

योगविद्या

वर्ष 2 अंक 2

फरवरी 2013

सदस्यता डाकखर्च - रु 50

श्वर्ण जयन्ती

बिहार योग विद्यालय
के 50 वर्ष



बिहार योग विद्यालय, मुंगेर, बिहार, भारत



हरि ॐ

योग विद्या का सम्पादन, मुद्रण और प्रकाशन स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के संन्यासी शिष्यों द्वारा स्वास्थ्य लाभ, आनन्द और प्रकाश प्राप्ति के इच्छुक व्यक्तियों के लिए किया जाता है। इसमें बिहार योग विद्यालय, बिहार योग भारती, योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट तथा योग शोध संस्थान के क्रियाकलापों की जानकारीयाँ प्रकाशित की जाती हैं।

सम्पादक – स्वामी शक्तिमित्रानन्द सरस्वती

योग विद्या मासिक पत्रिका है। देर से सदस्यता ग्रहण करने पर भी उस वर्ष के जनवरी से दिसम्बर तक के सभी अंक भेजे जाते हैं।

बिहार योग विद्यालय, गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर, 811201, बिहार, द्वारा प्रकाशित।

थॉमसन प्रेस इण्डिया लिमिटेड, फरीदाबाद, 121007, हरियाणा में मुद्रित।

© Bihar School of Yoga 2013

पत्रिका की सदस्यता एक वर्ष के लिए पंजीकृत की जाती है। कृपया अपने आवेदन अथवा अन्य पत्राचार निम्नलिखित पते पर करें –

बिहार योग विद्यालय
गंगा दर्शन,
फोर्ट, मुंगेर, 811201
बिहार

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

कवर फोटो: बिहार योग विद्यालय की अखण्ड ज्योति प्रचलित करते हुए श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

अन्दर के गीन फोटो: 1-8: श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती की तस्वीरें, 1974-1983



आध्यात्मिक मार्गदर्शन

दिव्य जीवन

दिव्य जीवन की निधि प्रेम की निधि है। सभी प्राणियों के प्रति प्रेम और करुणा ही दिव्य जीवन है। सबकी सेवा करने की भावना रखना दिव्य जीवन है। ये सारे दिव्य गुण इस तथ्य पर आधारित हैं कि सभी जीव दिव्य हैं। सभी जीवों के अधिष्ठान के रूप में एक ही परमात्मा है; इस साक्षात्कार को दैनिक जीवन में व्यक्त करना ही दिव्य जीवन है।

दिव्य जीवन कोई नया धर्म या मत नहीं है, पर आधुनिक मनुष्य अपने अन्दर की इस निधि से पूर्णतया अनभिज्ञ हो गया है। उसके जीवन में इसी दृष्टिकोण की कमी है। इस परम सत्य का साक्षात्कार हो जाने पर भय, विपत्ति, शोक आदि मनुष्य के हृदय से स्वतः दूर हो जाएँगे।

अपने हृदय में ईश्वर को आसीन करें। इस सत्य में आस्था रखें कि ईश्वर समस्त विश्व में व्याप्त है। यह आस्था अंततः आपके भीतर दिव्य जीवन के रूप में प्रस्फुटित होगी।

– श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती

बिहार योग विद्यालय, गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर-811201, बिहार के लिए स्वामी ज्ञानभिक्षु सरस्वती द्वारा प्रकाशित एवं मुद्रित

मुद्रक – थॉमसन प्रेस इण्डिया लिमिटेड, 18/35 माइलस्टोन, दिल्ली मथुरा रोड, फरीदाबाद - 121007, हरियाणा

स्वामित्व – बिहार योग विद्यालय

सम्पादक – स्वामी शक्तिमित्रानन्द सरस्वती

योगविद्या

वर्ष 2 अंक 2 • फरवरी 2013
(प्रकाशन का 51 वाँ वर्ष)

विषय सूची

बिहार योग विद्यालय
स्वर्ण जयन्ती

द्वितीय दशक – 1974-1983

- 4 शिव और शक्ति का योग
- 11 योग-एक परम शक्तिशाली संस्कृति
- 16 योग और मनोकायिक स्वास्थ्य
- 22 गंगादर्शन-कर्णचौरा का अब्दुत रूपांतरण
- 30 शिक्षा, संस्कृति और अध्यात्म
- 38 वैज्ञानिक योग
- 43 माँ गंगा चुपके से कह दो...
- 47 नया कर्णधार

जनवरी – बसंत पंचमी के शुभ अवसर पर स्वामी सत्यानंद जी ने धनबाद योग विद्यालय की स्थापना की। उसे आश्रम का रूप देकर, वहाँ स्वामियों को रखकर, श्री स्वामीजी मुंगेर लौट आए, जहाँ दो दिन का सत्संग कार्यक्रम हुआ।

क्रियायोग का पत्राचार पाठ्यक्रम, हिन्दी और अँग्रेजी में 'क्रिया' पत्रिकाओं के रूप में प्रकाशित होना शुरू हुआ। इस पाठ्यक्रम की अवधि तीन वर्षों की थी।



फरवरी – फरवरी और मार्च में स्वामी सत्यानंद जी ने संन्यासियों की टोली के साथ छत्तीसगढ़ योग सम्मेलन के नाम से मध्य भारत का दौरा किया और नगर-नगर में दो-दिवसीय योग सम्मेलनों का संचालन किया। इलाहाबाद, अंबिकापुर, कोरबा, जांजगीर, बिलासपुर, रायपुर, भिलाई, महासमुंद, धमतरी और जगदलपुर का दौरा करके श्री स्वामीजी राजनन्दगाँव पहुँचे। वहाँ एक दिन का विश्राम करके श्री स्वामीजी ने गोदिया, बालाघाट, पंचमढ़ी, जबलपुर, भोपाल, सागर, टीकमगढ़ और सतना का दौरा किया।

मार्च – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने फिलिपीन्स, थाईलैण्ड, इंडोनेशिया और हांगकांग का दौरा किया।



अप्रैल - श्री स्वामीजी ने दक्षिण अमेरिका का दौरा किया। वहाँ से लौटकर उन्होंने सम्बलपुर में योग सम्मेलन संचालित किया। श्री स्वामीजी के साथ-साथ स्वामी निरंजनानंद भी सम्मेलन में शामिल हुए, जिसके बाद वे कोलम्बिया लौट गए।

जुलाई - मुंगेर आश्रम में 4 जुलाई को गुरु पूर्णिमा उत्सव मनाया गया। इस अवसर पर तीन दिन का साधना शिविर लगा।

सितंबर-अक्टूबर - श्री स्वामीजी ने जर्मनी का दौरा किया और फिर वहाँ से कोलम्बिया गए।

नवंबर - भारत लौटकर श्री स्वामीजी ने धनबाद में कोल फील्ड योग सम्मेलन का संचालन किया, जिसका उद्घाटन बद्रिकाश्रम के श्री शंकराचार्य ने किया।

दिसंबर - बिहार योग विद्यालय के स्वामी ऑस्ट्रेलिया में योग प्रचार के कार्य में सहायता देने गये।



शिव और शक्ति का योग

रायपुर योग सम्मेलन के अवसर पर 20 फरवरी, 1974 को महाशिवरात्रि के दिन श्री स्वामीजी का प्रवचन



आजकल बहुत से विद्वान् एवं विचारक यह कहते और लिखते हैं कि भगवान शंकर अनार्यों के नेता थे। स्कूलों-कॉलेजों की पुस्तकों में ऐसा लिखा होगा, लेकिन इन्हें ऐसे लोगों ने लिखा है, जिन्हें भारत की आध्यात्मिक विधि और परम्परा का ज्ञान नहीं। वैदिक कालीन भारत में ही नहीं, अन्य देशों में भी अध्यात्म के उच्च सत्त्यों को प्रकाशित करने के लिए कथा-कहानियों एवं प्रतीकों का सहारा लिया जाता रहा है।

जिन्हें हम 'शिव' कहते हैं, वे कोई ऐसे व्यक्ति नहीं, जो इस भौतिक धरातल पर किसी माता या पिता से पैदा हुए हों। भले ही हम व्यक्ति के रूप में उनकी पूजा करते हैं, पार्वती के साथ उनके विवाह की तथा अन्य प्रसंगों की अनेक कथाएँ भी हैं, पर इन कथाओं और घटनाओं को आध्यात्मिक दृष्टि से ग्रहण करना चाहिए। ये आध्यात्मिक घटनाएँ मनुष्य के जीवन एवं उसकी चेतना से सम्बन्ध रखती हैं। मनुष्य के शरीर के परे, उसके मन एवं बुद्धि के परे एक वस्तु और है, जिसे आत्मा या चेतना कहते हैं। चेतना बहुत गहरी चीज है। यह इतनी शब्दातीत है कि इसे समझाने के लिए हमें किसी-न-किसी कहानी का सहारा लेना पड़ता है। उदाहरण के लिए मनुष्य के भीतर दो विपरीत शक्तियाँ काम करती हैं। एक दिव्य शक्ति है

और दूसरी आसुरी। इन दोनों में जो संघर्ष चलता है, उसे समझाने के लिए देवासुर संग्राम की कहानी का आश्रय लेना पड़ता है। ये कहानियाँ जिस रूप में पुस्तकों में लिखी हैं, उन्हें वैसा ही न समझकर, उनका यदि आध्यात्मिक अर्थ लगाएँ, तो हम गूढ़ बातों का ज्ञान प्राप्त कर आध्यात्मिक क्षेत्र में आगे बढ़ सकते हैं।

हमारे शरीर में जो महान् शक्ति है, उसे तीन रूपों में विभाजित किया गया है। पहले रूप को कहा गया ब्रह्मा, दूसरे को विष्णु और तीसरे को कहते हैं महादेव या शंकर। भगवान् शंकर को वेद-ज्ञान का देवता माना गया है। इसलिए साधकों को इनके सम्बन्ध में लिखी गई एवं कही गई घटनाओं का विस्तार से ज्ञान होना चाहिए। तंत्र शास्त्र में इस चीज को दूसरे रूप में समझाया गया है। इसके मतानुसार शरीर में दो शक्तियाँ हैं, शिव अर्थात् पुरुष एवं प्रकृति अर्थात् देवी या माता। शक्ति मूलाधार में सोई हुई है, जो जाग्रत होकर सुषुम्ना के मार्ग से उठकर सहस्रार में परमशिव से योग करती है।

पुरुष का अर्थ है शुद्ध चेतना। यह शुद्ध चेतना ही शिव है। यह मायारहित, निर्द्वन्द्व, विकार रहित, निराकार और जन्म-मृत्यु से परे है। इसलिए इसे अलख निरंजन कहते हैं। अलख का अर्थ है जो दिखाई न दे। निरंजन का अर्थ है जो पूर्णतः शुद्ध हो, जिसमें किसी प्रकार का अंजन या विकार न हो। यह शुद्ध चेतना मुझमें या आपमें ही नहीं, संसार की समस्त वस्तुओं में उसी प्रकार छिपी है जिस प्रकार काष्ठ में अग्नि छिपी होती है। इस शुद्ध चेतना को जगाना है, पुरुष-प्रकृति का मेल कराना है। ऋषि-मुनियों, संत-विचारकों के मतानुसार इन दो शक्तियों के योग से त्रिगुणात्मक सृष्टि की रचना होती है एवं इन दोनों को अलग कर देने से शून्य की, निर्वाण की, मोक्ष की स्थिति आ जाती है। बात सच्ची है, परन्तु इसे समझाना कठिन है।

शिव-विवाह

उपर्युक्त बात को समझाने के लिए शिव के विवाह की कथा कही जाती है। शिव जी माता पार्वती से विवाह करने के लिए उनके निवास-स्थान जा रहे हैं। वे बड़े आराम के साथ अपने वाहन, बैल पर बैठे हुए हैं। हाथ में त्रिशूल रखे हैं, गले में भुजंगों की माला है, ललाट पर चन्द्रमा सुशोभित है, जटाओं से गंगा निकल रही है। बिहार में इस संदर्भ में बड़ा सुन्दर गीत प्रचलित है -

शिवशंकर गिरिजा वरदानी।
शिव जटा गंग, विलसत भुजंग।
भृकुटी विशाल त्रिनेत्र लाल।
चढ़ बूढ़ बैल, मरघट की गौल।
शिव हर हर हर बम भोला।



इस प्रकार शिव जी पार्वती से विवाह करने ठाट-बाट के साथ जा रहे हैं। इसके बाद की घटना सर्वविदित है। यह कथा यही बतलाती है कि शुद्ध चेतना या पुरुष का योग देवी शक्ति से किस प्रकार करना। यही योग का मार्ग है। ध्यान या साधना की यही प्रक्रिया है। ध्यान के समय यह कल्पना करनी चाहिए कि शुद्ध चेतना को धीरे-धीरे हम ऊपर हिमालय की ओर ले जा रहे हैं। दोनों शक्तियों का साक्षात्कार ही उनका योग है।

पुरुष एवं प्रकृति, इन्हें आप दो मानें या एक, यह आप पर निर्भर है। परन्तु जो साधक आध्यात्मिक ऊँचाइयों पर पहुँचे हैं, उनका कहना है कि ये दोनों अनादि तत्त्व हैं। ये शक्तियाँ एक दूसरे की स्रष्टा नहीं हैं, ये रेलगाड़ी की पटरियों की भाँति समानान्तर चलती हैं। एक को कहते हैं ब्रह्मा तो दूसरे को सरस्वती। एक को विष्णु, दूसरे को लक्ष्मी। एक को शिव, दूसरे को दुर्गा। एक को पुरुष, दूसरे को प्रकृति।

चेतना के जागरण को योगशास्त्र, तंत्रशास्त्र, पुराणों आदि में कई कथाओं के रूप में दर्शाया गया है, जिन्हें सारी दुनिया जानती है। इन कथाओं में सीता को लंका पहुँचा दिया, श्रीराम को सीता की खोज में भेज दिया, एक रावण की कल्पना की गई। कई लोग रावण के अस्तित्व को स्वीकार नहीं करते, परन्तु ज्ञानी इसे अवश्य स्वीकार करते हैं। प्रत्येक मनुष्य की पाँच कर्मेन्द्रियाँ एवं पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ हैं। इन्हीं इन्द्रिय रूपी दस मुखों से प्रत्येक मनुष्य संसार का बोध करता है। प्रत्येक इन्द्रिय की दो प्रकार की वृत्तियाँ हैं, सत् और असत्। इन्हीं के प्रतीकात्मक रूप में रावण के बीस हाथ दर्शाये गये हैं।

राम का सीता की खोज में जाना, शिव का पार्वती से विवाह करने के लिए जाना या मूलाधार की शक्ति को जगाकर उसका सहस्रार में परमशिव से योग कराना –

ये तीनों घटनाएँ एक ही हैं। इसी को 'योग' कहते हैं। योग का अर्थ है, दो महान् शक्तियों का मिलन।

शिवरात्रि का महत्त्व

शिवरात्रि के पर्व पर हमें यह समझना जरूरी है कि यह शिवरात्रि क्या है? मीराबाई का एक सुन्दर पद है -

*मीरा के प्रभु गहर गंभीरा, हृदय धरो जी धीरा।
आधी रात प्रभु दरसन दीन्हों, प्रेम नदी के तीरा॥*

इस पद में 'आधी रात' शब्द का प्रयोग किया गया है। इसका अर्थ क्या है? इसका मतलब रात के बारह बजे नहीं है। हमारी चेतना का दिन होता है, संध्या होती है तथा रात्रि भी होती है। जिस अवस्था में हम अभी यहाँ बैठे हैं, वह है चेतना का दिन। अभी हमारी चेतना का सम्बन्ध इन्द्रियों से है, जो बाहर विचरण कर रही हैं। जब इन्द्रियों का सम्बन्ध बाहर से टूट जाता है तथा केवल विचार रह जाते हैं, तब चेतना की संध्या होती है, और जब इन्द्रियों का सम्बन्ध न बाहर से हो, न अन्दर से, तब चेतना की रात्रि होती है। इस प्रकार शिवरात्रि योग की अवस्था, साधना की अवस्था का सूचक है। शिवरात्रि अवस्था में बाहरी बातों का ज्ञान नहीं होता, केवल अन्दर की घटनाओं का ज्ञान होता है।

शिवरात्रि में एक बहुत बड़ी घटना होती है। इसमें शुद्ध-चेतन जीव जन्म-जन्म के साथियों को लेकर चलता है, और शक्ति से योग प्राप्त करता है। यह घटना दिन को नहीं होती, केवल रात्रि को होती है। रात्रि अर्थात् चेतना के तिरोभाव या अनुपस्थिति की अवस्था। जब बहिरंग चेतना न रहे तब उसे रात्रि कहते हैं।

