Satya ka Avahan

सत्य का आवाहन

Invoking the Divine

Year 13 Issue 6 November–December 2024

Sannyasa Peeth, Munger, Bihar, India

Hari Om

Satya ka Avahan is a bilingual and bi-monthly magazine compiled, composed and published by the sannyasin disciples of Sri Swami Satyananda Saraswati for the benefit of all people who seek health, happiness and enlightenment. It contains the teachings of Sri Swami Sivananda, Sri Swami Satyananda, Swami Niranjanananda and Swami Satyasangananda, along with the programs of Sannyasa Peeth.

Editor: Swami Gyansiddhi Saraswati

Assistant Editor: Swami Shivadhyanam Saraswati

Published by Sannyasa Peeth, c/o Ganga Darshan, Fort, Munger – 811201, Bihar.

Printed at Thomson Press India (Ltd), Haryana

© Sannyasa Peeth 2024

Useful Resources

Websites:

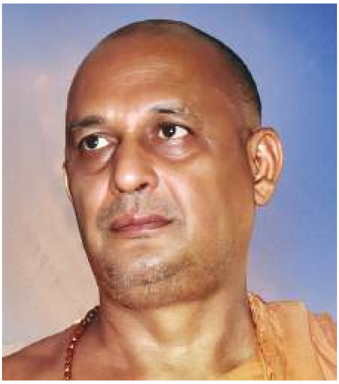
www.sannyasapeeth.net
www.biharyoga.net
www.satyamyogaprasad.net

Apps:
(for Android and iOS devices)

Bihar Yoga
APMB
YOGA (English magazine)
YOGAVIDYA (Hindi magazine)
FFH (For Frontline Heroes)

Front cover: Sri Swami Sivananda Saraswati and Sri Swami Satyananda Saraswati

Plates: Sri Swami Satyananda Saraswati



SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Sadhana

The path of samarpan is the path of the brave, of those who have realized that God is all and that by surrendering to Him, they will lose their limited self and gain the Supreme Self. Surrender is not an act of escapism, not a negation or rejection of life. It is rectifying the negative notions and impressions that have formed over lifetimes due to worldly attachments. It is the path for those who wish to become free from passion, desire and illusion. Samarpan is the path for those who want divinity alone.

—Swami Satyananda Saraswati

समर्पण का मार्ग उनके लिए है जो समझ चुके हैं कि ईश्वर ही सब कुछ हैं और उनके प्रति समर्पित होकर असीमता पा सकते हैं। समर्पण पलायन या त्याग नहीं है, बल्कि उन नकारात्मक संस्कारों का परिष्कार है जो जन्म-जन्मान्तरों के सांसारिक संसर्ग से विकसित हुए हैं। यह उनका पथ है जो मोह-माया से मुक्त होकर केवल दिव्यता चाहते हैं।

—स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

Published and printed by Swami Kaivalyananda Saraswati on behalf of Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort, Munger – 811201, Bihar.
Printed at Thomson Press India (Ltd), 18/35 Milestone, Delhi Mathura Rd., Faridabad, Haryana.
Owned by Sannyasa Peeth **Editor**: Swami Gyansiddhi Saraswati

Satya ka Avahan

सत्य का आवाहन

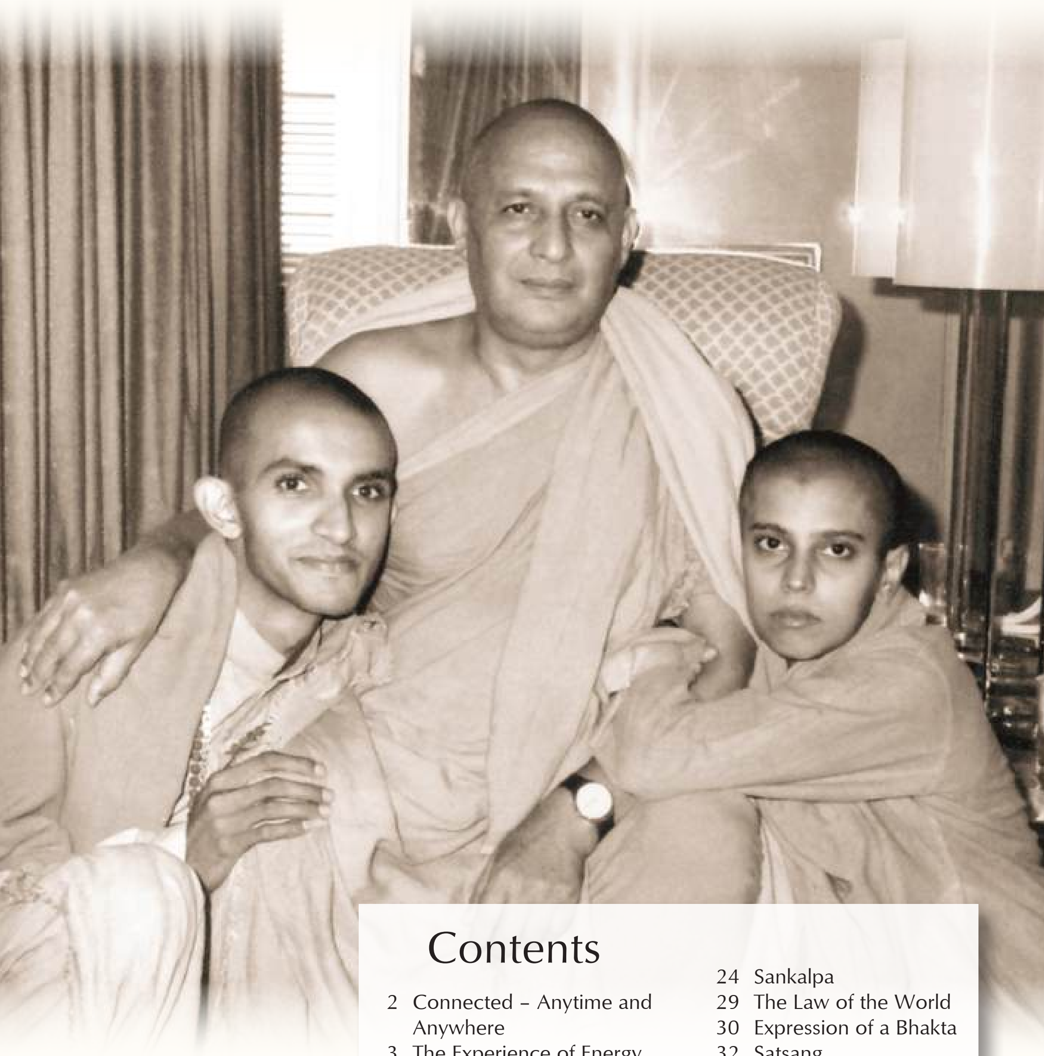
Invoking the Divine

Year 13 Issue 6 • November–December 2024

न तु अहं कामये राज्यं न स्वर्गं नापुनर्भवम्। कामये दुःखतप्तानां प्राणिनां आर्त्तिनाशनम्॥

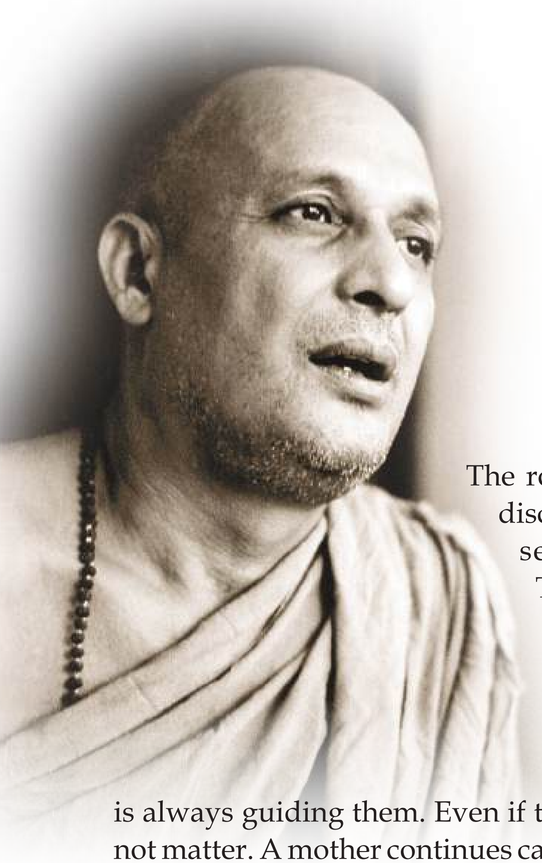
"I do not desire a kingdom or heaven or even liberation. My only desire is to alleviate the misery and affliction of others."

—Rantideva



Contents

2 Connected – Anytime and Anywhere
3 The Experience of Energy
5 Become a Good Seeker
6 Pravritti and Nivritti Marga
11 श्रद्धा की महिमा
15 The Force of Personal Example
16 The Illusion of Two
17 संन्यास जीवन
24 Sankalpa
29 The Law of the World
30 Expression of a Bhakta
32 Satsang
33 Like a Mother
35 Funny Jokes
36 Efforts and Aims
38 No Frog in the Well
39 नाम स्मरण
42 स्त्री जागृति



Connected – Anytime and Anywhere

Swami Satyananda Saraswati

The role of a guru is to give the disciple an immense sense of security and fearlessness. The guru watches, instructs and warns his followers in many different ways and on different levels of consciousness. With pure love and constant awareness, he is always guiding them. Even if the guru is far away, it does not matter. A mother continues caring for her child even if she is on the other side of the world. In the same way, the guru's guidance is both present and necessary at all times.

It is no use talking a lot about your guru praising him a lot. It is no use pasting notices about him on the wall. Live his teaching in peace and unity. If there is anything between you and him it is between your spirit and his spirit, not between your body and his body, or between your mind and his mind. It is not a physical, mental or emotional relationship.

When gurus have developed the universal mind, they can operate anywhere because the universal mind is able to unite with every mind at any time and in any place. It is not a matter of transmission but of communication and inter-union. Individual mind is only a concept. It is nothing. There is no individual mind, only a universal mind, and since you are part of the universal mind, the guru can communicate with you from any point and at any time. ■

The Experience of Energy

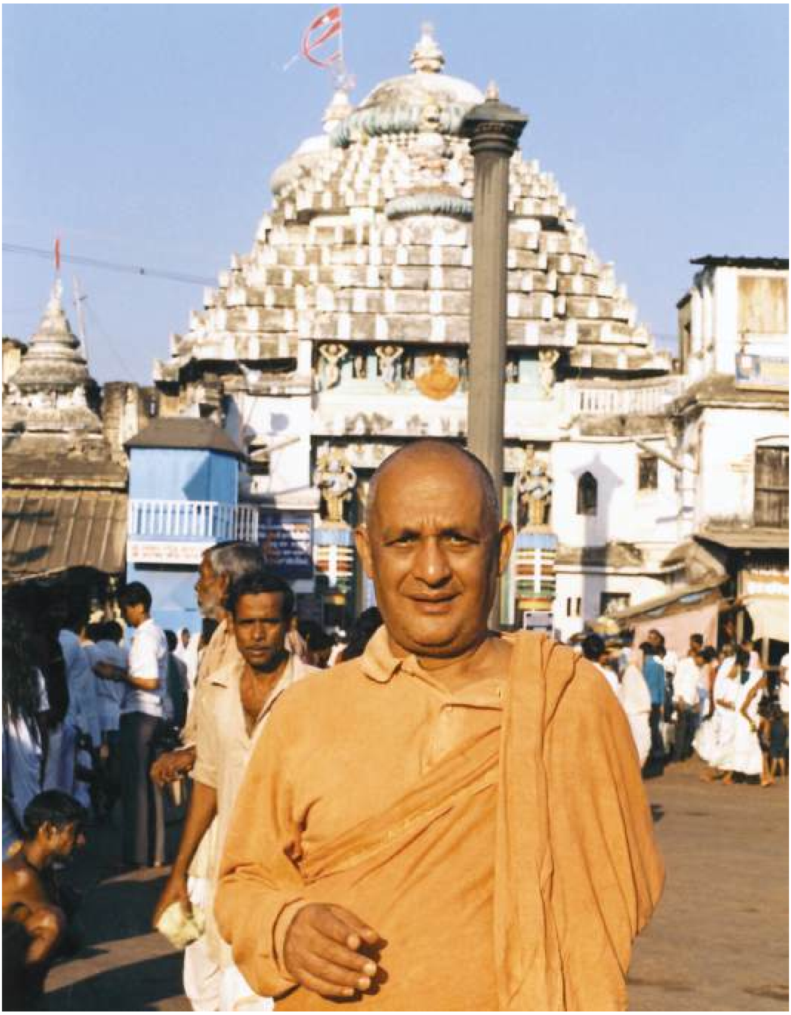
Swami Satyananda Saraswati

In India, temples are not built just with money. There should be a magnetic force, a divine vibration in the places where temples are built. The stone of the idol is not God. There is a force within the idol. Every idol, whether of Shiva, Kali or Ganesha, has a force within it. If there is a force, then build a temple. This is the first rule for building a temple.

Many places on Earth, for some reason, have a particular force or vibration. It may be because it is the site of a great soul's samadhi, or someone may have done some ascetic practice there, or when God incarnated on Earth He may have done something there. There is a reason why one place has more energy than another place. In the same way that one can notice a difference between people – someone is very intelligent and another is very foolish – one can also be aware that one place is ordinary and another is special.

Temples are built at such special places. Someone experiences the vibrations and is given the command to build a temple there. This is the main reason to determine where temples are erected. There must have been a great soul who had carried out some kind of worship and who died there. A temple dedicated to the devi or devata who was worshipped in that place is built. These are the reasons for building temples. Then, there is the *thakurbadi*. That is a small temple in one's house where one performs daily worship.

A temple is a special place, yet it is not personal. This is true not only of Hindus, but Catholic churches and Muslim mosques are also not considered to be personal places. They are social places. There are many mosques and churches built over a saint's residence, for example Nizamuddin Aulia in Delhi. There are so many places in Bihar where a mosque was built over the residence of a mahatma and people started



saying their prayers there. Important temples and spiritual centres are all centres of energy. In India, there are sixty-four places dedicated to Devi and twelve centres dedicated to Shiva. Besides these, the Vaishnava sect has its own places, like Dwarikadheesh, where Mirabai merged into light, or Jagannath Puri, where Chaitanya Mahaprabhu merged into light. A temple is, therefore, a place of worship and a place where one experiences energy. ■

Become a Good Seeker

Swami Satyananda Saraswati

You have within you the capacities to dive deep inside. Put off your superimposed mental cloaks of desires, prejudices, complexes, self-consciousness and brooding with the help of sincere and impartial self-analysis. Most important of all – let the constant remembrance of your aim be the focal point of your consciousness. Interrogation and rationalism are stepping-stones to critical self-analysis. One who never asks questions, never gets answers; the riddles of life remain unsolved. Doubt implies a desire to know, a will to understand, and a capacity to learn.

