ARADHANA
Yoga of the Heart ♥

Year 14 Issue 1
Jan/Feb 2025
For Free Distribution

Rikhiapeeth, Rikhia, Deoghar, Jharkhand, India

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 Gurumaya Saraswati

Printed and Published by Swami Yogamudra Saraswati, Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113
Owned by Rikhiapeeth Public Charitable Society
Printed at SWARN Computer Press, Deoghar, Jharkhand, 814112, India
© Rikhiapeeth 2017
P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113, India

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

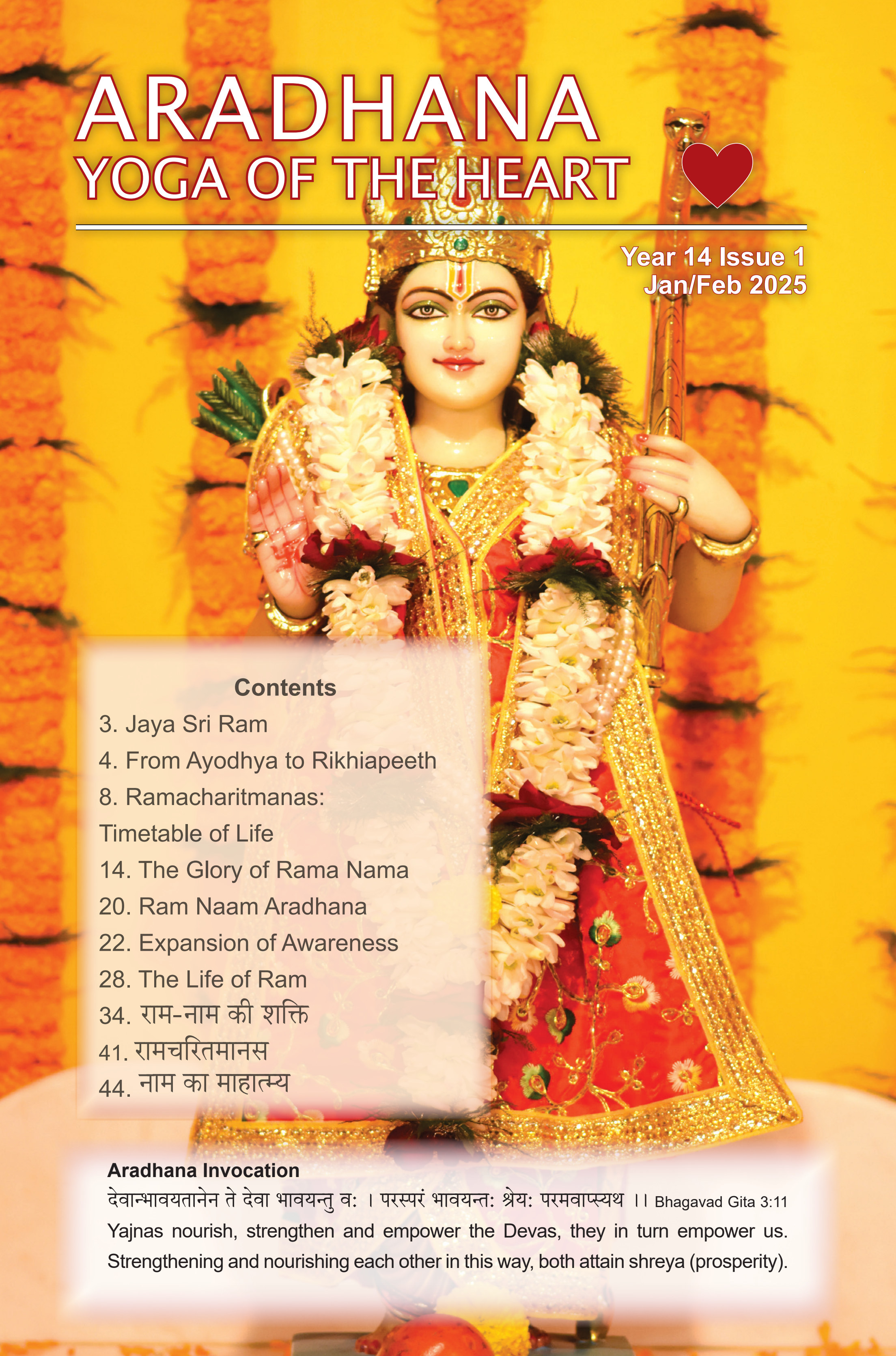
Cover photo:
Swami Satyananda Saraswati

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 features practical teachings and satsangs on Ramacharitmanas and Lord Rama. It also illustrates the continued application of these timemess teachings at RIkhiapeeth.

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: SWARN Computer Press, Deoghar, Jharkhand, 814112, India
Published at: Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand – 814113



ARADHANA
YOGA OF THE HEART

Year 14 Issue 1
Jan/Feb 2025

Contents

3. Jaya Sri Ram
4. From Ayodhya to Rikhiapeeth
8. Ramacharitmanas: Timetable of Life
14. The Glory of Rama Nama
20. Ram Naam Aradhana
22. Expansion of Awareness
28. The Life of Ram
34. राम-नाम की शक्ति
41. रामचरितमानस
44. नाम का माहात्म्य

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).

Jaya Sri Ram

Peethadhishwari Swami Satyasangananda

Sri Ram was the hero, icon and role model of Swami Satyananda. So, it is not at all surprising that Ram Naam Aradhana has played an integral role at Rikhiapeeth, ever since Sri Swamiji arrived here. It was one of his main sadhanas which continued uninterrupted throughout his stay at Rikhia. In fact Sri Swamiji often said that Ramcharitmanas has been instrumental in providing sweetness, richness and depth to his spiritual life.

Rikhia provided the fertile ground for the dissemination of Swami Satyananda's teachings of Bhakti. Here he lived a life totally immersed in naam aradhana, japa and smaran and often said that if ever he again put pen to paper, it would be to write on the life of Ram, as he found that to be the key to inner experience.

He distributed thousands of Ramayana to the village folk, some of whom could not even read and write, but with his encouragement, became literate only through the chanting of Ramayana.

Here at Rikhia, Sri Swamiji made a house for Ram calling it Raghunath Kutir, and held a month long Ram Naam Aradhana at Rikhiapeeth during which he commenced the tradition of Sita Kalyanam, the marriage of Sita and Ram, which has continued unbroken each year since 1995.

One can say that through Sri Swamiji's continuous aradhana, Sri Ram came alive at Rikhia and began to reside here. The intensity of his devotion to Ram, created a strong flow of energy, which is alive even today for the benefit of devotees, who flow incessantly from all parts of the world to take a dip in the vibrant and uplifting, spiritual energy field of Rikhia. In this way, Sri Swamiji introduced us to his hero Sri Ram and skillfully orchestrated an abiding connection between Him and us.

From Ayodhya to Rikhiapeeth:
The Everlasting Influence of Lord Ram

A Sacred Offering to Guru

At Rikhiapeeth, Lord Ram is not just a divine figure from the past, rather he is a living presence, guiding sannyasins, spiritual aspirants and householders alike on the path of seva, sadhana, and satsang. Swami Satyananda Saraswati embodied the ideals of Lord Ram in his life, drawing inspiration from Ramcharitmanas as a scripture of devotion, wisdom, and surrender. His tapobhumi at Rikhiapeeth reflects the same divine principles that made Ayodhya a sacred land.

Swami Satyananda often spoke of Lord Ram as the ideal of human perfection, one who lived with unwavering dharma, boundless compassion, and total surrender to the Divine Will. His deep connection with Ramcharitmanas was not just intellectual, it was a living experience. Just as Tulsidas' verses illuminate the path of bhakti and selfless service, Swami Satyananda dedicated every moment of his life to the welfare of others, manifesting the vision of Ram Rajya, a world where righteousness and compassion prevail.

Even today, the spirit of Ramcharitmanas pervades Rikhiapeeth. Whether through the recitation of its sacred verses, kirtans in Lord Ram's name, or during the yajnas performed, the presence of Ram is tangible.

Peethadhishwari Swami Satyasangananda Saraswati continues to uphold this legacy, ensuring that the values of Lord Ram: discipline, devotion, and duty, remain at the heart of all sadhana.

Throughout 2025, Rikhiapeeth will be immersed in the divine vibrations of the Ramayana, offering multiple recitations of the sacred text as a tribute to our beloved Guru, Paramahansa Swami Satyananda Saraswati. His life was a living embodiment of faith, devotion, and surrender - qualities that shine throughout the Ramcharitmanas.

As a sacred offering to Sri Swamiji, Swami Satyasangananda has made a sankalpa that akhanda Ramayan will be done each month as part of Guru Bhakti Yoga that is celebrated at Rikhiapeeth since Gurudev attained Mahasamadhi on the 5th and 6th of each month.

These recitations are a heartfelt aradhana — an expression of gratitude and devotion to Swami Satyananda, who shared the teachings, wisdom, and light of the Ramcharitmanas far and wide. His deep reverence for Sri Ram was reflected in his life and teachings, making this offering a perfect tribute to his spiritual legacy.

Through these sacred chants, Rikhiapeeth continues to radiate his vision, ensuring that the light of the Ramayana illuminates the hearts of all who seek a road map for life and spiritual inspiration and awakening.

Lord Ram's influence is eternal. Just as Ayodhya was the seat of dharma in the Treta Yuga, Rikhiapeeth stands today as a beacon of spiritual transformation in Kali Yuga, carrying forward Swami Satyananda's vision, a vision deeply rooted in the timeless teachings of Ramcharitmanas.

