सत्य साहित्य

वर्ष 6 / अंक 2
जनवरी 2023
Year 6/ No. 2
January
2023

सत्य साहित्य, श्री रामशरणम् इन्टरनेशनल सेन्टर, नई दिल्ली की एक त्रैमासिक पत्रिका

राम अब ऐसी विधि बनाये,
अपने नाम धाम की प्रीति,
मुझ में बहुत बसाये ॥१॥

अजपा जाप अपताप पाप हर,
आप ही आप हो जाये।
राम-रमण में मन मुद माने,
सदा मधुरता पाये ॥२॥
खिलें कमल सुषमणा जागे,
चित्त चांद चमकाये।
त्रिकुटी महल में जगमग ज्योति,
शशि रवि सम प्रकटाये ॥३॥
राम शब्द सुर श्वास पकड़ कर,
दशम द्वार के ऊपर।
पुरुषोत्तम के सत्य धाम को,
सुरति सीधी चढ़ जाये ॥४॥

(परम पूजनीय स्वामी जी महाराज की डायरी से)

इस अंक में पढ़िए

- भजन
- बधाई
- Calming the Mind
- मन को प्रबोधन
- श्रीरामशरणम्: एक ऐतिहासिक विवरण
- बच्चों के लिए
- विभिन्न केन्द्रों से
- कैलेन्डर

सत्य साहित्य
मूल्य (Price) ₹5

नववर्ष की बधाई

Loving Jai Jai Ram. May you ever remain blessed with His Grace. May you also get aashirvaad from my Gurujan. Happy new year.

सप्रेम जय जय राम। उसकी कृपा हमेशा आप पर बनी रहे। आप पर मेरे गुरुजनों का आशीर्वाद भी बना रहे। नव वर्ष की शुभकामनाएँ।

Cards made by children from diffrent centers

CALMING THE MIND

सत्यानन्द

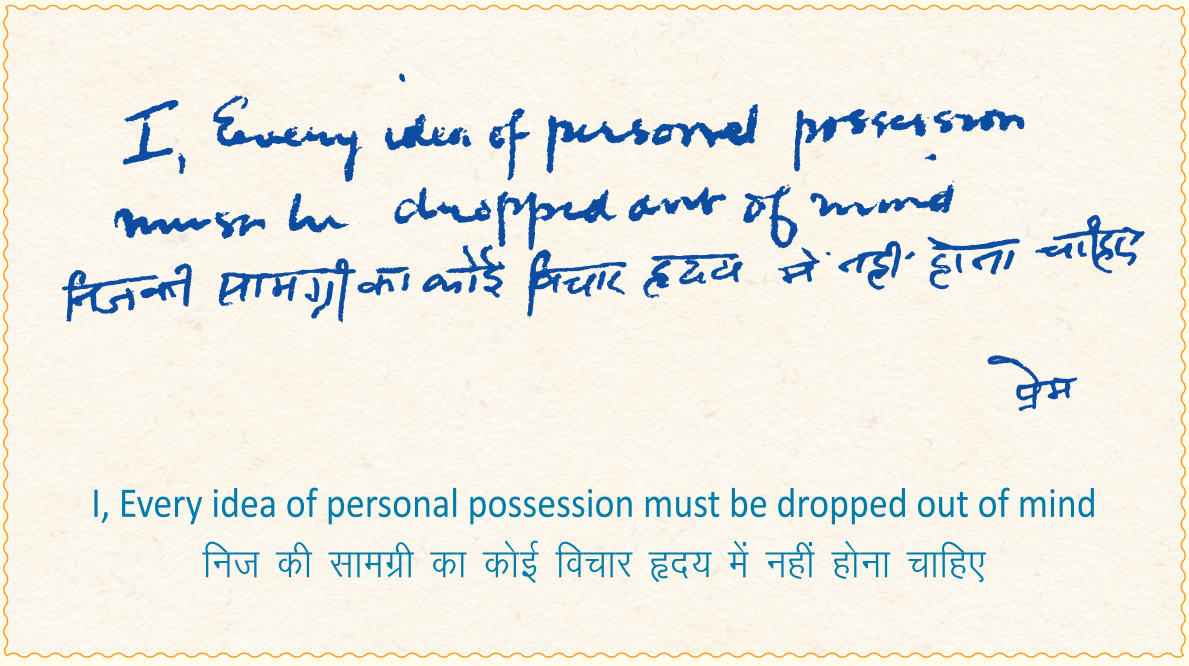
Meditation cannot be performed with an unsteady or restless mind. In conjunction with desires the mind becomes unsteady and restless. Dattatreya saw that the girl removed all her bangles except one while pounding rice so the mind would not waver. Modifications of the mind are only the so many bangles of desire. Whichever sense organ the mind gets engrossed in, that becomes active. Vyas ji sent Shukhdeva ji to Janak to plead for knowledge.

Janak ji filled a golden cup up to the brim with milk and said even if you spill one drop you will be beheaded. Even in the midst of alluring song and dance his mind remained equipoised. He did not hear or see anything, this is what sadhna is. Mind did not waver. Even grandeur and luxury could not lure his mind, his sadhna reached fruition. Attachment to sense pleasures can be severed by means of meditation. Mind should be untouched, should be pure.

