उपनिषद्

ॐ उशन् ह वै वाजश्रवसः सर्ववेदसं ददौ।
तस्य ह नचिकेता नाम पुत्र आस।।
(कठोपनिषद् : १/१/१)

एक बार स्वर्गीय भोगों की कामना से वाजश्रवस् (उद्दालक) ने (विश्वजित) यज्ञ में अपनी समस्त सम्पत्ति दान में दे दी। वाजश्रवस् का एक पुत्र था। उसका नाम था नचिकेता।

ॐ

साधना का तात्पर्य ईश्वर को जानना मात्र नहीं है, अपितु स्वयं को ईश्वर बना लेना है।ह्वह्वस्वामी शिवानन्द

ब्रह्मचर्य-साधना :

कामुक दृष्टि को बन्द करें २

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

अशुद्ध विचारों का प्रतिकार कैसे करें

नियमित जप तथा ध्यान से आपमें शुद्धता का विकास होने पर स्त्रियों को देखने से उठने वाले कुविचार शनैः-शनैः लुप्त हो जायेंगे। पुराने बुरे संस्कारों को नष्ट करने तथा मानसिक उद्योगशाला के पुनःकल्पन में समय लगता है। मन में बार-बार प्रतिकारक शुद्ध विचार लायें। भगवान् की मूर्ति का सम्पोषण करें। यौन-विचार की उपेक्षा करके स्त्रियों में आत्मा का अनुभव करने का पुनः-पुनः प्रयास कर तथा शरीर जिन अवयवों से संघटित है, उनका विश्लेषण करके अपने मन में जुगुप्सा उत्पन्न करें।

जब-जब मन मनोहर स्त्री की ओर कामुक विचार से भागे उस समय मन में अस्थि, मांस, मल, मूत्र तथा स्वेदद्वद्वजिनसे स्त्री की रचना हुई हैद्वद्वका निश्चित सुस्पष्ट चित्र रखें। इससे मन में जुगुप्सा तथा वैराग्य उत्पन्न होंगे। फिर आप कभी स्त्री पर व्यभिचारी दृष्टि से देखने का पाप नहीं करेंगे। निःसन्देह, इसमें कुछ समय लगता है। महिलाएँ भी पूर्वोक्त विधि का अभ्यास कर सकती हैं तथा ठीक उसी प्रकार से पुरुषों का चित्र अपने मन में रख सकती हैं।

आपको यौन-भाव से मुक्त होने के लिए अपने मन में जुगुप्सा का ही नहीं, अपितु भय का भी विकास करना चाहिए। क्या जब आपके सम्मुख कोई नाग आ जाता है, तब क्या आप अत्यधिक भयभीत नहीं हो उठते हैं? आपके मन की यही स्थिति उसमें कामुक विचारों के प्रवेश करने पर होनी चाहिए। तभी यौवनाकर्षण शनैः-शनैः समाप्त होगा।

यदि मन कामुक भाव से स्त्री की ओर भागता है, तो आत्म-दण्ड दीजिए। रात्रि को भोजन त्याग दीजिए। बीस माला अधिक जप कीजिए। सदा कौपीन अथवा लंगोटी पहनिए।

स्त्री की ओर कुदृष्टि से न देखें। यदि वह वृद्धा है तो अपनी माता, यदि किशोरी है तो अपनी बहन और यदि अल्पवयस्क है तो अपनी बच्ची मानें। सभी स्त्रियाँ आपकी माताएँ तथा बहनें हैं, इस भाव को विकसित करने में आप शताधिक बार असफल हो सकते हैं। कोई बात नहीं। अपने अभ्यास में दृढ़ निश्चय से लगे रहें। अन्ततः आप अवश्यमेव सफल होंगे।

सड़क पर चलते समय बन्दर की भाँति इधर-उधर न देखें। अपने दाहिने पैर के अँगूठे को देखें तथा मन्द गति से गम्भीर मुद्रा से चलें अथवा भूमि को देख कर चलें। यह ब्रह्मचर्य के पालन में बहुत सहायक है। आप नासाग्र-दृष्टि रख कर भी चल सकते हैं।

हे अमरत्व की सन्तान! आप कामुक नेत्रों से चिरकाल तक भ्रमण कर चुके हैं। विवेक-रूपी अंजन तथा विचार-रूपी रंग लगाइए। आपको नवीन उदार दृष्टि प्राप्त होगी। समग्र विश्व आपको आनन्द का घनीभूत पुंज प्रतीत होगा। आपको कहीं अशुभ दिखायी नहीं पड़ेगा, असुन्दरता दिखायी नहीं पड़ेगी।

तथापि इस तथ्य को अस्वीकार नहीं किया जा सकता है कि काम एक दुर्जेय प्रभावशाली शक्ति है। किसी ने राजा युधिष्ठिर से प्रश्न कियाह्वह्व''युधिष्ठिर! क्या जब आप अपनी माता कुन्ती को देखते हैं, तो उस समय आपकी दृष्टि सर्वथा शुद्ध होती है?'' युधिष्ठिर ने उत्तर दियाह्वह्व''मैं कह नहीं सकता कि मेरी दृष्टि सम्पूर्णतः विशुद्ध है।'' काम की ऐसी शक्ति है।

आप बाह्यतः कह सकते हैंह्वह्व''मैं उन्हें अपनी माता मानता हूँ। मैं उन्हें अपनी बहन समझता हूँ।'' यद्यपि आप धर्म-भय अथवा लोक-लज्जा के कारण बाह्यतः कुछ न करें; किन्तु आप मन से वह नहीं रहे जो आपको होना चाहिए। मन गलत दिशा में भागेगा। वह मौन रूप से तबाही कर रहा होगा। आपके मन में नाना प्रकार के बुरे विचार तथा कामनाएँ उठेंगी। कामना अथवा विचार कर्म से अधिक हैं। यदि आपकी चुपचाप परीक्षा ली गयी, तो आप निराशाजनक रूप से असफल रहेंगे। आप शारीरिक नियन्त्रण भी नहीं रख पायेंगे।

तथापि, ऐसा कुछ भी नहीं है जिसे साधक अपना मन लगाने पर प्राप्त न कर सके। कठिनाई जितनी अधिक होगी, सफलता का गौरव भी उतना ही अधिक होगा। प्रयास करें, प्रयास करें, पुनः प्रयास करें। कुछ समय तक स्त्रियों की ओर न देखने के लिए अपने को प्रशिक्षित करें। यदि ऐसा कर सकने में आप असमर्थ हों तथा अपनी दृष्टि को कामुक उद्देश्य से स्त्री की ओर भटकती हुई पायें, तो अपने मन में शव अथवा नर-कंकाल अथवा झुर्रीदार रुग्ण वृद्धा का चित्र निर्मित करें तथा जब तक आप जुगुप्सा से पूरित न हो जायें, तब तक उसे बनाये रखें। यह आपको अन्ततः काम को दमन करने में सफल होने योग्य बनायेगा। इसके साथ ही देवी के चरण-कमलों की शरण लें। काम के आक्रमण का सामना करने तथा उसे पराजित करने की शक्ति के लिए उनसे निरन्तर प्रार्थना करें। प्रत्येक स्त्री को साक्षात् श्रीदेवी समझें और देखते ही 'ॐ श्री दुर्गायै नमः' का जप करते हुए उन्हें मानसिक साष्टांग प्रणाम करें। उपर्युक्त प्रकार की सतर्क तथा अनवरत साधना द्वारा आप शनैः-शनैः इस शक्तिशाली शत्रु का उन्मूलन कर सकते हैं। **(अनूदित)**

गुरु और शिष्य का सम्बन्ध

गुरु प्राध्यापक या स्कूल शिक्षक नहीं है। वह शिष्य के पूरे अस्तित्व के साथ घनिष्ठ रूप से जुड़ा हुआ होता है। इन दिनों लोग कई गुरु बना लेते हैं; परन्तु वे वास्तविक गुरु नहीं हैं। जिसने आध्यात्मिक स्तर पर अपने शिष्य को सँभाला हो, वही वास्तविक गुरु हैह्वह्ववह नहीं, जो मात्र बौद्धिक सूचनाएँ प्रदान करता हो। परम्परा के अनुसार गुरु और शिष्य का सम्बन्ध शाश्वत है और यह सम्बन्ध शिष्य की मुक्ति के समय तक इसी प्रकार रहता है। गुरु इस जन्म में ही नहीं, अपितु भविष्य के जन्मों में भी सहायता करता है; क्योंकि यह सम्बन्ध सामाजिक नहीं है, केवल मानसिक भी नहीं है। यह है आध्यात्मिक सम्बन्ध।

स्वामी कृष्णानन्द

सत्य के साक्षी बनें

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

श्रद्धेय परम पावन गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज को हम प्रेमपूर्ण प्रणाम करते हैं जिनकी आध्यात्मिक उपस्थिति में, यहाँ प्रतिदिन आन्तरिक आध्यात्मिक सहभागिता में हम एकत्रित होते हैं तथा उस महिमामयी यात्रा में अग्रसर होते हैं जो सत्य से साक्षात्कार की यात्रा है; जो हमें अपने इस निम्नतर अस्तित्व से, देश-काल में सीमित, देह-मन-बुद्धि की सीमा से आबद्ध इस अस्तित्व से सदा के लिए मुक्त कर देती है।

विविधताएँ अपने एकमेव अद्वितीय मूल स्रोत में ही अपने एकत्व को प्राप्त करती हैं। वे अपने एकमेव अद्वितीय असीम आन्तरिक आधार में ही अपना एकत्व पाती हैं। और विविधताएँ अपने अस्तित्व की महाप्रलय, जब समस्त व्यक्त नाम-रूप अपने आदि स्रोत में लीन हो कर परिसमाप्त हो जाते हैं, तब अपने एकत्व को प्राप्त करती हैं।

इसका अर्थ यह है कि केवल एकत्व ही अस्तित्व का अन्तिम यथार्थ सत्य है। इसका अर्थ है कि इस बाह्य जगत् में विभाजित और नाना रूप प्रतीत होने वालों के सम्बन्ध में भी एकमात्र सत्य केवल एकत्व ही है। इसका यह भी अर्थ है कि सभी अभिव्यक्तियाँ और चेष्टाएँ जो भिन्नताओं और भेदों पर बल देती हैं, वह इस सत्य के विपरीत हैं, इस परम ब्रह्म तथ्य के विरुद्ध हैं।

जब हम भेद देखते हैं, अन्तर अनुभव करते हैं और भिन्नता की गलत भावना पर आधारित गलत कार्य करते हैं, तब हम इस महान् आध्यात्मिक तथ्य को, एक आध्यात्मिक दिव्य सत्य को नकारते हैं। जहाँ उच्च और निम्न की भावना है, बड़े और छोटे की, मैं और तुम की तथा उत्कृष्ट और निकृष्ट की भावना है, वहाँ इस महान् ब्रह्म सत्य को खण्डित किया गया है, और इसीलिए वहाँ असामंजस्य, मतभेद, संघर्ष और सभी प्रकार की नकारात्मक भावनाएँ और अनुभव उठ खड़े होते हैं, केवल व्यक्ति के अपने भीतर ही नहीं, प्रत्युत उसके चारों ओर ऐसा ही हो जाता है। क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति का अपना प्रभाव होता है, जिसे जहाँ वह रहता है और कार्य करता है, वहाँ वातावरण में छोड़ता रहता है।

इसलिए यह हम पर निर्भर है कि हम अज्ञानी बन कर असामंजस्य और मतभेद का केन्द्र बन जायें अथवा बुद्धिमान् बनें, अपने व्यक्तित्व के महान् तथ्य के प्रति सच्चे रहें और असीसी के सन्त फ्रांसिस के अनुसार मेल-मिलाप, धैर्यशीलता, सहानुभूति, प्रेम, एकता और सामंजस्य तथा अन्य जो-कुछ भी सकारात्मक और दिव्य है, उस सबका केन्द्र बनें। इससे अधिक सौभाग्य तथा महिमामय और क्या हो सकता है? जो-कुछ भी सकारात्मक, शुभ, सुन्दर और धन्य है, सारतत्त्व में जो-कुछ भी दिव्यता का मूल है, उस सबका केन्द्र बन जाने से अधिक वरदान और सौभाग्य और क्या होगा!