It is very easy to suffer from a superiority complex and inferiority complex at the same time but such an attitude is very confusing to the mind and harms the mental balance a lot. You must become a stranger to any superiority complex for it is very misleading and at the same time refrain from inviting an inferiority complex. No man is perfect here. Everybody is trying to become complete and perfect. So, I say, overcome these complexes and forget mental acrobatics. All that you have to do is to become a good seeker. ■

Pravritti and Nivritti Marga

Swami Satyananda Saraswati

Marga means path, *pravritti* means involvement and *nivritti* means resignation. When you are involved in the affairs of the mind that is called pravritti. When you have resigned from the involvement of the mind, you have retired completely, that is called nivritti. This is the general, literal meaning, the etymology of nivritti and pravritti.

Vritti means modification of the mind. In the sutras of Patanjali, yoga is *chitta vritti nirodhaha*. Yoga is the blocking of the vrittis of chitta. Vritti means modification or pattern of the mind, and 'pra' is the prefix according to Sanskrit grammar. In pravritti you are involved in the patterns of the mind. What are those patterns of the mind? According to the *Raja Yoga Sutras* of Patanjali, there are five patterns of the mind, five vrittis, but let us say that every expression of the mind is a vritti. Whatever your mind is manifesting such as like or dislike, fear or fearlessness, love or hatred, pain or pleasure, knowledge or absence of knowledge, laziness or dynamism, there are thousands and thousands of manifestations of a vritti. When you are involved in these patterns that is called pravritti, and the opposite of that is called nivritti.

According to the *Bhagavad Gita* and the Yoga *Vasishtha*, the yoga taught by Sage Vasishtha to Sri Rama, and according to the *Srimad Bhagavatam*, the story of Sri Krishna, pravritti represents the first three stages of life and nivritti represents the fourth stage of life. This is also the concept of the Vedas. Psychologically, physically, emotionally and socially, life is divided into four stages. First, for twenty-five years you are a *brahmacharin*, dedicated to the study of scriptures, sciences, arts, literature, living with a guru or maybe in the university. Then for the next twenty-five years you are a dynamic householder, desiring, craving, passionate, ambitious, aspiring, laughing,

joking, crying, dying, sick; this is called *grihastha*, householder. That makes fifty years. Both are called pravritti because you are involving yourself in something. Either you are involved in arts, literature, music, mathematics and so on, or you are involved in making money, educating children, running the household, or running the government and so many other things about which you know better.

Then the third period of twenty-five years is spent in reflection, reassessment, introspection on the time and experienced values of life. What have I done, what should I have done, what should I do now? The twenty-five years that I spent going through the sense objects, should I continue to chase them or should I leave them? You reflect over this for twenty-five years. It happens naturally to most people, but they do not want to know it. They suppress that philosophy which is a natural progression in everybody's life. It is a natural culmination of the emotional structure of man. Then, if you survive, the last twenty-five years are the decisive years. No more children, no more wife, no more husband, no more running after and chasing bankbooks and cheque books, houses, flats, jobs, politics, socialism, communism, capitalism, bureaucracy, democracy, nothing. You just go. Where are you going? 'To find out who I am.' To find who you are and to find out how we are related to each other, whether nationally, religiously or spiritually, to find out our relationship with each other, that is called sannyasa.

Sannyasa

These are the four stages of life and the last one is called nivritti marga, the path of resignation. The first two are acute pravritti marga, absolute pravritti marga, the path of total involvement. The third period is pravritti and moving more or less towards nivritti when you are trying to reassess the meaning, purpose and position of pravritti in relation to your present life. When you are 25, pravritti was everything to you. When you were 40, pravritti had something to do with you. You thought, 'Desires are necessary, cravings are necessary, ambitions are necessary,'

but when you entered the third phase of your emotional life, you began to doubt, you begin to rethink. That is called the path leading towards resignation.

The *Bhagavad Gita* says there are two paths. Sri Krishna does not necessarily talk about the path of involvement and non-involvement. He speaks of the path of karma or expression, and the path of Samkhya or awareness and experience. He likes to call these two the path of expression and the path of awareness and experience. He says that both are true. You can achieve the ultimate, by the path of expression and the path of experience. The path of expression is known as the path of karma and the path of experience is called the path of Samkhya. When you go on the path of karma, you reach the same destination or the same point which you reach through the path of experience. Sannyasa is the path of experience. Brahmacharya, the first twenty-five years, and grihastha, the next twenty-five years, are the paths of karma, expression.

Some people feel that you cannot realize the Supreme Being or have the supreme experience through karma, that

you can experience it only through experience. The *Bhagavad Gita* says, 'No, it is not correct. Those who work and those who renounce will both reach that end provided they resign their ego, surrender their lower self, and purify their mind. If they discipline their senses and if they detach themselves from the idea of 'I am doing.' If they renounce this idea of doership, then even an ordinary householder can reach the higher path.' The word *marga* is used which means path. Pravritti is also a path to the ultimate, just like nivritti is a path to the ultimate.

The path of pravritti is easier. It is a long path and takes time. It is circuitous, not precipitous, but it is not dangerous. Even a person who is suffering from an infirmity of willpower, having a weak mind, having a lot of wild passions and desires in his life, he too can follow the path of pravritti marga. That path of pravritti is not for sensual enjoyments. Sensual enjoyment may be a by-product. Of course many times we think it is the main product, but sensual life is a by-product. The purpose, for which this pravritti marga is organized and ordained, is self-illumination. The path of nivritti is very difficult. Sannyasa is very difficult, if you want to be sincere. You might think that in sannyasa, you can do anything. You can be free, you can be spontaneous, you can throw off your clothes on the road, or you can talk any rubbish to anyone. Well, then you are not only spontaneous, you are as spontaneous as any animal. That is not sannyasa. In sannyasa you have no

protection, you have no defences. You have no bunkers; all the evil propensities of the mind attack you on open ground. You do not know where to hide. In a householder's life, you have ways to escape. You can just go to the pictures, to a club, to friends, to dinner parties, to the beach and go swimming; you can forget everything that is happening to you. You can escape from the naked, dark and cruel realities of the mind.

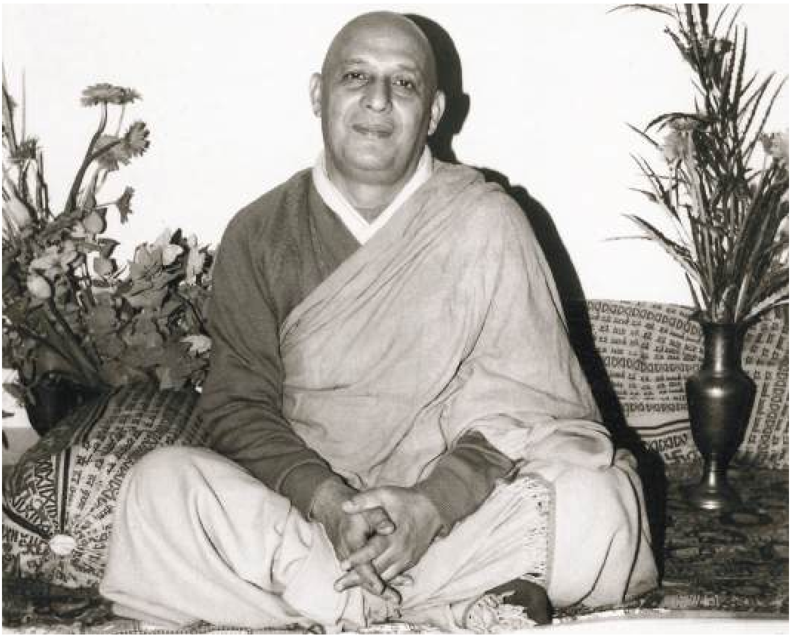
In sannyasa you cannot escape, you have to face everything. You have passions, you have anger, you know you have anger. You have evil desires and you know you have evil desires, and you know you have them, as clearly as you can see another person. Those who are weak cannot survive as sannyasins, and if sannyasins do not want to become strong, well they are not sannyasins. There has to be a qualitative and fundamental change, if not a complete change in the structure of thinking of a sannyasin. If a total metamorphosis cannot take place, at least some sort of transformation is due in sannyasa. That is called nivritti marga.

Nivritti marga and pravritti marga are defined. For example, I come from India; in eight hours or ten hours, I arrive at Heathrow airport. That is called nivritti marga. I have the means and the resources. You take a motorbike from Delhi, and go to Afghanistan and Pakistan and Iran and Turkey and come to the East European block, through Germany and Yugoslavia, and finally crossing the English Channel and you are in London. It will take you ten months, four months or three months. That is called pravritti marga.

I will give you another example. In the ancient texts, the example of a bird and an ant is given. An ant has to go from this hillock to that hillock and a bird has to fly from this hillock to that hillock; that is the difference between pravritti marga and nivritti marga. Remember, when you use the word *marga*, it means path. This means it must have a destination. Every path has a destination. Pravritti marga, pravritti path, nivritti marga, nivritti path has one destination and that destination is known as self-knowledge. ■

श्रद्धा की महिमा

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती



श्रद्धा और विश्वास फूल में सुगन्ध, चन्द्रमा में शीतलता और सूर्य में ताप की तरह होते हैं। जहाँ गुलाब का फूल है वहाँ सुगन्ध को लाना नहीं पड़ता, सुगन्ध अपने आप आती है। उसी तरह से श्रद्धा-भक्ति मनुष्य के अन्दर प्राणों की तरह रहती है। जिस वक्त तुम पैदा हुए, उस वक्त तुम्हारे पास एक शरीर था, प्राण थे, और इनके साथ एक अन्य चीज थी। वह चीज थी श्रद्धा और विश्वास।

श्रद्धा-विश्वास को बाहर से आयात नहीं करना पड़ता। यह अपने अन्दर में छुपी हुई शक्ति का नाम है। जैसे बीज में वृक्ष, दूध में मक्खन और काठ में अग्नि छिपी रहती है, उसी प्रकार श्रद्धा मुझमें, तुममें और सबमें प्रसुप्त, गुप्त, अदृश्य और अव्यक्त रूप में रहती है।

श्रद्धा दिखाई नहीं देती है। गेहूँ के दाने में गेहूँ का पौधा दिखाई देता है क्या? अगर गेहूँ को टुकड़े-टुकड़े करके सूक्ष्मदर्शी यंत्र से देखोगे, उसका रासायनिक विश्लेषण करोगे तो भी उसके अन्दर छिपा हुआ गेहूँ का पौधा नहीं दिखेगा।

वह तभी दिखेगा जब तुम उसको मिट्टी में बोओगे। उसी प्रकार श्रद्धा खोजने पर भी नहीं मिलती, उसे जाग्रत करना पड़ता है।

श्रद्धा को जाग्रत और प्रकट करने का प्रथम आधार माता होती है, दूसरा आधार इष्ट देवता होता है और तीसरा आधार गुरु होता है। जैसे गेहूँ के बीज में से गेहूँ के पौधे को प्रकट करने के लिए पहली आवश्यकता धरती की होती है, फिर जल, वायु और सूर्य की, वैसे ही अपनी अन्तर्निहित श्रद्धा को जाग्रत करने का उपाय निकालना पड़ता है।

श्रद्धा के आधार

माता श्रद्धा का प्रथम आधार या प्रतीक है। अगर माँ के प्रति किसी के मन में श्रद्धा की कमी हो या श्रद्धा न हो तो समझना कि उसकी श्रद्धा को काठ मार गया है। तुम्हारी माँ सांसारिक, सामाजिक, चारित्रिक, शैक्षणिक या आर्थिक दृष्टि से जैसी भी हो, एकदम गँवार ही क्यों न हो, मगर माँ तो माँ है। एक छोटी-सी घटना आपको बतलाता हूँ। आदि शंकराचार्य आठ साल की उम्र में अपनी माँ से आज्ञा लेकर संन्यास लेने चले गए थे। संन्यास लेने की आज्ञा देते हुए उनकी माँ ने कहा था, 'बेटा, मेरी अन्त्येष्टि तेरे हाथ से होनी चाहिए।' उन्होंने कहा, 'हाँ, होगी।'

उन्होंने दिग्विजय की और चारों दिशाओं में वैदिक धर्म की ध्वजा फहराई। जब माँ की मृत्यु हुई तब वे अन्त्येष्टि के लिए उत्तर भारत से दक्षिण भारत गए और अपने हाथों से माँ की अन्त्येष्टि की, जबकि संन्यासी के लिए अन्त्येष्टि में शामिल होना भी पूर्णतः वर्जित है। माँ के प्रति श्रद्धा इसको कहते हैं। माँ के प्रति जब श्रद्धा होती है तब सारे वेद झूठे हो जाते हैं, स्मृतियों की परवाह भी नहीं की जाती। स्मृतियाँ कहती हैं, संन्यासी को अन्त्येष्टि में शामिल नहीं होना चाहिए, मगर उन्होंने अन्त्येष्टि अपने हाथ से की थी। यह एक छोटा-सा उदाहरण है।

इस श्रद्धा को बढ़ाने का दूसरा आधार है, इष्ट देवता। देवता शब्द संस्कृत धातु दिव् से बना है, जिसका अर्थ होता है उज्ज्वल या प्रकाशमान्। जब कोई अदृश्य वस्तु अपने मन में प्रकाशित होती है, उसे कहते हैं देवता। किसी ने शिव को देवता मान लिया, किसी ने विष्णु को, किसी ने गणपति को, किसी ने काली को, तो किसी ने हनुमान को। हर जाति, हर कुल में अलग-अलग देवता हुए हैं। आदिवासी लोग बूढ़े महादेव को मानते हैं। बंगाल के लोग देवीजी को मानते हैं। इसी प्रकार से किसी एक देवता का चयन करके उनकी आराधना

