योगविद्या

वर्ष 15 अंक 3
मार्च 2026

बिहार योग विद्यालय, मुंगेर, बिहार, भारत

हरिः ॐ

योगविद्या का सम्पादन, मुद्रण और प्रकाशन स्वामी सत्यानन्द सरस्वती के संन्यासी शिष्यों द्वारा स्वास्थ्य लाभ, आनन्द और प्रकाश प्राप्ति के इच्छुक व्यक्तियों के लिए किया जाता है। इसमें बिहार योग विद्यालय, बिहार योग भारती, योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट तथा योग शोध संस्थान के क्रियाकलापों की जानकारियाँ प्रकाशित की जाती हैं।

सम्पादक – स्वामी ज्ञानसिद्धि सरस्वती

योगविद्या मासिक पत्रिका है।

बिहार योग विद्यालय, गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर, 811201, बिहार, द्वारा प्रकाशित।

© Bihar School of Yoga 2026

उपयोगी संसाधन

वेबसाइट :

www.biharyoga.net
www.sannyasapeeth.net
www.satyamyogaprasad.net

एप्प : (Android एवं iOS उपकरणों के लिए)
Bihar Yoga
APMB
YOGA (अंग्रेजी पत्रिका)
YOGAVIDYA (हिन्दी पत्रिका)
FFH (For Frontline Heroes)

कुल पृष्ठ संख्या : 56 *(कवर पृष्ठों सहित)*

कवर एवं प्लेट : विश्व योगपीठ की 2025 की गतिविधियाँ

आध्यात्मिक मार्गदर्शन

व्यक्ति, समाज और सदाचार

आज मानव-जीवन इतना अस्त-व्यस्त हो गया है कि सदाचार की ओर उसका ध्यान ही नहीं जाता। लोक-कल्याण तथा विश्व-शान्ति के लिए अनेक लौकिक प्रस्ताव किये जाते हैं, परन्तु वे निरर्थक ही सिद्ध हो रहे हैं। इसका कारण यही है कि मनुष्य-समाज जीवन के सकारात्मक पक्ष को देख नहीं पाया। मरु-मरीचिका को जलाशय जानकर वह व्यर्थ कुलाँचे भर रहा है। इसलिए हम नित्य-प्रति सुनते हैं कि विश्व में विनाश और मृत्यु, पाप और दुराचार की प्रबलता है।

यदि समाज का प्रत्येक व्यक्ति किसी भी कार्य को करने के पूर्व ही यह विचार करे कि वह कार्य सदाचार और धर्म के दायरे में आता है कि नहीं, तो वह निश्चय ही अपने जीवन को सफल, कल्याणमय तथा पवित्र बना सकेगा।

– श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती

बिहार योग विद्यालय, गंगादर्शन, फोर्ट, मुंगेर–811201, बिहार के लिए स्वामी शिवध्यानम् सरस्वती द्वारा प्रकाशित

स्वामित्व – बिहार योग विद्यालय **सम्पादक** – स्वामी ज्ञानसिद्धि सरस्वती

योगविद्या

वर्ष 15 अंक 3 मार्च 2026
(प्रकाशन का 64वाँ वर्ष)

विषय सूची

योगविद्या का यह विशेषांक बिहार योग विद्यालय की वर्ष 2025 की गतिविधियों का संकलन है

2 बिहार योग विद्यालय का प्रशिक्षण
9 बिहार योग भारती
10 भारत योग यात्रा 2025
19 योग तरी तीरे तीरे
30 ऑनलाइन कार्यक्रम
31 योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट
35 अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस
41 योगपीठ के कार्यक्रम
45 योग भूमि मित्र 2025

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः। कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन॥

बिहार योग विद्यालय का प्रशिक्षण

सम्पूर्ण स्वास्थ्य योग कैप्सूल

8 से 14 फरवरी तक सम्पूर्ण स्वास्थ्य योग कैप्सूल प्रशिक्षण आयोजित किया गया। प्रतिभागी असम, बिहार, छत्तीसगढ़, झारखंड, महाराष्ट्र, नई दिल्ली, राजस्थान, तेलंगाना, उत्तराखण्ड, उत्तर प्रदेश और पश्चिम बंगाल से आए थे। प्रशिक्षण में भाग लेने के अलावा उन्होंने आश्रम गतिविधियों में भी पूरी तरह से भाग लिया। शिक्षक स्वामी अपरोक्षानंद और स्वामी वसुंधरा थे।

फ्रेंच समूह

17 से 23 फरवरी तक फ्रांस से सत्रह योग साधकों के समूह ने गंगा दर्शन में प्रवास किया। जिज्ञासु धर्मराज के नेतृत्व में आये इस समूह के लिए यह पहली आश्रम यात्रा थी। साधकों ने आश्रम की सभी गतिविधियों में हिस्सा लिया। उनकी हठयोग और राजयोग की कक्षाएँ स्वामी विद्यासागर और स्वामी योगतीर्थ ने संचालित कीं।

न्यायिक पदाधिकारी

18 से 22 फरवरी तक मुंगेर के चौदह न्यायिक पदाधिकारियों ने गंगा दर्शन में प्रतिदिन सबेरे हठयोग और शिथिलीकरण का प्रशिक्षण प्राप्त किया। कक्षाओं का संचालन स्वामी अपरोक्षानंद ने किया।

बल्गेरियन समूह

20 से 28 फरवरी तक बल्गेरिया से चौदह योग साधकों के समूह ने गंगा दर्शन का दौरा किया। उनका नेतृत्व स्वामी विवेकमूर्ति और स्वामी योगज्ञान कर रहे थे। उनकी हठयोग और राजयोग की कक्षाएँ स्वामी अमृतबिंदु और स्वामी मैत्रेयी ने संचालित कीं।

प्राणायाम – स्वस्थ जीवन के लिए श्वसन

3 से 9 मार्च तक गंगा दर्शन में स्वस्थ जीवन के लिए श्वसन प्रशिक्षण आयोजित किया गया। प्रतिभागी भारत के असम, बिहार, छत्तीसगढ़, झारखंड, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, नई दिल्ली, ओडिशा, पंजाब, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड और पश्चिम बंगाल राज्यों से आए थे। शिक्षण कार्य स्वामी अपरोक्षानंद और स्वामी मंत्रपुष्पम् ने किया।

अर्जेंटीना समूह

15 से 30 मार्च तक अर्जेंटीना से योग साधकों के एक समूह ने गंगा दर्शन में प्रवास किया। उन्होंने बड़े उत्साह के साथ आश्रम की सभी गतिविधियों में भाग लिया। उनकी हठयोग और राजयोग की कक्षाएँ स्वामी कैवल्यानंद और संन्यासी मंत्रसिद्धि ने संचालित कीं।

रांची समूह

16 से 19 मार्च तक रांची से 42 योगाभ्यासियों के समूह ने गंगा दर्शन की यात्रा की। अपने प्रवास के दौरान उन्होंने बहुत आकर्षक आसन प्रदर्शन प्रस्तुत किया। उनकी कक्षाओं का संचालन संन्यासी आत्मार्पण ने किया।

प्रत्याहार और धारणा

22 से 28 मार्च तक गंगा दर्शन में प्रत्याहार और धारणा प्रशिक्षण आयोजित किया गया। प्रशिक्षण का मुख्य ध्येय था दैनिक जीवन में प्रत्याहार को व्यावहारिक तरीके से अपनाना। राष्ट्रीय प्रतिभागी भारत के बिहार, छत्तीसगढ़, हरियाणा, कर्णाटक, महाराष्ट्र, नई दिल्ली, ओडिशा और तमिलनाडु राज्यों से आए थे तथा विदेशी प्रतिभागी अर्जेंटीना, बेल्जियम, कोलोम्बिया, चेक रिपब्लिक, फ्रांस, जर्मनी, हंगरी, इटली, पोलैंड, रूस, स्पेन और स्विट्ज़रलैंड से थे। शिक्षक स्वामी रत्नशक्ति और स्वामी अमृतबिन्दु थे।

केन्द्रिय विश्वविद्यालय, केरल का विद्यार्थी समूह

12 से 28 मई तक केन्द्रिय विश्वविद्यालय, केरल के योग उपचार सत्र के प्रथम एवं द्वितीय वर्ष के विद्यार्थियों ने गंगा दर्शन आकर यौगिक प्रशिक्षण और आश्रम जीवन का अनुभव प्राप्त किया। सत्र के शिक्षक स्वामी वसुंधरा, स्वामी योगतीर्थ और संन्यासी आत्मार्पण थे।

राजयोग एवं भक्तियोग प्रशिक्षण

22 से 30 सितंबर तक राजयोग एवं भक्तियोग प्रशिक्षण आयोजित किया गया। अपने सत्संगों में स्वामीजी ने योगचक्र को समझाते हुए नियमितता, संयम और एकाग्रता के माध्यम से अपने मन और भावनाओं के प्रबंधन पर जोर दिया। राष्ट्रीय प्रतिभागी असम, बिहार, छत्तीसगढ़, गुजरात, हरियाणा, कर्णाटक, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, नई दिल्ली, तमिलनाडु, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड और पश्चिम बंगाल राज्यों से आए थे तथा विदेशी प्रतिभागी अर्जेंटीना, ऑस्ट्रेलिया, बेल्जियम, बल्गेरिया, कनाडा, कोलोम्बिया, ईरान, आयरलैंड, इस्रायल, कज़ाकिस्तान, लेबनान, नेपाल, न्यूज़ीलैंड, रूस, सर्बिया, दक्षिण कोरिया, स्पेन, नीदरलैंड, इंग्लैंड, उरुग्वे, अमेरिका और वियतनाम से आए थे। शिक्षकों में स्वामी अमृतबिंदु, स्वामी शिवध्यानम् और स्वामी योगतीर्थ शामिल थे।

हठयोग एवं कर्मयोग प्रशिक्षण

3 से 11 अक्टूबर तक हठयोग एवं कर्मयोग प्रशिक्षण आयोजित किया गया। अपने सत्संगों में स्वामीजी ने हठयोग का प्रयोजन बताया और समझाया कि जीवन के प्रति सही दृष्टिकोण कर्मयोग को परिभाषित करता है। राष्ट्रीय प्रतिभागी भारत के असम, बिहार, हिमाचल प्रदेश, झारखण्ड, कर्णाटक, केरल, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, नई दिल्ली, राजस्थान, तमिलनाडु, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड और पश्चिम बंगाल राज्यों से आए थे, तथा अन्तरराष्ट्रीय प्रतिभागी अर्जेंटीना, ऑस्ट्रेलिया, अज़रबैजान, बेल्जियम, ब्राज़ील, बल्गेरिया, कनाडा, चिले, कोलोम्बिया, फ्रांस, जर्मनी, इटली, कज़ाकिस्तान, लेबनान, नेपाल, न्यूज़ीलैंड, रूस, सर्बिया, साउथ कोरिया, स्पेन, स्वीडन, स्विट्ज़रलैंड, नीदरलैंड्स, इंग्लैंड, संयुक्त राज्य अमेरिका और वियतनाम से थे। शिक्षक स्वामी अमृतबिंदु, स्वामी शिवध्यानम् और स्वामी योगतीर्थ थे।

नासिन समूह

8 से 11 अक्टूबर तक नेशनल एकेडमी ऑफ़ कस्टम्स, इनडायरेक्ट टैक्सेस एंड नारकोटिक्स (नासिन), पटना के नौ अधिकारियों ने गंगा दर्शन में प्रवास किया। यह प्रवास उनके गहन प्रशिक्षण कार्यक्रम का अंग था जिसका उद्देश्य भारतीय ज्ञान परम्परा के माध्यम से नेतृत्व-क्षमता का विकास है। उनके प्रशिक्षण सत्रों का संचालन स्वामी कैवल्यानंद और स्वामी शिवध्यानम् ने किया।

प्रगतिशील योग विद्या प्रशिक्षण

1 से 15 नवम्बर तक गंगा दर्शन में सातवाँ प्रगतिशील योग विद्या प्रशिक्षण आयोजित किया गया। अपने सत्संगों में स्वामी निरंजनानंद जी ने आदि शंकराचार्य के 'योग तारावली' ग्रंथ की व्याख्या करते हुए उसे श्री स्वामी सत्यानन्द जी की प्रेरक शिक्षाओं से जोड़ा जिन्होंने योग की उच्चतम अवस्थाओं का अनुभव किया था, उन्हें वास्तव में जिया था।

