Satya ka Avahan

सत्य का आवाहन

Invoking the Divine

Year 13 Issue 5 September–October 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

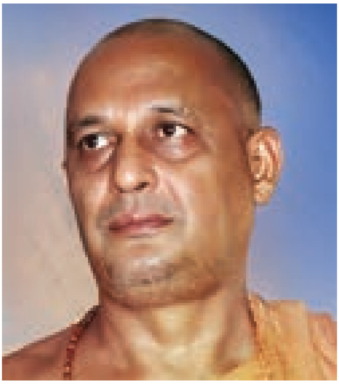
Websites:

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 & Plates:
Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna 2024



SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Sadhana

In the spiritual quest it is not the accumulation of knowledge which you are trying to achieve but a personal experience of that knowledge. And this experience can only be obtained by constant and consistent effort in your practices. Sincerity and surrender are the greatest assets in sadhana. Joy of sadhana alone should give you satisfaction. No other kind of joy should take you off your heels, and no sorrow should drag you down.

—Swami Satyananda Saraswati

आध्यात्मिक जीवन का लक्ष्य केवल ज्ञान का अर्जन नहीं, बल्कि उस ज्ञान का व्यक्तिगत अनुभव है, और यह केवल निरन्तर अभ्यास से प्राप्त होता है। निष्ठा और समर्पण ही साधना में सबसे उपयोगी सिद्ध होते हैं। साधना के आनन्द से ही तुम्हें सन्तोष मिलना चाहिए, अन्य किसी प्रकार के सुख या दु:ख से तुम्हें विचलित नहीं होना है।

—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 5 • September–October 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 Back to the Source – Sannyasa Diksha Centenary of Swami Sivananda Saraswati Maharaj
15 संन्यास की महिमा
16 संन्यासियों के लिए सन्देश
17 Celebration of Life
19 Yajna
20 सत्संबंध की सार्थकता
23 समर्पण दिवस
28 Spiritual Life
35 Ganga
36 Sannyasa Diwas
41 Walk the Luminous Path
42 दिव्य जीवन

Back to the Source –
Sannyasa Diksha Centenary of Swami Sivananda Saraswati Maharaj

Sannyasi Sivadhara

1st June 1924 was a significant landmark in the history of spirituality when Dr Kuppuswami Iyer received Sannyasa Diksha from Swami Vishwananda. He received the name 'Swami Sivananda Saraswati' along with his guru's guidance

to lead a Divine Life and inspire all humankind to walk the path of luminosity. This momentous event became the foundation for an unparalleled and unprecedented spiritual tradition which drew aspirants from all countries, creeds and cultures into its expansive fold. After twelve years of rigorous austerities and service to the needy in and around Rishikesh, Swami Sivanandaji established the Divine Life Society in 1936. Spiritual aspirants flocked to his ashram, living and imbibing the teachings of integral yoga and Vedanta with the aim of worshipping the divine through service to mankind.

From 29th May to 1st June 2024, a Spiritual Conference was hosted at the Divine Life Society in Rishikesh to celebrate and commemorate Sri Swami Sivanandaji Maharaj's Sannyasa Diksha Centenary. Swami Niranjanananda Saraswati and Swami Satyasangananda Saraswati travelled from Munger and Rikhia to participate in this 'once-in-a-lifetime' opportunity to pay homage to their grandfather guru and to bathe in the waves of bliss at his lotus feet. The ashram in Rishikesh was the cradle in which Swami Sivanandaji nurtured their beloved guru, Swami Satyananda, and this was a pilgrimage back to the source to honour the most significant moment when our collective destinies were also born.

The environs of the ashram were permeated with heightened energy and a protective sheath of peace and joy enveloped all those who were present during those special days as the grace and blessings of Swami Sivananda flowed in abundance upon one and all. Many spiritual luminaries were invited to speak on the dharma of sannyasa and based their lectures on authoritative scriptural texts. Their illuminative insights shed light on the principles, precepts and practices which are the distinguishing features defining the perfection of sannyasa.

Gurus and disciples

In the morning session on 31st May when Swami Niranjanananda began his address with the three salutations of '*Hari Om Tat Sat*', '*Namo Narayana*' and '*Jai Ho*', a ripple of joy washed over

the entire auditorium as everyone responded enthusiastically to his greetings. These three clarion calls are from Yogapeeth, Rikhiapeeth and Sannyasa Peeth, the living embodiment of Swami Sivananda's inspiration and teachings that we see in the life and work of Swami Satyananda. Swami Niranjan spoke about Swami Satyananda's unswerving fidelity towards his guru, Swami Sivanandaji, and that the sole purpose of his entire life was dedicated to following his guru's mandate, spreading his guru's teachings and to bring the eternal bounty of Swami Sivanandaji's spiritual wealth into the lives of one and all.

Going back in the mists of time, Swami Niranjan traced the birth of this unique tradition to the 16th century when a great Shaivite saint and scholar, Appayya Dikshitar, received a promise and boon from Lord Shiva himself. Lord Shiva's promise was fulfilled seven generations later when an

incarnation of Shiva was born into the family of Appayya Dikshitar. This extraordinary being was the spiritual luminary the world knows as Swami Sivananda Saraswati. Swami Niranjan said that it was undoubtedly divine design and not a mundane coincidence that the sannyasa diksha along with the name 'Sivananda' was received from none other than an incarnation of Narayana, in the form of Swami Vishwananda Saraswati. Empowered by the knowledge that this is our impeccable lineage and this is our illustrious heritage, we are inspired to forge ever onwards with trust and faith, devotion and dedication to live the teachings of our masters and express them through head, heart and hands.

Recounting his precious and tender personal memories of visiting the ashram in Rishikesh as a little child accompanying Swami Satyananda, Swami Niranjan drew a vivid portrait

of the immense love and deep connection he has with his 'grandfather guru'. His warm voice and glowing eyes as he reminisced about how he climbed up onto Swami Sivananda's bed and fell fast asleep, sat in a wheelchair and refused to get off saying that he was sitting on his grandfather's lap brought those incidents alive in the minds of everyone, from the respected senior Swamis of the ashram to the youngsters in the audience. A strong bond of affection united everyone under the loving gaze of Swami Sivanandaji as Swami Niranjan said that he was not here as a learned scholar but as Swami Sivanandaji's grandchild!

We see an astounding unfoldment of the deep connection between guru and disciple in the lives of Swami Sivananda and Swami Satyananda. Swami Vishwananda met Swami Sivananda just once for a very brief time when he received diksha and yet those few moments determined the course of Sivanandaji's life. Taking Swami Vishwanandaji's instruction to live a divine life as the mission of his life, Swami Sivanandaji embarked on an extraordinary journey of tapasya and self-discovery which led to the creation of a tradition that flourishes to this day bringing the divine light of spirituality into the lives of millions. Similarly, the beacon of his guru's mandate and teachings guided Swami Satyananda's path and determined the course of his life and work bringing solace, succour and immeasurable peace to thousands. As Swami Niranjan said, our guru, Swami Satyananda connected us with his guru, Swami Sivananda, whose life and teachings are our Upanishads and our Vedas, our Smritis and Puranas.

Sri Swamiji used to say that to think of Swami Sivananda is Yoga, to learn from his life is Vedanta. Swami Sivananda's spirit of pure love for the divine, implicit faith in the power of prayer, total dedication to serving those in need and the uplifting expression of esoteric vedantic principles through simple everyday acts of serving, loving and giving stand as a living testament to his divinity and ocean of wisdom. His disciples spread far and wide across the globe and took

the message of living a divine life to all humanity. Swami Satyananda successfully completed the mandate of taking yoga 'from door to door and shore to shore' and offering the institutions he had created along with all his attainments at the feet of his guru, he travelled through the siddha teerthas of India as a parivrajak sannyasin seeking divine direction for the next phase of his life. It was the heavenly voice of Shiva and Guru which he heard on the full moon night of Guru Poornima that gave him directions for his onward journey.

Swami Satyananda was guided to live a life of seclusion in Rikhia where he immersed himself in the arduous austerities prescribed for a paramahamsa sannyasin, thus fulfilling what Swami Sivananda had told him about his life being divided into twenty-year cycles: after living at home for the first twenty years of his life, he came to his guru and served for the next twenty-year cycle; in the third one from the age of forty he would work to spread yoga all over the world and fulfil his guru's mandate after which the next twenty years of his life would be dedicated to the spiritual upliftment of all mankind.

As a fruit of his sadhana and according to the instructions he received from the divine, Swami Satyananda established the cardinal teachings of Swami Sivananda of 'Serve, Love, Give' as the foundation of Rikhiapeeth with a sankalpa of peace, plenty and prosperity for all, especially the forgotten and neglected sections of society. These are the building blocks of spiritual life that connect us with all humanity through *atmabhava*, to see the divine within everyone. Sri Swamiji called them the A, B, C, D of spiritual life and said that our practices of yoga and meditation will lead us nowhere unless we understand, imbibe and express these teachings. Till such time, we are tossed about in the rough seas of life blindly following the dictates and whims of our fickle minds. It is only after firmly establishing these principles in our head and heart, we can make them an intrinsic part of our lifestyle and then aspire for further spiritual evolution. Swami Sivananda has been the foundation of everything that Swami Satyananda initiated and

developed, all his work is inspired by his guru's teachings and everyone receives shelter under this gigantic banyan tree of the grace and love of an incredible guru and disciple.

When the thousands who participate wholeheartedly in the activities of Rikhiapeeth and become one with 'Serve, Love, Give', they have astounding spiritual experiences beyond ordinary expectations. This is irrefutable proof of the efficacy of Swami Sivananda's teachings which are the foundation of a divine life. Swami Niranjan went on to say that after building this firm foundation, we can put up the plinth of inner-purification and add the walls and ceiling which are the two *mahavakyas*, 'Be Good' and 'Do Good'.

This is the essence of all the philosophies and scriptures – a relentless search for goodness leads to the experience of divinity in life! Speaking about the duel between dharma and adharma which is constantly waged within, Swamiji said it is the part that we nourish which will be victorious. Let us make a resolve to nourish the positive, creative and divine within ourselves by practising pratipaksha bhavana, one of Swami Sivananda's most effective tools for overcoming negativity. Swami Niranjan gave simple examples of how pratipaksha bhavana works to connect us with positivity and creativity, making it possible to experience the divine life which was the universal sankalpa of Swami Sivananda.

Swami Satyananda used to say that it is not necessary to study the Vedas, Upanishads, smritis and other scriptures. Merely by observing the remarkable life of Swami Sivananda and making the effort to imbibe his teachings in our lives will bring us to the threshold of spiritual life and guide us towards luminosity. Swami Niranjan said that this thought is at the core of our being today. He recalled Swami Satyananda's declaration that Swami Sivananda's yoga begins where other yogas end because it guides us along the progression of yoga practice to yogic lifestyle, from principles and theory to a living expression of head, heart and hands imbued with the spirit of service for the needy. All vedantic and dharmic precepts find

their fruition in Swami Sivananda's yoga and manifest in the form of *paropkar,* caring for others' welfare, as an expression of love for the divine.

Swamiji said that this most auspicious time commemorates the Sannyasa Diksha of our beloved Sadguru Swami Sivanandaji when he received the sankalpa from Narayana in the form of his guru to enact this leela. It also was the glorious moment when our destinies were born, thanks to which we are all present here today! After all, what is the work of the guru?

Soye hue bhaagyon ko He natha jaga dena;
Gurudev daya karke mujhko apana lena . . .

Awaken my slumbering destiny, O Master;
Be gracious towards me and accept me as your own . . .

When the audience responded with resounding applause, Swamiji said that for all of us who are fortunate enough to be present here today there is no doubt that our destinies are fully alive and awake! The news of this celebration would have been received by many but those who made the effort to come here in person are 100% recipients of guru's grace. What is the duty of someone whose destiny has awakened? It is to be happy, joyous and share the delight of this special moment with one and all.

