दिव्य जागृति का चमत्कार

१ अगस्त, २०२०

आत्मीय पाठकगण,

साधक होने के नाते हम यह पूछ सकते हैं कि हम अपनी अन्तर्निहित दिव्यता के प्रति जाग्रत कैसे हों? सबसे सरल, तथापि सबसे गूढ़ शब्दों में कहें तो हमें सिद्धयोग गुरुओं का अनुग्रह प्राप्त होता है और हम उनकी सिखावनियों पर मनन करके व उन्हें अपने जीवन में उतारकर उनका परिपालन करते हैं। इस अगस्त माह में तीन अत्यन्त महत्त्वपूर्ण अवसर हैं जिनके कारण विश्वभर में हममें से कई लोगों के लिए यह सम्भव हो पाया है कि हम गुरुमाई चिद्विलासानन्द, बाबा मुक्तानन्द और भगवान नित्यानन्द की कृपा व सिखावनियों का अनुभव कर सकें।

विश्वभर में "ध्यान-क्रान्ति" कैसे शुरू होती है? सम्भवतः सबसे महत्त्वपूर्ण, एकमात्र क्षण है, १५ अगस्त, १९४७ की सुबह, यानी वह दिन जब बाबा मुक्तानन्द को अपने श्रीगुरु, भगवान नित्यानन्द से शक्तिपात दीक्षा प्राप्त हुई। इसे बाबा जी का 'दिव्य दीक्षा दिवस' कहा जाता है—वह दिन जब बाबा जी को दिव्य शक्तिपात मिला। जैसा कि बाबा जी इस रूपान्तरणकारी घटना के बारे में लिखते हैं : "क्या जाने वह कौन शुभ दिन था! कितना अमृत भरा था!" इस शुभ अवसर के बारे में ऑडिओ सुनने के लिए व लिखित रूप में और अधिक जानने के लिए मैं आपको आमन्त्रित करता हूँ कि आप सिद्धयोग पथ की वेबसाइट के *Play of Consciousness* [चित्‌शक्ति विलास] पृष्ठ को देखें।

इस दिन के साथ एक और विशेष संयोग जुड़ा है; १५ अगस्त, १९४७ के ही दिन, भारत को अंग्रेज़ों के औपनिवेशिक शासन से स्वतन्त्रता मिली। एक ही समय पर इन दोनों घटनाओं का घटित होना हमें इस बात का स्मरण दिलाता है कि स्वतन्त्रता की ललक सभी में होती है और यह भी याद दिलाता है कि सिद्धयोग गुरु की कृपा का सम्प्रेषण होने के फलस्वरूप प्राप्त होने वाली आत्मिक स्तर की स्वतन्त्रता यानी मोक्ष मानवी स्वतन्त्रता का सर्वोच्च रूप है।

अतः, १५ अगस्त को सिद्धयोगी बाबा मुक्तानन्द की दिव्य दीक्षा का महोत्सव मनाते हैं और उससे एक सप्ताह पूर्व, यानी ८ अगस्त को हम भगवान नित्यानन्द की सौर पुण्यतिथि का सम्मान करते हैं; यह वह दिन है जब सन् १९६१ में बड़े बाबा जी अपनी भौतिक देह का त्याग कर ब्रह्मलीन हो गए थे। भगवान नित्यानन्द एक जन्मसिद्ध थे और सम्पूर्ण भारत में अपनी आध्यात्मिक प्राप्ति के लिए जाने जाते थे। यह वह समय भी है जब भगवान नित्यानन्द ने अपने प्रमुख शिष्य, बाबा मुक्तानन्द को

सिद्धयोग परम्परा की दीक्षा प्रदान करने की समस्त शक्ति व अधिकार सौंप दिए। दिव्य शक्ति के इसी हस्तान्तरण के कारण बाबा जी ने हज़ारों जिज्ञासुओं को शक्तिपात दीक्षा प्रदान की, और ऐसा ही गुरुमाई जी करती आ रही हैं—हमें आत्मा की अनुभूति के प्रति जाग्रत कर रही हैं।

