श्री राम चंद्र मिशन

ECHOES
इंडिया
समाचार पत्र

गुरुदेव के समाचार

अप्रैल २०१५

गुजरात भ्रमण

सोमवार, २० अप्रैल को आदरणीय कमलेश भाई दोपहर के समय विमान से **अहमदाबाद** पहुँचे। वे हवाई-अड्डे से सीधे अपने निवास गये। सायं ७:३० बजे उन्होंने लगभग ६०० अभ्यासियों को सत्संग कराया, जो अदालाज योगाश्रम में एकत्रित हुए थे। सत्संग के पश्चात् वे सभी अभ्यासियों से मिले।

दिनांक २१ अप्रैल को प्रात: ६:३० बजे गुरुदेव ने आश्रम में सत्संग कराया। उन्होंने फ़िर एक हृदयस्पर्शी वार्ता दी तथा बहुत ही स्पष्ट और साधारण भाषा में आध्यात्मिक जगत के बारे में कई अल्पज्ञात तथ्यों को उजागर किया। इस वार्ता के कतिपय बिन्दु निम्न हैं :

- गुरु और शिष्य के मध्य सम्बन्ध के बारे में स्पष्ट करते हुए उन्होंने कहा कि गुरु अपने शिष्य को सात महीनों तक अपने मनस में रखते हैं और फ़िर उसे दिव्य लोक को सौंप देते हैं। यदि शिष्य साधना के सभी पक्षों को सच्ची लगन से करता है और स्वयं में गुरु के प्रति सच्चे प्रेम के अतिरिक्त कुछ नहीं रखता, तभी यह परिणति ७ माह में सम्भव है। कई बार कुछ महत्वहीन कृत्यों के कारण, शिष्य गुरु के मनस से स्वयं को बाहर खींच लेता है।
- आपके भीतर का दैवीय प्रेम, प्रत्येक व्यक्ति समान रूप से, एक बराबर महसूस करने योग्य होना चाहिये।
- पूजा के पश्चात् उसे प्रदान की गयी दशा को बनाये रखना किसी भी साधक के लिये सबसे बड़ी चुनौती है।

वार्ता के पश्चात् वे अपने निवास-स्थान के लिये रवाना हो गये और सभी अभ्यासियों को सूचित किया कि सायंकाल ७:०० बजे के सत्संग के लिये वे अपने-अपने घरों में बैठें। बुधवार को वे नवजीवन एक्सप्रेस ट्रेन द्वारा सूरत के लिये रवाना हो गये।

२२ अप्रैल को कमलेश भाई प्रात: लगभग ११:०० बजे **सूरत** पहुँचे और एक अभ्यासी के घर गये। अपराह्न लगभग २:०० बजे उन्होंने सूरत में नये ध्यान-कक्ष सम्बन्धी सम्पत्ति के दस्तावेजों पर हस्ताक्षर किये। सायं ५:०० बजे नये ध्यान कक्ष स्थल पर सत्संग कराया गया। दक्षिण गुजरात के विभिन्न केन्द्रों से लगभग ३०० अभ्यासी इसमें एकत्रित हुए। सत्संग के पश्चात् गुरुदेव ने संक्षिप्त वार्ता दी। उन्होंने बताया कि उन्हें प्रसन्नता हुई है कि एक लम्बी प्रतीक्षा के पश्चात् सूरत में एक ध्यान कक्ष बनने जा रहा है। उन्होंने अभ्यासियों से कहा कि वे इस कक्ष को आधुनिक रूप में बनायें और यह भी कहा कि वे इसका उद्घाटन करने हेतु यथाशीघ्र वापस आने की प्रतीक्षा कर रहे हैं। सायं ६:३० बजे वे भरूच के लिये रवाना हो गये।

राजमार्ग पर वाहनों के भारी आवागमन के कारण वे **भरूच** रात्रि ८:४५ तक पहुँच पाये। उन सभी अभ्यासियों के लिये, जो उत्सुकता से उनकी प्रतीक्षा कर रहे थे, उन्होंने रात्रि ९:०० बजे सत्संग कराया।

२३ अप्रैल को प्रात: ७:३० बजे के सत्संग के पश्चात् उन्होंने कुछ देर विश्राम किया, जो उनके लिये अति आवश्यक था। पूर्वाह्न ११:३० बजे वडोदरा के लिये प्रस्थान करने से पूर्व वे सभी अभ्यासियों से मिले।

कमलेश भाई मध्याह्न लगभग १:००

बजे **वडोदरा** पहुँचे । सत्संग कराने के बाद उन्होंने एक लघु वार्ता दी । उन्होंने बताया कि सत्संग में बरस रही अनुकम्पा से वे अति प्रसन्न हैं । उन्होंने दो अतिरिक्त सत्संग, एक रात्रि १०:०० बजे तथा दूसरा अगले दिन प्रात: ६:३० बजे, किये जाने की घोषणा की । उन्होंने सभी अभ्यासियों से कहा कि वे अपने घर पर ही बैठ कर उक्त सत्संग में सम्मिलित हों ।

सत्संग के बाद कमलेश भाई ने एक मेहमान, जो विभिन्न आश्रमों में सौर ऊर्जा उपकरण के उपयोग के बारे में बताने आये थे, के साथ आश्रम का भ्रमण किया । इस दौरान उन्होंने प्रकृति के विभिन्न पक्षों का वर्णन किया । कमलेश भाई ने पुराने ध्यान कक्ष में मेहमान एवं अभ्यासियों के लिये शिथिलीकरण तकनीक का संचालन किया । इसके उपरान्त उन्होंने बच्चों से मुलाकात की, जो उनकी प्रतीक्षा कर रहे थे । उन्होंने सौर ऊर्जा का उदाहरण देते हुए प्राकृतिक शक्तियों से रोगशमन की तकनीक के विषय में बताया । अपने कॉटेज की ओर वापस जाते समय उन्होंने बहुत सारे अभ्यासियों का अभिवादन किया।

रात्रि विश्राम व मिशन के कुछ कार्यों का सम्पादन करने के उपरान्त उन्होंने शुक्रवार की प्रात: **अहमदाबाद** के लिये प्रस्थान किया ।

२४ अप्रैल की देर शाम, पूज्य कमलेश भाई ने सभी ९ प्रशिक्षक अभ्यर्थियों को एक सिटिंग के लिये अपने आवास पर बुलाया । २५ तारीख को उन्होंने अभ्यर्थियों को दो सिटिंग दी तथा प्रशिक्षक के रूप में कार्य करने की अनुमति प्रदान की ।

भण्डारे से पूर्व देश के पश्चिमी भाग का यह अतिरिक्त दौरा समाप्त करते हुए उन्होंने सायंकाल हैदराबाद के लिये प्रस्थान किया ।

हैदराबाद

हमारे प्रिय चारीजी महाराज की हार्दिक अभिलाषा एक विशेष परियोजना थी – शाहजहाँपुर में बाबूजी महाराज के लिये एक सुन्दर समाधि के निर्माण का विचार । परन्तु वहाँ पर स्थान सीमित था । हैदराबाद में 'कान्हा' परियोजना के अधिग्रहण के उपरान्त, चारीजी ने अपने प्रिय गुरुदेव के अद्वितीय स्मारक के निर्माण के लिये इस स्थान को चुना ।