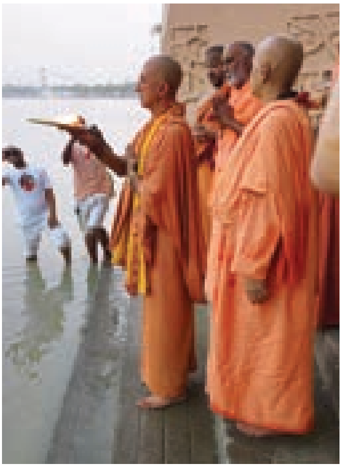
Worthy celebration

Swamiji was full of gratitude for the grace of the divine which made it possible for us to be born at a time when we can receive the teachings of our gurus through the medium of *Satyam* and *Sivam* that take us towards the experience of *Sundaram*. Saying that usually we read about *mahatmas,* saints and sages, in history books, Swamiji emphatically declared that he does not see our Sadguru as a *mahatma.* For Swamiji, our sadguru Swami Sivanandaji is an avatar of Shiva – *Shankaradhrit yati sharira, Jaya Jagadeesha Hare! Jai Sivananda Hare!* It was Shiva who took on the body of a sannyasin as Swami Sivananda

and brought us teachings which we need in the present age to attain peace, plenty and prosperity in our lives. Swamiji said that it is our great privilege and good fortune to have found an ideal inspirer like Swami Sivanandaji with whose grace we can continue our journey towards positivity and make his sankalpa a reality by living a divine life.

Swamiji offered his pranaam to Swami Yogswarupanandaji, the president of the Divine Life Society, currently in the seat which was first adorned by Pujya Gurudeva Swami Sivanandaji and was safeguarded by guru-chacha Swami Chidanandaji and Swami Krishnanandaji in its pristine purity. He paid tribute to their stellar service in fulfilling their duties and protecting this sacred post. Swamiji also offered his namaskar and *Om Namo Narayana* to all the learned sannyasins who were present at this occasion. The greetings of *Hari Om Tat Sat*, *Namo Narayan* and *Jai Ho* rang out again in the auditorium at the conclusion of Swamiji's address and everyone joined in with joy and jubilation.

Later that evening, Swami Niranjan and Swami Satsangi offered Ganga arati at the Sivananda ghat followed by a visit to Swami Sivananda's kutir where he lived by the Ganga. His presence was palpable in that space and memories of earlier visits from the time Swami Niranjan was a little child to later years when both of them visited with Sri Swamiji swam before their eyes. The shrine to Sri Krishna where Swami Sivananda worshipped every day was still there in the same place; the wheelchair still stood like a silent solitary sentinel in its corner witnessing everything. Both Swamis spent some time in quiet reflection and japa at the satsang hall adjoining Swami Sivanandaji's rooms. They were photographed while



flanking a large portrait of Swami Sivanandaji and looked like two favourite grandchildren happily smiling away by their beloved grandfather's side!

The next day was the 1st of June and there was an air of magic all around; everyone's hearts were focused on the most special event that took place 100 years ago which gave the world 'Swami Sivananda Saraswati'. Starting with an early morning procession around the ashram with everyone singing the Mahamantra, there were many special programs including a yajna for world peace, pooja at Vishwanath Mandir and abhishek at the Swami Sivananda's Samadhi shrine which was performed by all the senior sannyasins of the ashram and swamis who had come to offer their respect at this most auspicious occasion.

The main event of the morning was Guru Paduka Pooja in the auditorium where Swamis were seated around the padukas and offered abhishek to the chanting of vedic mantras. It was indeed a very touching ceremony. The padukas were placed on a pedestal at the very front of the stage and every single person present in the auditorium had the blessed opportunity to offer pranaams and make a tiny offering of abhishek, participating in this special ceremony. The padukas were the centre of a symphonic dance which whirled around in reverence and respect as hundreds participated in this worship of our most beloved Sadguru Swami Sivanandaji.

After the abhishek, the padukas received sandalwood and vermillion tikas. Offerings of marigold garlands, bilva leaves and roses covered the padukas and gradually grew to form a beautiful mound resembling a Sri Yantra mandala – the perfect image of Guru as Shiva and Shakti! Kirtans rang out as a white three-tiered cake decorated with pale geru-coloured

roses was brought onto the stage and Swamiji announced that a granddaughter of Sivanandaji had added this small contribution to the celebrations. After the last arati was offered to the padukas, kirtans began and sang of the glory of Swami Sivananda. Urging everyone to join in the singing with clapping and dancing, Swamiji was truly a delighted grandson celebrating this wonderful moment drawing in each and every person into a joyful space under the grace of Swami Sivanandaji's loving gaze.

About three hundred sannyasins were invited for Bhandara, a communal meal, and they were respectfully welcomed into the dining hall by all the senior swamis of the ashram. Swami Niranjan had the privilege of offering them tika and performing a formal pooja before the serving of the meal. He also had the duty of offering dakshina while the senior swamis distributed prasad. The spirit with which this meal and prasad was offered brought to mind Swami Sivanandaji's generosity which still flows like a river in full spate filling the hearts and bowls of all mankind. It was very inspiring to witness the untiring zeal and dedication with which all the senior

swamis and sannyasins of the ashram continue to live the teachings of their master and guide thousands through their exemplary devotion.

That afternoon thunderclouds gathered on the horizon over the hills and cooling showers brought respite from the searing heat of the last few days, bearing testimony to the fact that Mother Nature was also celebrating this most auspicious moment when the world received the gift of Swami Sivananda Saraswati. This divine *prokshana,* sprinkling of holy waters, led to the culmination of this magical celebration when Ganga arati was performed at Vishwanath Ghat. Crowds of devotees thronged to the steps leading down to the river and everyone joined in kirtans led by sannyasins of the ashram. An ambience of gentle joy and deep love enfolded everyone together in this beautiful expression of worship and thanksgiving along the banks of the holy Ganga where Swami Sivananda had performed his leela.

Swami Niranjan and Swami Satsangi joined the venerable senior swamis of the Divine Life Society by the river as the kirtans reached a crescendo before it was time to perform arati. Offerings of deepak, incense, flowers and oblations of milk were poured into Ganga Maiyya while pandits chanted vedic mantras to the ringing of bells. The serene scene evoked a sense of eternity as the beautiful river flowed by, accepting

the worship to commemorate that glorious event of a hundred years ago which continues to inspire us to live a divine life, to 'Be Good' and 'Do Good'.

As we made our way back up the steps from the banks of the river, the Sivananda jhula which spans the river a little further ahead and was the backdrop of this beautiful worship brought home its deeper significance. It is the living inspiration of Swami Sivanandaji and all his devoted disciples' ceaseless endeavours to bring his teachings to all humankind which is the golden bridge of light that helps all aspirants cross the troubled waters of life and seek refuge in the divine within their own selves! The privilege and honour of receiving this gift brings with it the responsibility to live the divine life joyfully, creatively and worshipfully, sharing our bounty with one and all.

Our unique tradition is one of promises given and promises fulfilled, promises made and promises lived with total commitment; from Lord Shiva himself to Appayya Dikshitar, from Swami Sivananda to our present-day masters who continue to live their lives in complete surrender to the Will of the Divine and their masters' mandate, dedicated to bringing the teachings of spirituality alive in the hearts and minds of all those who endeavour to walk along the luminous path.

While commemorating Swami Sivanandaji's Sannyasa Diksha Centenary, let us all connect with his life and inspiration by taking the sankalpa to make his vision and wish a reality by living a divine life. There can be no better tribute we can offer to the source of this eternal galaxy of *Sivam, Satyam, Sundaram* from whose glowing effulgence emanates endless grace, flowing in ever-increasing abundance . . .

Om Sivanandaya vidmahe
Satyanandaya dhimahi
Tanno sadguru prachodayat

Jai Sri Swami Sivanandaji Maharaj Sadgurave Namah!
Jai Sri Swami Satyananda!
Jai Gurudeva! ■

संन्यास की महिमा

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

सच्चा संन्यासी इस संसार का एकमात्र चक्रवर्ती सम्राट् होता है। वह कभी कुछ लेता नहीं, सिर्फ देता ही जाता है। संन्यासियों ने ही अतीत में आश्चर्यजनक काम किया, और संन्यासी ही वर्त्तमान एवं भविष्य में अद्भुत चमत्कार करके दिखायेंगे। एक संन्यासी ही वास्तविक लोक-संग्रह कर सकता है, क्योंकि वह दिव्य-ज्ञान से युक्त होता है। एक समर्थ संन्यासी पूरे विश्व की नियति को बदलकर रख सकता है। अकेले शंकराचार्य ने भारत भर में दिग्विजय कर अद्वैत वेदान्त की परम्परा को प्रतिष्ठित किया।

परमहंस संन्यासी दो रोटी और दो धोती पर जीकर देश के कोने-कोने में जाकर, घर-घर में उपनिषद्, रामायण, भागवत और गीता का ज्ञान वितरित करते हैं। सारा समाज उनका अत्यधिक ऋणी है। उनके काव्य और ग्रन्थ हमारे लिए आज भी ज्ञान और प्रेरणा के स्रोत हैं। अवधूत गीता के चन्द श्लोक पढ़कर देखिये। आप में तुरन्त उदात्त आध्यात्मिक विचारों का उदय होगा; सभी प्रकार की निराशा, विषाद और चिंता छूमंतर हो जाएगी।

जिस तरह गणित, विज्ञान, अर्थशास्त्र, राजनीति जैसे विषयों में स्नातकोत्तर और शोध विद्यार्थी होते हैं, उसी तरह स्नातकोत्तर योगी और संन्यासी भी होने चाहिए, जो अपना समय स्वाध्याय और अनुसंधान में व्यतीत कर आत्मा पर शोध कर सकें। ऐसे संन्यासियों का भरण-पोषण सद्-गृहस्थों का कर्त्तव्य है। बदले में संन्यासी उनके आध्यात्मिक योग-क्षेम का भार वहन करेंगे। इस तरह संसार-चक्र निर्विघ्न रूप से चलता रहेगा और सर्वत्र सुख, शांति और समृद्धि व्याप्त रहेगी। ■

संन्यासियों के लिए सन्देश

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

संन्यास में सबसे पहली और जरूरी चीज है खूब काम करना। अपनी शक्ति को सही दिशा देना, नहीं तो वह गलत रास्ते चली जाती है। अपने मन में कभी यह नहीं सोचना कि हमें क्या बनना है। जो बनना होगा वह बनेंगे ही। अगर गाजर कहे कि मैं मूली बन जाऊँ तो क्या वह मूली बन जायेगी? ककड़ी चाहे कि बैंगन बनूँ तो क्या बन जायेगी? जो उसका प्रारब्ध है, वही बनेगी। इसी प्रकार हर मनुष्य का एक प्रारब्ध होता है। इसलिए महत्त्वाकांक्षा रखना बेकार है। महत्त्वाकांक्षा रखकर कर्म करने का मतलब प्रारब्ध के साथ हस्तक्षेप करना।

हर व्यक्ति के प्रारब्ध में कुछ-न-कुछ अच्छा भी है और बुरा भी। दोनों अपनी जगह जरूरी हैं। आखिर महात्मा गाँधी क्या थे? साधारण वकील। रामकृष्ण परमहंस क्या थे? साधारण ब्राह्मण के पुत्र। विवेकानंद जी जैसे कई ग्रेजुएट लड़के हमारे देश के कोने-कोने में घूम रहे हैं। पर इन सबकी एक नियति थी। जो भी प्रारब्ध में होगा, मनुष्य वह जरूर बनेगा। उसे कोई बदल नहीं सकता।

