

Satya ka Avahan

सत्य का
आवाहन

Invoking the Divine

Year 5 Issue 1 January–February 2016
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 – 811201, Bihar.

Printed at Thomson Press India (Ltd), Haryana

© Sannyasa Peeth 2016

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
Paduka Darshan
PO Ganga Darshan
Fort, Munger, 811201
Bihar, India

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

Front cover: Pashupata Astra Yajna, Satyam Udyan, Munger, 2015

Plates: 1: Sri Swami Sivananda Saraswati;
2: Sri Swami Satyananda Saraswati;
3 & 6–8: Pashupata Astra Yajna, Satyam Udyan, 2015; 4–5: Pooja at Satyam Udyan



SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Happiness is not the quality of the world;
it is the quality of your mind.

—Swami Satyananda

आनन्द बाह्य संसार की वस्तुओं में नहीं, तुम्हारे
अपने मन की एक विशेष अवस्था है।

—स्वामी सत्यानन्द

Published and printed by Swami Shankarananda Saraswati on behalf of Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort, Munger – 811201, Bihar.

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

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

Satya ka Avahan

Invoking the Divine

सत्य का आवाहन

Year 5 Issue 1 • January–February 2016

न तु अहं कामये राज्यं न स्वर्गं न पुनर्भवं । कामये दुःखतप्तानां प्राणिनां अतिनाशनम् ॥

"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 पंचाग्नि-पंचरत्नम्
- 4 Live the Life Divine
- 5 Discovering Wisdom
- 7 आध्यात्मिक साधना
- 12 पंचाग्नि तपस्या
- 15 New Year Message
- 17 पाशुपतास्त्र यज्ञ
- 21 भस्म-मीमांसा
- 25 Blessings of Tapasya
- 27 Aspects of Panchagni Sadhana
- 31 Pashupata Vidya
- 33 ईश्वर की कृपा-वृष्टि
- 34 Bridge between the Gross and the Transcendental
- 41 पंचाग्नि की पाँच अग्नियाँ
- 44 Meditation for the New Year
- 48 कौपीन-पंचकम्

पंचाग्नि-पंचरत्नम् Panchagni Pancharatnam

ॐ अस्य पंचाग्नि-पंचरत्नस्तोत्रमंत्रस्य निरंजन ऋषिः। वसन्ततिलका छन्दः।
पंचाननशिवो देवता। ॐ बीजम्। अग्निः शक्तिः। तत्त्वशुद्ध्यर्थे जपे विनियोगः।

प्रातः स्मरामि शिवपंचमुख्याग्निरूपं, सद्योऽभिधं प्रथमशम्भुमुखं प्रतीच्यम्।
पृथ्वीं यजामि गुदगंधमनांसि नासां, ओमग्नये इदं न मे इति तत्त्वशुद्धिः ॥ 1 ॥



At the dawn of the day I remember Shiva's fiery five-faced form. I worship first his westward face named Sadyojata, with offerings of *prithvi*, the earth element, *gandha*, the tanmatra of smell, *nasa*, the jnanendriya of smell, *gudam*, the karmendriya of elimination, and *manas*, my mind. I consecrate all these tattwas of my being to the fire, they are mine no longer. Thus are these tattwas purified and the attainment of tattwa shuddhi.

प्रातर्भजामि गिरिशस्य उदीच्यवक्त्रं, वामाख्यमेतदनले जुहोमि भक्त्या।
अम्भ उपस्थरसने च रसं च बुद्धिं, ओमग्नये इदं न मे इति तत्त्वशुद्धिः ॥ 2 ॥

At the dawn of the day I worship Shiva's northward face, known as Vamadeva, and in this fire I offer with devotion *ambha*, the water element, *rasa*, the tanmatra of taste, *rasna*, the jnanendriya of taste, *upastha*, the karmendriya of generation, and *buddhi*, my intellect. I consecrate all these tattwas of my being to the fire, they are mine no longer. Thus the attainment of tattwa shuddhi.

प्रातर्नमामि शिवदक्षिणवक्त्रघोरं, ख्याति अघोर इति यस्य दधामि तस्मै।
अग्निं च रूपनयने पदमस्मितां च, ओमग्नये इदं न मे इति तत्त्वशुद्धिः ॥ 3 ॥

At the dawn of the day I bow to the fearsome southward face of Shiva. To him, whose name is Aghora, I offer *agni*, the fire element, *roopa*, the tanmatra of sight, *nayana*, the jnanendriya of sight, *pada*, the karmendriya of locomotion, and *asmita*, my ego-identity. I consecrate all these tattwas of my being to the fire, they are mine no longer. Thus the attainment of tattwa shuddhi.

प्रातः स्तुवे पशुपतेः पुरुषाख्यवक्त्रं, प्राचीनपावकमुखे हवनं च कुर्वे।
स्पर्शत्वचोः प्रकृतिमारुतयोश्च पाणोः, ओमग्नये इदं न मे इति तत्त्वशुद्धिः ॥ 4 ॥

At the dawn of the day I sing the glories of Pashupati's face known as Purusha. And in his eastward fiery mouth, I perform havan with oblations of *maruta*, the air element, *sparsha*, the tanmatra of touch, *tvak*, the jnanendriya of touch, *pani*, the karmendriya of manoeuvring, and *prakriti*, the energy principle. I consecrate all these tattwas of my being to the fire, they are mine no longer. Thus the attainment of tattwa shuddhi.



प्रातर्गृणामि रविरूपिणमन्तिमाग्निं, ईशाननामकशिवोर्ध्वमुखाय दास्ये।
श्रोत्रं च शब्दपुरुषौ च नभश्च वाचं, ओमग्नये इदं न मे इति तत्त्वशुद्धिः ॥ 5 ॥

At the dawn of the day I praise the final fire in the form of the sun, and to this upward face of Shiva known as Ishana, I offer *nabhas*, the space element, *shabda*, the tanmatra of sound, *shrotra*, the jnanendriya of sound, *vak*, the karmendriya of speech, and *purusha*, the consciousness principle. I consecrate all these tattwas of my being to the fire, they are mine no longer. Thus the attainment of tattwa shuddhi.

इति पंचविंशति-तत्त्वानां शुद्धिः सम्पूर्णा

Thus the shuddhi of the twenty-five tattwas is accomplished.

Live the Life Divine

Swami Sivananda Saraswati

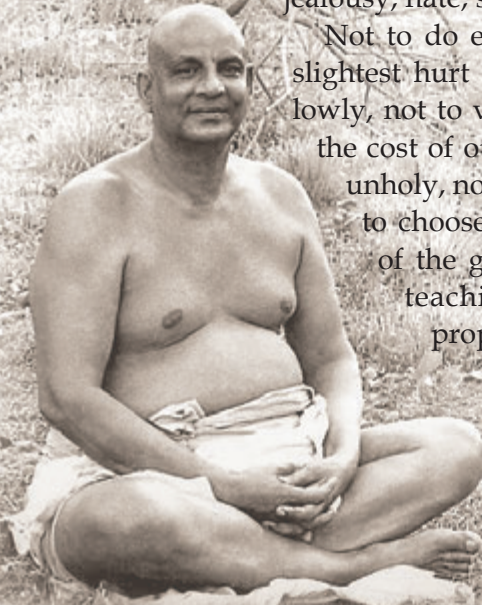
The solace and salvation of the world consists in living the life divine. The brotherhood that one professes should be brotherhood in practice. The intellect and the emotion should be simultaneously activated by the self-same ideal.

The evolutionary process of nature always works in stages; all creativity or constructiveness is modulated according to the law of evolution. Evolution is the process of the unfoldment of real life and true growth. It results in permanent achievement. Therefore, one has to cultivate all that is good and noble through a positive and constructive process of growth.

If one wants happiness and wellbeing, one has to cast aside all violence and hate, and experience and radiate wave after wave of peace, serenity and compassion. Life without selfishness, lust, anger, greed and vanity is itself divine life. To nurture the plant of love, one has to pull out the weeds of jealousy, hate, suspicion and revenge.

Not to do evil deeds, not to cause the slightest hurt even to the lowliest of the lowly, not to vilify anyone, not to gain at the cost of others, not to be impure and unholy, not to be deceitful and sly, not to choose the pleasant in preference of the good, have been the central teachings of all the saints and prophets all over the world.

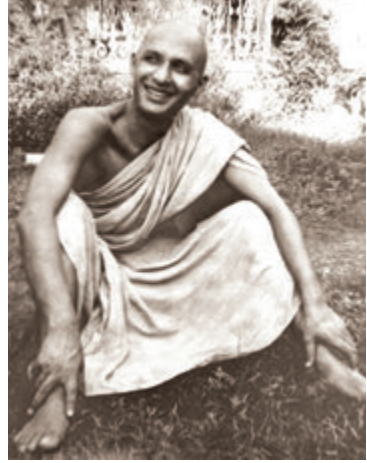
May all work together to overcome hate by love, evil by goodness, injustice by justice, untruth by truth, selfishness by selflessness. May peace be unto all. ■



Discovering Wisdom

Swami Satyananda Saraswati

You have to understand life to face your thoughts, mind and the psychological personality. You have to face yourself, but in such a way that it does not put you into confusion and complication rather takes you out of it, at least to some extent. This is possible to do by yourself. You can do it. You do not have to take help from anybody; of course, if there is someone to help you, well and good.



In every individual there is the wisdom to come out of the confusion and idiosyncrasies of life. There is wisdom in everybody that can teach him, that can inspire him to act, interact and respond to different areas of life, to people and circumstances, so that the best of happiness can be experienced in life.

There are three aspects of life: Satyam, Shivam, Sundaram. This is the real nature of life. *Satyam* means truth, *shivam* means auspiciousness or everything that is good, *sundaram* means beautiful. This is the essential nature of everyone's life, but you do not experience it. You always experience falsehood, problems and impurity. Why?

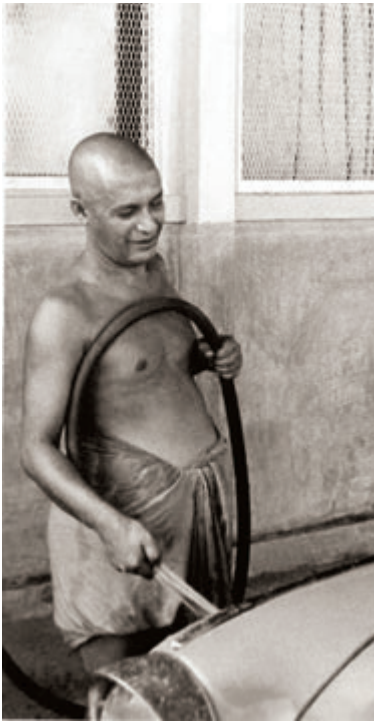
Not because that is the reality of life, but because you are not able to handle it. You are not able to accept and respond correctly. For example, there is a good person. If you talk to him nicely, you can receive his goodness. If you behave badly with him, after some time there will be an end to his forbearance and he will react. Then you will say that he is a rascal. A good

man becomes a rascal because of you. An auspicious situation becomes bad in life because of you, and this 'you' is the mind. This mind can be tuned, trained and developed in an ashram situation.

For those aspirants who want to experience a complete life, an exposure to ashram life is a must. Here, you can make an enquiry into your entire lifestyle. While you are going through the ashram routine, so many ideas automatically spring from the bottom of your wisdom. It does not happen in the same way when you are out in the world living a householder's life.

There are many more aspects of ashram life which I have tried to explain to people. I have never considered an ashram to be a shelter for recluses. I do not even believe that one can be a recluse. There is no such thing.

An ashram is not even a religious place or a monastery. It is a place of people who give their sweat and energy and work



hard on gardens, buildings, printing presses, books, art, carpentry, painting. They have to create. It is a place for people to contribute, express and give, to manifest the potential creativity in themselves.

