Mahavidya Mahakali Sadhana

महाविद्या महाकाली साधना

Shri Sumit Girdharwal Ji

9410030994, 9540674788

sumitgirdharwal@yahoo.com

www.yogeshwaranand.org

महाकाली, महाकाल की वह शक्ति है जो काल व समय को नियन्त्रित करके सम्पूर्ण सृष्टि का संचालन करती हैं। आप दसों महाविद्याओं में प्रथम हैं और आद्याशक्ति कहलाती हैं। चतुर्भुजा के स्वरूप में आप चारों पुरूषार्थों को प्रदान करने वाली हैं जबकि दस सिर, दस भुजा तथा दस पैरों से युक्त होकर आप प्राणी की ज्ञानेन्द्रियों और कर्मेन्द्रियों को गति प्रदान करने वाली हैं। शक्ति स्वरूप में आप शव के उपर विराजित हैं। इसका अभिप्राय यह है कि शव में आपकी शक्ति समाहित होने पर ही शिव, शिवत्व को प्राप्त करते हैं। यदि शक्ति को शिव से पृथक कर दिया जाये तो शिव भी शव-तुल्य हो जाते हैं। शिव-ई = शव । बिना शक्ति के सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड और शिव शव के समान हैं।

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.

Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

मेरे कहने का तात्पर्य यह है कि इस सम्पूर्ण सृष्टि में शिव और शक्ति ही सर्वस्व हैं। उनके अतिरिक्त किसी का कोई आस्तित्व नहीं है।

इस साधना को आरम्भ करने से पूर्व एक साधक को चाहिए कि वह मां भगवती काली की उपासना अथवा अन्य किसी भी देवी या देवता की उपासना निष्काम भाव से करे। उपासना का तात्पर्य सेवा से होता है। उपासना के तीन भेद कहे गये हैं :- कायिक अर्थात् शरीर से , वाचिक अर्थात् वाणी से और मानसिक- अर्थात् मन से।

जब हम कायिक का अनुशरण करते हैं तो उसमें पाद्य, अर्घ्य, स्नान, धूप, दीप, नैवेद्य आदि पंचोपचार पूजन अपने देवी देवता का किया जाता है। जब हम वाचिक का प्रयोग करते हैं तो अपने देवी देवता से सम्बन्धित स्तोत्र पाठ आदि किया जाता है अर्थात् अपने मुंह से उसकी कीर्ति का बखान करते हैं। और जब मानसिक क्रिया का अनुसरण करते हैं तो सम्बन्धित देवता का ध्यान और जप आदि किया जाता है।

जो साधक अपने इष्ट देवता का निष्काम भाव से अर्चन करता है और लगातार उसके मंत्र का जप करता हुआ उसी का चिन्तन करता रहता है, तो उसके जितने भी सांसारिक कार्य हैं उन सबका भार मां स्वयं ही उठाती हैं और अन्ततः मोक्ष भी प्रदान करती हैं। यदि आप उनसे पुत्रवत् प्रेम करते हैं तो वे मां के रूप में वात्सल्यमयी होकर आपकी प्रत्येक कामना को उसी प्रकार पूर्ण करती हैं जिस प्रकार एक गाय अपने बछड़े के मोह में कुछ भी करने को तत्पर हो जाती है। अतः सभी साधकों को मेरा निर्देश भी है और उनको परामर्श भी कि वे साधना चाहे जो भी करें, निष्काम भाव से करें। निष्काम भाव वाले साधक को कभी भी महाभय नहीं सताता। ऐसे साधक के समस्त सांसारिक और पारलौकिक समस्त कार्य स्वयं ही सिद्ध होने लगते हैं उसकी कोई भी किसी भी प्रकार की अभिलाषा अपूर्ण नहीं रहती ।

