सा ब्रह्मेति होवाच ब्रह्मणो वा एतद्विजये

महीयध्वमिति ततो हैव विदांचकार ब्रह्मेति

।।४/१ ।।

गुरु : उमा ने कहाह्लद्ध‘‘वह वास्तव में ब्रह्म ही है। ब्रह्म की विजय के कारण ही तुम गौरवान्वित हुए हो।’’ उमा के ये शब्द सुन कर ही इन्द्र यह जान पाये कि वह यक्ष ब्रह्म ही था।

कर्मों को पाप रहित बनाने, इनकी बन्धनकारी शक्ति को दूर करने का मार्ग है धर्म के द्वारा इनकी गुणवत्ता को उन्नत कर देना। कर्म जब धर्म से पूरित हो जाते हैं, तब यह बन्धनकारी न रह कर मोक्ष दिलाने वाली प्रक्रिया बन जाते हैं। **स्वामी चिदानन्द**

ब्रह्मचर्य-साधना :

काम के उदात्तीकरण की प्रविधि १

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

दमन तथा उदात्तीकरण

ब्रह्मचर्य के अभ्यास में आवश्यकता है काम के निरोध की, न कि उसके दमन की। कामावेग का दमन उसका उन्मूलन नहीं है। जिस चीज का दमन किया जाता है, उससे आप कभी भी मुक्त नहीं हो सकते हैं। दमित काम-वासना आपको बार-बार आक्रान्त करेगी और स्वप्नदोष, चिड़चिड़ापन तथा मानसिक अशान्ति उत्पन्न करेगी।

काम-वासना का दमन आपके लिए अधिक सहायक नहीं होगा। यदि काम-वासना का दमन किया गया, तो जब उपयुक्त अवसर आता है, जब संकल्प-बल दुर्बल हो जाता है, जब वैराग्य क्षीण पड़ जाता है, जब ध्यान अथवा योग-साधना में शिथिलता आ जाती है अथवा जब आप रोगाक्रान्त होने के कारण अशक्त हो जाते हैं, वह दोगुनी शक्ति से पुनः प्रकट होती है। स्त्रियों से दूर भागने का प्रयास न कीजिए, तब माया बुरी तरह आपके पीछे पड़ जायेगी। सभी रूपों में आत्मा के दर्शन करने का प्रयास कीजिए तथा इस सूत्र को प्रायः बार-बार दोहराइएह्नह्न**''ॐ एक सत्-चित्-आनन्द आत्मा।''** स्मरण रखें कि आत्मा अलिंग है। इस सूत्र का मानसिक जप आपको मनोबल प्रदान करेगा।

अज्ञानी जन इन्द्रियों को मारने के लिए मूर्खतापूर्ण विधि अपनाते हैं और अन्ततः वे असफल रहते हैं। अनेक नासमझ साधक जननांग को काट डालते हैं। वे समझते हैं कि इस कार्य-विधि से कामुकता का पूर्णतः उन्मूलन किया जा सकता है। यह क्या ही महान् मूर्खतापूर्ण कार्य है! कामुकता मन में है। यदि मन वशीभूत है, तो यह बाह्य मांसल इन्द्रिय क्या कर सकती है? कुछ लोग इस इन्द्रिय को मारने के लिए कुचला खा जाते हैं। वे ब्रह्मचर्य में केन्द्रस्थ होने के अपने प्रयासों में असफल रहते हैं। यद्यपि कुचले के सेवन से वे नपुंसक बन जाते हैं; पर उनके मन की स्थिति वैसी ही रहती है।

इस विषय में आवश्यकता है इन्द्रियों के विवेकपूर्ण नियन्त्रण की। इन्द्रियों को वैषयिक नाली में अनियन्त्रित नहीं होने देना चाहिए। उपद्रवी घोड़ा जिस प्रकार अपने सवार को इच्छानुसार कहीं भी ले जाता है, वैसे ही इन्द्रियों को हमें सांसारिकता के गम्भीर गर्त में निष्ठुरतापूर्वक धकेलने की छूट नहीं देनी चाहिए।

ब्रह्मचर्य का अर्थ हैह्नह्नकाम-वासना अथवा काम-शक्ति का नियन्त्रण, किन्तु उसका दमन नहीं। मन को ध्यान, जप, कीर्तन तथा प्रार्थना के द्वारा शुद्ध बनाना चाहिए। यदि मन को ध्यान, जप, प्रार्थना तथा धर्मग्रन्थों के स्वाध्याय के द्वारा उत्कृष्ट दिव्य विचारों से आपूरित कर दिया जाता है, तो मन के प्रत्याहार से काम-वासना ओजहीन अथवा शक्तिहीन हो जायेगी। मन भी क्षीण हो जायेगा।

काम–शक्ति से ओज–शक्ति

जप, प्रार्थना, ध्यान, धर्मग्रन्थों के स्वाध्याय, प्राणायाम तथा आसनों के अभ्यास से काम–शक्ति को ओज–शक्ति में रूपान्तरित करना चाहिए। आपको भक्ति तथा प्रबल मुमुक्षुत्व विकसित करना चाहिए। आपको शुद्ध, अमर, अलिंग, निराकार, निष्काम आत्मा का सतत ध्यान करना चाहिए। तभी आपकी काम–वासना विनष्ट होगी।

यदि शुद्ध विचारों द्वारा काम–शक्ति को ओज–शक्ति में रूपान्तरित कर दिया जाता है, तो पाश्चात्य मनोविज्ञान में इसे काम का उदात्तीकरण कहते हैं। उदात्तीकरण दमन का विषय नहीं है, वरन् एक विध्यात्मक, गत्यात्मक रूपान्तरण की प्रक्रिया है। यह काम–शक्ति के नियन्त्रण, उसके संरक्षण, तत्पश्चात् उसे मोड़ कर उच्चतर प्रणालिकाओं में ले जाने और अन्ततः उसे ओज–शक्ति में परिवर्तित करने की प्रक्रिया है।

भौतिक शक्ति आध्यात्मिक शक्ति में परिवर्तित की जाती है, जैसे ऊष्मा प्रकाश तथा विद्युत्–शक्ति में परिवर्तित की जाती है। जिस प्रकार रासायनिक पदार्थ को ताप द्वारा वाष्प में परिणत कर शुद्ध कर दिया जाता है जो पुनः घनीभूत हो जाता है, उसी प्रकार आध्यात्मिक साधना द्वारा काम–शक्ति को भी परिष्कृत कर दिव्य शक्ति में परिवर्तित किया जाता है।

ओज आध्यात्मिक शक्ति है जो मस्तिष्क में संचित रहती है। आत्मा–सम्बन्धी उदात्त, अन्तःकरण उन्नयनकारी विचारों के प्रश्रय द्वारा, ध्यान, जप, उपासना तथा प्राणायाम द्वारा काम–शक्ति ओज–शक्ति में रूपान्तरित तथा मस्तिष्क में संचित की जा सकती है। तब इस संचित शक्ति का उपयोग भगवद्–चिन्तन तथा आध्यात्मिक साधनाओं में किया जा सकता है।

क्रोध तथा मांसपेशीय शक्ति भी ओज में रूपान्तरित की जा सकती है। जिस व्यक्ति के मस्तिष्क में ओज अधिक है, वह अत्यधिक मानसिक कार्य कर सकता है। वह बहुत बुद्धिमान् होता है। उसके नेत्र दीप्तिमान् होते हैं तथा उसके मुख पर आकर्षक आभा होती है। वह अल्प शब्द बोल कर जनता को प्रभावित कर सकता है। उसका संक्षिप्त भाषण श्रोताओं के मन पर भारी छाप छोड़ता है। उसका भाषण भावोत्तेजक होता है। उसका व्यक्तित्व प्रभावशाली होता है।

श्री शंकर, जो अखण्ड ब्रह्मचारी थे, ने अपनी ओज–शक्ति से चमत्कार कर दिखाया। उन्होंने अपनी ओज–शक्ति से दिग्विजय की तथा भारत के विभिन्न भागों में प्रकाण्ड विद्वानों के साथ शास्त्रार्थ तथा प्रखर वाद–विवाद किया। योगी अखण्ड ब्रह्मचर्य द्वारा इस शक्ति के संचय की ओर सदा अपना ध्यान देता है।

योग में इसे ऊर्ध्वरेता कहते हैं। ऊर्ध्वरेता योगी वह है, जिसमें वीर्य–शक्ति ओज–शक्ति के रूप में ऊर्ध्व–दिशा की ओर प्रवाहित हो कर मस्तिष्क में प्रवेश करती है। फिर कामोत्तेजना द्वारा वीर्य के अधो–दिग्गामी होने की कोई सम्भावना नहीं रहती।

(अनूदित)

सुनिश्चित समाधान

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

परम दिव्य सत्ता को श्रद्धापूर्ण प्रणाम है ! हम उस शाश्वत, नित्य, सर्वव्यापक सत्ता कोह्वह्वअन्तर्यामी दिव्य सत्ता को प्रणाम करते हैं, जो प्रत्येक नाम-रूप को रच कर, उन्हें चलते-फिरते मन्दिर बनाते हुए स्वयं ही उनमें विद्यमान हैं। उन्हीं परमात्मा को हम श्रद्धापूर्वक नमन करते हैं।

वह दूरतम से भी अधिक दूर तथा निकटतम से भी अधिक निकट हैं। वह सर्वत्र विद्यमान हैं; अत: हमें सब स्थानों पर चारों ओर से घेरे हुए हैं। उन्हीं में हम निवास करते, चलते-फिरते हैं और उन्हीं से हमारा यह अस्तित्व बना हुआ है। हम यह नहीं कह सकते कि वह इसमें हैं और उसमें नहीं हैं। न ही हम यह कह सकते हैं कि वे केवल 'वह' हैं और 'यह' नहीं हैं। वे भीतर भी हैं और बाहर भी, और भीतर तथा बाहरह्वह्वदोनों ही जगह से उनकी रहस्यात्मकता से परे हैं।

इसलिए यदि आप ध्यान करना चाहते हैं, आँखें बन्द करके अपने भीतर देखना चाहते हैं, तो आप उन्हें आँखें खुली रखते हुए अपने चारों ओर भी उसी प्रकार देख सकते हैं। यदि ध्यान से अर्थ परब्रह्म के ऊपर ध्यान केन्द्रित करना है, तो आप अपने जीवन को ही ध्यान की एक अटूट धारा भी बना सकते हैं। आँखों से देखना, कानों से सुनना, हाथों से स्पर्श करना, नासिका-छिद्रों से श्वास लेना, यह सभी कुछ ध्यान बन सकता है; क्योंकि जो-कुछ भी देखा, सुना, स्पर्श किया या सूँघा जाता है, वह सब-कुछ वही तो है जिसको योगी जन गुहाओं और घने जंगलों में आँखें बन्द करके अपने भीतर उतर कर ध्यान में लाते हैं।

मन जो भी करता है, सोचता-विचारता या ध्यान में लाता है, अब तक जो-कुछ भी मन सोच सका है या वह कभी सोच पायेगा, वह सभी कुछ परमात्मा है और परमात्मा के अतिरिक्त अन्य कुछ भी नहीं है; **'यद्भूतं यच्चभव्यम्'** (जो-कुछ भी था, है या होगा, वह सब परम पुरुष ही है)। और जो-कुछ बाह्य स्थूल रूप से दिखायी देता है, केवल वही नहीं प्रत्युत जो इन आँखों से दिखायी नहीं देता, वह सब भी वही है। अर्जुन अपनी स्तब्ध दृष्टि के द्वारा खुले नेत्रों से जो देख रहा था केवल वही भगवान् नहीं थे, प्रत्युत जो-कुछ वह देख रहा था उसका अन्तरतम सारतत्त्व भी भगवान् ही थे। बाहर-भीतर, सब ओर भगवान् और मात्र भगवान् ही थे।

'सर्वं ब्रह्ममयम्'(सब-कुछ ब्रह्म द्वारा ही परिपूरित है), **'सर्वं खल्विदं ब्रह्म'** (यह सब-कुछ ब्रह्म ही है), **' नेह नानास्ति किंचन'** (यहाँ अन्य कुछ भी नहीं है), इन सब पर ही उपनिषद् आपको चिन्तन करने के लिए निर्दिष्ट करते हैं। गीताज्ञानोपदेश में भी यही चिन्तन करने के लिए कहा गया है। यह सब केवल पाठ कर लेने के लिए नहीं है, जान लेने मात्र के लिए भी नहीं है। यह सत्य है जिस पर मनन करने और फिर वैसा होने के लिए है।

यदि आप परिश्रमपूर्वक यह सत्य दृष्टि और सच्ची समझ अपने में उत्पन्न कर सकें, तब यह वास्तव में एक ऐसा सफल उपाय बन सकता है जो आपकी भगवान् से विमुख होने की समस्या का, भगवान् को याद न रख सकने की समस्या का तथा भगवान् की विस्मृति की अवस्था की समस्या का सदा के लिए समाधान कर देगा। क्योंकि जब हम देखते हैं कि बाहर-भीतर केवल एक भगवान् ही विद्यमान हैं, तब फिर सब-कुछ उनके हाथों में छोड़ देने और उनके शरणापन्न हो जाने के अतिरिक्त और कोई मार्ग ही नहीं रह जाता। शरणागत होने और उन पर छोड़ देने पर 'कोई समाधान नहीं है' वाली स्थिति समाप्त हो जाती है, क्योंकि तब आपको समाधान मिल गया होता है। भगवान् पर सब-कुछ छोड़ देना अन्तिम सर्वोत्तम उपाय बन जाता है। और क्योंकि आप अब समस्याओं से मुक्त हो गये होते हैं, इसलिए अब आपके जीवन में इनका कोई अस्तित्व नहीं रहता। अब इन समस्याओं को भगवान् ही देखेंगे।

यदि आप किसी गाँठ को खोल नहीं पाते और उससे संघर्ष करते रहते हैं तथा अन्ततः उसे खोल लेते हैं, तब आपको समाधान मिल जाता है। अथवा यदि आप उसे खोल नहीं पाते और किसी अन्य को उसे सुलझाने के लिए पकड़ा देते हैं, तब भी आप स्वयं उससे संघर्ष करते रहने की मुसीबत से बच जाते हैं। और इसमें तो वह 'कोई अन्य' जिसे आप सुलझाने के लिए पकड़ा रहे हैंह्लह्लसर्वोत्कृष्ट व्यक्तिह्लह्लस्वयं भगवान् ही हैं।

कई बार तो, हो सकता है कि आपकी समस्या सुलझाने वाला कोई व्यक्ति आपको मिल ही न पाये। किन्तु भगवान् तो सदा-सर्वदा उपलब्ध हैं, आपकी पुकार की प्रतीक्षा में बैठे हैं। वह ऐसे व्यक्ति हैं जिनकी उपलब्धता पर हम शत-प्रति-शत भरोसा कर सकते हैं, निर्भर रह सकते हैं। अतः जो उन पर विश्वास करते और उन पर निर्भर रहते हैं, उनको फिर व्याकुलता के लिए स्थान नहीं है। पुकारने से पहले ही वे वहाँ विद्यमान होते हैं। अतः केवल 'वे' ही समाधान हैंह्लह्लअन्तिम समाधानह्लह्लतत्काल सबको सुलभ हो जाने वाला समाधान।

जब आप नदी पार जाने के लिए नाव में बैठते हैं, तो आपको यह चिन्ता नहीं होती कि नदी कैसे पार होगी। उसमें नाविक होता है जिसका उत्तरदायित्व होता है। आप निश्चिन्त रहते हैं; क्योंकि आप जानते हैं कि अन्य कोई है जिसका दायित्व है, भार उसी पर हैं। और संसार-सागर को पार कराने के लिए हमारे जीवन के नाविक भगवान् हैं। यह सत्य है, यही वास्तविक तथ्य है।

एक भजन हैह्लह्ल''**भव समुद्र सुखद नाव एक राम नाम।**'' जब उनका नाम मात्र हमें इस संसार-सागर से पार ले जाने के लिए पक्की नाव है, तब फिर स्वयं उनके सम्बन्ध में क्या संशय?