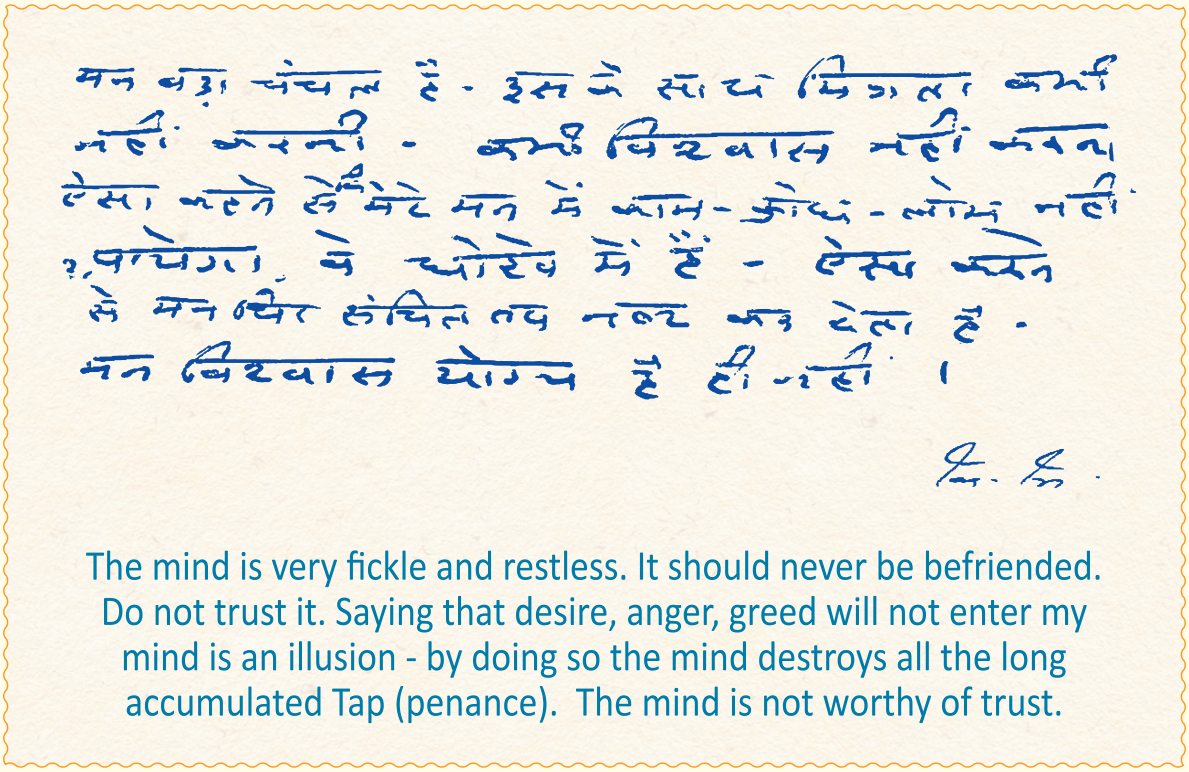
He alone is a man who acknowledges his shortcomings and mistakes and tries to overcome them. And then seeks knowledge at the feet of the Infinite Lord who connects his mind and intellect with Him. Because He is the central source of power. Electricity is produced by friction. But rub only so much that it doesn't burn. Plunging into the Ocean of Infinity one experiences coolness, then one is unaffected by the burning desire for sense pleasures. This is absorption in the Infinite.

(Pujjiya Swami Ji Maharaj, Pravachan Piyush pg 143)

CALMING THE MIND



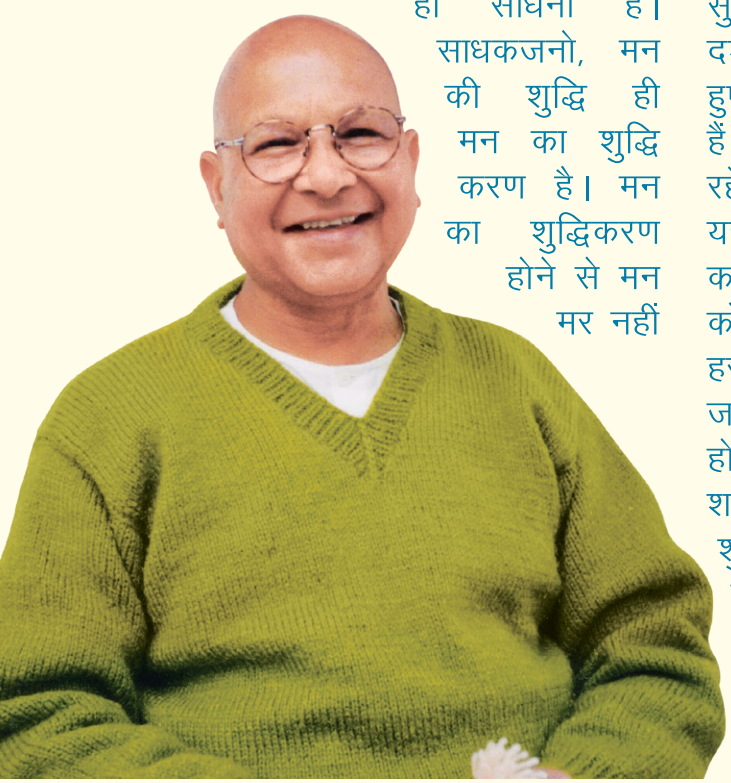
I, Every idea of personal possession must be dropped out of mind
निज की सामग्री का कोई विचार हृदय में नहीं होना चाहिए



The mind is very fickle and restless. It should never be befriended. Do not trust it. Saying that desire, anger, greed will not enter my mind is an illusion - by doing so the mind destroys all the long accumulated Tap (penance). The mind is not worthy of trust.

मन को प्रबोधन

मन कितना बलवान है साधकजनो, स्वामी जी महाराज के कथनों से पता चलता है। हमारे जीवन में मन कितना महत्वपूर्ण है आज वर्णन किया गया है। अपने समग्र अंतःकरण को संकल्प–विकल्प से रहित करके, सभी मनोरथों से रहित करके साधकजनो इस मन को परमात्मा को समर्पित कर देना, परमात्मा में लगा देना मोक्ष, परमानंद, परम शांति की प्राप्ति का अमोघ साधन है। हर एक साधक को यह करना ही है, इसके बिना निर्वाह नहीं है। अपने मन को संकल्प विकल्प रहित करना ही साधना है। साधकजनो, मन की शुद्धि ही मन का शुद्धि करण है। मन का शुद्धिकरण होने से मन मर नहीं जाता, बहुत सूक्ष्म हो जाता है, बहुत बलवान हो जाता है, बहुत ताकतवाला हो जाता है। जब यह सूक्ष्म हो जाता है, आज्ञाकारी हो जाता है, आप इससे अनेक प्रकार के, जिस प्रकार के काम लेना चाहो भगवत प्राप्ति तक ले सकते हो। इसका सहयोग न मिले तो व्यक्ति भटकता ही रहता है, इसका सहयोग अनिवार्य है। मानो आपका अपना सहयोग मन का सहयोग अपरिहार्य है।