और यही हमें तीसरे ऐतिहासिक अवसर पर ले आता है, जिसका हम इस माह उत्सव मनाएँगे। आज से पचास वर्ष पूर्व, सन् १९७० के अगस्त माह में सिद्धयोग पथ की सिखावनियाँ और कृपा पहली बार भारत के बाहर रहने वाले जिज्ञासुओं तक ले जाई गईं। और यह तब हुआ जब बाबा मुक्तानन्द ने अपने श्रीगुरु से प्राप्त अन्तर-आज्ञा का पालन करते हुए, सिखावनियाँ प्रदान करने हेतु अपनी पहली विश्वयात्रा के लिए प्रस्थान किया। यह पहली विश्वयात्रा बाबा जी के परमोच्च प्रेम व करुणा का प्रकटरूप थी। अपने श्रीगुरु पर श्रद्धा और उनकी आज्ञा-पालन करने के दृढ़ संकल्प के कारण, बाबा जी ने विश्वभर के लोगों की अन्तर-आध्यात्मिक शक्ति को जाग्रत किया।

यद्यपि मुझे कभी सदेह रूप में बाबा जी के दर्शन नहीं हुए, फिर भी मैं उनकी पहली विश्वयात्रा का लाभार्थी रहा हूँ। सन् १९८७ में, अपनी युवावस्था में, मैं अमरीका के ऑरेगन राज्य में एक शिक्षक था। इसी दौरान मैंने रेडिओ पर एक लेखक की भेंटवार्ता सुनी जिन्होंने मानवीय क्षमता के विषय पर पुस्तकें लिखी थीं। उन्होंने बताया कि उन्हें भारत के एक सिद्धगुरु से दीक्षा प्राप्त हुई जिसके फलस्वरूप उनका जीवन रूपान्तरित हुआ है; स्वयं के प्रति और संसार के प्रति उनका अनुभव पूरी तरह से रूपान्तरित हो गया है।

इन व्यक्ति की कहानी सुनकर मेरा हृदय आनन्द से भर उठा। उनके साथ कुछ गहन घटित हुआ था—और मैं भी बहुत लम्बे समय से अपने लिए ऐसा ही कुछ ढूँढ़ रहा था। मन ही मन मेरे अन्दर जो ललक थी उसे व्यक्त करते हुए मैंने यह कविता लिखी :

एक सुबह मैंने,
  एक बच्चे ने,
    प्रकाश देखा
      रंगीन काँच को पार कर
        नीचे उतरता हुआ,
इतनी ऊपर से
मानो स्वर्ग अवतरित होकर
मुझमें प्रवेश कर रहा हो।

कई वर्षों तक
मैंने इस प्रकाश की तलाश की

और फिर

और फिर

और फिर

और फिर . . . मैंने उस रेडिओ कार्यक्रम से नाम लिख लिया, 'सिद्धयोग' और इसी संकेत के साथ मैं सिद्धयोग ध्यान-केन्द्र का पता लगा पाया जो मेरे घर से लगभग एक घण्टे की दूरी पर था। एक सप्ताह के अन्दर ही मैं एक घर के ध्यान-कक्ष में प्रवेश कर रहा था, यह घर शहर के बाहरी क्षेत्र में स्थित था; प्रवेश करते समय मेरे मन में जिज्ञासा थी, उत्साह था और आशा की भावनाएँ थीं। कुछ समय बाद मैं घर के ऊपरी तल पर स्थित ध्यान-कक्ष में बैठा था, सत्संग के आरम्भ में 'ज्योत से ज्योत जगाओ' आरती गा रहा था और कमरे के आगे के भाग में सजी पूजा में गुरुमाई चिद्विलासानन्द की तस्वीर को एकटक देख रहा था। गाते हुए मैं गुरुमाई जी को देखता रहा; अपनी सत्ता में खुशी, प्रशान्ति और आश्चर्य के भावों को प्रसरित होता हुआ महसूस करता रहा। मुझे महसूस हुआ कि मेरे अन्दर कुछ खुल रहा है, कुछ ऐसा जिसकी उपस्थिति बिलकुल जीवन्त थी और जिसे मैं प्रेम और निःस्तब्धता कहूँगा। उस समय मेरे पास इस भावना के लिए शब्द नहीं थे परन्तु अब मैं जानता हूँ कि वह आध्यात्मिक जागृति का चमत्कार था, सिद्धयोग के गुरु की कृपा से प्राप्त शक्तिपात दीक्षा थी।

