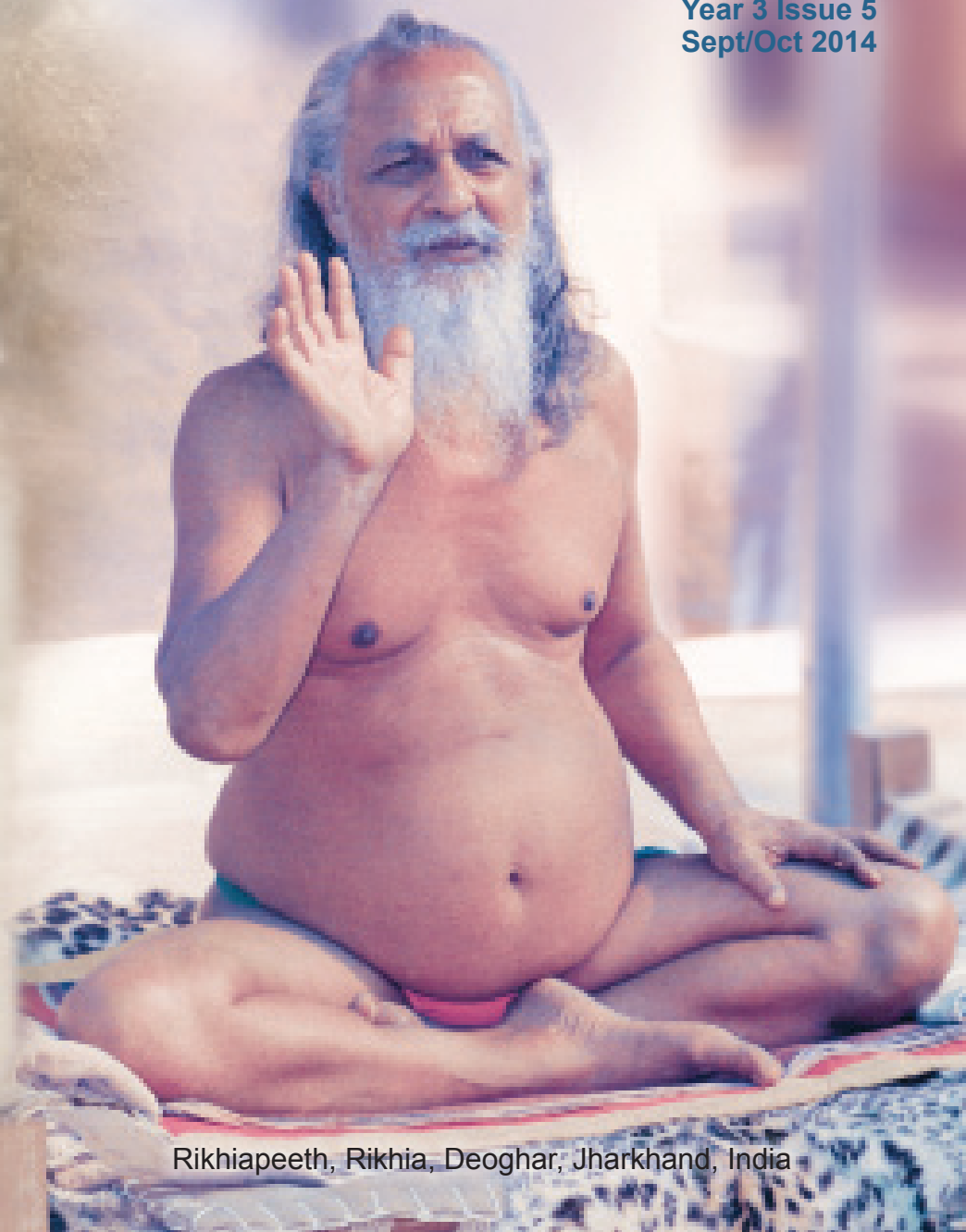


# ARADHANA

## Yoga of the heart

---

Year 3 Issue 5  
Sept/Oct 2014



Rikhiapeeth, Rikhia, Deoghar, Jharkhand, India



## *Namo Narayan*

ARADHANA Yoga of the heart is an offering to Paramguru Swami Sivananda and our beloved Pujya Gurudev Swami Satyananda. It is compiled, composed and published as an offering of seva by the sannyasin disciples, devotees and well-wishers of Paramahansa Satyananda.

### **Editor:**

Swami Yogamudra Saraswati

### **Assistant Editor:**

Swami Atmajyoti Saraswati

### **Printed and Published by**

Swami Yogamudra Saraswati, Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113

**Owned by** Rikhiapeeth Public Charitable Society

**Printed at** CDC Printers Pvt. Ltd. at Tangra Industrial Estate-II, Kolkata – 700015

### **© Rikhiapeeth 2014**

P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113, India

For reply: please send a stamped, self-addressed envelope

**ARADHANA Yoga of the heart is a bi-monthly journal for free distribution.**

Cover photo:

Swami Satyananda Saraswati



**Rikhiapeeth**, the tapobhumi of Swami Satyananda Saraswati, has developed into a vibrant spiritual epicentre abundant in peace, plenty and prosperity. Aspirants, seekers, devotees, householders and sannyasins come from all parts of the world to live and work together for the benefit of others by following the high ideals of seva, selfless service, sadhana, spiritual practice, swadhyaya, self study, and satsang, association with truth, as taught by Swami Sivananda and established by Swami Satyananda. It is a place of inspiration and joy for the thousands of natives who live in the hundreds of villages that surround Rikhiapeeth, as well as for millions of spiritual aspirants and devotees who come to imbibe the spiritual vibrations that abound in this sacred place.

**ARADHANA Yoga of the heart** is intended to share the profound teachings and lifestyle that are being practised and lived in this sacred place for the benefit of all.

**This issue of ARADHANA is dedicated to the vision and mission of Sri Swami Satyananda who arrived at Rikhia 25 years ago, on 23rd September 1989. During the year of the Silver Lining Jubilee, Aradhana commemorates the sankalpas Sri Swamiji has sown in Rikhiapeeth for the entire planet.**

**Printed by:** Swami Yogamudra Saraswati, Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113

**Published by:** Swami Yogamudra Saraswati, Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113

**Owned by:** Rikhiapeeth Public Charitable Society, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113

**Printed at:** CDC Printers Pvt. Ltd., Tangra Industrial Estate-II, Kolkata – 700015

**Published at:** Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113

**Editor:** Swami Yogamudra Saraswati

# ARADHANA

## Yoga of the heart ♥

Year 3 Issue 5  
Sept/Oct 2014

Silver Lining Jubilee  
Rikhiapecth

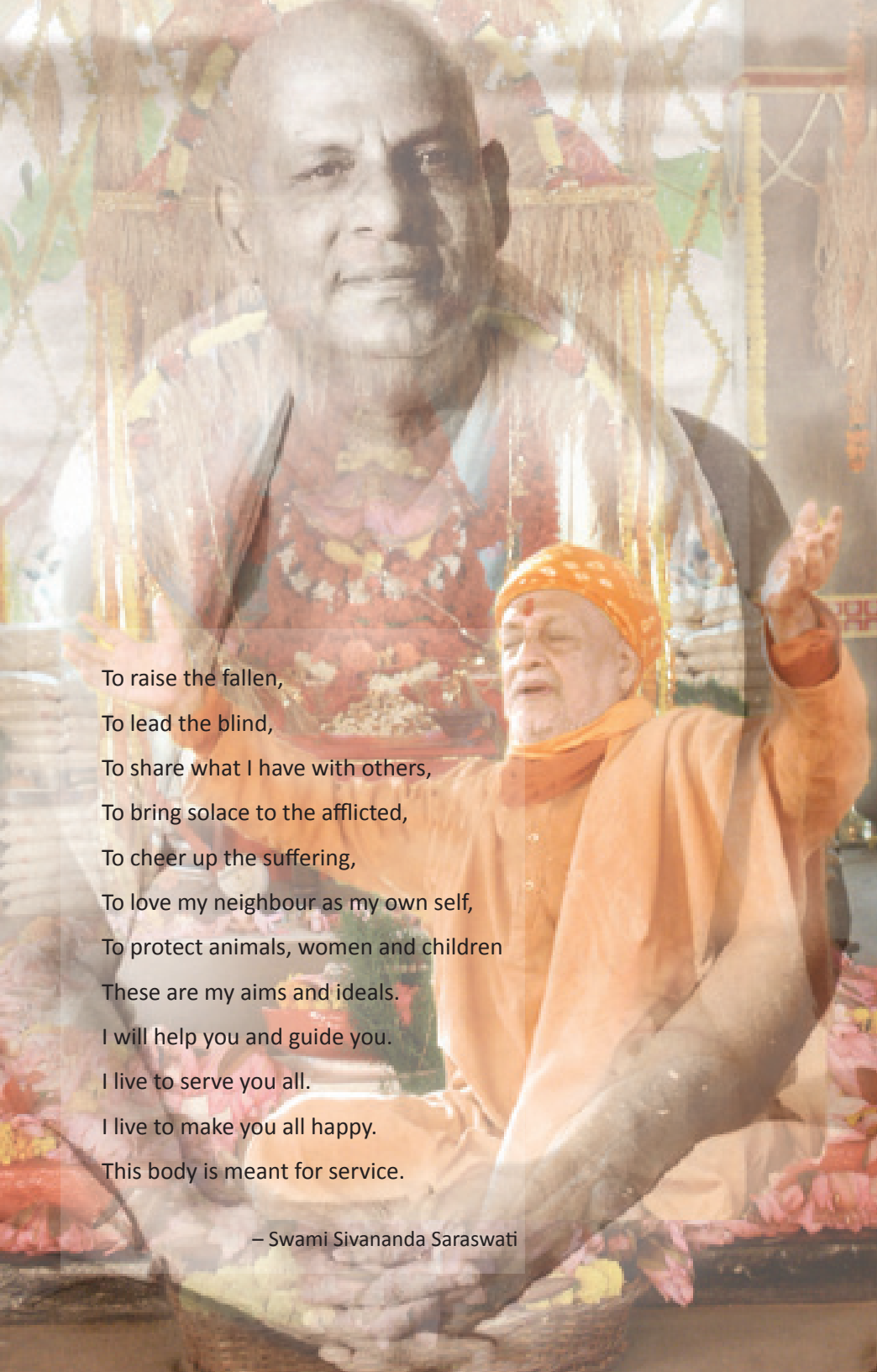
A Celebration of 25 Years

### Contents

- |    |                                      |    |   |
|----|--------------------------------------|----|---|
| 3  | The Mandate                          | 27 | Watering the Roots & Nourishing the Soul Through Yogic Living |
| 4  | The Quest                            | 36 | देने का नाम ही जीवन ह   |
| 8  | The Vision                           | 41 | सेवा-भगवान् का प्रसाद   |
| 16 | Serve, Love, Give<br>– Cosmic Forces | 44 | सेवा की राह   |
|    |                                      | 48 | परमहंसजी की तपोभूमि - रिखियापीठ                               |

### Aradhana Invocation

देवान्भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः । परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवाप्स्यथ ॥ Bhagavad Gita 3:11  
Yajnas nourish, strengthen and empower the Devas, they in turn empower us.  
Strengthening and nourishing each other in this way, both attain shreya (prosperity).



To raise the fallen,  
To lead the blind,  
To share what I have with others,  
To bring solace to the afflicted,  
To cheer up the suffering,  
To love my neighbour as my own self,  
To protect animals, women and children  
These are my aims and ideals.  
I will help you and guide you.  
I live to serve you all.  
I live to make you all happy.  
This body is meant for service.

— Swami Sivananda Saraswati

# The Mandate

Swami Satyananda Saraswati

I received three instructions from my guru, Swami Sivananda – serve, love, give. These precepts became the sadhana to be perfected in my life, and took a definite form when I came to Rikhia. To help others grow and become better in all respects, external and internal, social and personal, is my sankalpa. Whatever methods I have adopted over the years, whether yoga or the activities in Rikhia, were only a means to fulfil this sankalpa. All of you must learn to live for others apart from making individual resolutions.

The Rikhia ashram will now be known as Rikhiapeeth. Peeth means 'seat', an apt term for Rikhia as the instructions given by Swami Sivananda have culminated and fructified here. Its mantra is 'Aim Hreem Kleem Om'.

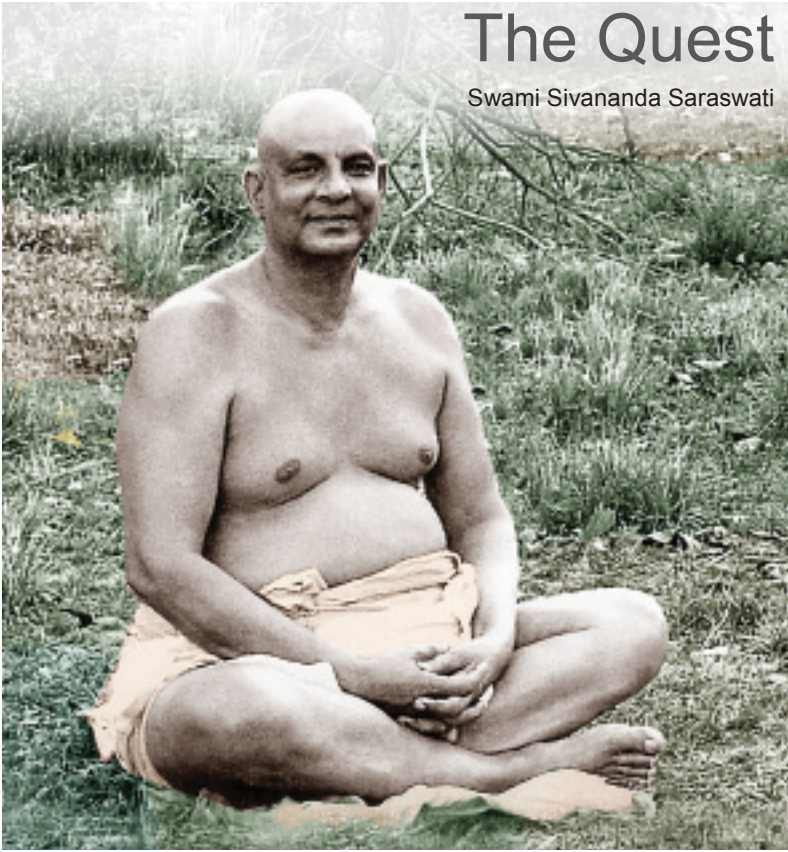
Rikhia is an ashram in the original sense of the word, because here a lifestyle is lived. Swami Satyasangananda is the Peethadishwari of Rikhiapeeth and has been given the sankalpa that the three cardinal teachings of Swami Sivananda will be practised and lived here. This is the future vision for Rikhia.

Rikhiapeeth will have a spiritual tone and at the centre of its spiritual tone will be the masses. The salt of the earth are the poor people. Eighty percent of India is poor. They make up eighty percent of Rikhia panchayat too. It is these people we have to keep in mind. They live a pathetic life, and we have to do something to raise their standard of living. What is written in your newspapers and books is rubbish. Unless you are able to bring happiness to each and every person, your philosophy is a farce. It is meaningless. Your religions are futile.

The responsibility of religion is to help mankind, but it has never done that. Just read history. Religions have failed in this and history bears witness. Religions have to come to man's rescue, and not create more problems. Peace, shanti, and non-violence, ahimsa, should be the slogan, aim and purpose of religion. This is the religion we are talking about in the mantra 'Aim Hreem Kleem Om'.

# The Quest

Swami Sivananda Saraswati



Life is a voyage in the infinite ocean of time, where scenes are perpetually changing. Life is a journey from impurity to purity, from hatred to cosmic love, from death to immortality, from imperfection to perfection, from slavery to freedom, from diversity to unity, from ignorance to eternal wisdom, from pain to eternal bliss, from weakness to infinite strength.

We are here as passing pilgrims. Our destination is God. Our quest is for the lost inheritance, the forgotten heritage. The great central aim in life is the coming into a conscious realisation of our oneness with God. Life has no meaning as a separate life. It has meaning only when it becomes full or whole, when the individual soul joins the Supreme Soul.



The modern life of rush and hurry with fear, insecurity, illness and friction is not real life. A life of material luxury, of wealth and power, is not the end of life. Such a life does not produce peace of mind and serenity of soul. Life in the spirit is the only real eternal life.

Life is a fight for fullness and perfection. Man evolves, grows, expands and gains various experiences through struggle. Climbing a mountain, crossing a channel, bombing a city, or blasting a fort – these are not the true acts of heroism and real courage. Controlling your mind and senses, and overcoming anger, passion and egoism by attaining self-mastery – these constitute real heroism in man.