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

मेरे पास ऐसे बहुत से लोगों के फोन और मेल आते हैं जो एक क्षण में ही अपने दुखों, कष्टों का त्राण करने के लिए साधना सम्पन्न करना चाहते हैं। उनका उद्देश्य देवता या देवी की उपासना नहीं, उनकी प्रसन्नता नहीं बल्कि उनका एक मात्र उद्देश्य अपनी समस्या से विमुक्त होना होता है। वे लोग नहीं जानते कि जो कष्ट वे उठा रहे हैं, वे अपने पूर्व जन्मों में किये गये पापों के फलस्वरूप उठा रहे हैं। वे लोग अपनी कुण्डली में स्थित ग्रहों को दोष देते हैं, जो कि बिल्कुल गलत परम्परा है। भगवान शिव ने सभी ग्रहों को यह अधिकार दिया है कि वे जातक को इस जीवन में ऐसा निखार दें कि उसके साथ पूर्वजन्मों का कोई भी दोष न रह जाए। इसका लाभ यह होगा कि यदि जातक के साथ कर्मबन्धन शेष नहीं है तो उसे मोक्ष की प्राप्ति हो जाएगी। लेकिन हम इस दण्ड को दण्ड न मानकर ग्रहों का दोष मानते हैं।व्यहार में यह भी आया है कि जो जितनी अधिक साधना, पूजा-पाठ या उपासना करता है, वह व्यक्ति ज्यादा परेशान रहता है। उसका कारण यह है कि जब हम कोई भी उपासना या साधना करना आरम्भ करते हैं तो सम्बन्धित देवी - देवता यह चाहता है कि हम मंत्र जप के द्वारा या अन्य किसी भी मार्ग से बिल्कुल ऐसे साफ-सुथरे हो जाएं कि हमारे साथ कर्मबन्धन का कोई भी भाग शेष न रह जाए। इसीलिए एक साधक को साधना काल के आरम्भ में घोर कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है।

इसे आप यूं मानकर चलिए कि एक बच्चा मां की गोद में पेशाब कर देता है तो क्या मां उसे गीले कपड़ों में ही पलंग पर लिटा देगी ? कदापि नहीं। वह पहले उसके कपड़े बदलेगी और फिर अपने पास लिटाकर उसे अपने वात्सल्य से भरपूर दुग्ध का पान करायेगी।

यही स्थिति मां काली अथवा अन्य किसी भी देवी की है। पहले वह आपके द्वारा कृत पापकर्मों से आपको स्वच्छ करेगी फिर अपनी गोद में लेगी।

मैं समझता हूँ कि आप मेरे कहने का तात्पर्य समझ गए होंगें। सर्वप्रथम अपने पूर्व जन्मों के कृत कर्तव्यों का परिणाम भोगें अथवा उन्हें संकल्प लेकर आगे के

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

लिए सरका दें। इस क्रिया के माध्यम से आप वर्तमान में आने वाले संकटों से तो बच सकते हैं परन्तु आगामी जीवन में फिर इन कष्टों का सामना तो करना ही पड़ेगा।

मेरे अनुभव में यह भी आया है कि यदि कोई ब्राह्मण अथवा साधक आपकी कठिनाईयों अथवा कष्टों के निवारण के लिए आपसे संकल्प लेकर आपके लिए अनुष्ठान करता है तो जो कष्ट आपको भोगने थे, वे कष्ट वह स्वयं भोगेगा। अन्तर केवल इतना ही होगा कि आप पूजा-पाठ नहीं करते हैं और वह ब्राह्मण यह सब करता है तो यदि आपको अपने दुष्ट कर्मों के कारण जो भयानक कष्ट झेलने थे उन्हें वो ब्राह्मण झेलेगा। क्योंकि प्रकृति का नियम है कि जो जैसा करेगा वैसा भोगेगा। परन्तु जितनी पीड़ा आपको होती, उतनी पीड़ा उसे नहीं होगी, क्योंकि वह आराधना करता है।

लेकिन उसे भोगना जरूर पड़ेगा।

भगवती काली के विभिन्न भेद हैं, यथा -

पुरश्चर्यार्णव के अनुसार :- काली ८ प्रकार की कही गयी हैं । १. दक्षिणाकाली २. भद्रकाली ३ श्मशान काली ४. कामकलाकाली ५. गुह्यकाली ६.धनकाली ७. सिद्धिकाली ८. चण्डीकाली ।

