महात्माओं द्वारा भक्त साधकों को प्रेरणाप्रद एवं उत्थापक प्रवचनों से आशीर्वादित किया गया।

कैलास आश्रम, ऋषिकेश के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी दिव्यानन्द सरस्वती जी महाराज ने अपने उद्घाटन भाषण में विविध सद्ग्रन्थों से उद्धरण देते हुए कहा कि आन्तरिक शुद्धि समस्त योग साधनाओं की नींव है। श्री स्वामी जी महाराज ने उपनिषदों की प्रजापति द्वारा देवों, दैत्यों और मनुष्यों को एक ही अक्षर-'द' का उपदेश देने वाली कथा को सुनाते हुए साधकों को अन्तर निरीक्षण करने, अपने दोषों को खोजने तथा गहन सतत साधना द्वारा उनको दूर करने के लिए प्रेरित किया।

साधना सदन, हरिद्वार के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी विश्वात्मानन्द पुरी जी महाराज ने अपने प्रवचन में मुण्डकोपनिषद् में से उद्धरण देते हुए कहा, 'परीक्ष्य लोकान् कर्मचितान्' अर्थात् साधक को सर्वप्रथम कर्मों के द्वारा प्राप्त होने वाले लोकों का परीक्षण कर लेना चाहिए और यह समझ जाना चाहिए कि परम तत्त्व की प्राप्ति कर्मों द्वारा नहीं की जा सकती। केवल ज्ञान प्राप्ति के माध्यम से ही व्यक्ति द्वारा यह प्राप्त किया जा सकता है और इसके लिए साधक को श्रोत्रीय ब्रह्मनिष्ठ गुरु के चरणों की शरण में जाना चाहिए।

परमार्थ निकेतन, ऋषिकेश के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी असंगानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचनों में साधकों से इसी जन्म में आत्म साक्षात्कार अथवा परम लक्ष्य की प्राप्ति हेतु एक सर्वाधिक प्रभावशाली व्यावहारिक साधना अपनाने के लिए कहा। श्री स्वामी जी महाराज ने साधकों से यह कहा कि उन्हें संसार की क्षणिकता एवं अनित्यता का सतत चिन्तन करना चाहिए। इस साधना का निरन्तर अभ्यास उन्हें शीघ्र ही अपने निजी वास्तविक स्वरूप का अनुभव करने में सक्षम बना देगा।

गीता विज्ञान पीठ, कनखल, हरिद्वार के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी विज्ञानानन्द सरस्वती जी महाराज ने अपने प्रवचन में भगवद्गीता से उद्धरण देते हुए भक्ति की महिमा का वर्णन किया। श्री स्वामी जी महाराज ने साधकों को गहन भक्ति विकसित करने की प्रेरणा देते हुए कहा कि एकनिष्ठ भक्ति के माध्यम से व्यक्ति भगवान् को जान सकता है और अन्ततोगत्वा उन ही में लीन हो सकता है।

भरत मिलाप आश्रम, मायाकुण्ड, ऋषिकेश के श्री स्वामी रामकृपालु जी महाराज ने अपने सम्बोधन में सद्गुरुदेव को भव्य श्रद्धांजलि देते हुए कहा कि वे हिमालय के महान् योगी थे। मानव-जन्म को अमूल्य सम्पदा बताते हुए श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि भगवान् ने मानव को यह दुर्लभ देह का अनमोल उपहार केवल भगवद्प्राप्ति हेतु, उस पर अति कृपापूर्वक दिया है।

गुरुमण्डल आश्रम, मायापुर, हरिद्वार के महामण्डलेश्वर श्री स्वामी भगवत्स्वरूप जी महाराज (दर्शनाचार्य) ने कठोपनिषद् और अष्टावक्र गीता में से उद्धरण देते हुए मोक्ष अथवा मुक्ति प्राप्त करने हेतु विषय भोगों के त्याग की आवश्यकता पर अपने प्रवचन को केन्द्रित किया।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज, परमाध्यक्ष, डी.एल.एस. मुख्यालय ने अपने प्रवचन में सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के प्रथम दर्शन प्राप्त करने की घटना का वर्णन करते हुए, उनके जीवन की कतिपय प्रेरणाप्रद घटनाओं का उल्लेख किया।

परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज, उपाध्यक्ष, डी.एल.एस. मुख्यालय ने अपने सन्देश में साधकों को कहा कि मन एवं देह के स्तर पर अपने दोषों और कमियों को खोजना तथा उनको दूर करने का गम्भीर प्रयत्न करना ही सच्ची साधना है। श्री स्वामी जी महाराज ने साधकों को अपने जीवन के प्रत्येक क्षण में ईश्वर तथा गुरु की विद्यमानता का अनुभव करने का अभ्यास करने तथा निरन्तर भगवन्नाम स्मरण करने की प्रेरणा दी जिससे कि वे समस्त सीमाओं से परे जा कर परम तत्त्व का साक्षात्कार कर सकें।

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज, उपाध्यक्ष, डी.एल.एस. मुख्यालय ने प्रातःकालीन ध्यानोपरान्त हुए अपने प्रवचनों की शृंखला में साधकों से श्रीमद्भगवद्गीता को उद्धृत करते हुए, सद्गुरुदेव के

समन्वय योग के चार मुख्य सूत्रों—सेवा, भक्ति, ध्यान और साक्षात्कार की व्याख्या करके उसके महत्त्व का वर्णन किया। इसके साथ ही श्री स्वामी जी महाराज ने साधकों को सद्गुणों का विकास तथा दुर्गुणों को दूर करते हुए आध्यात्मिक पथ पर अपनी सफलता सुनिश्चित करने का उपदेश दिया।

साधना सप्ताह के प्रथम दिवस के अपराह्न सत्र में अपने सन्देश में श्री स्वामी जी महाराज ने श्रीमद्भगवद्गीता के श्लोक उद्धृत करते हुए साधकों से गीता की महिमा का वर्णन किया तथा इसकी मूल शिक्षाओं से अवगत कराया। श्री स्वामी जी महाराज ने इस दिव्य ग्रंथ के श्लोकों के वर्णन सहित साधकों को निष्काम कर्म करने और भगवान् के प्रति एकनिष्ठ भक्ति विकसित करने की प्रेरणा दी।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज, महासचिव, डी.एल.एस. मुख्यालय ने अपने उद्बोधन में उपनिषदों के सत्य को दोहराते हुए कहा कि हम आनन्दस्वरूप और परिपूर्ण हैं। अपने इस आनन्दस्वरूप और परिपूर्णता की विस्मृति के कारण हम स्वयं को अपूर्ण एवं दुःखी अनुभव करते हैं। साधना हमारे वास्तविक स्वरूप को स्वीकारने और उसे सुदृढ़ करने में सक्षम बनाती है।

श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में यज्ञ, दान और तप के महत्त्व का वर्णन किया। श्रीमद्भगवद्गीता को उद्धृत करते हुए श्री स्वामी जी महाराज ने कहा, 'यज्ञदानतपःकर्म न त्याज्यम् — मनुष्य को कभी भी यज्ञ, दान और तपश्चर्या का त्याग नहीं करना चाहिए क्योंकि यह शुद्धिकरण की प्रक्रियाएँ हैं।