भक्त भगवान् को भले ही निराश कर दे; किन्तु भगवान् कभी भी भक्त को निराश नहीं करते। दक्षिण भारत के एक सूफी सन्त ने कर्नाटकी भाषा में भगवान् को विशेष उपाधि देते हुए कहा हैह्लह्ल''सृष्टि की रचना जब से हुई है, मानव का जन्म जब से हुआ है, तब से एक भी मनुष्य ऐसा नहीं हुआ जिसने भगवान् पर पूर्णतया विश्वास किया हो और भगवान् ने उसके विश्वास को तोड़ दिया या नष्ट कर दिया हो। एक भी उदाहरण ऐसा नहीं है।''

क्योंकि इस सारे संसार में अन्य किसी से भी बढ़ कर भगवान् हमारे अपने हैं। हम जिन्हें भगवान् कहते हैं, केवल एकमात्र वही हैं जिनसे हमारा सम्बन्ध वास्तविक है, हमारा नाता सच्चा है, सदा रहने वाला है। यह आध्यात्मिक तथ्य है, वास्तविक सत्य है। अन्य सभी नाते समाप्त हो जाते हैं, मिट जाते हैं। वह देश-काल में सीमित इस संसार के क्षणिक नाते हैं। वह पहले नहीं थे और अन्त में भी रहने वाले नहीं हैं। इसलिए वह केवल बीच में कुछ समय-भर के लिए ही हैं। हमारा शाश्वत सम्बन्ध उन परमात्मा से ही है जो हमारे सब-कुछ हैं।

यदि व्यक्ति इस तथ्य पर गहराई से मनन करे, तो वह शान्ति प्राप्त कर सकता है, वह आराम से रह सकता है, समस्त क्लेशों से मुक्त हो सकता है, तब उसकी सभी व्याकुलताएँ उसे छोड़ जायेंगी। सब-कुछ ठीक हो जायेगा, क्योंकि भगवान् वहीं होंगे जहाँ उन्हें होना चाहिएह्वह्वकहीं सुदूर स्वर्गलोक में नहीं, प्रत्युत आपके जीवन के मध्य, मुख्य स्थान पर। तब आपका जीवन उन्हें केन्द्रित रखते हुए उसी के चतुर्दिक् घूमेगा।

तब वह आपके लिए अभी और यहीं, 'तत्काल प्राप्त भगवान्' हो जाते हैं, एक सत्य और वास्तविक भगवान्ह्वह्वजैसे वह मीरा के लिए थे, सूरदास के लिए और नामदेव के लिए थे। यही वास्तव में साधना का उद्देश्य है, यही साधना का लक्ष्य है। यही वास्तव में साधना का फल है।

(अनुवादिका : श्रीमती सुधा भारद्वाज)

संन्यास-भाव

संन्यास-भाव का उदय चार कारणों से होता है। वैराग्य संन्यासी वह है, जो अपने संस्कारों द्वारा प्रेरित किये जाने पर संन्यास ग्रहण करता है। धर्मग्रन्थों का गहन अध्ययन करने तथा अभिप्रायों को पूर्णरूपेण समझ लेने के परिणाम-स्वरूप आध्यात्मिक आदर्श की सत्ता को स्वीकार करता हुआ जो साधक संन्यास ग्रहण करता है, वह ज्ञान-संन्यासी कहलाता है। संसार का सुख भोगने तथा साथ ही सद्ग्रन्थों के अध्ययन के परिणाम-स्वरूप गम्भीर विद्वत्ता अर्जित करने के पश्चात् जो संन्यासी बनता है, वह ज्ञान-वैराग्य-संन्यासी कहलाता है। क्रमशः ब्रह्मचर्य, गृहस्थ तथा वानप्रस्थ की अवस्थाओं से होता हुआ जो संन्यास की अवस्था में प्रवेश करता है, वह कर्म-संन्यासी कहलाता है। जो ब्रह्मचर्य-अवस्था से सीधे ही संन्यास-अवस्था में आ जाता है, वह वैराग्य-संन्यासी है। जो अध्यात्म-ज्ञान प्राप्त करने के लिए संन्यासी बनता है, वह विविदिशा-संन्यासी है। जो अध्यात्म-ज्ञान प्राप्त करने के पश्चात् संन्यास धारण करता है, वह विद्वत्-संन्यासी कहलाता है। जो मृत्यु-भय से आकुल हो कर संन्यासी बनता है, वह आतुर-संन्यासी है। 'परम तत्त्व के अतिरिक्त कुछ भी नहीं है'ह्वह्वइस भाव को ले कर जो संन्यास ग्रहण करता है, वह अनिमित्त-संन्यासी है।

स्वामी कृष्णानन्द

उपनिषद्‌ ६

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

मनोविज्ञान

उपनिषदों में चेतन, अवचेतन, अचेतन तथा पूर्ण निरपेक्ष चेतन के पहलुओं से निर्मित यौगिक के रूप में व्यक्ति की चर्चा की गयी है। मन और इन्द्रियों की जाग्रतावस्था में व्यक्ति स्थूल पदार्थों की बाह्य चेतना में तल्लीन रहता है। स्वप्नावस्था में वह स्मृति में से प्रक्षिप्त मानसिक या अतीन्द्रिय पदार्थों की आन्तरिक चेतना (जो बहिर्मुखी बन कर कार्य करती है) में तन्मय रहता है। सुषुप्ति-अवस्था में प्रत्येक वस्तु का अज्ञान चैतन्य को पूर्ण रूप से आच्छादित कर देता है। सुषुप्ति की इस कारणात्मक अवस्था में स्वप्न तथा जाग्रत अवस्थाओं के बीज छिपे रहते हैं। जो व्यक्ति और समष्टि में व्याप्त है, वह आत्मा या परब्रह्म (आत्मा की) इन तीनों अनुभवजन्य अवस्थाओं से परे रहता है।

परब्रह्म न तो जाग्रत-अवस्था की बाह्य चेतना है, न स्वप्नावस्था की आन्तरिक चेतना और न सुषुप्ति-अवस्था की अज्ञान द्वारा आच्छादित चेतना। माण्डूक्योपनिषद्‌ के अनुसार ब्रह्म-रूप आत्मा चेतना की तीनों दशाओं (जिनका सम्बन्ध व्यक्ति के स्थूल, सूक्ष्म तथा कारण शरीर से रहता है) से परे रहता है। आत्मा एक ऐसी सत्ता है जो सापेक्ष नहीं है, जिसे समझना कठिन है, जिसकी परिभाषा नहीं की जा सकती, जो दृश्य नहीं है तथा जो अचिन्त्य और अकथनीय है। दृश्य-जगत्‌ का प्रत्यक्ष ज्ञान उसके समक्ष विलीन हो जाता है तथा एक नवीन प्रकार के ज्ञान—जो बोधगम्य नहीं है—का प्रादुर्भाव होता है। उपर्युक्त चेतना की तीनों सापेक्ष दशाओं के सन्दर्भ में इस नवीन ज्ञान को चेतना की चतुर्थ दशा कह सकते हैं।

सापेक्ष का ध्येय निरपेक्ष ब्रह्म को प्राप्त करना है। वह 'मैं' का तत्त्व, जो चेतना की चारों दशाओं पर अपना प्रभाव डालता है, आत्मा है। यह आत्मा अनुभवातीत तथा इन्द्रियातीत है; परन्तु इसके साथ-ही-साथ समस्त वस्तुओं तथा ब्रह्माण्ड में व्याप्त है।

माण्डूक्योपनिषद्‌ में जाग्रत, स्वप्न तथा सुषुप्ति—इन तीन अवस्थाओं को क्रमशः वैश्वानर, तेजस्‌ तथा प्राज्ञ कहा गया है। परवर्ती वेदान्त में इन अवस्थाओं के अनुरूप ही विराट्‌, हिरण्यगर्भ तथा ईश्वर की ब्रह्माण्डीय परिस्थितियों का वर्णन मिलता है तथा इनमें (उपर्युक्त अवस्थाओं तथा परिस्थितियों में) परस्पर सम्बन्ध स्थापित किया गया है। आत्मा (जो जाग्रत, स्वप्न तथा सुषुप्ति की तीनों अवस्थाओं से परे रहता है) को उस ब्रह्म के समरूप माना गया है जो विराट्‌, हिरण्यगर्भ तथा ईश्वर की ब्रह्माण्डीय परिस्थितियों के परे है। **तत्‌** (सर्वव्यापक तत्त्व) **त्वम्‌** (साररूप में व्यक्ति-विशेष) **असि** (है) अर्थात्‌ यह आत्मा ब्रह्म है—यह माण्डूक्योपनिषद्‌ का कथन है।

तैत्तिरीय उपनिषद्‌ में जाग्रत, स्वप्न और सुषुप्ति की अवस्थाओं का अतिरिक्त वर्गीकरण अन्नमय,

प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय तथा आनन्दमय चेतना के इन पाँच कोशों के रूप में भी किया गया है। अन्नमय-कोश जाग्रत-अवस्था में क्रियाशील रहता है। प्राणमय, मनोमय और विज्ञानमय-कोश जाग्रत तथा स्वप्न अवस्था में सक्रिय रहते हैं तथा आनन्दमय-कोश तीनों अवस्थाओं में किन्तु विशेषतः सुषुप्ति की अवस्था में कार्य करता है। अन्नमय-कोश स्थूल शरीर-रूप है। प्राणमय, मनोमय और विज्ञानमय-कोश सूक्ष्म शरीर-रूप हैं तथा आनन्दमय-कोश आत्मा अथवा जीव का कारण शरीर-रूप है। ब्रह्म-रूप आत्मा पाँचों कोशों से परे है। वस्तुतः वही अपनी उपस्थिति से उन पाँचों कोशों को क्रियाशील बनाता है।

युगान्त-विज्ञान

देह-त्याग के पश्चात् आत्मा किस मार्ग से और किस क्रम से गमन करता है, इसका स्पष्ट वर्णन उपनिषदों में मिलता है। कर्मबद्ध जीवात्मा मृत्यु के पश्चात् (१) पृथ्वी पर वापस आ सकता है, (२) पृथ्वी से पृथक् किसी दूसरे लोक में जन्म ग्रहण कर सकता है, (३) मध्यवर्ती लोकों में देह-मुक्त योनि (प्रेत के रूप) में भटकता रह सकता है, (४) पितृलोक में जा सकता है, (५) स्वर्ग में गमन कर सकता है, (६) नर्क में गिर सकता है, तथा (७) सूर्य-द्वार से होता हुआ ब्रह्मलोक में प्रवेश करके मोक्ष प्राप्त कर सकता है (यदि वह सर्वोच्च स्तर का आध्यात्मिक साधक रहा है)। इस प्रकार की मोक्ष-प्राप्ति को क्रम-मुक्ति कहते हैं। बृहदारण्यक उपनिषद् के अनुसार पूर्णरूपेण निष्काम जीवात्मा यहाँ हीह्नह्नइसी जीवन मेंह्नह्नब्रह्म की प्राप्ति करता है। उसे किसी लोक में नहीं जाना पड़ता। इस प्रकार की ब्रह्म-प्राप्ति को सद्योमुक्ति (त्वरित-मोक्ष) कहते हैं।

किसी भी प्रकार की वासना से युक्त जीवात्मा सूक्ष्म शरीर के विविध स्नायु-मार्गों से गमन करता है। आध्यात्मिक रूप से प्रबुद्ध जीवात्मा, सुषुम्ना नाड़ी के मार्ग से सूर्यलोक से होता हुआ ब्रह्मलोक में पहुँचता है। जीवात्मा द्वारा ब्रह्मलोक तक पहुँचने के मार्ग का वर्णन छान्दोग्य उपनिषद् में मिलता है। उपनिषदों में इस मार्ग का वर्णन यत्र-तत्र बिखरा हुआ है। उसे क्रमपूर्वक एकत्र करने से उसकी रूपरेखाह्नह्नजो देवयान (या देवताओं के मार्ग) से सम्बन्धित हैह्नह्नइस प्रकार बनती है :

जीवात्मा अग्नि के देवता के पास पहुँचता है। वहाँ से क्रमशः दिवस, शुक्ल पक्ष, उत्तरायण, वर्ष, खगोलीय लोक, वायुलोक, सूर्य, चन्द्र, विद्युत्, वरुणलोक, इन्द्रलोक, प्रजापतिलोक की ओर ऊर्ध्वगमन करता हुआ अन्ततोगत्वा ब्रह्मलोक को प्राप्त होता है। जब जीवात्मा विद्युत् लोक में पहुँचता है, तब एक अतिमानवीय अस्तित्व इसका स्वागत करता है (वह कौन है? इस विषय में उपनिषद् मौन हैं) तथा उसे अन्तिम चार उच्चतर लोकों (वरुण, इन्द्र, प्रजापति और ब्रह्म लोक) तक ले जाता है। उपर्युक्त सोपानों को समझना कठिन है। सम्भवतः वे अस्तित्व के विभिन्न सापेक्ष स्तरों में महत् सत्ता के प्रकटीकरण की श्रेणियाँ हैं।

जो जीवात्मा ब्रह्मलोक में पहुँचने के योग्य नहीं है तथा अपने कर्म-फल के अनुरूप पितृलोक तक ही पहुँच सकता है; वह क्रम से धूम्र, रात्रि, कृष्ण पक्ष, दक्षिणायन, आकाश (वर्ष नहीं) तथा चन्द्रलोक के

देवताओं तक ऊर्ध्वगमन करता है। वहाँ से जीवात्मा आकाश, धूम्र, कोहरा, मेघ तथा वर्षा के क्षेत्रों से होता हुआ लौटता है तथा अन्न, औषधि (जड़ी-बूटी), वृक्षादि में प्रवेश करता है। इन अन्न, औषधियों आदि का सेवन धरती के जीवों द्वारा किया जाता है।