श्रद्धेय गुरुदेव का जीवन के प्रति यथातथ्य यही दृष्टिकोण है। वह निश्चित रूप से यही चाहते थे कि हम सब इसे ही अपनायें और ऐसा ही जीवन जियें तथा

इसके विपरीत न चलें। हम इस धरती को सुन्दर बनाने के लिए आये हैं, जहाँ पहले से ही इसके सौन्दर्य के विपरीत बहुत-कुछ पर्याप्त मात्रा में है। दिव्य परिपूर्णता, मोक्ष तथा प्रकाश के इस जीवन-रूपी राजपथ पर चलते हुए हमने ऐसे बीज बोने हैं जो सुगन्धिपूर्ण पुष्प बन कर खिलें।

हम सबमें से प्रत्येक को यह जीवन इसीलिए प्रदान किया गया है कि संसार-रूपी भगवान् के इस सुन्दर उपवन में वह बीज बोयें जो ऐसे सुन्दर सुगन्धित पुष्प विकसित करने वालें हों जो वातावरण में मधुरता भर दें, प्रसन्नता के रंग बिखेर दें तथा इस प्रकार सभी देखने वालों के लिए आनन्द का स्रोत बन जायें।

हमारा प्रत्येक दिवस ऐसे ही बीजारोपण का हो, जो सौन्दर्य, सुगन्ध और प्रसन्नता ले कर आये। आपके मन में उत्पन्न होने वाला प्रत्येक विचार ऐसे ही पुष्पित होने वाला एक बीज है। आपके हृदय में उठने वाला प्रत्येक भाव ऐसा ही एक अन्य बीज है, जो यदि उदात्त तथा आपके वास्तविक सत्य के अनुकूल है, तो सुगन्धि बिखेरने वाले पुष्प विकसित करने वाला है।

भगवान् के यह सब आध्यात्मिक बच्चे, गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी के आध्यात्मिक परिवार के यह सब सहभागी अपने जीवन के राजपथ पर चलते हुए, अपने विचारों, भावों, भावुकताओं और व्यवहार के ऐसे ही बीज आरोपित करें जो असंख्य फूलों में विकसित हो कर इस धरा को भगवान् का सुगन्धिमय उपवन बना दें। यही जीवन का सौन्दर्य है। हमारे यहाँ होने का सौभाग्य यही है और वास्तव में हमारे यहाँ होने का उद्देश्य भी यही हैह्वह्वऐसा जीवन जीना जो यथार्थ में दिव्य हो, **'सत्यं, शिवं और सुन्दरम्'** की बाह्याभिव्यक्ति यथार्थ में यही है। यही हमारा शाश्वत, अपरिवर्तनशील वास्तविक स्वरूप है।

हम खुले दिल से इस परम सौभाग्य को ग्रहण करें और भगवान् के उद्यान में मधुरता, सुगन्ध, सौन्दर्य, रंग और प्रसन्नता लाने में आनन्द अनुभव करें। हम सबमें से प्रत्येक के जीवन का यह एक महान् लक्ष्य है।

निम्न और सुगम मार्ग चुन लेना तो बहुत आसान है। सत्य को जीना कितना कठिन है! किन्तु कठिन को चुन लेने में, शुभता को, धन्यता को और सौन्दर्य को चयन करने में ही बुद्धिमत्ता है। इसके विपरीत नीचे झुक कर तुच्छ को, अल्प को चुन लेना इस महान् स्वर्णिम अवसर को गँवा देना है।

इसलिए आप सब शक्तिशाली, विवेकशील और दृढ़-निश्चयी बनें। आप दिव्यता से आलोकित हों, केवल दिव्यता ही अभिव्यक्त करें और इस प्रकार अपनी दिव्य भवितव्यता को पूर्ण करें, दृढ़तापूर्वक आगे बढ़ें तथा आनन्दपूर्वक सदाविद्यमान सत्ता की दिव्यता को धारण करने वाले साक्षी बनें। विवेक और क्षमता सहित आगे बढ़ें और इस संसार में अपने क्षणिक जीवन को धन्यता और एकत्व, एकता और सामंजस्य का स्रोत बना दें।

हम सबमें से हर एक व्यक्ति के समक्ष यह तत्काल करने वाला कार्य है। यह वास्तव में एक ऐसा कार्य है जो हमारे जीवन को एक उच्चतर महिमामय अर्थ प्रदान करने वाला है। एक ऐसा कार्य है जो एक ऐसा उद्देश्य प्रदान कर देता है जो जीवन को दिन-प्रति-दिन जीने योग्य बना देता है।

भगवान् को अर्पित करने वाली यह सर्वोत्तम पूजा है। अपने जीवन को दिव्यता से जियें और जीवन को भगवान् तथा गुरु भगवान् को समर्पित करने के योग्य बनाने के स्वर्णिम सुअवसर को पा कर आनन्दित हों। भगवान् आप सब पर कृपा करें!

(अनुवादिका : श्री स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

भगवद्गीता ३

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

विश्वजनीन धर्म

गीता का धर्म समाज के किसी विशेष वर्ग के सम्प्रदाय या मत से सम्बन्ध नहीं रखता। यह तो सम्पूर्ण मानवता को सम्बोधित एक परम ईश्वर की पुकार है। जो सीमित प्रतीकों के माध्यम से ईश्वर की गलत तरीके से पूजा करते हैं, वे भी ईश्वर को प्राप्त हो जाते हैं, यदि उनके आदर्शों में ईश्वरेतर अन्य विचारों का कोई स्थान नहीं है।

जब हम अपने आदर्शों का तो मान करते हैं; परन्तु दूसरे के आदर्शों को घृणा की दृष्टि से देखते हैं, तब धर्मान्धता अथवा धर्मोन्माद पनपने लगता है। परन्तु यह ईश्वर को प्राप्त करने का मार्ग नहीं है; क्योंकि इस प्रकार स्वार्थपरता धार्मिक उपासना के मूल उद्देश्य को ही निरर्थक सिद्ध कर देगी। विश्वजनीन धर्म प्रत्येक धार्मिक मत के अनुयायियों को आश्वासन देता है कि उनकी आकांक्षाओं की पूर्ति होगी तथा ब्रह्माण्ड-व्यापी ईश्वर की ही उपासना या उसका साक्षात्कार करने में ही परम मुक्ति का तत्त्व निहित है।

शानदार धार्मिक अनुष्ठानों को आयोजित करने के लिए मूल्यवान् सामग्री को एकत्र करने की आवश्यकता बिलकुल नहीं है; क्योंकि ईश्वर की दृष्टि में अर्जित की हुई सामग्री का नहीं, हृदय के भावों का महत्त्व है। वह मात्र पत्र-पुष्प अर्पित करने या भक्ति-भावना के प्रतीक-रूप थोड़ी मात्रा में ही जल-दान (अर्घ) करने से सन्तुष्ट हो जाता है। अतः भक्त का कर्तव्य है कि वह अपने समस्त कर्मोंह्वचाहे वे शारीरिक हों या मानसिकह्वको ईश्वरार्पित कर दे।

गीता में ईश्वर की घोषणा है कि सभी प्रकार के प्राणियों के साथ उसका व्यवहार समान रहता है। अधम और पापी भी भक्ति के द्वारा उसे प्राप्त कर सकते हैं। एक अमर स्वतन्त्रता का अनुभव कराने के उद्देश्य से मानव और मानवीय धर्म के नाम यह ईश्वर का एक महान् सन्देश है।

योग

गीता के पंचम अध्याय के अन्तिम भाग में कहा गया हैह्व''भ्रूमध्य पर दृष्टि एकाग्र करके; नासिका-रन्ध्रों में प्राण और अपान वायु का नियमन करके; इन्द्रियों, मन और बुद्धि को नियन्त्रित करके; कामना, भय और क्रोध से मुक्त हो कर; समस्त बाह्य पदार्थों को बहिष्कृत करके जो मोक्ष को जीवन का परम लक्ष्य मान लेता हैह्वऐसा योगी-पुरुष सचमुच ही सदैव के लिए मुक्त हो जाता है।''

षष्ठ अध्याय उपर्युक्त सूत्रात्मक उपदेश की टीका के समान है। इस सूत्र का विस्तार करते समय यह बात स्पष्ट हो जाती है कि जिसने कामनाओं का त्याग नहीं किया है, वह योगी नहीं बन सकता। ध्यान की स्थिति तक पहुँचने के लिए जिस आत्म-शुद्धि की

आवश्यकता होती है, उसकी उपलब्धि कर्मों के माध्यम से होती है। जो योगी बन चुका है, उसका सबसे प्रभावशाली साधन है मानसिक शान्ति-रूपी उच्चतर अकर्म। जो ऐन्द्रिक विषयों और कर्मों में आसक्त नहीं है, संकल्प-व्यापारों से मुक्त हो कर जिसके लिए कहीं कोई काम पूरा करना शेष नहीं रह गया है, वही व्यक्ति योग में संस्थित है। मन और इन्द्रियों को पूर्ण रूप से नियन्त्रित करके तथा स्व-सम्पत्ति और कामनाओं से मुक्त हो कर योगी किसी एकान्त स्थान पर आत्मा को ही ध्यान का विषय बनाता है।

किसी स्वच्छ स्थान पर बिछे हुए आसन पर बैठ कर, मन को एकाग्र करके तथा मन के क्रिया-कलापों और इन्द्रियों को अपने वश में करके साधक को आत्म-शुद्धि के लिए योगाभ्यास करना चाहिए। योगाभ्यास के समय उसका सम्पूर्ण शरीर स्थिर होना चाहिए। शिर तथा ग्रीवा सीधे हों और दृष्टि अन्तर्मुख हो। ऐसा प्रतीत होना चाहिए कि दृष्टि नासिकाग्र-बिन्दु पर टिकी हुई है। योगी निर्भीक तथा ब्रह्मचर्यव्रतधारी होता है। वह अपनी साधना में दृढ़ रहता है। उसे ईश्वर में निवास करने वाली उस शान्ति की प्राप्ति होती है जिसका मोक्ष के साथ तादात्म्य रहता है।

जो बहुत अधिक या बहुत कम भोजन करता है, जो बहुत अधिक या बहुत कम सोता है, उसके लिए योग के द्वार बन्द हैं। जो मध्यम-मार्ग का अनुसरण करते हुए सोते, जागते, खाते, कर्म करते, मनोरंजन करते समय मिताचारी की तरह व्यवहार करता है, योग उसी के लिए है। आत्मा का सतत बोध ही योग है। आत्म-बोध का अर्थ है कामनाओं से मुक्ति।

योगाभ्यास में रत योगी का मन उसी प्रकार स्थिर रहता है, जिस प्रकार हवा न चलने के समय दीपक की लौ स्थिर रहती है। जिस स्थिति में मन को पूर्ण रूप से नियन्त्रित कर लिया जाता है और वह शान्त हो जाता है; जब आत्मा के द्वारा विश्वात्मा का साक्षात्कार कर लिया जाता है और आत्म-तुष्टि की प्राप्ति होती है; जब उस असीमित दिव्यानन्द की प्राप्ति हो जाती है जो अतीन्द्रिय है और जिसे केवल महत् (उच्चस्तरीय) बुद्धि के द्वारा ही समझा जा सकता है; जब मन-शरीर स्थिर-शान्त हो जाते हैं; जिसे प्राप्त करके अन्य कुछ भी उसकी अपेक्षा श्रेष्ठ नहीं प्रतीत होता; जब महान् दुःख भी विचलित करने की क्षमता नहीं रखताङ्कवह स्थिति ही योग है जो सर्वप्रकार के क्लेशों से परे है।