Ramcharitmanas: Timetable of Life

Swami Satyananda Saraswati

After thoroughly studying the Vedas, the Upanishads, the Bible, the Koran and many other spiritual books which I have great respect for, I stopped my reading with Ramcharitmanas. This one book paved the way in my life. The greatest obstacle in my life was that I knew too much about God. I could think so much about him, but He only remained within the precincts of my mind; I couldn't go beyond. This book took me out from the gravitational force of mind and intellect. This is the only book I read now. I don't read letters or newspapers. What is the use of reading them? They could not break the gravitational pull of my mind, but Ramcharitmanas took me out.

Ramcharitmanas is the story of Rama as narrated by Lord Shiva to Parvati. I had in mind to render it into English. I felt that until now all the renderings of this book into English have been insufficient, because they are written by scholars, teachers and lecturers, and not by someone who can feel it, but I have not received the mandate yet. If I receive the mandate, I will carry it out.

Of course, I have also given up writing. I don't hold a pen in my hand now, but if I write a book at all by hand, as I have done in the past, it will be the literal translation of Ramcharitmanas. It will not need a commentary because the book itself is a commentary on faith.

A God With a Home

I have not seen a book like Ramcharitmanas. The Bhagavad Gita contains knowledge, but Ramcharitmanas has the sweetness of nectar. I am a man of that taste because my whole life has been dry. I have never experienced sweetness. I have always lived in solitude and quiet with no concern for anyone. I have my own way of eating and sleeping. So, Ramcharitmanas came into this dry life with the sweetness of nectar. Since childhood I have also had a good relationship with poetry and literature which I have studied in depth, whether it be Hindi, Sanskrit, English or any other. Ramcharitmanas complements that aspect of my nature, but the biggest contribution it has made in my life has been to establish a sakara concept of God.

Sakara is the one who has a shape, a form and nirakara is the formless one. If God is formless, you can call Him nirakara. But how can you see the one who has no form? How can you ever see a formless entity and how can you name a nameless entity? How will you find the one who does not live anywhere? I don't want such a God. I want a God who has a name and a form, who has a home and an address. This makes things easy. Great yogis

and saints can find Him, but I want an easy way to locate His address, so I have enshrined Him in Raghunath Kutir. Every day I take care of that room. I meditate and worship Him daily and I can say truly that my God lives there. Why should I say that God is everywhere? Maybe He is, I don't deny it, but where will I manage to keep hold of Him?

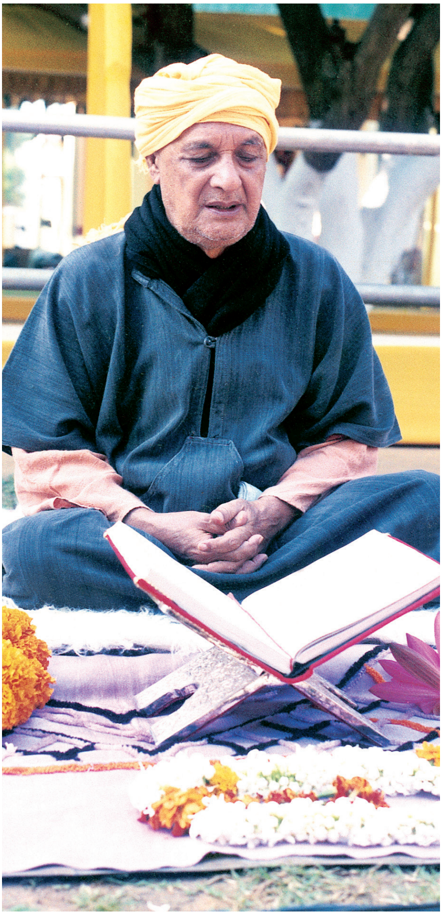
Water exists everywhere, but you drink it from your own well. God is everywhere, but I have enshrined Lord Raghunath in my room and He is mine. This I learned from Ramcharitmanas. You have tried millions of ways to find Him, but where did you find Him? Where will you worship Him? To what address will your letter be delivered? He will just drop it somewhere, but if you write to God, c/o-Raghunath Kutir, then He will receive your letter for sure. From Ramcharitmanas I learned that God is everywhere, but you have to hold Him at one place. The only thing I learned is that this light which you see comes from the sun, but it is not the sun. It has the warmth and brilliance of the sun, but it is not the sun. In the same way, I may have a spark of divinity, but I am not the Divine. I may be a part of Him, but I cannot be Him.

Teachings About Life

Ramcharitmanas is also called Tulsi Ramayana. It contains many kinds of verses in different metres which tell the story of Rama and Sita as it was narrated by Lord Shiva to goddess Parvati. Lord Shiva tells the entire story of Rama, Ravana and his brother, Kumbhakaran, who slept for six months of the year. The story of Rama is one thing and the war between Rama and Ravana is another. The story of Ramcharitmanas is the skeleton structure, over which the teachings are delicately woven. Just as while constructing a house, you erect a pillar of iron bars, then fill it with concrete, lay bricks and finally plaster it, in the same way, the story of Rama is only the skeleton.

The real instruction is the teachings about life. It contains lessons on the philosophy of life, lessons on relationships, be it love between brother and sister, between two brothers, or between father and son, how these relationships should be lived and how they get distorted. That is the speciality of Ramcharitmanas, otherwise there are many picture books of Rama's story and other versions like Valmiki Ramayana, Ananda Ramayana and Vikat Ramayana. These versions may have some differences in the stories, but the tradition remains unchanged.

A gentle person like Rama was so modest and self-conscious that if someone offered him good food, he would quietly refuse. Rama was not outspoken. Even with friends he was gentle and controlled. He used to think carefully before saying anything. This is a very great quality. He would never blabber out whatever came to his mind. He was not a fool. In Ramcharitmanas, Rama is mentioned as the king among the clever. He was so wise, yet still he had a nature of his own. You may be very clever, very understanding and able to know other people's thoughts, but still, you should be self-conscious. Self-conscious means that you think before you speak. Just like a tortoise pulls his limbs inside his shell and takes them out very carefully, in the same way, you must collect all your thoughts and express them carefully. In social life a person who speaks with forethought is least likely to meet with an accident.

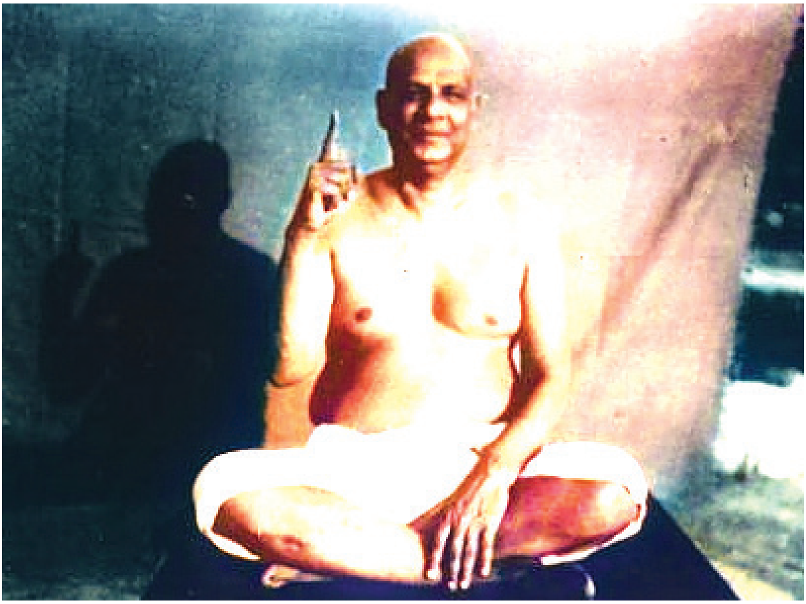


Life Timetable

Ramcharitmanas deals with life, its conflicts, frustrations and disappointments. You can't call it a religious book. It is a book which deals with life in total, the life that began the day that you entered your mother's womb and which will end the day you lie down in a grave or your body is cremated. This life has so many facets: mind, relationships, different affairs, beliefs, lies and deceits. There are so many things that medicine cannot cure.

Ramcharitmanas will give you a complete idea of the timetable of life. It is a timetable of life. Just as you have an aeroplane or railway timetable, so you also have a life timetable. Life is a journey and you should have a timetable.

NAVAN PARAYAN, NAVARATRI - RIKHIA 2003



The Glory of Rama Nama

Swami Sivananda Saraswati

Rama Nama or the name of Lord Rama is a blessing which millions of Hindus have treasured in their hearts since ages past. It is the supreme purifier of the mind of man, the bestower of perennial joy, the giver of peace and the key to the gate of Immortality.

You must learn to take the name of Rama with full devotion and faith. When you study the Ramacharitmanas of Tulsidas, you will learn how great the divine power of that blessed name is.

Rama's name, form and conduct have all been the objects of constant remembrance, contemplation and emulation for people since ages. The word 'Rama' is interpreted in the Ramarahasyopanishad as the combination of the essence of the Narayana-Ashta-Akshara and the Siva-Pancha-Akshara, i.e., Ra and Ma, without which the Ashtakshara and the Panchakshara not

only do not give their proper meaning, but give the opposite meaning. Rama Nama is also considered as the essence of the Thousand names of the Lord. It is the Taraka Mantra, the vessel which takes the mortal across the ocean of Samsara or death. The power of the name is well realised when it is known that even the incorrect pronunciation thereof turned rogue Ratnakara into sage Valmiki.

Rama Nama burns ignorance, passion and sin. With knowledge or without knowledge, correctly or incorrectly, when the word 'Rama' is pronounced, it showers a rain of good on the devotee. Sri Rama Brahma Tarakam - Sri Rama is Brahman who takes one across Samsara. Rama is one in whom Yogins sport (Ramante) i.e., the Self within. Once you take refuge in Him, your welfare becomes His responsibility.

Gandhiji writes: "You might ask me why I tell you to use the word Rama and not one of the many other names of the Creator. True, His names are as many as and more than the leaves on a tree, and I might, for instance, ask you to use the word God. But what meaning, what associations, would it have for you here? In order to enable you to feel anything when repeating the word God, I should have to teach you some English. I should have to explain to you foreign people's thoughts and associations.