राष्ट्रीय प्रतिभागी भारत के बिहार, दिल्ली, कर्णाटक, महाराष्ट्र, ओडिशा, पंजाब, राजस्थान, तमिलनाडु, तेलंगाना और उत्तर प्रदेश राज्यों से आए थे; तथा अन्तरराष्ट्रीय प्रतिभागी अर्जेंटीना, ऑस्ट्रेलिया, बेल्जियम, ब्राज़ील, बल्गेरिया, चिले, कोलोम्बिया, क्रोएशिया, फ़िनलैंड, फ्रांस, जर्मनी, ग्रीस, हंगरी, इराक, आयरलैंड, इटली, कज़ाकिस्तान, लेबनान, न्यूज़ीलैंड, क़तर, रूस, सर्बिया, स्पेन, स्वीडन, स्विट्ज़रलैंड, नीदरलैंड्स, संयुक्त अरब अमीरात, उरुग्वे और संयुक्त राज्य अमेरिका से आए थे। शिक्षक स्वामी शिवध्यानम्, स्वामी वेदांतानंद और स्वामी योगतीर्थ थे।

अर्जेंटीना समूह

18 से 28 नवंबर तक 27 योग साधकों के समूह ने गंगा दर्शन की यात्रा की, जिनमें से ज़्यादातर पहली बार आए थे। संन्यासी संकल्प के इन विद्यार्थियों ने स्वयं को आश्रम जीवन में पूरी तरह तल्लीन कर सभी गतिविधियों में उत्साहपूर्वक हिस्सा लिया। शिक्षक स्वामी कैवल्यानंद, स्वामी मैत्रेयी और स्वामी योगतीर्थ थे।

उरुग्वे समूह

3 से 16 दिसंबर तक अर्जेंटीना, ऑस्ट्रेलिया, फ्रांस, स्पेन, इंग्लैंड और उरुग्वे से आये एक अन्तरराष्ट्रीय योग साधक समूह ने गंगा दर्शन का दौरा किया। नाक़्को एस्तुदियो दे योगा के संन्यासी कृष्ण और संन्यासी यंत्रधारा, तथा राष्ट्रीय आयुर्वेदिक संघ की संन्यासी गीताध्यानम् ने इस यात्रा का आयोजन किया। शिक्षक स्वामी कैवल्यानंद, स्वामी मैत्रेयी, संन्यासी आनंदमय और संन्यासी मंत्रसिद्धि थे।

सर्बियन समूह

16 दिसंबर 2025 से 4 जनवरी 2026 तक सर्बिया के कुछ योग साधकों ने स्वामी मुद्रारूप के नेतृत्व में गंगा दर्शन का दौरा किया। उन्होंने आश्रम की सभी गतिविधियों और सत्रों में मनोयोगपूर्वक भाग लिया।

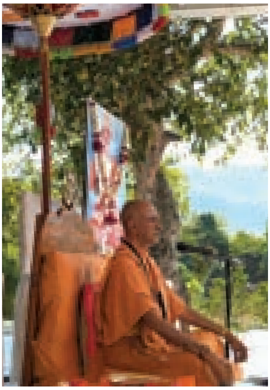
बिहार योग भारती के सौजन्य से 2025 की गतिविधियों का प्रतिवेदन

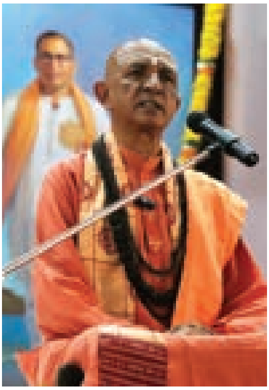
द्विमासिक यौगिक अध्ययन (अंग्रेजी)

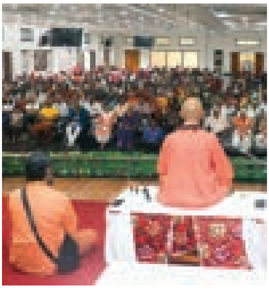
1 नवम्बर से 28 दिसम्बर तक द्विमासिक यौगिक अध्ययन (अंग्रेजी) संचालित किया गया। सत्र के राष्ट्रीय प्रतिभागी आंध्र प्रदेश, बिहार, झारखण्ड, कर्णाटक, केरल, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, ओडिशा, सिक्किम, तमिल नाडु, तेलंगाना और उत्तराखण्ड से, तथा अन्तरराष्ट्रीय प्रतिभागी इस्रायल, इटली, सियेरा लेओन, दक्षिण कोरिया, स्वीडन, स्विटज़रलैण्ड, तनज़ानिया, संयुक्त राज्य अमेरिका और वियेतनाम से आये थे। उन्होंने सभी आश्रम गतिविधियों में पूर्ण मनोयोग के साथ भाग लिया और क्रिसमस के अवसर पर एक मनमोहक एवं प्रेरक कार्यक्रम प्रस्तुत किया। सत्र की कक्षाओं का संचालन स्वामी आनन्दानन्द (इटली), स्वामी ओमज्ञानम् (सर्बिया), स्वामी अमृतबिन्दु, स्वामी वसुन्धरा और स्वामी मैत्रेयी ने किया।

भारत योग यात्रा 2025 – अध्यात्म में प्रवेश

दस वर्षों बाद स्वामी निरंजनानंद जी ने 'अध्यात्म में प्रवेश' के संदेश के साथ एक नई भारत योग यात्रा शुरू की।







त्र्यम्बकेश्वर, महाराष्ट्र

14 से 16 फरवरी तक स्वामी निरंजनानंद जी ने श्री स्वामी सत्यानंद जी के इष्ट देवता, भगवान मृत्युंजय के अधिष्ठान, त्र्यम्बकेश्वर में एक योग शिविर संचालित किया। इस त्रि-दिवसीय कार्यक्रम में 22 भारतीय राज्यों और 5 देशों से लगभग 2,000 लोगों ने हिस्सा लिया। स्वामीजी के सत्संगों का सार योग की समझ को गहरा करना, यौगिक सिद्धांतों को जीवन में अपनाना और यौगिक जीवनशैली के यम-नियमों को जीना था।

विवेकानंद केंद्र, कन्याकुमारी, तमिलनाडु

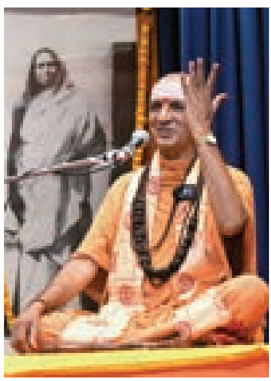
विवेकानंद केंद्र ने 1 और 2 मार्च को आठवें योग शास्त्र समागम का आयोजन किया, जिसमें स्वामीजी को मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया था। पहले सत्र में स्वामीजी ने स्वामी शिवानंद जी और स्वामी सत्यानंद जी की परंपरा पर प्रकाश डालते हुए बताया कि कैसे उनके जीवन और शिक्षाओं में अद्वैत वेदांत के साथ-साथ योग विद्या का सार भी शामिल है। दूसरे सत्र में स्वामीजी ने योग वाशिष्ठ पर चर्चा की और बताया कि यह प्राचीन ग्रंथ आज भी उतना ही प्रासंगिक है जितना युगों पहले था। उन्होंने इसे सत्यानंद योग की पद्धतियों तथा अद्वैत वेदांत की व्यावहारिक शिक्षाओं के साथ जोड़कर समझाया।

भुवनेश्वर, ओडिशा

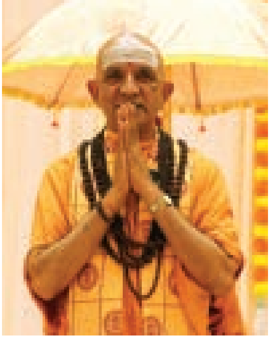
सत्यानंद योग विद्यालय, भुवनेश्वर ने 4 से 6 मार्च तक भारत योग यात्रा का आयोजन किया जिसमें पूरे ओडिशा के 800 से ज्यादा लोग शामिल हुए। कार्यक्रम का उद्घाटन स्वामी स्वरूपानंद सरस्वती और गजपति महाराज, महामहिम श्री दिव्यसिंह देब महाराज ने किया। स्वामीजी ने पिछले दो दशकों की योग गतिविधियों पर प्रकाश डाला और यौगिक जीवनशैली जीने पर जोर दिया। स्वामीजी ने अंत में यह प्रेरक संदेश दिया कि श्रीकृष्ण द्वारा अर्जुन को एक योद्धा, एक योगी और एक भक्त बनने के जो निर्देश दिये थे, उन्हें अपने जीवन में चरितार्थ करना संभव है।

बेंगलुरु, कर्णाटक

बेंगलुरु में 21 से 23 मार्च तक भारत योग यात्रा का कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ। स्वामी निरंजनानंद जी अठारह वर्ष बाद इस शहर में लौटे थे, स्थानीय योग साधक और शिष्य उनके आगमन से बहुत उत्साहित थे। जयनगर के शालिनी मैदान में निर्मित पंडाल में सुबह और शाम के सार्वजनिक सत्र संचालित हुए, साथ ही बेंगलुरु के आत्मदर्शन योगाश्रम में भी सत्र आयोजित हुए। बेंगलुरु यात्रा के दौरान स्वामीजी ने स्थानीय रामकृष्ण मिशन आश्रम में 'आदि शंकराचार्य की शिक्षाओं का भारतीय संस्कृति पर प्रभाव' विषय पर एक प्रेरक व्याख्यान भी दिया।



दक्षिण भारत योग यात्रा (8–26 अप्रैल)



स्वामी निरंजनानन्द जी ने इस यात्रा में करीब 5500 किलोमीटर का सफर तय किया! यात्रा के दौरान 5102 लोगों को स्वामीजी का दर्शन प्राप्त हुआ, और 633 साधकों को मंत्र दीक्षा के माध्यम से नई आध्यात्मिक दृष्टि प्राप्त हुई। इस विशाल यात्रा के समन्वय में 433 सेवकों ने सक्रिय रूप से योगदान दिया। तमिलनाडु के लिए स्वामीजी का संदेश मौखिक रूप से, और व्यक्तिगत निमंत्रणों के माध्यम से एक लाख से अधिक लोगों तक पहुँचा।

स्वामीजी ने छह जगहों पर दो-दो दिन के कार्यक्रम संचालित किये जिनके संचालन में तमिलनाडु के सत्यानंद योग शिक्षकों ने पूर्ण सहयोग दिया। सभी प्रतिभागियों को योग चक्र एवं पंचांग योग के सिद्धान्तों तथा मनःप्रसाद और जप के यम-नियम का संदेश दिया गया।

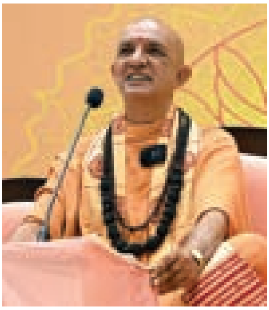
दिव्य पादुका आराधना

तमिलनाडु में भारत योग यात्रा के दौरान श्री स्वामी सत्यानन्द जी की दिव्य पादुकाओं ने स्वामी निरंजनानंद जी के साथ अनुग्रह यात्रा

भी की। हर जगह परंपरा के एक आचार्य ने गुरु पादुका स्तोत्रम्, गुरु स्तोत्रम् और शिवानंद मंगलम् के पाठ के साथ दिव्य पादुका आराधना सम्पन्न की। प्रतिभागियों को भी दिव्य पादुकाओं पर पुष्प चढ़ाने और प्रणाम निवेदित करने का सुअवसर मिला।

विजयवाड़ा, 8–9 अप्रैल

विजयवाड़ा में भारत योग यात्रा कार्यक्रम के सुबह और शाम के सत्र स्थानीय मुरली रिज़ॉर्ट में आयोजित हुए।



