दिव्य जीवन के
धर्मदूत स्वामी शिवानन्द

दिव्य जीवन के धर्मदूत स्वामी शिवानन्द

श्री स्वामी विद्यानन्द

अनुवादक

श्री स्वामी अर्पणानन्द जी सरस्वती

प्रकाशक

द डिवाइन लाइफ सोसायटी

पत्रालय : शिवानन्दनगर-२४९१९२

जिला : टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड (हिमालय), भारत

www.sivanandaonline.org, www.dlshq.org

प्रथम संस्करण : २०१४

(१,००० प्रतियाँ)

द डिवाइन लाइफ ट्रस्ट सोसायटी

Swami Chidananda Centenary Series—8

निःशुल्क वितरणार्थ

'द डिवाइन लाइफ सोसायटी, शिवानन्दनगर' के लिए
स्वामी पद्मनाभानन्द द्वारा प्रकाशित तथा उन्हीं के द्वारा 'योग-वेदान्त
फारेस्ट एकाडेमी प्रेस, पो. शिवानन्दनगरह्वह्व२४९१९२,
जिला टिहरी-गढ़वाल, उत्तराखण्ड' में मुद्रित।
For online orders and Catalogue visit : dlsbooks.org

दिव्य जीवन के धर्मदूत स्वामी शिवानन्द

महाजनो येन गतः स पन्था

''महात्माओं का महान् जीवन,
करता है प्रेरित हमको।
बनायें अपने जीवन को,
हम उन जैसा महान्।।''

जीवन के दुर्गम पथ पर संघर्षरत परिश्रान्त पथिक के लिए ज्योतिर्मय महान् व्यक्तियों का जीवन एवं उनके कार्य अनवरत प्रेरणा एवं नवचेतना के स्थायी स्रोत हैं। सन्तों और ऋषियों की दैनन्दिन प्रवृत्तियाँ एवं शिक्षाप्रद सम्भाषण भ्रमित पथिकों के लिए अतीव सहायक, पथ-प्रदर्शक एवं निर्देश-पुस्तक तुल्य हैं। इहलौकिक अस्तित्व के अन्ध-सागर में जब जीवन की जीर्ण-शीर्ण नौका शक्तिशाली माया-द्वन्द्व तथा वासनाओं के प्रबल झंझावात के थपेड़ों से डाँवाडोल हो जाती है, तब संसार-सागर के तूफानों में भटके हुए एकाकी यात्री के लिए दिव्य महान् आत्माओं के देदीप्यमान जीवन-चरित्र प्रकाश-स्तम्भ की जाज्वल्यमान किरणों के समान शक्ति व शान्ति प्रदान करते हैं।

ऐसे अनुकरणीय आदर्श सच्चरित्र भ्रान्त, परिश्रान्त मानवता के लिए अत्यन्त महत्त्व की वस्तु हैं। ये अज्ञान और बुराई की शक्तियों के विरुद्ध महत्त्वपूर्ण अस्त्र हैं तथा पूर्णता के पथ पर प्रगतिशील पथिक को विचलित करने वाली अनेक दुःखदायी समस्याओं के समाधान हेतु सत्प्रयत्न में कल्पनातीत सहायता प्रदान करते हैं। उनके व्यावहारिक जीवन की प्रेरणादायी एवं जाग्रति लाने वाली शक्तिह्लह्लजो जिज्ञासु के सम्मुख प्रस्तुत

हैह्वह्वमानव में सन्निहित उच्चता, श्रेष्ठता एवं दिव्यता को प्रस्फुटित करने और इनके आदर्श के अनुकरण के लिए प्रोत्साहित करने में है। इसी में उनकी महत्ता है।

सौभाग्य से जिन महान् व्यक्तित्व का मुझे सान्निध्य प्राप्त हुआ है, वह एक विकसित पुष्प है जिसके अंकुरण और विकास को जानने के लिए हमें उनके प्रारम्भिक जीवन को देखना होगा, जो उन्होंने मलेशिया के चिकित्सालय में एक परिश्रमी चिकित्सक के रूप में व्यतीत किया। वह दशक इनके मूक विकास का काल था जो इन्होंने यत्नपूर्वक मानवता के संकट-निवारण में लगाया।

यौवन के स्वर्णिम काल में जब हममें से अधिकांश व्यक्ति अपना समय जीवन के सुखोपभोग प्राप्त करने में लगा देते हैं, इन्होंने उस समय की बहुत अधिक एवं ज्वलित शक्ति का प्रयोग प्रसन्नतापूर्वक एवं मुक्त हृदय से अपने आस-पास की जनता के कल्याणार्थ किया।

वैराग्य की पराकाष्ठा

दो दशक पूर्व सुदूर पूर्व में जब उस युवा डाक्टर कुप्पुस्वामि के हृदय में तीव्र वैराग्य की ज्वाला भड़की, जिसने उसे मातृभूमि भारत में भ्रमण करने वाला परिव्राजक बना दिया, तब उन्होंने धर्मोपदेश करने, आध्यात्मिक साहित्य लिखने तथा परमार्थ के लिए किसी संघ की स्थापना के विषय में स्वप्न तक में भी कल्पना न की थी। उनकी एकमात्र आकांक्षा किसी एकान्त, निर्जन पुण्य-स्थली के अज्ञात कोने में ईश्वर-ध्यान में लीन हो जाने की थी।

गरमी में झुलसा देने वाले दक्षिणीय मैदानों व भारतवर्ष के निचले भागों को पार करने के पश्चात् वह एकाकी पथिक हिमालय की तलहटी में

पहुँचा। डिक्सल के दयालु पोस्टमास्टर श्री दस्तार ने उनको हरिद्वार तक का टिकट ले कर दिया। अतः वह हरिद्वार पहुँच गये।

हरिद्वार से स्वामी जी ने पैदल ही ऋषिकेश के लिए प्रस्थान किया। एक बार जब वह मार्ग में कहीं विश्राम कर रहे थे, तो एक घटना घटी जो कि समयान्तर के कारण विचित्र एवं अविश्वसनीय लगती है। वह घटना स्वामी जी के वर्तमान जीवन से एकदम विपरीत है। जंगल के ऊबड़-खाबड़ मार्ग में एक ताँगा खड़खड़ करता हुआ आया। जैसे ही वह ताँगा वहाँ से निकला जहाँ वह युवा त्यागी बैठा विश्राम कर रहा था, तो ताँगे में बैठे यात्री ने एक सिक्का भेंट-स्वरूप उस युवा त्यागी की ओर फेंका। तीव्र वैराग्य और आध्यात्मिक आकांक्षा में उल्लसित उस युवा त्यागी ने उस सिक्के पर दृष्टि तक नहीं डाली और आगे बढ़ गया।

तो यह थी उनकी **वैराग्य की पराकाष्ठा** तथा संसार और सांसारिक उपहारों से विरक्ति जिससे उनके साधना-जीवन का प्रारम्भ हुआ। यदि वही त्याग-वैराग्य की ज्वाला उनके हृदय में धधकती रहती, तो कहा नहीं जा सकता कि संसार कितने उच्चकोटि के आध्यात्मिक वैभव से वंचित रह जाता; पर मानवता के सौभाग्य से ऐसा न हुआ और उन्होंने अपने स्वभाव का रूपान्तर कर दिया।

अब स्वामी जी गंगातट पर स्थित अज्ञात स्थल ऋषिकेश पहुँच गये, जिसे वैरागी और भगवत्साक्षात्कार के आकांक्षियों के अतिरिक्त और कोई नहीं जानता था। वह एकाकी, अपरिचित और सर्वथा आश्रयहीन थे। वह इस ओर की भाषा तथा आचार-विचार से सर्वथा अपरिचित थे, तभी तो पहले ही दिन मिट्टी के कुल्हड़ में दूध पी कर कुल्हड़ दूकानदार का ही समझ कर उसे वापस करना चाहा। दूकानदार को आश्चर्य भी हुआ और खीझ भी हुई; क्योंकि ऐसे मिट्टी के बर्तन एक बार प्रयोग में आने पर अशुद्ध माने जाते हैं। अगले क्षण उसने कुल्हड़ को फेंक देने का आदेशात्मक संकेत किया।

उस विस्मित तथा हतप्रभ साधक (डॉ. कुप्पुस्वामि) ने जैसा उसे इंगित किया गया, वैसा ही किया और साथ ही स्वयं को सावधान भी किया कि इस नये स्थान में उसे अभी बहुत-कुछ सीखना है।

स्थायी आश्रय न होने के कारण वह मायाकुण्ड के निकट एक धर्मशाला के खुले बरामदे में रात्रि व्यतीत करते थे। यहाँ एक ज्योतिर्मय महात्मा परमहंस स्वामी विश्वानन्द सरस्वती के पवित्र हाथों से गंगा के किनारे **१ जून १९२४ को संन्यास आश्रम में दीक्षित हुए। तब से वे 'शिवानन्द सरस्वती' के नाम से समलंकृत हुए।**

कालान्तर में जब उन्हें स्वर्गाश्रम में एक कुटीर मिली तो उस समय उनके पास निजी सम्पत्ति के नाम पर एक लोटा और एक कम्बल ही था। स्वर्गाश्रम में वास कर वह गम्भीर साधना में निमग्न हो गये। भोजन के लिए वह वहाँ के अन्नक्षेत्र पर निर्भर करने लगे। उनके जीवन का यह पक्ष भी उल्लेखनीय है; क्योंकि यह उनके जीवन का मौलिक उपक्रमण था।

सर्वोपरि वृत्ति विरक्ति

प्रारम्भ में उनमें जो सर्वोपरि वृत्ति थीह्वह्ववह थी विरक्ति। अपने अनुभवों को लिखित रूप देने तथा अपने विचारों को विश्व के लोगों के साथ आदान-प्रदान करने का विचार स्वामी जी को कैसे आया, इसकी भी रोचक कहानी है। वह पढ़ने में बिलकुल उपन्यास-सी लगती है।

जब स्वामी जी स्वर्गाश्रम में थे, तो तीर्थयात्री तथा दर्शनार्थी उनके पास यदा-कदा आते रहते थे। उस समय सत्संग के साथ-साथ आध्यात्मिक विषयों पर चर्चा भी चलती थी। सुशिक्षित और बुद्धिमान् तो वे थे ही। आगन्तुकों ने भी यही अनुभव किया कि स्वामी जी उनकी आन्तरिक कठिनाइयों तथा समस्याओं को समझने में बड़े कुशल हैं; साथ