इस प्रकार बाबूजी महाराज द्वारा प्रारम्भ की गयी नयी संस्कृति को समर्पित, भवन के ऊपर बैठी उनकी एक विशाल प्रतिमा, 'कान्हा' में स्थापित किये जाने की योजना बनी । यह भवन हृदय के आकार के 'ईसोटेरिक सिम्बल' के प्रतिरूप में निर्मित है और इसे हैदराबाद से आने–जाने वाले वायुयानों से देखा जा सकता है । विमानपत्तन अभिकरण के नियमों के अनुसार इसकी कुल ऊँचाई को ५२ फ़ुट तक सीमित रखा गया है । समयानुसार यह स्पष्ट हो गया है कि सम्पूर्ण विश्व के लोग बड़ी संख्या में इस स्मारक पर आयेंगे और यह एक सुविख्यात प्रकाश केन्द्र बनेगा । रविवार २६ अप्रैल को प्रिय कमलेश भाई की देख–रेख में बाबूजी महाराज की प्रतिमा को भवन के ऊपर स्थापित कर दिया गया ।

प्रतिमा की अपनी ऊँचाई ३० फ़ुट है तथा यह वास्तविक रूप से एक कलापूर्ण संरचना है । मुखमण्डल अत्यन्त भावपूर्ण व शान्त है, और हाथों से किया गया बारीक कार्य इसे जीवन्त स्वरुप प्रदान करता है । इसका निर्माण पाँच धातुओं को मिलाकर बनी मिश्र–धातु से किया गया है । इसे लगभग एक सौ धातु की चादरों (मेटल सीट्स) को पिघलाकर, चिकनी मिट्टी के साँचे में ढालकर, निर्मित विभिन्न अंगों को वैल्डिंग द्वारा सफ़ाई के साथ आपस में जोड़ कर बनाया गया है । प्रतिमा का कुल भार १३ टन है ।

मई २०१५

उन्नाव

लखनऊ भण्डारे के बाद २ मई को कमलेश भाई ने उन्नाव केन्द्र जाने का निश्चय किया । उन्होंने सुबह लगभग ११ बजे प्रस्थान किया और दोपहर १२:३० बजे तक उन्नाव पहुँच गये (लखनऊ से उन्नाव की दूरी ७० किलोमीटर है) । उन्होंने ध्यानकक्ष में सत्संग कराया । उसके बाद उन्होंने एक संक्षिप्त वार्ता दी जोकि मुख्यत: अभ्यासियों के एक प्रश्न – 'गुरुदेव जैसा कैसे बना जाये?' को संबोधित करते हुए थी । उन्होंने कहा, "बाबूजी महाराज ने एक तरीका बताया है, किन्तु मुझे इसे बताते हुये संकोच हो रहा है । उन्होंने बताया कि जो भी गुरुदेव के गुणों को अपनाना चाहता है उसे अर्धरात्रि में १२ बजे से सुबह २ बजे के बीच किसी भी समय १५ से २० मिनट के लिये ध्यान में बैठना चाहिये और एक याचनापूर्ण संकल्प करना चाहिये कि 'गुरुदेव के सभी गुण मेरे हृदय में आ रहे हैं ।'" उन्होंने यह भी कहा, "यदि आप ऐसा नहीं कर पाते हैं तो कृपया स्वयं को अपराधी महसूस न करें । बाबूजी यह तरीका बताना नहीं चाहते थे, क्योंकि उनका मानना था कि अभ्यासियों पर पहले से ही अभ्यास के कई पहलुओं का भार है और ऐसे में एक और ध्यान !" लखनऊ आश्रम लौटने से पहले उन्होंने दोपहर का भोजन किया और कुछ देर आराम किया ।

सीतापुर

३ मई को कमलेश भाई सीतापुर आश्रम गये, जहाँ उन्होंने प्रात: ७:३० बजे पहुँचकर सत्संग कराया । उसके बाद उन्होंने पेड़ लगाये और आश्रम परिसर का भ्रमण किया । वे भोजन कक्ष में रुके और अभ्यासियों को नाश्ता परोसा ।

सुबह ९ बजे गुरुदेव ने सीतापुर से लखनऊ के लिये प्रस्थान किया । रास्ते में वापस लौटते हुए उन्होंने कई चीज़ों के विषय में बताया ।

"आलोचना करके स्वयं को छोटा मत बनाओ । इससे आप स्वयं को ही नुकसान पहुँचाओगे । जिस व्यक्ति की आप आलोचना कर रहे हो वह यहाँ नहीं है और उसे कुछ नहीं होगा, लेकिन ऐसा करके आप स्वयं को विषाक्त कर रहे हैं । ऐसी घृणा और नफरत से उस प्यार का, जोकि फैल रहा था, क्या होगा? यह उनके विषय में नहीं जिनकी आप आलोचना कर रहे हैं, बल्कि आप कुछ बनने से रह गये हैं ।"

दोपहर २ बजे वे उन सभी स्वयंसेवकों से मिले जो लखनऊ आश्रम में कॉटेज़ के सामने बरामदे में एकत्रित हो गये थे । वहाँ पर हल्की बातचीत और खिलखिलाहट का वातावरण था । सत्र का समापन कमलेश भाई के साथ एक सामूहिक चित्र लेकर हुआ । शाम ६ बजे उन्होंने मुख्य ध्यान कक्ष में सत्संग कराया ।

दिल्ली

४ मई को कमलेश भाई दिल्ली पहुँचे । जैसे ही वे वहाँ व्यवस्थित हुए, उन्होंने एक आश्रम परियोजना पर कार्य करना आरम्भ कर दिया और कई परिरूप प्रस्तावों की समीक्षा की । शाम ६ बजे उन्होंने गुड़गाँव आश्रम में सत्संग कराया । सत्संग के पश्चात् दी गयी अपनी संक्षिप्त वार्ता में उन्होंने इस विषय पर कि किस तरह हम नये जिज्ञासुओं को ध्यान के प्रति आकर्षित करें, यह कहते हुए विवेचना की, "हम अपनी दैनिक साधना से आरम्भ करें, जो कि सर्वोपरि है। जब हम अपने दैनिक कार्य करते हैं तो हमें अपनी आन्तरिक शान्ति, स्थिरता, हर्षोल्लास की स्थिति और जो सम्पन्नता हमारे हृदय के अन्दर है उसके द्वारा संक्रामक बन जाना चाहिये ताकि जब हम किसी से बात करें तो हमारे विचार उन तक पहुँचें । यह किसी व्यक्ति को अत्यधिक स्नेह और लगाव सहित लगभग छू लेने जैसा है । हमारे विचार बहुत शक्तिशाली होते हैं । जब हम अभ्यास करते हैं और उस स्नेहमयी स्थिति को अपने अन्दर बनाये रखते हैं, उसके साथ कार्य करते हैं, जब हम किसी चीज़ को छूते हैं, किसी की ओर देखते हैं या जब हम कुछ सुनते हैं; इन सभी स्थितियों में हमें उसी प्रेमपूरित दशा को प्रसारित करना चाहिये । इसे सतर्क होकर आज़माइये । जब आप किसी से बात करें तो सचेत होकर अपना प्रेम प्रसारित करने का प्रयत्न करें ।"

