

Satya ka Avahan

Invoking the Divine

सत्य का
आवाहन

Year 8 Issue 6 November-December 2019

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

Editor: Swami Gyansiddhi 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 2019

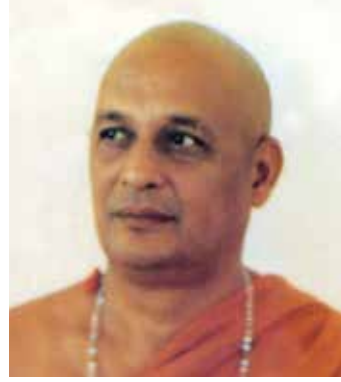
Membership is held on a yearly basis. Late subscriptions include issues from January to December. Please send your requests for application and all correspondence to:

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 & plates: Sri Swami Satyananda
Saraswati



SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Those who are suffering may come to me. Those who wish to know Him, may come to me. Those who love me, may come to me. Those who deny God, may come to me. Let them surround me in any manner they like. I will give them a way of life which will be practical, divine and trouble-free.

—Swami Satyananda Saraswati

जो दुःख-तकलीफ में हैं, वे मेरे पास आ सकते हैं। जो भगवान को पाना चाहते हैं, वे मेरे पास आ सकते हैं। जो मुझसे प्रेम करते हैं, वे मेरे पास आ सकते हैं। जो ईश्वर पर विश्वास नहीं करते, वे भी मेरे पास आ सकते हैं। वे चाहें तो मुझे सब ओर से घेर लें। मैं उन्हें जीवन जीने का ऐसा तरीका दूंगा जो दिव्य होने के साथ-साथ व्यावहारिक और निरापद होगा।

—स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

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

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

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

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

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

—Rantideva



Contents

This issue of *Avahan* is dedicated to Sri Swami Satyananda Saraswati.

- 3 Towards Paropkar
- 6 Working for Humankind
- 8 संन्यास तत्त्व
- 11 भावना और बुद्धि
- 14 Many Facets of Sannyasa
- 17 Duty Not Rights
- 18 तपस्या
- 20 Sannyasa Revolution
- 22 To Walk with God
- 23 अच्छा क्या, बुरा क्या
- 25 Philosophy in Life
- 28 Thoughts on Sannyasa
- 30 Rules of Sannyasa
- 33 आत्मा की आवाज
- 35 On a Grand Scale
- 36 Traditions of Sannyasa
- 38 Discipline
- 39 Far way from Headtrips
- 41 कौन करेगा इतना?
- 45 Deserve Sannyasa
- 46 Two Distinct Paths
- 48 Twofold Duty

The Vision

The twenty-first century brings a new promise in the sannyasa tradition. Sannyasa is the key to a fuller life. It is the universal path on which one is able to fulfil the basic need to expand the experience and awareness of life by working in the world for the evolution of all beings.

-Swami Satyananda Saraswati



Towards Paropkar

Swami Satyananda Saraswati

The thinking process of a sannyasin cannot be expressed. We are not concerned with giving and receiving, profit and loss, for what and for whom. We have no relationships. We have not acquired an inheritance from anyone. Our only inheritance is the guru-disciple tradition, nothing else. We are quite satisfied with the geru cloth. We do not accumulate money in the ashram. Those entrusted with the job of managing the affairs of the ashram do so and others perform their assigned duties. These should be the thoughts in the mind of a sannyasin.

A trustee

A sannyasin must always have the feeling of sannyasa. *Sannyasa* means a trust. You are a trustee of your body, mind, ability, knowledge and money; they are not yours. Sannyasa is a perfectly constituted and perfectly created trust. It has been said by Shankaracharya:

*Those who are engrossed in principles of Vedanta
And are satisfied with the food received from begging,
Who are full of compassion and free of sorrow,
Those clothed only in a loincloth are most fortunate.*

*Those whose abode is beneath the trees
And who use their hands for an eating vessel,
Who discard even the rags, like a woman, from their life,
Those clothed only in a loincloth are most fortunate.*

*Those who have left body awareness
And who see Him in themselves,
Who remember the Lord day and night,
Those clothed only in a loincloth are most fortunate.*

*Those who are fully satisfied with the feeling of bliss
And whose tendency is to keep the senses calm,
Neither remember the inside, outside or even in-between
Those clothed only in a loincloth are most fortunate.*

All your abilities should be formed into a trust and used for others, not for yourself. If you have twenty thousand rupees, you can spend it as you like. You may purchase a cow, a car or anything else because the money is yours. But if you pledge that money to a trust and say it is for the orphanage, hospital, educational institution or any other purpose, you cannot use that money for yourself. Although you may control it as a trustee, it is no longer yours to spend freely. You may manage the fund, but you can only spend it for the purpose for which it has been pledged.

A sannyasin's life is not for himself. A sannyasin's purpose in life is to help others. The eternal law is that those who are sannyasins, whoever they are, live for others. Whether they teach spiritual life or do social service, whatever they do, they live for others, not for themselves. Those who live for themselves are householders, although they also make a contribution to society. Their contribution cannot be underrated, but they do not really live for others, they live for themselves. A sannyasin has to live only for others. A sannyasin requires some food for the maintenance of the body and a roof to sleep under, according to age, but they do not have to hoard for anyone.

A life only for others

Some sort of standard has to be maintained in sannyasa life. The standard of sannyasins in the latter part of this twentieth century has fallen because sannyasa became a career, a profession, a way to get respect, honour, name, fame, disciples and limelight. But the twenty-first century is coming with a new promise. Vyasa and Sage Vasishtha, the authors of the Vedas, the Puranas and Smritis and the infinite literature of the vedic culture, how and where did they write? Sage Vyasa

wrote in a cave and Sage Vasishtha wrote in a thatched hut. They did not have a word processor, nor did they write with a fountain pen, but with a quill derived from the birds and ink derived from the trees.

This eternal literature was handed down, not only to India, but to the entire world as a great dharma. Though there are different religions in the world, in my opinion, there is only one dharma, and that is the vedic dharma. The rest of the religions are simply sects. If you like something, you accept it. If you like *nirakara*, formlessness, you can accept it. If you do not like *nirakara*, you can accept *sakara*, with form. In vedic dharma, everything is there: both *nirakara* and *sakara*, the worship of ghosts, ancestors and animals also, the path of tantra, the left hand path, *vama marga*, and the path of brahmacharya as well. There are so many paths. Vedic dharma is a broad concept.

Gandhiji also had a lot of problems with his wife. They used to quarrel over twelve annas, which is seventy-five paise today. She would spend the money on her grandchildren. Gandhiji used to get annoyed and tell her that the money belonged to the public, not to him. It used to appear daily in the *Harijan*. That is why a sannyasin should remain *alakh niranjan*, uninvolved or stainless. One can achieve this by not getting married, if one finds a proper path in life. When one does not find a proper path in life, one is in trouble. There are different sadhanas, mudras, bandhas and other methods which can help a person to lead a single life.

Of course, the mind goes here and there at times, but in this way a sannyasin can be saved from the major accidents in life. For him, marriage is a major accident in life which he can avoid. Therefore, sannyasins should live for the good of others and not have personal lives. *Paropkar*, working for the good of others, has had different meanings in different ages. Sometimes it meant giving peace to others, sermons, mantras, teaching the techniques of worship, teaching asana and pranayama. In the coming age, *paropkar* will also mean arranging food for hungry people, as poverty is on the increase. ■

Working for Humankind

Swami Satyananda Saraswati



The life of a householder is a preparation for sannyasa and if properly viewed, householder life is sannyasa. But of course you have to realize the purpose. If householder life is used for fun, gossip, games, etc., then the purpose has been lost. If as a grihastha you are making an onward march towards spiritual evolution, then whatever comes, marriage, children, death, tragedies, births and all kinds of disappointments, act as stepping stones to spiritual progress.

Sannyasa is not for God-realization. The purpose of sannyasa is something else. When Chaitanya Mahaprabhu came to his guru, he begged for sannyasa. His guru asked why he wanted to take sannyasa because he could realize God without becoming a renunciate. But he replied, 'I don't want to realize God. I want to serve mankind and preach God's name as a sannyasin'. His guru said, 'Right you are, here is the geru for it'.

Sannyasa is a concept by itself. It's not a religious concept; it's a concept based upon dedication and altruism. The purpose of a sannyasin is a dynamic one. The divine power descends through sannyasins in every age when religious values are degraded and the lower values are upgraded and when the good people are unprotected and evil people are promoted to the higher positions in society. It is then that the power of God descends to those who take sannyasa and work with humanity.

As such, the life of a householder is very good and conducive to God-realization or samadhi. When you want to take sannyasa, you must remember that you are not concerned with God-realization but with a dynamic way of life.

The contribution of a householder disciple can be fantastic. He is the distributor of light from home to home. Sannyasins in the Himalayas are the generating power stations, their disciples are the conducting channels and the little gurus here and there are the transformers. Ultimately, spiritual knowledge has to reach everybody, but how can this be done? The householders are the individual circuits. Electricity is produced at a very great distance, transformed at the transforming stations, then brought to the street, the individual poles and finally to every home. In the same way, the role of the householder is to carry the spiritual message from family to family, from door to door and from home to home. ■



संन्यास तत्त्व

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

लोग प्रायः संन्यास तत्त्व पर प्रश्न करते हैं। याज्ञवल्क्य और मैत्रेयी के बीच इसी प्रश्न पर वार्ता हुई थी। नारद परिव्राजक उपनिषद्, परमहंस उपनिषद्, मनुस्मृति आदि ग्रन्थों में इसका विवेचन हुआ है, बौद्ध और जैनों ने भी इसे समझाया है। मैं अपना निष्कर्ष पीछे दूँगा।

कुछ इस मत के हैं कि सब कर्म छोड़ दिए जायें तो संन्यास सिद्ध होता है। कुछ ऐसे मत के हैं कि धर्म-त्याग न किया जाय, केवल अधर्म ही त्यागा जाय। कोई कर्म को स्वरूपतः त्याज्य बतलाते हैं, तो कोई कर्मफल को त्याज्य कहते हैं। वैदिक मतानुसार शुभ कर्म कर्तव्य हैं। श्री रामानुजाचार्य कहते हैं कि केवल श्रवण, मनन और निदिध्यासन से अल्पज्ञ द्वन्द्वग्रस्त जीव उस पद को पायेगा, सन्देह है। अतः चंचल, विक्षिप्त स्वभाव के जीव को साकार उपासना, सकाम कर्म, शुभ कर्म अवश्य करने होंगे। इसलिए संन्यासी को भी शुभ कर्म करना चाहिये एवं अशुभ का त्याग करना चाहिये।

निहंगों, बौद्धों, जैनों एवं अवधूतों के संन्यास के बारे में अपने अलग-अलग मत हैं। कई संन्यासी आग नहीं छूते। कई त्रिदण्ड धारण करते हैं। कई छुआछूत मानते हैं। कई पैसा नहीं छूते। कई मदिरा और गाँजा पीते हैं। सब अपनी-अपनी परम्परा को लेकर संन्यास-तत्त्व का अपने लहजे से प्रतिपादन कर रहे हैं।

अपने यहाँ संन्यास आश्रम के चार भेद होते हैं – कुटीचक, बहूदक, हंस और परमहंस। इनमें परमहंस के कोई कर्तव्य नहीं, शेष सभी को लोक-संग्रह और अन्तःकरण की शुद्धि के लिए सत्कर्म करने चाहिये। सिद्धावस्था के बाद परमहंस को भी लोक-संग्रह करना पड़ता है। अतः वैदिक धर्म में जो काम्य कर्मों को त्याग देते हैं, पर नित्य तथा नैमित्तिक कर्म करते हैं उन्हें संन्यासी माना जाता है। धन, पुत्रादि, प्रिय वस्तु की प्राप्ति, रोग-संकट की निवृत्ति के लिये यज्ञ, दान, तप और उपासना रूप जो-जो कर्म हैं, उन्हें काम्य कहते हैं। इन कर्मों को छोड़ ही देना चाहिये।

अन्य यह भी कहते हैं कि सभी कर्म किये जा सकते हैं, केवल फल को ईश्वरार्पण कर दिया जाय। इसके विरुद्ध यह मत भी है कि कर्म के समूह को सर्वथा त्याग कर, संसार को त्याज्य जानकर, देहभाव बरत कर एकान्त में रहें।

