# अपने संकल्प को साकार करें

१ जनवरी, २०१९

आत्मीय पाठकगण,

नूतन वर्षाभिनन्दन! പുതുവത്സരാശംസകൾ

*Happy New Year! Bonne Année!*

あけましておめでとうございます

*Feliz Ano Novo! ¡Feliz Año Nuevo!*

*Ein frohes Neues Jahr! Felice Anno Nuovo!*

मुझे लोगों से जुड़ना, उनसे बात करना हमेशा से ही पसन्द रहा है, इसलिए मुझे लगता है कि २०१९ मेरा अब तक का 'सबसे अच्छा' साल होने वाला है — क्योंकि अब मेरे पास आप सबसे, मेरे प्रिय पाठकगण से जुड़ने का एक उत्तम साधन है। मैं बहुत खुश हूँ कि २०१९ में मैं इन पत्रों के माध्यम से आपसे वार्तालाप करूँगी, ये पत्र सिद्धयोग पथ पर हर माह का परिचय देते हैं और उसका उत्सव मनाते हैं। इन पत्रों में मैं आपको महत्त्वपूर्ण जानकारियाँ दूँगी, कहानियाँ, लघुकथाएँ, सिखावनियाँ व कहावतें बताऊँगी और साथ-ही अपने अनुभव, अन्तर्दृष्टियाँ और मनन-चिन्तन भी बताऊँगी जो मुझे पिछले उनचास वर्षों से सिद्धयोग पथ का अनुसरण करते हुए प्राप्त हुई हैं। मेरी यह इच्छा है कि इन पत्रों द्वारा आपको उसकी झलक मिल सके जो सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर आने वाला हो — और अपनी खोज, अन्वेषण व सीख द्वारा जो अन्तर-समझ व अनुभूतियाँ आपको प्राप्त होने वाली हैं आप उनकी भी एक झलक पा सकेंगे। इस सुमधुर यात्रा का आनन्द लें! एक अनुपम यात्रा।

एक बार फिर, नूतन वर्षाभिनन्दन! क्या आप खुश नहीं हैं कि आप जीवित हैं? जाग्रत हैं? सचेत हैं? क्या आपको ऐसा नहीं लग रहा है कि आप एक और फलदायक जीवन की शुरुआत करने के लिए तैयार हैं? क्या आपको यह एक उपहार नहीं लग रहा कि आज के दिन, एक 'नूतन' दिवस पर आपके

पास एक अवसर है, अपने जीवन को पुनः आरम्भ करने का अवसर! "नवीन आरम्भ" इस उक्ति में एक मीठी-सी खनक है, है न?

तो फिर आइए, आरम्भ करते हैं!

वर्ष २०१९ के इस पहले दिन, हम सब कितने सौभाग्यशाली हैं कि हमने सिद्धयोग वैश्विक हॉल में श्रीगुरुमाई का सन्देश प्राप्त किया है! हम सब कितने सौभाग्यशाली हैं कि हम इस कालावधि में अपना जीवन जी रहे हैं और उसी हवा में साँस ले रहे हैं जिसमें गुरुमाई जी साँस ले रहीं हैं! हम सभी कितने सौभाग्यशाली हैं कि साधना में हमारा मार्गदर्शन करने के लिए, हमारे पास उनका नववर्ष सन्देश है! यह विचार रोमांचित व मन्त्रमुग्ध कर देने वाला है, यह बोधप्रद है कि हमारे पास श्रीगुरुमाई के सन्देश की सिखावनियों को सीखने व पुनः सीखने, उन सिखावनियों को आत्मसात् करने व पुनः आत्मसात् करने, उन्हें कार्यान्वित करने व पुनः कार्यान्वित करने के अवसर होंगे। एक बात जो मैंने देखी है वह यह है कि जब मैं श्रीगुरुमाई की किसी सिखावनी को सुनती हूँ या पढ़ती हूँ तो वह प्रायः मुझे सीधे व बड़ी स्पष्टता से उस अनुभव के साथ जोड़ देती है जो मुझे बस कुछ ही दिनों या कुछ हफ़्तों पहले या फिर महीनों या वर्षों पहले हुआ हो। अपनी साधना के बारे में, बार-बार यह पुष्टिकरण पाना मुझे बहुत अच्छा लगता है; इससे मेरी सम्पूर्ण सत्ता खुशी से झूम उठती है। जब हमारी साधना का पुष्टिकरण होता है तो उसका आनन्द अनोखा होता है, है न?