"स्वामी विवेकानन्द ने बाबूजी महाराज को बताया था कि उनकी यह इच्छा रही है कि प्रत्येक परिवार को यह पता होना चाहिये कि सहजमार्ग उपलब्ध है, इस बात से वास्तव में कोई फ़र्क नहीं पड़ता है कि लोग हमारी पद्धति को अपनाना जारी रखते हैं या नहीं । जब कभी उन्हें हमारी आवश्यकता होगी तो सहजमार्ग उनके लिये सुलभ है । हम सदैव उपलब्ध हैं ।"

देर रात्रि ११:३० बजे उन्होंने यूरोप में अपनी अगली यात्रा प्रारम्भ करने के लिये दिल्ली अन्तराष्ट्रीय हवाई अड्डे की ओर प्रस्थान किया ।

यूरोप का भ्रमण

५ से २५ मई २०१५

पूज्य कमलेश भाई के यूरोपीय दौरे का प्रारम्भ इटली में उनके मिलान के भ्रमण से हुआ। उन्होनें ६ मई को मिलान में नये ध्यान कक्ष का उद्घाटन किया और उसी दिन इटली के आओस्ता केन्द्र का दौरा किया। फ़िर वे वहाँ से स्विट्जरलैण्ड के लौसैन स्थान पर गये जहाँ उन्होंने नये आश्रम में सत्संग कराया। उन्होंने फ्रांस के मोन्ट्पेलियर और पेरपिगनन केन्द्र का भ्रमण किया तथा वहाँ से वे स्पेन में बार्सिलोना गये। बार्सिलोना में हृदयानुभूति पर एक सत्र संचालित किया गया, जिसनें वहाँ उपस्थित सभी अतिथियों के दिलों को छुआ। वे सभी अन्तिम ध्यान के लिये रुके तथा अभ्यास प्रारम्भ करने का निश्चय किया। कमलेश भाई ने पुर्तगाल में लिस्बन केन्द्र का भ्रमण किया तथा वहाँ से हृदयानुभूति पर तीन दिन की संगोष्ठी का संचालन करने फ्रान्स के लियोन को गये।

लियोन में १५ मई से १७ मई के बीच हुई संगोष्ठी में पूरे यूरोप से २६०० से अधिक अभ्यासी एकत्र हुए थे। संगोष्ठी के दौरान 'रामचन्द्र की सम्पूर्ण कृतियाँ, भाग ५' के अभिलेखीय संस्करण का विमोचन किया गया। नवम्बर २०१४ में मणपाक्कम में आयोजित पहली युवा संगोष्ठी में कमलेश भाई द्वारा दी गयी वार्ताओं का पुस्तक के रूप में संकलन 'डिजायनिंग डेस्टिनी' का फ्रेंच संस्करण भी प्रस्तुत किया गया। वार्ताओं का अनुवाद फ्रान्स फ्रेंच एवम् बेलजियम के अभ्यासियों ने किया था। इस सीमित संस्करण का फ्रेंच नाम 'क्रीर नोत्रे डेस्टिनी' है।

संगोष्ठी के दौरान युवाओं के लिये अलग से सत्र आयोजित किये गये, जिससे कि वे प्रकरणों पर चिन्तन कर सकें तथा आपस में चर्चा कर सकें। यह सभी के लिये आपसी सम्बन्ध बनाने का, तथा साथ ही अपनी सोच को गहरा कर आध्यात्मिक रूप से

प्रगति करने का भी अवसर था। कमलेश भाई ने पहले सत्र में उनके साथ वार्ता की। कमलेश भाई और अनेकों युवा वक्ताओं के योगदान से बातचीत में सुन्दर सहज-प्रवाह था, और सत्र खिलखिलाहट एवम् तालियों की आवाज से परिपूर्ण था।

आम जनता को हृदयानुभूति का अनुभव कराने के लिये दो खुले सत्रों का आयोजन किया गया था। लगभग १००० बाहरी लोगों ने

इसमें भाग लिया । १७ तारीख को प्रात: ७.३० बजे के सत्संग के पश्चात् कमलेश भाई ने चार विवाह सम्पन्न कराये । लिओन से वे रोमानिया में टिमिसोआरा के लिये रवाना हुए ।

टिमिसोआरा में दो दिन की संगोष्ठी आधिकारिक तौर पर १८ मई की सुबह ७.३० बजे के सत्संग के साथ प्रारम्भ हुई । संगोष्ठी में दो सौ से अधिक अभ्यासियों ने भाग लिया, जिनमें सर्वाधिक रोमानिया से थे और कुछ सर्बिया और मॉलडेविया से भी थे । टिमिसोआरा से वियेना जाते समय कमलेश भाई हंगरी के बुडापेस्ट में रुके और स्थानीय अभ्यासियों को सत्संग कराया । कुछ नाश्ता करने के बाद वे ऑस्ट्रिया में वियेना के लिये रवाना हुये, जहाँ वे शाम के समय जल्दी ही पहुँच गये । २१ मई को, डेनमार्क के व्राड्स सेन्डे आश्रम जाने से पहले, वहाँ एक दिन की संगोष्ठी आयोजित की गयी ।

२२ मई से व्राड्स में प्रारम्भ हुई संगोष्ठी में, पूरे यूरोप से आये लगभग सभी १२०० प्रतिभागी, जिनमें कुछ बहुत पुराने अभ्यासी थे और अनेकों नये थे, उच्च गहन अवस्था में डूबे हुए थे । संगोष्ठी में प्रति दिन तीन सत्संग होते थे, जिनके साथ प्राय: वार्तायें होती थीं; जो हमारे क्रमिक विकास और इस कठिन समय में इस पृथ्वी पर चेतना के क्रमिक विकास के लिये गूढ़ विषयों को अनावृत करती रहती थीं ।

२३ तारीख को, ध्यान तम्बू में, सभी अभ्यासियों के लिये, हृदयानुभूति विषय पर एक प्रस्तुति दी गयी । दोपहर में स्थानीय आगंतुकों के लिये डेनिश भाषा में, प्रयोग के तौर पर, हृदयानुभूति सत्र का आयोजन किया गया । इस सत्र में लगभग चालीस आगंतुक थे और उनमें से अधिकतम प्रारंभिक सिटिंग लेकर गये । इसी तरह का एक सत्र रविवार को दोपहर में किया गया । शाम ५ बजे के सत्संग के बाद कमलेश भाई ने कुछ समय बच्चों के साथ व्यतीत किया, जिनकी उम्र चार वर्ष से सत्रह–अठारह वर्ष के बीच थी ।

संगोष्ठी का समापन २५ मई को हुआ, जिसके साथ कमलेश भाई की यूरोप यात्रा भी सम्पन्न हुई । कमलेश भाई की यूरोप यात्रा का पूर्ण विवरण अभ्यासी बुलेटिन पर उपलब्ध है, जिसे निम्न पते पर देखा जा सकता है: https://www.sahajmarg.org/newsletter/sahaj-sandesh