विषाद, ग्लानि, निराशा से विचलित हुए बिना एक दृढ़ निश्चय के साथ योग का अभ्यास करना चाहिए। जब मन किसी कारणवश निश्चित किये हुए लक्ष्य से हट जाये, तो उसे धीरे-धीरे अधीन करके (उसके अपने) विषय से हटा कर, आत्माभिमुख बना लेना चाहिए। यही वह स्थिति होती है, जिसमें योगी प्रत्येक वस्तु में विश्वात्मा (ईश्वर) के और विश्वात्मा में प्रत्येक वस्तु के दर्शन करता है।

साधना करने के उत्साह की प्रारम्भिक अवस्था में मन को नियन्त्रित करना जितना सरल लगता है, उतना सरल कार्य यह नहीं है। मन अत्यन्त उपद्रवी, चंचल, शक्तिशाली और हठी है। न तो इसे डाँट-फटकार से भयभीत किया जा सकता है और न

इसे फुसलाया जा सकता है। मन को नियन्त्रित करना योगी के लिए अत्यन्त कठिन है। वैराग्य और अभ्यास द्वारा हम मन को आत्मा पर केन्द्रित कर सकते हैं। अनुशासनहीन तथा सिद्धान्तहीन व्यक्ति योग के क्षेत्र में असफल ही रहता है।

जो योगाभ्यास करता है, वह कभी घाटे में नहीं रहता। उसे प्रत्येक स्थिति में लाभ ही रहता है। यदि योगाभ्यास करते-करते उसकी मृत्यु भी हो जाये, तब भी उसका अगला जन्म ऐसी परिस्थितियों में होता है जहाँ वह गत जन्म के अपने अधूरे अभ्यास को पूरा कर सकता है।

कृष्ण के अनुसार कर्मकाण्ड का सैद्धान्तिक ज्ञान रखने वाले विशेषज्ञ की अपेक्षा योग का विद्यार्थी अधिक श्रेष्ठ है। किसी भी जाति-धर्म का व्यक्ति योग के लक्ष्य को प्राप्त कर सकता है, यद्यपि इसे प्राप्त करने में कई वर्ष ही नहीं, कई जन्मों तक प्रयत्न करना पड़ सकता 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

सेवा-दर्शन २

स्वामी रामराज्यम्

(गतांक में सेवा की आधार-भूमि तथा सेवा के दो पक्षों के अन्तर्गत सेवापक्ष की चर्चा की गयी। इस अंक में पढ़िए सेवा के क्रियापक्ष के विषय में।)

क्रियापक्ष : क्रिया के स्तर पर हम अपने सेवा-परक भावों को व्यावहारिक रूप देते हैं। ऐसा करने के लिए दो बातों की आवश्यकता हैद्धद्ध(१) सेवा-कर्म-सम्पादन (२) सेवा-साधनों (सामग्री, धन, सहयोग आदि) का उपलब्ध होना।

सेवा-कर्म को ले कर कोई भी कामना उत्पन्न नहीं होने देनी चाहिए। यह कामना सेवक को भगवान् से दूर कर देती है। यहाँ यह प्रश्न उठ सकता है कि यदि सेवा करने की कामना नहीं होगी, तो सेवा-कर्म किस प्रकार किया जा सकेगा। इस प्रश्न का उत्तर यह है कि सेवा-कर्म करने के लिए कामना की नहीं, सेवा करने के लिए व्याकुल और तत्पर होने की आवश्यकता है। सेवा-कर्म करने की कामना होने से मन में इसी कामना से सम्बन्धित विचार उठते रहते हैं और भगवान् की विस्मृति हो जाती है। इस कामना के रहते यदि सेवा-कर्म करने का अवसर मिल गया, तो भजन-ध्यान आदि की विस्मृति हो जाती है और सेवा-कर्म करने में ही सारा समय व्यतीत हो जाता है। यह एक सूक्ष्म भूल है जो साधकों से बहुधा हो जाती है। उन्हें यह बात कभी नहीं भूलनी चाहिए कि भगवान् और उनके भजन की उपेक्षा करके की गयी सेवा का कोई मूल्य नहीं होता, भले ही वह सेवा बाह्यतः अति त्यागमयी हो और अत्यन्त कष्ट उठा कर की गयी हो। सेवा करने के लिए सेवा करने की तत्परता ही अपेक्षित है। सेवा करने का अवसर उपस्थित हो, तो उस अवसर का उत्तर देने के लिए आधी रात को भी नंगे पैरों भागना पड़े, तो भी नहीं हिचकना चाहिए; परन्तु सेवा करने की कामना से अपने को दूर रखना चाहिए। सेवा से सम्बन्धित कामनाएँ, अन्य कामनाओं के समान, अनेक मिलती-जुलती कामनाओं को उत्पन्न करती हैं और मन को उन कामनाओं में उलझा देती हैं। मन भगवान् से कोसों दूर हो जाता है।

सेवा-कर्म सम्पादन के सन्दर्भ में यह बात सदा याद रखनी चाहिए कि सेवा की परिस्थितियाँ भगवान् ही बनाते हैं, सेवा करने का अवसर भगवान् ही देते हैं और सेवा करने की क्षमता भगवान् से ही प्राप्त होती है। सेवा-रूपी कर्म-भूमि में जो-कुछ भी घटित होता है, वह भगवान् की ही लीला है। भगवान् ही अपनी लीला में सहयोगी बना कर आपको गौरवान्वित करते हैं।

सेवा-साधनों के सन्दर्भ में यह बात महत्त्वपूर्ण है कि यदि वे उपलब्ध हों, तो उनका उपयोग किया जाना चाहिए, परन्तु उनके उपलब्ध होने की कामना से सेवक को सदा मुक्त रहना चाहिए। यह कामना

सेवा-कर्म में बाधक है। इस कामना के रहते मन उसकी पूर्ति में ही उलझा रहता है। यदि सेवा-भाव अक्षुण्ण है, तो सेवा के जितने भी साधन उपलब्ध हैं, उनसे ही पूरी-पूरी सेवा हो जाती है। यह नहीं सोचना चाहिए कि साधनों की कमी के कारण पूरी-पूरी सेवा नहीं हो सकती। सेवा का सम्बन्ध मुख्यतः सेवा-भाव और सेवा करने की तत्परता से है। सेवा के साधन इन दोनों की अपेक्षा गौण ही हैं। ये दोनों न हों, तो प्रचुर मात्रा/संख्या में सेवा-साधन उपलब्ध होने पर भी वास्तविक सेवा नहीं हो पायेगी। ये दोनों हों और सेवा-साधनों की न्यूनता या उनका अभाव हो, तो सेवा करने की तत्परता-जनित आकुलता-व्याकुलता से द्रवित हो कर भगवान् ऐसी परिस्थितियाँ उत्पन्न कर देते हैं कि सेवा-कार्य सन्तोषजनक ढंग से सम्पन्न हो जाता है।

सेवा-साधनों से सम्बन्धित दूसरी बात यह है कि उनमें महत्त्व-बुद्धि रखने से सेवा के साधनों को उपलब्ध कराने वाले भगवान् का महत्त्व कम हो जाता है। यह सेवक की बहुत बड़ी हानि है। यदि साधन उपलब्ध हों, तो उन्हें उपलब्ध कराने के लिए भगवान् को ही श्रेय दिया जाना चाहिए।

यदि सेवा के उपलब्ध साधनों पर सेवक का ही स्वामित्व है, तो उनमें महत्त्व-बुद्धि रखने से सेवक में इस बात का अभिमान उत्पन्न हो सकता है कि उसने अपने साधनों का सेवा-कार्य में उपयोग किया है। यह अभिमान सेवा-कार्य की गुणवत्ता को कम ही नहीं, समाप्त कर देता है।

यदि सेवा-कर्म-सम्पादन की किसी विशेष परिस्थिति में किन्हीं विशेष साधनों की आवश्यकता पड़ जाये, तो सेवा-साधन-सम्पन्न व्यक्तियों से उन साधनों को उपलब्ध कराने की याचना की जा सकती है। याचना निष्काम भाव से कर्तव्यवश की जानी चाहिए। याचना के फलस्वरूप प्राप्त अनुकूल या प्रतिकूल उत्तर से सेवक को अप्रभावित रहना चाहिए। याचना के परिणामस्वरूप यदि साधन उपलब्ध हो जायें, तो सेवा-कार्य में उनका उपयोग कर लिया जाना चाहिए अथवा जितने भी साधन उपलब्ध हों, उन्हीं से सेवा सम्पन्न कर देनी चाहिए परन्तु कभी भी अनुपलब्ध साधनों की प्राप्ति की कामना से सेवा-कार्य को कलुषित नहीं होने देना चाहिए। कामना करने से कामना-पूर्ति में मन लग जाता है और भगवान् दूर हो जाते हैं। □

अपनी प्रवृत्तियों की जाँच कीजिए

निष्काम भाव से निःस्वार्थ सेवा कीजिए। अपनी प्रवृत्ति की जाँच कीजिए। आपकी प्रवृत्ति पूर्णतः शुद्ध होनी चाहिए। फल की कामना न कीजिए; परन्तु आलस्य का शिकार भी न बनिए। मानव-जाति तथा देश आदि की सेवा में अपनी पूरी शक्ति लगा दीजिए। निष्काम सेवा में निमग्न हो जाइए।

शारीरिक कार्य यन्त्रवत् होते रहेंगे। आपके दो मन होंगे। एक भाग सदा जप तथा ध्यान की ओर लगा रहेगा। काम करते समय भी भगवान् के नाम का जप करते जाइए। अष्टावधानी एक ही समय में आठ काम करते हैं। प्रश्न तो मन को अनुशासित करने का है। मन को इस प्रकार अनुशासित कर सकते हैं कि हाथों से काम करते समय भी यह ईश्वर का स्मरण कर सके। यही कर्मयोग तथा भक्तियोग का समन्वय है। यह सर्वोत्तम योग है। **स्वामी शिवानन्द**

ध्यान के विषय का चयन

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

जब कोई साधक ध्यान के पदार्थ का चयन करने की अवस्था में होता है, तब उसे किसी ऐसे व्यक्ति के मार्ग-दर्शन की आवश्यकता पड़ती है जो सक्षम हो, जो इस मार्ग पर आगे बढ़ चुका हो, जो इस मार्ग की कठिनाइयों को समझता हो और जो उनके निराकरण का उपाय जानता हो। इस समय साधक ऐसे अज्ञात मार्ग पर चल रहा होता है जिसका भविष्य दृष्टिगोचर नहीं है, जिस पर यह पता नहीं चल पाता कि आगे क्या है और इसीलिए किसी गुरु के व्यक्तिगत तथा सामयिक मार्ग-दर्शन की आवश्यकता पड़ती है।

ध्यान के पदार्थ (ध्येय) का चयन करना आध्यात्मिक जीवन के प्रारम्भ का एक महत्त्वपूर्ण पक्ष है। यह चयन करना ही गुरु द्वारा शिष्य को दी गयी दीक्षा है। योगाभ्यास के गूढ़ रहस्यों में जिसे 'दीक्षा' कहते हैं, वह और कुछ नहीं, वरन् शिष्य के अस्तित्व को किसी देवता-विशेष (ईश्वर के रूप) के अथवा वर्तमान क्षण के लक्ष्य-पदार्थ के साथ अनुकूलन करने की विधि में दीक्षित करना है। यह स्वयं में एक रहस्य है जो गुरु शिष्य को बताता है। ध्यान के पदार्थ से शिष्य को सन्तोष होना चाहिए। इसी कारण से वह 'इष्टदेवता' (प्रिय देव) कहलाता है। 'इष्ट' तो वही होता है जो वांछनीय हो, सुन्दर हो, जिसकी आवश्यकता हो अर्थात् जो शिष्य के समग्र अस्तित्व को आकृष्ट करता हो; साधक अपने को उसमें समाहित कर लेता हो और साधक को वह इष्ट सर्वाधिक प्रिय लगता हो। इष्ट देव है; क्योंकि वह उसका ईश्वर है। यह वही वस्तु है जिसकी शिष्य को वास्तविक आवश्यकता है तथा जिसके अभाव में वह जी नहीं सकता।

जो शिष्य की अशान्ति को दूर करे, जो उसके समग्र अस्तित्वह्नह्न कि मात्र उसकी भावनाओंह्नह्नको सन्तुष्ट करे, वही उसका देवता या देव है और स्पष्टत: वही सबसे अधिक प्रिय होता है; क्योंकि उन परिस्थितियों में उसे और किसी वस्तु से प्रेम नहीं हो सकता। इष्टदेवता वह चुना गया देव है जिसे साधक अपनी भावनाएँ, प्रेम और स्नेह समर्पित करता है। इष्टदेवता का ईश्वर से, स्रष्टा से, सर्वशक्तिमान् से क्या सम्बन्ध है?