The world is your best teacher. This world is your best guru. There is a lesson in everything. There is a lesson in every experience. The world is the best training ground for the development of various divine virtues such as mercy, forgiveness and tolerance, universal love, generosity, nobility, courage, magnanimity, patience, strong will. The world is an arena for fighting with the diabolical nature and for expressing divinity from within.

Life is not fully lived, not fully realised, if you do not serve and love the entire humanity. The secret of true life is in the love of God and the service of humanity. Live to help others – the divine power will stream through you as life-giving force.

**Serve, love, give, purify, meditate – your journey will take you into a new realm of infinite bliss.** You will discover shining treasures, you will rediscover God, you will be strong, you will be healthy, you will be free, you will be nice, you will be happy, you will be peaceful. **Make life a perpetual joy – derive joy from satya, derive joy from tapas, derive joy from daya, derive joy from daana.**

Lead a simple life, lead a regulated life, lead a hard life. Take hold of each day as if it were the last day, and utilise every second in prayer, meditation and service. Let your life become a continuous sacrifice to God. Understand well the meaning of life and then start the quest.

## **Humankind**

The mineral becomes the plant with life, the plant becomes the animal with a higher development of life, the animal becomes a man with life and thought. The stone sleeps, the plant breathes,

the animal moves, man is conscious, the sage is superconscious. A human being is rational, an animal is instinctive, a sage is intuitive.

Of all the animal creations of God, man alone can realise God. He alone is endowed with discrimination, intelligence, discernment, reasoning and judgment. Intellect is the greatest gift of God to man. Man is a poor being physically, but his dignity consists of thought, discrimination, reasoning and enquiry. Man evolves himself according to his thoughts and actions. Man is changed by every thought he thinks, and by every action he does. Man himself, and he alone, is responsible for all that is good or bad in his life. He can attain perfection and freedom through a long process of evolution and persistent self-effort. He is born again and again, and learns from his earthly lives how to attain perfection and unite with God.

### **Samsara**

You have made your life complex and intricate. You have entangled yourself in the quagmire of samsara. You have multiplied your wants and desires. Every day you are forging an additional link to the chain of bondage. Simplicity has vanished. Luxurious habits and ways of living are embraced. No wonder there is unemployment everywhere, people are dying of starvation, there is depression in trade and there is unrest everywhere. Divorce courts



are multiplying, one nation is afraid of another nation. Life has become a matter of uncertainty. It has become a mass of confusion, chaos and bewilderment.

### **Simplicity**

There is only one way. Lead a life of dispassion, self-control, purity, selfless service and cosmic love. Develop the habit of taking the right point of view, right thinking, right feeling





and right acting with the right mental attitude or bhava. Practise devotion and meditation.

**To move in a Rolls-Royce is not real civilisation. To have skyscrapers is not civilisation. To have helicopters is not civilisation. To have abundant wealth is not civilisation. To have titles and honours is not civilisation. To be honest, humble and pious is civilisation. To be saintly and compassionate is civilisation. To be endowed with devotion and wisdom is civilisation. To have the spirit of service and sacrifice is civilisation.**

We will have to get back to nature and natural living. We will have to adopt the simple living and high thinking of our forefathers. Lead a simple, natural life. Wear simple clothing, walk daily. Eat simple food. Lead a hard laborious life. Be self-reliant. Do not engage servants. Reduce your wants. Be honest in your dealings. Earn at the sweat of your brow. Control the indriyas and mind. Develop noble qualities. Take recourse to the company of wise men. Remember God. Sing His name. Feel His presence. Speak truth. Learn to discriminate. Learn how to lead a divine life while remaining in the world. Serve society with atmbhava. Then the whole question is solved. You have regained your godhead. You have regained your lost paradise. All miseries will come to an end. You will have success in every walk of life and undertaking. Keep this master-key with you and open the chambers of Elysian bliss.

# The Vision

Swami Satyananda Saraswati



You must understand that saints are not born merely for salvation, for gaining knowledge or for worship. Saints are born for the welfare of others and that is their only work.

I am not a reformer, it is the dharma of saints and sages to make people sing the Lord's name, to put them on the correct path, to make them tread the path of dharma, to give them the knowledge of discrimination and of the Vedas. Besides this, they should distribute cows and bulls in the villages, and make arrangements for a regular water supply. The dwellings in which they live need not be of cement. After all, where were all the Vedas, Puranas and smritis written? In forests and in thatched huts while sitting on the ground. And they are considered to be the greatest masterpieces in the world today.

## Divine voice

When I came to this place there was nothing growing here, it was barren. I arrived here on 23th September 1989, at twelve o'clock, midday. It was the day of the vernal equinox when everything is in perfect balance, day and night are both exactly twelve hours long. On such a day, I set foot here at exactly midday. Was that auspicious moment a coincidence?

That day, I was standing over there with a few swamis, including some of the locals. I did not know where to put the dhuni, the sadhana fireplace. I was standing here when suddenly a twelve-foot-long geru coloured serpent appeared at that spot, and it then circumambulated the entire property. Then I said, "I shall light the dhuni here." When God gives His command, you have to tune in and be able to understand. Things become so easy that you do not have to think or struggle. When it is God's will, everything is easy. When it is man's will, then you have to struggle. You can only attune to God's command when you stop thinking. God gave the command and so it happened that way.

I came here to Rikhia and pitched my tent. Then I made a small grass hut, a *parnakutir*, to live in. I closed all the doors and made a *sankalpa* that I would do *panchagni sadhana*, the sadhana of five fires. When I started this sadhana Swami Satsangi, who is the *karobari*, the caretaker, was in a big dilemma. Every day she would say, "What kind of life do these people live here? I can't understand it and I can't accept it." I said, "What am I going to do?" She also did not know what to do. So, a year passed and then another one. During that period of *panchagni*, in my third year here, I started an additional sadhana, *purashcharana*, observance of the repetition of mantra, of my *ishta* mantra. I took a *sankalpa* to complete *purashcharana* of 10,800,000 mantras. This meant three hundred days of mantra repetition at the rate of eight to ten hours a day, quite a heavy schedule. That year I did not meet anyone, I was in total seclusion and isolation. I used to sit in the Akhara and do my mantra. It was a lovely year.

Sometime after I had completed the *purashcharana*, the shrill voice came again, "Take care of your neighbours as I have taken care of you." That is all. This was not an idea. This was God's mandate. It

was not a hallucination. It was a mandate and I heard it very clearly. I do not experience strange psychological states. I am a perfectly normal person, but that set me reflecting on His words. I told myself, "Satyananda, are you very selfish? Will you eat all the sweets yourself? Will you have the darshan of God all by yourself? What is the use of the atmajana that you attain? How can the world benefit by your spiritual gain and self-realisation? You are very selfish, give up selfishness." I said to God, "Show me the path. I am blind. Tell me what to do. To give them clothes is not enough. Money is not enough, money cannot buy love. I cannot purchase love and give it to somebody." Thenceforth, God began to show me the path. He said, "Give blankets to those who are fighting the cold." In this way, slowly, the guidance came in clear terms.

The definition of neighbour may change later, it may not be just Rikhia or Deoghar. That depends upon my capacity. Those who say, "This is mine and that is thine" belong to the lower category, but for people who are generous, openhearted and broadminded, the whole world is one family, even though it may be split into many different countries. I have a small kutir. That is the facility my God has provided me with. I will provide others with the same facility, because He has ordered it.

### **Living for others**

He gave His mandate and it is going to happen. I do not even worry about how it will happen. If I have the feeling that I am a servant, I do not have to worry. The servant does not have to worry. He just has to carry out his orders. A servant has no accountability, no responsibility. He just has to do his duty and not think too much. I do not have to be anxious or worried. If He gives me an order I will do it, then things become easy. Whatever I do here is because I have been told to do it by somebody whom you do not know, whom I have never seen and whose phone number I do not have. He has asked me to do it and since hearing this message, every time I sit down, it comes to my mind.

I am doing it because He asked me to. So now, to live only for others should be the dharma of Swami Satyananda's life. Since the



Sri Swamiji next to Maha Kaal Chittadhuni

day this thought came to my mind, I have achieved the aim for which I left my home, fifty or sixty years ago. I did all kinds of sadhana. I read a lot, travelled around the whole world, saw all the temples of Christians, Muslims, Iranians and Parses, but now I have received His order and I am meant to work for others, not for my own spiritual salvation. I have told myself, "Satyananda, now you are a nobody. You are neither a guru nor a disciple." Since His mandate, whatever I do is not with the idea of achieving realisation, salvation, moksha, emancipation, kaivalya or nirvikalpa samadhi.

### **Goddess Lakshmi**

I do not worry about money, I do not even think about it. I have never had to think about money in my life. Fish never think about water. Do fish get thirsty? Lakshmi is my mother and she gave me a blank cheque-book. Whenever I want to, I sign a cheque and give it to those who need it. Lakshmi has assured me, "Swami Satyananda, if you do as I tell you and spend this money for others, my bank is open for you. The day you use this money for your personal enjoyment, the cheque will bounce." This is absolutely true. She told me, "Satyananda, as long as you are not amassing wealth for your own comfort and luxury you will get whatever you want. I'll be



Sri Swamiji and his companion

with you.” Of course, I am not a spendthrift. I said, “I am a good son. I will not use your money for my personal enjoyment and luxury. I will only use it for those who need it.” Be it the earthquake in Bhuj or the Orissa catastrophe, I can spend as much as I like on relief measures for disaster affected people. That divine gift is always there for me. It is a service to the nation.

One day, a lady from the neighbourhood came asking for five or six hundred rupees. Her house had burned down and she wanted some relief. I said, “No, we will not give cash. After the rains are over, we will build a house for her.” Her house was the first one we constructed. Her family members are cobblers by caste. Then the second, third and fourth houses were constructed.

### **Uplift the villages**

India is a nation of villages. India has always been an agricultural country. There are nine hundred thousand villages, about seventy percent of the population lives a village life. There used to be only seven cities here, the rest of the country was rural. This means that for most people in India, the means of living is agriculture-based, yet these people have been completely neglected in the last fifty years. Agriculture is related to villages, while market is related to cities. In such a situation it is essential that the government invests in villages. Right now, the distribution of money to villages is miniscule, and agriculture and farming do not get a good foundation. That is the truth.

Since ancient times, rural villages produce the most important thing, food. The world can run without computers, television, tables and silk, but no one can stay alive without food and water – the villages give you life. However, in the twenty-first century, the villages of India are handicapped and they have no facilities. A villager who



owns five acres of land cannot provide for his children. To farm five acres of land you need infrastructure, electricity, pumps to provide water, and at least two bulls to plough the land. The government does not provide these basic facilities, so how will a villager earn? Where will he get money from? He could have these facilities if there was an industry close to the village where members of the family worked and contributed their earnings into farming. This option does not exist here.

Until the villages are uplifted, this country will not rise. A country cannot rise by ignoring one hundred million of its population. If the current trend continues, poverty and prosperity will both go up where they are. People in the cities have immense wealth, but that wealth does not get distributed. It is for this reason that backwardness, poverty, illiteracy, squalor and lawlessness have become rampant in India, and have isolated the villages.

Until the government pays attention to villages, the problem of poverty will not be solved. Every nation must watch out for its spine. If your spine becomes weak, your entire body becomes weak. The spine of India is its villages. The condition that we have in India today is because the government has completely ignored villages. This needs to be given serious thought.

### **Lord Narayana**

You should not think that what we are doing here is social service. This is *prasad*, not social service. The concept of social service is giving aid at the time of an emergency, when there are natural calamities. Charity is the mother of poverty. If there is an earthquake and then you help, that is charity or social service. Otherwise, whenever you help others, it should be with the spirit of offering service to the Lord. When God gives the order His servant works for him. In this way it should be understood that I am not serving society, but obeying God.

The Bhagavad Gita says (17:24): “Therefore, the followers of the Vedas should undertake acts like *yajna*, service and austerities as directed by the scriptures, with the recitation of *Om* in the beginning.” If a *sadhu* comes to your house and you are well-off, it is your duty

to give him some food. However, do not give with that spirit, give as an offering. If a beggar comes to your house, do not have the attitude of helping a poor man. Instead, feel that you are giving to the Lord. Who knows? Lord Narayana can come in any form. Kabir says, “In this world one should meet with others without reservation, because who knows in which form Narayana might appear.”

### **The ultimate philosophy**

When you help others, you are helping yourself. Do not think about yourself so much. You think too much about yourself, your children, your husband, your boyfriend. Think about them a little bit. A little bit is necessary, but not too much. You are overanxious about your children, but you are not overanxious about my children. You feel so concerned about your children, but you do not think about the children of others. You should be equally concerned about the children of others. You should think about yourself and others alike.

The society which takes care of others is a secure society. If you live in a society where people are always concerned about each other, you will feel very secure. God has blessed you in this life with a beautiful house, a beautiful spouse and beautiful children, but you must care for the rest of the world as well.

### **Green and prosperous Rikhia**

“Man’s birth, life and death should be ideal, and this is possible if we keep a cow. It may not be possible to do so in the cities. That is why I am addressing the people of the villages and towns. I am telling all the villagers, those who are sitting at the back, the mothers over there, that



Serene Rikhia

I am a rajarishi, a royal rishi, and I can give cows to you all, but for that you must know how to look after a cow. You must put up a cowshed and teach your family members and children how to look after a cow. We are ready to give you the necessary training. We have a vet with us. I also know animal husbandry, after all, I am the son of a farmer. I have kept hundreds of cows. I can donate a cow to everyone. I am telling you this in earnest.



Seated at the Agni Vedi

We will make arrangements

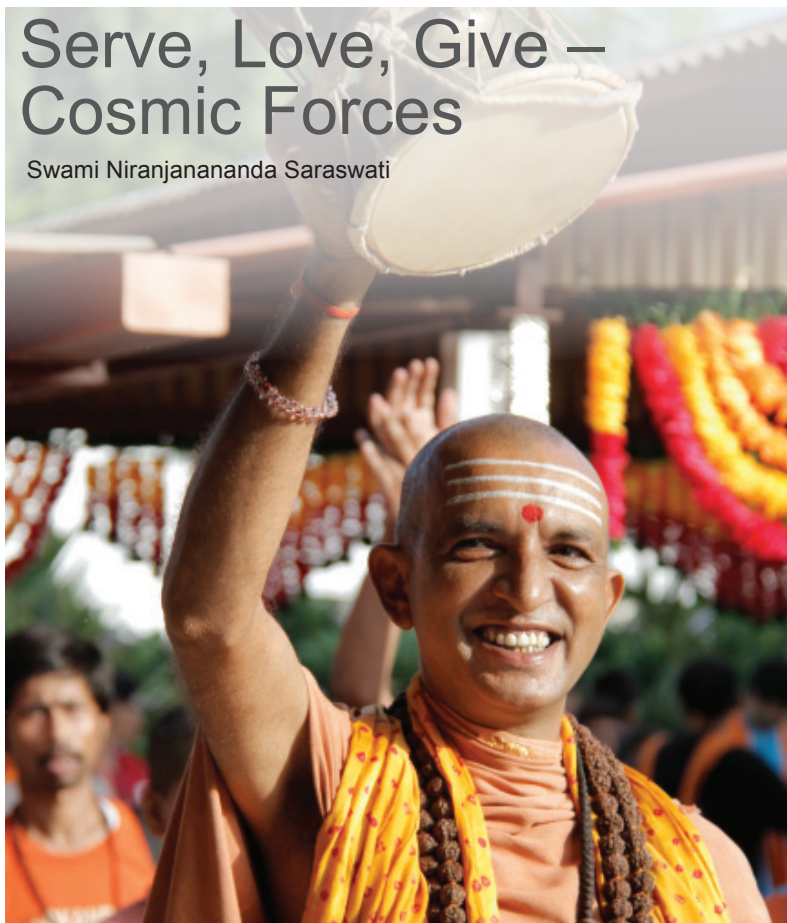
for the local water supply as long as I am here. We can provide water within a range of ten kilometres. A sannyasin is always very capable. Haven't we also brought down the Ganga and the Yamuna? We have written the Shastras, Puranas and epics. In fact, the whole Indian religion was formed by us. Is there a minister who has established a religion? No, it is only the sannyasin, the renunciate, who has founded and perpetuated religion. He lives in a hut, eats only one meal a day, wears only a loin cloth, bears heat, cold and hunger. A sannyasin bears everything for his people because he considers them to be his soul.

When I came to Rikhia I had to face a hard and austere life. I have always been an affluent sannyasin, I have lived in opulence. Not even a king or an emperor could have lived as well as I did, but even in the midst of all those comforts I always wondered, 'Is this the ideal life? These village people are simple and innocent. Many of them do not even have a hut to live in. There is no light in their house, not even a broken bed to sleep on. They are the have-nots, they have nothing. The life of a sannyasin is dedicated to the upliftment of the world.

