डॉ.एचआर नागेंद्र

डॉ.एचआर नागेंद्र विवेकानन्द योग अनुसंधान संस्थान (व्यासा) के अध्यक्ष और स्वामी विवेकानन्द योग अनुसंधान संस्थान विश्वविद्यालय (एस-व्यासा विश्वविद्यालय) के कुलाधिपति भी हैं। डॉ. एचआर नागेंद्र को दुनिया भर में योग गुरु के नाम से जाना जाता है।

1 जनवरी, 1943 को जन्मे। डॉ. एचआर नागेंद्र ने बैंगलोर विश्वविद्यालय से मैकेनिकल इंजीनियरिंग में स्नातक की डिग्री प्राप्त की और 1968 में भारतीय विज्ञान संस्थान (आईआईएससी), बैंगलोर से मैकेनिकल इंजीनियरिंग में पीएचडी प्राप्त की। बाद में मैकेनिकल विभाग में आईआईएससी के संकाय के रूप में कार्य किया। अभियांत्रिकी। 1969 में ब्रिटिश कोलंबिया विश्वविद्यालय, कनाडा में पोस्ट-डॉक्टरल रिसर्च फेलो के रूप में कार्य किया। 1970 में पोस्ट-डॉक्टरल रिसर्च एसोसिएट के रूप में नासा मार्शल स्पेस फ्लाइट सेंटर, यूएसए में चले गए। 1972 में इंजीनियरिंग विज्ञान प्रयोगशाला, हार्वर्ड विश्वविद्यालय, यूएसए में एक सलाहकार के रूप में और इंपीरियल कॉलेज ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी, लंदन में एक विजिटिंग स्टाफ के रूप में स्थानांतरित हुए।

डॉ. एचआर नागेंद्र, 1975 के दौरान, प्रशिक्षण केंद्र, विवेकानन्दपुरम, कन्याकुमारी के मानद निदेशक के रूप में एक सेवा मिशन, विवेकानन्द केन्द्र में शामिल हुए। 1979-1986 के दौरान विवेकानन्द केन्द्र योग थेरेपी एवं अनुसंधान समिति (वीके योगास) के सचिव के रूप में कार्य किया। 1993-2000 के दौरान अखिल भारतीय उपाध्यक्ष रहे।

वह 2000 से बेंगलुरु के विवेकानंद योग अनुसंधान संस्थान (VYASA) के अध्यक्ष के रूप में कार्यरत हैं। 2002-2013 तक स्वामी विवेकानंद योग अनुसंधान समथाना विश्वविद्यालय (एस-व्यासा) के कुलपति के रूप में कार्य किया और 2013 से कुलाधिपति के रूप में कार्य किया। इसके अलावा, वर्तमान में डॉ. एचआर नागेंद्र आईडीवाई (आंतरिक राष्ट्रीय योग दिवस) विशेषज्ञ समिति, कार्य के अध्यक्ष हैं। आयुष बल (स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय), सीसीआरवाई की एसएसी (योग और प्राकृतिक चिकित्सा में अनुसंधान के लिए केंद्रीय परिषद), भारत सरकार। उन्हें केआईआईटी, भुवनेश्वर, ओडिशा से डीएससी (हुनोरी कॉसा) की उपाधि प्राप्त है।

उन्होंने इंजीनियरिंग में 30 शोध पत्र, योग पर 135 शोध पत्र और योग पर 28 पुस्तकें प्रकाशित की हैं। डॉ. एचआर नागेंद्र ने 32 पीएचडी छात्रों का मार्गदर्शन किया है। वह विभिन्न राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय संस्थानों और संगठनों से कई सम्मान और पुरस्कार प्राप्तकर्ता हैं। वह कई शैक्षणिक और अन्य संगठनों के सलाहकार हैं

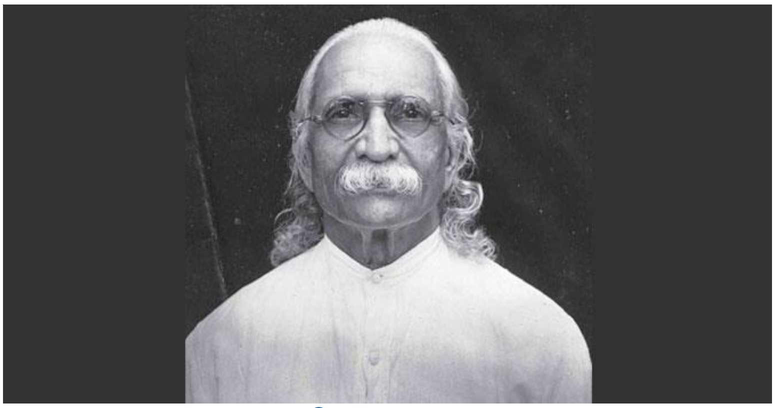
- बडागनाडु संघ एसोसिएशन, बैंगलोर द्वारा मैन ऑफ एक्सीलेंस पुरस्कार - 1994।
- पद्मश्री योगाचार्य बीकेएस अयंगर द्वारा योग श्री पुरस्कार, बैंगलोर योग एसोसिएशन द्वारा आयोजित - 1995
- योग चिकित्सा के क्षेत्र में योगदान के लिए दिल्ली सरकार के मुख्यमंत्री द्वारा पुरस्कार - 1995
- योग के क्षेत्र में योगदान के लिए ISM&H, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा निदेशक, ISM&H, बैंगलोर के माध्यम से पतंजलि पुरस्कार 1997 का प्राप्तकर्ता।
- योग के क्षेत्र में योगदान के लिए मिस्टिक इंडिया प्रदर्शनी, नई दिल्ली के आयोजकों द्वारा श्री रामानंद सागर के हाथों भास्कर पुरस्कार प्राप्तकर्ता - 1997।
- मानवता के प्रति उनकी सेवा के लिए अमेरिकन बायोग्राफ़िकल एसोसिएशन द्वारा विशिष्ट नेतृत्व पुरस्कार के लिए नामांकित किया गया
- संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार आयोग के माननीय अध्यक्ष, न्यायमूर्ति पीएन भगवती के हाथों से राष्ट्रीय नागरिक पुरस्कार - 2001
- स्वदेशी विज्ञान आंदोलन, कर्नाटक से योग शिक्षा और योग चिकित्सा के क्षेत्र में योगदान के लिए भारत रत्न सर एम विश्वेश्वरैया विज्ञान पुरस्कार के प्राप्तकर्ता - 2010
- पुर्तगाली योग परिसंघ से अंतर्राष्ट्रीय योग ग्रैंड मास्टर पुरस्कार - 2013
- कन्नड़ राज्योत्सव पुरस्कार (संगठन के लिए) - 2010
- ब्रिटिश संसद में भारत गौरव पुरस्कार - 2015
- श्री स्वामी माधवानंद, विश्व शांति परिषद, वियना से यूएनओ हॉल में वैश्विक शांति पुरस्कार - 2015
- हिंदू स्टूडेंट्स काउंसिल, न्यू जर्सी, यूएसए से लाइट ऑफ योगा पुरस्कार - 2015

वह विभिन्न सरकारी और गैर-सरकारी समितियों और संगठनों के अध्यक्ष और सदस्य हैं

- केंद्रीय योग अनुसंधान संस्थान, नई दिल्ली की गवर्निंग काउंसिल के सदस्य
- स्वास्थ्य मंत्रालय (भारतीय चिकित्सा प्रणाली) के तहत योजना आयोग के विशेषज्ञों के कार्य समूह के सदस्य
- स्वास्थ्य मंत्रालय (भारतीय चिकित्सा प्रणाली) के तहत योग और प्राकृतिक चिकित्सा के पाठ्यक्रमों के लिए पाठ्यक्रम की तैयारी और अनुमोदन के लिए विशेषज्ञों के कार्य समूह के सदस्य
- बैंगलोर विश्वविद्यालय के योग में स्नातकोत्तर पाठ्यक्रम के लिए पाठ्यक्रम की तैयारी और अनुमोदन के लिए विशेषज्ञों के कार्य समूह के सदस्य
- भारतीय सांस्कृतिक संबंध परिषद, नई दिल्ली द्वारा विदेश में प्रतिनियुक्त किए जाने वाले उम्मीदवारों के चयन के लिए चयन बोर्ड के सदस्य
- भारत सरकार के आईएसएम एंड एच विभाग के तहत सीसीआरवाईएन के लिए उप निदेशक (योग) का चयन करने के लिए चयन बोर्ड के सदस्य
- राष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संस्थान, पुणे की गवर्निंग काउंसिल और वित्त समिति के सदस्य
- जीवन विज्ञान विषय के अध्ययन बोर्ड के सदस्य, जैन विश्व भारती संस्थान, लाडनू (राजस्थान)
- महर्षि दयानंद सरस्वती विश्वविद्यालय, अजमीर में योग अध्ययन बोर्ड के सदस्य और बैंगलोर और मैंगलोर विश्वविद्यालयों के भी सदस्य

- निम्हांस विश्वविद्यालय में आयुर्वेद की विशेषज्ञ समिति के सदस्य

- सीसीआरवाईएन, स्वास्थ्य एवं खाद्य मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा गठित दस्तावेज़ीकरण समिति के अध्यक्ष
- परामर्श योग, स्विनबुन विश्वविद्यालय, स्कूल ऑफ इंटीग्रेटिव मेडिसिन, मेलबर्न
- सदस्य, वाक् एवं श्रवण संस्थान, मैसूर की गवर्निंग काउंसिल
- उपाध्यक्ष, भारतीय योग संघ
- कार्यकारी अध्यक्ष, विश्व मंगल गौ ग्राम यात्रा
- आईडीवाई, टास्क फोर्स की अध्यक्षता।



स्वामी कुवलयानंद

स्वामी कुवलयानंद (1883-1966) , हठ योग के वैज्ञानिक अध्ययन के एक प्रसिद्ध भारतीय अग्रणी, एक स्वामी वैज्ञानिक थे जिनका जन्म जगन्नाथ गणेश गुने के नाम से हुआ था।

अपने गुरु से योग की सारी शिक्षा प्राप्त करने के बाद स्वामी ने स्वयं से एक प्रश्न पूछा कि योग का अभ्यास स्वयं के लिए क्या उपयोगी है? इसी सवाल ने उन्हें विज्ञान की मदद से योग को लोकप्रिय बनाने के लिए प्रेरित किया, ताकि लोग उन्हें समझें और उनका अनुसरण करें।

इसलिए उन्होंने 1900 के दशक में योग के साथ प्रयोग करना शुरू किया, जब उस समय भारत में योग एक प्रसिद्ध अभ्यास भी नहीं था। अपने वैज्ञानिक अध्ययन के लिए एक प्रयोगशाला प्रदान करने के लिए, उन्होंने लोनावला में कैवल्यधाम स्वास्थ्य और योग अनुसंधान केंद्र की स्थापना की, जहां वे प्राचीन योग कला और परंपरा को आधुनिक विज्ञान से जोड़ते हैं। साथ ही, उन्होंने योग की वैज्ञानिक जांच के लिए समर्पित पहली वैज्ञानिक पत्रिका भी शुरू की जिसका नाम योग मीमांसा है।

स्वामीजी के पास पंडित मोतीलाल नेहरू, पंडित जवाहरलाल नेहरू, भारत के पहले प्रधान मंत्री, पंडित मदनमोहन मालवीय और कई अन्य जैसे प्रमुख व्यक्तित्व भी थे जिन्होंने उनके अधीन योग सीखा। पंडित जवाहरलाल नेहरू ने एक बार कहा था, कुवलयानंद एक ऐसे व्यक्ति हैं जो "सक्षम, आकर्षक और ईमानदार" हैं और उनका सारा काम भारत में होना चाहिए, किसी अन्य देश में नहीं।

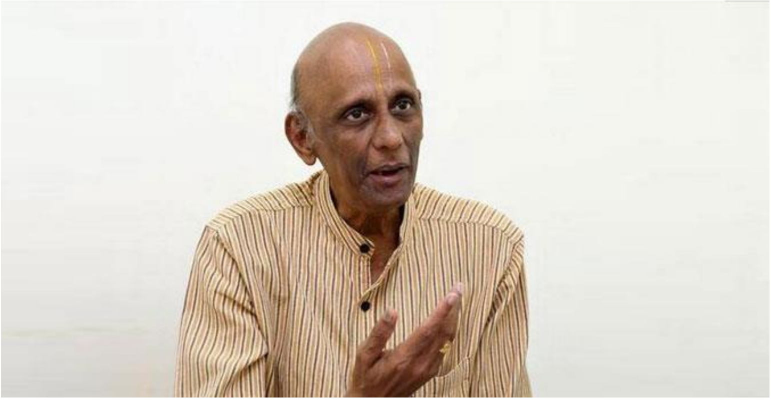
वह महात्मा गांधी के स्वास्थ्य सलाहकार भी थे और उन्होंने गांधीजी को उनकी कुछ बीमारियों के लिए व्यायाम और आहार के संबंध में मार्गदर्शन दिया था। स्वामी के काम ने पश्चिम में आधुनिक योग को भी प्रभावित किया था, क्योंकि उन्होंने योग के अभ्यास को सरल बना दिया था।