प्रत्येक वस्तु अन्य प्रत्येक वस्तु से जुड़ी हुई है। ऐसी कोई वस्तु नहीं है जो आन्तरिक रूप से सर्वशक्तिमान् से जुड़ी हुई न हो। प्रत्येक अणु इसी तरह से जुड़ा हुआ है तथा किसी स्थिति-विशेष में वह हमारा गुरु बन सकता है। आकाश (space) के प्रत्येक कण द्वारा हम परमात्मा को छू सकते हैं; क्योंकि परमात्मा के बाहर किसी जगत् का अस्तित्व नहीं है। यहाँ पर जो-कुछ भी जगत् या ब्रह्माण्ड के रूप में अनुभूत किया जाता है, उसमें ईश्वर है। ईश्वर प्रत्येक वस्तु में व्याप्त है; इसलिए किसी भी रूप में परमात्मा

को स्पर्श किये बिना किसी वस्तु को छुआ नहीं जा सकता। हमें इस भ्रान्ति में नहीं पड़ना चाहिए कि देवी-देवता, प्रतिमाएँ (जिन्हें लोग पूजते हैं) अर्थहीन या तुच्छ हैं। क्रम-विकास की ओर उन्मुख आत्मा की रुग्णावस्था में ये देवी-देवता आदि नुसखों के समान हैं।

हम देखते हैं कि लोग अपना उद्देश्य बार-बार बदलते रहते हैं। वे कोई विशेष शास्त्र, आदर्श या गुरु से सम्बद्ध नहीं रह पाते। वे किसी मन्त्र, उपासना-पद्धति से भी सम्बद्ध नहीं रह पाते। जीवन के आदर्शों के साथ उनका मात्र ऊपरी बाह्य सम्पर्क रहता है। ध्यान के पदार्थ का चुनाव बार-बार नहीं किया जाता है। एक बार इसका चुनाव कर लेने के बाद इसे छोड़ना नहीं चाहिए। इस बारे में किसी प्रकार की शंका नहीं करनी चाहिए। इस प्रकार के विचार भी नहीं उठने चाहिए कि चुनाव ठीक हुआ कि गलत। जब यह चुनाव गुरु द्वारा किया जाता है, तब इसे ठीक ही मानना चाहिए। दूसरी बात यह है कि कोई भी पदार्थ (ध्येय) साधक को कहीं भी ले जा सकता है; क्योंकि वह प्रत्येक वस्तु से सम्बन्धित होता है। आवश्यकता है तीव्र एकाग्रता की। हम किसी स्थान पर खुदाई करें, हमें पानी प्राप्त हो जायेगाह्वह्वबशर्ते कि हम पर्याप्त गहराई तक खुदाई करें और गहराई के निम्नतम बिन्दु तक पहुँचें। अत: चुने हुए आदर्श या पदार्थ पर पूरे हृदय से अनवरत और जीवन-भर नियमित रूप से एकाग्र होना चाहिए।

(अनुवादक : श्री योगेशचन्द्र बहुगुणा जी)

जीवन की कसौटी

जहाँ भी आप स्वयं को एक जीवन के रूप में, जीवन जीने के रूप में अभिव्यक्त कर रहे हैं, उन समस्त स्तरों पर स्वयं से पूछेंह्वह्व''क्या मैं अपना जीवन शारीरिक, मानसिक, सांस्कृतिक, नैतिक और आध्यात्मिक स्तर पर इस ढंग से जी रहा हूँ जो कपोल-कल्पनाओं से, अवास्तविकताओं से वास्तविक दिव्यता के सत्य की ओर ले जाये? इन समस्त स्तरों पर क्या मैं असत्य से सत्य की ओर, अन्धकार से प्रकाश की ओर, जन्म-मरण से अमरत्व की ओर का जीवन जी रहा हूँ? उस ओर चिन्तन कर रहा हूँ, कार्यरत हूँ और आगे बढ़ रहा हूँ? अपने पूर्ण रूप में, समग्रता से और पवित्रतापूर्वक जीवन जीते हुए क्या मैं इस महान् गतिशीलता को बनाये रख रहा हूँ?'' यह 'कसौटी' है।

स्वयं से प्रश्न करते रहें। जैसा भी इस प्रश्न का आपका उत्तर होगा, उसी प्रकार की गुणवत्ता आपके जीवन को होगी और वैसा ही आपके जीवन का परिणाम होगा।

स्वामी चिदानन्द

बच्चों के लिए दिव्य जीवन :

सामान्य ज्ञान-२

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

हिमालय

हिमालय संसार-भर में सबसे बड़ा पर्वत है। हिमालय की सबसे ऊँची चोटी एवरेस्ट है। हिमवान् हिमालय का राजा है। उसकी पुत्री पार्वती हैं। भगवान् शिव ने पार्वती से विवाह कर लिया। वह कैलास-पर्वत पर रहते हैं जो तिब्बत में है।

गंगा, यमुना, सिन्धु और ब्रह्मपुत्र नदियाँ हिमालय से निकलती हैं। हिमालय में अनेक गुफाएँ हैं। ऋषि और साधु उन गुफाओं में रह कर ध्यान और तपस्या करते हैं।

गरमी की छुट्टियों में हरिद्वार और ऋषिकेश देखो। वहाँ हिमालय और गंगा को देख सकते हो। ये स्थान और यहाँ के प्राकृतिक दृश्य बड़े सुन्दर और सुहावने हैं। ऋषिकेश और हरिद्वार में कई आश्रम हैं। साधु-संन्यासी उन आश्रमों में रहते हैं।

वेद

वेद के नाम से चार ग्रन्थ हैं। चारों वेदों के नाम हैं : ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद और अथर्ववेद। तुमने यदि यज्ञोपवीत धारण किया हो, तो इन्हें पढ़ना चाहिए। वेदों में ईश्वर की सत्यता के बारे में वर्णन है। सत्य-ज्ञान के वे मूर्त रूप हैं।

वेदों के स्तोत्र-भाग को 'संहिता' कहते हैं। यज्ञ-भाग को 'ब्राह्मण' कहते हैं। उपासना-भाग 'आरण्यक' कहलाते हैं और ज्ञान-भाग को 'उपनिषद्' कहते हैं। तुम्हें इन सभी को पढ़ना चाहिए।

यदि तुमने यज्ञोपवीत नहीं धारण किया है, तो महाभारत के शान्ति-पर्व और अनुशासन-पर्व पढ़ने चाहिए। व्यास महर्षि ने तुम्हीं लोगों के लिए इसे लिखा है। इसे भली-भाँति पढ़ो। तुम बहुत बड़े ज्ञानी बन जाओगे।

विश्व

एशिया, यूरोप, अफ्रीका, अमरीका व आस्ट्रेलिया ह्वह्वये विश्व में पाँच महाद्वीप हैं। प्रशान्त महासागर, अटलांटिक महासागर, हिन्द महासागर, उत्तरी ध्रुव महासागर तथा दक्षिणी ध्रुव महासागरह्वह्वये विश्व के पाँच महासागर हैं।

एशिया में रूस, चीन, जापान, भारत, अरब, फारस, अफगानिस्तान और मेसोपोटामिया (मिश्र) देश हैं। यूरोप में अनेक छोटे-छोटे देश हैं। अफ्रीका में सहारा नामक एक बड़ा रेगिस्तान है। अफ्रीका के दक्षिणी भाग में सोने और हीरे की बड़ी-बड़ी खानें हैं। वहाँ बहुत सारे हबशी और डरावने शेर रहते हैं।

अमरीका में उत्तर और दक्षिण के नाम से दो भूप्रदेश हैं। उत्तरी भाग बड़ा धनवान् और सुसंस्कृत है। वहीं विख्यात संयुक्त राज्य है।

दूर दक्षिण में आस्ट्रेलिया एक बड़ा द्वीप है। उत्तरी और दक्षिणी ध्रुव प्रदेश बड़े ठण्ढे हैं। मनुष्य वहाँ रह नहीं सकते।

यह विश्व एक रंगमंच है, जिस पर तरह-तरह के नाटक हुआ करते हैं। यहाँ भले और बुरेह्वह्वदोनों प्रकार के लोग रहते हैं। यहाँ गरमी-ठण्ढक, भूख-प्यास, रात-दिन होते हैं। लोग अमीर भी हैं और गरीब भी। हे राम! इस विश्व पर भरोसा न रखो। उस ईश्वर का भजन करो जो इस (विश्व) से परे है।

(अनुवादक : श्री त्रि. न. आत्रेय)

बाल-स्तम्भ :

कौन कहता है भगवान् नहीं हैं? २

स्वामी रामराज्यम्

बच्चो, भगवान् की सत्ता में तुम्हारी आस्था उत्पन्न करने और उसे दृढ़ करने के उद्देश्य से हम एक सच्ची घटना प्रस्तुत कर रहे हैं।

कृष्णप्रेम (रोनाल्ड निक्सन)

कृष्णप्रेम उस रोनाल्ड निक्सन का नाम है, जो इंगलैंड में सन् १८९८ में जन्मा था, बाद में जो लखनऊ तथा बनारस के विश्वविद्यालयों में अँगरेज़ी का अध्यापक रहा, फिर अपनी गुरु यशोदा माँ के साथ कृष्ण-प्रेम की यमुना में डुबकी लगाते हुए अलमोड़ा (उत्तराखण्ड) से चौदह मील दूर मिरतोला में एक आश्रम बना कर रहने लगा। अपने गुरु के सान्निध्य में थोड़े-से अँगरेज़ भक्तों के साथ रहते हुए कृष्णप्रेम ने स्वयं देखा-सुना था उन अद्भुत लीलाओं को जो भगवान् ने उस आश्रम में की थीं। ये लीलायें भगवान् ने यशोदा माँ का पुत्र बन कर और कृष्णप्रेम का अनुज बन कर की थीं। उनकी (भगवान् की) और राधा जी की परस्पर लीलायें तो वहाँ होती ही रहती थीं।

सन् १९४३ की बात है। कृष्णप्रेम के मित्र दिलीप कुमारह्वह्वजो गायक थेह्वह्वउन दिनों आश्रम में ही थे। यशोदा माँ अस्वस्थ थीं तथा आश्रम की ऊपरी मंजिल में बने राधा-कृष्ण के मन्दिर के निकट एक कमरे में लेटी रहती थीं। एक दिन सब लोग निचली मंजिल के एक कक्ष में बैठे हुए थे। कृष्णप्रेम ने दिलीप कुमार से वृन्दावन-लीला का एक भजन गाने को कहा। दिलीप गाने लगे। कृष्णप्रेम और अन्य लोग तन्मय हो कर भजन सुन रहे थे। गायन समाप्त हुआ। एक भक्त ने कृष्णप्रेम से कहाह्वह्व''तुम्हें पता है, जब दिलीप दा गा रहे थे, तब माँ भी पास में खड़ी-खड़ी सुन रही थीं? वह अभी-अभी वापस गयी हैं।''

''हे भगवान् ! इस बीमारी में वह नीचे कैसे आ गयीं ? कितनी ठिठुरन है।'' कृष्णप्रेम ने कहा।

वहाँ उपस्थित सब लोग जल्दी से यशोदा माँ के कमरे में पहुँचे। माँ आँखें बन्द किये हुए बैठी थीं।

माँ ने आँखें खोलीं और दिलीप से पूछाह्वह्व ''तुमने देखा?''

''किसे माँ?''

''ठाकुर को?''

''भगवान् को?''