प्रशिक्षक संगोष्ठी

जबलपुर, मध्यप्रदेश

अंचलीय आश्रम, जबलपुर में २६ से ३० मई तक ६ अंचलों (मध्यप्रदेश–८ए एवं ८बी, राजस्थान–७ए एवं ७बी, छत्तीसगढ़ एवं महाराष्ट्र) से आये ८५ प्रशिक्षकों के लिये एक पाँच दिवसीय प्रशिक्षक संगोष्ठी का आयोजन किया गया । कार्यक्रम मुख्यत: इस विषय पर आधारित था कि प्रशिक्षक स्वयं को कैसे कार्य की नयी अनुमतियों अथवा तकनीकों के अनुकूल बना सकते हैं । गोष्ठी में हृदयानुभूति, यू–कनेक्ट, दूरस्थ सिटिंग तथा प्रार्थनापूर्ण सुझावों पर शैक्षिक सत्रों के अतिरिक्त अन्तरावलोकन, वार्तालाप के सिद्धान्त, हृदय से श्रवण, सतर्क जीवन शैली तथा विनम्रता जैसे दूसरे विषय भी सम्मिलित थे । सभी प्रशिक्षकों ने अपने–अपने केन्द्रों में नयी अनुमतियों के अनुसार पूर्ण निष्ठा के साथ कार्य करने का संकल्प व्यक्त किया।

मेरठ, उत्तर प्रदेश

३० और ३१ मई को मेरठ में, अंचल १२–ए (पश्चिमी उत्तर प्रदेश) के ७० प्रशिक्षकों ने वार्षिक प्रशिक्षक संगोष्ठी में भाग लिया । ध्यान के पश्चात्, 'प्रशिक्षक एक गहन अभ्यासी है' इस विषय से कार्यक्रम का शुभारम्भ हुआ । प्रशिक्षकों को दी गयी नयी अनुमतियों की व्याख्या के साथ यह सुगठित कार्यक्रम जारी रहा, जिसके बाद इसमें हृदयानुभूति, यू–कनेक्ट, खुले सत्र और गृह–सभा (होम गैदरिंग) पर प्रस्तुतिकरण दिये गये व अन्त में प्रश्नोत्तर सत्र भी आयोजित किया गया । इन सत्रों में दूसरे विषयों जैसे 'प्रेम, भाईचारा, विनम्रता, गुमनामी एवं समरसता के साथ प्रशासन', 'प्रशिक्षकों की भूमिका', 'व्हिस्पर्स संदेशों का महत्व एवं सार्थकता', 'चरित्र निर्माण' आदि को भी सम्मिलित किया गया । जी०आई०टी०पी० जैसे प्रशिक्षण का महत्व, रिट्रीट केन्द्रों व आश्रमों में अभ्यासियों के भ्रमण को प्रोत्साहन, क्रेस्ट में उपस्थिति तथा लेखांकन प्रणाली का प्रशिक्षण जैसे विषय भी इस संगोष्ठी में सम्मिलित किये गये ।

अंचल प्रभारी भाई अशोक कुमार गर्ग ने अंचल के केन्द्रों में अपने भ्रमण की जानकारी दी तथा सुधार के लिये सुझाव दिये । इसके पश्चात् स्पष्टीकरण, पूछताछ तथा प्रशिक्षकों द्वारा केन्द्रों के विकास पर उठाये गये मुद्दों पर चर्चा का सत्र हुआ । समापन सत्र में प्रशिक्षकों को आगे आकर अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के लिये आमन्त्रित किया गया ।

प्रशिक्षक अभ्यर्थी कार्यक्रम

मणपाक्कम

बाबूजी स्मारक आश्रम में २० से २६ मई तक १० वें समूह के लिये प्रशिक्षक अभ्यर्थी कार्यक्रम आयोजित किया गया । कुल ६२ अभ्यर्थी प्रशिक्षण प्रक्रिया से चयनित किये गये, जिनमें से २० पहले ही प्रशिक्षक बनाये जा चुके थे तथा शेष ४२ को तैयार किया जा रहा था ।
यद्यपि इस कार्यक्रम में कमलेश भाई भौतिक रूप से उपस्थित नहीं थे, लेकिन उनका निर्देशन तथा उपस्थिति स्पष्ट रूप से महसूस हो रही थी । भाई सी० राजगोपालन ने प्रशिक्षक तैयार करने हेतु सिटिंग दीं; साथ ही प्रश्नों के उत्तर दिये तथा प्रशिक्षक कार्य के विभिन्न पक्षों की व्याख्या की ।

सम्प्रेषण, वार्तालाप के सिद्धान्त, अभ्यास तथा प्रशिक्षक कार्य के प्रति मनोभाव, सहज मार्ग दर्शन, स्थिति का अध्ययन, विनम्रता, प्रशिक्षकों को नयी अनुमतियाँ, गुमनामी एवं तुच्छता, हृदयानुभूति, प्रार्थनापूर्ण सुझाव आदि विषयों पर सत्र आयोजित किये गये । उन प्रशिक्षकों के लिये विशेष सत्र आयोजित किये गये, जिन्हें पहले ही कार्य करने की अनुमति दी जा चुकी थी । वहाँ पर कार्य लेने के लिये भाई–चारे एवं लक्ष्य का भाव मौजूद था, जिसे प्रिय गुरुदेव "पवित्र एवं नेक" कार्य कहते हैं ।

यू–कनेक्ट

औरंगाबाद, महाराष्ट्र

वर्ष २०१४–१५ के द्वितीय छ:माही सत्र के दौरान गवर्नमेण्ट इन्जीनियरिंग कॉलेज में यू–कनेक्ट के माध्यम से तैयार आत्म–विकास कार्यक्रम (एस०डी०पी०) का संचालन किया गया । विभिन्न पूर्व–स्नातक इन्जीनियरिंग पाठ्यक्रमों के लगभग ७२ विद्यार्थियों ने इसमें भाग लिया ।

२३ मई के दिन संस्थान में समापन सत्र का संचालन हुआ । एक प्रशिक्षक द्वारा शिथिलीकरण तकनीक का प्रदर्शन एवं दस मिनट ध्यान का संचालन किया गया । विद्यार्थियों ने इसमें गहरी रुचि दिखाई और चर्चाओं में भाग लिया । इसके बाद सभी एस०डी०पी० प्रतिभागियों को प्रमाण–पत्र वितरित किये गये ।

