हममें से हर एक के लिए एक सन्देश

एक सिद्धयोग विद्यार्थी की ओर से पत्र

६ जनवरी, २०१७

आत्मीय जिज्ञासुओ,

Happy New Year! नूतन वर्षाभिनन्दन! 新年快乐! *Bonne Année! Feliz Año Nuevo! Buon Anno! С Новым Годом! Feliz Ano Novo!* 新年明けましておめでとうございます!

मेरा मन हो रहा है कि मैं आपको बार-बार, बार-बार, बार-बार नववर्ष की शुभकामनाएँ देती रहूँ। यह वर्ष है ही इतना रोमांचक; कितना ऊर्जापूर्ण है; कृपा से कैसा छलक रहा है यह, आशीर्वादों से भरपूर है। जब मैं सिद्धयोग पथ पर घटे पिछले कुछ दिनों के बारे में विचार करती हूँ तो मेरे अन्तर में एक कोमलता-सी छा जाती है; मैं अन्तर की गहराई में बसे मृदुलता के भाव के साथ जुड़ जाती हूँ। जब हम वर्ष दो हज़ार सोलह से दो हज़ार सत्रह में क़दम रख रहे थे, तब श्रीगुरुमाई ने कितने प्रेम से, कितनी करुणा के साथ हमारा मार्गदर्शन किया।

हमें सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर श्रीगुरुमाई से क्रिस्मस व नववर्ष की शुभकामनाएँ प्राप्त हुईं और उनसे एक उपहार भी प्राप्त हुआ। इन उपहारों ने हमारी इस जागरूकता को पुनर्नवीन कर दिया है कि यह ऋतु कितनी महत्त्वपूर्ण है। हमने श्रीगुरुमाई के साथ हुए, सीधे प्रसारित वीडिओ सत्संग में भाग लिया जिसमें हमने —वास्तविक रूप में और प्रतीकात्मक रूप से — नृत्य करते हुए, वर्ष दो हज़ार सत्रह में प्रवेश किया; और अपने हाथों को अंजलि मुद्रा में रखते हुए हमने नववर्ष दिवस पर श्रीगुरुमाई का अनुपम उपहार ग्रहण किया : *एक मधुर सरप्राइज़* सत्संग।

ऐसी प्रचुर सम्पदा पाकर हम क्या कहें, इसके लिए कभी-कभी, उचित शब्द ढूँढ़ पाना बड़ा ही मुश्किल हो जाता है। अन्तर में हमें जो कुछ भी महसूस हो रहा है, उसे हम समुचित रूप में कैसे अभिव्यक्त करें — कैसे व्यक्त करें इस भाव को कि हम सच में खुशी के आसमान में उड़ान भर रहे हैं, इस भाव को कि हम कृतज्ञता से आकण्ठ भरे हुए हैं?

सौभाग्य से, एक वाक्य है जो मेरे होठों पर उभर रहा है, वह वाक्य जो मुझे तभी से प्रिय है जब से मैंने इसे बोलना सीखा, वह वाक्य जो हम सबकी भावनाओं को बड़ी सुन्दरता से व्यक्त करता है : "सद्गुरुनाथ महाराज की जय!" श्रीगुरुदेव की, श्रीसद्गुरु की जयजयकार! "सद्गुरुनाथ महाराज की जय!"— यह जयघोष मैं बार-बार करना चाहती हूँ, और श्रीगुरुमाई के दर्शन व उनकी सिखावनियों के लिए कृतज्ञता व्यक्त करना चाहती हूँ, सार्वभौमिक सिद्धयोग संघम् की ओर से कृतज्ञता व्यक्त करना चाहती हूँ, समस्त नए जिज्ञासुओं की ओर से कृतज्ञता व्यक्त करना चाहती हूँ।

जैसा कि एक महान ग्रन्थ, 'शिवस्तोत्रावली' में कहा गया है :

