# एक नई सुबह

१ जनवरी, २०१८

आत्मीय साधको,

नूतन वर्षाभिनन्दन!

आज की सुबह में कुछ बात है — नववर्ष का सूर्य धरती पर अपने आपको कुछ ऐसे प्रसरित कर रहा है कि स्वर्णिम सरिताएँ बन गई हैं। कुछ बात तो है उन छिटके हुए रंगों में जिन्हें स्वर्ग के कलाकारों ने अपने उदार हृदय से पूरे आकाश में बिखेर दिया है : लाल, गुलाबी, थोड़ा-सा जामुनी, और ख़ूब सारा स्वर्णिम रंग। हो सकता है आपने अपने आकाश में कुछ बादल भी देखे हों — विशाल, अन्दर से चमकते मख़मली बादल जो सूर्यदेव के आस-पास बड़ी स्थिरता से गश्त लगा रहे हों। या फिर हो सकता है, आपने मृदुल-सी धुन्ध ही देखी हो जो सूरज के साथ, कभी इधर तो कभी उधर घूमते हुए, लुका-छिपी खेल रही हो।

जब मैं नववर्ष के दिन सूर्योदय देखती हूँ तो अपनी श्रीगुरु, गुरुमाई चिद्विलासानन्द को याद करती हूँ। मुझे यक़ीन है, आपने ध्यान दिया होगा कि कैसे जब आप सूर्य के प्रकाश से आलोकित आकाश को देखते हैं, और मेरा मतलब है कि जब आप 'वास्तव में' उसे अपने अन्दर समा जाने देते हैं, जब आप उसकी हलकी-सी गरमाहट को अपने अन्दर उतरने देते हैं और अपनी दृष्टि में आकाश की स्वर्णिम आभा का अंजन लगाते हैं, तो कैसे सब कुछ बिलकुल प्रशान्त हो जाता है। संसार में सब कुछ सही और उचित लगता है। आप फिर से खुलकर श्वास ले पाते हैं।

अन्तर-विश्रान्ति की यह भावना, अपने संसार में सन्तुलन का यह एहसास, ऐसी भावना है जिसे मैं तुरन्त ही श्रीगुरुमाई के साथ जोड़ती हूँ। गुरुमाई जी की उपस्थिति, गुरुमाई जी की कृपा, और गुरुमाई जी की सिखावनियाँ मुझे बार-बार विश्रान्ति की इस भावना की ओर, सन्तुलन के इस एहसास की ओर ले आती हैं।

और इसीलिए जब मैं सुबह के आकाश की नारंगी आभा को देखती हूँ, ख़ासकर आज जैसे विशेष दिन, तो पूरे आकाश में एक गेरुआ परिधान लहराता हुआ दिखाई देता है। मैं गुरुमाई जी की मुस्कान की कल्पना करती हूँ — कैसे वह मुस्कान उनकी आखों में स्पष्ट रूप में झलकती है, कैसे उनकी मुस्कान

प्रेम को व्यक्त करती है और यह बताती है कि वे सब जानती हैं, सब समझती हैं। गुरुमाई जी की हँसी मेरे कानों में गूँजती है। मुझे उन छोटे-छोटे नाज़ुक-से पलों का स्मरण हो आता है जिन्हें मेरे मन ने पिरोया है और स्मृति में सँजोकर रखा है : कैसे एक बार गुरुमाई जी ने दर्शन में आए एक भक्त का हाथ बड़ी सौम्यता से अपने हाथ में थाम लिया था। उनके इस कृत्य में करुणा और सौहार्द इतना स्पष्ट था, मन को इतना स्तब्ध कर देने वाला था कि शब्दों में उसका वर्णन करना मेरे लिए कठिन है। कुछ सप्ताह पहले वह क्षण, जब गुरुमाई जी ने बड़े बाबा की पादुकाओं पर गुलाब के फूलों की पंखुड़ियों की वर्षा की थी, उस समय उनके हाथों से होने वाली पुष्पवृष्टि एक अनवरत बहने वाले झरने की तरह प्रतीत हो रही थी। कैसे एक बार उन्होंने एक बिल्ली को धीरज दिया था जब उसे सीढ़ियाँ चढ़ने में डर लग रहा था। उन्होंने उस बिल्ली को अपनी गोद में लेकर उसे सहलाया और धीरे-से कहा, "कोई बात नहीं, सब ठीक है। कोई बात नहीं, सब ठीक है।" उस समय उनकी आवाज़ में कितनी मृदुलता थी।

