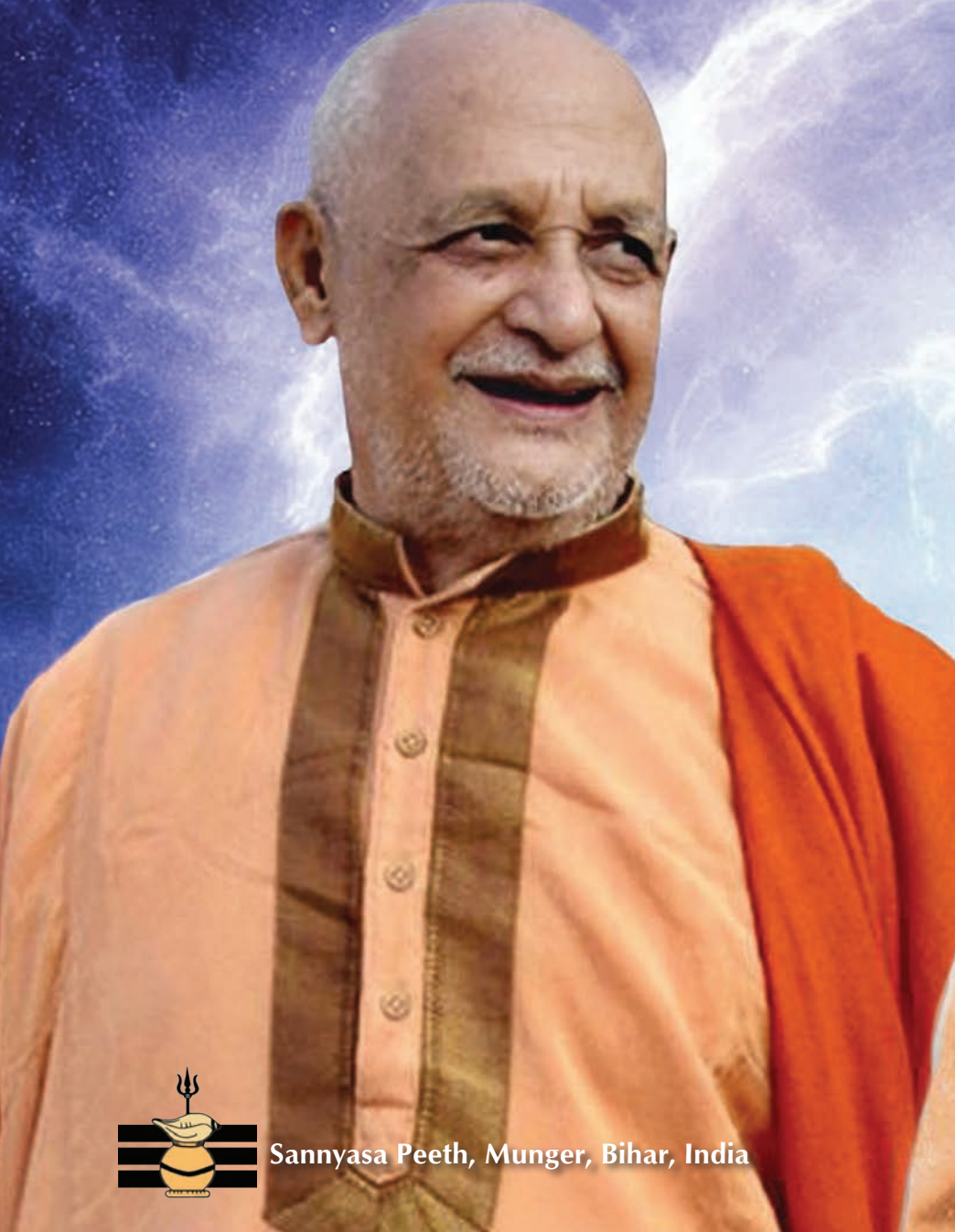


# Satya ka Avahan

सत्य का  
आवाहन

*Invoking the Divine*

Year 12 Issue 6 November-December 2023



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 Shiva-dhyanam Saraswati

**Published** by Sannyasa Peeth, c/o Ganga Darshan, Fort, Munger – 811201, Bihar.

**Printed** at Thomson Press India (Ltd), Haryana

© Sannyasa Peeth 2023

### Useful Resources

*Websites:*

www.sannyasapeeth.net  
www.biharyoga.net  
www.satyamयोगaprasad.net

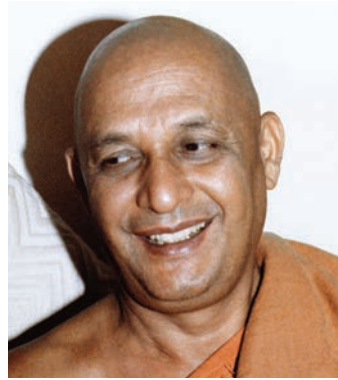
*Apps:*

(for Android and iOS devices)

Bihar Yoga  
APMB  
YOGA (English magazine)  
YOGAVIDYA (Hindi magazine)  
FFH (For Frontline Heroes)

*Front cover and plates:*

Sri Swami Satyananda Saraswati



### SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Look, let me be free from everything and from the lassos which you people throw at me. Let me just roam, wander around with the name of Shiva on my lips. I am just a wave amongst thousands of waves in the ocean. When a wave reaches the shore it simply disappears. The same wave does not appear twice. The wave which you recognized as being me, the state which you recognized as a wave, is now finished. I am a sannyasin.

—Swami Satyananda Saraswati

मुझे स्वतन्त्र होने दो, उन सभी बन्धनों से मुक्त होने दो जो तुम लोग मेरे चारों ओर डालते हो। मुझे बस भगवान शिव का नाम जपते हुए घूमने दो। मैं मात्र एक तरंग हूँ, समुद्र की सहस्रों तरंगों की तरह। जब तरंग तट पर पहुँचती है तो विलीन हो जाती है, फिर दुबारा नहीं दिखती। जिस तरंग को तुमने मुझे माना और समझा, वह अब समाप्त हो चुकी है। मैं एक संन्यासी हूँ।

—स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

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

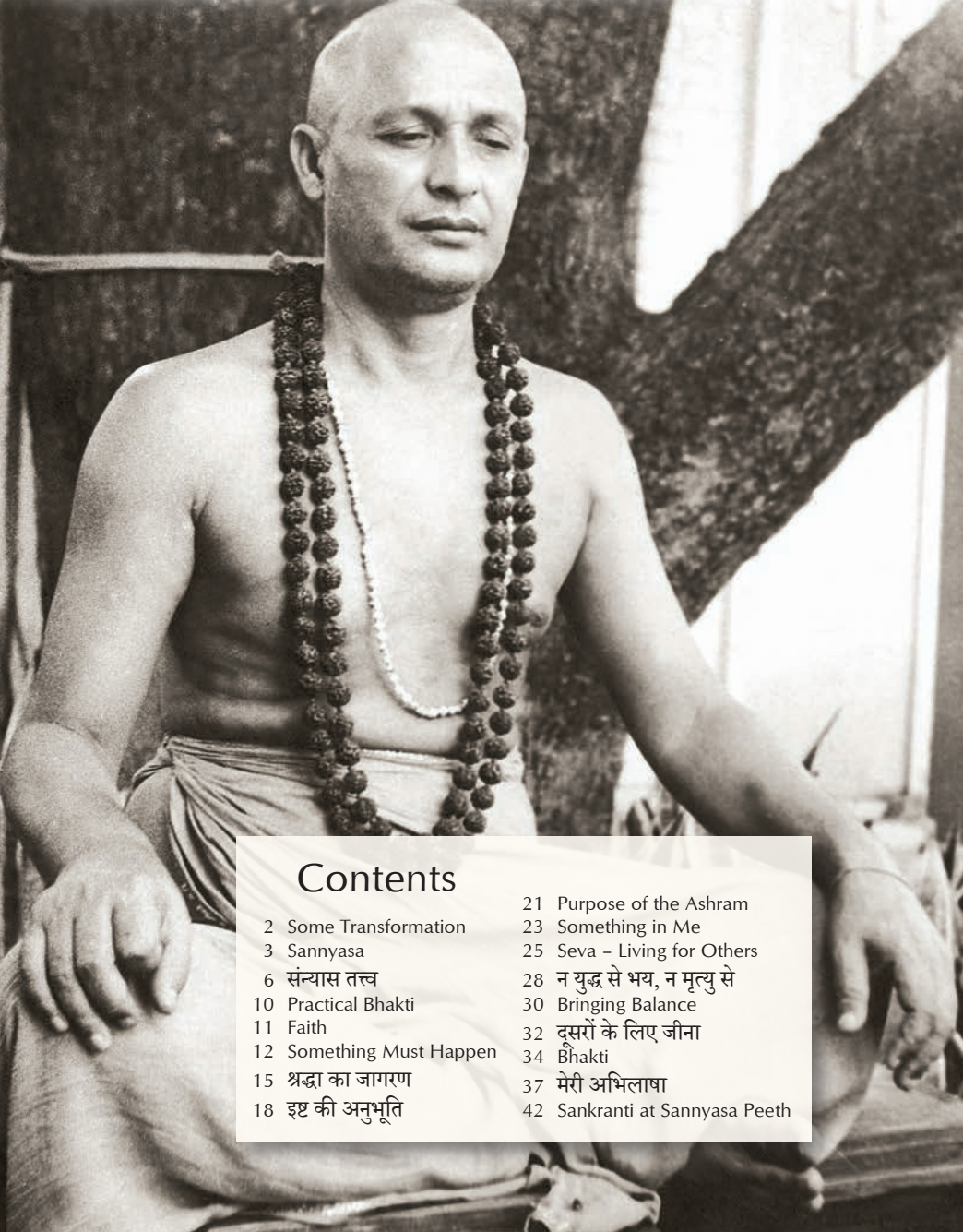
**Printed** at Thomson Press India (Ltd), 18/35 Milestone, Delhi Mathura Rd., Faridabad, Haryana.

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

न तु अहं कामये राज्यं न स्वर्गं नायुनर्भवम्। कामये दुःखतप्तानां प्राणिनां आर्तिनाशनम्॥

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

—Rantideva

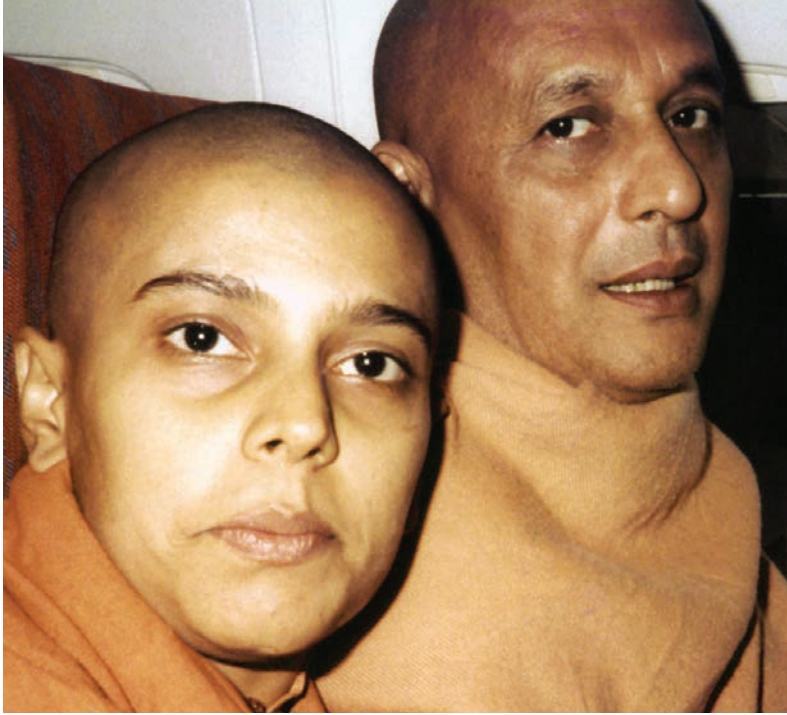


## Contents

- |    |                       |    |                             |
|----|-----------------------|----|-----------------------------|
| 2  | Some Transformation   | 21 | Purpose of the Ashram       |
| 3  | Sannyasa              | 23 | Something in Me             |
| 6  | संन्यास तत्त्व        | 25 | Seva – Living for Others    |
| 10 | Practical Bhakti      | 28 | न युद्ध से भय, न मृत्यु से  |
| 11 | Faith                 | 30 | Bringing Balance            |
| 12 | Something Must Happen | 32 | दूसरों के लिए जीना          |
| 15 | श्रद्धा का जागरण      | 34 | Bhakti                      |
| 18 | इष्ट की अनुभूति       | 37 | मेरी अभिलाषा                |
|    |                       | 42 | Sankranti at Sannyasa Peeth |

# Some Transformation

*Swami Satyananda Saraswati*



In sannyasa, you cannot escape, you have to face everything. You have passions, you have anger and you know you have anger. You have desires and you know you have evil desires. You know you have them as clearly as you can see another person.

Those who are weak cannot survive as sannyasins and if sannyasins do not want to become strong, well, they are not sannyasins. There has to be a qualitative and fundamental change, if not a complete change in the structure of the thinking of a sannyasin. If the total metamorphosis cannot take place, at least some sort of transformation should be due in sannyasa. ■

# Sannyasa

*Swami Satyananda Saraswati*

Sannyasa is not renunciation. Sannyasa means complete dedication. The word sannyasa is Sanskrit, *san* means complete, thorough, absolute, and *yas* means to dedicate, to give. Therefore, sannyasa means to give yourself completely to a noble cause. This body, the mind, the intelligence, the capacities is my wealth and which I have been squandering for my own self. Hereafter I make a trust of these, all my mental, physical, emotional wealth, everything I reserve and I don't spend it for myself. I make a trust of these and I do not touch the capital. I wait for the interest which might take some time, and on that interest I do something for the cause. That is the fundamental concept of sannyasa.