ही उनके प्रश्नों के उत्तर भी सहृदयतापूर्वक व समुचित निर्णयात्मक ढंग से देते हैं।

उस समय ऐसे महापुरुष का बहुत अभाव था। दूसरों की कठिनाइयों, आपत्तियों, चिन्ताओं और समस्याओं को अनुभव कर उनका बुद्धि एवं विवेकयुक्त समाधान करना तथा धैर्य प्रदान करना सबके वश की बात नहीं है। उत्सुक जिज्ञासुओं का ध्यान इनकी ओर केन्द्रित हो गया। वे सदैव आध्यात्मिक साधना-पथ की आन्तरिक बाधाओं, साधना के अनुभवों, विचित्र कठिनाइयों जैसे विविध विषयों तथा व्यक्तिगत समस्याओं पर निरन्तर प्रश्न करते रहते थे।

वे स्वामी जी के सामने अपनी शंकाएँ समाधान हेतु प्रस्तुत करते थे। स्वामी जी अपनी योग्यतानुसार सुझावों द्वारा उनकी अधिकतम सहायता करने में तत्पर रहते तथा साधना-पथ पर अग्रसर होने के लिए स्वानुभव पर आधारित समुचित साधनों का उपयुक्त प्रयोग बतलाते थे।

उनकी शिक्षाओं के व्यावहारिक पक्ष की अत्यधिक सराहना हुई। इससे वे सोचने लगे कि इस प्रकार की समस्या वाले अन्य व्यक्ति सहायता प्राप्त कर सकते हैं। अतः इन सब प्रश्नों और उनके उत्तरों को लिखित रूप दे कर अधिकाधिक लोगों में वितरण करने का विचार मन में आया।

वे शुभ विचारों को तुरन्त ही कार्यान्वित करने के पक्ष में थे, इसलिए कार्य में जुट गये। वह प्रतिदिन आने वाले दर्शनार्थियों के प्रश्नों तथा शंकाओं को याद करके अंकित करने तथा उन प्रश्नों पर मनन करने के पश्चात् उत्तरों, सुझावों तथा शिक्षाओं को लिखित रूप देने लगे। प्रतिकूल परिस्थितियों में भी वह लिखते रहते। दृढ़ धारणा द्वारा आपत्तियों की अवहेलना करते हुए उन्होंने आध्यात्मिकता को पुनर्जीवन देने का अपूर्व कार्य किया है।

दिव्य जीवन के इतने विस्तार की आशा तो उन्होंने भी न की होगी। प्रारम्भ में जब आध्यात्मिक परिपत्रों के प्रत्युत्तर में लोगों ने उन्हें प्रशंसा-पत्र लिखे, तो स्वामी जी के संन्यासी व्यक्तित्व ने उन पत्रों को फाड़ कर टुकड़े-टुकड़े कर गंगा जी में बहा दिया; किन्तु लिखने का कार्यक्रम चलता रहा, चाहे कितनी ही भारी आपत्तियों से संघर्ष करना पड़ा। कठोर भाग्य ने कई बार उनके उत्साह की परीक्षा ली।

वह भी समय था जब यह तरुण स्वामी जी रद्दी कागजों के छोटे-छोटे टुकड़ों को ढूँढ़ कर संग्रह करते। फिर उनको छोटी पुस्तकों का रूप देते। पुराने खाली लिफाफे यदि कहीं पड़े हुए मिल जाते, तो अन्दर के खाली भाग पर अपने अनुभवों व विचारों को लिखते। यदि कागज की समस्या हल होती, तो स्याही की समस्या उत्पन्न हो जाती। यदि कागज और स्याही दोनों उपलब्ध होते, तो प्रकाश की समस्या प्रस्तुत हो जाती। अतः सूर्यास्त होते ही लिखने का कार्य बन्द करना पड़ता और विचारों में खोये हुए ही अन्धकार में समग्र रात्रि काटनी पड़ती।

कभी तेल भी होता, तो दियासलाई समाप्त हो चुकी होती। तेल तथा दियासलाई की प्राप्ति भी भाग्य पर निर्भर करती। इतना होने पर भी वह सदा सन्तुष्ट रहते। इस अनूठे व्यक्तित्व ने बड़े विलक्षण ढंग से विरोध का सामना किया तथा दूरी की बाधाओं का निराकरण कर पश्चिमी जगत् के उत्साही जिज्ञासुओं के जीवन में क्रान्ति कर दी।

इससे भी अधिक विलक्षण बात यह है कि स्वामी जी ने यह सारा कार्य अकेले ही किया। दृढ़ धारणा एवं साधना-शक्ति और भगवान् पर पूर्ण निर्भरता द्वारा उन्होंने मानवता की सेवा की। यही उनका परिचय-पत्र है। बाद में जो साधक उनके पास आये भी, वे तरुण अनुभवहीन थे जिनको स्वयं प्रति-क्षण निर्देशन की आवश्यकता थी। फिर भला वे स्वामी जी की सहायता क्या करते?

स्वामी जी परिहासपूर्वक बताया करते कि अपने प्रथम परिपत्र को प्रकाशित देख कर उन्हे कितनी प्रसन्नता हुई थी। उनके पास अच्छे कागज का अभाव था। एक भक्त चाँद नारायण हरकोली इस युवा तपस्वी के त्याग-वैराग्य की भावना से प्रभावित हो कर उनके निकट-सम्पर्क में आये। एक बार उन्होंने स्वामी जी को दूध पीने के लिए पाँच रुपये का नोट दिया। इस विषय को याद करते हुए स्वामी जी ने पुस्तकों तथा परिपत्रों की ओर संकेत करते हुए कहाह्नह्न''आप मेरे आस-पास की वस्तुएँ देखते हैं न! हाँ, यही चाँद नारायण राय का दूध है।''

फिर विस्तार से बतायाह्नह्न''जब उन्होंने मुझे पाँच रुपये का नोट दिया, तो मैंने उसे भगवान् की ओर से प्रसाद समझ कर स्वीकार कर लिया। मैं अपने विचारों को साधकों के लिए प्रकाशित करवाना चाहता था। उसके लिए मैं अच्छे कागज की खोज में था। अब बिना माँगे ही रुपये मेरे हाथों में थे। मेरी कई लेखबद्ध टिप्पणियाँ ऐसे ही अलभ्य लाभ की प्रतीक्षा में थीं। तत्काल ही मैंने पाँच रुपये का नोट प्रथम परिपत्र को छपवाने में खर्च कर दिया। उस परिपत्र का विषय थाह्नह्न'ब्रह्म-विद्या'।'' उन्होंने उन प्रकाशित परिपत्रों को अपने निकट-सम्पर्क में आने वालों में बाँट दिया।

पाठकों ने उस विषय-सामग्री को इतना पसन्द किया कि उन्होंने स्वामी जी से और सामग्री दे कर उसे पुस्तिकाओं के रूप में प्रकाशित करवाने के लिए आग्रह किया। प्रकाशन-व्यय के लिए भक्तजन स्वयं तैयार थे। इसके पश्चात् मुद्रित हुई दूसरी पुस्तक जिसका नाम था 'आत्म-पुरुष का तत्त्वज्ञान'। उसके पश्चात् तीसरी पुस्तक और तदुपरान्त चौथी पुस्तक मुद्रित हुई। भगवदिच्छा ऐसी ही थी कि एक व्यक्ति, चाँद नारायण की ओर से दिया गया दूध सहस्रों व्यक्तियों के लिए जीवन प्रदायक अमृत बना।

भक्ति-भाव से अर्पण किये गये उस पाँच रुपये के नोट ने जाग्रति लाने वाले सन्देश के प्रसार का रूप लिया। यह ऐसी दिव्य पुकार थी जिसके

प्रत्युत्तर में प्रतिध्वनि केवल हिमालय प्रदेश से ही नहीं, अपितु सुदूर क्षितिज के पार पश्चिम से भी प्रतिध्वनित हुई जहाँ भारतीय सूर्य स्वर्णिम आभा में अस्त होता है।

दिव्य सन्देश का प्रचार–प्रसार सुदूर पश्चिम में

अब स्वामी जी के उस चित्र का अवलोकन करें जो उनकी आज की अति–व्यस्त दिनचर्या तथा उस महान् कार्य में दृष्टिगोचर होता है जिसे विधाता ने मानो स्वामी जी के लिए अलग रख छोड़ा था। उनके आकुल हृदय के स्पन्दन में भगवत्साक्षात्कार की अदम्य आकांक्षा, आतुरता तथा छटपटाहट पराकाष्ठा पर पहुँच गयी। ईश्वर का साक्षात्कार हुआ। उस दिव्यानन्द की लहरियाँ इतनी अधिक बढ़ीं जो सूदूर, यहाँ तक कि समुद्र पार के देशों में पहुँच गयीं।

भले ही हमें विश्वास न हो, पर इसी के परिणाम–स्वरूप दिव्य पुनर्जीवन का बीज यूरोप के हृदय में रोपित हुआ और वही आध्यात्मिकता के पौधे के रूप में अब फल–फूल रहा है। वहाँ (यूरोप) के जिज्ञासुह्वह्व जिनकी संख्या दिन–प्रति–दिन बढ़ती जा रही हैह्वह्वस्वामी जी को अपना सद्गुरु मानते हैं तथा उनके सदुपदेशों का पालन करते हैं। वे अन्य जनों को घोषित करते हैं कि स्वामी जी उद्धारक, युग–विभूति तथा प्राची दिशा के क्षितिज में उदित उस ज्योति–नक्षत्र की भाँति हैं जो सतत पथ–प्रदर्शन करता रहता है।

वे अपने मित्रों को श्रद्धा तथा विश्वासपूर्वक उस प्रकाशमय नक्षत्र का अनुसरण करने को कहते हैं। स्वामी जी के दिव्य जीवन तथा दिव्य प्रेम के सन्देश को, उनके सार्वभौमिक तत्त्वों तथा योग और साधना के प्रचार–कार्य में पाश्चात्य देशों के उन जिज्ञासुओं की निष्ठा व उत्साह प्रशंसनीय है ।

