Satya ka Avahan

सत्य का अवाहन

Invoking the Divine

Year 13 Issue 1 January–February 2024

Sannyasa Peeth, Munger, Bihar, India

Hari Om

Satya ka Avahan is a bilingual and bi-monthly magazine compiled, composed and published by the sannyasin disciples of Sri Swami Satyananda Saraswati for the benefit of all people who seek health, happiness and enlightenment. It contains the teachings of Sri Swami Sivananda, Sri Swami Satyananda, Swami Niranjanananda and Swami Satyasangananda, along with the programs of Sannyasa Peeth.

Editor: Swami Gyansiddhi Saraswati

Assistant Editor: Swami Shivadhyanam Saraswati

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

Printed at Thomson Press India (Ltd), Haryana

© Sannyasa Peeth 2024

Useful Resources

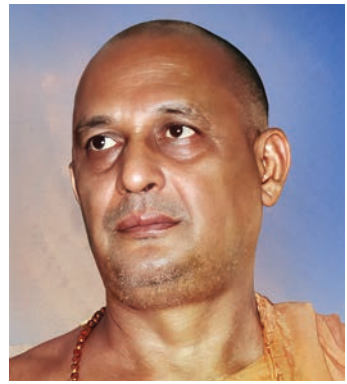
Websites:

www.sannyasapeeth.net
www.biharyoga.net
www.satyamyogaprasad.net

Apps:
(for Android and iOS devices)

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

Front cover and plates:
Satyam Poornima 2023



SATYAM SPEAKS – सत्यम् वाणी

Satsang is the essence of yogic and spiritual life. Satsang is an encounter with truth or association with those who are following the path of truth. In the highest sense it means direct perception and communion with truth, and even more: living with awareness of truth in every action and incident of life. It means that one's being is submerged in awareness of truth. This is an elevated definition.

–Swami Satyananda Saraswati

सत्संग यौगिक और आध्यात्मिक जीवन का सार है। सत्संग सत्य का साथ है, उन लोगों का संग है जो सत्य के पथ पर चल रहे हैं। पारमार्थिक दृष्टि से इसका तात्पर्य है सत्य का साक्षात्कार, और इससे भी अधिक, जीवन के हर क्रिया-कलाप में सत्य की सजगता बनाये रखना। इसका मतलब यही कि मनुष्य का सम्पूर्ण व्यक्तित्व सत्य की चेतना से भर जाए। यह सत्संग की सर्वोच्च परिभाषा है।

–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

Satya ka Avahan
Invoking the Divine

सत्य का आवाहन

Year 13 Issue 1 • January–February 2024

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

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

—Rantideva

Contents

2 स्वप्न साकार हुआ
5 हृदय की कोमलता
8 Satyam Navanga
11 The Light Within
12 Sannyasa
14 The Spirit of Sannyasa
16 सत्संग का सच्चा अर्थ
20 Atmabhava
23 About Bhava
25 The Destiny of Union
27 What is Satsang?
29 An Inspiration
31 A Hint
32 साधक का आह्वान
33 Towards Divinity in Life
40 Maryada Purushottam
42 ज्योतिर्मय पथ पर चलो

स्वप्न साकार हुआ

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

एक स्वप्न देखा था हमने। गोधूलि की बेला थी, गंगा नदी का तट था और गंगा नदी की रेत में बारह शिवलिंग गड़े हुये थे। वातावरण में रुद्री का पाठ हो रहा था और एक कौपीनधारी नागा संन्यासी गंगा नदी से एक लोटे में जल भरकर शिवलिंगों पर डालकर उनका अभिषेक कर रहा था।

यह स्वप्न हमने सन् 2020 में शतचंडी महायज्ञ के दौरान रिखियापीठ में देखा था। 2019 तक रिखियापीठ में आयोजित शतचंडी महायज्ञ और योग पूर्णिमा के कार्यक्रमों में हम हमेशा जाते थे, लेकिन जब 2020 में यह स्वप्न देखा तो इससे प्रतीत हुआ कि ईश्वर और गुरु का आदेश मिला है कि इस अवधि में जब पूरी दुनिया गुरुदेव के जन्मदिवस को मनाती है, तुम द्वादश शिवलिंगों का अभिषेक कर गुरुदेव को अपनी आराधना अर्पित करो।

तब 2020 में हमलोगों ने मुंगेर में इसे एक अनुष्ठान के रूप में बहुत ही छोटे स्तर पर किया और अब यह इस सत्यम-पूर्णिमा की आराधना का चौथा साल है। प्रत्येक वर्ष इस आराधना के आरंभ में हमको गुरुदेव का एक संदेश प्राप्त होता है, जिनसे यह मालूम पड़ता है कि वे यहाँ पर हमलोगों के साथ विद्यमान हैं। यह कोई सामान्य कार्यक्रम नहीं है, बल्कि एक अनुष्ठान है, एक संन्यासी की आराधना है, जिसका आदेश संभवतः स्वयं महेश्वर ने ही दिया है। और क्या संयोग रहा है इस साल महादेव की कृपा का! इस वर्ष जब हमलोग अपने गुरुदेव की जन्म-शताब्दी मना रहे हैं तो हमें एक स्वप्नादेश हुआ कि द्वादश ज्योतिर्लिंगों की यात्रा करके पंचाग्नि भस्म के साथ सभी ज्योतिर्लिंगों का अभिषेक किया जाये। ईश्वर की कृपा ऐसी रही कि हमारे स्वामी संविदानन्द जी महाराज ने कहा कि हम भी आपके साथ चलेंगे। आठ दिनों में ही हमलोगों ने द्वादश ज्योतिर्लिंगों की तीर्थयात्रा सम्पन्न कर ली! जहाँ-जहाँ भी हमलोग गए, ईश्वर दर्शन और आराधना का बहुत सुंदर अवसर मिला। जहाँ पर व्यक्ति एक मिनट भी खड़ा नहीं रह पाता है, वहाँ पर हमें आधा-एक घंटा समय मिला।

मस्त होकर हमलोगों ने भस्म के साथ ज्योतिर्लिंगों का सुंदर अभिषेक किया और उनका आशीर्वाद भी प्राप्त किया।

इस वर्ष हमलोग अपने गुरुजी के जन्म के सौ साल मना रहे हैं। इन सौ सालों में उनकी शिक्षाओं का जो स्वरूप देखने में आया, वह अपने आप में अद्भुत है। उनका पूरा जीवन साधु, समाज और संस्कृति के उत्थान के लिए समर्पित रहा। उनका पूरा जीवन अपने गुरु की सेवा, प्रेम और दान की शिक्षाओं को स्थापित करने में संलग्न रहा। उनके जीवन का उद्देश्य था कि हर व्यक्ति स्वास्थ्य, प्रसन्नता और सामंजस्य को प्राप्त करे और इन नौ संकल्पों को लेकर हमलोगों ने इस वर्ष जो कार्य किये, वे इन नौ संकल्पों के पूरक हैं। पिछले वर्ष सत्यम-पूर्णिमा के समय मुंगेर में हमलोगों ने शताब्दी-वर्ष का श्रीगणेश किया था और इस वर्ष की सत्यम-पूर्णिमा के साथ हमलोग इस शताब्दी-समारोह को पूर्ण विराम दे रहे हैं। यह समापन भी कैसा अद्भुत हो रहा है! लोग अभी रिखियापीठ से योग पूर्णिमा मनाकर यहाँ पहुँचे हैं। वहाँ तो बहुत भव्य आयोजन था, यहाँ पर एक छोटी-सी आराधना है, लेकिन इस आराधना की पूर्णाहुति में भारत के चार दिग्गज महात्मा – स्वामी गिरीशानन्द जी, स्वामी मुक्तानन्द जी, स्वामी संविदानन्द जी और स्वामी माधवानन्द जी चार चाँद लगा रहे हैं।

शताब्दी का समापन होगा इकतीस तारीख को और नव-वर्ष में आश्रम परम्परानुसार हनुमान जी का आवाहन करके हमलोग एक संकल्प लेकर अपने जीवन में आगे बढ़ेंगे। वह संकल्प यही होगा कि हमारा आध्यात्मिक जीवन सुदृढ़ बने। भौतिकता के सम्मोहन में तो सभी रहते हैं, इसमें कोई दो मत नहीं। आज के साधु लोग भी भौतिकता के सम्मोहन में रहते हैं। भौतिकता का सम्मोहन तो सबको होता है, लेकिन उसके साथ आध्यात्मिक चेतना और जागृति की भी आवश्यकता होती है। जो व्यक्ति अपने जीवन में आध्यात्मिक चेतना को जागृत कर पाता है, वही अपने जीवन में सुख, शांति और आनंद का अनुभव कर पाता है। जो व्यक्ति आध्यात्मिक जीवन से विमुख रहता है, उसे अपने जीवन में हमेशा दुःख, संताप, कठिनाइयों और परेशानियों का सामना करना पड़ता है। यह निर्विवाद सत्य है। इसलिए हमारा संकल्प होना चाहिए कि हमारा आध्यात्मिक जीवन मजबूत बने और उसको मजबूत बनाने के लिए हमें हमेशा प्रयत्न करने की आवश्यकता है। यह हमलोगों का संकल्प रहेगा शताब्दी-वर्ष के समापन पर।

– 29 दिसम्बर 2023, सत्यम् पूर्णिमा, पादुका दर्शन

हृदय की कोमलता

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

भगवान का दर्शन करने के लिए चर्म-चक्षु नहीं, बल्कि अन्दर की आँख खुली होनी चाहिए। यह अन्दर की आँख क्या है? हृदय और उसकी भावना। जो भावना आपको अपने बच्चे और पत्नी के लिए होती है, उसे हृदय अनुभव करता है न! हृदय ही मनुष्य की तीसरी आँख है। पूजा-पाठ अपनी जगह

पर ठीक है, वेदान्त और भक्ति भी अपनी जगह पर ठीक है, परन्तु जब तक मनुष्य का हृदय कोमल नहीं होगा, उसकी भावना शुद्ध नहीं होगी, तब तक उसे भगवान के दर्शन नहीं होंगे।

भावना को शुद्ध करने के लिए मनुष्य को *'सीयाराममय सब जग जानी'* सिद्ध करना पड़ता है। सब में भगवान को देखना कितना मुश्किल है! मेरे पड़ोसी के घर में खाना नहीं है, मतलब मेरे घर में खाना नहीं है। पड़ोसी के घर में बेटी बीमार है, इसका मतलब मेरे घर में बेटी बीमार है। यह भावना जब तक सत्यानन्द को नहीं होगी तब तक उसको भगवान का दर्शन नहीं हो सकता। वह भगवान के बारे में बोल सकता है, लिख सकता है, लोगों को उपदेश दे सकता है, आचार्य बन सकता है, लेकिन उसको भगवान का दर्शन नहीं हो सकता है।

जो आत्मा मेरे अन्दर है वही आत्मा सबके अन्दर है। माला के सारे-के-सारे मनके एक ही सूत्र में पिरोये हैं और उस सूत्र को कहते हैं ईश्वर या आत्मा। उस आत्मा का अनुभव भी होता है। तुलसीदास जी को चित्रकूट में हुआ। सूरदास, मीराबाई, चैतन्य महाप्रभु और रामकृष्ण परमहंस को हुआ। बहुत लोगों को हुआ है। यह एक अनुभव है और इस अनुभव को प्राप्त करने के लिए सबमें भगवान को देखना ही साधना है।

