दिव्य प्रेम का माह

१ फ़रवरी, २०२०

आत्मीय पाठकगण,

दिव्य प्रेम के माह में आपका स्वागत है! क्या आप जानते हैं कि "स्वागत" के लिए जो अंग्रेज़ी शब्द है *welcome* [वेलकम], वह पुरानी अंग्रेज़ी भाषा के शब्द *wilcuma,* [विलकुमा] से आया है, जिसका अर्थ है, "वह व्यक्ति जिसके आने से हमें ख़ुशी होती है"? गहरे स्तर पर, यह अभिवादन एक गहन दृष्टिकोण को व्यक्त करता है, जिसे संस्कृत भाषा के वाक्यांश : *अतिथि देवो भव* यानी "अतिथि भगवान हैं" में व्यक्त किया गया है। और, जैसा कि आपमें से कई लोग जानते हैं, हम जिससे भी मिलते हैं, उसकी अन्तर-दिव्यता को पहचानना, सिद्धयोग की एक प्रमुख सिखावनी का सार है जो है, "*परस्पर देवो भव।*"

अतः, फ़रवरी माह में एक-दूसरे का स्वागत करना सर्वथा उचित है, जब सिद्धयोग कैलेन्डर के दो मुख्य पर्व प्रेम का महोत्सव हैं। ये पर्व हैं : सन्त वैलेन्टाइन दिवस और महाशिवरात्रि। महाशिवरात्रि पर, हम बड़े आनन्द के साथ भगवान शिव का पूजन-वन्दन करते हैं और उनका ध्यान करते हैं; भगवान शिव जो परम पुरुष हैं और हमारे हृदय का सत्त्व हैं। और सन्त वैलेन्टाइन दिवस पर हम, अपने जीवन में जो लोग हैं, उन्हें अपने प्रेम के प्रतीकात्मक उपहार देकर इस दिव्यता को बड़े हर्ष के साथ अभिव्यक्त करते हैं। इस प्रकार, अद्वैत परम चेतना जो कि भगवान है, प्रेम, मित्रता, आनन्दपूर्ण संगति और अपने साथी मनुष्यों के स्वागत के दिव्य विलास में स्वयं को अभिव्यक्त भी करती है और स्वयं ही उसका अनुभव भी करती है।

***

श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के सन्देश के साथ कार्य करना

प्रतिदिन हम अपने शरीर का पोषण करने और अपने शारीरिक व बौद्धिक क्रियाकलाप को सम्बल प्रदान करने हेतु भोजन करते हैं। यदि हम थोड़ी-सी कल्पना करें, तो हम यह देख सकते हैं कि

प्रतिदिन अपनी सत्ता के आध्यात्मिक पहलू का पोषण करना भी कितना उत्कृष्ट विचार है। सिद्धयोग की सिखावनियों का अध्ययन व अभ्यास करना अपनी अन्तर-सत्ता को सशक्त करने व उसे प्रसन्नता प्रदान करने का बिल्कुल सटीक तरीक़ा है। और जिस प्रकार हममें से हरेक का भोजन में अपना स्वाद होता है, उसी प्रकार आध्यात्मिक अध्ययन व अभ्यास के साथ संलग्न होने के लिए हममें से प्रत्येक के कुछ चुनिन्दा तरीक़े होते हैं। वर्ष २०२० में, श्रीगुरुमाई का नववर्ष-सन्देश हमारे सिद्धयोग अध्ययन व अभ्यास को मार्गदर्शित कर रहा है—और, सौभाग्य से, इस सन्देश के आपके अध्ययन में मदद के लिए, अनेक प्रकार के तरीक़े उपलब्ध होंगे, जिनमें चिन्तन-मनन के उपाय भी शामिल होंगे और साथ ही अपने अभ्यास को कार्यरूप में उतारने के तरीक़े भी होंगे।

मधुर सरप्राइज़ में अनेक बार भाग लेना, श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश को आत्मसात् करने का एक प्रभावशाली तरीक़ा है। मैं विशेषरूप से आपको यह सुझाव देता हूँ कि आप सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर "श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के अध्ययन में गहरे उतरना" अवश्य पढ़ें जिसमें इटली के एक सिद्धयोग ध्यान-शिक्षक, लियोनार्डो रुसो, पिछले वर्ष *मधुर सरप्राइज़* में अनेक बार भाग लेने के अपने गहन अनुभवों के बारे में बताते हैं। वे ऐसा विशेष दिनों पर किया करते जिन्हें वे "स्वर्णिम रविवार" कहते हैं—इस अभ्यास को मैंने इस वर्ष श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के अपने अध्ययन में कार्यान्वित करने का निर्णय लिया है।