मेरा हृदय असीम कृतज्ञता से भर गया है और मैं ये दो पंक्तियाँ गुनगुना उठी हूँ; ये पंक्तियाँ मराठी भाषा के एक भजन से हैं जिनमें सद्गुरु की स्तुति की गई है। महाराष्ट्र राज्य में स्थित निगडी के सन्त-कवि श्रीरंगनाथ स्वामी ने इस भजन की रचना की है। ये पंक्तियाँ अत्यन्त काव्यात्मक स्पष्टता के साथ मेरे हृदय के भाव को वर्णित करती हैं :

> धन्य धन्य हो प्रदक्षिणा सद्गुरुरायाची,
> झाली त्वरा सुरवरा विमान उतरायाची।
>
> श्रीसद्गुरु की प्रदक्षिणा गहन व अनवरत कृतज्ञता, श्रद्धा-भक्ति, प्रेम व आराधना की अभिव्यक्ति है। यह सबसे पुण्यशाली है, धन्य कर देने वाली है। इस पावन पूजाविधि के साक्षी बनने व इसमें सहभागी होने की इच्छा से देवी-देवता भी अपने दिव्य विमानों में इस धरा पर शीघ्र उतरने के लिए अधीर हो उठते हैं।[१]

* * *

विश्व की हर संस्कृति का, हर समुदाय का, हर व्यक्ति का अपना ही एक तरीक़ा होता है, नववर्ष मनाने का और अपने लिए निर्धारित किए गए लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए नवीन प्रयत्न करने हेतु संकल्प लेने का। सिद्धयोग पथ पर, हमने अपने विचारों, अपने संकल्पों और अपने कृत्यों को नववर्ष दिवस पर नवीन ऊर्जा से भरने का महत्त्व सीखा है। यह हमारा महान सद्भाग्य है कि हमें श्रीगुरुमाई से नवीन मार्गदर्शन प्राप्त है, जो हमारे हृदय के सद्गुणों को पोषित करने में हमारी सहायता करेगा और इससे वे सद्गुण जगमगाते हुए हमारे चारों तरफ़ नृत्य करेंगे। ऐसी मंगल कामना है कि, हम एक नए जज़्बे के साथ यानी एक नई ललक, उत्साह और पराक्रम के साथ अपनी साधना के प्रति वचनबद्ध हों।

जैसा कि आप जानते हैं, नववर्ष का अरुणोदय अपने में अनगिनत सम्भावनाओं को समाए होता है — और यह हमारा उत्तरदायित्व है कि हम उन सम्भावनाओं को चुनने व उन पर केन्द्रण करने का प्रयत्न करें जिन्हें हम साकार करना चाहते हैं। क्यों? ताकि हमें धर्म-परायण जीवन जीने के लिए बल मिल सके।

हर नया श्वास, खुद ही जीवन के वायदे को पूरा करता है। हर क्षण उम्मीद से धड़कता है, हर क्षण किसी भी प्रयत्न का और प्रत्येक प्रयत्न का प्रतिफल देने के वायदे से स्पन्दित होता है। मैंने यह एक अभ्यास बना लिया है कि जो कुछ भी मुझे मिला या प्राप्त हुआ है उसका मैं वर्ष के आरम्भ में अवलोकन करती हूँ, साधना में और धर्मसंगत जीवन जीने के अपने प्रयत्न में मैंने जो प्रगति की है, उसकी जाँच कर उसे लिख लेती हूँ — ऐसा मैं मोक्षप्राप्ति के अपने लक्ष्य को पाने की ललक से करती हूँ। आपने निश्चित ही अपना नववर्ष संकल्प बना लिया होगा। और यदि आप अनुमति दें तो मैं एक और संकल्प बनाने का सुझाव देना चाहूँगी। अपनी सिद्धयोग साधना करते हुए, आप अपने जर्नल में अपनी अद्भुत खोज के नए अध्याय लिखने का संकल्प लें — हर रोज़ या हर हफ़्ते। यह एक शब्द हो सकता है, एक वाक्यांश हो सकता है, एक पंक्ति या फिर एक पूरा प्रसंग — जैसे आप चाहें, वैसे लिखें। यह आपका निजी ख़ज़ाना होगा। इसे अविस्मरणीय बना लें।