करनी चाहिए। देवता की आराधना मतलब देवता की नियमपूर्वक पूजा करनी चाहिए। चाहे तुमने उसको कभी देखा हो या न देखा हो, भले ही उसके अस्तित्व का कोई तार्किक आधार न भी हो, फिर भी उसकी आराधना करते रहो। यह श्रद्धा को विकसित करने का दूसरा आधार है।

तीसरा आधार होता है गुरु। अगर गुरु पर किसी की श्रद्धा अटल, अविचल हो गई, तब 'गुरु-गोविन्द दोऊ खड़े काके लागूँ पाय' वाली बात हो जाती है, और यही श्वेताश्वतर उपनिषद् कहता है – *यस्य देवे परा भक्तिः यथा देवे तथा गुरौ, तस्यैते कथिता ह्यर्था प्रकाशन्ते महात्मनः* – जिसकी देवता में परा भक्ति है और उतनी ही भक्ति गुरु में भी है, उसको प्रकाश की प्राप्ति होती है।

श्रद्धा की परख

गुरु शरीर में रहता है, वह प्रकृति पर आश्रित है। देवता पत्थर में रहता है, तीर्थ में रहता है। देवता को कोई खाते, सोते, मरते, बीमार होते हुए नहीं देखता। देवता में तुम कोई दोष नहीं देख सकते, इसलिए देवता पर श्रद्धा हो सकती है। मगर मुश्किल गुरु में है। गुरु में श्रद्धा टूट सकती है, और यहाँ अगर इम्तहान पास कर जाओगे, तो फिर श्रद्धा का रास्ता साफ है। जिसकी श्रद्धा माँ में नहीं टूटी, देव में नहीं टूटी, उसकी श्रद्धा गुरु में टूट सकती है, क्योंकि गुरु प्रकृति के अधीन है। वह खाता है, सोता है, बीमार पड़ता है, हँसता है, चलता-फिरता है। कभी मोटा होता है, कभी पतला रहता है; कभी उसकी दाढ़ी होती है, कभी नहीं होती; कभी गोरा होता है, कभी काला; कभी अंग्रेजी में बोलता है, कभी हिन्दी में; कभी गुस्सा करता है, कभी गुस्सा नहीं करता।

गुरु प्रकृति के धर्मों के आश्रित होने के कारण शिष्य के लिए श्रद्धा की एक कसौटी बन जाता है। इस बात को अच्छी तरह से समझ लो। हमको यह बात आज समझ में नहीं आई, पचास साल पहले समझ में आ गई। जिस व्यक्ति के आधार पर मैंने सर्वप्रथम आध्यात्मिक मार्ग में प्रवेश किया था, वह एक

योगिनी, संन्यासिनी थी। उस समय मेरी उम्र करीब अट्ठारह साल की थी। वह इतनी फूहड़ थी कि पूछो मत! और उसकी जबान से छूटते ही सड़क-छाप गाली निकलती थी। वीभत्स वेश, गंदे कपड़े, शरीर से बास निकलती थी, मगर जब वह बोलती थी तो उसके मुँह से चक्रों, नाड़ियों और लोकों की बातें निकलती थीं। मुझे समझ में नहीं आता था कि यह गँवार औरत इतना कैसे जानती है! तब मैंने सोचा कि इससे जरूर कुछ सीखना चाहिए। हमने उससे सीखा, उसने हमको बहुत सिखाया। हमने उसके बाहरी दिखावे से अपनी श्रद्धा को टूटने नहीं दिया, क्योंकि हमको मालूम पड़ गया कि यह भले निपट-निरक्षर-भट्टाचार्य है, मगर जरूर कुछ ऊँची चीज जानती है। उसने हम पर शक्तिपात किया। शक्तिपात का मतलब होता है, एक झलक दी।

गुरु शिष्यों को एक झलक देते हैं, जिसको कहते हैं शक्तिपात। जब तुमको आत्मा की अनुभूति होगी, ईश्वर का प्रकाश मिलेगा, तुम्हारे अन्दर में ज्ञान की ज्योति का उदय होगा, उस समय तुमको क्या अनुभव होगा? वही मेरे साथ हुआ। मगर उस योगिनी ने मुझसे कहा कि यह अनुभव मैंने तुझे दिया है, अब तुझे यह अनुभव अपने पुरुषार्थ से प्राप्त करना होगा। यह वही अनुभव था जो काकभुशुण्डी को हुआ था रामायण में, जो यशोदा को हुआ था कृष्ण के माटी खाने के बाद। लोक-लोकान्तरों का अनुभव, एक क्षण में अनेक कल्पों का, जन्म-जन्मान्तरों का अनुभव। मेरा सारा माथा उसने पलट दिया। नहीं तो हम संन्यास लेते क्यों? संन्यास का विचार तो मेरे मन में उसी के सम्पर्क के बाद आया। मैं तो जीवन में पुरुषार्थी आदमी रहा, काम करने वाला। खूब पैसा कमाओ, मस्त रहो, आगे बढ़ते जाओ।

गुरु पर श्रद्धा अत्यन्त कठिन है। बड़े-बड़े, उत्तम कोटि के शिष्यों का मन भी डाँवाडोल हो जाता है। कितने लोगों ने अपने गुरु का त्याग कर दिया, केवल इसलिए कि गुरु उनके मन के मुताबिक नहीं थे। वाह! गुरु तुम्हारे मन के मुताबिक निकलेंगे या तुम गुरु के मन के मुताबिक निकलोगे? अजीब हिसाब है! मशीन से, साँचे से जो चीज निकलती है, वह तो आखिर साँचे के मुताबिक निकलनी चाहिए न?

हमारे वैदिक धर्म में जैसे पति-पत्नी का अटूट सम्बन्ध माना जाता है, वैसे ही गुरु-शिष्य का सम्बन्ध भी अटूट माना जाता है। देवोपासना के बाद गुरु के प्रति अपने सम्बन्धों को पक्का करना होगा। यही श्रद्धा और भक्ति की कहानी है। तुम अपने मन की गहराइयों में इसे खोजो और पाओ। ■

The Force of Personal Example

Swami Satyananda Saraswati

Swami Sivananda regularly held sadhana weeks in the ashram and a karma yoga class was invariably included. Here is an account of such a class held in September 1945. At the sound of a bell, the entire party of visitors and residents turned out before the main ashram premises. First to be on the spot was Swami Sivananda himself, his dhoti girded up and a towel tied as a turban around his head. To the astonishment of the passing pilgrims and local villagers, Swami Sivananda, shovel and broom in hand, began cleaning up the roadside and river banks of the Ganga.

One or two visitors of high birth and status hesitated just for a moment, but the sight of the guru and saint cleaning the gutter with his right hand up to the elbow in the drain made them forget everything, and they fell to work like ordinary labourers. Clearing the dung and refuse from the road with his own hands, Swami Sivananda showed how the force of direct personal example was by far the best persuasion to inspire others in the fields of selfless service. ■

The Illusion of Two

Swami Satyananda Saraswati

The relationship between guru and disciple must become more and more intense day by day. You can develop the relationship to an extent where you and he are experienced as one – 'I am in my guru and he is in me'. Whenever you close your eyes he is there. It is not necessary that you are with him all the time, but it is necessary that he lives with you much closer than your own breath.

Guru and disciple are two, but in truth they are one. The duality is only an illusion. In truth there is no duality, and therefore, if guru and disciple are one, where is the difficulty of communication? This is the principle and this is the philosophy which we have to understand. ■

संन्यास जीवन

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

संन्यास बहुत सरल है। संन्यास की कोई शिक्षा नहीं होती। प्राचीन काल में, वेदों के समय संन्यास की उम्र थी पचहत्तर साल और उसके ऊपर। उस वक्त तुम्हारे या हमारे जैसे बूढ़े लोग घर छोड़कर निकल जाते थे। राजा-महाराजा सब निकल जाते थे। उन्होंने संसार देख लिया था। वैराग्य उनमें स्वाभाविक था, भक्ति उनमें स्वाभाविक थी। पचहत्तर साल में तो आदमी का मन बदल जाता है। परन्तु संन्यास की जो प्रथा वेदों में थी, वह ज्यादा दिन चली नहीं, क्योंकि यथार्थ यह है कि संन्यास एक ऐसी वृत्ति है, जो किसी व्यक्ति में किसी भी उम्र में पैदा हो सकती है। जरूरी नहीं कि पचहत्तर साल तक इंतजार किया जाए।

लोगों ने देखा कि शुकदेवजी में पैदा होते ही संन्यास का भाव जाग गया। ऐसे और भी महापुरुष हुए हैं, जैसे सनत कुमार आदि, जिनको पैदा होते ही मन में संन्यास का भाव जाग गया। शंकराचार्य को आठ साल की उम्र में संन्यास का भाव आ गया। भगवान बुद्ध को छत्तीस साल की उम्र में संन्यास का भाव आया। भगवान महावीर तो शादी के मण्डप से भाग गए! ऐसा औरों के बारे में भी सुनने को आता है। तब हमारे समाज के चिन्तकों ने कहा कि संन्यास अब हर एक व्यक्ति के लिए खुला होना चाहिए।

परन्तु कम उम्र में जब कोई संन्यास लेता है, तो उसको बहुत-सी चीजों से निपटना पड़ता है, जिनसे बुजुर्ग होने पर नहीं निपटना पड़ता। जैसे, हमको अपनी वासनाओं, अपनी आसक्तियों के साथ नहीं निपटना पड़ता। परन्तु दस, पन्द्रह या अट्ठारह साल के लड़के-लड़कियाँ अगर संन्यास में आएँ, तो उनको बहुत-सी चीजों को सुलझाना पड़ता है। उन चीजों को सुलझाने के लिए बौद्ध-काल, जैन-काल, शंकराचार्य के काल या अन्य कालों में जो आश्रम बने हैं, उनमें कहा गया कि संन्यास लेने का प्रथम नियम – पहले सारे बंधन काटो। पहली चीज, तन और मन से, याने कि बाहर और भीतर के बंधन अगर तुम काट सकते हो, तो आओ और अगर नहीं काट सकते तो मत आओ, फिर वहीं ठीक है। यह पहला नियम हो गया।

एक लड़का या लड़की है, तेरह-चौदह या अट्ठारह-बीस साल की है, संन्यास आश्रम में आना चाहती है। उसको यहाँ आसन, प्राणायाम, धारणा,

ध्यान, गीता, कुछ नहीं सिखायेंगे। उसको पहले बोलेंगे, 'तुम अपने बंधन काटकर आओ।' उसके बाद तुम्हारा माँ-बाप, मौसा-मौसी, जाति-धर्म से कोई सम्बन्ध नहीं है, न अंतरंग और न बहिरंग। तुम शुद्ध सच्चिदानन्द आत्मा हो, शरीर नहीं हो। उस आत्मा को तुम समाज और वासना के बंधनों से अगर मुक्त कर सकते हो, तो स्वागत है। यह पहली शर्त है, और इसी शर्त में 99.99% छँट जाते हैं। यह फिल्टर है। जैसे आटा छानते हैं, वैसे इसमें सब छन जाते हैं।

ऐसा नहीं होना चाहिए कि हम यहाँ संन्यास भी लें और पापा को फोन करके भी बोलें, 'पापा, हम बहुत अच्छे हैं। आजकल यहाँ ऑफिस में एकाउन्ट्स का काम देखते हैं।' सब फालतू चीज है। संन्यास कोई नौकरी तो है नहीं। संन्यास तो एक प्रकार से आत्महत्या है। सीधे बोलता हूँ। जब तक तुम अपना सिर नहीं काट सकते हो, तुमको दूसरा सिर नहीं मिल सकता है। सिर काटे, सिर मिले, सिर राखे सिर जाए – अगर तुमको अपना पुराना ढंग बचाना है, तब तो यह सिर भी चला जाएगा, सब खत्म। और अगर तुमको नया सिर चाहिए, तब तो यह सिर काटना पड़ेगा, यह खोपड़ी निकालनी पड़ेगी।

संन्यास की पहली सीढ़ी में यह छँटाई होती है। उसके बाद लोग आश्रम में रहते और आश्रम चलाते हैं। किसी आश्रम में ऐसा होता है कि दिनभर लोगों को खाना खिलाते हैं। उसमें सब संन्यासी लोग काम करेंगे, कोई बर्तन माँजेगा, कोई चावल चुनेगा, कोई कुछ और करेगा, दिनभर वही काम। ऋषिकेश में बहुत-से आश्रम ऐसे हैं, हम रहे हैं वहाँ। बहुत-से आश्रम हैं जहाँ अस्पताल

चलते हैं, स्कूल चलते हैं, संस्कृत पाठशालाएँ चलती हैं। कहीं रामकृष्ण मिशन की सेवा-संस्थाएँ चलती हैं, कहीं विश्वविद्यालय भी हैं। गुजरात में स्वामीनारायण सम्प्रदाय है, वहाँ कॉलेज हैं। वहाँ पर संन्यासियों को ड्यूटी दी जाती है, जिसे वे अच्छी तरह से पूरा करते हैं, क्योंकि उनके सब बंधन कट चुके हैं। उनका मन अब एक जगह पर है। न मम्मी को फोन कर रहे हैं, न पापा को। और यह जबरदस्ती नहीं होता।

दुनिया का, माया का, मन का बंधन जबरदस्ती नहीं कटता है। एक प्रकाश के उदय के समय उन लोगों को यह मालूम पड़ता है कि 'मैं स्वामी सत्यानन्द हूँ।' स्वामी सत्यानन्द कौन है? यह शरीर थोड़े ही स्वामी सत्यानन्द है। यह तो कब्रिस्तान चला जाएगा। यह तो हृदय, फेफड़ा, लीवर और किडनी है। कौन है स्वामी सत्यानन्द? मैं कौन हूँ?