But in telling you to repeat the name of Rama, I am giving you a name worshipped since countless generations by the people of this land. A name familiar to the very animals and birds, the very trees and stones of Hindustan, through many thousand years. You will learn from Ramayana how a stone by the roadside sprang to life at the touch of Rama's foot as He passed by. You must learn to repeat the blessed name of Rama with sweetness and such devotion that the birds will pause in their singing to listen to you, that the very trees will bend their leaves towards you, stirred by the divine melody of that name.

Kabir sent Kamal to Tulsidas. In the presence of Kamal, Tulsidas wrote Ram Nam on a Tulsi leaf and sprinkled the juice over five hundred lepers. All were cured. Kamal was quite astonished. Then Kabir sent Kamal to blind Surdas. Surdas asked Kamal to bring the corpse that was floating in the river. The corpse was brought. Surdas repeated 'Ram' (not the full name Rama) only once in one ear of the corpse, and it was brought back to life. Kamal's heart was filled with awe and wonder. Such is the power of God's name.

The name of Sri Rama is sweeter than the sweetest objects. It is the haven of peace. It is the very life of pure souls. It is the purifier of all purifying

agencies. It quenches the consuming fire of worldly desires. It awakens the knowledge of God which is dormant in our hearts. It bathes the aspirant in the ocean of divine bliss. Glory to Sri Rama and His name.

The means by which Sri Rama can be reached is to take His name and to remain saturated in it. Always remain drunk, imbibing the Lord's sweet name. Let no ideas of purity or impurity enter your mind. There is no unholy object in this world. Should there be any, it becomes the holiest of the holy by contact with the Lord's name. Illusion, notwithstanding all her efforts, fails to get hold of him who remains deeply absorbed in the Lord's name and love.

Some people say: "Sri Rama is only an ordinary man. He is not an Incarnation of God. He wept bitterly when He lost His wife. His bewailings rent the clouds when Lakshmana fell down on the ground in an unconscious state, being struck with the arrow of Indrajit. Why did Rama, the Supreme Being, forget His real divine nature? He was sunk in the ocean of sorrow at the ordeal of Sita. If Rama always knew His true Self, why did He grieve for the loss of Sita?"

Samadhi Sthal of Swami Satyananda Saraswati

The answer to this question is that verily Rama was the Supreme Self. He never moved or did anything. He was never subject to joy or sorrow, birth or death, pleasure or pain. Through His life, Sri Rama behaved like an ordinary man only. He had to do that, because Ravana had a boon that he could not be killed by Devas, Asuras, Rakshasas, Yakshas, serpents, bears, etc. He belittled the strength of man in his pride. Ravana could only be killed by a man. So, Sri Rama had to show that He was only an ordinary man. Otherwise, He would be disqualified for destroying Ravana, if He exhibited Himself to be a God, according to the boon of Brahma.

The Transcendent Divinity That Is Rama

To a devotee, Rama is not simply a good and great person, but God Himself. Rama is the son of Dasaratha, the King of Ayodhya, as well as the divine, omnipresent God, Self, Atman or Brahman. The destruction of the ten-headed Ravana by Rama is the annihilation of the mind with the ten senses. Worship of Rama is the worship of the Virat Purusha Himself. Read the prayers offered by Mandodari and Brahma in the Yuddha-Khanda of the Valmiki Ramayana. They refer to Rama as the one Creator of the universe, the God of all, the Ruler of all.

May you all attain the final beatitude of life through intense devotion towards Rama! May you live immersed in the ecstasy of divine love and Suddha Prem! May Sri Rama, who is effulgent like million suns, who is adored by the gods and devotees, protect you all!

May Lord Rama bestow His choicest blessings on you all! May you all live drowned in the ocean of divine ecstasy through constant repetition of Lord Rama's name.

May peace be unto all! May prosperity be unto all!
May happiness be unto all! Let us all sing:

Om Sri Ram Jaya Ram Jaya Jaya Ram
Om Sri Ram Jaya Ram Jaya Jaya Ram.

Full moon over the Monument of Infinity - Kaleidoscope Samadhi

Ram Naam Aradhana

Swami Satyananda Saraswati

In childhood I chose Rama as my ideal, but when I was initiated into sannyasa I got caught in the Shaiva tradition. My Guru suggested making Lord Rama my ishta devata and Lord Shiva my ishta mantra. Since then I have been chanting Om Namah Shivaya and meditating on Lord Rama. I wondered how I could have Lord Shiva's darshan. I thought of two possible ways. One was to have my eyes operated upon for cataracts. As long as there is a cataract, even if Lord Shiva stands directly in front of you, you will not see him.

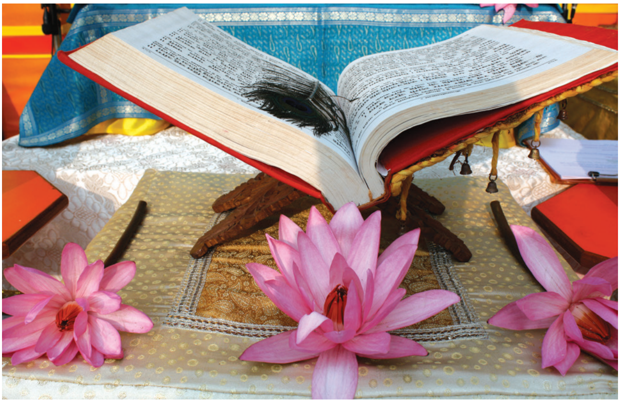
Rikhia is also a very beautiful place. This year I have decided that we will have the name of God chanted here so that it reverberates everywhere. People from all over the world will come here to sing the name of God. During that time Lord Shiva will appear either in my dream or in some actual visible form outside. He may descend even when we are eating. He does not care for privacy.

The real gain of singing Rama's name is to have darshan of Lord Shiva. When you sing Rama's name, Lord Shiva will surely come as he is the strongest devotee of Rama. Remember that you may read and recite the Ramayana, the Bhagavad Gita, do pooja or any other form of worship, but as long as the atmosphere is not purified and rendered suitable for his darshan, it is of no use. Life without darshan of Lord Shiva is incomplete.

So, when Swami Niranjan asked me, "What are we going to do this year?" at first I said, "No, another program is too much for me! But then this idea came to me while reading the Ramcharitmanas. Then I thought I would go angling for Shiva. Angling is fishing. So sing Rama's name and put your heart and love into it, and then Shiva will come. Even though you cannot see him, at least you will have him in your midst.

Maybe today there will be a dialogue like this between Shiva and Parvati. Shiva may say, "Parvati, I have to go wherever Rama's name is sung. Rama is getting married and I must attend the ceremony, so let us go to Rikhia!" Won't such a dialogue take place? Yes! The Lord will say, "Swami Satyananda has spread a net to catch me, he has baited a hook just like they use to catch fish." But Parvati will caution Shiva and say, "Yes, he is very shrewd. He is trying to entice you." And the Lord will say, "Never mind, at least I will hear the name I love so much, the name containing just two syllables, Ra and Ma."

If you can get a glimpse of Shiva in any state, waking, dreaming, half awake, conscious, subconscious, meditative or any other, even for a fraction of a second, like a quick shaft of lightning, your life will become blessed and fruitful.



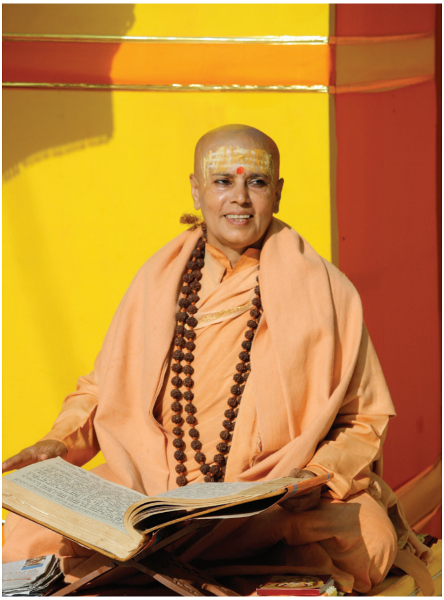
Expansion of Awareness

Swami Satyasangananda Saraswati

Here in Rikhiapeeth, everything appears magical. Love is the basis of serving and giving. The bond of love that has developed in this environment is the achievement of Rikhiapeeth. The bond of love has to continue radiating and growing. That is the challenge now. The next twenty-five years is dedicated to the expansion of love and awareness.

Expansion of awareness is the goal of the practices that Swami Satyananda gave, please do not forget this. We have to realise a change in ourselves through an expansion of our awareness. That is the silver lining of this journey and we are crossing over that pit to reach our destination. Expansion of awareness has to take place in a very practical way. You can start by helping the people you know, those in your immediate vicinity, like your neighbours.

Did Christ not say, “Love thy neighbour?” He didn’t say, “Love the person who lives at the other end of the world.” He said, “Love thy neighbour.” It starts with the person you see every day, charity begins at home. So love the people around you, love thy neighbour. But nobody does that, the neighbour is the one you hate the most. Christ said, ‘If the neighbour gives you a slap on one cheek then give him the other cheek.’ But who does that? You give it back to him on both cheeks. If the neighbour asks for your coat then give him your pants too. That is what Christ advocated.



What does it mean to be Christian? Being Christian means that you have kindness, you are generous, and you have compassion. Christianity doesn’t mean going to the church. Swamiji emphasised that there is universality in all of

us. He said: “Religion and philosophy may talk about God in different ways, but the God which Christians, Hindus, Jews and everyone else worship is one. There are not two gods, three gods, four gods or five gods. He is only one and to commune with that God you commune through the whole of creation. The whole universe. You should not confine your awareness of God to a particular sect. God brings a total transformation in your mind and heart.”