विचारपूर्वक देखें तो संन्यास-तत्त्व, संन्यास आश्रम और संन्यास भाव में ये विचारक अपने ही उलझे बैठे हैं। प्राचीन काल में वानप्रस्थ के उपरान्त संन्यास आश्रम में प्रवेश कर स्वभावतः घर-परिवार, बाल-बच्चे, सम्बन्ध-रिश्ते, अग्निहोत्रादि बाह्य कर्म त्याग देने पड़ते थे। लोक-संग्रह का सवाल नहीं था।

सवाल था केवल एकान्तमय जीवन यापन कर ब्रह्माकार वृत्ति के अभ्यास करने का। आश्रमीय जीवन था जो बिलकुल सीधा-सादा था। वस्त्राडम्बर, धर्माडम्बर, लोकाडम्बर कतई नहीं थे।

धीरे-धीरे दृश्य बदलते गये। आश्रम के नवयुवकों ने संन्यास के हेतु वैराग्य को आधार बनाकर प्रवेश किया। अब संन्यास आश्रमों को कुछ हल्के नियम भी बनाने पड़े, क्योंकि चित्त-शुद्धि के लिये शुद्ध योग के पूर्व कर्मयोग और उपासना की आवश्यकता भी रहती है। जहाँ पहले आश्रमों में ध्यान योगियों का शान्त एवं ज्ञानमय वातावरण था, वहाँ अब कर्मयोग और उपासना की भी आवश्यकता स्वीकार कर ली गई। प्राणायाम भी ले लिए गये। सत्यादि आचारों पर भी जोर डाला गया, जबकि पहले इनकी कोई आवश्यकता ही प्रतीत नहीं होती थी।

समयानुसार नवयुवक संन्यासी लोक-संग्रहार्थ निकलने लगे। प्रलोभन का क्षेत्र सामने आया। अब तदनुकूल नियम बनाये जाने लगे। पहले-पहल कठोर, धीरे-धीरे हल्के और उदार। आज का युग तो था नहीं कि ट्रेन से प्रवास करो। जंगल थे, विकट-बीहड़ पथ थे। न तार थे न टेलिफोन और न आज की सुविधायें। नाजुक परिव्राजक के लिये कोई मार्ग नहीं था। नंग-धड़ंग सर्वाहारी, शीत-ताप सहन करने वाले, रोग को भी चुनौती देने वाले परिव्राजक छूटने लगे। धूनी चेतन करते और ज्ञानोपदेश देते फिरते थे बस। परिस्थितिवश नियम बने।



फिर बौद्ध श्रमण आये और जैन साधु भी। उन्होंने वैदिक कर्मकाण्डों की निन्दा की। यज्ञ, दान और तप को खूब घसीटा। देवतावाद को पीटा। नये टाइप के साधु तैयार किये। यह युग की माँग थी।

इसी प्रकार संन्यास आश्रम परम त्याग को आश्रय बनाकर लोक-संग्रह के क्षेत्र में अनुकूल और उपादेय नियमों को लेकर उतरा। समाज ने देखा और सराहा। कुछ नियम अपने योग्य जानकर अपना भी लिये। अब जाकर संन्यास घरों में उतरा। वैराग्य की भावना ने सुदूर जंगलों में अपना कलेवर दृढ़ किया और परिव्राजकों के हाथों घरों में आई, और भक्ति का जागरण हो गया। संन्यास-तत्त्व भक्ति बन गया। बाद में भक्ति ने ही कर्मों को धर्म और वैध करार किया। और अब! संन्यास तत्त्व से केवल त्याग ही नहीं, बल्कि तमाम शुभ कर्म और भगवद्भक्ति भी अभिप्रेत है। अतः संन्यास तत्त्व में त्याग, कर्म और भक्ति तीनों समान अनुपात में हैं। या यूँ कहो कि ईश्वरार्थ कर्म करते हुए निजी स्वार्थजनित अशुभ का त्याग करने वाला संन्यासी है।

तो यूँ समझो कि संन्यास आश्रम का नाम भी है, वेश और सम्प्रदाय का नाम भी है, और एक सर्वश्रेष्ठ भावना का नाम भी है। अगर घर छोड़कर जंगल जाना मुमकिन न हो, तो बाल-बच्चों के बीच में रहकर भी संन्यास तत्त्व का अभ्यास किया जा सकता है। मेरा अपना यही दृष्टिकोण है कि स्वधर्मानुकूल आचरण करते हुए भी समाजोपयोगी बनकर रहना तथा सभी कर्मों को ब्रह्मकर्म बना देना व्यापक संन्यास है। संन्यास तब कर्म का त्याग नहीं, आसक्ति का त्याग है। न तो वस्त्र पहनने से और न सम्प्रदाय बदलने से कोई संन्यासी होता है, बल्कि तमाम कर्मों में व्याप्त अहं वृत्ति को वहाँ से हटाकर अशुभ और अमांगलिक निष्ठा का त्यागी ही संन्यासी है।

तब भी लोक-संग्रह के लिए वस्त्रधारी संन्यासियों की आवश्यकता है। समाज के साथ रहकर सीमित दायरे में ही सेवा हो सकती है, पर ऐसे लोगों की भी आवश्यकता समाज को रहती है, जो पूर्णरूप से समाज के हेतु तैयार हो गये हों। ज्ञान, भक्ति, वैराग्य, शान्ति, सन्मार्ग तथा अन्य उत्तम मार्गों की दीक्षा देने के लिए ऐसे लोगों की जरूरत है, जो इस कार्य में नित्य युक्त रहें। अतः हमें लोक-संग्रही संन्यासियों की भी जरूरत है, जो योगाभ्यास से पुनीत होकर आये हों।

मुझे विश्वास है कि तुम्हारी समझ में संन्यास तत्त्व आ गया होगा। तुम्हें योगाभ्यास द्वारा पुनीत बन जाना चाहिए, ताकि तुम किसी दिन लोक-संग्रह का कार्य अपने जिम्मे ले सको। संसार से तंग आकर संन्यास लेना उचित नहीं होगा, बल्कि संसार का कल्याण करने के लिए यह मार्ग चुने हुए व्यक्तियों को अपनाना चाहिए।

अनासक्त, निरभिमानी, ईश्वर-परायण, पूर्वापर का ज्ञाता, सेवाभावी, समदर्शी, निर्भय और योगयुक्त व्यक्ति को ही संन्यास लेकर लोक-कल्याणार्थ उतरना चाहिए। ■

भावना और बुद्धि

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

हर मनुष्य में भावनाएँ होती हैं। जीवन में कुछ ऐसे क्षण भी आते हैं जब व्यक्ति के भीतर भावनाओं का ज्वार उमड़ने लगता है। परन्तु अनेक व्यक्ति ऐसे भी होते हैं जो प्रायः भावनाशून्य होते हैं। जीवन में अनेक अवसरों पर वे भावनाओं को व्यक्त नहीं कर पाते। कदाचित् वे एक सुन्दर फूल देखते हैं तो बौद्धिक स्तर पर उसके सौंदर्य को समझते तथा स्वीकारते हैं, परन्तु उनकी भावनात्मक प्रतिक्रिया नहीं के बराबर होती है। यदि वे समुद्र-तट पर सूर्यास्त का मनोहारी दृश्य अथवा कोई सुन्दर वस्तु देखते हैं तो बौद्धिक स्तर पर उसकी प्रशंसा अवश्य करते हैं, परन्तु भावनात्मक स्तर पर उनकी अनुभूति एकदम शून्य रहती है। यही बात भावनात्मक सम्बन्धों पर भी लागू होती है। ऐसा क्यों? भावनाशून्य व्यक्तियों में बुद्धि प्रधान होती है। ऐसी बात नहीं है कि उनमें भावना नहीं होती। उनमें यह सब है, किन्तु उनके अन्दर सुरक्षित और बन्द है।

भावनाओं की अभिव्यक्ति के लिए बुद्धि बड़ा अयोग्य साधन है। भले ही आप विस्तारपूर्वक फूल के सौंदर्य पर विद्वत्तापूर्ण चर्चा कर सकें, मानव की पीड़ाओं पर



ग्रंथ लिख डालें अथवा ईश्वर भक्ति पर काव्य की रचना कर दें, परन्तु आप उसका अनुभव नहीं कर सकेंगे। जब आप सत्संग में आते हैं तो वहाँ का वातावरण पूर्णतः भावनाप्रधान होता है। इस वातावरण से आप अछूते नहीं रह सकते। चूँकि सत्संग में कुछ भी बौद्धिक अथवा तार्किक नहीं होता, इसलिए वहाँ बुद्धि के कार्यकलाप थम जाते हैं। सत्संग में केवल श्रद्धा और समझ ही प्रधान होती है।

इसलिए जब भावनाशून्य व्यक्ति सत्संग के भावना प्रधान वातावरण में आते हैं तब एकाएक उनके अन्दर भावनाओं का विस्फोट होता है। उन्हें वर्णनातीत आनन्द की अनुभूति होती है। उनकी सभी दमित भावनाएँ अभिव्यक्त होने लगती हैं। मैंने कीर्तन में ऐसे अनेक व्यक्तियों को देखा है जो भावनाओं के आवेग को नहीं रोक पाते। उनके नेत्रों से अविरल अश्रुधारा बहती है, वे सुबकते हैं, चीखते हैं, उनका शरीर थरथराता है और अनेक लोग तो गिर पड़ते हैं। यह कतई बुरा अनुभव नहीं है। यह पीड़ादायक भी नहीं है और न ही भयावह। इसे केवल तीव्र अनुभव ही कहा जा सकता है। व्यक्ति में जब भावनाओं का ज्वार उठता है तब उस समय उसका मूलाधार चक्र अथवा कोई नाड़ी प्रभावित होती है। इसलिए यह अत्यन्त आवश्यक है कि प्रत्येक व्यक्ति स्वयं को सत्संग के वातावरण में उन्मुक्त छोड़ दे।

इस सम्बन्ध में मैं आपको अपने कुछ अनुभव सुनाना चाहूँगा। प्रारम्भ से ही मुझ पर भावनाओं की प्रतिक्रिया प्रायः नहीं के बराबर रही है। मैं किसी ऐसे व्यक्ति की मृत्यु का समाचार सुनता हूँ जिसके साथ मेरी बड़ी घनिष्ठता रही हो तो मैं अधिक-से-अधिक उसके सम्बन्धियों को शोक संवेदना का एक पत्र लिख देता हूँ। बड़ी-से-बड़ी दुर्घटना घट जाये अथवा कोई खुलकर मेरी आलोचना अथवा बदनामी फैलाए, फिर भी मैं उससे जरा भी प्रभावित नहीं होता। भले ही किसी व्यक्ति पर मेरा बहुत-सा पैसा उधार हो और वह लौटाने से इन्कार कर दे, तब भी मैं चिंतित नहीं होता। परन्तु यदि मैं रामकथा पढ़ता हूँ तो कुछ प्रसंगों पर बच्चों जैसे सुबकने लगता हूँ। मैं उस माँ की तरह रो सकता हूँ जिसकी एकमात्र संतान उससे छिन गई हो, क्योंकि अपने जीवनभर मैंने घटनाओं को बुद्धि की दृष्टि से देखा है।

मैंने यही समझा है कि भावनाओं का प्रयोजन मात्र भक्तियोग के लिए है, न कि दुनिया की हर छोटी-बड़ी चीज के लिए। सांसारिक प्रपंचों के लिए प्रकृति ने आपको बुद्धि प्रदान की है। भले ही आप बौद्धिक रूप से लोगों से प्रेम और घृणा करें, परन्तु आपका हृदय केवल एक वस्तु के लिए सुरक्षित रहे। वह यही कि जब भी आप भगवान की कथा सुनें, उनके नाम का संकीर्तन करें, संतों के सामने बैठें अथवा उनके चरित्र का श्रवण करें, तो ऐसे अवसरों पर अपनी बुद्धि को ताले में बन्द कर दें तथा भावनाओं के द्वार खोल दें।

मैंने हमेशा अपने जीवन में ऐसा ही किया है। यदि आप भी ऐसा करें तो पायेंगे कि बौद्धिक प्रक्रिया से आप जीवन की हर परिस्थिति से निबट सकेंगे। आश्रम



चलाना, शिष्यों के साथ रहना, पैसों का लेनदेन, लोगों को सलाह तथा उपदेश देना, उनसे परस्पर सम्बन्ध स्थापित करना, आदि सब बुद्धि के कार्य हैं। इसके लिए भावना का उपयोग निरर्थक है। उसे तो सुरक्षित रखना चाहिए।

