सत्संग का संक्षिप्त परिचय

यह मनुष्य योनि हम सभी के लिए ईश्वर की एक अनुपम देन है। इस आधुनिक युग में भौतिक स्तर पर हमने भले ही काफी उन्नति कर ली हो लेकिन मानसिक स्तर पर तनाव व अधिकाधिक असन्तुष्टि से भी प्रभावित हो गये हैं। आज की इस आधुनिक जीवन शैली को देखते हुए हमारे परम्परा के बुजुर्गों/सद्गुरुओं ने तनाव-रहित सुखमय जीवन बिताने के लिए एक सुन्दर शैली 'आनन्द योग' का विकास किया जिससे गृहस्थ जीवन में रहते हुए आत्मिक आनन्द व सच्चा सुख प्राप्त हो। 'अखिल भारतीय सन्तमत सत्संग' का मुख्य ध्येय इस मनुष्य योनि के सर्वोच्च उद्देश्य 'आत्मोन्नति' के साथ मानवीय गुणों का विकास योगाभ्यास द्वारा प्रशस्त कराना है अर्थात् गृहस्थ जीवन यापन करते हुए निरन्तर परमात्मा की याद बनी रहे और साथ-साथ गृहस्थ के सांसारिक कार्य आज से और अधिक सुन्दर हों और हमें इसी जीवन में सच्ची निष्काम-कर्मता व सच्चा आनन्द प्राप्त हो।

यह तरीका सभी धर्म, जाति एवं सम्प्रदाय के साधकों के लिए आधुनिक युग में एक अद्भुत ईश्वरीय देन है। सच्चा आध्यात्मिक ज्ञान केवल एक समर्थ सत्गुरु के सान्निध्य एवं शक्तिपात द्वारा ही प्राप्त किया जा सकता है। परम सन्त श्री सुरेश जी (पूज्य भैया जी), संरक्षक अखिल भारतीय सन्तमत सत्संग साधकों के मार्ग-दर्शन के लिए उपलब्ध रहते हैं और अहर्निश इसी कार्य में सतत संलग्न हैं।

आनन्द योग का पवित्र ज्ञान वही प्राचीन ब्रह्म-ज्ञान है जिसे महर्षि अष्टावक्र जी ने अपने प्रिय शिष्य राजा जनक को प्रदान कर आत्म-साक्षात्कार का दिव्य अनुभव करवाया और जनक चक्रवर्ती सम्राट होते हुए भी 'विदेह' कहलाए।

अध्यात्म एवं ध्यान-योग की उच्च अवस्थाओं को प्राप्त करने के उद्देश्य से भारतवर्ष एवं विदेशों के सभी केन्द्रों पर हर रविवार को प्रात: 9 बजे से 11 बजे तक एवं बृहस्पतिवार को सायं 6.30 बजे से 8 बजे तक सत्संग का आयोजन किया जाता है जिसमें कि मुख्यत: ध्यान-योग (Concentration & Meditation) का अभ्यास करवाया जाता है। बताए गए तरीके से अभ्यास करने पर एवं सत्संग कार्यक्रमों में नियमित रूप से भाग लेने पर सच्चा आनन्द, सुषुप्ति, आध्यात्मिक चक्रों का जागरण, सहज समाधि, आत्म-साक्षात्कार एवं जीवन-मुक्त-अवस्था की प्राप्ति जैसे दुर्लभ आध्यात्मिक अनुभव प्राप्त होते हैं।

वार्षिक आध्यात्मिक उत्सव

पूजनीय माताओ और बन्धुओ,

भगवान की असीम दया व कृपा से इस वर्ष भी रामनवमी के अवसर पर 30 मार्च, 2012 से 2 अप्रैल, 2012 तक परम सन्त महात्मा श्री यशपाल जी महाराज (पूज्य भाई साहब जी) एवं परम सन्त महात्मा श्रीमती रूपवती देव (पूज्या माता जी) की याद में वार्षिक आध्यात्मिक उत्सव (वार्षिक भण्डारा) का आयोजन किया जा रहा है। आशा है कि सब सत्संगी भाई-बहन इस शुभ अवसर पर पधार सत्गुरुओं के आत्मिक फैज़ का लाभ उठायेंगे। यह सूचना समस्त सत्संगी भाइयों व बहनों को स्वयं भी देने की कृपा करें तथा अन्य सज्जन वृन्द, भक्तजनों को भी इस शुभ अवसर पर साथ लाएं। **आश्रम परिसर में मौन व्रत धारण कर सभी कार्यक्रमों में भाग लें।**