सम्मोहन तन्त्रानुसार :- काली के ७ भेद कहे गये हैं । १. स्पर्शमणिकाली २. चिंतामणि काली ३. सिद्धकाली ४. विद्याराज्ञी ५. कामकला काली ६. हंसकाली तथा ७. गुह्यकाली ।

जयद्रथयामल के अनुसार :- काली के ११ भेद कहे गये हैं । १. डम्बर काली २. गहनेश्वरी काली ३.एक तारा ४. चण्डशाबरी ५. वज्रवती ६. रक्षाकाली ७. इन्दीवरी काली ८. धनदा ९. रमण्या १०. ईशानकाली ११. मन्त्रमाता ।

काली तन्त्र पर लगभग २५० ग्रन्थ हैं। उपरोक्त दिये गये भेदों के अतिरिक्त कुछ अन्य भेद भी हैं उनमें ८ विशिष्ट भेद हैं :-

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

१. संहार काली २. दक्षिण काली ३. भद्रकाली ४. गुह्य काली ५. महाकाली ६. वीरकाली ७. उग्रकाली ८. चण्डकाली ।

दीक्षा-क्रम

भगवती काली का दीक्षा-क्रम निम्नवत् है! सुधी साधक को दीक्षा इसी क्रम में लेनी चाहिए और एक योग्य गुरू को इसी क्रम में साधक को दीक्षित करना चाहिए ।

१ चिन्तामणि काली के एकाक्षरी मंत्र क्रीं की दीक्षा लें। इसे काली प्रणव भी कहा जाताहै।

२. स्पर्शमणि काली के हूं हूं बीज मंत्र की दीक्षा लें।
३. संततिप्रदा काली के क्रीं ह्रीं मंत्र की दीक्षा लें।
४. सिद्धिकाली के बीज मंत्र ओम् ह्रीं क्रीं मे स्वाहा मंत्र की दीक्षा लें।
५. दक्षिणा काली के मंत्र की दीक्षा लेकर साधना करें।
६. कामकला काली मंत्र की दीक्षा ग्रहण करें।
७. हंसकाली के मंत्र की दीक्षा ग्रहण करें।
८. गुह्य काली के मंत्र की दीक्षा ग्रहण करें।

दक्षिणाकाली की साधना महाविद्या क्रममें भी होती है। अतः महाविद्या क्रम में दक्षिणा काली के उपरान्त भगवती तारा के सार्द्ध पंचाक्षर मंत्र की दीक्षा ग्रहण करनी चाहिए। उसके उपरान्त महाविद्या षोडशी के त्रयक्षर, पंचदशाक्षर एवं षोडशी मंत्र की दीक्षा ग्रहण करें। तदोपरान्त मां छिन्नमस्ता मंत्र की दीक्षा लेकर महाकाल एवं बटुक भैरव मंत्र की उपासना क्रमानुसार करें।

साधकों को स्मरण रखना चाहिए कि क्रम दीक्षा के अभाव में पग-पग पर हानि होती है, यथा- क्रम दीक्षा विहीनस्य सिद्धिहानिः पदे-पदे । (महाकाल संहिता)

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

षोडशी महाविद्या के समान ही काली आराधना में भी कादि हादि सादि आदि विद्याएं आती है। जिस मंत्र के आरम्भ में क आता है, वह कादि विद्या, जिस मंत्र के आरम्भ में ह आता है, वह हादि विद्या, जिस मंत्र के आरम्भ में वाग्बीज अर्थात् ऐं आता है, वह वागादि विद्या एवं जिस मंत्र के आरम्भ में हुं बीज आता है, उसे क्रोधादि विद्या कहा जाता है। जिस मंत्र के आरम्भ में नमः आता है, उसे नादिक्रम एवं जिस मंत्र के आरम्भ में द अक्षर आता है, उसे दादिक्रम कहा जाता है। ओम् प्रणव जिस मंत्र के आरम्भ में आता है, उसे प्रणवादि क्रम कहा जाता है।