एक सख्त तर्कवादी के रूप में, उन्होंने योग के अनुभव किए गए विभिन्न मनोवैज्ञानिक प्रभावों के लिए वैज्ञानिक स्पष्टीकरण की तलाश की, और योगिक प्रक्रियाओं के पीछे उन वैज्ञानिक आधारों की खोज करना उनके जीवन का काम बन गया।

कमलेश पटेल

कमलेश पटेल (जन्म 1956) को कई लोग दाजी के नाम से जानते हैं। उनकी व्यावहारिक शिक्षाएँ हार्टफुलनेस के मार्ग पर उनके व्यक्तिगत अनुभव से उत्पन्न होती हैं, साथ ही दुनिया की महान आध्यात्मिक परंपराओं और वैज्ञानिक प्रगति के प्रति उनकी गहरी जिज्ञासा और सम्मान की भावना को भी दर्शाती हैं। बहुत कम उम्र में आध्यात्मिक अभ्यास शुरू करने वाले, दाजी एक पारिवारिक व्यक्ति भी हैं, और 2014 में आध्यात्मिक गुरुओं की एक शताब्दी पुरानी वंशावली में चौथे स्थान पर आने से पहले उन्होंने तीन दशकों से अधिक समय तक न्यूयॉर्क शहर में एक फार्मेसी व्यवसाय स्थापित किया।

यह परंपरा राज योग की सहज मार्ग प्रणाली है, जो एक गैर-लाभकारी संगठन श्री राम चंद्र मिशन द्वारा पेश की जाती है। एक सार्वभौमिक हृदय-आधारित ध्यान प्रणाली के रूप में, सहज मार्ग को हार्टफुलनेस मार्ग के रूप में भी जाना जाता है, और इन दिनों दाजी 130 से अधिक देशों में लाखों आध्यात्मिक साधकों को अपना समर्थन प्रदान करते हैं। आध्यात्मिकता का एक स्वयंभू छात्र, वह चेतना और आध्यात्मिकता के क्षेत्र में अनुसंधान के लिए महत्वपूर्ण समय और ऊर्जा समर्पित करता है, इस विषय को वैज्ञानिक पद्धति के साथ देखता है - एक व्यावहारिक दृष्टिकोण जो क्षेत्र में उसके अपने अनुभव और महारत से उत्पन्न होता है।



एस. श्रीधरन

71 वर्षीय **एस. श्रीधरन , कृष्णमाचार्य योग मंदिरम (KYM) के सबसे वरिष्ठ शिक्षक हैं।** वह वर्तमान में केवाईएम के ट्रस्टी, योग चिकित्सक सलाहकार और सलाहकार हैं। सार्वजनिक क्षेत्र के बैंक में मर्चेंट बैंकर के रूप में उनका 28 वर्षों तक सफल करियर रहा। वह 1980 के दशक में टीकेवी देसिकाचार के छात्र बने और 3 दशकों से अधिक समय तक सीधे 'गुरुकुल' शैली में योग की बारीकियों को सीखा, इस दौरान उन्हें योग के सभी महत्वपूर्ण ग्रंथों और बीमारियों और आध्यात्मिकता के लिए योग के अनुप्रयोग से अवगत कराया गया। उन्होंने अपने गुरु से पारंपरिक शैली में वैदिक मंत्रोच्चार भी सीखा। इस अवधि के दौरान, उन्हें अपना समय बैंकिंग करियर और देसिकाचार के संरक्षण में योग सीखने और सिखाने के बीच बांटना पड़ा। अपना समय पूरी तरह से योग को समर्पित करने की इच्छा से आकर्षित होकर, उन्होंने मर्चेंट बैंकर के रूप में अपना पद छोड़ दिया और 1998 में पूर्णकालिक आधार पर योग करना शुरू कर दिया। 2002 में, उन्हें केवाईएम के प्रबंध ट्रस्टी का पद लेने के लिए निर्देशित किया गया, जो था स्थापना से 25 वर्षों तक देसिकाचार द्वारा आयोजित किया गया। इस पद पर, उन्हें प्रशासनिक और तकनीकी प्रमुख के रूप में केवाईएम का नेतृत्व करना था। वह करीब 8 साल तक इस पद पर रहे. इससे वह योग की दुनिया में सुर्खियों में आ गये। उन्होंने सभी मंचों, सम्मेलनों, सेमिनारों आदि में केवाईएम का प्रतिनिधित्व किया। प्रबंध ट्रस्टी के रूप में उनके करियर में आईएसओ प्रमाणन प्राप्त करने और केवाईएम को अपने स्वयं के भवन में जाने का गौरव शामिल है। उनके शिक्षण करियर में थेरेपी के लिए परामर्श और योग की कक्षाएं, कक्षा शिक्षण शामिल हैं। भारत और विदेशों में भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय छात्रों को योग के सभी पहलू। उन्होंने योग के दृष्टिकोण से प्राचीन भारतीय अनुष्ठानों को आधुनिक संदर्भ में संयोजित करने वाले विशेष कार्यक्रमों की मेजबानी की है। 2010 से 2015 तक उन्होंने भारत सरकार के आयुष मंत्रालय के योग के लिए सर्वोच्च निकाय मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (एमडीएनआईवाई) की गवर्निंग काउंसिल के सदस्य के रूप में कार्य किया। इससे उन्हें केवाईएम की परंपरा की शिक्षा का प्रसार करने का अवसर मिला। वह भारतीय योग एसोसिएशन (IYA) में संस्थापक सदस्यों में से एक के रूप में KYM का प्रतिनिधित्व करते हैं। वह IYA के आजीवन सदस्य हैं। वह आयुष मंत्रालय द्वारा स्थापित योग प्रमाणन बोर्ड की तकनीकी समिति के बोर्ड में भी हैं, जो योग शिक्षकों के लिए प्रमाणन लाने में सक्रिय है। वह योग थेरेपी प्रमाणन के लिए एक पाठ्यक्रम का मसौदा तैयार करने के लिए गठित उप-समिति की अध्यक्षता करते हैं। उन्होंने एम-योग मोबाइल एप्लिकेशन विकसित करने के लिए डब्ल्यूएचओ तकनीकी समीक्षा बैठक में योग विशेषज्ञ के रूप में कार्य किया। उन्हें रोटरी क्लब ऑफ मद्रास ईस्ट द्वारा 'द्रोणाचार्य' की उपाधि से सम्मानित किया गया था। व्यापक रूप से यात्रा करके उन्होंने चीन और ब्रिटेन में विश्व योग महोत्सवों में भारत का प्रतिनिधित्व किया है। उन्होंने एक किताब लिखी है जो तमिल में टी. कृष्णमाचार्य की जीवनी का विवरण देती है। उनकी अन्य रुचियों में कर्नाटक संगीत शामिल है। उनका एक बेटा, बेटी और पोते-पोतियां खुशहाल शादीशुदा हैं।

मीनाक्षी देवी भवनानी

योगमणि कलिमामणि योगचारिणी **मीनाक्षी देवी भवनानी** पांडिचेरी में विश्व प्रसिद्ध अंतर्राष्ट्रीय योग शिक्षा और अनुसंधान केंद्र (आईसीवाईईआर / आनंद आश्रम) की निदेशक और रेजिडेंट आचार्य हैं।

वह अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसित योग गुरु, योगमहर्षि डॉ. स्वामी गीतानंद गिरि गुरु महाराज की धर्मपत्नी और वरिष्ठतम शिष्या हैं और उन्होंने अपना जीवन उनकी शिक्षाओं और उनके द्वारा स्थापित संस्थानों के लिए समर्पित कर दिया है।

अम्माजी, जैसा कि वह लोकप्रिय रूप से जानी जाती हैं, आधुनिक योग आंदोलन के प्रमुख अंतरराष्ट्रीय नेताओं में से एक मानी जाती हैं और योग के प्रचार-प्रसार के लिए भारत सरकार की विभिन्न राष्ट्रीय समितियों में हैं।

उनकी परिभाषित पुस्तकें "प्राचीन से आधुनिक समय तक योग का इतिहास" (खंड । और खंड ॥) पथप्रदर्शक प्रयास हैं और "आज तक योग के इतिहास पर निर्णायक प्रकाशन" के रूप में प्रतिष्ठित हैं।

पिछले 5 दशकों में दुनिया भर में हजारों छात्रों को प्रशिक्षित करने के बाद, उन्हें पांडिचेरी में आम लोगों के लिए शास्त्रीय कर्नाटक प्रदर्शन ललित कला और योग लाने में अग्रणी माना जाता है। वह भरत नाट्यम की गुरु और पूर्व प्रदर्शनकारी कलाकार हैं।

हंसाजी जे. योगेन्द्र

हंसाजी जयदेव योगेन्द्र (जन्म 1947) , सांताक्रूज़, मुंबई में विश्व के सबसे पुराने योग संस्थानों में से एक की निदेशक हैं, जिसकी स्थापना उनके ससुर श्री योगेन्द्र ने की थी।

श्रीमती हंसाजी जे. उन्हें माननीय प्रधान मंत्री श्री के साथ मंच साझा करने का भी सौभाग्य प्राप्त हुआ। नरेंद्र मोदी।

हंसाजी कहती हैं कि उन्हें बचपन से ही आसन करने में रुचि थी, लेकिन केवल एक चीज जिसकी उन्हें चिंता नहीं थी वह थी दिमाग। इसलिए वह बहुत ही संवेदनशील, भावुक और गुस्सैल स्वभाव की थी जो इसे खुलकर व्यक्त करती थी, जिससे उसका अंतर्मन परेशान हो गया और एक समय ऐसा आया कि वह किसी न किसी बीमारी से पीड़ित हो गई। लेकिन एक बार जब उन्होंने योग सीखा तो उन्हें समझ आया कि हमारे मन के हर विचार का आपके शरीर पर गहरा प्रभाव पड़ता है। वह कहती हैं कि योग के माध्यम से उन्होंने अपने दिमाग पर काबू पाया और एक बहुत ही देखभाल करने वाली, गैर-प्रतिक्रियाशील, सहनशील व्यक्तित्व बन गईं।

हंसाजी एक शानदार प्रेरक वक्ता हैं और दर्शकों को बांधे रखने की उनकी कुशलता लोगों को उनकी बातें सुनने के लिए योग संस्थान तक खींच लाती है। वह योग दर्शन के मूल अर्थ को बताने के लिए वास्तविक जीवन के उदाहरणों के साथ बहुत सरल भाषा का उपयोग करती है।

योग संस्थान द्वारा 100 वर्षों के शोध के आधार पर हंसाजी ने "योग फॉर ऑल" नामक अपनी पुस्तक जारी की।

वह एक जीवन प्रशिक्षक, एक प्रेरक शिक्षिका भी हैं, जो लोगों को व्यावहारिक योग परामर्श के माध्यम से जीवन की समस्याओं को दूर करने के लिए मार्गदर्शन करती हैं। वह महिला सशक्तिकरण पर भी जोर देती हैं जहां वह प्रसवपूर्व, प्रसवोत्तर और रजोनिवृत्त महिलाओं के लिए कक्षाएं संचालित करती हैं। हंसाजी एक प्रसिद्ध टीवी हस्ती हैं जो बेहतर जीवन के लिए योग श्रृंखला प्रस्तुत करती हैं