श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी महाराज, श्री स्वामी त्यागवैराग्यानन्द जी महाराज, श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी महाराज, श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी महाराज, श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी महाराज, श्री स्वामी पूर्णबोधानन्द जी महाराज, श्री स्वामी त्यागानन्द माता जी, श्री स्वामी हरिहरानन्द जी महाराज, श्री स्वामी भूमानन्द जी महाराज, श्री स्वामी कैवल्यानन्द जी महाराज, श्री स्वामी ब्रह्मात्मानन्द जी महाराज, श्री स्वामी कृष्णदासानन्द जी महाराज, ब्रह्मचारी गोपी जी, फरीदपुर के श्री ब्रजेश पाठक जी, दिल्ली की श्रीमती वीना शर्मा जी और बंगलूरु के श्री गणेश प्रसाद जी ने साधना सम्बंधी विभिन्न विषयों पर साधना सप्ताह के विभिन्न सत्रों में प्रेरणाप्रद प्रवचन दिये।

इन प्रवचनों के अतिरिक्त परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज एवं परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने तीन प्रश्नोत्तरी सत्रों में साधकों के प्रश्नों के उत्तर देते हुए उनकी शंकाओं का समाधान किया।

रात्रि सत्संग में, साधना सप्ताह के पहले और दूसरे दिन क्रमशः कोलकाता की श्रीमती नवनीत चटर्जी और बंगलूरु के श्री गणेश प्रसाद जी द्वारा सुमधुर भजन प्रस्तुत किये गये तथा तीसरे और सातवें दिन आश्रम के संन्यासी एवं ब्रह्मचारीवृन्द ने सद्गुरुदेव के चरणों में भजन-कीर्तन अर्पित किये, चौथे दिन श्री सूर्यनारायण राव एवं श्रीमती

अर्चना राव ने भक्ति-संगीत की प्रस्तुति दी, ऋषिकेश के भक्तों और साधकों द्वारा

तबला वादन और भजन प्रस्तुति सप्ताह के पाँचवें और छठे दिन के विशेष आकर्षण रहे।

साधना सप्ताह के समापन सत्र में, परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज और परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज ने साधकों को अपने प्रेरणादायी संक्षिप्त संदेशों से आशीर्वादित किया। ज्ञान प्रसाद एवं प्रसाद के वितरण के साथ साधना सप्ताह समाप्त हुआ।

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की ५५ वीं पुण्यतिथि आराधना ५ अगस्त २०१८ को अत्यंत श्रद्धा-भक्ति सहित मनायी गयी। कार्यक्रम का प्रारम्भ प्रातः ४.३० बजे ब्रह्ममुहूर्त प्रार्थना एवं ध्यान और उसके उपरान्त परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज के संक्षिप्त संदेश से हुआ। आश्रम यज्ञशाला में विश्व-शान्ति एवं सर्व कल्याण हेतु विशेष हवन किया गया।

पूर्वाह्न सत्र में पावन समाधि मन्दिर में एक विशेष पूजा की गयी। उसके उपरान्त आडिटोरियम में एक विशाल सत्संग का आयोजन किया गया जिसमें सद्गुरुदेव की पावन पादुकाओं की लक्षार्चना सहित पारम्परिक पूजा की गयी तथा उसके उपरान्त भजन-कीर्तन हुए।

इस पावन अवसर पर दो पुस्तकों का विमोचन भी किया गया। सत्संग का समापन परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज के आशीर्वचनों सहित किया गया। फिर यति-पूजा की गयी जिसमें १०८ साधुओं की श्रद्धापूर्वक पूजा की गयी और भोजन एवं दक्षिणा भेंट की गयी।

अपराह्न सत्र में भक्तों द्वारा श्रद्धेय गुरुदेव के जीवन और शिक्षाओं पर भाषण हुए। सायंकालीन सत्संग में माँ गंगा की गुरुदेव घाट पर अर्चना एवं आरती सहित पूजा की गयी। रात्रि सत्संग में सद्गुरुदेव के डीवीडी शो के माध्यम से दर्शन प्राप्त कर के भक्त अत्यंत आह्लादित हुए। आरती और विशेष प्रसाद वितरण सहित महोत्सव समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की कृपावृष्टि सभी पर हो।

सद्गुरु साक्षात् ब्रह्म है। वह आनन्द, ज्ञान तथा करुणा का सागर है। वह आपकी आत्मा का नेतृत्व करने वाला है। वह सुख का स्रोत है। वह आपके समस्त कष्टों, विषादों तथा बाधाओं को विदूरित करता, आपको सम्यक् दिव्य पथ दर्शाता, आपके अज्ञानावरण को विदीर्ण करता, आपको अमर तथा दिव्य बनाता और आपकी निम्न आसुरी प्रकृति को रूपान्तरित करता है। वह आपको ज्ञान-रज्जु देता और इस संसार-सागर में डूबते समय आपको पकड़ता है। उसे मात्र एक मनुष्य ही न समझें। यदि आप उसे मनुष्य समझते हैं, तो आप पशु हैं। अपने गुरु की पूजा करें और श्रद्धापूर्वक उन्हें नमस्कार करें।

—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। ***—परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज***

जब वह अभी दो मास का ही था, उसकी माता का देहान्त हो गया। लोगों ने उस पर माँ की मृत्यु का दोष मढ़ दिया और अधिक प्रेम एवं ध्यान मिलने के स्थान पर उसे तिरस्कार मिला और परिवार में उसे अभागा समझते हुए उपेक्षित कर दिया गया। कई वर्षों के बाद जब उसे कुष्ठ रोग (ऐसा रोग जो केवल शरीर पर ही आक्रमण नहीं करता अपितु रोगी के मानसिक और सामाजिक जगत् पर भी भयंकर प्रभाव डालता है) हो गया, तब मानो उसका पुराना घाव फिर से कुरेद दिया गया। यद्यपि उसने औषधि का पूरा कोर्स कर लिया था और उस समय वह जहाँ रहता था उस बस्ती में औषधि-वितरण में सहायता भी करने लगा था, तथापि नकारात्मक विचारों एवं नकारात्मक चिन्तन ने उसका पीछा नहीं छोड़ा था। उसने अपने दुःख को भुलाने का और अपने साथियों के साथ मिल कर नया जीवन आरम्भ करने का प्रयास किया, उसने धूम्रपान आरम्भ कर दिया और वर्षों अटूट-क्रम से धूम्रपान करता रहा, यहाँ तक कि उसके पाँव की शिराएँ प्रतिबाधित हो कर बन्द ही हो गयीं और वह शिराओं के विगलन-रोग से इतना ग्रस्त को गया कि रोग ऊपर घुटने तक बढ़ गया। अब टाँग काट देने के अतिरिक्त अन्य कोई मार्ग नहीं था और दक्षिण भारत, जहाँ वह उस समय रहता था, वहाँ के एक चिकित्सालय में यह कर दिया गया। धीरे-धीरे उसने स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर लिया, एक कृत्रिम टाँग लगा दी गयी, धूम्रपान पूर्णतया त्याग दिया और फिर उसे मार्ग में अपना एक पुराना मित्र मिल गया जो उसे सद्गुरुदेव की छत्रछाया में ले आया और लक्ष्मणझूला की एक बस्ती में भरती होने का प्रबन्ध भी करवा दिया गया। वह प्रसन्न ही दिखायी देता था, किन्तु उस पर पुनः उन्हीं पुराने नकारात्मक विचारों ने आक्रमण कर दिया और अब फिर से सन्देह एवं तनाव उस पर हावी हो गया। वह भयभीत रहने लगा कि उसकी दूसरी टाँग भी काट दी जायेगी, यद्यपि इस विचार का कोई कारण नहीं था। उसने अन्य सबसे अलग रहना, स्वयं को कपड़ों में छुपा कर रखना और आँखें बन्द किये रखना आरम्भ कर दिया। परित्यक्त कर दिये जाने, सबके द्वारा उपेक्षित और निकम्मा समझे जाने वाले पुराने विचारों ने पुनः उसके मन को विक्षुब्ध करना प्रारम्भ कर दिया। औषधियाँ दिये जाने के कारण और एक नियमित कार्यक्रम में व्यस्त कर दिये जाने के कारण धीरे-धीरे वह फिर से स्थिर हो गया है और अपनी दिनचर्या में रुचि लेते हुए स्वाध्याय तथा अपनी सामर्थ्य अनुसार सक्रिय कार्यों में भी भाग लेने लगा है।