भगवती काली के मंत्र-जप से पूर्व कुल्लुका आदि मंत्रों का भी जप किया जाता है। इनके प्रभाव से इष्ट-सिद्धि की प्राप्ति होती है। इसके सम्बन्ध में कहा गया है कि जो अधम प्राणी कुल्लुका आदि को न जानकर मंत्रों का जप करता है उसे सिद्धि हानि अवश्य ही होती है। अतः सभी साधकों के लिए आवश्यक है कि वे नीचे दिये गये मंत्रों का जप भगवती काली के मंत्रों के जप से पूर्व अवश्य ही करें।

कुल्लुका मंत्र :- क्रीं हूं स्त्रीं ह्रीं फट् । इस मंत्र का जप मूर्धा में १२ बार करना चाहिए।

सेतु :- ब्राह्मण एवं क्षत्रियों के लिए ओम्, वैश्यों के लिए फट् एवं शूद्रों के लिए ह्रीं सेतु मंत्र निर्धारित किये गये हैं। वर्गानुसार सेतु मंत्र का जप हृदय पर १२ बार करें।

महासेतु :- महासेतु क्रीं मंत्र का जप १२ बार कण्ठप्रदेश में करें।

निर्वाण जप :- नाभि में ओम् अं बोलकर मूल मंत्र बोले फिर मातृका का उच्चारण करें, यथा- ऐं अं आं इं ईं उं ऊं ऋं ॠं लृं ॡं एं ऐं ओं औं अं अः कं खं गं घं ङ. चं छं जं झं ञं टं ठं छं डं ढं णं तं थं दं धं नं पं फं बं भं मं यं रं लं वं शं षं सं हं लं क्षं ओम् जपें। उसके बाद क्लीं बीज का स्वाधिष्ठान

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

चक्र में १२ बार जप करें। तदोपरान्त ओम् ऐं ह्रीं श्रीं क्रीं रां रीं रूं रैं रौं रः रमल वरयूं राकिनी मां रक्ष रक्ष मम सर्व धातून् रक्ष रक्ष सर्वसत्व वशंकरी देवि ! आगच्छ आगच्छ इमां पूजां ग्रहण ग्रहण ऐं घोरे देवि ! घोरे देवि ! ह्री सः परम घोर घोर स्वरूपे एहि एहि नमश्चामुण्डे ड र ल क स है श्री दक्षिण कालिके देवि वरदे विद्ये ! मंत्र का सिर में १२ बार जप करें। इसके बाद माता कुण्डलिनि का ध्यान करके अपने इष्ट मंत्र का जप करना चाहिए।

इसके उपरान्त मैं साधकों के लिए यथासम्भव कुछ मंत्रों का उल्लेख कर रहा हूँ, कृपया अपने गुरूदेव से अनुमति प्राप्त कर इन मंत्रों की साधना करें । जिन साधकों ने गुरू दीक्षा ग्रहण नहीं की है कृपया यंहा देखकर वे मंत्र जप न करें। अन्यथा लाभ होने के स्थान पर हानि हो सकती है। सभी महाविद्याओं एवं उग्र साधनाओं में गुरू दीक्षा एवं गुरू कृपा आवश्यक है। इसलिए जो भी साधना करें अपने गुरूदेव से अनुमति प्राप्त करके ही करें।

भगवती काली का एकाक्षरी मंत्रः-

‘ क्रीं ’

यह मंत्र साधक की सभी अभीष्टों की सिद्धि प्रदान करने वाला, घर में सुख-शान्ति एवं आर्थिक उन्नति प्रदान करने वाला है । इस मंत्र को चिन्तामणि काली भी कहा जाता है।

विनियोगः- ओम् अस्य मंत्रस्य भैरव ऋषिः, गायत्री छंदः, दक्षिणाकालिका देवता, कं बींजं, ईं शक्तिः, रं कीलकं ममाभिष्ट सिद्धयर्थे जपे विनियोगः।

