विद्यां चाविद्यां च यस्तद्वेदोभय ँ सह।
अविद्यया मृत्युं तीर्त्वा विद्ययाऽमृतमश्नुते।।
(ईशावास्योपनिषद् : ११)

जो विद्या और अविद्या दोनों को ही एक-साथ जान लेता है, वह अविद्या से मृत्यु को पार करके विद्या से अमरत्व प्राप्त कर लेता है।

पूर्व-अंक से आगे :

सांसारिक अस्तित्व के दुःख

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

राग और द्वेष

मन की दो तरंगों ने वास्तव में इस संसार की रचना की है। मन आकर्षण के कारण किसी सुखकर विषय से तीव्रता से संयुक्त हो जाता है, क्योंकि यह सुख प्रदान करता है। जहाँ-कहीं भी सुख की संवेदना होती है, तो सुख प्रदान करने वाले विषय से मन चिपक जाता है। इसे ही मोह कहते हैं। यह मात्र दुःख और बन्धन ही ले कर आता है। जब विषय को वापस खींच लिया जाता है या वह नष्ट हो जाता है, तो मन को इतना कष्ट होता है कि जिसको बताया नहीं जा सकता। मोह सभी मानवीय कष्टों का मूल है। मन उन विषयों से दूर भागता है जो दुःख देते हैं। मन में घृणा उत्पन्न होती है; उदाहरण के लिए कोई भी सर्प, बाघ, यहाँ तक कि बिच्छू को पसन्द नहीं करता। आकर्षण और सुख, विकर्षण और दुःख एक-साथ उपस्थित रहते हैं। एक संसारी व्यक्ति इन दोनों महाविनाशकारी तरंगों का दास है। वह एक तृण के समान इधर से उधर फेंका जाता रहता है। जब उसे सुख मिलते हैं, तो वह मुस्कराता है और जब वह दुःख पाता है, तो रोता है। वह सुखकर विषयों से चिपक जाता है और उन विषयों से दूर भागता है जो दुःख का कारण हैं।

विषयोपभोग की कामना सभी के मनों में गहरी उतरी है अथवा बीजारोपित है। राजसिक मन का निर्माण इस प्रकार हुआ है कि यह किसी-न-किसी आनन्द के विचार के बिना एक क्षण भी नहीं रह सकता है। लोगों ने सूक्ष्म आनन्दों के विभिन्न प्रकारों की खोज की है। आधुनिक विज्ञान का परिष्कृत प्रकार के आनन्द के साधनों में बहुत बड़ा योगदान है। आधुनिक सभ्यता विषय-सुखों का ही दूसरा नाम है।

होटल, सिनेमा, हवाई जहाज इन्द्रिय-सुखों को तीव्र करते हैं। मनुष्य ने अपनी जिह्वा को सन्तुष्ट करने के लिए नये व्यंजनों, नये पेयों आदि का आविष्कार किया है। कपड़ों का फैशन प्रतिवर्ष बढ़ता जा रहा है। इसी तरह बालों के बारे में भी है। यहाँ तक कि वे मनुष्य जो सत्य के पथ का अनुसरण कर रहे हैं, वे योगाभ्यास के द्वारा इन्द्रिय-सुखों को स्थायी और तीव्र करना चाहते हैं। वे स्वर्गिक विमान में भ्रमण करना चाहते हैं। वे कल्पवृक्ष के नीचे इन्द्र आदि देवताओं के साथ बैठ कर अमरता के मधु का पान करना चाहते हैं। वे स्वर्गिक अप्सराओं एवं गन्धर्वों को नृत्य करते और गाते देखना चाहते हैं। वे सब सूक्ष्म प्रलोभन हैं। सच्चा साधक इस लोक तथा परलोक के इन सभी परिष्कृत, सूक्ष्म, प्रबल सुखों से संकल्पपूर्वक मुख मोड़ लेता है। वह उनको वमन पदार्थ, उच्छिष्ट पदार्थ अथवा कुत्ते के मूत्र अथवा विष की भाँति मानता है।

यह संसार कठिनाइयों एवं परेशानियों से भरा हुआ है। योगी, भक्त अथवा ज्ञानी के सिवा अन्य कोई भी इन सांसारिक कष्टों और आकुलताओं से मुक्त नहीं

है। जहाँ चाहे आप जायें, यह सभी जगह एक-समान है।

कमला और कृष्ण के कोई बच्चा नहीं था। एक रात को जब वे ऊँचे बिस्तर पर सो रहे थे, वे हवाई किले बना रहे थे। कमला ने कृष्ण से पूछाह्लह्ल''यदि मुझे एक लड़का हुआ, तो तुम उसके लिए सोने का स्थान कहाँ रखोगे?'' कृष्ण ने उत्तर दियाह्लह्ल''मैं उसके लिए इस खाट में ही एक कमरा बनाऊँगा।'' इतना कहते ही वह अपनी पत्नी से थोड़ा दूर खिसक गया। उसने फिर पूछाह्लह्ल''यदि मुझे दूसरा लड़का हुआ, तो आप क्या करेंगे?'' कृष्ण ने उत्तर दियाह्लह्ल''मैं इसी खाट में एक कमरा और बनाऊँगा।'' इतना कहते ही वह थोड़ा और दूर खिसक गया। कमला ने पुन: प्रश्न कियाह्लह्ल''मेरे प्रिय, यदि मेरा तीसरा लड़का हुआ, तो आप क्या करेंगे?'' पति ने उत्तर दियाह्लह्ल''मैं इसी खाट में उसे कमरा दूँगा।'' इसी समय खाट पर से थोड़ा खिसकते समय वह खाट से नीचे गिर गया और उसका पैर टूट गया। कृष्ण के पड़ोसी ने जब उससे पूछा, तो उसने उत्तर दियाह्लह्ल''मैं अपने झूठे पुत्रों के कारण अपना पैर तोड़ बैठा।'' ऐसा ही संसार के लोगों के साथ भी है। वे मिथ्या अभिमान तथा मिथ्या सम्बन्ध के कारण दु:खी हैं।

(अनुवादिका : शिवानन्द राधिका अशोक)

विश्व-प्रार्थना

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

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

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

स्वामी शिवानन्द

सनातन वैदिक धर्म का जीवन प्राण

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

उस महान्, शाश्वत, परिपूर्ण और सर्वव्यापक सत्ता को श्रद्धापूर्ण प्रणाम है, जो हमारे जीवन की निकटतम वास्तविकता है। वह महान् सत्ता परिपूर्ण और अद्वितीय है। वह इस समस्त जगत्-प्रपंच के रूप में सर्वत्र विद्यमान है। यह महान् सत्ता कोई सुदूर की वस्तु, कुछ अगम्य, अलभ्य अथवा अप्राप्य वस्तु नहीं है।

इसकी प्रत्यक्षता, इसकी सर्वव्यापकता, इसकी प्राप्यता को हमारे श्रद्धेय गुरुदेव ने अपने भजनह्ह'राम की सर्वव्यापकता' के अन्तिम शब्दों में अत्यन्त हृदयस्पर्शी रूप से अभिव्यक्त किया है :

विश्वास, भक्ति औ' प्रार्थना से सुगम्य हैं राम,
श्रद्धा, प्रेम और भक्ति से प्राप्य हैं राम,
जप, कीर्तन और ध्यान से सुलभ्य हैं राम,
सबके जीवन का परम लक्ष्य हैं राम।

जिस प्रकार हमारे इस सौर-मण्डल में सूर्य का प्रकाश सर्वत्र व्याप्त है, उसी प्रकार वह महान् सत्ता सर्वत्र व्याप्त है। आकाश की भाँति यह समस्त वस्तु-पदार्थों की अन्तर्निहित सत्ता है। सभी महान् धर्म इन सत्यों का उद्घाटन करते हैं। वैदिक धर्म की उद्घोषणा हैह्ह''**ईशा वास्यमिदं सर्वं यत् किंच जगत्यां जगत्** (इस जगत् में जो-कुछ भी जड़ अथवा चेतन वस्तु-पदार्थ हैं, सबके अन्तस्थ परमात्मा का निवास है)।'' इस्लाम उद्घोषित करता हैह्ह''अल्लाह का नूर हर एक आदमी में उपस्थित है।'' ईसा ने कहाह्ह''ईश्वर का साम्राज्य हमारे भीतर है।'' यहूदी धर्म सिखाता हैह्ह''भगवान् ने इनसान को बना कर अपनी आत्मा उसमें प्रविष्ट की।''

भगवान् का श्वास, परमात्मा की आत्मा, अन्तस्थ द्वारा रचित और विशेष रूप से बुद्धिशील यह जीव मनुष्य कहलाया। वह स्वयं इसमें उस सिद्धान्त रूप में निवास करता है, जो मनुष्य नाम के इस प्राणी को सब-कुछ समझने वाला, सभी समस्याएँ सुलझाने वाला बनाता है।

अत: उपनिषद् घोषित करते हैं कि यह सिद्धान्त जिसके द्वारा मनुष्य सब-कुछ जानता है, यह व्यक्ति के केन्द्र रूप में दीप्तिमान सिद्धान्त हैह्ह**'प्रज्ञानं ब्रह्म'**। यही है जिसके कारण आँख देख सकती है और आप रूप-रंग को पहचान सकते हैं। यही है जिसके कारण कान सुन सकते हैं और आप ध्वनियों को पहचान सकते हैं। यही वह तत्त्व है जिसके द्वारा आप स्पर्श और गन्ध को ग्रहण करते हैं। यही है वह, जिसके न होने से समस्त इन्द्रियाँ अस्तित्वहीन हो जाती हैं। केवल इसी से ही मन चिन्तन करता है, हृदय अनुभव करता है और बुद्धि विचार, विवेक, विश्लेषण और अन्वेषण के द्वारा ज्ञान की ओर अग्रसर हो पाती है। यह तत्त्व ही यथार्थ में ब्रह्म है।

यह आध्यात्मिक हृदय-गुहा में प्रथम ज्ञान, आदि ज्ञान के रूप में दीप्तिमान है। अन्य कुछ भी जानने से पूर्व, कुछ भी पहचानने से पूर्व आपको सर्वप्रथम बोध होता है कि 'मैं हूँ। मेरा अस्तित्व है, इसलिए