इस साधना की प्रेरणा मेरे को भगवान शंकर ने दी। उन्होंने मेरे से कहा, तू ऐसा कर। अब यह मेरी साधना का अभिन्न अंग है। मैं आपको जो कह रहा हूँ, अपना गौरव आपके सामने प्रकट नहीं कर रहा हूँ। मैं यह बतलाना चाहता हूँ कि व्यक्ति को भगवान की प्राप्ति के लिए जो साधना करनी पड़ती है, उसकी पूर्णता तब होती है जब वह सब जीवों के कष्टों का स्वयं अनुभव करने लगता है।

आखिर मदर टेरेसा को क्या पड़ी थी बीमारों की देखभाल करने की। कोई बीमार पड़ा है तो पड़ा रहने दो, हमारा कोई भाई-भतीजा लगता है क्या? नहीं, जब तुमको दूसरे के दुःख से पीड़ा हो, जब तुमको दूसरे के सुख से सुख मिले, तब समझना तुम भगवान के बहुत नजदीक हो। यह लक्षण है। 'मैं सुलतानगंज से पैदल आकर बैद्यनाथ मन्दिर में जल चढ़ाता हूँ', यह कहने की जरूरत नहीं। यदि तुमको दूसरे के सुख से ईर्ष्या हो, दूसरे की पीड़ा में सुख मिले तो समझना तुम भगवान से बहुत दूर हो।

रवीन्द्रनाथ ठाकुर ने बड़ा सुन्दर लिखा है – 'स्नेह, प्रेम, करुणा, भक्ति से कोमल करो प्राण।' तुम्हारे प्राण इतने कठोर हो गए हैं कि तुम्हें दूसरे के दुःख

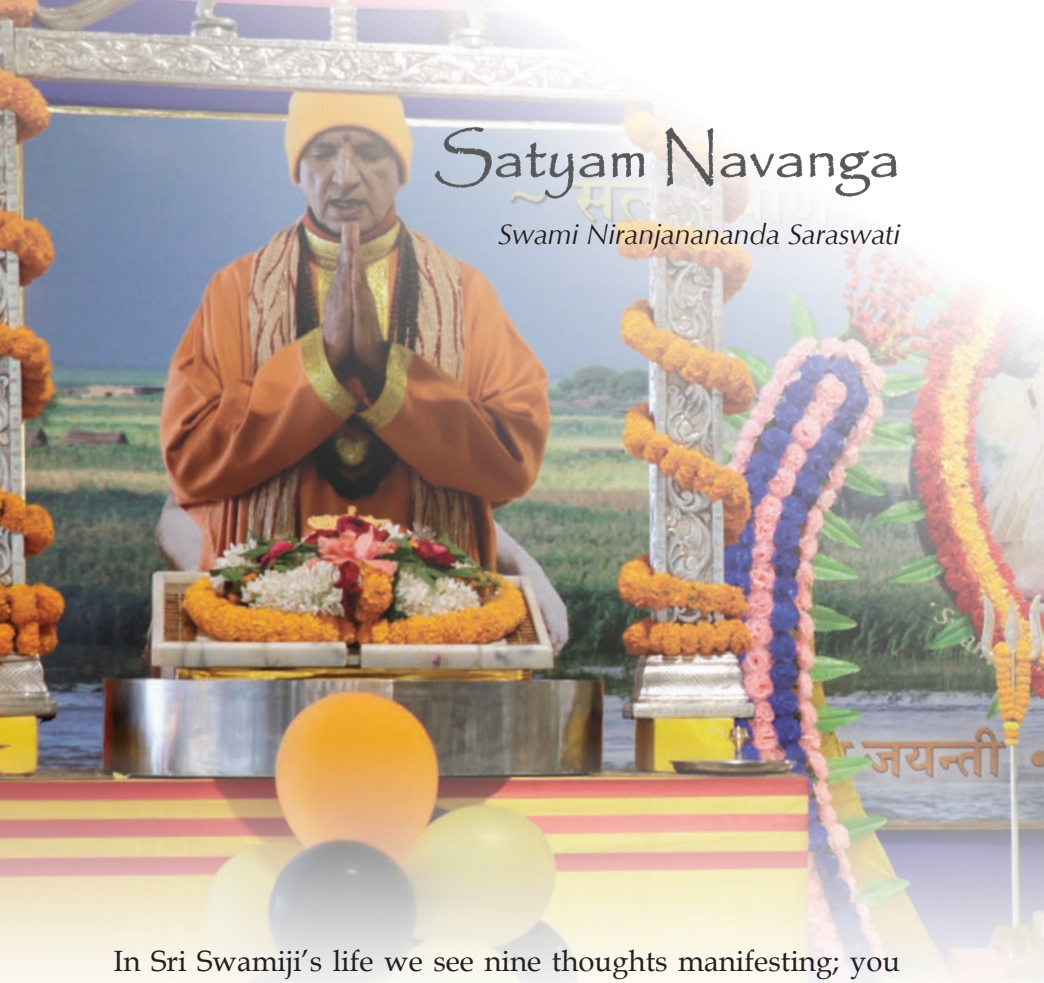
में सुख मिलता है और सुख में दुःख। इन कठोर प्राणों को कोमल करो। कैसे? स्नेह, प्रेम, करुणा और भक्ति से। अपने से छोटों से स्नेह किया जाता है, अपने बराबर वालों से प्रेम, अपने से ज्यादा अभागे लोगों पर दया और अपने से बड़े की भक्ति। ये चार साधन हम लोगों को अवश्य करने चाहिए। कई लोग इसको समाज सेवा भी बोलते हैं। नाम चाहे जो भी दो, इसके अलावा और कोई उपाय नहीं है।

यहाँ के बूढ़े लोगों का हम विशेष रूप से ख्याल रखते हैं। क्या मालूम वह बूढ़ा आदमी किसी जमाने में मेरा बाप रहा हो। हम नहीं कह सकते कि पूर्वजन्म में तुम मेरे क्या थे या मैं तुम्हारा क्या था। हम लोगों का कई जन्मों का सम्बन्ध है। आखिर मैं रिखिया ही क्यों आया। मैं गंगोत्री चला जाता, किसी दूसरी जगह चला जाता। मनुष्य को पूर्वजन्मों के कर्म खींच कर लाते हैं। वह जिन व्यक्तियों से प्रेम करता है या द्वेष करता है या जिस किसी रूप में सम्बन्ध रखता है, वे किसी-न-किसी जन्म में, किसी-न-किसी रूप में उससे जुड़ते हैं।

यह साधना हमारे ऋषि-मुनियों ने बहुत पहले से बतला रखी है। रामचरितमानस में भी कहा गया है कि कलियुग में दो ही साधनाएँ चलेंगी। इस युग में यज्ञ और तप नहीं हो सकते। केवल भगवान का नाम जपो और येन-केन-प्रकारेण दूसरों की मदद करो, परोपकार करो। उससे हमारा जन्म सुधरेगा। पूर्वजन्म में अच्छा कर्म करके आए, इसलिए इस जन्म में अच्छा कटा। इस जन्म में अच्छा करेंगे तो अगला जन्म अच्छा रहेगा, और इसी बहाने दो-चार लोगों की मदद भी हो जाएगी।

अभी हमने स्वामी निरंजन से कहा है कि अगल-बगल में कुछ जमीन ले लो। उसमें पचास कमरे बना दो, रसोई घर बना दो और गाँव में जितने बूढ़े हैं जिनका घर में नहीं जमता है, उन सब को ले आओ इस वृद्धाश्रम में, वानप्रस्थ आश्रम में, जैसे प्राचीनकाल में था। वहाँ पर उन लोगों को भजन-कीर्तन भी करवायेंगे। उनमें जो अच्छे विद्वान् होंगे वे आसन-प्राणायाम सीखकर अगल-बगल के लोगों में योगविद्या को फैलायेंगे। रिखिया पंचायत के लोगों को एक नया आदर्श देखने को मिलेगा। केवल यहीं नहीं, मैंने हिन्दुस्तान के सब साधु-महात्माओं को लिख दिया है, 'शहर छोड़ो, गाँव में आओ, अब तुम लोग सब सेवा में उतरो।'

– 25 नवम्बर 1999, रिखियापीठ



Satyam Navanga

Swami Niranjanananda Saraswati

In Sri Swamiji's life we see nine thoughts manifesting; you could even say that he showed us the path of yoga in *navanga*, nine stages. The first three stages of this yoga connect the individual with himself by making us aware of the need to be healthy, physically, mentally, emotionally, spiritually, by making us connect with the component of happiness and contentment in life, and by making us realize the need, the importance and the experience of harmony in our life. Health, happiness and harmony become the first clarion call of Sri Swamiji which he achieved through fulfilling the mandate of his Master, to spread of yoga from door to door and shore to shore.

Then he established the next vision which is to connect the individual with other individuals and with the cosmic

being who resides in and is the in-dweller of all hearts. He showed this connection through *seva*, service, *prem*, love and affection, and *daan*, giving. In the second vision, he established the teachings of his Master.

The outcome of the first two is the upliftment of *sadhu*, the good people in society, upliftment of *samaj*, society, to provide them with all that is necessary, to ensure that society has the proper care for body, mind, profession, education and this in every respect; and the development of *sanskriti*, the human culture, based on kindness, compassion and love. Ultimately, it is this that had brought our civilization together.

People say that wars created human civilization. No, on the contrary, wars destroyed human communities and human civilizations. It was the kindness and compassion of indivi-

duals that gave birth to a unified society. It is the kindness, compassion, love, affection, support and care that we can give to others that will build a stronger society which will be self-sufficient and self-reliant. If we seek domination and control, then definitely social destruction will take place and it will lead to strife, pain, suffering and even destruction and death.

Spiritual values have always supported the positive human values. Saints have spoken of connecting with love and kindness, yet for people it has only remained a theory, a philosophy and not something which can be applied in life. You have to understand that unless you apply knowledge in your life, you continue to live in darkness. In darkness there is no salvation. Only when you come out of the darkness through the light of wisdom you will find salvation and happiness. That has been the statement of the Gurus throughout the ages.

It is with this sankalpa that we shall go from here today – to work for health, happiness and harmony; to acquire the nature and the culture to serve, love and give, and to offer our contribution, our service for the upliftment of good people on the planet, of society at large and of human culture which encompasses everyone with compassion, love, care and support, so that each one is happy and contented.

Sarve bhavantu sukhinah, sarve santuniramah,
Sarve bhadrani pashyantu ma kasht dukkha bhag bhavet.

This is the statement of the Vedas that everyone should be happy, everyone should be content, everyone should be fulfilled and there should be no or less pain and suffering in life. That is the spiritual path that we follow according to the the teachings, the vision and the inspiration given to us by the tradition of Swami Sivanandaji and Sri Swami Satyanandaji.

We are grateful to them for giving us this direction, this path, this awareness, knowledge, understanding and sadhana, so that we can improve ourselves in life.