यह कल्पना कर पाना कठिन है कि मेरा जीवन कैसा होता यदि मैं उस दिन श्रीगुरुमाई की तस्वीर के माध्यम से उनसे न मिला होता। गुरुमाई जी की सिखावनियों ने और सिद्धयोग के अभ्यासों ने मेरे सम्पूर्ण जीवन को प्रेरित किया है व इसे सँभाला है जैसा कि कई हज़ारों अन्य लोगों के साथ भी हुआ है।

अब वर्ष २०२० में, आधुनिक इतिहास के इस अत्यन्त कष्टकारी समय के दौरान, मैं और अन्य अनगिनत लोग सिद्धयोग पथ की वेबसाइट की शरण ले पा रहे हैं। यह वेबसाइट लेखों और कहानियों, कविताओं और संकीर्तनों का अक्षयपात्र है; इस पात्र की हरेक सामग्री का उद्देश्य है : भगवान, श्रीगुरु और अपनी अन्तर-आत्मा के अनुभव को विकसित करना। ख़ास तौर पर अब हम 'मन्दिर में रहो' के अद्‌भुत सत्संगों में भाग ले सकते हैं जिनमें हम भगवान नित्यानन्द की मूर्ति के समक्ष संकीर्तन व ध्यान करते हैं। यह हमारा कितना अनुपम सद्‌भाग्य है कि हम अभी, इस उत्कृष्ट रूप में श्रीगुरुमाई की कृपा व सिखावनियाँ प्राप्त कर पा रहे हैं!

हाल ही में वेबसाइट पर शक्तिपूर्ण व काव्यात्मक 'सँजोने हेतु आशीर्वाद' भी पोस्ट किया गया है—यह नाम श्रीगुरुमाई ने उन उत्कृष्ट वीडिओज़् को दिया है जिनसे 'मन्दिर में रहो' के कई सत्संगों का समापन होता है। 'सँजोने हेतु आशीर्वाद,' साधना के विषय पर श्रीगुरुमाई की सिखावनियाँ हैं, ये

हमारे लिए श्रीगुरुमाई का मार्गदर्शन है कि किस प्रकार हम सिद्धयोगी होने के नाते, इस कठिन समय में भी सिद्धयोग साधना का अभ्यास कर सकते हैं और विश्व का उत्थान करते रह सकते हैं।

जैसा कि हममें से कई लोगों ने अनुभव किया है, पिछले कई महीनों में 'मन्दिर में रहो' सत्संगों ने हम पर श्रीगुरुमाई की कृपा व सिखावनियों की वर्षा की है और गुरुमाई जी द्वारा इन सत्संगों में प्रदान किए गए प्रवचन सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर 'मन्दिर में रहो' के पृष्ठों पर उपलब्ध हैं। अब इन सत्संगों के अन्य असाधारण पहलू भी वेबसाइट पर उपलब्ध हैं। Be in the Temple II [मन्दिर में रहो-२] में इन विशिष्ट सत्संगों के अन्य कई तत्त्व सम्मिलित हैं जैसे, सिद्धयोग के स्वामीगण व सिद्धयोग के अन्य शिक्षकों द्वारा दी गईं वार्ताएँ, सिद्धयोग संगीतकारों द्वारा गाए गए भजन और आरतियाँ; और वसन्त ऋतु के वीडिओज़ जिनमें वर्षा और सूर्य की किरणें अपनी प्रचुरता से मन्दिर का अभिषेक कर रही हैं। ख़ास तौर पर मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि आप राणी डोयॉन द्वारा गाया गया अभंग 'श्रीगुरु सारिखा' सुनें जो आपके हृदय को गहराई से छू लेगा। श्रीगुरु के प्रति भक्तिभाव के विषय पर रचित यह अभंग मुझे ऐसी स्थिति में ले जाता है जिसका वर्णन करने के लिए मैं बस यही कह सकता हूँ कि यह मेरे लिए श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के सन्देश की सजीव व उल्लासपूर्ण अनुभूति है : 'आत्मा की प्रशान्ति', Peacefulness of the Self। यह एक तरीक़ा है जिसके द्वारा मैं नववर्ष-सन्देश का अन्वेषण व अनुभव कर रहा हूँ।