In order to do that, it is necessary to live a selfless life for some time, whether three months, six months, or one year. You have to live like a sannyasin for that period, and then you will find a new attitude to life, a new meaning of life, and a new method to handle this most complicated, psychologically-permeated, emotionally-charged life, in a smooth way. ■

आध्यात्मिक साधना

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

साधना का लक्ष्य जीवन को उन सीमाओं से मुक्त करना है जिनसे अभी वह घिरा हुआ है। इस संसार में हमारा आगमन साधना करने के उद्देश्य से ही हुआ है। साधना आजीवन चलनेवाली प्रक्रिया है। हमारे जीवन का प्रत्येक दिन, प्रत्येक क्षण आगे बढ़ने का अभियान है। इस महान् यात्रा के मार्ग में बाधाएँ अनेक हैं किन्तु जब तक आपके रथ का सारथि परमात्मा है, चिन्ता की कोई बात नहीं। आप अवश्य ही अपने गन्तव्य पर पहुँचेंगे।

प्रायः लोगों के मन में आध्यात्मिक मार्ग के प्रति कोरी उत्सुकता ही रहती है। वे सोचते हैं कि यदि वे कुछ यौगिक अभ्यास करेंगे तो कुछ शक्तियाँ एवं सिद्धियाँ प्राप्त कर लेंगे। जब ऐसा नहीं होता तो वे धैर्य खो बैठते हैं एवं अभ्यास करना भी बन्द कर देते हैं। वे आध्यात्मिक मार्ग को ही छोड़ देते हैं तथा योग एवं योगियों का तिरस्कार तक करने लगते हैं।

मात्र उत्सुकता आध्यात्मिक मार्ग में प्रगति प्रदान करने में सहायक नहीं होगी। आत्म-निरीक्षण कीजिए। अपने विचारों का विश्लेषण कीजिए तथा पता लगाइए कि आपके अन्दर सच्ची आध्यात्मिक जिज्ञासा है या केवल क्षणिक कुतूहल। सतत् सत्संग, श्रेष्ठ आध्यात्मिक पुस्तकों के अध्ययन, प्रार्थना, जप, तप एवं ध्यान द्वारा अपनी उत्सुकता को मुक्ति की सच्ची पिपासा में रूपान्तरित कीजिए।

आकांक्षा एवं उपलब्धि

केवल उत्तम उद्देश्यों से काम नहीं चलेगा। उनके साथ पर्याप्त प्रयास भी होना चाहिए। साथ ही काम, क्रोध, लोभ, अहंकार एवं स्वार्थपरता से स्वयं को सुरक्षित रखना होगा। नैतिक शुद्धि एवं आध्यात्मिक आकांक्षा एक साधक के जीवन की प्राथमिक आवश्यकताएँ हैं। नैतिक मूल्यों में दृढ़ आस्था के बिना आध्यात्मिक जीवन तो सम्भव ही नहीं, इसके बिना आप उत्तम सांसारिक जीवन भी नहीं जी सकते।

कठोर आत्मानुशासन अत्यन्त आवश्यक है। आत्मानुशासन का तात्पर्य दमन से नहीं बल्कि अपने अन्दर के पशु को नियन्त्रित करने से है। इसका वास्तविक अर्थ है हमारे अन्दर के पशु का मानवीकरण एवं मानव का आध्यात्मिकरण।

आध्यात्मिक मार्ग ऊबड़-खाबड़ और कंटकाकीर्ण होता है। अध्यवसाय एवं धैर्य के साथ काँटों को उखाड़ फेंकना होगा। कुछ काँटे आन्तरिक होते हैं और कुछ बाह्य। काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार इत्यादि आन्तरिक काँटे हैं। दुष्ट व्यक्तियों का संग सबसे बुरा बाह्य काँटा है। इसलिए अत्यन्त सावधानीपूर्वक कुसंगति से बचिए।



साधना की अवधि में अधिक मिलना-जुलना, अधिक बातचीत करना, अधिक घूमना-फिरना, अधिक खाना एवं अधिक सोना उचित ही नहीं, बाधक है। सावधानीपूर्वक इन पाँच निषेधों से बचिए। मिलने-जुलने से मन अशान्त एवं अधिक बातचीत करने से विक्षिप्त होता है। अधिक घूमने-फिरने से कमजोरी एवं थकावट होती है। अधिक खाने से आलस्य एवं निद्रा आती है।

आध्यात्मिक मार्ग

प्रारम्भ में ऐसा लग सकता है कि आध्यात्मिक मार्ग कठिन, खतरनाक एवं फिसलनभरा है। शुरू में वस्तुओं का त्याग दुःखदायी होता है। किन्तु यदि आप दृढ़ संकल्प ले लेते हैं और आध्यात्मिक मार्ग पर चलने हेतु निरंतर प्रयास करते हैं तो यह कार्य बहुत आसान हो जाता है। अपने प्रयास में आप रुचि लेने लगते हैं तथा एक नये आनन्द का अनुभव करते हैं। आपके हृदय का विस्तार होता है तथा जीवन के प्रति आप एक नया, व्यापक दृष्टिकोण प्राप्त करते हैं। आप अपने हृदय-स्थित अन्तर्यामी के अदृश्य हाथों के सहारे का भी अनुभव करते हैं। आपके सभी प्रश्नों का उत्तर अपने अन्दर से ही मिलने लगता है तथा समस्त प्रकार के

सन्देश स्वतः दूर होते जाते हैं। आप दिव्य आनन्द की अनुभूति से भावविह्वल हो जाते हैं। आप गहरी शान्ति का अनुभव करते हैं। आपको नया सामर्थ्य प्राप्त होता है। आध्यात्मिक मार्ग पर आपके कदम अधिकाधिक दृढ़ होने लगते हैं।

सर्वोच्च ब्राह्मी चेतना एवं सामान्य मानवीय चेतना के बीच चेतना के अनेक स्तर होते हैं। अन्तिम लक्ष्य तक पहुँचने के पूर्व विभिन्न परदों को हटाना, कई निम्नतर केन्द्रों को खोलना तथा अनेक बाधाओं को पार करना होता है। शाश्वत आनन्द के आयाम में पहुँचने के लिए कोई राजमार्ग नहीं है। आपको प्रयासरत रहते हुए अनेक पर्वतों पर चढ़ना है। आप एक छलाँग में एवरेस्ट के शिखर पर नहीं चढ़ सकते। आध्यात्मिक मार्ग में छलाँग लगाने की सम्भावना भी नहीं है, न ही आधे-अधूरे प्रयास से काम चल सकता है। यहाँ कड़ा, कठोर अनुशासन आवश्यक है। तभी आप माया पर विजय एवं मन पर नियन्त्रण प्राप्त कर सकते हैं।

सन्त-महात्मा ऐसा कभी नहीं सोचते कि उन्होंने अपने मन को नियन्त्रित कर लिया है। केवल भ्रमित साधक सोचता है कि उसने अपने मन पर विजय प्राप्त कर ली है। अन्त में उसका भयंकर पतन होता है। जीवन, मन एवं प्रकृति का यह स्वभाव है कि वे सतत् गतिशील रहते हैं। जब मन में यह विचार रहता है कि उच्चतम अवस्था अभी प्राप्त नहीं हुई है, तब आप निरन्तर उसकी ओर बढ़ते हैं। यदि आप मान लेंगे कि आप उपलब्धि के शिखर पर पहुँच गए हैं तो आप गतिशील तो रहेंगे किन्तु वह गति निम्नगामी होगी। आपका पतन होगा। इसलिए अन्तिम श्वास तक अधिकाधिक ऊँची आध्यात्मिक अवस्था प्राप्त करने का प्रयास कीजिए।

आध्यात्मिक प्रगति के लक्षण

आध्यात्मिक प्रगति निःशब्द एवं अदृश्य होती है। इसकी तुलना उस कली से की जा सकती है जो रात्रि की नीरवता में धीरे-धीरे पुष्प रूप में खिलती है। अतः यह सोचकर उदास न हों कि आपकी प्रगति नहीं हो रही है।

वास्तविक आध्यात्मिक प्रगति का सही मूल्यांकन उस शान्ति और शुद्धता से होता है जो आपके व्यावहारिक जीवन में अभिव्यक्त होती है। आपका शरीर और मन स्वस्थ होगा। आप सदैव शान्त, सन्तुलित, प्रसन्न, निर्भय एवं सन्तुष्ट रहेंगे। आपके अन्दर वैराग्य एवं विवेक का विकास होगा तथा संसार के प्रति कोई आकर्षण नहीं रह जाएगा। जिन वस्तुओं एवं बातों से पूर्व में आप अशान्त हो जाते थे उनसे अब आप प्रभावित नहीं होंगे। जिन चीजों से पूर्व में आपको सुख मिलता था उनसे आप विरक्त होते जाएँगे। आपका मन एकाग्र, कुशाग्र एवं सूक्ष्म हो जाएगा। आप ध्यान में अधिक रुचि लेने लगेंगे। आपके अन्दर यह विचार अधिकाधिक सुस्पष्ट एवं दृढ़ होगा कि सभी रूप प्रभु के ही रूप हैं। आपके अन्दर निःस्वार्थ सेवा की तीव्र इच्छा उत्पन्न होगी।



आध्यात्मिक अनुभव की कुछ झलक मिलते ही आप अपनी साधना बन्द न करें। जब तक आप परम ब्रह्म में स्थित नहीं हो जाते, अपना अभ्यास जारी रखें। यदि आप अभ्यास बन्द करके संसार में विचरण करेंगे तो पतन की पूरी सम्भावना रहेगी। मात्र एक झलक से आप पूर्णतः सुरक्षित नहीं रह सकते। आप नाम और यश से उन्मत्त न हों। आप पत्नी, बच्चे, माता-पिता, घर, मित्र एवं सम्बन्धियों का परित्याग कर सकते हैं, किन्तु प्रतिष्ठा और प्रसिद्धि का त्याग करना अत्यधिक कठिन है। मैं आपको यह गम्भीर चेतावनी देता हूँ। सांसारिक आदमी के लिए संसार अति महत्वपूर्ण है किन्तु एक ब्रह्मज्ञानी के लिए यह तिनके के समान है। तुच्छ सांसारिक चीजों पर ध्यान न दें, अपने अभ्यास में नियमित रहें। पूर्ण ब्राह्मी चेतना में

निरन्तर स्थिति प्राप्त होने तक अविराम साधना करते रहें।

प्रत्येक प्रलोभन का निवारण, बुरे विचार का निरोध, इच्छा का शमन एवं कटु शब्द पर नियन्त्रण कीजिए। दूसरी तरफ प्रत्येक उत्कृष्ट आकांक्षा को प्रोत्साहन दीजिए एवं उदात्त विचारों का पोषण कीजिए। आपके द्वारा की गई साधना का प्रत्येक अंश निश्चित रूप से आपकी अदृश्य चेतना में अंकित होता है। कोई भी साधना व्यर्थ नहीं जाती। इसका प्रत्येक अंश आपके विकास में सहायक होता है। यह निश्चित नियम है। नकारात्मक विचारों को अपने मन में न आने दें। शान्ति पूर्वक, नियमित रूप से अपनी साधना करते रहें। आध्यात्मिक अभ्यास के बिना आपका एक दिन भी न बीते।

आध्यात्मिक प्रगति में बाधाएँ

कभी-कभी साधक अटक जाता है। वह अपने मार्ग पर आगे नहीं बढ़ पाता है। वह अपने रास्ते से भटककर किसी अन्य दिशा में जाने लगता है। उसका लक्ष्य दृष्टि से ओझल हो जाता है। यदा-कदा वह प्रलोभनों एवं विरोधी तत्त्वों का शिकार

होता है। कभी-कभी उसे गलत संतुष्टि का अनुभव होता है। वह सोचता है कि उसे अपना लक्ष्य मिल गया है, अतः वह सभी साधनाएँ रोक देता है। यदा-कदा वह लापरवाह, आलसी और अकर्मण्य हो जाता है। वह कोई भी अभ्यास नहीं कर सकता। इसलिए सतत् सतर्क बने रहें।

आध्यात्मिक मार्ग बाधाओं से भरा हुआ है। एक बाधा पर विजय प्राप्त करते ही दूसरी प्रकट हो जाती है। यदि आप स्वाद-इन्द्रिय को नियन्त्रित करेंगे तो पाएँगे कि कोई दूसरी इन्द्रिय दुगुनी शक्ति से आप पर हमला करने के लिए तैयार खड़ी है। यदि आप लोभ को दूर करेंगे तो क्रोध आपको धक्का मारकर गिराने हेतु तैयार रहेगा। यदि आप अहंकार को एक दरवाजे से बाहर करेंगे तो वह दूसरे दरवाजे से अन्दर आ जाएगा। आध्यात्मिक मार्ग पर अपार धैर्य, अध्यवसाय, सावधानी एवं निर्भयता जैसे गुणों की नितान्त आवयकता है।

तत्काल साधना प्रारम्भ करें

वर्तमान में जीएँ, कार्य करें तथा प्रसन्न रहें। प्रतिदिन आपके अनमोल जीवन का एक अंश आपके हाथ से निकलता जा रहा है। अतः आप उत्साहपूर्वक साधना में निमग्न हो जाएँ। अर्थहीन पश्चात्ताप का शिकार न हों। आज का दिन सर्वोत्तम दिन है। तत्काल साधना प्रारम्भ करें। पुरानी गलतियों और कमियों को अलविदा कहें। नई आशा, दृढ़ संकल्प एवं सतर्कता के साथ आज और अभी अपनी आध्यात्मिक यात्रा प्रारम्भ करें। निरर्थक कार्यों या अकर्मण्यता में समय नष्ट न करके कुछ ठोस साधनाएँ करें। आपके अन्दर अनन्त शक्ति का भण्डार है, अतः हतोत्साहित न हों। बाधाएँ तो सफलता के सोपान हैं। वे आपकी संकल्प-शक्ति को बढ़ाती हैं। आप उनसे परास्त न हों।

