Satya ka Avahan

सत्य का आवाहन

Invoking the Divine

Year 14 Issue 1 January–February 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, online at www.sannyasapeeth.net/avahan-emagazine.php

© Sannyasa Peeth 2025

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: Satyam Poornima 2024

SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Swami Sivananda incarnated in this age to show humanity the true path of life. Not just for people of any particular religion or community, rather he manifested to initiate souls of all nations and religions into the mantra of spiritual excellence. His principles are not bound by the narrow confines of race or religion; his dharma is intended to illuminate the vast canvas of all life and liberate it from the darkness of ignorance, without giving precedence to complex austerities, complicated yoga and weak knowledge.

—Swami Satyananda Saraswati

स्वामी शिवानंद जी का अवतरण इस युग में सम्पूर्ण मानवता को सच्चे आध्यात्मिक जीवन का मार्ग दिखाने के लिए हुआ। उनके सार्वभौमिक सिद्धान्त जाति, धर्म और सम्प्रदाय की संकीर्ण सीमाओं से परे हैं। उनमें कोई जटिलता नहीं, वे तो जीवन के समस्त आयामों को तमस् के अन्धकार से विमुक्त कर, सत्त्व के प्रकाश से आलोकित करने के उत्कृष्ट साधन हैं।

—स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

Published by Swami Kaivalyananda Saraswati on behalf of Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort, Munger – 811201, Bihar.
Owned by Sannyasa Peeth **Editor**: Swami Gyansiddhi Saraswati

Satya ka Avahan
Invoking the Divine

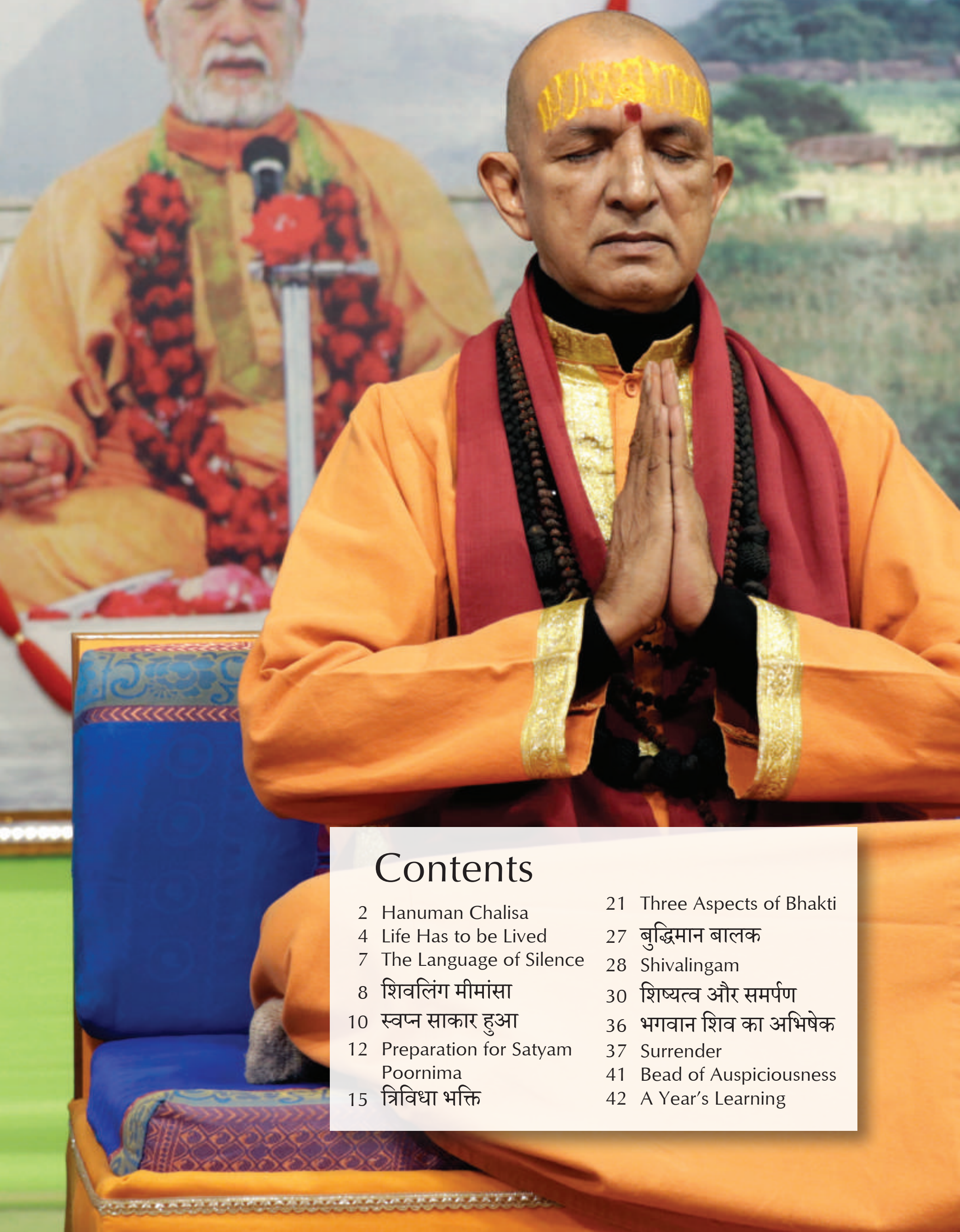
सत्य का आवाहन

Year 14 Issue 1 • January–February 2025

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 Hanuman Chalisa
4 Life Has to be Lived
7 The Language of Silence
8 शिवलिंग मीमांसा
10 स्वप्न साकार हुआ
12 Preparation for Satyam Poornima
15 त्रिविधा भक्ति
21 Three Aspects of Bhakti
27 बुद्धिमान बालक
28 Shivalingam
30 शिष्यत्व और समर्पण
36 भगवान शिव का अभिषेक
37 Surrender
41 Bead of Auspiciousness
42 A Year's Learning

Hanuman Chalisa

Swami Niranjanananda Saraswati

I wish you all the best for this coming year, 2025. Normally in life, we look to the world and at the desires of the mind. For spiritually inclined people, along with looking at the world and the mind, they also look at the spiritual character and nature of their life; they also look to Guru and God for inspiration and strength. In our life, we need to combine the component of spirituality, Guru and God. With the emergence of these three in our life, the pain, suffering, anxiety, frustration, everything will reduce.

I am convinced that we can all lead a luminous life. So, let us invoke the grace of Guru and Hanuman today, and let us pray for their guidance and strength to achieve the pinnacle of health, happiness and harmony, peace, plenty and prosperity.

It is said in the scriptures that when you chant the one hundred times *Hanuman Chalisa*, then somebody can be liberated from the prison of their own bondage in life. We

have chanted one hundred and eight *Hanuman Chalisas*. One hundred is for the release of those who are captive due to their own mind, frustrations, desires, pain, suffering, expectations. The first one hundred of the chanting is for all of us, with a prayer that, 'Let our bondages fall away, and let us become free to bask in the sunlight of love, compassion, kindness, health, happiness and harmony.' That should be our prayer for each one of us.

The remaining eight *Hanuman Chalisas* which we did extra are deposited in the treasury of the Almighty, so that His grace can liberate those who are unable to be here today with us, in this anushthana. From our chanting of one hundred and eight, we have deposited eight in God's treasury, and there are about one thousand people here, so about eight thousand mantras of *Hanuman Chalisa* have been deposited in the bank balance of God.

Our Guru, Swami Satyanandaji used to say that there is suffering in the world, but there is no money in the treasury of God; it is all spent. We need to fill the coffers of God's treasury once again, so that each and everyone in this world can experience peace and happiness. That is the message of *Hanuman Chalisa* as well, to spread peace, happiness, kindness and to develop a positive connection. I wish you all the best on the first day of 2025, and I pray for your upliftment this year and in the subsequent years.

Swasti prajabhyam paripalayantam
Nyayena margena mahim mahisham
Gobrahmanebhya shubhamastu nityam
Lokah samastah sukhino bhavanatu.

May the rulers of the Earth protect the wellbeing of the people,
With justice, by means of the right path.
May there always be good fortune for cows, the learned ones and all living beings.
May the inhabitants of all the worlds be full of happiness. ■

Life Has to be Lived

From Karma Sannyasa*, Swami Satyasangananda Saraswati*

From the moment you are born into this world, you are compelled to act. If you had no desire to act, you would not take birth, but as the architect of your own life, you have to make a firm decision regarding the kind of life you are going to create for yourself. Remember that you are the sole creator of the heaven or hell in which you live.

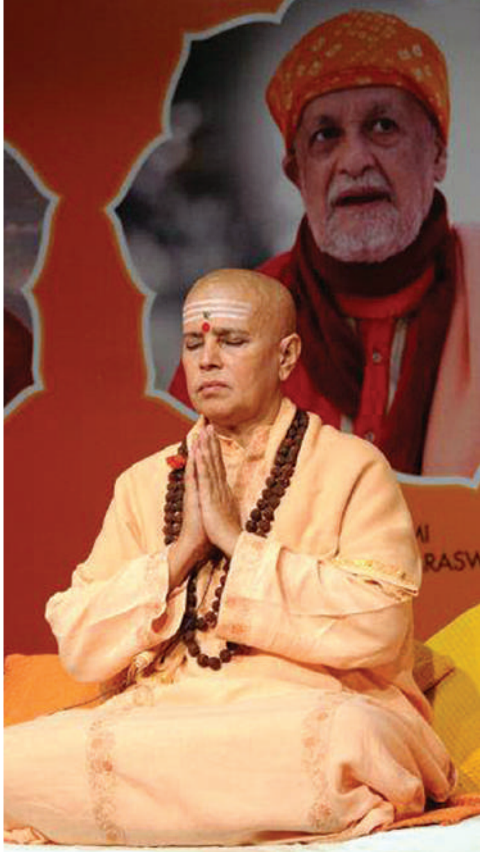
The life you have been born into is the medium for you to express your higher faculties and dormant potential. Life is a treasure trove full of opportunities, but by the time you realize its importance, most of your life has been spent. The secrets, the mysteries, the bliss, the heaven, are all within your grasp in this very life, but you miss out on them due to your lack of discrimination.

I will tell you a story which illustrates this. One morning before sunrise a fisherman went to the river. Near the bank he felt something hard under his feet. He picked it up and, fumbling in the darkness, concluded that it must be a bag of stones. He was waiting for daylight to break in order to start the day's work. Immersed in thoughts and anxieties, he absentmindedly picked up a stone from the bag and threw it into the water. Plop! came the sound. He mused over it and threw in another stone. In this way, to amuse himself he started to toss away all the stones, one by one.

Slowly the sun rose and by the time it was light, the fisherman had flung away all of the stones. Only one was remaining in his hand. His heart almost failed him when he looked down and saw there, shining in all its lustre, was a beautiful diamond. He cursed himself many times over when he realized that in the darkness, lost in his sorrows, he had thrown away many rare gems. Full of remorse, he sobbed, cried and went almost out of his mind with grief. Accidentally he had encountered a mass of wealth which could have enriched his life many

times over, but in the darkness, unknowingly, he had flung it all away.

For most of us, too, there is darkness all around. Time ebbs away, and the sun never rises. So we throw away the gems of life without ever realizing their value. Life is a bag of precious gems, but in ignorance and darkness we take it for granted that life is nothing but a collection of worthless stones. If you have a mind to see, you will find there is a lot of good in life. In every situation, there is a mine of riches and wealth, but you regard it as worthless stones simply to be thrown away.



Throughout life you are moulded by the way you think. Ultimately it is your attitude towards each event and situation in life which makes or mars you. It changes and shapes your life and helps you to awaken your soul. Your attitude towards life influences the path of your further evolution. When you realize that your attitude towards life will mould you for the future, you may immediately try to change your way of thinking. You may begin to view life from a completely different standpoint.

