Vivekananda Kendra , celebrates the birthday (19th November) of their founder respected shri Eknath Ranade every year as a Sadhana Divas On the occasion of Sadhana Divas our vice president Ku.Nivedita Bhide has given a Action Plan, in her message that how to celebrate Ma. Eknath Jayanti as a Sadhana Divas . The message is as follows:

Dear Sisters and Brothers

SapremNamaskar

19 November - Sadhana Diwas is approaching. As we have decided to focus and study Kendra Prarthana for the whole year, though on Gurupurnima Day we had conducted the AbhyasSatra on Kendra Prarthana, we can do it again on Sadhana Diwas also. We can organize it in different way but again understanding of Prarthana should continue. If we had not conducted AbhyasSatra, then this time we should strive to have it. The following thoughts also could be discussed during the celebration.

Eknathji started Vivekananda Kendra - a spiritually oriented service mission and gave us an insight and opportunity about how we could work for the nation as the instruments of Ishvara. The work that we do with SadhanBhava - attitude that I am the chosen instrument of Ishwara 'Tavaevakaryarthamihaupajata' - turns our work or service into Sadhana. Continuous practice of this attitude of instrumentality is Yoga. Yoga is not just some physical and breathing exercises. These exercises are essential to keep the instrument fit for God's work. The practice of Yoga is twofold aligning with the inner being and employing body-mind complex in enhancing harmony around us.

Eknathji traces in 'Sadhana of Service' the journey of development of man. After the birth, child knows only hunger. As the child grows, his physical hunger is multiplied at various levels like physical, mental, intellectual, emotional etc. Gradually he realizes that even to fulfill his hungers/desires, he needs a peaceful society around him. Thus, he works for creating such a society. This is how the selfishness transforms into an enlightened selfishness. This also leads him to go deeper into the meaning of the things around one's own life. He finds that there is nothing in this existence without a purpose. This realization creates a quest in his mind that if everything has a purpose, then what is purpose of his life?

It is only when this question arises then, Eknathji says, that a man has really attained adulthood till then he is only a moustache baby. While searching the purpose behind one's life, man realizes that everything in this existence also has a plan. It is not just a thing or living being in the creation but also the living collectivities like family, community, society and nation and all have a purpose. Swami Vivekananda had said, each nation has a destiny to fulfill, each nation has a message to deliver, each nation has a mission to accomplish. The mission of the nation is handed over to us. Man inherits the mission of his nation. The mission of India has been to give the world spirituality, i.e. the vision of Oneness.

So, when we start searching in all earnestness the purpose of our life, we come to the thought, 'If we are born in India 'ihaupajata', then our purpose is also to help the humanity in

its spiritual progress. For that India would have to become a capable vehicle to pass on the spiritual message. Therefore, re-building India to make her vibrant and confident nation becomes the purpose of our life.' One has to prepare oneself for it and also see to it that many are awakened to the purpose of their life and prepared to work for nation. Thus, man-making and nation-building become interlinked and become the objective of our life. Nijaparamahitartham means 'Man-making manifesting the Divine nature and Nation-Building enabling India to guide the humanity in spirituality. Organized efforts are required for Nijaparamahitartham i.e. for undertaking man-making and nation-building activities. Organized efforts with the higher purpose of spiritualization of humanity and for that nation-building itself is a Sadhana.

As we are born in the India, re-building this nation is the purpose of our life. That has to be done in an organized way. As such, nation is not like an inert building that it can be built mechanically by the group of individuals. Nation is a flow of consciousness, thus re-building the nation means creating local leadership with national consciousness. For this work, one has to dive deeply in spiritual wealth of our nation. Spirituality cannot be transmitted by lectures. Spirituality also does not mean any specific religious or any other activity. Spirituality is an evolved state of mind, which comes with the vision of Oneness. This view of life of Oneness and the mind evolved on these lines is reflected in actions. Spirituality is not an activity but it is reflected in actions. Therefore, we have to be Karmayogaikanishtha. The contentment, equanimity of mind, inclusive approach – that everything is expression of Divine so everything need to be accepted and respected in its own place – self-control and readiness to work for harmony around. Thus, to work in an organized way for our nation means we have to know her spiritual moorings and work & live accordingly and also build teams. For this, Yoga should become our way of life. Thus, working in an organization for rebuilding India itself is Sadhana. And, therefore, Eknathji chose Yoga as the core of Vivekananda Kendra.

