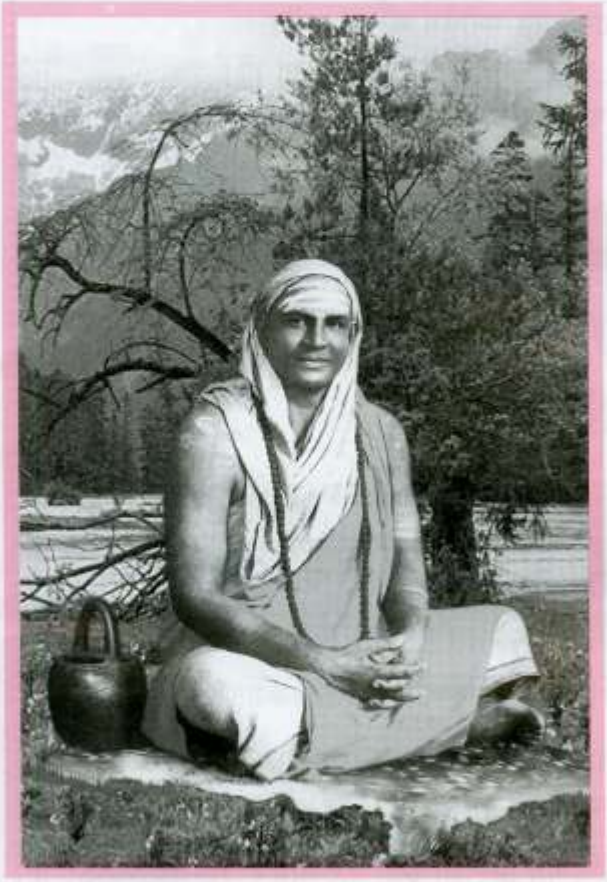
₹ १००/- वार्षिक

दिव्य जीवन



इस अखिल विश्व तथा समस्त जीवों एवं वस्तु-पदार्थों के मूल स्रोत, गुरुओं के परम गुरु, परमात्मा आपके हृदय-मन्दिर में नित्य विराजमान हैं। वे आपके अत्यधिक समीप हैं। वे अपनी बाँहे फैलाए, अत्यन्त प्रेमपूर्वक आपको स्वीकार करने हेतु तत्पर बैठे हैं। उनकी शरण में जायें, केवल उन पर ही निर्भर रहें। स्पष्ट बोधपूर्वक अपने इन अन्तर्वासी शाश्वत परमात्म-तत्त्व से तादात्म्य करें। केवल तभी आपको शाश्वत शान्ति, असीम आनन्द, परम तृप्ति एवं अमृतत्व की प्राप्ति होगी।

स्वामी शिवानन्द

जून २०२४

विश्व–प्रार्थना

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

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

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

स्वामी शिवानन्द

कभी निराश न हों

आपको कर्म करने में स्वतन्त्रता है। आप अपने कर्म को जैसे भी चाहें, कर सकते हैं। उचित चिन्तन एवं उचित कर्म द्वारा आप एक योगी अथवा ज्ञानी बन सकते हैं। मनुष्य एक असहाय प्राणी नहीं है। उसकी एक अपनी स्वतन्त्र इच्छा–शक्ति है।

अतः सभी प्रतिकूल परिस्थितियों पर विजय पाइए। साहस रखिए। वीर बनिए। कभी भी निराश न होइए। आप सफल होंगे। इस संसार में सम्यक् पुरुषार्थ के द्वारा कुछ भी अप्राप्य नहीं है।

अब जागिए। अपनी आँखें खोलिए। सदाचारी मनुष्य बनिए। अच्छे कर्म करिए। हरि के नाम का गायन करिए। सतत सत्संग करिए। सारी बुरी आदतें नष्ट हो जायेंगी। शुद्ध बनिए। ध्यान करिए। आप लक्ष्य को प्राप्त करेंगे।

स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन

Vol. XXXV	जून २०२४	No. 03

प्रश्नोपनिषद्

चतुर्थः प्रश्नः

अत्रैष देवः स्वप्ने महिमानमनुभवति। यद्दृष्टं दृष्टमनुपश्यति श्रुतं श्रुतमेवार्थमनुशृणोति देशदिगन्तरैश्च प्रत्यनुभूतं पुनःपुनः प्रत्यनुभवति दृष्टं चादृष्टं च श्रुतं चाश्रुतं चानुभूतं चाननुभूतं च सच्चासच्च सर्वं पश्यति सर्वः पश्यति ।।५ ।।

इस स्वप्नावस्था में यह देव (मन) अपनी महिमा का अनुभव करता है। इसने (जाग्रत अवस्था में) जो देखा होता है, उस देखे हुए को देखता है, सुनी हुई बातों को ही सुनता है, देश–देशान्तर में प्राप्त हुए अनुभवों का ही पुनः पुनः अनुभव करता है। यह देखे हुए, बिना देखे हुए, सुने हुए, बिना सुने हुए, अनुभव किए हुए, बिना अनुभव किए हुए तथा सत् एवं असत् सभी प्रकार के पदार्थों को देखता है और सर्वरूप होकर देखता है।

शिवानन्दस्तोत्रपुष्पांजलिः
SIVANANDA-STOTRAPUSHPANJALI
PART–II

श्री स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती

नित्यकल्याणवाराकरं श्रीकरं
कृत्यबोधान्वितं स्तुत्यनानागुणम्
नुत्यमत्रं नृणां श्रीशिवानन्दस–
द्देशिकं भावये दिव्ययोगीश्वरम्।।४७।।

मैं दिव्य योगीश्वर गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का श्रद्धापूर्वक ध्यान करता हूँ जो कल्याणकारिता–शुभता के सागर हैं, श्री–समृद्धि प्रदाता हैं, जो अपने पावन कर्तव्यों के निर्वहन में निरन्तर संलग्न रहते हैं, जिनके नाना गुणों की सभी प्रशंसा करते हैं तथा जो सर्व–आराधनीय हैं।

सकलागमसारमयोक्तिचयै–
श्शकलीकृतमानुषतापगणम्
अकलङ्कमनोहरशीलयुतं
शिवदेशिकमेव भजे सततम्।।४८।।

जो सकलशास्त्रसार–युक्त अपने अमृतवचनों से मनुष्यों के दुःखों–कष्टों का नाश करते हैं तथा जिनका चरित्र अत्यन्त पावन एवं मनोहारी है, उन गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की मैं भावपूर्वक सतत आराधना करता हूँ।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार संन्यास

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

श्रीमद्भगवद्गीता में प्रतिपादित 'संन्यास-धर्म' का पालन करें। दिगम्बर अर्थात् वस्त्रहीन रहने से मुक्ति प्राप्त नहीं होती है। किसी गुफा में निष्क्रिय होकर बैठने से भगवद्-प्राप्ति नहीं होती है। भगवान् श्री कृष्ण ने श्रीमद्भगवद्गीता में संन्यास की सुन्दर परिभाषा दी है। प्रत्येक मनुष्य को उनके द्वारा बताए गए संन्यास-धर्म का पालन करना चाहिए।

श्रीमद्भगवद्गीता में प्रतिपादित संन्यास-आदर्श, विश्व के प्रत्येक पुरुष एवं स्त्री के लिए अनुकरणीय है। यह संन्यास 'योग' कहलाता है; श्रीमद्भगवद्गीता का प्रधान योग 'संन्यास' ही है। योग एवं संन्यास अभिन्न हैं। समस्त संकल्पों का त्याग किए बिना, आप योग-साधना नहीं कर सकते हैं। यदि आप अहंकार के अतिरिक्त, अन्य सब कुछ का त्याग कर देते हैं, तो आपको त्याग एवं वैराग्य का अभिमान हो जाता है। अभी आप मानते हैं कि 'मैं एक गृहस्थ हूँ'; परन्तु यदि आप अहंकार का त्याग किए बिना, संन्यास ग्रहण कर लेते हैं तो आप संन्यास-अभिमान से युक्त होकर कहेंगे कि 'मैं एक संन्यासी हूँ'। एक अहंकार-युक्त संन्यासी अत्यन्त सूक्ष्म एवं सुदृढ़ रूप में भव-पाश में बँधा होता है; क्योंकि उसका अहंकार अत्यधिक सूक्ष्म एवं प्रबल होता है।

श्रीमद्भगवद्गीता में प्रतिपादित 'संन्यास' बुद्धि योग की पराकाष्ठा है। इसका अभिप्राय है कि आपमें वास्तविक विवेक होना चाहिए। आपको नित्य-अनित्य, सत्य-असत्य में भेद करने की क्षमता से सम्पन्न होना चाहिए तथा आपको यह ज्ञान होना चाहिए कि किसका त्याग किया जाना है।

अधिकांशतः मनुष्य बाहरी स्तर पर कुछ त्याग कर देते हैं और स्वयं को महान् संन्यासी मानने लगते हैं। उनके लिए संन्यास, वस्त्रों का त्याग, कुछ असामान्य पदार्थों का उपभोग तथा ऐसी अन्य विचित्र क्रियाएँ ही है। निःसन्देह, वस्तु-पदार्थों का त्याग अत्यावश्यक है, परन्तु सर्वप्रथम अहंकार का त्याग किया जाना चाहिए। अहंकार-त्याग के बिना, यह बाहरी त्याग महत्त्वहीन है। क्योंकि प्रत्येक बाहरी पदार्थ के त्याग के साथ, आन्तरिक अहंकार सबल-सुदृढ़ होता जाएगा। आप गर्वपूर्वक यह सोचेंगे और कहेंगे, ''मैंने चीनी का त्याग कर दिया है; मैंने जूतों का त्याग कर दिया है; मैं कभी धन का स्पर्श नहीं करता हूँ।'' इसके विपरीत, यदि आप विचार, निःस्वार्थ सेवा, प्राणायाम, जप, कीर्तन एवं स्वाध्याय द्वारा पहले अहंकार का त्याग करते हैं, तो आपके लिए संसार के वस्तु-पदार्थ अपना आकर्षण खो देंगे तथा वे स्वयं ही सहज एवं अनायास रूप में आपसे छूट जायेंगे। यही श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार संन्यास है।

संन्यास के नाम पर कुछ मनुष्य सेवा एवं मूर्तिपूजा की निन्दा-भर्त्सना करते हैं। यह उनका अज्ञान एवं भ्रम ही है। केवल अवधूत दत्तात्रेय एवं महर्षि शुकदेव

'नेसेसिटी फॉर संन्यास' पुस्तक से उद्धृत आलेख का अनुवाद

जैसे महापुरुष ही चौबीस घण्टे ब्रह्मानन्द में मग्न रह सकते हैं। आज के प्रत्येक संन्यासी के लिए मानव-सेवा एवं भगवद्-आराधना अत्यन्त आवश्यक है। इनके बिना, वह आध्यात्मिक प्रगति नहीं कर सकता है।

यज्ञ, दान एवं तप

भगवान् श्री कृष्ण दृढ़तापूर्वक उद्घोषित करते हैं कि मनुष्य को यज्ञ, दान एवं तप का कभी त्याग नहीं करना चाहिए। ब्रह्माण्ड यज्ञ द्वारा ही सम्पोषित होता है। आत्म-त्याग, यज्ञ है। मानवता की निःस्वार्थ सेवा हेतु अपने अहंकार की आहुति देना एक महान् यज्ञ है। आध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार महानतम यज्ञ है, क्योंकि यह अन्य समस्त यज्ञों का स्त्रोत है। प्रत्येक निःस्वार्थ कर्म यज्ञ है। प्रत्येक निःस्वार्थ कार्य आपके हृदय को पवित्र करता है, तथा आपको आत्म-साक्षात्कार के महान् लक्ष्य के और समीप ले जाता है।

दान भी अत्यन्त आवश्यक है। केवल किसी को धन देना ही दान नहीं है। अन्य मनुष्यों के कल्याण के लिए प्रार्थना करना, उनकी सेवा करना भी दान का एक स्वरूप है। करुणाशील एवं स्नेहशील होना भी दान ही है। अपने प्रति की गई हानि के लिए उत्तरदायी व्यक्ति को क्षमा कर देना तथा उसकी त्रुटि को भुला देना भी दान का एक प्रकार है। किसी दुःखी व्यक्ति को अपने दयापूर्ण शब्दों से सान्त्वना देना भी एक प्रकार का दान है। इस प्रकार, प्रत्येक मनुष्य दानशील बन सकता है; उसे अपनी क्षमतानुसार दान-कार्य अवश्य करने चाहिए।

शरीर, मन एवं वाणी का निग्रह-संयम, तप कहलाता है। भगवान् श्री कृष्ण ने यह भी सुस्पष्ट किया है कि शरीर को पीड़ा-कष्ट देना वास्तविक तप नहीं है। शम, दम एवं तितिक्षा द्वारा, अपनी इन्द्रियों को संयमित करें। विचार एवं विवेक द्वारा, अपने मन को नियन्त्रित करें। मौन, मितभाषण एवं मधुरभाषण द्वारा, वाणी का निग्रह करें। यही तप है।

यज्ञ, दान एवं तप — इन तीनों पावन कर्मों का कभी त्याग नहीं करना चाहिए। एक भगवद्-भक्त समस्त प्राणियों के कल्याण हेतु सदैव व्यस्त रहता है। वह आलसी नहीं होता है। एक आलसी मनुष्य कार्य से भयभीत होता है। वह कायर होता है। उसके लिए संन्यास अपनी दुर्बलताओं को छिपाने का एक आवरण-मात्र है। वह किसी अन्य के साथ हिल-मिल नहीं सकता है। उसका वैराग्य, संसार से पलायन हेतु केवल एक बहाना है। ऐसा कहा जा सकता है कि वह स्वयं से ही भयभीत होता है। वह अज्ञान-भ्रम का साकार रूप होता है। वह निराशावादी होता है और सदैव दुःखी ही रहता है।

एक संन्यासी हेतु आवश्यक योग्यता

इसके विपरीत, एक सच्चा संन्यासी दिव्य गुणों से सम्पन्न होता है। वह परिपूर्ण आनन्द एवं शान्ति से युक्त होता है, और उत्साहपूर्वक सबकी सेवा करता है। वह अपने लिए कार्य नहीं करता है, अपितु यज्ञ-भाव से जन-सेवा हेतु ही कार्य करता है। बाह्य स्तर पर ऐसा प्रतीत होता है कि वह किसी अन्य सामान्य व्यक्ति की भाँति कार्य में लगा है, परन्तु वास्तव में उनमें एक बड़ा अन्तर होता है; और वह अन्तर यह है कि संन्यासी अनासक्त होता है। वह किसी वस्तु-पदार्थ की इच्छा नहीं करता है। वह निःस्वार्थ भाव से कार्य करता है। वह अपना प्रत्येक

कार्य भगवद्-आराधना के रूप में करता है। सफलता-असफलता, निन्दा-स्तुति में उसके मन के समत्व एवं शान्ति का यही रहस्य है। ऐसा मनुष्य ही एक महिमामय संन्यासी होता है।

कोई भी ऐसा कार्य नहीं है जो उसे विशेष प्रिय हो; तथा कोई ऐसा कार्य नहीं है जो उसके लिए अप्रिय-घृणास्पद हो। वह प्रत्येक कार्य भगवान् की सेवा समझकर ही करता है। वह प्रत्येक कार्य को कुशलतापूर्वक करता है तथा उसे भगवान् के पावन चरणों में एक पुष्प-स्वरूप अर्पित कर देता है। ऐसे सच्चे संन्यासियों की आज महती आवश्यकता है। विश्व में ऐसे आदर्श एवं कर्मठ संन्यासी होने चाहिए। आप सब श्रीमद्भगवद्गीता में प्रतिपादित 'संन्यास' के साकार विग्रह बनें।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

आत्मज्ञान मनुष्य को अनुभव कराता है कि वह नित्य-स्वतन्त्र है। स्वतन्त्रता की यह भावना मनुष्य मात्र के अन्दर निहित है। यह उसकी चेतना में छिपी हुई है। भले ही वह भूखा मर रहा हो, बिलकुल विपरीत और प्रतिकूल परिस्थितियों में घिरा हो, तो भी उसके अन्दर एक विलक्षण प्रकृति है जिसके कारण वह अनुभव करता है कि वह सदा स्वतन्त्र है और यह सब इसलिए है कि मनुष्य के मन, भावना और अनुभूति के पीछे नित्य-मुक्त आत्मा है। मनुष्य देख रहा है कि वह बद्ध है, शरीर-रूपी सराय में रह रहा है, वह माया और अविद्या का गुलाम है—यह सब अच्छी तरह जानते हुए भी उसके अन्दर कुछ है जो कह रहा है कि तुम पूर्णत: स्वतन्त्र हो। यह दोहरी अनुभूति उसे इसलिए होती है कि वह वस्तुतः विज्ञानघन आत्मा है। विषम परिस्थिति में संघर्ष करते हुए भी इस स्वतन्त्रता की झलक, झाँकी उसे हो जाती है। मनुष्य को संघर्ष करते रहने के लिए प्रोत्साहन उसके अन्दर से ही मिलता है। मनुष्य मरने की स्थिति में है। वैद्यों ने कह दिया है कि रोगी के बचने की अब कोई आशा नहीं है। तब भी उसकी अन्तर्वाणी धीमे स्वर में कहती है कि 'मैं अमर हूँ', 'मैं स्वतन्त्र हूँ।' वह अन्दर ही एक अनुभूति पाता है कि 'बाहर से बद्ध दिखते हुए भी मैं स्वतन्त्र हूँ; यह बन्धन भ्रमात्मक है।'

मैं यहाँ गीता के वचन दोहराता हूँ जिसमें श्रीकृष्ण मनुष्य के कर्म-स्वातन्त्र्य का उल्लेख करते हैं :

''उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत्।
आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मन:।।

मनुष्य को चाहिए कि अपने द्वारा ही अपना उद्धार करे और अपनी आत्मा को अधोगति में न पहुँचाये; क्योंकि यह जीवात्मा आप ही अपना मित्र है और आप ही अपना शत्रु'' (गीता : ६/५)।

स्वामी शिवानन्द

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का संन्यास — एक वैश्विक वरदान

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

यह हमारे परम सौभाग्य एवं हर्ष का विषय है कि आज हम उस अत्यन्त महान् एवं महत्त्वपूर्ण घटना की वर्षगाँठ मना रहे हैं जो ३५ वर्ष पूर्व घटित हुई तथा जो आधुनिक मानवता के लिए एक अनमोल वरदान सिद्ध हुई है। यह घटना एक नदी के उद्भव के समान ही है जो किसी सुदूर पर्वतीय क्षेत्र से निःसृत होती है और फिर सतत प्रवाहित होते हुए विशाल समतल क्षेत्रों के असंख्य निवासियों को अपने नवजीवन-प्रदायक जल से सुख-समृद्धि प्रदान करती है। मैं हमारे उन परम श्रद्धेय सद्गुरु भगवान् श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के महात्याग अर्थात् संन्यास के विषय में बात कर रहा हूँ जिनके पावन चरणों में रहने का तथा जिनकी सेवा करने का हमें सौभाग्य प्राप्त हुआ है।

अहा! वह कितना शुभ दिवस था जिस दिन हमारे दिव्य सद्गुरुदेव ने सांसारिक जीवन के बन्धनों का त्याग कर, पवित्र हिमालय की ओर प्रस्थान किया तथा निवृत्ति एवं संन्यास के पुरातन पथ पर प्रथम पग रखा। मलाया देश में एक युवा साधक के हृदय में वैराग्य रूपी पवित्र अग्नि प्रज्वलित हुई; यही साधक कालान्तर में 'हिमालय के महान् सन्त स्वामी शिवानन्द' के रूप में विश्वविख्यात हुआ। उनकी वैराग्य-अग्नि, संन्यास के रूप में दीप्तिमन्त हुई तथा आध्यात्मिक जीवन एवं भगवद्-साक्षात्कार के आलोक से आलोकित हुई।

एक प्राचीन आदर्श का पालन

हमारे परम श्रद्धेय गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के जीवन का वह परिवर्तनकारी क्षण, वस्तुतः हमारी पावन मातृभूमि भारतवर्ष की एक महान् परम्परा का पालन ही है। इस पावन राष्ट्र की महिमामयी संस्कृति का एक महानतम तत्त्व 'संन्यास का आदर्श अथवा परम्परा' है। केवल भारत ही ऐसा राष्ट्र है जहाँ एक त्यागी-संन्यासी की पूजा-आराधना की जाती है। यहाँ त्याग को सर्वोच्च स्थान एवं महत्ता दी जाती है। **''न कर्मणा न प्रजया धनेन त्यागेनैके अमृतत्वमानशुः''**— यह हमारे प्रबुद्ध ज्ञानी-जनों का प्रबल उद्घोष है। त्याग के द्वारा ही आप अमृतत्व रूपी परम पद प्राप्त कर सकते हैं।

१ जून के इस मंगलमय दिवस को लगभग साढ़े तीन दशक पहले, भारतवर्ष की इस प्राचीन एवं महान् परम्परा के पालन से ही, आधुनिक मानवता को एक ऐसे 'विश्वगुरु' प्राप्त हुए जिनका लक्ष्य भौतिकवाद एवं सांसारिकता की अग्नि से दग्ध, असंख्य जीवात्माओं का मार्गदर्शन, रक्षा एवं उद्धार करना था। आज इस शुभ दिन, वही विश्वगुरु अपने पूर्ण आध्यात्मिक वैभव एवं प्रभा के साथ, सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के रूप में हमारे समक्ष शोभायमान हो रहे हैं। त्याग-अग्नि एवं दिव्य-ज्ञान-दीप्ति से दीप्त, इन प्रकाशपुञ्ज के दर्शन करें। उनके रूप में हमारे समक्ष एक महामानव ही विराजमान हैं।