यदि आप ऐसा सोचते हैं कि 'मैं तब स्नान करूँगा जब समुद्र की समस्त लहरें शान्त हो जाएँगी' तो यह सम्भव नहीं है। सागर की लहरें कदापि शान्त नहीं होंगी और आप कभी भी स्नान न कर सकेंगे। इसी प्रकार यदि आप सोचते हैं कि 'मैं आध्यात्मिक साधना तब प्रारम्भ करूँगा जब मेरी सभी चिन्ताएँ, परेशानियाँ एवं झंझट समाप्त हो जाएँगे, मेरे सभी पुत्र-पुत्रियाँ जीवन में व्यवस्थित हो जाएँगे और अवकाश प्राप्ति के बाद मुझे पर्याप्त समय मिलेगा' तो ऐसा होना सम्भव नहीं है। वृद्धावस्था प्राप्त करने के बाद आप आधे घंटे के लिए भी स्थिर नहीं बैठ सकेंगे, आप में किसी प्रकार की कठोर तपस्या या साधना करने की क्षमता नहीं रहेगी। आप युवावस्था में ही गहन आध्यात्मिक साधना प्रारम्भ कीजिए, चाहे आपकी परिस्थिति या वातावरण जैसा भी हो। तभी वृद्धावस्था में आपको पर्याप्त आध्यात्मिक लाभ प्राप्त होंगे। आपको परमेश्वर में निहित शाश्वत शान्ति का अनमोल खजाना मिलेगा। ■

पंचाग्नि तपस्या

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

सन् 1989 में जब हम रिखिया आये तो हमने सोचा कि संन्यास तो लिया और घर-परिवार भी छोड़ा, पर माया में भी बहुत रहे। हम संभलकर रहे, पर यह संसार है काजल की कोठरी। इसमें कितनी भी होशियारी से जाओगे, दाग लेकर ही आओगे, बच नहीं सकते।

काजल की कोठरी में कैसोहू सयानो जाय।
एक दाग वाहु को लागिहैं पै लागिहैं॥

हमने तो निष्काम भाव से, गुरुजी की सेवा समझकर सब किया, मगर फिर भी प्रपंच तो प्रपंच है, माया तो माया है। अब वह जो कालिख लगी है, उसे कैसे धोएँ? इसलिए संन्यासियों के लिये पंचाग्नि साधना का विधान है। पंचाग्नि का मतलब पाँच अग्नियाँ।

हमें पंचाग्नि से बड़ा डर लगता था, क्योंकि हमसे एक अग्नि भी सहन नहीं होती थी। हमारे लिए 25 डिग्री सेन्टिग्रेड बहुत ऊँचा तापमान होता था, उसे मैं सहन नहीं कर सकता था। आपने मुझे मुंगेर में देखा होगा। मेरे पास वातानुकूलित कमरे थे, क्योंकि मैं ज्यादा गर्मी में काम नहीं कर सकता था। जहाँ तक ठण्ड का सवाल है, वहाँ मुझे कोई परेशानी नहीं। मैं 3-4 डिग्री सेन्टिग्रेड में भी आराम से बैठ सकता हूँ। मैं डेन्मार्क या नॉर्वे में बिना किसी गर्म कपड़े के रह सकता था।

अब पंचाग्नि साधना करनी तो थी। मैंने सोचा, 'मैं पंचाग्नि में रह भी सकता हूँ या नहीं? अग्नि के सामने इतना कमजोर हूँ, अगर पंचाग्नि में रहा तो बीमार हो जाऊँगा।' तब मेरे मन में एक ख्याल आया कि तुलसीजी सब औषधियों में श्रेष्ठ हैं। इसलिए मैंने तुलसीजी का पहले इष्टदेवी के रूप में वरण किया, और तब पंचाग्नि तपस्या शुरू की।

तुलसी आराधना के जितने विधि-विधान होते हैं, पुराणों में, तंत्र शास्त्रों में, सबको मैंने पढ़ना शुरू किया। फिर मैं शालिग्राम ढूँढ रहा था तो किसी ने मुझे नेपाल से लाकर दिया। तब से मैंने तांत्रिक पद्धति के अनुसार तुलसी पूजा करना आरंभ किया। मैं मकर संक्रान्ति से कर्क संक्रान्ति तक अग्नि के सामने रहा। छः महीने, सूर्योदय से सूर्यास्त तक, एक अग्नि सामने, एक पीछे, एक दायें, एक बायें और एक ऊपर में। तापमान नियमित रूप से पचास-साठ डिग्री के बीच हुआ करता, और जब तेज हवायें चलतीं तो जलते अंगारे पूरे शरीर पर काले निशान छोड़ देते। इसके लिए मैं भस्म का प्रयोग करने लगा। मैंने विशेष भस्म बनाया था,



जिसे महाभस्म कहा जाता है। यह भस्म खास तौर से गाय के घी से बना था, जिसे कई जड़ी-बूटियों के साथ ग्यारह बार उपचारित किया जाता था।

आज मुझे खुद विश्वास नहीं होता कि मैं इतने साल पंचाग्नि तपस्या कैसे कर गया। एक दिन तो पंचाग्नि वेदी में नब्बे डिग्री तापमान था! पचास-साठ तो बराबर रहता था। स्वामी निरंजन मुंगेर से कच्चा नारियल बराबर भेजा करता था। वैसे बिहार में नारियल नहीं होता। मैंने मुंगेर में नारियल लगाया तो सभी मजाक करने लगे। मुझे भी यह समझ में नहीं आया कि मैं नारियल क्यों लगा रहा हूँ। पन्द्रह-बीस साल पहले की बात है, लगभग सौ पेड़ लगाये होंगे। वे अब मेरे काम आये। दिनभर डाभ पियो, डीहाइड्रेशन से बचने के लिये पीते जाओ। जब पंचाग्नि शुरू हुई तब मैंने अनुभव किया कि भगवान ने मुझे ऐसी सद्बुद्धि क्यों दी जो मैंने नारियल के पेड़ लगाये। वे जानते थे कि मैं पंचाग्नि में जाऊँगा। भगवान को पहले से मालूम था कि बेटा एक दिन प्रायश्चित्त करेगा।

आश्चर्य की बात, मेरा एलसेशियन कुत्ता भोलेनाथ भी पंचाग्नि में मेरे साथ रहता था। वह ताप बिल्कुल नहीं सहन कर सकता था। मैं सुबह उसके ऊपर भस्म लगाता था, फिर वह बगल में बैठता था। वह दिन में एक बार पानी पीता था, एक बार पेशाब करता था। मेरा भी यही हाल था, क्योंकि उस तेज गर्मी में शरीर का सारा जल सूख जाता था।

मुझे नहीं लगता कि मैं इस तपस्या को दुबारा कर सकता हूँ। यह एक बार तुलसीजी की कृपा से संभव हो पाया है। मैंने उनसे प्रार्थना की थी और कहा था कि मुझे सिद्धि नहीं चाहिये, मुझे केवल स्वस्थ रखिये। यही बहुत है, क्योंकि मैं

एक दिन के लिये भी इस अनुष्ठान को छोड़ना नहीं चाहता था। मैंने इसे छोड़ा भी नहीं। यह गर्व की नहीं, कृतज्ञता की बात है। जब से मैं यहाँ आया हूँ, जो भी समय मिला है, एक क्षण भी मैंने बर्बाद नहीं किया है।

यह तुलसी की महिमा है। मैंने तो उनसे पैसा नहीं मांगा, आश्रम भी नहीं मांगा, विद्या भी नहीं मांगी, सिद्धि भी नहीं मांगी, कुछ भी नहीं मांगा। एक ही बात कही, हमको चंगा रखना। इसके अलावा सन् 1990 में मैंने पंचाग्नि के साथ एक साधना और जोड़ दी, अपने इष्ट मंत्र का एक करोड़ आठ लाख जप। इसके लिये तीन सौ दिन लगे, जिस दौरान मैं रोज तुलसीजी की पूजा करता था।

तुलसीजी के विधि-विधान में या भगवान के किसी भी विधि-विधान में एक ही चीज जरूरी है, बच्चे जैसा भोलापन और विश्वास। सभी धार्मिक विधियाँ, चाहे वे हिन्दुओं की हों, ईसाइयों की हों या तांत्रिक हों, सभी में निहित चीज केवल बच्चों जैसा विश्वास है। एक बुद्धिजीवी के लिये तुलसी एक पौधा है, ठीक है। लेकिन मेरे लिये तुलसी पौधा नहीं, एक देवी हैं। यहाँ हम दो समय, सुबह और शाम तुलसीजी की आरती करते हैं। मैं हर साल उनका विवाह शालिग्राम जी से करता हूँ। जब उनकी शादी करते हैं तब चारों ओर से झालर लगा देते हैं।

अब यह सवाल मत पूछना कि 'ऐसा क्यों?' 'क्यों' खोपड़ी पूछती है, दिल नहीं पूछता। दिल विश्वास करता है। जिस पर तुम विश्वास करते हो, वहाँ क्यों का प्रश्न नहीं उठता। ऐसा सभी चीजों में होता है। अब बोलोगे कि शादी क्यों करते हैं, बच्चा क्यों पैदा होता है, मनुष्य पैदा ही क्यों हुआ, हम मरते ही क्यों हैं, हम पैदा क्यों होते हैं, हमारी आँखें आगे क्यों हैं? इस क्यों का दुनिया में कोई जवाब नहीं। ■



New Year Message

INVOKE HAPPINESS

Avahan is generally translated as invocation; however, what is invocation and what role do you play in an invocation? Invocation is not merely a prayer that you repeat in your mind with eyes closed and intensity of heart. Invocation means focusing of willpower to bring about a qualitative and positive change. Invocation can be of the cosmic energies and also of the positive energies that exist within us. Just as there are both positive and negative energies in the cosmos, the hot and the cold, the dark and the light, the plus and the minus, ida and pingala, yin and yang, in the same manner, even in our nature, there are positive and negative expressions. The positive expressions are fed by the positive elements and the negative expressions are fed by the negative elements, and overcoming the negative represents winning over the demonical attitudes in life.



In society, there has always been a struggle between good and evil, and evil wins many times. However, there is one weapon that the good have and the evil does not have, which ultimately makes them win the war. This weapon is known as hope. When hope solidifies, takes a shape and a form, that is your mind, your intention, your will, your shakti coming together. That is *sankalpa shakti*. The nourishment of *sankalpa shakti*, of willpower, is hope. *Sankalpa shakti*, when focused, can materialize the invisible and make it visible,

change the negative into positive, a despondent state of mind into a happy state, a self-oriented nature into a selfless nature. That is the invocation of happiness, of an attitude, a mood, a nature, a shakti that is positive.

When sankalpa focuses on a particular idea, it becomes real. It is like the making of a pot. First, the pot is made in the mind, then the body comes in to make the pot physically according to what is visualized in the mind. The blueprint is created in the mind, the performance is done by the hands. The performance is according to the blueprint. If the blueprint is to make a nice structure, then performance will make a nice structure in life. If the blueprint is to make a deformed structure, then the performance will make you into a deformed personality.

Avahan or invocation therefore means focusing of intention and will, focusing of hope to create a positive and qualitative change in life. Connecting with the positive has to be the purpose of life. Therefore an effort has to be made to vanquish the negative, the limiting and the destructive tendencies through invocation, through avahan, and to again connect with the purity of the self, with happiness.

You know how you can make a difference in someone's life? Try one simple act. When walking down the street in the morning to the grocery shop or to work, look at a stranger, give a big smile and keep on walking. The whole day, the person will be thinking, 'Who was that person who smiled at me in the morning? I wonder if I will see that person again.' That one simple smile will alter the thinking of the stranger for the whole day and he or she will be connected to happiness, feel happy that 'somebody smiled at me'. In this way, you can invoke happiness through a simple act and make a difference in the world. Let this be your effort in 2016.