उस दिन चर्चा चल रही थी, एक संत महात्मा भ्रमण करते हुए कहीं जाते तो पता करते कि क्या यहाँ कोई संत महात्मा, अच्छे सुगढ़ संत रहते हैं। पता लगता तो उनके दर्शन करने जरूर जाते। आज भी जहाँ गए हुए हैं वहाँ पता लगा कि एक संत महात्मा हैं जो कि पिछले पचास वर्षों से यहाँ रह रहे हैं। लगभग दस किलोमीटर की दूरी है यहाँ से लेकिन वे किसी से बातचीत नहीं करते, किसी को अपने पास रखते नहीं हैं। कोई उनका समय बर्बाद नहीं कर सकता, हर वक्त साधनारत रहते हैं। उनके पास जाने से मन हल्का हो जाता है, मन स्थिर हो जाता है, मन चंचल नहीं रहता, मन को शांति मिलती है। अपने आप राम राम जप शुरु हो जाता है इत्यादि इत्यादि। पर डाँट लगाते हैं, बहुत डाँट लगाते हैं, इतनी डाँट कि उनके पास खड़े होना मुश्किल इसलिए कोई उनके पास इतनी आसानी से जाता नहीं है। जैसे–जैसे यह महात्मा

उनके बारे में सुन रहे हैं वैसे–वैसे उनके दर्शनों की जिज्ञासा जग रही है। वाह! कैसा महात्मा होगा जो हर वक्त परमात्मा में लगा रहता है, हर वक्त साधना आराधना में लगा रहता है। जिसका संसार से कोई सरोकार नहीं है, जो संसार से अपना सरोकार नहीं रखना चाहता। दर्शनार्थ रात नींद भी नहीं आई, सुबह जल्दी उठना है। बिना किसी को बताए यह महात्मा चल पड़े हैं, उन संत जी के दर्शन करने के लिए। बहुत उतावलापन है कैसे होंगे वे, मन ही मन सोचकर कल्पना कर रहे हैं ।

कुटिया के पास पहुँच गए हैं, क्या देखते हैं कि कुटिया के बाहर एक लक्कड़ पड़ी हुई है जैसे पेड़ गिरा हुआ हो, उस पर जाकर बैठ गए। कुटिया का द्वार बंद है, लगभग एक घंटे बाद द्वार खुला, ''कैसे पधारें हैं आप'' उन महात्मा ने पूछा। ''दर्शन करने के लिए आया हूँ,'' कुटिया का द्वार बंद हो गया, महात्मा भीतर चले गए हैं। यह बैठे बाहर इंतजार कर रहे हैं। दो घंटे के बाद फिर द्वार खुला, ''भीतर आ जाइयेगा, भोजन तैयार है, भोजन करते हैं।'' उन महात्मा ने भोजन तैयार किया हुआ था, दोनों ने बैठकर भोजन किया। आगे धूनि लगी हुई थी, भोजन करते–करते या थोड़ा उसके बाद यह महात्मा अनेक सारे प्रश्न उनसे पूछ रहे हैं और उनके हर प्रश्न का ऐसा समाधान, आज तक किसी महात्मा ने नहीं दिया। काम की चर्चा हुई, क्रोध की चर्चा हुई, लोभ की चर्चा हुई, मोह की चर्चा हुई, अहंकार की चर्चा हुई। दो साधक बैठेंगे तो यही चर्चा करेंगे न। How do you do? क्या हाल–चाल है आपका, बच्चे कैसे हैं इत्यादि इत्यादि तो नहीं पूछेंगे। बच्चे बहुत परेशान तो नहीं करते, business कैसा चल रहा है, ये तो संसारी बातें हैं। दो साधक बैठेंगे तो यह चर्चा करेंगें कि भाई काम वासना सताती तो नहीं? सताती है तो क्या करते हो ? क्रोध का दौरा पड़ता है तो क्या करते हो उस वक्त? अभिमान आता है मन में, उत्कृष्टता आती है मन में तो क्या करते हो? पचास साल के अनुभव के आधार पर महात्मा ने एक–एक प्रश्न का बहुत सुंदर उत्तर उन्हें दिया है। महात्मा बहुत संतुष्ट हैं। मन में आया, लोग ऐसे ही कहते थे कि यह महात्मा इतने कड़े हैं, यह तो इतने सौम्य हैं, मेरी हर एक बात का कितना सुंदर उत्तर दिया है, भोजन कराया है मुझे, कितने प्यार से बोल रहे हैं। इतनी ही मन में बातें आने की देर थी कि महात्मा ने चिमटा उठा लिया, ''हो गया न अब,'' ''हाँ महाराज, आपने कृपा की तो हो गया।'' चिमटा उठा कर इस प्रकार से ऊपर उठाया मानो मारना चाह रहे हों, ''खबरदार ऐसी बात की तो? उस महात्मा ने कहा, इन महात्मा को कि खबरदार ऐसी बात करी कि आपने कृपा की तो हो गया ! परमेश्वर ने तुम्हें भेजा प्रेरणा दे कर, मैंने तुम्हें स्वीकार किया। मुझे लगा तू परमात्मा की प्रेरणा से आया है तो मैंने तुम्हें स्वीकार किया, भीतर बुलाया तेरे साथ बातचीत की, मानो तेरे ऊपर परमात्मा की कृपा है। संत की कृपा भी हो गई, शास्त्र की कृपा भी हो गई, आपस में चर्चा हुई वरना तू मेरा क्या लगता था? मैं अपना समय क्यूँ बर्बाद करता, मुझे हुआ कि परमात्मा ने किसी विशेष purpose के लिए इस व्यक्ति को भेजा है तो मैंने तुम्हें स्वीकार किया। शास्त्र की चर्चा हुई, तेरे ऊपर संत की कृपा हुई, शास्त्र की कृपा हुई, यदि अब इतना

कुछ होने के बावजूद भी तेरे ऊपर परमात्मा की कृपा है, संत की कृपा है, शास्त्र की कृपा है, यदि तेरे ऊपर अपनी कृपा नहीं होती तो तू सब सुने को श्रद्धापूर्वक ग्रहण नहीं करता और उसे अपने जीवन में उतारता नहीं है तो सब कुछ व्यर्थ है। मन की कृपा कितनी महत्वपूर्ण है। मन श्रद्धापूर्वक यदि इन बातों को ग्रहण नहीं करता, अपने जीवन में उतारता नहीं है तो सब कुछ बेकार हो जाता है। जीवन में उतारना न उतारना किस पर निर्भर करता है? यह आपकी मनोशक्ति पर निर्भर करता है, मनोबल पर निर्भर करता है। मन इसे बर्बाद भी कर सकता है, भटकन की ओर भी ले जा सकता है और श्रद्धापूर्ण सब कुछ ग्रहण करके आपके जीवन में उतारने में सहायता भी दे सकता है, देता है। मन कितना महत्वपूर्ण है साधकजनो! एक दर्पण की तरह; दर्पण गंदा है, तो उसमें कुछ दिखाई नहीं देता, धुंधला है तो उसमें कुछ दिखाई नहीं देता। संत महात्मा फरमाते हैं, साधना का इतना ही काम है कि आपके मनरूपी दर्पण को साधना साफ कर देती है। साधना से क्या करना है? अपने मनरूपी दर्पण को साफ कर देना है। बिम्ब भी भीतर है, प्रतिबिंब भी भीतर है, शीशा भी भीतर ही है, बस उसे साफ करने की ज़रूरत है तो फिर बिंब अपने आप प्रतिबिंबित होता है ।