' द डिवाइन लाइफ' १९५८ से उद्धृत आलेख का अनुवाद

महामानव

भावावेश में आकर सहसा ही सर्व-त्याग कर देना सरल कार्य है। परन्तु, त्याग-वैराग्य की अग्नि को जीवन-पर्यन्त पूर्णरूपेण प्रदीप्त रखने के लिए एक असाधारण व्यक्तित्व की आवश्यकता होती है। हमारे गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज ऐसे ही एक महामानव हैं जो त्याग-अग्नि एवं ज्ञान-ज्योति के साकार एवं जीवन्त विग्रह हैं। उनमें परम त्याग की अग्नि निरन्तर प्रदीप्त हो रही है तथा उनसे दिव्य ज्ञान की ज्योति सतत विकीर्ण हो रही है। जिस क्षण आप उनके समीप पहुँचते हैं, उसी क्षण आपके समस्त सांसारिक विचार तिरोहित हो जाते हैं, इच्छाएँ-कामनाएँ भस्मीभूत हो जाती हैं और आप एक उच्च आध्यात्मिक भाव-दशा में प्रविष्ट हो जाते हैं। यह त्याग एवं आत्म-ज्ञान की दिव्य शक्तियों से सम्पन्न, उनके आध्यात्मिक व्यक्तित्व का अद्भुत प्रभाव है।

अन्य प्राणियों को सुख प्रदान करने के लिए, आत्म-त्याग करना, वैदिक जीवन-पद्धति का एक महत्त्वपूर्ण एवं विशिष्ट तत्त्व है। अतः मनुष्य के जीवन की चारों अवस्थाओं— ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ एवं संन्यास — में आत्म-त्याग तथा आत्म-बलिदान के आदर्श को समाविष्ट किया गया। यह आदर्श हमारे व्यक्तिगत एवं राष्ट्रीय जीवन का आधार रहा है तथा सदैव रहना चाहिए। 'मुझे अपने लिए अन्य प्राणियों से क्या प्राप्त हो सकता है'— एक हिन्दू का हृदय इस प्रश्न का उत्तर नहीं चाहता है। अपितु 'मैं अन्य प्राणियों को क्या दे सकता हूँ'— यही प्रश्न प्रत्येक भारतीय के हृदय में अनुगूंजित होता है। इस प्रकार, श्री गुरुदेव ने आत्म-त्याग द्वारा, स्वयं को आधुनिक मानवता की सेवा हेतु समर्पित कर दिया।

दिव्य मिशन

प्रबुद्ध शाक्य मुनि, महात्मा बुद्ध के जीवन-चरित में इस प्रसंग का उल्लेख मिलता है कि बोध-गया में प्रबोधन की प्राप्ति के उपरान्त, वे ४० दिन तक दिव्य आनन्दातिरेक से इतने अभिभूत रहे कि उन्हें वे चालीस दिन, मात्र चालीस क्षण ही प्रतीत हुए। इसके पश्चात्, जब उन्होंने मानवता के दुःखों-कष्टों पर चिन्तन किया, तो उनके हृदय में यह विचार जाग्रत हुआ, ''क्या मुझे मनुष्यों को दुःख-कष्ट एवं मृत्यु से परे जाने के मार्ग के विषय में उपदेश देना चाहिए?'' परन्तु, फिर उन्होंने अपनी आध्यात्मिक दृष्टि से यह जाना कि इस उपदेश की प्राप्ति हेतु अत्यन्त अल्प मनुष्य ही योग्य एवं उत्सुक हैं; क्योंकि अधिकांश मनुष्य तो विषय-भोगों के पीछे ही भाग रहे हैं। अतः वे उपदेश देने के विचार को त्यागने का निश्चय कर ही रहे थे, कि उनके समक्ष देवतागण प्रकट हो गए। उन्होंने गौतम बुद्ध से प्रार्थना की कि वे अपने ज्ञानोपदेश से योग्यजनों को अनुग्रहीत करें। इस प्रकार, सर्वजनहितार्थ एवं सर्वजनसुखार्थ, काशी के समीप सारनाथ में धर्मचक्र को गतिमान किया गया।

महात्मा बुद्ध के समान ही, सद्गुरुदेव का संन्यास एवं इसके फलस्वरूप उनका दिव्य प्रबोधन भी, भय एवं संघर्ष से आक्रान्त इस आधुनिक युग के नर-नारियों के लिए अमूल्य वरदान एवं आशीर्वाद सिद्ध हुआ है। श्री गुरुदेव का 'दिव्य जीवन का अमृतोपदेश', इस अमृतोपदेश का विश्व के चारों कोनों में प्रचार करने वाली

यह संस्था 'डिवाइन लाइफ सोसायटी' तथा आध्यात्मिक साधना और त्याग एवं आराधनामय जीवन व्यतीत करने हेतु समस्त सुविधाएँ प्रदान करने वाला यह 'मुख्यालय आश्रम'— ये सभी श्री गुरुदेव के संन्यास एवं त्याग के मूर्त फल ही हैं।

त्याग का पुरस्कार

सुगन्धित पुष्पों एवं सुस्वादु फलों से युक्त एक वृक्ष का अपने मूल बीज से जो सम्बन्ध होता है, वही सम्बन्ध गंगाजी के तट पर स्थित इस पवित्र आश्रम की समस्त पावन गतिविधियों का श्री गुरुदेव के संन्यास से है। उनके संन्यास के परिणामस्वरूप ही, डिवाइन लाइफ सोसायटी द्वारा आध्यात्मिक ज्ञान का अभूतपूर्व प्रचार-प्रसार हुआ है तथा विश्वव्यापी आध्यात्मिक जाग्रति का सूत्रपात हुआ है। उनके त्याग-संन्यास से, न केवल आध्यात्मिक साधकों एवं मुमुक्षुओं के लिए अपितु सामान्य जनों, निर्धनों, निराश्रितों के लिए भी असंख्य वरदानों एवं आशीर्वादों की एक सतत धारा प्रवाहित हुई है। उनके दिव्य चरणकमल, आधुनिक जगत् की अनगिनत जीवात्माओं के लिए एक शान्तिप्रदायक आश्रय हैं। उनका आध्यात्मिक व्यक्तित्व, साधक-जगत् के लिए शक्ति एवं प्रेरणा का महान् स्रोत है।

हम सब सौभाग्यशाली जन, आज उनके पावन चरणों में बैठे हैं, उनके अमृतोपदेश का श्रवण कर रहे हैं तथा उनकी सेवा के दुर्लभ अवसर का सदुपयोग करने का प्रयास कर रहे हैं— यह सब उस महत्त्वपूर्ण घटना के कारण ही सम्भव हुआ है जब श्री गुरुदेव ने लौकिक जीवन का त्याग करके, आध्यात्मिक जीवन की यात्रा प्रारम्भ की। यदि नियति का विधान कुछ और होता, तो कल्पना करिए कि आज हम सबके जीवन का क्या स्वरूप होता? शिवानन्द रूपी ज्ञान-सूर्य के प्रकाश बिना, यह जगत् अज्ञानान्धकार से किस प्रकार आवृत्त ही रहता?

लोक-संग्रह

परन्तु, वह दिन धन्य है और हम सब भी वस्तुतः त्रिवार धन्य हैं कि नियति हम पर कृपापूर्वक मुस्कुराई और मलाया के उन युवा चिकित्सक अर्थात् हमारे परम श्रद्धेय गुरुदेव ने प्रवृत्ति-मार्ग का त्याग करके उसी प्रकार निवृत्ति-मार्ग में प्रवेश किया, जिस प्रकार सूर्य-देव उत्तरायण में प्रवेश करते हैं। १ जून के शुभ दिन को ही उन्होंने ब्रह्मज्ञान, संन्यास, त्याग एवं तपस्या से परिपूरित आध्यात्मिक जीवन में प्रवेश किया। इसका फल आधुनिक जगत् को उनके लोकसंग्रहकारी कार्यों के रूप में प्राप्त हुआ है।

उनके संन्यास से आधुनिक भारत को, अपनी प्राचीन संस्कृति, धर्म एवं आध्यात्मिक आदर्शवाद का पुनरुत्थान प्राप्त हुआ है। श्री गुरुदेव के त्याग एवं संन्यास से अखिल विश्व को एक ऐसे 'महान् सद्गुरु' रूपी दिव्य वरदान की प्राप्ति हुई है जो सम्पूर्ण मानवता के कल्याण के लिए सदैव दृढ़-संकल्पित हैं तथा जो मानव-मात्र को असत्य से सत्य की ओर, अन्धकार से प्रकाश की ओर तथा मृत्यु से अमरत्व की ओर मार्गदर्शन देने हेतु अहर्निश कार्यशील हैं।

आध्यात्मिक साहित्य

आगामी असंख्य पीढ़ियों को भी इस शुभ घटना से (श्री गुरुदेव का संन्यास) दिव्य-जीवन सन्देश रूपी

उपहार तथा उनके विशाल आध्यात्मिक साहित्य रूपी अतुलनीय निधि प्राप्त हुई है जो सदैव उनके लिए एक सच्चे पथप्रदर्शक एवं मित्र का कार्य करेंगे। श्री गुरुदेव का आध्यात्मिक साहित्य भविष्य में भी विश्व को आलोकित करेगा तथा भारत के सांस्कृतिक इतिहास के उज्ज्वल गगन में सदा-सर्वदा विभासित होगा। इन महान् आध्यात्मिक सूर्य के दिव्य प्रकाश से अखिल मानवता नित्य प्रेरणा प्राप्त करे, जिनकी हम महात्यागी शिवानन्द, अर्थात् हमारे प्रिय गुरुदेव के रूप में आराधना करते हैं।

श्री गुरुदेव के आशीर्वाद सदैव हम सब पर हों तथा हम भी उनसे प्रेरित होकर परम त्याग के पथ पर चलकर, दिव्य प्रबोधन प्राप्त करें। सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की जय हो जो ज्योतिर्मय ब्रह्मज्ञान, परा-वैराग्य तथा सर्वोच्च कोटि के त्याग के साकार विग्रह हैं। उनके उन दिव्य चरणारविन्द में भावपूर्वक पुनः पुनः प्रणाम है जो हमें अमृतत्व रूपी परम पद प्रदान करने में सक्षम हैं।

(अनुवादिका : स्वामी गुरुवत्सलानन्द माता जी)

मनुष्य विचार या कर्म-रूपी बीज बोता है और उससे करने और सोचने की आदत का फल प्राप्त करता है। आदत का बीज बो कर स्वभाव-रूपी फल पाता है। स्वभाव-रूपी बीज से भाग्य-रूपी फल मिलता है। आदत प्रकृति तुल्य है, बल्कि प्रकृति ही है। मनुष्य ने अपने विचारों और कर्मों के द्वारा अपना भाग्य बनाया है। उसे वह बदल भी सकता है। अपने भाग्य का वह स्वामी है। इसमें कुछ भी सन्देह नहीं है। सद्विचार और प्रबल पुरुषार्थ से मनुष्य अपने भाग्य का स्वामी बन सकता है। मुनि मार्कण्डेय तप और शिवाराधन के द्वारा अपना भाग्य बदल सके थे। कठोर तप करके विश्वामित्र ब्रह्मर्षि बन गये थे, उनका भाग्य बदल गया था। यदि हममें भी प्रबल इच्छा-शक्ति और दृढ़ निर्णय-शक्ति हो, तो हम भी वैसे बन सकते हैं। योगवासिष्ठ में वसिष्ठ जी श्रीराम को पुरुषार्थ का उपदेश देते हैं। सावित्री ने अपने पातिव्रत्य धर्म के बल पर अपने पति का भाग्य बदल दिया। टेढ़े अक्षर लिखते-लिखते जिस प्रकार हम सीधे अक्षर लिखने का अभ्यास कर सकते हैं, उसी प्रकार विचार-धारा में परिवर्तन ला कर हम अपना भाग्य भी बदल सकते हैं। तुम अब यह सोचते हो कि 'मैं अमुक हूँ।' यह इसलिए कि तुमने शरीर और अन्य उपाधियों से तादात्म्य किया है। अब, इससे विपरीत सोचने लगो। यह सोचो : 'मैं ब्रह्म हूँ। मैं सबमें विद्यमान अमर आत्मा हूँ। मैं सर्वव्यापी ज्योति हूँ, ज्ञान हूँ, शुद्ध चैतन्य हूँ।' तुम्हारा भाग्य बदल जायेगा। जैसा सोचोगे वैसा बनोगे। यही 'साधना' है। यही 'अहंग्रह-उपासना' है। दृढ़ता से इसकी साधना करो, इसकी अनुभूति और साक्षात्कार करो।

स्वामी शिवानन्द

तिरेसठ नयनार सन्त :

सात्ति नयनार

परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

सात्ति नयनार जाति से वेलाला थे । उनका जन्म चोला राज्य में वारिंजियूर में हुआ। वे भगवान् शिव के सच्चे भक्त थे और शिव-भक्तों के प्रति अत्यन्त श्रद्धा रखते थे। कोई भी उनके साथ कटु भाषण करें, यह उन्हें असह्य था। यदि कोई ऐसा करता, तो वे उसकी जिह्वा काट देते थे। भगवान् शिव ने उनकी आन्तरिक शुद्ध भावना को देखा और उन पर अपनी कृपा वृष्टि की।

नयनार की भक्ति की महिमा को जानने के साथ साथ, हमें उनके सरल जीवन से यह शिक्षा भी लेनी चाहिए कि कभी भी सन्तों के प्रति अथवा भगवद्-भक्तों के प्रति दुर्वचन न कहें। उन्होंने भगवान् के साथ एकत्व प्राप्त किया है, अतः यदि आप उनके लिए अपशब्दों का प्रयोग करते हैं तो आप स्वयं भगवान् के लिए अपशब्द कहते हैं। यह सबसे बड़ा पाप, बड़ी भारी भूल है। आप उनका सही मूल्यांकन नहीं कर सकते — वे आपसे भिन्न, चेतना के एक अन्य स्तर पर रहते हैं। हमारे सद्ग्रन्थों में सन्तों, साधुओं और योगियों के विचित्र व्यवहार के अनेक उदाहरण मिलते हैं। कभी कभी वे बालवत् व्यवहार करते हैं, कभी विक्षिप्तों का सा उनका आचरण प्रतीत होता है, कभी मन्दमति से प्रतीत होते हैं। सन्तों का स्वभाव अत्यन्त रहस्यमय होता है। सदैव उनकी श्रद्धा सहित पूजा करें। आप लाभान्वित होंगे। उनकी आलोचना न करें, उनके आचरण में दोष-दृष्टि न रखें। हमारे ग्रन्थ कहते हैं कि जो सन्तों के व्यवहार को दोष देता है, वह अपने कर्म दूषित करता है और परिणामस्वरूप दोगुना कष्ट झेलता है। अतः सावधान!

कोई भी यदि आपके सामने सन्त या भक्त को अपशब्द कहता है, तो उसी क्षण वह स्थान छोड़ दें। अन्यथा आपका व्यक्तिगत नैतिक एवं आध्यात्मिक स्तर भी अत्यधिक निम्न चला जायेगा। अतः सावधान हो जायें!!

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

हे सौम्य! प्रिय अमर आत्मन्! साहसी बनो। भले ही व्यवसायहीन हो, खाने को न मिले, चिथड़ों में लिपटे रहो, फिर भी प्रसन्न रहो। तुम्हारा मूल स्वरूप सत्-चित्-आनन्द है। यह बाहरी ढाँचा, भौतिक शरीर, अनित्य आवरण है, माया की सृष्टि है। सुख और सन्तोष के साथ हँसते रहो, सीटी बजाओ, उछलो-कूदो। **ॐ, ॐ, ॐ; राम, राम, राम; श्याम, श्याम, श्याम; सोऽहं, सोऽहं, सोऽहं; शिवोऽहं, शिवोऽहं, शिवोऽहं**— यही गाया करो। मांस-पिण्ड के इस पिंजरे से बाहर निकलो। तुम यह नश्वर शरीर नहीं हो। तुम अमर आत्मा हो। तुम राजाओं के राजा और बादशाहों के बादशाह के पुत्र हो। जिसे उपनिषद् ने ब्रह्म कहा है, आत्मा कहा है, वह तुम्हारी ही हृदय-गुहा में निवास करता है। इसका अनुभव करो, इस अनुभव के अनुसार व्यवहार करो। अपने जन्मसिद्ध अधिकार की प्राप्ति के लिए प्रयत्न करो। कल से नहीं, परसों से भी नहीं, वरन् आज और अभी से, इसी क्षण से प्रयत्न शुरू कर दो। "**तत्त्वमसि**—तू वही है।"

स्वामी शिवानन्द

प्रकाश–पथ पर चलें :

सदैव स्वर्ण की भाँति दीप्तिमान हों

परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

(स्वर्ण अद्‌भुत आभा से दीप्तिमान होता है क्योंकि यह अग्नि के समान बन जाता है। स्वर्ण का अपना निजी तात्त्विक मूल्य है, यह किसी अन्य पर निर्भर नहीं है। स्वर्ण परिशुद्ध है। यह किसी अन्य की सुरक्षा पर निर्भर नहीं है। समय का इस पर किसी प्रकार का प्रभाव नहीं होता, न ही ऋतु, वर्षा, धूप अथवा अन्य किसी का प्रभाव होता है। यह सदैव अपना मूलभूत अविनाशी मूल्य बनाये रखता है क्योंकि यह प्रत्येक परिस्थिति में अप्रभावित एवं अपरिवर्तित रहता है।)

दीप्तिमान अमर आत्मन्, परमपिता परमात्मा की प्रिय सौभाग्यशाली सन्तान, आप जो बन्धनों से मुक्त होने के आकांक्षी हैं, आप सब सौभाग्यशाली हैं कि इस आयु में भी और आज कल की इन वर्तमान परिस्थितियों में भी आपको यह सौभाग्य एवं यह अद्‌भुत आशीर्वाद प्राप्त हुआ है कि आप आध्यात्मिक पथ पर अग्रसर हैं। चारों ओर व्याप्त इस अन्धकार में निश्चय ही यह परम सौभाग्य है।

इस समय परम पूज्य सद्‌गुरुदेव, श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की पावन समाधि मन्दिर में उनकी आध्यात्मिक उपस्थिति में, मैं श्रद्धेय गुरुदेव के समक्ष यह प्रार्थना व्यक्त करता हूँ, और मैं अपनी यह इच्छा भी अभिव्यक्त करता हूँ कि आप सब स्वर्ण की भाँति उद्भासित हों और आप सभी आदर्श आध्यात्मिक जिज्ञासु एवं भगवद्–भक्त बनें। आपका आध्यात्मिक जीवन सर्वोच्च गुणवत्ता–सम्पन्न हो जिससे कि आप स्वर्ण के समान दीप्तिमान हों और हर प्रकार से आदर्श व्यक्ति हों।

आजकल के समय में स्वर्ण समान ऐसे दीप्तिमान व्यक्तियों की उपस्थिति यह सुनिश्चित करती है कि अभी भी सब कुछ इतना बुरा नहीं है; अभी भी संसार के लिए कुछ भले की आशा की जा सकती है! यदि स्वामी शिवानन्दजी महाराज द्वारा प्रेरित, उनके इस आश्रम में रहने वाले और दिव्य जीवन संघ के कार्यक्षेत्र में कार्य करने वाले लोगों के इस समूह के लिए ऐसा आदर्श जीवन जीना सम्भव है, तो फिर भगवान् अभी भी हमारे साथ हैं! ऐसा जीवन आपका होना चाहिए। गुरुदेव के श्री चरणों में यह मेरी आप सब के लिए उत्कट प्रार्थना है, गहन इच्छा है।

इस प्रातः बेला में आज मैं बहुत, बहुत ही प्रसन्न हूँ कि आप सब परस्पर आध्यात्मिक एकत्व पाने के लिए इस पावन स्थल पर एकत्रित हो रहे हैं और सामूहिक प्रार्थना, जप और ध्यान में अपना समय व्यतीत कर रहे हैं। ऐसी सामूहिक आध्यात्मिक गतिविधियाँ इस संस्था की एकजुटता का आधार है, उसकी नींव है। ऐसी सामूहिक आध्यात्मिक गतिविधि इस आश्रम की निरन्तरता की प्रतिभूति (गारंटी) है, गुरुदेव के आध्यात्मिक परिवार के साधकों, ब्रह्मचारियों और संन्यासियों के सुचारु, सुदृढ़ एवं व्यापक भ्रातृभाव से पूर्ण भविष्य की गारंटी है। ऐसी सामूहिक गतिविधियाँ ही इस आश्रम की निरन्तरता को, इसके भ्रातृभाव–पूर्ण भविष्य को सुनिश्चित करती हैं।

यह मैं इसलिए कह रहा हूँ क्योंकि मैं चाहता हूँ

कि आप प्रतिदिन यहाँ एकत्रित होने के, एकबार या कभीकभार नहीं अपितु बहुत बार यहाँ आश्रम में गुरुदेव के सान्निध्य में सामूहिक रूप से एकत्रित होकर करने वाली गतिविधियों में सम्मिलित होने के गहन महत्त्व को, उसमें निहित अपने परम सौभाग्य को समझें। इस प्रकार आपके लिए निश्चित रूप से ऐसे भ्रातृभाव का महत्त्व है, उसमें परम भलाई निहित है।

मैं चाहता हूँ कि आप स्वर्ण के समान देदीप्यमान हों। दिव्य विभूतियों का वर्णन करते हुए भागवत महापुराण, हमारे सद्ग्रन्थ और कवि जन कई बार कहते हैं, 'वह स्वर्ण के समान दीप्तिमान है।' स्वर्ण के समान क्यों कहा गया है? क्योंकि इसे विकृत नहीं किया जा सकता। स्वर्ण अद्भुत आभा से दीप्तिमान होता है क्योंकि यह अग्नि के समान बन जाता है। स्वर्ण का अपना निजी तात्त्विक मूल्य है, यह किसी अन्य पर निर्भर नहीं है; यदि आप स्वर्ण को शत वर्षों तक धरती के नीचे दबा रखें और फिर बाहर निकाल कर धो डालें, तो भी यह उसी प्रकार चमकता हुआ मिलेगा जैसा दबाने के समय था। इस पर समय का किसी प्रकार का प्रभाव नहीं होता, न ही ऋतु, वर्षा, धूप अथवा अन्य किसी का प्रभाव होता है। यह सदैव अपना मूलभूत अविनाशी मूल्य बनाये रखता है क्योंकि यह प्रत्येक परिस्थिति में अप्रभावित एवं अपरिवर्तित रहता है।

जिज्ञासु साधकों की और भगवद्-भक्तों की आध्यात्मिकता ऐसी होनी चाहिए— यहाँ तक कि आपके उपास्य भगवान् के समान आप में दिव्यता होनी चाहिए। साधक को प्रतिदिन अपने दिवस को देखना चाहिए। कैसे? अपने संकल्प-पत्र और दैनन्दिनी के अनुसार, 'साधकों को निर्देशन' के साथ अपने जीवन की तुलना करते हुए। गुरुदेव ने हमें कसौटी दी है, 'मैं आपको बतलाऊँगा; आपको मैं सहायताविहीन नहीं छोड़ रहा हूँ। स्वयं का निरीक्षण करते रहने के लिए, यह देखने के लिए कि आप शुद्धिकृत स्वर्ण के समान हो गए हैं-उद्भासित, दीप्तिमान, देदीप्यमान हो गए हैं, मैं आपको एक कसौटी दे रहा हूँ।'

यह सुनिश्चित करने के लिए कि हमारी साधना और आध्यात्मिक जीवन स्वर्ण की भाँति सर्वोत्कृष्ट श्रेणी का है, गुरुदेव ने हमें स्वयं को स्मरण करवाते रहने और परीक्षण करते रहने के लिए, स्वयं पर दृष्टि रखने और अपने जीवन को आदर्श, उदात्त और सर्वोत्कृष्ट बनाये रखने के लिए बहुत से मार्ग बतलाये हैं। और इस समय भगवान् की कृपा से और गुरुदेव के संकल्प से मुझे जो यह अल्प आध्यात्मिक सेवा प्राप्त हुई है उसमें मेरी आप सब के लिए यही तीव्र इच्छा है।

भगवान् की कृपा और गुरुदेव के चयनित आशीर्वाद आप सब पर हों। आपका अपना दृढ़ निश्चय, अपना निजी संकल्प आपकी सर्वोच्च सम्पदा हो। भगवान् की कृपा में आप समृद्ध हों, गुरुदेव के आशीर्वादों में आप सम्पन्न हों, सही संकल्पों और सुदृढ़ निश्चय से आप सदैव परिष्कृत स्वर्ण के समान चमकते रहें। भगवान् की कृपा आप सभी पर हो। इस उदात्त कार्य में भगवान् आपको पूर्ण सफलता प्रदान करें।

हरिः ॐ!