– 1 January 2024, Paduka Darshan, Munger

The Light Within

Swami Satyananda Saraswati

How can you tell that you are a householder? When you have a wife, children, relatives, family responsibilities, bills to pay, that is called a householder, *grihastha*. If you have no bills to pay, no wife, no children, no relatives, nothing, you must step out of the portals of your home, find a guru for yourself, live with him, serve him, do karma yoga. Do not ask him anything, do not say, 'Guruji, give me samadhi.' When you come to my shop, I know you have come to purchase something. It is understood that when an aspirant goes to a guru, he does not go for anything else but spiritual life.

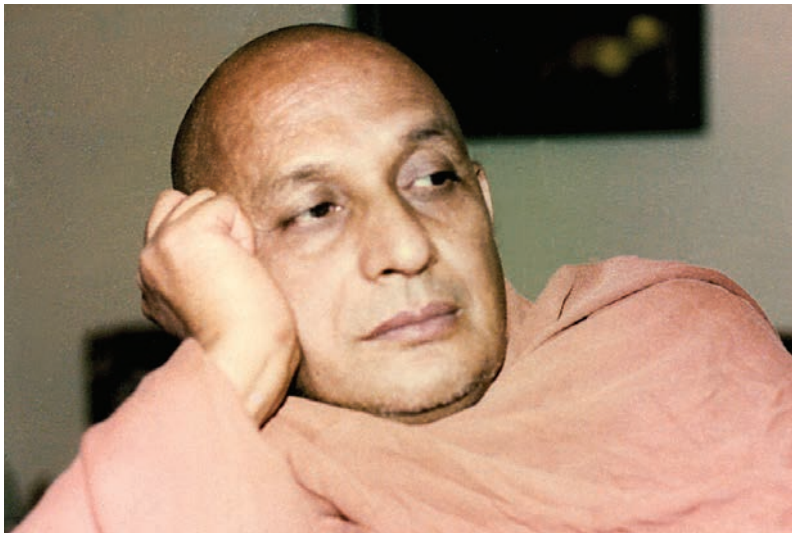
Don't ask, 'Guru, give me moksha,' 'Give me samadhi,' or 'Give me benedictions.' Just stay with him, don't even think that he is going to give you a meditation or kundalini technique. The guru will only tell you to practise karma yoga, to exhaust the last remnants of karma; then the light will shine by itself. You do not have to bring the light. How can you bring the light? The light is shining all the time, but blind as we are, we do not see it. We cannot see it.

You do not have to bring light for a blind man, you have to give him eyes. In the same way, when you go to guru you do not have to think, imagine or wish for the light, as it is in you. The cover of *avidya*, ignorance, constituted by the mind and by samskaras must be removed, then light will come by itself. If you do not do it, then even without the responsibilities of a householder, you will still be regressing on the spiritual path day after day, because after all, what are you going to do? That is my suggestion to you.

– 6 April 1982, London

Sannyasa

Swami Satyananda Saraswati



To be lean or to be fat is not important. The important thing is a smooth flow of emotions. When there is a smooth flow of emotion, you have peace of mind. When you have peace of mind, you can meditate. If there is no smoothness, there is a struggle. I am telling you this because sannyasins are important for the society. If they can make their lives and minds very smooth, then in the course of time, they will be more capable of serving people.

Sannyasins should not be mentally sick. Of course, all sannyasins are not completely evolved. With their work, they must work systematically from time to time. How do you drive the car? You have first gear, second gear, third gear, fourth gear, and a lower gear. If every time you put the car in fourth gear, you can have an accident. You have to change gears, according to the road and the traffic. Like this you should do it. When there is a lot of traffic in the mind, you should use a

strong gear. When there is no traffic in the mind, you should use a speed gear. When it is very difficult in the mind, you should use a lower gear. When there is dangerous traffic, you should use the brakes. They have to use all these different tricks in life. In sannyasa, it is better if there are no U-turns.

What must a sannyasin renounce?

Renunciation is a very important thing in the life of a sannyasin. He has to renounce the maze of things in the mind. He has to renounce the images. For many years, I had been having many desires and now I do not have them anymore. That is the first renunciation. A sannyasin cannot live without desires. So what should he desire? He should not desire for himself, but for others. That is the second renunciation. The third renunciation is when you live in this world you are affected and influenced. These influences leave a mark on your mind and life. You have to renounce that. When you have a guru as your guide, you do not have to think about what you have to renounce.

Once you are completely dedicated to your guru that is the total renunciation. Bhakti, devotion and surrender are complete renunciation. If you have not been able to renounce, then all other renunciations remain incomplete. In the life of a sannyasin, the greatest and ultimate factor is guru. If this is properly understood, I think sannyasa becomes very easy and renunciation becomes spontaneous.

Swamis must work very hard, physically and mentally, then everything will be calm and quiet and there will be no turbulence. When you have no physical and mental work, the mind flies away. One meal a day is good, but it is also important to do a lot of work, physical and mental.

The mind is very powerful; it is a magician. It will create many problems. Headache is a problem, a mental problem. Migraine is mental. Mind is a magician. Food once a day is sufficient. Any swami who wants to eat once a day, is doing the right thing. It is good for mental peace. If you want to eat once a day, the hormonal imbalances will be less. ■

The Spirit of Sannyasa

Swami Niranjanananda Saraswati

First and foremost, I am a sannyasin because it was for that that I came to my guru. Before we met, I was a sannyasin.

That was the purpose with which I came. My position in your beliefs and ideas is your affair. Today you call me a guru, so I become a guru, tomorrow you call me a dog, so I become a dog? Today you call me a saintly person, so I am a saintly person and if tomorrow you call me a lecherous person do I become a lecherous person? The thoughts you impose are your own affair, not my concern. I did not come to receive anything from any one, either your praise or abuse, that is secondary. As long as I am true to my sannyasa commitment, I will be able to help others. The day I lose my balance, I will need help. That is the life story of every individual in this world, whether they are saints, avatars or ordinary people.

As long as a person is true to their commitment, there is every chance he will fulfil that commitment and attain that goal, but if the goal is not clear, then the outer distractions and influences can sway a person. In the tradition of the gurus in our parampara, from Swami Sivananda down to his disciples, one very important aspect of human effort is seen. The personal example of Swami Sivananda was his commitment to spirituality. The example of Swami Satyananda is his commitment to spirituality and it is the same with Swami Sivananda's other disciples. Today they are recognized as leaders in their fields, as masters, as luminaries who have inspired many people to become and to attain something. That has been the spirit of sannyasa alive in them and due to that spirit, they were able to do all those things.

So first and also last I am a sannyasin and not anybody's guru, friend, counsellor or associate. Such ideas are projections of your own ideas. Why do different people see in different ways? If a guru is a guru, then why isn't he seen universally as that? Why do people build up their own image of the guru according to their own nature? Why is it that for some guru is a philosopher, for some a guide, for some a friend? In the life of a spiritual aspirant it is not gurudom which is important but truthfulness to one's self. That is the spirit of sannyasa. ■

सत्संग का सच्चा अर्थ

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

सत्संग शब्द सत् और संग, इन दो शब्दों के योग से बना है। सत् का अर्थ है परमसत्ता, जो ब्रह्म है। सत् ब्रह्म का अपरिहार्य स्वभाव है। यह सभी परिवर्तनशील वस्तुओं में अक्षुण्ण रहता है। एकमात्र यह सत् ही इस नामरूपात्मक जगत् को धारण करता है। वही सत् सर्वव्यापक, सर्वज्ञ, सर्वशक्तिमान् आदि गुणों से सम्बद्ध होकर ईश्वर या परमात्मा कहलाता है। संग का शब्दार्थ है संगति या मेल। सदा प्रभु की संगति में रहना या ब्रह्म में स्थित रहना, यह हुआ सत्संग का शाब्दिक अर्थ, परन्तु जब तक अविद्या रहती है, तब तक ब्रह्म की अपरोक्षानुभूति नहीं हो सकती। ज्ञान से अविद्या का नाश होने पर सत् स्वयं प्रकट हो जाता है। यही सर्वोच्च सत्संग है।

ज्ञानियों की संगति से ही निर्गुण अथवा सगुण ब्रह्म का ज्ञान होता है, अत: उसे भी सत्संग ही कहते हैं। इस संदर्भ में सत्संग का अर्थ है सत्पुरुषों

की संगति। सत्पुरुष वे हैं जिन्होंने या तो सत् का साक्षात्कार कर लिया है या उसके साक्षात्कार के लिये प्रयत्नशील हैं। जिस व्यक्ति ने अहंभाव, लोभ, काम-वासना आदि का त्याग कर दिया है, वह सत्पुरुष है। जिन लोगों ने समदृष्टि, मन का सन्तुलन तथा प्रभु में अव्यभिचारिणी भक्ति प्राप्त की है, वे सत्पुरुष हैं। जो लोग शान्ति, आनंद, संतोष, निर्भयता, विनम्रता, ओजपूर्ण वाणी तथा दिव्य आभापूर्ण व्यक्तित्व से सम्पन्न हैं, वे सत्पुरुष हैं।

एकमात्र भगवत्कृपा से सत्संग संभव

किसी सत्पुरुष के संपर्क में आना बड़ा ही कठिन है और उससे भी कठिन है सत्पुरुष को पहचानना। संसारी संस्कारों से युक्त व्यक्ति अपने ही पैमाने से सन्त को मापना चाहते हैं और उस पैमाने के अनुकूल न पाकर उसे झूठा संत मान कर त्याग देते हैं, जिसके परिणामस्वरूप वे संत-संपर्क के लाभ से वंचित रह जाते हैं। परन्तु फिर भी सत्संग का अमिट प्रभाव संबंधित व्यक्ति पर पड़ता ही है, उसे चाहे वह शीघ्र अनुभव करे अथवा कुछ समय के बाद। भक्ति-सूत्रों में देवर्षि नारद कहते हैं – *महत्संगस्तु दुर्लभोऽगम्योऽमोघश्च* अर्थात् महात्माओं का संग दुर्लभ, अगम्य और अचूक है।

महापुरुषों की संगति प्राप्त करना दुष्कर है। महापुरुषों के समाज में किस प्रकार तथा कब कोई मनुष्य प्रवेश पा सकेगा, यह कहना संभव नहीं, परन्तु यदि महापुरुषों की संगति एक बार भी प्राप्त हो गयी, तो उसका प्रभाव चिरस्थायी रहता है। भगवत्प्रेम मुख्यत: सत्पुरुषों की कृपा अथवा प्रभु की करुणा के संस्पर्श से ही प्राप्त होता है। इसी भाँति सत्संग भी प्रभु की कृपा से ही प्राप्त होता है, क्योंकि भक्त और भगवान् में कोई अंतर नहीं है। दोनों अभिन्न हैं। श्रुति की घोषणा है कि ब्रह्म को जानने वाला ब्रह्म ही हो जाता है। ब्रह्म के समान ही संतों की महिमा अपार तथा अनंत है।

प्रभु तथा उनके भक्तों के संबंध पर प्रकाश

यद्यपि सूर्य की किरणें सभी पर समान रूप से पड़ती हैं, परन्तु हीरा अन्य सभी वस्तुओं की अपेक्षा अधिक चमकता है। यद्यपि किसी सेठ के मकान में सैकड़ों कमरे होंगे, पर वह निजी सुसज्जित कमरे में ही आनंद प्राप्त करता है। उसी प्रकार यद्यपि प्रभु सबके हैं, किन्तु वे सन्त के उस हृदय में अधिक स्पष्ट रूप से प्रकट होते हैं, जो पवित्रता से उज्ज्वल हो गया है तथा जो करुणा,

