

Satya ka Avahan

Invoking the Divine

सत्य का
आवाहन

Year 3 Issue 5 September–October 2014

Membership Postage: Rs. 100



Sannyasa Peeth, Munger, Bihar, India



Hari Om

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 and Swami Niranjanananda, along with the programs of Sannyasa Peeth.

Editor: Swami Yogamaya Saraswati

Assistant Editor: Swami Sivadhyanam Saraswati

Published by Sannyasa Peeth, c/o Ganga Darshan, Fort, Munger – 811 201, Bihar.

Printed at Thomson Press India (Ltd), Haryana

© Sannyasa Peeth 2014

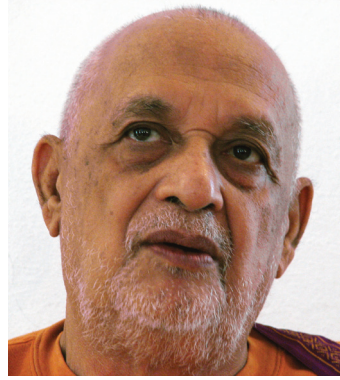
Membership is held on a yearly basis. Late subscriptions include issues from January to December. Please send your requests for application and all correspondence to:

Sannyasa Peeth
c/o Ganga Darshan
Fort, Munger, 811 201
Bihar, India

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

Front cover: Srimad Bhagavat Katha, Shivalaya, Munger

Plates: 1-2: Srimad Bhagavat Katha; 3-5: Pashupat Astra Yajna; 6: Siddha Kunjika Anusthana; 7-8: Jhoolan



SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Mantra is not the name of a god or goddess or of a person. It is not a holy word or part of a hymn. Mantra is not sacred, nor is it a tool for concentration. It is a vehicle for expansion of mind and liberation of energy.

—Swami Satyananda

मंत्र किसी देवी-देवता या संत-महात्मा का नाम नहीं है। यह कोई पवित्र धार्मिक शब्द या किसी स्तोत्र का अंश भी नहीं है। और न ही यह धारणा सिद्ध करने का कोई साधन है। यह तो चेतना की वृद्धि और शक्ति की निर्मुक्ति का माध्यम है।

—स्वामी सत्यानन्द

Published and printed by Swami Shankarananda Saraswati on behalf of Sannyasa Peeth, c/o Ganga Darshan, Fort, Munger – 811 201, Bihar.

Printed at Thomson Press India (Ltd), 18/35 Milestone, Delhi Mathura Rd., Faridabad, Haryana.

Owned by Sannyasa Peeth **Editor:** Swami Yogamaya Saraswati



Satya ka Avahan

Invoking the Divine

सत्य का आवाहन

Year 3 Issue 5 • September–October 2014

न तु अहं कामये राज्यं न स्वर्गं नापुनर्भवंम् । कामये दुःखतपानां प्राणिनां अस्तिनाशनम् ॥

"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 Philosophy of Om
- 4 मंत्र की महिमा
- 5 दैवी सत्ता
- 7 Sankalpa: A Wish to Commune with God
- 11 देवता, मंत्र और श्रद्धा
- 15 Jaag Nepal!
- 22 जाग नेपाल!
- 26 Sannyasa Peeth Events
- 29 संन्यास पीठ की गतिविधियाँ
- 31 Significance of Anusthana
- 34 जीवन का रूपांतरण
- 36 Creating a Spiritual Environment
- 40 मंत्र का प्रत्यक्ष प्रभाव
- 41 Eternal Teachings of the Scriptures
- 44 प्रश्नोत्तर-रत्न-मालिका
- 47 Sadhana: Creating a Kavach

Philosophy of Om

Swami Sivananda Saraswati



The sound produced in the flowing of the River Ganges, the sound that is heard at a distance, the sound that proceeds from the bustle of the market, that is produced by the flywheel when it is set in motion, that is caused when it rains, or there is a conflagration, or thunder: it is all *Om* only. Split any word and you will find *Om* there. *Om* is all-pervading like *akasha* (space), like *Brahman*, the absolute.

Om is the symbol of Brahman. Brahman is the highest of all. *Om* is his name. The word *Om* is the most appropriate name of Brahman. By its application, by its chanting, He becomes propitiated. *Om* is emblematic of Brahman, as images are of material objects. When you hear the sound 'tree', you at once

understand it has a root, a stem, branches, leaves, flowers, fruits, etc. Similarly, too, when you hear the *shabda* (sound) *Om*, it denotes *Satchidananda Brahman*, existence absolute, knowledge absolute, bliss absolute.

Om is also your real name. It covers the threefold experiences of man. From *Om* this sense world has been projected. It is the word of power. It is the sacred monosyllable. It is the essence of the Vedas. It is the boat to take you across to the other shore of fearlessness and immortality.

All languages, all sounds, come out of *Om*. The essence of the four Vedas is *Om*. *Om* is the source of all religions and scriptures. *Om* is your birthright. It is the common heritage of all. It is the word of power. It fills the devotee with spiritual strength, vigour and energy when chanted with harmony and rhythm. It brings inspiration and intuition.

Om leads one stage by stage to the highest bliss. It elevates the mind. It is a spiritual food and tonic. It is full of divine potency. *Om* stands for all phenomenal worlds. From *Om* this sense universe has been projected. *Om* has been formed by adding the letters A-U-M. A represents the physical world; U represents the mental and the astral planes, the world of spirits, all heavens; and M represents the deep sleep state and all that is unknown, beyond the reach of the intellect. *Om* therefore represents all. It is the basis of your life, thought and intelligence. All words that denote objects are centred in *Om* - hence the whole world has come from *Om*, rests in *Om* and dissolves in *Om*.

Live on *Om*. Meditate on *Om*. Inhale *Om*. Exhale *Om*. Rest peacefully in *Om*. Take shelter in *Om*. May that *Om* guide you. ■



मंत्र की महिमा

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

ईश्वर के नाम में शक्ति की पराकाष्ठा है। नाम के माध्यम से सब-कुछ प्राप्त किया जा सकता है। *भायँ कुभायँ अनख आलसहूँ, नाम जपत मंगल दिसि दसहूँ*—सही या गलत, जाने या अनजाने, किसी प्रकार भी ईश्वर का नाम लेने से वांछित परिणाम अवश्य प्राप्त होता है। ज्वलनशीलता अग्नि का स्वाभाविक, अन्तर्निहित गुण है। इसी प्रकार ईश्वर के नाम की स्वाभाविक, अन्तर्निहित शक्ति से साधक के समस्त पाप समूल नष्ट हो जाते हैं तथा वह भाव-समाधि में पहुँचकर ईश्वर-तादात्म्य एवं परमानन्द प्राप्त करता है। तर्क या बुद्धि द्वारा ईश्वर की महिमा का वर्णन नहीं किया जा सकता, लेकिन श्रद्धा, भक्ति एवं सतत् नाम-स्मरण द्वारा इसकी अनुभूति सम्भव है।



किसी मंत्र अथवा ईश्वर के नाम की आवृत्ति को जप कहा जाता है। मंत्र-जप योग का एक महत्वपूर्ण अंग है। यह क्षुधाकुल आत्मा का आध्यात्मिक आहार है। यह अन्धे साधकों के हाथ की लाठी है, जिसके सहारे वे आध्यात्मिक मार्ग पर आसानी से आगे बढ़ सकते हैं। यह ऐसी पारस-मणि है जो किसी साधक को ईश्वर-सदृश बना देती है। इस कलियुग में नाम-स्मरण या जप ईश्वर तक पहुँचने तथा अमरत्व एवं शाश्वत आनन्द की प्राप्ति का सबसे आसान, द्रुत, सुरक्षित और निश्चित मार्ग है।

जप हृदय को शुद्ध एवं मन को शान्त बनाता है। यह पापों को जला डालता है तथा जन्म-मृत्यु के चक्र को नष्ट कर देता है। यह आसक्ति का विनाश कर वैराग्य उत्पन्न करता है तथा समस्त इच्छाओं का उन्मूलन करता है। जप साधक को निर्भय एवं निर्मोही बनाता है। जप-योग से प्रेम-भाव विकसित होता, परम शान्ति की प्राप्ति होती तथा भक्त का भगवान से तादात्म्य स्थापित होता है। इससे स्वास्थ्य, समृद्धि, सामर्थ्य एवं दीर्घ जीवन की प्राप्ति होती है। यह ब्राह्मी चेतना, कुण्डलिनी जागरण एवं शाश्वत परमानन्द की प्राप्ति का साधन है। जप एक सुखद, स्फूर्तिदायक तथा आह्लादक स्नान है। इससे सूक्ष्म शरीर की आश्चर्यजनक सफाई होती है। ■

दैवी सत्ता

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

इस सृष्टि में कोई है जो सबकी देखभाल करता है। सब कुछ अपने आप ही नहीं हो रहा है। तुम्हारे बच्चे का जन्म अपने आप नहीं हुआ है। कोई शक्ति है, कोई देवता है, जो यह सब करता है। जैसे भारत देश की सरकार है, वैसे ही इस पूरे ब्रह्माण्ड में कोई सरकार है जो सब विभागों की देखभाल करती है। एक बहुत बड़ी सरकार, जिसको कहते हैं अलबेली सरकार। अंग्रेजी में इसे कहते हैं 'कॉस्मिक गवर्नमेन्ट' और उपनिषदों में कहते हैं 'अक्षर प्रशासन'। बृहदारण्यक उपनिषद् में याज्ञवल्क्य ने गार्गी से कहा— *एतस्य वा अक्षरस्य प्रशासने गार्गी सूर्याचन्द्रमसौ विधृतौ तिष्ठत* — हे गार्गी, इस अलबेली सरकार के राज में चाँद और सूरज अलग-अलग स्थान में रहते हैं, कभी एक-दूसरे से टकराते नहीं। नदियाँ ऊपर से नीचे की ओर ही बहती हैं। इस तरह की और भी बहुत-सी बातें लिखी हैं इस उपनिषद् में कि यह सरकार कैसे सबका ख्याल रखती है।

सारी सृष्टि भ्रम में है। तुम सोचते हो कि तुम्हारा जन्म हुआ, तुम्हारी माँ और दादी का जन्म हुआ, फिर उनकी मृत्यु हुई, फिर तुम युवा हुए, बुजुर्ग बने। इसी प्रकार प्रकृति के अन्य जीव और तत्त्व भी बदलते प्रतीत होते हैं। पर यह सब अपने आप नहीं हो रहा है। सभी का नियंत्रण विभिन्न शक्तियाँ करती हैं, जिन्हें देवता कहते हैं। हर स्थान का एक स्थान देवता होता है, जो उस जगह का ख्याल रखता है। जब मैंने पड़ोस की जमीन खरीदी, जिसे अब तपोवन कहते हैं, तब उस स्थान के पुराने देवता को भगा दिया, क्योंकि उसने जमीन की ठीक से देखभाल नहीं की, जमीन के विकास के लिये मालिक की मदद नहीं की।

जब मैंने तपोवन लिया, तब वहाँ पहले भूमि पूजन किया। एक महीना सीता जी के विवाह का जो कार्यक्रम हुआ, वह इसीलिए हुआ था। वह भूमि पूजन का बहाना था, क्योंकि सीता जी भूपुत्री हैं, भूदेवी हैं। वे जनक जी की कन्या नहीं थीं। ऐसा तो कानूनी ढंग से कहना पड़ता है, पर वास्तव में वे भूमि की पुत्री थीं। हमने उस स्थान देवता से कहा, 'तुम जाओ, तुमने इस स्थान को ठीक से नहीं रखा है।'

ऐसे अनेक प्रतीक होते हैं जिनमें देवता का वास होता है। ग्रीस में बेसिलिका होती है, हिन्दुओं में तुलसी और पीपल होते हैं। हम तो प्रतिदिन सुबह और शाम तुलसी और पीपल की पूजा करते हैं, अगरबत्ती और दिया जलाते हैं। मैं इस भगवान को क्यों न मानूँ? इसमें क्या नुकसान है। भगवान को तुम देख नहीं सकते, इसलिये कह दिया कि वह निराकार है! नहीं, भगवान का रूप होता है। उसे मैं देख नहीं पाता, इसलिए उनका एक प्रतीक रख दिया, चाहे शिवलिंग या शालीग्राम या तुलसी।

कलियुग में केवल दो ही देवता महत्त्वपूर्ण हैं। अच्छे घर में रहो, अच्छा कपड़ा पहनो, अच्छी बात करो, यह गणेश जी का तरीका है। गणेश जी शिव जी की तरह लंगोटी वगैरह धारण करके साँप-बिच्छू के साथ नहीं बैठते हैं। वे तो बढ़िया रेशम के कपड़े पहनते हैं, पाउडर-क्रीम लगाते हैं, लड्डू खाते हैं। खूब बढ़िया मोटा पेट है उनका! वे बड़े विद्वान हैं, पढ़े-लिखे हैं, बुद्धिजीवी हैं। शिव जी पढ़े-लिखे नहीं हैं, पर गणेश जी को पढ़ना और चर्चा करना पसन्द है। सारी महाभारत उन्होंने लिख डाली। व्यासदेव जी लिखाते जाते थे, वे लिखते जाते थे। और दूसरी हैं देवी जी। पैसा-पैसा-पैसा, आज का आदमी केवल अर्थ