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

धार्मिक उत्सवों का आध्यात्मिक अभिप्राय :

वेदव्यास – पराक्रम और प्रज्ञा के आदर्श

परम पावन श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज

(गतांक से आगे)

ब्रह्म तो वैसे ही ईश्वर है, न कि जैसा हमारी इन्द्रियों को प्रतीत होता है या फिर इस रचना, ब्रह्माण्ड,के माध्यम से प्रतिबिम्बित होता है। भगवान् का अस्तित्व, ब्रह्माण्ड की रचना करने से पहले भी रहा होगा। इस बात को समझना हमारे लिए बहुत साधारण सी बात है। ब्रह्माण्ड की रचना करने से पहले भगवान् क्या थे? यह हमारी बुद्धि समझ नहीं सकती है। वह कहाँ बैठे हैं? हम कह सकते हैं कि भगवान् स्वर्ग में है। परन्तु स्वर्ग की रचना किसने की? भगवान् ने स्वर्ग की रचना की। तो भगवान् स्वर्ग में है जिसकी रचना उन्होंने स्वयं ही की। परन्तु स्वर्ग की रचना करने से पहले वह कहाँ थे? आप अपने घर में हैं, परन्तु अपना घर बनाने से पहले आप कहाँ थे? आप कहीं तो रहे होंगे। तथापि, सृष्टि के पहले ईश्वर कहाँ थे और कहीं का विचार तो उत्पन्न ही नहीं होना चाहिए, क्योंकि यह भी विस्तार या स्थान के विषय में ही एक विचार है जो कि सृष्टि की रचना के बाद में आता है। हमारी बुद्धि इससे आगे जाने के लिए तैयार नहीं है। इसलिए, ब्रह्म-सूत्र के रचयिता, हमें इस प्रकार की शंका में बहुत अधिक उलझाना नहीं चाहते, क्योंकि जैसा कि मैंने आपको पहले बताया था, बुद्धि को धीरे-धीरे एक चरण से दूसरे चरण तक, प्रत्यक्ष घटनाओं से वैचारिक आदर्शवादिता तक, कर्म से उपासना तक ले जाना होता है, जिसके आगे हमें उस बोध की ओर बढ़ना है, जिसे भाषा में व्यक्त नहीं किया जा सकता। और 'वह' ब्रह्म है। तो भी, सूत्रकार, ब्रह्म-सूत्र के लेखक, कृष्णद्वैपायन व्यास हमें बताते हैं कि यह तथ्य भी, कि ईश्वर ने इस सृष्टि की रचना की, प्रत्येक वस्तु का पोषण उनके द्वारा किया जाता है और प्रत्येक वस्तु वापस उनमें ही लौट जाती है, मात्र हमारी विवेक-शक्ति से नहीं जाना जा सकता है। बुद्धि, परमात्मा के द्वारा सृजन के इस तथ्य को समझने के लिए अपर्याप्त है। शास्त्र ही इस बात का प्रमाण है। श्रुति ही हमारे लिए मार्गदर्शक है। प्राचीन आचार्यों की घोषणाएँ ही हमारे निर्देशक होंगे। अन्यथा, हमारी तुच्छ बुद्धि यह जान ही नहीं सकती कि ईश्वर ने इस संसार की रचना की।

अतः **शास्त्रयोनित्वात्**— यह तीसरा सूत्र है, क्योंकि ईश्वर ही सृजनकर्ता, पालनकर्ता और संहारकर्ता हैं, इस ज्ञान का वेद या शास्त्र ही मूल या आधार हैं अतः अन्तिम प्रमाण शास्त्र ही हैं। प्रत्यक्ष और अनुमान— अनुभूति और निष्कर्ष पर्याप्त नहीं हैं क्योंकि दृश्य वस्तुओं के सम्बन्ध में अनुभूति, इन्द्रियों का प्रत्यक्ष कार्य है और ईश्वर एक दृश्य वस्तु नहीं है। इसलिए ईश्वर को, प्रत्यक्ष प्रमाण या इन्द्रियों के अनुभूति जन्य क्रियाओं के प्रमाण की वस्तु नहीं माना जा सकता है। अतः यह प्रमाण असफल रहता है। निष्कर्ष अनुभव पर आधारित है; इसलिए हम निष्कर्ष को अन्ततः वैध नहीं मान सकते, क्योंकि ऐसे भी निष्कर्षात्मक दर्शनशास्त्र हैं जो कि ईश्वर के अस्तित्व को नकार देते हैं। सांख्य उनमें से एक है, यहाँ तक की पश्चिम में भी बहुत गहन दर्शन के कई अन्य सम्प्रदाय हैं जो कि

बहुत तीक्ष्ण तर्क – प्रवर्तन, निष्कर्ष आदि पर आधारित हैं। परन्तु वे इस निर्णय पर पहुँचते हैं कि हमारा अस्तित्व सम्भव है और यह संसार भी ईश्वर के बिना चलता रह सकता है। इसलिए यह सच नहीं है कि 'ईश्वर सृजनकर्ता, पालनकर्ता और विनाशकर्ता है' इस धारणा तक पहुँचने के लिए बुद्धि एक सुरक्षित मार्गदर्शक है। ईश्वर न तो संवेदनात्मक अनुभूति का और न ही निष्कर्षात्मक तर्क का विषय है। यह ज्ञान हमें केवल सिद्धपुरुषों के निर्देशों से, गुरु से, श्रुति के माध्यम से प्राप्त हो सकता है, जो कि शास्त्रों में अभी लिखित है। शास्त्र ही वे धर्मग्रन्थ हैं जो कि महान् गुरुओं के प्रबोधन का हमारे लिए उपलब्ध लिखित प्रमाण है। अतः, आगम प्रमाण – धर्मग्रन्थ या श्रुति ही निर्णायक हैं। **तत्तु समन्वयात्** — चौथे सूत्र में लेखक कहते हैं कि इसे स्वयं उपनिषदों की घोषणाओं से सम्पुष्ट किया जा सकता है।

इन चार सूत्रों को भारतीय दार्शनिकों के द्वारा, तार्किक दर्शन का सारतत्त्व माना जाता है। इन चार सूत्रों पर महान् आचार्यों— शंकराचार्य, रामानुजाचार्य, मध्वाचार्य इत्यादि के द्वारा की गई टीकाओं को भारत में वेदान्तिक सत्य का निर्णायक उद्घोष माना जाता है। ब्रह्मसूत्र एक अति बृहत् विषय है। इसमें पाँच सौ से भी अधिक सूत्र हैं जो कि सत्ता-मीमांसा, ब्रह्माण्ड-विज्ञान, नरक-स्वर्ग-सिद्धान्त अर्थात् परलोक विज्ञान, मनोविज्ञान और न जाने किस-किस विषय पर चर्चा करते हैं। धर्म और अध्यात्म से सम्बन्धित प्रत्येक विषय इसमें हैं। ये सूत्र समझने में बहुत कठिन हैं। कुछ सूत्र ऐसे हैं कि हम यदि उन्हें मात्र व्याकरण की दृष्टि से पढ़ेंगे तो इनका कोई भी अर्थ नहीं निकलेगा। कुछ सूत्रों में केवल एक या दो शब्द हैं जिसका कोई तात्पर्य नहीं होगा। ऐसे एक सूत्र का उदाहरण यह सूत्र है जो मात्र यह कहता है, **स्मर्यते च**— जिसका अर्थ है- यह स्मरण किया जाता है। क्या स्मरण किया जाता है, यह हम समझ नहीं सकते हैं। भाष्यकार परम्परा के गृहीता हैं अर्थात् पाने वाले हैं। **सम्प्रदाय आचार्यैः**— ये शंकराचार्य के द्वारा कहे गए शब्द हैं। वह कहते हैं, हम महान् गुरुओं की परम्परा के माध्यम से इसे जानते हैं। वह नहीं कहते कि अपने तर्क के माध्यम से मैं समझता हूँ। शंकराचार्य, यद्यपि एक महान् तर्कशास्त्री थे, फिर भी वह प्राचीन परम्परा और गुरुओं में बहुत श्रद्धा रखते थे, उनका बहुत आदर करते थे। उनकी विवेक शक्ति के साथ-साथ, यह उन महान् आत्मा की विनयशीलता है।

जब हम आत्मा के मार्ग में प्रवेश करते हैं तो विनम्रता हमारे पास सबसे बड़ा शस्त्र है और हमारे पास अन्य कोई शस्त्र नहीं है। भगवान् तर्क से डरते नहीं है। परन्तु वह सम्भवतः, उस विनम्र निवेदक के स्तर तक आने के लिए प्रवृत होंगे जो स्वयं को उस महान् ओज के सामने समर्पित कर देता है जो कि पूरे विश्व को ज्योतिर्मय कर रहा है। ऐसा माना जाता है की महान् गुरु दत्तात्रेय ने हमें बताया था, **ईश्वर-अनुग्रहात्-एव पुंसां अद्वैतवासनाः**— मन में अद्वैत का विचार केवल ईश्वर की कृपा से ही उदय होता है। अद्वैत का विचार तार्किक निष्कर्ष से उदय नहीं हो सकता। हम चाहे कितना भी संघर्ष कर लें और अपना सिर चकरा लें, अद्वैत की धारणा हमारे मन में उत्पन्न नहीं हो सकती है। पश्चिम के एक महान्

दार्शनिक है जॉर्ज हेगल जो कि अन्तः प्रज्ञा या सहज–बोध के विरोधी थे। वह इससे धूल–मिट्टी की तरह घृणा करते थे और वह विवेक, बुद्धि और तर्क के महान् उपासक थे। परन्तु, वह एक ऐसे व्यक्ति भी थे जिन्होंने परमसत्ता के अस्तित्व की घोषणा की थी। विलियम जेम्स, महान् अमेरिकी मनोवैज्ञानिक, अपनी एक रचना के माध्यम से हमें बताते हैं की परमसत्ता का विचार मन में, अन्तर्ज्ञान या अन्तर्दृष्टि के बिना, उत्पन्न हो ही नहीं सकता, क्योंकि तर्क के उपकरणों को कितना भी परख लिया जाए, वे हमें इस धारणा तक नहीं ले जा सकते, क्योंकि सभी तर्क विलम्बित, अनिवार्य और विशिष्टताओं का सामंजस्य मात्र हैं। अनेक खण्डों को मिलाने से भी एक समग्र इकाई नहीं बन सकती, ठीक वैसे ही जैसे बहुत से अंगों को मिलाकर भी एक मनुष्य नहीं बन सकता। जिसे हम मनुष्य कहते हैं, वह मात्र एकत्रित किए हुए अंग नहीं है। यह एक समाकलित विलक्षणता, एक सार्थकता, एक प्रयोजन, एक गहनता है जिसका तादात्म्य मात्र शरीर के अंगों से नहीं किया जा सकता है। तर्क, जो कि प्रज्ञा का एक अंग मात्र है, ईश्वर की उच्चतम धारणा की विशिष्ट सार्थकता उत्पन्न नहीं कर सकता है। यह बात बहुत ही रोचक ढंग से शंकराचार्य ने भी कही है, जो कहते हैं कि निरंकुश तर्क अध्यात्म के मार्ग में हमारा मार्गदर्शक नहीं हो सकता है।

मैंने आपको केवल उस पथ का कुछ संकेत दिया है, जिस पर ब्रह्मसूत्र के लेखक, दर्शन के अध्ययन के विभिन्न विषयों के एक बहुत लम्बे, जटिल प्रतिपादन के माध्यम से, छात्र के मन को ले जाते हैं और उसे इस भव्य निष्कर्ष पर लाते हैं कि जब एक बार वह ब्रह्म तक पहुँच जाता है, ईश्वर तक पहुँच जाता है, तो इस संसार में उसकी वापसी नहीं होती।

अनावृत्तिः शब्दादनावृत्तिः शब्दात्— लेखक कहते हैं। 'शब्द' का अर्थ है 'शास्त्र' और 'शब्दात्' का अर्थ है 'शास्त्रों से'। शास्त्रों से हम सीखते हैं कि ईश्वर में प्रवेश करने के बाद इस नश्वर संसार में वापसी नहीं होती। **यद्गत्वा न निवर्तन्ते, न सः पुनरावर्तते** — यह वह उद्घोष है जो हम शास्त्रों से, धर्मग्रन्थों से सुनते हैं। हम वास्तव में इन सब तथ्यों से बहुत भयभीत हैं। तो फिर मैं वहाँ नहीं जाऊँगा क्योंकि मैं वहाँ से वापस नहीं आ सकता हूँ! यह हमारा डर है। यह डर हमें ईश्वर के पास जाने से वञ्चित कर देगा। परन्तु मित्रों, भगवान् के पास जाने से केवल इसलिए नहीं डरो, क्योंकि यह कहा गया है कि आप लौटकर इस संसार की सुन्दरता नहीं देख पाओगे। इस प्रकार के संशयों वाला व्यक्ति अपरिपक्व साधक है। चित्त अभी शुद्ध नहीं हुआ है। वह अभी गुरु की सेवा और ईश्वर की उपासना के द्वारा, दग्ध नहीं हुआ है, चमकाया नहीं गया है। गुरु की कृपा अनिवार्य है, मैं इन शब्दों के साथ अपना वक्तव्य समाप्त करता हूँ। हमारे साथ हमारे महान् गुरु श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज थे, नहीं–नहीं, वह अभी भी हमारे साथ हैं और मैं दृढ़ विश्वास के साथ कह सकता हूँ कि उनकी आत्मा इस आश्रम की व्यवस्था को चला रही है और उनके अनुयायियों तथा भक्तों के हृदयों का मार्गदर्शन कर रही है। उनका आशीर्वाद सदा हमारे साथ है और ईश्वर हमारे साथ है।

(समाप्त)

(अनुवादिका : अल्का सुरेश बुद्धिराजा)

शिव (गुरुदेव शिवानन्द) के प्रवचन – देहरादून में :

जीवन का लक्ष्य और इसकी प्राप्ति

देहरादून की आश्चर्यजनक यात्रा

परम पूज्य श्री स्वामी वेंकटेशानन्द जी महाराज

(गतांक से आगे)

बाल सुलभ विशिष्टता

डॉ. और श्रीमती ईशर सिंह के लिए ७ मार्च का दिन उनके जीवन का सर्वाधिक स्मरणीय दिवस था। केवल पुराणों में ही लोगों ने महान् भक्तों के भगवद्भक्ति या भगवद्सेवा में विस्मृत हो जाने के विषय में, प्रभु प्रेम में अपनी सुध-बुध खो देने के विषय में पढ़ा होगा। किन्तु हमने अपनी आँखों से यह अद्भुत दृश्य, यह दिव्य विस्मृति देखी, जहाँ हृदयोद्गारों के आधिक्य से वाणी अवरुद्ध हो जाती है, पूर्ण प्राप्ति या परिपूर्णता के हर्षातिरेक से भावनाएँ मूक रह जाती हैं, हाथ-पाँव गतिहीन हो जाते हैं और मस्तिष्क अपने सभी सीमित कार्य-कलापों में भी ठगे से रह जाते हैं। लगभग दो घण्टे तक डॉ. और श्रीमती ईशर सिंह एक ऐसे संसार में थे जहाँ सब कुछ बस शिव ही शिव (गुरुदेव शिवानन्दजी) थे, जहाँ शिव का आनन्द ही उनकी आत्मा थी, जहाँ उनका कोई निजी अस्तित्व शेष नहीं रहा था, बस वे और केवल वे ही वहाँ विद्यमान थे।

उनके हृदयाराध्य के समक्ष, आज स्वयं शिव उनके घर-आँगन में प्रविष्ट हुए, उन सब ने भव्य तैयारियाँ की थीं। उन्होंने इसे दीपावली बना दिया था। सारा घर जगमगा रहा था। जिस स्थान पर शिव को बैठाना था वहाँ एक मनमोहक मण्डप सजाया गया था। उनके बेटे बाल-योगी यशवीर सिंह, के सन्त का स्वागत करने के लिए अपने अलग भाव थे। उसने शिव के आगमन पर अपने नन्हें मित्रों की टोली को स्वागतार्थ एकत्रित किया हुआ था; उसने शिव के सम्मान हेतु आतिशबाज़ी भी तैयार रखी हुई थी। 'गत इन सब वर्षों में बालकों द्वारा किया गया ऐसा उत्साहपूर्ण भव्य स्वागत नहीं देखा है!' शिव ने अत्यन्त प्रसन्न होते हुए कहा। धन्य है यशवीर! धन्य हैं उसके माता-पिता!

शिव के प्रति उस परिवार की भक्ति का वर्णन करने के लिए शब्द नहीं हैं। आभार, प्रेम और भक्ति की भावना से अश्रुपूरित नेत्रों के साथ उन्होंने शिव को श्री राम रत्न के आवास में जाने के लिए गाड़ी में बैठते हुए विदाई दी।

श्री राम रत्न के बंगले में श्री प्रेमनाथजी देर रात में शिव के पहुँचने की प्रतीक्षा कर रहे थे, वे यह सुनिश्चित करने में व्यस्त हो गए कि शिव अब रात को सुविधा सहित आराम से सो सकें। तभी उनकी बहिन अचानक कक्ष में आ गयी और दिव्य उन्माद में बार बार कहने लगी, 'आप महान् हैं! सचमुच आप एक महान् सन्त हैं! आप अन्य साधुओं जैसे नहीं हैं; आप बिल्कुल अलग हैं। अन्य साधु पाखण्डी हैं; आप निश्चय ही महान् हैं! टाउन हॉल में आपका प्रवचन सुनने के बाद मेरी यह धारणा दृढ़ हो गयी कि आप सारे विश्व में सर्वाधिक महत्वपूर्ण व्यक्ति हैं!'