In India according to the orthodox concept of the life of a sannyasi, the entire life of a sannyasi is divided into four sections. First he practises his sadhana at one place and he does not move anywhere. He must have a guru because without a guru there can be no sannyasa. He lives with his guru like a son, like a daughter, participates in the ashram activities whatever they may be, and practises his sadhana, the yogic practices, not enthusiastically, but patiently little by little as the guru instructs. He does not want realization as an instant pill or a push-button method.

After a few years of practice, the guru sends him out; he becomes free from the ashram traditions. He moves as a wanderer from place to place, having not many disciples, rules, regulations, but just a few. During this period, it can be seen whether the sannyasin has perfected himself or not. If he has not perfected himself and still there are hidden desires troubling him, he is allowed to go back with respect and dignity, as we have for anybody else. He is not scoffed at and we do not say look at this sannyasin now he has become a

householder, we accept him as an honest man. He becomes a part of the Indian society, and there is no hitch and no scorning at him.

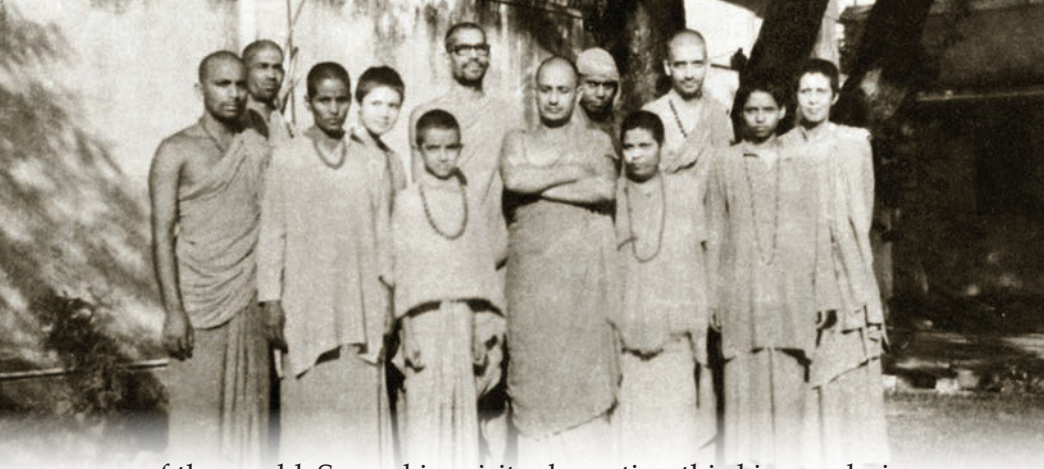
If he succeeds during this period and proves himself to be a strong personality, even against the temptations of the life in which he has not lived for eight, ten or twelve years, he settles down at some place, begins to establish a small ashram around him with a few disciples and gives them the teaching of yoga.

Up to this chapter, lay disciples and sannyasi disciples can easily go, but the final stage is when the sannyasin realizes the highest aim of life, self-realization, the experience of supreme or higher consciousness in man. After that there are no rules for him, he is free whether he may do karma or he may not do karma.

That was the purpose of sannyasa in India and it was perfected in India from time to time. Sannyasa means a life of dedication and an act of renunciation of selfishness. When a man has money, that is the belief of a sannyasin, he has a blunt mind. He only thinks like a materialist; he cannot think like a spiritual person. Money has a gross effect on the gross personality. A sannyasin prefers to remain pure for ever and ever, so poverty is the first rule of sannyasa. He has to live like a poor man; and as a poor man lives in eating, dressing, and in moving so should he move.

During this period of sannyasa, when the whole life is completely changed, the first important thing is service to the guru. Sadhana and spiritual practices come second. *Seva*, the service of guru, comes first. In the ashram, the disciple prefers to get up, clean the ashram and then sit down for asana and meditation. After service comes the period of intensive sadhana. Without service of guru, no one will succeed in sadhana, you can be sure about it.

The effects of intensive sadhana, the powers of intensive sadhana cannot be absorbed by this mind. So in our sannyasa tradition, first is service to the guru and through him to the rest



of the world. Second is spiritual practice; third is wandering, and fourth is again settling down and teaching. This is how the tradition of sannyasa goes on.

Life should be properly utilized for the good of others. Either you serve society, humanity or else you realize god and after that you show the path to others. The whole thing can be summed up in just one sentence. The purpose of life is self-realization, which can be attained through desirelessness, and that can be achieved through karma. First comes service, then desirelessness, then self-realization, then enlightenment, and then the time of teaching and preaching.

We preach because it is our duty, but actual preaching begins when enlightenment comes. How can a blind man lead the blind? We are all blind people and we are groping in ignorance, so how can we lead the blind? Therefore, the first rule of a sannyasi is to obtain enlightenment. Until he has enlightenment, he should not preach.

In short, this is the glory of sannyasa. In India, a sannyasin is held in the highest esteem and people have very great respect for it. Indian sannyasins have a very good conduct with people; we mix with people; we do not hide behind closed doors. They come to us with all their problems, both physical and spiritual, and we are almost like a father.

In Hindi there is a poem and it says, 'When Guru and God are standing in front of me, whom should I greet first?' The next line says, 'Blessed be the Guru, because he shows me the way to God.' ■

# संन्यास तत्त्व

प्राचीन काल में संन्यास तत्त्व पर याज्ञवल्क्य और मैत्रेयी के बीच वार्ता हुई थी, नारद परिव्राजक उपनिषद्, परमहंस उपनिषद्, मनुस्मृति आदि ग्रन्थों में इसका विवेचन हुआ है, बौद्धों और जैनों ने भी इसे समझाया है। मैं अपना निष्कर्ष आगे 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 परिछिन्न स्वभाव के जीव को साकार उपासन और 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 वारुणी, विजया 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 देखो 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-बार, 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। आश्रम का सीधा-सादा जीवन था। वस्त्राडम्बर, धर्माडम्बर, लोकाडम्बर कतई नहीं थे।

धीरे-धीरे दृश्य बदलते गये। आश्रमों में 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 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, शीतातप सहन करने वाले, रोग को भी चुनौती देने वाले परिव्राजक छूटने लगे। धूनी सेवन 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 किस्म के साधु तैयार किये। यह युग की माँग थी।

इस 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 भी कह सकते हो कि ईश्वरार्थ कर्म करते हुए निजी स्वार्थजनित अशुभ का त्याग करने वाला संन्यासी है।

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 अहंवृत्ति को वहाँ से हटाकर अशुभ और अमांगलिक निष्ठा का त्यागी ही संन्यासी है।

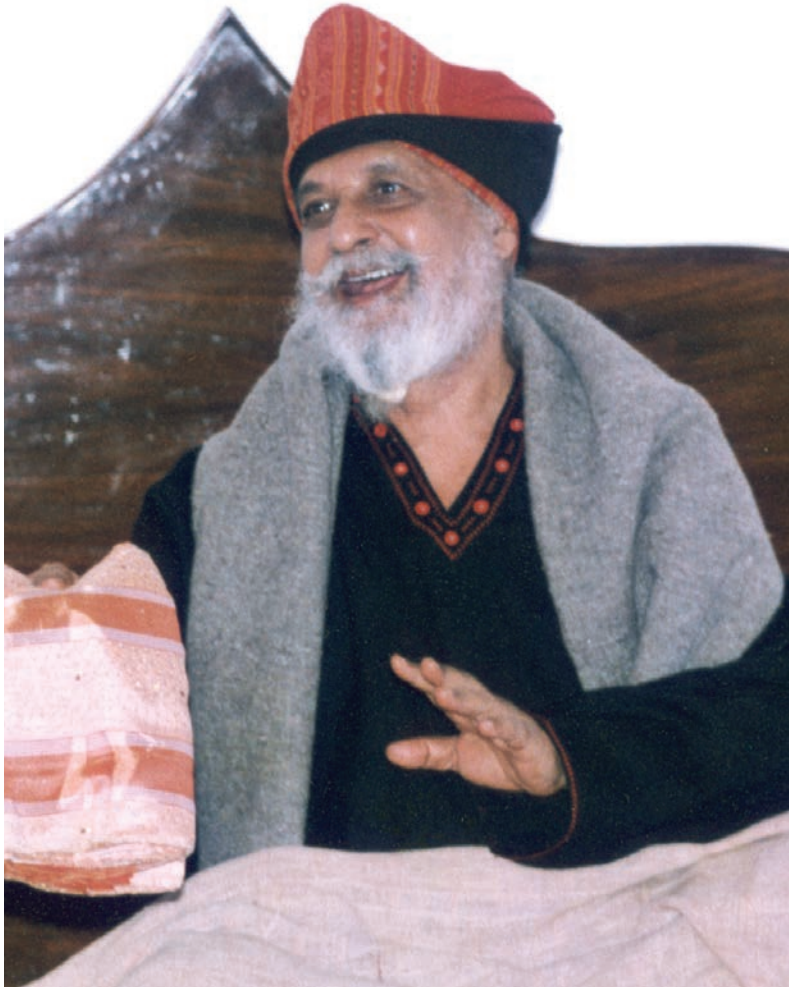


तो भी लोक-संग्रह के लिए वस्त्रधारी संन्यासियों की आवश्यकता है। समाज के साथ रहकर सीमित दायरे में ही सेवा हो सकती है। समाज को ऐसे लोगों की भी आवश्यकता रहती है, जो पूर्णरूप से समाज के हेतु तैयार हो गये हों। ज्ञान, भक्ति, वैराग्य, शान्ति, सन्मार्ग तथा अन्य उत्तम मार्गों की दीक्षा देने के लिए ऐसे लोगों की 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। ■

# Practical Bhakti

*Swami Satyananda Saraswati*



You should think about God because it gives you peace of mind, but you must convert this devotion into active performance to work for the whole of humanity. This is called practical bhakti.

# Faith

*Swami Satyananda Saraswati*

Faith is not an exercise. It is very spontaneous and it is total. People go to the church and temples and pray – for children, for money, for many things. Then prayers are granted, but when they utilize those things, when they enjoy those things, do they go to the temple or church, and ask God, ‘What should I do with these things?’ Faith is total and not one-sided.

Sometimes you have faith and sometimes you have reasoning, these two cannot co-exist. Many saints, sadhus, great men were crucified and tortured. Did they challenge their faith? After all what can faith give to you? Products of faith cannot only be all good. All that is pleasant, that is comfortable, alone is not the product of faith. Even if you are suffering, faith still has to be alive.

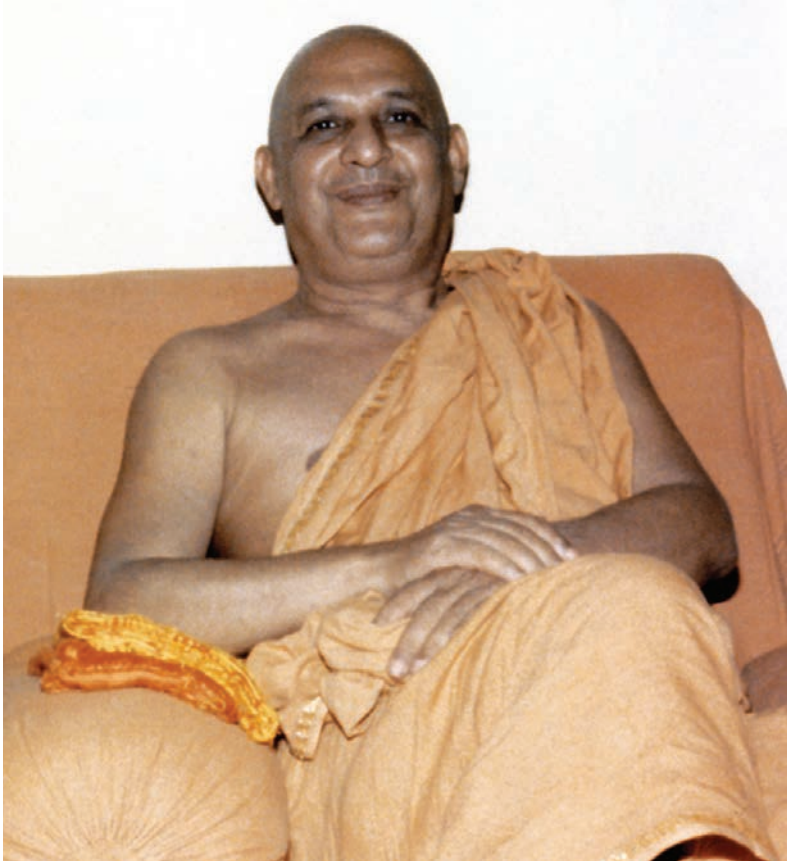
Faith does not split, does not crack. You are talking about belief and not faith. Faith is the conviction and realization of the truth and reality. When you go to the temple or the church, you go with belief and not faith. When you say you have no faith, I correct you, you have faith but no belief. There is hardly any person in the world who has no faith. Faith is based on the truth. Belief is based on what you have heard and what you know from others.

If you analyze this carefully, you will realize that faith is the basis of your life. Every night you go to sleep and you get up in the morning. Did you ever fear, that if you sleep at night, you might not get up in the morning at all? How do you know that your father is your father? Maybe he is not. That is faith.