मान लीजिए आपके रसोई घर में एक छोटा चूहा उपद्रव करता है और आप उससे मुक्ति पाना चाहते हैं। उस चूहे को मारने के लिए आप मशीनगन का उपयोग नहीं करते। ठीक यही बात सांसारिक प्रपंचों पर भी लागू होती है। इसके लिए भावनाओं का उपयोग करना व्यर्थ है। सांसारिक सम्बन्ध अनित्य हैं। उन्हें इतना घनिष्ठ अथवा स्थायी न बनाइये कि उनकी जड़ें भावनाओं तक पहुँच जायें। यदि भावनाओं को ईश्वर भक्ति तथा उच्च अनुभवों के लिए सुरक्षित रखा जाये तो उचित अवसर पर वे उच्च अनुभव के लिए तीव्रगामी वाहन का कार्य करेंगी।

अनेक लोगों को उच्चतर आध्यात्मिक अनुभव नहीं होते। इसका सीधा कारण यह है कि वे अपनी भावनाएँ सांसारिक प्रपंचों में तथा बुद्धि ईश्वर में लगाते हैं। यदि आप अपनी भावनाएँ तथा व्यक्तित्व सांसारिक प्रपंचों में नियोजित करेंगे तो किसी भी प्रकार का लाभ नहीं पा सकेंगे। इससे केवल हताशा, निराशा, उदासी, व्याधि तथा खिन्नता ही हाथ आयेगी। यदि बुद्धि से ईश्वर को देखना चाहेंगे तो कुछ भी प्राप्त नहीं होगा। आप ईश्वर के बारे में कुछ विचित्र एवं हास्यास्पद धारणाएँ बना लेंगे। निरंतर प्रार्थना करते रहने पर भी आपको शून्य के अतिरिक्त कुछ भी प्राप्त नहीं होगा। इस तरह आप आध्यात्मिक तथा व्यावहारिक, दोनों क्षेत्रों में विफल रहेंगे। अब इस क्रम को पलट दीजिए – बुद्धि संसार को तथा भावनाएँ ईश्वर को समर्पित कर दीजिये। ■

Many Facets of Sannyasa

Swami Satyananda Saraswati



The literal meaning of *sannyasa* is 'total dedication'. Sannyasa is taken in order to achieve the higher experience of life. When we are sure that our spiritual aspirations are genuine, then we take to the path of sannyasa. Sannyasa is of two types: one for the householder and the other for those who don't want to become householders.

Karma sannyasa

Those who are householders, they live the life of a sannyasin although they live as householders. That is called *karma sannyasa*. They don't renounce actions, they don't renounce family, they don't renounce relationships. They renounce the attachment, they renounce the identification, they renounce unnecessary neuroses, they disidentify from the fruits of action.

The karma sannyasins live like you, but in their own mind they are guided by a higher philosophy. They question: 'Why do I work? What is the purpose of life? What is the purpose of karma? What is the purpose of emotion and passion? How should I handle the results of life?'

Every action produces a result; love produces a result; hatred produces a result; success and failure produce a result or an effect. When you are happy or when you are unhappy it produces an effect. How should you handle that situation? A karma sannyasin does it. He tries to live as a householder and express or exhaust or finish his karma and he does not create more karma. By detachment, by disidentification, he stops the further process of karma. This is called karma sannyasa for householders and any householder, married or unmarried, young or old, can have karma sannyasa.

Four stages of sannyasa

Then there is sannyasa. It is for those people who do not want to be householders. They do not want to own property, they do not want the positions of the world. They want to devote all the energies of the body, all the energies of the mind towards the achievement of that higher experience. Then they live with their guru. For at least twelve years they serve their guru, they discipline themselves, they live a simple life, they live on a sattvic and frugal diet. They try to practise what I would call 'purity of mind'. Then they wear this dress, guru, and by serving the guru they complete the cycle of their karma. After living with the guru for a particular period of time, at least twelve years, they are free.

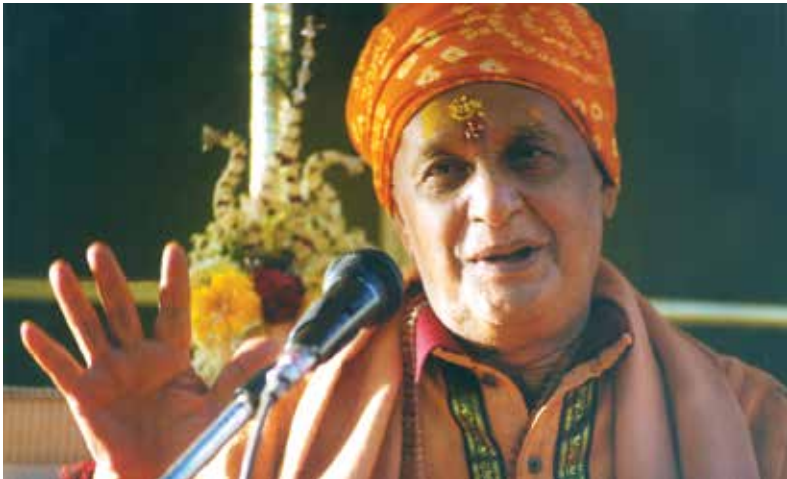
A sannyasin's life is divided into four chapters. The first chapter is with the guru, service of guru: discipline yourself, have experiences. Then keep on moving, travelling like a beggar - erase your ego, learn humility. People will insult you, people will not give you respect. They will see a man coming with a shaven head, a person coming in rags. They say, "Get out, don't come here." Some will say, "He is a heretic."

Somebody will say, "He is CIA." somebody says, "He is KGB," like that, you will be a victim of suspicion from everybody.

That is good training, because everybody wants respect; everybody wants honour; everybody wants to be welcomed. Therefore they dress very well, they have a nice haircut - they should look well no matter how dirty they are inside - up-to-date, tip-top gentlemen. However, a sannyasin does not live like that. He must train himself to shun respect and honour, only then will the fat ego become slim.

The ego is the greatest enemy; the greatest enemy of a disciple, the greatest enemy of a devotee. We make many mistakes through ego, you know it. We are affected because we have ego. We get a nervous breakdown because we have ego.

After travelling like a beggar, like a mendicant, for some time, he must sit down at some place quietly and practise sadhana. He should practise incessant meditation. He should eat only once a day. He should not preach. He should not talk like a parrot all the time. He must learn, he must experience in meditation. Then something happens to him. He has a deeper experience. After that he is free, he can do what he likes. These are the four stages in the life of a sannyasin. ■



Duty not Rights

Swami Satyananda Saraswati



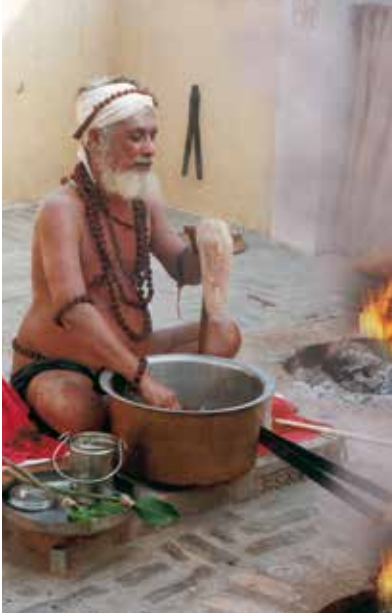
Sannyasins are social servants because they are their own servants. A true sannyasin is a volunteer of mankind. For him who voluntarily takes upon himself a duty, there are no rights. For him duty is the right. You always see duty and right separately, my right and duty. But a sannyasin does not separate them. He says duty is his right. I am saying nothing new. In the second chapter of the *Bhagavad Gita* (2:47), the Lord says: "Your right is to work only, but never to its fruits; let not the fruits of action be your motive, nor let your attachment be to inaction."

Your rights are inherent in your duty. Therefore, do not struggle for your rights. Sannyasins have no social rights. We do not agitate for rights. There may be sannyasins who are doing it, but the dharma of a sannyasin does not allow that. Duty involves your rights. Your rights are inherent in your duties. A sannyasin has to dedicate his life voluntarily, not for a career as many sannyasins have been doing in the last part of this unfortunate twentieth century. Sannyasins do not live for a career or for an occupation. They come out of society with an aim, which is not a sectarian or a partial aim.

Sannyasins believe in one universal dharma, in one humanity, mankind, and in one creation, the creation of God. We do not believe that God has any one name, but that all names are His names. We do not believe that God has any one form, but that every form is His form. ■

तपस्या

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती



तपस्या शब्द का अनुवाद प्रायः अत्यधिक संयम के रूप में किया जाता है। शब्द व्युत्पत्ति विज्ञान के अनुसार तपस् का अर्थ शुद्धिकरण है, जो व्यक्ति को अनुभवी तथा परिपक्व बनाता है। मनुष्य का शरीर दुर्बल है, और उसका मन उससे भी अधिक दुर्बल। जब आपका शरीर तथा मन दोनों ही दुर्बल होंगे, तो आप जीवन की तीर्थयात्रा किस प्रकार पूरी कर पायेंगे? यदि आपकी मोटरगाड़ी ठीक से कार्य नहीं करती है तो आपको उसे मेकैनिक के पास मरम्मत के लिए भेजना होगा। ठीक इसी प्रकार शरीर और मन की सफाई के लिए तपस्या का आश्रय लेना पड़ता है।

तपस्या तीन प्रकार की होती है। उच्चतम तपस्या सात्त्विक कहलाती है, जो आत्म-साक्षात्कार के लिए शरीर और मन को शुद्ध करती है। इस सात्त्विक तपस्या का उद्देश्य आध्यात्मिक होता है। यदि आप इसका अनुसरण करना चाहते हैं तो आपको ध्यान का अभ्यास करना होगा। यदि ध्यान में मन उद्विग्न रहता हो तो प्राणायाम का अभ्यास करें। श्वास और मन परस्पर जुड़े हुए होते हैं। मन को नियंत्रित करने के लिए प्राणायाम अत्यन्त प्रभावशाली उपाय है।

प्राणायाम तपस्या का महत्त्वपूर्ण स्वरूप है। इससे शरीर में यौगिक उष्णता उत्पन्न होती है। यह यौगिक उष्णता कुण्डलिनी जागरण में सहायक होती है। जब मन कुण्डलिनी के सशक्त प्रभाव में रहता है तो वह स्थिर हो जाता है। इस सात्त्विक तपस्या द्वारा शरीर में उष्णता बढ़ जाती है। पुनः यही उष्णता ध्यान में सहायक होती है। परन्तु बिना पूर्व तैयारी के आप प्राणायाम करेंगे तो संभव है आपका उद्देश्य पूरा न हो पाये।

वैसे तो प्राणायाम सभी करते हैं, परन्तु कुण्डलिनी जागरण के लिये प्राणायाम के पूर्व कुछ तैयारी आवश्यक होती है। इसके लिए आपको आसन, बंध और मुद्राओं

का अभ्यास करना होगा। अन्यथा आपको प्राणायाम में कठिनाई आ सकती है। इन अभ्यासों से जो उष्णता उत्पन्न होती है उसे उपयुक्त चक्रों में दिशान्तरित नहीं किया जा सकता। इसके लिए जालन्धर, उड्डियान तथा मूल बन्ध का अभ्यास आवश्यक होता है। पुनः इन बन्धों में निपुणता प्राप्त करने के लिए आसनों का अभ्यास जरूरी है। संक्षेप में, समूचा हठयोग ही सात्त्विक तपस्या के अन्तर्गत आता है।

राजसिक तपस्या के अभ्यास में दीर्घकालीन उपवास किया जाता है तथा अपने शरीर को शीत, गरमी और बरसात के प्रभावों के बीच छोड़ दिया जाता है, ताकि इच्छाएँ एवं वासनाएँ समाप्त हो जाएँ। ऐसी तपस्या से शरीर और मन पर दमनकारी प्रभाव पड़ता है इसलिए इसमें समझ-बूझ से काम लेना पड़ता है। अधिकतर लोग ऐसी तपस्या करते हैं, जिसे वास्तव में आचार-विचार में कठोर नियमों का पालन कहा जायेगा। परन्तु उन्हें यह मालूम नहीं होता है कि इन सब का उद्देश्य क्या है। ऐसी स्थिति में उन्हें न्यूनतम लाभ ही प्राप्त होता है।

तीसरी प्रकार की तपस्या तामसिक होती है। इसमें शरीर के साथ बल का प्रयोग किया जाता है, जिसका प्रभाव मन पर भी पड़ता है। उदाहरण के लिये, भारत में अनेक ऐसे फकीर हैं जो अपने शरीर को एक विशेष कठिन स्थिति में वर्षों तक रखते हैं।

