समय का सम्मान करना

१ अगस्त, २०२५

आत्मीय पाठक,

क्या आपने कभी विचार किया है कि समय के बारे में आपके अनुभव को क्या चीज़ प्रभावित करती है? क्यों कोई एक दिन अपने साथ एक विशेष एहसास या जुड़ाव को लिए हुए हो सकता है, जबकि अगला दिन उससे बिलकुल ही अलग अनुभूति को जगाता है? क्या आपको लगता है कि इसमें उन चीज़ों की भूमिका है जिन्हें आप चुन रहे हैं, यानी आप अपने समय के साथ क्या करने का चुनाव कर रहे हैं? या फिर, इसमें स्वयं समय की और परिस्थितियों की भूमिका है? इस वर्ष, जब हम २०२५ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश का अध्ययन कर रहे हैं, ये प्रश्न पूछना उपयुक्त हो सकता है।

इस विषय पर अपने लेखों में, प्राचीन यूनान [ग्रीस] के दार्शनिकों ने समय की दो मुख्य धारणाओं के बारे में बताया है। उन्होंने एक को 'क्रोनोस' कहा और दूसरे को 'काइरोस'[१]। 'क्रोनोस' समय का वह पहलू है जिसकी मात्रा निर्धारित की जा सकती है यानी जिसे मापा जा सकता है। यह किसी चीज़ की अवधि, आवृत्ति यानी उसका बार-बार होना या किसी चीज़ की आयु है—अर्थात् एक वर्ष में दिनों की संख्या, एक कार्य को पूरा करने में लगने वाले घण्टों की संख्या, वे तारीख़ें जब कोई प्रसंग घटित हुआ या दोबारा हुआ। यह समय पर आधारित ऐसे ढाँचे ही हैं जिनके अन्तर्गत कार्य करने का निश्चय हम सब ने मिलकर किया है।

'काइरोस' अधिक सूक्ष्म है। यूनानी [ग्रीक] भाषा में 'काइरोस' का एक अर्थ है, 'सही समय'। यह दर्शाता है कि किसी विशिष्ट क्षण की क्या माँग है, जिसके पीछे यह धारणा है कि 'क्रोनोस' समय के सन्दर्भ में, कुछ ऐसे उपयुक्त क्षण होते हैं जब कुछ किया जा सकता है या कुछ घटित हो सकता है। 'काइरोस' या एक उपयुक्त क्षण कौन-सा है, यह अनेक कारकों के आधार पर निर्धारित हो सकता है—जैसे कि कोई अनपेक्षित घटना या हमारी व्यक्तिगत अथवा व्यापक सामाजिक परिस्थितियों का मिलाजुला रूप।

अपने आप में 'काइरोस' को एक ऐसी संकल्पना माना गया है जो समय के 'गुणों को' अधिक दर्शाती है। यद्यपि दिनांक, घण्टे या अवधि जैसे माप उपयोगी व आवश्यक हैं, तथापि वे स्वतन्त्र रूप में यह नहीं दर्शाएँगे कि कोई विशिष्ट समय महत्त्वपूर्ण क्यों है या उस समय में क्या करना आवश्यक है।

‘काइरोस’ की संकल्पना में ऐसी मान्यता है कि एक व्यक्ति को समय के साथ सक्रियता से कार्यरत होना चाहिए जिसकी सहायता से वह समय की गतिशीलता को स्वीकारता है और उसकी गति के प्रति सजग रहते हुए तदनुसार प्रतिक्रिया व्यक्त करता है।

इसका एक अच्छा उदाहरण हमें प्रकृति के ऋतु-परिवर्तन में मिलता है। हम कैलेण्डर में कुछ दिनों पर निशान तो लगा सकते हैं कि मान्य रूप से वसन्त या पतझड़ या ग्रीष्म ऋतु अमुक दिनों में आरम्भ होगी, परन्तु प्राकृतिक जगत इस विधान से बाध्य नहीं है। फूल तभी खिलेंगे, पत्तियाँ तभी अपना रंग बदलेंगी, जब परिस्थितियाँ उनके ऐसा करने के लिए उपयुक्त होंगी। परिस्थितियों के अनुसार अपने आपको ढाल लेने की पृथ्वी की क्षमता और उसका लचीलापन अथाह है, और वह अपने मूल्यों के प्रति सदैव ईमानदार रहती है।