—Swami Niranjanananda

पाशुपतास्त्र यज्ञ

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

आज सुबह जिस पाशुपतास्त्र यज्ञ का शुभारंभ हुआ है, वह एक बहुत प्राचीन आराधना है, जिसे पूर्व में अर्जुन ने भी सम्पन्न किया था। अर्जुन ने पाशुपतास्त्र प्राप्त करने के लिये शिवजी की आराधना और तपस्या की थी। तपस्या सफल भी हुई। शिवजी किरात वेश में प्रकट होते हैं, अर्जुन की परीक्षा लेते हैं, लड़ाई होती है, और अंत में अर्जुन से प्रसन्न होकर शिवजी अपना पाशुपतास्त्र प्रदान करते हैं। लेकिन अर्जुन को पाशुपतास्त्र प्रदान करते समय एक चेतावनी भी देते हैं, 'देखो! तुम्हें अस्त्र तो दे रहा हूँ, लेकिन इसका प्रयोग कभी नहीं करना।'

इसलिए आप देखोगे कि महाभारत में ब्रह्मास्त्र आदि का प्रयोग हुआ है, लेकिन पाशुपतास्त्र का प्रयोग नहीं हुआ, जबकि अर्जुन के पास यह विद्या थी। शिवजी ने अर्जुन को कह दिया था कि यह अस्त्र मैं तुम्हें दे रहा हूँ, लेकिन तुम इसका उपयोग युद्ध, विध्वंस और विनाश के लिये नहीं कर पाओगे। यह तो सर्वोच्च आयुध है, सर्वोच्च अस्त्र है, और शिवजी की अपनी शक्ति है। शिवजी की शक्ति तो आदिशक्ति का ही स्वरूप है, और उसके सामने कौन टक्कर ले सकता है, कौन खड़ा रह सकता है? कोई नहीं। 'एक बार यह अस्त्र चले तो उसका तोड़ कुछ नहीं है, इसलिए इसका तुम उपयोग कभी नहीं करना। केवल मंगल के लिये मैं तुम्हें यह अस्त्र प्रदान करता हूँ। तुम्हारा कल्याण हो। जिस उद्देश्य से तुम दिव्यास्त्रों को प्राप्त करना चाहते हो और कृष्ण जी तुम्हें प्रोत्साहित कर रहे हैं, वह उद्देश्य सफल हो, यह मेरा आशीर्वाद है,' ऐसा कहकर भगवान शिव ने अर्जुन को अपना पाशुपतास्त्र प्रदान किया था।

उसके पश्चात् फिर महाभारत का युद्ध हुआ, कलियुग आया, सब ऋषि-मुनि और बुद्धिजीवी इधर-उधर तितर-बितर हो गये। कलियुग में एक प्रकार से पुनः पाषाण युग से जीवन का प्रारंभ होता है। इसलिए इन सब प्राचीन विद्याओं को आज जानने वाला कोई नहीं है। हमारे देश में एक स्थान है, वाराणसी, जो शिवजी का ही स्थान है। वहाँ के आचार्यों और पण्डितों ने बड़ी लगन से शोध करके इन पाशुपतास्त्र मंत्रों को खोजा है। ये मंत्र तो आज प्रचलित हैं नहीं, न ही कोई इन्हें जानता है। पिछले वर्ष हमलोगों ने यहाँ पर पंचाग्नि की पूर्णाहुति के समय इस पाशुपतास्त्र यज्ञ को सम्पन्न किया था। उसी समय मन में प्रेरणा हुई थी कि पंचाग्नि की पूर्णाहुति पर हमलोग हमेशा यह यज्ञ यहाँ पर सम्पन्न करेंगे।

इस यज्ञ में हमलोगों का संकल्प है कि जीवन के अवरोध, जिन्हें हमलोग ग्रंथियाँ भी कहते हैं, दूर हों। ब्रह्मग्रंथि, विष्णुग्रंथि और रुद्रग्रंथि—ये तीन

ग्रंथियाँ मनुष्य की प्रतिभाओं और ऊर्जाओं को सीमित बनाये रखती हैं। हमारे भीतर यही त्रिपुर हैं। एक पुर है लोहे से निर्मित, दूसरा है चाँदी का और तीसरा है सोने का। अब इन्हीं को तोड़ना है। शिवजी की कृपा से, शिवजी के अस्त्र से ही इस त्रिपुर को भेदा जा सकता है। एक बार जब त्रिपुर समाप्त हो जाता है तो फिर शिवत्व की अनुभूति होती है, शिवत्व का अनुग्रह मनुष्य प्राप्त करता है।



पंचाग्नि और पाशुपतास्त्र

पंचाग्नि और पाशुपतास्त्र, ये दोनों एक-दूसरे से अलग नहीं हैं। यह जो पाशुपतास्त्र यज्ञ हो रहा है, यह पंचाग्नि साधना का ही पूरक है, क्योंकि दोनों की शिक्षा आदिदेव से प्राप्त होती है। दोनों पाशुपत विद्या के अंग हैं। पंचाग्नि एक तपस्या है। हमारी भारतीय संस्कृति में तपस्या के अनेक रूप होते हैं। कुछ लोग एक पैर पर खड़े होकर तो कुछ लोग पेड़ से उल्टा लटककर तपस्या करते हैं। कुंभ मेले में चले जाओ, वहाँ पर कोई योगी महाराज दिख जाएँगे जो एक पैर पर खड़े हैं। ऐसे बहुत-से लोग हैं तपस्या करने वाले। हिमालय में आज भी बहुत-से लोग असली तपस्या में संलग्न हैं।

तपस्या दो प्रकार की होती है, एक दिखावे वाली और दूसरी असली। जो दिखावे वाली होती है उसका प्रयोजन होता है सकाम। लोग आयेंगे, देखेंगे, दान दक्षिणा चढ़ेगा। लेकिन सच्चा साधु जो तपस्या करता है वह निष्काम होती है, क्योंकि साधु के आगे-पीछे तो कोई है नहीं। वह किसका ख्याल करेगा? चेलों का? चेलों से तो साधु खुद परेशान है, उनका भी वह ख्याल नहीं करने वाला है। चले गुरु को बहुत परेशान कर देते हैं। *त्वमेव माता च पिता त्वमेव त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव*, ऐसा कहकर गुरुजी के अहंकार में बहुत घी डाल देते हैं, और गुरुजी का अहंकार भी प्रज्वलित हो जाता है कि हाँ, मैं ही माता हूँ, मैं ही पिता हूँ, मैं ही देवता हूँ, बेटा तुम ऐसा करो, तुम वैसा करो। गुरु लोग चेलों के जीवन में हस्तक्षेप करने लगते हैं, जबकि यह उनकी भूमिका है ही नहीं। दोनों तरफ से गलती होती है। चेला भी आश्रित हो जाता है गुरु पर और गुरु सोचता है कि अच्छा चेला मिला है, इसको दबाओ जितना दबा सकते हो। दोनों तरफ से परेशानी हो जाती है, क्योंकि जब सकाम वृत्ति रहती है उस समय मनुष्य का

स्वार्थ एवं अहंकार प्रबल रहता है, और जो भी संकल्प होता है वह स्वार्थ और अहंकार से ही प्रेरित होता है।

सच्चा साधु जो होता है, वह साधु यार किसका, लगाया दम खिसका। वह तो अपने में ही मस्त रहता है। उसकी कोई इच्छा, वासना या कामना नहीं है। उसका अपना कोई स्वार्थ नहीं है। वह तो परमार्थ के लिये तपस्या कर रहा है। पंचाग्नि ऐसी ही एक तपस्या है, जो पाशुपत दर्शन का एक अंग है। हमारे यहाँ आदिगुरु भगवान शिव ने जो प्रथम शिक्षा प्रदान की थी वह पाशुपत दर्शन ही था। इस दर्शन के कुछ अंग होते हैं जैसे पाशुपत विद्या, पाशुपत सम्प्रदाय, पाशुपत योग और पाशुपतास्त्र। पंचाग्नि भी इसी का अंग है। पिछले तीन वर्षों से हमने पंचाग्नि साधना की है, क्योंकि ऐसा हमारे गुरुजी का आदेश था। उन्होंने हमसे कहा, 'निरंजन, हम तुम्हें विरासत में क्या दे सकते हैं? संन्यासी की विरासत क्या होती है? जो जीवन वह जीता है, जिस आदर्श पर वह चलता है, जिस संकल्प को वह धारण करता है, वही तो अपने चेलों को प्रदान कर सकता है। हम तुम्हें संन्यास धर्म प्रदान कर रहे हैं, और तुम उसी संन्यास धर्म में आगे बढ़ो। संन्यास का पालन करो और उस भावना को अपने जीवन में जागृत करो। अगर तुम ऐसा कर सकते हो तो यह तुम्हारी उपलब्धि रहेगी।' ऐसा कहकर उन्होंने स्वयं जो साधना रिखियापीठ में दस साल की थी, उस साधना को करने के लिये हमें प्रेरित किया, निर्देश दिये।

सन् 2013 में हमने पंचाग्नि साधना प्रारंभ की थी और अब यह तीसरा साल है। पहले साल एक महीने की साधना चली थी। उस साल कोई यज्ञ नहीं हुआ था क्योंकि जिस दिन हमारी पंचाग्नि साधना पूरी हुई थी, उसी दिन वसंत पंचमी का कार्यक्रम गंगा दर्शन में शुरू हुआ था। उस समय श्रीयंत्र की आराधना हो रही थी, इसीलिये पंचाग्नि के समापन पर कुछ विशेष आयोजन नहीं हुआ था।

पिछले वर्ष दो महीने की पंचाग्नि साधना रही और उस समय पंचाग्नि के समापन पर हमलोगों ने यहाँ पर पाशुपतास्त्र यज्ञ सम्पन्न किया था। इस साल तीन महीने की पंचाग्नि है। पंचाग्नि का मतलब होता है पाँच अग्नियाँ, लेकिन पाँच अग्नियों को एक बार में झेलना बहुत कठिन होता है। इसलिये उसकी तैयारी होती है। पाँच साल लगते हैं पंचाग्नि की तैयारी के लिये। पहले साल एक अग्नि का सेवन है, दूसरे साल दो अग्नियों का, तीसरे साल तीन अग्नियों का, चौथे साल चार अग्नियों का और पाँचवें साल पाँच अग्नियों का सेवन है। यह है ट्रेनिंग। उसके बाद संकल्प लिया जाता है कि हम कितने वर्षों तक यह तपस्या करेंगे। अभी तो रिहर्सल चल रहा है, और उसके बाद फिर संकल्प होगा कि कितने समय तक करेंगे। हमारे गुरुजी ने पाँच साल की तैयारी की और पाँच साल का संकल्प लिया। कुल मिलाकर दस साल हो गये। अब देखते हैं कि हमें क्या प्रेरणा आती है। अगर भगवान कहेंगे कि पाँच साल ही पर्याप्त हैं तो ठीक है, पर्याप्त हैं। आगे के लिए कहेंगे तो आगे भी करेंगे।



अनुष्ठान के नियम-अनुशासन

एक बात का ख्याल रखना कि यह एक व्यक्तिगत तपस्या और अनुष्ठान है, जिसमें आपको साक्षी बनाकर यहाँ पर बैठाया गया है। आप लोग स्वतंत्र हैं, जब आना चाहें आइये, जब जाना चाहें जाइये। दस मिनट बैठना चाहें, दस मिनट बैठिये, एक घंटा बैठना चाहें, एक घंटा शांति से बैठिये। लेकिन अगर कोई मेरी तपस्या में विघ्न डालता है तो उसे मैं बाहर कर देता हूँ। आखिर यह एक तपस्या है, कोई खेल-तमाशा नहीं। 60 डिग्री के तापमान में बैठते हैं अंदर। आपलोग जब यहाँ आते हैं तो मेरी तरफ कम-से-कम ही देखने का प्रयास कीजिये। जो घूरकर देखते हैं उनकी दृष्टि से मैं विचलित हो जाता हूँ, मेरी एकाग्रता भंग होती है।

इस तपस्या और अनुष्ठान के नियम-अनुशासन आपलोग जानते नहीं हैं। वे बहुत कठोर होते हैं। कोई बैठकर हमें घूर-घूरकर देख रहा है, वह सब तमाशा यहाँ पर नहीं होगा। देखो और फिर दूसरी तरफ नजर करो। एकटक देखने का प्रयास नहीं करना। जो ऐसा करेगा, निश्चित रूप से वह बाहर जायेगा और फिर उसे अन्दर प्रवेश नहीं मिलेगा। इस साधना में इन्द्रियाँ और मन इतने संवेदनशील हो जाते हैं कि अगर कोई हमें देखे भी तो लगता है जैसे तीर मार रहा है। आपको अनुभव नहीं, इसलिये आप सोचते होंगे कि स्वामीजी क्या बात कर रहे हैं। लेकिन यह बात सच है कि दृष्टि चुभती है। इसलिये मेरी ओर कम-से-कम देखना और बाकी समय आँखें बंदकर मंत्रों का श्रवण करते जाना। साथ ही अपने गुरु मंत्र या ॐ नमः शिवाय या महामृत्युंजय मंत्र का जप करते जाना। तब इस अनुष्ठान से अधिकतम लाभ उठा सकोगे।

— 10 अप्रैल 2015, पाशुपतास्त्र यज्ञ का प्रथम दिवस

भस्म-मीमांसा

स्वामी निरंजनाब्द सरस्वती

अग्नि जिस तत्त्व का स्पर्श करती है उसे जलाकर उसके स्वरूप को समाप्त कर देती है। उस तत्त्व का जला हुआ अवशेष ही भस्म कहलाता है। भस्म दो शब्दों के संयोग से बना है—एक है भर्त्सना और दूसरा है स्मरण। भर्त्सना का अर्थ होता है समाप्त करना या नाश करना और स्मरण का अर्थ होता है याद करना। यहाँ पर जिस नाश का संकेत दिया है, वह किसका नाश है? अपने अहंकार का, अपनी पहचान का। भर्त्सना का यही अर्थ होता है। उसके बाद आता है दूसरा शब्द, स्मरण। जब हम अपनी स्वार्थ वृत्ति को समाप्त कर देते हैं तो फिर किसका ख्याल रखेंगे? परमार्थ का ही तो रखेंगे। जब मनुष्य का अपने शरीर और मन से संबंध टूटता है, तो फिर ईश्वर का स्मरण स्वतः उसके मन में उत्पन्न होता है।