ऑडिओ प्रसारण द्वारा सिद्धयोग ध्यान-सत्र, २०२०

मैंने पिछले तीस से अधिक वर्षों से दिन में कम से कम एक बार ध्यान किया है, ऐसा होते हुए भी मैं पाता हूँ कि सिद्धयोग ध्यान-शिक्षक 'ऑडिओ प्रसारण द्वारा सिद्धयोग ध्यान-सत्र, २०२०' में जो ध्यान-निर्देश देते हैं, वे बहुत सहायक हैं। वे मेरे मन को शान्त करते हैं और ध्यान में गहरे उतरने में मेरी मदद करते हैं। और इस गहरे ध्यान के परिणामस्वरूप, मुझे श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के नववर्ष-सन्देश का अध्ययन व अभ्यास करने में सम्बल मिलता है। श्रीगुरुमाई ने अगस्त माह के ध्यान-सत्र के लिए जो शीर्षक प्रदान किया है, वह है "Contentment in the Mind, Steadiness in the Heart: *Sukhāsana*." यह शनिवार, २९ अगस्त से उपलब्ध होगा।

अन्य पर्व

रक्षाबन्धन —३ अगस्त

भारतीय पर्व रक्षाबन्धन का अर्थ है "रक्षा का बन्धन" और सिद्धयोगियों में यह एक ऐसे समय के रूप में मनाया जाता है जिसमें हम, श्रीगुरु व शिष्य के बीच तथा मित्रों के बीच प्रेम व सुरक्षा के बन्धन

का सम्मान करते हैं। इस बन्धन का प्रतीक हैं, रंगबिरंगे धागों से बनी राखियाँ जो कलाई पर बाँधी जाती हैं। राखियों के इस आदान-प्रदान में कितना प्रेम निहित होता है!

आप सोच रहे होंगे कि आप रक्षाबन्धन की इस मधुर परम्परा में किस प्रकार भाग ले सकते हैं जबकि आपके प्रियजन बहुत दूर हैं—या जब आप सामाजिक दूरी बनाए रखने का पालन कर रहे हैं। एक तरीक़ा है कि आप उन्हें Teaching in Honor of Raksha Bandhan [रक्षाबन्धन के सम्मान में श्रीगुरुमाई की सिखावनी] की लिंक भेजें। इस लिंक में दोनों चीज़ें अभिव्यक्त की गई हैं, रक्षाबन्धन के बारे में श्रीगुरुमाई की सिखावनी भी और एक सुन्दर राखी का चित्र भी।

भारतीय पंचांग के अनुसार रक्षाबन्धन का पर्व श्रावण मास की पूर्णिमा को मनाया जाता है; इस वर्ष यह तीन अगस्त को मनाया जाएगा।

जन्माष्टमी — ११ अगस्त

भगवान विष्णु के अवतार, श्रीकृष्ण के जन्म-महोत्सव को जन्माष्टमी कहा जाता है। यह श्रावण मास के कृष्ण पक्ष के आठवें दिन [अष्टमी पर] आती है। कहा जाता है कि भारत के उत्तर प्रदेश राज्य में, भगवान श्रीकृष्ण का जन्म हुआ और उनका बचपन बीता, वहाँ कई तीर्थयात्री इस प्रार्थना, संकीर्तन और नृत्य से भरे महोत्सव में भाग लेने आते हैं। एक चीज़ जो हम विश्व में कहीं भी अपने घरों पर कर सकते हैं, वह है उस अनूठे Golden Tale [यानी स्वर्णिम कथा] का आनन्द लेना जो जन्माष्टमी के सम्मान में बच्चों और किशोर-युवाओं ने श्री मुक्तानन्द आश्रम में सन् २०१९ में लघु-नाटिका के रूप में प्रस्तुत की थी। यह कथा थी : “भगवान श्रीकृष्ण और राक्षस शिशुपाल की कथा।”

गणेश उत्सव—२१ से ३१ अगस्त [भारत में २२ अगस्त से १ सितम्बर]