The problem does not lie in your husband or wife, your child, your parents, your home, your wealth, your happy or unhappy circumstances; it lies within yourself. Change yourself and automatically your whole life changes. Just as the whole world is bathed in light when the sun rises, in the same way, you can brighten your life with the intense flames of discrimination and proper understanding. To adore life is the greatest sadhana. ■

The Language of Silence

Swami Sivananda Saraswati

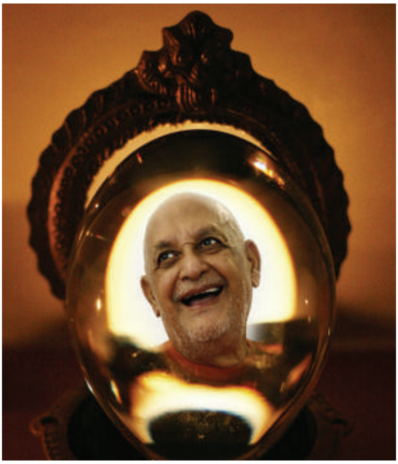
Linga means 'mark' in Sanskrit. It is a symbol which points to an inference. From a flooded river, one infers that there had been heavy rains the previous day. From smoke one infers that there is fire. This vast world of countless forms is a lingam of the omnipresent Lord. The Shivalingam is a symbol of Shiva. When looking at the lingam, the mind is at once elevated and one begins to think of the Lord. Shiva is really formless. He has no form of his own and yet all forms are his forms. All forms are pervaded by Shiva.

There is a mysterious power or indescribable shakti in the lingam to induce concentration of mind. Just as the mind is focused easily in crystal gazing, so also the mind attains one-pointedness when it looks at the lingam. That is the reason why the ancient rishis and the seers of India have prescribed the lingam to be installed in temples of Shiva. The Shivalingam speaks in the unmistakable language of silence: "I am one without a second. I am formless." Pure, pious souls only can understand this language. The lingam is only the outward symbol of the formless Shiva, who is the indivisible, all-pervading, eternal, auspicious, ever-pure, immortal essence of this vast universe, who is the undying soul seated in the chambers of the heart, who is the indweller, innermost Self or Atman, and who is identical with the supreme Brahman.

For a sincere devotee, the lingam is not a block of stone. It is all – radiant light and consciousness. It talks to him, makes him shed profuse tears, produces horripilation and melting of the heart, raises him above body consciousness and helps him to commune with the Lord. ■

शिवलिंग मीमांसा

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती



चेतना अमूर्त है। मैं मानवीय चेतना की बात नहीं कर रहा हूँ, जब मैं चेतना कहता हूँ तो इसका अर्थ है ब्रह्माण्डीय या समग्र चेतना। चेतना अमूर्त, अदृश्य और असीम है। परम तत्त्व को कोई नहीं समझ सकता है, संत और योगी भी नहीं। यदि तुम उस परम तत्त्व को समझना चाहो तो उसका एक ही उपाय है, तुम्हें वही हो जाना पड़ेगा। दूसरा कोई उपाय नहीं। इसलिए जो चेतना किसी भी तरह से किसी के भी द्वारा बोधगम्य नहीं है, उसे प्रतीक के द्वारा ही बोधगम्य बनाया जा सकता है। उसी प्रतीक को शिवलिंगम् कहते हैं। शिवलिंगम् उसी दिव्य चेतना का प्रतिनिधि है।

आज सिर्फ भारत में कुछ हिन्दुओं द्वारा शिवलिंगम् की पूजा-अर्चना की जाती है और उस प्रतीक पर ध्यान किया जाता है, किन्तु यदि तुम इतिहास देखोगे तो प्राचीन काल में सारी दुनिया में शिवलिंगम् की पूजा के प्रचुर प्रणाम उपलब्ध होंगे। दक्षिण अमेरिका में कोलम्बियन सभ्यता के पूर्वकाल के प्रतीक प्राप्त हुए हैं। उन प्रतीकों से प्रमाणित होता है कि एज़तेक, इन्का और अन्य जन-जातियों में शिवाराधना प्रचलित थी। पिछली सदी में जब इंग्लैण्ड के प्राचीनतम गिरजाघरों को खोदा गया तो उनकी नींव में शिवलिंगम् पाये गये।

विस्तार में न जाकर मैं सिर्फ यह बताना चाहता हूँ कि यद्यपि शिव-आराधना भारत में अधिसंख्यक हिन्दुओं द्वारा की जाती है, किन्तु शिवलिंगम् हिन्दू नहीं है। भारत में शिवलिंगम् का अस्तित्व बने रहने का कारण यही है कि हिन्दुओं ने बड़ी सावधानी से उसकी रक्षा की है।

हिन्दुओं ने शिवलिंगम् के विज्ञान की रक्षा क्यों की? अण्डाकार पत्थर के रूप में शिवलिंगम् की पूजा क्यों की जाती है? उसके पीछे कौन-सी परम्परा

है, जिसे लोग समझ नहीं पाते हैं? यह अण्डाकार पत्थर तराशा हुआ या मनुष्य द्वारा निर्मित नहीं है। यह मध्य भारत में बहने वाली नर्मदा नदी के तट से प्राप्त किया जाता है। जानने योग्य बात यह है कि भारत में जो भी शिवालय स्थापित हैं, वे किसी सेठ-साहूकार के पैसे के बल पर नहीं हैं, बल्कि किसी व्यक्ति को स्वप्न आता है कि अमुक स्थान पर जाकर पन्द्रह फीट जमीन खोद दो। वह व्यक्ति स्वप्न में प्राप्त आदेश के आधार पर जाकर जमीन खोदता है और उसे शिवलिंग प्राप्त हो जाता है। किसी को स्वप्न में आदेश होता है कि नर्मदा नदी में जाकर शिवलिंग पत्थर ले आओ। सामान्यतः सीधे-सादे गाँव के लोगों को यह स्वप्न आता है और वे ही शिवलिंग पत्थर लाकर शिवालय में उसकी स्थापना करते हैं। गाँव और शहर के अमीर-गरीब सभी लोग चंदा देकर शिवालय का निर्माण करते हैं।

भारत में शिवालयों की स्थापना इसी तरह होती आई है। ऐसा नहीं है कि तुम्हारे पास पैसे हैं और उसके बल पर तुम तय कर लो कि मंदिर बन जाय। नहीं, यह मनुष्य के प्रयास, बुद्धि या इच्छा पर निर्भर नहीं रहता। भगवान के लिए घर बनाने की चिन्ता तुम्हें क्यों होने लगी? वह घर परमात्मा का प्रतीक होना चाहिए। उस घर को ही देवालय, गर्भगृह, पूजा-स्थल, गिरजाघर, मस्जिद या मंदिर कहते हैं। ध्यान या स्वप्न में एक चकाचौंध पैदा होनी चाहिए। चेतना में प्रकाश की चौंध आनी चाहिए। तभी मंदिर का निर्माण होना चाहिए।

भारत में हजारों-हजार मंदिर हैं, जहाँ शिवलिंगम् की पूजा होती है, किन्तु उनमें बारह ऐसे हैं, जिनको ज्योतिर्लिंग का दर्जा प्राप्त है। ज्योतिर्लिंग का अर्थ हुआ प्रकाशित लिंग। ये नर्मदा से प्राप्त लिंग नहीं हैं, बल्कि स्वयंभू लिंग हैं। कुछ लिंग स्फटिक के होते हैं, यह कहीं-कहीं प्राप्त होता है। जब यह प्राप्त होता है तो इसे उठाकर अन्यत्र नहीं ले जाते, बल्कि वहीं पर मंदिर का निर्माण कर दिया जाता है। स्फटिक साधारण पत्थर नहीं है। इसमें द्रव्यों और मस्तिष्क को प्रभावित करने के कई गुण होते हैं।

यहाँ ध्यान देने की बात यह है कि बाह्य शिवलिंग से हमारे आंतरिक शिवलिंग का जागरण होता है। तन्त्र शास्त्र और कुण्डलिनी विज्ञान में वर्णित है कि मानव शरीर में भी बारह ऐसे स्थल हैं जहाँ शिवलिंग स्थित है। वहाँ भी शिवलिंग का वही आकार है। इन बारह स्थानों में से तीन सहस्रार चक्र पर अवस्थित हैं। मान्यता है कि सहस्रार में सूक्ष्मतम चेतना ज्योतिर्मय शिवलिंग के रूप में अवस्थित है। ■

स्वप्न साकार हुआ

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

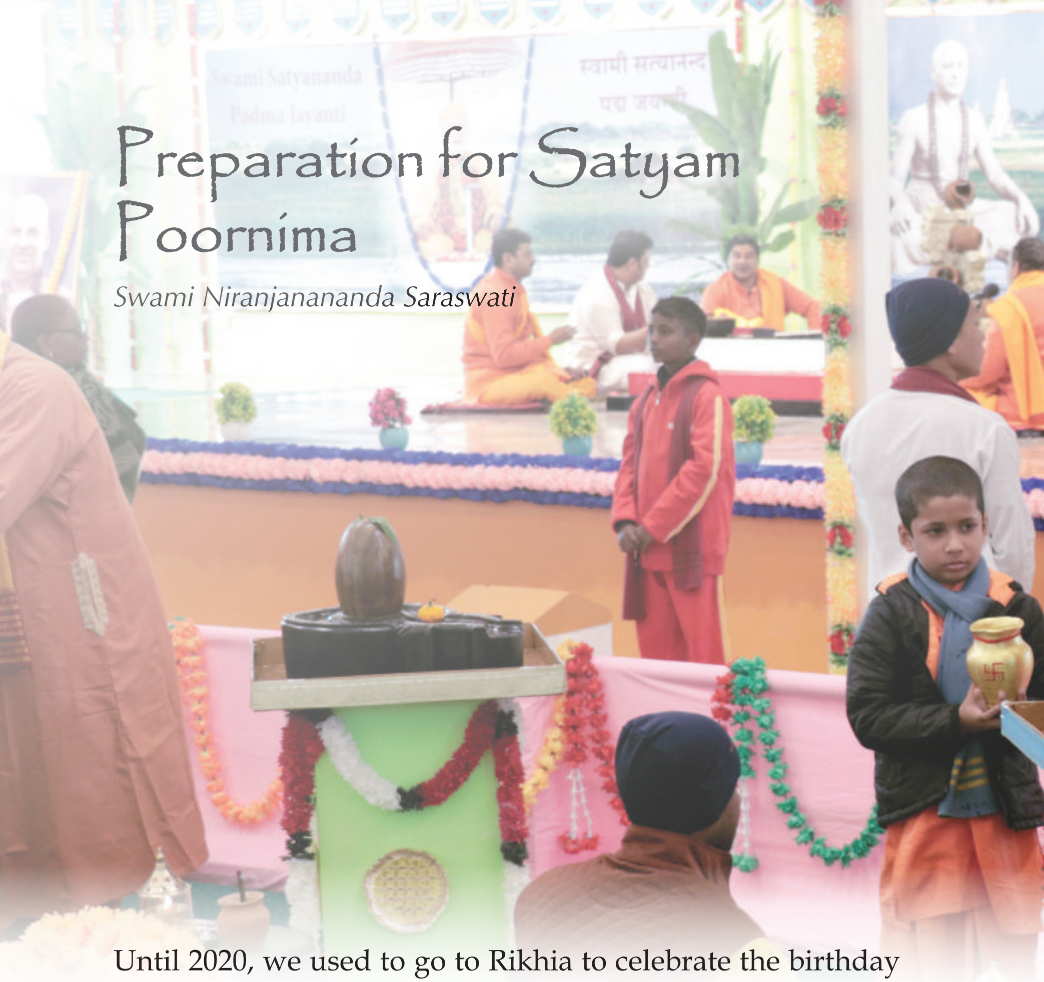
इस वर्ष हमलोग पाँचवीं सत्यम् पूर्णिमा मना रहे हैं। 2020 तक रिखिया में शतचण्डी यज्ञ और योग पूर्णिमा में हम शामिल हुआ करते थे, लेकिन 2020 में जब शतचण्डी महायज्ञ में शामिल हुए थे, तब उस दौरान रात को एक स्वप्न दिखलाई दिया। वह स्वप्न क्या था? गंगा का तट था, गंगा के किनारे बालू थी, बालू में बारह शिवलिंग एक कतार में रखे हुए थे और एक नागा साधु अपने लोटे में गंगा नदी से जल लाकर शिवलिंगों का अभिषेक कर रहा था। वातावरण में रुद्री के मंत्र गुंजायमान थे। यह स्वप्न पंद्रह-बीस मिनट नहीं, रातभर चलते रहा। बीच में निद्रा भी टूटी, लेकिन उसके बाद जब सोने जाते थे तो यही स्वप्न जारी रहता था। इसको गुरुदेव और ईश्वर के एक आदेश के रूप में हमने लिया कि तुम योग पूर्णिमा के दौरान गंगा तट पर बारह शिवलिंगों का अभिषेक किया करो। अगले दिन हमने स्वामी सत्संगी को अपने स्वप्न के बारे में बतलाया और उनसे विदाई लेकर मुंगेर आये जहाँ एक बहुत ही सहज, सरल तरीके से द्वादश लिंगों की आराधना का कार्यक्रम शुरू हुआ।