उपनिषदों के अनुसार किसी व्यक्ति का भविष्य उसके कर्मों द्वारा निर्धारित होता है। उसके कर्मों का निर्धारण उसकी इच्छा-शक्ति द्वारा तथा इच्छा-शक्ति का उसकी कामनाओं द्वारा होता है। इससे यह बात स्पष्ट होती है कि व्यक्ति का भविष्य उसकी कामनाओं द्वारा ही निर्धारित होता है। अज्ञानी जीवात्माएँ सब प्रकार के सुखों से रहित अन्धकारमय लोकों में पहुँचती हैं। आत्मा के वास्तविक स्वरूप से अनभिज्ञ अज्ञानी जन की आत्माएँ सूर्य से रहित अन्धकारमय लोकों में जाती हैं। सत्कर्म करने वाली जीवात्माएँ उच्चतर योनियों में जन्म लेती रहती हैं। दुष्कर्म करने वाली जीवात्माएँ पशुओं या भ्रष्ट चरित्र वाले व्यक्तियों के गर्भ में प्रविष्ट होती हैं। अतः कर्म ही मानव का भविष्य निर्धारित करता है; किन्तु जैसा कहा जा चुका है, जो आत्म-साक्षात्कार के कारण कर्मों से मुक्त हैं, उनको दोबारा जन्म नहीं लेना पड़ता। उनके प्राणों को उपर्युक्त लोकों में नहीं जाना पड़ता। वे धरती पर ही ब्रह्म-पद को प्राप्त होते हैं। **(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

बच्चों के लिए दिव्य जीवन :

आध्यात्मिक उपदेश २

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

प्रार्थना की शक्ति

प्रार्थना एक महान् आध्यात्मिक शक्ति है। श्रद्धापूर्वक सच्ची भक्ति से आर्द्र हृदय से ईश्वर की प्रार्थना करनी होती है। ईश्वर-प्रार्थना की क्षमता पर सन्देह न करो। प्रार्थना में अद्‌भुत शक्ति भरी है।

प्रार्थना के समय अपने हृदय का द्वार पूर्ण रूप से खुला रखो। संकीर्णता या कुटिलता न रहने दो। तुम सब-कुछ पा जाओगे। प्रार्थना नियमित रूप से करो। ईश्वर से प्रकाश, पवित्रता, भक्ति और ज्ञान की याचना करो।

द्रौपदी ने भक्तिमय हृदय से प्रार्थना की। श्री कृष्ण ने उन्हें तुरन्त ही मुसीबतों से बचाया। गजेन्द्र ने भी भक्तिमय हृदय से प्रार्थना की। उसकी रक्षा के लिए भगवान् चक्र ले कर दौड़े आये। मीरा ने प्रार्थना की। भगवान् कृष्ण ने उसकी सेवा एक सेवक की भाँति की। अभी से, इसी क्षण से पूरे हृदय से प्रार्थना करने लगो। हे प्रिय राधाकृष्ण! देर न करो। कल कभी नहीं आयेगा।

नित्य कर्म

प्रातः शीघ्र उठो। ईश्वर के नाम का कीर्तन करो। स्तोत्र-पाठ करो। बोलोह्न्ह

कृष्णं कमलपत्राक्षं पुण्यश्रवणकीर्तनम्।
वासुदेवं जगद्योनिं नौमि नारायणं हरिम्।।

मुँह धोओ। स्नान करो। ईश्वर-नाम का जप करो। उनकी प्रार्थना करो। उनकी पूजा करो। जल-पान करो। तब स्कूल जाओ। ईश्वर से प्रार्थना करो कि वह तुम्हें तुम्हारे अध्ययन में सफलता दें।

दोपहर में भोजन से पहले एक बार और ईश्वर की प्रार्थना करो। पहले भगवान् को भोजन अर्पित करो, तब उसे ग्रहण करो। वह तुम पर प्रसन्न होंगे और तुम्हारी सहायता करेंगे।

शाम को खेल-कूद के बाद हाथ-पैर-मुँह धोओ। एक बार फिर जप करो, ईश्वर-प्रार्थना करो। उनका गुण-गान करो, उनकी लीलाएँ पढ़ो।

ग्रन्थ पढ़ो

प्रिय राम! श्री कृष्ण के १०८ नामों का खूब अध्ययन करो। उसे 'कृष्णाष्टोत्तरशतनाम' कहते हैं। उसे कण्ठस्थ कर लो और रोज पाठ करो।

विष्णु के हजार नाम भी पढ़ो। उसे 'विष्णु-सहस्रनाम' कहा जाता है। जितनी बार हो सके, उसका पाठ करो। उससे समृद्धि, परीक्षा में सफलता, बुद्धि, तन्दुरुस्ती और ईश्वर-भक्ति प्राप्त होती हैं।

इसके बाद गीता का अध्ययन करो। रोज थोड़ा-थोड़ा पढ़ो। उसका अर्थ पढ़ो। श्री कृष्ण तुम्हारा ध्यान रखेंगे। वह सदा तुमसे प्यार करते हैं। वह हमेशा तुम्हारे पथ-प्रदर्शक रहे हैं। वह महेश्वर हैं।

अपने पिता से पूछो कि भागवत क्या है। वे बतायेंगे कि वह ईश्वर की कथा है। वह संस्कृत भाषा में है। संस्कृत भाषा सीखो और भागवत पढ़ो।

(अनुवादक : श्री त्रि. न. आत्रेय)

बाल-स्तम्भ :

यह किस काम की?

स्वामी रामराज्यम्

(१)

राजनेता पण्डित दीनदयाल उपाध्याय के जीवन की घटना है।

एक बार वह लखीमपुर में रुके हुए थे। अपने मित्र वसन्तराव वैद्य को एक छोटा बक्स देते हुए वह बोलेह्वह्व''इसमें कुछ कूड़ा-करकट है। इसे जला दो।''

चकित हो कर वसन्तराव ने सोचाह्वह्व 'कूड़ा-करकट बक्से में!'

उन्होंने बक्स खोला। उसमें उपाध्याय जी को प्रदान किये गये अनेकों अभिनन्दनपत्र थे। कई प्रशंसापत्र भी थे जिन्हें उनके प्रशंसकों ने उन्हें भेजा था।

''ये जलाने योग्य हैं या सँभाल कर रखने योग्य?'' वसन्तराव ने पूछा।

''कूड़ा-करकट तो जलाया ही जाता है मेरे मित्र''ह्वह्व उपाध्याय जी ने उत्तर दियाह्वह्व''मैं इसे रख कर क्या करूँगा? मेरी भारत माता को सपूत चाहिए, उन्हें मिले हुए प्रशंसापत्रों का कूड़ा-करकट नहीं।''

वसन्तराव उनकी ओर देखते रह गये।

उपाध्याय जी फिर बोलेह्वह्व''प्रशंसा के कूड़ा-करकट से अहंकार की दुर्गन्ध निकलती है। क्या तुम्हें यह बात मालूम है?''

वसन्तराव ने कोई उत्तर नहीं दिया। उन्होंने वे पत्र जला दिये।

(२)

अहिल्याबाई होल्कर साम्राज्ञी थीं। उनके राज्य के एक कवि ने एक काव्य-ग्रन्थ लिखा। उस ग्रन्थ में अहिल्याबाई की खूब प्रशंसा की गयी थी। राजदरबार में उस कवि ने इस काव्य-ग्रन्थ का पाठ किया।

अहिल्याबाई ने कवि के काव्य-कौशल की बहुत सराहना की। फिर बोलींह्वह्व''आपने अपने ग्रन्थ में भगवान् की प्रशंसा की होती, तो सुनाने वाले और सुनने वालोंह्वह्वदोनों को पुण्य मिलता। स्वयं भगवान् भी प्रसन्न हो जाते। मेरी-जैसी सांसारिक और साधारण महिला की प्रशंसा करके आपको क्या मिला?''

यह कहने के बाद उन्होंने अपने मन्त्री को आदेश दियाह्वह्व''इस ग्रन्थ को नर्मदा में प्रवाहित कर दो।''

बच्चो, अपनी प्रशंसा सुन कर कभी प्रसन्न न होना। यदि उस प्रशंसा में तुम्हारे किसी सद्गुण की चर्चा है, तो उसे विकसित करने में लग जाना। इस प्रशंसा का इतना ही मूल्य है। यदि तुमने अपनी प्रशंसा का इस प्रकार उपयोग नहीं किया, तो यह तुम्हारे अन्दर अहंकार उत्पन्न कर देगी। अहंकार से विनम्रता समाप्त हो जाती है। विनम्रता है जीवन का शृंगार। विनम्रता समाप्त होने से जीवन शृंगार-रहित और कुरूप हो जाता है। जीवन को कुरूप बनाने वाली प्रशंसा किस काम की? □□□

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

'शिवानन्द होम' द्वारा सेवा

गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के गहन आशीर्वाद से तथा गुरु महाराज श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की असीम कृपा से दिव्य जीवन संघ मुख्यालय लक्ष्मणझूला के निकट तपोवन में स्थित अपने ही एक अंग, 'शिवानन्द होम' के द्वारा अपनी विनम्र सेवा में निरन्तर संलग्न है। यह ऐसे आश्रय विहीन, असहाय और निर्धन रोगियों को चिकित्सीय सुविधा उपलब्ध करता है, जिन्हें बीमार हो जाने के कारण भरती हो कर चिकित्सा करवाने की आवश्यकता रहती है।

उसे जब लाया गया, तब वह अत्यधिक दर्द और पीड़ा से ग्रसित था। लगभग ४० वर्ष की आयु, लम्बी बढ़ी हुई दाढ़ी, दोनों घुटनों के मध्य में शिर को छिपाये हुए। आँख उठा कर दुनिया की ओर देखने का साहस उसमें नहीं था। एक पग भी चलने में असमर्थ था, एक पैर को कपड़े की दोहरी तह करके तीन बल दे कर लपेटा हुआ था, जिसमें से बतायी न जा सकने वाली तीव्र दुर्गन्ध आ रही थी। यह एक ऐसे घाव की दुर्गन्ध थी जो पीप से भर के पक चुका था, और सफाई और इलाज के अभाव में असंख्य कृमियों से भरा पड़ा था। उसे स्नान कराने, घाव की सफाई और मरहमपट्टी करने के लिए छह लोगों की सहायता लेनी पड़ी जिससे कि उसे शान्त रखा जा सके। किन्तु धीरे-धीरे उसे पकड़ने वाला कसाव ढीला पड़ता गया और आठ-दस दिनों के बाद तो बुलाये जाने पर वह स्वयं चल कर आने लगा। दो सप्ताह और बीत जाने पर वह लाठी ले कर चलने लगा, अपना नाम और गाँव का नाम बताने लगा, नित्य सायंकालीन सत्संग में बैठने लगा और पुस्तकें भी पढ़ने लगा। भले ही कोई पढ़ा-लिखा हो या अनपढ़ हो, जब कष्ट और पीड़ा सहन-शक्ति को पार कर जाती है तो व्यक्ति का स्वयं पर, अपने मन पर नियन्त्रण नहीं रख पाता। किन्तु प्रभु-कृपा से यह व्यक्ति, जिसका नाम सुनील है, अब पूर्णतया सहज हो चला है और शारीरिक तौर पर भी उसकी स्थिति सुधर रही है। जय गुरुदेव! जय शिवानन्द!

एक अन्य रोगी, जिसे अत्यन्त मानसिक और शारीरिक कष्ट से तड़पते हुए भरती किया गया, वह एक महिला रोगिणी थी जो गत १० वर्षों से कुष्ठ रोग से ग्रसित थी। वह ऊपर एक पर्वतीय ग्राम में रहने वाली थी, उसने कभी भी अपने रोग के लिए सही दवाई नहीं ली थी। जब उसे लाया गया था, तब वह शारीरिक कष्ट से इतनी पीड़ित थी कि अपने पाँव के बल खड़े तक होने की शक्ति उसमें नहीं थी, अपने घर में क्योंकि वह अब अपने पति और सात बच्चों के लिए खाना बनाने में असमर्थ हो गयी थी, अतः उसे घर छोड़ कर जाने के लिए कह दिया गया। उसकी दृष्टि भी इतनी कमजोर हो चुकी थी कि बहुत पास की वस्तु अत्यन्त कठिनाई से देख पाती। इसका सही उपचार अभी ही आरम्भ हुआ है, अतः सँभल पाने में दीर्घ समय लगने की सम्भावना है। परम पिता परमात्मा का आशीर्वाद उन पर, सब पर और हम सब उनके अज्ञानी बालकों पर हो! ॐ श्री राम जय राम जय जय राम।

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

मुख्यालय आश्रम में श्री आदि शंकराचार्य जयन्ती उत्सव

अद्वैताचार्य श्री आदि शंकराचार्य का जन्मोत्सव मुख्यालय आश्रम में १८ मई २०१० को यथोचित श्रद्धा एवं पावनता से विधिवत् मनाया गया। श्री विश्वनाथ मन्दिर के परिसर में संस्थापित श्री आदि शंकराचार्य की अत्यन्त सुन्दर ढंग से सुसज्जित संगमरमर की प्रतिमा के समक्ष समस्त कार्यक्रम सम्पन्न किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने 'जय गणेश' प्रार्थना एवं कीर्तन के साथ किया। श्री स्वामी अद्वैतानन्द जी महाराज, श्री स्वामी ब्रह्मात्मानन्द जी महाराज तथा श्री हरिहर सिंह जी ने श्री आदि शंकराचार्य जी के सम्बन्ध में एवं उनकी शिक्षाओं तथा रचनाओं के सम्बन्ध में प्रवचन देते हुए आध्यात्मिक जगत् में उनके महान् योगदान पर प्रकाश डाला।

जगद्गुरु शंकराचार्य के विग्रह पर अष्टोत्तरशत नामावली सहित पुष्पार्चना समर्पित की गयी। आरती एवं प्रसाद वितरण सहित पूर्वाह्न ११ बजे कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सायंकालीन सत्संग में श्री स्वामी राधाकृष्णानन्द जी महाराज ने अपने प्रवचन में श्री शंकराचार्य जी द्वारा रचित 'भजगोविन्दम्' के कुछ पद्यांशों की संक्षेप में व्याख्या की।

आदिगुरु शंकराचार्य की कृपा और आशीर्वाद से आप सब दिव्य चेतना की उदात्त ऊँचाइयों की ओर ऊर्ध्वगमन करें!