हर चीज का अपना महत्त्व है। जितना महत्त्व आम का है, उतना ही करेले का भी है, जबकि दोनों एकदम विपरीत गुण वाले हैं। एक अति मीठा तो दूसरा अति कड़वा। पर गुण अलग-अलग होते हुए भी दोनों समान रूप से महत्त्व रखते हैं। जहाज के लिए जितना जरूरी कप्तान है, उतना ही नाविक भी। अगर जहाज में नाविक नहीं होंगे, तो कप्तान जहाज लेकर क्या करेगा? हर व्यक्ति अपनी जगह महत्त्वपूर्ण है। इसलिए यह सोचना तो बेकार है कि हम ये बनें या वो बनें। प्रारब्ध एक ऐसी चीज है जो नालायक आदमी को भी महान् बना देती है और लायक आदमी को भी बाहर धूल में पड़ा छोड़ देती है।

इसलिए यह सोचना बंद करो कि कब हमारी कुण्डलिनी जागेगी, कब आत्मदर्शन होगा, कब ज्ञान प्राप्त होगा। ये सब बुद्धि-विलास की चीजें हैं। इनके बारे में सही समय आने पर किताबों में पढ़ लेना, क्योंकि पढ़ने में अच्छा लगता है। पर सत्य यही है कि जो प्रारब्ध में होगा वही तुम बनोगे और वही तुमको प्राप्त होगा। इसलिये सबसे उत्तम उपाय यही है कि खूब काम करो, खूब थक जाओ और रात को आनंद से सो जाओ। यही संन्यास जीवन है। ■

Celebration of Life

Swami Niranjanananda Saraswati

The year 2024 is as important to us as the year 2023 was. In the year 2023, we celebrated the birth centenary of our master, Sri Swami Satyanandaji, and in 2024 we are celebrating the sannyasa centenary of our grandfather guru, Swami Sivanandaji. The coming together of these two centenaries is no coincidence, but indicates a message for which two luminaries devoted and dedicated their lives – to bring health, happiness and harmony; to be good and to do good; and to connect with

everyone in a positive manner. That has become the theme of these centenary celebrations – developing a positive connection with one and all. We all have to make our own effort within our own limitations, to cultivate a positive, constructive, creative connection with everyone around us, and also with Nature and the universe. That was the message of Swami Sivananda and Swami Satyananda.

It was in 2009, that Sri Swamiji gave the instructions to conduct the Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna at Sannyasa Peeth, Munger, as its annual function and as a celebration of life. Narayana is the sustainer of life. Narayana celebrates life, whether in affluence or poverty. In whatever form we live, every day is a celebration of the gift of life that we have received. The positive appreciation of life and a positive connection with life is the gift and the grace of Narayana. Therefore, the Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna has always been seen as a celebration of life. If we follow the guidelines and mandate of the masters, then in this celebration of life we have to connect with the good, the qualitative, the positive and uplifting.

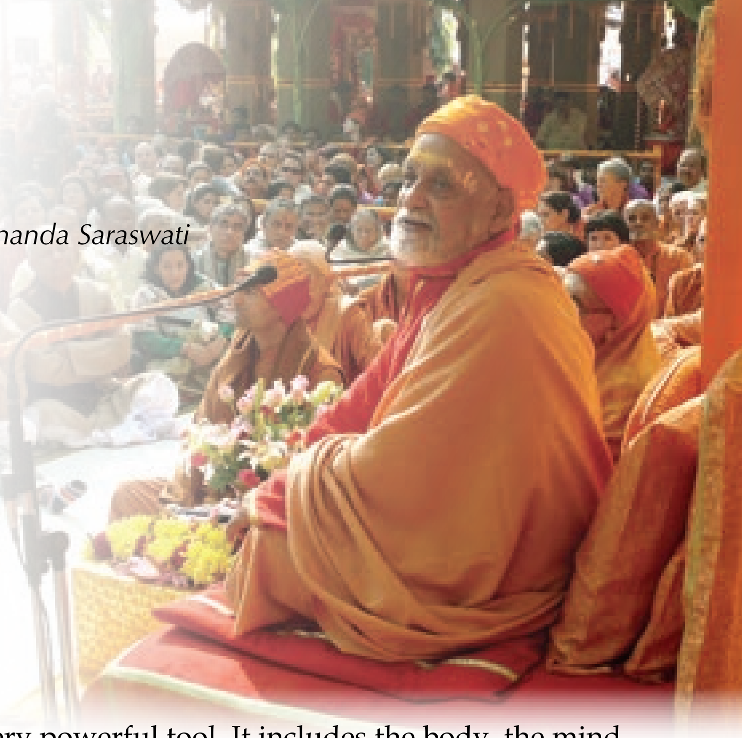
To develop this, you need to be aware of certain things. The first is to always smile and always be happy. The second is to shrug off negativity in any form, whether in thought, speech or deed – just shrug it off. Do not let it become a burden or a weight on your shoulders; always try to maintain a joyous, peaceful and harmonious composure. That is the energy, the power and the shakti of Narayana and Lakshmi. Narayana is a person who is never ruffled, and Lakshmi is always happy sitting beside Narayana, the unruffled person.

For these five days, do not be ruffled by anything, remain unruffled by everything, and simply allow the positive to soak in, so that you are able to absorb it, imbibe it, experience it and live it.

– 7 September 2024, Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna,
Paduka Darshan, Munger

Yajna

Swami Satyananda Saraswati



Yajna is a very powerful tool. It includes the body, the mind, faith, mantra, ritual as well as your entire life. This combination makes yajna a very, very powerful tool of metamorphosis, transformation and change. If you forget to put salt in the dal, it will not have the desired taste even if you add groundnut, saffron or turmeric. In the same way, this type of yajna requires total commitment and coordination. The body, the mind and the mantras all unite to produce a special effect which changes your thinking and your life. You will have to understand what life is when this total participation takes place.

I have not invited you all here for entertainment of the type you find when you go to a hill station or an amusement park. For such things the world is before you. You require a change of perspective and thinking here. When you are at a solemn and sacred place like a yajna of this magnitude, you are very near to God and so your thought processes and behaviour must change. If, after participating in this yajna, even one of your bad traits is removed, then surely you are on the right path. A change for the better in your thinking would lead you to greater heights and change the future of mankind. ■

सत्संबंध की सार्थकता

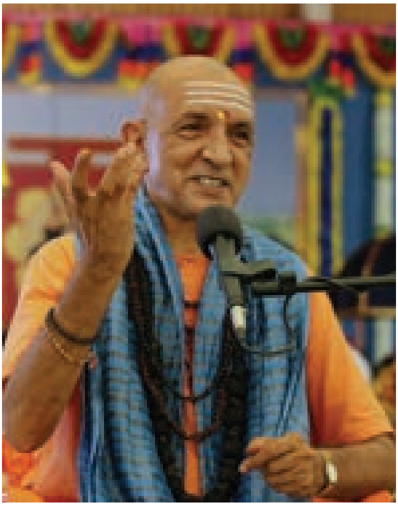
स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

इस साल का श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ बहुत विशेष है, क्योंकि इस साल हमलोग अपने दादागुरु, स्वामी शिवानंद जी की संन्यास-शताब्दी मना रहे हैं और इस पावन अवसर पर यह यज्ञ उन्हीं की शिक्षाओं, आदर्शों, जीवनशैली और प्रेरणा को समर्पित है। संतों के जीवन की प्रेरणा क्या होती है? आप इतिहास में किसी भी संत के जीवन को देखिये, उनके जीवन से क्या प्रेरणा आपको सबसे पहले दिखलाई देती है? प्रेरणा है अपने जीवन में एक अच्छे संबंध की स्थापना की, और यह अच्छा संबंध हमेशा ईश्वर और गुरु के साथ आरंभ होता है, क्योंकि उसमें कोई व्यक्तिगत, निजी, सकाम भावना नहीं होती, बल्कि श्रद्धा, विश्वास और समर्पण की भावना रहती है और इसी से सत्संबंध का शुभारंभ भी होता है।

पिछले वर्ष हमलोगों ने अपने गुरु, श्री स्वामी सत्यानंद जी की जन्म-शताब्दी मनायी। सामान्यतया सौ साल के उपलक्ष्य में शताब्दी को मनाया जाता है, लेकिन साधु का जीवन सौ साल का नहीं, एक सौ आठ साल का होता है। इसलिए अगले आठ साल तक लगातार इस जन्म-शताब्दी को हमलोग मनाने जा रहे हैं, और इन आठ सालों को हमने 'सत्संबंध वर्ष' घोषित किया है। यह हर व्यक्ति के जीवन का एक बहुत महत्त्वपूर्ण विषय है क्योंकि अच्छा संबंध तो हर व्यक्ति चाहता है। घरवाले भी जब अपने बेटा-बेटी की शादी करते हैं तो उनके मुख में जो बात रहती है, वह अच्छे संबंध के बारे में ही रहती है – 'अच्छा संबंध मिल गया', 'बढ़िया संबंध का सौभाग्य हमको मिला है'। इस प्रकार की बातें सुनने को मिलती हैं, लेकिन सामाजिक स्तर पर जिसे हमलोग अच्छा संबंध कहते हैं वह तो अपनी महत्त्वाकांक्षाओं, कामनाओं, मान-सम्मान और यश-कीर्ति से जुड़ा है। सभी से कोई अपेक्षा या चाह रहती है और इस प्रकार हमलोग अपने जीवन के सत्संबंध को प्रकट करते हैं, लेकिन अगर इस पर गहराई से चिंतन करें तो सत्संबंध का मतलब यही निकलता है कि जो सत्य से जुड़ा हो, जो शाश्वत हो, जो सनातन हो। माया, मोह, ममता और महत्त्वाकांक्षाओं के कारण भौतिक संसार में सत्संबंध को खोज पाना बहुत कठिन होता है।

इसीलिए सत्संबंध की वास्तविक शुरुआत तब होती है, जब हम अपना रिश्ता गुरु एवं ईश्वर के साथ जोड़ते हैं और उनके साथ कोई भौतिक कामना नहीं होती। जब तक मनुष्य के जीवन में भौतिक कामना है, तब तक संबंध लेन-देन और स्वार्थ का रहता है, लेकिन जब भौतिक कामनाएँ समाप्त हो जाती हैं तब संबंध केवल दिल का रहता है और दिल से जो प्रेम उमड़ता है, वही इस संबंध को निर्धारित करता है। इस संबंध को सकारात्मक, रचनात्मक तथा सामंजस्यपूर्ण होना है और इसके लिए हर व्यक्ति को प्रयास करना चाहिए। शुरू करो गुरु या ईश्वर के साथ और इसका अंत होता है परिवार और समाज के साथ। जो भाव हम ईश्वर और गुरु के प्रति अनुभव करते हैं, वही भाव अंत में द्वैत बुद्धि को समाप्त करके सभी में ईश्वर की अनुभूति दिलाता है और उसी भाव को हमलोग सत्संबंध का भाव कहते हैं।

यहाँ पर अनेक राष्ट्रों और राज्यों से लोग आए हैं, यहाँ पर अनेक भाषाओं को बोलने वाले लोग उपस्थित हैं, यहाँ लोग अनेक सभ्यताओं का प्रतिनिधित्व कर रहे हैं, लेकिन उन सबका यहाँ इस यज्ञ में आने का कारण क्या? कारण एक ही है – अपने को गुरु और ईश्वर के साथ जोड़ना। यही प्रयोजन हमलोगों को यहाँ पर खींचकर लाया है। यह तो आंतरिक संबंध का एक आरंभ है और हमारे दादागुरु, जिनकी संन्यास-शताब्दी इस वर्ष हमलोग मना रहे हैं, उन्होंने भी हर व्यक्ति को सत्संबंध अनुभव करने के लिए प्रेरित