Faith in the existence of life, faith in the immutable laws of nature and faith in the disciplined behaviour of the movement of the whole creation. You may not believe in God, that’s different, but still you have faith. This faith can be strengthened through meditation. ■

# Something Must Happen

*Swami Satyananda Saraswati*



In one's spiritual life, one has to understand what one is searching for. Do you want to know about or do you want to experience God? Do you want to know about or do you want to experience kundalini? Do you want to know about enlightenment or do you want to experience enlightenment? It means, do you want to only know about chocolate or do you want to experience it?

Thoughts flow spontaneously in your mind. All the time you are thinking or feeling something and this process is a spontaneous process. Thought is spontaneous. Dream is spontaneous. I see you sitting here; this is spontaneous knowledge. *It is hot, it is cold*; this is spontaneous. *I hate you, I love you*; this is spontaneous feeling. This spontaneity of consciousness must be silenced. It is said in the *Bhagavad Gita* (3:42):

*Indriyaani paraanyaahur indriyebhyah param manah;  
Manasastu paraa buddhir yo buddheh paratastu sah.*

The senses are superior to the body. The mind is superior to the senses. Buddhi is superior to the mind. Intuition is superior to buddhi and superior to intuition is the Self.

This is how the whole thing proceeds. The ground floor is the body. The first floor the senses, the second floor the mind, the third floor the buddhi, the fourth floor intuition and the fifth and highest floor, the Self. One should search for any practice which will make one transcend these, one by one. In India, this question has been asked over and over again. Whom do you want to experience? Do you want to experience someone who is very far away? Are you trying to experience someone who is different from you? Or are you trying to experience something which is within you?

If you are trying to experience your own nature, then why is there so much discipline? The fragrance is inherent in the flower. The shadow is in the light. The self is inherent in you, so where is the question of search? In the Upanishads it is written, 'He is nearer than your breath. He is nearer than your mind.' If that is the case, why is there such a problem? Why practise so many types of yoga? Why mortify your body? Why go to the forest, church and temple? Why don't you just peep in and He is there?

There was a great saint in Iran many centuries back. His name was Omar Khayyam and he wrote romantic poetry. He

talks of a pitcher of wine, and a young girl beside him. His poem is all about these two. It is apparently very erotic but it has a very deep meaning. The pitcher of wine represents the state of intoxication. When you drink a lot of wine you forget yourself and when you go deep into meditation, you also forget yourself. When you take one or two puffs of a chillum or hashish, you forget yourself. The pitcher of wine represents transcending oneself and the girl represents constant awareness.

As one's consciousness is totally merged in the company of a young man or a young girl, in her beauty and tenderness, exactly that happens in spiritual life. When a young boy is in the company of a young girl, does he have to force his mind on her? No, he doesn't have to force, it is spontaneous. In the same way, awareness of *atma* or the self has to be spontaneous. So what Omar Khayyam writes in his book is beautiful. 'My beloved is inside me. Let me just be inside and see her.' It means you just turn your gaze inside the mind, and there He is.

This is the state of mind which one has to achieve somehow. You can call it transcendence, evolution, introversion or purification of mind or any name but something like this must happen. ■





## श्रद्धा का जागरण

श्रद्धा मनुष्य की विशिष्ट सम्पदा होती है। मनुष्य के अस्तित्व के पीछे श्रद्धा मुख्य तत्त्व है। मनुष्य को जिन्दा रखने के लिये केवल भोजन और धन ही आवश्यक नहीं है, बल्कि मनुष्य श्रद्धा के बल पर ही जीवित है। कभी-कभी श्रद्धा अव्यक्त रहती है। कभी-कभी व्यक्ति श्रद्धा का अन्त कर देता है तो कभी उसका संरक्षण करता है, और कभी-कभी उसे पुष्ट कर बढ़ाता है।

श्रद्धा और विश्वास दो अलग वस्तुएँ हैं। विश्वास का सम्बन्ध मन से और श्रद्धा का अध्यात्म से होता है। निर्मल लोगों में श्रद्धा होती है। इसके कुछ उदाहरण बाइबिल में भी मिलते हैं। एक बार ईसा मसीह की आज्ञा से संत पीटर समुद्र पर चलने लगे। परन्तु जैसे ही उन्हें शंका हुई, वे डूबने लगे। जल पर चल सकना श्रद्धा का चमत्कार था। जितनी देर उनकी श्रद्धा परिपूर्ण रही, वे पानी पर चले, परन्तु जैसे ही श्रद्धा डगमगाई, वे डूबने लगे। संत-महात्माओं के जीवन में श्रद्धा पर आधारित ऐसी अनेक घटनाएँ देखने को मिलती हैं। यदि हम अपने भीतर निर्दोष श्रद्धा को बनाये रखें, उसे बुद्धि द्वारा भ्रष्ट न होने दें तो जीवन में ऐसा कोई कार्य नहीं है जिसे हम न कर सकें।

यदि आप हिन्दू, मुसलमान या ईसाई संत-महात्माओं के जीवन पर दृष्टि डालें तो पायेंगे कि वे आश्चर्यजनक रूप से श्रद्धावान् थे, समाज के गरीब तबके



से आए थे और प्रायः अनपढ़ थे। ईसा मसीह बढई थे, रामकृष्ण परमहंस पचास रुपये मासिक वेतन पर दक्षिणेश्वर के काली मन्दिर के पुजारी थे। स्वामी विवेकानन्द इतने गरीब थे कि कभी-कभी उन्हें भोजन के लिए भिक्षा माँगनी पड़ती थी। इन महापुरुषों का धन क्या था? क्या वह बुद्धि अथवा राजनैतिक सत्ता थी? नहीं। उनका धन पवित्र श्रद्धा थी। यदि मुझमें श्रद्धा है तो मैं पहाड़ को भी हिला सकता हूँ, समुद्र को भी सुखा सकता हूँ। श्रद्धा देवत्व की चिंगारी है जो प्रत्येक व्यक्ति में जन्मजात रहती है।

मेरी मान्यता है कि ईश्वर और श्रद्धा एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। जिस क्षण आपमें श्रद्धा का उदय होता है, उसी क्षण ईश्वर का साक्षात्कार होता है। साक्षात्कार और श्रद्धा का उदय एक साथ घटित होता है। इस बात को अन्य ढंग से भी कह सकते हैं कि ईश्वर निराकार है, वह एक सूक्ष्म, अमूर्त अनुभव है। आपके चर्मचक्षु तथा सीमित मन उसे देख अथवा समझ नहीं सकते। आप अपनी सीमित जागरूक चेतना द्वारा उसे प्राप्त नहीं कर सकते। परन्तु जब श्रद्धा जागती है तो ईश्वर साक्षात्कार बिना किसी प्रयास के हो सकता है।

जिस प्रकार प्रत्येक व्यक्ति में देवत्व का अंश होता है, उसी प्रकार श्रद्धा भी बीज रूप में सबमें रहती है। आवश्यकता उसे विकसित और विस्फोटित करने की है। यदि आप प्यासे हैं और नदी के किनारे खड़े होकर पानी-पानी की रट लगायें, तो इससे आपकी प्यास नहीं बुझेगी। इसके लिए आपको नदी में उतरकर पानी पीना होगा। श्रद्धा के महत्त्व को मात्र समझ लेने से उसकी प्राप्ति नहीं हो सकती। उसके विस्फोट की प्रक्रिया बड़ी धीमी होती है। श्रद्धा का प्रारम्भ गुरु से और अन्त ईश्वर में होता है। गुरु एक मनुष्य होता है। वे भौतिक शरीर में एक महान् आत्मा होते हैं। जब आप श्रद्धा को बढ़ाना चाहते हैं तो वह आँखों से दिखने वाले किसी स्वरूप के आसपास ही पनप सकती है। यही कारण है कि श्रद्धा की यात्रा गुरु अथवा सन्त-महात्मा से प्रारम्भ होती है। थर्मामीटर के पारे की तरह एकाएक श्रद्धा विकसित नहीं हो सकती।

यदि आप अपने बच्चे को उच्च शिक्षा देना चाहते हैं तो क्या सर्वप्रथम आप उसे विश्वविद्यालय में दाखिला दिलायेंगे? नहीं। सर्वप्रथम आप उसे किंडरगार्टन की प्रारम्भिक कक्षा में भर्ती करते हैं। फिर वह बच्चा प्रतिवर्ष परीक्षाएँ पास करता हुआ स्कूल, कॉलेज तथा अन्त में विश्वविद्यालय तक पहुँचता है। इसी प्रकार श्रद्धा की यात्रा गुरु से प्रारम्भ होकर ईश्वर में समाप्त होती है।



बुद्धि श्रद्धा की सबसे बड़ी दुश्मन है। मैं तो उसे श्रद्धा के लिए विष कहता हूँ। यही कारण है कि शास्त्र कहता है, 'बालवत् बनो'। वह बचकानी हरकतें करने की सलाह नहीं देता। बुद्धिजीवी बचकानी हरकतें करता है। बालवत् का अर्थ है, शिशु की पवित्रता, योगी का ज्ञान और दयालु की उदारता।

बहुधा लोग मुझसे पूछते हैं कि मैं किस प्रकार कार्य करता हूँ। मैं उन्हें इस प्रश्न का सीधा उत्तर नहीं देता, क्योंकि मेरा जीवन तथा कार्य दोनों श्रद्धा से प्रेरित हैं। मुझे स्वयं में, लोगों में और मानवता के भविष्य में श्रद्धा है। यदि यह सही न उतरे तब भी मुझे चिन्ता नहीं। मैं हर एक कार्य को केवल बुद्धि से करने में विश्वास नहीं रखता। मैं अपने चालीस-पैंतालीस वर्षों के अनुभव के आधार पर यह कह सकता हूँ कि जीवन तथा मानवता की समस्याओं को केवल बौद्धिक उपायों से हल करने का प्रयास निरर्थक है।

अन्त में मैं यही कहना चाहूँगा कि श्रद्धा के शब्दकोश में 'असंभव' नामक कोई शब्द नहीं है। श्रद्धा और आत्मविश्वास के आधार पर कुछ भी असंभव नहीं है। श्रद्धा के द्वारा असाध्य बीमारी दूर कर सकते हैं। अपने बुरे से बुरे स्वभाव को रातों-रात बदल सकते हैं। भले ही जीवन में आपके साधन कितने ही सीमित क्यों न हों, श्रद्धा की उपलब्धि होते ही आप आत्म-साक्षात्कार जैसी दुर्लभ निधि प्राप्त कर सकते हैं। अब आप ही बताइए कि यदि आपके पास श्रद्धा की निधि हो, तो फिर आपके लिए क्या असंभव हो सकता है? ■

# इष्ट की अनुभूति



साधना का मेरा मतलब आसन लगाकर बैठने से नहीं। निरन्तर अपने जीवन में इष्ट की अनुभूति बनी रहनी चाहिये। जीवन के सभी कर्त्तव्य उसी अनुभूति के पूरक हो जाने चाहिये। जिस तरह केदारनाथ जाने वाले यात्रियों का खाना-पीना, सोना, चलना, हँसना, रोना इत्यादि सभी साधारण कर्त्तव्य उसी महान् उद्देश्य के पूरक हो जाते हैं, उसी प्रकार अच्छे-बुरे दिखने वाले सभी कर्म अपने इष्ट की अनुभूति के पूरक हो जाने चाहिये।

तुम उन्हें अपनी अन्तर आँखों से देख सकते हो। तुम्हारा देवता तुम्हारे अन्दर है, न कहीं आता है, न कहीं जाता है। मैं भी सर्वव्यापक हूँ। मेरा शरीर एकदेशीय है, पर मेरे भाव, मेरी आत्मा तुम्हीं लोगों के चारों ओर, अन्दर-बाहर रमती रहती है। वह दिन जल्दी आना चाहिये, जिस दिन शरीर के और अज्ञान के व्यवधान मिट जायें। मेरे देवता और मेरी आत्मा परस्पर मिल जायें, ऐसा भाव निरन्तर रहना चाहिये।

जीवन के पुराने पन्नों को फाड़ दो। अब नये आध्यात्मिक जीवन का आरम्भ करो। तुम्हारा पुनर्जन्म हो चुका है। यह योगमय जीवन है। अपने मानसिक धरातल से तमाम अशान्ति हटाओ। शारीरिक धरातल पर गृहस्थ कर्म करो। बौद्धिक स्तर पर जीवन के कर्मों को सोचो। पर उससे आगे प्रपंच के संस्कारों का प्रवेश नहीं होने दो। तुम्हारा जीवन अब तुम्हारा अपना नहीं है। मुरली जब कन्हैया के पास गई तो उसमें से स्वर निकलेंगे ही। इसी भाँति इष्ट-सेवा में समर्पित जीवन शक्ति, ज्योति और ज्ञान की गंगोत्री बन जाता है।

जीवन की अन्तर्निहित वेदनाएँ – माया, मोह, क्रोध जल्दी मिटने चाहिये। मुझे यह बात बार-बार नहीं दुहरानी है। तुम्हें स्वयं समझना है। वासनाओं

