ब्रह्मचर्य-साधना :

यह संसार ही कामुक है

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

काम-वासना का संसार के सभी भागों पर एकाधिपत्य है। लोगों के मन कामपूर्ण विचारों से ओत-प्रोत हैं। यह संसार ही कामुक है। समस्त विश्व भीषण कामोन्माद के वशीभूत है। सभी दिग्भ्रान्त हैं तथा विकृत बुद्धि से संसार में चल-फिर रहे हैं। कोई भगवद्-विचार नहीं है। कोई भगवद्-चर्चा नहीं है। भूषाचार (फैशन), उपाहार-गृहों (रेस्तराँ), विश्रान्ति-गृहों (होटलों), प्रीतिभोजों, नृत्यों, घुड़दौड़ों तथा चलचित्रों की ही चर्चा है। लोगों का जीवन खान-पान तथा प्रजनन में ही समाप्त हो जाता है। इसमें ही उनके कर्तव्य की इतिश्री है।

काम-वासना ने लन्दन, पेरिस तथा लाहोर में ही नहीं, वरन् परम्परानिष्ठ परिवार की ब्राह्मण बालिकाओं तक में भी नवीन भूषाचार (फैशन) चालू कर दिया है। वे अब अपने मुख में हरिद्रा-चूर्ण के स्थान में 'चैरी ब्लाज़म पाउडर' तथा 'वेजिलिन स्नो' लगाती हैं तथा फ्रांसीसी लड़कियों की भाँति अपने बाल कटवाती हैं। इस प्रकार के अनुकरण की हेय प्रवृत्ति भारत में हमारे बालकों तथा बालिकाओं के मन में अनधिकृत रूप से प्रवेश कर गयी है। हमारे प्राचीन ऋषियों तथा मनीषियों के पवित्र आदर्शों तथा उपदेशों की सर्वथा उपेक्षा की जा रही है। यह क्या ही शोचनीय अवस्था है! यदि जान्सन अथवा रसेल जैसा कोई पाश्चात्य विद्वान् विकास, गति, परमाणु, सापेक्षता अथवा अनुभवातीत सिद्धान्त के रूप में कोई बात प्रस्तुत करता है, तभी लोग उसे सच मानेंगे। निःसन्देह, यह लज्जास्पद बात है। उनके मस्तिष्क विदेशी कणिकाओं से अवरुद्ध हैं। उनमें दूसरों में वर्तमान किसी गुण को आत्मसात् करने के लिए मस्तिष्क ही नहीं है। भारत में आज के नवयुवकों तथा नवयुवतियों का दुःखद अधःपतन हुआ है। यह ऐसा युग है जब वे रिक्शा, कार, ट्राम, साइकिल अथवा वाहन के बिना थोड़ी दूर भी नहीं चल सकते। क्या ही अत्यधिक कृत्रिम जीवन है! भारत की महिलाओं में कन्धों तक बाल कटाने की प्रवृत्ति ने घोर संक्रामक रोग का रूप ले लिया है। इसने समस्त भारत को आक्रान्त कर रखा है। यह सब काम तथा लोभ की शरारत के कारण है।

आजकल के नवयुवक पाश्चात्य लोगों का अन्धाधुन्ध अनुकरण करते हैं। इसके परिणाम-स्वरूप उनका अपना विनाश होता है। लोग कामुकता से दोलायमान हैं। वे अपने सदाचार तथा दिक्काल-बोध खो बैठे हैं। वे कभी भी सत् और असत् में विवेक नहीं करते। वे अपना लज्जा-भाव भी सर्वथा खो बैठते हैं।

यदि आप सत्र-न्यायालयों के समक्ष न्यायिक विचारार्थ आने वाले लूटपाट, बलात्कार, अपहरण, आक्रमण, हत्या इत्यादि अपराधों का पुरावृत्त पढ़ें, तो आप पायेंगे कि इन सबके मूल में लिप्सा ही हैह्नह्नचाहे वह धन की लिप्सा हो अथवा विषय-सुख की लिप्सा। कामुकता जीवन, कान्ति, बल, जीवन-शक्ति, स्मृति,

सम्पत्ति, कीर्ति, पवित्रता, शान्ति, ज्ञान तथा भक्ति को नष्ट कर डालती है।

अपनी बुद्धि पर गर्व करने वाले मनुष्य को पशु-पक्षियों से शिक्षा ग्रहण करनी चाहिए। पशुओं में भी मनुष्य से अधिक आत्म-संयम होता है। एकमात्र इस तथाकथित मनुष्य ने ही अति-भोग से अपनी अधोगति कर ली है। वह कामोत्तेजना के आवेश में आ कर ही हेय कृत्य को बारम्बार दोहराता है। उसमें रंचमात्र भी आत्म-संयम नहीं होता है। वह काम-वासना का पूर्ण दास और उसके हाथों की कठपुतली होता है। वह खरगोशों की भाँति प्रजनन करता तथा संसार में भिक्षुओं की संख्या में वृद्धि करने के लिए अगणित बच्चों को जन्म देता है। सिंह, हाथी, बैल तथा अन्य शक्तिशाली पशुओं में मनुष्यों से अधिक आत्म-संयम होता है। सिंह वर्ष में केवल एक बार सहवास करते हैं। स्त्री जातीय पशु गर्भ धारण करने के पश्चात् जब तक उनके बच्चों का दूध पीना नहीं छूट जाता और जब तक वे स्वयं स्वस्थ तथा हृष्ट-पुष्ट नहीं हो जाते, तब तक पुंजातीय पशु को अपने पास फटकने नहीं देते। मनुष्य ही प्रकृति के नियमों का उल्लंघन करता है। फलतः अगणित रोगों से पीड़ित होता है। उसने इस विषय में अपने को पशुओं के स्तर से भी नीचे अधःपतित कर डाला है।

जैसे राजकोष, प्रजा तथा सेना के अभाव में राजा राजा नहीं है, सुगन्ध के अभाव में पुष्प पुष्प नहीं है, जल के अभाव में सरिता सरिता नहीं है, उसी प्रकार ब्रह्मचर्य के अभाव में मनुष्य मनुष्य नहीं है। आहार, निद्रा, भय तथा मैथुनह्वह्वये पशु तथा मनुष्य, दोनों में उभयनिष्ठ है। धर्म-विवेक तथा विचार-शक्ति ही मनुष्य की पशु से विशिष्टता दर्शाते हैं। ज्ञान तथा विचार की प्राप्ति एकमात्र वीर्य के परिरक्षण से ही सम्भव है। यदि किसी व्यक्ति में ये विशिष्ट गुण उपलब्ध नहीं हैं, तो उसकी गणना वस्तुतः साक्षात् पशु में ही की जानी चाहिए।

जब काम, जो इस संसार में सभी सुखों का स्रोत है, समाप्त हो जाता है, तब समस्त सांसारिक बन्धन, जिनका आश्रय-स्थान मन है, समाप्त हो जाते हैं। सर्वाधिक सांघातिक विष भी काम की तुलना में कोई विष नहीं है। पूर्वोक्त तो एक शरीर को दूषित करता है, जब कि उत्तरोक्त आनुक्रमिक जन्मों में प्राप्त होने वाले अनेक शरीरों को कलुषित करता है। आप वासनाओं, कामनाओं, संवेगों और आकर्षणों के दास बन गये हैं। आप इस दयनीय अवस्था से कब ऊपर उठने जा रहे हैं? जो व्यक्ति यह बोध रखते हुए भी कि संसार के विनाशकारी पदार्थों में अतीत तथा वर्तमान में सुख का आत्यन्तिक अभाव है, अपने विचारों के द्वारा उनसे चिपके रह कर उनमें उलझे रहते हैं, वे यदि और बुरे नाम के नहीं तो गधा कहलाने के अधिकारी तो हैं ही। यदि आप विवेक-सम्पन्न नहीं हैं, यदि आप मोक्ष के लिए यथाशक्य प्रयास नहीं करते और यदि आप अपना जीवन-काल खाने, पीने तथा सोने में ही व्यतीत करते हैं, तो आप चौपाया ही हैं। आपको उन चौपायों से कुछ पाठ सीखना है, जिनमें आपकी अपेक्षा कहीं अधिक आत्म-निग्रह है।

आज मानव-जाति जो मैथुन-अपकर्ष से अभिभूत है, उसका सीधा-सा कारण यह तथ्य है कि लोग यह मान बैठते हैं कि मानव-प्राणी में एक नैसर्गिक काम-प्रवृत्ति है; किन्तु बात ऐसी नहीं है।

नैसर्गिक काम-प्रवृत्ति प्रजनक होती है। यदि पुरुष-स्त्रियाँ प्रजनन तक ही सम्भोग को सीमित रखें, तो यह स्वयं में ब्रह्मचर्य-पालन ही है। क्योंकि बहुसंख्यक लोगों के लिए ऐसा कर पाना असम्भव ही होता है; अतः जो लोग जीवन के उच्चतर मूल्य चाहते हैं, उनके लिए पूर्ण संयम का विधान किया गया है। जहाँ तक ज्वलन्त मुमुक्षुत्व वाले साधक का सम्बन्ध है, उसके लिए ब्रह्मचर्य एक अनिवार्य शर्त है, क्योंकि वह अपना वीर्य किंचित् भी नष्ट नहीं कर सकता।

प्रत्येक सांसारिक कामना को तुष्ट करना पाप है। शरीर को तो दिव्य विषयों में दत्त-चित्त आत्मा का दीन-हीन दास होना चाहिए। मानव की रचना ही भगवान् के साथ मानसिक सम्पर्कमय जीवन-यापन करने के लिए हुई थी; किन्तु वह दुष्ट दानवों के प्रलोभन के वशीभूत हो गया। उन्होंने उसे भगवद्-ध्यान से विरत करने तथा सांसारिक जीवन की ओर ले जाने के लिए उसकी प्रकृति के विषयी पक्ष का लाभ उठाया। अतः समस्त विषय-सुखों को त्यागना, विवेक तथा वैराग्य के द्वारा अपने को संसार से पृथक् करना, मात्र आत्मा के अनुरूप जीवन-यापन करना और भगवान् की पूर्णता तथा पवित्रता का अनुकरण करना ही नैतिक गुणवत्ता है। विषय-परायणता ज्ञान तथा पवित्रता की विरोधी है। अपवित्रता से बच कर रहना ही जीवन का परम कर्तव्य है। **(अनूदित)**

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

‘तत् त्वं असि’ का बोध

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

जब उपनिषद् आपको सम्बोधित करते हैं और उद्घोषित करते हैंह्नह्न**‘तत् त्वं असि’** (तुम ‘वह’ हो), तब आपको अपने मन में यह पूर्णतया स्पष्ट होना चाहिए कि ‘तुम’ शब्द से क्या अभिप्राय है। जब इसे स्पष्टतया और सूक्ष्मतापूर्वक ग्रहण कर लिया जायेगा, तभी आपको वास्तव में और तत्क्षण बोध हो जायेगा कि ‘वह’ शब्द से क्या अभिप्राय है और इन दोनों में क्या और कैसे एकत्व का, एक ही रूप होने का परस्पर सम्बन्ध है।

यदि आप सोचते हैं कि **‘त्वम्’** सम्बोधन शब्द से उपनिषदोंक्का भाव उस ‘तुम’ से है, जो आप अभी इस समय अपने कानों के द्वारा सुन रहे हैं और अपने मन-बुद्धि द्वारा समझने का प्रयत्न कर रहे हैं, तब तो इस प्रकार सम्बोधित करने का उद्देश्य ही समाप्त हो गया। क्योंकि यदि इस ‘तुम’ का अर्थ आप अपने देह-बोध से समझते हैं, तो इसका अर्थ है कि आप देह, मन और बुद्धि से ही स्वयं की पहचान बनाये हुए हैं। जब तक आप अपने विषय में बोध की उस अवस्था में, चेतना की उस अवस्था में हैं, तब तक उपनिषद् अपने उद्देश्य में असफल ही हैं, क्योंकि वह **‘त्वम्’** के द्वारा आपके इस ‘तुम’ की ओर संकेत नहीं कर रहे हैं।

जब उपनिषद् **‘त्वम्’** कहते हैं, तब वह मनुष्य की भाषा का प्रयोग न करके, दिव्य अनुभूति को अभिव्यक्त करने का प्रयत्न कर रहे हैं। वह न तो संस्कृत, हिन्दी या अँगरेजी, और न ही कोई अन्य भाषा का प्रयोग करते हैं। वह तो एक ऐसी अनुभूति की उद्घोषणा करते हैं जो अचिन्तनीय है, मन-बुद्धि की पकड़ से परे है, ‘‘**यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह**’’ (जहाँ तक पहुँच न सकने के कारण मन-बुद्धि सहित वाणी वापस लौट आती है)।

अत: यदि आप **‘त्वम्’** शब्द को उस स्तर पर समझने का प्रयास नहीं करतेह्नह्नजहाँ पहुँचे बिना मन-बुद्धि को वापस लौटना पड़ता हैह्नह्नतब तो आप इसका अर्थ शारीरिक और मानसिक स्तर पर ही लगा रहे हैं, तब आप पर अभी तक इसका आन्तरिक गूढ़ार्थ प्रकट नहीं हुआ है। वह यह नहीं कह रहे हैं कि अमुक नामधारी श्रीमान् अथवा श्रीमती ब्रह्म हैं। यह तो असंगत है। हिन्दी में एक कहावत हैह्नह्न‘कहने और समझने में आकाश-पाताल का अन्तर’, यह तो वैसे ही है।

इसलिए सर्वप्रथम आपको यह समझना होगा कि यह **‘त्वम्’** क्या है, जिसके सम्बन्ध में वह उद्घोषणा कर रहे हैं, **‘तत् त्वं असि’** अर्थात् तुम वह हो। वह आप जो नाम-रूप वाले दिखायी दे रहे हैं, उसकी ओर संकेत नहीं कर रहे। वह तो जो अदृश्य ‘आप’ हैं, उसकी ओर निर्देश कर रहे हैं। जो-कुछ भी द्रष्टव्य है, उसकी ओर निर्देश न करके आपके उस अदृश्य गुह्य अज्ञात द्रष्टा की ओर संकेत कर रहे हैं, जो समस्त वस्तु-पदार्थों का द्रष्टा, सबका ज्ञाता है। इस आयाम में आप समस्त दृश्य वस्तु-पदार्थों के वह अदृश्य द्रष्टा, वह ‘तुम’ हैं जो केवल एकमेव ही सर्वत्र व्याप्त है।

वास्तव में वही आपका उद्गम, आपका आदि, अन्त और सब-कुछ हैह्लह्ल‘तुम’ जो अदृश्य हो, ‘तुम’ जो सम्पूर्ण जगत् को जानने वाले हो, किन्तु जिसे यह संसार कभी नहीं जान सकता, यहाँ तक कि तुम्हारे माता-पिता भी तुम्हें नहीं जान सकते, जब तक कि उन्होंने स्वयं इस **‘तत् त्वं असि’** का वास्तविक अर्थ न जान लिया हुआ हो।

इसके लिए दीर्घकालीन स्वाध्याय की आवश्यकता है, ब्रह्मविद् गुरु के चरणों में बैठने की और यह समझने की आवश्यकता है कि वह ब्रह्म के, माया के, आपके और इनके परस्पर सम्बन्ध के विषय में क्या कहते हैं। जब वह दीर्घकाल तक, महीनों-वर्षों तक प्रतिदिन निरन्तर स्पष्ट करते रहते हैं कि माया की वास्तव में सत्ता है कि नहीं, और आपका तथा ब्रह्म का परस्पर क्या सम्बन्ध हैह्लह्लतब आपको निश्चित रूप से मनन करना चाहिए कि ‘गुरु जी कहते हैं कि मैं यह स्थूल देह-मन नहीं हूँ, इससे उनका अभिप्राय क्या है? तब मैं हूँ कौन?’ आपको इस प्रकार अवश्यमेव श्रवण करना, मनन करना और फिर ध्यान करना चाहिए।

कहावत है कि ‘रोम एक ही दिन में नहीं बन गया था।’ एक दिन की तो बात ही क्या, भगवद्-तत्त्व का बोध और ईश्वरानुभूति तो एक जीवन-काल में भी नहीं हो सकती। फिर भी कहते हैं कि उसकी अनुभूति पलक झपकने जितने समय में ही हो जाती है, अर्थात् इसमें किंचित् भी समय नहीं लगता। इन दोनों कथनों का सामंजस्य कैसे बिठाया जा सकता है?