संचय करना चाहता है। इसलिए शास्त्रों में लिखा है— *कलौ चण्डीविनायकौ*, कलियुग में इन दो देवताओं का पूजन जरूरी है, क्योंकि आज के युग की आवश्यकता यही है।

आज आदमी दो ही चीजें चाहता है। अच्छी तरह से रहना और बैंक में पैसा। पढ़े-लिखे बन सको, कोई नौकरी मिल जाए, दो-चार आदमियों के बीच बातचीत कर सको, यही तो तुम सब चाहते हो न? वेतन, मकान सभी अच्छा होना चाहिए, शादी हो तो अच्छे घर में हो, बीमार पड़ें तो दवाई भी अच्छी होनी चाहिए। यह गणेश जी का तरीका है, शिव जी जैसा नहीं। शिव जी तो कहीं भी सो जायेंगे, तुम्हारी गोशाला में भी सो जायेंगे। लेकिन आज का आदमी कहता है, ड्रॉइंग रूम में नहीं सोयेंगे, सोना है तो बेडरूम में ही सोयेंगे, और वह भी बढ़िया होना चाहिए। यह आज के आदमी की मांग है। और दूसरा, पैसा होना चाहिए। बैंक में भी, बीमा योजना में भी थोड़ा जमा होना चाहिए। *कलौ चण्डीविनायकौ*, ये देवता हमारी मनःस्थिति को दर्शाते हैं।

मैं बाहरी चीजों के बारे में बात नहीं कर रहा हूँ। जब मैं गणेश, लक्ष्मी या चण्डी के बारे में चर्चा करता हूँ, ये सब बहुत गूढ़ बातें हैं। यह एक रहस्यमय विषय है, लेकिन मैं इस तरह से बताने की कोशिश कर रहा हूँ कि तुम लोग उसको समझ सको, अपना सको। अगर मैं कहूँ कि भगवान निराकार हैं, तो तुम क्या करोगे? कुछ नहीं कर सकते। लेकिन जब मैं कहता हूँ कि भगवान का रूप है, उनका शरीर है, उनकी सूँड है या उनकी पूँछ है, तब तुम उनको समझ सकते हो। हो सकता है तुम्हें उनका आशीर्वाद भी मिल जाए या कम-से-कम वे तुम्हारी श्रद्धा के केन्द्र हो जाएँ। ■

Sankalpa: A Wish to Commune with God

Swami Satyananda Saraswati



You may remember God and worship Him with different motives, but whatever you do constitutes upasana, and whatever you wish for in this world you will get. Everything happens in its own way. When a desire arises in the mind of God, He also arranges for its fulfilment. If you worship women, wealth, enjoyment and happiness, you will obtain them, but they will inevitably bring misery and sorrow in their trail, just

as everything brings its own shadow along with it. Everything in this world has a material shadow. Whatever you wish for in this world, you will get: son, wife, prosperity, success, fame, honour and status. But these will also bring sorrow and unhappiness. However, when you worship God with a heart full of love and wish for that which will allow you to establish a relationship with Him, then there is no question of sorrow or unhappiness.

An exact science

The Sanskrit word *sankalpa* is loosely translated as 'determination', 'conviction' or 'resolve'. Sankalpa converts the dynamic mental force of willpower, or *iccha shakti*, into a living entity. Sankalpa is a science. It is not just a simple idea that you would like something, and if you do a little prayer or worship it will come about. In a sankalpa the mental energy becomes stronger than matter, and with such a force you can achieve what is virtually impossible to attain. So the sankalpa is not a mere wish or idle fancy related to your self-centred personality. The sankalpa is a plea, a message from your soul to help liberate it from its bondage in your human form. The sankalpa is born from a yearning that comes from beyond any physical, mental or emotional need.

You should repeat your sankalpa with total conviction and with all your faith, sincerity and devotion. The power of sankalpa is a force that can change the course of your destiny. Whenever you sit for prayer or worship, whenever you remember the Lord or repeat His name, you can reinforce your sankalpa by repeating it mentally at that time. Sometimes you may feel a huge gap between yourself and the realization of your sankalpa. At those times repeat it mentally and visualize it, right there in front of you, in living reality. Such should be the faith with which you hold your sankalpa. The force of your mental energy is capable of tremendous intensity, and if you are able to harness that force, anything that you set your mind upon will come true.

Make a vow and stick to it

The sankalpa is absolutely necessary for the success of any *pooja* or ritual. In the sankalpa, the devotee pledges to fulfil his promise of adoration and is thereby assured of his success to attain the fruits of the worship. In order to become established in any form of worship, whether formal or informal, you must first make this vow. You can make a simple and small vow that every morning you will get up early, have a bath and chant Gayatri mantra a specific number of times. Then, irrespective of your workload, you must do it daily. Even if the mind is disturbed, you must still do it. If your faith in the vow dwindles, even then you must do it.

The important thing is to do it and do it and do it. The vow that you make is an expression of your will, whether a strong decision or a small oath. You must have studied the principle of crystallization in primary science. If you hang a small crystal, after some time you will see that small crystal particles kept nearby are drawn to it, until in the end such a large crystal is formed that it falls off.

You can make a vow to fast on Ekadashi, or whatever vow is suitable for you, and then follow it with regularity. This way the willpower becomes strong and the mind becomes disciplined. When your mind is strong, you will not need to repent. Your bad habits will change without repentance. Everybody repents; gamblers and drunkards also repent, but it has no effect because the mind is weak. To make the mind strong, a man must be able to make a decision and stick to it without wavering. A gardener decides to plant potato, brinjal and cabbage, so that is his sadhana. Raidas was a cobbler; he decided to make shoes and that was his sadhana. Kabir was a weaver; he decided to make cloth, so that was his sadhana.

Whatever you do or want to do, that can become your sadhana, your upasana, provided you offer it to God. The feeling that 'I am the doer' must not be there. Some work as doctors, some as advocates, some as priests, some do business. Whatever work you do, you must have the feeling of dedication.

An agreement with God

What is a vow? “God, give me this and next year I will not eat bread.” No, it is not that easy. If you ask God for a great favour and make a great offering in return, you will never face a loss. If your transactions with God are honest and clear, if you do business with God correctly, you will never be a loser. You can take lessons from the lives of saints and hermits. Prayer for the fulfilment of a wish is a very powerful thing if it is done properly. It has its own laws. Nothing is impossible to attain in the kingdom of God, but God is a complicated element. You cannot handle Him easily. There is only one way to handle God: make a prayer and make a promise which even He does not know of. Whatever you want to do, you can do by your own wish. If this wish is made properly, then it is like a bombshell.

Sankalpa has its own laws of karma. Whether the future is bright or otherwise, everyone fantasizes about the future, but life is formed by your karmas, not by your wishes. However, there are some people who can change their life according to their sankalpa. In order to make this happen, you have to be like an assassin. You must have the determination to carry a decision through. You must not waver, because karma, wealth, learning and death are all decided on the day of conception and man can only change it through determined efforts to keep his resolve.

Love is the ultimate sankalpa

On the spiritual path there are two important aspects: one is yourself and the other is God. There is no third aspect. That is what I also consider in my life. First, myself: I have to struggle, I have to survive. Then, God and His blessings. God can be reached only by love. There is no other way. The feeling of love that arises in the mind becomes the sankalpa. When you feel love, devotion and affection for someone, then whatever you think about that person becomes your pooja, your worship, your sankalpa. ■

देवता, मंत्र और श्रद्धा

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

हमारे शास्त्रों में कहा गया है कि शरीर में देवी-देवताओं का वास होता है। देवी-देवता हर प्राणी, हर जीव के शरीर के भीतर विद्यमान रहते हैं, हर अंग में उनका निवास होता है। यह बात मैं केवल शास्त्रीय ज्ञान के आधार पर नहीं बोल रहा हूँ। करीब एक दशक पूर्व, दो वैज्ञानिक, एक अमेरिकन और दूसरा लेबनानी, मानव मस्तिष्क और तंत्र-तंत्रिकाओं को बड़े गौर से देखते हैं और एक-एक क्रिया को समझने का प्रयास करते हैं। अपने इस अनुसंधान के दौरान वे पाते हैं कि मस्तिष्क के भीतर हमारे देवी-देवताओं के वास्तव में चित्र हैं। उन्होंने कहा कि हमने अपनी आँखों से देखा है कि मस्तिष्क के भीतर विभिन्न केंद्रों में देवी-देवताओं का चित्र उभरता है, और वह केंद्र वैसे ही विशेष प्रकार का कार्य करता है, जैसा देवी-देवता करते हैं। उन्होंने यह भी बतलाया कि किस अंग में किस देवता का वास है। इस पर एक मोटी किताब भी छपी है जो पाश्चात्य विज्ञान और भारतीय दर्शन का एक बहुत ही सुन्दर समन्वय है।

देवी-देवता इस मस्तिष्क और शरीर के भीतर विराजमान अवश्य हैं, लेकिन उन पर रक्त-मांस-मज्जा का जो आवरण चढ़ा है, उसके कारण वे दिखलाई नहीं देते। उस आवरण को तुम हटा दो, तो देवी-देवता भी दिखलाई देंगे। ऐसा इन पाश्चात्य वैज्ञानिकों का मानना है। हम भारतवासियों के लिए तो यह श्रद्धा और विश्वास का विषय है, लेकिन जब पाश्चात्य वैज्ञानिक अनायास शोध करते-करते देवी-देवताओं के अस्तित्व और रूप को शरीर के भीतर देखते हैं, तो हम लोग भौंचक्के रह जाते हैं।

इसका यही अर्थ निकलता है कि हम इस जीवन में कभी अकेले नहीं हैं। जिस शिव की, जिस नारायण की, जिस शक्ति की, जिस गणेश की हम आराधना करते हैं, वे हमारे शरीर के भीतर कहीं-न-कहीं पर वास कर रहे हैं। भारतीय शास्त्रों में यही बात अनेक तरीकों से समझाई गई है, और साथ ही अनेक पद्धतियों की शिक्षा दी गई है, जिसके द्वारा हम इस दैवी तत्त्व को अपने भीतर जागृत कर सकते हैं।

मंत्रों की शक्ति

मैं आपको एक उदाहरण देता हूँ। सत्तर के दशक में भारत सरकार ने उत्तर प्रदेश के एक सुदूर गाँव में एक छोटा-सा प्रयोग किया। उस गाँव में कुछ साधु रहते थे जिनको किसी ग्रंथ से अग्नि प्रज्वलन मंत्र की जानकारी मिली थी। ग्रंथ में लिखा था कि इस मंत्र को सिद्ध करने से अग्नि अपने आप प्रकट होगी। बहुत-से वैज्ञानिक इस मंत्र पर प्रयोग करने वहाँ पर गये। उन्होंने एक झोपड़ी बनाई और उसकी पूरी छानबीन करके उसे बंद कर दिया। झोपड़ी में लकड़ी तो क्या कोई भी ज्वलनशील

पदार्थ नहीं था। पूरे इलाके की नाकाबन्दी कर दी गई और पुलिस उस झोपड़ी को घेरकर पहरा देने लगी।

वैज्ञानिकों ने झोपड़ी में अपने यंत्र रखे थे जो तापमान को नाप रहे थे। झोपड़ी के बाहर करीब 20-25 लोग हाथ पकड़कर खड़े हो गये, और अग्नि प्रज्वलन मंत्र का पाठ करने लगे। उन्होंने एक घण्टा तक पाठ किया और इस एक घण्टे के दौरान यंत्रों ने पाया कि झोपड़ी के अंदर तापमान लगातार बढ़ रहा है और अचानक उस झोपड़ी में आग लग गई! प्रयोग के बाद वैज्ञानिकों ने कहा कि ऐसा मंत्र के कारण ही हुआ क्योंकि वहाँ कोई ज्वलनशील पदार्थ नहीं था।

मंत्र का स्पन्दनात्मक स्वरूप

हमारे शास्त्रों के अनुसार मंत्र मात्र शब्द नहीं होता, यह ध्वनि है, स्पन्दन है। मंत्र का अर्थ निकालने की कोशिश भी नहीं करनी चाहिए। अगर हम 'ह्रीं' कहें तो आप अपनी बुद्धि लगाकर कहोगे कि यह देवी का मंत्र है। 'ॐ नमः शिवाय' का अर्थ आप निकाल लेते हो कि शिवजी को नमस्कार, क्योंकि नमः का मतलब नमस्कार, शिवाय का मतलब शिवजी को। लेकिन वास्तव में आपने उस मंत्र का अर्थ निकाला है और अर्थ उस मंत्र का वास्तविक परिचायक नहीं है। मंत्र का परिचायक है स्पन्दन, जो आपके मन और चेतना को प्रभावित करता है, परिवर्तित करता है, शांति, सुख और आनन्द लाता है।

विदेशी लोगों को तो भारतीय संस्कृति का ज्ञान होता नहीं। वे हमारे पास आते हैं, हम उनको कोई मंत्र देते हैं। उन्हें मालूम भी नहीं रहता कि हम उनको क्या दे रहे हैं। उनके लिए उस मंत्र का कोई अर्थ नहीं होता, लेकिन रोज बैठकर वे श्रद्धा के साथ उस मंत्र की माला जपते हैं। उनसे अगर पूछो कि इस मंत्र का क्या प्रभाव है तो बतलायेंगे, 'हमें बहुत शांति मिलती है, बड़ा आनन्द आता है। हमारे जीवन में सुख की बारीश होने लग गई, दुःख कम हो गये।'