अपनी टाँग-विच्छेदन के लिए वह नवागन्तुक रोगिणी बिलकुल भी तैयार नहीं थी, जबकि शिवानन्द होम में भरती होने से पहले ही चिकित्सक ने उसे यह करने का परामर्श दिया था। ७२ वर्षीय यह महिला बंगाल से आयी थी। इसके माता-पिता माँ काली, श्री रामकृष्ण, स्वामी विवेकानन्द और शारदा माँ के गहन भक्त थे और उन्होंने अपनी पुत्री को बहुत अच्छे संस्कार दिये थे। वे आध्यात्मिक गतिविधियों से जुड़े हुए थे और उनके प्रति समर्पित थे, इसीलिए उनकी सन्तान श्री परमहंसदेव की कथाओं और उनके साहित्य से भलीभाँति परिचित थी। अतः छोटी आयु में ही माता-पिता ने अच्छे संस्कारों का बीजारोपण उन में कर दिया था। उसने अँगरेज़ी में स्नातकोत्तर शिक्षा पूर्ण की थी, उसे पढ़ाने में रुचि थी अतः उसने निर्धन बच्चों को निःशुल्क पढ़ाना आरम्भ कर दिया। वह एकान्तप्रिय थी, प्रकृति के साथ एक हो जाना और उसके

चमत्कारों का आनन्द लेना उसे अति प्रिय था, अतः किसी आध्यात्मिक संस्था में सम्मिलित हो जाने में उसकी रुचि नहीं थी।

माता-पिता के देहान्त के उपरान्त, वह साध्वी बन कर घूमती रही, कुछ वर्षों तक जम्मू में रह कर निर्धन बच्चों को कम्प्यूटर की प्रारम्भिक शिक्षा एवं बड़े बच्चों को अँगरेज़ी के अतिरिक्त बायोलोजी की निःशुल्क शिक्षा देती रही। फिर उसकी इच्छा हुई कि भगवान् इस धरती के समस्त प्राणियों की देख-रेख करने वाले हैं, अतः उन सर्वशक्तिमान् एवं सर्वव्यापी को ही पूर्णतया सर्वस्व समर्पित कर देना चाहिए। अब उसने साधारण वस्त्रों में एक साध्वी की भाँति भगवन्नाम लेते हुए, पूर्णतया उनकी दया और इच्छा पर स्वयं को छोड़ कर भ्रमण करना आरम्भ कर दिया। इसी समय के दौरान, स्वैच्छित कष्टों को झेलने तथा नग्न पाँव घूमने और चोट-घाव की ओर ध्यान न देने के कारण पाँव का घाव भयानक व्रणित घाव के रूप में विकसित हो गया। विधाता का विधान उसे गुरुदेव के पावन आश्रम में ले आया, जहाँ एक समाजसेवी ब्रह्मचारी ने उसे बहते हुए घाव के साथ सड़क पर एकाकी बैठी हुई को देख लिया। उसने तत्काल उसको प्राथमिक चिकित्सा दी और शिवानन्द होम में भरती होने का प्रबन्ध कर दिया। यह भगवान् की कृपा ही है कि उसका घाव ठीक होना आरम्भ हो गया है, अब वह बिना किसी अन्य व्यक्ति की सहायता के छड़ी के साथ स्नान एवं शौच इत्यादि के लिए जाने लगी है। यहाँ आने से पहले ऋषिकेश से बाहर किसी चिकित्सालय में चिकित्सक ने उसे टाँग काट देने को कहा था, किन्तु परम दयालु परमात्मा में पूर्ण विश्वास के साथ उसने इसके लिए दृढ़ अस्वीकृति प्रकट कर दी। और अब श्रद्धेय गुरुदेव की कृपा से टाँग को काटने की किसी आवश्यकता के बिना ही घाव अति शीघ्रता से भर रहा है। गुरुदेव कृपा ही केवलम्! वह अपना समय जप, स्वाध्याय, टी.वी. पर आध्यात्मिक कार्यक्रम देखने और भजन सुनने में व्यतीत कर रही है। इस विस्तृत संसार में पूर्णतया एकाकी, केवल भगवान् पर निर्भर करते हुए किसी महिला का इस प्रकार जीवन व्यतीत करने का निर्णय कर सकना सचमुच मन को हिला देने वाला है! यह केवल परमात्मा और गुरुदेव की अहैतुकी कृपा से ही सम्भव है!

समत्व-बुद्धि रखिए

गाय अपने बछड़े से अलग हो कर किसी भी क्षेत्र में घास चरने चली जाये, तो भी उसका मन सदा अपने बछड़े पर ही लगा रहता है; उसी प्रकार आपको भी अपने मन को जप के द्वारा ईश्वर में लगाये रखने तथा हाथों से कार्य करते रहने की आदत डालनी चाहिए।

सारे रागों का त्याग कीजिए। सफलता एवं विफलता, लाभ एवं हानि, विजय अथवा पराजय, सुख एवं दुःख में सदा सन्तुलित रहिए। सतर्कतापूर्वक मन को सन्तुलित कीजिए। यही आनन्द-धाम के द्वार खोलने के लिए एकमेव कुंजी है। यही योग में सफलता का रहस्य है।

भावना कीजिए तथा विचार कीजिए कि आप जीवन के हर क्षण में ईश्वर के लिए जीवित रहते, श्वास लेते तथा काम करते हैं और उसके बिना आपका जीवन पूर्णतः निस्सार है। यदि आप एक क्षण के लिए भी उसको भूल जायें, तो आपको विरह-दुःख होना चाहिए।

—स्वामी शिवानन्द

सूचना

दिव्य जीवन संघ, सुरेन्द्रनगर शाखा, गुजरात में त्रिदिवसीय संयम शिविर

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की अनुकम्पा से दिव्य जीवन संघ गुजरात की सुरेन्द्रनगर शाखा अपनी हीरक जयन्ती के शुभ अवसर पर, ११ से १३ नवम्बर २०१८ तक एक त्रिदिवसीय संयम सप्ताह आयोजित कर रही है।

इस शिविर में शिवानन्द आश्रम के वरिष्ठ सन्त तथा अन्य गणमान्य वक्ता पधारेंगे।

नामांकन निःशुल्क है। अन्य जानकारी हेतु सम्पर्क सूत्र :