किया। वे हमेशा कहते थे, 'सत्संबंध का निर्माण करने के लिए अच्छा बनो और अच्छा करो। तुम जितना अच्छा बन सकते हो और जितना अच्छा कर सकते हो, उससे एक अच्छे, दृढ़ संबंध का निर्माण होगा।' यही जीवन के उत्थान का कारण भी होता है। जब संबंध अच्छे नहीं, तब जीवन का पतन होता है और जब संबंध अच्छे हैं, तो जीवन का उत्थान होता है। सत्संबंध बनाना, अच्छा बनना, अच्छा करना – यही इस वर्ष के विषय हैं, यही स्वामी शिवानंद जी द्वारा प्रेरित शिक्षाएँ और जीवन के अनुभव हैं।

इस लक्ष्मीनारायण महायज्ञ के दौरान आपको अपने भीतर यही भाव रखना है कि यह यज्ञ ईश्वर का आवाहन नहीं है, बल्कि जीवन का एक उत्सव है। जीवन में उत्सव ही लक्ष्मीनारायण की आराधना मानी जाती है और जब हम किसी कार्यक्रम को एक उत्सव के रूप में देखते हैं तो उसमें सुख और आनंद की अनुभूति समायी रहती है। जहाँ पर सुख और आनंद है, वहाँ पर शांति और सामंजस्य भी है। इस लक्ष्मीनारायण महायज्ञ के दौरान अपने मन में हमेशा एक संकल्प को धारण किए रहना कि वर्ष का जितना भी समय अभी शेष है, इस दौरान हमारा यह प्रयास रहेगा कि हम अपने जीवन में अच्छे संबंधों को स्थापित करें। यही संकल्प होना चाहिए और इस संकल्प को बाधित करने वाले जो भी अवरोध आते हैं, उनका भी मुस्कुराते हुये सामना करना चाहिए। जिस आदमी के चेहरे पर प्रसन्नता दिखलाई देती है, मानकर चलना कि उस आदमी के जीवन में परेशानी और तनाव बहुत कम है, और जिस आदमी को मुस्कुराने में कठिनाई होती है, वह परेशानियों के गर्भ में जीता है। परेशानियों पर चिंता करना, यह जीवन का दोष है। चिंता से मुक्त होने का केवल एक ही उपाय है, मुस्कुराते रहना। मुस्कुराने का सामर्थ्य और संबल गुरु और ईश्वर से प्राप्त होता रहे, यही हमारे जीवन के सत्संबंध का परिचायक होगा।

– 8 सितम्बर 2024, श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ, पादुका दर्शन, मुंगेर

समर्पण दिवस

स्वामी सत्यसंगानन्द सरस्वती

आज हमारे लिए बहुत खुशी का दिन है, और हम विनम्रता से स्वामी निरंजन जी को धन्यवाद देते हैं कि उन्होंने हम सबको यह अवसर दिया कि हम इस सुंदर श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ में शामिल हो सकें। यह यज्ञ दो बहुत अहम मुहूर्तों के बीच पड़ता है। यह प्रारम्भ होता है परमगुरु स्वामी शिवानंद जी के जन्मदिन पर, और समाप्त होता है हमारे गुरुदेव, स्वामी सत्यानन्द जी के आध्यात्मिक जन्म के साथ। इसलिए श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ में दोनों उपस्थित रहते हैं और हमें उन दोनों का आशीर्वाद मिलते ही रहता है।

यहाँ पर गंगाजी के तट का यह नजारा तो दिल में कैद करने वाला है। गंगा जी की लहरें हमको मानो छू रही हैं और हम गुरुदेव के सानिध्य में श्री लक्ष्मीनारायण की आराधना कर रहे हैं, इससे बढ़िया और क्या हो सकता है! यह नजारा बहुत कम लोगों को मिलता है, उनमें से एक आप हैं। आप यहाँ केवल संयोगवश नहीं आए हैं, यहाँ पर आपका बुलावा हुआ, भगवान का बुलावा कि 'देखो भाई, यहाँ आ जाओ।' उनकी कृपा हम पर बरस गयी, ऐसा मानकर चलिये।

कल स्वामी निरंजन जी ने कहा कि यह प्रेम यज्ञ है, यहाँ प्रेम का आवाहन हो रहा है लक्ष्मीनारायण यज्ञ के माध्यम से, क्योंकि लक्ष्मी जी और नारायण जी तो एक-दूसरे से बहुत प्रेम करते हैं न? राधा और कृष्ण एक-दूसरे से बहुत प्रेम करते हैं, पर वह लौकिक प्रेम नहीं है, वह प्रेम नहीं जो आप अपने जीवन में व्यक्त करते हैं। हमारा प्रेम बहुत ही सीमित रहता है, केवल अपनों के प्रति और जिनसे हमें कोई अपेक्षा है, उनके प्रति। ऐसा प्रेम बहुत संकीर्ण रहता है, लेकिन उनका प्रेम अलौकिक था और यही अलौकिक प्रेम एक गुरु और शिष्य के बीच भी होता है, जिसको कहते हैं दिव्य प्रेम – कुछ नहीं चाहिए, प्रेम केवल प्रेम के लिए करना।

समर्पण की पराकाष्ठा

गुरुदेव कहते थे कि यह मेरा समर्पण दिवस है। बारह सितंबर को वे अपना संन्यास दिवस नहीं मनाते थे, बल्कि अपना समर्पण दिवस मनाते थे, जिस

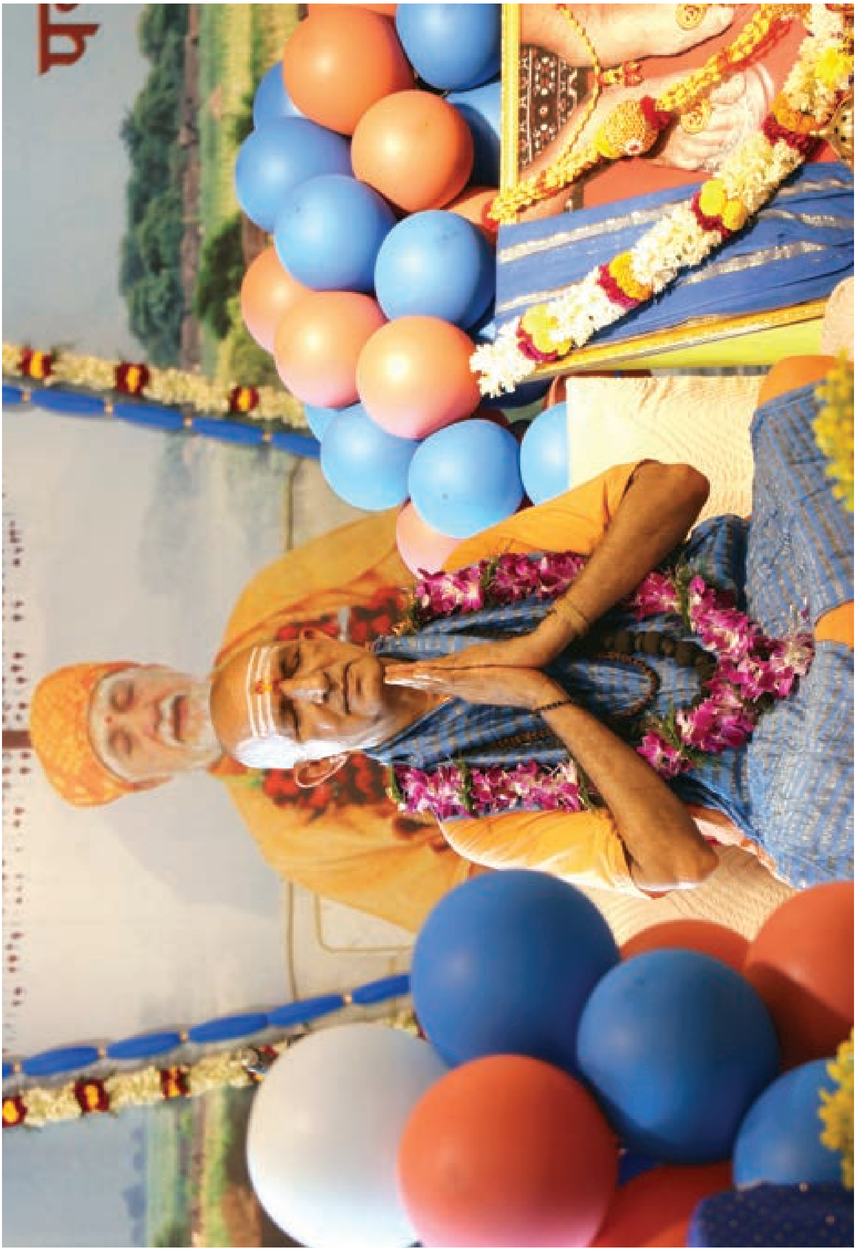
दिन उन्होंने अपने आपको समर्पित किया। समर्पण प्रेम के जैसा होना चाहिए, एकदम सहज ढंग से। प्रेम, श्रद्धा, विश्वास, समर्पण – ये सब सहज आने चाहिए। हम जबरदस्ती प्रेम नहीं कर सकते हैं, हम जबरदस्ती किसी के प्रति श्रद्धा नहीं व्यक्त कर सकते हैं, हम जबरदस्ती किसी पर विश्वास नहीं कर सकते हैं और न ही जबरदस्ती किसी के प्रति समर्पित हो सकते हैं। वह सहज होता है।

वैसे आप सब समर्पित तो हैं ही, अपने मन के प्रति, अपनी इच्छाओं के प्रति। समर्पण तो आप अच्छी तरह से जानते हैं, जीवन ने आपको सिखा दिया समर्पित होना। अगर आप मन के प्रति समर्पित नहीं होंगे तो मन आपको एक चाँटा लगा देगा। जो मन कहता है, वही आप करते हैं। आप कभी नहीं सोचते कि यह सही है या गलत है, आप उसको सही मान ही लेते हैं, क्योंकि आपका मन कह रहा है। आपका मन कहता है कि 'वह तुम्हारा शत्रु है', हो सकता है कि वह आपका शत्रु नहीं हो, पर चूँकि आपका मन कहता है, इसलिए आप उसको सही मान लेते हैं और फिर कोई काण्ड हो जाता है। मन के प्रति तो हम सब समर्पित हैं, पर जिस समर्पण की बात हम कर रहे हैं, वह इन सब चीजों से परे है। अपने गुरु के सामने वह सहज समर्पण होता है।

कल्पना कीजिए आज का दिन, स्वामी शिवानंद जी गंगा तट पर बैठे थे और उन्होंने सत्यम् को बुलाया। बहुत कम उम्र थी उनकी, इतनी कम उम्र में अपने गुरु के प्रति समर्पण भाव आना और यह बोध होना कि यही मेरा जीवन है, यही जीवन मैं जीना चाहता हूँ, ऐसा बहुत कम लोगों को होता है। ऐसा भगवान की कृपा से और पूर्व जन्म के संस्कारों से ही होता है। हमारे गुरुदेव तो बहुत पहुँचे हुए व्यक्ति थे, वे मामूली व्यक्ति नहीं थे। वे जन्म से ही सिद्ध थे, बचपन से ही उन्हें समाधि का अनुभव होता था। यह भगवान की असीम कृपा ही है कि ऐसे महान् व्यक्ति ने हमारे जीवन को छूआ। ऐसे व्यक्ति से हमारा परिचय होना, उनके साथ रहना, उनके सत्संग सुनना, उनके साथ हँसना, उनके साथ गाना, उनके साथ नाचना, यह सब ईश्वरीय कृपा का ही फल है। स्वामीजी सबके मित्र थे, वे बैठकर खाली भाषण नहीं देते थे, बल्कि हमसे जो अपेक्षा रखते थे वैसा जीवन खुद जीते थे। ऐसा नहीं कि वे हमसे केवल कहते थे कि ऐसा जियो, ऐसा बनो। वे स्वयं वह जीवन जीते थे और उनको देखकर हम सबको प्रेरणा होती थी कि हम भी ऐसा बनें, हम भी ऐसा करें।