६४ वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का समापन समारोह

६४ वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स के समापन समारोह का कार्यक्रम एकाडेमी के लेक्चर हाल में २९ अप्रैल २०१० गुरुवार को हुआ। प्रारम्भिक प्रार्थना के उपरान्त एकाडेमी के कुलसचिव श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने इस अवसर पर पधारे सभी श्रोताओं का स्वागत किया।

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज तथा उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज की उपस्थिति उत्सव की शोभा में वृद्धि कर रही थी। एकाडेमी के उपकुलसचिव प्रोफेसर राजेन्द्र कुमार भारद्वाज जी ने पाठ्यक्रम की रिपोर्ट पढ़ी। तदुपरान्त कुछ विद्यार्थियों ने पाठ्यक्रम से सम्बन्धित अपने उद्गार अभिव्यक्त किये।

परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचन में विद्यार्थियों से कहाह्न''गुरुदेव और माँ गंगा की कृपा होने से ही यहाँ दो महीने व्यतीत करने का अवसर मिलता है। यह स्थान अत्यन्त शक्ति–सम्पन्न आध्यात्मिक तरंगों से परिपूर्ण है, क्योंकि गुरुदेव तथा अन्य बहुत से महान् सन्तों ने इसी वातावरण में रहते हुए तपस्यापूर्ण जीवन जिया है। यहाँ से आपकी वापसी कोई सामान्य व्यक्ति की वापसी नहीं है। अब आप यहाँ से गुरुदेव के प्रतिनिधि हो कर लौट रहे हैं।'' गुरुदेव के उपदेश, 'कर के सीखें, बन के सिखायें', को उद्धृत करते हुए पूज्य स्वामी जी महाराज ने कहा कि प्रातः चार बजे उठने का अभ्यास जारी रखें, क्योंकि यह अपने–आपमें शक्ति–सम्पन्न आध्यात्मिक साधना है। उन्होंने कहा कि योगासनों और प्राणायाम का नित्य दश मिनट अभ्यास ही डाक्टर को अपने से दूर रखने के लिए

पर्याप्त है। पूज्य स्वामी जी महाराज ने गुरुदेव के उपदेश 'भले बनो, भला करो' का गम्भीरतापूर्वक अनुसरण करने को कहा। उन्हें अपना जीवन धर्म (कर्तव्य-परायणता) पर आधारित रखना चाहिए, सत्य-पथ पर दृढ़ता से स्थित रहना चाहिए, सकारात्मक विचार रखने चाहिए तथा सतत प्रभु-नाम-स्मरण करते रहना चाहिए। पूज्य स्वामी जी महाराज ने बताया कि सीता और द्रौपदी की शक्ति सतत नाम-स्मरण ही थी। प्रवचन को समाप्त करते हुए पूज्य स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों को कहा कि यह सदा स्मरण रखें कि भगवान् के सुरक्षात्मक हाथ सदैव आपके साथ हैं।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने विद्यार्थियों से कहा कि ऐसे पाठ्यक्रम को कर पाना केवल भगवान् की कृपा से ही सम्भव है। 'वही' तो हैं जिन्होंने आपके मन में इस पाठ्यक्रम में सम्मिलित होने का विचार उत्पन्न किया। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि मनुष्य बुद्धि-प्रधान प्राणी है। इस सम्पूर्ण सृष्टि में भगवान् ने केवल एक मनुष्य को ही 'बुद्धि' का उपहार प्रदान किया है। इसीलिए मनुष्य हो कर जन्म लेना महानतम सौभाग्य है। ८४ लाख अन्य मानवेतर योनियों में जन्म लेने और मरने के चक्र से निकल कर ही प्राणी मानव हो कर जन्म लेता है। अतः यह मानव-शरीर अनमोल है। मनुष्य- शरीर प्राप्त करने के उपरान्त बुद्धि के सहयोग से वह अपने निम्नतर मानवेतर स्वभाव से ऊपर उठ कर परिपूर्णता को प्राप्त कर सकता है। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने पुनः कहा कि इसके लिए यह कोई आवश्यक नहीं है कि घर-द्वार छोड़ कर संन्यासी बन जाये। जो व्यक्ति जहाँ भी है, जो भी कार्य कर रहा है, उसे आध्यात्मिक बना लेना चाहिए, दिव्य बना लेना चाहिए और अपने दृष्टिकोण में परिवर्तन लाना चाहिए। उसे प्रातः उठते ही प्रभु-स्मरण करना चाहिए, भगवान् से वार्तालाप करते रहना चाहिए और अपना प्रत्येक कार्य उन्हें समर्पित करते रहना चाहिए। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि विद्यार्थी अत्यन्त शुभ समय में यहाँ कोर्स करने आये हैं, क्योंकि यह महाकुम्भ का अवसर इस बार अत्यन्त शुभ है जो कि पाँच सहस्र वर्षों के उपरान्त आया है। सभी उपस्थित श्रोताओं पर परमात्मा और गुरुदेव की अपार कृपा-वृष्टि की प्रार्थना करते हुए परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने प्रवचन समाप्त किया। माँ सरस्वती पूजा और पावन प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम सम्पूर्ण हुआ।

६५ वें बेसिक योग-वेदान्त पाठ्यक्रम का उद्घाटन कार्यक्रम

योग-वेदान्त अरण्य एकाडेमी के ६५ वें पाठ्यक्रम के उद्घाटन का कार्यक्रम ३ मई २०१० को हुआ, जिसमें १२ भिन्न-भिन्न प्रान्तों से कुल ४० विद्यार्थी भाग लेने के लिए आये हुए थे।

दुर्गा मन्दिर एवं दत्तात्रेय मन्दिर में पूजा तथा एकाडेमी के लेक्चर हाल में 'जय गणेश' प्रार्थना और गुरु-स्तोत्र पाठ के उपरान्त एकाडेमी के कुलसचिव श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने पूज्य स्वामिजियों, प्राध्यापक वर्ग, अतिथियों तथा विद्यार्थियों का स्वागत किया। दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज और दिव्य जीवन संघ में मुख्यालय के उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज की विद्यमानता कार्यक्रम की शोभा बढ़ा रही थी। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने पाठ्यकम के शुभारम्भ के प्रतीक स्वरूप दीपक प्रज्वलित किया। तदुपरान्त एकाडेमी के उपकुलसचिव प्रोफेसर राजेन्द्र कुमार भारद्वाज जी ने श्रोताओं से विद्यार्थियों को परिचित करवाया।

परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचन में विद्यार्थियों का गुरुदेव के इस स्थान पर आगमन का स्वागत करते हुए कहाह्न ''आपका इस पाठ्यक्रम में सम्मिलित होना भगवान् का कृपा-प्रसाद है। पाठ्यक्रम को करने की इच्छा उत्पन्न होना ही भगवान् की कृपा का परिणाम है। गुरुदेव ने स्पष्ट रूप से कहा है कि मानव-जीवन का लक्ष्य ईश-प्राप्ति है तथा उन्होंने आश्रम में ऐसे वातावरण की सृष्टि की है कि यहाँ प्रत्येक कार्य ईश्वर की ओर ही ले जाने वाला है। बहुत-सी बातों के विषय में आप पहले से ही जानते होंगे, किन्तु अब आप उन्हें और अधिक गहराई से तथा स्पष्ट रूप से जान जायेंगे; आपकी बहुत-सी गलत धारणाएँ यहाँ आने पर दूर होंगी तथा आप यह भी जान जायेंगे कि जो-कुछ आप जानते हैं, उसे व्यवहार में कैसे लाया जाये।'' पूज्य स्वामी जी महाराज ने बताया कि गुरुदेव की प्रथम शिक्षा हैह्नह्नप्रातः चार बजे उठें। यह बहुत ही उत्तम साधना है, जिसके द्वारा आप आध्यात्मिक साधनाओं के लिए पर्याप्त समय प्राप्त कर लेते हैं। पूज्य स्वामी जी महाराज ने शरीर-मन को स्वस्थ और अनुकूल बनाने के लिए योगासनों और प्राणायामों का महत्त्व बताया। उन्होंने विद्यार्थियों से नियमित रूप से कक्षाओं में उपस्थित रहने, साथ-साथ नोट करते जाने, समय का सदुपयोग करने तथा जितना भी हो सके, नाम-जप करते रहने के लिए कहा।

परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने अपने आशीर्वचन के प्रारम्भ में ही अत्यन्त विनम्रतापूर्वक कहा कि उन्होंने कोई विधिवत् शास्त्राध्ययन नहीं किये, उनकी एकमात्र उपलब्धि यही है कि वे दो महान् विभूतियोंह्नह्नपरम पावन गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा श्रद्धेय गुरु महाराज श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के श्रीचरणों में ५० वर्षों से अधिक दीर्घ काल तक बैठ कर सेवा का सौभाग्य प्राप्त कर सके हैं। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों से कहा कि इस संसार में प्रत्येक वस्तु-पदार्थ परिवर्तनशील एवं क्षणभंगुर हैं और इनसे प्राप्त होने वाले सुख भी क्षणिक ही हैं।

पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि मन में विचार निरन्तर उत्पन्न होते रहते हैं और यही विचार-तरंगें इच्छाओं में परिवर्तित हो जाती हैं। जब तक कोई भी इच्छा रहती है, मन को शान्ति नहीं मिल सकती। इच्छापूर्ति न होने से क्रोध तथा पूर्ण हो जाने से मोह की उत्पत्ति होती है, तब फिर इच्छित वस्तु-पदार्थ के न रहने की आशंका से भय उत्पन्न हो जाता है। पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने कहा कि वस्तु-पदार्थ नहीं कहते हैं कि हममें आसक्त रहो, यह तो हम ही हैं जो अपनी आसक्तियों के कारण उनसे चिपटते हैं।

पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने विद्यार्थियों से इच्छाओं को कम करने तथा वैराग्य की भावना को विकसित करने को कहा। उन्होंने विद्यार्थियों को यहाँ के आवास-काल का अधिकाधिक सदुपयोग करके अपने जीवन को समृद्ध करते हुए एक परिवर्तित व्यक्ति बन कर जाने को कहा। विद्यार्थियों पर गुरुदेव एवं भगवान् के पूर्ण आशीर्वाद के लिए प्रार्थना के साथ पूज्य श्री स्वामी जी महाराज ने प्रवचन समाप्त किया।

सरस्वती पूजन एवं प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

शरीर के लिए प्राण-तत्त्व जितना आवश्यक है, उतना ही आत्मा के लिए प्रार्थना भी आवश्यक है। प्रार्थना जीवात्मा का परमात्मा के साथ ऐक्य कराती है। प्रार्थना व्यक्ति के अहं को विगलित करती है। **स्वामी शिवानन्द**

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय, शिवानन्दनगर के उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज की मार्च-अप्रैल २०१० में सांस्कृतिक यात्रा का कार्यक्रम इस प्रकार रहा।

कलिंगा इन्सटिच्यूट ऑफ़ इन्डस्ट्रियल टैक्नौलोजी (KIIT) टैम्पल ट्रस्ट के हार्दिक आमन्त्रण पर १८ मार्च २०१० को स्वामी जी महाराज ने श्री वानी क्षेत्र में कलिंगा इन्सटिच्यूट ऑफ़ सोशल साइंसिज़ (KISS) भुवनेश्वर के अन्तर्गत श्री श्री जगन्नाथ मन्दिर क्षेत्र के भीतर नव-निर्मित षड मन्दिरों के प्रतिष्ठापन समारोह में भाग लिया। यह नव-निर्मित षड मन्दिर भगवान् श्री काशी विश्वनाथ, गणेश, श्री राम, लक्ष्मण और सीता, श्री राधा-कृष्ण, भगवती पंचशक्ति तथा महावीर हनुमान् को समर्पित थे। इसी कार्यक्रम के अन्तर्गत एक सार्वजनिक सम्मेलन अथवा धर्म सभा का आयोजन भी किया गया था, जिसकी अध्यक्षता स्वामी जी महाराज ने की तथा इस अवसर पर प्रवचन भी दिया। इस कार्यक्रम में पुरी के गजपति महाराजा श्री दिव्य सिंह देव, भागवत आश्रम पुरी के बाबाजी चैतन्य चरण दास महाराज, ऑनरेबल जस्टिस ए. एस. नायडू (उड़ीसा हाई कोर्ट के), श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी महाराज तथा अनेक अन्य सन्त एवं महापुरुष भी उपस्थित थे। सम्पूर्ण कार्यक्रम अत्यन्त पावन वातावरण में परिपूर्ण श्रद्धा भाव से, सहस्रों भक्तों की उपस्थिति में सम्पन्न हुआ। यह सारा समारोह अत्यन्त भव्य रूप से मनाया गया था, जिसका गहन प्रभाव उस सम्पूर्ण क्षेत्र में तथा उपस्थित लोगों के हृदयों पर पड़ा।

स्वामी जी महाराज उस शिवानन्द सैन्टेनरी बॉयज़ हाई स्कूल, खण्डगिरि, भुवनेश्वर भी गये, जिसकी प्रबन्धन समिति के वे अध्यक्ष भी हैं। भुवनेश्वर के आवास-काल में स्वामी जी महाराज ने प्रबन्धन के विविध महत्त्वपूर्ण पक्षों को देखा और साथ ही विद्यार्थियों को सम्बोधित भी कियाा। ५ अप्रैल को प्रबन्ध समिति की बैठक में भी स्वामी जी महाराज सम्मिलित हुए।

इस यात्रा के दौरान स्वामी जी महाराज सुअवसर का लाभ उठाते हुए चिदानन्द तपोवन शान्ति आश्रम, बालिगुआली भी गये। स्वामी जी महाराज इसकी प्रबन्धक समिति के उपाध्यक्ष भी हैं, अतः आश्रम के प्रबन्धन कार्यों को भी उन्होंने देखा। २४ मार्च, रामनवमी के दिन बालिगुआली गाँव की रामचरित मानस पारायण परिषद् के हार्दिक अनुरोध पर स्वामी जी महाराज बालिगुआली गाँव गये तथा वहाँ 'रामचरित मानस नवाह्न पारायण एवं जगन्नाथ-तत्त्व', जिसका परिषद् ने आयोजन किया था, का उद्घाटन किया। इस अवसर पर स्वामी जी महाराज ने प्रवचन भी दिया।

भुवनेश्वर में लिंगराज भगवान् का २३ से २८ मार्च तक रथ-यात्रा का वार्षिकोत्सव था। इस सम्बन्ध में एकाम्रा सांस्कृतिक प्रकाशनी ने सन्ध्या-समय में दैनिक सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक सार्वजनिक सम्मेलन के कार्यक्रम का आयोजन किया था। २८ मार्च, अन्तिम दिन, जो कि रथ-यात्रा की वापसी का उत्सव था, को स्वामी जी महाराज को आमन्त्रित किया गया था। स्वामी जी महाराज ने उत्सव के सत्संग सम्मेलन में भाग लेते हुए 'शिव-तत्त्व' तथा 'आधुनिक समय में आध्यात्मिक जीवन कैसे जिया जा सकता है' विषयों पर प्रवचन दिये। गजपति महाराजा श्री दिव्य सिंह देव जी भी इस कार्यक्रम में उपस्थित थे।