2020 से यह कार्यक्रम प्रतिवर्ष यहाँ पर सत्यम् पूर्णिमा के रूप में मनाते हैं। इससे उत्तम क्या हो सकता है कि गुरुदेव की कर्मभूमि में उनके जन्मदिवस

को यहाँ के श्रद्धालु धूमधाम से मनाएँ और गंगा के पावन तट पर एक साधु द्वादश ज्योतिर्लिंगों का अभिषेक करे। यह कार्यक्रम पाँच दिन चलेगा और अंतिम दिन उनके जन्मदिवस को धूमधाम से मनाकर हमलोग यहाँ से गुरु और ईश्वर का आशीर्वाद प्राप्त करके प्रस्थान करेंगे।

आज कुछ बच्चों को बुलाया गया है जो हमारे अपने हैं। ये बहुत ही अभावग्रस्त परिवार से आए हैं, इनके माता-पिता आश्रम में सेवा कार्य में सहयोग देते हैं और उनको आज सत्यम् पूर्णिमा के शुभारंभ के समय प्रसाद प्राप्त होगा। प्रसाद प्राप्ति के समय यहाँ पर कीर्तन भी होते रहेगा और यह एक प्रकार की शुद्धि है। जिस प्रकार किसी आराधना के पूर्व स्थान शुद्धि के लिए जल का प्रोक्षण किया जाता है, उसी प्रकार मन की शुद्धि के लिए उदारता के भाव को लाना आवश्यक है, जिसमें प्रेम, स्नेह, करुणा और उदारता, ये चारों चीजें रहें। जब ये चारों चीजें रहती हैं, तो मन के विकार दूर होते हैं, मन शुद्ध होता है। हृदय के विकार दूर होते हैं, हृदय शुद्ध होता है। यह आवश्यक भी है ताकि हमलोग गुरु और ईश्वर के अनुग्रह को प्राप्त करने के लिए अपने मन और हृदय के पात्र को प्रेम, करुणा, स्नेह और उदारता के जल से धोकर अपने पात्र को आशीर्वाद ग्रहण करने के लिए तैयार रखें।

– 10 दिसम्बर 2024, पादुका दर्शन



Preparation for Satyam Poornima

Swami Niranjanananda Saraswati

Until 2020, we used to go to Rikhia to celebrate the birthday of our guru, Sri Swami Satyanandaji. It was in 2020, when I was there during the Sat Chandi Mahayajna, that one night I had a dream. In that dream I saw the river Ganga here and the sand banks beside the river, and there were twelve Shivalingas placed on the sand. One sadhu used to carry water from the Ganga and pour it on the twelve Shivalingas. In the background I could hear the chanting of *Rudri* going on continuously.

This dream lasted the whole night. I woke up a couple of times and when I went back to sleep, the dream continued. It was such a strong dream or indication that I knew I had to perform this sadhana during the time people are celebrating the birthday of Swami Satyananda. I mentioned it to Swami Satsangi and returned to Munger after the Sat Chandi

Mahayajna. In four days' time we organized everything here and conducted the first Satyam Poornima in a small and humble way. After that, Satyam Poornima is celebrated every year in Munger, and this is the fifth year.

It is also appropriate that we have the birthday celebrations of Swami Satyananda in the land of yoga, the *yogabhoomi*. He created this monument of yoga here, which is still one of the most dynamic yoga centres in India and in the world. It is appropriate and befitting that we celebrate his birthday in Munger in our own humble manner. For others it may be the celebration of Swami Satyananda's birthday, for me it is a mandate in which I have to worship the twelve Shivalingas, in the manner that I saw in my dream.

So, celebration and sadhana happen together here. From tomorrow afternoon, we will meet here to do the aradhana of the Shiva Tattwa. This will conclude on 15th December, the full moon day. It was on the full moon day of December, in 1923, that Swami Satyananda was born. That year, the date was 23rd December and so we have two opportunities. According to the solar calendar it is 23rd December, and in the lunar calendar it is the full moon day in December. We use both these opportunities to connect with the element of luminosity within us.

Today, before we start the proceedings of tomorrow, we shall be giving prasad to the most impoverished children of Munger. They have no recourse to anything, not even a piece of chocolate. Instead of chocolate, they have a few grains of sugar. Books, they have never seen in their life. Clothes, whatever they have is not enough to survive the climate, either cold winter or hot summer. In Munger, we call different groups of people every month to give them prasad according to their need and the season. Today we have called some children and they will be given prasad during kirtan. In this way, we are preparing this location for the start of celebrations tomorrow.

You know, before starting any celebration, in India there is a tradition of purifying the place. People sprinkle water on the floor, on people, on different objects with the intention that everything is cleaned and purified. That is external purification, which will happen tomorrow when the program begins. However, for the purification of the emotions, sentiments and mind, it is the generosity of heart which cleans and purifies the sentiments, emotions and heart. The process of purifying the sentiments and emotions of the heart happens with the giving of prasad. With the giving of the gifts, we are also cleaning our own sentiments, emotions and mind and heart, to become good receptors for the grace that we will receive from tomorrow.

– 10 December 2024, Ganga Darshan, Munger

त्रिविधा भक्ति

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

हमलोग अपने गुरुदेव के 101वें जन्मदिवस को इस मार्गशीर्ष पूर्णिमा के दौरान मनाने जा रहे हैं और जन्मदिवस के पहले के चार दिन भगवान शिव की आराधना को समर्पित हैं। शुरुआत में यह एक व्यक्तिगत आराधना थी, कुछ लोगों ने आकर सहयोग दिया, फिर धीरे-धीरे पिछले पाँच वर्षों से जब इसकी खबर फैली तो लोग यहाँ पर आने लगे और एक बृहत् कार्यक्रम यहाँ पर होने लगा।

आराधना का अर्थ क्या होता है? आराधना भक्ति का एक मार्ग है। भक्ति का वास्तविक अर्थ होता है अपने जीवन में परम प्रेम को स्थापित करना। महर्षि नारद से जब पूछा गया कि भक्ति क्या है, भक्ति का स्वरूप क्या है तो वे कहते हैं – *सा त्वस्मिन् परमप्रेमरूपा* अर्थात् भक्ति का स्वरूप परम-प्रेम का है। जब जीवन में, आत्मा, हृदय और मन में प्रेम का भाव प्रगाढ़ रूप से उत्पन्न हो, और वह प्रेम अपने स्वार्थ से न जुड़ा हो, बल्कि ईश्वर से, प्रकृति से, सृष्टि से, सभी जीवों से हो, तब वह प्रेम की पराकाष्ठा मानी जाती है। भक्ति का वही स्वरूप है, लेकिन इस परम-प्रेम को प्राप्त करने के लिए मार्ग अनेक हो सकते हैं।

कोई मंदिरों में जाकर पूजा करता है, घंटी बजाता है, नारियल-फूल चढ़ाता है, धूप-दीप दिखाता है, मन्नतें माँगता है, साष्टांग दंडवत् करता है। कुछ लोग गिरजाघरों में जाकर वहाँ पर अपनी प्रार्थनाओं का पाठ करते हैं, कुछ लोग मस्जिदों में जाकर ईश्वर का आवाहन करते हैं, कुछ लोग अपने घरों में ही एक प्रतिमा के सामने, एक स्वरूप के सामने अपने मनोभाव को प्रकट कर देते हैं, कुछ लोग तीर्थ में जाते हैं, कुछ लोग यज्ञ-हवन वगैरह करवाते हैं, कुछ लोग दान-पुण्य करते हैं और सभी अपनी मान्यता के अनुसार कहते हैं कि यह भक्ति है। वह भक्ति नहीं है, भक्ति का एक मार्ग है। जो रास्ता तुमको पटना ले जा रहा है, वह पटना का रास्ता ही कहलाएगा न, पटना तो नहीं कहलाएगा। जो मार्ग तुमको दिल्ली ले जाता है, वह दिल्ली का मार्ग कहलाएगा, दिल्ली नहीं कहलाएगा। इसी तरह पूजा-पाठ, अर्चना, हवन-यज्ञ – ये सब मार्ग हैं जिनके द्वारा हम भक्ति को प्राप्त कर सकते हैं।

भक्ति के तीन स्वरूप

भक्ति तीन प्रकार की होती है – तामसिक, राजसिक और सात्त्विक। तामसिक भक्ति अपने लिए है। 'भगवान! बेटा नहीं हो रहा है, बेटा दे दो। भगवान! कोर्ट में केस चल रहा है, हम जीत जाएँ। भगवान! बेटी की शादी नहीं हो रही है, वरदान दे दो अच्छा वर मिलने का।' इस प्रकार जो प्रार्थना हम अपने और अपने परिवार के सुख के लिए करते हैं, वह एक सीमित दायरे की है और हमारी परंपरा में उसको तामसिक भक्ति कहा गया है। तामसिक भक्ति खराब नहीं है, इसको गलत तरीके से नहीं लेना। इसका मतलब यही होता है कि यह भक्ति हम अपने सुख के लिए कर रहे हैं, और एक बार जब वह चीज प्राप्त हो जाती है, जब हमारी मन्नत पूरी हो जाती है, जब बेटी की शादी हो जाती है, जब बेटे को नौकरी मिल जाती है, तब फिर हमारी भक्ति भी वहाँ पर खत्म हो जाती है। हम कहते हैं, 'भगवान!, आपने हमारा काम कर दिया, बहुत-बहुत धन्यवाद, लड्डू चढ़ा दिये आपको।' ऐसी भक्ति जो स्वार्थ से जुड़ी है, वह कहलाती है तामसिक भक्ति।

उसके बाद आती है राजसिक भक्ति। हम भक्त हैं, यह पूरी दुनिया को दिखाना है। सभी लोगों को जानना चाहिए कि वाह! ये कितने बड़े भक्त हैं, इनकी ईश्वर में कितनी श्रद्धा है, कितना दान-पुण्य करते हैं, कितना यज्ञ-हवन आदि करवाते हैं। नाम, कीर्ति, यश और प्रतिष्ठा के लिए लोग अपने

आपको भक्त बतलाते हैं। राजसिक भक्तों का प्रयोजन लोकहित तो होता है, लेकिन उस लोकहित के साथ वे अपनी कीर्ति, यश और नाम भी चाहते हैं। धर्मशाला बनती है तो उसमें संगमरमर का पत्थर लगता है कि फलाने व्यक्ति ने इस धर्मशाला का निर्माण किया। उसका प्रयोजन क्या? यही कि लोग जानें कि फलाने व्यक्ति ने यह काम किया है, उसका नाम बढ़ेगा, यश और कीर्ति बढ़ेगी। काम अच्छा हो रहा है, लेकिन अच्छे काम के साथ नाम भी हो रहा है और वह होती है राजसिक भक्ति।