के जीर्ण-पत्र! जल्दी झड़ो ताकि नयी कोपलें, नये फूल खिलें, नये वसन्त का अभियान हो। जिस तरह पतिव्रता स्त्री के मन में निरन्तर पति की सूक्ष्म-स्मृति प्रत्येक धर्म के आधार में वर्तमान रहती है, उसी प्रकार अपने इष्ट की सूक्ष्म चेतना भी निरन्तर बनी रहनी चाहिये। शरीर की चिन्ता मत करो। तुम अपने सही संकल्प से ही अपने शरीर को बदल सकते हो। तुम जो चाहो हो जायेगा, अतः अमंगल, प्रतिकूल, अनिष्ट-चिन्तन कभी न करना। न अपना, न दूसरों का। भूल कर भी नहीं। 'मेरा देवता सब कुछ करेगा, अच्छा करेगा, मंगलमय करेगा, मेरे हित की करेगा', यह भाव मन में आ जाये और जीवन का व्यथा-भार हट जाये। निराशाओं से घबराना नहीं, मजबूत बनना सीखना। भूतकाल की निराशाओं के पन्नों को अज्ञात की खाई में फेंक देना। दुनिया का जीवन, आशाओं-निराशाओं का पिंजरा है जबकि आध्यात्मिक जीवन एक आनन्दमय खेल का मैदान है। हमें चोट लगती है, जीत होती है, हार होती है, तो भी हम हँसते हैं, खिलखिलाते हैं।

नित्य चार बजे हमें उठाओ, भूल कर भी यह न सोचना कि हम इधर-उधर घूमते हैं। यह तो भौतिक बात हो गयी। 'मेरा देवता मेरे अन्दर है, न कहीं आता है, न कहीं जाता है।' हम सदा तुम्हारा ध्यान करते हैं, तुम्हारे साथ बातचीत करते हैं, पर तुमने अभी तक अपने रेडियो को ट्यून नहीं किया है। अभी तुमको मीटर का पता नहीं चला है। अपने मन को ठीक मीटर पर ले आओ।

जप करो। थोड़ा करो, पर करो जरूर। ध्यान दो मिनट भी हो जाये तो बहुत है। पर गहरा होना चाहिये। 'चिन्मय-विग्रह' प्रकट होना आवश्यक है। घूमते समय जप करो, ध्यान नहीं करना। केवल इष्ट के सामीप्य का भान रखना जरूरी है। नहाते, कपड़े धोते, कमरा झाड़ते, चीजें संजोते या सोते हुए भी इष्ट के सामीप्य का भाव रहना जरूरी है। वे चित्र में ही नहीं, मण्डप पर ही नहीं, वे तो चौके में खाते, कुर्सी पर बैठते, बिस्तर पर लेटते, बाथरूम में नहाते हैं। मेरे देवता निर्जीव नहीं, सजीव हैं, ऐसा भाव होना चाहिये। 'मेरे इष्ट मुझमें हैं,' फिर यह सत्य सदा याद रखना चाहिये। और मुझमें प्रकट होंगे, यह श्रद्धा भी होनी चाहिये।

अब अधिक शास्त्र पढ़कर करोगे क्या? सारे का सारा ज्ञान तो अन्दर दबा पड़ा है। कौन उसे जगायेगा, प्रकट करेगा? जगाओ। सारे शास्त्र स्वयं प्रकट हो जायेंगे। तुम्हें नये जीवन में दीक्षित होना है। बिल्कुल बदलना है। अपने अन्दर अदम्य मनस् शक्ति को जगाना है, आत्म-शक्ति को जगाना है ताकि



तुम्हारे मन के विचार दूसरों का हित-साधन करें। तभी तुम दूसरों का हित साधन कर पाओगे।

जीवन के इतने साल गये, अब आने वाले साल के अन्दर कुछ करना चाहिये। चिन्ता किसे नहीं, दुःख किसे नहीं? नदी बहती है, बहने दो, उसका स्वभाव है। जीवन चलता है, चलना उसका स्वभाव है। चिन्ता करने वाला बेवकूफ है। हमें अब एक ही चिन्ता करनी है कि कैसे 'चिन्मय विग्रह' के दर्शन हों। नित्य-निरन्तर उसी की सुरत लगी रहनी है। यह नहीं कि मन्त्र ले लिया, मुक्ति हो गई। अरे भाई! मुक्त तो हम सभी थे, पाप हमने किया कब? पाप-पुण्य भी कोई चीज है क्या? खून करने वाला भी दुनिया में ही सजा पाता है। उसके बाद कोई अदालत नहीं। हमने मुक्ति के लिये मन्त्र थोड़े ही लिया है। हमने ईश्वर-साक्षात्कार के लिये मन्त्र लिया है, साधना शुरू की है। हमें उनसे प्रेम है। समझे? यह पाप-पुण्य, मुक्ति-बन्धन का ब्राह्मणी पचड़ा हटा दो। ■

# Purpose of the Ashram

*Swami Satyananda Saraswati*

Ashram cannot be a permanent abode for everyone. But it is a place where you can go for a short or long period of time in order to accelerate your spiritual spirit. Ashram is a place where an atmosphere is created. From ancient times, the ordinary man and the monarchs used to go to an ashram to live for some time. In ancient days, people used to go and live in the ashram, the life of a sannyasin for the period of fifteen days to six months. When they lived the life of a sannyasin, they were trying to transform the very personality. It is not possible for everybody to take sannyasa. It is possible for everybody to enjoy and experience the life of a sannyasin for at least fifteen days.

During this period, they lived in the ashram in a very simple way. They had minimum possessions. They slept on the floor on a blanket, they did not keep any money, ornaments or valuables with them. They ate only one time a day. After that period of fifteen days or six months, they came back to their normal life of a householder, and they found that they could see the world from a better standpoint. They could also feel that they could face life in a better way. Peace of mind was greater and also their strength.

In the ashram people must practise selfless service. In olden days, the ashram had a lot of agriculture and cows, but now the ashrams are slightly different, but in any case, when you live in the ashram, you must give yourself selflessly. When you live in the ashram you also develop what we call detachment. Although you live with fifty or more people in the ashram and work with them, you realize at the end that you were not at all related to them.

Detachment is a very important qualification for a man who wants to attain peace of mind and spiritual progress.



Detachment is not carelessness. Detachment also does not mean that you do not love anybody, and detachment also does not mean that you do not serve others. In the ashram you learn to love, serve, work and enjoy without any attachment. It is very difficult for many people to understand as to how to love others without attachment. When you live in the ashram in an atmosphere of peace, tranquillity and friendliness, you know how to manage and live with people without involving yourself into too much complicated relationships.

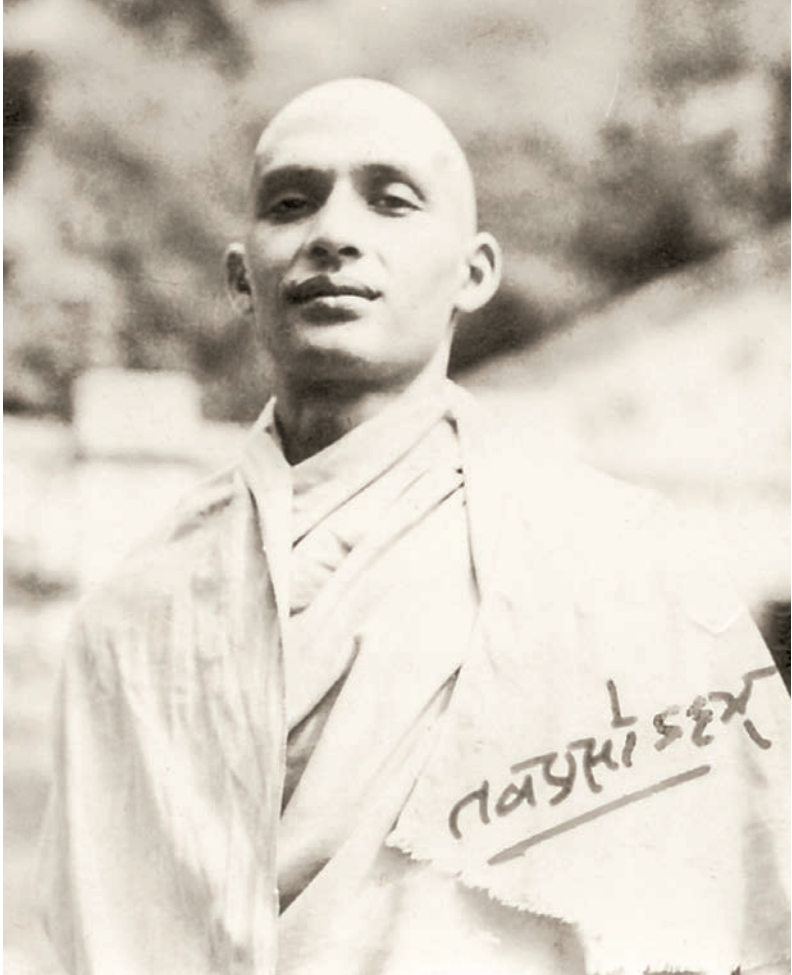
When you live in an ashram, all the samskaras come up to the surface, in normal life it doesn't happen because there are many ways to escape the reality. There are objects of sensual pleasure, there are so many friends, so your fears, your anxieties, your insecurities, your passions cannot be seen. When you live in the ashram as an ashramite or as a sannyasin, all the deep-rooted complexes which were so far being suppressed come up to the fore. This gives you definitely a chance to know what exactly you contain. Therefore, the life in an ashram is an opportunity to bring your deep-rooted personality to the forefront.

In the calm, quiet and unassuming atmosphere of ashram life you can also decide what you can be. Here it is not possible. If you see an artist, you want to be an artist; if you see a sportsman, you want to be a sportsman; if you see a boxer, you want to be a boxer; if you want to be a cinema artist, you want to be a cinema artist; if you see a politician, you want to be a politician. You have no knowledge of your reality. In an ashram, your mind is like clean canvas and then you know what you have to paint on it, what you are capable of and what you can do. The central residing deity of an ashram is the guru. ■



# Something in Me

*Swami Satyananda Saraswati*



I lived with a very great man for twelve years, with very good parents for nineteen years and the rest of my life I have lived with very charitable people. Whatever I did in the ashram, my guru never asked me, 'Why did you do it?'

An ashram is supposed to be a place of the greatest purity and discipline. In Indian ashrams, no drinking, no meat, chicken or fish is possible and in most of the ashrams, even marijuana is not possible. Like this, many things are not possible. Even sleeping up to seven o'clock is not possible. However, in my guru's ashram I did everything and I am sure he knew it, but he never spoke one word to me about it. He was a man of very few words and used to conserve his expressions to the minimum.

For many years in the ashram, I used to get up at nine in the morning but he did not put any restrictions on me. He laid the utmost faith and trust on me and encouraged me in every field of ashram life. He did not in the least show that he knew I was an undisciplined boy. That was the attitude of a guru who developed so much confidence in me and that was the guru who developed so much fearlessness in me.

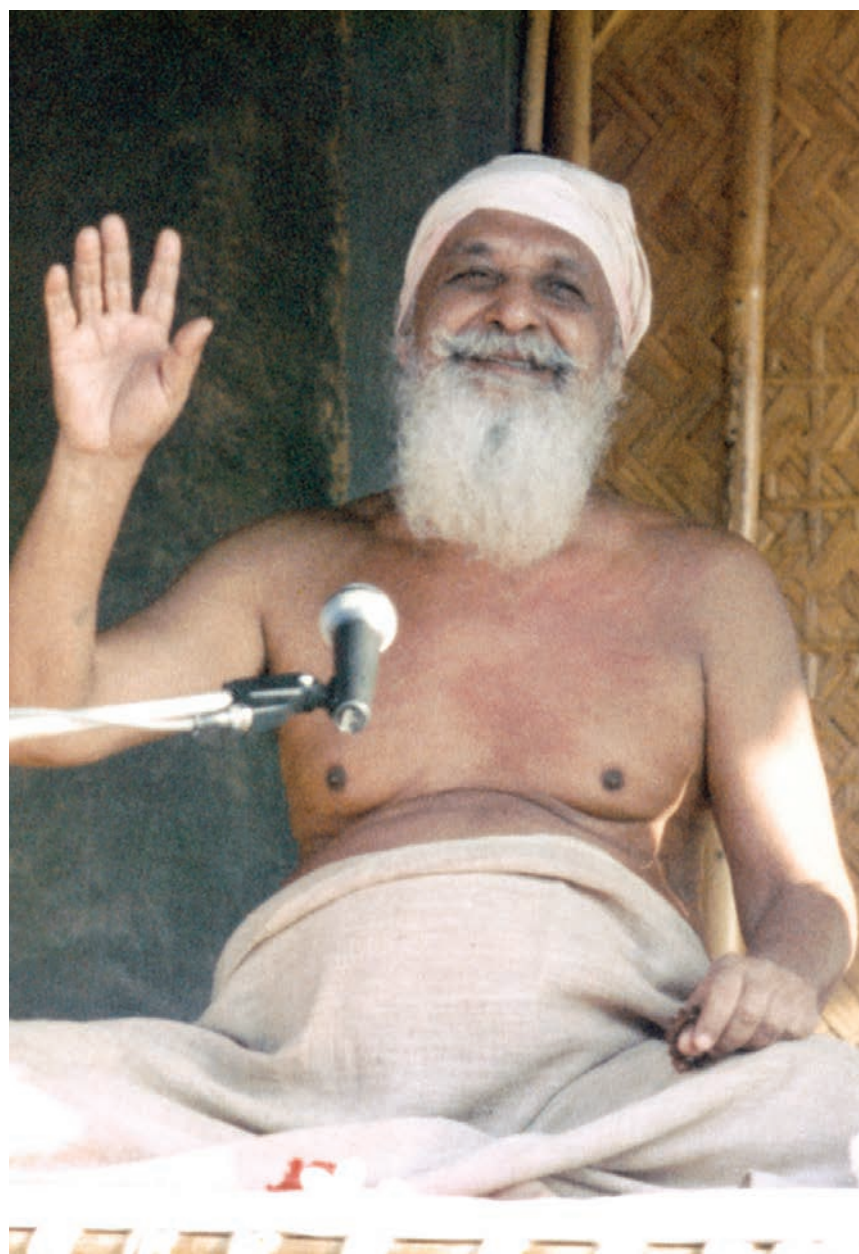
Everyone has some talent. No man is useless. Nobody is an idiot. There is some priceless treasure in everyone but it is very difficult to find it because, first of all you think you are an idiot, 'I am fit for nothing; I am a bad man; I am a maniac; I have no character; I am a sinner.' These are your opinions about yourself. If you have these opinions about yourself, how are you going to discover the priceless man in you?