यदि एक सूखी दियासलाई को खुरदरी सतह पर घिसा जाये, तो वह उसी क्षण प्रज्वलित हो उठेगी। यदि दन्तकुरेदनी तीली को ले कर साबुन की टिकिया पर इसी प्रकार प्रयत्न किया जाये तो? भले ही आप जीवन-भर घिसते चले जायें, परिणाम कुछ भी निकलने वाला नहीं, क्योंकि दन्तकुरेदनी में वह तत्त्व है ही नहीं। दूसरी ओर दियासलाई के मसाले को बनाये जाने के उद्योग में जितना समय और जितना परिश्रम, इसी उद्देश्य को ले कर पग-पग पर किया गया है, उसकी ओर ध्यान दें। और फिर उसका उपयुक्त सतह पर घिसाया जाना भी आवश्यक है।

इसी प्रकार जिज्ञासु साधक का अन्तःकरण जब वर्षों पर्यन्त स्वाध्याय, सत्य के श्रवण, मनन और निदिध्यासन करने के परिणाम-स्वरूप पूर्णतया तैयार हो जाता है, जब-तब उपनिषद् यह उद्घोषित करते हैं कि तुम वह हो (**‘तत् त्वं असि’**) तब आपको ज्ञात होता है कि इसका अर्थ उस नाम-रूप से नहीं है जो जागतिक कार्य-व्यवहार में सामान्य स्तर पर उपयोग किया जाता है; प्रत्युत इसका अभिप्राय आपके वास्तविक ‘मैं’ से है, वह ‘मैं’ जो तीनों शरीरों से भिन्न है, पाँचों कोषों से अतीत है तथा जो जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्तिह्लह्लइन तीनों परिवर्तनशील अवस्थाओं से परे है।

‘मैं’ सदैव अपरिवर्तनीय, चेतना की चतुर्थ अवस्था हूँ; जाग्रत, स्वप्न और सुषुप्ति की तीनों सदा परिवर्तनशील अवस्थाओं का अपरिवर्तनीय मूक द्रष्टा हूँ। मैं द्रष्टा हूँ, मैं अनुभवकर्ता हूँ। मैं न जाग्रत हूँ, न स्वप्नशील हूँ, न ही सुषुप्ति में हूँ; क्योंकि मैं कभी भी निद्रा में नहीं हूँ कि मुझे जागना पड़े। मैं सदा से जो हूँ, वही हूँ; बस मैं हूँ। जाग्रति मेरा नाम है। जागरूकता मेरा नाम है।

उपनिषदों के सम्बोधन में निहित अर्थ यह है। अतः यह सरल है, सहज है और इसके साथ ही यह सरल भी नहीं है और सहज भी नहीं है। यह इस पर निर्भर करता है कि आपने अपनी चेतना के शुद्धिकरण के लिए

स्वयं अपने ऊपर कितना परिश्रम किया है। इसको सामान्य देह-मन-बुद्धि के स्तर से ऊपर उठा कर भौतिक, मानसिक स्तर से परे, आध्यात्मिक स्तर पर, दिव्य स्तर परह्नह्नवह दिव्य स्तर जहाँ आप स्वयं को स्वर्गीय साम्राज्य के अन्तर्मन में स्थित कर सकेंह्नह्नवहाँ तक पहुँचने के लिए कितना परिश्रम किया है। यदि ऐसा आपने पर्याप्त मात्रा में किया है, तब यह दिव्य उद्घोषणाह्नह्नजो आपको आपसे ही परिचित करवाती हैह्नह्नआपको सही अर्थों में समझ में आयेगी। जब **‘तत्’** (वह) शब्द का बोध हो गया, केवल तब ही **‘त्वम्’** (तुम) के साथ इसके सम्बन्ध का ज्ञान होगा।

इसलिए, उन्होंने कहा कि ‘वह’ सूक्ष्मातिसूक्ष्म है, अत: आपको अपनी चेतना को उसी सूक्ष्मतम तक पहुँचाना होगा जिससे कि आप उसे प्राप्त कर सकें। यदि यह अभी भी द्वन्द्वों में ही उलझा हुआ है, रुचियों-अरुचियों में, सुख-दु:ख में और देह-बोध में फँसा हुआ है, तब उस स्तर तक कैसे पहुँचा जा सकता है ? आप कल्पना करते रहें, बड़ी प्रसन्नता से सोचते रहें, किन्तु कल्पना तो केवल कल्पना ही है, विचार मात्र ही है। यह कोई खेल नहीं है।

एक सन्त ने कहा है कि इस सत्य का बोध प्राप्त करना लोहे के चने चबाना और उन्हें पचाने जैसा है। यह कोई छोटी बात नहीं है। इसलिए विनम्रता की आवश्यकता है जिससे कि विचारों में स्पष्टता का, जहाँ आप हैं, उस अवस्था का और वास्तविक सत्य के बोध का आपको ज्ञान हो। और उसके पश्चात् विनम्रतापूर्वक, धैर्य सहित तथा कर्मिष्ठता से इसकी ओर अग्रसर होने का प्रयत्न करें, बढ़ते रहेंह्नह्नबढ़ते चले जायें। अपने जीवन को हीह्नह्नपल-पल करके, घण्टा-घण्टा, दिन-प्रति-दिन करके एक गति का रूप दे दें। कभी भी दिशा को परिवर्तित न होने दें, कभी भी लक्ष्य न बदलने दें, किसी भी वस्तु-पदार्थ द्वारा स्वयं को विचलित न होने दें, सदा केन्द्र की ओर बढ़ते हुए, प्रत्येक श्वास, प्रत्येक विचार द्वारा उस महान् केन्द्र में ही स्थित रहें।

यह साधना है, यह आध्यात्मिक जीवन है, यह योगाभ्यास है, यही ध्यान हैह्नह्नइसी पर चिन्तन, इसी पर मनन! अत: ध्यान तो प्रत्येक मिनट, दिन के चौबीस घण्टों में ही है। ऐसा नहीं कि जब आप अकेले ध्यान-कक्ष में हों, तभी ध्यान है, ध्यान तो दिन और रात-भर है, यहाँ तक कि जब आप कार्यरत या सेवारत या भीड़-भाड़ में हैं, तब भी ध्यान ही है। यदि ध्यान समाप्त हो जाये, तो आपकी साधना भी समझें कि रुक गयी है, उन्नति भी रुक गयी है।

हो सकता है कि आप अपने ध्यान-कक्ष में एकाकी होते हुए भी, चिन्तन में संसार के मध्य में हों। इसलिए यह कोई खेल नहीं है, यह कोई साधारण वस्तु नहीं है; इसमें विनम्रता और अपनी वास्तविक पहचान का स्पष्ट बोध होना अनिवार्य है। तब ‘तुम’ का प्रश्न रखना हास्यास्पद नहीं रहता। यह तुम कैसे ‘वह’ हो सकता है? इस तुमसे अभिप्राय नहीं है, यह तो आपके इस तुमके भीतर कुछ है जिसके लिए **‘तत्’** (‘वह’) शब्द आया है।

अत: हम भली-भाँति समझ लें, पहले हम अपनी वर्तमान स्थिति को जान लें कि हम कहाँ हैं। तब फिर जहाँ हमें वास्तव में पहुँचना हैह्नह्नयदि हम वास्तविक सत्ता का बोध प्राप्त करना चाहते हैं, यदि हम सत्य को ग्रहण करना चाहते हैंह्नह्नतो वहाँ पहुँचने के लिए आवश्यक प्रयत्न करें ।

(अनुवादिका : श्रीमती सुधा भारद्वाज)

बालकों के लिए दिव्य जीवन :

जो दूसरों के लिए गड्ढा खोदता है, वह खुद उसी गड्ढे में गिरता है

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

शिक्षक अच्छा, विक्रम, तुम बता सकते हो कि हमारी इन वार्ताओं से तुमने क्या-क्या सीखा?

विक्रम मैं इस विषय को मन-ही-मन दोहरा लूँ। मुझे दो मिनट का समय दें।

शिक्षक ठीक है।

विक्रम सुनिए।

''अपने साथ जैसे व्यवहार की अपेक्षा रखते हो, दूसरों के साथ भी वैसा ही व्यवहार करो।''

''प्रेम से प्रेम उत्पन्न होता है और द्वेष से द्वेष।'' ठीक है न, गुरु जी?

शिक्षक बिलकुल ठीक है। तुम्हारी स्मरण-शक्ति तेज है। और कुछ?

विजय जी हाँ। ''बुराई का बदला भलाई से दो''ह्नह्नस्वर्ण सूत्र। ''बदला लेना नहीं चाहिए, विशाल और उदार हृदय बनना चाहिए।''

शिक्षक सुन्दर! इन बातों को सदा स्मरण रखोगे और इन्हें अपने जीवन में उतारने का प्रयत्न करोगे, तो शीघ्र ही सफल हो जाओगे। जीवन की सारी समस्याओं का समाधान हो जायेगा। गुणहीन जीवन जल-रहित, मरुद्यान-रहित रेगिस्तान के समान है। इसलिए अपने जीवन को निःस्वार्थ प्रेम, त्याग, ज्ञान और सद्भाव का जीवन्त रूप बनाओ। दूसरों का सम्मान करोगे, दूसरों से सहानुभूति रखोगे, तो तुम्हें भी सम्मान और सहानुभूति मिलेगी।

विजय, तुम कोई दो बातें बता सकते हो, जो तुमने इन सारी वार्ताओं में ग्रहण की हों?

विजय जी हाँ। ''हमें अहिंसा का पालन करना चाहिए। कोई भी काम करने से पहले दो बार सोच लेना चाहिए; क्योंकि जल्दबाजी से बरबादी होती है।''

शिक्षक समझ लो बच्चो! इशारे से, अभिव्यक्तियों से, लहजे से या आवाज से अथवा कटु शब्दों से किसी की भावना को चोट पहुँचाना हिंसा ही है। धर्माचरण दिव्य पथ है। सम्पत्ति, सौन्दर्य, यौवन, मान-यशह्नह्नसब फीके पड़ जाते हैं, परन्तु धर्म-परायणता का जीवन कभी नष्ट नहीं होता।

मोहन गुरु जी, रोज की तरह आज आप कोई कहानी नहीं सुनायेंगे?

शिक्षक जी हाँ, वह तो होगा ही। लेकिन जो-कुछ आज तक ग्रहण किया है, उसे एक बार हृदयंगम कर लेना अच्छा है। ठीक है। आज कौन लड़का बढ़िया छोटी लेकिन विनोदशील कहानी सुनायेगा?

सोहन (शुरू करता है।)

तीन दुष्ट थे। वे लूट-मार करने के लिए रोज बाहर जाया करते थे। लूट में जो मिलता, उसे वे तीनों बराबर बाँट लिया करते थे। एक दिन एक वृक्ष के नीचे उन्होंने एक बड़ा पत्थर पड़ा हुआ देखा। उन्होंने सोचा कि इस पत्थर के नीचे धन होना चाहिए। जब उन्होंने पत्थर हटाया, तो नीचे एक गड्ढा दिखायी पड़ा।

गड्ढे को खोद कर देखा, तो वहाँ एक तिजोरी गड़ी हुई मिली। उन्होंने तिजोरी का ताला तोड़ डाला। उसके अन्दर खूब सोना और चाँदी भरा हुआ देख कर उनको बड़ी खुशी हुई। वह इतनी भारी थी कि उसे उठा नहीं सकते थे। उन्होंने एक आदमी को गाड़ी लाने भेजा। जब

वह चला गया, तो बाकी दो आपस में बात करने लगेह्नह्न''सारा धन हम दोनों ही बाँट लें, तो कितना अच्छा हो! हमारा तीसरा साथी लौट आये, तो हम उसे आसानी से खतम कर सकते हैं। तब हमें एक तिहाई धन मिलने के बजाय आधा-आधा धन मिल जायेगा।'' दोनों ने मिल कर यह योजना बनायी कि तीसरा ज्यों-ही आये, उसे मार डाला जाये।

वह तीसरा आदमी शहर गया। उसने एक गाड़ी किराये पर ली तथा साथ ही कुछ शराब और मिठाई भी ली। वह भी उन दोनों के समान ही दुष्ट था। उसने अपने मन में सोचाह्नह्न''सारा धन यदि मैं अकेला ही पा जाऊँ, तो बाकी सारी जिन्दगी आराम से कट सकती है।'' यह सोच कर उसने शराब में थोड़ा जहर मिला दिया।

वह ज्यों-ही जंगल में पहुँचा कि वे दोनों उस पर टूट पड़े और उसकी हत्या कर डाली। अपनी सफलता पर वे दोनों इतने प्रसन्न हुए कि तिजोरी को गाड़ी पर चढ़ाने से पहले वे मिठाई और शराब पर हाथ साफ करने लगे। वे दोनों तुरन्त ही मर गये और उसी गड्ढे में गिर पड़े। वह तिजोरी जहाँ-की-तहाँ पड़ी रह गयी।

विजय कितने दुःख की बात है! उन पर दया आती है। लूट कर जो भी मिलता होगा, उसे वे लोग आपस में हमेशा बराबर-बराबर बाँट लेते होंगे। अब की बार क्या हो गया कि सबके मन में खुद ही सारा धन हड़प लेने की इच्छा पैदा हो गयी? इस तरह की मनोवृत्ति मैं समझ नहीं सका। गुरु जी, वे क्यों ऐसा सोचने लगे?

शिक्षक वे सब एक ही विचारधारा के लोग थे। इस बार उनका लोभ हद से ज्यादा बढ़ गया और इसलिए वे अपना सर्वनाश कर बैठे। सम्पत्ति की लालसा या लोभ महादोष है। लोभ मनुष्य की बुद्धि को मन्द बना देता है और उसे अन्धा कर देता है। वह मन में निराशा और अशान्ति उत्पन्न कर देता है। वह कभी भी तृप्त नहीं होता। उसका कोई अन्त नहीं है। लोभी मनुष्य स्वार्थी होता है। उसे अपने ही हितों का ध्यान रहता है। दूसरों की वह जरा भी परवाह नहीं करता।

नरक के तीन द्वार कौन-से हैं, जानते हो अजय?

अजय काम, क्रोध और लोभ।

शिक्षक ठीक है। तो यह लोभ भी नरक का द्वार है। बच्चो, समझ लो कि लोभ जब बढ़ जाता है, तो यह कितनी तबाही ले आता है। लोभ के रोग का उपचार जानते हो? इस भयानक दुर्गुण से बचने का मार्ग क्या है?

मोहन जी हाँ। एक दिन आपने बताया था कि जीवन में इन दोषों के विपरीत तथा रचनात्मक गुणों का विकास करने से इन पर विजय प्राप्त की जा सकती है।

शिक्षक बिलकुल ठीक। देखो, परम धन है सन्तोष। वह लोभ की अग्नि को शीतल कर देता है। जो रचनात्मक है, वह सदा निषेधात्मक पर विजय पाता है। यह प्रकृति का नियम है। अकरणात्मक दोष रचनात्मक गुणों के सामने टिक नहीं सकते। उदाहरण के लिए साहस भय को दूर करता है, प्रकाश अन्धकार को दूर करता है, सहिष्णुता क्रोध को मिटाती है, उदारता तथा सन्तोष लोभ को जीत लेते हैं। अन्य दोषों के विषय में भी इसी प्रकार समझना चाहिए।

सोहन समझ गया, गुरु जी। तीनों ने यदि एक तिहाई धन से ही सन्तोष कर लिया होता, तो इस प्रकार की नाशकारिणी दुःखान्त घटना न होती और उनका ऐसा भयंकर अन्त नहीं होता; लेकिन लोभ ने उन्हें अन्धा बना दिया और हर एक ने सोचा कि वही अकेला सारा धन पा जाये और खूब धनी बन जाये। कितनी बुरी बात है!

शिक्षक याद रखो बच्चो, यदि तुम दूसरों के लिए गड्ढा खोदोगे, तो तुम खुद उसी में गिरोगे। लोभ और मोह का बहुत निकट का सम्बन्ध है। लोभी आदमी को अपने धन का बड़ा मोह होता है। उसका मन सदा अपनी तिजोरी और कमर में लटके हुए चाभी के गुच्छे पर ही लगा रहता है। धन ही उसका प्राण और जीवन है। धन कमाने के लिए

वह जीता है। सच कहा जाये, तो वह अपने धन का पहरेदार है। उस धन का मजा तो उसका फजूलखर्च लड़का ही लूटता है।

साहूकार लोग हमेशा इसी लोभ के शिकार होते हैं। पच्चीस और पचास प्रतिशत तक ब्याज ले कर गरीबों का खून चूसते हैं। धर्मशाला या मन्दिर बनवा कर वह दिखाना चाहते हैं कि बड़ा धर्म-पुण्य कर रहे हैं। लेकिन इतने से उनके निर्दयी कृत्यों का पाप धुलने वाला नहीं है। निर्दयी लोगों के कारण कई परिवार उजड़ चुके हैं। जिसके पास एक लाख रुपया हो, वह दश लाख कमाने की चिन्ता में रहता है। दश लाख वाला करोड़ों रुपये पैदा करने के प्रयत्न में लगा रहता है। लोभ का कहीं अन्त नहीं है।

दानशीलता के समान लोभ के भी अनेक प्रकार हैं। किसी को नाम, यश और प्रशंसा की तृष्णा है। यह लोभ है। सब-जज चाहता है कि वह हाईकोर्ट का जज बने। तीसरे दर्जे का मजिस्ट्रेट सर्वाधिकारसम्पन्न प्रथम श्रेणी का मजिस्ट्रेट बनना चाहता है। यह भी लोभ ही है।

सोने का अण्डा देने वाली मुर्गी की कहानी जानते हो?