तीसरी श्रेणी है सात्त्विक भक्ति की। जब कोई साधक इस सात्त्विक भक्ति को प्राप्त करता है तो वह संत कहलाता है। संत का लक्षण ज्ञान नहीं होता। वेदों के मंत्रों को बोलने वाले बहुत हैं, उपनिषदों की व्याख्या करने वाले बहुत हैं, शास्त्र-मर्मज्ञ बहुत हैं, लेकिन वे साधु नहीं हैं। एक तोते को भी वेद पढ़ा सकते हो, लेकिन क्या वेद पढ़ने से तोते के जीवन में कोई परिवर्तन होगा? अनेकों ब्राह्मण और अन्य ज्ञानी लोग शास्त्रों, वेदों, उपनिषदों, स्मृतियों आदि का अध्ययन करते हैं, व्याख्या करते हैं, लेकिन क्या उनका जीवन उसके अनुरूप होता है? इसलिए संत का लक्षण ज्ञान नहीं है, इस बात को याद रखना। कोई आकर यहाँ पर भागवत की कथा कर दे, लेकिन उसका जीवन सामान्य हो तो कोई फर्क नहीं पड़ता। वह साधु नहीं है, क्योंकि उसके जीवन में अभी भगवान का प्रवेश नहीं हुआ है, केवल स्वार्थ का प्रवेश हुआ है। उसकी अभी तामसिक और राजसिक भक्ति है। कोई व्यक्ति रामायण, महाभारत या पुराणों पर कथा कर दे, इसका यह मतलब नहीं कि वह साधु है। बोलने वाले तो बहुत हैं इस संसार में, लेकिन स्वयं को भगवान के साथ जोड़ने वाले कितने होते हैं? जो अपने आपको ईश्वर के साथ जोड़ता है, वही संत कहलाता है और ऐसे व्यक्ति के लिए ज्ञान नहीं, योग नहीं, केवल एक ही चीज है – भक्ति। भक्ति उसके लिए कर्मकाण्ड नहीं है कि घंटी बजा रहे हैं, शंख फूँक रहे हैं, फूल चढ़ा रहे हैं। जो असली भक्त है, उसकी चर्चा भगवान श्रीकृष्ण ने भगवद्गीता के बारहवें अध्याय में की है –

अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च।
निर्ममो निरहंकारः समदुःखसुखः क्षमी॥12.13॥
संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढ़निश्चयः।
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः॥12.14॥

भगवान कहते हैं कि इस प्रकर के सद्गुणों से युक्त भक्त ही मुझे प्रिय है। लोग कहते हैं कि हम सभी तो ईश्वर की संतान हैं, वे सभी को समान रूप से प्यार करते हैं। नहीं, हम जरूर उनकी संतान हैं, लेकिन भगवान सबको समान रूप से प्यार नहीं करते। आप भी तो नहीं करते हो। आपके भी अगर चार बच्चे हैं, तो किसको मानोगे ज्यादा? जो आपकी बात को सुनता है, मानता है और करता है। और किसको नहीं मानोगे? जो आपकी बातों की अवहेलना करता है। भगवान भी वही करते हैं। भगवान ने हमलोगों के जीवन का उद्देश्य निश्चित किया है, लेकिन कोई उस मार्ग पर चलता है क्या? नहीं, सभी तो स्वार्थी, कामी, लोभी, लालची हैं।

माखी गुड़ में चिपकी रहे, पंख रहे लिपटाय।
हाथ मले और सिर धुने, लालच बुरी बलाय॥

हम सब लालची हैं। थोड़ा मिलता है तो और चाहते हैं, लालच कभी जाती नहीं है और लालच ही स्वार्थ का प्रतीक होता है।

जब भगवान कहते हैं कि मुझे ऐसा ही भक्त प्रिय है, तो इस बात को क्यों नहीं समझा जाता है? हमारे गुरुजी ने यही तो किया। हमारी परंपरा में हमारे गुरुजन इसी प्रकार के भक्त रहे हैं। *अद्वेष्टा सर्वभूतानां* – जो किसी में भेद नहीं देखते हैं, न ऊँच-नीच में, न अमीर-गरीब में, न सक्षम-अक्षम में, बल्कि सभी को समान रूप से देखते हैं, क्योंकि ईश्वर की छवि तो हर व्यक्ति के भीतर है। क्या भगवान को कभी ऊँचा या नीचा बोलोगे? जब भगवान को ऊँचा और नीचा नहीं बोलते हो तो आदमी को ऊँचा-नीचा क्यों बोलते हो? आखिर आदमी ही इस धरती पर ईश्वर का प्रतिबिंब होता है, इसलिए सबका सम्मान करना हर व्यक्ति का कर्त्तव्य और धर्म है। सबसे प्रेम करना व्यक्ति का कर्त्तव्य और धर्म है। सबको सहारा देना हर व्यक्ति का कर्त्तव्य और धर्म है और इसीलिए कहा गया 'अद्वेष्टा सर्वभूतानां', भेदभाव से अपने आपको मुक्त रखना, स्वतंत्र रखना।

मैत्रः करुण एव च – करुणा और मित्रता से युक्त होकर सभी के साथ जुड़ो। ममत्व से मुक्त हो जाओ कि 'यह मेरा है', अहंकार से मुक्त हो जाओ कि 'मैं हूँ'। सुख की कामना से मुक्त, दुःख की पीड़ा से मुक्त, जब मन की ऐसी स्थिति आती है, तब वही वास्तविक भक्ति कहलाती है, नहीं तो घंटी बजाने वाले तो सैकड़ों कतार में लगे रहते हैं।

प्रवृत्ति और निवृत्ति मार्ग

आत्मशुद्धि भक्ति का आधार है और इस भक्ति को समझने के लिए संसार में किसी के पास नहीं जा सकते हैं, बल्कि गुरु के पास ही आना पड़ता है। संसार में इस भक्ति को परिभाषित बहुतों ने किया है, लेकिन समझा कोई नहीं। केवल गुरु अपने आचरण, कर्म, व्यवहार और चिंतन से मानवता के लिए एक सहज, सरल मार्ग प्रशस्त करते हैं। इस मार्ग पर चलना हमारा काम है, गुरु तो केवल एक बार आपके सामने आकर आपको मार्ग बतला सकते हैं। जैसे ट्रैफिक पुलिसवाला होता है, वह आपके साथ गाड़ी में बैठकर आपको अपने लक्ष्य तक ले जाता है क्या? नहीं, ट्रैफिक पुलिस का यह काम नहीं है। अगर ट्रैफिक पुलिस से पूछोगे कि मायापुरी किधर है और ब्रह्मपुरी किधर है, तो वह बोलेगा, 'मायापुरी इस तरफ है, ब्रह्मपुरी दूसरी तरफ है, कहाँ जाना है?' वह आपको रास्ता दिखला देगा, फिर आपको उस मार्ग पर चलना है। हमारे मनीषियों ने यही काम किया, उन्होंने मार्ग बतला दिया कि जब तुमको मायापुरी की ओर जाना है तो प्रवृत्ति वाला मार्ग पकड़ो, जब तुमको ब्रह्मपुरी जाना है तो निवृत्ति वाला मार्ग पकड़ो।

निवृत्ति मार्ग और प्रवृत्ति मार्ग की भक्ति अलग-अलग है। प्रवृत्ति की भक्ति है कामनायुक्त और निवृत्ति की भक्ति है कामनामुक्त। इसी प्रकार प्रवृत्ति का ज्ञान और निवृत्ति का ज्ञान अलग-अलग है। जो प्रवृत्ति की ओर जाता है,

वह लोगों को प्रभावित करने के लिए कथा-प्रवचन आदि करता है, लेकिन जो निवृत्ति की ओर जाता है, वह ज्ञान को अपने जीवन में एक सकारात्मक परिवर्तन का आधार बनाता है और उस ज्ञान के अनुसार अपनी जीवनचर्या को ढालता है। इस प्रकार अपने जीवन में संतुलन और सामंजस्य को लाकर फिर वह आगे बढ़ता है।

मायापुरी का खेल अलग है और ब्रह्मपुरी का खेल अलग। आप मायापुरी में रहकर यह नहीं समझ पाते हो कि मैं माया की ओर जाना चाहता हूँ या ब्रह्म की ओर। संदेह और भ्रम वहीं पर होता है सबको। क्या करें, क्या न करें, यह भी नहीं छूटता है, वह भी चाहते हैं – यह अवस्था हर व्यक्ति के भीतर बनी रहती है, लेकिन प्रयास होना चाहिए कि हम शुद्ध भक्ति को प्राप्त करें। यह शुद्ध भक्ति संतों के जीवन को देखकर, उनसे प्रेरणा लेकर, उनकी शिक्षा के अनुसार अपने जीवन को ढालने से प्राप्त होती है। अगर हम ऐसा प्रयत्न कर सकें तो वही हमारे जीवन का सच्चा पुरुषार्थ होगा, वही हमारे जीवन की उपलब्धि होगी।

सच्चा भक्त हर व्यक्ति के भीतर ईश्वर की छवि को देखता है। उसके लिए हर व्यक्ति ही ईश्वर है। आप पढ़ते हो – 'सीयराममय सब जग जानी, करहूँ प्रणाम जोरि जुग पानी।' क्या यह केवल रामायण में लिखी गयी बात है या गोस्वामी तुलसीदास का वास्तव में ऐसा अनुभव रहा? वे तो सच्चे भक्त थे। जिसको भी देखते थे, उसमें अपने प्रभु का स्वरूप ही दिखलाई देता था। वे स्वयं कहते हैं कि पूरी दुनिया को मैं उसी रूप में जानता हूँ और मैं हाथ जोड़कर सभी को प्रणाम करता हूँ।

देखा जाए तो दर्शन नाम की कोई चीज नहीं होती, सब जीवनशैली है। अगर हमारी जीवनशैली को आप नहीं अपना पाते हो तो कहोगे कि यह स्वामीजी का दर्शन है। इसके अनुसार वे अपने जीवन को चलाते हैं, पर हम नहीं कर पाएँगे। लेकिन इस बात को याद रखना कि दर्शन नाम की कोई चीज नहीं है। आदिगुरु शंकराचार्य का जीवन वैसा था जैसी उन्होंने व्याख्या की और जिसे आज लोग कहते हैं 'अद्वैत वेदांत।' वे उसी प्रकार का जीवन जीते थे। भक्ति या ज्ञान की व्याख्या करने की आवश्यकता नहीं, क्योंकि वह जीवन का एक सहज व्यवहार होता है, मात्र बुद्धि की जानकारी नहीं। इसलिए हर अच्छाई को, हर सद्गुण को अपने जीवन में उतारने का एक प्रयत्न अवश्य करना चाहिए।

– 11 दिसम्बर 2024, पादुका दर्शन

Three Aspects of Bhakti

Swami Niranjanananda Saraswati

I have heard many people say, 'I want to be spiritual. I want to be spiritual . . .' I have seen many people practise ten asanas, and believe that they have become spiritual. Even you might have encountered situations where you have come across an idea of spirituality as conveyed by different people. Some people say that spirituality is connection to God, some people say that spirituality is worship and like this, different definitions of spirituality come to your attention.

For the past few years, I have been thinking about it a lot: What is real spirituality? When people ask me about it, though I give an answer, I am not entirely satisfied by that answer. However, when I look at how our masters lived their spiritual life, then something becomes clearer. It becomes clear that spirituality is realized when bhakti flowers in the hearts of people. Someone in whose life bhakti flowers is called a bhakta.

Bhakta in English is known as 'devotee', and 'devotion' is known as *bhakti*. We associate both these ideas and words with a religious affiliation, with religious and cultural conditioning. So, we believe that *bhakti yoga* or the path of devotion is the way to experience the Divine.

Looking at the whole component of bhakti in the life of the enlightened beings on this earth, you will notice that bhakti is not just something that they practise; it is a state of mind, it is a state of their feelings, it is an understanding, a perception and not a practice. Bhakti is a state in which there is the experience of inner peace and luminosity. A bhakta is the seeker who is searching for peace, luminosity, harmony and balance in life. This is not only sought but also lived. Swami Sivanandaji was a bhakta; people say he was a bhakta of Sri Krishna. Swami Satyanandaji was a bhakta; people say he was a bhakta of Sri Rama. I am a bhakta; people say I am a devotee of Shiva. Whatever idea we create about devotion and being a devotee it is always affiliated to some religious idea. In reality, bhakti is what we need to achieve – that purity, peace and enlightenment. Those who dedicate their efforts to experience this purity, luminosity, peace and harmony in life, and learn how to flow with life, are people who are known as bhaktas or devotees.

There are many different paths to come to this state of bhakti, known as *bhakti marg* or the paths that lead you to that higher experience. If you have to go to a particular destination, let us say from Munger to Kolkata or Delhi, you take the road that leads you to your destination. The road is not Delhi, the road is not Kolkata; it only leads you there. Whether it is worship, mantra, chanting of prayers or the idea of surrendering – they are all different paths. They are not bhakti, they are different paths that lead to the experience of that state of purity and luminosity inside.

