सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर ध्यान सप्ताह

११ अगस्त, २०२१

आत्मीय पाठक,

आपकी ध्यान-साधना कैसी चल रही है? आप समझ ही गए होंगे कि इस प्रश्न द्वारा मैं किस ओर संकेत कर रहा हूँ। जी हाँ—मैं आपका ध्यान १५ अगस्त पर लाना चाहता हूँ!

हर वर्ष, १५ अगस्त को, सिद्धयोग पथ पर, हम बाबा मुक्तानन्द की दिव्य दीक्षा का उत्सव मनाते हैं—उस दिन का उत्सव जब बाबा जी को अपने श्रीगुरु, भगवान नित्यानन्द से शक्तिपात दीक्षा प्राप्त हुई। अपनी आध्यात्मिक आत्मकथा, 'चित्शक्ति विलास' में बाबा मुक्तानन्द इस दिन का वर्णन करते हुए लिखते हैं : "वह परमपुनीत, हाँ... हाँ... वह 'मंगलानां च मंगलम्' दिन उदित हो गया।"

सबसे पहले बाबा जी, शक्तिपात दीक्षा मिलने के बाद गणेशपुरी में हुए अपने अनुभव का विस्मयकारक वर्णन करते हैं। फिर बाबा जी लिखते हैं : "मैं एक दिन प्रातः श्रीगुरुदेव के दर्शन करके खड़ा ही था कि उन्होंने 'हूँ' कहकर एक फल दिया और कहा, 'जाओ।' मैं अभी भी खड़ा था। गुरुदेव फिर से बोल उठे, 'जावो रे... तेरी कुटी उधर की...यावला यावला... बस-बस रे बस... उधर ज्ञान... ध्यान... जावो।'"

बाबा जी ने तत्क्षण अपने श्रीगुरु की आज्ञा का पालन किया और येवला नगर के निकट सुकी स्थित कुटी में साधना करने चले गए। बाबा जी लिखते हैं : "मैं येवला अपने स्थान पर गया। दूसरे दिन येवला से सुकी, जहाँ मेरी साधना-कुटी थी, साधना के लिए चला गया। पूर्व-पश्चिम दोनों तरफ़ 'पायरी' और 'हापुस' जाति के दो आम्र वृक्ष और उनके मध्य में मेरी उत्तरमुखी कुटी—तीनों खड़े-खड़े मेरी राह देखते थे। मैंने गुरुदेव की पादुकाएँ वहाँ स्थापित कीं तथा उनका दिया हुआ फल खाकर मैं ध्यान करने बैठ गया।"

***

वर्ष २००० में, श्रीगुरुमाई ने श्री मुक्तानन्द आश्रम में, सिद्धयोग ध्यान-शिक्षकों को निर्देश दिया कि वे बाबा जी की शक्तिपात दीक्षा और ध्यान के विषय पर उनकी सिखावनियों का सम्मान करने के लिए 'ध्यान सप्ताह' का आयोजन करें। हिन्दी भाषा में 'सप्ताह' का अर्थ होता है 'सात दिन।' तथापि, सिद्धयोग पथ पर, लम्बे समय तक किए गए किसी भी नामसंकीर्तन या ध्यान के सत्र को—फिर

चाहे वह कुछ घण्टों, दिनों या सप्ताहों के लिए किया गया हो—'सप्ताह' के नाम से जाना जाने लगा। गुरुमाई जी ने इस कार्यक्रम को नाम दिया, 'मुक्तानन्द ध्यान सप्ताह'।

इसके बाद के वर्षों में, एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन ने विश्वभर के सिद्धयोग आश्रमों व ध्यान-केन्द्रों पर 'मुक्तानन्द ध्यान सप्ताह' आयोजित किया है। मुझे भी 'मुक्तानन्द ध्यान सप्ताह' में एक से अधिक बार भाग लेने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। इसमें भाग लेना मुझे इतना अच्छा लगा कि मैं जितनी बार हो सके इसमें भाग लेता।