आपने देखा होगा कि पंचाग्नि तपस्या में भस्म का प्रयोग होता है। शैवदर्शन में एक शब्द आता है भस्मनिष्ठ। भस्मनिष्ठ का तात्पर्य उस व्यक्ति से होता है जो भस्म का प्रयोग करता है पंचाग्नि में, और फिर पंचाग्नि के द्वारा पाशुपत विद्या को प्राप्त करता है। भस्मनिष्ठ योगी भस्म की आराधना-उपासना करते हैं। उन्हें भस्म के तरह-तरह के उपयोग मालूम रहते हैं। भस्म के द्वारा उपचार भी होता है, लेकिन भस्म का असली प्रयोग होता है अंतरात्मा की शुद्धि के लिये, क्योंकि भस्म अग्नि



की परिणति है। उस भस्म को जब कोई व्यक्ति श्रद्धाभाव से प्रयोग में लाता है तब उससे जिस श्री की प्राप्ति होती है उसे कहते हैं विभूति। इसलिये भस्म का दूसरा नाम विभूति भी है। भस्म विभूति रूप में तब परिणत होता है जब ईश्वर के अनुग्रह या संत के आशीर्वाद से ऊर्जान्वित होता है।

आपने ऋषि वाजश्रवा का नाम सुना होगा जो नचिकेता के पिता थे। उन्होंने एक यज्ञ किया और उसके बाद गायों का दान किया। उनमें कुछ बूढ़ी गायें थीं जो दूध नहीं देती थीं। नचिकेता ने पिता से प्रश्न किया कि बूढ़ी गायें क्यों दे रहे हो। फिर पूछा कि मुझे किसको देते हो? तब वाजश्रवा कहते हैं कि मैंने तुम्हें यमराज को दिया। लोग कहते हैं कि यहाँ पर वाजश्रवा नचिकेता पर क्रोधित थे और उन्होंने अपने बेटे को शाप दिया। लेकिन ऐसी बात नहीं है। ऋषि तत्त्व का ज्ञाता होता है। वह शाप नहीं, शिक्षा देता है। आप लोग कहते हैं कि दुर्वासाजी सभी को शाप देते फिरते थे, लेकिन दुर्वासाजी ने भी आजतक किसी को शाप नहीं दिया है। उसका परिणाम आपलोग बुरा देखते हो तो सोचते हो कि शाप है। परिणाम अच्छा होता तो कहते कि वरदान है। लेकिन यहाँ पर परिणाम की नहीं, उद्देश्य की बात हो रही है।

ऋषि-मुनियों ने कभी किसी को शाप नहीं दिया है। न दुर्वासाजी ने किसी को, न वाजश्रवा ने नचिकेता को, बल्कि इतिहास तो बतलाता है कि ऋषि वाजश्रवा पाशुपत विद्या के ज्ञाता थे, पाशुपत दर्शन के प्रचारक थे। उन्हें नचिकेता का इस विद्या से साक्षात्कार कराना था। नचिकेता को उन्होंने जानबूझकर यमराज के पास भेजा, 'वहाँ जाओ और उनसे प्रश्न करके, सीखकर के आओ। यमराज तुम्हें जो विद्या सिखायेंगे, उस विद्या से तुम्हारा और इस संसार का कल्याण होगा।' अब कहानी कहने वाले तो सौ प्रकार की चीजें बोल देते हैं कहानी को रोचक बनाने के लिये, लेकिन वास्तविकता कुछ और होती है।

नचिकेता जब यमराज से मिला था, तब यमराज ने उसे अग्नि के बारे में जानकारी दी थी। अग्नि किसे कहते हैं, अग्नि तत्त्व क्या है, अग्नि की साधना-उपासना कैसे होती है, इसका उद्देश्य और उपलब्धि क्या है, यह सब बतलाया था। यमराज ने समझाया कि अग्नि दो प्रकार की होती है, एक जो लौकिक है और दूसरी जो पारलौकिक या ब्रह्माण्डीय है। इन दोनों अग्नियों के अनेक स्वरूप होते हैं और इनकी परिणति होती है भस्म रूप में। अग्नि में कुछ भी डालो, सबकुछ जल जाता है। अच्छा डालो, बुरा डालो, सब जलकर राख हो जाता है। यह राख जीवन का सार तत्त्व है। वह इस बात का प्रतीक है कि द्वैत की सभी चीजें समाप्त हो गई हैं।

संसार में हमारा संबंध विषयों के साथ रहता है, पर जब विषय ही समाप्त हो जायें तब फिर मन टिकेगा कहाँ पर? परमात्मा में। यह बात तुम अपने जीवन में देख सकते हो। जब तक तुम्हारे मन में विषय-वृत्तियाँ हैं, भगवान दूर हैं, लेकिन

जब भगवान पास आते हैं तब विषय-वृत्तियाँ दुर्बल हो जाती हैं। अभी यहाँ सत्संग में बैठे हो तो विषय-वृत्तियाँ दुर्बल हैं, बाहर पार्टी में जाओगे तो प्रबल हो जाएँगी। सत्संग, स्वाध्याय, साधना, त्याग और तपस्या में स्वार्थ-वृत्ति धीरे-धीरे दुर्बल पड़ती है, और उसके स्थान पर परमार्थ-वृत्ति, शांत-वृत्ति जागृत होती है। उस परमार्थ-वृत्ति में ईश्वर का ध्यान अपने आप आता है। सोचने की आवश्यकता नहीं, मंत्र करने की आवश्यकता नहीं। मंत्र अपने ही आप चलते रहता है। आप लोगों को अनुभव हुआ होगा कि कभी रात में जब नींद खुलती है तो मन में अपना मंत्र कह रहे होते हैं। यह कहाँ से आया? विषयों की समाप्ति पर ईश्वरानुभूति स्वतः होती है, यह बात मैं आपको यहाँ समझा रहा हूँ। और भस्म उस विषय-समाप्ति का प्रतीक होता है।

पाशुपत विद्या, पाशुपत सम्प्रदाय, पाशुपत योग, पाशुपतास्त्र और पंचाग्नि तपस्या—इन पाँचों का एक समूह होता है। तपस्याएँ अनेक प्रकार की होती हैं। कुछ लोग एक पैर पर खड़े होकर तपस्या करते हैं, कुछ लोग व्रत करते हैं, कुछ लोग विशेष नियमों का पालन करते हैं, बहुत चीजों का त्याग करते हैं। कुछ लोग वायु का सेवन करके जीवित रहते हैं, वह भी एक तपस्या है। लेकिन यहाँ पर मैं पंचाग्नि तपस्या की चर्चा कर रहा हूँ, क्योंकि इसका संबंध पाशुपत विद्या के साथ है। हमलोग इन पाशुपतास्त्र मंत्रों में 'फट्' शब्द का उच्चारण करते हैं। 'फ' अक्षर मणिपुर चक्र का है और 'ट' अनाहत चक्र का। इस प्रकार यह मंत्र हुआ मणिपुर और अनाहत का, नाभि और हृदय का। जब फट् मंत्र का बार-बार उच्चारण करोगे तो हृदय पर थोड़े-से प्रेशर का अनुभव जरूर होगा। आजमाकर देख लो पाँच मिनट। जब हम इन मंत्रों का उच्चारण करते हैं तो हमारे भीतर के चक्र भी जागृत होते हैं, प्रज्वलित होते हैं।

पूर्णाहुति के समय हम पाशुपतास्त्र विधि का उपयोग इसी पंचाग्नि तपस्या को सिद्ध करने के लिये कर रहे हैं। पंचाग्नि को सिद्ध करने के लिए अपने मन पर अच्छा अंकुश होना चाहिये, क्योंकि इस साधना में जो वास्तविक चीज होती है वह है धारणा का अभ्यास। अगर मन एकाग्र नहीं, चंचल है तो अग्नि के बीच व्यक्ति बैठ ही नहीं पायेगा। यदि मन स्थिर है तो अग्नि या उसके ताप का ध्यान दिमाग में आता भी नहीं है। इसको कहते हैं धारणा। लेकिन जहाँ पर मन भटका, ताप, अग्नि, लपट, चिनगारी, हवा—सबका ख्याल आ जाता है। पंचाग्नि साधना अग्नि पर धारणा की क्रिया है, विधि है।

नारायणास्त्र और पाशुपतास्त्र

हमारे यहाँ पाशुपतास्त्र के समकक्ष एक अन्य अस्त्र भी है और वह है नारायणास्त्र। उसके भी आपलोग यहाँ पर साक्षी बनेंगे कभी-न-कभी। वह भी एक ऐसा अस्त्र है जिसके सामने कोई दूसरा अस्त्र काम नहीं करता। महाभारत में एक बार जब

नारायणास्त्र को चलाया गया था तब श्रीकृष्ण ने निर्देश दिया, 'सभी योद्धा अपने अस्त्र-शस्त्र नीचे रखकर खाली हाथ हो जाएँ, क्योंकि जो इस अस्त्र का विरोध करेगा, उसका तो सर्वनाश होना ही है। इसलिये अपने अस्त्र-शस्त्रों को एक किनारे फेंक दो, तब नारायणास्त्र तुम्हें सुरक्षित रखेगा। लेकिन अगर तुम्हारे हाथ में एक भी बाण रह गया तो समझ लो कि तुम्हारा नाश होने वाला है।'

पाशुपतास्त्र और नारायणास्त्र—हमारी भारतीय परम्परा में इन दो अस्त्रों से शक्तिशाली कोई दूसरा अस्त्र नहीं है। ये अस्त्र भौतिक भी हैं और आध्यात्मिक भी। यही इनकी खूबी है। अब हमलोग तो उतने सामर्थ्यवान् नहीं कि इस दिव्य अस्त्र को भौतिक स्तर पर धारण कर सकें, और उसका कोई प्रयोजन भी नहीं है। आखिर किससे लड़ाई करनी है? अगर आदमी को खत्म करना है तो डंडा पर्याप्त है, उसके लिये पाशुपतास्त्र की आवश्यकता नहीं है। लेकिन जो अनुष्ठान हमलोग कर रहे हैं, उसका एक आध्यात्मिक प्रयोजन है। हमारे भीतर की जो ग्रंथियाँ हैं, जो बंधन हैं, वे खुल जाएँ, मुक्त हो जाएँ। ब्रह्मग्रंथि, विष्णुग्रंथि और रुद्र ग्रंथि—हमारे शरीर के भीतर की ये तीन ग्रंथियाँ ही तीन पुर हैं जिनका नाश शिवजी को करना है। जब त्रिपुर का नाश हो जाता है, तब फिर अपने अहंकार के अस्त्र को भी नीचे रखना पड़ता है ताकि नारायणास्त्र हमें प्रभावित न करे। इस तरह ये दो महत्त्वपूर्ण साधनायें, आराधनायें और मंत्र हैं।

— 11 अप्रैल 2015, पाशुपतास्त्र यज्ञ का द्वितीय दिवस



THOUGHTS AT THE CONCLUSION OF
PANCHAGNI SADHANA 2015

Blessings of Tapasya

Swami Satyasangananda Saraswati

We are all gathered here for the culmination of the panchagni sadhana that Swami Niranjan has been performing for the last three months, and I would like to thank him for making this day possible.

The torrential rain today is a very auspicious sign. The shastras say that the fulfilment of a yajna can be measured through different parameters, and one of them is the descent of rain. When we offer oblation in the fire, it goes up in the form of smoke into



ether, *akasha*, and then it is returned in the form of rain to earth. The moral of the story is that whatever you offer, you receive it back in abundance. So, rain is always considered a special blessing in any yajna, as it nourishes and nurtures the land, the seas, the sky, and brings new possibilities into our life.

Rain represents new potential. In the evolution of the tattwas, out of *agni*, fire, is born *apas*, water. And *apas* is the element in which there is enormous possibility. It is matter yet to be formed, but the matter is inherent in the *apas* tattwa and it can take any shape. Therefore, rain is a sign of the enormous possibility in our lives.