विजय　जी हाँ। वह कहानी मैं सुना दूँ। हमारे साथी भी इसे सुनना चाहेंगे। एक किसान के पास एक अद्भुत मुर्गी थी। वह रोज असली सोने का एक अण्डा देती थी। वह किसान धनी बन गया, लेकिन साथ-ही-साथ अधिक लोभी हो गया। वह धैर्य खो बैठा और एक दिन में एक ही अण्डा पाने से उसे सन्तोष नहीं हुआ। सारे अण्डे एक ही बार में पा लेने के लोभ से उस किसान ने मुर्गी का पेट चीर डाला और उसके अन्दर सोना खोजने लगा, लेकिन वहाँ कुछ न मिला। तब वह अपने बाल नोचने और मूर्खता के लिए अपने को कोसने लगा। मुर्गी को खो देने का उसे बहुत पछतावा रहा, लेकिन अब दुःख करने से क्या लाभ था!

शिक्षक　बहुत अच्छा। यह बहुत सुन्दर और बोधप्रद कहानी है। इससे हमें शिक्षा मिलती है कि 'लोभी होने से पास में जो है, उससे भी हाथ धोना पड़ता है।'

मीडास कौन था, जानते हो सोहन?

सोहन　जी नहीं।

शिक्षक　तो सुनो उसकी कहानी। यह बड़ी दिलचस्प है। मीडास एक राजा था। वह बड़ा लोभी था। उसने यह वरदान माँगा कि जो-कुछ भी वह छू ले, वह सोना बन जाये। वर उसे मिल गया। उसने अपने बगीचे में सभी पेड़ों को हाथ लगाया, तो सब सोने के बन गये। वह बहुत खुश हुआ। जब वह खाने को बैठा और उसने भोजन को हाथ लगाया, तो वह भी सोने का गरम कौर बन गया। बेचारा अपनी भूख मिटा नहीं सका; क्योंकि उसका मुँह और जीभ जल गये थे। तब और भी बुरा हुआ जब उसकी बच्ची दौड़ी-दौड़ी आयी और उसकी गोद में बैठ गयी। उसका हाथ लगते ही वह भी सोने की निर्जीव गुड़िया बन गयी। वह बहुत ही दुःखी हुआ। अपनी मूर्खता के लिए अपने को कोसने लगा। तब वह अपना वर वापस करने के लिए प्रार्थना करने लगा। तब, वरदान वापस ले लिया गया।

इसलिए, बच्चो! लोभ न करो। पास में जो है, उसे मिल-बाँट कर खाओ। लोभ, स्वार्थ और दुर्भावना से किसी को दुःख या कष्ट मत पहुँचाओ। लड़ने और उत्तेजनापूर्ण बहस करने की आदत छोड़ दो। तर्क मत करो। किसी से झगड़ोगे या बहस करोगे, तो अपने मन का सन्तुलन खो बैठोगे। व्यर्थ ही बहुत सारी शक्ति व्यय हो जायेगी। खून गरम होगा। नाड़ियों को क्षति पहुँचेगी। हमेशा अपने मन को शान्त रखने का प्रयत्न करो।

तो बच्चो! खाने के लिए देर हो रही है। कल फिर मिलेंगे। तुम सबका कल्याण हो!

लड़के　नमस्कार, गुरु जी।

(अनुवादक : श्री त्रि. न. आत्रेय)

स्वप्न और सुषुप्ति का रहस्य : हिरण्यगर्भ

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

जाग्रत चेतना के रूप में आत्मा के प्रथम पाद की व्याख्या हो चुकी है। जाग्रत चेतना का अन्तर्भाव और जाग्रत चेतना की सर्वव्यापकता के अतिरिक्त इसी चेतना की एक और सूक्ष्मतर प्रक्रिया है जो आत्म-चेतना सम्बन्ध से स्वप्न-चेतना अथवा तैजस और सार्वभौम रूप से हिरण्यगर्भ (Cosmic Subtle Consciousness) नाम से अभिहित है। इसी की विवेचना माण्डूक्योपनिषद् के अगले मन्त्र में की जा रही है जिसका शुभारम्भ '**स्वप्नस्थानः**' आदि से हो रहा है।

स्वप्न जिसका स्थान है, वह स्वप्नस्थान है। जो आभ्यन्तर के प्रति जाग्रत है और बाह्य के प्रति जाग्रत नहीं है, वह अन्तःप्रज्ञ है। जिसके सात अंग हैं, वह सप्तांग है। जिसके उन्नीस मुख हैं, वह '**एकोनविंशतिमुखः**' है। केवल सूक्ष्म विषयों का भोक्त '**प्रविविक्तभुक्**' है। यह है तैजस ! दूसरा पाद ! आत्मा का दूसरा पाद !

अब हम सूक्ष्म दर्शन के लोक स्वप्न-चेतना में हैं। स्वप्न को प्राय: जाग्रत अवस्था के प्रत्यक्ष दर्शन का परिणाम माना जाता है। हम यह भी मानते हैं कि स्वप्न में दृष्ट विषय स्थूल नहीं प्रत्युत सूक्ष्म होते हैं। वे मन से सम्बद्ध होते हैं। जाग्रत अवस्था में हम विषयों का प्रत्यक्ष दर्शन अथवा सम्पर्क करते हैं; किन्तु स्वप्नावस्था में हम केवल काल्पनिक विषयों के सम्पर्क में आते हैं। जागृति में सुख-दु:ख और सन्तुष्टि के अनुभव वास्तविक हैं, जब कि स्वप्न के सुख-दु:ख और सन्तोष के अनुभव काल्पनिक होते हैं। जाग्रत-जगत् के विषय हमारी सृष्टि नहीं हैं, जब कि स्वप्नलोक के विषय हमारी अपनी मानसिक सृष्टि का परिणाम हैं। जाग्रत और स्वप्न, दोनों अवस्थाओं के सम्बन्ध में हमारी प्राय: यही विचारधारा रहती है।

स्वप्नावस्था का विश्लेषण करते समय माण्डूक्योपनिषद् में एक पृथक् विचारधारा प्रत्यक्ष होती है जो इन दोनों अवस्थाओं से सम्बद्ध है और सामान्य विचारधारा से किंचित् पृथक् है। हम स्वप्न-दृश्य को मिथ्या मानते हैं और जाग्रत को सत्य। पुनरपि, ज्ञातव्य है कि यह विचार पूर्णत: सत्य नहीं है। जाग्रत अवस्था के विपरीत यदि हम स्वप्नावस्था को मिथ्या मानते हैं, तो मानो इस विषय को पूर्ण रूप से ध्यान में नहीं लाते। जाग्रत अवस्था की अपेक्षा स्वप्नावस्था मिथ्या प्रतिभासित होती है। यदि दोनों अवस्थाओं का तुलनात्मक अध्ययन किया जाये, तो स्वप्न के विषयों की अपेक्षा जाग्रत अवस्था के विषयों का व्यावहारिक मूल्य अधिक प्रतीत होता है। इस तुलनात्मक अध्ययन के बिना स्वप्नलोक की अपेक्षा जाग्रत-लोक की सत्यता को सिद्ध करना सम्भव नहीं है। प्रश्न उठता हैह्लह्लयह तुलना कौन कर सकता है? न तो सदा सचेत रहने वाला और न ही सदा स्वप्न में रहने वाला व्यक्ति इसका अध्ययन कर सकता है। इन दोनों अवस्थाओं के साक्षी को किसी एक अवस्था में निबद्ध

नहीं किया जा सकता। जिस प्रकार किसी न्यायालय का न्यायाधीश विवादशील पक्षों में किसी एक का नहीं होता, उसी प्रकार इन दोनों अवस्थाओं का साक्षी किसी एक पक्ष का नहीं हो सकता। न्याय करने वाला साक्षी यदि पूर्णरूपेण जाग्रत अवस्था में रहने वाला है, तो वह पक्षपाती होगा और यही दशा उसकी होगी जो पूर्ण रूप से स्वप्नशील होगा। तो निर्णय कैसे हो? दोनों अवस्थाओं के प्रति आप जागरूक तो हैं, किन्तु किसी एक अवस्था में पूर्णतया आबद्ध नहीं हैं। इन दोनों पक्षों की युगपत् चेतना के अभाव में कहीं भी, किसी प्रकार भी दोनों अवस्थाओं की तुलना असम्भव है। अब एक चित्तरंजक (विनोदी) प्रश्न समक्ष आता है। यह तुलना कौन करता है? दोनों अवस्थाओं का अनुभव होने पर ही आप तुलनात्मक अध्ययन करने में सक्षम हो सकते हैं। इन दोनों अवस्थाओं के अनुभव कौन लेता है? जाग्रत से स्वप्न में जाने पर आप केवल स्वप्न में ही होते हैं, जाग्रत में नहीं। इसी प्रकार स्वप्न से जागने पर आप जाग्रत अवस्था में आ जाते हैं। युगपत् दोनों अवस्थाओं में आप नहीं रह सकते। और, जब तक दोनों अवस्थाओं की युगपत् चेतना आपके पास न हो, तब तक आप दोनों की तुलना भी नहीं कर सकते। यदि आप किसी एक अवस्था में पूर्णत: निमज्जित हैं, तो तुलना सम्भव ही नहीं है। किन्तु हम तुलना करते हैं और दोनों अवस्थाओं के सम्बन्ध में अपना विचार देते हैं, उनका मूल्यांकन करते हैं। सामान्य अनुभव-सिद्ध दर्शन का अतिक्रमण करने वाले सत्य के लिए इतना ही कथन पर्याप्त है। स्पष्ट रूप से न तो हम जाग्रत अवस्था से ही पूर्णत: सम्बद्ध हैं और न ही स्वप्नावस्था से। इन दोनों अवस्थाओं के विशिष्ट अनुभवों से हम किंचित् पृथक् हैं। न तो जाग्रत अवस्था के अनुभव हमें श्रान्त कर सकते हैं और न ही स्वप्नलोक के अनुभव हमारे अस्तित्व का पूर्ण बोध करा सकते हैं। हमारे भीतर ही कोई ऐसा तत्त्व है जो दोनों अवस्थाओं का साक्षी है। यह साक्षी जाग्रत अवस्था अथवा स्वप्न अवस्था का पक्षपाती नहीं है। मूलरूपेण हम सर्वथा एक तृतीय तत्त्व हैं जो जाग्रत और स्वप्न, दोनों अवस्थाओं से सर्वथा पृथक् है। वह तृतीय तत्त्व कौन-सा है? यही विषय उपनिषद् का प्रयोजन है, जिसमें नितान्त सत्य का अन्वेषण करना है। किसी जटिल विवाद की समीक्षा हेतु जिस प्रकार योग्य अधिकारी नियुक्त किये जाते हैं, उसी प्रकार से जाग्रत और स्वप्न, इन दो अवस्थाओं के द्वारा प्रस्तुत विवादों में समीक्षा हेतु, मानो अनिवार्य है कि एक निष्पक्ष योग्य अधिकारी के रूप में स्वयं का ही चयन करें। पूर्णरूपेण, न तो हम जाग्रत अवस्था में रहते हैं और न ही स्वप्न अवस्था में रहते हैं। दोनों अवस्थाओं के अनुभवों से न्यायिक चेतना को निष्पक्ष भाव से पृथक् करके हम स्वयं को ऐसी स्थिति में अधिष्ठित करते हैं जहाँ विश्लेषण की सम्भावना है। **(क्रमशः)**

(अनुवादिका : श्रीमती गुलशन सचदेव)

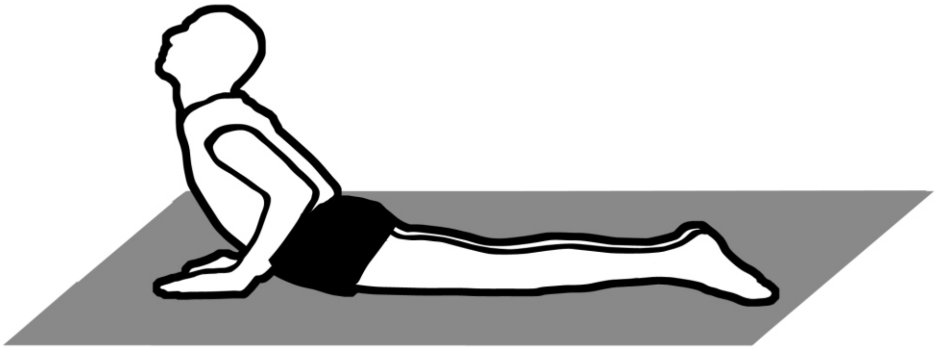
अनेक स्थानों पर थोड़ा-थोड़ा खोदने से पानी नहीं निकलता। जब हम एक ही स्थान पर अधिकाधिक गहरा खोदते चले जाते हैं, तभी वह कुआँ बन जाता है और पानी निकल आता है। इसी प्रकार गुरुओं की खोज में इधर-उधर भटकने से क्या होगा? एक गुरु, एक इष्ट-मन्त्र और एक प्रकार की साधना ही भव-सागर को पार करने में सहायक बन सकती है।

स्वामी चिदानन्द

योग द्वारा स्वास्थ्य :

भुजंगासन

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज



विधि

भूमि पर इस भाँति पट लेट जायें कि आपका मस्तक भूमि को स्पर्श करता रहे। हथेलियों को नीचे फर्श पर कन्धों के नीचे रखें। कोहनियों को शरीर के पास रखें। घुटनों को मिला कर रखें। पैर की उँगलियों को पीछे की ओर इस प्रकार तानें कि वे पीछे की ओर अभिमुख हों। हथेलियों को फर्श पर जोर से दबाते हुए श्वास लें और धीरे-धीरे शरीर का ऊपरी भाग उठायें। ऐसा अनुभव करते हुए कि कशेरुका की एक-एक हड्डी मुड़ रही है, शिर को बहुत पीछे की ओर इतना खींचें कि नाभि से ले कर शरीर का केवल निचला भाग फर्श का स्पर्श कर रहा हो। अनुभव करें कि शरीर का सम्पूर्ण भार पैरों और कूल्हे (रीढ़ का पिछला छोर) पर टिका हुआ है। शरीर का भार हथेलियों पर नहीं होना चाहिए। जितने दीर्घ काल तक सम्भव हो (२० से ३० सेकण्ड तक), इस आसन को बनाये रखें। उदर तथा कूल्हे पर मन केन्द्रित करें। शनैः-शनैः शरीर को नीचे लायें और श्वास निकालें। पूरे शरीर को फर्श पर विश्राम हेतु मुक्त कर दें और गहरी श्वास के साथ शिथिल कर दें। इस आसन को तीन बार दोहरायें। अन्त में मकरासन में विश्राम करें।

लाभ

यह आसन मेरुदण्ड को पुष्ट बनाता और वक्षस्थल को विकसित करता है। यह मेरुदण्ड के सामान्य रोगों को सुधारने में भी सहायक है। उदर तथा पृष्ठ-देश की पेशियाँ स्वयमेव अच्छी तरह फैल जाती हैं। परिणामत: मेरुदण्ड, उदर और पृष्ठ-देशों में समुचित रुधिर-संचार सम्पन्न करता है। यह शारीरिक उष्णता को बढ़ाने में सहायक होता, अच्छी क्षुधा को उन्नत करता, कोष्ठबद्धता का निवारण करता और पाचन-शक्ति को वर्धित करता है। यह आसन विशेषतः मेरुदण्ड को लचीला और सुनम्य बनाता है। इसका अर्थ हैह्नह्नव्यक्ति को सुस्वास्थ्य, ओजस्विता और नवयौवन प्रदान करना।

यह महिलाओं के लिए अण्डाशय और गर्भाशय को आरोग्य करने में विशेष रूप से सहायक है।

(अनुवादक : श्री शिवगोविन्द गुप्त)