पिछले वर्ष नववर्ष-सन्देश का अध्ययन करने का मेरा अपना पसन्दीदा तरीक़ा था, सिद्धयोग ध्यान-सत्रों में भाग लेना। विशेषकर मुझे हर सत्र में सम्मिलित ध्यान-निर्देशों की सहायता से ध्यान करना बहुत प्रिय था—मुझे ऐसा लगता था कि मैं एक शान्त-सुखमय ऊर्जा से आच्छादित हूँ और सुनते-सुनते मैं ध्यान में बहुत आसानी से उतर पा रहा हूँ। वर्ष २०२० में भी मैं अवश्य ही भाग लूँगा जब इस माह ऑडिओ प्रसारण द्वारा आठ ध्यान-सत्रों की नई शृंखला आरम्भ होने जा रही है! गुरुमाई जी ने इनमें से हरेक ध्यान-सत्र का शीर्षक व केन्द्रण प्रदान किया है, और पहले ध्यान-सत्र के ध्यान-शिक्षक होंगे, स्वामी ईश्वरानन्द।

सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर अन्य प्रभावशाली तरीक़े भी उपलब्ध होंगे; इन तरीक़ों की सहायता से हम आने वाले वर्ष में श्रीगुरुमाई के सन्देश का अध्ययन व अभ्यास करेंगे। मैं निश्चित ही इनमें भाग लेने के लिए उत्सुक हूँ—जैसा कि आप सोच ही सकते हैं कि श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के साथ कार्य करने हेतु इनमें से हरेक तरीक़े में वह सामर्थ्य है जो आपको सन्देश के जीवन्त अनुभव की ओर मार्गदर्शित कर सकता है।

इस माह के महोत्सव

सन्त वैलेन्टाइन दिवस—१४ फ़रवरी

सन्त वैलेन्टाइन दिवस प्रेम का उत्सव मनाने वाला एक प्रसिद्ध पर्व है जिसमें प्रायः अपने प्रियजनों को एक बड़े-से लाल रंग के हृदय के चित्र वाले कार्ड्स् और चॉकलेट्स् दी जाती हैं। सिद्धयोग पथ पर, सन्त वैलेन्टाइन दिवस पर प्रेम के दिव्य स्रोत के रूप में महान हृदय का सम्मान किया जाता है और उसका महोत्सव मनाया जाता है, तथा यह दिन हमें स्मरण कराता है कि हम अपने अन्दर व दूसरों में विद्यमान इस महान प्रेम का सम्मान करें। सन्त वैलेन्टाइन दिवस से जुड़ा महान हृदय इसी प्रेम का प्रतीक है। सन्त वैलेन्टाइन दिवस को मनाने का एक आनन्दपूर्ण व मननशील तरीक़ा है, सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर 'हर कृत्य में प्रेम २०२०' देखना, जो इस पर्व के उपलक्ष्य में श्रीगुरुमाई की ओर से हममें से हर एक के लिए एक उपहार है। 'हर कृत्य में प्रेम २०२०' द्वारा श्रीगुरुमाई हमें दिव्य प्रेम के अनुभव में गहरा ले जाती हैं। हर वर्ष यह अलग होता है, और हर वर्ष यह मेरे हृदय को एक नए रूप से खोल देता है।

महाशिवरात्रि—२१ फ़रवरी

जैसा कि इसका नाम ही दर्शाता है कि महाशिवरात्रि पर "भगवान शिव की महान रात्रि" का उत्सव है। भगवान शिव के अनेक नामों में से एक है, 'शान्त,' जिसका अर्थ है, "वे जो प्रशान्त हैं,"—जो कि ध्यान के परम गुरु के लिए एक सटीक नाम है। उन्हें प्रायः पद्मासन में बैठे हुए दर्शाया जाता है जिसमें उनका एक हाथ दूसरे हाथ के ऊपर ध्यान-मुद्रा में रखा रहता है। उनकी आँखें प्रायः नीचे की ओर देख रही होती हैं और उनका बोध उनके अन्तर की गहराई में केन्द्रित होता है। भगवान शिव की इस छवि द्वारा, हमें यह मार्गदर्शन मिलता है कि हम अन्तर में देखें और अपनी आत्मा पर ध्यान करें, जो विशुद्ध, आनन्दपूर्ण चेतना है और स्वयं भगवान ही है।

भगवान शिव को आदिगुरु भी कहा जाता है, वे जिनकी कृपा सिद्धयोग परम्परा के गुरुओं में प्रवाहित होती है। श्रीगुरु के इस करुणामय अनुग्रह द्वारा हमें शक्तिपात दीक्षा प्राप्त होती है और हम गहन व सहज ही होने वाले ध्यान का अनुभव कर पाते हैं।

महाशिवरात्रि पर, सिद्धयोगी प्रायः इस रात्रि को भगवान शिव की आराधना करते हैं; भगवान शिव जो सभी की परम आत्मा हैं। इस रात्रि पर सिद्धयोगी सिद्धयोग परम्परा के दीक्षा मन्त्र,