इन्दौर, मध्य प्रदेश

१४ जून को मध्यप्रदेश अंचल ८–ए के विभिन्न केन्द्रों के लगभग ५० यू–कनेक्ट स्वयंसेवकों के लिये एक आंचलिक बैठक का आयोजन किया गया । पिछले शैक्षिक सत्र में इन्दौर, भोपाल, ग्वालियर और विदिशा के ६ महाविद्यालयों में एस०डी०पी० का संचालन हुआ था । चार महाविद्यालयों में एस०डी०पी० का समापन हो गया है और दो में अभी यह जारी है । कुल मिलाकर लगभग १८० विद्यार्थियों ने इन कार्यक्रमों में भाग लिया है । स्वयंसेवकों ने छात्रों के साथ अपने अनुभव बाँटे, जिन्होंने यह महसूस किया कि ये एस०डी०पी० कार्यक्रम उनके जीवन में आध्यात्मिकता की रिक्तता को दूर करने में समर्थ हुए हैं । एस०आर०सी०एम० के स्वयंसेवकों की प्रतिबद्धता और निःस्वार्थ कार्य से वे प्रभावित थे । अनेक छात्र सिटिंग लेने के लिये प्रेरित हुए । स्वयंसेवकों के दलों, प्रशिक्षण हेतु वक्ताओं और समन्वयकों आदि के गठन के लिये प्रतिभागियों के साथ सुझावों का आदान–प्रदान किया गया । स्वयंसेवकों के लिये एस०डी०पी० की विषय–वस्तु की एक लघु समीक्षा भी प्रस्तुत की गयी ।

यह निर्णय लिया गया कि इस क्रिया–कलाप को तीन नये केन्द्रों– हरदा, उज्जैन और झाबुआ में आरंभ किया जाये । वर्तमान केन्द्र, इन्दौर और भोपाल उन्हीं महाविद्यालयों में फ़िर से कार्य करेंगे और साथ ही नये महाविद्यालयों का भी समावेश करेंगे ।

फ़ेसिलिटेटर प्रशिक्षण कार्यक्रम, होसुर, तमिलनाडु (अंचल २ए)

३०–३१ मई को ७० अभ्यासियों के लिये एक दो दिवसीय फ़ेसिलिटेटर प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया । अंचल २ए के विभिन्न केन्द्रों के अभ्यासियों एवं अंचल २बी तथा कर्नाटक के कुछ अभ्यासियों ने इस कार्यक्रम में भाग लिया, जिसमें यू–कनेक्ट एवं एस०डी०पी० की अवधारणा पर सत्रों का समावेश किया गया था और जिसने सभी प्रतिभागियों को सामूहिक चर्चाओं तथा प्रस्तुतिकरणों में सक्रियता से सम्मिलित कराया । एक कृत्रिम सत्र का संचालन किया गया, जिसमें कुछ प्रतिभागियों ने विषय को प्रस्तुत किया तथा शेष ने श्रोतागण के रूप में महाविद्यालय के छात्रों की भूमिका निभाई । इस प्रक्रिया ने प्रतिभागियों को अपने कार्य की गंभीरता को समझने और महाविद्यालयों व विश्वविद्यालयों में संचालित किये जाने वाले ऐसे सत्रों की संभाव्य महत्ता को समझने में समर्थ बनाया । सत्र के अन्त में आंचलिक प्रभारी द्वारा अंचल २ए में यू–कनेक्ट के क्रिया–कलाप हेतु एक कार्य–योजना प्रस्तुत की गई। यू–कनेक्ट कोर टीम के पर्यवेक्षक की उपस्थिति में फ़ेसिलिटेटर अपने प्रस्तुतिकरण–कौशल का अभ्यास करने हेतु नियमित रूप से मिलेंगे । एक बार जब पर्याप्त संख्या में फ़ेसिलिटेटर प्रशिक्षित हो जायेंगे तो वे अपने–अपने क्षेत्रों में एस०डी०पी० को प्रस्तुत करने के लिये महाविद्यालयों/ विश्वविद्यालयों में सम्पर्क करना आरम्भ करेंगे ।

युवा क्रियाकलाप

विरुधनगर, तमिलनाडु , अंचल २डी

२९ से ३१ मई तक अंचल स्तर की युवा संगोष्ठी में ७३ अभ्यासी उपस्थित थे, जिनमें से अधिकतर अंचल २डी के केन्द्रों से थे। युवा उत्साह से भरे हुए थे, जिसके कारण विस्तृत विषयों पर; जिनमें हृदयानुभूति, लक्ष्य निर्धारण, साधना, सेवा, अन्तरावलोकन, एवं चरित्र आदि सम्मिलित थे; आसान व संवादात्मक सत्र सम्भव हुए। प्रासंगिक विषयों पर कुछ समूह चर्चाओं के साथ स्वयंसेवा का कार्य भी व्यवस्थित था।

दिन के आखिरी सत्र के बाद, शाम के नाश्ते से पहले, एक 'सर्किल टाइम' कार्यक्रम ने पूरे दिन की गतिविधियों पर चर्चा में और अगले दिन के लिये कुछ संकेतों के आदान प्रदान में सहायता की, जिससे कार्य में सुधार हुआ।

हमारे गुरुदेवों के नियमित वीडियो सत्रों के अलावा, स्वामी विवेकानन्द के जीवन पर आधारित चलचित्र भी दिखाया गया। संगोष्ठी के अन्त में, ऐसे अवसर प्रदान करने व उनके निरन्तर मार्गदर्शन के लिये, सभी प्रतिभागियों के हृदयों में गुरुदेव के प्रति कृतज्ञता की भावना थी।

वलसाड, गुजरात, जोन ६बी

तैंतालीस उत्साही युवा व्यक्तियों ने १३ व १४ जून को वलसाड आश्रम में आयोजित अंचलस्तरीय कार्यशाला में भाग लिया, जिसकी विषयवस्तु थी – 'यहाँ व अभी'। यह फ़रवरी माह में वडोदरा आश्रम में आयोजित कार्यशाला का दूसरा भाग था। इस कार्यशाला में सम्मिलित विषय थे – प्रवृत्ति, हृदयानुभूति, आत्म–विश्लेषण, स्वैच्छिक–सेवा, समय प्रबन्धन तथा भण्डारा। प्रतिभागी डायरी लेखन द्वारा प्रार्थनापूर्ण सुझावों को लागू करने तथा अपनी हालत के प्रति जागरूकता बढ़ाने के प्रति भी सक्रिय थे। युवाओं ने आश्रम में एक घण्टा स्वैच्छिक कार्य करने में भी व्यतीत किया।

कार्यशाला में डी०वी०डी० 'साधना में डूबिये', 'दी नीड ऑफ़ टाइम', 'टेन मैक्सिम्स', तथा '५० इयर्स ऑफ़ स्प्लैण्डर' दिखाये गये। सभी प्रतिभागियों के लिये आध्यात्मिक यात्रा के अभियान में यह एक अगला कदम था, जिसमें सभी अब अधिक उत्साह के साथ 'यहीं और अभी' अभ्यास करने तथा परिवर्तन लाने के लिये प्रतिबद्ध थे।