''हाँ, हाँ, उन्हीं कोह्वह्व'' यशोदा माँ ने सिर हिलाया।

फिर आँसू बहाते हुए कहने लगींह्वह्व''जब तुम भजन की अन्तिम पंक्तियाँ गा रहे थे, तब ठाकुर आया था। पहले मेरे कमरे में आया, थोड़ी देर खड़ा रहा, फिर गया वहाँ, जहाँ तुम गा रहे थे। मैं भी पीछे-पीछे पहुँची। देखा, वह तुम्हारे पास खड़ा हुआ तुम्हारा भजन सुन रहा है। मैंने स्वयं उसे देखा। सचमुच वह तुम्हारे पास खड़ा हुआ तुम्हें बड़े प्यार से निहार रहा

था। मैंने मन ही मन उससे कहाह्लह्ल''ठाकुर, उसे ऐसी दृष्टि दो कि वह तुम्हारे दर्शन कर सके।''

दिलीप प्रसन्नता से रोने लगे। थोड़ी देर बाद बोलेह्लह्ल''माँ, तुम उन्हें हर समय देखती हो?''

''हाँ, हर समय; लेकिन अपने अन्दर, बाहर नहीं।''

उस दिन यशोदा माँ अपने अनुभवों को सुनाने के लिए मानो तैयार बैठी थीं। कहने लगींह्लह्ल''एक रात की बात है। मैं सो रही थी। मन्दिर से निकल कर ठाकुर ने मुझे जगा दिया। फिर अपने छोटे, प्यारे-प्यारे होंठ हिलाता हुआ बोलाह्लह्ल''माँ, तुम तो सो रही हो, मुझे चीटियाँ काट रही हैं।'' मैंने तुरन्त शैया छोड़ दी। मन्दिर में गयी, वहाँ देखा कि श्रीविग्रह के पास रखी हुई शहद की शीशी भूल से खुली रह गयी थी। वहाँ चीटियाँ इकट्ठा हो गयी थीं। मैंने उससे क्षमा माँगी। फिर उसे अपने साथ अपनी शैया पर लिटा लिया। वह बहुत प्रसन्न हुआ और आराम से सोया।''

* * *

एक भोर की बात है। कृष्णप्रेम ने मन्दिर का द्वार खोला, तो उन्होंने देखा एक अद्भुत दृश्यह्लह्लठाकुर और ठकुरानी (श्रीराधा) की परस्पर लीला का एक अद्भुत दृश्य। ठकुरानी का सोने का हार ठाकुर के गले में पड़ा हुआ था और ठाकुर के नूपुर ठकुरानी ने पहन रखे थे। कृष्णप्रेम गद्गद हो कर नाचने लगे और आश्रम के भक्तों को बुला-बुला कर कहने लगेह्लह्ल''देखो, देखो ठाकुर की लीला।''

* * *

मन्दिर की रसोई कृष्णप्रेम स्वयं बनाते थे और अपने हाथों ठाकुर को भोग लगाते थे। एक दिन उन्होंने बहुत मन लगा कर ठाकुर के लिए हलुआ बनाया। भोग निवेदन करके परदा लगा दिया। बाहर बैठ कर वह और आश्रमवासी जप करने लगे। कुछ देर बाद वह अचानक उठ गये और कहने लगेह्लह्ल''मुझे ऐसा लगा कि ठाकुर बहुत प्रेम से हलुआ खा रहे हैं। चलो देखें।'' परदा हटा कर सब लोगों ने देखाह्लह्लठाकुर ने सचमुच आधा हलुआ खा लिया था। हलुए में उनकी उँगलियों के निशान बने हुए थे।

* * *

एक रात को बड़ी मार्मिक घटना घटित हुई। कृष्णप्रेम सोये हुए थे। तभी उनके कान में आवाज आयीह्लह्ल''दादा, दादा।''

कृष्णप्रेम ने चौंक कर आँखें खोल दीं। कहीं कोई नहीं दिखायी पड़ा। उन्होंने फिर अपनी आँखें बन्द कर लीं। थोड़ी देर बाद फिर आवाज सुनायी पड़ीह्लह्ल''दादा, दादा, मुझे ठण्ढ लग रही है। तुमने मन्दिर में जँगला खुला छोड़ दिया है।''

कृष्णप्रेम उठ कर मन्दिर की ओर भागे। जंगला सचमुच खुला रह गया था। उन्होंने उसे बन्द किया। फिर ठाकुर की ओर दृष्टि गयी। वह ठण्ढ से काँप रहे थे और रो रहे थे। कृष्णप्रेम ने अपनी गलती समझी और 'हा, ठाकुर' कह कर रो पड़े। उन्होंने अपने दुपट्टे से ठाकुर के आँसू पोंछ लिये। बाद में उन्होंने आँसू से गीले दुपट्टा के छोर को फाड़ कर चाँदी के ताबीज में रखवा लिया था। उस ताबीज को वह आजीवन गले में लटकाये रहे। ह्ल

समाचार और प्रतिवेदन

मुख्यालय के समाचार

'शिवानन्द होम' द्वारा सेवा

''शिवानन्द होम ऐसे साधन-विहीन एवं मरणासन्न लोगों की प्रेमपूर्ण देख-भाल करने के लिए एक केन्द्र है जो सड़क के किनारे असहाय अवस्था में पड़े पाये जाते हैं'' (स्वामी चिदानन्द)। श्रद्धेय श्री स्वामी जी महाराज ने इस सेवा-कार्य को आरम्भ किया। उन्होंने स्वयं अपने अतुल, अविच्छिन्न, अबाध एवं जीवन्त प्रेमपूर्ण जीवन द्वारा इस सेवा का सजीव उदाहरण प्रस्तुत किया।

शीतकाल की एक ठिठुरती हुई रात थी जब इस वृद्ध साधु को 'होम' में लाया गया। उसे निकट ही की सड़क के किनारे से लाया गया था, जहाँ कि वह अन्य साधुओं के साथ रहता था। लगभग एक माह पूर्व उसे पक्षाघात हुआ था जिसके कारण उसके शरीर की एक तरफ का भाग पूरी तरह से निष्क्रिय हो गया था, कड़ाके की ठण्ढ पड़ रही थी और वह कुपोषित एवं गन्दगी से ग्रस्त अवस्था में था। मौसम ही ऐसा था कि रास्ते में रहने वाले और फिर रोग से ग्रस्त व्यक्ति के लिए खुले आकाश के नीचे स्नान का विचार भी असम्भव था। एक यात्री ने उसके कष्ट और दर्द के सम्बन्ध में सुना और उसको 'शिवानन्द होम' में भरती कराने का सारा प्रबन्ध कर दिया। भगवान् और गुरुदेव की कृपा से यह बाबाजी चिकित्सीय सुविधा मिलने से और 'फ़ीज़ियोथरैपी' (भौतिक चिकित्सा) होने से ठीक होने लगे हैं। अब यह सहारा ले कर चल सकते हैं। ॐ श्री राम जय राम जय जय राम!

इस माह कुछ नयी भरती भी हुई हैं। उनमें से एक व्यक्ति को जब लाया गया, तब वह बड़ी सड़क के बिलकुल बीचोंबीच घायल अवस्था में पड़ा हुआ पाया गया था, शिर पर गहरी चोट लगने के कारण उसके नाक और कानों से रक्त बह रहा था, एक कान आधा कट चुका था। उस समय वह अपने और अपने गाँव के नाम के अतिरिक्त कुछ भी नहीं बता सका थाह्वह्वऔर लगता था कि गाँव में भी न जाने कितने समय पहले कभी रहा होगा, उसकी शारीरिक दशा से कुछ ऐसा ही आभास होता था। कई रातों तक तो वह सो ही नहीं पाया (न ही किसी और को सोने दिया) और रात-भर इधर-उधर घूमता ही रहा। धीरे-धीरे उसकी मानसिक एवं शारीरिक स्थिति में सुधार होने लगा। पहले तो वह यहाँ-वहाँ कहीं भी शौच एवं लघुशंका कर दिया करता था और उचित स्थान पर जाने के लिए प्रशिक्षण का विरोध करता था, किन्तु कुछ ही सप्ताह पश्चात् तो वह अपने अन्य सह-अन्तेवासियों की ओर सहायता का हाथ बढ़ाने लगा। सम्भवतया उसने असह्य भूख का कष्ट भोगा हुआ है; क्योंकि भोजन वितरण के समय वह पंक्ति में खड़े होने वाला सर्व प्रथम व्यक्ति होता है और इस भय

से, कि कहीं उसे भोजन देना भूल ही न जायें और सारा दिन खाली पेट ही न रह जाना पड़े, वह दूसरे लोगों को धकेलता और खींचता रहता है। भगवान् की कृपा उस पर हो!

हे प्रभो, उदित होते दिवस के मौन क्षणों में,
आपसे शक्ति, ज्ञान और शान्ति माँगने के लिए
मैं आया हूँ।

आज मेरी चाह है कि
सबकी आँखों में सबके लिए प्रेम भरा हो,
सबमें धीरज हो,
एक-दूसरे को समझने की,
सबके प्रकट रूपों से परे तक देख पाने की नजर हो!
और अपनी सन्तान को जिस नज़र से आप देखते हैंह्वह्व
वैसी ही से देखने की और सबमें छिपी अच्छाई की
प्रशंसा करने की भावना हो! ***(चानो एस. रिवेरा)***

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

मुख्यालय आश्रम में महाशिवरात्रि उत्सव

''इस संसार में सम्पूर्ण जीवन आपके लिए एक रात्रि है। जगत् की इस 'रात्रि' में जागरण करें तथा शिव, जो कि परब्रह्म परमात्मा हैं, की उपासना में इसे बितायें।'' **(सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज)**

मुख्यालय आश्रम में २ मार्च २०११ को यह परम पावन महोत्सव अत्यन्त श्रद्धाभक्तिपूर्वक मनाया गया। इस उत्सव के ही एक अंग के रूप में २६ फरवरी से १ मार्च तक प्रतिदिन २ घण्टे **'ॐ नमः शिवाय'** पंचाक्षरी मन्त्र का सामूहिक कीर्तन किया जाता रहा।

महाशिवरात्रि दिवस के कार्यक्रम का शुभारम्भ प्रातः ५ बजे प्रार्थना एवं ध्यान से हुआ तथा उसके तुरन्त बाद 'प्रभातफेरी' हुई। यज्ञशाला में विश्व-शान्ति एवं सबके कल्याण-मंगल के लिए हवन भी किया गया। भगवान् विश्वनाथ के पावन मन्दिर के प्रांगण में आश्रम के साधकों, भक्तों एवं अतिथियों द्वारा प्रातः ७ बजे से सायं ५ बजे तक पंचाक्षरी मन्त्र का सामूहिक अखण्ड कीर्तन किया गया। इस परम पुनीत अवसर पर पूरे मन्दिर की, सुगन्धित पुष्प-गुच्छों, भाँति-भाँति की सुन्दर झालरों एवं रंग-बिरंगे विद्युत् बल्बों से भव्य सज्जा की गयी थी। सायं ७.३० बजे महाशिवरात्रि-पूजन प्रारम्भ हुआ; रात्रि के चारों प्रहरों में नमकम् एवं चमकम् सहित भगवान् विश्वनाथ के चार महाभिषेक किये गये। इन अभिषेकों एवं अर्चना में आश्रम के समस्त संन्यासियों, ब्रह्मचारियों, साधकों एवं भक्त अतिथियों ने व्यक्तिगत रूप से भाग लिया। भगवान् शिव के परम पुनीत नामों के कीर्तन तथा उनकी महिमागान की आत्मोत्थापक स्तुतियों से समस्त वातावरण रात-भर सुमधुर ध्वनि से परिपूरित रहा, जिसने भक्त-जनों के हृदयों को अवर्णनीय शान्ति और आनन्द से भर दिया। प्रातः ४ बजे मंगल आरती एवं अन्नपूर्णा भवन में पावन प्रसाद वितरण से कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

भगवान् विश्वनाथ और सद्गुरुदेव का आशीर्वाद हम सब पर हो जिससे कि हम अपने सम्पूर्ण जीवन को सतत व्रत, अटूट भक्ति तथा अनन्त शिवरात्रि बना सकें!