> जयलक्ष्मीनिधानस्य निजस्य स्वामिनः पुरः।
> जयोद्घोषणपीयूषरसमास्वादये क्षणम्॥
>
> अपने श्रीगुरु के सान्निध्य में,
> जो सर्वोच्च सम्पदा के आगार हैं,
> मैं जयघोष के अमृत का
> बार-बार रसपान करूँ।[१]

---

[१] शिवस्तोत्रावली, १४.१; कॉस्टेटिना रोड्स् बैली द्वारा अंग्रेज़ी में भाषान्तरित, *Shaiva Devotional Songs of Kashmir* [ऑल्बनी, न्यूयॉर्क : SUNY Press, १९८७] पृ. ८०।

आपमें से अनेक साधकों की तरह मैंने भी नववर्ष दिवस पर *एक मधुर सरप्राइज़* सत्संग में, वर्ष २०१७ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश प्राप्त किया।

वर्ष २०१७ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश है :

दिव्य हृदय की सुगन्ध को अपने श्वास में भर लो।

परम आत्मा के प्रकाश में मुदित हो जाओ।

दिव्य हृदय की कल्याणकारी शक्ति के साथ अपने प्रश्वास को मृदुलता से बहने दो।

मैंने, श्री मुक्तानन्द आश्रम के श्री निलय हॉल में *एक मधुर सरप्राइज़* सत्संग में भाग लिया। मुझे अब भी याद है कि जब हम सब गुरुमाई जी का सन्देश प्राप्त कर रहे थे, उस समय हॉल का वातावरण कैसा था। वातावरण की प्रशान्ति; लोगों के चेहरों पर खिली मुस्कान जब लोगों को महसूस हो रहा था कि गुरुमाई जी उन्हीं से बात कर रही हैं, या उनके साथ हँस रही हैं; और कैसे उनकी आँखें विस्मय से भर गईं जब गुरुमाई जी ने अपने सन्देश की पहली पंक्ति कही, फिर दूसरी, और फिर तीसरी।

सत्संग की समाप्ति पर, गुरुमाई जी ने प्रतिभागियों को अपने अनुभव बताने के लिए आमन्त्रित किया। एक प्रतिभागी जो संगीतज्ञ हैं, उन्होंने बताया कि गुरुमाई जी ने जिस विशिष्ट स्वरूप में अपना सन्देश प्रदान किया, उससे वे मन्त्रमुग्ध हो गए। उन्होंने कहा, "जिस लयबद्ध रूप में सन्देश प्रकट हुआ, उससे मुझे सच में ऐसा लगा मानो मैं कोई संगीत-रचना सुन रहा हूँ। और मुझे महसूस हुआ कि उत्कृष्ट संगीत की ही तरह यह अत्यन्त सरल भी था और अत्यन्त जटिल भी।"

जब मैंने उनका यह अनोखा वर्णन सुना, तो मेरे मन में कुछ कौंध गया। मैं पहले से भी अधिक स्पष्ट रूप से समझ गई कि गुरुमाई जी का नववर्ष सन्देश हर एक के लिए है। यह आपके लिए है। यह मेरे लिए है। यह जीवन के हर क्षेत्र के लोगों के लिए है और हममें से हर एक के लिए इसका एक अद्वितीय और सुन्दर अर्थ होगा।

एक संगीतज्ञ, गुरुमाई जी के सन्देश की लय व संरचना के प्रति आकर्षित होगा और इसके प्रति भी आकृष्ट होगा कि इस लय व संरचना से गुरुमाई जी के सन्देश का कौन-सा अर्थ प्रकट होता है। एक विद्वान उत्सुकतापूर्वक खोज करेगा और उस ख़ज़ाने का, उन "छिपे हुए सन्देशों" का पता लगाएगा जो श्रीगुरुमाई के सन्देश के हर वाक्यांश में और उनके संगीत की हर लय-ताल की गहराई में छिपे हुए हैं। एक गृहिणी, गुरुमाई जी की वाणी को सुनकर अपने गृहस्थ-धर्म व जीवन के उद्देश्य के साथ और भी अधिक गहरा सम्बन्ध महसूस करेगी। एक विमान-चालक अनुभव करेगा कि वह कृपा के पंखों पर सवार होकर उड़ रहा है। एक नन्हा-सा बालक चाहेगा कि हर रात सोने से पहले उसके माता-पिता उसके लिए मन्त्र गाएँ। और एक युवा — जिसकी आयु मान लीजिए लगभग पच्चीस वर्ष की हो और जिसे लेखन में रुचि हो — जान जाएगी कि स्वयं के प्रति निष्ठावान रहने से, जीवन की जिस स्थिति में वह है, ठीक वहीं उसे वह चीज़ मिल सकती है जिसकी उसे तलाश है।