The divine sunsets over Rikhiapeeth are a sight to behold

Navaratri Sadhana at Rikhiapeeth 2024

Salutations to the Sun by Kanyas

Agni worship, lighting of the fire - an ongoing tradition which Gurudev started and is being followed to this day.

SKILL TRAINING AT RIKHIAPEETH

An Embroidery Workshop was conducted for Kanyas of Rikhia from 26th to 30th February 2025

The Life of Ram

Swami Niranjanananda Saraswati

What is the Role of Sattwa in the Life of Sri Rama?

Sri Rama was born out of sattwa and was endowed with the qualities of sattwa. Tradition says that as one acquires more and more sattwic qualities, one transforms oneself, becomes more transcendental, and can eventually be labelled 'divine'. When one moves into the dimension of sattwa, one is separate from the tamasic influences of life, the senses and the world, and is able to manage the rajasic behaviour, mind, thinking and expression. Tamas and rajas cease to have any influence at all in one's life and the qualities of sattwa emerge.

It is said that in Sri Rama's life there were twelve qualities of sattwa. In Sri Krishna's life there were sixteen qualities of sattwa and in Buddha's life there were four qualities of sattwa. In the lives of Swami Sivananda and Swami Satyananda there are four qualities of sattwa. When the quality of sattwa enters one's life, one becomes different from those who are subject to the influence of rajas and tamas. It is this quality of sattwa which makes a person a saint, a siddha or an avatar.

When one is born, one is a regular person, with the same mind and the same senses to interact with the world. However, as one grows up and the nature and character of one's personality evolve and develop different traits, samskaras and behaviours are expressed and observed. They identify one as different. Sannyasins, sadhus and realized beings possess up to four qualities of sattwa. The siddhas have four qualities of sattwa. Some other people might have five, six, seven, eight, twelve or sixteen qualities of sattwa. All these different attainments make one realize one's higher nature and higher potentials. God is the source of infinite sattwic qualities, and so He is transcendental. Therefore, the position of God is always above everybody. He is the creator, observer, seer and actor of everything that is perceivable and non-perceivable. Consequently, when these qualities manifest in human life, in behaviours and expressions, the person becomes an avatar. Those who have more than ten qualities of sattwa become avatars. Sri Rama had twelve, he is called an avatar. Sri Krishna had sixteen, he is called an avatar.

When Sri Rama was born, he was an ordinary human boy, but his genius trait began to manifest over time. He went to his Guru's ashram to study at the age of eight. In the Ramayana, it is mentioned: Alpa kala sab vidya payi - "In the shortest time possible, he knew everything." According to history, Sri Rama spent time in his Guru Vasishtha's ashram from the age of eight to the age of fourteen. That is six years. Tradition says that one has to spend twelve years in learning at the Guru's ashram, but Sri Rama completed his syllabus of study in six years.

By the time he was fourteen, he knew everything that the guru had to teach about society, kingdom, ruling, governance, spiritual life, mysticism, occultism. That was possible due to his samskaras. Sri Rama lived, imbibed and realized.

What is the Symbolic Meaning of the Birth of Sri Rama and his Marriage to Sita?

The story of Rama is a simple one. He was born to a king who was old and had three wives. The name of this king was Dasharatha. Dash means 'ten' and rath means 'chariot'. Dasharatha is a chariot pulled by ten horses. You are the chariot which is pulled by ten horses, the ten senses, and there are certain desires within you which are inherent to the body.

The spiritual traditions have classified desires into four groups. First, lokeshna or recognition, the need to be recognized. Second, viteshna, the desire to be

secure in life, socially, financially, in every way. Third, putreshna, the desire for progeny, continuity of life, one's DNA or genes, one's blood. Fourth is dareshna or the desire for pleasure. The human desires are classified in these four groups: pleasure, progeny, security and recognition. Some people have one less, some people have two less, some people have all four, some have one, but something is always there. In the body of King Dasharatha, the chariot with ten horses, there was a desire for offspring.

Just as people have come to different sadhus and sannyasins asking for the fulfilment of their desires, this king Dasharatha goes to a yogi. The yogi performs a yajna, creating the right ambience. As the outcome of this yajna, Rama is born to his first wife who represents the sattwa nature. Bharata is born to the second one, Kaikeyi, who represents the tamasic nature and Lakshman and Shatrughna, the twins, are born to the third wife, Sumitra, who represents the rajasic nature. This body of the ten senses also has three wives - or husbands - sattwa, rajas, and tamas. When one is under the sway of a particular wife one's responses become like that. This is how the birth of Rama takes place. Pure consciousness will only come down if there is sattwa. It will not come down in rajas or tamas, but in sattwa.

Sri Rama gets married to Sita, in the course of time Rama represents consciousness, or the pure Self and Sita represents the individual self. The union of the individual with the cosmic or pure consciousness is the marriage between God and the lover, the devotee.

What is Symbolized by Sri Rama's Exile and the Capturing of Sita by Ravana?

Dasharatha, the king, comes under the sway of Kaikeyi, the tamasic one, who says, "Send Rama into exile." Of course, it is only tamas which will ask to send pure consciousness away, for in the presence of pure consciousness, tamas cannot exist. Since she is so glittery, the aged king says, "All right," and Rama is sent into exile. Pure consciousness is sent away from the body under the sway of tamas.

When the loved one leaves the room, the lover will also leave, so Sita and Rama both leave, although the exile is for Rama only. For a good thirteen years Rama and Sita have a great time in the forest; the beloved and the lover, the pure Self and the individual self are together, consorting with each other, happy with each other. They are not worried about what is happening

in their country, whether somebody has attacked, whether it is thriving and prospering, whether it has been burned down. They are happy wherever they are just admiring each other and being happy in the company of each other.

If these two principles are together, there cannot be creation anymore. If the individual self, if the confined, finite self is with the cosmic Self, how can there be creation? Therefore, the finite self has to be brought back down into the cage of ten again. Who appears on the scene? A ten-headed monster. The ten are the five karmendriyas or organs of action and the five jnanendriyas or organs of cognition. Each one has its own ego, so they are identified as the ten heads. It is the indriyas, the senses, which now capture the individual self away from God.

As Rama goes after a golden deer, the object of attraction that is sent to lure Sita away, the ten-headed monster, Ravana, comes and captures Sita. He takes her to his city, Lanka, which is made out of gold, and places her in a garden which was known as Ashoka Vatika which means 'where sadness can never enter'. The city of gold again represents the ego, and the ten-headed monster living in the city keeps Sita in a place which is known as 'the place of no sadness'.

Where is the place of sadness in our body? All the tears come from the heart, don't they? The heart is considered to be the seat of the individual soul. In order to discover Sita again, Sri Rama engages Hanuman who represents devotion. The way to bring the individual consciousness back to the pure Self is through devotion, which is represented by Hanuman. Bhakti is the last transformation in human life in order to experience the Divine, bhakti in its purest form, and Hanuman is the one who discovers Sita.

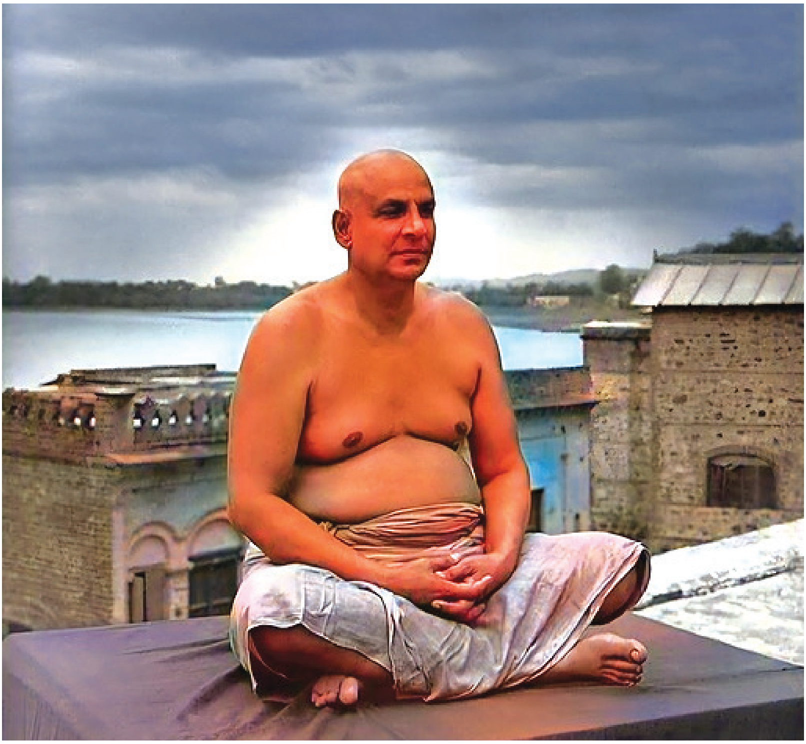
सियाराममय सब जग जानी,
करहुँ प्रणामु जोरी जुग पानी

परमहंस स्वामी सत्यानन्दजी के जीवन में मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम का विशेष स्थान रहा है। रामजी के इक्ष्वाकु कुल में श्री स्वामीजी का जन्म हुआ था। बचपन से ही वे रामजी को अपना इष्ट मानते थे।

1989 में जब वे उच्च साधनाओं के लिए रिखिया आए तो उनके अनुष्ठान का एक मुख्य अंग रामचरितमानस का पाठ था। उन्होंने रामचरितमानस का नवाह्न परायण, मास परायण, अखण्ड परायण और लिखित परायण भी किया। उनके साधना काल में उन्हें आत्मभाव का अनुभव हुआ और सियाराममय सब जग जानी, करहुँ प्रणामु जोरी जुग पानी- उनके लिए एक जीवन्त दर्शन हो गया। उनके पाँच साल के पंचाग्नि साधना के बाद एक महीने के लिए राम-नाम आराधना का आयोजन हुआ।