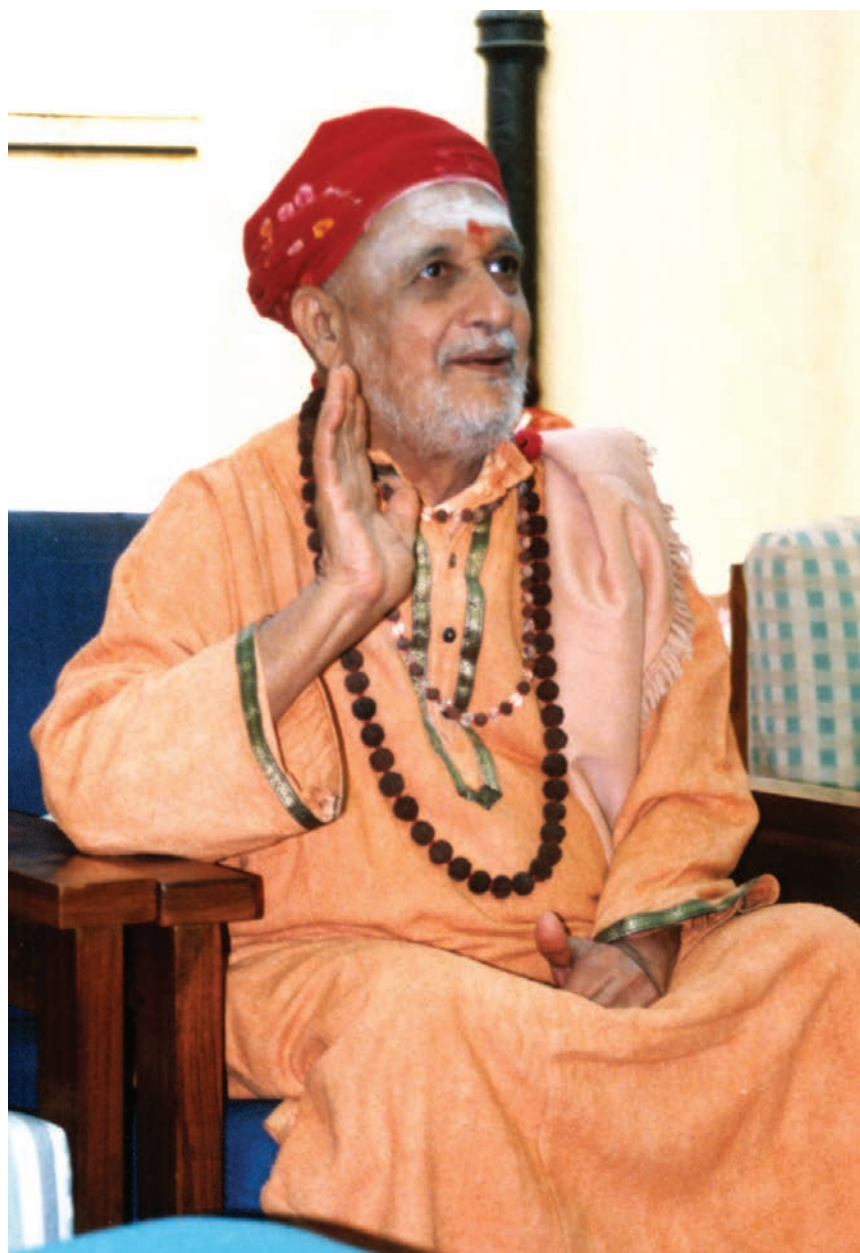
Of course, you do not have to be egoistic and arrogant saying, 'I am good.' This is also not a good attitude. The attitude you should develop is the faith in your priceless. Whether you are old or young, literate or illiterate, a priest or a debauchee, it makes no difference. The innate faith is, 'I have something in me.' ■







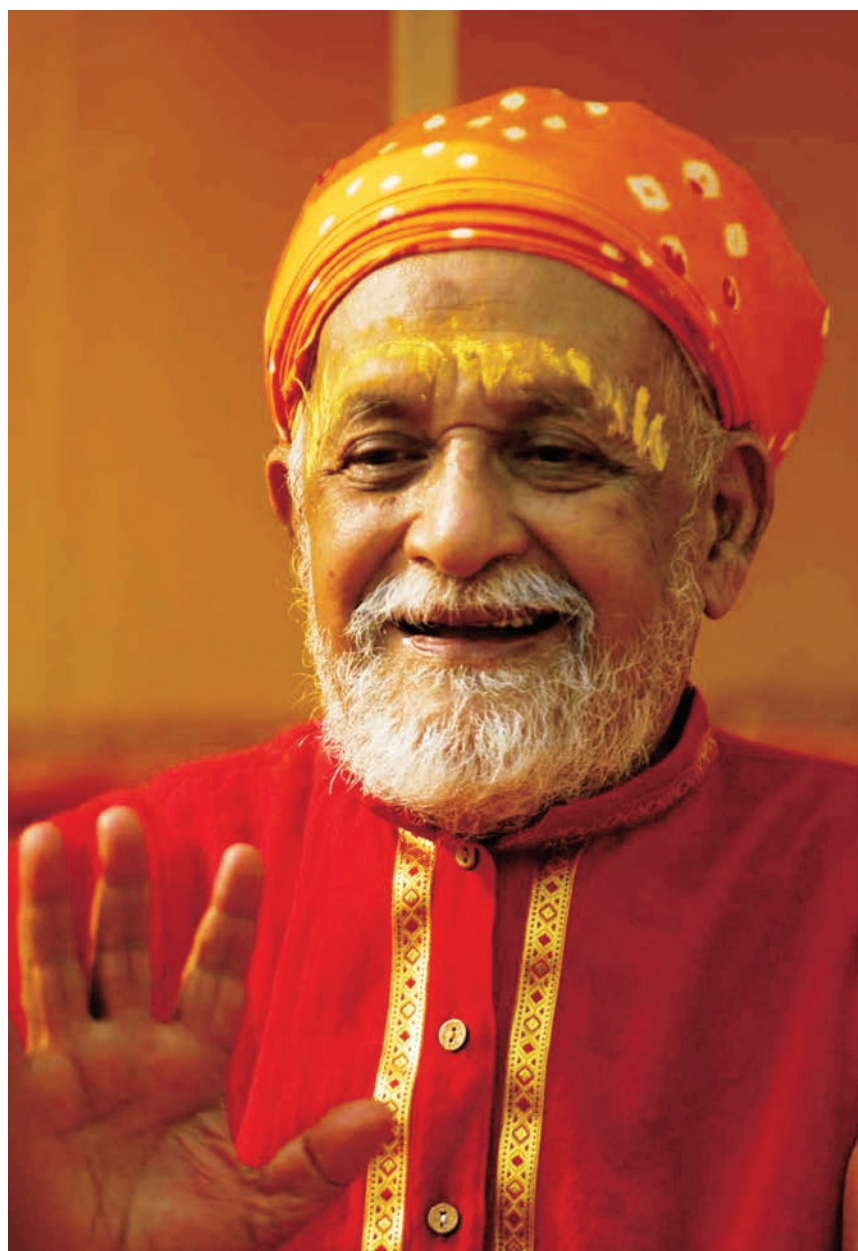














# Seva – Living for Others

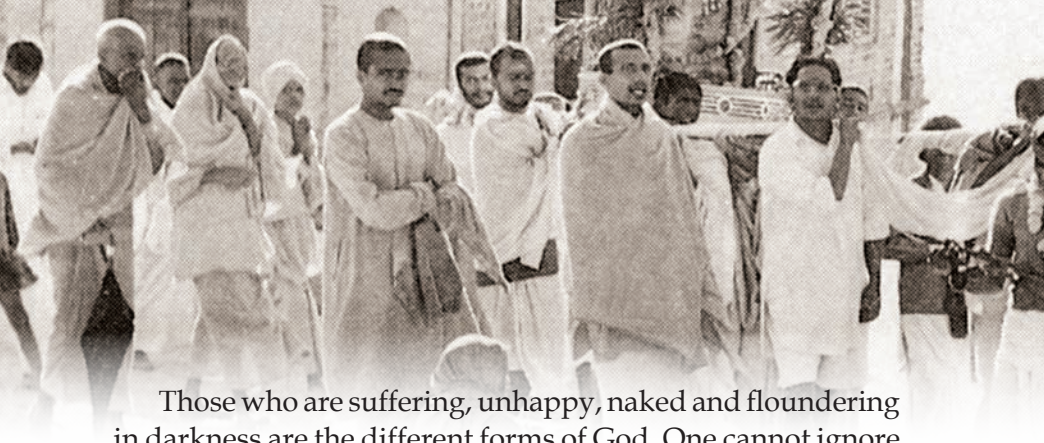
*Swami Satyananda Saraswati*

The human race is inherently selfish, but the rest of creation is selfless: a fruit tree gives fruit, a river gives water, a cow gives milk and her hide is used after she has died. Similarly, people need to benefit others by performing selfless work and share their wealth, knowledge and power. When work is done to help others prosper and profit, it is selfless and pure.

One's dharma is to serve humanity and to be with those who need love. One should help those who are seeking spiritual life and those who are sick, poor and neglected. Animals should be helped and not killed. There is no karma when work is done for others, but there is karma when work is done for oneself. Of course, one must work a little bit for oneself in order to have food, clothes, comforts and a few facilities. However, one's strength, intelligence, mind, heart, soul, money, knowledge, power, resources and friends should be used for the welfare of others.

Enjoyment and happiness come from giving and sharing with people who are unhappy. This is the central teaching of Jesus Christ, Saint Francis, Gautama Buddha, Mahavira, Mahatma Gandhi, and every intelligent human being

Seva is an inspired energy and not everybody can practise it. A person who manifests that energy has no knowledge of time and space. With selfishness there can be no seva. If a person works with a selfish motive, he will never be able to have that inspiration. Whatever karma a person does must have a spiritual purpose. A person who serves with even the least expectation is really enacting a part of his ego, and the light is far from him at that time. These issues cannot be decided intellectually; they have to happen spontaneously. Spontaneity of love, selflessness and egolessness are manifestations of higher awareness or the grace of the guru.



Those who are suffering, unhappy, naked and floundering in darkness are the different forms of God. One cannot ignore the form of God that is immanent and all-pervading, and go running after the transcendental God only. Helping others is praying to God and living amongst the poor is living with God. One's family and children, brothers and sisters are spread all over the world.

Swami Sivananda's fundamental philosophy of life was seva. He placed the singing of God's name at the top of his priority list and meditation at the end of his list, a long way off. Whereas most practitioners start their spiritual life with meditation, Swami Sivananda's spiritual life started with service and culminated in meditation. The beginning of spiritual life stems from service to humanity. Swami Sivananda's life was an example of compassion, charity and generosity. He was simple, devout, kind and compassionate. He was happiest when he was feeding and giving to people. His philosophy in life was that God is real and everything else is unreal. He was a generous and large-hearted man.

Swami Sivananda's heart was completely open, without any doors or windows. He was not at all interested in accumulating wealth. He used to say, "Spend more than you have. Feed the poor and give them medicine. Give blankets to the pilgrims. Make arrangements for drinking water during the summer, and extend all possible help to the sadhus and sannyasins." He always thought about others. Whenever he met people he did not give spiritual lessons, but said pleasant things to them and gave clothes, food and medicine. He could remember the names of each one of his acquaintances from thirty-five to forty years



back. If a man had become old, he would ask, “How is your grandson? He was in the eighth class. Where is he now? What is he doing? He had a mole here. Is the mole still there?” He cared for people, so he knew everything about them, especially their difficulties, problems, ambitions and desires.

If somebody has to be helped somewhere, in any part of the world, through me or somebody else, it is God who is helping. My teachers have infused a great love for service in me and have trained me to feel supreme bliss and eternal satisfaction in service. This is the secret of my happiness. Service alone supersedes sacrifice and devotion. Service makes *jnana*, wisdom, perfect. Life devoid of service is much worse than a futile death.

The whole world is a family unit. When a person realizes this, there is no place for the government in his life. The gods themselves will descend upon the earth to make his world a heaven! If a person is ablaze with a fiery determination to help others, he will be endowed with capacities.