प्रशांत एस अयंगर

प्रशांत एस अयंगर राममणि अयंगर मेमोरियल योग संस्थान, पुणे के प्रमुख हैं, जिसने 2017 में योग के प्रचार और विकास के लिए उत्कृष्ट योगदान के लिए पहला प्रधान मंत्री पुरस्कार जीता था। प्रसिद्ध पद्म विभूषण योगाचार्य बीकेएस अयंगर के बेटे, वह बचपन से ही योग के संपर्क में थे और 1960 के दशक के अंत में किशोरावस्था में ही उन्होंने योग करना शुरू कर दिया। वह योग ग्रंथों और आध्यात्मिक ग्रंथों के प्रकाण्ड विद्वान हैं। वह एक विपुल लेखक हैं और उनके नाम कई उपाधियाँ हैं। भाषा और शाब्दिक कौशल पर उनकी पकड़ उन्हें एक प्रभावी संचारक बनाती है। शास्त्रों पर दृढ़ता से आधारित, वह अपने योग अभ्यास से व्यक्तिगत अनुभवों के आधार पर योग के दर्शन में एक नया दृष्टिकोण लाते हैं। एक योग शिक्षक के रूप में वह योग ग्रंथों के दर्शन के साथ व्यावहारिक पहलुओं को बुनने में सक्षम हैं ताकि उनके छात्र निश्चित रूप से योगिक अवस्थाओं का अनुभव कर सकें। वह नहीं मानते कि उन्हें योग को लोकप्रिय बनाने का काम सौंपा गया है और उनका सारा समय और प्रयास योग के विषय में शिक्षा और आसन और प्राणायाम में अन्वेषण के माध्यम से निर्देशित हैं। वह पुणे से बहुत कम बाहर जाते हैं। वह एक उत्कृष्ट वायलिन वादक भी हैं और उस्ताद लॉर्ड येहुदी मेनुहिन उनकी प्रस्तुति से इतने प्रभावित हुए कि उन्होंने उन्हें अपने स्ट्राडिवेरियस वायलिन की प्रतिकृति भेंट की।

बीके आशा

सामाजिक-आध्यात्मिक विचारधारा से संपन्न बहन आशा का पालन-पोषण अच्छे अनुशासन और समग्र पारिवारिक माहौल में हुआ। जब वह मात्र 9 वर्ष की थीं, तब वह अपने माता-पिता के माध्यम से ब्रह्माकुमारीज़ संगठन के संपर्क में आईं।

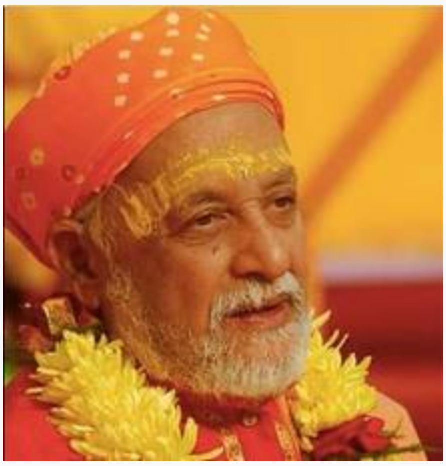
- बैंगलोर विश्वविद्यालय से एमए (समाजशास्त्र) में टॉपर और स्वर्ण पदक विजेता, उन्होंने माउंट कार्मेल डिग्री कॉलेज, बैंगलोर में व्याख्याता के रूप में कार्य किया।
- उन्होंने 1972 में मूल्य-आधारित समाज के निर्माण के महान उद्देश्य के लिए अपना जीवन संगठन को समर्पित कर दिया।
- अपने गहन समर्पण, दृढ़ संकल्प, विनम्रता, प्रसन्नता और आशावाद के लिए प्रसिद्ध, वह एक महान आध्यात्मिक नेता, वक्ता और कुशल प्रशासक हैं।
- उन्होंने 1985 में नैरोबी में संयुक्त राष्ट्र के महिला दशक सम्मेलन में भारत से ब्रह्माकुमारीज़ का प्रतिनिधित्व किया।

- शांति के प्रति उनके अमूल्य योगदान के लिए सिस्टर आशा को जेसीज़ (जूनियर चैंबर) इंटरनेशनल यूएसए द्वारा '1989 के लिए विश्व के उत्कृष्ट युवा व्यक्ति' के रूप में चुना गया था।
- वह ब्रह्माकुमारीज़ के प्रेरक वक्ताओं में से एक हैं और उन्होंने पूरे भारत और विदेशों में संयुक्त राज्य अमेरिका, ब्रिटेन, ऑस्ट्रेलिया, अफ्रीका और कई यूरोपीय देशों में शांति और दिव्यता की खुशबू फैलाई है।
- उन्होंने कई राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय कार्यक्रमों और परियोजनाओं का आयोजन और समन्वय किया है जैसे-
  - शांति की संस्कृति के लिए अंतर्राष्ट्रीय वर्ष- 2000 में संयुक्त राष्ट्र परियोजना
  - शांति अपील के मिलियन मिनट- 1986 में संयुक्त राष्ट्र परियोजना
  - बेहतर विश्व के लिए वैश्विक सहयोग- 1988 में संयुक्त राष्ट्र परियोजना
  - देश के विभिन्न हिस्सों में मंत्रियों, राज्यपालों, सुप्रीम कोर्ट के न्यायाधीशों, राजदूतों और विधायकों के लिए ध्यान पाठ्यक्रम
  - कई राज्य सचिवालयों में आईएएस अधिकारियों के लिए प्रबंधन, नेतृत्व और व्यवहार पाठ्यक्रम

- वह कई प्रशिक्षण पाठ्यक्रमों की लेखिका हैं जैसे: तनाव प्रबंधन, मन प्रबंधन, विचार नेतृत्व, अहंकार और क्रोध पर जीत, ध्यान आदि।
- एक कुशल वक्ता, वह संगठन के सबसे अधिक मांग वाले वक्ताओं में से एक हैं, जिन्होंने कई राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलनों, इंटरफेथ सम्मेलनों और संवादों, रेडियो और टीवी शो के माध्यम से शांति और आध्यात्मिकता का संदेश फैलाने के लिए दुनिया भर में यात्रा की है। उनके व्याख्यान और वार्ताएं संस्कार, पीस ऑफ माइंड जैसे टेलीविजन चैनलों पर नियमित रूप से प्रसारित होती हैं।

फिलहाल वह हैं

- 'ओम शांति रिट्रीट सेंटर' के निदेशक ब्रह्मा कुमारीज़ का उत्तरी भारत परिसर, दिल्ली-एनसीआर के बाहरी इलाके में 30 एकड़ का परिसर स्थित है।
- अपने अनुभव के साथ, वह राजयोग एजुकेशन रिसर्च फाउंडेशन के पेशेवर विंग, एडमिनिस्ट्रेटर विंग की अध्यक्ष हैं।
- विभिन्न सामाजिक-आध्यात्मिक मुद्दों पर केंद्रित संस्थान की मासिक पत्रिका 'प्योरिटी' के एसोसिएट एडिटर, जो सकारात्मकता से भरपूर विचारोत्तेजक, ज्ञानवर्धक लेखों के माध्यम से 25 वर्षों से अपने पाठकों की सेवा कर रहे हैं।
- देश के सभी हिस्सों से उन बहनों के लिए मुख्यालय में ब्रह्माकुमारीज शिक्षक प्रशिक्षण आयोजित करने वाले वरिष्ठ संकाय में से एक, जो संगठन के लिए अपना जीवन समर्पित करना चाहते हैं।

सत्यानंद सरस्वती	
 बाद के जीवन में	
निजी	
जन्म	25 दिसंबर 1923 अल्मोडा , उत्तराखंड
मृत	5 दिसंबर 2009 (आयु 85 वर्ष)
धर्म	हिंदू

सत्यानंद सरस्वती

(25 दिसंबर 1923 - 5 दिसंबर 2009), अपने मूल भारत और पश्चिम दोनों में एक संन्यासी , योग शिक्षक और गुरु थे। वह डिवाइन लाइफ सोसाइटी के संस्थापक शिवानंद सरस्वती के छात्र थे, और उन्होंने 1964 में बिहार स्कूल ऑफ योगा की स्थापना की थी उन्होंने 80 से अधिक किताबें लिखीं, जिनमें 1969 का लोकप्रिय मैनुअल ***आसन प्राणायाम मुद्रा बंध*** भी शामिल है ।

जीवनी

प्रारंभिक जीवन

सत्यानंद सरस्वती का जन्म 1923 में अल्मोडा, उत्तरांचल में हुआ था , किसानों और योद्धा जाति क्षत्रियों के एक परिवार में ।

ऐसा दावा किया जाता है कि उन्होंने शास्त्रीय शिक्षा प्राप्त की थी और उन्होंने संस्कृत , वेद और उपनिषदों का अध्ययन किया था । उन्होंने कहा कि उन्हें छह साल की

उम्र में आध्यात्मिक अनुभव होने लगे, जब उनकी जागरूकता अनायास ही शरीर से निकल गई और उन्होंने खुद को फर्श पर निश्चल पड़ा हुआ देखा। अशरीरी जागरूकता का यह अनुभव जारी रहा, जो उन्हें उस समय के आनंदमयी माँ जैसे संतों के पास ले गया। उन्होंने दावा किया कि उनकी मुलाकात तांत्रिक भैरवी , सुखमन गिरि से हुई थी, जिन्होंने उन्हें शक्तिपात दिया और अपने आध्यात्मिक अनुभवों को स्थिर करने के लिए एक गुरु खोजने का निर्देश दिया। *योग में किनारे से किनारे तक* अपने जीवन के एक अन्य संस्करण में, उन्होंने कहा कि वह ध्यान के दौरान बेहोश हो जाते थे और "एक दिन मेरी मुलाकात एक महात्मा, एक महान संत से हुई, जो मेरे जन्मस्थान से गुजर रहे थे...तो उन्होंने मुझसे कहा कि मुझे एक गुरु ढूंढना चाहिए।"

अठारह साल की उम्र में, उन्होंने एक आध्यात्मिक गुरु की तलाश के लिए अपना घर छोड़ दिया। 1943 में, बीस वर्ष की आयु में, वह अपने गुरु शिवानंद सरस्वती से मिले और ऋषिकेश में शिवानंद के आश्रम में रहने चले गये। शिवानंद ने उन्हें 12 सितंबर 1947 को गंगा के तट पर संन्यास के दशनाम संप्रदाय में दीक्षित किया और उन्हें स्वामी सत्यानंद सरस्वती का नाम दिया। वह अगले नौ वर्षों तक शिवानंद के साथ रहे लेकिन उन्हें उनसे बहुत कम औपचारिक निर्देश प्राप्त हुए।

बिहार योग विद्यालय

1956 में, शिवानंद ने सत्यानंद को अपनी शिक्षाओं का प्रसार करने के लिए भेज दिया। बिहार के मुंगेर में रहते हुए , सत्यानंद पूरे भारत में एक भिक्षुक के रूप में घूमते रहे, उन्होंने आध्यात्मिक प्रथाओं के बारे में अपना ज्ञान बढ़ाया और कुछ समय एकांत में बिताया।

1962 में, सत्यानंद ने राजनांदगांव में अंतर्राष्ट्रीय योग फैलोशिप आंदोलन की स्थापना की। इसने भारत और दुनिया भर में स्वामी सत्यानंद द्वारा आध्यात्मिक रूप से निर्देशित आश्रमों और योग केंद्रों की स्थापना को प्रेरित किया।

1964 में, उन्होंने मुंगेर में बिहार स्कूल ऑफ योगा की स्थापना की, इस इरादे से कि यह योग के भावी शिक्षकों के लिए प्रशिक्षण केंद्र के रूप में कार्य करेगा और साथ ही योग पर पाठ्यक्रम भी प्रदान करेगा।

बिहार स्कूल ऑफ योगा में पाठ्यक्रम में भाग लेने वालों में विदेश से आए छात्र और बाद में भारत से आए छात्र शामिल थे। इनमें से कुछ लोगों ने सत्यानंद को अपने देशों में पढ़ाने के लिए आमंत्रित किया। उन्होंने अगले बीस वर्षों तक व्याख्यान दिया और पढ़ाया, जिसमें अप्रैल और अक्टूबर 1968 के बीच यूरोप, ऑस्ट्रेलिया, न्यूजीलैंड, जापान, सिंगापुर, उत्तरी अमेरिका का दौरा भी शामिल था। विदेशी और प्रवासी छात्रों ने अपने-अपने देशों में शिक्षण के नए केंद्र भी स्थापित किए।

रिखियापीठ

1988 में सत्यानंद ने अपने आश्रम और संगठन का सक्रिय कार्य अपने आध्यात्मिक उत्तराधिकारी निरंजनानंद सरस्वती को सौंप दिया और मुंगेर छोड़ दिया।

सितंबर 1989 में वह रिखिया, देवघर , झारखंड चले गये । वहां वे एक परमहंस संन्यासी के रूप में रहे और पंचाग्नि ("पांच अग्नि") सहित वैदिक साधनाएं कीं , जो कि भारतीय सूर्य के नीचे चार अग्नियों से घिरे हुए एक गहन आध्यात्मिक अभ्यास था। पंचाग्नि साधना के दौरान उन्होंने दावा