श्री स्वामी गोपालानन्द जी, डी. एल. एस. सुरेन्द्रनगर शाखा मो. ९४२८२ ९२३५२

श्री राजेश भट्ट, डी. एल. एस. सुरेन्द्रनगर शाखा मो. ९८२५२ २४३५५

शिविर स्थल : दिव्य जीवन संघ, शिवानन्द आश्रम
रतनपुर, सुरेन्द्रनगर, गुजरात–३६३०२०

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

---

९० वें योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन कार्यक्रम

सद्गुरुदेव के पावन ज्ञान यज्ञ की ९० वीं आहुति के रूप में ९० वाँ बेसिक योग–वेदान्त कोर्स १६ अगस्त २०१८ को आरम्भ हुआ। विभिन्न १६ प्रान्तों से कुल ४२ जिज्ञासु साधकों को वाई. वी. एफ. ए. हाल में प्रारम्भ होने वाले इस पावन ज्ञान यज्ञ में भाग लेने का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

उद्घाटन कार्यक्रम का प्रारम्भ माँ दुर्गा और दत्तात्रेय भगवान् के पावन मन्दिरों में पूजा से किया गया। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं के उपरान्त परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने दीप प्रज्वलन के साथ कोर्स का उद्घाटन किया। अपने उद्घाटन प्रवचन में श्री स्वामी जी महाराज ने छात्रों को सद्गुरुदेव की पावन स्थली में आने का सौभाग्य प्राप्त होने पर बधाई दी, साथ ही योग–वेदान्त के महत्त्व से भी अवगत कराया। माँ सरस्वती की पूजा एवं प्रसाद वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिवान् परमात्मा और सद्गुरुदेव के आशीर्वाद सभी पर हों।

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

◆ ◆ ◆

सूचना

गुजरात की डिवाइन लाइफ सोसायटी वडोदरा शाखा में
१२ से २३ नवम्बर २०१८ तक प्रस्थानत्रयी पारायण का आयोजन

डिवाइन लाइफ सोसायटी वडोदरा शाखा तथा एम. एस. यूनिवर्सिटी ऑफ बड़ोदा का संस्कृत महाविद्यालय, उत्तरकाशी की भगवत्पाद मण्डली के सहयोग से १२ से २३ नवम्बर २०१८ तक प्रस्थानत्रयी का शांकर-भाष्य सहित पारायण आयोजित कर रहे हैं। सायंकालीन सत्र में सुविख्यात सन्त एवं विद्वज्जन उपनिषद् तथा ब्रह्मसूत्र पर व्याख्यान देंगे।

समस्त भक्तवृन्द से इस कार्यक्रम में सम्मिलित होने के लिए हार्दिक अनुरोध है।

पंजीकरण तथा अन्य जानकारी के लिए कृपया सम्पर्क करें—

संयोजक :

डॉ. जयन्त दवे	९८२५० ३५२३२
श्री पीयूष दवे	९८७९० १७८९८
श्री कृष्णकान्त दवे	९९७८९ ४१४८६

कार्यालय— शिवानन्द भवन, रामजी मन्दिर लेन, गवर्नमेन्ट प्रेस, कोठी के सामने वडोदरा—३९०००१, गुजरात

ईमेल— namamishankaram.vadodara@gmail.com

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

विषय-सुखों का परित्याग कीजिए

उस असीम, अपरिवर्तनशील तथा परम सुख की खोज कीजिए जो ऐसी सत्ता से प्राप्त हो सकता है जिसमें विकार नहीं है। ऐसी सत्ता की खोज कीजिए और उसको ढूँढ़ निकालिए; यदि आप उसको खोजने में समर्थ हो गये, तो आप निर्विकार सुख की प्राप्ति कर सकते हैं।

विषय-सुखों के साथ बहुत-से दोष भी लगे हुए हैं। इनके साथ बहुत-से पाप, दुःख, दुर्बलताएँ, आसक्ति, परतन्त्रता का भाव, दुर्बल संकल्प-शक्ति, कठिन प्रयास तथा संघर्ष, बुरी आदतें, तृष्णाएँ, कामनाओं की प्रबलता, मानसिक अशान्ति आदि का समावेश है। अतः सारे विषय-सुखों का त्याग कीजिए।

—स्वामी शिवानन्द

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

बंगलूरु (कर्नाटक): शाखा द्वारा गुरुवारों को पादुका पूजा, स्वाध्याय, महामृत्युञ्जय जप, गीता और गुरुगीता पाठ सहित सत्संग चलते रहे। दूसरे और चौथे रविवार को भजन, गीता एवं उपनिषदों के पारायण के प्रशिक्षण की कक्षाएँ संचालित की गयीं, २२ जुलाई को भजनों सहित विशेष सत्संग किया गया। तीसरे रविवार को महामृत्युञ्जय मन्त्र का अखण्ड जप चलता रहा। २७ जुलाई को पादुका पूजा, भजन, गुरुगीता पाठ और प्रवचनों सहित गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

बरबिल (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक सोमवार एवं गुरुवार को सत्संग, शिवानन्द धर्मार्थ डिस्पेंसरी द्वारा रोगियों की नि:शुल्क चिकित्सा पूर्ववत् चलती रही। २४ जुलाई को साधना दिवस, बाल विहार कक्षाएँ प्रत्येक रविवार को, २२ से २६ तक भागवत कथा और २७ को नगर संकीर्तन, पादुका पूजा एवं भजनों सहित गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

बरगढ़ (ओडिशा): शाखा के दैनिक स्वाध्याय, प्राणायाम और ध्यान, सोमवारों को रुद्राभिषेक, गुरुवारों को गुरुपादुका पूजा, शनिवारों को सत्संग, रविवारों को गीता पारायण सहित विचारगोष्ठी के कार्यक्रम चलते रहे। उड़िया पत्रिका 'महत् वाणी' नि:शुल्क वितरणार्थ छापी गयी; शिवानन्द होमियो डिस्पेंसरी के माध्यम से निर्धन रोगियों का उपचार भी किया जाता रहा। २७ जुलाई को भजन-कीर्तन और नारायण सेवा इत्यादि सहित गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

बेलागुंठा (ओडिशा): जून-जुलाई मासों में दैनिक प्रार्थना, ध्यान, रविवारों को सत्संग तथा गुरुवारों को चल सत्संग, प्रत्येक संक्रान्ति को साधना दिवस, एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा प्रत्येक ८ को पादुका पूजा शाखा की नियमित गतिविधियाँ रहीं। इसके अतिरिक्त परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के प्रत्येक मासिक जन्म दिवस २४ को ज़रूरतमन्द लोगों को निःशुल्क औषधियाँ भी वितरित की गयीं।

भुवनेश्वर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पादुका पूजा, गुरुवारों को साप्ताहिक सत्संग, मंगलवारों को योग-कक्षाएँ एवं भजन और मास की प्रत्येक २४ को राम तारक मन्त्र जप एवं भागवत पारायण शाखा की नियमित गतिविधियाँ रहीं। इसके अतिरिक्त चल-सत्संग भी पूर्ववत् चलते रहे। २१ जून को योग दिवस मनाया गया।

भवानीपटना (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक योग-कक्षा, गुरुवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रत्येक ८ को पादुका पूजा के कार्यक्रम चलते रहे। १३ और १४ जुलाई को रथ यात्रा अन्न प्रसाद वितरण सहित मनायी गयी। १६ को साधना दिवस मनाया गया तथा निःशुल्क होमियोपैथी औषधियाँ ज़रूरतमन्द लोगों को दी गयीं।

चाँदपुर (ओडिशा): साप्तााहिक सत्संग शनिवार को, गुरु पादुका पूजा गुरुवार को और चल सत्संग ८ और २४ को शाखा द्वारा किये जाते रहे। ३ जून को हनुमान चालीसा पाठ; ८, १५ और १९ को भक्तों के आवास पर विशेष सत्संग, शाखा द्वारा २२ को नेत्र-चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया जिसमें ५६ रोगियों की चिकित्सा और २७ की शल्य-चिकित्सा की गयी। २७