People’s energy should be used to raise the level of consciousness of others. They should live to make the world a better place. If actions are performed as a service to the evolution of all beings, everyone will enjoy a life of utter freedom, simplicity and bliss. What is needed will be bestowed as blessings from God, and no one will ever feel lonely or suffer any ills. When the mind is at peace with itself, the body attains health. People are drawn to such a person, like bees to nectar. ■

# न युद्ध से भय, न मृत्यु से

किसी भी संस्कृति या सभ्यता को युद्ध से डरना नहीं चाहिए, न ही मृत्यु से भयभीत होना चाहिए। केवल डरपोक और गुलाम लोग अहिंसा की बात करते हैं। मृत्यु अपरिहार्य है। यदि युद्धभूमि में तुम शहीद होते हो, तो इससे तुम्हें गौरव प्राप्त होता है। तुम्हारी मृत्यु किसी अस्पताल के बिस्तर पर मधुमेह, उच्च रक्तचाप या हृदय रोग से भी हो सकती है। उसमें कैसी शान? श्री कृष्ण ने अर्जुन से कहा, 'तुम्हें युद्ध करना चाहिए। यदि तुम मारे गये, तो तुम स्वर्ग जाओगे, और यदि तुम जीत गये, तो तुम विशाल साम्राज्य पर शासन करोगे। तुम्हें अवश्य युद्ध करना चाहिए।' युद्ध को बेवजह आमंत्रित मत करो, लेकिन साथ ही युद्ध या मृत्यु से डरो भी नहीं। युद्ध की आलोचना करना व्यर्थ है। यदि तुम युद्ध की निन्दा और आलोचना भी करते हो, तो भी यह अवश्य होगा। जो अवश्यंभावी है उससे मुँह नहीं मोड़ो। युद्ध इतिहास में नया मोड़ लाता है। युद्ध संस्कृति बदल देता है, सभ्यता को बदल डालता है, सारे समीकरण बदल जाते हैं। युद्ध से डरो नहीं, क्योंकि तुम उसे रोक नहीं सकते हो। साधु-संत भी उन्हें नहीं रोक सकते हैं, क्योंकि प्रकृति युद्ध चाहती है। युद्ध के बाद ही अनेक सभ्यताएँ, धर्म, संस्कृतियाँ और राजनैतिक व्यवस्थाएँ रदी की टोकरी में चली जाती हैं।

युद्ध पीछे लौटना नहीं है, यह तो एक कदम आगे जाना है। सैकड़ों-हजारों लोग मारे जाते हैं, लेकिन मृत्यु से मानवता को हानि नहीं होती है। हर मृत्यु समय आने पर अपना लाभांश दे जाती है। यँ भी तुम रक्तचाप, टी.बी., हृदयाघात, एड्स या किसी अन्य कारण से मरने जा रहे हो। जब मृत्यु निश्चित है, तब अस्पताल में क्यों मरा जाए, युद्धभूमि में शहीद हो जाओ। यदि तुम विजयी हुए तो एक नये समाज का आनन्द उठाओगे। यदि तुम पराजित होकर मारे जाते हो तो ईश्वर तुम्हारा ख्याल रखेंगे।

मैं कायरता और बुजदिली के इन दुर्बल विचारों को स्वीकार नहीं कर सकता। यह नपुंसक लोगों की भाषा है। महाभारत का युद्ध, राम और रावण का युद्ध, प्रथम और द्वितीय महायुद्ध, ये सभी युद्ध हुए, क्योंकि इन्हें होना था। मृत्यु में आखिर कौन-सी बड़ी बात है? वैसे जन्म में भी ऐसी क्या खास बात है? कीड़े-मकोड़े, कुत्ते, बिल्ली, गधे सब प्रजनन करते हैं और वही मनुष्य भी

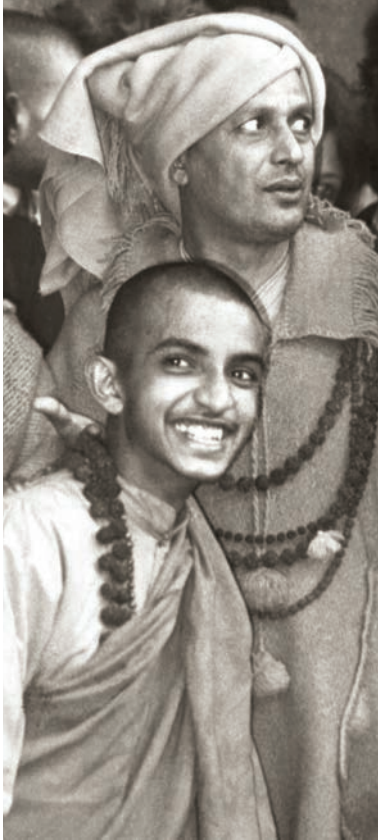
करता है। तुम उस अपरिहार्य मृत्यु का परिहार क्यों करना चाहते हो, उससे बचना क्यों चाहते हो? यहाँ तक कि बड़े-बड़े विचारक और दार्शनिक भी मृत्यु पर शोक मनाते हैं। मृत्यु से दुःख नहीं होना चाहिए। मृत्यु तो जीवन का रोमांच है। मृत्यु से विचलित नहीं होना चाहिए।

मैं विशेष रूप से भारतीयों को सम्बोधित कर रहा हूँ जिनमें मृत्यु से अत्यधिक घबरा जाने की प्रवृत्ति होती है। जब कोई कोढ़ी मरता है तो यह खबर अखबार में छप जाती है, लेकिन ऐसी मृत्यु में क्या खास बात है? जब किसी आध्यात्मिक गुरु की मृत्यु होती है, तब यह समाचार प्रकाशित करने योग्य है। तुम्हें अपनी संस्कृति का ध्यान रखना चाहिए। अपने बच्चों को हनुमान के समान पराक्रमी बनाओ। ■



# Bringing Balance

Swami Satyananda Saraswati



The sannyasin has only one goal: to serve, live and work for the guru in a peaceful and correct way with an unfettered mind. The meaning of *sannyasa* is to sacrifice oneself for the sake of something. Sannyasa does not mean turning into an old man with a long beard. It means dedication, not renunciation. The meaning of sannyasa is *samarpan*, surrender, and not *tyaga*, renunciation. The word *nyasa* means 'to place oneself in a trust'. When a certain amount of money is allocated to help the poor, it is placed in a trust and dedicated. One does not take sannyasa for the sake of attaining God.

The aim of sannyasa is not moksha, but *seva*. A sannyasin knows that the ultimate goal is awareness of a greater reality beyond the body and this world. Although the dimensions are infinite, he does not worry and is not neurotic, for he knows he will reach it. The evolution of this self to the point of cosmic vision is his ultimate goal. Therefore, it is important that he lives in a community with the guru and does karma yoga to purify his mind. When the mind is purified, there is a spontaneous awakening and unfolding of the vast dormant potential.



A sannyasin is not limited by circumstances and does not create mental cobwebs around himself. There are many mental conditions, pains and pleasures in life that a human being creates for himself. No condition can create pressure on a sannyasin. If someone asks him for a bribe today, he can tell him to go to hell. A householder cannot do this, as his work may come to a standstill. Sannyasa is a life of growth in which one cannot be a slave to circumstances. A sannyasin is the master of his life. If Narendra had not taken sannyasa, he could not have become Swami Vivekananda. In his life there were many circumstances that were obstacles on the path. The moment he took sannyasa, he removed the barriers which stood before him. Barriers are subjective; they are in the mind. A householder is bound by them, but a sannyasin is not. In the path of seva, he must make sure that the circumstances do not become obstacles.

Sannyasins should remain happy while imparting knowledge, doing their duties and serving all. Sannyasa is a path adopted by people at different ages to work for the welfare of humanity. The eternal law for sannyasins is to live for others, whether they teach spiritual life or do social service. There are many negative influences in the cities, and people can easily go down the wrong lane. Many sannyasins guide them from the inauspicious path to the auspicious path of dharma. They speak of wisdom, atman, God, and what is positive and uplifting. Crime will not be curbed until the individual minds of society address these subjects. The mind is under stress while thinking about money twenty-four hours a day. People are angry and experience social struggle, but when they hear the words of a sannyasin, their minds find some rest and ease.

The sannyasin brings a necessary balance to society as he has nothing to do with politics or sects. He is engrossed in contemplation and concerned only with what is appropriate and inappropriate under the prevailing circumstances. The basis of life for all saints is *paropakara*, helping others. Sannyasins are born to help others, not to help their own souls. Sannyasins and saints consider all people as their own. ■

# दूसरों के लिए जीना



दूसरों के लिए जीना ही अब स्वामी सत्यानन्द के जीवन का धर्म होना चाहिए। जिस दिन से हमारे मन में यह विचार आया, उस दिन से हमको वह चीज मिली, जिस चीज के लिए हमने घर छोड़ा था, पचास-साठ साल पहले। हमने तंत्र साधना की, अनेक ग्रंथों को पढ़ा, दुनिया भर में घूमे, सारे मंदिर देखे, ईसाइयों के, मुसलमानों के, ईरानियों के, पारसियों के। हमसे पूछो तो हम सब बता सकते हैं, आप जानते ही हो।

लेकिन अब हमें भगवान की आवाज सुनाई देती है। फिर भी अगर हम उन्हें कुछ बोलना चाहें तो हमें अभी उनका टेलीफोन नम्बर मालूम नहीं है। हमने कहा भी है कि आप अपना पासवर्ड बता दीजिये, लेकिन वे बोले, 'अभी नहीं, कहीं तुम अपराध न कर बैठो।' नहीं, मजाक नहीं कर रहा हूँ।

में कभी-कभी मजाक में बहुत गंभीर बात कह जाता हूँ। कभी-कभी महात्मा लोग, सिद्ध पुरुष लोग भी अपराध कर देते हैं। पर आजकल बार-बार देवी जी से बातचीत होती है।

## श्रेय और प्रेय

भगवान ने फल बनाये और हम उन्हें फल वापस देते हैं। भगवान ने फूल पैदा किया, हम उन्हें फूल वापस देते हैं। भगवान ने दूध पैदा किया, वही दूध उन्हें वापस देते हैं। ऐसे ही तुमने हमें धोती दी, हमने भी तुम्हें प्रसाद में धोती दी। तुमने साड़ी दी, हमने साड़ी दी। यह जो सम्बन्ध है, इसके बारे में गीता में कहा गया है –

देवान्भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः।

परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवाप्स्यथ॥3.11॥

‘तुम लोग यज्ञ के द्वारा देवताओं को उन्नत करो और वे देवता तुम लोगों को उन्नत करें। इस प्रकार निःस्वार्थ भाव से एक-दूसरे को उन्नत करते हुए तुम लोग परम कल्याण को प्राप्त हो जाओगे।’

गीता में यज्ञ के बारे में कहा गया है कि एक परस्पर भावना होनी चाहिए, लेन-देन होना चाहिए, तब तुम्हें श्रेय की प्राप्ति होगी। श्रेय का मतलब होता है, आध्यात्मिक लाभ, आध्यात्मिक उपहार, आध्यात्मिक वरदान। कठोपनिषद् कहता है कि श्रेय और प्रेय दो मार्ग हैं। प्रेय का मार्ग भोग की तरफ जाता है, श्रेय का मार्ग ईश्वर की तरफ जाता है –

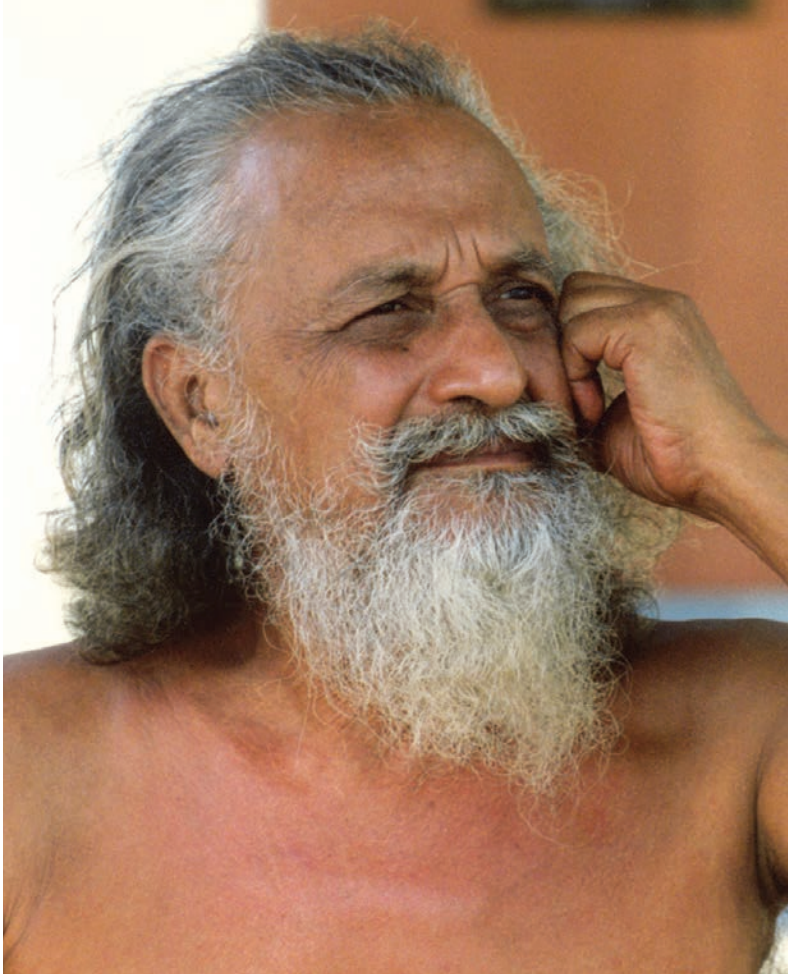
श्रेयश्च प्रेयश्च मनुष्यमेतस्तौ सम्परीत्य विविनक्ति धीरः।

श्रेयो हि धीरोऽभि प्रेयसो वृणीते प्रेयो मन्दो योगक्षेमाद् वृणीते॥

प्रेय के रास्ते पर तो आप हो ही, तो आपको क्या सिखाऊँ? श्रेय के रास्ते पर लाना चाहता हूँ आपको। गरीब का कोई नहीं है। भगवान के सिवाय उसका और कोई नहीं है। यह कहना गलत है कि सरकार गरीबों की है या समाज गरीबों का है या जो बड़े-बड़े सामाजिक संस्थान हैं, वे गरीबों के हैं। नहीं, इस दुनिया में भगवान के सिवाय गरीब को देखने वाला कोई नहीं है। हम सब उनके लिए अपरिचित हैं। कोई उनके कल्याण की चिन्ता नहीं करता। इसलिए वे लोग किसी पर विश्वास नहीं करते हैं, डरते हैं, बहुत डरते हैं। ■

# Bhakti

*Swami Satyananda Saraswati*



Life without bhakti is tasteless. A person without bhakti is like a naked person bedecked in beautiful jewellery. Where is the beauty? Life without bhakti is like halwa without sugar, or upma without salt. Life without bhakti is incomplete. Nothing

is more precious in the world than bhakti; it is more precious than gold, diamonds or pearls. Moreover, it is very rare.