वर्ष के इस प्रथम माह में, गुरुमाई जी के सम्पूर्ण सन्देश को अपने अस्तित्व में समाहित हो जाने दें। गुरुमाई जी के सन्देश को कण्ठस्थ कर लें, ताकि हर बार जब आप श्वास लें व प्रश्वास छोड़ें तब आपके श्वास-प्रश्वास के साथ सन्देश उदित और विलीन हो और वह आपकी प्रज्ञा व समझ को प्रकाशित करे। जब आप ऐसा करेंगे, तो स्वयं से इतने जुड़ जाएँगे कि अपने आस-पास के संसार में एक परिवर्तन महसूस करने लगेंगे। जिन चीज़ों को आप हर रोज़ देखते हैं, हर समय जो क्रियाकलाप करते हैं, उनका आपके लिए एक नया अर्थ उजागर होगा। एक गिलास पानी भी अचानक ही अधिक ताज़गी भरा, अधिक मीठा लगने लगेगा। आपके घर के आस-पास के वृक्ष और भी हरे-भरे, और भी सजीव लगने लगेंगे और उनकी शाखाओं का घुमावदार आकार और भी अधिक मनोहर प्रतीत होने लगेगा। आप अपने दृष्टिभ्रम के परे जाकर उस परम चिति को देखने लगेंगे जो समस्त वस्तुओं में विद्यमान है।

आपने गुरुमाई जी के सन्देश का अभ्यास आरम्भ कर ही दिया होगा और इस पत्र द्वारा मैं आपको इसे जारी रखने हेतु प्रोत्साहित करती हूँ। इस सन्देश का अभ्यास करने का 'संकल्प' लें। पूरी उमंग व तत्परता के साथ इसका अभ्यास करें; संक्षेप में कहूँ तो पूरी लगन के साथ इसका अभ्यास करें। गुरुमाई जी के सन्देश का अभ्यास करने के लिए आप एक नियत तरीक़ा सुनिश्चित सकते हैं, आपका अपना

चुना हुआ तरीक़ा जो आपके लिए प्रभावशाली और आसान हो। और, गुरुमाई जी के सन्देश को अपने जीवन में उतारने के लिए, पूरे वर्ष के दौरान आप और भी बहुत-से नए तरीक़े खोज सकते हैं।

एक तरीक़ा जिसके द्वारा मैं श्रीगुरुमाई के सन्देश का अभ्यास करूँगी, वह यह कि मैं *'एक मधुर सरप्राइज़'* सत्संग में पुनः भाग लूँगी। यह सत्संग सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर २८ फ़रवरी तक उपलब्ध रहेगा। जब मैं सोचती हूँ कि हममें से कितने ही लोग इस सत्संग में दूसरी, तीसरी, चौथी बार भाग लेंगे, तो मैं जोश से भर उठती हूँ। सोचिए, कि हर बार जब हम सत्संग में भाग लेंगे तो हमें कितनी ही नई-नई अन्तर्दृष्टियाँ मिलेंगी, अपने बारे में हम कितनी ही चीज़ें जानेंगे, कितने ही तरीक़ों द्वारा हम अपने संसार के बारे में अपनी समझ को गहरा करेंगे।