को नगर संकीर्तन, पादुका पूजा और सायंकालीन सत्संग सहित श्री गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

छत्रपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा तथा प्रत्येक गुरुवार को नियमित सत्संग किये जाते रहे। श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के मासिक जयन्ती दिवस ८ एवं २४ को पादुका पूजा और अर्चना की गयी। १० जून को विशेष सत्संग तथा ३० को सुन्दरकाण्ड पारायण किया गया।

दलभनपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक योग-कक्षा, मंगलवार को साप्ताहिक सत्संग गीता पाठ, हनुमान चालीसा और भजन-कीर्तन इत्यादि के साथ किया गया। १७ जून को साधना दिवस नगर-कीर्तन और पादुका पूजा सहित तथा २६ को चल सत्संग सुन्दरकाण्ड पाठ एवं भजन-कीर्तन सहित किया गया।

गोपीनाथपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजाएँ, सायंकालीन सत्संग, गुरुवारों को पादुका पूजा, एकादशियों को राम नाम रामायण संकीर्तन के कार्यक्रम चलते रहे। इसके साथ ही सुन्दरकाण्ड और हनुमान चालीसा पाठ तथा १३ जून को गीता पाठ किया गया।

जमशेदपुर (झारखण्ड): शाखा द्वारा शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग चलते रहे; प्रत्येक रविवार को अन्त्योदय बस्ती के निर्धन बालकों के लिए निःशुल्क चित्रकारी एवं योग कक्षाएँ चलती रहीं तथा चित्रकारी प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र और पारितोषिक वितरण किये गये।

जयपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिकपूजा, चल सत्संग एवं साप्ताहिक सत्संग रविवारों और गुरुवारों को यथावत् चलते रहे। श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के मासिक जयन्ती दिवस को पूजा और हवन, १९ जून को पादुका पूजा, शिव पूजा और अर्चना तथा २१ को अन्तर्राष्ट्रीय-योग दिवस मनाया गया। निःशुल्क होमियोपैथी चिकित्सा चलती रही।

कबिसूर्यनगर (ओडिशा): दैनिक अन्नदान सेवा और गुरुवार एवं रविवार को साप्ताहिक सत्संग नियमित रूप से चलते रहे। ६ से १० जुलाई तक श्री रामचरित-मानस पर विशेष प्रवचन आयोजित किये गये, २७ को गुरु पूर्णिमा प्रार्थना, पादुका पूजा और भजन-कीर्तन सहित मनायी गयी।

काकिनाडा (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा सोमवार को भजन-कीर्तन, प्रत्येक बुधवार, रविवार और शुक्रवार को ध्यान, भजन, पारायण और प्रवचन सहित शाखा द्वारा सत्संग तथा रविवार को विद्यार्थियों के लिए किशोर भारती एवं निर्धनों के लिए नारायण सेवा के कार्यक्रम नियमित रूप से चलते रहे। २७ जून को श्री महालक्ष्मी पूजा की गयी।

कानपुर (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा दैनिक महामृत्युञ्जय मन्त्र जप एवं दुर्गासप्तशती पाठ किये जाते रहे। १ को मासिक सत्संग तथा श्रावण मास में शिव सहस्रनामावली की गयी, २७ को पादुका पूजा और भजन-कीर्तन सहित गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

खातिगुडा (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, प्रत्येक गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग तथा ९ और २३ को एकादशियाँ विष्णुसहस्रनाम पाठ सहित मनायी गयीं। इसके अतिरिक्त १ जुलाई को साधना दिवस जप, पादुका पूजा और स्वाध्याय आदि सहित आयोजित किया गया। २७ को गुरु पूर्णिमा, पादुका पूजा, प्रार्थना, नगर-संकीर्तन, भजन-कीर्तन तथा विशेष रात्रि सत्संग सहित

मनायी गयी। २८ जुलाई से ३ अगस्त तक भागवत सप्ताह आयोजित किया गया।

केन्द्रापड़ा (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग पादुका पूजा एवं गीता पारायण सहित, रविवारों को चल-सत्संग, २५ जुलाई को निकटवर्ती गांव में विशेष सत्संग के कार्यक्रम आयोजित किये गये तथा २७ को गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

कोदला (ओडिशा): शाखा द्वारा प्रत्येक सोमवार को रुद्राभिषेक, गुरुवार को प्रभातफेरी, पादुका पूजा और बाद में नारायण सेवा सहित साप्ताहिक सत्संग, प्रार्थना, स्वाध्याय इत्यादि सहित सायंकालीन सत्संग तथा १४ और २२ को विशेष-सत्संग आयोजित किये गये। २७ को गुरु पूर्णिमा पादुका पूजा सहित मनायी गयी ।

लाँजीपल्ली महिला शाखा (ओडिशा): जून-जुलाई मास में शाखा के दैनिक पूजा, प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग एवं गुरुवार को पादुका पूजा तथा चल सत्संग, एकादशियों को स्वाध्याय और गीता पाठ तथा संक्रान्ति को श्री हनुमान चालीसा और सुन्दरकाण्ड पाठ पूर्ववत् चलते रहे। मास के तीसरे रविवारों को नारायण सेवा की गयी। १४ जून को रक्त दान शिविर आयोजित किया गया जिसमें रैडक्रौस ब्लड बैंक द्वारा १३४ यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। शाखा द्वारा गुरु पूर्णिमा और निलाद्रि बिजे भजन-कीर्तन और सत्संग सहित मनायी गयी।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा सत्संग के नियमित कार्यक्रम चलते रहे। १ जुलाई को लेखराज होम में प्रार्थना, भजन, पादुका पूजा, मन्त्र जप और स्वाध्याय सहित सत्संग हुए। २७ जुलाई को भक्त के आवास पर पादुका पूजा सहित गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग, साप्ताहिक सत्संग, चल सत्संग गुरुवारों को, मातृ सत्संग सुन्दरकाण्ड और हनुमान चालीसा सहित शनिवारों को, एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम एवं गीता पाठ किये जाते रहे। ३ जून को महामन्त्र कीर्तन किया गया। २४ जून को हवन किया गया।

पटियाला (पंजाब): जुलाई मास में शाखा द्वारा प्रार्थना, भजन, गायत्री पाठ तथा गुरुदेव के जीवन एवं शिक्षाओं का स्वाध्याय किया गया। डा. कुशदेव कुष्ठ-सेन्टर में विशेष सत्संग आयोजित किया गया। गोशाला में दान-सेवा नियमित रूप से दी जाती रही।

पंचकूला (हरियाणा): भक्तों के आवासों पर प्रार्थनाओं, स्वाध्याय तथा महामन्त्र इत्यादि मन्त्रों के जप सहित प्रत्येक रविवार को नियमित रूप से चल-सत्संग होते रहे। २४ जुलाई को नारायण सेवा की गयी जिसमें सिविल हौस्पिटल के रोगियों को दूध एवं बिस्कुट वितरित किये गये।

पुरी (ओडिशा): शाखा द्वारा गुरुवारों को पादुका पूजा सहित साप्ताहिक सत्संग, प्रत्येक एकादशी को विष्णुसहस्रनाम एवं संकीर्तन के कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे।