मुझे ज्ञान है कि मैं हूँ।' प्राचीन औपनिषदिक द्रष्टाओं ने कहाह्नह्न''ज्ञाता के बिना ज्ञान सम्भव नहीं है। हम कुछ जानते हैं, यह तथ्य निश्चित रूप से सिद्ध करता है कि कोई है जो जानता है।'' उन्होंने केन्द्रीय निकटतम तथ्य अनुभव कर लियाह्नह्न''मेरा अस्तित्व है और मैं जानता हूँ कि मैं हूँ, क्योंकि जानने के लिए मैं यहाँ विद्यमान हूँ।'' 'यह अपने होने-पन की जागरूकता' ही प्रज्ञा की मूल तथा निकटतम अभिव्यक्ति है।

यह आदि आत्म-जागरूकता 'बोध' के नाम से जानी जाती है। अपने अस्तित्व का ज्ञान ही बोध है। व्यक्ति जब जाग्रत होता है, तो वह इस अवस्था में होता हैह्नह्ननित्य-शुद्ध, नित्य-बुद्ध, नित्य-मुक्त, नित्य-परिपूर्ण आत्मा। इस अवस्था में हमारे भीतर ब्रह्म-तत्त्व उद्भासित होता है, 'अल्लाह' के 'नूर' के रूप में, 'गॉड' की 'स्पिरिट' के रूप में चमकता है, सर्वत्र, सदा-सर्वदा विद्यमान वास्तविकता, केवल मात्र एक परम अद्भुत तत्त्व के रूप में। और वह निकटतम, सर्वव्यापक, अन्तस्थ सत्ता शान्त है, वह कभी किसी से प्रभावित नहीं होती, सदैव विद्यमान रहती है। उसके अतिरिक्त अन्य किसी की भी सत्ता नहीं है। केवल मात्र वही है जो शुभ है, मंगलमय है, सुन्दर है और केवल एक वही है जो आपके भीतर निवास करती है।

यह ज्ञान ही वास्तव में ज्ञान है। इसके अतिरिक्त अन्य सब-कुछ अज्ञान है। इस एकमात्र ज्ञान में अन्य सब हस्तक्षेप करने वाले ज्ञान, अज्ञान ही हैं। इसको जान लेना स्वयं को संसार-प्रपंच से मुक्त कर लेना है। इसे जान लेना तत्काल मोक्ष प्राप्त कर लेना है। उस एक परम तत्त्व को प्राप्त कर लेने पर व्यक्ति पूर्ण, सर्वोत्तम और समस्त दु:खों से निवृत्त हो जाता है। व्यक्ति निर्भयता और मुक्ति प्राप्त कर लेता है जो कि परमानन्द की सर्वोच्च अवस्था है, अनिर्वचनीय शान्ति है।

महान् मनीषियों ने सद्योमुक्ति के विषय में बताया है; उन्होंने जीवन्मुक्ति के सम्बन्ध में भी कहा है। यह अकारण ही नहीं, प्रत्युत इसलिए क्योंकि वे स्वयं इस अवस्था में थे। जैसे ही वह जागरूकता के इस प्रकाश में, ज्ञान के प्रकाश में, ज्ञान-ज्योति में प्रविष्ट हुए, उसी क्षण वे मुक्त हो गये तथा प्रकाश, शान्ति और आनन्द में निमग्न हो गये।

यह सत्यानुभूति इस धर्मह्नह्नजिसे हम सनातन वैदिक धर्म कहते हैंह्नह्नका केन्द्र है। जीवन के इस महान् पथ का, जीवन के इस सर्वश्रेष्ठ दृष्टिकोण का, ज्ञान की इस परम अवस्था का यह वस्तुत: सार-तत्त्व है, उसका जीवन-प्राण है, उसका आत्म-तत्त्व और उसका केन्द्रीय तथ्य है। यह प्रबुद्धता की अवस्था है। यह जागरूकता का मूलभूत, आधारभूत ज्ञान है। यह सर्वदा विद्यमान अनुभूति की अवस्था है।

चेतना का प्रकाश शाश्वत सत्य है। यह समस्त अन्धकारों से परे सम्पूर्ण प्रकाशों का प्रकाश है। यह आपकी चेतना के रूप में आपके अन्तरतम में केन्द्रीय रूप से प्रकाशित है। यह आपके भीतर और बाहर, इस संसार में घटने वाले समस्त दृश्य पदार्थों का, उनसे अप्रभावित मूक द्रष्टा है।

वह परम सत्ताह्नह्नजिसे हम प्रत्येक प्रात: श्रद्धा-सुमन समर्पित करते हैंह्नह्नआप सब पर कृपा-वृष्टि करे और जागरूकतापूर्ण विवेक के रूप में स्वयं को आप पर प्रकट करे! आपको शान्ति प्राप्त हो और प्रबोधन की अवस्थाह्नह्नजो सनातन धर्म के साथ सहवर्ती है, जो सनातन धर्म ही हैह्नह्नके प्रकाश का आनन्द आपको प्राप्त हो!

(अनुवादिका : श्रीमती सुधा भारद्वाज)

बालकों के लिए दिव्य जीवन :

प्रलोभन से मुसीबत उठानी पड़ती है

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

शिक्षक : सोहन, क्या बात है? आज तुम उदास दीखते हो? अरे, तुम्हारे गाल पर आँसू बह रहे हैं। क्यों इतने दु:खी हो? स्नानघर में जा कर मुँह धो आओ। मन को शान्त करो और मुझे बताओ कि तुम क्यों इतने दु:खी हो? तुम्हारी कुछ सहायता करने की कोशिश करूँगा।

(सोहन स्नानघर में जाता है और पाँच मिनट में मुँह धो कर वापस लौटता है।)

शिक्षक : अच्छा, तुम आ गये। अब बताओ, क्या बात है?

सोहन : जी, आज सुबह मेरे कुछ साथी मुझे पास के फल के बगीचे में ले गये। माली वहाँ नहीं था। हम सब आम तोड़ कर वहीं खाने लगे। कुछ लड़कों ने पके आमों से अपनी जेबें भर लीं। इतने में हमने देखा कि थोड़ी ही दूरी पर बगीचे का माली आ रहा था। मेरे सारे साथी भाग गये; लेकिन माली ने मुझे पकड़ लिया, मेरे कान खींचे और खूब मार-पीट कर मुझे भगा दिया।

शिक्षक : यह सब सुन कर बड़ा दु:ख हुआ। लेकिन मुझे इस बात की खुशी है कि तुमने सब सच-सच कह दिया और कुछ भी छिपाया नहीं। मैं समझता हूँ कि अपने मित्रों की शरारत के शिकार तुम बने। माली से तुम्हें पिटवाने और लज्जित करने के लिए तुम्हें अकेला छोड़ कर वे भाग गये। फिर भी मुझे इस बात का आश्चर्य है कि तुम-जैसा अच्छा लड़का उन साथियों की बातों में कैसे आ गया। क्या वह सार्वजनिक बगीचा है, जहाँ जो चाहे वह जाये और मुफ्त में फल खाये?

सोहन : जी नहीं। वह तो एक निजी बगीचा है। वहाँ कोई नहीं जा सकता। हम पिछले द्वार से घुसे थे।

शिक्षक : अरे, चोरी से पिछले द्वार से घुसे! क्या तुम लोगों ने बेहद गलत काम नहीं किया?

सोहन : जी, सब-के-सब उधर से ही घुसे थे।

शिक्षक : तुम्हारे सब साथी यदि कुएँ में गिरने लगें, तो तुम भी उन्हीं का अनुसरण करोगे?

सोहन : जी नहीं, मुझे सचमुच अपने ऊपर लज्जा आ रही है।

शिक्षक : अच्छा तो तुम अपनी गलती महसूस करते हो। तुम लोगों को आम खाने का इतना शौक था, तो कुछ देर प्रतीक्षा करते और माली की अनुमति ले लेते। ऐसा लगता है कि तुम लोगों के ऊपर प्रलोभन इतना अधिक हावी था कि कुछ देर भी रुक कर अपने बुरे काम तथा उसके परिणाम के बारे में सोच नहीं सके। खैर, जो भी हो। घबराओ मत। ''मनुष्य से भूल हो ही जाया करती है, ईश्वर उसे क्षमा कर देता है।'' हिम्मत रखो। इस प्रसंग से यदि तुम अपने जीवन में कुछ सीख सके, तो अच्छा ही हुआ। अब तुम्हें पता

चला कि किस तरह प्रलोभन से मुसीबत उठानी पड़ती है। कोई काम करने से पहले भली प्रकार सोच लो। तुमने अँधेरे में ही छलाँग लगा दी। ठीक है न?

सोहन : जी हाँ। मैं अपनी गलती महसूस कर रहा हूँ। उन लड़कों ने अपने साथ चलने के लिए मुझ पर दबाव डाला। मुझे अपनी इच्छा के विरुद्ध उनके साथ जाना पड़ा। बगीचे के अन्दर भी मैंने साथियों से कहा था कि माली से पूछे बिना आमों को हाथ न लगायें; लेकिन उन्होंने मेरी बात पर जरा भी ध्यान नहीं दिया।

शिक्षक : सोहन, सड़े सेब की कहानी जानते हो?