उनको मालूम पड़ जाता है कि संसार में रहकर हम उन्नति नहीं कर सकते। संसार में रहकर हम केवल पैसा कमा सकते हैं, पुरुष और स्त्री का भोग कर सकते हैं, अपनी वासनाओं को तृप्त कर सकते हैं, अपनी असुरक्षा का ख्याल रख सकते हैं, पर अपने को हम नहीं जान सकते। और संसार में रहकर अगर कोई आदमी अपने को जानना चाहे, तो फिर उसको एक विशेष आदमी, जनक महाराज के समान होना चाहिए। या फिर रामकृष्ण परमहंस की तरह होना चाहिए, जो अपनी पत्नी को माँ कहते थे। ऐसा सब नहीं कर सकते, यह विशेष लोगों का काम है। संसार में रहकर यह संभव नहीं है। दो टूक बोलता हूँ।

संसार में रहकर भी भगवान का दर्शन हो सकता है, परन्तु यह एक सिद्धान्त है, वास्तविकता नहीं। मन पत्नी के पीछे भाग रहा है, बच्चे के पीछे भाग रहा है, प्रमोशन के पीछे भाग रहा है, मुकदमे के पीछे भाग रहा है, तब कौन-सा मन भगवान को देने वाले हो? मन तो एक है न? या दो हैं? नहीं, मन दो होता तो काम बन जाता, एक यहाँ, दूसरा वहाँ। सूरदास ने बड़े मजे में लिखा है –

उधो मन नाहीं दस-बीस,
एक हूँ तो गयो श्याम संग कौन अराधे ईस।

मन तो एक है, या तो भगवान में लगाओ या संसार में लगाओ। संसार में रहकर तुम एक ऐसे दिन की तैयारी करो कि किसी तरह तुम्हारे मन में वैराग्य जाग जाए और तुमको भगवान के दर्शन हो जाएँ। पचीस साल में शादी की, साठ साल में सेवानिवृत्त हुए, उसके बाद इधर-उधर चक्कर लगाया, ऐसे में

भगवान कहाँ? भगवान को प्राप्त करने के लिए कुछ नहीं करना पड़ता, केवल अपने को जानना पड़ता है। और भगवान अपने अंदर में हैं। सच्ची बात यही है, इतना जान लो। हाँ, गुड्डा-गुड़िया तुम जो करते हो, सो ठीक है। वह तो करना पड़ता है, मन के लिए। करते हैं, हमारा वैदिक धर्म बोलता है। मंदिर में जाओ, पूजा-पाठ करो, वह सब ठीक है।

सर्व निवासी सदा अलेपा तुहे संग समाई।
पुहुप मध्य ज्यों वास वसत है, मुकुर मध्य जस छाई।
वैसे ही हरि वसै निरन्तर, घटहि खोजहु भाई।

भगवान मेरे अंदर में ही हैं। भगवान बाहर भी हैं। 'जित देखूँ तित राम।' जब अपने अंदर हैं, तो बाहर खोजने की जरूरत ही क्या है? परमात्मा सूक्ष्म तत्त्व है, जो इन्द्रियों, मन और बुद्धि के परे है, जो निद्रा, स्वप्न और जागृति के परे है, जो मृत्यु के परे है। वह ज्योतिर्मय भगवान हमारे अंदर में है। यह गृहस्थ आश्रम उसके लिए तैयारी है और संन्यास आश्रम में तुम स्नातकोत्तर स्तर में आ जाते हो। इसलिए संन्यास आश्रम में कुछ नहीं होता है।

अब हमारे आश्रम में क्या होता है? इमारत बनाओ, खाना बनाओ, और जो कन्याएँ आती हैं, उनको पढ़ाओ, बस यही काम करते हैं। आगे चलकर कुछ और भी हो सकता है। संन्यासी को जब कर्म करना पड़ता है, तो इस भाव से करना पड़ता है कि मैं अपने परमात्मा की सेवा कर रहा हूँ। हम वहाँ पर एकाउन्टेन्ट हैं या प्रभारी हैं, वह भावना नहीं रहती है।

हमारे भारत वर्ष में बहुत-से ऐसे पंथ हैं, जिनमें संन्यासियों का पंथ, दशनामी परम्परा जिसको कहते हैं, बहुत ही शक्तिशाली परम्परा है। ये स्वच्छंद और स्वतंत्र रूप से रहते हैं। सरकार से कोई मदद लेकर, या उसकी आर्थिक सहायता से, या उसके समर्थन पर हम जीवित नहीं रहते। चाहते भी नहीं। हम अपनी जिन्दगी खुद बनाते हैं। हमको उनसे कोई मतलब नहीं है। आयकर दे देते हैं। बड़ी संस्था है, तो ऑडिट करवा लेते हैं। बाकी हमको कोई मतलब नहीं है। संन्यासी सदैव स्वावलम्बी रहता है। दशनामी के अलावा हैं वैष्णव संन्यासी, वे लोग जो जगन्नाथपुरी में हैं, अयोध्या और मथुरा में हैं। उनको साधु कहते हैं। और तीसरे हैं उदासी। गुरु नानकजी के पुत्र थे श्रीचंद्रजी। गुरु नानक सिक्ख नहीं थे। श्रीचंद्र को बचपन से ही वैराग्य हो गया। उन्होंने उदासी सम्प्रदाय की स्थापना की।

भारत में संन्यासियों के जो सम्प्रदाय हैं, काश्मीर से कन्याकुमारी तक, वे एकदम बिन धोबी के गधे की तरह रहते हैं। उन पर कोई नियंत्रण नहीं है। आश्रम में वे पेशे से तो हैं नहीं। वह संन्यासी कैसा जिसको कोई नियंत्रित करे। और जिसको नियंत्रित किया जाता है, वह संन्यासी नहीं हो सकता। संन्यासी स्वयं को नियंत्रित करता है। हमको बीड़ी-सिगरेट पीना चाहिए या नहीं, हम निर्णय लेंगे। हमको लड़का-लड़की से कोई मतलब नहीं है, हम निर्णय लेंगे। तुम कौन होते हो कहने वाले? समाज संन्यासी को नहीं बता सकता कि वह क्या करे और क्या नहीं, यह निर्णय उसे खुद लेना है। तब वह संन्यासी है।

संन्यास इस देश की बहुत बड़ी परम्परा है और रहेगी। क्यों? इसलिए कि यह सरकार से समर्थन नहीं माँगती है। बिल्कुल नहीं। हम लोग किसी की तुष्टि में नहीं रहना चाहते। कोई हमको खुश करे, या हम किसी को खुश करें – नहीं। हमको किसी से कुछ नहीं चाहिए। हम कोई धार्मिक पंथ नहीं हैं। और हमको धर्म प्रचार में भी कोई रुचि नहीं है। हम इंग्लैण्ड, अमेरिका जाते थे, लेकिन हमने किसी को हिन्दू नहीं बनाया। हमारे यहाँ लाखों लोग हैं। किसी के धर्म को बदलना क्यों?

संन्यासी को एकदम स्वतंत्र रहना चाहिए। पसन्द नहीं आया, झोला-झण्डा उठाया और चल दिए। संन्यासी महल में रहे या और कहीं, उसको फकीर की तरह ही रहना चाहिए – *मन लागो मेरो यार फकीरी में, जो सुख पावों राम भजन में, सो सुख नाहिं अमीरी में।* ■

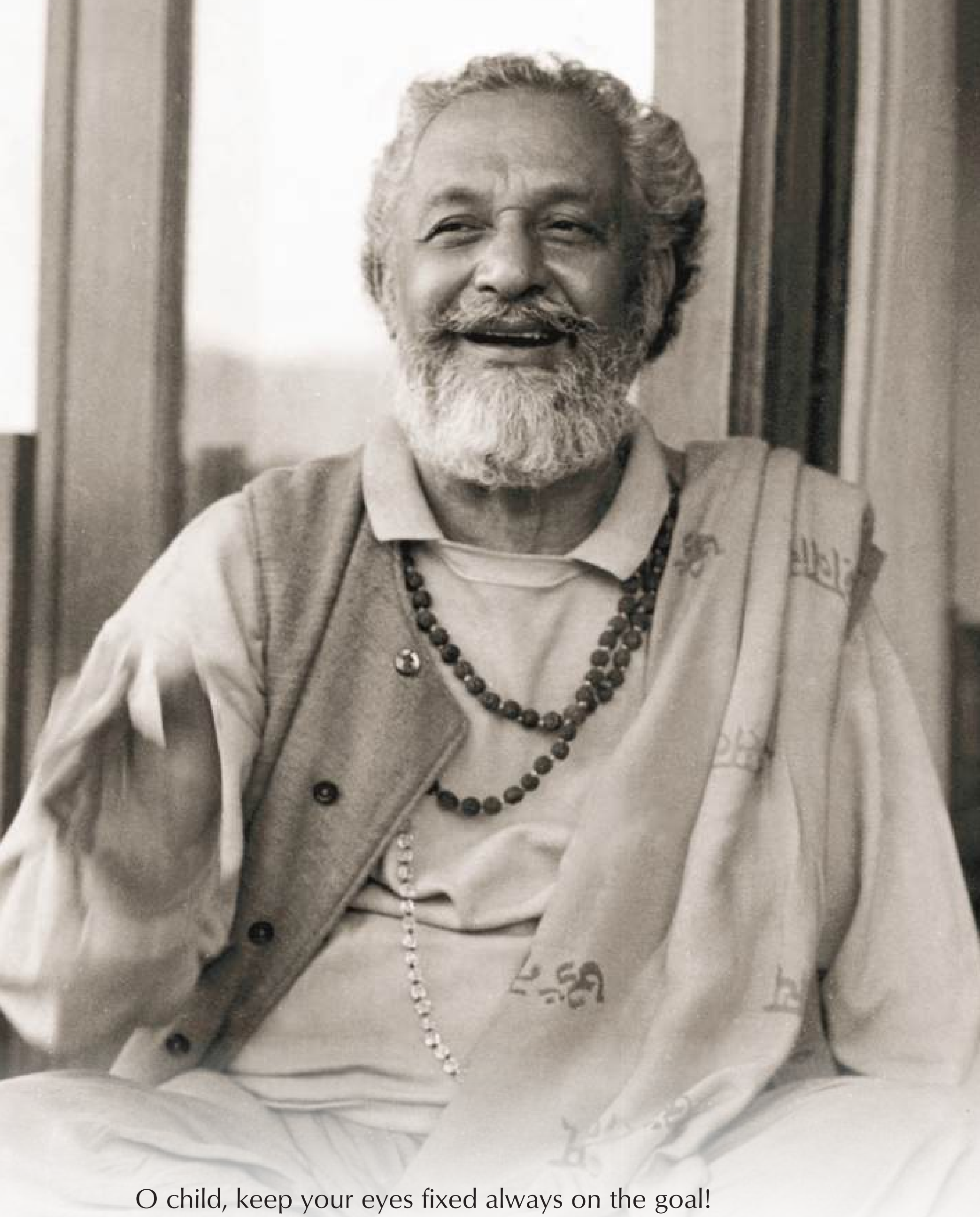
The Last Journey

You have gone on a journey in your youthful days
Of seeking and wondering who you are
And what is the meaning and purpose of all.
Journey on bravely, have no fear,
For now you are no longer alone.
You are protected by a mantle of love
And unseen hands guide and direct you.
Though your footsteps may falter, your strength seem weak,
Be assured you will reach that goal which you seek.
Journey on bravely and if you feel tired,
Give yourself time to pause and reflect
On the glory of the sublime heights before you.
For if you get too fatigued you may fall prey
To temptations and thoughts of return.

What have you left that demands your return?
Your days of worldly ambition are over,
Though you may not yet have fully grasped this fact.
You still feel you belong neither here nor there,
But in truth you are already with me.
You have realized the emptiness of worldly life,
Yet have not attained to other planes of existence.

You are not certain of where you belong,
But I know who you are and where your home is
And where you will find all the things that you seek.
What is past is over and cannot be restored.
It was all a part of the journey of your soul
And your search to find your real self.

You have begun to realize what you really are
And what the purpose of your life really is.
If you return to the world now you will be lost
And your life will have been spent in vain.



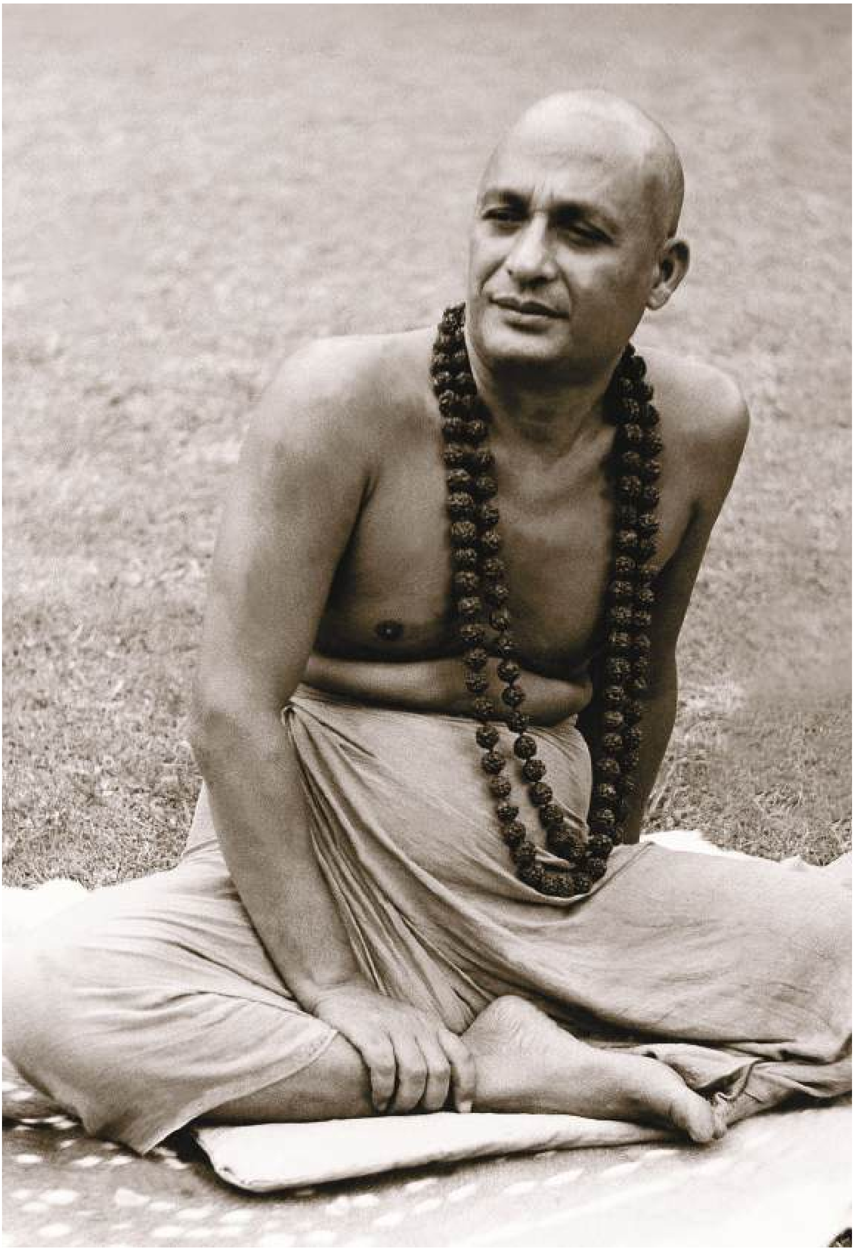
O child, keep your eyes fixed always on the goal!
You are my child who has returned to me.
Let me see who can keep you from me now.
You are surrounded by love and by light.