पोलसारा (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग एवं प्रत्येक ८ और २४ को पादुका पूजा, एकादशियों को गीता के १८ वें अध्याय का पाठ किया गया। पुरुषोत्तम मास के समय १६ मई से १३ जून तक भागवत पारायण किया गया। १९ जून को शाखा द्वारा नेत्र चिकित्सा शिविर आयोजित किया गया जिसमें १०५ रोगियों की चिकित्सा तथा ३६ का ऑपरेशन किया गया।

राजकोट (गुजरात): शाखा द्वारा अप्रैल से जून तक रविवारों को प्रार्थनाओं सहित सत्संगों में उपनिषद् गंगा का वीडीओ शो दिखाया गया, भगवद्गीता श्लोक पाठ, सुन्दरकाण्ड और भागवत पाठ सहित शनिवारों को नियमित सत्संग चलते रहे। इसके अतिरिक्त विष्णु-सहस्रनाम पाठ तथा सत्यनारायण कथा आयोजित की गयी। श्री रामनवमी को आधे दिन का शिविर किया गया। नेत्र, दन्त और होमियोपैथी चिकित्सा इत्यादि के निःशुल्क शिविर भी आयोजित किये गये, जिनके द्वारा निर्धन रोगियों को पर्याप्त सेवा पहुँचायी जाती रही। नेत्र चिकित्सा शिविर में ७५० रोगियों की चिकित्सा और १६० की शल्य चिकित्सा की गयी, दन्त-शिविर में ९७ रोगियों की निःशुल्क चिकित्सा की गयी। हृदय रोगियों और कैंसर पीड़ितों के ऑपरेशन के लिए ३५,००० रुपये दिये गये। निःशुल्क योग कक्षाएँ, धर्मार्थ दान सेवा इत्यादि के कार्यक्रम, पढ़ाई में कमज़ोर निर्धन छात्राओं के लिए निःशुल्क कक्षाएँ तथा योग दिवस पर एक सप्ताह के लिए योगासन शिविर का आयोजन भी किया गया।

रायपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा रविवारों को सत्संग तथा विष्णुसहस्रनाम पाठ एकादशियों को किया गया। २७ जुलाई को गुरु पूर्णिमा मनायी गयी।

सम्बलपुर (ओडिशा): दैनिक पूजा, प्रत्येक रविवार को साप्ताहिक सत्संग, सोमवार को नारायण सेवा, शनिवार को सुन्दरकाण्ड पारायण तथा ८ एवं २४ को पादुका पूजा आदि नियमित रूप से चलते रहे। होमियोपैथी डिस्पेंसरी द्वारा निःशुल्क सेवा के कार्यक्रम चलते रहे। २७ जुलाई को गुरु पूर्णिमा प्रार्थनाओं, पादुका पूजा तथा विष्णुसहस्रनाम पारायण इत्यादि तथा नारायण सेवा सहित मनायी गयी।

सुनाबेडा महिला शाखा (ओडिशा): शाखा द्वारा जुलाई मास में दैनिक महामन्त्र संकीर्तन, गीता पाठ, भागवत पाठ और जप सहित सत्संग, रविवार, बुधवार एवं शनिवार को साप्ताहिक सत्संग; मंगलवार को नारायण सेवा, प्रत्येक एकादशी को अभिषेक एवं विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा संक्रान्ति को सुन्दरकाण्ड पारायण आदि नियमित गतिविधियाँ चलती रहीं। पादुका पूजा और हवन सहित गुरु पूर्णिमा मनायी गयी तथा भागवत महापुराण पर प्रवचन आयोजित किये गये।

विशाखपत्तनम् (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा दैनिक योग-कक्षा एवं विष्णुसहस्रनाम पाठ, सोमवारों को साप्ताहिक सत्संग, रविवारों को बाल विकास कार्यक्रम और प्रत्येक ८ को नारायण सेवा के कार्यक्रम, त्रयोदशी को सुन्दरकाण्ड पाठ एवं हवन, सोमवार को मेडिकल कैम्प तथा पूर्णिमा को सत्यनारायण पूजा के कार्यक्रम नियमित रूप से चलते रहे।

विशाख ग्रामीण शाखा (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा प्रतिदिन दो योगासन कक्षाएँ, सप्ताह में छः दिन निकटवर्ती भिन्न-भिन्न गाँवों में सत्संग, ८ जुलाई को मासिक सत्संग तथा निःशुल्क चिकित्सा-शिविर पहले की भाँति चलते रहे।

बी. एच. ई. एल., हरिद्वार (उत्तराखण्ड): नियमित गतिविधियाँ–दैनिक प्रातः योगकक्षा, मंगलवार को रामचरितमानस का सामूहिक पाठ एवं उस पर चर्चा, अन्तिम मंगलवार को सुन्दरकाण्ड पाठ, दोनों एकादशियों पर अर्थ सहित गीता पाठ तथा माह की प्रत्येक ८ तारीख को कुष्ठाश्रम में भोजन, वस्त्र एवं औषधि वितरण सेवा आदि के कार्यक्रम यथावत् चलते रहे।

फरीदपुर, बरेली (उत्तर प्रदेश): जून-जुलाई माह में निःशुल्क जल सेवा, १ जून को सद्गुरुदेव के संन्यास दीक्षा दिवस पर निर्धनों को भोजन, औषधियाँ इत्यादि के सेवा कार्य किये गये, गंगा दशहरा पर शर्बत सेवा की गयी, गुरु पूर्णिमा पर पादुका पूजा, गीता पाठ, भजन-कीर्तन सहित विशेष सत्संग, स्वामी प्रेमानन्द पब्लिक स्कूल के छात्रों के लिए आर्थिक सहयोग, अन्नपूर्णा सेवा, सन्त सेवा आदि तथा शिवानन्द तपस्थली ऋषिकेश में शाखा द्वारा भजन-कीर्तन भी किया गया।

महासमुन्द शाखा (छत्तीसगढ़): प्रतिमाह अनुसार जुलाई माह में भी प्रात: सर्वदेव प्रार्थना, भजन, गीता श्लोक पाठ, आसन, प्राणायाम, सूर्यनमस्कार; प्रत्येक मंगलवार और शनिवार को श्री हनुमान चालीसा और सुन्दरकाण्ड पाठ तथा रविवार को गीता पाठ आदि शाखा की गतिविधियाँ चलती रहीं। शाखा के दो सदस्य शाखा प्रतिनिधि कोर्स में तथा २१ सदस्य २७ जुलाई को गुरु पूर्णिमा पर मुख्यालय आश्रम ऋषिकेश में सम्मिलित हुए।

राजा पार्क शाखा, जयपुर (राजस्थान): दैनिक सायंकालीन सत्संग, प्रत्येक सोमवार को महिला सत्संग, मंगलवार एवं शनिवार को सुन्दरकाण्ड एवं हनुमान चालीसा पाठ, बृहस्पतिवार को महामृत्युंजय मन्त्र का सामूहिक जप, हनुमान चालीसा एवं हनुमानाष्टक पाठ, प्रत्येक रविवार को प्रात: कालीन सत्संग, एकादशी को एकादशी कथा एवं पूर्णिमा को श्री सत्यनारायण कथा के कार्यक्रम नियमित रूप से चलते रहे। इन आध्यात्मिक गतिविधियों के साथ-साथ १६ निर्धन एवं असहाय विधवाओं तथा एक मन्दबुद्धि व्यक्ति को आर्थिक सहायता, प्रतिदिन नारायण सेवा में दलिया, चने, खिचड़ी इत्यादि, तथा प्रत्येक रविवार को २०० निर्धनों को पूड़ी-सब्जी की सेवा दी गयी। कुष्ठरोगियों को सूखा राशन, स्वामी शिवानन्द होमियोपैथी चिकित्सालय संचालन द्वारा डा. किरण सावलानी की सेवाओं से ४०० रोगियों का नि:शुल्क उपचार, स्वामी शिवानन्द आध्यात्मिक पुस्तकालय, शिवानन्द वाणी (पत्रिका), शिवानन्द योग विज्ञान केन्द्र एवं जल मन्दिर द्वारा सेवाएँ पूर्ववत् चलती रहीं। विशेष कार्यक्रमों में—२१ जून को योग दिवस मनाया गया। २४ जून को साधारण सभा की गयी।