सोहन : जी नहीं। वह मैं सुनना चाहता हूँ; क्योंकि आप जो भी कहानी सुनाते हैं, वह बड़ी रोचक और शिक्षाप्रद होती है।

शिक्षक : बहुत अच्छा। ध्यान से सुनो। अहमद एक अच्छा लड़का था। वह हमेशा अपने माता-पिता का कहना मानता था। उसका एक साथी था। वह बड़ा खराब था। वह बदमाश था। स्कूल के काम से हमेशा जी चुराता था। वह अपना बहुत सारा समय और धन बरबाद किया करता था। अहमद उस बुरे लड़के की संगति में पड़ गया।

अहमद के पिता को यह मालूम हुआ। उसने अपने बच्चे को इस कुसंगति से बचाने का निश्चय किया। अन्त में उसने एक बढ़िया उपाय सोच निकाला। एक दिन उसने उस लड़के के हाथ में कुछ बढ़िया सेब दिये और कहा उन्हें एक स्थान में कुछ दिनों तक रख दो।

उसी दिन पिता ने उन सेबों के बीच में एक सड़ा सेब भी रख दिया। दो दिन बाद लड़के से कहा कि सेब उठा लाओ। उसे यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि सारे सेब सड़ गये थे। उसने अपने पिता से इसके बारे में पूछा। पिता ने समझाया कि सड़े सेब ने अच्छे सेबों को बिगाड़ दिया। तब उसने बताया कि उस बुरे लड़के की संगति छोड़ दो, नहीं तो तुम भी बिगड़ जाओगे। तब से अहमद ने उस बुरे लड़के की संगति छोड़ दी।

तो, सोहन, तुमने देखा कि कैसे एक सड़े सेब ने दूसरे अच्छे सेबों को खराब कर दिया। कुसंगति का कितना बुरा फल निकला। इसलिए सूब सावधान रहो और बुरे साथियों का साथ छोड़ दो, नहीं तो तुम भी बिगड़ जाओगे।

जीवन में अभी बहुत से उतार-चढ़ाव तुम्हें देखने हैं। तुम्हारे तथाकथित मित्र तुम्हारे वास्तविक शत्रु हैं। इस संसार में एक भी निःस्वार्थ मित्र मिलना कठिन है। तुम्हारे पास खूब पैसा और सुविधाएँ हों, तो उन्हें पाने के लिए तुम्हारे पास कई मित्र जुट जायेंगे। जब तुम मुसीबत में होगे, तब उनमें से एक भी तुम्हारी चिन्ता नहीं करेगा। संसार में धन का लोभ, ढोंग, छल, खुशामद, असत्य, धोखा और स्वार्थ भरा है। तुम्हें बहुत सँभल कर रहना होगा। साथी व्यर्थ की बकवास करने आयेंगे और तुम्हारा समय नष्ट करेंगे। वे कहेंगेह्नह्न''मित्र, क्या कर रहो हो? जैसे भी हो सके, खूब पैसा कमाओ। खूब ऐश करो। खाओ, पिओ और मौज करो। चलो, सिनेमा देखें। आज अमरीका के हालीवुड की बढ़िया फिल्म चल रही है। उसमें बढ़िया नाच है। आगे की कौन जानता है? ईश्वर कहाँ है? स्वर्ग कहाँ है ? इस संसार से परे कुछ भी नहीं है।'' वे सब सुख के मीत हैं। इन सांसारिक मित्रों से ऐसी ही

बातें सुनने को मिलेंगी। जब मुसीबत में रहोगे, तो ये तुम्हें छोड़ जायेंगे। विवाह करोगे, तो हो सकता है कि तुम्हारी स्त्री और बच्चे भी कुछ समय बाद तुम्हें छोड़ जायें।

सोहन : जी, यह बहुत अच्छा हुआ कि आपने ठीक समय पर मुझे सचेत कर दिया। ''पहले से सचेत होने का मतलब है कि पहले से ही बुराइयों से युद्ध करने के लिए सन्नद्ध रहना।'' मैं सदा अपना ध्यान रखूँगा। लेकिन क्या आप यह बताने की कृपा करेंगे कि इन बुराइयों से कैसे बचा जाये ?

शिक्षक : यह देख कर मुझे बड़ी खुशी हुई कि तुम जीवन के बारे में अधिकाधिक समझने के लिए इतने उत्सुक हो। जीवन फूलों की सेज के समान सुखदायक ही नहीं है। उसमें तुम्हें बहुत-कुछ चुनना पड़ता है और त्यागना पड़ता है। स्वार्थ, काम, क्रोध, लोभ, घृणा, असूया आदि दुर्गुणों को हटाना पड़ता है और दया, क्षमा, विश्व-प्रेम, सहिष्णुता, धैर्य, साहस, दृढ़ इच्छा-शक्ति आदि सद्गुणों का विकास करना पड़ता है।

सर्वोत्तम मार्ग बुरे साथियों की संगति का परित्याग कर देना है। ऊपर से वे चाहे जितने घनिष्ठ दिखें, पर उनसे बोलना मत। कुसंगति में रहने की अपेक्षा एकाकी रह जाना ही अच्छा है। एकमात्र उस 'अमर साथी' पर भरोसा रखो। तभी तुम पूर्ण रूप से सुरक्षित रह सकते हो। तुम्हें जो भी चाहिए, वह देगा। एकाग्रता से अपने अन्दर उसका मधुर उपदेश सुनो और उसके अनुसार चलो।

सोहन : वह 'अमर साथी' कौन है? मैं ठीक-ठीक नहीं समझ पाया।

शिक्षक : वह अमर साथी, तुम्हारी सच्चा साथी, जो हमेशा तुम्हारा साथ देने वाला और तुम्हारे हृदय में बसने वाला है, परमात्मा, सर्वव्यापक ईश्वर है।

सोहन : आपने मेरे बहुत सारे सन्देह मिटा दिये और बड़े उपयोगी परामर्श दिये। मैं बहुत कृतज्ञ हूँ।

शिक्षक : ईश्वर तुम्हारा भला करे!

(अनुवादक : श्री त्रि. न. आत्रेय)

(पृष्ठ १२ का शेष भाग)

फैला हुआ और भूमि के समानान्तर रखें। दृष्टि आगे की ओर करें। प्रारम्भ में कुछ सेकण्डों तक सामान्य श्वसन के साथ इस आकृति को बनाये रखें, फिर शनैः-शनैः एक मिनट तक बढ़ा दें। इस आसन में पूरे समय रीढ़ पर मन एकाग्र किये रहें। बायें हाथ को धीरे-धीरे अपनी पूर्व-स्थिति पर ले आयें। दाहिने हाथ को भूमि से उठायें और साथ ही गरदन सीधी करें तथा पैरों को पास ला कर मिला दें और ताड़ासन में सीधे खड़े हो जायें।

दो या तीन गहरे श्वास ले कर गरदन को बायीं ओर मोड़ कर या झुका कर पूर्वोक्त को दोहरायें।

लाभ

यह आसन पैरों, हाथों और कमर की कठोरता को दूर, पैरों की अल्प विकृति या विरूपता का सुधार तथा पृष्ठशूल तथा ग्रीवा के मोच का निवारण और वक्षःस्थल को विकसित करता है।

नोट : खड़े हो कर किये जाने वाले इन आसनों को और सूर्यनमस्कार के अभ्यास को सामान्य स्वास्थ्य वाले युवा एवं वृद्ध सभी बिना किसी आयु-प्रतिबन्ध के कर सकते हैं।

(अनुवादक : श्री शिवगोविन्द गुप्त)

पूर्व-अंक से आगे :

जीव और ब्रह्म

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

किसी भी विषय के द्रव्य और आकृति देश-काल के विभिन्न तत्त्वों पर निर्भर करते हैं। विषय का प्रतिष्ठान (स्थान), विषयी का दृश्य केन्द्र और एक विषय का अन्य विषयों से सम्बन्धह्लह्लये सब किसी भी विषय की आकृतिक प्रकृति को निश्चित करते हैं। आधुनिक विज्ञान, विशेषकर भौतिक विज्ञान द्वारा किये गये कतिपय अन्वेषणों का अध्ययन करने का मैं आपको परामर्श दूँगा। देश और काल में पदार्थ क्रमिक रूप से सम्बद्ध हैं। यन्त्र की तरह अथवा बाह्यत: वे देश और काल में मात्र काष्ठ-सन्धि (dove-tailed) की भाँति नहीं हैं। ऐसा नहीं है कि पदार्थ अन्तरिक्ष से असम्बद्ध ही अन्तरिक्ष में लटक रहे हैं। नहीं, ऐसा कदापि नहीं है, यह आधुनिक विज्ञान का कथन है। इन दिनों देश और काल एक ही माने जाते हैं। ऐसा नहीं है कि देश (स्थान, आकाश) एक है और काल कोई अन्य वस्तु है। एक ही सातत्यता (continuum) के वे दो नाम हैं जिन्हें देश-काल-सातत्य कहते हैं और भौतिक पदार्थ देश-काल के मात्र परिवर्तित रूप हैं। जैसा कि कहा जाता है, आकाश में पदार्थ सातत्य में कुछ विशेष रचनात्मक पार्थक्यता लिये हुए हैं। अन्ततोगत्वा, यही कहा जाता है कि पदार्थ कहीं नहीं हैं, मात्र देश-काल (space and time) का अस्तित्व है। और, तथाकथित मनुष्य और पदार्थ, जिनके साथ हम इतने संसक्त हैं, वे केवल देश-काल हैं। हमें इस सत्य का बोध नहीं कि हम क्या कर रहे हैं और बिना सोचे-समझे अज्ञानवश हम इन पदार्थों का आलिंगन कर रहे हैं। अन्तत:, आकृतिक भेद भी भ्रान्तिपूर्ण हैं और आकाशीय तथा लौकिक भेद भी प्रामाणिक नहीं हैं। अत: द्रव्य एक है और देशकालिक पार्थक्य भाव विविधता के पीछे एकता में लीन हो जाता है। **'एकं सत् विप्रा बहुधा वदन्ति'**ह्लह्लवैदिक उद्घोषणा है। विद्वान् लोग एक सत् को बहुत प्रकार से कहते हैं। वे एक को अनेक रूपों में देखते हैं। एक सत् को अनेक नाम दिये गये हैं। नाम और रूप जो इस संसार के संरचनात्मक घटक हैं, दिक्काल की संरचना में तत्काल लीन होने योग्य हैं और अन्तत: स्वयं चेतना में ही विलीन होने योग्य होने के कारण **'सर्वं ह्येतद् ब्रह्म'**ह्लह्लयह समस्त ब्रह्माण्ड ब्रह्म है। विविधता में स्वयं परमात्मा अलौकिक गुणात्मक रूप में प्रभासित हो रहा है।

