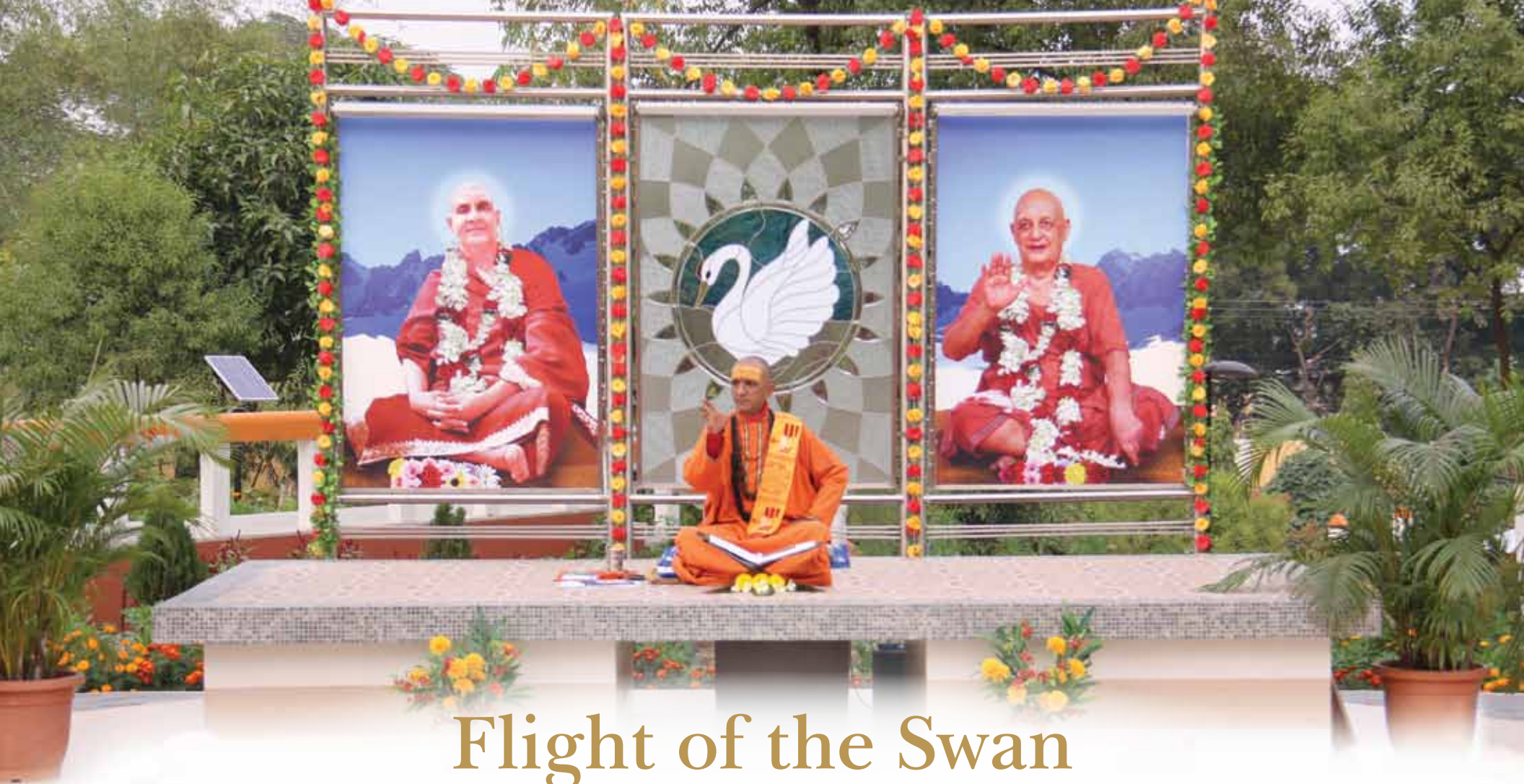




Flight of the Swan हंस की उड़ान

A 60th Anniversary Offering

षष्ट्यब्दपूर्ति श्रद्धांजलि

Satyananda Yoga Kendra, Jabalpur, MP, India

Flight of the Swan हंस की उड़ान

A 60th Anniversary Offering

षष्ठ्यब्दपूर्ति श्रद्धांजलि



In humility
we offer this
dedication to
Swami Satyananda Saraswati,
who is
inspiring and guiding
Swami Niranjanananda Saraswati
to live as a sannyasin.





Registration No. JJ - 1922

SATYANANDA YOGA KENDRA JABALPUR

President
Dr. Pramod Awasthi



Treasurer
Dr. R. K. Nayak

Secretary
Dr. (Smt) Shirish Jamdar

Office : 965, Opp. D. N. Jain College, Golbazar, Jabalpur - 482002 (M.P.) Mob. : 9893118756

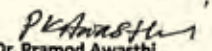
A Humble Submission

This book is being presented by the devotees of Jabalpur on the occasion of Swami Niranjanananda Saraswati's completion of sixty years.

We trust that this flower offered at Guru's feet will provide inspiration and joy to all.

On behalf of the devotees of Satyananda Yoga Kendra, Jabalpur, and of Chhattisgarh and Madhya Pradesh -

With ॐ, reverence and love


Dr. Pramod Awasthi
President
Satyananda Yoga Kendra, Jabalpur

सत्यानन्द योग केन्द्र जबलपुर

पंजीकृत क्रमांक ज. ज. १९२२

अध्यक्ष
डॉ. प्रमोद अवस्थी



संस्थापक
डॉ. आर. के. नायक

संस्थापिका
डॉ. (श्रीमती) शिरीष जामदार

कार्यालय : ९६५, अ.प. डी. मेडिकल सेंटर, गोलबजार, जबलपुर - ४८२००२ (म.प्र.) दूरभाष : २४०२१२३, मोबा. : ९८९३११८७५६

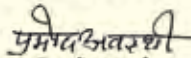
नम्र निवेदन

यह पुस्तक जबलपुर के भक्तजनों के सौजन्य से स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती की षष्ट्यब्धिपूर्ति के उपलक्ष्य में प्रस्तुत की जा रही है।

हमें विश्वास है भक्तजनों को गुरु चरणों में अर्पित इस अर्द्धा-सुमन से प्रेरणा एवं आनन्द की प्राप्ति होगी।

सत्यानन्द योग केन्द्र जबलपुर तथा छत्तीसगढ़ एवं मध्यप्रदेश के भक्तों की ओर से -

ॐ, अर्द्धा एवं प्रेम सहित


डॉ. प्रमोद अवस्थी
अध्यक्ष
सत्यानन्द योग केन्द्र, जबलपुर

Introduction

The scriptures say that when a soul completes sixty cycles around the sun during its stay on earth, something important happens. The stars and planets come into the very same alignment as they were during the time of its entry into this dimension. This signifies a new birth, but with a twist. Sixty years ago, the stars came together to lead the soul into the ways of the world, now the same stars conspire to lead it away into the realm of the spirit. Yet, the choice remains the soul's alone to close the doors to material preoccupation and go where it is being beckoned. Should it make this choice, the cosmic forces support it, for it has aligned itself with the natural order of life and evolution.

What then is the significance of the same event for a soul that was never preoccupied with material life to begin with? What do years and cosmology mean for a yogi who lives in eternity? Is sixty any different from six or twenty-six or forty-six for such a one?

The descent of a yogi takes place only when there is a specific cosmic condition, powered by a higher will and sankalpa. When the yogi comes into his sixtieth year, that condition, that will and that sankalpa are once again activated. This strengthens his purpose and mission on earth manifold, and holds the possibility for him to launch himself into an even higher level of awareness and expression. Therefore, the occasion contains that much more potency for one who has come to show the path to others, and by association, for those who walk behind him.

And so it is that we, the flock of Shepherd Niranjan, are exultant about his shashtyabda purti, his completion of sixty years amidst us on earth. As a tribute, we offer this book, not only to him but to all of us. It is not only the story of the Swan we love and revere; it is a story that belongs to all of us.

भूमिका

शास्त्रों में कहा गया है कि जब आत्मा पृथ्वी में निवास की अवधि में सूर्य की साठ प्रदक्षिणाएँ पूर्ण कर लेती है, तब कुछ विशेष घटित होता है। ग्रह और नक्षत्र ठीक उसी स्थिति में आ जाते हैं, जिस स्थिति में आत्मा के जगत् में प्रवेश के समय थे। एक तरह से यह आत्मा के नूतन जन्म का संकेत है। साठ वर्ष पूर्व जो नक्षत्र आत्मा को संसार में प्रवृत्त करने हेतु एकत्र हुए थे, अब नक्षत्रों का वही संयोग उसे परमात्मा के आयाम में ले जाने के लिए घटित हो रहा है। किन्तु यह चुनाव आत्मा को ही करना है कि वह भौतिक-व्यापार के द्वार बंद कर उस आयाम में जाने को तैयार है या नहीं, जहाँ जाने का संकेत उसे प्राप्त हो रहा है। अगर आत्मा यह चुनाव करती है तो ब्रह्माण्डीय ऊर्जाएँ सहयोगी बनती हैं, क्योंकि जीवन और क्रम-विकास की स्वाभाविक प्रक्रिया के अंतर्गत वे इसी उद्देश्य से एकत्र हुई हैं।

पर जो आत्मा कभी सांसारिक जीवन में प्रवृत्त ही न हुई हो, उसके लिए इस घटना का क्या महत्त्व है? सदा सनातनता में स्थित योगी के लिए वर्ष और नक्षत्रों का यह संयोग क्या मायने रखता है? क्या उसके लिए साठवाँ वर्ष, छठे, छब्बीसवें या छियालिसवें वर्ष से भिन्न है?

योगी का अवतरण तभी होता है जब एक महत् इच्छा और संकल्प से ऊर्जान्वित होकर, एक विशेष ब्रह्माण्डीय संयोग बनता है। और जब वह योगी साठवें वर्ष में प्रवेश करता है, तब ब्रह्माण्डीय संयोग से वह महत् इच्छा और संकल्प पुनः सक्रिय हो जाते हैं। यह संयोग धरा पर उसके अवतरण के उद्देश्य और लक्ष्य को विविध रूप से सशक्त बनाता है और उसे चेतना एवं अभिव्यक्ति के उच्चतर आयामों की ओर उत्तरोत्तर गति के लिए दृढ़ आधार प्रदान करता है। अतः यह सुअवसर उस व्यक्ति के लिए तो एक प्रबल शक्ति के रूप में प्रकट होता ही है जो दूसरों का पथ-प्रदर्शन करने आता है, साथ ही उसके अनुयायियों के लिए भी सत्संगति के कारण यह एक सुयोग होता है।

परम पूज्य स्वामी निरंजनानन्द जी के हम अनुयायी, उनकी षष्ठी पूर्ति, धरा पर उनके अवतरण के साठ वर्ष पूर्ण होने के महान् अवसर पर उल्लासित हैं और श्रद्धा-सुमन स्वरूप यह पुस्तक उन्हें तथा उनके सभी अनुयायियों को सादर समर्पित करते हैं। यह हमारे परम प्रिय, परमपूज्य, परमहंस की कथा ही नहीं, बल्कि उनके पदचिह्नों का अनुसरण करने का प्रयास करने वाले हम सभी लोगों के लिए एक प्रासंगिक ग्रन्थ है।

© Bihar School of Yoga 2020

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, transmitted or stored in a retrieval system, in any form or by any means, without permission in writing from Satyananda Yoga Kendra, Jabalpur.

Published by Satyananda Yoga Kendra, Jabalpur.

Publisher and distributor: Satyananda Yoga Kendra, Jabalpur.

Printed at Aegean Offset Printers, Greater Noida.

The Decade of the 1950s

1950 के दशक में

The Invocation

The story has been told before. A childless couple asked the master for 'a gift'. On a pilgrimage to the source of the river of purity, the master sprinkled the icy waters on the couple's heads and said, "You shall have what you wish for, provided you return it to me."



What has not been told was revealed by an anonymous sadhu of the Himalayas. During a chance encounter, he said to a sannyasin associated with Swan, "You do not know who Swami Niranjan is. Let me tell you. He has been a sannyasin for 990 years. In his first two lives as a sannyasin, he was given bhu samadhi. In his next two lives as a sannyasin, he was given jala samadhi. In his last life as a sannyasin, just as he was about to enter into mahasamadhi in an isolated Himalayan cave, his guru Swami Satyananda called him. Heeding that call, he has come to all of you as Swami Niranjanananda." Having said what he had to, the sadhu walked off with his staff and pot.

If he knew these intriguing facts, then the mysterious mendicant would have also known that his words would reach people, holding some in deeper awe and belief, and some in disbelief. So why say them? Why do we need to know this untold story?

Ponder for a while: how does one become like Swan is? How does one develop the strength of mind, the stability of wisdom, the intuitive understanding, the ability to continuously cut off the cords of maya? Is it possible to become such a one suddenly, by fluke? No. It must be the work of lifetimes.

The sadhu spoke of Swamiji's sannyasa lifetimes. But there must have been a time before those 990 years when he was another one – perhaps a king, perhaps a ferryman, enjoying the riches, rowing the oars, being happy, being sad . . . And then the quest began. The fires burnt, the snows melted, ages rolled by. Religions were created, wars won and lost, cities formed and deserted . . . And lifetime after lifetime, the tapasvi asked:

‘What is it that I seek? Where is it?’ Until he found it: in his own heart. Then he was called, to speak his truth to others, so they may also find it.

This is the Swan with the wide wings we know today, but his journey has been a long and arduous one. Yet its message is only one: you too must make that journey, whoever you are, wherever you are. Do not be fooled by the mind that tells you, “Oh I cannot do it.” Do not be disheartened by the world that scorns you, “So where did you get after all these years?” Keep walking, and know that the destination to which Swan calls you is beautiful beyond perception or fantasy.

Ponder over a few other details of this story. What transpired when Swami Satyananda sprinkled the waters of the Ganga on the heads of Swami Satyabrat and Swami Dharmashakti may seem like a tale from the Puranas, yet it happened in this age. There is a science beyond the physical sciences and it is called *avahan*, invocation. We may think that it is the domain of the siddhas and we do not have access to it. We would be wrong.

In every act and every impulse we are invoking an energy, however minuscule. Can we take a cue from our gurus and begin to refine this unconscious process? Can we be aware of the energy we are invoking, from within and around, and make it more sattvic and more conscious? Begin right now; it may take a few lifetimes to reach the level the gurus attained, yet the process will unfold the beauty of each moment. Therein also lies the trick to stop complaining about life: when we invoke sattwa into a moment, the moment transforms and we open ourselves to whatever it offers. We have to only remember Swami

Satyananda and Swami Niranjan in their many moments to begin to understand the formula.

Sri Swamiji made the first invocation in 1957 at Gangotri and it took two years for his sankalpa to assume form. In 1959, when Swami Dharmashakti came to pay her respects on the occasion of Guru Poornima to a secluded hut in which Sri Swamiji was living during Chaturmas, it was the third month of her pregnancy, the time at which the soul is believed to enter the foetus. She did not have to tell anything to her guru; the communion between them took place in a realm beyond words. She wrote later:

“Upon reaching Swamiji’s kutir, we learnt that Swamiji had not come out since morning. Hearing our voices, he called out from inside, ‘Is that you, Satyabratji?’ When Satyabratji replied in the affirmative, he opened the door, exclaiming, ‘I knew the two of you would come today.’ We prostrated before him and said, ‘Swamiji, we have come to perform your pooja.’ I brought out my pooja thali with the articles of worship.

“‘Come,’ said Swamiji, ‘there is a beautiful hillock a little way off. It is a two-minute walk from the backdoor.’ There was a small Hanuman temple on top of the hillock. We went to the temple, paid our respects and sat down. There was nothing except boulders and rocks on the barren hillside. Sri Swamiji sat down on the temple steps. We garlanded him with a mala we had brought with us. It seemed as if Sri Swamiji was in a deep state of meditation. We decided not to disturb him. We sat some distance away and closed our eyes in meditation.

“After a while I had an extraordinary experience. It felt as if a bright light had emerged from Swami Satyam and spread all over us. The

heat from the intense light left me perspiring profusely. I had to cover my eyes with both hands to block the dazzling light. At that moment Swamiji burst out laughing and the light disappeared.”

This light was Niranjan and it was Satyam. Sri Swamiji once said, “Niranjan and I are two bodies but one soul.” Swami Dharmashakti received the direct experience of this. Imagine what a glorious moment, as if Krishna and Rama had fused into one and descended into her mind, her heart, her womb. What energy! What purity! What fulfilment!

Yet Sri Swamiji did not rest here. His instructions to Swami Dharmashakti in 1959 were specific, with clear dos and don'ts while she nurtured this special soul in her womb. Swami Niranjan would have emerged as Swami Niranjan no matter the circumstances, then why the specifics? It was to teach his dear disciple, and through her to us, the way to create sattwa in each moment – for that is what helps us to revere, to love, to cherish. Just as we light a lamp and incense at our altar, if every object we see becomes our altar, every person we meet our deity, and every word we speak our prayer, then we will join the legion that makes the world beautiful.

There is another message in this tale. Swami Niranjan was called to play a specific role, his script laid out before him. It wasn't an easy script, and not even one of his own choosing, yet submitting to the director's will, he has been playing his role to the hilt. If there was an award in the heavens for 'best actor' in the theatre of samsara, Swamiji would definitely win that plaque. Can we say that of ourselves? Possibly not. We whine

about our script, vie for another one's, try to bribe the director to change the lines, and play our part half-heartedly. To walk in the footsteps of our guru, we must begin to accept our own script and those of others too, and then give all we've got to our role, like Swamiji does.

Swamiji's story, as we said before, is our story; Swamiji is in each one of us – only if we believe and live this truth. ■



Dharmashakti, the jewel that you will receive by the grace of God will help remove the ignorance of so many.

—Swami Satyananda

आवाहन

सर्वविदित कहानी कुछ इस प्रकार है—एक निःसंतान दम्पति ने अपने गुरु से ‘उपहार’ की विनती की। वे गुरुदेव के साथ माँ गंगा के उद्गम स्थल में तीर्थ के लिये गये, जहाँ गुरुदेव ने पवित्र जल उन पर छिड़क कर कहा, “तुम्हें जिसकी अभिलाषा है, वह तुम्हें अवश्य प्राप्त होगा, परंतु शर्त इतनी है कि तुम उसे मुझे लौटा दोगे।”

परन्तु जिस तथ्य से लोग परिचित नहीं हैं, उसे हिमालय के एक अज्ञात साधु ने तब अनावृत किया जब एक संन्यासी ने अचानक उनसे मिलने पर अनायास ही उनके समक्ष स्वामी निरंजनानन्द से अपने सम्पर्क की चर्चा छेड़ दी। साधु ने कहा, “तुम्हें पता नहीं स्वामी निरंजनानन्द कौन हैं। मैं तुमको बतलाता हूँ। वे 990 वर्षों से संन्यासी का जीवन बिता रहे हैं। उनके प्रथम दो संन्यासी जीवनकालों में उन्हें भू समाधि दी गयी थी। अगले दो जीवनकालों में उन्हें जल समाधि दी गयी थी। इससे पूर्व के जीवन में जब वे हिमालय की एक निर्जन गुफा में महासमाधि में लीन होने ही वाले थे, उनके गुरु सत्यानंद ने उनका आवाहन किया। उस आवाहन को सुन कर वे तुम सबके समक्ष स्वामी निरंजनानन्द के रूप में आये हैं।” इतना कहकर वह साधु अपना कमण्डल और दण्ड उठा कर अपने मार्ग पर चल दिया।

अगर साधु इन रोचक तथ्यों से अवगत थे, तो उन्हें यह भी अवश्य ज्ञात होगा कि उनके ये शब्द जन-जन तक पहुँचेंगे, कुछ लोगों के भीतर गहरी श्रद्धा और विश्वास की अनुभूति जगायेंगे, तो कुछ के भीतर अविश्वास की। तो फिर कहा ही क्यों जाए? हमें इस अनकही कहानी को जानने की आवश्यकता ही क्या है?

थोड़ा विचार कीजिये—कोई व्यक्ति स्वामीजी के समान किस प्रकार बन सकता है? मनोबल, स्थित प्रज्ञा, अंतर्बोध, और माया के जाल को हर क्षण काटने की क्षमता कैसे विकसित कर सकता है? क्या व्यक्ति संयोग से ही ऐसा बन जाता है? नहीं। यह जन्मों-जन्मों के प्रयास से ही सम्भव है।

साधु ने हमें स्वामीजी के संन्यास जीवनकालों के बारे में बताया, परंतु 990 वर्ष पूर्व वह समय भी रहा होगा जब स्वामीजी संन्यासी नहीं थे—सम्भव है कि

राजा रहे हों या केवट, धन-वैभव का भोग करते या नाव खेते, कभी हर्ष तो कभी शोक का अनुभव करते रहे हों। और फिर आंतरिक अन्वेषण प्रारम्भ हुआ। धूनी जलती रही, ऊँचे पर्वत शिखरों से बर्फ पिघल गई, युग बीत गये। धर्मों का निर्माण हुआ, युद्धों में जीत व हार हुई, नगर बने और टूटे . . . और जन्म-जन्मान्तरों तक तपस्वी प्रश्न करता रहा—‘किसकी खोज है मुझे? कहाँ है वह?’ अंत में उस तत्त्व को उसने अपने ही हृदय में पाया। तब उस तपस्वी का आवाहन हुआ, दूसरों को सत्य के बारे में बतलाने के लिये, जिससे वे भी उस तत्त्व को प्राप्त कर सकें।

ये वही विशालकाय पंखों वाले परमहंस हैं जिन्हें हम आज स्वामी निरंजनानन्द के नाम से जानते हैं, परंतु उनकी यह यात्रा दीर्घ और दुष्कर रही है। और इस कहानी का केवल एक संदेश है—तुमको भी यह यात्रा तय करनी है, तुम जो भी हो, जहाँ भी हो। उस मन से भ्रमित नहीं होना जो तुम्हें कहता है, ‘मैं यह नहीं कर सकता।’ उस संसार की बातों में आकर हृदय का उत्साह नहीं खोना जो पूछता है, ‘इतने वर्षों के पश्चात् तुम कहाँ पहुँचे?’ केवल चलते रहो, और यह जान लो कि जिस गंतव्य पर वह स्वर्णिम हंस तुम्हें बुला रहे हैं, वह किसी भी अनुभव या कल्पना से अधिक सुंदर है।

इस कहानी के कुछ और विवरणों पर गौर कीजिये। जब स्वामी सत्यानंद जी ने स्वामी सत्यव्रत व स्वामी धर्मशक्ति के मस्तक पर गंगोत्री का जल छिड़का तब जो घटित हुआ वह पुराणों की कथा जैसा प्रतीत हो सकता है, परंतु यह इस युग में भी सम्भव हुआ। भौतिक विज्ञान से परे भी एक विज्ञान है, जिसे आवाहन विद्या कहते हैं। हम सोचते हैं कि यह केवल सिद्ध पुरुषों का ज्ञानक्षेत्र है और हमारी पहुँच वहाँ तक नहीं है। पर हमारी यह धारणा सही नहीं है।

प्रत्येक कृत्य, प्रत्येक बोध, प्रत्येक आवेग में हम एक शक्ति का आवाहन करते हैं, चाहे वह कितनी ही क्षीण क्यों न हो। क्या हम अपने गुरुओं के संकेतों को समझकर इस अचेतन प्रक्रिया को चेतन बना सकते हैं, सुधार सकते हैं? क्या हम हर क्षण अपने भीतर और बाहर जिस शक्ति का आवाहन करते रहते हैं, उसके प्रति सजग बनकर उसे और अधिक सात्त्विक एवं चेतन बना सकते हैं? अभी, इसी क्षण चेष्टा प्रारम्भ कीजिये; गुरुओं के स्तर तक पहुँचने में हमें अनेक जन्म लग सकते हैं, परंतु



यह प्रक्रिया हर पल की अंतर्निहित सुंदरता को स्वयं प्रकाशित करेगी। यह जीवन से असंतोष को दूर करने का एक व्यावहारिक तरीका भी है—जब हम वर्तमान क्षण में सत्त्व का आवाहन करते हैं, तो वह क्षण परिवर्तित हो जाता है और हम उसके संदेश को ग्रहण कर पाते हैं। इस सूत्र को समझने के लिये हमें केवल स्वामी सत्यानन्द जी और स्वामी निरंजनानन्द जी के जीवन के विभिन्न क्षणों एवं घटनाओं को स्मरण करने की आवश्यकता भर है।

श्री स्वामीजी ने 1957 में गंगोत्री में प्रथम आवाहन किया था, और उनके संकल्प को साकार होने में दो वर्ष लगे। 1959 में गुरु पूर्णिमा के अवसर पर स्वामी धर्मशक्ति श्री स्वामीजी को प्रणाम करने आयीं। उस समय वह एक छोटी-सी निर्जन कुटिया में चातुर्मास व्यतीत कर रहे थे। स्वामी धर्मशक्ति की गर्भावस्था का तीसरा माह चल रहा था, जो आत्मा के गर्भ में प्रवेश का समय माना जाता है। उनको अपने गुरु को कुछ बतलाने की आवश्यकता नहीं पड़ी; दोनों के बीच संवाद उस लोक में हुआ जो शब्दों के परे है। बाद में उन्होंने लिखा—

गुरु पूर्णिमा की सुबह सत्यव्रत जी और धर्मशक्ति बाँधा बाजार गये। गाँव से करीब एक किलोमीटर दूर बगीचे के बीच श्री स्वामीजी की कुटिया ऋषि-मुनियों की कुटिया जैसी लग रही थी। स्वामी सत्यम् ने एकादशी के दिन से ही विशेष साधना का संकल्प लिया था। चार माह कहीं नहीं गये, दिनभर मौन रहते, शाम को 6 बजे लोग आते, तो हरिः ॐ कहते, बातें करते, सत्संग-प्रवचन होता। 8.30 बजे सब चले जाते, और इनका मौन शुरू हो जाता।

सत्यव्रत जी और धर्मशक्ति 9 बजे पहुँचे, जरा देर बातें करते रहे, फिर पूजा करने की बात हुई। स्वामी सत्यम् ने कहा, चलो पीछे पहाड़ पर, हनुमानजी का मंदिर है, वहीं बैठेंगे। ज्यादा ऊँचा तो नहीं, 40-45 सीढ़ियाँ होंगी, बड़े से पहाड़ जैसे पत्थर के ऊपर मंदिर व सामने चौरस जगह है, बगल में जरा दूर पर तालाब भी है। ऊपर जाकर स्वामी सत्यम् मंदिर की सीढ़ी पर बैठ गये, हम लोगों ने पूजा की, स्वामी सत्यम् आँखें बंद किए बैठे थे। हम दोनों भी सामने बैठ कर, आँखें बंद कर ध्यान करने लगे। धर्मशक्ति को विशेष अनुभव हुआ, फिर लगा कि स्वामी सत्यम् से तेज रोशनी आकर धर्मशक्ति पर फैल गयी, गर्मी से पसीने-पसीने हो गई, हाथों से दोनों आँखों को ढक लिया, स्वामीजी हँस पड़े। स्वामी सत्यम् के हँसते ही ज्योति गायब हो गयी।

यह प्रकाश निरंजन, और सत्यम् का था। एक बार श्री स्वामीजी ने कहा था, 'निरंजन और मैं दो शरीर, एक आत्मा हैं।' स्वामी धर्मशक्ति को इसका प्रत्यक्ष

अनुभव मिला। कल्पना कीजिये क्या अद्भुत क्षण रहा होगा वह—जैसे कृष्ण और राम एक होकर उनके मन, हृदय और गर्भ में अवतरित हो गये हों। कैसी अद्भुत शक्ति! निर्मलता! पूर्णता!

पर श्री स्वामीजी ने यहीं विराम नहीं दिया। सन् 1959 में जब स्वामी धर्मशक्ति अपने गर्भ में इस विशेष आत्मा का पोषण कर रही थीं, उस समय क्या करना है, क्या नहीं, इसकी स्पष्ट जानकारी के साथ उन्हें श्री स्वामीजी के विशेष निर्देश प्राप्त होते रहे। स्वामी निरंजन तो स्वामी निरंजन ही बनते, चाहे परिस्थिति कुछ भी होती, फिर ये विशेष निर्देश क्यों? इनका प्रयोजन था अपनी प्रिय शिष्या को, और उनके माध्यम से हम सभी को यह सिखाना कि हर क्षण में सत्त्व का सृजन किस प्रकार किया जाता है—क्योंकि यही विधि दिव्यता का सम्मान करने और प्रेम करने में सहायक होती है। जिस प्रकार हम अपने पूजा के स्थान में दीपक और धूप जलाते हैं, उसी प्रकार अगर प्रत्येक वस्तु हमारा पूजा-स्थल बन जाये, हमसे मिलने वाला हर व्यक्ति हमारा देवता बन जाये, हमारा हर शब्द हमारी प्रार्थना बन जाये, तब हम उस दिव्य सेना के सैनिक बनेंगे जो विश्व को सुंदर बनाती है।

इस कहानी में एक और संदेश भी है। स्वामी निरंजन को एक विशिष्ट भूमिका निभाने के लिये बुलाया गया, उनका कथानक उनके समक्ष रख कर। यह सरल कथानक नहीं था, और न ही उन्होंने इसका चयन किया था। परंतु फिर भी, निर्देशक की इच्छा के प्रति नतमस्तक हो कर वे अपनी भूमिका उत्कृष्ट रूप से निभा रहे हैं। अगर संसार की नाट्यशाला में 'सर्वश्रेष्ठ अभिनेता' का पुरस्कार हो तो निश्चित रूप से हमारे स्वामीजी ही विजेता बनेंगे। क्या हम अपने बारे में ऐसा कह सकते हैं? शायद नहीं। हम अपने कथानक के बारे में शिकायत करते और कराहते रहते हैं, चाहते हैं कि किसी दूसरे पात्र की भूमिका हमें मिल जाये, निर्देशक को अपनी पंक्तियाँ बदलने के लिये घूस देने की चेष्टा करते हैं, और फिर अपनी भूमिका मन मार कर निभाते हैं। किन्तु अपने गुरु के पदचिह्नों पर चलने के लिये हमें अपना कथानक स्वीकार करना होगा, और साथ ही दूसरों का भी, और फिर अपनी भूमिका पूरे जोश और उत्साह के साथ प्रसन्नतापूर्वक निभानी होगी, जिस प्रकार स्वामीजी निभाते हैं।

स्वामीजी की कहानी हम सब की कहानी है; जैसा कि पूर्व में भी कहा गया है, स्वामीजी हम सभी के भीतर हैं, हमें केवल इस सत्य पर विश्वास करना है और इसे जीना है। ■





There is a sense of joy and bliss immanent everywhere in Gangotri. The divine energy of that place manifested before Swami Satyam and gave him a special mandate to fulfil. Ma Ganga also blessed him with her darshan and went on to stay in his body for a day. Everyone witnessed this extraordinary event.

As we were about to take a bath in the Ganga one morning, Satyabratji said to Swami Satyam, “Swamiji, please give Basanti something.”

“That something is not in her fate,” Swamiji replied, “but it is definitely a part of my destiny. I’ll give you something, but then you’ll have to return it. Promise me that you won’t keep it, but will return it to me.”

“Yes, we’ll return it,” said both of us and we made a solemn resolve on the spot. Swamiji took some water from the Ganga in his palms, made a sankalpa, and then sprinkling that water on us, said, “I am giving it to you, and you will return it.”

“As you wish,” we replied . . .

During our return journey, I ventured to ask, “Swamiji, this chapter of our life will end soon, and we will once again become entangled in the ups and downs, the delights and dejections of the world. How nice it would be to go on travelling like this for ever and ever!”

Swamiji replied:

“Tear off the old pages of your life’s book, the spiritual chapter of your life has now begun. You have been reborn

in Gangotri. This is yogic life. I have received a compelling command from Ma Ganga, a definite mandate from the divine forces. And to fulfil that, I will give you ‘something’. This can happen even now, but you have to undergo some preliminary training on the spiritual path first. Remove disharmony and discontent, jealousy and lethargy, and all the limiting thoughts of past and future from your mental plane. On the physical plane, go on with your household duties. On the intellectual plane, contemplate the karmas of your life, but beyond that do not allow worldly thoughts and samskaras to enter. Once the flute has reached Kanhaiya’s hands, only sweet notes can come out of it. In the same way, a life devoted to the service of one’s ishta becomes a storehouse of light, power and wisdom. You are a sincere aspirant, the power is within you. The burdens of pain, suffering and frustration are a thing of the past. The new chapter of your life contains bliss, joy, happiness, contemplation on your ishta and realization of the self . . .

You must begin sadhana to acquire wisdom, purity and power. Ma Ganga has given me a clear mandate. I will create such a towering banyan tree, whose expansive shade will offer shelter and comfort to countless suffering souls. You have sadhana to do, and so have I. Understand?”

—Swami Dharmashakti

सुनो धर्मशक्ति, जो भी हो रहा है ईश्वरेच्छा से हो रहा है, तुम मानव इच्छा से ऊपर उठ चुकी हो। तुम्हें जरूरत न हो, पर देश को तो जरूरत है। यह बच्चा युग की माँग है, तुम तो निमित्त हो, मात्र बोझा ढोने वाली। वह बच्चा सत्यव्रत-बसन्ती का नहीं, समाज, देश, राष्ट्र का होगा। जैसे ब्रह्मा जी के मानस-पुत्र शंकर जी हैं, वैसे ही सत्यम् का मानस-पुत्र होगा। धर्मशक्ति, तुम यशोदा माँ का वह बालकृष्ण होगा। यशोदा की गोद में नन्दगाँव में बाल-लीला के पश्चात् यह विश्व उसका द्वारका क्षेत्र बनेगा। समझो, धर्मशक्ति, जिसे तुम अपने खून से सींच रही हो, वह फूल संसार को सौरभ से भर देगा।

तुम्हें गमले के पौधे का निर्माण नहीं करना है, उस वटवृक्ष का निर्माण करना है, जो अक्षयवट से भी महान् हो। धर्मशक्ति, उस पर मोह नहीं करना, उसे धरोहर समझना। सत्यम् का यही आशीर्वाद है कि तुम यथार्थ में माँ बनो, अपने अंश से ऐसे सूर्य का निर्माण करो जो अज्ञानांधकार दूर कर दिव्य ज्योति फैलाये।

—स्वामी सत्यानन्द



The Link of Consciousness

Swami Satyananda Saraswati

That which is in me is in all. That which I am is everybody else. This is the knowledge to be acquired and experienced in life. The essence of all creation is the same. It should be my abiding experience that the entire creation is inseparably linked with ME. For I must know and realize that much beyond the mind, the body and the senses, there is an Unseen link which holds in itself the different beads of seeable and unseeable creation. We talk of 'blood relations', 'community relations', 'social relations' and relations of different kinds. Let us add to all those different kinds of relations, a relation of a distinct and singular type which is abiding and universal, the Relation of the Inner Self, which in other words implies that all are in essence tied by the Unity of One Self.

A realization of this knowledge does sustain our thoughts and gives shape to our behaviour in our dealings with our fellow beings in all walks of life, with males or females, good or bad, even animals. Let us at least try to feel for a while when we are amidst them that THAT which is in me is in them too and that in essence we are one and the same. There is an unbroken unity in seemingly divided variety.

What is the method to realize this knowledge and to practise it in life? Let us experiment it in this way.

Take the case of your father or brother or sister, husband or wife, or friend who appears to you to be standing aloof and away from you in thought, principle, and faith, and set this knowledge which you have taken pains to acquire in rotation that, THAT which is in you is in him too – that the essence of both of you is ever and for all times the same. Let this knowledge rotate within you first until it has reached to higher frequencies or until you actually feel within you that THAT which is in you is in him too, in him who for the time being appears to be away from you in mind and spirit, though otherwise related yet manifestly unrelated to the sphere of your being. When this knowledge by practice gains higher frequency and intensity, by practice of right meditation upon the unity of essence, an unseen link would soon be established and you will feel as if it were running through both of you, as a result of which the opposite party would somehow get awakened to your thought, principle, faith, overcoming these separate factors. The points of difference will go and the common points will emerge and the person will begin to commune with you in an enlightened manner. This phenomenon is known as spiritual union as opposed to physical or mental difference.

Let us take the case of any animal which appears to be standing away and aloof from the centre of your

abilities, knowledge and reach because of its immature and undeveloped physio-psychic constitution. Here too set this knowledge in rotation that THAT which is in you is there too, that the inner essence of both of you is ever the same. Let this knowledge rotate within you in the form of right meditation until you actually see, feel and experience the existence of the inner link running in and through both of you. When this link would have been felt or seen by means of the right meditation on the unity of essence, an unseen communion would be effected within both the selves, as a result of which the other party will somehow get awakened to your thoughts, principles, behaviour, setting aside the opposing factors and begin to hold communion with you. That party will become your friend and admirer of your faith, principle and behaviour. This is known as 'spiritual union'.

THAT which is in me is in all, that is the real knowledge which I propose to impress upon your mind by the realization of which you would not only realize the undying link of the soul – the substratum of all – but you would also work them to move in accordance with your faith, principle and behaviour.

However, keep this resolve before you always that you are not going to practise this knowledge for selfish ends or unholy intentions in order to obsess their personalities. Forever hold this fact before your mind's eye that you are making this experiment in order to realize the essential and

underlying Soul or Ishwara, Who is as it were interwoven in everything in this Universe. You should forever remain awake to this pure and elevating principle that you are conducting this experiment on others so that you may realize that THAT which is in you, is in all too and that beyond the body, its motions, thoughts, emotions, sensations and unconsciousness which are diverse in each being there exists One Common Unseen Principle, running through and permeating everything in this vast universe.

THAT which is in me is in all, this knowledge should take us nearer to the field of unity, make us one with all, develop divine virtues within ourselves and finally help us to realize our goal of God-realization or experience of Cosmic Consciousness.



The Decade of the 1960s

1960 के दशक में

The Descent

14 February 1960. It was the full moon of the lunar month of Magh. Had someone looked up at the pre-dawn sky on this day, they might have seen a star shooting past: a message from the cosmos that a special one had opened his eyes in bhu loka today. In a small, humble mud hut in central India, suddenly the air had changed. A soft yet powerful fragrance of light, truth and joy seemed to be spreading from here in all directions. The earth rejoiced, for she knew that once again someone had come to lighten her burden and restore balance. Folks who came to welcome this babe could feel that somehow, he was different, extraordinary. Those who could read the signs, knew. The kula purohit of Swami Satyabrat's family took the child in his arms and said, "My life has been blessed today. I feel I am holding Rama in my arms just as Rishi Vasishtha did in the ancient times." Swami Satyananda stated with certainty:

"The light of God has descended in the form of this child to illuminate the darkest corners of this earth. He has come to fulfil a grand purpose and mission."

When the radiant infant's aunt asked Sri Swamiji, "How do you know that this child is the one?" Sri Swamiji replied, "On the day that he was born, I had a dream. There was a garden with hundreds of trees and shrubs, but not a single flower. Suddenly a beautiful flower blossomed there whose fragrance was scattering all around. I knew that Niranjana had been born."

Try to imagine the depth, the beauty, the subtlety of connection between the two souls that one appears in the depth of the

other one's consciousness in the form of a fragrant flower and there is crystal-clear clarity that "Yes, it is him."

In contrast is our predicament. We call one event a blessed miracle and another a tragic occurrence, for our perception and understanding is limited by our intellect and ego. One action, one word, one event forms the basis of our judgement. We do not fathom the parallel events constantly taking place in subtler realms. However, there are those who see the Whole and they truly see. They may be known as Satyam and Niranjana or Buddha and Christ.



If their actions and words inspire us then we must feel the compulsion to begin to expand our vision, our minds and our hearts. When we have learnt to soar like they do, perhaps we too shall tune into the unseen forces acting upon our lives and work in alignment with the cosmic laws.

The connection between Swamiji and Sri Swamiji was not one of ego or attachment; it was an expression of the Whole to bring the Whole among all. Just a glimpse of the two together, even when Swamiji was a mere child, would be enough to uplift the observer. Swami Dharmashakti always related these anecdotes with such love and joy, not only that of a mother but also of a sadhaka who was privy to other dimensions of understanding. She narrated once, “Whenever Sri Swamiji visited our home and gave discourses, we would lay the sleeping baby by his side. Upon waking he would often start crying and we would rush to carry him away lest he disturb Swamiji’s satsang, but Swamiji always forbade us from doing so. ‘Let him cry,’ he would quip, ‘and the louder the better. He will deliver many discourses when he grows up. Wailing and crying will prepare his throat for the task ahead.’”

On another occasion, Sri Swamiji had a program in Rajnandgaon. The schedule was packed with satsangs at various places. In the afternoon, little Niranjan returned home with his aunt and they unlocked the house, only to find Sri Swamiji in there! Shocked, both wondered how he possibly got in there with the doors locked. From then on, the child Swan would ask his master again and again, “Teach me this magic trick to get past locked doors.” Sri Swamiji would laugh aloud and say, “Niranjan, this trick is not taught. One day you will come to know yourself.”

One might venture to add, Swan always knew the trick; his master only reminded him. Over his sixty years, he has been past innumerable locked doors and led others through them too. This is not merely a metaphor; it is a tangible experience for many that in the presence of Swamiji, the inner locks spontaneously dissolve and one enters rooms and houses one had never before visited or imagined the existence of.

On another occasion, a wandering sadhu came by to the door. Seeing him, two-year old Niranjan was full of interest and awe. “Icchi, who is he?” he asked his aunt. “Sadhu baba,” she replied. “Make me a dadu as well,” he started repeating in his childish lisp, and wasn’t pacified until his aunt smeared his entire body with ash and tied a loin-cloth on him to make him look exactly like the mendicant. The outer mind was that of a child but the inner mind which carried the wisdom of centuries had a clear recognition of who he really was and longed to go back into that identity which is identity-less. Bhasma and kaupin, the two emblems of vairagya, pulled his awareness to once again be there where nothing melds with nothing to become everything.

Then the time came to visit Munger. Four-year-old Niranjan boarded the train with his parents, his large, inquisitive eyes taking in the world with the freshness of a new leaf. Once in the ashram, he said with an air of finality, “I will stay here.” How Sri Swamiji convinced him to return is another story, but what is striking is his conviction and resoluteness at an age when most children are crying for milk.

When they arrived at the ashram the next time, the rules were specific: No children below the age of fourteen are allowed

to stay; if ladies come with small children, they must stay at the adjoining dharmashala. When the sannyasin at the gate saw Niranjana with Swami Dharmashakti, he went straight to Sri Swamiji. “Niranjana will stay in the ashram,” Sri Swamiji ordered, “Open the gates.” Swami Dharmashakti recalls that as the gates were being opened, Sri Swamiji himself arrived on the scene and said, “Niranjana, you will stay in my room. Pay your respects to the akhand jyoti, shower quickly and then we will have lunch together.”

When the time for departure arrived, it was a poignant moment. Sri Swamiji had taken the vow to not step out of the ashram. He said, “For the first time today, I feel I would like to break my vow just to be able to see Niranjana off to the station.” But he did something better. As the train chugged out of the station and passed by the ashram (the tracks were so near), Niranjana looked out the window and there was Sri Swamiji, on the rooftop of the ashram, waving at him.

Satyam and Niranjana: father and son, guru and disciple, invoker and the invoked, the sun and its shine.

Back home, it was time to receive formal education. Niranjana could already read, write, count, chant slokas, and much more. Astounded by this child prodigy, the teachers decided to put him straight into the fourth grade. Swami Dharmashakti tells of this brief stint at school,

“One day he returned from school with an empty school bag. ‘Where are the books I bought for you the other day?’ I asked. ‘The teacher was scolding one of my classmates this morning because he didn’t have the school books,’ he offered by way

of explanation, ‘His mother is poor, she can’t afford to buy the books. So I gave him my books.’ Another day he returned without his shirt. ‘What happened?’ I asked. He said, ‘I gave it to a classmate of mine, he doesn’t have a good shirt to wear.’

“While Niranjana was studying in the fourth grade, we received a letter from Sri Swamiji. A separate letter was addressed to Niranjana, ‘Niranjana, I had sent you to get some formal schooling and a school certificate. Now you have learnt to read and write. You even write very nice letters now. Everyone here loves to read your letters. The time has now come for you to decide where you want to live.’

“As soon as he read that letter, Niranjana ran straight to his school, ‘Sir,’ he told his teacher, ‘please strike my name off the rolls. I won’t be coming from tomorrow.’ ‘Why not?’ ‘I am going to Munger.’ ‘Stay on for a few more days. The exams are right around the corner.’ But Niranjana had made up his mind.”

At six years of age, Swami Niranjana arrived to live at the ashram. And became famous as the charming prankster. Every single sannyasin and guest in those years had to go through a different kind of ‘Niranjana challenge’. The headphones of a tape-recorder might be put on the mosquito net of a meditating sannyasin, making him think he was hearing divine music, while the gang of mischief-makers was doubling over with laughter. A bucket of water could splash on you if you were not careful. Clothes would disappear and reappear. The kitchen swami might find his favourite laddoos missing. Yet no one could be angry with this boy with the disarming smile and eyes that glinted with a mysterious knowledge. What was the secret?

The pranks came from the space of pure joy, anandam, prasadam. How could anyone resist? As a child, they were Swan's medium to share the innate happiness he knew: happiness without cause or care. He never stopped playing pranks and he never stopped sharing his happiness. And the smile is still as disarming and those eyes still as unfathomable.

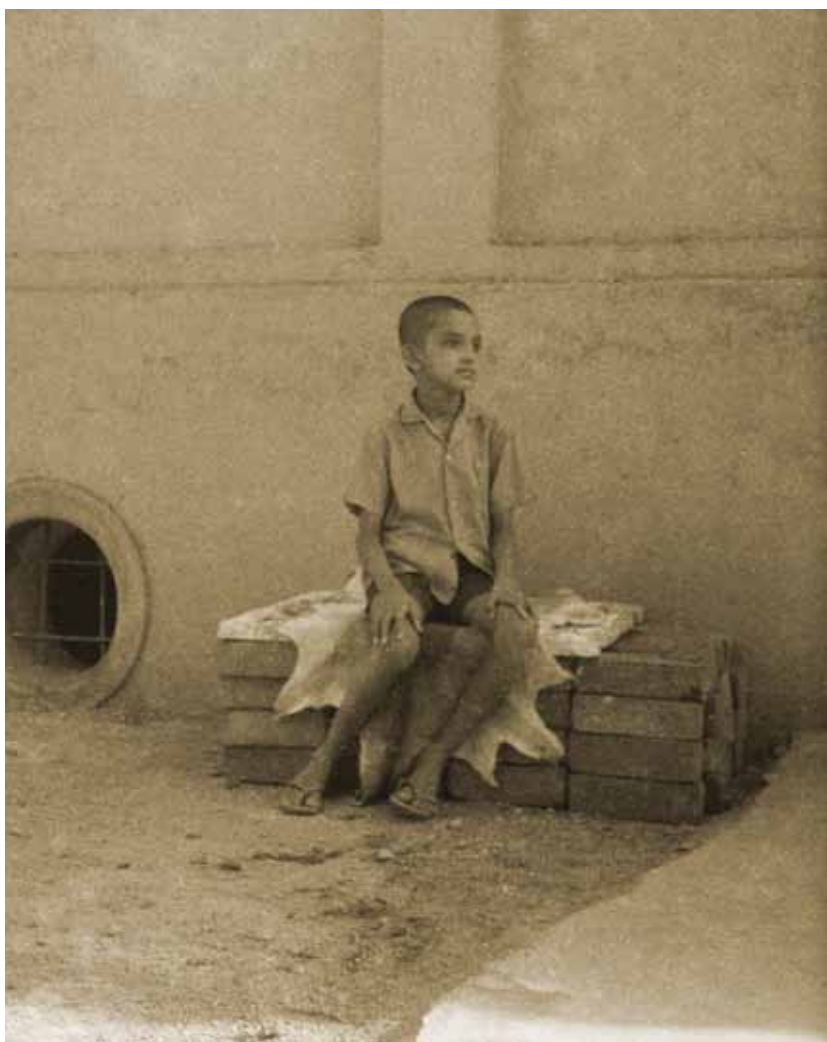
Another striking trait he displayed: an immense curiosity about the world to which he had been invited. Not only would he pull open the tape-recorder, the cyclostyle machine or the alarm clock and then put them back together exactly as they were, but one day he was found without his eyelashes and eyebrows. "I wanted to see what my face would look like," he said by way of explanation. A child's playful inquisitiveness? And more: the studiousness of a researcher who wanted to know who made the world and what the human being is.

Swan's five early years at the ashram with his guru were not only full of freedom, expression and laughter, but there were also deep lessons that Sri Swamiji imparted to him at this time. Chocolate was a rarity in those years. Once, a visitor brought some. The youngest child, who happened to be Swan, became its recipient. As he eagerly unwrapped the foil, Sri Swamiji's voice entered his ears: "If you want to enjoy chocolate, you must be able to enjoy chillies too." So, with the hottest green chilli in one hand and the sweetest chocolate bar in the other, eating each in turn, Swan was roused to his innate awareness: neither night nor day, neither bad nor good, only pure presence, stillness and joy as opposites rage and rant on either side of you.



Niranjan has to come here sooner or later. The gates of the ashram will forever be open for him.

—Swami Satyananda



He often relates the story from these years of his habit of sleeping so deep that his gurubhais would pick up his chowkie and put it outside the ashram. After his audience has had a laugh, Swamiji tells them how he overcame the habit by reducing

the alarm time by five minutes every day. But there is something slightly odd about this anecdote, something that has not been mentioned yet. Children sleep deep no doubt, but such a state of complete unconsciousness in a child so bright and so alert was an indication of a different quality of consciousness.

There is a point when *sushupti*, deep sleep, converts to *turiya*, transcendental awareness; it will happen to one who has known and lived in *turiya*. Swamiji wasn't merely in slumber; he was inadvertently accessing the states he had left behind in a previous lifetime not too long ago. Therefore, when Sri Swamiji needed a guinea pig for his exploration of yoga nidra, who could be a better choice!

Sri Swamiji would tell later how he imparted every kind of knowledge to Swamiji in yoga nidra and Swamiji tells us of the many occasions when information his conscious mind did not contain would spontaneously flow out of him. But could there be another aspect of this experiment?

In a practice such as yoga nidra, a two-way process takes place. External information is communicated to the subconscious and latent information is awakened from the subconscious and unconscious. Under the masterful guidance of Sri Swamiji, perhaps a balance took place between the two processes so that not only useful knowledge was left at the threshold of his conscious mind but wisdom which his deeper mind already contained was also brought to this door. As a result, all that would be useful to Swan to accomplish the purpose for which he had come into this world, was now available to him. It was time for a new phase of life to begin. ■

अवतरण

14 फरवरी, 1960, माघ मास की पूर्णिमा तिथि। अगर इस दिन किसी ने प्रभात बेला में आकाश की ओर दृष्टिपात किया होता तो उसे ब्रह्माण्ड का यह संदेश ले जाता एक तारा दिखायी पड़ता, 'आज भूलोक में एक विशिष्ट आत्मा का अवतरण हुआ है...'। मध्य भारत में एक छोटी-सी झोंपड़ी में जैसे सहसा पूरा वातावरण बदल गया। सत्यम्-शिवम्-सुन्दरम् रूपी शिशु के स्पन्दनों से आवेशित मृदु सुगन्धित बयार यहाँ से चारों दिशाओं में आनन्द का संदेश फैलाने लगी। धरती माँ उल्लास से झूम उठी, आज फिर कोई उनका भार हल्का करने और संसार में पुनः संतुलन स्थापित करने आया है। इस नवजात शिशु का स्वागत करने आए लोगों को भी यह अहसास हो गया कि यह एक विशिष्ट, असाधारण बालक है। जिन्हें चिह्नों एवं लक्षणों की समझ थी, उन्हें ज्ञात हो गया। स्वामी सत्यव्रत जी के कुल पुरोहित ने नन्हें शिशु को अपनी गोद में उठा लिया और आह्लादित होकर कहा, 'मुझे लग रहा है आज भगवान राम मेरी गोद में आ गये हैं, जैसे त्रेता युग में ऋषि विशिष्ट की गोद में आए थे।'।

स्वामी सत्यानन्द ने आशीर्वाद देते हुए कहा, 'ईश्वर की रोशनी का यह अवतरण है। अंधकारमय कोनों तक में प्रकाश भरने के लिए, ईश्वर के प्रकाश का अवतरण हुआ है। यथार्थतः यह पुत्र होकर नहीं आया है, इसे एक निश्चित कार्य की पूर्ति के लिए आना पड़ा है। इसके प्रति हम केवल कर्तव्य के ऋणी हैं। यह कोई भी अज्ञानी, 'बच्चों सा ज्ञानरहित' लगाव पसन्द नहीं करेगा। हमें इसे बड़े कार्य के लिए प्रस्तुत करना है, हाँ वह कार्य जो अनेक आत्माओं से संबंधित है। यह आवश्यक सामग्री के साथ ही आया है। यह प्रकाश बनकर आया है। इसे राम-नाम के जल से सींचते रहना। यह अनमोल फूल है, अपने श्री-सौरभ से विश्व को भर देगा। यह 'निरंजन' है।'।

जब इस अब्दुत बालक की मौसी ने श्री स्वामीजी से पूछा, 'आपको कैसे पता चला कि यही वह बालक है?' तब श्री स्वामीजी ने उत्तर दिया, 'मैंने सपने में एक खूब सुन्दर बगीचा देखा, जहाँ पेड़-पौधे असंख्य थे, पर फूल एक भी नहीं था। अचानक एक खूब सुन्दर फूल खिला, जिसकी सुगन्ध बिखरती जा रही थी। मैं समझ गया कि निरंजन का जन्म हो चुका है।'।

दो आत्माओं के बीच इस गहरे, सुन्दर और सूक्ष्म सम्बन्ध की जरा कल्पना तो कीजिए, जहाँ एक आत्मा दूसरे की चेतना की गहराई में सुगन्धित पुष्प के रूप में उभरती है, और उसे यह स्पष्ट ज्ञात हो जाता है कि 'हाँ, यह वही है।'।

हमारी दशा ठीक इसके विपरीत है। हम एक घटना को चमत्कार का नाम देते हैं, तो दूसरी को त्रासदी का, क्योंकि हमारी दृष्टि और समझ हमेशा बुद्धि एवं अहंकार की परिधि में ही रहती है। एक कर्म, एक शब्द, एक घटना के आधार पर हम अपनी धारणा बना लेते हैं। किसी परिस्थिति में सूक्ष्म स्तर पर जो घट रहा होता है, उसकी थाह हम नहीं लगा पाते। किन्तु कुछ व्यक्ति ऐसे भी होते हैं जिन्हें एक दृष्टि में सम्पूर्ण परिदृश्य दिखायी पड़ता है, और उन्हें ही वास्तविक दृष्टि प्राप्त होती है। हम उन्हें सत्यम् और निरंजन अथवा बुद्ध और ईसा मसीह के नाम से जानते हैं।

यदि उनके कार्य और शब्द हमें प्रेरणा प्रदान करते हैं, तो हमारे अंदर भी यह इच्छा जाग्रत होनी चाहिये कि हम अपनी दृष्टि और मन का विस्तार करें, अपने हृदय को



विशाल बनायें। जब हम उनकी तरह आकाश की ऊँचाइयों को छूना सीख जायेंगे तब सम्भव है कि हम भी उन अदृश्य शक्तियों के प्रति संवेदनशील बन जाएँ, जो हमारे जीवन को सतत् प्रभावित करती रहती हैं, और तभी हम ब्रह्माण्डीय नियमों की ताल और लय के अनुसार स्वयं को ढाल पायेंगे, सत्यम् व ऋतम् का अनुसरण कर पायेंगे।

श्री स्वामीजी और स्वामीजी का सम्बन्ध मोह-माया से परे एक गहन आत्मिक सम्बन्ध था, वह पूर्णता की एक अभिव्यक्ति थी—पूर्णता को सभी के बीच अवतरित करने के लिये। दोनों की सायुज्यता की एक झलक मात्र से देखने वाले के भीतर प्रेरणा का संचार होता था। यह एकात्मकता स्वामीजी के बाल्यकाल से ही दिखायी पड़ती थी। स्वामी धर्मशक्ति बड़े प्रेम से ये दृष्टान्त सबको सुनाती थीं, उनकी वाणी में जो उत्साह और प्रसन्नता झलकती थी, वह केवल एक माँ होने के नाते नहीं, बल्कि एक ऐसी साधिका होने के नाते जिसे चेतना के उच्चतर आयामों की जानकारी थी। एक बार उन्होंने यह दृष्टान्त सुनाया, ‘श्री स्वामीजी जब भी हमारे घर आते और उनका प्रवचन चल रहा होता, उस समय निरंजन जी को उनके पास सुला देते थे। जब नींद खुलने पर वे जोर से रोते, तब हम चुप कराने दौड़ते कि श्री स्वामीजी के प्रवचन में व्यवधान न हो। श्री स्वामीजी हमेशा रोकते और कहते, जोर से रोने दो, इसको बड़े होकर बहुत प्रवचन देना है। रोने से गला साफ होगा।’

एक अन्य अवसर पर राजनाँदगाँव में श्री स्वामीजी का कार्यक्रम था। एक दिन कई जगहों पर उनका सत्संग था। दोपहर में बाल निरंजन मौसी इच्ची के साथ घर चले आए। इच्ची ने ताला खोला (सामने से तीनों दरवाजे बन्द थे)। निरंजन जल्दी से अन्दर अपनी पुस्तक लेने दौड़ गये। बड़े कमरे में स्वामीजी सोये थे। वे चिल्ला उठे, ‘इच्ची, स्वामीजी हैं।’ दोनों स्वामीजी को देख कर घबड़ा गये कि दरवाजे का ताला तो हमने खोला, आप कैसे अन्दर आये। स्वामीजी हँस पड़े। बाल निरंजन सोचने लगे, अगर स्वामीजी मुझे भी सिखा दें बन्द दरवाजे से अन्दर आना तो कितना अच्छा हो। उन्होंने स्वामीजी से अनेक बार कहा, ‘ऐसा जादू मुझे भी बतलाइये।’ स्वामीजी हँसते और कहते, ‘निरंजन, यह बताया नहीं जाता, तुम्हें मालूम हो जायेगा।’

यहाँ यह कह देना भी प्रासंगिक होगा कि हमारे परमहंस को यह जादू हमेशा से ज्ञात था; केवल स्मरण कराने की आवश्यकता थी, जो उनके गुरु ने कराया। इन साठ वर्षों में उन्होंने अनेक बंद द्वार खोले हैं और दूसरों को भी खोलना सिखाया

है। यह काल्पनिक नहीं है; बहुतों का यह प्रत्यक्ष अनुभव रहा है कि स्वामीजी की उपस्थिति में भीतर के ताले अपने-आप खुल जाते हैं और व्यक्ति उन भवनों में पहुँच जाता है जहाँ पहले कभी नहीं गया था, या जिनकी उसने कल्पना भी नहीं की थी।

एक बार एक परिव्राजक साधु घर के द्वार पर आया। उसको देख दो साल के निरंजन अत्यंत उत्सुक हो उठे। मौसी से पूछा, ‘इच्ची, यह कौन है?’ मौसी ने उत्तर दिया, ‘साधु बाबा’। यह सुन अपनी तोतली बोली में बार-बार कहने लगे, ‘मुझे भी दादु बाबा बना दो।’ जब तक मौसी ने शरीर में भस्म लेप और कमर में कौपीन बांध कर उन्हें बिल्कुल साधु बाबा की तरह नहीं बना दिया तब तक वे शांत नहीं हुए। बाह्य मन तो शिशु का था, परंतु अंतर्मन में युगों-युगों का विवेक समाया था, उसे अपने सत्य-स्वरूप का ज्ञान था। गहरी लालसा थी उसी रूप में लौटने की जो निराकार है। भस्म और कौपीन, वैराग्य के इन दो चिह्नों ने उनका ध्यान उस ओर खींचा जहाँ शून्य, शून्य में मिलकर अनंत बन जाता है।

फिर समय आया मुंगेर आगमन का। चार-वर्षीय निरंजन अपने माता-पिता के साथ ट्रेन में चढ़े। उनकी बड़ी-बड़ी कौतूहलपूर्ण आँखें नव-पल्लव की ताजगी लिए इस संसार को निहार रही थीं। जब आश्रम पहुँच गये तो उन्होंने दृढ़तापूर्वक ऐलान किया, ‘मैं अब यहीं रहूँगा।’ श्री स्वामीजी ने उन्हें वापस जाने के लिये कैसे मनाया, वह तो दूसरी कहानी है, परंतु इस दृष्टान्त में जो पक्ष सामने आता है, वह है इतनी छोटी उम्र में उनके संकल्प का तेज, जबकि दूसरे बच्चे दूध के लिये रोते रहते हैं।

जब अगली बार आगमन हुआ तो आश्रम में कठोर नियम था कि 14 वर्ष से कम उम्र के बालक को नहीं रखते थे। सत्र में आने वाली किसी महिला के साथ छोटा बच्चा हो तो उन्हें धर्मशाला में ठहरना होता था। जब स्वामी धर्मशक्ति और निरंजन गेट पर पहुँचे तो स्वामीजी से पूछा गया कि धर्मशक्ति के साथ निरंजन भी है, गेट खोलें या न खोलें। स्वामीजी ने कहा, ‘निरंजन आश्रम में रहेगा, धर्मशाला में नहीं, गेट खोल दो।’ गेट खुलने तक स्वामीजी स्वयं गेट पर आ गये और बोले, ‘निरंजन, तुम हमारे कमरे में रहना। चलो दीपक को प्रणाम करो और जल्दी से नहा लो, फिर भोजन करेंगे।’

जब प्रस्थान का समय आया तब वह एक मार्मिक क्षण था। श्री स्वामीजी ने संकल्प लिया था कि वे आश्रम से बाहर नहीं जायेंगे। उन्होंने कहा, ‘आज पहली बार मुझे लग रहा है कि मैं अपना संकल्प तोड़ दूँ, केवल निरंजन को स्टेशन तक छोड़ने



जाने के लिये।' परन्तु उन्होंने एक युक्ति निकाली। जब ट्रेन स्टेशन से छूटकर आश्रम के पास से गुजरी, तब निरंजन ने खिड़की से बाहर झांका और देखा कि श्री स्वामीजी आश्रम की छत पर खड़े होकर हाथ हिलाकर विदाई दे रहे हैं।

सत्यम् और निरंजन—पिता और पुत्र, गुरु और शिष्य, आवाहक और आहावित, सूर्य और प्रकाश।

घर वापस लौटते तो बारी आयी स्कूल में दाखिला लेकर औपचारिक विद्या प्राप्ति की। बाल निरंजन पढ़ना-लिखना, गिनती करना, श्लोक पाठ करना, और भी बहुत कुछ पहले ही सीख चुके थे। विलक्षण शिशु की अद्भुत प्रतिभा देखकर शिक्षकों ने उन्हें सीधे चौथी कक्षा में दाखिल कर लिया। स्वामी धर्मशक्ति स्वामीजी के स्कूल के संक्षिप्त समय के बारे में बतलाती हैं—

“एक दिन वे स्कूल से आए तो उनका बैग खाली था। मैंने पूछा, ‘तुम्हारी पुस्तकें कहाँ हैं, जो मैंने उस दिन लाकर दी थीं?’ ‘आज मास्टर एक बच्चे को डाँट रहे थे, क्योंकि उसके पास पुस्तकें नहीं थीं’, फिर समझाते हुए बोले, ‘उसकी माँ गरीब है न! वह पुस्तकें नहीं खरीद सकती, इसलिए मैंने उसे अपनी पुस्तकें दे दीं।’ फिर एक दिन बिना शर्ट के वापस आए। मैंने पूछा, ‘क्या हुआ?’ वे बोले, ‘मेरे एक साथी के पास अच्छी शर्ट नहीं थी, इसलिए मैंने उसे दे दी।’

“जब स्वामी निरंजन चौथी कक्षा में पढ़ते थे, उस समय हमारे पास श्री स्वामीजी का पत्र आया। उन्होंने निरंजन के लिए अलग से एक पत्र लिखा, ‘निरंजन, तुमको अक्षर ज्ञान के लिए भेजा था, अब तो तुमको अक्षर ज्ञान हो गया। तुम पत्र भी लिखते हो। बहुत बढ़िया पत्र रहता है तुम्हारा। सब देख कर खुश होते हैं। अब तुमको निर्णय करना है कहाँ रहोगे।’

“पत्र पढ़ते ही निरंजन जी ने तुरन्त निर्णय ले लिया, वे दौड़ते हुए स्कूल गये और मास्टर साहब से कहा, ‘मेरा नाम काट दीजिए। मैं कल से नहीं आऊँगा।’ ‘क्यों!’ ‘मैं स्वामीजी के पास मुँगेर जा रहा हूँ।’ सभी मास्टर परेशान हो गये, बहुत समझाया, दो माह के बाद जाना, मार्च में परीक्षा है। निरंजन जी से स्कूल का नाम हो रहा था। कक्षा का मॉनिटर, हर काम में आगे रहने वाला, मास्टरों को सलाह व सहयोग देने वाला बालक, दो माह बाद चौथी कक्षा से पहला नम्बर लेकर निकले तो स्कूल की ख्याति बढ़ेगी। पर निरंजन अपना निर्णय ले चुके थे।”

छः वर्ष की अवस्था में स्वामीजी आश्रम में स्थायी रूप से रहने आ गये। और शरारती मोहन के रूप में प्रसिद्ध हो गये। प्रत्येक संन्यासी और आगन्तुक को उन दिनों एक दूसरे प्रकार के 'निरंजन चैलेंज' का सामना करना पड़ता था। टेप रिकॉर्डर का हेड-फोन ध्यान का अभ्यास करते किसी संन्यासी की मच्छरदानी के ऊपर रख देते, संन्यासी को लगता कि ध्यान में उसे दिव्य संगीत सुनायी दे रहा है, यह देखकर दूर से शरारती गिरोह हँस-हँस कर लोट-पोट होता रहता था। अगर कोई सजग न



हो तो किसी भी क्षण उसके ऊपर पानी की बाल्टी उड़ेल दी जाती थी। कपड़े गायब हो जाते थे और फिर वापस भी मिल जाते थे। रसोईघर की व्यवस्था संभालने वाले स्वामी के पसंदीदा लड्डू अचानक गायब हो जाते थे। फिर भी कोई इन पर गुस्सा नहीं कर पाता था, इनकी मनमोहक मुस्कान और रहस्यपूर्ण ज्ञान से चमकती आँखें सबके मन को लुभा लेती थीं।

स्वामीजी की शरारतों का स्रोत था शुद्ध आनन्द। कोई कैसे उसका विरोध कर पाता? बाल्यावस्था में शरारतें ही हमारे परमहंस के लिए अपनी अंतर्निहित प्रसन्नता को बाँटने का माध्यम थीं, प्रसन्नता का एक ऐसा सहज प्रवाह जिसके लिए किसी कारण की आवश्यकता नहीं होती। स्वामीजी ने न तो कभी शरारत छोड़ी और न ही प्रसन्नता बाँटना। उनकी मुस्कान अभी भी उतनी ही मनमोहक है और आँखें उतनी ही रहस्यमयी।

उनकी एक और विलक्षणता थी, जिस संसार में उन्हें बुलाया गया है, उसके बारे में जानने की अपार जिज्ञासा। वे कभी टेपरिकॉर्डर खोल कर रख देते, कभी साइक्लोस्टाइल मशीन, तो कभी अलार्म घड़ी, और फिर उसे वापस जोड़ भी देते। इतना ही नहीं, एक दिन तो उन्होंने अपनी भौंहों और पलकों के बाल भी निकाल दिये, फिर सफाई देते हुए कहा, 'मैं देखना चाहता था, इनके बिना मैं कैसा दिखायी दूँगा।' बाल सुलभ कौतूहल। साथ-ही एक शोधकर्ता की अध्ययनशीलता भी, जो जानना चाहता था कि इस संसार को किसने रचा और जीव क्या है।

गुरु के सान्निध्य में ये प्रारम्भिक पाँच वर्ष स्वच्छंदतापूर्वक हँसते-खेलते विविध अभिव्यक्तियों में ही नहीं बीते, इस अवधि में श्री स्वामीजी ने उन्हें कुछ गहरी सीखें भी दीं। उन दिनों चॉकलेट एक दुर्लभ चीज थी। एक बार एक अतिथि चॉकलेट लेकर आया और आश्रम में सबसे छोटे होने के कारण वह चॉकलेट हमारे स्वामीजी को दी गयी। वे बेसब्री से पन्नी खोल ही रहे थे कि श्री स्वामीजी की आवाज उनके कानों में पड़ी, 'अगर चॉकलेट का आनन्द लेना है तो मिर्च का रस लेना भी सीखो।' एक हाथ में तीखी हरी मिर्च और दूसरे हाथ में मीठी चाकलेट लेकर, दोनों को बारी-बारी से खाकर स्वामीजी अपनी अन्तश्चेतना के प्रति सजग हुए-जहाँ न रात्रि न दिन, न अच्छा न बुरा, सभी विपरीतताओं के बीच केवल शुद्ध चेतना, स्थिरता और आनंद।

स्वामीजी अनेक बार इन दिनों की एक कहानी सुनाते हैं—उन्हें इतनी गहरी नींद सोने की आदत थी कि गुरुभाई उनकी चौकी उठाकर आश्रम के बाहर रख देते थे और उन्हें पता भी नहीं चलता था। श्रोतागणों को हँसाने के पश्चात् स्वामीजी बतलाते कि उन्होंने कैसे सुबह उठने के समय को प्रतिदिन पाँच-पाँच मिनट घटाकर इस आदत पर विजय पायी। परंतु इस दृष्टान्त में थोड़ी विचित्रता है, जिसकी चर्चा अभी तक नहीं हुई है। बच्चे गहरी निद्रा में सोते हैं, यह सत्य है, परंतु इतने सजग और कुशाग्र बुद्धि वाले बालक में ऐसी गहन अचेतनता की स्थिति आत्मा के एक विशेष आयाम को दर्शाती है।

साधक के जीवन में ऐसा समय आता है जब सुषुप्ति तुरिया में परिवर्तित हो जाती है; यह उसी के लिये सम्भव है जो जाग्रत से तुरिया में प्रवेश कर इस अवस्था में स्थित रह पाया हो। स्वामीजी केवल गहरी नींद में नहीं होते थे, बल्कि वे स्वतः उस अवस्था में पहुँच जाते थे जिसका अनुभव उन्हें पूर्व जन्मों में हो चुका था। अतः जब श्री स्वामीजी को योग निद्रा पर प्रयोग करने के लिए किसी माध्यम की आवश्यकता पड़ी, तो स्वामीजी से बेहतर और कौन हो सकता था!

श्री स्वामीजी बाद में बतलाते थे कि उन्होंने किस प्रकार स्वामीजी को योग निद्रा में हर प्रकार की विद्या प्रदान की। स्वामीजी भी ऐसी अनेक घटनाओं का उल्लेख करते हैं जब उनके भीतर से अनायास ही ऐसे तथ्य उभर आते जो उनके चेतन मन को ज्ञात नहीं थे। पर क्या इस शोध का एक और पक्ष भी हो सकता है?

योग निद्रा जैसे अभ्यास में दो-मुखी प्रक्रिया होती है। बाह्य ज्ञान को अवचेतन मन में संचारित किया जाता है और अवचेतन एवं अचेतन मन में छुपी जानकारी को उभारा जाता है। सम्भवतः श्री स्वामीजी के कुशल मार्गदर्शन में दोनों प्रक्रियाओं के बीच संतुलन आया, जिससे संसार का उपयोगी ज्ञान स्वामीजी के चेतन मन की दहलीज पर पहुँच गया और उनके अंतर्मन में युगों-युगों से संचित विवेक इस दहलीज तक उभर आया। फलस्वरूप, जिस उद्देश्य की पूर्ति हेतु हमारे परमहंस इस संसार में आये, उसके लिए जिस भी विद्या की उन्हें आवश्यकता पड़ सकती थी, वह उन्हें उपलब्ध हो गयी। अब समय आ गया था जीवन में एक नये चरण के शुभारम्भ का। ■



असीम हर्ष के साथ हमने शुभ 'समाचार' पाया। ईश्वर की रोशनी का यह अवतरण है। इसे ध्यानपूर्वक समझ लो। अन्धकारमय कोनों तक में प्रकाश भरने के लिये ईश्वर के प्रकाश का अवतरण हुआ है।

यह विशुद्ध लगन का ही स्वरूप है। यह केवल नैसर्गिक लगन है, जिसका अवतरण हुआ है। यथार्थतः वह किसी का पुत्र नहीं है। उसे एक निश्चित कार्य की पूर्ति के लिये आना पड़ा है।

उसके प्रति हम केवल कर्तव्य-पूर्ति के ऋणी हैं। वह कोई भी अज्ञानी लगाव पसन्द नहीं करेगा। हमें उसे बड़े कार्य के लिये प्रस्तुत करना है। हाँ, वह कार्य जो अनेक आत्माओं से सम्बन्धित है।

वह आवश्यक सामग्री के साथ ही आया है। वह प्रकाश बनकर आया है। उसे हमेशा राम नाम के ही जल से सींचते रहो। वह एक अनमोल फूल है, अपने श्री सौरभ से विश्व को भर देगा।

बच्चे का नाम रखने कहते हो न, तो मुझे प्रिय है 'निरंजन'। क्यों ठीक है न, उसे हमेशा निरंजन कहना। वह यथार्थ में निरंजन है। वह है 'मन्त्र सत्यम्, पूजा सत्यम्, सत्यम् देवो निरंजनम्।'।

धर्मशक्ति, निरंजन के आने के बाद समझो कि तुम्हारा नया जन्म हुआ है। तुम अपने को इस तरह बनाओ कि बच्चे का भविष्य महान् से भी महान् हो। तुम्हारा जीवन प्रभु के निमित्त है। प्रभु का अंश, आज के युग का राम-कृष्ण, तुम्हारी गोद में है। तुम्हारा मन, शरीर, विचार एवं सम्पूर्ण जीवन ही उसके निमित्त है। निरंजन को माँ-बाँ नहीं, राम ॐ सिखाओ। कीर्तन-भजन, श्लोक, पुराण, कथा, रामायण सुनाओ। यह आवश्यक नहीं कि वह समझे। गोद में

लेकर कीर्तन, भजन, रामायण नियमपूर्वक कहो। बेकार की बातें नहीं। उसे 'संन्यासी' की ट्रेनिंग देनी है। शंकराचार्य बनाना है, लड़का-बबुआ नहीं।

धर्मशक्ति, पौधा उत्तम है। सिंचाई, निराई उत्तम होनी चाहिये। और मुझे तुम पर विश्वास है कि दिव्य रत्न को यथार्थ में दिव्य बना सकोगी। प्रभु की तुम पर कृपा है। निरंजन को मेरे मंगल-आशीष!

—स्वामी सत्यानन्द



14 फरवरी 1960, सुबह आसमान में चमकता भोर का तारा धरती पर उतर आया। विश्व को निरंजन के रूप में एक देदीप्यमान् सितारा मिला। जो माँ किसी समय एक बच्चे के लिए आग्रही थी, गुरु ने उसे एक बच्चे के साथ हजारों-हजार की माँ बना दिया। भोर होते ही मुझे सुसंवाद के साथ कक्ष में जाने की अनुमति मिली। दीदी के होंठों पर मुस्कान थी और नन्हें-मुन्ने दिव्य आभा में चमक रहे थे। उनके ललाट पर शिवानन्द कुटीर, ऋषिकेश का कुमकुम और भस्म लगा हुआ था।

कुल पुरोहित भी आए। माँजी ने सुबह 4 बजे ही समाचार भेज दिया था। उन्होंने आते ही कहा, 'मैं बहुत खुश हूँ। जानते हो, जब ब्रह्माजी ने वशिष्ठ जी को राजपुरोहित बनकर अयोध्या जाने का आदेश दिया, तब वशिष्ठ जी ने हाथ जोड़कर कहा, महाराज! मैं राजपुरोहित नहीं बनूँगा क्योंकि राजा के साथ रहने पर भली-बुरी बातों का ज्ञान नहीं रहता। इस पर ब्रह्माजी ने कहा, एक दिन वहाँ राजकुमार के रूप में प्रभु का जन्म होगा और तुम उनके राजपुरोहित बनोगे। यह सुनकर वे खुश होकर चले गये। और आज मेरा भी वही दिन आया है। मैं देख सकता हूँ कि यह बच्चा किस प्रयोजन से आया है।' माँजी ने बच्चे को कपड़े में लपेटकर दूर से दिखाया। उन्होंने कहा, 'दूर से क्यों दिखाते हो, गोद में दो, मैं आज कितना खुश हूँ, मेरी गोद में राम आ रहा है!'

उनके जन्म के तैतीस दिन बाद स्वामीजी मुंबई से राजनाँदगाँव आये और उन्हें गोद में लेकर पुकारा, 'निरंजन, निरंजन।' मैंने पूछा भी, 'आपको कैसे पता चला कि इनका जन्म हो गया है?'

उन्होंने बताया, 'मैंने सपने में एक खूब सुन्दर बगीचा देखा, जहाँ पेड़-पौधे असंख्य थे, पर फूल एक भी नहीं था। अचानक एक खूब सुन्दर फूल खिला, जिसकी सुगंध बिखरती जा रही थी। मैं समझ गया कि निरंजन का जन्म हो चुका है।'

—श्रीमती रत्ना ब्यौहार (स्वामी धर्मशक्ति की छोटी बहन), रायपुर



The light of God has descended in the form of this child to illuminate the darkest corners of this earth. He has been born through a pure, divine sankalpa. He hasn't come merely to be your cuddly son. He has come to fulfil a grand purpose and mission. All of us owe him a debt of duty and responsibility. He will not like any fawning or over-attachment. We have to prepare him for the great task he has come to undertake, a task that will involve countless other souls.

He is an embodiment of divine light and he has come with the requisite ingredients. Water this young seedling with the holy name of Rama, and in the course of time, this precious flower will spread its divine fragrance throughout the world. Dharmashakti, you had asked for a suitable name for the child, and so I say: He is 'Niranjan' and let your mahamantra be:

*Mantra satyam, pooja satyam,
satyam devo niranjanam
Gurorvaakyam sadaa satyam,
satyameva param padam.*

—Swami Satyananda





Swami Niranjana's first birthday was celebrated on 14th February 1961. The photograph of him taken on that day came out. A copy was sent to Swami Satyananda. Two months later we received a parcel containing copies of the latest books, *Yoga Nidra* and *The Science of Pranayama*. We saw that very photograph printed in the book, with the following caption:

'The descent of a great disciple, who is destined to revive Indian spiritual culture and spearhead the yogic renaissance.'

– Swami Dharmashakti

God told me once, "I won't be giving you a son, but I will give you something far better – a worthy disciple."

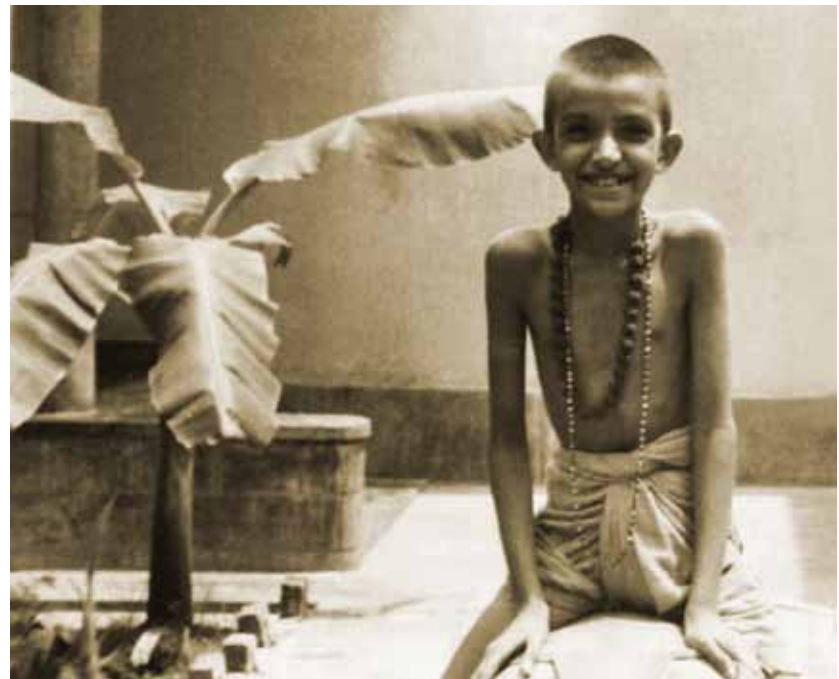
– Swami Satyananda

Let me tell you about Swami Niranjan. Once he opened up my tape-recorder. In those days, a tape-recorder used to be a luxury. When I asked him why he opened it up, he replied that he was trying to learn the tape-recorder's mechanism! Now what should have I done? Slapped him? Would that have repaired my tape-recorder? No, and it would have definitely damaged his tape-recorder.

—Swami Satyananda

I used to teach yoga nidra to Swami Niranjan because I was doing research, not because I wanted to make him something. Gold is gold, a diamond is a diamond and iron is iron by birth. It is no use polishing iron in the hope of converting it into gold. Swami Niranjan is Swami Niranjan by birth. I did not make him Swami Niranjan.

—Swami Satyananda





सत्यम् सुमनांजलि

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1969

गिरिवर के उत्तुंग शिखर पर
सुरसरि के पावन पथ पर।
शान्ति दूत अध्यात्म भूत
तेरे ही कारण गर्वित धरा महान् ॥
तुमको प्रणाम हे ध्रुव ललाम।
हे सत्यम्! तुमको प्रणाम ॥

तेरे पद रज भी पा जाऊँ
यदि तेरे अगण्य भक्तों की भी।
हे करुणामय तर जाऊँ
मिट जावे लालसा जी की ॥
तुम अखिल धरा के गुरु महान्।
हे सत्यम्! तुमको प्रणाम ॥

देव तुम परम सच्चिदानन्द
हम मृत्यु लोक के भार।
करो हे सत्यम् करतार
श्रद्धा के दो फूल स्वीकार ॥
श्रद्धा-सिंचित संपृक्त हिये
अंजलि में दो अल्प प्रसून लिये
हे सत्यम्! तुमको प्रणाम ॥

आत्मसुधार यज्ञ

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1969

यह मानव-जीवन परमात्मा का अमूल्य वरदान है। इसके दुरुपयोग से मनुष्य राक्षस बन कर विध्वंसकारी कार्यों से मानवता का शत्रु बन सकता है, और सदुपयोग से देवता बन कर मानवता का अनन्त कल्याण कर सकता है।

यह जीवन स्वयं में एक बहुत बड़ा प्रयोग है, जो परमात्मा की परम शक्ति-प्रकृति के निर्देशन में हो रहा है। पूरा विश्व ही इसके लिये एक सुन्दर प्रयोगशाला है। हमारी आध्यात्मिक चेतना विषयों के अंधकार में बहुत नीचे गिरी हुई है। हम दिव्य परमात्मा स्वरूप सच्चिदानन्द होकर भी अपने को भूल बैठे हैं। अविद्याग्रस्त होने के कारण हमने मोह की मदिरा पी ली है। नशे में



अपनी सारी आध्यात्मिक विभूति गँवा बैठे हैं, फिर दीन-हीन-दुःखी होकर क्षणिक विषयों के पीछे पागल की भाँति घूम रहे हैं।

संसार के क्षण-भंगुर विषय मृगतृष्णा के जल की भाँति हैं, जिसके पान से मानव की अतृप्त आत्मा तृप्त नहीं हो सकती। आज इस भौतिकवाद के युग में भोग और तृष्णा की ज्वाला ने इतना विकराल रूप धारण कर लिया है कि सारी मानवता पूर्णतः अशान्त है। हममें सच्ची शांति नहीं, सुख नहीं, संतोष नहीं, केवल अशांति, दुःख, और भय का वातावरण छाया हुआ है। यह अविद्याग्रस्त मानव अज्ञान के कारण मृत्यु के गर्त की ओर बेतहाशा भागा जा रहा है, पर इसे स्वयं पता नहीं। मृत्यु के भय से ग्रस्त, अविद्या के भय से अन्धकार में भटकते हुए दुःखी मानव को सत्य का सही मार्ग कौन बतलायेगा? सच्ची शांति, सच्चा सुख कहाँ मिलेगा? वह कौन-सी जगह है, जहाँ पर जाने के बाद पूर्ण विश्रान्ति मिलती है, सारी अपूर्णताएँ समाप्त हो जाती हैं, सारी उलझनें संतोष और शांति में बदल जाती हैं?

वह जगह है परमात्मा के चरण। वह परमेश्वर कहीं दूर नहीं, बल्कि अपने ही अन्तस्तल की गहराइयों में छिपा है। वह है सत्य की परम ज्योति जिससे संसार के सारे विषय प्रकाशित होते हैं। वह है अनन्त शान्ति, शक्ति, प्रेम, आनन्द और अमृत का समुद्र। मैं इस असत्यपूर्ण मायावी जीवन को उसी परम सत्य के चरणों में समर्पित करता हूँ, जो सबका आधार है। मेरे जीवन का हर क्षण और उसकी सारी चेष्टाएँ उसी परमात्मा के लिये होंगे, इसका मैं प्रयास कर रहा हूँ। यही है मेरा आत्मसुधार यज्ञ।

वह सत्य मेरे लिये परम ज्योति का रूप है। उससे अनन्त ज्ञान और प्रकाश की किरणें प्रस्फुटित हो रही हैं। मुझे विश्वास है कि अविद्याग्रस्त, दुःखी मानव को सत्य के चरणों में शांति मिलेगी। ऊपर उठने की प्रेरणा-शक्ति सत्य ही देता है। सूर्य की भाँति वह सबको जगाता है। हे अज्ञानान्धकार में भटकने वाले मानव! तू सत्य की शरण में जा, वहाँ तुझे ज्ञान का आलोक मिलेगा, शक्ति की प्राप्ति होगी। आनन्द और अमृत का सागर लहरायेगा। इसीलिये हम प्रार्थना करते हैं उस परम शक्ति से

कि तुम मझे ले चलो—असत्य से सत्य की ओर, अन्धकार से प्रकाश की ओर, मृत्यु से अमरत्व की ओर। सत्य, प्रकाश और अमृत का समन्वय करते हुए साधक सच्चिदानन्द योग की शरण लेता है।

योग हमारी माँ है। सारे विश्व में स्वामी सत्यानन्द जी के द्वारा दिव्य-चेतना संचरण हो रहा है। योग परमात्मा की एक दिव्य शक्ति है, जो दुनिया की अनेक विषमताओं से मनुष्य को छुड़ाती है। आज दुनिया की सब विषमताओं को हटाकर समता के द्वारा सुसंगठित करने का एकमात्र साधन योग है। योग सिर्फ आसन-प्राणायाम तक सीमित नहीं, बल्कि अनेक टूटे हुए हृदय-तारों को एक करके परमात्मा से प्रेमतत्त्व जोड़ता है। पूरे विश्व का कल्याण करना ही योग का ध्येय है। योग का प्रारम्भ आत्मा से होता है, जिसकी झलक पा लेने के बाद मानव कहने लगता है, *सत्यम् शरणं गच्छामि*।

उस परम सत्य का मार्ग अत्यन्त दुर्गम है। सत्य के मार्ग पर चलना छुरे की धार पर चलने के समान अत्यन्त कठिन है, परन्तु बहादुरों के लिए दुनिया का कोई भी काम कठिन नहीं। नेपोलियन के अनुसार 'असम्भव' शब्द केवल मूर्खों के शब्दकोश में पाया जाता है।

सत्याग्रही बालक को योग की शरण में जाना पड़ेगा। स्वामी जी का ऐसा प्रताप है कि वे बच्चों में एक दिव्य शक्ति पैदा करके दुःखद मार्ग को भी सरल बना देते हैं। अपने प्रिय इष्ट से मिलकर एक होने की उत्कण्ठा का नाम ही प्रेम तत्त्व है। प्रेम तत्त्व और भक्ति योग, ये दिव्य आध्यात्मिक विषय हैं। साधक के हृदय में उस परम तत्त्व का उदय होने पर उसके जन्म-जन्मान्तर के कल्मष धुल जाते हैं।

हे मानव! आध्यात्मिक स्वतंत्रता पर तुम्हारा जन्मसिद्ध अधिकार है। अज्ञान का बन्धन काटो और मुक्ति का संदेश जलाओ। तुम्हारा असली स्वरूप आनन्द और अमृत है, दुःख या दासता नहीं।



अभिलाषा

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1969

करूँ काम सेवा का जग में, जिससे जग का हो उपकार।
करूँ काम वैसा ही जग में, जिससे मिटे जगत का भार ॥

सत्य अहिंसा और सेवा की, मैं साकार मूर्ति बन जाऊँ।
छीन इन्द्र से स्वर्ग सिंहासन, मैं सहर्ष भूतल पर लाऊँ ॥

जीवन हो सद्गुण से पूरित, नहीं करूँ पर-अपर आशा।
करूँ विश्व की सेवा मैं कुछ, यही एक मेरी अभिलाषा ॥

आदमी मोह में कैसे पड़ा

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1969

आदमी मोह में कैसे पड़ता है, उसका एक उदाहरण मुझे याद आ रहा है। वह इस प्रकार है, एक आदमी ने एक आयल पेन्ट वाले को कहा कि मेरे यहाँ रंग लगाना है। ठीक समय पर वह रंग लेकर आया और पेन्ट करके बोला, मैं एक घण्टे में आता हूँ फिर देखूँगा कि रंग कैसा लगा है। वह पेन्टर एक घण्टे में फिर आया। मकान मालिक ने उसे दिखाने के लिये दरवाजा खोला कि सब मच्छड़ घुस गये और रंग की चमक देखकर उसमें जाकर चिपक गये। उसी प्रकार आदमी भी संसार रूपी मोह माया में चिपकता और फँस जाता है।



The Decade of the 1970s

1970 के दशक में

Winning the World

10 February 1970, the fifth day of Vasant, the lunar month of Spring. It had been exactly seven years since the akhand jyoti had been lit at the ashram. The one who would make sure that it never went out was called today to assume his ordained role. Niranjan became Swami Niranjanananda Saraswati on the auspicious day of Vasant Panchami at the beginning of the decade of the seventies.

What could initiation into sannyasa mean for one who was always a sannyasin? Imagine that scene from fifty years ago in your mind: the chill of the winter had passed and mango buds were just beginning to appear on the trees. The whole day, visitors had streamed into the ashram to pay their respects to the gurus and Mother Saraswati, as Vasant Panchami was



celebrated with aradhana and sadhana. As the hour approached midnight, the havan fire was lit on the vedi outdoors. A ten-year old ancient boy along with a few others was asked to sit before the fire. “*Om bhur bhuwah svah sannyastam maya,*” they chanted. For the world that watched, the ritual firmly established the identity of the one before them in geru cloth and rudraksha mala. And for the boy, that which was hidden in the heart now flowed into the mind, the blood, the bones. His aura became charged with a spark that was both new and old. The glow on his face shone even brighter and his resolve resonated stronger.