कुछ वर्षों पहले, मैंने मसाचुसैट्स के बॉस्टन शहर स्थित सिद्धयोग आश्रम में 'मुक्तानन्द ध्यान सप्ताह' में भाग लिया था। ध्यान-कक्ष में पूजावेदी पर, बाबा जी द्वारा पहनी हुई, पीले रंग की पादुकाएँ सजी थीं। 'मुक्तानन्द ध्यान सप्ताह' के दौरान मैंने अपनी दृष्टि बाबा जी की पादुकाओं पर केन्द्रित की, इस संकल्प से कि श्रीगुरु-स्मरण द्वारा ध्यान का मेरा अनुभव अधिक गहरा हो। बाबा जी जब अपनी भौतिक देह में थे तब उन पादुकाओं ने उनके चरणकमलों को सुशोभित किया था; उन पादुकाओं पर केन्द्रण करते समय मुझे यह अन्तर्दृष्टि मिली कि वे श्रीगुरुकृपा के भण्डार को ही नहीं दर्शातीं, अपितु वे उस सिद्धयोग पथ को भी चिह्नित करती हैं जिसका स्वयं बाबा जी ने अनुसरण किया था—शाब्दिक तौर पर भी और लाक्षणिक रूप से भी—और वही मार्ग उन्होंने हज़ारों जिज्ञासुओं को भी दिखलाया, ठीक उसी प्रकार जिस प्रकार उनके श्रीगुरु, भगवान नित्यानन्द ने उन्हें दिखलाया था।

मेरे द्वारा यह संकल्प बना लेने के बाद, हॉल में उपस्थित हम सभी लोगों ने सिद्धयोग पथ के दीक्षा मन्त्र, 'ॐ नमः शिवाय' की धुन गाई। मन्त्र, दिव्य नाद की सरिता की तरह मेरी सम्पूर्ण चेतना में प्रवाहित होता रहा। फिर मैं ध्यान की गहन अवस्था में डूब गया। वह अवस्था गहन शान्ति से सराबोर थी और सत्संग हॉल के पावन वातावरण में अब भी तरंगित हो रहे 'ॐ नमः शिवाय' के स्पन्दन उसे सम्बल दे रहे थे।

***

अब हम वर्ष २०२१ में आ गए हैं। बाहरी रूप से हमारे संसार में कुछ बड़े परिवर्तन हुए हैं। हमने सोचा भी न था कि हमारा बाह्य जीवन इतना बदल जाएगा। परन्तु, ध्यान की शक्ति के कारण हमारा एक अन्तर-धाम ज़रूर है जो शाश्वत है—और वह है, आत्मा, हृदय। मन्त्र द्वारा व इस बोध द्वारा कि भगवान हमारे अन्तर में सदैव मौजूद हैं, हम इस अन्तर-धाम में विद्यमान दिव्य ज्योत में जितना अधिक ईन्धन डालते हैं, इस ज्योत की आभा, इसका तेज उतना ही अधिक बढ़ता जाता है।

इस वर्ष बाबा मुक्तानन्द की दिव्य दीक्षा की ७४वीं वर्षगाँठ के उपलक्ष्य में हम ध्यान के अभ्यास द्वारा इस अवसर का महोत्सव मनाएँगे और इस प्रकार सिद्धयोग पथ की परम्परा को जारी रखेंगे। ऐसा पहली बार हो रहा है कि ध्यान सप्ताह सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर आयोजित होगा—और सार्वभौमिक सिद्धयोग संघम् में हम सभी के पास इसमें भाग लेने का सुअवसर होगा।

इस ध्यान सप्ताह में ये तत्त्व सम्मिलित होंगे :

- सप्ताह-दीप प्रज्वलित करना
- 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र की धुन गाना
- धारणा के निर्देशों की सहायता से ध्यान करना
- 'ज्योत से ज्योत जगाओ' आरती गाना

यह ध्यान सप्ताह [यू. एस. ए. ईस्टर्न डेलाइट टाइम के अनुसार] शनिवार १४ अगस्त की शाम को आरम्भ होगा और अगस्त माह के अन्त तक यह उपलब्ध रहेगा। मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि इन दो सप्ताहों में आप जितनी बार चाहें, उतनी बार इस ध्यान सप्ताह में भाग लें। यक़ीन मानिए—आपको ख़ुशी होगी कि आपने ऐसा किया!

अब जब मैंने आपके लिए यह आमन्त्रण लिखा है, विश्वभर से आप सभी के साथ इस अनूठे ध्यान सप्ताह में भाग लेने व बाबा जी के दिव्य दीक्षा दिवस का सम्मान करने के लिए मैं और भी अधिक उत्सुक हूँ।

आदर सहित,

जेक स्लेस्निक
सिद्धयोग संगीतकार

© २०२१ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।