अस्तु! यदि यह सब ब्रह्म ही है, तो कहने की आवश्यकता नहीं कि हमारी तथाकथित आत्मा भी ब्रह्म हैह्लह्ल**'अयमात्मा ब्रह्म!'** इसके निरूपण की पुनरावृत्ति अनिवार्य नहीं है। यह स्पष्ट ही है, क्योंकि 'यह सब' में आत्मा भी अन्तर्भूत है। **'सर्वं ह्येतद् ब्रह्म'**ह्लह्लयह सब ब्रह्म है; अत: **'अयमात्मा ब्रह्म'**ह्लह्लयह आत्मा ब्रह्म है। कौन-सी आत्मा? यह एक अन्य प्रश्न है। क्या है यह आत्मा? प्राय: आत्मा

शब्द शरीर में विद्यमान प्राणिक चेतना के अर्थ में लिया जाता है। हम कहते हैंह्नह्न'मैं स्वयं' (I myself), 'तुम स्वयं' (you yourself), 'वह स्वयं' (he himself) आदि, आदि! सामान्य भाषा में हम इन पदों का प्रयोग करते हैं। अब यह आत्मा मिथ्या है, सत्य नहीं; क्योंकि हमने 'मैं स्वयं', 'तुम स्वयं', 'वह स्वयं' आदि कह कर आत्माओं की अनेकता सृजित कर डाली है। यह मिथ्या-आत्मा अथवा गौण-आत्मा है, मूल अथवा सत्य-आत्मा नहीं है। परम-आत्मा अथवा मुख्य-आत्मा नहीं है। यदि सर्वस्व आत्मा है; क्योंकि ब्रह्म आत्मा है, तो किसी भी वस्तु को विषय कहना सम्भव ही नहीं है। पुन:, समस्त विषय विषयी में संयुक्त होते हैं; क्योंकि ब्रह्म विषयी है, द्रष्टा है, द्रष्टा-पुरुष है, प्रेक्षक है, चेतना है जो युगपत् द्रष्टा भी है और दृश्य भी है। ब्रह्म कभी विषय नहीं हो सकता और यदि यह विषय नहीं है और साथ हीह्नह्नसर्वस्व ब्रह्म ही हैह्नह्न**'सर्वँ ह्येतद् ब्रह्म'**ह्नह्नतो सर्वस्व आत्मा ही होना चाहिए। ऐसी अनुभूति में सार्वभौम ईक्षण (Universal Beholding) होता है, एक वैश्विक दर्शन जिसका अभिप्राय है द्रष्टा के बहिर्गत किंचिदपि विषय-दर्शन न करना। यह अवलोकन का एक असामान्य ढंग है; क्योंकि इसमें हम इन्द्रियजन्य ज्ञान (perception) से पृथक् दर्शन करते हैं, इसमें हम किसी विषय का दर्शन नहीं कर रहे होते। यह ज्ञान है, जिसमें ज्ञातव्य विषय नहीं है। ज्ञान से बाहर जब कोई विषय नहीं रह जाता, तो सर्वस्व ज्ञान हो जाता है। **'ज्ञानं, ज्ञेयं, ज्ञानगम्यम्'**ह्नह्नभगवद्गीता का कथन है। यह ज्ञान भी है और ज्ञान के द्वारा ज्ञात किया जाने वाला ज्ञातव्य भी है। यह ज्ञान का सागर है; क्योंकि इसके बाहर कोई विषय नहीं है। इसी कारण से हम इसे आत्मा कहते हैं। आत्मा की प्रकृति हैह्नह्नज्ञान। ज्ञातव्यता अथवा विषयपरकता नहीं। सार्वलौकिक आत्मा ब्रह्म है। जीवात्मा ब्रह्म नहीं है। यह समष्टि आत्म ब्रह्म है, व्यष्टि आत्मा ब्रह्म नहीं है। सार्वभौम परमात्मा ब्रह्म हैह्नह्न**'एतद् ब्रह्म।'** यही ब्रह्म वह आत्म-तत्त्व है जो वैश्विक है। सर्वव्याप्त आकाश का दृष्टान्त घटाकाश से दिया जाता है। आकाश सर्वगत है; किन्तु घट अथवा मठ में प्रत्यक्ष होने पर सीमित प्रतिभासित होता है। क्या आप यह कह सकते हैं कि मठ में होने के कारण आकाश सीमित है? ईंटों की दीवार के निर्माण से वस्तुत: इसे सीमित नहीं किया जा सकता और जब कोई पात्र आकाश में गति करता है, तो हम यह नहीं कहते कि पात्र के भीतर का आकाश भी गति कर रहा है। एवंविध, आत्मा गति नहीं करता, भले ही आप गति कर रहे हों। आप कितनी ही दूरियाँ पार कर लें, लम्बी यात्राएँ कर लें; किन्तु आत्मा गति नहीं करता, क्योंकि यह सार्वभौम है। सार्वलौकिक गति नहीं कर सकता, वह तो पूर्वत: ही सर्वत्र विद्यमान हैह्नह्न**'सर्वँ ह्येतद् ब्रह्म। अयमात्मा ब्रह्म।'**

ब्रह्मन्, सार्वभौम आत्मन्, व्यक्तिगत अनुभव की प्रक्रिया से ही बोधगम्य है। अनुभव की यह प्रक्रिया, जिसके द्वारा हम आत्मा को प्राप्त कर सकते हैं, जो ब्रह्म है और 'ॐ' नाम से अभिहित है तथा जिसकी परिभाषा के साथ माण्डूक्योपनिषद् का शुभारम्भ हुआ हैह्नह्नयह आत्मा के अन्वय और व्यतिरेक की प्रक्रिया है। जैसा कि पहले निर्देश दिया जा चुका है, यहाँ हमारा प्रयोजन विषयों से नहीं प्रत्युत विषयों के अधिष्ठान आत्मा से है; क्योंकि आत्मा

(Subject) ही ब्रह्म की प्राप्ति का साधन है और ब्रह्म विषय नहीं है। विषयों के माध्यम से हम ब्रह्म तक नहीं पहुँच सकते। विषयी आत्मा (Subject) के द्वारा ही इसे प्राप्त किया जा सकता है। क्यों ? क्योंकि ब्रह्म परम अधिष्ठान (Supreme Subject) आश्रय है, यह विषय नहीं है। विषयों के द्वारा ब्रह्म-प्राप्ति नहीं हो सकती। इसका तो स्वगत-भाव से, आत्म-भाव से बोध किया जा सकता है। अत: अनुभव की अन्वय और व्यतिरेक प्रक्रियाएँ कर्ता की हैं, विषय-प्रपंच की नहीं हैं। इनका अध्ययन हम उपनिषद् के आगामी मन्त्रों में करेंगे। इस प्रयास में विषय-प्रपंच का कोई प्रयोजन नहीं है; क्योंकि सार्वलौकिक आत्म-तत्त्व की प्रकृति का विचार करते समय विषयों का सर्वथा अभाव रहता है।

(अनुवादिका : श्रीमती गुलशन सचदेव)

आराधना के अवसर पर
विशेष छूट

१ जुलाई २००७ से ३० सितम्बर २००७ तक

पुस्तकों पर छूट

३०० रु. तक की पुस्तकों के आर्डर पर २०%
१००० रु. तक की पुस्तकों के आर्डर पर ३०%
१००० रु. से अधिक की पुस्तकों के आर्डर पर ३५%

सीडी, वीसीडी और कैसेटों पर छूट

किसी भी मूल्य/क्वांटिटि की खरीद पर २५%

('Chidananda—The fountain of Grace; Guru Purnima Darshan 2006' को छोड़ कर)

पैकिंग तथा डाक खर्चा अलग से है। सभी आर्डरों के साथ ५०% अग्रिम धन-राशि भेजें।

यह विशेष छूट केवल भारत में ही भेजने के लिए उपलब्ध है।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

द शिवानन्द पब्लीकेशन लीग
पोस्ट : शिवानन्दनगरह्नह्न२४९१९२
जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखंड, भारत
फोन : (९१) ०१३५-२४३४७८०, २४३००४०
E-mail: bookstore@sivanandaonline.org

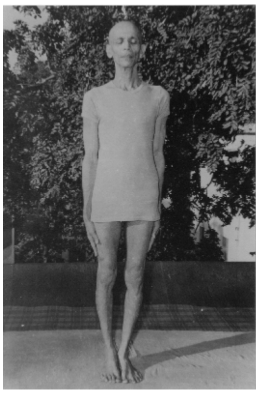
स्वास्थ्य के लिए योग :

खड़े हो कर किये जाने वाले प्रारम्भिक आसन

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

१.ताड़ासन

यह खड़े हो कर किये जाने वाले सभी आसनों का आधार है। खड़े होने की स्थिति में इसे विश्राम हेतु मानना चाहिए।



विधि

पैरों को मिला कर तथा पैर के अँगूठों, एड़ियों और घुटनों को एक-दूसरे से स्पर्श कराते हुए सीधे तन कर खड़े हो जायें। हाथ की उँगलियों को जाँघ की मांसपेशियों के बगल में फैलाये रखें। सीना आगे को ताने रखें। शरीर का समस्त भार समान रूप से एड़ियों और पादांगुलियों पर रहे। श्वसन-क्रिया सामान्य और धीमी रहे। अपने नेत्र बन्द कर लें। सभी बाह्य ध्वनियाँ किसी रुकावट के बिना श्रवण करें और प्रकृति से एक (समरस) हो जायें।

लाभ

दोनों पैरों की उँगलियों और एड़ियों पर भार समान वितरित हो जाने से आसनकर्ता शरीर में हलकापन अनुभव करेगा। शरीर में प्राण का प्रवाह समान होने के कारण मस्तिष्क शान्ति प्राप्त कर लेता है।

२. त्रिकोणासन

त्रिकोणासन में मेरुदण्ड का झुकाव पार्श्वीय होता है, जब कि सूर्यनमस्कार में उसका झुकाव आगे और पीछे की ओर होता है। इस प्रकार खड़े हो कर किये जाने वाले इन आसनों का अभ्यास करने से पीठ की रीढ़ अधिक लचीली हो जाती है। लचीलापन युवावस्था का लक्षण है।