The three-year sannyasa course had commenced in Munger and Swami Niranjan was its youngest participant. He had been given a special duty. Along with a few other youngsters who resided at the ashram at that time, every day they had to go to the market, scrounge for vegetables thrown away by vegetable-sellers, put these in a gunny bag, bring it to the ashram, cut away the overly-rotten parts, give their collection to the kitchen in-charge, and then, along with all other residents, enjoy the watery soup with bits of veggies floating in it.

This little story that Swamiji often tells to those come for sannyasa training does not depict the penury of the ashram. It was a lesson in the gurukul tradition, reminiscent of the upanishadic times. Think about the many messages it contained: “You can manage with the minimum. Every situation has a solution. Do not be afraid to do what others will not. Rise above shame and pride. You have it in you to make use of what others think as waste. Take the least; give the most. There is joy in everything.” The messages weren’t given as moral codes but as

a living experience. For the rest of his life, Swamiji would be a shining example of these precepts.

In February 1971, a phone call was received at the Munger ashram from Sri Swamiji who was travelling at that time: 'Send Niranjana to Calcutta.' Immediately, eleven-year-old Swami Niranjana packed his bags and the same evening, accompanied by a senior sannyasin, boarded the train.

On the way, the sannyasin spotted a peanut-seller and thought it would be a good idea to buy some for Niranjana and himself with the money they had been given. Munching on the peanuts, the time passed nicely on the train. When they reached Kolkata, Sri Swamiji was waiting at the station to receive them. "Accounts," he said. The sannyasin recounted the expenses; it was a few rupees short. Those had been spent on the peanuts, explained the sannyasin. Sri Swamiji turned to the younger of the two and said, "Niranjana, you must always remember that what is given to you is not for yourself. Even if you have money, live like a beggar."

Like the vegetables, this wasn't merely a lesson in morality. It was a reminder of the purpose for which he had been called into this life: 'Walk among the people to uplift them. Use every resource and faculty of yours for the wellbeing of others. Seek your own contentment within.' With this cue firmly in place, Swan's peripatetic life commenced.

Ireland, Austria, UK, Scotland, France, Belgium, Switzerland, Germany, Colombia, Ecuador, India, El Salvador, Guatemala, Mexico, Venezuela, Chile Australia, Italy, Spain . . . this would be a decade of continuous movement, from one ashram to another, from one home to another.

It was an era when telephone calls were not the norm and par avion letters took months to reach, and therefore Swan had minimal physical contact with his guru. Away from the security of the ashram and the presence of his master, it was a time to learn to invoke his inner guide, to bring alive the guru tattwa in himself. As he interacted with people of all hues and faced novel situations, he fine-tuned the ability to listen with the heart and look within for answers, to commune with his guru without words. Today we send messages, emails and letters to our guru at the drop of an angavastrā, but Swan honed his inner connection and developed his own sense of appropriateness through every circumstance. Imagine an average eleven-year-old experiencing a similar situation; they would likely seek psychiatric counsel for the rest of their life in view of their 'unsettled', 'emotionally deficient' growing-up years. Swan, he found joy in everything and radiated joy to everyone.

His delight and wonder at the 'newness' the world had to show him would draw every onlooker into the same space of delight and wonder. There are many charming tales told by people who met him in those years. Whether it was a full-length mirror he faced for the first time or waking up to a world covered in snow, those who witnessed him in these moments would never forget.

But there were challenges too. In Ireland, he was caught between the two warring groups of Catholics and Protestants. He would be threatened by one if he went to the other's school to teach yoga. They would break windows, paint graffiti on the walls of the ashram, yet he managed to pacify both through his

own innate stillness that was free of the pull of opposites. What politicians and armies could not do, our Swan did simply by being himself.

While he was in Belfast, news was received of Swami Satyabrata's demise. Sri Swamiji's instructions were clear: the information should be conveyed to Swami Niranjana as to an adult, without any convolution or artifice. In response, the child sage wrote a most touching letter to his mother: "I was very sad when I received news that my father (Dadaji) had died. I even cried, but not with sorrow, but in tribute to him. You are not to worry; you have me and Swamiji beside you. You should not grieve; I will keep coming as often as I can. Let me know what you want me to do and I will definitely fulfil it. It is for you to decide whether you want to live in Rajnandgaon, Munger or come and live with me. I will come whenever you call me."

During the years that followed, Swamiji gained many 'mothers'. If we were a lesser observer we might presume that these gracious ladies were showering love upon a homeless boy, but if we look keenly we will discover something else. Swamiji awakened a higher motherhood in them just as he had done in Swami Dharmashakti. The love and respect that he so generously gave to them, his presence that he so generously gave to them in the guise of a son, awakened the noblest and the softest in their hearts. It is not a surprise that each one of them became a guiding light to many.

As Rishi Arundhati recalls, "In 1972 we had just moved into a house we were buying in Newcastle-upon-Tyne when Rishi Vasishtha received a message from Swami Pragya-murti in

London that Sri Swamiji said we were to go to Northern Ireland and bring Swami Niranjana to live with us. So we went and I will never forget when we first met. We were in the room with Swami Atmananda and when he entered the room, the look he gave us was like a look from Sri Swamiji. You felt he was looking not at your physical features but looking inside you.

"Swamiji Niranjana came to us in early September so we took him to the school that was about six blocks from where we lived. One day he comes home and tells me that he has been made head boy. Being a USA citizen I had no idea about head boys, so asked him what that meant. He said he had a badge that he wore during the day and if the teacher had to leave the classroom, he had to keep order in the class. He said, 'I have never had a test before but every two weeks they are giving me a



test and moving me up a class.’ So when I asked him to show me his badge, he said, ‘I am not allowed to bring it home, I have to give it in at the end of the day.’ However, the following day when he came home he was wearing his badge. I said, ‘I thought you told me you were not allowed to bring it home.’ He said, ‘I am not, but you had never seen one before so I wanted you to see it.’ The following day when he went to school, the teacher said to him that she could not find his badge the day before. He replied, ‘I took it home with me.’ She said, ‘But you knew you were not supposed to leave the school with it.’ He replied, ‘I know, but my mother had never seen one and I wanted her to see it.’ He could have made excuses that he forgot, but he didn’t, which seemed to me to be a very adult behaviour for a twelve-year-old.”

At this time, Swan was giving classes in hatha yoga, raja yoga and even prana vidya. People thrice his age warmly accepted their young teacher and offered him reverence worthy of the master that he was. A striking event was his discourse to the medical fraternity in London at the age of twelve. The day before the lecture, he found himself wondering what he would say. That night he dreamt of giving the lecture. On waking, he noted down all the points. After the lecture, the doctors were surprised to hear that he had never completed formal school education. He had spoken to them about biofeedback, a newly-emerging subject, which even many medics did not know of. He attributed this knowledge to the input given to his subconscious mind in yoga nidra by his guru.

When Swami Niranjan moved to Colombia in 1973, a whole new world was awaiting him. Here he learnt to speak Spanish,



ride horses bareback, drive cars, explore the ancient indigenous culture of South America. Sannyasi Gopaldharma who, along with his siblings, was Swan’s frequent companion, remembers, “I was five years old when I met this boy. He was fourteen years old. He was strange, wore orange clothes, had his head shaved but, most amazing of all, he was the nicest guy I had ever met. He gave yoga classes and played with children my age. In fact, I was very confused because his classes were so serious he seemed to me to be an adult, but was a child when he played with kids like me. He was called Swami Niranjan.”



As devotees in Colombia prepared for the convention to be held later that year in Munger, a motley group travelled in a battered jeep from city to city to spread the message. Swami Niranjana was part of this convoy. Maria Teresa Copete recalls a rather endearing incident from this trip. “Once, while Swami Amritananda was giving the lecture and Ignacio was translating, Swami Niranjana, who was twelve or thirteen at that time, started drawing hearts on a piece of paper: ‘Ignacio loves Maria Teresa; Maria Teresa loves Ignacio.’ This went on for a month. Then one day, we were in a hotel, and he said, ‘You know, if you and Ignacio would get married, you would do great work for yoga.’ I did not pay much attention then, but to make the story short, we’ve been married for forty-seven years and we have been working for yoga.” The apparent joshing by a teenager was in fact the sowing of a seed by a visionary who could see into the years.

At the Convention in Munger, Swami Niranjana was demonstrator, speaker and Sri Swamiji’s able assistant. In the months that followed, he travelled with his guru through different states of India, reacquainting, reconnecting and rediscovering. When he returned to Colombia later in 1974, he met the President of the country and requested that he be allowed to research the pre-Columbian culture. Impressed by the bala yogi’s verve, all doors were opened to him and Swami Niranjana’s findings on the similarities between the ancient culture of South America and yoga were unveiled at the yoga convention held at Bogota in 1975.

In another unprecedented event, Swan was invited to stay at a Catholic nuns’ cloister in Tunja and teach yoga. It would’ve been the first time in the hundreds of years of history of the cloister that a male had been allowed entry here. In those days many Christians considered yoga as heathen or pagan, therefore Swamiji would ask the nuns, “Do you find that yoga is the work of the devil?” and they would reply, “No, yoga has given us a better understanding of what our own practices do to us. We have become better Christians through the practice of yoga.”

The effect of his own training became evident on many occasions. Once, as he took off from Bogota and his plane flew over Panama, suddenly it was ordered to land. A military coup had taken place in the country and the airspace was being strictly monitored. As soon as they hit the tarmac, men in green carrying machine guns surrounded the aircraft and everyone was ordered out and then huddled into a hall, their passports and documents seized. As the whole group paced about nervously, smoking, biting nails, crying – Swan sat cross-legged

in a corner, turning the beads of his *sumerini* and watching his breath, calmly witnessing the chaos of *samsara*.

Swan's next long-haul stop would be Australia. He flew from Colombia to Chile to Tahiti from where he would board the plane to Sydney. In Tahiti he found that all flights were cancelled for the week. He was not carrying spare money for himself, only two thousand dollars that devotees had given for Sri Swamiji. However, the teaching during the first travel to Kolkata had gone in deep and even the thought of using this money for his own maintenance did not occur. For one week he survived on water and slept on an airport chair. Upon reaching Australia, Sri Swamiji learnt about what had happened. "Why did you not use the money you had on you?" he asked. Swan replied, "The person who gave the money said, 'This is for Paramahamsaji.' That was the only thought in my mind."

The next few months would be spent travelling through Australia and New Zealand, and researching *pranayama*, Kirlian photography, music and mantra. Rishi Vivekananda speaks of these times fondly, "Swami Niranjana came to stay and was soon joined by Swami Shankardevananda; we laughed the whole time. One thing I especially remember were the occasions when the three of us got together and played music, sometimes *kirtan* but often jazz, rock and roll and boogie woogie, with Shankardev playing guitar, me on the piano and Swami Niranjana playing the drum on a *saucepan*. He really got amazing syncopated rhythm out of that old kitchen pot." Describing Swan further, he says, "His kindness warms every heart; his brilliant lecturing gives answers to the most profound questions of life; though

most of all he is such fun to be with. Everywhere he goes there is laughter, jokes and happiness."

Swami Niranjana returned to India in 1977 and Sri Swamiji made him the editor of *Yoga Vidya*, the Hindi edition of BSY's monthly magazine. He conducted an interesting experiment on his chosen disciple around this time. Swan was told to write an article in Hindi, but the topic or the content was not given. Another *sannyasi* was told to do the same in English. Both were told to tune in to their guru at a particular hour, and at that time Sri Swamiji mentally transmitted the content of the article to both. When the written copies were received, they were duplicates of each other in two different languages. If Satyam was the sun, his disciples were sunflowers!

Swan's special trademark has always been the ability to win over anyone. Swami Satyadharma recalls, "I remember Swami Niranjana from the early days at the old ashram. The first time I saw him, he was tall and gangly, with a boyish smile, a joke on his lips and a twinkle in his eyes. He lived abroad at the different Satyananda ashrams most of the time and would come to Munger whenever Swamiji called him. I was fairly new in the ashram then and Swamiji had just made me editor of the *Yoga* journal. At that time we used to do all the writing and editing in the library itself, and Swami Shankardevananda was the librarian.

"So, in walked Swami Niranjana. After a few fisticuffs with Shankardevananda, he asked confidently, jangling the keys, 'Where are the Hindi *almirahs*?' They were immediately pointed out to him and he opened them. Without another word he began to extract all the files and go through them one by one.

At that point I did not know who he was and wondered why he was going through all the files without permission. It turned out that Sri Swamiji had made him the chief editor of *Yoga Vidya* for the period of his visit.”

The Greek ashram was coming into its own at this time and eighteen-year-old Niranjan was told to once again pack his bags and traverse the European continent, making stops in Greece, Switzerland, France, England, Ireland, Italy and Spain. Swami Sivamurti recalls that at the newly-constructed Greek ashram there weren't enough rooms. Swan happily settled into the kitchen and made it his home for the next few days, never demanding, never complaining. In Ireland Swami Vibhooti recalls that when she went with a cup of tea to the room that Swan was sharing with another sannyasin, she found two figures there: one lying in perfect stillness, the sheet covering



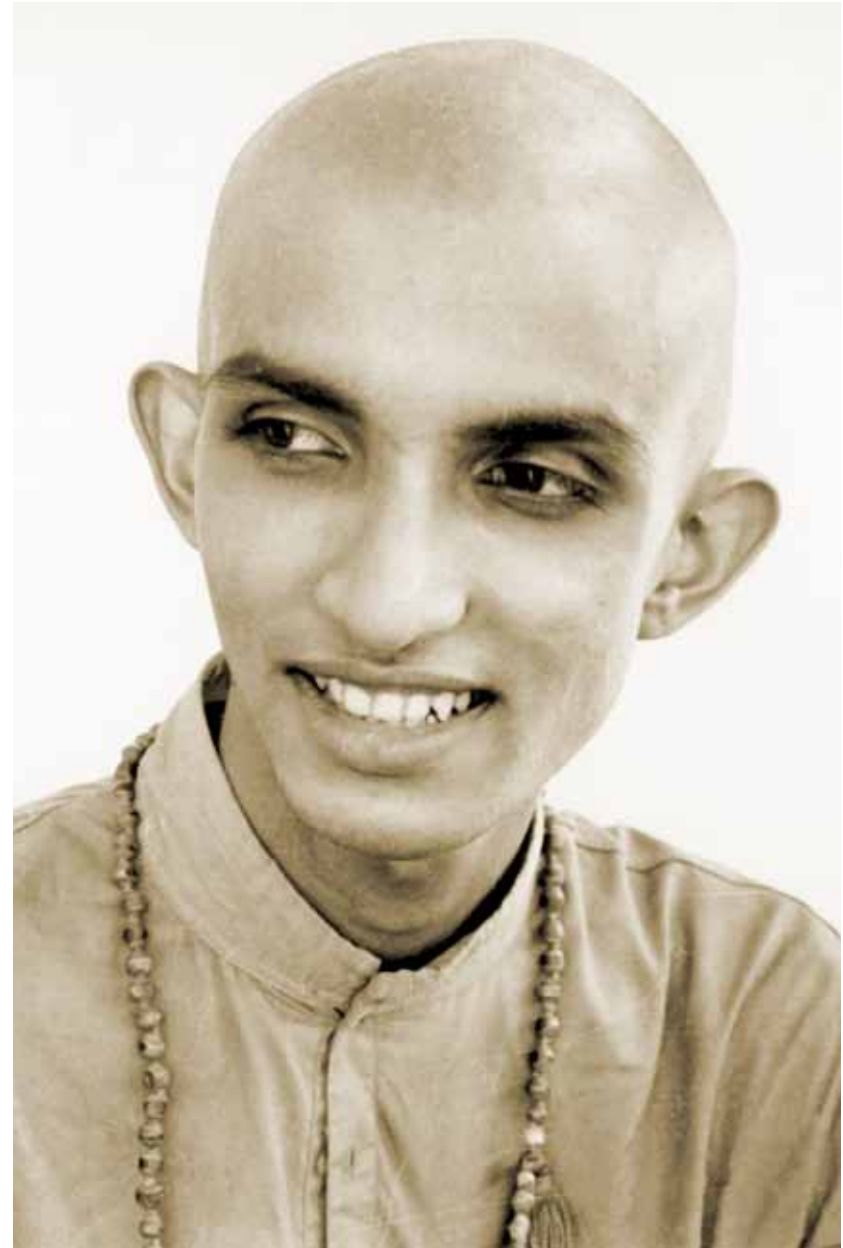
him without a crease, his breath moving deep and even, while the other's covers were all a crumple as he snored and fidgeted on the bed. It is not difficult to guess which one was our hero.

When he was in Spain, an interesting episode took place. He received a call from a doctor in a hospital who said, “Swamiji, we want to do research on some simple technique of yoga that people can do in five minutes, which will lower their mental resistance, make them stronger, optimistic and positive when they are about to undergo surgery. What do you suggest?” Swami Niranjan replied, “Let us get ten people who have no background of yoga, and monitor them with biofeedback instruments such as the GSR, the EEG and the ECG, while for five minutes they chant the mantra *Om*, focusing on the breath.” The doctor agreed. On the assigned day, the patients came in, all extremely nervous in anticipation of the surgery, and the machines showed that they were all emitting beta brainwaves. Then Swamiji led them through *Om* chanting. Within five minutes their brainwaves changed to delta. Swamiji remembers, “Their facial expressions changed and they came out of the room with a more positive state of brain; I don't know about their minds, but definitely in a more positive state of brain: more relaxed, more tranquil.” Since then, the hospital continues to make its patients do five minutes of *Om* chanting as a pre-operation routine.

On his eighteenth birthday, Swan was in France and Swami Yogabhakti took him to Dijon on the TGV to celebrate the occasion. Swamiji fondly tells her in satsangs that when he entered adulthood, she was with him. But she knew even then

who was the wiser of the two, “I have always believed that some rare people give a positive influence to everything they do, every word they utter. And this struck me the first time I ever met Swami Niranjan. He was about eighteen at that time. I remember how I was enthralled like the rest of the audience by the quality of his speech, wondering how, young as he was, he could transmit such wisdom. I could admire how through his buoyancy and joie de vivre during his lectures and outside the stage, he was endowed with the capacity to express so freely the changeless eternal essence of life. Since then I have been under the spell of a twinkle, a smile in his eyes, revealing how for a fleeting moment the harmony of opposites may be perceived, when a zest for life blends with profound insight.”

Wherever Swan went, with whoever Swan was, they shone. Let us take a moment to ask: can we also make the world a better place like he does? There is only one way to do this: like him, we have to move into the inner space of giving. Right now, unlike him, all our actions are tinged with the intention to take. Think about it: we eat breakfast to take nourishment; we come to the ashram to take inspiration; we perform at our profession to take appreciation or money; we give a yoga class to take reverence; we practise meditation to take peace. Can we instead perform these and every other action from the intention of ‘give’? Can we tune in to Swan’s wavelength? Can we feel into our hearts to know the bhava that exists there and consciously, deliberately, again and again change it to giving, loving, helping? Can we feel the abundance within and let it flow outwards? If we start now, slowly we will reach the house where Swan lives. ■



विश्व विजय

10 फरवरी 1970, वसंत पंचमी का पावन दिन। आज आश्रम में अखण्ड ज्योति प्रज्वलन के आठ वर्ष पूर्ण हो रहे हैं। और जिस व्यक्ति के कंधों पर इस ज्योति के संरक्षण का दायित्व सौंपा जाने वाला है, उसे आज अपनी भूमिका ग्रहण करने के लिए बुलाया गया है। इस उत्तरदायित्व को ग्रहण कर सत्तर के दशक के आरम्भ में वसंत पंचमी के शुभ दिन निरंजन, स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती बन गये।



जो नित्य संन्यासी हो, उसके लिए संन्यास की औपचारिक दीक्षा क्या मायने रखती है? पचास वर्ष पूर्व के उस दृश्य की कल्पना कीजिए—शीत ऋतु की कड़ाके की ठण्ड समाप्त ही हुई है और ऋतुराज वसन्त का आगमन हुआ है। आम के पेड़ों पर नन्हीं कोपलें निकल आयी हैं। वसन्त पंचमी के अवसर पर आराधना एवं साधना का कार्यक्रम चल रहा है, आश्रम में दिनभर गुरु एवं माँ सरस्वती को अपनी श्रद्धा अर्पित करने के लिए भक्तगणों का आना-जाना लगा रहा। जब मध्यरात्रि का मुहूर्त आया तो आश्रम के प्रांगण में बनी वेदी में हवन की अग्नि प्रज्वलित की गयी। दस वर्ष के इस अद्भुत बालक को कुछ अन्य आकांक्षियों के साथ अग्नि के समक्ष आसन ग्रहण करने को कहा गया। मन्त्र उच्चारण आरम्भ हुआ, ‘ॐ भूर्भुवः स्वः संन्यस्तं मया’। जो लोग इस दृश्य को देख रहे थे, उन्हें काशाय वस्त्र और रुद्राक्ष माला धारण किये हुए बालक के सत्स्वरूप के बारे में कोई संदेह नहीं रहा। और बालक को यह अनुभूति हुई कि जो तत्त्व उसके हृदय में छुपा हुआ था वह अब उसकी रग-रग में प्रवाहित होने लगा है। उसका आभामण्डल एक ऐसे आलोक से दीप्त हो उठा, जो नवीन भी था और पुरातन भी। उसका मुखमण्डल और भी तेजोमय हो गया और उसके संकल्प की प्रतिध्वनि मानो चारों दिशाओं में गूँज उठी।

मुंगेर में त्रिवर्षीय संन्यास सत्र आरम्भ हुआ, स्वामी निरंजन इस सत्र के सबसे छोटे प्रतिभागी थे। उन्हें एक विशेष ड्यूटी दी गयी थी। किशोर वय के कुछ अन्य संन्यासियों के साथ वे प्रतिदिन बाजार जाते, सब्जी बेचने वाले जिसे अनुपयोगी समझ कर फेंक देते थे, उसे एक बोरे में भरकर आश्रम लाते, अधिक सड़े हुए भाग को काटते-छाँटते और फिर रसोईघर के प्रभारी को दे देते, तत्पश्चात् सभी आश्रमवासियों के साथ इनसे बने पतले सूप का आनन्द लेते।

यह छोटा-सा दृष्टान्त, जिसे स्वामीजी प्रायः संन्यास प्रशिक्षण सत्र के प्रतिभागियों को सुनाते हैं, आश्रम की दरिद्रता का सूचक नहीं है। यह गुरुकुल परम्परा के अनुसार एक शिक्षा थी, औपनिषदिक काल में हमें ऐसे अनेक दृष्टान्त मिलते हैं। इस दृष्टान्त में कितने ही संदेश निहित हैं, “कम-से-कम वस्तुओं में तुम अपना गुजारा कर सकते हो। हर कठिन परिस्थिति का एक समाधान अवश्य होता है। निर्भय होकर वह कार्य करो जिसे दूसरे लोग करने से कतराते हैं। लज्जा और घमण्ड से दूर रहो। जिसे अन्य

लोग अनुपयोगी समझते हैं, तुम उसका उपयोग कर सकते हो। कम-से-कम लो, अधिक-से-अधिक दो। सबकुछ आनन्दमय है।” ये संदेश नैतिक उपदेश के रूप में नहीं दिए गये, बल्कि इन्हें जीवन्त अनुभव के रूप में प्रस्तुत किया गया। और स्वामीजी जीवनभर इन उपदेशों के जीते-जागते उदाहरण बने रहे।

फरवरी 1971 में श्री स्वामीजी यात्रा पर निकले थे, एक दिन मुंगेर आश्रम में उनका फोन आया, ‘निरंजन को कलकत्ता भेजो।’ ग्यारह वर्षीय स्वामी निरंजन ने तुरंत अपना सामान बाँधा और एक वरिष्ठ संन्यासी के साथ उसी शाम ट्रेन में बैठ गये। रास्ते में वरिष्ठ संन्यासी ने एक मूंगफली बेचने वाले को देखकर सोचा, राह खर्च के लिए जो पैसा दिया गया है, क्यों न उससे निरंजन और अपने लिए कुछ मूंगफलियाँ खरीदी जायें। मूंगफलियाँ चबाते यात्रा का समय अच्छी तरह व्यतीत हो गया। वे जब कलकत्ता पहुँचे, श्री स्वामीजी स्टेशन पर उनकी प्रतीक्षा कर रहे थे। उन्होंने कहा, ‘हिसाब दो’। संन्यासी ने राहखर्च का हिसाब दिया, कुछ पैसे कम थे। उसने बताया कि रास्ते में कुछ मूंगफलियाँ खरीदी थीं। श्री स्वामीजी ने छोटे निरंजन की ओर देखते हुए कहा, “निरंजन, यह बात हमेशा याद रखना कि जो तुम्हें दिया जाता है वह तुम्हारे लिए नहीं है। तुम्हारे पास कितना भी पैसा हो, हमेशा एक भिखारी की तरह रहना।”

सब्जी वाले दृष्टान्त की तरह यह दृष्टान्त भी मात्र नैतिक शिक्षा के लिए नहीं था। इसका उद्देश्य उस लक्ष्य का स्मरण कराना था जिस हेतु स्वामीजी को इस लोक में बुलाया गया है—‘लोगों के उत्थान के लिए उनके बीच रहो। तुम्हारे पास जो कुछ है, उसका उपयोग दूसरों की भलाई के लिए करो। अपने भीतर तुष्टि की खोज करो।’ इस संदेश को धारणकर स्वामीजी ने अपना भ्रमणशील जीवन आरम्भ किया।

आयरलैण्ड, ऑस्ट्रिया, युनाइटेड किंगडम, स्कॉटलैण्ड, फ्रांस, बेल्जियम, स्विट्ज़रलैण्ड, जर्मनी, कोलम्बिया, इकुएडोर, भारत, एल सल्वादोर, गुआतेमाला, मेक्सिको, वेनेजुएला, चिले, ऑस्ट्रेलिया, इटली, स्पेन... यह सतत् यात्रा का दशक रहा, एक आश्रम से दूसरे आश्रम, एक घर से दूसरे घर।

उस समय टेलिफोन इतने प्रचलित नहीं थे और अंतर्देशीय पत्र मिलने में भी महीनों लग जाते थे, अतः स्वामीजी का अपने गुरु के साथ भौतिक सम्पर्क अल्प ही था। आश्रम के सुरक्षित वातावरण एवं गुरु के भौतिक सान्निध्य से दूर होने के कारण अपनी अंतरात्मा को पथ-प्रदर्शक बनाने और अपने भीतर गुरु तत्त्व को जाग्रत करने की शिक्षा उन्हें

स्वतः प्राप्त हो गयी। उन्हें सभी जातियों, धर्मों एवं वर्णों के लोगों से मिलना और नित नूतन परिस्थितियों का सामना करना पड़ता था, इसलिए उन्होंने हृदय की भाषा सीखी, समाधान के लिए अपनी अंतरात्मा में झाँका, और अपने गुरु से बिना बातचीत के सम्पर्क साधना सीखा। आज हम छोटी-छोटी बातों के लिए फोन, ई-मेल और पत्र के माध्यम से गुरु को संदेश भेजते हैं, लेकिन हमारे परमहंस ने आंतरिक सम्बन्ध जोड़ा और हर परिस्थिति में उचित निर्णय लेने की क्षमता विकसित की। यदि किसी सामान्य ग्यारह-वर्षीय बालक को ऐसी परिस्थिति में डाला जाये तो शायद वह भावनात्मक सहारे के अभाव में जीवनभर अपनी मनोवैज्ञानिक चिकित्सा ही करवाता रहे। परंतु हमारे परमहंस, उनका तो सहज स्वभाव ही हर हाल में आनन्द लेना और देना रहा है।

वे जगत् के नित नूतन रूप को देखकर आश्चर्य करते और उसका आनन्द लेते, जो भी इसका साक्षी बनता वह भी हर्ष एवं विस्मय में डूब जाता। उन दिनों जो लोग स्वामीजी के सम्पर्क में आए, वे उस समय की अनेक रुचिकर कहानियाँ सुनाते हैं। जब स्वामीजी अपने गुरु के साथ पहली बार विदेश यात्रा पर गये तब रास्ते में एक होटल में रुके। वे मुंगेर जैसे छोटे शहर में स्थित आश्रम में पले-बढ़े थे, जहाँ आधुनिक सुख-सुविधाएँ नहीं थीं। जिस होटल में रुके थे वहाँ चारों ओर आदमकद आइने लगे हुए थे। वे श्री स्वामीजी के साथ अपने कमरे की तरफ जा रहे थे, तभी आइने की ओर देखकर उन्हें लगा कि सामने से कोई आ रहा है। पास पहुँचे तो मन में सोचे, ‘अरे! यह तो स्वामीजी हैं और साथ में यह कौन है, क्या यह मैं हूँ...!’ जीवन में पहली बार उन्होंने अपना प्रतिबिम्ब आइने में देखा। वे आश्चर्यचकित होकर, घूम-घूमकर स्वयं को चारों ओर से देखने लगे। श्री स्वामीजी आगे बढ़कर अपने कमरे तक पहुँच चुके थे। उन्होंने आवाज लगायी, ‘निरंजन, जल्दी से बाथरूम जाकर नित्यकर्म से निपट कर आओ, फिर नाश्ता करेंगे।’ स्वामीजी बाथरूम गये, उन्होंने पहली बार वेस्टर्न टॉयलेट और बाथ टब देखा, समझ में नहीं आया क्या करना है, चुपचाप बाहर आ गये। स्वामीजी ने पूछा, हो गया? बोले, नहीं, मुझे नहीं आता। इस प्रकार की मासूमियत और नासमझी थी! फिर अगले दिन प्रातः उठने पर खिड़की से बाहर झाँकते हैं तो हिमपात के कारण प्रकृति को बर्फ से ढका देख विस्मित हो जाते हैं। जो इन क्षणों के साक्षी रहे हैं, वे इन घटनाओं को कभी नहीं भूलेंगे।

लेकिन साथ-साथ उन्हें चुनौतियों का भी सामना करना पड़ा। आयरलैण्ड में उन्हें दो परस्पर विरोधी सम्प्रदाय के लोगों के बीच रहना पड़ा। अगर वे एक सम्प्रदाय के विद्यालय में योग सिखाने जाते तो दूसरे सम्प्रदाय के लोग उन्हें धमकाते। आश्रम की खिड़कियाँ तोड़ देते, दीवारों पर लिख देते, 'योगी भालू यहाँ रहता है।' किन्तु अपनी आन्तरिक शान्ति और स्थिरता के बल पर वे दोनों समूहों के लोगों को शान्त रखते। जो दुष्कर काम राजनेता और सेना भी नहीं कर पाती, उसे हमारे परमहंस ने केवल अपनी सरलता के बल पर कर दिखाया।

जब वे बेलफास्ट में रहते थे, तब स्वामी सत्यव्रत जी के देहावसान का समाचार आया। श्री स्वामीजी का स्पष्ट निर्देश था, यह समाचार स्वामी निरंजन को बिना घुमाव-फिराव के सीधे वैसे ही देना जैसे किसी वयस्क व्यक्ति को दिया जाता है। प्रत्युत्तर में इस बाल साधु ने अम्माजी को बहुत हृदयस्पर्शी पत्र लिखा, "अम्माजी, दादा जी की मृत्यु हो गई सुनकर मुझे दुःख हुआ, मैं रोया भी, लेकिन दुःख के कारण नहीं, बल्कि श्रद्धांजलि देने के लिये। आप चिन्ता न करें, मैं हूँ, स्वामीजी हैं। आप दुःख नहीं मनाइये, आना-जाना तो लगा ही रहता है, आपकी जो इच्छा हो



बतलाइये, मैं पूरा करूँगा। आप चाहे राजनाँदगाँव में रहें, मुंगेर में रहें या मेरे पास आ जावें। आप जब बुलावें हम आयेंगे। अम्मा जी मेरे दादा जी दिव्य आत्मा हैं।”

अगले कुछ वर्षों में स्वामीजी को कई 'माताओं' का सान्निध्य मिला। ऊपरी तौर पर देखने से ऐसा लगेगा कि ये दयालु माताएँ एक निराश्रय बालक पर प्रेम बरसा रही थीं, लेकिन ध्यानपूर्वक देखें तो कुछ और ही समझ में आयेगा। स्वामीजी ने इन सभी माताओं के भीतर उच्च मातृत्व का भाव जगाया, ठीक वैसे ही जैसे यह भाव स्वामी धर्मशक्ति के भीतर जाग्रत हुआ था। उन्होंने जो प्रेम और सम्मान इन माताओं को दिया, पुत्र-रूप में जिस उदारता के साथ अपना सान्निध्य उपलब्ध कराया, उससे इनके हृदय में उच्च और कोमल भाव की जागृति हुई। फिर इसमें विस्मय ही क्या कि वे अनेक लोगों की मार्गदर्शक बन गयीं।

ऋषि अरुंधती बताती हैं, 'सन् 1972 में हमने न्यू कैसल वाले घर में गृह-प्रवेश किया था, उसी समय ऋषि वशिष्ठ को लंदन से स्वामी प्रज्ञामूर्ति का संदेश मिला कि श्री स्वामीजी ने कहा है कि हमें उत्तरी आयरलैण्ड जाकर स्वामी निरंजन को लाना है और अपने साथ रखना है। हम वहाँ पहुँचकर एक कमरे में स्वामी आत्मानन्द के साथ उनकी प्रतीक्षा कर रहे थे। जैसे ही स्वामी निरंजन अंदर आये, उन्होंने हमारी ओर देखा, उनका यह दृष्टिपात बिल्कुल श्री स्वामीजी के दृष्टिपात के समान था। ऐसा प्रतीत हुआ मानो वे हमारे चेहरे को नहीं, बल्कि हमारे अंदर देख रहे हैं। मुझे यह पहली मुलाकात कभी नहीं भूलती।’

‘स्वामी निरंजन सितम्बर में हमारे घर आए। हमने उन्हें घर के ही पास एक स्कूल में दाखिल करवा दिया। एक दिन वे घर लौट कर बोले, मुझे हेड ब्वाय बना दिया गया है। अमरीकी नागरिक होने के कारण मुझे मालूम नहीं था कि हेड ब्वाय क्या होता है। तब उन्होंने समझाया कि मैं एक बिल्ला पहनता हूँ और अगर शिक्षिका कक्षा से चली जाये तो कक्षा में अनुशासन का ख्याल रखता हूँ। फिर यह भी बताया कि हर दो सप्ताह में उन्हें परीक्षा देनी पड़ रही है, जिसके पश्चात् उन्हें उच्च कक्षा में भेज दिया जाता है। मैंने उनसे बिल्ला दिखाने को कहा तो बोले कि बिल्ले को घर लाने की अनुमति नहीं है। परंतु अगले दिन जब वे घर लौटे तो बिल्ला पहने हुए थे। मैंने कहा, 'तुम तो कह रहे थे कि बिल्ले को घर लाने की अनुमति नहीं है।' जवाब मिला, 'अनुमति नहीं है, मगर आपने कहा था कि

मैंने यह बिल्ला कभी नहीं देखा है, इसलिए मैं चाहता था कि आप इसे देखें।' अगले दिन जब स्कूल गये तो शिक्षिका ने पूछा, 'बिल्ला कहाँ है?' निरंजन ने उत्तर दिया, 'मैं घर ले गया था।' शिक्षिका ने कहा, 'तुम्हें मालूम है कि बिल्ले को स्कूल के बाहर नहीं ले जाना चाहिये।' निरंजन ने कहा, 'हाँ, मालूम है, परंतु मेरी माँ ने यह बिल्ला कभी नहीं देखा और मैं उन्हें दिखाना चाहता था।' वे बहाना बना सकते थे कि मैं भूल गया, परंतु नहीं। मात्र बारह वर्ष के बालक का ऐसा परिपक्व व्यवहार था।'

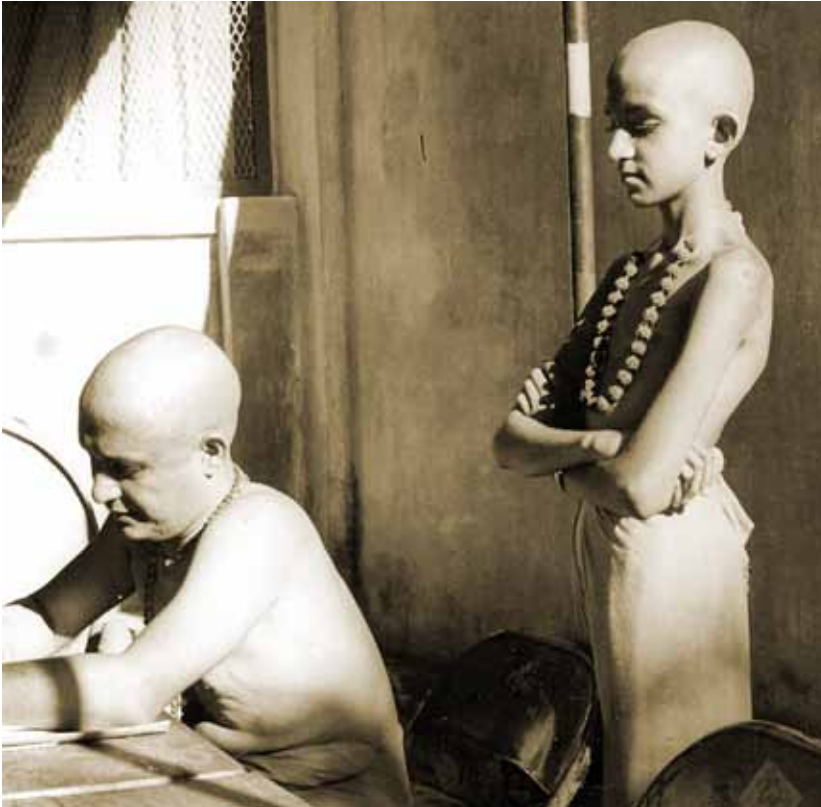
इस अवस्था में स्वामीजी हठयोग, राजयोग, और यहाँ तक कि प्राण विद्या का भी प्रशिक्षण देने लगे थे। उनके छात्र अवस्था में उनसे तीन गुणा बड़े थे, परंतु अपने बाल शिक्षक को प्रेमपूर्वक स्वीकार कर उनके प्रति पूर्ण श्रद्धा का भाव रखते थे। इस समय की एक अनोखी घटना थी, बारह वर्ष की अल्पावस्था में लंदन के चिकित्सक समूह के समक्ष स्वामीजी का भाषण। भाषण के एक दिन पूर्व वे सोच रहे थे कि क्या बोलना है। उस रात स्वप्न में उन्होंने स्वयं को भाषण देते देखा। जागने पर सारे बिन्दु नोट कर लिये। भाषण के पश्चात् वहाँ के डॉक्टर यह जानकर आश्चर्यचकित रह गये कि स्वामीजी ने औपचारिक शिक्षा भी पूरी नहीं की है। उन्होंने बायो-फीडबैक नामक ऐसे विषय पर चर्चा की, जो बिल्कुल नया था और जिसके बारे में अनेक चिकित्सक भी नहीं जानते थे। स्वामीजी कहते, मेरे इस ज्ञान का स्रोत योग निद्रा में गुरु से प्राप्त विद्या है।

1973 में स्वामी निरंजन कोलम्बिया पहुँचे। अनुभवों का एक नया जगत् यहाँ उनकी प्रतीक्षा कर रहा था। यहाँ उन्होंने स्पैनिश भाषा में बोलना, बिना जीन घोड़ा दौड़ाना और कार चलाना सीखा, साथ ही दक्षिण अमेरिका की प्राचीन सभ्यता का गहन अध्ययन किया। संन्यासी गोपालधर्म अपने भाई-बहनों के साथ अक्सर वहाँ स्वामीजी के पास आया करते थे, वे अपने संस्मरण सुनाते हुए कहते हैं, 'जब मैं स्वामीजी से मिला, उस समय मैं पाँच वर्ष का था। स्वामीजी चौदह वर्ष के थे। वे कुछ विलक्षण थे, गेरु वस्त्र पहनते, सिर मुड़ाते, और सबसे विशेष बात थी कि मैं आज तक जितने लोगों से मिला हूँ, उनमें वे सर्वश्रेष्ठ थे। वे योग की कक्षाएँ लेते और मेरी उम्र के बच्चों के साथ खेला भी करते। वास्तव में उस समय मैं उलझन में पड़ जाता था, क्योंकि उनकी कक्षाएँ इतनी गंभीर होती थीं कि लगता था वे वयस्क हैं, लेकिन जब मेरे जैसे बच्चों के साथ खेलते तब बच्चे बन जाते थे। उन्हें सभी स्वामी निरंजन कह कर पुकारते थे।'

मुंगेर में उस वर्ष योग सम्मेलन होने वाला था, जिसके लिए कोलम्बिया में भक्तगण तैयारी कर रहे थे। भक्तगणों का एक समूह संदेश का प्रचार करने के लिए खुली जीप में एक शहर से दूसरे शहर यात्रा कर रहा था। स्वामी निरंजन भी उस समूह में थे। उस यात्रा की एक दिलचस्प घटना मारिया टेरेसा कोपेते बताती हैं, "एक बार स्वामी अमृतानन्द सत्संग दे रही थीं, और इग्नासियो उसका अनुवाद कर रहा था। स्वामी निरंजन, जो उस समय लगभग बारह-तेरह वर्ष के रहे होंगे, उन्होंने एक कागज के टुकड़े पर हृदय का चित्र बनाया और लिखा, इग्नासियो मारिया से प्रेम करता है और मारिया इग्नासियो से प्रेम करती है। यह बात एक महीने तक चलती रही। इसके बाद एक दिन जब हम होटल में एक साथ थे, उन्होंने कहा, 'अगर आप और इग्नासियो विवाह कर लें तो दोनों मिलकर योग का महान् कार्य कर सकेंगे।' मैंने उस समय इस बात पर ध्यान नहीं दिया। इस कहानी को संक्षेप में बताते हुए इतना ही कहूँगी कि हमारे विवाह को सैंतालिस वर्ष बीत चुके हैं और हम अब तक योग का कार्य कर रहे हैं।" किशोरावस्था में उनके द्वारा हँसी-मजाक में कही गयी यह बात वास्तव में एक भविष्यद्रष्टा द्वारा बोया गया एक बीज ही था।

मुंगेर योग सम्मेलन में स्वामी निरंजन ने योग प्रदर्शक, प्रवक्ता और श्री स्वामीजी के सहायक की भूमिका निभायी। आगामी महीनों में उन्होंने अपने गुरु के साथ भारत के विभिन्न प्रदेशों की यात्रायें कीं। यह उनके लिए लोगों से पुनः परिचित होने, सम्बन्ध जोड़ने और अन्वेषण करने का एक अवसर था। बाद में सन् 1974 में जब वे वापस कोलम्बिया आए तो उन्होंने वहाँ के राष्ट्रपति से भेंट की और उनसे कोलम्बिया की प्राचीन संस्कृति पर अनुसंधान करने की अनुमति मांगी। बाल योगी के उत्साह से प्रभावित होकर, उनके लिए सभी द्वार खोल दिए गये। स्वामी निरंजन ने दक्षिण अमरीका की प्राचीन संस्कृति और योग के बीच समानता की खोज की, जिसे सन् 1975 में वहाँ आयोजित योग सम्मेलन में उद्घाटित किया गया।

एक और अनोखी घटना यह हुई कि हमारे परमहंस को तुंजा में कैथोलिक महिला संन्यासियों के मठ में रहकर योग सिखाने के लिए आमंत्रित किया गया। मठ के सैकड़ों वर्षों के इतिहास में यह प्रथम अवसर था जब किसी पुरुष को प्रवेश की अनुमति दी गयी थी। उस जमाने में कई ईसाई मतावलम्बी यह मानते थे कि योग नास्तिकों और अंधविश्वासियों के लिए है। इसलिए स्वामीजी इन महिला संन्यासियों से पूछा करते,



“क्या आपको लगता है कि योग शैतान की उपज है?” वे जवाब में कहतीं, “नहीं, योग के अभ्यास से हमें स्वयं अपनी साधना का प्रभाव अच्छी तरह समझ में आने लगा है। हम योग के अभ्यास से और अच्छे ईसाई बन गये हैं।”

उनके आत्म-प्रशिक्षण का प्रभाव भी अनेक अवसरों पर स्पष्ट रूप से दिखायी पड़ता था। एक बार जब यात्रा के क्रम में उनका हवाई जहाज बगोता से उड़ान भरकर पनामा होते हुए जा रहा था, अचानक उसे नीचे उतारने का आदेश मिला। देश में सैन्य तख्तापलट हुआ था और हवाई क्षेत्र पर सख्ती से नजर रखी जा रही थी। जैसे ही उनका विमान नीचे उतरा, सेना की टुकड़ी ने उसे घेर लिया और यात्रियों को नीचे उतरने का आदेश दिया और फिर सभी को एक हॉल में ले गये और उनके पासपोर्ट एवं अन्य

कागजातों को जब्त कर लिया। जहाँ सभी लोग घबराहट में सिगरेट पी रहे थे, अपने नाखून चबा रहे थे, चहलकदमी कर रहे थे या रो रहे थे, वहीं हमारे परमहंस संसार की अराजकता को द्रष्टा भाव से देखते हुए एक कोने में चुपचाप आसन जमाकर बैठ गये और अपनी श्वास पर ध्यान करते हुए मंत्र जप करने लगे।

स्वामीजी के लम्बे सफर का अगला पड़ाव था ऑस्ट्रेलिया। वे कोलम्बिया से चिले होते हुए ताहिती आए, जहाँ से उन्हें सिडनी के लिए जहाज पकड़ना था। ताहिती में उन्हें पता चला कि सभी उड़ानें एक सप्ताह के लिए रद्द कर दी गयी हैं। उनके पास दो हजार डॉलर थे, जो किसी भक्त ने श्री स्वामीजी के लिए दिए थे, अपने ऊपर खर्च करने के लिए एक पैसा भी नहीं था। कलकत्ता की प्रथम यात्रा के समय जो शिक्षा उन्हें मिली थी, उसका बहुत गहरा प्रभाव उन पर था, इसलिए इन पैसों को अपने लिए खर्च करने का विचार भी उनके मन में नहीं आया। एक सप्ताह तक वे केवल पानी पीकर रहे और एयरपोर्ट की कुर्सियों पर सोकर रात बितायी। जब वे ऑस्ट्रेलिया पहुँचे तब श्री स्वामीजी को इस बात का पता चला। उन्होंने पूछा, “निरंजन, तुम्हारे पास जो पैसा था उसे तुमने अपने गुजारे के लिए खर्च क्यों नहीं किया?” स्वामीजी ने कहा, “उस व्यक्ति ने पैसे देते समय कहा था, ‘यह परमहंसजी के लिए है।’ मेरे मन में बार-बार यही विचार आता रहा।”

अगले कुछ महीने ऑस्ट्रेलिया एवं न्यूजीलैण्ड में भ्रमण करते हुए, प्राणायाम, किर्लियन फोटोग्राफी, संगीत एवं मंत्र पर अनुसंधान करने में बीते। ऋषि विवेकानन्द प्रेम से उन क्षणों को याद करते हुए कहते हैं, “स्वामी निरंजन यहाँ रहने आए और फिर शंकरदेवानन्द भी आ गए; हम लोग पूरे समय ठहाके लगाते रहते थे। मैं उन अवसरों को विशेष रूप से याद करता हूँ जब हम तीनों इकट्ठे होते और संगीत की महफिल जमती, कभी-कभी कीर्तन होता, लेकिन प्रायः जैज़, रॉक एण्ड रोल या बूगी-वूगी संगीत होता, शंकरदेव गिटार बजाते, मैं पियानो और स्वामी निरंजन एक बरतन को तबला बनाकर बजाते। किचन के उस पुराने बरतन से वे अब्दुत ताल निकालते।” स्वामीजी का गुणगान करते हुए वे पुनः कहते हैं, “उनकी उदारता से सभी के हृदय में प्रेम जागता है, उनके प्रवचनों से जीवन के सभी गहन प्रश्नों के उत्तर मिल जाते हैं, और इन सबसे बढ़कर है उनका आनन्दभरा सान्निध्य। वे जहाँ भी जाते हैं, सारा वातावरण हँसी के ठहाकों, चुटकुलों और प्रसन्नता से भर जाता है।”

स्वामी निरंजन 1977 में भारत वापस आए और श्री स्वामीजी ने उन्हें बिहार योग विद्यालय की मासिक पत्रिका, योगविद्या का सम्पादक बना दिया। वे इस अवधि में अपने उत्तराधिकारी पर एक दिलचस्प प्रयोग कर रहे थे। स्वामीजी को हिन्दी में एक लेख लिखने का कहा गया, पर विषय-वस्तु नहीं बतायी गयी। दूसरे संन्यासी को अंग्रेजी में यह लेख लिखने को कहा गया। दोनों को एक विशेष समय पर अपने गुरु से तार जोड़ने को कहा गया, और उस समय श्री स्वामीजी ने लेख की विषय-वस्तु मानसिक रूप से दोनों शिष्यों की ओर संचारित की। जब लिखित रूप में ये लेख श्री स्वामीजी के पास पहुँचे, तो देखकर लगा कि यह तो एक दूसरे की नकल है, केवल भाषा अलग है। सत्यम् सूरज हैं, तो उनके ये शिष्य सूरजमुखी हैं।

हमारे परमहंस की सबसे बड़ी विशेषता रही है, सबके दिल को अनायास जीत लेना। स्वामी सत्यधर्मा अपने संस्मरण सुनाते हुए कहती हैं, “मुझे शुरू के वे दिन याद आते हैं, जब हम पुराने आश्रम में रहते थे। मैंने जब पहली बार स्वामी निरंजन को देखा, वे दुबले-पतले और लम्बे थे, उनके चेहरे पर मुस्कान, होठों पर चुटकुला और आँखों में चमक थी। वे अधिकांश समय विदेशों में सत्यानन्द आश्रमों में रहते थे, और जब श्री स्वामीजी उन्हें बुलाते तब मुँगेर आते थे। मैं उस समय आश्रम में नयी-नयी आयी थी, और स्वामीजी ने मुझे योगा पत्रिका के सम्पादन का कार्यभार दिया था। उस समय हम पत्रिका का संकलन और सम्पादन लाइब्रेरी में बैठकर ही करते थे, और स्वामी शंकरदेवानन्द लाइब्रेरियन थे।”

“अब स्वामी निरंजन ने प्रवेश किया। स्वामी शंकरदेवानन्द से थोड़ी मुक्केबाजी के बाद उन्होंने चाबियों के गुच्छे को हिलाते हुए आत्मविश्वास से पूछा, ‘हिन्दी की अलमारी कहाँ है?’ उन्हें तुरंत संकेत से बताया गया, उन्होंने अलमारी खोली और बिना एक शब्द बोले सारी फाइलों को निकालकर, एक-एक कर देखने लगे। उस समय मुझे नहीं पता था कि वे कौन हैं, मैं आश्चर्य से सोचने लगी कि वे बिना अनुमति के सारी फाइलें क्यों देख रहे हैं। बाद में मुझे पता चला कि स्वामीजी ने उन्हें भारत प्रवास की अवधि तक योगविद्या पत्रिका का मुख्य संपादक बना दिया है।”

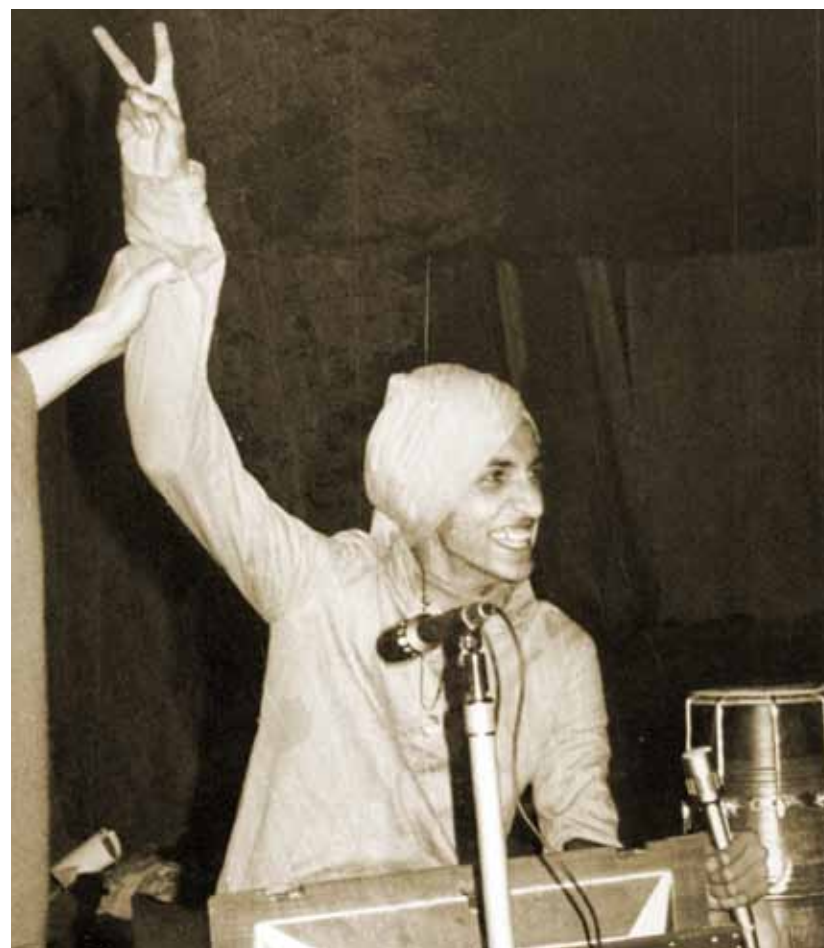
उस समय ग्रीक आश्रम स्वरूप ग्रहण कर रहा था और अठारह वर्षीय निरंजन को एक बार पुनः ग्रीस, स्विट्जरलैण्ड, फ्रांस, इंग्लैण्ड, आयरलैण्ड, इटली और स्पेन में कुछ समय रुकते हुए महाद्वीप की यात्रा करने का आदेश मिला। स्वामी

शिवमूर्ति बताती हैं कि नवनिर्मित ग्रीक आश्रम में पर्याप्त कमरे नहीं थे। स्वामीजी कुछ दिन प्रसन्नतापूर्वक रसोईघर में रुके, कभी कोई मांग नहीं, कोई शिकायत नहीं। आयरलैण्ड में उनके आगमन की घटना का स्मरण करते हुए स्वामी विभूति कहती हैं, “जिस कमरे में स्वामीजी एक अन्य संन्यासी के साथ ठहरे हुए थे, मैं वहाँ चाय लेकर गयी, वहाँ मुझे दो आकृतियाँ दिखायी दीं—चादर ओढ़े हुए एक आकृति पूर्ण शान्ति से लेटी हुई थी, चादर में एक भी सिलवट नहीं थी, उनकी श्वास गहरी और एकसम थी, जबकि दूसरा व्यक्ति खराटे लेकर सोते हुए करवटें बदल रहा था, जिससे चादर में सिलवटें पड़ गयी थीं। यह अनुमान लगाना कठिन नहीं है कि इनमें से हमारा हीरो कौन था।”

जब वे स्पेन में रहते थे तब एक दिलचस्प घटना घटी। उनके पास एक अस्पताल के चिकित्सक का फोन आया, “स्वामीजी हम योग के कुछ ऐसे सरल अभ्यासों पर अनुसंधान करना चाहते हैं, जिसे शल्यक्रिया के लिए जाने वाले लोग शल्यक्रिया के पूर्व पाँच मिनट में कर सकें, ताकि उनके मानसिक प्रतिरोध को कम करने और उन्हें अधिक मजबूत, आशावान् एवं सकारात्मक बनाने में मदद मिले। आपका क्या विचार है?” स्वामी निरंजन ने उत्तर दिया, “हम लोग ऐसे दस मरीजों का चुनाव कर लेंगे जिन्होंने पूर्व में कभी योग का अभ्यास नहीं किया है, पाँच मिनट उनसे श्वास पर सजगता को केन्द्रित करते हुए ॐ का उच्चारण करवायेंगे और इस समय बायोफीडबैक के उपकरणों, जी.एस.आर., ई.ई.जी. और ई.सी.जी. के द्वारा उनकी जाँच करेंगे।” चिकित्सक सहमत हो गये। मरीज निर्धारित समय पर आए, वे सभी शल्यक्रिया के बारे में पूर्वानुमान कर बहुत अधिक घबराहट का अनुभव कर रहे थे, मशीन में जाँचने से पता चला कि उन सभी के मस्तिष्क से बीटा तरंगें निकल रही हैं। उसके बाद स्वामीजी ने उनसे ॐ का उच्चारण करवाया। पाँच मिनट के भीतर उनकी मस्तिष्क तरंगें डेल्टा तरंगों में बदल गयीं। स्वामीजी इस घटना का स्मरण करते हुए बताते हैं, “उनके चेहरे के भाव बदल गये और वे जब कमरे से बाहर आए तो उनका मस्तिष्क अधिक सकारात्मक स्थिति में था। उनके मन के बारे में मुझे नहीं पता, पर निश्चित रूप से मस्तिष्क अधिक सकारात्मक, तनावमुक्त और शान्त था।” तब से उस अस्पताल में नियमित रूप से सभी मरीजों को शल्यक्रिया के पूर्व पाँच मिनट ॐ का उच्चारण करवाया जाता है।

अठारहवें जन्मदिवस के अवसर पर स्वामीजी फ्रांस में थे। उनका जन्मदिन मनाने के लिए स्वामी योगभक्ति उन्हें बहुत तेज रफ्तार से चलने वाली टी.जी.वी. ट्रेन में बिठाकर डिजॉन लेकर गयीं। स्वामीजी अपने संतसंग के दौरान प्रेमसहित उनकी प्रशंसा करते हुए कहते हैं कि जब मैंने वयस्क अवस्था में प्रवेश किया तब मुझे इनका सान्निध्य मिला। लेकिन स्वामी योगभक्ति को तब भी यह ज्ञात था कि हम दोनों में से कौन अधिक विवेकशील है। वे कहतीं, “मेरा हमेशा से यह मानना रहा है कि दुनिया में ऐसे व्यक्ति दुर्लभ हैं जिनका प्रत्येक शब्द सकारात्मकता से भरपूर होता है जो अपने हर कर्म को सकारात्मक रूप देते हैं। जब मैं स्वामी निरंजन से पहली बार मिली तो उनकी इस विशेषता ने मुझे बहुत प्रभावित किया। वे उस समय लगभग अठारह वर्ष के थे। मुझे याद आता है उनका प्रवचन सुनकर अन्य श्रोताओं की तरह मैं भी मंत्रमुग्ध हो जाया करती थी, और मुझे आश्चर्य होता था कि इतनी युवावस्था में वे कैसे इतने लोगों के बीच ज्ञान का सम्प्रेषण कर पाते हैं। उनके भीतर जो सहजता और जीवन के प्रति प्रेम व आनन्द का भाव था, उसके माध्यम से जीवन के अपरिवर्तनशील शाश्वत सत्य को स्वतंत्र रूप से अभिव्यक्त करने की अद्भुत क्षमता उनमें थी, चाहे वे मंच पर रहे हों या बाहर। उसी समय से उनकी मुस्कुराती तेजस्वी आँखों का जादू मुझ पर छाया रहा, जब जीवन के प्रति उत्साह और अन्तर्दृष्टि का समन्वय होता है तब क्षणमात्र में विपरीतताओं के बीच भी सामंजस्य का आभास होने लगता है।”

स्वामीजी जहाँ भी गये, और जिसे भी स्वामीजी का पावन सान्निध्य मिला, वहाँ दिव्य आलोक अपने आप आ गया। आइये एक क्षण विचार करें, क्या हम भी उनकी तरह विश्व को सौन्दर्य और उत्तमता प्रदान कर सकते हैं? इसका एकमात्र उपाय है, उनके समान हमें भी अपने अन्तर्जगत् में प्रवेश कर ‘देने’ की प्रवृत्ति विकसित करनी होगी। अभी तो इसके विपरीत अपने सभी कर्मों में, व्यवहार में हमारी नीयत कुछ लेने की ही रहती है। इस सम्बन्ध में थोड़ा विचार कीजिए—हम पोषण प्राप्त करने के लिए भोजन करते हैं, हम प्रेरणा प्राप्त करने के लिए आश्रम आते हैं, हम प्रशंसा पाने या पैसा कमाने के लिए अपने व्यवसाय का कार्य करते हैं, हम सम्मान पाने के लिए योग की कक्षा संचालित करते हैं, हम शान्ति प्राप्त करने के लिए ध्यान का अभ्यास करते हैं। क्या हम अपने सभी कर्मों को लेने की भावना से नहीं, बल्कि ‘देने की



भावना’ से कर सकते हैं? क्या हम स्वामीजी की तारों से अपनी तार मिला सकते हैं? क्या हम अपने हृदय के भावों को समझकर, सजगतापूर्वक बार-बार उन्हें बदल कर, दूसरों को देने, प्रेम करने और सहायता करने की भावना से ओत-प्रोत हो सकते हैं? क्या हम अपने भीतर परिपूर्णता का अनुभव कर उसे लोगों के साथ बाँट सकते हैं? अगर हम अभी यह प्रयास आरम्भ करें तो एक दिन अवश्य वहाँ पहुँच जायेंगे जहाँ हमारे परमहंस का निवास है। ■



Northern Ireland was Swami Niranjan's first assignment, where he had to live like the tongue between two sets of teeth! There he learnt how to live life, what to expect from life and how to conduct himself if he expected to be successful in life. Every morning there was graffiti on his door: "Yogi bear lives here. Yogi bear has no hair."

—Swami Satyananda



स्वामी निरंजन को पहला काम उत्तरी आयरलैण्ड में सौंपा गया, जहाँ उसे वैसे ही रहना पड़ा जैसे जीभ दाँतों के बीच रहती है! वहाँ उसने जीवन जीना सीखा, जीवन की कठिनाइयों को जाना और जीवन में सफलता के सूत्र सीखे। हर दिन उसके दरवाजे पर लिखा मिलता, “योगी भालू यहाँ रहता है। योगी भालू के बाल नहीं हैं।”

—स्वामी सत्यानन्द

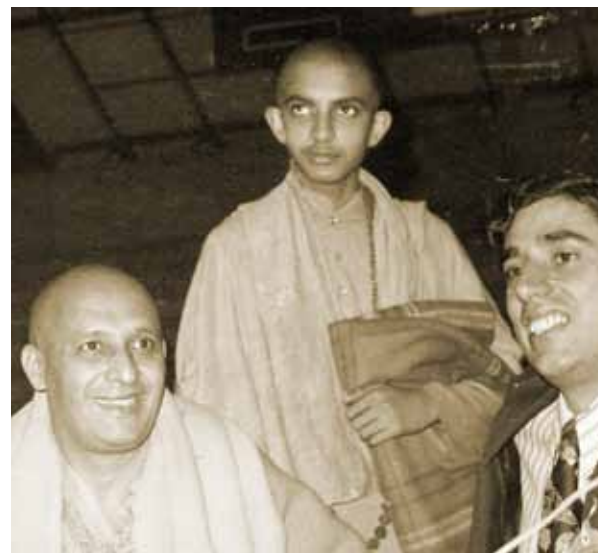
Swami Niranjan was just a little boy when I met him. We knew then that he was the successor of Sri Swamiji, not that he might be, no. He was the successor of Sri Swamiji and we knew it. Still we managed to develop a personal relationship, outside of his being the successor. We have friendship. He is my friend, my guide, my philosopher. Yet in him I see reflected all the teachings of Sri Swamiji. He could always anticipate what the guru needs. Once he told us that there is a saying in India that you have to walk one step behind your guru but you have to think one thought ahead of your guru. You walk behind, but you think ahead. This I learnt from Swami Niranjan.

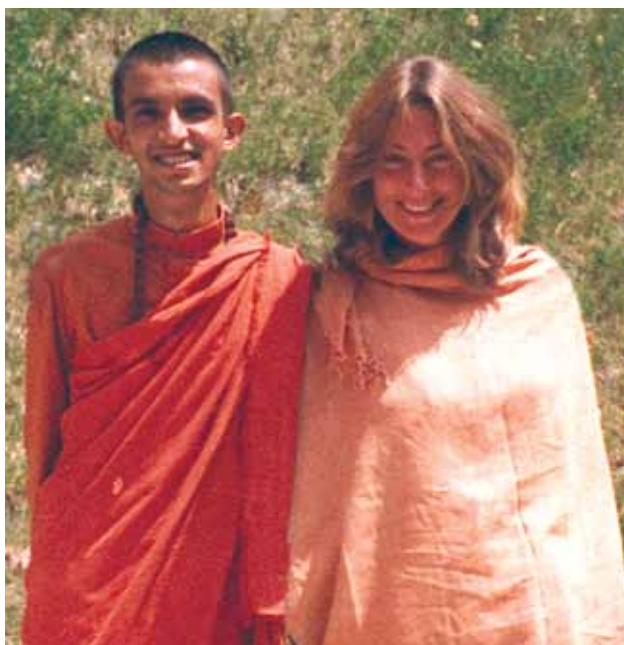
—Ignacio Copete

In 1975, Swami Niranjan became very interested in the pre-Columbian culture. He travelled to San Augustin, drew many mandalas from this culture, studied them, and prepared a presentation about the similarities he found between the pre-Columbian and vedic cultures.

I saw him become immersed in his job, helped along by artists his age and youth who enjoyed working with him. For him work was like a party. It was fun, a game, and he was able to maintain this kind of atmosphere without compromising the seriousness of the work or the fulfilment of his daily duty. This is something I learnt by observing him – that even the most difficult work and life itself is like a game, but you need to know, understand and follow the rules of the game.

—Swami Sivamaya





Swami Niranjana came for the World Yoga Convention to Australia in October 1976 . . . He was teaching prana vidya to a class of over a hundred people. “Be aware of prana vayu moving up from navel to throat each time you breathe in,” he said, “and be aware of the apana vayu moving down from navel to perineum each time you breathe in.” ‘Funny I never noticed that before,’ thought I, totally engrossed in this new and very clear perception. He said, “Now reverse the process on the exhalation so these two forces merge at the navel centre.” Obediently the two forces turned about and I had a most peculiar sensation of an inner explosion.

—Swami Yogakanti

. . . Then the moment came. He was there a few metres in front of me. Young, tall, radiant, wearing a geru poncho and geru dhoti around his head. I remember clearly the first moment I saw him. I can recall it at any time. Then he smiled and I went to greet him and welcome him to Greece. There is an old saying that it is the first impression that counts. Well, that impression was of colour, warmth, radiance, strength, playfulness, an iron will, and perhaps on top of all that, one who understands.

During our time together I asked him what in his opinion was the highest virtue an individual can have. His answer was one word: “Understanding.” I connected this word with him when I first saw him and I still connect it with him today.

—Swami Sivamurti

अभिशाप और क्रान्ति (दिवाली के अवसर पर बालयोगी निरंजन का उद्गार)

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1970

मैं दीपावली के शुभ अवसर पर समस्त नई पीढ़ी का अभिवादन करता हूँ। आत्मबन्धु, तुम क्रान्ति के पोषक हो, मैं क्रान्ति का प्रतीक हूँ। तुम्हें आक्रोश है समाज, धर्म एवं जीवन की समस्त सड़ी-गली मान्यताओं से, आओ, मैं तुम्हें जीवन का सही मूल्यांकन दूँगा। क्रान्ति हर युग में होती है, उसे प्रतिवाद सहना पड़ता है, संयम से काम लेना पड़ता है। क्रान्ति आहुति चाहती है मैंने भी आहुति दी है, अपने सुख-सुविधाओं की। आज हम विनाश की कगार पर खड़े हैं, विनाश के उमड़ते हुवे बादल, अस्त्रों की टंकार और एटमी धुएँ से हमारी आँखें जल रही हैं। आओ बन्धु हम प्रेम और शान्ति की बात करें। हमारी आँखों में विश्व की मंगलकामना का सुनहरा सपना घुल जाये, आपसी फूट, वैमनस्य, अन्तर्द्वन्द्व, कुण्ठा, निष्क्रियता सभी खोखली भौतिकता से ग्रस्त है। क्या आधुनिक मानव जीवन की यही परिभाषा है? मेरे तो जीवन की परिभाषा है स्वतंत्रता, मित्रता और निर्भीकता।

तुमने कभी सीमेन्ट कंक्रीट की बनी दीवाल को देखा है, जो एक बार हरहरा कर गिर जावे तो स्वयं कभी उठ नहीं सकती, और टूटे हुवे वृक्ष को देखा है जो उठ जाता है, एक बार नहीं, असंख्य बार असंख्य कोपलों, असंख्य शाखाओं में, जो चिर शाश्वत संदेश लेकर धरती की छाती में फिर उग जाता है—बन्धु यही अन्तर है, भौतिकता और आध्यात्मिकता में। तुम नई सभ्यता की चकाचौंध में मत जाओ, पुरातन आदर्श हैं उसे मत भूलो। तुम शिष्य बनो, आज्ञाकारी, विवेकशील और विनम्र। तुम भीड़ से बचो, भीड़ में विवेक का

अभाव है, अपनी आत्मा के इंगित पर चलो, तुम्हें ही भारत का गौरवशाली अतीत पुनर्जीवित करना है, तुम छात्र की वर्तमान भ्रष्ट परिभाषा से बचो। आन्दोलन तुम्हारी रग-रग में व्याप्त है, पर देश को विध्वंस से बचाओ। देश को मजबूत बनाओ, उसका अनिष्ट न करो, सत्य के पथ पर जाओ, अध्यात्म को न भूलो। मैं तुम्हें पलायन नहीं देता, जीने की एक नई दिशा देता हूँ।

मैं अभी दस वर्षीय बालक हूँ, लेकिन विद्या आयु की मोहताज नहीं है। मैं शीघ्र ही विदेश यात्रा पर जा रहा हूँ, तुम्हारे प्रतिनिधि की हैसियत से, जहाँ उन्हें भारत की संस्कृति से परिचित कराऊँगा। भौतिकता के अभिशाप से सभी पीड़ित हैं और युद्ध की आशंका से सभी भयभीत, मैं उन्हें शान्ति का रास्ता बताऊँगा। जहाँ हम सब एक ही खेमे में, एक ही सर्वोत्तम पद्धति से जियेंगे। मैं तुम्हारा आह्वान करता हूँ, तुम इस क्रान्ति के यज्ञ में मेरा साथ दो। आज मेरे आश्रम में समस्त विश्व के युवा प्रतिनिधि मौजूद हैं, जो अब तक अपनी चेतना को एक भ्रष्ट क्रान्ति के पीछे गुमराह किये बैठे थे, जो एल.एस.डी. की गोली से इस अशान्त जगत से पलायन कर बैठे थे, वे आज मेरे साथ हैं, नये विश्व के सृजन के अभियान में। वे भारत में शान्ति ढूँढने आये हैं, और तुम विदेशों का अन्धानुकरण कर रहे हो। अपनी संस्कृति से अवगत होवो, जो विश्व के तमाम भूले-भटकों के लिये लाइट-हाऊस है।



गुरु की आवश्यकता

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1971

गुरु पूर्णिमा के पावन एवं पवित्र दिवस में, राजनांदगाँव के नवनिर्मित योग विद्यालय में आप लोगों को महान् गुरु के साक्षात्कार होंगे। सर्व प्रथम सत्संग योग विद्यालय में जो हुआ वह है आदिगुरु श्री शंकराचार्यजी की जयंती और अब आया है 'गुरु शिष्य महोत्सव'। जिसे देवताओं ने भी मनाया, मानव भी मना रहे हैं।

भगवान् श्री राम, श्री कृष्ण, श्री व्यासदेव, श्री शंकराचार्य, श्री स्वामी विश्वानन्द जी तथा स्वामी शिवानन्द जी के भी गुरु थे, और इन सबकी गुरु भक्ति परमोच्च कोटि की थी। तुलसीदास जी कहते हैं, 'बंदों गुरु पद कंज, कृपा सिंधु नर रूप हरि', आगे कहते हैं, 'गुरु बिन ज्ञान नाहिं जग माँहि'। यह संदेश हमें जीवन पथ पर सच्चा प्रकाश दिखा रहा है। उपनिषद् कहते हैं, 'दुर्लभा सहजावस्था सद्गुरुकरुणां विना।' तात्पर्य यह है कि गुरुकृपा के बिना परमावस्था की प्राप्ति भी असंभव है। इसी महत्त्वपूर्ण संवाद का आदेश हमें गीता दे रही है।

तद्विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया।

उपदेक्ष्यन्ति ते ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः॥

ज्ञानी तथा तत्त्वदर्शी गुरुदेव हमें ज्ञान प्रदान करेंगे जिसकी गूंज योग वाशिष्ठ के संदेश है—“वास्तविक ज्ञानेच्छुक को गुरुवाक्य आत्म-दर्शन के योग्य बनायेंगे”। गुरु वाक्य शिष्य के हृदय में ज्ञान ज्योति प्रज्वलित करेंगे। बिना गुरु के ज्ञानावस्था में पहुँचना बड़ा दुष्कर है। गुरुकृपा द्वारा परिपूर्ण ब्रह्म का साक्षात्कार किया जा सकता है। गुरु ही मार्ग की बाधाओं का निराकरण करते हैं। गुरु अविद्या के आवरण को हटा देते हैं।

गुरु के समीप जाने के पहिले आप में ये गुण होने चाहिये—गुरु भक्ति, निष्काम कर्म, यम, नियम, अभ्यास, उपासना, तथा योग, मानसिक-सत्य तथा मानसिक ब्रह्मचर्य का अभ्यास। जीव भावना से स्वतंत्र रहिये, तब गुरु महावाक्यों का उपदेश देगा। गुरु आपको परोक्ष ज्ञान देगा। आपके मार्ग की बाधाओं व संदेहों का निराकरण करेगा किन्तु हृदय से आप को सच्चा अभ्यास तथा परिश्रम करना पड़ेगा। दिव्य दृष्टि द्वारा, ज्ञान चक्षु द्वारा आपको सत्-चित्त-आनन्द की दशा का अनुभव करना होगा। शास्त्रों में श्रवण, मनन, निदिध्यासन की आज्ञा है, यही युगों का संदेश है, यही गीता और रामायण का संदेश है, यही ऋषि-महर्षियों का संदेश है जो गुरु-शिष्य परम्परा से चली आ रही है। यह शब्द भी मेरे नहीं, मेरे गुरु के हैं। यह हमारी वंश परम्परा से चली आ रही है।

स्वामी शिवानन्द जी कहते हैं, 'मेंहदी के पत्ते हरे होते हैं, उन्हें तोड़कर पत्थर पर पीसा जाता है, फिर वह नववधू के हाथों में लगाया जाता है, सुन्दर रंग देता है, पर यह रंग आया कहाँ से। मेंहदी जब तक पत्थर की शिला पर पीसा न जाय तब तक वह रंग नहीं दे सकती, यद्यपि रंग उसके अन्दर होता है। बीज जब तक अपने को मिट्टी में नहीं मिला देता तब तक फूल नहीं बनता, यद्यपि फूल बीज में ही होता है। दिया जब तक जलता नहीं, प्रकाश नहीं दे सकता, यद्यपि प्रकाश उसमें ही होता है। ओ मानव! सब कुछ तेरे में ही है, पर उसे तू पहचान नहीं पा रहा है। मेंहदी को पीसने वाले की, बीज को माली की, और दिये को ज्वाला की आवश्यकता है! हे मानव! तुझे भी एक गुरु की आवश्यकता है, जिसके चरण कमलों में बैठकर तू ज्ञान ज्योति प्राप्त करके अपने आप को और संसार को प्रकाशित कर सके।'

बड़े भाग्य से सद्गुरु का प्रादुर्भाव होता है, और वही सौभाग्य मेरे पूज्य व प्रिय बन्धुओं को, राजनांदगाँव निवासियों को प्राप्त हो रहा है।



उद्गार

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1972

एक स्वर्णिम दिवस।
अगरू धूम की श्याम लहरियों से,
घिरा होगा मेरे देश का आश्रम!
नत होंगे शत-शत जन,
गुरु! तुम्हारे चरणों में!
सबके साथ मुझे भी अभय दान देना।
हे सत्यम्,
मेरे सत्य का पथ प्रदर्शित करना।
मेरे देह के दोने में,
विवेक, वैराग्य, निवृत्ति, संयम एवं संकल्प
का पंचामृत भर देना।
मेरे अवगुणों को,
उस यज्ञ में आहुति देना।

मैं एकाकार हूँ,
तुमसे विलग होकर भी।
सुदूर . . . राजतंत्र के प्रतीक इस देश में,
सम्पन्नता के बीच
भावनाओं की विपन्नता है।
ऊँची उठती मीनारें, कम्प्यूटर्स,
धुंआ उगलते कल-कारखाने—
यहाँ मानव का भी

यंत्रीकरण हो चुका है।
जन-मन के बीच
खूँटे गड़े हैं—व्यक्तिवादिता के,
जो आपस में एक नहीं होने देते।
चतुर्दिक बिखरते श्वेत बर्फ के नन्हें कण —
सूरज की रोशनी में चमचमाता लंदन!
लेकिन कितना कुहासा है,
चारों ओर छाया हुआ अंधेरा।

दुधमुहे बच्चे यूनीफार्म में बमों की बात करते हैं!
'टीनएजर्स' दिग्भ्रमित हैं!
भौतिक सुख ने उनकी आत्मा को
पंगु बना दिया है।
लाठी टेकते हुये बूढ़े,
इतिहास के साक्षी हैं।
उन्होंने मेरे देश को तड़पते हुये देखा था
गुलामी की यंत्रणा से।
यहाँ टैब्लेट का युग है!
माँ लोरी नहीं सुनाती,
पिता कहानी नहीं बताते।
बच्चे नींद की टैब्लेट खाकर सो जाते हैं!
मैं इस विज्ञान के देश में
ज्ञान यज्ञ करूँगा!
हविष्य बनेंगे,
बच्चों के चेहरे पर लगे प्रौढ़ता के नकाब,

'टीनएजर्स' के अधकचरे संस्कार,
बूढ़ों के मिथ्या अहंकार।
यंत्रीकृत मानव
मेरी 'ओऽम्' की ध्वनि से थम जायेगा।
मैं उन्हें प्रीति के जन्म एवं
अंधकार के मरण से मिलाऊँगा।
मेरी संकल्पित प्रजा के क्षितिज को
और विशाल बना दो।
मेरी फैली हुई भुजाओं को
असीम बना दो।
आकाश की तरह,
जहाँ सूर्योदय ग्रहणमुक्त हो।
भिन्न-भिन्न व्याधियों के टैब्लेट,
सैकरिन टैब्लेट,
एमायल नाइट्स टैब्लेट,
एफेड्रीन टैब्लेट,
अब इन्हें जीवन के कगार पर नहीं ले जायेगी।
मैं उन्हें खींच लाऊँगा।

मेरी यौगिक संस्कृति
अब एक नये जीवन का
पाथेय बनेगी,
उनकी वेदनाओं का अंत करेगी,
और मेरे प्रभाती की मंगल ध्वनि से
उनके शुभ दिनों की शुरुआत होगी।

Yoga with Medicine

Swami Niranjanananda Saraswati, 1974

Today the word 'yoga' has become an international word, and is known in all the countries of the world. Nowadays there is no country which does not accept yoga. Yet there are many misunderstandings about yoga, as people think that it is gymnastic or hypnotism. But yoga is none of that! Actually, yoga is a way to attain self-realization and is a great help for physical, mental and emotional diseases and of course to progress on the spiritual path.

Although yoga does not use any kind of medicine, it cures much faster than medicine. The medicines can cure for only short periods of time, but yoga cures for life. There are sleeping drugs, false respiration and many other medicines for various kinds of diseases. Yoga also has many techniques, postures and practices through which one may be cured for life. You take drugs to sleep but later the situation becomes so bad that even when you take the drug you do not go to sleep. There was one residential student at the ashram who had come from Aruba, a small island near Colombia. She had nervous disease and could not sleep at night, so she was taking the sleeping drugs. In the beginning they helped, she could sleep for some time. But later, even after taking three or four at a stretch she could

not sleep for even one hour. When she came to the ashram she was so pale and nervous that she could not even sit in front of a swami. We asked her to stop taking the drugs and taught her one practice called yoga nidra. From that time on she could sleep properly for about eight hours at a stretch. This means that through the practice of yoga one can get benefits which one does not expect. Diabetes, blood pressure and many other dangerous diseases like asthma and cancer, yoga does help. There is no disease for which yoga does not have something.

Nowadays doctors have also started to use yoga as one of their ways to cure diseases. Those who cannot cure a patient tell them to go to yoga. Although the western science is much progressed in bombs, medicines, machines, drugs and many other elements, now they have also accepted yoga as one of their methods. Though there are many misunderstandings, such as yoga should only be practised in the jungles and is for people who want to reach or see God. I completely agree, but I also believe that yoga is for day-to-day life in human society.

In yoga there are many mental practices as well as physical practices. For different kinds of diseases there are different kinds of techniques, postures, respiration methods. For eye diseases we use one technique called *trataka*, which in English is translated as gazing. Gazing on a candle flame, a dot, or any kind of object, and within a few months' practice, the eyes become normal, no need of glasses or an eye operation. You can go to a doctor, he will check your eyes and give you the report.

For diabetes also there is one special course, but it depends on the duration for which the patient has had the disease. If it has been there for a long time, such as for one to three years, then naturally it will take time to normalize. If you do not want grass in one place, you cut it, but again it grows. The best thing would be to dig all the mud away and get rid of the grass forever than to cut all the time. In the same way, some courses for diabetes take a long time to be effective, like six months.

All animals of the forest lead a natural life, a wild life, but they do not need medicines! All animals eat meat and vegetables, but they do not suffer from mental problems. Why man? Man has much belief in medicines and his science, and is always worried about what will happen if his science experiment goes wrong. He thinks, 'I will lose my name and fame', 'What will society say!' In this way, human beings become so tense that they start taking medicines or drugs. They get mental problems and become sick, and take medicines.

Do not worry! Practise yoga and get mental and physical balance. No need of drugs, LSD or medicines. Surrender yourself completely to yoga and only then will you find real happiness.

Through LSD you say that you see God! But the effect does not last forever. It comes for about two-three hours and goes away, and again you have to take the drug, which is not good for your physical body or for your mind. It is very harmful, in excess it may bring injury to the brain, or an incurable disease, and it can even make a person crazy, mad. No. This is not good. By

practising yoga and meditation you reach a higher state of mind called samadhi, and in that state you can experience God forever.

**YOGA IS THE EXACT SCIENCE FOR WHICH
MAN HAS BEEN LONG WAITING.**



मन को वश में करने का एकमात्र साधन — 'योग'

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1974

आज आप लोगों से मिलकर, आप लोगों को योग की जानकारी के लिए उत्सुक देखकर मुझे बहुत ही खुशी हो रही है। योग विद्या हमारी प्राचीन संस्कृति है, लेकिन ऋषि-मुनियों को छोड़ करके आज तक इस विद्या को कोई भी नहीं समझ पाया है। सब कोई यही समझते हैं कि योग तो साधु-महात्मा लोगों के लिए है, घर से दूर जंगल में रहने वालों के लिए है, गृहस्थों के लिए नहीं है। कुछ लोग कहते हैं, साधु बाबा लोग काला जादू जानते हैं, बाबा जी से दूर ही रहना नहीं तो जादू-टोना कर देंगे, या साधु बाबा लोग पद्मासन लगाकर बैठते हैं और हवा में उड़ जाते हैं। ऐसी अनेक गलत धारणाओं के कारण मनुष्य अभी तक योग को अपने जीवन में नहीं ला सका है।

आज मैं आप लोगों को योग के बारे में दो-चार शब्द कहूँगा। योग की अलग-अलग शाखाएँ होती हैं, जैसे कर्म योग, भक्ति योग, ध्यान योग, लय योग, हठ योग, आदि। उदाहरण तौर पर हम हठ-योग को ही लें। हठ-योग में आसन, प्राणायाम और षट्कर्म है जिसका उल्लेख घेरण्ड संहिता में आया है। षट्कर्म के अलावा हठयोग में बहुत सी क्रियाएँ आती हैं, जिनसे मनुष्य सोचते

हैं कि मन पर विजय पा सकते हैं, लेकिन मन पर विजय पाना बायें हाथ का खेल नहीं है, वर्षों लग जायेंगे, या जिन्दगी भी बीत जाएगी। मन पर विजय एक घंटा, एक दिन, एक वर्ष में नहीं पायी जाती। मन पर विजय पाने के लिए पहले मन का दोस्त बनना पड़ेगा, तब कहीं मन आपका दास बन सकता है। इस विषय में एक सुन्दर कहानी याद आ रही है, जिसे पूज्य गुरुदेव बताते हैं—

“एक राजा के पास जंगली घोड़ा था। वह बहुत ही दुष्ट था, सभी नौकर उससे परेशान थे। राजा ने एलान करवाया कि जो इस घोड़े को रास्ते पर लायेगा उसे बहुत सा ईनाम और जागीर दी जायेगी। कितने ही लोग आये और घोड़े के पास जाकर अपना हाथ-पैर तुड़वा लिए। सभी परेशान। एक दिन एक साधारण से आदमी ने आकर कहा कि वह घोड़े को सुधार सकता है। किसी को विश्वास नहीं हुआ। घोड़ा छोड़ा गया, घोड़ा भागा। युवक ने रोकने या पकड़ने की कोशिश नहीं की, और वह भी घोड़े के पीछे भागा। दिन, हफ्ते, महीने और वर्ष बीत गए। सबने सोचा वह युवक अब तक आया नहीं, शायद मर गया हो।

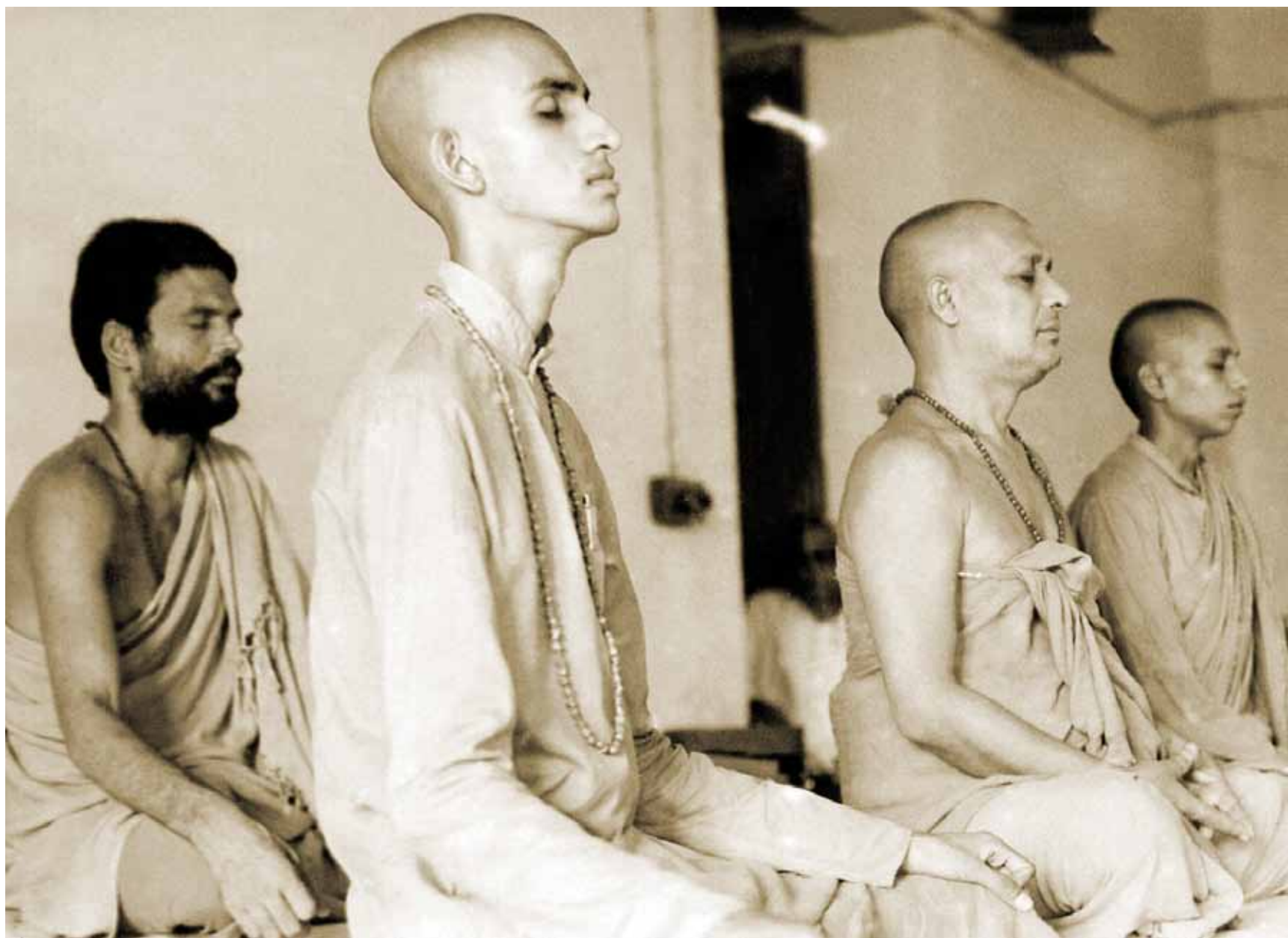
12 वर्ष के बाद एक दिन वही युवक घोड़े पर सवार होकर आया। लोगों ने पहचाना, आश्चर्य हुआ। सबने पूछा, ‘भाई, तुमने इस दुष्ट घोड़े पर कैसे सफलता पाई?’ उसने बताया, ‘जब मैं घोड़े के पीछे भागा, तो दूर से देखता रहता था कि यह कहाँ जाता है, क्या करता है। जब यह खाता-पीता-सोता, तो मैं भी कुछ खा-पी लेता और दूरी पर ही सो जाता, कभी उसके पास नहीं गया, दूर से बराबर ध्यान रखता। कई वर्षों के बाद कभी-कभी यह मेरी तरफ देखता, कभी

खड़ा हो जाता। मुझे उसमें कुछ परिवर्तन दिखा तो मैंने उसे घास दिखाई। वह आकर मेरे हाथ से खाने लगा, दोस्ती होने लगी। पर मैं दूर ही रहता, घोड़ा मेरे नजदीक आने लगा। मैं सहलाने लगा, छूने लगा, और एक दिन उस पर सवारी भी किया, और जब पूरी तरह मेरे वश में हो गया तब यहाँ आया हूँ।”

मन को भी इसी बिगड़े घोड़े की तरह समझिए। इसे वश में करना एक समस्या ही है पर उस समस्या का इलाज भी हमारे पास है। इस मन रूपी घोड़े को काबू में लाने के लिए योगाभ्यास ही प्रथम सीढ़ी है। कितने लोग कितनी ही बातें करते हैं, किसी ने तो कह दिया, मन दुःखों का पिटारा है। मन भगवान से हमें दूर भी कर देता है। मैं ज्यादा तो नहीं जानता, लेकिन सोचता हूँ कि यह मन हमारे और भगवान के बीच में एक परदा है। हमें क्या करना है? केवल इस परदे को, इस मन को सामने से हटाकर भगवान से मिलना है, और यह योगाभ्यास के द्वारा ही सम्भव हो सकता है।

आप लोगों को मालूम है ही कि योग का मतलब है मिलना, जैसे शिव-शक्ति का मिलना, अपनी चेतना का आत्मा से मिलना, जिसे अंग्रेजी में यूनियन कहते हैं। हम लोग हठ योग में जो बतलाते हैं वह व्यायाम या कसरत नहीं है, न जोकर का खेल है, क्योंकि अगर हम अभी करने लग जायें तो आप लोग हँसोगे, कि ये बाबा जी जोकर-पना करने लग गए। मैं पहले ही कह चुका हूँ कि योगाभ्यास है ‘अपने मन को वश में करना, मन पर कन्ट्रोल करना, मन पर शासन करना’—ये तीनों योगाभ्यास से ही सम्भव हैं।





The Conductors of Prana

Swami Niranjanananda Saraswati, 1977

Very few people can meditate. What most people experience when they sit for meditation are the activities of the subconscious and unconscious mind. The mind works on four levels: conscious, subconscious, unconscious and superconscious. Meditation occurs when one makes contact with the superconscious. But to do this, one has to get through the subconscious and unconscious.