गुरुमाई जी के नववर्ष-सन्देश के अध्ययन में और समय के साथ मेरा जो सम्बन्ध है, उससे जुड़ा मेरा जो अनुभव है उसके निरन्तर परीक्षण में, ‘क्रोनोस’ व ‘काइरोस’ के बारे में सीखना मेरे लिए अनमोल रहा है। मैं इसे इस तरह समझने लगी हूँ। समय—निश्चित ही—वह सुनियोजित पृष्ठपटल है जिसके सामने स्थित मंच पर हम अपना जीवन जीते हैं। यह हमारे जीवन को व्यवस्था प्रदान करने में और उसके विकास को व उसमें होने वाले परिवर्तनों को मापने में हमारी मदद करता है। साथ ही, समय वह क्रियाशील “सत्ता” *भी* है जिसके साथ हम अपनी अन्तःप्रज्ञा, अपनी बुद्धि और अपनी विवेक-क्षमता से, नियमित वार्तालाप करते रह सकते हैं और करना भी चाहिए। जैसा कि श्रीगुरुमाई ने कहा है : “समय भगवान है। समय दिव्य है। समय बिजली की कौंध है। समय चिति का प्रवाह है।”

१ जनवरी को ‘मधुर सरप्राइज़’ में गुरुमाई जी ने महाकाल के बारे में बात की थी। महाकाल, भगवान शिव का वह रूप है जो समय का प्रतीक है। भगवान के प्रत्यक्ष रूप में, समय की यह छवि मेरे लिए उतनी ही बोधप्रद है जितनी कि यह विस्मयकारी है। यह बताती है कि समय चेतन है; कि समय हमारे साथ संवाद कर सकता है; कि समय हमें संकेत भेजता है, हमें बताता है कि क्या आवश्यक है। हमें बस करना यह है कि हम उसकी ओर काफ़ी बारीकी से ध्यान देते रहें।

तो, हम ऐसा किस तरह करें? हम समय की ओर ध्यान कैसे दें? हम समय की फुसफुसाहटों को कैसे सुनें, वह जो धीमे-से बुदबुदाता है या यदा-कदा दहाड़ता है, उसे कैसे सुनें?

गुरुमाई जी ने ‘मधुर सरप्राइज़’ में यह बात भी समझाई थी। क्या आपको याद है? गुरुमाई जी ने हमें यह सिखावनी दी, “अपनी अन्तर-स्थिति में रहो।” यानी हम अपनी सत्ता के केन्द्र में, अपने हृदय में,

अन्तर में विद्यमान भगवान के स्थान में रहें। हाल ही में, श्री मुक्तानन्द आश्रम में गुरुपूर्णिमा माह में आयोजित एक सत्संग में, गुरुमाई जी ने इस सिखावनी के विषय में पुनः बात की।

गुरुमाई जी ने कहा :

> लोगों के लिए यह सीखना अच्छा है कि वे अपनी अन्तर-स्थिति से किस तरह जुड़ें। लोग बड़े असन्तुलित होते हैं, अपनी अन्तर-स्थिति से दूर हो जाते हैं। वे अपनी आत्मा में—अपनी अन्तर-स्थिति में—स्थिर होने और उस स्थान से कार्य-व्यवहार करने के बजाय उधर चलते जाते हैं जिधर हवा ले जाए, जिधर तूफ़ान ले जाए।
>
> इसके लिए पूजा-अनुष्ठान बहुत अच्छे होते हैं, हालाँकि कुछ लोग फिर भी इनकी शक्ति को समझ नहीं पाते। पूजा-अनुष्ठान एक व्यक्ति को उसकी अपनी अन्तर-स्थिति की ओर वापस ले जाने में सहायक होते हैं।