श्री स्वामी सत्यानंद योगाश्रम, कृष्णा नदी करकट्टा, 10 अप्रैल

स्वामी भक्तिचैतन्य के कई विद्यार्थी लगभग चालीस साल पहले उनके साथ जुड़े थे और अब वे सत्तर-अस्सी साल की उम्र के हैं। उन्हें इस यात्रा के दौरान स्वामीजी के चरणों में बैठकर उनके सान्निध्य का अनुभव करने का अनुपम अवसर मिला। स्वामीजी ने उस छोटे-से समूह को संबोधित करते हुए अपने हृदय के उद्गार व्यक्त किये। उन्होंने स्वामी भक्तिचैतन्य के साथ अपने संबंध को साझा किया और सत्यानंद योगाश्रम में उपस्थित होने पर अपनी हार्दिक प्रसन्नता जाहिर की।

चेन्नई, 12–13 अप्रैल

तमिलनाडु में भारत योग यात्रा 2025 के दौरान हमारी परंपरा के तीन वरिष्ठ लोगों की उपस्थिति सबसे संतोषप्रदायिनी अनुभूति थी। 1980 के दशक की शुरुआत में स्वामी धर्मकीर्ति, डॉ. स्वतंत्र देवी और स्वामी शिवरूपानंद ने श्री स्वामीजी के लिए दक्षिण भारत में कई जगहों पर यात्रा का आयोजन किया

था, जिसमें चेन्नई, त्रिची, मदुरै, कोयंबटूर और केरल में पलाकड़ शामिल थे।

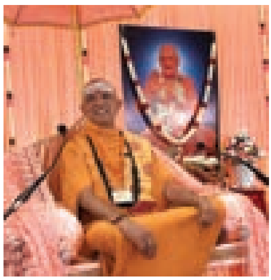
स्वामी गंभीरानंद और स्वामी वज्रपाणि चेन्नई में सबसे अग्रणी शिक्षक रहे हैं। उन्होंने पहले भी कई बार स्वामीजी के कार्यक्रम आयोजित किये हैं। चेन्नई में स्थित शिव दर्शन योग विद्यालय के माध्यम से वे योग कार्यक्रम संचालित करते हैं।

संन्यासी कृष्णयोगम् एक वरिष्ठ शिक्षक हैं जो चार दशकों से अधिक समय से हमारी परंपरा से जुड़े हैं। उन्होंने चेन्नई में सत्यानंद योग केंद्र स्थापित किया और 175 सेवकों की टीम के साथ उन्होंने ही चेन्नई के सबसे बड़े कन्वेंशन सेंटर, आर.के. कन्वेंशन सेंटर में कार्यक्रम आयोजित किया, जिसमें हजार से ज्यादा लोगों ने हिस्सा लिया।

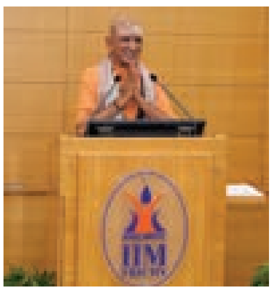
गुरु दर्शन आश्रम, तिंडीवनम्, 14 अप्रैल

स्वामीजी ने पॉन्डिचेरी जाते समय तमिल नव वर्ष के शुभ दिन गुरु दर्शन आश्रम में पदार्पण किया। इस आश्रम की शुरुआत संन्यासी कृष्णयोगम् ने साधना और सेवा के लिए कई वर्षों पहले की थी, और तब से यह आस-पास के गांववालों को अपनी सेवा दे रहा है। स्वामीजी ने आश्रम परिसर में एक नारियल का पेड़ लगाया और चेन्नई कार्यक्रम के आयोजन में शामिल सेवकों से बातचीत की।

पॉन्डिचेरी, 15–16 अप्रैल



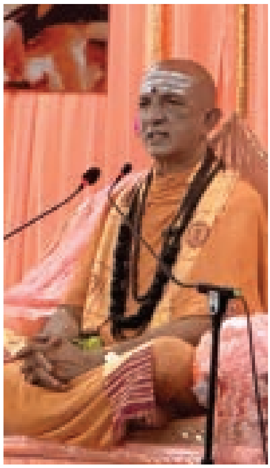
पॉन्डिचेरी की मनोहारी ईस्ट कोस्ट रोड के एक विषेश स्थान पर अवस्थित के.बी.एस. श्री कन्वेंशन सेंटर में भारत योग यात्रा कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में कई स्थानीय गणमान्य व्यक्ति पधारे और उन्होंने इसकी गुणवत्ता, प्रासंगिकता एवं उपयोगिता की सराहना की।



त्रिची, 19–20 अप्रैल

त्रिची का कार्यक्रम कावेरी नदी के किनारे स्थित श्री रंगम् में वैष्णव परंपरा के श्रीमद् अंदवन आश्रम कॉलेज में आयोजित हुआ।

मदुरै, 22–23 अप्रैल



डॉ. अरविंदन और संन्यासी कर्मध्यान ने मदुरै के दुरईस्वामी स्पोर्ट्स एकेडमी में आयोजित कार्यक्रम का समन्वय किया।

इससे पहले स्वामीजी मदुरै चार बार आ चुके हैं, लेकिन यह उनका पहला योग कार्यक्रम था। श्री स्वामीजी 1982 में मदुरै आए थे और स्थानीय दिव्य जीवन संघ शाखा में एक सभा को संबोधित करते हुए कहा था कि अगर मदुरै के लोग परंपरा की शिक्षाएं लेने के इच्छुक हैं तो बिहार योग विद्यालय उन्हें निर्देशित करने के लिए वापस आता रहेगा।

स्वामीजी ने कहा कि जब भारत के भूतपूर्व राष्ट्रपति, डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम बिहार योग विद्यालय आए थे, तो उन्होंने मुंगेर को 'योग नगरी' नाम दिया था, और इस क्रम में मदुरै को दूसरी योग नगरी कहा जाना चाहिए। उन्होंने मदुरै के नागरिकों को योग का राजदूत बनने के लिए कहा।

कोयंबटूर, 25–26 अप्रैल

यह कार्यक्रम एनजीपी आर्ट्स एंड साइंस कॉलेज के एनजीपी कॉलेज ऑडिटोरियम में आयोजित हुआ था। डॉ. स्वतंत्र देवी, स्वामी धर्मकीर्ति और स्वामी शिवरूपानंद ने 1982 में श्री स्वामीजी को तमिलनाडु, आंध्र, केरल और कर्णाटक बुलाने में अहम भूमिका निभाई थी। 43 साल बाद भी वे योग और अध्यात्म के क्षेत्र में सक्रिय हैं। स्वामी धर्मकीर्ति पिछले चालीस सालों से योग कार्यक्रम संचालित कर रही हैं और हजारों लोगों को प्रेरित कर रही हैं। डॉ. स्वतंत्र देवी पिछले 40 सालों से कोयंबटूर में योग से जुड़े कई अभियानों में शामिल रही हैं और तमिलनाडु में सरकारी आंगनवाड़ियों और बालवाड़ियों तथा दातव्य न्यासों के माध्यम से युवा महिलाओं तक योग को पहुँचा रही हैं। स्वामी शिवरूपानंद ने श्री स्वामीजी और स्वरूप दर्शन योगाश्रम के साथ अपने अनुभव साझा किए। स्वामीजी ने कहा कि स्वरूप दर्शन योगाश्रम को फिर से शुरू करने का समय आ गया है।

नई दिल्ली, 9–11 मई

9 से 11 मई तक भारत योग यात्रा कार्यक्रम देश की राजधानी नई दिल्ली के त्यागराज इंडोर स्पोर्ट्स स्टेडियम में आयोजित किया गया। स्वामीजी ने स्वयं सबेरे के व्यावहारिक सत्र संचालित किए और शाम के सत्र में यौगिक जीवनशैली के विषय पर सत्संग दिए।

पटना, 6–8 जून

6 से 8 जून तक बिहार राज्य की राजधानी पटना के ज्ञान भवन में कार्यक्रम हुए। सुबह के व्यावहारिक सत्र और शाम के सत्संग सत्र के जरिए प्रतिभागियों को स्वामीजी द्वारा परिकल्पित योग के दूसरे अध्याय से परिचित कराया गया।

भागलपुर, 19–21 सितंबर

19 से 21 सितंबर तक ईस्टर्न बिहार चैंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज ने भागलपुर के द्वारिकापुरी स्थित श्याम कुंज में भारत योग यात्रा कार्यक्रम का आयोजन किया। स्वामीजी ने यौगिक विधि के बजाय यौगिक स्थिति पर जोर देते हुए योग विद्या के बारे में बताया। जब योग का अभ्यास और इसकी जीवनशैली साथ आते हैं, तो व्यक्ति योग विद्या का पूरा फायदा उठा पाता है और अपनी जिंदगी की गुणवत्ता बदल पाता है। सुबह के अभ्यास सत्र में प्रतिभागियों को योग कैप्सूल का अनुभव दिया गया और शाम के सत्संग सत्र में उन्हें स्वामीजी के गहन ज्ञान, समझ और प्रेरणा ग्रहण करने का मौका

मिला। 20 सितंबर के दोपहर के सत्र में बच्चों और युवाओं के लिए एक विशेष सत्र रखा गया, जिसमें स्थानीय स्कूलों के 700 से ज्यादा विद्यार्थी शामिल हुए। 21 सितंबर की दोपहर को स्वामीजी ने भागलपुर के चिकित्सकीय, न्यायिक, प्रशासनिक और शैक्षणिक समुदाय के गणमान्य सदस्यों की सभा को भी संबोधित किया और उन्हें सामाजिक विकास के लिए योग के रचनात्मक उपयोग खोजने के लिए प्रेरित किया।

योग तरी तीरे तीरे

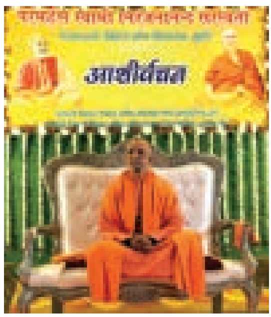
राष्ट्रीय कार्यक्रम

आंध्र प्रदेश

अगस्त में स्वामी सत्यानंद योग आश्रम अमरावती, विजयवाड़ा में दो कार्यक्रमों का आयोजन हुआ। पहला वेंकटेश्वर योग परंपरा के 400 योग शिक्षकों के लिए था और दूसरा कार्यक्रम राजमुंड्री में 250 आदिवासी युवाओं के लिए था।

सितंबर में हिंदू वकीलों के फोरम में आयोजित कार्यक्रम में 25 जिलों के 650 वकीलों और 100 अन्य मेहमानों ने हिस्सा लिया, जिसका विषय था 'अच्छा बनो, अच्छा करो'। कार्यक्रम के अंत में सभी न्यायवादियों को धर्मवादी बनने के लिए प्रेरित किया गया। स्वामी भक्ति चैतन्य ने सभी सत्रों का संचालन किया।

बिहार



12 जनवरी को स्वामीजी ईस्टर्न बिहार चैंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री के निमंत्रण पर भागलपुर आए। उनके परिसर में सबेरे आयोजित हुए कार्यक्रम में स्वामीजी ने समाज में सकारात्मक संबंध बनाने की अहमियत पर जोर दिया और सदस्यों से इस नेक काम में अहम भूमिका निभाने का आग्रह किया। दोपहर में स्वामीजी द्वारिका पुरी में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के तौर पर शामिल हुए। 600 से ज्यादा योग साधकों और भक्तों को संबोधित करते हुए स्वामीजी ने स्वामी शिवानंद जी और स्वामी सत्यानंद जी के यौगिक संकल्प के बारे में बताया, जिनकी संन्यास और जन्म शताब्दी क्रमशः 2024 और 2023 में बड़ी श्रद्धा और खुशी के साथ मनाई गई। उन्होंने श्री स्वामीजी की शिक्षाओं के नौ प्रमुख उद्देश्यों

पर विस्तार से चर्चा की। वे नौ उद्देश्य योगपीठ के जरिए स्वास्थ्य, सुख-शांति और सामंजस्य; रिखियापीठ के जरिए सेवा, प्रेम और दान तथा संन्यास पीठ के माध्यम से साधु, समाज और संस्कृति की प्रगति है। स्वामीजी ने इस बात पर जोर दिया कि योग सिर्फ अभ्यास तक सीमित न रहे, बल्कि एक ऐसी जीवनशैली बने जो मानव व्यक्तित्व के सभी आयामों को विकसित करे।