श्री स्वामीजी ने रघुनाथ कुटीर बनवाई जिसमें उन्होंने रामजी को स्थापित किया। ग्रामीण समाज के हर स्तर पर उन्होंने रामजी की आराधना के माध्यम से ही परिवर्तन लाया। अनपढ़ से राम-नाम संकीर्तन करवाया, तो पढ़े-लिखे लोगों से लाखों की संख्या में राम-नाम लिखित जप करवाया। अनपढ़ ग्रामवासियों को साक्षर बनाने के लिए उन्हें रामचरितमानस गुटका प्रसाद रूप में दिया। स्वामी जी के अनुसार रामचरितमानस भारतीय जनमानस के लिए साक्षरता का सर्वोत्तम माध्यम है।

अभी भी आश्रम में आयोजित विभिन्न कार्यक्रमों में रामजी की आराधना एक मुख्य अंग है। सुबह-शाम गुरु पूजा के पहले राम रक्षा स्तोत्र का पाठ होता है। ग्रामीण कन्याएँ साल में दो बार नवरात्रि के समय पूरे रामचरित मानस का नवाह्न परायण करती हैं और हर महीने अमावस्या में सुन्दरकाण्ड का पाठ करती हैं। इस प्रकार श्री स्वामीजी ने ग्रामीण समाज में राम-सीता का आदर्श पुनःजागृत किया। इसका असर बच्चों पर भी हुआ है, बच्चों की जेनेटिक संरचना, उनके संस्कार परिष्कृत हुए। 35 वर्षों से यहाँ निरंतर रामजी की आराधना हो रही है।



‘राम-नाम’ की शक्ति

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

‘राम-नाम’ एक ऐसी दिव्य निधि है जिसे सहस्रों वर्षों से लाखों-करोड़ो हिन्दू जनों ने अपने हृदय में सँजोए रखा है। यह दिव्य नाम मनुष्य के मन को पवित्र बनाने का सर्वश्रेष्ठ साधन है, यह शाश्वत शान्ति एवं आनन्द प्रदान करने वाला है तथा अमृतत्व प्राप्ति की कुंजी है। राम-रहस्योपनिषद् के अनुसार ‘रा’ एवं ‘म’, ये दो अक्षर, दो सर्वाधिक महिमामय मन्त्रों अष्टाक्षर (ॐ नमो नारायणाय) एवं पंचाक्षर (ॐ नमः शिवाय) मन्त्रों के सार-तत्त्व हैं। जब अष्टाक्षर मन्त्र से ‘रा’ तथा पंचाक्षर मन्त्र से ‘म’ को हटा दिया जाता है, तो ये दोनों मन्त्र न केवल अपना वास्तविक अर्थ खो देते हैं, अपितु ये विपरीत अर्थ के द्योतक हो जाते हैं। ‘राम-नाम’ के जप से साधक के सम्पूर्ण अस्तित्व में एक महत्वपूर्ण परिवर्तन घटित होता है। इस दिव्य नाम के उच्चारण से दो प्रकार के प्रभाव उत्पन्न होते हैं। मन्त्र के दो दिव्य अक्षरों

Ram Yantra Rangoli prepared for Ram Havan, Rikhiapeeth

के साथ रहने से उत्पन्न मन्त्र शक्ति तथा इनके उच्चारण से उत्पन्न शक्ति द्वारा, साधक का तन्त्रिका-तन्त्र (Nervous system) स्पन्दित होने लगता है; यह दिव्य स्पन्दन इसे समता, समरसता एवं लयबद्धता से युक्त बनाता है। जब तन्त्रिका तन्त्र इस प्रकार की समरसता की अवस्था में होता है, तो श्वास भी लयबद्ध रूप में प्रवाहित होने लगती है और साधक का मन प्रशान्त-अवस्था में विश्राम करता है। मन की इस प्रशान्त अवस्था में ही दिव्य चेतना प्रतिबिम्बित होती है और साधक को शाश्वत परमात्म तत्त्व के आनन्द की अनुभूति होती है।

भगवन्नाम का जप करते हुए उनके दिव्य स्वरूप का ध्यान करने से साधक को अपने इष्ट देव से एकत्व प्राप्त करने में सहायता मिलती है। भगवन्नाम के जप से उत्पन्न स्पन्दनों से साधक का सम्पूर्ण तन्त्रिका-तन्त्र एवं मन पूर्ण समरसता की स्थिति को प्राप्त कर लेता है क्योंकि भगवान का दिव्य नाम केवल एक ध्वनि नहीं है; यह एक शक्ति है जो मनुष्य के मन के सभी विक्षेपकारी तत्त्वों पर विजय प्राप्त करके इसे पवित्र एवं सात्त्विक बनाती है। इस प्रकार के पवित्र सात्त्विक अन्त: करण द्वारा ही शाश्वत तत्त्व का अनुभव होता है।

पंचाक्षर, अष्टाक्षर एवं द्वादशाक्षर मन्त्रों के समान, 'राम-नाम' का जप मन की पाशविक प्रवृत्तियों के नाश में सहायक होता है। पाशविक प्रवृत्तियाँ एवं संवेग, उद्वेगकारी शक्तियाँ हैं, 'राम-नाम' प्रशान्तकारी शक्ति है। जब एक साधक परिपूर्ण निष्ठा एवं सच्ची भक्ति के साथ 'राम-नाम' का आश्रय लेता है, तो यह उसके समस्त दु:खों-कष्टों को नष्ट कर देता है। परन्तु साधक की निष्ठा दो अथवा उससे अधिक मन्त्रों में विभाजित नहीं होनी चाहिए। उसे

'राम-नाम' में पूर्ण श्रद्धा-विश्वास रखते हुए केवल इसका ही आश्रय लेना चाहिए। जितनी अधिक श्रद्धा एव एकाग्रता से भगवन्नाम का जप किया जाएगा, उतनी अधिक शीघ्रता से यह मन के समस्त दुर्गुणों-बुराइयों का नाश करेगा। भगवान राम का भक्त उनसे इस प्रकार प्रार्थना करता है-

आपदामपहर्तारं दातारं सर्व सम्पदाम्। लोकाभिरामं श्रीरामं भूयो भूयो नमाम्यहम् ।।

समस्त आपदाओं-विपदाओं के नाशकर्ता, सर्वसम्पत्ति प्रदाता एवं सबके हृदयों में प्रसन्नता का संचार करने वाले लोकाभिराम, भगवान श्री राम को मेरा पुन: पुन: साष्टांग प्रणिपात।

'राम-नाम' दिव्य महिमामय है, यह साधक को कैवल्यपद अर्थात् मोक्ष प्रदान करता है। परन्तु इस पावन नाम का उपयोग सांसारिक उद्देश्यों की प्राप्ति हेतु नहीं किया जाना चाहिए। 'राम-नाम' मनुष्य को मृत्यु के कष्ट से बचाता है अर्थात् उसे अमृतत्व की प्राप्ति कराता है। यह उसे मोक्ष एवं आत्म-स्वराज्य की स्थिति प्रदान करता है। आप एक मच्छर को मारने के लिए बन्दूक का प्रयोग क्यों करते हैं? 'राम-नाम' भवरोग का नाश कर सकता है, फिर इन तुच्छ वस्तुओं एवं समस्याओं के लिए इसका प्रयोग क्यों करें? अत: 'राम-नाम' का जप मोक्ष प्राप्ति हेतु करें, इस जगत् के कांच के समान चमकने वाले वस्तु-पदार्थों की प्राप्ति हेतु नहीं। 'राम-नाम' आपका रक्षक है जो सभी प्रकार के कष्टों-समस्याओं से आपकी सर्वदा रक्षा करता है, यह आपकी पवित्रता एवं सदाचारिता का पोषण करता है तथा काम, क्रोध, लोभ आदि आसुरी प्रवृत्तियों का नाश करता है।

भगवन्नाम का जप अत्यन्त भक्तिभाव सहित किया जाना चाहिए। अपने इष्टदेव के प्रति गहन श्रद्धा प्रेम के साथ मन्त्र जप करने से यह अत्यधिक प्रभावकारी होता है। परन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि बिना भाव के मशीनवत् मन्त्र जप करने से कोई लाभ नहीं होता है। भगवान का दिव्य नाम इतना शक्तिशाली है कि इसका मशीनवत् जप करने से भी यह साधक में शारीरिक एवं मानसिक स्तर पर परिवर्तन घटित करता है। 'राम-नाम' एक मन्त्र है, मन्त्र किन्हीं विशिष्ट अक्षरों के संयोजन से बनता है जिनके उच्चारण मात्र से एक विशेष परिणाम उत्पन्न होता है यद्यपि यह परिणाम मन्त्र उच्चारक की चेतना में प्रत्यक्ष रूप से परिलक्षित नहीं होता है। किसी भी मन्त्र के सतत उच्चारण से साधक में शारीरिक एवं मानसिक स्तर पर परिवर्तन की एक विशिष्ट प्रक्रिया सम्पन्न होती है। बिना भाव के मशीनवत् मन्त्र जप करने से मानसिक स्तर पर परिवर्तन दिखायी नहीं देता है, परन्तु मन्त्र की ध्वनि से उत्पन्न स्पन्दन साधक के तन्त्रिका-तन्त्र को प्रभावित करते हैं अर्थात् शारीरिक स्तर पर इसका प्रभाव दृष्टिगोचर होता है। शरीर के स्तर पर होने वाला परिवर्तन अप्रत्यक्ष रूप से मन को भी