जब गुरुमाई जी अनुष्ठानों के बारे में बात कर रही थीं, तब वे ख़ास तौर पर, पूजा करने के बारे में और जो कुछ भी इस अभ्यास में सम्मिलित है, उस सबके बारे में बता रही थीं। पूजा करते समय हम क्रमानुसार जो विधियाँ करते हैं, उस हर कार्य का उद्देश्य होता है, हमें अपनी अन्तर-स्थिति की, अपने अन्तर-केन्द्र की अनुभूति तक ले जाना। आपने लोगों को कितनी ही बार कहते सुना होगा : "अन्तर की गहराई में, मुझे पता था।" हमारी सत्ता की गहराइयों में ज्ञान का वास है। इसी अन्तर-ज्ञान तक हम पूजा-अनुष्ठान के माध्यम से, पूजा-अर्पण के माध्यम से पहुँचते हैं।

***

सिद्धयोग पथ पर, इस माह दिनांक और अवसर का एक अद्‌भुत् संयोग है—जब कैलेण्डर के विशिष्ट दिनों पर, अत्यन्त मनोहर रूप से महत्त्वपूर्ण व उत्सव के क्षणों का मिलन हो रहा है।

इससे मेरा क्या अभिप्राय है?

- ८ अगस्त को हम भगवान नित्यानन्द की सौर पुण्यतिथि मनाएँगे। इसी दिन बड़े बाबा अपनी भौतिक देह का त्याग कर परम चेतना में लीन हो गए थे। सिद्धयोग पथ पर, यह हमारे लिए एक पावन दिवस है—प्रार्थना, स्मरण व कृतज्ञता का दिन। भारत की परम्पराएँ व शास्त्र हमें सिखाते हैं कि इस धरा से एक महान विभूति के प्रयाण कर जाने के बाद भी, भक्तगण उनके आशीर्वादों का अनुभव करते रहते हैं।

- साथ ही, ८ अगस्त को हम श्री मुक्तानन्द आश्रम में रक्षाबन्धन भी मनाएँगे। सिद्धयोगियों के लिए यह समय है, श्रीगुरु और शिष्य के बीच रक्षा और प्रेम के बन्धन का उत्सव मनाने का। गुरुमाई जी ने कहा है कि यह बन्धन 'अक्षत' है; 'अक्षत' एक संस्कृत का शब्द है जिसका अर्थ है, 'वह जिसका कभी क्षय नहीं होता।'

- १५ अगस्त को भारत को औपनिवेशिक शासन से स्वतन्त्रता मिलने की वर्षगाँठ है और इसी दिन हम बाबा मुक्तानन्द की दिव्य दीक्षा का महोत्सव मनाएँगे। इस दिन बाबा जी को अपने श्रीगुरु, भगवान नित्यानन्द से शक्तिपात दीक्षा प्राप्त हुई थी। इस घटना का आज हम सबके लिए असाधारण महत्त्व है, क्योंकि यही वह शुभारम्भ था जिसके फलस्वरूप बाबा जी ने सिद्धयोग पथ की स्थापना की।

- और १५ अगस्त को ही श्रीकृष्ण जन्माष्टमी भी है; कहा जाता है कि इस तिथि पर भागवान श्रीकृष्ण का जन्म हुआ था। श्रीकृष्ण जन्माष्टमी की रात्रि, जिसे 'मोहरात्रि' कहा जाता है, भारतीय पंचांग के अनुसार वर्ष की तीन सबसे शुभ रात्रियों में से एक है।

महोत्सवों का इस प्रकार एक ही समय में पड़ना अनूठी बात है, है न? ८ अगस्त और १५ अगस्त सिद्धयोग पथ पर सदा ही विशेष हैं, क्योंकि बड़े बाबा की पुण्यतिथि और बाबा जी का दिव्य दीक्षा दिवस, सौर तिथि के अनुसार महोत्सव के दिन हैं। किन्तु अन्य दो पर्व—रक्षाबन्धन व श्रीकृष्ण जन्माष्टमी—पंचांग में दी गई तिथि से यानी चान्द्रतिथि के अनुसार निर्धारित होते हैं। इसीलिए इन्हें मनाने की तारीख़ हर वर्ष बदल जाती है। अतः यह बड़ा अप्रत्याशित-सा संयोग प्रतीत होता है कि वर्ष २०२५ में ये पर्व एक ही दिन पड़ रहे हैं।