When we work in the organization for rebuilding the nation, what we need to do is to go beyond the individuality and nurture the bonds that unite us. Practice of Tyaga, Seva and Atmabodha unite us. Organizational work is Sadhana of going beyond nam-rupa identity. The more we stick to nam-rupaidentity, it actually creates hurdles in emerging as a team. Unless we evolve as a team, we just cannot do the organizational work. Organization itself comes from the word organism –living entity- means to see one life as in the body. Body has many cells and organs. Each cell has its own life and function and yet whole body has one life, one consciousness, therefore it functions in unison. Similarly though we are many in the organization, our aim is the same and therefore, we work with the vision of Oneness.

Yoga means being One with the inner being, Atman, Ishwara – which is immanent, (existing within or inherent in something) everywhere and has manifested as the collectives like family, organization, society, nation and the whole creation. While in meditation, the practice is for uniting with the consciousness, going beyond the body-mind complex. While not in meditation, then the practice of Yoga is employing our body-mind complex in the service of the expressions of Divinity like family, organization, nation and creation. As our Kendra Prayer says Atmabodha is necessary to transform the difficulties into opportunities. But for acquiring that Atmabodha we have to meditate everyday on our Atma-shakti. Eknathji says in 'Sadhana

of Service' 'The capacity for the fulfillment of an idea, however difficult will be there if it has been since grasped correctly and stands before your mind's eye. A genius is a person with ideas in his mind and an immensely strong will in his heart. A genius is said to be ten percent inspiration and ninety percent perspiration. This perspiration is for the manifestation of the inspiration within. …All other help may fail but there is a power within you, which will never let you down. It is your own Self.

This tapping of the Atma-shakti, the power within is Yoga. If a Karyakarta sincerely works with the feeling of instrument of God for fulfilling hisDayitva then for him the work itself is Sadhana and also the practice of Yoga. It is for this reason that Eknathji made yoga the core of Vivekananda Kendra 'Karmayoga Ekanishtha'. When the work that we are doing is taken as Sadhana, it brings maturity in the Karyakarta. Maturity of a Karyakarta is not in the number of years he has put in. It is in the quality, which Eknathji says, 'A mature worker is self-operated and needs no repairs and renovation'. Let us be such Karyakartas. On Sadhana Diwas, let us take the inspiration from Eknathji to become such a Karyakarta.

With warm regards and Shubha Deepavali

Yours Sincerely
Nivedita

विवेकानन्द केंद्र , प्रतिवर्ष अपने संस्थापक मा. एकनाथ जी रानाडे के जन्मदिवस (19 नवम्बर) को साधना दिवस के रूप में मनाता है। इस वर्ष साधना दिवस की कार्ययोजना कैसी हो , यह संदेश केंद्र की उपाध्यक्ष कु.निवेदिता भिड़े ने अपने कार्यकर्ताओं को लिखे पत्र में दिया है । संदेश इस प्रकार है :

प्रिय बहनों और भाइयों

सप्रेम नमस्कार

19 नवंबर - साधना दिवस आ रहा है। जैसा कि हमने पूरे वर्ष केन्द्र की प्रार्थना पर ध्यान केंद्रित करने और अध्ययन करने का निश्चय किया था, तदनुरूप हमने गुरू-पूर्णिमा दिवस के अवसर पर केन्द्र की प्रार्थना पर अभ्यास सत्र का आयोजन किया, साधना दिवस पर भी हम इसे फिर से कर सकते हैं। इसे कुछ अलग तरीके आयोजित किया जा सकता है, बस मुख्य बात यह है कि प्रार्थना की समझ जारी रखना चाहिए। यदि अभी तक हमने अभ्यास सत्र का आयोजन नहीं किया था, तो इस बार यह प्रयास अवश्य करना चाहिए । आयोजन के दौरान निम्नलिखित विचारों पर भी चर्चा की जा सकती है।