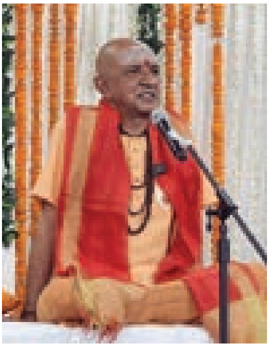
13 से 18 जनवरी तक लखीसराय जेल में योग शिविर हुआ, जिसका एक सत्र अधिकारियों और सुरक्षाकर्मियों के लिए और दूसरा सत्र कैदियों के लिए था। सभी सत्र जिज्ञासु हनुमान (अमित कुमार) ने संचालित किए।

19 जनवरी को स्वामी निरंजनानंद जी ने नोट्रे डेम एकेडमी, मुंगेर के दसवीं कक्षा के विद्यार्थियों के दीक्षान्त समारोह के अवसर पर एकेडमी के विद्यार्थियों, शिक्षकों और अभिभावकों को संबोधित किया। उन्होंने विद्यार्थियों को अपना जीवन सुंदर, सृजनात्मक और रचनात्मक बनाने के लिए प्रोत्साहित किया।

स्वामी सत्यानंद सरस्वती ने योग को जन-जन तक पहुंचाया है

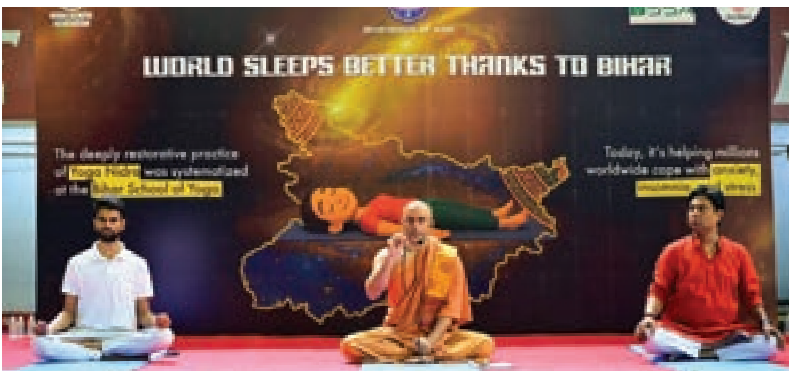
21 से 25 फरवरी तक बिहार शरीफ के होटल गुरुकृपा इन्न में पांच दिन का योग शिविर लगाया गया। सुबह और शाम के सत्र जिज्ञासु हनुमान ने आयोजित किए, संतोष ने मदद की। इस कार्यक्रम में 100 से ज्यादा लोगों ने हिस्सा लिया और लाभ उठाया।

21 से 23 मार्च तक रोटरी क्लब ऑफ मधुबनी ने तीन दिन का योग शिविर लगाया। सुबह और शाम के सत्र जिज्ञासु हनुमान और साकेत ने संचालित किए। सत्र में 120 से ज्यादा लोगों ने हिस्सा लिया।



2 अप्रैल को स्वामीजी लखीसराय में अशोका एकेडमी के वार्षिक कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। स्वामीजी स्कूल के विद्यार्थियों के पहले बैच का प्रदर्शन देखकर बहुत खुश हुए। इस स्कूल का स्वामीजी ने जनवरी 2024 में उद्घाटन किया था। स्वामीजी ने विद्यार्थियों से बातचीत करते हुए उनके सवालों के जवाब बहुत ही दिलचस्प और प्रेरणादायक तरीके से दिए।

5 जून को स्वामी शिवध्यानम् ने पटना में बिहार स्टेट स्पोर्ट्स अथॉरिटी के अधिकारियों और प्रशिक्षकों को खिलाड़ियों के कौशल को बेहतर बनाने में योग की भूमिका के बारे में विस्तार से बताया। इसके बाद 14 से 20 जून तक पाटलिपुत्र खेल परिसर में 26 अलग-अलग खेलों के खिलाड़ियों एवं प्रशिक्षकों के लिए व्यावहारिक योग प्रशिक्षण का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत स्वामी शिवध्यानम् ने की और इसे संन्यासी देवश्रद्धा



योग से मन व शरीर से दूर होगा विकार

ने जारी रखा। रंगनाथ तिवारी ने आसन प्रदर्शन में सहयोग दिया।

15 अगस्त को 79वें स्वतंत्रता दिवस के मौके पर क्षेत्रीय पासपोर्ट कार्यालय, पटना में एक कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें बिहार के हर जिले से आये 65 अधिकारियों ने भाग लिया। संन्यासी देवश्रद्धा ने शिविर का संचालन किया।

21 से 25 दिसंबर तक संन्यासी देवश्रद्धा ने नालंदा के राजगीर कन्वेंशन सेंटर में नालंदा साहित्य उत्सव 2025 के प्रतिभागियों के लिए योग प्रशिक्षण सत्र आयोजित किया। 22 दिसंबर को स्वामी शिवध्यानम् ने कार्यक्रम में बिहार योग विद्यालय का प्रतिनिधित्व किया और यौगिक जीवनशैली के सार के तौर पर सकारात्मकता पर बात की।

छत्तीसगढ़

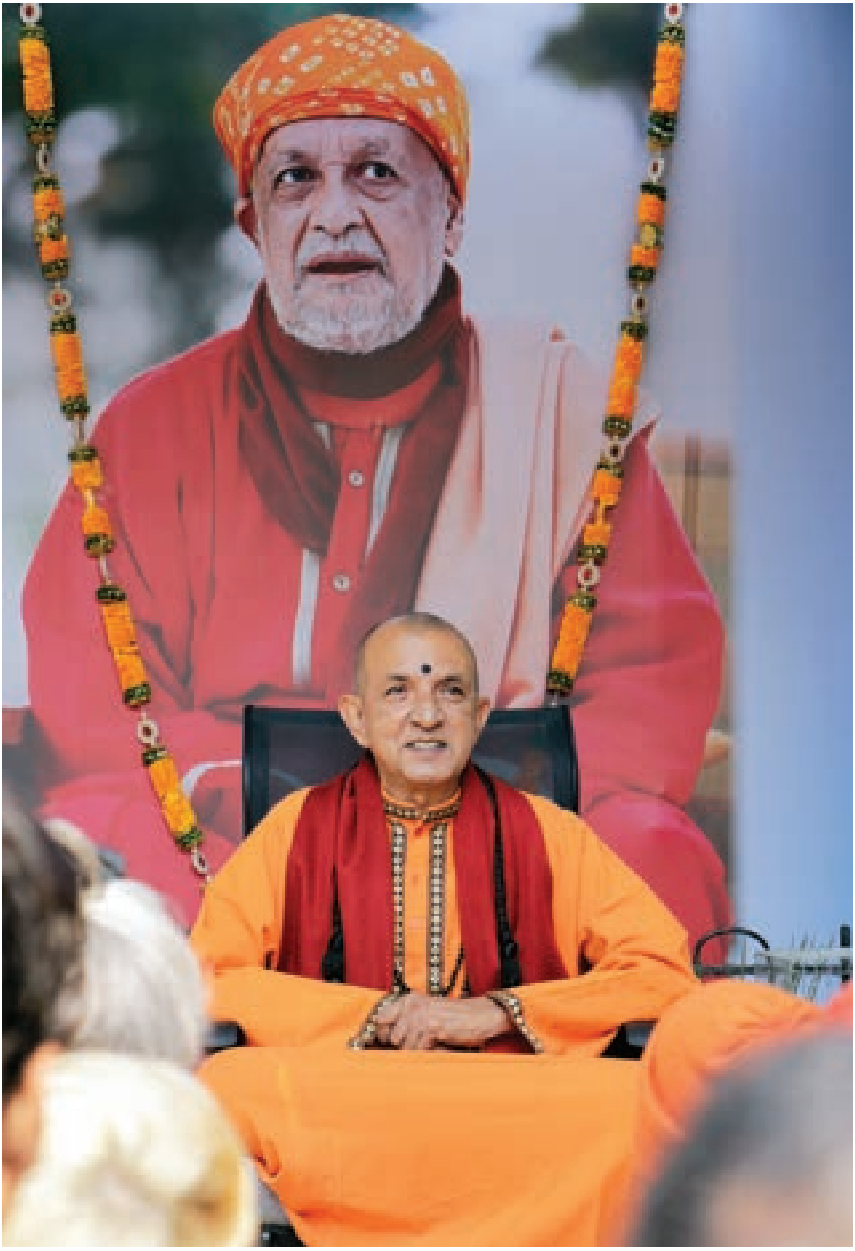
1 से 5 अप्रैल तक डोंगरगढ़ में आई.टी.बी.पी. (इंडो तिब्बती बॉर्डर पुलिस) के सैनिकों के लिए पांच दिन का योग शिविर आयोजित किया गया जिसमें 50 लोग शामिल हुए। संन्यासी आत्मचैतन्य ने प्रशिक्षण का संचालन किया, मनीष लालवानी ने सहयोग प्रदान किया।

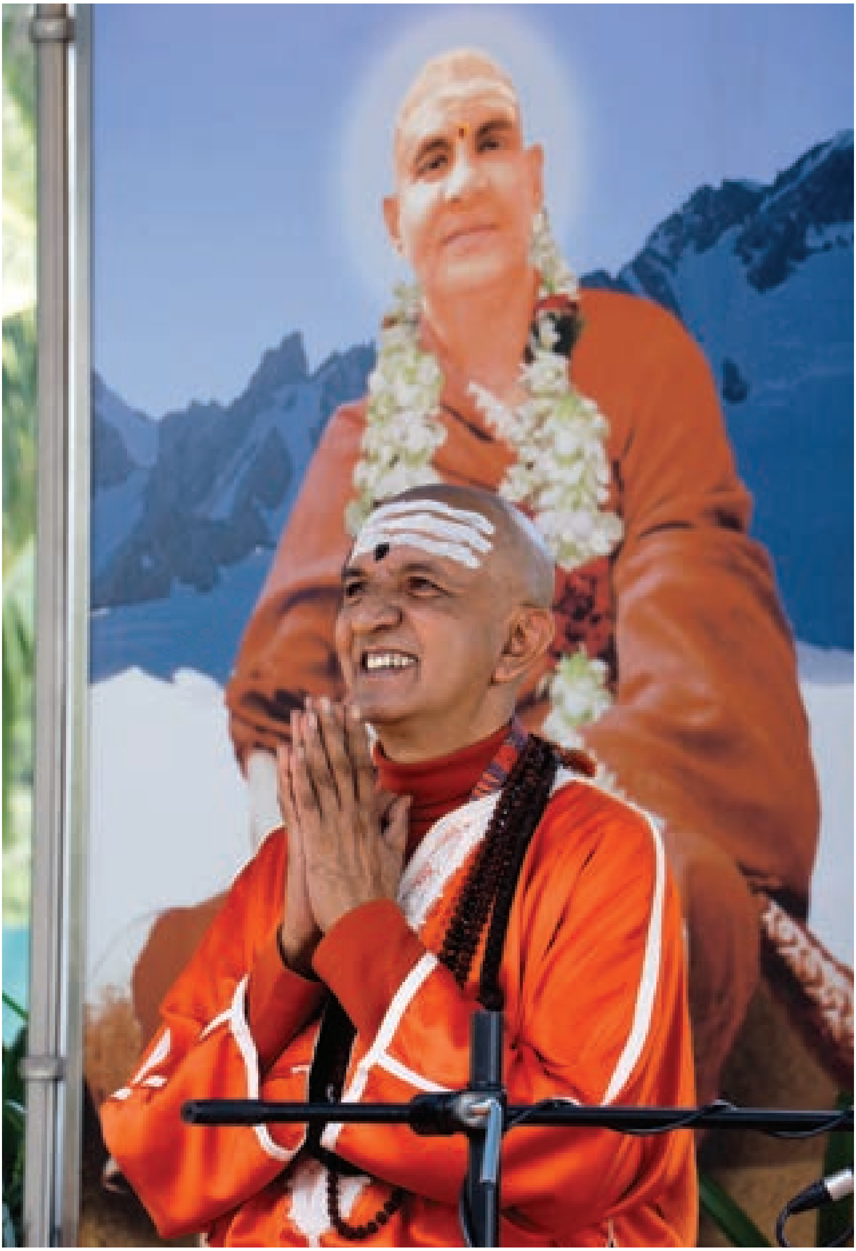
अप्रैल महीने में स्वामी गोरखनाथ ने राजनांदगांव स्थित सत्यानंद आश्रम में सात दिवसीय योग साधना शिविर का आयोजन किया। अनुभवात्मक शिक्षण के रूप में यह शिविर अत्यंत प्रभावशाली रहा और प्रतिभागियों ने इसकी खूब सराहना की। शिविर का मुख्य विषय यौगिक जीवनशैली रहा जिसके अंतर्गत सकारात्मक गुणों, सजगता, नियमितता और निष्ठा के विकास पर जोर दिया गया। प्रत्येक दिन के कार्यक्रम में आसन, प्राणायाम, योग निद्रा, ध्यान तथा नाद योग के संक्षिप्त कैप्सूल भी शामिल थे।