भारत विकास परिषद्, चन्द्रशेखरपुर शाखा, भुवनेश्वर ने स्वामी जी महाराज को ४ अप्रैल को अपने पदाधिकारियों एवं सदस्यों को सम्बोधित करने के लिए आमन्त्रित किया था। इस सम्मेलन में चन्द्रशेखरपुर शाखा

तथा भुवनेश्वर की अन्य शाखाएँ भी सम्मिलित हुई थीं। भारत विकास परिषद् के पाँच सिद्धान्त-वाक्य हैं, यथा सम्पर्क, सहयोग, संस्कार, सेवा तथा समर्पण। इसकी शाखाएँ तथा सदस्य समस्त भारत में अत्यन्त व्यापक रूप से लोकोपकारक कार्यों एवं सास्कृतिक पुनर्जागरण के कार्यों में लगे हुए हैं। उनके अनुरोध पर स्वामी जी महाराज ने प्रवचन दिया जिसमें बताया कि हमारे देशह्वह्वभारत माता की सेवा, जो कि भारत विकास परिषद् कर रही है, के कार्यों को किस प्रकार आत्म-साक्षात्कार के लिए आध्यात्मिक साधना के रूप में किया जा सकता है। श्रोताओं द्वारा पूछे गये प्रश्नों के भी स्वामी जी महाराज ने उत्तर दिये।

१३ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने स्वामी शिवानन्द मेमोरियल इन्स्टीच्यूट, ईस्ट पंजाबी बाग, न्यू देहली के न्यासी मण्डल (बोर्ड ऑफ़ ट्रस्टीज़) की सभा में भाग लिया।

अभी हाल ही में उड़ीसा निवासी श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी महाराज की महासमाधि हो गयी है। वे प्रारम्भ से ही परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के अनन्य भक्त थे। पूर्वाश्रम में वह दुर्लभ चौधरी के नाम से जाने जाते थे तथा गुरुदेव ने उन्हें स्वयं 'गुरु भक्ति रत्न' की उपाधि से विभूषित किया था। उन्होंने उड़ीसा में तथा अन्यत्र भी दिव्य जीवन संघ की अद्भुत एवं अथक सेवा की थी। वह दिव्य जीवन संघ मुख्यालय में कुछ समय के लिए योग-वेदान्त अरण्य अकादमी के कुलसचिव के पद पर भी सेवारत रहे। दिव्य जीवन संघ, उड़ीसा की 'दक्षिण क्षेत्रीय समन्वय समिति' ने स्वामी जी महाराज से हार्दिक अनुरोध किया था कि वे ब्रह्मलीन श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी महाराज के षोडशी महोत्सव में २५ अप्रैल को अवश्य सम्मिलित हों। स्वामी जी महाराज ने उड़ीसा के गंजम जिले के बम्कोई में होने वाले इस कार्यक्रम में भाग लिया। इस कार्यक्रम में उड़ीसा तथा अन्य प्रान्तों के ३० से अधिक संन्यासियों, उड़ीसा की लगभग सभी शाखाओं के भक्त जनों, स्थानीय क्षेत्र के सहस्रों की संख्या में भक्तों तथा अन्य बहुत से सुप्रसिद्ध एवं महत्त्वपूर्ण व्यक्तियों ने भाग लिया। एक सार्वजनिक सत्संग सम्मेलन आयोजित किया गया था, जिसमें सहस्रों की संख्या में सम्मिलित हुए भक्त जनों ने ब्रह्मलीन श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी महाराज को श्रद्धांजलियाँ समर्पित कीं। स्वामी जी महाराज ने इस सम्मेलन की अध्यक्षता की तथा अन्य बहुत-सी गतिविधियों में निर्देशन भी दिया। सभी उपस्थित जन-समूह को अत्यन्त सुस्वादु भोजन भी खिलाया गया। सम्पूर्ण कार्यक्रम अत्यन्त समुचित ढंग से विधिवत् सम्पन्न किया गया, जो इस तथ्य का स्पष्ट एवं सुनिश्चित प्रमाण प्रस्तुत करता था कि लोगों के हृदय में ब्रह्मलीन श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी महाराज के प्रति कितनी गहन श्रद्धा और प्रेम था।

वास्तविक आराधना

ज्ञान, सन्तोष, शान्ति, प्रसन्नता और समदृष्टि के पुष्पों से ब्रह्म या आत्मा की आराधना करें। यही वास्तविक आराधना है। गुलाब और चमेली के फूलों, अगरबत्ती और मिठाई तथा फलों के भोग से अज्ञानी ही पूजा करते हैं। ज्ञान-सन्तोष के पुष्पों से की गयी आराधना के समक्ष फूल-चन्दन से की गयी पूजा-आराधना का कोई मूल्य नहीं है।

स्वामी शिवानन्द

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज की सांस्कृतिक यात्रा

दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने न्यूज़ीलैंड, आस्ट्रेलिया और मलेशिया की ८ सप्ताह की सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक यात्रा के लिए २९ मार्च २०१० को भारत से प्रस्थान किया। आस्ट्रेलिया में थोड़ी देर सिडनी रुकने के उपरान्त स्वामी जी महाराज न्यूज़ीलैंड के ऑकलैंड में पाँच दिवस रुकने के लिए १ अप्रैल को पहुँचे, जहाँ उनका हवाई अड्डे पर श्री क्रिब्बा एवं वासी मूडले ने स्वागत किया। ये दोनों गुरुदेव के साउथ अफ्रीका के भक्त हैं जो १९९८ से न्यूज़ीलैंड में बस गये हैं। स्वामी जी महाराज के साथ सिडनी के भक्त श्री गुणवन्त वघेला जी एवं नयना जी भी थे जिन्होंने स्वामी जी महाराज की इस यात्रा के संयोजन में बहुत सहायता की थी।

शुक्रवार, २ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने क्रिब्बा एवं वासी मूडले के निवास-स्थान पर सायंकालीन साप्ताहिक सत्संग में भाग लिया तथा वहाँ 'अनेक पथह्वह्वएक सत्य' विषय पर प्रवचन दिया, जिसे श्रोताओं ने अत्यन्त भली-भाँति ग्रहण किया तथा कई रुचिकर प्रश्न भी किये। सत्संग की समाप्ति पर स्वामी जी महाराज ने प्रसाद एवं ज्ञान-प्रसाद वितरित किया तथा उनके साथ वार्तालाप के लिए कुछ समय दिया।

शनिवार, ३ अप्रैल को स्वामी जी महाराज एलिज़ाबेथ एवं स्वर्गीय श्री वासुदेव वेंकटैया जी के घर सत्संग में गये। यह दोनों ही गुरुदेव के पुराने भक्त थे। श्री वासुदेव, जिनका अभी दिसम्बर २००९ में निधन हो गया है, न्यूज़ीलैंड में आने से पहले शिवानन्द आश्रम, ऋषिकेश में ही रहते थे। स्वामी जी महाराज ने गुरुदेव के आदर्श-वाक्य 'भले बनो, भला करो' पर प्रवचन दिया, जिसके उपरान्त श्रोताओं ने कुछ प्रश्न किये और स्वामी जी महाराज ने उनका अत्यन्त सरल विधि से उत्तर दे कर गुरुदेव की शिक्षाओं को गहराई से समझाया। रविवार, ४ अप्रैल को स्वामी जी महाराज 'पापाटोटो योगा सैंटर' में सम्मिलित हुए तथा 'सुख और मन की शान्ति के लिए आध्यात्मिकता' विषय पर प्रवचन दिया।

५ अप्रैल को 'आश्रम योगा' में सत्संग में भाग लेते हुए स्वामी जी महाराज ने 'स्वास्थ्य और विश्रान्ति के लिए योग' विषय पर प्रवचन दिया। 'आश्रम योगा' ब्रह्मलीन परम पूज्य श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज, जो कि गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज से दीक्षित संन्यासी थे, के एक शिष्य श्री स्वामी शान्तिमूर्ति जी द्वारा ऑकलैंड में संचालित एक योग और ध्यान केन्द्र है। स्वामी जी महाराज का श्री स्वामी शान्तिमूर्ति जी ने स्वागत करते हुए अपने स्वागत-भाषण में संक्षेप में परम पूज्य गुरुदेव एवं श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज के सम्बन्ध में तथा आध्यात्मिक वंश-परम्परा के सम्बन्ध में परिचय दिया। क्रिब्बा मूडले के अनुरोध पर स्वामी जी महाराज श्री क्रिब्बा जी एवं वासी जी द्वारा संचालित शिक्षण-संस्थान, 'किप मैक्ग्रैथ ऐजुकेशन सैंटर' (मनुरेवा) गये; जिसमें बचपन से वृद्धावस्था तक के समस्त विद्यार्थियों को शिक्षा दी जाती है। स्वामी जी महाराज ने संस्था की सफलता तथा अध्यापकों एवं विद्यार्थियों की भलाई के लिए पूजा एवं मन्त्रोच्चारण किये।

६ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने ऑकलैंड से ऑस्ट्रेलिया के लिए प्रस्थान किया। पर्थ हवाई अड्डे पर भक्तों ने उनका भव्य स्वागत किया। पर्थ में ६ से १४ अप्रैल तक के आवास-काल में स्वामी जी महाराज ने सत्संगों में भाग लिया, भक्तों के निवास-स्थानों पर गये तथा प्रवचन दिये। श्री गुणालान जी के गृह पर, जहाँ स्वामी जी महाराज ठहरे थे, परम पूज्य श्री स्वामी शुद्धानन्द जी महाराज, श्री लक्ष्मी आनन्द माता जी, श्री शंकर मदान जी तथा 'शिवानन्द आश्रम एवं बेकॅन योगा सैंटर, लीमिंग' के कुछेक सदस्य ७ अप्रैल को स्वामी जी महाराज से मिलने के लिए आये। वहाँ संक्षिप्त सत्संग हुआ।

८ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने 'हिन्दु टैम्पल यूथ ग्रुप' को सम्बोधित करते हुए 'धन-सुख तथा आध्यात्मिकता' विषय पर प्रवचन दिये। प्रवचन का विषय स्वयं युवा-समूह ने ही चयन किया था, सभी सदस्यों ने इसे अत्यन्त भली-भाँति हृदयगंम किया। प्रवचन के उपरान्त होने वाले प्रश्नोत्तर-सत्र में आश्चर्यजनक ढंग से युवा-वर्ग ने अत्यन्त उत्साहपूर्वक प्रश्न किये तथा स्वामी जी महाराज ने आधुनिक एवं प्राचीन सद्ग्रन्थों से ज्ञानपूर्ण उद्धरण देते हुए उन सबको सन्तोषजनक उत्तर दिये। ९ अप्रैल को श्री बाला मुरुगन मन्दिर में स्वामी जी महाराज ने 'मन्दिर उपासना का महत्त्व' विषय पर तमिल भाषा में प्रवचन दिया। लगभग १५० उपस्थित श्रोता गण अपनी भाषा में प्रवचन सुन कर अत्यन्त हर्षित थे कि वह विषय को भली-भाँति ग्रहण कर पाये हैं। १० अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने श्री गुणालान के निवास-स्थान पर सत्संग में सम्मिलित होते हुए 'सुख' विषय पर प्रवचन दिया। यह सत्संग बहुत सुन्दर तथा सभी को आनन्दित करने वाला रहा। ११ अप्रैल को 'शिव परिवार, पर्थ' के सदस्यों द्वारा आयोजित सत्संग जो कि 'टैम्पल ऑफ़ फ़ाइन आर्ट्स' के हॉल में किया गया था, में स्वामी जी महाराज ने 'आध्यात्मिकता एवं ललित-कलाएँ' विषय पर प्रवचन दिया। पर्थ के 'शिव परिवार' के सदस्य परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के भक्त हैं। ब्रह्मलीन श्री स्वामी शान्तानन्द जी महाराज, जो कि स्वयं गुरुदेव से दीक्षित शिष्य थे, ने इस 'शिव परिवार' की स्थापना, गुरुदेव की शिक्षाओं के प्रचार के लिए तथा भारतीय संस्कृति एवं आध्यात्मिकता के विकसन के लिए की थी। इसी दिन सायंकाल में स्वामी जी ने एक सार्वजनिक सत्संग में 'आधुनिक मानव के लिए साधना' विषय पर प्रवचन दिया। १२ अप्रैल की सन्ध्या को उनके अनुरोध पर स्वामी जी महाराज 'शिवानन्द आश्रम' एवं 'बीकन योगा सैंटर, पर्थ' गये तथा 'गुरु-शिष्य सम्बन्ध' विषय पर प्रवचन दिया। रात्रि वहीं आश्रम में रहे तथा आगामी प्रातः 'ध्यान' विषय पर प्रवचन दिया तथा उपस्थित भक्तों को निर्देशित ध्यान भी करवाया।

१४ अप्रैल, सौर नव-वर्ष पर स्वामी जी महाराज ने गुणालान जी के निवास पर संक्षिप्त सत्संग किया तथा उसी सन्ध्या में कैनबरा के लिए प्रस्थान किया। स्वामी जी महाराज कैनबरा में एक सप्ताह रुके। 'द हिन्दु टैम्पल एण्ड कल्चरल सैंटर कैनबरा'(हिन्दु मन्दिर एवं सांस्कृतिक केन्द्र) का उद्घाटन १९९९ में परम आराध्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज ने किया था। तभी से वहाँ नियमित रूप से सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक कार्यक्रम होते रहते हैं। स्वामी जी महाराज से उन्होंने १५, १८ एवं १९ को तीन दिन सत्संग और प्रवचन के लिए प्रार्थना की। इन तीनों दिन स्वामी जी महाराज ने पूजा-आराधना के महत्त्व पर प्रवचन दिये। १६ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने 'आस्ट्रेलियन टैक्सेशन ऑफिस' में 'योग एवं मन का प्रबन्धन' विषय पर प्रवचन दिया। स्वामी जी महाराज 'आस्ट्रेलियन नैशनल यूनिवर्सिटी, कैनबरा' भी गये तथा वहाँ 'दैनिक जीवन में आध्यात्मिकता की आवश्यकता' पर प्रवचन दिया। २१ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ने सिडनी के लिए प्रस्थान किया। वहाँ दिव्य जीवन संघ, मैलबॉर्न के भक्तों के आग्रह पर स्वामी जी महाराज मैलबॉर्न गये तथा वहाँ श्री पी. बी. शाही जी तथा अन्य भक्तों द्वारा आयोजित किये गये सत्संगों में सम्मिलित हो कर ३० अप्रैल और १ मई को 'भक्तियोग' तथा 'गुरुदेव का मानव-जाति को सन्देश' विषय पर प्रवचन दिये। श्री स्वामी जी महाराज ने विक्टोरिया यूनिवर्सिटी कैम्पस मैलबॉर्न में 'वेदों की संरचना एवं उनका सार-तत्त्व' विषय पर प्रवचन दिया, जिसका 'कॉम्यूनिटी चैनल, आस्ट्रेलियन ब्रौडकास्टिंग कॉर्पोरेशन (ए. बी. सी.)' ने सीधा प्रसारण किया। प्रवचन के दौरान श्रोताओं ने दूरभाष द्वारा स्वामी जी महाराज से प्रश्न भी पूछे। कुल मिला कर कार्यक्रम प्रभावशाली रहा।