मंत्र का मन पर प्रभाव

आपको एक सत्य घटना बतलाता हूँ। कुछ दिन पहले की बात है, एक चिट्ठी आई विदेश से। चिट्ठी एक सोलह साल की लड़की ने लिखी थी जिसमें उसने कहा, 'मैंने कुछ महीने पहले अपनी एक समस्या के बारे में आपको पत्र लिखा था। मेरे पिता शराब की आदत में इतने बुरे फँसे हैं कि उनका पारिवारिक जीवन पूरा चौपट हो रहा है। अवसाद की अवस्था में रहते हैं, रोज घर में मार-पीट होती है। घर में भय है, तनाव है, चिंता है कि भविष्य में परिवार का क्या होगा।'

योगाश्रम से उस पत्र का जवाब गया था कि तुम रोज तीन मंत्रों का जप करो—महामृत्युञ्जय मंत्र, गायत्री मंत्र और दुर्गा जी के बत्तीस नाम, यह संकल्प लेकर कि मेरे पिताजी इस बुरी आदत से मुक्त हो जायें। जब तुम मंत्रों का जप करते हो, तब

अपनी बंद आँखों के सामने पिताजी के चेहरे को देखो और कल्पना करो कि तुम जो मंत्र बोल रहे हो, वे उनके भ्रूमध्य से उनके मस्तिष्क के भीतर जा रहे हैं।

लड़की ने चिट्ठी में लिखा कि मैंने ऐसा ही किया और अब मैं उसका परिणाम बतलाना चाहती हूँ। अब सोचिए, सोलह साल की एक विदेशी लड़की है, महामृत्युंजय या गायत्री मंत्र क्या है, उसे नहीं मालूम। लेकिन रोज बैठकर पाठ किया, इस संकल्प के साथ कि मेरे पिताजी ठीक हो जायें। पत्र में उसने लिखा है कि इस साधना को शुरू करने के ठीक दो महीने बाद पिताजी ने हम सबसे बातचीत की, हमें बाजार ले गये, हम लोगों के लिये सामान खरीदा, जो आज तक कभी नहीं हुआ था। घर आये, अपने बच्चों को गिटार बजाना सिखाया। जिनको पहले रोज डंडा और झापड़ पड़ता था, उनको अब वे संगीत सिखा रहे हैं! पन्द्रह साल में पहली बार उन्होंने स्वीकार किया कि मैं लाचार हूँ अपनी आदत से, इससे मुझे मुक्त होना है।

यह चमत्कार नहीं तो और क्या है। मंत्रों के द्वारा एक व्यक्ति अवसाद से मुक्त होकर पुनः अपने परिवार से जुड़ गया और परिवार में खुशी की लहर दौड़ पड़ी। यहाँ पर जो असली बात हम आपको बतलाना चाह रहे हैं, वह यही कि लड़की को मंत्र के बारे में कुछ ज्ञात नहीं, फिर भी अपना मंत्र-जप किये जा रही है। इस लड़की के मन से मंत्र एक स्पंदन, एक संकल्प के रूप में अपने पिता के मन में प्रेषित हो रहा है, और उसका प्रभाव यह कि पिता की चंचलता, विक्षिप्तता, तनाव और अवसाद, सब समाप्त हो गए और उनका जीवन सुधर गया। इसी को आस्था, विश्वास और श्रद्धा कहते हैं।

सामान्य रूप से लोग अपनी बुद्धि लगाकर मंत्र का अर्थ निकालते हैं। सोचते हैं कि मंत्र का मतलब क्या होता है, पहले यह जान लें। जब हम उस मतलब को जान लेते हैं तो भाव खत्म हो जाता है। अगर मतलब नहीं जानें और मात्र इस विश्वास से चलें कि यह मंत्र हमें हमारे गुरु ने दिया है, और उनका आश्वासन है कि इसको करने से हमें लाभ होगा, तब फिर इस प्रकार की श्रद्धा और आस्था से जीवन में बहुत कुछ प्राप्त होता है। ऐसे अनेक लोगों के उदाहरण हैं, जिन्होंने इस विधि को अपने जीवन में अपनाया और हमें बतलाया कि उन्हें क्या फायदा हुआ।

दैनिक मंत्र साधना

हम लोगों से हमेशा कहते हैं कि रोज सबेरे उठकर इन मंत्रों का पाठ किया करो। प्रातःकाल उठकर बिना हाथ-मुँह धोये, बिस्तर पर ही बैठकर आँखों को बंद कर लो। तुम कौन हो, क्या करते हो, सब भूलकर पाँच मिनट के लिए बैठ जाओ। उस अर्द्धनिद्रा की अवस्था में तुम एक बहुत ही अच्छे संकल्प को अपने मन में आरोपित कर सकते हो। ग्यारह बार महामृत्युंजय मंत्र का जप करो। मन में करो या बोलकर करो, कोई फर्क नहीं पड़ता। यह मत सोचो कि मैं अशुद्ध हूँ, अभी तो मैंने मुँह भी



नहीं साफ किया है, तो भगवान से कैसे बात करूँगा। भगवान तो चौबीस घंटे तुम्हारे साथ रहते हैं, वे तुम्हारी हर सुख और दुःख को भली-भाँति जानते हैं। उनसे क्या छिपाना? ग्यारह बार महामृत्युंजय मंत्र, ग्यारह बार गायत्री मंत्र और तीन बार दुर्गा जी के बत्तीस नामों का पाठ कर लो, पाँच-दस मिनट से ज्यादा समय नहीं लगेगा।

सबेरे दस मिनट आप इस मंत्र साधना के लिए देना और उसके बाद फिर हाथ-मुँह धोना, शौच करना, स्नान करना, नाश्ता करना, बाकी सभी काम-काज करना। जिन्दगी में जो भी कष्ट है, परेशानी है, वह दूर हो जाय, इस भावना से युक्त होकर इन मंत्रों का जप करना। अगर आर्थिक तंगी है और विश्वास के साथ जप करोगे तो आर्थिक तंगी भी दूर हो सकती है। अगर मानसिक तनाव है, क्लेश है, दुःख है और विश्वास से करोगे तो वह क्लेश दूर हो सकता है। ये सब मंत्र के अनुभूत प्रयोग हैं। हमें केवल करने भर की आवश्यकता है। एक बार एक उपलब्धि हो जाय, तब फिर दूसरी भी संभव हो जाती है।

भगवान या देवी-देवता हमलोगों से ज्यादा दूर नहीं हैं, हमारे भीतर हैं। और केवल दार्शनिक स्तर पर नहीं। इस बात के व्यावहारिक और वैज्ञानिक प्रमाण हैं। लेकिन उनकी शक्ति, उनके अनुग्रह, उनकी कृपा को प्राप्त करने के लिए उन पर रक्त, मांस और मज्जा का जो आवरण पड़ा है, उस आवरण को हटाकर उनके स्वरूप को हमें अपने भीतर प्रतिष्ठित करना है, और यह कार्य संभव होता है मंत्र के द्वारा, आराधना के द्वारा। अपने जीवन में उनके प्रतिष्ठित होने पर फिर हमलोग हमेशा शांति और आनंद के कल्पवृक्ष के नीचे वास करते हैं। मेरी बात को याद रखना, आराधना छोड़ना नहीं और आराधना की शिक्षा अगली पीढ़ी को प्रदान करते रहना क्योंकि यही हमलोगों का संस्कार है, और यही हमलोगों के जीवन का आधार भी है। ■

Jaag Nepal!

Swami Niranjanananda Saraswati



In continuation of the yoga yatras that started after the World Yoga Convention, a program was conducted in Nepal. This was a groundbreaker and an eye opener, both. It was our first exposure to Nepal, and I had gone there not for the purpose of propagating yoga, rather, to pay my respects to the mother of Sri Swamiji, as she was Nepali. It was my intention for many years to go to Nepal to hoist the flag of Satyananda Yoga there, more as an honour to Sri Swamiji's mother than for the purpose of propagating yoga. It was with this theme that the program started.

Land of the Gorkhas

While in Nepal we visited different places that are of importance there. One of them is of course Pashupatinath, the famous Shiva temple, where we went on 3rd June to receive blessings before the commencement of the yoga program, and again on the 8th to give thanks for the successful conclusion of the yoga program. Then we also visited another place known as Burha Neelkanth.

Burha Neelkanth

You have seen the image of Vishnu sleeping in yoga nidra on top of a snake. That is the image there, however, the person who is lying on the snake is not Vishnu; it is Shiva. *Neelkanth* means 'blue throat', and that is one of the names of Shiva. *Burha* means ancient, so it is the figure of the ancient Shiva, in the form of Vishnu, Narayana.

The story of Burha Neelkanth is ancient. In the sixteenth century, a king had a dream in which he saw this statue and the location where he had to dig the ground. Following the dream, he started digging and excavating the earth. At one point the pickaxe hit something and blood flowed from there. When they removed the dirt they saw it was a toe made out of rock that had been hit with the pickaxe. The blood was flowing from the toe. They excavated a bit further and discovered a huge, twenty-five-foot statue of Shiva sleeping on top of a serpent, just like Narayana.

There is an interesting darshan that happens there. The statue is in the middle of the lake, so it looks like a snake floating on water, and Shiva lying on top of that. If you look down into the water from one specific point, you see the whole reflection of Shiva turned right side up. How that happens or why that happens is not possible to know. A reflection in water is never seen right side up. It is the exact opposite image, of Shiva reclining on the bed, so you actually see two faces: one on top, the real one, and the other at the bottom, the reflection, and they both look as though they are fused into one body.

That was one of the most powerful experiences; unexpected yet vibrant and alive.

Tara on the rock

After we concluded the program on the 8th, we left Kathmandu and went to another temple called Manakamana. This is a fourteenth-century temple on top of a hill, where we had to take the ropeway and cross three mountains. It was very steep, and there was a definite change in temperature between where we started off and the top of the mountain. In this fourteenth-century temple the figure is of Tara, one of the tantric devis, and one of the aspects of the Dasha Mahavidyas in tantra. This image of Tara is on a rock, and the whole temple is made out of wood from the fourteenth century, gilded with gold and silver; beautiful and powerful. We spent some time there doing our pooja, then we came down from Mankamana and went to Pokhara.



Darshan in the caves

About fifty kilometres from Pokhara is a chain of underground caves about one kilometre long inside a mountain. It is known as Gupteshwar Mahadev; *Gupteshwara*, the hidden; *Mahadeva*, the Lord. The hidden lord, Mahadeva. We went to this cave, and inside it was incredible. It was made out of stalactites forming natural images of Saraswati, Lakshmi, Kali, Shiva, the Pandavas, the Saptarishis, Brahma – all with the flow of water, much like our own Patal Bhuvaneshwar in the Kumaon region. There we had this beautiful darshan inside the caves. Everything is formed naturally over thousands of years, and the figures and the shapes are just perfect as if once upon a time, gods and

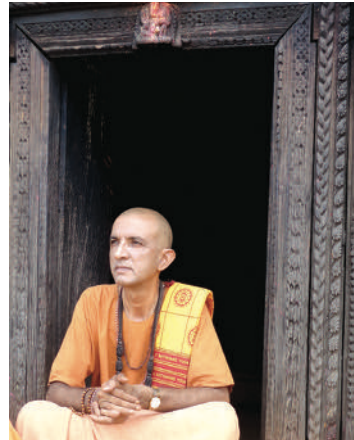
goddesses did reside in that cave and somebody had actually carved their images on the rocks with water.

This cave was discovered by a sannyasi. His name was Swami Shivagiri, and he had done a lot of tapasya and sadhana. Inside you could actually feel the intensity of vibration of the tapas that has been conducted by the sadhus over different times. We sat there for some time, did japa, and when we came out there was a naga sannyasi standing there. He looked at us and said, "I have made kheer." He has been living there for five years, and that night he had a dream that he had to make kheer. He did not know why the kheer had to be made, yet he made a substantial amount of kheer. We were about twelve people and when he saw us, he said, "Now I realize why this kheer had to be made." We sat down, had kheer with him, sang kirtans with him and for about an hour and a half, we all became nagas, eating kheer and singing kirtans.

Guru Goraknath, the original hatha yogi

We returned to Pokhara and the next morning we went to the birthplace of Guru Goraknath. Guru Goraknath was the first disciple of Matsyendranath, who was the direct disciple of Shiva and the original hatha yogi. There is a story that when Parvati asked Shiva the way to overcome human suffering, Shiva placed a condition that no living being should be in the area while he imparts the teaching of yoga to Parvati. Another condition was that Parvati would always say 'yes' to confirm that she is listening to the teachings. If she fell asleep, then Shiva would stop the teachings.

They sat down beside a river and Shiva started to teach the subject of yoga and tantra to Parvati. As you know, when



a subject becomes too deep or philosophical people go to sleep, and Parvati also went to sleep. Yet Shiva continued his exposition on yoga and tantra since he kept hearing, "Yes, yes, yes, yes." After he finished, Shiva opened his eyes and saw Parvati fast asleep. Shiva was then curious as to how he was getting the answer, "Yes, yes", and he looked around and saw a fish. That fish was reborn as Guru Matsyendranath, and with the boon of Shiva he became the first hatha yogi of the world.