बाल-स्तम्भ

एक दूसरा ही संसार

स्वामी रामराज्यम्

यह उस समय की घटना है जब अँगरेज़ भारत देश पर शासन किया करते थे।

एक अँगरेज़ एक भारतीय का पक्का मित्र बन गया। अँगरेज़ एक सरकारी अधिकारी था और वह भारतीय थे एक निःसन्तान धनी जमींदार। एक दिन वह अँगरेज़ बीमार पड़ गया। अपना अन्तिम समय निकट जान कर उसने अपने मित्र से कहाह्न''डियर, शायद अब मैं न बचूँ। मेरी पत्नी जीवित होती, तो मुझे बेटे की चिन्ता न होती। अब कौन पालेगा उसे? अब तुम ही उसे सँभालो। उसकी पढ़ाई के लिए तीन लाख रुपये छोड़े जाता हूँ। उसे खूब पढ़ाना।'' यह कह कर उसने इस संसार से विदा ली।

जमींदार मित्र ने बेटे की खूब प्यार से देखभाल की। अँगरेज़ी और हिन्दी पढ़ाने के लिए अलग-अलग मास्टर रख दिये। बेटा भारतीय पहनावा पहनता था। हिन्दी और अँगरेज़ी दोनों ही भाषाएँ बोलता था। अँगरेज़ी नाम के अलावा उसका एक भारतीय नाम भी था। उसे दोनों ही नाम अच्छे लगते थे। जब बेटे ने दसवें दरजे की पढ़ाई पूरी की, तब जमींदार मित्र चल बसे। मृत्यु के समय उन्होंने अपनी पत्नी से कहाह्न''बेटे को अपने खर्चे पर विलायत भेज कर पढ़ाना। तीन लाख रुपये बेटे के हैं; उन्हें हाथ नहीं लगाना।''

पत्नी ने बहुत स्नेहपूर्वक अपने अँगरेज़ बेटे को पढ़ाया। जब वह बड़ा हुआ, तो पढ़ने के लिए उसे विलायत भेज दिया।

जमींदार की मृत्यु के बाद धीरे-धीरे परिवार की आर्थिक दशा बिगड़ने लगी। जो लोग जमींदारी की देखभाल कर रहे थे, वे धोखा देने लगे। परिवार का खर्च चलाने के लिए कर्ज लेने की नौबत आ गयी। जमींदारी कर्ज देने वालों के पास रेहन रखनी पड़ी। अब केवल मकान बच गया और बच गयीं जमींदार की पत्नी।

जमींदार की पत्नी ने बेटे को बिगड़ती हुई पारिवारिक दशा का पता नहीं चलने दिया। किसी-न-किसी प्रकार वह उसे पढ़ाई का खर्चा विलायत भेजती रहींह्नउसने जितना माँगा, उससे ज्यादा ही भेजा। पढ़ाई पूरी होने पर बेटे ने विलायत में ही अपना ब्याह रचा लिया और नौकरी की तलाश में जुट गया। इस बीच अपने भारतीय परिवार से उसका सम्पर्क लगभग टूट गया। न उसे अपनी भारतीय माँ का कोई समाचार मिला और न माँ को बेटे का।

एक दिन जमींदार के मकान पर सूट-बूटधारी एक अँगरेज़ युवक आया। माँ ने उसे पहचान लिया। दौड़ कर उसे चिपटा लिया और रोने लगी।

युवक ने कहाह्नह्न''माँ, तुमने मुझे पहचान लिया?''

माँ बोलीह्नह्न''माँ बेटे को नहीं पहचानेगी?''

युवक ने बतलायाह्नह्न''माँ, मुझे इसी जिले में कलेक्टर की नौकरी मिल गयी है।''

माँ की आँखें खुशी से चमक उठीं।

युवक ने मकान की दशा देखी। मकान में सब जगह गरीबी-ही-गरीबी छायी हुई थी। उसके मुँह से निकल पड़ाह्नह्न''माँ, मेरी वजह से तुम राजा से रंक बन गयीं। इस हालत में भी तुमने मेरे ऊपर कितना पैसा खर्च कर डाला!''

माँ ने उसके मुँह पर हाथ रख दिया। बोलीह्नह्न''मैं तेरी माँ हूँ। तू मेरे कलेजे का टुकड़ा है। अब ऐसी बात न कहना।''

युवक की आँखें भर आयीं। थोड़ी देर बाद बोलाह्नह्न''माँ मुझे भूख लगी है।''

माँ खुश होते हुए बोलीह्नह्न''मैं कढ़ी-भात बनाऊँगी। मुझे पता है, तुझे यह खाना अच्छा लगता है।''

माँ खाना बनाती रही। युवक अपनी पढ़ाई की और विवाह की बातें सुनाता रहा। खाना बन गया, तो माँ-बेटा दोनों साथ-साथ खाने के लिए बैठे। माँ ने पहला कौर बेटे के मुँह में डाला। वह बोलाह्नह्न''कितने दिनों बाद तुम्हारे हाथ का बना खाना खाने को मिला है।''

माँ हँस कर बोलीह्नह्न''तेरी बहू मुझे तेरे लिए खाना बनाने देगी?''

वह बोलाह्नह्न''वह तुम्हारी पुत्र-वधू है। वह तुम्हारे शासन में रहेगी।''

युवक माँ को अपना कोठी पर लिवा ले गया और बोलाह्नह्न''अब तुम उस मकान में नहीं, मेरे साथ रहोगी।''

माँ ने कहाह्नह्न''तुझे पा कर मुझे सब-कुछ मिल गया। अब मुझे अपनी जमींदारी की याद भी न आयेगी। तेरे प्यार का अनमोल रतन पा कर अब कंकड़-पत्थरों की कौन याद करेगा?''

बच्चो, जमींदार, उसकी पत्नी, अँगरेज़ मित्र और उसका बेटा जिस संसार में रह रहे थे, वह एक दूसरा ही संसार था। उस संसार के वासी अपने-अपने देश, धर्म, जाति, कुटुम्ब आदि को भूल कर प्रेम की डोरी से एक-दूसरे से जुड़े हुए होते हैं। वे भारतीय, अँगरेज़ आदि न हो कर केवल मानव होते हैं। उनका एक ही धर्म होता हैह्नह्नप्रेम का धर्म। उनकी एक ही जाति होती हैह्नह्नमनुष्य की जाति। उनका एक ही कुटुम्ब होता हैह्नह्नधरती का कुटुम्ब। उन सबके एक ही माता-पिता होते हैंह्नह्नभगवान्। यह संसार भगवान् को बहुत प्रिय है।

इस संसार में रहने का अधिकार सबको है। देश, धर्म, जाति आदि का भेदभाव भुला कर मात्र मानव बन कर तुम एक-दूसरे से प्रेम करने लगो, एक-दूसरे के सुख-दुःख का ध्यान रखने लगो, अपने माता-पिता भगवान् की याद करते रहो, तो तुम भी इस संसार के वासी बन जाओगे।

□□□

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

'शिवानन्द होम' में सेवा-शुश्रूषा

लक्ष्मणझूला के समीप तपोवन में स्थित 'शिवानन्द होम' द्वारा दिव्य जीवन संघ मुख्यालय सतत निज विनम्र सेवा समर्पित कर रहा है। शारीरिक, मानसिक व सांसर्गिक व्याधियों से ग्रस्त एवं परिचित तथा सम्बन्धियों से बिछड़े निराश्रित जनों को घर-जैसी सुविधा देने वाला 'शिवानन्द होम' एक चिकित्सा-केन्द्र है।

वर्ष २००२ का वह पावन गुरु-पूर्णिमा का पर्व था कि जिस दिन 'होम' को सूचित किया गया कि आश्रम के प्रवेश-द्वार के समीप आश्रय की खोज में एक मरीज दयनीय स्थिति में लेटा हुआ था। इस शुभ दिन मरीज को 'शिवानन्द होम' में भर्ती किया गया। डाक्टर के परामर्श तथा भिन्न जाँच-पड़ताल के पश्चात् निदान किया गया कि इस बाबा जी के गुर्दों का ह्रास हुआ है तथा उनके मेरुदण्ड को चोट लगी है। फलतः उनके उभय पैरों को अनिवर्त्य लकवा हुआ है। उनके माता-पिता ने उनका 'सन्तोष' नामाभिधान किया था।

पहियेदार कुर्सी में बिठाने के लिए अथवा शौच-सीट के लिए एवं लगभग प्रत्येक नित्यकर्म के लिए दो व्यक्तियों द्वारा उन्हें शय्या पर से उठाने के समय सदा सन्तुष्ट, प्रशान्त और प्रसन्न रहने वाले ये बाबा जी अपने माता-पिता द्वारा प्राप्त हुए 'सन्तोष' नाम का यथार्थ और मूर्तिमान रूप थे।

विस्मयकारी प्रभुकृपा! किस प्रकार उन्होंने शरमिन्दगी, असुविधाएँ तथा मन्द गति से क्रमिक और उपहासकर्ता रोग को धैर्य से सहन करने की क्षमता पायी! उनकी पूर्वदिनावधि में वे मौनपूर्वक 'सीताराम, सीताराम, राम, राम' मन्त्र-लेखन करते थे तथा अनेक नोट बुक उन्होंने पूर्ण भर दी थीं। सायंकाल के भजन के समय पहियेदार कुर्सी में लाये जाने पर भी अन्तरंग-मन्दिर के समक्ष वे माइक में गाते थे। उनके प्रधान आश्रय श्री हनुमान् जी थे। बोलने की क्षमता न रहने पर भी वे अपने निरापद शरण और पूज्य एवं उदात्त इष्टदेव की प्रतिमा को एकटक निहारते रहते थे; किन्तु उनकी रुग्णावस्था प्रति वर्ष बढ़ती गयी। सतत इलाज, आवश्यकतानुसार रक्त-संचारण तथा उपचारयुक्त देखभाल के बावजूद भी अन्त में, उनके गुर्दों की काम करने की क्षमता पूर्णतया विफल हुई, वे सम्मूर्छावस्था में सरक गये एवं इस पार्थिव निवास-स्थान का परित्याग करके, निज अन्तिम और शाश्वत आवास को प्राप्त हुए।

उनका भौतिक देह अब नहीं है; परन्तु शरणागति, स्वेच्छाओं का त्याग, परम सत्ता की इच्छा का स्वीकरण और सर्वशक्तिमान् प्रभु के सान्त्वनप्रद हाथों में आत्मसमर्पण के उनके चैतन्यपूर्ण मनोभाव संस्मरणीय हैं।

यह आत्मा सदा-सर्वदा परमानन्द तथा अनन्त शान्ति प्राप्त करे, यही हमारी परम पिता परमेश्वर से प्रार्थना है!

ॐ श्री राम जय राम जय जय राम।

(भगवान् कहते हैं कि) मेरे में चित्त वाला होने से तू मेरी कृपा से सम्पूर्ण विघ्न, बाधा, शोक, दुःख आदि को तर जायेगा (अर्थात् उनको दूर करने के लिए तुझे कुछ प्रयास नहीं करना पड़ेगा)। (श्रीमद्भगवद् गीता : १८/५८)

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

मुख्यालय में महाशिवरात्रि उत्सव

भगवान् श्री श्री विश्वनाथ के पवित्र मन्दिर में वर्ष २००८ के दिनांक ५ मार्च की सन्ध्या को महाशिवरात्रि की पूजा आरम्भित हो कर, अगले दिन, दिनांक ६ मार्च को प्रातः ४ बजे को उसका समापन हुआ। वर्ष २००८ के दिनांक १ मार्च से ५ दिनों पर्यन्त अन्तेवासी साधकों और आश्रम के अभ्यागतों ने प्रतिदिन 'ॐ नमः शिवाय' पंचाक्षर मन्त्र का कीर्तन किया। विश्व-शान्ति के हेतु यज्ञशाला में हवन भी सम्पन्न हुआ।

दिन के कार्यक्रमों का प्रारम्भ प्रातः ५ बजे से प्रार्थना और ध्यान के साथ हुआ। पश्चात्, तुरन्त, साधकों और अभ्यागतों के 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र के कीर्तन सहित मुनिकीरेती की प्रदक्षिणा के रूप में प्रभातफेरी निकाली गयी। प्रातः ७ से ले कर सन्ध्या के ७.०० पर्यन्त श्री विश्वनाथ मन्दिर में भक्तों द्वारा पंचाक्षर मन्त्र का अखण्ड कीर्तन सम्पन्न हुआ।

रात्रि के ८.०० से यजुर्वेदीय रुद्रम् और चमकम् के पाठ युक्त दूध, दही, घी, मधु, फलों का रस, विभूति और गंगाजल इत्यादि विविध द्रव्यों से भगवान् शिव के भव्य अभिषेक का प्रारम्भ हुआ।

रात्रिभर अभिषेक और अर्चना में समस्त भक्तों ने भाग लिया। समान्तर रूप में मन्दिर के परिसर में भक्तों द्वारा सामूहिक भजन-कीर्तन सम्पन्न हुए। लक्षार्चना और आरती के पश्चात् इस ब्राह्ममुहूर्त में, इस पुनीत अवसर पर विशेष रूप से बनाया गया पावन प्रसाद अन्नपूर्णा-भवन के भोजन-खण्ड में वितरित किया गया।

मुख्यालय में ५८ वें बेसिक योग-वेदान्त पाठ्यक्रम (कोर्स) का प्रारम्भ

योग-वेदान्त अरण्य अकादमी के ५८ वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का उद्घाटन, १४ राज्यों के ४० छात्रों की संलग्नता में, दिनांक १ मार्च, २००८ में सम्पन्न हुआ। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं के पश्चात्, अकादमी के कुल-सचिव (रजिस्ट्रार) ने उपस्थित सबका स्वागत करके, सब उपस्थितों का परिचय दिया। दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के उपाध्यक्ष, परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज और महासचिव, परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने निज उपस्थिति से समारोह को विभूषित किया। परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने, कोर्स के प्रारम्भ का सूचन करते हुए दीप-प्रज्वलन किया।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने, पूज्य गुरुदेव के आश्रम में छात्रों का स्वागत किया तथा उन्हें कहा कि ईश्वरेच्छा के बिना किंचित् भी नहीं घटता। ईश्वरेच्छा से ही वे यहाँ उपस्थित हैं। स्वामी जी ने कहा कि उन्होंने गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज और परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के चरणों का सेवन किया तथा उनका ज्ञान भी इन उभय से ही प्राप्त किया हुआ है। उन्होंने कहा कि, उदाहरणार्थ, हम सूर्यप्रकाश में बैठते हैं तब प्रत्येक किरण हमारे शरीर को भेद कर व्यापकता से जीवन-संचार करती है। समान रूप से, हम जब महापुरुषों के चरणों में बैठते हैं, हम उनका स्वभाव ग्रहण करते हैं। स्वामी जी ने वर्ष १९५३ में उनके आश्रम में प्रथम आगमन और प्रवेश से आरम्भित कर, उन दिनों में असंख्य बिच्छू, सर्प और जंगली प्राणियों के मध्य, जंगल में स्थित, श्री दत्तात्रेय मन्दिर के नीचे बनी हुई कृत्रिम गुहा में उनका वास; परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के साथ तथा परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज से उनका प्रथम मिलन इत्यादि का अहवाल दिया। स्वामी जी महाराज का कथन रसप्रद, प्रेरक और शिक्षाप्रद था। स्वामी जी ने छात्रों को कहा कि यहाँ पावन गंगातट पर उनकी उपस्थिति से वे भाग्यशाली हैं तथा वे साधना और शिक्षाप्राप्ति में नियमित रहें। ध्यान से उनका मन शान्त होगा, किन्तु जब प्राण-शक्ति का व्यय होता है तब मन विचलित होता है। यहाँ से वे पुनः स्व-स्थान को पहुँचेंगे तो निश्चय ही उनके व्यक्तित्व में परिवर्तन होना चाहिए तथा उन्हें अन्य सबको सुखी, प्रसन्न बनाने चाहिए। वे अन्य सबको

सम्भवित हो उतना दें और अन्य से कुछ भी लेने की अपेक्षा न रखें। समापन में, स्वामी जी ने छात्रों को आशीर्वादित किये।

परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने छात्रों को कहा कि इस पुण्यभूमि में पावन गंगातट पर निवास करने का अवसर मिलना अति दुष्कर है। यह तो उनके सत्कर्मों के कारण सम्भवित हुआ है। उन्हें स्वयं को यहाँ के वास्तव्य में सब चिन्ताओं से मुक्त करने का प्रयास करना चाहिए। बेसिक योग-वेदान्त के कोर्स में संलग्न होने से वे स्वयं, संसार और ईश्वर के विषयक अनेक गलत संकल्पनाओं से मुक्ति पायेंगे। यहाँ उन्हें शिक्षा, व्यक्तित्व का विकास और अनुभव एक साथ प्राप्त होंगे। स्वामी जी ने उन्हें कोर्स में पूर्ण ध्यान देने का, वर्ग में शिक्षाविषयक मुद्दाओं के लेखन का तथा स्वयं को स्वस्थ रखने, आश्रम के सिवा अन्यत्र कहीं भोजन न लेने का परामर्श दिया। योगासन करने से उनके शरीर अधिक लचीले, तन्दुरुस्त बनेंगे और वे पूर्व से अधिक युवान दिखेंगे। उन्हें मधुमक्खी बन कर कोर्स का अधिकतम लाभ प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए। भगवान् व्यास ने महाभारत में कहा है कि अठारह पुराण का सार यह है कि परोपकार पुण्य है और परपीड़ा पाप है। इसलिए उन्हें भला बनना और भला करना चाहिए। इस कोर्स का उद्देश्य यह है कि वे अन्य के साथ शान्ति, एकता का अनुभव करें और अन्य के साथ सुख के भागीदार बनें। स्वामी जी ने समापन में पूज्य गुरुदेव के उन पर आशीर्वाद बरसें, यह प्रार्थना की।

सरस्वती-पूजा और प्रसाद-वितरण के साथ समारोह का समापन हुआ।

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज ने दिव्य जीवन संघ की शाखाओं, भक्तों और अन्य जनों के निमन्त्रण और प्रार्थना पर दिसम्बर २००७ और जनवरी २००८ की माहावधियों में भारत की सांस्कृतिक यात्रा सम्पन्न की।

द झोनल डिवाइन लाइफ को-ऑर्डिनेशन कमिटी, सधर्न झोन, उड़ीसा तथा स्थानिक भक्तों ने, दिनांक २८ दिसम्बर २००७ से ले कर, दिनांक १ जनवरी २००८ पर्यन्त, संजय मेमोरियल इंस्टिट्यूट ऑफ टेकनॉलॉजी (डिग्री इंजीनियरींग कॉलेज) परिसर, चण्डीपदर, डि. गंजम, उड़ीसा में द्वितीय राज्य-स्तरीय युवा शिविर तथा १० वीं झोनल डिवाइन लाइफ परिषद का आयोजन किया। उनकी विनती पर स्वामी जी युवा शिविर तथा झोनल डी. एल. एस. परिषद में उपस्थित रहे तथा उभय का अध्यक्ष पद सँभाला। आदरणीय श्री दिव्यसिंह देव गजपति महाराजा, पुरी ने, प्रमुख अतिथि के पद से और माननीय श्री चन्द्रशेखर साहु, युनियन मिनीस्टर, ग्राम्यविकास ने, विशेष अतिथि के पद से उभय में निज उपस्थिति दी। पुरी के आदरणीय बाबा जी चैतन्य चरणदास जी, आदरणीय श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी, प्रोफेसर हृदानन्द रे जी, आदरणीय स्वामी धर्मप्रकाशानन्द जी, आदरणीय बाबा जी किशोरी चरणदास जी तथा अन्य सन्त और महानुभाव भी इनमें उपस्थित थे। लगभग ६०० युवानों ने और दिव्य जीवन संघ की भिन्न-भिन्न शाखाओं के १००० से अधिक प्रतिनिधियों ने कार्यक्रमों में भाग लिया। कार्यक्रम सुआयोजित थे तथा युवानों और भक्तों की प्रतिभागिता उत्साहपूर्ण और सक्रिय थी। स्वामी जी सब सत्रों में उपस्थित रहे तथा सम्मेलन को 'स्वामी शिवानन्द और साधना', 'जप', 'ध्यान', 'प्रार्थना', 'स्वामी चिदानन्द और साधना', 'आध्यात्मिक साधना की आवश्यकता', 'आदर्श समाजनिर्माण में दिव्य जीवन संघ की भूमिका' इत्यादि विषयों से सम्बोधित किया। युवा शिविर और परिषद भव्य रूप से सफल रहें और प्रतिभागियों को महान् प्रेरणादायी और लाभकारी रहें।

दिनांक २ और ३ जनवरी को स्वामी जी ने, अंगुल जिले की डी. एल. एस. साउथ बलण्डा शाखा के रजत-जयन्ती उत्सव के समापन कार्यक्रमों में भाग लिया। शाखा की स्थापना १९८३ में हुई तथा उन्हें वर्षभर की २५ वर्ष पूर्णता की सम्पन्न विविध आध्यात्मिक गतिविधियाँ मनानी

थी। दिनांक ३ को उन्होंने 'शाखा प्रारम्भ दिन' मनाया। स्वामी जी ने उभय दिनों को विविध सत्रों में प्रवचन दिये। दिव्य जीवन संघ की अन्य समीपवर्ती शाखाओं ने भी कार्यक्रमों-उत्सवों में निज उपस्थिति दी।

गंजम जिले की करतली शाखा ने दिनांक ६ जनवरी को समीपवर्ती १० शाखाओं के भी भक्तों की उपस्थिति में, जिला साधना दिन आयोजित किया। स्वामी जी ने साधना-कार्यक्रमों में उपस्थित रह कर एकत्रित भक्तों को प्रवचन दिया। अपराह्न में स्वामी जी ने डी. एल. एस. की राजनापल्ली शाखा से भेंट कर, शाखा की नूतन-निर्मित इमारत का उद्घाटन किया। स्वामी जी ने प्रसंगोचित आयोजित सत्संग में भी निज उपस्थिति दे कर, भक्तों को सम्बोधन किया। इन उभय स्थानों में भक्तों का अति विशाल समुदाय था। पश्चात् स्वामी जी ने डी. एल. एस. की छत्रपुर शाखा की मुलाकात ली। वहाँ उनके आगमन निमित्त एक विशेष सत्संग आयोजित हुआ जिसमें विशाल संख्या में उपस्थित भक्तों ने स-रस उपस्थिति दी। स्वामी जी ने 'आध्यात्मिक साधना और सत्संग की आवश्यकता' विषयक एक व्याख्यान दिया।

दिनांक ७ जनवरी से दिनांक ९ जनवरी पर्यन्त स्वामी जी ने बालीगुआली स्थित 'चिदानन्द हर्मिटेज शान्ति आश्रम' से भेंट की। वहाँ 'साधना-गंगा' कार्यक्रम के अन्तर्गत, दिनांक ८ से दिनांक १२ पर्यन्त, नियमित 'मासिक साधना शिविर' का आयोजन, इस समय, बालेश्वर, भद्रक और मयूरगंज जिलाओं के भक्तों के लिए किया था। स्वामी जी ने दिनांक ८ और ९ को साधना-शिविर में उपस्थिति दे कर प्रतिभागी साधकों को प्रवचन दिये।

इसके पश्चात् स्वामी जी ने छत्तीसगढ़ जिले की ओर प्रस्थान किया। दिनांक १० जनवरी को स्वामी जी ने घाटपदमुर और गुमरगुण्डा शाखाओं की मुलाकात ली। दिनांक ११ से दिनांक १४ पर्यन्त स्वामी जी ने गुमरगुण्डा के ब्रह्मलीन स्वामी सदाप्रेमानन्द जी महाराज की १५ वीं पुण्यतिथि आराधना के अनुसन्धान में दिव्य जीवन संघ की गुमरगुण्डा शाखा द्वारा आयोजित, छत्तीसगढ़ राज्य दिव्य जीवन संघ परिषद और योग-साधना शिविर में निज उपस्थिति दी। स्वामी जी ने समग्र दिनों को आवृत्त करने वाले विविध सत्रों में वक्तव्य दिया। दिनांक १४ को श्री स्वामी सदाप्रेमानन्द जी का महासमाधि वार्षिक दिन होने से पूर्ण दिन को कार्यक्रम सम्पन्न हुए और स्वामी जी सभी कार्यक्रमों में उपस्थित रहे। सहस्रों की संख्या में अन्तस्थ स्थानों के भक्तगणोंह्नह्नविशेषतः आदिवासी जनोंह्नह्नने कार्यक्रम में भाग लिया। उत्सव अति भव्य थे और दीर्घ समय पर्यन्त सम्पन्न हो कर प्रेरक, शान्तिप्रदायक, प्रसन्न और आनन्ददायक थे। गुमरगुण्डा आश्रम के प्रमुख आदरणीय श्री स्वामी विशुद्धानन्द जी और मन्त्री, आदरणीय श्री स्वामी शिवदासानन्द जी ने, कार्यक्रमह्नह्नजो अत्यन्त सुआयोजित थेह्नह्नउनके लिए अति परिश्रम किया और ध्यान दिया।

दिनांक १५ जनवरी को स्वामी जी ने दिव्य जीवन संघ की घाटपदमुर (जगदालपुर) शाखा की मुलाकात ले कर आयोजित जाहिर सत्संग में प्रवचन दिया। दिनांक १६ को कोण्डगाँव समीप शिव-मन्दिर में सत्संग-कार्यक्रम निश्चित हुआ था। उस स्थान में, पूर्व ब्रह्मलीन स्वामी देवात्मानन्द जी महाराज निवास करते थे तथा भक्तों के लिए नियमित सत्संग परिचालित करते थे। स्वामी जी ने विशाल संख्या में उपस्थित भक्तों के मध्य सत्संग में प्रवचन दिया।

स्वामी जी ने दिनांक १७ जनवरी को भिलाई की मुलाकात ली तथा डी. एल. एस. की भिलाईनगर शाखा द्वारा स्थानिक जगन्नाथ मन्दिर में आयोजित जाहिर सत्संग में उपस्थिति दे कर, आध्यात्मिक प्रवचन दिया। पश्चात् स्वामी जी नन्दिनीनगर की ओर आगे बढ़े तथा डी. एल. एस. शाखा से भेंट की। स्वामी जी ने शाखा में आयोजित सत्संग में भक्तों को सम्बोधन किया। उसी दिन रायपुर में उसकी डी. एल. एस. शाखा द्वारा भी एक सार्वजनिक सत्संग निश्चित हुआ था। स्वामी जी ने सत्संग में उपस्थिति दी, भक्तों से मुलाकात की और प्रवचन किया।

डी. एल. एस. पश्चिम बंगाल ने दिनांक १९ से दिनांक २३ पर्यन्त हामिरागाच्छी में वार्षिक साधना-शिविर आयोजित किया था। उस साधना-शिविर के लिए स्वामी जी ने पश्चिम बंगाल की मुलाकात ली और साधना-शिविर में उपस्थित रहे। पश्चिम बंगाल, उड़ीसा और अन्य राज्यों के

भक्त साधना-शिविर में संयुक्त हुए। स्वामी जी ने सब दिन आयोजित सब सत्रों के कार्यक्रमोंह्नह्नप्रभातीय प्रार्थना, पूर्वाह्न और अपराह्न सत्रोंह्नह्नमें उपस्थित रहे और साधकों को सम्बोधित किये। साधना-शिविर अति सुन्दर रूप से आयोजित हो कर अति प्रशान्त और ऊर्ध्वगामी वातावरण में परिचालित हुआ और प्रतिभागियों को अत्यन्त लाभदायक रहा।

स्थानिक भक्तों की प्रार्थना पर स्वामी जी ने राणाधार और चकड़ा की मुलाकात दिनांक २६ जनवरी को ली। उन्होंने चकड़ा के भक्तों द्वारा आयोजित सत्संग में प्रवचन दिया।

पश्चात् स्वामी जी ने बालीगुआली स्थित आश्रम की ओर प्रस्थान किया। दिनांक २८ जनवरी को पुरी में स्वामी जी ने 'दिव्यधाम योगाश्रम' के स्थापक-प्रमुख, गुरु माँ भावमयी परमहंस की प्रतिमा-स्थापन निमित्त आयोजित कार्यक्रम में उपस्थिति दी और साथ-साथ 'दिव्यधाम योगाश्रम' में गोपाल जी भगवान् की पावन प्रतिष्ठा में भी उपस्थित रहे। इन कार्यक्रमों में पूज्य बाबा चैतन्य चरणदास जी महाराज और पुरी के गजपति महाराज पूज्य श्री दिव्यसिंह देव जी ने भी अपनी उपस्थिति दी। माता जी पूज्य गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पुरानी शिष्या थीं तथा उन्होंने पूज्य गुरुदेव के दर्शन किये थे और शिवानन्द आश्रम, ऋषिकेश में उन्होंने पूज्य गुरुदेव के आशीर्वाद प्राप्त किये थे। स्वामी जी ने उस अवसर पर विशाल संख्या में उपस्थित भक्तों को सम्बोधन किया।

दिव्य जीवन संघ की बरबिल् शाखा ने दिनांक ३१ जनवरी से दिनांक २ फरवरी पर्यन्त बरबिल् में ३ दिवसीय झोनल साधना-शिविर आयोजित किया था। स्वामी जी शिविर में उपस्थित रहे और प्रमुख पद सँभाला। इस शिविर में आदरणीय श्री स्वामी धर्मप्रकाशानन्द जी, श्री स्वामी असीमानन्द जी, श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी, श्री स्वामी ज्ञानस्वरूपानन्द जी, श्री स्वामी विज्ञानानन्द जी, श्री स्वामी शिवस्वरूपानन्द जी, श्री स्वामी आनन्दस्वरूपानन्द जी, श्री स्वामी स्थितप्रज्ञानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी विदेहानन्द माता जी, आदरणीय योगाचार्य श्री स्वामी लक्ष्मीकान्त रथ जी, आदरणीय श्री विश्वमोहन पटनायक जी आदि ने उपस्थिति दी। स्वामी जी ने समस्त सत्रों में साधकों को प्रवचन दिये। स्वामी जी ने स्कूल-छात्र और महिलाओं के लिए ही आयोजित विशेष सत्र में उपस्थित बहुसंख्यक उभय वर्ग को सम्बोधित किये, जो उभय वर्गों को अति प्रेरक और लाभदायक रहा। साधना-शिविर सुबद्ध और सुआयोजित थी और भव्य रूप से सफल रही।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी ने 'गुर्जर दिव्य जीवन संघ समिति' के निमन्त्रण पर गुजरात में डाकोर नगर में आयोजित ३ दिवसीय शिविर में निज उपस्थिति दी। इस शिविर का आयोजन गुजरात दिव्य जीवन संघ की शाखाओं द्वारा किया गया तथा समग्र गुजरात में से लगभग ४०० प्रतिनिधि इस आध्यात्मिक शिविर में उपस्थित रहे। कार्यक्रमों में ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान के आधिक्य में हठयोग, प्रभातफेरी, 'शास्त्र-अवलोकन', 'श्रीमद्भागवत' और 'गुरुदेव का मिशन' विषयक विविध सत्रों में प्रवचन भी समाविष्ट थे। श्री स्वामी जी ने समस्त सत्रों में सब विषयों पर और गुरुदेव का स्वप्नह्नह्नगुरुदेव की दृष्टि पर प्रवचन दिये। स्वामी जी ने गुजरात में वल्लभ विद्यानगर में स्थित सरदार पटेल युनिवर्सिटी से भी भेंट की और 'पूज्य मोटा जी शिक्षा-विस्तार पीठ' के (एज्युकेशन एक्स्टेन्शन चेयर) उपक्रम से 'शिक्षा और आध्यात्मिकता' विषयक व्याख्यान दिया। स्वामी जी ने गुरुकुल में परम्परागत अध्ययन और छात्रों के जीवन पर उसके लाभकारी प्रभाव के विषय में वक्तव्य दिया।

सम्यक् कर्म करने का रहस्य यह है कि न तो कर्म-फल से आसक्ति होती है और न कर्म-त्याग की प्रवृत्ति होती है; परन्तु कर्म-फल के प्रति आसक्ति न रखने का अर्थ यह नहीं है कि कर्म-सम्पादन के प्रति असावधानी का भाव रहे तथा कर्म के मूल-उद्देश्यों का ही विस्मरण हो जाये, अन्यथा यह भी स्वार्थपरता का ही एक रूप होता है। **स्वामी कृष्णानन्द**

परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज की पत्तमडै की सांस्कृतिक यात्रा

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के उपाध्यक्ष श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने 'स्वामी शिवानन्द मेमोरियल ट्रस्ट' की दिनांक २२ मार्च २००८ को, गुरु भगवान् परम पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पावन जन्मभूमि, पुनीत पत्तमडै की दिनांक २१ मार्च २००७ की सन्ध्या को भेंट की। आदरणीय स्वामी जी ने दिनांक २२ मार्च २००८ की पूर्वाह्न मीटींग का प्रमुख पद सँभाला और 'स्वामी शिवानन्द मेमोरियल ट्रस्ट' के विचार-विमर्श का परिचालन किया। स्वामी जी ने उसी दिन अपराह्न में ४-३० समय को पत्तमडै के 'स्वामी शिवानन्द सेन्टेनरी चैरिटेबल अस्पताल' के कर्मचारी गण को सम्बोधन किया और उन्हें ज्ञात किया कि उनसे मरीजों की सम्पन्न होने वाली सेवा ईश्वर की पूजा के समान है। पश्चात्, आदरणीय स्वामी जी शिवानन्द जी महाराज के जन्म-स्थान की ओर तथा परम पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के पवित्र मन्दिर की ओर आगे बढ़े। वहाँ उन्होंने पूजा परिचालित की। सन्ध्या में ६-३० को स्वामी जी ने पत्तमडै डी. एल. एस. के सदस्यों को सम्बोधन किया और पूज्य गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पावन जन्मभूमि में दिव्य जीवन संघ मुव्हमेंट (गतिविधियों) के साथ उनकी संलग्नता के लिए उनका अभिनन्दन किया।