दया, आत्म-संयम, समदृष्टि तथा ज्ञान के बहुमूल्य रत्नों से जड़ित है। गीता में भगवान् श्रीकृष्ण कहते भी हैं –

समोऽहं सर्वभूतेषु न मे द्वेष्योऽस्ति न प्रिय:।
ये भजन्ति तु मां भक्त्या मयि ते तेषु चाप्यहम्॥9.29॥

अर्थात् यद्यपि मैं सब भूतों में समभाव से व्यापक हूँ, न कोई मेरा अप्रिय है और न प्रिय, परन्तु जो भक्त मेरे को प्रेम से भजते हैं, वे मेरे में और मैं भी उनमें प्रत्यक्ष प्रकट हूँ।

भगवान् और उनके भक्तों का संबंध तीन प्रकार का बतलाया गया है। प्रथमत: दोनों अभिन्न हैं, क्योंकि संत का ईश्वर से पृथक् कोई अस्तित्व नहीं है। हरि-इच्छा ही उनके जीवन की इच्छा है। सूर्य की ज्योति वास्तविक सूर्य में मिल गयी है। नमक का पुतला सागर में मिलकर तद्रूप हो गया है। ओस की बूँदें विशाल सागर में प्रवेश कर गयी हैं। जीव शिव में लीन हो गया है। जब अहं जाता रहा, तो हरि और हरि के जन में कोई अन्तर नहीं रहा।

दूसरे दृष्टिकोण से देखने पर सन्त से ईश महान् है, क्योंकि संत तो केवल पथ है। मानव संत के दर्शन से ही संतोष नहीं पाता, इसलिए पूछता है, 'महाराज! भगवत्प्राप्ति का मार्ग कृपा कर बतायें। परम पुरुषार्थ अर्थात् मोक्ष की प्राप्ति के लिये मैं क्या करूँ?' इससे यह प्रमाणित होता है कि सन्त से भगवान् श्रेष्ठ हैं, परन्तु यह सापेक्षिक दृष्टिकोण है। बंधन में पड़ा मानव संत के संपर्क में आ सकता है, किन्तु उसके लिये संत-चेतना का, जो कि ईश से अभिन्न है, अनुभव करना अति दुष्कर है। जब तक उसे इस चेतना की अनुभूति नहीं होती, तब तक संत उसके लिये किसी लक्ष्य के पथ मात्र ही हैं, पर वास्तविक बात तो यह है कि सन्त लक्ष्य और पथ दोनों ही हैं।

जहाँ तक संत लक्ष्य और पथ दोनों ही है, वह ईश से भी महान् समझा जाता है। तुलसीदास जी का कथन है, 'मेरी दृढ़ आस्था है कि श्रीराम का भक्त उनसे भी महान् है। सभी संत एक स्वर से यही उद्घोषित करते हैं।'

यद्यपि प्रभु सर्वव्यापक हैं, किन्तु गुरु-कृपा के बिना उनका साक्षात्कार नहीं हो सकता है। सन्त अथवा गुरु ही इसके एकमात्र मार्ग हैं। संसार से मुक्ति का अन्य कोई मार्ग नहीं है। संत ही ईश्वर के सजीव प्रतीक हैं। संत के दर्शन, उनका चिन्तन-स्मरण, पाद-संस्पर्श, उनके संग वार्तालाप आदि से व्यक्ति में प्रभु कृपा की अजस्र धारा प्रवाहित होने लगती है, जिससे वह आध्यात्मिक

ज्ञान के चरम शिखर पर शीघ्र आरूढ़ हो जाता है। तुलसीदास जी ने सत्संग की महिमा का बड़े ही सारगर्भित शब्दों में वर्णन किया है –

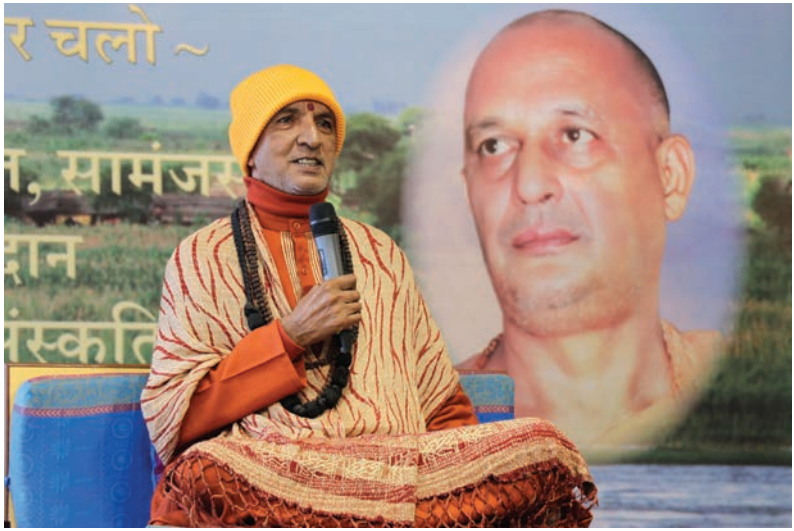
तात स्वर्ग अपवर्ग सुख, धरिय तुला इक अंग।
तुलै न ताहि सकल मिलि, जो सुख लव सत्संग॥

अर्थात् तराजू के एक पलड़े पर स्वर्ग तथा मोक्ष के सारे सुख रखे जायें तथा दूसरे पर केवल क्षण-भर का सत्संग हो तो सत्संग का पलड़ा ही भारी होगा। संसार सागर को पार करने के लिये सत्संग के अतिरिक्त अन्य कोई नौका नहीं है। वह बड़ा ही भाग्यशाली है जिसे सत्पुरुष का सम्पर्क प्राप्त हो चुका है। उससे भी अधिक भाग्यशाली वह है जिसे सन्त-चरणों में अटूट श्रद्धा है और सर्वाधिक भाग्यवान् तो वह है जिसने सन्त चेतना के साथ तादात्म्य साध लिया है।

यदि किसी के लिये सन्त संपर्क संभव न हो तो उसे उपनिषद्, गीता, योगवाशिष्ठ, रामायण, भागवत आदि सद्ग्रंथों से संपर्क रखने का प्रयत्न करना चाहिये। उसे तीर्थवास करना चाहिये, और वहाँ प्रभु-महिमा के श्रवण और कथन में संलग्न रहना चाहिये। यह भी उसके लिये सत्संग ही है। जिस किसी कार्य से हृदय पावन बनने में सहायता मिले, वे सभी सत्संग ही माने जाने चाहिये। ■

Atmabhava

Swami Niranjanananda Saraswati



Sri Swami Satyanandaji's life was divided into four chapters. The first chapter was at his home for twenty years, when he received his education, managed the family estates and awakened spiritual samskaras. The second chapter was when he came to his guru's ashram and lived the life of a disciple and sevak. Then he comes to Munger, where the third chapter unfolded and he worked as a karma yogi after taking the sankalpa to fulfil the mandate of his guru. The fourth and last chapter is in Rikhia where we see bhakti as the focus and foundation of his life.

The common thread that runs throughout the four chapters is his *nishkama bhava,* his total selflessness. From the very first time that we got to know our guru until today, we have never seen a trace of selfishness in his life. When he lived at home, he worked tirelessly in a spirit of selflessness. In his guru's ashram, nishkama bhava infused all his activities for

the period of twelve years of continuous service. In Munger, he fulfilled the mandate of his guru and took the teachings of yoga from door to door and shore to shore with the same spirit of selflessness. Then one fine day, he leaves all this behind with an ease that can only come from a strong nishkama bhava. When he undertakes the sadhanas prescribed for paramahamsa sannyasins in the scriptures during his time in Rikhia, his devotion and dedication is beyond the ordinary. In fact, we have seen the flowering of his bhakti in the form of love which represents the culmination of bhakti. The love which he had for each and every creature was full of bhakti towards the divine, because he was able to see the image of the divine in all beings.

Chote bade ko jisne samjha hai samaan,
Har prani ke bheetar jisne dekha hai bhagwan.

One who has looked upon all creatures as equals Has seen the divine within each being.

Someone who sees the divine within all creatures, will they wave lamps and offer pooja to them or simply love them from the bottom of their heart? This has been the teaching of our Gurudev; if you wish to perfect bhakti, then learn to love everyone and everything. It has been his belief that the divine is always present in every being. In the decades of the 1950s and 1960s, he used to say that his Saraswati sweeps the streets, his Lakshmi works as a housemaid, his Durga cooks food in the kitchen. Should I worship and honour them or the inert idols in temples? This was how he felt deeply, he saw the divinity within each person.

Let us look at the description and understanding of what and who is the divine. The divine is referred to as *Isha* which means the Master of all. We speak of the Divine who is enshrined in every speck of creation as living energy and consciousness, that presence which exists within each one of us as *atma,* the soul. Have you ever seen the soul?

Mamaivaamsho jeevaloke, jeevabhuta sanaatanah
Manahshashthaan indriyaani prakriti sthaani karshati.

It is a part of Me which goes to the earthly plane . . .

This tiny part of the supreme divine being is within each one of us as the atma or soul. This soul is separate from the body and the mind and one who can make the journey towards the atma has the experience of the supreme divine within. The atma which is present within us is the divine element and this is the reason why it is said that the divine is the light which lives within each creature.

When our Gurudev spoke of atmabhava, he said that one should see the divine within oneself and in everyone. He gave the example of a mother who spends the whole night looking after her sick child. Why does she do it? Is her care necessary after the doctor has come and given the medicines? Those medicines will do their work and heal the child, then why does the mother sit there all night and watch over the child? Will the child's fever or cold be cured by her presence? No. And yet she stays beside the child all night. Why? Because she sees the child as a part of her own self, she sees herself in the child and her relationship is that of atmabhava.

This feeling of atmabhava is a result of love and atmabhava is strengthened by remembrance. Your son travels to America for studies, then works and lives there. Though the son is far away, he is never far from your heart and mind. Your thoughts are always with him. It must be this time now in America, he must have gone to work, he must be having his lunch and so on. Every moment of the day thoughts of your son will be at the forefront of your mind. Memory is *smaran*, remembrance. Why is there this constant memory? Because of the love you feel for your son. So love and remembrance go hand in hand. If you love someone, you are always remembering them; and if you find that you are remembering someone, be sure that you must feel at least a little love for them, even if you are not conscious of this fact. Remembrance and love always go together. ■

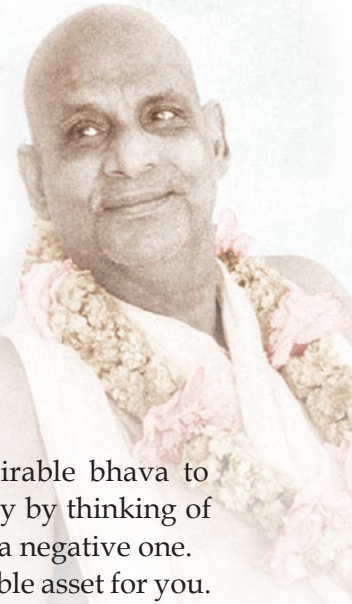
About Bhava

Swami Sivananda Saraswati

Bhava is a Sanskrit term. There is no proper equivalent for this word in English. It means mental attitude or disposition. It is an internal feeling. There are three kinds of bhavas, sattwic bhava, rajasic bhava and tamasic bhava, according to the nature of the quality that predominates in the individual. Sattwic bhava is a divine bhava. It is a pure bhava. Just as thought, memory and will can be easily developed through practice, so also bhava can be developed. An evil bhava can be transmuted into a pure bhava. The bhava of either friendliness or enmity is a mental creation. The enemy or friend is not outside; the bhava is a feeling or imagination from within. An intimate friend of long standing can become a deadly enemy within a second. One hot or harsh word changes the situation completely. When a friendly bhava exists, Mr Smith imagines and expects that his friend, Mr Nicholas, will serve him when he is sick, and that he will have his loving company. He thinks of his friend's loving words and also imagines that his friend will lend him money when he is in distress. He imagines that Mr Nicholas will show him love and receive him with kindness.