मैं आपको एक प्रसंग सुनाती हूँ, एक ऐसी अद्भुत खोज की कहानी जो मैंने बचपन में की, जिसने तब से, श्रीगुरु के शब्दों में निहित शक्ति के विषय में मुझे नई समझ प्रदान की। मैं भारत के लखनऊ शहर में पली-बढ़ी हूँ। यहाँ मैं और मेरा परिवार हर नववर्ष का स्वागत, १ जनवरी को अपने घर पर श्रीगुरुगीता का पाठ करके किया करते और उसकी पूर्णाहुति होती, एक हवन के साथ। एक बार, अग्नि में आहुतियाँ अर्पित करते समय हम उन वैदिक मन्त्रों को गा रहे थे जो मेरी माँ, मुझे और मेरे भाई-बहनों को हर रात सोने से पहले सिखाया करती थीं।

हवनकुण्ड की पवित्र अग्नि से उठता हुआ सुगन्धित धुआँ हमारे आस-पास के वातावरण को शुद्ध कर रहा था, वैसे ही जैसे पवित्र मन्त्रों की ध्वनि हमारे अन्तरंग को शुद्ध कर रही थी। हालाँकि मैं अभी भी एक छोटी बच्ची थी और जिन मन्त्रों को मैं गा या सुन रही थी, उनकी शक्ति मुझे ज़्यादा समझ में नहीं आ रही थी, फिर भी उन्हें सुनते समय मेरे हृदय में जो भाव उमड़ रहा था उसने मुझे अत्यन्त मन्त्रमुग्ध कर लिया। मेरे अन्दर एक दिव्य प्रशान्ति छा गई। हर व्यक्ति व हर वस्तु प्रेम और आनन्द से झिलमिलाने लगी। मैं नहीं चाहती थी कि यह अनुभव या मन्त्र के स्पन्दन कभी लुप्त हों। मुझे मन्त्रों ने मुग्ध कर लिया।

मैंने कई सिद्धयोगियों को यह बताते हुए सुना है कि सिद्धयोग पथ से उनका पहला परिचय श्रीगुरुगीता के पाठ से हुआ था। हालाँकि उन्हें ज़रा-सा भी अन्दाज़ा नहीं था कि उन शब्दों का क्या अर्थ है या उनका पाठ क्यों किया जा रहा है, फिर भी उन पवित्र मन्त्रों के स्वरों को सुनने मात्र से उन्हें सबसे गहरे और ठोस आध्यात्मिक अनुभव हुए थे।

गुरुमाई जी कहती हैं, "मन्त्र की शक्ति में इस समस्त ब्रह्माण्ड के रहस्य सन्निहित हैं।"[२] मन्त्रों को दोहराने व उन्हें सुनने मात्र से हम परम सत्य के दर्शन पा सकते हैं।

एक पवित्र मन्त्र की ही भाँति एक महान आत्मा के, एक सिद्ध के वचन स्वयं परम सत्य होते हैं। एक सिद्धगुरु, ब्रह्म के साथ एक्य की स्थिति में अवस्थित हैं। वे सत्य की मूर्तरूप हैं।

इसलिए एक सिद्धगुरु जो कुछ भी कहती हैं — उनके श्रीमुख से निकला हर एक शब्द, उनका हर वाक्य — सदैव परम सत्य की शक्ति से अनुप्राणित होता है, वह मन्त्र है। हिन्दी भाषा में एक कहावत है, "श्रीगुरु के शब्द कभी ख़ाली नहीं जाते।" अतः वे आपके जीवन में परम सत्य के रूप में प्रकट होंगे। श्रीगुरु के शब्दों में आपकी किस्मत बदलने की असीम शक्ति होती है।