Just as I spread yoga throughout the world, I will donate cows to each and every house. Each house will have a water supply. There will be fields to till. I shall see to it that this happens: 'Green Rikhia, prosperous Rikhia.' This is my promise and my pledge to you."

# Serve, Love, Give – Cosmic Forces

Swami Niranjanananda Saraswati



About nine years ago, while Sri Swamiji was walking in Rikhia Bhavan, he said it would be the place where all future yajnas and invocations will happen, and with that the sankalpa of Rikhiapeeth will fructify.

The sankalpa of Rikhiapeeth is ‘serve, love and give’. These three ideas are enshrined in the teachings of Swami Sivananda, and have been developed by Swami Satyananda into a universal form. It is not a philosophy, although it has its roots in it. It is the manifestation of a vision – to give the teachings of ‘serve, love and give’ a practical form, for humanity.

Through the yajnas held in Rikhia Bhavan, these three sankalpas are being invoked in the form of three powers – Ganesha, Lakshmi and Annapurna – for purification of the place.

Ganesha, Lakshmi and Annapurna are cosmic powers that do exist. They are not fantasy or imagination, they are forces existent in the universe. When you come into contact with these powers, you can feel their force, presence and grace. They can be experienced through invocation. They are very distant when you don't think about them, but they are there. Their presence is permanent in creation, in this world and in one's life. Whether you experience it or not is another matter. I'm not talking about your experience, I'm talking about their presence.

Ganesha, Lakshmi and Annapurna represent the three foundation stones of Rikhiapeth – serve, love, and give. Serve is connected with Ganesha, love is connected with Lakshmi and give is connected with Annapurna. You have to understand it in a very simple manner.

### **Ganesha – Serve**

Sri Ganesha represents the force of goodness, auspiciousness, benevolence, beauty; everything that is good. When you invoke the shakti of Ganesha, goodness, into your life your expressions and actions become good, endowed with the grace and blessings of Ganesha.

Ganesha represents auspicious beginnings. An auspicious beginning is not an outcome of good planning. Only when planning converts into action does it become auspicious. When thought becomes action it becomes useful. You cannot go from one place to another just by thinking. Action has to become a part of your thinking and desire in order to achieve. Just by thinking good, you do not become good. Just by thinking 'I am spiritual' does not make you into a spiritual being. Intention has to complement action. This is the concept of Ganesha.

The goodness that is distant from us has to be invoked. People say that goodness is inherent and bad also. Agreed, they are 50/50, but with which do you identify in life? You desire and crave the good, but you express and identify with the limiting, restricting and negative. We don't have the grace of Ganesha, intentions and

actions are opposite. When they converge, they become a power and a means for upliftment, growth and evolution. Then we are receiving the grace of Ganesha, the coming together of intention and action.

When the power of Ganesha connects with action, human actions and efforts become uplifting and inspiring. When auspiciousness combines with action, action takes the form of seva, because through that not only yourself but everybody is uplifted. Seva, service, serve and Ganesha are synonyms.

Action coloured with selfishness binds the individual. Action coloured with unselfishness unbinds the individual and uplifts another. It has a double benefit. Karma influenced by selfish needs and desires ties the individual down in the gross dimension, and accumulates more karma and more negativity. Karmas which are influenced by unselfish qualities and tendencies, or vrittis, unbind the individual from bondage and bring peace, happiness and joy into another's life.

Karma or action that brings happiness to the life of others is known as seva, service. Action that binds and holds you down is known as karma, action. The procedure is the same, performance – you perform here and you perform there – but the attitude changes the performance. The definition of performance becomes much broader.

When karma become a medium of upliftment, growth and evolution, an instrument to bring peace and joy to society, that karma becomes seva. That is the benediction of Ganesha.

### **Lakshmi – Love**

Goddess Lakshmi is not the goddess of material prosperity, wealth and gain. In reality, she is the goddess of love. She is the epitome of love and she is the most beautiful goddess. She is the consort of Lord Narayana. Narayana represents life, Shiva represents consciousness. Narayana is responsible for preserving life, Lakshmi is responsible for loving life. To love life you have to be happy. You have to work to remove the areas of discontentment and dissatisfaction that bring distress. You have to make an effort to become comfortable, prosperous and at peace. Those who make the effort receive the benedictions of Lakshmi.





Early days

Lakshmi represents fulfilment and prosperity in life. The material, mental, emotional and spiritual experiences of life have to be nourished and kept healthy. For that, fulfilment is required, but not the self-orientated.

What makes one a recipient of prosperity? Have you thought about it? The relationship between a mother and her child is one of love. This relationship ensures a mother is always observant of her child's needs, and ensures her efforts to fulfil those needs. When her child is hungry, a mother gives food. If her child has nothing to eat, a mother will give her own food. Where there is love there is sacrifice. Love and sacrifice go hand-in-hand. In love you do not need to beg because someone who loves you has seen what you lack and given that to you. Lakshmi fulfils that requirement. If she loves you, be sure that there will be no hunger or poverty in your life. If there is sacrifice, she gives and provides.

Sri Swamiji says Lakshmi gave him a blank cheque and told him, "Satyananda, as long as you don't use the money for yourself, you have a blank cheque. You can fill in any amount and use it to help others, but if you use the money for yourself the cheque



Puja in Ganesh Kutir, Guru Purnima  
2014

will be torn. Selfish desire and greed will come and divine grace, love, will go away.”

Love is the force that can transform and transcend all kinds of limiting, restrictive, negative conditions and needs in life. Love knows no boundaries. In love nobody goes hungry. In love nobody is poor. In love everyone is prosperous because all need is being looked after and fulfilled. That is the grace of Lakshmi.

So, don't ask Lakshmi for money at the time of Diwali, that is why you

are still suffering. To become a recipient of Lakshmi's grace and benediction, you have to develop a connection with her. That connection is a relationship of love, not demand. You demand, you don't love. Forget demand, begin to love.

### **Annapurna – Give**

Goddess Annapurna represents unconditional giving. Her nature is to give. She is the giver of the universe. She gave bhiksha, alms, even to Lord Shiva, the highest of all divine beings. Transcendental force is dependent on shakti. There is a beautiful story.

Lord Shiva went around the whole world saying, “I am hungry, give me something to eat.” Everybody laughed at him. They said, “How can you be hungry? You are our God. You are the one who provides to us, and you say you are hungry. How can we give to you? How can we satisfy your hunger? So nobody gave Shiva food. Shiva was really hungry, so he went to Annapurna and said, “Mother feed me, I am hungry.” And she fed Shiva. She was the one who satisfied the hunger of Shiva. The shakti which is powerful enough to satisfy

Shiva is powerful enough to bring satisfaction in the life of every sentient and insentient being.

Annapurna is the aspect of shakti that nurtures life. 'Anna' means grain and 'purna' means fulfiller – 'one who fulfils the need of grains'. Grain is associated with nourishment. Annapurna is the controller of prakriti, nature that gives grain in abundance for physical survival. We can survive without clothes, we can survive without comfort and luxury, but without grain, food, we cannot survive. It is the first need of the body and that is what Annapurna gives.

Annapurna is not only bestowal of grain at the physical level. She is also the fulfiller of those items we need to consume for the health of our mind and spirit. In the Annapurna Stotram we pray for two things, jnana and vairagya: *Jnana vairagya siddhyartham bhiksham dehi cha parvati* – "Give me the alms, the boon, of jnana and vairagya."

The need of the mind is knowledge, jnana, because mind is an expression of the ignorant nature of life, avidya. Avidya is counteracted with vidya, knowledge or wisdom. Avidya conditions the mind, wisdom nourishes the mind. Knowledge sustains and illuminates the mind. Knowledge makes the mind aware of what is right and wrong, appropriate and inappropriate. In your prayer to Mother Annapurna you ask, "For the nourishment of my mind, give me knowledge. For the nourishment of my spirit, give me vairagya."

Vairagya is non-attachment. Just as your body can be tied down with a rope, the spirit, which is independent and free, is tied down by the rope of attachment, asakti. Our infatuation in life is with family, wealth, property, society. These bondages have to be removed with vairagya. The rope has to be loosened to free the body. That is the gift of vairagya.

In the worship of Annapurna, we pray to her to fulfil and nourish each aspect of our personality: anna for the body, jnana for the mind and vairagya to allow the spirit to fly to higher dimensions. These are the three things she gives to nourish our life. This is giving. This is the art of giving. You give to nourish the body, you give to nourish the mind and you give to nourish the spirit.

## Annapurna Kshetram

Nourishment is important, and this process of nourishing begins with body. When Sri Swamiji came here, he established a kshetram, a place, known as Annapurna Kshetram where you have your prasad every day. You take breakfast, lunch, tea and dinner there. The place you go to nourish yourself physically, mentally and spiritually is known as the kshetram of Annapurna.

There are many sections of society who have too much and waste a lot, and there are sections of society who have nothing, in whose home the fire does not burn for three days. If the fire does not burn for three days, imagine what state the house is in. There is nothing there. This is the society Sri Swamiji came to when he arrived in Rikhia. At that time he took a sankalpa to have a kshetram where Annapurna will be.

Sri Swamiji took a sankalpa for the place. He said physical nourishment will become an important part of Annapurna Kshetram. Meals will be provided for children of the panchayat and the surrounding areas, the kanyas and batuks. A time will come when thousands of children will eat there every day. This was his sankalpa. His aradhana of Mother Annapurna is to eradicate the hunger of body, then to eradicate the hunger of the mind, then to eradicate the hunger of the spirit.

Annapurna Kshetram represents nourishment, beginning with the body. When resources permit, the kanyas and batuks, villagers,



elders, neighbours and visitors are fed for a day, a week or a month. This is worship of Mother Annapurna. This is not charity. It is not an anna kshetram where people are being fed. It is aradhana. It is worship. This worship is the worship of the Vedas, which declare 'atmabhava' – see the presence of the divine energy in everyone, and fulfil the needs of each and everyone. Here, the spirit of seva, prem and atmabhava flow as per Sri Swamiji's vision.

## Watering the Roots & Nourishing the Soul Through Yogic Living

### Living the Vision

There are very special souls, extraordinary beings, who from time to time walk the Earth and live with a purpose, an aim and a goal.

These people lead a unique life, touching countless numbers of lives, giving them a direction, courage, strength and most importantly, inspiration. History has been witness to a few such people who have left an impact, their legacy, which continues to serve as a vibrant source of inspiration to all those who come in contact with it, long after they leave. And it is this category of people who are known as the 'Visionaries', who can



see beyond the realm of name, form and idea, to create something beautiful and everlasting.

Our guru, Paramahansa Satyananda, was, and continues to be, one such visionary of the present day and age. Where people saw a seed, he would see the full grown tree. Where people saw a rock, he would see the carved statue. Where people saw a barren piece of land, he would see a creation of endless possibilities. In this manner he would always see and bring out the best in everything and everyone who he crossed in his journey. And thus we continue to live in this inspiration, the Legacy of Swami Satyananda.

One such creation of his is Rikhiapeeth, in the very humble and remote village of Rikhia in the middle of nowhere which, through his grace, he transformed from a place of extreme poverty to a





place where thousands have gained their dignity and are now ready to learn how to stand on their own two feet. He arrived to the then desolate Rikhia in 1989, and 20 years later he left behind a prosperous Rikhia full of opportunities and hope. On the occasion of the 25<sup>th</sup> year of Sri Swamiji's arrival to Rikhia, Rikhiapeeth is commemorating this auspicious moment with the 'Silver Lining Jubilee', a year-long series of uplifting and inspiring events, from 1<sup>st</sup> September 2014 to December 2015, to pay tribute and homage to our beloved Gurudev.

Rikhiapeeth is Sri Swamiji's vision. The credit for the fulfilment of his vision goes to his disciple Swami Satyasangananda Saraswati, who came to Rikhia at the very beginning to discover the place that was revealed to him in his meditation. It is Sri Swamiji's grace and direction, coupled with her ardent dedication and tireless efforts, which are responsible for the creation of Rikhiapeeth. We learn from our gurus, that when a disciple surrenders completely, the guru is able to work wonders through the disciple, as there is a gradual alignment till the point when the disciple becomes the eyes, ears, and hands of the guru, and ultimately the guru is able to share his vision with the receptive disciple. Such is the story of Swami Satyasangananda, through whom Sri Swamiji manifested his vision for Rikhia as we know it today. In 2007 he appointed her as the Peethadhishwari of Rikhiapeeth.

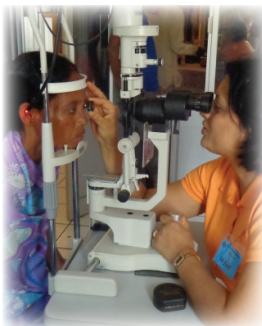


Sri Swamiji planted many seeds during his time at Rikhia, many of which have borne fruit, and many of which are still growing or only just sprouted – they are his mandates, his 'sankalpas'. The Silver Lining Jubilee aims to serve as a catalyst to the fulfilment of these sankalpas, where under the guidance of Swami Niranjanananda Saraswati and Swami Satyasangananda Saraswati, we will all come together to contribute towards their blossoming, in the spirit of 'Serve, Love & Give'.



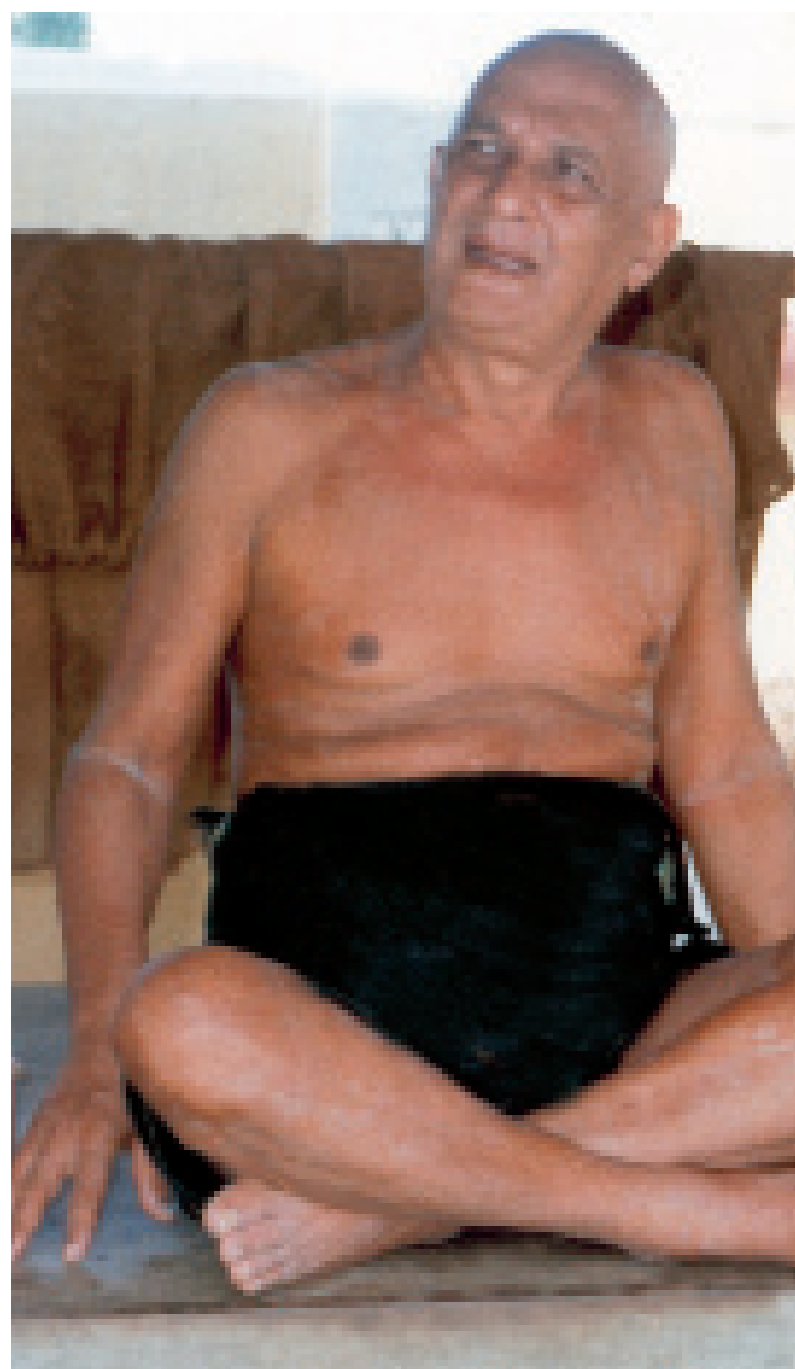
earn their livelihood, having proper facilities to look after the elder generation, and conducting spiritual events of invocation, satsang and worship for blessings of peace, prosperity and plenty for one and all – these are some of the sankalpas that we aspire to fulfil throughout this year, through monthly camps, workshops and programs.