25 अप्रैल से 4 मई तक राजनांदगांव आश्रम में 7 से 18 साल के बच्चों के लिए 10 दिन का शिविर आयोजित किया गया। सबेरे के सत्रों में गायत्री मंत्र, आसन, प्राणायाम, योग निद्रा, यौगिक खेल, चित्रकारी, नाद योग और भगवद्गीता का बारहवाँ अध्याय सिखाया गया। लगभग 50 बच्चों ने बड़े जोश और उत्साह के साथ हिस्सा लिया। स्वामी गोरखनाथ और

आश्रम के शिक्षकों ने सत्र संचालित किए। बच्चों को शिविर के आखिरी दिन अपने माता-पिता और मुख्य अतिथि, राजनांदगांव के महापौर के सामने वह सब दिखलाने का अवसर मिला, जो उन्होंने शिविर के दौरान सीखा था। कार्यक्रम हवन और बच्चों के लिए प्रसाद वितरण के साथ खत्म हुआ।

31 जुलाई से 4 अगस्त तक राजनांदगांव के युगांतर स्कूल में पांच दिन का योग शिविर आयोजित किया गया जिसमें 8 से 18 साल की लड़कियों ने हिस्सा लिया। स्कूल ने लड़कों के लिए भी ऐसा ही शिविर लगाने का अनुरोध किया। शिविर का संचालन संन्यासी आत्मप्रिया और तारिणी ने किया।



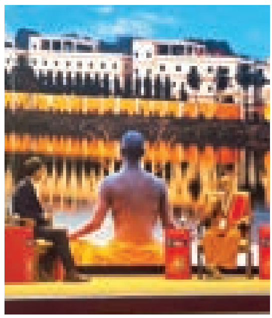


महाराष्ट्र

20 से 26 मार्च तक गोंदिया में योग मित्र मंडल ने एक योग शिविर लगाया। स्वामी गोरखनाथ ने सभी सत्रों का संचालन किया जिनमें 120 लोगों ने हिस्सा लिया।

नई दिल्ली

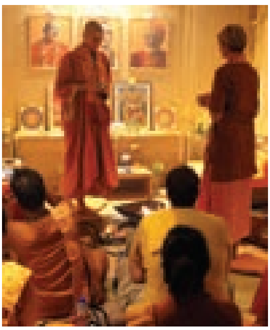
1 से 9 फरवरी तक सेवकों के समर्पित समूह ने नई दिल्ली वर्ल्ड बुक फेयर के दौरान योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट की तरफ से एक स्टॉल लगाया और उसका संचालन किया। यह वार्षिक कार्यक्रम नई दिल्ली सत्यानंद योग परिवार में सहयोग की भावना को मजबूत करता है, इसके सदस्यों के कौशल का विकास करता है और बुक फेयर के दौरान एक अहम उपस्थिति दर्ज करता है।



6 मई को स्वामी शिवध्यानम् ने नई दिल्ली के भारत मंडपम् में एबीपी नेटवर्क द्वारा आयोजित कार्यक्रम 'इंडिया @2047' में हिस्सा लिया। साक्षात्कार के दौरान उन्होंने बिहार योग परंपरा के लक्ष्य, प्रयोजन और समग्र स्वरूप पर प्रकाश डाला, तथा उस मानव क्षमता के विकास में योग की महत्त्वपूर्ण भूमिका पर बल दिया, जिसके आधार पर ही किसी संस्कृति और राष्ट्र की प्रगति सुनिश्चित हो सकती है। उन्होंने अध्यात्म, धर्म, कर्म योग, प्रतिपक्ष भावना और युवा पीढ़ी में मानसिक और भावनात्मक दृढ़ता विकसित करने से संबंधित कई सवालों के जवाब भी दिए।

बल्गोरिया

2 से 17 जून तक बल्गेरियन योगा एसोसिएशन और सीताराम योग केन्द्र ने पूरे देश में अलग-अलग योग शिविरों का आयोजन किया। 'यौगिक जीवनशैली में मंत्र और आराधना' विषय पर आधारित इन सभी शिविरों का संचालन स्वामी प्रेमभाव और संन्यासी अमरगीत ने किया –



- 6 जून को बल्गेरियन योगा एसोसिएशन के योग केन्द्र में गुरु भक्ति साधना,
- 7 जून को बल्गेरियन योगा एसोसिएशन के योग केन्द्र में महामृत्युंजय हवन और कीर्तन,
- 8 जून को स्वामी प्रेमभाव और संन्यासी अमरगीत बल्गेरिया के अन्य शहर, प्लोवदिव गए और योग स्टूडियो मुदिता में एक दिन का शिविर किया। मंत्रपाठ, स्तोत्रपाठ और कीर्तन के बाद सभी ने ज्योति आराधना की और उस जगह को रोशनी का केंद्र बना दिया।
- 13 जून को सोफिया के गैलरी हॉल में मंत्र और कीर्तन का कार्यक्रम हुआ जिसमें कई साधकों ने पूरे मनोयोग से हिस्सा लिया। 14 जून को सीता राम योग केन्द्र में कीर्तन और महामृत्युंजय हवन हुआ।

- 15 जून को सोफिया के पास वितोश पर्वत की तलहटी में स्थित रौदारत्सी गांव की एक खूबसूरत जगह, योगा हिल पर बल्गेरिया का आखिरी कार्यक्रम हुआ। यह बल्गेरिया का एक विशेष आध्यात्मिक स्थान है, जो बल्गेरिया के लोगों के सबसे महत्त्वपूर्ण तीर्थस्थलों में से एक है। कार्यक्रम के दौरान भजन-कीर्तन और मंत्रों की आवाज पूरे क्षेत्र में गूंज रही थी, जो सभी को 'शिवम्, सत्यम् और सुंदरम्' की याद दिला रही थी। इस अवसर पर दिव्य सत्ता के प्रति श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए ज्योति आराधना और एक छोटा हवन भी सम्पन्न किया गया।

15 से 17 अगस्त 2025 तक स्वामी विवेकमूर्ति और स्वामी योगज्ञान ने बल्गेरिया में एक संगोष्ठी के लिए स्वामी मैत्रेयी को आमन्त्रित किया। यह सोफिया से 70 किलोमीटर दूर बोरोवेट्स पर्वतों में स्थित एक होटल में आयोजित हुई, जिसका विषय था 'दैनिक जीवन में योग का समावेश'। संगोष्ठी में प्रात:कालीन हठयोग की कक्षा, दोपहर में राजयोग की कक्षा, सत्संग और कीर्तन शामिल थे।

ग्रीस

17 से 29 जून तक 'ज्योतिर्मय पथ पर चलो – संगीत, मंत्र और भक्ति की यात्रा' विषय पर स्वामी प्रेमभाव और संन्यासी अमरगीत ने अलग-अलग कार्यक्रम संचालित किये। ब्रिटेन से संन्यासी महेश ने सभी सत्रों में सहयोग प्रदान किया।

- 17 से 22 जून तक सत्यानंदाश्रम हेलास के अन्तेवासियों के लिए मंत्र और आराधना का एक विशेष प्रशिक्षण सत्र आयोजित किया गया।
- 21 जून को बिहार योग विद्यालय का अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम प्रस्तुत किया गया, साथ ही स्वामी प्रेमभाव ने समत्व और धर्म के यम-नियमों पर चर्चा की। शाम को न्यूमिज़मैटिक म्यूज़ियम एथेंस सिटी में एक प्रेरक कीर्तन कार्यक्रम का आयोजन हुआ।
- 25 से 27 जून तक थेसालोनिकी के सत्यानंद योग केंद्र में मंत्र और आराधना सत्र आयोजित किए गए।
- 28 से 29 जून तक समुद्र तट पर स्थित छोटे-से गांव, वोरवोरू में कीर्तन सत्र हुए।

न्यूज़ीलैंड

10 से 12 जनवरी तक उत्तरी न्यूज़ीलैंड के वेताकेरे क्षेत्र के आयो विरा केन्द्र में संन्यासी प्रज्ञाधारा द्वारा एक यौगिक जीवनशैली शिविर का आयोजन किया गया। प्रातःकालीन कार्यक्रम में तीन मंत्रों पर केंद्रित मंत्र साधना तथा आसन और प्राणायाम की कक्षा शामिल थी। दोपहर के सत्रों में योग निद्रा, काया स्थैर्यम् का अभ्यास और यौगिक जीवनशैली के विभिन्न पहलुओं पर दैनिक चर्चा आयोजित की गई, जिसमें यम और नियम जैसे जीवनशैली सिद्धांतों को भी शामिल किया गया। सत्रों का संचालन स्वामी रत्नशक्ति ने किया।

सिंगापुर

सिंगापुर खालसा एसोसिएशन में स्वामी रत्नशक्ति द्वारा सत्यानंद योग कैप्सूल का परिचय कराया गया –

- 20 दिसंबर को, *स्वस्थ जीवन के लिय श्वसन*
- 21 दिसंबर को, *तनावमुक्ति और विश्रान्ति*

दक्षिण कोरिया

16 से 18 मई तक स्वामी रत्नशक्ति ने सत्यानंद आश्रम, ग्वांगयू में योग शिविर का संचालन किया। शिविर का मुख्य उद्देश्य स्वास्थ्य, सुख-शान्ति और सद्भावना के माध्यम से यौगिक जीवनशैली का विकास और अनुभव करना था।

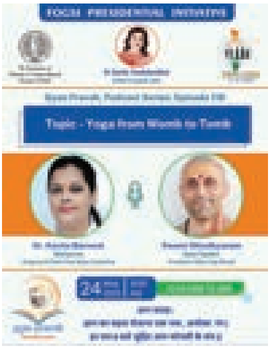
थाईलैंड

थाईलैंड में बिहार योग विद्यालय के पहले कार्यक्रम का लक्ष्य स्वास्थ्य, सुख-शान्ति और सामंजस्य द्वारा यौगिक जीवनशैली का विकास और प्रत्यक्ष अनुभव करना था। इसके तहत निम्नांकित कार्यक्रम आयोजित हुए –

- 17 जनवरी को स्वामी विवेकानंद सांस्कृतिक केन्द्र (आई.सी.सी.आर, भारतीय दूतावास) में दूतावास के कर्मचारियों और योग साधकों के लिए
- 18 और 19 जनवरी को एम्सेल बायोहेल्थ सेंटर के विद्यार्थियों के लिए
- 18 जनवरी को इंडो-थाई चैंबर ऑफ कॉमर्स में जनसाधारण के लिए कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें थाईलैंड के लोगों को बिहार योग परम्परा से परिचित कराया गया।

स्वामी रत्नशक्ति ने सभी सत्रों का संचालन किया।

ऑनलाइन कार्यक्रम



फोग्सी पॉडकास्ट

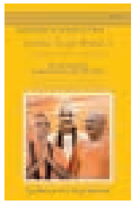
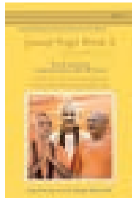
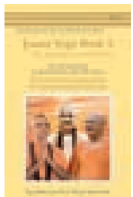
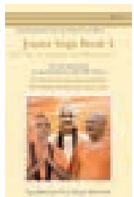
24 मई को स्वामी शिवध्यानम् ने फोग्सी (फेडेरेशन ऑफ ऑब्सटेट्रिक एण्ड गाईनीकोलॉजिकल सोसायटीज़ ऑफ इण्डिया) की ज्ञान प्रवाह शृंखला के अन्तर्गत आयोजित पॉडकास्ट में भाग लिया। 'योग – जन्म से मृत्यु तक' विषय पर आयोजित इस पॉडकास्ट में स्वामी शिवध्यानम् ने समझाया कि किस प्रकार योग के अभ्यास और जीवनशैली शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक तनावों का सामना करने में मदद कर एक सफल, सार्थक जीवन का मार्ग प्रशस्त करते हैं।