स्वामी सत्यानन्द
पद्म जयन्ती

Satyananda
na Jayanti
स्वामी सत्यानन्द
पद्म जयन्ती



प्रेरक की आवश्यकता

यह बहुत आवश्यक है कि समाज में ऐसे लोग हों जो हमारे प्रेरक बनें। यह दायित्व तो माता-पिता पर भी जाता है। माता-पिता को बच्चों के लिए प्रेरक बनना चाहिए जिससे बच्चे सोचें 'हाँ, मैं अपने पिता के जैसा बनना चाहता हूँ, मैं अपनी माता के जैसा बनना चाहता हूँ', पर ऐसा होता नहीं है, क्योंकि माता-पिता बच्चों को उसी चीज की चेतावनी देते हैं जिसे वे खुद करते हैं। वे कहते हैं, 'झूठ मत बोलो', पर खुद झूठ बोलते हैं। बोलते हैं, 'टी.वी. मत देखो', पर खुद दिनभर टी.वी. देखते रहते हैं। ऐसे में बच्चों के प्रेरक कौन बनें? स्कूल में तो पढ़ाई पर इतना जोर दिया जाता है कि बच्चे को अन्य चीजों के लिए समय ही नहीं मिलता। उसका पूरा समय, पूरा दिमाग उन पोथियों से भरा रहता है। घर आता है तो उसको होमवर्क करना है। तब प्रेरक कौन बनेगा, कहाँ उसको मन की शांति मिलेगी? आज यह प्रश्न बहुत अहम है, और हम समझते हैं कि यह शिक्षा केवल आश्रमों में मिल सकती है, क्योंकि आश्रमों में उन्हें वह समर्पण, स्वतंत्रता, प्रेम, स्वच्छता, शुद्धता, सब दिखाई देती है। वहाँ संन्यासी जो करने के लिए बोलते हैं, उसे खुद करते हैं। वे जल्दी उठते हैं, कम खाते हैं, कम बोलते हैं, कम सोचते हैं और पूरा समय सेवा में लगे रहते हैं। उनको देखकर बच्चों को निश्चित रूप से प्रेरणा मिलती है, और इसीलिए बच्चों को आश्रम जरूर भेजना चाहिए।

आप लोगों की ट्रेन हो सकता है मिस हो गयी, हालाँकि हम सोचते हैं कि अध्यात्म से अपने आपको जोड़ने के लिए कभी देरी नहीं है। यह जीवन इसीलिए तो मिला है कि हम आध्यात्मिक बनें। या केवल सांसारिक रहना है? स्वामीजी कहते हैं, 'दोनों बनो, सांसारिक भी और आध्यात्मिक भी!' केवल आध्यात्मिक बनने से संसार की गतिविधियों और चुनौतियों का सामना करने में विफल रहोगे। आज तो संसार में कितनी चुनौतियाँ हैं हमारे लिए, इसलिए सांसारिक बनो, पर साथ-साथ आध्यात्मिक भी।

सत्कर्मों से जुड़ना

स्वामीजी का यह समर्पण दिवस हमारे लिए एक बहुत बड़ी सीख लेकर आता है कि कैसे हम अपने आपको सही चीजों पर समर्पित करें, गलत चीजों पर नहीं। जब मन गलत चीज बोलता है तो क्यों हम मन के आगे समर्पण करें? यह तब हो सकता है, जब हम अपने हृदय को जगाएँ। हम आए हैं हृदयपीठ

से। रिखियापीठ हृदयपीठ है, वहाँ शक्ति का दाह-संस्कार हुआ और गुरुदेव को वहाँ भेजा गया। वहाँ गुरुदेव का अंतिम संदेश क्या था? उन्होंने हमें इतने तरीके बतलाए, इतने रास्ते बतलाए, इतना ज्ञान दिया, इतना प्रेम दिया, पर उनका अंतिम संदेश क्या था जो उन्होंने रिखिया में दिया? उन्होंने कहा, 'अपने कर्मों को सुधारो, सत्कर्म से अपने आपको जोड़ो।' सत्कर्म से जुड़ना बहुत आसान है, इसका सरल मतलब, दूसरों के काम आओ और अगर वह दूसरा तुम्हारा सगा नहीं है तो और भी अच्छा! इसको कहते हैं निष्काम कर्म।

निष्काम कर्म करने से कर्मक्षय होता है। हमारे जीवन में बाधा क्या है? क्यों हमें प्रगति नहीं मिलती है, क्यों हमें वह खुशी नहीं मिलती है, क्यों हमें वह आराम नहीं मिलता है, क्यों हमें रास्ता नहीं दिखलाई देता है? इन सबका आधार है कर्म। कर्म ही हमें या तो सही मार्ग पर ले जाता है या गलत मार्ग पर। बिना कर्मशुद्धि के कोई आगे नहीं बढ़ सकता है और कर्मशुद्धि के लिए सबसे बढ़िया जगह है आश्रम, जहाँ आप आते हैं और निष्काम कर्म करते हैं। यही व्यावहारिक तरीका है और यही जीवन हमलोग जीते हैं।

आज के दिन जब हम समर्पण की बात करते हैं तो हमारा मतलब बस यही है कि हम समर्पित हों भगवान की इच्छा के प्रति। अब भगवान कौन हैं, कहाँ रहते हैं, कैसे दिखते हैं, पुरुष हैं या स्त्री हैं, यह तो कोई नहीं जानता है, फिर कौन बतलाएगा? गुरुदेव बतलाएँगे। गुरुदेव हमारे जीवन में इसीलिए आते हैं कि वे हमें भगवान का अता-पता बतलाएँ और हमारे सोये हुये भाग्यों को जगाएँ जिससे हम उस पथ पर चल पड़ें। बहुत लोग गुरु से मिलते हैं, बहुत लोग गुरु का सत्संग सुनते हैं, बहुत लोग गुरु को पसंद भी करते हैं, पर उनके

कहे हुए मार्ग पर चलते नहीं हैं। हमें मालूम है कि अच्छा बनो, अच्छा करो, पर कैसे बनें, पता ही नहीं चलता है। जब मन में बुराई का विचार आता है तो हम बह जाते हैं। अच्छा तो नहीं बन पाते हैं। फिर कैसे अच्छा बन पायेंगे? जरूर बनोगे, अगर तुम उस पथ पर चलोगे जो गुरुदेव ने बतलाया है।

आंतरिक शुद्धि

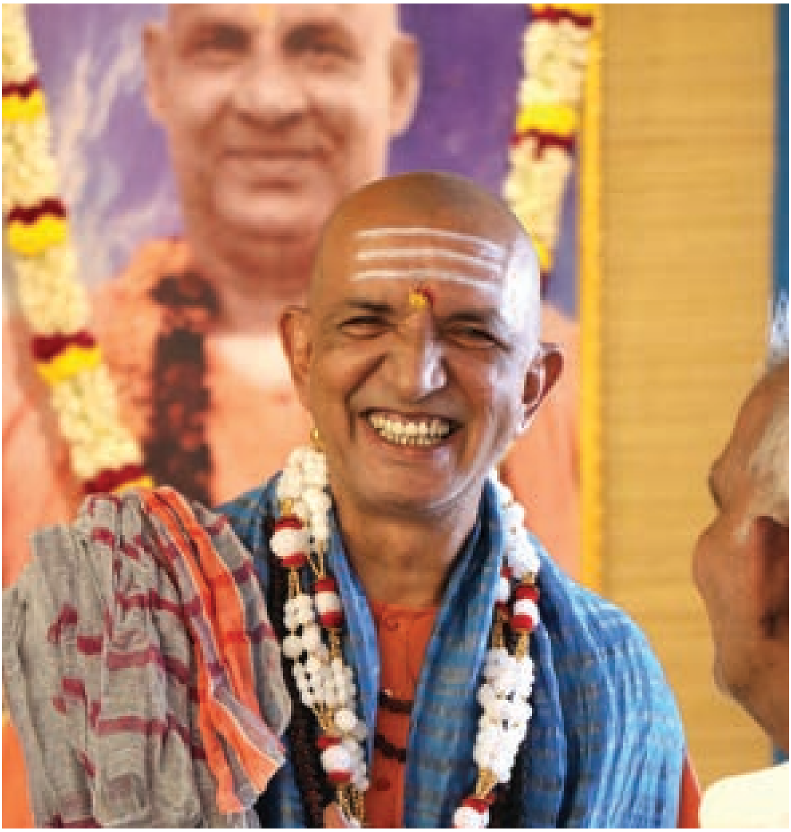
सबसे सरल मार्ग है सेवा और मंत्र का। आश्रम में मंत्रोच्चारण होता है, यहाँ यज्ञ में भी निरंतर होता है, उससे शुद्धिकरण होता है। आप दिनभर यहाँ मंत्र सुन रहे हैं, हो सकता है आपका मन मंत्र पर नहीं है, पर शुद्धिकरण तो हो ही रहा है, क्योंकि मंत्र मन पर आधारित नहीं है, मंत्र ध्वनि पर आधारित है। वह ध्वनि आपके कारण शरीर तक पहुँच सकती है। वहाँ शुद्धि करती है जहाँ पर आपके कर्म वास करते हैं। मंत्र द्वारा शुद्धि हो रही है, सेवा कर रहे हैं तो उससे भी शुद्धि हो रही है। किसकी शुद्धि? कर्मों की शुद्धि, और यही रास्ता है इस कलियुग में, जो गुरुदेव ने बतलाया है।

आज के दिन हम सब संकल्प लें कि हम गुरुदेव की शिक्षाओं पर चलने का एक प्रयास करें, धीरे-धीरे, थोड़ा-थोड़ा, शनैः शनैः। छलाँग नहीं लगानी है, लेकिन धीरे-धीरे बढ़ते हुए हमलोग एक-न-एक दिन वहाँ पहुँच जाएँगे। कहाँ? प्रेम नगरी। वह प्रेम नगरी जहाँ शुद्ध और अलौकिक प्रेम है, जो प्रेम मीरा ने कृष्ण के लिए अनुभव किया, जो राधा और कृष्ण के बीच था, जो शिष्य और गुरु के बीच होता है। गुरुदेव स्वामी शिवानंद जी से इतना प्रेम करते थे कि वे और कुछ सोचते ही नहीं थे। दिन हो यह रात, किसी से बात भी कर रहे होते, तो भी अपने गुरुदेव का स्मरण करते थे। ऐसा नहीं कि वे कभी उनको भूलते थे। हमने देखा कि जब उनकी महासमाधि के दिन निकट आ रहे थे तो बहुत बार वे स्वामी शिवानंद जी जैसे ही लगते थे। उनको देखते तो एकदम लगता था कि स्वामी शिवानंद जी सामने बैठे हैं। जब हम किसी का प्रेम से स्मरण करते हैं, तो हम उनका ही स्वरूप बन जाते हैं। अगर हम गुरुदेव का प्रेम से स्मरण करेंगे, तो उनका स्वरूप हम में आ जाएगा। अगर हम भगवान से प्रेम करते हैं, तो उनका स्वरूप हम में आ जाएगा और अगर हम अपने यश-अहंकार, धन-दौलत से प्रेम करते हैं, तो बस वही स्वरूप हमारे भीतर आएगा। चयन आपको करना है। नमो नारायण!