There are three things: *bhakta*, the seeker; *bhakti*, the state of purity and luminosity, the destination; and *bhakti marg*, the path that I journey upon to reach my destination. The paths can be many, yet the destination is always one. You may argue

about the path, but once you reach the destination, you are at peace for you have arrived. Swami Sivanandaji was a bhakta of the highest quality. Swami Satyanandaji was a bhakta of the highest quality. What do I mean by highest quality?

Three aspects of bhakti

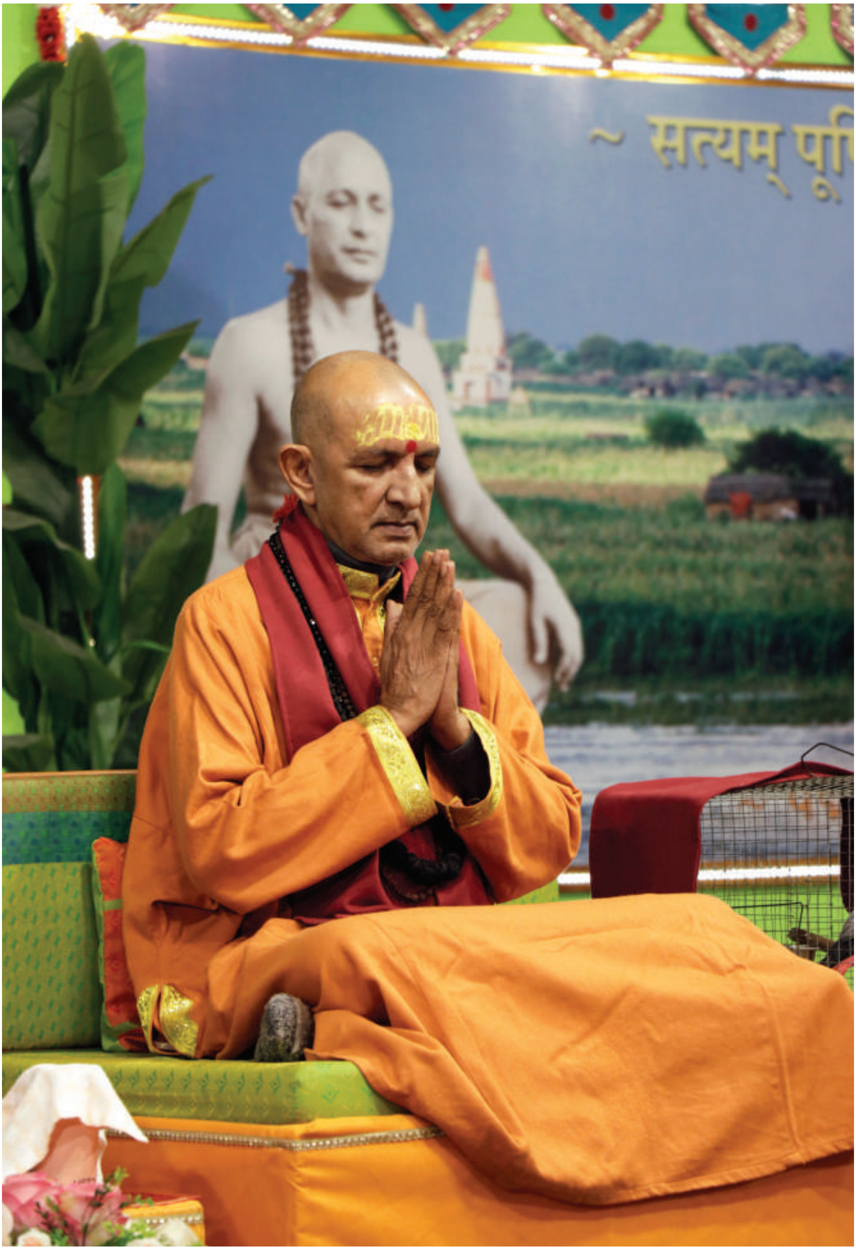
There are three aspects of bhakti: the external, the mental and the spiritual. External is what you see as a connection with a symbol, a connection with an idea, a power, and connecting to it with purity of intention. After all, these symbols are Shivalingas, they are not Shivas. They are representations of the highest nature, the Shiva nature. They are symbols and everything that is done to them is symbolic.

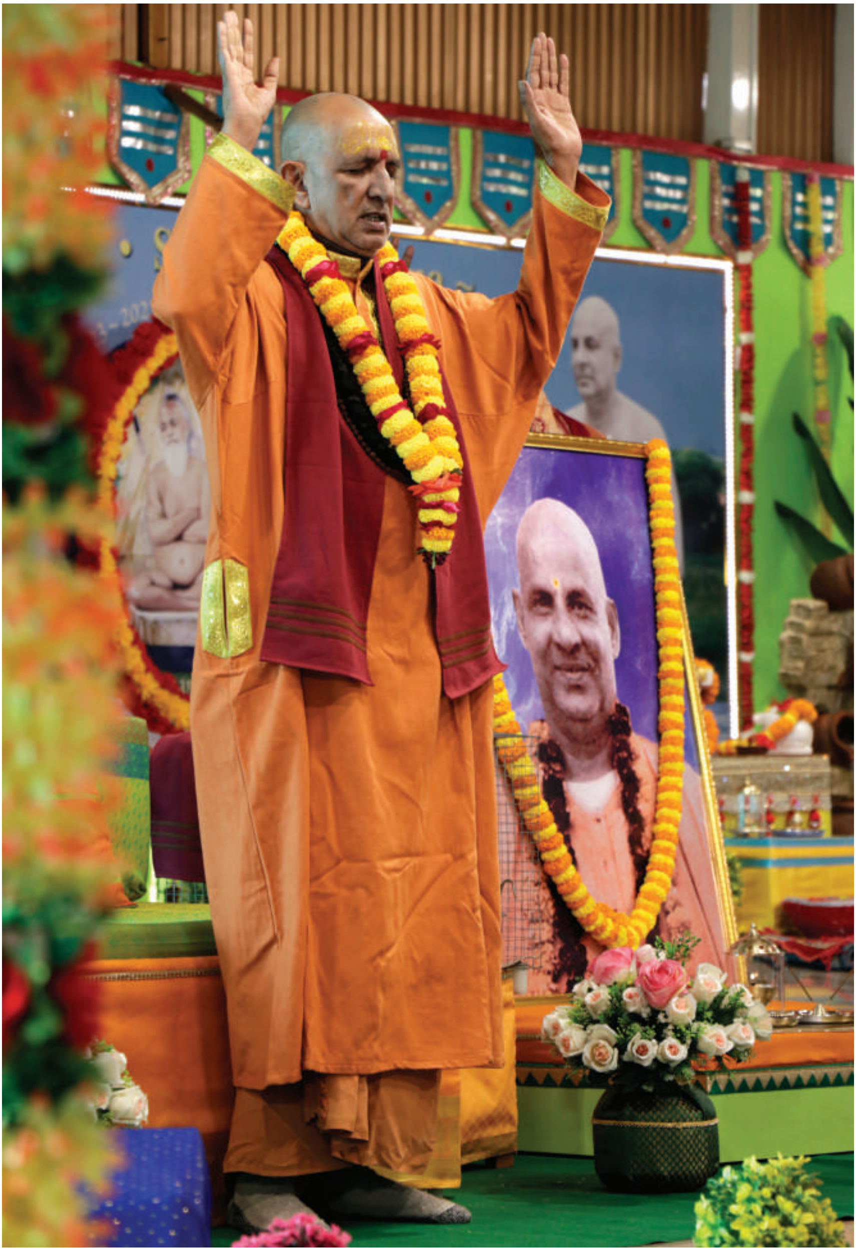
The offering of water represents life, and the Shivalinga represents consciousness. Life without consciousness is zero, life without Shiva is zero. Even the flowers represent something, even incense and flame represent something. They represent a connection between nature, the individual and the divine. They represent the interconnectedness of the individual with nature and the Supreme. Of course, you have to know this, you have to realize this, otherwise all you see is an external ritual. When you understand the reason behind the ritual, you see that it is connected to give you an experience of life, and to bring clarity in life. This tells you how to live your life in a better, correct manner and positive manner.

The external rituals represent connections of the body, senses, mind, pranas and spirit with that inner higher consciousness, at different levels. Senses are connected to consciousness, mind is connected to it, every physical experience is connected to consciousness. If you pinch yourself, if a mosquito bites you, who feels the pain? The mosquito has bitten you on your toe, yet where are you feeling the pain? Who is feeling the pain? Is it your toe that is feeling the pain? Is your brain feeling the pain? Is your mind feeling the pain? Who identifies what pain is? Who experiences that pain? The suffering that you have in life – who experiences that?

There is definitely a connection of the external with the Supreme. The rituals represent an understanding and an awareness. This understanding has to evolve in order to discover the connection of the individual with nature and with the Divine. That is the purpose of the external aspect which people have forgotten, and those who do not understand the meaning of what is happening speak of it as being only a religious performance. Those who understand the meaning of what is being performed will see the path being laid out as to how they can live their life to its completeness while experiencing the transcendental nature. That is what yogis, rishis and sages have done since time immemorial and that is the external aspect.

The mental or internal aspect is *upasana*, remembrance, keeping the focus in your mind, at all times. If you remember the luminosity and the purity within yourself, you will be more aware and alert as to how you can avoid it from being polluted


सत्यम्



and tainted by external influences, or your own samskaric influences. Upasana is having a sankalpa to attain the goal of purity and luminosity and mentally working through the dross of the mind to achieve that level of perception and purity. Upasana is the mental effort of bhakti.

The third aspect of bhakti is *jnanakanda*, knowing, and this is only realized by very few people. When Sri Krishna was asked, 'What type of bhakta, what type of devotee do you like?', Krishna said, 'There are many types of devotees. Some have a bent of mind which is material; some have a bent of mind which is related to family and society and the welfare of people; some people have a bent of mind which is religious. However, some people have a bent of mind in which they empty themselves of the rubbish that is contained within themselves.' This is an important statement. Our mind is cluttered and full of rubbish. When there is a problem, we speak out, criticize and get angry with other people, and we show the rubbish of our mind to everyone. When there is frustration, a problem, difficulties, we open the mind to tell others what we are going through and tell people, 'Look, I am suffering; this is the rubbish in my mind. Acknowledge it, appreciate it and support it. I need your help!' Without understanding and without knowing it, we are all expressing what is contained in our heads.

Sri Krishna says that bhaktas of the highest quality are those who do not see any differences between people, between needs, between aspirations, between poor and rich, between high-born and low-born. These are social identities, social ideas and concepts, they have no relevance in spiritual life. There is only oneness in spiritual life. In that oneness, a creature as big as an elephant can become the dearest friend of a creature as small as an ant as every aspect of creation is infused with that element of the Divine. Oneness is the first condition of bhakti, *adveshta sarvabhootanam* – do not see any difference, do not see distinctions such as race, creed, colour, sex, religion, belief. Just know that inside each one is the spirit of the Divine; recognize that, respect and honour that.

With *adveshta sarvabhootanam*, everyone is on the same platform and a person who does not see any distinction between people, is a friend to all, is compassionate towards everyone, is able to forgive, is balanced in pain and pleasure, does not have selfish, self-oriented motivations, does not have ego but is humble, does not scream or yell at people but inspires them. In this manner, Krishna has defined who is a true bhakta, and this definition represents purity of heart and mind. The heart has to be opened and the mind has to be expanded.

If you look at the lives of great people, you will find this quality, these characteristics, this behaviour, thinking and action in their life. Swami Satyanandaji, Swami Sivanandaji and other saints and masters who have come into the world, in different traditions, at different times, have one thing in common: they are perfect Advaita Vedantists, who do not see any distinction and difference, who do not create distinctions and differences, and who do not support distinctions and differences. Paramahamsaji has said many times, we believe in the kindness of heart, and it is the kindness of heart that connects us with the world at large, and makes them our family.