श्री स्वामी जी महाराज आस्ट्रेलिया की यात्रा के दौरान लगभग तीन सप्ताह सिडनी में रहे। दिव्य जीवन संघ,

आस्ट्रेलिया के सदस्यों के साथ स्वामी जी महाराज ने अनौपचारिक गोष्ठी की तथा उनके विविध आयोजित कार्यक्रमों के सम्बन्ध में विचार-विमर्श करते हुए उनके द्वारा श्री गुरुदेव के नाम पर किये गये अद्‌भुत कार्यक्रमों की भूरि-भूरि प्रशंसा की। साथ ही दिव्य जीवन संघ, आस्ट्रेलिया की गतिविधियों को निरन्तर विकसित करते जाने की आवश्यकता के सम्बन्ध में भी कहा। स्वामी जी महाराज ने श्री विजयरत्नम् तथा पुष्पा जी के निवास पर होने वाले सत्संग में भाग लेते हुए 'दिव्य जीवन' पर प्रवचन दिया। तदुपरान्त स्वामी जी महाराज ने न्यूज़ीलैंड, पर्थ और कैनबरा के लिए प्रस्थान किया तथा २२ अप्रैल को पुनः सिडनी लौटे। सिडनी पहुँचने पर 'हरस्टैवाइल ग्रुप' के द्वारा वरिष्ठ नागरिकों के लिए आयोजित किये गये सत्संग में स्वामी जी महाराज ने 'योग' पर प्रवचन देते हुए उपनिषदों तथा भगवद्‌गीता में से एवं अन्य सद्‌ग्रन्थों में से भी उद्धरण दिये। २३ अप्रैल को स्वामी जी महाराज ग्लैन फ़ील्ड में 'लिवरपूल भजन ग्रुप' सत्संग में गये। वहाँ अत्यन्त भावपूर्ण भजनों का श्रद्धापूर्वक गान किया गया था। स्वामी जी महाराज ने भक्तों के श्रद्धा, भक्ति एवं उत्साहपूर्ण भजन-गान की प्रशंसा करते हुए 'नाम-संकीर्तन की महिमा' पर प्रवचन दिया।

२४ अप्रैल को दिव्य जीवन संघ आस्ट्रेलिया द्वारा 'स्ट्रैथफ़ील्ड टाउन हॉल' में सन्ध्याकालीन सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया गया था। संगीत सम्मेलन युक्त यह कार्यक्रम अत्यन्त सफल रहा। स्वामी जी महाराज ने श्रोताओं को सम्बोधित करते हुए 'सांसारिक जीवन की समस्याओं को दूर करने के लिए आध्यात्मिक विकास की आवश्यकता' पर प्रवचन दिया।

२५ अप्रैल को समिति के सदस्यों ने 'बाल-शिविर' का आयोजन किया, जिसमें ८ से १६ वर्ष के बीच के बच्चों ने भाग लिया। शिविर अत्यधिक सफल रहा तथा बच्चों एवं उनके माता-पिता की ओर से समान रूप से अत्यन्त सकारात्मक एवं उत्साहवर्धक प्रतिक्रियाएँ प्राप्त हुईं। प्रायः अधिकांश बच्चों ने हर छह मास अथवा कम-से-कम हर वर्ष ऐसे शिविरों के आयोजित किये जाने की इच्छा प्रकट की। स्वामी जी महाराज को इस शिविर में भाग लेने तथा बच्चों को सम्बोधित करते हुए शिविर के विषयह्नह्न'भगवान् आपके मित्र हैं' पर कुछ कहने के लिए आमन्त्रित किया था। स्वामी जी महाराज ने शिविर के सफल आयोजन की प्रशंसा की, क्योंकि बच्चों ने सचमुच ही इसमें बहुत आनन्द प्राप्त किया था। इस कार्यक्रम में योग, भजन, रचनात्मक कार्यक्रम, ज्ञान-प्रवर्धक खेल-कूद तथा कुछेक मनोरंजनपूर्ण कार्यक्रम भी सम्मिलित किये गये थे।

स्वामी जी महाराज २५ की सन्ध्या को 'अनन्य समर्पण समूह' द्वारा भगवान् अय्यप्पा पर आयोजित किये गये एक नाटक को देखने गये। यह नाटक लगभग एक वर्ष के अध्ययन, अभ्यास और तैयारी के उपरान्त खेला गया था तथा इसे भली-भाँति ग्रहण किया गया। स्वामी जी महाराज को इस कार्यक्रम में सम्मानित किया गया तथा अय्यप्पा भगवान् के सम्बन्ध में कुछ कहने के लिए अनुरोध किया गया। स्वामी जी महाराज ने अपने प्रवचन में बताया कि भगवान् अय्यप्पा शैव एवं वैष्णव विचार-धाराओं के ऐक्य का परिपूर्ण उदाहरण हैं तथा इनकी उपासना बिना किसी भेदभाव के सभी भक्तों के लिए प्रार्थना का एक साधन उपलब्ध कराती है।

स्वामी जी महाराज २९ अप्रैल और ४ मई को मैलबॉर्न जा कर उसी दिन वापस सिडनी आ गये। ६ से ९ मई तक सन्ध्या ७.३० से ९ बजे तक स्वामी जी महाराज ने'होमबुश बॉयज़ हाई स्कूल' में नित्य सार्वजनिक सत्संग में लोगों को सम्बोधित किया। इसमें प्रवचन का विषय 'ईशावास्य उपनिषद्' रखा तथा यह एक 'कक्षीय प्रवचन' प्रकार का ज्ञान-यज्ञ समारोह था। स्वामी जी महाराज ने इसमें श्रोताओं द्वारा किये गये सभी प्रश्नों के उत्तर भी दिये। दिव्य जीवन संघ, आस्ट्रेलिया द्वारा सभी उपस्थित श्रोताओं को गुरुदेव परम पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पुस्तक 'प्रिंसिपल उपनिषद्' में से व्याख्या सहित मूलमन्त्रों के चौपन्ने

विचरित किये गये थे। भागीदारों के सुविधापूर्वक भली-भाँति पढ़े जा सकने के लिए मन्त्रों को एक विशाल स्क्रीन (पर्दे) पर दिखाया भी गया था।

स्वामी जी महाराज भक्तों के अनुरोध पर उनके निवास-स्थानों पर गये और वहाँ सत्संग भी किये। ९ मई २०१० को प्रातः कुछेक भक्तों की प्रार्थना पर उन्हें मन्त्र-दीक्षा भी दी गयी।

दिव्य जीवन संघ, आस्ट्रेलिया द्वारा 'बहाई कान्वेंशन सैंटर, येरिनबूल' के परिसर में एक आध्यात्मिक शिविर भी १४ से १६ मई तक आयोजित किया गया। इसमें २९ भक्त सम्मिलित हुए तथा सभी प्रतिभागियों ने जो विचाराभिव्यक्ति की, उससे स्पष्ट था कि शिविर अत्यन्त सफल एवं ज्ञानवर्धक रहा। इन प्रतिभागियों में दिव्य जीवन संघ, आस्ट्रेलिया के सदस्य, उनके मित्र तथा अन्य रुचि रखने वाले ऐसे व्यक्ति जो भारतीय, लेबनानी, दक्षिण अफ्रीकी एवं आस्ट्रेलियाई पृष्ठभूमि के थे, इसमें सम्मिलित हुए थे। शिविर में दिये गये प्रवचनों में स्वामी जी महाराज ने पतंजलि के योग-सूत्रों की अत्यन्त गहन व्याख्या करते हुए मानो सभी सूत्रों के अत्यन्त सुन्दर मुक्ताओं को सुदृढ़ धागे में पिरो कर गूँथ दिया हो, ऐसा प्रतीत होता था। सीमित समयावधि में स्वामी जी महाराज ने साधनापाद एवं समाधिपाद अध्यायों को पूर्ण करते हुए सभी बिन्दुओं को भी सविस्तार सम्पूर्ण कर दिया। स्वामी जी महाराज ने गुरुदेव के 'समन्वययोग' तथा 'सेवा, भक्ति, दान, ध्यान, साक्षात्कार' के सिद्धान्त की भी चर्चा की। शरणागति के सिद्धान्त को लक्ष्य की ओर तीव्रगति से अग्रसर होने के लिए प्रमुख साधन होने के बारे में भी बताया। प्रातः ६.१५ से ७.३० तक नित्य योग-कक्षाएँ भी होती थीं। योग-सत्रों को अत्यन्त भली-भाँति ग्रहण किया गया तथा इसमें भाग लेने वालों ने योगासनों द्वारा प्राप्त होने वाले ज्ञान एवं लाभ का अत्यधिक आभार प्रकट किया। कक्षाओं के उपरान्त सभी ने स्वयं को स्फूर्ति-सम्पन्न अनुभव किया। स्वामी जी महाराज ने रविवार को प्रातः ८ से ९ बजे तक निर्देशित ध्यान-सत्र संचालित किया। इन योग तथा ध्यान-कक्षाओं की प्रभावशालिता और लाभ असन्दिग्ध है, यह सभी भागीदारों की अनुभूति एवं अभिव्यक्ति से स्पष्ट परिलक्षित होता था।

स्वामी जी महाराज ने दिव्य जीवन जीने के महत्त्व पर प्रवचन देते हुए बताया कि दिव्य जीवन संघ कैसे सदैव ही गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज द्वारा प्रतिपादित 'समन्वययोग' को प्रोत्साहित करता रहा है। अपने यात्रा-काल के प्रवचनों में स्वामी जी महाराज अनेक अवसरों पर अपने सहज स्वाभाविक ढंग से उपनिषदों के महत्त्व पर गुरुदेव की, परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की तथा परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज की शिक्षाओं को उद्धृत करते हुए अत्यन्त भाव एवं अर्थपूर्ण रूप में बोले।

मलेशिया की यात्रा की पूर्व-सन्ध्या को एक अनौपचारिक सत्संग में स्वामी जी महाराज ने दिव्य जीवन संघ, आस्ट्रेलिया के सभी सदस्यों तथा विशेष रूप से श्री गुणवन्त वघेला जी और नयना जी, श्री चन्द्र गुणालान जी, श्री राधाकृष्ण शर्मा जी, श्री आकाशदीप रणदेव जी, श्री शाही जी, श्री कमला जी, श्री उदितराम जी, श्री विजयरत्नम् एवं पुष्पा जी, श्री वेद जी, श्री श्रीनिवास जी, श्री शंकर रमैया एवं जस्सी जी, श्री सुशील जी, मीनू जी, श्री आसये जी, श्री अश्मता जी, श्री सुषमा जी, श्री लक्ष्मी जी, श्री ललिता जी, श्री विजय जी का भली-भाँति सारे कार्यक्रमों का आयोजन एवं समस्त प्रबन्धन के लिए हार्दिक धन्यवाद प्रकट किया। १८ मई को स्वामी जी महाराज ने मलेशिया के लिए प्रस्थान किया।

आस्ट्रेलिया के विभिन्न नगरों में स्वामी जी महाराज की यात्रा ने परम पूज्य गुरुदेव के भक्तों के परस्पर सुसंगठित हो निकटतर होने में तथा दिव्य जीवन धारा के वर्धन में सहायता प्रदान की।

* * *

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

अन्तर्देशीय शाखाएँ

आस्का (उड़ीसा): मार्च मास में शाखा द्वारा प्रत्येक रविवार को सत्संग तथा भक्तों के गृहों में गुरुवार को चल सत्संग चलते रहे। दिव्य जीवन संघ के 'अमृत महोत्सव' के ही एक भाग के रूप में एक दिन 'साधना दिवस' मनाया गया।

टस्कर टाउन, बेंगुलूरू (कर्नाटक): फरवरी मास में शाखा द्वाराह्लप्रत्येक गुरुवार को गुरुपादुका पूजा, स्वाध्याय सहित सत्संग; ५, १९ और २६ को देवी पूजा, विष्णु सहस्रनाम एवं ललिता सहस्रनाम; प्रथम रविवार को श्री ओडुगातुर स्वामिगल मडालयम् में श्री दण्डायुधपाणि स्वामि की मूर्ति का महाभिषेकम् तथा गुरुदेव की शिक्षाओं का स्वाध्याय; २१ को ३ घण्टे का महामृत्युंजय मन्त्र का अखण्ड जप; महाशिवरात्रि को रात्रि जागरण एवं पूजा; २७ को विभिन्न स्थानों पर ज्ञान प्रसाद के रूप में गुरुदेव के साहित्य का वितरण किया गया।

बल्लारि (कर्नाटक): प्रत्येक रविवार को सत्संग; दैनिक पूजा; १६ मार्च को गुरु पादुका पूजा एवं विशेष उगादि पूजा, श्री वरसिद्धि विनायक स्वामि की मूर्ति सहित शोभा-यात्रा निकाली गयी तथा पंचांग श्रवण किया गया।

राजकोट (गुजरात): जनवरी से मार्च तक शाखा की गतिविधियाँह्लह्ल**आध्यात्मिक एवं धार्मिक गतिविधियाँ** : प्रत्येक रविवार को गुरुदेव साहित्य में से प्रार्थनाएँ और प्रवचन तथा संस्कृत स्तोत्र पाठ; नीलकण्ठ महादेव मन्दिर में प्रत्येक शनिवार को सत्संग में रामचरित्र मानस पर प्रवचन; प्रत्येक गुरुवार को शिवानन्द भवन में सत्संग, शुक्रवार को नये जगन्नाथ प्लाट में तथा महिला केन्द्र द्वारा रेलनगर में दैनिक सत्संग; महाशिवरात्रि एवं रामनवमी को विशेष आध्यात्मिक शिविर आयोजित किये गये।

सामाजिक एवं स्वास्थ्य सम्बन्धीह्लह्लडा. मेघानी द्वारा १५०० रोगियों की राजकोट एवं वांकानेर में निःशुल्क चिकित्सा; २८ जनवरी, २५ फरवरी एवं २५ मार्च को नेत्र शिविर में १२१० रोगियों की चिकित्सा तथा ७६ रोगियों की निःशुल्क शल्य-क्रिया सौराष्ट्र केन्द्रीय चिकित्सालय, वीरनगर में की गयी; ५ हृदय रोगियों को २०,००० रुपयों की, एक कैंसर रोगी को ५००० रुपयों की तथा एक गुर्दा रोगी को ३६०० रुपयों की वित्तीय सहायता की गयी। जंक्शन प्लाट में शिवानन्द भवन में दैनिक योगासन कक्षाएँ चलती रहीं।