श्री राम रत्न की सत्कार-मशीन, दिव्य प्रेम से ओत-प्रोत कई हृदयों से प्रेरित थी। उन्होंने कर्मचारियों को माननीय अतिथि के सत्कार हेतु अलग अलग कार्य सौंप दिये थे, किन्तु श्री राम रत्न और प्रेमनाथजी पूर्णतया सतर्क

थे कि कहीं किञ्चित् भी चूक न रहे! जब हम मसूरी की योजना बना रहे थे, प्रेमनाथजी हमें ऐसी भोजन-टोकरियाँ देने का विचार कर रहे थे जो हमारे वापस ऋषिकेश लौटने तक पर्याप्त रहें।

अभूतपूर्व घटना

मसूरी की ओर जाते हुए शिव ८ मार्च की प्रातः बेला में मजिस्ट्रेट श्री वी.सी. शर्मा से मिलने गए। शिव ने श्री शर्माजी और उनके परिवार के स्वास्थ्य और दीर्घायु के लिए संकीर्तन एवं प्रार्थना की।

जब कार मसूरी की ओर बढ़ रही थी, तो गुरुदेव ने अपने ऋषिकेश के प्रारम्भिक दिनों में की गयीं दो पर्वतीय यात्राओं को स्मरण किया, 'पहली बार मैं स्वामी अद्वैतानन्दजी के साथ मसूरी गया था। तब हम पैदल गए थे। उस पूरी यात्रा के लिए हमारे पास केवल पाँच रुपये थे। मेरी दूसरी यात्रा भी स्वर्गाश्रम के आवास काल में १९३० के दशक में की गयी थी। अब यह तीसरी यात्रा है।'

जनरल शर्माजी शिव से एक अन्य महात्मा एवं सुप्रसिद्ध संन्यासी के विषय में चर्चा कर रहे थे, जिनका अपना कोई आश्रम नहीं था, 'और वे सभी आश्रमों को अपना ही समझते थे।' शिव ने तुरन्त कहा, 'किन्तु अपने सिद्धान्तों के अनुसार जिज्ञासु साधकों को प्रशिक्षित करने के लिए यह अधिक अच्छा है कि अपना निजी आश्रम हो। इसके साथ साथ, हमें यह समझना चाहिए कि सभी आश्रम हमारे अपने हैं और अन्य आश्रमों की गतिविधियों में उनकी सहायता और सेवा करने को तत्पर रहना चाहिए! अपना आश्रम न होने और सब की सेवा करने की अपेक्षा यह कार्य बहुत अधिक कठिन है। अपना आश्रम होना और उसके लिए स्वामित्व का भाव न रखना, यह अपना आश्रम न होने से और भी अधिक कठिन है।

श्री वी.सी.शर्माजी ने शिव को पर्वतीय क्षेत्र में घुमाने के लिए पुलिस के अधिकारियों को निर्देशित कर दिया था। श्री शिव कुमार पुस्तकालय के समीप शिव का स्वागत करने और उन्हें मसूरी के दर्शनीय स्थल दिखाने हेतु साथ ले जाने के लिए तैयार खड़े थे। लगभग एक घण्टे तक गाड़ी मालरोड, कैमल-बैक इत्यादि सड़कों पर दौड़ने के बाद हैकमैन होटल पहुँची। वहाँ अल्पाहर का प्रबन्ध किया गया था।

इसके द्वारों में आज तक पहले कभी कोई सन्त व्यक्ति प्रविष्ट नहीं हुआ था; यह कभी उन धनाढ्य लोगों का प्रिय स्थान था जिन्हें यहाँ के नृत्यागार और पानागार में सुख-भोग का सन्तोष मिलता था। वे दिन अब बीत गए। होटल का वर्तमान मैनेजर श्री मेहरा, आनन्द-विभोर था कि शिव ने आज यहाँ पधार कर होटल के वातावरण को पवित्र किया है। एक प्याला दूध लेने के बाद शिव होटल परिसर में घूमे और फिर संकीर्तन किया, उन्होंने पियानो बजाया और भगवन्नाम गान किया। श्री मेहरा ने कहा, 'अभूतपूर्व! स्वामीजी, इस नृत्यागार ने इससे पहले कभी भगवान् का नाम नहीं सुना था; इसके वातावरण में केवल इन्द्रियोत्तेजक- संगीत ही गूँजता रहा । आपने इसे पवित्र कर दिया। आपने होटल के इतिहास में एक नव-युग का प्रारम्भ कर दिया है।' शिव ने मैनेजर और उसके परिवार के लिए, होटल के सभी कर्मचारियों के लिए भगवान् के आशीर्वाद का आह्वान किया, और उन सब को आश्रम आने के लिए आमन्त्रित किया।

(क्रमशः)

(अनुवादिका : स्वामी शिवाश्रितानन्द माता जी)

शिवानन्द ज्ञानकोष :

पवित्रता

परम पावन श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

एक साधु के पास एक बनिया दीक्षित होने के लिए पहुँचा। साधु से उत्तर मिला—''प्रतीक्षा करो। कुछ समय पश्चात् ही दीक्षा दे पाऊँगा।'' बनिये ने कई बार साधु से पुनः-पुनः शीघ्र दीक्षा देने की प्रार्थना की; किन्तु साधु ने स्पष्ट अस्वीकृति ही दी और कहीं बाहर चला गया। दो वर्ष व्यतीत होने पर साधु उसी बनिये के पास मल-मूत्र, कीचड़ तथा विष्ठादि से भरे पात्र को ले कर भिक्षा के लिए पहुँचा। चूँकि अब बनिया दीक्षा लेने जा रहा था इसलिए खीर, हलवा आदि सुन्दर, स्वादिष्ट पदार्थ ले कर भिक्षा देने आया। साधु ने बनिये से सब-कुछ अपने पात्र में डाल देने को कहा। किन्तु बनिये ने ऐसा नहीं किया और साधु से कहा—''स्वामी जी! पहले अपने पात्र को स्वच्छ और शुद्ध करेंगे तभी ये सारी स्वादिष्ट खाद्य सामग्री इसमें डाल सकूँगा।'' साधु ने उत्तर दिया—''ठीक इसी प्रकार जब तक तुम्हारा हृदय काम, क्रोध, मद, लोभ आदि विकारों के मल से भरा है, भला भगवान् को कैसे उसमें विराजित किया जा सकता है? मैं कैसे तुम्हें दीक्षा दे सकता हूँ?'' बनिया लज्जित हो कर उदासी से घर लौट आया। उसने दान एवं निष्काम सेवादि से मन को पवित्र किया। तत्पश्चात् साधु से दीक्षित होने का वह अधिकारी बन सका।

जैसे एक स्वच्छ श्वेत वस्त्र पर रंग बखूबी से चढ़ जाता है, ठीक उसी प्रकार जब जिज्ञासुओं का मन विकार रहित, शुद्ध एवं शान्त हो जाता है, भोग-विलास की इच्छाएँ उसमें रहती ही नहीं, तब ज्ञानियों के सदुपदेशों का अच्छा रंग जम जाता है, तब उनके मन पर शिक्षाएँ अपना प्रभाव डाल पाती हैं।

मन और इन्द्रियों की पवित्रता व संयम, सत्य तथा साक्षात्कार प्राप्ति के मार्ग के लिए पूर्वापेक्षित हैं। पहले नींव अर्थात् आधार सुदृढ़ हो, दीक्षा का समय अपने-आप आयेगा।

आन्तरिक तथा बाह्य पवित्रता

पवित्रता दो प्रकार की होती है—आन्तरिक तथा बाह्य। आन्तरिक शुद्धि का अर्थ है—रागद्वेष-रहित होना, उद्देश्यों की पवित्रता तथा भावों की शुचिता रखना। स्नानादि से शरीर की शुद्धि करना, वस्त्र, मकान तथा वातावरण को शुद्ध रखना बाह्य पवित्रता है।

बाह्य शुद्धि से विचारों में पवित्रता आती है। बाह्य शुद्धि के फलस्वरूप अपने शरीर व अन्य शरीर के प्रति विरक्ति का भाव उत्पन्न होता है। मोह-ममता शीघ्र ही विनष्ट हो जाती है।

आन्तरिक शुद्धि का महत्त्व बाह्य शुद्धि से अधिक रहता है। आन्तरिक शुद्धि से एकाग्रता आती है। आनन्द, प्रेम, बल, सन्तुलन, गम्भीरता, प्रसन्नता, एकरसता, सहिष्णुता एवं उदारता आदि गुण भी प्राप्त हो जाते हैं।

शुद्ध सात्त्विक भोजन करने से आपका मन भी सात्त्विक रहेगा। प्रभु की स्मृति बनी रहेगी। प्रभु-स्मरण

से अज्ञान, कामना एवं कर्म की ग्रन्थियाँ भी कट जायेंगी। मोक्ष की प्राप्ति हो जायेगी।

शुद्धि के बिना साधना व्यर्थ है

समाधि तथा ध्यान में सफलता-प्राप्ति-हेतु, नैतिकता के द्वारा मन की पवित्रता प्राप्त करने का महत्त्व महान् है।

नैतिक नियमों के पालन बिना, किसी भी विक्षुब्ध मन के लिए समाधि का अभ्यास करना जीर्ण-शीर्ण निम्न श्रेणी की नींव पर भवन बनाने के समान व्यर्थ है। भले ही ऐसी नींव पर भवन चाहे खड़ा कर दें, किन्तु वह गिरेगा तो अवश्य ही। यदि आपका जीवन नैतिकता पर आधारित नहीं है, तो चाहे आप वर्षों तक ध्यानाभ्यास का ढोंग रचते रहें, आपको ध्यान में कदापि सफलता नहीं मिलेगी।

मन की समस्त दुष्प्रवृत्तियों का मूलत: नाश करना ही होगा, यदि आप हृदय-पटल पर भगवान् को आसीन करना चाहते हैं। बँगले पर किसी महानुभाव को आमन्त्रित करने पर आप क्या करते हैं? आप पूर्ण स्वच्छता पर बल देते हुए सभी कूड़ा-कर्कट बाहर फेंकते हैं। सभी कक्षों की सफाई करके सुन्दर कालीन बिछाते हैं। ठीक इसी प्रकार मन की मलिनताओं को निकाल करके ही भगवान् को हृदय में सिंहासनासीन करना होता है।

मन को पवित्र करने में पर्याप्त समय लग जाता है। जैसे दरी के नीचे कूड़ा-कर्कट एकत्र हो जाता है, इसी तरह मन के कोनों में कई प्रकार की मलिनताएँ छिपी रहती हैं।

मन एक दुष्ट पिशाच है। इसी ने 'मार' के रूप में महात्मा बुद्ध को प्रलोभन देने का प्रयत्न किया था। इसी ने 'शैतान' के रूप में यीशु को लुब्ध करने का दुस्साहस किया। इसी ने 'काम' के रूप में भगवान् शंकर की समाधि भंग करने की कुचेष्टा की। इसी ने विश्वामित्र की तपस्या पर पानी फेर दिया।

साबुन और जल से धोने पर तो मन निर्मल और विकार-रहित नहीं होता। परन्तु यदि आप आसक्ति और वासनाओं का मूलोच्छेदन कर पायें तो मन स्वत: शुद्ध, निर्मल व पवित्र हो जायेगा।

इच्छाएँ इन्द्रियों को प्रेरित करती हैं। इन्द्रिय-दमन द्वारा इच्छाओं को वश में कर सकते हैं। तप से इन्द्रियाँ नियन्त्रित होती हैं और इच्छाएँ नष्ट हो जाती हैं।

विविध प्रकार के तप

राजयोग के पाँच नियमों का तीसरा अंग तप है। क्रियायोग के तीन अंगों में से भी एक अंग तप है। आत्म-संयम के कठोर अभ्यास का नाम तप है।

तप ही अशुद्ध मन को पवित्र करता है। यही तप मानव के पशुत्व को दिव्यत्व में बदल देता है। तप ही मन से काम, क्रोध तथा लोभादि को दूर कर इसे पवित्र करता है। जो आसुरी वृत्तियों का नाश करके ब्रह्मतेज प्रदान करे, उसे ही तप कहते हैं। यही तप रज तथा तम को विध्वंस कर सत्त्व की वृद्धि करता है। मन को जो स्थिर करके शाश्वत तत्त्व पर आरूढ़ करता है, उसे तप की संज्ञा दी जाती है। बहिर्मुखी वृत्तियों पर अधिकार पा कर

उन्हें अन्तर्मुखी बनाने को तप कहते हैं। तप वासनाओं तथा राग-द्वेष आदि का नाश कर वैराग्य, विवेक तथा ध्यान की ओर प्रेरित करता है। तप आध्यात्मिक संयम-नियम है। तप ही पूजा, साधना तथा ध्यान का रूप है।

श्रीमद्भगवद्गीता से इस तप विषय से सम्बन्धित अनेक महत्त्वपूर्ण अमूल्य शिक्षाएँ मिलती हैं। भगवान् श्रीकृष्ण ने अर्जुन को उपदेश देते हुए इस विषय पर अपनी दिव्य वाणी में प्रकाश डाला है। गीता में तीन प्रकार के तप वर्णित हैं—कायिक, वाचिक और मानसिक।

लौकिक रीति से नीम के पत्ते खाना, जल में खड़े रहना, तेज धूप में बैठे रहना, गर्मी-सर्दी सहन करना, हाथ उठा कर एक टाँग पर खड़े रहना आदि को तप की संज्ञा दी जाती है। ऐसी तपस्या करने वालों को तपस्वी कहा जाता है। लोग कहते हैं—''ब्रह्मचारी राम महान् तपस्वी है। वह केवल पत्तों का आहार लेता है और वस्त्रहीन रहता है। प्रचण्ड गर्मी में पंचाग्नि का अभ्यास करता है।'' ये सब शारीरिक तपस्या के उदाहरण हैं।

मानसिक तप की शक्ति शारीरिक तप की शक्ति से कहीं अधिक रहती है। जो मनुष्य भीषण गर्मी एवं सर्दी सहन करता है, वह शारीरिक तप करता है। उसकी सहनशक्ति तो बढ़ती है, किन्तु आवश्यक नहीं कि वह अपमान भी सह सके। सम्भव है कि एक ही कटु अथवा अप्रिय वचन उसे आपे से बाहर कर दे। उसमें प्रतिशोध की भावना रह जाये और शठं प्रति शाठ्यं की नीति अपनाता हो। उसने तो केवल अपने शरीर को ही तप द्वारा संयमित किया होता है। मन पर नियन्त्रण होता नहीं। प्रत्येक परिस्थिति में मन का समत्व, अपमान, पीड़ा व क्षति सहना, सौम्य, सन्तुष्ट तथा शान्त रहना, विपरीत स्थिति में प्रसन्न रहना, आपात् स्थिति का धैर्यपूर्वक सामना करना, प्रत्युत्पन्नमति व धीरता बनाये रखना मानसिक तप के उदाहरण हैं।

दार्शनिक विचार-धारा के अनुसार मानसिक तप की पराकाष्ठा ध्यान है। ब्रह्म या ईश्वर पर चंचल मन को स्थिर करना महान् तप है। विचार तथा निदिध्यासन उच्च कोटि के तप हैं।

व्रत तथा तप की प्रतिज्ञा

हिन्दू कई प्रकार के व्रत रखते हैं—जैसे एकादशी व्रत, श्री नारायण भगवान् का सत्यनारायण व्रत, माता लक्ष्मी का वर लक्ष्मी व्रत, अनन्त पद्मनाभ व्रत, सावित्री व्रत, जन्माष्टमी व्रत, चान्द्रायण व्रत, कृच्छ्र व्रत और प्रदोष व्रत।

मन को पवित्र करना, इन्द्रियों को वश में करना तथा भगवान् की भक्ति प्राप्त करना ही इन व्रतों का उद्देश्य रहता है। संसारी लोग कमाने के उद्देश्य से कई धन्धों में व्यस्त रहते हैं। उपवास की अवधि में ही तो उन्हें आत्म-निरीक्षण, पूजा, जप, ध्यान व शास्त्राध्ययन का अवसर मिल पाता है। प्रत्येक व्रत की अपनी विशिष्टता रहती है। कई एक बातें तो सभी व्रतों में समान रूप से रहती हैं—जैसे ब्रह्मचर्य-पालन, पूर्ण उपवास अथवा दूध-फलादि जैसा हल्का भोजन करना। मछली और मांस

सेवन का तो इन व्रतों में प्रश्न ही नहीं उठता।

उपवास द्वारा शुचिता प्राप्ति

सभी व्रतों में उपवास की भावना रहती है।

समस्त मत-मतान्तरों में उपवास की महिमा गायी जाती है। जो मनुष्य नियमित समयानुसार व्रत रखता है, उसके विचारों में पूर्णतया पवित्रता व शुद्धता रहती है। उसकी अभिव्यक्ति में वैयक्तिक विशेषता रहती है तथा उसकी कल्पनाएँ भी विशिष्ट होती हैं। दिव्यत्व एवं अमरत्व की प्राप्ति ही उसका ध्येय रहता है। उसमें अहं तो लेशमात्र भी नहीं रहता। उसके विचारों में उत्कृष्टता तथा दृढ़ता पायी जाती है, उसके कर्मों में उद्यम रहता है।

उसमें अलौकिक तेज रहता है। उसके तेजोमय व्यक्तित्व में भगवद्-साम्राज्य समाया रहता है। वह किसी की भावनाओं को ठेस नहीं पहुँचाता। मानव-जीवन के अन्धकार में उसके विचार ज्ञान-रश्मियों का कार्य करते हैं। आप अपनी सुविधा-अनुसार एकादशी, रविवार या शनिवार का उपवास अवश्य रखें। निश्चित समय पर नियमपूर्वक सुविधानुसार व्रत रखें।

पवित्रता भगवद्-धाम का प्रवेश-पत्र है

तपस्या अत्यावश्यक है। तपस्या लाभप्रद है। तपस्या सहायता प्रदान करती है। ऐसा भलीभाँति समझ कर इसका उचित ढंग से अभ्यास करें। धीरे-धीरे अभ्यास बढ़ाते चलें। सावधानी से काम लें। मूर्खता छोड़ विवेकपूर्ण अभ्यास करते जायें। शिथिलता बिलकुल न आने दें। अपनी प्रतिज्ञाओं का पालन करते रहें। दृढ़ निश्चय बनाये रखें। उत्साह में वृद्धि होती रहे।

एक सच्चे तपस्वी के रूप में मन तथा इन्द्रियों पर प्रभुत्व जमाये रखें। आध्यात्मिक ज्योति प्रकाशित होती रहे। आपको आध्यात्मिक जीवन का गरिमापूर्ण चरम लक्ष्य, अमरत्व और परम कैवल्य मोक्ष के रूप में अवश्य प्राप्त होगा।

ईश्वरीय साम्राज्य के लिए सीधा व सरल मार्ग है—पवित्रता। इसके बिना कुछ भी आध्यात्मिक उन्नति सम्भव नहीं। पवित्रता ही ब्रह्म है। पवित्रता के द्वारा ही ब्रह्म-ज्ञान-प्राप्ति व ब्रह्मैक्य हो सकता है। पवित्रता के अतिरिक्त अन्य कोई मार्ग नहीं।

आप नित्य शुद्ध स्वरूप हैं। मन तथा इन्द्रियों के संग से आप अपने को अपवित्र मान बैठे हैं। जप-कीर्तन, प्रार्थना, ध्यान, प्राणायाम, स्वाध्याय, सत्संग, सात्त्विक भोजन तथा 'मैं कौन हूँ' के गहन विचार से अपनी मूल पवित्रता को प्राप्त कर लें।

बुद्धि को विशुद्ध करें। हृदय को शुद्ध करें। वाणी को पवित्र करें। शरीर में शुचिता लायें। इन्द्रियों को शुद्ध करें। प्राणों को पावन करें। पवित्रता लायें, पवित्रता लायें, पवित्रता लायें।

मानसिक शुद्धता ईश्वर-राज्य का मुख्य द्वार है। यह भगवान् के दरबार की ड्योढ़ी है। ब्रह्मानन्द-धाम के अन्तर्ज्ञान रूपी द्वारों को खोलने वाली कुंजी पवित्रता ही है। अत: जैसे भी हो, पवित्रता को प्राप्त करिए। पवित्रता नित्यानन्द-धाम के लिए प्रवेशपत्र है।

(अनुवादक : श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज)

बाल जगत्

प्रिय दिव्य बालको!

जय श्री रामजीकी! ॐ नमो नारायणाय! आप सब से पुनः मिल कर मुझे बहुत प्रसन्नता हो रही है। मैंने आपका कैसे अभिवादन किया है, इस ओर ध्यान दें। आप भी जब अपने मित्रों से मिलें तो इसी प्रकार 'जय श्री राम' अथवा 'ॐ नमो नारायणाय' कहें। हमारी भारत भूमि की यह अत्यन्त सुन्दर प्रथा है। हेलो! हेलो! मत कहें, यह अर्थहीन है। गत मास मैंने जो कुछ कहा था, आप सबने उसका पालन किया है। मेरा आपसे अनुरोध है कि अब भी वैसा ही करें। आप शीघ्र ही महान् हो जायेंगे। आपके माता-पिता और अन्य सब कहेंगे, 'आप कितने अच्छे बच्चे हो!' जो कुछ मैं कहता हूँ, उसका ध्यानपूर्वक अनुसरण करें। मैं आपको ऐसे बहुत संक्षिप्त और सरल पाठ सिखाऊँगा जो स्मरण रखने में सरल, अनुसरण करने में सहज होंगे। उनका प्रतिदिन पठन करें। सदा उनका अभ्यास करते रहें।

स्वर्णिम सिद्धान्त

अपने माता-पिता की आज्ञा का पालन करें। सदा सत्य बोलें। समयनिष्ठ बनें। कभी झूठ न बोलें। सदैव स्वच्छ-स्वस्थ रहें। भले बनें और भला करें। वीर बनें। निर्धनों और जरूरतमन्दों की सहायता करें। अपने दैनिक कर्तव्य भलीभाँति निभायें।

अपना पाठ अच्छी तरह से स्मरण करें। अपने से बड़ों का और अपने शिक्षकों का आदर करें। अपने देश की सेवा करें। समाज की सेवा करें। कभी काम से जी न चुरायें। कभी भी आज का काम कल पर न छोड़ें। अपने

'द डिवाइन लाइफ' १९५८ से उद्धृत आलेख का अनुवाद

कर्तव्य अच्छी तरह निभाने से जीवन-संग्राम में विजय प्राप्त हो जायेगी। आप सदैव प्रसन्न रहेंगे।

सदा क्रियाशील रहें। निःस्वार्थ सेवा, त्याग, प्रेम, सदा आपका आदर्श होने चाहिए। एक आदर्श जीवन जियें। विनम्र बनें। दूसरों की भावनाओं को कभी आहत न करें। कभी कटु शब्द न बोलें। मृदुभाषी बनें। आवश्यकता से अधिक बोलना छोड़ दें। किसी को भी अपशब्द न कहें। प्रतिदिन कोई भला कार्य अवश्य करें।

चरित्र

सत्यभाषण, पवित्रता, आज्ञाकारिता, निश्छलता, दयालुता, विनम्रता, गम्भीरता, ये सब आदर्श चरित्र का निर्माण करते हैं। अच्छा चरित्र बहुमूल्य निधि है। एक आदर्श नैतिकतापूर्ण चरित्र बनायें। अच्छे चरित्र के बिना स्थायी और सच्ची सफलता कभी नहीं प्राप्त हो सकती। चरित्र ही शक्ति है, इससे रहित जीवन, एक असफल जीवन ही रहता है।