नववर्ष आरम्भ होने के कुछ दिन पहले, गुरुमाई जी ने कुछ धारणाएँ व अभ्यास बताए थे जिनका हम वर्ष २०१७ में अन्वेषण करेंगे। आपको शायद वे याद हों। उदाहरण के लिए, स्वर्णिम प्रकाश-स्तम्भ के रूप में भगवान शिव का पूजन। श्री रुद्रम् के पाठ द्वारा भगवान की आराधना। अम्बर के विषय में अध्ययन व उसके उपयोग, जो कि राल या एक वृक्ष का सुगन्धित गोंद है और जिसका रंग शहद जैसे भूरे से लेकर अंगारे जैसा लाल होता है या चटक हरा या नीला भी होता है।

शास्त्रीय ग्रन्थों एवं नैसर्गिक तत्त्वों के बीच एक सुन्दर सम्बन्ध है और इन दोनों का सिद्धयोग पथ पर बहुत महत्त्व है। जब हम शास्त्रों का अध्ययन करते हैं तथा नैसर्गिक तत्त्वों का संरक्षण व ज़िम्मेदारी के साथ उनका उपयोग करते हैं, तब हम न केवल अपनी साधना को आगे बढ़ाते हैं, बल्कि उस ख़ज़ाने का परिरक्षण भी करते हैं जो हमें मिला है। हम उसका सम्मान करते हैं जो प्राचीन काल के ऋषि-मुनियों और धरती माँ ने हमें दिया है। हम सम्मान व प्रेम के एक सुन्दर बन्धन का हिस्सा बन जाते हैं, एक ऐसा बन्धन जिसने युगों से मानवता को सँभाले रखा है और जिसका पोषण अनन्तकाल तक किया जाना चाहिए।

२०१७ में वर्षभर, श्रीगुरुमाई के सन्देश से सम्बन्धित इन विषयों का अध्ययन करने में सिद्धयोग पथ की वेबसाइट आपकी सहायता करेगी। आप में से बहुत-से लोगों ने वेबसाइट के, इस वैश्विक हॉल के महत्त्व को पहचान ही लिया है। यहाँ इस वेबसाइट पर ही आपको अनगिनत रूपों में श्रीगुरुमाई की

सिखावनियाँ प्राप्त होती हैं — शब्दों के द्वारा, संगीत, चित्र और वीडिओ के माध्यम से। यहीं पर आप अपने जैसे साधकों के वे अनुभव भी पढ़ सकते हैं जो उन्हें अपनी साधना के दौरान हो रहे हैं। अतः नियमित रूप से वेबसाइट देखते रहें। हमारे पास पूरा एक वर्ष है।

जनवरी के ही अगले कुछ सप्ताहों में हम सिद्धयोग पथ पर दो उत्सव मनाने वाले हैं। कल ७ जनवरी को उस दिन की वर्षगाँठ है जब पैंतालीस वर्ष पहले बाबा मुक्तानन्द ने प्रातःकालीन श्रीगुरुगीता पाठ को आश्रम दैनिक कार्यक्रम के अंग के रूप में स्थापित किया था। इसके एक सप्ताह पश्चात् १४ जनवरी को मकरसंक्रान्ति का त्योहार है जब सूर्य देवता उत्तर दिशा में अपनी यात्रा आरम्भ करते हैं।

अतः यह एक मंगलमय माह है। इसी प्रकार अगला माह भी और फिर उसके बाद आने वाला माह भी। सच कहें तो सिद्धयोग पथ पर हर माह शुभ है। हर दिन शुभ है; बल्कि हर क्षण शुभ है क्योंकि हर क्षण हमारे पास एक सुअवसर है, अपनी साधना के बारे में नए बोध को प्राप्त करने का—अपनी आध्यात्मिक साधना के प्रति पुनः वचनबद्ध होने का अवसर, इस पथ पर अपने प्रयत्नों में अधिक तत्परता से, लगन से जुट जाने का अवसर।

ऐसी शुभकामना है कि, वर्ष २०१७ में हमारी साधना, हमारे स्वप्रयत्न के सौन्दर्य व शक्ति के साथ जगमगाए। और हम दिन-रात श्रीगुरु की कृपा के प्रति कृतज्ञता की अनुभूति करते रहें।

आदर सहित,

ईशा सरदेसाई
सिद्धयोग विद्यार्थी

© २०१७ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।