# તેજોમય નવવર્ષનો અરુણોદય

૧ જાન્યુઆરી, ૨૦૨૦

આત્મીય પાઠકો,

નૂતન વર્ષાભિનંદન!

આ વર્ષના પહેલા દિવસે તમારાંમાંથી દરેકનું અભિવાદન! પહેલા દિવસનો આ અરુણોદય, પૃથ્વીની ચારેબાજુ પોતાની ચોવીસ કલાકની યાત્રા કરી રહ્યો છે. ન્યૂઝીલૅન્ડના પૂર્વીય સમુદ્ર તટ પર સ્થિત ચાથમ ટાપુના પહાડો પર સૂર્યોદયની સાથે પ્રત્યેક નવા ઉષાકાળનો આરંભ થાય છે અને પછી એક કલાકમાં એક હજાર માઈલ (સોળસો કિલોમીટર)ની ઝડપે ગમન કરીને તે પશ્ચિમના દેશો તરફ આગળ વધે છે, એ તરફ જ્યાં *તમે* રહો છો અને તેનાથી પણ આગળ. આ કહેવત *time flies* એટલે કે *સમય ઝડપથી પસાર થાય છે*, એ બિલકુલ સાચી છે!

જ્યારે દિવસો આટલા ઝડપથી પસાર થઈ રહ્યાં હોય, તો એ વાત પર મનન કરવું ખરેખર યોગ્ય છે કે આપણે આ તેજોમય નવવર્ષનો સર્વાધિક ઉપયોગ કેવી રીતે કરીશું.

ભારતના ઋષિમુનિઓ વારંવાર એ વાત પર ભાર મૂકે છે કે આપણા સમયનો સર્વશ્રેષ્ઠ ઉપયોગ એ છે કે આપણે આપણી ચેતનાને આપણા અંતરમાં વિદ્યમાન પરમ આત્માની ઉપસ્થિતિ તરફ વાળતા રહીએ.

એક સિદ્ધયોગી તરીકે, આમ કરવાની સૌથી ઉત્તમ રીત એ છે કે આપણે શ્રીગુરુમાઈના સંદેશ સાથે સક્રિયતાથી સંલગ્ન થઈએ, જે તેઓ દરેક વર્ષના આરંભમાં આપણને પ્રદાન કરે છે. જો તમને ક્યારેય શ્રીગુરુમાઈ પાસેથી કોઈ શિખામણ પ્રત્યક્ષરૂપે પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા થઈ હોય, એક એવી શિખામણ જે *માત્ર તમારા માટે હોય,* તો એ જાણી લો કે વર્ષ ૨૦૨૦ માટેનો શ્રીગુરુમાઈનો સંદેશ એ જ *શિખામણ છે!*

તેથી, મારી હૃદયપૂર્વકની સલાહ છે કે તમે વર્ષ ૨૦૨૦ માટેના શ્રીગુરુમાઈના સંદેશને અંગીકાર કરો. ગુરુમાઈજીના સંદેશનું અધ્યયન કરો. તેનો અભ્યાસ કરો. આ સંદેશ કેવી રીતે *તમારા માટે* છે તેનું રસાસ્વાદન કરો. ગુરુમાઈજીનો સંદેશ તેમના આશીર્વાદોથી જીવંત છે અને આ સંદેશનું અધ્યયન તથા અભ્યાસ કરીને, આપણે આત્માના અનુભવમાં વધુ ગહનતાથી અવસ્થિત થઈએ છીએ.

હું તમને આવનારા વર્ષ માટે ગુરુમાઈજીના સંદેશના તમારા અધ્યયનને શરૂ કરી શકો તે માટે કેટલીક વ્યવહારિક રીતો જણાવવા માંગું છું.

## ‘મધુર સરપ્રાઇઝ’માં ભાગ લો

આપણાંમાંથી ઘણાં લોકોની વર્ષ ૨૦૨૦ માટે શ્રીગુરુમાઈના સંદેશને પ્રાપ્ત કરવાની આતુરતા તમે આ પત્રના શબ્દો વાંચો એ પહેલાં જ પૂરી થઈ ગઈ હશે — નવવર્ષ પર ‘મધુર સરપ્રાઇઝ’ના જીવંત પ્રસારણ દરમ્યાન આપણે શ્રીગુરુમાઈના વર્ષ ૨૦૨૦ માટેના સંદેશનો અનુભવ કરી લીધો હશે! આ કૃપાપૂરિત સત્સંગમાં ભાગ લેવો એ નિશ્ચિતપણે નવવર્ષનો આરંભ કરવાની *સૌથી* મંગલમય રીત છે. અને ત્યારપછી, થોડા સમયમાં જ, સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર ‘મધુર સરપ્રાઇઝ’ને વેબકાસ્ટરૂપે ઉપલબ્ધ કરવામાં આવશે, જેમાં આપણે ઇચ્છીએ તેટલીવાર ભાગ લઈ શકીશું.