इस रात्रि में जीव अपने संस्कारों एवं वृत्तियों को लेकर चलते हैं। हमारी वृत्तियाँ और संस्कार ही भूत-पिशाच हैं। साधना की एक विशेष अवस्था तक ये रहते हैं, तत्पश्चात् इनका रूप परिवर्तन हो जाता है। शिवरात्रि के दूसरे दिन इसी उद्देश्य से शिव का अनुष्ठान करते हैं कि हम अपनी साधना को उस स्थिति तक ले जावें।

शिव के सम्बन्ध में लिखी कथाओं को आध्यात्मिक रूप में लेना चाहिए। उनके विषय में उल्टी-सीधी बातें उन्हीं लोगों ने लिखी हैं जो साधना नहीं करते और यह नहीं जानते कि हमारे शरीर में क्या है। शिव की हर वस्तु, जैसे सर्प, चंद्रमा, बैल, लिंग आदि का सम्बन्ध अपने जीवन से लगाना चाहिए। हमारे शरीर में भी कई लिंग हैं - मूलाधार में स्वयंभू लिंग, आज्ञा चक्र में इतराख्य लिंग तथा सहस्रार में ज्योतिर्लिंग। ये स्थूल शरीर, सूक्ष्म शरीर एवं कारण शरीर के प्रतीक हैं। लिंग शरीर चेतना का वह हिस्सा है जिसमें सारी दुनिया समाई हुई है, जिसका सम्बन्ध सारी दुनिया से है। इसे विश्व-चेतना भी कहा जा सकता है।

खेचरी मुद्रा

शिव जी के साथ व्याघ्र-चर्म, गांजा आदि भी जुड़ा हुआ है। उन्हें गांजा पीते इसलिए बताया गया है कि यह औषधि का प्रतीक है। गांजा ऐसी वनस्पति का प्रतीक है जो मनुष्य की चेतना को इस जगत् से हटाकर दूसरे जगत् में ले जाती है। सोमरस भी यही वस्तु है, पर गलत प्रयोग होने से इसका प्रचलन बन्द कर दिया गया। एल.एस.डी. भी ऐसी दवा है जो देश-काल-वस्तु का ज्ञान नष्ट कर देती है। मनुष्य अपार्थिव जगत् और शून्य में पहुँच जाता है। इन्द्रियों का बाहर से सम्बन्ध टूट जाता है। इसकी मैं तारीफ नहीं करता, केवल उदाहरण के रूप में बतला रहा हूँ।

इस प्रकार की अनेक औषधियाँ हैं, पर तंत्र शास्त्र एवं हठ योग में उनका अनुमोदन नहीं किया है। उन लोगों ने खेचरी मुद्रा लगाने को कहा है। जीभ को पलटकर तालु से लगाओ। धीरे-धीरे वह अधिक भीतर जायेगी, नासिका के अन्दर प्रवेश करेगी। वहाँ एक ग्रन्थि से अमृत स्राव होता है। उस अमृत का पान करने से विचित्र अवस्था आती है, जिसे उन्मनी मुद्रा कहते हैं। कबीर ने उन्मनी मुद्रा के बारे में कहा है, 'रस गगन गुफा में अजर झरे।' गगन गुफा उसी को कहते हैं जो नाक के नीचे अन्दर कण्ठ में खुलती है। यहाँ ललना चक्र है, जिसका सम्बन्ध बिन्दु से है। आनन्द लहरी में लिखा है कि यहाँ अमृत गिरता है, जिसका पान खेचरी मुद्रा द्वारा करते हैं। जब यह अमृत की बूंद शरीर के रसों में मिलती है तो चेतना की विशेष अवस्था आती है। तब न दिन होता है, न रात होती है। यही उन्मनी मुद्रा की स्थिति है। इसके कई साधन हैं पर खेचरी को सर्वोत्तम माना है।

यही भगवान शंकर का जीवन वृत्तांत है। इसे ही शिवलीला या शिवतत्त्व कहते हैं।



जनवरी – द्वारकापीठ के माननीय शंकराचार्य ने राजनंदगाँव योग विद्यालय का श्री स्वामीजी की उपस्थिति में दौरा किया।

श्री स्वामीजी ने रायपुर आश्रम की स्थापना के अवसर पर विशेष पूजा की।

फरवरी – मुंगेर में बसंत पंचमी उत्सव मनाया गया।

मार्च – श्री स्वामीजी अखिल भारतीय योग सम्मेलन का संचालन करने राजनंदगाँव गए। इसके बाद उन्होंने बिलासपुर योग सम्मेलन की अध्यक्षता की।

मई – श्री स्वामीजी ने राजनंदगाँव में बाल योग प्रशिक्षण सत्र का उद्घाटन किया, और वहाँ से गुवा जाकर क्षेत्रिय योग सम्मेलन का निर्देशन किया।

जून – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने धनबाद में स्कूली शिक्षकों के लिये योग शिक्षक प्रशिक्षण सत्र संचालित किया।

श्री स्वामीजी ने जबलपुर योग सम्मेलन का उद्घाटन किया।

जुलाई – गुरु पूर्णिमा के अवसर पर मुंगेर में श्री स्वामीजी के सान्निध्य में सत्संग-भजन का त्रिदिवसीय कार्यक्रम हुआ। गुरु पूर्णिमा के शुभ दिन संन्यासियों की एक टोली ने योग प्रचार हेतु अखिल भारतीय पदयात्रा प्रारंभ की। पदयात्रा के दौरान वे नगर-नगर, गाँव-गाँव पहुँचते, वहाँ एक-दो दिन रुककर योग का संदेश देते और फिर आगे बढ़ जाते।

अक्टूबर – श्री स्वामीजी अंतर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन के लिए बोगोता, कोलम्बिया गए और फिर दक्षिण



अमेरीका के एक्वडोर, पेरु, ब्राज़ील, चिले, पनामा, आर्जन्टीना, ग्वातेमाला, उरुग्वे, एल-साल्वादोर, पराग्वे और मैक्सीको देशों का दौरा किया। लौटते समय उन्होंने ट्रिनीडॅड, बार्सेलोना, कोपनहेगन और पैरिस की भी यात्रा की।

नवंबर – श्री स्वामीजी ने राजनंदगाँव में अंतर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन और ध्यान सत्रों का उद्घाटन किया। वहाँ से वे रायगढ़ गए और वहाँ के आश्रम के संचालन के लिए बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों को नियुक्त किया।

दिसंबर – श्री स्वामीजी ने मुम्बई में योग सम्मेलन संचालित किया।



योग – एक परम शक्तिशाली संस्कृति

राजनंदगाँव में 1975 में आयोजित अखिल भारतीय योग सम्मेलन में स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के प्रवचन का सारांश

सर्वप्रथम मैं सन् 1956 में एक परिव्राजक के रूप में राजनंदगाँव पहुँचा था। यहाँ एक साधारण व्यक्ति से मेरा परिचय था। उन्हें आप सब जानते हैं। सत्यव्रत जी बी.एन.सी. मिल में एक सामान्य कर्मचारी थे। बाद में उन्होंने स्वयं को तन-मन-धन से योग-आन्दोलन को समर्पित कर दिया। योग का संदेश नगर-नगर और डगर-डगर पहुँचाने की प्रेरणा उन्होंने दी। अपने एकमात्र पुत्र निरंजन को भी उन्होंने इस कार्य के लिए मुझे समर्पित कर दिया है। आज इस संसार में उनका भौतिक शरीर नहीं है, परन्तु उनकी कृति सदैव अजर-अमर रहेगी।

राजनंदगाँव के लोगों की हार्दिक इच्छा थी कि यहाँ योग सम्बन्धी कुछ ऐसा आयोजन हो जिसमें सारे प्रांत के लोग उपस्थित हों। आज यह सुन्दर दिन आ गया है। यह अखिल भारतीय योग सम्मेलन इतिहास की एक अमूल्य निधि है। राजनंदगाँव पर ही नहीं वरन् सम्पूर्ण भारत के भावी समाज पर इस दर्शन का प्रभाव पड़ेगा। जिस भावना के वशीभूत होकर, जिस आस्था से यह सम्मेलन आयोजित किया गया है, वह व्यक्ति विशेष के लिए नहीं वरन् सारे समाज के लिए है।

आज हम एक विशेष चौराहे पर खड़े हैं। हमें मार्ग चुनना है। आज तक अनेकानेक संस्कृतियाँ बनीं और बिगड़ीं। इतिहास प्रमाण है। जिस संस्कृति का आधार पदार्थ हो वह स्थाई नहीं होती। विवेक हमारा है, चुनाव हमारा है। बुद्धिमानी से हमें ऐसी संस्कृति का चुनाव करना है, जिसका आधार पदार्थ न हो। इस सम्मेलन का उद्देश्य है – ‘एक नयी चेतना लोगों को देना।’

योग से चैतन्य का परदा दूर हो जाता है। इससे दुःख-सुख का अंत हो जाता है। जब दुःख और सुख, दोनों का अंत हो जाता है तब आनन्द की प्राप्ति होती





है। योग व्यक्ति को आनन्द प्रदान करता है। योग चेतना की सीमाओं को दूर करता है, वह अज्ञान को दूर भगाता है। व्यथा और पीड़ा का कारण अज्ञान ही है। यदि ऐसा न होता तो सभ्य देशों में दुःख का नामोनिशान नहीं रह जाता। हमें परिस्थिति को नहीं, चेतना की संरचना को बदलना होगा। इसका एकमात्र उपाय है – योग।

योग एक ऐसी संस्कृति है जो मानव शरीर की समस्याओं को ठीक कर सकती है, मानव व्यक्तित्व की सीमाओं को तोड़ सकती है। जिस संस्कृति में यह गुण नहीं, समझिए वह संस्कृति नपुंसक है। कैसा मजाक है! शरीर हमारा है और उसे ठीक करने के लिए हम दूसरे डॉक्टर के पास जाते हैं। मन को मजबूत बनाइए, आपके पास कोई बीमारी फटकने नहीं पायेगी। शरीर की तरह मन की भी क्षमता होती है, प्रतिभा होती है। उसे बढ़ाया जा सकता है। बाजार गए, थोड़ी बरसात हो गई, भींग गए, छींक आना चालू। ऐसा क्यों? मन कमजोर है। परीक्षा में फेल हो गए, बस मानसिक विक्षेप आ गया। भाई! जीवन के साथ सफलता-असफलता तो जुड़ी हुई है। जन्म लिए हैं तो सब कुछ सहना ही पड़ेगा। सुख-दुःख को समान भाव से लो। मन को विक्षिप्त न करो। यौगिक क्रियाएँ मन को मजबूत बनाती हैं। ऐसी ही संस्कृति की हमें शरण लेनी है।

यह बात निश्चित जानो कि निकट भविष्य में 'योग परम शक्तिशाली विश्व संस्कृति के रूप में प्रकट होगा और विश्व की घटनाओं को निर्देश देगा।'

जनवरी – अखिल भारतीय पदयात्रा पर निकले संन्यासी बिहार की यात्रा समाप्त कर मध्य प्रदेश पहुँचे।

फरवरी-मार्च – बसंत पंचमी के अवसर पर बिहार योग विद्यालय का स्थापना दिवस त्रिदिवसीय कार्यक्रम के साथ मनाया गया। बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने इण्डोनेशिया और फिलिपीन्स का दौरा किया।

फरवरी और मार्च में स्वामी सत्यानंद ने आसनसोल और कोलकोता में योग सम्मेलनों का संचालन किया और जगह-जगह सत्संग

दिये। दूरदर्शन पर भी उनका सत्संग प्रसारित किया गया। उन्होंने इलाहाबाद, सुपौल, सम्बलपुर, रायगढ़, राजनंदगाँव और बड़हिया में भी सम्मेलन संचालित किये।

अप्रैल – श्री स्वामीजी ने भिलाई योग मित्र मण्डल द्वारा आयोजित योग समारोह में भाग लिया।

मई – बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने चैबासा, किल्लीबुरु, जमशेदपुर, जबलपुर और चोपन में योग शिविर संचालित किये।

श्री स्वामीजी विशेष क्रिया योग सत्र संचालित करने हज़ारीबाग गए।

श्री स्वामीजी ने बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों के साथ सतना, मैहर और जबलपुर का दौरा किया।



कुटीर आश्रम में श्री स्वामीजी के सान्निध्य में मुंगेर बाल योग सत्र आयोजित किया गया।

योग कार्य में सहायता प्रदान करने बिहार योग विद्यालय के स्वामी ऑस्ट्रेलिया गए।

जून—श्री स्वामीजी ने सम्बलपुर का दौरा किया।

जुलाई-अगस्त—रायगढ़ में श्री स्वामीजी के सान्निध्य में गुरु पूर्णिमा मनाई गई। इसके बाद श्री स्वामीजी ने राँची में कार्यक्रम संचालित किया। तत्पश्चात् उन्होंने दक्षिण भारत की यात्रा की

जिसमें उन्होंने कोलकाता और खड़गपुर होते हुए कटक, विशाखापट्टनम्, चेन्नई, महाबलिपुरम्, हैदराबाद, नागपुर, जबलपुर और भोपाल का दौरा किया।

अक्टूबर—श्री स्वामीजी ने सिडनी, ऑस्ट्रेलिया में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन में भाग लिया। इस सम्मेलन में भाग लेने स्वामी निरंजनानंद भी दक्षिण अमेरिका से लौट आए थे और सम्मेलन के पश्चात् ऑस्ट्रेलिया में योग कार्य को बढ़ावा देने वहीं रुक गए।

नवंबर—रायपुर में श्री स्वामीजी के निर्देशन में राष्ट्रीय योग सम्मेलन का आयोजन हुआ।

श्री स्वामीजी की अध्यक्षता में भिलाई में इस्पात योग सम्मेलन का आयोजन हुआ।

दिसंबर—श्री स्वामीजी ने भोपाल योग सम्मेलन संचालित किया।



जनवरी – योगा और योगविद्या पत्रिकाएँ मुंगेर से प्रकाशित होने लगीं।
बसंत पंचमी के अवसर पर स्वामी सत्यानंद जी ने विश्व भर में हो रहे योग अनुसंधान की जानकारीयाँ और आँकड़े एकत्र करने हेतु योग अनुसंधान केन्द्र समिति का गठन किया।



फरवरी – बिहार योग विद्यालय में विद्यार्थियों और संन्यासियों की बढ़ती संख्या देख भवन निर्माण कार्य जारी रहा। स्वामी सत्यानंद जी ने काठमाण्डू में योग पर सत्संग दिये।

जुलाई – श्री स्वामीजी और बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने मैंग्रोव माउंटैन, ऑस्ट्रेलिया में गुरु पूर्णिमा समारोह संचालित किया। स्वामी निरंजनानंद, जो ऑस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड का दौरा कर रहे थे, श्री स्वामीजी के साथ भारत लौटे।

अगस्त – श्री स्वामीजी ने कोलकाता आश्रम का उद्घाटन किया। आश्रम के संचालन हेतु स्वामी निरंजनानंद वहीं रुक गए।

सितंबर – श्री स्वामीजी ने जीनाल, स्विट्ज़रलैंड में आयोजित यूरोपियन युनियन ऑफ नैशनल फेडेरेशन्स ऑफ योगा के वार्षिक सम्मेलन को संबोधित किया।

अक्टूबर – श्री स्वामीजी संबलपुर में आयोजित राष्ट्रीय योग सम्मेलन के अध्यक्ष रहे।

नवंबर – ऑस्ट्रेलिया से 70 साधक विशेष क्रिया योग सत्र में भाग लेने मुंगेर पहुँचे।

दिसंबर – श्री स्वामीजी ने कोलंबिया में योग सम्मेलनों का संचालन किया।



योग और मनोकायिक स्वास्थ्य

स्वामी सत्यानन्द जी द्वारा सन् 1976 में जबलपुर सम्मेलन में दिये सत्संग का सारांश

यह शरीर और मन जो प्रकृति से हमें मिला है, हम इसकी देखभाल करना नहीं जानते, इसलिए शरीर बीमारी से और मन चिंता से भरा रहता है। जिस प्रकार एक मोटरकार काम करते-करते बिगड़ जाती है, उसी प्रकार इस शरीर में भी हमेशा काम करते-करते कुछ गड़बड़ी पैदा हो जाती है, जिसकी मरम्मत करनी पड़ती है। यदि मोटरकार की मरम्मत नहीं करते तो वह बेकार हो जाती है। वही हाल शरीर का भी है। शरीर की ठीक से देखभाल न करने पर वह भी रोगग्रस्त हो जाता है। शरीर में मन का निवास है, इसलिए शरीर को स्वस्थ और मन को चिन्तारहित करने का प्रयास करना चाहिये। हजारों वर्षों के प्रयत्नों के फलस्वरूप हमारे ऋषि-मुनियों ने बताया है कि हम किस तरह से मन को शान्त और शरीर को स्वस्थ बना सकते हैं, जबकि डॉक्टरों के पास इसका कोई ठोस उत्तर नहीं है। वह विद्या है – योग।