मन कितना महत्वपूर्ण है साधकजनो! एक दर्पण की तरह; दर्पण गंदा है, तो उसमें कुछ दिखाई नहीं देता, धुंधला है तो उसमें कुछ दिखाई नहीं देता। संत महात्मा फरमाते हैं, साधना का इतना ही काम है कि आपके मनरूपी दर्पण को साधना साफ कर देती है।

कबीर साहब गंगा के किनारे अपने शिष्यों के साथ गए हुए हैं, मुस्करा रहे हैं। गंगा का जल बहुत साफ सुथरा देखकर तो अति प्रसन्न हुए। क्या बात है गुरूदेव, आज गंगाजी में विशेष क्या देख रहें हैं आप कि आप मुस्करा रहे हैं? कहने लगे,'' देखो गंगा का नीर कितना पवित्र कितना निर्मल है।'' शिष्यों ने कहा, ''हाँ महाराज! बहुत पवित्र है, बहुत निर्मल है, बहुत स्वच्छ है।'' ''क्या दिखता है?'' कबीर साहिब पूछते हैं। शिष्यों ने कहा,''सब कुछ दिख रहा है महाराज, इसके नीचे तला, पत्थर इत्यादि जो कुछ भी पड़ा है सब कुछ दिख रहा है।'' कबीर साहब कहते हैं,''मेरी प्रसन्नता का कारण यही है, मन भी जब गंगा नीर की तरह निर्मल हो जाता है तो उसमें भी सब कुछ अपने आप दिखाई देना शुरू हो जाता है। आदमी को बहुत कुछ करना नहीं पड़ता।

सारी की सारी साधना इस काम के लिए कि मन के ऊपर जो मैल चढ़ी हुई है, जो धुंधलापन आ गया है जो गंदगी आ गई है, उसे साधना धो डालती है साफ कर देती है। बिम्ब तो भीतर ही है उसको प्रतिबिंबित ही होना है आपके मन के माध्यम से, इसलिए मन कितना महत्वपूर्ण है। मन कैसा दर्पण है, कैसा शीशा है जिसमें परमात्मा प्रतिबिंबित होते हैं, परमात्मा दिखाई देते हैं। बिम्ब को कहीं बाहर से नहीं आना वह भीतर विराजमान है, शीशा भी भीतर ही है, दर्पण भी भीतर है, बस उसकी सफाई करनी है।

(पूजनीय श्री महाराज जी का प्रवचन, 17-12-2008)

(इस प्रवचन का शेष भाग अगले अंक में प्रकाशित होगा।)

श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट दिल्ली के आमंत्रण पर सभी केंद्रों की श्रीरामशरणम् हरिद्वार में 10 नवंबर 2022, को संपन्न हुई बैठक की संक्षिप्त जानकारी

10 नवंबर 2022, गुरुवार को सायं 4:30 बजे श्रीरामशरणम् हरिद्वार में विभिन्न श्रीरामशरणम् केंद्र प्रमुखों की बैठक में 125 से अधिक केंद्र प्रमुख, प्रतिनिधि व अन्य साधक उपस्थित हुए। श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट दिल्ली की ओर से अध्यक्ष महोदय श्री अनिल दीवान जी ने विभिन्न स्थानों से पधारे संचालक/व्यवस्थापक/लोकल ट्रस्ट व समितियों के पदाधिकारियों का भावपूर्वक स्वागत किया। उन्होंने कोरोना महामारी व अन्य कारणों से बैठक में हुए विलंब की चर्चा की और इस महामारी के शीघ्र निदान और स्वास्थ्य के बचाव के लिए विभिन्न श्रीरामशरणम् केंद्रों पर हुए जाप, पाठ, प्रार्थना के लिए व लॉक–डाउन के दौरान श्रीरामशरणम् केंद्रों में सीमित संख्या में साधकजनों द्वारा सत्संग, जाप, प्रार्थना करते रहने के लिए सभी को हार्दिक धन्यवाद दिया।

अध्यक्ष महोदय ने परम पूजनीय श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज से दीक्षा प्राप्त वरिष्ठतम साधकों को भी स्मरण किया। सत्संग की विशुद्ध मुख्यधारा में रहते हुए, स्वामी जी के नियम, अनुशासन व मर्यादा का पूरी दृढ़ता से निर्वाह करते हुए, उन्होंने सदैव अपना आशीर्वादरूपी वरदहस्त ट्रस्टी गण सहित सभी साधकों पर बनाए रखा है।

परम पूजनीय गुरुजनों के सद्ग्रन्थों एवं सत्य साहित्य पत्रिका का अधिकाधिक प्रचार एवं दीक्षित साधकों का फॉलो अप करने का अनुग्रह किया।

अध्यक्ष जी ने स्मरण कराया कि वर्ष 2013 से अभी तक कई नए श्रीरामशरणम् केंद्रों और अमृतवाणी सत्संग हॉल का उद्घाटन हुआ है, उनके बारे में हम सब *सत्य साहित्य* पत्रिका के माध्यम से बखूबी जानते हैं।

स्थूल शरीर में नहीं होते हुए भी परम पूजनीय गुरुजन आप सबको निमित्त बनाकर, जिस प्रकार से राम–नाम का प्रचार प्रसार कर रहे हैं, नए–नए केंद्र बना रहे हैं, नाम दीक्षा दे रहे हैं, वह किसी चमत्कार से कम नहीं है। उनकी भावमयी उपस्थिति और उनके बनाए नियम व अनुशासन का प्रताप पहले की तरह यथावत् है। सब लोग इसका प्रत्यक्ष अनुभव करते हैं और मानते हैं। नए साधक भी राम–नाम के रंग में स्वयं को रंग रहे हैं। गुरुजनों की कृपा व आशीर्वाद से श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट की देखरेख में सभी कार्य सुचारू रूप से संचालित हो रहे हैं।