Today the world over yoga is established as an essential ingredient for good living, but as yet the knowledge is only confined to intellect. The time has come as we enter the



realm of experience, and Rikhia offers us this opportunity. In order to give yoga aspirants a once in a lifetime opportunity for full participation in the Silver Lining Jubilee, Rikhiapeeth will be conducting a one-year session in **Watering the Roots & Nourishing the Soul through Yogic Living**. This Yogic Living session is intended for those who want to dive deeper into the essentials of yoga, through the spirit of 'Serve, Love, Give and Purify' at the Tapobhumi of Paramahansa Satyananda, **under the direct guidance of Swami Satyasangananda Saraswati**.

Seva will be the highlight of this period in which, along with the medical camps for the poor and needy and the various workshops for developing skills for the kanyas and batuks, will include the compilation, editing and publishing of Swami Satyananda's teachings. Participants with the required skills or knowledge of either English or Hindi, may have an opportunity to assist in preparing new publications, DVDs and Audio CDs of Sri Swamiji's priceless, unpublished teachings. Besides participation in the ashram activities through seva, participants will also be exposed to various facets of yoga sadhana, in order to cultivate personal tools for self-evolution.





Swami Satyananda at Rikhia 1989



Swami Satyananda



Swami Satyananda and Swami Satyasangananda



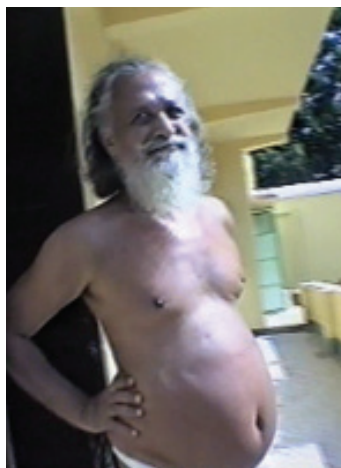
# Watering the Roots & Nourishing the Soul Through Yogic Living

Swami Satyasangananda Saraswati



## Managing emotions

Rikhiapeeth is intended to live and practice the principles of Serve, Love and Give, not to practice asana, pranayama, meditation. That you may do early morning in your room, no problem. It is good because it will help you to regulate the energies. But then one also has to learn how to utilise one's energy in a positive and fruitful way. If energy is not used in a constructive way it will devour and become dangerous. Even after all the hours of practising meditation, one is still unable to deal with the mind and negative emotions. If there is anything difficult for us to handle, it is our emotions. How do we manage our negative emotions?



Swami Satyananda said that it is almost impossible for us to overcome negativity, but it is possible to increase positivity, thereby automatically the negativity gets balanced and reduced. So simple yet so difficult, especially if you are steeped and surrounded by negativity from all sides, from within and also from the environment.

It is for this colossal problem that each one of us is facing, of how to handle our emotions and mental

agonies, that Paramahansa Satyananda created Rikhiapeeth and sowed the seeds of Bhakti here. So that in times to come, we have a place where we can dive deep into the principles that can resolve the emotional crisis we face, time and again in life.

If you live in the positive energy and vitality of Rikhiapeeth in the spirit of selfless service for a period of time, practising the principles of serve, love and give planted by Sri Swamiji, the seeds of bhakti sown by him will begin to sprout and bear fruit in you. Negativity will get balanced by positivity and in the course of time, negative energies will cease to flow erratically and whimsically within you. Instead the negative energy will begin to align and unite with the positive energy flowing within you. In yogic lingo you can say that ida and pingala will be in harmony and sushumna will begin to flow. Thereby the flow of negative energy towards negative and self-destructive emotions will be stopped and one can experience peace, joy, calmness, balance and equipoise. Then life truly becomes a joy to live!

Otherwise the play of negative emotions makes life a living hell! Hell is nowhere else but within, experienced by us in the form of negative energy, so much so that even a positive emotion like love gets transformed into a negative expression. Often the love that we express for others is not consumed by them. They are not able to absorb or consume all of our emotion, and we are left with a surplus. So what are we going to do? That is what causes havoc for us. How to express

the surplus emotion for which we have no outlet? So it comes out in the form of anger, jealousy, envy, hatred. What is hatred? Hatred is nothing but the other side of love. They are two sides of the same coin. It doesn't take long for love to turn into hatred. The more intensely you love, the more intensely you will hate, if the object of your love does not meet your expectations. Sure and certain.

### **Bhakti yoga – Serve, Love & Give**

We pay a lot of heed to intellectual development, because we are pushed in that direction as that is the demand of today. But even the greatest intellectual giants or geniuses can be reduced to nothing in the face of an emotional crisis, if they have not learnt the art of managing emotional outbursts. The true character of a person is revealed not by the strength of their intellect but the ability to manage their mind.

Bhakti yoga is the panacea of this age, because it is the yoga of emotion management. This is something which will help us because we are very emotional by nature. Unfortunately our emotions are often suppressed because we live in a society where we certainly cannot afford to always express what we are feeling and our behaviour has to conform to the situation we are in. As a result of not finding expression, these emotions trouble us. Many people live in a constant state of turbulent emotions! I wonder how they manage because it totally depletes one of vitality. This becomes a big deterrent in our progress. Everything that we create for ourselves can come tumbling down with a single emotional breakdown. Sometimes wrong decisions are made because our intellect gets clouded with that emotional outburst. If we continue in this way in the course of time we will become emotionally bankrupt. Then the sweetness and taste of life will diminish and we will lose our joy forever.

### **Invoking the grace**

Bhakti yoga allows you to express all your turbulent emotions in such a way that you do not become emotionally bankrupt. Rather it helps you to rise by the same emotion which makes you fall. Cry as much as you want – no problem. But do not cry for yourself,

cry for others, cry for God or cry for Guru. If you want to worry, no problem, don't stop worrying. Just don't worry for yourself, worry for others. When you start living like that, you will definitely become strong emotionally and mentally, and your emotions will not trouble you. Rather they will become the source for a superior quality of experience in your life.

Anger is an aberration of mind which has to be attended and looked after. Just as when your stomach gets upset, or when you have diarrhoea, do you look after that or do you go and discharge out on the road in front of everybody? No, you are careful that you do not encounter anyone at that time. In the same way anger is a form of mental diarrhoea and you have to be just as careful as you are when you have physical diarrhoea. It has to be attended and there is a way.

The good news is that just as you can overcome stomach diarrhoea by attending to it, you can overcome mental diarrhoea. There are ways. You do not have to live with the mental aberrations such as anger, hatred, jealousy, greed, depression, anxiety and fear all your life. Most people think that if they have depression, they have to live with it. No, you don't have to. It is in our hands. There is a way. We have to work on ourselves, and when we work on ourselves with sincerity, then the grace flows, and ultimately it is the grace that allows us to overcome the limitations of mind and develop a new awareness. That of peace, strength, unity, joy, light and love.

### **Yogic living: a different awareness**

All of us have done asana, pranayama and meditation. We have studied all the books, we have heard a lot of discourses, we have explored Google and what have you. We have travelled the world over, seeking and searching. We know a little bit of everything, but knowing is not enough, now is the time to experience. For most, yogic life means spending time on the mat meditating, or doing asanas, neti and kunjal every day and shankalprakshalana as often as one can. We think that is yogic life and we seldom go beyond that. But in fact, yogic life is living a life with a different awareness, because yoga is all about awareness.

## Simplicity and purity

In order to introduce the concepts of building awareness, Rikhiapeeth is preparing to flag off a year-long period of events called 'Watering the Roots and Nourishing the Soul through Yogic Living'. This one year of yogic living during the Silver Lining Jubilee, will focus on all the principles that have been practised in Rikhia for the last 25 years in which we have been



Darshan at the Akhara, 1990

developing different ways of serving the community selflessly and bringing them to a level of peace, plenty and prosperity. Today we see the result. We have a thriving panchayat here, now ready for the opportunity to develop skills and move forward into the 21<sup>st</sup> century.

Now we invite you to join in this wonderful effort of Serve, Love and Give. You, too, can join in the various projects being offered to the most needy of our society, and in this way become a part of the vision and sankalpa of Sri Swamiji. Till now the effort has been to provide his neighbours with the basic facilities so that they are comfortable and happy in their lives, and the result speaks for itself. From a barren downtrodden unknown forgotten land, Rikhia has become a thriving area full of vibrancy and hope. If you can give hope to people then you have given them a reason to live. What can be a better gift than that? Rikhiapeeth has done just that – given hope to the people! With hope they can even dare to dream. Their awareness has evolved, their genes have changed! They are brighter and smarter, more capable and confident, but most of all they have atma vishwas, belief in themselves.

Now they are ready for the next breakthrough, and that is what they will be given – opportunities to develop skills, and many other facilities to improve the quality of their lives. That then sets the path for Rikhia for the next 25 years, so anybody who participates will actually be a co-creator in this whole process of unfolding the

vision of an Avadhoota Paramahansa Sannyasin, Swami Satyananda Saraswati. This is his social vision! He believed that without inculcating the values of atmabhava, unity or oneness, the society would severely disintegrate and life would become chaotic and unmanageable.

For this he advocated bhakti. Whenever there has been a crisis of values and beliefs in society, and man has felt himself at a loss to endure the trials and tribulations of negativity and turbulence, it is bhakti that has come to man's rescue. The bhakti movements in the past also came at such a time and acted as a deterrent to man's race towards his own doom and destruction. He saw bhakti not as a religious ritual or religious sentiment or emotion, but as a refined awareness that induces peace, joy unity, clarity, confidence and inner strength. This is the need of the hour! We could all do with a dose of bhakti!

Participants will be introduced, encouraged and guided on how to become more selfless and less selfish by developing awareness. Selflessness and awareness are not different, selflessness does not mean that one smiles away at everybody and starts hugging everybody because one starts feeling so much love. No. Love is awareness, selflessness is awareness, and awareness is atma. So that is the sadhana of this one year which we are calling **Watering the Roots & Nourishing the Soul through Yogic Living**, and atma, the self, is our root.

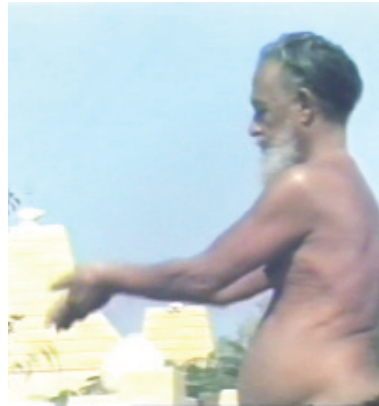
### **Selflessness – the way to unity & harmony**

Each part of a machine is important. Every nut and bolt is important. Take out just one small nut from the generator and try to start it. No, it will not work. In the same way, every participant is important. Each one of us who is a part of Sri Swamiji's grand vision, has to do just one simple thing. We have to offer our purest intentions into the fulfillment of his vision, our purest motives, purest actions, purest thoughts. Then only will it become a spiritual sadhana for us, because this is a sadhana.

People often ask me for a sadhana. This is the sadhana. It is not work, even if you do not want to do it and you remain in your room,



rest assured that it will get done. Even if everybody disappears, still it will get done. This is an opportunity to undergo a sadhana that will take you to new heights in your spiritual quest, and if you expect results from the sadhana then there has to be purity of motive. Paramahansaji has said this very clearly. If it is a spiritual exercise, if we are doing it for spiritual evolution, if we are doing it for peace of mind, if we are doing it for joy, if we are doing it for strength, then the purity of motive has to be there. No expectations. This is the big difference between doing work and practicing seva. Most of our time is spent doing work, not seva.



We keep thinking and dreaming of the results, and we are never really focused on the seva. Naturally the results are also like that. If you stop thinking of the result and focus only on the seva, it does not mean that the result will not be yours. You will still get the result. The only difference will be that it will be infinitely superior to the one you got when you focused on the result instead of the action.

Try it for yourself and see! Rikhiapeeth is the learning ground where you can perfect this art. The field of expression is the place where you live. So come to Rikhiapeeth during this very special year, when we are wholeheartedly engaged in watering the roots and nourishing the soul. Earn the auspicious grace of Pujya Gurudev Paramahansa Satyananda who said, "I see a silver lining on the horizon." That silver lining is the awakening of the spiritual consciousness in man. That has to awaken. It is awakening, and this is not just a phenomenon of Rikhia, it is a global phenomenon. It is a universal phenomenon.

Namo Narayan and auspicious blessings of Paramahansaji on one and all for the fulfillment of this awakening of a superior awareness in us all that can lead to fulfillment in all dimensions of life.

# Silver Lining Jubilee

## Atmadrishti Satsang Series

**ATMADRISHTI** is not an abstract vision but the need of the hour, worldwide, and without this vision, humanity will suffer. Mankind will perish and the world will disintegrate. Atmadrishti is the legacy and vision left behind by the scientists of the vedic era, the rishis, our very own ancestors. They revealed it as essential for experiencing unity within oneself and with others, irrespective of caste, creed, gender, nationality, beliefs, religion, status. It is they who gave us the slogan of 'Vasudhaiva kutumbakam', a united world family.

Is this possible in the present scenario, given the kind of people we are, the lives we live and the constant contradictions we face every moment of the day? Yes it is, by awakening to the nature of Atma, your own self!

So if you don't have atmadrishti, come and get it! Available from 25<sup>th</sup> September onwards @ Rikhiapeeth through the ongoing **Atmadrishti** series at the tapobhumi of Paramahansa Satyananda, where he took Yoga Samadhi.

Atmadrishti is a way of looking at the world through the eyes of Atma. Blindness, deafness, dumbness and lameness are not just physical deformities, they can be spiritual too. Most of us are blind and deaf to the existence of Atma. Often we are dumb about Atma and do not even care to speak, think or hear about Atma.

As a special feature of the Silver Lining Jubilee, which commemorates the 25<sup>th</sup> year of Swami Satyananda's arrival at Rikhia, a satsang series focusing on seeing oneself and the world through the drishti, or eyes, of Atma will be offered, as part of an aradhana of Atma, the Self.

Through the teachings, lifestyle, tools, vision, mandate, and inspiration given by Sri Swamiji for Rikhiapeeth, Swami Satyasangananda Saraswati will conduct a series of satsangs on atmadrishti, the atmic vision. These satsangs will be in both English and Hindi, and will become part of the aradhana, along with yoga, meditation, havan, chants and kirtan, to provide the aspirant a climate for the experience of yoga or union with oneself. This Atmadrishti series will also be graced by Paramacharya Swami Niranjanananda, as well as eminent speakers who will further illuminate this most inspiring subject.

## **ATMABHAVA – UNITY**

**25<sup>th</sup> Sept–2<sup>nd</sup> Oct 2014**

In order to attain anything one must have the bhava which compliments and supports that vision. Without the suitable bhava the task of accomplishing and achieving any vision is imperfect and incomplete. Thus Atmabhava, or unity with oneself, is the first step towards the goal of atmadrishti. This series on Atmabhava will be held in the purifying influence of the Navaratri aradhana. It is a befitting time to strengthen the universal seed of Atma, as Navaratri is the most conducive time for inner transformation.

## **SERVE LOVE GIVE PURIFY**

**19<sup>th</sup>–23<sup>rd</sup> Oct 2014**

The journey towards Atmabhava is from selfishness to selflessness. This is the journey of life, too. Atmabhava is the ability to empathise with others, to come out of one's own selfish shell and become more selfless, by feeling and experiencing other people's needs as one's own.

Selfless action is also the aim of yoga which it defines as the most perfect and balanced action. This series on Atmadrishti is dedicated to the cardinal teachings of Swami Sivananda, **Serve, Love, Give, Purify**. Sri Swamiji left this as the legacy at Rikhiapeeth for those who want to move further towards the goal of Atmabhava.

This series will culminate on Diwali, the festival of lights, symbolic of the spiritual light or jyoti that we can ignite within us through these simple but soul stirring concepts.

## **INVOCATION & WORSHIP**

**23<sup>rd</sup>–26<sup>th</sup> November 2014**

Atma cannot be known through the intellect. This we already know. But do we know how to transform and transcend the intellect. It is only when intellect is transcended that one enters the realm of experience. This is essential in our quest of Atmabhava as Atma can only be known through direct cognition or intimate experience.

This Atmadrishti series during the Sat Chandi Mahayajna, is dedicated to **Invocation and Worship** which is an important milestone on the journey to Atmabhava. Worship of the Divine Matrix of creation is worship of the pure effulgent spirit within oneself, bringing one to the doorstep of experiential learning of Atmabhava.