विधि

ताड़ासन में खड़े हो जायें। अपने पैरों को दो से ढाई फुट तक की दूरी पर अलग-अलग रखें। शनैः-शनैः हथेलियों को नीचे भूमि की ओर रख कर दोनों हाथों को कन्धे के समतल तक शनैः-शनैः फैलायें और उनको पृथ्वी के समानान्तर रखें। धीरे-धीरे श्वास छोड़ें और गरदन दाहिनी ओर मोड़ दें तथा दाहिनी हथेली से दाहिने पैर के टखने के पास पृथ्वी को स्पर्श किये रहने का प्रयत्न करें। इस पूरे समय में पैरों को बिना झुकाये सीधे तने हुए रखें। पूरी हथेली पैर के पंजे के ऊपर विश्राम करती हुई रखी जा सकती है। बायाँ हाथ शिर के ऊपर

(शेष पृष्ठ ८ पर)

बाल-स्तम्भ

अनमोल धन

स्वामी रामराज्यम्

यह एक सच्ची घटना है।

मध्य प्रदेश का एक व्यापारी माल खरीदने के लिए पचास हजार रुपये ले कर मैसूर गया। वहाँ से वह कृष्णराजसागर बाँध देखने के लिए गया। वापस लौटते समय बाँध की सीढ़ियों से उतरते हुए उसे चक्कर आ गया और बेहोशी की हालत में वह लुढ़क कर नीचे गिर गया।

एक ताँगावाला यह दृश्य देख रहा था। उसने दौड़ कर उसे उठाया और उसके बेहोश शरीर को ताँगे में डाल कर पुलिस थाने की ओर चल दिया। रास्ते में व्यापारी को कुछ होश आया। उसने पूछाह्नह्न‘‘मैं कहाँ हूँ? कहाँ जा रहा हूँ?’’

ताँगावाले ने उसे पूरी बात बतायी। व्यापारी ने कहाह्नह्न‘‘तुम एक नेक इन्सान हो। मैं तुम्हें इनाम देना चाहता हूँ।’’ यह कह कर उसने अपनी जेब में हाथ डाला। ताँगावाले ने जेब में पड़े उसके हाथ को हौले से दबाया और बोलाह्नह्न‘‘बस, बस, रहने दीजिए।’’

ताँगावाला थाने पर पहुँचा। व्यापारी होश में था, लेकिन उसकी हालत ठीक नहीं थी। उसने थानेदार को मध्य प्रदेश में रहने वाले अपने भाई का पूरा पता और टेलीफोन नम्बर बताया। एक बार फिर उसने ताँगावाले को इनाम देना चाहा, लेकिन उसने नहीं लिया। वह ताँगावाले को देखता रहा, देखता ही रहा। फिर उसकी आँखें सदा के लिए बन्द हो गयीं।

टेलीफोन करके थानेदार ने उसके भाई को सूचना दी। कुछ ही घण्टों बाद भाई हवाई जहाज से आ कर थाने में पहुँच गया। उस समय ताँगावाला अपने घर जाने की तैयारी कर रहा था। ताँगावाले से घटना का पूरा विवरण सुन कर बोलाह्नह्न‘‘तुमने जो किया, वह कौन कर पायेगा? तुमने मदद न की होती, तो मेरा भाई आज न जाने कहाँ पड़ा होता।’’ यह कह कर उसने भाई की जेब टटोली और उसमें से नोटों की एक गड्डी निकाल ली। फिर वह ताँगावाले से बोलाह्नह्न‘‘तुम ये सारे रुपये ले लो, मुझे बहुत अच्छा लगेगा।’’

ताँगावाला हाथ जोड़ कर बोलाह्नह्न‘‘मुझे कुछ नहीं चाहिए। मैं बहुत अमीर हूँ, मेरे पास ईमानदारी की दौलत है। अल्लाह से दुआ माँगो कि मेरी यह दौलत बनी रहे।’’

बच्चो, ईमानदारी का धन रुपये-पैसे के धन से अधिक मूल्यवान् है। ईमानदारी का ही धन क्यों, सभी सद्‌गुणों (जैसे प्रेम, करुणा, सहानुभूति आदि) का धन रुपये-पैसे के धन से ज्यादा मूल्यवान् होता है। अनमोल होता है यह धन। □□□

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

'शिवानन्द होम' में सेवा-शुश्रूषा

लक्ष्मणझूला, तपोवन में स्थित 'शिवानन्द होम' एक ऐसा मेडिकल सेन्टर (चिकित्सा केन्द्र) है, जिसमें दिव्य जीवन संघ मुख्यालय निरीह असहाय रोगियों को घर की जैसी सुविधाएँ प्रदान कर उनकी सेवा-शुश्रूषा करता आ रहा है। इस क्षणभंगुर संसार में यह कुछ समय के लिए आश्रय-स्थल हैह्नह्नकभी-कभी दीर्घ अवधि के लिए भी है और कभी-कभी कुछ ही क्षणों के लिए है।

एक एड्स के रोगी, जिसको फेफड़े की टी.बी. (क्षयरोग) भी थी, के लिए इस धरती में यह 'होम' एक अन्तिम निवास (आखिरी पड़ाव) था। वह शान्तिपूर्वक इस दुनिया को छोड़ कर चल दिया, उस समय उसकी उम्र ४५ वर्ष और वजन २८ किलो था। बहुत यातनाएँ सह रहा था वह अपने इस जीर्ण-शीर्ण व आर्त शरीर से। उसकी मृत्यु के ठीक पहले उसे पवित्र गंगाजल दिया गया। अपनी अन्तिम साँस में उसने भगवान् का नाम लिया। भगवान् करे उसकी दुःख व पीड़ा का अन्त हो, उसकी आत्मा अपने शाश्वत व स्थायी घर में शान्ति से विश्राम करे। ॐ शान्तिः, शान्तिः, शान्तिः।

अद्भुत चमत्कार भी होते हैं, अन्यथा क्या यह दैवी उपलब्धि नहीं है! १० वर्ष का एक बालक बुखार, खाँसी से पीड़ित, घायल शरीर, मानसिक विकलांग, बहुत बेचैन, घबराया हुआ, अस्त-व्यस्त, किंकर्तव्यविमूढ़। ऐसा लग रहा था वह गाँवों के तथा आस-पास के स्थानों के नाम जानता है; लेकिन अपना पता व ठिकाना नहीं बता पा रहा है। लेकिन उसका कराहना, अपनी माँ की गोद के लिए उसकी तीव्र उत्कण्ठा एवं लालसा इतनी सशक्त व प्रभावपूर्ण थी कि मानो प्रेम का ही मूर्त रूप हो। स्थानीय अखबारों में इस बच्चे का फोटोग्राफ छापा गया जिससे आस-पास के लोग, उसके माँ-बाप के पड़ोसी हतप्रभ हो गये। उसके माँ-बाप आये तथा ये सब एक-साथ मिल गये, दुःख के आँसू खुशी के आँसू में बदल गये। अकेलेपन की चीत्कार राहत की आवाज में बदल गयी, उदासीनता खामोशी में बदल गयी। उसे इस प्रेम का आभास हो गया। उसे वह मिल गया जिसके लिए वह प्रार्थना कर रहा था। खोयी हुई भेड़ मिल गयी। इस अद्भुत खुशी के अवसर पर घर में बहुत बड़ी दावत दी गयी, खुशियाँ मनायी गयीं। उस सर्वशक्तिमान् गडरिये का धन्यवाद और कृतज्ञता-ज्ञापन किया गया जिसने अपनी सभी प्रिय भेड़ों के नाम अपने कृपालु हाथों की हथेलियों में लिखे हुए हैं।

''जिस प्रकार एक हिरन जलधारा के लिए लालायित होता है उसी प्रकार मेरी आत्मा तेरे लिए लालायित हैह्नह्नहे प्रभो ! मेरी आत्मा प्रभु की प्यासी है। उस जीते-जागते भगवान् की। मैं कब तुम्हारे पास आऊँ तथा तुम्हारे चेहरे के दर्शन करूँ? दिन-रात मेरे आँसू ही मेरे भोजन हैं, हे प्रभो! अपना प्रकाश व सत्य मेरे पास भेजो, ये मुझे मार्ग दिखाये। ये ही मुझे तुम्हारी पवित्र पहाड़ी तक ले जायेह्नह्नतुम्हारे निवास तक।'' (बाइबिल)

''भूखे को भोजन दें! नग्न को वस्त्र दें! रोगियों की सेवा करें! यही दिव्य जीवन है।'' **स्वामी शिवानन्द**

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज मई २००७ में उड़ीसा प्रान्त की सांस्कृतिक यात्रा पर गये।

दिव्य जीवन संघ की कटक शाखा में, शाखा के सचिव श्री सोमनाथ सारंगी के घर पर चल-सत्संग १५ मई को आयोजित किया गया था। उनके आमन्त्रण पर स्वामी जी महाराज ने उसमें भाग लिया। कटक शाखा के सदस्य बड़ी संख्या में वहाँ उपस्थित थे। स्वामी जी महाराज ने सत्संग में प्रवचन दिये।

भुवनेश्वर में आर्य समाज के योग शिक्षा केन्द्र ने युवाओं के लिए एक सप्ताह का योग शिविर आयोजित किया था। पूरे उड़ीसा प्रान्त से विद्यार्थी, युवक तथा बहुत से आदिवासी भी उस शिविर में भाग लेने आये हुए थे। कुल ८० लोगों ने उसमें भाग लिया। उनके आमन्त्रण पर स्वामी जी महाराज १६ मई को उसमें सम्मिलित हुए तथा योग शिविर में भाग लेने वालों, आर्य समाज के सदस्यों को सम्बोधित करते हुए प्रवचन दिये।