मीडिया कार्यशाला, मुम्बई

आठ युवा व्यक्तियों ने एक दस दिवसीय मीडिया कार्यशाला में, जो कि बी०एम०ए०, पनवेल में आयोजित की गयी थी, हिस्सा लिया। यह कार्यशाला मीडिया के विभिन्न पहलुओं को 'अपने आप करिये' की अवधारणा को ध्यान में रखते हुये तैयार की गयी थी, ताकि प्रतिभागी मिशन की विभिन्न परियोजनाओं में काम कर सकें। कार्यशाला में मीडिया के विभिन्न पहलुओं के सैद्धान्तिक व व्यवहारिक पक्ष सम्मिलित किये गये थे। प्रतिभागियों को विभिन्न विषयों पर आधारित प्रोजैक्ट तथा अभ्यास दिये गये, जिनमें स्थिर फोटोग्राफी, चलचित्रिकी, ए०वी० सिलेक्टर का प्रयोग करते हुये मल्टी कैमरों द्वारा साक्षात्कार फिल्म बनाना, स्टूडियो प्रकाश व्यवस्था, निर्देशक का परिप्रेक्ष्य, डब करना और पार्श्व–स्वर सम्मिलित थे। मीडिया व्यक्ति के व्यस्त कार्यक्रम को ध्यान में रखते हुए इस कार्यशाला में दो विशेष व्याख्यान, एक फ़ीजिओथिरेपिस्ट द्वारा और दूसरा आहार विशेषज्ञ द्वारा, सम्मिलित किये गये। प्रतिभागियों के अभिनय कौशल को परखने व उनमें व्यावसायिक अंदाज पैदा करने के लिये, संकाय द्वारा उन्हें एक कार्य योजना 'अपने अंदर समझ महसूस करिये' दी गयी। इन सभी कार्ययोजना व अभ्यासों ने प्रतिभागियों को अपनी स्वयं की दृश्य कथा वाचन – 'दि सिनेमा' के निर्माण द्वारा निर्देशन, अभिनय, चलचित्रिकी, सम्पादन और ध्वनि–योजन के ऊपर एक विलक्षण अनुभव प्रदान किया।

श्री राम चंद्र मिशन एकोज़ इंडिया समाचार पत्र

समाचार झलकियाँ

भीलवाड़ा, राजस्थान

७ जून को ४३ अभ्यासियों के लिये दस नियमों पर एक कार्यशाला का आयोजन किया गया । कहानियों और उदाहरणों की सहायता से नियमों को विस्तार से समझाया गया । सार रूप में, इस बात पर जोर दिया गया कि आध्यात्मिकता के सच्चे जिज्ञासु के लिये दस नियमों को अपनाना अत्यावश्यक है । प्रत्येक नियम के महत्व की सही समझ ने अभ्यासियों की सहायता की ।

हुबली, कर्नाटक

१३ और १४ जून को कन्नड़ में एक दो दिवसीय 'मनन' नामक कार्यक्रम आयोजित किया गया । हुबली, धारवाड़, बेलूर, नवानगर, कल्लूर और गुलबर्गा केंद्रों से १०० से अधिक अभ्यासी इस कार्यक्रम में उपस्थित हुए । एक संवादात्मक तरीके से प्रस्तुतिकरण का प्रयोग कर अभ्यास के विभिन्न पक्षों का गहनता के साथ समावेश किया गया । सभी अभ्यासियों ने महसूस किया कि वे इस कार्यक्रम से बहुत अधिक लाभान्वित हुए थे ।

ज़ीरो, अरुणांचल प्रदेश

१७ से १९ अप्रैल तक आश्रम में एक त्रिदिवसीय आवासीय जी०आई०टी०पी० कार्यशाला का आयोजन किया गया । इस में डायरी लेखन, ध्यान और निर्मलीकरण मॉड्यूल सम्मिलित थे । ईटानगर, बोमडिल्ला, फासीघाट, नहारलगुन, रागा, अणिनि, टेंगा, दुलुंग, उत्तर लखीमपुर और तिनसुकिया से आये ५० से अधिक अभ्यासी इस कार्यक्रम से लाभान्वित हुए ।

खड़गपुर, पश्चिम बंगाल

केन्द्रीय विद्यालय, खड़गपुर में २० से २२ अप्रैल तक दसवीं कक्षा के चार अनुभागों से आये लगभग १५० विद्यार्थियों के लिये 'मूल्य शिक्षा का परिचय' विषय पर एक तीन दिवसीय कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम की विषयवस्तु थी – 'आओ सीखें खेल खेल में अच्छी अच्छी बातें' । कार्यक्रम दो मिनट के मौन और शिथिलीकरण अभ्यास से प्रारम्भ हुआ, जिसके पश्चात् एक रुचिकर खेल खेलाया गया । खेल–खेल में उनका परिचय सभी छः मूलभूत जीवनमूल्यों, यथा विनम्रता, प्रेम, साहस, ईमानदारी, उत्तरदायित्व और अनुशासन से करवाया गया । विद्यार्थियों ने प्रस्तुति को उत्साह पूर्वक सुना, परस्पर संवाद किया और अपनी प्रतिक्रिया दी । विद्यार्थियों द्वारा 'दी लीज़ेन्ड्स ऑफ इंडिया' तथा 'वॉक द टॉक' वीडियो को सर्वाधिक सराहा गया । सम्पूर्ण कार्यक्रम बहुत सुखद और जीवन्त वातावरण में कार्यान्वित हुआ। विद्यालय के अधिकारियों द्वारा दिया गया सहयोग भी प्रशंसनीय था ।

बच्चों के लिये ग्रीष्मकालीन शिविर

ग्रीष्मावकाश करीब आ रहे थे, इस कारण बाल–केन्द्र और आश्रम के अन्य स्वयंसेवक अपने–अपने आश्रमों में बच्चों के लिये रोमांचकारी ग्रीष्मकालीन शिविरों की योजना बनाने में व्यस्त थे। गतिविधियाँ इस तरह से आयोजित की गयी थीं कि बच्चों को घर जैसा अनुभव हो और साथ ही सूक्ष्म और आनन्ददायक तरीके से जीवन के लिये आवश्यक मूल्यों को उनमें अन्तरनिहित कर उनका सम्पूर्ण विकास किया जा सके। इन शिविरों में बहुत अधिक संख्या में भाग लेने वाले बच्चों की देखभाल के लिये स्वयंसेवक हमेशा उनके पास रहते थे। कम आयु वर्ग के अधिकतर बच्चे (आयु ६ से १० वर्ष) कला व शिल्प की गतिविधियों में व्यस्त रहे, जिसने उनको परस्पर साझा करने और सेवा भाव के मूल्यों को आत्मसात करने में सहायता प्रदान की। अधिकांश आश्रमों में अधिक आयु वर्ग वाले बच्चों (११ से १६ वर्ष) के लिये जीवन के दूसरे कई सामाजिक और व्यावहारिक पक्षों के साथ आध्यात्म से सम्बन्धित विषयों पर अधिक गम्भीर सत्र रखे गये थे। बच्चे प्रात:काल होने वाले व्यायामों, शिथिलीकरण, और कई रोचक खेलों में भी व्यस्त रहे, जो उन्हें पूरे दिन ऊर्जावान व सक्रिय बनाये रखते थे। स्वयंसेवकों ने पूरे लगन और स्नेह के साथ अपना सर्वोत्तम प्रयास प्रस्तुत किया ताकि बच्चे आनन्दित हृदय, मधुरता, खुलेपन और उन मूल्यों के साथ वापस लौट सकें, जो भविष्य में उनका मार्गदर्शन करे। इकोज टीम को इन ग्रीष्मकालीन शिविरों के अहमदाबाद, इलाहाबाद, बंगलौर, मुम्बई और सीतापुर केन्द्रों से विवरण प्राप्त हुए हैं। इन शिविरों की कुछ झलकियाँ नीचे दी गयी हैं।