ॐ नमः शिवाय के रूप में भगवान शिव के नाम का जप करते हैं। ऐसा कहा जाता है कि महाशिवरात्रि पर, भगवान शिव के नाम के एक जप या उच्चारण में, किसी अन्य समय पर हज़ार बार किए गए जप की शक्ति होती है। मुझे लगता है कि यह मेरा प्रिय पर्व है—इसमें कोई जादू है।

अधिवर्ष या लीप वर्ष—२९ फ़रवरी

क्या आप जानते हैं कि सौर वर्ष वास्तव में ३६५ १/४ दिन लम्बा होता है? जी हाँ, पृथ्वी को अपने कक्षा में सूर्य की परिक्रमा करते हुए अपनी ५८४ दशलक्ष मील [९४० दशलक्ष किलोमीटर] की यात्रा पूर्ण करने में दिन का एक चौथाई भाग अतिरिक्त चाहिए होता है। चार सालों में हम अतिरिक्त छः घन्टों को मिलाकर एक अतिरिक्त दिन जोड़ते हैं, २९ फ़रवरी। इसे हम अधिवर्ष या लीप वर्ष कहते हैं। यदि हम यह अतिरिक्त दिन ना जोड़ें तो ७८० वर्षों के बाद, नववर्ष दिवस और ग्रीष्मकालीन संक्रान्ति [अयनान्त] एक ही दिन पर होंगे!

श्रीगुरु और शिष्य जुड़े हुए हैं

मेरी पत्नी, अचला वुलाकॉट और मेरा विवाह कई वर्षों पूर्व श्री मुक्तानन्द आश्रम के समीप स्थित एक वाटिका में हुआ था। उसके फ़ौरन बाद, हमें श्रीगुरुमाई के दर्शन प्राप्त हुए। अचला और मैं श्रीगुरुमाई के चरणों के पास ज़मीन पर बैठे थे, और हमारा परिवार व विवाह में उपस्थित अन्य लोग हमारे पीछे अर्धगोलाकार में बैठे थे। कुछ देर बाद, श्रीगुरुमाई ने मेरे पिता जी से पूछा कि उनके शौक़ क्या हैं। उन्होंने उत्तर दिया कि वे एक शिल्पकार हैं और उन्हें लकड़ी के टुकड़ों को आकार [अंग्रेज़ी में आकार के लिए शब्द है ‘फ़ॉर्म’ *form*] देना बहुत पसन्द है।

श्रीगुरुमाई ने बड़ी ही मासूमियत भरी आवाज़ में कहा, “तुम्हें खेती करना पसन्द है?” [अंग्रेज़ी में खेती करने के लिए शब्द है ‘फ़ार्म’ *farm*]

मैंने सोचा कि गुरुमाई जी शायद ठीक से सुन नहीं पाईं, इसलिए मैंने धीरे-से कहा, ‘फ़ॉर्म’ गुरुमाई जी। उन्हें ‘फ़ॉर्म’ [आकार देना] पसन्द है।

गुरुमाई जी मेरी ओर देखकर मुस्कराईं और उन्होंने मज़ाकिया ढंग से अपने पैर के अँगूठे से मेरे घुटने पर हल्के-से टहोका मारा। मेरा मन विचारशून्य हो गया, और मैंने महसूस किया कि मेरे अन्दर से आश्चर्य और प्रेम का निर्झर-सा फूट पड़ा है। *वाह!* मैंने सोचा। *ठीक ऐसे ही अनेकार्थी शब्दों में मैं*

भी बात करता हूँ—और गुरुमाई जी मुझे दिखा रही हैं कि हम कितने जुड़े हुए हैं। मुझे महसूस हुआ कि यह एक गहन उपहार है—विवाह का एक दिव्य उपहार : यह अनुभव कि श्रीगुरु और शिष्य वास्तव में एक हैं। इसके बाद बातचीत चलती रही और सभी को तरबूज़ का रस दिया गया। मुझे लगता है कि मेरे पिता जी—सच कहूँ तो, मेरे माता-पिता दोनों ही—इस छोटे-से वैवाहिक समारोह में जितने प्रेम को अनुभव कर रहे थे, उससे वे रोमांचित थे। और मुझे अपने जीवन भर के लिए एक सिखावनी मिल गई थी।

मैं आपको आमन्त्रित करता हूँ कि आप भगवान और श्रीगुरु के साथ एक हैं, इसके विषय में अपने अनुभवों पर विचार करें। दिव्य प्रेम का यह माह एक उत्तम समय है जब आप यह पहचान सकते हैं कि कैसे आपका मन व हृदय इस गहन सम्बन्ध की लालसा करता है और फिर अपनी सत्यतम आत्मा से प्रार्थना करें कि वह आपको इस नित्य-उपलब्ध अनुभव के प्रति जाग्रत करे। इस माह को दिव्य प्रेम का माह बनाएँ!

शुभकामानाओं के साथ,

पॉल हॉकवुड

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