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के ही एक अंग, बालीगुआली में 'साधना गंगा योजना' के अन्तर्गत १८ से २२ मई २००७ तक अखिल उड़ीसा साधना शिविर आयोजित किया गया था। इससे पूर्व भी 'साधना गंगा योजना' द्वारा सात साधना शिविर लगाये जा चुके थे, यह शिविर एक बार में एक या दो जिलों के लिए तथा मास में एक-एक शिविर करके लगे थे। इस श्रृंखला की पूर्णाहुति 'अखिल उड़ीसा साधना शिविर' के रूप में हुई। सारे उड़ीसा में से १७०० से अधिक साधकों और भक्तों ने इसमें भाग लिया। २००० के लगभग साधकों ने प्रान्तीय स्तर पर साधना शिविर में भाग लिया था। इसका उद्घाटन स्वामी जी महाराज ने किया था। पाँचों दिन स्वामी जी महाराज सारे साधना शिविर के अध्यक्ष रहे। आदरणीय गजपति महाराज श्री दिव्य सिंह देव जी ने मुख्य अतिथि के रूप में प्रथम दिन के कार्यक्रम में भाग लिया। एक दिन श्रद्धेय बाबा जी चैतन्य चरण दास जी महाराज भी भक्तों को आशीर्वाद देने के लिए पधारे थे। अन्तिम दिवस २२ मई को उड़ीसा राज्य विधान सभा के स्पीकर श्री महेश्वर महन्ती जी मुख्य अतिथि रहे। आदरणीय श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी धर्मप्रकाशानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी रामकृपानन्द जी, आदरणीय प्रोफेसर श्री ह्दानन्द राय जी, आदरणीय श्री लक्ष्मी कान्त रथ जी तथा आदरणीय श्री सुभाष चन्द्र नन्दा जी आचार्य के रूप में सम्मिलित हुए।

अध्यक्ष-पद पर आसीन होने के नाते स्वामी जी महाराज ने प्रायः अधिकांश सत्रों में अध्यक्षता की तथा प्रातःकालीन ध्यान सत्र में, दिन के सत्र में तथा रात्रि सत्संग में भी प्रवचन दिये। अन्य भिन्न-भिन्न आचार्यों ने भिन्न-भिन्न विषयों पर प्रवचन दिये। स्वामी जी महाराज ने ध्यानयोग तथा गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के समन्वययोग पर प्रवचन दिये।

साधकों में अत्यधिक उत्साह, आनन्द और सन्तोष व्याप्त था। सब ओर पूर्ण अनुशासन था तथा

प्रत्येक सत्र में पूर्ण उत्साह और रुचिपूर्वक साधक सम्मिलित हुए। भाग लेने वाले सभी साधकों के लिए साधना सप्ताह अत्यधिक लाभप्रद रहा तथा भक्तों में साधना के प्रति विशेष प्रेम बढ़ाने वाला रहा। साधना सप्ताह में भाग लेने का सौभाग्य प्राप्त होने के कारण सभी साधक अत्यन्त हर्षित थे।

चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम, बालीगुआली में उपलब्ध सुविधाओं में कमी होते हुए भी, भक्त साधकों के सुविधाजनक आवास के लिए वहाँ के कार्य-भारी श्री स्वामी जितमोहनानन्द जी, जो कि शिविर संयोजक थे, के द्वारा सारा प्रबन्ध अत्यन्त उत्तम किया गया था। उनके अतिरिक्त श्री बिप्रचरण पात्र, श्री जयचन्द्र नायक, श्री कैलाश चन्द्र साहू, श्री रवि नारायण महासुआर, श्री भागीरथी महापात्र तथा अन्यों ने ऐसा बढ़िया और त्रुटि रहित सारा प्रबन्ध किया था कि सभी साधक अत्यन्त आराम से रहे और अपनी साधना एकाग्रता सहित कर सके। कुल मिला कर साधना शिविर सब प्रकार से अत्यन्त सफल रहा।

२६ मई को स्वामी जी महाराज ने जवाहरलाल नेहरु स्टेडियम, कटक में महान् क्रियायोगाचार्य बाबा परमहंस हरिहरानन्द गिरि जी महाराज की जन्म-जयन्ती के महोत्सव में भाग लिया। स्वामी जी महाराज प्रज्ञान मिशन, बालिघाइ के आमन्त्रण पर इस कार्यक्रम में सम्मिलित हुए थे। इससे पूर्व वे पूरा शताब्दी वर्ष मनाते रहे थे और यह २५ से २९ मई तक पूर्णाहुति उत्सव में मनाया जा रहा था। स्वामी जी महाराज २६ को इसमें सम्मिलित हुए तथा उपस्थित प्रतिनिधियों, महानुभावों और भक्तों को प्रवचन दिया। स्वामी जी महाराज भारतीय आध्यात्मिक संस्कृति पर तथा योग-साधकों के लिए समन्वययोग की उपयोगिता और महत्त्व पर बोले। उनके अनुरोध पर स्वामी जी महाराज पादुका-पूजन में २७ तारीख को सम्मिलित हुए।

१० मई से ६ जून तक की इस यात्रा में स्वामी जी महाराज अधिकांशतया चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम, बालीगुआली में ही रहे तथा आश्रम के कार्यों व गतिविधियों में निर्देश देते रहे। कभी-कभी सायंकालीन सत्संग में भाग लेते हुए प्रवचन भी दिये।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज जनरल मैनेजर, रेलकोच फैक्ट्री, कपूरथला (पंजाब) के आमन्त्रण पर ३० जून से २ जुलाई २००७ तक के तीन दिवसीय सम्मेलन के लिए यात्रा पर पंजाब गये। इस तीन दिवसीय सम्मेलन में प्रात:कालीन मन्त्रोच्चारण के साथ प्रार्थना और निर्देशों सहित ध्यान तथा सायंकाल में गीता पर सत्संग तथा 'तनाव-नियन्त्रीकरण' पर विशेष कार्यक्रम सम्मिलित किये गये थे। इसी आवास-काल में परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज जालन्धर भी गये तथा वहाँ दिव्य जीवन संघ, जालन्धर शाखा में १ जुलाई २००७ को भक्तों के साथ सत्संग किया।

मुख्यालय आश्रम में श्री गुरुपूर्णिमा महोत्सव

इस वर्ष २९ जुलाई को आश्रम मुख्यालय में गुरुपूर्णिमा का उत्सव धूमधाम से विशाल स्तर पर मनाया गया। कार्यक्रम का स्थान नव-निर्मित 'स्वामी शिवानन्द सत्संग भवन' था।

बहुत बड़ी संख्या में आये हुए भक्तों से भवन का हाल खचाखच भरा हुआ था। उत्सव का शुभारम्भ ब्राह्ममुहूर्त की प्रार्थनाओं तथा ध्यान से हुआ। वरिष्ठ स्वामीजीओं ने गुरु और गुरुपूर्णिमा के महत्त्व पर प्रवचन दिये। तत्पश्चात् प्रभातफेरी निकाली गयी। विश्व-शान्ति तथा समस्त मानव-कल्याणार्थ यज्ञशाला में विशेष हवन किया गया।

पावन समाधि मन्दिर में पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की विशेष पूजा की गयी। 'शिवानन्द सत्संग भवन' में विशद स्तर पर श्री गुरुपादुका-पूजा सम्पन्न की गयी, इसके अतिरिक्त भगवान् व्यास भगवान् की पूजा तथा ब्रह्मसूत्रों का पाठ भी किया गया। आये हुए भक्तों ने अत्यन्त भावपूर्ण भजन-कीर्तन प्रस्तुत किये। परम पूज्य गुरु महाराज श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के 'गुरुपूर्णिमा-सन्देश' की वीडियो प्रस्तुति की गयी। सायंकाल में गंगा माँ की आरती गुरुदेव-घाट पर की गयी।

रात्रिकालीन सत्संग में परम्परागत भजन-स्तोत्र पाठ के अतिरिक्त परम पावन गुरुदेव के दुर्लभ क्षणों के वीडियो दृश्य दिखाये गये। विश्व-शान्ति के लिए प्रार्थना और प्रसाद-वितरण सहित कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सूचना

द्वितीय अखिल उत्तर प्रदेश प्रान्तीय दिव्य जीवन संघ सम्मेलन

(३० सितम्बर से २ अक्तूबर २००७ तक)

दिव्य जीवन संघ की वृन्दावन शाखा के अध्यक्ष द्वारा सूचना प्राप्त हुई है कि दिव्य जीवन संघ उत्तर प्रदेश राज्य का द्वितीय सम्मेलन ३० सितम्बर से २ अक्तूबर २००७ तक वृन्दावन में होना निश्चित हुआ है। इस उपलक्ष्य में दिव्य जीवन संघ की उत्तर प्रदेश प्रान्त की सभी शाखाओं के अध्यक्षों, सचिवों तथा भक्त-सदस्यों से वृन्दावन शाखा के पदाधिकारियों द्वारा प्रार्थना की जाती है कि इस सम्मेलन में सम्मिलित हो कर इसे सफल बनायें!

सम्पर्क हेतु पता

दिव्य जीवन संघ, वृन्दावन शाखा
२७०, चैतन्य विहार, फ़ेज़ १
रमणरेती, वृन्दावनह्न२८१ १२१, जिला मथुरा, यू. पी.
दूरभाषह्नह्न०५६५-३२०८८९३, मो. ९८९७९८६३७१

५६ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स के समापन-समारोह की सूचना

शुक्रवार, २९ जून २००७ को योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी के वाचनालय-कक्ष में ५६ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का समापन-समारोह सम्पन्न हुआ। प्रारम्भिक प्रार्थना के उपरान्त एकाडेमी के कुलसचिव प्रोफेसर श्री वेदप्रकाश ग्रोवर जी ने उपस्थित श्रोताओं का स्वागत किया। उप-कुलसचिव प्रोफेसर श्री राजेन्द्र कुमार भारद्वाज जी ने कोर्स की रिपोर्ट पढ़ी। इसके उपरान्त कुछ विद्यार्थियों ने कोर्स से सम्बन्धित अपने उद्‌गार प्रकट किये। फिर परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज (महासचिव, दिव्य जीवन संघ) ने विद्यार्थियों को सर्टीफिकेट तथा ज्ञान-प्रसाद प्रदान किया तथा प्राध्यापक वर्ग को भी सम्मानित किया।

परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कोर्स के सफलतापूर्ण समापन पर अपनी हार्दिक प्रसन्नता प्रकट की, कि विद्यार्थियों ने इससे प्रेरणा और लाभ प्राप्त किया है। यक्ष और तीन खोपड़ियों की कहानी सुनाते हुए स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों को उपदेश दिया कि वे उस तीसरी खोपड़ी वाले के समान बनें, जिसके कान में छड़ी डालने से वह कान अथवा मुख कहीं से बाहर नहीं निकली। जिससे यह सूचित होता है कि जो-कुछ भी भला श्रवण किया जाये, उसे मन-बुद्धि में रख कर अभ्यास में उतार लिया जाना चाहिए। स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों से कहा कि अध्ययन-काल में उन्होंने एकाडेमी में जो भी सुना-सीखा है, उसे स्मरण रखें और जितना सम्भव हो दैनिक जीवन में अभ्यास करें; तभी पूर्ण लाभ प्राप्त होगा। अपने जीवन को पवित्र और उदात्त बनायें तथा जो-कुछ उपलब्धि उन्होंने प्राप्त की है, उसे अपने परिवार और मित्रों में बाँटें तथा जीवन के सर्वोच्च लक्ष्य प्रभु-साक्षात्कार को प्राप्त करने के प्रयास में दृढ़ता से जुट जायें। गुरुदेव के परम पावन आशीर्वाद सब पर होने की प्रार्थना करते हुए परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने प्रवचन समाप्त किया।

सरस्वती-पूजा और प्रसाद-वितरण के साथ १०.३० पर कार्यक्रम समाप्त हुआ।

स्वयं अपने उद्धारक बनें

हमें अपनी समस्याओं का कारण अपने भीतर खोजना होगा। उनका समाधान भी हमें अपने ही भीतर ढूँढ़ना होगा। भगवान् श्री कृष्ण ने कहा है कि व्यक्ति किन्हीं परिस्थितियों में स्वयं ही अपना शत्रु है, और वह स्वयं ही अपना मित्र और सहायक भी है। अत: आपको स्वयं अपना उद्धारक बनना होगा, और ऐसा करने में आपको चूकना नहीं चाहिए।

आप जिस अवस्था में भी पड़े हुए हैं, उससे ऊपर उठें। इस अवस्था में आपको किसी और ने नहीं डाला है। आप स्वयं ही उसमें पड़े हैं। अब उठें। यही करना आपके लिए अभीष्ट है। इसी की आवश्यकता है। अपनी निजी सर्वोच्च भलाई के लिए गहन अभीप्सा रखें और अपना जीवन सफल बनायें, स्वयं को लक्ष्य-प्राप्ति से लाभान्वित करें!

स्वामी चिदानन्द

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

अन्तर्देशीय शाखाएँ

अहिवारा (छत्तीसगढ़): माह जून २००७ की अवधि में शाखा द्वारा दैनिक सत्संग, विशेष पूजा तथा एकादशियों को महामृत्युंजय जप एवं निर्जला एकादशी को विशेष हवन सम्पन्न हुए।

अम्बाला (हरियाणा) : शाखा के दैनिक सत्संग में प्रति सोमवार को शिव-कीर्तन, श्री हनुमान चालीसा के पाठ प्रति मंगलवार को और शनिवार को, प्रति गुरुवार को और शुक्रवार को भजन किये जाते हैं। शाखा ने उभय एकादशियों को तथा दिनांक १७ और २० जून को विशेष सत्संग परिचालित किये। प्रति रविवार को वीडियो-कैसेट प्रदर्शित हुई। होमियोपैथी सेवाएँ सतत अर्पित की गयीं।

बड़कुआँल (उड़ीसा): दैनिक द्विवार पूजाएँ, श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र-पाठ तथा अन्य स्तोत्र-पाठ, प्रति गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, साप्ताहिक चल-सत्संग, शिवानन्द-दिन को पादुका-पूजा, चिदानन्द-दिन को संकीर्तन, माह के प्रति द्वितीय रविवार को श्रीमद् भगवद्गीता पारायण आदि गतिविधियाँ सम्पन्न कीं।

बरबिल् (उड़ीसा): शाखा की विविध गतिविधियों में प्रति गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति सोमवार को भक्तों के निवास-स्थानों पर साप्ताहिक चल-सत्संग सम्पन्न हुए। गत दो महीनों में चैरिटेबल होमियोपैथी औषधालय द्वारा ८५६ मरीजों के इलाज सम्पन्न हुए।

बारिपदा (उड़ीसा): शाखा ने प्रति गुरुवार को पादुका-पूजन, दिनांक ३ जून को साधना-दिन तथा एक चल-सत्संग सम्पन्न किये। शाखा ने कुष्ठरोगियों की एक संस्था के ७० व्यक्तियों को औषधियों का वितरण तथा नारायण-सेवा की व्यवस्था की।

भंजनगर (उड़ीसा): शाखा द्वारा प्रति रविवार को स्वाध्याय सहित साप्ताहिक सत्संग, उभय एकादशियों को श्री विष्णु सहस्रनाम तथा इतर श्लोकों के पाठ तथा संक्रान्ति को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण आयोजित हुए। ३३७ वाँ मासिक साधना-दिन समीपवर्ती एक ग्राम में सुआयोजित किया गया, जिसमें पादुका-पूजन, श्रीमद् भगवद्गीता पारायण, एक प्रवचन और मध्याह्न-भोजन समाविष्ट थे।

भिलाई (छत्तीसगढ़): मातृ-सत्संग के अन्तर्गत प्रति मंगलवार को श्री हनुमान चालीसा, प्रति शुक्रवार को ललिता सहस्रनाम एवं उभय एकादशियों को श्रीमद् भगवद्गीता और श्री विष्णु सहस्रनाम के पाठ थे। मासिक सत्संग में तथा परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जयन्ती में पादुका-पूजन, संकीर्तन, भोग इत्यादि कार्यक्रम सम्पन्न हुए।

भोंगीर (आन्ध्र प्रदेश): परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जयन्ती को आयोजित विशेष सत्संग में श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र-पाठ,

पादुका-पूजन एवं ब्रह्मलीन पूज्य स्वामी जी पर एक प्रवचन इत्यादि प्रमुख थे।

बीकानेर (राजस्थान): शाखा की गतिविधियाँ निम्नानुसार थींह्लह्लदैनिक पूजा तथा रामायण के स्वाध्याय सहित सायं-सत्संग; पुरुषोत्तम माहावधि में रामायण का दैनिक पारायण, श्रीमद् भागवत का स्वाध्याय तथा भजन-कीर्तन; शिवानन्द-दिन को पादुका-पूजन और भजन-कीर्तन; चिदानन्द-दिन को महामृत्युंजय मन्त्र का और गायत्री मन्त्र के सहित अर्चन-आहुतियों सह यज्ञ आदि; निर्जला एकादशी एवं कबीर-जयन्ती को विशेष सत्संग और योगासन-वर्ग, आध्यात्मिक पुस्तकालय और अकिंचन छात्रों को आर्थिक सहाय इत्यादि द्वारा समाज-सेवा का सातत्य।

छत्रपुर (उड़ीसा): दैनिक सत्संग के आधिक्य में, शाखा ने प्रति गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, ३ चल-सत्संग, शिवानन्द-दिन तथा चिदानन्द-दिन को पादुका-पूजन और संक्रान्ति-दिन को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण आदि परिचालित हुए।

गान्धीनगर (गुजरात): शाखा की गतिविधियाँ निम्नानुसार सम्पन्न हुईंह्लह्लसप्ताह में त्रिवार स्वाध्याय सहित सत्संग; दैनिक योगासन-वर्ग सप्ताह में और सायंकाल में भी महिलाओं को लिए योगासन-वर्ग, प्रति माह दिनांक १ से दिनांक १० पर्यन्त योगासन-तालीम-वर्ग, नारायण-सेवा, माह में द्विवार होमियोपैथिक औषधालय और स्वामी शिवानन्द पुस्तकालय।

घाटपदमुर, जगदलपुर (छत्तीसगढ़): ब्राह्ममुहूर्त के प्रार्थना-ध्यान, योगासन, स्तोत्र-पाठ तथा सायंकाल में सत्संग के पूर्व आधा घण्टा संकीर्तन इत्यादि दैनिक गतिविधियों के आधिक्य में शाखा ने निज साप्ताहिक कार्यक्रमों में शाखा ने प्रति गुरुवार को पादुका-पूजा, प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड का पाठ और प्रति रविवार को श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र का पाठ इत्यादि परिचालित किये।

गुमरगुण्डा (छत्तीसगढ़): शाखा के दैनिक कार्यक्रमों में श्री विश्वनाथ-मन्दिर में त्रिवार पूजा, ब्राह्ममुहूर्त में प्रार्थना-ध्यान, योगासन-वर्ग और दो घण्टों पर्यन्त सान्ध्य-सत्संग समाविष्ट थे। शाखा के साप्ताहिक कार्यक्रमों में प्रति गुरुवार को पादुका-पूजन, प्रति सोमवार को श्री शिव भगवान् के श्लोकों के पाठ, प्रति शुक्रवार को देवी-स्तोत्रों के पाठ और प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड का पाठ आदि सम्पन्न होते हैं।

हेनगेंग, इम्फाल (मणिपुर): दिनांक २४ जून के मासिक सत्संग में भजन-कीर्तन, रामायण और दिव्य जीवन पर प्रवचन, महाप्रसाद (मध्याह्न-भोजन) और नि:शुल्क ज्ञान-प्रसाद आदि २०० प्रतिभागियों के द्वारा सम्पन्न हुए।

जयपुर (राजस्थान): शाखा की नियमित गतिविधियाँ निम्नानुसार थीं ह्लह्लदैनिक रूप से प्रभात में श्रीमद् भागवतम् पर प्रवचन, अपराह्न में शिवपुराण के स्वाध्याय के आधिक्य में प्रति गुरुवार को महामृत्युंजय मन्त्र-जप सहित सायं-सत्संग, प्रति शनिवार को श्री