बीकानेर शाखा (राजस्थान): जून-जुलाई मास में शाखा द्वारा दैनिक सत्संग, साप्ताहिक सत्संग, भजन-कीर्तन, स्वाध्याय, दिन में दो बार पूजा-अर्चना, अभिषेक, प्रदोष को विशेष पूजा, अर्चना एवं आरती, शिवानन्द पुस्तकालय द्वारा ज्ञान का प्रचार-प्रसार, निर्धन-मेधावी विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति, योगासन-प्राणायाम इत्यादि के नियमित कार्यक्रम पूर्ववत् चलते रहे। विशेष गतिविधियाँ —१ जून को सद्गुरुदेव के संन्यास दीक्षा दिवस पर पादुका पूजा, अर्चना, भजन-कीर्तन, २४ को निर्जला एकादशी पर भजन-कीर्तन, २७ जुलाई, गुरु पूर्णिमा के उपलक्ष्य में परम पूज्य श्रीगुरुदेव एवं गुरुमहाराज की पावन पादुकाओं की पूजा, अभिषेक, अर्चना और आरती, व्यास भगवान् एवं शंकराचार्य जी की भी पूजा-अर्चना, भजन-कीर्तन और अन्त में प्रसाद वितरण सहित मनायी गयी।

नया गंज कोष्टपारा, रायगढ़ (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा जून मास में प्रत्येक सोमवार को सत्संग में श्री रामचरितमानस एवं गीता पर व्याख्यान तथा भजन-कीर्तन का आयोजन किया गया। * * *

बाल जगत् के उत्तर : (१) 'ज्ञानेश्वरी' (२) मुक्ताबाई (३) आलन्दी (४) सोपान (५) पैठण (६) श्रीपाद यति (७) निवृत्ति (८) 'अमृतानुभव' (९) वारकरी-सम्प्रदाय

हिन्दी में उपलब्ध पुस्तकों की नवीनतम सूची

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कृत

अच्छी नींद कैसे सोयें	₹ ७०/–
अध्यात्मविद्या	१४०/–
कर्म और रोग	२०/–
कर्मयोग-साधना	१३०/–
गीता-प्रबोधिनी	५५/–
गुरु-तत्त्व	५५/–
घरेलू चिकित्सा	१९०/–
जपयोग	५५/–
जीवन में सफलता के रहस्य	१८५/–
ज्योति, शक्ति और प्रज्ञा	४०/–
दिव्योपदेश	३५/–
देवी माहात्म्य	७५/–
धनवान् कैसे बनें	५०/–
धारणा और ध्यान	१७०/–
ध्यानयोग	१२०/–
प्राणायाम-साधना	६०/–
बालकों के लिए दिव्य जीवन सन्देश	९०/–
ब्रह्मचर्य-साधना	९०/–
भगवान् श्रीकृष्ण	१३०/–
मन : रहस्य और निग्रह	२०५/–
मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म	१३५/–
मानसिक शक्ति	९०/–
मूर्तिपूजा का दर्शन और महत्त्व	३०/–
श्रीमद्भगवद्गीता	४२५/–
योगाभ्यास का मूलाधार	१८५/–
योगवासिष्ठ की कथाएँ	९०/–
योगासन	११५/–
विद्यार्थी-जीवन में सफलता	६०/–
शिवानन्द-आत्मकथा	₹ १००/–
सत्संग भजन माला	१५५/–
सत्संग और स्वाध्याय	६०/–
सन्त-चरित्र	२३५/–
सौ वर्ष कैसे जियें	९५/–
साधना	३२०/–
स्वरयोग	६०/–
हठयोग	१००/–
हिन्दूतत्त्व-विवेचन	१६०/–

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज कृत

अध्यात्म-प्रसून	३५/–
आलोक-पुंज	१०५/–
ज्योति-पथ की ओर	१०५/–
त्याग : शरणागति	२५/–
भगवान् का मातृरूप	७०/–
मोक्ष सम्भव है!	२५/–
योग-सन्दर्शिका	५५/–
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/–

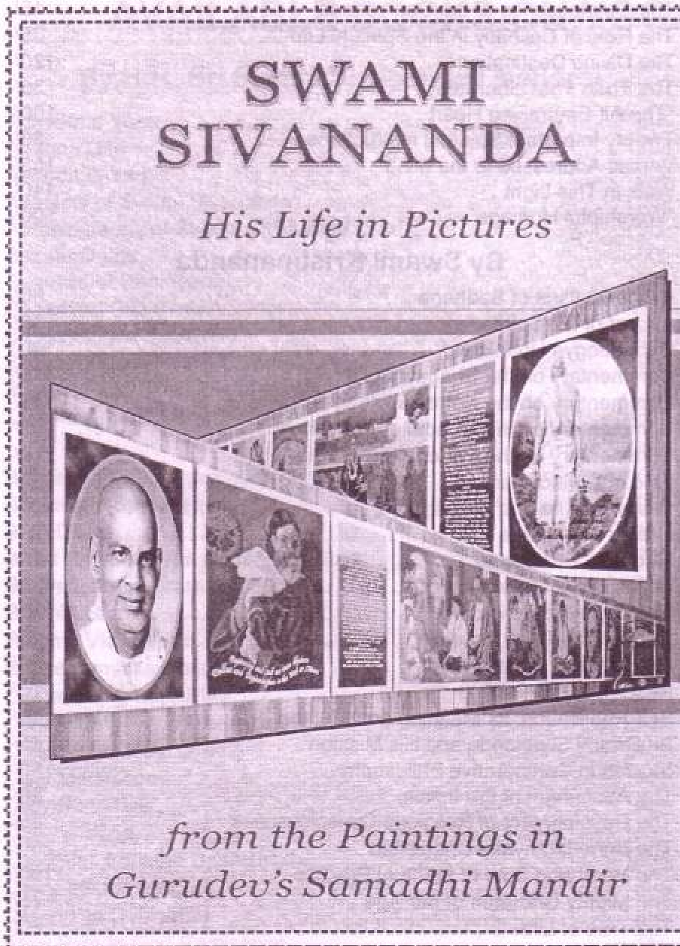
५०% अग्रिम। पैकिंग अतिरिक्त। विस्तृत जानकारी के लिए निम्नांकित पते पर सम्पर्क करें :

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

A beautiful pictorial created from the delightful paintings displayed on the walls of Sri Gurudev's sacred Samadhi Shrine.