किसी भी विषय को रट कर स्मरण न करें। जब पढ़ाई करने लगें तो उस विषय का अर्थ भी ध्यानपूर्वक समझने का प्रयास करें। बुद्धिमत्ता से पढ़ाई करें। इस तरह करने से पढ़ा हुआ आपको याद रहेगा। पढ़ते समय पूरी तरह से एकाग्र चित्त रहें। सदैव आशावान रहें। विषय के हर एक बिन्दु को ध्यानपूर्वक पढ़ें। अपने पाठ का निहितार्थ स्मरण रखें।

जो पाठ पहले पढ़ चुके हैं, उनको बार बार दोहराते रहें। यदि ऐसा नहीं करेंगे तो उनकी विस्मृति हो जायेगी। परीक्षा के लिए जो स्मरण किया है, उसे मन ही मन दोहरा कर देखें। भगवान् से कृपा प्राप्ति के लिए प्रतिदिन प्रार्थना करें।

भगवान् आपसे प्रेम करते हैं

भगवान् आपसे प्रेम करते हैं। वे आपको बहुत सी अच्छी वस्तुएँ देते हैं। वे आपको खाने के लिए भोजन और पहनने के लिए वस्त्र देते हैं। उन्होंने आपको सुनने के लिए कान, देखने के लिए आँखें, सूंघने के लिए नासिका, स्वाद लेने के लिए जिह्वा, स्पर्श करने और काम करने के लिए हाथ तथा चलने के लिए पाँव दिये हैं।

वे आपके प्रति अत्यन्त दयालु हैं। उन्हें प्रेम करें। उनके प्रति श्रद्धा रखें। उनकी महिमा का गान करें, भगवन्नाम गान करें। उनसे प्रार्थना करें कि वे आपको समस्त पाप-कर्मों से दूर रखें। वे आपसे प्रसन्न हो जायेंगे। आपको आशीर्वादित करेंगे।

भगवान् सौन्दर्य हैं

ओ डेविड! फूल को देखो, यह कितना सुन्दर है! इसमें कैसी सुगन्ध है! आप इसे प्रेम कर सकते हैं। आप इसे तोड़ कर सूंघते हैं। क्या कोई मनुष्य फूल बना सकता है? आप कागज़ का फूल बना लेंगे और वह सुन्दर भी हो सकता है, किन्तु उसमें मधुर सुगन्ध नहीं होगी।

गुलाब का फूल शीघ्र ही मुरझा जाता है और उसका सौन्दर्य समाप्त हो जाता है। तब आप उसे फेंक देते हैं। यह नाशवान है। इसका सौन्दर्य कुछ ही समय के लिए होता है। इस सुन्दर पुष्प को बनाने वाला कौन है? यह रचनाकार भगवान् हैं। वे समस्त सुन्दरताओं के सौन्दर्य हैं, उनका सौन्दर्य अनश्वर है। उनको प्राप्त करें। आप शाश्वत सौन्दर्य पा लेंगे। सौन्दर्य भगवान् ही है। सदैव वास्तविक और अवास्तविक में विवेक रखें।

स्वामी शिवानन्द

पाषाण में श्वान (कुत्ता)

एक सांसारिक कहावत है,
'जब श्वान दिखता है, तो पत्थर नहीं,
जब पत्थर दिखता है तो श्वान नहीं।'
इसमें निहित है गहन दार्शनिकता।

एक बड़े राजा के महल के सामने
था एक श्वान।
रात्रि में कुछ अधिकारी आये,
उन्होंने देखा यह संगमरमर का बड़ा श्वान।

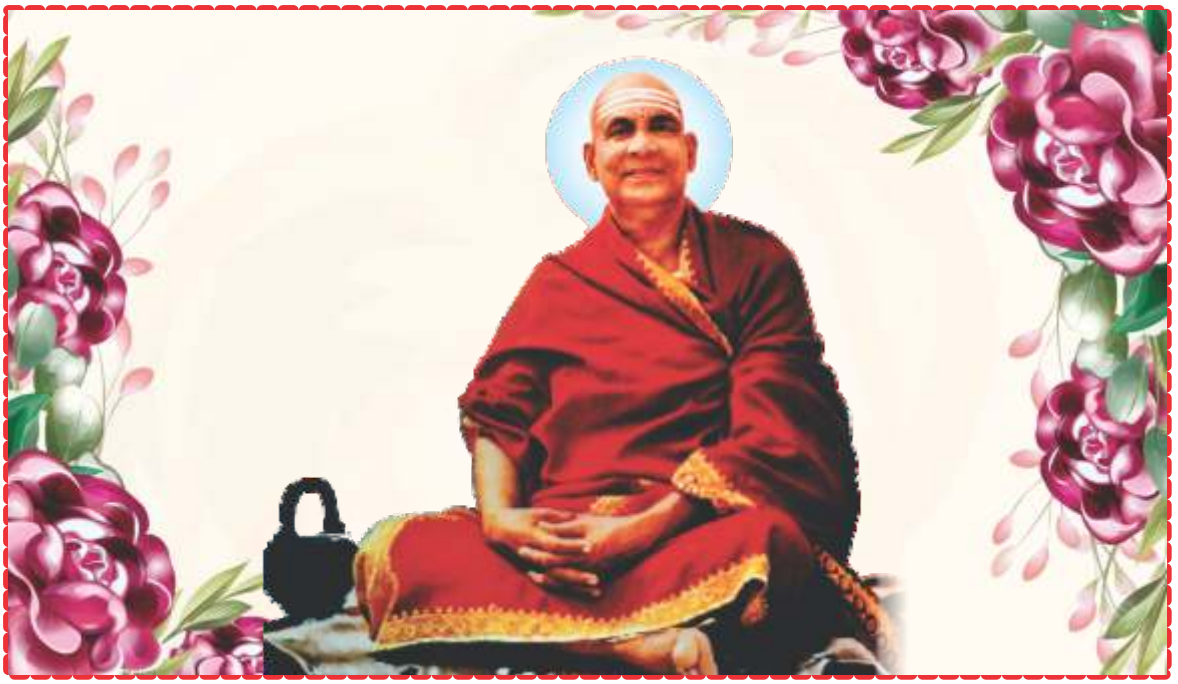
भयभीत हो गए वे बहुत ही,
किन्तु श्वान भौंका ही नहीं।
चुपचाप वे चले गए श्वान के निकट,
और पाया कि यह तो था पाषाण का श्वान;
और आश्चर्य, अब श्वान अदृश्य हो गया।
यह तो बस सारा पाषाण ही था।

जब वहाँ श्वान था, तो पत्थर नहीं था।
जब पत्थर था, तो वहाँ श्वान नहीं।
ऐसे ही, जब आप संसार को देखते हैं,
तब वहाँ ब्रह्म नहीं होता।
जब ब्रह्म को देखेंगे,
तब संसार नहीं होगा।

स्वामी शिवानन्द

'आध्यात्मिक कहानियाँ' से उद्धृत कविता का अनुवाद

परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज का संन्यास-दीक्षा-शताब्दी महोत्सव



नमो ब्रह्मज्ञाय प्रणुत शिवरूपाय च नमो
नमस्सर्वज्ञाय प्रहतभवतापाय च नमः।
नमस्सिद्धार्थाय प्रतिदलितपापाय च नमो
नमस्तुभ्यं स्वामिन्! यमिवर! शिवानन्दयतये।।

हे ब्रह्मज्ञ! आपको प्रणाम। हे शिवस्वरूप! आपको प्रणाम। हे सर्वज्ञ! आपको नमस्कार। हे भवताप विनाशक! आपको नमस्कार। हे सर्वसिद्धि सम्पन्न! आपको नमस्कार। हे सर्वपापविमोचक! आपको नमस्कार। हे यतिवर स्वामी शिवानन्द! आपको बारम्बार नमस्कार है।

१ जून, २०२४ का पावन दिन परम श्रद्धेय सद्गुरुदेव की संन्यास-दीक्षा-शताब्दी का पावन दिवस है। इस पावन दिवस के उपलक्ष्य में, मुख्यालय आश्रम द्वारा २२ फरवरी २०२४ से विविध कार्यक्रमों की श्रृँखला आयोजित की गयी जो महोत्सव के अन्तिम दिन अर्थात् १ जून २०२४ को सम्पूर्ण हुई।

सामूहिक महामन्त्र कीर्तन

संन्यास-दीक्षा-शताब्दी महोत्सव के एक अंग के रूप में आश्रम के अन्तेवासियों द्वारा भजन

हॉल में २२ फरवरी से ३१ मई तक शत दिवसीय महामन्त्र संकीर्तन किया गया। आश्रम के संन्यासियों और ब्रह्मचारियों ने सद्गुरुदेव के चरणकमलों में श्रद्धांजलि के रूप में प्रतिदिन एक घण्टा महामन्त्र का विभिन्न सुमधुर धुनों में अत्यन्त श्रद्धापूर्वक कीर्तन किया।

श्री राम कथा

२९ अप्रैल से ७ मई तक पावन समाधि मन्दिर में रात्रि सत्संग के समय, डी एल एस सुनाबेडा महिला शाखा की श्रीमती कमल पाणिग्रही माताजी द्वारा अत्यन्त मधुर स्वरों में श्री रामचरितमानस के

दोहे-चौपाई गायन करते हुए श्री राम कथा और श्री राम कथा की महिमा का वर्णन किया गया। ८ मई को पूज्या माताजी ने रात्रि सत्संग में काकभुषुंडी के प्रेरणादायक जीवन का वर्णन किया।

श्री रामचरितमानस पारायण

२९ अप्रैल से ७ मई तक के इन्हीं नव-दिवसों में प्रातः काल डी एल एस सुनाबेडा महिला शाखा के सदस्यों द्वारा गुरुदेव की पूजा के रूप में श्री विश्वनाथ मन्दिर परिसर में श्री रामचरितमानस का विविध मधुर धुनों में नवाह्न पारायण किया गया।

श्री आदि शंकराचार्य जयन्ती समारोह

१२ मई को श्री आदि शंकराचार्य जयन्ती का समारोह अत्यन्त श्रद्धा सहित मनाया गया। श्री विश्वनाथ मन्दिर प्रांगण में जगद्गुरु श्री आदि शंकराचार्य के पावन सान्निध्य में प्रातः ९ से ११ बजे तक एक विशेष सत्संग आयोजित किया गया। सत्संग का शुभारम्भ जय गणेश प्रार्थना और उसके बाद आत्मोत्थापक सुमधुर भजन और स्तोत्र गान के साथ किया गया। तदुपरान्त परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज, श्री स्वामी हरिहरानन्दजी महाराज और श्री स्वामी पूर्णबोधानन्दजी महाराज ने भगवान् शंकराचार्यजी के प्रेरणाप्रद जीवन एवं उनके दिव्योपदेशों पर प्रवचन दिये। आदिगुरु शंकराचार्य की अष्टोत्तरशत नामावली सहित पुष्पार्चना, आरती और फिर पावन प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

वैदिक पुष्पांजलि

१४ और २० मई को गायत्री वेद विद्यालय, तपोवन के विद्यार्थियों तथा श्री वेद महाविद्यालय, ऋषिकेश के विद्यार्थियों द्वारा श्री विश्वनाथ मन्दिर परिसर में हमारे परम श्रद्धेय गुरुदेव को वैदिक

पुष्पांजलि अर्पित की गयी। गायत्री वेद विद्यालय के ३४ विद्यार्थियों ने अत्यन्त सुमधुरतापूर्वक शिव संकल्प सूक्त, पुरुष सूक्त और अग्नि सूक्त का गान किया तथा श्री वेद महाविद्यालय के १२६ छात्रों ने श्री रुद्रम् का अति भावपूर्ण पाठ किया।

श्रीमद्भागवत कथा

१७ से २३ मई तक पावन समाधि हॉल में, रात्रि सत्संग के समय वृन्दावन के पूज्य बाबा श्री दीनबन्धुदासजी महाराज द्वारा श्रीमद्भागवत में से प्रह्लाद चरित्र का विस्तृत वर्णन किया गया। श्रीमद्भागवत में से सविस्तृत उद्धरणों के साथ साथ अन्य सद्ग्रन्थों में से उद्धरण देते हुए और श्री प्रह्लाद जी की नारायण भगवान् के प्रति अडिग भक्ति पर प्रकाश डालते हुए, पूज्य बाबाजी ने विस्तार सहित सच्ची भक्ति के स्वरूप की व्याख्या की।

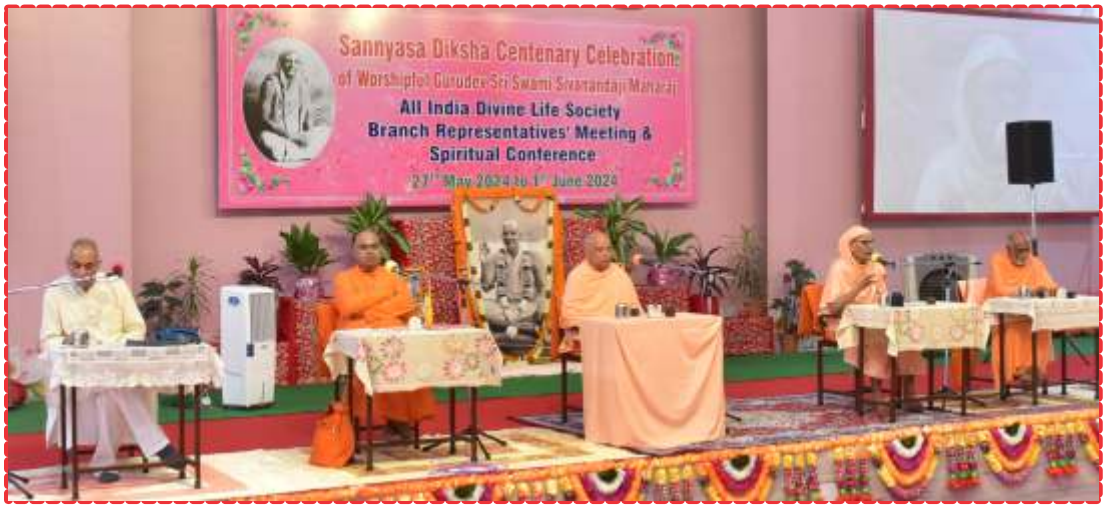
१००८ श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण

आन्ध्र प्रदेश की डी एल एस करवड़ी शाखा और काकीनाड़ा ग्रामीण शाखा के सदस्यों, तेलंगाना की करीमनगर शाखा के सदस्यों और श्री शिवानन्द स्कूल, करवड़ी के छात्र-छात्राओं ने २३ से २६ मई तक श्री विश्वनाथ मन्दिर प्रांगण में, गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के संन्यास दीक्षा शताब्दी के शुभ अवसर पर उनके चरण कमलों में श्रद्धा-सुमनों के रूप में श्री विष्णुसहस्रनाम पारायण किया।

वीणा वादन

२४ मई को रात्रि सत्संग में पावन समाधि हॉल में, दिव्य साईं वीणा इन्स्टीट्यूट के श्रीमती कल्याणी हेमलता, श्रीमती के. लक्ष्मी और श्रीमती एम. लक्ष्मी सुरेखा द्वारा सद्गुरुदेव के पावन चरणों में श्रद्धांजलि के रूप में स्वर-अर्चना अर्थात् वीणा वादन किया गया। वीणा पर महिषासुरमर्दिनि स्तोत्र, लिंगाष्टकम्, श्री गणेश पंचरत्न स्तोत्र और त्यागराज कीर्तन की सुमधुर प्रस्तुति ने उपस्थित सब श्रोताओं के मन मोह लिए। श्री पी. वरप्रसाद ने अत्यन्त कुशलता सहित उनके साथ मृदंग पर सहयोग दिया।

भारत की समस्त डिवाइन लाइफ सोसायटी शाखाओं के प्रतिनिधियों का सम्मेलन



डिवाइन लाइफ सोसायटी की समस्त भारतीय शाखाओं की कार्य पद्धति को प्रभावशाली बनाने तथा मुख्यालय एवं शाखाओं के परस्पर सम्बन्ध को सुदृढ़ करने के उद्देश्य से, २७ और २८ मई को सभी शाखाओं के प्रतिनिधियों का एक सम्मेलन आयोजित किया गया।

दोनों दिन कार्यक्रम का प्रारम्भ प्रातःकालीन प्रार्थना और ध्यान सत्र तथा उसके बाद प्रभात फेरी के साथ किया गया। शाखा-प्रतिनिधि सम्मेलन के शिवानन्द सत्संग भवन में नित्य दो सत्र हुए जिनका संचालन डी एल एस वडोदरा शाखा के डॉ.जयन्त भाई दवेजी ने कुशलतापूर्वक किया। प्रत्येक सत्र का प्रारम्भ श्री स्वामी देवभक्तानन्दजी महाराज द्वारा जय गणेश प्रार्थना और गुरुस्तोत्र पाठ सहित किया गया।

२७ मई को प्रातः ८.४५ पर उद्घाटन सत्र प्रारम्भ हुआ। फिर परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज ने उद्घाटन सन्देश में सभी उपस्थित जनों का हार्दिक स्वागत किया और अपने प्रेरणाप्रद प्रवचन से आशीर्वादित किया। इसके पश्चात्, परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्दजी महाराज और परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज ने अपने आशीर्वचनों में शाखा के प्रभावपूर्ण कार्यसम्पादन हेतु निर्देश दिये।

आगामी दो सत्रों में शाखा-प्रतिनिधियों से दिव्य जीवन मिशन को और अधिक सशक्त-सुदृढ़ बनाने हेतु परामर्श देने का अनुरोध किया गया। समापन सत्र में परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज ने सम्मेलन की सम्पूर्ण गतिविधियों का सारांश प्रस्तुत किया। परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज, परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज और परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्दजी महाराज के आशीर्वचनों के साथ सम्मेलन समाप्त हुआ। ५४ शाखाओं से कुल ९१ प्रतिनिधियों ने सम्मेलन में भाग लिया।

आध्यात्मिक सम्मेलन

२९ से ३१ मई तक, शिवानन्द सत्संग भवन में एक आध्यात्मिक सम्मेलन आयोजित किया गया। विभिन्न सुप्रसिद्ध संस्थाओं से लब्धप्रतिष्ठ सन्त और अग्रगण्य आध्यात्मिक प्रबुद्धजनों ने अपनी उपस्थिति एवं प्रेरणाप्रद प्रवचनों से सम्मेलन की शोभा-वृद्धि की। प्रतिदिन कार्यक्रम का शुभारम्भ प्रातःकालीन प्रार्थना-ध्यान सत्र और उसके उपरान्त प्रभात-फेरी के साथ किया गया। सम्मेलन के पूर्वाह्न सत्र और अपराह्न सत्र नित्य जय गणेश प्रार्थना और भजनों के साथ आरम्भ हुए और उसके बाद विभिन्न वक्ताओं के प्रबोधक प्रवचन हुए। श्री स्वामी त्यागवैराग्यानन्दजी महाराज ने विधि-नायक के रूप में विभिन्न सत्रों का संचालन किया।

२९ मई को पावन दीप-प्रज्वलन सहित सम्मेलन का उद्घाटन किया गया। तदुपरान्त, परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज ने अपने स्वागत-सम्बोधन के माध्यम से सभी उपस्थित जनों का हार्दिक स्वागत किया।

परम पूज्य श्री स्वामी दिव्यानन्द सरस्वतीजी महाराज श्री कैलाश आश्रम, ऋषिकेश के आचार्य महामण्डलेश्वर ने अपने प्रेरणादायक प्रवचन में मानव जन्म की महिमा का वर्णन करते हुए कहा कि मनुष्य जन्म भगवान् की महती कृपा से प्राप्त होता है और केवल इस मनुष्य जन्म में ही व्यक्ति जन्म-मरण के चक्र से निकल कर मोक्ष प्राप्त कर सकता है। अतः व्यक्ति को इस परम लक्ष्य को पाने के लिए गहन साधना करनी चाहिए। आध्यात्मिक जीवन में निष्कामता के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए स्वामीजी महाराज ने यह स्पष्ट किया कि यह किस प्रकार समस्त योग-साधनाओं की नींव है।

परम पूज्य श्री स्वामी रमणचरण तीर्थजी महाराज, तिरुवन्नामलई ने अपने चार प्रबोधक प्रवचनों में, विविध सद्ग्रन्थों को उद्धृत करते हुए तथा भगवान् रमण महर्षि, सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज एवं अन्य सन्तों को उद्धृत करते हुए संन्यास की धारणा के विषय में उसके विभिन्न पहलुओं और रूपों की सरल एवं विद्वत्तापूर्ण ढंग से व्याख्या की। इन सभी पहलुओं और व्याख्याओं को अत्यन्त सुन्दर रूप से संयोजित करते हुए, स्वामीजी महाराज ने कहा कि भगवान् के लिए अपना सर्वस्व त्याग करना वस्तुतः सच्चा संन्यास है।

परम पूज्य श्री स्वामी आत्मप्रियानन्दजी महाराज, श्री रामकृष्ण मिशन, बेलूर मठ, कोलकता ने अपने प्रेरणाप्रद उद्बोधन में परम पूज्य सद्गुरुदेव को श्रद्धांजलि समर्पित करते हुए उनके दिव्य मन्त्र, 'भले बनो, भला करो' के महत्त्व का अत्यन्त प्रभावपूर्ण रूप से वर्णन किया। संन्यास के स्वरूप का वर्णन करते हुए स्वामीजी महाराज ने कहा कि जो निरन्तर अपने वास्तविक स्वरूप में निवास करता है और दूसरों को आत्म-स्वरूप मानते हुए उनकी सेवा करता है, वही सच्चा संन्यासी है।

परम पूज्य श्री स्वामी जपसिद्धानन्दजी महाराज, श्री रामकृष्ण मिशन, बेलूर मठ, कोलकता ने संस्कृत भाषा में दिए गए अपने संक्षिप्त प्रवचन में कहा कि हमारे जीवन के प्रत्येक क्षण में हमारे समक्ष आने वाले हर एक पदार्थ और परिस्थिति, हमें श्रेय और प्रेय, इन दोनों को प्रस्तुत करते हुए किसी भी एक को चयन करने का अवसर देते हैं। हमें इतना बुद्धिमान होना होगा कि सुखदायी और हितकारी में से हितकारी का चयन करें जिससे हमारा परम कल्याण हो।