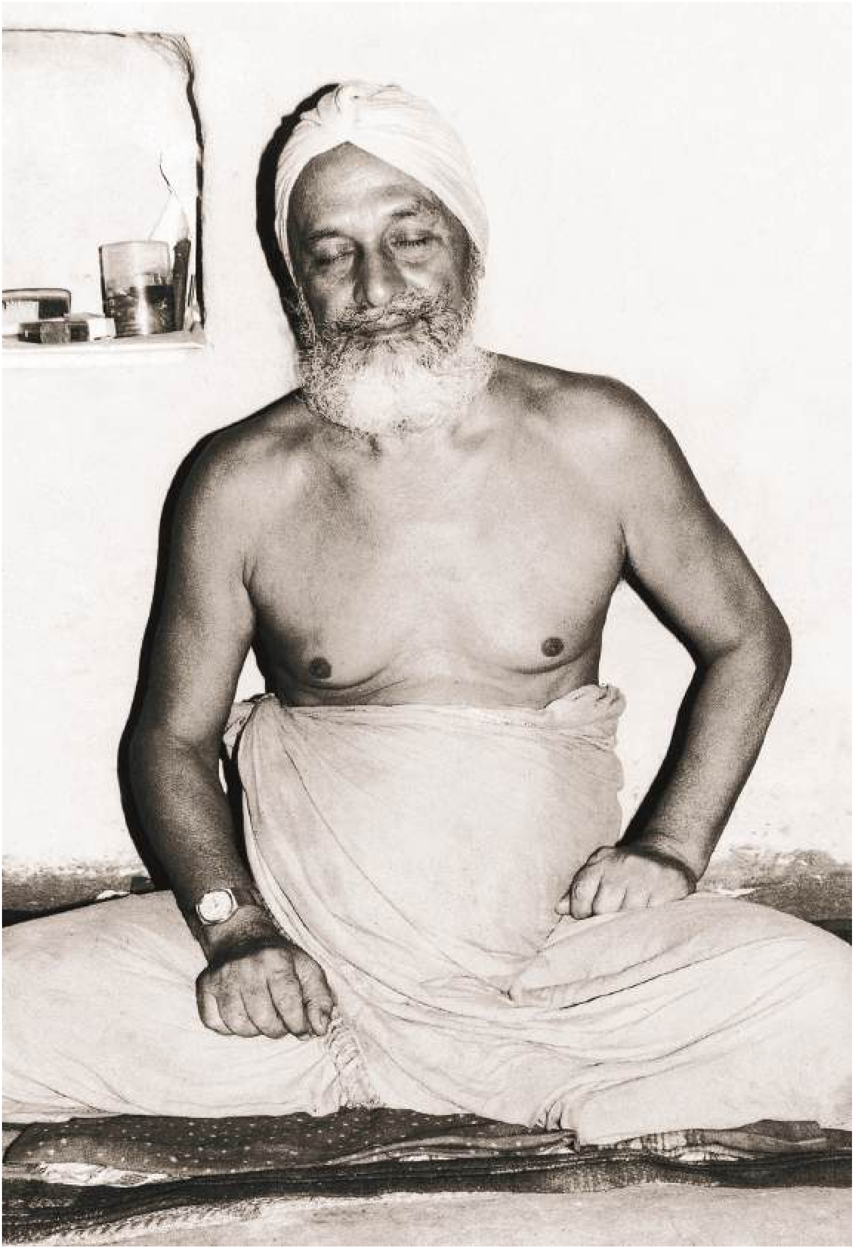
—Swami Satyananda Saraswati

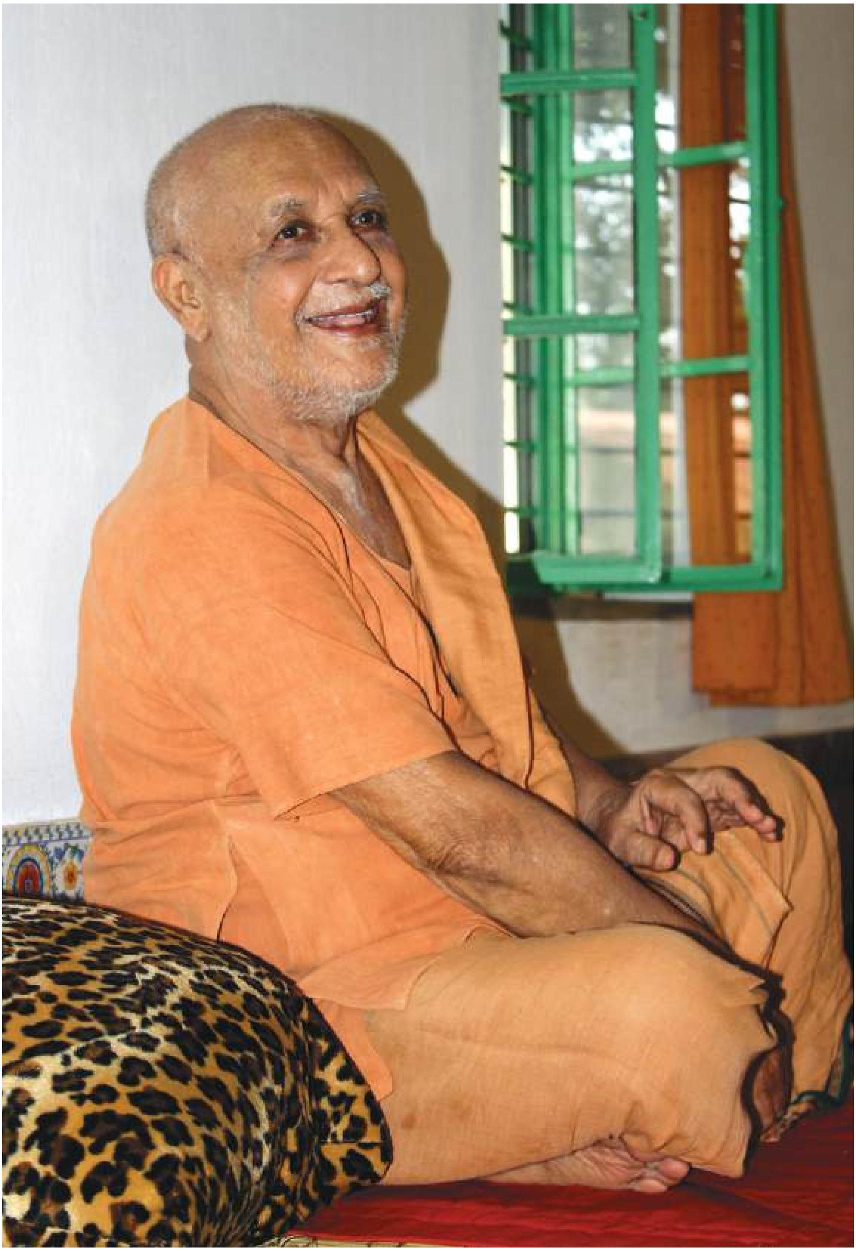
Sankalpa

Swami Satyananda Saraswati

The rays of the sun fall on a paper or a piece of cloth. They can only generate some heat. Take a magnifying glass and see what happens. Within seconds, the paper will start burning and the cloth also. When the rays of the sun are dissipated, they do not have power, they are weak, but when they are magnified, they become powerful. It is the same with water channels and rivers. When they are together, they generate force. The same can be said about the mind. The mind is dissipated. There is no doubt about it. We all have dissipated minds. The mind is scattered. It is broken. It moves in different directions at once and therefore it has no power, no strength. When you gather the tendencies of the mind, it becomes a force, and this force can be used for making a resolve. When the mind is relaxed, its tendencies are concentrated and brought together. Whatever sankalpa you make at that time generates a momentum and the sankalpa comes to pass.







For example, concentrate on anybody, don't just think about him. Concentrate on him, feel him, be aware of him. Sometimes you can imagine him, but it is very hard for you to see him very clearly. If you can see him very clearly, his nose, his eyes, the texture of his hair, everything else, it means that your mind is in a state of concentration, there is no more dissipation and the energy particles of the mind are not scattered. They are all moving in one direction, which is called one-pointedness. All the waves are moving in one direction.

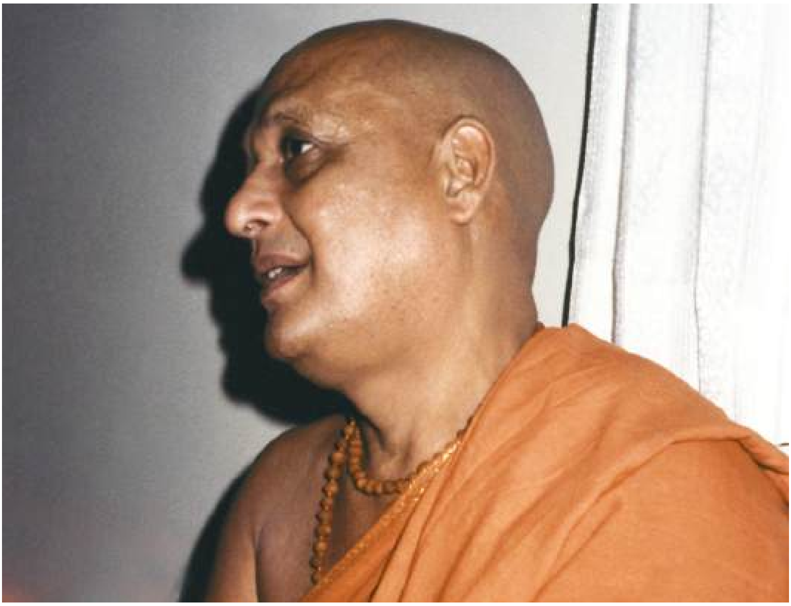
If you visualize the person to that extent, together with thinking of an idea, you will set the idea in motion. You will see that the same idea will take place in his mind, because there is a relationship between mind and object. There is a relationship between my mind and your mind, as there is a relationship between this light and that light. They are separate, of course, but there is a link between the two. There is a relationship between everything that exists in the world. Nothing is isolated. Everything is connected with everything and when you concentrate your mind, the mind gains force and its range is very high, like the sun's rays through the magnifying glass.

Some years ago in Russia, there was an experiment, which was conducted under strict scientific scrutiny. Two individuals were chosen for this. One was the operator, the other the subject. The first transmitted his thought waves and the other picked up the thought waves. In the beginning, it must have been a failure for sure, but later the second individual succeeded in grasping and receiving the thought waves. First they did this experiment at a distance of about a metre or two, gradually increasing the distance of the experiment. At the final stage, the distance at which the experiment was conducted was sixteen hundred miles and the subject still picked up the message correctly. Lastly, both of them were put into a Faraday's cage, where they say that even electromagnetic or radioactive waves cannot penetrate. The thought transmission still took place and the reception of thought also took place and its accuracy was tallied.

When you can bring one-pointedness into the structure of thought waves, they become very powerful and distance does not matter. In fact, distance belongs to a particular state of mind. As the mind changes, distance also changes. Distances are relative, they are not absolute. Distances relate, as if they are a category of the mind. You are sitting at a distance of 16 miles. It is too much. If you are at a distance of 50 feet or 10 yards and I call your name, you can hear me, but if you are at a distance of 16 miles, you cannot hear me. However, when the thoughts change their pattern and get concentrated, the quality of thought is different, then accordingly the distance also changes. There is a state of mind where there is no distance. It is called the supermind. When you develop the supermind, there is no distance. Everybody, everything, every object, is a part of yourself. On the other hand, when your mind is dissipated, scattered, disturbed or oscillating, it has distances. It is not able to connect itself with those things with which it is naturally linked.

When we speak of sankalpa, we are talking about that state of mind where the mind is beyond all fluctuations, where the negative and positive tendencies of the mind are totally subdued. Just as a bullet does not change its course when it leaves the gun, it goes straight to the target, in the same way when a thought is created, it just goes. There is nothing to intercept it. There is nothing to intervene. There is nothing that can change its course. This is called sankalpa.

If you have a dissipated mind, a disturbed mind, that disturbed mind will say, 'Oh I am not going to drink from tomorrow', or 'I am not going to tell lies', or 'I am not going to tell this or do that', it is not going to help at all. It is like a paralyzed man trying to slap somebody. The mind is paralyzed. I want to slap you but the right hand is paralyzed. I cannot slap you. What can I do? First of all, it is necessary to create a base for the sankalpa. I send you a thought wave, 'I will help you.' This is the idea. 'I will help you,' but how am I going to send this to you, this idea? There has to be a base,



what you call a rocket launcher. There has to be something that will carry that idea, that will carry that message, blessings, benedictions, ill-will, jealousy.

Everything has to be carried through some medium. Passions naturally have a very powerful range. Hatred has a powerful range. Jealousy has a powerful range. Love, charity, compassion do not have a powerful range. Positive ideas are positive, no doubt about it, but they do not have a powerful velocity. When you think ill about someone whom you consider your rank enemy, you think so strongly, so intensely about it that he feels it. He gets the idea and he knows that something wrong is taking place. Yet if you sit and think about loving somebody or about helping somebody, he does not even understand it.