These are the feelings of people when a friendly bhava reigns in their minds. When such friendship is lost, Mr Smith entertains different kinds of feelings towards Mr Nicholas. He has no confidence in his old friend any more. He is afraid of him. He turns his face when he meets him. He speaks ill of him. He thinks that Mr Nicholas will injure him. The whole position is completely changed as the bhava has also radically changed.

When an idea occupies the mind exclusively, a mental state or bhava corresponding to the nature of the idea enters the being. Think of your enemy for some time, then an inimical bhava will manifest. Think of mercy or universal love, and the



corresponding bhava will manifest. Think of universal service and the bhava of service will be experienced. Think of Lord Krishna and His lilas at Vrindavan, and a bhava of love and devotion to Krishna will manifest. Feeling always accompanies thought. You cannot separate thought from feeling. They are like fire and heat.

You should watch all your mental states through vigil and introspection. Do not allow any negative or undesirable bhava to manifest. Change the evil bhava immediately by thinking of its opposite. A positive attitude overpowers a negative one.

A sattwic bhava or pure feeling is a valuable asset for you. Through the sattwic bhava, you must try to be established in Brahma bhava. The struggle will be keen in the beginning. There will be an internal warfare between the demonical and divine bhavas. The former will try its best to re-enter the mental factory. Eventually, through constant practice, the sattwic bhava will triumph.

A rich man and a learned man have the bhava of arrogance and superiority. A real sannyasin has the bhava of equality, oneness and love. Bhavas differ in different persons according to their nature. In worldly parlance, the relationship between father and son, husband and wife, master and servant, friend and friend, brother and sister is meant to develop the various degrees of divine love, and to extend this love to God by transforming the lower emotions into sublime, divine emotions. That is the aim of these relationships. The lower human bhava is transmuted into a higher divine bhava. Worldly relationships and bhavas are preliminary training for the development of the divine bhava. Such relationships are not permanent because everything in this world is a passing shadow. If an aspirant seriously reflects and discriminates between that which is real and that which is unreal, he will give up clinging to names and forms. ■

सत्यम् पूर्णिमा • पद्म ज
~ ज्योतिर्मय पथ पर चलो
स्वास्थ्य, सुख-शान्ति, साम

2023

1923 ~ 2023 · Centenary
Jayant

The Destiny of Union

Swami Niranjanananda Saraswati

Satsang is the path of transformation of what one feels and knows, an expansion of the horizons of perception. As one's perceptions develop, one begins to connect with other people. Satsang is being in the company of, or in association with truth, with good people who uplift and encourage. *Sat* means truth, reality, that which really exists, and *sanga* means association with. Satsang is association with what is true and real. What is true and real, apart from the senses, mind, desires and expectations? What is the truth beyond the material dimension? The concept of truth and reality begins with modification or fine-tuning of buddhi.

People create associations through *buddhi* or intellect. Associations determine how they are going to live their life. If they associate with good people, they will receive good samskaras, good thoughts, inspiration and motivation. If they associate with the wrong people, they will receive wrong samskaras, wrong ideas and thoughts. Buddhi is under the influence of tamas. Therefore, although they are searching for happiness, their association with tamasic buddhi does not allow contentment. Yoga says to choose the right association which uplifts and makes one happy and contented.

The world has been seen as unreal, transient, changing all the time. Nothing remains constant. Those one considers to be one's own are not. The husband, wife, friend relationship is only a social relationship. Nobody dies together. People are all individual beings, fulfilling and living their destiny without knowing what that destiny is. They simply live, believing that if they live in this manner, they will be happy and that if they live in another manner, they will be unhappy. Happiness and unhappiness are the only two criteria of life, but it is not destiny.

What is destined for human beings is to know that they are united. The feeling of union only happens when one is able to project one's spirit outwards and see oneself in others, which Sri Swami Satyananda calls *atmabhava*. A mother feels for her child because there is a connection between her and the child, and therefore there is identification. Atmabhava is seeing oneself, not only in one's child, but in other children – seeing one's spirit in everyone.

Atmabhava is being able to see divinity, to see one's own spirit, in each and every one. Spirit is divine. Spirit is God, which in its ultimate form contains the aspects of satyam, shivam and sundaram. Atmabhava, being able to see oneself in others, is the point of transformation. It removes one from selfish attitudes to selfless expression. Without atmabhava, one becomes selfish, but with atmabhava one becomes selfless. Your suffering becomes mine and my suffering becomes yours. Your happiness becomes mine and my happiness becomes yours.

In a selfless environment I feel what you feel and you feel what I feel. This is the conversion of buddhi. Association leads to the conversion of buddhi. Therefore, one needs to choose the right association. It should be an ideal association. My hero is my guru. Sri Swamiji's hero is his guru, Swami Sivananda. This identification represents an association. If my hero and my ideal is a bad person, then what I receive from that association will be bad. ■

What is Satsang?

Swami Satyananda Saraswati

The Sanskrit root *sat* means 'reality, divinity, truth, spirit and purity'; it represents the Self or God. *Sang* means 'coming together'. Satsang does not mean being in the company of many people; that is known as *sangha*, which means 'company or association'. Satsang is being in the company of truth.

Satsang is association, congregation, conference, meeting with the people who discuss and talk about topics pertaining to spiritual life, not politics, sociology, finances, romance, weather, fashion or food, but spiritual life. Satsang is important. Someone must tell the stories of those great saints who had the vision of the supreme.

Longfellow, the poet, said that one has to read the lives of the great saints to make one's own life sublime. Throughout history, saints have led a unique type of life. They have experimented with a new system of life, a new conduct, a new way of thinking. They were revolutionaries of their time. I have read practically all of them, the Hindu saints, the Christian saints, the Sufi saints, the Muslim saints, the Hebrew saints and the Greek saints. If one reads their lives, they will inspire. Their inspiration will awaken bhakti. This is how one has to plod on with one's spiritual consciousness.

Satsang is the essence of yogic and spiritual life. Satsang is an encounter with truth or association with those who are following the path of truth. In the highest sense it means direct perception and communion with truth, and even more: living with awareness of truth in every action and incident of life. It means that one's being is submerged in awareness of truth. This is an elevated definition. At a more practical level, satsang means sitting in the company of wise men and women and listening to what they have to say. Satsang also means a place where seekers of truth meet in the presence of their guru.

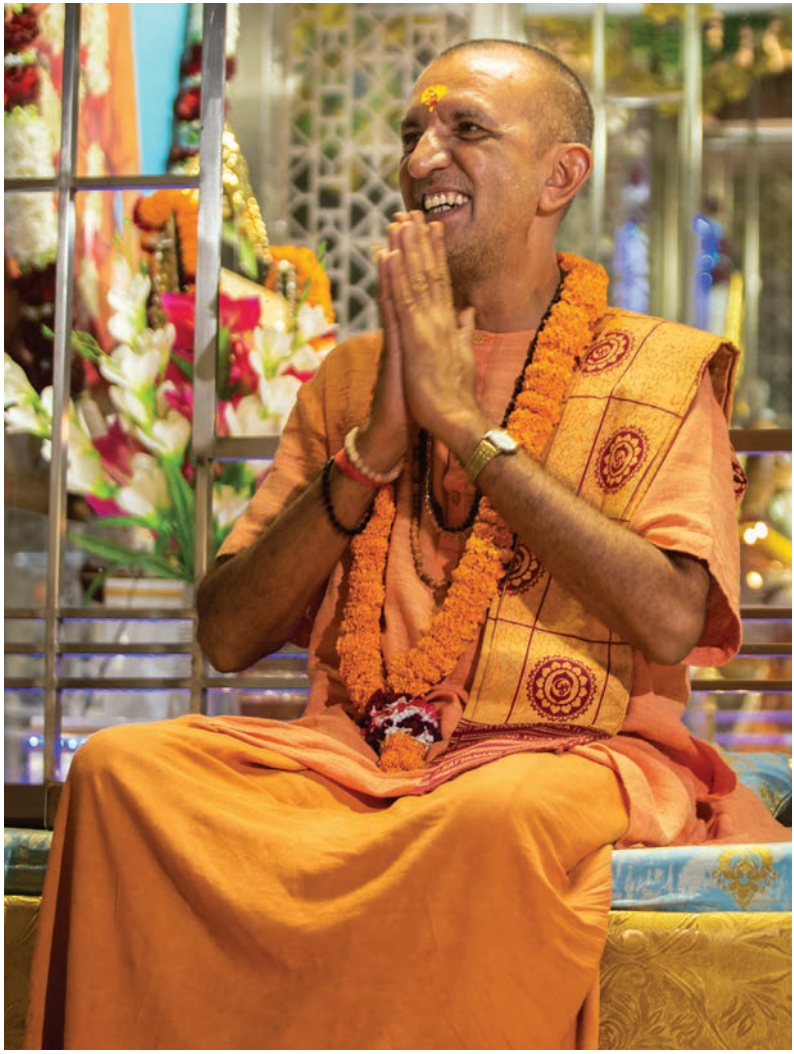
The second definition of satsang is to keep company with good literature: the Vedas, Upanishads, *Bhagavad Gita*, *Srimad Bhagavatam*, Bible, Koran, Torah and many other scriptures. There is the literature of Sri Aurobindo, Swami Sivananda and others. There are hundreds and thousands of such books. One should make it a point to dive deep into such literature.

The third definition of satsang is keeping company with saints, sages, mahatmas and wise men who do not have any obligation to a sect, but are universal in nature and philosophy.

When one has satsang one will be transformed. It is not necessary to be a good person in order to have satsang. One may be a wretched person, an incarnation or a symbol of evil, it doesn't matter. Through satsang a transformation definitely takes place. The importance of satsang is that even the most unholy, most untouchable being becomes worthy of respect, worship and honour. ■

An Inspiration

Swami Niranjanananda Saraswati



Satsang means to be in the company of truth, in the company of good people. A discourse or discussion is not called satsang.