योग कैसे किया जाता है? प्राचीन काल में आठ वर्ष के बच्चे को यज्ञोपवीत के समय तीन चीजें बताते थे – सूर्य नमस्कार, प्राणायाम और मंत्र। आठ वर्ष की उम्र में बालक का दिमाग बढ़ता है, विकसित होता है, उसकी उन्नति होती है। उसके बाद बालक को नियंत्रित करने के लिए, अंकुश में रखने के लिए उसे रास्ता बतलाना होगा। आठ वर्ष तक बालक अबोध रहता है, उसके बाद चंचल हो जाता है। इसलिए उस समय उसे प्राणायाम कराते थे, मंत्र का जाप कराते थे।

प्राणायाम

प्राणायाम के बारे में आज लोगों का मत है कि व्यक्ति के दिमाग के उपद्रवी तंतुओं पर उसका असर पड़ता है। उत्पात के विचार जो मन में आते हैं, उन्हें नाड़ीशोधन प्राणायाम के द्वारा नियंत्रित किया जा सकता है।

ईर्ष्या, द्वेष, क्रोध, निन्दा आदि दिमागी खुरापात हैं, जिनसे व्यक्ति तो खराब होता ही है, घर-परिवार, समाज और देश भी खराब होता है। चिन्ता भी एक खराब आदत है, जिसके उत्पात को कम करने के लिए प्राणायाम का सहयोग लिया जा सकता है। प्राणायाम से चिन्ता दूर होती है, मन पर नियंत्रण हो जाता है। प्राणायाम योग का महत्त्वपूर्ण अंग है।

आसन

आज हमारे देश में सैकड़ों बीमारियाँ हैं। बीमारी की रोकथाम के लिए लोग जबलपुर से दिल्ली, दिल्ली से बम्बई और बम्बई से जर्मनी-अमेरिका तक जाते हैं। सामर्थ्य के अनुसार खर्च करने के लिए तैयार रहते हैं, परन्तु फिर भी असफलता ही हाथ लगती है।

केवल आसनों के अभ्यास से असाध्य बीमारियाँ भी दूर हो सकती हैं। हृदय रोग, मधुमेह, दमा, गठिया, कैंसर आदि असाध्य रोगों पर आसन एवं योग निद्रा को सफलता प्राप्त हो रही है। अपने देश में पटना जैसे स्थानों एवं विदेशों में भी कई जगह अनुसंधान चल रहे हैं कि केवल आसन द्वारा किस प्रकार से रोगों का नियंत्रण किया जा सकता है।

मन की एकाग्रता

मन को एकाग्र कैसे करना? वह तो बन्दर के समान चंचल है, कई जगह एक साथ चक्कर काट आता है। इसको कैसे स्थिर बनाना? और क्यों बनाना? मन को एकाग्र करने से क्या फायदा? आप एक कपड़े को लें और उसे सूर्य की रोशनी में रखें। ऊपर में मैग्नीफाइंग ग्लास को रखें। थोड़ी देर में हम देखते हैं कि कपड़ा जलने लग जाता है। ऐसा कैसे होता है? इसका कारण यह है कि पहले सूर्य की रोशनी फैली थी, परन्तु अब मैग्नीफाइंग ग्लास द्वारा उसकी किरणों को एकत्र किया गया है। एकाग्रता के कारण उस प्रकाश की शक्ति बढ़ गई और वह कपड़े को जलाने में सक्षम हो गई।

इसी प्रकार जब मन में विचार उठते हैं तो वे फैले रहते हैं, निर्बल होते हैं। मन को एकाग्र करने से मन बड़ा शक्तिशाली हो जाता है। मन को नाम पर, अपने इष्ट के स्वरूप पर या किसी भी बिन्दु पर एकाग्र कर सकते हैं। पानी को एकत्र करने पर उससे विद्युत् उत्पन्न कर सकते हैं। विद्युत् के पैदा होने पर अनेक साधनों का उपयोग एक ही साथ कर सकते हैं, जैसे पंखा, रेडियो, फ्रिज, हीटर, प्रेस आदि। एकाग्रता में कितनी शक्ति है, यह हम विद्युत्-शक्ति के उदाहरण से मालूम कर सकते हैं।

मन जब एकाग्र होता है, उसमें शक्ति उत्पन्न होती है। इससे संकल्प-शक्ति दृढ़ होती है। इस शक्ति से हम भौतिक और आध्यात्मिक, दोनों तरह की उन्नति पा सकते हैं। हम उस परमात्मा के भी दर्शन कर सकते हैं, जिसे पाने के लिए तपस्वी गुफाओं में बैठकर साधना करते हैं। चित्त को एकाग्र करने से असाध्य भी साध्य हो सकता है।





जनवरी – स्वामी सत्यानंद ने एथन्स, ग्रीस और बार्सेलोना, स्पेन में योग कार्यक्रम संचालित किये।

भारत लौटकर श्री स्वामीजी ने बिहार योग विद्यालय के समीप शिवानंद कुटीर योगाश्रम का उद्घाटन किया।

फरवरी-मार्च – श्री स्वामीजी ने संबलपुर में मधुमेह रोगोपचार कार्यक्रम का उद्घाटन किया। वहाँ से उन्होंने रायगढ़, कोलकाता, पुणे और मुम्बई का दौरा किया।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने देशभर में यात्रा करते हुए योग कार्यक्रमों का संचालन किया।

अप्रैल – स्वामी निरंजनानंद ने खड़गपुर में योग शिविर का संचालन किया।

मई – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने दक्षिण-पूर्वी एशिया का दौरा शुरू किया।

जून – स्वामी निरंजनानंद ने रिश्रा में योग सम्मेलन संचालित किया।

जुलाई – बिहार योग विद्यालय में यूरोपियन योग शिक्षकों के लिए एक महीने का सत्र आरंभ हुआ।

बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने हैदराबाद और सिकंदराबाद में योग कार्यक्रमों का संचालन किया।

गुरु पूर्णिमा के पावन अवसर पर मुंगेर में नए आश्रम, गंगा दर्शन का उद्घाटन हुआ। इस विशेष कार्यक्रम में भाग लेनी हजारों लोग पहुँचे। श्री स्वामीजी ने स्वयं प्रतिष्ठा-कार्य सम्पन्न किया।



सितंबर-अक्टूबर – सत्यानंद आश्रम, ऑस्ट्रेलिया द्वारा आयोजित विश्व योग सम्मेलन में श्री स्वामीजी अध्यक्ष रहे। अंग्रेजी 'योग' पत्रिका के अंतर्राष्ट्रीय संस्करण के मुद्रण और वितरण का कार्यभार ऑस्ट्रेलिया के आश्रम ने संभाला।



नवंबर – धनबाद में श्री स्वामीजी ने कोल-फील्ड-अन्तर्राष्ट्रीय-योग-सम्मेलन का संचालन किया।

श्री स्वामीजी ने कोलंबिया में क्रिया योग सत्र संचालित किया। 'योग' पत्रिका के प्रथम स्पैनिश संस्करण का प्रकाशन आधुनिक ऑफसेट प्रेस पर शुरू हुआ।

दिसंबर – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने कोलंबिया का दौरा किया।

श्री स्वामीजी ने ठाणे में आयोजित अखिल भारतीय योग सम्मेलन का उद्घाटन और संचालन किया।

ऑस्ट्रेलिया, स्पेन और दक्षिण अमेरिका से बड़ी संख्या में योग साधक विशेष क्रिया योग सत्र के लिए मुंगेर पहुँचे।





जनवरी-फरवरी – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने संबलपुर, रायगढ़, बिहार शरीफ, बेंगलौर और जमशेदपुर में कार्यक्रम संचालित किये।

फरवरी-अप्रैल – स्वामी सत्यानंद ने अखिल भारतीय यात्रा के अंतर्गत बैतूल, सागर, भोपाल, जबलपुर, खामगाँव, मुम्बई, पुणे, बेंगलौर, सिकंदराबाद, राजनंदगाँव, रायपुर, संबलपुर, और रायगढ़ का दौरा किया।

मार्च – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने बचेली में सम्मेलन संचालित किया।

अप्रैल-मई – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने बेंगलौर और तिरुमूर्तिनगर में योग सत्रों का संचालन किया।

मई – ऑस्ट्रेलिया जाते समय श्री स्वामीजी ने मुम्बई के श्रद्धालुओं को दर्शन दिया।

ऑस्ट्रेलिया में मेंग्रोव माउन्टेन में आयोजित सेमिनार में सत्संग-प्रवचन दिये। लौटते समय श्री स्वामीजी ने सिंगापुर में सत्संग दिया। भारत लौटने पर उन्होंने बिहार योग विद्यालय के स्वामियों द्वारा आयोजित पटना योग सम्मेलन की अध्यक्षता की।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने मुम्बई, हैदराबाद, भोपाल, पुणे और आजमगढ़ में योग शिविरों का संचालन किया।





जून-जुलाई – श्री स्वामीजी ने मेदेयिन, कोलंबिया में क्रिया योग सत्र संचालित किया। बिलासपुर में मनाए जाने वाले गुरु पूर्णिमा कार्यक्रम के लिए श्री स्वामीजी भारत लौटे, जिसके बाद उन्होंने गोंदिया में कार्यक्रम संचालित किया।

स्वामी निरंजनानंद ने ग्रीस और स्विट्ज़रलैंड में योग कार्यक्रम संचालित कर बार्सेलोना में गुरु पूर्णिमा मनायी।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने जबलपुर में योग शिविरों का संचालन किया।

जुलाई-सितम्बर – श्री स्वामीजी ने व्यापक स्तर पर अंतर्राष्ट्रीय यात्राएँ करते हुए सिंगापुर, एर्थेन्स, बार्सेलोना, एन्टवर्प, जिनाल, कोपनहेगन, पैरिस और लंदन में योग कार्यक्रम संचालित किये। सेंट पैट्रिक्स कॉलेज, डब्लिन, आयरलैंड में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन के श्री स्वामीजी अध्यक्ष रहे। इसके बाद उन्होंने जिनाल, स्विट्ज़रलैंड में आयोजित ई.यू.एन.एफ.वाय. योग सम्मेलन की अध्यक्षता की।

अक्टूबर – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने अक्टूबर से दिसंबर तक बचेली, जगदलपुर, आकाश नगर, किरंदुल और दिल्ली में योग सत्रों का संचालन किया।

नवंबर – पर्थ, ऑस्ट्रेलिया से आए साधकों ने बिहार योग विद्यालय में विशेष क्रिया योग सत्र में भाग लिया।

नवंबर-दिसंबर – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने सराईढेला, गोपालीचक, लोयाबाद, सिझुआ और तेतुलमरी में योग सम्मेलनों का संचालन किया।

दिसंबर – श्री स्वामीजी ने राजगीर में क्रिया योग सत्र का निर्देशन किया।

स्वामी आनंदानंद के साथ आए इटली के साधकों ने बिहार योग विद्यालय में आयोजित विशेष क्रिया योग सत्र में भाग लिया।



गंगादर्शन-कर्णचौरा का अब्दुत रूपांतरण

स्वामी धर्मशक्ति प्रणीत 'मेरे आराध्य' से संकलित



आज से पाँच हजार वर्ष पहले महायोगी, महादानी, महारथी, सूर्यपुत्र कर्ण महाभारत काल में हुए थे। माता कुन्ती के गर्भ से जन्म लिया, माता राधा ने पालन किया, राधेय कहलाये। कठिन परिस्थिति में विद्या सीखी, परिस्थिति ने अंग देश का राजा भी बना दिया। महाभारत काल का अंग देश ही आज का भागलपुर है। इतिहास के अनुसार मुंगेर का किला ही राजा कर्ण का निवास था। चाहे राजा कर्ण इस किले में रहे हों या अन्य किलों में, यह सोचना कि यहाँ रहे थे, बड़ा सुखद लगता है।

मुंगेर के तीनों ओर गंगा जी गोल घूम गई हैं। बीच में ऐतिहासिक शहर बसा है। तीन दिशाओं में विशाल फाटक हैं। बीच में 23 एकड़ जमीन का एक टीला है, शहर से काफी ऊँचा। इस टीले के नीचे तीन तरफ खाई है, सामने सड़क है, बगल में तालाब है। इसी टीले पर वह ऐतिहासिक किला था। अगल-बगल में कई छोटे-छोटे भवन थे। मुख्य भवन के सामने ढाई-तीन फुट ऊँचा बड़ा-सा चबूतरा था, जिसे 'कर्णचौरा' कहा जाता था। अध्यात्म विभूति, सूर्यपुत्र राजा कर्ण, जो कुन्ती पुत्र था लेकिन सूत-पुत्र कहलाया, जिसकी वीरता से प्रभावित होकर धृतराष्ट्र-पुत्र दुर्योधन ने अंग देश का राज्य देकर उसे महाराजा कर्ण बनाया, वह इसी वैभवशाली 'कर्णचौरा' पर बैठकर नित्यप्रति सवा मन सोना दान करता था।

इस किले का अंतिम बादशाह मीर कासिम हुआ, जिसके बाद यह किला अंग्रेजों के आधिपत्य में आ गया। यह किला सन् 1978 तक मुर्शिदाबाद के राजा कमला रंजन राय के अधिकार में था। खण्डहर हो चुका था, गलत तत्त्वों का अड्डा बना हुआ था। अपने बीते दिनों की याद में बिखरा हुआ-सा, किसी योग्य अधिकारी

की प्रतीक्षा में था। लोग इस जगह को ही कर्णचौरा कहते थे। यानी पूरा टीला, खण्डहर, भवन, सभी कर्णचौरा ही कहलाते थे।

कर्णचौरा पर अद्भुत अनुभव

श्री स्वामीजी परिव्राजक के रूप में घूमते हुए जब सन् 1956 में बिहार आये, तब एक परिचित भक्त के अनुरोध पर मुंगेर भी आये। किले के पास ही भक्त का घर था। श्री स्वामीजी उसी के घर पर रहते थे, कोई विशेष प्रोग्राम नहीं था, बस शाम का सत्संग ही होता था। किले का स्थान ऊँचा व एकान्त में होने के कारण श्री स्वामीजी को बहुत अच्छा लगता था। सुबह-शाम-दोपहर यहीं बैठे रहते, भजन गाते, कुछ लिखते, कभी साधना भी करते। गर्मी के दिनों में देर तक बैठते, कभी सो भी जाते। इस जगह के प्रति इतना आकर्षण क्यों है, सोचते थे गृहस्थ के घर में रहता हूँ, कुछ प्रोग्राम तो रहता नहीं, खुले आकाश के नीचे, मुक्त वातावरण में अद्भुत शान्ति मिलती है। शुरू से ही प्रकृति की गोद में रहने व घूमने के कारण ही कर्णचौरा विशेष प्रिय लगता...

उस चौरै पर बैठने या सोने पर उन्हें अजीब अनुभव होने लगे। कभी अच्छी तो कभी भयावनी-डरावनी अनुभूति होती। सोचते कि कहीं यह भ्रम तो नहीं है, मेरा मन क्यों ऐसा देखता है! हमेशा इसी जगह के विचार मन में रहते, लेकिन जैसे ही मुंगेर से बाहर जाते तो सब कुछ भूल जाते, इसकी याद भी नहीं आती।

एक बार शाम को श्री स्वामीजी चौरै पर सो गये थे। नींद खुली तो शरीर में खूब आलस था। सोचा, सबेरा हो रहा है, खुले में रातभर सोया था, इसीलिए इतना आलस लग रहा है, चलकर स्नान करना चाहिए। पर आलस से उठा नहीं जा रहा था। काफी देर बाद चैतन्यता आई तो देखा, अभी तो शाम के साढ़े सात बजे हैं!