– 12 सितम्बर 2024, श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ, पादुका दर्शन, मुंगेर

Spiritual Life

Swami Niranjanananda Saraswati



Welcome to the first day of Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna. This is a special day because it coincides with the sannyasa centenary of our paramguru, Swami Sivananda Saraswati. Swami Sivananda Saraswati, our grandfather Guru, was a person who devoted his life to bring out the goodness in every individual. He connected with people, he connected with the divine to bring out the positive and the constructive nature of each individual. Swami Sivananda used to say that

people lived a double life. One which is the external, social, familial, mundane and the other which is spiritual, internal, cosmic and divine. We identify more with the mundane, the outer, the external, and we identify less with the internal, the transcendental and the divine.

If you look at your own life, in twenty-four hours you live your life the way you want, connecting with the outer dimension, and maybe those who have some spiritual bent of mind practise their yoga and meditation for about half an hour to one hour every day and consider that to be a balancing factor between their external, mundane and internal, spiritual life. This shows that out of twenty-four hours we are connected with the senses, the sense objects and the outer world for twenty-three hours, and with our inner nature for a maximum of one hour, if we are lucky and don't go to sleep with our eyes closed. This shows the imbalance that exists in our life. When we are connected with the outer nature, we identify more with the difficulties, blocks and problems that we face and when we identify more with our inner nature, we identify with the states of happiness, bliss, joy and peace. This is also one reason why people come to yoga, to spiritual life, religion or meditation – to experience joy and peace, which they feel that they are unable to acquire outside, and this is also true.

Then there is an aspect of our life which is known as awareness. Awareness is something that has to develop to make you aware of your interaction, in the outer and inner dimension. Without this component of awareness there is no growth, there is no progress, there is no development or spiritual life. Spiritual life is not thinking about God or Guru. Rather it is cultivating awareness so that there is proper balance, harmony in the outer and internal existence of the individual. This has to be realized. So awareness is the first component, not one's desire, 'I want to do this, I want to achieve this, I want to experience this, I want to become this.' Desire is secondary. Awareness is primary and it is with awareness that our journey into the spiritual dimension begins.

If you want peace, you have to be aware of the factors which disturb your peace. If you want joy, you have to become aware of the factors which bring you suffering. We should not be aware of what we want but of the obstacles on the path to obtain what we want and how to overcome these obstacles. Overcoming obstacles is connecting with the positive within us, it is connecting with that which is joyous and peaceful within us. That is known as the positive connection. If there is positive connection with the body, the outcome will be good health. If there is bad, negative, abusive connection with the body, the result will be illness of the physical body. If there is a good connection with the mind, the result will be happiness. If there is a good connection with the emotions, the result will be harmony. A good connection will always give you something unique and special for you to cherish in your life while bad connections give you the mundane experiences of love and hate, attraction and repulsion, frustration and anger, jealousy and envy. All these things which are natural in life manifest even more strongly.

Swami Sivananda was one sannyasin who advocated a robust, positive and good connection with people, the environment, oneself, and also with the divine. It is important to understand and realize its value and worth. A positive connection with oneself is the start and the positive connection with God is the last. The positive connection with yourself that you begin with has to be directed towards something which keeps reminding you to overcome and transcend your lower nature. That which keeps on reminding you constantly is the guru factor, the guru element, the guru *tattwa*. No matter how much distress you are in, if in a moment of distress you are able to connect with the guru tattwa, you will find the distress disappear and a smile appear. That is the nature of the guru tattwa, the guru element.

People have come here to participate in this yajna from different parts of the world and different states of India, representing different cultures, languages, traditions. Why

have they all come here to this yajna? Only for entertainment? I don't think so. They come to explore dimensions of life where through a positive connection with yourself you can realize the divine within yourself. This is the basis of all spiritual teachings and traditions, no matter by which name you call them. The point is to develop a positive connection with a guru to develop one's life, one's environment, one's family and one's society.

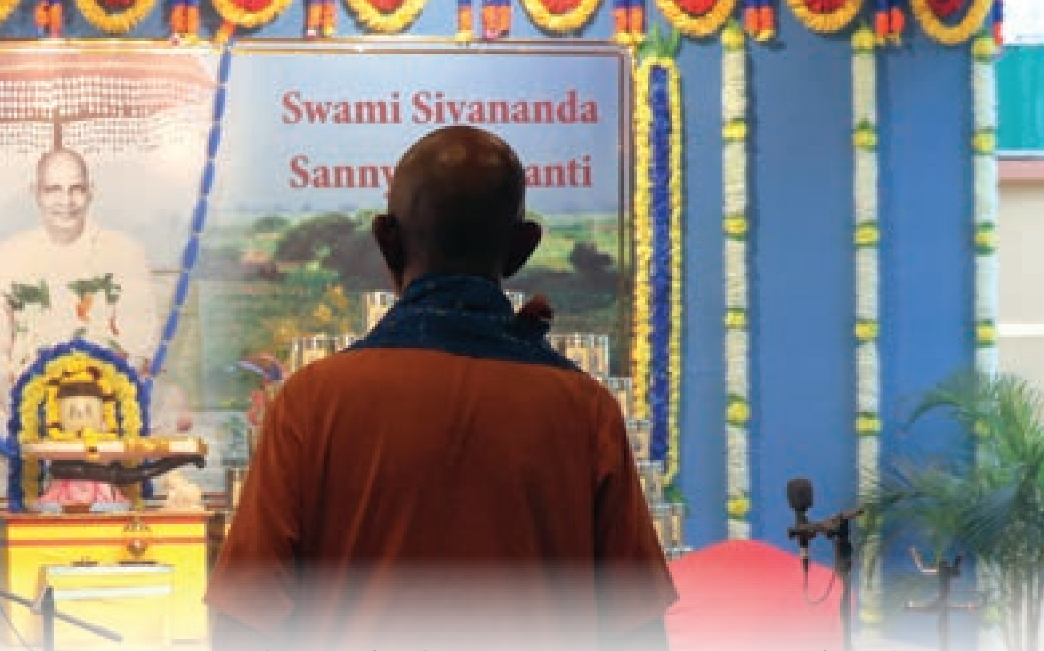
Scriptures have also spoken about developing this positive connection. Gurus and sannyasins have spoken about it. However, people, in their great wisdom, believe this to be just a philosophy and focus more on the physical practices which they believe will lead them to enlightenment. It is a big misunderstanding when we look at the practices as the ultimate solution to our ills and difficulties. 'I am having respiratory problems so I should do some yoga. I am having stress problems so I should do some yoga.' In this way, we tend to focus more on what one can do physically to feel better.

The greater part of yoga is not physical, it is psychological. Happiness is a psychological conditioning. Faith and conviction is a psychological conditioning. Kindness and compassion is a psychological conditioning. Love and affection is a psychological conditioning. So how can we negate the psychological dimension of life while focusing and believing that the physical will lead us to where we want to go? It is a wrong concept, and also one of the main reasons why people are unable to explore the spiritual life as they are too caught up in the physical. Or they are too caught up in their own mental projections, and there is no elimination which Swami Sivananda used to call 'mental constipation'. Sometimes people have mental constipation and sometimes people have mental diarrhoea. Either way the mind is unhealthy.

If the major part of spiritual disciplines around the world is to regulate the behaviour of the mind, then why is it being ignored by everyone? Why is everyone focusing more on the physical components that they can do and avoid looking at

their own mental conditionings? I am not going to explain the reasons. I am sure you are well aware of them and you also face them on a regular, daily basis. Whatever the excuse or justification you may want to give for your dissipation, distraction and your avoidance of correcting yourself, the fact remains that it is the mind which can become like quicksand and drag you in. It is also the mind which can become a tool to liberate you from the bondage of the world. If you want to fall in the quicksand of the mind and disappear, it is your choice. If you want to make your mind an efficient tool to explore the more beautiful parts of yourself, then again it is your choice. This choice begins with awareness and comprises of self-correction.

If you ask me what is the secret of yoga, I would say it is gaining the ability to self-correct oneself. It is something that not many people like or desire, and people definitely do not like a person who tells them about their flaws and wrongs. We all want to be patted on the back and encouraged to follow our will and whim. A guru does not do that. Swami Sivananda used to say that the guru is like the mirror in whom you can see your own nature. If you are a grumpy person, you see that reflected in the mirror that the guru shows you. If you get



angry at the guru for showing you your own grumpy face, that is your mistake and shortcoming. If you can use the mirror to look at yourself and change the grumpy face into a smiling face, then that will be your achievement and accomplishment.

Self-awareness, the ability to look at things clearly, objectively without getting disturbed, and self-correction, the ability to rectify the flaws and mistakes made by the mind, and redirect the mental energies and forces to connect with the positive dimension of life is the real sadhana of positive connection. This positive connection brings out the positive qualities of life. It allows them to be expressed in a more functional, effective and creative manner.

During this yajna, the focus is on the essence of the teachings of Swami Sivananda – to become good and do good, to come out of the individual shell and become a flowering tree. The seed inside the shell has the potential to become a tree, yet it does not become the tree until it breaks its own hard shell. You cannot break that hard shell with a hammer. The potency inside the seed has to have the strength to break the hard shell from inside. Once the hard shell is broken, then one day the small sprout will become a giant tree. The same principle applies to each of our lives too. We have to gather

the strength, the *shakti*, inside us to break through the hard shell and to come into the light of spiritual life.

Spiritual life is a qualitative life; it is not a God-intoxicated life. For religious people, spiritual life is a God-intoxicated life, yet for spiritual people, spiritual life is nothing but an expression of the best qualities that you hold within yourself. The expression of these qualities connects you with the people around you, with the environment, society, the world and the universe. A connection takes place from a microcosmic existence to the macrocosmic dimension. The teachings of Swami Sivananda reflect this component of having a positive and constructive connection and the teachings of Swami Satyananda gave us the practical tools to connect with the positive. Now we have to apply them.

This Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna is the medium through which we can realize our own inner nature. Narayana is the power of maintenance. In the Indian trinity Brahma is the creator, the one who creates; Shiva is the destroyer, the one who terminates; Narayana is the sustainer, the maintainer, the one who manages life. From birth to death we live due to the grace of Narayana. Only at the time of death Shiva comes to liberate the soul from the bondage of the physical body and Brahma comes to bind the soul to the physical body only at the time of birth. For the remainder of our life, no matter how long we live, we are under the care and protection of Narayana. Narayana is the celebration of life. He, along with his consort, Lakshmi, the power and goddess of prosperity, contentment, equipoise, balance and harmony, create the right environment for life to grow as it was made by the Creator when he first created us.

So for five days immerse yourself in the chanting of the mantras, in exploring the beauty that life has to offer, and express positivity towards all.

– 8 September 2024, Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna,
Paduka Darshan, Munger

Ganga

Swami Sivananda Saraswati

Ganga is not merely a river. It is a sacred tirtha. It is possessed of mysterious powers which are not found in any other river of the world. All glory be unto mother Ganga, the giver of life, light and love. Mother Ganga pours out all that she has in a continuous flow to humanity. She loves all. She has equal vision on a peasant or a king, a sinner or a saint. Worship her with faith, devotion and piety. Adore her with flowers of purity, love, self-restraint and equal vision.

The holy Ganga is a blessing. My joy was indescribable when I spent hours in the evenings on the sand banks of the Ganga or sitting on a fine rock and gazed at wonderful nature. I became one with nature. ■

Sannyasa Diwas

Swami Satyasangananda Saraswati

Today we are very fortunate and grateful to Swami Niranjan, who has given us this wonderful opportunity to sit here on the banks of the majestic Ganga. It is almost as if the waves are touching us, caressing us, purifying us, which Ganga always does. He has given us this opportunity to be here, at the Lakshmi-Narayana Mahayajna, which is a splendid event because it is conducted within two very important moments of time, which we call muhurat. Muhurat is very important. When you build a house, when you get married, when you have a child, the muhurat is very important; it determines the result of what you are doing. The Lakshmi-Narayana Mahayajna is celebrated every year, within two very important moments of time, that is 8th September, the physical birth of Swami Sivananda, and 12th September, the spiritual birth of Swami Satyananda. So, isn't that marvellous? We cover a whole span of time.