Rain also helps in uniting one another. We are all sitting close together now while in the morning we were all sitting far

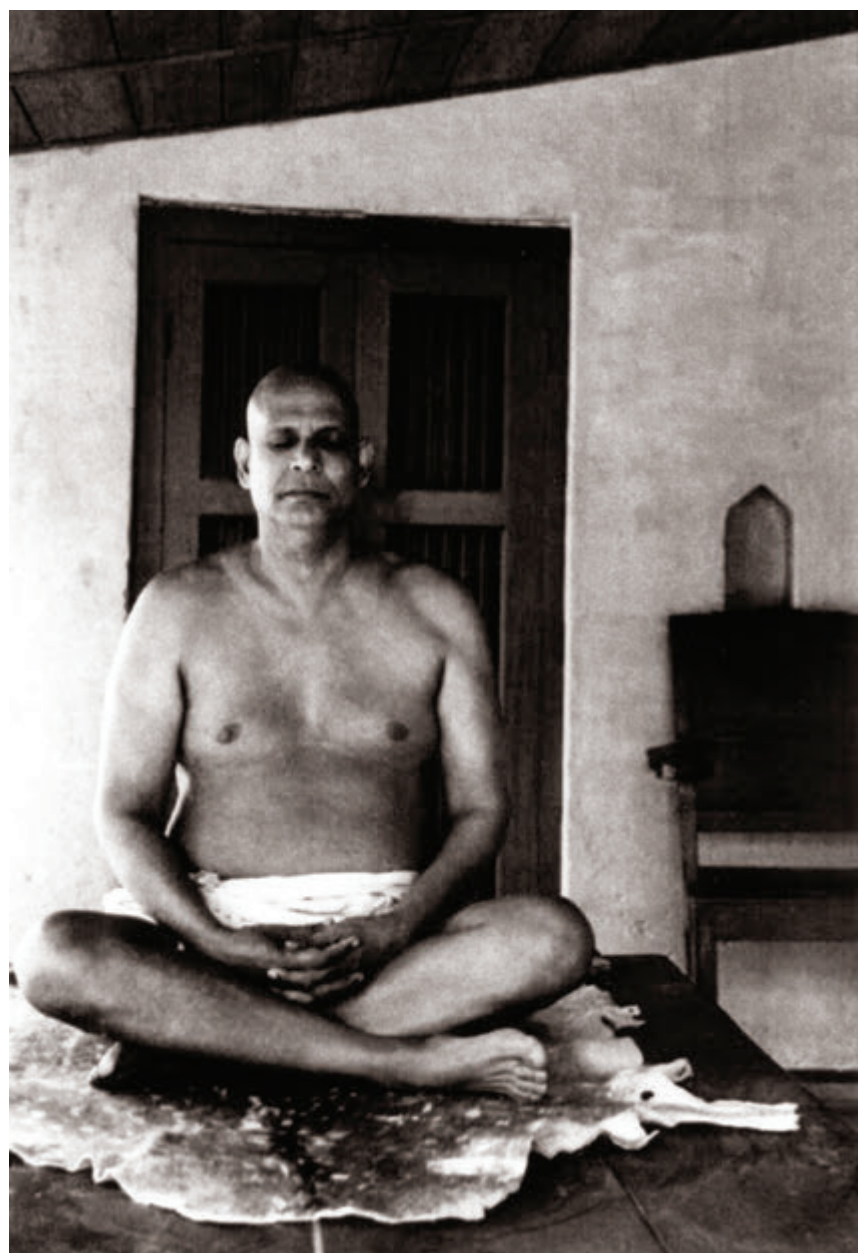
apart. That is what we have to strive for: unity, not separation. We should not allow the feeling of separateness, or individuality, to grow too much in us. There has to be a balanced awareness of individuality and universality. When you experience unity, you are experiencing universality, and when you experience separateness, you are experiencing individuality. Both experiences have to take place, they don't contradict each other; however, it is up to you how you develop each one.

The purpose of the Pashupat Yajna, being conducted here as a symbol of the panchagni sadhana, is to defeat the enemy. The enemy is not outside, it is inside. It is inside each one of us in the form of *kama*, *krodha*, *lobha*, *moha*, *mada*, passion, anger, greed, delusion, arrogance. Each one of us is obliged to vanquish these enemies that afflict us in life, and the Pashupat Yajna enables us to do that.

Sri Swami Satyananda used to say that everybody is doing panchagni, the only difference is that they don't know it. The flames of *kama*, *krodha*, *lobha*, *moha* are burning us. They are igniting in us desire, passion, greed, envy, hatred, negativity, and we are trying to diffuse them. Panchagani is not just the five external fires, it is the five fires within. And the benefit of attending this yajna is that each one of us can go a little further in our journey to overcome those enemies.

—12 April 2015



















THOUGHTS AT THE CONCLUSION OF
PANCHAGNI SADHANA 2015

Aspects of Panchagni Sadhana

Swami Niranjanananda Saraswati



Panchagni is a sadhana that heats up the body. In the month of April the temperature inside the panchagni vedi was more than 62 degrees centigrade. What protects the body at such high temperatures is *bhasma*, the ash which is smeared on the body.

Power of bhasma

After all, what is ash? It is the leftover product after something has been consumed by fire. Fire destroys every form and object, and what is left of that object and form is the imperishable bhasma. You cannot destroy bhasma.

Bhasma comes out of fire and it also protects one from fire. That is because it does not contain any oxygen, and therefore it does not burn. If I smear oil on my body, I will get cooked when the temperature rises to 60 degrees. However, when I smear bhasma on my body I don't even feel the heat, for there is nothing to burn in bhasma. It acts as a protection and allows one to tolerate the heat.

The way bhasma works also has a lot to do with the human mind. It has been my observation that when the mind is focused on the fire, there is no sweating no matter how high the temperature. If the mind is not focused on the fire and is instead distracted and dissipated, then sweating begins and the bhasma gets washed away and one feels the heat. There is a peculiar connection between the state of mind and bhasma. At 62 degrees, if the dharana on fire is perfect there is no problem. If the mind is disturbed, even at 45 degrees there is profuse sweating and discomfort. At that time the mind has to be again brought back into the state of dharana. The moment that is achieved, the sweating stops and the heat is not felt any more. Of course, mind over matter is the principle in any austerity.

Science of panchagni

The panchagni sadhana is, in fact, dharana on five fires: four fires are lit around you and the fifth is on top in the form of the sun. The physical aspect is that it is an austerity: it develops the stamina and resistance of the body and therefore it strengthens the willpower. It also makes the senses extremely sensitive, the whole body becomes like an antenna.

At the mental level, the five fires represent the negativity and tamas that is expressed in life: passion, anger, greed, infatuation and the ego. The fire that is above, the sun, is the ego. We live under the fire of ego all our life, it shines above us all the time. The other four fires also burn and consume us. Dharana on these fires is the science of panchagni and it helps to lessen the spikes that prick one when these negative

emotions are high. The dharana creates greater equipoise, peace and harmony, so there are more smiles and less frowns.

Pashupata vidya

The Pashupata Astra Yajna is also a part of the panchagni sadhana, for it forms a part of *pashupata vidya*, knowledge of pashupata: the original knowledge transmitted by Shiva of which yoga was also a part.

The knowledge transmitted by Shiva had five parts:

1. *Pashupata darshana*, the philosophy of Pashupata.
2. *Pashupata sampradaya*, the sect of Pashupata, a community where everyone lives the same discipline.
3. *Pashupata astra*, the weapon of Pashupata: the mantra or the power used to attain the aspirations defined by the Pashupata philosophy.
4. *Pashupata yoga*, which includes five yogas which in turn were modified to be recognized as hatha yoga, raja yoga, kriya yoga, kundalini yoga and mantra yoga.
5. Panchagni.

They all form part of one complex system of spiritual discovery.

—13 April 2015



हे परमहंस अवधूत!

स्वामी धर्मशक्ति सरस्वती

हे परमहंस अवधूत!
आदेश पाकर, चिताभूमि में
अपना साधना स्थल बनाया।
बाल्यावस्था में माता पार्वती ने
पंचाग्नि साधना की थी
तुमने इस युग में
पंचाग्नि साधना कर जग को दिखलाया।
अब शतचण्डी यज्ञ करके
माता का सम्मान किया,
कन्या पूजन करके
नारी जाति को अभय दिया,
पूजनीय बनाया।

हे परमहंस अवधूत!
तुमने यह कैसा रूप दिखाया
त्याग और वैराग्य का
अनूठा आदर्श अपनाया।
चकित हो गया विशाल जनसमूह
जब तुमने अपना सब कुछ
धर्म-कर्म-सहित-साधना
स्वामी निरंजन को संभला दिया।

स्वामी निरंजन को
मेरा यही मंगल आशीष है
सदैव उसके सिर पर रहे
वरद हस्त तुम्हारा
उसका सिर सदैव
तुम्हारे चरणों में झुका रहे,
तुम्हारे आदेश व चरण चिहनों पर चलने,
निरंजन सदा तत्पर रहे।

— 'मेरे आराध्य' से उद्धृत



THOUGHTS AT THE CONCLUSION OF
PANCHAGNI SADHANA 2015

Pashupata Vidya

Swami Niranjanananda Saraswati



Shiva's weapon

At the Pashupata Astra Yajna, a bow and a quiver of arrows is placed at the yajna vedi, symbolic of the weapon of Shiva called 'pashupata astra'. Shiva is the cosmic consciousness, while the weapon represents energy, shakti. Thus Shiva's weapon is actually imbued with the shakti of the Cosmic Mother.

The word 'pashupata' has many connotations. *Pash* means noose, something that is used to control an animal, *pashu* means an animal, and *pat* means master or lord. Shiva controls all of us and he is the lord of all animals.

The Pashupata astra is the weapon of the lord of animals, and he uses it to pierce the three psychic blocks in human beings known as Brahma granthi, Vishnu granthi and Rudra granthi. They are the three barriers in the path of human evolution. Once these blocks are removed, union with the spirit is experienced, and that is an experience of peace, harmony and bliss.

Revival of an ancient vidya

The Pashupata Astra Yajna represents the culmination of the panchagni sadhana. It is a yajna that has not been performed in India in the last five thousand years. It was only last year here at the Akhara that the ancient mantras of the yajna were heard for the first time after so many centuries.

The Pashupata Astra Yajna was last performed before the Mahabharata war by Arjuna at the insistence of Sri Krishna, to propitiate Lord Shiva. Pleased with Arjuna's sadhana, Lord Shiva gave the celestial weapon to Arjuna but placed a restriction on its use. He said, "I am giving you the weapon, but you can never use it." It was like saying, "I am giving you a gun, but don't ever shoot with it, don't even hold it in your hands." What is the use of having a weapon if you cannot even touch it or use it? Whatever the significance, that was the condition placed by Shiva upon Arjuna, saying, "This is the most potent weapon and there is no countermeasure to negate its effect. This weapon is the ultimate Shakti and there is no other weapon that can stand up to the ultimate Shakti. I am giving it to you as a boon of goodwill, but it is not to be used in war for death or destruction. If you use it, nothing will survive, everything will be finished, you and me included." So Arjuna had this weapon but he never used it in the Mahabharata war. Other celestial weapons were used, such as the Brahmastra and Narayanastra, but not the Pashupata astra.

It is a historical achievement that such an ancient yajna has been revived. This is the second year of the yajna and the acharyas and pandits who conduct it are also becoming experts in this Shiva vidya. They hail from Kashi Vishwanath, or Varanasi, which is the abode of Lord Shiva, and they are also becoming *jnana pracharaka*, exponents of the knowledge. I offer my gratitude to them and also to our youngest yajaman, Saptarishi Goenka, for making this a beautiful and inspirational event in which all of you have participated.

– 14 April 2015

ईश्वर की कृपा-वृष्टि

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

आज पाशुपतास्त्र यज्ञ के तीसरे दिन ईश्वर-कृपा की वृष्टि हो रही है। एक विचित्र बात यह है कि पंचाग्नि की पाँच अग्नियों में एक नाम है पर्जन्य, जिसका मतलब होता है वर्षा या जल, और आज पर्जन्य अग्नि का हमलोगों ने प्रत्यक्ष दर्शन किया। जल को अग्नि स्वरूप क्यों कहा गया है? यह सब इन विद्याओं की विचित्रता और रहस्य है, जो मैं आने वाले दिनों में आपको संक्षेप में समझाऊँगा। आज जो बारिश हुई वह मौसम खराब होने की वजह से नहीं हुई। यह ईश्वर प्रदत्त, ईश्वर प्रेरित पर्जन्य अग्नि का दर्शन है। यहाँ बैठे सब मुंगेरवासी साक्षी हैं। अप्रैल महीने में ऐसी बरसात देखी है क्या, जो सावन में भी कभी-कभी होती है? ऐसी बारिश यहाँ पर आज हुई है। और होनी भी चाहिये, क्योंकि हमलोगों के बीच में एक शक्ति भी उपस्थित थी। हमारे गुरुजी की तपोस्थली से शक्ति आई है, स्वामी सत्यसंगानंद जी के रूप में। हमलोगों का सौभाग्य है कि आज स्वामी सत्संगी जी यहाँ पर उपस्थित हो पाई हैं इस पंचाग्नि की पूर्णाहुति में, क्योंकि जो विरासत गुरुजी ने हमलोगों के लिये छोड़ी है, वह तो साधना और संन्यास की ही छोड़ी है। स्वामी सत्संगीजी भी पंचाग्नि की साधना करती हैं। इनके लिये जो नियम हैं उनका ये पालन करती हैं और हमारे लिये जो नियम हैं, हम उनका पालन करते हैं। इस पूर्णाहुति में ये पधारी हैं और रिखिया तपोस्थली की ऊर्जा के रूप में हमने इनका स्वागत किया।

– 12 अप्रैल 2015, पाशुपतास्त्र यज्ञ का तृतीय दिवस, सत्यम् उद्यान



SATSANGS ON GURU BHAKTI YOGA

Bridge between the Gross and the Transcendental

Swami Niranjanananda Saraswati



From the yogic perspective, samadhi is not death but awakening into a new dimension of consciousness. There are two conditions: one is known as death and the other is known as samadhi. Normal people go through death; the body dies, the mind loses its awareness and there is no memory of where they are or what they are doing. Samadhi is awareness of the presence of absolute consciousness in this life and having the ability to know and direct the soul in its journey to transcendence. That is how samadhi has been viewed in yoga since ancient times.