‘મધુર સરપ્રાઇઝ’માં ભાગ લેવો એ આપણાં બધાં માટે એક મહત્ત્વપૂર્ણ અભ્યાસ છે, કારણકે ગુરુમાઈજીના સંદેશ પ્રવચનનો દરેક શબ્દ ચૈતન્ય છે — તે શક્તિથી જીવંત છે, એ રૂપાંતરણકારી શક્તિથી જે પરમ આત્મારૂપે આપણા સત્ય સ્વરૂપ પ્રત્યે આપણને જાગ્રત કરે છે. એટલા માટે સિદ્ધયોગ વિદ્યાર્થી તરીકે, જ્યારે ગુરુમાઈજી બોલે છે ત્યારે એકાગ્રતાથી સાંભળીને આપણે સૌથી વધારે શીખીએ છીએ. જ્યારે આપણે આપણી સત્તાના દરેક સ્તરે ગુરુમાઈજીના શબ્દોને ગ્રહણ કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે તેમની શિખામણોના એ સ્તરને પ્રાપ્ત કરીએ છીએ જેને માત્ર શબ્દો દ્વારા અભિવ્યક્ત કરવું અસંભવ છે.

આ રીતે જોઈએ તો ‘મધુર સરપાઇઝ’માં ભાગ લેવો એ સ્વયં એક અભ્યાસ છે જે આપણને ગુરુમાઈજીની કૃપામાં નિમગ્ન કરી દે છે. તેથી જ હું આખા વર્ષ દરમ્યાન ‘મધુર સરપ્રાઇઝ’માં વારંવાર ભાગ લઉં છું. જ્યારે-જ્યારે હું ભાગ લઉં છું, ત્યારે મારું મન નવી અંતર્દષ્ટિઓ અને નવા બોધનો અનુભવ કરે છે તેમજ મને લાગે છે કે મારી સંપૂર્ણ સત્તા નવીન થઈ ગઈ છે. હું તમને પણ વારંવાર ભાગ લેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરું છું! આ સંકલ્પને પૂરો કરવા માટે તમે ‘મધુર સરપ્રાઇઝ’ના એકથી વધારે વાર પ્રતિભાગિતાના પૅકિજનું ઓનલાઇન રજિસ્ટ્રેશન કરી શકો છો.

## ગુરુમાઈજીના સંદેશનું સક્રિયતાથી અધ્યયન કરો

સિદ્ધયોગ પથ પર, આપણે શ્રીગુરુમાઈ દ્વારા પ્રાપ્ત સંદેશની શિખામણનું આપણા જીવનમાં સક્રિયતાથી અધ્યયન કરીને, મનન-ચિંતન કરીને, તેનો અભ્યાસ કરીને અને તેને આત્મસાત્ કરીને તેની રૂપાંતરણકારી શક્તિનો અનુભવ કરીએ છીએ. આ કરવા માટે અહીં કેટલાંક સૂચનો છે :

- તમે શ્રીગુરુમાઈજીના સંદેશના પ્રત્યેક શબ્દના અર્થનું અધ્યયન અને ચિંતન કરી શકો છો તેમજ એ શબ્દ શું સૂચવે છે તેના વિશેની તમારી સંપૂર્ણ સમજનું અધ્યયન અને ચિંતન કરી શકો છો.
- તમે તમારા જીવનનાં વિભિન્ન પાસાંઓ પર અને ગુરુમાઈજીનો સંદેશ તે પ્રત્યેક પાસા પર કેવી રીતે લાગુ થાય છે તેના પર મનન કરી શકો છો અને સંદેશને કાર્યાન્વિત કરવા માટે કેટલીક વ્યવહારિક રીતો પર પણ મનન કરી શકો છો.
- તમે ધ્યાન કરવા માટે બેસી શકો છો અને ગુરુમાઈજીના સંદેશ વિશે અંતર્દષ્ટિ પ્રાપ્ત કરવા પ્રાર્થના કરી શકો છો, ત્યારબાદ આ અંતર્દષ્ટિઓને તમારી દૈનંદિનીમાં લખીને તેના પર ચિંતન કરી શકો છો.

