

# लाइफ रॉन्ची

जर्नलिज्म जिंदगी का रांची, मंगलवार 05.01.2021

पूरी दुनिया तक क्रिया योग को पहुंचाया

## पूरब और पश्चिम के संत योगानंद

20वीं सदी के आध्यात्मिक गुरु, योगी और संत के जन्म दिवस पर विशेष प्रस्तुति

रांची. आज परमहंस योगानंद (पांच जनवरी 1893- सात मार्च 1952) का जन्मदिवस है. परमहंस योगानंद 20वीं सदी के एक आध्यात्मिक गुरु, योगी और संत थे. दुनिया को क्रिया योग का ज्ञान दिया और इसका प्रसार किया. योगानंद के अनुसार क्रिया योग ईश्वर से साक्षात्कार की एक प्रभावी विधि है, जिसके पालन से जीवन को संवारा और ईश्वर की ओर अग्रसर हुआ जा सकता है. परमहंस योगानंद पहले भारतीय गुरु थे, जिन्होंने अपने जीवन के कार्य को पश्चिम में किया. 1920 में अमेरिका के लिए प्रस्थान किया. पूरे अमेरिका की यात्राएं कीं. इसके पहले 1918 से 1920 तक रांची स्थित मुख्य आश्रम में रहे. परमहंस योगानंद के जन्म दिवस पर पट्टिये राजीव पांडेय की विशेष प्रस्तुति.

### योगानंद के जीवन के महत्वपूर्ण पड़ाव

#### जन्म

5 जनवरी 1893

#### शरीर त्याग

7 मार्च 1952

17 साल की उम्र में वर्ष 1910 में स्वामी श्रीयुक्तेश्वर जी से मिले

वर्ष 1915 में कलकत्ता विधि से स्नातक की उपाधि ली और संन्यास लिया

वर्ष 1917 में 'आदर्श जीवन' विद्यालय की स्थापना की

1935-36 में परमहंस योगानंद यूरोप व मध्य पूर्व के देशों की यात्रा कर भारत वापस लौटे

परमहंस योगानंदजी ने 1917 में रांची में योगदा सत्संग सोसाइटी ऑफ इंडिया की स्थापना की

वर्ष 1920 में भारत के पवित्र राजयोग को पश्चिम ले गये व लॉसएंगेल्स, कैलिफोर्निया में सेल्फ रिपब्लिकेशन फेलोशिप की स्थापना की

### गोरखपुर के एक बंगाली परिवार में हुआ था जन्म



योगानंद का जन्म पांच जनवरी वर्ष 1893 को गोरखपुर में बंगाली परिवार में हुआ था. बचपन का नाम मुकुंद घोष था. का भारत में योगदा सत्संग सोसाइटी की स्थापना वर्ष 1917 में ही कर चुके थे. वर्ष 1920 में उन्हें रांची योगदा सत्संग आश्रम में ध्यान के दौरान अमेरिका के लोगों को देखा और वहां तक राजयोग को पहुंचाया. अमेरिका के धार्मिक अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में भारत का प्रतिनिधित्व किया. आज से 100 साल पहले वर्ष 1920 में परमहंस जी ने अमेरिका के अपने शिष्यों व छात्रों को क्रिया योग के प्रशिक्षण की शुरुआत की, जो आज पूरी दुनिया में फैल चुका है.



योगदा सत्संग रांची स्थित आश्रम.

### महात्मा गांधी और परमहंस योगानंद के बीच थी समानता

महात्मा गांधी व योगानंद जी में काफी समानता है, इसलिए योगानंद जी गांधीजी का सम्मान किया करते थे. गांधीजी की लीडरशिप हमेशा स्वामी जी को प्रभावित किया करती थी. विचारों में मेल के कारण ही स्वामी जी ने महात्मा गांधी से वर्षों में मुलाक़ात की. आध्यात्मिक मूल्यों को समाज तक पहुंचाने में क्रिया योग की महत्ता पर विचार किया.