दूसरी बार वहीं पर सोये थे तो लगा भूमि हिल रही है। सोचा, भूकम्प है, मुंगेर भूकम्प पट्टी के अन्तर्गत जो आता है। यह सोचकर शान्ति से बैठे रहे कि यह तो खुली जगह है, ऊपर छत तो है नहीं जो डरना...। कुछ समय बाद श्री स्वामीजी ने देखा कि चौरा एक जगह से फट गया है। जहाँ बैठे थे वहाँ से 15 फुट दूर चौरै में दरार पड़ गई थी। उसमें से सफेद लबादा पहने एक ऊँचे कद का आदमी निकला। उसके कपड़े हवा में उड़ रहे थे, लम्बी सफेद दाढ़ी थी, उसने इनकी ओर देखा, फिर चला गया। कुछ भय-सा लगा, फिर सोचा, कोई बड़ी बात नहीं है, डरना क्यों? पास जाकर देखा, बड़ी-सी दरार है, नीचे कुछ कब्र-सी दिख रही है। मन में विचार उठा, 'वह आदमी आकर मुझे ले जायेगा', इसलिए वापस आ गये। इसी तरह के कई अनुभव हुए। पर जैसे ही मुंगेर छोड़ते, सब कुछ भूल जाते।

श्री स्वामीजी कुछ माह बाद फिर मुंगेर आये। यहाँ एक-दो भक्त ही थे, कोई विशेष प्रोग्राम होता नहीं था। भोजन के बाद उसी पहाड़ी पर बैठते, कर्णचौरा पर



लेटकर सो भी जाते। उत्सुकतावश वहाँ पर तीन रातें व्यतीत कीं। एक दिन कर्णचौरा पर शवासन में लेटे थे, तो लगा कि लेटे-लेटे ही ऊपर उठ रहे हैं। इतनी तेजी से उठ रहे थे कि हृदय धड़कने लगा। जब नीचे आये, तब पसीने-पसीने हो रहे थे। अपने को संभालने का प्रयत्न करने लगे, दाहिनी करवट सोये, बायीं करवट ली, सीधे सोये, मकरासन में सोये, सीधे लेटकर लम्बी साँसें लेने लगे। पर भारीपन और दिल की धड़कन कम नहीं हो रही थी। एकाएक वही आदमी चौरै की दरार से निकलकर आया और बोला, 'तुम यहाँ ठहरो।'

श्री स्वामीजी तेजी से उठे और अपने इष्ट की याद करते हुए वहाँ से चले गये। सोचा, 'यह स्थान सुरक्षित नहीं है', और वहाँ जाना छोड़ दिया। श्री स्वामीजी नौ-दस साल की उम्र में मसान साधना कर चुके थे। वे डरते नहीं थे, इसी से इन घटनाओं का उनपर कोई असर नहीं हुआ। फिर मुंगेर आये तो गोयनका जी के निमंत्रण पर आनन्द भवन में ठहरे। वह जगह भी प्राकृतिक छटा से भरपूर लुभावनी है, वहाँ भी कई अनुभव होते रहे। वहाँ रहते, साधना करते, कर्णचौरा की तरफ ध्यान ही नहीं देते। अब जब भी मुंगेर आते, आनन्द भवन में रहने लगे। साधना करते, सत्संग करते, काम बढ़ने लगा, फैलने भी लगा, प्रोग्राम होने लगे। श्री स्वामीजी के शिष्य-भक्त आते, वे भी आनन्द भवन में रहते, साधना करते, अनुवाद करते, पुस्तकों के काम में मदद करते।

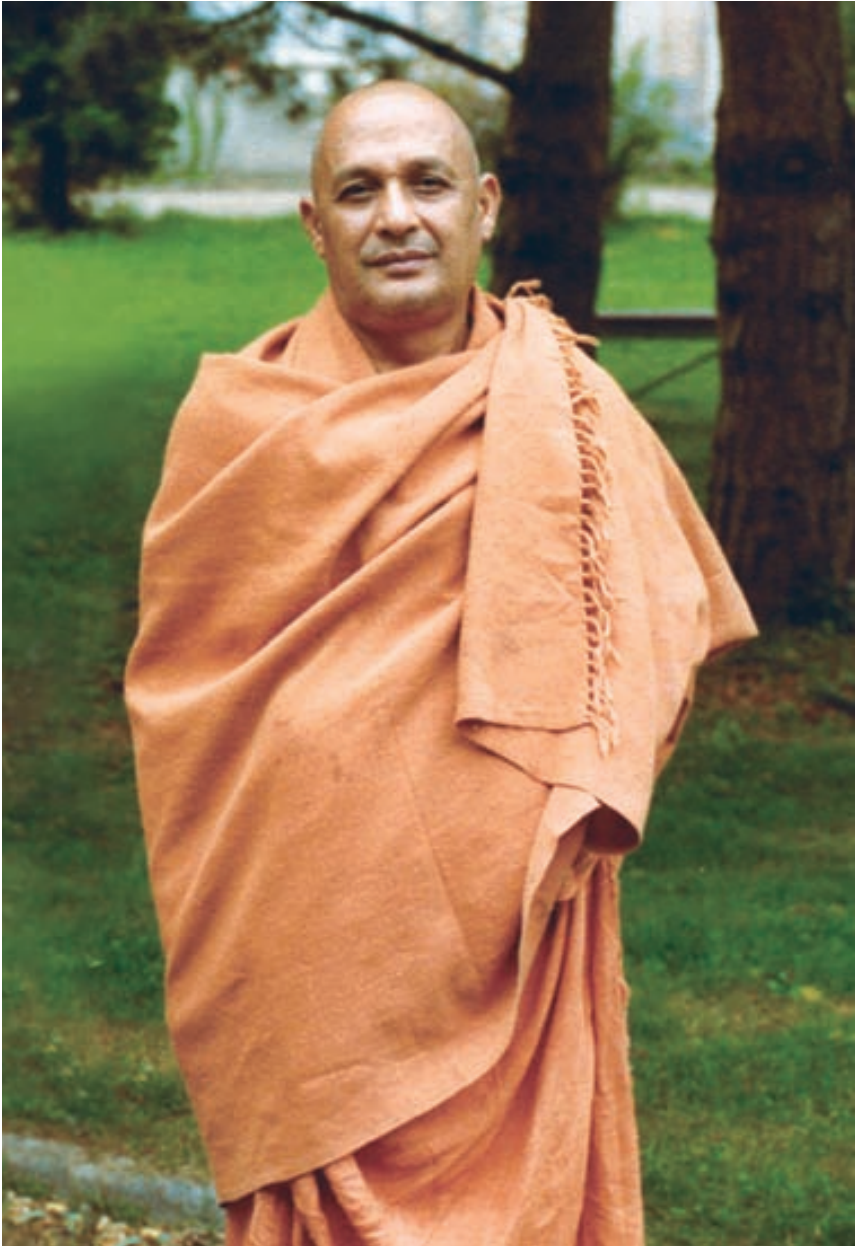
सन् 1963 में श्री स्वामीजी को अपने गुरु जी के दर्शन हुए, आदेश प्राप्त हुआ, आश्रम बना। 19 जनवरी, 1964 को उद्घाटन हुआ। दीपक प्रज्वलित हुआ, योग कक्षाएँ शुरू हुईं, सम्मेलन हुआ, देश-विदेश के लोग आने लगे। पर कर्णचौरा को श्री स्वामीजी भूल न सके। वह ऐतिहासिक किला सामने ही था। आश्रम के सामने सड़क के बाद खाई है, खाई के पीछे टीला है, और मुख्य भवन का खण्डहर सामने ही था। आने वालों के लिए वह आकर्षण का केन्द्र भी था। लोग आश्चर्य से देखते और पूछते तो श्री स्वामीजी उसका इतिहास बताते। अक्सर गर्मियों में सुबह घुमाने भी ले जाते थे सबको।

कर्णचौरा की प्राप्ति

'सच्ची बात' के संपादक श्री देवेन्द्रनाथ गुप्त का श्री स्वामीजी से परिचय हुआ। वे श्री स्वामीजी और उनके योग विद्यालय के कार्यक्रमों, सम्मेलनों व योग साहित्य



1974



1975



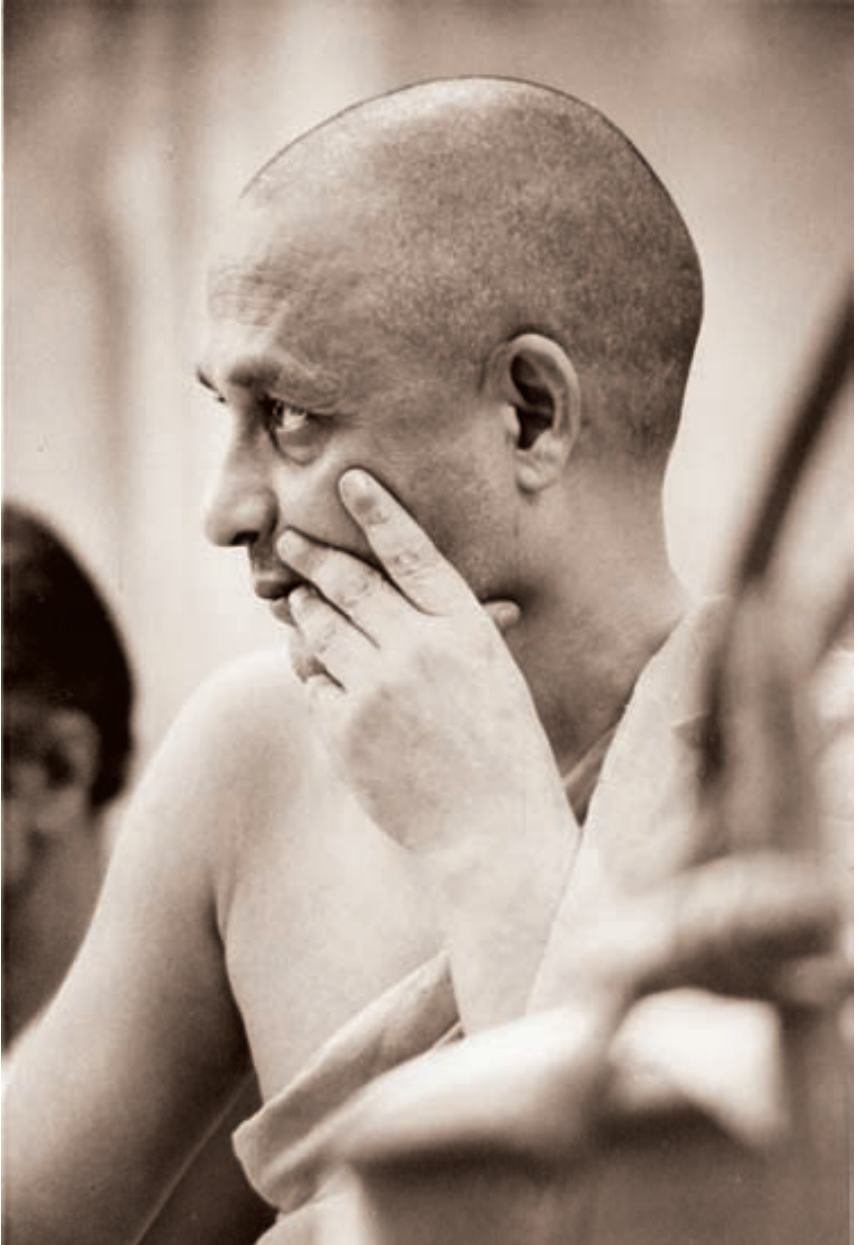
1976



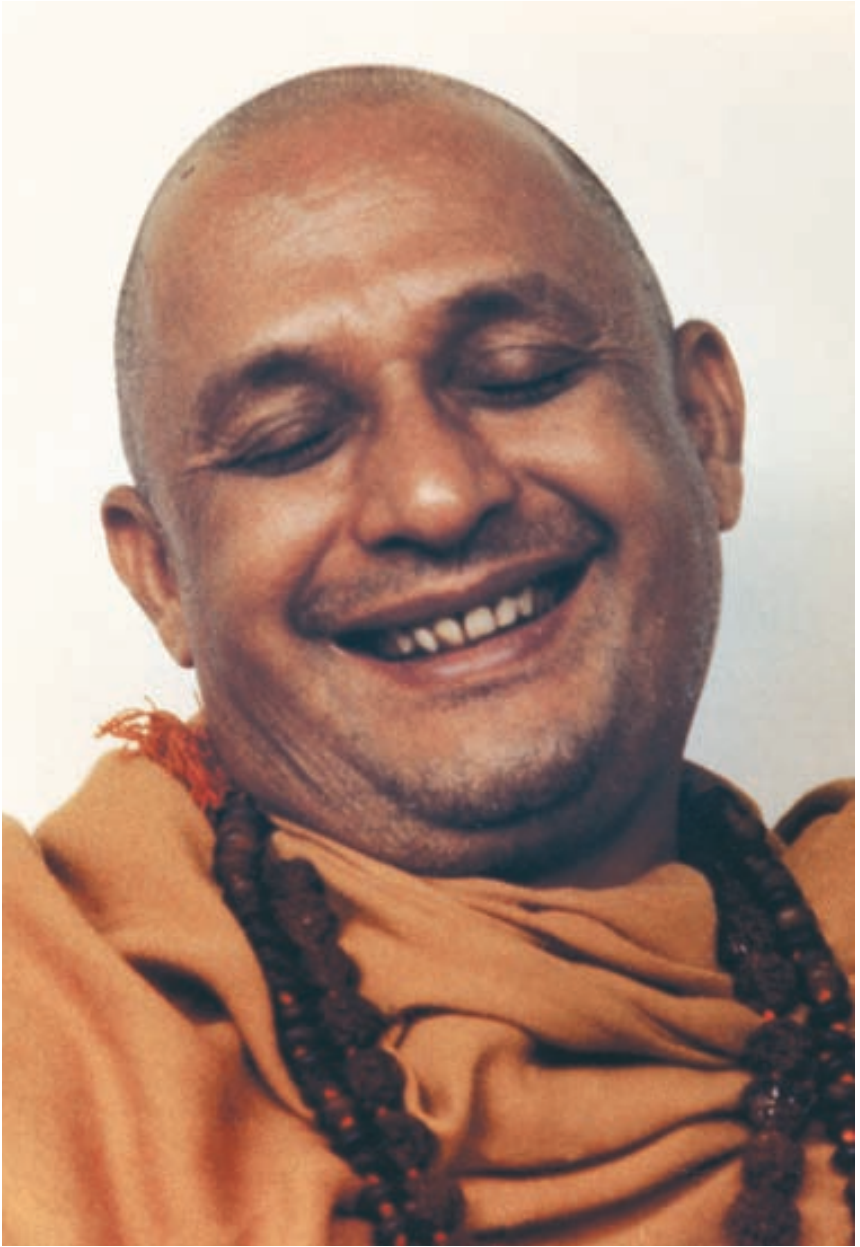
1977



1978



1979



1980



1982

से बहुत प्रभावित थे। वे हमेशा कहते, 'ऐतिहासिक कर्णचौरा श्री स्वामीजी के पास आकर अपना नया इतिहास अवश्य बनायेगा।' वे बतलाते थे, इस ऐतिहासिक जगह पर सन् 1950 में सरकार ने 'अमला-कॉलोनी' बनाने का निर्णय लिया था, पर लोगों के विरोध करने पर इसे सार्वजनिक उपयोग के लिए छोड़ दिया। इस किले के सम्बन्ध में अनेक दंत-कथाएँ हैं।

अंगराज कर्ण चण्डी देवी का भक्त था। अनुश्रुतियों के संकलन के क्रम में बुकानन ने ज्ञात किया कि राजा कर्ण ने ही यह भवन इस पहाड़ी पर बनवाया था, निवास के लिए नहीं, बल्कि दान कृत्य के लिए। अँग्रेजों के जमाने में मीर कासिम ने इस पर अधिकार जमाया, भवन भी उसने ही बनवाया, महाभारत काल के भवन तो कब के खत्म हो गये होंगे। अँग्रेजी सेना के कमाण्डर तथा अन्य कई लोग यहाँ रहते थे। इस ऊँचे स्थान से अँग्रेज अधिकारियों को समय-समय पर तोपों की सलामी दी जाती थी। बाद में इस स्थान को अँग्रेजों ने विजय नगरम् के राजा के हाथों बेच दिया। बाद में उस राजा से मुर्शिदाबाद के राजा अन्नदाराय ने खरीद लिया, उनके पुत्र आशुतोष राय इस भवन में रहने लगे। कर्णचौरा चबूतरे पर उनकी संगीत गोष्ठी जमने लगी। उस समय लोग इस जगह पर वायु-सेवन, विश्राम, गोष्ठी व मनोरंजन के लिए आने लगे। जमींदारी उन्मूलन के बाद राजा आशुतोष राय और उनका लड़का, कमला रंजन राय मुर्शिदाबाद में रहने लगे।

कालान्तर में कर्णचौरा के पार्श्व में बन्दूक कारखाने का निर्माण हुआ। वातावरण कुरूप-सा होने लगा। असंख्य पेड़-पौधे कट गये। चबूतरे के आस-पास स्थित अनूठे, अज्ञातनाम वृक्ष काट दिये गये। कर्णचौरा चबूतरे से सटा पूर्व दिशा में एक चत्वर वृक्ष था। उसे कोई भी पहचान नहीं सका था। उसकी किसी भी एक डाल को जरा-सा छू देने से समूचा वृक्ष हिलने व काँपने लग जाता था। दो दशक पहले तक वह वृक्ष था। सरकारी वृक्षारोपण समारोहों की धूमधाम के बावजूद परिसर में फैले अनेक फल-फूलदार वृक्षों को नष्ट कर दिया, 'वेदिका' चबूतरे को क्षतिग्रस्त कर डाला, उस खण्डहर रूपी भवन में असामाजिक तत्वों ने अधिकार जमा लिया। मुंगेर के हृदय-स्थान की विकृत अवस्था से पुराने लोग बहुत व्यथित थे।