द डिवाइन लाइफ सोसायटी के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज की चण्डीगढ़ यात्रा

दिव्य जीवन संघ की चण्डीगढ़ शाखा के अध्यक्ष एवं सचिव के अनुरोधपूर्ण आमन्त्रण पर परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज अपने साथ श्री स्वामी रामराज्यम् जी, श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी, श्री स्वामी वैकुण्ठानन्द जी, श्री स्वामी भक्तिभावानन्द जी तथा श्री गोपी जी को ले कर चण्डीगढ़ की यात्रा पर गये तथा वहाँ त्रिदिवसीय साधना शिविर एवं वार्षिक महोत्सव में ६, ७ और ८ मार्च २०११ को सम्मिलित हुए।

इन सभी दिनों में कार्यक्रम का शुभारम्भ प्रातःकालीन प्रार्थनाओं और ध्यान के सत्र से हुआ। शिविर के प्रथम दिन शाखा के अध्यक्ष श्री एफ. लाल कंसल जी ने सब उपस्थित श्रोताओं का स्वागत करते हुए प्रतिभागी प्रतिनिधियों का परिचय करवाया। स्वामी जी तथा साथ जाने वाले सभी सन्तों ने तीनों दिन प्रवचन दिये। श्रद्धेय श्री स्वामी त्यागवैराग्यानन्द जी महाराज जो भावनगर, गुजरात से पधारे थे, ने तीनों दिन विभिन्न विषयों पर प्रवचन दिये।

७ मार्च के अपराह्न सत्र में श्री रामकृष्ण मिशन, चण्डीगढ़ के श्रद्धेय श्री स्वामी ब्रह्मेशानन्द जी महाराज ने 'समन्वययोग' पर प्रवचन दिया। श्री ए. पी. एन. पंकज जी, जो कि एक प्रकाण्ड विद्वान् तथा साधक हैं, ने अत्यन्त रोमहर्षक प्रवचन दिया, जिसकी सभी ने सराहना की।

त्रिदिवसीय साधना शिविर का समापन ८ मार्च को पादुका-पूजा तथा उसके उपरान्त सभी सन्तों के आशीर्वचनों सहित हुआ। चण्डीगढ़ शाखा की सचिव श्रीमती डॉ. रमणीक शर्मा ने सबका हार्दिक धन्यवाद किया। अन्त में साधु-भोजन हुआ।

कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए जिन भक्त-साधकों ने अथक परिश्रम किया, उन सभी पर सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की कृपा-वृष्टि हो!

६७वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का उद्घाटन समारोह (मार्च-अप्रैल २०११)

योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी के ६७वें बेसिक योग-वेदान्त कोर्स का उद्घाटन १ मार्च २०११ को एकाडेमी के वाचनालय में हुआ। भारत के ११ प्रान्तों में से कुल ३४ तथा दक्षिण अफ्रीका के २ विद्यार्थी शिवानन्द आश्रम के इस गुरुकुल में भाग ले कर आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्ति द्वारा धन्य होने के लिए आये।

दिव्य जीवन संघ के परमाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज तथा डी एल एस मुख्यालय के उपाध्यक्ष परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज उद्घाटन समारोह में अपनी दिव्य उपस्थिति दे कर समारोह की शोभा बढ़ा रहे थे। कार्यक्रम का शुभारम्भ माँ दुर्गा तथा दत्तात्रेय भगवान् के पावन मन्दिरों में पूजा से हुआ। तदुपरान्त वाचनालय में 'जय गणेश' प्रार्थना एवं 'गुरु-स्तोत्र' पाठ हुआ। फिर एकाडेमी के कुल-सचिव श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने सभी उपस्थित श्रोताओं का हार्दिक स्वागत किया। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने कोर्स के शुभारम्भ के प्रतीक के रूप में दीप प्रज्वलित किया। फिर

श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने विद्यार्थियों को परिचित करवाया।

इसके उपरान्त परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्द जी महाराज ने सविस्तार योग-वेदान्त कोर्स का वर्णन करते हुए महाविद्यालयों के अन्य कोर्सों से इसकी विशिष्टता पर बल दिया तथा उद्देश्यपूर्ण सुखमय जीवन जीने के लिए इसकी उपयोगिता के सम्बन्ध में भी बताया। परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने अपने उद्घाटन-प्रवचन में सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज से सम्बन्धित अपने जीवन के कतिपय प्रेरणाप्रद संस्मरण सुनाते हुए अत्यन्त विनम्रतापूर्वक अपनी समस्त ज्ञान प्राप्ति का श्रेय उनको दिया। श्री स्वामी जी महाराज ने सभी विद्यार्थियों को जीवन में पूर्ण सफलता प्राप्ति के लिए सद्गुरुदेव के कृपापूर्ण आशीर्वाद का आह्वान किया।

श्री स्वामी योगवेदान्तानन्द जी महाराज ने सबका धन्यवाद किया तथा विद्यार्थियों को आश्रम में इस दो मास की अवधि में अनुशासनपूर्वक जीवन जीने तथा अपने खाली समय को निष्ठापूर्वक जप, स्वाध्याय और निष्काम कर्मयोग में लगाते हुए उसका सद्पयोग करने को कहा। कार्यक्रम का समापन सरस्वती माँ की पूजा तथा प्रसाद वितरण से हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की कृपावृष्टि आप सब पर हो!

शिवानन्द आश्रम में संन्यास-दीक्षा

(द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय)

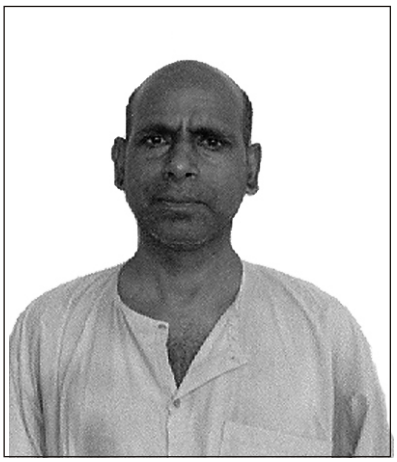
२ मार्च २०११ह्लपावन शिवरात्रि के दिन, दिव्य जीवन संघ मुख्यालय के परमाध्यक्ष, परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज ने शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर में माँ गंगा के पावन तट पर स्थित गुरुदेव कुटीर में, परम पूज्य सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम आराध्य श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज की दिव्य उपस्थिति में संन्यास-दीक्षा प्रदान की।

दशनामी परम्परा के पावन संन्यास-धर्म में दीक्षित होने वाले आश्रम के अन्तेवासी साधक निम्नांकित हैंह्लह्ल

पूर्वाश्रम-नाम	संन्यास-पट्ट
१. श्री एस. नागराज राव	स्वामी शंकरानन्द सरस्वती
२. श्री पवन कोहली	स्वामी प्रशान्तानन्द सरस्वती
३. श्री राजेन्द्र भारद्वाज	स्वामी अखिलानन्द सरस्वती
४. श्रीमती सुधा भारद्वाज	स्वामी शिवाश्रितानन्द सरस्वती
५. कु. पूर्णमासी महापात्र	स्वामी तत्त्वनिष्ठानन्द सरस्वती

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

पावन-स्मृति में



अपने पाठकों को हम शोकपूर्ण हृदय से आश्रम के अत्यन्त पुराने अन्तेवासी श्री स्वामी गुरुचरणानन्द जी के १५ मार्च को रात्रि के ११ बज कर १० मिनट पर परम पूज्य गुरुदेव के श्रीचरणों में प्रवेश पा जाने का समाचार दे रहे हैं। एक दिन पहले ही उन्हें स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएँ आ जाने के कारण ऋषिकेश शहर के निर्मल अस्पताल में भरती किया गया था। उसके उपरान्त आगामी अर्धरात्रि को उनका पार्थिव शरीर आश्रम के चिकित्सालय में ला कर प्रातः तक रखा गया।

जब अन्तिम यात्रा की तैयारी चल रही थी, उस समय इस बात का विशेष ध्यान रखते हुए, कि उनकी रुद्रम् एवं चमकम् में विशेष रुचि थी और वे अत्यन्त उत्साहपूर्वक श्री विश्वनाथ मन्दिर तथा समाधि मन्दिर की पूजाओं के समय इसमें भाग लिया करते थे, श्रद्धेय श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी तथा परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द महाराज की उपस्थिति में अन्य स्वामी जी वैदिक मन्त्रोच्चारण तब तक करते रहे, जब तक कि १० बजे आश्रम घाट की ओर उनकी शवयात्रा आरम्भ हुई। वहाँ बड़ी संख्या में आश्रम के पदाधिकारी एवं अन्तेवासी समुचित रूप से उन्हें अन्तिम विदाई देने के लिए एकत्रित थे। अन्ततः परम्परागत विधि से सम्मानपूर्वक उन्हें पावन माँ गंगा में जल-समाधि दे दी गयी।

रात्रि सत्संग में परम पूज्य श्री स्वामी विमलानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्द जी महाराज ने दिवंगत आत्मा के प्रति भावपूर्ण, सम्मानपूर्ण एवं हृदयस्पर्शी श्रद्धांजलि समर्पित करते हुए श्री स्वामी गुरुचरणानन्द जी के जीवन एवं व्यक्तित्व सम्बन्धी विभिन्न पहलुओं की चर्चा की तथा आश्रम के प्रति उनकी दीर्घकालीन, अथक एवं गहन सेवा की भूरि-भूरि प्रशंसा की।

उनके पिता प्राकृतिक चिकित्सक थे तथा वे अपने परिवार सहित आन्ध्र प्रदेश के कृष्णा जिले के गुडिवाडा से पूर्वी गोदावरी जिले के धवलेश्वर कस्बे में चले गये थे। वहाँ पर उन्होंने 'श्री पोट्टिश्रीरामुलु प्रकृति चिकित्सालय क्लीनिक' प्रारम्भ किया। श्री स्वामी गुरुचरणानन्द इस धर्म-परायण परिवार के चतुर्थ पुत्र थे।

उन्होंने टनुकु नामक नगर में पॉलेटेक्नीक संस्था में एन. एस. वी. राव नामक प्राध्यापक के निर्देशन में शिक्षा प्राप्त की, जो कि स्वयं ही हमारे आश्रम के गहन भक्त थे। उन्हीं से परिचित हो कर उन्होंने १९६७ में शिवानन्द आश्रम में प्रवेश प्राप्त किया।

सम्भवतया आश्रम के लगभग सभी विभागों में इतनी दक्षतापूर्वक सेवा करने वालों में से वे एक विलक्षण एवं असाधारण उदाहरण थे। हर काम को पूर्णतया सही ढंग से करने का गुण उनमें जन्मजात था। चिकित्सालय विभाग, कार्यालय विभाग, अन्नपूर्णा, कैश ऑफिस, खरीदारी विभाग तथा छापाखाना इत्यादि उनमें से कुछ विभागों के नाम हैं जिनमें उन्होंने सेवा की। उन्होंने दिव्य जीवन संघ के बहुत से राष्ट्रस्तरीय एवं राज्यस्तरीय सम्मेलनों में भाग लिया किन्तु विशेष योग्यता छापेखाने में कम्पोज़ करने, सम्पादन करने तथा प्रूफ देखने इत्यादि में थी, जिसे वह अत्यन्त प्रसन्नतापूर्वक पूर्ण दक्षता से किया करते थे। आश्रम के सभी अन्तेवासी उन्हें प्रेम से 'ब्रह्माजी' बुलाते थे।

उनकी आत्मा शाश्वत शान्ति में निवास करे!