एकनाथ जी ने एक आध्यात्म उन्मुख सेवा मिशन के रूप में विवेकानंद केंद्र प्रारम्भ किया - जिसने

हमें एक अंतर्दृष्टि और अवसर प्रदान किया कि हम कैसे ईश्वरीय साधन के रूप में देश के लिए काम कर सकते हैं । हम जो भी काम करते है, साधन भाव से करते हैं – "तवैव कार्यार्थमिहोपजाता" यह मनोभाव कि हमारा चयन ईश्वरीय उपकरण के रूप में हुआ है – हमारे कार्य या सेवा को साधना में रूपांतरित कर देता है। इस उपकरण के मनोभाव का सतत अभ्यास योग है। योग केवल कुछ शारीरिक और श्वांस प्रश्वांस का व्यायाम भर नहीं है। ये अभ्यास भगवान के काम के साधन को फिट रखने के लिए जरूरी है। योग का अभ्यास हमारे अंतस को शरीर और मन के साथ एकसूत्र में लाने जैसा जटिल कार्य करता है, जो हमारे आसपास सद्भाव को बढाता है ।

एकनाथ जी ने 'सेवा की साधना' में आदमी के विकास की यात्रा को बताया है । जन्म के बाद बच्चा केवल भूख को जानता है। जैसे जैसे बच्चा बढ़ता है, उसकी शारीरिक भूख धीरे-धीरे विभिन्न स्तरों पर बढ़ती है, जैसे शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, भावनात्मक आदि। उसे अहसास होता है कि उसकी कामनाओं / इच्छाओं की पूर्ति भर पर्याप्त नहीं है, चारों ओर एक शांतिपूर्ण समाज की भी जरूरत है। और फिर जब वह एक ऐसा समाज बनाने के लिए काम करता है, तब उसका स्वार्थ परमार्थ में बदल जाता है। इससे उसे प्रेरणा मिलती है, कि वह अपने जीवन के आसपास की चीजों का अर्थ और गहराई से समझ सके । उसे समझ में आता है कि सृष्टि में निरुद्देश्य कुछ भी नहीं है । इस अनुभूति से उसके दिमाग में सवाल कोंधता है कि अगर सबका कुछ ना कुछ उद्देश्य है, तो फिर उसके जीवन का उद्देश्य क्या है?

एकनाथ जी का कहना है कि जब यह सवाल उठे, तभी आदमी वस्तुतः वयस्क होता है, अन्यथा तो वह केवल एक मूछों वाला बच्चा ही है। जब इंसान अपने जीवन का उद्देश्य खोजता है, तब उसे अहसास होता है कि सृष्टि में सब कुछ योजनाबद्ध है। यह सिर्फ किसी वस्तु या जीवित प्राणी की ही बात नहीं है, बल्कि परिवार, समुदाय, समाज और राष्ट्र जैसी समष्टियों का भी एक उद्देश्य है। स्वामी विवेकानंद ने कहा था कि प्रत्येक राष्ट्र का अपना प्रारब्ध है, जो उसे भोगना होता है, प्रत्येक राष्ट्र के पास वितरित करने के लिए एक संदेश है, प्रत्येक राष्ट्र को पूरा करने के लिए एक मिशन है। हमारे राष्ट्र का मिशन पूर्ण करने के लिए हमें सौंप दिया गया है। मनुष्य को अपने राष्ट्र का मिशन विरासत में मिलता है। भारत का मिशन है दुनिया को आध्यात्मिकता, अर्थात एकत्व की दृष्टि देना ।

तो, जब हम पूरी ईमानदारी से जीवन के उद्देश्य की खोज शुरू करते हैं, हमें समझ में आता है कि यदि हम भारत में पैदा हुए हैं "इहउपजाता", तो हमारा उद्देश्य भी आध्यात्मिक प्रगति में मानवता की मदद करना है । अतः आध्यात्मिक संदेश प्रसारित करने के लिए भारत को सक्षम संवाहक बनना होगा ।