प्रभावित करता है क्योंकि शरीर एवं मन, कार्य एवं कारण रूप में एक दूसरे से इस प्रकार से घनिष्ठ रूप में सम्बन्धित हैं कि कार्य में परिवर्तन कारण को प्रभावित करता है, तथा कारण में कोई भी परिवर्तन कार्य को प्रभावित करता है।

एक भक्त को मन्त्र जप द्वारा भगवान की परीक्षा नहीं लेनी चाहिए। उदाहरणत:, उसे भगवन्नाम का आश्रय लेकर बुरे कर्म नहीं करने चाहिए। यद्यपि भगवान का दिव्य नाम उसके बुरे कर्मों के परिणाम को निष्प्रभावी कर सकता है, परन्तु इस प्रकार से भगवान के पावन नाम का प्रयोग करने वाला यही सिद्ध करता है कि उसकी भगवान के प्रति भक्ति शुद्ध-सच्ची नहीं है और अभी भी उसका मन भगवान के प्रति अनुरक्त नहीं है, अपितु यह सांसारिक वस्तु-पदार्थों के आकर्षण में ही बंधा है। भगवान के दिव्य नाम के जप-कीर्तन हेतु यह योग्यता निर्धारित की गयी है-

तृणादपि सुनीचेन तरोरपि सहिष्णुना । अमानिना मानदेन कीर्तनीय: सदा हरि: ।।

तृण से अधिक विनम्र, वृक्ष से अधिक सहनशील, अपने सम्मान की इच्छा से रहित तथा दूसरों को सदैव मान-सम्मान देने वाला मनुष्य ही भगवान के दिव्य नाम का जप-कीर्तन करने हेतु योग्य है।

भगवान उनकी सहायता करते हैं जो स्वयं अपनी सहायता करते हैं। अत: मनुष्य को भगवान द्वारा दी गयी परिस्थिति में अपनी क्षमतानुसार यथासम्भव श्रेष्ठ प्रयास करना चाहिए, उसके पश्चात् ही उसे भगवद्-कृपा की याचना करनी चाहिए। आलस्य को आत्म-समर्पण नहीं कहा जा सकता है। भगवान के प्रति स्वयं का समर्पण तब ही पूर्ण होता है जब भक्त की चेतना भगवद्-प्रेम से परिपूरित होती है। जब भक्त द्वारा भगवद् - साक्षात्कार हेतु किया गया प्रयास पर्याप्त सिद्ध नहीं होता है, तब भगवद् कृपा का अवतरण होता है।

भगवान के दिव्य नाम के जप से, 'राम-नाम' के जप से शारीरिक व्याधियाँ भी दूर हो जाती हैं। 'राम-नाम' का प्रभाव अमोघ एवं अचूक है। यदि उचित रूप में समझा जाए तो 'राम' शब्द 'ॐ' के समान ही परब्रह्म का वाचक है तथा भगवान श्री राम स्वयं परब्रह्म ही हैं। वे सर्वव्यापक हैं तथा समस्त प्राणियों के हृदय में अन्तर्यामी रूप से वास करते हैं। उनका दिव्य नाम अत्यधिक शक्तिशाली एवं महिमामय है। संसार के वस्तु-पदार्थों के सामान्य नामों में भी उन वस्तु पदार्थों के प्रति चेतना उत्पन्न करने की शक्ति है, तो भगवान के दिव्य नाम में कितनी अधिक शक्ति होगी।

सन्त तुलसीदास जी कहते हैं, "भगवान का नाम भगवान से भी श्रेष्ठ है क्योंकि परब्रह्म के निर्गुण एवं सगुण स्वरूप का अनुभव नाम की शक्ति से ही होता है। भगवान राम ने केवल एक स्त्री अहल्या का ही उद्धार किया, परन्तु उनके पावन नाम ने करोड़ों दुष्टों को पावन बनाया। उन्होंने अपने दो भक्तों जटायु एवं शबरी को ही मोक्ष प्रदान किया, परन्तु उनका दिव्य नाम असंख्य जनों का उद्धारक है। वह पुत्र एवं उसके माता-पिता धन्य हैं जो किसी भी रूप में प्रभु श्री राम का स्मरण करते हैं। वे चाण्डाल जाति के मनुष्य भी धन्य हैं जो अहर्निश राम-नाम का जप करते हैं। जो राम-नाम का जप नहीं करते हैं; उनके उच्च कुल में जन्म लेने का क्या लाभ है?"

'राम-नाम' में अमित शक्ति छिपी है। जो भगवद्-भक्ति से सम्पन्न हैं, वे ही इसकी शक्ति को जानते हैं। वर्तमान वैज्ञानिक यह घोषित करते हैं कि ध्वनि तरंगो में इतनी अधिक शक्ति होती है कि इसके प्रयोग से रेशमी वस्त्रों को पूर्ण स्वच्छ कर सकते हैं, एक धोबी हाथ से धोकर उन बस्त्रों को उतना स्वच्छ नहीं कर पाएगा, जितना ध्वनि तरंगो की शक्ति उन्हें स्वच्छ करती है। जिस क्षण आप 'राम' शब्द का उच्चारण करते हैं, उसी क्षण आपकी चेतना में उनका दिव्य स्वरूप प्रकट हो जाता है। अत: भक्तवृन्द कहते हैं कि संसार के कष्टों से पीड़ित मनुष्यों का एकमात्र आश्रय भगवन्नाम ही है। श्री वाल्मीकि रामायण भगवान श्री राम के जीवन-चरित की गाथा है-

वेदवेद्ये परे पुंसि जाते दशरथात्मजे । वेद: प्राचेतसादासीत् साक्षाद्रामायणात्मना ।।

जब वेदों द्वारा ज्ञेय परम पुरुष, महाराज दशरथ के पुत्र के रूप में धरा पर अवतरित हुए, तब महर्षि वाल्मीकि के माध्यम से रामायण के रूप में वेद ही साक्षात् प्रकट हुए।

महर्षि वाल्मीकि रचित रामायण, एक आदर्श मनुष्य के रूप में भगवान राम के महान् जीवन के चित्रण के माध्यम से, धर्म को प्रतिपादित करने वाला श्रेष्ठ महाकाव्य है। वाल्मीकि रामायण की महत्ता अवर्णनीय है। यह एक विशाल शिक्षाप्रद काव्य है जिसका उद्‌देश्य मानव-मात्र को धर्म एवं सदाचारिता के पथ पर चलने की प्रेरणा देना है; इसमें एक धर्मपरायण मनुष्य के जीवन-चरित का अत्यन्त सरल एवं सरस शैली में वर्णन किया गया है ताकि यह सामान्य जनों के हृदय को छू सके।

महर्षि वाल्मीकि द्वारा वर्णित भगवान श्री राम का जीवन-चरित, भगवान श्री राम की महानता की भव्य स्तुति है। इसलिए, रामायण एक प्रकार से भगवान श्री राम की दिव्य महिमा का विशद स्वरूप ही है। रामायण का स्वाध्याय अथवा श्रवण करना, भगवान श्री राम के दिव्य सद्गुणों का चिन्तन एवं मनन ही है जो मनुष्य के हृदय को पवित्र करके उसे सात्त्विक-आध्यात्मिक बनाता है।

भगवान श्री रामचन्द्र सबको आध्यात्मिक जागृति, समृद्धि एवं कैवल्य मोक्ष से आशीर्वादित करें।

Ramnavmi 1996, Rikhia

रामचरितमानस

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

रामायण में बहुत-सी कहानियाँ हैं, लड़ाई के बीच में अहिरावण श्री राम और लक्ष्मण का अपहरण करके उन्हें पाताल लोक ले गया था, तब हनुमान जी उनको ले आये। एक-आध बार हनुमान जी भी मुश्किल में पड़े थे। दक्षिण भारत की जो कम्ब रामायण है, वह रामायण दूसरी ही है। वह ऐतिहासिक नहीं है, केवल कविता है। संस्कृत में बहुत-से रामायण हैं- आनन्द रामायण, आत्म रामायण, बिकट रामायण, अध्यात्म रामायण, अद्भुत रामायण। ऐसी-ऐसी रामायण है जहाँ सीता जी रावण की बेटी मानी जाती है। हमने फिल्म तक देखी है।

कम्ब रामायण दक्षिण भारतीय रूपान्तरण है जिसे कवि कम्बन ने लिखा है। उसमें तो रामचन्द्रजी जब मिथिला जाते हैं और सीता जी उनको देखती हैं तो वे बेहोश हो जाती हैं, ऐसा-ऐसा लिखा हुआ है। उसमें सीताजी के शरीर का बिल्कुल काव्यात्मक विवरण है, जिसे तुलसीदासजी ने पूर्णतः उपेक्षित किया है। तुलसीदास जी तो साहित्य की मर्यादा के बाहर नहीं गए पर कम्बन ने पूरा विवेचन किया है। 'प्रसन्नराघव' नाम से एक अन्य नाटक

है, जिसमें श्रीराम और सीताजी का वाटिका में जो प्रसंग है, उसे बहुत अच्छी तरह से बताया है। फिर भवभूति का संस्कृत में 'उत्तर रामचरितम्' है, लव-कुश प्रसंग उसी में से लिया गया है। सीताजी का वनवास, वाल्मीकि के यहाँ रहना, लव-कुश का जन्म, लवणासुर का मारा जाना, फिर शत्रुघ्न का जातक कर्म में शामिल होना, रामचन्द्रजी का स्वर्गारोहण, यह सब उत्तर रामचरितम् में आता है।