Whom are we invoking during this period? Lakshmi-Narayana. Swami Niranjan said that this yajna is definitely taking the form of a yajna which can awaken within us the experience of divine love. For us, divine love is something so abstract. We cannot even imagine what it must be like for Meera to have loved Krishna the way she did. That is divine love. It was not his physical form, it was just a statue, that she fell in love with. Everybody would have thought she was loony, but in that statue she saw Krishna.

Divine love gives you that ability, it gives you that extra-sensory perception, ESP. With the mind, your perception is very limited. Mind is called the sixth sense, and it has immense power; I do not deny that, but only if it aligns with ultra-high frequencies. With us it is normally aligned with the senses; we are slaves to the senses. Whatever our senses tell us, we follow blindly, but when it comes to devotion, when it comes to faith, we say, 'No, no, no! I do not want to follow faith blindly.' We can follow our mind blindly which will lead us into the ditch, but we cannot follow faith blindly. That is the contradiction; that is the big calamity in our lives. We doubt faith, we doubt devotion, we doubt the feeling of giving oneself up and surrendering.

Sri Swamiji used to call his sannyasa day, the day of surrender. He never called it his sannyasa day. I remember he had sent this message to Munger when the Silver Jubilee was being celebrated, the fiftieth year of his sannyasa. He said, 'For me, this is the day I surrendered.' Surrender is very important. Surrender is the art of letting go. It is not the art of giving up. People think, 'Oh, when I give up, I will surrender.' No, it is not the art of giving up; it is the art of letting go. Letting go of what? Your limited understanding; your limited ego; your limited desires; your limited attachments to the result of all your actions. You are so attached to that.

If you do something, you expect something and you are so attached to the result, the outcome. You have to let go of the outcome and you have to do the action; that is the central

theme of the *Bhagavad Gita*. That is called surrender, and surrender has its benefits. Surrender gives you peace and calm. It gives you serenity of mind. It also gives you clarity because your heart and mind are purified through surrender. When you surrender, what happens? You let go of that burden which you were carrying with you, that burden of control, manipulation: wanting this outcome and trying to manipulate this, manipulate that, wanting to control everything. That is surrender of ego.

You also have to surrender your fear. You have fear of the unknown. You do not know what will happen. '*Kya hoga? Kya hoga? Kal kya hoga?'* 'What will happen? What will happen tomorrow?' Everybody lives in that fear. You do not even know what will happen the next moment, forget about tomorrow. You have to embrace the unknown, because life is unknown. We are just walking blindly; we do not know where we are heading. We do not even know where the destination is. That is the importance of Guru in our lives, because Guru knows the destination. He has the eyes to see; he is not blind like us. Philosophically we are blind. That is what the Upanishads say. We are all living in *avidya,* ignorance; we are mistaking the unreal for the real. Is that not avidya? So, you have to let go of these attachments to the outcome of your action, attachment to your ego, attachment to your fears, and you have to also let go of your attachment to knowledge. We think we know everything. The first thing Swamiji told me was, 'A disciple has to unlearn everything. You have to become zero.' Zero. You have to unlearn everything. That is the first duty of a disciple – to free the mind. That is what I am talking about. Letting go, letting go, letting go.

We do not know how to let go. You have to practise. Although surrender is something spontaneous, you cannot force it. Just as you cannot force love, just as you cannot force faith. But we are all born with that. You are surrendered to many things: you are surrendered to your mind, you are surrendered to your ego, you are surrendered to your wealth,

you are surrendered to your opinions, ideas and beliefs. You have surrendered to them totally. You cannot come out of it and if anybody challenges them, that person becomes your enemy. You will not sit and listen to another point of view. That is how surrendered we are. It is not that you have to learn surrender, it is not that you have to learn love, it is not that you have to learn devotion, faith and trust. You are born with them – God has endowed you with them. That is how kind God is. He could have made you selfish, cruel and hopeless. No, He endowed you with all these qualities.

They begin to flower when the Guru comes into our life, because Guru shows us how important these qualities are for happy living. This is the secret to happy living. There is no use crying and complaining. Everybody wants to be happy, but they look for happiness in a job, they look for happiness in money, in marriage and children. Yes, they get momentary happiness, but that has an expiry date. Everything in this world has an expiry date. The only thing that is eternal is that inner happiness which you have to create through self-effort, through your own discipline. Not disciplining others, disciplining society, or the world but through inner discipline, your own inner discipline. Through that you have to awaken these qualities within you.

Today is Swamiji's sannyasa diwas, which is such a memorable moment for us. Imagine he is sitting on the banks of the Ganga, a young boy, beautiful, handsome, sitting at the feet of his Guru, Swami Sivananda, who himself is such a magnificent figure. Both of them sitting there, and Swamiji taking the vows of sannyasa, '*Sanyastham maya, sanyastham maya*.' What an inspirational idea sannyasa is, which can be followed by each and every one.

Today, we are at Sannyasa Peeth, and definitely to celebrate Swamiji's sannyasa diwas at Sannyasa Peeth is very meaningful, because the values of sannyasa are important for society. What are the values of sannyasa? Swami Sivananda has outlined them – adapt, adjust, accommodate, be good,

do good, be kind, be compassionate, serve, love, give, purify. Even in householder life, you have to follow these principles. Do you not have to adapt? Do you not have to adjust? Do you not have to accommodate? You have to do these in your life as a householder, and that is the training ground. So, the values of sannyasa are to live for others, think of others, be kind to others, serve others, purify yourself, live the divine life, think of God, serve Guru with love. You can easily implement all these ideas in your home. So, on this day let us take that sankalpa because eventually you have to walk the talk. You cannot just keep saying, 'Oh, how nice. How nice. This is such a lovely idea. I want to be good and I want to do good.' Just by saying and understanding, it does not happen. You have to do.

That was the last *upadesh*, *sandesh* or direction that Swamiji gave to all of us. He said, 'If you want to progress, if you want to evolve in life and you have come here for that evolution, then first of all you have to think of resolving the obstacles which come in your progress. Those obstacles are your karmas.' It is the karmas that prevent us from progress. We may have no control over those karmas which we have committed in the past, but there are ways to nullify their effects. Sri Swamiji has told us how that can be done – through seva and mantra.

Today is in your hands, because samarpan is only possible if you live in the present. We call that mindfulness. I call it heartfulness. They are both the same – living in the present and trusting. You have to trust in the Divine plan. On this day, Swamiji surrendered to the Divine will. He expressed his utmost faith and belief in the Divine plan which unfolded through him and of which we are all a part.

I wish Gurudev a very happy sannyasa day, and I thank him from the bottom of my heart on behalf of all of us for coming into our lives.

– 12 September 2024, Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna,
Paduka Darshan, Munger

Walk the Luminous Path

Swami Niranjanananda Saraswati

The slogan of the year 2024 is *'Be Good and Do Good'*. This is one of the most important teachings of our Paramguru, Swami Sivanandaji. During the sannyasa centenary of Swami Sivanandaji and during the Padma Jayanti of Sri Swamiji, it is appropriate that we follow the luminous path that the masters have shown us.

Swami Sivanadaji showed us a full, complete path, and Sri Swamiji showed us a full, complete path. All you have to do is walk upon it. There is no effort; you just have to engage, and once you engage you will experience the beauty of life and you will see life as a celebration. ■

दिव्य जीवन

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

संन्यासपीठ में आयोजित इस श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ में हमलोग जगत् और जीवन के पालनहार, श्री नारायण और माता लक्ष्मी का आवाहन करते हैं, ताकि हर व्यक्ति के जीवन में मंगलता, सौम्यता, सुख, शांति और समृद्धि आए। यही एक संन्यासी के संकल्प का परिचायक भी होता है। जब हमारे गुरुदेव, श्री स्वामी सत्यानंद जी ने मुंगेर में संन्यासपीठ के अंतर्गत श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ करने का आदेश दिया था, तब उस समय उनका यही कहना था कि यह आदेश नहीं, बल्कि एक संकल्प है, जिससे नगरवासियों का और इस यज्ञ में भाग लेने वालों का कल्याण और सुमंगल होगा। इसी भावना से प्रेरित होकर हमलोग प्रतिवर्ष यहाँ पर इस मंगलकारी श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ का आयोजन करते हैं।

इस वर्ष अपने परमगुरु, स्वामी शिवानंद जी की संन्यास शताब्दी है और आज उनका जन्मदिवस भी है। इस युग में ईश्वर का जब अवतरण होता है, तो एक अवतारी पुरुष के रूप में होता है, एक सिद्ध, एक संत, एक संन्यासी के रूप में होता है। महादेव की कृपा से स्वामी शिवानंद जी का जन्म 137 साल पहले आज ही के दिन दक्षिण भारत के पट्टामडई ग्राम में हुआ था। उनकी शिक्षाओं ने लोगों के जीवन को अनुप्राणित किया है, उनके आचरण ने उनके शिष्यों को प्रेरित किया है ताकि वे शिव के संदेश को पूरे दुनिया में प्रसारित कर सकें। और शिव का संदेश क्या है? 'जीवन में अच्छाई की खोज।'

धरती में आदमी गड्ढा क्यों करता है? पानी की खोज में। जब पानी की खोज रहती है, तब धरती को खोदा जाता है, पानी को बाहर निकालने का प्रयत्न किया जाता है। इसी प्रकार जब ईश्वर की इच्छा और गुरु के संकल्प के अनुरूप अपने जीवन को जीना है, उसे दिव्य बनाना है, तो उसके लिए हमें भी कुछ तैयारी करनी होती है।

अच्छाई से संबंध

स्वामी शिवानंद जी का यही संदेश रहा कि जीवन को दिव्य बनाने के लिए स्वयं को अच्छाई से, सत् से जोड़ने का प्रयत्न करो। जब हम ऐसा कर पाते

हैं तो जीवन में सब मंगलकारी सिद्ध होने लगता है, लेकिन जब हम अपने आपको बुराई से, नकारात्मक व्यवहार, विचार और कर्म से जोड़ते हैं, तो जीवन में क्लेश और दुःख ही स्थान पाते हैं, जीवन में अराजकता ही विराजती है। दिव्य जीवन का यह संदेश हमारे पूर्वजों का अत्यंत प्राचीन संदेश रहा है, जिसका प्रयोजन यही कि अपने आपको अच्छाई और भलाई से जोड़ना है। यही स्वामी शिवानंद जी का संदेश रहा और उनके शिष्यों ने इस संदेश को घर-घर पहुँचाने का माध्यम योगविद्या को बनाया। विचार एक है – 'जीवन में दिव्यता, सकारात्मकता और प्रसन्नता का अनुभव करो', लेकिन इस विचार को अपने जीवन में सिद्ध करने के लिए जो प्रयोग होते हैं, जो साधना होती है, वह है योग की साधना।

अगर शरीर की अच्छाई के साथ हम जुड़ते हैं तो स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है, अगर मन की अच्छाई के साथ हम अपने आपको जोड़ते हैं, तो हर्ष एवं प्रसन्नता की प्राप्ति होती है, अगर हम अपने भावनात्मक सम्बन्धों को अच्छाई के साथ जोड़ते हैं तो जीवन में सामंजस्य की प्राप्ति होती है। ये तीन ही तो आवश्यक हैं, जो मनुष्य को उसकी चिंता के घेरे से बाहर निकालने में सक्षम हैं। उत्तम स्वास्थ्य, आंतरिक प्रसन्नता और जीवन में सामंजस्य – ये तीन बहुत ही महत्त्वपूर्ण पहलू हैं, जिनको प्राप्त करने के लिए हर व्यक्ति को प्रयास करना चाहिए। आज अपने दादागुरु के पावन जन्मदिवस के अवसर पर, जिस दिन इस श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ का शुभारंभ हुआ है, हमलोग यही संकल्प लेते हैं कि जीवन में स्वास्थ्य, प्रसन्नता और सामंजस्य की प्राप्ति हो, जिसके द्वारा हमसे उत्तम कर्म हो सके।