The subconscious mind acts as a censor for the untold millions of pieces of information which are fed to the brain by the senses every second. Very often the subconscious suppresses information which would cause the conscious mind stress or strain. These suppressed impressions are buried in the unconscious mind where they can, and often do, create many psychological blocks. A young child, for example, sees a nasty accident, and the subconscious mind buries the nastiness in his unconscious. But from then on the child has a horror of blood, without remem-

bering why. In this way many psychological problems are created.

To reach the meditative state one has to find the way through these deeply hidden road-blocks to the superconscious. This is why some people have unpleasant experiences during deep relaxation and premeditative practices. When the conscious and subconscious minds are relaxed, the unconscious is not suppressed, and all the buried unpleasantness comes up to the conscious level. Very often this takes the form of horrible visions, monsters, strange auditory effects, or other disturbances. These should be welcomed, not feared. Remember that they come from within, and can do no harm. On the other hand, many people have pleasant experiences during this process.

Meditation occurs when the barriers of the conscious, subconscious and unconscious minds have been passed, and the superconscious mind is reached. Asanas and pranayamas are therefore as important as meditation itself. They are the keys by which the doors of the energy store are opened, and thus they are named the conductors of prana.

शक्ति की खोज में

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1977

योग और योग के सभी अंग तंत्रशास्त्र की शाखायें हैं। प्राचीन काल से ही तंत्र एक गुप्त विद्या के रूप में प्रचलित है। प्राचीन ऋषियों ने इस तंत्र की कुछ शाखाओं को जनसामान्योपयोगी बनाने के लिए खुले वातावरण में पुनर्मूल्यांकन किया। इनका उद्देश्य तन्त्र को सर्वव्यापक करना था। उसी समय कुंडलिनी योग का उद्घाटन हुआ। यह योग तो तंत्र का एक भाग है, यह न तो असत्य है और न रहस्यात्मक। मनुष्य का अन्तर्मन सदैव विकास की सीढ़ियों पर चढ़ता रहता है। प्रत्येक मानव में शक्ति का अनन्त खजाना भरा है और इसको प्रकाश में लाना कुण्डलिनी योग का कार्य है।

कुण्डलिनी की परिभाषा

कुण्डलिनी के विषय में लोगों को बहुत सी भ्रमपूर्ण धारणाएँ हैं और कुण्डलिनी की परिभाषा भी ठीक से नहीं दी जाती। कुछ लोगों के मतानुसार स्पिंग की कुण्डली में जो उर्जा होती है, उसे ही कुण्डलिनी मानते हैं। कुछ लोग कहते हैं कि यह ज्ञान है, दैविक शक्ति है, प्राणशक्ति का उद्गम स्थल या उच्च चेतना की कुंजी रूपी शक्ति है।

अनेक पीढ़ियों तक मनुष्य को अपने शरीर का ज्ञान नहीं था। धीरे-धीरे पता चला कि उसका एक हृदय है, दो फुफ्फुस हैं, इत्यादि। कुण्डलिनी की खोज अब अगला कदम है। कुण्डलिनी दैविक शक्ति है, सृष्टि का तत्त्व रूप है। इस शक्ति को जगाया जा सकता है और इसको जगाने की अनेक विधियाँ हैं। यदि हम आधुनिक मनोविज्ञान में कुण्डलिनी का पर्यायवाची शब्द खोजें तो पाते हैं कि कुण्डलिनी का अचेतन मन से निकट का सम्बन्ध है। विभिन्न देशों के अवलोकन से पता

चलता है कि सर्प कुण्डलिनी को दर्शाने का सामान्य तरीका है। इसे सर्प-शक्ति भी कहते हैं।

हिन्दू इसे शक्ति या देवी कहते हैं, अफ्रीका में इसे नऊँम, चीन में ची-शक्ति और जापान में की-शक्ति कहते हैं। ईसाई धर्म में भी सन्त तेरेसा कुंडलिनी शक्ति के अनुभव के विषय में लिख चुकी हैं। सूफी मत और हिन्दू मत में भी इसका अनेकों लोगों ने अनुभव किया है।

कुण्डलिनी का मार्ग

उत्थान के समय कुण्डलिनी अनेक मार्गों का अनुसरण कर सकती है। प्राचीन योगीजन कहते हैं कि कुण्डलिनी मूलाधार चक्र में जगकर दूसरे चक्रों को भेदती हुई सीधे सहस्रार को पहुँचती है। परमहंस स्वामी सत्यानन्दजी के अनुसार कुण्डलिनी



शरीर के किसी भी चक्र से उठ सकती है, मूलाधार से ही जाग्रत हो, यह कोई आवश्यक नहीं है। हर चक्र से सहस्रार तक सीधा मार्ग होता है। यदि कुण्डलिनी मूलाधार से जागी तो सीधे सहस्रार जाएगी। कुण्डलिनी को अनाहत या विशुद्धि में भी जगाया जाय तब भी वह सीधे सहस्रार जाएगी। कुण्डलिनी शक्ति की गति हमेशा ऊर्ध्वगामी होती है।

आधुनिक खोजों के अनुसार कुण्डलिनी शक्ति का जागरण होने पर सर्वप्रथम पैर का अंगूठा, फिर टखना, उसके बाद पिंडली प्रभावित होती है। इस तरह संवेदना सिर की दिशा में नीचे से ऊपर बढ़ने लगती है। इसके उपरान्त चेहरे तक, फिर गले और छाती से होते हुए पेट तक पहुँचती है जहाँ वह विश्राम करती है। अनेक संतो के मतानुसार कुण्डलिनी रीढ़ की हड्डी के नीचे से उठती है और सुषुम्ना से होती हुई सिर तक पहुँचती है, उसके बाद नीचे आकर उपयोगी शक्ति के रूप में इकट्ठी हो जाती है।

चक्र

मनुष्य शरीर के रीढ़ की हड्डी में छः मुख्य चक्रों के अस्तित्व की मान्यता है। मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपुर, अनाहत, विशुद्धि और आज्ञा। सहस्रार सभी चक्रों का नियन्त्रक चक्र है। शरीर में और भी अन्य चक्र हैं उदाहरणार्थ बिन्दु, ललना, नासिका, भ्रूमध्य, इत्यादि। लेकिन ये सब चक्र छः प्रमुख चक्रों के अन्दर काम करते हैं। प्रथम चक्र मूलाधार है जो कि गुदा स्थल पर है। मूलाधार चक्र कुण्डलिनी का निवास स्थान है। इसका तत्त्व पृथ्वी है। दूसरा चक्र स्वाधिष्ठान है जो मूलाधार से दो अंगुल ऊपर है और इसका तत्त्व जल है। तीसरा चक्र है मणिपुर। यह रीढ़ की हड्डी में नाभी के पीछे स्थित और इसका तत्त्व अग्नि है। चौथा चक्र अनाहत, हृदय के पीछे रीढ़ की हड्डी में स्थित है। अनाहत का अर्थ है बिना कम्पन से उत्पन्न ध्वनि और इसका तत्त्व आकाश है। छठवाँ चक्र आज्ञा, पीनियल ग्रन्थि पर स्थित है जहाँ पर सब तत्त्वों का मिलन होता है। इसे गुरु-चक्र भी कहा जाता है। अन्त में सहस्रार है जहाँ पर कुण्डलिनी का शिव से मिलन होता है।

कुण्डलिनी का उत्थान

आधुनिक वैज्ञानिकों के मतानुसार इन सब चक्रों में असीमित शक्ति छिपी हुई है। इन चक्रों से शक्ति निःसृत नहीं हो पा रही है। चक्रों में निहित शक्तियों के सुप्त रहने के कारण इन चक्रों में अशुद्धि विद्यमान है और चक्रों को कुण्डलिनी के गुजरने के पूर्व शुद्ध होना आवश्यक है। अशुद्धि के कारण कुण्डलिनी के चक्रों से गुजरने से पूर्व बहुत अधिक दर्द का अनुभव होता है। इस समय ऐसा लगता है मानो कोई शरीर को दो भागों में विभक्त कर रहा है। उदाहरणार्थ आप सात कमरों के दरवाजे तोड़ना चाहते हैं। इसके लिये आपको शारीरिक बल लगाने की आवश्यकता है। एक बार दरवाजा खुल जाय तो आप बहुत ही प्रसन्न हो जावेंगे, भले ही आप थके हों। उसी तरह बहुत अधिक दर्द होने के बाद जैसे ही कुण्डलिनी चक्रों को पार करती है वैसे ही आनन्द की अनुभूति होने लगती है।

योग तरी तीरे तीरे में स्वामी सत्यानन्द जी कहते हैं—‘ये आध्यात्मिक केन्द्र या चक्र अनेक रहस्यों को अपने में छिपाये हुए हैं। वे सामान्य अवस्था में निष्क्रिय पड़े हैं। आध्यात्मिक जिज्ञासु इस असीम शक्ति के भंडार का उद्घाटन करना चाहता है। यही शक्ति रीढ़ की हड्डी के नीचे सर्पाकार कुण्डली मारे बैठी है।’

इस असीम शक्ति-भंडार को एक-एक चक्र से गुजरना होता है। जैसे एक बिजली का मिस्त्री बल्ब को विद्युत धारा वाले वायरों से जोड़कर बल्ब प्रज्वलित कर देता है उसी तरह आध्यात्मिक साधक जगाई गई कुण्डलिनी शक्ति को चक्रों से जोड़कर ज्ञान का प्रकाश उपलब्ध कर लेता है। तब साधक अपनी शक्तियों का अनुभव करने लग जाता है।

इसपर अनेक प्रयोग हुए हैं। मुख्यतः संयुक्त राष्ट्र अमेरिका में डॉक्टर ली सेनेला ने कुण्डलिनी शक्ति पर अनेक प्रयोग किये हैं। कुण्डलिनी का अभिव्यक्तिकरण वस्तुतः निश्चित परिपक्वता के बाद ही सम्भव है और

परिपक्वता चेतना स्तर पर उठने वाले विभिन्न विचारों अर्थात् मानसिक विक्षेपों द्वारा नियन्त्रित है। सेनेला ने अपनी किताब 'कुण्डलिनी साइकोसिस ऑर ट्रान्सैन्डैन्स' में कुण्डलिनी के जागरण की विभिन्न विधियों का उल्लेख किया है। बेन्टॉव के सिद्धान्तानुसार जब लोग ध्यानावस्थित होते हैं तो पेट की महाधमनी पर धक्के लगने से संवेदना शुरू होती है। महाधमनी निश्चित ताल-तरंग के साथ स्पन्दन करती है और थोड़े समय बाद ही खड़ी लहरों का निर्माण करने लगती है।

खड़ी लहरों का अर्थ समझने के लिए एक उदाहरण दिया जा सकता है। यदि आप पानी से आधी भरी बाल्टी में हाथ डालकर पानी को असमान गति से बायीं और दायीं ओर ले जाते हैं तो पानी बाल्टी से बाहर छलक जावेगा। यदि आप अपना हाथ समान गति से हिलायेंगे तो पानी बाल्टी के दोनों किनारों पर समान ऊँचाई तक चड़ेगा और उसके हिलने में तालबद्धता होगी। इन्हीं नियमित तरंगों को खड़ी लहरें कहा जाता है।

पेट में स्थित महाधमनी के स्पन्दन से जो खड़ी लहरें बनती हैं, वे शरीर को प्रभावित करती हैं। ध्यान में इसका प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त किया जा सकता है। खड़ी लहरों का दोलन तब तक बढ़ता जाता है जब तक कि लहरों का उच्च भाग व्यक्ति की खोपड़ी को स्पर्श न करने लग जाए। इसी पूरी प्रक्रिया की पाँच अवस्थाएँ हैं। हृदय महाधमनी प्रणाली खड़ी लहरों का निर्माण करती है, जो मानव मस्तिष्क को ऊपर-नीचे आंदोलित करती है। इस आंदोलन के फलस्वरूप ध्वनि तरंगों का निर्माण होता है। चूँकि खोपड़ी गोल आकार की है, अतः ध्वनि तरंगें मस्तिष्क के सामने के भाग में केन्द्रित हो जाती हैं। उत्पन्न ध्वनी तरंगों में दो प्रकार की आवृत्ति वाली तरंगें होती हैं। श्रवण शक्ति के अन्तर्गत आने वाली और श्रवण शक्ति के परे की ध्वनि तरंगों को ओडियो व सुपरसोनिक कहते हैं। ये ध्वनि तरंगें सूक्ष्म विद्युत धारा बनाकर मस्तिष्क के आधे हिस्से में पूर्ण परिपथ बनाकर बहने लगती हैं। इससे दो विद्युत परिपथ

बनते हैं। दोनों परिपथ मस्तिष्क के अनुप्रस्थकाट पर विपरीत दिशा में होते हैं। आगे चलकर यह विद्युत धारा विपरीत ध्रुवों वाले आन्दोलित चुंबकीय क्षेत्र निर्मित करती है।

इस प्रकार मस्तिष्क में स्पन्दन की संवेदना पहुँचती है और ध्वनि तरंगें उत्पन्न होती हैं। मस्तिष्क के बाहरी भाग के ऊपर उत्तेजना के फलस्वरूप विद्युत धारा बहने लगती है। तदन्तर यह चुम्बकीय क्षेत्र का निर्माण करती है। जैसे-जैसे व्यक्ति शिथिलीकरण का अभ्यास करता जाता है, हृदय संपंदन और महाधमनी के स्पन्दनों में सामंजस्य स्थापित होने लगता है। गहरे ध्यान में एक ऐसी अवस्था आती है जब ये खड़ी लहरें नियमित हो जाती हैं तथा हृदय-स्पन्दन को प्रभावित नहीं करतीं। यहीं से कुण्डलिनी जागरण की प्रक्रिया प्रारम्भ हो जाती है।

केन्द्रीय नाड़ी संस्थान में यह सारी प्रक्रिया घटित होती है। सारे शरीर में कुण्डलिनी जागरण की संवेदना नाड़ी जालों द्वारा पहुँच जाती है। मस्तिष्क में बहने वाली विद्युत धारा के कारण मांसपेशियाँ और अन्य संवेदनशील क्षेत्र प्रभावित होते हैं। मस्तिष्क के एक विशिष्ट भाग पर प्रभाव पड़ने से कमर की हड्डियाँ प्रभावित होती हैं। यदि संवेदन तीव्र रहा तो पैर के दोनों अंगूठे, टखने और जाँघ में तीव्र पीड़ा होती है। यद्यपि संवेदन शरीर के इन्हीं अंगों से आता हुआ प्रतीत होता है। यह वास्तव में मस्तिष्क से ही आता है। हृदय और एओर्टा खड़ी लहरों को उत्पन्न करते हैं। ये खोपड़ी में जाते हैं और मस्तिष्क के विभिन्न संवेदनशील क्षेत्रों को प्रभावित करते हैं। यह सम्भव है कि खड़ी लहरों का निर्माण और मस्तिष्क के विभिन्न क्षेत्रों को मिली उत्तेजना ही कुण्डलिनी जागरण का सूचक है।

स्वामी सत्यानन्द जी कहते हैं, “प्रत्येक चक्र से हजारों नाड़ियाँ व तन्तु शरीर के अन्य अंगों को जाते हैं और शरीर की विभिन्न चेतनावस्था का नियंत्रण करते हैं। चक्र किसी बिजली के खम्बे की तरह हैं जहाँ से वायरो का जाल अनेक कमरों में तथा विभिन्न स्थानों में जाता है। चक्रों में ऊर्जा संप्रेषण, क्रिया-प्रतिक्रिया और ऊर्जा स्थानान्तरण होता रहता है। यदि आप मणिपुर चक्र को ध्यान द्वारा जगाने का प्रयास



कर रहे हो तो इससे शरीरगत प्रक्रिया, नाड़ी संस्थान में प्रतिक्रिया अथवा अन्तः शारीरिक प्रतिक्रिया संभव है।”

कुण्डलिनी के जागरण में हम एक विशिष्ट ग्रन्थि या अंग के माध्यम से चेतना स्तर में परिवर्तन लाने की कोशिश करते हैं। चक्र का जागरण सूक्ष्म रूप से होता है, स्थूल रूप से नहीं। चक्र के स्थूल रूप का विश्लेषण कर सूक्ष्म रूप का विभाजन करना ही जागरण है। चक्र को जगाने से ही कुण्डलिनी का जागरण होता है।

कुण्डलिनी जागरण में मस्तिष्क के कम्पन की दर सामान्य व्यक्ति से दस गुना अधिक हो जाती है। जिसकी कुण्डलिनी जग चुकी है ऐसे एक व्यक्ति का ई.ई.जी.

में परिवर्तित रूप देखा गया। यन्त्र की तरंगों के आन्दोलनों की उँचाई सामान्य व्यक्ति से 10-12 गुना अधिक थी। यह स्वाभाविक भी है क्योंकि इससे मस्तिष्क की क्रियाशीलता बढ़ जाती है। इसलिए जिसकी कुण्डलिनी जगी हो वे बहुत अधिक क्रियाशील होते हैं। एल.एस.डी. और नशीली वस्तुओं का सेवन करने वाले भी दिव्यानुभव प्राप्त करते हैं किन्तु यह कुण्डलिनी जागरण नहीं है। कुण्डलिनी का जागरण मनोकायिक प्रक्रिया है।

कुण्डलिनी जागरण की अनेक विधियों और सिद्धान्तों का वर्णन उपलब्ध है। सबसे अच्छा तरीका यही है कि श्री गुरु के निर्देशन में इसका अभ्यास किया जाय।

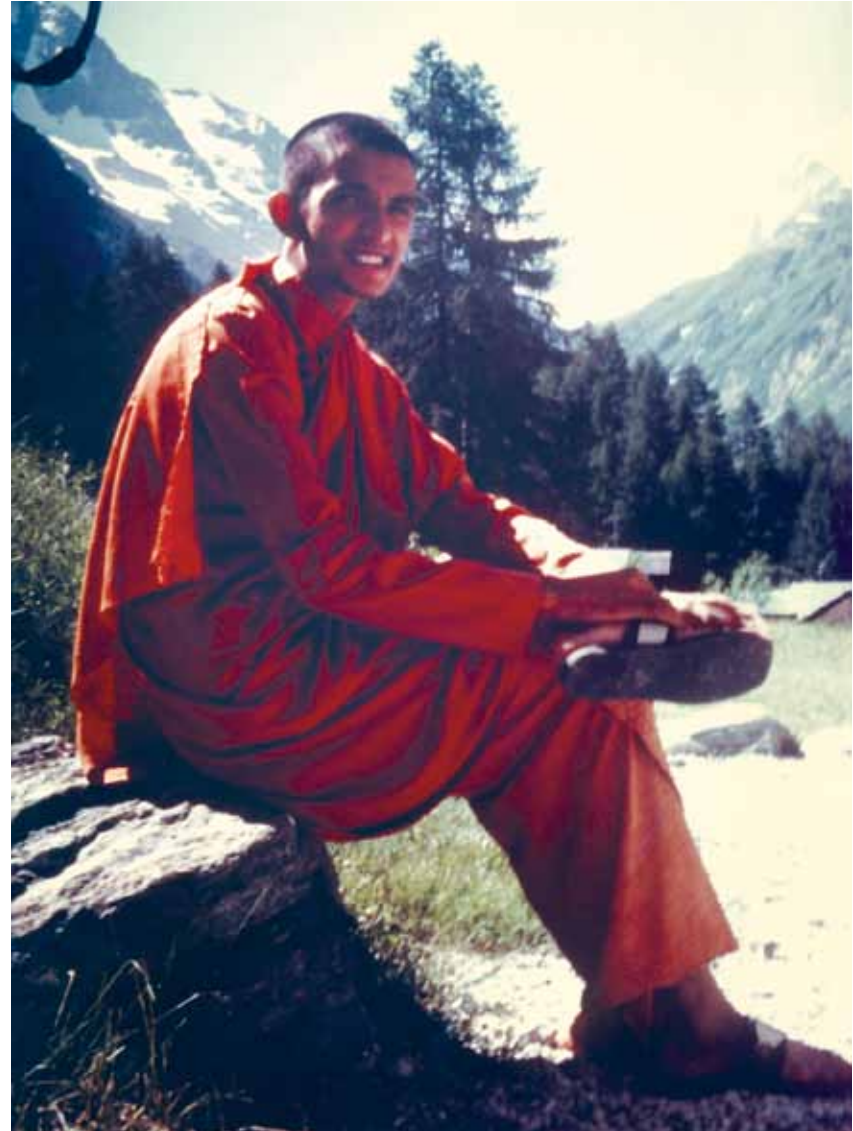
The Waves of the Mind

Swami Niranjanananda Saraswati, 1977

The waves of the mind, the waves of the mind,
Ceaseless and endless, living in time.
Does the beach curse the waves beginning and end?
Nothing outside, only within,
You cannot see now, you can only see then.

Grasp not you thoughts, let the river flow on,
The waters there now, soon will be gone.
If words have no truth, then thoughts are but lies,
And whatever lives today, tomorrow soon dies.
The rest root in self, if self is the mind,
The treasure you seek, thought will not find.

The waves of the mind, the waves of the mind;
Just beyond the roar of the sea of time,
I hear something . . . I hear something calling.



The Decade of the 1980s

1980 के दशक में

The Master's Call

In March 1980, Swami Niranjan landed at the JFK airport, New York. He was carrying 60 dollars in his pocket, a heart full of the light of his guru and a mind brimming with sankalpa shakti. He settled into a small room in the house of Kamal and Jivat Mukhi, devotees of Sri Swamiji, in San Francisco. A few months later, Rishi Vivekananda from Australia joined him, and the American adventure began. For the next two years, they drove four times from the East Coast to the West Coast and back in a small blue car, spreading the message of yoga, establishing



centres and ashrams, and preparing the ground for Sri Swamiji's visit. Rishi Vivekananda remembers, "As we went down the highway, we sang bhajans, songs, kirtans, but our favourite was Willie Nelson's 'On the Road Again', which we sang loudly and enthusiastically. It was always fun with Swami Niranjan, but I could also clearly see his fine qualities in so many areas . . . I was impressed by his organizing ability and the way he could get virtually anyone to do virtually anything with his kindness."

From time to time he would be back in New York. Keen to explore the world around him as always, the fearless Swan speaks of these days: "When I used to live in the US, at night I would walk everywhere in the suburbs of New York, whether Bronx or Queens or Manhattan, at nine o'clock or ten o'clock. In those days there were quite a few ruffians on the road, especially at night. I would always wear my 108 rudraksha mala and have it twirling in my hand. I could go through the worst ghettos of New York, with towering blacks and whites on either side, just doing my japa. They would look at me and say, 'Kung-fu'. When they would ask, 'What is this?' I would say, 'Skull-buster'. It was not difficult to do this, only due to the training that had been received."

This was also a time when scientific interest in yoga and spirituality was growing in the West, and many experiments were being conducted on the yogis from the East. Swamiji could also be found with electrodes attached to his body in the labs of Gladman Memorial Institute. As the scientists tried to measure the waves being emitted by the young yogi, they found that there were no emissions at all. Baffled, they

thought something must be wrong with the machines. They asked him to come back another day. On the next occasion, the same phenomenon was seen – no emission. Then one of the researchers had a brainwave. He said to Swamiji, “Can you think of something you really like to eat?” In those days Indian shops weren’t around the corner like they are today and true blue Indian food was a rarity, so Swan prompted his mind to exclaim, “Rasagulla!” Immediately, the machines recorded a waveform. The conclusion: the natural mental and emotional state of an adept yogi is completely stable and balanced; he goes into a particular emotion consciously, out of choice, unlike non-yogis who are continuously and involuntarily experiencing spikes.

The researchers used electrodes, but those who see Swan in his many moods know this to be true anyhow. He could be with a group of people, listening to their stories, offering affection to one, a reprimand to another, sharing wisdom, telling a joke, yet he is ever centred in a deep stillness. It is as if he is constantly communing with infinity even while he deals with the ephemeral world. To be in his presence is to be in the presence of this fathomless silence, call it God if you will. Is it any surprise then that even first-timers are moved to tears just to be with him? Having said that, the challenge for us lies in reaching into that silence again and again, in ourselves as in him, until it all becomes one.

The razzle-dazzle of the New World never blinded our Swan, like it did many others. The citylights of New York, the mud huts of Munger, or the darkness of a cave – he was equally at ease everywhere. Once, some of his students asked for initiation

into mantra. He agreed. The day before the initiation, another student had his birthday and invited everyone, including Swan, to a meal at McDonalds. “Sure,” said Swan, with his bright smile, and the whole group enjoyed a lunch of fries and burgers. The next day, the mantra hopefuls did not show up. Swan called them to find out what had happened. “We have decided to not take initiation from you. Someone who visits McDonalds cannot be our guru,” they said.

Our love and protectiveness towards the precious one may make us retort, “Well, they were not fit to be his disciples!” But pause for a while and ask, did Swan see it that way? No, he simply recognized another shade of the limited human perception and rested in his eternal nature, knowing what the task before him was, and carried on with it.

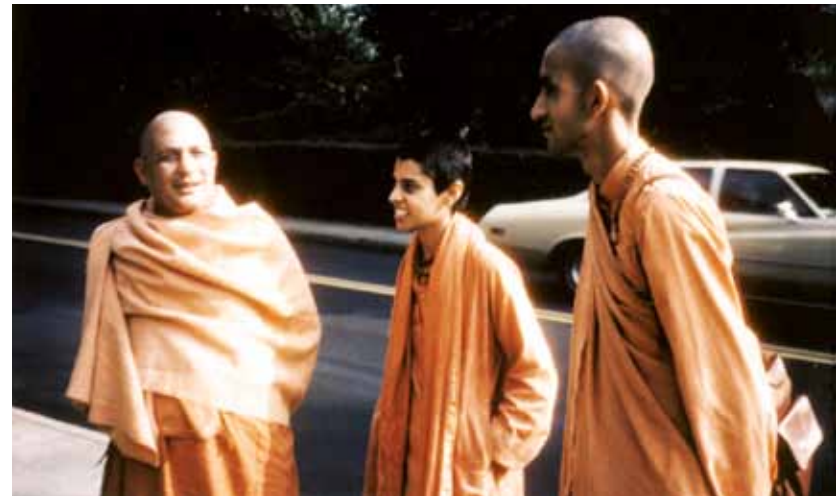
Every Christmas holiday, while the world around him indulged and revelled, Swan took off to isolated camping grounds of National Parks and practised sadhana. On one of these occasions, as he finished the twenty kriyas late into the night and sat in silence, suddenly there was loud music. “Oh, another camper,” thought Swan, and waited for the newcomer to quieten down. Not so, the music went on and on. He decided to have a word with the perpetrator and got out of his tent. There was not a soul in sight. He got into his car, turned on the headlights and drove through the entire camping ground. No one there. Puzzled, as he lifted the flap of his tent to go back in, a thought occurred to him, ‘Could this music be coming from my own mind?’ And he realized, ‘Yes, indeed!’ The rest of the night was spent playing with the volume control and changing

the albums. For months thereafter he had the gift of a music prodigy – being able to instantly reproduce any music that was played before him.

Many people learn the kriyas, practise them diligently and then complain, “Where are the miracles the scriptures promise? Nothing has happened to me.” Expecting instant results, unfortunately, is a malaise of our times. We forget that the gurus and scriptures always tell us that only the *adhikari*, worthy recipient, will experience the true power of a practice. And what makes one a *adhikari* is, in Swamiji’s words, the right preparation. He was living proof of this precept: lifetimes of preparation.

Sri Swamiji had accepted his dear disciple’s invitation to visit the US and was scheduled to arrive in April of 1982. Swami Niranjan had an idea – he would personally fly his guru from city to city. Thus it was that he learnt to fly a four-seater Cessna plane, the classes organized by one of his students, and did eighty hours of flying training. Swan was truly in his elements; what could be more alluring for the free one than to soar! When someone asked him later, “What was it like, Swamiji?” he smiled softly as the memory came alive, and then said, “Oh, super excitement. To fly like a bird in the open skies . . .” and his voice trailed off into those skies.

When Sri Swamiji visited the US, he was accompanied by Swami Satsangi. This was the first time she and Swami Niranjan were meeting each other. Recalling this encounter, Swamiji tells with a twinkle in his eyes, “Sri Swamiji called from Italy to say that he was arriving in the US with a new sannyasin called



Swami Satsangi. They landed on the assigned date, and upon spotting them at the airport I offered my pranam to Sri Swamiji, said ‘Hari Om’ to the ‘new swami’, and then we proceeded to the car. Sri Swamiji and Swami Satsangi got in the front and myself and Jivat were on the backseat. As we drove down, this shiny, freshly-shaven head was bobbing up and down just under my eyes. I tapped it. The head turned slightly. Everything was quiet in the back, so the head turned back. I tapped again. The puzzled head again turned slightly. The faces in the back revealed nothing. Another tap. With Sri Swamiji sitting there, it wasn’t possible to express a reaction. Another tap. Now she looked back squarely. I pointed at Jivat, who became all fuddled in embarrassment, and no more was said . . .” This was the beginning of a beautiful brother-sister relationship, heralding many shared moments of banter and bliss, work and play, as both did their utmost for the mission of their master.

Sri Swamiji travelled to more than seven cities of the US with Swami Niranjan, meeting people and giving programs. Yet, he seemed to be in a different mood. Later in November, the two were in Puerto Rico when the classic exchange took place between guru and disciple:

Sri Swamiji: *“Will you come back to India?”*

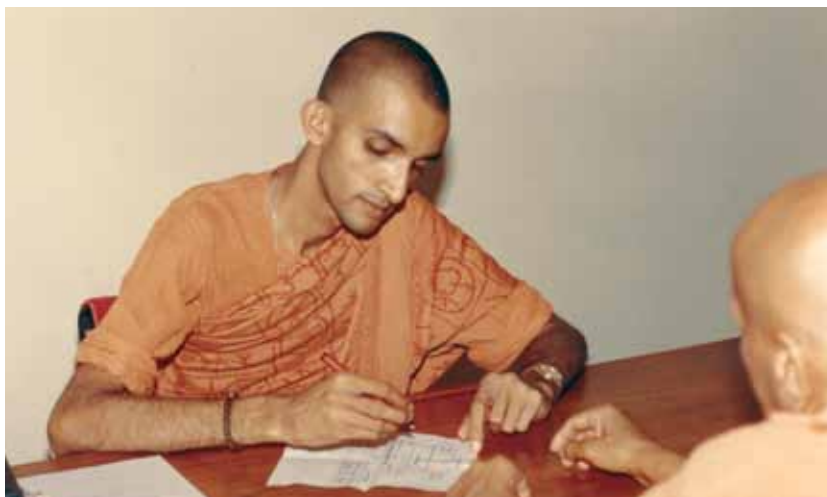
Swamiji: *“It is not my wish to return. However, if you ask me to, there is no power in the world that will stop me.”*

No more was said, Sri Swamiji returned to India and Swan continued with his American conquest, buying 100 acres of land in a forested area of Virginia for an ashram. When he came back to San Jose from signing the deed in Virginia, a telegram was waiting for him. “Return to India by 16th positively. Assume presidentship.” It was 23rd December, Swan had no more than 20 days to wind-up everything. He cancelled the deed, closed the chain of ashrams he had created in Reno, Flagstaff, Salt Lake City, Louisiana, Chicago, Ann Arbor and Charlottesville, managed to get an air ticket despite the busy holiday time and landed in Munger on the night of 16th January, “absolutely free from everything. Not thinking of the ashrams I had left behind or opened, or of people I had left behind, or the clothes I had left behind.” When the guru shakti pulled, everything else dissolved, and he was once again where he belonged.

Three days later, he became the president of BSY.

On his successor’s request, Sri Swamiji agreed to not discard the Munger address as yet, but he was hardly here. As he travelled for months, it was up to 23-year-old Swami Niranjan to steer the





goings-on of the ashram. His Hindi rusty, his age half of that of most residents, his ways partly western – it wasn't easy going for him. Yet, in characteristic Swan style, he won all hearts very quickly.

Gita Sahay from Bhagalpur recalls, “Once when I visited Munger during a children’s camp, we were amazed to see the well-systematized administration. Paramahamsaji himself was abroad and in his place was Swami Niranjanji who was a fully-grown man now. Earlier when I used to visit the ashram Swami Niranjanananda was very young. Now he appeared like a shadow of Swami Satyanandaji. I visited again after Paramahamsaji left and found that the ashram was developing day by day. All the ashram people were very soft, polite, and sincere in their work. The atmosphere was very pure and holy. Swami Niranjanji appeared like a replica of Swami Satyananda Saraswati. His childlike smile was eye-catching. His calibre for work was also like Paramahamsaji’s – like guru like shishya!”

Think about what we do when we are placed in positions of power, however significant or insignificant. Do we spread love or do we try to exert control? Do we try to win hearts or do we try to rule over others? Are we able to listen or do we only wish to be heard? Think about the change we would have to feel in our hearts and express in our actions to be where the hamsa is.

Ganga Darshan had been built by now and the akhand jyoti had been transferred there. Nevertheless, much work was still required on the grounds. Swami Vibhooti tells, “When Swan came into the ashram, there were parts which were so densely overgrown and snake-infested that nobody penetrated there. So, on Sundays, Sri Swamiji used to call us all to the Kutir at five in the morning and from there we would all take khurpee, scythe, knife, hatchet, broom and baskets to clear the area. On one such occasion, Swan, unseen by Sri Swamiji, had procured a rather sharp-looking sword with which to attack the jungle. Wielding this sword, and with a dhoti tied around his waist, he looked like a dashing young prince, leading his fellows into battle with the underworld. Just as he was getting into the part, followed by a small division of ashram residents and brandishing his weapon with great skill (and showing off a bit), Sri Swamiji suddenly appeared upon the scene and commanded, ‘Niranjan, put that sword down!’ Instantaneously the sword dropped, the head bent in submission, and there was the child again – standing in humble surrender before the father. It was yet another lesson in obedience.”

Like Swamiji says, as far as he is concerned, he will always be a disciple. But others were beginning to perceive another

facet of him – the guru facet. Swami Anandananda remembers, “During one of my visits, I was in my room with a cold and fever and heard a knock on the door. When I opened it, I saw Swami Niranjan standing there with a smile, and at that time I felt an explosion of love in my heart. It was exactly the same experience I’d previously had with Sri Swamiji. And in fact it was then that I perceived the guru aspect of Swamiji.”

As Swan stabilized himself in the many roles he had to play in the ashram, five years rolled by. Guru Poornima of 1988 came and everyone could sense that there was something unusual about this occasion. It would be Sri Swamiji’s last Guru Poornima in Munger. Ten days later, on 8.8.88 he walked out of the ashram with a flimsy jhola, never to look back.

The disciples silently asked of Sri Swamiji’s whereabouts and pined for his presence, and it was left to Swan to keep them motivated and emotionally stable. He achieved this in his unique way. Every evening, he would gather the residents and encourage them to speak of their times with and learnings from Sri Swamiji. As everyone reminisced, shared memories and moments, and felt the warmth of the wide-winged one before them, the smiles returned, the hope and inspiration returned.

Then, as Sri Swamiji settled into Rikhia, no more than 130 kilometres away, Swamiji would be continuously travelling back and forth between Rikhia and Munger and convey the news of his guru to all. On 31st December 1989, Sri Swamiji initiated Swami Niranjan into the order of Paramahansa Sannyasa in the Alakhbara of Rikhia. Swan became the Supreme Swan, and with the grace inherent to him, stepped into the next decade. ■



गुरु आदेश

स्वामी निरंजन ने मार्च 1980 में न्यूयॉर्क की धरती पर कदम रखे। उनकी जेब में मात्र 60 डॉलर थे, पर हृदय गुरु के प्रकाश और मन संकल्पशक्ति से परिपूर्ण था। वे सैन फ्रांसिस्को में श्री स्वामीजी के भक्तों, कमल एवं जीवत मुखी के घर एक छोटे से कमरे में रहने लगे। कुछ महीनों बाद ऑस्ट्रेलिया के ऋषि विवेकानन्द भी उनके साथ हो लिए, और अमेरिका में उनके साहसिक कार्यों का शुभारम्भ हुआ। अगले दो वर्ष योग के संदेश का प्रचार-प्रसार करने, योग केन्द्रों एवं आश्रमों की स्थापना करने, और श्री स्वामीजी की आगामी यात्रा के लिए पृष्ठभूमि तैयार करने के लिए एक छोटी-सी कार में अमेरिका के पूर्वी तट से पश्चिमी तट और वापस की यात्रा करने में बीते। ऋषि विवेकानन्द अपने संस्मरण सुनाते हुए कहते हैं, “जब हम सड़क पर सफर कर रहे होते, तब भजन, कीर्तन और अन्य गीत गाते, पर हमारा सबसे पसंदीदा गीत था, विलि नेल्सन का ‘ऑन द रोड अगेन...’ जिसे हम उत्साहपूर्वक बड़े जोर-शोर से गाते थे। स्वामी निरंजन के साथ समय हमेशा मस्ती में बीतता, लेकिन साथ ही मुझे अनेक क्षेत्रों में उनकी उत्कृष्टता भी स्पष्ट रूप से दिखायी देती थी। ...किसी भी कार्य को व्यवस्थित ढंग से करने और अपने उदार व्यवहार द्वारा किसी भी व्यक्ति से कोई भी कार्य करवा लेने की उनकी क्षमता ने मुझे बहुत प्रभावित किया।”

हमेशा की तरह अपने आस-पास के जगत् को जानने की उत्सुकता लिए वे समय-समय पर न्यूयॉर्क वापस आते। हमारे निर्भय परमहंस इन दिनों के बारे में बताते हुए कहते हैं, “जब मैं अमेरिका में रहता था, तब रात को लगभग नौ-दस बजे न्यूयॉर्क के उपनगरों, ब्रॉक्स, क्वीन्स, मैनहट्टन में चारों ओर घूमता था। उन दिनों सड़क पर, विशेषकर रात्रि में बहुत से गुण्डे-बदमाश रहा करते थे। मैं हमेशा अपनी 108 दानों वाली रुद्राक्ष माला पहने रहता था और उससे अपना मंत्र जप करते रहता था। अपना मंत्र जप करते हुए मैं न्यूयॉर्क की सबसे खराब बस्ती में भी, हट्टे-कट्टे काले-गोरे लोगों के बीच से होते हुए बड़े आराम से गुजरता था। वे लोग मुझे देखते और कहते, ‘कुंग-फू’। जब वे रुद्राक्ष-माला को देख कर पूछते, ‘यह क्या है?’ मैं कहता, ‘खोपड़-फोड़’। मुझे जो प्रशिक्षण दिया गया था, उसके कारण यह कार्य मुझे थोड़ा भी कठिन नहीं लगता था।”



इस काल में पश्चिमी देशों में योग एवं अध्यात्म के प्रति वैज्ञानिक रुझान बढ़ रहा था और पूर्वी देशों के योगियों पर अनेक शोध भी किये जा रहे थे। स्वामीजी को भी ग्लैडमैन मेमोरियल इन्स्टीट्यूट की प्रयोगशाला में शरीर में इलेक्ट्रोड लगाये देखा जा सकता था। जब वैज्ञानिकों ने इस युवा योगी से विकिरित होने वाली तरंगों को मापने का प्रयास किया तो देखा कि कोई तरंग ही विकिरित नहीं हो रही है। उन्होंने विस्मित होकर सोचा कि मशीन में कुछ खराबी आ गयी है। उन्होंने स्वामीजी को दूसरे दिन वापस आने के लिए कहा। अगली बार भी यही घटना घटी—कोई विकिरण नहीं। तब उनमें से एक शोधकर्ता को युक्ति सूझी। उसने स्वामीजी से कहा,

“क्या आप ऐसी किसी चीज के बारे में सोच सकते हैं जिसे खाना आपको बहुत अच्छा लगता है?” उस जमाने में भारतीय दुकानों कोने-कोने में नहीं थीं और बढ़िया भारतीय भोजन मिलना दुर्लभ था, इसलिए स्वामीजी ने अपने मन को उकसाने के लिए कहा, ‘रसगुल्ला!’ मशीन में तुरंत ही एक तरंग का स्वरूप दिखायी दिया। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि एक सिद्ध योगी की स्वाभाविक मानसिक एवं भावनात्मक अवस्था पूर्णतः शान्त, स्थिर एवं संतुलित होती है। वे एक भाव-विशेष को जानबूझकर, अपनी इच्छा से उत्पन्न करते हैं, जबकि सामान्य मनुष्य लगातार, अनैच्छिक रूप से उतार-चढ़ाव का अनुभव करते रहते हैं।

शोधकर्ताओं ने जाँच के लिए इलेक्ट्रोड का उपयोग किया, लेकिन जिन लोगों ने स्वामीजी को विभिन्न मनःस्थितियों में देखा है वे तो वैसे ही जानते हैं कि यह बात सत्य है। चाहे वे अनेक लोगों के समूह के साथ ही क्यों न बैठे हों, लोगों की समस्याएँ सुनते, किसी के प्रति स्नेह का प्रदर्शन करते, तो किसी को डाँट लगाते, सबके साथ अपना ज्ञान बाँटते, चुटकुला सुनाते, इन सबके बावजूद भी सदा गहन शान्ति की अवस्था में स्थित। ऐसा प्रतीत होता है मानो वे इस क्षणभंगुर संसार के व्यापार में संलग्न रहते हुए भी हमेशा उस अनन्त सत्ता से जुड़े रहते हैं। उनके सान्निध्य में रहने का अर्थ है अथाह शान्ति के जगत् में रहना, आप इसे ईश्वर का सान्निध्य भी कह सकते हैं। तब इसमें आश्चर्य ही क्या कि उनसे पहली बार मिलने वाले लोगों की आँखों से भी भावाश्रु छलक पड़ते हैं। अब हम सबके सामने यह चुनौती है कि जिस शान्त अवस्था का अनुभव हमें स्वामीजी की उपस्थिति में होता है, उस शान्त अवस्था को हम अपने भीतर बार-बार लाने का प्रयास करें, जब तक उनकी उपस्थिति और अनुपस्थिति, दोनों में समान रूप से यह अनुभव न होने लगे।

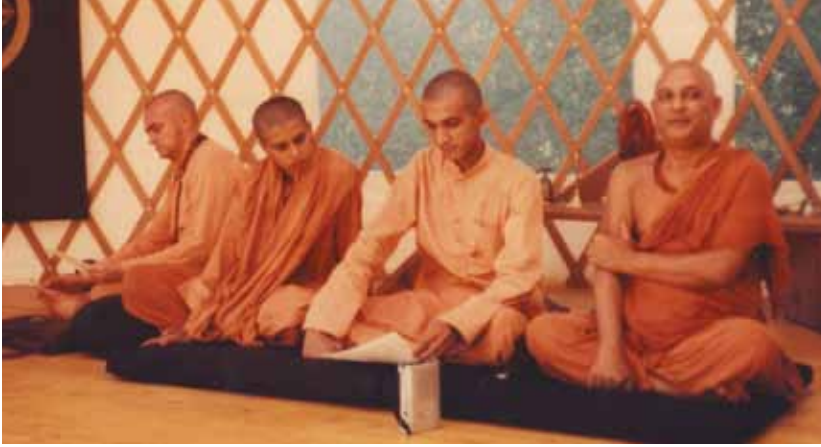
पाश्चात्य जगत् की कोलाहलपूर्ण चकाचौंध ने कभी हमारे स्वामीजी को प्रभावित नहीं किया, जैसा कि प्रायः अनेक लोगों के साथ होता है। न्यूयॉर्क की चकाचौंध भरी सड़कें हों या मुंगेर की झोपड़ियाँ या अंधेरी गुफा—वे हर जगह आराम से रहे। एक बार उनके कुछ विद्यार्थियों ने मंत्र दीक्षा के लिए प्रार्थना की। वे सहमत हो गये। दीक्षा के एक दिन पूर्व एक अन्य विद्यार्थी का जन्मदिन था, उसने स्वामीजी सहित सबको मैकडोनाल्ड्स में भोजन के लिए आमंत्रित किया। स्वामीजी ने अपनी मनमोहक मुस्कान के साथ कहा, “अवश्य आयेंगे।” भोजन के समय सभी लोगों ने मिलकर

फ्रेंच फ्राइज़ और बर्गर का आनन्द उठाया। अगले दिन मंत्र दीक्षा के आवेदक नहीं आए। स्वामीजी ने फोन करके पूछा, “क्या बात है आप लोग आए नहीं?” उन्होंने कहा, “हम लोगों ने निश्चय किया है कि आपसे दीक्षा नहीं लेंगे। जो मैकडोनाल्ड्स जाता है वह हमारा गुरु नहीं हो सकता।”

अपने पूज्य गुरुदेव के प्रति प्रेम एवं रक्षात्मक प्रवृत्ति के कारण हमारी तीखी प्रतिक्रिया हो सकती है, “वे लोग उनके शिष्य बनने योग्य नहीं थे!” लेकिन क्षणभर रुककर जरा विचार कीजिए, ‘क्या स्वामीजी ने भी इसी दृष्टि से देखा?’ नहीं, वे मनुष्य की एक अन्य सीमित दृष्टि से अवगत हुए, और अपने सनातन स्वभाव में स्थित रहते हुए, अपने समक्ष उपस्थित कठिन कार्य को समझकर आगे बढ़ते गये।

हर बार क्रिसमस की छुट्टियों में, जहाँ स्वामीजी के चारों ओर रहने वाले लोग खाने-पीने और मद्यपान का उत्सव मनाने में लगे रहते थे, वे चुपचाप किसी नेशनल पार्क के एकान्तिक मैदान में डेरा डालकर साधना में लीन हो जाते। ऐसे ही एक अवसर पर जब देर रात बीस क्रियाओं का अभ्यास पूरा करने के बाद वे नीरव वातावरण में शान्त बैठे थे, अचानक उच्च स्वर में संगीत बजने लगा। स्वामीजी ने मन में सोचा, ‘लगता है कोई दूसरा पर्यटक आ गया।’ और नवांगतुक के शान्त होने का इन्तजार किया। लेकिन ऐसा नहीं हुआ, उच्च स्वर में संगीत बजता ही रहा। वे ध्यान में व्यवधान डालने वाले उस व्यक्ति से बातचीत करने का निश्चय कर अपने तम्बू से बाहर आए। दूर-दूर तक कोई नजर नहीं आया। उन्होंने अपनी कार में बैठकर हेडलाइट जलायी और पूरे मैदान का निरीक्षण किया। फिर भी कोई नजर नहीं आया। हैरान होकर अपने तम्बू में वापस जाने के लिए उन्होंने जैसे ही फ्लैप उठाया, उनके मन में विचार आया, ‘क्या यह संगीत मेरे मन में तो नहीं उत्पन्न हो रहा है?’ और उन्हें अनुभव हुआ, ‘हाँ, सचमुच!’ रात्रि का शेष समय संगीत को नियंत्रित करने और बदलने में बीता। इसके बाद महीनों तक संगीत विद्या का यह विलक्षण उपहार उनके साथ रहा—उनके समक्ष जो भी संगीत बजाया जाता, वे तत्काल उसे अपने मन में दुबारा उत्पन्न कर सकते थे।

अनेक लोग क्रियाएँ सीखते हैं, लगन से उनका अभ्यास करते हैं, और उसके बाद शिकायत करते हैं, “शास्त्रों में जैसा दावा किया गया है वैसा कुछ चमत्कार तो



दिखायी नहीं दे रहा है। मेरे साथ तो ऐसा कुछ नहीं हुआ।” तत्काल परिणाम की अपेक्षा रखना इस जमाने की एक खामी है। हम यह भूल जाते हैं कि गुरुओं और शास्त्रों ने हमेशा से इस बात पर जोर दिया है कि केवल अधिकारी व्यक्ति को ही अभ्यास से प्राप्त होने वाली शक्तियों की अनुभूति होगी। स्वामीजी के शब्दों में, अधिकारी वही व्यक्ति बन सकता है जिसने उचित तैयारी की हो। इस नियम का साक्षात् प्रमाण उन्हें देखने से मिलता है—जन्मों-जन्मों की तैयारी।

श्री स्वामीजी ने अपने प्रिय शिष्य के अमेरिका निमंत्रण को स्वीकार कर लिया था और वे अप्रैल 1982 में यहाँ आने वाले थे। स्वामी निरंजन को एक विचार सूझा—वे स्वयं विमानचालक की भूमिका निभाकर अपने गुरु को एक शहर से दूसरे शहर की यात्रा करायेंगे। इस प्रकार चार सीटों वाले सेसना विमान उड़ाने का उनका प्रशिक्षण आरम्भ हुआ, प्रशिक्षण की व्यवस्था उनके एक विद्यार्थी ने की। उन्होंने अस्सी घण्टों का प्रशिक्षण पूरा किया। हमारे परमहंस अब अपने वास्तविक रूप में आ गये थे, उन्मुक्त गगन के पंछी के लिए ऊँची उड़ान भरने से अधिक आकर्षक और क्या हो सकता है! बाद में जब किसी ने उनसे पूछा, “आपका अनुभव कैसा रहा स्वामीजी?” तब उस अनुभव को याद कर उनके अधरों पर मृदु मुस्कान खिल उठी, और उन्होंने कहा, “अति उत्साहजनक! खुले आसमान में पंछी तरह उड़ान भरना...” और उनकी आवाज आकाश की ऊँचाइयों की ओर उठकर विलीन हो गयी।

जब श्री स्वामीजी अमेरिका पहुँचे, तब उनके साथ स्वामी सत्संगी भी थीं। यह स्वामीजी और स्वामी सत्संगी की पहली मुलाकात थी। इस अनपेक्षित मुलाकात को याद कर स्वामीजी की आँखों में शरारतभरी चमक उभर आयी, उन्होंने बताया, “श्री स्वामीजी ने इटली से यह खबर करने के लिए फोन किया कि वे एक नव दीक्षित संन्यासी, स्वामी सत्संगी के साथ अमेरिका आ रहे हैं। वे निर्धारित समय पर पहुँच गये, हवाई अड्डे पर श्री स्वामीजी को खोजकर मैंने प्रणाम किया। नये स्वामी को ‘हरि ॐ’ कहा, और फिर हम अपनी कार की ओर बढ़ गये। श्री स्वामीजी और नये स्वामी सामने की सीट पर बैठे, जीवत और मैं पीछे की सीट पर। जब कार चल पड़ी तब मेरी आँखों के सामने नये स्वामी का अभी-अभी मुड़ाया हुआ, चमकता हुआ सिर ऊपर-नीचे हो रहा था। मैंने धीरे से उनके सिर को थपथपा दिया। उन्होंने थोड़ा मुड़कर देखा, पर पीछे तो पूर्ण शान्ति थी। वे फिर सामने देखने लगीं। मैंने फिर सिर थपथपाया। परेशान होकर उन्होंने फिर थोड़ा मुड़कर देखा। पीछे की सीट पर बैठे चेहरों पर कोई भाव नहीं उभरा। मैंने फिर थपथपाया। श्री स्वामीजी बगल में बैठे थे, इसलिए वे किसी प्रकार की प्रतिक्रिया व्यक्त नहीं कर पा रही थीं। मैंने फिर थपथपाया। अब की बार उन्होंने सीधे पीछे मुड़कर देखा। मैंने जीवत की तरफ इशारा कर दिया, वे शर्म से पानी-पानी हो गये, किसी ने कुछ नहीं कहा...” यह भाई-बहन के एक सुन्दर रिश्ते की शुरुआत थी, और इसका अर्थ यह था कि वे जीवन के अनेक क्षण साझा करने वाले हैं, साथ-साथ काम करना, खेलना, छेड़-खानी करना, खुशियाँ बाँटना...।

श्री स्वामीजी ने स्वामी निरंजन के साथ कार्यक्रमों का संचालन और लोगों से मुलाकात करते हुए अमरीका के सात से अधिक शहरों की यात्राएँ कीं। उनके मनोभाव इस बार कुछ अलग नजर आ थे। बाद में नवम्बर में जब वे दोनों प्यूर्टो रिको में एक साथ थे, तब गुरु-शिष्य के बीच यह उत्कृष्ट संवाद हुआ —

श्री स्वामीजी—“क्या तुम भारत वापस आओगे?”

स्वामीजी—“मैं वापस आना तो नहीं चाहता, लेकिन अगर आपका आदेश होगा, तो दुनिया की कोई ताकत मुझे रोक नहीं सकती।”

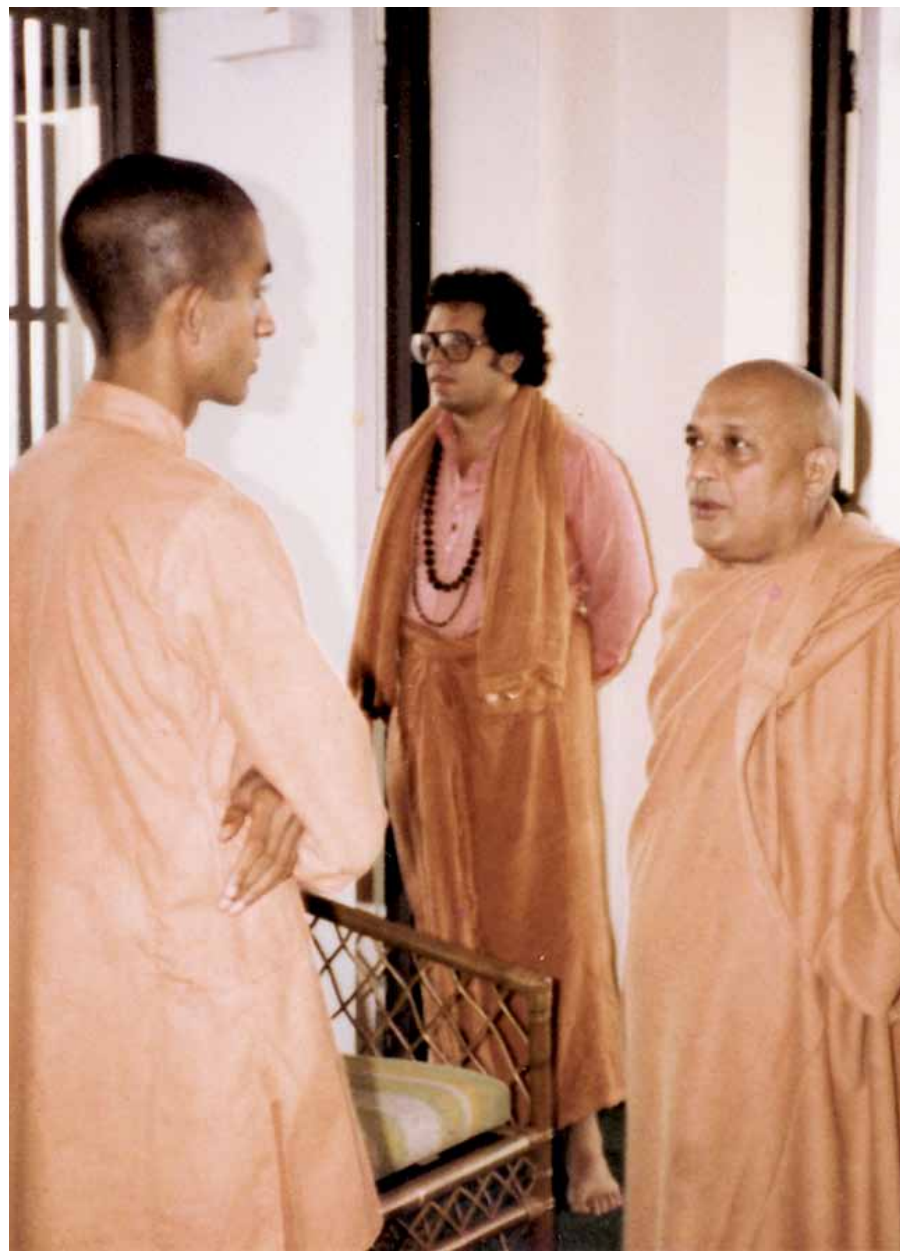
इसके आगे कुछ बातचीत नहीं हुई। श्री स्वामीजी भारत वापस आ गए और स्वामीजी अमरीका विजय के अपने अभियान में पुनः संलग्न हो गये। वे आश्रम निर्माण

के लिए वर्जिनिया के एक जंगली इलाके में 100 एकड़ जमीन खरीदने की तैयारी में जुट गये। जब वे वर्जिनिया में विक्रय पत्र पर दस्तखत कर वापस सैन ओजे आए, तो एक टेलिग्राम उनकी प्रतीक्षा कर रहा था। “16 तारीख तक निश्चित रूप से भारत वापस आ जाओ और अध्यक्ष का पदभार ग्रहण करो।” यह खबर 23 दिसम्बर को मिली, स्वामीजी के पास सब कुछ समेट कर वापस भारत जाने के लिए 20 दिन से अधिक का समय नहीं था। उन्होंने विक्रय पत्र को रद्द करवाया, रीनो, फ्लैग स्टाफ, साल्ट लेक सिटी, लुइसियाना, शिकागो, एन आर्बर व शेर्लोर्ट्सविल में उन्होंने जिन आश्रमों का निर्माण किया था, उन्हें बन्द करवाया। बड़े दिन की छुट्टियों की व्यस्ततम अवधि में हवाई टिकट का प्रबन्ध किया और 16 जनवरी की रात मुंगेर पहुँच गये। “सब चीजों से एकदम मुक्त होकर। जो आश्रम खोले थे या जिन आश्रमों को छोड़कर आए थे, जिन लोगों को छोड़कर आए थे, जिन कपड़ों को छोड़कर आए थे, उनके सम्बन्ध में किसी प्रकार का विचार नहीं।” जब गुरु शक्ति ने खींचा तो बाकी सब कुछ अपने-आप छूट गया और वे एक बार पुनः उस स्थान पर आ गए जो उनका अपना था।

तीन दिनों के बाद उन्हें बिहार योग विद्यालय के अध्यक्ष का पदभार सौंप दिया गया।

अपने उत्तराधिकारी के अनुरोध पर श्री स्वामीजी मुंगेर में कुछ और समय रुकने के लिए राजी हो गये, लेकिन वे कभी-कभी ही यहाँ रहते थे। उनका अधिकांश समय यात्रा में बीतता, इसलिए आश्रम संचालन का सारा कार्यभार 23 वर्षीय स्वामी निरंजन के कंधों पर आ गया। वे टूटी-फूटी हिन्दी बोलते थे, अधिकतर अंतेवासियों से लगभग आधी उम्र के थे और उनकी कार्यशैली कुछ-कुछ पाश्चात्य ढंग की थी। अतः इस जिम्मेदारी का वहन करना उनके लिए आसान कार्य नहीं था। फिर भी अपने विशिष्ट गुणों के कारण उन्होंने अतिशीघ्र सबका दिल जीत लिया।

भागलपुर की गीता सहाय अपने संस्मरण सुनाते हुए कहती हैं, “एक बार बच्चों के कैम्प के दौरान मैं मुंगेर गयी। हम यहाँ के सुव्यवस्थित प्रशासन को देखकर आश्चर्यचकित रह गये। परमहंस जी विदेश गये हुए थे और





उनके स्थान पर स्वामी निरंजन जी, जो अब बड़े हो गये थे, आश्रम सम्हाल रहे थे। इसके पहले जब मैं आश्रम जाती थी उस समय स्वामी निरंजनानन्द बहुत छोटे थे। अब वे स्वामी सत्यानन्द जी की छाया की तरह नजर आते। परमहंस जी जब आश्रम छोड़कर चले गये, उसके बाद मैं पुनः आश्रम गयी, और देखा कि आश्रम दिन-दूनी

रात-चौगुनी उन्नती कर रहा है। आश्रम में रहने वाले सभी लोग बड़े विनम्र हैं, उनका व्यवहार कोमल है और वे निष्ठापूर्वक अपना कार्य करते हैं। वातावरण अति पावन लगा। स्वामी निरंजन जी स्वामी सत्यानन्द जी के प्रतिरूप ही थे। उनकी बाल सुलभ मुस्कान अनायास ही ध्यान अपनी ओर आकृष्ट कर लेती। सभी कार्यों में उनकी योग्यता भी परमहंसजी के ही समान थी—जैसे गुरु वैसे शिष्य!”

अब जरा सोचिए, जब हमें कोई पद दिया जाता है, चाहे छोटा हो या बड़ा, हम क्या करते हैं? हम प्रेम बाँटते हैं या लोगों को नियंत्रित करना चाहते हैं? हम दिल जीतने का प्रयास करते हैं या दूसरों पर शासन करने का प्रयास करते हैं? क्या हम धैर्यपूर्वक दूसरों की बातें सुनते हैं या केवल अपनी ही हाँकना चाहते हैं? सोचिए, हमें अपने हृदय में कैसे भाव जगाने होंगे और अपने कर्मों की अभिव्यक्ति में क्या परिवर्तन लाना होगा, ताकि हम उस अवस्था को प्राप्त कर सकें जिसमें हमारे परमहंस स्थित हैं।

गंगादर्शन के निर्माण का कार्य पूर्ण हो चुका था और अखण्ड ज्योति भी पुराने आश्रम से यहाँ लायी जा चुकी थी। फिर भी अभी भूमि की सफाई का बहुत काम बाकी था। स्वामी विभूति बताती हैं, “जब स्वामीजी आश्रम आए, उस समय आश्रम के कुछ स्थानों में बहुत घने झाड़-झंखड़ थे, वहाँ साँपों ने अपना डेरा डाल रखा था और कोई वहाँ जाने की हिम्मत नहीं करता था। अतः रविवार को श्री स्वामीजी हम सब को सुबह पाँच बजे कुटीर में बुलाते थे, और खुरपी, घास काटने का आला, चाकू, कुल्हाड़ी, झाड़ू और टोकरी लेकर हम सब उस क्षेत्र की सफाई करने जाते। ऐसे ही एक अवसर पर स्वामीजी ने श्री स्वामीजी की नजर बचाकर इस जंगल की सफाई के लिए एक तेज धार वाली तलवार उठा ली। अपनी धोती को कमर पर बाँधे, तलवार घुमाते वे एक साहसी युवा राजकुमार के समान दिख रहे थे, जो अपनी टुकड़ी का नेतृत्व करता हुआ अपराधी वर्ग से युद्ध करने जा रहा हो। वे अपने हथियार से कुशलतापूर्वक कलाबाजियों का प्रदर्शन करते हुए अन्तेवासियों के एक छोटे समूह के साथ उस क्षेत्र में प्रवेश करने ही वाले थे कि श्री स्वामीजी अचानक अनपेक्षित रूप से वहाँ प्रकट हो गये, उन्होंने आदेश दिया, ‘निरंजन, तलवार नीचे रख दो!’ तलवार तत्काल भूमि पर धराशायी हो गयी, उनका सिर आत्म-निवेदन के भाव से झुक गया, सामने फिर एक छोटा बालक था—जो पिता के सामने समर्पण के भाव से खड़ा था। यह उनके लिए आज्ञाकारिता का एक और पाठ था।”

स्वामीजी के शब्दों में, “जहाँ तक मेरी बात है, मैं हमेशा शिष्य बनकर ही रहूँगा।” किन्तु अन्य लोगों को उनके भीतर गुरु तत्त्व का दर्शन होने लगा था। स्वामी आनन्दानन्द अपने संस्मरण सुनाते हुए कहते हैं, “एक बार अपने मुंगेर प्रवास के दौरान सर्दी और बुखार से पीड़ित होकर मैं अपने कमरे में विश्राम कर रहा था, तभी दरवाजे पर दस्तख सुनायी दी। मैंने दरवाजा खोला, स्वामी निरंजन अपनी मनमोहक मुस्कान लिए सामने खड़े थे, उस समय मुझे ऐसा लगा मानो मेरे दिल में प्रेम का झरना फूट पड़ा हो। यह ठीक वैसा ही अनुभव था जैसा पहले मुझे श्री स्वामीजी की उपस्थिति में हुआ था। इसी समय से मुझे स्वामीजी में गुरु के दर्शन होने लगे।”

आश्रम में स्वामीजी को विभिन्न भूमिकायें निभानी होती थीं, पाँच वर्ष बीतते-बीतते वे इसके अभ्यस्त हो गये। सन् 1988 में गुरु पूर्णिमा के अवसर पर सबको लगने लगा कि यह गुरु पूर्णिमा कुछ अलग है। यह मुंगेर में श्री स्वामीजी की अन्तिम गुरु पूर्णिमा थी। दस दिन बाद, 8.8.88 को वे केवल एक झोला लेकर, कभी वापस न लौटने के संकल्प के साथ आश्रम से निकल पड़े।

जब शिष्यों ने श्री स्वामीजी का पता जानना चाहा, और उनकी उपस्थिति के लिए प्रार्थना की, तब उन्हें प्रोत्साहन देने और भावनात्मक स्थिरता प्रदान करने की जिम्मेदारी भी स्वामी निरंजन पर आ पड़ी। उन्होंने एक अनोखी युक्ति अपनाकर यह कार्य सम्पन्न किया। हर संध्या को वे सभी अंतेवासियों को बुलाते और उनसे श्री स्वामीजी के साथ अपने अनुभवों और उनसे प्राप्त शिक्षाओं को साझा करने के लिए कहते। श्री स्वामीजी के साथ बिताए क्षणों को याद करते, अपने-अपने संस्मरण सुनाते, जब अंतेवासी परमहंस के प्रेमिल सान्निध्य में स्वयं को सुरक्षित महसूस करने लगे, तब उनके चेहरों पर मुस्कान लौट आयी, उनके भीतर पुनः आशा और प्रेरणा का संचार हुआ।

तत्पश्चात् जब श्री स्वामीजी रिखिया में बस गये, जो मुंगेर से मात्र 130 किलोमीटर की दूरी पर है, तब स्वामीजी निरंतर रिखिया जाते रहते और वापस आकर सबको गुरु जी के बारे में बताते। 31 दिसम्बर 1989 को श्री स्वामीजी ने रिखिया के अलखबाड़ा में स्वामीजी को परमहंस संन्यास की दीक्षा दी। हंस परमहंस बन गये, और श्री स्वामीजी का अनुग्रह प्राप्त कर उन्होंने जीवन के अगले दशक में प्रवेश किया। ■



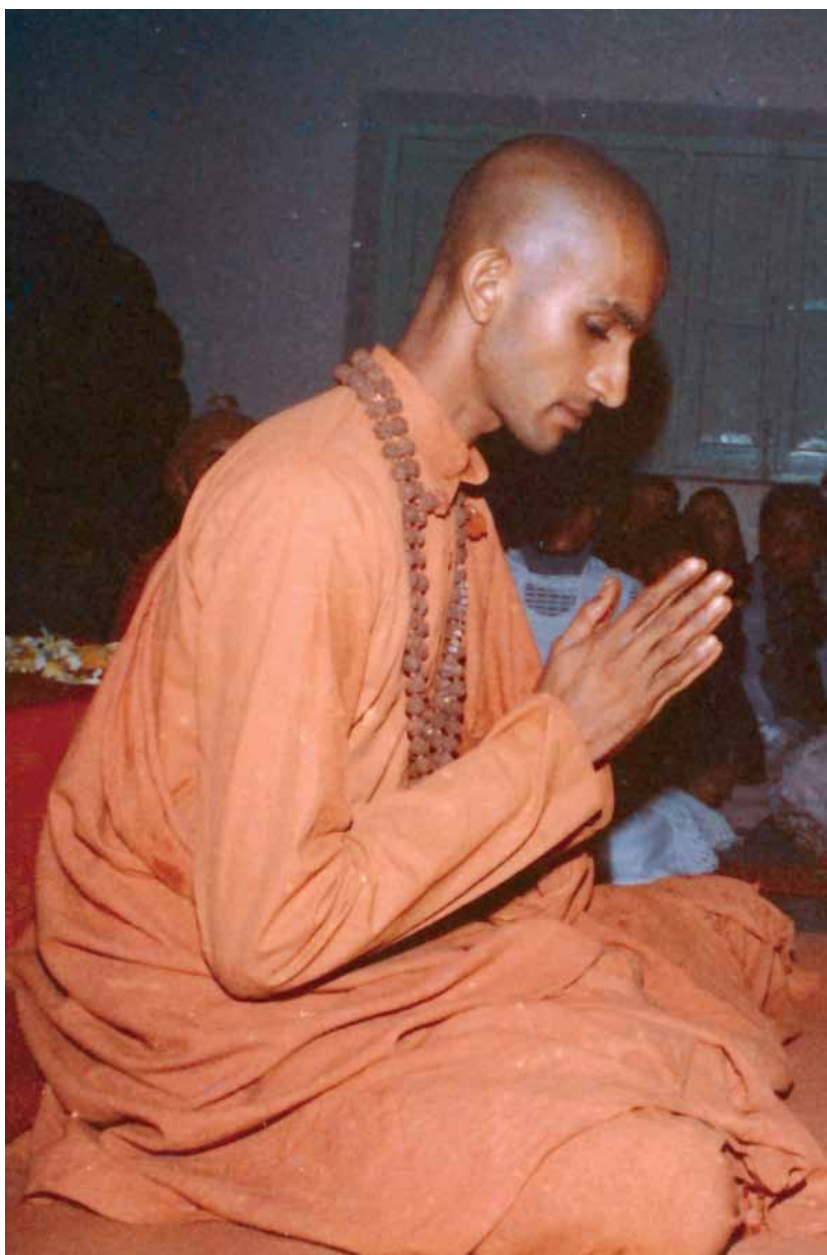
I have a disciple who is now in the USA. He is an Indian and his name is Swami Niranjan. He was tested by a department in Stanford University. They were trying to work on his emotional pattern, because he had renounced and left his parents when he was six years old and since then he has lived with me. He never went back home. He is now about twenty years old. The professors in Stanford University wanted to know what would be the pattern of the emotions of such a person. He was tested for a long time with Kirlian photography and they found the same thing with him as they did with me: there was no aura at all. If you project your emotions, there is an aura or radiation. If you can control your emotional channels, there is no aura.

—Swami Satyananda

At the end of 1982 in Puerto Rico, I called Swami Niranjan and told him, “Now my plan is clear. I am not going to work with the administrative side of the Bihar School of Yoga or any institution anymore. You cancel your trips in America and return to Munger as soon as possible. You have to take charge of the institution.” He said, “Well, if that is your decision, I will come. But if you ask my choice, I would rather stay here.” That was his answer: Swami Niranjan came to Munger not because of his choice, but because of mine.

—Swami Satyananda



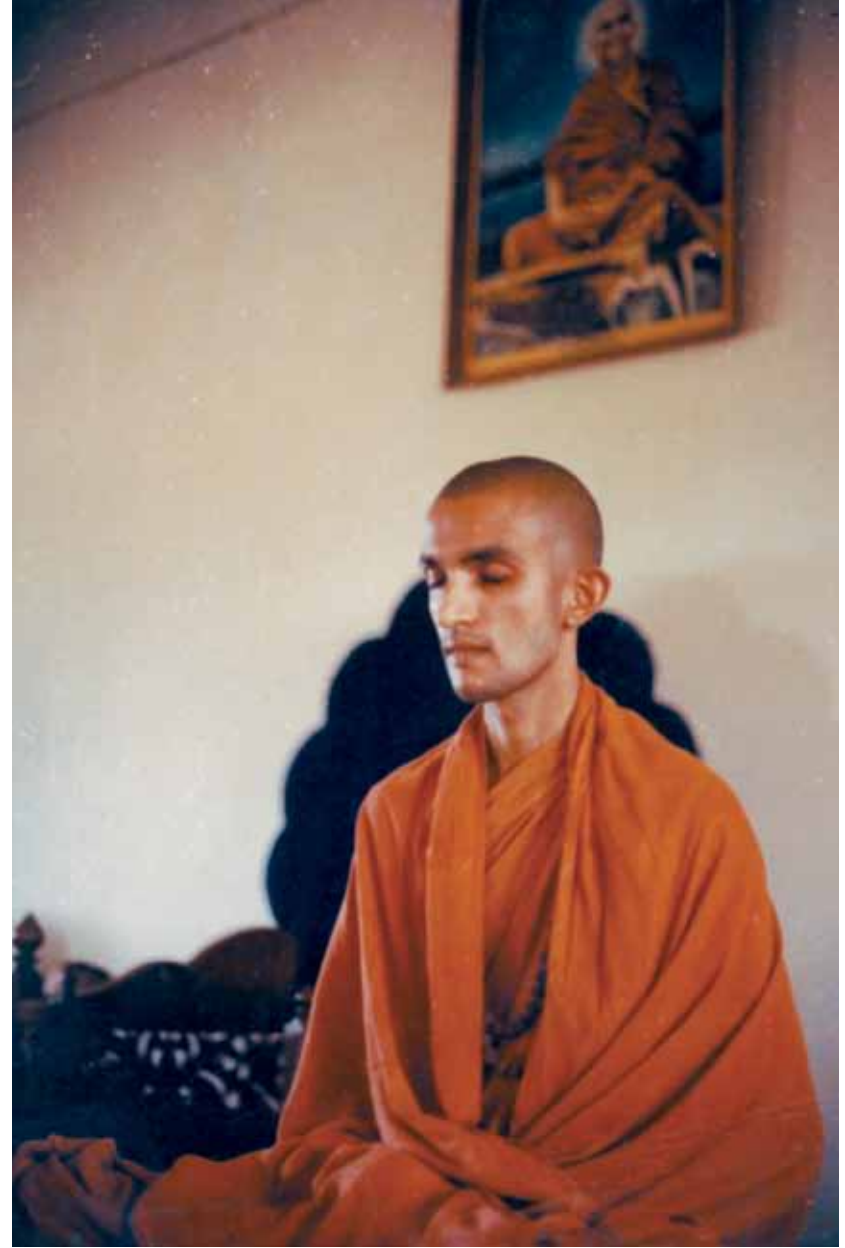


For the administration, Swami Niranjanananda, heading the Board of Directors, will handle all affairs directly. For a disciple, it is of paramount importance that he should be able to follow every command of his guru, verbal or otherwise. He should be able to anticipate and remain constantly alert to every need of the guru, only then can the guru transmit his knowledge and guidance to the disciple and continue his mission through the disciple. It would not be an exaggeration to say that Swami Niranjanananda has always maintained the high ideals and standards of such a disciple. Although only twenty-three years of age, his experience, decision-making capacity and judgement can be compared to a person twice his age. He has travelled widely from the age of ten, perhaps little knowing the immense responsibilities that would befall him later. However, judging from his past record one feels that the responsibility rests on very young but very able shoulders.

—Swami Satyasangananda

श्री स्वामीजी के योग मिशन के प्रशासन के लिए अब 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 सतत् 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।

—स्वामी सत्यसंगानंद





I have been receiving several letters from disciples from time to time, and visiting groups have also asked me for a visit. Of course I would come as I have a deep affinity for my disciples and sannyasins whom I consider as my very own. But for the moment this is not possible.

However, keeping everyone's wish in mind, I have decided to send Swami Niranjan on my behalf. Although I will not be there in person, my spirit, heart and mind will travel to you in Niranjan.

Keeping this in view, all sannyasins, karma sannyasins, disciples, devotees and friends, should be informed of his visit. Swami Niranjan goes there not just as my representative but, in fact, as my soul, without a difference.

I hope my message is clear.

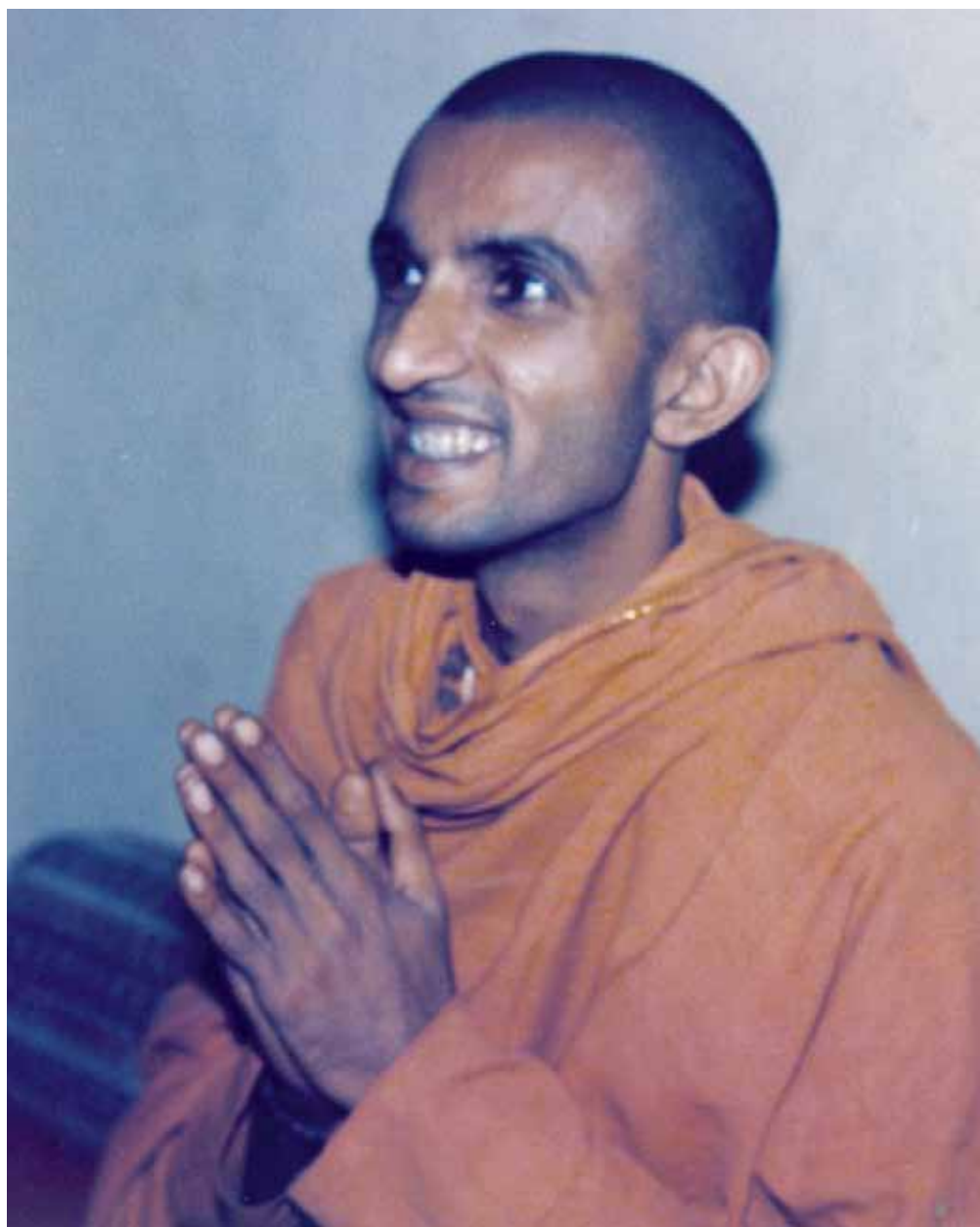
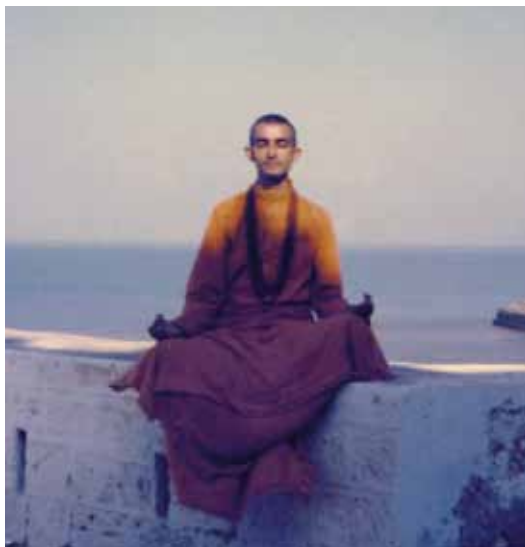
Om Tat Sat

—Swami Satyananda

आत्मा की निर्मलता

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1986

आत्मसंयम के सोपानों को पार कर
ईश्वरोन्माद की सरिता के तट पर आकर
जहाँ सत्य का जल सतत् प्रवाहमान है
जिस पर करुणा की लहरें थिरक रही हैं
वहाँ स्वयं को पूर्णतया अनावृत कर दो,
और उस पावन प्रवाह में गहरा गोता लगाओ
तभी, केवल तभी
इस मायामय संसार के मल से
तुम्हारी आत्मा निर्मल हो सकेगी।



चिदाकाश का सिद्धांत

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1987

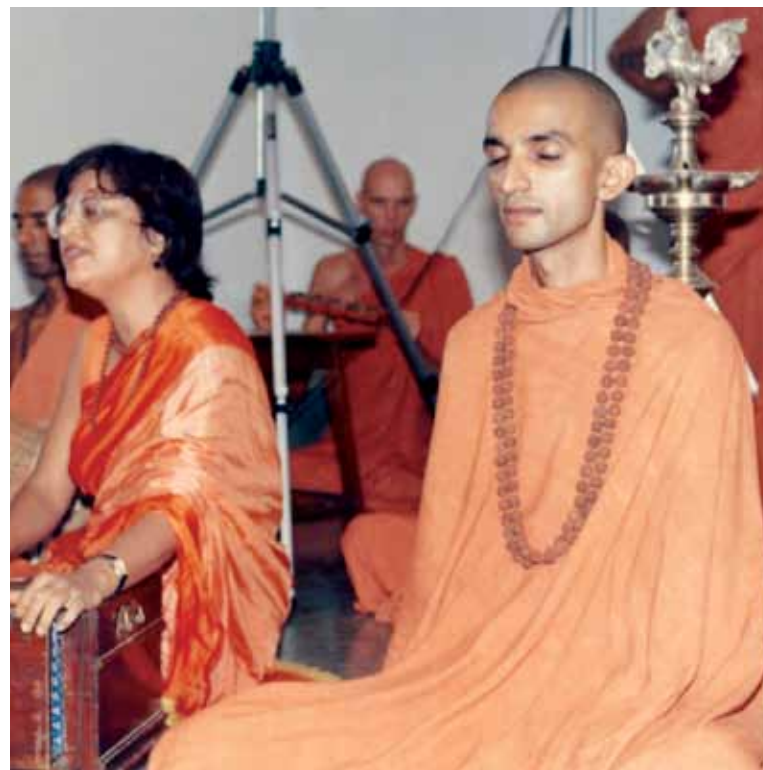
चिदाकाश का शाब्दिक अर्थ होता है चित्त या मन का आकाश। हम जब अपनी आँखों को बन्द करते हैं, तब बन्द आँखों के सामने जो काले रंग का अनंत विस्तार दिखायी देता है, उसे चिदाकाश माना जाता है।

योग के अनुसार प्रत्येक मानसिक क्रिया चिदाकाश में घटित होती है, क्योंकि योग में हम यह मानते हैं कि प्रत्येक विचार, अनुभव, भावना एवं मानसिक क्रिया का एक विशेष रूप, रंग और आकृति होती है अर्थात् उसके साथ विशेष गुण सम्बद्ध रहते हैं। हम विचारों को भले ही न देख पायें, क्योंकि उनकी आवृत्ति भिन्न होती है, लेकिन उस विचार के संगत रूप, रंग और आकार को चिदाकाश में देखना सम्भव है।

जब आप सोचते हैं तो किस प्रकार सोचते हैं? क्या विचार मन में एक वाक्य के रूप में उभरता है, या आप ऐसे विचार करते हैं, मानो कोई आपसे मानसिक रूप से वार्तालाप कर रहा हो? या आप किसी चीज का मानस-दर्शन करते और अपने विचारों को उस पर आरोपित कर देते हैं? उदाहरण के लिए, आप जानते हैं कि पर्वत सुन्दर होते हैं। क्या आप पर्वतों को वास्तव में अन्दर में देखते हैं, और तब यह विचार आता है, 'ये सुन्दर हैं'? आपके भीतर चलने वाली विचार प्रक्रिया क्या है?

प्रत्येक व्यक्ति अलग प्रकार से सोचता है। कुछ लोग ऐसे सोचते हैं, जैसे कोई उनके मस्तिष्क के भीतर उनसे बात कर रहा हो। अन्य लोग इस प्रकार सोचते हैं जैसे कोई कुछ लिख रहा हो, और वे उन लिखे हुए शब्दों को देख रहे हों। कुछ लोगों को विचार दृश्य रूप में दिखते हैं। हम सब समय-समय पर इन भिन्न-भिन्न प्रक्रियाओं से गुजरते हैं, किन्तु व्यक्ति के विचार की सामान्य शैली प्रायः एक-सी रहती है, यह बदलती नहीं है। हम इसे मस्तिष्क के दायें

एवं बायें गोलार्द्ध की क्रियाशीलता का प्रतीक मान सकते हैं। कलाकार एक विशेष प्रकार से सोचते हैं और बुद्धिजीवी दूसरे प्रकार से। विचार का रूप ऊर्जा का होता है और ऊर्जा नित्य परिवर्तनशील एवं गतिमान है। वह नित नये-नये रूप, रंग और आकार ग्रहण करती रहती है। हर प्रकार की मानसिक क्रिया स्वयं को बाह्य जगत् में एक रंग या आकार या प्रतीक या किसी अन्य दृश्य अनुभव के रूप में प्रकट करती है। संक्षेप में कहा जाए तो मनःशक्ति के दृश्य पक्ष का अनुभव हम जिस आयाम में करते हैं, वह चिदाकाश कहलाता है।



अग्नि का प्रतीक

स्वामी निरंजनानंद सरस्वती, 1987

गेरू रंग का प्रयोग एक विशेष परम्परा के संन्यासियों एवं स्वामियों द्वारा किया जाता है। साधु-संन्यासियों, त्यागियों और स्वामियों की अनेक परम्पराएँ और सम्प्रदाय हैं। सब के सब गैरिक वस्त्र नहीं पहनते। कुछ सफेद वस्त्र धारण करते हैं, कुछ लाल, कुछ काले और कुछ केसरिया। हम दशनामी परम्परा के अन्तर्गत आते हैं, जिसकी स्थापना आदिगुरु शंकराचार्य द्वारा की गयी थी। हम गेरू पहनते हैं, जो परम्परा का प्रतीक है।

यह रंग अग्नि का प्रतीक है। जिस प्रकार अग्नि प्रत्येक वस्तु को जला सकती है, चाहे कूड़ा-कचरा हो या कोई अच्छी वस्तु, उसी प्रकार गेरू रंग इस तथ्य का परिचायक है कि संन्यासियों को अग्नि के सदृश होना है। संन्यासियों को अच्छे-बुरे व्यवहार से प्रभावित नहीं होना चाहिए। उनके भीतर प्रत्येक चीज को स्वीकार करने का सामर्थ्य होना चाहिए, जैसे अग्नि में होता है; और स्वीकार करने के बाद भी संस्कारों एवं कर्मों का क्षय करके, अपनी कामनाओं, मनोवृत्तियों एवं महत्वाकांक्षाओं का त्याग करके अपनी एक अनूठी पहचान बनाए रखनी चाहिए।

गेरू रंग तेजस्विता एवं गत्यात्मकता का प्रतीक है। प्रत्येक व्यक्ति, जो विवेक एवं वैराग्य के मार्ग का अनुसरण करने का इच्छुक है, इस रंग का उपयोग कर सकता है। यदि आप गृहस्थ भी हैं तो भी आप इसका उपयोग कर सकते हैं क्योंकि यह आन्तरिक, आध्यात्मिक व्यक्तित्व को जाग्रत कर आन्तरिक बल प्रदान करेगा।



Be Ready to Receive Him

Swami Niranjanananda Saraswati, 1988

People throng to religion, gurus and spiritual organizations for guidance and the achievement of their desires. In return they get self-satisfaction and many of their desires are also fulfilled. The problems of this planet may not get solved but they get an opportunity to dip into the ocean of knowledge. They derive wisdom but it remains unexpressed in their behaviour, for the droplets of wisdom which they acquire evaporate in the hot sands of 'samsara'.

The channelling of sublime wisdom into creative action is a rare gift which only a few extraordinary individuals possess. On an encounter with Swamiji, even if it is a casual one, one is deeply impressed that he epitomizes such a person. Behind his personality flows a stream in which wisdom and action are the main currents. The realization of the Supreme, from the *Brahma Sutras* and the selfless action of the *Gita*, are a spontaneous expression which have become one in him.

Renunciation, giving of alms, sacrifice and austerities are performed by many people, but it is rarely done with

a vision of the future. Rather, we see that it is done more for self-contentment. One kind of action moves, motivates and inspires the world, another is only for self-indulgence.

We are counted in the latter category. To motivate, inspire and provide direction to the world, a leader is required who embodies anger as well as pardon and peace, brilliance and shrewdness as well as simplicity and innocence, down-to-earth awareness as well as far-sightedness. One in whom both the fiery brilliance of Parshurama as well as the astute and calm wisdom of Rama are manifest. One who symbolizes the determination and righteous wisdom of Krishna and Yudhisthira, the glow and harsh warmth of the sun and the silvery, soothing and healing coolness of the moon. Such a multi-faceted, mysterious and practical leader can mould a definite future from the gathering of scattered, diverted and dissipated energies.

Upon meeting and seeing Swamiji, all know deep down, that he is such a leader.

At present he is on a pilgrimage of India and its siddha-tirthas with a definite constructive purpose. He is infusing the heart and mind with a new energy, a new mantra to unite the future. Be ready to receive him.