आज हमें वर्ष २०१९ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश प्राप्त हुआ है। इन शब्दों में निहित शक्ति, इनके महत्त्व व इनके आशीर्वादों की समझ के साथ हम इन्हें अपने बोध में बनाए रखें। हम गहरे और गहरे उतरते जाएँ, और इस सन्देश के संकल्प को अपने जीवन में साकार रूप दें।

* * *

अब मेरे पास आपके लिए एक बहुत अच्छी ख़बर है। क्या आप तैयार हैं? सिद्धयोग साधना के पथ पर हमारी यात्रा को सम्बल मिले इसके लिए 'मधुर सरप्राइज़' २०१९ सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर पूरे वर्ष उपलब्ध रहेगा! जी हाँ! आपने सही पढ़ा — सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर, पूरे वर्ष। इसका पंजीकरण कैसे करें और बार-बार इसमें भाग लेने के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने हेतु हमारे साथ बने रहें।

इसके अतिरिक्त, इस माह सिद्धयोग पथ की वेबसाइट के मुख्य पृष्ठ [होमपेज] पर एक लिन्क दिया जाएगा जो साधना के कई अद्‌भुत साधनों से आपका परिचय कराएगा। ये साधन वर्ष २०१९ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश के अध्ययन व अभ्यास में आपकी सहायता करेंगे। एक तकनीक जो मेरे लिए बहुत सहायक और कारगर रही है, वह है, छोटे, विशिष्ट और सुनियोजित क़दम उठाना, जैसा कि गुरुमाई जी ने हमें सिखाया है; यह तरीक़ा 'सिद्धयोग गृह अध्ययन पाठ्यक्रम : सिद्धयोग चिन्तन की शक्ति' के ग्यारहवें पाठ, 'ज्ञान को क्रियान्वित करना' में स्पष्टता से समझाया गया है। आप में से जिन लोगों ने इस तकनीक को आज़माया होगा, वे इसके लाभों के बारे में जानते ही होंगे। और आप में से जिनके लिए यह तकनीक नई हो, उन्हें मैं प्रोत्साहित करती हूँ कि श्रीगुरुमाई के सन्देश का अध्ययन करने के लिए आप स्वयं इसका उपयोग अवश्य करके देखें।

सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर आपके लिए और भी कई अनमोल निधियाँ होंगी। मैं यह आप पर छोड़ती हूँ कि आप एक-एक करके खुद इन्हें खोजने का आनन्द उठाएँ। परन्तु मैं आपको इतना संकेत अवश्य दूँगी : क्या हम सबको अच्छी तरह से बताई गई एक ऐसी कहानी पसन्द नहीं है जो उसमें निहित शिक्षा को उजागर करे? या फिर एक सन्त-कवि का प्रज्ञान जो उनकी कविता के माध्यम से जगमगाता है और उनमें समाए सत्य को इतना सरल बना देता है कि हम उसे समझ सकें? अपने अनुभव भेजकर मुझे यह बताना याद रखें कि हर रोज़, हर महीने वेबसाइट का अन्वेषण कर आपने क्या खोजा।

सिद्धयोग पथ पर, जनवरी का माह एक नहीं बल्की तीन-तीन अत्यन्त महत्त्वपूर्ण उत्सवों को लेकर आता है। १ जनवरी, जैसा कि हम सब जानते हैं, वह दिन है जब हम 'मधुर सरप्राइज़' में पहली बार भाग लेते हैं। ७ जनवरी वर्षगाँठ है उस दिन की जब बाबा मुक्तानन्द ने गुरुदेव सिद्धपीठ की आश्रम दिनचर्या में श्रीगुरुगीता के पाठ को सम्मिलित किया था। और १४ जनवरी वह दिन है जब हम मकर संक्रान्ति का त्यौहार मनाते हैं — वह दिन जब सूर्य देवता उत्तर की ओर अपनी यात्रा आरम्भ करते हैं

जिसे संस्कृत व हिन्दी भाषा में 'उत्तरायण' कहा जाता है। भारत के महाराष्ट्र राज्य में, लोग मकर संक्रान्ति के अवसर पर एक-दूसरे को विशेष मिठाई खिलाते हैं और ऐसी शुभकामनाएँ देते हैं : 'तिळगुळ घ्या आणि गोड गोड बोला' "तिल और गुढ़ से बनी यह मिठाई स्वीकार करें जिससे आपके वचन और भी मीठे-मीठे हो जाएँ।" वर्ष २०१९ की शुरुआत करने का यह कितना मंगलमय तरीक़ा है! शुभारम्भ!