दूसरे दिन, दिनांक २३ मार्च को श्री स्वामी जी ने प्रभात में १०-०० को कोयीनूर ग्राम में एक नूतन शाखा का उद्‌घाटन किया। पश्चात् वे समीपवर्ती एक ग्राम, अथला नल्लूर गये और वहाँ की पावन ताम्रपर्णी नदी की पूजा की। वे फिर कल्लीडाई कुरीची नगर पंचायत की ओर आगे बढ़े। अगथियार मन्दिर में और समीप संस्थित पूर्ण कुम्भ सहित कल्याण मण्डपम् में उनका भव्य स्वागत हुआ। दिव्य जीवन संघ की कल्लीडाई कुरीची शाखा में आयोजित सत्संग में ४०० व्यक्तियों ने निज उपस्थिति दी। दैनन्दिन जीवन में मानव को बहा ले जाने वाले त्रिगुणों के विषयक स्वामी जी के प्रवचन को ध्यानपूर्वक सुना।

अपराह्न में ४-३० को स्वामी जी गोपालसमुद्रम् की दिव्य जीवन संघ की शाखा में गये तथा भाविक श्रोता जनों को महामन्त्र और महामृत्युंजय मन्त्र की प्रभावोत्पादकता से ज्ञात किये। उसके पश्चात् स्वामी जी ने नूतन आरम्भित कोक्काराकुलम् शाखा को सम्बोधन किया और जपयोग की क्षमता का ज्ञान दिया।

परम पूज्य श्री स्वामी शिवप्रेमानन्द जी महाराज की गतिविधियाँ

बिनोस आरे, मॉन्टेवीडिओ और सॉन्टिआगो के शिवानन्द योग-वेदान्त केन्द्रों के रेक्टर और परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी शिवप्रेमानन्द जी महाराज को, जनवरी २००८ की माहावधि के अन्त में बिनोस आरे के रामकृष्ण मिशन के अध्यक्ष श्री स्वामी परेशानन्द जी महाराज ने परम पूज्य श्री स्वामी विवेकानन्द की वार्षिक जन्म-जयन्ती के उत्सव में प्रमुख पद स्वीकारने के लिए निमन्त्रित किये। स्वामी जी ने सादर उस निमन्त्रण का स्वीकार कर, वर्ष १८९३ के अन्त भाग में शिकागो में आयोजित, 'पार्लामेन्ट ऑफ रीली-जियन्स' में और यू. एस. ए. के अन्य अनेक शहरों में स्वामी जी के अग्रगामी कार्यविषयक वाक्पटुता से प्रवचन दिया।

न्यूयार्क की वेदान्त सोसायटी के अध्यक्ष श्री स्वामी तथागतानन्द जी ने स्वामी जी के कार्य की सम्मानपूर्वक प्रशंसा कर, उसकी सफलता के लिए शुभेच्छाएँ दीं। बिनोस आरे में वे रामकृष्ण मिशन के निरीक्षक (सुपरवाईज़र) हैं।

दक्षिण अमेरिका के उनके कार्य के आधिक्य में श्री स्वामी शिवप्रेमानन्द जी महाराज इंग्लैंड के 'होलीस्टीक ट्रस्ट' के एवं 'डचेस ऑफ रीचमंड' जो परोपकारी, धर्मार्थ कार्य करता है और अंतर्धर्म कथोपकथन (इंटरफेईथह्ह्ह (Interfaith dialogue) के प्रवर्तक है, उसके भी संरक्षक (Patron) हैं।

वर्ष २००८ के फरवरी और मार्च की माहावधि में श्री स्वामी जी ने पूर्व तथा पश्चिम के सामान्य आध्यात्मिक

आदर्श के विषयक, मॉन्टेवीडिओ के केन्द्र में शृंखलाबद्ध प्रवचन दिये।

बिनोस आरे में माह अप्रैल और मई की अवधि में 'वेदान्त का सार्वत्रिक सन्देश' विषयक उनके प्रवचन निर्धारित हुए हैं। स्वामी जी के तीन केन्द्रों में शिवानन्द आश्रम, ऋषिकेश की राह पर सत्संग होते हैं। बिनोस आरे, मॉन्टेवीडिओ और शान्तिआगो में 'शिवानन्द योग-वेदान्त केन्द्रों' में स्वामी जी द्वारा तालीमबद्ध प्रशिक्षकों द्वारा लगभग प्रतिदिन चार आसन और प्राणायाम वर्ग परिचालित होते हैं।

बिनोस आरे में शिवानन्द योग केन्द्र बालकों का अस्पताल और मॉन्टेवीडिओ में बधिर और मूक व्यक्तियों के लिए एक तालीम केन्द्र के निर्वाह कर रहा है। तीनों ही केन्द्र, द डिवाइन लाइफ सोसायटी, ऋषिकेश के समान संचालित और आयोजित हो रहे हैं।

दिव्य जीवन संघ की चण्डीगढ़ शाखा के शिवानन्द आश्रम में नूतन इमारत का उद्घाटन समारोह

चण्डीगढ़ शाखा के आमन्त्रण पर परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज, महासचिव, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय ने अन्य सन्तों के सहित, शाखा द्वारा आयोजित शाखा की तीन मंज़िली नूतन इमारत के उद्घाटन समारोह के उपलक्ष्य में दिनांक मार्च ८, २००८ की पूर्व सन्ध्या को चण्डीगढ़ शाखा से भेंट की। उद्घाटन समारोह का प्रारम्भ, उषःकाल में प्रभातफेरी और अपराह्न में गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पावन पादुकाओं की पूजा से हुआ। समारोह के कार्यक्रम उस समय पराकाष्ठा पर पहुँचे जब परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज ने लगभग १० मिनटों पर्यंत देहरादून के स्व-निवासस्थान से श्रोता-समुदाय को सम्बोधन किया। विस्तारणकृत उनकी आवाज को श्रोताओं ने सम्पूर्ण शान्तिमध्य श्रवण किया। नूतन इमारत की निर्मिति में शाखा की सफलता को आशीर्वादित करते हुए, पूज्य स्वामी जी महाराज ने कहा कि वे उसे आध्यात्मिक स्तर पर उद्घाटित कर रहे हैं और हरियाणा, पंजाब और हिमाचल प्रदेश की दिव्य जीवन संघ की शाखाओं को समाविष्ट करके शाखा अपनी नूतन इमारत को केन्द्र बनायें, यह शुभेच्छा व्यक्त की। तथापि इमारत का औपचारिक और विधिवत् उद्घाटन परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज द्वारा सम्पन्न हुआ। उन्होंने और उस अवसर पर उपस्थित कुछ अन्य सन्तों ने श्रोताओं को सम्बोधित किया।

उद्घाटन समारोह के अनुसरण में, ''दिव्य जीवन क्या है (उसकी संकल्पना), किस कारण (उसकी आवश्यकता) और कैसे (जीने की पद्धति)'' विषयक १ दिवसीय परिषद दिनांक मार्च ९, २००८ को सम्पन्न हुई। परिषद का प्रारम्भ ब्राह्ममुहूर्तीय ध्यान और उसके अनुसरण में योगासन-वर्ग द्वारा हुआ। मूल-भाव प्रकट करता हुआ वक्तव्य आदरणीय श्री स्वामी रामराज्यम् जी का था। परिषद में वक्तव्य देने वाले अन्य व्यक्तियों में, श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज, उत्तरकाशी के स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज, स्वामी वैकुण्ठानन्द जी, स्वामी देवभक्तानन्द जी, स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी और प्रोफेसर वासुदेव रणदेव आदि समाविष्ट थे। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज के विदाई-वक्तव्य से परिषद का समापन हुआ।

दिव्य जीवन संघ की अम्बाला, पंचकूला, कालका, लड़वा, रिवाड़ी, नाज़ियाखेरा, पटियाला, नाभा और लुधियाना शाखाओं के प्रतिनिधियों ने तथा कानपुर, उत्तरकाशी, फिरोजपुर, मोगा, अमृतसर, जम्मू, यमुनानगर, जलन्धर आदि स्थानों के भक्तों ने एवं कुछेक आध्यात्मिक वक्ताओं ने उद्घाटन समारोह और परिषद में भाग लिया।

यह संसार ईश्वर का ही शरीर है। अन्ततः किसी का निषेध नहीं हो सकता। प्रत्येक वस्तु ईश्वर-साक्षात्कार की ओर एक कदम है, इसी दृष्टि से सभी वस्तुओं के साथ प्रेम करना चाहिए। **स्वामी कृष्णानन्द**

सूचना

जयपुर, राजस्थान के श्री वेदप्रकाश ग्रोवर, जो कि इस संस्था से वर्ष १९६६ से संलग्न हैं और दिव्य जीवन संघ, शिवानन्दनगर की योग-वेदान्त अरण्य अकादमी के वर्तमान रजिस्ट्रार हैं, अब शिवानन्द आश्रम के अन्तेवासी हैं। दिव्य जीवन संघ के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की सम्मति से श्री स्वामी षण्मुखानन्द जी महाराज द्वारा महाशिवरात्रि के पावन अवसर पर, दिनांक ५ मार्च २००८ को उन्हें संन्यास-दीक्षा प्राप्त हुई। संन्यास-दीक्षा के पश्चात् तूर्त स्वामी योगवेदान्तानन्द जी को देहरादून में पूज्य स्वामी जी के दर्शन-लाभ प्राप्त हुआ और उन्हें व्यक्तिगत रूप से प्रत्यक्ष उपदेश प्राप्त हुआ।

उनका संन्यास-नाम, स्वामी योगवेदान्तानन्द सरस्वती है और वे योग-वेदान्त अरण्य अकादमी के रजिस्ट्रार (कुल-सचिव) के पद से सेवाप्रदान का सातत्य रखेंगे।

दिव्य जीवन संघ

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

अन्तर्देशीय शाखाएँ

अहिवारा (छत्तीसगढ़): शाखा ने प्रतिदिन सत्संग तथा विशेष पूजा और महामृत्युंजय मन्त्र-जप एकादशी की तिथियों को परिचालित किये।

अम्बाला (हरियाणा): वर्ष २००८ के फरवरी की माहावधि में शाखा के दैनिक सत्संग की पूर्ति में, प्रति रविवार को ३० मिनट का महामृत्युंजय मन्त्र-जप, प्रति सोमवार को शिव भगवान् का मन्त्र-जप, प्रति मंगलवार को एवं शनिवार को हनुमान् जी के स्तोत्र-पाठ, प्रति गुरुवार को गुरु-भजन और प्रति शुक्रवार को देवी-भजन प्रस्तुत किये गये। परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की पुण्य-तिथि को विशेष सत्संग और प्रसाद तथा अमावास्या और पूर्णिमा को डेढ़ घण्टों पर्यन्त मन्त्र-जप सम्पन्न हुए। इनके पूर्व, शाखा के आयोजित कार्यक्रमों में, मुख्यालय के अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन की ६४ वीं जयन्ती को विशेष कार्यक्रम, श्री विश्वनाथ मन्दिर के प्रतिष्ठा महोत्सव को २ घण्टों पर्यन्त 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र का कीर्तन एवं नूतन वर्ष और मकर संक्रान्ति (लोहड़ी) को विशेष कार्यक्रम इत्यादि समाविष्ट थे।

बड़कुँआल (उड़ीसा): शाखा ने दैनिक आध्यात्मिक कार्यक्रमों के समय पत्रक में : प्रभात में प्रार्थना-स्तोत्र पाठ, श्री विष्णु सहस्रनाम पाठ और श्रीमद् भागवत के स्वाध्याय सहित सान्ध्य-सत्संग एवं प्रति गुरुवार को पादुका पूजन और साप्ताहिक सत्संग सम्पन्न हुए। शिवानन्द दिन के कार्यक्रम पादुका पूजन युक्त थे। प्रति माह द्वितीय रविवार को भगवद् गीता पारायण होता है। दिनांक २३ जनवरी के शाखा-स्थापना दिन को ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-जप-ध्यान, प्रभातफेरी, पादुका पूजन, भगवद् गीता पारायण, आदरणीय श्री स्वामी आनन्दस्वरूपानन्द जी के प्रवचनों सहित सान्ध्य-सत्संग, भोज इत्यादि समाविष्ट थे। तदुपरान्त दिनांक २४ जनवरी को आयोजित निःशुल्क मेडिकल कैम्प में ६०० मरीजों को निःशुल्क दवाइयाँ प्रदान की गयी। ग्राम मन्दिर का प्रतिष्ठा महोत्सव दिनांक २५ जनवरी को श्रीमद् भगवद् गीता का पाठ, श्री गोपाल सहस्रनाम, श्री विष्णु सहस्रनाम तथा सहस्र नामों सहित पूजा-अर्चना इत्यादि दिन-भर के कार्यक्रम थे।

बरबिल् (उड़ीसा): शाखा प्रति सोमवार को आश्रम में तथा भक्तों के निवास-स्थानों पर प्रति गुरुवार को सत्संग परिचालित करती है। जनवरी के दिनांक ३१ और फरवरी के दिनांक १, २ को झोनल साधना शिविर आयोजित हुआ। परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज, आदरणीय श्री स्वामी ज्ञानस्वरूपानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी धर्मप्रकाशानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी शिवस्वरूपानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी और अन्य पाँच स्वामीजियों ने निज पुनीत

उपस्थिति और प्रवचनों से शिविर की शोभा में अभिवृद्धि की। २५० प्रतिनिधियों की उपस्थिति थी। शिवानन्द होमियोपैथिक औषधालय ने दो माहों में ९५८ मरीजों के उपचार किये।

भवानीपाटना (उड़ीसा): शाखा ने प्रति गुरुवार और रविवार को द्विसाप्ताहिक सत्संग और शिवानन्द दिन को पादुका पूजन परिचालित किये। शाखा ने प्रति गुरुवार और रविवार को मातृ-सत्संग और शेष दिनों को भागवत पारायण आयोजित किये। 'चिदानन्द नीडम्' में ३० जनजातीय निवास कर रहे हैं और उन्हें अन्न, वस्त्र, चिकित्सिकीय, शैक्षणिक तथा अन्य आवश्यकताओं की सहाय भी दी जाती है। शाखा ने प्रजासत्ताक दिन को अकिंचन स्त्रियों को साड़ियाँ और बालकों को मिठाइयों का वितरण किया।

भिलाई (छत्तीसगढ़): शाखा ने दिनांक २७ जनवरी के मासिक सत्संग में पादुका पूजन, भजन-कीर्तन, आरती, भोग, इत्यादि की नियमित दिनचर्या के उपरान्त, शाखा प्रमुख और मन्त्री ने छत्तीसगढ़ में आयोजित 'दिव्य जीवन संघ परिषद' के विषय में विस्तृत हिसाब समझाया। प्रति मंगलवार को मातृ-सत्संग में श्री हनुमान् जी के, प्रति शुक्रवार को श्री विष्णु सहस्रनाम के और एकादशी की तिथियों को श्रीमद् भगवद् गीता के पाठ किये गये। शाखा ने परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की शाखा से भेंट करने पर, दिनांक १७ जनवरी को एक जाहिर कार्यक्रम आयोजित किया। पूज्य स्वामी जी महाराज के साथ में आदरणीय श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी और आदरणीय श्री स्वामी शिवदासानन्द जी ने भी शाखा से भेंट की। सब तीन स्वामीजियों ने प्रवचन दिये। 'दिव्य योग शास्त्र' नामक एक पुस्तिका का विमोचन हो कर निःशुल्क वितरित हुई।

भीमकाण्ड (उड़ीसा): शाखा द्वारा प्रतिदिन प्रभात में पादुका पूजन और प्रति रविवार को साप्ताहिक सायं-सत्संग परिचालित हुए।

भोंगीर (आन्ध्र प्रदेश): शाखा ने दिनांक ७ जनवरी को परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्य-तिथि को विशेष सत्संग और पूजा आयोजित हुए ज्ञान-प्रसाद का विमोचन हो कर वितरित हुआ।