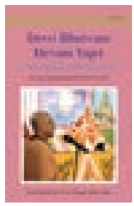
योग ध्यान केन्द्र, पटना

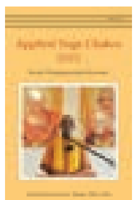
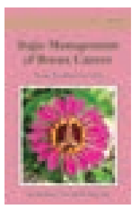
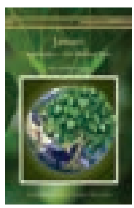
28 नवम्बर को स्वामीजी ने ए.एन. कॉलेज तथा बी.डी. कॉलेज के योग ध्यान केंद्र, पटना में इंटर्नशिप कर रहे विद्यार्थियों को ऑनलाइन माध्यम से संबोधित करते हुए योग को अपनी जीवनशैली में समन्वित करने के व्यावहारिक तरीकों पर प्रकाश डाला। इससे पहले स्वामी शिवध्यानम् ने भी 22 नवम्बर को विद्यार्थियों के साथ ऑनलाइन सत्र किया था।

योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट के सौजन्य से 2025 की गतिविधियों का प्रतिवेदन

सन् 2024 के अंत तक अँग्रेजी में 301 पुस्तकें एवं 105 पुस्तिकाएँ और हिंदी में 108 पुस्तकें एवं 44 पुस्तिकाएँ उपलब्ध थीं। साथ ही हिंदी-अँग्रेजी में 15 पुस्तकें एवं 4 पुस्तिकाएँ भी उपलब्ध थीं। सन् 2025 में अँग्रेजी की 14 नई पुस्तकों एवं 1 नई पुस्तिका, तथा हिंदी की 8 नई पुस्तकों एवं 1 नई पुस्तिका का प्रकाशन हुआ। अँग्रेजी की 20 पुस्तकों, हिंदी की 12 पुस्तकों एवं 22 पुस्तिकाओं तथा हिंदी-अँग्रेजी में 1 पुस्तक का पुनर्मुद्रण भी हुआ।



2025 में प्रकाशित नई अँग्रेजी पुस्तकें

स्वामी शिवानन्द जी एवं स्वामी सत्यानन्द जी की योग विज्ञान पर संवाद शृंखला –

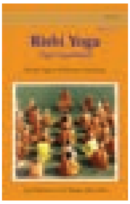
- *ज्ञान योग, भाग 1 – खोज को समझ पाना*
- *ज्ञान योग, भाग 2 – संकल्प का अनावृत होना*
- *ज्ञान योग, भाग 3 – ज्ञान की सुरभि*
- *ज्ञान योग, भाग 4 – दैनिक जीवन में साधना के लिए मार्गदर्शन*

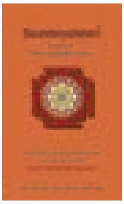
स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती द्वारा

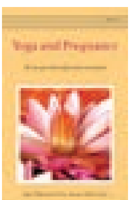
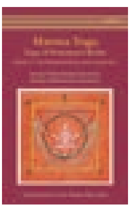
- *ऑन द विंग्स ऑफ द स्वॉन, भाग 13*
- *देवो भूत्वा देवं यजेत्*
- *प्रगतिशील योग विद्या प्रशिक्षण, भाग 7 – प्राण का अन्वेषण*
- *प्रायोगिक योग चक्र 2023*

अन्य लेखकों द्वारा

- *स्तन कैंसर का यौगिक प्रबंधन*
  स्वामी प्रेमभाव सरस्वती





- *जननी – अश्वत्थ का शाश्वत वृक्ष*
  प्रसिद्धि सिंह
- *ऋषि योग – योग उपनिषद्, भाग 1*
  स्वामी विज्ञान चैतन्य सरस्वती
- *अनाहत चक्र*
  ऋषि नित्यबोधानन्द
- *सत्यम् प्रत्याहार शिक्षा – मुंगेर योग संगोष्ठी 2023*
- *सत्यम् योग शिक्षा – मुंगेर योग संगोष्ठी 2024*

2025 में प्रकाशित नई अँग्रेजी पुस्तिकाएँ

- *सौन्दर्य लहरी*

2025 में पुनर्मुद्रित अँग्रेजी पुस्तकें

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती द्वारा

- *सत्यम् स्पीक्स – अन्तर्मौन*
- *सत्यम् स्पीक्स – बन्ध*
- *सत्यम् स्पीक्स – ध्यान*
- *सत्यम् स्पीक्स – इड़ा एवं पिंगला*
- *सत्यम् स्पीक्स – मन्त्र*
- *सत्यम् स्पीक्स – मुद्रा*
- *सत्यम् स्पीक्स – प्रत्याहार*
- *योग निद्रा*

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती द्वारा

- *स्वान स्पीक्स – काया स्थैर्यम्*
- *स्वान स्पीक्स – शवासन*
- *धारणा दर्शन*

स्वामी सत्यसंगानन्द सरस्वती द्वारा

- *श्री सौन्दर्य लहरी*
- *श्री विज्ञान भैरव तंत्र*
- *तत्त्व शुद्धि (दो बार)*

अन्य लेखकों द्वारा

- *योग एवं गर्भावस्था*
  डॉ. स्वामी निर्मलानंद सरस्वती
- *मर्म योग, भाग 1–3*
  स्वामी विश्वशक्ति सरस्वती एवं स्वामी ओंकारमूर्ति सरस्वती
- *यौगिक संस्कृत शब्दकोष*

2025 में प्रकाशित नई हिंदी पुस्तकें

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती द्वारा

- *योग चक्र 1–8*

2025 में प्रकाशित नई हिंदी पुस्तिकाएँ

- *सौन्दर्य लहरी*

2025 में पुनर्मुद्रित हिंदी पुस्तकें

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती द्वारा

- *सत्यम् वाणी – अजपाजप*
- *सत्यम् वाणी – गुरु भक्ति योग*
- *रिखियापीठ सत्संग 2, 3, 5, 6*
- *आसन प्राणायाम मुद्रा बन्ध*
- *स्वर योग*

स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती द्वारा

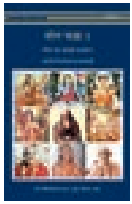
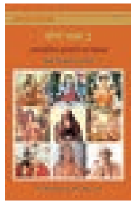
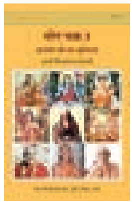
- *भक्ति साधना*

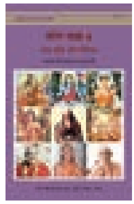
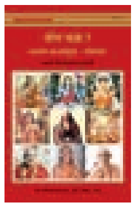
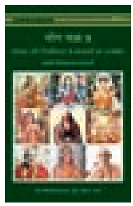
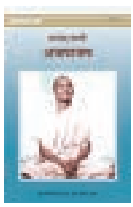
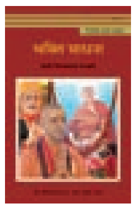
स्वामी सत्यसंगानन्द सरस्वती द्वारा

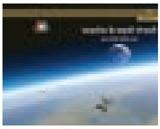
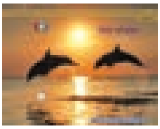
- *गुरु शिष्य संबंध*
- *तत्त्व शुद्धि*

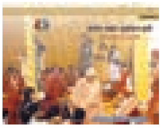
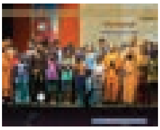
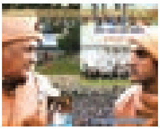
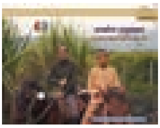
अन्य लेखकों द्वारा

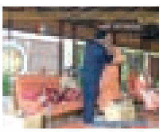
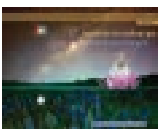
- *रोग और योग*
  डॉ. स्वामी कर्मानन्द सरस्वती

2025 में पुनर्मुद्रित हिंदी पुस्तिकाएँ

- *सूर्य नमस्कार अभ्यास पुस्तिका*

स्वामी शिवानंद जी एवं स्वामी सत्यानंद जी की शिक्षाओं से –

- *भक्ति युग*
- *भेंट*
- *सेवा*

सत्यम् गाथा शृंखला

- *दिलेर डॉल्फिन*
- *चन्द्रलोक के साहसी संन्यासी*
- *दिग्गज*
- *सत्यम् के चरणों में*
- *अनमोल अनुशासन*
- *योग नगरी*
- *ग्राम से धाम तक*
- *मैं संन्यासी हूँ*
- *ऋषि की प्रशस्ति*
- *ऋषि की पुनरपि प्रशस्ति*
- *आकाश का तारा धरती का फूल*
- *धन्यवाद सत्यम्*
- *गंगा बचाओ*
- *मंगल भवन अमंगल हारी*
- *सत्यम् के संग बीता बचपन*
- *वसुधैव कुटुम्बकम्*
- *योग यत्र-तत्र-सर्वत्र*

2025 में पुनर्मुद्रित हिंदी-अँग्रेजी पुस्तिकाएँ

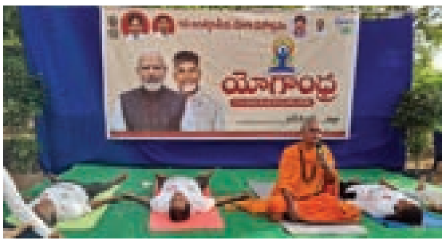
- *यंत्र रंजन*

अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस

राष्ट्रीय कार्यक्रम

आंध्र प्रदेश

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर स्वामी सत्यानंद योग आश्रम, अमरावती, करकट्टा ने विजयवाड़ा और उसके आस-पास आयोजित तीन कार्यक्रमों में हिस्सा लिया जिनमें शामिल होने वाले लोगों की कुल संख्या एक हज़ार से अधिक थी। दिवस से पहले 15 मई से 20 जून के बीच आश्रम ने 11 अन्य योग कार्यक्रम भी संचालित किए।



बिहार

सत्यानंद योग केंद्र, पटना ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की पूर्वसंध्या तथा उस दिन विभिन्न स्थानों पर योग शिविरों का आयोजन किया –

- 19 मई से 6 जून तक, बिहार सरकार के कला और संस्कृति विभाग में
- 12 से 21 जून तक, आई.जी.आई.एम.एस. (इंदिरा गांधी आयुर्विज्ञान संस्थान) में
- 20 जून को, दिव्यांग सी.आर.सी. (विकलांग व्यक्तियों के कौशल विकास, पुनर्वास और सशक्तिकरण के लिए संयुक्त क्षेत्रीय केंद्र) में।

- 21 जून को –
  - उद्योग विभाग में
  - बाल एवं महिला विकास विभाग में
  - योग ध्यान केन्द्र में रेनबो होम की लड़कियों के लिए
  - योग ध्यान केन्द्र में जी.एस.टी. के अधिकारियों के लिए

इन योग शिविरों में शिक्षक संन्यासी ज्ञानकेसरी, रश्मि कुमारी और जवाहर लाल सिंह थे। यशोधरा, वैष्णवी और नूतन ने सहयोग दिया।

संन्यासी देवश्रद्धा ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में निम्नांकित योग प्रशिक्षण संचालित किये –

- आई.सी.सी.आर. पटना के सहयोग से नालंदा विश्वविद्यालय, राजगीर में वहाँ के विद्यार्थियों, प्राध्यापकों और अधिकारियों के लिए दो दिन की योग कार्यशाला।

- एमिटी यूनिवर्सिटी, पटना में कुलपति, प्राध्यापकों और कर्मचारियों के लिए सत्र।
- महालेखाकार कार्यालय, पटना में सभी के लिए योग सत्र।
- आई.ओ.सी.एल. हेड ऑफिस (बिहार और झारखंड), पटना में निदेशक तथा अन्य अधिकारियों के लिए योग सत्र।

छत्तीसगढ़

ज्ञान दर्शन योगाश्रम, भिलाई ने नगर में 13 योग शिविरों का आयोजन किया। इस कार्यक्रम में एक हजार से अधिक लोगों ने हिस्सा लिया। इन स्थानों पर योग शिविरों का आयोजन हुआ –