उदाहरण के लिए स्वामी जी की 'कुण्डलिनी-योग' पुस्तक ने योग-विज्ञान की अद्वितीय दर्शिका के रूप में अपनी अमूल्य व्यावहारिक महत्ता से श्रीमान् हैरी डिकमैन को इतना अधिक प्रभावित किया है कि लैटविया के इस सुसंस्कृत भद्र पुरुष ने उस (कुण्डलिनी-योग) का पूर्ण मनोयोग से सचित्र सोदाहरण तालिकाओं सहित अविकल अनुवाद करने में अपने चमत्कारक धैर्य और परिश्रम का अपूर्व परिचय दिया है। श्रेय की बात तो यह है कि श्रीमान् डिकमैन ने सारी पुस्तक को टाइप करने में अथक परिश्रम किया।

श्रीमान् डिकमैन सब प्रकार के आसन, मुद्रा, बन्ध, क्रिया और प्राणायाम में अधिकार प्राप्त करके तथा वैदिक संस्कृति का गहरा अध्ययन-मनन कर अब दिव्य ज्ञान तथा आध्यात्मिक संस्कृति का प्रचार करने में भगीरथ परिश्रम कर रहे हैं। हिमालय की तलहटी की भाग्यशाली पहाड़ियों के गतिमान दिव्य पुत्र की पुकार के प्रत्युत्तर में श्रीमान् डिकमैन जिज्ञासुओं के शिक्षण तथा प्रशिक्षण द्वारा धन-वैभव में उन्मत्त पाश्चात्य जगत् में योग का प्रचार कर रहे हैं।

लैटविया के उच्च समाज ने पाश्चात्य संस्कृति के सक्रिय और जीवन्त अभिनिवेश से साधना और निष्काम सेवा-भाव को गम्भीर रूप से अपनाया है। स्वामी जी के सदुपदेशों से प्रेरित तथा उनके ग्रन्थों से प्रभावित हो कर लैटविया की योगी संस्था को प्रबल अनुमोदन मिला है, जिससे वह निरन्तर प्रगति-पथ पर अग्रसर होती हुई निकट भविष्य में प्रवृत्तियों के परिवर्तन की विश्वासपूर्ण आशा कर रही है। स्वामी जी के साहित्य के सम्पर्क में आ कर वहाँ के साधकों के जीवन में इतना चमत्कार तथा विकासोन्मुखी परिवर्तन हुआ है कि उन्होंने आत्म-विकास के क्षेत्र में महान् उपलब्धि की प्राप्ति का दृढ़ निश्चय कर लिया है। स्वामी जी के साहित्य तथा उसकी अहर्ता से वे इतने अधिक प्रभावित हुए हैं कि अब उनका विश्वास है कि विधाता ने

पाश्चात्य जगत् में योग और आध्यात्मिक साधना की जाग्रति लाने के लिए स्वामी जी को विशेष रूप से चुना है।

यदि आप चमत्कार ही देखना चाहते हैं, तो इससे अधिक चमत्कार और क्या होगा? उन उत्कण्ठित जिज्ञासुओं ने कभी स्वामी जी के दर्शन नहीं किये और न ही स्वामी जी अपने गंगातीर के कुटीर से बाहर गये, तो भी सुदूर पश्चिम के लोग, जो यहाँ की सभ्यता, संस्कृति तथा भाषा से सर्वथा अपरिचित हैं, स्वामी जी को अपना सद्गुरु मान कर पूजा करते हैं।

कहाँ ऋषिकेश और कहाँ रीगा! गंगा से बुल्गारिया तक की महान् खाई पर सेतुबन्ध। कितनी आश्चर्यजनक बात है। क्या समुद्र और क्या पर्वतह्वह्वये तो मात्र पोखर और वल्मीक सदृश ही हैं। ये भगवत्सन्देश के प्रचार-प्रसार में बाधा उपस्थित करने का साहस भला कैसे कर सकते हैं? त्रेतायुग में महावीर हनुमान् ने लंका की ओर गमन करते हुए सेतु का सहारा तो लिया ही नहीं था। वियोगिनी सीता को भगवान् राम के सन्देश-स्वरूप अँगूठी देने के लिए समुद्र पार जाने के लिए कूद ही तो गये थे। यह उदाहरण स्वामी जी पर पाश्चात्य जगत् में उत्तरोत्तर आध्यात्मिक प्रगति के सम्बन्ध मेंह्वह्वसर्वथा ठीक-ठीक चरितार्थ होता है।

अब वे यूरोपवासी पूर्ण विश्वास के साथ अपनी साधनाह्वह्वजप, ध्यान तथा आसन का अभ्यास करते हैं। हैरी डिकमैन के साथ श्रीमती एना प्लाडिस दिव्य जीवन संस्था की समस्त पुस्तकों तथा परिपत्रों का अनुवाद कर प्रकाशित करह्वह्वविश्व-प्रेम, निष्काम सेवा, त्रिविधह्वह्वमन-वचन-कर्म की पवित्रता, सत्य, अहिंसा, ब्रह्मचर्य, दानशीलता आदि के साधन-सन्देश का प्रचार करने में अथक परिश्रम कर पूर्ण एवं सक्रिय सहयोग दिया ।

कई वर्ष पूर्व दिव्य जीवन का कार्य प्रारम्भ हुआ छोटी-सी सीमा से और वही सन्देश देश-विदेश में पहुँच गया। प्रसार का कल्पनातीत कार्य हुआ। 'दिव्य जीवन संस्था' और उसके कितने ही केन्द्रों में चल रहे

कार्यक्रमों की विविधता से सहस्रों जिज्ञासु मार्ग-दर्शन प्राप्त करते हैं। स्वामी जी के जन्म-दिवस महोत्सव पर पाश्चात्य भक्त तथा प्रशंसक अपनी मंगल-कामनाएँ प्रेषित करते हैं तथा अपनी हार्दिक भावनाओं के प्रतीक-रूप में अपने-अपने देश की चित्रकला तथा हस्तकला की वस्तुएँ उपहार-स्वरूप भेजते हैं। सैकड़ों भारतवासी व्यक्तिगत रूप से श्रद्धांजलि अर्पित करने आते हैं। 'दिव्य जीवन संघ' का कार्य छोटी-सी सीमा से शुरू हो कर महान् उपलब्धि को प्राप्त हुआ। इसी से इसकी महानता प्रत्यक्ष हो जाती है।

यूरोप में दिव्य जीवन संघ की शाखाओं के कार्यकलापों को देख कर मैंने यही निष्कर्ष निकाला कि स्वामी जी ने अवश्य ही कुछ दिनों के लिए उस महाद्वीप में प्रवास किया होगा, पर यह मेरा भ्रम था। किसी को विश्वास नहीं होता कि भारत से बाहर केवल मलाया में ही स्वामी जी रहे जहाँ उनके संन्यास-जीवन के बीजारोपण की पृष्ठभूमि निर्मित हुई। इन बीस-इक्कीस वर्षों में स्वामी जी भारत की पुण्य-स्थली से बाहर नहीं गये। इतना ही नहीं, विदेशियों ने तो उनके अब तक भी दर्शन ही नहीं किये, तो भी वे दिव्य जीवन के प्रसार का कार्य इतनी भव्यता से कर रहे हैं।

इस सम्बन्ध में कई और रोचक तथ्य हैं। ज्योतिर्मय स्वामी विवेकानन्द तथा प्रखर प्रतिभाशाली स्वामी रामतीर्थ ने यूरोप तथा अमेरिका में जा कर आध्यात्मिक क्षेत्र में सराहनीय कार्य किया। उन्होंने व्यक्तिगत रूप से भ्रमण किया जिसमें उनको परिश्रम भी करना पड़ा; पर हमारे तत्त्ववेत्ता स्वामी जी ने, जिनके अहंशून्य व्यक्तित्व के पीछे प्रतिभा छिपी है, इस महान् आध्यात्मिक कार्य की उपलब्धि हिमालय की तलहटी में अठखेलियाँ करती हुई पावनी गंगा-तट पर अवस्थित कुटीर के भीतर रह कर ही की।

शिवानन्द-साहित्य की सर्वप्रियता

स्वामी जी का एक परम प्रिय मित्र मसूरी शमशेर आश्रम में आया। वह अपराह्न वेला में कई घण्टों के लिए नियमित रूप से स्वामी जी के पास आता था। नेपाल के एक सम्भ्रान्त परिवार का यह कुमार सुशिक्षित, सुसंस्कृत और सबसे अधिक सुन्दर और रोचक व्यक्तियों में से एक है। यह राजकुमार बुद्धि और विनोद-चातुर्यह्वह्वदोनों गुणों से सम्पन्न है।

जब यह स्वामी जी से वार्तालाप करता, तब बहुत ही आनन्द आता। अतः इन दोनों को बातचीत में व्यस्त रखना और फिर उस विचार-विमर्श को सुनने में विलक्षण आनन्द की अनुभूति होती। बातों-ही-बातों में उसने स्वामी जी के लिए तीन सराहनीय कथन कहे, जिसने तुरन्त मेरा ध्यान उन वचनों में अभिव्यंजित निर्णय की यथार्थता और गूढ़ महत्ता की ओर आकृष्ट किया।

राजकुमार बड़ा ही गम्भीर, विचारवान् और चतुर न्यायविद् था। हाँ, बात करने का ढंग भले ही सरल और चपल था। अतः जो उक्ति उसने स्वामी जी के विषय में कही, उसको मैं सरलता से नहीं भूलूँगा। जब स्वामी जी उसको नव-निर्मित मन्दिर (जो पर्वत पर बना था) की ओर ले जा रहे थे, मसूरी शमशेर एकाएक रुक गया और स्वामी जी को निहारते हुए कहने लगाह्वह्व''मैं नहीं जान पाया कि आप कौन हैं और वास्तव में आप क्या हैं? आप ज्ञानी सन्त हैं, राजयोगी हैं, भक्त हैं, महा कर्मयोगी हैं या संकीर्तन-सम्राट्!''