Udaarcharitanaam v*asudhaiva kutumbakam,* one whose character is generous looks upon the whole world as one family. This represents the understanding and the awareness of a bhakta. Go on the drive to attain this internal purity, connect with the wisdom to experience internal luminosity, and live in the world as a person who is positive, inspiring, and at peace, then you will understand and begin to live the spiritual life for spiritual life is a life of purity and positivity. Spiritual life is a life guided by the sankalpa to experience, achieve and express the best in life. That is the understanding of bhakti yoga. In the course of time, as your understanding develops, try to become a bhakta in the real sense. Open your heart and expand your mind, and see the presence of the Divine in everyone, in everything.

– 12 December 2024, Ganga Darshan, Munger

बुद्धिमान बालक

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

एक भक्त मंदिर के बाहर भगवान का पवित्र प्रसाद बांट रहा था। प्रसाद बंटता देख सैकड़ों लोग उसके चारों ओर इकट्ठा हो गए और बहुत शोर मचाने लगे। इस वजह से वहाँ अव्यवस्था फैल गई और प्रसाद वितरित नहीं हो सका। भीड़ को इस तरह देखकर एक छोटा लड़का दौड़कर अपने घर जाता है और वहाँ से एक बड़ी छड़ी लेकर आ जाता है। उस छड़ी के अंतिम छोर पर बालक एक छोटी टोकरी बांध देता है और लंबी छड़ी की मदद से भीड़ से दूर खड़े होकर वह अपनी टोकरी को भक्त के बहुत पास ले जाता है। भक्त ने लड़के की बुद्धिमत्ता की प्रशंसा की और तुरंत उसे बहुत सारा प्रसाद दिया। वहीं दूसरी तरफ प्रसाद लेने के लिए जो भीड़ इकट्ठी हुई थी, वह अभी भी प्रसाद लेने के लिए संघर्ष कर रही थी!

भगवान के पास समस्त मानव जाति पर बरसाने के लिए असीम कृपा है, लेकिन लोग इधर-उधर भागते हैं, और सबसे आगे निकलना चाहते हैं। मंदिरों और आश्रमों के आसपास भीड़ लगाने वाले साधक और भक्त भी पद और प्रतिष्ठा की आकांक्षा रखते हैं! इस बीच, एक बाल-सुलभ स्वभाव वाला व्यक्ति उच्च कोटि का विवेक लेकर, ध्यान की लंबी छड़ी और भक्ति की टोकरी के सहारे भगवान के पास पहुँच जाता है। पागल भीड़ से दूर रहने वाला यह भक्त अपने ध्यान और भक्ति के कारण सबसे पहले भगवान के चरण-कमलों तक पहुँचता है। भगवान उसके विवेक से, उसके भीड़ से बचकर भगवान तक पहुँचने के प्रयास से बहुत प्रसन्न होते हैं। उसके ध्यान और भक्ति से खुश होकर भगवान उसे शीघ्र ही दिव्य आशीष प्रदान करते हैं। ■

Shivalingam

Swami Satyananda Saraswati

According to vedic philosophy, the word *lingam* means 'astral awareness'. It can be described as a kind of monolithic representation which influences the subconscious forces. When the mind is projected before the monolithic symbol of the Shivalingam, the psychic contents of the mind are exploded.

The Shivalingam is the symbol of higher consciousness. What is the real form of the higher self? When one is a little beyond the mind, what is the form of one's consciousness? When one has a perfected mind, *siddha*, what is the form of one's consciousness then? When one is in deep meditation and one has forgotten everything that is happening outside, what is the form of one's consciousness at that time? It is so difficult to describe! The language of symbols has to be used in order to understand it.

The Shivalingam can be used as an object of concentration, as a focus for awareness. It can be used to draw one into the deeper realms of one's being. It can be used as a vehicle to higher experience. If the concentration and reflection is sufficiently intense and one-pointed, a veritable jewel of knowledge will be brought to the awareness; a prize will be brought to the surface of the mind. If one submerges oneself into the mind by intense concentration on the lingam, one will start to plummet, to explore the depths of the mind. Whichever way one looks at the process, the result is the same.

The meaning of the Shivalingam is something that must be realized for oneself. The lingam has different meanings according to the level of understanding. Thus to say one thing about the lingam can seem to be contradicted by the meaning at another level. Therefore, one should not take any explanation too seriously; one should find out the meaning for oneself according to one's level of awareness.

Worship

Today worship of Shiva is confined to India only, but in the past this tradition was found all over the world. The Shivalingam is a widely venerated symbol in India. It is a tantric symbol, as well as being an integral part of Hinduism. It is a symbol which is buried in the deeper layers of the psyche. It is waiting to be brought to the surface, to conscious perception, together with the knowledge that surrounds it. If the symbol is brought up from the depths, one will simultaneously realize the incredible reality that it represents.

Veneration of the lingam is not confined to India. Much before the advent of the Christian era, it had been venerated throughout every part of the world, where there was ritual worship of Shiva – the worship of an oval stone. Archaeological discoveries in Mexico and other parts of Latin America have thrown light on this ancient form of worship. Even in the Kaaba, in Mecca, there is an oval-shaped stone venerated by Muslims the world over. ■

शिष्यत्व और समर्पण

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

सत्यम् पूर्णिमा एक शुभ और सुन्दर अवसर है अपने गुरु, श्री स्वामी सत्यानंद जी के जन्मदिवस को मनाने का। मार्गशीर्ष की पूर्णिमा पर उनका जन्म हुआ था। जो व्यक्ति इस संसार में एक आध्यात्मिक प्रेरक के रूप में आता है, उसके जीवन में बचपन से ही कुछ ऐसे संस्कार झलकते हैं, जो दर्शाते हैं कि यह बालक सामान्य व्यक्तियों से भिन्न है। आपने रमण महर्षि की कहानी सुनी है। बाल्यावस्था में ही उनको समाधि का अनुभव होने लगा। आनंदमयी माँ की कहानी सुनी होगी। बाल्यावस्था में ही उनको भगवान का दर्शन और साक्षात्कार होता था, उनके साथ वे वार्तालाप करती थीं। स्वामी सत्यानंद जी भी छह साल की उम्र में ध्यान और समाधि की उच्च अवस्थाओं का अनुभव किया करते थे। इस प्रकार अगर हम महान् संतों के जीवन को देखें तो मालूम पड़ता है कि उनका स्वभाव, व्यक्तित्व और गुण एक सामान्य व्यक्ति से भिन्न था।

जब हम अपने गुरुदेव के बारे में बात करते हैं तो उनकी क्या उपलब्धि रही, यह बतलाने की आवश्यकता नहीं, बल्कि उनका जो जीवन चरित्र रहा, उसे जानना आवश्यक है। पहले दिन हमने बतलाया था कि अगर उनके

व्यक्तित्व और जीवन को एक शब्द में परिभाषित किया जाय तो हम कहेंगे कि वे भक्त थे। अगर दूसरे शब्द की खोज की जाय तो हम कहेंगे कि वे शिष्य थे।

भक्तों की श्रेणियाँ

भक्ति के सन्दर्भ में हमने आपको बतलाया था कि भक्त तीन प्रकार के होते हैं – निम्न कोटि, मध्यम कोटि और उच्च कोटि के। निम्न कोटि का भक्त अपनी परेशानियों से मुक्त होने के लिए भगवान से संबंध जोड़ता है और जब वह अपनी व्यथा से मुक्त हो जाता है तो फिर भगवान का नाम भी छूट जाता है। यह तो मनुष्य का स्वभाव है ही, जो केवल भगवान के साथ ही नहीं होता, डॉक्टर के साथ भी होता है, दवाई के साथ भी होता है। आप बीमार हो, एक चिकित्सक के पास जाते हो, वह कुछ गोली देता है, आप गोली खाते हो, थोड़ा अच्छा लगने लगता है, तो गोली भी भूल जाते हो और डॉक्टर को भी भूल जाते हो। मनुष्य की स्वाभाविक प्रवृत्ति अपने से जुड़ी रहती है और वह अपने लिए ही सुख-शांति की खोज करता है। यही तो हमारी जिंदगी की कहानी है जो आदिकाल से चली आ रही है। अपने जीवन के अभावों और दुःखों को दूर करने के लिए जब हम ईश्वर के साथ भक्ति का एक नाता जोड़ते हैं तो अपने ही सुख-शान्ति के लिए प्रार्थना करते हैं और जो मात्र अपना ही सोचता है, वह निम्न कोटि का भक्त होता है।

जो अपना भी और दूसरों का भी सोचे, वह मध्यम कोटि का भक्त होता है। ऐसे व्यक्तियों के जीवन में श्रद्धा और भक्ति तो है, लेकिन उसको दिखलाना भी आवश्यक रहता है कि 'देखो भाई, मैं कितना बड़ा भक्त हूँ, मैं कितना काम करता हूँ।' यह भक्ति का राजसी दिखावा होता है, लेकिन जो भक्ति मूक है, आडंबर रहित है, उसको उच्च कोटि की भक्ति कहते हैं। किसी को बोलने की आवश्यकता नहीं होती। आखिर मेरा अपना संबंध है ईश्वर के साथ, तुमको हम क्यों बतायेंगे? तुमको बताकर मेरा कल्याण होगा क्या? बल्कि तुम्हारे सौ सवालों का जवाब देना पड़ेगा। संतों की भक्ति इस प्रकार की मूक भक्ति होती है।

निष्काम भक्त

एक महात्मा का दृष्टांत आता है। ईश्वर दर्शन के लिए उन्होंने तपस्या की, और अन्ततः भगवान प्रकट होते हैं। भगवान उस महात्मा से कहते हैं, 'वर माँग।' महात्मा भड़क गए, कहते हैं, 'भगवान, आप तो अंतर्यामी हैं, आप मेरे दिल

की बात नहीं जानते क्या? मुझे वर नहीं चाहिए, मैंने तो केवल आपके दर्शन के लिए प्रयत्न किया और वह फलीभूत हो गया। मेरा काम हो गया, मुझे कुछ नहीं चाहिए, मैं जाता हूँ।' भगवान तो वचनबद्ध हो गए थे। उन्होंने वर माँगने के लिए कह दिया था। आखिर जब भी भगवान का मृत्युलोक में आना होता है, लोग उनसे माँगते ही रहते हैं। इसलिए भगवान का स्वभाव हो गया कि जब भी मृत्युलोक में किसी के यहाँ आते हैं तो पहली बात कहते हैं, 'वर माँग।' जल्दी से काम निपटाने के लिए भगवान सीधे मुद्दे पर आते हैं, कहते हैं 'वर माँग' और फिर कह देते हैं, 'तथास्तु'। ये दो ही वाक्य तो भगवान बोलते हैं।

जब साधु ने कहा कि मुझे कुछ नहीं चाहिए तो भगवान कहते हैं, 'मैं वचनबद्ध हूँ, कुछ तो माँगो।' भक्त कहता है, 'आप मेरी अवहेलना मत कीजिये, मेरा मजाक मत उड़ाइये, मुझे कुछ नहीं माँगना है। आप दुबारा कुछ माँगने के लिए कहेंगे तो मैं यहाँ से चले जाऊँगा।' भक्त का ऐसा चरित्र था! भगवान कहते हैं, 'देखो भाई, मुँह से एक बात निकल गयी है, वर तो देना ही पड़ेगा। चाहे वह छोटी-सी चीज क्यों न हो, पर कुछ तो देना है।' भक्त ने कहा, 'आप से कह तो दिया कि मुझे कुछ नहीं चाहिए, लेकिन आप बार-बार मेरा मजाक उड़ा रहे हो तो मैं जा रहा हूँ।' भक्त भगवान को पीठ दिखाकर चल दिया। भगवान भी वहाँ पर खड़े हैं, सोच रहे हैं कि 'ऐसा भक्त तो मैंने आज तक नहीं देखा जो कुछ नहीं माँगता मुझसे। क्या करें इसके लिए?'