गजानन भगवान श्रीगणेश, नए आरम्भों और सफल उद्यमों के देवता हैं, और भारत के सबसे प्रिय देवताओं में से एक हैं। कहा जाता है कि गणेशोत्सव वैदिक काल की उस अवधि का सम्मान करता है जब महर्षि वेदव्यास ने महाकाव्य महाभारत का वर्णन किया था और भगवान श्रीगणेश ने उसे लिपिबद्ध किया था। गणेशोत्सव मनाने का एक आनन्दपूर्ण तरीक़ा है, ‘मंगलदाता कृपासिन्धु’ नामसंकीर्तन करना। भगवान श्रीगणेश का सम्मान करने हेतु इस नामसंकीर्तन की रचना श्रीगुरुमाई ने की है और उन्होंने इसे संगीतबद्ध भी किया है। इसमें भगवान श्रीगणेश का सम्मान विघ्नहर्ता, मंगलदाता [मांगल्य के प्रदाता] और कृपासिन्धु [कृपा व करुणा के सागर] के रूप में किया गया है।

***

अगस्त का माह सिद्धयोग की सिखावनियों व अभ्यासों के साथ कार्यरत होने के लिए हमें बहुत-से तरीक़े प्रदान करता है—अपनी साधना में गहरे उतरने के लिए कितने सारे अवसर! सम्भवतः हम ‘मन्दिर में रहो’ सत्संगों का अनुभव करना और ‘सँजोने हेतु आशीर्वाद’ में श्रीगुरुमाई द्वारा प्रदान की गई सिखावनियों पर अपना चिन्तन-मनन जारी रखेंगे! थोड़ी और उत्सुकता के साथ, हम सिद्धयोग पथ वेबसाइट पर उपलब्ध अन्य *कई* साधनों का अन्वेषण कर सकते हैं जो हमें एक जाग्रत जीवन जीने में मदद कर सकते हैं।

इसके बारे में हाल ही में मुझे एक अद्‌भुत अन्तर्दृष्टि प्राप्त हुई। एक सुबह ध्यान में मुझे ऐसा महसूस हुआ मानो मैं अपने मन से कुश्ती लड़ रहा हूँ—मैं अपने अन्तर में उठने वाले हर विचार का अवलोकन कर रहा था और उसे अस्वीकार कर रहा था। अचानक, मुझे समझ आया कि मुझे अपने विचारों से निपटने की कोई आवश्यकता नहीं है; मेरे अन्दर ऐसा एक भाग है जो पहले से ही शान्त है। अब, हर सुबह जब मैं ध्यान करने के लिए बैठता हूँ तो अपने मन को शान्त करने का प्रयास करने के बजाय, मैं बस अपनी चेतना को उस सरल, सूक्ष्म स्थान पर ले आता हूँ जो पॉल यानी मैं नहीं है, और जो पहले से ही तेजोमय मौन में है, व्यापक है और मुक्त है। मैंने सीखा है कि जब मैं सौम्यता से मुस्कराता हूँ और अपने श्वास-प्रश्वास को सहजता से चलने देते हुए अपने हृदय-क्षेत्र पर केन्द्रण करता हूँ, तब मैं इस अन्तरंग और हर्ष व शान्ति से भरी व्यापक ऊर्जा के प्रति जागरूक हो जाता हूँ। और फिर, पूरे दिन के दौरान, जब मैं मौन रूप से मुस्कराने और मुक्त रूप से श्वास-प्रश्वास लेने का स्मरण करता हूँ तो मैं उस जाग्रत वास्तविकता के अनुभव की ओर लौट पाता हूँ जो मैं वास्तव में हूँ।

अपना ध्यान अपने ‘आप’ पर पुनः लाने का प्रयत्न करके देखें। जैसे-जैसे आप हर दिन प्रयत्न करते जाएँगे, हो सकता है कि आप अपना ही तरीक़ा खोज लें जिससे आप अधिकाधिक रूप से अपना ध्यान अन्य चीज़ों से हटाकर अपने ‘आप’ पर ला सकें; उन ‘आप’ पर यानी खुद पर, जो कि पहले से ही जाग्रत हैं! आख़िरकार, आप सचमुच आत्मा *ही हैं*— इसका आनन्द लें!

आदर सहित,
पॉल हॉकवुड

© २०२० एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।