Many people give discourses and answer questions, but that is not called satsang. *Satsang* means an inspiration which one receives and maintains within. When one encounters a sage, and he looks with his benevolent, peaceful and compassionate eyes, that look is also satsang. With that look, something changes in one's mind, something changes within; one identifies with a positive quality. Whether it is positivity, compassion or love that one finds in that look, one can say, "Just the look transformed me" or "What a beautiful feeling it was when he looked at me." This means that something inspired an energy arousal within which gave happiness. Therefore, no matter what one's mood is, one should smile at everybody every morning and say, "Good Morning."

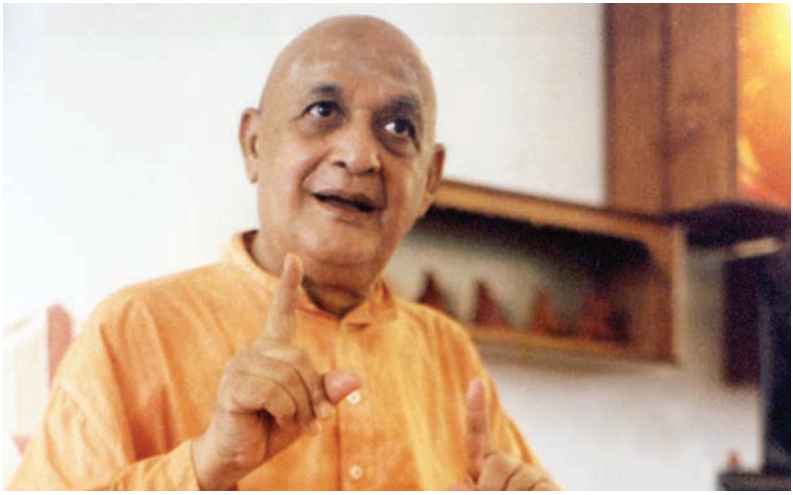
What harm is there if one looks at someone, smiles and says, "Good morning"? It creates a positive feeling. A happy look and a happy smile can create a positive feeling, more so than a frowning look and face. Even that is satsang – sharing of one's happiness, optimism and contentment with everybody, uplifting each one as one goes through the day.

Satsang is sharing of happiness, wisdom, love and compassion. Satsang is sharing the light and not spreading the darkness. This should be understood properly. A positive, appropriate communication, which can motivate and inspire a person to be more active, optimistic and positive, is called satsang. Whether it is a sentence, a lecture, an answer to a question, a simple glance or simply being in the presence of an enlightened master, satsang transforms the inner nature.

Satsang removes the depressions of the heart and brings joy in the emotions. It removes confusion of mind and gives a sense of hope in the place of hopelessness. It allows one to express the better part of oneself. People always love and appreciate that better part. What people don't like or appreciate is the negative part. Nobody likes one's negative side, yet everybody loves one's happy, positive side. Thus, satsang is a tool to remain contented, happy and joyous. Just a simple smile means 'welcome' to everyone. ■

A Hint

Swami Satyananda Saraswati



The growth of society should now centre around the ashrams. The number of the twenty-first century is three and this is the number of sannyasa also. In this century there will be a large number of sannyasins. Why? Because otherwise the governments will not manage. If all the sannyasins were to marry and have children, then the population would be one and a half billion within the next month. We are instrumental in controlling the population. Tell us to and we can make it two billion, and that is with the sannyasins that we have now. If we increase our numbers, then in the coming twenty years the population will be eight billion. This next century will be the century of sannyasins and ashrams. We can foresee this and you should all be ready for it.

A sannyasin's main duty is to preach spirituality, but during a period of emergency, as it is these days, sannyasins have to enlarge their role. Ashrams will have to become dynamic centres for helping others – this is a hint, that's all. ■

साधक का आह्वान

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

हे साधक!
चिर उज्ज्वल माना तेरा जीवन।
योग ध्यान से
माना कि तू धन्य हुआ है।
पर, यह तो बतला
चिर पीड़ित जग में
तप्त धरा पर,
कितनों के गिरते भाग्य चक्र पर,
तूने अपना ध्यान दिया है।
अपने जप विधान से
कितनों के दु:ख को
गिन-गिन कर
भस्म किया है।

तो फिर उठ हे साधक!
उठा अपनी साधना
युग-युग से जो भू-लुण्ठित है।
अन्ध गुफा से आ जा बाहर।
देख तो,
जगत् कहाँ पर है खड़ा
और तू अब तक रहा कहाँ?

Towards Divinity in Life

Swami Niranjanananda Saraswati

When all brothers in a family are respected it leads to the creation of Ram Rajya, whereas if there is strife between brothers, it can lead to *Mahabharat*. While this may seem like a comparatively insignificant idea, all our lives are certainly influenced by it. If we learn to honour and respect everyone, regardless of the differences between us, an environment of peace and happiness is created within which everyone can grow and flourish.

Each person likes to speak of Ram Rajya and that it should be like this or that, but what is the effort we make towards bringing this idea alive? Though we all may entertain a desire for Ram Rajya, if we truly wish to create such an environment in our homes, society and country, then we must also act accordingly. There were three bridges which were built across the sea to Lanka: one was made by effort and the other two were created through divine grace. Now it remains for us to apply our intentions and actions towards making the effort and building that bridge. The other two which manifested by divine grace are not visible; what remains as a concrete reality is created by physical human effort. The attainments achieved through effort are stable and visible, whereas what we receive through grace depends on our receptivity and capacity to hold onto such blessings. If our container is strong and pure, the grace we receive remains with us; however, if the container is not pure and secure, it will not be able to retain the blessings.

Our hearts should be the abode of Sri Rama. Sri Rama lives in Hanumanji's heart whereas our hearts are full of desires and expectations. Can we attempt to transform and transcend these limiting elements, so that the purity and effulgence of Sri Rama can come to live within our hearts? We most certainly can, it is a one hundred percent certainty! All we need to do is make

a determined effort. Our traditions show us many means of making these efforts.

Satsang

One such effort is through satsang. For the last nine days you have been participating in this satsang. Rama Katha is an experience of satsang. What has been heard by you now remains to be imbibed into your life, this is the next effort.

Swadhyaya

The sutra which we have chosen to adopt or the sutra which we have connected with should find a place in our lives and guide our future actions. This is called swadhyaya.

Seva

The third aspect is seva. Each person must be seen as an embodiment of the divine and we should offer our service to

them in a selfless manner. This does not mean that there is no divinity within us, of course there is, however we must be able to initiate a two-way process of seva. Seva is an opportunity to give and take, as well as being an expression of love. Seva is not merely a one-way effort, but it is an expression of love. When we experience love for the divine and when we share this pure and selfless love, it leads to the development of faith and trust in life. Without love, neither faith nor trust can exist.

Sadhana

Satsang, swadhyaya and seva are the first three methods or steps and the fourth step is sadhana. It is only through sadhana that one can create a lasting and positive transformation in life. In our tradition, the simplest sadhana which has been given is that of *naam smaran*¸ remembrance of the Lord's name. This is the best sadhana for Kali Yuga. Each person must dedicate at least ten minutes to sit down quietly, close

the eyes, internalize the awareness and chant the name or do japa of the Lord's name. This is a sutra which will connect us with the divine and allow us to disconnect from the world of senses. For the whole day, we are engaged with the world of senses in thought, word and deed. Can we not free ourselves for even ten minutes? Surely we can manage to spend ten minutes for this sadhana.

Asana and pranayama is not absolutely essential unless of course there is some physical condition that requires this practice. But if there is a moderate sense of wellbeing in body and mind, ten minutes of mantra japa is important. Mantra helps to relieve the tensions of the mind and when the mind is at peace, it can connect with its aradhya.

Samarpan

The fifth state is one that is spontaneously experienced as a result of sadhana and it is samarpan. *Samarpan* is a state in which faith and trust form the foundation of life when complete dedication to the divine is expressed effortlessly.

The purpose of life

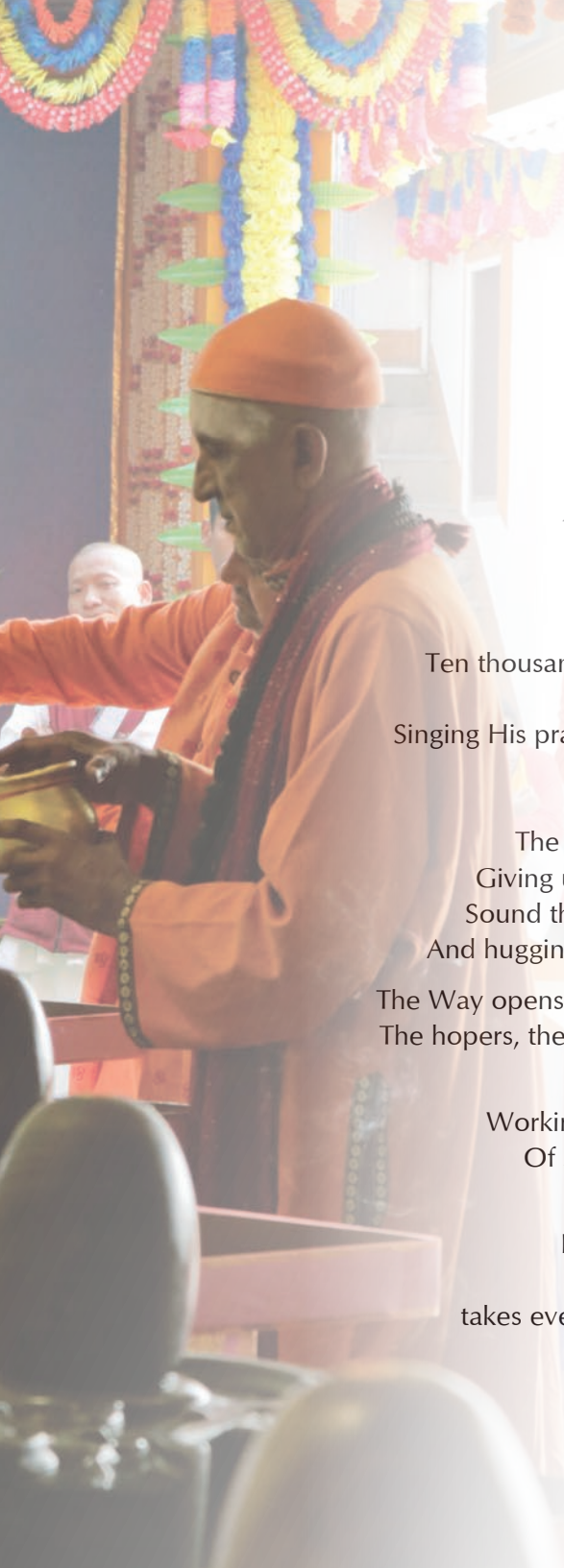
Making these five steps an integral part of our lives is our responsibility and dharma. If we are able to achieve this, Ram Rajya is not something we will need to think about or imagine. Rather, we will be able to experience that we have already been living in such a glorious state. The glory of Ram Rajya is shattered when one deviates from the path of dharma and expresses negativity in life. Tamasic, negative and destructive behaviour are the vices of life. The purpose of human life is to free oneself from these limitations and establish oneself in the virtues of positivity and peace. It is only then that we can experience the presence of the divine in our lives.

These are the teachings of our ancestors which have guided us through the ages and on the strength of which our culture and civilization still exists today. Always remember that we have to seek that goodness within each one of us which can

help us rise above the limiting conditions of life and take us towards the experience and awareness of the divine.