किया था कि उन्हें दिव्य आदेश प्राप्त हुआ था "अपने पड़ोसियों का ख्याल रखना जैसे मैंने तुम्हारा ख्याल रखा है"। वहां भी, उन्होंने 12-वर्षीय राजसूय यज्ञ का आयोजन किया, जो 1995 में पहले सत चंडी महा यज्ञ के साथ शुरू हुआ, जिसमें एक तांत्रिक समारोह के माध्यम से ब्रह्मांडीय मां का आह्वान किया गया था। इस आयोजन के दौरान, सत्यानंद ने अपनी आध्यात्मिक और संन्यास जिम्मेदारियाँ निरंजनानंद को सौंप दीं।

रिखिया प्रवास के दौरान उन्होंने बेघरों के लिए घर बनाने का कार्य किया और रिखियापीठ आश्रम की स्थापना की। इसकी गतिविधियाँ श्री स्वामी शिवानंद की तीन प्रमुख शिक्षाओं पर आधारित हैं - शिवानंद मठ की गतिविधियों के माध्यम से सेवा करें, प्यार करें और दें, जो रिखिया और पड़ोसी गांवों के लोगों को मुफ्त चिकित्सा देखभाल और बुनियादी सुविधाएं प्रदान करता है, और तरीकों की आपूर्ति करता है। ग्रामीणों को अपनी आजीविका विकसित करने के लिए, इस प्रकार एक आत्मनिर्भर समाज के विकास को सक्षम बनाना।

उन्होंने 5 दिसंबर 2009 को महासमाधि की अवस्था में प्रवेश किया , यानी इच्छानुसार शरीर छोड़ दिया।

शिक्षाएँ

स्वामी सत्यानंद की शिक्षाएं स्वामी शिवानंद की योग शिक्षाओं पर आधारित हैं। वे एक अभिन्न दृष्टिकोण पर जोर देते हैं जिसे योग की सत्यानंद प्रणाली के रूप में जाना जाता है। वे योग को एक अभ्यास या दर्शन तक सीमित करने के बजाय जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए एक जीवनशैली के रूप में प्रस्तुत करते हैं, जिसमें किसी की दैनिक गतिविधियों, बातचीत, विचारों और भावनाओं को शामिल किया जाता है।

यह अभिन्न प्रणाली योग की छह मुख्य शाखाओं को जोड़ती है। हठ, राज और क्रिया योग को बाहरी योग के रूप में जाना जाता है, क्योंकि वे शरीर और मन की गुणवत्ता, इंद्रियों की अभिव्यक्ति और व्यवहार में सुधार पर ध्यान केंद्रित करते हैं। उनका उद्देश्य अभ्यर्थी के व्यक्तित्व के विभिन्न पहलुओं को दुरुस्त करना और उन्हें बेहतर बनाना है। कर्म, भक्ति और ज्ञान योग को आंतरिक योग के रूप में जाना जाता है, क्योंकि वे जीवन की स्थितियों के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने और रचनात्मकता की अभिव्यक्ति से संबंधित हैं। यहां साधक के अनुभव, समझ और साधना (निरंतर अभ्यास) के आधार पर विचारों और धारणाओं को बदला जा सकता है, जिससे किसी के आंतरिक गुणों की सामंजस्यपूर्ण अभिव्यक्ति हो सकती है।

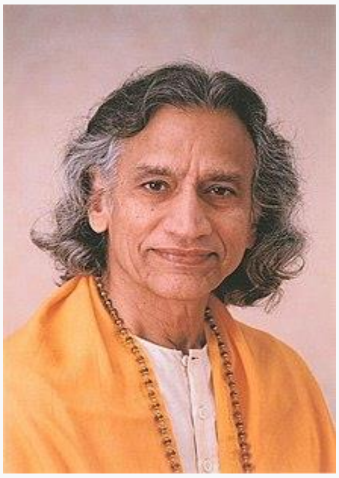
इस प्रकार योग की सत्यानंद प्रणाली सिर, हृदय और हाथों - बुद्धि, भावना और क्रिया - के गुणों को संबोधित करती है और प्रत्येक अभ्यास में योग के शारीरिक, मनोवैज्ञानिक और आध्यात्मिक आयामों को एकीकृत करने का प्रयास करती है।

हठ योग के शास्त्रीय ग्रंथों और अपने व्यक्तिगत अनुभव के आधार पर, स्वामी सत्यानंद ने अपने व्यापक रूप से उपयोग किए जाने वाले और बहु-अनुवादित कार्य *आसन प्राणायाम मुद्रा बंध* में हठ योग को प्रस्तुत किया ।

स्वामी सत्यानंद का नाम योग निद्रा के आधुनिक रूप , एक गहन विश्राम तकनीक, से निकटता से जुड़ा हुआ है।

प्रकाशन

सत्यानंद ने 80 से अधिक पुस्तकें लिखीं, जिनमें उनका 1969 का लोकप्रिय मैनुअल *आसन प्राणायाम मुद्रा बंध भी* शामिल है । सत्यानंद के लेखन को बिहार स्कूल ऑफ योग द्वारा और 2000 से, उनके शिष्य स्वामी निरंजनानंद द्वारा स्थापित योग प्रकाशन ट्रस्ट द्वारा प्रकाशित किया गया है।



अमृत देसाई

2016 में देसाई

निजी	
जन्म	अमृतलाल सी.देसाई 16 अक्टूबर 1932 हलोल , गुजरात, भारत
धर्म	हिन्दू धर्म
राष्ट्रीयता	भारत, संयुक्त राज्य अमेरिका
जीवनसाथी	उर्मीला शाह (माताजी)
बच्चे	प्रग्नेश, कामिनी, मलय
के संस्थापक	अमृत योग संस्थान और कृपालु केंद्र
दर्शन	योग
धार्मिक कैरियर	
गुरु	स्वामी कृपालवानंद
साहित्यिक कार्य	रिश्तों का योग, प्यार और आनंद, अमृत योग और योग सूत्र

अमृत देसाई पश्चिम में योग के अग्रणी हैं, और उन कुछ जीवित योग गुरुओं में से एक हैं, जिन्होंने मूल रूप से 1960 के दशक की शुरुआत में योग की प्रामाणिक शिक्षाएँ दीं। *वह योग के दो*

ब्रांडों, कृपालु योग और *आई एएम* योग के निर्माता हैं , और अमेरिका में पांच योग और स्वास्थ्य केंद्रों के संस्थापक हैं। उनके योग प्रशिक्षण कार्यक्रम दुनिया भर के 40 से अधिक देशों में पहुंच चुके हैं और 8,000 से अधिक शिक्षकों को प्रमाणित किया गया है।

2013 में प्रकाशित होमग्रोन गुरुज़ में कहा गया है: "हालांकि देसाई को विद्वानों का ध्यान नहीं मिला है, लेकिन वह पिछले 40 वर्षों में अमेरिका में हठ योग के विकास में यकीनन सबसे प्रभावशाली और मांग वाले व्यक्तियों में से एक रहे हैं।"

प्रारंभिक जीवन और शिक्षा

देसाई का जन्म 16 अक्टूबर 1932 को भारत के गुजरात के प्रतापपुरा में एक गाँव के व्यापारी चिमनलाल और बुरीबेन देसा के दूसरे बेटे के रूप में हुआ था। दस साल की उम्र में, परिवार हलोल चला गया । 15 साल की उम्र में, उनकी मुलाकात अपने गुरु, स्वामी कृपालवानंद (बापूजी) से हुई, जो एक भटकते हुए शैव भिक्षु और कुंडलिनी योग गुरु थे [5] जो हलोल में भगवद गीता पर मुफ्त व्याख्यान दे रहे थे ।

देसाई ने खुद को स्थानीय जिम की दीवार पर लगे एक चार्ट से योग मुद्राएँ सिखाईं, और फिर गौशाला के बाहर दूसरों को सिखाना शुरू किया जहाँ उनके गुरु रहते थे। एक दिन जब स्वामी ने उसे पढ़ाते हुए देखा, तो उन्होंने उसे अपनी निजी साधना देखने की अनुमति दी । स्वामी अचेतन अवस्था में चले गए और आसन चार्ट पर देखी गई किसी भी गतिविधि के विपरीत हरकतें करने लगे। देसाई ने कहा, " प्राणिक ऊर्जा इतनी मजबूत हो गई थी कि उसके शरीर को जबरदस्त ताकत के साथ कमरे में फेंक दिया गया था। जैसा कि मैंने आश्चर्यचकित होकर देखा, वह नृत्य कर रहा था, जटिल आसन कर रहा था और बाहर आ रहा था।"

मद्रास में भारतीय वायु सेना के साथ इंजीनियरिंग और प्रशिक्षण का अध्ययन करने के बाद , देसाई हलोल लौट आए, जहां उन्होंने स्थानीय हाई स्कूल में कला पढ़ाने की नौकरी की। उन्होंने जनवरी 1955 में अपनी मंगेतर, उर्मिला शाह से शादी की। अगले वर्ष, 1956 में, दंपति अहमदाबाद चले गए , जहां उन्होंने अगले चार वर्षों में कला डिप्लोमा हासिल किया। 1959 और 1968 के बीच उनके तीन बच्चे हुए।

देसाई ने फरवरी 1960 में संयुक्त राज्य अमेरिका की यात्रा करने के लिए पर्याप्त धन बचाया, जहां उन्होंने अपने पहले सेमेस्टर की ट्यूशन और किराए को कवर करने के लिए पर्याप्त धन के साथ फिलाडेल्फिया कॉलेज ऑफ आर्ट में प्रवेश किया। कॉलेज में योग सिखाकर और बर्तन धोकर, अंततः उन्होंने दो साल बाद अपनी पत्नी और नवजात बेटे को अमेरिका लाने के लिए पर्याप्त धन बचा लिया। देसाई शाकाहारी हैं और कभी-कभार उपवास करते हैं।

1964 में, उन्होंने फिलाडेल्फिया कॉलेज ऑफ आर्ट से ललित कला और डिजाइन में डिग्री के साथ स्नातक की उपाधि प्राप्त की और फिर एक कपड़ा फर्म में काम करना शुरू किया। उनके जल रंग चित्रों ने फिलाडेल्फिया संग्रहालय कला सहित कला शो में पुरस्कार जीते । उन्होंने रेजर ब्लेड और आई-ड्रॉपर से अलग बनावट और पैटर्न बनाए। 1961 में, कॉलेज कला के छात्र रहते हुए, उन्होंने फिलाडेल्फिया कन्वेंशन सेंटर के वाणिज्यिक संग्रहालय में "भारत का संगीत" संगीत कार्यक्रम में बांसुरी बजाई । देसाई ने 1960 के दशक की शुरुआत में एक कला छात्र के रूप में योग सिखाना भी शुरू किया।

कैरियर

योग प्रणेता

बाएं से: स्वामी सच्चिदानंद , बीकेएस अयंगर , अमृत देसाई, श्री कुमार-स्वामी, स्वामी धीरेंद्र ब्रह्मचारी , और बीआई अत्रेया 1970 में नई दिल्ली में वैज्ञानिक योग पर विश्व सम्मेलन में

1966 में, संयुक्त राज्य अमेरिका में आगमन के बाद भारत की अपनी पहली यात्रा के दौरान, स्वामी कृपालवानंद ने उन्हें कुंडलिनी योग में दीक्षा और आगे की शिक्षा दी। 1966 में, अमेरिका लौटने के बाद, उन्होंने द योगा सोसाइटी ऑफ़ पेनसिल्वेनिया की स्थापना करने और पूर्णकालिक योग सिखाने के लिए अपनी नौकरी छोड़ दी।

दो साल बाद, 1970 में, उन्होंने दावा किया कि उन्हें कुंडलिनी जागरण का अनुभव हुआ है, जिससे उन्हें पता चला कि पतंजलि के योग सूत्र केवल दर्शन के बजाय अष्टांग योग के अभ्यास के लिए एक मैनुअल हैं। इस अनुभव से देसाई ने *कृपालु योग* नामक हठ योग का एक रूप बनाया , जिसका नाम उनके गुरु के सम्मान में रखा गया। उनका मेडिटेशन इन मोशन दृष्टिकोण दैनिक जीवन में पतंजलि के अष्टांग योग के व्यावहारिक अनुप्रयोग पर आधारित है। यह प्रणाली योग के दो पारंपरिक मार्गों को जोड़ती है: अष्टांग योग का कठोर अनुशासन, दीक्षा और समर्पण के मार्ग के साथ जो कुंडलिनी योग है। इस प्रणाली में, छात्र जानबूझकर अनुशासन के अभ्यास से शुरुआत करता है और धीरे-धीरे *प्राण* के प्रति समर्पण के अधिक उन्नत अभ्यास की ओर बढ़ता है ।