विनीत :
सुरेश

कार्यक्रम

वीरवार, 29 मार्च, 2012

मीटिंग युवा मंडल 7 से 8 बजे सायं

अखण्ड शान्ति पाठ :- शुक्रवार, 30 मार्च 2012 प्रात: 7 बजे से सोमवार 2 अप्रैल, 2012 प्रात: 7 बजे तक।

इस पाठ में "ॐ शान्ति" मन्त्र का जाप जिह्वा से नहीं अपितु हृदय से (ख्याल की जुबान से) (Not by tongue but by thought) किया जाता है। इस जाप से साधकों को आन्तरिक शान्ति और अनुपम आनन्द का अनुभव होता है।

शुक्रवार 30 मार्च, 2012

प्रात: काल

05.30 से 06.00 बजे तक	रामधुन तथा प्रार्थना
09.00 से 10.00 बजे तक	ध्यान योगाभ्यास
10.00 से 11.00 बजे तक	सामूहिक शान्ति पाठ (दानों से)
12.00 से 01.00 बजे तक	ध्यान-योगाभ्यास के सिद्धान्तों पर प्रकाश

शनिवार, 31 मार्च एवं रविवार, 1 अप्रैल, 2012

प्रात: काल

06.00 से 06.30 बजे तक	रामधुन तथा प्रार्थना
08.00 से 09.00 बजे तक	ध्यान योगाभ्यास
09.00 से 10.00 बजे तक	सामूहिक शान्ति पाठ (दानों से)
11.00 से 12.00 बजे तक	ध्यान-योगाभ्यास के सिद्धान्तों पर प्रकाश

अपराह्न 4 से 5 बजे तक

30 मार्च, 2012	कुरान शरीफ व मसनवी मौलाना रूम व मुसलमान संतों की कथायें
31 मार्च, 2012	भगवद्गीता व भक्तों तथा सन्तों की कथायें
1 अप्रैल, 2012	रामचरित मानस व भक्तों तथा सन्तों की कथायें

शुक्रवार, शनिवार 30, 31 मार्च व रविवार 1 अप्रैल, 2012

सायं काल

06.30 से 07.30 बजे तक	ध्यान योगाभ्यास
07.30 से 08.30 बजे तक	अपने सिलसिले के बुजुर्गों के जीवन पर प्रकाश
10.30 से 11.30 बजे तक	टोली चर्चा

(साधारण सभा-1 अप्रैल, 2012)

सोमवार, 2 अप्रैल, 2012

प्रात: काल

05.00 से 05.30 बजे तक	रामधुन तथा प्रार्थना
06.00 से 07.00 बजे तक	सामूहिक शान्ति पाठ
07.00 से 08.00 बजे तक	श्रद्धांजलि (भजन)
08.00 से 08.30 बजे तक	प्रसाद वितरण

अपराह्न : 03.00 से 05.00 बजे तक : मीटिंग सत्संग संचालक एवं मार्ग निर्देशक बन्धुओं के साथ

विदेश में रहने वाले सत्संगी बन्धुओं के साथ टेलीकॉन्फ्रेंसिंग : 1 अप्रैल, 2012 सायं 9.30 बजे

विशेष सूचना: नामदान 2 व 3 अप्रैल, 2012 को सम्पन्न होगा। नामदान इच्छुक भाई 1 अप्रैल, 2012 तक 'बुक-स्टाल' पर सम्पर्क करें।

नोट :