જેમજેમ નવું વર્ષ આગળ વધશે, તેમતેમ સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર અનેક અધ્યયન-સામગ્રી ઉપલબ્ધ કરવામાં આવશે. હું તમને પ્રોત્સાહિત કરું છું કે તમે આવનારા અઠવાડિયાં અને મહિનાઓ દરમ્યાન સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ સાથે જોડાયેલાં રહો અને જેમજેમ તમને આ અધ્યયન-સામગ્રી પ્રાપ્ત થતી જાય, તેમતેમ તેની સાથે સંલગ્ન થતાં રહો!

**શ્રીગુરુમાઈની સંદેશ કલાકૃતિનો અનુભવ કરો**

મને એ વાત અત્યંત પ્રિય છે કે દરવર્ષે ગુરુમાઈજી કલાકૃતિના માધ્યમથી પણ તેમનો સંદેશ પ્રદાન કરે છે. ગુરુમાઈજીની સંદેશ કલાકૃતિનું મનન-ચિંતન અને રસાસ્વાદન કરવાનો અભ્યાસ મને વિસ્મયની સ્થિતિમાં લઈ જાય છે તેમજ તેમના સંદેશના એવાં ઘણાં બધાં પાસાંની ખોજ કરવામાં મારી મદદ કરે છે જેને હું સામાન્યરીતે ચૂકી શકું છું. મારું માનવું છે કે સંદેશ કલાકૃતિ અલંકારો અને ચિત્રોની ભાષામાં કંઈક કહે છે તેમજ સંદેશની એવી સૂક્ષ્મતા અને ગહનતાને પ્રગટ કરે છે, જે ભાષાની પરે છે. હું તમને પ્રોત્સાહિત કરું છું કે તમે શ્રીગુરુમાઈનાં વર્ષ ૨૦૨૦ના સંદેશ માટેની કલાકૃતિનો અનુભવ કરો, તેના પર મનન કરો અને તેને તમારા અંતરના ઊંડાણમાં પ્રતિધ્વનિત થવા દો.

**જાન્યુઆરીના ઉત્સવો**

૭ જાન્યુઆરીએ, આશ્રમની દિનચર્યાના એક ભાગ તરીકે ‘શ્રીગુરુગીતા’ના પાઠની શરૂઆત થઈ હતી, આ વર્ષે તેની ૪૮મી વર્ષગાંઠ છે. આ પાવન પાઠના ઇતિહાસ વિશે અને તેના મહિમા વિશે વધુ જાણવા માટે તમે સ્વામી શાંતાનંદ દ્વારા લિખિત વ્યાખ્યા ‘સિદ્ધયોગ પથ પર શ્રીગુરુગીતાનું માહાત્મ્ય’ વાંચી શકો છો.

મકરસંક્રાંતિ ભારતનો એક એવો તહેવાર છે, જેમાં લણણીની ઋતુનો ઉત્સવ મનાવવામાં આવે છે અને સૂર્યદેવતાનું સન્માન કરવામાં આવે છે. હું તમને પ્રોત્સાહિત કરું છું કે ધ્યાનની પૂર્વતૈયારી રૂપે સ્વયંને ‘સૂર્ય ગાયત્રી’ મંત્રોના ગાનમાં લીન કરી દો. આ તહેવાર ઉત્તર-ગોળાર્ધમાં પ્રકાશની ઋતુના પરંપરાગત આરંભને પણ સૂચવે છે. આ વર્ષે મકરસંક્રાંતિ, ભારતમાં ૧૫ જાન્યુઆરીએ અને બીજા અનેક સ્થાનોમાં ૧૪ જાન્યુઆરીએ છે.

તદુપરાંત, ગણેશ જયંતીનો તહેવાર પણ આવે છે, જે મહારાષ્ટ્રમાં ભગવાન ગણેશના જન્મદિવસ તરીકે ઊજવવામાં આવે છે. ગણેશજી તેમના પ્રજ્ઞાન અને કરુણા માટે જાણીતા છે, તેમજ વિઘ્નહર્તા તરીકે પણ ઓળખાય છે. મારી પત્ની અને હું ઘણીવાર ‘મંગલદાતા કૃપાસિંધુ’ ધુન ગાઈને ગણેશજીનું સન્માન કરીએ છીએ. આ વર્ષે ગણેશ જયંતી ૨૮ જાન્યુઆરીએ છે.