जो लोग उच्चतर चेतना की प्राप्ति के इच्छुक हैं उन्हें सात्त्विक तपस्या करनी चाहिए। परन्तु साथ ही उन्हें किसी प्रकार की अति नहीं करनी चाहिए, क्योंकि अति से इन्द्रियाँ दुर्बल हो जाती हैं। इसलिए सन्तुलन कायम रखना चाहिए। तपस्या में इनका संतुलन आवश्यक होता है। अनेक लोग भोग-विलास में आकंठ डूबे रहते हैं। वे सोचते हैं कि भोग-विलास द्वारा भी आत्मसाक्षात्कार सम्भव है। परन्तु ऐसे लोग अपने शरीर और मन, दोनों को कमजोर बना लेते हैं, क्योंकि वे इन्द्रियगत विषयों पर आश्रित हो जाते हैं।

तपस्या द्वारा आप अपने चयापचय की प्रक्रिया को एक विशेष गति प्रदान करते हैं। इससे आपकी वे आदतें जो आपको दुर्बल बनाती हैं, और संकल्पशक्ति के जागरण को रोकने वाली बाधाएँ दूर होती हैं। आपको अपनी आवश्यकताओं की जानकारी होनी चाहिए। आपको अपने जीवन को सरल बनाना चाहिये। चुनाव आपको करना है, बस इतना ही है। केवल आपकी शर्तों पर यह नहीं हो सकता। यह तय कीजिये कि आपको समाधि चाहिए अथवा भोग-विलास। संभव है, कुछ समय तक आप इन दोनों को साथ लेकर चलें, परन्तु एक समय ऐसा आयेगा जब आपको भोग-विलासों को छोड़ना होगा।

मन एक कुशल अधिवक्ता है, यह हमेशा विषय-सुखों के पक्ष में सलाह देता है। यदि आप इन्द्रियों को खुली छूट दे भी देते हैं तो भी आप सुखी नहीं हो सकते। अतः मन क्या कहता है, इस पर ध्यान न देकर अपनी तपस्या जारी रखें। ■

Sannyasa Revolution

Swami Satyananda Saraswati



The idea of sannyasa is finding a good stronghold in the modern era. The number of people who have become sannyasins in the last ten to fifteen years is much more than in the past. Earlier, people would take sannyasa after the age of sixty when they believed that their desires had finished like a wrung-out cloth. But now those in the age group of eighteen to thirty come for sannyasa, and in large numbers.

There is a large number in America, Australia and Europe, and they wear geru and shave their heads. This century is going to be very different from the centuries that have gone by. This is a century of revolution. There may come a time when children will not have to go to school; they will be able to do all their studies at home. People will not have to go to the office or the bank; everything will be accomplished at home through computers.

This is already happening in the world. You order things on the telephone, you exchange news on the telephone; there is no need to visit personally any more. You cook food in three minutes in the microwave. However, all these things will have their effect on the mind.

With so much time to spare, what will you do? This is a point worth thinking about. An idle mind is the devil's workshop. I spotted this problem in Europe in 1968. I said to myself, "These people have only one problem. They do not have any work." The empty mind, which is going to be a syndrome of this century, has only one solution. It can only be

filled up through one thing, the search for God. Every ounce of energy is used up in the search for God. In this century not much effort will be required to earn money. So the mind can be occupied with God-realization.

Take the train

People ask me if they should take sannyasa. I say, "Yes, do." Then they say, "What if the mind fluctuates afterwards?" I say, "Let it fluctuate, it does not matter." If you think, "What if the boat overturns?" before even sitting in a boat and therefore do not take the boat, that's not the right thing to do. Accidents do happen, but people still use aeroplanes. If an accident happens in sannyasa, let it happen. Accidents are part of this world. However, not all sannyasins have accidents, only a few do. You hear about them and get scared. Accidents happen, but people do not lose heart due to them; they still take the train.

Some people prefer to take karma sannyasa. The *Bhagavad Gita* describes the idea - even while living in the world and being immersed in everyday tasks, a karma sannyasin still binds himself to the rules of sannyasa. It is very good to bind yourself to the rules of sannyasa. When you come to the ashram, wear geru and shave your head; when you are at home, wear whatever you like. Hair grows back in a few days anyway.

Become a witness

The easiest way to self-realization is to look at the whole world in the same way as you look at the stage in a theatre or film. The outlook is that of a witness, *sakshi*. Whatever is happening in your life, keep watching it. You are the observer, you are not the actor. Watch the pleasure, watch the pain, watch whatever happens. Watch yourself completely, whether you are drinking alcohol, performing worship, getting angry or conducting business. You are the *jivatma*, the individual soul, who is the actor. *Paramatma*, the supreme soul, is the *drashta*, the seer. The seer watches the actor. ■

To Walk with God

Swami Satyananda Saraswati

The life as a sannyasin is a life of absolute dedication. A sannyasin must have a guru and he should become an efficient tool in the hands of his guru. You should not say that you do not need a guru because he is already inside.

This kind of reasoning is a product of ego. If guru is inside, wife is also inside. Why do you need her? As a newly initiated sannyasin, you must retire for some years to the peaceful surroundings of the guru's ashram, live with other swamis and adjust your ego to theirs. When your mind is stabilized properly, you must try to understand what humanity needs. Then you travel from place to place, guiding people towards a practical way of life. As you travel, gaining knowledge and intuition, you must have a definite goal in mind. You must be a clear thinker, saying whatever you think, and you must know about yoga and Vedanta for the benefit and evolution of the whole society.

We sannyasins believe that everybody should practise something for his physical and mental health and for his illumination. We teach asanas, pranayama, yoga nidra, concentration, meditation, kirtan and other practices which people can integrate into their daily life. It is not easy to describe how a sannyasin should be, because he is a symbol of perfection. He is an embodiment of love, compassion and non-violence. He accepts one and all as his own kith and kin. Therefore, a sannyasin should try to separate himself from the onslaughts of social influence. In order to become a swami, one must know what one really wants. The life of a sannyasin is the highest life. Once you have accepted it, you are indeed blessed, and if you are able to live in the spirit of sannyasa, you are one who walks with God. ■

अच्छा क्या, बुरा क्या

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

मैंने अच्छे और बुरे के विषय में बहुत कुछ सुना है, बहुत कुछ सोचा भी है, और इस निष्कर्ष पर पहुँचा हूँ कि मनुष्य को अच्छा बनाने की दिशा में समस्त धर्म-सम्प्रदाय विफल सिद्ध हुए हैं। जिन्होंने विश्व इतिहास का अध्ययन किया है वे जानते हैं कि संसार में जितना नरसंहार और खून-खराबा हुआ है उसके लिए प्रायः धर्म और सम्प्रदाय ही उत्तरदायी हैं। अतीत में ही नहीं, बल्कि आज भी धर्म के नाम पर अनेक बुरे कार्य और हत्याएँ होती हैं। धर्म सामाजिक-राजनैतिक सिद्धान्तों के



अतिरिक्त कुछ भी नहीं रह गये हैं। अंग्रेजी के 'रिलिजन' शब्द का अर्थ 'फिर से जोड़ना' होता है, परन्तु आज तो धर्म अपने वास्तविक अर्थ से बहुत दूर चला गया है। मानव की आत्मा विश्वात्मा से अलग हो जाती है; जो उसे पुनः अपने स्रोत से जोड़ सके वही धर्म कहलाता है। परन्तु क्या आज विश्व का कोई धर्म ऐसा कर रहा है? अनेक धर्म तो मात्र अपने अनुयायियों की संख्या बढ़ाने तक ही सीमित रह गये हैं। इसलिए धर्म हमें यह बिल्कुल नहीं सिखा सकता कि अच्छा क्या है, बुरा क्या है।

एक महत्त्वपूर्ण बात यह है कि अच्छे और बुरे की सर्वमान्य अन्तिम व्याख्या आज तक नहीं हो सकी है। भारत तथा विश्व के महान् मनीषियों ने शुभ और अशुभ, अच्छे तथा बुरे की व्याख्या करने का प्रयत्न किया था, परन्तु उनकी समस्त परिभाषाएँ सापेक्ष हैं। जो आज से पचास वर्ष पूर्व अच्छा था, वही आज बुरा है और जो आज बुरा है, हो सकता है वह अगली शताब्दी में अच्छा माना जाये। फिर यह प्रश्न उठता है कि हम अच्छे-बुरे, सही-गलत का निर्णय करने वाले कौन होते हैं? जो अभी अच्छा है, वही अगले क्षण बुरा हो सकता है। इसी क्रम में एक दृष्टान्त सुनाता हूँ।

एक बार एक किसान का घोड़ा खो गया। पड़ोसी उसके पास आकर अपनी सहानुभूति प्रकट करने लगा। परन्तु किसान बोला, 'यह कौन जानता है कि अच्छा क्या है और बुरा क्या?' किसान की यह बात दूसरे दिन सही पाई गयी, क्योंकि

उसका घोड़ा न केवल घर लौट आया, बल्कि वह अपने साथ जंगली घोड़ों का एक झुंड भी ले आया। वे सबके सब उसके पालतू मित्र हो गये। अब किसान का पड़ोसी आकर उसे बधाई देने लगा, परन्तु किसान ने वही बात दुहराई, जो उसने पड़ोसी से पहले दिन कही थी। पुनः उसकी यह बात सही सिद्ध हुई, क्योंकि दूसरे दिन किसान का पुत्र एक जंगली घोड़े पर से गिर पड़ा और उसकी टांग टूट गई। पड़ोसी फिर आकर अपनी संवेदना जताने लगा और किसान ने तीसरी बार भी अपनी वही बात दुहराई कि अच्छा क्या है, और बुरा क्या है, इसे कोई नहीं जानता। इस बार भी उसका कथन सही निकला, क्योंकि अगले ही दिन उसके नगर में सैनिक अधिकारी आए और स्वस्थ नौजवानों को सेना में भरती करने लगे, क्योंकि युद्ध चल रहा था तथा अधिक सैनिकों की आवश्यकता थी। चूँकि किसान के बेटे का पैर टूटा हुआ था, इसलिए वह सेना में भरती होने से बच गया।

भले ही सही और गलत, अच्छे और बुरे, शुभ और अशुभ की एकदम सही व्याख्या संभव न हो, परन्तु कुछ ऐसे सार्वभौमिक मूल्य हैं जो सामाजिक नहीं बल्कि आध्यात्मिक कहे जा सकते हैं। वे क्या हैं? इस विषय पर हमें विचार करना चाहिए। महत्त्वपूर्ण बात यह है कि अच्छाई का अभ्यास करने के लिए एक भिन्न प्रकार का मन चाहिए। बुराई से बचने के लिए आपको सबल मन की आवश्यकता है। यदि मैं पीलिया का मरीज हूँ तो मुझे सर्वत्र पीला दिखेगा। यदि कोई वस्तु नीली भी होगी तो वह मुझे पीली ही दिखेगी, क्योंकि मेरी आँखों में पीलिया छाया हुआ है।

कमजोर मन द्वारा आप सद्-वृत्तियों का अभ्यास किस प्रकार कर सकते हैं? मेरा विश्वास है कि यह तब तक असम्भव है जब तक आप अपने मन का गुणात्मक परिवर्तन नहीं करते। यदि आपको ऊंची पहाड़ी पर चढ़ना है तो आपके पैरों को सशक्त होना चाहिए। यदि आप किसी भवन की तीसरी मंजिल तक तीस-चालीस किलो का बोझ उठाकर चढ़ते हैं तो इसके लिए आपकी मांसपेशियों का मजबूत होना आवश्यक है। आप अपने दो वर्ष के बच्चे से उस बोझ को उठाने की अपेक्षा नहीं कर सकते। इसी प्रकार यदि आप जीवन में अच्छा व्यवहार करना चाहते हैं तो अपने मन में गुणात्मक सुधार लाना आवश्यक है।

आप अपने मन में गुणात्मक परिवर्तन कैसे ला सकते हैं? क्या केवल पुस्तकें पढ़कर? कदापि नहीं। इसके लिए आपको अपने मन का पूर्णरूपेण रूपान्तरण करना होगा। तंत्र शास्त्र में तो अच्छा-बुरा कुछ भी नहीं होता। उसमें एक उक्ति मिलती है जो कहती है, 'मनुष्य को उसी वस्तु के माध्यम से उन्नति करनी चाहिए जो उसे पतन की ओर ले जाती है।' अन्य शब्दों में, जिसे आप बुरा मानते हैं, उसका भी अच्छाई के लिए उपयोग कर सकते हैं। बुरा क्या है? यह मन का अज्ञान है। अच्छा क्या है? वह ज्ञान जिसे आपे गहरे ध्यान में प्राप्त कर सकते हैं। ■

Philosophy in Life

Swami Satyananda Saraswati



Sannyasa and death are similar. The only difference is that in the actual death the body is destroyed, while in sannyasa the karmas accumulated by the soul over many lifetimes are destroyed.