1. फरीदाबाद रेलवे जंक्शन पर उतरने वाले सज्जनों को **29 व 30 मार्च, 2012** को स्वयं सेवक एवं परिवहन सुविधा उपलब्ध रहेगी।
2. दिल्ली, नई दिल्ली और आनन्द विहार रेलवे स्टेशन से आने वाले सत्संगी मेट्रो रेल द्वारा अथवा लोकल बस लेकर बदरपुर बार्डर पहुंचें। वहाँ से **29 व 30 मार्च, 2012** को परिवहन सेवा उपलब्ध होगी अथवा बदरपुर बार्डर से सराय ख्वाजा पहुंचकर थ्री-व्हीलर लेकर अनंगपुर आश्रम पहुंचा जा सकता है।

सत्संग में भाग लेने वाले साधकों के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश

1. सत्संग स्थान पर आने के बाद मौन धारण करें।
2. अपने हृदय को परमात्मा की याद में डुबाये रखें।
3. हर काम शान्ति पूर्वक परमात्मा की याद में करें।
4. अपना परिचय पत्र आश्रम परिसर में पहुंचने पर कार्यालय से तुरन्त बनवा लें और हर समय अपने पास रखें।
5. सत्संग स्थल पर किसी दूसरे विषय पर अनावश्यक बातचीत न करें। मौन होकर खाली समय प्रभु याद में बितायें।
6. पण्डाल में ठीक समय से पहुंचकर सभी सत्संग कार्यक्रमों में भाग लें। अपने मोबाइल फोन बंद रखें।
7. अनावश्यक पीने का पानी बर्बाद न करें।
8. पण्डाल, शान्ति-पाठ कक्ष एवं समाधि परिसर में शांति का वातावरण बनाये रखें।
9. हर एक सत्संगी भाई और बहन अपने आप को मेहमान और मेजबान दोनों समझे एवं अपनी रुचि एवं स्वेच्छा अनुसार किसी भी विभाग में सेवा कार्य करें।
10. बहुमूल्य वस्तुएं हर्गिज साथ न लायें।
11. बिस्तर व प्रयोग का सामान जैसे माला, लोटा, टार्च, ऑडोमॉस, कोरी धोती-शान्ति पाठ के लिए (यदि संभव हो) अपने साथ लायें।
12. आश्रम की स्वच्छता एवं पवित्रता का धयान रखें।
13. कूड़ा इधर-उधर न फैंकें।
14. अपने जूते व चप्पल अपने ठहरने के स्थल पर ही छोड़कर आएं।
15. शिशुओं और बच्चों को लेकर आन्तरिक सत्संग और सामूहिक शान्ति पाठ में न बैठें।
16. समाधि परिसर में नियुक्त व्यक्ति की देख-रेख में ही दर्शन लाभ प्राप्त करें।

नि:शुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर :

दिनांक 29, 30 मार्च एवं 1 अप्रैल, 2012 को सेंट बृजमोहनलाल अस्पताल, अनंगपुर आश्रम में इस शिविर का आयोजन प्रातः 10 बजे से सायं 5 बजे तक किया जा रहा है।

सम्पर्क दूरभाष : 0129-2512229

अखिल भारतीय सन्तमत सत्संग आश्रम,
अनंगपुर, जिला फरीदाबाद (हरियाणा)

परमात्मा तू ही है तेरी इच्छा पूर्ण हो

अखिल भारतीय संतमत सत्संग, दिल्ली

मुख्यालय

बी-20, सी.सी. कॉलोनी, राणा प्रताप बाग के सामने, दिल्ली-7

55वाँ वार्षिक भण्डारा आध्यात्मिक उत्सव

मार्च-अप्रैल 2012

-: सत्संग स्थल :-

अखिल भारतीय संतमत सत्संग आश्रम
अनंगपुर (जिला फरीदाबाद)-121003

आनन्द योग **A Divine Science** के ध्यान व योगाभ्यास के लिए टी.वी. चैनल 'साधना' पर प्रत्येक गुरुवार से रविवार प्रातः 7.40 से 8.00 बजे तक देखा जा सकता है।

अधिक जानकारी के लिए
Website : www.abssatsang.org.
E-mail : info@abssatsang.org
Face book: www.facebook.com
Search id : Suresh Bhaiya Ji
संरक्षक से व्यक्तिगत सम्पर्क के लिए:
E-mail : yashroopji@gmail.com