Where there is bhakti, there is peace of mind. There is no factory which manufactures peace of mind. Bhakti is a state in which there are no worries, likes, dislikes, love, hatred, anger or lust. When there is equanimity, the mind is indifferent to money coming in or going out, to praise or criticism. Whether one's child is obedient or not, one is at peace. Peace means acceptance of life. The attitude of bhakti is: I have left everything in Your hands and it is up to You to take me towards success or ruin.

There is only one path that is beautiful and sweet, like pure water which passes through beautiful valleys laden with flowers. That is the path of bhakti. The pleasure one obtains from the world is no pleasure at all. In bhakti there is only *ananda*, bliss. One does not even feel like sleeping because if one sleeps, one loses many hours and cannot enjoy that ananda.

Drink, drink the cup of God's name. Be intoxicated by drinking and making others drink. One pours scotch and champagne into a glass and after drinking it one becomes intoxicated. One drinks and gives it to others to drink so that they may also become intoxicated. When they are intoxicated, they will think only pleasant things. Just as drinking alcohol breaks down the barriers, in the same way drinking the cup of God's name removes all limitations and depressions.

Most people's bhakti is lukewarm and with lukewarm devotion nothing happens. There is neither satisfaction nor does the experience take place. There is always a 'but'. What will happen to my car if that supreme devotion takes place? What will happen to my television? Who will pay the bills? Because of this 'but' there is a stopper. All the attachment which one has for anyone has to be withdrawn and directed towards one being. That is called bhakti.

Bhakti is a science that brings about a transformation in awareness, like a chemical change. Bhakti causes a metamorphosis in a person's thoughts, actions and mind, as well as

in their reactions, responses and lifestyle. These changes can be seen and experienced. All those who have reached the ultimate stage of bhakti, like Mirabai, Kabirdas and Chaitanya Mahaprabhu, have told us one common truth: bhakti is divine energy, transcendental love. It is not the ordinary emotion of love, it is supreme love. When the mind is fully and unconditionally merged in something, it becomes one with that object of love. When one's love is turned towards God, the mind begins to lose itself. It slowly becomes one with God and the chasm between the devotee and God begins to narrow down.

Bhakti is both the means to and the expression of higher awareness. It is both the practice and the spontaneous expression of higher knowledge. One leads to the other. Until a certain point on the path, there is more faith than experience, but once one has had a definite experience the whole situation changes. One comes to know that there is indeed a direction to one's aspirations and practices. Bhakti becomes an experience. From then onwards, one knows that one is not chasing a mirage like a person in the desert.

This bhakti increases, increases and goes on increasing. This bhakti spans the infinite chasm between mere faith and divine realization, and it covers the period when the bhakta attempts to live and express this realization in everyday life. Bhakti bridges the abyss between lack of divine knowledge backed by faith, and the personal experience and knowledge of divinity.

Bhakti is not a subject for discussion; it must be felt, known and experienced. Real bhakti arises spontaneously through higher awareness and knowledge due to realization of something not known before. Bhakti is the expression and experience of joy at realizing the impossible, at being confronted with direct perception of that which is beyond words. Real bhakti cannot be created artificially, for it is an expression of bliss, of something beyond the wildest flights of the imagination. ■

# मेरी अभिलाषा



जब मेरा पुनर्जन्म होगा, मैं जन्म से ही संन्यासी रहूँगा। यही मेरी इच्छा और अभिलाषा है। जब मुझसे पूछा जायेगा, 'स्वामीजी, आपकी आयु क्या है और आप कब से संन्यासी हैं?' तो मैं उत्तर दूँगा, 'मैं पैंतीस साल का हूँ, और पैंतीस सालों से ही संन्यासी हूँ।' हाँ! माँ को ऐसे बच्चे पैदा करने चाहिए और जन्म के समय से ही उन्हें कहना चाहिए, 'तुम मेरी आँखों के तारे हो, तुम मेरे प्यारे हो, मैं तुम्हें बहुत प्यार करती हूँ। ईश्वर के मार्ग का अनुगमन करो, क्योंकि तुम शुद्ध हो, पाप रहित हो।'

सौ वर्षों में एक ऐसा बच्चा पैदा होता है जो संसार के विकारों से मुक्त रहता है। वह मुक्तिदाता, उद्धारक, गुरु, पैगम्बर या अवतार हो सकता है। वास्तव में तुम्हें भी प्रार्थना करनी चाहिए कि तुम्हारा जन्म एक संन्यासी के रूप में हो और तुम्हारी माँ यह घोषित करे – शुद्धोऽसि बुद्धोऽसि निरंजनोऽसि, संसारमाया परिवर्जितोऽसि – ‘तुम पवित्र हो, तुम प्रबुद्ध हो, तुम निष्कलंक हो, तुम संसार की माया से मुक्त हो, और तुम एक संन्यासी हो।’ मैं भगवान से प्रार्थना करता हूँ कि मुझे ऐसी ही माँ मिले। मुझे ऐसी माँ नहीं चाहिए जो शादी-ब्याह करवाकर मुझे सांसारिक जीवन की ओर अभिमुख करे। एक निरंजन, दो गड़बड़, तीन लटपट, चार चौपट। इसलिए अलख निरंजन ही ठीक है।

हम भी कमाई कर रहे हैं, अगले जन्म की तैयारी कर रहे हैं। इस जन्म में जो भोगा सो भोगा। भगवान की कृपा से अच्छे गुरु मिले, अच्छे मित्र मिले, सब कुछ अच्छा मिला। अच्छा शरीर मिला, अच्छा वातावरण मिला। सरस्वती की कृपा रही, लक्ष्मी जी, दुर्गा जी, ब्रह्मा जी, विष्णु जी, शंकर जी, सबकी कृपा रही। सब देवी-देवताओं ने मेरी बहुत सहायता की और जो कुछ मुझे उनसे मिला, मैंने बाँटा भी है। यह संसार तो एक सराय है, एक दिन छोड़ना ही पड़ेगा। जितने दिन सराय में रहते हो, उतना ही दाम देना पड़ता है। कबीर ने कहा है –

रहना नहिं देस बिराना है।

यह संसार कागद की पुड़िया, बूँद पड़े घुल जाना है॥

यह संसार काँटों की बाड़ी, उलझ-पुलझ मरि जाना है॥

यह संसार झाड़ और झाँखड़, आग लगे बरि जाना है॥

कहत कबीर सुनो भई साधो, सतगुरु नाम ठिकाना है॥

श्वास को कभी तो रुकना ही है। जब आदमी मरता है, उसकी श्वास रुक जाती है, या पूरक में या रेचक में। अन्तिम श्वास के साथ मन्त्र की सजगता होनी चाहिए। मथुरा, वृन्दावन या बनारस में मरना महत्त्वपूर्ण नहीं है, महत्त्व तो अन्तिम श्वास का है। गीता में कहा गया है –

यदा सत्त्वे प्रवृद्धे तु प्रलयं याति देहभृत्।

तदोत्तमविदां लोकानमलान्प्रतिपद्यते॥14.14॥

रजसि प्रलयं गत्वा कर्मसंगिषु जायते।

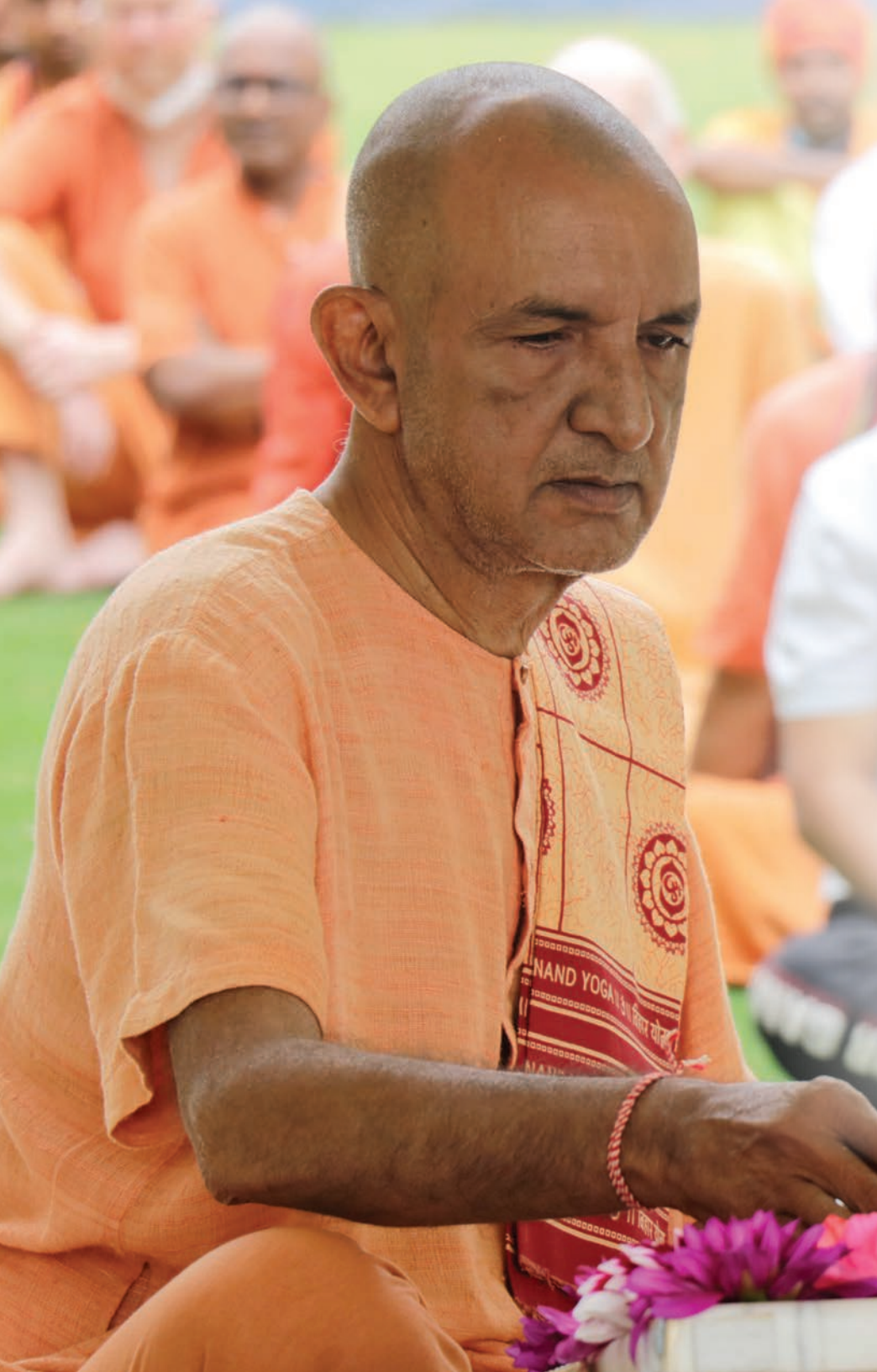
तथा प्रलीनस्तमसि मूढयोनिषु जायते॥14.15॥



‘जब मनुष्य सत्त्वगुण में मृत्यु को प्राप्त होता है तब वह ज्ञानियों के उत्तम लोक प्राप्त करता है, रजोगुण के समय मृत्यु होने पर वह कर्मों में आसक्ति रखने वाले मनुष्यों में पैदा होता है और तमोगुण के समय मरा हुआ मनुष्य मूढ़ योनियों में उत्पन्न होता है।’ मुझे पक्का विश्वास है कि मेरे साथ ऐसा होगा। दुनियाभर में ऐसे हजारों लोग हैं, जो मेरे लिए प्रार्थना करते हैं। वे कहते हैं, ‘भगवान! कृपा कर स्वामी सत्यानन्द की मदद करो।’ इतने लोगों का आग्रह व्यर्थ नहीं जाएगा।

अन्तिम श्वास के समय मनुष्य का क्या विचार होना चाहिए? प्रत्येक व्यक्ति का कोई-न-कोई अन्तिम विचार होता है। भले ही तुम अपने प्रथम विचार को न जानो, क्योंकि उस समय तुम सजग नहीं थे, लेकिन अवश्य ही अन्तिम श्वास और अन्तिम विचार तो होते हैं। अन्तिम कर्म भी होता है, जैसे पानी पीना, जप करना, शौच के लिए जाना या किसी से बातचीत करना। मेरा अन्तिम कर्म, अन्तिम विचार और अन्तिम श्वास कैसा होना चाहिए? भगवन्नाम का जप, क्योंकि यही हमारे आगे की यात्रा निर्धारित करता है। तुलसीदास जी ने लिखा है – *जन्म जन्म मुनि जतनु कराहीं, अंत राम कहि आवत नाही।* ■





# Like Never Before

Dear Sri Swami Niranjanananda,  
Baby steps and giant leaps  
Prayers for help and hope  
There has never been a time like this  
No more slippery slope  
We've landed in Your garden  
and feel Your hand in ours  
Grace has brought us to Your feet  
and set us down like flowers

We've grown to love with you  
with all our heart  
And serve you for a living  
If we should do this all again,  
we'll never give up giving

Lessons learned and now we've turned  
to only sing your song  
Sri River Om, her Promise Rings  
and Keep On Keepin' On

Like Never Before,  
Like Never Before  
We also have a song  
We stand together in Your Garden  
So Loving, Light and Strong

Love, Yogasena

# Sankranti at Sannyasa Peeth

Swami Ratnashakti Saraswati

At Sannyasa Peeth, under the inspiration and guidance of Swami Niranjanananda, the ancient spiritual traditions of India are being revived for the benefit of modern society. One of these traditions is the Surya Siddhanta, the tradition of solar worship. It is in Bihar that different aspects of this vidya have been preserved, such as the annual festival of Chhath.