The bridge of awareness

According to the scriptures, when the soul departs it leaves behind the body and the senses, and carries with it the mind

and the memories. When it reincarnates, it comes with the impressions, samskaras and karmas of the previous life – with its state of evolution of the previous life. That is one understanding of death. The other understanding is that through effort and sadhana one can purify the gross mind and link it with the transcendental mind. This link is that of awareness. The bridge is that of awareness, what is known in yoga as the *drashta bhava*, the ability to witness.

You also go through this in your life. Many times when you are asleep and dreaming, there is no awareness in the dream. You are only watching it, and when you wake up it is forgotten. Then there are certain times when you dream and you know that you are dreaming and you can move yourself through the dream wilfully and effortlessly. That means an awareness of ‘I am dreaming’ exists even when you are asleep and dreaming. That awareness makes you realize, ‘This is my dreaming state and that is my waking state’. This is similar to the experience of samadhi that takes place at a higher level.

In samadhi, through the bridge of awareness between the gross mind and the transcendental mind, the spirit goes from this dimension to the higher dimension. In that state there is total awareness and functionality yet the spirit is not confined to the existence of the body and the senses. It becomes energy, it becomes universal. This attainment, which is beyond the gross, the material, the intellectual and the emotional, is an experience of knowing and realizing.

What you know and experience right now is limited to your intelligence and mind. There is another state where everything is known and everything is experienced. Where everything is known is the state of *jnana*, of *satyam*. Where everything is experienced is the state of *shivam*. The knowing is *satyam*, the experiencing is *shivam* and what gives delight in that knowing and experiencing is *sundaram*. These are the three expressions or attributes of the transcendental consciousness, and samadhi is the attainment of that dimension of consciousness. The scriptures, stories and histories of yogis and masters

in different traditions and cultures throughout the world reflect the attainment of the state of samadhi. Jesus, Prophet Mohammed, Buddha, all attained it. Buddha may have called his experience 'nirvana', Jesus may have call it 'entry into the kingdom of heaven'; whatever the expression, it represented a passage into the dimension where the confines of the senses and the mind are transcended and there is a connection with the transcendental reality.

Shiva consciousness

From the tantric perspective, samadhi or the link of consciousness from the gross to the transcendental is known as the attainment of Shiva hood – Shiva nature or Shiva quality. The Shiva quality indicates a series of experiences in which one submerges oneself in order to bring a qualitative change in life. It is the experience that brings one closer to the Shiva nature, the transcendental nature.

Shiva represents the highest consciousness, and the unmanifest form of Shiva is the Shivalingam. The manifest form is the embodied image, the pictures that you see of Shiva with a body. The unmanifest form is symbolic and the manifest form is created in our own image.

After all, for an ant God would be a 'super ant', not a human being and not the humankind's God. God for an elephant would be a 'super elephant', not Rama, Krishna, Jesus or St Francis. We all create our God in our own image, and God creates us in His image too. Does that mean there is somebody out there sitting in heaven who is creating us and we are creating Him or Her? Or does that mean there is a connection of the cosmic energy with the individual energy?

The mutual support between God and life-forms is indicative of an interaction between the two forces of energy and consciousness. When you have energy and consciousness here at the material level, then you can think, plan and create. When there is energy and consciousness up there at the transcendental level, then it can think, plan and create. Thus

the transcendental creates the gross and the gross confirms the transcendental. That is the link between the individual and the divine.

The Shiva state of consciousness is an awakened state of consciousness. Its first expression is that of knowing. Its second expression is realizing or experiencing. Its third expression is enjoying, representing joy, happiness, contentment, harmony and beauty. Harmony is an essential attribute of the Shiva state. This is depicted in mythology through the household of Shiva, where opposites coexist.

Connecting with harmony and positivity

In Shiva's household, nothing is harmonious. He wears snakes as his ornaments while his son Kartikeya's vehicle is a peacock that eats snakes. The snakes eat rats, the vehicle of Ganesha, Shiva's other son. The tiger is the vehicle of Parvati, Shiva's wife, which can eat the peacock and also attack the bull, the vehicle of Shiva. Therefore, in Shiva's household all members are enemies of each other, yet he is in peace and maintains harmony in the household. If he were to lose control of the household, there would be utter chaos, destruction and death. This is an indication of the state of Shiva: in all opposites and extremes, one is able to live harmoniously and peacefully.

Another aspect of Shiva is the ability to hold poison, or negativity. Human beings, or the gross consciousness, the gross mind, consumes negativity. It eats and thrives on negativity. If you start gossiping, you can continue all night long, but you fall asleep in a satsang. If you feed the good stuff to the mind, it will go to sleep but if you feed it the negative, the critical and the destructive, it will remain active and alert. If you analyze your own day, in twelve hours of your waking time, for how many hours are you positive, happy, at peace, positive and full of optimism, and for how many hours are you unhappy, dissatisfied, critical, confused, doubting, comparing and conflicted? Become the analyst of your own life and figure it out. You will discover that the majority of the time you are on

the negative side and a little bit of your time is on the positive side. There are rare people who can put aside the negativity and remain connected to the positive.

If you can remain connected with positivity in the darkest and gloomiest of nights, then there is luminosity within you. However, if you are sitting in the sun and feeling gloomy and dark, it indicates that you have disconnected from your luminosity. You are surrounded by light yet you are experiencing the dark whereas the nature of Shiva is to not consume the negative as that destroys a person.

Mythology has it that when the ocean was being churned, poison came out, and someone needed to consume that poison in order to save the world. Shiva came forward and said, "I will consume it." He took a big gulp yet it did not go down, it remained in his throat. The throat became blue due to the effect of the poison, but the poison did not go down to his stomach to kill him. This is a story, but if you analyze it, it indicates that Shivahood is a state where the negative is not consumed. Although it is received, it does not go down and Shiva remains unaffected by it. That is how he maintains the purity, harmony and balance of life.

There are many mythological stories in relation to Shiva that indicate what happens in the transcendental awareness. They indicate the nature of the mind, the expressions and the behaviour, the body and the senses when one is connected to the transcendental awareness. Everything is described in the form of stories that depict an expression, behaviour, understanding or reality of life. One has to understand them in the right perspective, as each one contains a hidden teaching. The stories of Shiva indicate the nature of the *Shiva tattwa*, the element of Shiva in our life.

That is the nature that yogis or spiritual aspirants try to attain, for once that nature is attained you are connected with the cosmic energy, the cosmic shakti. This happens in the life of yogis who follow the spiritual path with conviction, belief and faith.

Making the bridge

To witness the life of such yogis is an inspiration for all spiritual aspirants to realize that the possibility to create a bridge between the gross and the transcendental does exist. Of course it takes effort, it is not easy. If you want to make a bridge across a river, you have to create a pile before you can put in the pillars. You cannot simply separate the waters, get to the ground and put your pillars in. You have to work with the elements to make your pillars strong. Once the pillars are placed then the horizontal road is laid in bits and pieces, it is placed frame by frame from pillar to pillar. That is the philosophy of life, too. You do not know what your life contains, what samskaras, karmas, characters and traits are there; however, if there is an awareness that 'I have to make the bridge' then even in the deepest waters, without separating the waters and searching for dry ground, you can pile, put your pillars and make the bridge. That is the effort, the sadhana of a spiritual aspirant. That is the real sadhana, not asana and pranayama. Do not expect to attain self-realization by practising asana, pranayama and meditation. Do not expect to attain even mental peace through these practices.

There are so many among you who have been practising meditation for years, yet you have no control over the behaviour of the mind. That is because you have only done the practice, you have not involved yourself in developing and maintaining the experience of peace that you experience in meditation. You have momentary glimpses and flashes, but you cannot sustain it. To create the bridge between the gross and the transcendental, there has to be a deeper understanding of the aim of life and the idiosyncrasies of life. There has to be an understanding of how you can deal with those idiosyncrasies and limitations with conviction and a clear direction. You have to know how to put the pillars, lay the road and build the bridge. You have to make that effort.

I have seen this continuous effort in the life of my guru Swami Satyananda, and he was successful in making the bridge.

He did not leave his body in the ordinary way, but in a state of meditation. With the chanting of mantras, consciously invoking death and raising his pranas, he left the body just as you would leave your room and close the door. Would you call that method of leaving the body death? Maybe in English you would, but yoga calls it the attainment of samadhi or Shiva consciousness.

It is to this moment that we dedicate our aradhana of Rudrabhisheka, as a reminder that a bridge has to be made between the gross and the transcendental, and that it is not an impossible feat. It can be done, provided we are committed, serious and sincere.

– 5 January 2015



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 (Akshara), 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 Niranjana 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.*

पंचाग्नि की पाँच अग्नियाँ

स्वामी निरंजनाब्द सरस्वती

अग्नि एक ऐसा तत्त्व है जो सभी पदार्थों को जलाकर भस्म कर देता है। भस्म अग्नि से उत्पन्न होता है, लेकिन अग्नि से अप्रभावित रहता है। आपने देखा होगा कि जब हम पंचाग्नि करते हैं, तब उस समय पूरे शरीर में भस्म रहता है। अग्नि की गर्माहट चमड़ी को जलाती नहीं है, क्योंकि शरीर पर लगा भस्म तो पहले से ही जला है। अगर शरीर पर तेल लगाकर बैठोगे तो वह तुमको जलाकर लाल कर देगा। लेकिन अगर भस्म लगाकर बैठोगे तो अग्नि का ताप तुम्हें छूता तक नहीं है, क्योंकि भस्म अग्नि की ही उपज है और फिर जलनेवाला नहीं है।

जब से यह पाशुपतास्त्र यज्ञ शुरू हुआ है तब से तापमान 60 डिग्री के ऊपर जा रहा है। कम-से-कम 3-4 डिग्री बढ़ा है तापमान। सूर्य या अग्नि के कारण नहीं। अग्नि में तो हम बल्कि कम लकड़ी डाल रहे हैं आजकल, यह देखने के लिये कि मंत्र से ताप का आभास होता है या नहीं।

हमने आपको पहले बतलाया कि फट् मंत्र में 'फ' मणिपुर का मंत्र है और 'ट' अनाहत का। जब आप हमारे पंडितों को फट् कहते सुनते हैं तब उस समय ये दोनों चक्र स्पंदित होते हैं, उनपर चोट लगती है। पाँच मिनट बैठकर मंत्रों का श्रवण करोगे तो लगोगा जैसे अंदर हृदय में कोई हथौड़ा मार रहा है। मंत्र में इतनी ऊर्जा है कि भीतर में जो चीज स्थिर है उसे जागृत कर देता है।

हमारे शरीर के आस-पास जो चार अग्नियाँ जलती हैं और ऊपर में जो सूर्य है, वह भौतिक दृष्टि से आग है, पर आध्यात्मिक दृष्टि से हमारे व्यक्तित्व की अग्नियाँ हैं। सामने की चार अग्नियाँ काम, क्रोध, लोभ और मोह के प्रतीक हैं, और पाँचवी अग्नि यानि सूर्य मद और अहंकार का प्रतीक है। इस तपते हुए सूर्य रूपी अहंकार को समाप्त करना बहुत ही मुश्किल है।

इन अग्नियों से हर व्यक्ति जलता है। हमारे गुरुजी कहते थे कि जो अपने मन को संभाल कर रख सकता है, वही इन बाहर की पाँच अग्नियों को झेल



सकता है। उस समय यह बात समझ में नहीं आती थी, लेकिन अब समझ में आती है, क्योंकि इन अग्नियों पर हमें धारणा करने की आवश्यकता होती है। पंचाग्नि का मतलब है अग्नि पर धारणा, और धारणा का मतलब होता है मन को पूर्ण रूप से केन्द्रित कर देना। पंचाग्नि पाँच प्रकार की धारणा है। जब हम अपने मन को धारणा की अवस्था में रखते हैं और मन विचलित या चंचल नहीं होता, तब जाकर हम अग्नियों को झेल सकते हैं। लेकिन जहाँ मन चंचल हुआ, मन की चंचलता के साथ शरीर से भी पसीने छूटने लगते हैं। मन की चंचलता के साथ शरीर मचलने लगता है और अग्नियों को झेल नहीं पाता।

हमारे शास्त्रों में दो मार्ग बताये गये हैं, एक है उत्तर मार्ग और दूसरा दक्षिण मार्ग। इन्हें उत्तरायण और दक्षिणायन भी कहते हैं। पंचाग्नि की पाँच अग्नियाँ दक्षिणायन से सम्बन्ध रखती हैं, लेकिन इनका प्रयोजन है आपको उत्तरायण की ओर ले जाना। यही विचित्रता है इस पंचाग्नि साधना की।

पंचाग्नि की एक अग्नि सूर्य है, जिसे स्वर्ग में माना जाता है। उसे 'असौ लोक' भी कहते हैं। सूर्य स्वर्ग की अग्नि है और वहाँ से तपाती है। अग्नि का दूसरा स्वरूप जिसके बारे में हम आपको कल बतला रहे थे, पर्जन्य कहलाता है। पर्जन्य का मतलब होता है जल या वर्षा। फिर संसार को तीसरी अग्नि कहा गया है, पुरुष को चौथी अग्नि कहा गया है और अंत में स्त्री को पाँचवी अग्नि कहा गया है।