Happiness and sorrow

Actually, in sannyasa there are supposed to be no karmas remaining, no patterns remaining in the mind. But what happens is that many people come to sannyasa at a young age due to vairagya, without having fulfilled their obligations, without having paid their debts. They are nice people, but what do we do about their karmic balance? We adjust it through *guru seva*, service to the guru, because it is necessary to fulfil the karmas, to undergo worldly happiness and sorrow. Without worldly sorrow man does not progress in life.

People think that happiness is the only truth, the only reality. However, happiness is but a shadow; sorrow is the

reality of life. Do not forget that sorrow is real, just as I am real and not my shadow. The only truth in the world is sorrow. All religions say it. There is sorrow in birth, sorrow in old age, sorrow in marriage, sorrow in living, sorrow in dying, again and again. This ocean of the world is nothing but sorrow. He who does not accept sorrow as a reality is disappointed, but a man who searches for sorrow can never be disappointed.

He who dreams of ideal situations, who creates fixed ideas of happiness in life, will always be disappointed, whereas the man who says, "Nothing matters to me, except two rotis a day," will never be disappointed. Because he has asked for only two coarse rotis, he will get two loaves of fine bread and he will be happy. Instead of two loin cloths, he will get two silk dhotis and he will be happy. Instead of a hut, he will get a Ganga Darshan. That is more than enough for him, so he gives thanks. However, if he expects to get a Ganga Darshan in the first place and not a hut, he will be disappointed.

Discipline and balance

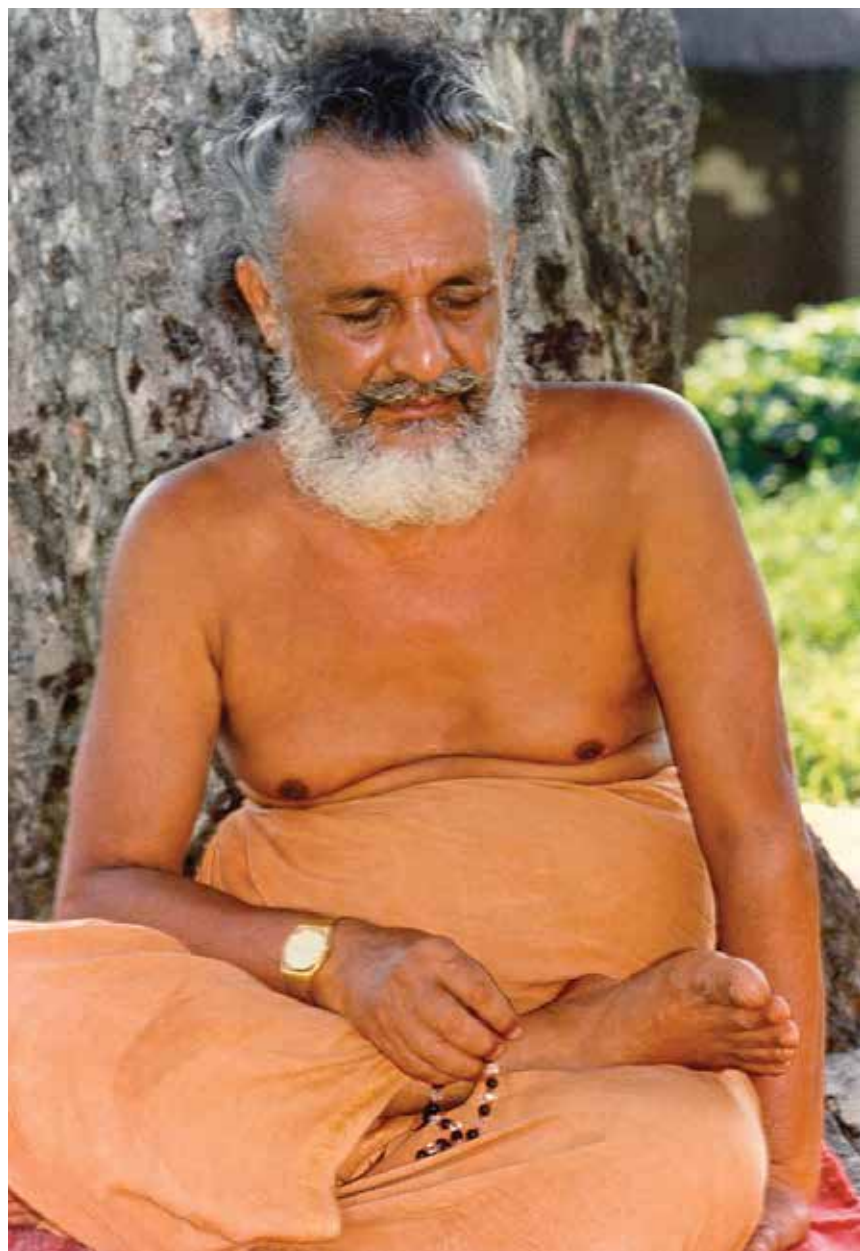
Therefore, everyone should develop a philosophy in life that sorrow is the only reality, and that those who go in search of sorrow attain happiness. Sorrow means whatever man does not want or like. In winter the cold is sorrow; in summer the heat is sorrow. Not getting food when you are hungry is sorrow; being criticized and abused is sorrow. Nobody wants these things, but this is what one gets in life. This is the truth. Look at your circumstances and your environment. Ask yourself whether or not this is true. Sorrow is constant. With it walks its shadow, happiness. Where there is sorrow, there is happiness. This does not imply that where there is happiness there is sorrow. Happiness lies in the wake of sorrow. It walks slowly and quietly behind sorrow. The poet Vidyapati used to sing:

*O Bholenath,
When will you take away my sufferings?
I was born in suffering, I spent my life in suffering,*

















*I was never happy even in dream.
This world-ocean is unfathomable.
O Bhairava, come and catch hold of my hand.
Vidyapati says that Bholenath,
Who is his salvation, should come
And grant him the boon of fearlessness.*

That is why saints and mahatmas suggest that one should go on pilgrimages, sleep in dharmashalas, go to ashrams and spend a month or so there. Live a simple life, forgetting status, wealth and intellect. Work like an ordinary man in the garden, in the kitchen. Sleep on a blanket on the floor. There should be some inconvenience; this inconvenience is the reality of life. Therefore, in every religion there is a discipline called self-imposed poverty, imposing poverty upon yourself. You may be able to afford six types of vegetables in one meal, three types of papad and good ghee, but you should decide to have khichari, porridge and rotis without ghee. This is also called *tyaga*, sacrifice, *tapas*, penance, *sanyam*, self-restraint, *vrata*, resolution. It has many names and all these are for the benefit of householders.

Householders do not have complete licence to indulge in life. They have grabbed the licence by force and, therefore, they are suffering. A poet says:

*Those who preserved the dreams of success,
Enjoyed nothing but defeat.*

Householders think they have complete licence in grihastha life and there are no rules to adhere to. They can go to the cinema when they want to, drink and have non-vegetarian food when they want to. To justify this, they say, "I am a householder, not a sannyasin. I can do what I want." No. In household life you do not have complete licence to indulge. Every religion suggests that householders live a life of balance between yoga and *bhoga*, between yoga and indulgence. ■

Thoughts on Sannyasa

Swami Satyananda Saraswati

- When I entered my guru's ashram, *Hari Rama Hari Krishna* was the first tune I heard. Before I even saw anyone, I heard them singing. This was the first sound, the first music and the first name I encountered before I met anyone. Then I met some other swamis and I went to the temple. Finally I met my guru, Swami Sivananda. He said, "Stay here," and I stayed there as a sannyasin. Negotiating with the very heavy traffic of life is not easy and sannyasa is very difficult. We have to negotiate the erratic traffic of life outside and the erratic life inside.



- Women qualify for householder life and also for sannyasa. Both qualities are inherent in them. In fact, it is men who have difficulties. Not all men qualify for sannyasa,

but most women do. The very nature of women, their physical, mental and emotional make up, can give them greater success in spiritual life. Wherever a sannyasin goes, wherever teachers go, to any part of the world, whether it is India, Africa, America, UK, Germany, Switzerland or Greece, the attendance at spiritual meetings is sixty to seventy percent female and thirty to forty percent male. Women have a natural inclination for spiritual life, not only in India but in Europe too. Most sannyasins arriving in Europe from India find that their helpers are women.

- Sannyasa is a very high state of awareness, a different plane of mind and personality, a different level of human life. Many great souls have experienced this state and lived in it. When one reaches that stage, joy and sorrow, poverty and prosperity, hunger and satiation, cease to influence the mind.
- Sadhus, sannyasins and holy men are very powerful people. They live alone, read their *Gita*, do their sadhana, disciplines, pooja and worship. Unlike other religions, we have made a decision not to enter into politics or become politicians. Sannyasins should neither assist in politics nor oppose politics; in short, they should have nothing to do with politics. The power of sannyasins in India is very great, but we are only concerned with God and with humanity.
- Where does the electricity you use at home come from? Electricity is generated and distributed from a powerhouse. Similarly, the sannyasins who serve in the ashrams, and the few recluses who live in the solitude of the Himalayas, are actually the powerhouses. In their seclusion they reach such spiritual heights, such depths of sadhana that they become the generators of spiritual power. We derive our energy from these power sources. We are the cables of distribution. We distribute their thoughts and their energy among the people of the world. ■

Rules of Sannyasa

Swami Satyananda Saraswati

When the generator is not working who will connect the electricity? So long as the generator does not supply electricity, then who will connect us? There are five gurus and sannyasa is given in front of the five of them. The mantra guru cuts off the tuft of hair left at the back of the head, another gives the robes and the one who gives knowledge is the *vidya guru*. Gurus are of many kinds and have different roles. Dattatreya had twenty-four gurus. Whenever you learn from someone, he is a guru. This is one simple definition.

Sannyasa and philosophy

Near my guru's ashram in Rishikesh, I learnt the teachings of the Upanishads in Raghavacharya's school of philosophy. He belongs to the line of Ramanujacharya, not that of Shankaracharya. The teacher used to say to me, "You are not God, you are a part of God." But in the books of Shankaracharya it is written, "You are God" - *Tat Twam Asi*. So I would have arguments with Raghavacharyaji every day, and I stopped going there. There were great arguments and fights.

Thereafter I went to Kailash Ashram. In those days Swami Vishnudevanandaji was the mahamandaleshwar. There we read *Panchadashi, Viveka Chudamani, Aparokshanubhuti*, so I have learnt Sanskrit before. When sannyasa is taken rituals are performed. The brahmins are not called, but we have to perform the final rites of our father, grandfather and great-grandfather and thereafter we have to perform our own funeral rites, because according to Sanatana dharma, sannyasa is, in a way, civil death.

Sannyasa as a new birth

In a way it is a death according to the law. Our property law does not recognize this truth, and if I want to file a case against

my brother about my ancestral property, then the law will recognize my claim. Still the scriptures do not support this. After sannyasa diksha you do not have a claim over your inheritance because you are dead and have achieved a state of civil death.

The name changes, the gotra or lineage changes, and after sannyasa, caste and creed is not accepted. A sannyasin does not accept caste and creed. We know that for social reasons we are brahmins, kshatriyas, vaishyas, shudras, this or that, but that is in relation to a social system. God did not make a shudra a shudra, or a brahmin a brahmin with special privileges; this we do not accept.

The next point is that after sannyasa one has no connection to the family because that was your past life. Sannyasa is called a new birth. The one who performs *karmakanda*, ritual, contributes what we call *pinda daan*. So we have completed our obligations. I have done the pinda daan of the person who was born in Almora or Kumaon, that one who died, and am free of that.