International Yoga Fellowship Movement

Swami Niranjanananda Saraswati, 1988

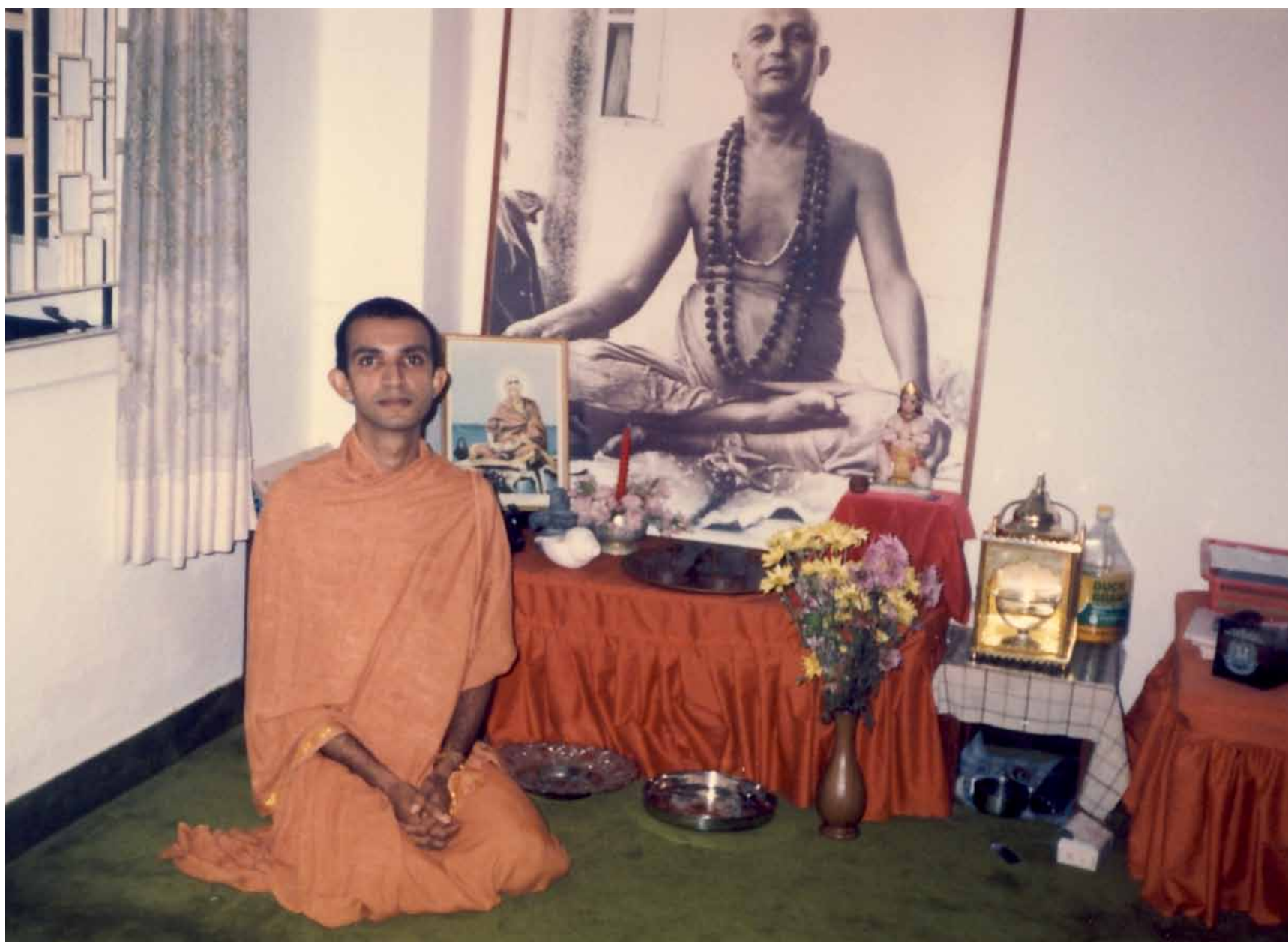
Many years ago, our guru Swami Satyananda had a vision. He saw yoga-minded people from all over the world coming together and creating a direction in the practices of yoga and their application in daily life. He realized the fact that we all need to grow up in different areas of our personality according to the situations, circumstances, country and lifestyle. This movement which was created initially with the ideal of bringing yoga-minded people together for their physical, psychological and spiritual development was known as the 'International Yoga Fellowship Movement'.

This Movement represented the mission of Swamiji, it still represents today the fellowship of yoga on an international level dedicated to the upliftment, not of humanity but of our own selves. By doing this service to ourselves, by overcoming the difficulties and conflicts that we face in ourselves, maybe we can help create a better society. However, it is not practical to think about changing the society without changing ourselves.

The various aspects of human personality were involved. We had the method of yoga which originally was an obscure word not known to many. When Swamiji had come to Sydney in 1976 for the inauguration of the International Yoga Convention, one of his statements had created a few thoughts in the mind about yoga. His statement was, 'Yoga for health and beauty was in the 1960s, and yoga for meditation is the yoga of the 1980s'. Until then the concept of yoga was, if you were involved in it, it was for body, beauty and health. Loosening up, toning up of the muscles, feeling good, floating on the seventh cloud and then coming down with a crash.

When he made the statement, many people started to think in Australia and in other countries as to the real meaning of yoga. They found that it could be used in the different areas of life, so that the three distinct personalities of body, mind and spirit could be experienced, and their potentials and qualities awakened.

With this idea many of the swamis, friends, karma sannyasins opened centres all over the world and dedicated those centres to Swami Satyananda as a mark of their respect for this stand which he has taken in the field of yoga. These institutions are dedicated to the ideals of the 'International Yoga Fellowship Movement'.



Going In

Swami Niranjanananda Saraswati, 1988

In general, we observe ourselves in two states. The first state is of action and the second is of relaxation. This is something which we can experience in our body, in our own feelings and in our own mind. The body becomes active, and then after the state of activity, it relaxes. The mind too becomes active and then relaxes. So, the experiences of the body and the mind constantly fluctuate between a condition of activity and relaxation. This is the general tendency which we have always experienced in our life. However, there is another aspect to our life which we have not yet experienced but which we try to feel when we come to yoga.

Action and relaxation

We utilize these two tendencies of action and relaxation whenever we are confronted by any of the yoga practices. Take an asana, for example, *bhujangasana*, the cobra posture. By lying on our stomach and then moving into the cobra pose, the whole body, from the top of the head to the tip of the toes, is brought into a state of awareness where action is experienced. Then we come down from the pose and rest, and a feeling of relaxation is experienced within the whole body.

When pranayama is practised with yogic breathing, we fill up the lungs completely. We inhale, first filling the lower half and then the upper half of the lungs. Breathing out, we expel air from the upper half and then the lower half of the lungs. In this practice of yogic breathing, although the effort is directed to filling our lungs in all directions, the effect of this action is felt throughout the body. During inhalation, the body experiences a state of tension, tightness and fullness. The diaphragm and other muscles are moving and pressing against the internal organs and all sides of the body. At the time of exhalation, there is a tendency for the entire body to relax. This, then, is the physical aspect.

In the mental field the same thing happens. The general concept is that in order to relax the mind, we have to let our awareness, perceptions and experiences wander freely. However, if we take the example of yoga nidra, this is not the case, rather it is the reverse. Usually we are not aware of mental activity, but in yoga nidra we are directing it so that consciously there is a state of mental tension. We are not loosening the grip from the mind because we are directing awareness to different parts of the body, whether that be the right hand thumb or the right big toe. We are also directing attention towards the sensory experiences, for example, how we are feeling physically, awareness of the environment, etc. So, again we are creating a state of activity in our conscious awareness. Then there comes a time when suddenly this activity ceases and we are able to experience mental relaxation. This does not often happen in

a class situation but comes later on. Therefore, even in a state of physical relaxation there is mental activity.

Meditative action

When we begin to meditate, initially the awareness is directed outwards towards the experiences of the body and of memory before being drawn back inside. After the attention has been fully directed outside, we begin to go inside ourselves. It is this ‘going in’ process that is the third aspect of yoga. We try to experience this internal awareness even when we are involved with a physical posture, a pranayama practice or relaxation technique.

Developing this particular tendency of mind is probably the whole objective of yoga. We are constantly involved in a state of action and relaxation, but when we begin to direct our attention inwards then even a physical action becomes a meditative action. Then mental action becomes a meditative action. Behaviour becomes a meditative action. Even the mental conflict that we may have in our mind – anxiety, anger, frustration, depression – that may also become a meditative experience and this is the main objective of yoga.

So, from action we bring our body, mind and emotions to a state of rest. From this state of rest we then take our body, mind, emotions and intellect to the state of meditation. These are the three stages of yoga: action, relaxation, meditation, which are experienced at all levels of the personality.



The sannyasin's purpose is the higher self. He works, dedicated to his ashram or he roams. I had made a promise that when my work will be over, I would leave. Not because of vairagya. I have great faith in my guru and in Swami Niranjana – because he was very badmash. I taught him – do not displease anyone on any account.

—Swami Satyananda

From the Desk of Swami Niranjan

Swami Niranjanananda Saraswati, 1989

There are many different stages in the life of a sannyasin. He builds an ashram at one place and serves; this is one stage. Then he abandons the ashram and his working place; this is the second stage. At first he works with a limited group and then, having been united with the universal consciousness, he works to achieve a universal aim, leaving the limited group. This higher state is then traditionally called kshetra sannyasa. The aim of Swamiji in leaving the ashram over a year ago was not merely to visit the different tirthas, but at that time he decided to take kshetra sannyasa.

In accordance with Swami Sivananda's instructions, when Swamiji started the work of spreading yoga, he had to stop his paramahansa sadhana for some time in order to make yoga available for all. The first instruction Swamiji received from Swami Sivananda was to serve. When free from this service, that is, when all the inner samskaras are burnt, then sadhana begins.

I had an opportunity to live with Swamiji from 5-11th August in Tryambakeshwar. He was living in a small room, 8ft. by 10ft., which he cleaned himself. He slept on the floor,



spreading a mat. He took only sprouted mung for lunch and brahma khichari for dinner which he prepared himself. There was no running water or electricity. He did not even meet with anyone. He was totally absorbed in sadhana, observing complete silence the whole day.

Swamiji said that a time must come in our lives when remembrance of the name goes on with total awareness. It should not be like ajapa japa where unconscious repetition of the mantra takes place. This japa should be continuous with total awareness. Swamiji told me that the only aim of his sadhana is unbroken repetition of name. If he can be aware of name even in the

dissipated state of mind, then the perception of anahata nada will arise.

However, during this period when Guru's consciousness is directed towards the universal or cosmic dimension, the disciples still wish to meet him at their level of consciousness. This causes disturbance in his sadhana. Therefore, Swamiji does not tell anyone where he is and what he is doing. Swamiji will continue his sadhana and austere life, not for one or two years, but for a long period of time. The state which he aims to achieve is total merging with the atma without leaving the physical body. In order to complete that, he needs our help.

Disciples should not think emotionally about how Swamiji cooks his food and cleans his room himself. Instead they should think about how they can help him to achieve his aim. As disciples, we must follow his instructions word for word. He has given us many instructions, but we only follow those which appeal to us and forget about the others, claiming that we will do it when some inner inspiration comes. This is hypocrisy. If this is the way, then it is meaningless to become a disciple. If we follow the guru's instructions in this way, it is because of our ignorance. If we tread the path of ignorance and think we are doing what is right then there is no solution at all. Such a person will ever remain backward in life. Now you have to decide which path to choose for yourself.



Shishya Poornima

Swami Niranjanananda Saraswati, 1989

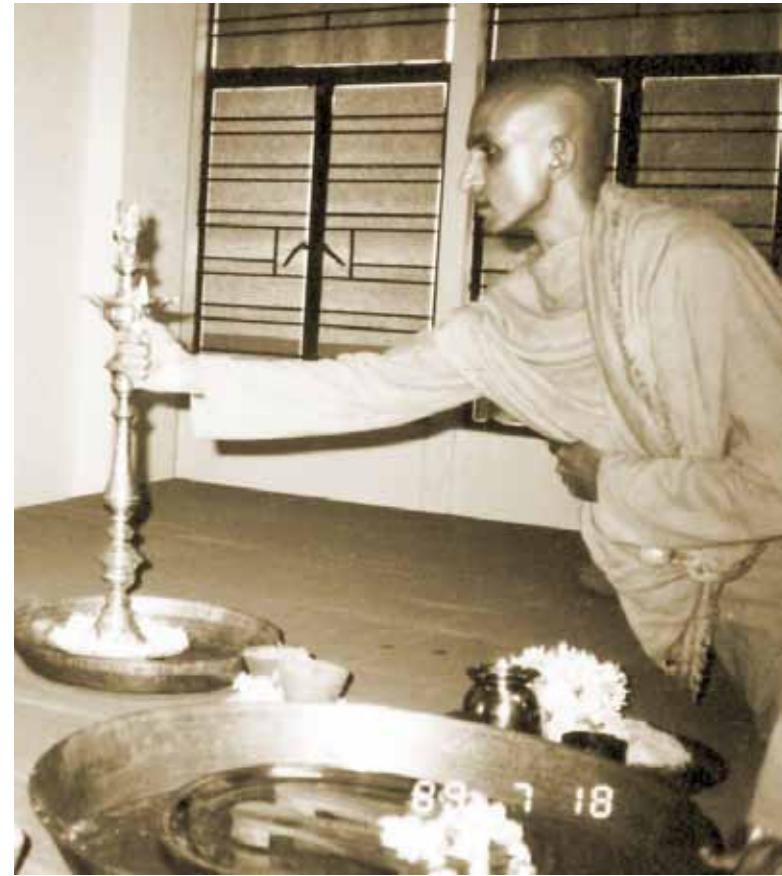
On the occasion of the Silver Jubilee of BSY, this year the Guru Poornima holds a special importance. We are celebrating this poornima as Shishya Poornima. It is the time when the shishyas must open to the spark of awareness which leads them to the guru's flame inside.

Receiving diksha is just the first stage of spiritual life. Afterwards the inner link between the guru and disciple must be strengthened and tempered. Then as our knowledge and understanding grow, we must also prepare ourselves to become the vessels and transmitters of the light. Otherwise, how can the guru's blessings and grace reach the multitudes of unenlightened people?

Spiritual life must be progressive, not static. But neither a man nor a disciple can progress without, so to speak, being thrown into the deep-end and forced to swim under the watchful eyes of the trainer. If guru would allow us to cling and depend upon him life-long, as so many have done, we would all remain spiritual dwarfs.

We have to begin to grow in our own right and the opportunity has been provided to us by Pujya Swamiji in order to assess our own strength and limitations, realizing full well that his guiding spirit is beside us at all times.

This Shishya Poornima is a time when we recommit ourselves to the discovery of the guru within us and gain strength to apply his teaching, not just listen to them. As we move from one stage of life into another, the presence and the concept of guru grows within us.



The Decade of the 1990s

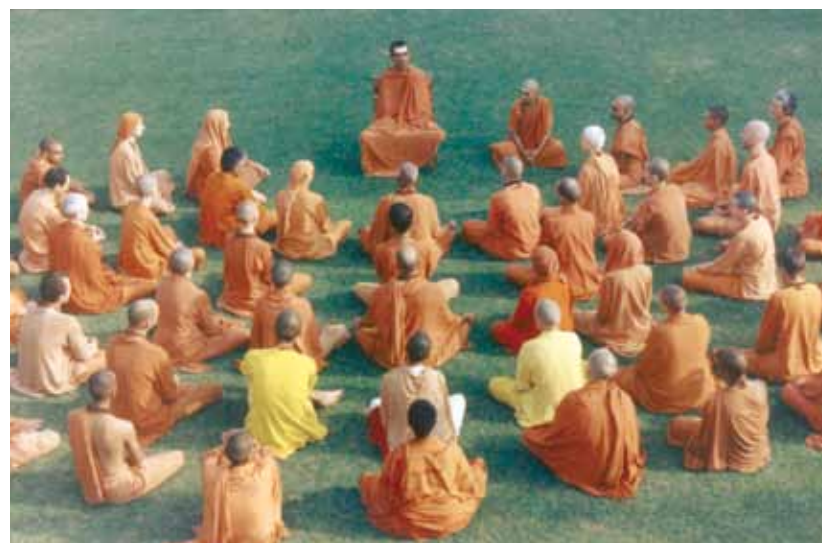
1990 के दशक में

Going Within and Reaching Out

He had completed thirty orbits around the sun. He was a paramahansa. He was the transmitter of his guru's yoga teachings to aspirants worldwide. He had lived and travelled around the world. He spoke twelve languages. He could answer any question with perfect ease. He could be a statesman with statesmen and a child with children. He was guardian and mentor to hundreds, guide and teacher to many more, and friend to all. A new epoch was now welcoming Swan, and he was ready.

When Swami Niranjan returned from Rikhia in January 1990, there was a solemnness about him that seemed fresh. For seven years, he had been immersed in administrative duties at Ganga Darshan and not merely proven his mettle in this role but shown how the infinite can be part of every moment in the life on earth. Now his guru had once again pulled him back into the infinite. When Swan emerged after his initiation as a paramahansa, it was time to remain in the depths and also hand out the pearls, albeit in smaller fragments, to those willing to receive them.

The ashram was closed to all visitors, courses were cancelled and Swamiji absorbed himself in sadhana and study of scriptures, particularly the Upanishads. This was when he wrote the commentaries on *Prashna Upanishad*, *Ishavasya Upanishad*, *Gheranda Samhita*, *Purusha Sukta* and *Bhagavad Gita*. He also travelled to meet spiritual luminaries in the country, receiving their wisdom and blessings. Then, a one-year sannyasa sadhana course was announced for Indian nationals followed by a six-month sannyasa sadhana course for internationals. As he taught



them to understand their strengths, weaknesses, ambitions and needs, the SWAN theory emerged. As he led them to explore the inner spaces, the dharana practices of chidakasha, hridayakasha and daharakasha emerged. As he explained to them the essence of sannyasa and yoga, the books *Sannyasa Darshan* and *Yoga Darshan* were written. Those who were part of these times with Swamiji, would never forget, and many became pillars of the institution.

Sannyasa, as Swamiji taught it and lived it, was not a life of abandonment or indifference; Swan's fledglings had to learn to fly like him to the centre of the sun and then come back to earth and share their light and warmth with all. Study, internalization, isolation and sadhana had to be balanced with positive engagement with life while holding a clear intention: wellbeing of all. Swami Gyansiddhi, who came to the ashram

during these times, recalls that when she insisted to Swamiji to give her sannyasa against her parents' wishes, he told her categorically, "Sannyasa is to be taken for the service of others, not to make anyone unhappy."

This was a period when Swan seemed to be consolidating the understanding that he wanted to share with others, its essence being: if you wish to soar high then you must know how to stand firmly on ground; if you wish to reach eternity then you must have 360-degree awareness of the present moment. Swami Maitreyi, who was part of the trainings recalls an incident, "We were travelling in a car to Rikhia. Swamiji said to us, 'You people look everywhere but you see nothing. You think of everything but you understand nothing. You keep your eyes open but you see nothing. You just chat away your life being completely unaware of what is actually going on around you. Why? Because you don't care. You only care about yourself. When I am going in a car through the countryside, I look at the quality of the soil, the different crops that are being cultivated and the quality of the crop, the tools being used, the condition of the animals, the state of the water, and I know the people, I know their every need. I know every village and town where I am going.'"

The time had come to share the teachings with a wider audience. In November of 1993, under the guidance of Swami Niranjan, the World Yoga Convention was held in Munger in honour of Sri Swamiji's golden jubilee of sannyasa. More than 16,000 people from different states of India and across the world gathered in Munger to be part of this event, whose theme was 'Integration of Yoga and Science in the 21st Century'.

A huge marquee had been raised in the Polo Ground, where the proceedings of the convention would be held. On the afternoon of the first day, as the session was in progress, suddenly the skies opened up. Thunder crashed, rain poured down and it seemed as if the marquee would collapse. People were about to rush out in fear. But Swan jumped up from his asana and his magnetic voice rose in the first notes of a kirtan. Instantly everything transformed. Fear turned to joy as everyone joined in. Singing and dancing in the rain, all felt lifted up to another dimension of experience, and perhaps received a glimpse of the yoga he truly wanted them to understand and experience: human beings will reach the moon or raise marquees, nature will unleash storms or sunrays, but with the awareness of a yogi it is possible to act on these events from a different perspective.





This wasn't the only instance at the convention where Swan's will triumphed over nature and man. On the evening of the last day, word went around Munger that all were welcome, free of charge. About 70,000 people by police estimates, converged on the Polo Ground from the surrounding districts. The police declared the situation out of control and cancelled the program. When the news reached Swan, he postponed everything else and went to face the potentially dangerous task of calming the huge disappointed crowd. He threaded his way through the crowds to the stage and spoke to them of the success of the Golden Jubilee convention, thanked them for their part in it and reminded them that the eyes of the world were on Munger. After seeing him and hearing him, the thousands sang kirtan and went home happily without the need for any formal arrangements.

During the convention, poorna kumbha abhisheka was performed on Swamiji. Acharyas of the Sringeri Math ceremonially bathed him with waters of different rivers, oceans and tirthas, anointing him as spiritual successor to Swami Satyananda in the presence of spiritual authorities. It was a declaration by these leading lights that "Yes, here is a worthy one."

A huge wave of energy was created by the convention, and Swamiji now went on to channel it in the necessary direction. The next year, Bihar Yoga Bharati, the first university of yoga, came into being at Ganga Darshan and yoga teaching took a new turn. At the same time, in response to requests from various institutions and individuals, sannyasins were sent to different segments of society and 'yogic intervention' was a

phrase that began to be used often. The army, the prisons, the police, the medical fraternity, psychiatrics, drug rehabilitation centres, sports authorities, all wanted to explore yoga to amend or enhance the conditions they dealt with. In addition, many corporate organizations were becoming keen to introduce yoga to improve performance and attitudes. While fulfilling all these demands, Swamiji never lost sight of the complete picture, and sent sannyasins to villages to teach yoga practices in a way that the villagers could identify with and incorporate in their daily lives. Swamiji himself was now travelling constantly both in India and overseas not only to steer all these different activities but also to convey to people the essence of yoga, making sure its purity would not be diluted due to frequent usage with varied objectives. And always, drawn by his energy, those eager to fly the skies and dive the depths came to him to learn and unlearn.

Observing the play of the minds of these spiritual enthusiasts, Swamiji carved a new path of learning: jignasu sannyasa. Rather than jumping directly into the fire of geru, people were asked to warm up in yellow, and spend this interim period to understand their real inclinations. Swamiji's sunflower novices always make a charming sight in the ashram, as they try to follow the sun.

A rather tender episode in 1995 led to inspire the lives of lakhs of children. Seven children of Munger were practising to participate in a yoga competition to be held in a big city. At the eleventh hour, news was received that the cost of the trip was more than previously conveyed. The parents were unable to provide the extra fare and the trip had to be cancelled.

Disappointed, the children came to Swamiji. "Why did you want to go for the competition?" he asked them. "To win prizes," they replied. "Well, why don't you present your yoga skills here and I will give you prizes," he said. A seed was sown which became the tree of Bal Yoga Mitra Mandal. Its children in red, who now number in hundreds of thousands, have always had a special place in Swamiji's heart, so much so that he let them declare his birthday as Bal Yoga Diwas. These children also had such an impact on Dr. APJ Abdul Kalam, late President of India, that on their invitation he returned to Munger a second time and called it the 'city of yoga'.

1995 also brought in the historic moment when, in the presence of the Cosmic Mother at the first Sat Chandi Mahayajna in Rikhia, Sri Swamiji conferred a tantric initiation upon Swami Niranjan, handing to him his crystal lingam and mala. It was an unforgettable moment for all present. Swami Vedantananda remembers, "As Swamiji knelt in front of Paramahamsaji, he had a look of total one-pointed devotion and dedication and this for me symbolized the essence of the guru-disciple relationship, service and sannyasa. As Swamiji continued to focus on him it felt as though he were seeing Paramahamsaji in more than just his physical form and it reminded me of that moment in the *Bhagavad Gita* when Krishna revealed himself to Arjuna in all his splendour. It was the most beautiful thing I have ever seen and that impression will stay with me always."

While the moment was memorable, its true significance lay in the intangible realms. The visible effect in the years to follow was Swamiji's indomitable energy which seemed to have



expanded. His infinite ability to inspire, to initiate ideas and actions seemed to have acquired a greater momentum, as he guided the course of BYB and continued to reach out to different faces of society. Yet, he remained ever anchored in tradition and in tenderness. He succeeded not because of what he did but due to the purity of intention with which he did it. People flocked to him not because of the outer charisma but due to the inner radiance. They were transformed not because of a practice but due to the energy with which he imbued a practice.

Sannyasi Anandaprem, who was going through a difficult patch in life when he arrived at the ashram recalls, “I came to Munger and had darshan of Swami Niranjan. He is fourteen

years my junior in chronological terms, and this restrained me from prostrating to him. I just seated myself in front of him like a block of wood. In the course of a conversation, he told me, ‘You have no control over your prarabdha karma but do uttama purushartha now.’ Suddenly a miracle happened. My suicidal thoughts evaporated instantly and whatever vedantic knowledge I had at an intellectual level started seeping into my emotional and functional level. I could not believe in such an impact caused by another ‘human being’. This was the turning point. Gradually, from negativity I came to a neutral stage, doing my duties mechanically while waiting for my natural end to come. With the sprouting of faith in a ‘spiritual human being’, I took mantra diksha and later karma sannyasa from Swami Niranjan, accepting him wholeheartedly as my guru. My painful experience took on a different dimension. God took my son which was due to my karma, but in exchange, to help me weather the shock, he gave me a guru.”

In times when spirituality was turning into a fad and yoga was on the verge of becoming a billion dollar industry worldwide, Swami Niranjan represented the tradition of yogis who sustain the *satya*, the truth. He answered to the call of the world, but the world did not colour him. As the millennium drew to a close, he could have been heard softly chanting the ancient verses into the spheres:

Swasti prajabhya . . . loka samasta sukhinau bhavantu.

May there be wellbeing for all . . .
May all beings experience happiness. ■

अन्तर एवं बाह्य यात्रा

स्वामीजी सूर्य की तीस परिक्रमाएँ पूर्ण कर चुके हैं। वे अब परमहंस बन गये हैं। वे अपने गुरु की योग शिक्षाओं को विश्वभर के साधकों तक पहुँचा रहे हैं। वे विश्व के कोने-कोने का भ्रमण कर चुके हैं, और वहाँ रह भी चुके हैं। उन्हें बारह भाषाओं का ज्ञान है। वे बड़ी आसानी से किसी भी प्रश्न का उत्तर दे सकते हैं। वे राजनेता के साथ राजनेता और बच्चों के साथ बच्चे बन जाते हैं। वे हजारों लोगों के अभिभावक एवं परामर्शदाता हैं, मार्गदर्शक एवं गुरु हैं, और सबके मित्र हैं। एक नया युग स्वामीजी के स्वागत की प्रतीक्षा में खड़ा है, और वे भी इस नये युग में प्रवेश के लिए तैयार हैं।

स्वामी निरंजन जनवरी 1990 में रिखिया से वापस आए तो उनके भीतर एक अलग-सी गंभीरता दिखायी दी। सात वर्षों तक वे गंगादर्शन के प्रशासनिक कार्यों में पूर्णतः संलग्न रहे थे, उन्होंने इस भूमिका में अपनी योग्यता ही प्रमाणित नहीं की, बल्कि यह भी दिखा दिया कि किस प्रकार अनंत सत्ता से जुड़े रहकर भी धरती पर जीवन के प्रत्येक क्षण को सजगतापूर्वक जीया जा सकता है। अब उनके गुरु ने उन्हें एक बार पुनः अनंत सत्ता की ओर वापस बुलाया है। जब स्वामीजी परमहंस दीक्षा प्राप्त



कर चुके, तब समय आया अध्यात्म की गहराइयों में गोता लगाने, और साथ ही अन्तस् की गहरायी में मिले मोतियों को ग्रहणशील साधकों के साथ बाँटने का।

सभी दर्शनार्थियों के लिए आश्रम के द्वार बंद कर दिए गये, सभी सत्र रद्द कर दिए गये और स्वामीजी अपनी साधना तथा शास्त्रों, विशेषकर उपनिषदों के अध्ययन में तल्लीन हो गये। इसी अवधि में उन्होंने अनेक शास्त्रीय ग्रन्थों, जैसे, प्रश्नोपनिषद्, ईशावास्य उपनिषद्, घेरण्ड संहिता, पुरुष सूक्त एवं भगवद् गीता पर अपनी व्याख्याएँ लिखीं। उन्होंने भारत की आध्यात्मिक विभूतियों के दर्शन करने, उनसे ज्ञान एवं आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए यात्राएँ भी कीं। तत्पश्चात् भारतीय जिज्ञासुओं के लिए एक-वर्षीय संन्यास साधना सत्र एवं अंतर्राष्ट्रीय जिज्ञासुओं के लिए छः मासिक संन्यास साधना सत्र संचालित किये गये। उन्होंने इन सत्रों में साधकों को अपनी शक्तियों (स्ट्रेंथ), कमजोरियों (वीकनेस), महत्वाकांक्षाओं (एम्बीशन) और आवश्यकताओं को (नीड) जानने-समझने की शिक्षा दी, इस प्रकार 'स्वान थ्योरी' प्रकाश में आयी। उन्होंने साधकों को अपने अन्तराकाश का अन्वेषण करना सिखाया, जिससे धारणा के अनेक अभ्यास, जैसे, चिदाकाश, हृदयाकाश एवं दहराकाश धारणा उभर कर सामने आए। उन्हें संन्यास एवं योग का सार समझाने के लिए जो व्याख्यान दिए, उससे 'संन्यास दर्शन' एवं 'योग दर्शन' जैसे उत्कृष्ट ग्रन्थ लिखे गये। जो लोग इस अवधि में स्वामीजी के साथ रहे हैं, वे इन अनमोल शिक्षाओं को कभी नहीं भूलेंगे, इनमें से कई साधक संस्था के आधारस्तम्भ भी बने।

स्वामीजी ने संन्यास जीवन को जिस प्रकार जीया और जीना सिखाया, वह सब कुछ त्यागने या उदासीन रहने का मार्ग नहीं था; स्वामीजी के नव-संन्यासियों को उनकी तरह आकाश में ऊँची उड़ान भरकर प्रकाश के स्रोत तक पहुँचना और फिर वापस धरा पर आकर वह प्रकाश प्रेमपूर्वक सबके मध्य वितरित करना था। अध्ययन, अन्तर्मुखता, एकान्तवास और साधना के साथ-साथ संतुलन बनाये रखने के लिए 'सर्वे भवन्तु सुखिनः' की भावना से सकारात्मक कर्मों में संलग्न रहना था। स्वामी ज्ञानसिद्धि, जो इसी अवधि में आश्रम आयी थी, बताती है कि जब वह अपने माता-पिता की इच्छा के विरुद्ध स्वामीजी से संन्यास दीक्षा की जिद कर रही थी, तब उन्होंने उसे स्पष्ट रूप से कहा, "संन्यास दूसरों की सेवा के लिए लिया जाता है, दूसरों को दुःखी करके नहीं।"

वे संन्यास के जिज्ञासुओं को दीक्षा के पूर्व कहते, “अच्छी तरह सोच लो, तुम जीवन में क्या प्राप्त करना चाहते हो, तुम्हारा लक्ष्य क्या है, और उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए क्या संन्यास आवश्यक है? अगर लगे कि संन्यास आवश्यक है, तभी दीक्षा लो, और माता-पिता की अनुमति लेकर आओ।” अर्थात् निरुद्देश्य मत भटको। यात्रा के पूर्व ही अपने जीवन का लक्ष्य निर्धारित कर लो और फिर अपने सभी विचारों एवं कर्मों को उस ओर दिशान्तरित करो ताकि इस अमूल्य मानव जीवन का एक भी क्षण व्यर्थ न जाए।

स्वामीजी जो ज्ञान दूसरों को बाँटना चाहते थे, उसे इस अवधि में उन्होंने समेकित किया, जिसका सार था—अगर तुम आकाश में ऊँची उड़ान भरना चाहते हो, तो तुम्हें भूमि पर दृढ़तापूर्वक खड़े होना भी आना चाहिए। अगर तुम शाश्वत सत्ता तक पहुँचना चाहते हो, तो तुम्हें वर्तमान क्षण के प्रति पूर्ण सजग बनना होगा। स्वामी मैत्रेयी, जो इस प्रशिक्षण में भाग ले रही थीं, एक घटना का स्मरण करते हुए बताती हैं, “हम लोग कार से रिखिया जा रहे थे। स्वामीजी ने हम लोगों से कहा, ‘तुम लोग चारों ओर देखते हो, फिर भी तुम्हें कुछ नहीं दिखायी देता। हर चीज के बारे में सोचते हो, फिर भी कुछ समझ नहीं आता। तुम आँखें खुली रखते हो, फिर भी कुछ देखते नहीं। तुम्हारे चारों ओर क्या घट रहा है, इससे पूर्णतः अनभिज्ञ रहते हुए तुम्हारा सारा जीवन बीत जाता है। क्यों? इसलिए कि तुम परवाह नहीं करते। तुम्हें केवल अपना ख्याल रहता है। जब मेरी कार गाँवों के बीच से गुजरती है तब मैं देखता हूँ मिट्टी की गुणवत्ता कैसी है, खेतों में क्या-क्या उगाया गया है, खेती की गुणवत्ता कैसी है, कौन से उपकरण उपयोग में लाए जा रहे हैं, जानवरों की दशा कैसी है, पानी का क्या हाल है, और मैं वहाँ के लोगों को भी जानता हूँ, उनकी हर आवश्यकता को जानता हूँ। मैं जहाँ भी जाता हूँ, वहाँ के हर गाँव और शहर को अच्छी तरह जानता हूँ।”

अब इन शिक्षाओं को व्यापक स्तर पर लोगों तक पहुँचाने का समय आ गया था। श्री स्वामीजी की त्याग स्वर्ण जयन्ती के अवसर पर नवम्बर 1993 में स्वामी निरंजनानन्द के मार्गदर्शन में मुंगेर में विश्व योग सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस सम्मेलन में भाग लेने के लिए विश्व के कोने-कोने और भारत के विभिन्न राज्यों से 16,000 से अधिक लोग आए। सम्मेलन का विषय था, ‘इक्कीसवीं सदी में योग एवं विज्ञान का समन्वय’।



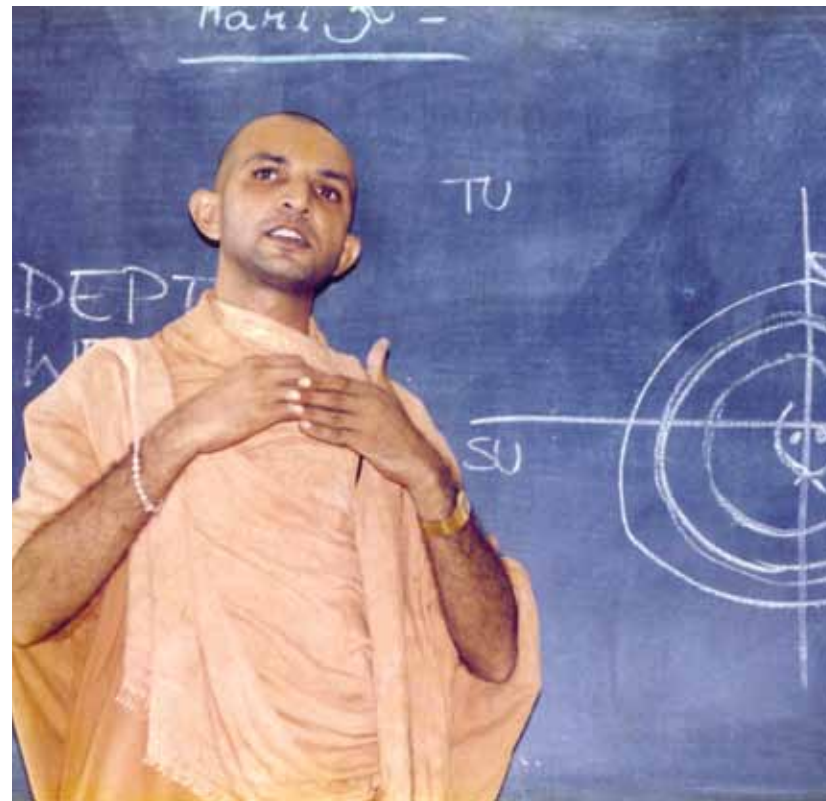
पोलो ग्राउण्ड में विशालकाय पण्डाल लगाया गया, जहाँ सम्मेलन की सभी गतिविधियाँ सम्पन्न होने वाली थीं। सम्मेलन के प्रथम दिन जब अपराह्न सत्र चल रहा था, अचानक आसमान में बादल घिर आए, तूफान के साथ वर्षा आरम्भ हो गयी और ऐसा लगा मानो पण्डाल ध्वस्त हो जाएगा। लोग भयभीत होकर भागने की फिराक में थे। किन्तु तभी स्वामीजी ने आसन से उठकर कीर्तन गाना शुरू कर दिया, उनकी आवाज में चुम्बकीय आकर्षण था। सारा वातावरण तत्काल बदल गया। जैसे ही लोग कीर्तन में शामिल हुए, भय आनन्द में परिवर्तित हो गया। वर्षा में भीगते, नाचते-गाते सभी लोग मानो अनुभव के एक अन्य आयाम में पहुँच गये, और सम्भवतः उन्हें योग के एक ऐसे आयाम की झलक मिली, जिसके बारे में स्वामीजी उन्हें समझाना और अनुभव कराना चाहते थे—मनुष्य चाँद पर पहुँचे या धरती पर पण्डाल लगाये, प्रकृति चाहे तूफान लाये या सूर्य की प्रचण्ड रश्मियाँ, लेकिन अगर एक योगी की सी सजगता हो तो ऐसी घटनाओं के दौरान एक अलग दृष्टि अपनाकर कार्य किया जा सकता है।

सम्मेलन के दौरान प्रकृति और जनमानस पर विजय हासिल करने का उनका सिलसिला चलता रहा। अन्तिम दिन संध्या के समय सारे मुंगेर में यह खबर फैल गयी थी कि सम्मेलन में सभी को निःशुल्क प्रवेश की अनुमति है। फिर क्या था, आस-पास के शहरों से लगभग 70,000 लोग पोलो ग्राउण्ड के चारों ओर इकट्ठे हो गये। पुलिस ने घोषणा कर दी कि स्थिति नियंत्रण से बाहर हो चुकी है और कार्यक्रम रद्द किया जाता है। जब स्वामीजी को यह सूचना मिली, तो उन्होंने अन्य सभी कार्यक्रमों को स्थगित कर दिया और इस अनियंत्रित भीड़ को शान्त करने के लिए रवाना हो गये, जो अत्यंत जोखिमभरा काम था। वे भीड़ के बीच से जगह बनाते हुए मंच तक पहुँचे, और उन्हें त्याग स्वर्ण जयन्ती की सफलता के बारे में बताते हुए, उनकी सहभागिता के लिए आभार व्यक्त किया और कहा कि इस समय सारे विश्व की आँखें मुंगेर पर लगी हुई हैं। उनके दर्शन पाकर और उनकी वाणी का श्रवण कर, वहाँ एकत्र हजारों लोगों ने समवेत कीर्तन किया और फिर प्रसन्नतापूर्व अपने-अपने घरों को चले गये, किसी प्रकार की औपचारिक व्यवस्था की आवश्यकता नहीं पड़ी।

सम्मेलन के दौरान स्वामीजी का पूर्ण कुम्भ अभिषेक किया गया। श्रृंगेरी मठ के आचार्यों ने विभिन्न नदियों, समुद्रों और तीर्थों के पवित्र जल से उन्हें स्नान कराने का अनुष्ठान पूर्ण किया, और आध्यात्मिक विभूतियों के समक्ष उन्हें स्वामी सत्यानन्द जी के उत्तराधिकारी के रूप में प्रतिष्ठित किया।

इस सम्मेलन से योग के क्षेत्र में एक बड़ी लहर उठी, और स्वामीजी इसे सही दिशा में ले जाने के लिए तत्पर हो गये। अगले वर्ष उन्होंने मुंगेर में बिहार योग भारती के नाम से प्रथम योग विश्वविद्यालय की स्थापना की, जिससे योग प्रशिक्षण को एक नयी दिशा मिली। साथ ही उन्होंने जनमानस के बीच योग के प्रति जागृति लाने के लिए अनेक संस्थाओं एवं व्यक्तियों के अनुरोध पर संन्यासियों को समाज के विभिन्न वर्गों के बीच भेजा। लोग अपने-अपने क्षेत्र में आने वाली कठिनाइयों को सुलझाने के लिए योग पर अन्वेषण करना चाहते थे, चाहे वह सैन्य क्षेत्र हो या कारागार, पुलिस सेवा, चिकित्सा केन्द्र, मनोचिकित्सा केन्द्र, मादक औषधि पुनर्वास केन्द्र या खेल प्रशिक्षण केन्द्र। इसके अतिरिक्त, अनेक कॉर्पोरेट संघटन भी अपने कर्मचारियों की कार्यक्षमता एवं दृष्टिकोण को सुधारने हेतु योग को अपनाने के लिए उत्सुक हो रहे थे। इन सभी मांगों की पूर्ति करते हुए भी स्वामीजी हमेशा सम्पूर्ण परिदृश्य के प्रति सजग रहते और

संन्यासियों को ग्रामीण क्षेत्रों में यह विशेष निर्देश देकर योगाभ्यास सिखाने भेजते कि उन्हें ऐसे ढंग से सिखाना जिसे वे सहजता से सीखकर अपने दैनिक जीवन में अपना सकें। अब स्वामीजी भी निरंतर देश-विदेश की यात्रा करने लगे, उन्हें न केवल इन विविध गतिविधियों को सही दिशा देनी थी, बल्कि योग के सार-तत्त्व को भी लोगों के बीच पहुँचाना था। साथ ही उन्हें यह भी सुनिश्चित करना था कि बार-बार विविध उद्देश्यों के लिए प्रयुक्त होने के बावजूद भी योगाभ्यासों की शुद्धता पर आँच न आए। उनके ऊर्जा-मण्डल की चुम्बकीय आभा से प्रभावित होकर अनेक साधक अपने पूर्व संचित ज्ञान को भुलाकर, उनसे नये सिरे से प्रशिक्षण प्राप्त करने आए, जिससे वे योग और अध्यात्म के क्षेत्र में गहरे उतर सकें।



अध्यात्म के क्षेत्र में प्रवेश के इच्छुक इन उत्साही साधकों की मानसिक चंचलता का अवलोकन करने के बाद उन्होंने प्रशिक्षण का एक नया मार्ग खोल दिया, और उसे नाम दिया जिज्ञासु संन्यास। सीधे गेरु वस्त्र धारण करने की बजाय लोगों को पहले जिज्ञासु संन्यास के प्रतीक पीले वस्त्र दिये जाते, जिससे वे कुछ समय अस्थायी रूप से संन्यास जीवन बिताकर यह समझ सकें कि वे वास्तव में क्या चाहते हैं। स्वामीजी के ये नौसिखिया संन्यासी जब अपने गुरु का अनुसरण करने का प्रयास करते हैं तब यह एक सुखद दृश्य होता है।

सन् 1995 में एक ऐसी घटना घटी, जो लाखों बच्चों के लिए प्रेरणा का स्रोत बन गयी। मुंगेर के सात बच्चे एक बड़े शहर में आयोजित होने वाली यौगिक स्पर्धा में भाग लेने की तैयारी कर रहे थे। अंतिम क्षणों में यह सूचना आयी कि इस यात्रा पर होने वाला खर्च पूर्व अनुमानित खर्च से कहीं अधिक है। इन बच्चों के माता-पिता इस अतिरिक्त यात्रा खर्च को वहन करने में सक्षम नहीं थे, इसलिए यात्रा रद्द करनी पड़ी। ये बच्चे निराश होकर स्वामीजी के पास आए। उन्होंने पूछा, “तुम लोग इस स्पर्धा में क्यों भाग लेना चाहते थे?” बच्चों ने उत्तर दिया, “पुरस्कार जीतने के लिए”। उन्होंने कहा, “तुम लोग योग के क्षेत्र में अपने कौशल का प्रदर्शन यहाँ करो, मैं तुम्हें पुरस्कार दूँगा।” उनके इन शब्दों के साथ बाल योग मित्र मण्डल की नींव पड़ी। बाल योग मित्र मण्डल के लाल वर्दी धारी इन बच्चों की संख्या अब हजारों में पहुँच गयी है। इन बच्चों के लिए स्वामीजी के हृदय में एक विशेष स्थान है, तभी तो उन्होंने इन बच्चों को अपना जन्मदिन ‘बाल योग दिवस’ के रूप में मनाने की अनुमति दे रखी है। भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉक्टर अब्दुल कलाम इन बच्चों से इतने अधिक प्रभावित हुए कि इनके निमंत्रण पर वे दूसरी बार मुंगेर आए और मुंगेर को ‘योग नगरी’ की उपाधि प्रदान की।

सन् 1995 में एक और ऐतिहासिक घटना भी घटी, रिखिया में प्रथम शतचण्डी महायज्ञ के दौरान श्री स्वामीजी ने देवी माँ का आवाहन कर, स्वामी निरंजनानन्द को तांत्रिक दीक्षा प्रदान की और स्फटिक लिंग एवं माला के रूप में अपनी सम्पूर्ण आध्यात्मिक पूँजी उन्हें सौंप दी। वहाँ उपस्थित सभी लोगों के लिए यह एक अविस्मरणीय क्षण था। स्वामी वेदान्तानन्द अपना संस्मरण सुनाते हुए कहती हैं, “जब स्वामीजी दीक्षा ग्रहण करने के लिए परमहंसजी के सामने झुके, तब उनकी



आँखों में एकनिष्ठ भक्ति एवं समर्पण का भाव झलक रहा था। मेरे लिए यह क्षण गुरु-शिष्य सम्बन्ध, सेवा और संन्यास की अभिव्यक्ति की पराकाष्ठा का प्रतीक था। स्वामीजी पूर्ण एकाग्रता के साथ परमहंस जी की ओर यूँ देख रहे थे, मानो वे परमहंसजी के भौतिक स्वरूप के पार कुछ देख रहे हों। मुझे भगवद् गीता का वह अंश याद आया जब भगवान कृष्ण ने अर्जुन को अपने विराट् स्वरूप के दर्शन कराए थे। यह मेरे जीवन का सबसे सुन्दर क्षण था और इसकी स्मृति सदा के लिए मेरे मन में अंकित हो गयी।”

यह क्षण निःसंदेह अविस्मरणीय था, लेकिन इसका वास्तविक महत्त्व तो अमूर्त आयामों में रहा। इसका प्रत्यक्ष प्रभाव आगामी वर्षों में स्वामीजी की बढ़ती अदम्य ऊर्जा के रूप में दिखायी देने लगा। बिहार योग भारती के प्रशिक्षण सत्रों का प्रत्यक्ष मार्गदर्शन करते और समाज के विभिन्न वर्गों तक योग पहुँचाते हुए, प्रेरणा देने और नवीन विचारों एवं कर्मों का सूत्रपात करने की उनकी असीम क्षमता अब और तीव्र गति से बढ़ रही थी। फिर भी वे कभी परम्परा से दूर नहीं हटे। अपने प्रयासों में उन्हें जो सफलता प्राप्त हुई, वह केवल पुरुषार्थ के कारण नहीं, बल्कि अपने शुद्ध भाव के कारण। लोग उनके पास बाह्य प्रतिभा के कारण नहीं, बल्कि उनके आन्तरिक प्रकाश से खिंचकर आते रहे। प्रशिक्षण सत्रों के दौरान लोगों में किसी अभ्यास के

कारण नहीं, बल्कि सिखाये जाने वाले अभ्यास के साथ संचरित उनकी ऊर्जा के कारण परिवर्तन आया।

संन्यासी आनन्दप्रेम जब आश्रम आए, उस समय वे जीवन के एक कठिन मोड़ से गुजर रहे थे। वे अपना संस्मरण सुनाते हुए कहते हैं, “मैं मुंगेर आया और मुझे स्वामी निरंजनानन्द के दर्शन का सौभाग्य प्राप्त हुआ। उम्र की दृष्टि से देखें तो वे मुझसे चौदह साल छोटे हैं, और इस वजह से मुझे उन्हें झुककर प्रणाम करने में संकोच का अनुभव हुआ। मैं उनके सामने पत्थर की मूरत की तरह जाकर बैठ गया। बातचीत के क्रम में उन्होंने मुझसे कहा, ‘अपने प्रारब्ध कर्म पर आपका कोई नियंत्रण नहीं है, लेकिन अब उत्तम पुरुषार्थ कीजिए।’ अचानक जैसे चमत्कार हो गया। मेरे आत्महत्या सम्बन्धी सभी विचार तुरंत हवा हो गये, और बौद्धिक स्तर पर मेरे भीतर जो भी वेदान्तिक ज्ञान था, वह अब भावना एवं कर्म के स्तर पर उतरने लगा। मुझे विश्वास ही नहीं हुआ कि कोई व्यक्ति दूसरों पर इतना गहरा प्रभाव डाल सकता है। यह मेरे जीवन का एक नया मोड़ था। शनैः-शनैः मैं नकारात्मक अवस्था से पहले उदासीन अवस्था में आया, और प्राकृतिक देहावसान की प्रतीक्षा करते हुए अपने दायित्वों को यान्त्रिक रूप से निभाने लगा। आध्यात्मिक गुरु के प्रति श्रद्धा के अंकुर फूटने लगे, मैंने स्वामी निरंजन को हृदय से अपना गुरु मानते हुए पहले मंत्र दीक्षा ली, और फिर बाद में कर्म संन्यास। मेरे दुःखभरे अनुभव को जैसे एक अलग आयाम मिल गया। ईश्वर ने मेरे कर्मवश पुत्र को मुझसे छीन लिया, लेकिन इस झटके को झेलने के लिए बदले में मुझे मेरे गुरु से मिला दिया।”

जब अध्यात्म विद्या धूमिल पड़ने लगी, और योग विश्वभर में पैसा कमाने के उद्योग के रूप में उभरने लगा, तब स्वामी निरंजन ने योगियों की ऐसी परम्परा प्रस्तुत की, जो सत्य का संरक्षण करते आए हैं। उन्होंने विश्व की पुकार सुनकर तदनुरूप विद्या प्रदान की, किन्तु दुनिया का रंग अपने ऊपर नहीं चढ़ने दिया। जब बीसवीं सदी अपने अंतिम चरण में प्रवेश कर रही थी, तब उनके मुखारविन्द से ये प्राचीन मंत्र मुखरित हो रहे थे –

स्वस्ति प्रजाभ्यां...लोका समस्ताः सुखिनो भवन्तु।

सभी का कल्याण हो...सभी सुखी हों। ■



Niranjan, Namō Narayan.

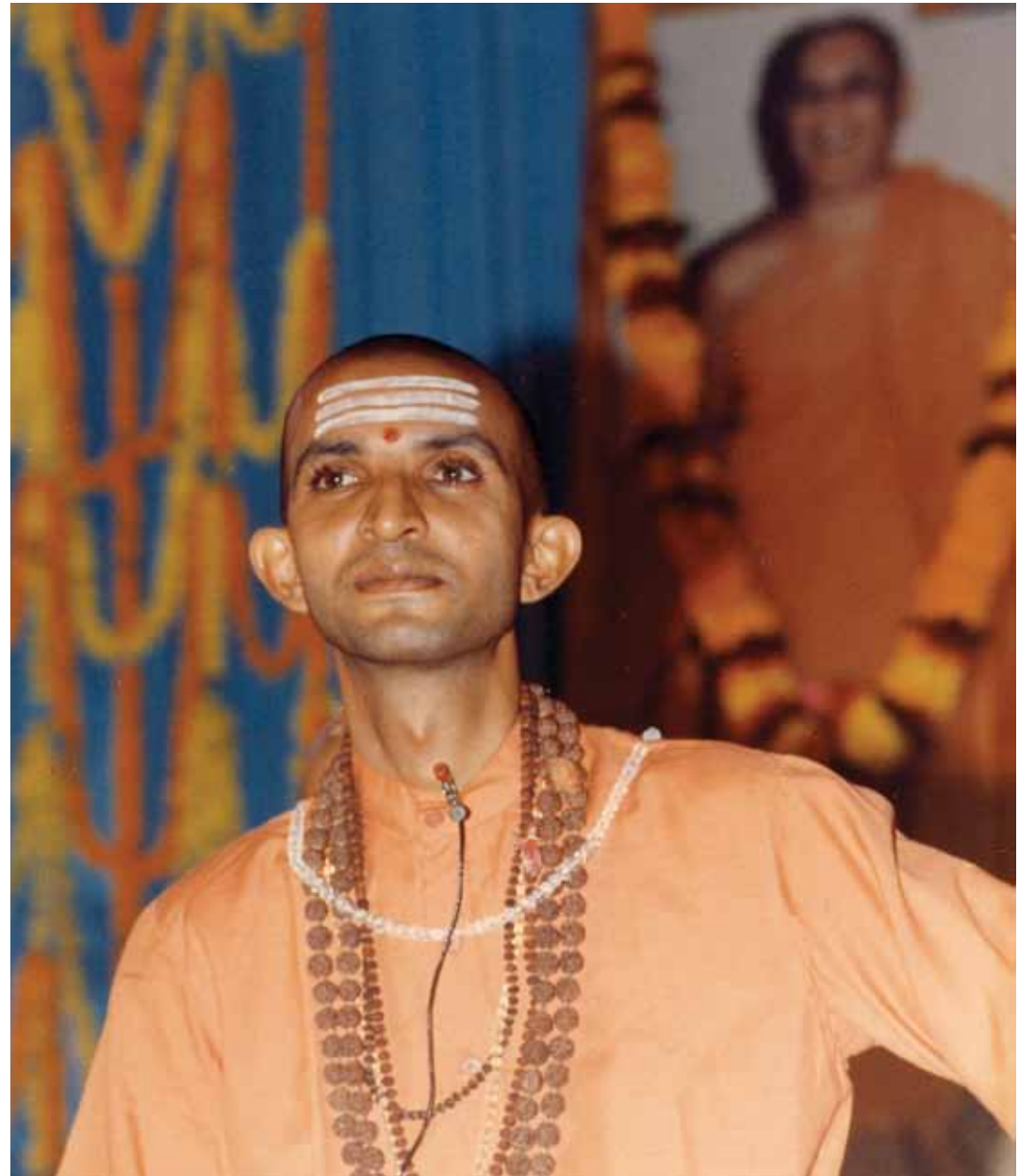
I send my good wishes for the convention. You call it 'Tyag Jayanti'.

I call it 'Samarpan Muhurta', the moment of dedication. It was that time, an auspicious moment in my life, which I experienced fifty years ago in the divine presence of my Guru – Swami Sivanandaji Maharaj.

To this day, I have always remembered it as a great moment of dedication. You will be able to help the movement of yoga and rededicate yourself to the great cause of human evolution.

Namo

Satyananda, 1993



Swami Niranjan is my successor. He has taken over all my spiritual responsibilities. In 1983 he took over the institutional responsibilities. Now it is 1995. Twelve years have passed and he has proved himself. He underwent sannyasa initiation when he was ten years old. Now he is undergoing tantric initiation. I have handed over to Swami Niranjan the two priceless treasures of my spiritual life, the crystal mala and crystal lingam. The purpose of this Sat Chandi Mahayajna is to transfer what I have to Swami Niranjan. This cannot be done verbally; it is psychic transmission, shaktipat, which is a secret process.

Swami Niranjan has been with me since birth. He has given me everything, his youth, his future, his entire life. He has no wife, no child, no bank balance, no property, no ambition and no desire, except service. He always had the feeling, "Whatever you want me to do, I will do." I have always been a tough guru, but Swami Niranjan accepted me as I was. I feel assured that he will lead you all amidst the encircling gloom. Whenever there is darkness in your life and you forget the way, he is the one who can guide you. I have full faith that he will come as a divine light into your spiritual lives.

I have made no other choice. I am clear on this matter. There should be no confusion about my successor. Swami

Niranjan is my successor. I don't want any confusion at all, and we all wish that his sadhana becomes successful.

—Swami Satyananda



स्वामी निरंजन की तांत्रिक दीक्षा अब पूर्ण हो गई है। आज देवी माँ साक्षी हैं और तुम सब लोग भी। मैंने अपने आध्यात्मिक जीवन की दो अमूल्य निधियाँ उसको सौंप दी हैं—स्फटिक माला और स्फटिक लिंगम्। मुझे पूरा विश्वास है कि वह तुम लोगों के आध्यात्मिक जीवन में एक परम प्रकाश बन कर आयेगा जिससे तुम सब कुछ प्राप्त करो। तुम्हारे जीवन में जब भी अन्धकार हो, जब भी तुम अपने पथ से भटको, वह तुम्हारा मार्गदर्शन करेगा और तुम्हें अपने कर्तव्यों का बोध करायेगा। स्वामी निरंजन जन्म से ही मेरे साथ रहा है, 1983 में मैंने अपना संस्थागत उत्तराधिकार उसे सौंप दिया और अब तो यह 1995 है। बारह वर्ष बीत गए हैं और उसने अपने आप को प्रमाणित कर दिया है। स्वामी निरंजन ने सचमुच कड़ी मेहनत की है।

मैं कभी एक मधुर गुरु नहीं रहा हूँ। मैं भोलेनाथ के समान ही उग्र हूँ। अनेक शिष्य विफल हो गए क्योंकि वे सोचते थे, 'ये कैसे गुरु हैं? गुरु को क्रोध नहीं करना चाहिए, गुरु को ऐसा नहीं करना चाहिए।' शिष्य गुरु को अपनी छवि में देखना चाहते हैं, चाहते हैं कि जैसा मैं चाहूँ वैसा गुरु मिले। तब तो यही अच्छा है गुरु ही चेला बन जाये और तुम गुरु बन जाओ। लेकिन स्वामी निरंजन ने कभी अपनी छवि में मुझको नहीं देखना चाहा। उसका सदा यही मनोभाव रहा, 'जैसा कराओगे, वैसा करेंगे।' मैं सदा एक कठोर गुरु रहा हूँ, किन्तु उसने मुझे वैसे ही स्वीकार किया जैसा मैं हूँ। अगर गुरु को तुम सच्चे रूप में प्राप्त करना चाहो, और एक बार सोच लिये हो कि यह मेरा गुरु है, तो फिर जिस रूप में है, उसी रूप में उसको स्वीकार करो और अपने को उसके रूप में ढालो, न कि उसको अपने रूप में ढलाओ।

शिष्य बनना बहुत मुश्किल है। मन्त्र लेने से ही कोई चेला नहीं बनता है, गुरुजी का हुक्का भरने से ही चेला नहीं बनता। बढ़ई लकड़ी को जैसा बनाना चाहता है वैसा बनाता है, छीलता है, तराशता है, लकड़ी प्रश्न नहीं करती उससे। इसी प्रकार कपड़ा प्रश्न नहीं करता दर्जी से, चमड़ा मोची से प्रश्न नहीं करता। स्वामी निरंजन हर प्रकार से खरा उतरा है। उसने मुझे अपनी युवावस्था, अपना भविष्य, अपना सम्पूर्ण जीवन समर्पित कर दिया है। वह मेरे पास चार वर्ष की अवस्था में आया था। उसकी पत्नी नहीं है, बच्चा नहीं है, कोई बैंक बैलेन्स नहीं है, कोई जायदाद नहीं है, कोई महत्वाकांक्षा नहीं है और कोई इच्छा नहीं है, सिवाय सेवा के। जब तुम अपना सबकुछ त्याग देते हो और गुरु की शरण में जाते हो, तभी गुरु शिष्य के विषय में सोचता है और उस पर ध्यान देता है।

1983 में हमने उत्तराधिकार दिया, बारह साल पूरे हो गये हैं। ऐसा नहीं है कि मैंने उसका मार्गदर्शन करने के बाद उसे मनोनीत किया है। उसके जन्म से पूर्व, उसकी माता के गर्भधारण के पूर्व ही मैंने उसके माता-पिता को बता दिया था, 'मेरे उत्तराधिकारी का जन्म तुम्हारे माध्यम से होगा।' स्वामी धर्मशक्ति ने इसे जन्म दिया और आज वे यहाँ उपस्थित हैं। मेरे उत्तराधिकारी के विषय में कोई भ्रान्ति नहीं होनी चाहिए। स्वामी निरंजन मेरा उत्तराधिकारी है और हम सभी की यह कामना है कि उसकी साधना सफल हो।

—स्वामी सत्यानन्द



Before coming to Rikhia I had not realized that the yajna was also an important initiation for Swami Niranjan, and amongst the many powerful and touching memories of him during those days, I would like to mention just two, which I hope will stay with me forever. I was privileged to be sitting nearby when Swami Niranjan did full pranam to his mother, Swami Dharmashakti, and to Swami Atmananda, in a gesture of such humility and tenderness that it took my breath away. And this was preceded by what I felt was the most beautiful, potent and extraordinary event of the whole yajna – when my beloved Swamiji handed over the symbols of his authority, the crystal lingam and crystal mala, to my beloved Crown Prince. At this moment I finally understood that spiritually they are indeed one. And time stood still as a few tears slowly trickled down Swami Niranjan's cheeks, the only visible movement between them.

—Swami Pragyamurti

The Songmaker

Oh how lovely this voice sings
Like wind playing in the trees.
A voice so lovely that it
resembles a crystal clear waterfall
gliding over the mossy rocks into the deep and
shallow pools.

Hearing a voice so lovely gives the resemblance
of the golden sun playing a melody on the
rainbow as if it were a harp.

In the forest where the lovely voice sings
there are children who laugh and play.

and it is through their hearts
that this lovely voice sings.

It is a song of love.

All who hear it feel as if their inner soul has been
embraced and awakened

Even when the night has blackened the sky
and is streaked with stars and is guiding the
moon across its path the voice never ceases
But continues stronger than ever before.

This lovely voice sings of love



that cannot be divided or lessened
but of a love that continues to grow and expand.
Only the children with the singing
hearts know the source of this voice
No-one else knows.

—Swami Devananda



People say that they have seen God but I have seen our revered Swami Niranjanananda who has always been a guiding light, particularly to children. Today, when I teach yoga to some child, I feel very good that I have become what I am today, and Swamiji showed me the way. In 1996, I participated as a student in a children's yoga course, and it influenced me profoundly. From 1997 onwards, Swamiji sent me to many cities to teach yoga.

Swamiji is the source of inspiration, without which no child can progress in life. Swamiji is fluent in many languages, knows karate, driving, flying, riding, the *Bhagavad Gita* and the scriptures, sciences, math, music, painting, and he has many other talents. It is impossible for an ordinary human being to be so multi-talented, so skilled in so many areas – only Superbeings have this amazing capacity. And Swamiji is such a person.

—Brajbhushan Mishra, BYMM

आज एक द्वन्द्व है मन में स्वामी निरंजन मेरे गुरु हैं, पिता हैं या सखा हैं। जब मैंने 1996 में बाल योग मित्र मंडल में प्रवेश किया था तब शायद नासमझ होने के कारण उनसे दूर रहने का ही प्रयास करता था, पता नहीं वे मुझे भी संन्यासी बना देंगे। हालाँकि उस समय स्वामीजी के दर्शन भी काफी कम हुआ करते थे, क्योंकि उस समय सिर्फ रविवार को ही आश्रम जाना होता था, फिर धीरे-धीरे वक्त के साथ मेरे अन्दर परिवर्तन आए। ऊँची कक्षाओं में जाने के कारण घर से बंदिशें कम हुईं और मैं स्वामीजी के सत्संग में हिस्सा लेने लगा। मन में कई जिज्ञासाएँ लेकर आश्रम जाता था और उनका जवाब मुझे बिना प्रश्न पूछे मिल जाया करता था और ऐसा एक गुरु ही कर सकते हैं। किसी कार्य को कैसे करना है, उसके भविष्य के परिणाम क्या हो सकते हैं एवं किये जाने वाले कार्य का क्या प्रभाव पड़ सकता है, ऐसा कोई पिता ही कर सकते हैं जो अपने बच्चों को हर प्रकार से बुद्धिमान बनाना चाहते हों। त्यौहार के दिनों में बच्चों के साथ बच्चों जैसी हरकतें एवं बच्चों के आगे दौड़ना, उनके साथ खेलना, बिना अहंकार के सारे कार्य जो हमलोग करते हैं वे करना, क्या भाई व मित्र के समान कोई और कर सकता है? शायद नहीं, हमारे स्वामीजी की तरह हमलोगों के संरक्षक शायद भगवान भी न हों, हम तो स्वामीजी को उस श्रद्धा के रूप में देखते हैं जो शायद ही इस संसार के किसी प्राणी में उपस्थित हो।

— शेषनाथ राकेश, बाल युवा योग मित्र मंडल





परमपूज्य स्वामीजी के चरणों में प्रणाम। स्वामीजी के बारे में कुछ कहना शब्दों में संभव नहीं है। जब हम पहली बार स्वामीजी से मिले थे तो उस समय हमें इतनी खुशी हुई थी कि बताना संभव नहीं है। स्वामीजी का हम बच्चों के प्रति बहुत स्नेह है। उनका इतना सरल स्वभाव है कि हमें लगता ही नहीं है कि हम इतने महान् व्यक्ति से मिलते हैं, उनका आशीर्वाद प्राप्त करते हैं। स्वामीजी की प्यार भरी छत्र-छाया इसी तरह हमलोगों पर बनी रहे, मैं तो परमपिता से यह प्रार्थना करता हूँ कि स्वामीजी जैसे लोगों को बार-बार बनाये और इस धरती पर भेजें।

— शैलेन्द्र कुमार, युवा योग मित्र मंडल

स्वामीजी विलक्षण प्रतिभा के धनी व्यक्ति हैं। यह स्वामीजी के व्यक्तित्व की अनूठी पहचान है। इनका व्यक्तित्व एक सकारात्मक व्यक्तित्व है। उनके पास अच्छा और विशाल शब्दकोष का भंडार, चेहरे पर सदा मुस्कुराहट, स्वयं में समाहित करने की कला जो हमें सहिष्णुता, आत्मत्याग, सेवा एवं स्नेह का आत्मज्ञान प्रदान करती है। उनमें एक अद्भुत चुम्बकीय क्षमता है जो व्यक्ति को अपनी ओर आकर्षित करती है। वे बच्चों को सबसे अधिक चाहते हैं। उनके पास गजब की शक्ति है जो किसी व्यक्ति को उनकी सेवा में थकावट महसूस नहीं होने देती है। उनको एक बार देख लेने के बाद एक गजब की शक्ति का संचार होता है और ऐसा प्रतीत होता है कि पहाड़ को भी अकेले उठाकर कहीं भी फेंका जा सकता है।

स्वामीजी के इन्हीं सब गुणों के कारण हम उन्हें ईश्वर के समान खड़ा करते हैं। वे सभी धर्मों को एक समान मानते हैं।

— गौतम कुमार, बाल युवा योग मित्र मंडल

हमारे स्वामीजी सपनों के राजकुमार जैसे सुन्दर व आकर्षक हैं, इतना ही नहीं, वे सर्वगुण-सम्पन्न भी हैं। उनकी छवि ऐसी है कि लोग उनसे एक नजर में प्रभावित हो जाते हैं। उनसे मिलने के बाद हम सारे दुःख-दर्द भूल खुद को समर्पित कर देते हैं, ऐसे प्रतिभाशाली हैं गुरुजी। उनकी सोच, उनकी बातें, उनका कर्म प्रत्येक व्यक्ति के लिए अत्यन्त कल्याणकारी है। उनसे जो एक बार मिल ले, उन्हें भूल नहीं सकता, हृदय में उनकी एक अलग जगह बन जाती है। स्वामीजी हर रूप में सर्वश्रेष्ठ दिखते हैं। वे एक आम व्यक्ति के रूप में पुरुषोत्तम हैं, एक प्रेरक के रूप में निःसंदेह सर्वश्रेष्ठ स्थान पर हैं जिनकी प्रेरणा हमारी जिन्दगी के हर कदम पर कल्याणकारी सिद्ध होती है। वे हम बच्चों के परमप्रिय गुरुदेव हैं जिनके मार्गदर्शन से हम सारे कार्य करते हैं। हम बच्चे उन्हें काफी पसन्द हैं और इसलिए बाल योग मित्र मंडल ने एक नारा बनाया है— *स्वामीजी को लगते अच्छे कौन, मुंगेर के बच्चे और कौन।*

हम बच्चों ने स्वामीजी के साथ हर तरह का अनुभव प्राप्त किया है, जैसे सफर में एक अभिभावक व हमसफर का, जैसे किसी कार्यक्रम के संचालन में उपयुक्त मार्गदर्शक का अर्थात् उनके साथ सारा समय सुखद व आनन्दित कर देने वाला होता है।

जहाँ तक उनके प्रति मेरी समीक्षा की बात है तो मैं और बाल योग मित्र मंडल दोनों अलग नहीं, बल्कि मैं जिस्म तो बाल योग मित्र मंडल में मेरी जान है। मेरी पूर्णता स्वामीजी और बाल योग मित्र मंडल, जो उनकी देन या रचना है, से ही है और गुरुजी मेरे लिए वरदान है जो ईश्वर से कम नहीं है जो मुझे इष्टदेव से प्राप्त है। आश्रम में स्वामीजी और बाल योग मित्र मंडल से मिल कर मैंने धरती पर स्वर्ग को प्राप्त किया है।

— वैभव बान्धव, बाल योग मित्र मंडल



Surrender and Initiation

Swami Niranjanananda Saraswati, 1990

There has to be a basic philosophy in life: 'Let Thy Will be done'. The word 'surrender' usually implies 'to let oneself go', but this concept has been dealt with in yoga as a form of yama and niyama where the word surrender means 'Ishwara pranidhana'. At a certain stage of evolution one realizes that our lives are directed by a higher force which is beyond our grasp, beyond our perception, and yet this force or energy is the source.

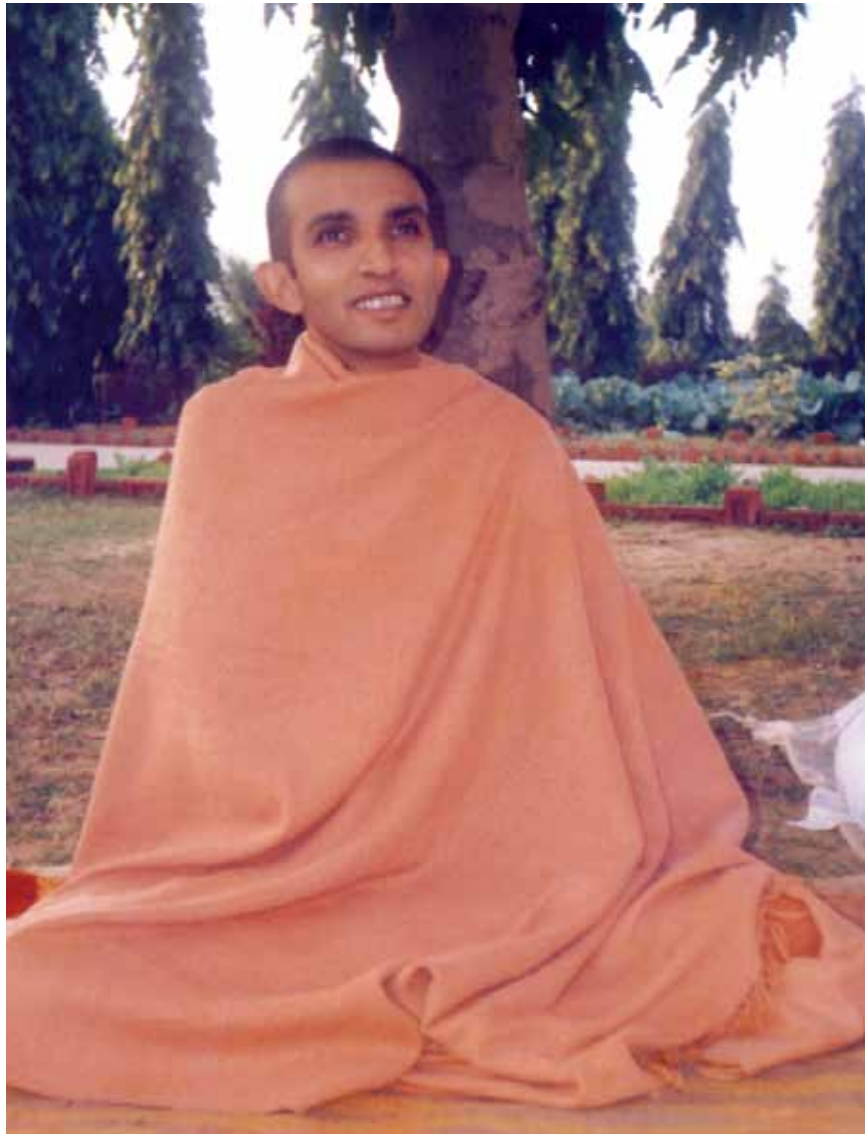
How much does one accept things in life as one's own? If I achieve some success, I generally say that I have become what I am through my own efforts. But if I suddenly fail in the task, if I become a failure in my life, then I generally put the blame on God, or on something which at present carries an abstract meaning by saying that 'Man proposes but God disposes'.

Those who have thought about the relationship between body, mind and spirit, who have thought about the role that we play in our life and in society (and the actual purpose, in terms of evolution of consciousness) generally come to the conclusion that, despite everything, our life is certainly being directed by higher Nature. This feeling of oneness,



unity or integrity which we aspire for when we speak of surrender, comes with purity of heart and mind, without the coverings of arrogance and ignorance. Once we accept the basic philosophy in life that, 'I am an instrument played by an invisible hand', then there is an automatic dropping away of arrogance and ignorance, *maya* and *avidya*, or illusion.

There is another aspect which leads us to the experience of surrender, and that is inspiration. In Sanskrit, inspiration is *prerana*, which literally means 'something which moves the spirit'. I am moved by something. Unless I feel a change inside myself, I would not be inspired. For somebody to inspire me there has to be some kind of link, whether it is conscious or unconscious. There has to be a feeling of acceptance from my side.



We might see many people whom we consider knowledgeable, and maybe they can touch some corner of our heart and mind, so we feel inspired to go in a particular direction. Other people who are unable to touch the right chord within us and create a feeling of non-acceptance, will generally bring us down. There will not be any inner rapport or link, so there will be no intellectual or intuitive interaction between us and the other person. When there is a feeling of non-acceptance there will be no inspiration.

So, something which propels one from inside, to become or to do something is generally known as inspiration. This inspiration is the main force which gives the experience of surrender. There are different types of surrender: 'momentary surrender', due to an outburst of feeling which might last for a few moments or a few hours; 'temporary surrender', for as long as I have the feeling of acceptance within me, as long as I have created a rapport; 'permanent surrender' and 'total surrender'. Permanent surrender may not be total. It might be based on a purely intellectual level, but the feeling of oneness has not yet really come up from inside. The experience of unity has not yet manifested. Total surrender is when the feeling of oneness, integration and unity have been achieved.

Now we should think again about 'Ishwara pranidhana' which leads us to the elimination of the blocks of avidya and maya. Once we, as human beings, have accepted the basic philosophy, 'Thy Will be done', then 'I', ceases to exist and we are carried by the current of divine nature. This is known as Ishwara pranidhana. Once that happens it is known as surrender. It can happen between a disciple and guru, a link, a bond which is felt internally.

Remember the story of Milarepa: externally it seems a very straightforward story. The guru had given him a task to build a house on top of a mountain, then after building, to pull it down and build it again somewhere else. Now just think. If Milarepa as a twentieth or twenty-first century person had only accepted his teacher, Marpa, on an intellectual level, he would think, 'Why is he doing that? Is he trying to test me? Is he trying to see if I'm really determined to follow the spiritual path?' If he thinks this way then the surrender, or that feeling of oneness or integration would be incomplete.

If Milarepa has developed the philosophy of 'Let Thy Will be done' the teacher can ask him to construct and break down the house a hundred times and Milarepa, as a disciple, would not have any ill-will or negative feeling. He would not think, 'My guru is crazy, he's psychotic, he's a lunatic, he's neurotic' though we might be compelled to think like that if we were told to break down this ashram and build another one.

Once that oneness is experienced, formal instructions need not be given, please remember this, because that oneness goes beyond any kind of external, verbal, or formal teaching and communication. Then it is simply a contact of soul with soul, spirit with spirit – that is total surrender. Merely accepting the whims of another person is not surrender, because purity of heart and mind both go together. If the heart is pure, if the mind is pure, then there is no internal dialogue or internal dispute which would reflect externally.

In every culture, in every religion, this aspect of total surrender has been emphasized. As an individual, as a human being, I am nothing. What is my effort ultimately? In terms of infinity, what is my contribution? In terms of infinity, what is my effort in life? I take birth, for the duration of life I take up a job, raise a family, become successful in whatever I am doing, get some name or fame, then die. A few days later everyone has forgotten me. It should be emphasized that we can rise beyond our present level of understanding and accept ourselves as part of the higher nature.

The sun is there, so is the light. There is no difference between the light and the sun as it is contained in the sun itself, yet, at the same time, we can differentiate between them. Even so, in surrender, within that feeling of unity there is a creative expression of one's individuality.

पुरुष सूक्त में परमतत्त्व की व्याख्या

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1991

जीवन की एक अदृश्य वास्तविकता भी है, जो इस चराचर जगत् के प्रत्येक प्राणी का संचालन और नियंत्रण करती है। आधुनिक मनुष्य ने स्वयं को भौतिकता से सम्मोहित कर रखा है, जिसके कारण वह जीवन के वास्तविक तत्त्व की खोज इन्द्रियगत, मनोगत और भौतिक जीवन में करता है। प्रयत्नों के बावजूद भी वह उस अदृश्य वास्तविकता को इस दृश्यमान जगत् में प्राप्त नहीं कर पाता है। यह प्रयत्न उसी प्रकार का है, जैसे कोई किसी वृक्ष के मूल बीज की खोज उसके तने, शाखाओं, पत्तों एवं फूलों में करे।

इस मूल तत्त्व या अदृश्य वास्तविकता को अनेकों नामों, रूपों एवं गुणों से सम्बोधित किया गया है। परब्रह्म परमात्मा या परम चेतना इसकी कुछ संज्ञायें हैं। इस तत्त्व को अदृश्य, निर्विकार, निराकार एवं निर्विचार माना गया है। इसे सर्वद्रष्टा, सर्वव्यापी तथा सर्वशक्तिमान् भी माना गया है। इस तत्त्व पर चिंतन एवं शोध सभी आध्यात्मिक जिज्ञासुओं और साधकों ने किया है। जिन्होंने इसकी आत्मिक अनुभूति प्राप्त की है, वे संत, ऋषि, आत्मज्ञानी, महात्मा आदि कहलाए हैं। और इन आत्मज्ञानियों ने इसे पुरुष रूप में जाना है।

इन आत्मज्ञानियों ने उस परम तत्त्व को पुरुष रूप में क्यों सम्बोधित किया? जहाँ पर पुरुष शब्द का प्रयोग होता है, वहाँ पर उस सत्ता को एक रूप, एक नाम और एक गुण से विभूषित कर, उसे व्यक्त करने का प्रयास किया जाता है। पुरुष का तात्पर्य मानव लिंग या रूप से नहीं है। यह पुरुष शब्द दो संस्कृत शब्दों के मेल से बना है—पुरी और शः। पुरी का मतलब है नगर। नगर का

तात्पर्य पदार्थ शरीर या व्यक्त सृष्टि से है। स्थावर, जंगम, पदार्थ, चर, अचर सृष्टि की अनुभूति जिस रूप में होती है, वह पुरी या नगर का रूप है। जिस प्रकार से नगर की एक सीमा होती है, उसी प्रकार सृष्टि के समस्त पदार्थों एवं अभिव्यक्तियों की एक सीमा है। इस संदर्भ में पुरी का मतलब विश्व है, जो एक नाम, रूप और गुण द्वारा सीमित है। शः का मतलब सुषुप्त, गुप्त या सूक्ष्म है। वह सत्ता जो सृष्टि में गुप्त, सूक्ष्म और सुषुप्त रूप से व्याप्त है, उसे पुरुष कहते हैं। सामान्यतः शः का सम्बंध निद्रावस्था या सुषुप्ति से किया जाता है। शः को यहाँ इसलिये जोड़ा गया कि उस निराकार तत्त्व को साकार रूप में मनश्चतुष्टय के द्वारा नहीं जाना जा सकता है। अगर उसे व्यक्त रूप से जानना संभव रहता तो शः का प्रयोग नहीं होता। वह अदृश्य, निराकार ब्रह्म पदार्थ में गुप्त रूप से विद्यमान है, वही पुरुष है।

पुरुष सूक्त परब्रह्म तत्त्व का स्तोत्र है। इसमें सृष्टि तथा दैविक और मानविक कर्म एवं लक्ष्य की चर्चा है। ये उन प्राचीन मनीषियों के उद्गार हैं जिन्होंने इस परमतत्त्व को पहचाना और इसकी अनुभूति को प्राप्त किया। गौतम स्मृति और बौधायन स्मृति में भी पुरुष सूक्त का उल्लेख है। यह ऋग्वेद के तैत्तिरीय संहिता का एक अंग है। इसके अतिरिक्त शुक्ल यजुर्वेद, अथर्ववेद, सामवेद और शतपथ ब्राह्मण में भी इसका उल्लेख है।

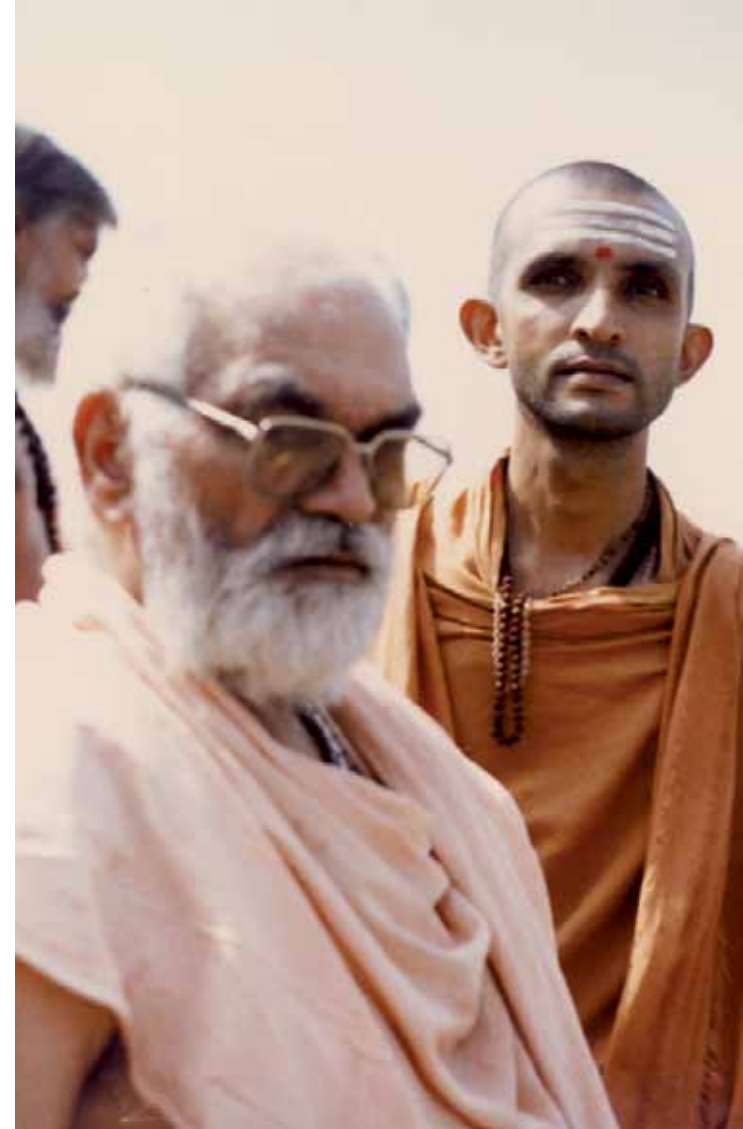
संन्यासियों को संन्यास परम्परा में निर्देशित किया जाता है कि पुरुष सूक्त का पाठ गीता, विष्णु सहस्रनाम आदि के पूर्व होना चाहिए। पुरुष सूक्त का पाठ परब्रह्म तत्त्व की व्याख्या करता है, यह चेतना को सूक्ष्म एवं ग्रहणशील बनाता है और उस अदृश्य तात्त्विकी अनुभव को प्राप्त करने के लिए मनुष्य को प्रोत्साहित करता है।

Ganga of Yoga

Swami Niranjanananda Saraswati, 1993

In the last four days the environment of this town and the land of Munger has been vibrant with yoga. This land has already been sanctified by the pious goddess, Ganga, who constantly washes away our sins and purifies our minds. It is the pride of Munger to have the northward flowing Mother Ganga as its deity. In the form of her blessings, the 'Ganga of yoga,' has been flowing here for the last four days and will continue to flow in the future, to contribute continuously to the welfare of the masses. This is the aim of yoga because everybody wants peace, spiritual peace, internal peace. Man always searches for peace, but that search is externally oriented towards the attractions, to objects of sensory pleasure.

As our most respected Swami Vidyanandaji Giri Maharaj, Acharya of Brahma Vidya Peeth, put it yesterday, "If you want real peace and internal bliss in your life, then first of all conquer the mind." This sentence of his can in fact become a guide for us all. Also our respected master, Paramahansa Satyananda used to say, "There is no peace in the caves of the Himalayas and no chaos in the main Munger market." If you cannot control your mind, you will find no peace in those caves and forests of the Himalayas, and if you can keep your



mind still, then you will maintain and feel peace even in the middle of the chaotic main market. The message of yoga is the same.

In the last few days so many saints, thinkers, intellectuals and scientists have come here to deliver only one message, which is that the objects of sensory pleasure will continue to exert their attraction in the world, that can never be eradicated. As long as we fail to develop control over the mental faculties, we shall continue to experience duality and as long as we experience duality we will have to face pleasure and pain, peace and chaos.

Engrossment in worldliness ultimately leads a man to physical sickness and makes him diseased. It also makes his mind sick and his thoughts shallow. As a result his behaviour is directed towards the fulfilment of selfish motives and not towards evolution. As long as he is desiring the fulfilment of selfish interests, he can never be healthy, contented, balanced and at peace, physically, mentally and spiritually. Therefore, for the alleviation of all kinds of sufferings, whether they are psychosomatic, physical, heaven-sent dooms or even spiritual sufferings, we will have to adopt a singular path. That path is of awareness, of endeavour, *purushartha* and karma, the path of yoga.

If you study the *Narada Bhakti Sutras* then you will find that bhakti has been mentioned as a part of yoga and yoga

is mentioned as part of bhakti. If you study the *Gita*, you will discover that karma is mentioned as a part of yoga and yoga is mentioned as a part of karma. If you study Patanjali *Yoga Sutras*, there also you will find meditation and sadhana. This denotes that yoga is not a practice which is separate from our lifestream. It is intimately related to the human lifestyle.

This path is what is being taught throughout the whole world, and humanity will never forget the services of those dedicated to such a mission. This is a unique gift to humanity. This is an unparalleled system of thought, unmatched endeavour of purushartha and karma. These were the goals and teachings towards which our paramguru, most respected Swami Sivanandaji, pointed, when he instructed Paramahansa Satyananda to spread the message of yoga from shore to shore and from door to door. He told him, “Remember, do not involve yourself in the job that you do and expect the fruits of your actions like worldly people do. Perform your actions, but renounce their fruits. Do the actions but renounce the actions also. Do not keep an attachment with them.” This message glowed brightly like a flame in the entire life of respected Gurudev. The fruits of actions have to be renounced but also renounce any attachment to action itself. That is why, to remember this great resolution of renunciation, we are celebrating this Tyag Golden Jubilee Convention.

योग की भावी रूपरेखा

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1993

हम यहाँ अपने गुरु, परमहंस सत्यानन्द सरस्वती के त्याग की स्वर्ण जयंती की पावन संध्या पर एकत्र हुए हैं। इस योगमय परिवेश में हमें विश्व के बत्तीस देशों से आए छः सौ प्रतिनिधियों तथा भारत के बीस राज्यों से आए छः हजार प्रतिनिधियों के स्वागत का सौभाग्य प्राप्त होता रहा है।

योग की शुरुआत कब होती है, इसका समापन कहाँ होता है, और योग क्या है, इसे समझ लेना आवश्यक है। योग का उद्गम कालान्तर में कहीं खो गया है, हम केवल यह अनुमान लगा सकते हैं कि इसका उद्भव तब हुआ होगा जब इस पृथ्वी पर विचरण करते प्रथम मानव ने अपने चारों ओर देखकर स्वयं से प्रश्न किया होगा, 'यह सब क्या है? मैं कौन हूँ? मेरे शरीर के क्रिया-कलाप किस प्रकार होते हैं? मैं सुरक्षा, सुख और भोजन की खोज में प्रवृत्त कैसे हुआ? मुझसे परे कोई महान् सत्ता अवश्य है, जिसने सूर्य, चाँद और तारों का सृजन किया है।' उसी क्षण मानव के अंदर योग के बीज बोए गए, और वह बीज आज यहाँ उपस्थित हम सब लोगों को पृथ्वी पर विचरण करने वाले उस प्रथम मानव से संस्कार के रूप में, विरासत में प्राप्त हुआ है। इस प्रक्रिया में हम जीवन में अनेक परिवर्तनों से गुजरे हैं, परिवर्तन जिन्होंने व्यक्ति को आत्मानुसंधान के लिए, ब्रह्माण्ड के बारे में नवीन तथ्यों की खोज के लिए, और अखिल विश्व के साथ अपने संबंधों के नए आयामों की खोज के लिए प्रेरित किया। यही योग का आरम्भ था।

यह संसार बड़ा विचित्र है। हमारा जीवन महत्वाकांक्षाओं, कामनाओं, इच्छाओं और अन्य अनेक चीजों द्वारा संचालित होता है। उन महत्वाकांक्षाओं और कामनाओं की पूर्ति ही मनुष्य को सांसारिक बनाती है। भौतिक जगत् में मनुष्य विषयों की ओर आकृष्ट होता है। विषयों में ही सुख, शान्ति और वैभव



की खोज करता है। और जब तक मनुष्य विषयों में लिप्त रहता है, उसके भीतर आध्यात्मिकता पनपती नहीं है। जिस दिन मानव के भीतर यह ज्ञान हो जाए कि मैं विषयों से निर्लिप्त हूँ, यह जानने का प्रयत्न करूँ, यह अनुभव प्राप्त करूँ कि मेरे भीतर मेरी अभिव्यक्तियों से परे भी कोई उच्च शक्ति है, उस दिन से आध्यात्मिकता मनुष्य के जीवन में पनपने लगती है। यही से योग की शुरुआत भी होती है।

योग मानव जीवन से पृथक् नहीं है, यह मानव जीवन का अभिन्न अंग है। यह सहज-स्वाभाविक क्रमिक विकास की प्रक्रिया है, किन्तु जैसे-जैसे हम इस भौतिक संसार में, इन्द्रिय व्यापार में, मनस्, बुद्धि, चित्त और अहंकार के संसार में अधिक लिप्त होते जाते हैं, हमें उन दुःखों को झेलना पड़ता है, जो इस पदार्थमय जगत् द्वारा हम पर थोप दिए जाते हैं। ये कष्ट हमारे शरीर में असंतुलन के रूप में, व्याधि के रूप में प्रकट होते हैं। व्याधि चाहे शारीरिक हो या मानसिक या भावनात्मक या आध्यात्मिक, और कुछ नहीं मात्र असामंजस्य की एक अवस्था है मानव की शारीरिक और मानसिक संरचना में। और इस व्याधि का निर्मूलन आवश्यक है।

यह कैसे किया जाए? व्याधि का निर्मूलन करके व्यक्तित्व में पुनः पूर्ण सामंजस्य स्थापित करने और एक संतुलित-समन्वित व्यक्तित्व का विकास करने के लिए एकमात्र उपाय है आत्मावलोकन एवं आत्मशुद्धि की एक प्रक्रिया को अपनाना। एक ऐसी विधि जो शारीरिक एवं मानसिक संरचना तथा आध्यात्मिक आकांक्षाओं को पुनः संतुलित और समंजित कर दे। इस हेतु राज योग, कर्म योग, भक्ति योग तथा अन्य अनेक योगों का विकास हमारे दूरदृष्टा मनीषियों द्वारा किया गया, जो यह जानते थे कि भावी पीढ़ी को जटिल समस्याओं का सामना करना पड़ेगा। योग की यही परम्परा भारतीय संस्कृति के एक अभिन्न अंग के रूप में सुरक्षित रही है।

अपनी संकीर्ण मानसिकता के कारण हम योग को मात्र एक शारीरिक प्रक्रिया मान लेते हैं, पर ऐसा नहीं है। योग का उद्गम तंत्र से हुआ है, और तंत्र शब्द की व्युत्पत्ति दो शब्दों से हुई है—तनोति और त्रायति। तनोति का अर्थ होता है विस्तार करना और त्रायति का अर्थ होता है स्वतंत्र करना। किसका विस्तार करना? किसे स्वतंत्र करना? चेतना का विस्तार और शक्ति का उत्थान। अन्तर्निहित शक्ति को स्वतंत्र करना तंत्र का उद्देश्य है, योग का उद्देश्य है। मैं पुनः कहता हूँ, यह चेतना के विस्तार की प्रक्रिया है, यह जीवन के प्रति

एक बृहत् और समग्र दृष्टिकोण को विकसित करने तथा मानव व्यक्तित्व की सुप्त शक्तियों को जाग्रत करने की प्रक्रिया है, जो तंत्र और योग का निहितार्थ है।

हमारा संपूर्ण जीवन ही योग है, इस विचारधारा को विकसित करना होगा। वर्तमान युग में मनुष्यों, समाजों और देशों के बीच परस्पर सद्भाव एवं सामंजस्य स्थापित करने के लिए हमें एक योग आन्दोलन की शुरुआत करनी होगी। हमारे मनीषियों ने वसुधैव कुटुम्बकम् का स्वप्न देखा था, संपूर्ण विश्व को एक परिवार के रूप में देखा था। अगर हम एक परिवार के सदस्य हैं, तो उसमें नीचा कौन और ऊँचा कौन?