I remember our Gurudev saying, 'The human race does not need self-realization or god-realization as much as it requires the development of a spiritual awareness and consciousness.' When we are established in spiritual awareness and our life is infused with spiritual consciousness, the experience of the divine becomes a natural state. Until such time, we keep spinning in the world of senses, indulgence, strife, tension and have to accept the pleasure and pain that come along with it.

The purpose of life, according to our Gurudev, is the attainment of spiritual consciousness and these five steps lead us towards that goal: satsang, swadhaya, seva, sadhana and samarpan. These are the five *sakaras*, the five tools of positivity, and if you hope to receive the grace of the divine, then choose one of these five steps. If you wish to progress in life, then adopt one of these five steps and if it is peace you seek, make one of these steps a part of your life. Whatever you attain through your efforts in perfecting any one of these steps, you can be assured of the experience of divinity in your life. ■



The Way

Ten thousand words from little birds
carefully nesting
Singing His praises with a hand of aces
Bringing us to our knees
We have to tell you
The winds are in your favour
Giving up hope is not an option
Sound the bell, running from hell
And hugging every inch of The Way

The Way opens the way for the runners,
The hopers, the dreamers, the schemers
Love the Way

Working with fulfilled Promises
Of Sivam Satyam Sundaram

Every word is a Promise
Every action is a Promise
The fulfilment centre
takes every Promise into account

—*Yogasena*

Maryada Purushottam

Swami Niranjanananda Saraswati

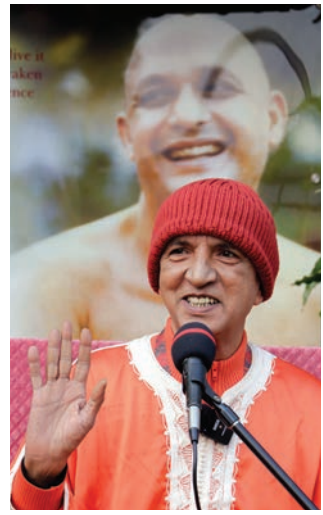
Today is a historical day. Throughout India, there is celebration of Sri Rama coming home. Why this celebration? It is an old story.

Rama of the yogis is a quality and it is a mantra, which existed before the emergence of King Rama in Ayodhya, eons later, thousands of years later. When yogis conceived Rama as a quality and a mantra, it was in relation to their own discovery of the positive and luminous nature inside them. The mantra which led to this was *Ram*, in all its forms. This whole combination of mantras represents the fire element, not the manifest fire, but the essence of fire which is *tej* or luminosity. Yogis would meditate on it. So the knowledge of the mantra Rama existed before the advent of the incarnation of the person known as Rama.

The incarnation of this person did happen many thousands of years ago, in Treta Yuga. The story of the *Ramayana* is the story of King Rama, who later, due to the qualities and nature that he exhibited in life, was regarded as an incarnation of the divine. He attained godhood in the course of his own lifetime. The idea of him being a God and a king has continued since the time of remote history until today.

Physically and historically India was assailed and governed by invaders for about fifteen hundred years. During this time, the invaders demolished many of the temples and constructed their own monuments on top, to prove their superiority and control. For the last five hundred years, a legal case was instituted to liberate the place where Sri Rama was born and to make a temple befitting the birthplace of Sri Rama and his stature. After five hundred years, the Supreme Court gave the judgement and the order to construct a temple dedicated to the child Rama.

Today, the statue was installed in the temple and the consecration was done. With that, Rama has come back to Ayodhya. Today is a national holiday and also like another Diwali day in India. The whole day throughout the country, out of the billion and a half people, I would say more than one billion people have been chanting the mantra *Rama*, from north to south and from east to west. It is an incredible moment to see this resurgence of connection with Sri Rama.



The message of Sri Rama is simple – to live within the confines of one's dharma, to be aware of dharma and to perform according to dharma. His whole life represents this nature and trait. He is known as the *maryada purushottam*, the person who knew the correctness of living. He has been an inspiration to the Indian civilization, not only as king but also as God and as something that we can emulate and incorporate in our own life – the qualities which he represents to become a true human being.

There is hope that with this homecoming, *Ram Rajya* will also come soon. *Rama Rajya*, the Kingdom of Rama, is a kingdom where nobody has any need or is poor; everything is fulfilled; where there is no strife, but there is harmony; and where there is no difference between people. Rama was a friend to Nishad, who was low-born, and he was also a friend to Vibhishan, who was a king. He did not see a difference between a low-born and a high-born person. For him, everybody was equal. That concept of society has to develop to bring peace and joy in our world and in our life. So, we welcome Sri Rama in our midst, and let us strive to live his ideals as well.

– 22 January 2024, Ganga Darshan, Munger

ज्योतिर्मय पथ पर चलो

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती

इस वर्ष हम अपने गुरुदेव, श्री स्वामी सत्यानन्द जी की शताब्दी 'पद्म जयन्ती' के रूप में मना रहे हैं। इसके साथ ही विश्व योगपीठ की हीरक जयन्ती भी मना रहे हैं, क्योंकि इस संस्था के साठ साल पूरे हुये हैं। सौ और साठ साल के बीच एक और समय आता है, अस्सी सालों का। अस्सी वर्ष पूर्व, सन् 1943 में हमारे गुरुदेव एक जिज्ञासु के रूप में अपने गुरु को समर्पित हुये थे। उस मिलन और समर्पण के दिवस के भी अस्सी साल हम मना रहे हैं, क्योंकि जिस दिन हमारे गुरुजी अपने गुरु को समर्पित हुए, उस दिन हमलोगों का भी भाग्य उदय हुआ। अगर वे स्वामी सत्यानन्द नहीं बनते तो हमलोग यहाँ पर आज बैठे नहीं होते।

इस पूरे वर्ष को 'सेवा वर्ष' के रूप में मनाया गया है, केवल बिहार योग विद्यालय, मुंगेर के द्वारा नहीं, केवल रिखियापीठ के द्वारा नहीं, केवल संन्यासपीठ, मुंगेर के द्वारा नहीं, बल्कि पूरे देश और विश्व में जहाँ-जहाँ पर भी भक्त, साधक, हितैषी, अनुयायी, संन्यासी, कर्म-संन्यासी, जिज्ञासु-संन्यासी और योग शिक्षक हैं, उन सभी ने अपने-अपने क्षेत्रों में यथासंभव स्वामी शिवानन्द जी तथा स्वामी सत्यानन्द जी की शिक्षाओं का प्रसार किया है और इन शिक्षाओं के द्वारा अनेकों के जीवन को स्पर्श किया है।

साधुओं का केवल एक ही संकल्प होता है, मानवजाति का कल्याण। समय-समय पर वे अलग-अलग मार्ग प्रशस्त करते हैं कि किस प्रकार मानवजाति का कल्याण हो सके। समय-समय पर भगवान भी इस धरती पर आकर मर्यादा, धर्म और संस्कृति की स्थापना करते हैं। भगवान ने तो स्वयं कहा है कि जब-जब धर्म की हानि होती है, मैं आता हूँ – धर्म की स्थापना के लिए, साधु पुरुषों के कल्याण के लिए और दुष्टों के विनाश के लिए।

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम्॥4.7॥
परित्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम्।
धर्म संस्थापनार्थाय सम्भवामि युगे युगे॥4.8॥

यह उनका वचन रहा है और समय-समय पर वे इस धरा पर अनेक रूपों में आए भी हैं। कभी मछली का रूप लेकर, तो कभी राजा के बेटे का रूप लेकर, तो कभी ग्वाले का रूप लेकर, तो कभी साधु-संत का रूप लेकर। हर काल में उन्होंने मनुष्य को धर्म के मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित किया है और मार्गदर्शन दिया है।

भगवान शिव भी वचनबद्ध हैं। एक बार एक साध्वी महिला ने उनकी आराधना की और पुत्र रूप में उनकी कामना की। उस विदुषी महिला का नाम था आर्याम्बा, और भगवान शंकर उसको आश्वासन देते हैं कि मैं ही तुम्हारे पुत्र के रूप में आने वाला हूँ। उस आश्वासन से, उस वचन से आदिगुरु शंकराचार्य का प्राकट्य हुआ, जिन्होंने भारतीय संस्कृति एवं आध्यात्मिक परम्परा को सुदृढ़ बनाया। ऐसे काल में जब विचारधाराएँ परिवर्तित हो रही थीं, जब धर्म का ह्रास हो रहा था, तब उन्होंने आकर वैदिक सिद्धांतों को पुनः स्थापित किया, वेदांत के द्वारा मनुष्य को एक दर्शन दिया और मनुष्य के जीवन का लक्ष्य स्पष्ट हुआ। लोग उस ओर आकर्षित भी हुये, एक परिवर्तन आया, क्योंकि ईश्वर का प्राकट्य कल्याण के लिए ही होता है।

सोलहवीं शताब्दी के मध्य में एक अन्य महात्मा भगवान शिव की आराधना कर रहे थे। भगवान शिव उन्हें दर्शन देते हैं और कहते हैं कि मैं तुम्हारे कुल में सातवीं पीढ़ी में जन्म लूँगा। इस भक्त का नाम था अप्पया दीक्षितार, और सातवीं पीढ़ी में भगवान शिव की ज्योति इस कुल में प्रकट होती है, जिसे इतिहास स्वामी शिवानन्द सरस्वती के नाम से जानता है। यह

भी भगवान शिव के वचन का साकार होना दर्शाता है। उन्होंने वचन दिया था कि मैं तुम्हारी सातवीं पीढ़ी में जन्म लूँगा और उनके जन्म का हेतु था मानवता का कल्याण और उद्धार।