In the ancient scriptures including the *Rig Veda*, *Mahabharata* and the Puranas, *Surya* or the sun is said to have different forms known as adityas. Each aditya manifests a specific potency and has a different role and function in the created universe. These adityas show the interrelationship between the *panch mahabhootas*, the five elemental principles of manifested existence, *akasha* which is space, *vayu* corresponding to air, *agni* referring to fire, *apas*, meaning water, and *prithvi* or earth. These adityas have different names giving clues as to their cosmic role, environmental function, potency, and interrelationship with different tattwas.

In ancient times Surya was worshipped and revered by all as the source of light, warmth and spiritual illumination. The brilliance of life emanates from him and returns to him, therefore he is known as Bhaga from the root *bhaja*, meaning devotion or worship. Bhaga with one thousand rays is situated in the earth, as well as the bodies of all living beings and is the *prithvi tattwa*, the earth element that contains all five elements. Pushan, from the verb root *push* meaning nurturing, gives the clue as to the purpose of his one thousand rays. Pushan makes food and grains grow, sustains all created beings, and leads to the experience of satisfaction and fulfilment in life. *Parjanya*, meaning the great roaring sound is the essence of the clouds.

With fourteen hundred rays Parjanya controls the climate and sets forth the rain.

The aditya known as *Dhata*, meaning to support, creates living beings and shines with one thousand and one hundred rays. Also called Prajapati, he is the basis of health and tranquillity. *Aryaman* has one thousand and three hundred rays and is the solar force that is related to the wind. He is the essence of the wind, experienced as the feeling of air on the skin. *Aryaman*, meaning speed or swiftness, is the *vayu tattwa*, or the air element.

*Mitra* is also an aditya, and this name comes from the Sanskrit root *mid*, meaning love or friendliness, indicating that Surya protects all beings with friendliness. Mitra is present on the bank of the Chandrasarit river where he performs penance for the welfare of the world and with his one thousand five hundred rays he is the effulgence and attraction of the moon and the oceans. Varuna is the ruler of the *apas tattwa*, the water element, and his abode is in the waters, where his one thousand three hundred rays protect and sanctify all beings. *Varuna* indicates the granting of boons and the fulfilment of wishes. Indra, from the Sanskrit root *idi*, meaning supreme mastery, indicates the ability to rule. Indra is the king of the Devas and he destroys the enemies of the gods with his one thousand and two hundred rays.

The name *Vivasvan* indicates that this aditya resides in all beings. He is said to have one thousand and four hundred rays and is the controller of the *agni tattwa*, the energy lying within fire that provides heat, warmth, and protection from darkness and foes. Vivasvan is also the agni in the physical body that digests food and sustains life. Tvashtha has eleven hundred rays and resides in the trees, plants and vegetation. He protects and preserves *aushadi* or medicinal herbs and also *soma* or amrit. The name Tvasta comes from the Sanskrit root *tusa*, meaning happiness or satisfaction.

Vishnu from *vis*, meaning that which pervades, indicates the ability to sustain, nurture and preserve the universe. Vishnu



with twelve hundred rays incarnates to restore dharma and defeat negativity. Amshumana has fifteen hundred rays and is the controller of air. He is in the swiftness of the wind that delights and captivates all beings. The Sanskrit root *amshu* means pervading and love, and thus Amshumana is the aditya that pervades the entire universe with love.

Each Sankranti and the monthly transitions of the sun from one zodiac to another also relate to the adityas. Accordingly, each Sankranti has a specific function or role and a particular *phalam* or benefit to be attained during that time. Based on the exact astrological calculations during the time of transition of the Sun and also the exact moment of transition, each phalam is assigned different properties, including name, direction, direction of transit, the *vahana* or vehicle used for travel, the clothing worn, weapons carried, which flowers adorn the body and so forth. Based on these properties as well as the *muhurta* or most auspicious time period and the phalam, different items are to be given in daan.

## Sinha Sankranti

Sinha Sankranti is one of the four Vishnupadi Sankranti. It takes place when the sun transits into the sign of Leo. Daan performed in this muhurta is said to give 100,000 times the

ordinary merit and is called *akshaya*, or inexhaustible and eternal. At Sannyasa Peeth the group selected to receive on Sinha Sankranti were newspaper hawkers, those who sell the newspapers on the streets, as well as chai stall workers. This year items presented included vastra daan in the form of saree, kurta, pyjama, gumcha, towels and bed linen. Shoes for both males and females of the family were given and all the items were packed in a Sannyasa Peeth backpack.

### **Kanya Sankranti**

Kanya Sankranti occurs when the sun enters the zodiac sign of Virgo around the 17th of September. On Kanya Sankranti daan of clothing and housing or shelter is particularly auspicious and will bring maximum merit. This year the thela and rikshaw wallahs, the people who drive the rikshaws and thelas or carts, and other groups of drivers and repairmen were invited. Anna daan items were given including rice, channa dal, flour, mustard oil, salt and sugar. Grih daan was given in the form of kamandalu, thali, katori and glass, as well as a large *chattai* or woven mat.

### **Tula Sankranti**

Tula Sankranti was celebrated on the 19th of October 2023 when the sun transited Libra. The female vendors who sell their items on the streets were invited. Vastra daan in the form of sari, cardigan, poncho, t-shirt and shoes was given. Sanitary items were also given. Items of grih daan for the home included bed linen and towels. Anna daan was given in the form of rice. All the items were packed in a blue backpack that can easily and comfortably be carried by the ladies when working.





In addition, six bicycles were given to children from the Bal Yoga Mitra Mandal to assist them in furthering their education and other activities.

### **Vrischika Sankranti**

Vrischika Sankranti occurs when the sun enters the zodiac sign of Scorpio. This is one of the four Vishnupadi Sankrantis. If correctly performed, on this Sankranti, daan earns 100,000 times the normal merit. The scriptures state the correct items of daan are those that will provide warmth in the cold winter. At Sannyasa Peeth this year Vrischika Sankranti was celebrated on the 18th of November and the elderly and destitute members of the local community received daan. Swami Niranjanananda personally greeted every recipient and enquired about their health and welfare. To these men and women, all over seventy years of age, with no pension or support, daan was given in the form of a woollen blanket, thermals, warm sweater and cardigan, woollen cap and socks, and winter a jacket.





## IMPORTANT ANNOUNCEMENT REGARDING DONATIONS

Donations to Sannyasa Peeth will be received only under the following 'Heads of Accounts':

### 1. **General Donation**

Funds will be utilized towards the following activities:

- Cultural education
- Sannyasa training
- Dissemination of spiritual knowledge
- Relief for the underprivileged – support to the poor and needy sections of society
- Medical relief – financial assistance to poor and needy patients.

### 2. **Corpus Donation**

Funds will be utilized towards capital investment. Interest income generated from **CORPUS (MOOLDHAN) FUND** will be utilized towards all the activities (spiritual as well as charitable) of the Trust

### 3. **CSR Donation**

Funds will be utilized towards CSR activities.

Therefore, devotees are requested to send donations to the above-mentioned account heads only.

Donations towards Sannyasa Peeth may be made through 'SB Collect Online Donation Facility' by directly accessing the web address: <https://www.onlinesbi.sbi/sbicollect/icollecthome.htm?corpID=2271958>.

Donations can also be sent through cheque/D.D./E.M.O. drawn in favour of:

#### **Sannyasa Peeth**

payable at Munger to Sannyasa Peeth, Paduka Darshan, PO Ganga Darshan, Fort Area, Munger 811201, Bihar.

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

## दान सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण सूचना

संन्यास पीठ के लिए दान राशि केवल निम्नलिखित श्रेणियों के अन्तर्गत स्वीकार की जाएगी –

### 1. सामान्य दान

जिसका निम्नलिखित गतिविधियों में उपयोग किया जाएगा –

- सांस्कृतिक शिक्षा
- संन्यास प्रशिक्षण
- आध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार
- समाज के गरीब और जरूरतमंद लोगों की सहायता
- गरीब मरीजों के लिए चिकित्सा सहायता

### 2. मूलधन निधि के लिए दान

जिसका उपयोग मूलधन निवेश में किया जाएगा। मूलधन निधि से प्राप्त ब्याज राशि का उपयोग न्यास की सभी आध्यात्मिक एवं समाज-कल्याण सम्बन्धी गतिविधियों के लिए किया जाएगा।

### 3. सी.एस.आर. दान

जिसका उपयोग सी.एस.आर. गतिविधियों के लिए किया जाएगा।

इसलिए भक्तों से निवेदन है कि वे केवल उपर्युक्त श्रेणियों के अन्तर्गत अपनी दान राशि भेजें।

संन्यास पीठ को दान 'SB Collect Online Donation Facility' के माध्यम से निम्नलिखित वेबसाइट द्वारा सीधे दिया जा सकता है – <https://www.onlinesbi.sbi/sbicollect/icollecthome.htm?corpID=2271958>

आप चेक, डी.डी. अथवा ई.एम.ओ. द्वारा भी दान दे सकते हैं जो संन्यास पीठ के नाम से हो और मुंगेर में देय हो। राशि इस पते पर भेजें – संन्यास पीठ, पादुका दर्शन, पी.ओ. गंगा दर्शन, किला, मुंगेर 811201

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



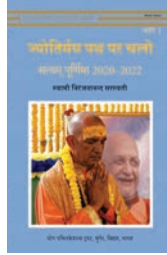
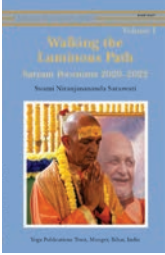
Yoga Publications Trust

## Walking the Luminous Path

Swami Niranjanananda Saraswati

## ज्योतिर्मय पथ पर चलो

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती



This first volume of *Walking the Luminous Path* is a collection of satsangs given by Swami Niranjanananda during Satyama Purnima held in 2020, 2021 and 2022. The unique nature of this anushthana, dedicated to Sri Swami Satyananda, and the tradition of Gurus throughout the ages comes alive through these special satsangs. They create a portal of perception that evokes the tangible experience of being in the presence of divinity and receiving the flow of grace which nurtures our lives.

ज्योतिर्मय पथ पर चलो का प्रथम भाग स्वामी निरंजनानन्द जी द्वारा सन् 2020, 2021 एवं 2022 की सत्यम् पूर्णिमा में दिये सत्संगों का संकलन है। श्री स्वामीजी को समर्पित इस अनुष्ठान का विशिष्ट स्वरूप इन सत्संगों में स्पष्टतः परिलक्षित होता है, साथ ही दिव्यता के प्रत्यक्ष सान्निध्य में होने और दैवी अनुकम्पा प्राप्त करने का एक जीवन्त अनुभव अनायास ही साकार हो उठता है।

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

**Yoga Publications Trust**, PO Ganga Darshan, Fort, Munger, Bihar 811 201, India.

Tel: +91-09162 783904, 06344-222430,  
06344-228603



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



हरि ॐ

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, 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 2023

### उपयोगी संसाधन

वेबसाइट :

[www.sannyasapeeth.net](http://www.sannyasapeeth.net)  
[www.biharyoga.net](http://www.biharyoga.net)  
[www.satyamyogaprasad.net](http://www.satyamyogaprasad.net)

एप :

(Android एवं iOS उपकरणों के लिए)

Bihar Yoga

APMB

YOGA (अंग्रेजी पत्रिका)

YOGAVIDYA (हिन्दी पत्रिका)

FFH (For Frontline Heroes)

कवर एवं अन्दर के रंगीन फोटो :

श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

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

## Sannyasa Peeth Events & Training 2023 & 2024

### Sannyasa Peeth Training

<i>Jul 2022–Jun 2024</i>	Sannyasa Training
<i>Jul 1–Dec 31 2023</i>	Sannyasa Life Experience
<i>Feb 11–Jul 11</i>	Sannyasa Life Experience
<i>May 1–7</i>	Mantra Sadhana Training
<i>May 1–7</i>	Jignasu Lifestyle Training
<i>Jun 24–30</i>	Karma Sannyasa Training
<i>Jul 18–21</i>	Guru Poornima Celebrations
<i>Jul 18–Jan 18 2025</i>	Sannyasa Lifestyle (6 months)

### Events, Aradhanas and Satsangs

<i>Dec 13–27 2023</i>	Sat Chandi Mahayajna & Yoga Poornima (Rikhia)
<i>Dec 29–31 2023</i>	Satyam Poornima
<i>Dec 31–Jan 1 2024</i>	New Year Program
<i>Dec 10–15</i>	Satyam Poornima
<i>Dec 31–Jan 1 2025</i>	New Year Program