- फेरो स्क्रैप निगम लिमिटेड
- कृष्णा पब्लिक स्कूल, दुर्ग
- भिलाई स्टील प्लांट (ई.डी. एवं एम.डी.)
- छत्तीसगढ़ स्वामी विवेकानंद टेक्निकल यूनिवर्सिटी
- गैलेक्सी हाइट्स
- पी.जी. नर्सिंग कॉलेज
- वैशाली नगर
- वनवासी आश्रम, सेक्टर 4
- ओपन शेल्टर होम
- मानव उत्थान समिति
- बी.एस.पी. सेक्टर 9 हॉस्पिटल
- ज्ञान दर्शन योगाश्रम

इन योग शिविरों के शिक्षक सुधीर वैद्य, तनुश्री सरकार, रानोबेश सरकार, जसवंत यादव, राजकुमार अग्रवाल, सुनीता तिवारी, रघु चंद्र ठाकुर, घनश्याम सोनी, शिवा छाबड़ा और बबीता सिंह थे। विक्रांत शरण, सीमा और शिवेंद्र सिंह, जी.पी. सिंह, के. ज्योति, गीता संधू, आशा राय, रेखा ठाकुर, भारती चौहान, देवा छाबड़ा, निष्ठा गुप्ता और प्रीति ने सहयोग दिया।

ज्ञान दर्शन योगाश्रम ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस से पहले चैंबर ऑफ कॉमर्स, वैशाली नगर में आठ दिन का शिविर लगाया। इस योग शिविर के शिक्षक नित्यबोध थे, जिनकी मदद देवज्योति और भारती चौहान ने की।

झारखंड

सत्यानंद योग केंद्र, जमशेदपुर ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर निम्नलिखित कार्यक्रम आयोजित किए –

- सबुज कल्याण संघ क्लब, टेल्को, जमशेदपुर में 400 से ज्यादा स्कूली बच्चों और 100 वयस्कों के लिए प्रात:कालीन कार्यक्रम।
- टाटा स्टील सुरक्षा विभाग के कर्मचारियों और अधिकारियों के लिए योग सत्र।
- गोलमुरी क्लब में शाम का सत्र, जिसके बाद दो दिन का शिविर संचालित हुआ।
- गुजराती सनातनसमाज, बिष्टुपुर में आम जनता के लिए सुबह का सत्र, जिसके बाद 22 से 28 जून तक शिविर हुआ।

स्वामी गोरखनाथ ने सभी कार्यक्रमों का संचालन किया।

नई दिल्ली (एन.सी.आर)

- सेंट्रल इलेक्ट्रिसिटी रेगुलेटरी कमीशन के 120 अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लिए, शिक्षक दिनेश चंद्र थे
- इंडिया हैबिटेट सेंटर में आई.आर.सी.टी.सी. के कर्मचारियों के लिए, शिक्षक दिनेश चंद्र थे
- फ्रांस के दूतावास में, शिक्षक मनीष पोद्दार थे
- इडेमिया सिस्कोम इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, नोएडा स्पेशल इकोनॉमिक ज़ोन में, शिक्षक मनीष पोद्दार थे

- गुरुग्राम में बड़े खेल कार्यक्रमों का लाइव टेलीकास्ट करने वाली कम्पनी, ज़ूम कम्युनिकेशंस के कर्मियों एवं अधिकारियों के लिए, शिक्षक मनीष पोद्दार थे
- रेलवे एनर्जी मैनेजमेंट कंपनी लिमिटेड में, शिक्षक मनीष पोद्दार थे।
- शौर्य टावर्स, जेपी विशटाउन, सेक्टर 134, नोएडा के निवासियों के लिए, शिक्षक प्रीति सिंह थीं।
- वैष्णव धाम, आया नगर में बच्चों और बड़ों के लिए, शिक्षक रूपेश रंजन थे।
- न्यू मोती बाग कॉलोनी में कॉलेज विद्यार्थियों के लिए सप्त दिवसीय शिविर का समापन, शिक्षक संन्यासी धर्मज्योति थीं।
- इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन रिफाइनरी टाउनशिप, पानीपत में सात दिन के योग शिविर का समापन, शिक्षक संन्यासी आत्मधारा थीं।

तमिल नाडु

सत्यानन्द योग केन्द्र मदीपक्कम ने अपने विद्यार्थियों को बिहार योग विद्यालय द्वारा प्रचारित कार्यक्रम करवाया।

फ्रांस

20 से 22 जून तक ग्रेट्ज़, फ्रांस में रामकृष्ण वेदान्त केन्द्र ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की दसवीं सालगिरह मनाई। मुख्य अतिथि के तौर पर आमंत्रित स्वामी मैत्रेयी ने दैनिक जीवन में सत्यानंद योग को शामिल करने पर व्याख्यान दिया। उन्होंने बताया कि श्री स्वामीजी भी अपनी 1968 की विश्व योग यात्रा में इसी केंद्र पर आमंत्रित किये गये थे, जहाँ उन्होंने ईश्वर और भक्ति पर सत्संग दिया था। कार्यक्रम के दौरान स्वामी मैत्रेयी ने योग निद्रा पर कार्यशाला भी संचालित की। फ्रांस की विभिन्न योग परंपराओं और विद्यालयों से आए 45 योग शिक्षकों ने भी अपने-अपने व्याख्यान, कक्षाएँ और कार्यशालाएँ आयोजित कीं।

हॉलैंड

योगबिंदु योग केंद्र ने अपने विद्यार्थियों और जनसाधारण के लिए एक ओपन-एयर कार्यक्रम का आयोजन किया।

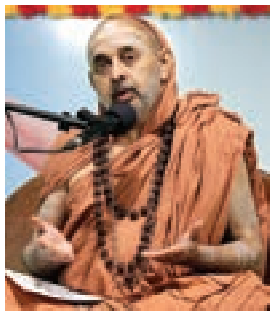
अमेरिका

सनीवेल कम्युनिटी सेंटर और सत्यानंद योग फार्म, गिलरॉय, कैलिफोर्निया में दो दिन का कार्यक्रम आयोजित किया गया।

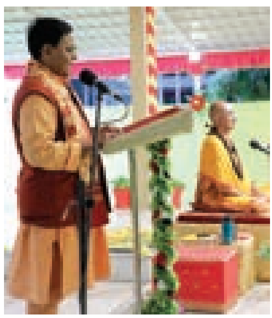
योगपीठ के कार्यक्रम

बसंत पंचमी

28 जनवरी से 2 फरवरी तक गंगा दर्शन में बसंत पंचमी अनुष्ठान और बिहार योग विद्यालय का स्थापना दिवस मनाया गया। देवी माँ की कृपा के आवाहन हेतु चंडी यज्ञ किया गया। आखिरी दिन के विशेष अतिथि परमपूजनीय श्री श्री शंकर भारती महास्वामीजी थे, जो मैसूर ज़िले के यदतोरे श्री योगेश्वरानंद सरस्वती मठ के पीठाधीश्वर और वेदांत भारती के संस्थापक हैं। वेदांत भारती अद्वैत वेदांत और सनातन धर्म की शिक्षा के लिए समर्पित एक शोध और शैक्षणिक संस्थान है। महास्वामीजी ने उपस्थित श्रद्धालुओं को सरल संस्कृत में सम्बोधित करते हुए आदिगुरु शंकराचार्य की व्यावहारिक एवं प्रेरक शिक्षाओं से अवगत कराया।



बिहार योग विद्यालय के अध्यक्ष, स्वामी कैवल्यानंद और महासचिव, संन्यासी धर्मरक्षित ने संस्था के इतिहास, योगदान और गतिविधियों पर प्रकाश डाला। इस बात का विशेष उल्लेख किया गया कि योग अभियान के कई कार्यक्रमों ने किस प्रकार समाज के उपक्षित वर्गों पर सकारात्मक प्रभाव डाला है।



शिवरात्रि

26 फरवरी को शिवालय में शिवरात्रि का कार्यक्रम हुआ। आश्रमवासियों, अतिथियों एवं विद्यार्थियों ने वहाँ वृंदावन से आयी मण्डली की प्रस्तुति देखी, जिसमें श्री कृष्ण की रासलीला में शिव और पार्वती के आगमन के प्रसंग का मंचन किया गया।

होलिका दहन और होली

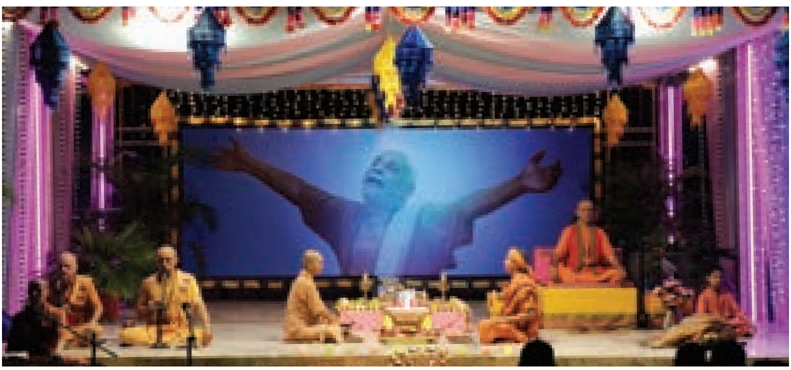
13 और 14 मार्च को होलिका दहन एवं होली स्तोत्रपाठ और कीर्तन के साथ मनायी गयी।

गुरु पूर्णिमा

7 से 10 जुलाई तक मुंगेर के नागरिकों तथा आश्रम के अन्तेवासियों एवं अतिथियों के लिए पादुका दर्शन में गुरु पूर्णिमा समारोह आयोजित किया गया। अपने सत्संगों में स्वामी निरंजनानन्द जी ने सद्गुरु गायत्री के अर्थ को उजागर किया।

दीपावली

20 अक्टूबर को मंत्रोच्चार और हवन के साथ दिवाली मनाई गई। इस अवसर पर पूरे आश्रम परिसर को अनेकों दीपों से सजाया गया था जिनकी शोभा देखते ही बनती थी।



श्री स्वामी सत्यानंद का जन्मदिवस

23 दिसंबर को ज्योति मन्दिर में मंत्रोच्चार और कीर्तन के साथ श्री स्वामी सत्यानंद का जन्मदिन मनाया गया। इस अवसर पर संन्यासियों ने श्री स्वामीजी के साथ अपने अनुभवों को साझा किया। स्वामीजी ने गंगा दर्शन में प्रचलित शांति पाठ के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए बताया कि इसे श्री स्वामीजी ने आंतरिक रूपांतरण की प्रक्रिया के रूप में संयोजित किया था।

क्रिसमस

24 दिसंबर को कैरोल गायन के साथ क्रिसमस मनायी गयी। स्वामीजी ने 'पवित्र हृदय' के अर्थ और संदेश पर चर्चा की। इसके बाद ध्यान का एक लघु अभ्यास कराया गया।

25 दिसंबर को ईशु नामावली के साथ हवन किया गया। स्वामीजी ने बताया कि किस प्रकार श्री स्वामी सत्यानंद जी ने इस नामावली के माध्यम से ईसा मसीह के सभी गुणों को व्यक्त किया है।

शाम को यौगिक अध्ययन (अंग्रेजी) के विद्यार्थियों ने नृत्य और संगीत की एक सुंदर प्रस्तुति दी।

वर्षान्त कार्यक्रम

31 दिसंबर को हवन, मंत्रपाठ, सत्संग और नृत्य प्रस्तुतियों के साथ वर्षांत कार्यक्रम सम्पन्न हुआ। स्वामीजी ने सभी को वर्ष 2025 में प्राप्त शिक्षाओं को अगले वर्ष अपने जीवन में लागू करने के लिए प्रेरित किया।

योग भूमि मित्र 2025

जिज्ञासु बुद्धिचैतन्य

'योग भूमि मित्र' बच्चों का एक आंदोलन है जिसे 2025 में स्वामी निरंजनानंद सरस्वती जी के मार्गदर्शन में शुरू किया गया। यह पहल समाज के पिछड़े तबके के बच्चों के प्रति गहन दया और दायित्व की भावना के साथ शुरू की गई थी। इसमें प्राय: ऐसे बच्चे शामिल हैं जिनकी शिक्षा, कौशल विकास और यहाँ तक कि नियमित भोजन जैसी मौलिक जरूरतें भी पूरी नहीं हो पातीं।