Therefore, in tantra, the ideas, the thought waves related to the natural passions are made into rocket launchers. Not that you have to develop passions, but it is very natural that if you think about ideas related to passion, the mind does not dissipate. When you are doing japa, how many times do you

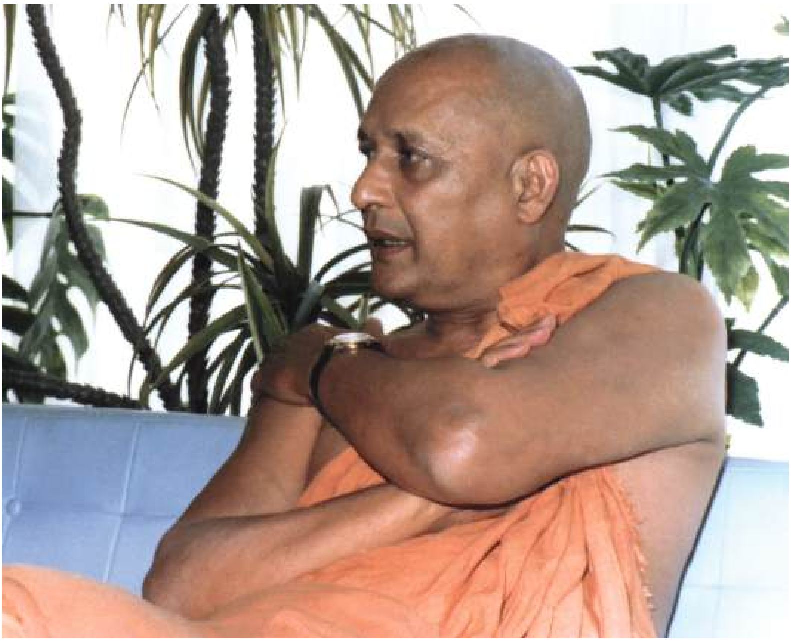
have to drag the mind back? But does it happen when you are watching television? No, it does not happen, because the mind is so used to sensual pleasures, that it is not necessary for you to tell the mind what it has to do.

In yoga nidra, the sankalpa is made just before the start of yoga nidra and at the end of the yoga nidra. In the beginning it is done just to create an idea, that is all, but at the end the idea is launched. That is the sankalpa. Every thought transmission is a sankalpa. Essentially or basically we are one. Just like one thread penetrates through all the beads of the mala, in the same way, all the 'beads' that we are, three million or three billion or thirty billion, are threaded together. We may be on different circuits. On account of our incapacities, we may not be able to link ourselves with each other. That is a fault in a junction somewhere. If there is a fault in the junction, one electric light might burn and another one may not. Therefore, this junction in between us has to be purified and the time should come in the life of every spiritual aspirant, when he should feel that he is one with everybody else and that nobody is different from him. One and only one consciousness penetrates through every mind, through every heart, through every being. Not only human beings, even animals.

Many years ago when I was in the ashram of my guru in Rishikesh, I picked up a dog for this experiment and the dog responded. In the Jataka stories of Boddhisattwa, Buddha was born in different incarnations before he became Buddha. He identified himself with elephants, bulls, serpents and with many other animals. This means you should realize your common identity with every sentient and insentient object. Even matter, which is inert, which does not have the senses that we have, even the animals which do not have the type of mind which we have, carry one essence in the realm of reality. If we can concentrate our mind and crystallize the whole process, then the mind can be used as an efficient tool to experience total unity with the universe which we see and which we do not see.

The Law of the World

Swami Satyananda Saraswati



Look at how the administration of this huge creation is running. The seasons arrive on time and leave on time. Everything is governed. There are no faults anywhere. There is perfection and accuracy everywhere. It can be foretold at what time a lunar eclipse will occur fifty thousand years from now, for the laws are immutable.

The law of the world is fixed, formed since eternity, and everything is running according to that. The small human being is caught up in his individual ego! People believe that they can do things when in fact it is God who does everything and gets everything done, who inspires life. He sits in one's heart and moves one like a puppeteer moves a puppet. God holds the strings.

Expression of a Bhakta

Swami Satyananda Saraswati

What does a bhakta do? Many people think that bhakti has to be expressed by wild singing or emotional prayers or utterances. This can be the case. Many great bhaktas have sung the most soulful songs and created the most beautiful poems in order to express their joy, devotion and realization. Others have been famous for their joyful dancing. The Sufi dervishes are good examples. Every movement, every action is an expression of bliss and devotion. Many great bhaktas were less dramatic. They continued to live their lives in a state of calmness. Each action and each thought however is permeated with awareness of the Divine. Every act becomes blissful. Every act is done as worship, without a sense of limited ego, but according to

the dictates of the situation, with intuition. He looks into the mirror of the world and sees the image of himself. Actions become perfect.

Bhakti need not necessarily be associated with wild, abandoned singing. It can be felt in many people without obvious outward expression. It depends on the dharma or personality of the bhakta. Some bhaktas seem to mellow with time. They become less obviously expressive. It is like someone who takes his first bottle of wine. The initial intoxication makes him do crazy things. He says crazy things and jumps around like a madman. This is the expression of a new experience. The seasoned drinker, who has been drinking wine for many years, is unlikely to do such things. He is more likely to sit quietly and enjoy the wine and the effects of the intoxication. The intoxication is the same, but the expression is much less dramatic.

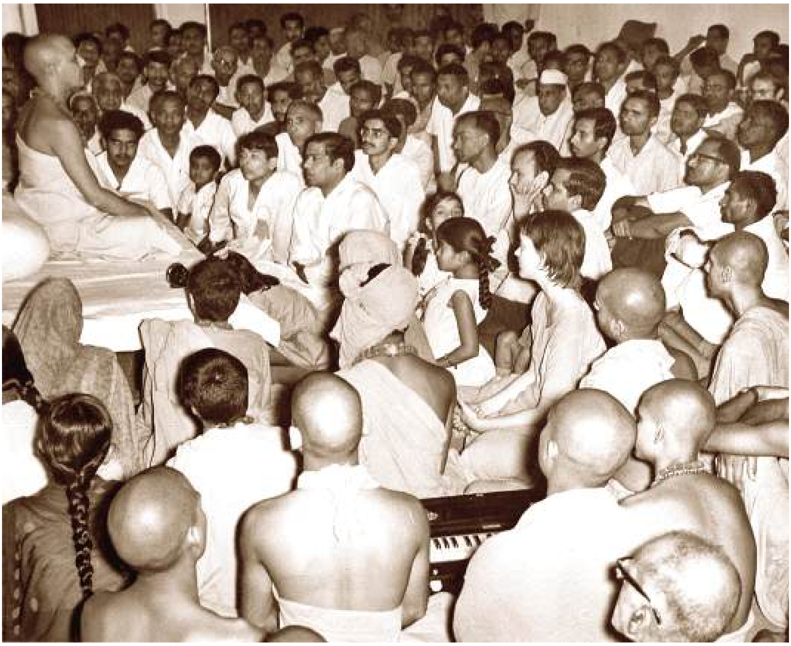
Actually, every saint, yogi, tantric or sage is a bhakta. This applies whether they appear to be karma yogis, jnana yogis, raja yogis. They must be bhaktas, for the knowledge, the realization that they have in higher states of awareness must automatically lead to bhakti.

A Christian gospel singer, a Hassidic Jew at the wailing wall in Jerusalem, a dancing Sufi, a Hindu chanting or singing bhajans, a Buddhist of the bhakti sect of the Fair Land School reciting 'namuamidabu', a Muslim facing Mecca and praying on his mat, can all be expressing bhakti. It depends on the inner feeling and attitude, *bhava*. In the *Srimad Bhagavatam* it says (2:2): ". . . the devotee loses all sense of etiquette. He moves around the world without attachment. He always chants the name and his heart melts through love. He is like someone possessed, sometimes laughing wildly, sometimes weeping; and then he sings aloud and dances . . ."

This description of the expressions and actions of a bhakta is as good as any. But a bhakta need not conform to this pattern. He will express himself according to the dictates of his personality, dharma and the given situation. ■

Satsang

Swami Satyananda Saraswati



More than your *sadhana*, your spiritual practice, satsang is necessary. If you practise satsang once a week or once a month, it rejuvenates your lost interest. It charges your battery. Otherwise, you gradually start degenerating. 'Oh, today my friend is coming, I will do asana tomorrow.' 'Oh, today there is some social or political event.' 'Now is July, August, I will do it in September.' This means your battery is becoming weaker and weaker. It should be recharged. Recharging is possible by a very open-minded satsang. I think this is satsang. Here many minds are unfolding themselves and many ideas are becoming very clear. It is not because I am explaining it; you already know it, but you never knew that you know it. In satsang I am only trying to unfold what is already in you. ■

Like a Mother

Swami Satyananda Saraswati

Swami Sivananda would be aware of and attentive towards each and every activity of his disciples. What more can I say about his attentiveness other than the fact that he was aware even of the hour of my sleeping and waking.

In the initial days, I was the number one 'late-riser' in the ashram. My habit did not escape Swamiji's attention. At 3 am in the morning, I would hear the khat-khat sound of his wooden sandals as he approached my room. He would bang on my door until I woke up. Drowsily I would get up from my bed, but as soon as he left I would be back in bed! Swamiji got wind of this and he appointed a person to sleep in my room and keep an eye on my sleeping and waking habits.

It wasn't so easy to hoodwink Swamiji now, but as they say, where there's a will there's a way. I would get up early in the morning and send that person out on some errand. As soon as he disappeared from view, I would shut the door and lie down on my bed, mentally congratulating myself on the success of my plan. But Swamiji found this out as well. In the end I was forced to change my habit and now brahmamuhurta and waking up have become synonymous for me.

Swami Sivananda loved his disciples as if they were his children. Every evening a kirtan program was conducted in the ashram. It went on for two hours. Explaining the importance and greatness of kirtan, Swamiji would often talk about Chaitanya Mahaprabhu, the great medieval saint. While telling stories and anecdotes from his life, he would enter a rapturous state of divine ecstasy.

The sadhana of *Lalita Sahasranam*, the thousand names of Tripura Sundari, the Cosmic Mother, would often be done all night long. Starting at seven in the evening and finishing by seven in the morning, 125,000 japas of the sacred names

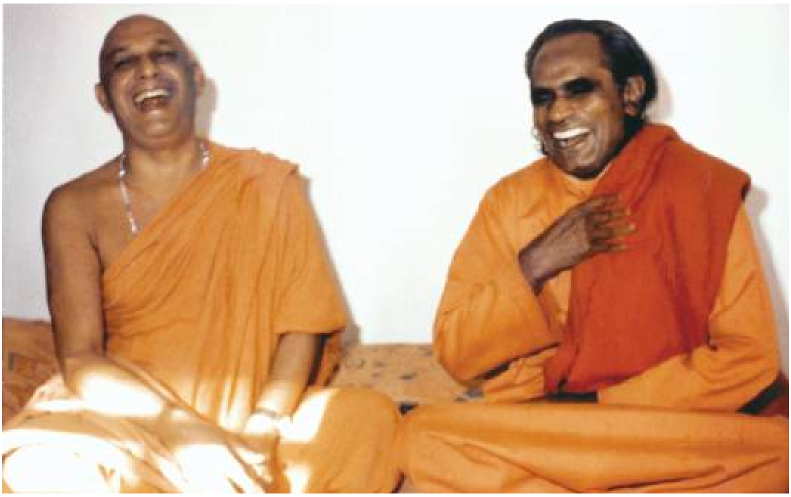
would be performed, Swamiji himself would stay there the whole night, doing japa and inspiring us to follow his example. Chanting of the *Bhagavad Gita* and the *Mahabharata* would sometimes be conducted from dawn to dusk. We also did one hundred and eight repetitions of the entire set of Upanishads in such non-stop chanting sessions.

Twice a year we would undergo week-long mouna sadhana, observing complete silence. Actually it was hard to draw a dividing line between our karma yoga activities and such sadhanas. One effortlessly blended into the other.

Swami Sivananda cared for his disciples like a mother. During the winter season he would procure a large quantity of almonds, raisins and other dried fruits. He would have the almonds shelled and then making packets of the almond kernels himself, he would have them sent to each and every disciple's room. He would periodically ask, "You're eating those dried fruits, aren't you?" Sometimes he would suddenly appear in someone's room to find out if they were indeed consuming them or not!

Funny Jokes

Swami Satyananda Saraswati



Let me tell you that human life is full of funny jokes. One complains of the lack of opportunities, but do you know how many times enlightenment comes and knocks at your door but returns disappointed finding you in the sleep of unawareness? Understand this and rise above these funny jokes of life. The world is a play of mind. Mind creates various feelings. It gives shape to shapeless things. Mind alone attaches importance and mind also annihilates it. Annihilate the mind, and the world is no more a real theme. Mind plays havoc.

It is the mind which is the real seat of pleasure and pain. Actually, events in life haven't got their own significance. It is the mind and mind alone which attaches importance to those events in life. Mind moves objects. Mind creates death. Mind moulds life. Mind is a congregation of attitudes. Mind cannot rest. Therefore, one should engage it in higher activities. An idle mind begets errors, a busy mind creates tensions, only a sublimated mind gives rest. ■

Efforts and Aims

Swami Satyananda Saraswati

Aim at revolutionizing your consciousness by a continuous, merciless flow of thought. Aim at utilizing all the resources of your mind to reach the summit of awareness. Then only will you learn what is right and what is wrong. Until then all that you know are the platitudes about right and wrong. The habit of grumbling is very usual. The world is bad because we do not get a bus or we are stranded somewhere as the trains are running late. The world is bad because our moods are bad and because our perceptions are dull. If the attitude of utter disregard towards the totality of things continues, only boredom and displeasure can be your permanent companions. The more one grumbles the less one has the opportunity to realize the enchanting aspects of this beautiful world.

It is common to feel dissatisfied over certain things and commoner still to make those petty dissatisfactions the cause of untold disturbance during the course of life. Satisfaction is actually a matter of immediate experience. No satisfaction is permanent. It is curious that we should long for a thing which yields quick satisfaction and also yields dissatisfaction. The attitude of seeking is in fact, a sublimated form of the attitude of begging. Next time when you feel dissatisfied, remember that things are not toys of satiety but have a larger significance as instruments of progress. For the tiniest desire of our heart we have to keep the windmill of efforts moving ceaselessly. For gaining a few drops of nectar of hopes, a well of effort has to be exploited.

A desire, instead of being turned out on the roads of laziness, lethargy and aimlessness like an orphan, has to be guided by a strong will and the will has to be translated into activity. Back your desires with efforts, guide your will with activity, inform your pursuits with a purpose. Craving for

success is natural, but our abilities and our efforts are thwarted by our own weaknesses and lack of discipline. We attribute lack of good results to some outside agencies or to some causes which we think are beyond our control. Never for a moment do we look within and try to understand that the springs of failure were really looked after well by us when we were actually trying to succeed.