पहाड़ी के तीन तरफ खाई है। सामने किले से बाहर जाने का रास्ता और बड़ा-सा मैदान है। कर्णचौरा के सामने, रास्ते के एक तरफ बन्दूक कारखाना बन गया, तो दूसरी तरफ इलेक्ट्रिक ऑफिस। बगल में राइफल क्लब का ग्राउन्ड बन गया। पहले वहाँ दो तालाब थे - राजा ताल और रानी ताल; अब तो एक ही बचा है। शायद एक को सुखाकर मैदान बनाया हो। पता चला कि खण्डहर भवन की जगह पर 'फाइव स्टार सुपर होटल' खुलने की योजना बन रही है, जिसमें मद्य-विक्रय और पान-सिगरेट की उत्तम व्यवस्था रहेगी। बन्दूक कारखाना तो बन ही चुका है, दारूखाना की कमी थी, वह भी पूरी हो जाएगी।

कर्णचौरा का पूर्व इतिहास जानने वालों व पुराने बुजुर्गों को वहाँ होटल खुलने की योजना से बहुत दुःख हुआ। उन लोगों ने कहा, 'कितना अच्छा होता अगर श्री स्वामीजी इस जगह को लेकर योग का स्थान बनाते। आखिर उनकी योजना तो बहुत बड़ी है।' कुछ लोग श्री देवेन्द्रनाथ गुप्त को मुखिया बनाकर श्री स्वामीजी से मिले, बातचीत की। श्री स्वामीजी ने कहा, 'उस जगह के प्रति मेरे मन में आकांक्षा तो है। अगर मालिक बेचना चाहें तो ले लूँगा। वहाँ के लिए मेरे मन में योग प्रशिक्षण केन्द्र, योग लाइब्रेरी, योग रिसर्च सेन्टर, अस्पताल, बहुत-सी योजनाएँ हैं। आप लोग पता लगाएँ।'

श्री देवेन्द्रनाथ गुप्त राजा कमला रंजन राय के पास गये, बातें कीं। उनके पास कई बार गये, कई तरह से समझाया, सलाह दी, अनुरोध किया। जब श्री स्वामीजी कलकत्ता आश्रम जाते, तो वे मुर्शिदाबाद जाकर राजा साहब को कलकत्ता लाकर श्री स्वामीजी से मिलते थे। कितने ही दिनों तक इसी तरह बातें होती रहीं। अंततः इस ऐतिहासिक भूमि को राजा कमला रंजन राय ने जनवरी 1978 में योग्य व्यक्ति, स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के हाथों में देना स्वीकार कर ही लिया।

राजा कमला रंजन राय ने तो श्री स्वामीजी को ही देंगे कह दिया, अब सरकार की स्वीकृति प्राप्त करनी थी। दिल्ली जाने और वहाँ सबसे मिलने का भार भी लिया श्री देवेन्द्रनाथ गुप्त ने, जिन्हें हम सब दादाजी कहते थे। उन्होंने इस विशेष कार्य को पूरा करने का संकल्प ही ले लिया। वे वकील थे, फिर बाद में 'सच्ची बात' साप्ताहिक पेपर निकालने लगे। उनकी उम्र 79 वर्ष, कन्धे तक बाल, सफेद-शुभ्र लम्बी दाढ़ी, लिबास धोती-कुर्ता-चादर। रवीन्द्रनाथ ठाकुर जैसे लगते थे। वृद्धावस्था में भी इस काम के लिए उनमें बहुत उत्साह था। उन्हें कई बार दिल्ली जाना पड़ा, कितने लोगों से मिलना पड़ा, कितनी जगह चक्कर लगाने पड़े। गड़बड़ी करने वालों की कमी नहीं थी, बहुत परेशानी उठानी पड़ रही थी। अंत में होनी ने अपना रूप दिखाया, प्रभु की असीम कृपा हुई, सारा काम पूरा करवा दिया और यह जगह श्री स्वामीजी को प्राप्त हो गयी।

गंगादर्शन का निर्माण

राजा कमला रंजन राय से बात पक्की हो जाने के बाद 27 जनवरी को श्री स्वामीजी ने अपने शिष्यों-भक्तों के साथ कर्णचौरा में पदार्पण किया। चारों ओर घूमकर सब उस चौरै में बैठे। उसी समय श्री स्वामीजी ने कहा, 'इसी चौरै पर राजा कर्ण सोना बाँटते थे, मैं यहीं पर योग बाँटूँगा।'

मार्च के पहले हफ्ते में सरकार की स्वीकृति मिल गयी। लेन-देन पूरा करके कागज प्राप्त हुआ। श्री स्वामीजी ने बिहार, उड़ीसा, मध्य प्रदेश के आश्रमों में कार्यरत शिष्यों को टेलिग्राम देकर बुलाया और 11 मार्च, 1978 की सुबह सबको साथ लेकर



कर्णचौरा गये। कर्म योग शुरू हुआ, दो घण्टे काम के बाद कुछ देर आराम करने का आदेश मिला। श्री स्वामीजी एक पत्थर पर बैठकर माँ गंगा के दर्शन करने लगे। हम सब लोग भी उनके चारों तरफ बैठ गये। श्री स्वामीजी ने कहा, 'देखो, तीनों तरफ गंगा जी कैसे मेखलाकार घूम गई हैं, बीच में मुंगेर शहर जैसे गोद में बैठा बालक हो। इस निर्माणाधीन आश्रम का नाम होगा, 'गंगा दर्शन'। ऊँचे टीले पर स्थित इस जगह से सब माँ गंगा का दर्शन कर सकेंगे। किनारे पर लहलहाते खेत, प्रातः-सायं काल का सुन्दर नैसर्गिक दृश्य दर्शनीय है। माँ गंगा योग की प्रतीक हैं। गंगोत्री से समुद्र तक की उनकी यात्रा जीवात्मा की स्थूल से सूक्ष्म की यात्रा है...' कहते-कहते गुरुदेव विभोर हो उठे।

दस बजे सब शिवानन्दाश्रम लौटे। भोजन के बाद आदेश हुआ, अब आराम करो, एक बजे फिर चलेंगे। कुछ स्वामियों ने एक योजना बनाई, फिर कहा, 'हम लोग गंगादर्शन जा रहे हैं, वहीं आराम करेंगे।' उन लोगों ने ऊँची चौरस जमीन देखकर, चार लकड़ी गाड़कर मचान, जैसा कि खेतों में किसान लोग बनाते हैं, वैसा ही बैठने योग्य बनाया। बनाकर खुश हो रहे थे कि श्री स्वामीजी देखकर चकित हो जाएँगे। एक बजे सबको लेकर श्री स्वामीजी आये... 'अरे वाह! तुम लोगों ने तो मचान बना डाला', कहते हुए उछलकर उस पर बैठ गये और हँसने लगे। उस समय अचानक बरसात होने से श्री स्वामीजी प्रसन्न हो उठे। संन्यासी लोग दौड़कर कर्मयोग करने लगे।

इस तरह 'कर्ण चौरा' का पुनर्जन्म 'गंगा दर्शन' के रूप में हुआ। काम शुरू हुआ। अहाते की दीवार बनी, फिर कुएँ का काम शुरू हुआ। प्रमुख चौरा ने ही साधना हॉल का रूप लिया। उसके पास ही श्री स्वामीजी के लिए कुटिया का काम शुरू हुआ। और इस तरह उस ऐतिहासिक जगह का भाग्य बदला। श्री स्वामीजी के मुंगेर आने की, कर्णचौरा पर अनुभव प्राप्त करने की बात साधारण नहीं थी। यह ऐतिहासिक घटना कितना महत्त्व रखती है, भविष्य ही बताएगा।



जनवरी – बिहार योग विद्यालय के प्रतिष्ठा दिवस, बसंत पंचमी पर गंगा दर्शन में विराट् नगर भोज किया गया।

श्री स्वामीजी ने झंझारपुर में पार्वती-लक्ष्मी कन्या उच्च विद्यालय का उद्घाटन किया और कामेश्वर सिंह संस्कृत विद्यालय, दरभंगा में प्रवचन दिया।

बिहार योग विद्यालय में एक महीने का योग शिक्षक प्रशिक्षण सत्र आरंभ हुआ।

फरवरी – स्वामी सत्यानंद ने उड़ीसा में बलांगीर आश्रम का उद्घाटन करके पश्चिम उड़ीसा योग सम्मेलन का संचालन किया। बरियारपुर में मानस-सम्मेलन का उद्घाटन किया और कहलगाँव में आयोजित योग सम्मेलन में भाग लिया।

स्वामी निरंजनानंद ने सत्यानन्द आश्रम, पेरिस में योग सत्रों का और लिल्ले में बच्चों व शिक्षकों के लिए टेलीविजन सामूहिक सभा का संचालन किया। इसके अलावा स्पेन, मलागा, तोरो मोलिनो, लास पाल्मास और तेनेरिफ में सत्संग दिये।

मार्च – स्वामी निरंजनानंद संयुक्त राज्य अमेरिका पहुँचे।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने केरिबीयन क्षेत्र में वेनेज़ूएला, प्चेर्टो रीको, पोर्ट ऑफ स्पेन, ट्रिनिडेड और सान्तो दोमिंगो का दौरा किया।

अप्रैल – श्री स्वामीजी ने यूरोप का दौरा किया, जिसके अंतर्गत वे एर्थेन्स,



रोम, फ्रैन्कफर्ट, विएना, ज्युरिक, ब्रस्सल्स, कोपनहेगन, स्टॉकहोम, पैरिस, बारसेलोना और लंदन गए।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने इटैलियन योग फेडरेशन के योग सम्मेलन में भाग लिया और इटली एवं स्विट्ज़रलैंड का दौरा किया।

मई – बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने मध्य और दक्षिण अमेरिका का व्यापक दौरा किया और तत्पश्चात् यूरोपीय देशों की यात्रा की।



जून – श्री स्वामीजी ने ग्रीस, इटली, जर्मनी, ऑस्ट्रिया, स्विट्ज़रलैंड, बेल्जियम, डेनमार्क, फ्रांस, स्पेन, मायोंका द्वीप, इंग्लैंड और आयरलैंड का तूफानी दौरा किया।

जुलाई – श्री स्वामीजी के सान्निध्य में सतना में गुरु पूर्णिमा मनाई गई।

अगस्त-अक्टूबर – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने फ्रांस से आए 30 साधकों के लिये दक्षिण भारत के महाबलिपुरम् नगर में आवासीय ध्यान शिविर का संचालन किया। श्री स्वामीजी ने शामराँ, फ्रांस में अंतर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन का संचालन किया। जिनाल, स्विट्ज़रलैंड में छोटे अंतर्राष्ट्रीय योग सप्ताह में भाग लेने के बाद श्री स्वामीजी ने स्पेन का दौरा किया।

इसके पश्चात् श्री स्वामीजी दक्षिण अमेरिका गए और बोगोता, कोलंबिया में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग पर्व की अध्यक्षता की।

नवंबर – भारत लौटने पर श्री स्वामीजी ने बरियारपुर, बिहार में आयोजित जिला योग सम्मेलन का उद्घाटन किया।

स्वामी निरंजनानंद ने अमेरिका में ड्रग एण्ड अल्कोहल रिहैबिलिटेशन केन्द्रों तथा जेलों में योग कार्यक्रम संचालित किये।



शिक्षा, संस्कृति और अध्यात्म

सन् 1980 में झंझारपुर, बिहार में 'पार्वती-लक्ष्मी कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय' के उद्घाटन पर स्वामी सत्यानन्द जी का उद्बोधन



योग की भाषा में पार्वती और लक्ष्मी, ये दिव्य शक्तियाँ कुण्डलिनी शक्ति की प्रतीक हैं। यह कुण्डलिनी शक्ति मनुष्य के अन्दर में छिपी हुई प्रसुप्त प्रतिभा है, जो धीरे-धीरे जीव के विकास के साथ अपने को प्रकट करती है। यहाँ प्रतिभा से मेरा तात्पर्य बौद्धिक प्रतिभा से नहीं, आध्यात्मिक प्रतिभा से है। बौद्धिक प्रतिभा अपनी जगह पर है और आध्यात्मिक प्रतिभा अपनी जगह पर। परन्तु आजकल दुनिया में लोग केवल बौद्धिक प्रतिभा के विकास के लिए ही शिक्षा का आयोजन कर रहे हैं। बौद्धिक शिक्षा और विकास की एक सीमा होती है। मनुष्य जब बौद्धिक विकास की सीमाओं से मर्यादित होता है, तब वह समाज में बुद्धि-भेद पैदा करता है। और इसी के परिणामस्वरूप कालान्तर में उसे अपने अन्दर असमर्थता मालूम पड़ने लगती है।

बौद्धिक उपलब्धियाँ मनुष्य के विकास के साथ-साथ जरूर चलती हैं, परन्तु एक दिन बौद्धिक प्रतिभा के ऊपर दैवी प्रतिभा का अवतरण जरूर होना चाहिए। यह वह प्रचंड शक्ति है, जिसे प्रकट करने के लिए यह मनुष्य शरीर हमें मिला है। यह मनुष्य शरीर और इसके अन्दर छिपी हुई ज्ञान की राशि जो हमें मिली है, उसका निश्चित प्रयोजन यही है कि हम दिव्य शक्ति का अन्वेषण करें, उसे जगायें और उसका सदुपयोग करें। हम भारत के रहने वाले इसी धर्म को जानते हैं, इसी को संस्कृति कहते हैं। हमारे बालक-बालिकाओं और नागरिकों के जीवन का और हमारे राष्ट्र का जो विकास होगा, उसका आधार यही आध्यात्मिक प्रतिभा होगी। इस आध्यात्मिक प्रतिभा की बात मैं क्यों बोल रहा हूँ, यह मैं बतला देता हूँ।

सारे संसार में शिक्षा के विराट् आयोजन हुए हैं और अनेक प्रगतिशील देशों में मनुष्य ने शिक्षा के क्षेत्र में काफी उन्नति प्राप्त कर ली है। मगर आज वे कहाँ हैं, किधर जा रहे हैं? वह बौद्धिक उपलब्धि किस काम की जहाँ बच्चा अपना मानसिक और भावनात्मक सन्तुलन खोकर, अपने जीवन की सीमाओं में उलझ जाए और दूर क्षितिज को अंधकारमय देखे। मैं यह नहीं कहता कि हमें उस रास्ते पर बिल्कुल नहीं चलना चाहिये अथवा बौद्धिक प्रतिभा की अनिवार्यता को टुकरा देना चाहिये, बल्कि मैं कहना चाहता हूँ कि हमें उन लोगों के अनुभव से शिक्षा लेनी है। हमें यह समझना है कि मात्र बौद्धिक विकास के परिणामस्वरूप आज अनेकानेक सभ्यताएँ और संस्कृतियाँ किन-किन समस्याओं से होकर गुजर रही हैं।

मनुष्य की चेतना की पृष्ठभूमि में जो महान् शक्ति छिपी हुई है, उसे वह कैसे प्रकट करेगा, इस बात का ख्याल भी अब हमें शिक्षा के साथ-साथ रखना होगा। यदि हम शिक्षा को केवल जैसा आज तक समझते आये थे, उसी तरह से समझते रहेंगे तो आगे जाकर हमारा भी वही हाल होगा जो अन्य देशों के बच्चों और बड़ों का हो रहा है। भारत महान् था और इसी महानता की विरासत को लेकर आज हम जीवित हैं और अपने को भाग्यशाली महसूस करते हैं। अगर हमें अपनी गौरवशाली संस्कृति को कायम रखना है, अथवा पुनः उसी महानता की ओर बढ़ना है तो कुछ करना होगा। उधारी से काम नहीं चलता, हमें स्वयं उपार्जन करना होगा और इन्हीं उपार्जन की प्रक्रियाओं को, वास्तविक विकास के साधनों को हमारे यहाँ साधना कहते हैं। यह साधना जब तक शिक्षा के साथ जोड़ी नहीं जायेगी, तब तक शिक्षा बाहर की ही शिक्षा रहेगी। इस सम्बन्ध में मैं आप लोगों को कुछ व्यावहारिक बातें बताना चाहूँगा।

शिक्षा-जगत् में योग

सबसे पहले हमने पेरिस में एक उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में योग की शिक्षा प्रारम्भ की। पहले तो लोग सोचते थे कि योग बच्चों को कैसे सिखाया जायेगा। योग तो बूढ़े लोगों के लिए है और खासकर उन लोगों के लिए जो जीवन से और प्रवृत्तियों से रिटायर्ड हो चुके हैं अथवा होने वाले हैं। मैंने कहा, ऐसी बात नहीं है। सच पूछा जाए तो योग निवृत्तिमार्ग वालों के लिए नहीं, प्रवृत्तिमार्ग वालों के लिए है। चित्त चंचल होता है प्रवृत्तिमार्गियों का। असन्तुलित, अविवेकी भावनाएँ प्रवृत्तिमार्गियों में होती हैं, आशा-निराशाओं के झूले में प्रवृत्तिमार्ग वाला झूलता है। हृदय पर निरंतर जो चोट लगती है, वह प्रवृत्तिमार्ग वालों को लगती है। प्रेम, घृणा, राग और द्वेष प्रवृत्ति के लक्षण हैं। तब कैसे कहते हो कि योग निवृत्तिमार्गियों के लिए है!