इसलिए, भारत का पुनर्निर्माण, उसे जीवंत और आत्मविश्वास युक्त राष्ट्र बनाना हमारे जीवन का उद्देश्य बन जाता है। इसके लिए अपने आप को तैयार करना और अन्य अनेक को भी जागृत करना ताकि वे भी देश के लिए काम करने को अपने जीवन का उद्देश्य बनाने हेतु प्रेरित हों । इस प्रकार, मानव-निर्माण और राष्ट्र निर्माण आपस में जुड़कर हमारे जीवन का उद्देश्य बन गया है। निज परम हितार्थम का अर्थ है मनुष्य निर्माण, दैवीय प्रकृति (सद्गुणों) का प्राकट्य और राष्ट्र निर्माण द्वारा भारत को अध्यात्म में मानवता का मार्गदर्शन करने हेतु सक्षम करना । निज परम हितार्थम हेतु, मनुष्य निर्माण व राष्ट्र निर्माण गतिविधियों को संचालित करने के लिए संगठित प्रयासों की आवश्यकता है । मानवता को आध्यात्मिक बनाने के उच्च उद्देश्य हेतु संगठित प्रयास और उसके लिए राष्ट्र निर्माण अपने आप में एक साधना है ।

चूंकि हम भारत में पैदा हुए हैं, अतः इस देश का पुनर्निर्माण हमारे जीवन का उद्देश्य है। इसे केवल संगठित होकर ही किया जा सकता है। चूंकि राष्ट्र एक निष्क्रिय इमारत नहीं है अतः इसे व्यक्तियों के समूह द्वारा यंत्रवत् बनाया जा सकता है । राष्ट्र चेतना का प्रवाह है, अतः राष्ट्र का पुनर्निर्माण अर्थात राष्ट्रीय चेतना युक्त स्थानीय नेतृत्व । इस काम के लिए, किसी को हमारे देश की आध्यात्मिक सम्पदा में गहराई से डूबना होगा । आध्यात्मिकता को व्याख्यान के माध्यम से प्रेषित नहीं किया जा सकता। आध्यात्मिकता का अर्थ कोई विशिष्ट धार्मिक या अन्य गतिविधि नहीं है। आध्यात्मिकता तो मन की एक विकसित स्थिति है, जो एकत्व की दृष्टि से आती है। एकत्व की यह जीवनदृष्टि और इन्हीं लाइनों पर विकसित मन व्यवहार में दिखाई देता है । इसके लिए हमें कर्म योगैक निष्ठा की आवश्यकता है । संतोष, धैर्ययुक्त मन, समावेशी दृष्टिकोण – प्रत्येक वस्तु में दैवीय तत्व की अभिव्यक्ति है, अतः सबको स्वीकार करने व सम्मान करने की जरूरत है – आत्म नियंत्रण और आपसी सद्भाव के लिए तत्परता से काम करने की जरूरत है। इसी प्रकार, हमारे देश के लिए संगठित तरीके से काम करने का मतलब है कि उसकी आध्यात्मिक जड़ों को जानकर तदनुसार काम करना और जीना, साथ ही टीमों का निर्माण करना । इसके लिए योग हमारे जीवन का मार्ग हो जाना चाहिए। अतः, भारत के पुनर्निर्माण में जुटे संगठन में काम करना अपने आप में एक साधना है। और इसलिए, एकनाथ जी ने योग को विवेकानंद केंद्र के प्रमुख तत्व के रूप में चुना।

जब हम राष्ट्र के पुनर्निर्माण के लिए किसी संगठन में काम करते हैं, तब हमें अपने व्यक्तिमत्व से परे जाना होगा, एकजुटता की शपथ लेनी होगी । त्याग, सेवा और आत्मबोध के अभ्यास से हम एकजुट हो