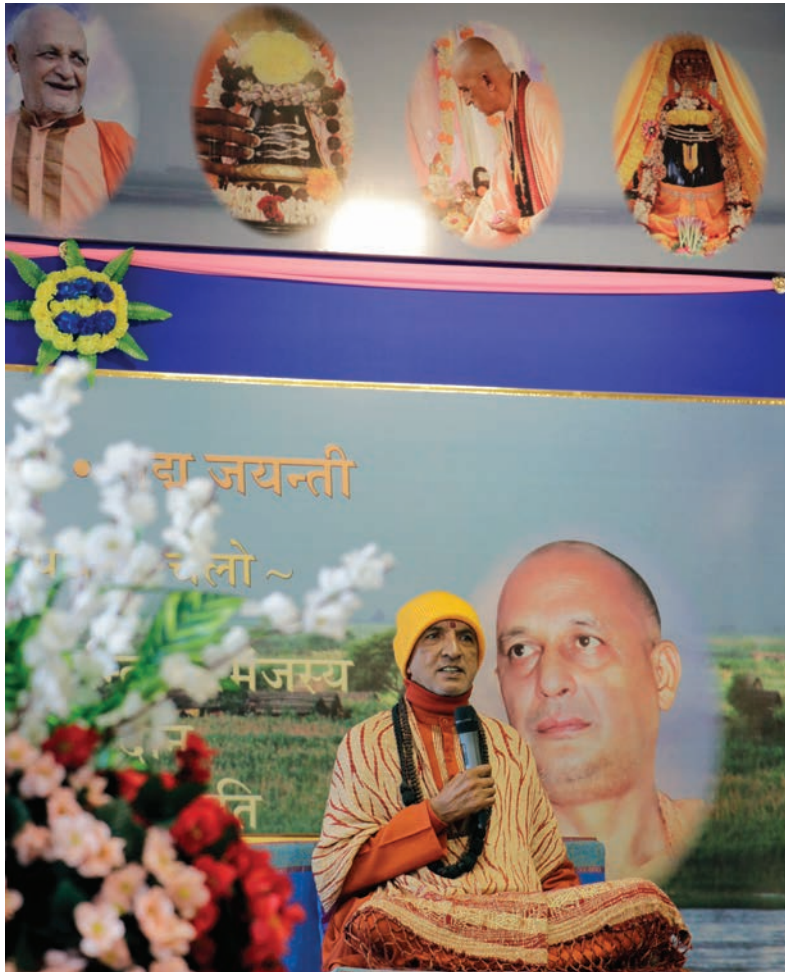
इसी शृंखला में हमारे गुरुदेव भी आते हैं, वे भी वचनबद्ध हैं। वे आपकी या हमारी तरह एक साधारण पुरुष नहीं थे, वे तो जन्म से ही सिद्ध पुरुष थे। उनके जीवन का उद्देश्य था – गुरु भक्ति और ईश्वर भक्ति को स्थापित करना। अपने स्वार्थ, वासनाओं और एषणाओं से ऊपर उठकर पूर्ण समर्पण और श्रद्धा का जीवन किस प्रकार मनुष्य जी सकता है, यह हम उनके जीवन-चरित्र में देख पाते हैं। उन्होंने अपने गुरु की शिक्षाओं को स्थापित किया, उनके आदेश को मूर्तरूप दिया और ईश्वर के दास के रूप में मानवता की निश्छल, निःस्वार्थ और सहज भाव से सेवा की। जाते समय उन्होंने वचन दिया, 'मैं पुनः वापस आऊँगा, क्योंकि मेरे जीवन का एक ही उद्देश्य है। मैं केवल यही चाहता हूँ कि लोगों की आँखों से संताप के अश्रुओं को मिटा सकूँ। उसके लिए मुझे अगर बार-बार भी इस धरती पर आना पड़े, मैं तैयार हूँ, मैं मोक्ष नहीं चाहता।' ये उनके वचन रहे हैं और इनसे आप अन्दाज लगा सकते हैं कि हम सब कितने भाग्यशाली हैं जो उन्होंने यह वचन हम सबको दिया है।

भारत में सिद्ध पुरुषों की शृंखला तो हमेशा से रही है और अनेकों सिद्धों ने अवतरित होकर मानवता को एक मार्ग दिखलाया है, ज्योतिर्मय पथ पर चलने का संकल्प दिया है। वही संकल्प यहाँ इस पद्म जयन्ती में स्वर्णाक्षरों में लिखा है – 'ज्योतिर्मय पथ पर चलो' – ऐसा पथ जहाँ पर अंधकार नहीं, अविद्या नहीं, अज्ञान नहीं, ह्रास नहीं, बल्कि हमेशा वाणी, व्यवहार और कर्म का उत्थान होता है, जीवन में सकारात्मकता का बोध होता है, आनंद की अनुभूति होती है। वही तो मनुष्य को आज वास्तव में चाहिए भी।

अगर हम आपसे पूछें कि आपको क्या चाहिए तो निश्चित रूप से अधिकांश लोग कहेंगे कि हमें शांति चाहिए। लेकिन अगर कोई हमसे पूछे कि क्या आपको शांति चाहिए तो हम कहेंगे कि 'नहीं, हमें तो प्रसन्नता चाहिए।' जब मनुष्य प्रसन्न है तो उसके पास सबकुछ है। शांति भी है, प्रेम भी है, शालीनता भी है, मर्यादा भी है, सब सद्गुण उस व्यक्ति के पास हैं। जो शांति की कामना करता है, वह मुँह फुलाकर शांति की कामना करता है, प्रसन्न होकर नहीं। दुःख में जो शांति की कामना करे, वह तो अस्थायी शांति है, केवल दुःख से निवृत्ति है, लेकिन जो शाश्वत शांति की कामना करे, उसके

लिए एकमात्र उपाय है – प्रसन्नता का मार्ग। उसी प्रसन्नता के मार्ग पर चलने की शिक्षा हमारी संस्कृति देती है, क्योंकि उससे सद्विचारों और सद्गुणों का प्रादुर्भाव होता है, उससे जीवन पूर्ण होता है।

यही हमारे गुरुओं का सनातन संदेश है और यही इस शताब्दी का प्रसाद भी है एक विचार के रूप में – 'हमेशा प्रसन्न रहो।' हमारे गुरुदेव कहते थे, 'योगी होकर जग में जीना, जगदीश्वर बन सब रस पीना।' योगी होकर जग में जीने का अर्थ क्या होता है? यहाँ योगी से तात्पर्य क्या है? हठयोगी, राजयोगी, ज्ञानयोगी या भक्तियोगी नहीं, बल्कि जिसने अपने जीवन में समत्व को प्राप्त



करने के लिए प्रयास किया है, जो अपने जीवन में संतुलन को लेकर चलता है, जो सुख-दुःख, राग-द्वेष, मतलब हर अवस्था में अपने भीतर संयम को धारण कर सकता है, वही योगी कहलाता है। गीता में योग की यही सटीक परिभाषा भी है – *'समत्वम् योग उच्यते'*। इसलिए योगी होकर जग में जीना, और जगदीश्वर बन सब रस पीना। इसका क्या मतलब हुआ? ईशावास्य उपनिषद् में कहा गया है –

ईशावास्यमिदं सर्वं यत्किंच जगत्यां जगत्।
तेन त्यक्तेन भुंजीथा मा गृधः कस्यस्विद् धनम्॥

अर्थात् यह सम्पूर्ण जगत् ईश्वर का स्थान है, और हम यहाँ पर किरायेदार हैं, उनके घर में हम रहते हैं। उन्होंने ही सब कुछ दिया है, इसलिए सब का भोग करो। अगर सुख मिलता है तो सुख का भोग करो, अगर दुःख मिलता है तो दुःख का भोग करो, क्योंकि ईश्वर ने हमारे जीवन के अनुरूप एक भाग्य निश्चित किया है।

लोग केवल सुख-दुःख को ही अपना भाग्य मानते हैं, लेकिन जब गुरु की प्राप्ति होती है तो सोया हुआ भाग्य भी उठ जाता है। एक भजन भी है – 'सोये हुये भाग्यों को, हे नाथ जगा देना।' जब सोया भाग्य जागृत होता है तब मनुष्य ईश्वरमुखी और गुरुमुखी होता है, और जब तक भाग्य सोया रहता है, तब तक हम पदार्थ के पीछे भागते रहते हैं और उसी में सुख, सांत्वना, शांति और प्रसन्नता की कामना करते रहते हैं, जो कभी प्राप्त होता नहीं है। इसलिए हर व्यक्ति को भौतिकवादी कम और ईश्वरमुखी ज्यादा होना है, इस बात को याद रखना।

ईश्वरमुखी होने का मतलब यह नहीं कि तुम दिन-रात पूजा-पाठ, अनुष्ठान आदि शुरू कर दो, लेकिन इस भाव को लेकर चलो कि इस सम्पूर्ण संसार में ईश्वर व्याप्त है और उनका सम्मान करना हमारा धर्म है, कर्त्तव्य है। अगर ईश्वर सभी जीवों में है तो सभी जीवों का सम्मान हमारे द्वारा होना चाहिए। अगर ईश्वर प्रकृति के हर कण में है, तो सभी कणों के प्रति हमारा सम्मान होना चाहिए। यही शिक्षा गुरुजी हमें देते हैं क्योंकि इसी से मनुष्य के जीवन में उत्तमता का प्रादुर्भाव होता है। उत्तमता जीवन की परिष्कृत अवस्था है, जिसमें केवल सद्भाव और सद्गुण का ही साम्राज्य रहता है।

– 31 दिसम्बर 2023, सत्यम् पूर्णिमा, पादुका दर्शन

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**

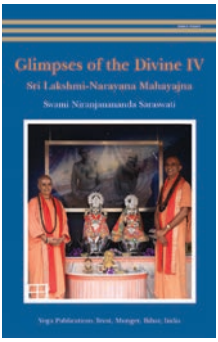
आप चेक, डी.डी. अथवा ई.एम.ओ. द्वारा भी दान दे सकते हैं जो **संन्यास पीठ** के नाम से हो और मुंगेर में देय हो। राशि इस पते पर भेजें – संन्यास पीठ, पादुका दर्शन, पी.ओ. गंगा दर्शन, किला, मुंगेर 811201

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

Glimpses of the Divine IV:
Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna

Swami Niranjanananda Saraswati



Glimpses of the Divine IV: Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna, is a collection of the talks and satsangs given by Swami Niranjanananda during the Sri Lakshmi-Narayana Mahayajnas held from 2017 to 2021 at Paduka Darshan, the seat of Sannyasa Peeth in Munger on the banks of the Ganga. The book takes us back into the special moments of the yajna, allowing us to relive the inspiration and blessings received therein, to reconnect with the energy of the gurus and to remember the presence of divinity.

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

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

सम्पादक – स्वामी ज्ञानसिद्धि सरस्वती
सह-सम्पादक – स्वामी शिवध्यानम् सरस्वती

संन्यास पीठ, द्वारा–गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर 811201, बिहार, द्वारा प्रकाशित।

थॉमसन प्रेस इण्डिया लिमिटेड, हरियाणा में मुद्रित।

© Sannyasa Peeth 2024

उपयोगी संसाधन

वेबसाइट :
www.sannyasapeeth.net
www.biharyoga.net
www.satyamyogaprasad.net

एप्प :
(Android एवं iOS उपकरणों के लिए)
Bihar Yoga
APMB
YOGA (अंग्रेजी पत्रिका)
YOGAVIDYA (हिन्दी पत्रिका)
FFH (For Frontline Heroes)

कवर एवं अन्दर के रंगीन फोटो :
सत्यम् पूर्णिमा 2023

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

Sannyasa Peeth Events & Training 2024

Sannyasa Peeth Training

Jul 2022–Jun 2024	Sannyasa Lifestyle
Feb 11–Jul 11	Sannyasa Lifestyle
May 1–7	Mantra Sadhana Training
May 1–7	Jignasu Lifestyle Training (for Mantra Diksha initiates)
Jun 24–30	Karma Sannyasa Training (for Jignasu Sannyasa initiates)
Jul 18–Jan 18 2025	Sannyasa Lifestyle

Events, Aradhanas and Satsangs

Jan 1	New Year – Hanuman Chalisa
Jul 18–21	Guru Poornima Celebrations
Jul 22–Aug 19	Munger Shravani Sadhana
Jul 22–Sep 18	Chaturmas Anushthan
Sep 8–12	Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna
Dec 10–15	Satyam Poornima
Dec 31–Jan 1 2025	New Year Program

Monthly Programs

Every Sankranti	Abhishek, Hawan, Daan and *Satyanarayan Katha*
Sankranti dates:	Jan 15, Feb 13, Mar 14, Apr 13, May 14, Jun 15, Jul 16, Aug 16, Sep 16, Oct 17, Nov 16, Dec 15