### योगानंद जी के देश-विदेश में बड़े फॉलोअर्स



देश और विदेश के बड़े स्टार भी योगानंद जी के फॉलोअर्स हैं. इसमें भारतीय क्रिकेट टीम के कप्तान विरोट कोहली, फिल्म स्टार रजनीकांत जैसे फॉलोअर्स शामिल हैं. इन्होंने योगानंद जी की प्रसिद्ध पुस्तक 'योगी कथामृत' को अपने जीवन में आभारसात किया. विदेश के प्रसिद्ध लोगों में स्टीव जॉब्स, म्यूजिक ग्रुप बीटल्स के जॉर्ज हार्लिन व एल्वीस प्रेसली शामिल थे, जिसे स्वामी योगानंद ने काफी प्रभावित किया था. स्टीव जॉब्स ने अपने चाहने वालों को जीवित रहते ही कह दिया था कि जब उनकी मौत हो जाये और क्रियाक्रम में आने वाले सभी को गिफ्ट में 'योगी कथामृत' की पुस्तक दी जाये, उनके चाहनेवालों ने प्रत्येक व्यक्ति को यह पुस्तक भेंट की.

### डाक टिकट जारी



भारत सरकार ने स्वामी योगानंदजी पर दो बार डाक टिकट जारी किया है. पहली बार डाक टिकट वर्ष 1977 में जारी किया गया था. दूसरी बार वर्ष 2017 में डाक टिकट जारी किया गया था. दोबारा डाक टिकट योगदा आश्रम के 100 वर्ष पूरे होने पर जारी किया गया था.

### ₹ 125 का सिक्का भी



इसके अलावा वित्त मंत्रालय द्वारा अक्टूबर 2019 में 125 रुपये का सिक्का भी जारी किया गया है. इसे वित्त मंत्री ने जारी किया था.

### 'योगी कथामृत' का 50 भाषाओं में हो चुका है अनुवाद



योगानंदजी की विश्वप्रसिद्ध आत्मकथा 'योगी कथामृत' का 75 वर्षों में दुनिया की 50 भाषाओं में अनुवाद किया जा चुका है. यह पुस्तक आध्यात्मिक साहित्य में बेस्ट-सेलर साबित हो चुकी है. इससे प्रतीत होता है कि मानव जीवन में इनकी किन्तनी ज्यादा प्रसंगिकता है. योगानंद जी ने पूरब से पश्चिम तक लोगों को क्रिया योग और आध्यात्मिक ज्ञान से प्रभावित किया है. अमेरिका के लॉस एंजेलिस में 1952 में जब योगानंद जी ने अपने शरीर का त्याग किया, तो तीन सप्ताह तक भक्तों के दर्शन के लिए उनका शरीर रखा गया. इस दौरान उनके शरीर पर किसी प्रकार की विकृति नहीं दिखायी दी.

### प्रधानमंत्री ने क्रिया योग पर दिया है बल

21 जून 2020 को योग दिवस पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने क्रियायोग का वर्णन किया. कोरोना काल में योगिक क्रिया की महत्ता बतायी. उन्होंने स्पष्ट किया कि क्रिया, आसन, प्राणायाम, बंद व मुद्रा से अपने शरीर को स्वस्थ रखा जा सकता है. क्षमता क्रिया के लिए प्राणायाम सबसे महत्वपूर्ण है. योग से मनुष्य का शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य अच्छा रहता है और उसकी प्रतिरक्षण क्षमता भी बढ़ती है.

### योगानंद पर पुस्तक व डॉक्यूमेंट्री फिल्म भी

योगानंद जी पर हिंदी व अंग्रेजी में कई पुस्तकों का प्रकाशन हुआ है. योगानंद जी ने स्वयं ही कई पुस्तकों का लेखन किया है. उनकी प्रसिद्ध पुस्तकों में हिंदी में 'योगी कथामृत' व अंग्रेजी में 'ऑटोबायोग्राफी ऑफ योगानंद' प्रमुख हैं. मुख्य पुस्तकों में ईश्वर 'अर्जुन संवाद' व 'मानव को निरंतर खोज' भी शामिल हैं. वहीं सफलता का नियम, धर्म विज्ञान सहित कई पुस्तकों को स्वामी ने लिखा है. योगानंद जी ने अंग्रेजी में 50 से ज्यादा पुस्तकों का लेखन किया है. देश के अलावा विदेशों में भी योगानंद जी की कई पुस्तकों की डिमांड है. अध्यात्म की पुस्तकों में सबसे ज्यादा पुस्तक योगानंद जी पर आधारित है.