हमें अपनी भावी पीढ़ी के लिए उन परिस्थितियों को पैदा करना होगा और उन संभावनाओं को चरितार्थ करना होगा, जिससे वे प्रतिभाशाली बन सकें, जीनियस बन सकें। इसके लिए आवश्यक है कि हम मनुष्य की आन्तरिक संरचना, मस्तिष्क,

स्नायुओं और हॉर्मोन्स की प्रणालियों को जानें। आप लोग एक बात याद रखिए, आधुनिक चिकित्सा शास्त्र में मनुष्य के भ्रूमध्य के पीछे, रीढ़ की हड्डी के सबसे ऊपर एक छोटी-सी ग्रंथि होती है जिसे पीनियल ग्रंथि कहते हैं। योग की भाषा में उसे कहते हैं – आज्ञाचक्र। यह ग्रंथि जब तक स्वस्थ रहती है, तब तक मनुष्य अपने मस्तिष्क में असन्तुलन पैदा करने वाले हॉर्मोनों की प्रणाली को नियंत्रण में रख सकता है। परन्तु जैसे-जैसे यह पीनियल ग्रंथि विघटित होने लगती है, वैसे-वैसे मनुष्य के मस्तिष्क में से प्रवाहित होने वाले हॉर्मोन उसके शरीर, भावनाओं और स्मरण शक्ति को प्रभावित करते हैं। यह रोज का अनुभव है।

यदि हम कोई ऐसी साधना अपने बच्चों को बता सकें जो उसकी पीनियल ग्रंथि को 15, 20 या 25 साल तक स्वस्थ रख सके और वह ग्रंथि उसके मस्तिष्क को, उसके पिट्यूटरी ग्लैंड को नियंत्रित कर सके तो आप उसे प्रतिभाशाली बना सकते हैं। प्रतिभा एक तथ्य है और प्रतिभा को जागृत करने के लिए हम परिस्थितियाँ पैदा कर सकते हैं। यह एक बात हुई।

दूसरी बात, जब मनुष्य का मन चेतन से अचेतन में प्रवेश करता है, उस समय उसका मस्तिष्क उर्वरा भूमि की तरह होता है, जहाँ बीज डालते ही अंकुरित हो उठता है। जब मनुष्य का मन बुद्धि के नियंत्रण में रहता है, उस समय वह समझता तो सब है, मगर वह बीज अधिकतर अंकुरित नहीं हो पाता। इसका तात्पर्य हुआ कि अर्द्धचेतन मस्तिष्क का विकास होना चाहिये। तो फिर हमें खोजना होगा कि कौन-सी ऐसी क्रिया, साधना अथवा स्थिति है, जिसके द्वारा हम अपने बच्चों के अर्द्धचेतन मस्तिष्क का विकास कर सकते हैं, ताकि हम जो शिक्षा उन्हें देते हैं अथवा वे जो अध्ययन करते हैं, वह सीधे उनके सूक्ष्म शरीर में प्रवेश करे और समय आने पर अंकुरित और प्रस्फुटित हो।

उदाहरण के तौर पर पेरिस के उस विद्यालय की बात बताता हूँ। कुछ बच्चे बहुत मंदबुद्धि थे। उनकी स्मृति अच्छी नहीं थी। जिन विषयों को वे समझ नहीं सकते थे, उन्हीं विषयों को लेकर उन्हें योगनिद्रा कराई गई, जिसका परिणाम अन्त में अत्यन्त आशाजनक निकला। यह कोई जादू-टोना नहीं है। यह योग की एक क्रिया है, जिसे आधे घण्टे के अल्प समय में किया जा सकता है।

मनुष्य की सूक्ष्म शक्तियाँ

योग का व्यावहारिक पक्ष अत्यन्त सुन्दर और सरल है, क्योंकि इसका प्रारम्भ होता है आसन-प्राणायाम से। आसन-प्राणायाम का मतलब शारीरिक व्यायाम मत समझना। आसन मात्र शारीरिक व्यायाम नहीं है और प्राणायाम श्वसन का अभ्यास अथवा केवल ऑक्सीजन लेने की क्रिया नहीं है। यह मैं एक ऐसे अधिकारी व्यक्ति के रूप में कहता हूँ जिसने इसका दीर्घकाल तक विश्लेषण एवं अन्वेषण किया है। अगर

संसार में किसी भी मनुष्य ने अणुबम और हाइड्रोजन बम के ऊपर की विद्या निकाली है, तो वे हैं भारत के महामनीषीगण और वह विद्या है 'योगविद्या', 'अध्यात्म विद्या'। यह साधारण विद्या नहीं है। जैसे-जैसे मैं इस विद्या का अध्ययन करता गया हूँ, वैसे-वैसे मैं इस विद्या के प्रति पूर्णतः समर्पित होते गया हूँ। मैंने संसार को मिथ्या जान करके नहीं छोड़ा है। मैंने योग से प्रभावित होकर छोड़ा है। जरा सोचने की बात है कि जिस विद्या के अनुसरण मात्र से परमानन्द की प्राप्ति हो जाती है और जिसकी गहराई को बड़े-बड़े वैज्ञानिक नहीं नाप सके, ऐसी यह जबरदस्त विद्या प्रारम्भ में उन प्राचीन लोगों की समझ में कैसे आ गई, जिन्हें आज का इतिहास



बड़ा अविकसित साबित करता है। आज के पढ़े-लिखे लोग भी कहते हैं कि वे अनपढ़ और गँवार लोग थे। लेकिन जंगल में लंगोटी और फटी धोती पहनकर उन लोगों ने हमें जो दे दिया है, वह शायद भौतिक वैज्ञानिक जन्म-जन्मान्तरों में नहीं दे सकते।

मनुष्य में केवल तीन शक्तियाँ हैं, एक मन की, दूसरी प्राण की और तीसरी है आत्मा अथवा ईश्वर की शक्ति। मन और प्राण की शक्तियाँ भौतिक शक्तियाँ हैं। योग में मन और प्राण को इड़ा और पिंगला कहा जाता है, और तंत्र में उनको कहते हैं शिव एवं शक्ति। प्राण शक्ति अथवा पिंगला दाहिनी नासिका से बहती है और बाएँ मस्तिष्क को प्रभावित करती है। इसी प्रकार मन अथवा इड़ा बायीं नासिका से बहती है और दायें मस्तिष्क को प्रभावित करती है। इन दोनों नाड़ियों का उद्भव होता है 'मूलाधार' चक्र से, जहाँ ये दोनों नाड़ियाँ रीढ़ की हड्डी के अन्दर से प्रवाहित होते हुए रीढ़ की हड्डी के ऊपर 'आज्ञा' नामक चक्र में मिल जाती हैं। यद्यपि यहाँ ये मिल तो जाती हैं, मगर उनमें शक्ति का प्रवाह नहीं होता। ठीक उसी प्रकार जिस प्रकार आपके स्विच दबाने से बिजली के तार तो जुड़ जाते हैं, लेकिन मेन स्विच ऑफ रहने पर उनमें विद्युत प्रवाह नहीं हो पाता।

जब निरन्तर साधना के द्वारा मूलाधार में शक्ति का जागरण होता है, तब शक्ति का संचार सर्वत्र होने लगता है। मानव शरीर में मानो यह चक्र एक बड़े जेनरेटर के समान है। आप लोगों की सारी जिन्दगी छोटे जेनरेटर पर चल रही है और हम कहते हैं कि तुम बड़े जेनरेटर को चालू कर दो तो बड़ा अच्छा रहेगा। जब मूलाधार में शक्ति का जागरण होता है तो इड़ा और पिंगला, ये दोनों नाड़ियाँ शक्तिमय हो

जाती हैं और आज्ञा चक्र में दोनों का योग होता है। तब मस्तिष्क के अन्दर की सम्पूर्ण प्रसुप्त प्रतिभाएँ जागृत होने लगती हैं। आपने सुना होगा कि मस्तिष्क का केवल एक हिस्सा ही अभी काम कर रहा है, शेष नौ हिस्से सोये हुए हैं। ये नौ हिस्से जो सोये हुए हैं, अतीन्द्रिय शक्ति के केन्द्र हैं। उनकी सीमाएँ आकाश को छूती हैं और भूत, भविष्य, वर्तमान को एक करती हैं। हम लोगों की बुद्धि की जो वर्तमान अवस्था है, वह बहुत सीमित है। केवल इतने से ही हमारा मनोशारीरिक व्यक्तित्व पूर्णतः विकसित नहीं होता। इसलिये हमें मस्तिष्क के सम्पूर्ण विकास पर ध्यान देना चाहिये।

योगाभ्यास के द्वारा हम मस्तिष्क के सम्पूर्ण विकास की ओर ध्यान देते हैं। यद्यपि आसन और प्राणायाम के माध्यम से आज सारे संसार में असाध्य रोगों को दूर करने का प्रयत्न किया जा रहा है, लेकिन मैं बतला देना चाहता हूँ कि यह योगाभ्यास का लक्ष्य नहीं है। ये तो हमारी अतिरिक्त उपलब्धियाँ हैं। वस्तुतः योग का अभ्यास जीवन के विकास के लिये करना चाहिये। रोगों का दूर होना कोई बड़ी बात नहीं है। योगाभ्यास से रोग तो अपने आप दूर हो ही जायेंगे। जीवन का सार्वभौमिक विकास भी हो जायेगा। हम तो एक चीज जानते हैं कि रोग का मूल कारण है मन और शरीर है उसकी क्रीड़ाभूमि। इसलिये अब यह आवश्यक है कि हम अपने बच्चों को, जो भविष्य में हमारी संस्कृति और हमारे देश के कर्णधार होने वाले हैं, जिनके कंधों पर देश का सारा भार आने वाला है, उन्हें योग के प्रति प्रोत्साहित करें।

ध्यान

हठयोग तो योग का एक छोटा-सा अंग है, परन्तु एक ऐसी विद्या जिसका स्थान योग में सर्वोपरि है और सारी दुनिया जिसकी गहराई में उतरने के लिये लालायित है, वह है ध्यान। कितनी आनन्ददायक स्थिति है यह। 'न अहं न त्वं'। जहाँ मैं और तुम की बात आती है, वहाँ द्वैत आ जाता है और वहाँ अहंकार आ जाता है। मैं तो उस स्थिति की बात कर रहा हूँ, जहाँ 'मैं' और 'तुम' निर्मूल हो जाते हैं, 'शब्द' और 'रूप' मिट जाते हैं, और केवल आत्म-चेतना का अनुभव होता है।

मैं आपको सोने का तरीका नहीं बतला रहा हूँ। मैं आपको सुषुप्तावस्था में भी जाग्रत रहने का तरीका बतला रहा हूँ। जब इन्द्रियाँ शान्त हो जाती हैं, मन विकल्परहित हो जाता है और कुछ समय के लिये नाम-रूप का भी विस्मरण हो जाता है और एक अनन्त चेतना का अनुभव होने लगता है, उस स्थिति को कहते हैं ध्यान। उसी स्थिति पर पहुँच कर मनुष्य अपनी वास्तविकता को जानता है। अभी तो हम भटक रहे हैं। चाहे अच्छा मानो या बुरा, मगर अभी हमें अपने अस्तित्व के केन्द्र का पता नहीं है। इसके लिये हमें सबसे पहले शक्ति का संचय और संकल्प को दृढ़ करना होगा। निरन्तर प्रयास द्वारा शक्ति का जागरण कर जीवन की लौकिक और पारलौकिक, दोनों सीमाओं को पार करना होगा। इसके लिये सबसे सरल और उत्तम उपाय है

ध्यान। संसार में लोग गलत विचारों के माध्यम से ऊँचे उठते हैं, जिससे उनका व्यक्तित्व, विचार और कर्म, सब खराब हो जाते हैं। मगर ध्यान से जैसे-जैसे हमारे अन्दर एकाग्रता आती है, वैसे-वैसे हममें आरोग्य, प्रसन्नता, स्फूर्ति और आनन्द का विकास होने लगता है और हम अनेक प्रकार के कर्मों में सफल हो जाते हैं। यही योग है। यही योग का परिणाम है।

पिछले कई वर्षों से संसार में एक बहुत बड़ी क्रान्ति हो रही है। मनुष्य अपने को खोज रहा है। अनेक धर्मों के लोग यह पता लगा रहे हैं कि उस अनन्त शक्ति अथवा आनन्द का स्रोत कहाँ है। इसका मार्ग योग बतलाता है। यही भारतीय संस्कृति का उज्ज्वल पक्ष है। यदि इसे हम पारिवारिक और सामाजिक जीवन में ला सकें तो निश्चित रूप से हम एक नये समाज, एक नये भारत का निर्माण कर सकेंगे। इसलिये योग को हमें शिक्षा का एक अंग बनाना पड़ेगा। भारत के लोग योग के बारे में उदासीन हो गये हैं। आज ऐसी स्थिति है कि बहुत-से देशों की सरकारें हमसे कहती हैं कि उनके देशों में सर्वत्र योग का प्रचार किया जाये। जो देश कभी विश्व गुरु कहलाता था और जहाँ की सम्पदाओं से सारा संसार आश्चर्यचकित था, आज वही देश ज्ञान, ध्यान और सुख-सुविधाओं के लिये अन्य देशों की ओर हाथ फैलाये, यह शोभा नहीं देता। फिर भी हमें निराश नहीं होना है, कुछ करना है। एक आशा की किरण अभी भी बाकी है जहाँ हम पुनः अपनी खोई सम्पत्ति प्राप्त कर सकते हैं। और वह है योग।

आज केवल योगविद्या हमारे पास बची है। हमें इसके अस्तित्व को कायम रखना होगा। शिक्षा और संस्कृति के साथ इसका सम्बन्ध निश्चित ही हमें उज्ज्वल भविष्य की ओर प्रेरित करेगा। अतः इसका प्रचार-प्रसार होना चाहिये, अध्ययन और अध्यापन होना चाहिये। केवल दो-चार आदमियों के योग करने से कुछ होने का नहीं है। आज जितने भी विद्यालय हैं, उनमें इसको भी पाठ्यक्रम के रूप में रखना है। यह भूलना नहीं चाहिये कि योगाभ्यास के द्वारा मनुष्य की प्रसुप्त आन्तरिक प्रतिभाओं को निश्चित रूप से जागृत किया जा सकता है। जब ये प्रतिभाएँ जागृत होंगी तो हमारे देश में ऐसे-ऐसे महामानव उत्पन्न होंगे, जिनकी आप-हम कल्पना नहीं कर सकते। इसलिये हमारा तो यही मत है कि केवल भारत में ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण विश्व में योग-संस्कृति का विकास कर हमें वर्तमान मानव को शाश्वत सुख-शान्ति और अमरता की ओर अग्रसर करना चाहिये।

*शिक्षा जीवन रूपी वृक्ष की जड़ है, संस्कृति फूल और विवेक उसका फल।
शिक्षा का उद्देश्य मनुष्य को उच्चतर संस्कारों और संस्कृति से सम्पन्न बनाना
है। सच्चा मनुष्य बनने की शिक्षा ही वास्तविक शिक्षा है।*

— स्वामी शिवानन्द

जनवरी – स्वामी सत्यानंद ने जनवरी से मार्च के बीच देशभर में सम्मेलन, शिविर, सत्संग और अन्य कार्यक्रम संचालित किए। अपनी यात्रा के दौरान वे मुम्बई, बैंग्लोर, मैसूर, हासन, त्रिवेंद्रम, कोइम्बतोर, त्रिची, मदुरई, चेन्नई, बिवेली, हैदराबाद, पटना, दिल्ली, गाज़ियाबाद और भोपाल गए। रायपुर में उन्होंने महाशिवरात्रि के अवसर पर सत्संग दिए।



स्वामी निरंजनानंद ने कार द्वारा अमेरिका के विभिन्न राज्यों की द्वितीय

बार यात्रा प्रारम्भ की। यात्रा के दौरान उन्होंने लॉस एन्जिलेस, युक्का वैली, सैन फ्रान्सिस्को, इनीस, नियस, बेन्सन, डेमिंग, अल्बाकर्क्यू, ओक्ला होमा सिटी, सेंट लुइस और शिकागो में योग कार्यक्रम संचालित किये।

फरवरी – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने फरवरी और मार्च में दक्षिण भारत का दौरा किया, जिसके अंतर्गत वे मुम्बई, हैदराबाद, सिकंदराबाद, बैंग्लोर और उदलमपेट गए।

मार्च-अप्रैल – बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने मुम्बई, जमशेदपुर, राँची, डाल्टनगंज और पूर्वी कतरास में योग कक्षाएँ संचालित कीं।

अप्रैल – श्री स्वामीजी इटली होते हुए ग्रीस पहुँचे, जहाँ वे 'योग और स्वास्थ्य' विषय पर आयोजित पहले पैन-हेलेनिक योगा सम्मेलन के अध्यक्ष रहे।