The first step to success is removal of all negatives from our consciousness. The slightest 'Nay' has to be shunned. Success can only be the outcome of an affirmation of one's faith in one's own efforts and aims. ■

No Frog in the Well

Swami Satyananda Saraswati

The temperaments of my guru and myself were diametrically opposed. He was like the humble, holy cow, whereas I was like a ferocious Alsatian dog. To this day there is still some vestige of that diehard habit left in me, but my guru was very calm and serene and I placed all my trust in him. He invariably said that everyone must learn to stand on their own two feet. I believed him because he told me that I should never think of living in the ashram permanently. I would never become a frog in the well.

He gave me just one piece of advice, which was to have unshakeable faith in God. He told me not to be ruffled by hope and dejection, not to worry about my talents or the powers I would obtain later. I followed his words with full faith. I never planned to do this or that. I decided to do as he bade me. Everyone is born with a predetermined destiny. We are all pre-programmed and our journey through life follows that program.

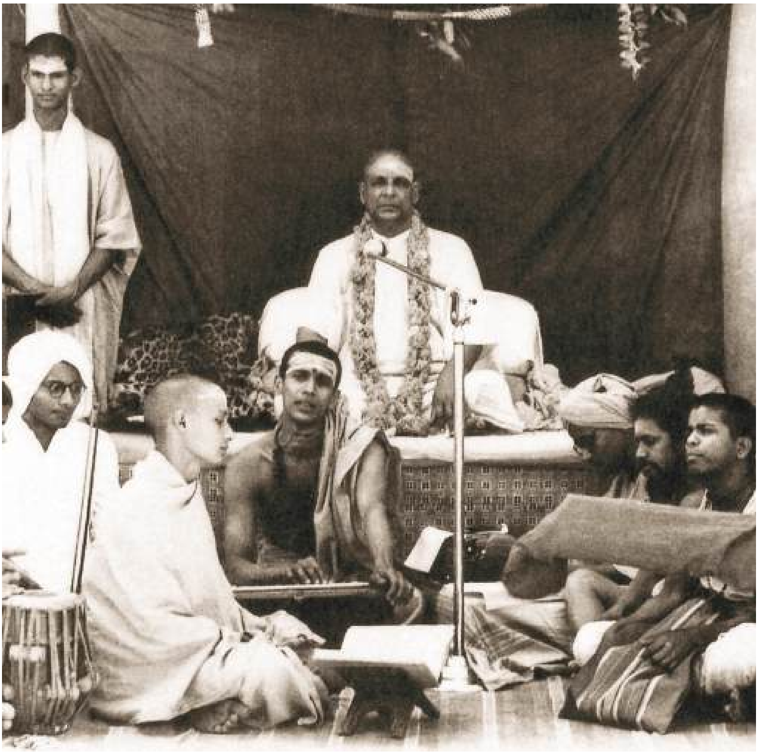
It is extremely difficult to explain what kind of relationship I had with Swami Sivananda. I think of him very often, but it is not like the way you think of your near and dear ones. My guru always guided me and put me on the right track. ■

नाम स्मरण

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

मेरे गुरु, स्वामी शिवानन्द जी मुझसे पूछा करते थे, 'क्या तुम भगवान का नाम हमेशा याद रखते हो?' मैं जवाब देता था, 'स्वामीजी, मैं कोशिश तो करता हूँ, लेकिन ज्यादातर भूल जाता हूँ क्योंकि प्रशासनिक कार्यों में इतना व्यस्त रहता हूँ।'

फिर वे बोलते कि 'इन कार्यों को करते हुए भी तुम्हें खाना-पीना, सोना-जागना, शौच इत्यादि याद रहता है, तुम ये सब चीजें नहीं भूलते। फिर तुम सबसे स्वाभाविक चीज कैसे भूल सकते हो? आखिर भगवन्नाम तुम्हारे जीवन का, तुम्हारी हर साँस का आधार है। तुम्हारा समस्त जीवन इसी के प्रति समर्पित होना चाहिए।' ■



You are never alone

The treasures we find are the treasures we are due
The searchers will help find the treasures with you

Dare to Dream, Dream to Dare
We have made it clear you are never alone
The screenwriter always has your hand

We have made it clear you are never alone
Singing or resting, walking or listening
And speaking with words that are not yours

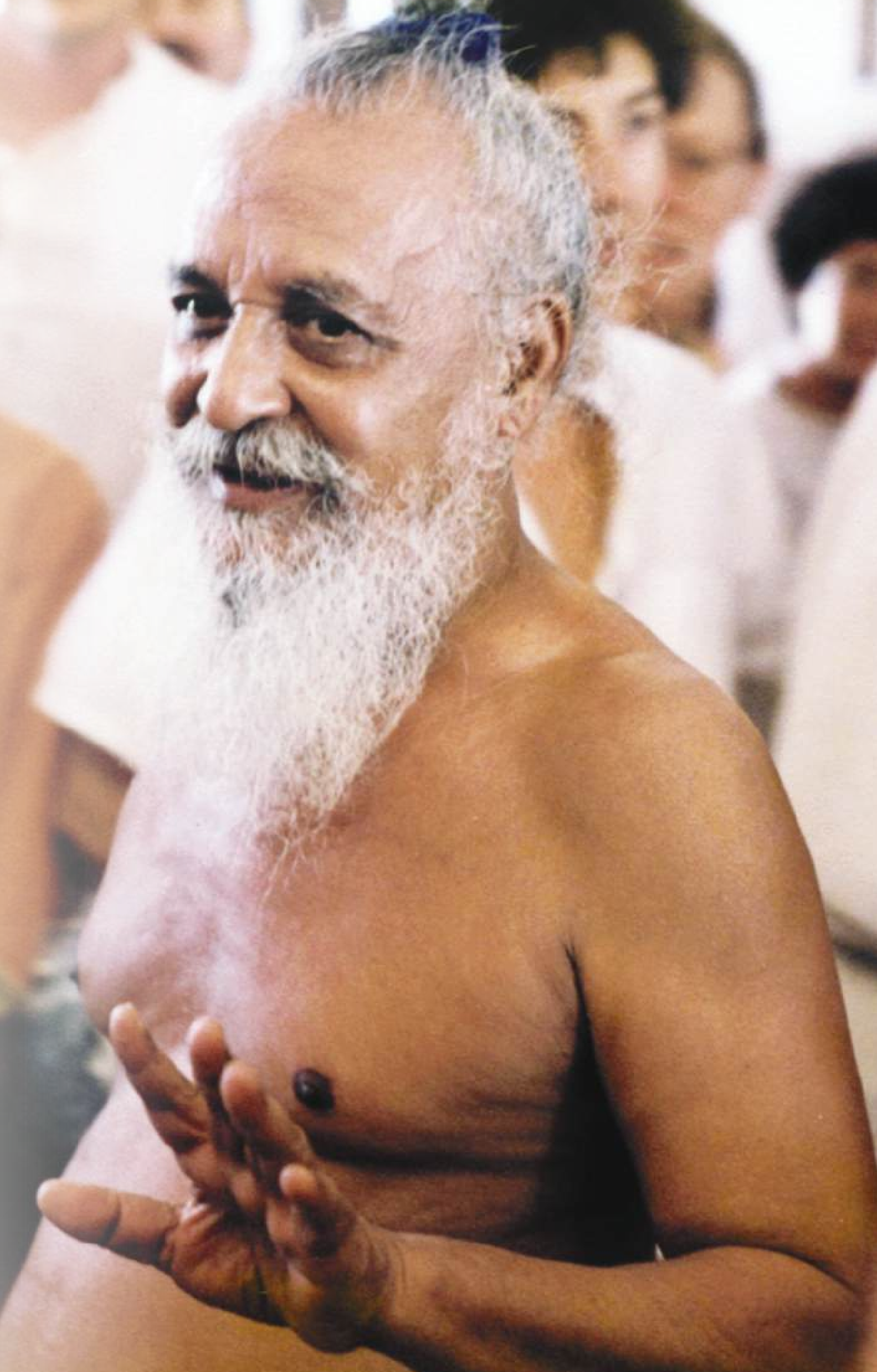
You are never alone
Remember His Rays reach the darkness too
There is nowhere to go where there is just you

The alphabet soup knows every word before it is written
And even before it is said
There is no word not known to Him
Nor thought nor prayer

He's always there
We cannot come up with anything new
It's been done and said as we live and breathe

Action speaks louder than words
Let's Go
Serve together

—*Yogasena*



स्त्री जागृति

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

स्त्री का पद पुरुष से ऊपर है, क्योंकि वह माँ है और बच्चे की गुरु है। बच्चा जब पैदा हुआ तो पहले उसी को देखा, छुआ तो पहले उसी को छुआ। जब उसने बोलना शुरू किया तो उसी से बोलना शुरू किया, और उसी ने ही बच्चे से यह कहा कि ये तेरे पिता हैं।

स्त्री की भूमिका समाज में बहुत बड़ी है। कोई वजह हो गई इतिहास में, राजनैतिक दुर्घटना हुई या किसी सभ्यता का आक्रमण हुआ जिससे स्त्री का सामाजिक रुतबा गिर गया, उसकी हानि हो गई। इसको अब पुनर्स्थापित करने की जरूरत है। पुराने रुतबे को वापस लाना बहुत जरूरी है। केवल अपने परिवार के लिए ही नहीं, बल्कि समाज और राष्ट्र के लिए भी।

जब पहला और दूसरा विश्व युद्ध हुआ था तब इग्लैण्ड, फ्रान्स और जर्मनी में 20-25 साल के जवान लड़के तो सब मर गये थे। करोड़ों मारे गये। अब कौन चलाये समाज को? वह भी यूरोपियन समाज, जो हमलोगों के समाज से भी बहुत पिछड़ा था। इन लोगों के यहाँ की लड़की कभी भी बाहर नहीं निकलती थी। ईसाई समाज बहुत कट्टर समाज रहा है। जो आज देखते हो, यह ईसाई समाज नहीं है, यह तो आधुनिक समाज है। अब तो ये लोग ईसाई सिर्फ नाम के हैं।

प्रथम और द्वितीय महायुद्ध में जो करोड़ों की संख्या में युवक मरे, उस वक्त स्त्रियों का बाहर आना शुरू हुआ। अस्पतालों, दफ्तरों और दुकानों को देखना, पुलिस, सेना, सब जगह लड़कियों का आना शुरू हुआ। जो क्रान्ति प्रथम महायुद्ध से शुरू हुई वह द्वितीय महायुद्ध के बाद पूर्ण हुई। लड़कियों को मजबूर होकर समाज में उतारना पड़ा। और यही मुख्य कारण है उनके समाज की भौतिक समृद्धि, राजनैतिक शक्ति और बौद्धिक सर्वोपरिता का।

स्त्रियों का वहाँ शत-प्रतिशत सामाजिक योगदान है। वहाँ जितने योग केन्द्र हैं, लड़कियाँ ही चलाती हैं। इसीलिए आज पश्चिम ने सारे संसार पर अपनी संस्कृति डाल दी है, अपनी आर्थिक पद्धतियाँ डाल दी हैं। आज राजनैतिक शक्ति उनकी है। हमलोगों के यहाँ जितने बुद्धिजीवी हैं, वहीं से तो उधार ले रहें हैं सब। लेखन पद्धति, कला पद्धति, आपका सारा संगीत वहाँ का है।

किसी भी संस्कृति का प्रबल होना इस बात को सूचित करता है कि उसकी चीजें दूसरे लोग इस्तेमाल करेंगे। उनकी भोजन व्यवस्था तुम्हारे मेज पर आ गई है, लेकिन तुम्हारी भोजन व्यवस्था उनकी मेज पर नहीं गई है। तुम्हारे घर का पूरा साज-शृंगार उनके जैसा है। बोलने का तौर-तरीका, शिष्टाचार, सब वहाँ के जैसा है। और अंग्रेजी! कोई विषय ऐसा नहीं जिसे अंग्रेजी ने नहीं छूआ है, मोक्ष शास्त्र से लेकर काम शास्त्र तक। यहाँ तक कि हम लोगों के वैदिक सम्प्रदाय की साधारण-से-साधारण चीज को भी उन्होंने पकड़ा है।

मैं एक बार गोरखपंथ के बारे में जानना चाहता था। मैंने कुम्भ-मेला में सब मठों में जाकर उनसे बातचीत की। मेरे को केवल संक्षिप्त जानकारियाँ मिलीं। फिर मेरे हाथ में एक अंग्रेजी किताब लग गई – 'गोरखनाथ एण्ड दी कनफटा योगीज़।' अंग्रेजी में शोध था, एकदम आधुनिक शोध। मुझे गोरखपंथ के बारे में सब कुछ मालूम हो गया – कहाँ पंथ शुरू हुआ, बलूचिस्थान में कहाँ उनका मठ है, कौन गुरु कहाँ से आया, कौन कहाँ मरा, किसने शादी की, कैसा कपड़ा पहनते हैं, उनके झोले में क्या होता है, वे भस्म कैसे बनाते हैं। अंग्रेजी इतनी समृद्ध भाषा है कि सभी विषयों पर पुस्तकें हैं। चाहे विज्ञान हो, चाहे रसायन शास्त्र हो, चाहे इतिहास हो, चाहे धर्म हो, और उन्होंने केवल अपने ही धर्म के बारे में नहीं, सब धर्मों के बारे में शोध किया है और आज नहीं, अनेकों बरसों से।

जब मैं गुरुजी के आश्रम में रहता था, एक बार किसी ने एक पुस्तक स्वामीजी को भेंट की। उस पुस्तक का वजन था पन्द्रह किलो! और वह वॉरेन हेस्टिंग्स के समय लिखी गयी थी। एडवर्ड मूर ने उसको लिखा था और वॉरेन हेस्टिंग्स को समर्पित किया था। पुस्तक का नाम था 'हिन्दू पेन्थियन' यानि हिन्दू देव-सभा। गणेशजी से उसने शुरू किया, गणेशजी पर पूरा निबन्ध लिखा। ऐसी बातें लिखीं जो यहाँ बहुत-से लोग नहीं जानते होंगे। उनकी तस्वीर, उनके कहाँ-कहाँ मुख्य स्थान हैं, अष्टविनायक का क्या अर्थ होता है, यह सब लिखा। और पुस्तक के अन्त में उसने वैदिक काल से लेकर आज तक जितने भी साम्प्रदायिक चिन्ह इस्तेमाल हुए हैं, उन सब के चित्र दिये। जैसे त्रिकोण है, बिन्दु है, तिलक है, सब का विवरण दिया है।