Mantra of sannyasa

Then there is a mantra which the guru gives. In Christianity there is the same system. The disciple is put into the water and then baptized. In our system also one has to descend into water and mantras are chanted, which are called *preshya mantras*. When you take sannyasa then we will tell you what they are, not now. They are divine mantras. They say, "I forsake heaven, I forsake earth, I forsake my own self, I leave everything. I have no connection with anyone. Let things come, let things go. If happiness comes, it is fine. If sorrow comes, it is fine. I am the witness of everything." It is said that light is the witness of everything and is similarly unaffected.

Organization of sannyasa



In Hardwar when the Kumbha Mela takes place, there are elections in the Niranjani Peeth. One is for the acharya, the other is for the store keeper, *kothari*, and the third is for the treasurer, *bhandari*. The Kumbha Mela is now taking place so another election will be held. The one who is elected is traditionally a good person, a simple person, and has no ego. Being a prominent person is nothing. In sannyasa the only basis for re-election is that one is a sadhu, pious. It is not necessary for one to be a prominent person. Maybe one commands great respect in society. "Look, he is a prominent person, he has a lot of money." In our system that is immaterial. But whether one is a sadhu or not is important. *Sadhu* means that one is a gentleman. ■

आत्मा की आवाज

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

आकाशवाणी या अन्तरात्मा की आवाज मनुष्य में अपने अन्दर से उत्पन्न होने वाली आवाज का नाम है। यह सबको सुनाई नहीं देती है। अन्दर में क्या विचार चल रहा है, यह तुम्हें भले ही पता चल जाए, मगर वाणी का मतलब होता है, आवाज। किसी ने कुछ बोला, उसे वाणी कहते हैं। यह आकाशवाणी हर किसी को सुनाई नहीं देती, मगर यह बात निश्चित है कि कई लोगों ने सुनी है, हमने भी सुनी है। हमने तो इस जगह का नाम सुना कान से। हम त्र्यम्बकेश्वर में थे, गहरा ध्यान तो नहीं था, पर आँखें बन्द थीं। हमने आवाज सुनी है, शब्द सुने हैं। वे शब्द हमें याद हैं। और एक बार नहीं, कई बार हमने यह आकाशवाणी सुनी है। आवाज आती है, पर वह आवाज बाहर से आती है, हम यह नहीं मानते। हम मानते हैं कि हमारे अन्दर जो हमारी आत्मा है, या जो ईश्वर है, या जो शुद्ध अन्तःकरण है, जो भी नाम दे दो, उसकी आवाज है। वह आवाज हमने त्र्यम्बकेश्वर में दो बार सुनी, रिखिया आकर भी सुनी है और उसके पहले भी सुनी है।

यह कोई जरूरी नहीं है कि आकाशवाणी के साथ कुछ दिखाई भी दे। दिखाई दे भी सकता है और नहीं भी। कई बार बिजली जैसी कड़क होती है, कभी तूफान की तरह आवाज होती है, अलग-अलग तरह के अनुभव हो सकते हैं। हमें जब त्र्यम्बकेश्वर में पहली बार आवाज सुनाई दी, तो पहले तूफान आता हुआ मालूम पड़ा। लगता था बहुत जोर से बरसात हो रही है, उसके बाद आवाज सुनाई दी। ऐसी आवाज सिर्फ हमें नहीं, बहुतों को सुनाई दी है। मीराबाई के पदों में आता है –

*बरसे बदरिया सावन की, सावन की मन भावन की।
दादुर मोर पपीहा बोले, भनक पड़ी पीय आवन की॥*

पीया का मतलब यहाँ ईश्वर है। 'भनक', यह जो आवाज होती है, वह ईश्वर की आवाज मानी जाती है। जैसे तुम बाहर से आये। हमने तुम्हें देखा तो नहीं, मगर तुम्हारे पैरों की आवाज तो सुनाई दी न? तुम्हें देखा नहीं है, हमें केवल भनक पड़ी कि कोई आ रहा है। इसी तरह यह आकाशवाणी जो है, वह भनक जैसी है। उसी के बारे में उन्होंने अपने पद में बोला है, 'बरसे बदरिया सावन की।' यह उनका अनुभव है। उस समय पानी बरसने का अनुभव होता है, मानो लगातार मूसलाधार बारिश हो रही है। उसमें डर नहीं, बल्कि अच्छा लगता है। मन में उमंग छा जाती है। 'दादुर मोर पपीहा बोले,' ये सब उसके लक्षण हैं, जिसे आकाशवाणी कहो या अन्तरवाणी, कोई भी नाम दे दो।



अंग्रेजी में इसे *वॉयस ऑफ स्पिरिट* कहते हैं। लोगों ने अलग-अलग नाम दिये हैं। इस्लाम में भी इसका जिक्र है। मुहम्मद साहब तो अनपढ़ थे, वे स्कूल नहीं गये थे, पर सारी कुरान उन्होंने लिख दी। कैसे? अन्दर से जो आवाज आती है, उसे तुम ईश्वर की आवाज ही मानकर चलते हो, क्योंकि ईश्वर बाहर भी है और अन्दर भी। आकाशवाणी भगवान की ही आवाज है। उसी से वेद लिखे गये हैं। ऋषि-मुनियों ने जो वेद लिखे हैं, उन्हें श्रुति कहते हैं। श्रुति का मतलब होता है सुना हुआ।

जैसे कुरान श्रुति है, जैसे ईसाई लोग बाईबिल को श्रुति मानते हैं, वैसे हम लोग वेदों को श्रुति मानते हैं। उसी तरह से रामचरितमानस भी है। रामचरितमानस को तुलसीदास से लिखवाया गया। इसको कहते हैं अपौरुषेय। वाल्मीकि से भी लिखवाया गया, पर वाल्मीकि तो कवि थे। उन्हें आदिकवि कहा जाता है। तुलसीदास कवि नहीं थे, इसलिए हम कवि तुलसीदास नहीं कहते हैं। तुलसीदास संत थे, पर उन्हें कवि बनना पड़ा। संत होने के नाते जब उनकी ब्रह्मराक्षस से भेंट होती है, तब उनके अन्दर ज्ञान उजागर होता है और वे लिखना शुरू करते हैं।

तुलसीदास बनारस में संस्कृत पढ़ते थे, वे संस्कृत के विद्वान् थे, इसलिए पहले उन्होंने संस्कृत में लिखना शुरू किया। रात में लिखते थे, पर सुबह सब कागज गायब रहते थे। फिर उन्हें अपनी भाषा में लिखने का आदेश सुनाई दिया, तब जाकर उन्होंने अपनी भाषा में लिखा। उस भाषा को हिन्दी कहो, अवधी कहो या कुछ भी कहो, उस समय वही भाषा बोली जाती थी। उस समय खड़ी बोली नहीं बोलते थे।

रामायण का आधार इस युग में वाल्मीकि हैं, मगर एक बात आप याद रखना कि कथा का आधार सदा लोकवाणी होती है। लोग जो कथा करते हैं, कीर्तन-भजन गाते हैं, चित्र बनाते हैं, जिन परम्पराओं का पालन करते हैं, उसी आधार पर अक्सर बाद का साहित्य लिखा जाता है। रामचरितमानस की मौलिक संरचना वाल्मीकि रामायण से ली गयी है, पर दोनों में आमूल भिन्नताएँ भी हैं। जहाँ वाल्मीकि के लिये श्रीराम मर्यादा पुरुषोत्तम और आदर्श पुरुष हैं, वहाँ तुलसीदास के लिये साक्षात् ईश्वर हैं। ईश्वर के अवतार नहीं, बल्कि साक्षात् ईश्वर हैं। उन्होंने काकभुशुण्डी के द्वारा यही बोलने की कोशिश की है। तुलसीदास के राम केवल मर्यादा पुरुषोत्तम नहीं, बल्कि परब्रह्म पुरुष थे, और उन्हीं का चरित्र उस अपौरुषेय वाणी के द्वारा लिखवाया गया। ■

On a Grand Scale

Swami Satyananda Saraswati



If Swami Vivekananda did not renounce, he would have been a good professor or intellectual. That would have been his contribution to society, but when he became Swami Vivekananda, he was able to serve society on a greater scale. Same thing with Sri Aurobindo. He could have also been a professor, an excellent lawyer or a journalist. But when he became Sri Aurobindo, his contribution to society could never be compared to what he

would have done as a professor or lawyer.

With the coming of Swami Vivekananda, Swami Sivananda and other swamis of our age, another dimension was added to sannyasa - a creative life, a period which is advantageous to you and other sannyasins. You are able to give expression to all your talents for the sake of the community or humanity, whether as an artist, musician, writer, builder, administrator, teacher or speaker.

How do you think sannyasins such as Swami Sivananda and Swami Vivekananda, Paramahansa Yogananda, Swami Rama Tirtha and many others expressed their talents and creativity? Some created hospitals or gurukul ashrams, others gave a new philosophy, a new way of living, or a totally new definition to the whole life pattern. If they had remained in society they would not have been able to express their creativity on such a grand scale and their energies would have been dispersed in several other areas. ■

Traditions of Sannyasa

Swami Satyananda Saraswati



There are many traditions of sannyasa in India. Among them the Dashnami tradition to which we belong is very strong. Dashnami sannyasins live freely and independently. We do not take the government's help; we are not dependent on its monetary help or support. We build our own life. A sannyasin must always remain self-reliant.

Besides Dashnami, there is the Vaishnava tradition. Vaishnavas are largely found in Puri, Ayodhya and Mathura. They are called sadhus. The third sannyasa tradition is Udasi, founded by Guru Nanak's son, Srichandra. There is another sect of Brahma

Kumaris. They are a very strong and honest people, not hollow. In this way, many are working for the cause of sannyasa.

All the sects of sannyasins in India live like a donkey without its owner. No one controls them. They do not live in ashrams by profession. What kind of a sannyasin is he who is controlled by someone? Such a person cannot be a sannyasin. A sannyasin controls himself. He must decide for himself whether or not he wants to drink poison, smoke, have attachments. Society cannot tell a sannyasin what he should or should not do. He must decide for himself, only then is he a sannyasin.

Sannyasa is a very big tradition of this country and it will remain that way because it is not dependent on the support of the government. Sannyasins do not live to please or be pleased by anyone. We do not want anything from anyone. We are not a religious sect, we are not interested in spreading religion. I used to visit so many different countries, but I did not convert anyone to Hinduism. Why should you change someone's religion?

A sannyasin should remain completely independent. If he does not like it somewhere, he should be able to just pick up his bags and leave. Kabir has said,

*Mana laago mero yaara phakeeree men
Jo sukha paavon Raama bhajana men,
so sukha naahin ameeree men
Premanagara men rahani hamaaree,
bhalee bani aae sabooree men
Haatha men kundee bagala men sota,
chaaro disa jaageeree men
Aakhira tana yaha khaaka milega,
kahan phirata magarooree men.*

My mind is engrossed in the life of a recluse. The pleasure that lies in the chanting of the Lord's name does not lie in riches. Listen patiently to all that people say, the good and the bad, and live a life of simplicity. I live in the city of love, my contentment gives me happiness.

All I possess is a yoga danda and a water pot, and I move about everywhere. This body will become one with ashes, why then do you assume pride? Whether a sannyasin lives in a palace or hut, he should live like a recluse. You might have read the life stories of Ramakrishna Paramahansa, Swami Vivekananda and Anandamai Ma. There have been many others like them. My guru, Swami Sivananda, was a great doctor, and even after establishing such a large ashram, he lived simply. There are many examples of such ideal sannyasins. ■

Discipline

Swami Satyananda Saraswati

Sannyasi does not mean monk, it does not mean a recluse or a mendicant. Sannyasa is an entirely different concept from that which people have understood it to be. I will give you an example. Supposing you have two million drachmas in the bank in your name, the money belongs to you, you can spend it any way you like. One day an idea comes into your mind that this money should be used for, let us say, the promotion of music, so you create a trust and put all the money in the trust. It can only be spent for the promotion of music, but previously it was yours, you could spend it in any way. That is the concept of sannyasa. When a sannyasin realizes that his body, his mind, his intellect, his resources are for one particular purpose, then everything is solved. He begins to feel, 'this body is not mine and everything I have is not mine', and then he becomes a sannyasin.

Coming to the point of discipline now, there are two forms of discipline: social discipline and spiritual discipline. If a sannyasin lives like a monk and follows only the external discipline without the inner discipline, then he is not a sannyasin, he is a monk. Discipline should be internal and it should be a basic discipline. Sometimes people don't really understand this. They expect that sannyasa means the life of a puritan and they talk about eating, drinking and sleeping in a very peculiar way.