दक्षिण भारत के एक विद्वान् ने 'आत्मरामायण' लिखा है जो पूरा का पूरा वेदान्त पर आधारित है। राम परमात्मा है, सीता जीवात्मा है, पाँच कर्मेन्द्रियाँ और पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ मिलकर रावण के दस सर हैं, अविद्या आसुरी शक्ति है जो हर एक के अन्दर रहती है। सब इसी तरह से समझाया है। फिर बंगाली लोगों की रंगनाथ रामायण है, उसके अलावा महाराष्ट्र में भी अलग रामायण है। बर्मा और इन्डोनेशिया में बाली, जावा और सुमात्रा जैसे द्वीपों में रामजी की अलग-अलग कहानियाँ हैं। थाईलैंड में उसका नाम रामकीर्ति है। उसमें सीताजी और रामजी को भाई-बहन बताया है। लाऊस में भी यही है। थोड़ी-थोड़ी भिन्नता जरूर होती है। हर बार पढ़ने से नया आनन्द मिलता है।

जो रामचरितमानस तुम पढ़ते हो, वह रामायण ऐतिहासिक नहीं, आध्यात्मिक है। तुलसीदासजी कवि नहीं थे। उन्होंने रामचरितमानस समाधि की अवस्था में लिखी है। एक बात तुमको बतला दूँ कि मैं हिन्दी और अंग्रेजी से ज्यादा अच्छा संस्कृत बोलता हूँ। अंग्रेजी और हिन्दी तो मैंने सीखी है, जबकि संस्कृत मेरी मातृ भाषा है। मुझे आज भी पूरा वेद याद है, पूरी गीता याद है, पूरा ब्रह्मसूत्र, उसकी पूरी व्याख्या मुझे कण्ठस्थ है। सब संस्कृत शास्त्र पढ़ने के बाद, शंकराचार्य की सभी संस्कृत रचनाओं को पढ़ने के बाद एक ही किताब को मैंने जीवन में अन्तिम मत कहा। बाकी सब को हटा दिया। मेरे पुस्तकालय में अब कोई किताब नहीं है। सब किताबें मुंगेर भेज दी हैं। बस एक किताब रखी है, रामचरितमानस। इतनी मधुर, इतनी सरल, इतनी न्यारी। इसे गाँव का गँवार भी समझ सकता है, और पी.एच.डी. करने वाला भी इसपर शोध प्रबन्ध लिखता है।

वह ग्रंथ जिसे गाँव का देहाती समझ जाए और विश्वविद्यालय में बैठा बुद्धिजीवी उस पर अनुसन्धान करे, वह कोई साधारण पुस्तक नहीं होगी। उसपर चिन्तन करना चाहिए। हम तो कहते हैं कि हर घर में रोज आधा घण्टा रामचरितमानस पढ़ना चाहिए। यहाँ हम लोग रोज सुबह 4 से 5 बजे तक रामचरितमानस पढ़ते हैं। सब लोग नियमित रूप से आते हैं, चाहे देशी हों या विदेशी। हम कहते हैं, जैसा भी हो सके, वैसा पढ़ो, क्योंकि रामचरितमानस का पाठ स्वयं में मंत्र जप है। जब योगी समाधि में रहता है और उसे भगवान के दर्शन होते

रहते हैं, उस समय वह जो भी कहता है, वह मंत्र है। जो कुछ भी लिखता है, वह मंत्र है।

रामचरितमानस में कितना सुन्दर प्रसंग आया है! पार्वतीजी ने दूसरे जन्म में शिवजी से रामकथा के बारे में पूछा तो शिवजी गद्गद् हो गए - पूँछेहू रघुपति कथा प्रसंगा, सकल लोक जग पावनि गंगा। हे पार्वती, रामजी की कथा जो तुम मुझ से पूछ रही हो, वह सारे संसार को पवित्र करने वाली पावनी गंगा है। इसके लिए मैं तुम्हें धन्यवाद देता हूँ। पूरा रामचरितमानस तुलसीदासजी ने शिवजी के मुख से कहलवाया। लिखा तुलसीदासजी ने, मगर कहा किसने? भगवान शिव ने। और किससे कहा? माता पार्वती से, जिन्हें पूर्वजन्म में रामजी के अवतार होने पर सन्देह हो गया था। उस सन्देह के परिणाम स्वरूप उन्होंने अपना शरीर दाह किया था। फिर पार्वती के रूप में उन्होंने जन्म लिया। तब जाकर वे कहती हैं कि भगवन्, मेरे सब संशय नष्ट हो गए हैं, अब आप रामजी की कथा पूरी की पूरी सुना दीजिए।

जब तुलसीदास जैसे योगी महापुरुष समाधि अवस्था में रहते हैं, तब वे जो कुछ भी लिखते या कहते हैं, वह मंत्र है। यह कोई जरूरी नहीं कि समाधि में आँखें बन्द हों। जैसे आदमी शराब या भांग पीकर भी बोल सकता है, वैसे ही समाधि की अवस्था में भी सब कर्म किए जा सकते हैं। उन्होंने समाधि की अवस्था में लिखा और हिन्दी भाषा में लिखा। वे तो संस्कृत के धुरन्धर विद्वान् थे, संस्कृत में गद्य-पद्य लिखते थे। जब शाम को संस्कृत में लिखते तो सबेरे सब कुछ गायब हो जाता था। तब उन्हें भगवान का आदेश हुआ कि अपनी भाषा याने अवधी भाषा में लिखो।

हम अपने को बहुत बड़ा तो नहीं कहते, मगर हमने अध्ययन बहुत किया है। पूरे अंग्रेजी साहित्य का अध्ययन किया है, सारा बौद्ध साहित्य पढ़ा है, शंकराचार्य और रामानुजम् का वेदान्त साहित्य पढ़ा है, फूहड़ साहित्य तक पूरा पढ़ा है। अन्त में हम रामचरितमानस में अटक गए हैं और इसे रोज पढ़ते है। कभी-कभी तो एक ही बार बैठकर शुरू से लेकर अंत तक पढ़ा है। रात 12 बजे शुरू करते हैं और दूसरे दिन शाम को 4 बजे खत्म करते हैं। हमें यह पढ़ने में बहुत अच्छा लगता है। अनेकों सुंदर-सुंदर प्रसंग हैं। अर्थ समझने की क्या जरूरत है। राम कथा तो सब जानते हैं। पढ़ते समय उसमें जो लहर है, जो विद्युत शक्ति है, जो स्वाभाविकता है, जो गहरी भावना है, जो एक प्रभाव है, वह तुम और कहीं नहीं पाओगे। रोज पन्द्रह मिनट पढ़ो, एक दिन ऐसा मजा आएगा कि सब भूल जाओगे।

नाम का माहात्म्य

स्वामी शिवानन्द सरस्वती

ईश्वर के नाम का जप अनोखे आनन्द को जन्म देता है। इसका वर्णन करना कठिन ही नहीं, असम्भव भी है। भगवन्नाम हमारे अन्दर एक प्रकार की अलौकिक शक्ति भर देता है। वह हमारे स्वभाव में आश्चर्यजनक परिवर्तन कर देता है। वह मनुष्य को देवताओं के समान गुणों से अलंकृत कर देता है। वह हमारे पुराने पापों, वासनाओं, संकल्पों, सन्देहों, काम-वासनाओं, मलिन चित्त-वृत्तियों तथा अनेक प्रकार के संस्कारों को नष्ट कर देता है। ईश्वर का नाम कैसा मधुर है! उसमें कैसी अनोखी शक्ति है! वह कितनी शीघ्रता से आसुरिकता को सात्त्विकता में परिणत कर देता है। वह ईश्वर से साक्षात्कार करा देता है और साधक परमात्मैक्य का अनुभव करने लगता है।

भगवन्नाम चाहे जाने में लिया जाये चाहे अनजाने में, चाहे होशियारी से लिया जाये चाहे लापरवाही से, चाहे ठीक से लिया जाये चाहे गलती से, वह वांछित फल की प्राप्ति अवश्य कराएगा। बुद्धि-विलास और तर्क-संघर्ष द्वारा ईश्वर की नाम की महिमा का मोल नहीं आँका जा सकता। ईश्वर के नाम का महत्त्व तो केवल श्रद्धा, भक्ति तथा सतत जप के अभ्यास से ही समझा और अनुभव किया जा सकता है। प्रत्येक नाम में अनन्त शक्तियों का भण्डार है। नाम की शक्ति अकथनीय है। उसकी महिमा अवर्णनीय है। ईश्वर के नाम की शक्ति अपरिमित है।

जिस प्रकार जलने योग्य प्रत्येक वस्तु को जला देने की स्वाभाविक शक्ति अग्नि में है, उसी प्रकार ईश्वर के नाम में भी पापों, संस्कारों और वासनाओं को जलाने की तथा अनन्त आनन्द और अमर शान्ति प्रदान करने की शक्ति है। जैसे कि दावाग्नि में वृक्ष, काष्ठ आदि को जलाने की शक्ति स्वाभाविक है, उसी प्रकार ईश्वर के नाम में पाप-रूपी वृक्ष को उसकी जड़ और शाखाओं सहित जला डालने की अद्भुत और स्वाभाविक शक्ति है। ईश्वर का नाम भाव-समाधि द्वारा भक्त को ईश्वर से मिला देता है और भक्त ईश्वर से ऐक्य को अनुभव करके नित्यानन्द को प्राप्त होता है।

हे मनुष्य! ईश्वर के नाम की शरण में जा। नामी और नाम अभिन्न सत्ताएँ हैं। निरन्तर ईश्वर का नाम जपा कर। प्रत्येक श्वास के साथ ईश्वर के पवित्र नामों का उच्चारण कर। इस

कराल कलि-काल में ईश्वरत्त्व तक पहुँचने के लिए नाम-स्मरण अथवा जप सबसे अधिक सुगम, शीघ्र, सुरक्षित और निश्चित मार्ग है। यह अमरत्त्व और अनन्त आनन्द का दाता है। हे परमात्मन, तेरी और तेरे नाम की महिमा अपरम्पार है! किसने उसको पूर्ण रूप से जाना है और कौन जानेगा?