परम पूज्य श्री स्वामी मुक्तानन्दजी महाराज, अध्यक्ष, आनन्द आश्रम, काह्नगढ़, केरल ने अपने प्रवचन को परम पूज्य गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज और परम पूज्य पापा रामदासजी के उदात्त जीवनों पर केन्द्रित करते हुए कहा कि अन्यता का अभाव, वैश्व प्रेम, असीम करुणा और निस्स्वार्थ सेवा, सभी महान् सन्तों के दिव्य गुण होते हैं। इन सन्तों के सुन्दर जीवन से सम्बन्धित पावन दिवसों को मनाना वस्तुतः ऐसे सौभाग्यशाली अवसर हैं जिनके माध्यम से हम उनके महान् आदर्शों को स्मरण करते हुए, उनका अनुसरण करने का यथासम्भव प्रयत्न कर सकते हैं।

परम पूज्य श्री स्वामी तेजोमयानन्दजी महाराज पूर्वाध्यक्ष, चिन्मय मिशन वर्ल्डवाइड, मुम्बई ने अपने प्रेरक सन्देश में संन्यास आश्रम की महिमा पर प्रकाश डालते हुए, श्रीमद्भागवत महापुराण में से उद्धव गीता का प्रसंग लेते हुए भगवान् श्री कृष्ण के शब्दों को उद्धृत किया, *'आश्रमाणामहं तुर्यो*— चारों आश्रमों में से, मैं तुरीय आश्रम (संन्यास आश्रम) हूँ।' *'धर्माणामस्मि संन्यासः*— प्रमुख धर्मों में से, मैं त्याग हूँ।' स्वामीजी महाराज ने अत्यन्त स्पष्टतापूर्वक यह भी वर्णन किया कि भगवान् की विभूति होने से संन्यास का वास्तविक अभिप्राय निरन्तर अपने वास्तविक स्वरूप में स्थित रहना तथा वैश्व प्रेम का अभ्यास है।

परम पूज्य श्री स्वामी निरंजनानन्दजी महाराज, बिहार स्कूल ऑफ़ योग, मुंगेर ने अपने प्रेरणाप्रद प्रवचन में सद्गुरुदेव के पावन संन्यास दीक्षा शताब्दी समारोह में सम्मिलित होने वाले सभी भक्तों को उनके इस परम सौभाग्य के लिए बधाई दी। अपने गुरु परम पूज्य श्री स्वामी सत्यानन्दजी महाराज के साथ १९६८ में इस पावन आश्रम में प्रथम बार आने की मधुर स्मृतियों को सबके साथ

साझा करते हुए और गुरु-शिष्य सम्बन्ध की महिमा का वर्णन करते हुए, स्वामीजी महाराज ने परमाराध्य गुरुदेव के तीन दिव्य उपदेशों— सेवा, प्रेम और दान को आध्यात्मिक जीवन की नींव कहते हुए सबको इनका अभ्यास करने के लिए प्रेरित किया।

परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज, अध्यक्ष, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, ने अपने सन्देश में सम्मेलन में आये हुए सभी प्रतिष्ठित वक्ताओं, भक्तों और अतिथियों का कार्यक्रम में सम्मिलित होने और सद्गुरुदेव के संन्यास दीक्षा शताब्दी महोत्सव को सफल बनाने में सहयोगी होने के लिए हार्दिक धन्यवाद व्यक्त किया। स्वामीजी महाराज ने गुरुदेव द्वारा प्रतिपादित सत्य, प्रेम और पवित्रता से पूर्ण दिव्य जीवन जीने के लिए भी सभी को प्रेरित किया।

परम पूज्य श्री स्वामी निर्लिप्तानन्दजी महाराज, उपाध्यक्ष, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, ने अपने प्रवचन में सद्गुरुदेव के महान् एवं प्रेरणाप्रद तपोमय जीवन से भक्तों को अवगत करवाते हुए कहा कि श्री गुरुदेव संन्यास भावना के साकार रूप थे। स्वामीजी महाराज ने यह भी कहा कि गुरुदेव के पदचिह्नों का यथासम्भव अनुसरण करने का प्रयास करना ही समुचित रूप से उनका संन्यास दीक्षा शताब्दी समारोह मनाना है।

परम पूज्य श्री स्वामी पद्मनाभानन्दजी महाराज, उपाध्यक्ष, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, ने अपने उद्बोधन में श्री गुरुदेव द्वारा प्रतिपादित विभिन्न सरल साधनाओं का अत्यन्त सुन्दरता से वर्णन किया तथा उनके संन्यास दीक्षा शताब्दी के पावन अवसर पर भक्त-साधकों को आध्यात्मिक जीवन जीने का सच्चे मन से संकल्प करने के लिए प्रेरित किया जिससे कि वे सब, जीवन का परम लक्ष्य अर्थात् भगवद्-साक्षात्कार प्राप्त कर सकें।

परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज, महासचिव, द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, ने अपने संक्षिप्त सन्देश में गुरुदेव के महिमाशाली जीवन से प्रेरणाप्रद उदाहरण देते हुए तथा उनके दिव्य गुणों पर प्रकाश डालते हुए कहा कि श्री गुरुदेव का जीवन स्वयं में एक महान् सद्ग्रन्थ है।

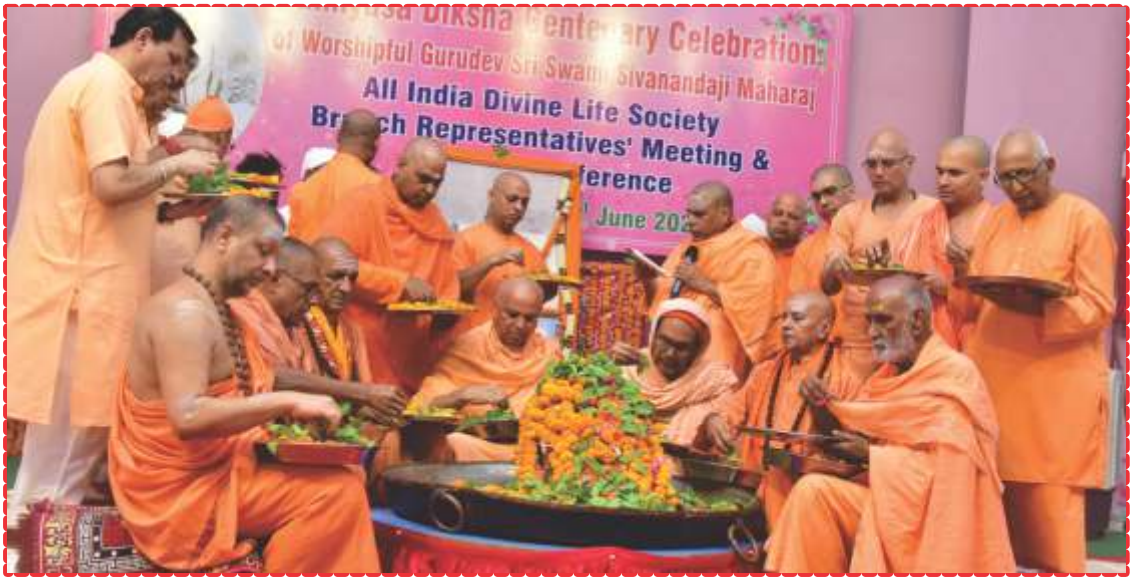
सम्मेलन के समय सांस्कृतिक कार्यक्रम

२९ मई को ओडिशा के ब्रह्मपुर की कुमारी गंगोत्री दास ने श्री गुरुदेव के चरण-कमलों में श्रद्धांजलि के रूप में रात्रि सत्संग में शास्त्रीय नृत्य की अति सुन्दर प्रस्तुति समर्पित की। ३० और ३१ मई को आन्ध्र प्रदेश के मातृ शिवानन्द कलाक्षेत्रम्, नरसा राव पेट, के डॉ. पी. कृष्णवसु श्रीकान्त और उनके विद्यार्थियों ने भरतनाट्यम् की मनमोहक प्रस्तुति से सभी के हृदय आनन्द-विभोर कर दिए।

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के संन्यास दीक्षा शताब्दी दिवस का महोत्सव

१ जून,२०२४ के परम सौभाग्यशाली दिवस का शुभारम्भ शिवानन्द सत्संग भवन में प्रातःकालीन प्रार्थना और ध्यान के साथ किया गया। तदुपरान्त प्रभात-फेरी आयोजित की गयी जिसमें भारी संख्या में भक्त-जन अत्यन्त उत्साहपूर्वक दिव्य नाम संकीर्तन करते हुए सानन्द सम्मिलित हुए। आश्रम यज्ञशाला में समस्त मानवता के कल्याण हेतु हवन भी किया गया।

पूर्वाह्न सत्र में परम आराध्य सद्गुरुदेव को, अत्यन्त सुसज्जित समाधि मन्दिर में विशेष पूजा समर्पित की गयी। तदुपरान्त, शिवानन्द सत्संग भवन में एक भव्य सत्संग



आयोजित किया गया जिसमें सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की पावन पादुकाओं की विधिवत् विशेष पूजा की गयी। फिर जय गणेश प्रार्थना और भजन-कीर्तन किया गया। परम पूज्य श्री स्वामी योगस्वरूपानन्दजी महाराज के आशीर्वचन के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ। श्री स्वामीजी महाराज ने अपने सन्देश में सदैव गुरुदेव की विद्यमानता को अनुभव करते रहने तथा भगवन्नाम जप करने के लिए सब को प्रेरित किया। इसके पश्चात्, यति-पूजा सम्पन्न हुई जिसमें सौ से अधिक संन्यासियों की श्रद्धापूर्वक पूजा के पश्चात् उन्हें भोजन एवं दक्षिणा अर्पित किए गए।

सायं ४ से ५ बजे तक विशेष महामन्त्र संकीर्तन आयोजित किया गया जिसमें आश्रम के संन्यासी, ब्रह्मचारी और भक्तों ने अत्यन्त भाव विभोर हो कर दिव्य नाम गान किया। तदुपरान्त श्रद्धेय गुरुदेव की पावन स्मृति में श्री शिवानन्द घाट पर

माँ गंगा को विशेष पूजा समर्पित की गयी। रात्रि सत्संग में भक्तों को वीडीओ शो के माध्यम से श्री गुरुदेव के दर्शनों का सौभाग्य प्राप्त हुआ। परम आराध्य गुरुदेव के संन्यास दीक्षा शताब्दी के पावन अवसर के उपलक्ष्य में १० पुस्तिकायें, ५ पुस्तकें और 'डिवाइन लाइफ' तथा 'दिव्य जीवन' पत्रिकाओं के विशेषांक, समारोह के दिनों में विमोचित किए गए। भारत तथा विदेशों के विभिन्न स्थानों से विशाल संख्या में भक्त जन इस महिमामय समारोह में सम्मिलित हुए तथा स्वयं को अत्यधिक सौभाग्यशाली अनुभव किया।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा तथा सद्गुरुदेव के भरपूर आशीर्वाद सभी पर हों।

९९वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का दीक्षान्त समारोह

२९ अप्रैल २०२४ को वाई.वी.एफ़.ए. हॉल में ९९वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का दीक्षान्त समारोह सम्पन्न किया गया। 'डिवाइन लाइफ सोसायटी' मुख्यालय के महासचिव परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज ने समारोह की अध्यक्षता की। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं के उपरान्त ब्रह्मचारी गोपीजी, अकादमी के रजिस्ट्रार ने इस अवसर पर उपस्थित सभी का स्वागत किया।

ब्रह्मचारी श्री गोपीजी द्वारा कोर्स की प्रतिवेदन–प्रस्तुति के उपरान्त कुछेक छात्रों ने कोर्स सम्बन्धी अपने विचार व्यक्त किए, तदुपरान्त छात्रों को प्रमाण–पत्र और ज्ञान प्रसाद दिया गया तथा प्राध्यापकों को सम्मानित किया गया।

परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज ने छात्रों को प्रेरित करते हुए और श्री गुरुदेव की शिक्षाओं, 'सेवा, भक्ति, दान, पवित्रीकरण, ध्यान, साक्षात्कार; भले बनो, भला करो, दयालु बनो, संवेदनशील बनो,' पर प्रकाश डालते हुए कहा कि ये शिक्षाएँ समस्त सद्ग्रन्थों का सार हैं, अतः इन दिव्योपदेशों का अपने जीवन में अभ्यास करें। माँ सरस्वती की पूजा और प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव की कृपा वृष्टि सभी पर हो।

अपने आदर्श पर नित्य–प्रति ध्यान कीजिए। उसके अनुसार जीवन यापन करने के लिए प्रयत्नशील बनिए।

दुर्गुणों को उखाड़ फेंकिए। अपने चरित्र का विश्लेषण कीजिए। अपनी क्षमताओं को विकसित कीजिए। मानसिक एवं नैतिक सद्गुणों का विकास करिए।

इन्द्रियों के द्वार बन्द करिए। अपने विचारों को शान्त कर, उफनते आवेगों का दमन कर तथा सारी कामनाओं एवं तृष्णाओं को कुचल कर मन को स्थिर एवं गम्भीर बनाइए। ध्यान कीजिए। अब आप अन्तर्वासी परमात्मा की महिमा तथा गरिमा का दर्शन करेंगे।

उनको क्षमा कर दीजिए जो आपकी आलोचना करते तथा आपकी निन्दा करते हैं। उनको हानि न पहुँचाइए जो आपको हानि पहुँचाते हैं। यदि कोई घृणावश आपकी हँसी उड़ाये, तो उसकी बात की परवाह न करते हुए शिष्टतापूर्वक उसको नमस्कार कीजिए।

स्वामी शिवानन्द

१०० वें बेसिक योग–वेदान्त कोर्स का उद्घाटन

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज के ज्ञान यज्ञ में १०० वीं आहुति, १०० वें बेसिक योग वेदान्त कोर्स के रूप में समर्पित की गयी। इस १०० वें कोर्स का ३ मई २०२४ को वाई.वी.एफ़.ए. हॉल में उद्घाटन किया गया। कुल ३६ जिज्ञासु सद्गुरुदेव के पावन आश्रम में दिव्य ज्ञान का आशीर्वाद पाने के लिए इस कोर्स में भाग लेने आये।

उद्घाटन कार्यक्रम का शुभारम्भ माँ दुर्गा और दत्तात्रेय भगवान् के पावन मन्दिरों में पूजा के साथ किया गया। प्रारम्भिक प्रार्थनाओं और अकादमी के रजिस्ट्रार, ब्रह्मचारी श्री गोपीजी के स्वागत सम्बोधन के उपरान्त, परम पूज्य श्री स्वामी अद्वैतानन्दजी महाराज, 'डिवाइन लाइफ सोसायटी' मुख्यालय के महासचिव, ने कोर्स के शुभारम्भ के प्रतीकस्वरूप पावन दीप प्रज्वलित करते हुए कोर्स का उद्घाटन किया। फिर श्री गोपीजी ने छात्रों का परिचय स्वामीजियों तथा श्रोताओं से करवाया।

अपने उद्घाटन सम्बोधन में स्वामीजी महाराज ने छात्रों के कोर्स को भलीभाँति सफलतापूर्वक पूर्ण करने के लिए सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज से कृपा वृष्टि का आह्वान किया। स्वामीजी महाराज ने विद्यार्थियों को गुरुदेव के आश्रम में आने के अपने उदात्त उद्देश्य का सदैव स्मरण बनाये रखने के लिए प्रेरित किया। माँ सरस्वती की पूजा और पावन प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम समाप्त हुआ।

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव की भरपूर कृपा वृष्टि सभी पर हो।

उपनिषदों में आत्मा को मन तथा वाणी से परे बताया गया है। अन्यत्र आप पायेंगे कि शुद्ध मन या बुद्धि के द्वारा आत्मा को पाया जा सकता है। मन दो प्रकार के हैं : शुद्ध मन तथा अशुद्ध मन। हम लोगों का मन साधारणतया अशुद्ध है। हमें तप, योग, प्राणायाम तथा साधन–चतुष्टय के द्वारा सभी मलों का निवारण करना होगा। तब गुरु के निकट जा कर उपनिषद् पढ़ते हैं; श्रवण, मनन तथा निदिध्यासन का अभ्यास करते हैं। आत्मा अशुद्ध मन की पहुँच से परे है, परन्तु इसे प्राप्त किया जा सकता है। जिसने तपश्चर्या की है, जो वैराग्य तथा षट्–सम्पद् से सम्पन्न है, जिसने धारणा तथा ध्यान का अभ्यास किया है, ऐसा विवेकी व्यक्ति इसे प्राप्त कर सकता है। अतः उपनिषदों के उपदेशों में कोई विरोधाभास नहीं है।

स्वामी शिवानन्द

श्री गुरुपूर्णिमा, साधना–सप्ताह तथा गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज की पुण्यतिथि–आराधना

पावन गुरुपूर्णिमा महोत्सव द डिवाइन लाइफ सोसायटी के मुख्यालय 'शिवानन्द आश्रम, शिवानन्दनगर' में २१ जुलाई २०२४ को आयोजित किया जायेगा। गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज का ६१ वाँ पुण्यतिथि आराधना महोत्सव २९ जुलाई २०२४ को आयोजित किया जायेगा।

उक्त दो पावन महोत्सवों के बीच की अवधि में साधना–सप्ताह नामक एक आध्यात्मिक सम्मेलन का आयोजन किया जायेगा। २२ जुलाई से २८ जुलाई तक लगातार सात दिनों तक चलने वाले इस सम्मेलन में प्रतिदिन कार्यक्रम आयोजित किये जायेंगे।

उपर्युक्त कार्यक्रमों में भाग लेने के इच्छुक भक्तों से निवेदन है कि वे अपना पूरा डाक–पता और अपने साथ आने वाले व्यक्तियों की संख्या आदि से सम्बन्धित पूर्ण विवरण हमें पत्र अथवा ई–मेल द्वारा ३० जून २०२४ तक भेज दें।

शारीरिक दृष्टि से निर्बल अथवा किसी प्रकार की गम्भीर स्वास्थ्य समस्या से प्रभावित व्यक्तियों को इस कठिन कार्यक्रम से होने वाले परिश्रम और थकानपूर्ण परिस्थितियों से बचने के विषय में विचार कर लेना चाहिए। वे किसी अन्य समय में आश्रम में आ सकते हैं, क्योंकि श्रावण मास होने के कारण रोज आने–जाने वाले यात्रियों की भारी भीड़ भी, इन दिनों में आने–जाने में अत्यन्त कठिनाई उत्पन्न कर देती है।

यह वर्षा–ऋतु का समय होगा और इस क्षेत्र में उन दिनों भारी वर्षा की सम्भावना रहती है। अत: जो भक्त लोग इस सम्मेलन में भाग लेने के लिए आ रहे हों, उन्हें इसके अनुकूल आवश्यक सामान—जैसे छाता, टार्च और ऐसी ही अन्य वस्तुएँ साथ लानी चाहिएँ।

महोत्सव के समय अधिक संख्या में आने वाले भक्तों के लिए आश्रम में आवासीय स्थान की कमी पड़ जाने के कारण हमें निकट के आश्रमों में स्थान प्राप्त करना होता है। आशा है अतिथि जन इन कठिनाइयों को सहन करते हुए इस व्यवस्था को प्रेमपूर्वक अपना लेंगे। भक्तों–साधकों से विनम्र प्रार्थना है कि इस कार्यक्रम से एक या दो दिन पहले ही आयें तथा कार्यक्रम की समाप्ति के बाद भी एक या दो दिन से अधिक ठहरने का समय न बढ़ायें।

गुरुदेव की कृपा सब पर हो!