भुवनेश्वर, खण्डगिरि (उड़ीसा): शाखा के दैनिक २ घण्टों के सत्संग में श्रीमद् भागवतम् और श्री राम चरित मानस के स्वाध्याय सम्पन्न होते हैं। शाखा प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति गुरुवार को पादुका पूजा, प्रति माह के द्वितीय रविवार को मासिक साधना दिन और चिदानन्द दिन को 'श्री राम जय राम जय जय राम' का १२ घण्टों पर्यन्त अखण्ड कीर्तन आयोजित करती है।

बीकानेर (राजस्थान): दैनिक द्विवार पूजा और स्वाध्याय सहित २ घण्टों के सायं-सत्संग के आधिक्य में शाखा ने, शिवानन्द दिन को पादुका पूजन एवं चिदानन्द दिन को महामृत्युंजय और गायत्री मन्त्रों सहित हवन और विशेष सत्संग परिचालित किये। माह फरवरी के दिनांक १२ और दिनांक २३ को श्री सुन्दरकाण्ड और श्री हनुमान चालीसा के पाठ सहित मातृ-सत्संग और सिख धर्म के शास्त्रों का वाचन आदि सम्पन्न हुए। वसन्त पंचमी और मकर-संक्रान्ति को विशेष सत्संग का आयोजन हुआ। दिनांक १७ और दिनांक १९ जनवरी को शाखा द्वारा अन्ध और मूक-बधिर छात्रों की पाठशालाओं में एवं झोपड़पट्टी के अकिंचनों को फल, मिठाइयाँ, अन्न और वस्त्र वितरित किये गये। शाखा की, छात्रों को शिष्यवृत्तियाँ प्रदान करने की और शिवानन्द पुस्तकालय की गतिविधियों का सातत्य रहा।

चेन्नै, इलांगो नगर (तमिल नाडु): शाखा ने प्रार्थना और प्रवचन सहित नूतन वर्ष को एवं प्रार्थना, सूर्य-नमस्कार, आसन, मुद्राएँ और प्रवचन सहित पोंगल दिन के विशेष कार्यक्रम आयोजित किये। शाखा ने दिनांक २६ नवम्बर से प्रति सप्ताह स्त्रियों के लिए और दिनांक ९ दिसम्बर से प्रति सप्ताह भाइयों के लिए ३ वर्ग परिचालित किये।

चेन्नै, वॉषरमेन पेट (तमिल नाडु): शाखा ने, एक विशेष गीता जयन्ती उत्सव आयोजित किया। गुरु-पूजा के पश्चात् ज्ञान-प्रसाद की एक पत्रिका का विमोचन, 'गीतासार' पर एक प्रवचन, भगवद् गीता के कुछ अध्यायों के पाठ सम्पन्न हो कर आरती और महाप्रसाद वितरित किये गये।

गान्धीनगर (गुजरात) : नियमित गतिविधियाँह्नह्नसप्ताह में त्रिवार सत्संग-स्वाध्याय, योगासन के प्रभात का सत्र, स्त्रियों के लिए सायं योगासन सत्र, शिवानन्द दिन को नारायण-सेवा, चिदानन्द दिन को निर्धन बाल नारायण-सेवा, कुष्ठरोगियों की एक संस्था एवं अकिंचन छात्रों को आर्थिक सहारा, होमियोपैथिक क्लीनिक, स्वामी शिवानन्द पुस्तकालय।

विशेष गतिविधियाँह्नह्न(१) दिनांक २७ और २८ फरवरी को परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज के प्रवचन। (२) माह जनवरी के दिनांक १ से ९ पर्यन्त, प्रभात के वर्ग में २०० प्रतिभागियों का शिविर और अपराह्न को 'इण्डियन टेकनिकल इंसिट्यूट' में एक और वर्ग आदि के आयोजन। (३) नारायण-सेवा : जनजातीय विस्तार में एक कुष्ठरोगियों की संस्था की मुलाकात और विशेष नारायण-सेवा। (४) विशेष सत्संग : मुलाकात पर पधारे सन्तश्री के साथ ३ दिनों पर्यन्त विशेष सत्संग और भजन-कीर्तन।

घाटपदमुर, जगदालपुर (छत्तीसगढ़) : शाखा के शिवानन्द आश्रम की दैनिक दिनचर्या में दैनिक प्रार्थना-ध्यान, योगासन, प्रभात में पाठ, सायंकाल में सत्संग के अनुसरण में आधे घण्टे पर्यन्त सामूहिक पाठ, प्रति शनिवार को सुन्दरकाण्ड और प्रति रविवार को श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र के पाठ, प्रति गुरुवार को पादुका पूजा इत्यादि समाविष्ट हो रहे हैं। श्री श्री विश्वनाथ भगवान् का मनाया गया प्रतिष्ठा महोत्सव आश्रम की पावनता में आधिक्य लाने वाला रहा।

गुमरगुण्डा (छत्तीसगढ़): शाखा के शिवानन्द आश्रम की नियमित गतिविधियों में, श्री श्री विश्वनाथ मन्दिर तथा श्री श्री समाधि मन्दिर में त्रिवार पूजाएँ और आरती, ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान, योगासन सम्पन्नता, दैनिक दो घण्टों का सान्ध्य-सत्संग, प्रति गुरुवार को पादुका पूजन तथा प्रति सोमवार को भगवान् शिव के स्तोत्र, प्रति शुक्रवार को श्री श्री देवी के स्तोत्र और प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड आदि के पाठ समाविष्ट हैं।

जयपुर (उड़ीसा): नियमित गतिविधियाँह्नह्नदैनिक द्विवार पूजाए, प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति गुरुवार को चल-सत्संग, शिवानन्द दिन को पूजा, हवन और विशेष सत्संग और चिदानन्द दिन को मासिक साधना-दिन (फरवरी के माह में ६० प्रतिभागी थे)।

विशेष गतिविधियाँह्नह्न(१) दिनांक १७ फरवरी को परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज के आगमन पर विशेष सत्संग जिसमें उनके प्रवचन की सम्पन्नता। (२) दिनांक ७ जनवरी को परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्य-तिथि। (३) गीता यज्ञ : दिनांक २० जनवरी को, श्रीमद् भगवद् गीता के प्रत्येक श्लोक के सामूहिक उच्चारण और 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' मन्त्र के सम्पुट सहित। (४) गीता यज्ञ : दिनांक २० दिसम्बर को ८० प्रतिभागियों के साथ उपरोक्त यज्ञ का समान्तर यज्ञ, गीता-जयन्ती को। (५) दिनांक ११ दिसम्बर को ८० प्रतिभागियों के साथ गीता-पारायण।

कक्चिं (मणिपुर): शाखा के 'मानव सेवा आश्रम' की दिनचर्या में द्विवार पूजाएँ, ध्यान, प्रभातीय योगासन और सान्ध्य-सत्संग आदि समाविष्ट हैं। शाखा ने दिनांक १५ दिसम्बर २००७ से दिनांक १३ जनवरी २००८ पर्यन्त ३० दिवसीय आवासीय योग-तालीम कैम्प किया। भगवद् गीता, महर्षि पतंजलि योग-सूत्र तथा गुरुदेव के जीवन और उपदेश विषयक प्रवचन दिये गये। १५ प्रतिभागियों में सुविचारों का और उचित जीवन-रीतियों का विकास और प्रेरणा मिले जिससे वे उमदा जीवन जीने में और जीवन के सर्वोच्च ध्येय को प्राप्त करें, यही इस कैम्प का लक्ष्य था। शाखा के मन्त्री, प्रोफेसर पी. कुंजो सिंग ने दिनांक १० अगस्त २००७ को मणिपुर राज्य के ८०४ स्कूल और कालेजों से भेंट करके छात्रों को सम्बोधन करने का जो महत्त्वाकांक्षी प्रोजेक्ट आरम्भित किया था। उसके लिए उन्होंने चार माहावधि के अन्दर ३५ स्कूलों में भेंट करके २०० से १५०० छात्रों को प्रत्येक स्कूल में सम्बोधित किये। आश्रम परिसर ८ एकड़ उपजाऊ भूमि का होने से केलों का वृक्षारोपण प्रति वर्ष ध्यानपूर्वक किया जाता है। शाखा ने दिनांक १६ दिसम्बर और २७ जनवरी को डिस्ट्रीक्ट स्तर पर दिव्य जीवन संघ आयोजित करने में सहाय की।

कंटाबाँजी (उड़ीसा): शाखा ने प्रति रविवार को श्रीमद् भगवद् गीता के स्वाध्याय सहित साप्ताहिक सत्संग प्रत्येक रविवार को सम्पन्न किये।

खाटिगुडा (उड़ीसा): शाखा ने प्रति गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति एकादशी को श्री विष्णु सहस्रनाम के पाठ के साथ सत्संग, १२ घण्टों के अखण्ड महामन्त्र का कीर्तन तथा प्रति माह प्रथम रविवार को नारायण-सेवा परिचालित किये। दिनांक १२ जनवरी को एक चल-सत्संग और दिनांक २३ जनवरी को, आदरणीय श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी और आदरणीय श्री स्वामी नारायणपादानन्द जी की शाखा की मुलाकात पर श्री जगन्नाथ मन्दिर में एक विशेष जाहिर सत्संग आयोजित किये।

नाभा (पंजाब): बिना अपवाद, शाखा, प्रति रविवार को नियमित रूप से स्वाध्याय सहित साप्ताहिक सत्संग आयोजित करती है।

नलगोंडा (आन्ध्र प्रदेश): शाखा के दैनिक सत्संग में देवी लक्ष्मी जी के १०८ नामोच्चारण, श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र पारायण, श्री चैतन्य भागवत और भगवद् गीता के स्वाध्याय और प्रति शुक्रवार को श्री लक्ष्मी सहस्रनाम स्तोत्र का पाठ आदि समाविष्ट हैं। परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की पुण्य-तिथि, श्री गीता जयन्ती और दिनांक १४ दिसम्बर को श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र पारायण के १००० दिनों की पूर्ति पर विशेष सत्संग आयोजित हुए। दिसम्बर माहावधि में दो चल-सत्संग और दिनांक २८ जनवरी को समीवर्ती ग्राम में एक वृद्धाश्रम में एक चल-सत्संग परिचालित किये गये।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): नियमित गतिविधियाँह्वह्व दैनिक ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान, श्री विष्णु सहस्रनाम और अन्य स्तोत्रों के पाठ, प्रति गुरुवार को साप्ताहिक चल-सत्संग, प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण और प्रति एकादशी को श्री विष्णु सहस्रनाम पारायण के साथ मातृ-सत्संग और प्रति माह के दिनांक ३ को ६ घण्टों पर्यन्त अखण्ड महामन्त्र कीर्तन।

विशेष गतिविधियाँह्वह्व(१) दिनांक १७ जनवरी को स्वामी शिवानन्द भजन मन्दिर में परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज और उनके सहित आयी हुई मण्डली के पावन आगमन पर एक विशेष सत्संग का आयोजन हुआ, जिसमें प्रवचन में ३०० भक्तों की उपस्थिति। (२) दिनांक ३० जनवरी से ले कर दिनांक २ फरवरी पर्यन्त एक स्कूल में योग-तालीम-कैम्प।

नई दिल्ली, वसन्त विहार : प्रति रविवार के साप्ताहिक सत्संगों में प्रथम रविवार के सुन्दरकाण्ड पारायण में दूर के स्थानों के अनेकसंख्य भक्तों की उपस्थिति होती है। द्वितीय रविवार को ध्यान विषयक व्यावहारिक सूचन तथा अभ्यास सम्पन्न होते हैं। तृतीय रविवार को गुरुदेव के उपदेश की स्पष्टता तथा समझ और चतुर्थ रविवार को स्थानिक सन्तों के प्रवचन होते हैं।

नीमापड़ा (उड़ीसा): शाखा के दैनिक सत्संग में एक घण्टे का महामन्त्र कीर्तन और उसके अनुसरण में श्रीमद् भागवतम् का स्वाध्याय सम्पन्न होता है। उसके आधिक्य में शाखा प्रति गुरुवार को प्रभात में पादुका पूजन और सायंकाल में साप्ताहिक सत्संग परिचालित करती है। शाखा ने समीपवर्ती ग्रामों में दिनांक ११ दिसम्बर २००७ और १५ जनवरी २००८ में विशेष सत्संग आयोजित किये।

दिनांक २३ से २९ जनवरी पर्यन्त भागवत सप्ताह आयोजित किये और साथ-साथ प्रभात और सायंकाल में योगासन-वर्ग, आदरणीय श्री स्वामी सदाशिवानन्द जी और आदरणीय श्री स्वामी रामेश्वरानन्द जी द्वारा परिचालित हुए। नूतन वर्ष को दिन-भर के आध्यात्मिक कार्यक्रम और प्रसाद-सेवन सम्पन्न हुए। शाखा स्थापना-दिन, दिनांक ३० जनवरी के कार्यक्रमों में प्रार्थना-ध्यान, पादुका पूजन, नगर-संकीर्तन, भजन-कीर्तन, दरिद्र नारायण सेवा, प्रसाद-सेवन और आदरणीय श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी के प्रवचन युक्त सान्ध्य-सत्संग समाविष्ट थे। गीता-जयन्ती के दिन-भर के कार्यक्रमों में ब्राह्ममुहूर्तीय जप, ध्यान, योगासन-प्राणायाम, पादुका पूजन, गीता-यज्ञ प्रसाद-सेवन इत्यादि सम्पन्न हुए। शाखा ने दिनांक ३० दिसम्बर २००७ को साधना-दिन आयोजित किया।

पंचकूला (हरियाणा): शाखा ने प्रतिदिन श्रीमद् भगवद् गीता का स्वाध्याय, प्रति रविवार को साप्ताहिक चल-सत्संग तथा

प्रति शनिवार को महामृत्युंजय का सामूहिक जप आदि आयोजित किये।

रायगढ़ (छत्तीसगढ़): शाखा का साप्ताहिक सत्संग प्रति सोमवार को सम्पन्न होता है। दिनांक २४ दिसम्बर को प्रभात में ८.०० से १०.०० पर्यन्त 'श्री राम चरित मानस' का अखण्ड पाठ और उसके अगले दिन भव्य समापन-समारम्भ आयोजित हुए। दिनांक ७ जनवरी को श्री रामायण कथा के अन्तर्गत श्री श्री भगवान् रामचन्द्र जी के राज्याभिषेक का कथा-प्रसंग भव्यता से मनाया गया।

रायपुर (छत्तीसगढ़): नियमित गतिविधियाँह्ह्प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति सोमवार को १ घण्टे का 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र संकीर्तन और उसके अनुसरण में भजन आदि तथा एकादशी की तिथियों को 'श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र' पारायण।

विशेष गतिविधियाँह्ह्(१) गीता जयन्ती : प्रभातफेरी, प्रभातीय ध्यान, गीता पारायण और सन्ध्याकाल में एकादशी की तिथि का कार्यक्रम। (२) नूतन वर्ष की पूर्वसन्ध्या-कार्यक्रम : दिनांक ३१ दिसम्बर की रात्रि को १०.३० के समय से दिनांक १ जनवरी के ०.३० मिनट के समय पर्यन्त एक विशेष सत्संग। (३) विशेष सत्संग : दिनांक १७ जनवरी को परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज तथा उनके साथ पधारी मण्डली की शाखा की शुभ मुलाकात पर विशेष सत्संग।

राउरकेला, फर्टिलाईज़र टाउनशिप (उड़ीसा): शाखा की निम्नानुसार नियमित गतिविधियों का सातत्य रहाह्ह्प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र पारायण तथा एक घण्टे पर्यन्त 'ॐ नमो नारायणाय' मन्त्र का जप प्रति गुरुवार को, श्री हनुमान् जी के स्तोत्रों के पाठ और 'गुरुदेव साहित्य' विषयक स्वाध्याय तथा माह के प्रथम रविवार को भगवद् गीता पारायण।

सालेपुर (उड़ीसा): शाखा के नियत कार्यक्रमों में द्विवार पूजा, प्रभातीय ध्यान, १ घण्टा कीर्तन, प्रभात में श्री विष्णु सहस्रनाम के उच्चारण और अन्य स्तोत्र-पाठ तथा एक घण्टे पर्यन्त अध्ययन-वर्ग और सत्संग सायंकाल में आदि सम्पन्न हुए। दिनांक १० फरवरी को मासिक चल-सत्संग और शेष रविवारों को साप्ताहिक सत्संग शाखा के मकान में आयोजित हुए। मासिक गतिविधियों में प्रथम शनिवार को सुन्दरकाण्ड का पाठ और प्रथम रविवार को भगवद् गीता का पाठ, द्वितीय रविवार को योगासन-वर्ग, तृतीय को साधना-दिन और चतुर्थ रविवार को ६ घण्टों पर्यन्त महामृत्युंजय मन्त्र का ६ घण्टों पर्यन्त अखण्ड जप आदि समाविष्ट हैं। शिवानन्द-दिन को पादुका पूजन प्रभात में 'ॐ नमो भगवते शिवानन्दाय' मन्त्र का १ घण्टे पर्यन्त जप और सायंकाल में एक विशेष सत्संग समाविष्ट थे।