GUIDE LINES TO BE FOLLOWED BY ALL ASPIRANTS ATTENDING THE PROGRAMME

1. Maintain silence ***(Maun)*** after entering the Satsang Ashram premises. The heart should always be merged in Lord's remembrance so as to derive the maximum benefit.
2. Have identity card issued from the Registration Counter on arrival at satsang venue and always keep it with you for security reasons. Show your identity card on demand to security personnel.
3. One is host as well as invitee at Satsang Venue and can offer volunteer services where ever necessary.
4. Reach Pandal well in time to attend all satsang programmes as per schedule. Keep your Mobile Phones switched off.
5. Persons arriving earlier in the Pandal should take their seats in the front to avoid inconvenience to those arriving later.
6. Do not waste drinking water unnecessarily
7. Mothers should not take their babies and children to the Pandal during the time of Meditation and Collective Shantipath.
8. Maintain cleanliness and sanctity of the Satsang Ashram complex. Do not bring shoes/sleepers near pandal, shantipath rooms and samadhi premises.
9. Do not bring any valuables with you. Do bring needful clothings, bedding and articles of personal including torch, Mala and odomos and Kori Dhoti (for Shanti Path) at your convenience.

Free Health Check-up Camp:

This Camp is going to be organised at Saint Brijmohan Lal Hospital, Anangpur Ashram on 30th, 31st March & 1st April, 2012 between 10 a.m. to 5 p.m.

सम्पर्क दूरभाष : 0129-2512229

अखिल भारतीय संतमत सत्संग आश्रम,
अनंगपुर, जिला फरीदाबाद (हरियाणा)

परमात्मा तू ही है तेरी इच्छा पूर्ण हो

अखिल भारतीय संतमत सत्संग, दिल्ली

मुख्यालय

बी-20, सी.सी. कॉलोनी, राणा प्रताप बाग के सामने, दिल्ली-7

55th Annual Bhandara SPIRITUAL FUNCTION March-April 2012

-: सत्संग स्थल :-

अखिल भारतीय संतमत सत्संग आश्रम
अनंगपुर (जिला फरीदाबाद)-121003

One can watch 'Anand Yoga - A Divine Science' on Sadhana T.V. Channel from 7.40 to 8.00 A.M. from Thursday to Sunday every week.

अधिक जानकारी के लिए

Website : www.abssatsang.org.
E-mail : info@abssatsang.org
Face book: www.facebook.com
Search id : Suresh Bhaiya Ji
संरक्षक से व्यक्तिगत सम्पर्क के लिए;
E-mail : yashroopji@gmail.com

BRIEF INTRODUCTION OF SATSANG

Akhil Bhartiya Santmat Satsang **(ABSS)** is a spiritual organisation, founded by Param Sant Mahatma Shri Yashpal Ji Maharaj for the benefit of entire mankind and is devoted to the spiritual practice of Anand Yoga, an essence of Raj Yoga whereby the hardships and sufferings usually undergone by a Raj Yogi are eliminated. Virtually, it is a path of addition where nothing is physically renounced and only the name of the Almighty Lord is added in one's routine. A start is made by the quicker achievement of the concentration of mind. This Brahm Vidya (spiritual knowledge), one of the most unique path to attain spiritual life free from stresses and strains of modern way of life, has been evolved by the great Grihasthi (House Holder) saints of the Order of Akhil Bhartiya Santmat Satsang. It is the same ancient spiritual knowledge of Maharishi Ashtavakra who initiated Raja Janak in this path—the Absolute Truth leading to Self-Realisation. This method did not remain confined to Hinduism alone, but also found its way into other religions.

This method is so devised that it suits to everyone without discrimination of Caste, creed, colour, status, profession or religion. To achieve the highest state of spirituality and good living, this method is being practised by the followers from all over India and abroad under the practical guidance of Param Sant Suresh Ji (Pujya Bhaiya Ji) "Sanrakshak" of this organisation. The headquarter of ABSS is located at B-20, C.C. Colony, Delhi- 110 007.