पुनः बोलाह्वह्व''कोई भी सन्त जनता में परम भक्त के रूप में या ख्याति-प्राप्त योगी या विख्यात हठयोगी के रूप में प्रसिद्ध होता है। आप इन सबसे सम्पन्न होते हुए भी एक विशेष उपाधि से विभूषित नहीं हैं। आप एक गतिशील कर्मयोगी हैं। उत्तर प्रदेश और पंजाब के लोग आपका अभिनन्दन 'संकीर्तन-सम्राट्' के रूप में करते हैं। आप योग-योगांग के भी

पूर्ण ज्ञाता हैं तथा अन्य सभी योगों में भी निष्णात हैं। अतः **आप एक पहेली हैं।**''

ऐसा कह कर वह दुविधा से सिर हिला कर मुस्कराने लगा। कुछ क्षणोपरान्त उसने गम्भीरतापूर्वक कहाह्व''आप क्या अनुभव करते हैं, यह मुझे नहीं मालूम, पर जब मैं आपके इन पिछले दश-ग्यारह वर्षों के महत्त्वपूर्ण कार्यों की उपलब्धि के विषय में सोचता हूँ, तो मेरी यह व्यक्तिगत अनुभूति है कि **जो-कुछ आपने अकेले कर दिखाया, वह मानवेतर है।**''

कितनी पूर्णता है उसके निरीक्षण में और कितना समुचित समीकरण है स्वामी जी की उपलब्धियों का! स्वामी जी की कृतियों से यह सिद्ध हो जाता है कि स्वामी जी अबोधगम्य हैं। उन्होंने जीवनोद्देश्य की पूर्ति के लिए पुस्तकों के माध्यम का चयन किया है, जिसमें उन्होंने अपने विचारों और अनुभवों को मुद्रित पृष्ठों के माध्यम से अंकित कर जनता के लिए सुलभ बना दिया है।

वर्तमान युग की बड़ी संस्थाओं की भाँति स्वामी जी स्वयं ही एक संस्था हैं। स्वामी जी ने अपने लक्ष्य की पूर्ति हेतु मुद्रणालय के साधन को अपनाया है। इसीलिए स्वामी जी के कर-कमलों ने जाग्रति हेतु पाठकों तक अपने सन्देश पहुँचाने और सहस्रों कृतज्ञ पाठकों को (सच्चे) शाश्वत सुख की ओर ले जाने के लिए साहित्य को अपना माध्यम बनाया। मानव-जाति मुद्रणालय के आविष्कारक की हृदय से आभारी है। इसी के फल-स्वरूप सब देशों के विचारवान् एवं सामान्य व्यक्ति का, जो जीवन-यापन हितार्थ घोर परिश्रम करते हैं, परस्पर सहज सम्पर्क बना। मुख्यतः पुस्तकों द्वारा ही परस्पर सम्पर्क स्थापित कर महान् पुरुषों के महान् परिश्रम के महाफल की प्राप्ति होती है। यह मार्ग सबके लिए खुला है। सब धर्मों के ऐसे सद्ग्रन्थ जो

अब तक अज्ञात थे, इसी माध्यम से सब काल, सब देशों में सुलभ हो गये हैं।

पुस्तकें ही मानव को महान् आत्माओं, ऋषियों, सन्तों का सत्संग एवं आध्यात्मिक अनुभूति प्रदान करती हैं। डब्ल्यू. ई. चेनिंग्स के शब्दों में हमें भी पुस्तकों के लिए ईश्वर का अतिशय आभार प्रदर्शित करना चाहिए; क्योंकि टेनीसन ने भी लिखा है कि ईश्वर अपनी अभिव्यक्ति अनेक माध्यमों में से पुस्तकों के माध्यम से करता है।

विषय सामग्री की विविधता

थोड़ा ही विचारने से मालूम हो जाता है कि स्वामी जी की कृतियाँ द्विमुखी तीव्र आकांक्षाओं का परिणाम हैं। प्रथम तो मानव को जगाने की तीव्र इच्छा, ज्ञान प्रदान करना, मार्ग-दर्शन में सहायता करना और दूसरे अपनी रचनाओं को प्रत्येक देश के सभी प्रकार के लोगों, जीवन के सभी क्षेत्रों, प्रत्येक स्थिति और उद्विकास के प्रत्येक स्तर के अनुकूल बनाना। सत्य तो यह है कि इस माध्यम से इन्होंने विश्व की सेवा की है।

आज का मानव जटिल प्रकृति का है। उसके अनेक जटिल रूप हैं। जीवन के पारस्परिक सम्बन्धित विविध क्षेत्रों से आज का मानव इतना संयुक्त है कि उनसे वह पृथक् नहीं हो सकता। निःसन्देह वह शुद्ध आत्मा है; किन्तु देह से अपना तादात्म्य मान बैठा है। उसका मन चिन्तातुर रहता है। शरीरधारी होने के नाते उसकी स्वास्थ्य-सम्बन्धी समस्याएँ भी हैं, भौतिक आवश्यकताएँ भी हैं और उसे सामाजिक स्थिति का भी ध्यान रखना पड़ता है। अपने दैनिक जीवन में वह गृहस्थी की देखभाल करता है, कार्यालय-सम्बन्धी कार्यों को सम्पन्न करता है। वह सरकार का करदाता भी है। लोकाचार भी उसे करना पड़ता है।

यह स्थिति सामान्य व्यक्ति की है। सामान्य व्यक्ति ही सामान्य समाज के बहुमत का प्रतिनिधित्व करता है, इसीलिए समाज का बहुमत ही उनका वर्णित विषय है, जिसको उन्हें जगाना और प्रेरणा देनी है। अतः स्वामी जी का साहित्य शिक्षाप्रद, पथ-प्रदर्शक एवं विस्तृत ज्ञान से पूर्ण है। स्वामी जी द्वारा वर्णित विषयों का ज्ञान विश्व-ज्ञान से परिपूर्ण है। उनकी कृतियाँ प्रेरणा, व्यावहारिक ज्ञान एवं महत्त्वपूर्ण सूचनाओं का सार-संग्रह हैं।

परिणामतः स्वामी जी के साहित्य में महती विविधता रही है। 'जीवन में सफलता के रहस्य', 'विद्यार्थी-जीवन में सफलता', 'स्त्री-धर्म', 'पारिवारिक चिकित्सा', 'दैनिक जीवन में योग', 'दैनिक जीवन में वेदान्त', 'काव्य में गीतासार', 'प्रेरणादायक सन्देश', 'मन : रहस्य और निग्रह', 'योग के सरल सोपान' आदि पुस्तकें अपनी-अपनी विशिष्टता लिये हुए हैं। ये सब पुस्तकें विभिन्न व्यक्तियों की भिन्न-भिन्न रुचियों, विभिन्न प्रकृति एवं आवश्यकताओं के अनुकूल हैं।

आज के शिवानन्द-साहित्य की पृष्ठभूमि में उसके विकास और स्वामी जी के अध्यवसाय का ध्यानपूर्वक निरीक्षण करें, तो एक सुनियोजित सुन्दर पद्धति आपको दृष्टिगोचर होगी। उनकी कृतियाँ स्वयं में एक विषय हैं जिसका अध्ययन रुचिकर होते हुए भी ज्ञानवर्द्धक और आनन्दप्रद है।

स्वामी जी ने मानव के शरीर, मन और आत्मा के उत्थान के लिए बौद्धिक ढंग से लक्ष्य की पूर्ति की है। हम जब उनकी कृतियों का निरीक्षण करते हैं, तो यह सब प्रत्यक्ष हो जाता है। उन्होंने अपनी प्रारम्भिक सर्वप्रिय पुस्तकों में 'योगासन' की रचना करके शरीर-रक्षा के आदर्श को पुनर्जीवित कर प्रभावोत्पादक ढंग से राष्ट्र के सम्मुख प्रस्तुत किया है। पुष्ट शरीर और सुन्दर स्वास्थ्य के महत्त्व को भली प्रकार जानते हुए स्वामी जी ने आसन-सम्बन्धी इस व्यावहारिक लाभदायक पुस्तक की रचना की है। उन्होंने स्पष्टतया लिखा है कि मानव का सर्वप्रथम कर्तव्य है शरीर को

हृष्ट-पुष्ट बनाना तथा स्वास्थ्य की रक्षा करना, भले ही वह संसारी हो या आध्यात्मिक पथ का पथिक हो।

सब उपलब्धियों का मूलाधार स्वास्थ्य है। 'ब्रह्मचर्य का अभ्यास', 'हठयोग' तथा 'यौगिक होम एक्सरसाइज़िज़' (घरेलू यौगिक व्यायाम) ये तीन पुस्तकें लिख कर लोगों में, विशेषकर विद्यार्थियों में स्वास्थ्य-रक्षा के प्रति चेतना उद्‌भूत करने में उन्होंने स्थायी योगदान दिया है। अब वे क्रियाएँ केवल भस्म रमाये हुए जटाधारी योगियों की ही सम्पत्ति नहीं रहीं, बल्कि देहात, नगर, शहर, युवक, वृद्ध, स्त्री सबने इनको अपनाया है। उपर्युक्त पुस्तकों में 'दि फ़ैमिली डॉक्टर' (घरेलू दवाइयाँ) भी पारिवारिक चिकित्सा के रूप में सम्मिलित है; क्योंकि इसका उद्देश्य भी स्वास्थ्य का सुधार एवं रक्षा और राष्ट्र की शक्ति व स्वास्थ्य की वृद्धि करना है।

स्वामी जी ने अपनी अधिकांश कृतियों में नैतिक विचार और मानसिक शक्तियों के विकास की समुचित प्रक्रिया पर प्रकाश डाला है। 'मन : रहस्य और निग्रह' (Mind, Its Mysteries and Control) और 'योगाभ्यास' (प्रेक्टिस ऑफ योगा) तथा 'जीवन में सफलता के रहस्य' (Sure Ways for Success in Life) के पहले और पाँचवें अध्याय में मानसिक साधना का विस्तृत वर्णन किया है।

इन पुस्तकों के अध्ययन के उपरान्त एक पाठक लिखता है कि स्वामी जी की ये तीन पुस्तकेंह्वह्व'Mind, Its Mysteries and Control' अर्थात् 'मन : रहस्य और निग्रह', 'Sure Ways for Success in Life' अर्थात् 'जीवन में सफलता के रहस्य' और 'Practice of Bhakti Yoga' अर्थात् 'भक्तियोग'ह्वह्वश्रेष्ठतम रचनाएँ हैं। इन अमूल्य रचनाओं का अध्ययन सब साधकों को करना चाहिएह्वह्वचाहे वे लोकैषणा के इच्छुक हों अथवा वित्तैषणा के अथवा आत्म-साक्षात्कार के।