मैं आकाश को निहार रही हूँ, मेरा हृदय पूरी तरह पिघल जाने को है, और अन्तर में कहीं मैं समझ रही हूँ कि यदि मैं ध्यान दूँ, तो गुरुमाई जी की कोई भी सिखावनी — जैसे उनका कोई शब्द, कोई कृत्य या हाव-भाव — मेरे अपने ही एक सूर्योदय को उजागर करेगी।

यह उसी तरह है, जैसे भारत के महाराष्ट्र में, तेरहवीं शताब्दी में हुए सबके प्रिय सन्त-कवि श्री ज्ञानेश्वर महाराज, श्रीभगवद्गीता पर लिखी अपनी टीका में कहते हैं :

जें जया वाटा सूर्यु जाये। तेउतें तेजाचें विश्व होये।

अपने मार्ग पर सूर्य जहाँ भी जाता है, वहाँ पूरा विश्व प्रकाश बन जाता है।[१]

आज, 'एक मधुर सरप्राइज़' सत्संग में हमने वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश प्राप्त किया। नववर्ष के लिए यह श्रीगुरुमाई की सिखावनी है। यह हमारे लिए वह ज्ञान है जिसे हमें कार्यान्वित करना है, यह एक दृष्टिकोण है जिसके द्वारा हम इस संसार में अपने स्थान को बेहतर तरीक़े से समझ सकते हैं। अन्ततः उनका सन्देश, हममें से हर एक के लिए श्रीगुरु के अबाधित प्रेम की अभिव्यक्ति है — उनकी इस करुणामयी इच्छा की अभिव्यक्ति है कि हम सभी में जिन उत्तरों व जिस परिपूर्णता व गहरी प्रशान्ति को पाने की ललक है उसे हम प्राप्त कर सकें।

मैं सिद्धयोग पथ का अनुसरण करते हुए ही बड़ी हुई हूँ। हर वर्ष जनवरी माह में मेरा परिवार, उस वर्ष के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश सुनता। मुझे अब भी याद है कि बचपन में मुझे लगता, श्रीगुरुमाई का सन्देश केवल मेरे लिए ही है। हालाँकि व्यावहारिक स्तर पर मुझे यह मालूम था कि वह सन्देश समान

रूप में सभी के लिए है, फिर भी मुझे ऐसा लगता था कि यह सिर्फ़ मेरे लिए ही है, मेरे अनुकूल है। यह मेरे लिए बनाया गया है, एक ऐसा प्रेमभरा सन्देश जो श्रीगुरुमाई के हृदय से सीधे मेरे हृदय तक पहुँच रहा हो। ये वे शब्द थे जो केवल मेरे लिए थे, जिनमें मैं वर्षभर आश्रय लेती, जिनके बारे में अपनी समझ को मैं दैनन्दिनी में लिखती, उदासी के समय जिन्हें मैं दिल से लगाए रहती, या खुशी के समय उन शब्दों में उल्लसित होती। और इतने वर्षों तक मैं ऐसा ही करती आ रही हूँ। हमेशा ही, गुरुमाई जी का सन्देश उन परिस्थितियों में लागू हुआ है जो मेरे जीवन में घट रही होती हैं। हमेशा ही, गुरुमाई जी का सन्देश मुझे मार्गदर्शन प्रदान करता है। हमेशा ही, यह मुझे सुकून देता है और अपने विकास में मेरी सहायता करता है।