'दिव्य जीवन संघ अमृत महोत्सव' के एक भाग के रूप में गतिविधियाँ : **चिकित्सीय एवं सामाजिक**ह्लह्लदाद्री में २१ जनवरी को विशेष नेत्र शिविर, ३० को सुलतानपुर एवं ३० मार्च को धनक में ५०० नेत्र रोगियों की चिकित्सा तथा ११५ को निःशुल्क आपरेशन के लिए वीरनगर भेजा गया, सर्वरोग निदान शिविर में राजकोट के विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा २७० रोगियों की १५ दिनों की निःशुल्क दवाई सहित चिकित्सा; मार्च से प्रत्येक मंगलवार को डा. जयसुख मक्वान द्वारा निःशुल्क दन्त चिकित्सा; २७ जनवरी से ३ फरवरी तथा १५ से २३ फरवरी तक तथा अब १ मार्च से दैनिक योगासन कक्षाएँ राजकोट में शिवानन्द उद्यान में श्री विपिन भाई वासवदा द्वारा; २००० रुपये एक रोगी को श्रवण सहायक मशीन के लिए; ८००० रुपये एक स्थानीय ट्रस्ट को चिकित्सालय में भरती रोगियों के सम्बन्धियों के लिए तैयार-भोजन-वितरण के लिए हर माह की १३ तारीख को; 'मदरटेरेसा असहायों के लिए होम' को ३० किलो तेल तथा ३० किलो राशन, मकर संक्रान्ति को पिछड़े वर्ग के बालकों को २५०० रुपये मूल्य का गुड़ वितरण; शिवरात्रि एवं रामनवमी को श्रमिक स्त्रियों को ४ हाथगाड़ियाँ तथा एक एम. बी. ए. के निर्धन विद्यार्थी को शुल्क के लिए १०,००० रुपये दिये गये।

बरगढ़ (उड़ीसा): शाखा द्वारा नित्य दो बार पूजा, योग एवं ध्यान, होमियोपैथी डिस्पैंसरी द्वारा सेवा, शनिवार को सायंकालीन सत्संग, गुरुवार को पादुका पूजा, रविवार को गीता पाठ तथा प्रवचन; १२ फरवरी को साधना दिवस एवं महाशिवरात्रि पूजन, २४ मार्च को सत्संग जिसमें श्री दीप्ति कुमार सिंह द्वारा रामायण एवं भागवत पर प्रवचन दिया गया जिसमें भारी संख्या में श्रोता उपस्थित थे।

सुनाबेडा (उड़ीसा): प्रत्येक गुरुवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग जिसमें स्वाध्याय, भजन-कीर्तन इत्यादि; प्रत्येक बुधवार एवं शनिवार को मातृ सत्संग; १२ फरवरी शिवरात्रि को विशेष सत्संग, हवन एवं महापूजा; २८ फरवरी दोलो पूर्णिमा को २४ घण्टे अखण्ड महामन्त्र कीर्तन एवं नाम जप; २४ मार्च राम नवमी से पूर्व राम चरित मानस का मास-पारायण तथा २४ को कथा की पूर्णाहुति, विशेष सत्संग तथा महापूजा की गयी।

अम्बाला (हरियाणा) : मार्च में दैनिक सायंकालीन सत्संग, रविवार साप्ताहिक सत्संग में सामूहिक महामृत्युंजय मन्त्र जप, द्वितीय रविवार को वीडियो शो, सोमवार को 'ॐ नमः शिवाय' का सामूहिक जप, बुधवार को 'ॐ नमो नारायणाय' मन्त्र का जप, मंगलवार और शनिवार को हनुमान चालीसा; गुरुवार को गुरु पूजा एवं प्रार्थना-स्तोत्र, शुक्रवार को माँ दुर्गा पूजा तथा २५ को ११ वाँ स्थापना दिवस मनाया गया। निःशुल्क जल सेवा एवं होमियोपैथी सेवा चलती रही।

बड़कुँआल (उड़ीसा): दिन में दो बार नित्य पूजा में प्रातः गीता का एक अध्याय तथा सायं विष्णु सहस्रनाम पाठ; गुरुवार एवं ८ ता. को विशेष सत्संग और पादुका पूजा; भक्तों के गृहों में ५ चल-सत्संग; १२ फरवरी महाशिवरात्रि को शाखा द्वारा विशेष सत्संग तथा ६ घण्टे का अखण्ड कीर्तन; श्री राम नवमी को गुरु पाद पूजा तथा श्री राम अष्टोत्तर शत नामावली अर्चना; कीर्तन एवं विशेष सत्संग किया गया।

माधवपट्टनम् (आन्ध्र प्रदेश): फरवरी में शाखा द्वारा भार्गव जी के निर्देशन में तीन विभिन्न स्थानों पर नियमित गतिविधियाँ चलती रहीं। ७ को श्री स्वामी नारायणानन्द गिरि जी तथा श्री स्वामी अभेदानन्द गिरि जी के साथ सत्संग; १७ को श्री स्वामी तत्त्वविदानन्द जी महाराज तथा श्री स्वामी कृष्णानन्द जी, जिन्होंने 'कर्मयोग' पर प्रवचन दिया, के साथ सत्संग; ७ और २१ को मेडिकल कैम्प में रोगियों की जाँच एवं दवाई वितरण की गयी।

फुलबानी (उड़ीसा): फरवरी में दिन में दो बार पूजा, रविवार को साप्ताहिक सत्संग एवं ८ और २४ को पादुका पूजा की गयी।

भीमकांड (उड़ीसा): दैनिक प्रातःकालीन पादुका पूजा; प्रत्येक रविवार सायं ४ बजे से ६ बजे तक साप्ताहिक सत्संग; २८ फरवरी से ६ मार्च तक विशेष भागवत सप्ताह जिसमें श्री मानस गणेश श्री वीरेन्द्र सत्पथी द्वारा प्रवचन तथा ७ मार्च को अष्टप्रहरी नाम संकीर्तन किया गया।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): ७ मार्च को श्री के. सी. सचदेवा के निवास स्थान पर तथा १४ मार्च को 'वृद्धाश्रम' में सत्संग किया गया।

वाषरमैनपेट, चेन्नै (तमिल नाडु): शाखा द्वारा २ अप्रैल को नल्लतम्बि सेतुरामन् कल्याण मण्डपम् में प्रातः ६.३० से सायं ६ तक श्री राम नवमी कार्यक्रम में श्री गुरु पादुका पूजा, श्री राम अष्टोत्तर शत नामावली, सीता और हनुमान नामावली, सामूहिक हनुमान चालीसा का १०८ बार पाठ किया गया।

खातिगुडा (उड़ीसा): दो बार दैनिक पूजा; गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग; ७ मार्च साधना दिवस को १२ घण्टे अखण्ड महामन्त्र जप एवं नारायण सेवा; ११ और २६ एकादशी को विष्णु सहस्रनाम पारायण एवं विशेष सत्संग, १४ को भक्तों के गृह पर चल सत्संग तथा २४ को श्री राम नवमी को श्री गुरु पादुका पूजा की गयी।

रायपुर (छत्तीसगढ़): प्रत्येक रविवार को सायं ४ से ६ साप्ताहिक सत्संग, एकादशी को श्री विष्णु सहस्रनाम पारायण एवं विशेष पूजा, श्री राम नवमी को विशेष पूजा एवं अखण्ड महामन्त्र कीर्तन २४ घण्टे का; २५ को श्रीरामपट्टाभिषेकम् तथा ३० को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

जयपुर (उड़ीसा): रविवार और गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग, २ बार दैनिक पूजा, १२ को महाशिवरात्रि उत्सव में 'ॐ नमः शिवाय' का २४ घण्टे अखण्ड कीर्तन एवं महापूजा रात्रि ९ से प्रातः ३ बजे तक जिसमें भक्त तथा महाविद्यालय के छात्र सम्मिलित हुए।

सालेपुर (उड़ीसा): दैनिक पूजा; सायंकालीन सत्संग तथा सप्ताह के दिनों के अनुसार विशिष्ट मन्त्र जप एवं पूजा के साथ-साथ; रविवार ७ मार्च को सम्पूर्ण गीता का पाठ, १४ को योगासन-प्राणायाम, २१ को साधना दिवस, २८ को अखण्ड जप, द्वितीय शनिवार को सुन्दरकाण्ड पाठ, ८ ता. को गुरु पादुका पूजा, २४ को

श्री राम नवमी, ३० को हनुमान जयन्ती मनायी गयी। शिवानन्द धर्मार्थ चिकित्सालय में २०७ रोगियों की चिकित्सा की गयी।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): ब्राह्ममुहूर्त एवं सायंकालीन सत्संग; साप्ताहिक चल सत्संग प्रत्येक गुरुवार को; मातृ सत्संग शनिवार तथा एकादशियों को; ३ मार्च को छह घण्टे का अखण्ड महामन्त्र संकीर्तन, १६ से २४ मार्च तक सायं ७ बजे से ८.३० तक विशेष सत्संग, शिवानन्द भजन मन्दिर में चैत्र नवरात्रि में; ३० मार्च को हनुमान जयन्ती उत्सव प्रातः ६ बजे से सन्ध्या ६ बजे तक मनाया गया।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): प्रत्येक रविवार को ध्यानयोग, स्वाध्याय, प्रार्थना और संकीर्तन सहित सत्संग; एकादशी को बालकेश्वर मन्दिर में माताओं द्वारा सत्संग; एक निर्धन महिला को २०० रुपये मासिक की वित्तीय सहायता तथा रोगियों को निःशुल्क होमियोपैथी चिकित्सा उपलब्ध करायी गयी।

भिलाईनगर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा ७ मार्च को श्री आर. पी. मिश्रा जी के निवास स्थल पर विशेष सत्संग; मासिक सत्संग नेताजी ट्रांसपोर्ट बिल्डिंग पर जिसमें पादुका पूजा, भजन-कीर्तन किया गया; प्रत्येक मंगलवार, शुक्रवार और एकादशी दिनों पर मातृ सत्संग में मन्त्र जप, कीर्तन एवं पूजा की गयी।

राउरकेला (उड़ीसा): प्रतिदिन प्रातःकालीन ध्यान एवं योग-प्राणायाम कक्षाओं के साथ-साथ शाखा द्वारा भक्तों के गृहों पर प्रत्येक रविवार को सन्ध्या ६ से ८ तक सत्संग; आश्रम में प्रत्येक गुरुवार को सत्संग में पादुका पूजा; प्रत्येक ८ और २४ को भी विशेष पादुका पूजा; नववर्ष के उपलक्ष्य में सामूहिक प्रार्थना तथा पूजा विश्व-शान्ति के लिए; शाखा के वार्षिकोत्सव को सरस्वती पूजा; वसन्त पंचमी को विशेष पूजा; लातिकता में १० जनवरी को राधाकृष्ण दृष्टिहीन विद्यालय के विद्यार्थियों के साथ आध्यात्मिक शिविर; १२ फरवरी शिवरात्रि को रात्रि और दिवस में भी कार्यक्रम; श्री पी. के. पंडा द्वारा आध्यात्मिक प्रवचन १४ फरवरी को; तथा शिवानन्द धर्मार्थ होमियोपैथी डिस्पैंसरी द्वारा प्रत्येक रविवार को निःशुल्क चिकित्सा की गयी।

खजूरिया (उड़ीसा): शाखा द्वारा जनवरी में प्रत्येक गुरुवार को 'श्री गोपाल कृष्ण सेवाश्रम' के प्रार्थना भवन में सत्संग; गुरुवार और रविवार को गुरु पादुका पूजा; ८ और २४ को भी पादुका पूजा प्रातः ७ से ९ बजे तक; शाखा का ३६ वाँ तथा श्री श्री गोपाल कृष्ण सेवाश्रम का २९ वाँ वार्षिकोत्सव दिवस २४ जनवरी को सेवाश्रम के अनाथ-असहाय बालकों के लिए प्रातः ५ से अपराह्न २ बजे तक मनाये गये जिसमें कार्यक्रम रहेह्लह्लप्रातःकालीन ध्यान, प्रार्थना, जप, गुरु पादुका पूजा, योगासन (प्रदर्शन सहित), कीर्तन, प्रवचन तथा बच्चों को पारितोषिक वितरण; श्री स्वामी शिवानन्द गुरुसेवानन्द जी महाराज, श्री स्वामी रामकृपानन्द जी तथा श्री स्वामी अर्पणानन्द जी ने अपने उद्बोधनों द्वारा श्रोताओं को आशीर्वाद दिये। ३१ जनवरी को डाक्टरों द्वारा एक निःशुल्क सामूहिक शिविर मधुमेह रोग की जाँच का तथा नेत्र शिविर आयोजित किया गया जिसमें डा. बी. नागेश्वर राव के निर्देशन में ७० रोगियों की चिकित्सा की गयी तथा उनमें से ३५ रोगियों की एम. के. सी. जी. मेडिकल कॉलेज, ब्रह्मपुर में ७ फरवरी को निःशुल्क मोतियाबिन्द की शल्य-क्रिया की गयी।

अन्तर्देशीय शाखा

हांगकांग (चीन): जनवरी, फरवरी मास में शाखा द्वारा द्वितीय शनिवार के अतिरिक्त अन्य सभी शनिवारों को महामन्त्र का सामूहिक जप किया गया; कुल ४४१ नये विद्यार्थियों की ३२ नयी योगासन कक्षाएँ, मासिक सत्संग द्वितीय शनिवार को जिसमें महामृत्युंजय का सामूहिक जप का तथा गुरुदेव की 'वॉइस ऑफ़ हिमालयाज़' द्वारा प्रवचन; विशेष गतिविधियाँह्लह्लसात स्वयंसेवकों द्वारा बची हुई ऊन से कम्बल और टोपियाँ बाँटने के लिए बनायी गयीं, शाखा के सदस्यों द्वारा 'और ऑरबिस फ़्लाइंग आई हॉस्पिटल' के लिए चन्दा एकत्रित करने में सहायता, 'डाक्टरज़ विदाउट बॉरडरज़' तथा मैडिसन्ज़ सैन्स फरंटियरस' के लिए भी दान-राशि संग्रहित की गयी जिसके द्वारा 'हेती भूकम्प पीड़ितों' की सहायता की गयी। हांगकांग फैमिली वेलफेयर सोसायटी के योग प्रशिक्षक दिये गये वृद्धों को योगासन करवाने के लिए।

INFORMATION ABOUT BOOKS

NOW AVAILABLE		UNDER PRINT	
1. Bliss Divine	275/-	1. Sadhana	Swami Sivananda
2. Hatha Yoga	75/-	2. Karma and Diseases	Swami Sivananda
3. Interior Pilgrimage	75/-	3. Sivananda Chitrakatha	----------
4. Japa Yoga	75/-	4. ध्यानयोग	स्वामी शिवानन्द
5. Raja Yoga	100/-	5. Conquest of Mind	Swami Sivananda
6. The Bhagavad Gita (Hard Bound	290/-	6. Pocket Prayer	Swami Sivananda
7. Yoga-Vedanta Dictionary	70/-	7. Nector Drops	Swami Sivananda
8. सन्त–चरित्र	170/-	8. Satsanga and Svadhyaya	Swami Sivananda