वसुधैव कुटुम्बकम् की भावना को साकार रूप देने के लिए हम लोगों का विचार था कि एक संविधान की स्थापना की जाए जिसके द्वारा विश्व के विभिन्न भागों में हो रहे सभी योग कार्यों को संगठित किया जाए और विश्व में एक यौगिक क्रांति की शुरुआत की जाए। आज इस शुभ दिवस पर संतों से मंगल आशीष पाने के पश्चात् तथा बुद्धिजीवियों, वैज्ञानिकों और समाज के शुभाकांक्षियों से प्रेरणा पाने के बाद हम सहर्ष घोषणा करते हैं कि वह योग संविधान तैयार है, और आज से ही लागू किया जाएगा।

मिशन के योग संविधान की शपथ है—‘हम, पृथ्वी के कोने-कोने में फैले परमहंस सत्यानन्द सरस्वती के संन्यासी शिष्य, अपने गुरु की संन्यास स्वर्ण जयंती के अवसर पर प्राचीन योग परम्परा के सन्देश को स्वर्णिम भविष्य के लिए, तथा वैयक्तिक एवं विश्व चेतना के उन्नयन हेतु जन-जन तक पहुँचाने के लिए स्वयं को संकल्प, सच्चाई, प्रेम तथा करुणा के साथ समर्पित करते हैं। अपने गुरु के यौगिक एवं मानवीय जीवन उद्देश्यों को पूरा करने वाले इस योग संविधान को हम अपनाते हैं, जो एक आध्यात्मिक भविष्य के लिए हमारा दिशा निर्देश करेगा। गुरु के प्रति प्रेम और मानव मात्र के लिए करुणा से भरकर, हम डगर-डगर और नगर-नगर योग का दीप प्रज्वलित करने हेतु अपने को अर्पित करते हैं।’

इस योग संविधान का उद्देश्य उन सभी साधकों, शिक्षकों और सच्चे जिज्ञासुओं के प्रयासों को संगठित करना है, जो मानवता के स्वर्णिम भविष्य की कामना रखते हैं। यह एक बहुत बड़ा उत्तरदायित्व है, किन्तु इसकी पूर्ति के लिए हमारे पास एक योजना है। इसके क्रियान्वयन के लिए हमें मात्र एक हजार लोगों की आवश्यकता है। जिन व्यक्तियों का चयन किया जाएगा, उन्हें अपने जीवन के मात्र पन्द्रह दिन समर्पित करने होंगे, और शान्ति का दूत तथा योग का संदेशवाहक बनना होगा। जो इस कार्य में हाथ बँटाना चाहते हैं, उनका स्वागत है। हमें भीड़ नहीं चाहिए, हमें थोड़े-से समर्पित और ईमानदार लोग चाहिए, जो बिना किसी कामना के, बिना किसी महत्वाकांक्षा के, बिना किसी उपलब्धि की आशा के चुपचाप अपना कार्य करते रहें।

हमारा लक्ष्य उपलब्धियों के पीछे भागना नहीं, स्वयं को अर्पित करना मात्र है, क्योंकि हमारे प्रेरणास्रोत परमहंस स्वामी सत्यानन्द सरस्वती हैं, जिन्होंने हमारे समक्ष इसका उदाहरण प्रस्तुत किया और हमें मार्गदर्शन प्रदान किया। जब उन्हें ज्ञात हुआ कि हम उनकी त्याग स्वर्ण जयंती मनाने जा रहे हैं तो उन्होंने पत्र लिखा-‘निरंजन, नमो नारायण। मैं सम्मेलन के लिए अपनी शुभकामनाएँ भेज रहा हूँ। तुम जिसे त्याग जयंती कहते हो, मैं उसे समर्पण मुहूर्त कहता हूँ, आत्मार्पण का एक क्षण। मेरे जीवन का वह पावन क्षण जो मैंने पचास वर्ष पूर्व अपने गुरु, स्वामी शिवानन्द जी महाराज के दिव्य सान्निध्य में अनुभव किया था। आज तक समर्पण का वह क्षण मेरी स्मृति में अंकित है। तुम योग आन्दोलन में सहयोग दो, और स्वयं को पुनर्समर्पित कर मानवता के उत्थान में कटिबद्ध रहो।’

हमें इस बात का गर्व है कि हम एक ऐसे गुरु के शिष्य हैं, जो उपलब्धि के पीछे नहीं भागे, बल्कि जिन्होंने आपने आप को पूर्णतया समर्पित कर दिया और उपलब्धि की सीमाओं को पार कर, आज भी समर्पण के उस क्षण को याद रखे हुए हैं।



Shoonya Meditation

Swami Niranjanananda Saraswati, 1994

Shoonya means ‘nothingness’. There are two experiences in yoga. One is of shoonya and the other is of *jyoti*, light. In the state of shoonya, the activity of consciousness, mind and ego stops, and there is only the awareness of consciousness and prana. The state of shoonya is also known as *nirvana*, freedom from the bondage of life and mind. This freedom is the purpose of Buddhist meditation – reaching the state of nirvana where the activity of mind, intellect and emotions comes to a total standstill.

In yoga, we use shoonya meditation as a step from dharana to dhyana. It is considered to be one of the important practices for people who want to reach higher meditative states, because it aims to bring about a state of no activity within the framework of body and mind. Later on, it can give rise to the awareness of higher consciousness. The disassociation between body and mind, mind and spirit is necessary in order to establish ourselves in the state of higher consciousness.

There are various concepts concerning shoonya meditation, but in brief, it is a series of practices which go deeper and deeper into the different layers of our experience and of the mind. In the first basic practice, the body is visualized

in the form of an empty shell. The concentration is placed in *hridayakasha*, the heart space, and there are concepts of different spaces or heavens, within the bodily frame. In yoga, we know of *chidakasha* which is contained in the head area. Then there is the concept of *hridayakasha*, the space contained in the region of the heart, and of *daharakasha*.

The purpose of taking the awareness to *hridayakasha* is to internalize the experiences of *chitta*, the mind. Concentration in *chidakasha* is required when we are practising techniques of *pratyahara* and *dharana*, and when we are learning how to handle the mental activity, the senses, the perceptions of the senses and intellect, the *karmendriyas* and *jnanendriyas*. However, when we try to go beyond the experiences of the *karmendriya* and *jnanendriya*, and try to have the feeling of nothingness, shoonya, then the concentration is taken down to *hridayakasha*. *Hridayakasha* is also the symbolic seat of the golden egg, *hiranyagarbha*, which is considered to be the state of soul consciousness. By experiencing the body as an empty shell, hollow inside, there is an automatic disassociation between mind and body. So, the experience of mind is totally cut off. As long as we are aware of the body, aware of various sensations, feelings and emotions related with the body, emotions and mind arise. There has to come a time in our spiritual sadhana when we bypass the experiences of *manas*, mind, *buddhi*, intellect, *chitta*, mental patterns and experiences, and *ahamkara*, self-identity or ego.

The practices of shoonya meditation are directed towards achieving the experiences which come beyond the states of chitta, buddhi, manas and ahamkara. These are progressive meditative states, but after we have transcended the experience of these four faculties, then what we experience is just nothingness – total disassociation. This is because the highest, most positive experience in yoga is the experience of union, but we also have the other aspect of yoga, which is disassociation before the experience of association.

Initially, in the practices of pratyahara, which are the basic techniques for learning how to deal with the mind, what steps do we take? First we gather all the faculties together, and after they are withdrawn we project them outwards again. So, there is always the stage of coming back first, and then reaching forward from this point.

After the state of shoonya has been reached, this meditation gradually evolves into the meditation in order to derive an understanding of the working of and the relationships between the body, mind and spirit, the concept of the trinity – matter, energy and consciousness. This is the next area of sadhana which follows the practices of asana and pranayama, pratyahara and dharana. We should direct our efforts towards achieving the state of shoonya, and from there the state of jyoti.

Paramahamsaji has said that after the practice of asana, pranayama, pratyahara and dharana, before reaching into the meditative state of dhyana, you simply go through a process of

experiencing the mind in its various phases. For this reason the shoonya experience should be evolved.

Shoonya meditation involves many different visualizations and about twelve different practices, which slowly take the mind deeper and deeper into the state of void. In the twelfth meditation one can achieve nirvana, but that becomes very intense.

Shoonya meditation can be combined with other types of meditation. For example, you can do mantra meditation, *antar mouna* (thought observation), *chidakasha dharana* (concentration in chidakasha), and at the end of those practices you can simply go into the shoonya state – that is acceptable.

There are many yogas, like laya yoga, nada yoga, and many others which are not even known about in western society; and each yoga and the practices involved can induce a different state of shoonya, but it is a different meditative state of yoga and the practices have not been taught in the West.



What is Yoga?

Swami Niranjanananda Saraswati, 1994

Harmony is the meaning of yoga. People say yoga means union but can there be union without harmony? If there is no harmony, there cannot be any form of union. Union is the outcome of this state of harmony. If the body is sick then it has to be made well, and health is the harmony in this context. If the mind is unbalanced it has to be brought into balance and mental health is harmony in this context. So harmony is the actual meaning of the word yoga and harmony has to be felt at every stage of life. So we have to first consider the areas of life where we need to create inner harmony.

Yoga begins with the practices of the body because body is something with which we can identify very quickly and deeply. If there is a pain, stiffness or disease in any part of the body, we know that it is there. In fact, we can even say that the majority of our awareness revolves around the physical condition. Since we identify intimately and deeply with the body, in the initial stages of yoga we work with our body with the help of asana, pranayama and other hatha yoga practices.

Once physical harmony is obtained then we automatically become aware of some mental needs. We begin to feel the



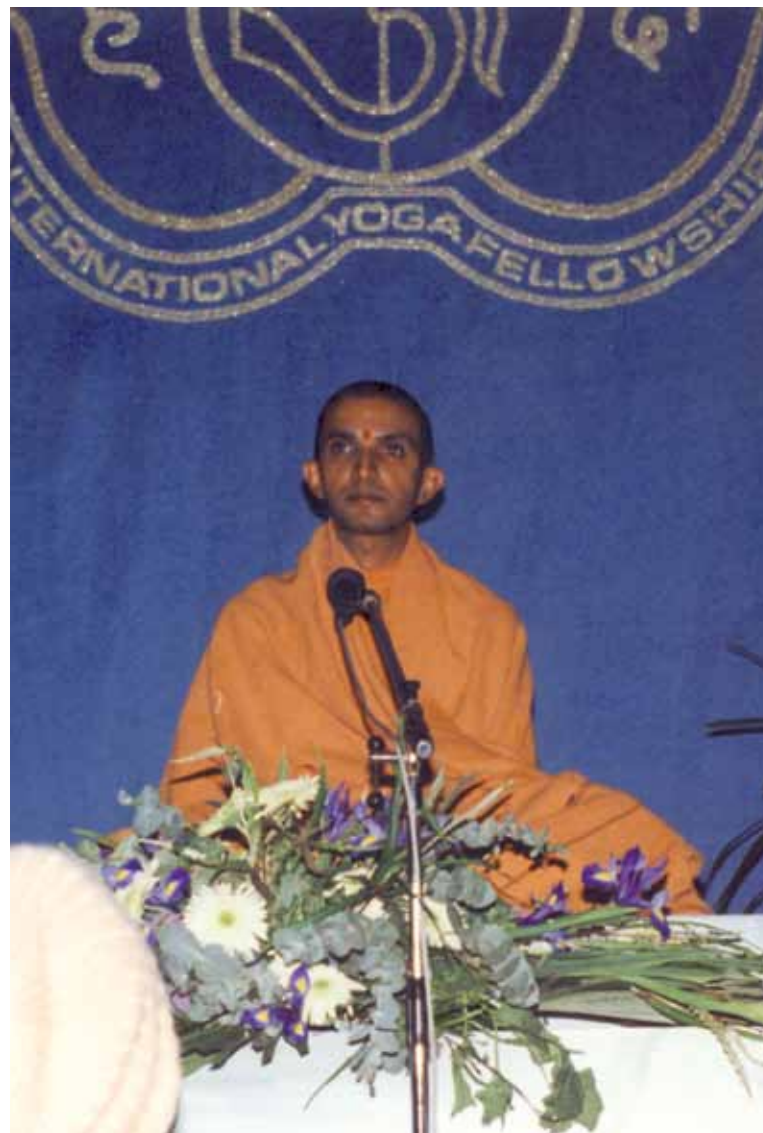
pressure of the stress and tension in our minds, so that becomes the next area of work in yoga – how to release tension, how to release stress, how to experience inner relaxation. In this process we also learn how to focus ourselves. So, in this way we see the practices of yoga gradually evolving from body to mind.

The practices can also evolve up to the spiritual level but we stop after coming to the superficial awareness of mind because we think that we have completed and attained everything that

we wanted or needed to attain. We lack the understanding of the other areas of life which in subtle ways continue to guide the performances of our life. So, we have to begin by developing an awareness of the different structures and areas of life. We have to develop awareness of the different dimensions of life and use the practices of yoga to harmonize these different dimensions and the activities which happen in these different dimensions.

The concept of human personality is very vast and broad in yoga. Yoga is not concerned with the body nor with the spiritual nature of a person. Yoga is not concerned with individual aspirations and desires, though of course they are fulfilled in the course of time. The main concern of yoga is with the development of the total human personality.

Yoga has felt that human beings interact on different levels which have been defined in the form of dimensions or states of mind. They start with the most physical level and include the most subtle, encompassing psychic and spiritual areas also. We will have to look into the theory of human personality in order to know the depth of yoga. We shall try to look at the various aspects of human nature because it is only after we have become aware of the different stages which govern and direct our life that we will be able to apply yoga and attain our goal. The goal, according to yoga, is to find perfection in life. Realization or union with God may be the outcome of that perfection. The perfection which we attain is the result of knowledge about ourselves.



आत्मज्ञान का साधन-योग

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1994

योग एक साधन है, जिसके द्वारा हम अपने जीवन को पूर्ण बनाकर, शरीर, मन, भावना और बुद्धि को संतुलित बनाकर, जीवन के पथ पर आगे बढ़ सकते हैं। योग का समाज में यही वास्तविक प्रयोजन है। हमारी परम्परा हमें यह शिक्षा देती है कि जीवन में अर्थ, काम, धर्म और मोक्ष का समन्वय होना



चाहिए। जब इन चारों का समन्वय होता है, तभी हम अपने इस मानव-जीवन के लक्ष्य को पूरा कर पाते हैं। अगर हम एक या दो पक्षों को ही अपनाकर चलते हैं, तो हमारा मानव-जीवन अधूरा रहता है। लेकिन समाज ने इन चार अंगों को दो भागों में विभक्त कर दिया, और कहा कि सांसारिक लोगों के लिए अर्थ और काम का मार्ग है, तथा जो व्यक्ति संसार से अपना सम्बन्ध-विच्छेद करना चाहते हैं, त्याग का मार्ग अपनाना चाहते हैं, उनके लिए धर्म और मोक्ष का मार्ग है।

जिस दिन यह विभाजन हुआ, हमारा जीवन खण्डित हो गया, विक्षिप्त हो गया, और हम पतन की ओर बढ़ने लगे। इसी का परिणाम आज हम अपने जीवन में देखते हैं। हम अपने शरीर को ही सब कुछ मान बैठे हैं, लेकिन यह रोग से पीड़ित रहता है। मन को सब कुछ मान बैठे हैं, लेकिन वह अशान्त है। इन सबके साथ हमारी इच्छा होती है कि हम स्वास्थ्य और शान्ति प्राप्त करें, लेकिन जीवन के टूटे हुए तारों को हमने जोड़ा नहीं है। जिस दलदल में हम फँसे हुए हैं, उसी में फँसे रह कर हम यह कल्पना करते हैं कि हम शुद्ध और पवित्र हैं।

सबसे पहले तो आपको यह विचारधारा बदलनी होगी, और अपने जीवन में इन चार अंगों को जोड़ना पड़ेगा, केवल दो को अंगीकार करने से काम नहीं चलेगा। जब हम इस विचार को आत्मसात् कर लेंगे, तभी अपने जीवन में सकारात्मक और सृजनात्मक परिवर्तन ला पायेंगे। हम आपको एक ऐसे विज्ञान, एक ऐसी विद्या के बारे में बतलाने आए हैं, जो आपकी अपनी है, जो कभी पुरानी नहीं होती, जो सनातन है। लेकिन हम लोग इस विद्या को, इस विज्ञान को भूलते जा रहे हैं। अगर हमें आपका सहयोग चाहिए तो एक ही बिन्दु पर। आप यह संकल्प करें कि अपने इस विज्ञान को सही तरीके से समझेंगे और इस विद्या को अपने जीवन में अपनायेंगे।

योग की यह विद्या न शारीरिक है न मानसिक, बल्कि जीवन जीने की एक कला है। जब हमें इस कला का ज्ञान नहीं रहता, तब हमारे जीवन में असंतुलन, व्याधि, विकार, तनाव, भय, चिन्ता, परेशानी, बेचौनी आदि उत्पन्न होती है। जहाँ तक हमारा अनुभव रहा है, मनुष्य जीवन में साधना की कमी है। हम बिना साधना किये

उपलब्धि चाहते हैं। बीमार हम हैं, लेकिन चाहते हैं कि दवाई कोई और खा ले, और हम ठीक हो जायें। जब हमारे भीतर इस प्रकार की विचारधारा है, तो अन्त में इसका क्या परिणाम होगा?

यही एक समस्या है, जिसका हम हमेशा अनुभव करते हैं। कम-से-कम जो व्यक्ति हमारे पास अपनी समस्याएँ लेकर आते हैं, उनमें तो हम साधना की इसी कमी को देखते हैं। जब इस प्रकार की कमी को देखते हैं तो योग-सूत्रों का एक सूत्र हमें स्मरण हो आता है— *स तु दीर्घकाल नैरन्तर्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः*। जिस अभ्यास को दीर्घकाल तक किया जाए, जिस अभ्यास के प्रति हमारी श्रद्धा रहे, आस्था रहे, उसे करने से ठोस आधार निर्मित होता है। जब हमें इस जीवन में यह ठोस आधार मिलता है तब हम अपने दूसरे जीवन की ओर कदम बढ़ा सकते हैं, क्योंकि मनुष्य का जीवन तो बहुआयामी जीवन है।

हम लोग भौतिकवाद से सम्मोहित होकर अपने दूसरे रूप को भूल चुके हैं, लेकिन जब हमारी जिन्दगी में एक प्रयास की शुरुआत होती है, और उस अभ्यास को हम धैर्यपूर्वक, श्रद्धा-भावना के साथ दीर्घकाल तक करते हैं, तब हमारी विचारधारा, व्यवहार, दृष्टिकोण, आदर्श और दर्शन में कुछ परिवर्तन होते हैं।

योग की शुरुआत इसी सूत्र से होनी चाहिए। यह हमारा मत है। केवल आसन-प्राणायाम, जप-ध्यान करके हम स्वयं में परिवर्तन नहीं ला सकते। गाड़ी चलानी नहीं आती, उसे नियंत्रण में रखना नहीं आता, लेकिन चलाने के लिए बैठ जाते हैं। अन्त में परिणाम होता है—दुर्घटना। और अगर गाड़ी को नहीं चलाते, तो चाहे आप आधा घण्टा उसमें बैठे रहिए, एक कदम भी आगे नहीं बढ़ पायेंगे।

योग एक अनुशासन की प्रक्रिया है, जिसको अपनाने से हम अपने शरीर को, अपनी जीवन-पद्धति को संयत और संतुलित बनाकर आगे बढ़ सकने में सक्षम हो जाते हैं। योग के जो विविध अभ्यास हैं, वे तो मात्र माध्यम हैं, जिनके द्वारा हम अपने व्यक्तित्व को समझ सकें, क्योंकि अंततोगत्वा परिवर्तन व्यक्तित्व और विचारधारा में होना है।



I Have Made It

Swami Niranjanananda Saraswati, 1994

Discipleship is not proven by the quantity of love or surrender that the disciple has for his guru, but by coming into tune with the energy of his guru. That is what real discipleship is all about, because even in love and surrender we make mistakes. According to our concept, love is when two people look at each other and become starry-eyed. That kind of love turns into hate when the two suddenly decide to look in different directions with their backs to each other. Whereas, in the ideal relationship between the guru and a disciple, love is looking in the same direction, not towards each other or away from each other.

The same idea applies in relation to surrender. When love and surrender are augmented by the qualities of honesty and humility, then a connection takes place and the quality of one's receptivity changes. For example, there might be twenty different plugs hooked into one switchboard, and they are all 5 amp plugs. It is also possible to change the 5 amps into 10, 15 or 20 amps, by changing the size of the plug, so that it can receive more power. This does not mean that the other plugs are insignificant and have no connection. It simply means that a disciple has the

option to become a high-voltage plug. Ultimately, this is what surrender is all about.

If guru says to us, "You be this", and that is acceptable to our rational mind and to our self-image and self-concept, then we accept it. However, if guru tells us to change, and this change conflicts with our self-image and self-concept, then there is a reaction to the instruction of the guru. This reaction means that surrender and love are not complete. We are still looking in another direction, and are now thinking of turning away. We are not looking in the same direction. This is all a play of ego which is manifesting as 'me', the important one, and guru who helps me to change according to my need.

The other mentality is one of humility: "I am insignificant: change me as you deem fit." Those disciples who allow the guru to direct their course and surrender totally to his will, to the Divine Will, to God's Will, have a different kind of experience and interaction with God and guru. There is the example of St. Theresa, which is a well-documented case. In times of meditation, ecstasy or samadhi the signs of the stigmata would appear on her hands and feet. Such things can happen if the link is there with either an embodied soul or an impersonal energy which does not have a body, which is cosmic in nature.

Swami Satyananda, who lived with Swami Sivananda, experienced that kind of deep connection with him. This connection was even recognized by his guru brothers; it was not something which they did not recognize. They recognized and

accepted it, because it was a reality. It was not just someone's mental concept or fantasy. A scientist can recognize the achievement of another scientist, but a layman cannot.

In this respect, I also feel blessed. I personally do not know if I have surrendered or made a link. I only hear Paramahamsaji say to others, "I have given everything to Niranjana. I do not have anything of my own now." The first time he said this, I wondered, 'What does he mean by that? What has he given me? His power? If he has given me his power, then I cannot feel it anywhere. Has he given me his knowledge? If he has, I cannot experience that knowledge. Has he given me this? Has he given me that?' Whatever I asked myself, the answer was, 'I cannot experience it.' There was no sense of pride that, 'He is saying that he has given it all to me and now I am all-powerful and ready to roll.' Rather, it made me even more thoughtful because he was saying, "I have given everything to him", and I know, 'I do not have anything.'

That is still my position; even today I do not know what he has given me. However, he has said it so many times that now I think maybe there is some kind of a link by which he is channelling his energy and I am not aware of it, because he is doing it from his side, I am not doing it from my side. So, just as Paramahamsaji says that he feels he has made it, I can say to you today that I have made it.





भक्ति का साकार एवं निराकार स्वरूप

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 1996

समाज में प्रचलित मान्यता तो यही है कि आत्मानुभव, आत्मप्राप्ति, आत्मज्ञान या आत्मसाक्षात्कार के लिए जो भी उपाय या विधियाँ मनुष्य अपनाता है, उनमें भक्ति योग ही सब से सरल, सुसाध्य, सुलभ और श्रेष्ठ है। परमगुरु स्वामी शिवानन्द जी कहा करते थे कि भक्तियोग सर्वाधिक द्रुत, निरापद, सुगम और निश्चित मार्ग है। शास्त्र भी कहते हैं कि कलियुग में केवल भगवन्नाम स्मरण मनुष्य को मुक्ति के द्वार तक ले जाने में सक्षम है।

हरेर्नाम हरेर्नाम हरेर्नामैव केवलम् ।

कलौ नास्त्येव नास्त्येव नास्त्येव गतिरन्यथा ॥

लेकिन भक्ति योग के सम्बन्ध में एक समस्या उठ खड़ी होती है कि भक्ति के विषय में जब हम बौद्धिक विश्लेषण एवं चिन्तन करने लगते हैं, तब इसके गूढ़ रहस्य को समझ नहीं पाते। आप स्वयं चिन्तन कीजिये कि आपके व्यक्तिगत जीवन में भक्ति की क्या अवधारणा है। क्या ईश्वर में आस्था रखना ही भक्ति है? क्या रोज प्रातः मंदिर में धूप-दीप दिखाना ही भक्ति है? क्या सत्संग और संतों की सेवा ही भक्ति है? क्या हरि कथा प्रसंग सुनकर अश्रुपात या रोमांच हो जाना ही भक्ति है? हर व्यक्ति की अलग-अलग परिभाषा होती है भक्ति की, और अपनी परिभाषा एवं विचारधारा के अनुसार हम कभी साकार भक्ति को महत्त्व देते हैं, तो कभी निराकार को।

मान लें कि हम साकार की उपासना करते आये हैं और कोई हमें कह दे कि साकार की नहीं, निराकार की उपासना उत्तम है, तो हम पूर्व की उपासना को छोड़ कर इस नवीन उपासना में लग जाते हैं। उपासना में यह परिवर्तन स्वयं अन्तर्द्वन्द्व का परिचायक है, क्योंकि हमें खुद मालूम नहीं कि

भक्ति क्या है। कोई कहता है साकार की उपासना करो, तो हम उसे ही उत्तम मानकर वही करते हैं। कोई कहता है कि निराकार की उपासना करो, तो हम उसे ही उत्तम मानकर करने लगते हैं। ऐसा तो मनुष्य का भ्रान्तिपूर्ण स्वभाव है तथा स्वभाव की यही चंचलता व्यवहार, विचार और कर्म में दिखलायी देती है। जब साधक अपनी अस्थिर मानसिकता को शान्त कर, स्थिर और केन्द्रित होकर, दोनों में से किसी एक मार्ग को पकड़ता है, तब उसी मार्ग में उसे उपलब्धि होती है।

वास्तव में साकार और निराकार, दो अलग मार्ग होते हुए भी इनके गुणों में कोई भेद नहीं है, लेकिन जीवन में मनुष्य का कोई साधनात्मक आधार, साधनात्मक भूमिका नहीं होने पर बौद्धिक रूप से सब समझते हुए भी वह अन्तर्द्वन्द्व में पड़ा रहता है। जीवन में साधनात्मक भूमिका के अभाव में हमलोग कभी इधर, कभी उधर डगमगाते रहते हैं और प्रश्न करते हैं कि साकार और निराकार में भेद क्या है।

साकार और निराकार, दोनों एक ही परमात्मा को अपने भीतर में धारण करने की प्रक्रियायें हैं। साकार और निराकार को हम जल और वाष्प के रूप में देख सकते हैं। दोनों में भेद है और नहीं भी है, क्योंकि वाष्प जल का गैसीय रूप है और जब वही वाष्प घनीभूत हो जाती है तो जल का रूप ले लेती है। अगर कमरे में वाष्प भरी हो तो उस कमरे में आपको इधर से उधर जाने में कोई कठिनाई नहीं होगी, पर जब वाष्प जल बनकर जलाशय और नदी का रूप धारण करती है, तब उस जलराशि में चलना सम्भव नहीं होता। तत्त्व एक है, लेकिन गुणों में अन्तर आ जाता है। निराकार और साकार भी इसी के सदृश हैं। निराकार वाष्प और साकार जल है। अब प्रश्न है कि इन दोनों में मनुष्य के लिये कौन उत्तम योग देता है?

संसार में दोनों प्रकार की उपासनायें प्रचलित हैं, साकार और निराकार। दोनों में समानता अवश्य है, लेकिन साकार सरल है और निराकार कठिन। एक ऐसा मनुष्य जिसकी कोई साधनात्मक भूमिका नहीं है, वह सर्वप्रथम किस मार्ग का चयन करेगा? साकार मार्ग का। भक्ति में पहला कदम साकार से लिया जाता है। साकार के द्वारा ही

मानव जीवन में परिवर्तन होना सम्भव है, क्योंकि इस उपासना के क्रम में ईश्वर तत्त्व में मन को केन्द्रित करना सहज होता है। निराकार की उपासना में ईश्वरीय तत्त्व पर मन को केन्द्रित करना अत्यन्त कठिन हो जाता है, क्योंकि निराकार में सभी अनुभूतियों का निषेध होना आवश्यक है। निराकार की स्थिति है—नेति, नेति, यह नहीं, यह नहीं।

इसीलिये गीता में श्रीकृष्ण कहते हैं कि साकार ही, जहाँ से भक्ति का प्रारम्भ होता है, मुझे अधिक मान्य है। उनकी मान्यता है कि जो भक्त अपनी सम्पूर्ण भावना को केन्द्रित कर उनके साकार रूप की उपासना करता है, उनके साकार रूप में एकमय होने का प्रयत्न करता है, वह उत्तम योगवेत्ता है।

*मय्यावेश्य मनो ये मां नित्ययुक्ता उपासते।
श्रद्धया परयोपेतास्ते मे युक्ततमा मताः ॥12.2॥*

साकार उपासना को इसलिये भी श्रेष्ठ माना जाता है कि साधारण-से-साधारण मन भी साकार में स्वयं को स्थिर कर लेता है। चेतना की एकाग्रता का प्रारम्भ होता है साकार उपासना से। द्वैत को समाप्त करने और अद्वैत की साधना के लिए साकार सुलभ है। निराकार उपासना में कभी-कभी भ्रम होता है कि मैं जो कर रहा हूँ, वह ठीक है या नहीं, मैं गलत रास्ते में तो नहीं हूँ। कभी-कभी निराकार के साधक को कठिन तपस्या करनी पड़ती है, कभी-कभी सुषुप्ति का अनुभव होता है, क्योंकि मन को केन्द्रित रखने का कोई आधार तो रहता नहीं। जबकि साकार में प्रीति हो जाती है, मन मिट जाता है, सुख प्राप्त होता है, नम्रता और एकाग्रता की स्थिति प्राप्त होती है। ये सभी साकार की अवस्थायें हैं, जो एक साधक अपने जीवन में अनुभव करता है। इसका मतलब यह नहीं कि निराकार हेय या उपेक्ष्य है। याद रखिये कि निराकार उपासना विलक्षण, प्रतिभासम्पन्न व्यक्तियों के लिए है, जिन्होंने उस उच्च, परा अवस्था को प्राप्त किया है।



Application of Yoga

Swami Niranjanananda Saraswati, 1998

When training first began at the Bihar School of Yoga, yoga was understood as a spiritual sadhana. At that time people had fewer desires, were less involved in the materialistic rush and more concerned with their wellbeing. They came to the ashram for spiritual purposes and for advanced sadhana courses in meditation, pratyahara, kriya yoga and other yogic practices. It was only during the 1970s that yoga was utilized and understood as a means of dealing with health problems. Health management courses started at BSY to deal with physical and psychological problems. However, even at that time there were many who had no idea what yoga was all about.

Once the yoga programs became health-oriented, many research projects started developing. The first research project was conducted in Patna on yoga and cardiac problems. There was research on asthma in Raipur, on hypertension in Bombay, on diabetes in Sambalpur and Calcutta. This enquiry into yoga spread all over the globe. The methods yoga has found for dealing with different physiological problems such as arthritis, asthma, cancer, AIDS, hypertension and chronic heart conditions have, to a large extent, been successful in the management of

these various conditions. Yoga has, therefore, made a major contribution in the field of health.

The second major contribution of yoga has been in education. Yoga has been introduced to children on an individual basis as well as in schools and colleges. BSY has conducted gurukul courses for thousands of children who have received the basics of yoga as lifestyle training. In Munger yoga was taught to higher secondary school teachers. Organizations such as RYE have introduced and implemented methods of teaching yoga in the classroom. RYE originated in France and now has centres in many countries of the world. In 1995, through this organization, a proposal to adopt yoga in educational institutions was sent to the governments of seventeen countries. This recommendation has been agreed to in principle by many countries in South America, North America and in Europe. So in the field of education, yoga has made a significant contribution.

In the 1980s, the Bihar School of Yoga took up the areas of business management, stress management and creativity enhancement. Yoga was taught to both management and workers in different industries, mainly government-sponsored institutions, as a means of managing stress. From this point on, yoga became a therapeutic subject. In Bihar, yoga has been introduced as a subject in medical colleges to enable medical students to learn the therapeutic principles of yoga.

The Bihar School of Yoga has conducted many teacher training courses and trained thousands to teach the basics of yoga. Whether teaching in centres, or in their families, or practising on their own, these people keep in contact and that seed has been sown in them.

In 1994, at the request of the former Chief of the Armed Forces, yoga was introduced to the army. Sannyasins were sent to high altitude and desert areas to experience the severe climatic conditions and to prescribe yoga practices for the management of these conditions, as well as for the physical and mental stress resulting from isolation and army duties. Yoga has also been taught to the police forces as a means of relaxation and personal discipline.

Yoga has also contributed in the field of science. In aeronautics, yoga has been introduced to help manage the effects of zero gravity on the body. Yoga has been accepted by various sports authorities as a preliminary program for athletes. Even sports like mountain climbing have applied yoga in their training programs to assist in the adjustment to high altitude atmospheres.

Yoga has been utilized in drug rehabilitation and in prisons for the management of depression, anxiety, fear and neuroticism. We have observed that, after a period of yoga training, changes have taken place in the behaviour of convicts and that they respond to various situations in life with a more positive and creative approach.

In the course of time, the scope for applying yoga in society is going to increase. In order to present a scientific, systematic, practical and integrated approach, the yoga movement is being spread by agencies like Bihar Yoga Bharati. Similar propagation is being done by other centres such as Kaivalyadhama in Lonavala, Vivekananda Kendra in Bangalore, Sivananda Ashram in Rishikesh, and by sannyasins of the Sivananda tradition. To the Bihar School of Yoga goes the credit for being instrumental in bringing about this yogic awareness, not only in one area or at one level of society, but globally. This was the mission and work of Sri Swamiji – to make available the yogic culture.



The Decade of the 2000s

2000 के दशक में

Moving On

As the new millennium dawned, it seemed that Swan had perfected the art of being in many bodies at the same time. He was carving the ever-changing grounds of Ganga Darshan down to the last tree, resolving the daily concerns of the various departments of the ashram, editing manuscripts, answering the existential questions of an ever-increasing swarm of visitors, giving satsang, guiding the centres and ashrams spread over the globe, presiding over hundreds of programs in India and across continents, being in Rikhia to lend his able head, heart and hands to the activities that were now growing by leaps and bounds there. Was he one or was he many?



Despite the incredible range and intensity of his preoccupations, there was not a single occasion when anyone saw him harried, or unmindful towards their particular query or condition. The qualities that he had displayed during the military coup in Panama a few decades ago, he was living them every moment now. Ever present, ever centred, ever smiling, nothing was too much when it came to guru's work.

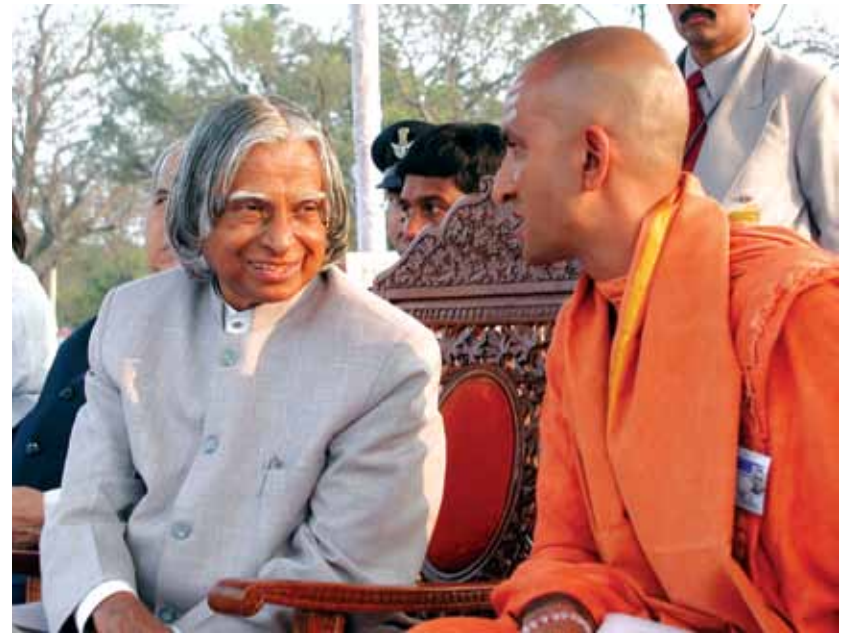
Yet, Swan was not merely doing, he was showing us how to do. Each moment, he was beckoning others to imbibe from him. He was setting an example, and we must feel compelled to ask ourselves again: have we followed him? Do we complain when a little extra task comes our way or do we rise to the occasion? Do we project our busy-ness or are we able to rest in our easiness? Do we get bored or are we able to do everything as if we were doing it for the first time? Are we content with mediocrity or do we break our limits to attain excellence? Do we become focused on our tasks to the point of selfishness or are we able to remain alert to the needs of others?

A student who had come to Ganga Darshan during these years remembers, "Before the Certificate Course started, there was a meeting of a small group of students with Swami Niranjan. Two members of the group showed their devotion by offering beautifully wrapped gifts from their home country. Swamiji accepted them and expressed his gratitude, placing the gifts beside him. After the meeting a sannyasin approached, wearing a geru dhoti and carrying a gift in his hands. The sannyasin smiled like a child on Christmas eve, bowed down and offered the gift, saying, 'Swamiji, do you know why this day is special for

me?’ Swamiji smiled affectionately and replied, ‘Yes, I remember. Today, exactly six years ago, was when we met for the first time.’ The disciple nearly burst with surprise and joy, and definitely did so when Swamiji added, ‘I also have a gift for you on this special day.’ He picked one of the nicely packed, unopened parcels he had received and handed it to the blissed-out sannyasin.”

It is instances like these that set Swamiji apart. To be able to fill any moment with specialness takes a rare quality of consciousness. Swami Ratnashakti tells another incident, “One day, during a rainstorm at Ganga Darshan, Swamiji left the office, accompanied by several people one of whom did not have an umbrella. Instead of suggesting that the person share an umbrella with someone else, Swamiji immediately offered shelter under his own, and they began walking arm in arm down the path. Seeing this, I ran up with another umbrella and passed it on to the guest, unopened. Swamiji then extended his arm completely over that person’s head, making sure they would not get wet while opening the new umbrella. Only once the guest was happily holding the umbrella in position above his head, did Swamiji use his to stop the rain falling on himself.”

What is the place from where such love, such care, such concern pours out? It is not the sentimental heart, it is the deeper heart whose quality is vastness. It is not the analyzing mind, it is the higher mind from which nothing is hidden. This is the true Akhara of Swan. This is the Vrindavan where he lives. If we clear away our surface debris, we too shall reach these depths and these heights and perhaps then we too shall join in the maharaas.



The 2000s were the decade when the President of India visited Munger twice. To watch Swan with a dignitary is always awe-inspiring. His manners impeccable, his eyes alert, his voice soft yet strong, his dhoti wrapped around his shoulders in easy precision – it is rare to find such balance between humility and regality. Equally delightful is to watch Swan with the children of BYMM, his eyes twinkling, his smile bright, his voice full of affection and often a joke or two . . .

Swamiji’s gaze was always on these children and BYMM became more and more active, inducting thousands of Munger children into its fold each year and becoming an inseparable part of the ashram. Seven hundred of these youngsters were chosen for a research project by Swamiji in 2000, to gauge the

impact of yoga on them. He presented the findings during an international conference organized by RYE (Research on Yoga in Education) at the UNESCO headquarters in Paris. The result: yoga was introduced in seventeen countries of Europe.

In fact, these were the times when, from being a fringe culture, yoga had come into the mainstream of society. An awareness was rising that it is not just about what you can get, but about what you can give. Credit would definitely have to go to Swamiji for making this possible, even though he always stayed away from publicity of any kind. Quietly, gently, gracefully, he had brought in the change that he himself was. Perhaps one of his best qualities is this: he never asks another to be what he himself is not. It is only when he has tested the efficacy of a method or an idea on himself that he tells others to follow it. And that is the secret behind his ability to inspire, to say words that reach straight into the heart, to make esoteric theories seem so very real.

Swan's ability to lighten up a loaded question or make spirituality relevant to the questioner's state of awareness was becoming finer and finer. Certainly it came from a clarity of mind that saw the whole, and he used this gift to introduce the 'yoga capsules' this decade. In the programs that he travelled to and in satsangs at Ganga Darshan, he was advising people to do yoga practices in little doses as per their need while explaining what these practices or 'capsules' could be. Another idea that he ushered in to make everyone realize their level of commitment: 'yoga practice – yoga sadhana – yoga lifestyle – yoga culture'. His guru had prophesied that yoga would one day become a

world culture, yet Swan could see that most people who came to yoga used it as a classroom practice. Therefore, with his usual incisiveness, he revealed the way to bridge the gap.

An area Swamiji was always keen on was publishing. Being an avid reader himself, from Asterix comics to science fiction to Carl Jung to Kashmir Shaivism, he well knew the profound impact the word could have. In 2000, he established the Yoga Publications Trust to streamline the book publishing matters at BSY. Computers had already made their way into the ashram in the last decade (with Swan being the first user – he could be found writing Basic software codes till the wee hours of the morning in those days!), and now he directed the digitization of the entire archive and a further refinement of the book production process. He would carefully leaf through printouts, expertly editing not only the text but also the layouts. In its twenty years of existence, YPT has produced more than 500 books under Swan's exacting gaze.

In the first half of the 2000s, there developed another project close to Swamiji's heart: the Sivananda Balakashram in Bhuj. A devastating earthquake in 2001 had orphaned many children in this impoverished region of western India. Swamiji travelled to these parts two months later and surveying the situation, proposed to establish a gurukul-style ashram to house and provide education for these children. He visited the region again to inspect the land and then returned three years later to inaugurate the ashram. The young Chaitanyas, as Swamiji called them, developed a most heart-warming relationship with the one who had showed them the light. They would always be



found by his side when they visited Ganga Darshan, growing in remarkable ways under the wings of their beloved Swamiji.

Swan had entered his fourth decade. The lanky boyishness was receding a little, and in its place an inner gravity was becoming noticeable – perhaps a reflection of the role he found himself playing more and more often: that of guru. The number of people who wanted to take initiation from him was

ever on the rise, even though he said it again and again that merely receiving initiation does not make anyone into a disciple and likewise giving initiation does not make anyone into a guru. Yet, people just thirsted for that connection, no matter how wispy, or sturdy. Sannyasi Divyashakti was among those who received her mantra and mala in Venice, Italy, in May of 2006. She recalls, “It was not my first experience of meeting a spiritual guru, but nothing had prepared me for the meeting with Swami Niranjana. We were walking through the lobby when we saw Swami Niranjana. I was introduced to him and he turned his attention directly at me, and with a piercing gaze he looked at me straight in the eyeballs and it felt like I had been shot with a 1,000,000-volt bolt of energy in the heart region. I was amazed as I had always spoken with a certain amount of cynicism about the flash of lightning from the divine. That had never happened to me or anyone I had known. But it was real and it was a complete shock. I was very close to tears as the energy had really pierced me and was racing through my body. We went to the car and I felt as if I was floating, I was completely out of sorts and felt very wobbly on my feet, and the emotional turbulence that was coursing through my body was zigzagging around like spitfire. It was truly a divine spark that was shot into my body that day. Every time I closed my eyes I could see Swamiji and that night I could feel his presence very strongly. I was humbled by this unique experience and can assure you that it can happen to every person on this planet. It changed my perception of divine energy and for this I am grateful to have met Swamiji.”

As the decade progressed, Swamiji started speaking of a new sadhana to everyone: the three mantras first thing in the morning. Mahamrityunjaya mantra for physical wellness, Gayatri mantra for mental wellness and the 32 names of Durga to remove any block. It would become an integral aspect of the Bihar Yoga system in the years to follow and benefit thousands. People would make it a part of their daily waking-up process and through this discover a simple way to attain positivity at every level. Explaining the practice in characteristic Swan style, he said in one of his tours, “Every morning, after waking up – a bit difficult to do it while you are sleeping – after waking up, sit down quietly for five to ten minutes, before anything, before even getting out of bed. If you wet your pants in bed, that is fine, but sit there. Sit there. Chant the mantras, and then go about your business. Do what you need to do, if you want to go back to sleep, fine; if you want to get up and move around, fine. And believe me, many people who have followed this system, have felt a qualitative change in their life, in their thinking process, in their performance, in their understanding, in their association and relationships.”

One would also see Swamiji slowly begin to introduce more aspects of tantra and sadhana in the life at Ganga Darshan. Every now and then, everyone would be invited to an abhisheka of Shivalingam or Sri Yantra in the Akhara. As Swan’s slender fingers gently bathed these ancient symbols of divinity, there would be a tangible shift in the air. He was creating energy and showering everyone with it; one had to just be present when Swan performed a ritual to know its transformative power.

Havans were also becoming more frequent at the ashram. In fact, even during his travel to Colombia in 2005, one of the highlights was the combination of a vedic havan and a Mayan solar fire ceremony. Yoginis from South India had also started coming every Vasant Panchami to the ashram to perform an elaborate four-day ritual of havan and aradhana. In the newly-acquired Yoga Vidya plot at the lower end of Ganga Darshan, a Bhagavat Katha was held in 2006 in which over 20,000 people took part. Swamiji himself became a *katha vachak*, scriptural storyteller, when for four days in early 2009 he told the stories



of Shiva from the *Shiva Purana* to gatherings of thousands of BYMM children and locals in the Munger Shivalaya.

Was there a subtle shift taking place? No, not a shift, but a balancing. For four decades Swan had witnessed the blooming of classroom yoga and had played a pivotal role in ensuring that people get to know these beautiful practices for themselves and for others. For certain this held the possibility of setting them on a path that led to freedom from suffering. Yet he knew the circle would not be complete unless a parallel journey was made: that of direct experience. The rituals, the poojas and aradhanas that have endured through millennia became his vehicle, and as with everything around Swan, they seemed to fall into place naturally, spontaneously. Nonetheless, Swamiji knew that they weren't everyone's fare, or even need, and he let them remain low-key until the time was ripe.

Then, in 2008, Swamiji relinquished his role as president of BSY. A new phase of life was about to begin for him.

In July of 2009, he spent several cherished days in the company of his guru, carefree as the six-year-old child that had first come to stay with him. This was when he received detailed instructions on the path to follow. No more travelling the globe, no more administrative concerns, only yoga and sannyasa: to live and to tell.

At the Sat Chandi Mahayajna in Rikhia later this year, amid the chanting of mantras, the queues for prasad and the dancing of kanyas, there was an infinitely soft moment. Sri Swamiji arrived in Tapovan with Poorna, the German shepherd, in tow, sat down on his wooden seat, greeted everyone with a hearty

Namo Narayan, then suddenly beckoned Swamiji towards him. Swamiji rose from his seat, went up to him and bent down to receive the command. Sri Swamiji simply told him to sit in front of him, like he used to tell the six-year-old to sit in his lap. Slightly abashed, but absolutely delighted to have again become his father's precious child, the smile spreading wide on his face, our Swan sat there like a six-year-old. It was sheer joy for everyone to be part of this tender moment between the two beacons of light. Later, as he was carefully draping a shawl around his guru, a person who happened to be nearby turned his way to see a tear escaping his eyes.

Sat Chandi was followed a week later by five days of Yoga Poornima, the last time when Sri Swamiji would speak in public. On 3rd December, Swami Niranjan returned to Munger. A week-long Ashram Life and Yoga Satsang Week commenced on the 5th. He gave satsang in the afternoon and then drove out to the Shivalaya in Munger. Unusually, the lingam was today adorned in the form of Mahakaal, the lord of death. Seeing it, a strange feeling overcame Swan. He could not bear to be in the presence of this aspect of the Lord and walked out of the sanctum sanctorum. The priest prepared for the arati and then approached Swamiji to do the honours. For the first time in his life, he refused.

When Swamiji returned to the ashram, he went straight up to Sri Swamiji's room on the sixth floor Sri Niwas and just sat there, his heart filled with an inexplicable foreboding. He switched off his phone and simply remained there, not wanting to stir, not wanting any interference in whatever was taking place. At

midnight, there was a loud knock on the door. When he opened it, the sannyasi said that Swami Satsangi was trying to reach him urgently. He returned the call to find that his guru had consciously entered mahasamadhi ten minutes ago. A perfected yogi that Swami Satyananda was, he had perceived that it was the right hour, sat himself down in the lotus posture, chanted *Om* and with the out breath freed himself of the body.

In two and a half hours, doing the Munger–Rikhia potholed road at 140 km/h, Swamiji was by his guru's still body. He had already received instructions in July on the procedures to follow in the event of such a departure and now he made sure that not a detail was missed. This was the most heartrending hour of his human life, yet the clarity of mind with which he conducted the proceedings can only be described as astounding. The next evening, as he placed his guru in the lap of Mother Earth and the burial pit slowly filled up with handfuls of soil offered by those present, he was looking at his beloved master, father, friend for the last time.

Or was he?

What would have been deep sorrow for lesser mortals became immense, immense joy for Swan as he discovered that now he could see his guru everywhere, he could call him at any time, he could speak to him in any language. As the decade closed, Swan knew with absolute certainty that his guru had not gone anywhere; he had become completely one with him. ■



Niranjan, now you have to embark upon another journey and in order to so, one chapter of your life has to close. The life of karma is over for you and now begin the life of dharma.

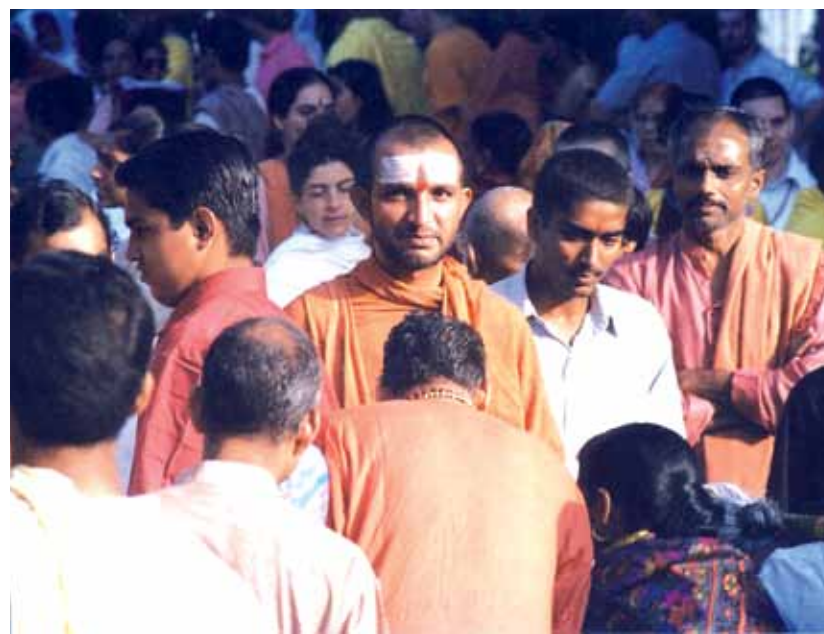
—Swami Satyananda

अगला पड़ाव...

नयी शताब्दी के आगमन के साथ ऐसा लगने लगा मानो स्वामीजी ने एक ही समय अनेक जगहों पर उपस्थित रहने की कला में पूर्ण दक्षता प्राप्त कर ली हो। वे गंगादर्शन के सदा परिवर्तित होते स्वरूप के लिए बारीकी से दिशा निर्देश देते, आश्रम के विभिन्न विभागों के दैनिक मुद्दों को सुलझाते, पाण्डुलिपियों का सम्पादन करते, दर्शनार्थियों की उत्तरोत्तर बढ़ती भीड़ के प्रश्नों का उत्तर देते, सत्संग देते, विश्वभर में फैले केन्द्रों और आश्रमों का मार्गदर्शन करते, भारत तथा अन्य महाद्वीपों में आयोजित कार्यक्रमों का नेतृत्व करते, रिखिया में दिन दूनी रात चौगुनी गति से बढ़ती गतिविधियों के संचालन में दिलो-जान से अपना सहयोग देते। अब बताइये वे एक हैं या अनेक?

विभिन्न प्रकार के कार्यों की अविश्वसनीय कतार और अति-व्यस्तता के बावजूद भी न तो कभी किसी ने उन्हें हड़बड़ाकर कुछ करते देखा, और न ही अपने किसी सवाल या स्थिति के प्रति उन्हें बेपरवाह पाया। कुछ दशकों पूर्व पनामा में सैन्य तख्ता पलट की घटना के समय हवाई अड्डे पर उन्होंने अपनी जिन विशेषताओं का परिचय दिया था, अब वे उनके जीवन में क्षण-प्रतिक्षण परिलक्षित हो रही थीं। हमेशा वर्तमान क्षण के प्रति सजग रहना, हमेशा एकाग्र रहना और हमेशा मुस्कराते रहना, गुरु का कोई भी कार्य उन्हें भारी नहीं लगता।

अपने व्यक्तित्व के इन सभी गुणों का प्रदर्शन कर स्वामीजी हम सबके सामने एक अनुकरणीय उदाहरण प्रस्तुत कर रहे थे। वे हर क्षण इन उदाहरणों द्वारा उनसे सीखने और उस शिक्षा को आत्मसात् करने का संकेत देते रहते। वे हमें सदा प्रोत्साहित करते रहे। अब हमें अपने आपको पुनः स्वयं से यह पूछने के लिए मजबूर करना होगा, क्या हमने उनका अनुकरण किया है? जब थोड़ा अतिरिक्त काम हमारे पास आता है तब हम शिकायत करते हैं या उसे कुशलतापूर्वक सम्पन्न कर अपनी योग्यता प्रमाणित करते हैं? हम अपनी अतिव्यस्तता का प्रदर्शन करते हैं या सुगम कार्यशैली का? क्या हम जल्दी ही ऊब जाते हैं या हर कार्य को इस प्रकार करते हैं मानो पहली बार कर रहे हों? क्या हम अपनी साधारणता से संतुष्ट हैं या उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए अपनी सीमाओं के पार जाने के लिए तत्पर रहते हैं? क्या हम अपने कार्यों



में स्वार्थपरता की हद तक मशगूल हो जाते हैं या दूसरों की आवश्यकताओं के प्रति भी सजग रह पाते हैं?

एक विद्यार्थी जो इसी काल में गंगादर्शन आया था, अपना संस्मरण सुनाते हुए कहता है, “सर्टिफिकेट सत्र आरम्भ होने के पूर्व विद्यार्थियों का एक छोटा समूह स्वामीजी से मिल रहा था। इस समूह के दो सदस्यों ने अपने देश से लाए सुन्दर उपहार स्वामीजी को भेंट किये। स्वामीजी ने उपहार स्वीकार कर उन्हें अपनी बगल में रखकर अपना आभार व्यक्त किया। मीटिंग समाप्त होने पर एक संन्यासी हाथों में उपहार लेकर पहुँचा। संन्यासी के होठों पर बालसुलभ मुस्कान थी, उसने प्रणाम निवेदित कर अपना उपहार दिया और कहा, ‘स्वामीजी आपको पता है यह दिन मेरे लिए इतना विशेष क्यों है?’ स्वामीजी ने स्नेहपूर्ण मुस्कराहट के साथ उत्तर दिया, ‘हाँ, मुझे याद है। आज से ठीक छः वर्ष पूर्व हम लोग इसी दिन पहली बार मिले थे।’ शिष्य के आश्चर्य और खुशी का ठिकाना न रहा। स्वामीजी ने आगे कहा, ‘इस विशेष दिन के उपलक्ष्य में मेरे पास भी तुम्हारे लिए एक उपहार है।’ उन्होंने अभी-

अभी प्राप्त उपहारों में से एक उपहार उठाया, जिसे उन्होंने खोलकर भी नहीं देखा था, और उस आनन्दित संन्यासी को दे दिया।”

इस प्रकार की घटनाएँ स्वामीजी को विशिष्ट श्रेणी में ला खड़ा करती हैं। जीवन के किसी भी क्षण को विशेष बना देने की क्षमता चेतना का एक दुर्लभ गुण है। स्वामी रत्नशक्ति एक अन्य घटना का जिक्र करते हुए कहती हैं, “एक दिन गंगादर्शन में तूफान और वर्षा के बीच स्वामीजी कुछ लोगों के साथ कार्यालय से उठकर जाने लगे। उनमें से एक व्यक्ति के पास छाता नहीं था। वह किसी दूसरे व्यक्ति के छाते के अन्दर आ जाए, यह कहने की बजाय स्वामीजी ने तुरंत उसे अपने छाते में पनाह दी, और वे हाथ में हाथ लिए रास्ते पर जाने लगे। यह देखकर मैं दूसरा छाता लेकर दौड़ी और बिना खोले उस अतिथि को थमा दिया। तब स्वामीजी हाथ बढ़ाकर छाते को उसके सिर के ऊपर इस स्थिति में ले आये जिससे नया छाता खोलते समय वह भीगे नहीं। जब तक उस अतिथि ने छाता खोलकर अपने सिर के ऊपर तान नहीं लिया, स्वामीजी अपना छाता उसके ऊपर तान कर खड़े रहे।”



दूसरों के प्रति ऐसे प्रेम की वर्षा कहाँ से होती है, दूसरों का इतना ख्याल, इतनी परवाह कहाँ से उत्पन्न होती है? भावुक हृदय से नहीं, बल्कि गहन और विशाल हृदय से। भले-बुरे का विश्लेषण करने वाले मन से नहीं, बल्कि उच्च मन से, जिससे कुछ छुपा नहीं रहता। यथार्थ में यही स्वामीजी का अखाड़ा है, यही वृन्दावन है जहाँ वे रहते हैं। अगर हम सतह पर जमे कचरे को हटाना शुरू कर दें तो एक दिन हमारी पहुँच भी हृदय की गहराइयों तक होगी, और शायद तब हम भी इस महारास में भाग ले पायेंगे।

2000 के ही दशक में भारत के राष्ट्रपति दो बार मुंगेर आए। स्वामीजी को किसी गणमान्य अतिथि का सत्कार करते हुए देखना बहुत प्रेरणादायक होता है। उनकी त्रुटिहीन व्यवहार शैली, सतर्क आँखें, कोमल पर सशक्त आवाज, कंधों के चारों ओर दुरुस्तता के साथ लपेटी गयी धोती—विनम्रता और राजसी शान के बीच ऐसा संतुलन विरले ही देखने को मिलता है। बाल योग मित्र मण्डल के बच्चों के साथ भी स्वामीजी को देखना इतना ही आनन्ददायक होता है—आँखों में चमक, होठों पर मुस्कान, स्नेहपूर्ण वाणी और प्रायः चुटकुलों का दौर भी...

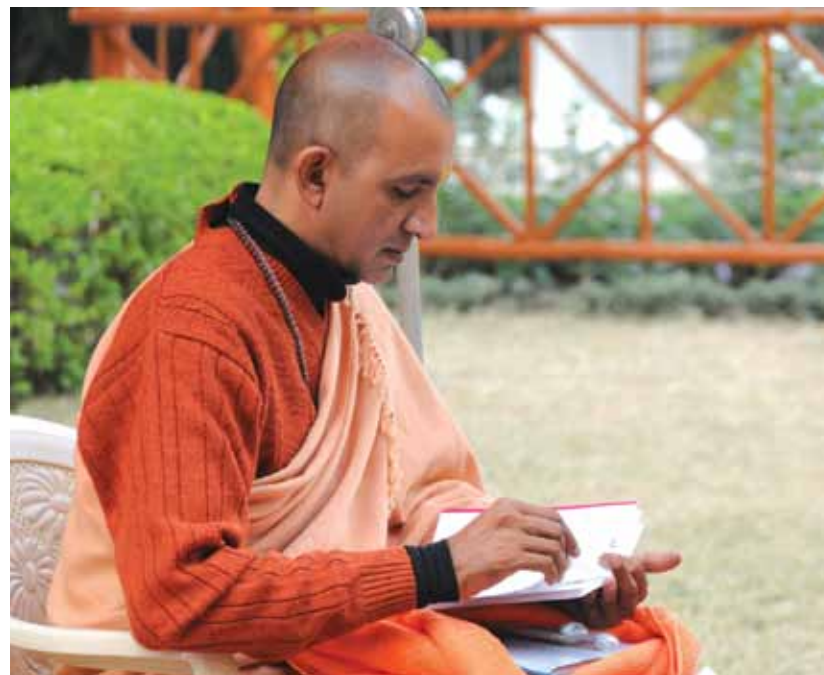
स्वामीजी की दृष्टि हमेशा इन बच्चों पर रही, जिससे बाल योग मित्र मण्डल अधिक से अधिक क्रियाशील होता गया, प्रतिवर्ष मुंगेर के हजारों बच्चे इसमें शामिल होते गये, और यह आश्रम का अभिन्न अंग बन गया। स्वामीजी ने बच्चों पर योग का प्रभाव जानने के लिए इनमें से सात सौ बच्चों को सन् 2000 में एक शोध परियोजना के लिए चुना। इस शोध के परिणामों को उन्होंने आर. वाई. ई. (रिसर्च इन योगा ऑन एजुकेशन) द्वारा पेरिस में यूनेस्को के मुख्यालय में आयोजित अन्तर्राष्ट्रीय सम्मेलन में प्रस्तुत किया। इसका परिणाम यह हुआ कि यूरोप के सत्रह देशों में योग को पाठ्यक्रम में सम्मिलित कर लिया गया।

वस्तुतः इस काल में योग, योगियों की गुफाओं से निकलकर समाज की मुख्य धारा में शामिल हो गया था। लोगों के बीच यह जागरूकता भी आ रही थी कि केवल यह सोचने की बजाय कि मुझे क्या उपलब्ध होगा, यह सोचना भी आवश्यक है कि मैं क्या दे सकता हूँ। इसका सारा श्रेय स्वामीजी को जाता है, हालाँकि वे हमेशा हर प्रकार के प्रचार से दूर ही रहे। शनैः-शनैः सुखद ढंग से उन्होंने यह परिवर्तन लाया। सम्भवतः उनका सर्वश्रेष्ठ गुण यह है कि वे दूसरों को ऐसा कुछ करने के लिए नहीं

कहते, जो वे स्वयं नहीं करते। जब वे किसी विधि या विचार की उपयोगिता को अपने ऊपर आजमा चुके होते हैं, तभी वे दूसरों को उसका अनुकरण करने के लिए कहते हैं। इसी कारण वे दूसरों को प्रेरित कर पाते हैं, अपनी बात ऐसे शब्दों में रख पाते हैं, जिन्हें सीधे हृदयंगम किया जा सके, गूढ़ विषय को भी सरल बनाकर इस ढंग से प्रस्तुत कर पाते हैं कि वह वास्तविक प्रतीत होने लगे।

किसी प्रश्न को हल्का बना देने या प्रश्नकर्ता की चेतना के स्तर के अनुरूप आध्यात्मिकता को प्रासंगिक बना देने की उनकी क्षमता दिनों-दिन बढ़ती जा रही थी। यह क्षमता निश्चित रूप से ऐसी मानसिक स्पष्टता की देन थी, जिसमें व्यक्ति सम्पूर्ण परिदृश्य को एक बार में देख पाता है। उन्होंने अपनी इस क्षमता का प्रयोग करते हुए इस दशक में 'योग कैप्सूल' की चर्चा आरम्भ की। अपनी योग यात्राओं और गंगादर्शन में दिये गये सत्संगों के दौरान स्वामीजी लोगों को अपने आवश्यकतानुसार कैप्सूल के रूप में कम मात्रा में योगाभ्यास करने की सलाह देते, साथ ही यह भी बताते कि कैप्सूल के अंतर्गत कौन-कौन से अभ्यास करने चाहिए। उन्होंने लोगों के सामने अपनी प्रतिबद्धता की जाँच के लिए एक अन्य अवधारणा भी प्रस्तुत की—'योगाभ्यास—योग साधना—यौगिक जीवनशैली—योग संस्कृति।' उनके गुरु ने यह भविष्यवाणी की थी कि योग एक दिन विश्व की संस्कृति के रूप में उभरेगा। स्वामीजी को लगने लगा कि अब तक अधिकतर लोग योग को कक्षा में किये जाने वाले अभ्यास के रूप में प्रयुक्त करते आए हैं, जीवनशैली या संस्कृति के रूप में नहीं। इसलिए उन्होंने अपनी तीक्ष्ण बुद्धि का प्रयोग करते हुए लोगों के सामने इस खाई को पाटने का मार्ग भी प्रस्तुत किया।

पुस्तकों का प्रकाशन एक ऐसा क्षेत्र रहा, जिसमें स्वामीजी की दिलचस्पी हमेशा बनी रही। वे स्वयं एक उत्सुक पाठक हैं, उनके अध्ययन का क्षेत्र एस्ट्रिक्स कॉमिक्स से लेकर वैज्ञानिक साहित्य तक, कार्ल युंग से लेकर कश्मीर शैववाद तक रहा है। शब्दों का कितना गहन प्रभाव होता है, यह उन्हें अच्छी तरह ज्ञात था। सन् 2000 में उन्होंने आश्रम द्वारा पुस्तकों के प्रकाशन के कार्य को सुव्यस्थित करने के लिए योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट की स्थापना की। आश्रम में कम्प्यूटर पिछले ही दशक में आ चुके थे (और उनका उपयोग करने वाले स्वामीजी प्रथम व्यक्ति थे। उन दिनों उन्हें रात्रि जागरण कर बेसिक सॉफ्टवेयर कोड लिखते हुए देखा जा सकता था!)



अब उन्होंने सभी पुराने योग साहित्यों को डिजिटल रूप में रूपान्तरित करने और पुस्तकों के प्रकाशन की प्रक्रिया को और अधिक परिशोधित करने का निर्देश भी दिया। वे प्रकाशन के पूर्व प्रिन्ट किए गये पन्नों को सावधानीपूर्वक देखते और शब्दों के कुशल सम्पादन के साथ-साथ ले-आउट को भी ठीक करते। पिछले बीस वर्षों में योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट ने स्वामीजी के प्रत्यक्ष मार्गदर्शन में लगभग पाँच सौ पुस्तकों का प्रकाशन किया है।

दो हजार के दशक के पूर्वार्द्ध में एक अन्य परियोजना आरम्भ हुई, जो स्वामीजी को अत्यंत प्रिय रही—भुज में शिवानन्द बालकाश्रम का निर्माण। सन् 2001 में आए विनाशकारी भूकम्प के कारण पश्चिमी भारत के इस गरीब इलाके के कई बच्चे अनाथ हो गये थे। स्वामीजी ने दो महीनों बाद इस क्षेत्र की यात्रा की और परिस्थिति का अवलोकन कर यहाँ गुरुकुल शैली के एक आश्रम की स्थापना का प्रस्ताव रखा, जहाँ इन बच्चों को आश्रय देकर इनकी शिक्षा की समुचित व्यवस्था की जा सके।

उन्होंने पुनः भूमि का निरीक्षण करने के लिए इस क्षेत्र की यात्रा की और फिर तीन वर्षों के पश्चात् इस आश्रम का उद्घाटन करने आए। स्वामीजी यहाँ रहने वाले बालकों को चैतन्य कहकर बुलाते। इन बाल-चैतन्यों ने अपने प्रेरणास्रोत, स्वामीजी के साथ बड़ा हृदय-स्पर्शी सम्बन्ध बनाया। वे जब भी गंगादर्शन आते, हमेशा स्वामीजी के आस-पास ही रहते। अपने प्रिय स्वामीजी की छत्र-छाया में ये बच्चे असाधारण ढंग से प्रगति करते हुए बढ़ने लगे।

स्वामीजी अपने जीवन के चौथे दशक में प्रवेश कर चुके हैं। बालसदृश लड़कपन अब थोड़ा कम होने लगा है और उसके स्थान पर आंतरिक गंभीरता परिलक्षित होने लगी है, संभवतः यह गुरु की भूमिका की एक झलक है, जो अब उन्हें प्रायः निभानी पड़ रही है। उनसे दीक्षा लेने के इच्छुक व्यक्तियों की संख्या बढ़ती ही जा रही थी, यद्यपि वे बार-बार कहते कि केवल दीक्षा ले लेने से कोई शिष्य नहीं बन जाता, और न ही दीक्षा देकर कोई गुरु बनता है। फिर भी लोग उनसे यह सम्बन्ध जोड़ने के लिए लालायित रहते, चाहे यह सम्बन्ध कितना ही दुर्बल या मजबूत हो। दीक्षा ग्रहण करने वाले ऐसे ही लोगों में एक हैं संन्यासी दिव्यशक्ति, जिन्होंने सन् 2006 में वेनिस, इटली में मंत्र दीक्षा प्राप्त की। वे अपना संस्मरण सुनाते हुए कहती हैं, “गुरु से मुलाकात का यह मेरा पहला अनुभव नहीं था, फिर भी पूर्व की मुलाकातों को स्वामी निरंजन से मुलाकात की तैयारी नहीं कहा जा सकता। हम लॉबी से गुजर रहे थे, उस समय हमें स्वामी निरंजन के दर्शन हुए। उन्हें मेरा परिचय दिया गया, उनका ध्यान सीधे मेरी ओर गया, उन्होंने जैसी भेदती हुई दृष्टि से मेरी आँखों में देखा, और मुझे लगा मानो मेरे हृदयाकाश में 10,00,000 वोल्ट की ऊर्जा प्रवाहित होने लगी हो। मुझे विस्मय हुआ, क्योंकि मैं हमेशा दिव्यात्माओं से विकिरित होने वाले प्रकाश के बारे में नकचढ़े व्यक्ति की तरह बोला करती थी। न मेरे साथ कभी ऐसा हुआ था और न ही मेरी पहचान के किसी अन्य व्यक्ति के साथ। परंतु आज यह मेरे लिए एक सत्य था, और साथ ही पूरी तरह से एक झटका भी। मेरी आँखें नम हो गयीं, यह ऊर्जा वास्तव में मेरे रोम-रोम में समा गयी थी और पूरे शरीर में प्रवाहित हो रही थी। हम अपनी कार की ओर बढ़े, मुझे ऐसा लगा मानो मैं हवा में उड़ रही हूँ। मैं पूरी तरह हिल गयी थी और मेरे पैर जैसे लड़खड़ाने लगे, साथ ही पूरे शरीर में भावनात्मक खलबल मची हुई थी। वास्तव में उस दिन मेरे शरीर में एक दिव्य चिंगारी को प्रवेश कराया गया था। मैं जब भी

आँखें बन्द करती, मुझे स्वामीजी दिखायी पड़ते, और उस रात मुझे उनकी उपस्थिति का भी बहुत तीव्र अहसास हुआ। मेरी मूढ़ता को दूर करने के लिए मुझे यह अनोखा अनुभव दिया गया और मैं आप सबको यह विश्वास दिलाती हूँ कि यह अनुभव हर व्यक्ति को हो सकता है। इस घटना से दैवी ऊर्जा के सम्बन्ध में मेरी विचारधारा बदल गयी, इसके लिए मैं स्वामीजी की आभारी हूँ।”

इस दशक में आगे बढ़ते हुए, स्वामीजी सबको एक नयी साधना के बारे में जानकारी देने लगे—प्रातः काल उठते ही सबसे पहले तीन मंत्रों का पाठ। शारीरिक स्वास्थ्य के लिए महामृत्युंजय मंत्र, मानसिक स्वास्थ्य के लिए गायत्री मंत्र और बाधाओं के निवारण के लिए दुर्गाजी के बत्तीस नामों का पाठ। यह साधना आगामी वर्षों में बिहार योग पद्धति का अभिन्न अंग बन गयी, जिससे हजारों लोग लाभान्वित हो रहे हैं। लोग इसे अपनी दैनिक साधना का अंग बनाकर प्रातः उठते ही इन मंत्रों का पाठ करते हैं, और यह देखकर विस्मय करने लगते हैं कि हर स्तर पर सकारात्मक अवस्था को इतने सरल ढंग से प्राप्त किया जा सकता है! एक बार अपनी योग यात्रा के दौरान लोगों को समझाने के अपने विशेष अंदाज में स्वामीजी ने कहा, “हर दिन सुबह उठते ही—जब आप निद्रा की अवस्था में होते हैं, तब ऐसा करना थोड़ा कठिन होता है—उठते ही, अन्य कुछ काम करने के पहले, बिस्तर से भी बाहर आने के पहले, पाँच-दस मिनट के लिए चुपचाप बैठ जाना। इन तीन मंत्रों का पाठ करना, और उसके बाद अपने दैनिक कार्यों में लगना। जो भी करना आवश्यक हो, करना; वापस सोने का मन हो तो भी ठीक; अगर उठकर चहलकदमी करना चाहते हो, तो भी ठीक। और विश्वास कीजिए, जिन लोगों ने भी इस साधना को अपनाया है, उन्हें अपने जीवन में एक गुणात्मक परिवर्तन का अनुभव हुआ है, उनकी विचार प्रक्रिया, कार्य-सम्पादन, समझ, लोगों के साथ बर्ताव एवं सम्बन्धों में निश्चित रूप से सुधार आया है।”

स्वामीजी गंगादर्शन के दैनिक जीवन क्रम में धीरे-धीरे तंत्र एवं साधना के अन्य आयामों का समावेश भी करने लगे थे। अखाड़ा में शिवलिंग या श्री यंत्र का अभिषेक देखने के लिए अक्सर अंतेवासियों को बुलाया जाता। जब स्वामीजी अपने हाथों से दैवी सत्ता के इन प्रतीकों को कोमलतापूर्वक स्नान कराते, वातावरण की ऊर्जा दिव्य स्पन्दनों से परिपूर्ण हो जाती। वे यह दिव्य ऊर्जा उत्पन्न कर, सभी उपस्थित लोगों

पर इसकी वर्षा करते। जब स्वामीजी किसी अनुष्ठान का आयोजन करते, तब वहाँ उपस्थित रहने मात्र से उस अनुष्ठान के परिवर्तनकारी प्रभाव का अनुभव होने लगता।

आश्रम में अब हवन भी नियमित रूप से होने लगे थे। वस्तुतः सन् 2005 में उनकी कोलम्बिया यात्रा के दौरान वैदिक हवन एवं मायन सौर अग्नि समारोह का संयोजन इस कार्यक्रम की एक विशेषता थी। दक्षिण भारत की योगिनियाँ भी प्रतिवर्ष वसंत पंचमी के अवसर पर श्री यंत्र अभिषेक, हवन एवं आराधना के चतुर्विंशतीय अनुष्ठान का संचालन करने के लिए आश्रम आने लगी थीं। सन् 2006 में गंगा दर्शन के निचले हिस्से से लगा हुआ योगविद्या परिसर जब आश्रम को प्राप्त हुआ, तब वहाँ भागवत कथा का आयोजन किया गया, जिसमें 20,000 से अधिक लोगों ने भाग लिया। फरवरी 2009 में मुंगेर के शिवालय में शिव पुराण कथा का आयोजन किया गया, जिसमें स्वामीजी ने स्वयं कथा वाचक की भूमिका निभायी, और मुंगेर के हजारों बच्चों एवं नागरिकों को शिव पुराण की कथाओं का रसास्वादन कराया।

क्या यह सब किसी सूक्ष्म परिवर्तन का द्योतक था? नहीं, परिवर्तन नहीं, संतुलन। चार दशकों तक स्वामीजी ने कक्षा में सिखाये जाने वाले योग को पल्लवित होते हुए देखा था, और यह सुनिश्चित करने में मुख्य भूमिका निभायी थी कि लोग इन सुन्दर अभ्यासों को सीखकर स्वयं अपनायें और दूसरों को भी सिखायें। कुछ लोगों को इसके द्वारा दुःख एवं पीड़ा से मुक्ति का मार्ग दिखायी देने लगा। लेकिन स्वामीजी को पता था कि यह प्रक्रिया तब तक पूर्ण नहीं होगी जब तक प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त करने के लिए एक समानान्तर यात्रा आरम्भ न की जाए। सदियों से प्रचलित पूजा, अनुष्ठान एवं आराधना को उन्होंने इसका माध्यम बनाया, और ये साधनायें भी उनके चतुर्दिक सहज-स्वाभाविक रूप से शोभा पाने लगीं। स्वामीजी को यह पता था कि यह न तो हर व्यक्ति की यात्रा का अंग है और न ही उसकी आवश्यकता, इसलिए जिन लोगों का रुझान इस ओर नहीं था उन्हें तब तक कुछ नहीं कहा गया जब तक उनका सही समय नहीं आ गया।

सन् 2008 में उन्होंने बिहार योग विद्यालय के अध्यक्ष पद का परित्याग कर दिया। अब उनके जीवन का एक नया अध्याय आरम्भ होने जा रहा था।

जुलाई 2009 में उन्होंने अपने गुरु के सान्निध्य में अलमस्त रहते हुए उसी तरह कुछ दिन बिताए, जैसे छः वर्ष की अवस्था में पहली बार आश्रम आने पर बिताए थे।



इसी समय उन्हें अपने गुरु से भविष्य के लिए विस्तृत निर्देश प्राप्त हुए। अब विश्व की यात्रा नहीं, प्रशासनिक कार्य नहीं, केवल योग और संन्यास, इन्हें जीवन्त बनाना और लोगों को इनके बारे में बताना।

इस वर्ष रिखिया में शतचण्डी महायज्ञ के दौरान मंत्रोच्चार, प्रसाद ग्रहण करने वाले लोगों की अन्तहीन पंक्तियों और कन्याओं के भजन, कीर्तन एवं नृत्य के बीच एक अत्यंत भावुक क्षण भी आया। श्री स्वामीजी पूर्णा के साथ तपोवन में आए, अपने आसन पर बैठे और नमो नारायण कहकर सभी भक्तों का स्वागत किया। फिर अचानक स्वामीजी को अपने पास आने का संकेत किया। स्वामीजी अपने स्थान से उठकर उनके पास गए और झुककर आदेश ग्रहण करने की मुद्रा में बैठ गये। स्वामीजी ने केवल उन्हें अपने सामने बैठने को कहा, जैसे छः वर्षीय बालक को अपनी गोद में बैठने के लिए कहते

थे। थोड़ा शरमाते हुए, पर अत्यंत प्रसन्न होकर, हमारे स्वामीजी श्री स्वामीजी के सामने छः वर्ष के बालक के ही समान बैठ गये। पुनः अपने पिता की प्रियतम संतान के रूप में वहाँ बैठकर उनके चेहरे पर पूर्ण मुस्कान खिल उठी। इन दो प्रकाशस्तम्भों के बीच इस भावुक क्षण के साक्षी बने सभी उपस्थित भक्त आनन्दविभोर उठे। इसके बाद जब वे अपने गुरु को सावधानीपूर्वक शॉल ओढ़ा रहे थे, तब पास खड़े एक भक्त से अपने भावाश्रु नहीं छुपा सके।

शतचण्डी के एक सप्ताह पश्चात् पंचदिवसीय योग पूर्णिमा का आयोजन था, श्री स्वामीजी ने अंतिम बार जनमानस को सम्बोधित किया। तीन दिसम्बर को स्वामी निरंजन मुंगेर लौट आए। आश्रम जीवन एवं योग सत्संग का एक सप्ताह का कार्यक्रम 5 दिसम्बर को आरम्भ हुआ। दोपहर में सत्संग के पश्चात् मुंगेर के शिवालय में गये। सामान्य दिनों से अलग, आज शिवलिंग का श्रृंगार महाकाल के रूप में किया गया था। यह देखकर स्वामीजी को एक विचित्र सी अनुभूति हुई। वे भगवान शिव को इस रूप में विद्यमान देख वहाँ ठहर नहीं सके और गर्भ गृह से बाहर आ गए। पुजारी ने आरती तैयार की और स्वामीजी के पास जाकर उनसे आरती करने का अनुरोध किया। जीवन में पहली बार स्वामीजी ने आरती करने से इंकार कर दिया।

आश्रम वापस आकर स्वामीजी सीधे छठी मंजिल में श्रीनिवास स्थित श्री स्वामीजी के कक्ष में गये, और चुपचाप वहाँ बैठ गये, उन्हें हृदय में एक अकथनीय पूर्वाभास होने लगा। उन्होंने अपना फोन बंद कर दिया और केवल वहाँ बैठे रहे, उन्हें न हिलने-डुलने का मन हो रहा था, न किसी से बातचीत का। जो भी घट रहा था, उसमें वे किसी का हस्तक्षेप नहीं चाहते थे। मध्य रात्रि को दरवाजे पर जोर की दस्तख सुनकर उन्होंने दरवाजा खोला, एक संन्यासी ने उन्हें सूचना दी कि स्वामी सत्संगी उनसे तत्काल फोन पर बात करने का प्रयास कर रही हैं। उन्होंने वापस फोन किया तो उन्हें पता चला कि उनके गुरु ने दस मिनट पूर्व स्वेच्छा से महासमाधि ले ली है। स्वामी सत्यानन्द सिद्ध योगी थे, उन्हें ज्ञात हो गया कि यह उत्तम मुहूर्त है, वे पद्मासन में बैठे, ॐ का उच्चारण किया और ब्रह्मरन्ध्र से श्वास छोड़ते हुए देह के बन्धन से मुक्त होकर असीम सत्ता से एकाकार हो गये।

मुंगेर-रिखिया के बीच उबड़-खाबड़ सड़क पर 140 किलोमीटर प्रति घण्टे की रफ्तार से गाड़ी चलवाते हुए स्वामीजी ढाई घण्टे में अपने गुरु के समाधि में लीन

शरीर के निकट पहुँचे। उन्हें जुलाई में ही श्री स्वामीजी से निर्देश प्राप्त हो गये थे कि उनके प्रस्थान के बाद क्या-क्या प्रक्रियाएँ होनी हैं। अब उन्हें यह सुनिश्चित करना था कि एक भी निर्देश की अनदेखी न हो। यह उनके मानव जीवन का सबसे मर्मभेदी क्षण था, फिर भी जिस मानसिक स्पष्टता के साथ उन्होंने सभी प्रक्रियाओं का संचालन किया, वह अद्भुत थी। अगले दिन संध्या को जब उन्होंने अपने गुरु को धरती माँ की गोद में रखा और वहाँ उपस्थित जनों ने समाधि स्थल के गड्ढे को मिट्टी से भरना शुरू किया, उन्होंने अपने प्रिय गुरु, पिता एवं मित्र का अंतिम दर्शन किया।

पर क्या वास्तव में ऐसा था?

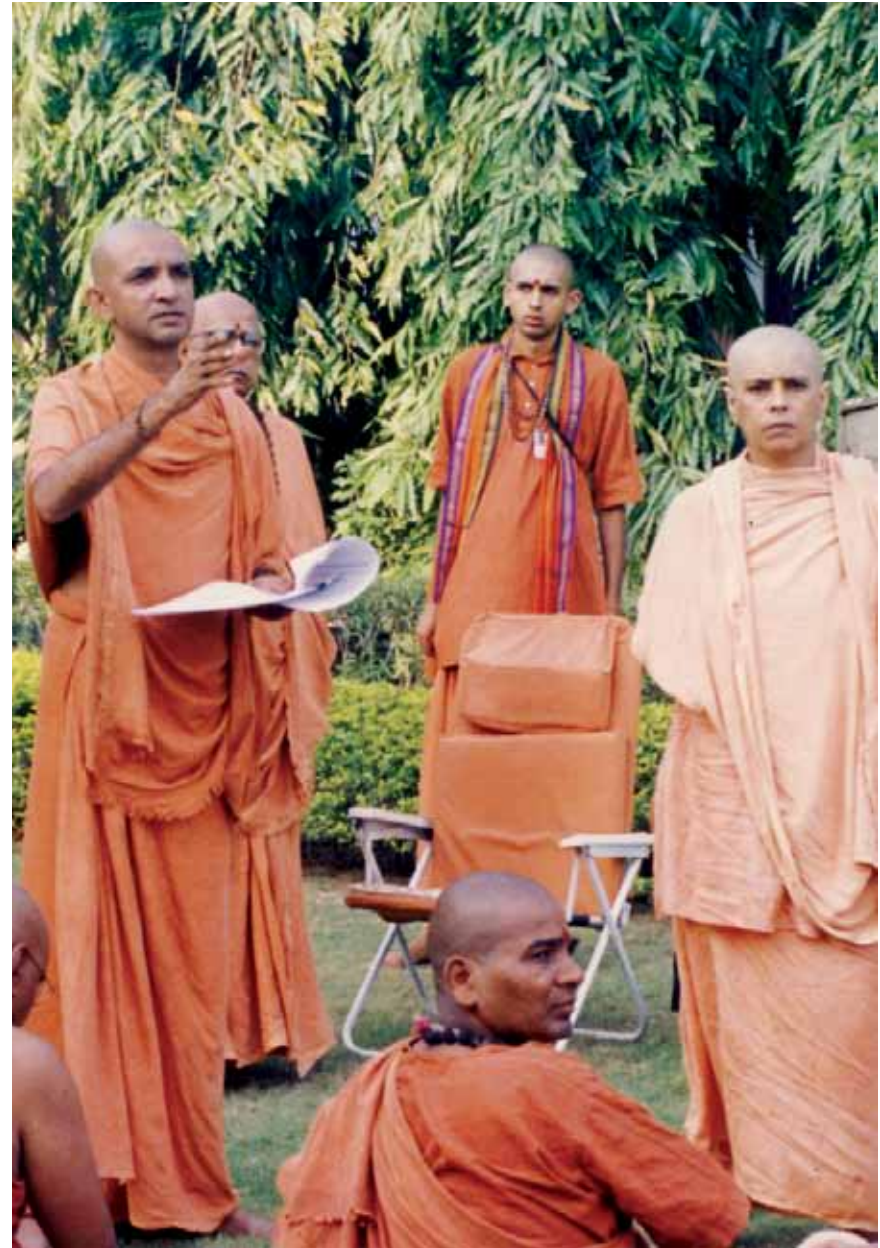
साधारण मनुष्यों के लिए यह दुःखभरा क्षण था, लेकिन स्वामीजी के लिए अपार हर्ष का, क्योंकि उन्हें यह भान हो चुका था कि अब वे अपने गुरु को हर जगह देख सकते हैं, उन्हें किसी भी समय बुला सकते हैं, उनसे किसी भी भाषा में बात कर सकते हैं। इस दशक की समाप्ति पर स्वामीजी को यह यथार्थ ज्ञान हो गया कि उनके गुरु कहीं गये नहीं, वे उनके साथ पूरी तरह एकाकार हो गये हैं। ■



Living with Swamiji means learning every moment. Although he has always been accessible, Swamiji is a person of very few words, yet his teachings and messages are continuous, through example, actions, behaviour and hints. Even a joke contains a message. Everything he says and teaches, he exemplifies and embodies in his personality and character. And his ability to put himself in the shoes of the other, makes his teachings very powerful and effective, inspiring the other person to transform themselves by applying the teachings.

Once, Swamiji had been very fierce in putting some residents to task for having broken the ashram discipline. At first I was taken aback, but after everyone had left he turned to me and said, “Surya, I am a very tough man. I am a sannyasin more than a man. All my relationships can go to hell, but not the commitment which I have made to my guru and God. I do not tolerate disciplines being broken because of people’s whims and carelessness.” The depth, intensity and conviction with which he said it felt like a rubber stamp being imprinted upon my consciousness.

—Swami Suryaprakash





At the Sat Chandi Mahayajna, ceaselessly, the conductor of the symphony, Swami Niranjana, also a peerless drummer and keeper of time and rhythm, performed his function by means of almost imperceptible signals, except to those for whom they were meant. Ceaseless streams of small written messages flow to and from the conductor, permitting him almost instant awareness and control of events throughout the whole complex in and around the Akhara, and well into the rest of India, indeed the world via the many telephone links along which he constantly interacts with devotees. All this is masterly management skill. One may wonder what this great skill has to do with yoga and spirituality. Remember that 'maximum utilization of time and space' is a defining factor of a yogi, as Sri Swamiji has of course proved to those who have known him for many years. The important thing to know is that this managing is not done through some automaton-like links but with human beings. . .

—*Rishi Vasishtha*

One day while standing with Swami Niranjana on the terrace of the sixth floor at Ganga Darshan while observing the sannyasa course students perform their garden karma yoga, he turned to me and said, "You know Maria Teresa, everybody is always trying their best." That forever changed the way I see people and the way I interact with them. It gave me a glimpse of the compassion that he feels for the human race and inspired me to strive to develop such compassion. Whenever I find myself criticizing or condemning someone for their actions, I remember what he said and try to change my mental attitude towards them.

—*Maria Teresa Copete*

We the children of BYMM feel that Swamiji belongs to us. He loves us more than we love him. Whenever I have been to Ganga Darshan, I have had the opportunity to have his darshan. The greatest quality of Swamiji is that he is always happy and keeps on smiling. Whenever people ask me anything about Swamiji, I love to tell them about his programs and satsangs.

—Vaibhav, BYMM

I would like to say that Swami Niranjan is unique. The spiritual dynamism with which he moves is not conventional, and you don't have to make any efforts towards reaching him, his love is so broad and open and so easily given. The stream of eloquence comes from the heart, his style is unique for its harmonious blend of simplicity and force. The pure flame of truth burns in him, a calmness and coolness born of courageous strength of will and mind can be seen in him.

Being with such a person itself makes one feel special. Whenever we meet him he makes us burst with laughter and at the same time gives the best wisdom of the *Bhagavad Gita*, Vedas and other spiritual books. In him can be found penetrating intelligence and robust common sense, strong will, talent and genius, strength and softness and abundance, and an enjoyment, and above all, spiritual understanding and enlightenment. The unusual coexistence of all these elements not only differentiates Swamiji from the rest, but distinguishes him as being simply the great. His divine glamour, unassuming depth of knowledge and pure saintly innocence mingled with his constant cheerfulness has made an everlasting impression on me.