# देने का नाम ही जीवन है

स्वामी शिवानंद सरस्वती



सेवा ही जीवन है। देने का नाम ही जीवन है। मन को संयम में रखना ही जीवन है। पूर्णता के लिये प्रयासरत रहना ही जीवन है। दूसरों को सुख देना ही जीवन है। दूसरों के साथ अपनी सम्पत्ति बाँटना ही जीवन है। जीवन का प्रयोजन अच्छा बनने और अच्छे कार्य करने में निहित है। अगर आप ऐसा कर पाते हैं, तो आप अवश्य शान्ति और अमरत्व को प्राप्त कर सकेंगे।

अगर आप ईश्वर को वास्तव में चाहते हैं, तो ऐसा करना आवश्यक है। आपको करुणामय और दयालु बनना होगा। आपको ऐसा अनुभव होना चाहिए कि आप अपनी सम्पत्ति के केवल संरक्षक हैं। ईश्वर ने आपको पूंजी दूसरों के साथ बाँटने के लिये दी है। ठण्ड के दिनों में कम्बल खरीदकर उसे सड़क किनारे सोने वाले गरीबों में बाँट कर देखिए। कैसे अब्दुत आनन्द का अनुभव करेंगे आप!

## बाँटने की प्रवृत्ति

जो व्यक्ति अपनी वस्तुएँ दूसरों के साथ नहीं बाँटता वह हृदय से दरिद्र है, चाहे लौकिक दृष्टि से वह अरबपति ही क्यों न हो। वह मनुष्य जिसके पास खाने तक के लिये कुछ नहीं, संसार का सबसे धनाढ्य व्यक्ति गिना जा सकता है अगर उसका हृदय विशाल हो और वह अपनी अत्यल्प सम्पत्ति भी दूसरों के साथ बाँटने में न हिचकता हो!

उदारता और प्रेम के विचार सर्वत्र प्रसारित करें। जो कुछ भी आपके पास है, उसे दूसरों के साथ बाँटें। यही प्रचुर समृद्धि का रहस्य है। अगर आप उदारता से देते हैं, तो सारे संसार का धन आपके पास आ जाएगा। यह प्रकृति का अटल सिद्धांत है। अपने धन, विद्या और ज्ञान का प्रयोग दिव्य संकल्प पूर्ति के लिये करें। दूसरों को प्रसन्न कर स्वयं प्रसन्नता का अनुभव करें।

### हृदय की कोमलता

अनेक जन्मों से करते आ रहे अनुचित कार्यों के कारण लोगों का हृदय पत्थर और हीरे से भी अधिक कठोर हो जाता है। ऐसे हृदय को पिघलना चाहिए। तभी आत्मानुभूति की प्राप्ति हो सकती है। **दया, प्रेम और विनम्रता के बिना व्यक्ति आत्म-साक्षात्कार प्राप्त नहीं कर सकता।** इसको स्पष्ट रूप से समझ लें। अपरिपक्व अवस्था में वेदांतिक साधना केवल आपके अहंकार को बढ़ाती है और उसे कठोर करती है। हृदय की शुद्धि आवश्यक है और यह अनवरत निःस्वार्थ सेवा और उदारता से ही सम्भव है। इसलिए उदार बनें और खुले दिल से देते जाएँ।

इन प्रश्नों द्वारा आत्म-निरीक्षण करें-क्या आपका हृदय दूसरों की पीड़ा से द्रवित होता है? क्या दान और उदारता आपके स्वभाव के अभिन्न अंग बन गए हैं? आपका धन भगवान की धरोहर है। आपको आवश्यकता से अधिक धन रखने का कोई अधिकार नहीं है। आप धन संचय के बारे में सोच भी कैसे सकते हैं जब आपका ईश्वर गरीब के वेश में भूखा मर रहा है। आप दिन में चार बार भोजन करने की कैसे सोच सकते हैं जबकि स्वयं भगवान नारायण एक भिखारी के रूप में आपके द्वार के बाहर क्षुधा से व्याकुल हैं। आध्यात्मिक उत्थान की सच्ची कसौटी यह है- क्या आप सड़क पर चलते गरीब व्यक्ति को भोजन देने के लिये दौड़कर जाते हैं? क्या सड़क के किनारे पड़े बीमार या घायल व्यक्ति की सहायता के लिये आप तुरंत तैयार हो जाते हैं?

### व्यवहारिक वेदांत

एक बार कुछ भक्तों के साथ हँसते हुए मैंने मजाक में कहा, 'देखिए, आज नए साल का पहला दिन है। आप सब आज मुझे अपनी कोई-न-कोई मूल्यवान वस्तु अवश्य दें। आप जितना देंगे उससे अधिक पाएँगे। देखें तो कौन पहले आगे आता है?' मैंने एक महिला की ओर इशारा किया, 'आप क्या सोच रही हैं? आगे बढ़कर मुझे कुछ दीजिए।' उस महिला ने कहा 'छोड़िए स्वामीजी, ये सब तो अनित्य वस्तुएँ हैं।' मैंने कहा, 'अगर आप वास्तव में सोचती हैं कि सभी भौतिक वस्तुएँ अनित्य हैं, तो फिर उन्हें देने में हिचकती क्यों हैं?'

इस प्रकार की मानसिकता को मैं सुविधाजनक वेदांत की संज्ञा देता हूँ। व्यक्ति को वास्तविक वेदांती बनना चाहिए। भगवान को सभी स्थानों पर देखिए और अपना सब कुछ दूसरों के साथ बाँटिए। अपने अंदर छिपे कृपणता के संस्कार को समाप्त कर दीजिए। आपके हृदय का, जीवन के प्रति आपके दृष्टिकोण का विस्तार होगा। आपको आंतरिक शुद्धता की प्राप्ति होगी।

जो संसार की सेवा करता है, वास्तव में वह अपनी सेवा करता है। जो दूसरों की सहायता करता है, वह वस्तुतः अपनी सहायता करता है। प्रायः सांसारिक विचार वाले व्यक्ति दूसरों की सहायता करके अहंकार से फूल जाते हैं। वे आत्म-प्रशंसा करने लग जाते हैं। यह सांसारिक व्यक्ति किसी की सहायता करना नहीं चाहता। एक सर्वव्यापी ईश्वर है, जो सम्पूर्ण विश्व को नियंत्रित

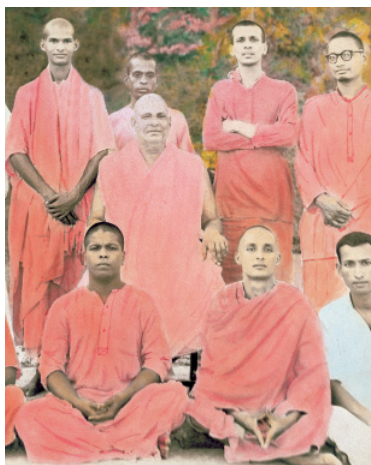
और निर्देशित करता है। वह कुछ ही क्षणों में न्यूटन, शेक्सपीयर, नेपोलियन और युधिष्ठिर जैसे हजारों व्यक्तित्व रच सकता है। जब आप किसी को कुछ देते हैं तो यही सोचें कि ईश्वर ने आपको आत्म-सुधार का सुनहरा अवसर प्रदान किया है। जो आपको सेवा का अवसर प्रदान करता है, उसके प्रति कृतज्ञता अनुभव कीजिए।

## सच्चा बलिदान

अपनी सम्पत्ति बाँटने में एक विचित्र प्रकार की शांति और प्रसन्नता निहित है। बाँटने से सार्वभौम प्रेम उत्पन्न होता है, स्वार्थ समाप्त होता है, हृदय शुद्ध होता है और एकता का विकास होता है। इसलिये जो कुछ भी अर्जित करते हैं, चाहे वह शारीरिक हो, मानसिक हो या आध्यात्मिक, उसे दूसरों के साथ बाँटे। यही सच्चा बलिदान है। प्रतिदिन दान के अवसर की प्रतिक्षा में रहें। किसी भी अवसर को हाथ से न जाने दें। नये अवसरों को उत्पन्न करें। दान से बड़ा और कोई त्याग नहीं।

दूसरों को हमेशा बेहतरीन वस्तु दें, तभी आपका हृदय विशाल होगा। कुछ ऐसे भी लोग हैं जो अच्छी चीजें अपने उपयोग हेतु रख लेते हैं और साधारण चीजें दूसरों को देते हैं। कमरे का दरवाजा बंद करके बढ़िया फल या मिठाई का सेवन न करें। आप जैसे ही दरवाजा बंद करते हैं, आपको महसूस होना चाहिए कि ईश्वर सर्वव्यापी साक्षी है और वह सब कुछ देख रहा है। आपको स्वार्थपरक व्यवहार नहीं करना चाहिए। जैसे ही आपका भंडार खाली होगा, नया माल आपके पास स्वतः पहुँच जाएगा। दानशीलता, उदारता और शुद्धता के दिव्य गुण अपने आप भुक्ति और मुक्ति की ओर ले जाते हैं। यह एक अटल सिद्धांत है।

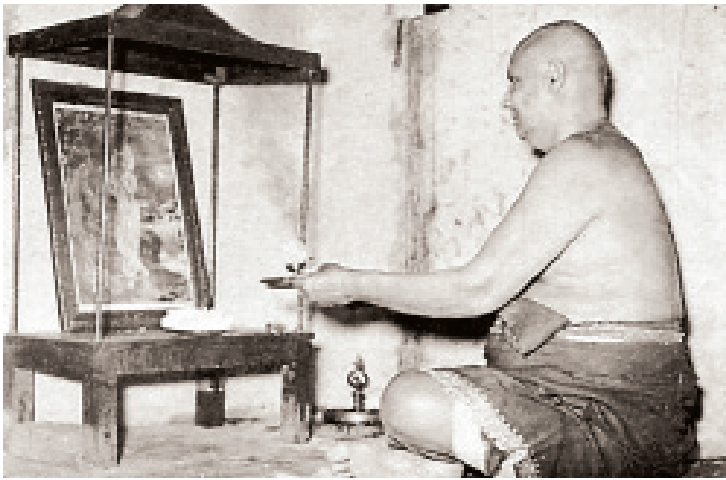
यद्यपि दिव्य कार्य हेतु दान-स्वरूप हमारे पास हजारों रुपये आते हैं, किन्तु मैंने कभी इस ओर ध्यान नहीं दिया कि कल के लिये कुछ शेष भी है या नहीं। कभी-कभी ऐसा भी हुआ कि मुझे किसी भिखारी को सौ रुपये देते हुए देखकर मेरे शिष्यों ने मुझे रोकने की चेष्टा की, लेकिन मैं उनसे यही कहता- अरे! उसे भी जीवन का आनंद लेने दो! उसने कभी नहीं जाना कि जीवन में आनंद क्या होता है।



यद्यपि हमारी किताबों को छापने में बहुत कठिनाई होती थी, लेकिन जैसे ही वे छपकर तैयार होतीं, मैं हजारों की संख्या में बाँट देता था। कभी-कभी मेरे शिष्य मेरा विरोध करते और कहा करते, 'स्वामीजी, हमारे पास बिब्री के लिये कोई भी किताब नहीं बची है।' मैं उनसे कहता, 'हम मानवता की सेवा के लिये ही पुस्तकें बेचते हैं न। उन्हें मुफ्त बाँटने से भी मानवता का लाभ ही हो रहा है। जब एक ही प्रयोजन सिद्ध हो रहा है तब आप क्यों चिंता कर रहे हैं?'

कुछ शिष्य इतनी आसानी से नहीं मानते। वे कहते, 'स्वामीजी, यह सही है, किन्तु कुछ ऐसे भी लोगों को किताबें बाँटी जा रही हैं जो





उन्हें कभी नहीं पढ़ेंगे। इस तरह से अंधाधुंध ढंग से पुस्तकें वितरण करने का क्या लाभ? मैं उत्तर देता- 'हो सकता है कि वे उन किताबों को न पढ़ें, लेकिन शायद वे उन्हें किसी ऐसे व्यक्ति को दें जो उनसे पढ़कर लाभान्वित हो। उन्हें पढ़कर कोई-न-कोई तो अवश्य ही लाभान्वित होगा न! ज्यादा से ज्यादा क्या होगा, कोई उन किताबों के पन्ने फाड़कर उनमें चना बेचेगा। जो चना खरीदेगा, वही शायद उसे खोल कर पढ़ ले!'

आत्म-बलिदान उदारता की कसौटी है। उदार व्यक्ति उन्मुक्त हृदय से देता और सच्चे मन से सहायता करता है। उनका हृदय दया से पूर्ण होता है। एक बच्चा फल देकर अपनी उदारता प्रकट करता है और एक अरबपति करोड़ों के दान से। परोपकार के लिये किया गया छोटे से छोटा कार्य भी कभी नष्ट नहीं होता। वह हृदय को शुद्ध बनाता और दिव्य अनुग्रह के अवतरण का मार्ग प्रशस्त करता है। इसलिये जो भी अच्छा कार्य जिसके लिये भी, जहाँ भी, जब भी आपसे संभव हो, उसे पूरे तन-मन-धन के साथ अवश्य करें। यह आपका स्वभाव बन जाना चाहिए।

दान अभी दीजिए, कल नहीं, परसों नहीं। आपके दान का पात्र शायद बाद में अपनी सोच बदल ले और चला जाए। तब हम सेवा प्रदान करने का मौका गवाँ देंगे। निःस्वार्थ सेवा का यह सबसे महत्वपूर्ण नियम है। अवसर आते हैं और चले जाते हैं। एक कर्मयोगी को हर समय सावधान रहना चाहिए और प्रत्येक अवसर का उपयोग सेवा के लिये करना चाहिये। जब कोई कार्य दूसरे दिन के लिये छोड़ दिया जाता है तब उसके इर्द-गिर्द और भी बहुत से काम जमा हो जाते हैं और सेवा का अवसर चला जाता है।

मैं इसलिए देता हूँ कि दिए बिना मैं रह नहीं सकता। सब कुछ उस ईश्वर का है और वह परमात्मा ही मेरे भीतर से उचित पात्रों की ओर दान निर्देशित करता है। उस ईश्वर की दिव्यता और महिमा को स्वीकारें। अपनी सोच और दृष्टिकोण को व्यापक बनाएँ और मानवता के कल्याण के लिये सत्कार्य करें। अपने आप को हर प्रकार की ओछी मानसिकता से मुक्त करें। अपने आपको

सत्य, प्रेम और शुद्धता के आदर्शों के प्रति समर्पित करें। सेवा और दान निरन्तर करते रहें। यही परम आनन्द का मार्ग है।

## दिव्य जीवन

भूखे को भोजन देने से तुम्हें कहीं अधिक भोजन प्राप्त होता है। दरिद्र को वस्त्र देने से तुम कहीं अधिक वस्त्र पाओगे। यह सृष्टि का एक अटल नियम है। तुम्हारा भूतकाल ही तुम्हारे वर्तमान का निर्माता होता है। तुम्हारा भविष्य अभी निर्माणाधीन है। इसलिये वर्तमान के प्रति सजग और सावधान बने रहो।

हर नया दिन अपने साथ सुअवसरों का उपहार लेकर आता है, जिनसे हम कुछ-न-कुछ शिक्षा ग्रहण कर सकते हैं। इनसे जीवन तथा आत्मा पुष्ट होती हैं, इसलिये इन स्वर्णिम अवसरों का भरपूर लाभ उठाओ, इनसे अपना ज्ञान और समझ बढ़ाओ।

सत्य, प्रेम और पवित्रता- ये तीन दिव्य जीवन के आधार स्तम्भ हैं। इन्हें आत्मसात् करके दिव्य जीवन जीयो। राग-द्वेष से स्वतंत्र रहो, आकर्षण-विकर्षण से नाता तोड़ो। बस यही तो दिव्य जीवन है। स्वयं को रिक्त करना दिव्य जीवन का रहस्य है। तभी तो ईश्वर प्रेम से पूरित हो पाएगा।

जीवन का सार प्रार्थना, ध्यान, सेवा, करुणा, बलिदान और त्याग में निहित है, जबकि अहंकार विनाश की ओर ले जाता है। इसलिये हे जीवनपथ के राही! करुणा, विनम्रता, निःस्वार्थ सेवा, जप और ध्यान को थामे हुए अपने रास्ते पर आगे बढ़ो। चिन्ता किस बात की जब भगवान स्वयं तुम्हारे सहयात्री हैं।

सभी जीवन का स्रोत एक ही है, समस्त जीवन दिव्य है। दयालु और करुणामय बनो, क्योंकि एक ही जीवन गान सभी में गूँज रहा है। किसी को ठगो मत, छलो मत। किसी से नफरत मत करो, किसी को तकलीफ मत दो। सबसे प्रेम करो। तुम्हारी जिह्वा से सिर्फ सत्य वचन मुखरित हों। तुम्हारी आँखें केवल शुभ-दर्शन करें, कान दिव्य नाम ही सुनें, और तुम्हारे हाथ वही कुछ करें जिसमें सबका हित हो। बच्चों की तरह भोले-भाले और निर्दोष बनो।

जीवन का आनंद केवल देने में है,  
जीवन का आनंद केवल सेवा में है,  
जीवन का आनंद प्रेमानंद में है,  
जीवन का आनंद नियमित ध्यान में है,  
जीवन का आनंद दूसरों के साथ बाँटने में है,  
जीवन का आनंद प्रार्थना में है।

Climbing a mountain, crossing a channel, bombing a city, or blasting a fort – these are not the true acts of heroism and real courage. Controlling your mind and senses, and overcoming anger, passion and egoism by attaining self-mastery – these constitute real heroism in man.