परम पूजनीय गुरुजन अपनी सूक्ष्म शक्ति से जो रामकाज कर रहे हैं, उससे साधकजनों को स्थाई रूप से जोड़े रखने के लिए हम सभी साधक भी गुरुजनों के यंत्र बनकर इस दुर्लभ जनसेवा कार्य में तत्परता से जुट जाएँ। इस कार्य के लिए हमें घर–घर जाकर नए पुराने साधकों को राम–नाम की महिमा से, परम पूजनीय गुरुजनों के जीवन चरित्र, आचरण, जीवन पद्धति व अनुशासन प्रियता से, श्रीरामशरणम् की विशेषताओं से एवं गुरुजनों के सत् साहित्य से परिचित कराने के लिए योजनाबद्ध तरीके से प्रयास करने चाहिएं। कोरोना महामारी के बाद लोगों में आई निराशा की मनोवृत्ति में बदलाव के लिए, उनको पुनः श्रीरामशरणम् की सकारात्मक ऊर्जा की तरफ आकृष्ट करना होगा। इसके लिए उन साधकों और परिवारों से निरंतर, सघन जीवंत संपर्क बढ़ाने की आवश्यकता है।

इस बैठक में रामतीर्थ, अमरपाटन, कोलकाता, मुंबई, भोपाल व दिल्ली के प्रतिनिधि साधकों ने भी बहुमूल्य सुझाव दिए। उन पर विचारोपरांत शीघ्र कार्यवाही हेतु ट्रस्ट कार्यरत है।

ट्रस्ट की ओर से ये जानकारियां भी दी गईः

- विभिन्न केन्द्रों पर प्रचार हेतु गठित पहले की सभी समितियाँ निष्प्रभावी की गईं। विभिन्न केन्द्रों में समितियों को पुर्नगठित करने की प्रक्रिया जारी है।
- श्लोक सहित *श्रीमदभग्वद्गीता* का प्रकाशन जल्द ही किया जाएगा।
- गुरुजनों द्वारा साधकों को लिखे साधनापयोगी पत्रों के अंश का ग्रंथ प्रकाशित करने की योजना है।
- परम पूजनीय श्री स्वामी जी महाराज के संक्षिप्त जीवन–चरित का प्रकाशन शीघ्र किया जायेगा।
- सेवाकार्यों में दक्षता हेतु युवा साधकों के विशेष सत्संग शिविर का आयोजन श्रीरामशरणम् दिल्ली में मार्च 2023, में किया जाएगा।

सभी को धन्यवाद के साथ बैठक समाप्त हुई। ■

श्रीरामशरणम् हिसार - एक ऐतिहासिक विवरण

(श्रीरामशरणम् एक ऐतिहासिक विवरण के अर्न्तगत लेखों की अगली कड़ी)

श्री रामशरणम् हिसार, हरियाणा एक पवित्र तीर्थस्थल है। इसकी पुण्यभूमि परम पूज्य श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज सरस्वती, परम पूज्य श्री प्रेमनाथ जी महाराज और परम पूज्य महाराज श्री विश्वामित्र जी महाराज द्वारा लंबे समय तक सेवित और पोषित क्षेत्र है। एक महीना सांपला में साधना सत्संग आदि के प्रवास के बाद श्री स्वामी जी महाराज हिसार के निकट ही और हिसार जिले के ही कस्बे हाँसी में साधना सत्संग के लिए पंडित लक्ष्मीदत्त शर्मा जी के साथ आते और उसके पश्चात हिसार में सत्संग व नाम दीक्षा से नये साधकों को कृतार्थ करने के उपरांत रेल से उनको साथ लेकर लुधियाना चले जाते थे। उस समय हिसार में श्री राजकृष्ण जी नैय्यर के निवास पर हर शुक्रवार को सत्संग होता था। स्वामी जी लगभग 15 वर्ष आते रहे। परम पूज्य श्री स्वामी जी महाराज के निर्वाण के पश्चात उन्हीं के आध्यात्मिक उत्तराधिकारी परम पूज्य श्री प्रेमनाथ जी महाराज आजीवन 1961 से 1992 तक और लोगों को सत्संग से, अपने दर्शन से व राम–नाम महा–मंत्र की नाम दीक्षा देकर कृतार्थ करते रहे।

हिसार में एक पशु चिकित्सा महाविद्यालय था जो पहले पंजाब कृषि विश्वविद्यालय से संबंधित था और कालांतर में हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय से संबद्ध हो गया। यहाँ पर डॉक्टर गुलाटी जी थे जो इसमें वैज्ञानिक के पद पर कार्यरत थे। उनके निवास पर प्रत्येक मंगलवार को सत्संग होता था और गुरुदेव श्री प्रेमनाथ जी महाराज उनके निवास पर सत्संग व नाम दीक्षा के लिए प्रति वर्ष नियम से आते थे। उस काल में एक नवयुवक लुधियाना से पशुविज्ञान में स्नातक की डिग्री करके हिसार के पशुविज्ञान महाविद्यालय में डेमोंस्ट्रेटर के पद पर आ कर लगे। उनका नाम था डॉक्टर विश्वामित्र महाजन। वो एक अत्याधिक धार्मिक परिवार से थे और जल्द ही उनका अपने सीनियर डॉक्टर गुलाटी से संपर्क हुआ और उनके कहने से वो उनके घर पर साप्ताहिक सत्संग में जाने लगे। एक दिन डॉक्टर गुलाटी जी ने इस नवयुवक को बताया कि उनके गुरु हिसार आ रहे हैं। वो नवयुवक सत्संग में आया और गुरुदेव श्री प्रेमजी महाराज को देखते ही उनके ब्रह्मतेज को देख कर नाम दीक्षा के लिए निवेदन किया। उनको गुरुदेव ने अगले दिन प्रातःकाल 4 बजे ब्रह्म–मुहूर्त में पंडित लक्ष्मीदत्त जी के निवास पर आने के लिए कहा, जहाँ वो एक सप्ताह के लिए प्रवास पर थे। ठंड के दिन थे और 2 किलोमीटर की दूरी थी। सुबह जैसे ही स्नान के पश्चात निकले तो देखा कि साइकिल में तो हवा नहीं है। देर होती देखकर वो दौड़ कर जब तक पहुँचे तब तक लगभग 20 मिनट विलम्ब हो गया था। गुरु तो त्रिकालज्ञ थे, वो अपने शिष्य को