सकते हैं । संगठनात्मक काम, नाम-रूप की पहचान से परे जाने की साधना है। जितना ज्यादा हम नाम-रूप की पहचान से चिपकते हैं, उतना ही एक टीम के रूप में विकसित होना कठिन होता है । जब तक हम एक टीम के रूप में विकसित नहीं होते, हम संगठनात्मक काम नहीं कर सकते।

ऑर्गेनाईजेशन शब्द ही ओर्गेनिज्म से बना है जिसका अर्थ है, सम्पूर्ण शरीर में एक जीवन को देखना । शरीर के कई कोशिकायें और अंग है। प्रत्येक कोशिका का अपना जीवन और कार्य हैं, किन्तु पूरे शरीर का एक ही जीवन है, एक ही चेतना है, इसलिए यह एक सुर में कार्य करता है। इसी तरह, हालांकि हम संगठन में कई हैं, हमारा उद्देश्य एक ही है और इसलिए, हम एकता की दृष्टि से काम करते हैं।

योग का अर्थ है अपने भीतर से एक रूपता, उसे आत्मा या ईश्वर जो भी नाम दें - जो अंतर्निहित है, (जो भीतर मौजूद है या कुछ में निहित है) जो हर जगह है और जिसका सामुदायिक स्वरूप परिवार, संगठन, समाज, राष्ट्र और पूरी सृष्टि में प्रकट होता है। जब हम ध्यान करते हैं, तब चेतना के साथ एकत्व का अभ्यास करते हैं, शरीर-मन की जटिलता से परे जाते हैं । जब ध्यान में नहीं होते, तब योगाभ्यास का उपयोग हमारे शरीर, मन की जटिलता को परिवार, संगठन, राष्ट्र और सृष्टि जैसी दैवीय अभिव्यक्ति की सेवा में लगाना होता है । हमारे केन्द्र की प्रार्थना में हम कहते हैं “आत्मबोधा” जो कठिनाइयों को अवसरों में बदलने के लिए आवश्यक है। किन्तु उस आत्मबोध को प्राप्त करने के लिए अपनी आत्म-शक्ति पर प्रतिदिन ध्यान केन्द्रित करने की आवश्यकता है । एकनाथ जी ने “साधना ऑफ़ सर्विस” में कहा है “चाहे जितनी कठिनाई हो, किन्तु अगर सही ढंग से समझकर अपनी मन की आंखों के सामने रखा तो विचार की पूर्ति होगी ही ! प्रतिभाशाली वह है, जिसके मन में विचार और दिल में बेहद मजबूत इच्छाशक्ति है। दस प्रतिशत प्रेरणा और नब्बे प्रतिशत पसीना बहाने वाले को प्रतिभाशाली कहा जाएगा । यह पसीना भीतर की प्रेरणा की अभिव्यक्ति है। ... अन्य सभी मदद विफल हो सकती है, किन्तु अगर आपके पास आत्मबल है तो आप कभी निराश नहीं होंगे । यह आपके स्वयं के पास है।

इस आत्म-शक्ति के दोहन की शक्ति योग में है। कार्यकर्ता यदि ईमानदारी से अपने दायित्व का निर्बहन भगवान के साधन की भावना से करता है, तो यह उसकी साधना भी है और योगाभ्यास भी । यही कारण है कि एकनाथ जी ने योग को विवेकानंद केंद्र का मूल तत्व बनाया - 'कर्मयोग एकनिष्ठा' ! जब हम अपने काम को साधना के रूप में करते हैं, तब कार्यकर्ता में परिपक्वता आती है। कार्यकर्ता की परिपक्वता का आंकलन इससे नहीं होता कि वह कितने वर्षों से काम कर रहा है । यह गुणवत्ता है,

जैसा कि एकनाथ जी ने कहा है, “परिपक्व कार्यकर्ता वह है जो स्वयं संचालित है और जिसे सुधारने और नवीकरण की जरूरत नहीं होती”। हमें ऐसे ही कार्यकर्ता बनना है । साधना दिवस पर, हम एकनाथ जी से प्रेरणा लेकर ऐसे ही कार्यकर्ता बनने के लिए बढ़ें ।

दीपावली की हार्दिक शुभ कामना के साथ -

सादर

निवेदिता