गुरुमाई जी के सन्देश के विषय में जो बात मुझे सबसे अच्छी लगती है, यदि उसे बता पाना सम्भव भी हो तो मैं यह कहूँगी कि जब हम सन्देश को अपने अभ्यास में उतारते हैं, जब हम सन्देश को अपने जीवन की लय के साथ जोड़कर उसे अपने जीवन का दिशा-निर्देशन करने देते हैं तो यह पुनः हमें स्वयं के सम्पर्क में ले आता है। निश्चित रूप से ऐसा होता ही है। नववर्ष के समय हममें से कई लोगों की इच्छा होती है कि हम फिर से एक नए सिरे से शुरुआत करें। हम अपने उत्साह को फिर से नवीन करना चाहते हैं; हम एक नया रास्ता बनाना चाहते हैं या, एक बार फिर कोई ऐसी नई चीज़ आज़माकर देखना चाहते हैं जिसे हम पहले नहीं कर पाए थे। तथापि जब हम वास्तव में ऐसा करना आरम्भ करते हैं, तो हो सकता है हमें पता न हो कि कहाँ से शुरुआत करें। हो सकता है हम ऐसा सोचते हों कि हमारा लक्ष्य हमारी सामान्य समझ के कहीं बाहर है और इसलिए उसे पाने के लिए हमें अपने दायरे के बाहर क़दम रखना होगा।

श्रीगुरुमाई का सन्देश हमें पुनः उसी प्रज्ञान, अच्छाई और दिव्यता की ओर ले आता है जो ठीक यहीं, हमारे अपने अन्तर में विद्यमान है। जब हम गुरुमाई जी के सन्देश को अपने जीवन का एक अंग बनाते हैं तो निश्चित ही हम नवीन हो जाते है; पिछले साल-दर-साल मेरा यही अनुभव रहा है। किन्तु यहाँ नवीन होने का अर्थ है स्वयं को एक नई दृष्टि से देखना, नए दृष्टिकोण से यह देखना कि वह क्या है जिसे करने में और देने में हम सक्षम हैं — और फिर उसके अनुसार बदलाव लाने के लिए दृढ़-निश्चय के साथ निर्णय लेना।

अतः, जब आप वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश ग्रहण करें, जब आप इस अमूल्य उपहार को ग्रहण करें, तो मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि पहले आप इसके साथ 'बने रहें'। उसके सान्निध्य में बैठें। सन्देश को अपने हृदय में अपना निवास-स्थान बनाने दें; उसे अपनी पूरी सत्ता में बस जाने दें।

सन्देश आपको जहाँ ले जाए, उसके साथ चलते जाएँ। ग़ौर करें कि यह आपको, आपके अपने बारे में क्या सिखाता है, यह कौन-सा गीत गुनगुनाता है, कौन-सी ताल बजाता है। मुझे ऐसा लग रहा है कि यदि आप नज़दीक से देखें, यदि आप ध्यान से सुनें तो शायद आप उसे पा ही लेंगे : उस सूर्य को जो आपके अन्दर उदित हो रहा है।

हाल ही में गुरुमाई जी ने मुझसे कहा कि वर्ष २०१८ और अनन्तता में एक सम्बन्ध है। शायद आपने इस सम्बन्ध के एक चिह्न को समझ ही लिया होगा। और यदि नहीं . . . तो मुझे यक़ीन है कि आपको समझ में आ जाएगा। बस अंग्रेज़ी अंक 2018 को देखते रहें। ☺

मुझे यह विचार बहुत अच्छा लगता है कि २०१८ अनन्त है, अपनी तहों में यह अनन्त सम्भावनाओं को समाए हुए है और यह कि, हमारी परिस्थितियाँ चाहे कैसी भी हों या यह वर्ष हमारे लिए चाहे जो भी लाए, हमारे अन्दर सतत एक ऐसा आधार फिर भी मौजूद है जिसका हम आश्रय ले सकते हैं। प्रगति करने और सद्भावना को बढ़ाने का सुअवसर हमारे लिए हमेशा ही उपलब्ध है। मेरे लिए 'अनन्तता' शब्द श्रीगुरुमाई के सन्देश का उत्तम रूप से वर्णन भी करता है। उनके सन्देश में अथाह गहराई और अपरिमित शक्ति है। हम जितना अधिक इसका अध्ययन करेंगे, उतना अधिक हम इसे अनावृत व अनुभव कर पाएँगे; तथा उतना अधिक हम यह देख पाएँगे कि हम वास्तव में कौन हैं।