1966 में, नॉन-प्रॉफिट योगा सोसाइटी ऑफ पेनसिल्वेनिया का गठन किया गया, [5] जिसका नाम 1972 में कृपालु योग फ़ेलोशिप रखा गया।[1970 तक, इसने 44 शिक्षकों को प्रशिक्षित किया था और फिलाडेल्फिया महानगरीय क्षेत्र, डेलावेयर और दक्षिणी न्यू जर्सी में 150 योग कक्षाओं में प्रति सप्ताह 2,500 से अधिक छात्रों ने भाग लिया था, जिससे यह उस समय के सबसे बड़े योग संगठनों में से एक बन गया। समय।

1972 में, पहले कृपालु आश्रम की स्थापना पेंसिल्वेनिया के सुमनीटाउन में 50 एकड़ की संपत्ति पर की गई थी, जिसे छात्रों के बीच योगिक जीवन शैली के अनुभव की बढ़ती मांग को पूरा करने के लिए खरीदा गया था। उच्च योग अभ्यास के लिए समय निकालने के लिए देसाई ने अपने शिक्षण को प्रति सप्ताह एक बार कम कर दिया। आश्रम एक कार्यक्रम केंद्र भी बन गया जिसने स्वयंसेवक आवासीय कर्मचारियों और शिक्षकों को योगिक जीवन शैली के साथ-साथ योग का गहन अध्ययन और अभ्यास प्रदान किया। विभिन्न प्रकार के स्वास्थ्य, योग और आध्यात्मिक प्रशिक्षण और कार्यक्रम पेश किए गए। जैसे-जैसे कार्यक्रमों की मांग बढ़ी, आवासीय कर्मचारी 37 से बढ़कर 70 हो गए। 1974 में, देसाई ने संपत्ति पर एक छोटी सी झोपड़ी में तीन महीने एकांत में बिताए, जिसे मुक्तिधाम के नाम से जाना जाने लगा। उनकी वापसी पर, 350 शिष्यों ने उनका

स्वागत किया, जिनमें से ज्यादातर सफेद कपड़े पहने हुए थे, जिनमें से कुछ उत्सव के लिए डेट्रॉइट , शिकागो और मॉन्ट्रियल जैसे दूर-दूर से आए थे।

1976 में, कार्यक्रम प्रतिभागियों और स्वयंसेवी कर्मचारियों की वृद्धि को समायोजित करने के लिए समिट स्टेशन, पेंसिल्वेनिया में एक अतिरिक्त आश्रम खोला गया था । परिणामस्वरूप, कार्यक्रम केंद्र कार्यक्रमों की अधिक विविधता प्रदान करने के लिए विकसित हुआ, और आवासीय कर्मचारी बढ़कर 150 हो गए। 1983 में, कृपालु योग और स्वास्थ्य केंद्र की स्थापना लेनॉक्स, एमए में की गई थी । समिट स्टेशन के कर्मचारियों को लेनॉक्स में स्थानांतरित कर दिया गया, और जल्द ही 350 पूर्णकालिक निवासी कर्मचारियों तक बढ़ गया।

1994 तक, कृपालु योग शिक्षक दुनिया भर के 50 राज्यों और 45 देशों में पढ़ा रहे थे, और इसे दुनिया का सबसे बड़ा योग और स्वास्थ्य केंद्र बताया गया था। साल्ट स्प्रिंग्स, FL में अमृत योग संस्थान की स्थापना 2001 में हुई थी, और वर्तमान में यह एक आयुर्वेदिक उपचार और योग रिट्रीट सेंटर के रूप में कार्य करता है। इंटीग्रेटिव अमृत मेथड या *आई एएम* तकनीकों में नियमित योग शिक्षक प्रशिक्षण की पेशकश की जाती है। 2014 में, उन्होंने अंतर्राष्ट्रीय योग और आयुर्वेद विश्वविद्यालय की सह-स्थापना की जो अमेरिका और भारत में मान्यता प्राप्त प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रदान करता है। आज तक, देसाई अमेरिका में पांच योग और स्वास्थ्य केंद्रों के संस्थापक और आयुर्वेदिक विज्ञान विश्वविद्यालय के सह-संस्थापक हैं।

एक शक्तिपात वंशावली

भारत के गुजरात में मालव आश्रम में स्वामी कृपालु (बापूजी) महासमाधि मंदिर

योगी देसाई को शैव कुंडलिनी योग के रहस्यों की दीक्षा उनके गुरु, स्वामी कृपालु (कृपालवानंद), जो तांत्रिक साधना में निपुण थे, ने दी थी। उनकी उपस्थिति में अनुभव किए गए ऊर्जावान संचरण या *शक्तिपात* के कई प्रलेखित विवरण हैं ।

डीआर बटलर ने 1973 के आईसीएसए योग दीक्षांत समारोह में लगभग 200 उपस्थित लोगों के साथ एक सप्ताह के एकांतवास में देसाई के नेतृत्व में किए गए ध्यान का वर्णन किया है, जहां देसाई एक अघोषित अतिथि थे:

सफ़ेद वस्त्र पहने और हमारे सामने बैठे, अमृत ने आसानी से कमल की मुद्रा धारण कर ली, उसका शरीर पूरी तरह से संतुलित था। उन्होंने हमें ध्यान में ले जाया और पहली चीज़ जो मैंने देखी, वह थी मेरे शरीर में उत्साह की लहर दौड़ रही थी। अचानक विद्युत आवेश जैसी ऊर्जा की लहरें मेरी रीढ़ की हड्डी में दौड़ गईं। ये धीरे-धीरे मेरी रीढ़ की हड्डी से लेकर मेरे सिर के शीर्ष तक बहने वाली गर्म ऊर्जा की एक स्थिर धारा में बदल गए... शानदार रंग मेरे सिर के अंदर हलचल मचाने लगे। मैंने सोचा कि मैं ख़ुशी से झूम उठूँगा। पहले कभी कुछ भी इतना अच्छा नहीं लगा था... कुछ ही क्षणों में वह स्थान पागलखाना बन गया। लोग बुरी तरह रो रहे थे, अनियंत्रित रूप से हँस रहे थे, हाँफ रहे थे, यहाँ तक कि फर्श पर लोट रहे थे। जाहिरा तौर पर हर कोई उसी ऊर्जा की कुछ अभिव्यक्ति का अनुभव कर रहा था जिसे मैं महसूस कर रहा था... मेरी उत्साह की भावना कई घंटों तक जारी रही और मुझे पता था कि मैं फिर कभी पहले जैसी नहीं हो पाऊंगी।

डेविड फ्रॉली ने कहा:

योगी देसाई ने सहस्राब्दी पुराने शैव योग की प्राचीन शिक्षाओं को पुनर्जीवित किया, जो भारत के पुराने योग अभ्यासों के महानतम केंद्रों में से एक, गुजरात के कायावरोहन से लकुलिश परंपरा में निहित है... योगी देसाई ने एक प्राण सिद्धि का प्रदर्शन किया है जिसमें वह सार्वभौमिक प्राण को अनुमति दे सकते हैं न केवल उसके मन और शरीर के माध्यम से, बल्कि उसके वातावरण के माध्यम से और उसके आस-पास के दर्शकों में भी आगे बढ़ें, उनके आंतरिक प्राण और आध्यात्मिक बुद्धि को जागृत करें।

एंशिएंट विजडम, मॉडर्न मास्टर के अंत में , माइकल ए. सिंगर ने देसाई के साथ एक मुलाकात का वर्णन किया, जिसके दौरान "अमृत के हाथ के साधारण स्पर्श" से उनका हृदय चक्र "स्थायी रूप से खुल गया"।

अमृत योग संस्थान

साल्ट स्प्रिंग्स, फ्लोरिडा में अमृत योग संस्थान

जब लंबे समय से देसाई के समर्थक और सेमिनारों के मेजबान माइकल ए सिंगर ने सुना कि देसाई ने कृपालु समुदाय छोड़ दिया है, तो उन्होंने उन्हें और उनकी पत्नी को फ्लोरिडा के अलाचुआ में यूनिवर्स समुदाय के मंदिर के साथ कुछ शांत समय बिताने के लिए आमंत्रित किया । देसाई दंपत्ति दिसंबर 1994 में आए और लगभग तीन वर्षों तक संपत्ति पर रहे।

1996 में, देसाई ने पेंसिल्वेनिया के सुमनीटाउन में मूल कृपालु आश्रम में पढ़ाना फिर से शुरू किया । कुछ वर्षों के बाद, ज्यादातर पेंसिल्वेनिया में , देसाई परिवार 2002 में साल्ट स्प्रिंग्स, फ्लोरिडा में स्थानांतरित हो गया, जहां योगी देसाई वर्तमान में अमृत योग संस्थान में पढ़ाते हैं, जो ओकाला राष्ट्रीय वन में केर झील के किनारे एक झील के किनारे स्थित है। अमृत योग संस्थान एक आश्रम है जहां गुरु-शिष्य का रिश्ता लगातार फल-फूल रहा है और निवासी पारंपरिक योगिक जीवन शैली का लाभ उठाते हैं। योग शिक्षक प्रशिक्षण, आयुर्वेद और पुनर्प्राप्ति के लिए अलग-अलग लंबाई के कार्यक्रम पेश किए जाते हैं।

हालांकि अब आश्रम नहीं है, कृपालु का संचालन जारी है और वर्तमान में यह उत्तरी अमेरिका के सबसे बड़े योग और स्वास्थ्य केंद्रों में से एक है , जो स्वास्थ्य, आध्यात्मिकता, योग और अन्य में कार्यक्रमों और पेशेवर प्रशिक्षणों की एक विस्तृत श्रृंखला प्रदान करता है।

मानवीय कार्य

2011 में, उन्हें नेपल्स, फ्लोरिडा में रोटरी इंटरनेशनल के रोटरी फाउंडेशन से पॉल हैरिस फ़ेलोशिप से सम्मानित किया गया था , "दुनिया के लोगों के बीच बेहतर समझ और मैत्रीपूर्ण संबंधों को आगे बढ़ाने के लिए दी गई ठोस और महत्वपूर्ण सहायता की सराहना के लिए।"

उन्होंने भारत में गरीबों को छात्रवृत्ति प्रदान की, और भूरिबेन ट्रस्ट के माध्यम से लगभग 5,000 महिलाओं को वित्तीय सहायता प्रदान की, जिसकी उन्होंने स्थापना की थी। उन्होंने मुफ़्त दवाएँ और चिकित्सा उपचार भी प्रदान किया और हलोल में एक नया बच्चों का स्कूल शुरू करने में मदद की।

पुरस्कार

1986 में नई दिल्ली में विश्व धार्मिक संसद पुरस्कार , जिसके दौरान देसाई को जगदाचार्य की उपाधि से सम्मानित किया गया था

- डॉक्टर ऑफ योग साइंस, 1974 - मानवता के लिए उत्कृष्ट योगदान के लिए, हिंदू धर्म के आध्यात्मिक नेता, जगद्गुरु शंकराचार्य महाराज, द्वारका से। [19]
- योगाचार्य, 1980 - स्वामी कृपालवानंद , देसाई के गुरु और कायावरोहण तीर्थ शिव मंदिर, मालव आश्रम और लॉर्ड लकुलिश योग संस्थान के संस्थापक , दर्शन और योग के आध्यात्मिक सिद्धांतों के वर्षों के गहन अध्ययन, शिक्षाओं और अभ्यास की मान्यता में।
- जगदाचार्य, 1986 - 1894 में स्वामी विवेकानन्द द्वारा स्थापित विश्व धार्मिक संसद, नई दिल्ली, भारत से। जगद्गुरु शंकराचार्य के समकक्ष यह सम्मानजनक उपाधि, दुनिया भर में हिंदू दर्शन और ज्ञान का प्रसार करने के लिए पांच विश्व-प्रसिद्ध शिक्षकों को प्रदान की गई थी।
- महर्षि, 1986 - 105 वर्षीय सद्गुरु स्वामी गंगेश्वरानंदजी महाराज, उदासीन, उदासीन संस्कृत विश्वविद्यालय, बनारस के चांसलर, भारत में 12 आश्रमों और 600 वेद मंदिरों के संस्थापक से।
- विश्व योग रत्न, 1987 - *विश्व उन्नयन संसद* (भारत की विश्व विकास संसद) द्वारा 10 देशों (भारत, अमेरिका, इंग्लैंड, ऑस्ट्रेलिया, न्यूजीलैंड, इटली, बेल्जियम, स्विट्जरलैंड, ब्राजील, फ्रांस) के 10 विश्व-प्रसिद्ध शिक्षकों को सम्मानित किया गया। यह एकमुश्त पुरस्कार भारत के राष्ट्रपति द्वारा योग के क्षेत्र में आजीवन समर्पण और सेवा की मान्यता में प्रदान किया गया था। देसाई को संयुक्त राज्य अमेरिका का प्रतिनिधित्व करने के लिए चुना गया था।
- पद्म विभूषण नामांकन, 1992 - 1993 के लिए तत्कालीन प्रधान मंत्री नरसिम्हा राव की सकारात्मक प्रतिक्रिया के साथ, भारत के दिवंगत प्रधान मंत्री , चंद्र शेखर द्वारा नामांकित । [19]
- योग पट्टिका में एकता, 1993 - अमेरिका में योग के लिए वर्षों की समर्पित सेवाओं की सराहना में। अमेरिका में योग के 100 साल पूरे होने का जश्न मनाते हुए *यूनिटी इन योगा टीचर्स एसोसिएशन* द्वारा प्रस्तुत ।