—Ruchi, BYMM



New Year Message

Swami Niranjanananda Saraswati, 2001

The New Year should be celebrated continuously till spring. Spring brings joy, spring nurtures life. In nature, what is underground during the winter months remains protected and when the warmth of spring comes, the seed grows. Grass can be under ice and snow, apparently lifeless, but when the snow melts and the sunlight penetrates, the frozen, barren ground suddenly becomes green.

At New Year, people make resolutions. A seed, a resolution, a sankalpa, can be lying under the ice and snow of winter. When the light of wisdom, the light of vidya, shines and removes the ice and snow of ignorance and vice, the seed can become whatever it is meant to be.

One should make a sankalpa, one should plant a seed within. Just as in nature the manifest beauty of creation can be experienced in a plant, so too the possibilities of creation can be visualized with the planting of a seed. A new seed provides a vision of the possibilities of creation which are equally as auspicious, uplifting, inspiring and encouraging as a created, visible plant.

The seed, the resolution, the sankalpa, has to have a bearing on your whole life. It has to become a part of you



till you leave this body, and not only remain a thought of the day. Otherwise we confuse our sankalpa with our desires and our dreams. Desires and dreams can take us in the right direction and also in the wrong direction. We desire and the sankalpa becomes that desire. We dream and the sankalpa becomes that dream.

The sankalpa has to be based on the realities in which we live. If the sankalpa is to have an effect in twenty, forty or fifty years, then the preparation has to be thought out properly. Swami Sivananda's vision of a Yoga University was completed by Swami Satyananda with the creation of Ganga Darshan. This laid the ground work for something mammoth, the purpose of which became clear later on.

A sankalpa should be framed to achieve, to attain, to lead to the experience of change and transformation. When you hear, feel, know or see something pleasant or unpleasant, you

notice a change in your mind and emotions. You should not only notice and experience but also live that transformation. If you have experienced bliss for only one second at any time in the past, then that experience can be extended. Gaining the ability to extend the length of experience is the purpose of tantra, whether it is in the form of shaktipat, yoga, lifestyle, a thought, belief, ritual or philosophy.

So, make a resolution which will have far-reaching consequences in your life and for the welfare and wellbeing of all concerned. The resolution should express your creativity, your compassionate sentiments, honesty and simplicity.

If you want to make a yogic sankalpa, then adopt the 'Eighteen ITIES' of Swami Sivananda:

*Serenity, Regularity, Absence of Vanity,
Sincerity, Simplicity, Veracity,
Equanimity, Fixity, Non-irritability,
Adaptability, Humility, Tenacity,
Integrity, Nobility, Magnanimity,
Charity, Generosity, Purity.*

Each month practise one 'TTY'. If you are able to live these eighteen 'ITIES' for eighteen months, then you will gain something invaluable in your life. Who knows, maybe even immortality.

Wishing you a very happy and fulfilling New Year.





आत्मशुद्धि और आत्मभाव

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2001

हम लोगों को यह याद रखना चाहिए कि योग मात्र साधना नहीं है, जिसको आप अपने घर में एक कमरे में करते हैं। योग वह ध्यान या जप नहीं है, जिसको आप अपनी शान्ति के लिए जीवन में अपनाते हैं। ये सब तो विधियाँ हैं। आसन, ध्यान, जप, त्याग, तपस्या, यम-नियम, ये सब विधियाँ हैं। यहाँ तक कि क्रियायोग, कुण्डलिनी योग, मंत्र योग आदि सब योग की विधियाँ हैं, और इन विधियों को सम्पन्न करने से हम अपने जीवन में योग का अनुभव करते हैं। अन्त में वह योग होता है—आत्मा का आत्मा के साथ और उसके बाद आत्मा का परमात्मा के साथ। आत्मा से आत्मा का योग, इसका अर्थ क्या होता है? एक को दूसरे से जोड़ना। जब हम अपने को दूसरों से जोड़ पाते हैं, तब आत्मा का आत्मा से योग होता है। हमारी आत्मा का योग आपकी आत्मा के साथ होता है। इसी को हमारे गुरु, श्री स्वामी सत्यानन्द जी कहते हैं आत्मभाव, अपने को दूसरों में देखना। लेकिन इसके लिए यह आवश्यक है कि पहले आत्मशुद्धि हो।

जब तक आत्मशुद्धि नहीं होती, तब तक हम अपने आपको, अपनी आत्मा को दूसरों की आत्मा से जोड़ नहीं पाते हैं। एक दूरी बनी रहती है। किस प्रकार की दूरी? दूसरों का दुःख हम अपना नहीं मानते हैं। हम अपने ही दुःख में लीन रहते हैं। दूसरों के ऐश्वर्य से हम सुखी नहीं होते, बल्कि और भी दुःखी होते हैं। इसीलिए हमारे परम गुरु स्वामी शिवानन्दजी एक बात अपने शिष्यों और साधकों को बार-बार कहा करते थे कि जिस निष्ठा, आस्था और कामना के साथ तुम योग का अभ्यास करते हो, उसी निष्ठा, आस्था और विश्वास के साथ तुम अपने आपको दूसरों से जोड़ने का प्रयास करो।

सभी गुरुओं ने, सभी मनीषियों ने एक ही बात कही है कि अगर तुम योग को अपने जीवन में सिद्ध करना चाहते हो, तो साधना के अतिरिक्त स्वयं को दूसरों से

जोड़ने का प्रयास करो। ईसामसीह ने भी कहा ईश्वर भक्ति के साथ-साथ परोपकार का कार्य करो। हमारे संत-मनीषियों ने कहा ध्यान, जप, तप करते हो तो करो, लेकिन इसे ही अपने जीवन का अंतिम लक्ष्य मत मानो। जीवन का अंतिम लक्ष्य है परोपकार। और यही वह योग है, जिसकी शिक्षा हमारे गुरुजी हम सबको दे रहे हैं—आत्म-शुद्धि और परोपकार, विचारशुद्धि और सेवा, जीवन-शुद्धि और करुणा। हमारे गुरुजी बतलाया करते हैं कि जब तक मनुष्य परोपकार नहीं करता, जब तक मनुष्य का दिल द्रवित नहीं होता, तब तक वह कर्मबन्धन में जकड़ा रहता है और माया जाल में फँसता जाता है।

हमारे परम गुरु, स्वामी शिवानन्दजी महाराज ने अपने शिष्यों को योग के साथ-साथ अपने कर्मों को भी सिद्ध करने का मार्ग बतलाया है। बहुत ही सुन्दर मार्ग है, जिसको हम लोग कहते हैं—शिवाष्टांग योग, शिवानन्द जी द्वारा प्रदर्शित अष्टांग योग। यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि तो महर्षि पतंजलि का अष्टांग योग है। स्वामी शिवानन्दजी कहा करते थे कि पहले पतंजलि का योग सिद्ध करो और उसको बाद इस योग को सिद्ध करो। इसके पहले चरण में है सेवा, दूसरे चरण में है प्रेम और करुणा। तीसरे चरण में है देने की प्रवृत्ति को जाग्रत करना। जब इस प्रकार स्वार्थ-वृत्ति से ऊपर उठकर हम देने लगते हैं, तब आत्मशुद्धि की अवस्था आती है। और जब आत्मशुद्धि होती है, जब हमारा दिल, हमारी मानसिकता बदल जाती है, तब जाकर आदमी अच्छा बनता है। यह पाँचवाँ आयाम है शिवाष्टांग योग का और जब हम अच्छे बन जाते हैं, तो हमारे द्वारा जो भी कार्य संपादित होते हैं, वे अच्छे ही होते हैं। जब तुम अच्छे होगे, तुम अच्छा करोगे। उसके बाद वे कहा करते थे, ध्यान करो। पहले ध्यान के अभ्यास में हमने अपने आपको समेटा था, और शिवाष्टांग योग में ध्यान के अभ्यास में अपने आपको फैलाते हैं।

शिवाष्टांग योग में जब हमारे परम गुरु ने ध्यान का आदेश दिया, तो वह पुनः एक आत्म-परीक्षण का अवसर है। हमने तो आत्मशुद्धि प्राप्त की, अपने आचरण में



और व्यवहार में। अब पुनः एक बार आत्म-परीक्षण करके देखा जाए कि हम कहाँ तक पहुँचे हैं। क्या हमारी आसक्ति हमें संसार के विषयों में बाँधती है? या हम अपने से जुड़े नहीं रहकर दूसरों से जुड़े हैं। अपने दुःख की परवाह नहीं करके हम दूसरों के दुःखों का ख्याल करते हैं। फिर इस ध्यान की अवस्था में व्यापकता का अनुभव होता है, और जब व्यापकता का अनुभव होता है, तो वह है आठवाँ आयाम, जिसको कहते हैं आत्म-ज्ञान या आत्म-साक्षात्कार।

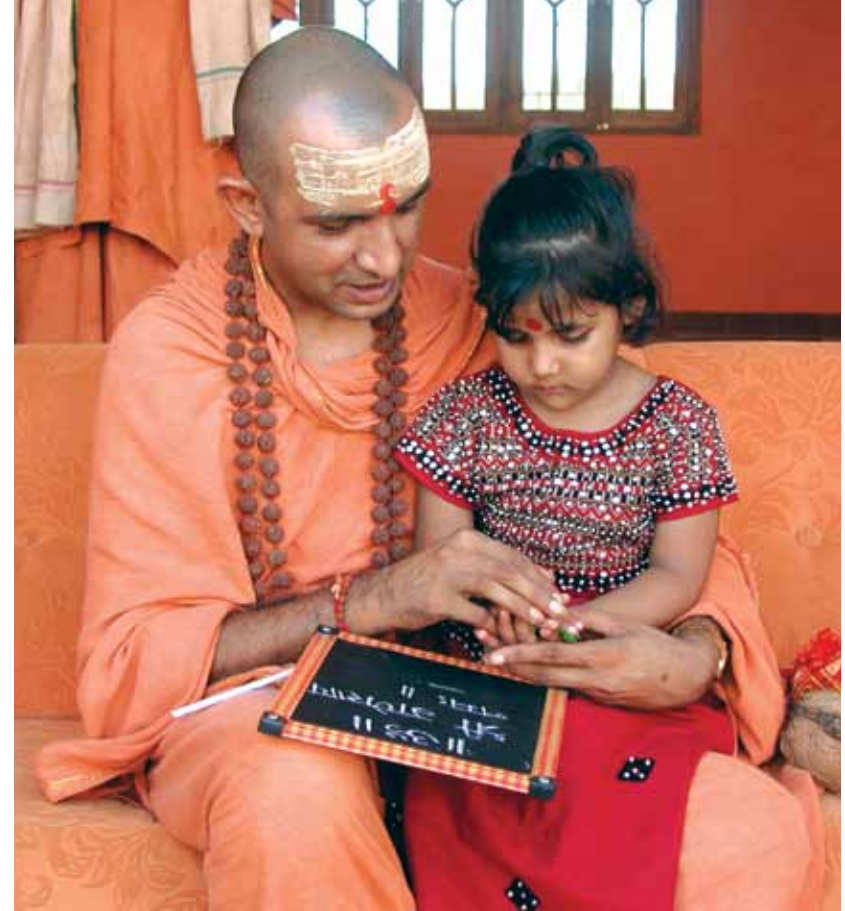
भावना में तन्मयता

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2003

अध्यात्म में भावना ऐसी चीज है जो बारूद की तरह काम करती है। यदि बारूद यहाँ रख दें और एक माचिस जला कर फेंक दें, तो विस्फोट हो जायेगा। भाव में अगर तन्मयता आ जाए, तो विस्फोट होना ही है। अब दो प्रेमी हैं, लैला और मजनूँ। एक-दूसरे से अलग हो ही नहीं सकते, अगर अलग होते भी हैं तो एक-दूसरे का विचार आते रहता है दिनभर। दूसरे का विचार, दूसरे की छवि, दूसरे की इच्छा, दूसरे की कामना एक जुनून बन जाता है। इसी प्रकार धन में भी तन्मयता आती है लोगों को। दिनभर बैठ करके अपना रोकड़ गिन रहे हैं, लक्ष्मी जी की सेवा कर रहे हैं। शत्रुता में भी यह चीज है। अगर कोई किसी का दुश्मन हो जाए तो वही दिनभर दिमाग में बैठा रहता है। वह भी तो एक भाव है, एक तन्मयता है, एक जुनून है।

भारतीय दर्शनों और विचारधाराओं में भावों को बहुत महत्व दिया गया है। इनमें मुख्य हैं वात्सल्य भाव, माधुर्य भाव, दास्य भाव, सख्य भाव और वैर भाव। वैर भाव के उदाहरण हैं रावण और कंस। उस भावना में वे इतने डूब गये थे कि रात को सोते समय भी उनको लगता था कि भगवान मारने के लिए आ रहे हैं। अब जो दिनभर और रातभर भगवान को ही सामने देखे, जिस रूप में भी देखे, चाहे प्रेमी के रूप में या काल के रूप में, उसकी मुक्ति तो निश्चित है। ठीक इसी प्रकार से मीरा, राधा, सुदामा, उद्धव या अर्जुन उदाहरण हैं तन्मय भक्तों के। योग और भक्ति शास्त्रों में इसी बात को समझाया गया है कि हम अपनी भावना को जितना जाग्रत कर सकते हैं और सुन्दर बना सकते हैं, उतनी ही शीघ्रता से हमारी प्रगति होगी।

भक्ति का यही आधार है। भक्ति का आधार नाम-स्मरण या नाम-जप नहीं है। वे तो उपाय हैं। यदि नाम-जप करने पर तन्मय नहीं हुए तो वह चीज



भक्ति नहीं हुई। नाम-जप किया, भले उल्टा ही किया, लेकिन यदि तन्मय हो गये, तो उसमें सिद्धि है। वाल्मीकि की कहानी तो मालूम है न? राम बोल नहीं पाते थे, इसलिए उनको कहा गया कि उल्टा नाम जपो। जब वे 'मरा मरा' दुहराने लगे, तब उसी में इतने तन्मय हो गये कि शरीर की सुध-बुध तक नहीं रही। उनके शरीर के

चारों तरफ बांबी बन गई। और अंत में वे वाल्मीकि बन गये। हमलोग रातभर अपनी माला पकड़कर जप करते हैं फिर भी कुछ होता नहीं, क्योंकि हम लोग उसमें तन्मय नहीं हो पाते हैं। उसे एक कर्मकाण्ड के रूप में देखते हैं कि चलो भई, दो माला जपने का हमारा नियम है, इसलिए जप रहे हैं। परम्परा से घर में पूजा होती आ रही है, इसलिए करनी है, नहीं तो कुल देवता नाराज हो जायेंगे और अनिष्ट हो जाएगा। हमलोग उसे परम्परा या साधन के रूप में देखते हैं। हम मंत्र जप कर रहे हैं, माला फेर रहे हैं, सब कुछ कर रहे हैं, लेकिन अंदर की भावना को हमलोगों ने सम्भाला है नहीं। वाल्मीकि तो उल्टा नाम जप कर तर गये, और हम लोग जिन्दगी भर सीधा नाम लेकर भी अशांत ही रहते हैं।

भक्ति का मूल आधार तन्मयता ही है। हमारे पूर्वजों और ऋषि-मुनियों ने कहानियों के माध्यम से इसके अनेक उदाहरण हमको बतलाये हैं, लेकिन आज हम उन्हें कहानी ही मानते हैं और उनमें जो शिक्षा है उसको अनदेखा कर देते हैं। भक्ति इस भाव से करनी चाहिए कि हमें एक दिन भगवान मिलेंगे, बल्कि भक्ति इस भाव से करनी चाहिए कि हम शुद्ध हों और हमारी अन्तरात्मा पवित्र हो जाए, बस। जब मनुष्य की अन्तरात्मा शुद्ध हो जाती है, तब वहाँ पर भगवान साक्षात् प्रकट दिखलाई पड़ते हैं। फिर उनको बुलाने की आवश्यकता नहीं रहती है। यही भक्ति का रहस्य है।

भगवान और भक्ति के बारे में बहुत भ्रांति है लोगों में, लेकिन मार्ग बहुत ही सरल है। अपना जो भी काम करते हो, वही करते चले जाओ। दुकानदारी में हो तो दुकानदारी करो, व्यवसाय में हो तो व्यवसाय का काम करो, ऑफिस में हो तो ऑफिस का काम करो, घर में हो तो घर का काम करो, आश्रम में हो तो आश्रम का काम करो। कर्म को छोड़ो मत, लेकिन उसे अपनी तृप्ति के लिये मत करो। आत्मशुद्धि के लिए करो। अपनी तृप्ति के लिए तो पूरा संसार करता है। अगर तुम कुछ बनना चाहते हो, कुछ कर दिखाना चाहते हो तो फिर सबसे पहले अपनी तृप्ति की बात छोड़ो। कर्म और भक्ति, ये दो मार्ग हैं आत्मशुद्धि और मन को अपने इष्ट से जोड़ने के लिए। इन्हीं दोनों के पालन से जीवन सफल होता है।





अपने जीवन रूपी बगीचे के माली बनिए

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2005

आज के युग में हमारे जीवन में योग की क्या प्रासंगिकता है? इस विषय पर चर्चा शुरू करने के पूर्व आपको एक दृष्टान्त बतलाते हैं। एक माली के पास एक छोटा-सा जमीन का टुकड़ा है और उस बंजर भूमि को वह एक सुन्दर बगीचे में बदलना चाहता है। तो उसे क्या करना होगा? क्या उसे केवल बीज लाने होंगे और बो देने होंगे, इस आशा के साथ कि एक दिन ये बीज पौधों के रूप में उगेंगे, उन पर फल-फूल लगेंगे? या फिर उसको पहले भूमि को तैयार करना होगा, मोथे निकालने होंगे, कंकड़-पत्थर निकालने होंगे, भूमि को जोतना होगा और जब भूमि तैयार हो जाए, तब फिर बीज लाकर बोने होंगे और उनकी देखभाल करनी होगी, जब तक कि उनमें फल-फूल न आने लग जाएँ। जब एक माली अपनी पसन्द का बगीचा बनाने के लिए इतनी लम्बी प्रक्रिया से गुजर सकता है तो हम बागवानी की इस विचारधारा को अपने जीवन में क्यों नहीं उतार सकते?

यदि आप अपने जीवन रूपी बगीचे के माली बन जायें तो आपके जीवन की प्रसुप्त क्षमतायें अपने आप जाग्रत होने लगेंगी, क्योंकि सारी क्षमतायें आपके भीतर हैं, केवल प्रकट होने के उपयुक्त अवसर की प्रतीक्षा में हैं। और हमें अपने आपको यह अवसर प्रदान करना है।

हम लोग अपने जीवन में जो भाग-दौड़ करते हैं, उसके पीछे प्रयोजन क्या रहता है? यही न कि हमें समृद्धि मिले, हम अधिक सुरक्षित हों, हम समाज में और नाम कमा सकें, समाज के निर्माण में एक सकारात्मक भूमिका निभा सकें। मनुष्य का जो भी प्रयास या कर्म होता है, उसके पीछे नाम, यश, प्रसन्नता, सुख-सम्पत्ति, समृद्धि और शान्ति का ही उद्देश्य होता है। जन्म से मृत्यु तक हम इन्हीं की कामना करते हैं, लेकिन इस कामना के कारण हम लोगों की जो मानसिकता बन जाती है, वही हम लोगों के मनोविकास में बाधक सिद्ध होती है।

योग में मुख्य बिन्दु है मनुष्य का मनोविकास। इसी को योग का आधार समझना चाहिए। मनोविकास की प्रक्रिया की शिक्षा हमें योग में प्राप्त होती है। इस प्रक्रिया का सम्बन्ध हमारे व्यावहारिक, सामाजिक और भौतिक जीवन के साथ है। हमें अपने मन को एक खेत के रूप में देखना होगा, जहाँ पर हम काम कर सकते हैं। यदि हम इस खेत की उपेक्षा कर दें और अच्छी तरह से खेती न करें, तो अन्त में क्या होगा? वहाँ पर बहुत-सी घास-फूस उग आयेगी और तब तक वह जमीन अनुपयोगी रहेगी जब तक कि वहाँ से घास-फूस न हटा दी जाये। इसी तरह अपने जीवन में भी सांसारिक उपलब्धि, समृद्धि और संतोष की खोज में हम उस मौलिक नियम की उपेक्षा कर देते हैं, जिसके द्वारा मनुष्य का जीवन संचालित होता है। जो मौलिक नियम मनुष्य के जीवन का संचालन करता है, वह है मन का विकास। हमने कभी मन के विकास को महत्वपूर्ण नहीं समझा, बल्कि जीवन में प्रगति, सफलता और सुरक्षा के लिए बुद्धि के विकास को ही महत्वपूर्ण माना है। बुद्धि तो मन का केवल एक छोटा-सा अंश है। योग का लक्ष्य है, सम्पूर्ण मन का विकास, और यही योग का आधार है।

योग-परम्परा के अनुसार अहंकार, बुद्धि, मनस् तथा चित्त, ये मनुष्य मन के चार पक्ष हैं। मनस् यानि चिन्तन-मनन करने की क्षमता और चित्त यानि जीवन भर की स्मृतियों तथा संस्कारों का संग्रह, जिन्हें हम जीवन पर्यन्त साथ लेकर चलते हैं। इन चारों में से आज तक हमने अपनी बुद्धि के विकास को ही महत्व दिया है, पुस्तकों को पढ़ना, अध्ययन करना, जानना। हमने बुद्धि को सक्रिय बनाने पर जोर दिया है। परन्तु हम अहंकार के कार्य-कलापों को व्यवस्थित या नियंत्रित नहीं कर पाए। हम उस ज्ञान का उपयोग नहीं कर पाए जो हमारी स्मृति में संचित है। हम अपनी चिन्तन-मनन की क्षमता का ठीक तरह से उपयोग नहीं कर पाए हैं। आज अपने चारों तरफ इतना ज्ञान, विवेक और समझ होने के बावजूद भी हम जीवन के मौलिक तथ्यों एवं परिस्थितियों से अनभिज्ञ हैं।

योग शुरू से ही यह बात कहता आया है कि जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाने के लिए आपको अपने मन पर ध्यान केन्द्रित करना होगा, जो कि हमारी शरीर रूपी

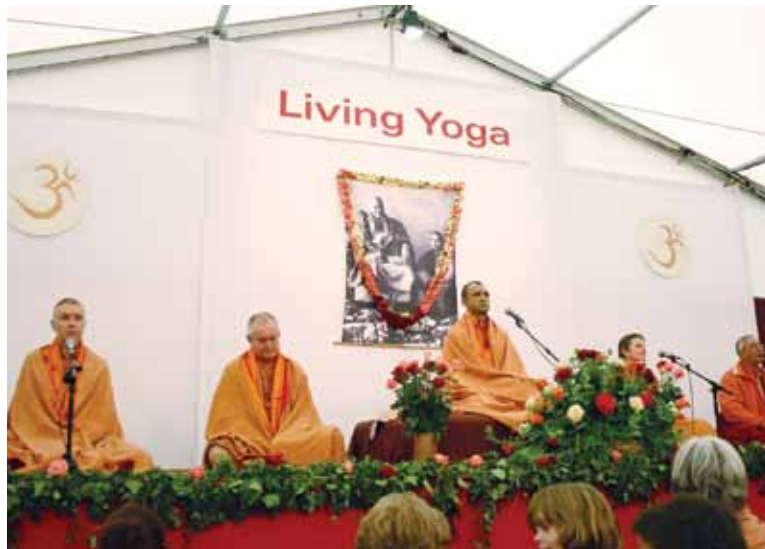
गाड़ी का इंजन है। जिस प्रकार एक कार इंजन के बिना नहीं चल सकती, उसी प्रकार यदि इस जीवन का मार्गदर्शक मन न हो, तो यह जीवन बेकार हो जाता है। प्राचीन शास्त्रों के अनुसार मन की क्षमताओं को व्यवस्थित करना तथा उनका विकास योग का लक्ष्य है। योग एक अनुशासन है जिसका पालन किया जा सके तथा जिसे जीवन में अपनाया जा सके। और इसका परिणाम है, मानसिक संतुलन की प्राप्ति।



The Four Stages of Yoga

Swami Niranjanananda Saraswati, 2006

To understand yoga, we have to understand life. In the West, yoga is recognized as physical, mental or spiritual. In physical yoga, there is a lot of stretching, twisting and bending. In psychological yoga, there are practices of concentration and meditation. In the spiritual dimension of yoga, there is cultivation of the positive qualities of life. In general, yoga has been understood in this way until now. However, by looking at the development



and growth of yoga through the centuries, it can be understood that yoga in the life of an individual is experienced in four stages. The first stage is yoga practice, the second stage is yoga sadhana, the third stage is yogic lifestyle and the fourth stage is imbibing the yogic culture. If yoga is looked at from this perspective, not only in relation to our life today but also in relation to the final outcome possible in the experience of human evolution, the relevance of yoga can be understood. This understanding of yoga has been the teaching and vision of Swami Sivananda and Swami Satyananda, the two masters and luminaries of our tradition.

Yoga, life and tantra

Yoga has to be linked with our life, and therefore it is necessary to understand life. In order to understand life, let us use the example of infinite space and infinite time. In infinite space and infinite time, existence or life as we know it is a continuous flat line. At times, a spike comes up in this flat line. That spike represents us, the life we experience confined to a range in space and time. When that spike comes down, we again become part of eternal space and eternal time. Thus, in the flat line of existence in eternal time and space we are only spikes. That is our life, our existence. The spike represents our time, our space and our perceptions of the world at a particular moment.

In this life we experience the development or destruction of the human faculties and consciousness. In the past, thinkers contemplated the role of life in the greater scheme of things, just as today we think of our life in relation to society, our position and status. Just as we think about financial gains and losses, once upon a time people thought about their life in relation to the universe, cosmos and divine nature. They tried to discover the relationship of the individual with the universal existence. They came to the conclusion that the human body and life is nothing but an expression of consciousness and energy; the body and the senses are only a medium through which consciousness and energy express themselves. The way to awaken the forces and the qualities of consciousness and energy was devised into a system known as tantra.

The word *tantra* means liberation of energy and expansion of the horizons of consciousness. The philosophy or idea of the human being as an expression of consciousness and energy was developed in tantra. According to tantra, self-realization, God-realization or freedom is the outcome of an awakened consciousness and awakened energy. The same consciousness and energy when confined by the mind and the senses becomes responsible for our physical existence.

Yoga came as an offshoot or branch of tantra to direct the energies, to understand and awaken the human consciousness, to understand and free the energy contained in this body. Thus,

the foundations of yoga are in tantra and the purpose of yoga is to work with human consciousness to sublimate the restrictive and negative tendencies and also to awaken the energy field of the body, which helps to harmonize the human character. However, in the mid-fifties, when yoga came out into society from its habitat in the Himalayas, it was as a physical practice with a greater focus on the body and the different states the body can achieve through the performance and practices of asanas.

In the beginning, yoga was used for maintenance of the physical body, for trimming the body, losing weight and getting into shape. Later, with new discoveries about the practices, yoga became a way of stress management. Thereafter, it became a way to internalize the consciousness and awaken the dormant faculties. Everyone thought they could become realized with the practice of yoga within a short time, forgetting that evolution takes its own time.

A child born today takes many years to grow up; a seed planted today takes many years to grow into a big tree. So how can a few practices of meditation give enlightenment in one week, one month or one year? Nevertheless, people did become overnight prophets through yoga with their eyes on profit. Today, yoga has to be seen as an alternative lifestyle to manage the negative influences in life. Let us look at the four different dimensions of yoga: yoga practice, yoga

sadhana, yoga lifestyle and yoga culture. These four stages are linked; practice has to evolve into sadhana, sadhana has to evolve into lifestyle and lifestyle has to evolve into culture.

Yoga practice

People often believe that regular practice of yoga is yoga sadhana, but it is not. When yoga is practised according to personal needs and desires, as an experiment to satisfy one's curiosity and aspirations, that is yoga practice, not yoga sadhana. When there is no proper understanding of yoga, yoga remains a practice. There are thousands of yoga students in the world who have physical, psychological and emotional needs, who are stressed out, and they come to a yoga class to stretch, relax and calm down. A few days later when they are stressed again, they join a stretching yoga class and leave happy that they have done something for themselves. Then they hear of another yoga teacher who is teaching hot yoga, yoga and sauna, so they go there to detoxify out of curiosity. Then they hear of a teacher who is awakening the kundalini, so they go there to fulfil their curiosity. Then they hear of yoga combined with aerobics, so they can practise yoga and aerobics together and save time.

Yoga practice is to fulfil a particular need. You choose a practice and when you find that you have attained the result, or the result seems too far, you drop the practice.

Sometime later, inspired by somebody, some idea or some thought, you start again. Then you stop again and go on a sabbatical for a few months. This on and off dabbling in yoga and using yoga for a personal purpose we call flirting with yoga. We create an aim according to our desire and needs, which are mundane and gross, and we try to use yoga to attain those goals. When our interest gradually wanes, we distance ourselves from the inspiration which initially brought us to yoga. Even those who practise kundalini yoga are flirting with it and not doing it as sadhana because they have not done the basic preparation to have subtle experiences. Ninety-nine percent of people in the world flirt with yoga. Yoga practice is to fulfil personal needs and aspirations and when they are fulfilled, yoga has no more relevance in one's life. At this stage, yoga remains a practice.

Yoga sadhana

If this is the situation with yoga practice, then what is yoga sadhana? Sadhana means involvement in the practice leading to perfection. Following one's own aspirations is not sadhana. Yoga sadhana is experienced when the aims of yoga are followed. The aim of yoga is not stress management, not learning how to concentrate or meditate, not learning how to become a teacher.

The *Yoga Sutras* of Sage Patanjali define three main aims of yoga in the first three opening statements. The first aim of yoga is harmony through discipline, achieving a disciplined nature.

That is the first sutra of the *Yoga Sutras*. *Atha yoga anushasanam*, discovering the harmonious nature of being through discipline. Discipline means regulating the normal patterns of thinking and behaving. Discipline does not mean imposed restrictions, but an awareness of the subtle processes influencing the outer behaviour.

The word *anushasana* is generally translated as discipline, but from the yogic perspective it means to govern, to direct, to realize the subtle mental behaviours which influence external life. Discipline is focusing and uniting the dissipated energies. When mind, emotions and performance converge and work together as one that is the attainment of yogic discipline. The yamas and niyamas help us find inner balance and inner discipline. Asanas help us find physical stability and discipline. Pratyahara and dharana help us find mental and emotional discipline. Dhyana helps us find spiritual discipline.

In this process, there are five requirements: awareness, analysis and understanding, modification of the personality, adjustment with the external environment and nature, and creating harmony between oneself and the outer environment. Attaining these five states represents the concept of knowing the subtle processes of mental behaviour, or discipline. Using yoga to come to this point of balance is yoga sadhana, not yoga practice.

The second aim of yoga is mind management, managing the vrittis, the dissipated states of mind, *Yoga chitta vritti nirodhah*. In order to understand and train the mind and



develop the inherent quality of our mind, we need an in-depth understanding of the mental processes. Vrittis are expressions of the mind which hold the attention fixed on a particular experience or event. Reacting to abuse is a vritti. Feeling elated due to praise is a vritti. Feeling dejected when criticized is a vritti. The different situations in life bring about different responses and create different behaviours in the mind. These mental vrittis manifest all the time in our daily lives, like waves in the ocean which come and dash on the shore. Managing these mental behaviours, containing inner agitation, is the second aim of yoga after attaining personal discipline.

The third aim of yoga is to develop the awareness to such an extent that you can become the observer of your actions, *Tada drashtahswarupeavasthanam*. When you become the witness of all that transpires in your life, you become

the master of your life. The consciousness is elevated to a higher level where life can be seen from a different perspective. The higher you elevate your consciousness, the better perspective you have. You are able to see a bigger picture from above. This happens when you become the *drashta*, the witness of yourself.

We are not able to observe ourselves because we are involved with ourselves and the faculty of observation goes into the background. When we begin to observe, there is reduced involvement with the obsessive nature which binds us to the senses and sense objects, which craves for pleasure and rebels against things which do not give pleasure. This is Sage Patanjali's third sutra, to become the witness and the master, to realize one's true nature and not hide behind a false identity. Becoming the *drashta* or witness relates to the development of inner emotions. One becomes the witness, not of the inner nature, but of the nurturing qualities, the human sentiments. When the mind and emotions are harmonized and integrated, that union of mind and heart manifests in human behaviour.

The other yogas also have defined aims contained in their theory and philosophy. The purpose of karma yoga is to become the master of one's interactions. The purpose of bhakti yoga is learning how to manage emotion. The purpose of jnana yoga is to transcend the intellect and

connect with inner wisdom. The purpose of kundalini yoga is to be in tune with the higher experiences of existence. Every branch of yoga has its own defined aim. Very few people use yoga to attain the aims defined by yoga. Those who follow the principles and practices of yoga to attain one or all of these aims are recognized as yoga sadhakas and their practice is recognized as yoga sadhana. Practising yoga not only to stretch the body but to become disciplined so that harmony is experienced is yoga sadhana. Practising yoga to manage the modifications of the mind and develop the mental faculties and qualities, not only as stress management, becomes sadhana. Practising yoga to cultivate the awareness to such an extent that you become the observer of yourself is yoga sadhana. Using yoga to achieve the goals set by yoga, and being devoted, dedicated, sincere and committed to it, is yoga sadhana.

So you have to ask yourself whether you are a yoga practitioner or a yoga sadhaka. Sadhana means attaining perfection through constant effort. Attainment of personal discipline, management of the mind and cultivation of consciousness are the three defined aims of raja yoga which constitute sadhana. Most people believe discipline involves too many restrictions. However, from the yogic perspective, discipline does not involve restriction; rather, it is fine-tuning the personal radio in order to receive a clear signal. When you turn on a radio and it is not tuned to a station, all it gives is static noise. It is the same with television.

If all the channels appeared on the screen at the same time, you could not look at any for the images are superimposed on each other. When the tuning is right, only one channel will appear and there will be clarity of image and sound. Just as fine-tuning is necessary to define the frequency of each channel, personal tuning is necessary to define the frequency of each expression of consciousness, mind and energy. That is the concept of discipline. We tune ourselves to the right frequencies in relation to our thoughts, desires, expectations, needs, strengths and weaknesses. Therefore, fine-tuning of our personal receiver is the aim of discipline in yoga.

Discipline does not mean restriction. In Sanskrit, *anushasana* means 'governing the subtle nature of human personality'. Fine-tuning of the personality happens when one is able to follow the progressions in yoga in a systematic way. When Swami Sivananda taught yoga to his disciples fifty years ago, he said that there had to be a blend of different techniques. In one yoga session, five items of yoga should be practised: one yama, one niyama, asana, pranayama and one concentration practice. He laid down these guidelines. Even today in the ashram environment we follow these guidelines of practising asana, pranayama, concentration and one yama and one niyama in a yoga session.

Swami Sivananda used to say that in order to fine-tune the personality all the different areas of expression have to be accessed. Sensorial distractions and imbalances have to

be rectified with the practice of pranayama. Dissipated mental energies have to be channelled with the practice of concentration. To create a change in the behaviour pattern and attitudes of the mind, one yama and one niyama have to be adopted and lived. When this practice is done in the right combination, one attains physical and psychological harmony and the personality is fine-tuned. Therefore, the first attempt in yoga sadhana is to attain discipline or control over the subtle processes of the personality. When we follow the aims set out in yoga, yoga practice becomes yoga sadhana. It is the consistent, continued effort to attain the goal set by yoga. Among those who practise yoga, maybe only five percent practise yoga sadhana because it involves intense work and constant self-observation.

Yoga lifestyle

In the third stage yoga becomes a lifestyle. About three percent of yoga practitioners fall into this category. Yogic lifestyle is where you begin to express the attainments of yoga in your life, when you begin to live the principles of yoga and apply the techniques of yoga to manage day-to-day situations. At that time, yoga is no longer a practice which you do for a specific period in the morning, afternoon or evening; it becomes a natural expression of life. Take the example of stress. When stress accumulates, it begins to affect

the mind and behaviour. Sometimes it comes in the form of sleeplessness, sometimes it manifests as hypertension. Whatever its form, how do you deal with it? It is easy to pop a pill and go about your normal business, which is what people generally tend to do. However, if you had yoga in your life, you could manage your stress with bhramari pranayama and not require medication to manage your stress.

What would the scenario be for a person using yoga to manage stress? Maybe at work that person will go to the bathroom, close the door, sit down and practise bhramari ten times and then go back to work. Or maybe he will come home in the evening and instead of sitting down with a glass of beer or wine, practise ten minutes of yoga nidra. Yoga can be used at different times of the day to manage the conditions and states of the body and mind. In this way, one will avoid many physiological and psychological illnesses and stresses which come up in life.

When yoga becomes a lifestyle, it is not something that you practise for an hour in the morning on Wednesdays and Fridays with a yoga teacher in a yoga centre. You use yoga every hour to manage the different conditions that you are confronting. While travelling by car, deep abdominal breathing can be practised. Pranayama can be practised in the office bathroom. Yoga nidra can be practised during the afternoon or evening to release accumulated stress. Five

minutes of breath awareness can be practised in the office to clear the mind of confusions and problems and gain clarity. In this manner, yoga becomes part of the natural behaviour of life. Yoga lifestyle is applying yoga in the daily routines and activities. Yoga becomes a lifestyle when you create an environment conducive to health and wellbeing in the home for the entire family. Living yogic attitudes and practising yogic techniques to improve personal and family wellbeing is yogic lifestyle.

Yogic culture

When yoga is fully incorporated into the lifestyle, when you have gone some way towards fulfilling the three goals set down by yoga, when your mind, behaviour and attitude reflect yogic awareness and you begin to express and connect with the positive, virtuous self, then yoga becomes a culture of life. Culture is the perfect expression of creativity. About two percent of yoga practitioners achieve this level. The role of yoga can be perceived in our life as practice, sadhana, lifestyle and culture. Ultimately, we have to nourish our personality and nature, and once we are able to recognize this role of yoga in our life, we can actually appreciate yoga.

Creating the garden of life

This is the process we go through when we practise yoga, not to satisfy the whims of the mind, but to follow and experience

the aims set by yoga. Yogic goals are clearly defined: cultivating awareness, disciplining and restructuring the personality, managing the mental and emotional distractions and disturbances, and becoming the observer of one's life and actions. When you have these aims as the focus and are striving to achieve them, you are doing yoga sadhana. When you follow the dictates of your mind, it is yoga practice. When you integrate the practices to aid the development of your potentials, you begin to live a yogic lifestyle. Yoga is a vast subject. The various components and practices of yoga can be applied to improve the quality of our life. Ultimately, the practices offer hope for betterment of the self. It is not necessary to become a yogi, but it is important to connect with the qualities inherent in us. This is what will make us an awakened and realized human being. We have to put the effort into transforming the barren land of our life into a flowering garden.

Once, a man purchased a barren piece of land. Nothing except stones, rocks, sand and weeds. He worked hard and turned it into a beautiful garden. When the garden was complete, many people came to admire it. One day, a priest came to see the garden and he was so happy at the sight that he exclaimed, "God's creation is wonderful! Look at this beautiful garden that God has created!" The man said, "No, God did not create this, I've done it. You should have seen this piece of land when God owned it! Now that I am the owner, I've turned

this barren land into a garden through hard work." You can do the same. Through your efforts, determination and conviction you can convert your life into a beautiful garden of which you can be proud. You can equip yourselves with the right tools to bring this change to the plot of land on which you live, through the practices of yoga and the right application of wisdom and creativity through yoga. The sankalpa of a yogi is to be a gardener.



Tools for Daily Discipline

Swami Niranjanananda Saraswati, 2009

There is no difference between spiritual and worldly life. The moment we try to create a division between our spiritual and daily life, so that in one area we meditate, concentrate and do yoga, whilst in the other we are slaves to the mind, attached to sensory enjoyment, happiness and satisfaction, we are in trouble. However, if we believe that our spiritual life is our daily life, and our daily life is our spiritual life, there will be no conflict. The whole process of spiritual life is to be open and friendly with all fellow beings, to help, guide, love and live in harmony with each other.



Six yogic capsules

Negativity is a weed which kills and suppresses the power of positivity. Hatred, jealousy and envy are weeds which suppress the benevolent qualities of the mind. If we are identifying with the weed and we are under the influence of our negative states of mind, then we lose track of the positive nature. Just as a lawn has to be maintained regularly, the mind also has to be maintained on a regular basis. It has to be taken care of with positive thoughts and positive sankalpas which become our strengths in life. We must protect the mind from influences which disturb its peace, balance and harmony. People who can do this are the real yogis.

There are six practices to be adopted on a daily basis. The first is the practice of mantra, which will give birth to inner strength, optimism and creativity. The Mahamrityunjaya, Gayatri and Durga mantras are the three sankalpas or seeds. The seeds are planted in the subconscious mind when the mind is still, dormant, not active in the waking state, not connected with the senses, with the world or the sense objects. Therefore, these three mantras should be practised as soon as one wakes up in the morning, when one is still in bed. With regular practice, we will discover that these three mantras play a major role in cultivating inner strength, optimism and positivity.

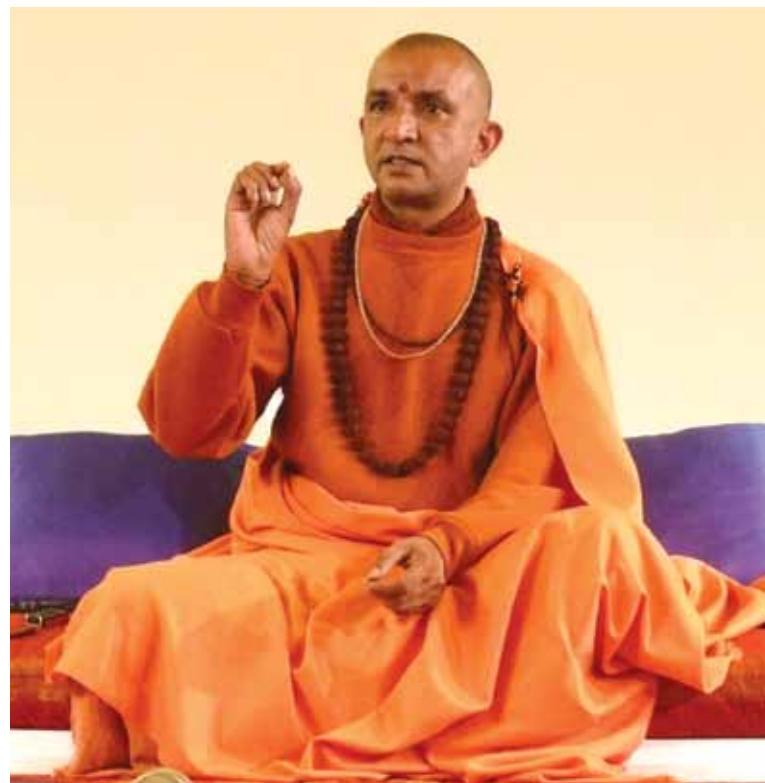
The second practice which should become part of our daily life is yoga nidra. Practising yoga nidra will help reduce the

psychological, psycho-emotional tensions and stresses and keep the mind active, creative, stress-free and clear.

The third component is pranic stimulation. The pranas in the body should be activated and balanced. When the pranas are active and the energy system is properly regulated, then a lot of the psychological, psycho-emotional and psychophysiological stresses can be avoided. The body and the mind will always be energized, without a dull moment in life, without lethargy or isolation, rather a self-contained state in which the optimum creativity of body and mind will be experienced, attained and expressed.

The fourth component is simple meditation. In yoga, *pratyahara*, withdrawing the senses, comes first. We work through the superficial levels of our feelings and thoughts, as in the practice of *antar mouna*, inner silence. To know the state of stability in the body we practise *kaya sthairyam*, stillness of the body. Awareness of the subtle movements comes with *ajapa japa* and *chidakasha dharana*. We start with ten minutes of *trataka*, then we blow out the candle, continue with ten minutes of *pratyahara* and *antar mouna* to observe the inner activity, and end the practice with ten minutes of *ajapa japa*.

Asana is the fifth component. We are free to do as much as we want, wherever we want, but there has to be a purpose to the practice of *asana*. If flexibility and body work is the purpose, then that should remain the focus. If stability and comfort is the purpose, then that should be predominant.



In the sixth component we adopt one *yama* and one *niyama* which we try to follow wherever we are. In the system of Patanjali, *yama* and *niyama* are mental practices, attitudinal practices to discipline and regulate our life, to bring about an attitudinal and mental change.

If we can apply this system of yoga on a regular basis, we will understand the process of yoga *sadhana*. The under-

standing of our mind, behaviour, attitude, nature and character will develop more and more. If we can follow this for one year or six months or even for three months on a regular basis, we will definitely discover a transformation in our life.

The sequence is important and therefore we do the mantra after waking up, asana and pranayama in the morning, yoga nidra during the day, whenever we feel stressed out and in need of relaxation or new energy, and meditation in the evening.

Three adjustments

Whether we practise meditation or not, whether we practise yoga or not, if we are aspiring to live a yogic life, we should try to maintain a serene nature in all situations. Cultivating serenity, without becoming nervous or over-anxious, leads to inner awareness and inner peace.

Regularity is the second quality. We have to be regular and constant in our effort and maintain continuity until we fulfil its objective. Regular, continuous, sustained effort must become part of our nature in order to bring about a culmination, whether it is a job or our spiritual journey.

The third quality is absence of vanity. Vanity is putting on a mask. Some people are continuously putting on different masks at different times. We all hide from ourselves in order

to protect our own vanity. We may hide from others, but at least we should not hide from ourselves. When there is absence of vanity in life, we will know our true nature.

If we use serenity, regularity and absence of vanity as the three simple adjustments that we can make, our inner life will become rich and it will also balance and improve our outer life.

Four qualities

In the *Yoga Sutras* (1:33), Patanjali states that four qualities should become the basis of our association with other people. The four qualities are *maitri* or friendship, *karuna* or sympathy and compassion, *mudita* or happiness and joy, and *upeksha* or indifference. Friendship with those who are content should form the basis of our association. An individual should be friendly with those who have no demands but are fulfilled. Sensitivity, sympathy and compassion is the relationship with those who are in need or are suffering. If somebody is suffering, then sympathy and compassion become the foundation of the association. We should be happy for those who are virtuous, who identify with the virtues of life. Finally, Patanjali says to ignore, neglect, leave behind those people who are crooked. He uses the word 'ignore'. He does not say, adjust and accommodate. Do not associate with negative, destructive people, who not only shatter your peace but peace everywhere. They have their destiny and you can't do anything about it.

These four ideas become the foundation of the behaviour and associations of a yogi. However, when there is hate then you begin to think, why should I ignore that person, why can't I help that person? That is your discrimination, your wisdom and your choice. If you are going near the black hole, you will also be sucked into it. If you enter a coal mine, your clothes will get black as well. Therefore, Patanjali gave a very clear instruction for the basis of one's associations and dealings with people, even with companions, with husbands, wives and children, with anybody.

The four principles of Patanjali, maitri, karuna, mudita and upeksha, lead to detachment. Detachment is a better and a qualitative understanding of attachment.

An individual associates with other people in the course of this life for a limited period, a few years, ten, twenty, thirty, forty or fifty years. At the time of death, the association is finished. That association does not go on. Whoever was a husband or a wife today can become a son or daughter or the worst enemy in the next life, or a father or grandfather in another life. Associations in life are only temporary. They do not extend beyond life unless it is a spiritual association. A spiritual association is illuminated, it is a connection which has become alive. It is not emotional, not demanding. It is not an expectation, but the merger of two spirits and two minds.



A Tribute

*Swami Niranjanananda Saraswati, 2009
(at the conclusion of the Shodashi Anusthana after Sri Swami
Satyananda's Mahasamadhi)*

Today we conclude the sixteen-day Shodashi Anusthana after the Mahasamadhi of our guru, Sri Swami Satyananda.

Sri Swamiji came to Rikhia in 1989 and departed from his body in 2009, after twenty years. Sri Swamiji has himself said, “My life is divided in twenty-year cycles.” From birth to the age of twenty he lived at home. From the age of twenty-one to forty he served his guru, Sri Swami Sivananda, at Sivananda Ashram, Rishikesh. From forty-one to sixty he established the monument of yoga in Munger according to the instructions of his guru, and dedicated that monument to his guru. His next twenty-year cycle started in 1989 when he came to Rikhia. Here he dedicated his life to live and propagate the teachings of Swami Sivananda. Thus, Rikhiapeeth is the second monument created by him and dedicated to his guru.

Today, the two eternal monuments created by him, Munger and Rikhia – one dedicated to the mandate of the guru and the other to his teachings – offer their tribute to

the great visionary, Sri Swami Satyananda, who was the crown jewel disciple of our Sadguru, Sri Swami Sivananda.

Rikhiapeeth

After establishing and dedicating Rikhiapeeth to Sri Swami Sivananda, Sri Swamiji appointed Swami Satsangi as the Peethadhishwari or acharya of this place. He saw in her the potential to carry forward to greater heights the work that he had started. After seeing her commitment, dedication and devotion, he gave her the initiation of Paramahansa, and today Swami Satyasangananda, is sitting before you as Paramahansa Satyasangananda.

She will be carrying forward the vision given to her by our guru, Sri Swami Satyananda, to maintain, propagate and live the teachings of Sri Swami Sivananda, to serve, to love and to give. Therefore, the people of Rikhia Panchayat should never think ‘What will happen to us’. Sri Swamiji has made complete arrangements here – not only so the people are looked after, but also to install a person who can fulfil his wishes and his vision. Therefore, Rikhiapeeth has not been orphaned, but has been strengthened with Swami Satsangi.

Swami Satsangi will now be travelling to different parts of the country and the globe to give the message of spiritual life to aspirants and seekers. You have the opportunity to see her, invite her in your town, in your country, in your home, in your



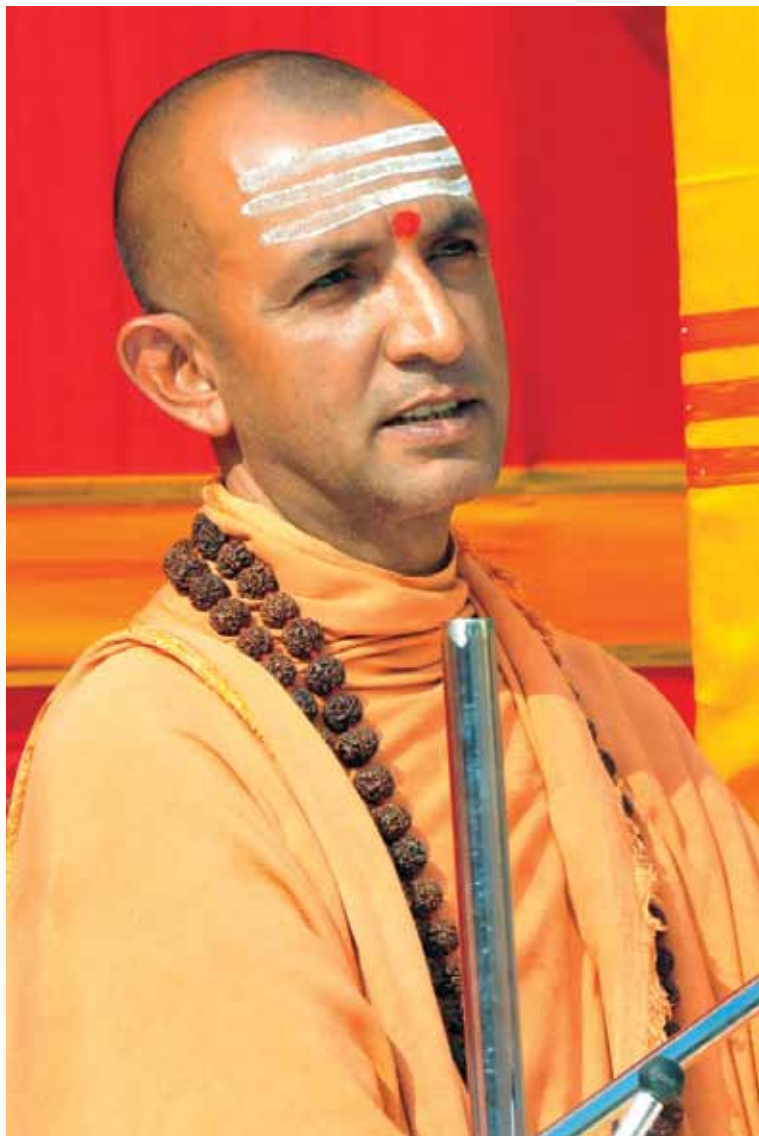
village – wherever you wish to invite her, so that she can come and bring guru’s grace in that region.

The next phase

There is also a question in people’s minds, what will Swami Niranjan do now. Sri Swamiji had made it very clear to me that during this year, 2009, one chapter of my life is to close and a new one is to begin. He said to me, for forty years you have been travelling, you have lived the life of a parivrajaka. You have travelled through the country and the world. You have carried the message of yoga and showered the blessings of our parampara. Now your parivrajaka life has to end. And he gave me a clear direction for the next phase of my life.

The situations have also evolved in accordance with his mandate. In the year 2008, Swami Suryapakash was appointed President of Bihar School of Yoga and I became free of my institutional obligations. The future yoga work will now be guided by Swami Suryapakash with the blessings, guidance and inspiration from Swami Satsangi. And I will walk my path keeping in mind the direction and guideline given to me by Sri Swamiji.

When Sri Swamiji appointed me as his successor, it was not to direct an institution, it was not for the post, power or position in the yoga world, it was not to receive the garlands and accolades that come with name and fame. In an institution, administrators change and they can be anyone.



The succession that I have received from my guru is that of sannyasa. His commitment to sannyasa is what I have received as my inheritance. His sannyasa life was completely infused with renunciation, faith, surrender and austerity. When he nominated me as his successor, his intention was that I would succeed him in his sannyasa, his sankalpa, his dedication, his belief, his faith. In order to cultivate that, he has made me free from my social and institutional obligations.

I am not a sannyasin of Munger or of Rikhia; I am Swami Satyananda's sannyasin. I do not belong to Munger, neither do I belong to Rikhia. They came much later after I had dedicated my life to my guru. When I was born, he held me in his arms. When I was three years old, he declared that I was the successor of his sannyasa, spiritual sadhanas and attainments. I have a sankalpa – to realize in my life the inheritance that my guru gave to me.

Today, I sit before you not as an acharya or teacher, member or post holder of an institution, but as a sannyasin, asking for your prayers so that I can be the worthy successor of the sannyasa of my guru.

I am praying to Sri Swamiji for wisdom, understanding and strength to live the life and tread the path that he has walked as a sannyasin. I am sure that all your prayers will help me fulfil my goal and aspiration.

The Decade of the 2010s

2010 के दशक में

A New Epoch

As the sun of 2010 rose, it must have felt different to Swan. Never again would he touch those feet, never again would those eyes look at him, never again would he hear that laughter, never again would that familiar smell waft towards him. His humanness registered the physical absence of his guru, and in a satsang he poignantly remarked, “Since my birth I have lived in the presence of my guru. And now, as I enter my fiftieth year, I find myself alone.” However, the one who knew how to rise to divinity, regained his master’s company. In his own words:

“It was the 7th of January 2010. I was in Rikhia. The crowds of disciples and devotees had largely departed. As I sat by myself, going over the events of the last month, I realized that my last darshan of Sri Swamiji had been on 3rd December and I was physically yearning for him intensely. No matter what I said to console myself, the world was different. The sunlight was missing its warmth and brightness. The agile wind currents had become subdued. The earth on which I walked felt devoid of prana. I was missing talking to him, being in his presence. Then I wondered if I could call him, ask him to appear in a dream, ask him to manifest himself in flesh and blood. With this intention I meditated.

That night, I had a vision.

In the midst of a hilly forest area, there is a stone platform about 30 x 25 feet, facing north-south. A reddish-orange sun is rising from the east above the treeline of the forest and the golden sunrays are bathing the whole platform with their glow.



Swami Satsangi and myself are facing the rising sun from the western side of the platform, waiting for Sri Swamiji to arrive.

The radiant figure of Sri Swamiji comes walking from the south going towards north. He is wearing a geru dhoti and upper cloth and looking about fifty years old. We offer pranaam at his feet and then the three of us sit down on the stone platform to talk. The feeling is that he has never been away from us. The conversation feels like the continuation of a normal interaction that we would have with Sri Swamiji.

Sri Swamiji looks at me and says, ‘Tell me everything that has happened since my samadhi.’ I begin to tell him about all the events of Bhu Samadhi, Shodashi and Shraddhanjali, our trip to Tryambakeshwar and Rishikesh and the bhoj there. All the while, Sri Swamiji is smiling and intently listening to the precise account of the events. At the end of my narration, he

asks a question, ‘What was the total expenditure?’ When I tell him the exact amount, he exclaims, ‘It need not have been that much!’ He says it in such a simple and jovial manner that all three of us burst out laughing. And with the sound of his laughter ringing in my ears, I wake up.

Reflecting back upon this vision, I can say that he did come, speak and give solace, a confirmation of the fact, ‘I am always with you.’”

As if to doubly assure him of this, in the months to follow Swami Satyananda’s presence would be experienced again and again in Ganga Darshan. On the day after Buddha Poornima, his room in Sri Niwas would be opened by a sannyasin only to find an incredible energy emanating from it and clear signs that Sri Swamiji had come and used it. A small deepak that Swamiji would light before Guru Poornima would stay alight for twenty days without being tended to. Pictures taken during aradhanas would show up his image in objects of worship or havan fires. An old disciple who was pining for his presence would see his actual form in the ashram and prostrate before him. On the day of consecration of Guru Peeth in Akhara, his physical form would again be seen walking out of the peeth.

Swan would not, however, let anyone construe these events as miracles. He categorically told everyone after one such occasion, “Remember, there is always a teaching in what Sri Swamiji does. He always enforces the faith. Do not consider these events to be religious miracles. They were experiences that just happened and touched people’s lives. They were not events which healed the sick, gave sight to the blind or legs to the lame. Understand

them as extraordinary events that enforced faith, conviction and determination, renewing the inspiration in our lives.”

Fortified by these events and by his own inner commitment, Swan took on the forthcoming decade like a storm – though always with a stillness at the centre. Following his guru’s instructions to continue to work for yoga, he began to drive an unprecedented energy into the yoga movement, but the expression was now different. Every month, or alternate month depending on other preoccupations, through the years of 2010 to 2013 he conducted four-day satsang programs under the title ‘Yoga Drishti Satsang Series’. Truly, these talks gave everyone a new *drishti*, vision, of the yogic way. As he waxed eloquent on the first yoga system ever developed, on the lost tantras,



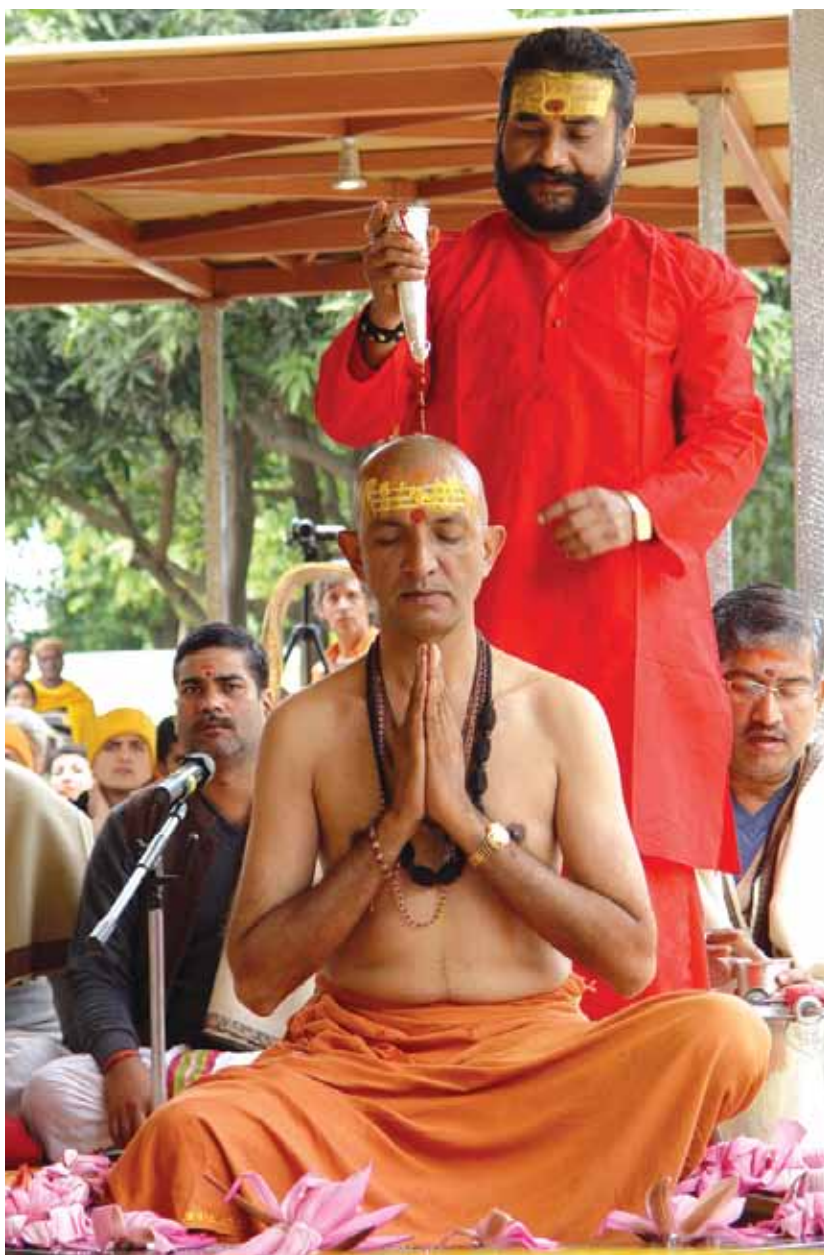
on his inheritance of sannyasa, on the link between guru and disciple, on the path of the world and the path of the spirit, on developing the abilities of the head, heart and hands, on the yogas given by Sri Krishna and Sage Vasishtha . . . he wasn't merely exploring ideas, he was auguring a new chapter of yoga. With each satsang series, those around him became a bit more alert to the details, a bit more ready to explore, a bit more ready to give. It was preparation.

If a formidable job is given to us, we either rush to accomplish it or become all fuddled and inert. But Swan has the drishti, that special ability to see, and he knows the precise speed and rhythm at which something must progress to become meaningful. We feel happy with an achievement but he is ever mindful of the process of achievement. With every action of his, he shows that yoga is about how you do a thing, not what you do. One has to only hear him sing a kirtan to recognize this trait. The way he begins, builds up the tempo and then closes his song with perfect control in every beat, is the way he conducts everything.

In 2010 his other focus was the path of sannyasa. He started this journey by literally following the footsteps of his guru. Throughout the year and in the years to follow, he would visit the *siddha tirthas*, awakened places of pilgrimage, that Sri Swamiji had visited in his lifetime and perform sadhanas here. Rishikesh, Tryambakeshwar, Vaishno Devi, Gangotri, Mukteshwar, Rameshwaram, Sri Sailam, Mallikarjuna, Thiruengomallai, Goa, Somnath, Kamakhya, Pandharpur, Kailash Mansarovar, Kanya Kumari, Prayag, Kedarnath – each place that he went to strengthened his light and showed him something spectacular.

In Gangotri he had darshan of his guru in the snows as the frozen waters formed the image of Sri Swamiji. In Mukteshwar, he received vidya from a sadhu in a cave, of which Sri Swamiji had told him in a dream before embarking on the journey. In Tryambakeshwar, as he sat under the same gular tree that his guru had sat under doing japa, a visitor noticed an oval aura around his body and that he seemed to be not sitting on the asana but suspended above. Later, Swamiji said, “For the entire duration that I was conducting my anusthana, I felt as if a larger body of Sri Swamiji was seated there and I was contained inside his body, going through the same motions, the same mantras, the same aradhana. It was not I who was doing anything, but I was within the body of Sri Swamiji. He was performing everything and I was simply like a mannequin, a puppet, who had no control over its body. I was just watching everything take place, knowing that I was being guided by the eternal grace and blessings of Lord Mrityunjaya and Sri Swamiji, our beloved Gurudev.”

In Sri Sailam, where the Pandavas had spent their exile time 5,000 years ago, an ancient chanting filled his awareness – it seemed to be borne on the wind, as if nature was revealing these subtle sounds to him. In Thiruengomallai, as he sat before the Sri Chakra, all solid matter around him – the pillars, the people, the yantra, the statues, the motifs – turned into luminous forms, and he himself was enclosed within the radiant pyramidal walls of the Sri Yantra; for days thereafter he remained within this cocoon of light. In Kailash Mansarovar, divine beings descended in the form of glowing globules



on the lake to give him darshan, or to have his darshan. In Kedarnath, he was the last one to perform abhisheka on the bull-shaped lingam as the inner voice told him to leave immediately – the cloudburst that destroyed the town took place just hours after he left; bridges washed away and roads disappeared behind while a tangible Hanuman shakti steered him ahead unharmed.

6th December 2010. One year had passed since Sri Swamiji's departure. Today, in front of the pristine white marble samadhi in Rikhia, a sannyasa abhisheka was performed on Swan. The residents of Ganga Darshan were asked to travel to Rikhia, to be with their Swamiji for this auspicious event. And not a single eye was dry watching Swamiji seated in the pit while the acharyas of Varanasi poured ceremonial waters on him. The thinking mind was suspended and only the feeling heart could perceive the immense benevolence of this hour. The divine voices clearly present echoed in unison, "Yes, he is Shivam. He is Satyam. He is Sundaram. He is our very own. He is your very own."

Sannyasa Peeth was formally created on this day and it was decided that its seat would be Ananda Bhavan, where Sri Swamiji had spent his time during the first visits to Munger. The erstwhile garden retreat was renamed Paduka Darshan ashram, and slowly its conversion started. In 2011, Swamiji was at the helm of its first commemorative event: Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna. From now on, the dates of 8th–12th September would be reserved for this invocation every year and thousands would benefit from the combined power of ahuti, mantra, daan and satsang.

Aradhanas and invocations were now becoming an integral part of ashram life. In January 2011, Swamiji initiated the tradition of Guru Bhakti Yoga: on the 5th and 6th of every month, Rudrabhisheka and Sri Yantra abhisheka was performed in the Akhara to honour Sri Swamiji's mahasamadhi and to ensure that the connection always remained alive. Akhara, the place of Swamiji's sadhana which he first created in the 90s, was now transforming into a luminescent enclosure in the hands of the master craftsman with 'peeths' created for guru and other aspects of divinity. People felt blessed to be able to partake of these environs and many experienced transformative moments as they sat through a worship or simply bowed down at a peeth.

Swan was clearly accessing a different dimension of existence now. It was only apt that when a magazine was launched to chronicle Sannyasa Peeth, he named it *Satya ka Avahan, Invocation of the Divine*. Yet, this amplified connection with the transcendental did not alienate him from the yoga that BSY was famous for, on the contrary, it helped him to take the yogic experience to a different level.

In 2012, he welcomed 111 participants to a three-year sannyasa course. After 1973, this was the first time aspiring sannyasins were taken through a training of this duration or intensity. These young, and some old, enthusiasts were now everywhere in the ashram in their orange Sannyasa Peeth T-shirts, including classes of hatha yoga and swara yoga conducted by Swamiji himself. His guru had told him, "Yoga and sannyasa must run parallel in your life," and he ensured that this happened – for himself and for his chosen ones.

One of the participants of the course, Sannyasi Gyanhira, later remembered a simple but profound moment with Swamiji, "One day, Swamiji was walking up to Main Building when he stopped to admire some recently installed hand-railings and said, 'These are nice.' Then he continued to walk until he turned around again to point out some newly installed wall plaques, and again said, 'This is nice.' I reflected on the incident and something finally clicked. Why not focus on what is nice in life? Why not identify with presence instead of lack? Afterward, whenever negative thoughts or emotions began to surface, I tried to find at least one thing to appreciate about the situation or person I was reacting to. Learning to cultivate and maintain a positive perception and response to life is finally something that I feel inspired to work towards, even if I do still fall from time to time."

As 2013, the 50th year of BSY's existence, opened its arms, two significant events took place in Swan's life. On 14th January 2013, the day of Makar Sankranti, he commenced the panchagni tapas, the sadhana of a paramahansa sannyasin. It was the same, fiercely intense sadhana that his guru had undertaken over twenty years earlier in Rikhia. As Swamiji walked into the panchagni vedi at the Akhara wearing the panchagni attire – body smeared with bhasma, neck, arms and head adorned by rudraksha beads – all present let out a gasp. Their own Swamiji had become someone beyond them. The Shiva energy had unmistakably come into him. The sannyasins chanted the thousand names of the Cosmic Shakti in the form of Katyayani, and Swamiji lit the fires. The moment became etched in space.

Swamiji concluded the panchagni sadhana on 11th February, performing it for one month during the first year. The next day, 12th February, Swami Dharmashakti, Sri Swamiji's first disciple and Swamiji's mother, breathed her last after blessing Swamiji for the successful completion of the sadhana. The Golden Jubilee celebrations had commenced in the ashram at this time with Vasant Panchami, and the last rituals performed in Ammaji's honour became part of the auspicious energy that pervaded the whole environment. She was placed in the lap of earth right next to Swamiji's panchagni vedi and at the conclusion of the rituals, he said, "I don't consider her as my mother, but I feel it is a great privilege that Guruji gave this soul an opportunity to be born from the womb of such a saintly and enlightened woman. This is why she is not my mother, but Devi to me, a Devi who ordained the gift of fearlessness in people through the strength of her love and compassion. She was someone who always gave protection and strength to others."

Preparations now started for the World Yoga Convention to be held in October. It was simply wonderful the way Swan fired everyone with a tremendous energy: breaking them out of their shells, raising the bar continuously, making their creativity soar. The result was not only an event of such proportions that the world stood in awe, but also a people who had realized they had unlimited potential.

The entire WYC and Golden Jubilee celebration was a magnificent reflection of Swamiji's brilliance, foresight, creativity and spontaneity. Hard as steel and soft as the petals on a fragrant rose, he shone as the greatest of sannyasins, and it was this





spirit – one of selflessness and devotion to his guru, of unity and harmony – that was the driving force for the entire program. Sri Swamiji had once said, “One single sannyasin can be the creator of an epoch.” Swan was no doubt such a one.

At the Convention he announced that one chapter of yoga was over and a new chapter was about to begin. As the fires of panchagni burnt brighter and longer with each passing year, he wrote this chapter. No more teacher training courses, was the first announcement. It was a significant step to take yoga away from the commercial tones it had acquired in recent years and restore it to the sadhana that it always was. In the years that followed, he changed the entire format of yoga teaching at BSY. While the world was creating new ‘brands’ of yoga, he recreated the teachings of Shukracharya, Yajnavalkya, Gheranda, Narada – in a way that people could relate to and experience. The watchword was ‘yoga vidya’; do not limit yoga to a classroom, he said to everyone, imbibe the yoga vidya.

Simultaneously, he was giving form and life to Sannyasa Peeth. Not only were the grounds of Paduka Darshan changing

but he was also drafting the sadhanas and trainings that would be conducted here. In 2015, he started the first Chaturmas sadhana; for two months from Guru Poornima onwards, Paduka Darshan ashram was reverberating with mantras, kathas, satsangs and performances of various spiritually-oriented artistes. Swan’s delight in bringing all this to the people of Munger was a joy to watch. When he introduced the Vanaprastha Sadhana for the fifty-plus, many came with painful knees but went back with blissed-out smiles.

2017 was the last year of his panchagni sadhana, at least for now. On the twelfth day of the sadhana, a special news reached the ashram: Swamiji has been nominated for the Padma Bhushan, the third highest civilian award in the country, given for distinguished and exceptional achievement in a particular field. All ashramites were overjoyed, thrilled, exultant, moved to tears to hear this news – their inspirer-guardian-guru, their friend-philosopher-guide, their most beloved Swamiji was today recognized by the whole nation! When Swamiji received the news, however, he displayed characteristic sthita prajna, simply smiling in acknowledgement.

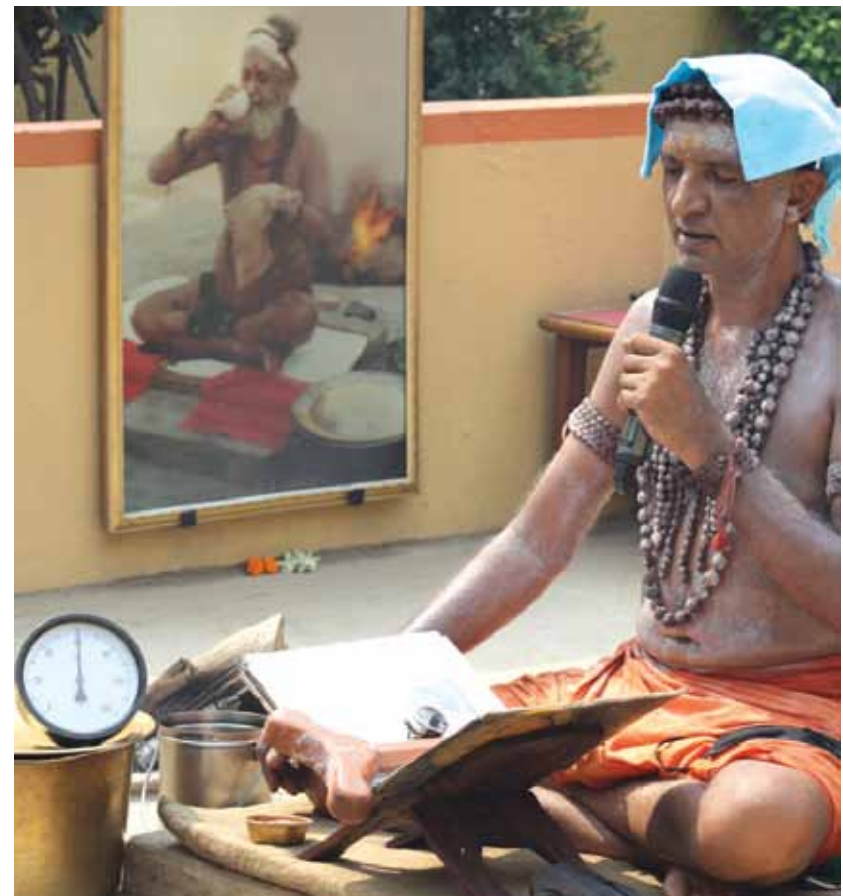
After completing his panchagni sadhana for the day, Swamiji shared his inner feelings on the occasion with the residents: “Since the announcement of this award, there has been a stream of phone calls, news reports and emails. I want to share with you all that it is not because of Swami Niranjan, for Swami Niranjan is the most unqualified person: skill-less, education-less, jobless, penniless. These are my qualifications. After all, what knowledge do I have except being a yoga teacher! The recognition has

been given to the work, which was inspired by Swami Sivananda and by Swami Satyananda. We have simply continued in their footsteps. What has been recognized is that it has been and is good work. This has been acknowledged by people at large, as the award has been a public decision based on merit. What is especially heartening is that everybody associated with us has felt that the award has been given to them. Everybody has felt that they have personally received this award. Definitely it does not belong to an individual, but to everyone who has worked for yoga. And all of you are recipients of the award too, so congratulations to you.”

The investiture ceremony of the Padma Bhushan awards was held in March at the Rashtrapati Bhavan in New Delhi. Swamiji chose to not break his sadhana and thereby to forego the public honour of the occasion. In a heartening move, the Government of India decided to respect the tradition of tapas and sent the award to Munger to be bestowed upon Swamiji at his convenience. Not only the government, the media was also able to appreciate the sankalpa of Swamiji’s tapas, signifying a nationwide reawakening to the values that have upheld the spiritual culture of the country.

This was certainly the most intense year of the panchagni. As early as March the temperature in the panchagni vedi started going up to 50 degrees. Swami Yogagnana recalls, “When I reached Munger, it was unbearably hot for me. Walking barefoot inside Akhara, it felt that the soles of my feet were on fire. And inside the Akhara, I saw Swamiji sitting calmly, in complete equipoise amidst the fires and under the sun. I wondered how

he feels in temperatures thirty-five degrees more than what we were experiencing! He was in full control of mind and body and what’s more, everything was going smoothly under his guidance. At one time, he signalled for the mike to be given to him. I wondered: is it possible for him to speak at this moment! But not only did he speak, he laughed and made everybody laugh and the atmosphere was filled with lightness and joy.”



Even a first-time student in the ashram was moved to his soul, “There was a deep inner silence that stayed with me after our darshan. I could have just sat there and observed and wondered without becoming involved, without trying to resist distraction. It is Swamiji’s personal sadhana, but we feel it. He does not do it for Padma Bhushans or awards but for his and our evolution. That is an inspiration for any drashta.”

Everyone held their breaths as the mercury continued to rise and prayed earnestly for the wellbeing and protection of their Swamiji. However, no one need have worried. For Swamiji’s resolve and the grace that follows him proved to be stronger than the laws of nature. Mother Prakriti cast a mantle of love, and the elements bowed before the tejas of the tapasvi. Possibly for the first time in the history of Munger, there was rain and cloud almost every day through May and June. The sadhana was completed on 15th June. Even as everyone felt grateful to simply know that Swamiji was safe and well, the auspiciousness that pervaded the spaces was like the coolest water and the freshest air. In these times of strife and pain, an ancient tradition had been upheld. A balance had been created in the energy field of earth. Hope, joy and truth were still alive and would continue to be so. For those who wished to walk it, a path had once again been carved out in the ethers.

A year later, he orchestrated the Munger Yoga Symposium to present the new direction of yoga, and gave the slogan: ‘yoga from moment to moment’. As Swamiji unfolded the teachings and the way, a new understanding seeped into the very cells of all who were present. An exuberance and joy suffused them

that seemed to be coming from some otherworldly source. Even on returning home, for weeks people continued to be on a ‘high’. Clearly, this had been no ordinary yoga meeting. As one of the participants said, “In giving us the Munger Yoga Symposium, Swami Niranjanananda opened the window into a new landscape of living, of being. The vista beckons us.”

As if on cue, in 2019, the government once again recognized the work being done at BSY and presented it the Prime Minister’s Award for Outstanding Contribution for Promotion and Development of Yoga. And once again Swamiji would take no credit and dedicated it to the gurus and to all who have been associated with BSY.

When the decade of the 2010s closed, his message to everyone was: look back to learn from all that has happened and look ahead with hope and faith to all that is to come, with the sankalpa to be a better person.

2020. The year of his *shashtyabda purti*, completion of sixty years in this incarnation. The stars were conspiring to come into the same position as on his year of birth to launch him into an even higher realm of awareness. It was perhaps only fitting that he lit the five fires yet again and sat amid them to receive the grace.