इस आंदोलन में अभी 5 से 16 साल के लगभग 150 बच्चे हैं, जिनके माता-पिता दिहाड़ी मजदूर, माली, बढ़ई और इस तरह के अन्य मेहनती काम करते हैं। उनके परिवार दिहाड़ी की कमाई पर निर्भर हैं और त्योहारों के समय या मुश्किल परिस्थितियों में आधारभूत आवश्यकताओं की व्यवस्था करना भी एक चुनौती बन जाता है। हालाँकि वे समाज का एक अभिन्न अंग हैं, समाज के भारवाहक हैं, लेकिन उनके संघर्षों पर अक्सर ध्यान नहीं दिया जाता।

इस वास्तविकता को पहचानते हुए स्वामीजी ने उनके उत्थान के लिए एक सोचा-समझा कदम उठाया और उनकी जिम्मेदारी उठाते हुए प्रेमपूर्वक कहा, 'ये मेरे बच्चे हैं। हम इनके भविष्य को बेहतर बनाने के लिए जो कुछ भी कर सकते हैं, उसके लिए हम तैयार हैं।' इस तरह, योग भूमि मंडल का जन्म हुआ, सिर्फ एक कार्यक्रम या संगठन के तौर पर नहीं, बल्कि एक परिवार के रूप में।

प्रयोजन और लक्ष्य

इसका मुख्य उद्देश्य बच्चों में यौगिक आध्यात्मिक संस्कार विकसित करना है। हमारा मानना है कि बच्चे समाज का भविष्य हैं और अगर हम उन्हें सही मूल्यों, अनुशासन, सजगता और आन्तरिक बल से पोषित करते हैं, तो मानवता का भविष्य और भी बेहतर होगा। परमहंस जी कहा करते थे, 'हम लोगों की ट्रेन भले ही छूट गई हो, लेकिन बच्चों का भविष्य उज्ज्वल है।' योग, अनुशासन, रचनात्मकता और प्रेम के माध्यम से यह आंदोलन बच्चों के निम्नांकित आयामों का विकास करता है –

- शारीरिक स्वास्थ्य
- मानसिक तीक्ष्णता
- भावनात्मक संतुलन
- आध्यात्मिक सजगता
- आत्मविश्वास

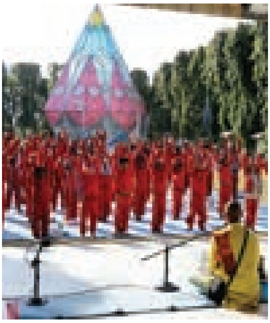
साप्ताहिक कार्यक्रम की संरचना

बच्चे आश्रम में इन अवसरों पर एकत्र होते हैं –

- शनिवार – 2 घंटे
- रविवार – 3 घंटे

हर सत्र को सोच-समझकर दो बड़ी गतिविधियों में बांटा गया है।

गतिविधि 1 – यौगिक अभ्यास



1. मंत्र, स्तोत्रपाठ और कीर्तन
2. मौलिक आसन (हर एक 11 बार)
3. सूर्य नमस्कार (3 चक्र)
4. एक पाद प्रणामासन (हर पैर पर 3–5 मिनट)
5. शवासन
6. प्राणायाम (5–7 चक्र)

गतिविधि 2 – कौशल और रुचि विकास

बच्चों की रचनात्मकता और व्यक्तिगत प्रतिभा को बढ़ाने के लिए उनकी रुचि के आधार पर समूहों में बांटा जाता है –

- मंत्रोच्चार और कीर्तन
- नृत्य
- चित्रकला
- कराटे
- बुनियादी नेतृत्व भूमिकाएँ

मित्रता के माध्यम से अनुशासन

शुरू में आश्रम के माहौल में अनुशासन बनाए रखना मुश्किल था। कई बच्चे शर्मीले, बेचैन या व्यवस्थित वातावरण से अनजान थे, जो बढ़ते बच्चों के लिए आम बात है, खासकर उनके लिए जिन्हें पर्याप्त मार्गदर्शन नहीं मिलता। सख्ती करने के बजाय हमने स्वामी निरंजनानंद जी के चार जंगली घोड़ों की कहानी वाले सिद्धान्त को अपनाया। जैसे उस नौजवान ने घोड़ों को प्रशिक्षित करने से पहले उनसे दोस्ती की, वैसे ही हमने अनुशासन से पहले मित्रता को चुना।

हमने उनके साथ यह सब शुरू किया –

- उनसे हिंदी में प्यार से बात करना
- खुली बातचीत और संवाद को बढ़ावा देना
- चित्रकला जैसे रचनात्मक काम देना

- एकाग्रता और रचनात्मकता को बढ़ाने के लिए यंत्रों में रंग भरने वाली पुस्तकें दी गईं

धीरे-धीरे विश्वास बढ़ा। जो बच्चे कभी शर्मीले और सहमे हुए थे, वे अब आत्मविश्वास से सवाल पूछते हैं। कुछ तो इतने निखर गए हैं कि अब वे मंत्र पाठ करवाते हैं और आसन सत्रों में मदद करते हैं।

विशेष ध्यान – छोटे बच्चे (लगभग 40)

सबसे छोटे समूह (उम्र 5-8 साल) के लिए हम निम्नांकित गतिविधियाँ करवाते हैं –

- सरल खेल
- वर्णमाला पहचानना
- संख्या सीखना
- जानवरों की पहचान
- खेलों से संयुक्त शिक्षण गतिविधियाँ

रूपान्तरण और विकास

स्वामीजी के आशीर्वाद और हम सभी के निरंतर प्रयास से बच्चों में –

- आत्मविश्वास बढ़ रहा है
- अनुशासन बेहतर हो रहा है
- शारीरिक स्वास्थ्य अच्छा हो रहा है
- अभिव्यक्ति की प्रतिभा बढ़ रही है
- धीरे-धीरे यौगिक संस्कार विकसित हो रहे हैं।

वे धीरे-धीरे स्वयं को जीवन के बड़े अवसरों और कार्यों के लिए तैयार कर रहे हैं – केवल भौतिक रूप से ही नहीं, बल्कि आध्यात्मिक और भावनात्मक रूप से भी। सबसे उल्लेखनीय बात यह है कि जब हम बच्चों का शिक्षण सजगता के साथ करते हैं तो वास्तव में हम समाज के भविष्य का निर्माण करते हैं।

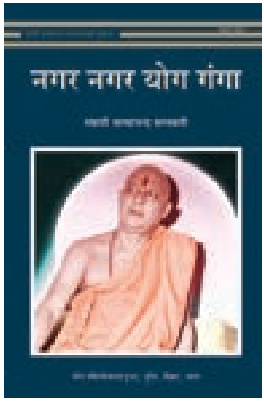
योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट

नगर नगर योग गंगा

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती

पृष्ठ 292, ISBN: 978-93-94604-05-6

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती द्वारा सन् 1977 से 1979 तक अखिल भारतीय योग सम्मेलनों में योग के विभिन्न विषयों पर दिये गये व्याख्यानों के इस संकलन में श्री स्वामीजी ने योग के इतिहास, योग की परम्परा, योग का प्रयोजन, योग के ऊपर हो रहे शोधों, योग से रोग निवारण, योगाभ्यास का शरीर और मन पर प्रभाव, मानव समाज की एकता के लिए योग और कुण्डलिनी एवं क्रियायोग जैसे गूढ़ विषयों को अत्यंत स्पष्ट एवं सारगर्भित शैली में प्रतिपादित किया है, जो समाज के सभी स्तर के लोगों, योग प्रेमियों एवं साधकों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा।



उपलब्ध

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें –

योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट, गरुड विष्णु, पी.ओ. गंगा दर्शन, फोर्ट, मुंगेर, बिहार 811201

दूरभाष : 9162783904, 9835892831 या **www.satyamyogaprasad.net** वेबसाइट देखें।

जवाब के लिए अपना पता लिखा, डाकटिकट लगा लिफाफा भेजें, अन्यथा आपके आवेदन पर विचार नहीं किया जाएगा

वेबसाइट और एप्प

BIHAR YOGA

www.biharyoga.net

बिहार योग पद्धति की मुख्य वेबसाइट पर बिहार योग, बिहार योग विद्यालय, बिहार योग भारती, योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट तथा योग शोध संस्थान संबंधी जानकारियाँ उपलब्ध हैं।

सत्यम् योग प्रसाद

बिहार योग परम्परा के समस्त ऑडियो, वीडियो तथा पुस्तक प्रकाशन प्रसाद रूप में *satyamyogaprasad.net* वेबसाइट पर उपलब्ध हैं जिन्हें इस QR code को स्कैन करके देखा जा सकता है। ये *Android* एवं *iOS* उपकरणों पर एप्प के रूप में भी उपलब्ध हैं।

यौगिक जीवनशैली साधना

स्वस्थ जीवन हेतु रचित यह कार्यक्रम *biharyoga.net* तथा *satyamyogaprasad.net* पर उपलब्ध है।

योगा एवं योगविद्या ऑनलाइन

www.biharyoga.net/bihar-school-of-yoga/yoga-magazines/
www.biharyoga.net/bihar-school-of-yoga/yogavidya/

योगा एवं योगविद्या पत्रिकाएँ *Android* एवं *iOS* उपकरणों पर एप्प के रूप में भी उपलब्ध हैं।

अन्य एप्प (Android एवं iOS उपकरणों के लिए)

- योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट की लोकप्रिय पुस्तक, ए.पी.एम.बी. अब सुविधाजनक एप्प के रूप में उपलब्ध है
- *Bihar Yoga* एप्प साधकों के लिए प्राचीन और नवीन यौगिक ज्ञान आधुनिक ढंग से पहुँचाता है
- *For Frontline Heroes* एप्प कोरोनावायरस के विरुद्ध अभियान में संघर्षरत कार्यकर्ताओं के लिए सरल योग अभ्यास प्रस्तुत करता है जो महामारी से उत्पन्न तनाव को सम्हालने में सहायक हैं

• Registered with the Registrar of Newspapers, India
Under No. BIHHIN/2002/6306

ISSN 0972-5725

योगपीठ कार्यक्रम एवं योग विद्या प्रशिक्षण 2026

योगपीठ कार्यक्रम

मई 6	*मुंगेर आगमन*
नवम्बर 19–22	*पद्म जयन्ती – योगनिद्रा संगोष्ठी*
दिसम्बर 27–31	*पद्म जयन्ती – यौगिक जीवनशैली महोत्सव*
प्रत्येक शनिवार	*महामृत्युंजय हवन*
प्रत्येक 4, 5 एवं 6 तारीख	*गुरु भक्ति योग*

बिहार योग विद्यालय योगविद्या प्रशिक्षण

फरवरी 1–अप्रैल 30	*संन्यास अनुभव (अन्तरराष्ट्रीय साधकों के लिए)*
मार्च 6–12	*प्राणायाम – स्वस्थ जीवन के लिए श्वसन प्रशिक्षण (हिन्दी)*
अप्रैल 4–10	*धारणा प्रशिक्षण (अंग्रेजी)*
सितम्बर 28–अक्टूबर 6	*हठ योग एवं कर्म योग प्रशिक्षण*
अक्टूबर 11–19	*राज योग एवं भक्ति योग प्रशिक्षण*
अक्टूबर 25–नवम्बर 2	*क्रिया योग एवं तत्त्व शुद्धि प्रशिक्षण*
अक्टूबर 2026–अक्टूबर 2027	*संन्यास जीवनशैली अनुभव (अन्तरराष्ट्रीय साधकों के लिए)*

बिहार योग भारती योगविद्या प्रशिक्षण

मार्च–अप्रैल	*द्विमासिक यौगिक अध्ययन (हिन्दी)*
अप्रैल 1–30	*पारम्परिक योग प्रशिक्षण (अंग्रेजी)*
नवम्बर–दिसम्बर	*द्विमासिक यौगिक अध्ययन (अंग्रेजी)*

अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए तथा योगविद्या पत्रिका को ऑनलाइन देखने के लिए बिहार योग की वेबसाइट – biharyoga.net पर जायें या बगल के QR code को स्कैन करें