पारम्परिक दृष्टिकोण से भी यदि रचनाओं का निरीक्षण किया जाये, तो स्पष्ट ज्ञात होता है कि स्वामी जी ने भी आत्म-साक्षात्कार के लिए चली आ रही परिपाटी के अनुसार चार मुख्य विधियों का बोधगम्य ढंग से वर्णन किया है। इन चार मार्गों से अभिप्राय ज्ञान-ज्योति की प्राप्ति हेतु हिन्दू-धर्म के चार महान् व उच्चकोटि के मार्गों से है। प्राचीन काल के महान् ज्ञानियों की दृष्टि में ये चारों ही सर्वमान्य पथ हैं जो मानवता को सदा के लिए प्रदान किये गये।

उनकी 'Practice of Karma Yoga' अर्थात् 'कर्मयोग का अभ्यास', 'Practice of Bhakti Yoga' अर्थात् 'भक्तियोग', 'Practice of Vedanta' अर्थात् 'वेदान्त का अभ्यास', 'Practice of Raj Yoga' अर्थात् 'राजयोग का अभ्यास' और 'Practice of Kundalini Yoga' अर्थात् 'कुण्डलिनी-योग का अभ्यास' पुस्तकें स्थायी प्रभाव रखती हैं, ऐसा मेरा निश्चित मत है। ये इतनी अमूल्य रचनाएँ हैं, जिन्होंने आज के संसार में स्थायी स्थान प्राप्त कर लिया है। मुझे विश्वास है कि आगामी पीढ़ियाँ भी बहुत अधिक अंश तक इससे लाभान्वित होती रहेंगी।

इनमें से प्रत्येक रचना स्वयं में सर्वोत्तम शास्त्र है। उसमें मूल विषय एवं स्वामी जी के व्यक्तिगत अनुभवों का सारतत्त्व वर्णित होता है। पुस्तकों में वर्णित स्वानुभूतियाँह्वह्वसुझावों, बहुमूल्य संकेतों तथा व्यावहारिक अनुदेशों के रूप मेंह्वह्वहमारी सहायतार्थ प्रस्तुत की गयी हैं। वे विशिष्टताएँ स्वामी जी की चार-पाँच स्मरणीय पुस्तकों का महत्त्व बढ़ा देती हैं। आत्म-साक्षात्कार के इन चारों मौलिक योगों की पूरक व्याख्या उन्होंने नये विचारों से संयुक्त, व्यवस्थित ढंग से (कई पुस्तकों में) लिखी हैं। इस प्रकार हम देखते हैं कि 'वेदान्त का अभ्यास' (Practice of Vedanta) की पुष्टि 'उपनिषदों के संवाद' (Dialogues from the Upanishadas) एवं 'दैनिक जीवन में वेदान्त' (Vedanta in Daily Life) द्वारा हुई है।

'भक्तियोग' की व्याख्या के लिए केवल 'भक्तियोग का अभ्यास' (Practice of Bhakti Yoga) ही नहीं लिखा, बल्कि दो और पुस्तकों की रचना भी की। वे हैंह्वह्व'भक्ति और संकीर्तन' तथा 'भजन-संग्रह' (Inspiring Songs and Kirtans)। राजयोग के विस्तृत ज्ञान तथा बौद्धिक व्याख्या के लिए 'हठयोग' और 'प्राणायाम-साधना' पुस्तकें सामने आयीं। 'कर्मयोग-साधना' के लिए 'दैनिक जीवन में योग-साधना' की रचना कर लौकिक जीवन-यापन के साथ-साथ आध्यात्मिक अथवा दिव्य जीवन-यापन का परामर्श दिया है।

साधना-सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण साहित्य की रचना के उपरान्त रचयिता ने हिन्दू-धर्म के तीन मुख्य एवं आधिकारिक मूल सिद्धान्तों का वर्णन प्रस्थानत्रय हैह्वह्वउपनिषद्, गीता और ब्रह्मसूत्र में किया है। दश प्रमुख उपनिषदों की व्याख्या स्वामी जी ने दो भागों में की है। तीसरी पुस्तक में प्रणव-दर्शन को समझाने के लिए माण्डूक्योपनिषद् की सरल शब्दों में व्याख्या की है।

इन रचनाओं को पण्डित और विद्वानों के गुण-दोष-विवेचन के लिए नहीं रचा गया, अपितु एक सामान्य बुद्धि वाला व्यक्ति भी इनके अध्ययन द्वारा उपनिषदों का परिचय प्राप्त कर सकता है। श्रीमद्भगवद्गीता का अनुवाद भी सुन्दर व्याख्या सहित किया है। प्रस्थानत्रय के तीसरे परन्तु कठिन विषय 'ब्रह्मसूत्र' की व्याख्या लिखने में व्यस्त हैं।

इसके पश्चात् स्वामी जी ने पुराणों पर अपना ध्यान केन्द्रित किया। परम पावन श्रीमद्भागवत महापुराण का सारतत्त्व 'श्रीकृष्ण और उनकी लीलाएँ' (Lord Krishna His Lilas and Teachings) चित्ताकर्षक रूप में प्रस्तुत किया गया है। श्रीकृष्ण-उद्धव के हृदयग्राही संवाद को सारांश-रूप तथा भागवत-धर्म के तत्त्व के रूप में प्रस्तुत करने के लिए सरल, नवीन तथा उच्चकोटि की भाषा-शैली को अपनाया है।

'Essence of Ramayana' (रामायण-सार) में वाल्मीकि के अमर काव्य 'रामायण' की शिक्षाओं को पाठकों के लिए प्रेरणाप्रद बनाने का पूरा प्रयास किया है। रामायण के भव्य पात्रों के आदर्श चरित्र-चित्रण में लेखक ने स्पष्ट एवं भावग्राही वर्णन का आश्रय लिया है।

एक अन्य पुस्तक 'महाभारत की कहानियाँ' (Stories From the Mahabharata) में दार्शनिक एवं नीतिपूर्ण शिक्षाओं का संकलन किया गया है। इस रचना में वीर योद्धाओं के शौर्यपूर्ण जीवन, मानवेतर शौर्य, अविस्मरणीय करुणा, साहस, आत्म-बलिदान और स्वामी-भक्ति जैसी गाथाओं का समावेश किया है जिनका वृत्तान्त महाभारत के महाकाव्य में आया है। 'अमृत-मन्थन' की पौराणिक गाथा का नवीन ढंग से प्रस्तुतीकरण करके स्वामी जी ने अपनी अद्भुत प्रतिभा का परिचय दिया है। विश्व-प्रेम से ओत-प्रोत इस आधुनिक द्रष्टा ने वेदों, श्रुतियों, पुराणों तथा सभी धर्मों के प्रमुख धर्म-ग्रन्थों का मन्थन कर नवनीत-सार को अमृत-रूप में पृथ्वी के प्रत्येक व्यक्ति के लिए सुलभ कर दिया है।

संस्कृत के स्तोत्रों का सुन्दर संग्रह 'स्तोत्र-रत्नमाला' के नाम से प्रकाशित हुआ है, जिसमें श्री शंकराचार्य जी की 'आनन्द-लहरी' का अविकल एवं सटीक अनुवाद हुआ है। प्रेरणादायक एवं दर्शन-तत्त्व से पूर्ण योगवासिष्ठ की सुन्दर गाथाओं का संकलन भी स्वामी जी ने किया है। इस प्रकार स्वामी जी ने हिन्दू-दर्शन के प्रमुख तत्त्वों, प्रमुख हिन्दू-धर्म-शास्त्रों और हिन्दू-धर्म के चार मौलिक योगोंह्वह्वइन सभी का समावेश अपनी रचनाओं में किया है। किसी ग्रन्थ को अछूता नहीं छोड़ा है। उन्होंने इस विषय-सामग्री को विशिष्ट एवं व्यवस्थित ढंग से अपनी रचनाओं में दर्शाया है।

शिवानन्द-साहित्य द्वारा सभी प्रकार की रुचियों और प्रकृति के व्यक्तियों को साधना और आध्यात्मिक जीवन-सम्बन्धी ज्ञान की प्राप्ति

उनकी हार्दिक अभिलाषा के अनुसार ही हो रही है। निष्काम कर्मयोगी, भक्त, वेदान्ती और योग के साधकह्वह्वसभी स्वामी जी की पुस्तकों से व्यावहारिक ज्ञान द्वारा लाभान्वित होते हैं। स्वामी जी की कर्म, भक्ति, ज्ञान और राजयोग-सम्बन्धी रचनाएँ सभी साधकों कीह्वह्वचाहे वे भक्त हों, चाहे ज्ञानी, चाहे बुद्धिजीवी अथवा कर्मयोगीह्वह्वआवश्यकताओं की समान रूप से पूर्ति करती हैं।

'आध्यात्मिक शिक्षण' (प्रथम एवं द्वितीय भाग) पुस्तक में दी गयी आध्यात्मिक शिक्षाएँ, 'दैनिक जीवन में योग-साधना' (Yoga in Daily Life), 'योग के सरल सोपान' (Easy Steps in Yoga), 'जपयोग-साधना' (Japa Yoga) आदि पुस्तकें भी **व्यस्त गृहस्थियों के लिए सरल, शिक्षाप्रद और उपयोगी सिद्ध हुई हैं।** 'जपयोग-साधना' की रचना तो मानव-जाति के लिए वरदान-स्वरूप है जिसके लिए मानव उस प्रेरक रचयिता के लिए अनन्त काल तक आभारी रहेगा। आज के युग के दायित्व-भार से दबे गृहस्थी के लिए आत्मसाक्षात्कार हेतु सतत दिव्य नाम-स्मरण की सशक्त एवं सरलतम विधि के आदर्श साधन के रूप में 'जपयोग-साधना' प्रदान की है।