तब भगवान को भक्त के शरीर की छाया दिखी जो उसके पीछे थी। भगवान ने छाया को आशीर्वाद दे दिया। अब यह भक्त चलते जा रहा है, उसको मालूम भी नहीं कि मेरी छाया को क्या आशीर्वाद मिला है और उसकी छाया उसके पीछे चमत्कार करते जा रही है। एक मरे हुए पेड़ पर उसकी छाया पड़ी, तो पेड़ हरा-भरा हो गया, फलों से लद गया। एक मुर्दे पर उसकी छाया पड़ी, वह मुर्दा जीवित होकर खड़ा हो गया। एक अंधे पर छाया पड़ी, अंधे को रोशनी मिल गयी। लँगड़े को चलने का हौसला मिल गया। इस प्रकार साधु की छाया चमत्कार कर रही थी और साधु को मालूम भी नहीं। वह तो चले जा रहा था अपनी मस्ती में कि मुझे मेरे प्रभु का दर्शन हो गया। इसको कहते हैं मूक भक्ति।

हमारे यहाँ जो भी महान् संत-महात्मा हुए हैं, वे मूक भक्त रहे हैं, दिखावे वाले भक्त नहीं कि हमारे सोने से बने रामजी हैं, सोने का सिंहासन है जहाँ पर मैं रोज पूजा करता हूँ, मुझे पूजा के लिए यह चाहिए, वह चाहिए। भगवान सोना-चाँदी में नहीं रहते, वे तो पत्थर में रहते हैं। भगवान ने संसार में हीरों-

रत्नों का, सोना-चाँदी का खान दिया है, लेकिन उनका निवास वहाँ नहीं होता। कहाँ होता है? पत्थर में। कभी शिवलिंग में, तो कभी शालीग्राम के रूप में। यह अमूल्य निधि है, हीरे-मोती, सोना-चाँदी से भी ज्यादा महत्त्वपूर्ण, क्योंकि उस पत्थर में भक्त ईश्वर का अस्तित्व देखता है, अनुभव करता है और उसको आत्मसात् करता है। सोने की प्रतिमा बनाना आडंबर है, ढोंग है, अपने अहंकार को बढ़ाना मात्र है।

हमारे संत-महात्मा सच्चे, आडंबर रहित भक्त होते हैं और उनका स्वभाव बिल्कुल वैसा होता है जैसा श्रीकृष्ण ने गीता के बारहवें अध्याय में उल्लेख किया है। स्वामी शिवानंद जी का भी यही स्वभाव था, स्वामी सत्यानंद जी भी इसी स्वभाव को लेकर समाज सेवा में संलग्न हुए। हमारे गुरुदेव ऐसे भक्त हैं, जिनका एक-एक गुण श्रीकृष्ण द्वारा बताए गए लक्षणों से सौ प्रतिशत मिलता है। यह कहने में कोई अतिशयोक्ति नहीं कि हमारे गुरुदेव उच्चतम कोटि के भक्त रहे हैं।

शिष्य की परिभाषा

भक्त होने के साथ वे शिष्य भी थे। शिष्य का मतलब क्या होता है? जो दीक्षा लेता है, क्या वही शिष्य होता है? नहीं, वह तो दीक्षित चेला माना जाता है, उसे शिष्य नहीं कहते हैं। चेला तो चलने वाला है, उसका कोई अपना ठिकाना नहीं होता, उसके जीवन में स्थिरता नहीं होती। स्थिरता केवल उसी के जीवन में होती है जो शिष्य होता है।

हम तो पिछले साठ सालों से देखते आये हैं, लोग आते हैं, कहते हैं कि मैं आपको अपना सर्वस्व समर्पित करता हूँ, लेकिन बारह साल होने के बाद कहते हैं कि अब मैं चला अपना आश्रम खोलने के लिए, अपनी यात्रा करने के लिए, शादी-ब्याह करने के लिए, धन-संपत्ति कमाने के लिए, अपनी गाड़ी चलाने के लिए। एक तरफ व्यक्ति कहता है समर्पण की बात, तो दूसरी तरफ कहता है कि बारह साल हो गए, अब मैं चला। यह कौन-सा समर्पण हुआ! यह है चेला जो चलते रहता है, कभी स्थिर नहीं होता। लेकिन शिष्य वह होता है जिसके जीवन में आध्यात्मिक गुणों का विकास हो रहा है और उनमें पहला आध्यात्मिक गुण है समर्पण। जो समर्पित है, उसको शिष्य कहते हैं और उस शिष्य के लिए समय की पाबंदी नहीं कि पाँच साल हो गये या बारह साल हो गये या चौबीस साल हो गये या पचास साल हो गये, क्योंकि उसने तो समर्पित कर दिया है स्वयं को। वह अभिन्न हो गया है गुरु से और गुरु के लक्ष्य से। गुरु के कार्यों के लिए वह एक आधार बनता है, माध्यम बनता है।

यह तभी संभव है जब समर्पण रहे और जब समर्पण रहता है तो भाव शुद्ध रहता है। फिर वह यह नहीं देखता है कि मेरे बगल वाले गुरुभाई को क्या मिला है और मुझे क्या नहीं मिला। वह तुलनात्मक दृष्टिकोण नहीं रखता, बल्कि गुरु की ओर दृष्टि रखता है। गुरु और शिष्य का जो संबंध होता है उसमें वे एक-दूसरे की ओर देखते रहते हैं। जो शिष्य गुरुमुखी होता है, वह कभी भटकता नहीं है, लेकिन जो शिष्य मनमुखी होता है, उसका मन प्रतिपल, प्रतिक्षण भटकता है। कभी यह चाहता है, कभी वह चाहता है, कभी वहाँ जाता है, कभी यहाँ आता है, जिंदगी का चक्कर चलते रहता है।

जो व्यक्ति समर्पित और गुरुमुखी है, जिसका अपना कुछ नहीं होता, उसे ही शिष्य कहते हैं। जिसका अपना कुछ नहीं होता और जो अपना कुछ नहीं चाहता, वही वास्तव में शाहंशाह होता है। जिसने अपने पूरे जीवन को गुरु के

लिए समर्पित कर दिया, उसकी न कोई इच्छा होती है, न कोई विचार होता है, न कोई कामना होती है, मात्र एक उद्देश्य होता है कि मैं अपने गुरु के काम आऊँ। यही एक विचार उसके जीवन को प्रेरित करता है। यह तभी संभव है जब जीवन में गुरु के प्रति पूर्णरूप से समर्पण हो। समर्पण का मतलब ही होता है समग्र और पूर्ण अर्पण। कोई भी ऐसी चीज नहीं छूटती जिसे आप अर्पित नहीं करते हो। समर्पण शिष्य ही करता है, बाकी लोग मात्र अर्पण करते हैं। समर्पित शिष्य का अहंकार नहीं होता, उसकी अपनी कामना नहीं होती, उसकी अपनी महत्त्वाकांक्षा नहीं होती, वह मात्र एक ही भावना रखता है कि मेरा जन्म सफल हो जाय अगर गुरु सेवा में काम आ जाय।

हमारे गुरुदेव का भी ऐसा ही चरित्र रहा। जब वे गुरु-आश्रम में थे तो आश्रम छोड़ना नहीं चाहते थे। उनको तो स्वामी शिवानंद जी ने जबरदस्ती आश्रम से बाहर निकाला। उन्होंने कहा, 'मैं जानता हूँ कि तुम यहाँ पर रहने आए हो, मेरे साथ जीवन बिताने आए हो, लेकिन तुमको बहुत काम करना है, इसलिए तुमको एक उद्देश्य और लक्ष्य देकर बाहर भेज रहा हूँ। वह लक्ष्य है योगविद्या का प्रचार और प्रसार। जिस दिन तुम्हारे माध्यम से यह काम हो जाएगा, तुमको मालूम पड़ जाएगा कि तुम्हारे कर्म समाप्त हो गए हैं, और तब तुम अध्यात्म और संन्यास के मार्ग में पुनः आगे बढ़ना।' फिर जब स्वामीजी शिवानंद आश्रम छोड़कर बाहर निकले तो स्वामी शिवानंद जी के अपने प्रिय शिष्य के बारे में अंतिम वाक्य थे – 'मेरा वास्तविक उत्तराधिकारी तो आज आश्रम छोड़कर जा रहा है, वही संसार को शिव के प्रकाश से आलोकित करेगा।'

जरा सोचिए, एक शिष्य के लिए गुरु का ऐसा कहना कितना महत्त्वपूर्ण है! गुरु ने ऐसे शिष्य पर पूर्ण विश्वास किया है, तभी तो दावे के साथ कहा कि मेरा वास्तविक उत्तराधिकारी जा रहा है जो विश्व को शिव के आलोक से प्रकाशित करेगा। स्वामी शिवानंद जी और स्वामी सत्यानंद जी, दोनों में कोई भेद नहीं था, दो शरीर एक आत्मा, एक उद्देश्य, एक दिशा। शिष्य ही इसे संभव बना पाता है, चेला नहीं क्योंकि उसमें समर्पण है ही नहीं। वह तो गुरुजी के यहाँ लेने के लिए आता है, देने के लिए नहीं। असली शिष्य वही होता है जो अपना सम्पूर्ण जीवन अपने गुरु को समर्पित कर दे और गुरु के लिए जिये, गुरु के लिए मरे। हमारे गुरुदेव का ऐसा अद्भुत जीवन-चरित्र रहा है।

– 13 दिसम्बर 2024, पादुका दर्शन

भगवान शिव का अभिषेक

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

अभिषेक शिव पूजा का अभिन्न अंग है। बिना अभिषेक के शिव-पूजा अधूरी है। भगवान शिव का अभिषेक जल, दूध, घी, दही, शहद, नारियल पानी, पंचामृत आदि से करते हैं। अभिषेक के दौरान सुर-लय के साथ रुद्रीपाठ, पुरुषसूक्त, महामृत्युंजय जप आदि किये जाते हैं। अभिषेक से भगवान शिव शीघ्र संतुष्ट हो जाते हैं।

जब तुम भाव और श्रद्धा के साथ अभिषेक करते हो तो तुम्हारा मन एकाग्र होता है। तुम्हारा हृदय भगवान की कल्पना और दिव्य विचारों से भर जाता है। तुम अपने शरीर का ख्याल भूल जाते हो और आस-पास से बेखबर होते हो। अहं धीरे-धीरे खत्म होता जाता है। जब विस्मरण का भाव आता है तब तुम आनन्द से भर जाते हो और अन्दर स्वर्गीय सुख तथा भगवान शिव की अनुभूति होती है। रुद्री और ॐ नम: शिवाय का सस्वर पाठ तुम्हारे मन को पवित्र कर देगा और उसे सत्त्व से भर देगा।

भगवान शिव का नाम किसी प्रकार से भी स्मरण किया जाय, सही तरह से हो या गलत, जानकर किया जाए या अनजाने में, सावधानी से हो या असावधानी से, यह निश्चित है कि वे वाञ्छित फल देते हैं। उनके नाम की महिमा को कभी तर्क और बुद्धि से नहीं समझा जा सकता। इसे केवल भक्ति, विश्वास और मन्त्रों के भावपूर्ण जप द्वारा अनुभव किया जा सकता है। उनका हर नाम अनन्त शक्ति का भण्डार है। उनके नाम की महिमा अनिर्वचनीय है।

हे साधक! शिव-नाम की शरण में जाओ। उनके भजन गाओ। नामी और नाम एक हैं। प्रत्येक आती-जाती श्वास के साथ नाम-स्मरण करो। इस कलि-युग में नाम-स्मरण और संकीर्तन भगवान तक पहुँचने का सबसे सरल, सुरक्षित, त्वरित और विश्वसनीय मार्ग है। ■

Surrender

Swami Niranjanananda Saraswati

During this auspicious time of Satyam Poornima, I have had the opportunity to describe two special qualities of my Guru's nature. Of course, there are many aspects which I can speak about as he was a multi-talented master. However, for this Satyam Poornima, I have chosen two particular qualities which, I believe reflect the intensity of his nature. The first quality of his character, his nature, was to be a *bhakta*, a devotee, who is determined to discover, awaken and experience luminosity within himself, and to inspire others to discover their own luminosity. That is a bhakta.

According to your individual conditioning, you can associate this idea with your belief, your dogma or ritual, anything you like, yet do not restrict it or limit it to that alone. Remember that bhakti is a process of inner transformation. It is not an external act, rather it is a process of inner transformation to

discover that purity, harmony and identity of oneness with all, and to overcome the dross and the limitations that are self-imposed, or created by nature and destiny. Bhakta is one quality – the seeker who walks towards luminosity and purity.