A sannyasin is purely dedicated to his guru and if he continues to follow that, then he can manage and maintain getting up at four o'clock. That is external discipline which he can follow if he likes; he need not follow it if he doesn't like it. I have seen many people who are mentally very disciplined but in their external life they are totally confused. When you are able to discipline the forces of your mind and emotions, that discipline makes you a true sannyasin. ■

Far Away from Headtrips

Swami Satyananda Saraswati

When I went out on tour to do a program, I always took a disciple with me. People may have thought that particular disciple was very close to me. Tell me, can a servant ever be close to the master? It is the nature of the servant to be near the master. He goes wherever the master goes. Now, if people start thinking that the servant is very close to the master just because he stays near to the master, it is a fault in their judgement. What is this thing called 'closeness'? A sannyasin has no heart at all. If he had, would he have left his mother, father and family? Try leaving your home and see how difficult it is! If someone can leave his home, it means he does not have a heart at all. It reminds me about the story of the monkey and the crocodile. Perhaps you have heard that story?

A heart to live

Once upon a time there was a crocodile who lived in a pond. Occasionally he went to the water's edge where his friend, the monkey, lived in a jamun tree. The monkey would always throw him a few jamuns, which were very sweet. The crocodile would then take those jamuns to his wife. One day Mrs Crocodile asked, "Where did you get these sweet jamuns from?" The crocodile replied, "I got them from my friend, the monkey." She said, "If your friend eats these sweet fruits daily, his heart must be as sweet as the fruit. Why don't you bring him here so that I can eat his heart?"

The crocodile went to the water's edge and said to his friend, the monkey, "Come, I will give you a free ride. You can sit on my back." Halfway across the pond the crocodile said to the monkey, "You know, I'm taking you to my wife because she wants to eat your heart. She says it must be very sweet because you eat a lot of jamuns." The monkey said,

“Oh, you should have told me this earlier because I have left my heart back on the tree.” The crocodile said, “Okay, I will take you back so you can fetch your heart from the tree.” So they went back and when they reached the water’s edge, the monkey jumped up on the tree and said, “You fool! How can one live without one’s heart?”

Human weakness



Most people cannot live without a heart, but a sannyasin can and does. The normal human weakness is to try and establish close relationships with people, even when they are never really close. This is because of insecurity. Insecurity compels man to establish proximity with someone: husband, wife, guru, father, mother, brother, friend or some rich man. People say, “Oh, I know him or her very well; we are very close. We

used to play together when we were children.” Why do we need to prove that we are very close?

This is human weakness and this weakness is universal. A sannyasin has to remain as far away from all these headtrips as he can. A sannyasin is nobody’s friend. It has also been said in the *Srimad Bhagavata*:

*If many stay together they may quarrel.
If two are together they must converse.
So it is better to always remain alone,
Like one bangle on the wrist of a young lady.*

कौन करेगा इतना?

चारुशिला, राजनांदगाँव

एक दिन सुना कि चाचाजी के यहाँ कोई बड़े महात्मा आये हुये हैं। श्री सत्यव्रत जी बी.एन.सी. मिल में काम करते थे। हमारे घर में उनका बहुत आना-जाना था। इसलिए हम उन्हें चाचाजी के नाम से संबोधित करते थे। मैं सरकारी स्कूल में शिक्षिका थी। चाचाजी के घर जाने की उत्सुकता बढ़ी। हम सपरिवार चाचाजी के घर पहुँचे। 'हरि ॐ' शब्द से स्वामी सत्यानन्द जी का अभिवादन किया। थोड़ी देर सत्संग कर घर लौट गये। घर लौटकर दिनचर्या में लग गये, लेकिन स्वामीजी की छवि मानस पटल पर छा गई थी।

कभी-कभी स्वामीजी चाचाजी के साथ घर पधारते थे। हॉल के कोने में खुला स्थान था, वहीं स्वामीजी की कुर्सी रहती थी। अच्छा सत्संग होता था। स्वामीजी नांदगाँव आते तो कभी पाठक मैडम के यहाँ सत्संग करते, कभी धर्मशाला में सत्संग होता। इधर-उधर घूमते रहते। स्वामीजी को अपने पूज्य गुरुदेव, स्वामी शिवानन्द जी का काम करना था। अतः सत्यव्रत जी ने नौकरी छोड़कर कामठी लाईन में प्रेस खोल दी। नाम रखा 'योगविद्या प्रेस'। वहाँ से स्वामीजी की योगा और योगविद्या पत्रिका प्रतिमाह छपने लगी।

सत्यव्रत जी की पत्नी, धर्मशक्ति का कोई बाल-बच्चा नहीं था। स्वामीजी की असीम कृपा मिली। निरंजन जी का जन्म हुआ। इधर निरंजन का जन्म हुआ, उधर स्वामीजी का बधाई का तार आया। कमल के फूल की तरह निरंजन की आभा थी। योगविद्या प्रेस खुला तब निरंजन छोटे थे, पढ़ने जाते थे। उनका काम था दोस्तों की कॉपी-किताब लाकर पिताजी को देकर बाइंड करवाना। समय बीतता चला गया। निरंजन ने जिद पकड़ी स्वामीजी के पास जाने की। तब तक मुंगेर में योग आश्रम चालू हो गया था।

इधर मेरी तबियत गड़बड़ रहने लगी। स्वामीजी को बताया, उन्होंने कहा योग में आना होगा। किसी ने ध्यान नहीं दिया। तबियत बिगड़ती गई। स्वामीजी का पुनः आगमन हुआ योगविद्या प्रेस में। चाचाजी के साथ घर आये। पुनः शब्दों की पुनरावृत्ति हुई। पिताजी से कहा, 'इसे मेरे साथ भेज दो।' जवाब मिला, 'इतनी जल्दी रिजर्वेशन कहाँ होगा?' स्वामीजी बोले, 'आप हाँ कर दीजिये, सब प्रबंध हो जायेगा।' पिताजी ने हाँ कह दिया। एक रिजर्वेशन मिल गया। कैसे? किसी का जाना कैन्सिल हो गया। स्वामीजी अपनी देख-रेख में मुझे मुंगेर ले गये। मुंगेर में दूसरे-तीसरे दिन बड़ी घबराहट लगी। उठकर स्वामीजी के कार्यालय गई। पता चला स्वामीजी एकान्त में चले गये हैं। लौट आईं। थोड़ी देर बाद स्वामीजी बाहर

आ गये। स्वामी योगेश्वरानंद को आदेश दिया, 'चारुशिला का इलाज चालू करो।' आदेश हुआ, बिना नमक का भोजन खाना है। स्वामीजी साथ देंगे। एक ही समय खाना है। स्वामीजी इसमें भी साथ देंगे। आदेश शिरोधार्य था। पिताजी फल वगैरह लाना चाहते थे, स्वामीजी ने मना किया। फल खिलाना है तो भोजन ही खिला दो। पिताजी रुक गये।

भागलपुर की राजकुमारी का अनुष्ठान चल रहा था, उसने कहा, 'मैं चारुशिला का साथ दूँगी, आप नमक ग्रहण करें।' स्वामीजी ने सहर्ष स्वीकार किया। पन्द्रह-बीस दिन व्यतीत हो गये। मेरे स्वास्थ्य में बहुत सुधार आया। पता चला स्वामीजी के विदेश गमन की तैयारी है। पिताजी का निर्णय हुआ, 'हम घर चले जायेंगे।' स्वामीजी से अनुमति लेने गये। 'कठोर दिनचर्या है, घर में नहीं कर सकेगी,' स्वामीजी ने जवाब दिया। 'बड़ी दृढ़संकल्प है, सब कर लेगी,' पिताजी का जवाब था। स्वामीजी ने मुझे बुला कर पूछा। मैं सहर्ष तैयार हो गई। इस तरह बीमारी का एक अध्याय समाप्त हो गया। माँ कहती, रात में एक रोटी खा ले। मैं आँख बंदकर सो जाती। माँ की ममता ऐसी कि बिना नमक का पापड़ बनाया।

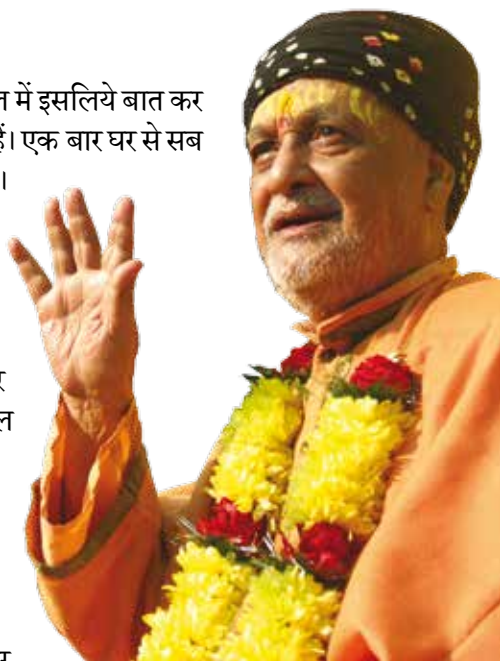
स्वामीजी का म्यूनिसिपल स्कूल ग्राउण्ड में कार्यक्रम था। वहीं स्वामीजी ने मुझे चादर उढ़ाई, दीक्षा दी। घर पर आये। माँ ने भजिया बनाया। छोटे भाई का लड़का छोटा था। रोता नहीं था। रुलाने के लिये स्वामीजी ने गोद में लेकर उसे मिर्ची का भजिया खिलाया!

निरंजन जी घर आते रहते, पिताजी के साथ बहुत खेलते। एक दिन ग्रीटिंग कार्ड बनाया और माँ को जाकर दिया। बोले, 'देखो, पिताजी दूसरी शादी कर रहे हैं।' जवाब मिला, 'ठीक है, कर लेने दो।' इस तरह हँसी-मजाक करते रहते। गंगा में बाढ़ आयी। पानी आश्रम में आ गया। पानी के साथ मछलियाँ भी आ गयीं। आश्रम के लोगों को परेशानी होने लगी। निरंजन ने उस पानी से मछलियाँ पकड़ लीं। दूसरे दिन दूधवाली से कहा, 'मछलियाँ ले लो, बदले में दूध दे दो।' ऐसा था उनका बचपन। हाथ कंगन को आरसी क्या। होनहार बीरवान के होत चिकने पात।

माँ धर्मशक्ति के साथ विभिन्न जगह योग सम्मेलनों में आना-जाना चलता रहा। सम्बलपुर में सम्मेलन था। वहाँ भी पहुँचे हम दोनों। शाम को खिचड़ी बनी। शाम को स्वामीजी खाना नहीं खाते थे। मना कर दिया। एक-एक कर के सबने मनाया, पर नहीं-नहीं करते रहे। मैं भोजन परोस रही थी। स्वामीजी के पास जाकर बोली, 'स्वामीजी, थोड़ी खिचड़ी ले लो।' जवाब दिया, 'ले आओ।' बस फिर क्या था, सब लोग भिड़ गये, 'आपने हमारा कहा टाल दिया।' स्वामीजी ने कहा, 'नहीं मालूम क्या बल है, पर मैं चारुशिला का कहा नहीं टाल सकता,' ऐसे थे स्वामीजी। कौन करेगा इतना! आज स्मरण कर आँखों में आँसू आ जाते हैं।

स्वामीजी सिद्ध पुरुष हैं। वर्तमान काल में इसलिये बात कर रही हूँ कि स्वामीजी आज भी हमारे बीच हैं। एक बार घर से सब लोग बाहर गये हुये थे। घर पर ताला था। जब लौटते तो स्वामीजी अंदर और बाहर ताला ज्यों का त्यों लगा था!