In the six decades of his blessed existence, there is so much that Swan has shown to us, given to us, inspired us with – through his words, his actions, his thoughts, his intentions, his perspective, his energy, his presence, his being, his life. Words fail at this point. And one can only say: May the Powers keep you, Swamiji. May no harm ever come to you. May the joy that you have given to us come back to you many-many fold. ■

एक नया युग

वर्ष 2010 का सूर्योदय स्वामीजी के लिए एक भिन्न अनुभूति लेकर आया। अब वे कभी उन चरणों का स्पर्श नहीं कर पायेंगे, अब वह दृष्टि कभी उनकी ओर नहीं उठेगी, अब कभी वह हँसी सुनायी नहीं पड़ेगी, अब कभी उस चिर-परिचित सुगन्ध का झोंका उनकी तरफ नहीं आयेगा। उनकी मानवीय भावनाओं को गुरु की शारीरिक अनुपस्थिति खल रही थी, अपने एक सत्संग में उन्होंने हृदयस्पर्शी वाणी में कहा, “जन्म के समय से ही मेरे गुरु मेरे साथ रहे हैं, और अब, पचासवें वर्ष में प्रवेश करते समय मैं अपने आप को अकेला महसूस कर रहा हूँ।” लेकिन उन्हें ज्ञात था कि स्वयं को गुरु की दिव्य उपस्थिति के स्तर तक कैसे उठाना है, और इस प्रकार उन्होंने अपने गुरु का सान्निध्य पुनः प्राप्त कर लिया। उनके ही शब्दों में—

“7 जनवरी 2010 का दिन था। मैं उस समय रिखिया में था। शिष्यों और भक्तों की भीड़ विदा हो चुकी थी। मुझे जैसे ही एकान्त मिला, मैं पिछले महीने की घटनाओं पर विचार करने लगा, मुझे एहसास हुआ कि मैंने 3 दिसम्बर को अंतिम बार श्री स्वामीजी के दर्शन किए थे और मेरे भीतर उनके दर्शन की तड़प तीव्रता से उठ रही थी। मैं स्वयं को सांत्वना देने का चाहे कितना ही प्रयास करता, मेरी दुनिया बदल चुकी थी। सूर्य की रोशनी में अब वह ताप और चमक नहीं थी। चपल वायु के झोंके शान्त हो चुके थे। मेरे कदम जिस धरती पर पड़ रहे थे, वह प्राणहीन सी प्रतीत हो रही थी। फिर मैं यह जानने को उत्सुक हो उठा कि क्या मैं उन्हें बुला सकता हूँ, उनसे स्वप्न में या सशरीर दर्शन देने की प्रार्थना कर सकता हूँ। इस भावना के साथ मैं ध्यान करने लगा।

“उस रात मुझे एक दर्शन हुआ।

“एक पहाड़ी जंगल के मध्य उत्तर-दक्षिण दिशा में 30 x 40 फीट चौड़ा पत्थर का एक चबूतरा है। जंगल के पेड़ों के ऊपर से लालिमा लिए सूर्य पूर्व से उदित होता दिखायी पड़ रहा है। और सूर्य की स्वर्णिम रश्मियाँ पूरे चबूतरे को अपनी आभा से आलोकित कर रही हैं। स्वामी सत्संगी और मैं चबूतरे के पश्चिमी भाग में खड़े होकर श्री स्वामीजी के आगमन की प्रतीक्षा कर रहे हैं।

“श्री स्वामीजी की दीप्तिमान् आकृति दक्षिण दिशा से उभरती है और धीरे-धीरे उत्तर दिशा की ओर बढ़ती है। उन्होंने गेरू धोती पहन रखी है, और वे लगभग पचास वर्ष के दिखायी दे रहे हैं। हमने उनके चरणों में प्रणाम निवेदित किया और फिर हम तीनों चबूतरे पर बैठकर बातचीत करने लगे। हमें ऐसा लगा मानो वे कभी हमसे दूर गये ही न हों। बातचीत भी उसी ढंग से हो रही थी जैसे श्री स्वामीजी से मिलने पर सामान्य रूप से हुआ करती थी।

“श्री स्वामीजी मेरी ओर देखकर कहते हैं, ‘मेरी समाधि के बाद से जो कुछ हुआ है मुझे बताओ।’ मैंने उन्हें भूसमाधि, षोडशी एवं श्रद्धांजलि कार्यक्रमों की सभी घटनाओं के बारे में बताना शुरू किया, फिर अपनी त्र्यम्बकेश्वर एवं ऋषिकेश यात्रा और वहाँ आयोजित भोज के बारे में बताया। श्री स्वामीजी पूरे समय मुस्कराते हुए घटनाओं का विवरण ध्यानपूर्वक सुन रहे थे। मेरी बात समाप्त होने पर उन्होंने एक प्रश्न किया, ‘कुल कितना खर्च हुआ?’ जब मैंने उन्हें सही-सही राशि बतायी, तब उन्होंने तुरंत कहा, ‘इतना खर्च करने की आवश्यकता नहीं थी!’ उन्होंने यह बात इतने सरल एवं उल्लासपूर्ण ढंग से कही कि हम तीनों ठहाका लगाकर हँस पड़े। और ठहाके की इस गूँज के साथ ही मेरी नींद खुल गयी।





“इस अनुभव पर विचार करता हूँ तो मुझे लगता है वे सचमुच आए, उन्होंने बातचीत की, सात्वना दी और इस तथ्य की पुष्टि भी की, ‘मैं हमेशा तुम्हारे साथ हूँ।’”

गंगा दर्शन में आगामी कुछ महीनों में स्वामी सत्यानन्द जी की उपस्थिति का अनुभव बार-बार होने लगा, मानो वे उन्हें दुगुना आश्वासन देना चाहते हों। बुद्ध पूर्णिमा के अगले दिन जब एक संन्यासी ने श्रीनिवास में श्री स्वामीजी के कक्ष में प्रवेश किया तो वहाँ का दृश्य देखकर चकित रह गयी, वहाँ से एक अद्भुत ऊर्जा निकल रही थी और इस बात के स्पष्ट संकेत दिखायी दे रहे थे कि श्री स्वामीजी ने आकर इस कक्ष का उपयोग किया है। स्वामीजी ने गुरु पूर्णिमा के पूर्व जो छोटा-सा दीपक जलाया था वह बीस दिनों तक अपने आप जलता रहा। आराधना के समय ली गयी फोटो में पूजा की वस्तु या हवन-अग्नि के मध्य उनकी छवि दिखायी पड़ती। एक पुराना शिष्य, जो उनके दर्शन के लिए अत्यंत लालायित था, उसे आश्रम में उनके सशरीर दर्शन हुए और उसने उन्हें प्रणाम भी किया। अखाड़ा में जिस दिन गुरु पीठ की स्थापना हुई, उस दिन पुनः उन्हें सशरीर पीठ से बाहर आते देखा गया।

स्वामीजी कभी किसी को इन घटनाओं को चमत्कार के रूप में प्रस्तुत नहीं करने देते। ऐसी ही एक घटना के बाद उन्होंने सबसे स्पष्ट रूप से कहा, “याद रखना, श्री स्वामीजी जो कुछ करते हैं, उसमें हमेशा एक शिक्षा होती है। वे हमेशा श्रद्धा को बढ़ावा देते हैं। इन घटनाओं को धार्मिक चमत्कार मत समझो। ये केवल कुछ ऐसी अनुभूतियाँ हैं जिन्होंने लोगों के जीवन को प्रभावित किया है। ये इस प्रकार की चमत्कारी घटनाएँ नहीं हैं कि रोगी नीरोग हो जाए, अंधे को आँख मिल जाए या लंगड़े को पैर मिल जाए। इन्हें ऐसी असाधारण घटनाओं के रूप में देखो, जिनसे हमारे जीवन में श्रद्धा, विश्वास एवं संकल्प पुष्ट होते हैं, और हमें नवप्रेरणा प्राप्त होती है।”

इन घटनाओं तथा स्वयं अपनी आंतरिक प्रतिबद्धता से और अधिक दृढ़ता प्राप्त कर स्वामीजी आगामी दशक में तूफान की सी गति से कार्यशील हो गये, हालाँकि उनके भीतर हमेशा शान्ति एवं स्थिरता बनी रही। योग के कार्य को आगे बढ़ाने के अपने गुरु के निर्देश का पालन करते हुए, वे योगान्दोलन को एक अनोखी ऊर्जा के साथ चलाने लगे, लेकिन अब इसकी अभिव्यक्ति का स्वरूप बदल चुका था। वर्ष 2010 से 2013 तक वे उपलब्ध समय के अनुसार हर महीने या हर दूसरे महीने ‘योग दृष्टि सत्संग शृंखला’ के अन्तर्गत चार-दिवसीय सत्संग कार्यक्रमों का संचालन करने

लगे। वस्तुतः इन प्रवचनों से हर व्यक्ति को यौगिक विद्या के सम्बन्ध में एक नयी दृष्टि प्राप्त हुई। वे अपने प्रवचनों में विभिन्न विषयों पर प्रकाश डालने लगे—प्रथम योग पद्धति, अतीत के गर्भ में समाए तन्त्र शास्त्र, संन्यास की विरासत, गुरु-शिष्य सम्बन्ध, प्रवृत्ति एवं निवृत्ति मार्ग, बुद्धि, भावना और कर्म की क्षमताओं का विकास, श्री कृष्ण योग पद्धति एवं ऋषि वशिष्ठ की योग पद्धति . . . वे केवल नये विचार सामने नहीं रख रहे थे, बल्कि योग के नये अध्याय का पूर्वाभास दिला रहे थे। हर सत्संग श्रृंखला के साथ वहाँ उपस्थित लोग इन बारीकियों के प्रति कुछ अधिक सजग बनते जाते, आत्मान्वेषण के लिए कुछ और तत्पर होते, उनमें दूसरों को देने की भावना कुछ और विकसित होती। यह तैयारी मात्र थी।

अगर हमें कोई कठिन कार्य दिया जाता है, तो हम या तो हड़बड़ाकर उसे पूरा करना चाहते हैं या बौराकर अकर्मण्य से बैठ जाते हैं। लेकिन स्वामीजी के पास वह दृष्टि है, देखने की वह विशेष क्षमता है, जिससे उन्हें ठीक-ठीक मालूम रहता है कि किसी चीज को अर्थपूर्ण बनाने के लिए किस गति और लय के साथ प्रगति होनी चाहिए। कोई उपलब्धि होने पर हम प्रसन्न हो जाते हैं, किन्तु वे हमेशा उपलब्धि की प्रक्रिया के प्रति सतर्क रहते हैं। अपने हर कार्य के द्वारा वे यह दर्शाते हैं कि योग में हम क्या करते हैं यह मायने नहीं रखता, बल्कि किस प्रकार करते हैं यह मायने रखता है। उनकी इस विशेषता को जानने के लिए उनके द्वारा गाए एक कीर्तन को सुनना ही पर्याप्त है। वे जिस प्रकार गाना आरम्भ करते हैं, ताल की तीव्रता को धीरे-धीरे बढ़ाते हैं, और फिर ताल पर पूर्ण नियंत्रण के साथ अपना गायन समाप्त करते हैं, इसी ढंग से वे जीवन में सब चीजों का संचालन करते हैं।

सन् 2010 में उनके ध्यान का एक अन्य केन्द्र था, संन्यास मार्ग। उन्होंने यह यात्रा अपने गुरु के पदचिह्नों का अनुसरण करते हुए आरम्भ की। वर्षभर, और आगामी वर्षों में भी वे उन सिद्ध तीर्थों की यात्रा करते रहे जहाँ-जहाँ श्री स्वामीजी अपने जीवन काल में गये थे, और वहाँ रहकर साधना करते। ऋषिकेश, त्र्यम्बकेश्वर, वैष्णो देवी, गंगोत्री, मुक्तेश्वर, रामेश्वरम्, श्री शैलम्, मल्लिकार्जुन, थिरुङ्गोमलाई, गोआ, सोमनाथ, कामाख्या, पण्ढरपुर, कैलाश मानसरोवर, कन्या कुमारी, प्रयाग, केदारनाथ—वे जिस भी स्थान में गये, उनका आंतरिक प्रकाश उज्ज्वल होता गया और उनके साथ अनेक चमत्कारी घटनाएँ भी घटीं।



गंगोत्री में उन्हें अपने गुरु के दर्शन हुए, हिमाच्छादित पर्वतों के ऊपर उन्हें श्री स्वामीजी की छवि दिखायी दी। मुक्तेश्वर में उन्हें एक गुफा में एक साधु से गुप्त विद्या की प्राप्ति हुई, जिसके बारे में श्री स्वामीजी ने उन्हें यात्रा आरम्भ करने के पूर्व स्वप्न में दर्शन देकर बताया था। त्र्यम्बकेश्वर में वे उसी गूलर के वृक्ष के नीचे जाकर बैठे, जहाँ उनके गुरु जप किया करते थे। तभी वहाँ से गुजरते एक यात्री को उनके शरीर के चारों ओर एक गोलाकार प्रभामण्डल दिखायी दिया और उसे लगा मानो वे आसन पर विराजमान न होकर, इस प्रभामण्डल के मध्य निरालम्ब स्थित हों। बाद में स्वामीजी ने बताया, “अपने अनुष्ठान की सम्पूर्ण अवधि के दौरान मुझे ऐसा अनुभव हो रहा था मानो श्री स्वामीजी का विशाल शरीर वहाँ बैठा हो, और मैं उनके भीतर स्थित होकर उनके शरीर की सभी गतिविधियों, मंत्रोच्चार एवं अनुष्ठान का अंग बन गया हूँ। मैं कुछ नहीं कर रहा था, केवल श्री स्वामीजी के शरीर के भीतर स्थित था। पूरी साधना वे सम्पन्न कर रहे थे, मैं वहाँ केवल एक कठपुतली की तरह था, जिसका अपने शरीर पर कोई नियंत्रण नहीं होता। मैं केवल एक द्रष्टा के रूप में सब कुछ होते हुए देख रहा था, मुझे पता था कि भगवान् मृत्युञ्जय एवं पूज्य गुरुदेव, श्री स्वामीजी की कृपा एवं आशीर्वाद निरंतर मेरा मार्गदर्शन कर रहे हैं।”

श्री शैलम् में, जहा 5,000 वर्ष पूर्व पाण्डवों ने अपने वनवास का समय व्यतीत किया था, एक प्राचीन मंत्रोच्चार ने उनकी चेतना को आच्छादित कर लिया - यह प्रतिध्वनि वायु से उत्पन्न होती प्रतीत हुई, मानो प्रकृति ये सूक्ष्म ध्वनियाँ उनके समक्ष प्रकट करना चाहती हो। थिरुइंगोमलई में वे जैसे ही श्री चक्र के समक्ष बैठे, उनके आस-पास की सभी ठोस वस्तुएँ—खम्भे, लोग, यन्त्र, मूर्तियाँ, रूपाकृतियाँ—प्रकाश रूप में परिवर्तित हो गयीं और उन्होंने स्वयं को श्री यंत्र की पिरामिडाकार प्रकाशित दीवारों से आवृत पाया। प्रकाश का यह आवरण कई दिनों तक उनके साथ रहा। कैलास मानसरोवर में दिव्य शक्तियाँ उन्हें दर्शन देने के लिए या यूँ कहें उनके दर्शन करने के लिए छोटे-छोटे प्रकाश पुँजों के रूप में सरोवर में नीचे उतरिं। केदारनाथ में अभिषेक करने के बाद उन्हें अपने भीतर यह स्पष्ट आवाज सुनायी पड़ी—यह स्थान तुरंत छोड़ दो। इस वृषभाकार लिंगम् का अभिषेक करने वाले वे अंतिम व्यक्ति थे। उनके प्रस्थान के कुछ ही घण्टों पश्चात् वहाँ हुए जलप्लावन ने पूरे शहर को तहस-नहस कर दिया। वे जैसे-जैसे हनुमानजी की शक्ति के घेरे में सुरक्षित आगे बढ़ते गये, उनके पीछे-पीछे पुल बहते गये और मार्ग विलीन होते गये।

6 दिसम्बर 2010, श्री स्वामीजी को समाधि लिए एक वर्ष बीत चुका था। आज रिखिया में श्री स्वामीजी की समाधि के समक्ष स्वामीजी का संन्यास अभिषेक सम्पन्न किया गया। गंगादर्शन के अंतेवासियों को रिखिया जाकर इस पावन अवसर के साक्षी बनने का सौभाग्य मिला। स्वामीजी वहाँ ध्यानस्थ बैठे थे और वाराणसी से आए आचार्य अभिमंत्रित जल से उनका अभिषेक कर रहे थे। यह दृश्य देखकर सबकी आँखें नम हो गयीं। विचार जैसे थम से गये थे और केवल हृदय की भावना इस असीम कृपा की साक्षी बनी हुई थी। एक स्वर में यह दिव्य स्पन्दन गूँज रहा था, 'वे सत्यम् हैं, शिवम् हैं, सुन्दरम् हैं। वे हमारे अपने हैं।'

संन्यास पीठ की स्थापना औपचारिक रूप से इस दिन हुई और यह निर्णय लिया गया कि इसकी गतिविधियों का केन्द्र आनन्द भवन होगा, जहाँ श्री स्वामीजी ने अपनी प्रथम मुंगेर यात्रा के दौरान समय व्यतीत किया था। पूर्व का यह निर्जन उद्यान अब पादुका दर्शन आश्रम के नाम से जाना जाने लगा, और धीरे-धीरे इसके परिवर्तन की प्रक्रिया आरम्भ हुई। सन् 2011 में स्वामीजी ने श्री लक्ष्मी-नारायण महायज्ञ के रूप में यहाँ प्रथम आराधना का आयोजन किया। अब प्रतिवर्ष 8 से 12 सितम्बर



की अवधि इस आराधना के लिए निश्चित हो गयी। हजारों लोग इस अवसर पर आयोजित हवन, मंत्र पाठ, दान एवं सत्संग से लाभान्वित होने लगे।

देवी शक्तियों की आराधना एवं आवाहन अब आश्रम जीवन के अभिन्न अंग बनते जा रहे थे। जनवरी 2011 में स्वामीजी ने गुरु भक्ति योग परम्परा का शुभारम्भ किया। श्री स्वामीजी की महासमाधि के स्मरणोत्सव के रूप में हर महीने पाँच एवं छः तारीख को रुद्राभिषेक एवं श्री यंत्र अभिषेक सम्पन्न किये जाते हैं, ताकि गुरु के साथ सम्बन्ध हमेशा जीवन्त बना रहे। अखाड़ा स्वामीजी की साधना और आराधना का स्थल है, जिसका निर्माण उन्होंने 1990 में किया था। अब यह इस कुशल शिल्पकार के हाथों एक प्रकाशमान प्रांगण के रूप में परिवर्तित हो रहा था, जहाँ उन्होंने गुरु, भगवान शिव एवं देवी माँ को समर्पित पीठों का निर्माण किया। यहाँ आयोजित आराधनाओं में भाग लेकर लोग स्वयं को भाग्यशाली मानते और अनेक लोगों का यह अनुभव रहा कि जब उन्होंने किसी आराधना में भाग लिया या किसी पीठ में माथा टेका, वह उनके लिए एक परिवर्तनकारी क्षण बन गया।

स्वामीजी अब स्पष्ट रूप से एक अन्य आयाम में प्रवेश का मार्ग प्रशस्त कर रहे थे। इसलिए संन्यास पीठ द्वारा नयी पत्रिका का प्रकाशन आरम्भ होने पर उसे 'सत्य का आवाहन' नाम देना सर्वथा उपयुक्त ही रहा। तथापि ईश्वरीय सत्ता से प्रगाढ़ होते

इस सम्बन्ध ने उन्हें योग से दूर नहीं किया, बल्कि योग द्वारा प्राप्त अनुभव को एक अन्य स्तर तक ले जाने में उनकी सहायता की।

सन् 2012 में उन्होंने तीन-वर्षीय संन्यास सत्र का संचालन किया, जिसमें विश्वभर से आए 111 प्रतिभागी सम्मिलित हुए। सन् 1973 के बाद पहली बार संन्यास के इच्छुक व्यक्तियों के लिए इतनी लम्बी अवधि के सत्र का आयोजन कर गहन प्रशिक्षण प्रदान किया गया। ये युवा प्रतिभागी, और कुछ अधिक उम्र के प्रतिभागी भी अब संन्यास पीठ की पोशाक में आश्रम में चारों ओर उत्साहपूर्वक सभी गतिविधियों में भाग लेते नजर आते। सत्र के प्रतिभागियों के लिए हठयोग एवं स्वर योग की कक्षा स्वामीजी स्वयं संचालित करते। उनके गुरु ने उनसे कहा था, “योग और संन्यास तुम्हारे जीवन में समानान्तर गति से चलते रहेंगे।” स्वामीजी ने यह सुनिश्चित किया कि उनके जीवन में और साथ ही उनके द्वारा चयनित व्यक्तियों के जीवन में ऐसा अवश्य हो।

इस सत्र की एक प्रतिभागी, संन्यासी ज्ञानहीरा स्वामीजी के साथ एक सरल किन्तु गंभीर क्षण को याद करते हुए कहती है, “एक दिन स्वामीजी मुख्य भवन की ओर जा रहे थे। रास्ते में एक जगह लगी नयी रेलिंग को देखकर रुक गये और कहा, ‘यह सुन्दर लग रही है।’ इतना कहकर आगे बढ़ गये, फिर पुनः एक जगह दीवार पर लगे नये चित्र को देखकर रुक गये और उसकी ओर इशारा कर उन्होंने कहा, ‘यह सुन्दर लग रही है।’ मैं इस घटना पर विचार करने लगी और अन्ततः एक बात मेरी समझ में आयी। अपना ध्यान जीवन की अच्छाई पर क्यों न केन्द्रित किया जाए? अभाव महसूस करने की जगह, जीवन में जो मिला है उससे क्यों न सम्बन्ध जोड़ा जाए? इसके बाद से जब भी मेरे भीतर नकारात्मक विचार या भाव उभर कर आते, मैं उस परिस्थिति या व्यक्ति के बारे में, जिसके प्रति मेरे भीतर प्रतिक्रिया उभर रही होती थी, कम-से-कम एक ऐसी चीज को याद करने का प्रयास करती जो प्रशंसनीय हो। अंत में इतना ही कहूँगी कि जीवन के प्रति एक सकारात्मक दृष्टिकोण का विकास करने और उसे बनाए रखने की शिक्षा ने मुझे इस दिशा में कार्य करने के लिए प्रेरित किया है, चाहे मैं कितनी ही बार गिरूँ, उठकर पुनः प्रयास करती रहूँगी।”

बिहार योग विद्यालय की स्थापना का पचासवाँ वर्ष आरम्भ होते ही, सन् 2013 में स्वामीजी के जीवन में दो महत्वपूर्ण घटनाएँ घटीं। 14 जनवरी 2013 को मंकर

संक्रान्ति के दिन उन्होंने परमहंस संन्यासियों के लिए विहित पंचाग्नि साधना आरम्भ की। वही घोर साधना, जिसे बीस वर्ष पूर्व लिखिया में उनके गुरु ने सम्पन्न किया था। जब स्वामीजी ने अखाड़ा स्थित अपनी पंचाग्नि वेदी की ओर कदम बढ़ाए, तो उन्हें भस्म रमाए, रुद्राक्ष मालाओं से विभूषित पंचाग्नि साधना की वेशभूषा में देख सभी स्तब्ध रह गये। अनायास उन्हें अपने स्वामीजी अब अपनी पहुँच से बाहर लगने लगे। उनके भीतर निःसंदेह शिवत्व का अवतरण हुआ था। संन्यासियों द्वारा किए गए कात्यायनी सहस्रनाम के पाठ के साथ स्वामीजी ने पंचाग्नि वेदी में अग्नि प्रज्वलित की। और यह क्षण अंतरिक्ष में सदा के लिए अंकित हो गया।

प्रथम वर्ष स्वामीजी की पंचाग्नि साधना एक महीने की अवधि के लिए थी, जो 11 फरवरी को पूर्ण हुई। अगले दिन 12 फरवरी को श्री स्वामीजी की प्रथम शिष्या और स्वामीजी की माँ, स्वामी धर्मशक्ति ने उन्हें साधना के निर्विघ्न सम्पन्न होने पर आशीर्वाद देने के बाद अंतिम श्वास ली। इसी समय आश्रम में बसंत पंचमी के



अवसर पर स्वर्ण जयन्ती समारोह का शुभारम्भ हुआ, और अम्माजी के सम्मान में जो अंतिम अनुष्ठान किये जा रहे थे, वे भी सम्पूर्ण वातावरण में व्याप्त इस पवित्र ऊर्जा के अंग बन गये। अम्माजी को स्वामीजी की पंचाग्नि वेदी के ठीक पीछे भूसमाधि दी गयी। अनुष्ठान की समाप्ति पर स्वामीजी ने कहा, “मैं उन्हें अपनी माँ के रूप में नहीं देखता, लेकिन यह मेरा सौभाग्य है कि गुरु जी ने इस आत्मा को ऐसी संत हृदय वाली प्रबुद्ध माँ के गर्भ से जन्म लेने का गौरव प्रदान किया। इसी कारण मैं उन्हें माँ नहीं मानता, बल्कि देवी मानता हूँ, एक ऐसी देवी जिन्होंने अपने प्रेम और करुणा की शक्ति के बल पर लोगों में निर्भयता का उपहार बाँटा। वे एक ऐसी शख्सियत रहीं, जिसने हमेशा दूसरों को सुरक्षा एवं शक्ति प्रदान की।”

अक्टूबर में आयोजित किये जाने वाले विश्व योग सम्मेलन की तैयारियाँ अब आरम्भ हो रही थीं। स्वामीजी हर एक व्यक्ति को अपनी अदम्य ऊर्जा से प्रेरित करते, उन्हें उनके सीमित घेरे से बाहर निकालते तथा उनकी प्रतिभा को निरंतर बढ़ाते जाते, जिससे उनकी सृजनात्मकता ऊँचाइयों को छूने लगे। इसके परिणामस्वरूप न केवल इस बृहद् कार्यक्रम का सफल संचालन हुआ, बल्कि संचालन में सहयोग देने वाले लोगों को भी अपनी असीम शक्ति का भान हुआ।

सम्पूर्ण विश्व योग सम्मेलन एवं स्वर्ण जयन्ती समारोह जैसे स्वामीजी की कुशाग्रता, दूरदर्शिता, सृजनात्मकता एवं सहजता का एक भव्य प्रतिबिम्ब था। स्टील की तरह मजबूत और सुगंधित गुलाब की पंखुड़ियों के समान कोमल, वे एक महानतम संन्यासी के रूप में प्रकाशित हो रहे थे। इस सम्पूर्ण कार्यक्रम के पीछे प्रेरक शक्ति थी—उनका निःस्वार्थ भाव, उनकी गुरुभक्ति, एकात्मकता एवं सामंजस्य की भावना। श्री स्वामीजी ने एक बार कहा था, “संन्यासी अकेले एक युग का निर्माण कर सकता है।” स्वामीजी निःसंदेह ऐसे ही संन्यासी हैं।

विश्व योग सम्मेलन के समय उन्होंने घोषणा की—योग का एक अध्याय समाप्त हो चुका है और अब नया अध्याय आरम्भ होने वाला है। आगामी वर्षों में जैसे-जैसे पंचाग्नि की अवधि और ताप बढ़ते गये, उन्होंने यह नया अध्याय लिखा। प्रथम घोषणा थी, अब से योग शिक्षक प्रशिक्षण सत्र आयोजित नहीं होंगे। हाल के वर्षों में योग ने जो व्यावसायिक रूप ले लिया है, उसे उससे दूर ले जाकर उसके मूल साधनात्मक रूप में प्रतिष्ठित करने के लिए यह एक महत्वपूर्ण कदम था। आगामी वर्षों में उन्होंने बिहार

योग विद्यालय में दिए जाने वाले योग प्रशिक्षण का सम्पूर्ण प्रारूप ही बदल दिया। जहाँ विश्व में योग की नयी-नयी ‘ब्राण्ड’ बन रही थीं, वहीं स्वामीजी शुक्राचार्य, याज्ञवल्क्य, घेरण्ड, नारद आदि ऋषि-मुनियों की शिक्षाओं को इस ढंग से पुनर्स्थापित कर रहे थे जिसे लोग समझ पाएँ और अनुभव कर पाएँ। नया उद्घोष था ‘योगविद्या’; वे सबसे कहते, योग को कक्षा तक सीमित मत रखो, बल्कि योगविद्या को आत्मसात् करो।

साथ ही वे संन्यास पीठ को स्वरूप प्रदान कर जीवन्त बना रहे थे। पादुका दर्शन का ढाँचा ही नहीं बदल रहा था, बल्कि वे वहाँ संचालित की जाने वाली साधनाओं एवं प्रशिक्षण सत्रों की रूप-रेखा भी तैयार कर रहे थे। सन् 2015 में उन्होंने वहाँ प्रथम चातुर्मास साधना आरम्भ की। गुरु पूर्णिमा से लेकर अगले दो महीनों तक पादुका दर्शन आश्रम में मंत्र, कथाएँ, सत्संग और आध्यात्मिक रुझान वाले अनेक कलाकारों की प्रस्तुतियाँ गुंजायमान होती रहतीं। मुंगेर के लोगों के मध्य यह सब लाकर, उन्हें इन गतिविधियों में उत्साहपूर्वक भाग लेते देख स्वामीजी बड़े आनन्दित होते। उन्होंने पचास से अधिक उम्र वाले व्यक्तियों के लिए वानप्रस्थ साधना सत्र आरम्भ किया, इस सत्र में घुटनों में दर्द की शिकायत लेकर अनेक लोग आते, पर यहाँ से मुस्कुराते हुए वापस जाते।

वर्ष 2017 अभी के लिए उनकी पंचाग्नि साधना का अंतिम वर्ष था। साधना के बारहवें दिन आश्रम प्रांगण में एक विशेष समाचार आया, स्वामीजी को पद्मभूषण पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। यह पुरस्कार किसी क्षेत्र विशेष में असाधारण एवं उत्कृष्ट उपलब्धि के लिए दिया जाने वाला तीसरा उच्चतम नागरिक पुरस्कार है। सभी आश्रमवासी यह समाचार पाकर हर्षातिरेक से अभिभूत, रोमांचित और उल्लसित थे, उनकी आँखों में खुशी के आँसू थे—उनके प्रेरणास्रोत-अभिभावक-गुरु, उनके मित्र-दार्शनिक-मार्गदर्शक, उनके प्रियतम स्वामीजी को आज पूरे देश ने सम्मानित किया है! जब स्वामीजी को यह समाचार मिला, उन्होंने एक स्थितप्रज्ञ व्यक्ति की तरह केवल मुस्कुराकर अपना आभार व्यक्त किया।

उस दिन की पंचाग्नि साधना पूर्ण करने के पश्चात् उन्होंने अंतैवासियों के समक्ष अपनी आन्तरिक भावना व्यक्त करते हुए कहा, “इस पुरस्कार की घोषणा होते ही फोन कॉल, समाचार पत्रों में छपी रिपोर्ट और ई-मेल की बाढ़ सी आ गयी है। मैं आप सबको यह बताना चाहता हूँ कि यह सम्मान स्वामी निरंजन के कारण नहीं मिला



है, स्वामी निरंजन तो सबसे अयोग्य व्यक्ति हैं—अकुशल, अशिक्षित, बेरोजगार, बेपैसा। ये मेरी योग्यताएँ हैं। आखिरकार योग शिक्षक होने के अलावा मुझे और आता ही क्या है! यह सम्मान उस कार्य के लिए दिया गया है, जिसके प्रेरणास्रोत स्वामी शिवानन्द जी एवं स्वामी सत्यानन्द जी रहे हैं। हम तो केवल उनके पदचिह्नों पर चलते आए हैं। सम्मान इस बात के लिए दिया गया है कि अच्छा कार्य हुआ है और हो रहा है। इसे बड़ी संख्या में लोगों ने स्वीकारा है, इस पुरस्कार का निर्णय जनता ने योग्यता के आधार पर किया है। विशेष रूप से खुशी की बात यह है कि हमसे जुड़ा हर व्यक्ति यह महसूस कर रहा है मानो यह पुरस्कार व्यक्तिगत रूप से उसी को मिला है। निश्चित रूप से यह पुरस्कार किसी एक व्यक्ति को नहीं मिला है, बल्कि योग के लिए कार्य करने वाले हर एक व्यक्ति को मिला है। और आप सब भी इस पुरस्कार के भागीदार हैं, इसलिए आप सबको बधाई हो!”

पद्मभूषण पुरस्कार का अलंकरण समारोह मार्च में नयी दिल्ली स्थित राष्ट्रपति भवन में आयोजित किया गया था। स्वामीजी ने निर्णय लिया कि वे अपनी साधना को बीच में रोक कर यह सार्वजनिक सम्मान ग्रहण करने नहीं जायेंगे। भारत सरकार ने तपश्चर्या की परम्परा का मान रखते हुए प्रशंसनीय कदम उठाया और स्वामीजी के सुविधानुसार यह पुरस्कार उन्हें प्रदान करने के लिए इसे मुंगेर भिजवा दिया। सरकार ही नहीं, मीडिया भी स्वामीजी के तपश्चर्या के संकल्प की सराहना करते हुए, उन मूल्यों के प्रति राष्ट्रव्यापी पुनर्जागरण का वाचक बना जिन्होंने देश की आध्यात्मिक संस्कृति को कायम रखा है।

यह निश्चित रूप से पंचाग्नि साधना का सबसे कठिन वर्ष था। मार्च का महीना लगते ही पंचाग्नि वेदी के भीतर ताप 50 डिग्री तक जाने लगा। स्वामी योगज्ञान अपना संस्मरण सुनाते हुए कहती हैं, “जब मैं मुंगेर पहुँची, उस समय वहाँ की गर्मी मुझे असह्य लग रही थी। अखाड़ा के अन्दर नंगे पैर चलते हुए मुझे ऐसा लगता मानो मेरे पैर के तलवों में आग लगी हो। और अखाड़ा के अन्दर मैंने देखा, स्वामीजी एकदम शान्त बैठे हैं, चारों ओर अग्निकुण्ड और ऊपर तपते सूर्य के मध्य एकदम शान्त और संतुलित। मुझे विस्मय हुआ कि हम जिस ताप को झेल रहे हैं, उससे भी पैंतीस डिग्री अधिक ताप के मध्य उन्हें कैसा अनुभव होता होगा! उनका अपने मन और शरीर पर पूर्ण नियंत्रण था, साथ ही साथ उनके मार्गदर्शन में सब कार्य सुचारू ढंग से चल रहे थे। एक बार उन्होंने माइक लाने का संकेत किया। मुझे आश्चर्य

हुआ, क्या ऐसे कठिन क्षण में उनके लिए बोलना सम्भव है! पर उन्होंने अपनी बात ही नहीं कही, बल्कि हँसे भी और सबको हँसाया भी, जिससे सम्पूर्ण वातावरण में हल्कापन और प्रसन्नता व्याप्त हो गयी।”

आश्रम में पहली बार आया एक विद्यार्थी तक उनकी यह घोर तपस्या देखकर द्रवित हो गया, “उनके दर्शन के पश्चात् मेरे भीतर गहन शान्ति का साम्राज्य छाया रहा। मुझे ऐसा लगा मानो मैं सभी विक्षेपों से मुक्त होकर वहाँ बैठा रह सकता हूँ, इस अद्भुत दृश्य का साक्षी बना रह सकता हूँ। यह स्वामीजी की व्यक्तिगत साधना है, लेकिन हमें इसके प्रभाव का अनुभव होता है। वह ये साधना पद्मभूषण या अन्य कोई सम्मान पाने के लिए नहीं, बल्कि अपने और हम सभी के आध्यात्मिक उत्थान के लिए करते हैं।”

जैसे-जैसे ताप बढ़ता गया, इस घोर साधना के बारे में सोचकर मानो सबकी श्वास ही रुकने लगी हो, सभी अपने स्वामीजी के स्वास्थ्य एवं सुरक्षा के लिए हृदय से प्रार्थना करने लगे। किन्तु इस विषय में किसी को चिन्ता करने की आवश्यकता नहीं थी। स्वामीजी की संकल्पशक्ति और उनमें प्रवाहित ईश्वरीय ऊर्जा प्रकृति के नियमों से अधिक प्रबल सिद्ध हो रही थी। प्रकृति माता ने अपने प्रेम का आवरण तान दिया और सभी तत्त्व तपस्वी के तेज के आगे नतमस्तक हो गये। सम्भवतः मुंगेर के इतिहास में पहली बार मई-जून के महीनों में भी प्रतिदिन बादल छा जाया करते थे और रिमझिम वर्षा भी हो जाती थी। साधना 15 जून को सम्पूर्ण हुई। लोग तो केवल यह जानकर कृतज्ञता का अनुभव कर रहे थे कि स्वामीजी स्वस्थ एवं सुरक्षित हैं, उनकी साधना से उत्पन्न शुभता के स्पन्दन सम्पूर्ण वातावरण में शीतल बयार के सदृश व्याप्त हो रहे थे। संघर्ष और पीड़ा के इस युग में एक प्राचीन परम्परा को जीवित रखने का मार्ग प्रशस्त हुआ था। पृथ्वी के ऊर्जा क्षेत्र में संतुलन का निर्माण किया गया था। आशा, प्रसन्नता और सत्य अब भी विद्यमान हैं, और आगे भी विद्यमान रहेंगे। जो इस मार्ग का अनुसरण करना चाहते हैं, उनके लिए व्योम में एक बार पुनः इस पथ का निर्माण कर दिया गया था।

एक वर्ष पश्चात् उन्होंने सबको योग की नयी दिशा से अवगत कराने के लिए ‘मुंगेर योग संगोष्ठी’ का आयोजन किया, जिसका मूलमंत्र था, ‘क्षण-प्रतिक्षण योग’। जैसे-जैसे स्वामीजी ने इन नवीन शिक्षाओं एवं विधियों को अनावृत करना आरम्भ किया, वहाँ उपस्थित सभी लोगों के भीतर एक नयी समझ विकसित होने लगी। ऐसा

लगा मानो किसी अन्य लोक से आकर एक नयी उमंग और प्रसन्नता पूरे वातावरण में छा गयी हो। घर वापस पहुँचकर भी लोग कई हफ्तों तक इस उच्च ऊर्जा का अनुभव करते रहे। स्पष्टतः यह योग की कोई सामान्य गोष्ठी नहीं थी। जैसा कि एक प्रतिभागी की इस उक्ति से ज्ञात होता है, “हमें मुंगेर योग संगोष्ठी में भाग लेने का सौभाग्य प्रदान कर स्वामी निरंजनानन्द ने हमारे लिए जीने और रहने के एक नये आयाम के द्वार खोल दिए हैं। अब नयी सम्भावनाएँ हमें आमंत्रित कर रही हैं।”

और इस सर्वाधिक उपयुक्त अवसर पर, सन् 2019 में भारत सरकार ने एक बार पुनः बिहार योग विद्यालय द्वारा किये जा रहे कार्यों को मान्यता प्रदान करते हुए, योग के प्रचार-प्रसार एवं विकास के क्षेत्र में विशिष्ट योगदान के लिए इसे प्रधानमंत्री पुरस्कार से सम्मानित किया। इस बार भी स्वामीजी ने इसका श्रेय स्वयं न लेते हुए, यह पुरस्कार अपने गुरु, परम गुरु एवं बिहार योग विद्यालय से जुड़े सभी लोगों को समर्पित कर दिया।

जब 2010 का दशक अपने अंतिम चरण में पहुँचा तब हम सबके लिए उनका संदेश था, “अब तक जो घटा है उसका पुनरावलोकन कर उससे शिक्षा ग्रहण करो और एक बेहतर व्यक्ति बनने का संकल्प लेकर आने वाले समय के प्रति श्रद्धावान् एवं आशावान् बनो।”

2020, उनकी षष्ठ्यब्दपूर्ति का वर्ष, धरा पर अवतरण के साठ वर्ष पूर्ण होने का वर्ष। ग्रह और नक्षत्र अब उन्हें चेतना के उच्चतर आयाम में ले जाने के लिए पुनः एक साथ उसी स्थिति में आ रहे हैं, जिस स्थिति में उनके जन्म समय थे। इस महत्वपूर्ण अवसर पर ईश्वर का अनुग्रह प्राप्त करने के लिए पुनः पंचाग्नि साधना आरम्भ करने का उनका निर्णय सर्वाधिक उपयुक्त है।

स्वामीजी ने ईश्वर कृपा से अभिमंत्रित धरा पर अपने छः दशक के जीवन में अपने शब्दों, अपने कर्मों, अपने विचारों, अपने भावों, अपने दृष्टिकोण, अपनी ऊर्जा, अपनी उपस्थिति, अपने अस्तित्व, अपने जीवन द्वारा हम सबका मार्ग प्रशस्त करते हुए हमें इतना कुछ दिया है, इतना प्रेरित किया है जिसका वर्णन शब्दों में नहीं किया जा सकता। हम इतनी ही प्रार्थना कर सकते हैं, “ईश्वर की कृपा आप पर सदा बनी रहे स्वामीजी! आपको कभी कोई क्षति न पहुँचे। आपने हम सबको प्रसन्नता का जो उपहार दिया है, वह अनगिनत गुना होकर आपके पास वापस आए।” ■

Today in front of your very eyes, Swami Niranjan will receive the traditional worship which a sannyasin of his calibre receives. When I say 'his calibre', I mean that he has upheld the ideals of sannyasa, not from today, but from birth, for the past fifty years. The ideals of sannyasa are *tyaga*, sacrifice, *vairagya* and *samarpan*, surrender. He has lived his life in that manner right from birth.

Today is also important because it is the fiftieth year of Swami Niranjan on this earth. Just as Swami Satyananda, after leaving Munger, came to Rikhia and entered traditional sannyasa and lived the traditional life of a paramahansa, in the same way, after the ceremony today, Swami Niranjanananda will also enter that tradition. Just as Swami Satyananda established Rikhiapeeth as a centre for higher learning, in the same way, Swami Niranjan has been ordained by Pujya Gurudev to establish Sannyasa Peeth, a centre for higher learning, of higher values, of higher lifestyle, which is very important for society, especially in these times.

The abhisheka signifies a very important moment in time. Swami Niranjan's birth was ordained by a yogi, a siddha, a perfected being: Swami Satyananda. Swami Niranjan was not just born like we are born. His birth had a purpose, which was much more than just teaching yoga or running an institution or meeting all of you. That purpose was a divine one, and therefore the abhisheka is truly a blessing for the yajna, for



Rikhiapeeth and for all of us, because it marks a moment in time when the purpose for which he was born will commence in the true sense of the word. We are all very blessed and fortunate to have witnessed it.

On your behalf and on behalf of everyone who has not been able to come here today, I wish all the very best to Swami Niranjan.

—Swami Satyasangananda

The Guru Poornima program in 2011 at Paduka Darshan . . . Swami Niranjan designed, planned and guided the proceedings in his inimitable and immaculate style, at once full of love and grace, beauty and joy, reverence and worship. We felt that Swami Sivananda and Sri Swamiji were beaming down in delight and showering their blessings upon him. The days began with the powerful havan to Sri Durga – our guru’s generosity fills us with awe, allowing all the opportunity to participate in his personal sadhana as he takes the first steps towards fulfilling his guru’s mandate – the establishment of Sannyasa Peeth.

As the last lingering notes of the Guru Poornima symphony were still swirling in the air, the opening movements of the first and most auspicious Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna filled the environs. Our beloved Sri Swamiji continues to guide and bless the way as his perfect disciple, Swami Niranjan, carries on his vision and mission . . .

—Sannyasi Sivadhara





The World Yoga Convention was a shining success, not thanks to all of us with our limitations and human failings, but thanks to one man alone: Swami Niranjana, who miraculously used whoever and whatever he had – like Rama who used the monkeys, bears and little squirrels to build the bridge to Lanka – to create not only a program, but a vortex of energy beyond this world that shone with such grace and light, it became a beacon to all aspects of nature, from the gross to the sublime. All were attracted to the shining divinity that illuminated the whole of Munger.

I want to thank my guru. For it is Swamiji who showed us that divinity is real, it is not a concept or an experience only for churches, saints and gods. It is here with us now and it IS possible to create heaven on earth. Swamiji did it during the Convention simply by connecting everyone together with the source of their divine inspiration, the guru tattwa. It is this source of inspiration that enabled people from all over the world, of all ages, religions and cultures to come together and join as one, with renewed strength, conviction and inspiration to keep working for yoga, sannyasa and spiritual life.

—Swami Prembhava

पद्मभूषण सम्मान

हरि: ॐ तत्सत्। आप सबको बधाई, क्योंकि स्वामी निरंजन जी को यह जो पद्मभूषण सम्मान मिला है, यह आप सबका भी है क्योंकि योग प्रचार में आप सबका योगदान रहा है। इसलिए सबसे पहले आप सबको गुरुदेव की ओर से बधाई। साथ ही देश के हरेक नागरिक को बधाई और धन्यवाद, ऐसा सुन्दर चयन करने के लिये।

यह केवल जनमानस का मत नहीं था, यह सब गुरुओं का मत था। जो धरती पर हैं और जो धरती पर नहीं हैं, जो अदृश्य हैं, उनका भी मत यही है कि स्वामी निरंजन जी को यह सम्मान दिया जाए। और केवल गुरुओं का ही नहीं, सब देवी-देवताओं का भी यह मत था कि हमारे प्यारे स्वामी निरंजन जी को यह सम्मान मिले।

हमारे साथ-साथ आप सब भी साक्षी रहे हैं गुरुदेव के उस कठिन परिश्रम के, जो उन्होंने योग प्रचार के लिये किया। साथ-साथ उनके कदमों पर चलते हुए स्वामी निरंजन जी का जो कठिन परिश्रम रहा है, जो त्याग और समर्पण का जीवन उन्होंने बिताया और अभी भी बिता रहे हैं, उसके साक्षी हम रहे हैं। कोई भी विशाल काम परिश्रम, त्याग और समर्पण के बिना सिद्ध नहीं होता। स्वामी शिवानन्द जी ने हमारे गुरुदेव की चेतना में एक विचार, एक बीज बोया। गुरुदेव ने फिर खेत तैयार किया, बीज बोए और उन्हें सींचा भी। जब उसमें सुगंध आने लगी वे उसका त्याग करके चले गये और स्वामी निरंजन जी उसका भार सम्हालने लगे। तब उनकी उम्र बहुत कम थी। इतनी कम उम्र में इतना बड़ा भार उठाना कोई मामूली चीज नहीं है। जब सब बच्चे खिलौनों के साथ खेलते हैं तब हमारे स्वामी निरंजन जी वेद और उपनिषद पढ़ रहे थे, अपनी इच्छा से! अतः यह पुरस्कार केवल योग के लिये नहीं, बल्कि उस त्याग, समर्पण, श्रद्धा और विश्वास के लिए भी है जिसके स्वामी निरंजन जी जीते-जागते प्रतीक हैं।



पर सम्मान के साथ एक जिम्मेदारी भी आती है और उस जिम्मेदारी को अच्छी तरह से निभाना स्वामी निरंजन जी को आता है। चार बरस की उम्र से तो निभाते ही आये हैं और हम सबको पूरा विश्वास है कि आगे भी वे भूले-भटकों को राह दिखायेंगे।

हमारे स्वामी निरंजन जी, स्वामी सत्यानन्द जी और स्वामी शिवानन्द जी, जिन्होंने इस परम्परा को जान दी है, जिन्होंने इसकी पूरी तरह से देख-रेख की है, वे केवल मुंगेर के नहीं, केवल रिखियापीठ के नहीं, बल्कि वे तो विश्वव्यापक हैं।

आज यहाँ उपस्थित एक-एक व्यक्ति को यह अहसास हो रहा होगा कि यह बहुत ही पवित्र और सुन्दर क्षण है। ऐसे अमूल्य क्षण रोज-रोज प्राप्त नहीं होते। आज यह हमारा बहुत बड़ा सौभाग्य है यहाँ आने का, यह सब देखने का। इस समारोह पर हमारे गुरुदेव की और देवी माँ की कृपा बरसते रहे, उनसे हम सबको शक्ति प्राप्त होती रहे ताकि हम सत्कर्म के साथ अपने आप को जोड़ते रहें। नमो नारायण।

— स्वामी सत्यसंगानन्द सरस्वती

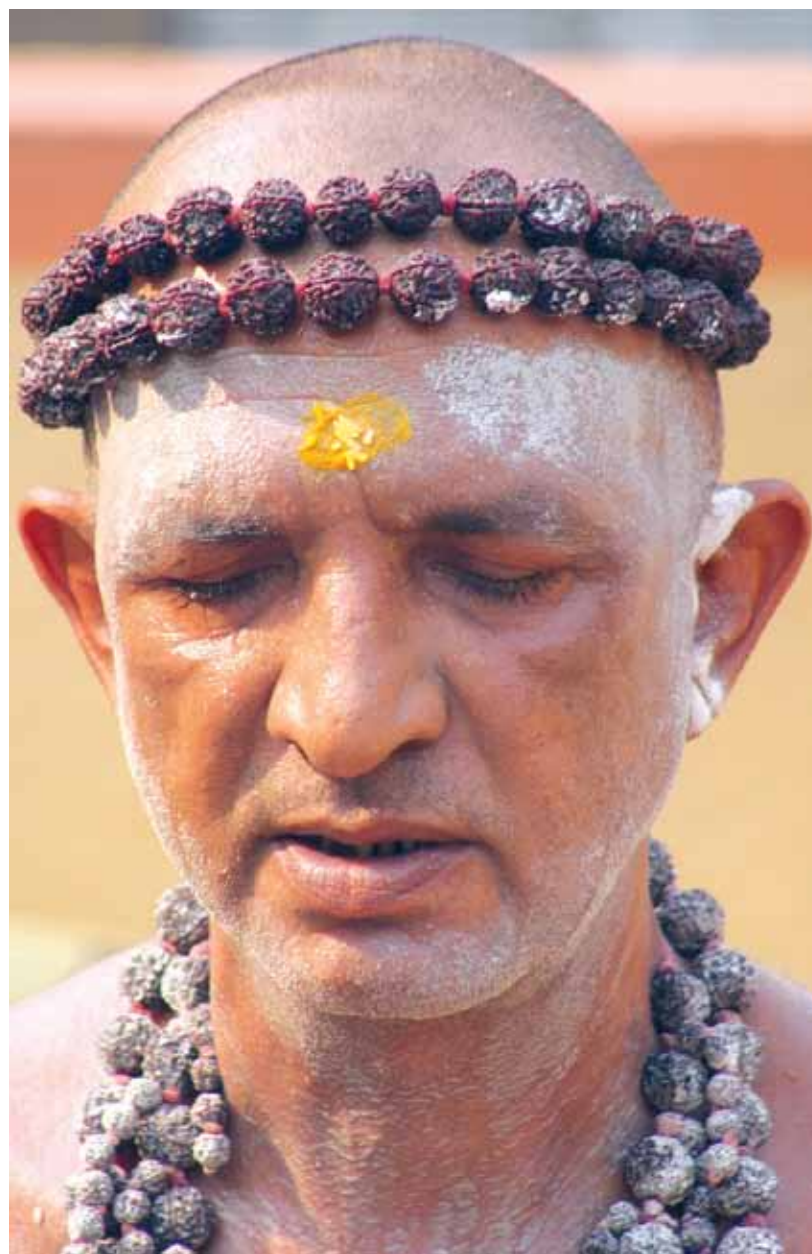
I want to express my appreciation and thanks to Swami Niranjan for allowing us to be part of the Pashupata Astra Yajna. There is deep appreciation of this event and all that led up to it. It has been a journey; it is not just an event of today. For five months, the fires were lit and Swami Niranjan was seated amid them with the temperature going up to 75 degrees.

All this is only possible if there is grace. Where there is grace, you can move mountains. Is it possible for anybody to humanly sit amidst the four fires and the sun, day after day, in this heat, without special grace? So, thank you Swami Niranjan for this event. We are all very blessed to be here. Truly blessed. This is not only a special moment, it is also a historic moment.

Sitting here, I see so many joyful faces that I am sure this is a most special occasion for all of you. It makes me go back to the time when Sri Swamiji was doing panchagni. That is the feeling I was getting today as I was sitting here and watching Swami Niranjan dripping wet.

You know, Swami Niranjan has turned bronze and gold. Golden Swami Niranjan! He already had a golden heart, but now it's showing.

—Swami Satyasangananda



Listening to Swami Niranjan speak on yoga vidya at the Munger Yoga Symposium in October 2018, the depth of his knowing, the clarity of mind and the ease with which words flowed through his lips reminded me of Sri Swamiji. A realization flooded me as I remembered Paramahamsaji saying, “As people Niranjan and I are different, but he is my completion.”

I stood in awe in the presence of Sri Swamiji and I stand humbled again seeing his majesty unfold in Swami Niranjan.

*Kim Vachaneeyam Guru Mahima
Kim Avachaneeyam Guru Mahima.*

Neither words nor silence can capture the glory of the gurutwam.

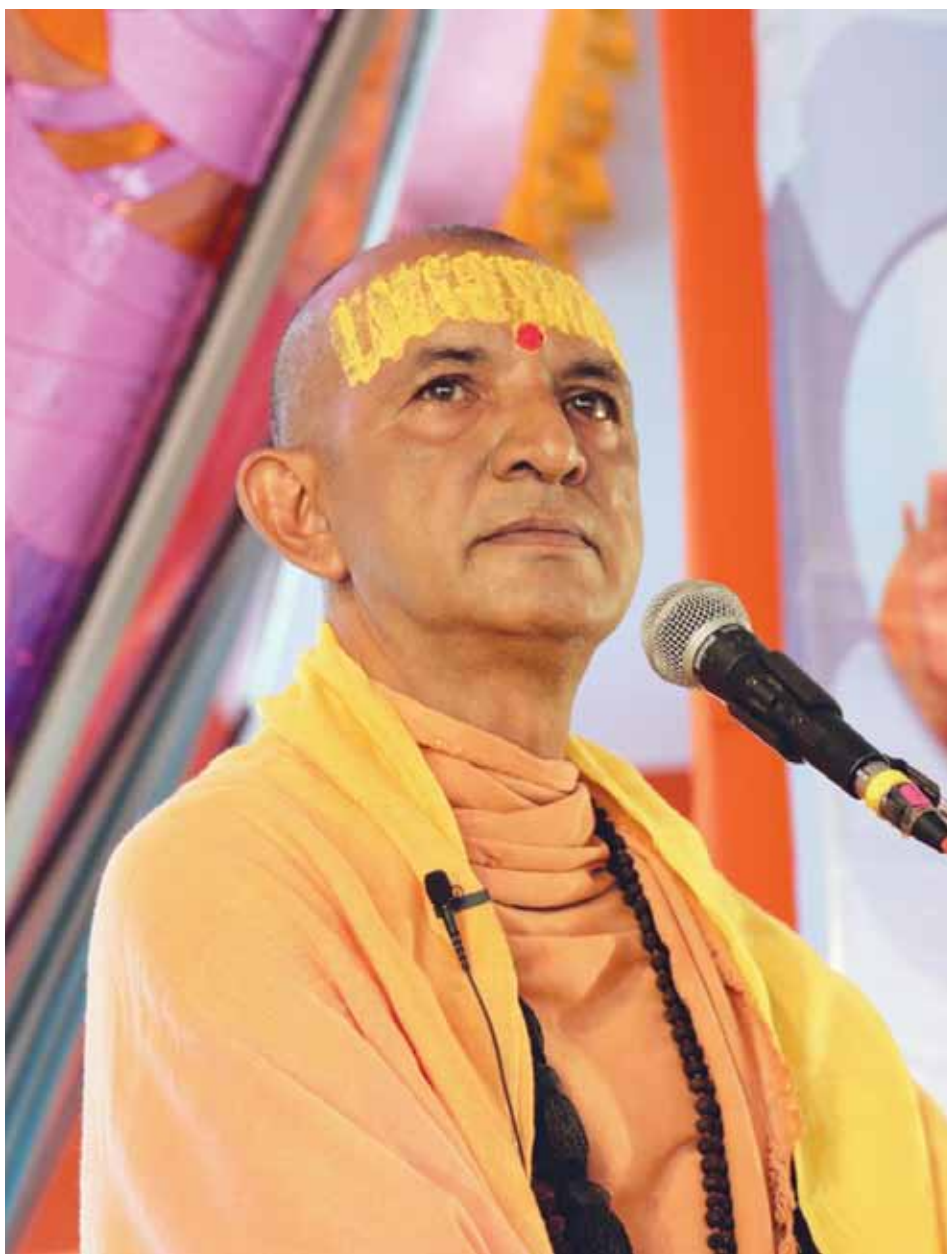
There were techniques at the Symposium. There were samskaras to be attained and strengthened. There was a chance for chitta shuddhi. There was a chance to bathe in purifying mantras at the yajnas.

But these were not the larger vision I felt. The larger reassurance was that despairing humanity would not be abandoned. There was a pure and great power here that could not be quenched.

Everyone who came took a bit of that power back with them to love and to serve all beings.

—Swami Dharmakeerti





From the Heartbook

Thank you for all and everything.
You were the stretch, the pull and the push,
Brought nose to knees and hands to toes
With bones and joints of those past sixty.
You were our balance, grace and ease,
The count and flow of our breath,
The red and blue, the sound and image.
You were the innocence, the tender courage
In those young teachers, bright and ready
To tread the path of learning
Without the need for fluff and fancy.
You were our salt, music, laughter,
The pooja, havan, gods assembled;
You took us through the magic wheel,
From the Supreme to Mother Earth and back.
You were our happiness, forgiveness,
Our japa and namaskara,
Our sweet Prasad and inspiration.
You are our Rama and our bridge.
From doors and shores you lead us now
To the light of yoga vidya.

—Swami Yogatirtha



Mahasamadhi of a Yogi

Swami Niranjanananda Saraswati, 2010

In November of 2009 we had Sat Chandi Mahayajna in Rikhia which was followed by Yoga Poornima. Yoga Poornima concluded with the celebration of Sri Swamiji's birthday, completion of his 87th year and entering into the 88th. The program concluded on 2nd December. We said farewell, returned to Ganga Darshan on the 3rd, and on 5th midnight Sri Swamiji attained mahasamadhi.

On the 6th he was given *bhu samadhi*, burial in earth, and then from the 6th to the 22nd, the shodashi anusthana was held in Rikhia. After that, Shraddhanjali Saptah, memorial week, was held in Ganga Darshan until the 30th. On the 31st, myself and Swami Satsangi left Ganga Darshan for Rikhia, where many people were arriving to spend their New Year day and to have darshan. On the morning of 1st January we had a program from 8 am to 10 am in the Samadhi area with havan, chanting. After that, there was mass feeding followed by distribution of prasad to 1,000 people. The program concluded at 3 pm approximately. Then myself and Swami Satsangi withdrew from seeing people to organize ourselves, as we were leaving on the 2nd to go to two places: the first to a temple called Tryambakeshwar on the west coast of India and then to Rishikesh.

Tryambakeshwar is the place where Shiva is represented by three faces, that of Creator, Preserver and Destroyer. That is why he is called *Tryambakeshwar*, the three-faced Shiva. This Tryambakeshwar Shiva, who represents Brahma, Vishnu and Rudra, was the ishta devata of Sri Swamiji.

We conducted two very beautiful poojas at the temple, which were very calming, uplifting and peaceful. The feeling was of benevolence and grace in a beautiful environment. The first pooja was conducted in the outer enclosure, and the second pooja inside the sanctum sanctorum where the lingam is and we performed a complete Rudrabhisheka. One could feel the peace, happiness and contentment emanating from the place.

Then we went to the *goshala*, cowshed, at Neel Parvat, Juna Akhara, where in 1989 Sri Swamiji had lived during Chaturmas and practised his sadhanas. That was where Rikhia was revealed to him. In the cowshed, a Naga sannyasin had lit a deepak and placed a beautiful picture of Sri Swamiji. The whole place was kept up as if Sri Swamiji was living there.

On 5th January, we arrived in Rishikesh and went to Sivananda Ashram. We spent the evening in Swami Sivanandaji's kutir. It was a beautifully intense experience. As if Swami Sivananda was looking after everything, there was nothing to worry about, nothing to be concerned about. He had taken Sri Swamiji in his fold and was watching over all of us.



At 5.30 in the morning of the 6th, a special pooja was conducted at Vishwanath Temple in Sivananda Ashram. A Shivalinga had been installed by Swami Sivananda in this temple and he himself would perform the abhisheka there. Even Sri Swamiji had performed abhisheka there for six months as his duty. There, Swami Satsangi and I performed Rudrabhisheka. At 9.30, we came to the samadhi place of Swami Sivanandaji and performed guru paduka poojan, abhisheka of Swami Sivananda's *khadau*, wooden shoes. Then there was a *bhoj*, mass feeding, in Rishikesh ashram for all the brahmacharis, swamis,

residents and students. Everybody was given prasad on behalf of Sri Swamiji.

On the 6th, a bhoj was also given in Tryambakeshwar to about a thousand sannyasins from thirteen akharas represented in Nasik and the pandits of the temple along with devotees from Mumbai, Nasik, Aurangabad, Pune and other places.

Rishikesh and Tryambakeshwar are deeply connected with Sri Swamiji's life. Rishikesh being the place of his guru where he had taken rebirth in the form of a sannyasin and Tryambakeshwar has the Shiva who guided Sri Swamiji every step of his life and who revealed to him the future.

The signs

On reflection, all the indications of Sri Swamiji's mahasamadhi were given beforehand. In the month of July, during Guru Poornima in Rikhia, Sri Swamiji had come out to give darshan, and he had told the assembled gathering, "On the next Guru Poornima you will not find me here." That was a clear indication. Somebody even asked him, "Swamiji, where will you be? Will you be in Rishikesh?" He smiled and did not answer.

After celebrating Guru Poornima in Munger, I went to Rikhia. Swami Satsangi had gone to England and I was there for about a week. On the third day of my stay, I went

to have Sri Swamiji's darshan in the morning. After paying my respects I was ready to come out as per my normal routine. He was doing his japa. He said to me, "Niranjan, stay today, don't go. I don't get the opportunity to talk to you. Sit here and let us talk." For three days we talked. That was the first time in my life that for three days we sat down together from morning until evening, just to talk of every subject under the sun, from yoga to spirituality to scriptures to ashram and to the future direction of my life. We talked about what would happen in Rikhia in the future, what would happen in Munger. He practically gave me a plan for the next twenty years. Those three days were the best days that I've spent with him in my entire life.

When I used to live in the US, to travel from one city to another I would go to the American Automobile office, the AAA office, and say, "I want to travel from San Francisco to Denver via this route, can you show it to me on the map." The lady behind the counter would kindly bring out a nice new crisp map, take a highlighter and mark the route. While talking to Sri Swamiji I felt as if I was talking to someone who was marking the route for the next twenty years. Everything was laid out.

During that visit, when we would go out for a walk, he would point at a spot and say, "When I go, you put me here. The dimension of the hole should be this and this. I should be facing this direction. Make the structure like this." He gave complete, step-by-step instructions on what to do after his departure. Swami

Satsangi had returned by then and he was telling these things to her also. He said, “When I say this, Niranjana doesn’t like it. He doesn’t like me talking about my own samadhi, so I’m telling you.” That used to make me even more irritated, ‘Why is he rubbing the bit about samadhi again and again?’ Now, reflecting back, I realize that he had told everything, prepared everything.

Then, on 3rd December, when I went to say Namō Nārāyaṇ to him, I had two books with me, *High on Waves*, in Hindi and in English. I placed those books in front of him and said, “Swamiji, can you please write a message in these books?” He said, “All right.” In the Hindi book he wrote in Hindi, “*Mantra saare likh chuka hoon.*” Translated in English, it means, “I have written everything I had to write.” In the English *High on Waves* he wrote, “I have finished writing.” Then he signed both the books. These were his last written sentences, “I have written everything that had to be written, I have nothing more to write.” When I looked at them, it struck me as odd. But then I thought, ‘It is his wish to write whatever he wants to.’

That day I overheard him telling Swami Satsangi, “Look, I am deleting all files from my brain and my mind. So if I say something remember it because after saying it I delete it from my brain and mind. I don’t remember it, I don’t hold it. I am cleaning my mind, I am cleaning my brain.” Even to her this struck as being odd. Then we left. I came back to Munger on the 3rd evening, and was here on the 4th and the 5th.

On the 5th evening I went to the Shiva temple in Munger on their invitation. When I entered, I found that the *shringar*, the decoration, was that of Mahakaal, the lord of death. I went and sat there for half a minute, but felt uncomfortable and came out. I left the temple precincts and sat outside, near the platforms. The time of arati arrived and the priest called me, “Swamiji, please come for arati.” For the first time in my life, I refused. On every occasion that I have gone there in the past, I have done the arati. This was the first time in my life that I said, “No. I am not going in. I am staying here.”

Then we went to the old ashram. There is a havan vedi there, where we were initiated in the early days, and later it was never put to use. On that day, they were burning dhoop there. Dhoop is an incense that is burnt when someone leaves the body. I looked at that and again felt uncomfortable and thought to myself, 'Why are they burning the dhoop here?' I couldn't resist it and said, "Please remove this." They removed it. All these were indications of what was coming.

Mahasamadhi

After returning from the temple, I just wanted to be alone. I went up to Sri Swamiji's room in the Main Building and just sat there, doing nothing. At around 11 pm, I turned off my mobile phone and went to bed. Soon after, at around 12 there was a loud banging at my door. "What happened?" "Swami Satsangi wants to speak to you." As my mobile was off, she had not been able to connect. I spoke to her, "What happened?" She said, "Swamiji has entered into mahasamadhi at 11.50." I said, "All right" in a perfectly normal manner. There was no dulling of the senses. In a flash I remembered everything that Sri Swamiji had said. I said, "Okay, start preparing the pit. Get people." She said, "From where will the labourers come?" I said, "No, not labourers. Get the swamis to do it." I asked, "Have you

informed everybody?" She said, "No." I said, "All right, you organize these and these things. I will inform people and then leave from here."

I left Ganga Darshan at 2 in the morning and reached Rikhia by quarter past four, in 2 hours and 15 minutes. The roads were empty, the accelerator was flat, and we were doing 140 km per hour. As I walked in, I saw the swamis busy digging the pit. I went to the place where Sri Swamiji was and what a sight! He was sitting in meditation, and the glow in his body was incredible to see. He was actually glowing. You know, if you were to put lightbulbs inside a body and turn them on, the skin will light up. His entire body was glowing like that. The chanting of the *Bhagavad Gita* was going on. There were three swamis there. We sat down. Nothing to do. Just closed the eyes. And as I closed my eyes, I started recalling all the events that he had told would happen, how to deal with them, what to do. There were no tears, no palpitation of the heart, nothing. The mind was absolutely crystal-clear. I knew exactly what had to be done.

In the morning we got Sri Swamiji out from his room to the veranda, and the residents came for his darshan. Then we took him in a procession to Ganesh Kutir. There, thousands came to pay their last respects. That was incredible. When he had sat down originally, he was in padmasana but after his mahasamadhi he came to siddhasana, his spine and head



upright. When we brought him to Ganesh Kutir, he was in that posture. As people would go past him, everybody felt that he was responding to their namaskara, to their pranams, to their Namō Narayans, to their Hari Oms. Everybody felt that there was a response from Sri Swamiji. Somebody said his lips moved, somebody said his eyes moved, somebody said his body moved.

Then, in the evening we took him in a procession to the panchagni area and there, to the chanting of mantras, we performed a complete abhisheka on him. It was such a beautiful thing to see and to do. This was the only time the thought came into my mind, 'This is the last time I will be able to worship my guru physically.' In Parna Kutir the burial pit was now ready. I went down into the pit and placed different yantras, images and a seat. Then Sri Swamiji was brought in and lowered on to the seat. On his right side was his yoga danda, on his left side were his clothes, clock, malas. We also placed a shaligram there and in front of him the statues of Rama and Sita, the same statues that were the sankalpa of the Rajasooya Yajna. A miracle happened at this moment.

After placing the statues of Rama and then Sita, I stood up. I looked at Sri Swamiji and saw his head go down as if he was acknowledging the presence of his *aradhya*, his personal deities, Rama and Sita. That was a very special

moment, for it made me realize that even after death, he was in control of his body. It was such a beautiful sight to see: at first he was sitting upright and as soon as the murtis were placed, his head came down in reverence.

Inside the pit we did his abhisheka with bhasma and he looked like a veritable Shiva. Just beautiful! And then we started filling it up. When the pit was full, I placed a Shivalingam on the crown of his head and covered it up also. Another Shivalingam, covered that up; a third one and covered that up. That was the formation of his samadhi.

The entire time was so beautiful that it left a feeling of fullness, not vacuum: fuller, richer, more complete. Even now there is absolutely no feeling of vacuum, for my relationship with him has been lifelong, not five-year or ten-year short. From the day of my birth, he was there. My first picture with him was on his lap, when I was three days old, and my last picture with him was when he made me sit at his feet during the Sat Chandi Yajna. When I first opened my eyes I saw his face, when I heard the first sound it was his voice, when I first wore a cloth it was a dhoti. From my first day on earth I have been associated with him. With his mahasamadhi, I felt that he had come into me. I felt that I had become more complete, and that feeling continues to grow.



It is not only my feeling, many people have felt the same: that he has permeated the environment. His energy, his spirit has permeated the environment. Many people come with tears but go back feeling peaceful, happy and content. I do believe that he has permeated the environment.

Fulfilment of a sankalpa

Sri Swamiji's life has been an interesting life. From 1923, the year of his birth, to 1942, he lived at home. From 1943 to 1962, he lived with his guru and fulfilled what his guru wanted of him. From 1963 to 1982 he was in Munger working for yoga. So, for

20 years he was at home, for 20 years he was with his guru and guru's mission, for 20 years he was with his yoga mission, and in Rikhia he was from 1989 to 2009: 20 years. The five-year period in between from 1983 to 1988 also has an interesting story, which is mentioned in *Bhakti Yoga Sagar*. Those five years he gave to me. In 1983 when I came to India and he made me the president of BSY, he was about to leave. I said, "Don't leave yet, give me some time to pick up the traits of an administrator." He said, "Okay, I am going to give you five years." From 1983 to 1988 he stayed back. So those five years were extra which he gave to me. Again from 1989 he started his 20-year cycle and completed it in 2009.

He was a person who had planned his whole life and also his departure. He said to Swami Satsangi, "I have never done anything in my life without any purpose or reason. Even my death has a purpose and a reason. I have received my return ticket." Until a few months ago he was saying, "I have come to Deogarh to leave my body, but I only have a one-way ticket. That is complete mukti, nirvana. But I don't want that. I don't want the final mukti, I don't want that final one-way ticket. I want to come back, and I am waiting for my return ticket. The day I get my return ticket, I will leave." On the 5th of December, he said, "I have never done anything without a purpose. Everything that I have done in my life has had a purpose. Even my death has a purpose. I have received my return ticket. I will come back.

But will you recognize me if I come back?" Swami Satsangi said, "Yes, I will." He asked, "How?" And she said, "Through your smile." He smiled and then again closed his eyes.

As he was leaving, one could tell that he was not seeing or hearing anything around him any more, he was experiencing something totally different. As if at the last moment the entire knowledge was being revealed to him. He was chanting mantras that only he was hearing, he was seeing something different, not the people around him but different entities. He was listening to something different. He had lived up to his sankalpa to die consciously. On many occasions he would say, "I don't want to die in a hospital surrounded by the crying faces of my disciples and with tubes coming out of my nostrils and arms. I want to die with the name of Shiva on my lips, the memory of guru in my heart and the thoughts of Devi in my mind." That is how he went. We only read about such events in history books, it is rare to get the opportunity to witness it.

His gifts

Sri Swamiji has given two balanced approaches to life, which together make the whole. Ganga Darshan, the Yogapeeth, represents the place of knowledge; knowledge about life, about yoga, about the potentials and the possibilities inherent in human nature and the ways to explore and

utilize them. It represents the process of yoga, tantra, Samkhya, and other spiritual disciplines, systems and traditions. Rikhia represents the seva component, the heart or the bhakti component. Ganga Darshan is the mind component while Rikhia is the heart component. In Rikhia the mandates are to serve, to love and to give. That is the heart connection which allows you to connect with other people, to serve them unconditionally, without any expectation, to love them and give support, encouragement and hope. Thus, the head and the heart were created by Sri Swamiji in the form of Yogapeeth and Rikhiapeeth.

The third aspect of his mission is yet to be fulfilled: the emergence of the hands. That is the future mission, the plan which I have to follow in the next twenty years, and bring forth what he has outlined. The head and the heart are there, now the hands will come forth.

So, I feel privileged and fortunate to be a witness to these times in which I can see the unfoldment of something substantial, lasting, positive, uplifting and beneficial for everyone. I can see the emergence of a mission that was started by Swami Sivananda, which came to flower with Swami Satyananda, and it will culminate with all our combined efforts.

Sri Swamiji also gave an indication to me to change my life from the way I have lived until now. As a result of those

guidelines, I have stopped travelling from this year and from now on I will be more fixed in Munger, working for yoga. I will work for yoga and for the emergence of hands. How that will happen I am not going to tell you now. That plan has to evolve. With the combined effort of everyone, with the support and cooperation of everyone, a new chapter can unfold, which will be another stepping stone in the completion of a long journey.



The Traveller's Tale

*Swami Niranjanananda Saraswati, 2010,
Yoga Drishti Satsang Series*

As many of you know, I closed a chapter of my life in 2009. The major events in that closed chapter have been in relation to yoga and the propagation of yoga in India and overseas. For forty years, under the guidance, inspiration and instruction of my guru, Sri Swami Satyananda Saraswati, I successfully and efficiently maintained a pace in propagating yoga throughout the world. It was a small contribution to the great mission of my guru. In July 2009, Sri Swamiji called me and said, “Now you have to embark upon another journey and in order to so, one chapter of your life has to close.” That was the public life in which I was interacting with people and society, and propagating yoga at a global level. In the new chapter I have to rediscover the aim and purpose of my life for which I have taken sannyasa.

Last month, I took some time off and travelled out, and some of that time was spent in solitude in the high mountains. While I was there, I contemplated the guidelines and instructions that Sri Swamiji had given to me before his mahasamadhi and I wondered: how do I begin to write the

opening statements, the prologue, of my second chapter. During those ruminations, I remembered a story that Sri Swamiji had told me years ago when I was a child.

Mr Atmaram and the City of Light

Once there was a traveller who had been travelling for a long time and had not yet reached his destination. The destined place was far away. The traveller was traversing through ages, times and aeons, trying to reach the end of his journey. The destination was Brahmapuri, City of Light, and the name of the traveller was Mr Atmaram, meaning Mr Soul.

After travelling for so long, Mr Atmaram had begun to feel weary and needed to have a rest, so he began to look for a place where he could take a break, recuperate his energies, wash his clothes, eat good food and prepare himself for the next leg of the journey. Soon he came upon a beautiful five-star hotel named Hotel Samsara or Hotel Earth. When he entered the hotel, he was heartily received by the manager and the staff. The manager of the hotel was Mr Moneyram, assisted by two extremely competent girls called Ms Desire and Ms Infatuation.

Mr Moneyram welcomed the traveller, Mr Soul, into the beautiful hotel and after making enquiries on where he was coming from and what his destination was, he said to the traveller, “The distance to the City of Light is much



too great. I don't know if anyone has actually reached that city, but many have come searching for it and many have rested in this hotel. You also rest your tired body and recuperate from your exhaustion. Enjoy life, have a good meal, partake of the ambience of this hotel. I will give you my assistants who will ensure that all your needs are looked after." He told Ms Desire and Ms Infatuation, "Please look after Mr Soul. Give him a nice room. Let him unwind. Give him a nice hot bath. Give him nice food. Take him down to the restaurant and when he feels like some enjoyment, take him to the hotel shops and nightclubs and entertain him. Ensure that he forgets his journey to the City of Light and remains in this hotel for a long time to come."

Ms Desire and Ms Infatuation led the traveller to his room. It was a beautiful room where his bags were placed for him and his tired body was rested. Days went by and he continued to live there in the company of the two beautiful assistants. They would escort him for his meals to the restaurants where he would be given delicious fare from every country and the finest spirits and wines. Everything was available in abundance. Ms Desire and Ms Infatuation ensured that the traveller did not face any inconvenience and received everything desired by him. After the evening meal, they would take him to the discotheque where he met many other friends of the hotel manager: Mr Greed, Mr Avarice, Miss Take, Miss Understanding. They were

all having a great time and enjoying great parties. Miss Take, Miss Understanding, Ms Desire and Ms Infatuation became the constant companions of Mr Soul, Mr Atmaram.

Mr Atmaram lived in the hotel for many months. The longer he lived there, the less he remembered that he was a traveller, that he was in the hotel only to rest and still had a journey to complete. Many times in his dreams he would remember that he had to travel to the City of Light. However, upon waking up, in the company of the beautiful associates and friends of the hotel manager, he would forget the dream and again become engrossed in the pleasures of the hotel. Time passed.

One day, another traveller came to the hotel. He took a room where he remained in isolation and solitude. The peculiarity of this traveller was that he would lock himself in the room and not come out, not see anyone, not interact with anyone, no male associate, no female associate, no male friend, no female friend. He was the talk of the hotel. All the residents were saying, "This new traveller is very peculiar. He does not meet with anyone. He does not interact with anyone. He eats his meals in his room by ordering room service, he never even comes out." Ms Avarice, Ms Desire, Ms Infatuation, Mr Greed, Mr Jealousy, Miss Take, Miss Understanding all tried to knock on the door of this new traveller to engage him in conversation and show him the comforts and luxuries the hotel had to offer,





but he would not open the door to anybody. Everyone failed.

One day at dusk, Mr Soul was walking through the hotel gardens by the swimming pool and he saw the new traveller also taking an evening stroll there. He approached him and asked, “Who are you? You have been in this hotel for some time, but you have not met with any other resident. You have not come to the parties, you have not gone to the restaurants. You have isolated yourself from everyone. Who are you? What is your name?”

The new traveller said, “My name? People call me The Guide. Maybe that is my name. It is my nature to live alone. I don’t like to interact with people. I am happiest when I am all alone.” Mr Soul could not figure out who this new traveller was. Why was he saying that he did not enjoy any company? Why did he say that he did not enjoy any association with people of the hotel? Why did he live in isolation and solitude? He asked The Guide, “You say people call you The Guide, but what do you do?”

The Guide said, “My duty, profession and job is to guide travellers to the City of Light, Brahmapuri. It is my duty to remind those travellers who forget their destination, who get waylaid, that they have to reach their destination, and also to show them the path, direct them on that path and tell them how to reach there.” When Mr Soul heard that The Guide was able to lead people to the City of Light, he suddenly remembered

that he was also a traveller. He asked The Guide again, “I am also journeying to the City of Light. I have stayed in this Hotel Earth for many months. In fact, I’ve even forgotten how long I have been here. Can you direct me? Can you guide me? Can you show me the way to reach the City of Light?” The Guide said, “No problem. I am journeying there tomorrow morning. If you wish to join me, you can come with your bag and baggage and we shall travel together to the City of Light.” Mr Soul became extremely happy. He said, “Wonderful! Previously I was travelling alone and I did not know the way. Now I have somebody who will guide me, who will show me the way to the City of Light.”

Feeling ecstatic, he went to his room, took out his suitcase, and began to pack. While he was busy packing, there was a knock on the door. He opened the door to see the two beautiful girls, Ms Desire and Ms Infatuation, standing there. They said, “Come, let us go to the party. The band of Five Senses is playing in the discotheque. It is the latest rock band. Let us go and hear the music. Let us go and dance.”

Mr Soul said, “Sorry. I am not in the mood to party tonight.” “Why?” “I’m packing.” “You are packing! For what?” “I am leaving tomorrow.” “Leaving tomorrow! For where?” “I am going. I want to begin my travels again. I’m going to go to the City of Light, Brahmapuri.” The two girls began to wail and cry. They said, “How can you do that? We have become your





friends. Every resident of this hotel has become your friend. Mr Moneyram will die if he hears that his best friend is leaving him. Mr Greed, Mr Jealousy, Miss Take, Miss Understanding, everyone will be heartbroken because their best friend has left them.”

Hearing them wail and cry, Mr Moneyram came running and said, “What happened?” Ms Desire explained to Mr Moneyram, “Our beloved friend has taken the decision to leave in the morning with that new traveller, that funny fellow who does not mingle, interact or communicate with anybody, and they have made a pact to go to Brahmapuri, the City of Light.”

Mr Moneyram said to Mr Soul, “Listen, friend. Forget that man who has promised to take you to the City of Light. He has been to this hotel many times and he always picks someone and takes them to destinations unknown. He gives them the idea that he will take them to the City of Light, but I doubt whether he actually takes them there. He has lured many travellers from this hotel and I have never heard from them again. I have my doubts whether The Guide can show you the way to the City of Light. Maybe he is a rogue. Maybe at night, when you are tired and asleep, he will kill you and take your possessions and then come back to this hotel again, in wait for the next traveller to prey upon.”

In this way, Mr Moneyram, Ms Desire and Ms Infatuation were able to talk the traveller out of his plans. The traveller

also thought, “These people are my well-wishers and they are thinking of my welfare, so I should listen to them. The Guide is an unknown stranger. Maybe he will kill me. Maybe he will mislead me. Maybe I will get lost. I will wait in this hotel till I know for sure that there is a specific path, a defined path that I can take to reach the City of Light.”

Mr Atmaram stopped packing and went down to the discotheque to hear the music played by the band of Five Senses. He had nice dances with Miss Take, Miss Understanding and Ms Obsession. He had nice drinks with Mr Anger, Mr Jealousy, Mr Avarice and Mr Greed, and he began to enjoy his life once more. The night passed in singing and dancing. He went to bed in the wee hours and, of course, woke up late. When he went down to the restaurant for a meal, at a corner table sat The Guide, as if waiting. Mr Soul said to himself, “I am not going to that man. He will mislead me again. He will misguide me again. I am happy in this hotel. I am comfortable with my companions. I am content. Let me just avoid Mr Guide.” Thinking in this manner, he sat down to have his meal.

Mr Guide saw Mr Soul and came over to his table and said, “What happened? I was waiting for you this morning. At four o’ clock I was at the gate of the hotel waiting for you to join me. You did not come.” Mr Soul said, “How could I come? How can I leave my friends who love me so much? How can I leave my friends who respect me so much, want me so much, care for





me so much, dote on me so much? If I leave, I will break their hearts, the most beautiful hostess, Ms Passion, the assistants of the manager, Ms Desire and Ms Infatuation, who are all very close to me. If I leave, I will break their hearts, they will die. They will pine away in memory of me. I cannot bear the agony of making them suffer.”

The Guide was silent for a while. He said, “All right. You want to know the truth about the people who live in this hotel? I will tell you the truth. In this hotel, nobody belongs to anyone. Everyone is a totally independent person. They may say that they love you, but in reality they don’t. They may say that they want you and desire you, but in reality they don’t. They are here only to confuse you so that you do not undertake the journey to your destination.”

Mr Soul said, “How can you say that? I know that Ms Passion loves me very much. I know that Ms Desire dotes on me. I know that Ms Infatuation cares for me. I know that Mr Moneyram is my best friend. How can you say that nobody belongs to anyone in this hotel?” The Guide said, “You want proof? I will give you proof. Go to your room now and behave normally. Give me one chance to explain to you the futility of staying in this hotel.” The traveller said, “All right. I will do as you say because I want to know the truth.”

He went back to his room and awaited the arrival of Ms Desire and Ms Infatuation. They came in the evening and

played around with him. They said to him, “You are our best friend, so much so that we want to make you a permanent resident of this hotel. You can become staff like us. Then you can enjoy all the comforts and luxuries of this five-star hotel for all times to come. You can enjoy our company day and night; you can enjoy the company of all your friends here and live your life happily. You belong to us, we belong to you; we cannot live without you. If you go, we shall surely wither and die.” After pleasing Mr Soul, at midnight, they left his room.

Mr Soul prepared to go to sleep now that everyone had gone and darkness had fallen on the floor where he was staying. Just then, he heard a knock on the door. He opened the door. Before him stood The Guide. He said, “So you have seen the antics of Ms Desire and Ms Infatuation?” Mr Soul said, “What do you mean? What antics? They were truthful and sincere when they said that they are my friends and that they will die without me. I did not see any antics or manipulation. I did not see any games.”

The Guide said, “All right. Come with me.” He took Mr Soul to another floor, another room, which was locked from inside. He said, “Listen carefully to what is going on in the room.” Mr Soul put his ear to the door and heard the voices of Ms Desire and Ms Infatuation talking with another man. He was disturbed. He took a peep through the keyhole and saw that Ms Desire and Ms Infatuation along with Mr Moneyram and other staff of the hotel were talking to another traveller and telling him that he





was their friend and they would die without him if he left the hotel. Mr Soul was in shock. He turned around to The Guide and said, “Yes, you are right. In this hotel, nobody belongs to anyone. Everyone is looking out for themselves. The same words, the same sentences that Mr Moneyram, Ms Passion, Ms Desire and Ms Infatuation spoke to me, the same actions that they played out before me, they are using them for another traveller. O Guide, you have opened my eyes! Now I understand that in this world, in this hotel, nobody belongs to anyone. I am ready to go with you to the City of Light. Please take me with you.”

The Guide came closer and said, “Before we embark on the journey, you have to leave behind everything that has been given to you by Miss Take, Miss Understanding, Ms Desire, Ms Need, Ms Passion. Come, take off your clothes. The glittery shining tuxedo that you are wearing, take it off,” and he gave him two geru dhotis to wear. The Guide said, “Remove all the ornaments and jewellery, the rings, the necklaces that Miss Understanding and Miss Take have given to you,” and he gave him a rudraksha mala to wear. The Guide said, “Remove the hair, because hair is a label, an identification with this hotel.” After shaving the traveller’s head, The Guide said, “Now you are ready to come with me to the City of Light,” and they left the hotel at midnight. Leaving behind everything, The Guide and Mr Soul journeyed towards the City of Light, Brahmapuri.

While sitting in the mountains, I was thinking of this story that Sri Swamiji had told me many years ago. I was looking down from the mountains to the plains, and observing how people lived. I saw that people who lived in the plains, in cities and villages, were the travellers living in the hotel called Earth. The Guide comes to them from time to time to say, “If you have had enough of this hotel and are ready to embark on the journey to the City of Light, come with me.” But how many actually listen to this call of The Guide, the guru? Not many. Everyone is engrossed in their associations with the staff and manager of the hotel who delude the mind of the traveller whenever the desire to embark on the journey manifests.

I thought to myself, “Thanks to the grace of my guru, Ms Desire and Ms Infatuation have stayed away from me. But then, what about all those people who are being deluded by the band of Five Senses and spend their time partying, dancing and singing whenever the band plays? What about those who are associating with Miss Take, Miss Understanding, Ms Desire, Ms Passion and Ms Infatuation? What will happen to them?”

Two paths of life

The answer is: everything depends on how you live your life. The style in which you live your life determines what your aspiration, determination and sankalpa will be. In our tradition, the sages have defined two paths. One is the path of *pravritti* and the

other is the path of *nivritti*. The path of *pravritti* leads you to the dimension of the senses and sense objects and the path of *nivritti* leads you away from the dimension of the senses and sense objects, towards the City of Light or the transcendental dimension. These are the two paths that every human being has to walk.

The common factor in the two terms, *pravritti* and *nivritti*, is *vritti*. *Vritta* means a circle and *vritti* means the circular movement of the mind. What is the meaning of the circular movement of the mind? When the mind is unable to extract itself from a particular experience, then it is caught in a whirlpool, a vortex, and becomes sucked deeper and deeper into that field of experience. This is known as *vritti*. When the prefix ‘pra’ is added and *vritti* becomes ‘*pravritti*’, it means a deep identification, a deep connection with the world of senses and sense objects. When the word ‘*nivritti*’ is used, it means dis-identification, disconnection with the world of senses and sense objects. How can you disconnect from the world? For as long as you are a traveller upon earth, you have to use the tools with which you have come. These tools are the body, the senses, the mind, the intellect, the sentiments. You have to utilize the faculties of this equipment to survive, whether to bind yourself in the mire of the world or uplift yourself from it. The tools are the same for both. A person who is totally engrossed in the world is using the



body, the senses, the mind and the intellect to survive in the material world, and the person who wants to extract himself from the effects and influences of the material, sensual and sensorial world also has to utilize the same tools of the body, senses, mind and intellect. The tools are the same for a person engrossed and involved in the world of senses and for one who is spiritually enlightened.

Completing the journey

What is it that makes a difference in the understanding and perception of these two groups of people? It is the lifestyle. The way or style in which you live and express your life is what is important in walking the path of either

pravritti or nivritti. The path of pravritti leads to bondage and that of nivritti leads to freedom. What is meant by style of life or lifestyle? There are different lifestyles that people follow in both the paths of pravritti and nivritti, but what is lifestyle? It is an expression of mentality, behaviour and performance. When these three combine together and govern an individual's life, they create a pattern of living, of viewing, perceiving and responding to the world.

You have to understand lifestyle in relation to upliftment of life and deterioration of life. The pravritti path incorporates different styles of living and the nivritti path also involves different styles of living and perceiving the world. Therefore, the term 'lifestyle' indicates that there is always scope to improve the mentality, behaviour and performance in the expression of life. If you feel that you cannot improve your lifestyle, you are stagnating in Hotel Earth. You have lost your direction and clarity. However, if there is even the tiniest inclination that you have the courage, strength, will, motivation and inspiration to change your lifestyle, it is an indication that you can complete your journey to the City of Light. It is this thread that you have to hold on to – the thread of inspiration and motivation, in order to manage the distorted conditions of life. Thus, the story of Mr Atmaram has become the script of the first page in the blank pages of the second chapter of my life.

संन्यास संकल्प

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2010, रिखियापीठ

आज शतचण्डी महायज्ञ के इस पावन प्रथम दिवस पर संन्यास-अभिषेक के साथ श्री गुरुदेव के निर्देशानुसार और आज्ञानुसार बहुत बड़ी जिम्मेदारी प्राप्त हुई है—संन्यास परम्परा की साधना, वृद्धि, और आदर्शों को अपने जीवन में उतारने का प्रयास करना।

एक होता है संन्यासी और दूसरा होता है संन्यास परम्परा का निर्माता। संन्यासी वह होता है जो गुरु आज्ञा के अनुसार सेवा करता है, और अपने आपको बदलने, परिष्कृत करने का प्रयत्न भी करता है। कुछ उसमें सफल होते हैं, बहुत विफल भी होते हैं। संन्यास परम्परा के निर्माताओं के क्रम में आदिगुरु शंकराचार्य और उनके बाद के अनेक संत-महात्मा आते हैं। इसी शृंखला में हमारे परमगुरु स्वामी शिवानंद जी भी आते हैं, जो बीसवीं शताब्दी के मूर्धन्य संन्यासी, अध्यात्म ज्योति और परम्परा के निर्माता के रूप में सामने आये। उनके अनगिनत शिष्यों में से एक, हमारे गुरु श्री स्वामी सत्यानंद जी ने भी इस मार्ग का अनुसरण किया है। और सन् 2009 में उन्होंने हमें यह आदेश दिया था कि अब तुमको भी इस मार्ग में आगे बढ़ना है।

सन् 2009 में उन्होंने यह स्पष्ट रूप से बतला दिया था कि 2010 में क्या होने वाला है। उन्होंने कहा था, 'अब तुम्हें संन्यास सम्प्रदाय से बाहर कदम रख संन्यास परम्परा में प्रवेश करना है, जिसके लिए तुम्हें संन्यास पीठ का निर्माण करना है—एक ऐसा केन्द्र जो संन्यास के उच्च आदर्शों के संरक्षण और प्रशिक्षण के प्रति समर्पित होगा।' जो निर्देश और आदेश उन्होंने सन् 2009 में दिया था, आज उसकी पूर्णाहुति गुरु-धाम रिखियापीठ में आप सबके समक्ष सम्पन्न हुई है।

श्री स्वामीजी से सम्बन्धित सभी चीजें बड़े ही शुभ ढंग से सम्पन्न होती हैं। आज श्री स्वामीजी की भू-समाधि की पुण्यतिथि है और साथ ही पन्द्रहवें

शतचण्डी यज्ञ का पहला दिन भी। आज के इस शुभ दिन ही संन्यास पीठ के दस्तावेजों पर दस्तखत किये जाएँगे, जिसके संस्थापक सदस्य हम और स्वामी सत्संगी हैं।

हम केवल यह प्रार्थना कर सकते हैं कि हमारी गुरु-परम्परा की जो विभूतियाँ, जो ऊर्जाएँ हैं, वे शक्ति दें, ताकि 'बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय' के जिस मार्ग पर आज हम चल पड़े हैं, उसके लक्ष्य तक पहुँच सकें। एक निवेदन आप सबसे भी है। आपका प्रेम, स्नेह और प्रार्थना भी इस संन्यासी को मिलनी चाहिए, क्योंकि वही हमारा बल है, वही हमारे जीवन का आधार है।



संन्यासपीठ – संस्कार-सम्पन्न संस्कृति की ओर

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2011, मुंगेर

जीवन में असंतोष और अशांति क्यों अनुभव होती है, समाज में अराजकता क्यों फैलती है? इसका प्रमुख कारण है, हमारे जीवन में संस्कारों का अभाव। हमारे परमगुरु स्वामी शिवानन्द जी हमेशा कहा करते थे कि जब जीवन में संस्कारों का अभाव होता है, तब मनुष्य के आचरण गलत होने लगते हैं। और जब मनुष्य के आचरण, विचार और कर्म गलत होने लगते हैं तब हर व्यक्ति के जीवन में असंतोष और अशांति आती है। साथ ही समाज में अराजकता भी फैलती है, क्योंकि समाज को दिशा देने वाला कोई होता नहीं।

आज के युग में पूरे विश्व में अशांति का कारण जब संस्कारों का अभाव है, तो फिर उन संस्कारों को पुनर्जीवित करना हमारे जीवन का ध्येय होना चाहिए। ब्रह्मलीन होने से पहले हमारे गुरु जी ने भारत की सांस्कृतिक और संस्कारात्मक धरोहर को सामाजिक जीवन का अभिन्न अंग बनाए रखने के उद्देश्य से जिस संन्यासपीठ की स्थापना का आदेश हमें दिया था, उसका आधार संस्कार ही है। संन्यास का मतलब संसार को छोड़ना नहीं होता, बल्कि संन्यास का मतलब होता है सद्-प्रवृत्ति को अपनाना। सद्गुणों की वृद्धि और दुर्गुणों की कमी जीवन में संस्कारों को बढ़ाते हैं।

जीवन में दो प्रवृत्तियाँ होती हैं, एक होती है गृहस्थ की प्रवृत्ति और दूसरी त्यागी की। गृहस्थ प्रवृत्ति का मतलब संग्रहकारी प्रवृत्ति। अपने बक्से में बहुत सारे सामान भरते जाते हैं—सम्बन्धों, इच्छाओं, नाम, यश, पद, प्रतिष्ठा और अपेक्षाओं के। लेकिन दूसरी मानसिकता संग्रहकारी नहीं, त्याग की होती है, कि ठीक है, आ गया, अच्छा है, लेकिन यहाँ पर मुझे रुकना नहीं है, मुझे आगे बढ़ना है। संग्रहकारी जो प्राप्त करता है उसे वह कभी छोड़ता नहीं, हमेशा



साथ लेकर चलता है, लेकिन त्यागी जिस चीज को प्राप्त करता है, उसे छोड़ने की क्षमता भी रखता है। यही अन्तर है एक गृहस्थ और एक त्यागी में। दोनों का जीवन से सम्बन्ध भी इसलिए अलग हो जाता है। एक अपने कर्मों में घिरा हुआ है और एक अपने कर्मों का निर्माण करता है। जो अपने कर्मों का निर्माण कर सकता है उसके लिए जो शिक्षा की पद्धति है वह अलग है। वही व्यक्ति अंत में एक सिद्ध, साधु, सत्पुरुष, संन्यासी या ज्ञानी होता है।

संन्यासपीठ में ऐसे ही लोगों से शुरुआत कर रहे हैं, क्योंकि तैयारी तो कहीं-न-कहीं से करनी है। चूँकि संन्यास जीवन जी रहे हैं और उस जीवन से तादात्म्य

बना हुआ है, उसके बारे में तो निश्चित रूप से बता सकते हैं। इसलिए हमने तीन साल के संन्यास सत्र की योजना बनाई। जिन लोगों में त्याग की प्रवृत्ति है, वैसे लोग अपने स्वार्थ की भावना से ऊपर उठकर समाज के निर्माण और विकास के लिए कुछ ठोस काम कर सकते हैं। सामाजिक अराजकता को दूर करने के लिए एक प्रयास तो निश्चित रूप से हो ही सकता है।

जो दूसरा वर्ग है गृहस्थों का, उनके लिए भी वहाँ पर व्यवस्था होगी, ताकि वे सप्ताह भर के लिए, महीना भर के लिए या छः महीने के लिए आकर रह सकें और एक अलग वातावरण में, एक भिन्न जीवनशैली के अनुसार जीवन व्यतीत कर अपने भीतर कुछ और सामर्थ्य, क्षमता, अच्छाई और शांति का अनुभव करने की कला को जान सकें।

बच्चों के लिए भी अलग व्यवस्था के बारे में सोच रहे हैं। बचपन में जो भी चीज बतलाई जाती है, बच्चे उसे आसानी से ग्रहण कर लेते हैं। बाल योग मित्र मण्डल के बच्चे इस तथ्य के जीवन्त मिसाल हैं। मुंगेर नगर में योग बच्चों की संख्या 5 हजार है, मुंगेर जिले में 35 हजार। ये बच्चे भजन, कीर्तन और हवन करते हैं, सब प्रशिक्षित योग शिक्षक हैं। बहुत बार हम इनको बाहर भी भेजते हैं। अलग-अलग शहरों में जाकर विद्यालयों में बच्चों को यही योग सिखाते हैं। और इनके परीक्षा के परिणामों पर भी हम नजर रखते हैं। जो कुछ पढ़ते हैं उसे आसानी से आत्मसात् कर पाते हैं।

इसलिए बच्चों के लिए भी कार्यक्रम होंगे जहाँ पर आकर ये अपनी संस्कृति, चिंतन, दर्शन और संस्कार से जुड़ सकें। बड़े-बूढ़ों के लिए भी कार्यक्रम होंगे। ऐसे लोग जो समाज के एक पद पर आकर स्थिर हो गये हैं और पूछते हैं कि अब तो मैंने ऊँची पदवी प्राप्त कर ली, इसके आगे क्या? मतलब सेवा-निवृत्ति के बाद किस प्रकार का जीवन जीना चाहिए? कैसे तुम अपने जीवन के सभी पक्षों—अर्थ, काम, धर्म और मोक्ष को साथ लेकर आगे बढ़ सकते हो?