मेरे कहने का मतलब यह कि पश्चिम ने जो आज अपना सांस्कृतिक, राजनैतिक, आर्थिक और बौद्धिक साम्राज्य फैलाया है, उसका मुख्य कारण यही है कि वहाँ के प्रत्येक नागरिक की, चाहे वह स्त्री हो या पुरुष, पूर्ण सहभागिता रही है। और आज हम इतने गरीब और पिछड़े इसलिए हैं कि हमारे यहाँ स्त्रियों की कोई सहभागिता नहीं है। समाज की प्रगति में स्त्री का कोई योगदान नहीं है। वह घर की नौकरानी है। सच बात है, इसमें किसी को बुरा मानने की आवश्यकता नहीं। और इसे न्यायोचित सिद्ध करने की भी कोई जरूरत नहीं। क्यों इसे न्यायोचित सिद्ध करोगे? क्या स्त्री मूर्ख है? क्या स्त्री मेधा-रहित है? क्या वह प्रज्ञा-रहित और विवेक-शून्य है? क्या स्त्री अमर्यादिता होती है? क्या समाज इतना गिर गया है कि स्त्री विश्वास के योग्य नहीं? इतनी विश्वासपात्रता उसमें नहीं है क्या? जब तुम अपने को सम्हाल सकते हो, तो तुम्हारी स्त्री अपने को क्यों नहीं सम्हाल सकती? और अगर नहीं सम्हाल सकती तो सिर्फ इसलिए कि उसको सम्हालने का तरीका मालूम नहीं, क्योंकि उसका सामाजिक ज्ञान नहीं के बराबर है। उस लड़की को मालूम ही नहीं है कि समाज में क्या होता है। लोग क्या बात करते हैं, कैसा चाल-चलन होता है, उसे कुछ मालूम नहीं।

स्त्री जाति के जागरण की भारत में सबसे प्रथम आवश्यकता है। इस देश का नाम 'भारत पिता' नहीं, माँ के नाम से है – 'भारत माता'। स्त्री का रूप माँ का होता है, चाहे वह कहीं पर भी हो। चाहे वह अविवाहित हो या विवाहित, उसका स्वरूप माँ का ही है। मातृत्व का अर्थ हम यह नहीं लगाते कि उसकी संतान है। नहीं, वह बच्चा नहीं होने पर भी माँ है। वह कन्या कुँवारी है तो

भी माँ है। बच्ची है दो साल की, तो भी वह माँ है। इसलिए प्राचीन काल में छोटी बच्ची को भी अम्मा कहते थे। अब तो अपने यहाँ मुन्नी, लल्ली वगैरह क्या-क्या कहा जाता है, लेकिन संस्कृत वांग्मय में हमेशा छोटी बच्ची को भी अम्मा बोला जाता है। दक्षिण भारत में अभी भी वैदिक संस्कृति की प्रधानता है। वहाँ छोटी बच्ची को अम्मा बोलते हैं, 'अम्मा क्या हो रहा है', क्योंकि उसका स्वरूप माँ का है।

माँ का अर्थ क्या होता है? माँ का मतलब मेरे बाप की औरत नहीं होता। माँ वह पहला शब्द है जो बच्चे ने निकाला। छोटे बच्चे क्या बोलते हैं? माँ न! माँ का कोई अर्थ ही नहीं है। शब्दकोष में उसका अर्थ देखना बेकार है। माँ का मतलब होता है जो बच्चे ने पहले पुकारा। बच्चे ने तुमको माँ कहकर क्यों पुकारा जी? 'आ' या 'तो' या 'बा' कहकर क्यों नहीं पुकारा? इसलिए कि 'म' अक्षर उसके जीवन का प्रथम स्वर है, प्रथम अभिव्यक्ति है। माँ का यही अर्थ होता है। माँ का शब्दार्थ निकालने की आवश्यकता नहीं। माँ हमेशा माँ रहती है। चाहे वह विवाहिता हो, अविवाहिता हो, विधवा हो, उससे कोई मतलब नहीं।

हमारी एक योजना है। हम यहाँ की सब छोटी बच्चियों को आश्रम में ले लेंगे और सबको पढ़ाएँगे। असल में यह समाज का एक कर्त्तव्य होता है, राजा का कर्त्तव्य होता है। शिक्षा हमारा अधिकार है और इसके लिए आवश्यकता है कि गाँवों के सभी लड़के-लड़कियों को एक जगह बैठाकर पढ़ाना चाहिए। सब का वहीं पर खाना-पीना होना चाहिए, सबको वहीं पर दूध-फल देना चाहिए। इनको घर जाने की जरूरत ही नहीं है सात-आठ-दस साल तक। दस साल के बाद वह घर जा सकती है। और यह काम हम अपने बूते पर कर सकते हैं, मगर उसके लिए समय की आवश्कयता है – 'समय पाय तखर फले।'

हम यह कर सकते हैं। हमारा एक कार्यक्रम है कि यहाँ के सब बच्चों को हम रखेंगे। चार साल से लेकर दस-ग्यारह साल तक। और उनको पढ़ाई-लिखाई, गणित-विज्ञान के अलावा घर-संसार की विद्या भी सिखाएँगे। गाय कैसी पाली जाती है, खाना कैसे पकाया जाता है, कपड़े कैसे सिये जाते हैं, इन्जेक्शन कैसे दिये जाते हैं। औरंगजेब का बेटा कौन था, बेटी कौन थी, ये सब बेकार की चीजें हैं। हमारे तो कोई काम नहीं आयीं, मगर गुरुजी के यहाँ जो हमने सीखा वह शत-प्रतिशत काम आया है।

हम करेंगे इसको। आप लोग देखते रहिए। हमने सोचा है कुछ नहीं तो कम-से-कम रिखिया पंचायत के सब बच्चों को हम अपना लेंगे। दस साल तक उनको रखेंगे, अलग-अलग सुन्दर कमरा बना करके। कीर्तन, भजन, नृत्य, खेल-कूद – सब कुछ रहेगा। चौबीस घण्टे उनको ऐसे शिक्षण वातावरण में डाल करके रखेंगे। खेल-कूद भी शिक्षण है, मनोरंजन भी शिक्षण है। हँसी-मजाक भी शिक्षण है।

इसी को गुरुकुल जीवन कहते हैं। जैसे रामजी ने व्यतीत किया था। अगर रामजी गुरुकुल नहीं जाते तो जब वनवास हुआ, वे तो दो-तीन दिन में डिहाइड्रेशन से मर जाते! गुरुकुल ने ही उनको सम्भाला, क्योंकि गुरुकुल में वे जीवन देख चुके थे, नंगे पैर चलना, जमीन पर सोना। वह तो गुरुकुल में उनका प्रशिक्षण था, इसलिए रामजी बच गये। नहीं तो, पहली रात को तमसा नदी के किनारे जाते-जाते रामजी लक्ष्मण से कहते, 'बहुत थक गया हूँ यार। चल वापस, किसी भी तरह से माता कैकेयी को मना लेंगे!'

इसी गुरुकुल जीवन को हम यहाँ के लड़के-लड़कियों के लिए लाएँगे। हम नहीं रहेंगे तो हमारी परम्परा तो है ही। वे लोग करेंगे सब। और उसके लिए हमको कोई दिक्कत नहीं पड़ेगी। ■

दान सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण सूचना

संन्यास पीठ के लिए दान राशि केवल निम्नलिखित श्रेणियों के अन्तर्गत स्वीकार की जाएगी –

1. **सामान्य दान**
   जिसका निम्नलिखित गतिविधियों में उपयोग किया जाएगा –
   - सांस्कृतिक शिक्षा
   - संन्यास प्रशिक्षण
   - आध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार
   - समाज के गरीब और जरूरतमंद लोगों की सहायता
   - गरीब मरीजों के लिए चिकित्सा सहायता
2. **मूलधन निधि के लिए दान**
   जिसका उपयोग मूलधन निवेश में किया जाएगा। **मूलधन निधि** से प्राप्त ब्याज राशि का उपयोग न्यास की सभी आध्यात्मिक एवं समाज-कल्याण सम्बन्धी गतिविधियों के लिए किया जाएगा।
3. **सी.एस.आर. दान**
   जिसका उपयोग सी.एस.आर. गतिविधियों के लिए किया जाएगा।

इसलिए भक्तों से निवेदन है कि वे केवल उपर्युक्त श्रेणियों के अन्तर्गत अपनी दान राशि भेजें।

संन्यास पीठ को दान 'SB Collect Online Donation Facility' के माध्यम से निम्नलिखित वेबसाइट द्वारा सीधे दिया जा सकता है – **https://www.onlinesbi.sbi/sbicollect/icollecthome.htm?corpID=2271958**

आप चेक, डी.डी. अथवा ई.एम.ओ. द्वारा भी दान दे सकते हैं जो **संन्यास पीठ** के नाम से हो और मुंगेर में देय हो। राशि इस पते पर भेजें – संन्यास पीठ, पादुका दर्शन, पी.ओ. गंगा दर्शन, किला, मुंगेर 811201

दान राशि के साथ एक पत्र संलग्न रहे जिसमें आपके दान का प्रयोजन, डाक पता, फोन नम्बर, ई-मेल और PAN नम्बर स्पष्ट हों।

IMPORTANT ANNOUNCEMENT REGARDING DONATIONS

Donations to Sannyasa Peeth will be received only under the following 'Heads of Accounts':

1. **General Donation**
   Funds will be utilized towards the following activities:
   - Cultural education
   - Sannyasa training
   - Dissemination of spiritual knowledge
   - Relief for the underprivileged – support to the poor and needy sections of society
   - Medical relief – financial assistance to poor and needy patients.

2. **Corpus Donation**
   Funds will be utilized towards capital investment. Interest income generated from **CORPUS (MOOLDHAN) FUND** will be utilized towards all the activities (spiritual as well as charitable) of the Trust

3. **CSR Donation**
   Funds will be utilized towards CSR activities.

Therefore, devotees are requested to send donations to the above-mentioned account heads only.

Donations towards Sannyasa Peeth may be made through 'SB Collect Online Donation Facility' by directly accessing the web address: **https://www.onlinesbi.sbi/sbicollect/icollecthome.htm?corpID=2271958**.

Donations can also be sent through cheque/D.D./E.M.O. drawn in favour of:

Sannyasa Peeth

payable at Munger to Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort Area, Munger 811201, Bihar.

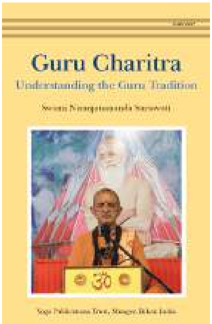
A covering letter mentioning the purpose of donation, mailing address, phone number, email ID and PAN should accompany the same.

Yoga Publications Trust

Guru Charitra

Understanding the Guru Tradition

Swami Niranjanananda Saraswati



In 2024, on the occasion of Swami Sivananda's Sannyasa Centenary, Swami Niranjanananda Saraswati offered a series of satsangs on our guru tradition during the period of Chaturmas. Each satsang commenced and concluded with the chanting of the *Satyam Pancharatnam* and the *Siva-Satya Panchakam* respectively. Over many weeks, the lineage of the tradition and its luminaries was explained and the qualities of each Master were highlighted. *Guru Charitra* is an inspiration for all spiritual aspirants who wish to walk the luminous path shown by the Masters.

For an order form and comprehensive publications price list, please contact:
Yoga Publications Trust, PO Ganga Darshan, Fort, Munger, Bihar 811 201, India.
Tel: +91-09162 783904, +91-09835892831

A self-addressed, stamped envelope must be sent along with enquiries to ensure a response to your request.

हरि ॐ

सत्य का **आवाहन** एक द्वैभाषिक, द्वैमासिक पत्रिका है जिसका सम्पादन, मुद्रण और प्रकाशन श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के संन्यासी शिष्यों द्वारा स्वास्थ्य लाभ, आनन्द और प्रकाश प्राप्ति के इच्छुक व्यक्तियों के लिए किया जा रहा है। इसमें श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती, श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती, स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती एवं स्वामी सत्यसंगानन्द सरस्वती की शिक्षाओं के अतिरिक्त संन्यास पीठ के कार्यक्रमों की जानकारियाँ भी प्रकाशित की जाती हैं।

सम्पादक – स्वामी ज्ञानसिद्धि सरस्वती
सह-सम्पादक – स्वामी शिवध्यानम् सरस्वती

संन्यास पीठ, द्वारा-गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर 811201, बिहार, द्वारा प्रकाशित।

थॉमसन प्रेस इण्डिया लिमिटेड, हरियाणा में मुद्रित।

© Sannyasa Peeth 2024

उपयोगी संसाधन

वेबसाइट :

www.sannyasapeeth.net
www.biharyoga.net
www.satyamyogaprasad.net

एप्प :
(Android एवं iOS उपकरणों के लिए)

Bihar Yoga
APMB
YOGA (अंग्रेजी पत्रिका)
YOGAVIDYA (हिन्दी पत्रिका)
FFH (For Frontline Heroes)

कवर : श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती एवं श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

अन्दर के रंगीन फोटो : श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

• Registered with the Registrar of Newspapers, India
Under No. BIHBIL/2012/44688

Sannyasa Peeth Events & Training 2024–2025

Sannyasa Peeth Training

Jul 18 2024 –Jan 18 2025	Sannyasa Lifestyle
Mar 30–Apr 6	Mantra Sadhana Training (Hindi)
Mar 30–Apr 6	Jignasu Lifestyle Training (Hindi)
Jun 30–Jul 7	Karma Sannyasa Training (Hindi/English)
Jul 11–Aug 6	Vanaprastha Sadhana Satra 1
Aug 12–Sep 7	Vanaprastha Sadhana Satra 2

Events, Aradhanas and Satsangs

Dec 10–15 2024	Satyam Poornima
Jul 7–10	Guru Poornima Celebrations
Jul 11–Sep 13	Chaturmas Anushthan
Aug 7–9	Krishna Aradhana
Sep 8–12	Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna
Nov 30–Dec 4	Satyam Poornima

Monthly Programs

Every Sankranti	Abhishek, Hawan, Daan and *Satyanarayan Katha*
Sankranti dates:	Jan 14, Feb 12, Mar 14, Apr 14, May 15, Jun 15, Jul 16, Aug 17, Sep 17, Oct 17, Nov 16, Dec 16