पहचान चुके थे, इसलिए उनको उस समय दीक्षा न देकर, सायंकाल शुक्रवार के साप्ताहिक सत्संग में राजकृष्ण जी नैय्यर के निवास पर आने के लिए कहा। इस बार इस नवयुवक ने देर न होने दी और गुरुदेव के पधारने से पूर्व ही पहुँच गए और गुरुदेव ने भी इस तेजस्वी बालक को नाम–दान देकर निहाल कर दिया।

कालांतर में परम पूज्य श्री प्रेमनाथ जी महाराज के निर्वाण के उपरांत उनके इसी तेजस्वी शिष्य को ट्रस्ट ने सर्वसम्मति से उनका उत्तराधिकारी नियुक्त किया और वे महाराज श्री विश्वामित्र जी के नाम से जाने जाने लगे। परम पूज्य डॉक्टर विश्वामित्र जी ने भी कार्य भार सँभालते ही कुछ ही दिन के पश्चात हाँसी के साधना सत्संग के पश्चात हिसार में पधारने की कृपा की। इसके बाद हर वर्ष अपने गुरुदेव व स्वामी जी की भाँति प्रति वर्ष यहाँ के साधकों को कृतार्थ करते रहे। पंडित लक्ष्मीदत्त के दिवंगत होने के पश्चात उन्होंने उनके परिवार से सम्मति करके दैनिक और साप्ताहिक सत्संग के लिए श्रीरामशरणम् के निर्माण की प्रेरणा की जिसके फलस्वरूप कुछ ही समय में सब साधकों के साथ विमर्श करके, पूज्य श्री ने इसकी इजाजत दे दी। सब औपचारिकताएँ पूर्ण होने पर 28 अप्रैल 2001 वैशाख की पंचमी का दिन भूमि पूजन के लिए तय कर दिया। एक दिन पहले महाराज श्री हिसार पधार गए और पंचमी को प्रातः 7 से 8 तक अग्निहोत्र यज्ञ में मंत्रोच्चारण द्वारा भूमि–पूजन का कार्य स्वयं सम्पन्न किया। उसके पश्चात सत्संग व प्रवचन का कार्यक्रम नियत समय के अनुसार 8–30 बजे से शुरू हुआ जिसमें हिसार व विभिन्न स्थानों से आये अनेक साधकों ने भाग लेकर लाभ उठाया। पूज्य श्री के दिशा निर्देश के अनुसार निर्माण कार्य शुरू हुआ और लगभग 6 मास में सारा कार्य पूर्ण हो गया। इसके बाद महाराज श्री विश्वामित्र जी ने 9 जनवरी 2002 को पौष माह के कृष्णपक्ष की सफला एकादशी का दिन श्री रामशरणम् के उद्घाटन के लिए नियत किया। इसके लिए यह भी निर्देश था कि इससे एक सप्ताह पूर्व 2 जनवरी से अखंड जाप शुरू किया जाये और इसमें कम से कम सवा करोड़ सामूहिक राम नाम महामन्त्र का जाप किया जाए, ऐसा ही हुआ।

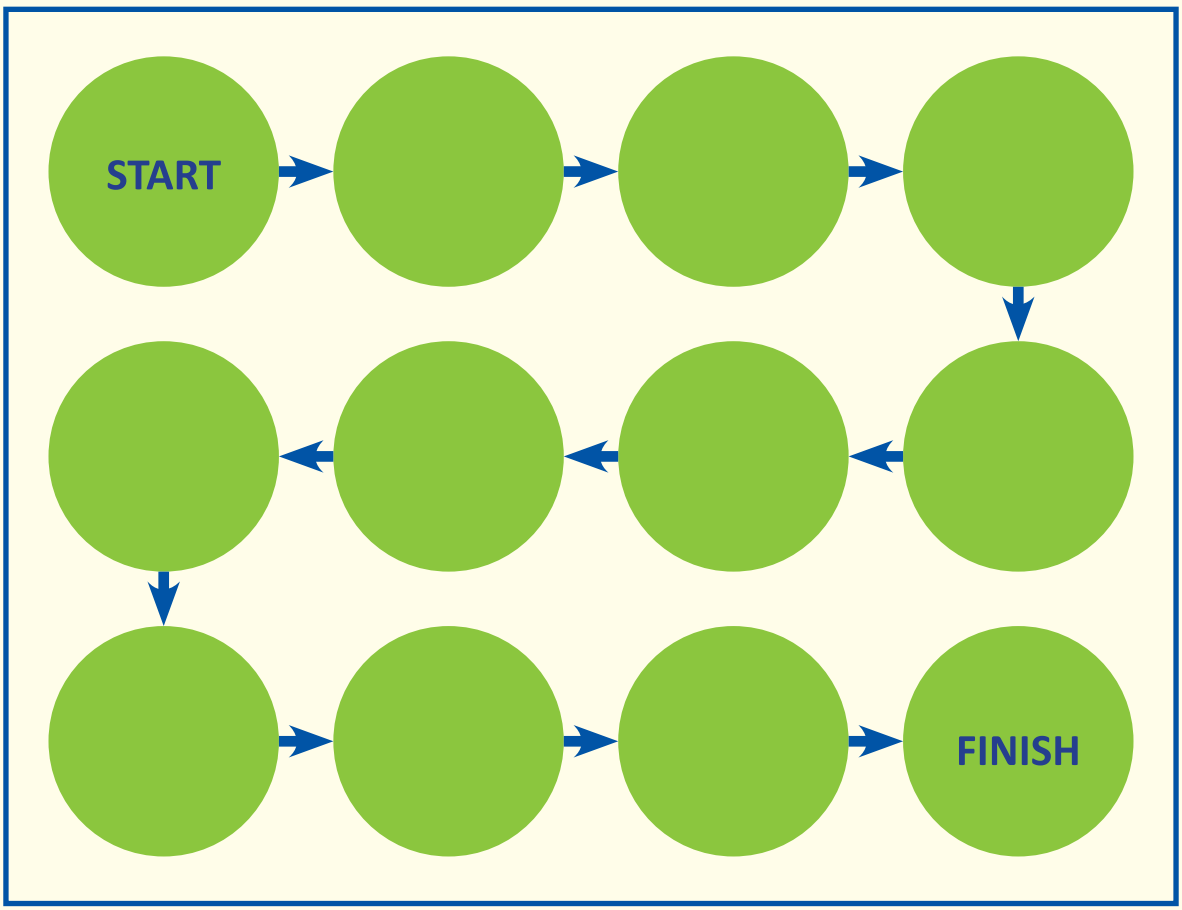
8 जनवरी को एक दिन पूर्व ही महाराज श्री हिसार में पधार गये। अगले दिन पहले अखंड जप की पूर्णाहुति हुई, जिसके पश्चात 9–30 से 10–30 तक अग्निहोत्र यज्ञ हुआ जिसमें महाराज श्री ने अपने कर–कमलों से पूर्णाहुति प्रदान की। इसके बाद श्री महाराज का सभी गण्य–मान्य साधकों ने हार्दिक स्वागत करते हुए उनसे उद्घाटन करने का निवेदन किया। महाराज श्री, फीता (Ribbon) काटने की रस्म के पश्चात पहले अकेले ही हाल में गए, और अपने संकल्प व गोपनीय मंत्रों से प्राण–प्रतिष्ठा की। इसके पश्चात सभी साधकों को अंदर आने की अनुमति हुई और सत्संग में अमृतवाणी का पाठ, भजन व प्रवचन हुआ। श्री महाराज ने सभी को आशीर्वाद दिये, मंगल कामनाओं सहित बधाई दी व साथ ही प्रबंधक मण्डल को भी निर्देश दिए कि किस प्रकार निष्काम भाव से सेवा कार्य करना चाहिए। इसके बाद सभी के लिये प्रसाद–स्वरूप भंडारे का आयोजन किया गया जिसमें सभी ने प्रसाद पाया। बहुत दूर से अनेकों साधकजन पधारे हुए थे, सभी को परमेश्वर का व महाराज श्री का आशीर्वाद मिला। सब कार्य संपन्न करके महाराज श्री अति प्रफुल्लित थे कि इस अत्यंत महत्वपूर्ण तीर्थ का प्रभु–अर्पण करने का कार्य इतने सुंदर ढंग से संपन्न हुआ। इसके पश्चात सभी ने श्री महाराज जी को विदाई दी।