योगदा सत्संग रांची स्थित स्मृति केंद्र

# 'बाढ़े पूत पिता के धर्मा, खेती उपजे अपने कर्मा'

उक्त लोकोक्ति परमहंस योगानंदजी पर सटीक बैठती है. वे एक देवी पुरुष थे, जिनके लिए एक संत ने भविष्यवाणी कर रखी थी कि यह बालक अद्वितीय होगा. माता ज्ञानाभा घोष और पिता भगवती चरण घोष ने उस बालक नाम मुकुंद लाल घोष रखा. जिस आध्यात्मिक और संस्कारी वातावरण में उनके माता-पिता ने उनका लालन-पालन किया, बहुत हद तक उसमें भी मुकुंद लाल घोष को परमहंस योगानंद बनाने में योगदान दिया. माता-पिता का ही दिया संस्कार था कि उनके आठों बच्चों को आध्यात्मिक हूए, लेकिन पांच जनवरी 1893 को जन्मे मुकुंद ने तो 27 वर्ष की उम्र में ही पूरब से लेकर पश्चिम तक अपने आध्यात्मिक ज्ञान का पतका फहराना शुरू कर दिया. विस्मयकारी बात तो यह है कि सात मार्च 1952 को उनके भौतिक शरीर के छोड़ने के बाद भी उनके दिखाये मार्ग पर चलने वालों की तादाद दिन-ब-दिन बढ़ती ही जा रही है. उनके द्वारा भारत में स्थापित योगदा सत्संग सोसाइटी ऑफ इंडिया और अमेरिका में स्थापित सेल्फ-रिपब्लिकेशन फेलोशिप के प्रति लोगों का बढ़ता आकर्षण 'खेती उपजे अपने कर्मा' की मिसाल है. उन्होंने अपने गुरु स्वामी श्रीयुक्तेश्वर गिरि के आदेश पर

श्रीमद्भगवद्गीता में उल्लेखित क्रिया योग के विस्तारित रूप से दुनिया को परिचित करने का बीड़ा उठाया था, जो हर दिन अधिक फलीभूत होता नजर आ रहा है. क्रिया योग के माध्यम से परमहंस योगानंद ने शरीर और मन को स्वस्थ और शुद्ध बनाते हुए आत्मा के परमात्मा में किनय (योग) की व्यावहारिक प्रवृत्ति बतायी थी. परमहंस योगानंदजी ने भारतीय और पश्चिमी अध्यात्म का विलक्षण मिलाप पेश किया. कोई भी आध्यात्मिक व्यक्तित्व यह महान कार्य न तो उनके पहले कर सका था, न ही उनके बाद. उनके द्वारा बोया गया अमृतशासन और संस्कार ही है, जो उनके निधन के प्रायः 69 वर्षों बाद भी क्रिया साधना के रूप में निरंतर अधिक उपयोगी, अधिक लोकप्रिय और अधिक स्वीकार्य हो रहा है. उनकी आत्मकथा 'योगी कथामृत' के अंतिम शब्दों 'हे ईश्वर, तूने इस संन्यासी को एक बड़ा परिवार दिया है' को याद करते हुए देखें तो उस परिवार में निरंतर वृद्धि ही होती जा रही है. बढ़ती जा रही प्रसंगिकता: किसी भी महापुरुष अथवा संत का सही आकलन उनके नहीं रहने पर उनके दिखाये रास्ते की वर्षों-वर्षों तक प्रसंगिकता के आधार पर ही होती है. योगानंदजी की आत्मकथा 'योगी कथामृत'



योगदा सत्संग रांची में स्थित लीवी वेदी.

का विगत 75 वर्षों में दुनिया की 50 भाषाओं में अनुवाद होना और आध्यात्मिक साहित्य में बेस्ट-सेलर साबित होना यह बात राह है कि उनकी प्रसंगिकता बढ़ती जा रही. राह से अधिक देखें तो पढ़ें: मर्लिन पर्वजलिन ने जिस अष्टांग योग की व्याख्या की थी, उसके तहत क्रिया योग राजयोग का वह मार्ग है, जिसका निरंतर अभ्यास कर शरीर, मन और श्वास पर नियंत्रण पाते हुए आत्मा से परमात्मा का साक्षात्कार और यहाँ तक कि

