वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश की कलाकृति के दर्शन

१ जनवरी, २०१८

आत्मीय साधको,

नूतन वर्षाभिनन्दन!

सिद्धयोग पथ पर यह हमारा महान सद्भाग्य है कि हम 'एक मधुर सरप्राइज़' सत्संग में भाग लेकर नववर्ष का आरम्भ करते हैं जिसमें हम अपनी श्रीगुरु, श्रीगुरुमाई चिद्विलासानन्द से नववर्ष-सन्देश प्राप्त करते हैं — वह सन्देश जो हमारी साधना को मार्गदर्शन प्रदान करता है।

हमारा सद्भाग्य यह भी है कि हमें श्रीगुरुमाई का सन्देश प्रतीकात्मक स्वरूप में प्राप्त होता है। वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश की कलाकृति एक ऐसा ठोस व प्रत्यक्ष साधन है जिसके द्वारा हम उनके सन्देश का अध्ययन व अनुभव कर सकते हैं। इस कलाकृति द्वारा श्रीगुरुमाई, सन्देश का गूढ़ अर्थ बताती हैं। अपना अन्वेषण आरम्भ करने के लिए हमें साधना का एक और दिव्य साधन प्राप्त है।

वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश की कलाकृति के दर्शन करने के लिए आपको आमन्त्रित करना, मेरे लिए सम्मान की बात है। जब आप इस कलाकृति के विभिन्न पहलुओं पर अपनी दृष्टि को स्थिर करेंगे तो आप पाएँगे कि आपको आँखों से जो दिख रहा हैं, यह कलाकृति उससे कहीं अधिक कुछ प्रकट कर रही है।

सन्देश-कलाकृति के साथ बने रहने का एक तरीक़ा है, ध्यान में उतरने के एक साधन के रूप में इस पर केन्द्रण करना। इसके आकार, रंगों और बनावट पर ध्यान केन्द्रित करते हुए, इसे आपको अन्तर-प्रकाश के स्रोत तक ले जाने दें।

कम से कम पन्द्रह मिनट निकालकर नीचे दिया गया अभ्यास करें :

- कुछ क्षण लेकर अपने श्वास-प्रश्वास के नैसर्गिक गति पर ध्यान दें।

- फिर अपना पूरा ध्यान, सन्देश-कलाकृति पर एकाग्र करें। इसके आकार व रंगों को अपने बोध में प्रवेश करने दें।
- ध्यान करें।
- ध्यान के बाद श्रीगुरुमाई के सन्देश और सन्देश-कलाकृति के विषय में अपनी अर्न्तदृष्टियों को अपने जर्नल में लिख लें।

आदर सहित,

स्वामी शान्तानन्द
सिद्धयोग ध्यान-शिक्षक

© २०१८ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।