इन अग्नियों के सहारे जब हम असौ लोक से नीचे आते हैं तो देखते हैं कि यह एक सृष्टि क्रम है। बीज की उत्पत्ति ऊपर में होती है। बीज का मतलब वह तत्व जो प्रकट नहीं हुआ है, पर जिसमें हर प्रकार की संभावना निहित होती है। बीज रूप को संकल्प भी कहा जा सकता है। उस संकल्प में श्रद्धा की आहुति देना सूर्य को आहुति प्रदान करना होता है। उस आहुति से पर्जन्य का प्रादुर्भाव होता है। फिर जल से औषधियों का, अन्न का प्राकट्य होता है। बिना जल के ये सब चीजें प्रकट नहीं होती हैं। इसलिए जल को अग्नि का एक रूप माना गया है। ये सब चीजें प्रकट होती हैं संसार में, इसलिए संसार को तीसरी अग्नि माना गया है। फिर इस बीज का रोपण होता है पुरुष तत्व के द्वारा, तो पुरुष को अग्नि रूप में देखा गया है। बीज का रोपण स्त्री तत्व में होता है, इसलिए स्त्री को पाँचवी अग्नि के रूप में देखा गया है। यह दक्षिणायन का मार्ग हुआ।

जो इन सभी धारणाओं को करते हुए अपने आपको मद-मुक्त करता है, अहंकार-मुक्त करता है, वह फिर दक्षिण मार्ग का त्याग करता है और उत्तर मार्ग पर चल पड़ता है। इसमें फिर 'पुनरपि जननं पुनरपि मरणं पुनरपि जननीजठरे शयनम्' की बात नहीं होती। अब आप मंजिल तक पहुँच गए। चाहे अग्नि माचिस में जले या हवन कुण्ड में, तत्व में अंतर नहीं है। जो अग्नि माचिस में जल रही है वह माचिस की तीली को भस्म कर रही है, और हवन कुण्ड में

जो अग्नि जल रही है, वह लकड़ी के बड़े-बड़े टुकड़ों को भस्म कर रही है। तत्त्व तो एक ही है।

यह है पंचाग्नि विद्या जिसे यमराज ने नचिकेता को समझाया था, और बहुत ही सुन्दर तरीके से। उन्होंने कहा था—

*प्र ते ब्रवीमि तदु मे निबोध स्वर्ग्यमग्निं नचिकेतः प्रजानन्।
अनन्तलोकाप्तिमथो प्रतिष्ठां विद्धि त्वमेतं निहितं गुहायाम्॥*

यहाँ पर यमराज नचिकेता को दो प्रकार की अग्नियों के बारे में बतला रहे हैं—एक स्वर्ग की अग्नि और दूसरी अन्तरात्मा की अग्नि। यमराज कहते हैं कि पहली अग्नि तुम्हें स्वर्ग तक ले जाती है, और दूसरी अग्नि तुम्हें हृदय की गुफा में प्रवेश कराती है। जो अग्नि स्वर्ग की ओर ले जाती है वह है दक्षिणायन मार्ग और जो हमें अन्तरात्मा की ओर ले जाती है वह है उत्तरायण मार्ग। इन्हीं दोनों की चर्चा और इन दोनों की शिक्षा यमराज नचिकेता को देते हैं, और यह पाशुपतास्त्र यज्ञ इसी पंचाग्नि विद्या का एक अभिन्न अंग है।

— 13 अप्रैल 2015, पाशुपतास्त्र यज्ञ का चतुर्थ दिवस



Meditation for the New Year

This meditation was a practice Swami Niranjananda advised everyone to do at the commencement of the year 2016.

Prepare yourself for the practice of meditation by coming into a meditative posture, holding the hands in a mudra and closing the eyes. For a few moments take the awareness to the body and become the *drashta*, the witness, of the body. Shift the awareness to the breath and become the witness of the breath.

From the breath, move to the mind and become the *drashta* of the mind. Watch the state of the mind, the thoughts arising in the mind, the feelings you are experiencing . . . As you watch the mind, allow it to become still, steady and one-pointed.

In this one-pointed state of mind, review the year that has gone by. See it not in the form of weeks and months but as one block of time that was a learning experience. See what you took from it, what you understood, what you applied and what you rejected. As you do so, recognize those who were your friends in this year, who helped you connect with positivity. Acknowledge their presence and support in your life.

Now also recognize those with whom you had confrontations or differences, those you considered as your enemies . . . and acknowledge and accept them also by becoming aware of the lessons they taught you. Acknowledge that they gave you an opportunity to recognize something in yourself which you need to be aware of and rectify.

Mentally visualize that all these people, those you think of as your friends and those you think of as your enemies, are all standing around you. You are at the centre and everyone you know forms a circle around you . . . And now invoke the ability to look at them all with the same feeling. No one is a friend, no one is an enemy; your mental slate is clean of all the feelings of *raga* and *dvesha*, and you are watching them all with the same feeling, the same awareness that they are co-travellers, come to teach a lesson in life. Strengthen this

feeling and awareness. Look around and experience the feeling of oneness with everyone. Prepare yourself to move into the new year with this vision and feeling.

Once again review 2015 to now become aware of all the opportunities that you received in this year. Become aware of how far you were able to avail of those opportunities, when you were conscious of them and when you missed them, when you moved forward and when you failed. Reflect on this for a few moments, and then acknowledge the help that you receive from the cosmos in the form of situations where you can apply yourself to learn and improve.

Now let go of this analysis, and simply focus on the lessons you learnt in 2015 and the pitfalls that you would like to avoid in 2016.

Visualize that you are walking on a road, the road of 2016, and on this road are various pitfalls, each one containing one quality that you would like to avoid: the dark pitfall of perhaps anger, or intolerance, or envy, or criticism. Recognize that you fell into some of them in 2015 and then see yourself walking on without falling in any of them in 2016. See yourself walking straight ahead until you come into an open field.

You have arrived at an open field full of light, full of flowers; there are flowers of many colours in the field. Each flower represents one positive quality you would like to imbibe in 2016. See the flowers of love, compassion, understanding, tolerance, contentment, faith. You are in the field of these flowers of positivity . . .

Among all these flowers, there is one that represents your *sankalpa*, resolution, for 2016. Go close to it and look at it, see its colours, its beauty, its softness, its strength. See it clearly, appreciate its purpose in your life, and identify with it.

Holding the awareness of this *sankalpa* in your mind, having cleared the mental slate of all prejudices, being open to the opportunities and learning ahead, prepare to move into the new year.

Chant *Om* three times to end the practice.

Usually we try to practise Swami Sivananda's eighteen ITIES on ourselves. We try to practise serenity, regularity, and so on. Another approach is to practise them on others. To see the ITIES in others. Especially when they are projecting the very opposite of the ITIES. Therefore, just as we try to practise serenity when we feel our anger rising, we can try to see serenity in another person when they are expressing anger. For they have the serenity in them just as they have the anger. Exactly like our own selves.

If in a moment of aggression we see the softness in them, we will invoke that softness in them, just as we invoke different energies during aradhanas. With that we will help not only ourselves, but also the other person, and the relationship between the two. However, we will have to first invoke and experience that quality, that ITY, within ourselves, for we usually react to a negative quality in another person as it reflects the same quality in us.

This can become a more tangible approach to atmabhava. The idea of seeing the same spirit in another person remains vague for many sadhakas; they can't get a hold on it. However, if one sees the qualities of that spirit in the form of ITIES, then the idea becomes more approachable. Of course one could go beyond the eighteen ITIES and think up more 'ITIES' depending on the situation, but the ITIES are a good way to begin this practice.

The practice creates an immense amount of positive prana. It also ensures that one is no longer a 'victim' of another's negative expressions, but is empowered by positivity. It is a challenging sadhana no doubt, but one can begin in small doses.



युगद्रष्टा निरंजन

गुरु निरंजन,
अलख निरंजन
शिव रूप धारे,
पंचाग्नि साधें,
पाशुपतास्त्र मंत्र उच्चारें,
निज स्वरूप में स्थित
दिव्य मानस पुत्र,
गुरु संकल्पित मंत्र
शिव एकाकार,
परम तत्त्व साकार
अलखबाड़े में
शिव-धाम बसायो
पाशुपतास्त्र यज्ञ, पंचाग्नि साधना,
रामायण, गीता पाठ का
अद्भुत संयोग बनायो
कलयुग की पीड़ा हरण का
दिव्यास्त्र जन-जन को बतायो
त्रिपुर रूपी षट्विकारों का
अंतस् में भान करायो
ब्रह्मा, विष्णु और रुद्र ग्रंथि का
गूढात्मक भेद बतायो
साक्षी बने सभी आत्मा को
परमात्म मिलन की राह बतायो
युगद्रष्टा बनकर लौटे हैं
कर्पूरगौरं, करुणावतारं,
अलख निरंजन,
गुरु निरंजन!

—संन्यासी योगप्रिया, पटना

कौपीन-पंचकम्

जगद्गुरु श्री आदिशंकराचार्य की इस लघु रचना में त्याग, अनासक्ति और वैराग्य के उच्चतम आदर्शों को बड़े ही सुबोध ढंग से पद्य रूप में प्रस्तुत किया गया है। ये श्लोक साधकों के चिंतन, मनन और स्वाध्याय के लिए उपयोगी सिद्ध होंगे, इस आशा के साथ इनका अनुवाद यहाँ धारावाहिक रूप में प्रस्तुत किया जा रहा है।

पंचाक्षरं पावनमुच्चरन्तः पतिं पशूनां हृदि भावयन्तः।
भिक्षाशना दिक्षु परिभ्रमन्तः कौपीनवन्तः खलु भाग्यवन्तः ॥५॥
॥ इति कौपीनपंचकं समाप्तम् ॥

जो परम पवित्र 'ॐ नमः शिवाय' के पंचाक्षर महामंत्र का सदा उच्चारण करते हैं, जो समस्त चराचर-जीवों के नाथ, विश्वनाथ भगवान श्रीशंकर को सदा ही अपने हृदय में रखते हैं, और जो भिक्षान्न का सेवन करते हुए चारों दिशाओं में स्वच्छन्द होकर परिभ्रमण करते हैं, ऐसे कौपीनधारी विरक्त संन्यासी सचमुच बड़े भाग्यवान् हैं। ■





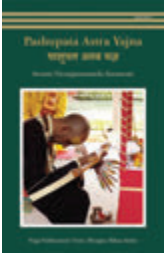
Yoga Publications Trust



हरि ॐ

Pashupata Astra Yajna पाशुपत अस्त्र यज्ञ

Swami Niranjanananda Saraswati



In 2013, Swami Niranjanananda Saraswati commenced the formidable panchagni sadhana within the sacred grounds of Satyam Udyan (Akshara) at Ganga Darshan in Munger. In 2014, at the conclusion of the second year of this intense sadhana,

Swamiji revived an ancient spiritual science: the Pashupata Astra Yajna. Last performed by Arjuna over 5,000 years ago, the resurrection of this potent fire ritual and its accompanying mantras awakened everyone present to the potential of the ancient vidyas to restore peace, harmony and light. It was a blessing from a true master able to gauge what is relevant for a given time and place. The unique event provided participants with a glimpse beyond the veils that separate one's animal nature from one's inherent luminous nature.

This book captures the satsangs given by Swami Niranjanananda during this sacred yajna, as well as the culminating day's blessings given by Swami Satyasangananda, Peethadhishwari of Rikhiapeeth. It also includes impressions by participants and select images of the five-day event.

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

Yoga Publications Trust,

Ganga Darshan, Fort, Munger, Bihar 811201, 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.

सत्यम् 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 जानकारीयों 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 2016

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

पादुका दर्शन,
पी.ओ. 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: पाशुपतास्त्र यज्ञ, सत्यम् उद्यान, मुंगेर, 2015

अन्दर के रंगीन फोटो: 1: श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती; 2: श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती;

3 & 6-8: पाशुपतास्त्र यज्ञ, सत्यम् उद्यान, 2015;

4-5: सत्यम् उद्यान में पूजन

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

Sannyasa Peeth Events & Training 2016

| | |
|--------------------------|--|
| <i>Jul 19–Jul 9 2017</i> | Sannyasa Experience (for nationals) |
| <i>Feb 9–16</i> | Adhyatma Samskar Sadhana (for nationals) |
| <i>Apr 1–Jun 25</i> | 3-month Gurukul Lifestyle (for nationals) |
| <i>Jul 5–13</i> | Adhyatma Samskar Sadhana (for nationals) |
| <i>Jul 15–18</i> | Guru Poornima Satsang Program (Hindi/English) |
| <i>Jul 19</i> | Guru Paduka Poojan (Hindi/English) |
| <i>Jul 19–Sep 16</i> | Chaturmas Anushtana (for nationals) |
| <i>Sep 8–12</i> | Sri Lakshmi Narayana Mahayajna (Hindi/English) |
| <i>Oct 1–Dec 25</i> | 3-month Gurukul Lifestyle (for nationals) |

For more information on the above events, contact:

Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort, Munger, Bihar 811201, India
Tel: 06344-222430, 06344-228603, 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