उन्में विलय संभव है. यही मोक्ष है, जिसकी खोज और साधना अनंतकाल से चली आ रही है. यह साधना गुप्तश्रम में रहते हुए भी की जा सकती है. हिमालयवासी अमल्य गुरु, महावतार बाबाजी ने क्रिया योग का पुनरुद्धार किया, जिसे परमहंस योगानंदजी ने मानव समाज के समक्ष विस्तार दिया. कोटीना काल में भी दुनियाभर के लोग ऑनलाइन रो जुड़े: कॉविड काल में विगत अगस्त में इसके ऑनलाइन साधना संगम में

### मानव सेवा का अद्भुत उदाहरण

परमहंस योगानंदजी अपनी संस्थाओं को केवल क्रिया साधना तक ही सीमित नहीं रखना चाहते थे. उन्होंने हर काल की जरूरत महसूस करते हुए वाइएसएस के तहत शिक्षा केंद्रों और अस्पताल के संचालन की भी व्यवस्था की, जिन्हें नाम-मान के शुल्क पर चलना जाता है. इसके अलावा उन्होंने पॉइंट मानवता की सेवा की भी प्रेरणा दी थी, जिसका प्रकटीकरण कोरोनाकाल में हुआ. योगदा के संचालितियों ने आश्रम और ध्यान केंद्रों से बाहर निकलकर न जाने कितने परिवारों को आर्थिक राशन, साहुन, मार्क आदि उपलब्ध कराया. योगानंदजी ने जन-कल्याण की प्रेरणा संवाद: अपने पिता से भी प्राप्त की थी. जिन्होंने गाईन रीच में 1908 में कलकत्ता अर्बन बैंक की स्थापना की थी. जो 1920 में एसडि एसडी एंड इ-कंपनी रेलवे इम्प्लाइज कोऑपरेटिव सोसाइटी के रूप में बदल गया. यह सोसाइटी सी खर्च से अधिक काल से रेल कर्मियों को अत्यंत सस्ते बाजार पर रकम उपलब्ध करा रही है.

दुनिया भर के हजारों लोगों की भागीदारी ने इसकी प्रसंगिकता की मिसाल कायम की. अकेले अमेरिका के आंकड़े बताते हैं, वहाँ करीब 3.5 करोड़ से अधिक लोग योगाभ्यास करते हैं और करीब दो करोड़ से अधिक ध्यान करते हैं. योगानंदजी के संगठन वाइएसएस/एसआरएफ में 60 से अधिक देशों के 800 से अधिक आश्रम, ट्रिस्ट और ध्यान केंद्र शामिल हैं. उनको पश्चिम में योग का जनक यूं ही नहीं कहा जाता. पश्चिमी जगत में उन्होंने अपने जीवन के बहुमूल्य 32 वर्ष दिये. ऐसा किसी भारतीय संन्यासी ने नहीं किया. उनके द्वारा श्रीमद्भगवद्गीता पर लिखित अद्भुत भाष्य, 'ईश्वर-अर्जुन संवाद', में महाभारत के पाठों की हर मनुष्य में मौजूदगी की स्थापना सहज विश्वसनीय है. उन्होंने अनेक ग्रंथों की न केवल रचना की, अपितु क्रिया योग सीखने के लिए गृह अध्ययन पाठ्यक्रम भी लिखा. परमहंस योगानंदजी की कलगीत मौजूदगी का अहसास उनके आश्रमों में जाकर होता है, जिनमें अद्भुत सुखद और सन्नतात्मक तरंगें प्रवाहित होती रहती हैं. कॉविड-19 काल में वाइएसएस और एसआरएफ संन्यासियों ने ऑनलाइन ध्यान-सत्रों की निरंतर व्यवस्था कर दुनिया के न जाने कितने लोगों को अवसाद से बचाने का उपक्रम किया. -साभार : योगदा सत्संग सोसाइटी

### आज ऑनलाइन ध्यान और सत्संग

योगानंद जी के जन्म दिन पर बहुबाजरी स्थित योगदा सत्संग आश्रम में मंगलवार को ऑनलाइन ध्यान व सत्संग का कार्यक्रम आवेजित किया गया है. ऑनलाइन कार्यक्रम में देश व दुनिया के भक्त शामिल होंगे. यह कार्यक्रम शाम 5:30 से सात बजे तक चलेगा. भक्त yssi.org/event पर इस लिविक के माध्यम से जुड़ सकते हैं.

### यहाँ मिल सकती है योगानंदजी पर जानकारी

परमहंस योगानंद के बारे में अधिक जानकारी के लिए www.ysssofindia.org केवसाइट पर विजिट किया जा सकता है.