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के प्रतिवेदन

अहिवारा (छत्तीसगढ़): माह फरवरी, वर्ष २०११ में शाखा ने दैनिक सत्संग, पूजा और एकादशी की तिथियों को महामृत्युंजय मन्त्र के जप किये।

अम्बाला (हरियाणा): शाखा के साप्ताहिक सत्संग प्रति रविवार को, इसके साथ आधे घण्टे के महामृत्युंजय जप का सामूहिक पाठ; श्री हनुमान जी के स्तोत्र और भजन प्रति मंगलवार को तथा दिनांक १३ फरवरी को वीडियो-सत्संग सम्पन्न हुए। डॉ. ओ. पी. शर्मा जी, शाखा के अध्यक्ष के विवाह की स्वर्ण-जयन्ती निमित्त शिवानन्द आश्रम मुख्यालय में ५७ स्वजनों के साथ पूजा-भण्डारा, सम्मान-समारोह में, श्री शर्मा जी ने उपस्थिति दी। दो औषधालयों द्वारा होमियोपैथिक सेवाएँ चलती रहीं।

बड़कुँआल (ओडिशा) : स्तोत्र-पाठ सहित प्रतिदिन प्रभात में द्विवार पूजाएँ, तदुपरान्त विष्णु सहस्रनाम तथा श्रीमद्भागवत-स्वाध्याय सायंकाल में; साप्ताहिक सत्संग प्रति गुरुवार को; तथा प्रति रविवार और 'शिवानन्द-दिवस' को पादुका-पूजा आदि की सम्पन्नता शाखा ने की।

बढ़ियाउस्ता (ओडिशा): दिनांक ३ और ४ को, समीपवर्ती ग्रामों में, ३२८ और २५० छात्रों की प्रतिभागिता युक्त युवा-शिविरों में, ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-पादुका-पूजा, योगासन वर्ग और आध्यात्मिक प्रवचन पूर्ण होने के साथ-साथ ज्ञान-प्रसाद और अन्न-प्रसाद के वितरण; चिदानन्द आश्रम में २०० प्रतिभागियों युक्त ब्राह्ममुहूर्तीय प्रार्थना-ध्यान, पादुका-पूजा, नगर-संकीर्तन, भजन-कीर्तन, रात्रिभर की पूजाद्वय कार्यक्रम शाखा द्वारा आयोजित हुए।

बालेश्वर (ओडिशा): *नियमित गतिविधियाँ*द्वय प्रतिमाह द्वितीय रविवार को पादुका-पूजा तथा सब पवित्र दिनों को पादुका-पूजा और अकिंचनों को अन्नदान। *विशेष गतिविधियाँ*द्वय (१) एक सेमिनार का आयोजन किया गया जिसमें आदरणीय श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी तथा प्राध्यापक हुदानन्द रे जी ने उपस्थिति दे कर उसे सफल बनाया। (२) दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव के निमित्त दिनांक १५ जनवरी २०११ को प्रभात में पादुका-पूजा तथा एक सार्वजनिक सभा में टाउन हाल में आदरणीय श्री स्वामी धर्मनिष्ठानन्द जी और श्री भागीरथी पात्रा जी ने अन्य वक्ताओं के साथ प्रवचन दिये। (३) माध्यत्मिक शाला के छात्रों के लिए वक्तृत्व-प्रतियोगिता रखी गयी।

बेंगलूरु (कर्नाटक): प्रति गुरुवार को पादुका-पूजा, सत्संग में स्वाध्याय और स्तोत्र-पाठ; प्रति शुक्रवार को श्री विष्णु और देवी स्तोत्र-पारायण और देवी की कुंकुम-अर्चना; दिनांक २ जनवरी को भव्य अभिषेक, पुष्पों द्वारा सुशोभन, स्तोत्र-पाठ, महामृत्युंजय-मन्त्र-जप, आरती, महाप्रसाद आदि शाखा की गतिविधियों के उपरान्त, दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव के निमित्त, दिनांक १३ से दिनांक १६ जनवरी पर्यन्त, चार दिवसीय भक्ति-संगीत का कार्यक्रम आयोजित हुआ।

बारिपदा (ओडिशा): नियमित पादुका-पूजा, दिनांक ६ फरवरी को मासिक साधना-दिन तथा कुष्ठरोगियों की बस्ती में, ८२ अन्तेवासियों को मासिक आवश्यक औषधियों का निःशुल्क वितरणद्वय सारी विशेष गतिविधियाँ शाखा द्वारा सम्पन्न हुईं।

बेल्लारी (कर्नाटक): दैनिक पूजा, प्रति रविवार को पादुका-पूजा, सत्संग के अतिरिक्त शाखा ने दिनांक ७ जनवरी को परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी की पुण्यतिथि को विशेष पूजा और सत्संग तथा दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव दिनांक १३ जनवरी को भी विशेष पूजा और सत्संग पूर्ण किये। शाखा के भूतपूर्व अध्यक्ष श्री पोला बसवराज जी तथा शाखा के भूतपूर्व कोषाध्यक्ष श्री चन्नोमल्लपा जी की आत्माओं की शान्ति हेतु दिनांक ३० जनवरी को और दिनांक ९ जनवरी को प्रार्थना-सभाएँ रखी गयीं।

भिलाई (छत्तीसगढ़): *नियमित गतिविधियाँ*द्वयदिनांक १६ जनवरी को मासिक सत्संग, साथ में पादुका-पूजा, संकीर्तन, भोग इत्यादि; मातृ-सत्संग में प्रति मंगलवार और शुक्रवार को क्रमशः हनुमान जी और देवी ललिता सहस्रनाम स्तोत्र एवं एकादशी की तिथियों को श्रीमद् भगवद् गीता एवं विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र का सम्पूर्ण पारायण। *विशेष गतिविधियाँ*द्वयदिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव हेतु विशेष रूप से निर्मित पण्डाल में एक सार्वजनिक सभा रखी गयी। ३०० प्रतिभागियों को विख्यात वक्ताओं ने प्रेरक, उद्बोधक प्रवचन दिये। भक्ति-संगीत भी अन्य मुख्य कार्यक्रमों में प्रस्तुत हुआ।

भुवनेश्वर, खण्डगिरी (ओडिशा): प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग, प्रति सोमवार मातृ-सत्संग, प्रति गुरुवार पादुका-पूजा तथा चिदानन्द-दिवस को १२ घण्टों पर्यन्त मन्त्र-जप के आधिक्य में शाखा द्वारा नूतन-वर्ष के आरम्भ निमित्त १ जनवरी को आध्यात्मिक प्रवचन युक्त विशेष सत्संग; दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव हेतु ब्राह्ममुहूर्त से ले कर, दिनभर के प्रार्थना, नगर-संकीर्तन, पादुका-पूजा, जप, विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र का पाठ, श्रीमद् भागवत पाठ, आदरणीय श्री स्वामी शिवचिदानन्द जी द्वारा प्रवचन आदि कार्यक्रम सम्पन्न हुए। ७५ कुष्ठरोगियों को अन्न-वस्त्र का वितरण, निःशुल्क स्वास्थ्य-परीक्षण-जाँच के कैम्प में १२ निष्णात डाक्टर विशेषज्ञों ने ६०० मरीजों को जाँचा, अकिंचन तथा ज़रूरतमन्दों को निःशुल्क औषधियाँ दी गयीं। इसके पूर्व श्रीमद् भगवद् गीता जयन्ती को गीता-यज्ञ में सैकड़ों भक्तों ने भाग लिया।

छत्रपुर (ओडिशा): शाखा ने दैनिक सान्ध्य-सत्संग, साप्ताहिक सत्संग तथा भक्तों के आवासों पर फरवरी में ८ चल-सत्संग पूर्ण करके, शिवानन्द-दिवस और चिदानन्द-दिवस को पादुका-पूजन किया। उपरान्त, श्री सुन्दरकाण्ड का मासिक पारायण तथा समीपवर्ती ग्रामों में दो अन्य पारायण किये। देवी श्री सरस्वती की विशेष पूजा-अर्चना बसन्तपंचमी को सम्पन्न हुई।

चिकिलि (ओडिशा): *नियमित गतिविधियाँ*ह्नह्नसभी ५५ सदस्यों ने शनिवार को साप्ताहिक सत्संग तथा बृहस्पतिवार को चल-सत्संग पूर्ण करके शुक्ल एकादशी को १२ घण्टों का अखण्ड मन्त्र जप और पादुका-पूजा, शिवानन्द-दिवस सहित सम्पन्न की। *विशेष गतिविधियाँ*ह्नह्न(१) दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव में पादुका-पूजा, सम्पूर्ण गीता-पारायण, भजन-कीर्तन किये गये। (२) महाशिवरात्रि-उत्सव में २७ घण्टों के पंचाक्षर मन्त्र के जप तथा पादुका-पूजन, (३) एक माध्यमिक शाला में युवा-कैम्प में योगासन-वर्ग, प्रवचन तथा मार्गदर्शन दिये गये।

चित्रकोण्डा (ओडिशा): साप्ताहिक सत्संग रविवार को; साप्ताहिक चल-सत्संग बृहस्पतिवार को; शिवानन्द-दिवस को पादुका-पूजा, चिदानन्द-दिवस को १२ घण्टों का अखण्ड जप, संक्रान्ति दिन को सुन्दरकाण्ड-पारायण, माह के अन्तिम रविवार को 'मासिक साधना-दिवस' तथा नारायण-सेवा के आधिक्य में शाखा ने नूतन वर्ष के दिनभर के आध्यात्मिक कार्यक्रम आयोजित किये। प्रति रविवार को १७ निराश्रित लोगों को अन्न-दान और निःशुल्क होमियोपैथिक औषधालय सेवाओं आदि का सातत्य रहा।

घारी (मणिपुर): शाखा द्वारा श्रीमद् भगवद् गीता तथा दिव्य जीवन संघ विषयक प्रवचनों युक्त जिला-स्तर पर सत्संग आयोजित हुआ, जिसमें १५० प्रतिभागियों ने मध्याह्न भोजन के रूप में प्रसाद लिया।

हैदराबाद (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा मनाये गये दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव के कार्यक्रमों में दिन-भर के कार्यक्रम आयोजित हुएह्नह्नसुप्रसिद्ध व्यक्तियों द्वारा 'आध्यात्मिकता के प्रसार में दिव्य जीवन संघ की भूमिका','दिव्य जीवन संघ के प्रकाशन' तथा 'स्वामी शिवानन्द जी' आदि विषयक प्रवचन; योगासन-निर्देशन, परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज तथा परम पूज्य गुरुमहाराज श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज के जीवन तथा उपदेशों विषयक वीडियो शो; तथा अमृत महोत्सव के अन्तर्गत पूर्व आयोजित छात्रों की वक्तृत्व-स्पर्धा के विजेताओं को, रेवेन्यु डिपार्टमेन्ट के मुख्य सचिव डॉ. रमणाचारी द्वारा पुरस्कार-वितरण।

जयपुर (ओडिशा): *नियमित गतिविधियाँ*ह्नह्नदैनिक द्विवार पूजाएँ, प्रति रविवार और गुरुवार को साप्ताहिक द्विवार सत्संग, चार चल-सत्संग तथा शिवानन्द-दिवस को हवन, पूजा एवं प्रसाद-सेवन। *विशेष गतिविधियाँ*ह्नह्न(१) नूतन वर्ष के दिन विशेष सत्संग। (२) परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी की पुण्यतिथि निमित्त विशेष सत्संग। (३) दिनांक १३, १४ जनवरी को दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव को विशेष सत्संग। (४) ८० भक्तों की प्रतिभागिता युक्त श्री हनुमान चालीसा के १०८ आवर्तन। (५) दिनांक २ और दिनांक २३ जनवरी को श्रीमद् भगवद् गीता यज्ञ में प्रत्येक श्लोक के बाद द्वादशाक्षर मन्त्र-सम्पुट युक्त आहुतियाँ दी गयीं। (६) होमियोपैथिक औषधालय ने माह में ४५० मरीज़ों का उपचार किया।

कानपुर (उत्तर प्रदेश) : दिनांक १० फरवरी को पूर्णाहुति युक्त माहभर का श्री रामायण पाठ का परिचालन, मासिक सत्संग, प्रति मंगलवार को रामायण-पाठ आदि नियमित गतिविधियों के उपरान्त (१) दिनांक ११ फरवरी को महामन्त्र की १०,००० आहुतियों के साथ हवन, (२) मकर संक्रान्ति को निर्धनों को रु. ६००० के मूल्य का कच्चा राशन और अन्नदान आदि विशेष गतिविधियाँ सम्पन्न हुईं।