हृदयानुभूति सत्र

हृदयानुभूति जिज्ञासुओं के सम्मुख सहज मार्ग को प्रस्तुत करने की एक खुली प्रक्रिया है । यह जिज्ञासुओं को पद्धति के मूलतत्वों को सुविधानुसार अपने अनुभव के आधार पर अपनाने की अनुमति देती है । उन्हें अभ्यास के सभी पहलुओं को एक साथ अपनाने की आवश्यकता नहीं है । हृदयानुभूति शिथिलीकरण तकनीक के साथ सबसे पहले हृदय पर ध्यान करने के विषय में बताया जाता है । यह प्रदर्शित किया जाता है कि किस प्रकार मनोचित्त का उपयोग करके शरीर को विश्राम की स्थिति में लाया जाता है तथा साथ ही ध्यान में इसका उपयोग कैसे किया जाता है । सहज मार्ग को साधारण शब्दों में समझाया जाता है, जो इसके वास्तविक अर्थ 'एक सरल मार्ग' को व्यक्त करे । उदाहरण के लिये, 'सत्संग' के स्थान पर 'ध्यान', आश्रम के स्थान पर 'ध्यान केन्द्र', प्रिसेप्टर के स्थान पर 'प्रशिक्षक', अभ्यासी के स्थान पर 'ध्यान करने वाला' आदि शब्दों का उपयोग किया जाता है । हृदयानुभूति भावनाओं को सुनना सीखने तथा मन के अन्दर से आनेवाली प्रेरणा को ग्रहण करने पर आधारित है । यह हृदय पर ध्यान के द्वारा हृदय और मनोचित्त के बीच संगति का अभ्यास है।

हृदयानुभूति सत्र भारत तथा विश्व के सभी केन्द्रों में आयोजित किये जा रहे हैं । कुछ सम्बन्धित विवरण तथा छायाचित्र आगे दिये जा रहे हैं । इन सभी सत्रों में प्रतिभागियों के लिये हृदयानुभूति शिथिलीकरण तकनीक तथा ध्यान कराया गया ।

अजमेर, राजस्थान

२८ मई को जियालाल शिक्षक प्रशिक्षण संस्थान, रामगंज में १०० से अधिक प्रतिभागियों ने एक घंटे के सत्र में भाग लिया । अजमेर के केन्द्र-प्रभारी भाई भगवान सहाय ने युवाओं के आध्यात्मिक मनोवृत्ति के साथ सम्पूर्ण विकास की आवश्यकता पर बल दिया । उन्होंने युवाओं की ऊर्जा को सकारात्मक आध्यात्मिक खोज की ओर प्रवाहित करने की आवश्यकता पर चर्चा की ।

अलवर, राजस्थान

२३ मई को लक्ष्मीदेवी आभियान्त्रिकी एवं तकनीकी संस्थान में संकाय, कर्मचारी तथा विद्यार्थियों सहित लगभग १५० प्रतिभागी सत्र में उपस्थित थे । सत्र समाप्ति के बाद सभी प्रतिभागियों ने ध्यान प्रारम्भ करने की इच्छा व्यक्त की ।

भीकनगाँव, मध्य-प्रदेश

भीकनगाँव एक नया केन्द्र है, जो इन्दौर से १५० किलोमीटर दूर है । १७ मई को लगभग ७० जिज्ञासुओं ने यहाँ आयोजित एक सत्र में भाग लिया, जिसके पश्चात् १६ जिज्ञासुओं ने ध्यान प्रारम्भ किया । भीकनगाँव में नियमित रविवारीय सत्संग भी प्रारम्भ हो गया है ।

पुलिस ट्रेनिंग एकेडमी, भौरी, मध्य-प्रदेश

२२ से २४ अप्रैल तक १९० पुलिस प्रशिक्षणार्थियों तथा कर्मचारियों को ध्यान शुरू कराया गया । प्रशिक्षणार्थी एकेडमी के दूसरे बैच से थे, जिनमें सब-इन्स्पेक्टर, प्लाटून कमान्डर, स्पेशल ब्रान्च सब-इन्स्पेक्टर और क्यू०डी० ब्रान्च सम्मिलित थे । इस बैच के लिये रविवारीय सत्संग एकेडमी में आयोजित किया गया है । प्रशिक्षण अवधि में ध्यान प्रारम्भ कराने में सहायता के लिये भोपाल के केन्द्र-प्रभारी के साथ और व्यवस्थायें की जा रही हैं ।

थाणे, महाराष्ट्र

थाणे के वसन्त विहार क्षेत्र के निवासियों के लिये एक कार्यशाला आयोजित की गयी ।

इसमें २० से ७५ वर्ष की विस्तृत आयु वर्ग के ७५ जिज्ञासुओं ने भाग लिया । सभी को हृदयानुभूति ध्यान कार्ड, शिथिलीकरण के निर्देश तथा थाणे शहर के सभी प्रशिक्षकों के सम्पर्क विवरण दिये गये थे ।

पालनपुर, गुजरात

१८ मई को गुजरात जल आपूर्ति एवम् मल निस्तारण परिषद, पालनपुर कार्यालय के लगभग ६० अधिकारियों व कर्मचारियों को भाई अनीश (अहमदाबाद) द्वारा ध्यान के बारे में परिचित कराया गया । श्रोता पद्धति के बारे में और अधिक जानना चाहते थे । उनमें से कुछ लोगों ने इसे आरम्भ करने में रुचि प्रदर्शित की तथा स्थानीय प्रशिक्षकों के सम्पर्क फ़ोन नम्बर भी लिये।

पश्चिमी राजस्थान

पश्चिमी राजस्थान (७–ए) के कई स्थानों पर कार्यशालायें आयोजित की गयीं । अधिकांश प्रतिभागियों ने अनुभव किया कि इसमे कुछ विशेष है, जो न केवल उनके लिये लाभदायी है अपितु उनकी अन्तरात्मा को आनन्दित कर रहा है । इच्छुक प्रतिभागियों ने अपने सम्पर्क विवरण भी दिये हैं, और प्रशिक्षक उनको पद्धति में लाने के लिये कार्य कर रहे हैं ।

जालोर: ९ मई को बी०एड० कॉलेज में ७४ प्रतिभागियों के लिये पहला सत्र आयोजित किया गया । दूसरा सत्र जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान में लगभग ११० प्रतिभागियों के लिये २० मई को आयोजित किया गया ।

पदमपुर : ३ जून को एक कार्यक्रम शहीद कैप्टन नवज्योत सिंह सिद्धू सीनियर सेकेन्ड्री स्कूल पदमपुर, जिला श्री गंगानगर में २०० अध्यापकों के लिये आयोजित किया गया ।