सुन्दरकाण्ड पारायण, शेष चार दिनों को श्रीमद् भागवतम् का स्वाध्याय और श्री हनुमान चालीसा के दस आवर्तन, गायत्री मन्त्र और महामृत्युंजय मन्त्र सहित हवन, प्रति सोमवार को मातृ-सत्संग, शिवानन्द-दिन और चिदानन्द-दिन को पादुका-पूजन, गत दो महीनों में २०६१ मरीजों के उपचार सहित स्वामी शिवानन्द चैरिटेबल होमियोपैथिक औषधालय; दैनिक योगासन-वर्ग; स्वामी शिवानन्द आध्यात्मिक पुस्तकालय; प्रति माह को २४ निराधार विधवा स्त्रियों को प्रति माह १०० रुपये का वितरण, ८० छात्रों को ५०/१०० रुपये की मासिक शिष्यवृत्तियाँ, दैनिक रूप से लगभग ३०० निराधारों को अन्नदान और कुष्ठरोगियों की एक संस्था में अनाज, चीनी, चायपत्ती, खाद्य तेल का मासिक कोरे राशन के प्रमाण में वितरण आदि सम्पन्न हुए।

शाखा की विशेष गतिविधियाँ निम्नानुसार थीं : परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की जयन्ती को पादुका-पूजन, दिनांक १० मई को और २१ जून को महामृत्युंजय मन्त्र-यज्ञह्लह्लजिसमें ५० भक्तों ने भाग लिया; दिनांक २३ मई और दिनांक २८ जून को अर्चना; एवं पुरुषोत्तम माहावधि में दैनिक कथा।

जैपुर (उड़ीसा): शाखा ने दैनिक द्विवार पूजा, प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति गुरुवार को चल-सत्संग, शिवानन्द-दिन को पूजा और हवन आदि परिचालित किये। दिनांक १७ जून के साधना-दिन के पादुका-पूजन, स्तोत्र-पाठ, स्वाध्याय, प्रसाद-सेवन और इतर कार्यक्रमों में ८० भक्त शामिल हुए।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): शाखा की नियमित गतिविधियाँ निम्नानुसार थींह्लह्लस्वाध्याय और संकीर्तन सहित साप्ताहिक सत्संग; उभय एकादशियों को अपराह्न में महिलाओं द्वारा और सब भक्तों द्वारा सायंकाल में महामन्त्र-संकीर्तन; प्रभात में तथा सायंकाल में केवल महिलाओं के लिए दैनिक रूप से योगासन-वर्ग; तथा प्रति माह अकिंचनों की सेवा। परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जयन्ती के विशेष कार्यक्रमों में २४ घण्टों का अखण्ड संकीर्तन, पादुका-पूजन, दिन-भर भक्तों को प्रसाद-वितरण, और जनता को शरबत का वितरण।

नाभा (पंजाब) : शाखा नियमित रूप से प्रति रविवार को भक्तों के निवास-स्थानों पर स्वाध्याय सहित सत्संग परिचालित करती है।

नलगोंडा (आन्ध्र प्रदेश): शाखा के दैनिक सत्संग में श्रीमद् भागवतम् का स्वाध्याय; प्रति शुक्रवार को श्री ललिता सहस्रनाम स्तोत्रम् और शेष दिनों को श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्रम् समाविष्ट थे। शाखा ने एक विशेष सत्संग आयोजित किया जिसमें इन उभय स्तोत्र-पाठों का समावेश था। श्री हनुमान जयन्ती के विशेष सत्संग में, श्री हनुमान चालीसा १०८ आवर्तनों में तथा अन्य कार्यक्रमों में ३५ भक्तों ने भाग लिया।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): शाखा ने दैनिक रूप से दो घण्टों की ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान की

सभा, प्रति गुरुवार को साप्ताहिक चल-सत्संग, मातृ-सत्संग द्वारा प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण, एकादशियों को श्रीमद् भगवद् गीता और श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्रम् के पाठ परिचालित किये गये। प्रति माह के दिनांक ३ को १२ घण्टों पर्यन्त महामन्त्र का अखण्ड संकीर्तन, यह भी अन्य एक नियमित गतिविधि है। परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की जयन्ती को विशेष सत्संग और दिनांक १० जून को भगवान् शिवजी की विशेष पूजा तथा हवन आदि विशेष गतिविधियाँ थीं।

नई दिल्ली, वसन्त विहार : प्रति रविवार के शाखा के साप्ताहिक सत्संगों में दिनांक ६ मई को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण, दिनांक १३ को संकीर्तन और ध्यान, दिनांक २० को स्वाध्याय और दिनांक २७ मई को आध्यात्मिक प्रवचन आदि प्रमुख आकर्षण थे।

सालेपुर (उड़ीसा): शाखा के दैनिक कार्यक्रमों की रूपरेखा निम्नानुसार थीह्नह्नद्विवार पूजाएँ, ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान सभा, प्रभात में १ घण्टे पर्यन्त कीर्तन, एक घण्टे पर्यन्त जप और स्तोत्र-पाठ, प्रार्थना की सायं-सभा में ध्यान, प्रार्थना, भजन, कीर्तन तथा आध्यात्मिक गोष्ठी का डेढ़ घण्टे पर्यन्त वर्ग। मासिक गतिविधियों में, दिनांक २ जून को श्री सुन्दरकाण्ड का और दिनांक ३ जून को श्रीमद् भगवद्गीता का पारायण, प्रभात में १ घण्टे पर्यन्त जप और सायंकाल में विशेष सत्संग शिवानन्द-दिन को और दिनांक १७ जून को साधना-दिन इत्यादि कार्यक्रम समाविष्ट थे।

शाखा के विशेष कार्यक्रमों में ३ घण्टों पर्यन्त चल-सत्संग, प्रभात में पादुका-पूजन और सायंकाल के विशेष सत्संग में आदरणीय श्री स्वामी शिवकृपानन्द जी द्वारा संन्यास की महिमा विषयक प्रवचन सहित परम पूज्य गुरुदेव के संन्यास-दीक्षा-दिन का वार्षिक अवसर और संक्रान्ति-दिन को श्री हनुमान चालीसा के १०८ आवर्तन थे।

माहावधि में होमियोपैथिक औषधालय के द्वारा १७५ मरीजों के इलाज सम्पन्न हुए।

साउथ बलाण्डा (उड़ीसा): शाखा की गतिविधियाँ निम्नानुसार थींह्नह्नप्रति शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग, चिदानन्द-दिन को विशेष सत्संग, दिनांक २० जून को ३ घण्टों पर्यन्त महामन्त्र का अखण्ड कीर्तन, संक्रान्ति-दिन को प्रभात में पादुका-पूजन और सायंकाल में ३ घण्टों पर्यन्त महामृत्युंजय मन्त्र का सामूहिक जप।

सुनाबेडा (उड़ीसा): दैनिक सत्संग-स्वाध्याय के आधिक्य में शाखा ने पादुका-पूजन सहित द्विवार साप्ताहिक सत्संग तथा प्रति गुरुवार और रविवार को स्वाध्याय परिचालित किये। शाखा ने गत दो माहों में ३०० मरीजों के उपचार करते हुए प्रति रविवार को नि:शुल्क चिकित्सिकीय सहाय दी।

सुनाबेडा (महिला शाखा): शाखा की गतिविधियाँ इस प्रकार रहींह्नह्नदैनिक द्विवार पूजाएँ,

प्रभात में मन्त्र-जप और श्रीमद् भागवत का पाठ और सायंकाल में महामन्त्र-कीर्तन सहित सत्संग; प्रति बुधवार और शनिवार को साप्ताहिक द्विवार सत्संग; प्रति रविवार को अपराह्न में 'शिशु-विकास-सत्संग', उभय एकादशियों को पादुका-पूजन और श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र का पाठ, चिदानन्द-दिन को १२ घण्टों का महामृत्युंजय मन्त्र का जप; तथा प्रति मंगलवार को नारायण-सेवा।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): शाखा ने दिनांक ३ और २४ जून को सत्संग आयोजित किये।

विदेशी शाखाएँ

हांगकांग (चीन): दिनांक १२ मई के मासिक सत्संग में ४५ प्रतिभागी शामिल हुए। पूज्य गुरुदेव के उपदेशों के विषयक प्रवचन के पूर्व महामृत्युंजय मन्त्र का १ घण्टे पर्यन्त जप सम्पन्न हुआ। शेष शनिवार के दिनों को महामन्त्र का जप किया गया तथा माह मई २००७ में १०७ प्रतिभागी शामिल थे। शाखा नियमित रूप से योगासन-वर्गों का आयोजन करती है। २२ नूतन वर्गों में ३०७ व्यक्तियों ने अभ्यासक्रम पूर्ण किया। 'हिन्दू देव-देवियों की कहानियाँ', इस विषयक एक प्रवचन आयोजित हुआ।

सूचना

श्री नवरात्र दुर्गा-पूजा

पवित्र दुर्गा-पूजा (नवरात्र देवी-पूजा) शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर में **१२ अक्तूबर २००७ से २० अक्तूबर २००७** तक मनायी जायेगी। गत वर्षों की भाँति इस वर्ष भी यह पूजा समयोचित शालीनता एवं समारोह के साथ सम्पन्न होगी। देवी माँ की नवरात्र पूजा के कार्यक्रम में शास्त्रीय पूजा, स्वाध्याय एवं देवीमाहात्म्य (दुर्गासप्तशती), ललितासहस्रनाम तथा देवी से सम्बन्धित अन्य ग्रन्थों का पाठ, सामूहिक प्रार्थना, नित्य कीर्तन, भजन, प्रवचन आदि सम्मिलित होंगे। देवी माँ की वेदी को नित्य ही अलंकारों एवं पुष्पों से सजाने तथा प्रकाश की व्यवस्था होगी। विजयादशमी के पूर्व-दिवस **२० अक्तूबर २००७** को परम पवित्र चण्डी-हवन (होम), कुमारी-पूजा तथा समापन-पूजा उत्सव का परमोत्कृष्ट रूप लेंगे।

हम सभी भक्तों को इस पवित्र पूजा में उपस्थित एवं सम्मिलित होने का हार्दिक निमन्त्रण देते हैं। अपने आगमन की पूर्व-सूचना देने की कृपा करें। जो भक्त गण **'व्यवस्थापक, श्री विश्वनाथ मन्दिर, पत्रालय शिवानन्दनगर २४९ १९२, उत्तराखंड'** को पत्र द्वारा अपनी इच्छा व्यक्त करेंगे, उनके नाम से विशेष संकल्प के साथ पूजा की जायेगी।

आप सभी पर जगन्माता माँ की कृपा रहे! **दिव्य जीवन संघ**