— Swami Sivananda Saraswati

# सेवा-भगवान् का प्रसाद

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती



स्वामी शिवानन्द जी का तो मूल सिद्धान्त था 'सेवा'। वे भगवद् भजन सबसे अन्त में जोड़ते थे। वे बोलते थे, "पहले सेवा करो, प्रेम करो, दान दो, शुद्ध बनो, तब ध्यान, फिर अनुभूति।" अतः ध्यान तो बहुत बाद में आता था। अध्यात्म की शुरुआत मानवता की सेवा से होती है। हम इसके विपरीत थे, लेकिन उनके चेले थे, काम सब किया, लेकिन मेरे को जमता नहीं था, क्योंकि स्वभाव था ही नहीं। लेकिन भगवान् की प्रेरणा होती है, उसी को हम उनका आशीर्वाद मानते हैं। जो कार्य यहाँ रखिया में हो रहा है, यह भगवान् की इच्छा को परिपूर्ण करने के लिये हो रहा है। उन्होंने कहा, मैंने किया।

जब भगवान् आदेश देते हैं, उनका नौकर उनके काम करता है। मैं यहाँ समाज सेवा नहीं करता, मैं तो भगवान् के आदेश का पालन करता हूँ। इसको इसी रूप में समझना। जो वितरण हो रहा है, उसे दान मत समझो, वह प्रसाद है। प्रसाद और विषाद संस्कृत के दो शब्द हैं। प्रसाद का अर्थ है, प्रसन्नता, आनन्द, उत्साह। विषाद का अर्थ है रंजिश, निराशा, खिन्नता। मंदिर में जो मिलता है वह प्रसाद है, क्योंकि उसे पाकर हम प्रसन्न होते हैं, हम खुश होते हैं, क्योंकि हम देवी-देवता का प्रसाद चाहते हैं। इसी प्रकार ये रिक्शे और ठेले वाले रामजी का प्रसाद पाकर बहुत प्रसन्न हैं।

८ सितम्बर १९८९ को त्र्यंबकेश्वर में बैठकर ध्यान कर रहा था तो यह अनुभूति हुई कि उस रात ध्यान में भयंकर तूफान आया। ऐसा लगता था, जैसे बड़ी आँधी आयी हुई है। वही -

**‘बरसे बदरिया सावन की, सावन की, मन भावन की, दादुर मोर पपीहा बोले, भनक पड़ी पी आवन की।’**

बिजली कड़क रही थी, बारीश हो रही थी। एक सुन्दर आवाज आई, “छः सौ सहस्र इक्कीसों जाप”, बस इतना। इसका मतलब था कि मेरे को इक्कीस हजार छः सौ बार जप करना है। ये सब अपने आप हो गया। जब मुझे यह आदेश मिला कि अब मुझे यह तय करना है कि मुझे कहाँ जाना है, कहाँ रहना है। मेरे पास कई विकल्प थे। देवघर तो मेरे मन में था ही नहीं। ८ सितम्बर को शब्द आया ‘चिताभूमौ’। मैंने ८ तारीख को निर्णय लिया, यहाँ आयेगे। २३ सितम्बर १९८९ को मैं रिखिया आया और अपना तम्बू गाड़ दिया। फिर मैंने अपने रहने के लिए एक छोटी पर्ण कुटीर बनायी। १४ जनवरी १९९० को मैंने अनायास जप शुरू कर दिया। जप के पुरश्चरण की समाप्ति पर, सन् १९९० में कार्तिक पूर्णिमा के दिन, जब भारत में सर्वाधिक धवल चाँदनी रात होती है, उस रात मुझे भगवान् की वाणी सुनाई दी, “अपने पड़ोसियों की सुध लो, जैसी मैंने तुम्हारी ली है।”

पड़ोसी कौन हैं? आपके घर के आगे-पीछे, दायें-बायें रहने वाले लोग? ‘उदारचरितानां तु वसुधैव कुटुम्बकम्’ उदार हृदय वालों के लिए तो समस्त विश्व ही पड़ोस है और सभी लोग उनके पड़ोसी हैं। ‘अयं निजः परोवेति गणना लघुचेतसाम्’- लेकिन कृपण लोग, जिनका हृदय छोटा है, वे सोचते हैं, ‘यह मेरा है, वह तेरा है।’ तुम अपने पराये के बीच भेद करते हो। परन्तु मैं उस प्रकार के भेद-भाव से अपने को सीमित नहीं करना चाहता। मैं सोचता हूँ, “भगवान्, सब आपका दिया है, इसलिए आपका ही है। आप दाता हैं, आप ही भण्डारी हैं। आप ही सुख सम्पदा के सागर हैं, आप ही कृपा के सागर हैं, आप ही दया सागर हैं, आप ही प्रेम सागर हैं। आपने मुझे सब कुछ इसलिए दिया कि मैं दूसरों को दे सकूँ।”



रिखिया आने के बाद मैंने भगवान् से अपना रिश्ता खोज लिया है। अब मैं जो भी करूँगा, भगवान् के आदेश पर करूँगा। रिखिया आने के बाद मैंने अपने सोचने का तरीका बदल दिया। मेरे व्यक्तित्व में, मेरे प्रारब्ध तथा मेरी जीवन शैली में क्रान्ति हो गई। मैंने अपने सोचने के ढंग और शिक्षा में परिवर्तन किया।

हमको यहाँ आये बारह साल हुए हैं। इन बारह सालों में हमने अपनी पंचायत का रंग कितना बदल दिया है, कितना बदलाव आया है। शिक्षा तो एकदम समझो यहाँ सौ प्रतिशत हो गयी है। सब लोग पढ़ने जाते हैं। जब हम आए थे, तब यहाँ कोई स्कूल नहीं जाता था। हम लोगों ने अभी रिखिया पंचायत के करीब छः सौ कन्या-बटुकों को दाखिल कर लिया है। ये

लोग यहाँ आकर अंग्रेजी सीखते हैं। कुछ लोगों को कम्प्यूटर भी सिखा रहे हैं। इसके अलावा ये लोग कीर्तन और हवन भी कर लेते हैं। और अब तो नृत्य भी करने लगे हैं। वास्तविकता तो यह है कि हमें छोटे बच्चों को, विशेषकर सात से बारह साल तक, अच्छी शिक्षा देनी चाहिए। बस, हमारा इतना ही मकसद है और इसके लिए हम इस पंचायत के करीब-करीब सब बच्चों को अपना लेंगे।

लड़कियाँ पढ़ने के लिये साईकिल लेकर देवघर जाती हैं। अब शिक्षा ऊँची हो गयी है। हमारी पंचायत में मजदूरों की लड़कियाँ अँग्रेजी बोलती हैं। विधवाओं के कपड़े यहाँ बदल दिये। मैंने कहा विधवायें यहाँ सामान्य कपड़े पहनेंगी। ये सब मजदूर हैं, ठेला वाले हैं, रिक्शा वाले हैं, बोझा उठाने वाले हैं, हल चलाने, रोपनी और कटाई-मंडाई करने वाले हैं। इस आश्रम में जो तुम देख रहे हो, सब इन्हीं का बनाया हुआ है। सब प्रकार के कारीगर यहाँ मिल जाते हैं। हमको अब देवघर नहीं जाना पड़ता। हमारा पम्प खराब होता है तो गाँव के ही आदमी से ठीक करा लेते हैं। हमारा चूना पुताई, पेन्टिंग, वगैरह सब काम यहीं हो जाता है। बिजली का सारा काम यहीं से हो जाता है। हमारे साथ इन लोगों का एक सम्बन्ध हो गया है। हम तो रोज सबेरे चार-पाँच किलोमीटर घूमने जाते हैं। तो रास्ते में सब दरवाजे पर खड़े हो जाते हैं। लड़के लोग हमको बोलते हैं, 'गुड मॉर्निंग स्वामीजी'। ऐसा नहीं कि हमको कुछ देते हैं। जब हम आपको प्यार देते हैं तो आप भी हमको प्यार करते हैं।

मेरी पूजा का कार्यक्रम १४ जनवरी, मकर संक्रान्ति से १६ जुलाई, कर्क संक्रान्ति तक चलता है। पुनः कार्तिक पूर्णिमा तक मेरी पूजा का अन्य कार्यक्रम चलता है। कार्तिक पूर्णिमा को जब मेरे दोनों अनुष्ठान पूरे हो जाते हैं तो मैं भगवान् को प्रसाद चढ़ाता हूँ। यह प्रसाद फल या मिठाई नहीं होती, बेल पत्र या तुलसी दल नहीं होता है। इसमें तो स्त्री, पुरुष और बच्चों के लिए दस हजार वस्त्र होते हैं, मजदूर लोगों के लिए रिक्शे और ठेले होते हैं और साक्षरों के लिए आटो-रिक्शे होते हैं। वर्ष का उत्तम मास है 'मार्गशीर्ष' जिसे हम लोगों ने प्रसाद वितरण के लिए चुना है।

गाँव वालों की जरूरतों का पता करने के लिए स्वामी सत्संगी और संन्यासी लोग गाँवों में जाते हैं। वे बच्चों को कपड़े, स्वेटर, खिलौने, स्लेट, अमर चित्र कथा सरीखे कॉमिक्स, पेंसिल, रबर और पेंसिल कटर आदि देते हैं। यह प्रसाद स्वामी सत्यानन्द की ओर से नहीं, रामजी की ओर से है। हमारे यहाँ यह प्रथा है कि हम प्रसाद में बताशा, इलायची दाना और पेड़ा नहीं देते। हम तो प्रसाद में ऐसी चीजें देते हैं जो पूरे परिवार के लिए लम्बे समय तक काम में आये। देवघर में अधिकांश रिक्शों पर लिखा पाओगे, "शिवानन्द मठ द्वारा प्रदत्त।"

**कलियुग में न योग काम करता है, न यज्ञ, न तप। आत्मकल्याण के दो ही रास्ते हैं- एक प्रभु का नाम और दूसरा है दान।** भगवान् को प्रसन्न करने के लिए उनके जो दीन, गरीब, भूखे, बीमार, नंगे, लंगड़े, असहाय लोग हैं, जो तकलीफ में हैं, जिनको कोई प्रेम करने वाला नहीं, जिनको कोई देखने वाला नहीं, उनकी सेवा में लग जाओ। यदि तुम भगवान् की सेवा करना चाहते हो, तो उनकी सहायता करो जो गरीब हैं, बीमार हैं। जो व्यक्ति समाज में उपेक्षित हैं, जिन व्यक्तियों पर किसी की नजर नहीं जाती, कम से कम उन पर तुम्हारी नजर चली जाये तो भगवान् की तुम पर नजर चली जायेगी। अगर तुम मानते हो कि भगवान् दीन-बंधु हैं तो तुम भी दीन-बंधु बन जाओ। भगवान् भी दीन-बंधु और तुम भी दीन-बंधु। दोनों की जात एक हो गई। इसलिए मैं जो कर रहा हूँ वह समाज सेवा नहीं, प्रसाद वितरण है।

# सेवा की राह

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती



इस वर्ष सीता कल्याणम् के दौरान मेरा एक ही विचार था कि जो लोग इस आयोजन में संलग्न हैं, चाहे वे चिन्तक हों, चाहे आयोजक हों या कार्यकर्ता ही क्यों न हों, उन्हें यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि कहीं पर कोई संशय या कमी न रह जाय। यही विचार शक्ति सर्वदा बनी रही कि सेवा में हम आगे ही रहें। यही विचार, यही भावना निरन्तर मन में बने रहे, भले ही हम उसे प्राप्त न कर सकें, क्योंकि सेवा कार्य एक अत्यन्त समय साध्य कार्य है और इसके आयाम भी अनेक हैं।

अनेक वर्ष पूर्व जब शिवानन्द मठ ने अपने पड़ोसियों की सेवा प्रारम्भ की, तब परमहंस जी ने एक अत्यन्त सरल निर्देश दिया था- “जब तुम मुंगेर में रहो तब योग की सोचो, योग को जियो, मानवता के हित में शरीर, मन और आत्मा के उद्धार के लिए योग का प्रचार करो। जब शिवानन्द मठ का कार्य करो, योग को भूल जाओ, लोगों की आत्माओं को बचाने की बात भूल जाओ। केवल सेवा के विषय में सजग रहो और प्रत्येक बार उसमें सुधार लाने का प्रयत्न करो। सेवा एक कला है, कर्म नहीं है। कला की पूर्णता के लिए व्यक्ति को संभावित समस्याओं, संशयों,



साथ-ही साथ व्यक्तिगत विवशता और उनका सामना करने की आवश्यकता के प्रति सजग रहने का प्रयास करना चाहिए। उस समय व्यक्ति यह नहीं कह सकता कि मैं यह नहीं कर सकता। सेवा के समय अपनी व्यक्तिगत रुचि-अरुचि को एक किनारे रख देना होगा, क्योंकि जो तुम कर रहे हो, वह अपने लिए नहीं, दूसरों की आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए कर रहे हो। प्राथमिकता वह दूसरा व्यक्ति है, तुम नहीं हो।

तीसरी बात परमहंस जी ने कही थी- “चाहे वह योग हो, चाहे सेवा हो, संन्यासी की पहचान सदा बनाये रखो।” क्या है सजगता, क्या है संन्यासी की पहचान? एक वृक्ष दूसरों के उपयोग के लिए फल देता है, वह स्वयं अपना फल नहीं खाता है। एक कुआँ दूसरों की तृष्णा शान्त करने हेतु जल देता है, अपना जल स्वयं ही नहीं पीता।

**वृक्ष कबहुँ नहीं फल भखै, नदी न संचै नीर। परमारथ के कारने साधुन धरा शरीर।।**

ऐसे हजारों उदाहरण हैं, जहाँ हम देखते हैं कि प्रकृति स्वयं अपने अन्य रूपों के जीवन का पोषण करती है, उनकी सहायता करती है, उनकी परिपूरक बनती है।

परन्तु यह बात मनुष्यों के सम्बन्ध में सही नहीं है। मनुष्य अपना फल अपने ही लिए चाहता है, और उसका सुख लेता है, वो अपना जल अपने ही लिए चाहते हैं और उसका उपयोग करते हैं। वो उसे बाँट नहीं सकते। प्राकृतिक, यौगिक, वेदान्तिक जीवन शैली और आज के तथाकथित आधुनिक जीवन दर्शन - “आत्म-तुष्टि” में यही बड़ा अन्तर है। ऐसी सभी आध्यात्मिक परम्परायें और आस्थाएँ जो प्राकृतिक नियमों और वैदिक नियमों के तालमेल में हैं, वे इसी बिन्दु पर बार-बार बल देती हैं।

जब सेवा की बात आती है, तो तुम किसकी सेवा करते हो? अपने घर की बगल के घर या फ्लैट में रहने वाले पड़ोसी की? नहीं, वरन् हम सेवा करते हैं विपन्न लोगों की, दलितों की, कमजोर, गरीबों की। इनकी सेवा हम इसलिए नहीं करते कि समाज इन्हें गरीब, कमजोर एवं असहाय मानता है, वरन् इसलिए कि वे भी मानव परिवार के ही अंग हैं। आपके परिवार में यदि तीन बच्चे हैं, उनमें सबसे बड़ा स्वस्थ एवं सबल है, सबसे छोटा मेधावी और प्रतिभावान है, तथा मंझला विकलांग, अन्धा, कमजोर और अस्वस्थ है तो आप किसकी चिन्ता सबसे अधिक करेंगे? स्वस्थ और सबल की नहीं, मेधावी और प्रतिभावान् की नहीं, बल्कि जो कमजोर है, अस्वस्थ है अन्धा है, विकलांग है, वही आपकी देखभाल का पात्र होगा।