अजामिल जैसा पापी केवल ईश्वर का नाम ले कर ही संसार सागर से पार उतर गया। अजामिल ब्राह्मण-कुल में पैदा हुआ था और बचपन में ब्राह्मण का एक योग्य पुत्र रहा, पर युवा होने पर वह दुर्भाग्यवश एक नीच जाति की लड़की के साथ प्रेम करने लगा, जिसकी कुसंगति के कारण उसने जीवन-भर घोर पाप किए। किन्तु मरन-काल समीप आने पर अपने पुत्र नारायण को पुकारा। बस, फिर क्या था, नारायण के पार्षद उसकी सहायता को आ पहुँचे और वह यम-पाश से छुटकारा पा गया। अजामिल की कथा हमें ईश्वर के नाम की अद्भुत शक्ति का उपदेश देती है।

तुम गणिका पिंगला की कहानी तो जानते ही होगे। वह श्री राम का नाम लेने से जल्दी एक साध्वी बन गयी थी। कहा जाता है कि किसी चोर ने उसे एक तोता भेंट किया था। वह तोता राम का नाम लिया करता था और उस राम-नाम की आवाज गणिका के कानों में जाती थी। तोते की वह राम-धुनि बहुत ही सुन्दर और मधुर थी। अत: वह उसकी ओर आकर्षित हुई और उसने अपना मन राम-राम शब्द की ओर लगाया। अत: वह राम के साथ पूर्ण रूप से ऐसी मिली कि फिर उनसे कभी अलग नहीं हुई। ऐसी है ईश्वर के नाम की महिमा! यह

अत्यन्त दु:ख का विषय है कि जिन लोगों ने विज्ञान का अध्ययन किया है और जो विद्वान होने का दावा करते हैं, वे नाम-स्मरण में अब विश्वास खो बैठे हैं। यह बड़ी लज्जा की बात है, कोई बड़प्पन की नहीं।

ऐसी है राम-नाम की महिमा। हमें राम का नाम पूर्ण विश्वास और श्रद्धा के साथ लेना चाहिए। जब तुम तुलसीदास की रामायण का अध्ययन करोगे तो पता चलेगा कि इस राम-नाम में कितनी अद्भुत शक्ति है।

राम-नाम को ऐसी मधुरता और भक्ति के साथ लेना सीखना चाहिए कि जब तुम राम का नाम गाओ, तो तुम्हें सुनने के लिए वृक्ष भी अपनी पत्तियाँ तुम्हारी ओर झुका दें। कबीरदास ने अपने बेटे कमाल को एक बार इस बात पर बहुत डाँटा कि उसने एक धनी व्यापारी को कोढ़ से निर्वाण पाने के लिए दो बार राम-नाम लेने को कह दिया था। कमाल ने उस व्यापारी से दो बार राम-नाम लेने को कहा, लेकिन फिर भी उसका रोग ठीक नहीं हुआ। कमाल ने इस बात की अपने पिता को सूचना दी। कबीरदास इस पर बहुत कुपित हुए और कमाल से कहा- 'तुमने उस धनी को दो बार राम-नाम लेने को कहा। इससे मुझे कलंक लगा है। राम का नाम तो केवल एक ही बार लेना पर्याप्त है। अब तुम उस व्यापारी के सिर पर छड़ी से खूब मार लगाओ और उससे कहो कि वह गंगा में खड़े हो कर अन्त:करण से एक बार राम-नाम ले। कमाल ने अपने पिता के आदेशों का अनुसरण किया। उसने उस धनी व्यापारी के सिर पर खूब मार लगायी। उस व्यापारी ने भाव-सहित केवल एक बार राम का नाम लिया और उसका रोग बिल्कुल ठीक हो गया।

कबीरदास ने कमाल को तुलसीदास के पास भेजा। कमाल के सामने ही तुलसीदास ने एक तुलसी की पत्ती पर राम का नाम लिखा और उस पत्ती का रस पाँच सौ कुष्ठरोगियों पर छिड़क दिया। सब के सब कुष्ठरोगी ठीक हो गए। इस पर कमाल को बहुत आश्चर्य हुआ। फिर कबीरदास ने कमाल को अन्धे सूरदास के पास भेजा। सूरदास ने कमाल को एक लाश लाने को कहा, जो नदी में बह रही थी। कमाल लाश को ले आया। सूरदास ने उस लाश के एक कान में राम कहा और लाश में प्राणों का समावेश हो गया। यह सब देखकर कमाल का हृदय आश्चर्य और आदर से भर गया। राम-नाम की ऐसी शक्ति है! मेरे प्रिय मित्रों, विश्वविद्यालयों के विद्यार्थियों, प्रोफेसरों और डाक्टरों! तुम अपनी लौकिक विद्या पर फूले न समाओ। अपने दिल से प्रेम और भाव-सहित ईश्वर का नाम लो और अनन्त आनन्द, ज्ञान, शान्ति और अमरत्त्व की प्राप्ति करो। राम-नाम लेने से यह सब कुछ तुम्हें इसी जन्म में- इसी जन्म में क्यों, इसी क्षण सहज ही में प्राप्त हो जाएँगे।

कबीरदास कहते हैं- अगर कोई केवल स्वप्न में ही राम-नाम कहता है, तो मैं उसके लिए अपनी खाल से उसके प्रतिदिन के प्रयोग के लिए एक जोड़ी जूते बनाना पसन्द करूँगा। ईश्वर के पवित्र नाम की महिमा को कौन कह सकता है! ईश्वर के नामों का महत्त्व और प्रताप वास्तव में कौन जान सकता है! यहाँ तक कि पार्वती, जो शिव की अर्धांगिनी हैं, ईश्वर के नाम के वास्तविक गौरव और महत्त्व का ठीक-ठीक शब्दों में वर्णन करने में असफल रहीं। जो कोई उसका नाम सुनता है या स्वयं गाता है, वह अपने-आप ही बिना जाने हुए आध्यात्मिकता के शिखर पर जा पहुँचता है। वह अपनी लोक वासना को खो बैठता है और आनन्दमग्न हो जाता है। वह अमरत्त्व का दिव्यामृत पान करने लगता है। वह दिव्य उन्माद में झूमने लगता है। ईश्वर के नाम का जप भक्त को भगवद-सान्निध्य का साक्षात अनुभव करा देता है। ईश्वर का नाम कैसा शक्तिशाली है! जो उसके नाम का जप करता है, वह असीम आनन्द और शान्ति की प्राप्ति करता है। जो उसका नाम जपता है, वह वास्तव में भाग्यवान है क्योंकि वह आवागमन से विमुक्त हो जाएगा।

यद्यपि पाण्डवों का लाक्षागृह जल कर खाक हो गया, किन्तु वे नहीं जल मरे क्योंकि उनको हरि के नाम में अविचल श्रद्धा थी, विश्वास था। गोपालकों को अग्नि से कुछ भी हानि नहीं हुई क्योंकि उनको ईश्वर के नाम में अटूट विश्वास था। यद्यपि राक्षसों ने हनुमान की पूँछ को आग लगा दी किन्तु वे जले नहीं, क्योंकि उनको राम-नाम में अद्भुत विश्वास था। प्रह्लाद ने ईश्वर के नाम की ही शरण ली, अत: उनको भी अग्नि जला न सकी। सतीत्व की परीक्षा लेने के लिए सीता को अग्नि-प्रवेश कराया गया, किन्तु अग्नि की भयंकर लपटें उनके लिए शीतल जल हो गयीं क्योंकि राम का नाम ही उनके जीवन का आधार था। विभीषण का राम-नाम में अटल विश्वास था, अत: समस्त लंका के जल जाने पर भी उसका गृह सुरक्षित रहा। ऐसी महिमा है ईश्वर के नाम की!

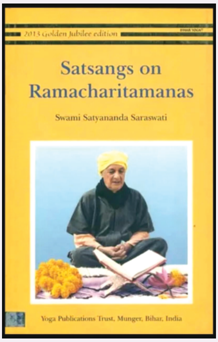
जय श्री राम

Rikhiapeeth Website: www.rikhiapeeth.in

The Rikhiapeeth website serves as a haven for spiritual seekers, offering a timeless connection to the profound teachings of Swami Sivananda, which are practised and lived at Rikhiapeeth under the timeless mantra and mandate of 'Serve, Love, and Give'. Explore and immerse yourself in the enriching experience of satsangs, delve into the knowledge about the tradition, and discover the heart and soul of Rikhiapeeth.

Satsangs on Ramacharitmanas

Swami Satyananda Saraswati



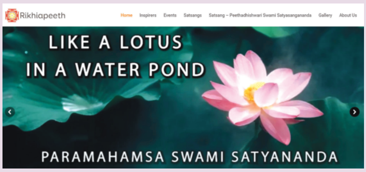
Satsangs on Ramacharitmanas is a compilation of talks given by Sri Swami Satyananda Saraswati at Rikhiapeeth, from 1994 to 2001, in which he speaks on the epic, its wisdom, beauty and poetry. His modern approach brings the ancient scripture to life and makes its wisdom and teachingss accessible to all.

"Ramacharitamanas deals with life, its conflicts, frustrations, and disappointments from birth to death. It gives the complete idea of the timetable of life."

Watch this!

Watch the videos uploaded on the Rikhiapeeth website "Like a Lotus In A Water Pond". This is a humble offering of devotion to Pujya Gurudev.

To watch this video or any of the regularly uploaded newly released films, go to www.rikhiapeeth.in



Important Message:

Please feel free to read and download the latest issues of Aradhana which are available online free of cost at www.rikhiapeeth.in

Registered with the Registrar of Newspapers, India
Under No. JHABIL/2012/45297

Rikhiapeeth, P.O. Rikhia, Dist. Deoghar, Jharkhand 814113. Tel: 09102699831
Email: rikhiapeeth@gmail.com, website: www.rikhiapeeth.in