मरना कैसे, यह कला भी सिखायेंगे। क्यों नहीं? आजकल आदमी मरता है अस्पताल में जाकर, ट्यूब से बँधकर, चिंताग्रस्त और तनावग्रस्त मनोस्थिति में।

उसकी वासना संसार से जुड़ी रहती है, वह मुक्त नहीं होता है। मरो अस्पताल में ही, ट्यूब लगा रहे, कोई बात नहीं, लेकिन मुक्त होकर मरो। संसार की वासनाओं से जुड़कर मत मरो, ताकि तुम्हारा अगला जीवन और भी अच्छा हो सके।

योजनाएँ तो बहुत सारी हैं, यह आने वाला समय ही बताएगा कि किस प्रकार के कार्यक्रम संचालित होते हैं। उद्देश्य तो यही है कि मनुष्य को जीवन का एक व्यापक अनुभव देना। उसे जीवन जीने की कला से युक्त करना ताकि चाहे वह समाज में रहे या आश्रम में, चाहे गृहस्थ के रूप में हो या त्यागी के रूप में, वह अपने दायित्व को भली-भाँति निभा सके, और एक मिसाल बनकर समाज के अन्य लोगों के लिए प्रेरणा स्रोत बन सके।

गुरु जी ने तो एक पूरा चित्र बनाकर हमें 'जिग-सॉ' पहेली की तरह काटकर दे दिया है। अब जैसे-जैसे जिग-सॉ पहेली का एक-एक टुकड़ा आपस में जुड़ेगा, चित्र क्या है, धीरे-धीरे दिखलाई देगा। अभी तो संक्षेप में इतना ही कह सकता हूँ कि जिस चित्र की कल्पना कर रहा हूँ और जिसकी चर्चा गुरु जी ने हमसे की थी, वह बहुत ही सुन्दर और अनुपम है। चूँकि यह एक ऋषि का, एक युग-द्रष्टा का आदेश है, इसलिए निश्चित रूप से सफल भी होगा। वैसे सफलता-असफलता के बारे में मैं सोचता ही नहीं। हमारा काम है चलते रहना। जिस दिशा में गुरु जी ने जाने को कहा है उस दिशा में जाते रहेंगे। और यात्रा तो अनन्त है। अगर ऐसी परिस्थिति और ऐसे गुरु मिल जाएँ तो हम कभी नहीं चाहेंगे कि हमारी यात्रा का अन्त हो। यात्रा के अन्त होने के बाद फिर आनन्द और सुख कहाँ? यात्रा के समय जो गुरु की संगति और शिक्षा मिलती है वही तो जीवन को पूर्ण बनाती है। इसलिए भगवान से यही प्रार्थना करता हूँ कि मेरे जीवन की यात्रा का कभी अन्त न हो, ताकि हमेशा अपने गुरु का आशीर्वाद एवं मार्गदर्शन मिलता रहे और वे कहते रहें, 'बेटा चलते रहो, चलते रहो, बहुजन हिताय बहुजन सुखाय।'।

स्वर्ण जयन्ती

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2013, विश्व योग सम्मेलन

हम, श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती के पौत्र शिष्य और श्री स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के पुत्र शिष्य, स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती आप सबका इस विश्व योग सम्मेलन में हार्दिक अभिनन्दन करते हैं। हमलोग यहाँ पर इस तृतीय विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने के लिए एकत्र हुए हैं। इन योग सम्मेलनों का एक विशेष इतिहास रहा है जिसके बारे में हम आपको जानकारी देना चाहते हैं।

विश्व का सर्वप्रथम विश्व योग सम्मेलन हमारे परमगुरु, स्वामी शिवानन्द जी ने सन् 1953 में ऋषिकेश में आयोजित किया था, जिसके अंतर्गत भारतवर्ष तथा विश्व में योग की प्रथम व्यावहारिक शिक्षा प्रदान की गई थी। हमारे परमगुरु, स्वामी शिवानन्द जी ने यह घोषणा की थी कि हर व्यक्ति एक अच्छा जीवन, एक दिव्य जीवन बिताने में सक्षम है, और उस दिव्य जीवन को अपनाने के लिए योग तथा वेदान्त हर मनुष्य की सहायता करते हैं।

उसके बाद दूसरा विश्व योग सम्मेलन मुंगेर की इस पावन धरती पर सन् 1973 में स्वामी सत्यानन्द जी द्वारा सम्पन्न किया गया था। इस योग सम्मेलन के पश्चात् पूरे विश्व में योग का प्रचार दावानल की तरह हुआ और योग हर घर-परिवार का शब्द बन गया।

इसके बीस वर्ष पश्चात्, सन् 1993 में मुंगेर पुनः एक विश्व योग सम्मेलन का साक्षी बना था। इस तृतीय विश्व योग सम्मेलन के पश्चात् योग की व्यावहारिक और वैज्ञानिक पद्धतियाँ समाज के हर क्षेत्र में जाकर, हर प्रकार के उद्योग और प्रतिष्ठान में पहुँचकर, लोगों की प्रतिभाओं और सामर्थ्यों के विकास के लिये प्रयुक्त की गयीं।

बीस साल बाद आज हम पुनः मुंगेर में एक बृहत् विश्व योग सम्मेलन मना रहे हैं। इस बार का जो योग सम्मेलन है, इसके पीछे भी एक कारण है—

बिहार योग विद्यालय की स्वर्ण जयन्ती। स्वर्ण जयन्ती का मतलब बिहार योग विद्यालय की योग सेवा के पचास वर्ष पूरे हुए हैं और इसी ऐतिहासिक अवसर को हम लोग आज मना रहे हैं।

यह एक निर्विवाद सत्य है कि आज विश्व में जो सबसे सशक्त योग पद्धति है, वह मुंगेर द्वारा प्रसारित बिहार योग पद्धति है। इस विश्व योग सम्मेलन में अगले दो दशकों के लिए योगविद्या के प्रचार और प्रसार की जो रूपरेखा तैयार की जायेगी, वह भविष्य में इस संस्था के योग कार्यो को दिशा देगी।

इस योग आन्दोलन के प्रणेता हैं हमारे परमगुरु, श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज और हमारे अपने गुरु, श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज, जिनकी प्रेरणा और कृपा से हमलोग आज यहाँ पर योग के विषय पर चर्चा करने के लिए एकत्र हुए हैं।

आज समाज में योग को केवल शारीरिक व्यायाम के रूप में देखा जाता है, एक ऐसे अभ्यास के रूप में समझा जाता है जिसकी सीमा केवल आसन तक है। लेकिन योग तो व्यक्तित्व का निर्माण है। अभी हमलोगों का व्यक्तित्व कैसा है? हमारा मन हमेशा चंचल रहता है और चंचलता के कारण वह अपनी ऊर्जा का कभी सदुपयोग नहीं कर पाता। बिजली के बल्ब का प्रकाश चारों तरफ छितराया रहता है, लेकिन अगर इसी प्रकाश को हम एक बिन्दु में केन्द्रित कर दें तो वह लेजर के रूप में परिवर्तित हो जायेगा और लोहे को भी पिघला देगा। उसमें इतनी क्षमता रहती है। वही स्थिति मानव मन की होती है। मानव मन की ऊर्जा प्रकाश की तरह बिखरी हुई है, लेकिन जब हम इस मानसिक ऊर्जा को एक बिन्दु पर केन्द्रित कर देते हैं तो केवल कुशाग्रबुद्धि ही नहीं बनते बल्कि हमारी आंतरिक प्रतिभाओं का जो विकास होता है, वह जीवन में पूर्णता लाता है और हमें सुख, शांति और सम्पदा के मार्ग पर आगे ले जाता है।



ध्यान का चेतन, अवचेतन और अचेतन मन पर प्रभाव

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2014, मुम्बई योग यात्रा

योग की जितनी पद्धतियाँ हैं, चाहे वे आसन-प्राणायाम की हों या ध्यान की, उनका मानव व्यक्तित्व और स्वभाव पर अलग-अलग असर पड़ता है। ध्यान का क्या प्रभाव होता है? पहला प्रभाव होता है मानसिक शिथिलीकरण, दूसरा प्रभाव होता है एकाग्रता, तीसरा प्रभाव है तन्मयता और चौथा प्रभाव है वह क्षमता जिसके माध्यम से हम मन के गहन स्तरों का अन्वेषण करें।

जब हम कहते हैं कि ध्यान का पहला असर होता है रिलेक्सेशन या शिथिलीकरण, तो यह असर होता है हमारे चेतन मन में। चेतन मन ही संसार के साथ उलझता है, वही तनाव और स्ट्रेस लेता है, वही चिन्ता करता है। इसलिये चेतन मन को रिलेक्स करने के लिये ध्यान का पहला प्रयास होता है।

जब चेतन मन शिथिल और शांत होता है, तब फिर एकाग्रता आती है क्योंकि मन के विक्षेप समाप्त हो जाते हैं। उसके बाद आती है तन्मयता। यह तन्मयता भी चेतन मन तक ही सीमित है। जब दो प्रेमी आपस में बात करते हैं तो उनका मन पूरी तरह से तन्मय हो जाता है। घण्टों बीत जाते हैं पर समय का आभास ही नहीं होता।

ध्यान की ये जो पहली तीन अवस्थाएँ मैंने आपको बतलायीं— शिथिलीकरण, एकाग्रता और तन्मयता, इनका सम्बन्ध केवल चेतन मन के साथ होता है। चेतन स्तर पर ध्यान आपको द्रष्टा बनाता है। आप अपने जीवन के विक्षेप और तनाव देखते हैं। आप अपने मन को शान्त करने का, एकाग्र और तन्मय बनाने का प्रयास करते हैं। फिर ध्यान की चौथी स्थिति आती है जब हम अवचेतन मन में जाते हैं। यहाँ ध्यान ज्ञानयोग का रूप ले लेता है और





आत्म-विश्लेषण आरंभ होता है। आपके स्वभाव और व्यक्तित्व के क्या मुख्य पहलू और आदतें हैं? ये आदतें आपके अवचेतन मन और व्यवहार को प्रदर्शित करती हैं। काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद और मात्सर्य—ये अवचेतन मन में आते हैं। आप एक-एक चीज को देखते हो, उसका विश्लेषण करते हो, उसे बदलते हो, और इस प्रकार अपने अवचेतन में जो मोथे उत्पन्न होते हैं, उन्हें निकाला जाता है।

जैसे किसी दफ्तर में कम्पलेंट बॉक्स होता है जहाँ शिकायतें डाली जाती हैं, वैसे ही हम लोगों का अवचेतन मन भी है। जीवन में जो विकार हैं, वे चेतन मन में नहीं, अवचेतन मन में उत्पन्न होते हैं, और ध्यान की चौथी अवस्था में उनका परीक्षण, निरीक्षण और व्यवस्था की जाती है। यह जो अवस्था है ध्यान की, यह सबसे कठिन होती है, क्योंकि आपको अपने भीतर बैठे शैतान से सामना करना पड़ता है।

योगदर्शन के अनुसार हमारा अवचेतन मन प्रतिभाओं का भण्डार है, दुर्गुणों का नहीं। पर अच्छाई के भण्डार पर दुर्गुणों का आवरण है ताकि कोई वहाँ तक पहुँच न सके। जैसे हम इस कमरे में दस टन सोना भर दें और सभी दरवाजों को बंद कर दें वैसे ही हमारे भीतर अच्छाई भरी है पर उसे बाँधा है बुराई के दरवाजों ने। ये छः दरवाजें हैं काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद और मात्सर्य के। इसी कमरे के भीतर सब खजाना छिपा हुआ है, इसको पार कर लो तो स्वर्ण मिल जायेगा।

अगर तुम छः दरवाजों को न भी तोड़ो, एक पर ही काम करो, क्रोध को ही शान्त कर लो, तो दरवाजा खुल जायेगा और तुम अन्दर आ पाओगे। तुम्हें बाकी पाँच के साथ लड़ने की आवश्यकता नहीं। बाकी पाँच दरवाजें बन्द रहें, खोलो एक को ही ताकि तुम अन्दर आ सको। जिस चीज पर तुम विजय प्राप्त कर सकते हो, उसे जीतकर अपने भीतर प्रवेश करो और खजाने को प्राप्त करो।

अगर हमारे मन में ईर्ष्या है तो उस ईर्ष्या को बदलकर हम आध्यात्मिक बन सकते हैं। अगर हमारे मन में क्रोध है तो उस क्रोध को परिवर्तित कर हम अपना खजाना प्राप्त कर सकते हैं। अगर अहंकार है तो उसे सम्भालकर हम जीवन में शान्ति के खजाने को प्राप्त कर सकते हैं। हमको केवल एक चीज के पार जाने का प्रयास करना है, और यह शिक्षा हमें तब मिलती है जब हम ध्यान करते हैं।

इसके बाद जब हम लोगों का अवचेतन मन इन चीजों से अप्रभावित रहता है तब अपने अवचेतन मन में गुणों का बीजारोपण किया जाता है। कौन-से गुण? स्वामी शिवानन्द जी ने स्पष्ट बतलाया है कि मनुष्य की आध्यात्मिक उन्नति में कौन-कौन सी मानसिक अवस्थायें बाधा बनती हैं और उनके स्थान पर कौन-से गुण लाने चाहिए। वे कहते हैं कि लोभ को दानशीलता और उदारता के गुणों से सम्भाला जा सकता है। कामुकता का सामना करने के लिए अपने मन, भावना और हृदय को शुद्ध रखो। जब मन, हृदय और भावना शुद्ध है, तब कामवासना मनुष्य को कभी प्रभावित नहीं कर सकती। मन की चंचलता को त्राटक, प्राणायाम, उपासना और मंत्र-जप से नियंत्रित किया जा सकता है। मद का शमन विनम्रता के अभ्यास से करना है। चिड़चिड़ेपन और क्रोध को तितिक्षा एवं सहनशीलता के अभ्यास से काबू में लाना है। अगर तुम यह कर सकते हो तो तुम समाधि में लीन होकर कैवल्य पद प्राप्त करोगे। इस प्रकार स्वामी शिवानन्द जी ने अवचेतन मन की नकारात्मक प्रवृत्तियों का सामना करने का सूत्र दिया है।

योगदर्शन में इसे प्रतिपक्ष भावना कहा गया है। इसको ऐसे मानिये जैसे किसी आदमी ने बंजर जमीन का टुकड़ा खरीदा है और उसमें कंकड़-पत्थर, खर-पतवार सब कुछ है। ये कंकड़-पत्थर ही हमारे लोभ, कामुकता, मद आदि को दर्शाते हैं। जब हम उस जमीन को साफ करते हैं और नए बीज बोते हैं तो यह हो जाता है प्रतिपक्ष भावना—जो है, उसे हटाकर उसके विपरीत गुण वाली चीज का बीजारोपण करना। प्रतिपक्ष भावना का यह जो सिद्धान्त है ध्यान में, वह अवचेतन मन के साथ सम्बद्ध है।

उसके बाद फिर हम आते हैं अपने अचेतन मन के स्तर पर। यह हमारे संस्कारों और कर्मों का आयाम है। कर्मों का बंधन अचेतन स्तर पर होता है और कर्मों से मुक्ति पाने के लिए उन्हें अचेतन से चेतन स्तर पर लाकर हटाया जाता है। अचेतन स्तर पर ध्यान प्रक्रिया का यही प्रयोजन होता है—अपने कर्मों और संस्कारों का फाइन-ट्यूनिंग करना। जब संस्कारों और कर्मों की फाइन-ट्यूनिंग हो जाती है तो फिर हम ध्यान की चौथी अवस्था में प्रवेश करते हैं—आत्मानुभूति, जहाँ व्यक्ति अपनी अन्तरात्मा की पवित्रता और शुद्धि का साक्षात्कार करता है। तब ध्यान समाधि में बदल जाता है। समाधि संसार या शरीर से अलग होना नहीं, बल्कि मन की एक अवस्था है। गीता में इसका बहुत सुन्दर विवरण दिया गया है। दूसरे अध्याय में अर्जुन कृष्ण जी से पूछता है कि जो व्यक्ति समाधि को प्राप्त करता है वह फिर संसार में कैसे जीता है। श्रीकृष्ण जवाब देते हैं कि वह एक सामान्य मनुष्य की तरह ही संसार में जीता है, अंतर केवल इतना है कि सामान्य मनुष्य अपने बारे में सोचता है और समाधिस्थ मनुष्य दूसरों के बारे में। जो समाधि में नहीं है वह अपना हित चाहता है और जो समाधि में है वह दूसरों का हित चाहता है। स्वार्थ और निःस्वार्थ—यही अंतर है। पूर्ण निःस्वार्थता और निष्कामता की अवस्था को ही समाधि कहते हैं। इस तरह ध्यान की अंतिम अवस्था में हम फिर अपने जीवन के देदीप्यमान् प्रकाश का अनुभव करते हैं।



Bridge between the Gross and the Transcendental

Swami Niranjanananda Saraswati, 2015, Guru Bhakti Yoga

Today we have concluded the Rudrabhisheka which is the tradition in our ashrams to be conducted on every 5th of the month and this came about, because on this day our guru, Sri Swami Satyanandaji attained mahasamadhi. From the yogic perspective, samadhi is not death but awakening into a new dimension of consciousness. There are two conditions: one is known as death and the other is known as samadhi. Normal people go through death; the body dies, the mind loses its awareness and there is no memory of where they are or what they are doing. Samadhi is awareness of the presence of absolute consciousness in this life and having the ability to know and direct the soul in its journey to transcendence. That is how samadhi has been viewed in yoga since ancient times.

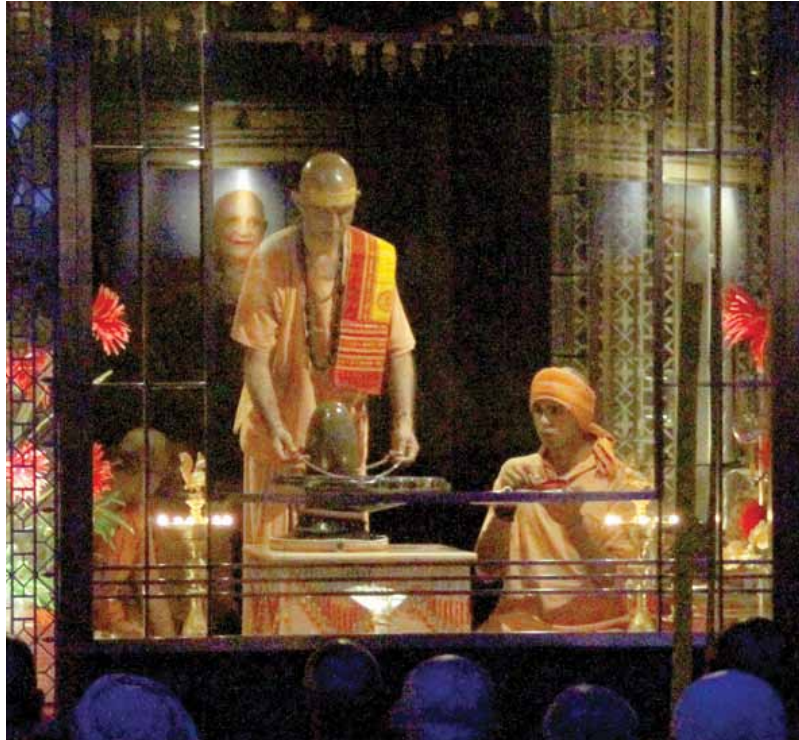
The bridge of awareness

According to the scriptures, when the soul departs it leaves behind the body and the senses, and carries with it the mind and the memories. When it reincarnates, it comes with the impressions, samskaras and karmas of the



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

You also go through this in your life. Many times when you are asleep and dreaming, there is no awareness in the dream. You are only watching it, and when you wake up it is forgotten. Then there are certain times when you dream and you know that you are dreaming and you can move



yourself through the dream wilfully and effortlessly. That means an awareness of ‘I am dreaming’ exists even when you are asleep and dreaming. That awareness makes you realize, ‘This is my dreaming state and that is my waking state’. This is similar to the experience of samadhi that takes place at a higher level.

In samadhi, through the bridge of awareness between the gross mind and the transcendental mind, the spirit goes from

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

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

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

Shiva consciousness

From the tantric perspective, samadhi or the link of consciousness from the gross to the transcendental is known as the attainment of Shivahood, Shiva nature or Shiva quality. The Shiva quality indicates a series of experiences in which one submerges oneself in order to bring a qualitative change in life. It is the experience that brings one closer to the Shiva nature, the transcendental nature. Shiva represents the highest consciousness, and the unmanifest form of Shiva is the Shivalingam. The manifest form is the embodied image, the pictures that you see of Shiva with a body.

The unmanifest form is symbolic and the manifest form is created in our own image. After all, for an ant God would be a 'super ant', not a human being and not the God of humankind.



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

The mutual support between God and life-forms is indicative of an interaction between the two forces of energy and consciousness. When you have energy and consciousness here at the material level, then you can think, plan and create. When there is energy and consciousness up there at the transcendental level, then it can think, plan and create. Thus the transcendental creates the gross and the gross confirms the transcendental. That is the link between the individual and the divine. The Shiva state of consciousness is an awakened state of consciousness. Its first expression is that of knowing. Its second expression is realizing or experiencing. Its third expression is enjoying, representing joy, happiness, contentment, harmony and beauty.

Connecting with harmony and positivity

Harmony is an essential attribute of the Shiva state. This is depicted in mythology through the household of Shiva, where opposites coexist. In Shiva's household, nothing is

harmonious. He wears snakes as his ornaments while his son Kartikeya's vehicle is a peacock that eats snakes. The snakes eat rats, the vehicle of Ganesha, Shiva's other son. The tiger is the vehicle of Parvati, Shiva's wife, which can eat the peacock and also attack the bull, the vehicle of Shiva. Therefore, in Shiva's household all members are enemies of each other, yet he is in peace and maintains harmony in the household. If he were to lose control of the household, there would be utter chaos, destruction and death. This is an indication of the state of Shiva: in all opposites and extremes, one is able to live harmoniously and peacefully.

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

time is on the positive side. There are rare people who can put aside the negativity and remain connected to the positive.

If you can remain connected with positivity in the darkest and gloomiest of nights, then there is luminosity within you. However, if you are sitting in the sun and feeling gloomy and dark, it indicates that you have disconnected from your luminosity. You are surrounded by light yet you are experiencing the dark whereas the nature of Shiva is not to consume the negative as it destroys a person. Mythology has it that when the ocean was being churned, poison came out, and someone needed to consume that poison in order to save the world. Shiva came forward and said, "I will consume it." He took a big gulp yet it did not go down, it remained in his throat. The throat became blue due to the effect of the poison, but the poison did not go down to his stomach to kill him.

This is a story, but if you analyze it, it indicates that Shiva-hood is a state where the negative is not consumed. Although it is received, it does not go down and Shiva remains unaffected by it. That is how he maintains the purity, harmony and balance of life.

There are many mythological stories in relation to Shiva that indicate what happens in the transcendental awareness. They indicate the nature of the mind, the expressions and the behaviour, the body and the senses when one is connected to the transcendental awareness. Everything is described in the form of



stories that depict an expression, behaviour, understanding or reality of life. One has to understand them in the right perspective, as each one contains a hidden teaching.

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

Making the bridge

To witness the life of such yogis is an inspiration for all spiritual aspirants, as they realize that the possibility to create a bridge between the gross and the transcendental does exist. Of course it takes effort, it is not easy. If you want to make a bridge across a river, you have to create a pile before you can put in the pillars. You cannot simply separate the waters, get to the ground and put your pillars in. You have to work with the elements to make your pillars strong. Once the pillars are placed then the horizontal road is laid in bits and pieces, it is placed frame by frame from pillar to pillar. That is the philosophy of life too.

You do not know what your life contains, what samskaras, karmas, characters and traits there are; however, if there is an awareness that 'I have to make the bridge'

then even in the deepest waters, without separating the waters and searching for dry ground, you can pile, put your pillars and make the bridge. That is the effort, the sadhana of a spiritual aspirant. That is the real sadhana, not asana and pranayama. Do not expect to attain self-realization by practising asana, pranayama and meditation. Do not expect to attain even mental peace through these practices. There are so many among you who have been practising meditation for years, yet you have no control over the behaviour of the mind. That is because you have only done the practice, you have not involved yourself in developing and maintaining the experience of peace; you cannot sustain it.

To create the bridge between the gross and the transcendental, there has to be a deeper understanding of the aim of life and the idiosyncrasies of life. There has to be an understanding of how you can deal with those idiosyncrasies and limitations with conviction and a clear direction. You have to know how to put the pillars, lay the road and build the bridge. You have to make that effort.

I have seen this continuous effort in the life of my guru Swami Satyananda, and he was successful in making the bridge. He did not leave his body in the ordinary way, but in a state of meditation. With the chanting of mantras, consciously invoking death and raising his pranas, he

left the body just as you would leave your room and close the door. Would you call that method of leaving the body death? Maybe in English you would, but yoga calls it the attainment of samadhi or Shiva consciousness.

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



The Journey Towards the Spirit

*Swami Niranjanananda Saraswati, 2015,
Sri Lakshmi-Narayana Mahayajna*

Today we begin the Lakshmi-Narayana Mahayajna officially, along with the celebration of the birthday of our paramguru Sri Swami Sivananda. This period of Lakshmi-Narayana Mahayajna is a special period, as it begins on the 8th of September, which is the birthday of our paramguru Swami Sivananda, and it concludes on 12th September, which is the sannyasa day of our guru Swami Satyananda. Birthday to sannyasa day is an auspicious journey. The physical birth takes place at home amid family, and the sannyasa birth happens in the ashram with guru. Both births are being celebrated here: the physical birth of Swami Sivananda and the sannyasa birth of Swami Satyananda, the physical birthday and the spiritual birthday.

Tradition of Shaiva, conduct of Vaishnava

Sannyasa is the spiritual birth and the birth of the body is the physical birth. This yajna takes place between the two, an indication of the human journey from being born in the body to the journey towards the spirit, to be born



in the spirit. This is the subject of the Lakshmi-Narayana Mahayajna as well, as Lakshmi and Narayana are the two powers who are responsible for our continuation in life from birth to death. The energy, the vibrancy, the peace, the prosperity, everything that we experience in our journey from birth to death, happens due to the energies of Narayana and Lakshmi.

For spiritual aspirants and sannyasins, this understanding is important. Although as sannyasins we belong



to the tradition of Shiva, our greeting, our sadhana and our effort is not of the disciplines of Shiva but of the disciplines of Narayana, Vishnu. For example, our greeting ‘Hari Om Tat Sat’ is a Narayana greeting; it is not a Shiva greeting. The greeting ‘Namo Narayana’ is a Narayana greeting; it is not a Shiva greeting. ‘Jai Ho’ is not related to Shiva, it is universally applicable. Therefore, although we are initiated as sannyasins in the tradition of Shiva, our sadhana, our traits, our personality is shaped by the culture of Narayana. What is that culture of Narayana? It indicates the journey of a human being from taking birth in the material life to taking birth in the spiritual life. So, Shiva is the ishta devata but Vishnu is the sadhana.

Revival of ancient vidyas

Today in the morning we will be conducting four different activities: the invocation of Lakshmi, the invocation of Narayana, sahasrarchana of Lakshmi and sahasrarchana of Narayana. In the afternoon, after bhajan, kirtan and satsang, we start the ancient yajna which is being performed on this planet after five thousand five hundred years, and that ancient yajna belongs to Narayana.

When Sri Swamiji gave me the mandate to establish Sannyasa Peeth and to work to revive the spiritual samskaras and integrate them with human society, at that time he also gave the instructions to revive the ancient sciences which our rishis

and sages had developed and which have been forgotten today; to again make them applicable and useful to society at large. All the events that have happened so far in Munger have revived the ancient knowledge of the rishis in a modern environment. Every year when I conclude the panchagni sadhana, an ancient Shiva yajna is conducted, which was last performed by Arjuna before the Mahabharata war. After a gap of thousands of years, that yajna was again revived in Munger. The second ancient yajna is starting this year in the form of the Narayana Astra Yajna.

The mantras of Pashupatastra were chanted aloud and everybody could hear them. However, the mantra of Narayanastra will not be heard by anybody as they will be whispered. At that time, even we will not be here on the stage, all the sannyasins will go down to the pandal; they will not be listening to the mantras. The mantras will be audible only at the yajna vedi. Nevertheless, you will be the receiver of the energy of those mantras, you will be the witness of the shakti of those mantras, and that is the tradition of the performance of this anusthana. You will not hear the mantra, yet it will be invoked, chanted, whispered. It is a ritual with a strict discipline and that is the Narayana shakti.

Invoking the atmic source

What do we all want in our life? To go back to our pristine condition; free from every taint, every superimposition of maya.

To return to that pristine condition, we require to invoke the shakti of Narayana.

In Munger, Swami Satyananda has established two traditions: the tradition of Brahma and Saraswati is Ganga Darshan Vishwa Yogapeeth. Yoga is dedicated to Saraswati and Brahma, and on a plaque in Satyam Vatika, the sankalpa and the prayer to Mother Saraswati is inscribed. In Rikhia, he established Chandi and Shiva. For Sannyasa Peeth he gave the instructions to instal Lakshmi and Narayana. Thus in Munger we have two seats: Lakshmi and Narayana in Paduka Darshan, Brahma and Saraswati in Ganga Darshan. In Rikhia we have Shiva and Shakti. This was the vision, the sankalpa of Sri Swamiji: to use the energy of the three great cosmic powers for everyone's spiritual upliftment.

Your own efforts lead you nowhere. How much are you going to fight with yourself? You cannot deal with your own negativity, frustration, jealousy, selfishness, arrogance and ignorance, so you do need some help, you do need some intervention. From where is that help going to come if it doesn't come from around us, for everybody is in the same boat. It has to come from some other source, a pure source, and the source that is pure is the *atmic* source, the source of the spirit. It is in the spiritual dimension that these powers exist and are invoked from.

A thousand offerings

Now we will begin the chanting of *sahasranaam*, the thousand names, and the *sahasrarchana*, the thousand offerings. This is a simple yet powerful practice of invocation. You have received a paper plate and the image and yantra of Lakshmi-Narayana. In the first part, when you are making offerings to Lakshmi, place the image of Lakshmi-Narayana on top, and in the second part when you are making offerings to Narayana, put the yantra on top. One hundred people have been selected from different countries and states of India for participating in this offering, and eight more people are making special offerings. These offerings will be collected, and on the 12th given to each participant of the yajna as prasad of the Lakshmi-Narayana Mahayajna.

Your sankalpa, when you begin the *sahasrarchana*, should be for the welfare of the entire human community. Not individual welfare, not 'me and my family' or somebody who comes to your mind who is sick. If you make such a sankalpa, I can assure you it will not fructify; no selfish sankalpa will fructify. The sankalpa here today is for the entire human community. Everybody is part of that community. You have to feel that you are part of the human community, not just of your family unit. With this in mind, we make the offering for the welfare, health, peace and prosperity of everyone.



पंचाग्नि-प्रायश्चित विद्या

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2017, पाशुपतास्त्र यज्ञ

पंचाग्नि एक बहुत बड़ी साधना है, अपने आप में एक बहुत ही विशाल और गहन विद्या है। मनीषियों ने कहा है कि इससे तत्त्वशुद्धि की प्राप्ति होती है। यह भी कहा है कि जो भी शारीरिक या मानसिक इन्द्रियाँ तुम्हें विचलित करती हैं उन्हें तुम इस साधना से वश में कर पाओगे। आत्मिक अनुभव में अपने आपको स्थित करना—यह भी एक प्रयोजन बतलाते हैं। इस प्रकार हर अन्वेषणकर्ता ने एक प्रयोजन को सिद्ध किया है, उजागर किया है। हमारे गुरु, श्री स्वामीजी ने रिखिया में जब पंचाग्नि साधना आरम्भ की थी तो एक बात कही थी कि इसका एक और प्रयोजन भी होता है, जिस कारण इसे हमारे शास्त्रों में प्रायश्चित विद्या भी कहते हैं। प्रायश्चित किस चीज का? अहंकार का।

हमारे शरीर में जो तीन ग्रंथियाँ हैं, उनमें पहली है ब्रह्मग्रंथि जिसका सम्बन्ध मोह से, आसक्ति से, संसार के विषयों से, स्वजनों से रहता है। एक प्रकार से कह सकते हो कि इच्छाशक्ति ब्रह्मग्रंथि में प्रकट होती है। इसके बाद विष्णुग्रंथि में क्रियाशक्ति प्रकट होती है, जो रजोगुण से प्रेरित है। क्रोध, लोभ और मात्सर्य, जो आदमी के जीवन में प्रतिस्पर्धा को लाते हैं वे सब विष्णुग्रंथि के क्षेत्र हैं।

उसके बाद है अहंकार, रुद्रग्रंथि, अपने आकार को समाप्त कर देना। एक नमक की गुड़िया ने समुद्र की गहराई का पता लगाने के लिये डुबकी लगाई। पता नहीं उसे समुद्र की गहराई का अंदाज मिला या नहीं, लेकिन वह समुद्र से एकाकार तो हो गई। उसी प्रकार मनुष्य जब अपने अहंकार से मुक्त होता है तब आराध्य से एकाकार हो जाता है। जब तक अहंकार है, आराध्य नहीं है और जहाँ पर आराध्य है, वहाँ पर अहंकार नहीं है। अहंकार के नाश पर केवल एक

ही गुण, एक ही भाव की अभिव्यक्ति होती है और वह है प्रेम। उसी प्रेम में फिर सत्यम्, शिवम् और सुन्दरम्, तीनों की अनुभूति भी होती है।

श्री स्वामीजी बतलाते थे कि संन्यासी के जीवन में कभी-कभी ऐसे क्षण आते हैं कि वह ईश्वरीय कृपा को भूलकर सोचता है कि उसने अपने बल पर यह सब किया। हमने फलाना अनुष्ठान किया, हमने फलानी साधना की, हमने इतने लाख मंत्र जप किया। क्या यह श्रद्धा का प्रतीक है या अपने ही अहंकार के दोष का? तब वहाँ पर उसका पतन होता है। यही वह प्रायश्चित है जो संन्यासी को करना पड़ता है। मैं करने वाला कौन हूँ, मैं तो खाली बाँसुरी हूँ। जब वह बाँसुरी श्रीकृष्ण के होठों पर लगती है और वे उस बाँसुरी को बजाते हैं तो उससे कितना मधुर स्वर निकलता है। लेकिन अगर वह बाँसुरी कृष्ण के होठों से हट जाए तो क्या उससे कभी स्वर निकल पायेगा? बाँसुरी अगर सोचे कि मैं कितनी सुरीली हूँ तो यह उसकी सबसे बड़ी बेवकूफी होगी। लेकिन बाँसुरी अगर सोचे कि आज मैं धन्य हो गई जो कृष्ण ने मुझ खाली तत्त्व में एक सुन्दर ध्वनि को प्रकट किया है, यह मेरे जीवन की उपलब्धि है, तो यहाँ पर अपने आराध्य से एकाकार होता है।





The Final Year of Panchagni Tapas

Swami Niranjanananda Saraswati, 2017

At the commencement

Today the sun has entered the sign of Capricorn, *makar rashi*, and embarked on its northern path. This is an important event in Asian countries, and in the past it was an important event in many ancient cultures, as it represents the waning of winter and the coming of spring: new life. In the ashram, this day of Makar Sankranti is celebrated with the performance of twelve rounds of surya namaskara, representing the twelve months or the twelve aspects of the sun. Then everybody has a meal of dahi-chooda with *gur*, juggery. It is a special meal taken only on this day. This tradition has been going on for thousands of years.

This is the day that I commence the panchagni sadhana. It is a sadhana of sannyasa; it is not a sadhana of yoga. It is not part of hatha yoga, raja yoga, kriya yoga, kundalini yoga, nada yoga, bhakti yoga, laya yoga or any yoga that you may know of or invent in the future. It is not part of any yogic tradition, practice or culture; it is part of the sannyasa tradition. Even in sannyasa there are different stages; everyone who wears geru is not at the same level. Just as in school you have first grade, second grade, third grade, in sannyasa also there are

grades. These are: kutichaka, bahudaka, hamsa, paramahamsa, turiyatita and avadhoota.

The sadhana of panchagni was done by paramahamsas in the past, as sanmyasa has two areas: education and experience. The area of experience is for sanmyasins of the third and fourth category, hamsa and the paramahamsa, through tapasya. That is the personal journey into experience. For kutichaka and bahudaka the practices and aspirations are different, for avadhoota and turiyatita the aspirations are different. Therefore, sages like Dattatreya, Atri, Vasishtha, Agastya have done tapasya in the past.

Even in the present times there have been sanmyasins of that calibre. Swami Sivananda was a sadhaka and tapasvi in his personal life. Swami Satyananda was a sadhaka and tapasvi in his personal life. In his guru ashram he was a sadhaka, in Munger he did karma, and in Rikhia he did tapasya. However, there are very few traditions and sanmyasins who perform this kind of austerities, for it is not that easy. Austerities are to be performed in isolation, as they demand complete sanyam: not maximum sanyam but complete sanyam.

The other aspect of sanmyasa life is educational. Swami Sivananda educated people in yoga and Vedanta. He gave samskaras, both spiritual and vedic. Swami Satyananda educated people in yoga at Munger and in Rikhia he gave the samskara of atmabhava. That was the external expression. One has to



perfect yoga if one wants to advance in sanmyasa life. *Bahudaka* means community life, living the disciplines of the gurukul. To pass that stage one has to perfect yoga, as yoga is a path of regulation. The aspiration of a *kutichaka* is also yoga related. It is the stage where you can be alone

and be comfortable in your loneliness. Loneliness can drive people crazy. The state of mind where you appreciate seclusion can be acquired gradually through the practices of yoga. In this way, there are different aspirations, approaches and paths.

In 2008 Sri Swamiji jokingly said in a satsang, “Everything that I have received in my life is to benefit others.” He said, “When I started on my journey, nobody knew who I was, yet everybody supported me, so I am grateful to everybody. What you see is not my creation, it is the contribution of so many people, therefore everything has to be returned to them.” He gave guidelines on how to do that: through service, through giving, and so on. He also said, “I am not leaving anything behind for the sannyasins either. In fact, I tell them that if they need money, they can even sell the ashram, but they should continue to give back to society, serve society.” Then he looked at me and said, “As my inheritance, you are only going to receive my langoti.” *Langoti* is the loin cloth, and that was the symbol of handing over the sannyasa aspiration. That was the indication that I have to maintain and develop the sannyasa culture.

In order to follow this mandate, I started the first year of panchagni in 2013. This is 2017, the fifth year, which involves a lot of rules: maximum isolation, make your





own meal, etc. Today the first fire was lit in my panchagni kitchen and the first offering was made. It took ten minutes to make the meal on a Stone Age stove made out of mud which uses cow-dung for fuel. In this way, the fifth year of panchagni has started.

At the conclusion

The purpose of the panchagni sadhana is given in the *Kathopanishad*, in which Yama teaches Nachiketa the panchagni sadhana. Yama is the king of death and Nachiketa is a nine or ten-year-old boy. The king of death becomes the teacher, the master, the guru of Nachiketa and imparts the method of the panchagni sadhana to him. Nachiketa, however, is not satisfied by only knowing the procedure of panchagni sadhana, by only learning how to do it. He aspires to know the essence and purpose of the sadhana, and how it bestows the state of immortality.

Yama tries to deter Nachiketa from seeking this knowledge. He tempts him with riches, comforts, luxuries, prosperity, property, pleasure, saying that this higher knowledge can become a destructive force if the receiver is undeserving. But Nachiketa is not an ordinary seeker, and no block can deter him, no pleasure can allure him. Impressed by his resolve, the king of death tells him the purpose of the panchagni vidya.

The purpose of panchagni, as mentioned by Yamaraj, is attaining *atma-vidya*, knowledge of the self, and through this knowledge, attaining *amaratva*, immortality. Immortality is not the deluded notion of living forever. No. The body has to follow its own dharma, its own nature. One can be long-lived, but every mortal, when the time is over, has to die. Thus immortality is being established in the knowledge, the understanding and the experience of the atma, which is eternal and immortal. Yamaraj says to Nachiketa that the performer of the panchagni can attain this knowledge as he endures the intense austerity only by separating himself from the body and the senses, and remaining fixed in the awareness and experience of atma. Outside you have to endure the heat, and inside you have to remain fixed, focused on the awareness, knowledge and experience of atma.

I have mentioned to you in the past that as the heat increases, the concentration has to deepen. If the concentration is not deepened and is only superficial, eyes-closed awareness, then the mind will be distracted. When the mind is distracted, the body cannot tolerate the heat. For a person to balance the heat, it is important that the mind remain fixed and focused. Yamaraj says (1:3:1):

*Ritam pibantau sukritasya loke guhaam pravishtau
parame paraardhe; chhaayaatapau brahmanvido vadanti
panchaagnayo ye cha trinaachiketaah.*

There are two in this body who are the enjoyers, lodged in the cavity of the heart, the seat of the Supreme. The knower of Brahman and the performer of the fivefold fires and the threefold Nachiketa fire sacrifice call them light and shade.

There are two types of awareness in this body. They are the witnesses and enjoyers of everything that happens around them in the world, and they are lodged in the cavity of the heart, the seat of the Supreme. One is the knower of the Brahman, which is internal, and one is the performer of the fivefold fires externally and the threefold Nachiketa fire sacrifice internally. What this verse indicates is that you have to keep your attention, awareness, focus and concentration absolutely unbroken, unwavering and fixed in the experience of the atman. Thus one can endure the fires outside and this gives control over the senses, balances the senses. Managing the fires inside gives control over the mind. The internal fires have to be guided by the mind. They disturb the mind, so the mind has to be pacified.

The external fires and the internal threefold fire sacrifice is the path of breaking the blocks of the personality, the granthis. With the breaking of the granthis one experiences and realizes *atma-vidya*, the nature of the real self within this material body and within this gross, experienceable mind.

Your identification with the material, gross body and the gross mind is what makes you aware of your existence in life. You can experience the body, you don't experience the soul. You experience the mind, you don't experience the spirit. By transcending the body and the senses, by enduring the five outer fires, and simultaneously performing the threefold fire sadhana in the inner self, one is able to break through the blocks and attain the Shiva nature. This is the path that Yamaraj pointed out to Nachiketa.

The threefold inner fires indicate a sequential change of awareness. At the first level, at Brahma granthi, the awareness is of attachments with the body, with the senses and sense objects, with the world, with those one considers one's kith and kin. It is the realm of *asakti*, attachment, association, identification. In Vishnu granthi, one experiences the drive, the determination, the motivation, the aggression, the desire. All the rajasic qualities manifest in the Vishnu granthi and become the fires of Vishnu granthi. In Rudra granthi, different qualities manifest which lead to change, to realizing the *swabhava*, one's nature, and attaining transformation. Thus self-contained awareness is Brahma granthi, spread-out awareness is Vishnu granthi, and transforming awareness is Rudra granthi. These three are pierced through the panchagni sadhana to experience the atman. This is the teaching of Yamaraj to Nachiketa, as given in the *Kathopanishad*.



प्रत्याहार—द्वितीय अध्याय का आधार

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती, 2018, मुंगेर योग संगोष्ठी

हम लोग इस मुंगेर योग संगोष्ठी में जिस प्रधान विषय को लेकर चले हैं वह है प्रत्याहार। इससे आप लोगों को यह संकेत मिलना चाहिये कि योग के पहले अध्याय में आसन-प्राणायाम-शुद्धिकरण आदि क्रियाओं पर ध्यान दिया गया जो शारीरिक अभ्यास हैं। मानसिक अभ्यासों को भी लोगों ने किया, लेकिन उतनी सजगता और तन्यमता के साथ नहीं जितना वे शारीरिक अभ्यासों को करते हैं। इसीलिये आज सबके लिये योग मात्र एक शारीरिक क्रिया ही बनकर रह गई है जिसे लोग केवल अपनी योग कक्षा तक सीमित रखते हैं।

योग के दूसरे अध्याय का प्रयोजन योग विद्या को आत्मसात् करने का है, और आत्मसात् करने की यह प्रक्रिया वास्तव में प्रत्याहार से ही शुरू होती है। प्रत्याहार के पहले तक आप आसनों के साथ, प्राणायामों के साथ, अन्य विधियों के साथ प्रयोग करते रहते हैं, पर गहराई में कभी जाते नहीं। न प्रत्याहार की गहराई में जाते हैं, न ध्यान की गहराई में जाते हैं, न योग निद्रा की गहराई में जाते हैं। अगर हमें योग की विद्या को आत्मसात् करना है और इसके वास्तविक लाभों को प्राप्त करना है, इसके मूल उद्देश्य को जानना है तो द्वितीय अध्याय में प्रवेश करना होगा जिसका मुख्य आधार प्रत्याहार है। अन्य आधार भी हैं, लेकिन इस संगोष्ठी में पहला आधार प्रत्याहार को बनाया गया है क्योंकि इसका सम्बन्ध रहता है सम्पूर्ण मन को व्यवस्थित करने से, प्राणों को व्यवस्थित करने से, इन्द्रियों को व्यवस्थित करने से।

प्रत्याहार शब्द के दो अर्थ निकलते हैं। एक अर्थ निकलता है इसे प्रति+आहार समझने से और दूसरा अर्थ निकलता है प्रत्यय+हर के रूप में देखने से। दोनों परिभाषाएँ प्रासंगिक हैं। प्रति+आहार का तात्पर्य है कि जो चीज हमें बाहर से मिल रही है, उसे हम वापस करें। जो चिन्तायें-परेशानियाँ

बाहर से आकर हमें प्रभावित कर रही हैं, हम अपने मन को उन चिन्ताओं और परेशानियों से मुक्त कर दें और उन्हें अपने से बाहर ढकेल दें। इसको कहते हैं प्रति+आहार, वापस करना। तुम हमें एक वस्तु देते हो, हम वह वस्तु तुम्हें पुनः देते हैं, यह है प्रत्याहार, वापस कर देना।

दूसरी परिभाषा है प्रत्यय+हर। प्रत्यय हमारे अनुभवों की वह छाप है जो हमारे मन में बीज रूप में पड़ जाती है। उसको भी जड़ से निकालने का प्रयास करना है। योग दर्शन में समझाया गया है कि प्रत्ययों को जड़ से निकालने के लिये पहले अपनी वृत्तियों को जानो। मन का जो स्वभाव प्रकट हो रहा है उसको पहले देखो, और उसे देख करके उसे व्यवस्थित करो, उसे सकारात्मक बनाओ। उसमें जो नकारात्मक दोष है उसे हटा दो। अगर हम इस प्रकार प्रत्ययों के दोषों को हटा देते हैं तो वास्तव में वह प्रत्याहार है।

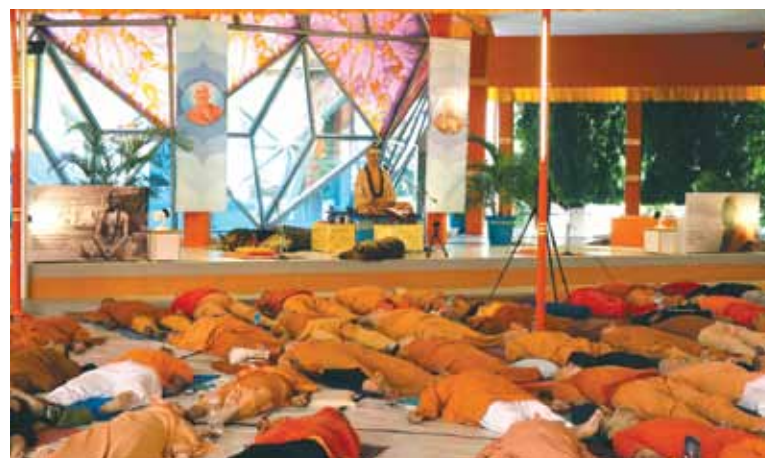
प्रत्याहार के अभ्यास से ही मनुष्य शान्ति का अनुभव करता है, धारणा या ध्यान के अभ्यास से नहीं। ध्यान का प्रयोजन शान्ति प्रदान करना नहीं है, वह तो बहुत आगे की क्रिया है। अशान्ति कहाँ उत्पन्न होती है, चंचलता कहाँ उत्पन्न होती है? मन, बुद्धि और चित्त की ऊपरी सतह में। इस ऊपरी सतह के द्रष्टा बनकर जब हम इन प्रत्ययों का निर्मूलन कर देते हैं तो वृत्तियाँ शान्त हो जाती हैं, चंचलता समाप्त होती है और उसके बाद फिर हम ध्यान में प्रवेश कर पाते हैं। इसलिए अपने मन, इन्द्रियों और प्राणों को संभालने के लिये जो सर्वश्रेष्ठ विधि है वह है प्रत्याहार। यही हमलोगों को समझना है।

प्रत्याहार की प्रथम अवस्था है, इन्द्रियों की चंचलता को शान्त करना। इसलिये कायास्थैर्यम् के अभ्यास में एक-एक इन्द्रिय को देखकर उसे स्थिर बनाने का, शान्त करने का प्रयत्न करना है। उसके बाद मन, बुद्धि, चित्त और अहंकार से जो चंचलता की स्थिति उत्पन्न होती है, आवेग उत्पन्न होते हैं, उनको सम्भालना दूसरा प्रत्याहार है। तीसरा प्रत्याहार होता है प्राणों का। ये सब प्रेरित करते हैं कि मनुष्य स्वयं का साक्षात्कार करे। जब आत्म-साक्षात्कार की बात होती है तो आप हमेशा

भगवान से जोड़कर कहते हो कि आत्म-साक्षात्कार का मतलब आत्मा को जान लेना, परमात्मा को जान लेना। कोई भी व्यक्ति नहीं कहता कि आत्म-साक्षात्कार का अर्थ होता है अपने मन के व्यवहार को जानना। यही पर आप मार खाते हो और उत्थान भी अगर होगा तो यही से होगा। योग की जितनी भी शिक्षाएँ हैं वे सब कहती हैं कि मन के विचार और व्यवहार, दोनों को ठीक करो। काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद और मात्सर्य—मन की इन छः अवस्थाओं से हर व्यक्ति प्रभावित है, लेकिन इन छः अवस्थाओं से मुक्ति का साधन कोई नहीं खोजता। हम अपनी नाक कैसे पकड़ें, आदमी वह जानना चाहता है, लेकिन मन को पकड़ना कोई नहीं जानना चाहता। मन की विषम परिस्थितियों से मुक्त कोई नहीं होना चाहता है, लेकिन एकाग्र सब होना चाहते हैं। मन की विषम परिस्थिति को कोई संभाल नहीं सकता है, लेकिन आध्यात्मिक चेतना से सभी युक्त होना चाहते हैं। साधकों में इससे बढ़कर विडम्बना क्या हो सकती है?

प्रत्याहार को सिद्ध करने के लिये आँखें बन्द करना, ध्यान में बैठना, जमीन पर शवासन में लेट जाना, शरीर को आराम देना—यह सब आवश्यक नहीं है, बल्कि स्वयं को देखना और हर परिस्थिति में जो प्रत्यय मन में बन रहे हैं उन प्रत्ययों को हटाते जाना है। यही साधना हमारे परम गुरुदेव, स्वामी शिवानन्द जी हमेशा किया करते थे। उन्होंने अपनी आत्मकथा में लिखा है कि 'मेरे मन में कभी भी किसी के लिये दूषित विचार नहीं आते हैं, क्योंकि मैं उन्हें आने ही नहीं देता हूँ। जब भी मुझे आभास होता है कि मेरा मन सकारात्मकता से मुख फेर रहा है, मैं उसे पुनः खींचकर सकारात्मकता से जोड़ देता हूँ। जो बुराई है उसको अच्छाई में परिवर्तित करता हूँ, जो कमजोरी है उसको सामर्थ्य में परिवर्तित करता हूँ। यही मेरे जीवन का योग है, यही मेरे जीवन की साधना है।'

अपने मन को संभालने के लिये मन की सकारात्मकता को सतत बनाये रखना, यही उनका मार्ग है और इसके लिए उन्होंने उपाय भी बतलाया है, प्रतिपक्ष भावना। क्रोध आये तो उसे शान्ति में परिवर्तित करो। हिंसा की भावना उत्पन्न होती है तो उसे अहिंसा में परिवर्तित करो। द्वेष और अलगाव की भावना होती है तो उसे प्रेम और



सहयोग की भावना में परिवर्तित करो। प्रत्याहार सिद्ध करने के लिये हमलोगों को प्रतिपक्ष भावना को एक साधना के रूप में अपनाना है। प्रत्याहार केवल आँखों को बन्द करने से सिद्ध नहीं होता, बल्कि अपने मन की तामसिक अवस्था को सकारात्मक बनाने से अधिक सिद्ध होगा। आखिर आँखें बन्द करके आप कर क्या रहे हो? केवल देख रहे हो, लेकिन जब आप नकारात्मक को सकारात्मक में बदलने का एक प्रयत्न करते हो तो एक विधि से गुजरते हो और वह विधि आपको पूर्णता की ओर ले जाती है। इसको कहते हैं प्रत्याहार।

यह हमलोगों के द्वितीय अध्याय का प्रथम चरण है। परेशानी, चिन्ता और दुःख की जितनी भी अवस्थाएँ हैं, इन सबका स्रोत शरीर तो नहीं है, बल्कि इन सबका उत्पत्ति केन्द्र मन है। मन विविध अस्त्रों-शस्त्रों के साथ सुसज्जित है, कभी तीर चलाता है तो कभी तलवार भी चलाता है। इसी को संभालने का जो तरीका है वह है प्रत्याहार और इस योग संगोष्ठी में हमलोग इसी पर थोड़ा ज्यादा जोर दे रहे हैं ताकि प्रत्याहार के विभिन्न बिन्दुओं को हम अपने सामान्य जीवन में लागू कर सकें।

Stepping into the 2nd Chapter

*Swami Niranjanananda Saraswati, 2018,
Munger Yoga Symposium*

*Serenity, regularity, absence of vanity,
Sincerity, simplicity, veracity,
Equanimity, fixity, non-irritability,
Adaptability, humility, tenacity,
Integrity, nobility, magnanimity,
Charity, generosity, purity.*

*Practise daily these eighteen ITIES,
You will soon attain immortality.
Brahman is the only real entity,
You cannot attain this in the university,
Madras University, Harvard University,
Or even Oxford University,
But you can attain this in BSY.*

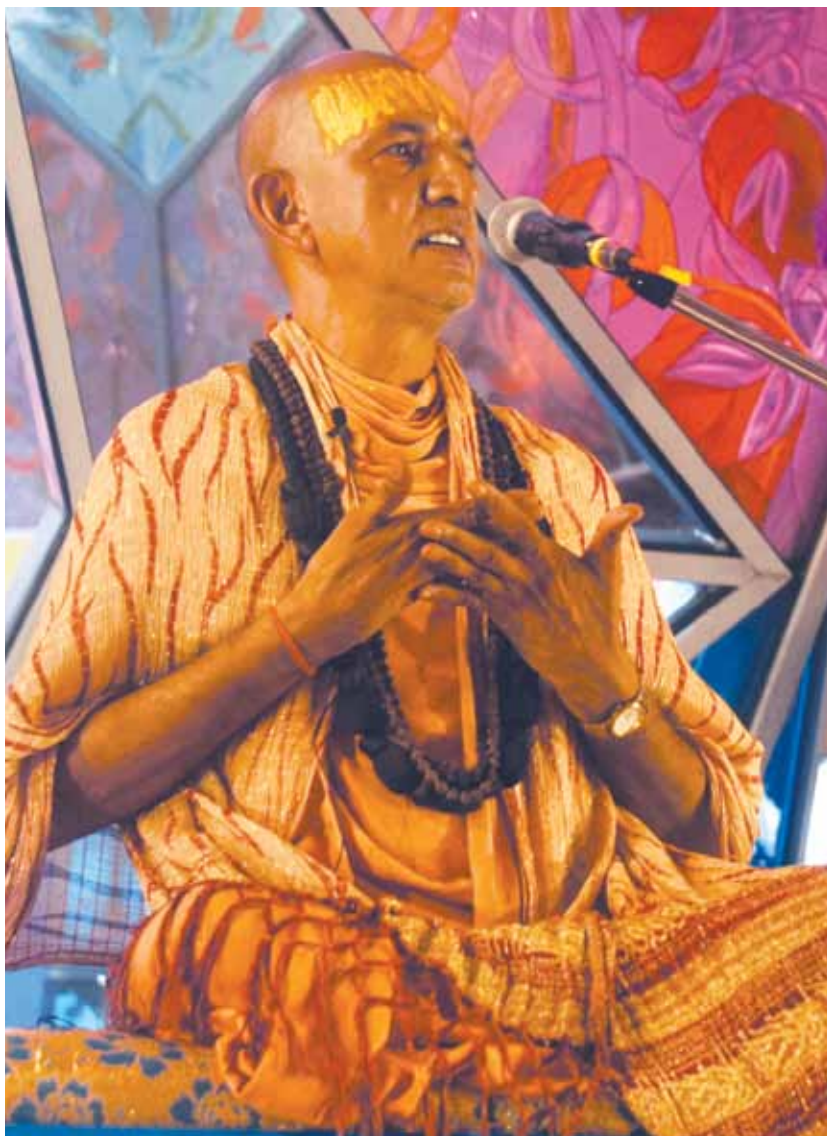
This song of Swami Sivananda describes eighteen different qualities that a human being should develop and master in order to be a true human being. This is what he called living the divine life in this material life. If you are able to imbibe the positive qualities in yourself while living in the materialistic world, and begin to express these positive

qualities to uplift and correct yourself, then that is the beginning of divine life. When Swami Sivananda conceived of yoga and gave instructions to our master, Swami Satyananda, to propagate yoga, he gave three instructions: yoga for the cultivation of the qualities of head, heart and hands; intelligence, emotion and performance. Sri Swamiji developed the *Yoga Chakra*, the wheel of yoga, with this idea.

Jivana chakra and yoga chakra

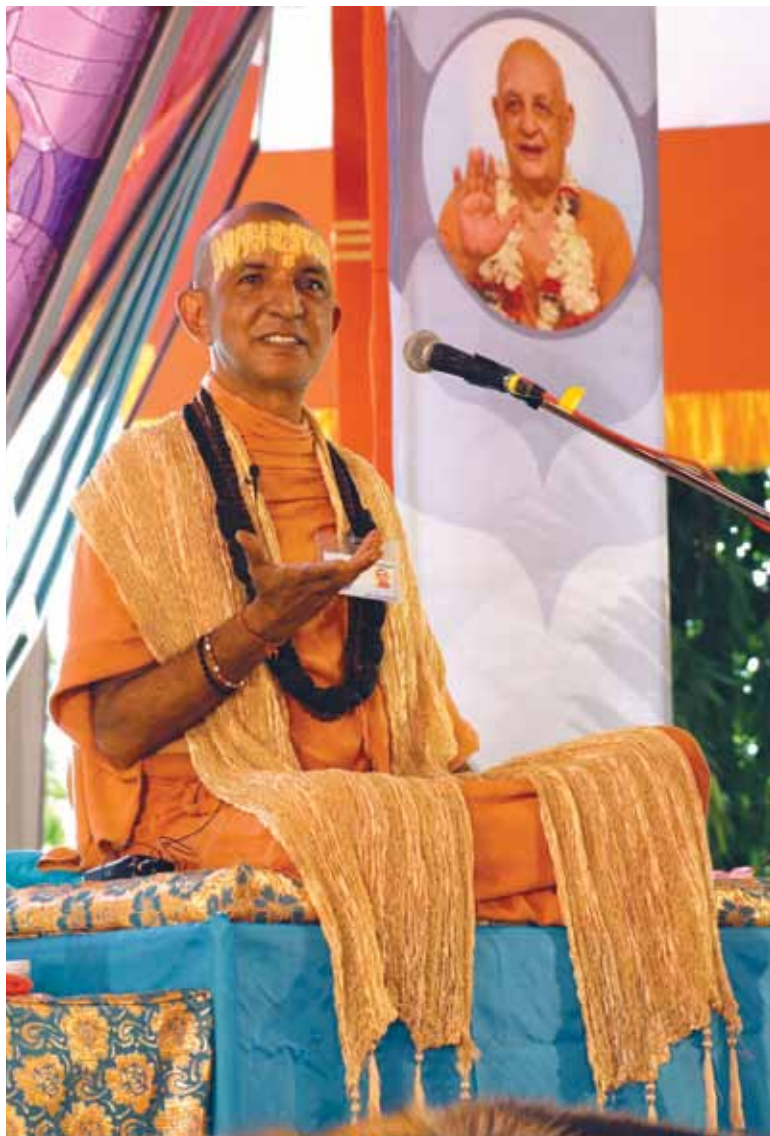
If you look at a wheel, in the centre is the hub, from which emanate the spokes. At the opposite end of the hub, the spokes are held together by the outer rim. The inner hub is the pure, transcendental state of consciousness, the pure state of life and being. From this transcendental state emerge the six spokes.

The six spokes are defined by Sri Krishna as: *Manah shashthan-indriyani prakritisthani karshati*, the five senses and the mind. The senses and the mind are connected to the outer rim, and that is our life. Every moment of our life, we are utilizing the senses and the mind. They give us the experience, the information, the understanding, the knowledge and the skills necessary to survive in life. We are the wheel, we survive in this life utilizing our five senses and mind, and we emerge from the source of creation. That source may be called the Big Bang, Satyam-Shivam-Sundaram, or God. You can decide what you want to call it. Yoga calls it *Ishwara*, the unchanging reality, while life is the changing spectrum.



If life is a chakra, a wheel, then our effort to transform and change is also part of the effort of the chakra. Thus, from the material perspective, the mind, the senses and the life experience make the wheel of life: *jivana chakra*. In the spiritual dimension, this jivana chakra becomes the Yoga Chakra. The Yoga Chakra is only a reflection of the jivana chakra. The wheel of life and the wheel of yoga are not separate. They are one and the same. However, when we talk about the wheel of yoga, different ideas and practices come in. When we talk about the wheel of life, then understanding of the senses, the mind and the life experiences are prominent. Ultimately, the two merge together.

The wheel of yoga represents the return journey from our life expressions back to the source by following the spokes back to the hub. That is the theory of kundalini yoga as well. The descent of kundalini from the higher states to the lower states in mooladhara has brought us into existence. The ascent of kundalini again up the same path, by the same process, will give us experience of the higher nature. Just as the kundalini has given the experience of the world and also gives the experience of the higher nature, it is the same with the chakra. When we emerge we are connecting with the world; when we centre ourselves, we return to the source. Therefore, in Yoga Chakra there are the different branches of yoga as a means to return to the source.



Expand before contracting

Before using yoga as the means to return to the source, which is the experiential, second chapter of yoga, you must understand how the awareness and perception need to be broadened in the outer dimension. This is an important aspect of yoga: to first expand and enlarge the awareness in the outer dimension, the external world. Then you begin to withdraw. When you are expanding in the outer dimension, you use the same six yogas, and you control, guide and direct the same six senses of life.

Through hatha yoga you manage the senses, the sense experiences and the pranas which are physical and psychological in nature. Through karma yoga you maintain your balance between the pranic infusion into the senses and the pranic depletion from the senses. Swami Sivananda used to say to his disciples that one hour of meditation demands three hours of hard, physical work to channel the subtle pranic flows that become activated when you internalize yourself. Karma yoga becomes the medium through which the prana shakti is balanced. Through raja yoga and bhakti yoga, the intellect and emotions are balanced. Through kriya yoga and jnana yoga, psychic perception, wisdom and understanding are attained. I am not using the word knowledge, I am using the word understanding, which means that you have understood the knowledge.

While progressing through hatha yoga, raja yoga and kriya yoga, and working with karma yoga, bhakti yoga and jnana yoga,

your lifestyle is affected. You become more and more aware of how you are living and what you can do to balance that lifestyle so that there is more relaxation, awareness and time for cultivating a spiritual identity. When you practise these yogas, apart from developing flexibility and adaptability of body and mind, there is also a change in nature and behaviour. It is this nature and behaviour in life, the outer rim, that makes you positive or negative. Positive and negative, good and bad experiences are based on your personality: how you see, perceive, understand, accept or realize things, how you know what is correct and what is wrong. All these things happen at the life level, not at the consciousness level. Consciousness is free; it is the expression of the mind that has to become positive at the rim level.

Connect with the positive

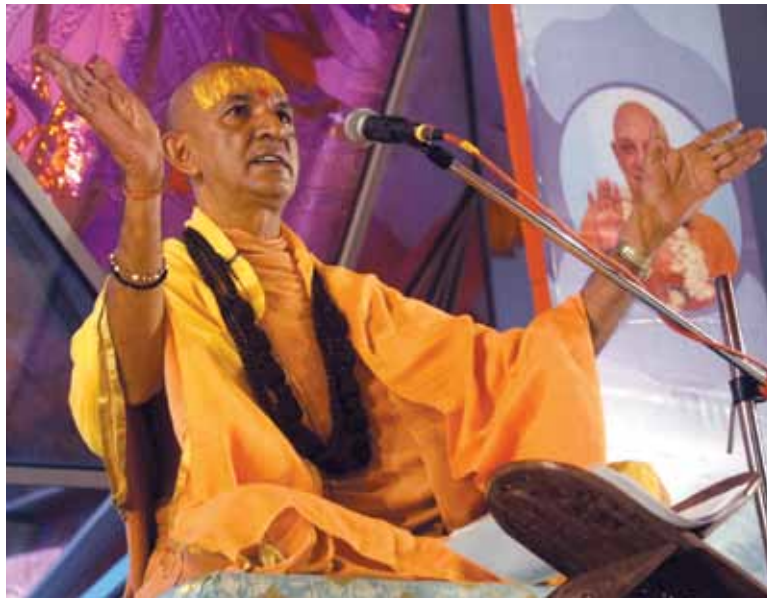
To improve the experiences and qualities of life, it is not hatha yoga or raja yoga that you need, but yamas and niyamas. As mentioned previously, yoga does not define yamas and niyamas as moral and ethical codes of conduct. For yoga does not see morality or ethics as separate from the expression of human nature. If you are a balanced, harmonious and aware individual, then all your expressions, behaviours and thoughts will be appropriate. You don't have to think of ethics and morality if you are living a correct life. If you are not living a correct life, then you may think about ethics and morality.

Yoga says that as you purify and deepen your realization about yourself, improvement that takes place in the human nature, personality and psyche brings out the positive qualities. This expression of the positive qualities is known as yama and niyama. When you are able to curb your hate and love the person you hate, it is a condition and awareness that you have developed. That is yama and that is niyama. Change in the tamasic nature of the mind and experiencing and expressing the positive and sattvic nature of the mind is yama and niyama. Therefore, asana, pranayama and meditation are not going to improve your lifestyle, expressions and interactions. An effort to connect with the positive in life will do it.

Each yoga has its own set of yamas and niyamas, just as raja yoga, from the Samkhya perspective, has five yamas and five niyamas. Raja yoga from the classical perspective has more than twenty yamas and niyamas, as they deal with different aspects of the inner behaviour. *Hatha Yoga Pradipika* defines ten yamas and ten niyamas, *Gheranda Samhita* defines seven bhumiikas. Similarly in karma yoga, kriya yoga, jnana yoga, there are defined yamas and niyamas, which represent the perfection of a technique and attainment of a state of being.

Lifestyle yamas and niyamas of yoga are not commonly known, as no one has studied them. Even the yamas and

niyamas of raja yoga would not be known if the book wasn't available. The yamas and niyamas of other yogas are also not known to people, as they only focus on the aspects related to the body. They say, "I am focusing on the body and I don't care for yamas and niyamas." Such statements indicate that you are not practising yoga. In the absence of yamas and niyamas, yoga is only physical exercise. It is when you bring in the yamas and niyamas in your life that you are connecting with the good and the positive, the constructive and the creative, and allowing the space for them to manifest and improve your life.



Light the incense of happiness

The lifestyle yamas begin with happiness. That is the first yama of yoga, and the first niyama is japa. These yamas and niyamas were introduced during the Adhyatma Samskara Sadhana Satras. *Adhyatmic* means spiritual, *samskara* means condition. What is spiritual? Religion connects spirituality with awareness of God. Yoga connects spirituality with awareness of purity and correctness. That is the main difference between the idea of spirituality prevalent in society and the idea of spirituality in yoga. In yoga it is purity and inner awakening. From the religious point of view, spirituality is awareness of God. There is a difference in the understanding between cultures and groups, although the same word is being used. For example, Indians and westerners will have different ideas regarding spirituality.

For western society, the understanding of spirituality is based on religion. The understanding of spirituality in Asia is not based on religion but on personal experience of people who have gone through the process and have realized something different: that we are all part of the same universe, the same family. Religion says, "You have to believe," for it is based on belief systems. Spirituality is based on "You have to discover," for you have to see what lies within the impure mind and heart. The impure mind is the expression of greed, passion, aggression, infatuation, arrogance and jealousy. The pure mind is wisdom and understanding. If you realize the purity underneath the

layers of the dirt in the mind, that is spirituality, according to yogic thinking. This is what you have to discover within yourself.

There is no use talking about peace if you are unable to experience peace yourself. There is no use talking about happiness if you cannot remain happy for the majority of the waking time. Happiness should become the natural nature of your personality, not worry and anxiety. Yet the opposite has taken place. Worry and anxiety have become the natural expressions of every human mind and happiness has taken a backseat. It should change. The majority of the time happiness and at certain times, when there are tensions and problems, worry and anxiety is okay. Twenty-four hours of worry and anxiety with a few moments of happiness thrown in between, that is not how God saw His children. God wants all children to be happy and not worried and anxious.

Make the effort to be happy, by looking at the cause of your pain and suffering. Is it you, your expectation, your ambition, or another person who creates blocks and barriers: discover that and try to manage it. If it is you, then change yourself so that you can become happier. It won't happen overnight, yet it will happen.

This is the month of October, which as a rule in this ashram, is called the happy month. Everybody has to try to be happy. Unhappiness is a condition that exists in everybody's mind. In that condition of unhappiness, you close yourself and brood

upon what is happening to you, you feel depressed and dejected, or you feel aggressive and express yourself forcefully.

Meditation is a good way to help observe the mind. However, after you have observed the mind, can you consciously and wilfully change the expression of the mind? In your practice of antar mouna you may pick one thought and discover where it is coming from. After discovering that, you might even clear the thought, yet you have cleared only one aspect, one corner of the room. What about the lingering smell of dejection, depression and anxiety that thought has left behind? You cleared the room, but did you light incense to get rid of the lingering odour? If you light incense to remove the lingering odour of negativity, then it has to be the incense of happiness. The incense has to be that of happiness, not even of mantra, as mantra will again make you withdraw.

You have to understand the expressions of your mind and make the effort to positively change those expressions every instant, every moment. This is the most difficult sadhana. You think of yoga as classroom training, 'I am going to be doing this and this and this', 'I am going to be taught this and this and this.' Beyond the classroom, you live your normal life, not your yogic life. A person who involves with yoga for only a few hours during the day cannot expect to

cultivate spiritual awareness. They can only put on a mask of righteousness and correctness on their faces and pretend to be yogis. To be a real yogi, you have to do the sadhana. Sadhana is not the classroom training, sadhana is continuous awareness: self-observation, self-correction; self-observation, self-correction; self-observation, self-correction.

Break your limits; make muscle memory

You have to extend yourself beyond your limits. Even in the practice of asanas, you practise one asana for maybe 10 rounds, then you get bored and move on to the next one. Then you feel that your body is slightly tired, so you lie down to relax. There is often more relaxation in an asana class than the actual practice of asanas. You don't do an asana class, you do a relaxation class. Every time you feel a little tiredness, you say, 'Oh, I am going to practise shavasana.' That is incorrect.

When you go to the gym to build up your body, do you fall flat after five rounds of lifting the dumb-bell? On the contrary, you try to increase your capacity by increasing the number of times you lift the dumb-bell. If it is five times today, you make it six times tomorrow, seven times the day after, until you are able to do one hundred lifts. Then you say, "I feel healthy. I have improved." Here you increase the effort every day, and in yoga you decrease the effort



every day. That should not happen. In yoga too you have to increase the effort, from ten times this week to fifteen times the next week, to twenty times the second week, to twenty-five times the third week, to thirty times the fourth week, to fifty times the fifth week. If you do this, you will see what happens. Within one month you will be flying in the air, for the muscles of the body will develop a positive memory.

Right now your muscles have no memory of any posture except that of shavasana. I was talking to a senior sannyasin as to when was the last time he had done vrishchikasana. He said, “Oh, that would be in the sannyasa course in 1973.” I said, “Can you do it today?” He said, “Let me try. So many years have gone by, I don’t know if I can do it, but let me try.” He tried, and in one go he was back in exactly the same posture. This was due to muscle memory. This is an important thing to know: that muscles have memories. When you practise an asana, you are training your body. You are not merely guiding the body to come into a posture, you are creating an unconscious memory. That memory is the real reason for improvement in health. Therefore, the practice of asanas has to be extended. Not that you do ten rounds and then shavasana. Keep on increasing the number of rounds.

In our training with Sri Swamiji, we used to do each asana for half an hour. How many rounds of pawanmuktasana can you do in half an hour? Practically one hundred rounds of

each movement, and our body became completely flexible in three days without any aches or pains. That is how Sri Swamiji trained us to do it, and therefore in the first practice of an asana we were able to master it. Due to the repetitions, the body developed its own asana memory. Even today, although I haven’t done many of the advanced asanas for years, I can do them without any preparation as the memory is there and a condition has been created. Can you say the same of your own yoga practice, which consists of going into shavasana after ten rounds of anything? The memory being created is that of shavasana, not of the asana.

You have to take that extra step. You have to go beyond your limitation, but not exert yourself. It has to be done in a proper, comfortable and easy manner, yet it has to be done. This is called sustained and continuous effort. It leads to a deeper experience of yourself and you again become a learner of yoga.

Right now, you identify yourself as a teacher of yoga. I aim to ensure that by the time you leave the ashram gates you will be calling yourself a learner of yoga. You may be a teacher of yoga for others, the person who teaches them the basics of the Satyananda Yoga system. However, in your life, in your journey, you are not a teacher; you are a learner. That awareness, that understanding has to come. If this happens, then the purpose of this Symposium will be attained.

Practise awareness and relaxation every moment

You can change your mindset if you are focused on the two principles of awareness and relaxation. The idea of awareness and relaxation is not only to be incorporated in your yoga practice, but in every moment of the day as well. You are continuously engaged throughout the day. Your senses, your time, your mind are all engaged, and this engagement makes you lose sight of awareness and relaxation. That is a big flaw in your responses. If you are able to remain aware and relaxed, then fifty percent of the difficulties and challenges that you face in your mind or body can be easily overcome. When stressed people come and practise meditation, they feel that they have relaxed and the stress has lessened. That is a result of connecting with relaxation and concentration.

Relaxation and concentration have to be developed. Today you practised kaya sthairyam, stillness of the body. It was not the practice that you have done in the past where you simply focused on stilling your body. Rather, you had to create a foundation and an awareness to experience the stillness of the body. This involved visualization of the body as a pyramid with a triangle under you. It changed the whole experience of kaya sthairyam. Your body as a pyramid connected with earth and the prithvi tattwa. As you followed the instructions and the awareness deepened,

you felt that firmness settling in. You became the pyramid and came to a state where the body did not divert the awareness to any ache, pain or problem area. Perfect stillness was felt, and this was only at the physical level.

In all meditation classes, kaya sthairyam is an over-emphasized practice without any understanding of what it really means. People think that by sitting down, forcing the body to be still and closing the eyes, they can meditate. No. Stillness also has to be a gradual, progressive process. There is body stillness, then there is the stillness of the senses; one by one each sense perception has to be stilled, pacified and balanced. Therefore, there are six levels of kaya sthairyam. Each of these is a powerful practice and together they lead to sensory pratyahara. It is only when you have perfected sensory pratyahara that you can move into deeper states of meditation.

All of you think of kaya sthairyam as merely stillness of the body, since the name means that and since only that level was taught in the first chapter. “Be still,” only that much was defined. That was lesson number one. Now, in lesson number two, you are being taught how to be still, how to stop the agitation, how to disconnect yourself from the sense objects and connect with something else. Disconnection is not the end. After disconnection, you have to do something else to generate a more subtle experience. Thus, it is a complete sequential process.



Concluding message

The slogan that was given to Sri Swamiji was to carry the message of yoga from door to door. As the doors increased, the shores also increased. The mandate, however, was to carry the message of yoga from door to door, and that was for the first chapter of yoga. The message for the second chapter of yoga is yoga from moment to moment. It is not yoga from door to door; that chapter of yoga propagation is over. Now we are starting a new chapter to live yoga.

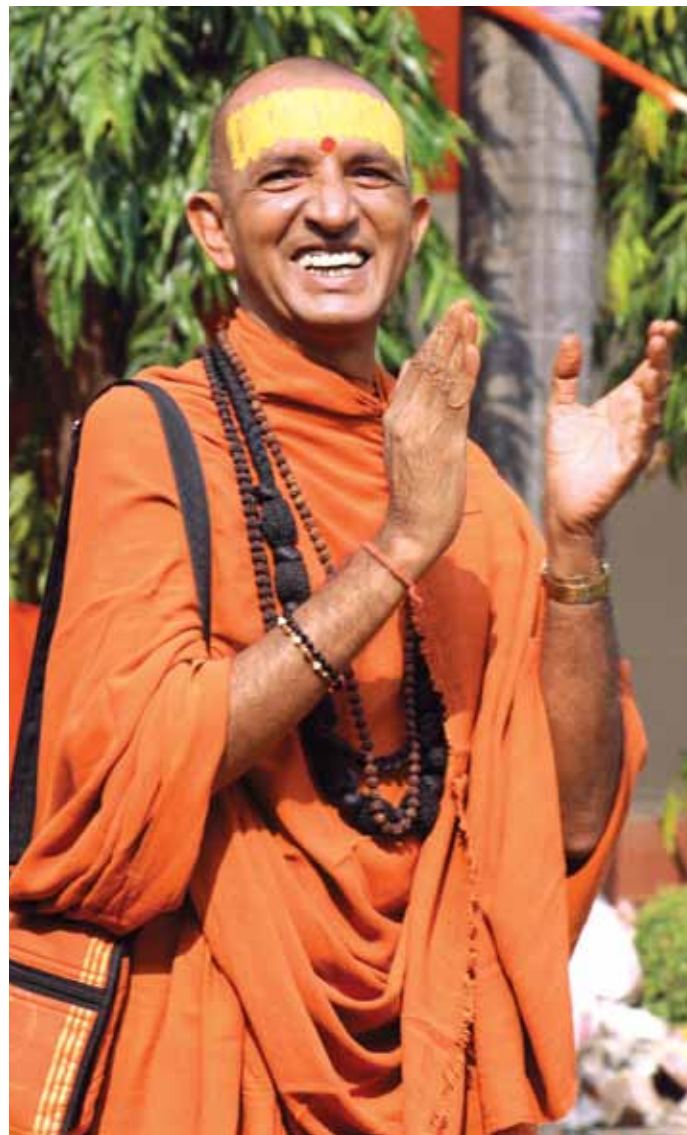
During the Symposium, a lot was said, theories were discussed, and we also went through the practices that are the defining techniques of the second chapter of yoga. The conclusion is that if we have to make yoga a part of our lifestyle and culture, if we have to live the depth of yoga as an experience, then there cannot be any bhoga. For example, when people go to sleep in yoga nidra, they are practising *bhoga nidra*, the sleep of enjoyment and pleasure, and not *yoga nidra*, the sleep of pratyahara.

What we have practised today is going back to the basics, the nyasa system, from which the subject of yoga nidra evolved. I hope that this will be to restart your journey in yoga nidra and leave bhoga nidra. Fifty years ago Sri Swamiji planted the seed of yoga and yoga nidra, and then it spread everywhere. Now again another seed of yoga nidra is being planted, which will remain intact for some time before you

change it to some other crazy nidra. Nevertheless, while we are aware of its original form, let us focus on cultivating the moment to moment awareness. Let us look at exploration of yoga vidya as an experiential process and not for teaching to others. For general teaching, Satyananda Yoga stands tall. You practised it for fifty years, and others will continue to practise it.

The purpose of this Yoga Symposium is to understand yoga and let it express in behaviour, thought and action. Or is the intention to be a hypocrite yoga teacher all your life, where you tell others the righteous way of living and live in the most ridiculous manner yourself, not applying the principles, the understanding or the wisdom of yoga in daily life, and confining it to classroom environment only? That is the ridiculousness that all of you have expressed, projected and lived. If you observe yourself, this is what you will find: yoga in the classroom, bhoga outside the classroom under the guise of yoga. If you are sincere, change it. If you are not, you can continue living the way you have been. You will be the loser and you will be the winner. If you want to be the loser, follow the whims of your ego and mind. If you want to be the winner, follow the aspirations of yoga.

God has given you so much. If you see Sri Swamiji's writings in Satyam Vatika, you will find his statement that God has given us so much and we have to all share it freely and openly. Therefore the call of the time is now to live yoga from moment to moment. Let that be our vision, let that be our goal, and let that be our aspiration.



निरंजन-नुतिमाला
Garland of 60 Verses in Praise
of Swami Niranjan

1. ॐ नमो निरंजनाय भवभयभंजनाय । निर्मलाय निर्लिप्ताय
निर्वाणपदातीताय ॥
Salutations to Niranjan, the remover of worldly sorrows and
fears, who is pure and unattached, who is beyond even the
state of Nirvana.
2. नुतिः कथं करोमि ते बृहत्कीर्तिकृतिसिंधुः । स्तौमि मनोगिराशुचये
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥
How do I glorify thee when the ocean of your fame and
accomplishments is vast indeed? Yet I praise thee that my
speech and mind be purified. Salutations to thee O Niranjan!
3. निरतः तपसि घोरे पूर्वदेहे हिमालये । तपोपूतः समाधिस्थः निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥
In thy past life thou were engaged in great austerities in the
Himalayas. Salutations to thee O Niranjan, purified by the
fire of tapas and forever immersed in samadhi.
4. नातिदूरे हृषीकेशे शिवानन्द-हृदयाब्जे । प्रेमतरंगः स्पन्दितः शिवानन्द
नमोऽस्तु ते ॥
Not far away, in Rishikesh, a wave of blissful love sprang
in the heart of the sage Sivananda. Salutations to thee, O
Sivananda!
5. निजप्रियतमशिष्ये सत्यानन्द-परिव्राजे । तीर्थस्पृहा प्रचोदिता
सत्यानन्द नमोऽस्तु ते ॥

And thus did he inspire a desire for pilgrimage in his dearest
disciple, the mendicant Satyananda. Salutations to thee, O
Satyananda!

6. निर्जनगंगोत्रीक्षेत्रे महामुनिमिलापः । निश्चिता भावीयोजना निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥
In the desolate region of Gangotri, the great sages met and
decided the future course of events. Salutations to thee O
Niranjan!
7. निःसंतानशिष्याभ्यां आवाहनमनुपमम् । स्वयंसिद्धमहात्मनः निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥
The wondrous invocation of a great, perfected soul then
took place for a childless, disciple couple. Salutations to
thee O Niranjan!
8. नंदग्रामेऽवतरणं सत्य-शिव-सुन्दरस्य । धरित्री सुधन्याऽभवत् निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥
The advent of Truth, Auspiciousness and Beauty took place
in Nandgram. Blessed indeed was Mother Earth by this
auspicious birth. Salutations to thee O Niranjan!
9. नक्तमपश्यत् सद्गुरुः विचित्रवाटिकां स्वप्ने । सुन्दरां पुष्पविहीनां
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥
At night the great guru Satyam dreamt of an extraordinary
garden, beautiful but devoid of flowers. Salutations . . .
10. निकामं सुन्दरपुष्पं स्फुटितं हठात् उद्याने । व्याप्ता सुरभिः सर्वत्र
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥
Suddenly an extremely beautiful flower blossomed whose
fragrance spread everywhere. Salutations . . .

11. निःसृतसुगन्धं अनुभूय गुरुः अजानत् यत् । दिव्यशिशुः धराजातः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Experiencing the wafting fragrance the guru came to know that the divine child had taken birth on Earth. Salutations . . .

12. निखिल-जग-ज्योतिः सः लिखितवान् गुरुः पत्रे । सर्वकोणतमोपहः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

“He is a beacon for the entire world,” the guru wrote in a letter, “who will illuminate all the dark corners.” Salutations . . .

13. नारदः ब्रह्मणः यथा मम सः मानसपुत्रः । जन्मजातसंन्यासी हि
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

“Just as Narada is Brahma’s manas-putra so is he, verily a sannyasin by birth, my manas-putra.” Salutations . . .

14. निकृष्टे अस्मिन् युगे रामकृष्णः वस्तुतः सः । सत्य-धर्म-संस्थापकः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

“He is verily Rama and Krishna in this degraded age, who has come to establish Truth and Dharma.” Salutations . . .

15. नामविषये प्रश्नः यः मे तु प्रियः निरंजनः । इति सत्यम् अघोषयत्
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

“Regarding the question about his name, dear to me is Niranjana,” thus did Satyam proclaim. Salutations . . .

16. निकटे परमगुरोः पितरौ बालं नीतवान् । शिवानन्दानन्दमग्नः
शिवानन्द नमोऽस्तु ते ॥

His parents took him to paramaguru Sivananda who was lost in bliss at the sight of the blessed child. Salutations to thee, O Sivananda!

17. निर्देशान् सत्यानन्दस्य अनुसृत्य तत्पितरौ । तं परिपालयतः स्म
सत्यानन्द नमोऽस्तु ते ॥

His parents then started rearing him as per guru Satyananda’s instructions. Salutations to thee, O Satyananda!

18. निगमागमेषु ज्ञानं गीता-रामायण-शास्त्रं । श्रावयतः सर्वं तस्मै निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥

They would narrate all the knowledge inherent in the ancient scriptures, like the Gita and Ramayana to him. Salutations . . .

19. नित्यं स्वगुरुगाथानां स्वपितृभ्यां श्रवणम् । चित्तं गुरुमयं जातं निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥

And by constantly listening to tales of his guru Satyam, his mind became totally saturated with the spirit of the guru. Salutations . . .

20. नववस्त्राणां कर्तनं मूषके दोषारोपणम् । बाललीला मनोहारी निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥

As a child, he would prefer guru clothes only. He would tear up any new clothes he’d get and blame the misdeed on a mouse! Such were the endearing pastimes of his childhood. Salutations . . .

21. निस्सीमप्रेमः स्वगुरौ सदा तत्संगकामना । आबाल्यात् आश्रमाटनं
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Having boundless love for his guru, and always desiring to be with him, he started coming to the ashram from a young age. Salutations . . .

22. निर्भयबालयोगी सः त्यक्त्वा संसारबंधनान् । गुरुचरणौ आगतः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Letting go of all ties binding him to the world, the fearless
bal yogi surrendered at the feet of his guru. Salutations . . .

23. नित्यनूतनचपल-लीलाभिः अन्तेवासिनः । सर्वान् प्रमोदयति स्म
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

In the guru's ashram he enthralled all the inmates with his
ever new naughty leelas. Salutations . . .

24. निद्रायां सः प्रशिक्षितः योगनिद्रा-सुविधिना । अल्पकाले विद्याधारी
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Trained by the wonderful method of yoga nidra in his sleep,
he soon became the repository of all vidyas. Salutations . . .

25. नितरां शुभदिवसे संन्यासपरम्परायाम् । सद्गुरुणा सुदीक्षितः निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥

On an exceedingly auspicious day, he was initiated into the
sannyasa tradition by his guru. Salutations . . .

26. निजजीवनचक्रस्य अग्रिमाध्यायः आगतः । विदेशयात्रायै सज्जः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Thereafter the next chapter of his life opened and he
prepared to go overseas. Salutations . . .

27. निशायां रेलयात्रायां बुभुक्षितः किञ्चित् क्रीतः । प्रातःकाले गुरुः
रुष्टः निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

On an overnight rail journey, he felt hungry and bought
something to eat, but in the morning the guru was annoyed.
Salutations . . .

28. नास्ति निजोपयोगाय एतत् धनं जनार्पितम् । परोपकाराय इत्युक्तं
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

"This money offered by the people is meant for public welfare,
not personal gratification," said he. Salutations . . .

29. निरतिः तत्गुरुवाक्ये दृष्ट्वा कस्यांचित् यात्रायाम् । मार्गेऽकाण्डझंझावातः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

He clung tenaciously to this statement of his guru, and the
tenacity was witnessed during a certain journey where a sudden
storm happened on the way. Salutations . . .

30. नीरनिर्वहनं कृत्वा यद्यपि प्रचुरधनं । सेवायै इदं न मम निरंजन नमोऽस्तु
ते ॥

Depite having plenty of money he survived merely on water,
thinking that 'the money is for seva not for me'. Salutations . . .

31. निर्देशपालोऽनुपमः शिष्यत्वशिखरारूढः । गुर्वाज्ञाविचारणीया निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥

An exemplary follower of guru's instructions, the very pinnacle
of discipleship, he believes in the credo of following the guru's
commands without thought or question. Salutations . . .

32. निःसंकोचाज्ञापालनं भवनस्य यदा कस्यचित् । मलागारपरिपूर्णः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Such an unhesitating obedience was seen when the septic tank
of a certain building started overflowing. Salutations . . .

33. निष्क्रियाः गुरुभ्रातरः सर्वस्मिन् दुर्गन्धघृणा । कोऽपि नास्ति गुरुमुखः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

His guru-bhais stood frozen, filled with disgust at the foul smell,
none of them inclined to do the guru's bidding. Salutations . . .

34. निरंजनेति शब्दः गुरुणा तदोच्चारितः । धीमते संकेतपर्याप्तं निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Then the guru uttered a single word, 'Niranjan'. For the wise, only a hint need suffice. Salutations . . .

35. निमिषे तस्मिन् आगारे पपात हि निरंजनः । सत्यम् परमविस्मितः निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

In the twinkling of an eye Niranjan had jumped into the tank, leaving even Satyam astonished. Salutations . . .

36. नितांतमेधावीछात्रः सर्वकक्षापारंगतः । आचार्या आश्चर्यान्विताः निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

An extremely intelligent student, he surprised all his teachers abroad when he rapidly passed one class after the other. Salutations . . .

37. न्यूनवयसि विख्यात-विश्वविद्यालये वेशम् । इति नवकीर्तिमानं निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

He created a record of sorts by gaining admission to a world-famous university at a very young age. Salutations . . .

38. नास्ति मायासमः पाशः एषापि तवपरीक्षा । गुरुभक्तः त्वं उत्तीर्णः निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

There is no bondage or temptation like maya, and this was also a test from her. But devoted to your guru, you passed the test with flying colours. Salutations . . .

39. निजजीवन-सेवायै नास्ति मे अन्याभिलाषा । इति चिन्तयन् त्यक्तवान् निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

'My life is dedicated to service of my guru, and I have no other desire,' thinking thus you let go of the tempting offer. Salutations . . .

40. नगर-देश-द्वीपेषु योगप्रचारमकरोत् । सर्वत्र श्रीभूतिं प्राप्नोत् निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

In different cities, countries and continents you spread the message of yoga, and everywhere your efforts were crowned with auspicious success. Salutations . . .

41. नाना-धर्म-संस्कृतीणां अनुभवं ज्ञानं प्राप्य । विश्वनागरिकोऽभवत् निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

From the wisdom and experience gained from various faiths and cultures, you became a world-citizen indeed. Salutations . . .

42. निवासः यदा भवतः अमेरिकादेशे आसीत् । आश्रमाय भूमिः क्रीता निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

While living in America, you bought extensive land for an ashram. Salutations . . .

43. निर्देशः प्राप्तः सद्गुरोः स्वदेशं प्रत्यागच्छेति । वर्षान्तेऽतिकठिनता निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Then you received an instruction from your guru to return home. There was a lot of difficulty at that year-end time. Salutations . . .

44. निर्गतवान् तथापि त्वं सर्वयोजनाः संत्यज्य । भारतभूमौ आगतः निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Yet relinquishing all plans you left and came to India. Salutations . . .

45. निवृत्तः स्वगुरो ऋणात् सत्यम् सर्वं त्यक्तुं सज्जः । संन्यासादर्शः स्थापितः सत्यानन्द नमोऽस्तु ते ॥

Freed from the debt to his guru, Satyam was ready to leave everything, thus setting a great example of sannyasa. Salutations to thee, O Satyananda!

46.नियुज्य स्वस्थाने शिष्यः सर्वकार्यभारः दत्तः। सुयोग्योत्तराधिकारी
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Installing his disciple and worthy successor Niranjan in
his place, he placed all the responsibility on his shoulders.
Salutations . . .

47.निखिलसमाजवर्गेषु सेना-कारा-क्रीडादिषु । योगविद्या प्रसारिता
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

You spread the vidya of yoga in all areas of society, such as
military, prisons, sports etc. Salutations . . .

48.निर्मितः विश्वे प्रथमः योगविश्वविद्यालयः । शिवस्वप्न-फलीभूतः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Establishing the world's first yoga university, you thus
fulfilled the dream of Sivananda. Salutations . . .

49.निचयः योग-संन्यास-तंत्र-प्रभृतिविषयेषु । ग्रंथाणां त्वया लिखितः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

You authored a large collection of texts on varied subjects
of yoga, sannyasa and tantra. Salutations . . .

50.निहित-प्रतिभा-वृद्धिः बालयुवसु सम्भवः। तव बृहत्युरुषार्थैः निरंजन
नमोऽस्तु ते ॥

The innate potential of children and youth was realized and
developed through your untiring efforts. Salutations . . .

51.नगर्यां योगस्याभवत् विश्व-योग-सम्मेलनम् । आरब्धः
द्वितीयोऽध्यायः निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

A World Yoga Convention was held in the City of Yoga
wherein you initiated the second chapter of yoga.
Salutations . . .

52.नियम-यम-विधिभिः जीवने सत्त्वं भवति । क्षणप्रतिक्षणयोगः
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Through the practice of yamas and niyamas, life is
endowed with positivity. This is the yoga from moment
to moment. Salutations . . .

53.निग्रहः इन्द्रियाणां च मनसः अपरिहार्यः । यौगिकजीवनशैल्यां
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

The restraint of the senses and mind is of paramount
importance in the lifestyle aspect of yoga. Salutations . . .

54.नाशं संस्काराणां दृष्ट्वा संन्यासपीठः स्थापितः ।
साधुसंस्कृतिसमाजाय निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Seeing the decay of samskaras, you established the
Sannyasa Peeth for the betterment of sadhus, samskriti
and society. Salutations . . .

55.नारायणास्त्र-ब्रह्मास्त्र-पाशुपतास्त्र-यज्ञाः । पुनरुज्जीविताः त्वया
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

You have revived the ancient Narayanastra, Brahmastra
and Pashupatastra yajnas. Salutations . . .

56.निजगुरु-तपोऽनुसृत्य कठोर-पंचाग्निसेवी । भस्म-विभूषित-यते
निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Following the footsteps of your guru and emulating
his austerities, you undertook the arduous panchagni
sadhana. Salutations to thee, O Niranjan, the ascetic
resplendently adorned with ash.

57.निधिः अमूल्यः विश्वस्य त्वं राष्ट्रस्य अधिनायकः । पद्मभूषण-
भूषित-निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

You are a priceless treasure of the world, the leading light of the nation. Salutations to thee, O Niranjana, decorated with the Padma Bhushan.

58. नास्ति यस्मिन् कोऽपि दोषः सः निरंजन उच्यते । सर्वकल्मषान् नः हरेत् निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

Niranjana is one without a fault. May he remove all our faults too. Salutations . . .

59. निपुणतया चित्तस्य रंजकोऽपि निरंजनः । हृदयानि नः रंजयेत् निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

One who expertly colours the heart is also Niranjana. May he colour our hearts too. Salutations . . .

60. निखिलजगदाधार! समस्तविश्वसद्गुरो! रक्ष नः परिपालय निरंजन नमोऽस्तु ते ॥

O support of the entire earth! O sadguru of the entire world! Protect us, nurture us. Salutations to thee, O Niranjana!