विशेष गतिविधियाँह्ह्(१) एक स्थानिक कालेज में योग-कैम्प : दिनांक २८ जनवरी को ११३ प्रतिभागी और दिनांक १८ फरवरी को ११८ प्रतिभागी। (२) शिवानन्द चैरिटेबल अस्पताल ने दो माहों में ५०० मरीजों के उपचार किये।

गंगटोक (सिक्किम): शाखा ने दिनांक ५ फरवरी से दिनांक १२ फरवरी पर्यन्त संयुक्त रूप से एक योग-शिविर आयोजित किया। प्रतिभागियों की संख्या ४८ थी।

साउथ बलण्डा (उड़ीसा): नियमित गतिविधियाँह्ह्प्रति शुक्रवार को साप्ताहिक सत्संग, शिवानन्द दिन और चिदानन्द दिन को प्रभात में पादुका पूजा और सन्ध्या-सत्संग; संक्रान्ति दिन को पादुका पूजा, विशेष पूजा और तीन घण्टों पर्यन्त महामृत्युंजय मन्त्र जप और दिनांक २६ जनवरी और २८ फरवरी को मासिक ३ घण्टों का महामन्त्र का अखण्ड कीर्तन।

विशेष गतिविधियाँह्ह्दिव्य जीवन संघ परिषद : रजत जयन्ती महोत्सव के अन्तर्गत विशेष कार्यक्रम में शाखा ने दिनांक २ और ३ जनवरी को जिले की सब शाखाओं में से २००० से अधिक भक्तों की उपस्थिति में एक शिविर आयोजित किया। १५०० भक्त ७ कि.मी. लम्बे नगर-संकीर्तन में उपस्थित थे। परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज ने प्रवचन दिया और मार्गदर्शन किया तथा कुष्ठ रोगियों की एक संस्था में कम्बल और मिठाइयों का वितरण किया।

सुनाबेडा (उडीसा)ः नियमित गतिविधियाँह्नस्वाध्याय सहित दैनिक सान्ध्य-सत्संग, पादुका पूजा और गीता-स्वाध्याय सहित प्रति गुरुवार और रविवार को द्विवार साप्ताहिक सत्संग, प्रति रविवार को निःशुल्क चिकित्सिकीय विभाग, पुरुष और महिलाओं के लिए दो भिन्न टुकड़ियों में योगासन-वर्ग। विशेष गतिविधियाँह्न(१) ३० कि.मी. दूरी के श्री जगन्नाथ मन्दिर में पादुका पूजन और हवन सहित दिनांक २४ फरवरी को साधना दिन। (२) जनवरी में दिन-भर के कार्यक्रमोंयुक्त साधना-दिन।

सुनाबेडा, महिला शाखा (उड़ीसा)ः दैनिक पूजा के अतिरिक्त श्रीमद् भागवत पाठ, मन्त्र-जप प्रभात में और १ घण्टे के महामन्त्र-संकीर्तन सहित सान्ध्य-सत्संग, प्रति बुधवार और शनिवार को मातृ-सत्संग, साप्ताहिक 'शिशु-विकास सत्संग' प्रति रविवार को, एकादशी की तिथियों को पादुका पूजा और विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र पारायण, चिदानन्द दिन को १२ घण्टों का महामृत्युंजय मन्त्र जप और निर्धनों को अन्नदान इत्यादि भी नियमित गतिविधियाँ हैं।

विशेष गतिविधियाँह्न(१) दिव्य जीवन संघ की अन्य शाखाओं के और आध्यात्मिक संस्थाओं के भक्तों की प्रतिभागिता सहित दिनांक १९ दिसम्बर को शाखा के वार्षिक दिन को साधना-दिन मनाया गया। (२) श्री गीता जयन्ती ः भगवद् गीता पारायण और विशेष सत्संग। (३) नूतन वर्ष ः विशेष सत्संग।

वडोदरा (गुजरात)ः शाखा ने तीन गुरुवार भजन-सत्संग और रविवार को अध्ययन-वर्ग आयोजित किये। शाखा ने दिनांक ६ दिसम्बर से ९ दिसम्बर पर्यन्त 'उपदेशसारम्' विषयक प्रवचन सम्पन्न हुए। दिनांक २ से ले कर ८ दिसम्बर पर्यन्त एक योगासन कैम्प। शाखा ने होमियोपैथिक, आयुर्वेदिक और ऐक्युप्रेशर इलाज की समाज-सेवा का सातत्य रखा।

विदेशी शाखाएँ

हांगकांग (चीन)ः शाखा का मासिक सत्संग द्वितीय शनिवार को होता हैह्नदिसम्बर २००७ में दिनांक ८ को आयोजित हुआ। इसका प्रारम्भ एक घण्टे के महामृत्युंजय मन्त्र जप से हो कर गुरुदेव के उपदेशों के स्वाध्याय विषयक प्रवचन से अनुसरित होता है। आरती और प्रसाद सहित समाप्त होता है। इसमें ४३ प्रतिभागी थे। अन्य शेष शनिवारों के दिन एक घण्टे पर्यन्त महामन्त्र का कीर्तन होता है।

शाखा ने माह नवम्बर और दिसम्बर में ४७५ प्रतिभागियों सहित ३४ नूतन नियमित योगासन-वर्ग परिचालित किये। आदरणीय श्री हरि चेंग ने 'योग-इतिहास' और 'स्वामी शिवानन्द का जीवन। विषयक २ सत्रों केपाठ्यक्रम परिचालित किये। उनमें ३९ प्रतिभागी थे। 'योग में पथ्य-संकल्पना' के पाठ्यक्रम में २५ प्रतिभागी थे।

विशेष गतिविधियाँ

१. बरगढ़ में नूतन शिवानन्द आश्रम

नूतन शिवानन्द आश्रम के निर्माण और उद्घाटन पश्चात् शाखा ने निम्नानुसार विशेष कार्यक्रमों का आयोजन कियाह्न

(१) दिनांक ४ फरवरी सेह्नदिनांक १० फरवरी पर्यन्त श्रीमद् भागवत सप्ताह पारायण और आदरणीय श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी और आदरणीय श्री अमृतानन्द जी के प्रवचन।

(२) हवन तथा पूर्णाहुति कार्यक्रम दिनांक १० फरवरी को।

(३) उद्घाटन समारम्भ ः दिनांक ९ फरवरी को परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज ने प्रतिष्ठा-पूजा सम्पन्न की।

(४) वसन्त पंचमी के शुभ दिन परम पूज्य स्वामी जी महाराज ने गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज और परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के चित्रों का अनावरण किया, पादुका पूजा सम्पन्न की और सुवेनीर का विमोचन किया।

(५) ३ दिवसीय साधना शिविर ः दिनांक ९, १० और ११ फरवरी को दिन-भर के कार्यक्रमों में नगर-संकीर्तन; उपरोक्त तीन आदरणीय स्वामीजिओं के प्रवचन एवं आदरणीय श्री स्वामी जिज्ञासानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी गुरुप्रेमानन्द जी के और

अन्य के प्रवचन; निर्धनों को अन्नदान- वस्त्रदान आदि समाविष्ट थे। समस्त उड़ीसा के भक्तों ने इन कार्यक्रमों में भाग लिया।

२. लोनावला में साधना-शिविर

द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुम्बई सर्कल द्वारा दिनांक १ फरवरी से दिनांक ३ फरवरी २००८ पर्यन्त तीन दिवसीय आध्यात्मिक साधना शिविर आयोजित हुई। परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने 'जपयोग' विषयक, आदरणीय श्री स्वामी रामराज्यम् जी महाराज ने 'साधना' विषयक, अन्य आदरणीय स्वामी जी ने 'भक्तियोग' विषयक तथा आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी ने 'हठयोग और ध्यान (राजयोग)' विषयक प्रवचन दिये। समस्त १५० प्रतिभागियों को ज्ञान-प्रसाद और साधना संहिता वितरित हुए।

३. तिरुमला में ३४ वीं अखिल आन्ध्र दिव्य जीवन संघ परिषद

आन्ध्र प्रदेश की दिव्य जीवन संघ की शाखा ने दिनांक २९ जनवरी से ३१ जनवरी २००८ पर्यन्त भगवान् वेंकटेश्वर (बाला जी) के श्रीचरणों के निकट पवित्र तिरुमला हिल्स में स्थित आस्थान मण्डपम् में सम्मेलनह्वपरिषद आयोजित किया। टी.टी. देवस्थानम् के अध्यक्ष, आदरणीय श्री बी. करुणाकर रेड्डी जी ने सम्मेलन का उद्घाटन करके प्रारम्भिक प्रवचन दिया। परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज और अन्य संन्यासी गण तथा विद्वानों ने व्याख्यान दिये। ४००० प्रतिनिधियों ने और भक्तों ने एकाग्र और उत्साहपूर्ण चित्त से प्रवचनों का श्रवण किया।

४. छत्तीसगढ़ दिव्य जीवन संघ परिषद :

दिव्य जीवन संघ की गुमरगुण्डा शाखा ने दिनांक ११ जनवरी से १४ जनवरी २००८ पर्यन्त, आदरणीय श्री स्वामी सदाप्रेमानन्द जी की पुण्य-तिथि-आराधना की संयुक्तता में ४ दिवसीय परिषद का आयोजन किया। आदरणीय श्री स्वामी देवभक्तानन्द जी ने प्रातः प्रार्थना का, आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी ने योगासन कार्यक्रम का तथा आदरणीय श्री स्वामी भक्तिभावानन्द जी और ब्रह्मचारी श्री आत्मनिष्ठ चैतन्य जी ने भजन-कीर्तन का परिचालन किया। परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज ने 'समन्वययोग, साधना और गुरुदेव के जीवन तथा उपदेश' विषयक प्रवचन किये। आदरणीय श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी ने १५० भक्तों को कैसेट द्वारा मन्त्र-दीक्षा प्रदान करने की विधि का परिचालन किया। परिषद का समापन पुण्य-तिथि की ७००० भक्तों की उपस्थिति में दिनांक १४ जनवरी को किया गया। उपरोक्त आदरणीय सब स्वामीजिओं के आधिक्य में आदरणीय श्री स्वामी नारायणापादानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी ब्रह्मानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी विशुद्धानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी शिवदासानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी श्यामानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी विज्ञानानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी अमृतानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी गुरुप्रेमानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी आनन्दस्वरूपानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी दुर्गानन्द जी, आदरणीय श्री स्वामी विद्यानन्द जी और अनेक प्रादेशिक महानुभावों ने सम्मेलन को सम्बोधित किया।

५. घाटपदमुर में पुण्य-तिथि कार्यक्रम

उपरोक्त कार्यक्रम के सातत्य में घाटपदमुर, जगदालपुर शाखा ने सद्गत श्री स्वामी जी को श्रद्धांजलि अर्पित करने के हेतु दिनांक १५ जनवरी को विविध आध्यात्मिक कार्यक्रमों का आयोजन किया। २४ घण्टों के 'श्री राम चरित मानस' के अखण्ड पाठ के समापन में हवन के अनुसरण में उपरोक्त सब आदरणीय स्वामीजियों के सहित भव्य सत्संग किया गया। लगभग १००० भक्तों ने कार्यक्रम में उपस्थिति दी।

६. जामनगर में योगासन शिविर

आरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी ने दिनांक १८ दिसम्बर से २६ दिसम्बर २००७ पर्यन्त जामनगर में एक योगासन शिविर परिचालित की। उन्होंने योगासन में प्रत्यक्ष और व्यावहारिक तालीम, प्राणायाम, मुद्रा और ध्यान आयोजित किये। उसमें डाक्टर और वकील सहित ६० प्रतिभागी उपस्थित थे।

विशिष्ट उद्घोषणा

योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी का हीरक जयन्ती समारोह

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय, डाकघरह्व शिवानन्दनगर (ऋषिकेश) में दिनांक २९ जून से ३ जुलाई २००८ के बीच योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी अपनी हीरक जयन्ती मनाने जा रही है। एकाडेमी के भूतपूर्व विद्यार्थियों एवं अस्थायी प्राध्यापकों को इस समारोह में सम्मिलित होने के लिए हार्दिक निमन्त्रण है। हीरक जयन्ती की यादगार में एक स्मारिका का प्रकाशन प्रस्तावित है। एकाडेमी के अस्थायी प्राध्यापकों/स्वामियों से हमारा अनुरोध है कि वे आधारभूत योग-वेदान्त पाठ्यक्रम एवं उनके एकाडेमी में प्रवास, तत्सम्बन्धी उनकी पुरानी यादें, अनुभूति एवं विचारों पर आधारित अपने अमूल्य लेख भेजने की कृपा करें। विद्यार्थियों से भी अनुरोध है कि वे अपने प्रशिक्षण से सम्बन्धित उनके द्वारा ली गयी तस्वीरें जैसे भाषणों, कर्मयोग एवं योगासन, उत्सवों में भाग लेने सम्बन्धित, निःशुल्क नेत्र-यज्ञ, भोजनालय में सेवा, गुरुदेव कुटीर, गोवर्धन धाम के आस-पास, श्री दुर्गा मन्दिर एवं श्री दत्तात्रेय मन्दिर परिसर, सत्संग भवन आदि की, हो तो उसे रजिस्ट्रार, योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी के पास १५ मार्च २००८ तक भेज दें।

जो हीरक जयन्ती समारोह में भाग लेना चाहते हैं, वे निम्न पते पर सूचित करें :

महासचिव, दिव्य जीवन संघ, पत्रालय : शिवानन्दनगर,

जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन : २४९१९२

उसमें उनके आश्रम में रहने की प्रस्तावित तिथियाँ लिखें, ताकि आश्रम में उनके आवास की व्यवस्था की जा सके। यह सूचना ३० अप्रैल २००८ तक महासचिव को प्राप्त हो जाये।

विद्यार्थी अपने पत्राचार में अपना नाम, वर्तमान पता, फोन नम्बर, पाठ्यक्रम संख्या और उन महीनों के नाम लिखें जिसमें उन्होंने भाग लिया था।

एकाडेमी के सभी भूतपूर्व विद्यार्थी एवं प्राध्यापकों का हीरक जयन्ती समारोह में स्वागत है।

प्रेम और ॐ सहित

१९ नवम्बर २००७ **द डिवाइन लाइफ सोसायटी**

प्रत्येक साधक को दूसरों में ईश्वर की भावना करनी चाहिए। दूसरों के अवगुणों को देखने की वृत्ति का त्याग करने से हमारी चेतना निर्मलतर होती जाती है। जो व्यक्ति दूसरों के दोषों को देखता है, वह सचमुच दूसरों के नहीं, अपने ही दोषों का उनमें प्रतिबिम्बित हुआ देखता है। दूसरों के अवगुणों को देखने से हमारा जीवन उनसे प्रभावित होने लग जायेगा। दूसरों में ईश्वरीयता के दर्शन करने से हमारी नैतिकता का विकास होने लगता है। **स्वामी कृष्णानन्द**

INFORMATION ABOUT BOOKS

Now Available

1. Narada Bhakti Sutras . . . . Swami Sivananda . . . . Rs. 70/-
2. Mind—Its Mysteries and Control. . . Swami Sivananda . . . . Rs. 145/-
3. Lessons On The Upanishads . . . . . Swami Krishnananda . . . . Rs. 105/-
4. अध्यात्मविद्या . . . . स्वामी शिवानन्द . . . . Rs. 105/-

Under Print

1. Treasure of Teachings . . . . Swami Sivananda
2. Upanishad for Busy People . . . . . . Swami Sivananda
3. Problems of Spiritual Life . . . . Swami Sivananda
4. Mundaka Upanishad . . . . Swami Krishnananda

केवल भारत में लागू

दिव्य जीवन संघ 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/-

५. आजीवन सदस्यता-शुल्क . . . . रु. ३,०००/-

६. संरक्षकता-शुल्क . . . . रु. १०,०००/-

⇨ कृपया सदस्यता-शुल्क और शाखा-सम्बद्धता-शुल्क इंडियन पोस्टल आर्डर अथवा ऋषिकेश में स्थित किसी भी बैंक के नाम बने डिमांड ड्राफ्ट द्वारा भेजें।

* नयी शाखा खोलने के लिए मुख्यालय से लिखित अनुमति लेनी होगी।