आसन-प्राणायाम-मुद्रा-बंध पुस्तक के अनुवाद का आदेश मिला। मुंगेर से पुस्तक के अध्याय आते और घर पर अनुवाद होता। विश्वकोष, मेडिकल शब्दकोष आदि की व्यवस्था की गई। पिताजी साथ देते। स्कूल के काम के बाद अनुवाद होता। माँ नाराज होती, कहती 'कुछ काम नहीं करती, सारा दिन लिखती रहती है।' पिताजी चुप रहने का इशारा करते। एक दिन 18 घंटे लगातार



बैठकर लिखती रही। आश्चर्य की बात, शाम तक अनुवाद पूरा करके रात में पार्सल तैयार किया। रात में स्वामीजी ने स्वप्न में बताया कि अनुवाद में एक शब्द का अर्थ गलत था। सुबह उठकर मैंने पार्सल खोला। पिताजी बोले, 'यह क्या पागलपन है? रात को पार्सल तैयार किया और सुबह खोल दिया!' मैंने पार्सल खोलकर पूछा, 'इस शब्द का अर्थ गलत है क्या?' पिताजी ने कहा, 'हाँ।' पिताजी को पार्सल खोलने का तात्पर्य समझ आ गया। उन्हें घोर आश्चर्य हुआ। किताब का बीस दिनों में अनुवाद पूरा हो गया। 20 दिन छपने में लगे। 20 रुपये ही कीमत रखी गई। स्वामीजी बोले, 'यह पुस्तक तुम्हारे हाथ में जाकर सोने पे सुहागा हो गई।' मैं धन्य हो गई।

सत्यव्रत जी की योग विद्यालय से लौटते समय अचानक दुर्घटना में मृत्यु हो गई। मुझे एक प्रकाशपुंज डूबता नजर आया, और उसी समय चाचाजी के देहान्त की खबर आई। निरंजन जी विदेश में थे। कुछ दिनों बाद स्वामीजी पहुँचे। प्रेस के काम की चर्चा हुई। स्वामीजी बोले, 'चारुशिला के रहते कोई चिन्ता नहीं।' तब से कार्य चालू हो गया और अंत तक चला।

स्वामीजी की स्वर्ण जयन्ती आई। अम्माजी के साथ मैं भी मुंगेर पहुँची। दीक्षा के समय नाम परिवर्तन नहीं किया था स्वामीजी ने। बोले, इतना सुन्दर नाम किसने रखा तुम्हारा, 'सुन्दर पत्थर।' जवाब मिला, 'स्वामीजी, नाम रखने वाले को मालूम था कि इस पत्थर को परखने वाला कोई आयेगा!' स्वामीजी बहुत हँसे। तब से वे कहा करते, 'सुन्दर पत्थर को बुलाओ।'

स्वर्ण जयन्ती के दौरान धर्मशाला में पूरे महिला विंग की जिम्मेदारी दी गई। बाथरूम, लैट्रीन, कमरों आदि की सफाई तथा सुबह 4 बजे के पूर्व दरवाजा खोलना आदि की जिम्मेदारी थी। स्वामीजी बाहर से देख जाते। एक हफ्ता डटकर काम किया। स्वर्ण जयन्ती के अवसर पर एक भजन गाने का आदेश मिला। अपने शब्द गाये। जनता बोली, एक पद और होता तो हम रो पड़ते। पहला और आखिरी भजन था वह मेरा। उसी बरस नाँदगाँव योग विद्यालय में एक लेक्चर देने का अवसर भी मिला था।

मुझे पूरी तरह योग में आने का आदेश मिला। पिताजी को ज्ञात हुआ। वे रोने लगे। माँ ने बहुत डाँटा। पिता की बहुत लाइली जो थी चारुशिला। एक संस्कृत पुस्तक के अनुवाद का आदेश मिला। संस्कृत नहीं पढ़ी थी, पर स्वामीजी को न कैसे कहती? अपने विद्यार्थियों के साथ परीक्षा में बैठी, संस्कृत में बी.ए. किया, फिर अनुवाद कार्य किया।

स्वर्ण जयन्ती की मेहनत का फल – एक बड़ी सी रिस्ट-वॉच दी स्वामीजी ने। घड़ी कभी-कभी बंद हो जाती थी। एक ममेरे भाई विदेश जाते रहते थे। उनको थोड़ा सुधारने के लिए दी। मंहगी घड़ी थी, नियत बदल गई। एक दिन एक शादी में पहनने मांगी। सहज भाव से मैंने दे दी। कुछ समय बाद वह घड़ी लोप हो गई। तब समझ में आया कि स्वामीजी की दी हुई वस्तु किसी को नहीं देनी चाहिये।

घड़ी की तरह एक दिन स्वामीजी भी लोप हो गये। मैं हतप्रभ रोती रह गई। मन में विचार आया, ‘अब कौन करेगा इतना?’ मन में बारम्बार ये शब्द गूँजते रहते हैं। स्वप्न बार-बार आता है। भटकती रहती हूँ पर मंजिल नहीं मिलती।

स्वामीजी को कभी-कभी स्कूल में भी सत्संग के लिये बुलाते थे। वहाँ विनीता नामक एक महिला से स्वामीजी बोले, ‘तुम शादी न करना।’ पर घर के लोग मानते नहीं थे। विनीता की शादी हो गई, दिल्ली के लड़के से। लड़का सांवल था, अन्तरराष्ट्रीय ठेकेदार था। विनीता ने सोचा, राधा के कृष्ण भी तो सांवले थे, पर लड़का बड़ा लम्पट निकला। विनीता शान्त रही। दो लड़के हो गये। तीसरी डिलिवरी में माँ गई। सब खुलासा हुआ, लड़की को साथ नाँदगाँव ले आई। स्वामीजी आये तो विनीता मिलने गईं। उसे देखकर स्वामीजी बोले, ‘हमने क्या कहा था।’ विनीता मौन रह गई। तब स्वामीजी ने कहा, ‘अब बाप का भी प्यार दो बच्चों को और स्कूल खोलो।’ वही स्कूल आज गायत्री विद्यापीठ बना।

फिर वह समय आया जब स्वामीजी ब्रह्मलीन होना चाहते थे। स्वामी सत्संगी से बोले, ‘रोना नहीं, चुपचाप बैठो। मैं चले जाऊँ, तब निरंजन को फोन करना।’ वही हुआ। स्वामीजी समाधिस्थ हो गये। सब तरफ फोन से खबर गई, स्वामीजी चले गये, ब्रह्मलीन हो गये। सब देखते रह गये। यह योग की पराकाष्ठा है। स्वामीजी आते-जाते रहते हैं। वास्तव में वे गये नहीं हैं, यहीं हैं। आत्मा अमर है। जय गुरुदेव! ■

Deserve Sannyasa

Swami Satyananda Saraswati



The life of a sannyasin should be different to that of a householder. Although both eat, sleep and perform all the routine activities, there is a great difference between them. A sannyasin has to perform certain duties and observe certain codes. He should be more humble than a blade of grass and more tolerant than a tree. He should return more respect for respect shown to him, more honour for honour shown to him. He should always pray to God, sing His praises and repeat His name unceasingly.

Nowadays, there are many sannyasins who act as yoga teachers. People hold them in high regard and provide them with all the necessary facilities. Even then they complain and ask for this, that and the other thing.

Once one of my sannyasin disciples went to Bhopal to conduct a yoga camp. He was accommodated in a room without a fan and refused to stay in that room. I told him, "If you can't do without a fan, you do not deserve sannyasa life; you are only fit for household life. Go home, get married, and suffer the pains of worldly life." I kicked him out of the ashram. A sannyasin who cannot do without facilities and comforts does not deserve sannyasa life. ■

Two Distinct Paths

Swami Satyananda Saraswati

Sannyasa is a special path in which you must be free from family life. There are many people who think they can be sannyasin and householder at the same time. This is a confused and self-contradictory way of thinking. A householder is no less than a sannyasin. Sannyasa is no less than the life of a householder. They are two distinct paths leading to a higher experience of life. The moment you begin to think of integrating sannyasa with household life, you are suffering from guilt on account of being a householder only.

There is nothing wrong with being a householder. You don't need to be a sannyasin as a householder. Whether you are a sannyasin or a householder, you must follow your own way. These are two distinct paths according to the capacity, nature and temperament of the person. There are those who are strong in mind, who can live alone without attachments, with no money, property, wife, children, love, emotion, no mine and no thine. They are the sannyasins and this is their path. The householders, on the other hand, live amongst all the turmoils of life. They are happy one moment and unhappy the next. They have family and social commitments, a lot of money or none. They have to deal with anger, greed, frustrations, attraction, repulsion, and still keep on the track. This is the life of a householder.

Household life is the way of external turmoil and sannyasa is the way of internal turmoil. The sannyasin must face everything within him, while the householder faces everything outside. These are the two distinct paths described in the *Bhagavad Gita* when Krishna is instructing Arjuna about the path of sannyasa and the path of karma yoga. The householder is primarily a karma yogi and the sannyasin is primarily a raja and jnana yogi. Therefore, please do not suffer from guilt. If

you want to take sannyasa, I'm ready to shave your head and give you this robe. If you don't want it, be whatever you are, but don't say, "I'm a sannyasi and a householder." This is an example of the occidental way of confusing capability and guilt.

A householder should be proud of his station in life. A sannyasin must be confirmed in the way he is walking. If either have any inferiority or guilt about their paths in life, then they are finished; they can't proceed any further.

Nowadays, in many parts of the world, there are householders who put on the robe of a sannyasin. They are married with children and they go to the public offices in this robe. This is not a very healthy psychological approach to life. And in my opinion, these people are suffering from some sort of mental imbalance. If you have respect for sannyasa, come out. If you are proud of your station in life, stay there.

As a householder you must respect sannyasins. Learn from them, find out the depth of their mind and intuition and get the best out of them. And if you are a sannyasin, teach the householders, love them, serve them, respect them and get your guru dakshina from them. ■



Twofold Duty

Swami Satyananda Saraswati

After one has accepted sannyasa, he belongs to all, not to any particular group or individual. The rishis and sages who made the rules for sannyasa were very much aware of the limitations of the human personality. They knew that a sannyasin has a special role to play in society and that he has a special place in the heart of the people. But if he lives with his own relations, in his own village, the people will always be aware that he is their own son or brother or whatever relation he may be.

Therefore, the moment you take sannyasa, forget that you were born to a family, forget that you were meant to love or be loved. The sannyasin has a twofold duty - to develop self-awareness and at the same time to spread the spiritual influence to as many people as possible. ■





Yoga Publications Trust

Samarpan




Samarpan is the culmination of all spiritual sadhanas, and the ultimate point of human evolution. It is a process of unconditional self-surrender in which the limited, individual ego is transformed, over thousands of lifetimes, into an instrument of the divine will, able to commune with God and to serve His entire creation.

Compiled from the enlightened wisdom of two modern day sages, Swami Sivananda Saraswati, and his disciple, Swami Satyananda Saraswati, this book illumines every aspect of samarpan, including the transcendental concepts of supreme love, perfect contentment, detachment and equanimity, divine grace, and the power of faith in God, the essence of the guru-disciple relationship, and the subtle realities facing every devotee treading the path of self-surrender.

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

Yoga Publications Trust, Garuda Vishnu, PO 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.



हरि ॐ

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

सम्पादक – स्वामी ज्ञानसिद्धि सरस्वती

सह-सम्पादक – स्वामी शिवध्यानम् सरस्वती
संन्यास पीठ, द्वारा-गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर
811201, बिहार, द्वारा प्रकाशित।

थॉमसन प्रेस इण्डिया लिमिटेड, हरियाणा में मुद्रित।

© Sannyasa Peeth 2019

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 लिखना और डाक टिकट लगा हुआ लिफाफा भेजें, जिसके बिना उत्तर नहीं दिया जायेगा।

कवर एवं अन्दर के रंगीन फोटो: श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

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

Sannyasa Peeth Training 2020

<i>Jan 25– Feb 3</i>	Adhyatma Samskara Sadhana Satra I (for nationals)
<i>Mar 25–Apr 2</i>	Mantra Sadhana (for nationals and overseas aspirants)
<i>June 22–29</i>	Adhyatma Samskara Sadhana Satra II (for nationals)
<i>June 23–29</i>	Karma Sannyasa Sadhana (for national and overseas aspirants)
<i>July 6–31</i>	Vanaprastha Sadhana Satra I (for nationals)
<i>July 6, 2020– July 6, 2021</i>	Sannyasa Experience (for nationals)
<i>Aug 4–31</i>	Vanaprastha Sadhana Satra 2 (for nationals)
<i>Sep 19–25</i>	Jignasu Sannyasa Sadhana (for nationals and overseas aspirants)
<i>Nov 9–13</i>	Vedic Lifestyle (Hindi/English; for nationals)

Sannyasa Peeth Events 2020

<i>July 2–4</i>	Guru Poornima program
<i>July 5</i>	Guru Poornima Paduka Pujan
<i>Jul 6–Sep 2</i>	Chaturmas Anushtan
<i>July 6–Aug 3</i>	Munger Shravani Sadhana
<i>Sep 8–12</i>	Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna

Every Sankranti Abhisheka, Havan, Daan, Satyanarayana Katha

For more information on the above events, contact:

Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort, Munger, Bihar 811201, India
Tel: +91-06344-222430, 9162783904

Website: www.sannyasapeeth.net

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