Guru Matsyendranath had a disciple called Guru Gorakhnath, who hailed from the area of the Gorkhas. In fact, the word gorkha comes from gorakhnath; *gorkha* means followers of Gorakhnath. The Gorkhas were told by Guru Gorakhnath to protect their culture, tradition and religion and, even today, Gorkhas are the foremost warriors in the world.

The founder of the Gorkha clan was Guru Gorakhnath, and the Gorkhas were the original Kirata tribe. It was the Kirata tribe that gave a weapon to Arjuna during the Mahabharata war, known as the Pashupata astra. Shiva had taken the form of the Kirata king to grant this boon to Arjuna. Guru Gorakhnath hails from the same lineage, and he was instrumental in the establishment of the first Gorkha kingdom in Nepal, which unified the three kingdoms.

We went to see the palace of the first kingdom, which was the centre of the unification of Nepal. The whole fort is made out of rocks and looks very much like the Great Wall of China; it is a beautiful rock structure. Inside is the cave of Guru Gorakhnath, where he would come to guide the king for reunification of the country.

The missing spark

Before leaving Nepal we had already received a letter from a medical college that wants to open a department of yoga and do research on cardiovascular management. We have also received an invitation to bring yoga into a school there and make it a model for applying the principles of yoga in schools.

If it can become a model then, in the course of time, yoga education will also move into other schools of the country.

I do feel that the people are in need of something, something with which they can connect and feel fulfilled, feel complete. That sense of completeness was missing from the people in Nepal, even when I went to the rural areas. In the village areas people were living, yet the spark of life was missing. In Kathmandu people were living, yet the spark of life was missing. It was a strong feeling, the realization that they are becoming disconnected from their own natural and spiritual selves. Whenever there is disconnection from the natural and spiritual self, a lot of distraction takes place, and these distractions divert the mental focus to some other area. Due to the political upheavals in the country for the last twelve years, the people and the minds of people are disturbed. They are not at peace, and there seems to be an identity crisis between the youth and the elderly.

The solution: sadhu's principles

Looking at this disparity and crisis, the thought came strongly that Nepal can be unified, spiritually and culturally, with the proper implementation of the sadhu's principles. When I use the words 'sadhu's principles', I mean Swami Sivananda's principles: yoga along with seva. These are the two principles of a sadhu, for which a sadhu has to



live, and these two principles will become useful in Nepal. Yoga, along with seva, can bring that focus and that balance back into their lives.

There are many yoga teachers in Nepal, however, for any substantial and right work to happen, it is dedicated sannyasins who must propagate, not teachers. Teachers have their own

compulsions, families, responsibilities, needs, and financial requirements, therefore they cannot devote themselves totally to yoga. It is for this reason that I made the statement in Nepal that an ashram will open there directly under the guidance of BSY. It will be run by sannyasins, not by karma sannyasins, yoga teachers or householders who have their other priorities or convictions in life. It will be run by people who are totally focused on the development of yoga, and the unification of the culture. This will happen. It is the call of the land, and this call will be answered in the future. In four to eight years, we shall see the development of yoga beautifully in Nepal as well.

Awakening the land

I feel that the time is now right for the spiritual awakening of Nepal. There used to be a slogan: *Jaag Machhender, Gorakh aya* – “Wake up, Matsyendranath, Gorakh has come.” I modified that to: *Jaag Nepal, Niranjan aya* – “Wake up, Nepal, Niranjan has come!”

It was an inspirational journey and I can say clearly and openly that I have discovered the spiritual Nepal. Hippies had discovered the ganja Nepal, and I have discovered the spiritual Nepal. ■



जाग नेपाल!

स्वामी निरंजनाब्द सरस्वती

विश्व योग सम्मेलन के बाद अप्रैल, 2014 से योग यात्राओं का जो क्रम प्रारंभ हुआ उसका अगला पड़ाव नेपाल था। इस यात्रा से नेपाल में सत्यानन्द योग का पदार्पण तो हुआ ही, साथ ही नेपाल के बारे में मुझे गहराई से जानने का अवसर भी मिला। श्री स्वामीजी की माताजी नेपाली थीं और कई सालों से मेरी यह हार्दिक इच्छा थी कि मैं नेपाल जाकर उनके सम्मान में सत्यानन्द योग का झण्डा फहराऊँ। इसी भावना के साथ इस कार्यक्रम का शुभारम्भ हुआ।

अपने नेपाल प्रवास के दौरान हमलोगों ने अनेक ऐतिहासिक और धार्मिक स्थलों का दर्शन किया। पहला स्थान था पशुपतिनाथ का प्रसिद्ध मंदिर जहाँ हम लोग 3 जून को गए और योग महोत्सव की शुरुआत से पहले भगवान शिव का आशीर्वाद प्राप्त किया। फिर 8 जून को हमलोगों ने दुबारा वहाँ जाकर योग कार्यक्रम की सफलता के लिए अपना धन्यवाद ज्ञापित किया। इसके बाद हम एक और महत्वपूर्ण आध्यात्मिक स्थल के दर्शन के लिए गए जिसे बूढ़ा नीलकण्ठ कहा जाता है।

बूढ़ा नीलकण्ठ और मनकामना मंदिर

आप लोगों ने विभिन्न चित्रों और मूर्तियों में भगवान विष्णु को शेष-शय्या पर योग निद्रा में विश्राम करते देखा होगा। ठीक वैसी ही मूर्ति यहाँ भी है, लेकिन इस विशाल मूर्ति में भगवान विष्णु के स्थान पर शिव जी सर्पशय्या पर लेटे हुए हैं। इस स्थान के बारे में एक पुरानी कथा है। सोलहवीं शताब्दी में यहाँ के एक राजा को स्वप्न आया जिसमें उसने इस विशाल प्रतिमा को देखा और वह स्थान भी देखा जहाँ उसे खुदाई करनी थी। राजा ने अगले दिन उस स्थान पर खुदाई शुरू करवाई। खुदाई करते समय कुदाली किसी चीज से टकराई और वहाँ से रक्त बहना शुरू हो गया। जब मजदूरों ने उस स्थान से मिट्टी हटाई तो पाया कि वहाँ पत्थर का बना एक अँगूठा था जिसे कुदाली की ठोकर लग गई थी और उसी से रक्त बह रहा था। जब और खुदाई हुई तो सर्प-शय्या पर विराजमान भगवान शिव की यह पचीस फीट लम्बी प्रतिमा अनावृत हुई।

इस प्रतिमा के दर्शन के बाद हमलोगों ने मनकामना मंदिर के लिए प्रस्थान किया। चौदहवीं सदी में बना यह मंदिर एक ऊँची पहाड़ी पर स्थित है। यह मंदिर देवी माँ के तारा स्वरूप को समर्पित है, जो तंत्र-शास्त्र की दश महाविद्याओं के एक पक्ष का प्रतिनिधित्व करती हैं। माँ तारा की प्रतिमा एक चट्टान पर अंकित है। पूरा मंदिर लकड़ी का बना है जिसपर सोने और चाँदी को जड़ा गया है। हम लोगों ने कुछ देर वहाँ पूजा-अर्चना की और उसके बाद पोखरा के लिए प्रस्थान किया।

गुप्तेश्वर महादेव के अद्भुत दर्शन

पोखरा से पचास किलोमीटर की दूरी पर एक पहाड़ के नीचे लगभग एक किलोमीटर लम्बी गुफाओं की शृंखला है, जिसे गुप्तेश्वर महादेव के नाम से जानते हैं। इस गुफा के अंदर का दृश्य अद्भुत था। गुफा की छत और दीवारों से पानी रिसने की वजह से सरस्वती, लक्ष्मी, काली, शिव, ब्रह्मा, सप्तऋषि और पाण्डवों जैसे अनेक देवी-देवताओं की प्राकृतिक आकृतियाँ उभर आई हैं, जो एकदम वास्तविक प्रतीत होती हैं। यह गुफा कुमाऊँ के पाताल भुवनेश्वर से काफी मिलती-जुलती है।

इस गुफा की खोज स्वामी शिवगिरि नामक एक संन्यासी ने की थी, जिन्होंने यहाँ लम्बे समय तक तपस्या और साधना भी की। इस गुफा में अनेक सिद्ध पुरुषों की तपस्या के कारण उत्पन्न शक्तिशाली आध्यात्मिक तरंगों का स्पष्ट रूप से अनुभव किया जा सकता है। हम लोगों ने गुफा के अन्दर कुछ देर बैठकर जप किया। जब हम गुफा से बाहर निकले तो वहाँ एक नागा साधु खड़ा था। हमें देखते हुए उसने कहा, 'मैंने खीर बनाई है।' वह पिछले पाँच सालों से वहाँ रह रहा है। पिछली रात उसे सपना आया कि उसे खीर बनानी है। उस समय यह बात समझ में नहीं आई कि खीर क्यों बनानी है, फिर भी उसने काफी मात्रा में खीर बनाई। जब उसने हम बारह लोगों के दल को देखा तो कहा, 'अब मुझे समझ में आ गया कि मुझे सपने में खीर बनाने का संदेश क्यों मिला था।' हम सभी उस नागा संन्यासी के साथ बैठ गए और स्वादिष्ट खीर का आनंद लेते हुए करीब डेढ़ घण्टे तक भजन-कीर्तन करते रहे।



हठयोग के प्रवर्तक—गुरु गोरखनाथ

गुप्तेश्वर महादेव से हम पोखरा लौट आए और अगली सुबह गुरु गोरखनाथ का जन्म-स्थान देखने गए। गुरु गोरखनाथ मत्स्येन्द्रनाथ के प्रथम शिष्य थे, जो स्वयं भगवान शिव के शिष्य थे। शिव जी, पार्वती जी और गुरु मत्स्येन्द्रनाथ के संबंध में एक बहुत रोचक कथा आती है। जब पार्वती जी ने शिव जी से दुःख-निवृत्ति का मार्ग पूछा तब उन्होंने अपने व्याख्यान से पहले दो शर्तें रखीं। पहली शर्त यह थी कि जब वे योग और तंत्र की व्याख्या कर रहे होंगे, तब वहाँ कोई भी अन्य जीव नहीं होगा और दूसरी शर्त यह थी कि इस विद्या को सुनते समय पार्वती बीच-बीच में 'हाँ' बोलती रहेंगी जिससे शिव जी यह समझ जाएँ कि वे उनकी बातों को ध्यान से सुन रही हैं।

भगवान शिव और माँ पार्वती एक नदी के किनारे बैठ जाते हैं और शिव जी अपनी चर्चा शुरू करते हैं। कोई भी विषय जब बहुत गंभीर और दार्शनिक हो जाता है तब लोग स्वाभाविक रूप से झपकी लेने लगते हैं। पार्वती जी के साथ भी यही हुआ। फिर भी शिव जी ने अपना उपदेश जारी रखा क्योंकि उन्हें 'हाँ' की आवाज सुनाई देती रही। अपना उपदेश समाप्त करने के बाद जब शिव जी ने अपनी आँखें खोलीं तो देखा कि पार्वती जी तो सो गई हैं। उन्होंने सोचा कि फिर 'हाँ' की आवाज कहाँ से आ रही थी। उन्होंने अपने चारों ओर नजर दौड़ाई तो पाया कि एक मछली उनकी सब बातें सुन रही थी और 'हाँ, हाँ' कहे जा रही थी। कालांतर में इसी मछली का जन्म गुरु मत्स्येन्द्रनाथ के रूप में हुआ जो भगवान शिव की कृपा से विश्व के प्रथम हठयोगी बने।

इन्हीं गुरु मत्स्येन्द्रनाथ के शिष्य थे गुरु गोरखनाथ। नेपाल के गोरखा क्षेत्र का नाम उन्हीं के नाम पर पड़ा है। गोरखा का अर्थ होता है गोरखनाथ के अनुयायी। गुरु गोरखनाथ ने अपने सभी अनुयायियों को अपनी परंपरा, धर्म और संस्कृति की रक्षा करने का आदेश दिया था और आज भी गोरखा विश्व के सबसे बढ़िया योद्धा माने जाते हैं। गोरखा समुदाय मूलतः किरात जनजाति से संबंधित है। महाभारत काल में स्वयं भगवान शिव ने किरात राजा का रूप धारण करके अर्जुन को पाशुपतास्त्र प्रदान किया था। गुरु गोरखनाथ भी मूलतः किरात समुदाय से संबंधित थे जिन्होंने नेपाल के विभिन्न राज्यों को एकीकृत कर गोरखा राज्य की स्थापना की थी।

नेपाल का पुनर्जागरण

नेपाल से प्रस्थान करने से पहले हमें नेपाल के एक जाने-माने मेडिकल कॉलेज से हृदय रोग संबंधी योग विभाग की स्थापना का प्रस्ताव प्राप्त हुआ। हमें नेपाल के एक प्रतिष्ठित विद्यालय में भी योग का समावेश करने का निमंत्रण मिला है। अगर यह विद्यालय यौगिक शिक्षा के आदर्श को स्थापित करने में सफल रहा तो निश्चित रूप से यौगिक सिद्धांतों को अन्य विद्यालयों में भी प्रयुक्त किया जा सकता है। मैंने व्यक्तिगत स्तर पर ऐसा अनुभव किया कि नेपाल के लोग एक ऐसी चीज की खोज



Srimad Bhagavat Katha, Baidyanatheshwar Shankarbagh, Shivalaya, Munger, 20-26 March 2014