पोस्ट-कृपालु

- पतंजलि पुरस्कार, 2010 - एसोसिएशन ऑफ आयुर्वेदिक प्रोफेशनल्स ऑफ नॉर्थ अमेरिका (एएपीएनए) की ओर से उत्तरी अमेरिका में योगिक अनुसंधान और शिक्षण में उत्कृष्टता के लिए।

- उद्घाटन फेलो, काउंसिल फॉर योगा एक्रिडिटेशन इंटरनेशनल (सीवाईएआई), 2012 - परिषद ने चार उद्घाटन फेलो को मान्यता दी जिन्होंने योग के क्षेत्र में असाधारण उपलब्धि और योगदान का प्रदर्शन किया है।
- महर्षि सांदीपनि पुरस्कार, 2013 - उज्जैन योग लाइफ सोसाइटी इंटरनेशनल की ओर से, जनवरी 2014 में उज्जैन, मध्य प्रदेश, भारत में आयोजित चौथे अंतर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन में।
- अंतर्राष्ट्रीय योग ग्रैंड मास्टर, 2013 - जगत गुरु अमृता सूर्यानंद महाराज (पद्म श्री प्राप्तकर्ता) से। इस पुरस्कार के पिछले प्राप्तकर्ता केवल बीकेएस अयंगर और डॉ. नागेंद्र, एसवीवाईएएसए विश्वविद्यालय, बैंगलोर थे।

प्रकाशन

पुस्तकें

- *कृपालु योग: मेडिटेशन-इन-मोशन* (1985)
- *एक मास्टर की उपस्थिति में* (1992)
- *अमृत योग: अन्वेषण, विस्तार, अनुभव* (2004)
- *अमृत योग और योग सूत्र* (2010)
- *प्रेम और आनंद: जीवन जीने की कला पर ध्यान* (2014)
- *रिश्तों का योग* (2015)
- *शून्य तनाव क्षेत्र की शक्ति का समावेश* (2017)
- *स्वामी कृपालु के पत्र* (2017)

मिर्रा अल्फासा

मिर्रा अल्फासा (21 फरवरी 1878 - 17 नवंबर 1973), जिन्हें उनके अनुयायी द मदर या ला मेरे के नाम से जानते हैं, एक आध्यात्मिक गुरु, तांत्रिक और योग शिक्षक और श्री अरबिंदो की सहयोगी थी, जो उन्हें उनके बराबर योगिक कद का मानते थे। उन्हें "माँ" नाम से पुकारा जाता था। उन्होंने श्री अरबिंदो आश्रम की स्थापना की और ऑरोविले शहर की स्थापना की। इंटीग्रल योग पर उनकी अच्छी पकड़ थी।

मिर्रा अल्फासा (मां) का जन्म 1878 में पेरिस में एक सेफ़र्दी यहूदी बुर्जुआ परिवार में हुआ था। अपनी युवावस्था में, उन्होंने मैक्स थियोन के साथ तंत्र-मंत्र का अभ्यास करने के लिए अल्जीरिया की यात्रा की। वापस लौटने के बाद पेरिस में रहते हुए उन्होंने आध्यात्मिक साधकों के एक समूह का मार्गदर्शन किया। 1914 में, उन्होंने पांडिचेरी, भारत की यात्रा की और श्री अरबिंदो से मुलाकात की और उनमें "अंधेरे एशियाई व्यक्ति" को पाया, जिनके उन्हें दर्शन हुए और उन्होंने उन्हें कृष्ण कहा। इस पहली यात्रा के दौरान, उन्होंने आवधिक आर्य के एक फ्रांसीसी संस्करण को प्रकाशित करने में मदद की, जिसमें श्री अरबिंदो के अधिकांश राजनीतिक गद्य लेखन को क्रमबद्ध किया गया था।

प्रथम विश्व युद्ध के दौरान उन्हें पांडिचेरी छोड़ने के लिए बाध्य होना पड़ा। जापान में 4 साल रहने के बाद, 1920 में वह पुन: पांडिचेरी लौट आईं। धीरे-धीरे, जैसे-जैसे अधिक से अधिक लोग उनके और श्री अरबिंदो से जुड़ते गए, उन्होंने श्री अरबिंदो आश्रम का आयोजन और विकास किया। 1943 में, उन्होंने आश्रम में एक स्कूल शुरू किया और 1968 में मानव एकता और विकास के लिए समर्पित एक प्रायोगिक टाउनशिप ऑरोविले की स्थापना की। 17 नवंबर 1973 को पांडिचेरी में उनकी मृत्यु हो गई।

सतप्रेम, जो उनके अनुयायियों में से एक थे, ने अल्फ़ासा के जीवन के पिछले तीस वर्षों को 13-खंड के काम, मदर्स एजेंडा में संकलन किया।

प्रारंभिक जीवन

बचपन

1885 में एक बच्चे के रूप में मिर्रा अल्फासा

मिर्रा अल्फ़ासा का जन्म 1878 में पेरिस में मोइसे मौरिस अल्फ़ासा, एक तुर्की यहूदी पिता, जो मिस्र के रास्ते एडिरने से आए थे, और मिस्र की यहूदी मां मैथिल्डे इस्मालुन के घर हुआ था। वे एक बुर्जुआ परिवार थे, और जन्म के समय मिर्रा का पूरा नाम ब्लैंच राचेल मिर्रा अल्फासा था। उनका एक बड़ा भाई, माटेओ मैथ्यू मौरिस अल्फासा था, जो बाद में अफ्रीका में कई फ्रांसीसी सरकारी पदों पर रहे। मीरा के जन्म से एक साल पहले ही परिवार फ्रांस चला गया था। मिर्रा अपनी दादी मीरा इस्मालम (नी पिंटो) के करीब थीं, जो एक पड़ोसी थीं और मिस्र के बाहर अकेले यात्रा करने वाली पहली महिलाओं में से एक थीं।

मिर्रा ने सात साल की उम्र में पढ़ना सीखा और नौ साल की उम्र में बहुत देर से स्कूल में दाखिला लिया। उन्हें कला, टेनिस, संगीत और गायन के विभिन्न क्षेत्रों में रुचि थी, लेकिन किसी विशेष क्षेत्र में स्थायी रुचि की स्पष्ट कमी के कारण लेकिन किसी विशेष क्षेत्र में स्थायी रुचि की स्पष्ट कमी के कारण उनकी मां चिंतित थीं। 14 साल की उम्र तक उन्होंने अपने पिता के संग्रह की अधिकांश किताबें पढ़ ली थीं, जिससे माना जाता है कि इससे उन्हें फ्रेंच भाषा में महारत हासिल करने में मदद मिली। उनके जीवनी लेखक व्रेखेम ने लिखा है कि मिर्रा को बचपन में कई गुप्त अनुभव हुए थे, लेकिन उनके महत्व या प्रासंगिकता के बारे में कुछ भी नहीं पता था। उसने इन अनुभवों को अपने तक ही सीमित रखा, क्योंकि उसकी माँ गुप्त अनुभवों को एक मानसिक समस्या मानती थी, जिसका इलाज किया जाना चाहिए। मिर्रा को विशेष रूप से याद है कि जब वह तेरह या चौदह वर्ष की थी, तब उसे स्वप्न आया था या एक चमकदार आकृति का दर्शन हुए था, जिसे वह कृष्ण कहती थी, लेकिन वास्तविक जीवन में पहले कभी नहीं देखा था।

एक कलाकार और यात्री के रूप में

24 साल की उम्र में मिर्रा अल्फासा अपने बेटे आंद्रे के साथ, लगभग 1902 में पेरिस में

1893 में स्कूल से स्नातक होने के बाद, मीरा कला का अध्ययन करने के लिए अकादमी जूलियन में शामिल हो गईं। उनकी दादी मीरा ने उन्हें एकेडमी के पूर्व छात्र फादर हेनरी मोरिसेट से मिलवाया; उनकी शादी 13 अक्टूबर 1897 को हुई थी। दोनों संपन्न थे और उन्होंने अगले दस वर्षों तक कलाकार के रूप में काम किया, उस युग के दौरान जो कई प्रभावशाली कलाकारों के लिए जाना जाता था। उनके बेटे आंद्रे का जन्म 23 अगस्त 1898 को हुआ था। अल्फ़ासा की कुछ पेंटिंग्स को सैलून डी'ऑटोमने की जूरी ने स्वीकार कर लिया था और 1903, 1904 और 1905 में प्रदर्शित की गई थीं। वह खुद को इस समय पूर्ण नास्तिक होने का स्मरण कराती है, वह विभिन्न स्मृतियों का अनुभव प्राप्त कर पाया कि वो मानसिक संरचनाएं नहीं बल्कि सहज स्वाभाविक अनुभव थे। उन्होंने उन अनुभवों को स्वयं तक ही सीमित रखा और उनके महत्व को समझने की ललक विकसित की। उन्हें स्वामी विवेकानन्द की पुस्तक राजयोग मिली, जिसमें

कुछ ऐसे स्पष्टीकरण उपलब्ध थे, जिनकी वह तलाश कर रही थी। मिर्रा को फ्रेंच में भगवद गीता की एक प्रति भी मिली, जिससे उन्हें इन अनुभवों के बारे में और अधिक जानने में काफी मदद मिली।

मैक्स थियोन और श्रीमती थियोन (मैरी वेयर)

त्लेमसेन, अल्जीरिया में थियोन के घर में मिर्रा अल्फासा (1906-1907)

इस दौरान मिर्रा की मुलाकात लुई थेमैनलिस से हुई, जो कॉस्मिक मूवमेंट के प्रमुख थे, यह मैक्स थिओन द्वारा शुरू किया गया एक समूह था। कॉस्मिक रिव्यू की एक प्रति पढ़ने के बाद, उन्होंने थेमैनलिस के भाषणों में भाग लिया और समूह में सक्रिय हो गईं। पहली बार, 14 जुलाई 1906 को, वह मैक्स थियोन और उनकी पत्नी मैरी वेयर से मिलने के लिए अकेले अल्जीरियाई शहर त्लेमसेन की यात्रा पर गईं। इसके परिणामस्वरूप उन्होंने 1906 और 1907 में दो बार और उनकी संपत्ति टेलेम्सेन की यात्रा की और वहां मैक्स थिओन और मैरी वेयर की शिक्षाओं का अभ्यास और प्रयोग किया।

1908 में, मिर्रा 49 रुए डे लेविस, पेरिस चली गईं, और वहां एक छोटे से अपार्टमेंट में अकेले रहने लगी और खुद को बौद्धों और ब्रह्मांडीय आंदोलन मंडलों के चर्चा में शामिल कर लिया। इसी दौरान उनकी मुलाकात मैडम डेविड नील से भी हुई। मिर्रा ने 1911 में पॉल रिचर्ड से शादी की, जिन्होंने सेना में चार साल की सेवा के बाद खुद को दर्शन और धर्मशास्त्र में शामिल कर लिया था। जब वह मैक्स थिओन के साथ चर्चा कर रहा था तब उसे मिर्रा के बारे में पता चला था। मिर्रा के जीवनी लेखक व्रेखेम ने उल्लेख किया है कि रिचर्ड एक डच महिला से अपनी पहली शादी से बच्चे प्राप्त करने में कानूनी समस्या से गुजर रहे थे, और उन्होंने मिर्रा से मदद मांगी थी, जिसे उन्होंने उससे शादी करके स्वीकार कर लिया था।

श्री अरबिंदो और जापान के साथ पहली मुलाकात

डोरोथी हॉजसन (दत्ता), मिर्रा अल्फासा, पॉल रिचर्ड और टोक्यो सी.ए 1918 में जापानी मित्र