ईश्वर का सामीप्य

उत्तम कर्म ही मनुष्य को ईश्वर के समीप लाते हैं और जो कर्म उत्तम नहीं हैं, वे मनुष्य को ईश्वर से दूर ले जाते हैं। इसलिए यह प्रयास होना चाहिए कि हमारे कर्म हमेशा उत्तम रहें और उत्तम होने से गुरु तथा ईश्वर से निकटता का एक संबंध भी बनता है। एक बार गंगा दशहरा के समय माता यशोदा और गोपियाँ यमुना के तट पर दीपक जलाकर उन दीपों को यमुना जी में प्रवाहित कर रही थीं। कुछ दीपक यमुना जी के तट से ही सट करके बहने लगे, कुछ दीपक यमुना जी की मध्यधारा में जाकर बहने लगे, कुछ दीपक और भी दूर निकल गए। यह सब क्रिया हो रही थी, साथ ही पूजा और आराधना भी हो

रही थी। किसी का ध्यान बालक श्रीकृष्ण की ओर नहीं गया। किसी ने नहीं देखा कि कृष्ण जी क्या कर रहे हैं।

अचानक माता यशोदा की दृष्टि कृष्ण जी पर पड़ती है और वे देखती हैं कि कृष्ण जी यमुना में घुटने तक पानी में चले गए हैं और जो दीपक उनकी ओर बह रहे हैं, उनको पकड़कर पुनः किनारे ला रहे हैं। माता यशोदा ने प्रश्न किया, 'कन्हैया, तुम यह क्या कर रहे हो? ये दीपक तो बहाए गए हैं, इन्हें बहने दो। इनको पकड़कर किनारे क्यों ला रहे हो?' कृष्ण जी कहते हैं, 'मैया, यह तो मेरा धर्म है। नदी में प्रवाहित होता जो दीपक मेरे समीप है, उसको मैं उठाकर किनारे रख देता हूँ, लेकिन जो दीपक मुझसे दूर हैं, यमुना की मध्यधारा में फँसकर बहे जा रहे हैं, उनको तो मैं निकाल नहीं सकता। उनकी स्थिति वैसी ही है जैसे माया से ग्रस्त मनुष्य की होती है। ईश्वर की भक्ति करता है, लेकिन माया के प्रभाव में वह भक्ति असफल रहती है, क्योंकि वह भक्ति उसके सकाम भाव की निशानी है। परन्तु जो व्यक्ति माया के वेगपूर्ण प्रवाह से अपने आपको बचाकर किनारे की ओर आते हैं, उनको उठाकर मैं किनारे लगा देता हूँ।'

हमारे जीवन में भी ऐसा होता है। जब हम छल, कपट, लोभ, माया, मोह, आसक्ति, अहंकार आदि के प्रवाह में बहते हैं, तो हमारे भीतर की ज्योति ईश्वर से दूर होते जाती है, लेकिन जब हम इनके प्रवाहों से मुक्त होकर किनारे की ओर आते हैं, तब प्रभु स्वयं अपने हाथ से हमारी ज्योति को उठाकर किनारे लगा देते हैं। यही भाव होना चाहिए कि हम स्वयं को अपने ईश्वर और अपने गुरु के समीप ला सकें, एक अच्छे, दृढ़, सकारात्मक, रचनात्मक संबंध की स्थापना करके। रचनात्मक और दृढ़ संबंध की स्थापना का अर्थ होता है आंतरिक शुद्धता के साथ स्वयं को जोड़ना और आंतरिक शुद्धता को प्राप्त करने के लिए श्रद्धा, विश्वास, भक्ति और ज्ञान को प्रबल बनाना पड़ता है। जब भक्ति और ज्ञान प्रबल होते हैं, तब जाकर ईश्वर के सम्मुख हम आ पाते हैं, क्योंकि ये दोनों ही माध्यम बनते हैं, पैर बनते हैं, जिन पर चलकर हम अपने आराध्य तक आ सकते हैं। अगर भक्ति और ज्ञान नहीं है, तो जीवन की वैसी ही स्थिति होती है, जैसे बिन पैर का मनुष्य। वह खुद चल नहीं पाता है, उसको मदद की आवश्यकता होती है। लेकिन हरेक बीमार को डॉक्टर मदद नहीं कर पाता है। वह तो दवाई दे देता है, कहता है 'तुमको यह दवाई लेनी चाहिए' और दूसरे मरीज की ओर बढ़ जाता है। दवाई लेने की जिम्मेदारी आपकी है। डॉक्टर आपके मुँह में दवाई नहीं डालेगा। वैसे ही गुरु और ईश्वर भी संकेत

देते हैं, मार्ग बतलाते हैं, तरीका बतलाते हैं कि किस प्रकार अपने जीवन को जीकर तुम उनके सम्मुख जा सकते हो। और यह शिक्षा है अद्वैत वेदांत की।

अद्वैत वेदांत – एक व्यावहारिक, दिव्य जीवनशैली

अद्वैत वेदांत मात्र एक दर्शन, सिद्धांत अथवा धर्म नहीं है। अद्वैत वेदांत को जिन लोगों ने इस संसार में स्थापित किया, उसे एक दर्शन या विचार के रूप में नहीं, बल्कि एक जीवनशैली के रूप में स्थापित किया और उसी तरीके से उन लोगों ने अपना जीवन भी जिया। जब आदिगुरु शंकराचार्य ने देश में अद्वैत वेदांत को स्थापित करने और उसका प्रचार करने का कार्य किया, तब उनके मन में केवल एक ही उद्देश्य था कि मनुष्य अपने जीवन के उन दुर्गुणों से दूर हो जाए, जिनकी उत्पत्ति द्वैत भाव के कारण होती है, 'मैं' और 'तुम' के कारण होती है। ऊँच-नीच का भाव, अमीर-गरीब का भाव, ये सब भाव हमारे जीवन की द्वैत भावना के कारण उत्पन्न होते हैं। शंकराचार्य कहते थे कि 'नहीं, द्वैत भावना से मुक्त होकर स्वयं को अद्वैत में स्थापित करो।' जो लोग उनके इस संकेत को समझ पाए, वे भी अपने काल में महापुरुष कहलाए और जो लोग उनके आशय को जान नहीं सके, उनके इन वाक्यों को 'अद्वैत वेदांत दर्शन' का नाम दिया।

वास्तव में अद्वैत वेदान्त एक जीवनशैली है। साधु के जीवन का जो आदर्श, आचरण और चरित्र होता है, वह उसके लिए जीवनशैली का अंग है। भले ही तुम्हारे लिए वह एक दर्शन हो, क्योंकि तुम उस प्रकार का जीवन जीने की कल्पना भी नहीं कर सकते हो, लेकिन जो व्यक्ति इसे जी रहा है, उसके लिए वह दर्शन या आदर्श नहीं, एक जीवनशैली है और इसी बात को

पुनः समझाने के लिए स्वामी शिवानंद जी का अवतरण होता है और वे समाज को बतलाते हैं कि मनुष्य व्यावहारिक वेदांती कैसे बन सकता है।

दार्शनिक वेदांती तो पूरी दुनिया है, आप भी हो। बोलने में क्या जाता है कि 'मैं ईश्वर का अंश हूँ', लेकिन यह तो मात्र दार्शनिक चिंतन और विचार है, व्यवहार में इसका कोई प्रयोजन नहीं होता। अगर वास्तव में सोना हो तो इतनी धूल से कैसे लिपटे हो? धूल को साफ करो, ताकि तुम्हारे जीवन का सोना चमके। अगर धूल को साफ नहीं कर सकते हो और केवल कहते रहते हो कि 'मैं सोना हूँ, मैं सोना हूँ', तो यह भ्रांति है, माया है, अपवाद है और तुम अपने आपको जान नहीं पाए हो, समझ नहीं पाए हो। जब जानने और समझने की कमी होती है, तो 'मैं सोना हूँ' वाक्य भी एक दर्शन बन जाता है, लेकिन जहाँ पुरुषार्थ है, साधना है, तप है, वहाँ पर 'मैं सोना हूँ' केवल एक दर्शन या विचार नहीं, बल्कि एक जीवनशैली का रूप ले लेता है और यही हम अपने परमगुरु, स्वामी शिवानंद जी के जीवन में देखते हैं। उन्होंने आदिगुरु शंकराचार्य के जीवनशैली के विचारों को व्यावहारिक रूप देकर हर व्यक्ति को आजमाने के लिए, अपनाने के लिए, सिद्ध करने के लिए आमंत्रित किया। उनका यही उद्बोधन रहा कि 'दिव्य जीवन बिताओ, दिव्य जीवन बिताओ।' इस दिव्य जीवन को बिताने के लिए शरीर, मन, भावना और आत्मा, इन चारों को एक साथ लेकर आगे बढ़ना पड़ता है।

स्वामी शिवानंद जी की शिक्षा बहुत सरल बन गयी, जिसमें वे बतलाते थे कि किस प्रकार दिव्यता को अपने जीवन में उतार सकते हैं। सेवा के द्वारा उतार सकते हो, प्रेम के द्वारा उतार सकते हो, दान के द्वारा उतार सकते हो, आत्मशुद्धता को प्राप्त करके इस दिव्यता को उतार सकते हो, अच्छा बनकर दिव्यता को उतार सकते हो, अच्छा करके दिव्यता को उतार सकते हो, उदार बनकर दिव्यता को उतार सकते हो। उन्होंने जीवन के सभी अच्छे गुणों का वर्णन किया और कहा कि इन सद्गुणों में से अगर एक गुण को भी तुम अपने जीवन में प्राप्त कर पाओगे, तो तुम अच्छा बनोगे और अच्छा कर पाओगे, और वही तुम्हारे जीवन की दिव्यता भी रहेगी। इसी शिक्षा को हमारे गुरु, स्वामी सत्यानंद जी ने एक मूर्तरूप दिया और वह मूर्तरूप मुंगेर और रिखिया में दिखलाई पड़ता है। विश्वयोगपीठ, संन्यासपीठ और रिखियापीठ – ये तीन संस्थाएँ स्वामी शिवानंद जी के इसी चिंतन और शिक्षा को समर्पित हैं।

– 8 सितम्बर 2024, श्रीलक्ष्मीनारायण महायज्ञ, पादुका दर्शन, मुंगेर

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.

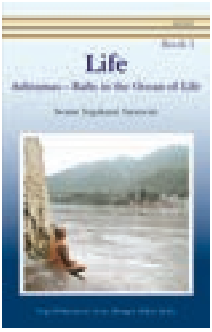
A covering letter mentioning the purpose of donation, mailing address, phone number, email ID and PAN should accompany the same.

Yoga Publications Trust

Life Book 2

Ashramas – Rafts in the Ocean of Life

Swami Yogakanti Saraswati



Ashramas – Rafts in the Ocean of Life looks at the full picture of our human existence as we embark on an evolutionary journey which lasts from birth to death.

This book describes the four *ashramas* or stages of life, and discusses appropriate attitudes, rituals, festivals and yogic sadhanas so we can nurture positive samskaras and harmoniously contribute to the upliftment of society. Such a lifestyle creates and maintains strong, resilient attitudes and intentions. It improves the quality of life to prepare for the onward journey beyond death, and eventually to win freedom from samsara as we learn to see the Self in all.

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 एवं अन्दर के रंगीन फोटो :

श्री लक्ष्मीनारायण महायज्ञ 2024

- 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