Branches of Satsang are located all over India and abroad. Practice of concentration and meditation is followed in these centres on every Thursday from 6.30 to 8.00 p.m. and every Sunday from 9 a.m. to 11 a.m. Those Spiritual aspirants who attend these satsang programmes regularly and follow the practice of Anand Yoga are blessed with rare spiritual experiences viz. trance, 'Ulat -Dhar', activation of Spiritual Chakras, 24 Hours remembrance of Lord, Sahaj-Samadhi and 'Self-Realization' and Jivan-Mukta-Avastha with Satguru's grace.

ANNUAL SPIRITUAL FUNCTION 2012

Dear Brethren,

With the extreme benevolence and grace of the Almighty, an Annual Spiritual Function 'Annual Bhandara' to commemorate the memory of Param Sant Mahatma Shri Yashpal Ji Maharaj (Pujya Bhai Sahib Ji) and Param Sant Mahatma Smt. Rupwati Devi (Pujya Mata ji) is being organised this year during Ram Naumi from **30th March to 2nd April, 2012** at Anangpur Ashram. It is hoped that all Satsangi brothers & sisters will participate and benefit from spiritual bliss of the Satgurus of the Order (liberated souls). You are also requested to inform all Satsangi brothers and sisters and bring other devotees and spiritual aspirants along with you to join this function.

Satsang Venue :
ABSS Ashram, Anangpur
(Faridabad) Haryana

Humbly yours :
Suresh Chandra

PROGRAMME

Meeting of Youth Forum on Thursday, the 29th March, 2012 between 8 to 9 p.m.

Akhand Shanti Path :

From 7 a.m. on Friday, March 30, 2012 to 7 a.m. on Monday, April 2, 2012.

[The Jap of ***'Om Shanti'*** is done by thought and not by tongue, the aspirants experience immense internal peace and bliss in this Jap.]

Friday, the 30th March, 2012

Morning :

05.00 to 06.00 a.m.	Ramdhun & Prayer
09.00 to10.00 a.m.	Concentration & Meditation
10.00 to11.00 a.m.	Collective Shanti Path
12.00 to 01.00 a.m.	Discourse on how **to achieve spirituality**

Saturday, March 31 & Sunday, April 1, 2012

Morning :

06.00 to 06.30 a.m.	Ramdhun & Prayer
08.00 to 09.00 a.m.	Concentration & Meditation
09.00 to10.00 a.m.	Collective Shanti Path
11.00 to 12.00 a.m.	Discourse on how to achieve spirituality

Afternoon : 4.00 to 5.00 p.m.

30th March, 2012	The Holy Quran, Masnavi Maulana Rome & Life sketch of Great Muslim Saints
31st March, 2012	Bhagwad Gita and life sketch of Bhaktas and Saints
1st April, 2012	Ramcharit Manas and life sketch of Bhaktas and Saints

Friday, Saturday 30th, 31st March & Sunday, 1st April, 2012

Evening :

6.30 to 7.30 p.m.	Concentration & Meditation
7.30 to 8.30 p.m.	Life Sketch of the Great Holy Saints of the Order
10.30 to 11.30 p.m.	Toli Charcha (Group Discussion) **(General Body Meeting on 1st April, 2012)**

Monday, the 2nd April, 2012

Morning :

5.00 to 5.30 a.m.	Ramdhun & Prayer
6.00 to 7.00 a.m.	Collective Shanti Path
7.00 to 8.00 a.m.	Shradhanjali and Devotional Songs

Evening:

3.00 to 5.00 p.m Meeting with satsang organisers.

Teleconferencing with satsangis residing abroad on 1st April, 2012 at 9.30 P.M.

Note :

1. For persons arriving at Faridabad Rly. Station, the volunteers and transport will be available on 29th & 30th March, 2012.
2. Satsangis coming from Delhi, New Delhi & Anand Vihar Railway Stations may etither take Metro Rail or Local Buses for Badarpur Border. Transport facility will be available on 29th & 30th March, 2012 from Badarpur Border to Anangpur Ashram. Alternatively, Satsangees may come to Sarai Khwaja from where three-wheeler may be engaged for ABSS Ashram, Anangpur.