आनन्द का द्वार

सुजाता रिंगावा

चार वर्षों तक खुद अपने ही तरीक़े से अपनी आध्यात्मिक यात्रा पर चलने के बाद, सन् १९७८ में मैंने बाबा मुक्तानन्द के साथ अपने पहले शक्तिपात ध्यान-शिविर में भाग लिया। बाबा जी के बारे में मैंने अपने पति, मार्सेल से जाना था जो सन् १९७४ से सिद्धयोग की सिखावनियों का अनुसरण कर रहे थे; पर मुझे लग रहा था कि किसी पथ विशेष के प्रति प्रतिबद्ध होने में मुझे सजग रहना चाहिए। तथापि, समय के साथ, मुझमें स्वामी मुक्तानन्द के बारे में जानने की उत्सुकता बढ़ी और यह जानने की भी कि कैलिफ़ोर्निया स्थित ओकलैन्ड के सिद्धयोग आश्रम में होने वाले ध्यान-शिविर में मेरे लिए क्या उजागर होगा।

ध्यान-शिविर में मुझे जो मिला उसकी तो मैंने कभी कल्पना भी नहीं की थी। एक ध्यान-सत्र में, जब बाबा जी ध्यान-हॉल में प्रतिभागियों के पास जाकर उन्हें शक्तिपात दीक्षा दे रहे थे तब, उन्होंने मेरे सिर पर स्पर्श किया। तत्क्षण मुझे महसूस हुआ कि मैं अन्तर की गहराई में उतरती चली जा रही हूँ। अपने अन्तरंग के सबसे गहरे स्थान पर पहुँचकर मुझे एक द्वार दिखा। जिस सीमित तरीक़े से मैं अपने आप को देखने की आदी थी वह मुझे उस द्वार के ऊपर दिख रहा था—अपने बारे में बनाई हुई अपनी ही धारणाएँ, आलोचनाएँ और गुण-दोष की विवेचनाएँ। फिर वह द्वार खुल गया और मैंने अपनी सच्ची आत्मा के दर्शन किए—अपनी असीमित योग्यता, अच्छाई और प्रकाश।

उस सप्ताहान्त, मेरे अन्दर से बस अश्रु उमड़ते रहे—खुशी के और इस नवप्राप्त बोध के कारण उमड़ने वाले भाव के अश्रु।

ध्यान-शिविर के समापन पर जब बाबा जी दर्शन दे रहे थे तब मार्सेल ने उनसे मेरा परिचय कराया। मैंने मार्सेल से कहा था कि वे बाबा जी को यह ज़रूर बताएँ कि मैं कितनी खुश हूँ और यह भी बताएँ कि इस ध्यान-शिविर के चार वर्ष पहले से मैं बाबा जी को जानती हूँ।

जब मार्सेल ने बाबा जी को वह बताया जो मैंने उनसे कहा था तो बाबा जी ने अपना चश्मा अपनी नाक पर नीचे खिसकाया और उसके ऊपर से मुझे देखा। उन्होंने कहा, "देखा! अगर तुम चार वर्ष पहले ही ध्यान-शिविर में भाग ले लेतीं तो इतने वर्ष ऐसे ही खुश रहतीं न!"

बाबा जी के वे शब्द सीधे मेरे हृदय में उतर गए और इससे मेरे अन्दर एक अनूठा परिवर्तन आने लगा। मैं ध्यान देने लगी कि कैसे मैं अब तक खुद ही सोच रही थी कि मैं पृथक हूँ, और इस तरह के

विचारों व कल्पनाओं के कारण मैं ही अपनी खुशी को नष्ट कर रही थी। मैंने पाया कि मेरा आनन्द किसी भी बाह्य चीज़ पर निर्भर नहीं है। अपने पहले शक्तिपात ध्यान-शिविर में भाग लिए मुझे अब चालीस वर्षों से अधिक हो गए हैं और मन्त्र-जप व ध्यान के कृपापूरित अभ्यासों द्वारा मैं आनन्द के इस अन्तर-द्वार को खोलती रही हूँ।

© २०२२ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।