सभी साधकों को चाहिए कि सभी तीर्थ–तुल्य श्री रामशरणम् हैं, उन सभी में निष्काम भाव से सेवा कार्य करने में बढ़–चढ़ करके भाग लें। निष्काम भाव से ऐसा करने से परमेश्वर पूजन भी होगा, गुरु पूजन भी होगा और आत्म–कल्याण भी होगा। आइए हम सभी अपने देव–तुल्य गुरुजनों को कृतज्ञतापूर्वक बारम्बार सादर प्रणाम करते हुए धन्यवाद करें। ■

Mindful Board Game

There are many ways of being mindful. Today, let's explore and have fun practicing some of them by making your own special board game that you can play by yourself or invite family and friends to play with you.

Step 1: Use the template below to make your personal board game.



Step 2: Cut any of the mindfulness ideas below that you like and paste them randomly on the empty green circles of the game board above. Use the empty orange circles to come up with your own ideas.

- hug yourself
- share a kind thought
- take 5 deep breaths
- name 2 sounds you hear

Step 3: You will need tokens for this board game. Hunt for small nature treasures like a leaf, pebble, tiny stone, twig etc to use as tokens on your game board. You may even re-use something you already have like an eraser, pen cap, bottle cap or something similar.

Step 4: Cut out the numbers below and put them in a small cup, to use as dice. Or you may use a regular 6 sided dice, if you have one at home.

1	2	3	4	5	6

Game Tips:

1. Place your token(s) at the 'Start' position.
2. Close your eyes and pick up a number from the cup (step 4) or roll the dice.
3. Move forward on the game board by following the arrows.
4. If playing with family and friends, take turns so everyone gets a turn to play.
5. This is your game, so make your own additional rules, if needed.
6. Game finishes when any one player reaches the 'Finish' position.
7. Smile, relax, and enjoy! ■

विभिन्न केन्द्रों पर सम्पन्न कार्यक्रम

(अक्तूबर से दिसम्बर 2022)

साधना सत्संग, खुले सत्संग, उद्घाटन एवं नाम दीक्षा का विवरण

- **अब्दुलागंज,** मध्य प्रदेश में 7 सितम्बर 2022 को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 192 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **हरिद्वार,** उत्तराखण्ड में नवरात्री के उपलक्ष्य में रामायणी सत्संग 26 सितम्बर से 5 अक्तूबर तक लगा।
- **बटाला,** पंजाब में 25 सितम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 56 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **पतलीकुल**, हिमाचल में नवनिर्मित श्री रामशरणम् का उद्घाटन 5 अक्तूबर, विजयदशमी के दिन हुआ। इस आयोजन में 45 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **गुरदासपुर,** पंजाब में 7 से 9 अक्तूबर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 194 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **पठानकोट,** पंजाब में 15 से 16 अक्तूबर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 245 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **जम्मू,** में 28 से 30 अक्तूबर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 276 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **मेलबर्न,** अस्ट्रेलिया (Melbourne, Australia) में, गुरुजनों की अपार कृपा से हरे कृष्णा वैली, बाम्बरा, विक्टोरिया में 4 से 6 नवम्बर तक खुला सत्संग सम्पन्न हुआ। तीनों दिन गुरुजनों की सूक्ष्म उपस्थिति अनुभव होती रही। साधकों के अनुशासन की आयोजकों ने भूरी भूरी प्रशंसा की। सत्संग के उपरान्त 9 नए साधक स्वामी जी के परिवार में सम्मिलित हुए।
- **नामरुप,** असाम, में 3 नवम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 21 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **कोलकता** में 5 नवम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 25 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **अमृतसर,** पंजाब में 6 नवम्बर को खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 98 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **हरिद्वार,** उत्तराखण्ड में परम पूजनीय स्वामी जी महाराज के निर्वाण दिवस के उपलक्ष्य में 11 से 14 नवम्बर तक साधना सत्संग लगा। 11 नवम्बर को 9 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **कपूरथला,** पंजाब में 18 से 21 नवम्बर तक साधना सत्संग का आयोजन हुआ, 22 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **दिल्ली श्री रामशरणम्** में अक्तूबर नवम्बर में 54 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **सुजानपुर,** पंजाब में 25 से 27 नवम्बर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 275 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **ग्वालियर (लश्कर),** मध्य प्रदेश में श्री रामायण जी के अखण्ड पाठ के बाद 28 नवम्बर को 12 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **आलमपुर,** हिमाचल प्रदेश में 4 दिसम्बर को खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 40 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **भिवानी,** हरियाणा में, 10 से 11 दिसम्बर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 33 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **सूरत,** गुजरात में, 17 से 18 दिसम्बर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ, 147 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **रिवाड़ी,** हरियाणा में, 23 से 24 दिसम्बर तक खुले सत्संग का आयोजन होगा।
- **लखनऊ,** (उ.प्र) में 25 दिसम्बर को विशेष अमृतवाणी सत्संग के पश्चात् नाम दीक्षा होगी। ■