स्त्रियोपयोगी चार पुस्तकें हैंह्वह्व'स्त्री-धर्म', 'घरेलू दवाइयाँ' (Family Doctor), 'रामायण-सार' तथा 'भगवान् श्रीकृष्ण की लीलाएँ'। इन पुस्तकों में आदर्श गृहलक्ष्मी बनने की शिक्षाओं के साथ-साथ बच्चों को सुशिक्षित बनाने एवं आध्यात्मिकता के बीज बोने के निर्देश दिये हैं। भक्तिमती भारतीय गृहलक्ष्मी के लिए दो पुस्तकें 'स्तोत्र-रत्नमाला' तथा 'प्रार्थना-मंजरी' प्रेरणाप्रद एवं सफल मित्र सरीखी हैं। नव प्रकाशित 'संगीत-रामायण' तथा 'संगीत भागवतम्' सभी स्त्री, पुरुष तथा बच्चों के लिए रत्नों की निधि तुल्य संग्रहणीय हैं।

लेखन शैली की विशेषता

स्वामी जी की रचनाओं की विविधता व विशेषता भी उल्लेखनीय है। शिवानन्द-साहित्य का अध्ययन करने वाले प्रत्येक व्यक्ति को अपनी रुचि एवं हित का एकाध अनुच्छेद अवश्यमेव मिल जाता है। सच्चे साधकों तथा आध्यात्मिक पथ के पथिकों के लिए तो उसमें आध्यात्मिक अनुभव एवं ज्ञान का मानो स्रोत ही भरा पड़ा है। आत्यन्तिक सत्य को दृष्टान्तों एवं कथाओं द्वारा समझने के आकांक्षी व्यक्ति के लिए भी दो परमोपयोगी पुस्तकें हैंह्वह्व'दार्शनिक कथाएँ' एवं 'योगवासिष्ठ की कथाएँ'। इन कृतियों में धर्म और दर्शन को बड़ी सरल, स्पष्ट एवं रोचक शैली में प्रस्तुत किया गया है। गम्भीर विषयों में रुचि न रखने वाले लोगों के लिए ये पुस्तकें बड़ी ही लाभप्रद हैं। ये दो पुस्तकें रोचक और शिक्षाप्रद होती हुई भी जीवन के चरम सत्य को प्रभावोत्पादक शैली में समझाती हैं।

'Lives of Saints' अर्थात् 'सन्तों के जीवन-चरित्र' में महात्माओं के जीवन के संक्षिप्त वृत्तान्तों द्वारा भक्त लोगों को दिव्य जीवन-सम्बन्धी रोमांचकारी घटनाओं और उपाख्यानों से अवगत कराया गया है। सन्तों के जीवन-यापन को अपना आदर्श मानने वालों के लिए यह रचना बहुत ही प्रेरणाप्रद है। इस लघुकाय पुस्तक में स्वामी जी ने प्राचीन भक्तों के जीवन को आकर्षक एवं प्रोन्नतकारी सरल एवं स्पष्ट शैली में प्रस्तुत कर उन्हें पुनर्जीवित कर दिया है। उनकी यह सफलता निश्चय ही स्पर्धा का विषय है।

रुचियाँ भिन्न-भिन्न होती हैं। इसीलिए स्वामी जी ने कुछ लोगों की रुचि के अनुकूल बनाने के लिए धर्म के विवेचन को वार्तालाप के रूप में 'Dialogues from the Upanishadas' and 'Conversations in Yoga' (उपनिषदों के संवाद तथा यौगिक वार्तालाप) पुस्तकों में प्रस्तुत किया है। इस प्रकार की रचनाओं की यह विशेषता है कि इनमें

प्रश्नोत्तर-शैली को अपना कर साधकों की समस्याओं और शंकाओं का समाधान बड़े सुन्दर रूप से दर्शाया है। जिज्ञासुओं द्वारा किये गये अनेक प्रश्नों को उत्तर सहित साधकों तक पहुँचाने के लिए इस पुस्तक की रचना की गयी है।

प्रेरणाप्रद पत्रों का क्रमबद्ध संग्रह स्वामी जी की कृतियों का एक अन्य प्रकार है। यह भी उनकी अमूल्य कृतियों में से एक है; क्योंकि इसमें देश-भर के प्रत्येक भाग से भिन्न-भिन्न रुचियों के व्यक्तियों के पत्र एवं स्वामी जी द्वारा दिये गये उनके उत्तर संकलित हैं। इसमें संशय-निवारण, समस्याओं का समाधान, कठिनाइयों का निराकरण, उपचारों के सुझाव, परामर्श एवं प्रेरणाप्रद शिक्षाओं का समावेश स्वतः ही हो गया है।

स्वामी जी ने काव्य-पक्ष की भी उपेक्षा नहीं की है। गद्य की अपेक्षा काव्य की विशेषता यह है कि विचारों एवं भावों को हम संक्षिप्त एवं सामासिक शब्दावली द्वारा महत्त्वपूर्ण तथा प्रभावशाली शैली में प्रस्तुत कर सकते हैं। कई पाठकों को यह शैली विशेष रूप से रुचिकर लगती है। अतः 'गीतासार' काव्य रूप में तथा 'संगीत-लीला-योग', 'दर्शन और योग कविताओं में' तथा 'प्रेरणादायक भजन'ह्वह्वये पुस्तकें उपर्युक्त विषय की सम्पूर्ति करके अनोखे और आकर्षक रूप में हमारे सामने आयी हैं।

कई लघु नाटकों के लिए भी हम स्वामी जी के आभारी हैं। इनके नाम हैंह्वह्व'ब्रह्मचर्य ड्रामा'ह्वह्वयह चार अंकों का उद्बोधक नाटक है । 'दिव्य जीवन' एक सुन्दर लघु एकांकी है। 'ब्रह्मचर्य ड्रामा' प्रेरणादायक, उत्साहप्रद तथा प्रभावशाली होने के कारण सभी विद्यालयों एवं युवा संस्थाओं द्वारा अभिनीत करने योग्य है। रूढ़िवादी पक्ष का होते हुए भी इसमें ओजपूर्ण शैली में असत् पर सत् की विजय दर्शायी गयी है।

'योग और वेदान्त पर प्रवचन' (Lectures on Yoga and Vedanta) का विषय अन्य पुस्तकों की अपेक्षा अधिक गम्भीर है। एक

पुस्तक की चर्चा मैंने अन्त में ही करना उचित समझा है; क्योंकि इसे मैं हर तरह से एक विलक्षण कृति मानता हूँ, इसमें स्वामी जी के व्यक्तित्व और जीवन के कुछ पक्ष गहरे स्वर में अभिव्यंजित हैं। इस कृति का नाम है 'How to Get Vairagya?' (वैराग्य की प्राप्ति कैसे हो?)। यह मुद्रित रूप में वैराग्य विषयक एक स्मारक है। इस पुस्तक के पृष्ठों में शाक्य वंश के एक राजकुमार सिद्धार्थ को राजमहलों से पावन वट-वृक्ष की ओर खींच ले जाने वाली महान् त्याग और वैराग्य की सूक्ष्म शक्ति को अनिर्वचनीय ढंग से अंकित किया गया है।

यह पुस्तक शिक्षित अज्ञानियों और भौतिकवाद के दुर्ग पर एक सशक्त प्रहार है। आधुनिक युग के अज्ञानान्धकार से काँपती हुई दीवारों पर, स्पष्ट शैली में, इन पृष्ठों द्वारा मूक एवं प्रच्छन्न रूप से आक्रमण किया गया है। मैं भी हर समय इस पुस्तक का स्वाध्याय करता हूँ। मुझे इसके प्रत्येक शब्द में एक प्रभावशाली गरजता हुआ नाद सुनायी देता है। किसी एक पाठक के हाथ में जब तक यह एक भी पुस्तक रहेगी, तब तक गरजना निरन्तर सुनायी देती रहेगी।

मन की धूर्तता, कुटिलता तथा चातुरी, प्रत्येक क्षण मानव को अपनी कल्पनाओं से भ्रमित करने की विधि, इन्द्रियों की सर्वथा अविश्वसनीयता, उनकी कामनाओं और प्रलोभनों का मिथ्या स्वरूप, सब विषयों की नश्वरता, दृश्य जगत् की क्षणभंगुरताह्वह्वइन सब बातों को प्रभावोत्पादक शैली में हमारे मस्तिष्कों के सम्मुख प्रस्तुत किया गया है। जगत् की नश्वरता की तीव्र भावना मन को नित्य एवं अविनाशी तत्त्व की खोज के लिए प्रेरित ही नहीं करती, अपितु उस तत्त्व में विलीन हो जाने की उत्कण्ठा को भी जाग्रत करती है। माया के विभिन्न रूपों व उसके चरित्र का सविस्तार उद्घाटन स्वामी जी की इस कृति की अद्भुत देन है।

उनके अनवरत श्रम से जिज्ञासु जनता के लिए हर प्रकार के साहित्य का सृजन हुआ है। साहित्य की कोई भी विधा उनके कर-कमलों से अछूती नहीं रही। सभी विषयोंह्वह्वमौलिक ग्रन्थ, संवाद, कथाएँ, उपकथाएँ, नाटक, कविताएँ, भाषण, सन्देश और गीत, चरित्र-निर्माण, रोगियों की सेवा-सुश्रूषा, शारीरिक व्यायाम, स्वास्थ्य-विज्ञान, मनोविज्ञान, औषधि-विज्ञान, निष्काम सेवा, भक्ति, उपासना, संकीर्तन-विज्ञान, जप और अनुष्ठान के पुरश्चरण, प्राणायाम, आसन, षट्क्रिया, हठयोग, पतंजलि का अष्टांगयोग, शंकर का 'केवलाद्वैत वेदान्त', दैनिक जीवन में वेदान्त का व्यावहारिक रूप, वैराग्य, ब्रह्मचर्य, स्त्री-धर्म आदि विषयों की निश्चयात्मक रूप से प्रतीति कराते हैं।