*Srimad Bhagavat Katha, Baidyanatheshwar Shankarbagh, Shivalaya,
Munger, 20–26 March 2014*



Pashupat Astra Yajna, 2014, Satyam Udyan, 11-15 March



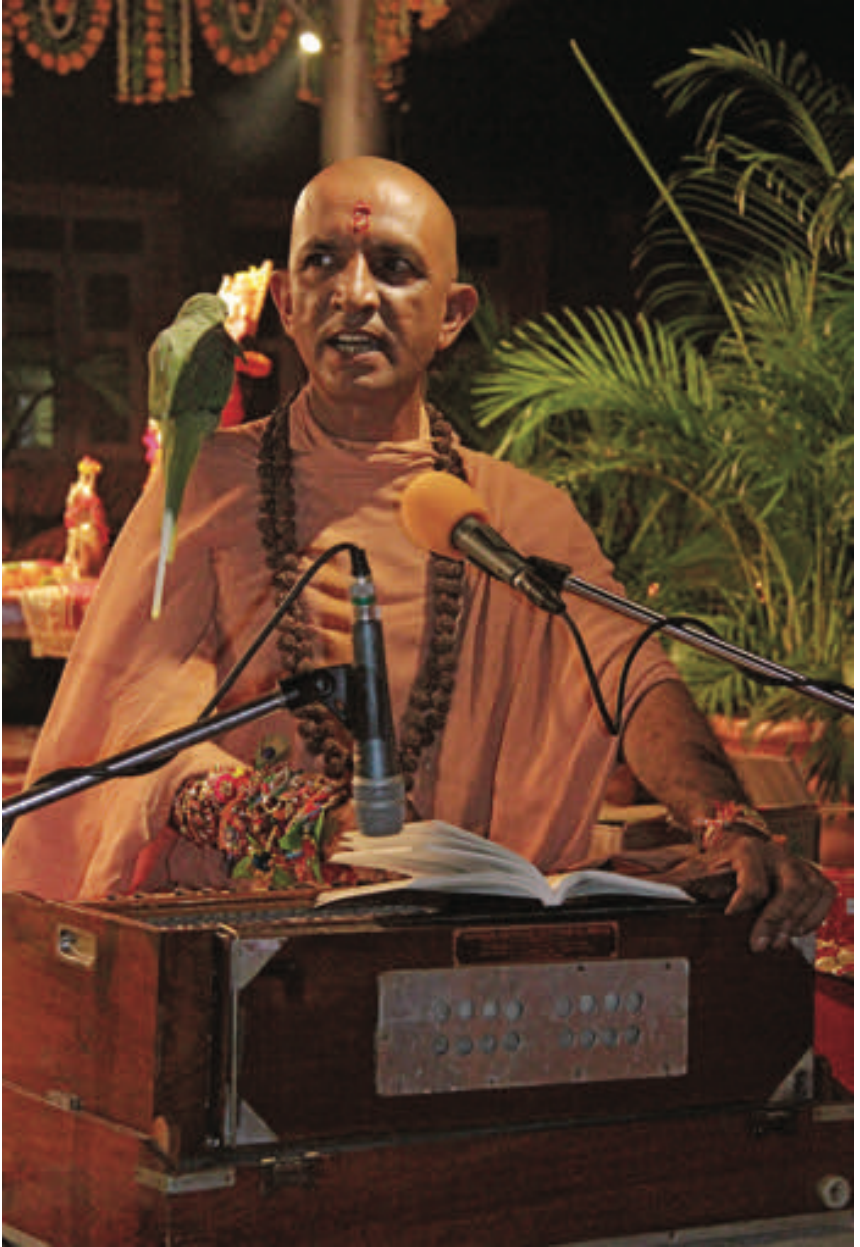
Pashupat Astra Yajna, 2014, Satyam Udyan, 11-15 March



Pashupat Astra Yajna, 2014, Satyam Udyan, 11-15 March



Siddha Kunjika Anusthana, Satyam Udyan, 16 April-14 May



Jhoolan, Satyam Udyan, 7-10 August



Jhoolan, Satyam Udyan, 7-10 August

कर रहे हैं जिससे वे अपने जीवन में पूर्णता अनुभव कर सकें। इस पूर्णता का मैंने नेपाल के अधिकांश लोगों में अभाव पाया, चाहे वे शहरी हों या ग्रामीण। लोग किसी तरह जी रहे हैं, लेकिन जीवन में जो उमंग, उत्साह और प्रेरणा होनी चाहिए, उसका नितांत अभाव है। वे अपनी स्वाभाविक, आध्यात्मिक प्रकृति से दूर होते जा रहे हैं। जब कभी मनुष्य के जीवन में ऐसी दूरी आने लगती है तब जीवन में भटकाव आता है। व्यक्ति का ध्यान अनावश्यक चीजों की ओर आकर्षित होने लगता है। पिछले बारह सालों से चली आ रही राजनैतिक उथल-पुथल के कारण नेपाली लोगों की मानसिकता पर काफी नकारात्मक प्रभाव पड़ा है। उनका मन शांत नहीं है। साथ ही वहाँ के बुजुर्गों और युवाओं की मानसिकता में काफी दूरी आ गई है।

नेपाल की इस वर्तमान विषम परिस्थिति को देखकर मुझे लगा कि अगर किसी चीज से नेपाल को पुनः एकीकृत एवं जागृत किया जा सकता है तो वह है 'साधु-सिद्धांत'। साधु-सिद्धांत से मेरा आशय स्वामी शिवानंद के सिद्धांत से है, जिसमें योग और सेवा की प्रधानता होती है। हर साधु के लिए यही दो सिद्धांत मायने रखते हैं, जिन्हें उसे अपने जीवन में आत्मसात् करना होता है। यही दो सिद्धांत नेपाल के पुनर्जागरण में बहुत उपयोगी सिद्ध हो सकते हैं। योग और सेवा के माध्यम से नेपाली लोगों के जीवन में संतुलन, सद्भावना और सामंजस्य वापस लाये जा सकते हैं।

नेपाल में वैसे तो अनेक योग शिक्षक हैं, लेकिन किसी भी ठोस और स्थायी काम के लिए मात्र शिक्षक पर्याप्त नहीं। इसके लिए समर्पित संन्यासियों का होना जरूरी है। गृहस्थ योग शिक्षकों की अपनी व्यक्तिगत महत्वाकांक्षाएँ, जिम्मेदारियाँ और जरूरतें होती हैं जिनके कारण वे योग के प्रति पूरी तरह समर्पित होकर कार्य नहीं कर सकते। इसलिए मैंने अपनी नेपाल यात्रा के दौरान यह घोषणा की है कि नेपाल में एक आश्रम की स्थापना की जाएगी जिसका निर्देशन बिहार योग विद्यालय द्वारा किया जाएगा। इस आश्रम का संचालन किसी कर्म संन्यासी अथवा गृहस्थ योग शिक्षक द्वारा नहीं किया जाएगा क्योंकि उनके अपने व्यक्तिगत दायित्व और लक्ष्य होते हैं। यह आश्रम ऐसे समर्पित लोगों द्वारा चलाया जाएगा जो योग के विकास और संस्कृति के जागरण पर पूरा ध्यान केन्द्रित कर सकें। और ऐसा होगा भी क्योंकि यह इस भूमि की पुकार है और भविष्य में इस पुकार का परिणाम अवश्य सामने आएगा। चार-छः वर्षों में हम नेपाल में एक सुंदर यौगिक संस्कृति की नींव जरूर रख पाएँगे।

मेरे विचार से नेपाल में आध्यात्मिक जागृति के लिए अब उपयुक्त समय आ चुका है। नेपाल में एक कहावत है, 'जाग मच्छेन्दर गोरख आया!' उसी को मैंने थोड़ा-सा बदल दिया है—'जाग नेपाल निरंजन आया!' निश्चित रूप से यह एक प्रेरक और उत्साहवर्द्धक यात्रा रही। मुझे यह कहने में कोई संकोच नहीं कि मैंने आध्यात्मिक नेपाल की थाह पा ली है। हिप्पी लोगों ने अगर साठ-सत्तर के दशक में 'गाँजा नेपाल' की खोज की थी तो मैंने 'आध्यात्मिक नेपाल' की खोज निकाला है। ■

Sannyasa Peeth Events



Srimad Bhagavat Katha

20-26 March 2014,
Baidyanatheshwar Shankarbagh,
Shivalaya, Munger

Sannyasa Peeth is committed to offering public programs and events that awaken people to India's rich spiritual heritage, and Swami Girishananda, a disciple of Swami Akhandananda and a close member of the Satyananda family, delighted the citizens of

Munger town with his artful delivery of the timeless spiritual epic, *Srimad Bhagavatam*. He and a lively group of expert musicians once again wove a brilliant tapestry of Sri Krishna's incredible adventures and teachings through colourful tales and soul-stirring bhajans that had the crowd, both young and old, Indian and foreigner, singing and dancing with childlike abandon. Not the least of these enthusiastic participants was Swamiji himself, who frequently left his place on the dais to join the children of BYMM in their playful dances. Inspiring hearts and minds with his faith and devotion, Swami Girishananda beautifully reminded participants that the tradition of storytelling in India is not a vehicle for entertainment, but an aradhana of the highest offering. When delivered with perfect bhava from a pure-hearted bhakta, it serves as a powerful medium for invoking God's grace and blessings.

Pashupat Astra Yajna

11-15 March, 2014, Satyam Udyan

Held to commemorate the completion of Swamiji's second year of panchagni sadhana, the revival of this sacred homa was also



part of Swamiji's ongoing effort to restore India's lost teachings for the spiritual upliftment of the modern world. The yajna invoked the power of the Pashupat astra, Lord Shiva's most powerful weapon; with it he was able to destroy *tripura*, the three demonic cities that had terrorized the world for thousands of years. With this same astra in the form of potent mantras, Swamiji aimed to pierce through the three *granthis*, the psychic knots that keep an individual bound to the gross, animal nature.

The astra was launched with the aid of expert pandits and acharyas from Varanasi, whose flawless intonations brought to life the potency of these long-forgotten mantras. The task of guiding this fierce weapon to its desired target was left to Swamiji, and once again he proved himself to be a master marksman. The combination of these two events – the Pashupat Astra Yajna and the final days of his panchagni sadhana – was a transformative experience that went straight to the heart of every guest and participant, offering them a glimpse of the peace, the auspiciousness, the bliss that awaits at the end of the road.



Siddha Kunjika Anusthana

29 April – 14 May, Satyam Udyan

The sixteen-day anusthana was performed by local pandits, ashram residents, students and guests for the purification and upliftment of all. Conducted during a rare and particularly ominous astrological conjunction, the intense sadhana was prescribed by Swamiji as a means

of creatively channelling the negative energy generated by this cosmic phenomenon. Each two-hour session, held in the mornings and afternoons, included five malas of the Siddha *Kunjika* mantra plus the chanting of Devi stotras, kavachams and kirtans. It was at once an energizing and pacifying sadhana, the steady rhythm of the chanting and the purifying environment awakening the spirit and calming the mind.



A Surprise

7-10 August, Satyam Udyan

The surprise first-ever Jhoolan was held in Ganga Darshan, attended with great enthusiasm and joy by ashram residents, students, selected children of BYMM and selected guests. The premise of this enchanting festival is the opportunity to pull the flower-laden *jhoolan* or swing of Sri Krishna and his consort Radha. Under Swamiji's

guidance, the four-day celebration was elevated to the status of a blissful aradhana, invoking what he called *anandarasa*, a taste of bliss, with daily havans, inspiring satsangs, arati and the chanting of stotras, bhajans and kirtans that together brought to life every aspect of Krishna: the yogi, the trusted friend, the protector, sweet beloved, and the playful child who dances and sings with delight. The program concluded on *Raksha Bandhan*, a festival of unity commemorating the bond between brother and sister and the transformative power of this protective relationship. The crowd communed in the singing of heartfelt kirtans as Swamiji, the embodiment of Sri Krishna, graciously received pranams from devotees and guests. By the conclusion of the event his arm was tied wrist to elbow in *rakhis*, the colourful string bracelets that symbolize affection. ■

संन्यास पीठ की गतिविधियाँ

श्रीमद् भागवत कथा

20-26 मार्च 2014, शिवालय, मुंगेर

संन्यास पीठ ऐसे कार्यक्रम और अनुष्ठान आयोजित करने के लिए समर्पित है जिनका उद्देश्य जनमानस को भारत की समृद्ध आध्यात्मिक परंपरा के प्रति जागरूक बनाना है। इसी क्रम में स्वामी अखण्डानंद के शिष्य, स्वामी गिरीशानंद ने मुंगेरवासियों को श्रीमद् भागवत कथा का रसास्वादन कराया। उनके सरस कथावाचन और मधुर गायन ने श्री कृष्ण की विभिन्न लीलाओं को सचमुच जीवन्त कर दिया। उत्साह और आनन्द से भरे इस माहौल में बच्चे-बूढ़े, पुरुष-महिला सभी नृत्य करने पर विवश हो गए। यहाँ तक कि स्वामीजी भी कई बार मंच से उतरकर बाल योग मित्र मण्डल के बच्चों के साथ नृत्य करने लगते। स्वामी गिरीशानंद के प्रबोधक कथावाचन ने पुनः इस बात को सिद्ध कर दिया कि भारत में कथावाचन की प्राचीन परम्परा मात्र मनोरंजन नहीं, बल्कि उच्चतम आराधना की अभिव्यक्ति है। जब इन कथाओं को शुद्धचित्त भक्त भाव के साथ कहते और सुनते हैं, तब ये भगवान की कृपा और आशीर्वाद प्राप्त करने का सशक्त माध्यम बन जाती हैं।