रिचर्ड एक महत्वाकांक्षी राजनीतिज्ञ भी थे और उन्होंने पांडिचेरी से फ्रांसीसी सीनेट का चुनाव जीतने का प्रयास किया था, जो उस समय फ्रांसीसी नियंत्रण में था। अपनी प्रारंभिक विफलता के बावजूद वह दूसरा प्रयास करना चाहते थे, और 7 मार्च 1914 को मिर्रा, रिचर्ड के साथ भारत के लिए रवाना हुए और 29 मार्च तक पांडिचेरी पहुँचे। 1914 में मिर्रा अल्फ़ासा, जो बाद में द मदर के नाम से जानी गईं, ने पहली बार पुडुचेरी में कदम रखा और ग्रैंड होटल डी'यूरोप में रुकीं और श्री अरबिंदो से मिलीं।

पांडिचेरी पहुंचने के बाद, उन्होंने श्री अरबिंदो से मिलने का समय तय किया, जो उस समय पांडिचेरी में बस गए थे और उन्होंने ब्रिटिश शासन से भारतीय स्वतंत्रता के लिए अपनी सभी गतिविधियों को निलंबित कर दिया था। जब वह पहली बार श्री अरबिंदो से मिलीं, तो मिर्रा ने उनमें उस व्यक्ति को पहचान लिया, जिसे वह अपने सपनों में देखा करती थीं। बाद की एक मुलाकात के दौरान, उसने किसी भी विचार से मुक्त होकर मन की पूर्ण शांति का अनुभव किया।

भारत के 1978 के टिकट पर माँ

रिचर्ड पॉल ब्लूसेन से चुनाव हार गए, जिनका उन्होंने पिछले चुनावों में समर्थन किया था। रिचर्ड ने श्री अरबिंदो के योग की समीक्षा प्रकाशित करने और आर्य कहलाने तथा अंग्रेजी और फ्रेंच दोनों में द्विभाषी होने का निर्णय लिया। जर्नल पहली बार 15 अगस्त 1914 को प्रकाशित हुआ और अगले साढ़े छह वर्षों तक चला। परिणाम प्रकाशित पत्रिकाओं को बाद में संपूर्ण पुस्तकों में तब्दील कर दिया गया। इस समय तक प्रथम विश्व युद्ध छिड़ चुका था और ब्रिटिशों द्वारा भारतीय क्रांतिकारियों पर जर्मन सेना का जासूस होने का मुकदमा चलाया जा रहा था। हालाँकि श्री अरबिंदो ने ब्रिटिश शासन के खिलाफ अपनी गतिविधियाँ पूरी तरह से समाप्त कर दी थीं, फिर भी उन्हें असुरक्षित माना गया और सभी क्रांतिकारियों को अल्जीरिया जाने के लिए कहा गया। श्री अरबिंदो ने इस प्रस्ताव को अस्वीकार कर दिया था, इसलिए अंग्रेजों ने पेरिस में फ्रांसीसी सरकार को पत्र लिखकर फ्रांसीसी पांडिचेरी में रहने वाले क्रांतिकारियों को सौंपने के लिए कहा था। यह अनुरोध मिर्रा के भाई, माटेओ अल्फ़ासा के पास आया, जो उस समय तक विदेश मंत्री थे और जिन्होंने अन्य कामकाजी फाइलों के तहत अनुरोध दायर किया था, जिस पर फिर कभी ध्यान नहीं दिया गया।

1915 में अंग्रेजों के आग्रह पर रिचर्ड को पांडिचेरी से बाहर जाने का आदेश दिया गया। रुकने के असफल प्रयास के बाद, मिर्रा और रिचर्ड दोनों 22 फरवरी 1915 को पेरिस के लिए रवाना हो गए। कुछ वर्षों के बाद, रिचर्ड को जापान (जो उस समय फ्रांस और ब्रिटेन का सहयोगी था) और चीन में फ्रांसीसी व्यापार को बढ़ावा देने का आदेश दिया गया। मिर्रा रिचर्ड के साथ जापान के लिए रवाना हो गई, फिर कभी पेरिस नहीं लौटी।

मिर्रा और रिचर्ड जापान में रहे और भारतीय समुदाय के बीच परिचित हुए। जापान में उनका समय अपेक्षाकृत शांतिपूर्ण था, और उन्होंने अगले चार साल वहीं बिताए। 24 अप्रैल 1920 को मिर्रा रिचर्ड के साथ डोरोथी हॉजसन के साथ पांडिचेरी लौट आईं। मिर्रा रुए फ्रांकोइस मार्टिन के गेस्ट हाउस में श्री अरबिंदो के पास रहने चली गईं। रिचर्ड भारत में अधिक समय तक नहीं रहे; उन्होंने उत्तर भारत में घूमते हुए एक साल बिताया और फ्रांस लौटकर आधिकारिक तौर पर मिर्रा को तलाक देने के बाद इंग्लैंड में दोबारा शादी की। संयुक्त राज्य अमेरिका में प्रोफेसर के रूप में कुछ वर्षों तक काम करने के बाद 1968 में उनकी मृत्यु हो गई। 24 नवंबर 1920 को एक तूफान और भारी बारिश के कारण, श्री अरबिंदो ने मिर्रा और डोरोथी हॉजसन (जिसे बाद में दत्ता के नाम से जाना गया) को श्री अरबिंदो के घर में रहने के लिए कहा, और वह अन्य निवासियों के साथ घर में रहने लगी।

आश्रम की स्थापना

इंटीग्रल योग

समय के साथ आर्य पत्रिका से प्रभावित कई लोग और श्री अरबिंदो के बारे में सुनने वाले अन्य लोग या तो स्थायी रूप से निवास करने या श्री अरबिंदो के योग का अभ्यास करने के लिए उनके निवास पर आने लगे। मिर्रा को शुरू में घर के अन्य सदस्यों ने पूरी तरह से स्वीकार नहीं किया था और उन्हें एक बाहरी व्यक्ति माना जाता था। श्री अरबिंदो ने उन्हें समान योगिक कद का माना और उन्हें "द मदर" कहना शुरू कर दिया, और तब से पूरा समुदाय उन्हें इसी नाम से जानता था। 1924 के आसपास माँ ने घर के दैनिक कामकाज को व्यवस्थित करना

शुरू कर दिया था और धीरे-धीरे घर एक आश्रम में तब्दील होता जा रहा था, जहाँ हर दिन कई अनुयायी आते रहते थे। 1926 के बाद श्री अरबिंदो ने नियमित गतिविधियों से संन्यास लेना शुरू कर दिया और अपना पूरा ध्यान योगाभ्यास की ओर लगाया। तब तक समुदाय में 85 सदस्य हो गए थे और समूह धीरे-धीरे एक आध्यात्मिक आश्रम में बदल गया था।

एकात्म योग और सिद्धि दिवस

आधुनिक सन्दर्भ में माँ एक प्रतिष्ठित योग शिक्षिका थीं। 24 नवंबर 1926 को, जिसे बाद में सिद्धि दिवस (विजय दिवस) के रूप में घोषित किया गया और अभी भी श्री अरबिंदो आश्रम द्वारा मनाया जाता है, माँ और श्री अरबिंदो ने घोषणा की कि मन के ऊपर की चेतना सीधे भौतिक चेतना में प्रकट हुई है, जिससे मानव चेतना को सीधे जागरूक होने और मन के ऊपर की चेतना में रहने की संभावना मिलती है।

श्री अरविन्द को आश्रम के दैनिक संचालन को लेकर माँ के विरुद्ध कुछ शिकायतें मिली थीं। इस मामले को अंतिम रूप से निपटाने के लिए, श्री अरबिंदो ने अप्रैल 1930 में एक पत्र के माध्यम से 'द मदर' को आश्रम की आगे की गतिविधियों का एकमात्र प्रभारी घोषित किया। अगस्त 1930 तक, आश्रम के सदस्यों की संख्या 80 से 100 निवासियों तक बढ़ गई थी, सभी बुनियादी सुविधाओं से परिपूर्ण एक आत्मनिर्भर समुदाय।

श्री अरबिंदो और माँ के कार्य और योग के सिद्धांतों को उन्होंने नाम दिया: अभिन्न योग, एक सर्वव्यापी योग। यह योग योग के पुराने तरीकों से भिन्न था, क्योंकि अनुयायी मठ में रहने के लिए बाहरी जीवन को नहीं छोड़ेगा, बल्कि नियमित जीवन में मौजूद रहेगा और जीवन के सभी हिस्सों में आध्यात्मिकता का अभ्यास करेगा।

1937 तक आश्रम के निवासियों की संख्या 150 से अधिक हो गई थी, इसलिए इमारतों और सुविधाओं के विस्तार की आवश्यकता थी, जिसकी मदद हैदराबाद के निज़ाम दीवान हैदर अली ने की, जिन्होंने आश्रम को और विस्तार के लिए अनुदान दिया था। मां के मार्गदर्शन में, मुख्य वास्तुकार एंटोनिन रेमंड ने फ्रांटिसेक सैमर और जॉर्ज नकाशिमा की सहायता से एक छात्रावास भवन का निर्माण किया। इस समय तक द्वितीय विश्व युद्ध छिड़ जाने के कारण निर्माण में देरी हुई, लेकिन अंततः दस साल बाद पूरा हुआ और इसका नाम गोलकोंडे रखा गया। 1938 में अमेरिकी राष्ट्रपति वुडरो विल्सन की बेटी मार्गरेट वुडरो विल्सन आश्रम में आईं और उन्होंने जीवन भर वहीं रहने का फैसला किया।

1939 तक द्वितीय विश्व युद्ध छिड़ चुका था। आश्रम के कुछ सदस्यों ने अप्रत्यक्ष रूप से हिटलर का समर्थन किया, क्योंकि ब्रिटेन पर हमला हुआ था, लेकिन मदर और श्री अरबिंदो दोनों ने सार्वजनिक रूप से मित्र देशों की सेना के लिए अपना समर्थन घोषित किया, मुख्य रूप से वायसराय के युद्ध कोष में दान देकर, जिससे कई भारतीयों को आश्चर्य हुआ।

आश्रम में स्कूल और श्री अरबिंदो की मृत्यु

2 दिसंबर 1943 को माँ ने आश्रम के अंदर लगभग बीस बच्चों के लिए एक स्कूल शुरू किया। उनका मानना था कि यह आश्रम के सामान्य जीवन से एक बड़ा कदम था, जो तब तक बाहरी दुनिया के पूर्ण त्याग का अभ्यास करने के बारे में था। हालाँकि, उन्होंने पाया कि स्कूल धीरे-धीरे

श्री अरबिंदो के अभिन्न योग के सिद्धांतों के अनुरूप हो जाएगा। यह स्कूल बाद में श्री अरबिंदो इंटरनेशनल सेंटर ऑफ एजुकेशन के नाम से जाना जाने लगा। 21 फरवरी 1949 से उन्होंने 'द बुलेटी' नामक एक त्रैमासिक पत्रिका शुरू की, जिसमें श्री अरबिंदो ने "पृथ्वी पर अतिमानसिक अभिव्यक्ति" शीर्षक के तहत आठ लेखों की एक श्रृंखला प्रकाशित की, जिसमें उन्होंने पहली बार मनुष्य और अतिमानव के बीच संक्रमणकालीन अस्तित्व के बारे में लिखा।

मीरा अल्फासा की पेंटिंग: 'अचेतन से उभरती दिव्य चेतना', 1920-1925

5 दिसंबर 1950 को श्री अरबिंदो की मृत्यु हो गई। यह माँ के लिए बहुत कठिन अनुभव था। आश्रम में सभी गतिविधियाँ बारह दिनों के लिए स्थगित कर दी गईं, जिसके बाद माँ को आश्रम के भविष्य का निर्णय लेना पड़ा। माँ ने आश्रम का सारा कार्यभार अपने ऊपर लेने और आंतरिक रूप से समग्र योग को भी जारी रखने का निर्णय लिया। 1950 से 1958 तक के वर्ष ऐसे वर्ष थे, जब उन्हें अधिकतर उनके शिष्यों द्वारा देखा जाता था।

पांडिचेरी, भारत

15 अगस्त 1954 को फ्रेंच पांडिचेरी भारत का केंद्र शासित प्रदेश बन गया। अल्फासा ने भारत और फ्रांस के लिए दोहरी नागरिकता की घोषणा की। जवाहरलाल नेहरू ने 16 जनवरी 1955 को आश्रम का दौरा किया और उनसे मुलाकात की। इस मुलाकात से आश्रम के बारे में उनकी कई शंकाएं दूर हो गईं। 29 सितंबर 1955 को आश्रम की उनकी दूसरी यात्रा के दौरान उनकी बेटी इंदिरा गांधी उनके साथ थीं। अल्फ़ासा का उन पर गहरा प्रभाव पड़ा, जो बाद के वर्षों में एक करीबी रिश्ते में बदल गया। श्री अरबिंदो के निधन के बाद माँ ने फ्रेंच पढ़ाना जारी रखा। उन्होंने केवल साधारण बातचीत और पाठ से शुरुआत की, जो बाद में अभिन्न योग के बारे में गहन चर्चा में विस्तारित हुई, जहां वह श्री अरबिंदो या अपने स्वयं के लेखन से एक अंश पढ़ती थीं और उन पर टिप्पणी करती थीं। ये सत्र प्रश्न और उत्तर नामक सात खंडों वाली पुस्तक में विकसित हुए।