ऋष्यादि न्यास :-

ओम् भैरव ऋषये नमः शिरसि।

गायत्री छंदसे नमः मुखे।

दक्षिणा कालिका देवताः नमः हृदि।

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

कं बीजाय नमः गुह्ये।

ईं शक्तये नमः नाभौ ।

रं कीलकाय नमः पादयोः।

श्रीमहा काली प्रीतये पाठे विनियोगाय नमः सर्वांगे।

करन्यासः-

ओम् क्रां अंगुष्ठाभ्यां नमः।

ओम् क्रीं तर्जनीभ्यां नमः।

ओम् क्रूं मध्यमाभ्यां नमः।

ओम् क्रैं अनामिकाभ्यां नमः।

ओम् क्रौं कनिष्ठिकाभ्यां नमः।

ओम् क्रः करतल-कर-पृष्ठाभ्यां नमः।

हृदयादि न्यास :-

ओम् क्रां हृदयाय नमः।

ओम् क्रीं शिरसे स्वाहा।

ओम् क्रूं शिखायै वषट्।

ओम् क्रैं कवचाय हुम्।

ओम् क्रौं नेत्र त्रयाय वषट्।

ओम् क्रः अस्त्राय फट्।

इसके उपरान्त भगवती काली का निम्नलिखित ध्यान करें:-

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

ध्यान

करालवदनां घोरां मुक्तकेशीं चतुर्भुजां । कालिकां दक्षिणां दिव्यां मुण्डमाला विभूषिताम्।

सद्यश्छिन्नशिरः खडगं वामोर्ध्व कराम्बुजां। अभयं वरदं चैव दक्षिणोर्ध्वाधः पाणिकाम्।।

महामेघप्रभां श्यामां तथा चैव दिगम्बरीं। कण्ठावसक्तमुण्डालीं गलद्रूधिरं चर्चिताम्।।

कृष्णावतंसतानीत शवयुग्म भयानकां। घोरदष्ट्रां करालास्यां पीनोन्नत-पयोधराम्।।

शवानां करसंघातैः कृतकांचीं हसन्मुखीं। सृक्कद्वयगलद् रक्तधारा विस्फुरिताननाम्।।

घोररावां महारौद्रीं श्मशानालय-वासीनीं। बालार्क मण्डलाका-लोचन-त्रितयान्विताम्।।

दन्तुरां दक्षिणव्यापि मुक्तालम्बि कचोच्चयां। शवरूपं महादेव हृदयोपरि संस्थिताम्।।

शिवामिर्घोर रावाभिश्चतुर्दिक्षु समन्वितां। महाकालेन च समं विपरीत-रतातुराम्।।

सुख प्रसन्न वदनां स्मेरानन सरोरूहां। एवं संचितयेत् कालीं सर्वकामार्थ सिद्धिदाम्।।

इस प्रकार ध्यान करने के उपरान्त भगवती काली के उपरोक्त मंत्र का जप करें। जप के अन्त में सम्पूर्ण जप मां भगवती को अर्पण कर दें।