इसी प्रकार समाज में भी, सम्पन्न व्यक्तियों को उनकी सहायता करनी चाहिए जो विपन्न लोगों की कोटि में हैं। मात्र इतना ही नहीं, वे विपन्न लोग ही समाज के वास्तुकार हैं, निर्माता हैं। हम बुद्धिजीवी, डिग्रीधारी शहरी लोग उनके परिश्रम के फलों का उपभोग करते हैं जो विपन्न हैं। आप समृद्ध हो सकते हैं, मेडिकल और इंजिनियरिंग की डिग्रियों से भी विभूषित हो सकते हैं, परन्तु आपके घर, उसकी साज-सज्जा उन्हीं लोगों के द्वारा निर्मित है, जो न बुद्धिजीवी हैं, और न डिग्रीधारी हैं। उनके अभाव में हमारा जीवन संभव नहीं है और उनके बिना हमारे पास वे सुन्दर वस्तुएँ ही नहीं होगी, जिनकी हम प्रशंसा करें। एक डॉक्टर ताजमहल नहीं बना सकता, एक वास्तुकार घरों के नक्शे बना सकता है, पर ईंट जमाकर घर नहीं बना सकता।

अतएव ये निर्धन लोग ही समाज के वास्तुकार हैं। इनके अभाव में मध्यम और उच्च कोटि का जीवन दूभर हो जाएगा। सब कुछ अस्त-व्यस्त हो जाएगा। फिर भी इन्हीं लोगों की उपेक्षा



करते हैं, इन्हें दुत्कारते हैं। हम कहते हैं वे गरीब हैं, उन्हें जीना भी नहीं आता या वे नंगे हैं। यही सबसे मौलिक भ्रान्त धारणा है, जिसे हम अपने मस्तिष्क में भरे बैठे हैं।

हमारे बगीचे की देखभाल कौन करता है? कौन बनाता है हमारे घर? उन सुन्दर प्रतिमाओं को कौन गढ़ता है जो हमारे घर की शोभा बढ़ाती हैं? कौन ये सारी साज-सज्जायें, सारे उपकरण बनाता है और अपने लिए कुछ नहीं रखता है? कौन रात-दिन खेत, खलिहानों में परिश्रम कर हमें प्रतिदिन का भोजन उपलब्ध कराता है? और हम उन्हें खाने को भी नहीं देते। हम उन्हें शिक्षित बनाने का प्रयास करते हैं और इस प्रकार हम

उन्हें कमजोर बना देते हैं क्योंकि शिक्षा उनके जीवन में अधिक महत्त्वकांक्षाओं को जन्म देती है।

हम सभी रिखिया गये हैं। जरा कल्पना कीजिए, यदि वहाँ के सभी लोग विश्वविद्यालय में प्रवेश लेकर मास्टर ऑफ बिजनेस मैनेजमेंट की उपाधि प्राप्त कर लें तो क्या होगा उनका? उनकी अनेक महत्त्वकांक्षाएँ होंगी, जिन्हें वे पूरा नहीं कर सकेंगे। फिर वहाँ अव्यवस्था हो जाएगी, पीड़ा, निराशा और आत्महत्या होगी। वहाँ पूर्ण सामाजिक अराजकता फैल जाएगी। परन्तु यदि हम उनकी उनकी सुध लें, उनकी मौलिक आवश्यकताओं की पूर्ति सुनिश्चित करें, उनके जीवन में मौलिक सुविधाओं का अभाव न रहे, तो वे मानव समाज के और भी अच्छे निर्माता हो सकेंगे।

समाज के हम तथाकथित बुद्धिजीवी और नियन्ता, मात्र उनके परिश्रम के फलों का उपभोग करते हैं, हम मानव सभ्यता के उत्थान के लिए कोई योगदान नहीं करते। इन गरीब लोगों को प्राकृतिक कला और विज्ञान के विषय में हमसे अधिक ज्ञान है। उनकी सेवा मानवता के शिल्पकारों की सेवा है। सामाजिक दृष्टिकोण से वे गरीब हो सकते हैं, वे हमारे द्वारा निर्मित सामाजिक व्यवस्था और सीढ़ियों के अनुसार विपन्नों की कोटि में आ सकते हैं। परन्तु हमने अपने अहंकार की पुष्टि के लिए इन सीढ़ियों का निर्माण किया है, जिससे हम सदा शीर्ष पर रहें और विशिष्ट वर्ग के होने का गौरव अनुभव कर सकें। पर हम एक बात भूल जाते हैं कि इन गरीबों के अभाव में हमारे जीवन के वैभव भी समाप्त हो जायेंगे।

इसी कारण से परमहंस जी ने सेवा की राह दिखायी है। उन्हें पता है कि समाज के समृद्ध लोग कभी गरीबों की सुध नहीं लेंगे। ऐसा उन्होंने अनेक बार कहा है। यहाँ तक कि इस कारण उन्होंने संन्यासियों को निर्देश दिया है कि जब समय आए जब उनकी अपनी व्यक्तिगत कामनायें, संस्कार और कर्म क्षय हो जायें तब उन्हें आश्रमों, नगरों और शहरों से निकलकर सुदूर क्षेत्रों में जाना चाहिए, जहाँ वे लोगों को कम से कम जीवित रहने के लिए तो सहायता कर सकते हैं। सीता कल्याणम् में आये हुए सभी संन्यासियों को, विभिन्न परम्पराओं के आचार्यों को उन्होंने स्पष्ट मार्ग निर्देश दिया है।

परमहंस जी सदा से मानते हैं कि यदि बाहर आग लगी हो, तुम अपने वातानुकूलित कक्ष में बैठे हो, तो तुम यह नहीं कह सकते कि उस अग्नि से जो प्रतिपल तुम्हारे निकट से निकट आती जा रही है, तुम्हारा वातानुकूलित कक्ष अप्रभावित रहेगा। एक दिन वह तुम्हारे वातानुकूलित कक्ष को भी निगल जाएगी। इतिहास इसका साक्षी है।

समाज के ये वास्तुकार शान्त नहीं बैठेंगे। वे अपेक्षा रखते हैं कि कोई उनके जीवन की मौलिक आवश्यकताओं की पूर्ति करे। सरकार उन्हें सामाजिक सुरक्षा प्रदान नहीं कर सकती। यह ठीक है कुछ लोगों को सामाजिक सुरक्षा दी जा सकती है, परन्तु ९० करोड़ लोगों को सामाजिक सुरक्षा तुम कैसे प्रदान कर सकते हो? अतः समाज की सामाजिक एवं राजनैतिक अवधारणाओं में भी भविष्य में परिवर्तन आने वाला है, जैसे भूतकाल में हुआ है। जनतन्त्र के पूर्व राजतन्त्र था। राजतन्त्र की अपनी समस्यायें थीं - तानाशाही, अर्द्धतानाशाही, अर्द्ध जनतन्त्र। समाज सही संतुलन की खोज में सदा प्रयोग करता जा रहा है। समाजवाद, साम्यवाद और प्रजातन्त्र, सभी का जन्म तानाशाही सरकारों के स्वरूप से ही हुआ है और प्रत्येक युग में उनमें परिवर्तन होता रहा है।

कोई भी राजनैतिक विचारधारा एकदम ठीक नहीं है। किसी भी काल के लिए मात्र वही विचारधारा सही होगी, जो जीवन निर्वाह को मौलिक स्वरूप प्रदान कर सके, जो मानव समाज के प्रत्येक सदस्य को जीवन के मौलिक मापदण्ड की शिक्षा दे सके। यदि ऐसा नहीं होता है तो दुनिया भी नहीं बचने वाली है। महायुद्ध होंगे, विनाश होगा और मानवता का एक बड़ा अंश विलुप्त हो जाएगा। जब तक हम दूसरों की देखभाल करने में समर्थ नहीं होंगे, मानवता को शान्ति का युग प्राप्त नहीं होगा। यह मात्र एक विचार नहीं है। दूसरों की सेवा करने के उपायों में सुधार का निरन्तर प्रयास होना चाहिए, और परमहंस जी मनुष्यों की आवश्यकताओं को समझने का अवसर हमें दे रहे हैं।

अतएव परमहंस जी का संदेश है-योग के साथ ही काम करो, जीवन के मूल, आत्मा को सींचो, जिससे पेड़ को खड़ा रखने वाली जड़े सबल हों, हरी-भरी हों, पुष्पित और पल्लवित हों, उनमें फल लगें। सेवा के माध्यम से मानव सभ्यता की निरन्तरता को सुनिश्चित करो। परमहंस जी की शिक्षा के ये ही दो आयाम हैं।

और निश्चित रूप से परमहंस जी ही इसके प्रेरक हैं।।



# परमहंसजी की तपोभूमि - रिखियापीठ

स्वामी सत्यसंगानन्द सरस्वती



स्वामी शिवानन्दजी ने श्री स्वामीजी को एक आदेश दिया। उन्होंने श्री स्वामीजी को कहा कि तुम योग का प्रचार करो। योग को एक ऐसे स्तर पर लाओ जिससे समाज में लोग उसे स्वीकार करें। श्री स्वामीजी ने अपने गुरु के आदेश का पालन करते हुए योग को गुफाओं से निकाल कर समाज में प्रस्तुत किया और बतलाया कि योग का क्या महत्व है और अपने जीवन में योग करने से हमें क्या प्राप्त हो सकता है। योग को सर्व सुलभ बनाने का सम्पूर्ण श्रेय श्री स्वामीजी को ही जाता है।

श्री स्वामीजी द्वारा योग का यह कार्य १९६३ से १९८३ के समयान्तराल में पूरा हुआ। १९८३ में श्री स्वामीजी ने योग का यह कार्य छोड़ा क्योंकि ये तो उनके गुरुजी का एक आदेश था। हर एक व्यक्ति के जीवन में ऋण होता है, पुत्र-ऋण, सामाजिक-ऋण, देव-ऋण, वैसे ही गुरु-ऋण होता है जो स्वामीजी ने किया। मुंगेर में उन्होंने स्वामी निरंजन को बैठाया और स्वयं वहाँ से निकल गए।

श्री स्वामीजी बोले जब हम अपना घर छोड़े तो आश्रम बनाने के लिए तो नहीं छोड़े और न ही चेला-चपाटे बनाने के लिए छोड़े, न ही धन-सम्पत्ति के लिये और न ही यश के लिये। घर छोड़े थे भगवान के दर्शन के लिये और ये जो हमने किया ये तो हमारे गुरुजी का आदेश था। हमने किया अब निकलेंगे वहाँ से और श्री स्वामीजी चल दिये। उसके बाद श्री स्वामीजी ने भारत के चारों दिशाओं में जितने सिद्ध-पीठ हैं उनका भ्रमण किया। चार-धाम, द्वादश-ज्योतिर्लिंग,

शक्ति-पीठ सब जगह गए और श्री स्वामीजी अज्ञात वास में भी रहे। उनकी यात्रा के दौरान जब वे त्रयम्बकेश्वर गये तब उनको ये जगह दिखाई दी ध्यान में। वहाँ पर महामृत्युन्जय-ज्योतिर्लिंग है, वो श्री स्वामीजी के ईष्ट हैं। वहाँ श्री स्वामीजी चातुर्मास कर रहे थे एक गोशाला में। एक छोटी सी मिट्टी की कुटिया थी, ८ X ८ की। वहाँ पर श्री स्वामीजी को ये स्थान स्पष्ट रूप से दिखाई दिया और उनको आदेश हुआ, ध्यान की अवस्था में कि यहाँ उनको आना है। उसके बाद यह जगह मिली और श्री स्वामीजी यहाँ रखिया आये। उन्होंने अपना भ्रमण छोड़ दिया। ये था १९८९ जब श्री स्वामीजी यहाँ आये।

उसके बाद श्री स्वामीजी पूर्ण एकान्त में चले गये क्योंकि उनको न केवल यह जगह बतलायी गई पर उनको क्या साधना करनी है, वह भी बतलायी गई। गुरु मंत्र का जाप। चौबीस घण्टा, हर श्वास के साथ, भगवान को याद करना। अब आप समझिये कितनी कठिन साधना है। एक सेकण्ड तो याद करना मुश्किल हो जाता है। गर्मी लगने लगती है, बाथरूम जाना है, कुछ याद आ जाता है और यहाँ हर श्वास के साथ भगवान को याद करना। श्री स्वामीजी पूर्ण एकान्त में चले गये। यहाँ आने के बाद उन्होंने पंचाग्नि का संकल्प लिया, पंचाग्नि मतलब चार अग्नि को तापना और ऊपर का सूरज पाँचवीं अग्नि। ये बहुत ही कठिन साधना है और श्री स्वामीजी कोई कम उम्र के तो नहीं थे। जब उन्होंने ये संकल्प लिया तब उनकी उम्र रही होगी सत्तर, तो कम उम्र भी नहीं थी। इतनी गर्मी में जेठ के महीने में पंचाग्नि। आप लोगों को तो अभी गर्मी लग रही है, श्री स्वामीजी तो इसी मौसम में, जेठ के महीने में, जब वो पचवाँ चलती है, इतनी गर्म पचवाँ, चार अग्नि और ऊपर का सूरज तापना। आदमी के तो प्राण ही चले जायेंगे, पानी की कमी से मर जाए। इस साधना का उल्लेख आता है, बृहदारण्यक उपनिषद में। इस साधना का कोई उल्लेख नहीं है कि किस किसने ये साधना की है? एक उल्लेख है पार्वती माँ का। उन्होंने ये साधना की थी शिव जी को प्राप्त करने के लिए और दूसरा उल्लेख आता है दत्तात्रय भगवान। हम आज ऐसा नहीं मानते कि वे मनुष्य हैं, वे भगवान हैं। तीसरा उल्लेख आता है शारदा देवी जो रामकृष्ण परमहंस की पत्नी थी। उन्होंने ये पंचाग्नि साधना की जो बहुत ही कठिन साधना है क्योंकि हम तो यहाँ रहते थे, हमने देखा है। बहुत ही कठिन है। श्री स्वामीजी ने इस पंचाग्नि साधना का संकल्प नौ साल के लिए लिया जो १९८८ में पूरा हुआ।

श्री स्वामीजी हमेशा कहते थे मनुष्य के जीवन में जो भी होना है, भगवान ने पहले से लिख दिया है। उसमें कोई बदलाव नहीं हो सकता, जो होना है वो होगा। भगवान की इच्छा के बिना कुछ नहीं होता है। अगर भगवान चाहें तो इसी समय प्राण चले जाए। हम कुछ नहीं कर पायेंगे। जो भी होता है मनुष्य के जीवन में वो भगवान की इच्छा से होता है। तुम कुछ नहीं भी करोगे तब भी वो होगा। क्योंकि मनुष्य अपने साथ अपना भाग्य लिखा के लाता है। वो कहते थे हमारी ज़िन्दगी में जो भी हुआ अगर हम कुछ नहीं भी करते तब भी वह होता। वो तो हमको करना ही था। उन्होंने अच्छा काम किया। उन्होंने अपनी पूरी शक्ति - मानसिक एवं शारीरिक दोनों ही अच्छे कामों में लगाई। किन्तु यदि वे यह नहीं भी करते केवल एक जगह बैठे ही रहते, तो भी उनको वो प्राप्त होता जो उनको प्राप्त होना है, जो उनको बनना है, वो अवश्य बनते। क्योंकि भगवान जब हमको कोई कार्य देते हैं तो हमको उसके लिये सद्बुद्धि भी देते हैं। हमारी बुद्धि भी वैसी हो जाती है और हम उस रास्ते पर चल पड़ते हैं।

सब कुछ होते हुए भी आप वो रास्ता छोड़ के इस रास्ते में निकल जायेंगे। आपका जीवन ही बदल जाएगा। और यही श्री स्वामीजी की मुख्य शिक्षा है।

श्री स्वामीजी पूर्णतः एकान्त में ही रहते थे। उनकी अपनी कुटिया थी। यहाँ आने के बाद, एक चीज़ शुरू हुई, हालाँकि वो उनकी योजना नहीं थी। उनकी योजना थी कि यहाँ आकर भगवान ने जो बोला - अपने गुरु मंत्र का जाप, उन्होंने वही शुरू किया। जब श्री स्वामीजी यहाँ पर आये तो वो एक मिट्टी की कुटिया में रहते थे। यहाँ कुछ नहीं था। यहाँ एक पेड़ भी नहीं था। यहाँ देवघर और रिखिया के बीच में आपको एक भी आदमी नहीं दिखता। १९८९ की बात हम बोल रहे हैं जब श्री स्वामीजी यहाँ आये थे। यहाँ रोड भी नहीं थी। यहाँ बिजली नहीं थी, यहाँ टेलीफोन नहीं था, कुछ नहीं, यहाँ तो दिन में कौआ भी देवघर चला जाता था। एकदम उजाड़, पिछड़ा और उपेक्षित था यहाँ का हाल। अभी तो ये बहुत ही जागृत है, आप समझिये कि पूरी तरह विकसित लगता है। उस वक्त तो महिलाओं के पास भी कपड़ा नहीं था पहनने के लिये। यहाँ पर रास्ते में घूमते थे। जो गाँव का सबसे महत्वपूर्ण व्यक्ति जिसको 'प्रधान' बोलते हैं, उसके घर में खाने तक को नहीं रहता था। तीन दिन तक खाने को नहीं है, छोटे-छोटे बच्चे, विधवा औरत, छः बच्चे हैं। घर जल गया, बारीश का मौसम और रास्ते में घूम रहे हैं। ऐसा हाल था यहाँ।