इस सूची को देखते हुए इसमें आश्चर्य की क्या बात है जो श्री मसूरी शमशेर ने स्वामी जी को एक पहेली की संज्ञा दी; क्योंकि स्वामी जी ने हिन्दू-धर्म के प्रामाणिक शास्त्रों का सार ही नहीं दिया, अपितु विश्व-भर के सन्तों के जीवन-चरित्र को भी लेखबद्ध किया है। हर वर्ग के स्त्री-पुरुष के लिए उपाख्यानों की रचना की है। साहित्य की सभी विधाओं में आख्यान, काव्य, नाटक एवं संवाद अपने साहित्य का प्रवाह बहाया है। उनकी रचनाएँ सूक्ष्माकृति में उनकी योजना एवं कृतियों की विविधता को दर्शाती हैं। परिणामतः एक विशेष विषय की पुस्तक में भी ऐसे सामान्य उपविषय होंगे जिससे भिन्न-भिन्न प्रकृति वाले पाठकों की रुचियों एवं आवश्यकताओं की पूर्ति हो जायेगी।

समर्पण परिपाटी की नवीनता

समर्पण की परिपाटीह्वह्वजिसको स्वामी जी असाधारण शैली में लिखते हैंह्वह्वके पश्चात् कुछ संस्कृत के सुन्दर श्लोक अँगरेजी अनुवाद-सहित लिखे मिलते हैं जिससे पाठक को बड़ा आनन्द व प्रेरणा

मिलती है। पृष्ठ पलटते ही ईश-स्तवन अथवा मातृ-शक्ति की सुन्दर प्रार्थना होती है। उनकी प्रत्येक पुस्तक में आप सदैव ऐसी मधुर एवं आत्ममयी अभिव्यक्ति पायेंगे। इसके पश्चात् उनके हस्तलिखित प्रेरणाप्रद पत्र की मुद्रित प्रतिलिपि भी होती है। भूमिका में पाठक को जाग्रत होने और कर्मशील बनने का आग्रह एक प्रभावशाली भाषण के रूप में होता है। फिर पुस्तक का मुख्य भाग प्रारम्भ होता है। मूल विषय से सम्बन्धित विविध आध्यात्मिक पहलुओं पर विभिन्न अध्याय होते हैं।

पुस्तक का समापन करने की भी स्वामी जी की अपनी ही शैली है। इसमें कई परिशिष्ट होते हैं जिसका अभिप्राय साधकों को विशेष सन्देश या स्त्रियोपयोगी उपदेश तथा दिव्य जीवन के विधि-निषेध को लेखबद्ध करना होता है। 'योग-माला' के अन्तर्गत प्रश्नोत्तर-माला होती है। सामयिक महात्माओं का संक्षिप्त परिचय, आध्यात्मिक दैनन्दिनी तथा संकल्प-पत्र का भी समावेश होता है। पुस्तक के अन्दर कहीं ओजपूर्ण काव्यमय गद्य भी लिखा होता है तथा कहीं स्वामी जी के कथनों का चयन भी अंकित होता है। कुछ तथ्य वर्णमाला के क्रमानुसार वर्णित होते हैं। ऐसी सुन्दर व्यवस्था विशेष रूप से उपयोगी है; क्योंकि इसमें मुख्य आदेश-निर्देशों को स्मरण रखने का सरल एवं सुन्दर ढंग निहित है।

निष्कर्ष यह है कि स्वामी जी की **एक ही पुस्तक अपने में पूर्ण पुस्तकालय है;** क्योंकि इसमें विविध रूपों का समावेश होता हैह्वह्वजैसे स्तोत्र, उद्बोधन, प्रार्थना, प्रेरणादायक एक-दो पत्र, दो जीवन्त सन्देश, भूमिका या आमुख में छोटा-सा भाषण, विशेष शिक्षा, कविता, वर्णमाला-क्रमानुसार योग-वर्णमाला, विधि-निषेध, सन्तों का जीवन-चरित्र और सूत्र आदि।

युवावर्ग के लिये उपादेयता

आज का तरुण एवं विद्यार्थी वर्ग कुछ ही पीढ़ियों के अपने पूर्वजों से भिन्न दृष्टिकोण रखता है। सभी विषयों को आँकने का एक भिन्न दृष्टिकोण है। जीवन के किसी भी क्षेत्र में वह आँख पर पट्टी बाँध कर नेतृत्व का अनुकरण नहीं करना चाहता। स्वीकारने से पूर्व वह सभी विषयों की बौद्धिक स्तर पर जाँच करना चाहता है। वह किसी भी साधना को दैनिक जीवन में क्रियान्वित करने के प्रत्यक्ष प्रमाण को देखना चाहता है। उनकी रचनाओं की इन विशिष्ट विशेषताओं के बौद्धिक एवं वैज्ञानिक विधि से विषय की व्याख्या जो व्यावहारिक सामान्य बुद्धि, सहानुभूति एवं परिज्ञान से परिपूर्ण है कारण ही आज का युवावर्ग स्वामी जी की खोज में रहता है तथा स्वास्थ्य, व्यक्तिगत समस्याओं और आध्यात्मिक साधना-सम्बन्धी मार्ग-दर्शन प्राप्त करना चाहता है।

अतः 'जीवन में सफलता के रहस्य' (Sure Ways for Success in Life), 'योगासन' (Yoga Asanas) और 'ब्रह्मचर्य-साधना' (Practice of Brahmacharya) के अध्ययन के लिए किसी भी विद्यार्थी को चूकना नहीं चाहिए। ये पुस्तकें प्रत्येक विद्यार्थी के पास होनी चाहिए; क्योंकि ये रचनाएँ गम्भीर दर्शन की व्याख्या न करके जीवन-यापन के लिए सन्मार्ग दर्शाती हैं।

इन कृतियों में स्वामी जी का प्रमुख उद्देश्य सबको स्वस्थ, शक्ति-सम्पन्न, बुद्धिमान् एवं समृद्ध बनाना है। विशेषतया 'जीवन में सफलता के रहस्य' (Sure Ways for Success in Life) जैसी अनुपम पुस्तक तो भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति मिश्रित दिव्य आध्यात्मिकता के भव्य तत्त्वों द्वारा मानव को सर्वगुण-सम्पन्न बनने के लिए उत्साहित करती है।

स्वामी जी की ब्रह्मचर्य विषय पर अतुलनीय रचना 'ब्रह्मचर्य-साधना' की व्याख्या का आधार बौद्धिक है। शरीर तथा स्वास्थ्य-विज्ञान, आन्तरिक, मानसिक तथा भावात्मक पक्ष की चर्चा करते हुए इसमें (ब्रह्मचर्य-साधना में) विभिन्न प्रयोगोंह्वह्वशारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक की स्पष्ट व्याख्या की है। इन्द्रिय-निग्रह के अनेक रूपों में सफलता प्राप्त करने के लिए लेखक ने अनेक ढंग बताये हैं; जैसे सादा और सहज-स्वाभाविक जीवन-यापन, भोजन-सामग्री का ध्यानपूर्वक चयन, संगति में विवेकपूर्वक रहना, अध्ययन और मनोरंजन, दुर्व्यसनों का मूलोच्छेदन, विचारों का शुद्धीकरण, नवीन विचारशील दृष्टिकोण, आसनों का नित्यप्रति अभ्यास, आसन-विशेष पर बल देना, मुद्राएँ, क्रियाएँ एवं प्राणायाम में निपुणता प्राप्त करना आदि।

मनोविज्ञान का भी समुचित उपयोग किया गया है। सद्विचारों, आत्म-सुझावों, सकारात्मक तथा विकासोन्मुखी प्रयोगों द्वारा पाठक को अपनी शक्ति के समुचित उपयोग के लिए इन्द्रिय-निग्रह तथा शक्ति-संचय का निर्देश दिया है। ध्यानाभ्यास, जप और प्रार्थना का समर्थन बौद्धिक व्याख्या के आधार पर किया गया है। 'ब्रह्मचर्य' की महत्ता पर अपूर्व बल दिया गया है; क्योंकि यही तो वास्तविक तथा महान् विधि है। यह समस्त उपलब्धियों का आधार है। ब्रह्मचर्य के बिना प्रगति तथा सफलता के प्रयत्न विफल हो जाते हैं। इसके बिना कुछ भी सम्भव नहीं है। इसका प्रशिक्षण आधुनिक भारत की ज्वलन्त माँग है।

वर्तमान भारत के युवा भावी राष्ट्र के कर्णधार हैं। अतः ब्रह्मचर्य की शक्ति ही इनको भविष्य के कष्टसाध्य कार्यों को सफलतापूर्वक सम्पन्न करने की क्षमता देगी। युवावर्ग को शक्तिशाली, उत्साही, शुद्ध-हृदयी तथा आत्म-विश्वासी बनाने में स्वामी जी का यह महत्त्वपूर्ण योगदान है; अतः आशा है कि सभी माता-पिता, सभी शिक्षक गण, सभी उपदेशक तथा

समस्त विद्यालय, कालेज, पुस्तकालय तथा वाचनालय इस पुस्तक को ले कर और रख कर गौरव का अनुभव करेंगे।

'जीवन में सफलता के रहस्य' (Sure Ways for Success in Life), 'ब्रह्मचर्य-साधना' (Practice of Brahamcharya), योगासन (Yoga Asanas) तथा 'योग-साधना' का दूसरा भाग पुस्तकों जैसे अमूल्य उपहार आजीवन उपयोगी सिद्ध होते हैं; क्योंकि जिसको भी यह उपहार मिलेगा, वह अवश्यमेव जीवन-पर्यन्त आभारी रहेगा। विद्यालयों में भी वार्षिकोत्सव के अवसर पर यदि पुस्तकों के ही पुरस्कार वितरित किये जायें, तो पुरस्कार का मूल्य भी सैकड़ों गुना बढ़ जाता है।

अन्त में 'Inspiring Messages' अर्थात् 'प्रेरणादायी सन्देश' की रचना कर स्वामी जी ने प्रत्येक वर्ग के स्त्री-पुरुषों के लिए लाभदायक संकेत, सुझाव, निर्देश तथा शिक्षाएँ दी हैं। इस पुस्तक में डाक्टर, वकील, शिक्षक, माता-पिता, विवाहित, अविवाहित, वानप्रस्थी, संन्यासी, सेवा-निवृत्त व्यक्ति, नारी-वर्ग, साधक गण, नास्तिक एवं रोगी आदि सभी के लिए शिक्षाप्रद सन्देश निहित हैं।

ज्ञानप्रसाद का वितरण

एक बार एक वाचाल ने अपने परिचित से, जो हँसमुख भगवद्भक्त था, यह पूछाह्वह्व''आपके देवता के अनन्त मुख और अनन्त हाथ क्यों दिखाये जाते हैं?'' भक्त ने संयत हो कर उत्तर दियाह्वह्व''क्या तुम नहीं जानते कि संसार-भर के लाखों लोग, लाखों वस्तुओं की माँग ले कर उनके सामने दिन-रात याचना करते हैं। करुणा-वरुणालय भगवान् भक्तों की प्रार्थना के पूर्व ही कृपावृष्टि कर देते हैं। यदि वे केवल दो हाथों से उनकी आवश्यकताओं की वस्तु देते, तो प्रलय-काल तक देते रहने के काम में ही समय बीत जाता। अतः अपनी दया को लुटाने तथा सबके सब मनोरथ पूर्ण

करने के लिए ही उनको अनन्त हाथ धारण करने पड़ते हैं। आप समझ पाये कि नहीं ?''