पाशुपत अस्त्र यज्ञ

11-15 मार्च 2014, सत्यम् उद्यान

सन् 2014 स्वामीजी की पंचाग्नि साधना का दूसरा वर्ष था। साधना की पूर्णाहुति के उपलक्ष्य में स्वामीजी ने पाशुपत अस्त्र यज्ञ का आयोजन किया। स्वामीजी भारत की लुप्त विद्याओं और यज्ञों को पुनर्जागृत करने के लिए दृढसंकल्प हैं और यह यज्ञ उनके इसी संकल्प का एक अंग था। पाशुपत अस्त्र भगवान शिव का सबसे शक्तिशाली अस्त्र है जिससे उन्होंने त्रिपुर-नाश किया था। इस यज्ञ में मंत्रों एवं अन्य प्राचीन विधियों के माध्यम से स्वामीजी ने उसी प्रचण्ड शक्ति का आवाहन किया ताकि मनुष्य की उन तीन सूक्ष्म ग्रंथियों का भेदन हो सके जो उसे पाशविक प्रवृत्तियों में बांधे रखती हैं।

इस पाशुपत अस्त्र यज्ञ का संचालन वाराणसी से आये विद्वान् आचार्यों और पण्डितों द्वारा किया गया जिन्होंने अपने शुद्ध और भावपूर्ण उच्चारण से प्राचीन पाशुपत मंत्रों को पुनर्जीवित कर दिया। मंत्रों द्वारा जागृत शक्तिशाली पाशुपत अस्त्र को उसके निशाने तक पहुँचाने की जिम्मेवारी स्वामीजी पर थी जिसे उन्होंने बखूबी निभाया। स्वामीजी की पंचाग्नि साधना पूर्णाहुति तथा इस पाशुपत अस्त्र यज्ञ के दुर्लभ संयोग से वहाँ उपस्थित सभी लोगों ने अपने हृदय में शांति, आनंद और प्रेरणा की एक प्रबल आध्यात्मिक तरंग अनुभव की।

सिद्ध कुञ्जिका अनुष्ठान

29 अप्रैल से 14 मई, सत्यम् उद्यान

सत्यम् उद्यान में 16 दिनों तक सिद्ध कुञ्जिका अनुष्ठान संचालित किया गया। सार्वजनिक कल्याण और आंतरिक शुद्धिकरण हेतु आयोजित यह अनुष्ठान स्थानीय पण्डितों, संन्यासियों, विद्यार्थियों और अतिथियों द्वारा सामूहिक रूप से सम्पन्न किया गया। ग्रह-नक्षत्रों के एक विशेष योग से उत्पन्न नकारात्मक ऊर्जा के निराकरण और उस ऊर्जा के सकारात्मक दिशान्तरण के लिए स्वामीजी ने इस शक्तिशाली अनुष्ठान का आयोजन किया। प्रतिदिन सुबह और शाम दो-दो घण्टों के सत्र होते थे जिनमें सिद्ध कुञ्जिका मंत्रों की पाँच मालाओं के जप के साथ देवी स्तोत्र, कवच, कीर्तन और भजन सम्मिलित थे। अनुष्ठान से उत्पन्न सकारात्मक ऊर्जा के माध्यम से सभी उपस्थित लोगों ने आंतरिक शुद्धिकरण और मानसिक शांति का अनुभव किया।

एक अप्रत्याशित आराधना

7-10 अगस्त, सत्यम् उद्यान

गंगा दर्शन में पहली बार झूलन का एक अप्रत्याशित कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें सभी आश्रमवासियों, विद्यार्थियों, बाल योग मित्र मण्डल के कुछ चयनित बच्चों तथा कुछ स्थानीय भक्तों ने बड़े उत्साह और हर्ष के साथ भाग लिया। इस आनंददायक उत्सव में सभी लोगों को फूलों से सजे झूले पर आसीन राधा-कृष्ण को झुलाने का अवसर प्राप्त हुआ। कार्यक्रम में सम्मिलित शक्तिशाली हवन, मधुर स्तोत्रपाठ, मनमोहक भजन-कीर्तन, प्रबोधक सत्संग और भावपूर्ण आरती ने सभी में मधुर आनन्दरस का संचार कर दिया और श्री कृष्ण के जीवन के हर रूप को जीवंत कर दिया। कार्यक्रम रक्षा बंधन के पावन पर्व के साथ समाप्त हुआ। सभी ने स्वामीजी को अपनी श्रद्धा और प्रेम भरी भावना निवेदित की। कार्यक्रम के अंत तक स्वामीजी को इतनी राखियाँ बाँधी जा चुकी थीं कि उनकी पूरी बाँह राखियों से भर गयी थी! ■



Significance of Anusthana

Swami Niranjanananda Saraswati



We recently participated in the Devi anusthana in Akhara. Can you please explain the purpose and meaning of this particular anusthana?

We were performing an anusthana that was based on the mantras of *Siddha Kunjika Stotra*, which is part of the *Durga Saptashati*, a collection of seven hundred verses detailing the form, the work and the emergence of the Cosmic Shakti. The last part of this is the *Siddha Kunjika Stotra*. The application of this particular stotra provides psychic protection and wards off outer influences that destroy the peace and harmony of your nature and mind.

It has been found that when one undergoes a crisis in life, it is not only the thoughts, emotions, feelings or body that get disturbed, but also the energy system of the body. If that energy system is not maintained properly, the crisis can become stronger, deeper, and much more depleting. From the tantric perspective, as long as you can maintain the health of your pranic body, your physical body, mind and emotions will follow suit no matter what the outer turmoil may be. Mantras and meditation rectify this energy imbalance. The basis of all the yajnas and havans and anusthanas are the mantras, which help correct imbalance and allow an individual to regain balance and health.

Are the stotras and kavach that we chant effective?

It is difficult to understand how these protections work; however, I have had practical experiences of their protection. One example was during the trip to Mount Kailash. During that journey the experience of protection was incredibly powerful. We came to a point where there was danger to life; an indication was received that something untold and unknown, was going to happen. When the feeling became particularly strong, and the fear from it became strong, one sloka superimposed itself on my mind: *Yamaroopee Mahaadevo dakshinasyaam sadaavatu.*

This is a line from the *Mritasanjeevana Kavacham*. In the morning after waking up, I called all the travellers together and we practised this kavach before embarking on the perambulation of Kailash. The incidents that happened with Natwar Rateria after the chanting are an example of how a mantra can give divine protection and help ward off the ill that is going to happen.

At the time of climbing on the horse, this man fell down and the horse dragged him around the field for three complete rounds. Not only that; when he was able to free his leg from the stirrup, the horse came to him, jumped on its hind legs and made three attempts to hit him. If the horse would have hit him in one of those three attempts, the man would be dead. The incident was such that everybody was petrified: 'Will this man survive the fall or not?'

Everybody saw him being dragged around the field and pulled by the horse on the ground. Yet surprisingly, there was not a single scratch on his body, not a single pain in any part of the body; no swelling, no bleeding, external or internal, no broken bones, nothing. It was as if he had been put through a washing machine, and he came out happy and smiling. Some people may call it luck, they may call it any other thing; for me it was the effect of the kavach that protected him.

I woke up three times that night with a sloka in my mind: 'In the form of death, Shiva stands on the south side. In the form of death, Shiva stands on the south side . . .'

We had started our journey from the south side; it was the southernmost tip, and death was to occur there. Yet due to the kavach and the protection, which was intuitive and inspired by that higher power, the spiritual protection gave us security from the physical dooms that we could have encountered during our journey. After this incident and seeing the effect of the kavach I have started to believe in the power of protection and mantras.

Prior to that it was an intellectual concept and belief. However, that intellectual belief was converted into an experience, and that experience showed that the protection of the mantras does work to ward off any ill or negative effect that a person might be subjected to in the course of life. When the time is right, then the higher power also guides you to do something for your own protection. At this time the kavach becomes an important sadhana. The rishis and the yogis who have given us the science of mantra gave it after a lot of experiences and journeys, discovering the effects of the sound vibrations on human life. The subject may be unknown and alien to us today, and we may not know the whole subject in great detail, but it would be enough to say that when the intention is right, when the time is right, when the place is right, then these mantras do the right thing to the person who is chanting or repeating them. ■



जीवन का रूपांतरण

जिज्ञासु प्रेमसागर, संन्यास प्रशिक्षार्थी, भोजपुर

अम्माजी के समाधि दिवस पर आश्रम के अखाड़ा परिसर में अखण्ड रामचरितमानस के पाठ की परम्परा है। यह पाठ मुंगेर की रामायण मंडली की माताओं द्वारा सम्पन्न किया जाता है। जून के महीने में मैंने इस सम्पूर्ण रामचरितमानस पाठ में आदि से अंत तक भाग लेने का निश्चय किया। यह मेरे लिए एक अद्भूत अनुभव रहा। रामचरितमानस में निहित श्लोकों, दोहों, चौपाइयों, छंदों, सोरठों और मंत्रों के उच्चारण से उत्पन्न दिव्य ध्वनि तरंगों से मेरा मन और शरीर पूरी तरह सराबोर हो गया था। मन में जो भी चिंताएँ थीं, वे सारी की सारी न जाने कहाँ छू-मंतर हो गईं।

इस पाठ के दौरान मेरे साथ एक अद्भूत घटना घटी। पाठ का कार्यक्रम सबेरे शुरू होकर दिनभर चलता है। मैं भी द्रुत गति से पाठ किए जा रहा था। लम्बे समय तक बैठे रहने के कारण मैं काफी थक गया था। इसलिए मैंने सोचा कि बैठे-बैठे थोड़ी झपकी ले लेता हूँ और मैंने अपनी आँखें बंद कर लीं। जैसे ही मैंने अपनी आँखें बंद कीं, मेरे भ्रूमध्य पर एक तेज प्रकाशपुंज प्रकट हुआ। इस प्रकाशपुंज ने मेरे चिदाकाश के अंधकार को दूर कर प्रकाश से आलोकित कर दिया। प्रकाशपुंज की रोशनी केवल मेरे चिदाकाश तक ही सीमित नहीं रही, बल्कि इसने मेरे संपूर्ण आंतरिक शरीर, मन और व्यक्तित्व को भी आलोकित कर दिया। इस अनुभव के बाद मेरी सारी थकान दूर हो चुकी थी। मैं एकदम तरोताजा महसूस कर रहा था। इसके लिए मैंने कोई प्रयास भी नहीं किया था, जैसा कि हमलोग शांति पाठ करते समय अपने भ्रूमध्य पर ज्योति देखने का प्रयास करते हैं। यह प्रकाशपुंज स्वतः ही मेरे भ्रूमध्य पर प्रकट हुआ था। इस प्रकाश ने मेरे जीवन में एक अद्भूत परिवर्तन ला दिया है, जिसके बारे में मैं अब बताने जा रहा हूँ।

बचपन से मैं अपने अन्दर एक भय का अनुभव किया करता था। इस भय का कारण मुझे पता नहीं था और अभी भी नहीं है, पर इसके कारण बहुत परेशान रहता था। कई बार तो सही काम करने से भी डर जाता था कि यदि मैं ऐसा करूँगा तो लोग क्या कहेंगे, मेरे मित्र क्या कहेंगे या मेरे परिवार वाले क्या कहेंगे। इस वजह से मैं वह सही कार्य नहीं कर पाता था और अपने भय के कारण उसके स्थान पर गलत कार्य कर बैठता था। यह आत्महत्या करने जैसा ही था क्योंकि भय के कारण गलत निर्णय हो जाता था और उसके बाद मुझे बहुत ही तीव्र आत्म-ग्लानि का अनुभव होता था। लेकिन जब से यह प्रकाशपुंज मेरे चिदाकाश पर प्रकट हुआ है तब से मुझे ऐसा अनुभव हो रहा है कि अब मैं किसी भी भय का सामना कर सकता हूँ, उसके आगे जा सकता हूँ। मानो मुझे हर प्रकार के भय से लड़ने का साहस प्राप्त हो चुका है।

इस प्रकाश को देखने के बाद मैंने बहुत देर तक अपनी आँखें बंद ही रखीं, मुझे आँखों को खोलने की इच्छा ही नहीं हो रही थी। ऐसी इच्छा हो रही थी कि बंद आँखों से इस प्रकाश को देखता रहूँ और रामचरितमानस पाठ की दिव्य, मधुर ध्वनियाँ सुनता रहूँ। लेकिन देर-सबेर आँखें तो खोलनी ही थीं, और जैसे ही मैंने अपनी आँखें खोलीं, मुझे यह खबर मिली की स्वामीजी आश्रम वापस आ चुके हैं। ऐसा लगा कि शायद यह प्रकाशपुंज स्वामीजी के आगमन का भी सूचक था।

अम्माजी के समाधि दिवस पर रामचरितमानस, जो श्री स्वामीजी को भी बहुत प्रिय था, के पाठ के दौरान इस प्रकाशपुंज का प्रकट होना और इसके तुरंत बाद स्वामीजी का आश्रम वापस आना, मुझे इस बात का एहसास दिलाता है कि मुझे उनका सान्निध्य प्राप्त है, इसलिए मुझे अनावश्यक भय या चिंता करने की कोई आवश्यकता नहीं है।

उपरोक्त घटनाक्रम के कारण मेरा अपने जीवन के प्रति नजरिया बिल्कुल बदल चुका है। मानो मेरे पूरे जीवन का रूपांतरण हो चुका है। अम्माजी, श्री स्वामीजी और स्वामीजी को सहृदय धन्यवाद! ■



Creating a Spiritual Environment

Swami Niranjananda Saraswati

Sri Swamiji left Ganga Darshan on 8.8.88. Before leaving I asked him, “When will you be returning?” and he said, “I don’t have any plans to return to Munger, but if I come back it won’t be as a guru, but in as a disciple and a sadhaka.” When he said that, I took it as an indication that ‘I will come here one day’. In 1989, the thought of having a special place for Sri Swamiji to come to if he returned to Munger became strong.