फिर यहाँ आने के कुछ समय पश्चात् श्री स्वामीजी ने बहुत बड़ा मंत्र पुरश्चरण शुरू कर दिया था। अष्टोत्तर शतलक्ष मंत्र पुरश्चरण और वो दस महीने एकान्त में चले गये और उस दौरान गेट में आके लोग खटखटाते थे। खाना नहीं, कपड़ा नहीं, मदद करो, मदद करो। हम संन्यासी लोगों का जन्म तो परोपकार के लिये ही होता है। कैसे हम मुँह मोड़ सकते थे। हम लोग बहुत ही परेशान थे कि क्या करें। जब श्री स्वामीजी साधना से निकले तो उन्होंने कहा कि उनको प्रेरणा हुई कि उनके पड़ोसियों को जो भी मदद दी जा सकती है, दी जाए। फिर हम लोग श्री स्वामीजी को बतलाये कि ऐसे-ऐसे लोग आते थे। तो उन्होंने कहा कि अगर संस्था ये काम निःशुल्क कर सकती है तो ये काम शुरू किया जाये। उन्होंने तीन चीज़ बतलाए - आवास, प्रारम्भिक-चिकित्सा और रोजगार। ये तीन चीज़ उन्होंने कहा कि इस पर तुम ज़ोर दो, यहीं व्यक्ति की मूलभूत आवश्यकतायें हैं कि एक घर हो, रोज़ घर में चूल्हा जले, दो रोटी मिल जाए और अगर छोटी-मोटी बीमारी हो तो उसका इलाज।

फिर हम लोगों ने ये काम यहाँ शुरू किया। संन्यासी लोग यहाँ ईंटा बनाते थे, ट्रैक्टर चला के रेती लाते थे और फिर गाँव वालों के लिए घरों का निर्माण किया जाता था। यहाँ दवाई-दारू भी देते थे। आज जो आप लोग देख रहे हैं क्लीनिक, ये तो बहुत बड़ा हो गया है। उस वक्त हमारे पास एक मिट्टी और फूस की कुटिया थी। उसी कुटिया से दवाई देने का काम किया जाता था। देवघर से एक डॉक्टर आता था जो सबका ईलाज करता था और एक नर्स थी जो सबको दवाईयाँ देती थी। उस वक्त बहुत ही छोटे ढ़ंग से क्षमता के मुताबिक हम लोगों ने यह कार्य शुरू किया। फिर गाँव वालों को पहनने के लिए कपड़े देना शुरू किया और फिर रोजगार। ये सब जो आप यहाँ देख रहे हैं दिवाल और मकान, सब यहाँ के मजदूर वर्ग के लोगों ने ही बनाया है जो हमारे आस-पास रहते हैं। यहाँ जो कन्याएँ क्लास में आती हैं, मजदूरों की बेटियाँ हैं। ये कोई बड़े घर की लड़कियाँ नहीं हैं। ये सब समाज के उस उपेक्षित वर्ग की लड़कियाँ हैं जिनको कोई देखता तक नहीं है। आप समझ रहे हैं जिनका कोई अस्तित्व ही नहीं है समाज में। अगर आप इनके घर में





जाएँगे तो सदमें में आ जायेंगे। हम एक बार इनके घर गये थे, तीन दिन तक हमको नींद ही नहीं आयी। हमारे कुत्ते का रहन-सहन उनसे अच्छा होता है। उनका घर यदि आप देखेंगे तो लगेगा कैसे ये लोग रहते हैं। ऐसा हाल था इनका। वस्तुतः ये तो भारत में सब जगह है, पर जब उनकी हालत आप नजदीक से देखेंगे फिर आप मुँह नहीं मोड़ सकेंगे।

इस तरह हम लोगों ने यह कार्य रिखिया में शुरू किया घर बनाना, दवाई देना और रोजगार देना। ये तो भगवत् इच्छा थी इसलिए धीरे-धीरे काम बढ़ा जिसे वर्तमान में आप एक विकसित रिखिया के रूप में देख सकते हैं। भगवान ने रास्ता बतलाया और हमने एक पंचायत चुना जिस पंचायत में श्रीस्वामीजी रहते हैं - 'रिखिया पंचायत'। श्रीस्वामीजी ने कहा कि जो भी काम करो उसको व्यवस्थित ढंग से करो, सब पढ़े-लिखे हैं, अनाड़ी तो हैं नहीं, सब चीज व्यवस्थित ढंग से करो। हम लोग पूरे पंचायत में गये और पूछ-ताछ किये। उन सबकी जानकारी हम लोग लाये और उसे कम्प्यूटाईज्ड किया और आज उनकी सब जानकारी हमारे पास है। वो कितने हैं, उनकी कितनी ज़मीन हैं, कौन सी खेती करते हैं, उनका घर कैसा है - फूस का है या टूटा है, कौन बीमार है, कितने बच्चों का जन्म हुआ, सब जानकारी हमारे पास है। एक तरीके से हम उनकी सब चीज जानते हैं। इसलिए उनको मदद करने में आसानी हो जाती है। अब कोई हमको अगर कुछ भेज देता है तो हमको ये मालूम होता है कि किसको इसकी ज़रूरत है और सीधे उसको पहुँचा देते हैं।

एक तरह से ये श्री स्वामीजी का एक बड़ा परिवार बन गया। ये लोग अब एकदम घुल-मिल गये हैं यहाँ, और आश्रम के बारे में सब कुछ जानते हैं। उनके घर से रोज एक कन्या आती है, यहाँ अंग्रेजी पढ़ने के लिए। शिक्षा के मार्ग में श्री स्वामीजी ने कहा कि कुछ करने की ज़रूरत नहीं है। अगर इनकी इच्छा होगी तो वो खुद आयेंगे, तब तुम पढ़ाना। ऐसा नहीं कि हम उनको योग पढ़ा दें। आश्रम में तो सभी योग शिक्षक हैं। हमारी तो ट्रेनिंग ही है योग शिक्षक के रूप में परन्तु हम लोग उनको योग नहीं सिखाते। हम लोग उनको सिखाते हैं अंग्रेजी। यहाँ के कन्या-बटुक हमारे पास आये और अंग्रेजी सीखने की माँग की। किसी ने हिन्दी, संस्कृत या योग नहीं कहा। सबने कहा अंग्रेजी सीखना है। अंग्रेजी क्लास शुरू हुई एक कन्या से।





Swami Satyananda and Swami Satsangi

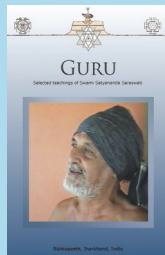
श्री स्वामीजी ने कहा कन्याओं पर ज़्यादा ध्यान देना क्योंकि यहाँ पर इतने सारे स्कूल थे, लेकिन वहाँ लड़कियाँ पूरी अनुपस्थित। ये लोग लड़कियों को स्कूल भेजते ही नहीं थे घर से। पढ़के क्या करेंगे? गोबर ही तो उठाना है, और फिर तेरह साल में शादी हो जाती है तो पढ़ने से क्या फायदा? परन्तु आज आप देखेंगे कि लड़कियों की उपस्थिति सौ प्रतिशत हो गई है। ऐसा नहीं है कि हम उन लोगों को बोलते हैं कि लड़कियों को पढ़ाओ। हमने उनको कुछ नहीं कहा। केवल देख कर उनमें परिवर्तन हुआ। क्योंकि हमारा जो आश्रम है ये मुख्यतः लड़कियाँ ही चलाती हैं। भवन निर्माण कार्य के लिए ट्रैक्टर और ट्रक भी लड़कियाँ चलाती थीं बालू इत्यादि लाने के लिए। यहाँ गाँव वाले ये सब देखते थे, अरे! यहाँ तो लड़कियाँ ट्रक चलाती हैं। फोन में बात करती हैं। तब उनको पता चला होगा कि लड़की भी ये सब काम कर सकती हैं और उन्होंने उसका चुनाव किया कि हम भी सीखना चाहते हैं। आज वो लोग कम्प्यूटर सीख रही हैं, यहाँ पर। अंग्रेज़ी तो ये लोग धड़ा-धड़ बोलते हैं। जो शहर के बच्चे हैं उनसे भी अच्छा बोलते हैं। आप तो देख रहे हैं उनको, कैसे वो लोग कीर्तन करती हैं और साथ-साथ रामचरितमानस - पूरा नवाहन-पारायण, भगवद्गीता और जो भी स्तोत्र-पाठ है धड़ा-धड़ ये लोग करती हैं। योग का क्लास ले सकती हैं, सब कुछ जानती हैं। आये थे अंग्रेज़ी सीखने और साथ-साथ ये सब भी सीख गये।

इस तरह रिखिया में परिवर्तन हुआ। जिसको हम बोलते हैं 'चेतना का विस्तार'। एक छोटी कन्या जो दस साल पहले आँख मिला कर बात तक नहीं कर सकती थी, उसको इतना संकोच होता था, आज वो सभी से बात कर सकती है। उनसे कुछ भी पूछो उसका उत्तर दे सकती है। व्यक्तित्व के विकास के साथ-साथ इन सभी का आत्मविश्वास भी बहुत दृढ़ हो गया है जिससे अब वो हर काम को बहुत ही सहज ढंग से कर सकते हैं। वह मन जो पहले कुंठित था, संकुचित था, वो आज विस्तृत होकर हर कार्य को करने में सक्षम है। इसको कहते हैं भय रहित मन एवं 'चेतना का विस्तार' जो यहाँ रिखियापीठ में हुआ है, श्री स्वामीजी की असीम कृपा और अनुग्रह से।

## Guru

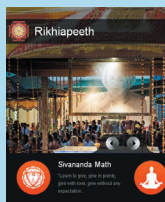
Selected teachings of Swami Satyananda Saraswati

Since ancient times, the importance of guru on the spiritual path has been held in the highest regard. This book presents a diverse collection of talks on the subject of guru by Swami Satyananda Saraswati, illuminating the necessity of guru in the life of every seeker. In honour of guru, it was presented as prasad on the sacred occasion of Guru Purnima at Rikhiapeeth, 2014.



## Rikhiapeeth Website: [www.rikhiapeeth.in](http://www.rikhiapeeth.in)

The Rikhiapeeth website is a sanctuary for all spiritual seekers, so that they may stay connected to the cardinal teachings of Swami Sivananda that are practised and lived here at Rikhiapeeth – to 'Serve, Love, and Give'. Be inspired by satsangs, information about the tradition and Rikhiapeeth, upcoming events and courses, and more!



## Courses and Events at Rikhiapeeth Sept/Oct:

### **Srimad Bhagwad Katha & Swami Sivananda Janmotsav: 1st–8th Sept**

These timeless stories will be narrated by renowned Kathakars, complemented by bhajans and kirtans, culminating on 8th September with the birth day of Paramguru Swami Sivananda.

### **Swami Satyananda Sannyasa Diwas: 12th Sept**

On this day we honour the tradition Sri Swamiji exalted, and receive renewed inspiration for our spiritual journey.

### **Rikhia Aagaman: 23rd Sept**

This special occasion commemorates the arrival of Paramahansa Satyananda's arrival in Rikhia and his sankalpas for Rikhiapeeth.

### **Ashwin Navaratri Aradhana & Diksha: 25th Sept–3rd Oct**

Ashwin Navaratri is an important time for sadhana to achieve profound personal insight and transformation. Diksha will be conducted on Ashtami.

### **Kriya Yoga & Tattwa Shuddhi (H): 1st–8th Sept**

Initiates sincere participants into the kriya yoga practices which reveal the dormant potential within. Awaken and utilise this immense power to experience unparalleled physical, mental, emotional and spiritual wellbeing. Kriya practices are taught in conjunction with tattwa shuddhi, to prepare the practitioner for higher esoteric practices and discover one's highest potential.

### **Diwali: 23rd Oct**

A joyous festival that is testimony to the inspired vision of Swami Satyananda. On this day Rikhiapeeth is aglow with hundreds of flickering lights to worship the beautiful Goddess Lakshmi and to pray to her for prosperity in the coming year.

### **Chakra Sadhana Course: 6th–16th Oct**

This course introduces practitioners of all levels to tantric and yogic theory and practices to purify and awaken the chakras and the associated physical, pranic, mental, intuitive and higher faculties.

### **Prana Vidya Course: 19th–25th Oct**

This advanced course reveals the techniques of prana vidya which bring awareness of the vast stores of energy within the human body. Systematically guides adept participants through the practices for the conscious manipulation of these energy stores, for immense physical, psychological and spiritual benefits.

## Rikhiapeeth Courses 2014

Sep 1 <sup>st</sup> –8 <sup>th</sup>	Kriya Yoga & Tattwa Shuddhi Course (Hindi)
Oct 6 <sup>th</sup> –16 <sup>th</sup>	Chakra Sadhana Course (English)
Oct 19 <sup>th</sup> –25 <sup>th</sup>	Prana Vidya Course (English)
Nov 29 <sup>th</sup> –Dec 5 <sup>th</sup>	Kriya Yoga & Tattwa Shuddhi Course (English)
Jan – Oct	Introduction to Ashram Life
Jan 1 <sup>st</sup> –Jan 2017	Sannyasa & Yoga Shiksha Course

## Rikhiapeeth Events 2014

Sep 1 <sup>st</sup> –8 <sup>th</sup>	Srimad Bhagwad Katha & Swami Sivananda Janmotsav
Sep 12 <sup>th</sup>	Swami Satyananda Sannyasa Diwas
Sep 23 <sup>rd</sup>	Rikhia Aagaman
Sep 25 <sup>th</sup> –Oct 3 <sup>rd</sup>	Ashwin Navaratri Aradhana & Diksha
Oct 23 <sup>rd</sup>	Diwali
Nov 23 <sup>rd</sup> –27 <sup>th</sup>	Sat Chandi Mahayajna & Sita Kalyanam
Dec 2 <sup>nd</sup> –6 <sup>th</sup>	Yoga Purnima
Dec 19 <sup>th</sup> –25 <sup>th</sup>	Maha Rudri
Dec 24 <sup>th</sup>	Christmas Eve
Dec 31 <sup>st</sup> –Jan 1 <sup>st</sup> 2015	New Year

## Silver Lining Jubilee 2014

Sep 1 <sup>st</sup>	The Silver Lining Jubilee commences
Sep 1 <sup>st</sup> –8 <sup>th</sup>	Medical Camp – Eye Camp
Sep 1 <sup>st</sup> –27 <sup>th</sup>	Vocational – Spoken English
Sep 1 <sup>st</sup> –27 <sup>th</sup>	Arts & Crafts – Introduction to Spoken English
Sep 23 <sup>rd</sup>	The Silver Lining Jubilee inauguration
Sep 25 <sup>th</sup> –Oct 2 <sup>nd</sup>	Atmadrishti Series: Atmabhav (Unity)
Oct 1 <sup>st</sup> –27 <sup>th</sup>	Vocational: Police Training
Oct 10 <sup>th</sup> –14 <sup>th</sup>	Medical Camp: ANC, Gynecology & Paediatrics
Oct 19 <sup>th</sup> –23 <sup>rd</sup>	Atmadrishti Series: Serve, Love, Give, Purify
Nov 8 <sup>th</sup> –21 <sup>st</sup>	Arts & Crafts: Indian Classical Dance
Nov 23 <sup>rd</sup> –26 <sup>th</sup>	Atmadrishti Series: Invocation & Worship
Dec 2 <sup>nd</sup> –5 <sup>th</sup>	Atmadrishti Series: Bhakti – Yoga of the Heart
Dec 15 <sup>th</sup> –28 <sup>th</sup>	Vocational: Tailor & Fabric Design
Dec 19 <sup>th</sup> –23 <sup>rd</sup>	Medical Camp: Diabetes, Cardiac & Dermatology

Sadhaks and devotees are welcome to the ashram events. Please enquire for timings.

Those planning to attend any of the specified events and courses should contact Rikhiapeeth by phone, email or post in advance (for reply within India, please enclose a stamped self-addressed envelope).

P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand 814113. Tel: 06432-290870 / 09204-080006 (8–11am and 3–5pm).

email: rikhiapeeth@gmail.com, website: www.rikhiapeeth.in, blogpage: www.rikhiapeeth.net