Pages: 72 **Price: ₹ 75/-**

BOOKS NOW AVAILABLE

1. All About Hinduism	Swami Sivananda	₹ 255/-
2. The Bhagavad Gita	Swami Sivananda	500/-
3. Swami Sivananda's Divine Nectar	Swami Sivananda	230/-
4. Inspiring Songs and Kirtans	Swami Sivananda	130/-
5. Voice of the Himalayas	Swami Sivananda	185/-
6. Narada Bhakti Sutras	Swami Sivananda	100/-
7. Music As Yoga	Swami Sivananda	80/-
8. योगासन	स्वामी शिवानन्द	115/-
9. मन : रहस्य और निग्रह	स्वामी शिवानन्द	205/-
10. सत्संग और स्वाध्याय	स्वामी शिवानन्द	60/-
11. सौ वर्ष कैसे जियें	स्वामी शिवानन्द	95/-
12. सत्संग भजन माला	स्वामी शिवानन्द	155/-
13. गुरु-तत्त्व	स्वामी शिवानन्द	55/-
14. Hindu Gods and Goddesses	Swami Sivananda	100/-
15. Stories from the Mahabharata	Swami Sivananda	180/-
16. The Science of Pranayama	Swami Sivananda	70/-
17. Stories From Yoga Vasishtha	Swami Sivananda	110/-
18. Inspiring Stories	Swami Sivananda	170/-
19. Fourteen Lessons on Raja Yoga	Swami Sivananda	55/-
20. Concentration and Meditation	Swami Sivananda	225/-
21. Bliss Divine	Swami Sivananda	415/-
22. Health and Diet	Swami Sivananda	110/-
23. A Guide to Noble Living	Swami Chidananda	55/-
24. Lectures on Raja Yoga	Swami Chidananda	80/-
25. The Glory of God	Swami Krishnananda	90/-
26. Commentary on the Bhagavadgita	Swami Krishnananda	485/-
27. Sivananda's Integral Yoga	Swami Venkatesananda	65/-

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

सूचना

युग्म प्लेटिनम जुबली महोत्सव का कार्यक्रम

कृते यद् ध्यायतो विष्णुं त्रेतायां यजतो मखैः।
द्वापरे परिचर्यायां कलौ तद्धरिकीर्तनात् ॥ श्रीमद्भागवतम्–१२–३–५२

सतयुग में जो ध्यान द्वारा प्राप्त किया जा सकता है, त्रेतायुग में तपश्चर्या द्वारा और द्वापरयुग में भगवान् श्री कृष्ण के चरणकमलों की पूजा से प्राप्त किया जा सकता है, वह कलियुग में केवल भगवन्नाम के महिमा का गान करने से ही प्राप्त हो जाता है।

३ दिसम्बर तथा ३१ दिसम्बर २०१८ क्रमशः भजन हाल में आयोजित अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन यज्ञ प्रारम्भ होने तथा श्री विश्वनाथ भगवान् की विश्वनाथ मन्दिर में प्रतिष्ठा होने की प्लेटिनम जुबली के पावन अवसर हैं। इस पावन युग्म प्लेटिनम जुबली के शुभ अवसर के उपलक्ष्य में मुख्यालय आश्रम ने निम्नलिखित कार्यक्रमों का आयोजन करने का निश्चय किया है :–

२० सितम्बर से ३ दिसम्बर २०१८ तक	भजन हाल में विभिन्न डी.एल.एस. शाखाओं द्वारा महामन्त्र कीर्तन।
२७ से ३० सितम्बर तक	पूज्य श्री हित अम्बरीश जी महाराज द्वारा 'उद्धव गीता' पर प्रवचन।
२८ नवम्बर से ३० नवम्बर २०१८ तक	आध्यात्मिक सम्मेलन।
१ दिसम्बर २०१८	नौका संकीर्तन।
३ दिसम्बर २०१८	महामन्त्र संकीर्तन सहित शोभा यात्रा।
४ दिसम्बर से ३० दिसम्बर तक	श्री विश्वनाथ मन्दिर में पञ्चाक्षरी मन्त्र संकीर्तन
३१ दिसम्बर २०१८	श्री विश्वनाथ भगवान् का महापूजन।
२० सितम्बर से ३१ दिसम्बर २०१८ तक	प्रतिदिन प्रभातफेरी होगी।

इन महिमामयी अवसरों के उपलक्ष्य में आध्यात्मिक सम्मेलन के समय एक स्मारिका का विमोचन करने का भी विचार है।

इन कार्यक्रमों में भाग लेने के लिए सभी भक्त आमन्त्रित हैं।

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

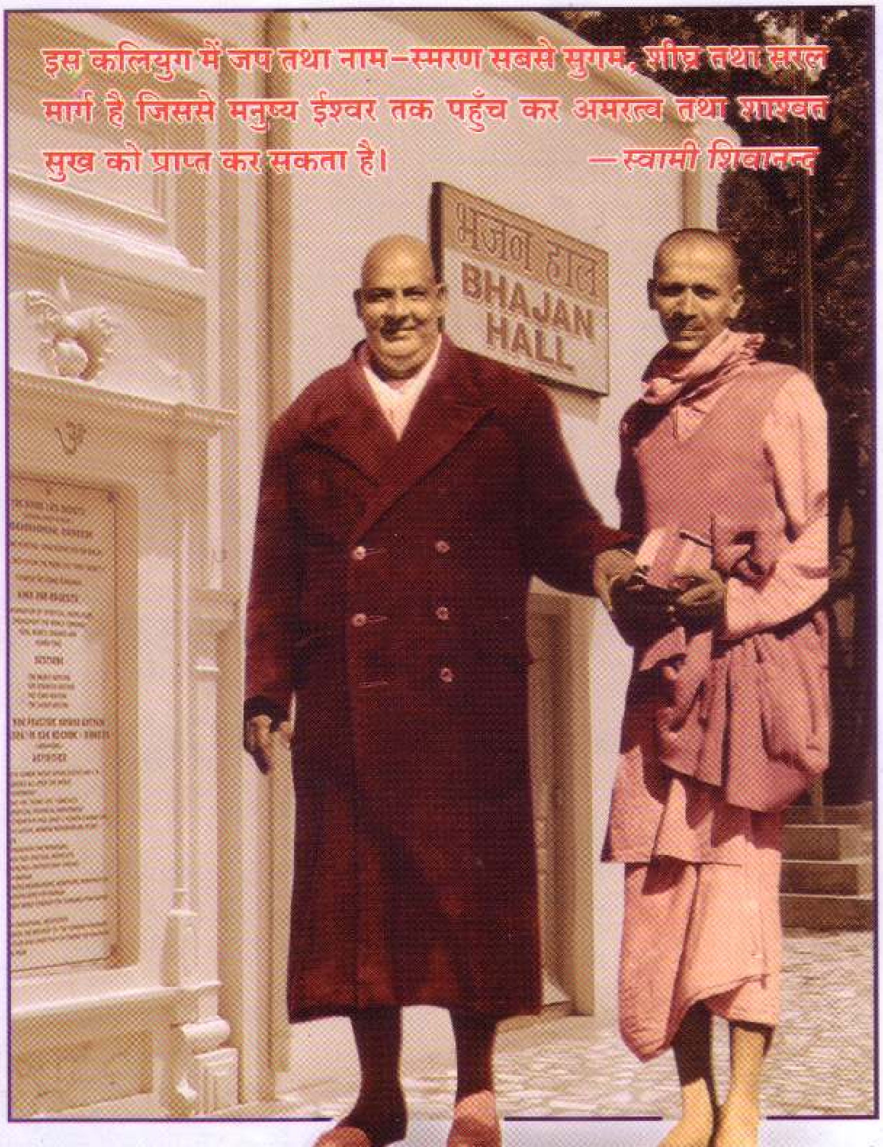
हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/99

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

सितम्बर 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



'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