Taming the land: from wild to wildflowers

In 1988 and 1989 the ashram was not as it is today. It was much different. This location of the Akhara was absolutely out of bounds for everybody; it was total wilderness. So wild, so isolated, that the workers, sannnyasins and residents of the ashram would not come here, even if I paid them with twenty mangoes! It was a wild and isolated place in the ashram, and

Satsangs on Guru Bhakti Yoga: *Guru Bhakti Yoga is a monthly sadhana dedicated to Sri Swami Satyananda Saraswati, who attained mahasamadhi on 5th December 2009. Conducted in Satyam Udyam (Akhara), the two-day anusthana takes place on the 5th and 6th of every month to commemorate Sri Swamiji’s attainment of Shiva consciousness and his union with Cosmic Shakti. This is a special period of remembrance, and the satsangs Swami Niranjan delivers at the end of these evenings are particularly poignant; through them he helps us to connect directly with the spirit of Sri Swamiji, who brought light and love into our lives.*

at that time a thought came: 'Why don't I develop this place for Sri Swamiji? It is totally away from the ashram; in order to come here he doesn't even have to go through the ashram, he can just come in and spend his time in solitude, in isolation. He does not have to see anybody or meet anybody.'

The idea seemed correct, and in 1989 we constructed the Sri Peeth. This was made before even the land at Rikhia was purchased. This was ready for him, and then a few months later the property in Rikhia was acquired. While he was in Rikhia, I thought, 'How to connect this place with Sri Swamiji?' For ten years he did panchagni at Rikhia, from 1990 to 2000. Inside Sri Peeth there is a fireplace, and for ten years, while Sri Swamiji did his panchagni in Rikhia, I did intense anusthanas with fire here twice a year during Navaratri period.

That first year this place witnessed a miracle. The year was 1990, and it was the fifth day of the anusthana. Early morning I came out and this entire place was filled with flowers, which were not there the day before, the month before or the year before. We do not know from where they came, yet this whole property was filled with flowers growing everywhere; it was a beautiful surprise. Imagine going to sleep in the desert at night and when you open your eyes you see yourself in a blooming garden. That instant change happened on the fifth day of that anusthana, the first year of Sri Swamiji's panchagni.

Auspicious arrivals and unusual guests

In 1989 Sri Swamiji phoned from Varanasi and said, "I have a guru brother in South India and he specializes in aradhana of Sri Yantra. Call him and install a Sri Yantra in Munger." He gave me the address, I wrote to the ashram, and from there two yoginis came: Shambhavi and Shiva Shankari. They stayed here for four months, and they taught the entire process of Sri Yantra aradhana. I learnt Sri Yantra worship from A to Z from them. At that time this ashtadhata Sri Yantra was installed in Sri Peeth. This Sri Yantra has a name, which is secret. It is that original name which gives the shakti. In 2008, nineteen years



later, Sri Swamiji installed the Sri Yantra in Rikhia. Thus that connection was made.

Then, two Shivalingams came here in 2007. They both came here on the day of Diwali. 'Two Shivalingams have come, what to do?' I decided that I would take them to Rikhia and ask Sri Swamiji what to do with them. When Sri Swamiji saw them he was very happy and he said, "Ah, this one will be installed in Rikhia." I said, "Swamiji, the other one?" He said, "You install that one in Ganga Darshan." I said, "What name?" "Call him Yogeshwara, because Munger is the seat of yoga."

Then I said, "Swamiji, what will be the name of Rikhia's Shiva Lingam?" He said, "This name you people will have to give." We gave the name 'Divya Linga' to that Shivalingam, as Sri Swamiji had performed the first abhisheka, and for the first time in this century a siddha saint had done *prana pratishtha*, the invocation of power, on a Shivalingam. This is how the two lingas are also connected to each other.

Omnipresence of guru

Even today this place does not reflect the yoga of Ganga Darshan. It reflects the tapas of Sri Swamiji since it was meant for him. That was the sankalpa for this place, and he is here.

When you hear the welcome to Akhara announcement, there is one sentence that says: 'Photography is not permitted

here'. Why? It is because every place in this location has a very intense shakti. In practically every photograph that has been taken here, some subtle image has appeared. Strangers have taken photographs of this Shivalingam at different times during abhisheka, and they have seen the face of Sri Swamiji on that Shivalingam in the camera photos.

There have been images of sadhus appearing in alfis, standing or moving about in this place. There have been appearances of globes of light - not one or two, but in tens, twenties and thirties. Whenever photographs have been taken here, the presence of a power has been seen. Out of respect to that presence we say 'no photographs unless authorized', and the only person who officially authorizes is My Holiness! That is the reality, and that is why photography is not permitted here.

Creating a positive change with the power of sadhana

The creation of an environment is a Herculean task; it goes against the grains of nature. It takes an effort to change the conditions, as you are altering something that is existing already. Even when you are dealing with your mind you have to go against what you are already experiencing, and to go against what one experiences is difficult. It is difficult to curb passions, hatred, jealousy, anger, arrogance, envy. As an idea or thought it sounds nice, yet to deal with them in practical life is difficult. Just ask yourself the question, 'Have I dealt with it?' The answer is 'No'. You have been listening every day, yet are you dealing with that? No; to go against the natural behaviour of the mind is extremely hard, and people do not do it since they are identifying with that expression of the mind.

This is the only place in Ganga Darshan where there is no negativity or distraction. I do not know what residents and students talk about in their rooms, yet definitely in Satyam Udyan there is no nonsensical talk, criticism or gossip. People come here only for mantras, chantings, havans, sadhanas, yoga and meditation. The environment is different.

- 6 March 2014

मंत्र का प्रत्यक्ष प्रभाव

अरुणा उपाध्याय, मुम्बई (योग अध्ययन सत्र, फरवरी-मई 2014)

मैं योग सीखने के उद्देश्य से मुम्बई से बिहार योग विद्यालय आई थी। वहाँ मैंने योग तो सीखा ही पर उसके साथ ही मैंने वहाँ अपने आप में एक अन्तर पाया, जो मैं आपको बताना चाहती हूँ। जब मैं अपनी माँ के गर्भ में थी, तब मेरी माँ को एक भय था, जो मेरे पैदा होने के बाद मेरे अन्दर भी आ गया। जैसे-जैसे मैं बड़ी होती गई, वह भय भी मेरे साथ बढ़ता गया। मुझे हमेशा डर लगता था कि जैसे मेरे पीछे कोई है जो मुझे देख रहा है। जब मैं आश्रम आई तो शुरू में वहाँ भी मुझे डर लगता था। मैं दिन में भी अपने कमरे में अकेले रहने से डरती थी, और रात को छत पर अकेले नहीं जा पाती थी। बहुत कोशिश की पर डर नहीं गया।

योग विद्यालय में योग प्रशिक्षण के साथ-साथ मंत्रोच्चारण पर भी जोर दिया जाता है। हर त्यौहार, पर्व, अनुष्ठान या संध्या कार्यक्रम में मंत्रों और स्तोत्रों का पाठ होता है। अप्रैल में चैत्र नवरात्रि का पर्व आया। उस दौरान आश्रम में नौ दिन तक कात्यायनी स्तोत्र के पाठ के साथ हवन हुआ, जिसमें मैंने भी श्रद्धा के साथ भाग लिया। मैंने अनुभव किया कि इन नौ दिनों में मेरा डर भी न जाने कहाँ चला गया! मैं दिन में भी अकेले रह लेती थी। मेरे कमरे की सहपाठी भी आश्चर्यचकित थी कि यह कैसे हो गया। वह डर अचानक गायब कैसे हो गया जो इतने सालों में नहीं हुआ था? मैं भी सोचती कि मुझे डर क्यों नहीं लग रहा है, कोशिश भी करती कि मैं डरूँ, लेकिन मुझे डर ही नहीं लगता था। मुझे बहुत खुशी हुई कि मंत्रों के उच्चारण से यह सुखद, अप्रत्याशित प्रभाव मेरी जिन्दगी में आया। ■

देवी दुर्गे जगन्मातः सर्वरक्षणकारिणि।
प्रसीद त्वत्प्रपन्नानां दुःखदारिद्र्यनाशिनी ॥ 1 ॥
दुष्टस्तम्भिनी विश्वेशि कात्यायनि महेश्वरि।
विश्वमोहिनि विश्वेशे चितिरूपे नमोऽस्तु ते ॥ 2 ॥
महामोहस्वरूपा त्वं शुद्धज्ञानस्वरूपिणी।
ये त्वां स्मरन्ति संसारे ते दुर्गात्रिस्तरन्ति हि ॥ 3 ॥
पातिव्रत्यस्वरूपा त्वं साध्वीनां जगदम्बिके।
निस्तारय भयाद्घोराच्छंकरप्राणवल्लभे ॥ 4 ॥
त्वमेव देवि दीनानां सदासि परमा गतिः।
त्वामहं शरणं प्राप्ता त्राहि मां घोरसंकटात् ॥ 5 ॥



Prayers for Peace and Protection



PRASHNA UPANISHAD – SHANTI PATH

Om bhadram karnebhih shrinuyaama devaah bhadram pashyemaakshabhiryajatraah; Sthirai rangaihstushtuvaam sastnoobhiroyashema devahitam yadaayuh. Svasti na indro vriddhashravaah svasti nah pooshaa vishwavedaah; Svasti nastaarkshyo arishtanemih svasti no brihaspatirdadhaatu. Om Shaantih Shaantih Shaantih.

Om! O ye gods. May we hear auspicious words and see auspicious sights while worshipping you. May we be blessed in life with perfect health and vigour while singing your praise. May the Lord Indra, the loved one of old, be well-inclined towards us. May He, in his kindness, be watchful for our prosperity. May He, the nourisher and possessor of all wealth, give us what is good for us. May the Lord, the destroyer of evil and the protector of the great ones, protect us too. Om Peace Peace Peace.



AITAREYA UPANISHAD - SHANTI PATH

Om vaang me manasi pratishthitaa mano me vaachi pratishthitam aaviraaveerma edhi; Vedasya ma aaneesthah shrutam me maa prahaaseeh; Anenaadheetena ahoraatraan sandadhaamyritam vadishyaami; Satyam vadishyaami tanmaamavatu; Tadvaktaaramavatu; Avatu maamavatu vaktaaramavatu vaktaaram. Om Shaantih Shaantih Shaantih.

Om! May my speech be fixed upon my mind and may my mind be fixed upon my speech. O Self-luminous Brahman, be Thou revealed to me. May both mind and speech make me able to understand the truth of the Vedas. May the vedic truth be ever present in me. Day and night I shall dedicate to this endeavour. I shall think the truth and I shall speak the truth. May That (Brahman) protect me. May he protect the teacher. May He protect me. May He protect the teacher. *Om Peace Peace Peace.*

TAITTIRIYA UPANISHAD - SHANTI PATH

Om sham no mitrah sham varunah; Sham no bhavatoaryamaa; Sham na indro brihaspatih; Sham no vishnururukramah; Namoh brahmanane; Namaste vaayo; Tvameva pratyaksham brahmaasi; Tvameva pratyaksham brahma vadishyaami; Ritam vadishyaami; Satyam vadishyaami; Tanmaamavatu; Tadvaktaaramavatu; Avatu maam; Avatu vaktaaram; Om Shaantih Shaantih Shaantih.

Om! May Mitra, Varuna, Aryama, Indra, Brihaspati and wide-spreading Vishnu be gracious to us and bestow upon us happiness and bliss. Salutations to Brahman. O Vayu, salutations to you. You, verily, are the visible Brahman. I shall speak of you alone as the direct Brahman. I shall call you the Cosmic Law. I shall call you the Truth. May Brahman protect me. May He protect the teacher. May Brahman protect me, may He protect the teacher. *Om* Peace Peace Peace.



KENA UPANISHAD – SHANTI PATH

Om aapyaayantu mamaangaani vaak praanashchakshuh shrotramatho balamindriyaani cha sarvaani; Sarvam brahmaupanishadam maaham brahma niraakuryaam maa maa brahma niraakarot aniraakaranamastvaniraakaranam me'stu; Tadaatmani nirate ya upanishatsu dharmaste mayi santu te mayi santu. Om Shaantih Shaantih Shaantih.