Sadhna Satsang (January to December 2023)

Hansi	3 to 6 Feb	Friday to Monday
Indore	17 to 20 Feb	Friday to Monday
Haridwar	13 to 16 March	Monday to Thursday
Haridwar	2 to 7 April	Sunday to Friday
Haridwar (Only for Jhabua)	15 to 18 April	Saturday to Tuesday
Haridwar (Only for Jhabua)	20 to 23 April	Thursday to Sunday
Haridwar	28 June to 3 July	Wednesday to Monday
Haridwar	30 Sept to 3 Oct	Saturday to Tuesday
Haridwar (Ramayani)	15 to 24 October	Sunday to Tuesday
Haridwar	11 to 14 November	Saturday to Tuesday
Kapurthala	17 to 20 November	Friday to Monday

Poornima (January to December 2023)

January	6	Friday
February	5	Sunday
March	7	Tuesday
April	6	Thursday
May	5	Friday
June	4	Sunday
July	3	Monday
August	1	Tuesday
August	31	Thursday
September	29	Friday
October	28	Saturday
November	27	Monday
December	26	Tuesday

Open Satsang (January to December 2023)

Jhabua	15 to 17 January	Sunday to Tuesday
Pune	21 January	Saturday
Bilaspur	22 January	Sunday
Pilibanga	28 to 29January	Saturday to Sunday
Rattangarh	4 to 5 March	Saturday to Sunday
Delhi	6 to 8 March (Holi)	Monday to Wednesday
Kapurthala	10 to 11 March	Friday to Saturday
Paonta Sahib	19 March	Sunday
Jhabua (Maun Sadhna)	21 to 30 March	Tuesday to Thursday
Bhareri	8 April	Saturday
Hisar	29 to 30 April	Saturday to Sunday
Mandi	7 May	Sunday
Kandaghat	14 May	Sunday
Hoshiarpur	21 May	Sunday
Manali	14 to 16 June	Wednesday to Friday
Delhi	27 to 29 July	Thursday to Saturday
Rohtak	12 to 13 August	Saturday to Sunday
Alampur	3 September	Sunday
Rewari	16 to 17 September	Saturday to Sunday
Pathankot	23 to 24 September	Saturday to Sunday
Gurdaspur	6 to 8 October	Friday to Sunday
Sujanpur	27 to 29 October	Friday to Sunday
Jammu	3 to 5 November	Friday to Sunday
Amritsar	3 December	Sunday
Melbourne	1 to 3 December	Friday to Sunday
Surat	16 to 17 December	Saturday to Sunday
Bhiwani	23 to 24 December	Saturday to Sunday

Naam Deeksha in Other Centers (January to December 2023)

Ludhiana	8 January	Sunday
Bagh, Dist. Dhar (M.P.)	9 January	Monday
Bolasa (Jhabua)	10 January	Tuesday
Kalyanpura (Jhabua)	11 January	Wednesday
Dahod (Gujarat)	12 January	Thursday
Banswara (Rajasthan)	13 January	Friday
Kushalgarh (Rajasthan)	14 January	Saturday
Jhabua	15 January	Sunday
Kolhapur	20 January	Friday
Pune	21 January	Saturday
Bilaspur	22 January	Sunday
Rohtak	26 January	Thursday
Faridabad	26 January	Thursday
Pillibanga	29 January	Sunday
Hansi	5 February	Sunday
Dewas	12 February	Sunday
Indore	19 February	Sunday
Ramtirath / Bansgehan	22 February	Wednesday
Jalandhar	26 February	Sunday
Amarpatan	1 March	Wednesday
Rattangarh	4 March	Saturday
Kapurthala	11 March	Saturday
Hira Nagar	18 March	Saturday
Paonta Sahib	19 March	Sunday
Bhareri	8 April	Saturday
Jawali	14 April	Friday
Hisar	30 April	Sunday
Mandi	7 May	Sunday
Kandaghat	14 May	Sunday
Hoshiarpur	21 May	Sunday
Faridabad	25 May	Thursday
Chambi	4 June	Sunday
Manali	16 June	Friday
Kishtwar	24 June	Saturday
Bhaderwah	25 June	Sunday
Alampur	3 September	Sunday
Pathankot	24 September	Sunday
Gurdaspur	8 October	Sunday
Sujanpur	29 October	Sunday
Jammu	5 November	Sunday
Kapurthala	19 November	Sunday
Melbourne	3 December	Sunday
Amritsar	3 December	Sunday
Bhopal	10 December	Sunday
Surat	17 December	Sunday
Bhiwani	24 December	Sunday

Naam Deeksha In Shree Ram Sharnam Delhi (January to December 2023)

January	1	Sunday
March	12	Sunday
April	9	Sunday
May	28	Sunday
July	3	Monday
August	6	Sunday
September	10	Sunday
October	15	Sunday
November	26	Sunday
December	10	Sunday

यदि आप 'सत्य साहित्य' की इस प्रति को नहीं रखना चाहते,
तो कृपया इसे अपने स्थानीय केन्द्र या निकटतम श्रीरामशरणम् को लौटा दें।

प्रकाशक मुद्रक श्री अनिल दीवान द्वारा श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट, 8 ए रिंग रोड, लाजपत नगर–IV नई दिल्ली. 110024 से प्रकाशित
एवं रेव स्कैनस प्राइवेट लिमिटेड, 216, सेक्टर-4, आई.एम.टी. मानेसर, गुरुग्राम, हरियाणा-122051 से मुद्रित। संपादकः मेधा मलिक कुदेसिया एवम् मालविका राय

Publisher and printer Shri Anil Dewan for Shree Swami Satyanand Dharmarth Trust, 8-A Ring Road, Lajpat Nagar IV, New Delhi 110024 and
printed at Rave Scans Private Limited, 216, Sector-4, IMT Manesar, Gurugram, Haryana-122051. Editors: Medha Malik Kudaisya and Malvika Rai.

©श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट, नई दिल्ली

ईमेल: shreeramsharnam@hotmail.com
वेबसाईट: www.shreeramsharnam.org

RNI No. DELBIL/2017/72924