और ऐसा करने में, तथा सन्देश का अध्ययन व उसे आत्मसात् करने में हमारी सहायता के लिए सिद्धयोग पथ की वेबसाइट एक अनमोल साधन है। हमें वेबसाइट पर 'श्रीगरुमाई के सन्देश की कलाकृति' के दर्शन करने का आमन्त्रण पहले ही प्राप्त है। और ४ जनवरी, गुरुवार से लेकर २८ फ़रवरी, बुधवार तक हम एक मधुर सरप्राइज़ सत्संग से श्रीगुरुमाई के सन्देश प्रवचन का ऑडिओ वेबकास्ट भी सुन सकेंगे। मैंने शुरुआत में बात की थी कि आप सन्देश के सान्निध्य में रहने के लिए समय निकालें — तो इनसे बढ़िया और कौन-से तरीक़े हो सकते हैं। आइए, हम सन्देश की प्रेमलता में, इसके आलोक में, और इसके रंग में बार-बार प्रवेश करें। आइए, हम सन्देश के संगीत में अपने आपको तब तक निमग्न करते रहें जब तक कि हमें यह अनुभूति न होने लगे कि इसकी ध्वनि-तरंगें हमारी अपनी ही अन्तर-ध्वनि है।

सिद्धयोग पथ पर इस माह हम दो और महत्त्वपूर्ण पर्वों का सम्मान करेंगे। ७ जनवरी को हम उस दिन का उत्सव मनाएँगे जब छियालीस वर्ष पूर्व बाबा मुक्तानन्द ने श्रीगुरुगीता के पाठ को प्रातःकालीन स्वाध्याय के रूप में आश्रम-दिनचर्या का एक अंग बनाया था। १४ जनवरी को हम मकर-संक्रान्ति मनाएँगे। इस दिन सूर्य की उत्तरायण-यात्रा का आरम्भ होता है, वह समय जब और भी अधिक प्रकाश-

काल की ऋतु का आगमन होता है। मुझे मकर-संक्रान्ति के विषय में यह कल्पना करना अच्छा लगता है कि इस समय आकाश मानो आने वाले महीनों की हमारी साधना को प्रतिबिम्बित कर रहा हो। "अपने मार्ग पर सूर्य जहाँ भी जाता है, वहाँ पूरा विश्व प्रकाश बन जाता है।" एक बार फिर मुझे ज्ञानेश्वर महाराज के इन अमृतमय वचनों का स्मरण हो आता है।

यह स्पष्ट है कि इस माह में और इस वर्ष में बहुत कुछ है जिसकी हमें उत्सुकता से प्रतीक्षा है। आगे बढ़ते हुए, वर्ष २०१८ में नई स्फूर्ति, नई उमंग से और सहजता से क़दम बढ़ाते हुए हम हमेशा यह याद रखें कि हमने किस प्रकार शुरुआत की थी। हमने कृपा के साथ आरम्भ किया है — हमने कृपा को पहचानकर व उसका आवाहन करते हुए आरम्भ किया है। हमने मांगल्य के साथ आरम्भ किया है। हमने सर्वोत्कृष्ट तरीक़े से आरम्भ किया है : हमने प्रेम से आरम्भ किया है।

हम २०१८ के सीमित क्षणों में अनन्तता की अनुभूति करें। हम, इस वर्ष की प्रत्येक नई सुबह के साथ श्रीगुरु की कृपा का स्मरण करें, ऐसी शुभकामनाएँ।

आदर सहित,

ईशा सरदेसाई
सिद्धयोग विद्यार्थी

[१] ज्ञानेश्वरी, ६.८६; अंग्रेज़ी भाषान्तर : स्वामी कृपानन्द *Jnaneshwar's Gita* [साउथ फ़ॉल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन, १९९९], पृ. ७०।

©२०१८ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।