शिवानन्दनगर
१ मई २०२४

—द डिवाइन लाइफ सोसायटी

चिदानन्द हरमिटेज शान्ति आश्रम बालिगुआली, पुरी, ओडिशा में चिदानन्द शान्ति आश्रम द्वारा साधना शिविर और श्रीमद्भागवत कथा यज्ञ का आयोजन

सर्वशक्तिमान् परमात्मा और सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्दजी महाराज की अपार कृपा से, चिदानन्द शान्ति आश्रम अपना प्रथम साधना शिविर और श्रीमद्भागवत कथा यज्ञ का आयोजन, २३ से २९ जुलाई २०२४ तक चिदानन्द हरमिटेज, शान्ति आश्रम, बालिगुआली, पुरी, ओडिशा में कर रहा है।

वृन्दावन के बाबा श्री दीनबन्धु दासजी महाराज अपनी उपस्थिति से शिविर की शोभा वृद्धि करते हुए नित्य दो सत्रों में श्रीमद्भागवत महापुराण पर उड़िया भाषा में प्रवचन करेंगे। इसके अतिरिक्त प्रातःकालीन प्रार्थना-ध्यान, प्रभात फेरी, योगासन-प्राणायाम, पादुका पूजा, भजन-कीर्तन और सायंकालीन सत्संग भी शिविर के भाग होंगे।

दिव्य जीवन संघ की भारत की सभी शाखाओं के प्रतिनिधि-सदस्य इसमें भाग लेने हेतु सादर आमन्त्रित हैं। उनको २२ जुलाई को पहुँचने के लिए अनुरोध किया जाता है। कुल २५० प्रतिभागियों को प्रथम आगमन के आधार पर आवास सुविधा की सेवा दी जायेगी।

नामांकन एवं अतिरिक्त जानकारी हेतु सम्पर्क सूत्रः

मुख्य संयोजक	:	श्री अद्वैत प्रसाद बिश्वाल
सहयोगी-संयोजक	:	आनन्द भाई, सल भाई, बिजय भाई और नरोत्तम भाई
सम्पर्क	:	९४३७०४३२२५, ७९७८१४१००३, ९४३७०००९८१

नोटः प्रतिभागियों से अनुरोध है कि वे अपने आधार कार्ड की फोटोकॉपी व्हाट्सएप के ९९३८६९२३०९ नम्बर पर भेज दें।

महत्त्वपूर्ण सूचना

योग–वेदान्त अरण्य अकादमी (द डिवाइन लाइफ सोसायटी)

शिवानन्दनगर—२४९१९२, जिला : टिहरी–गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत

प्रवेश–सम्बन्धी सूचना

लगभग दो माह **३०–०८–२०२४** से **२५–१०–२०२४** तक के **१०१ वें** आवासीय बेसिक योग–वेदान्त पाठ्यक्रम (कोर्स) में भाग लेने हेतु आवेदन–पत्र आमन्त्रित किये जाते हैं। यह पाठ्यक्रम द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय, शिवानन्दनगर (ऋषिकेश) के अकादमी–परिसर में आयोजित किया जायेगा।

इस पाठ्यक्रम से सम्बन्धित विस्तृत विवरण इस प्रकार है :

१. इस पाठ्यक्रम में केवल भारतीय (पुरुष) नागरिक भाग ले सकते हैं। कक्षाएँ कोर्स के लिए विद्यार्थियों के रूप में पंजीकृत प्रविष्ट आवेदनकर्ताओं के लिए संचालित की जायेंगी।

२. आयु–वर्ग २० और ६५ वर्ष के बीच

३. योग्यताएँ :
   (क) गहन आध्यात्मिक अभीप्सा तथा योग–वेदान्त के अभ्यास में गहन रुचि रखने वाले स्नातक उपाधिधारी पुरुषों को वरीयता दी जायेगी।
   (ख) अंग्रेजी भाषा में धाराप्रवाह वार्तालाप करने की क्षमता होनी चाहिए; क्योंकि शिक्षण का माध्यम अंग्रेजी भाषा है।
   (ग) स्वास्थ्य अच्छा होना चाहिए।

४. पाठ्यक्रम की अवधि—योग, वेदान्त तथा सांस्कृतिक मूल्यों पर लगभग दो माह की अवधि का आवासीय पाठ्यक्रम।

५. पाठ्यक्रम का विषय–क्षेत्र तथा पाठ्यचर्या (Syllabus) :
   (क) भारतीय तथा पाश्चात्य दर्शन के इतिहास का रूपरेखीय अध्ययन, उपनिषदों का अध्ययन, धार्मिक चेतना का परिशीलन, भगवद्गीता का अध्ययन, पतंजलि की योग–प्रणाली, नारद–भक्ति–सूत्र तथा स्वामी शिवानन्द का दर्शन।
   (ख) व्यावहारिक—आसन, प्राणायाम, ध्यान, कर्मयोग, भाषण, समूहों में चर्चा, प्रश्न–उत्तर और अन्तिम परीक्षा।
   (ग) वैकल्पिक विषय के रूप में प्रारम्भिक संस्कृत के शिक्षण का भी प्रावधान है। जो प्रतिभागी इसमें रुचि रखते हों, वे इस संस्कृत–कक्षा से भी लाभ उठा सकते हैं।

६. प्रशिक्षण, आवास तथा भोजन के लिए कोई शुल्क नहीं लिया जायेगा। द डिवाइन लाइफ सोसायटी की ओर से शुद्ध शाकाहारी भोजन (जलपान तथा दो बार भोजन प्रतिदिन) उपलब्ध कराया जायेगा। धूम्रपान, मद्यपान तथा नशीले पदार्थों का सेवन सर्वथा वर्जित है।

७. भरे हुए आवेदन–पत्र अधोलिखित पदाधिकारी के पास **३१–०७–२०२४** तक पहुँच जाने चाहिए।

८. योग–वेदान्त अरण्य अकादमी का उद्देश्य विद्यार्थियों को शैक्षिक–सैद्धान्तिक ज्ञान प्रदान करने के साथ–साथ उन्हें इस योग्य भी बनाना है कि वे अपने व्यक्तित्व को पूर्ण तथा संघटित बना सकें तथा हितकारी एवं सफल जीवन व्यतीत कर सकें। अकादमी में संचालित किये जाने वाले पाठ्यक्रम का स्वरूप छात्र को केवल शास्त्रीय ज्ञान अथवा मूलपाठ–विषयक जानकारी प्रदान करने की अपेक्षा अनुशासनात्मक अधिक है।

आवेदन–पत्र तथा विवरण–पत्रिका प्राप्त करने के लिए निम्नांकित पते पर सम्पर्क स्थापित करें :

आवेदन–पत्र तथा विवरण–पत्रिका को वेबसाइट से भी डाउनलोड किया जा सकता है।
www.sivanandaonline.org
yvfacademy@gmail.com

शिवानन्दनगर
०१–०५–२०२४

कुल–सचिव (रजिस्ट्रार)
योग–वेदान्त अरण्य अकादमी
द डिवाइन लाइफ सोसायटी
पत्रालय : शिवानन्दनगर—२४९१९२
जिला : टिहरी–गढ़वाल, उत्तराखण्ड
फोन : ०१३५–२४३३५४१ (अकादमी)

नोट— (१) चयनित विद्यार्थियों को अकेले आना चाहिए—पारिवारिक सदस्यों अथवा सम्बन्धियों के साथ नहीं।
(२) आवश्यकता पड़ने पर क्रमसंख्या ५ के अन्तर्गत उपर्युक्त पाठ्यचर्या में बिना किसी पूर्व–सूचना के किंचित् परिवर्तन किया जा सकता है।

डोनेशन सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण सूचना

प्रशासनिक कारणों तथा वर्तमान अकाउण्टिंग व्यवस्था (Accounting System) को थोड़ा सरल बनाने के उद्देश्य से, १० मार्च २०२१ को आयोजित 'बोर्ड ऑफ मैनेजमेण्ट' मीटिंग एवं ११ मार्च २०२१ को आयोजित 'बोर्ड ऑफ ट्रस्टीज' मीटिंग में यह निर्णय लिया गया है कि द डिवाइन लाइफ सोसायटी के लिए भेजे जाने वाले डोनेशन दिनांक १ अप्रैल २०२१ से केवल निम्नलिखित अकाउण्टस हेड्स हेतु ही स्वीकार किये जायेंगे—

जनरल डोनेशन

(१) आश्रम जनरल डोनेशन

(२) अन्नक्षेत्र

(३) मेडिकल रिलीफ

कॉरपस डोनेशन

शिवानन्द आश्रम कॉरपस (मूलधन) फण्ड

अत: भक्तवृन्द से अनुरोध है कि वे केवल उपर्युक्त अकाउण्टस हेड्स हेतु ही डोनेशन भेजें।

आश्रम के भक्त एवं हितैषी जनों को यह भी सूचित किया जाता है कि

- 'आश्रम जनरल डोनेशन' में प्राप्त धनराशि का उपयोग द डिवाइन लाइफ सोसायटी की समस्त धार्मिक, आध्यात्मिक एवं सेवा-सम्बन्धी गतिविधियों हेतु किया जायेगा यथा शिवानन्द होम द्वारा गृहविहीन-निराश्रितों की देखभाल, लेप्रसी रिलीफ वर्क द्वारा कुष्ठरोगियों की सेवा, निर्धन छात्रों को शैक्षिक सहायता, योग-वेदान्त फॉरेस्ट अकादमी का संचालन, नि:शुल्क वितरणार्थ आध्यात्मिक पुस्तकों का मुद्रण, आध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार-प्रसार, आश्रम-मन्दिरों में पूजा-अर्चना, आश्रम एवं गौशाला का रख-रखाव तथा आश्रम की नियमित धार्मिक-आध्यात्मिक गतिविधियों का संचालन। इस धनराशि का उपयोग सोसायटी द्वारा समय-समय पर आयोजित अन्य विभिन्न धार्मिक, आध्यात्मिक एवं सेवा-सम्बन्धी कार्यक्रमों हेतु भी किया जायेगा।
- 'मेडिकल रिलीफ' के अन्तर्गत प्राप्त डोनेशन का उपयोग शिवानन्द चैरिटेबल हॉस्पिटल में जरूरतमन्द रोगियों के उपचार हेतु तथा सोसायटी द्वारा संचालित अन्य चिकित्सा-सम्बन्धी कार्यक्रमों हेतु किया जायेगा।
- इसी प्रकार 'शिवानन्द आश्रम कॉरपस (मूलधन) फण्ड' से प्राप्त ब्याज की राशि का सदुपयोग सोसायटी की समस्त गतिविधियों (धार्मिक, आध्यात्मिक एवं सेवा-सम्बन्धी) हेतु किया जायेगा।
- इस सम्बन्ध में यह तथ्य ध्यान देने योग्य है कि सोसायटी अपनी किसी गतिविधि को समाप्त नहीं कर रही है। सोसायटी की सभी आश्रम-सम्बन्धी एवं सेवा-सम्बन्धी गतिविधियाँ पूर्ववत् चलती रहेंगी; यद्यपि डोनेशन स्वीकार करने हेतु अकाउण्टस हेड्स की संख्या कम कर दी गयी है।

- द डिवाइन लाइफ सोसायटी के लिए डोनेशन 'ऑनलाइन डोनेशन सुविधा' द्वारा वेब एड्रेस **https://donations.sivanandaonline.org** के माध्यम से अथवा हमारी वेबसाइट **www.sivanandaonline.org** में दिये गये 'ऑनलाइन डोनेशन' लिंक के माध्यम से भेजा जा सकता है।
- डोनेशन ऋषिकेश में देय बैंकड्राफ्ट अथवा चेक अथवा इलेक्ट्रानिक मनीआर्डर (E.M.O.) द्वारा "The Divine Life Society", Shivanandanagar, Uttarakhand के नाम भी भेजा जा सकता है। कृपया ड्राफ्ट अथवा चेक अथवा ई. एम. ओ. के साथ एक पत्र में डोनेशन का उद्देश्य, अपना डाक पता, फोन नम्बर, ई मेल आई डी तथा पैन नम्बर लिख कर भेजें।
- भक्तवृन्द को यह भी सूचित किया जाता है कि आश्रम-मन्दिरों में पूजा-अर्चना करवाने हेतु कोई धनराशि नहीं ली जायेगी। जो व्यक्ति अपने अथवा अपने परिवार के किसी सदस्य के नाम पर पूजा करवाना चाहते हैं, वे इस सम्बन्ध में आश्रम के महासचिव अथवा परमाध्यक्ष को आवश्यक विवरण के साथ एक अनुरोध-पत्र ई मेल अथवा डाक द्वारा भेज सकते हैं जिससे कि उनके नाम पर पूजा सम्पन्न हो सके।
- सोसायटी को भेजे जाने वाले सदस्यता शुल्क, प्रवेश शुल्क, आजीवन सदस्यता शुल्क, पैट्रनशिप शुल्क, शाखा-सम्बद्धता शुल्क एवं एस पी एल को भेजी जाने वाली अग्रिम धनराशि से सम्बन्धित प्रावधानों एवं निर्देशों में कोई परिवर्तन नहीं किया गया है।

द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्यालय के सदस्यता-शुल्क एवं शाखाओं के सम्बद्धता-शुल्क की दरें

१.	नवीन सदस्यता-शुल्क*		₹ १५०/-
	प्रवेश-शुल्क	₹ ५०/-	
	सदस्यता-शुल्क	₹ १००/-	
२.	सदस्यता नवीकरण-शुल्क (वार्षिक)		₹ १००/-
३.	नयी शाखा खोलने का शुल्क**		₹ १०००/-
	प्रवेश-शुल्क	₹ ५००/-	
	सम्बद्धता-शुल्क	₹ ५००/-	
४.	शाखा-सम्बद्धता नवीकरण शुल्क (वार्षिक)		₹ ५००/-

* सदस्यता के इच्छुक प्रार्थी कृपया प्रार्थना-पत्र के साथ अपना फोटो पहचान-पत्र (Photo Identity) तथा निवास-स्थान के प्रमाण-स्वरूप कोई दस्तावेज (Residential Proof) भेजें।

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

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

डी एल एस शाखाओं के प्रतिवेदन

भारतीय शाखाएँ

काकचिंग (मणिपुर): शाखा द्वारा दैनिक पूजा शिवमहिम्न स्तोत्र पाठ सहित, सोमवारों को शिवाभिषेक, गुरुवारों को पादुका पूजा तथा प्रत्येक ८ को विशेष सत्संगों के कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। रविवारों को अखण्ड महामन्त्र कीर्तन किया जाता रहा। ८ अप्रैल को शिवाभिषेक और मासिक सत्संग किया गया।

काकीनाडा (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा सोमवार को देवी भागवत पर प्रवचनों सहित साप्ताहिक सत्संग तथा ८ मार्च को जप, ध्यान, भजन और प्रवचनों सहित मासिक सत्संग किया गया तथा महाशिवरात्रि एकवारा रुद्राभिषेकम् सहित मनायी गयी।

कटक (ओडिशा): ७ अप्रैल को पादुका पूजा और प्रवचन सहित साधना दिवस मनाया गया। ८ को विशेष सत्संग आयोजित किया गया। इसके अतिरिक्त शाखा के नियमित कार्यक्रम यथा दैनिक पादुका पूजा, एकादशियों को गीता पाठ और सप्ताह में तीन दिन चल-सत्संग चलते रहे। श्री रामनवमी ९ से १७ तक रामचरितमानस पारायण और हवन के साथ मनायी गयी। १५ को श्री दुर्गा अष्टमी पूजा, चण्डी पाठ और हवन सहित मनायी गयी। २५ को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की जयन्ती मनायी गयी। सद्गुरुदेव के संन्यास दीक्षा शताब्दी कार्यक्रमों के अर्न्तगत एक घण्टे का महामन्त्र कीर्तन आयोजित किया गया। शिवानन्द ऐलोपेथिक डिस्पेंसरी द्वारा ९० रोगियों की चिकित्सा की गयी। दिव्य सन्देश मासिक पत्रिका प्रकाशित की गयी।

के. नुआगाँव (ओडिशा): शाखा द्वारा १४ से १८ मार्च तक गीता पाठ, हवन और प्रवचनों सहित गीता यज्ञ आयोजित किया गया। इसके अतिरिक्त

दैनिक ध्यान सत्र और विष्णुसहस्रनाम पारायण तथा शनिवारों को साप्ताहिक सत्संग चलते रहे।

चाँदपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, साप्ताहिक सत्संग शनिवार को, गुरु पादुका पूजा गुरुवारों को, सुन्दरकाण्ड पारायण संक्रान्ति दिनों को और चल सत्संग मास की ८ और २४ को किए जाते रहे। १३ को श्री हनुमान जयन्ती और १७ को श्री रामनवमी पूजा, '**श्री राम जय राम जय जय राम**' मन्त्र-संकीर्तन सहित मनायी गयी। २० को हनुमान चालीसा पाठ किया गया। सद्गुरुदेव के संन्यास दीक्षा शताब्दी महोत्सव के एक भाग के रूप में शाखा द्वारा महामन्त्र कीर्तन आयोजित किया गया।

छत्रपुर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, गुरुवारों को साप्ताहिक सत्संग तथा प्रत्येक ८ एवं २४ को पादुका पूजा के कार्यक्रम चलते रहे। ७ और २३ मार्च को दो चल-सत्संग भिन्न भिन्न स्थानों पर हनुमान चालीसा और सुन्दरकाण्ड पाठ के साथ किए गए। ७ को साधना दिवस मनाया गया। ८ को महाशिवरात्रि मनायी गयी।

जयपुर (राजस्थान): शाखा की दैनिक योग कक्षाएँ, नारायण सेवा, मातृ सत्संग सोमवारों को, हवन रविवारों को तथा अन्य समस्त गतिविधियाँ यथावत् चलती रहीं। स्वामी शिवानन्द होमियोपैथी चिकित्सालय के माध्यम से रोगियों की निःशुल्क चिकित्सा की गयी। विशेष कार्यक्रमों में १ अप्रैल को विशेष सत्संग किया गया। ९ से १७ तक श्री रामनवमी रामचरितमानस पाठ और हवन सहित मनायी गयी, २३ को हनुमान जयन्ती सुन्दरकाण्ड पाठ, हनुमान चालीसा पाठ और भजन-कीर्तन सहित मनायी गयी।

नन्दिनीनगर (छत्तीसगढ़): शाखा द्वारा दैनिक प्रातः कालीन प्रार्थना गीता पाठ सहित, सोमवारों को शिव अभिषेक, हनुमानचालीसा और विष्णुसहस्रनाम पारायण, गुरुवारों को साप्ताहिक सत्संग तथा शनिवारों को हनुमानचालीसा और सुन्दरकाण्ड पारायण सहित

मातृ सत्संग किए जाते रहे। मास की ३ को महामन्त्र कीर्तन किया गया। इसके अतिरिक्त चैत्र में ९ से १७ अप्रैल तक नवरात्रि महोत्सव पूजा, भजन-कीर्तन और हवन सहित मनाया गया, इसके उपरान्त कन्या पूजन भी किया गया।

पंचकुला (हरियाणा): शाखा द्वारा ८ अप्रैल को 'सिविल हॉस्पिटल' में नारायण सेवा की गयी और २४ को श्री राधा माधव मन्दिर में विद्यार्थियों के साथ सत्संग, प्रसाद में फल, दूध, बिस्कुट और मिठाई वितरण के साथ चिदानन्द दिवस मनाया गया।

पुरी (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पादुका पूजा, गुरुवारों और रविवारों को साप्ताहिक सत्संग, ८ एवं २४ को पादुका पूजा सहित विशेष सत्संग, एकादशियों को गीता पाठ तथा संक्रान्ति को हनुमान चालीसा पाठ के कार्यक्रम यथावत् चलते रहे। पूर्णिमा और अमावस्या को महामन्त्र संकीर्तन किया गया। सद्गुरुदेव के संन्यास दीक्षा शताब्दी महोत्सव के कार्यक्रमों के अन्तर्गत एक घण्टे का महामन्त्र कीर्तन किया गया।

बरगढ़ (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, सोमवारों को रुद्राभिषेक, योग एवं प्राणायाम की कक्षाएँ, गुरुवारों को गुरु पादुका पूजा, शनिवारों को साप्ताहिक सत्संग तथा रविवारों को गीता पर विचार-विनिमय के साथ सत्संग किए जाते रहे। इसके साथ साथ रोगियों की होमियोपैथी द्वारा धर्मार्थ चिकित्सा की जाती रही। शाखा द्वारा ८ मार्च को महाशिवरात्रि तथा १७ को श्रीरामनवमी मनायी गयी।

बीकानेर (राजस्थान): शाखा द्वारा अप्रैल माह में दैनिक पूजा और योगासन, प्राणायाम और ध्यान, मंगलवारों को भजन सन्ध्या और महामन्त्र संकीर्तन, शनिवारों को सुन्दरकाण्ड, हनुमानचालीसा और महामन्त्र संकीर्तन सहित सत्संग चलते रहे, अमावस्या को हवन तथा जरूरतमन्दों को वस्त्र एवं अन्न वितरण के कार्यक्रम भी चलते रहे। इसके

अतिरिक्त २३ को श्री हनुमान जयन्ती मनायी गयी।

बलांगीर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक योग कक्षाएँ और पादुका पूजा तथा शनिवारों को साप्ताहिक सत्संग के कार्यक्रम चलते रहे। १७ अप्रैल को पूजा, अर्चना, रामचरितमानस पारायण,भजन और कीर्तन सहित श्रीरामनवमी मनायी गयी। संक्रान्ति को हनुमानचालीसा, एकादशियों को गीता पाठ होता रहा। परशुराम चौक पर मठ्ठा (छाछ) वितरित किया गया। चिदानन्द धर्मार्थ डिस्पेंसरी के माध्यम से निर्धन रोगियों को होमियोपैथी और आयुर्वेदिक औषधियाँ दी गयीं।

ब्रह्मपुर (ओडिशा): शाखा के नियमित कार्यक्रम यथा मास की प्रत्येक ८, २४ और गुरुवार को पादुका पूजा, रविवारों को साप्ताहिक सत्संग, एकादशियों को गीता पाठ चलता रहा। तीसरे रविवार को साधना दिवस आयोजित किया जाता रहा। ९ से १७ तक श्रीरामचरितमानस का पाठ और प्रवचनों सहित श्री रामनवमी मनायी गयी। शनिवार को चल-सत्संग किया गया।

भीमकांड (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पादुका पूजा और रविवारों को साप्ताहिक सत्संग किए जाते रहे। महाविशुभ संक्रान्ति और हनुमान जयन्ती १४ अप्रैल को हनुमानचालीसा पाठ सहित मनायी गयी।

भुवनेश्वर (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा और नारायण सेवा, गुरुवारों को साप्ताहिक सत्संग, सप्ताह में चार दिन निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा की जाती रही। ४ अप्रैल को महामृत्युञ्जय मन्त्र जप और ५ को महामन्त्र संकीर्तन किया गया। ८ से १६ तक श्रीरामचरितमानस पारायण किया गया। १४ को हनुमान जयन्ती हनुमान चालीसा पाठ सहित मनायी गयी। २५ अप्रैल को परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानन्दजी महाराज की जयन्ती मनायी गयी। ११, १३,२७ को विशेष सत्संग और २४ को '**श्री राम जय राम जय जय राम**' मन्त्र जप किया गया।

मल्कानगिरि (ओडिशा): मार्च मास में शाखा

द्वारा रविवारों को साप्ताहिक सत्संग, मास की ८ को पादुका पूजा, एकादशियों को विष्णुसहस्रनाम पाठ और संक्रान्ति को सुन्दरकाण्ड पारायण किया जाता रहा।

लांजीपल्ली महिला शाखा (ओडिशा): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, रविवारों को साप्ताहिक सत्संग, गुरुवारों को पादुका पूजा एवं चल-सत्संग, एकादशियों को गीता पाठ और भागवत पारायण, संक्रान्ति दिवस को हनुमानचालीसा, सुन्दरकाण्ड पारायण तथा नारायण सेवा के कार्यक्रम चलते रहे। १७ अप्रैल को श्री रामनवमी अभिषेक, रामचरितमानस पारायण और हवन के साथ मनायी गयी। ग्रीष्म ऋतु में शीतल पेय जल की व्यवस्था की गयी।