सुजानगढ़ : १७ मई को भाई ताराचन्द (सुजानगढ़ केन्द्र) ने अपने लगभग ७० मित्रों, रिश्तेदारों व साथियों को एक सत्र के लिये आमन्त्रित किया, जिसमें भाई अनिल (जोधपुर) और ताराचन्द ने समन्वयन किया । इनमें से १६ जिज्ञासुओं ने अभ्यास प्रारम्भ कर दिया है ।

सिरोही : २२ मई को सिरोही के भटाकाडा स्कूल में १९ जिज्ञासुओं के लिये एक सत्र आयोजित किया गया ।

त्रिचि, तमिलनाडु

त्रिचि के प्रशिक्षकों द्वारा अक्टूबर २०१४ से अभ्यासियों के घरों में गृह–सभा (होम गैदरिंग) आयोजित करने की शुरुवात की गयी । इसका उद्देश्य उनके पड़ौसियों के बीच मिशन के बारे में जागरूकता उत्पन्न करना था । मार्च २०१५ तक लगभग १४ गृह सभायें और ३ खुले सत्र किये जा चुके थे । अप्रैल और मई में वहाँ ५ गृह सभायें और २ खुले सत्र आयोजित किये गये ।

बंगलौर, कर्नाटक

२१ जून को संयुक्त राष्ट्र, अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर पूरे नगर में १६ स्थानों पर खुले सत्र आयोजित किये गये । स्वयं–सेवकों ने यथासंभव अधिकतम लोगों को सूचना प्रदान करने के लिये बैनर, पोस्टर, आमन्त्रण पत्र वितरित करने के समन्वयन में कार्य किया । तीनों आश्रमों में उपस्थिति बहुत अच्छी थी तथा दूसरे स्थलों में भी स्थानीय लोगों ने भाग लिया । कुल मिलाकर लगभग ३०० लोगों ने नगर में आयोजित सत्रों में सहभागिता की तथा लगभग २०० लोग अभ्यास प्रारम्भ करेंगे ।

श्री राम चंद्र मिशन

एकोज़ इंडिया समाचार पत्र

योगाश्रम, देहरादून, उत्तराखण्ड

प्रकाश का केन्द्र

यह जून १९८९ की बात है, जब देहरादून में मात्र छः नियमित अभ्यासियों के साथ, एक अभ्यासी के घर पर रविवारीय सत्संग आरम्भ किया गया था । धीरे–धीरे अभ्यासियों की संख्या बढ़नी शुरु हो गयी और वर्ष २०००–२००१ में आश्रम भूमि के लिये खोज प्रारम्भ की गयी।

गुरुदेव का भ्रमण

वर्ष १९९५ से २००५ के दौरान, पूज्य चारीजी महाराज ने देहरादून का बार–बार भ्रमण किया । नवम्बर २००१ में उनके भ्रमण के दौरान उन्हें आश्रम निर्माण के लिये तीन सम्भावित स्थल दिखाये गये, और उन्होंने पौण्ढा में स्थल को स्वीकृति दे दी ।

१९ नवम्बर २००३ को गुरुदेव ने आश्रम का शिलान्यास किया और उसके बाद लगभग तुरन्त ही निर्माणकार्य आरम्भ हो गया । ११ जून २००४ को गुरुदेव ने वहाँ चल रहे निर्माण कार्य का निरीक्षण करने हेतु स्थल का भ्रमण किया । ७ फ़रवरी २००५ को पूज्य चारीजी महाराज ने आश्रम का उद्घाटन किया । उन्होंने इस आश्रम का नाम 'योगाश्रम' रखने की स्वीकृति दी ।

आश्रम के पास १.०७ एकड़ भूमि है और यह देहरादून में शान्तिपूर्ण ग्राम पौण्ढा में स्थित है, जो नगर के केन्द्र और देहरादून रेलवे स्टेशन दोनों से लगभग १५ किलोमीटर की दूरी पर है । यह देहरादून को हिमाचल प्रदेश से जोड़ने वाले राष्ट्रीय राजमार्ग ७२ से तीन किलोमीटर दूर है । पैट्रोलियम विश्वविद्यालय की ओर जाने वाली सड़क आश्रम के सामने से गुजरती है और इसे शहर से जोड़ती है ।

सुविधायें

आश्रम में एक सुन्दर ध्यान कक्ष (४० X ६० फ़ुट) है, जिसके सामने ७ फ़ुट चौड़ा बरामदा है । यह सार्वजनिक उद्घोषणा तन्त्र (पब्लिक अनाउन्समेंट सिस्टम), प्रोजेक्टर और एक इन्वर्टर की सुविधा से सज्जित है । यहाँ सीढ़ियों के नीचे और ध्यान कक्ष के खुले बरामदे में एक छोटा सा पुस्तकालय भी है । ध्यान कक्ष के सामने बगीचा बना हुआ है और आश्रम के अन्दर चारों तरफ़ फ़ैले हुए वृक्ष इसकी सुन्दरता को और भी बढ़ा देते हैं । यहाँ दो कमरे का एक रसोई घर है जिसके साथ सटा हुआ एक ३० X ३० फ़ुट का भोजन कक्ष है । प्रत्येक रविवार प्रातःकालीन सत्संग के पश्चात् अभ्यासियों द्वारा बनाया नाश्ता परोसा जाता है । एक प्रसाधन खण्ड, भण्डार गृह तथा चौकीदार के कक्ष सहित इसमें पूरी सुविधायें हैं और साथ ही थोड़ा स्थान वाहनों के खड़े करने के लिये भी है । जलापूर्ति आश्रम के अन्दर स्थित कुँए (बोरवैल) से की जाति है, जो पीने योग्य है एवं पर्याप्त मात्रा में है ।

गतिविधियाँ

प्रत्येक माह के प्रथम रविवार का कार्यक्रम दोपहर के भोजन तक बढ़ा दिया जाता है । निकटस्थ विकास नगर और जॉली ग्राण्ट उप–केन्द्रों के अभ्यासी भी प्रथम रविवार के सत्संग में सम्मिलित होते हैं । हमारे पूज्य महान गुरूओं के जन्मदिन भी यहाँ पूरे उत्साह के साथ मनाये जाते हैं । प्रत्येक वर्ष देहरादून के विभिन्न संस्थानों के छात्रों के लिये अखिल भारतीय निबन्ध कार्यक्रम का पुरस्कार वितरण समारोह इस आश्रम में आयोजित किया जाता है ।

अब रविवारों को अभ्यासियों की धीरे–धीरे बढ़ती हुई संख्या देखना बहुत उत्साहित करता है । उपस्थिति के १०० पर पहुँच जाने के बाद अब हम देहरादून को एक बड़े केन्द्र के रुप में विकसित होते हुए देखते हैं ।

To download or subscribe to this newsletter, please visit http://www.sahajmarg.org/newsletter/india For feedback, suggestions and news articles please send email to in.newsletter@srcm.org

© 2015 Shri Ram Chandra Mission ("SRCM"). All rights reserved. "Shri Ram Chandra Mission", "Sahaj Marg", "SRCM", "Constant Remembrance" and the Mission's Emblem are registered Trademarks of Shri Ram Chandra Mission.This Newsletter is intended exclusively for the members of SRCM. The views expressed in the various articles are provided by various volunteers and are not necessarily those of SRCM.