Released on the Auspicious Buddha Purnima

Early Morning Meditation talks

By

H.H. Sri Swami Chidanandaji Maharaj

ZDC-166 The Element–Earth (body is the place for Sadhana)
Go beyond the pairs of Opposites

ZDC-167 The Element–Fire
The Element–Water (Moderation is the Key of Success)

ZDC-168 The Element–Air
The Element–Space (air, space, and beyond)

ZDC-169 The Spiritual Path
Keep constantly communion with God

ZDC-170 'Company of Holy People', 'Life as Yoga', 'Real and Unreal'

NEW DVDs RELEASED ON THE OCCASION OF THE BIRTHDAY OF SRI SWAMI KRISHNANANDAJI MAHARAJ

"TALKS BY H.H. SRI SWAMI KRISHNANANDAJI MAHARAJ"

ZDK-021 Sri Gauranga Mahaprabhu Jayanti
Love of God
Overcoming Space and Time

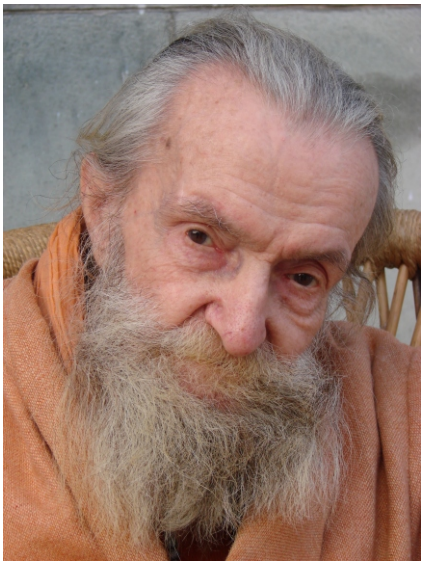
ZDK-022 Meditation is Complete Thinking: An Analysis of the Relationship Between the Dreaming Individual and Waking Individual

ZDK-023 The Samvarga Vidya of Sage Raikva: The All Absorbent Meditation
Bhrigu and Varuna: Know Brahman Through Tapas

ZDK-024 Total Thinking: Think as Nature Thinks
Birth of an Individual: An Infinitude of Potentiality

ZDK-025 Heavenly Achievements Have no Eternal Value
An Introduction to Philosophical Thinking

पावन-स्मृति में



परम पूज्य श्री श्री आनन्दमयी माँ के एक विशिष्ट शिष्य, परम पूज्य श्री स्वामी विज्ञानानन्द जी महाराज, जिन्होंने अपने जीवन-काल में घोर तपस्या की थी तथा जिन्होंने स्वयं माँ से प्रत्यक्ष संन्यास-दीक्षा प्राप्त की थी, की कुम्भ मेले के पावन समय में ५ अप्रैल २०१० को कनखल में माँ के आश्रम में ९६ वर्ष की परिपक्वावस्था में महासमाधि हो गयी। इससे एक दिन पहले स्वामी जी ने सन्ध्या के समय माँ के पावन समाधि मन्दिर के बाह्य प्रांगण में भक्तों को प्रथानुसार दर्शन दिये थे। ५ को स्वामी जी ने कुछ दुर्बलता का अनुभव करते हुए अपने कक्ष में ही विश्राम किया। सन्ध्या के ५ बजे के लगभग वे उठ कर ध्यान-मुद्रा में बैठ गये और अत्यन्त शान्त स्वर में कहाह्न ''अब मैं जा रहा हूँ।'' सम्पूर्ण कक्ष एक विशेष पावनता और शान्ति से भर गया।

स्वामी जी एक फ्रांसीसी डाक्टर थे और वह ३६ वर्ष की आयु में आनन्दमयी माँ को वाराणसी आश्रम में मिले थे। फिर वे कभी वापस फ्रांस नहीं गये। उन्होंने बताया थाह्न ''मुझे लगता था कि मेरे भीतर कुछ पुनर्जागृत होना चाहिए, वह 'कुछ' क्या है, मैं नहीं जानता था। अतः कोई ऐसा विद्वान् व्यक्ति, जो इस 'कुछ' को जागृत कर सके, की खोज में मैं भारत गया। बौद्ध देश लंका में से होते हुए भारत के पूर्वी तट के साथ-साथ मैं वाराणसी पहुँचा। थका-माँदा और निराश मन में यह सोचते हुए कि मेरी यात्रा व्यर्थ ही रही, मैंने वापस फ्रांस लौटने का निश्चय कर लिया। कोलम्बो से दो सप्ताह बाद रवाना होने वाले 'मार्सेलेज़' में मेरी सीट पहले से ही आरक्षित थी। किसी ने मुझे आनन्दमयी माँ के दर्शन करने की राय दी। मुझे कुछ उत्साह नहीं हुआ। मेरे मन में श्वेत लम्बी दाढ़ी वाले गुरु को पाने की इच्छा थी। न जाने फिर भी कैसे, मैं चला गया। जिस क्षण मैंने उन्हें देखा, एक विचित्र भावना मन में उत्पन्न हुई। जब मैं वापस होटल के कक्ष में पहुँचा, तो मेरे हृदय में ऐसी अतिमानवीय और अलौकिक प्रसन्नता की अनुभूति हुई जो पहले कभी अनुभव में नहीं आयी थी। मैंने सोचा कि जिसकी खोज में मैं यहाँ आया था, निश्चित रूप से वह गुरु वही हैं। उन २० मिनटों में उन्होंने मुझमें कुछ ऐसा अनुप्राणित कर दिया जो अभी तक भी विद्यमान है। मेरी विचित्र दशा थीह्नमेरा हृदय उल्लास एवं आनन्दातिरेक से फूला नहीं समा रहा थाह्नएक ऐसी अवस्था थी जो उस व्यक्ति की होती है जिसे अपने हृदय के अन्तरतम में सदा से सँजोयी इच्छा की पूर्ति हो जाने पर होती है। उनकी छवि मेरी आँखों से परे नहीं हो रही थी, यहाँ तक कि रात को भी, और उनके विचार मात्र से आँखों से अश्रु प्रवाहित होने लगते थे। अगले ही दिन मैं आश्रम पहुँचा और माँ से पूछाह्न ''माँ, क्या मैं आपके आश्रम में रह सकता हूँ?'' उन्होंने कहाह्न ''हाँ।'' और मैं वहाँ चला आया। स्वामी जी श्री श्री आनन्दमयी माँ के आश्रम से ६० वर्षों की दीर्घ अवधि पर्यन्त जुड़े रहे थे।

''माँ जैसे व्यक्तित्व का प्राप्त होना एक चमत्कार, एक अकल्पनीय निधि प्राप्त हो जाने के समान है जिसे आप किसी मूल्य पर भी खोना नहीं चाहते। मेरे साथ यही हुआ था। मुझे एक ऐसी परिपूर्ण और महान् विभूति की उपलब्धि हो गयी थी जिसके लिए सब-कुछ छोड़ा जा सकता था। उन्होंने मेरी सहायता की, मुझे निर्देशित किया; माँ के बिना मैं आज क्या होता?

मेरे अनुराग की सम्पूर्ण सम्भावनाह्लह्लअर्थात् व्यक्ति संसार में जितना भी किसी को प्रेम और श्रद्धा कर सकता है, वह सब मानो किसी विचित्र कीमियागिरी से माँ की ओर स्थानान्तरित कर दी गयी हो! और इसके साथ ही यह प्रेम इतना पावन, इतना उदात्त हो गया है कि यह परमात्मा की ओर से आने वाली उस पुकार को, जो मैं हमेशा अनुभव किया करता था, अत्यधिक गहन करता हुआ उसी में समा गया। समस्त लौकिक आसक्तियाँ समाप्त हो गयीं तथा आध्यात्मिक ऊर्ध्वारोहण अधिक सरल बन गया, क्योंकि माँ ने मुझे प्रेम के पंख पहना दिये थे। जो समय मैंने माँ के सान्निध्य में व्यतीत किया, उससे मेरा यह विचार दृढ़तम हो गया कि भगवान् स्वयं नारी का शरीर धारण कर माँ के रूप में अवतरित हुए हैं। हमारा यह दृढ़ विश्वास है कि आनन्दमयी माँ का, भक्तों की सतत प्रार्थना के परिणामस्वरूप किसी कार्य-विशेष की पूर्ति के लिए दिव्य अवतरण हुआ है। माँ कहा करती थीं, 'इस (माँ के) शरीर से मोह हो जाने पर अन्य सभी मोह नष्ट हो जायेंगे।' और यह भी कहती थीं, 'निज आत्मस्वरूप को जान लेना परमात्मा को ही जान लेना है और परमात्मा को जान लेना 'स्वयं' को जान लेना ही है।' यही श्री श्री आनन्दमयी माँ का सन्देश है।'' स्वामी विज्ञानानन्द जी ने आनन्दमयी माँ की शिक्षाओं को और उनकी विद्यमानता को अपने जीवन द्वारा असंख्य भक्तों के लिए जीवन्त सत्य बनाये रखा।

एक बार माँ ने स्वामी विज्ञानानन्द जी से पूछा था कि अपने शरीरान्त के बाद वह अपने इस शरीर के सम्बन्ध में क्या इच्छा रखते हैं। उन्होंने उत्तर दियाह्लह्ल''आप इसे कहीं भी फेंक दीजिए, मैं इसके बारे में कुछ नहीं सोचता।'' माँ तुरन्त उठ कर खड़ी हो गयीं और उपस्थित भक्तों से बोलींह्लह्ल''यह क्या इस तरह फेंक देने के लिए है! स्वामी विज्ञानानन्द अपने गत जन्म में ऋषि थे। इन्होंने गहन तप के द्वारा इस देह को इतना पवित्र बना लिया है कि इसकी जल-समाधि या अग्नि-संस्कार नहीं किया जा सकता। इसको तो भू-समाधि मिलनी चाहिए।'' कनखल में भू-समाधि की प्रथा न होने के कारण यह निश्चित किया गया कि माँ की इच्छा का सर्वश्रेष्ठ सम्मान यह होगा कि स्वामी जी की देह को सुरक्षित रखने के लिए स्वदेश, अर्थात् फ्रांस भेज दिया जाये। परिणामस्वरूप परम पावन स्वामी विज्ञानानन्द जी महाराज के पार्थिव शरीर को भू-समाधि पेरिस के प्रसिद्ध पीरे-लैकेज़, समाधि-क्षेत्र में २६ अप्रैल २०१० को सम्मानपूर्वक दे दी गयी।

दिव्य जीवन संघ के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज को श्री स्वामी मुक्तानन्द जी महाराज ने यह निम्न रिपोर्ट भेजी है :

''पूज्य एवं श्रद्धेय स्वामी जी महाराज,

श्री स्वामी विज्ञानानन्द जी महाराज के अन्तिम संस्कार में मैं सम्मिलित हुआ था। आप जानते ही हैं कि वह श्री श्री आनन्दमयी माँ के विशिष्ट शिष्य और स्वयं माँ से संन्यास-दीक्षित थे तथा उन्होंने अपने जीवन-काल में गहन तप किया था। माँ की इच्छा उन्हें भू-समाधि देने की थी; अतः सोमवार, २६ अप्रैल प्रातः ११ बजे पेरिस के पीरे-लैकेज़ के सुप्रसिद्ध समाधि-क्षेत्र में भू-समाधि दी गयी। उनकी अन्तिम यात्रा में दिव्य जीवन संघ के प्रतिनिधि के रूप में सम्मिलित हो कर सारे कार्यक्रम में भाग लेने का सौभाग्य मुझे प्राप्त हुआ, यह प्रभु-कृपा है। माँ के आश्रम के श्री पुष्पराज जी द्वारा अत्यन्त सुन्दर पूजा सम्पन्न की गयी। संक्षिप्त शोभा-यात्रा निकाली गयी। अत्यन्त सुन्दर खिली हुई धूप का वह दिन था। बादलों के मध्य सूर्य बन कर मानो स्वयं माँ ही विद्यमान थीं। भारत से स्वामी जी की पार्थिव देह की विदाई से पूर्व माँ की पूर्वाश्रम भतीजी, स्वामी चन्दादी माता जी ने मुख्य पूजा की और कहा कि फ्रांस में स्वामी जी के शरीर के साथ माँ का भी फ्रांस में आगमन हो रहा है। मुझे भी यह लगता है कि इस समाधि-क्षेत्र में स्वामी जी के शरीर की उपस्थिति इस देश के लिए तथा समस्त भक्तों एवं दर्शनार्थियों के लिए आशीर्वाद सिद्ध होगी।''

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

सूचना

श्री कृष्ण जन्माष्टमी

श्री कृष्ण जन्माष्टमी उत्सव अर्थात् भगवान् श्री कृष्ण का प्राकट्य-दिवस शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर में **१ सितम्बर २०१०** को मनाया जायेगा। इस अवसर पर श्री विश्वनाथ मन्दिर में लक्षार्चना-महाभिषेक तथा हवन, द्वादशाक्षर-मन्त्र **(ॐ नमो भगवते वासुदेवाय)** का अखण्ड कीर्तन, सन्दर्भ ग्रन्थों का पाठ, श्रीमद्भागवत-पारायण तथा अन्त में अर्धरात्रि को आरती आदि के साथ विशाल पूजा होगी। इस पूजा में सम्मिलित होने के लिए सभी भक्तों का स्वागत है। उन्हें अपने आने की पूर्व-सूचना **'महासचिव, दिव्य जीवन संघ, पो. शिवानन्दनगर २४९ १९२, जिला टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड'** को दे देनी चाहिए। जो स्वयं सम्मिलित न हो सकें, वे यदि **'व्यवस्थापक, श्री विश्वनाथ मन्दिर, पो. शिवानन्दनगर २४९ १९२, जिला टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड'** को पत्र द्वारा अपनी इच्छा सूचित कर देंगे, तो उनके नाम से भी पूजा की जायेगी। **द डिवाइन लाइफ सोसायटी**

आराधना के अवसर पर विशेष छूट

१ जुलाई २०१० से ३० सितम्बर २०१० 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%

पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी और पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी की निम्नांकित चित्रात्मक पुस्तकों पर ४०% विशेष छूट दी जायेगी।

(चित्रात्मक पुस्तकों पर यह छूट ३० सितम्बर या जब तक पुस्तकें उपलब्ध हैं, तब तक दी जायेगी।)

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

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 पब्लिकेशन लीग
पोस्ट : शिवानन्दनगरब्ब२४९ १९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखंड, भारत
फोन : ०१३५-२४३४७८०, २४३००४०; E-mail: bookstore@sivanandaonline.org