1958 के बाद अल्फासा ने धीरे-धीरे बाहरी गतिविधियों से हटना शुरू कर दिया। वर्ष 1958 को योग में अधिक प्रगति के रूप में भी जाना जाता है। उन्होंने 1959 के बाद से अपनी सभी गतिविधियाँ बंद कर दीं और खुद को पूरी तरह से योग के प्रति समर्पित कर दिया। 21 फरवरी 1963 को, अपने 85वें जन्मदिन पर, उन्होंने अपना पहला दर्शन उस छत से किया, जो उनके लिए बनाई गई थी। तब से वह दर्शन के दिनों में वहां मौजूद रहती थी, जहां नीचे आने वाले आगंतुक उसकी एक झलक पाने के लिए इकट्ठा होते थे। माँ नियमित रूप से कई शिष्यों से मिलती थीं और उनमें से एक थे सतप्रेम। उन्होंने उनकी बातचीत रिकॉर्ड कर ली थी, जिसे बाद में उन्होंने मदर्स एजेंडा नामक 13 पुस्तकों के खंड में संकलित किया।

अल्फासा टेनिस खेल रही है

ऑरोविले की स्थापना

मातृमंदिर, पांडिचेरी के पास ऑरोविले में

मदर ने "द ड्रीम" शीर्षक से एक लेख प्रकाशित किया था, जिसमें उन्होंने पृथ्वी पर एक ऐसी जगह का सुझाव दिया था, जिस पर कोई भी राष्ट्र बिना किसी भेदभाव के पूरी मानवता के लिए

अपनी एकमात्र संपत्ति के रूप में दावा नहीं कर सकता था। 1964 में आख़िरकार इस शहर को बनाने का निर्णय लिया गया। 28 फरवरी 1968 को उन्होंने शहर ऑरोविले के लिए एक चार्टर तैयार किया, जिसका अर्थ है डॉन का शहर (फ्रांसीसी शब्द ऑरोर से लिया गया), एक मॉडल सार्वभौमिक टाउनशिप जहां एक उद्देश्य मानव एकता लाना होगा। शहर अभी भी मौजूद है और लगातार बढ़ रहा है (हालांकि जनगणना द्वारा दर्ज किए गए स्थायी निवासियों के संदर्भ में नहीं)। [उद्धरण वांछित]

बाद के वर्षों में

कई राजनेताओं ने नियमित आधार पर अल्फासा से भेंट-मुलाकात किया करते थे। वी. वी. गिरि, नंदिनी सत्पथी, दलाई लामा और विशेष रूप से इंदिरा गांधी, जो उनके निकट संपर्क में थीं, उनसे उनकी मुलाक़ात हुई। मार्च 1973 के अंत तक, वह गंभीर रूप से बीमार हो गईं। 20 मई 1973 के बाद सभी बैठकें रद्द कर दी गईं। अल्फासा की 17 नवंबर 1973 को शाम 7.25 बजे 95 वर्ष की आयु में मृत्यु हो गई। 20 नवंबर को श्री अरबिंदो की समाधि के बगल में उन्हें दफनाया गया।

धीरेंद्र ब्रह्मचारी

धीरेंद्र चौधरी का जन्म
12 फरवरी 1924
बसैठ चानपुरा, मधुबनी, बिहार
निधन 9 जून 1994
मानतलाई, जम्मू
मौत का कारण विमान दुर्घटना
व्यवसाय योग गुरु
इंदिरा गांधी के योग गुरु के रूप में जाने जाते हैं
धीरेंद्र ब्रह्मचारी (12 फरवरी 1924 - 9 जून 1994), जिनका जन्म बिहार के मधुबनी के बसैठ चानपुरा गांव में हुआ था, योगी भजन के एक योग शिक्षक थे, जिन्होंने पश्चिम में कुंडलिनी योग सिखाया। धीरेंद्र ब्रह्मचारी भारत की पूर्व प्रधान मंत्री इंदिरा गांधी के योग गुरु भी थे। उन्होंने भोंडसी (दिल्ली एनसीआर में गुरुग्राम), जम्मू, कटरा और मंतलाई (जम्मू और कश्मीर के उधमपुर जिले में सुधमहादेव के पास) में आश्रम चलाए और योग पर अनेक किताबें लिखीं।

जीवनी
उनका जन्म एक मैथिल ब्राह्मण परिवार में हुआ था। बाद में उन्हें भगवद गीता पढ़ने से प्रेरणा मिली, उन्होंने तेरह साल की उम्र में घर छोड़ दिया और वाराणसी चले गए। उनके गुरु महर्षि कार्तिकेय थे, जिनका आश्रम लखनऊ से लगभग बारह मील दूर गोपाल-खेड़ा में था। धीरेंद्र ब्रह्मचारी ने वहां योग और उससे जुड़े विषयों का अध्ययन किया। 1960 के दशक में उन्हें सोवियत अंतरिक्ष यात्रियों को प्रशिक्षित करने के लिए हठ योग विशेषज्ञ के रूप में यूएसएसआर की यात्रा करने के लिए आमंत्रित किया गया था। बाद में जवाहरलाल नेहरू ने उन्हें अपनी बेटी इंदिरा गांधी के स्वास्थ्य में सुधार के लिए उन्हें योग सिखाने के लिए आमंत्रित किया। ऐसा कहा जाता है कि उन्होंने श्रीमती गांधी के दृष्टिकोण और विचारों का मार्गदर्शन किया था।

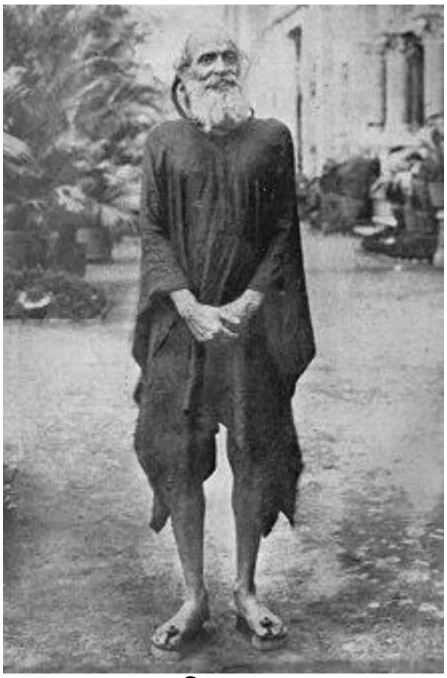
1970 के दशक के उत्तरार्ध में, धीरेंद्र ब्रह्मचारी ने "योगाभ्यास" नामक एक साप्ताहिक कार्यक्रम में योग के लाभों को बढ़ावा दिया, जो राज्य के स्वामित्व वाले टेलीविजन नेटवर्क दूरदर्शन पर प्रसारित किया गया था। उन्होंने दिल्ली प्रशासित स्कूलों में योग को अध्ययन के विषय के रूप में पेश किया, जो एक महत्वपूर्ण नवाचार था।

वह दिल्ली के केंद्र में विश्वायतन योगाश्रम के मालिक थे, जिसे अब मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के नाम से जाना जाता है।

उन्होंने हिंदी और अंग्रेजी में योग पर किताबें लिखीं जिनमें 'योगिक सूक्ष्म व्यायाम' और 'योगासन विज्ञान' शामिल हैं। मंतलाई में उनका आश्रम निजी हवाई पट्टियों, हैंगर, एक चिड़ियाघर और गांधी नगर, जम्मू में एक सात मंजिला इमारत के साथ 1008 कनाल भूमि पर फैला हुआ है।

आजकल धीरेंद्र ब्रह्मचारी योग परंपरा के तीन ज्ञात उत्तराधिकारी हैं: भारत से बाल मुकुंद सिंह, स्विट्जरलैंड से रेनहार्ड गैमेंथेलर और ऑस्ट्रिया से रेनर नेयर।

मौत
धीरेंद्र ब्रह्मचारी की उनके पायलट के साथ एक विमान दुर्घटना में मृत्यु हो गई, जब वे 9 जून, 1994 को मानतलाई में अपने धार्मिक स्थल और योग विद्यालय में उतरते समय एक देवदार के पेड़ से टकरा गए।



परमहंस माधवदासजी या परमहंस माधवदास

परमहंस माधवदासजी या परमहंस माधवदास (1798-1921) 19वीं शताब्दी में एक भारतीय योगी, योग गुरु और हिंदू भिक्षु थे। उनका जन्म 1798 में बंगाल में हुआ था। उन्होंने एक साधु के रूप में दीक्षा ली और वैष्णव संप्रदाय में प्रवेश किया। उन्होंने योगाभ्यास का ज्ञान प्राप्त करने के लिए लगभग 35 वर्षों तक पूरे भारत की पैदल यात्रा की। उनके उल्लेखनीय शिष्यों में स्वामी कुवलयानंद और श्री योगेन्द्र शामिल हैं।

जीवनी

उनका जन्म 1798 में वर्तमान पश्चिम बंगाल के नादिया जिले के शांतिओपुर के पास एक छोटे से गाँव में बंगाल के एक मुखोपाध्याय परिवार में हुआ था। उन्होंने न्यायिक विभाग में क्लर्क के रूप में काम किया, लेकिन बाद में नौकरी छोड़ दी। माधवदास ने विभिन्न परंपराओं को सीखने का प्रयास किया। असम, तिब्बत, हिमालय और भारत के विभिन्न स्थानों की यात्रा करने के बाद, उन्हें योग तकनीकों का प्रत्यक्ष ज्ञान प्राप्त करने का अवसर मिला। वह शुरुआत में चैतन्य महाप्रभु के भक्ति संप्रदाय और बाद में गौरांग से प्रभावित वैष्णव संप्रदाय के भी अनुयायी थे।

1869 में, माधवदास एक बड़े साधु समुदाय में शामिल हो गए, जिन्होंने 1881 में उन्हें वृन्दावन (अब उत्तर प्रदेश में) में अपना नेता चुना। लेकिन माधवदास साधुओं के बीच इन गतिविधियों से संतुष्ट नहीं थे। वह आम लोगों के कष्टों को कम करने के लिए उत्सुक थे। बाद में वे गुजरात आ गये और योग वेदांत की शिक्षा देने लगे। अंततः वह गुजरात में नर्मदा नदी के तट पर बड़ौदा के पास मालसर गाँव में बस गए, जहाँ उन्होंने कुछ चयनित और योग्य शिष्यों को योग अभ्यास के रहस्य सिखाए। 1921 में 123 वर्ष की आयु में माधवदास की मृत्यु हो गई।

माधवदास वैक्यूम

कैवल्यधाम स्वास्थ्य और योग अनुसंधान केंद्र के एक प्रसिद्ध शोधकर्ता, स्वामी कुवलयानंद ने 1924 में पहली बार योग क्रियाओं में से एक, नौली के दौरान बृहदान्त्र में नकारात्मक दबाव के निर्माण की खोज की। नौली के दौरान बृहदान्त्र में आंशिक वैक्यूम की खोज स्वामी कुवलयानंद द्वारा माधवदास के नाम पर इसे माधवदास वैक्यूम नाम दिया गया था।

प्रणव पंड्या (AWGP)

प्रणव विनोदभाई पंड्या

प्रणव पंड्या हिंदू धार्मिक नेता और चिकित्सक हैं जो अखिल विश्व गायत्री परिवार के प्रमुख हैं और देव संस्कृति विश्वविद्यालय के चांसलर हैं। वह श्रीराम शर्मा के दामाद हैं। वह युग निर्माण योजना के सदस्य भी हैं और वर्तमान में अखंड ज्योति के मुख्य संपादक के रूप में कार्यरत हैं। 1997 में, उन्होंने अटल बिहारी वाजपेयी के साथ संयुक्त राज्य अमेरिका में हिंदू नव वर्ष उत्सव में भाग लिया।

पुरस्कार एवं सम्मान

2013 में उन्हें तरूण क्रांति पुरस्कार मिला।
2014 में उन्हें यूनाइटेड किंगडम की संसद से प्राइड ऑफ इंडिया अवॉर्ड मिला
2016 में, उन्हें भारत के प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा राज्यसभा के लिए नामांकित किया गया था।