Om! May all my limbs, speech, eyes, strength and all other organs and faculties become vigilant, keenly active and well-developed. Everything is Brahman described in the Upanishads. May I surely not be neglectful of Brahman nor Brahman of me. Let there be no rejection of me by Brahman and of Brahman by me. May all the virtues revealed in the Upanishads be evident in me giving great joy to Atman. May they be evident in me. *Om* Peace Peace Peace. ■

प्रश्नोत्तर-रत्न-मालिका

जगद्गुरु श्री आदिशंकराचार्य की गुरु-शिष्य संवाद रूपी इस रचना में अनेक आध्यात्मिक प्रश्नों का समाधान सूत्र रूप में दिया गया है। यह संवाद साधकों के चिंतन, मनन और स्वाध्याय के लिए उपयोगी सिद्ध होगा, इस आशा के साथ यह यहाँ धारावाहिक रूप से प्रस्तुत किया जा रहा है। *गतांक से आगे. . .*

*सर्वसुखानां बीजं किं पुण्यं दुःखमपि कुतः पापात् ।
कस्यैश्वर्यं यः किल शंकरमाराधयेद्भक्त्या ॥45॥*

प्र—तमाम सुखों की जड़ क्या है?

उ—पुण्य।

प्र—दुःख किससे होता है?

उ—पाप से।

प्र—ऐश्वर्य किसे होता है?

उ—जो विशुद्ध प्रेम और श्रद्धा युक्त भक्ति के साथ भगवान शंकर की आराधना करता है।

*को वर्धते विनीतः को वा हीयते यो दृप्तः ।
को न प्रत्येतव्यो ब्रूते यश्चानृतं शश्वत् ॥46॥*

प्र—कौन वृद्धि प्राप्त करता है?

उ—विनयशील।

प्र—कौन सब तरफ से घटता है?

उ—अभिमान।

प्र—किसका विश्वास नहीं करना चाहिये?

उ—जो निरन्तर मिथ्या भाषण करता है।

*कुत्रानृतेऽप्यपापं यच्चोक्तं धर्मरक्षार्थम् ।
को धर्मोऽभिमतो यः शिष्टानां निजकुलीनानाम् ॥47॥*

प्र—किस जगह झूठ कहने पर भी पाप नहीं होता?

उ—जहाँ धर्म की रक्षा होती हो।

प्र—धर्म क्या है?

उ—जो निजकुल के सदाचारी वृद्ध पुरुषों के सम्मत हो।

साधुबलं किं दैवं कः साधुः सर्वदा तुष्टः।
दैवं किं यत्सुकृतं कः सुकृती श्लाघ्यते च यः सद्भिः ॥48 ॥

प्र-साधु-महात्माओं का बल क्या है?

उ-परमात्मा।

प्र-साधु कौन है?

उ-जो सर्वदा सन्तुष्ट हो।

प्र-दैव क्या है?

उ-धर्म, भक्ति, वैराग्य, ज्ञान आदि से होने वाला पुण्य।

प्र-पुण्यशाली कौन है?

उ-जिसकी सत्पुरुष भी प्रशंसा करते हों।

गृहमेधिनश्च मित्रं किं भार्या को गृही च यो यजते।
को यज्ञो यः श्रुत्या विहितः श्रेयस्करो नृणाम् ॥49 ॥

प्र-गृहस्थ का असली मित्र कौन है?

उ-पत्नी।

प्र-गृहस्थ कौन है?

उ-जो पंचमहायज्ञ द्वारा विश्वरूप भगवान का यजन करता है।

प्र-यज्ञ क्या है?

उ-जिसका शास्त्र ने विधान किया हो और जिसके अनुष्ठान से मनुष्यों का कल्याण हो।

कस्य क्रिया हि सफला यः पुनराचारवान् शिष्टः।
कः शिष्टो यो वेदप्रमाणवान्को हतः क्रियाभ्रष्टः ॥50 ॥

प्र-किसकी क्रिया फलवाली होती है?

उ-जो सदाचारी और शिष्ट है।

प्र-शिष्ट कौन है?

उ-जो वेद को परम प्रामाणिक मानकर वैदिक उपदेश को अपने आचरण में रखता है।

प्र-मरा हुआ कौन है?

उ-जो सदाचार से भ्रष्ट है।

को धन्यः संन्यासी को मान्यः पण्डितः साधुः।
कः सेव्यो यो दाता को दाता योऽर्थितृप्तिमातनुते ॥51 ॥

प्र-धन्य कौन है?

उ-संन्यासी।

प्र-मान्य कौन है?

उ-जो विद्वान् और सदाचारी है।

प्र-सेव्य कौन है?

उ-दाता।

प्र-दाता कौन है?

उ-जो अर्थी (याचक) को तृप्त करता है।

*किं भाग्यं देहवतामारोग्यं कः फली कृषिकृत्।
कस्य न पापं जपतः कः पूर्णो यः प्रजावान्स्यात् ॥ 52 ॥*

प्र-देहधारियों का भाग्य क्या है?

उ-आरोग्य।

प्र-फल प्राप्त करने वाला कौन है?

उ-किसान (खेती करने वाला)।

प्र-किसको पाप स्पर्श नहीं करता?

उ-जो भगवन्मन्त्र को जपता रहता है।

प्र-पूर्ण कौन है?

उ-जो प्रजावाला है।

*किं दुष्करं नराणां यन्मनसो निग्रहः सततम्।
को ब्रह्मचर्यवान्स्याद्यश्चास्खलितोर्ध्वरितस्कः ॥ 53 ॥*

प्र-मनुष्यों के लिये दुष्कर क्या है?

उ-निरन्तर मन पर नियंत्रण रखना।

प्र-ब्रह्मचारी कौन है?

उ-जिसका वीर्य कदाचित् खलित न हो, किन्तु ऊर्ध्व मस्तिष्क में विशेष रूप से धारण हो।

*का च परदेवतोक्ता चिच्छक्तिः को जगद्भर्ता।
सूर्यः सर्वेषां को जीवनहेतुः स पर्जन्यः ॥ 54 ॥*

प्र-परदेवता कौन है?

उ-सर्वव्यापिनी चेतन-शक्ति।

प्र-जगत् का भर्ता कौन है?

उ-सूर्य भगवान्।

प्र-सभी के जीवन का हेतु कौन है?

उ-वृष्टि। ■

Creating a Kavach

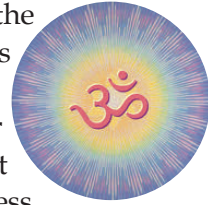
By definition, a *kavach* is a shield or protective armour, which in spiritual terms indicates something that is charged with a *sankalpa* to protect the aspirant from negative and harmful energies.

The following meditation practice offers a simple way to invoke the protective power of a *kavach* in daily life. If done regularly and with faith, it will aid you in developing strength and resilience on the spiritual path. You may practise it in the mornings, immediately following your mantra sadhana. This is an ideal way to ensure that the benefits of your chanting practice remain with you throughout the day.

Place the hands in *bhairava mudra*, the fierce attitude of protection, by putting the right hand over the left, with the palms facing upwards, the hands resting comfortably on the lap. Sit quietly for a moment with the eyes closed and the body relaxed, and allow the positive and purifying vibrations from the mantra chanting settle into your body, heart and mind. When you are ready to begin, draw the attention to *chidakasha*, the dark space behind the closed eyes, and begin to visualize there an image of the sacred symbol *Om*. Try to create as much detail as you can, experiencing the shape, the colour, the brilliance of *Om*. This will serve as your *kavach*.

Now superimpose the image of your *kavach* over the closed eyes, and invoke the power of *Om* to protect your sight. To do this, chant the mantra *Om* aloud and mentally say, 'May my eyes observe only the beauty and perfection in all things around me.' Next, place the *kavach* over the ears, chant the mantra and say mentally, 'May my ears hear only that which is sweet and harmonious.' Place the *kavach* over the nose and say, 'May I identify only with the sweet fragrances of life.' Bring the *kavach* to the lips and invoke the power of *Om* to protect your speech, 'May all my words be pleasing and truthful.' To complete this part of the meditation, superimpose the image

of the kavach over the two hands. Chant the mantra *Om* and say, 'May I perform all actions selflessly, free of ego or expectation.'



Now, invoke the kavach to protect your emotions. Place the kavach over the heart centre, chant *Om* and mentally say, 'May I express only love, understanding and kindness to all.' Move the kavach to the base of the throat and say, 'May the choices I make in life be guided by wisdom and discrimination.' See the kavach at *ajna chakra*, in the centre of the head, and here invoke the power of *Om* to help you maintain your connection with the guru tattwa. Chant the mantra and say, 'May my thoughts remain ever-pure and illumined.' Placing the kavach at the crown of the head, chant *Om* and say, 'May I become a channel for truth, beauty and auspiciousness to flow into the world.'

Finally, invoke the kavach to protect you from all directions. Visualize the symbol of *Om* to the right side of the body. Chant the mantra aloud and experience the kavach expanding in that direction. Then shift the kavach to the left side of the body and do the same; below the body; above; behind; in front. Finally, experience the symbol of *Om* at the centre of your being and allow it to gently expand outwards in every direction. As a final request, say, "May the protective power of the kavach extend to all living beings on earth and to the entire universe." Watch the symbol of *Om* expand into infinity, slowly fading from the mind space. This concludes the invocation.

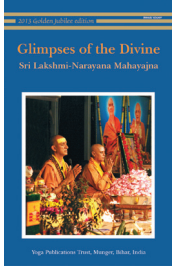
Sit in silence for a few moments and witness the effects of this practice. Try to connect with the experience, the feeling, the sensation of positivity, assurance and conviction that now surrounds you. To end, bring the hands into *pranam mudra*, the gesture of prayer, and chant the peace invocation aloud, *Om Shantih Shantih Shantih, Hari Om*. Slowly open your eyes.

Make an effort to connect with the energy of this kavach throughout the day. The easiest way to do this is to laugh. Laugh for five minutes every hour, let go of your worries and concerns, and feel the joy and love in your heart. ■



Yoga Publications Trust

Glimpses of the Divine Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna



Before his mahasamadhi in 2009, Sri Swami Satyananda gave a final mandate to his successor, Swami Niranjanaanda: "Cultivate the lifestyle of creative expression and bring the tradition of sannyasa to the forefront of modern culture." This vision took the form of Sannyasa Peeth, an institution dedicated to instilling the spiritual qualities that allow an individual to live a creative and positive life. Swami Satyananda further specified that the presiding deities of Sannyasa Peeth will be Sri Narayana and Sri Lakshmi, the sustaining forces of the cosmos, and an annual yajna must be conducted to propitiate them and receive their blessings. Thus, in September 2011, the first Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna was held at Paduka Darshan, the seat of Sannyasa Peeth in Munger on the banks of the Ganga.

Glimpses of the Divine is a collection of the talks and satsangs given by Swami Niranjanaanda and Swami Satyasangananda during the Sri Lakshmi-Narayana Mahayajnas held in 2011 and 2012. It also includes impressions of the participants of the yajna. The booklet takes us back into the special moments of the yajnas, allowing us to relive the inspiration and blessings received therein and reconnect with the energy of the gurus.

For an order form and comprehensive publications price list, please contact:

Yoga Publications Trust,

Ganga Darshan, Fort, Munger, Bihar 811 201, India
Tel: +91-6344 222430, Fax: +91-6344 220169



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 एवं स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती की शिक्षाओं के अतिरिक्त संन्यास पीठ के कार्यक्रमों की जानकारियाँ भी प्रकाशित की जाती हैं।

सम्पादक – स्वामी योगमाया 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 2014

पत्रिका की सदस्यता एक वर्ष के लिए पंजीकृत की जाती है। देर से सदस्यता ग्रहण करने पर भी उस वर्ष के जनवरी से दिसम्बर तक के सभी अंक भेजे जाते हैं। कृपया आवेदन अथवा अन्य पत्राचार निम्नलिखित पते पर करें –

संन्यास पीठ

द्वारा-गंगा दर्शन,
फोर्ट, मुंगेर, 811201,
बिहार, भारत

☑ अन्य किसी जानकारी हेतु स्वयं का पता लिखा और डाक टिकट लगा हुआ लिफाफा भेजें, जिसके बिना उत्तर नहीं दिया जायेगा।

कवर फोटो: श्रीमद् भागवत कथा, शिवालय, मुंगेर

अन्दर के रंगीन फोटो: 1 & 2: श्रीमद् भागवत कथा;
3-5: पाशुपत अस्त्र यज्ञ; 6: सिद्ध कुंजिका अनुष्ठान;
7-8: शूलन

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

Sannyasa Peeth Events & Courses 2014-2015

Apr-Oct

All-India Yoga Yatra

Aug 1-Jan 25

6-month Gurukul Lifestyle Course

Sep 8-12

Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna

Jan 13-15

Satsangs by Swami Girishananda

Jan 21-28

Magha Adhyatma Samskar Sadhana Satra

Jan 24-Jan 2016

1-year Sannyasa Training

Feb 1-July 25

6-month Gurukul Lifestyle Course

Jul 17-25

Ashadha Adhyatma Samskar Sadhana Satra

Aug 1-Jan 25

6-month Gurukul Lifestyle Course

Sep 8-12

Sri Lakshmi Narayana Mahayajna

For more information on the above events, contact:

Sannyasa Peeth, c/o Ganga Darshan, Munger, Bihar 811201, India

Tel: 06344-222430, 06344-228603, 09304799615 Fax: 06344-220169

Website: www.biharyoga.net

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