એના બીજા જ દિવસે એટલે કે ૨૯ જાન્યુઆરીએ વસંતપંચમી છે. આ તહેવાર વિદ્યા, સંગીત અને કળાની દેવી, મહાસરસ્વતીના જન્મનો સૂચક છે. ભારતમાં, વસંતપંચમીના દિવસથી વસંતઋતુનું આગમન થાય છે.

***

મને હાલમાં મળેલી એક અંતરપ્રેરણાની ઝલક વિશે કહીને, હું આ પત્રનું સમાપન કરવા માંગું છું. એક દિવસ જ્યારે હું મારા ધ્યાનકક્ષમાં પૂજાસ્થાનની સામે બેઠો હતો, હું મારી સાધનાને ગહન કરવા એક અંતર્દષ્ટિ માટે પ્રાર્થના કરી રહ્યો હતો. તરત જ, મારા મનમાં એક દશ્યની ઝલક દેખાઈ. આ દશ્ય હતું બોલ્ડર, કોલોરાડો શહેરમાં આવેલા એક મુખ્ય ચાર રસ્તાનું — બ્રોડવે અને કેન્યન બૂલવાર્ડનું. મને આશ્ચર્ય થયું. હું એ શહેરમાં રહેતો હતો એ વાતને તો ચાલીસ વર્ષ થઈ ગયા અને એ ઉપરાંત, આટલા વ્યસ્ત ચાર રસ્તા મને સાધનામાં અંતર્દષ્ટિ કેવી રીતે આપી શકે?

તેમ છતાં મને લાગ્યું કે આ દશ્ય મારી અંતરપ્રેરણાની ભેટ હતી, તેથી મેં આ બે રસ્તાઓ વિશે વધારે વિચાર કર્યો. મેં મનન કર્યું કે કેવી રીતે બ્રોડવે ઉત્તરથી દક્ષિણ તરફ જાય છે અને આ રસ્તા પર લોકોનાં ઘર, ઑફિસની ઇમારતો અને શૉપીંગ મૉલ આવે છે, જ્યારે કેન્યન બૂલવાર્ડનો રસ્તો પશ્ચિમ તરફ જાય છે જે બોલ્ડર કેન્યનના એક છેડેથી લઈને પીક ટુ પીક હાઈવે સુધીનો છે, જ્યાં યાત્રીઓ કોલોરાડોની પથરાળ પર્વતમાળાની ભવ્ય અને વિકટ હિમાચ્છાદિત ટોચને નજીકથી જોઈ શકે છે. મને થયું કે આ બંને રસ્તાઓને આપણા જીવનના બે લક્ષ્યબિંદુના પ્રતીક તરીકે જોઈ શકાય — વ્યક્તિનું દૈનિક જીવન અને અંતરાત્માનું અનુભવાતીત જીવન.

મેં જોયું કે કેવી રીતે સિદ્ધયોગ સાધનામાં સંલગ્ન રહેવાથી એ આ બંને માર્ગને ભેગા કરીને આપણને રૂપાંતરિત કરી દે છે : આપણે ધ્યાન કરીએ છીએ, પછી ધ્યાનની પ્રશાંતિ અને કેન્દ્રણને આપણી મુસાફરીમાં, આપણા દૈનિક જીવનમાં લાવીએ છીએ. આપણે સંકીર્તન કરીએ છીએ, પછી ભગવન્નામના ઉત્સાહને ખાદ્યસામગ્રીની ખરીદી કરતી વખતે અને તેના પૈસા ચૂકવવા માટે લાઈનમાં ઊભા રહેતી વખતે આપણી સાથે રાખીએ છીએ. ઉદાહરણો પુષ્કળ છે! હું ઊંડાણપૂર્વક સમજ્યો કે સિદ્ધયોગ સાધના કેવી રીતે આપણા જીવનને રૂપાંતરિત કરી દે છે : આપણે એ અનુભવ સુધી પહોંચી જઈએ છીએ કે આપણે મનુષ્ય અને પરમ આત્માના સંગમનું એક જીવંત ઉદાહરણ છીએ.

આપણે નવવર્ષમાં પ્રવેશ કરી રહ્યાં છીએ ત્યારે હું તમને પ્રોત્સાહિત કરું છું કે તમે તમારાં હૃદય, મન અને કાર્યો દ્વારા શ્રીગુરુમાઈના વર્ષ ૨૦૨૦ માટેના સંદેશને સક્રિયતાથી અંગીકાર કરો અને આ સત્યના અનુભવમાં મસ્ત થઈ જાઓ.

આદરસહિત,

પૉલ હૉકવુડ

© ૨૦૧૯ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.