कंटाबाँजी (ओडिशा): शाखा के रविवार के सत्संग में भगवद् गीता का स्वाध्याय समाविष्ट हुआ।

खातिगुडा (ओडिशा): द्विवार पूजा, साप्ताहिक सत्संग बृहस्पतिवार को, एक चल-सत्संग, विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र पाठ के साथ एकादशी का सत्संग, १२ घण्टों के अखण्ड महामन्त्र कीर्तन सहित दिनांक ६ फरवरी को मासिक साधना-दिन और नारायण-सेवाद्वय गतिविधियाँ शाखा ने पूर्ण कीं।

खुर्दा रोड, जतनी (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक सत्संग, एक चल सत्संग, दिनांक १ फरवरी को भजन-सन्ध्या, दिनांक ६ और १३ फरवरी को श्रीमद् भगवद् गीता पारायण के अतिरिक्त दिनांक ७ जनवरी को प्रश्नोत्तर और वक्तृत्व स्पर्धा के लिए, आन्तर-शालेय दिव्य जीवन छात्रों का एक सम्मेलन-मीटिंग रखी। ''कुष्ठरोग विरोधी दिन'' को ४० कुष्ठरोग के मरीजों को कच्चा राशन, खाद्य-पदार्थों के पैकेट और स्टील की प्लेटें वितरित हुईं।

खुर्जा (उत्तर प्रदेश): हर रविवार को स्वाध्याय सहित सत्संग और कीर्तन, हर एकादशी को मातृसंकीर्तन-सत्संग, दैनिक प्रभातीय योगासन-वर्ग और प्रति रविवार को ध्यान-वर्गद्वयभाइयों के लिए एवं दैनिक सान्ध्य-सत्संग महिलाओं हेतु आदि नियमित गतिविधियों के अतिरिक्त परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की ११वीं पुण्यतिथि को विशेष कार्यक्रम रखे गये। श्री स्वामी देवानन्द होमियोपैथिक औषधालय की सेवाएँ चलती रहीं। ज्ञान-प्रसाद वितरित किया गया।

मंझिगुडा (छत्तीसगढ़): शाखा ने अमृत महोत्सव निमित्त श्री रामायण-पारायण रखा। भव्य नगर-यात्रा और शोभा-यात्रा के पश्चात् पादुका-पूजा, भण्डारा प्रसाद सबको वितरण किया गया।

नलगोंडा (आन्ध्र प्रदेश): *नियमित गतिविधियाँद्वय*दैनिक सत्संग में गीता-पाठ, रामायण का स्वाध्याय और श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र, श्री लक्ष्मी अष्टोत्तरशतनाम स्तोत्र और श्री ललिता सहस्रनाम स्तोत्र के पाठ प्रति शुक्रवार को। *विशेष गतिविधियाँद्वय*(१) परम पूज्य श्री स्वामी देवानन्द जी महाराज की ११वीं पुण्यतिथि को, कुष्ठरोग के भर्ती हुए मरीजों को और सरकारी अस्पताल के क्षयरोग विभाग के मरीजों को फल-वितरण। सायंकाल में विशेष सत्संग किया गया। (२) दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव के दिवस को, सरकारी अस्पताल में भर्ती ३०० मरीजों को बिस्कुट के पैकेट का वितरण और आयोजित विशेष सत्संग में 'दिव्य जीवन संघ' तथा 'स्वामी शिवानन्द जी का सन्देश' विषयक प्रवचन दिये गये। (३) दिनांक २० जनवरी को श्री हनुमान चालीसा के ५४ आवर्तन किये गये।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): दैनिक ब्राह्ममुहूर्तीय ध्यान, जप और स्तोत्र-पाठ; दैनिक सान्ध्य-सत्संग, साप्ताहिक सत्संग प्रति गुरुवार को, प्रति शनिवार को श्री सुन्दरकाण्ड तथा श्री हनुमान चालीसा के पारायण युक्त मातृ-सत्संग, श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र तथा सम्पूर्ण गीता पारायण प्रति एकादशी को, हर माह दिनांक ३ को महामन्त्र का अखण्ड संकीर्तन इत्यादि के साथ-साथ दिव्य जीवन संघ के अमृत महोत्सव के अन्तर्गत (१) *वक्तृत्व स्पर्धा*, दो स्तरों परद्वयशालेय स्तर और आन्तरशालेय स्तर पर, शालेय स्तर पर विजेता छात्रों के लिए थी। शालेय स्तर प्राथमिकद्वयमिडल और माध्यमिकद्वयइस प्रकार विभाजित था। इसमें ९ संस्थाओं के ३३ छात्रों ने भाग लिया। (२) इसी तरह इन स्तरों का उपयोग करके, ४ शालाओं की प्रतिभागिता सहित, योगासन-स्पर्धा सम्पन्न हुई। (३) योगासन-वर्ग तीन शालाओं में आयोजित हुए। (४) शाखाओं की पुनर्गतिशीलताद्वयनन्दिनीनगर शाखा के पदासीन व्यक्तियों ने दुर्ग शाखा में तथा राजनंदगाँव में जनवरी में सत्संग आयोजित किये तथा दिनांक ८ और २० फरवरी में वे दुर्ग शाखा में पुनश्च गये।

नई दिल्ली, वसन्त विहार : शाखा ने प्रति रविवार के आयोजित साप्ताहिक सत्संगों में, प्रथम रविवार को श्री सुन्दरकाण्ड पारायण, द्वितीय रविवार को ध्यान, तृतीय रविवार को गुरुदेव की पुस्तकों का स्वाध्याय तथा चतुर्थ रविवार को एक आध्यात्मिक प्रवचन का समावेश होता है।

फुलबानी (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक द्विवार पूजाएँ, प्रति रविवार को साप्ताहिक सत्संग तथा शिवानन्द-दिवस और चिदानन्द-दिवस को पादुका-पूजा का परिचालन हुआ।

सालेपुर (ओडिशा): *नियमित गतिविधियाँद्वय*(१) दैनिक प्रभातीय प्रार्थना, पूजा, ध्यान; सायंकाल में योगासन, स्वाध्याय, पूजा, ध्यान, स्तोत्र-पाठ; (२) जनवरी के चतुर्थ और पंचम रविवार को सत्संग, गीता-पारायण प्रथम रविवार को और योगासन-प्राणायाम-ध्यान द्वितीय रविवार को, मासिक साधना-दिन तृतीय रविवार को; (३) शिवानन्द-दिवस को पादुका-पूजा, द्वितीय शनिवार को श्री

सुन्दरकाण्ड-पारायण तथा १३६ मरीजों को स्वास्थ्य-सेवाओं का अर्पण। *विशेष गतिविधियाँ*ह्वह्व(१) ३५ छात्रों-अध्यापकों को योगासन प्रशिक्षण दिया गया। (२) नूतन वर्ष का विशेष सत्संग। (३) अमृत महोत्सव में साधना और विशेष सत्संग। (४) अखण्ड जप : दिनांक २६ जनवरी को छह घण्टों के महामन्त्र का अखण्ड जप।

साउथ बलण्डा (ओडिशा): द्विवार पूजाओं के आधिक्य में शाखा ने प्रति शुक्रवार साप्ताहिक सत्संग, प्रति रविवार को बाल-विकास सत्संग, पादुका-पूजा प्रभात में और विशेष सत्संग सन्ध्या को, महामन्त्र के ३ घण्टों के अखण्ड जप के उपरान्त, और पुनश्च उपरोक्त जप के पश्चात् १३० भक्तों द्वारा प्रसाद-सेवन आदि सम्पन्न किये।

सुनाबेडा (ओडिशा): स्वाध्याय सहित, साप्ताहिक द्विवारह्वह्वप्रति गुरुवार और रविवार को साप्ताहिक सत्संग तथा अमृत महोत्सव निमित्त पादुका-पूजा, हवन, भजन-कीर्तन, प्रभातीय सत्र में ध्यान और सायंकाल में विशेष सत्संग, स्वाध्याय सहित।

सुनाबेडा, महिला शाखा (ओडिशा): *नियमित गतिविधियाँ*ह्वह्वप्रभात में दैनिक पूजा, श्रीमद् भागवत पाठ, मन्त्र-जप; सायंकाल में महामन्त्र का अखण्ड संकीर्तन और गीता-पाठ; प्रति बुधवार और शनिवार को साप्ताहिक द्विवार सत्संग; प्रति रविवार बालकों के लिए सत्संग; प्रति एकादशी को पादुका-पूजा और श्री विष्णु सहस्रनाम स्तोत्र का पाठ; चिदानन्द-दिवस को महामृत्युंजय मन्त्र का १२ घण्टों का अखण्ड संकीर्तन; तथा प्रति मंगलवार को नारायण-सेवा। *विशेष गतिविधियाँ* :(१) नूतन वर्षोत्सवह्वह्वविशेष सत्संग। (२) बसन्त पंचमी को विशेष पूजा और श्री सरस्वती देवी की विशेष पूजा-अभिषेक।

वडोदरा (गुजरात): प्रति गुरुवार को साप्ताहिक सत्संग; शिवानन्द-दिवस तथा चिदानन्द-दिवस को सरकारी अस्पताल में भर्ती हुए मरीजों को बिस्कुट-पैकेटों का वितरण तथा पादुका-पूजा और मन्त्र-जप। सप्ताह में ४ दिनों की होमियोपैथिक औषधालय की सामाजिक सेवाएँ और सप्ताह में २ दिनों की आयुर्वेदिक औषधालय की सामाजिक सेवाएँ तथा अकिंचनों को निःशुल्क औषधियों का वितरण आदि का सातत्य रहा। आदरणीय श्री यू. वी. स्वादिया जी की पुण्यतिथि को पादुका-पूजा एवं अमृतमहोत्सव को पादुका-पूजा और सत्संग सम्पन्न हुए।

वाराणसी (उत्तर प्रदेश): दिनांक १३ और २७ फरवरी को शाखा ने स्वाध्याय सहित पाक्षिक सत्संग पूर्ण किये। शाखा ने गुर्दे के एक मरीज़ के उपचार के लिए ६००० रुपये चण्डीगढ़ शाखा को दिये।

विक्रमपुर (ओडिशा): *नियमित गतिविधियाँ*ह्वह्वब्राह्ममुहूर्त की सभा में प्रार्थना-ध्यान, द्विवार पूजा, प्रति बुधवार को साप्ताहिक सत्संग तथा शिवानन्द-दिवस को पादुका-पूजा। *विशेष गतिविधियाँ*ह्वह्व(१) अमृत महोत्सव में पादुका-पूजा और एक चल-सत्संग। (२) दिनांक ११ जनवरी को एक अन्य चल-सत्संग।

सूचना

द डिवाइन लाइफ सोसायटी आध्यात्मिक सम्मेलन, जालन्धर, पंजाब

परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की अपार कृपा से ५ से ७ मई २०११ को ओम दिव्य प्रेम मन्दिर, जालन्धर, पंजाब में परम पूज्य श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज की ९२वीं जन्म-जयन्ती तथा उत्तरी क्षेत्र का क्षेत्रीय सम्मेलन आयोजित किया जा रहा है।

इस सम्मेलन में डी एल एस मुख्यालय से वरिष्ठ सन्त पधार कर आशीर्वादित करेंगे। आध्यात्मिक ज्ञान के प्रसारण तथा विश्व-शान्ति की स्थापना के लक्ष्य को ले कर किये जाने वाले इस सम्मेलन एवं जन्मोत्सव में सभी भक्त सादर आमन्त्रित हैं।

पंजीकरण तथा अन्य सूचनाओं के लिए सम्पर्क सूत्रह्वह्व

१. श्री वीरेन्द्र प्रताप (वीर जी) ०९८८८९९७१९२

२. श्री आर. के. चोपड़ा ०९८७८८०३६०१, ०१८१-२२५४३२२