The second quality of Sri Swamiji's nature was discipleship. The word in Sanskrit is *shishya,* which has been translated as disciple. However, shishya does not mean disciple. Disciple means one who is disciplined, one who follows a discipline, a specific path, whereas shishya is that person who has surrendered completely to God or to Guru. Nothing else exists for that person beyond God and Guru; the world does not exist, the family does not exist, friends do not exist. There is only one awareness, and that one, singular awareness and identification with that awareness, as well as a complete merger with that identity is known as surrender.

When people hear the word surrender, they think, 'Oh, I have to let go of my individuality, and submit my will to somebody else's'. No, that is a concept which people have developed over time, because when people surrender in a war, they submit to the will of the victor. However, the word of surrender in Sanskrit is *samarpan. Arpan* means to offer, and you can offer whatever you have – something small, something big, something outer, something internal. It depends on your conviction, your faith, belief, engagement, association and commitment. *Sam* plus *arpan* means total surrender and where there is total surrender, there is only oneness. There is an experience of oneness and there is no duality. For example, a mother is always devoted to her children. There is a feeling of closeness, of oneness, of belonging, 'That child belongs to me, I belong to that child.' There is a feeling of oneness, and in that feeling of oneness, any sacrifice can be made.

In the same manner, a disciple develops a close connection with the Master and becomes one with the energy, the spirit, mission, vision and the mind of the Master. The disciple acts according to the will of the Master, and achieves the highest without the ego coming in the way to reflect, 'This is me!' Instead

there is a recognition, 'Whatever I am receiving is due to the grace of God and Guru'. That is samarpan.

Samarpan happened in the life of my Master, Swami Satyanandaji. In his own words he has said that when he first met his guru, Swami Sivananda in Rishikesh, 'I put my head on his feet, and at that time my mind was at peace. There were no questions in my mind, there was no doubt in my mind. All my questions disappeared, my mind became silent, and I knew that I had found my Guru.' This is a very beautiful statement – the mind became silent, due to the feeling of identification with his Master. If the identification was not there, the mind would not become silent. The mind would continue to search and to question, 'Is this the right person?' The connection was so internal and deep, that in one instant he knew and in one instant the Guru knew; they both recognized each other and they both became one.

Swami Sivananda told his disciple Satyam, 'Work hard, remove the dross of life, and the light will shine forth from within.' Swami Satyananda did not question him even once. He engaged himself in work, day and night. He did not go to any classes; he did not study any literature. He only did seva – work, work, work. Not eighteen hours, but twenty-three hours every day. There was so much identification with his Master, there was so much identification with his Guru, that his only internal desire was to transmit the teachings of his Master everywhere. With this idea in mind, he worked in every department, in every area, without any attachment, with absolute dispassion, keeping in mind what Swami Sivanandaji would have wanted him to do. Keeping in mind how Swami Sivanandaji would react, how he would deal with a situation, face a situation or difficulty, and how he would respond to it. He identified one hundred percent with his Guru, and that is surrender. Surrender does not mean

that you lie prostrate in front of the teacher. Surrender means to live in Guru and allow the Guru to live in you.

That was the life that Swami Satyananda lived. He lived in his Guru, and his Guru lived in him. That is true discipleship. You live in Guru's ashram, yet the spirit of Guru does not live in you. That is the difference. You are aware of Guru's wishes, yet you follow your own mental tantrums, and not the wish of the Guru. That is you! When you compare your mind-set to what Swami Satyananda was experiencing and living, you will see a stark difference. Two different realities – one reality in which he immersed himself completely, and the other reality which you cannot escape from and perhaps you do not want to escape from either.

Discipleship is never complete in our life, as there is no surrender. There is living, yes. You can live for twenty years, thirty years, forty years in the ashram of the guru, yet if there is no surrender, you are still the same person expressing the same mind, the same thoughts, behaviour, awareness, attitude, conditionings, and nothing changes. Therefore, discipleship is not easy. It is challenging, for in this you have to come out of your own individual shell, you have to come out of the shell of individuality, and merge in the spirit and the luminosity of the Guru. Those who can do that are known as shishyas, those who have offered everything.

Swami Satyananda represented this nature of discipleship. We used to call him 'Guru,' but he always identified with himself, not as a guru or a great person, but as a humble disciple of his guru. He was a shishya from beginning till end. He experienced that oneness, that closeness with his Master in his life. He used to say, 'I can see Swami Sivananda. I can speak to him; he gives me instructions even now.' That is only possible if there is no distinction between two, and two have become one. It is only possible if you are a real shishya, or a disciple. Our guru, Swami Satyanandaji was both, a bhakta and a shishya.

– 14 December 2024, Ganga Darshan, Munger

Bead of Auspiciousness

We have come to the conclusion of the birthday celebrations of our Guru, Sri Swami Satyanandaji. What a beautiful time we have spent together, basking in the rays of Sivam and Satyam, and experiencing the Sundaram, the beauty of our own life!

During parikrama, you have received a rudraksha bead. That bead was kept in this place of worship for four days, with the sankalpa to bring auspiciousness, health, peace and prosperity to you, your home, your family. So, cherish that and keep it in a place of respect and honour at your home, with the conviction that this will always bring auspiciousness into your home and in your life.

A Year's Learning

Swami Niranjanananda Saraswati

Each year brings a learning, and this learning is different for different people. Some learn from the family perspective, some from the professional, financial and economic perspectives. Each one learns something unique every year. Are they aware of it? I have also learnt many things this year, and I am happy to say I am aware of them.

Let me tell you a small joke. There was a professor at the university, and he taught his students philosophy. After one year at the last class, he said, 'From all the studies of this whole year, I have come to the conclusion that this chair, on which you saw me sit for the whole year, does not exist. You can either refute it or agree with this statement. I am telling you that this chair does not exist. I am giving you ten minutes to prove if I am right or wrong.' People started to write and one boy wrote very fast only on a slip of paper, folded the paper and handed it to the teacher. The teacher waited for all the

papers to be collected, and it took over an hour for everybody to write what they wanted to write.

Then, the teacher went through each answer and gave them the marks. The first person to receive A+ was the boy who had written something very fast and given the paper first. Everybody was curious as he did not even spend thirty seconds and he got A+. They were writing and writing ten pages, five pages, and were getting C and D and E. What did he write? So, they asked the teacher, ‘Can you please tell us what this student wrote on the little slip of paper?’ The teacher said, ‘The correct answer. Therefore, he got A+.’ What was the correct answer? He had only written two words, ‘Which chair?’ Every end of the year, I feel this because I ask myself a question and then I answer it by saying, ‘Which one?’

This year I have come to the conclusion that I am not what you see. How do we relate to or recognize each other? How do we decide that this is a good person, a nice person or a bad person? What I or you decide, does it reflect the true nature of who we are? I have seen people depressed, and they identify with the incident which lead them to depression, and in thought, feelings, emotions, expressions and behaviour that is what they become. Are they really that person? I have seen people angry, and they identify with their anger. People say, ‘This person is a horrible person, don’t go near him, don’t talk to him; he is very angry.’ Is that anger the real identity of the individual?

Everything that we know about each other is based on our response to a reaction from each other. The whole opinion that is created is based on our observation or reaction to a reactions. That is not me. So, who am I? I don’t know and nobody knows. It is no use saying that I am the Son of God, Brahman, or the Eternal Spirit. That is only a thought, an idea which you can never realize in your life. However, beyond your reactions, you are also something different. How can you realize that? The guidelines are given in our slogan. Our

slogan is ‘Be Good and Do Good’. The slogan of spiritual life is to be good and to do good. This is not just a thought or an idea, but an actual expression of life, for which you do not have to think. It just manifests spontaneously and naturally. After all, negativity, destructiveness, hatred, anger, jealousy, discontentment, irritation are all the different states of mind which we live every day. We did not learn them anywhere; they are natural expressions.

If these are the natural expressions, then I am sure that there would be a positive expression as well. Can I connect with the positive expressions, along with that which is natural? That is the search for goodness, and that is real spiritual life, not thinking about God or practising meditation. Becoming positive, changing the quality of mind from destructive and negative to constructive and uplifting, that is true spirituality. Many people think of God, yet has anything happened to them? Have they become good? Have they become bad? They are where they were. If you try to correct yourself whenever you falter, then that is your achievement and attainment. That brings you happiness, peace and joy in life, and it develops harmony in life.

Kindness and connection

We have declared the next eight years to be the years of positive connection, only for this reason, so that we can remind ourselves again and again to develop and connect with positivity, to develop a harmonious balanced connection with each one around us, in the family, in society, with friends, with everyone. Why eight years? Last year we celebrated the birth centenary of Sri Swamiji, that was hundred years. In reality, a sadhu's centenary comes at hundred and eight. From 101st to 108th, we have eight years to live and experience the true positive connection with our own selves first, then with our friends, family members, our associates, and with society at large. In this way, we inspire and encourage people to have an optimistic and positive outlook to life.

Somebody, who works in the postal services, told me that many times they receive phone calls, 'Our parcel has not been delivered. If you don't deliver it today, face the consequence.' This is not one person or two, but the whole of society is behaving in this manner. Separation and differentiation is growing, distance is being created. There is no respect or honour for anybody in our life anymore. Demands for 'my right and my pleasure' have taken the front seat. The whole society is like that, yet has that stand given us peace? Has that stand given us prosperity?

If you look at the history of civilizations, the growth of each civilization took place when kindness was shared by all, with each other, the group and community. If that kindness had not been shared, advancement of society, civilization and science would not have taken place. There would be no peace, harmony and prosperity in life. You would be under threat all the time. It was kindness and connection which developed our human society to this level of science, technology, knowledge, understanding and living conditions, where we are comfortable, where we can look at different aspects of our own nature and life. It is positivity which enhances the qualities of life.

How to connect with it? Dharma comes first, but not dharma as religion. *Dharma* means leading a good and virtuous life, a responsible life, a right and correct life. This has to be followed with *seva*, the willingness to help and serve whoever is in need. There should be *vishwaprem*, love and compassion for all, not only love and compassion for our own needs and desires. There has to be yoga for maintenance of physical, psychological and spiritual health. There has to be meditation to keep the mind on the right track, to clean the rubbish of the mind on a daily basis, just as somebody cleans their room on a daily basis. That is important. You have to develop discriminative wisdom, to know what is correct and what is incorrect, and objectivity, so that you can be clear about what needs to be done. These are different paths which connect you to positivity and a virtuous life. They bring out the dormant superior sattwic qualities, which are not freely expressed in life.

These are various ways through which we can connect with a better nature, which will lead to peace, freedom and satisfaction in the world for everyone. This has been the learning of this year for me, and for which I am grateful. These points will help me move ahead in the coming year, if I can live them. Take a decision for yourself. Identify three, four points and make every effort to live them.

– 31 December 2024, Ganga Darshan, Munger

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 scanning the **QR code**.

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.

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 इस **QR code** को स्कैन करके दिया जा सकता है।

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

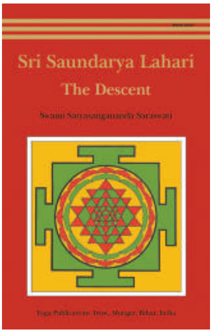
दान राशि के साथ एक पत्र संलग्न रहे जिसमें आपके दान का प्रयोजन, डाक पता, फोन नम्बर, ई-मेल और PAN नम्बर स्पष्ट हों।

Yoga Publications Trust

Sri Saundarya Lahari

The Descent

Swami Satyasangananda Saraswati



This masterful commentary on *Saundarya Lahari* deals with the essence of tantric philosophy and sadhana, elucidating the esoteric traditions of Sri Vidya, the Dasa Mahavidyas, kulakundalini, chakras and tattwas, and their usage to bridge the gap between the outer and inner experience.

Sri Saundarya Lahari, the Descent, an exposition on the feminine divine, is substantiated and enhanced by the personal experience and in-depth study of the author. Also included are a comprehensive introduction, *prayoga*, or uses of the mantras, yantras and especially the mandalas contained in the text, transliteration and index.

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, गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर 811201, बिहार, द्वारा www.sannyasapeeth.net/avahan-emagazine.php पर प्रकाशित।

© Sannyasa Peeth 2025

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 फोटो : सत्यम् पूर्णिमा 2024

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

Sannyasa Peeth Events & Training 2025

Sannyasa Peeth Training

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

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