अब भी स्वामी जी घोर परिश्रम के द्वारा देश-भर में पुस्तकों की बाढ़ ला कर सहस्रों व्यक्तियों को सफलतापूर्वक जाग्रति और ज्ञान का सन्देश दे कर भी सन्तुष्ट नहीं हुए। ऐसी आध्यात्मिक साहित्य-सेवा एक सामान्य व्यक्ति के सामर्थ्य से बाहर की बात है। दश वर्षों की अल्पावधि में स्वामी जी ने इतना अधिक कार्य किया जो दश जन्मों में भी कोई नहीं कर सकता।

अपने दीन-हीन भाइयों को तृप्त करने की लालसा से उन्होंने और भी संक्षिप्त साहित्य की रचना की है। उनका विचार है कि बड़ी-बड़ी पुस्तकें सम्भवतः सब तक न पहुँच पायें; क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति पुस्तकों को खरीदने में समर्थ नहीं होता अथवा किसी पुस्तकालय का सदस्य भी नहीं बन सकता। एक औसत वर्ग का श्रमिक अपनी छोटी-सी गृहस्थी का जीवन-निर्वाह ही कठिनाई से कर पाता है। ऐसे व्यक्तियों के लिए स्वामी जी ने छोटी-छोटी पुस्तकें लिखी हैं जिनमें सदाचार, साधना एवं सेवा का सार है। यह साहित्य निःशुल्क वितरण के लिए है।

बहुमूल्य पुस्तकों को प्रसाद रूप से वितरण करने के काम को संस्था के कार्यकर्ताओं ने निःशुल्क रखा है। इस प्रकार के ज्ञान-दान अथवा ज्ञान-यज्ञ को स्वामी जी बहुत महत्त्व देते हैं। इसका प्रत्यक्ष प्रभाव जनता पर असाधारण रूप से पड़ा है। देश के सुदूर भागों में इसका प्रसार अप्रत्याशित रूप से हुआ है। उनके व्यावहारिक उपदेश, मुद्रित पत्रक के रूप में आध्यात्मिक ज्ञान की मसाल ले कर, जगत् के कोने-कोने में जा कर अज्ञानान्धकार का विनाश करने में पूर्णतया सफल हुए हैं, दिव्य जीवन-यापन के लिए नयी दिशा जनता को मिली है।

एक समय एक दर्शनार्थी स्वामी जी से बोलाह्वह्व''आध्यात्मिक ज्ञान के प्रचार-प्रसार का आपका ढंग निश्चय ही आश्चर्यजनक है। 'शंकरन

नायर' (विशेष रूप से वह पाश्चात्य जगत् के विषय में चर्चा कर रहा था) के 'काफी क्लब' की तरह आपके भी आध्यात्मिक पत्रक सर्वत्र फैल चुके हैं। जहाँ-कहीं भी मैं गया, दिव्य जीवन संघ की पुस्तकें वहाँ पहले ही पहुँच चुकी थीं।''

इसी प्रकार जहाँ-कहीं भी जप, कीर्तन, आसन, प्राणायाम, गीता का स्वाध्याय तथा लिखित जप का आध्यात्मिक रूप से अभ्यास हो रहा हो, तो हम विश्वासपूर्वक कह सकते हैं कि वहाँ दिव्य जीवन संघ की पत्रिका विद्यमान है। 'दिव्य जीवन' पत्रिका द्वारा अपने सुन्दर व उत्तम लेखों में स्वामी जी अपना सन्देश सामान्य, व्यस्त और अल्प आय वाले व्यक्ति तक पहुँचाने में सफल रहे हैं। इस पत्रिका का सबसे बड़ा लाभ यह है कि यह सबके लिए प्राप्य है । इस पत्रिका तक ही स्वामी जी की आध्यात्मिक सेवा सीमित नहीं है; अपितु दैनिक, साप्ताहिक तथा मासिक पत्रिकाओं के लिए भी वे लेख लिख कर भेजते रहते हैं। उन्होंने लेख अथवा सन्देश भेजने की प्रार्थना को आज तक नहीं ठुकराया। नयी 'ज्ञान-सूर्य-माला' जन-जाग्रति के लिए उत्साहवर्धक तथा अति-उपयोगी है। उनकी उर्वर लेखनी से रचित ये अनेकों रचनाएँ आध्यात्मिक धनुष के तूणीर से निकले शक्तिमान तीर सरीखी हैं जिनका एकमात्र लक्ष्य अविद्या, माया, अन्धकार, निराशावादिता, नास्तिकता तथा अधर्म का संहार करना है।

सुविदित है कि आध्यात्मिक एवं व्यावहारिक जीवन-यापन और साधना-सम्बन्धी स्वामी जी के विचारों का केवल समकालीन भारतीयों पर ही नहीं, विदेशियों पर भी अप्रतिम प्रभाव पड़ा है। सौभाग्य का विषय है कि राष्ट्र के विचारशील लोगों ने उनकी कृतियों के महत्त्व को पहचाना है। परिणामतः ये कृतियाँ अत्यधिक सर्वप्रिय हो गयी हैं।

इनका नाम असंख्य घरों में विख्यात है, जो आध्यात्मिक जगत् में आदर्श चरित्र और निष्काम सेवा का द्योतक बन गया है। स्वामी शिवानन्द

जी ने मानवता की निष्काम सेवा, भगवान् की पूजा व आराधना, दिव्य ज्ञान की प्राप्ति व ध्यान के अभ्यास तथा आत्म-साक्षात्कार द्वारा मुक्ति का उपदेश दिया।

पुण्यशील मनीषी एवं सन्त

हिमालय के पुण्यशील मनीषी एवं महान् सन्त श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज आधुनिक आध्यात्मिक जगत् में सर्वत्र विख्यात हैं। बीसवीं सदी के पिछले पचास वर्षों में ये अपने समय के उन जगद्गुरुओं में से एक हैं जिन्होंने संसार के अनेक देशों के लाखों लोगों के हृदयों में आध्यात्मिक जाग्रति उत्पन्न की। विश्व-भर के असंख्य जिज्ञासु इनके आभारी हैं। उनके लिए ये एक कृपालु शिक्षक, महान् सद्गुरु और अनुपम व करुणामय सन्त हैं।

इन्होंने आध्यात्मिक प्रकाश प्रकाशित कर विभिन्न क्षेत्रों के लोगों को शान्ति तथा आनन्द प्रदान किया। इनका चित्ताकर्षण एवं देदीप्यमान व्यक्तित्व भद्रता, निस्स्वार्थता और सार्वभौमिक प्रेम से दीप्त है जिसके कारण ऋषिकेश के सन्निकट पावनी गंगा-तट पर अवस्थित सुन्दर आध्यात्मिक कुटीर पर आधुनिक संसार को दशों दिशाओं से उत्कट जिज्ञासु और भक्त वैसे ही आकृष्ट हुए हैं, जैसे पूर्ण विकसित कमल-पुष्प पर भ्रमर आकर्षित होते हैं।

इनका सम्पूर्ण जीवन पूर्णतया निरन्तर आध्यात्मिकता के क्षेत्र में समर्पित हुआ जिसने इन्हें जिज्ञासु साधक तथा स्त्री-पुरुष, युवक, वृद्ध, विद्यार्थी, शिक्षक, व्यवसायी, राजनीतिज्ञ जैसे सभी प्रकार के व्यक्तियों को शिक्षण-प्रशिक्षण देने, प्रेरणा तथा मार्ग-दर्शन देने, प्रेरित करने, शान्ति प्रदान करने, रूपान्तरण लाने तथा सहायता करने में अहर्निश व्यस्त रखा।

आधुनिक भारत का यह पावन सन्त जगत् को प्रकाशित करने वाला प्राची दिशा का प्रकाश है। मुनियों, पुण्यात्माओं, सन्तों और ऋषियों की इस भूमि में जन्म लेने वाले उच्च कोटि के आध्यात्मिक मार्ग-प्रदर्शकों में से इन्हें एक महान् सन्त माना जाता है। इन्होंने अपनी आजीवन सेवाओं से वैदिक धर्म को पुनर्जीवित किया। योग-वेदान्त की अध्यात्म-विद्या का प्रभावशाली प्रचार किया जो वर्तमान शती में अद्वितीय तथा विशिष्ट मानी गयी।

इन्होंने सत्य, अहिंसा तथा ब्रह्मचर्य के सिद्धान्तों के आचरण पर बल दिया। सत्यता, शुद्धता, प्रेम, सेवा, भक्ति, ध्यान तथा ईश्वरानुभूतिमय जीवन को स्वामी जी ने 'दिव्य जीवन' की संज्ञा दी है। १९३६ में संस्थापित अपनी 'दिव्य जीवन संघ' संस्था द्वारा इन्होंने दिव्य सन्देशों का प्रचार किया। ये दिव्य जीवन के धर्मदूत के रूप में अभिनन्दित हुए।

इस पुस्तिका की विषय-सामग्री 'आलोक-पुंज' पुस्तक से संकलित की गयी है, जिसकी रचना सन् १९४३-१९४४ में हुई थी, जब परम पावन सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज मानवता की आध्यात्मिक सेवा के प्रेरक तथा शक्तिमय संचालन के भव्य रूप में विराजमान थे, **इसी कारण पुस्तिका में वर्तमान काल की क्रियाओं का प्रयोग किया गया है।**