* * *

आपसे विदा लेने से पहले मैं एक विचार प्रस्तुत करना चाहती हूँ। श्रीमद्भगवदगीता में, भगवान श्रीकृष्ण के शिष्य अर्जुन एक सुन्दर कथन कहते है। इस स्वर्णिम पथ पर, श्रीगुरुमाई की शिष्या होने के नाते मैं इस कथन के साथ एक जुड़ाव महसूस करती हूँ और यह मेरे लिए विशेषरूप से अर्थपूर्ण है। मैं पहले आपके सामने एक विस्तृत चित्र प्रस्तुत करूँगी और फिर वह कथन बताऊँगी। जब भगवान श्रीकृष्ण अर्जुन को अपनी सिखावनियाँ प्रदान कर रहे थे, तब उनकी एक ही इच्छा थी — कि अर्जुन उनमें निहित प्रज्ञान व सत्य को देख व समझ सके। ऐसा क्यों? वे चाहते थे कि अर्जुन सत्य की इस स्थिति में अवस्थित हो जाए, ताकि अर्जुन अपने धर्म के मार्ग को समझ सके और पराक्रम से व अडिग रहकर उसका अनुसरण कर सके।

एक बार जब अर्जुन ने भगवान श्रीकृष्ण की गूढ़ सिखावनियों को पूर्णतया समझ लिया और उन्हें आत्मसात् कर लिया, तो वह उनमें निहित सत्य को पहचान पाया व उसका अनुभव कर पाया। और जब वह उस अनुभव को ग्रहण करने के लिए तैयार हो गया तब भगवान ने अपना दिव्य स्वरूप अर्जुन के समक्ष प्रकट किया। अर्जुन का हृदय कृतज्ञता से भर गया। अब वह अपना धर्ममार्ग स्पष्टता से देख पा रहा था। अतः अर्जुन ने अपने श्रीगुरु, भगवान श्रीकृष्ण के प्रति इन शब्दों द्वारा अपनी वचनबद्धता व्यक्त की : 'करिष्ये वचनं तव!' "मैं आपकी आज्ञा का पालन करूँगा।"

एक श्रीगुरु की अपने शिष्य के लिए यही कामना होती है कि शिष्य ब्रह्म के साथ ऐक्य की उसी परमानन्दपूर्ण स्थिति को प्राप्त करे जिसमें वे स्वयं अवस्थित हैं। जब मैं इस बेहद खूबसूरत, उदार व दिव्यातिदिव्य कामना के पीछे निहित अपार प्रेम व करुणा पर विचार करती हूँ और जब मैं अपनी आत्मा पर इसके स्नेहपूर्ण, सौम्य स्पर्श को महसूस करती हूँ, तो मेरे अन्दर हर वह प्रयास करने की इच्छा

जगती है जिससे मेरे श्रीगुरु की मेरे लिए जो कामना है वह पूरी हो सके, साकार हो सके। और इसीलिए मेरी नववर्ष कामनाओं में से एक कामना यह है कि श्रीगुरुमाई के प्रेम का आपका अनुभव आपकी कल्पना से भी परे हो।

अगले महीने फिर मिलेंगे, इसी जगह। मिलना ज़रूर याद रखें!

अगले महीने हम पुनः बात करेंगे। तब तक के लिए, अपना समय खुशी से बिताना याद रखें!

कृतज्ञतापूर्वक,

गरिमा बोरवणकर

---

[१] अंग्रज़ी भाषान्तर २०१९ © २०१९ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन।

[२] गुरुमाई चिद्विलासानन्द, *Kindle My Heart,* rev.ed. [साउथ फ़ॉल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन, १९९६] पृ. २३६

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