भारत लौटने पर श्री स्वामीजी ने भागलपुर में आयोजित योग सम्मेलन का उद्घाटन किया।



बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने तमिल नाडु में दमा सम्बन्धित योग शिविर आयोजित किया।

जुलाई – विदेशी साधकों के लिये आयोजित विशेष साधना सत्र में स्विट्ज़रलैंड, कोलंबिया, ब्राज़िल और इटली से साधक मुंगेर पहुँचे। सत्र की समाप्ति पर वे जबलपुर में मनाए जाने वाले गुरु पूर्णिमा समारोह में शामिल हुए।



जुलाई-अगस्त – श्री स्वामीजी ने

फिनलैंड और फ्रांस जाकर वहाँ आयोजित योग सम्मेलनों में भाग लिया। अगस्त में उन्होंने बेल्जियम, इटली, स्विट्ज़रलैंड और ऑस्ट्रिया में कार्यक्रम संचालित किए।

अगस्त-सितंबर – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने दक्षिण अमरीका का व्यापक दौरा किया।

श्री स्वामीजी अंतर्राष्ट्रीय योग सप्ताह में भाग लेने ज़िनाल, स्विट्ज़रलैंड गए। इसके बाद उन्होंने फ्रांस, स्पेन और इटली का दौरा किया। भारत लौटकर उन्होंने नागपुर और रायपुर में योग सम्मेलनों का संचालन किया।

नवंबर – श्री स्वामीजी ने सिंगापुर आश्रम का उद्घाटन किया। उनके साथ बिहार योग विद्यालय और सत्यानंद आश्रम, ऑस्ट्रेलिया के संन्यासी भी थे।

दिसंबर – श्री स्वामीजी ने दक्षिण अमेरीका का दौरा किया। बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने स्पेन का दौरा किया।



वैज्ञानिक योग

राष्ट्रीय योग सम्मेलन, रायपुर, 1981 में श्री स्वामीजी के प्रवचन के चयनित अंश



आज के योग को हम लोग कहते हैं वैज्ञानिक योग। सारी दुनिया जानती है कि योग का उद्गम भारत से हुआ। भारत मानव की महान् संस्कृति और जीवन के ऊँचे मूल्यों का तपोवन रहा है। यहाँ के महर्षियों ने आज नहीं, वर्षों पहले मनुष्य के अन्दर छिपी हुई अदृश्य शक्ति का पता लगाया। जबकि हमारा आधुनिक विज्ञान कहता है, क्या शरीर के परे भी कुछ है? किन्तु हमारे ऋषि-मुनियों ने इस शरीर को अन्तिम नहीं माना, इस शरीर को सब कुछ नहीं समझा। उन्होंने कहा, यह शरीर दिखलाई देता है, किन्तु इस शरीर के अलावा भी कुछ शक्तियाँ हैं, जो दिखलाई नहीं देतीं। उन मनीषियों ने मन के बारे में चर्चा की, फिर प्राणों की व्याख्या की।

हम लोग आज विज्ञान में कहते हैं कि जीवन कुछ नहीं, मात्र शरीर की एक अवस्था है। इस शरीर में जो परिवर्तन हो रहा है, उसका समुच्चय मात्र है। मगर योग में ऐसा नहीं मानते। योग में कहते हैं कि प्राण एक शक्ति है और वह शरीर से अलग है। मनोविज्ञान में कहते हैं कि विचार मस्तिष्क की एक रासायनिक प्रतिक्रिया है। परिस्थिति के अनुसार, घटना के अनुसार जब मस्तिष्क में गतिविधि होती है, तो विचार पैदा होता है। हम नहीं मानते इसको। हम मानते हैं कि विचार चेतन स्वरूप है। भले ही यह मस्तिष्क में रहता है और वहीं से आता है, मगर यह मस्तिष्क से अलग है। यह विचार, यह चेतना दिखलाई नहीं देती। यह प्राणशक्ति भी दिखलाई नहीं देती।

आज से चालीस साल पहले की बात है। दो वैज्ञानिक शोध-कार्य कर रहे थे। इलेक्ट्रॉनिक्स पर शोध करते समय एक दिन उनको पता चला कि एक विचित्र तरंग उनको मिल रही है जिसका इलेक्ट्रॉनिक्स के साथ कोई सम्बन्ध नहीं है। वे सोचने लगे कि यह क्या चीज है। तब उन्होंने इस पर बहुत अनुसंधान किया। उस वैज्ञानिक दम्पति का नाम था – किल्ियन, और उनकी पद्धति आज विश्व में किल्ियन पद्धति के नाम से जानी जाती है। इस किल्ियन पद्धति में एक छोटा-सा कैमरा होता है,

जिससे दस हजार वोल्टेज के साथ किसी भी वस्तु का चित्र लेते हैं। जैसे एक पत्ते का फोटो लिया तो उसके चारों ओर एक ज्योति-मंडल दिखाई देता है। इसे प्रभामंडल कहते हैं। आपने महात्मा बुद्ध, नानक तथा अन्य महात्माओं के चित्रों के चारों तरफ ऐसा मंडल देखा होगा।

जिन वैज्ञानिकों की मैं बात कर रहा हूँ, उन लोगों ने शोध करके कहा कि प्रत्येक वस्तु के अन्दर भावना होती है। काम, क्रोध, लोभ, मोह, घृणा, हिंसा, दया, करुणा, आदि अनेकों भावनाएँ होती हैं। जैसे-जैसे ये भावनाएँ बढ़ती या घटती हैं, वैसे-वैसे मनुष्य के प्रभामंडल में परिवर्तन आते हैं। इसके प्रयोग के लिए एक पत्ता लिया गया। पत्ते के दो हिस्से होते हैं। उन्होंने उस पत्ते का फोटो लिया और फिर उसको आधा कर दिया। तत्पश्चात् आधे का फोटो लिया, फिर दूसरे आधे का फोटो लिया। उन्होंने देखा कि तस्वीर बदल गई, क्योंकि जिस पत्ते को काटा था, उसकी भावना बदल गई और पत्ते के जिस तरफ को नहीं काटा था, उसकी भावना नहीं बदली। अब इससे क्या पता चलता है? यही कि अपने दिल में हम जो भावना पैदा करते हैं उस भावना का हमारे प्रभामंडल से सम्बन्ध है। हमारा व्यक्तित्व हमारा प्रभामंडल है। किसी आदमी को देखते ही पता चल जाता है कि यह बड़ा मजबूत आदमी है। इसी प्रकार किसी अन्य आदमी को देखते ही बड़ा आकर्षण लगता है और हम कहते हैं कि इस व्यक्ति का व्यक्तित्व बड़ा आकर्षक है। यह मानव के प्रभामंडल का ही परिणाम है।

योग का पहला प्रचार पश्चिमी देशों में उन लोगों में हुआ जो लोग वैज्ञानिक हैं, ईसाई धर्म को मानने वाले हैं। शुरू-शुरू में जब भारत में रहकर ये लोग विदेश वापस गये तो अपने साथ आसन और प्राणायाम, इन दो चीजों को लेकर गये। प्रथम और द्वितीय विश्व युद्ध के समय जब ये लोग कैदी हो जाते थे तो कैदखाने में इनकी हालत बड़ी खराब रहती थी। भोजन, पानी, हवा खराब मिलने से किसी को कोलाइटिस हो जाता, किसी को पेचिश, तो किसी को कुछ और। खड़े-खड़े सोने के कारण पीठ की



हड्डी में दर्द हो जाता था। वहाँ के डॉक्टरी इलाज से उनको फायदा नहीं होता था। उस समय कैदखानों में जितने भी लोगों को आसनों के बारे में पता था, वे आसन करने लगे। उन्होंने अपने संस्मरणों में लिखा है कि किस प्रकार जेल में रहने के कारण उनकी हालत खराब हो गई थी और कैसे उनको शीर्षासन, सूर्यनमस्कार और उड्डियान बंध के बारे में पता चला और उनसे लाभ उठाया। दूसरे महायुद्ध में ऐसे कई लोग थे जिन्होंने जेलखानों में, बन्दी कैम्पो में योग के द्वारा अपने शरीर को सुधारा। तीस-चालीस लोगों का मैंने निजी इन्टरव्यू लिया है। उनमें एक डॉक्टर हैं, आर. पोल्डरमैन, हॉलैंड के रहने वाले। दूसरी एक महिला है, रोमा ब्लेयर, जो ऑस्ट्रेलिया में रहती है। यह महिला पन्द्रह महीनों से अधिक युद्ध बंदियों के बीच रही और उसको वहाँ पीलिया हो गया था। उस समय उसने वहाँ एक अफ्रीकन व्यक्ति से कुछ आसनों को सीखा और उनका अभ्यास करने लगी। अभ्यास करने से वह रोगमुक्त हो गई। इस प्रकार अनेक लोगों ने योगाभ्यास द्वारा स्वास्थ्य-लाभ प्राप्त किया।

ऐसे ही अनेकों लोगों के माध्यम से जब पश्चिम के लोगों को योग का पता चला तो वे चौंके और उन्होंने इस पर अनुसंधान करना शुरू किया। उनमें सबसे पहला अनुसंधान बंगाल के एक प्रख्यात डॉक्टर दास ने, जो फ्रांस गये थे, करना शुरू किया। वे अस्थिरोग विशेषज्ञ थे। उन्होंने अनुसंधान करके बताया कि जब आप योग की कोई क्रिया करते हैं तो उस क्रिया का असर न केवल मांसपेशियों पर, न केवल अंतःस्त्रावी ग्रंथियों पर, बल्कि उसका असर हड्डियों पर भी पड़ता है। इसका मतलब यह हुआ कि योग के आसन केवल शारीरिक व्यायाम नहीं हैं। 'डिस्कवरी ऑफ इण्डिया' नामक पुस्तक में नेहरू जी ने भी इस सम्बन्ध में लिखा है। वे कहते हैं कि जो योगासनों की तुलना कवायद के साथ, तैरने के साथ, व्यायाम के साथ या खेल-कूद के साथ करते हैं, वे गलत करते हैं। वस्तुतः आसनों का प्रभाव अन्तःस्त्रावी ग्रंथियों और स्नायु-मंडल पर भी पड़ता है।

इसका अन्य उदाहरण देखिये। योग में एक आसन है, शशांकासन। इसमें वज्रासन में बैठकर माथा आगे झुकाकर जमीन पर लग जाता है। इससे शरीर में एक क्रिया शुरू होती है। एड्रिनल ग्रंथियों से एड्रिनलीन हॉर्मोन निकलकर खून में मिलता है और खून में मिलने के बाद अपना असर करता है। जिनको श्वास की बीमारी है, जिनको दमा की शिकायत है, उनको बाहर से कार्टिजोन और एड्रिनलीन लेने की जरूरत नहीं है, क्योंकि ये कार्टिजोन और एड्रिनलीन द्रव्य मनुष्य के अन्दर विद्यमान हैं। जिस समय आप योग की क्रिया करते हैं तो ये रस ग्रंथियों से निकल कर सीधे रक्त-नलिका में जाकर मिल जाते हैं।

यह मैंने केवल एक छोटी-सी झांकी आपके सामने प्रस्तुत की है कि आज किस प्रकार हमारे ऋषि-मुनियों की योग संस्कृति विश्व के वैज्ञानिकों और सभ्यताओं को प्रभावित और प्रेरित कर रही है।

जनवरी – गंगा दर्शन में प्रथम अन्तर्राष्ट्रीय क्रिया योग सत्र का आयोजन हुआ, जिसमें फ्रांस, इटली, स्विट्ज़रलैंड, जर्मनी, बेल्जियम, युगोस्लाविया, ग्रीस, इजराइल, संयुक्त राज्य अमेरिका, कोलंबिया और ऑस्ट्रेलिया के साधकों ने भाग लिया।

मार्च-अप्रैल – स्वामी सत्यानंद ने स्पेन, लंदन, स्कॉटलैंड और मैन्चेस्टर में सम्मेलनों और साधना कार्यक्रमों को संचालित किया।

मई – श्री स्वामीजी जापान में योग अनुसंधान के सम्बन्ध में डॉ. हिरोशी मोतोयामा से मिले। वे टोक्यो, क्योतो, हिरोशिमा और नागासाकी गए और उन्होंने अनेक टी.वी. भेंटवार्ताओं में भाग लिया। इसके बाद श्री स्वामीजी यू.एस.ए. गए। स्वामी निरंजनानंद द्वारा लॉस एन्जेलेस और सैन फ्रेन्सिस्को में आयोजित सत्संगों में अनेक भक्तों को उनका दर्शन प्राप्त हुआ। वहाँ से श्री स्वामीजी मेदेयिन, कोलम्बिया के लिए रवाना हुए जहाँ उन्होंने स्थानीय भक्तों और स्वामियों के साथ कोलम्बिया के प्राचीन पुरातात्विक स्थलों का दौरा किया। इसके बाद सान्तो दोमिंगो में श्री स्वामीजी ने योग सम्मेलन का उद्घाटन किया। उन्होंने स्थानीय सिरियो-लेबनीज़-पेलेस्टीन क्लब और डॉक्टरों की एक संगोष्ठी में भी व्याख्यान दिए तथा टी.वी. पर योग संबंधी कार्यक्रमों की श्रृंखला संचालित की। बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने कोलकाता व भिलाई में सम्मेलन संचालित किए।

जुलाई – श्री स्वामीजी के सान्निध्य में मुंगेर में गुरु पूर्णिमा का त्रिदिवसीय कार्यक्रम मनाया गया। इस पावन अवसर पर श्री स्वामीजी ने गंगा दर्शन के मुख्य भवन की आधारशिला रखी।



अगस्त – श्री स्वामीजी और स्वामी सत्संगी

यू.एस.ए. गए, जहाँ स्वामी निरंजनानंद ने अनेक स्थानों में कार्यक्रम आयोजित किये थे। श्री स्वामीजी ने एलिजबेथ अस्पताल, न्यू जर्सी के डॉक्टरों से विचार-विनिमय किया। स्वामी भक्तानंद के वुडस्टॉक आश्रम में भी कार्यक्रम आयोजित हुआ।

मुन्नो के आनंद आश्रम में श्री स्वामीजी डॉ.

राममूर्ती मिश्रा और अपने गुरुभाई स्वामी नादब्रह्मानंद से मिले। श्री स्वामीजी ने वर्जिनिया और वाशिंगटन डी.सी. के विश्वविद्यालयों में व्याख्यान दिए, और मिशिगन राज्य में डेट्रोइट तथा एन आर्बर में सत्संग दिए।



सितंबर – डेन्वर, कोलोराडो के दिव्य जीवन संघ केन्द्र और मेट्रोपोलिटन स्टेट कॉलेज में श्री स्वामीजी ने सत्संग दिए। उन्होंने लॉस एन्जेलस के एनी बेसन्ट फाउन्डेशन और कैलिफोर्निया स्टेट युनिवर्सिटी में व्याख्यान दिए। सैन फ्रेन्सिस्को में श्री स्वामीजी ने फर्स्ट युनिटेरियन चर्च में सत्संग दिया तथा रेडियो और अखबारों के पत्रकारों से भेंटवार्ता की।

अमेरिकन दौरे के बाद श्री स्वामीजी ने इटली, स्पेन, इंग्लैंड, फ्रांस, स्विट्ज़रलैंड और ग्रीस की यात्रा की।

अक्टूबर – श्री स्वामीजी ने भारत लौटने पर नई दिल्ली, धनबाद, राजनंदगाँव, अथनैर, आगरा, गोंदिया और संबलपुर का दौरा किया।

नवंबर-दिसंबर – श्री स्वामीजी ने सान्तो दोमिंगो, ज्वेटों रीको और कोलंबिया का दौरा किया।

बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने जमशेदपुर और घाटशिला में योग शिविर संचालित किए।

दिसंबर में श्री स्वामीजी ने ठाणे में आयोजित राष्ट्रीय योग सम्मेलन का उद्घाटन किया।



माँ गंगा चुपके से कह दो...