या शायद यह इतना भी अप्रत्याशित नहीं है। शायद, इस वर्ष जब गुरुमाई जी का नववर्ष-सन्देश पूरी तरह से समय के साथ हमारे सम्बन्ध के बारे में ही है, तब यह इस बात का एक और उदाहरण है कि समय हमें कुछ बताने का प्रयास कर रहा है। किसी विशिष्ट क्षण की माँग क्या है, यह पहचानना हमेशा ही सरल नहीं होता। कम-से-कम मेरा अनुभव तो यही रहा है। परन्तु कुछ अवसर ऐसे होते हैं—जैसे कि अभी अगस्त में—जब सभी संकेत मानो एक ही ओर इंगित कर रहे होते हैं। ऐसे अवसर भी होते हैं जब यह बिल्कुल स्पष्ट होता है कि क्या करना हमारे लिए विवेकपूर्ण व हितकारी है।

मुझे लगता है कि अगस्त में इसका अर्थ है, भगवान का और श्रीगुरु का स्मरण करना, उनकी आराधना करना। निस्सन्देह, सिद्धयोग पथ पर हमने गुरुमाई जी से सीखा है कि कोई भी समय भगवान की पूजा

करने का शुभ समय है। कोई भी समय श्रीगुरु के प्रति अपनी श्रद्धा अर्पित करने का पुण्यकाल है। बल्कि, हम तो पिछले कुछ महीनों से, इतने सारे आनन्दभरे सिद्धयोग महोत्सवों को मनाते हुए, इस पूरी ग्रीष्म ऋतु के दौरान वास्तव में यही करते आए हैं। तथापि, गुरुमाई जी हमें सिखाती हैं कि हम अपने अन्तर में जिस दिव्यता और अच्छाई का अनुभव कर सकते हैं, उसकी कोई सीमा नहीं है। जैसा कि गुरुमाई जी कहती हैं, सिद्धयोग साधना में हम सतत "महान से महानतर और महानतर से महानतम की ओर" बढ़ते रहते हैं।

तो फिर, अगस्त में ऐसा ही हो रहा है।

अगस्त—वह माह जिसमें हम भगवान व श्रीगुरु से प्राप्त अगाध कृपा व संरक्षण का उत्सव मनाते हैं। ऐसा करते हुए हम अपने हृदय में गहन शान्ति की अनुभूति करते हैं।

अगस्त—वह माह जिसमें हम अपने समय का सदुपयोग करने के अपने संकल्प को और भी सुदृढ़ करते हैं। और ऐसा करके, हम अपने आस-पास एक शान्तिमय वातावरण का निर्माण करते हैं।

अब, विचार-मन्थन के लिए, आपके सोच-विचार के लिए ये एक-दो प्रश्न हैं। क्या आप समय दिखाने वाली घड़ी रखना पसन्द करेंगे? या यह अधिक पसन्द करेंगे कि पूरे दिन, आपकी हर घड़ी, आपका हर समय शान्ति से बीते? क्या ये दोनों सचमुच एक-साथ नहीं हो सकते? हम भगवान की पूजा करते हैं, ताकि हमें भगवान की अनुभूति हो। इसी प्रकार, हम सर्वोत्तम रीति से समय का उपयोग करते हैं, ताकि हम समय को जान सकें। ऐसा करके हम अपने हृदय-मन्दिर के साथ, उस पावन स्थान के साथ अपने सम्बन्ध को सुदृढ़ करते हैं जहाँ शान्ति ही शान्ति व्याप्त है।

आदर सहित,
ईशा सरदेसाई

© २०२५ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।

[१] इस पत्र में 'क्रोनोस' व 'काइरोस' का वर्णन मुख्यतः John E. Smith, "Time, Times, and the 'Right' Time; *chronos* and *kairos*," *The Monist: Philosophy of History*, Vol. 53, No. 1 (1969), पृ. १-१३, https://www.jstor.org/stable/27902109 पर आधारित है।