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

साधकों को मेरा एक परामर्श और भी है कि वे जब भी मां काली अथवा किसी अन्य के मंत्रों का जप करें तो उनके समक्ष अपनी कोई लालसा या इच्छा व्यक्त न करें। वे आद्याशक्ति हैं , सम्पूर्ण सृष्टि की अधिष्ठात्री हैं, उनसे किसी भी साधक के मन की इच्छा छुपी हुई नहीं है। अतः अपनी इच्छा व्यक्त करके स्वयं को हल्का बनाना है। जब साधक अपनी कोई इच्छा लेकर मां के मंत्रों का जप करता है और संकल्प लेता है कि अपने अमुक कार्य की पूर्णता के लिए मैं अमुक देवी या देवता के इतनी संख्या में जप करूंगा और उसका वह कार्य पूर्ण हो जाता है तो मां की कृपा भी वंही समाप्त हो जाती है। आपने किसी कार्य की सफलता अथवा किसी भी प्रकार की प्राप्ति के लिए किसी भी देवी अथवा देवता के एक निश्चित संख्या में जप करने का संकल्प लिया और आपका कार्य पूर्ण हो गया तो फिर भगवती या देवता से आपको कोई सम्बन्ध नहीं रह जाता है। क्योंकि यह एक मात्र विनिमय है, आदान-प्रदान है। एक ऐसा विनिमय जो दो व्यक्तियों के मध्य परस्पर होता है। आपने किसी को कुछ दिया उसने बदले में आपका कार्य कर दिया। इसके उपरान्त कोई व्यक्तिगत सम्बन्ध किसी प्रकार का नहीं रह जाता । आपको चाहिए कि आप जिस भी देवी-देवता का मंत्र जप करते हैं तो उसे केवल आप अपनी देवता की प्रसन्नता के लिए कीजिए। यदि आपके मंत्र जप से आपका देवी-देवता प्रसन्न हो जाता है तो आपकी समस्त इच्छाएं आपके बिना व्यक्त किये ही पूर्ण हो जायेंगीं और अपने देवी -देवता से आपके सम्बन्ध भी प्रगाढ बने रहेगें। अतः आपको चाहिए कि उनसे एकत्व करने का प्रयास करें न कि कुछ मांगने का। यदि आप ऐसा करते हैं तो मेरा वचन है कि आपकी प्रत्येक साधना पूर्णता को प्राप्त करेगी।

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

Shri Yogeshwaranand Ji

+919917325788, +919675778193

shaktisadhna@yahoo.com

www.anusthanokarehasya.com

www.baglamukhi.info

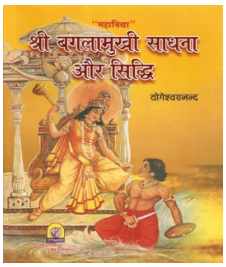
My dear readers! Very soon I am going to start a free of Cost E-mail based monthly magazine related to tantras, mantras and yantras including practical uses for human welfare.It will be delivered to you in pdf format to your email id which you can read on any device and you can also take its print. I request you to appreciate me, so that I can change my dreams into reality regarding the service of humanity through blessings of our saints and through the grace of Ma Pitambara. Please make registered to yourself and your friends. For registration email me at sumitgirdharwal@yahoo.com or sumitgwal@gmail.com Thanks

For purchasing all the books written By Gurudev Shri Yogeshwaranand Ji Please Contact 9540674788

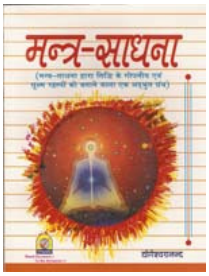
Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.

Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

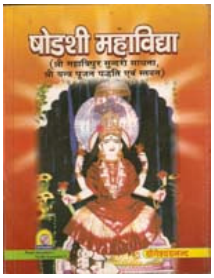
1. Mahavidya Shri Baglamukhi Sadhana Aur Siddhi



2. Mantra Sadhana



3. Sri Vidya Shodashi Mahavidya **(Tripura Sundari Sadhana Shri Yantra Puja)**



Shri Baglamukhi Sadhana Rahasya By Shri Yogeshwaranand Ji

Shri Baglamukhi Sadhana Rahasya is the upcoming book of my father and my guru Shri Yogeshwaranand Ji on Ma Baglamukhi. Only limited copies of this book are going to be published. If you want to secure your copy before all sold out please make a payment of Rs 680 into the below A/C
Sumit Girdharwal
Axis Bank

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net

912020029471298
IFSC Code – UTIB0001094
After payment send your complete address and payment receipt to shaktisadhna@yahoo.com or sumitgirdharwal@yahoo.com. For more details please call on +91-9540674788, 91-9410030994

Copyright @ Shri Sumit Girdharwal Ji & Shri Yogeshwaranand Ji.
Mob : 9410030994,9540674788 Web : www.yogeshwaranand.org , www.baglamukhi.net