आज कर्ण की पुण्य भूमि पर, स्वामी सत्यानन्द खड़े हैं।
माँ गंगे हाँ चुपके से कह दो, दोनों में से कौन बड़े हैं ॥1॥

मीर कासिम का किला पुराना, तू अपना मुँह खोलेंगा कब।
वही कर्ण दानी राजा क्या, सत्यानन्द बन आये हैं अब ॥2॥

स्वर्ण दान वे नित करते थे, योग दान ये भी करते हैं।
दीन सम्पन्न बनाते थे वे, ये जन की पीड़ा हरते हैं ॥3॥

परशुराम के वे चेले थे, ये शिवानन्द के चेले हैं।
उनके संग सेना थी भारी, इनके संग चेले-चेले हैं ॥4॥

वे रण में अर्जुन को ढूँढे, ये अनन्त को ढूँढ रहे हैं।
चाह उन्हें थी एक जीत की, ये चाहों से आज झगड़ते ॥5॥

महाभारत के थे वे योद्धा, ये जग में योगर्षि कहाये।
श्री कृष्ण के कर्म योग को, विश्व के अर्जुन को बतलाते ॥6॥

कर्णचौरा अब गंगा दर्शन, जग का नव इतिहास बना है।
स्वागत है इस भू पर सबका, नहीं किसी के लिए मना है ॥7॥

माँ गंगा चुपके से कह दो, किले की मिट्टी मुस्काती है।
कर्ण हमारा पहुँच गया फिर, माँ चण्डी कह हर्षाती है ॥8॥

— स्वामी धर्मशक्ति प्रणीत 'मेरे आराध्य' से उद्धृत



जनवरी – श्री स्वामीजी ने स्वामी निरंजनानंद सरस्वती को बिहार योग विद्यालय की अध्यक्षता का कार्यभार सौंपा और स्वयं स्थायी संस्थापक अध्यक्ष बने। स्वामी निरंजन चार साल की अवस्था से अपनी गुरु की सेवा में संलग्न थे, और हाल ही में उन्होंने यू.एस.ए. में सत्यानंद आश्रम की स्थापना की थी।

अमेरिका से लौटने पर स्वामी निरंजनानंद की गतिविधियाँ मुंगेर में केंद्रित रहीं, जहाँ भवन निर्माण का कार्य बड़े पैमाने पर जारी रहा। सात मंजिले मुख्य भवन की

नींव तैयार करने का काम चलता रहा। तीन मंजिले गेस्ट हाउस और शक्ति विहार नामक दो मंजिले आवासीय भवन का निर्माण कार्य समाप्त हुआ। शक्ति विहार की निचली मंजिल प्रिंटिंग प्रेस के लिए थी।

फरवरी – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने कोरबा और भागलपुर जिले के विष्णुपुर कस्बे में योग साधना शिविर संचालित किए।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने बरियारपुर में पाँच दिवसीय योग सम्मेलन का उद्घाटन किया।

बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने जमशेदपुर में योग चिकित्सा शिविर संचालित किया।

फरवरी-मार्च – श्री स्वामीजी ने इंग्लैंड, फ्रांस, इटली, स्विट्ज़रलैंड और स्पेन का दौरा किया।



अप्रैल – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने बेगुसराय में रामायण सम्मेलन का उद्घाटन किया।

बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने बेगुसराय में और कालिम्पोंग में भारतीय सेना के लिए योग कार्यक्रम संचालित किये।

अप्रैल-मई – श्री स्वामीजी ने ऑस्ट्रेलिया की यात्रा की। इस यात्रा के दौरान उन्होंने तंत्र और क्रिया योग पर अनेक व्याख्यान दिये। साथ ही दीक्षा और सत्संग कार्यक्रम भी सम्पन्न किये।



मई – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने स्पेन, मोरोक्को, यू.के. और यू.एस.ए का दौरा किया।

जून – श्री स्वामीजी ने मुंगेर के चण्डीस्थान में मुहूर्त अनुष्ठान का श्रीगणेश किया, और चण्डी मंदिर में विशेष पूजा की।

बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने बेगुसराय में योग शिविर संचालित किया।

जुलाई – श्री स्वामीजी पटना के रोटरी क्लब के वार्षिक अधिवेशन में मुख्य अतिथि रहे। पटना में उन्होंने अनेक स्थानों पर सार्वजनिक व्याख्यान दिए। पटना से वे कोलकता गए और वहाँ के आश्रम में सत्संग और दीक्षा दी। वहाँ से श्री स्वामीजी रायपुर में त्रिदिवसीय गुरु पूर्णिमा कार्यक्रम में भाग लेने गए।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने मुजफ्फरपुर में योग कार्यक्रम संचालित किया।





अगस्त-सितंबर – बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने पटना और भिलाई में योग शिविर संचालित किए।

सितंबर – बिहार योग विद्यालय के संन्यासियों ने गोरखपुर में योग सम्मेलन संचालित किया।

नवंबर – उच्च-रक्तचाप और तनाव सम्बन्धी रोगों के यौगिक उपचार पर आयोजित सम्मेलन के श्री स्वामीजी अध्यक्ष रहे। तत्पश्चात् वे ऑस्ट्रेलिया के मेंग्रोव माउंटेन स्थित सत्यानंद आश्रम गए और अप्रैल 1984 तक वहाँ रहे।

दिसंबर – स्वामी निरंजनानंद ने बरियारपुर में ब्लाइंड रिलीफ कैम्प का उद्घाटन किया।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने बेगुसराय में आयोजित द्वितीय मिथिला योग सम्मेलन का निर्देशन किया।

बिहार योग विद्यालय के स्वामियों ने घाटशिला में योग शिविर आयोजित किया।



नया कर्णधार

सन् 1983 में स्वामी निरंजनानंद के बिहार योग विद्यालय की अध्यक्षता ग्रहण करने पर स्वामी सत्यसंगानंद के उद्गार

बिहार योग विद्यालय के इतिहास में 1983 का साल एक नये आयाम और एक नई दिशा की सूचना देता है। किसी संस्था का निर्माण करना अपने आप में एक महान् कार्य है, किन्तु उसके उच्च आदर्शों और मर्यादाओं को सुरक्षित बनाये रखने के लिए एक सुयोग्य उत्तराधिकारी का चुनाव कर लेना कम महत्वपूर्ण कार्य नहीं है। संस्था के प्रारम्भ से ही स्वामी सत्यानन्द जी को गुरु और प्रबंधक की दोहरी भूमिकाओं को निभाने में अनेक परेशानियों का सामना भी करना पड़ा है, किन्तु अद्वितीय बुद्धिमता के कारण ही उनकी सफलता सम्भव हो सकी है।

गुरु के कर्तव्यों से हम सभी अवगत हैं। वे अनेक लोगों के गुरु, प्रेरणादायक व परीक्षक के रूप में विलक्षण भूमिका अदा कर रहे हैं। गुरु से अपने सम्बन्धों को विकसित किये बिना इस जीवन को जीने की कल्पना भी नहीं की जा सकती। अपनी क्षमता द्वारा वे लोगों की समस्याओं का सूक्ष्म तथा यथार्थ निराकरण करते रहे हैं। एक तरफ वे अन्तर्मुखी हों, तो दूसरी ओर उन्हें अपनी उसी चेतना को बहिर्मुखी बनाना पड़ता है। वास्तव में उच्च अवस्थाओं से निम्न अवस्थाओं में मन का सतत् उतार-चढ़ाव करना कोई खिलवाड़ नहीं है, न ही इसे आसानी से किया जा सकता है, क्योंकि मन की एक अवस्था दूसरी अवस्था की पूरक नहीं है। केवल जीवन-मुक्त संत ही ऐसी भूमिका बड़ी आसानी से निभा सकते हैं। स्वामी सत्यानन्द जी ऐसे ही व्यक्तित्व के प्रतीक हैं। उनका प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष मार्गदर्शन लोगों को सतत् आलोकित करता रहा है।

श्री स्वामीजी कहते हैं, 'मेरा जीवन बीस वर्षों के युगों में विभक्त है। मेरा जन्म 1923 में हुआ, 1943 में गुरु आश्रम में प्रवेश किया, 1963 में अपने आश्रम की स्थापना की और 1983 में अवकाश ग्रहण करूँगा। लोगों को प्रेरणा दूँगा, उनका मार्गदर्शन करता रहूँगा।'

श्री स्वामीजी यह भी कहते हैं, 'किसी भी संस्था के संस्थापक के लिए यह सर्वथा आवश्यक है कि वह अपने जीवनकाल में ही अपने स्थान को रिक्त कर अपने उत्तराधिकारी को वहाँ प्रतिष्ठित कर दे ताकि उत्तराधिकार ग्रहण करने वाला व्यक्ति अपने कार्यों में दक्षता प्राप्त करने में समर्थ हो जाए।'

यह संन्यास संस्था के लिए विशेषतः युक्तिसंगत है, क्योंकि यहाँ वास्तव में किसी व्यक्ति का कुछ भी नहीं होता। अनेक जीवन-मुक्तों व मुक्त-पुरुषों को देखा है, जो अपने जीवन काल में बड़े ही क्रियाशील रहे हैं। किन्तु अपने पीछे एक समर्थ शक्ति-स्तंभ को छोड़ जाने में असमर्थ ही रहे हैं।

मिशन के प्रशासन के लिए स्वामी निरंजन 'बोर्ड ऑफ डायरेक्टर्स' के प्रधान हैं एवं वे ही मिशन की सभी गतिविधियों का प्रत्यक्ष रूप से संचालन करेंगे, आंदोलन के कर्णधार बनेंगे। एक शिष्य के लिये अपने गुरु के मौखिक या अन्य निर्देशों को मानना सर्वोपरि महत्त्व की चीज है। उसे अपने गुरु की आवश्यकताओं का पूर्वाभास होना चाहिए तथा सतत सावधान रहना चाहिए, तभी गुरु अपना ज्ञान और मार्गदर्शन शिष्य में सम्प्रेषित कर सकेंगे एवं कर्मठ शिष्यों के द्वारा अपने मिशन को यथावत् विकसित करते रहेंगे। यह कहने में कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी कि स्वामी निरंजन ऐसे समर्पित शिष्य की तरह कर्तव्यपरायणता के उच्च आदर्शों की रक्षा करते रहे हैं। यद्यपि उनकी अवस्था अभी केवल 23 वर्ष की है, परन्तु उनके अनुभव, निर्णय-सम्बन्धी क्षमता एवं विवेक की तुलना दुगुनी आयु वाले व्यक्ति से ही की जा सकती है। वे 10 वर्ष की अवस्था से ही व्यापक रूप से विश्व-भ्रमण कर रहे हैं। शायद तब उन्हें इसकी जानकारी भी नहीं थी कि भविष्य में बहुत बड़ा उत्तरदायित्व उन पर पड़ने वाला है। उनके असाधारण कार्यों और सफलताओं पर दृष्टिपात करने से ऐसा जान पड़ता है कि विशाल उत्तरदायित्व का भार यद्यपि एक नवयुवक के जिम्मे है, किन्तु यह हिमालय-सा विशाल, गुरुदेव की कार्यक्षमता वाला भार सुदृढ़ कंधों और परिपक्व व्यक्तित्व पर टिका है।

अब संस्था के प्रशासनिक कार्यों से अवकाश पाने के बाद श्री स्वामीजी विस्तृत एवं व्यापक रूप से अन्य कार्य कर सकेंगे। इस संदर्भ में विभिन्न देशों, नगरों एवं ग्रामों में योग शिविरों एवं योग सम्मेलनों के व्यापक आयोजन एवं श्री स्वामीजी द्वारा उनकी अध्यक्षता किये जाने की प्रतीक्षा की जा रही है। इस प्रकार अपने गुरु के शब्दों में, स्वामी सत्यानन्द सरस्वती नगर-नगर और डगर-डगर तक योग प्रचार-प्रसार कर सकेंगे, योग गंगा बहा सकेंगे।





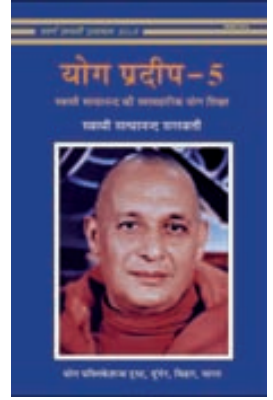
योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट

योग प्रदीप-5

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

पृष्ठ 460, ISBN: 978-81-86336-13-7

यह पुस्तक स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के नवम्बर 1983 से अप्रैल 1984 के ऑस्ट्रेलिया भ्रमण-काल में आयोजित वार्ताओं एवं सत्संगों का संकलन है। योग एवं अध्यात्म के साधकों के लिए यह दैनिक साधना-क्रम एवं व्यावहारिक जीवन के लिए उपयोगी उत्तम मार्गदर्शिका है। श्री स्वामीजी ने क्रिया योग, मंत्र योग, ध्यान योग, आंतरिक अनुभूति की जागृति, आश्रम जीवन, योग अनुसन्धान, कर्म संन्यास, उच्चतर चेतना को जागृत करने की विधियाँ, आदि विषयों पर प्रकाश डाला है।



उपलब्ध

पुस्तकों की मूल्य सूची एवं क्रयादेश प्रपत्र प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें—
योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट, गंगा दर्शन, फोर्ट, मुंगेर, बिहार 811201

दूरभाष : 91-6344-222430, 6344-228603, 09304799615 फैक्स : 91-6344-220169

☑ कृपया जवाब के लिए अपना पता लिखा, डाकटिकट लगा लिफाफा भेजें, जिसके बिना आपके आवेदन पर विचार नहीं किया जाएगा।

सत्यानन्द योग वेबसाइट



www.biharyoga.net

यह बिहार योग पद्धति की मुख्य वेबसाइट है जिसमें बिहार योग विद्यालय, बिहार योग भारती, शिवानन्द मठ, सीता कल्याणम् महोत्सव तथा योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट की जानकारियाँ उपलब्ध हैं।

www.rikhiapeeth.net

इस वेबसाइट पर प्रतिदिन श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती का विभिन्न आध्यात्मिक विषयों पर एक नया सत्संग उपलब्ध रहता है।



'योगिक जीवन' स्वामी निरंजन के संग

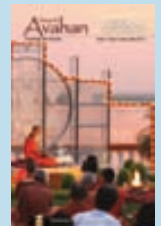
www.biharyoga.net/living-yoga/ पर श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के उत्तराधिकारी स्वामी निरंजानन्द सरस्वती के मिशन सम्बन्धी लेख, संदेश एवं समाचार उपलब्ध हैं।

www.yogamag.net

योग पत्रिका के लेखों के संग्रह तथा पूरे विश्व में सत्यानन्द योग केन्द्रों और शिक्षकों के सम्पर्क सूत्रों और गतिविधियों की जानकारी के लिए इस वेबसाइट को देखें।

आवाहन वेबसाइट

www.biharyoga.net/sannyasa-peeth/avahan/ पर संन्यास पीठ की द्रैमासिक पत्रिका, सत्य का आवाहन उपलब्ध है, जिसमें श्री स्वामी शिवानन्द, श्री स्वामी सत्यानन्द एवं स्वामी निरंजानन्द की शिक्षाओं तथा संन्यास पीठ की गतिविधियों की जानकारी है।



- Registered with the Department of Post, India
Under No. HR/FBD/298/13-15
- Registered with the Registrar of Newspapers, India
Under No. BIHHIN/2002/6306

issn 0972-5725

गंगादर्शन के सत्र एवं कार्यक्रम 2013

फरवरी 12-15	बसन्त पंचमी सत्संग श्रृंखला
फरवरी 14	बाल योग दिवस
फरवरी 15	बसन्त पंचमी महोत्सव
जून- अगस्त	योग विज्ञान एवं जीवनशैली सत्र
जून 1-4	बाल योग मित्र मण्डल का कार्यक्रम
जुलाई 18-21	गुरु पूर्णिमा आराधना
जुलाई 22	गुरु पादुका पूजन
सितम्बर 8	शिवानन्द जन्मोत्सव
सितम्बर 12	स्वामी सत्यानन्द संन्यास दिवस
अक्टूबर 23-27	स्वर्ण जयन्ती विश्व योग सम्मेलन
प्रत्येक शनिवार	महामृत्युंजय हवन
प्रत्येक एकादशी	भगवद् गीता पाठ
प्रत्येक पूर्णिमा	सुन्दरकाण्ड पाठ
प्रत्येक माह के पाँचवे और छठे दिवस	श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती की महासमाधि का स्मरणोत्सव

महत्वपूर्ण सूचना

बिहार योग विद्यालय की आगामी स्वर्ण जयन्ती एवं 23 से 27 अक्टूबर, 2013 तक आयोजित विश्व योग सम्मेलन के कारण गंगा दर्शन, मुंगेर में संचालित अधिकांश सत्र वर्ष 2013 में स्थगित रहेंगे। निम्नलिखित सत्रों का संचालन रिखियापीठ में किया जाएगा -

फरवरी- मई	योग अध्ययन में चातुर्मासिक सत्र (हिन्दी)
फरवरी 15 - मार्च 7	योग शिक्षक प्रशिक्षण सत्र (अँग्रेजी)
फरवरी 18 - मार्च 3	योग स्वास्थ्य रक्षा सत्र - दमा (हिन्दी)
जून 20 - जुलाई 10	योग शिक्षक प्रशिक्षण सत्र (हिन्दी)
अगस्त 1 - 15	योग स्वास्थ्य रक्षा सत्र - मधुमेह (हिन्दी)

उपर्युक्त सत्रों के सन्दर्भ में अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें-

रिखियापीठ, पोस्ट-रिखिया, जिला-देवघर, झारखण्ड, भारत, 814113

फोन नम्बर : 06432-290870 / 09304-488889 / 09204-080006

ई-मेल : rikhiapeeth@gmail.com वेबसाइट : www.rikhiapeeth.net