लखनऊ (उत्तर प्रदेश): शाखा द्वारा ७ और २८ अप्रैल को लेखराज होम में प्रार्थना, भजन, मन्त्र जप और गीता स्वाध्याय इत्यादि सहित विशेष सत्संग किए गए तथा मानव कल्याण के लिए महामृत्युञ्जय मन्त्र जप किया गया।

विशाखापत्तनम् (आन्ध्र प्रदेश): शाखा द्वारा दैनिक पूजा, योग, नृत्य और संगीत कक्षाओं सहित नियमित कार्यक्रम चलते रहे। सोमवारों को जप, भजन, विष्णुसहस्रनाम पाठ तथा गुरुदेव की शिक्षाओं पर प्रवचन सहित साप्ताहिक सत्संग, सोमवारों को अभिषेक और शुक्रवारों को कुमकुमार्चना और ललितासहस्रनाम पारायण किया जाता रहा। दूसरे और चौथे रविवार को निःशुल्क मेडिकल शिविर लगाए गए जिसमें होमियोपैथी की औषधियाँ मिहिरा चैरिटेबल ट्रस्ट के सहयोग से वितरित की गयीं। इसके अतिरिक्त पूर्णिमा एवं शनि त्रयोदशी को गायत्री हवन भी आयोजित किया गया। इसके साथ ही मास में दो बार प्रेमसमाजम कुष्ठाश्रम और प्रियदर्शिनी वृद्धाश्रम में नारायण सेवा की गयी। १७ अप्रैल को श्री सीता राम कल्याणम् सहित रामनवमी मनायी गयी।

विदेश की शाखाएँ

हाँग काँग (चीन): शाखा द्वारा २ और १६ मार्च को एक घण्टे का महामन्त्र जप शाखा के दोनों स्थानों, च्यूंग शॉ वांन और नॉर्थ पॉइंट योगा सेन्टर में किया गया। २ को चीनी नव वर्ष योग शिक्षकों के समूह के साथ मनाया गया। ९ और २३ को योग वेदान्त सूत्रों पर प्रवचन और महामन्त्र जप सहित मासिक सत्संग आयोजित किए गए, समापन पर ध्यान किया गया।

सद्गुण में ही योग का मूल है। योग में सफलता के लिए नैतिक अनुशासन बहुत ही आवश्यक है। जीवन में सदाचार का अभ्यास ही नैतिक अनुशासन है।

हे मूर्ख मनुष्यो! आप क्यों व्यर्थ ही संसार के बाह्य विषयों में सुख खोज रहे हैं? आपको मन की शान्ति नहीं है। आपकी कामनाएँ कभी भी पूर्णतः तृप्त नहीं होतीं। आप असीम धन प्राप्त कर सकते हैं; सुन्दर बच्चे उत्पन्न कर सकते हैं; पद, सम्मान, यश, शक्ति, प्रसिद्धि से सम्पन्न हो सकते हैं—फिर भी आपका मन अशान्त ही रहता है। आपको ऐसा भान होता है कि अभी भी आपको कुछ चाहिए। आपको पूर्णता का अनुभव नहीं होता है। इस समय से यह कभी मत भूलिए कि पूर्णता का भाव तथा नित्यतृप्ति ईश्वर में ही है—संयम, शुद्धता, धारणा, ध्यान तथा योगाभ्यास के द्वारा ईश्वर के साक्षात्कार से ही इनकी प्राप्ति सम्भव है।

सर्वत्र अशान्ति है। स्वार्थ, लोभ, ईर्ष्या तथा काम हर हृदय में उपद्रव मचा रहे हैं। बिगुल बजता है तथा सैनिक युद्ध-क्षेत्र में संग्राम के लिए उतर पड़ते हैं। इन खतरनाक युद्धों के साथ-साथ शान्ति का आन्दोलन भी चल रहा है जिसका उद्देश्य है अविद्या का उन्मूलन कर ज्ञान को प्रशस्त करना।

आज जगत् की सबसे बड़ी आवश्यकता है प्रेम का सन्देश। पहले अपने हृदय में प्रेम की ज्योति जलाइए। सभी से प्रेम कीजिए। अपने प्रेम में सभी को सन्निहित कीजिए। शुद्ध प्रेम के द्वारा ही राष्ट्रों का संगठन हो सकता है। शुद्ध प्रेम के द्वारा ही विश्व-युद्धों का अन्त किया जा सकता है। राष्ट्रसंघ से हम अधिक अपेक्षा नहीं कर सकते। प्रेम ही वह रहस्यमय सूत्र है जो सभी हृदयों को संयोजित करता है। हर कर्म को शुद्ध प्रेम से परिप्लावित कीजिए। धूर्तता, लोभ, संकीर्णता तथा स्वार्थ को नष्ट कीजिए। विषैली गैस के द्वारा दूसरों के जीवन का हरण करना अत्यन्त ही नृशंस कर्म है। यह महान् अपराध है। जो वैज्ञानिक अपनी प्रयोगशालाओं में ऐसी गैसों का निर्माण करते हैं, वे अपने निष्ठुर कर्मों के दुष्परिणाम से नहीं बच सकते। न्याय के दिन को न भूलिए। हे नश्वर मानव! आप शक्ति, राज्य तथा धन के पीछे पागल हो रहे हैं। ईश्वर से आप क्या कहेंगे? शुद्ध अन्तःकरण तथा शुद्ध प्रेम का विकास कीजिए। आप निश्चय ही ईश्वर के राज्य में प्रवेश करेंगे।

स्वामी शिवानन्द

SPECIAL ARADHANA CONCESSION

FROM 1st JULY 2024 to 30th SEPTEMBER 2024

DISCOUNT ON PUBLICATIONS (BOOKS ONLY):

20% ON ORDERS UPTO ₹300/-

30% ON ORDERS UPTO ₹1000/-

35% ON ORDERS ABOVE ₹1000/-

40% ON ORDERS ABOVE ₹25000/-

PACKING AND FORWARDING CHARGES EXTRA

THE DIVINE LIFE SOCIETY,
THE SIVANANDA PUBLICATION LEAGUE
SHIVANANDANAGAR, DISTT. TEHRI-GARHWAL,
UTTARAKHAND - 249192, INDIA
PHONE: (91)-135-2434780, 2431190
Email: bookstore@sivanandaonline.org
For catalogue and online purchase, please visit
www.dlsbooks.org

हिन्दी में उपलब्ध पुस्तकों की नवीनतम सूची

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज कृत

अच्छी नींद कैसे सोयें . . . . . ₹ ७०/-
अध्यात्मविद्या . . . . . U.P.
कर्म और रोग २५/-
कर्मयोग-साधना. २२५/-
गीता-प्रबोधिनी ५५/-
गुरु-तत्त्व ५५/-
घरेलू चिकित्सा . . . . . U.P.
जपयोग १२०/-
जीवन में सफलता के रहस्य १८५/-
ज्योति, शक्ति और प्रज्ञा. ६५/-
दिव्योपदेश ४०/-
देवी माहात्म्य ११५/-
धनवान् कैसे बनें ५०/-
धारणा और ध्यान २१०/-
ध्यानयोग १३०/-
प्राणायाम-साधना. ७५/-
बालकों के लिए दिव्य जीवन सन्देश. . . .१००/-
ब्रह्मचर्य-साधना. ११०/-
भगवान् शिव और उनकी आराधना. . . १५०/-
भगवान् श्रीकृष्ण. १३०/-
मन : रहस्य और निग्रह २०५/-
मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म. १३५/-
मानसिक शक्ति. १३०/-
मूर्तिपूजा का दर्शन और महत्त्व. ३०/-
मैं इसका उत्तर दूँ? १३०/-
श्रीमद्भगवद्गीता ४२५/-
योगाभ्यास का मूलाधार . . . . . U.P.
योगवासिष्ठ की कथाएँ ९०/-
योगासन. ११५/-
विद्यार्थी-जीवन में सफलता. ६०/-
शिवानन्द-आत्मकथा १२०/-
सत्संग भजन माला . . . . . ₹ १६०/-
सत्संग और स्वाध्याय ६०/-
सद्गुणों का अर्जन एवं दुर्गुणों का
नाश किस प्रकार करें १९५/-
सन्त-चरित्र २३५/-
सौ वर्ष कैसे जियें ९५/-
साधना ४७५/-
स्वरयोग. ८०/-
हठयोग १००/-
हिन्दूतत्त्व-विवेचन १६०/-

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज कृत

अध्यात्म-प्रसून. ३५/-
आलोक-पुंज १०५/-
ज्योति-पथ की ओर. १२५/-
त्याग : शरणागति २५/-
भगवान् का मातृरूप. ७०/-
मोक्ष सम्भव है ३५/-
योग-सन्दर्शिका ५५/-
शाश्वत सन्देश. ५५/-
शोकातीत पथ १४०/-
साधना सार ३५/-

श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज कृत

नित्य वन्दना ४५/-

अन्य लेखक कृत

एकादशोपनिषदः (मूल मन्त्राः) १४०/-
गुरुदेव कुटीर में भजन-कीर्तन. ५०/-
*चिदानन्दम् २००/-
जीवन-स्रोत १५०/-
शारीरकमीमांसादर्शनम् १५/-
शिव स्तोत्र माला. ३५/-
श्रीमद्भगवद्गीता (मूलमात्रम्). १००/-
*सर्वस्नेही हृदय १००/-
दिव्य योग ९०/-
शिवानन्द स्तोत्रपुष्पांजलि ५५/-

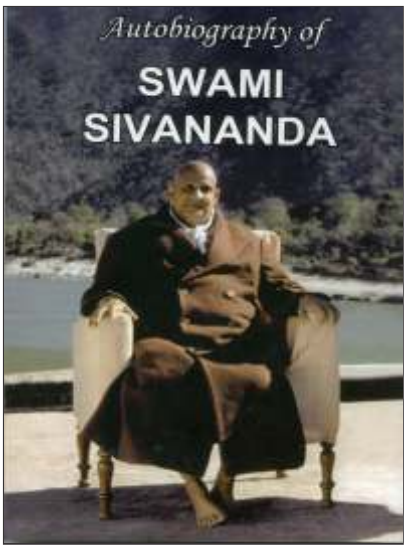
५०% अग्रिम। पैकिंग अतिरिक्त । विस्तृत जानकारी के लिए निम्नांकित पते पर सम्पर्क करें :

द डिवाइन लाइफ सोसायटी, पत्रालय : शिवानन्दनगर—२४९१९२, जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, भारत

फोन : ०१३५-२४३४७८०, २४३००४०; E-mail : bookstore@sivanandaonline.org

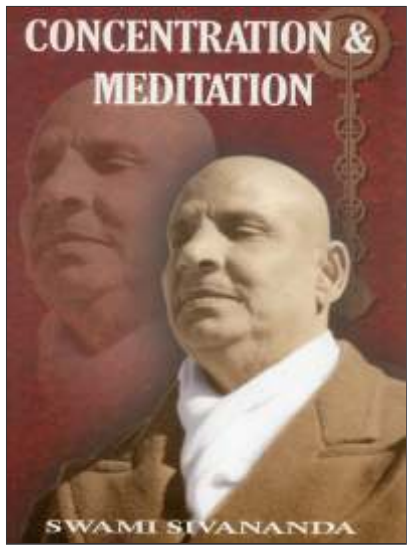
For online orders and catalogue : dlsbooks.org

NEW EDITION



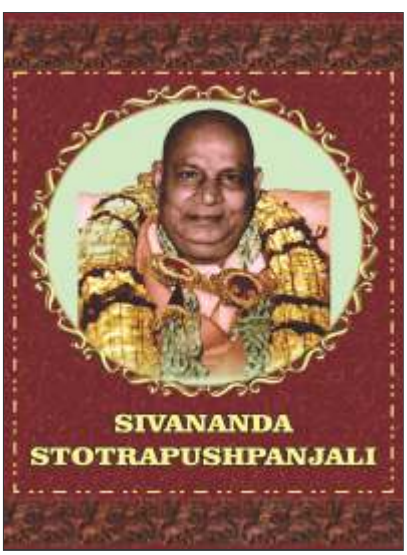
AUTOBIOGRAPHY OF SWAMI SIVANANDA

Pages: 232 **Price: 145/-**



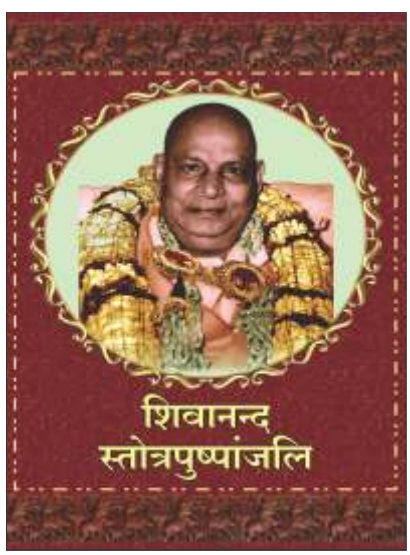
CONCENTRATION & MEDITATION

Pages: 304 **Price: 295/-**



SIVANANDA STOTRAPUSHPANJALI

Pages: 80 **Price: 60/-**



शिवानन्द स्तोत्रपुष्पांजलि

Pages: 72 **Price: 55/-**

बीस महत्त्वपूर्ण आध्यात्मिक नियम

परम श्रद्धेय श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

१. **ब्राह्ममुहूर्त-जागरण**—नित्यप्रति प्रातः चार बजे उठिए। यह ब्राह्ममुहूर्त ईश्वर के ध्यान के लिए बहुत अनुकूल है।

२. **आसन**—पद्मासन, सिद्धासन अथवा सुखासन पर जप तथा ध्यान के लिए आधे घण्टे के लिए पूर्व अथवा उत्तर दिशा की ओर मुख करके बैठ जाइए। ध्यान के समय को शनैः-शनैः तीन घण्टे तक बढ़ाइए। ब्रह्मचर्य तथा स्वास्थ्य के लिए शीर्षासन अथवा सर्वांगासन कीजिए। हलके शारीरिक व्यायाम (जैसे टहलना आदि) नियमित रूप से कीजिए। बीस बार प्राणायाम कीजिए।

३. **जप**—अपनी रुचि या प्रकृति के अनुसार किसी भी मन्त्र (जैसे '**ॐ**', '**ॐ नमो नारायणाय**', '**ॐ नमः शिवाय**', '**ॐ नमो भगवते वासुदेवाय**', '**ॐ श्री शरवणभवाय नमः**', '**सीताराम**', '**श्री राम**', '**हरि ॐ**' या गायत्री) का १०८ से २१,६०० बार प्रतिदिन जप कीजिए (मालाओं की संख्या १ और २०० के बीच)।

४. **आहार-संयम**—शुद्ध सात्त्विक आहार लीजिए। मिर्च, इमली, लहसुन, प्याज, खट्टे पदार्थ, तेल, सरसों तथा हींग का त्याग कीजिए। मिताहार कीजिए। आवश्यकता से अधिक खा कर पेट पर बोझ न डालिए। वर्ष में एक या दो बार एक पखवाड़े के लिए उस वस्तु का परित्याग कीजिए जिसे मन सबसे अधिक पसन्द करता है। सादा भोजन कीजिए। दूध तथा फल एकाग्रता में सहायक होते हैं। भोजन को जीवन-निर्वाह के लिए औषधि के समान लीजिए। भोग के लिए भोजन करना पाप है। एक माह के लिए नमक तथा चीनी का परित्याग कीजिए। बिना चटनी तथा अचार के केवल चावल, रोटी तथा दाल पर ही निर्वाह करने की क्षमता आपमें होनी चाहिए। दाल के लिए और अधिक नमक तथा चाय, काफी और दूध के लिए और अधिक चीनी न माँगिए।

५. **ध्यान-कक्ष**—ध्यान-कक्ष अलग होना चाहिए। उसे तालेकुंजी से बन्द रखिए।

६. **दान**—प्रतिमाह अथवा प्रतिदिन यथाशक्ति नियमित रूप से दान दीजिए अथवा एक रुपये में दस पैसे के हिसाब से दान दीजिए।

७. **स्वाध्याय**—गीता, रामायण, भागवत, विष्णुसहस्रनाम, आदित्यहृदय, उपनिषद्, योगवासिष्ठ, बाइबिल, जेन्दअवस्ता, कुरान आदि का आधा घण्टे तक नित्य स्वाध्याय कीजिए तथा शुद्ध विचार रखिए।

८. **ब्रह्मचर्य**—बहुत ही सावधानीपूर्वक वीर्य की रक्षा कीजिए। वीर्य विभूति है। वीर्य ही सम्पूर्ण शक्ति है। वीर्य ही सम्पत्ति है। वीर्य जीवन, विचार तथा बुद्धि का सार है।

९. **स्तोत्र-पाठ**—प्रार्थना के कुछ श्लोकों अथवा स्तोत्रों को याद कर लीजिए। जप अथवा ध्यान आरम्भ करने से पहले उनका पाठ कीजिए। इससे मन शीघ्र ही समुन्नत हो जायेगा।

१०. **सत्संग**—निरन्तर सत्संग कीजिए। कुसंगति, धूम्रपान, मांस, शराब आदि का पूर्णतः त्याग कीजिए। बुरी आदतों में न फँसिए।

११. **व्रत**—एकादशी को उपवास कीजिए या केवल दूध तथा फल पर निर्वाह कीजिए।

१२. **जप-माला**—जप-माला को अपने गले में पहनिए अथवा जेब में रखिए। रात्रि में इसे तकिये के नीचे रखिए।

१३. **मौन-व्रत**—नित्यप्रति कुछ घण्टों के लिए मौन-व्रत कीजिए।

१४. **वाणी-संयम**—प्रत्येक परिस्थिति में सत्य बोलिए। थोड़ा बोलिए। मधुर बोलिए।

१५. **अपरिग्रह**—अपनी आवश्यकताओं को कम कीजिए। यदि आपके पास चार कमीजें हैं, तो इनकी संख्या तीन या दो कर दीजिए। सुखी तथा सन्तुष्ट जीवन बिताइए। अनावश्यक चिन्ताएँ त्यागिए। सादा जीवन व्यतीत कीजिए तथा उच्च विचार रखिए।

१६. **हिंसा-परिहार**—कभी भी किसी को चोट न पहुँचाइए **(अहिंसा परमो धर्मः)**। क्रोध को प्रेम, क्षमा तथा दया से नियन्त्रित कीजिए।

१७. **आत्म-निर्भरता**—सेवकों पर निर्भर न रहिए। आत्म-निर्भरता सर्वोत्तम गुण है।

१८. **आध्यात्मिक डायरी**—सोने से पहले दिन-भर की अपनी गलतियों पर विचार कीजिए। आत्म-विश्लेषण कीजिए। दैनिक आध्यात्मिक डायरी तथा आत्म-सुधार रजिस्टर रखिए। भूतकाल की गलतियों का चिन्तन न कीजिए।

१९. **कर्तव्य-पालन**—याद रखिए, मृत्यु हर क्षण आपकी प्रतीक्षा कर रही है। अपने कर्तव्यों का पालन करने में न चूकिए। सदाचारी बनिए।

२०. **ईश-चिन्तन**—प्रातः उठते ही तथा सोने से पहले ईश्वर का चिन्तन कीजिए। ईश्वर को पूर्ण आत्मार्पण कीजिए।

यह समस्त आध्यात्मिक साधनाओं का सार है। इससे आप मोक्ष प्राप्त करेंगे। इन नियमों का दृढ़तापूर्वक पालन करना चाहिए। अपने मन को ढील न दीजिए।

Registrar of Newspapers for India
No. 71610/1999

Postal-Registration No. TRI/005/2024-26

LICENSED TO POST WITHOUT PREPAYMENT
(Licence No. WPP No. 02/24-26, Valid upto: 31-12-2026
DATE OF PUBLICATION: 20th OF EVERY MONTH
DATE OF POSTING: 20th OF EVERY MONTH
Posted at Shivanandanagar, Tehri-Garhwal, Uttarakhand

जून २०२४

कुछ लोग कहते हैं— ''हम कृष्ण को भगवान् कैसे मानें? उन्होंने तो साधारण मनुष्य की भाँति जन्म लिया और मृत्यु को प्राप्त हुए। वह केवल मानव थे।'' यह गलत धारणा है। यह नासमझ बच्चों की तुतली बोली है। भगवान् कृष्ण अपने समय में केवल लोक-संग्रह-कार्य के लिए (मानवों की मुक्ति या श्रेय के लिए) प्रकट हुए और तिरोधान हो गए। भगवान् कृष्ण स्वयं भगवान् हरि हैं। इसमें कोई सन्देह नहीं है। उनका चिन्मय शरीर था। वह रक्त-मांस का बना हुआ शरीर नहीं था। उनके प्रति पूर्ण विश्वास रखो। वे तुम्हें जन्म-मरण के चक्र से मुक्ति देंगे। उनके नाम तथा उनके मन्त्र, '**ॐ नमो भगवते वासुदेवाय**' के प्रति श्रद्धा रखो और कीर्तन करो— ''**श्री कृष्ण गोविन्द हरे मुरारे, हे नाथ नारायण वासुदेव।**''

स्वामी शिवानन्द

सेवा में

'द डिवाइन लाइफ ट्रस्ट सोसायटी' की ओर से स्वामी अद्वैतानन्द द्वारा 'योग-वेदान्त फारेस्ट एकाडेमी प्रेस, पो. शिवानन्दनगर, जि. टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन २४९१९२' से मुद्रित तथा 'द डिवाइन लाइफ सोसायटी मुख्य कार्यालय, पो. शिवानन्दनगर, जि. टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड, पिन २४९१९२' से प्रकाशित। फोन : ०१३५-२४३००४०, २४३११९०
E-mail: generalsecretary@sivanandaonline.org ; Website : www.sivanandaonline.org ; www.dlshq.org
सम्पादक : स्वामी निर्लिप्तानन्द