तेजोमय नव-वर्ष का अरुणोदय

१ जनवरी, २०२०

आत्मीय पाठकगण,

नूतन वर्षाभिनन्दन!

वर्ष के इस पहले दिन आप में से हर एक को नमस्कार जब इस प्रथम दिवस का अरुणोदय, पृथ्वी के चारों ओर चौबीस घण्टे की अपनी यात्रा तय कर रहा है! न्यूज़ीलैण्ड के पूर्वी तट के नज़दीक स्थित पथरीले चैथम द्वीप पर सूर्योदय के साथ हर नवीन अरुणोदय आरम्भ होता है और फिर एक हज़ार मील प्रति घण्टे [सोलह सौ किलोमीटर प्रति घण्टे] की रफ़्तार से यह पश्चिम दिशा की ओर बढ़ता है, उस ओर जहाँ *आप* रहते हैं और उससे भी परे। वह कहावत '*time flies*' यानी 'समय तेज़ी से बीतता है' बिलकुल सत्य है!

और जब दिन इतनी तेज़ी से बीत रहे हों, तो यह विचार करना सर्वथा उचित होगा कि हम इस तेजोमय नववर्ष का सर्वाधिक उपयोग किस प्रकार कर सकते हैं।

भारत के ऋषि-मुनि बार-बार इस बात पर बल देते आए हैं कि समय का सर्वश्रेष्ठ उपयोग है, अपनी चेतना को अपने अन्तर में विद्यमान परमात्मा की उपस्थिति की ओर मोड़ते रहना।

सिद्धयोगी होने के नाते, इसे पूरा करने का सर्वोत्तम तरीक़ा है उस नववर्ष-सन्देश के साथ सक्रियता से कार्य करना जो श्रीगुरुमाई हमें हर वर्ष के आरम्भ में प्रदान करती हैं। यदि आपकी कभी यह इच्छा रही है कि आपको सीधे श्रीगुरुमाई से सिखावनी मिले, वह सिखावनी मिले जो *केवल आपके लिए हो,* तो यह समझ लीजिए कि वर्ष २०२० के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश, *वही सिखावनी है!*

तो सम्पूर्ण हृदय से आपके लिए मेरा यह सुझाव है कि आप वर्ष २०२० के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश को पूर्णतया ग्रहण करें। श्रीगुरुमाई के सन्देश का अध्ययन करें। इसे लागू करें। कैसे यह सन्देश *आपके लिए* है, उसका रसास्वादन करें। श्रीगुरुमाई का सन्देश उनके आशीषों से अनुप्राणित है, और इस सन्देश का अध्ययन व अभ्यास करने से हम और गहराई से आत्मानुभूति में अवस्थित हो जाते हैं।

आइए, मैं यहाँ पर आपके लिए कुछ व्यवहारिक तरीक़ों का उल्लेख करता हूँ जिनके माध्यम से आप आने वाले इस वर्ष के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश का अपना अध्ययन आरम्भ कर सकते हैं।

मधुर सरप्राइज़ में भाग लें

हममें से कई लोग जब तक इन शब्दों को पढ़ेंगे, तब तक श्रीगुरुमाई से वर्ष २०२० की उनकी सिखावनी प्राप्त करने की हमारी लालसा पूर्ण हो चुकी होगी — हम नववर्ष-दिवस पर आयोजित होने वाले 'मधुर सरप्राइज़' के सीधे प्रसारण के दौरान वर्ष २०२० के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश की अनुभूति कर चुके होंगे! इस कृपापूरित सत्संग में भाग लेना निश्चित ही नववर्ष आरम्भ करने का *सबसे* शुभ तरीक़ा है। और इसके कुछ-ही समय बाद, *मधुर सरप्राइज़* सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर वेबकास्ट के रूप में उपलब्ध कराया जाएगा और हम जितनी बार चाहें, उतनी बार इसमें भाग ले सकेंगे!

'मधुर सरप्राइज़' में भाग लेना हममें से हर एक के लिए एक महत्त्वपूर्ण अभ्यास है, क्योंकि श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश प्रवचन का हर एक शब्द *चैतन्य* है यानी शक्ति से अनुप्राणित है, उस रूपान्तरणकारी शक्ति से जो हमें अपने सच्चे स्वरूप के प्रति जाग्रत करती है कि हम परम-आत्मा हैं। इसी कारण, जब गुरुमाई जी बोलती हैं तो सिद्धयोग विद्यार्थी होने के नाते ध्यानपूर्वक सुनने से, हम सबसे अच्छी तरह से सीख पाते हैं। जब हम श्रीगुरुमाई के शब्दों को अपनी सत्ता के हर स्तर पर पैठने देते हैं, तब हम उनकी सिखावनियों के उस स्तर को प्राप्त करते हैं जिसे केवल शब्दों में बयान कर पाना असम्भव है।

इस परिपेक्ष्य में देखें तो *मधुर सरप्राइज़* में भाग लेना खुद में एक ऐसा अभ्यास है जो हमें श्रीगुरुमाई की कृपा से सराबोर कर देता है। इसीलिए मैं वर्ष में कई बार *मधुर सरप्राइज़* में भाग लेता हूँ। और हर बार जब मैं ऐसा करता हूँ, तो मेरा मन नई अन्तर्दृष्टियों और नए बोध का अनुभव करता है और मेरी सम्पूर्ण सत्ता तरोताज़ा महसूस करती है। मैं आपको भी ऐसा करने के लिए प्रोत्साहित करता हूँ! आप *मधुर सरप्राइज़* के 'एक से अधिक बार प्रतिभागिता पैकेज' के लिए पंजीकरण करके, इस संकल्प को दृढ़ बना सकते हैं।

श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश का सक्रियता से अध्ययन करें

सिद्धयोग पथ पर हमारी श्रीगुरु से प्राप्त सिखावनी का सक्रियता से अध्ययन करके, उस पर मनन-चिन्तन व उसका अभ्यास करके और उसे अपने दैनिक जीवन में लागू करके, हम श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश की रूपान्तरणकारी शक्ति का अनुभव करते हैं। शुरू करने के लिए यहाँ पर कुछ सुझाव हैं :

- आप श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के प्रत्येक शब्द के अर्थ का और वे शब्द जो प्रकट कर रहे हैं, उसकी सम्पूर्ण समझ का अध्ययन व उस पर मनन-चिन्तन कर सकते हैं।

- आप मनन-चिन्तन कर सकते हैं, अपने जीवन के विभिन्न पहलुओं पर, इस बात पर कि इन पहलुओं में श्रीगुरुमाई का नववर्ष-सन्देश किस प्रकार लागू होता है और उन व्यावहारिक तरीक़ों पर जिनके माध्यम से आप इस नववर्ष-सन्देश को अपने जीवन में उतार सकते हैं।
- आप ध्यान करते समय श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के विषय में अन्तर्दृष्टियों के लिए प्रार्थना कर सकते हैं, और फिर इन अन्तर्दृष्टियों को अपने जर्नल में लिख सकते हैं व उन पर मनन-चिन्तन कर सकते हैं।

जैसे-जैसे नववर्ष बीतेगा, सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर अध्ययन के कई साधन उपलब्ध होंगे। मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि आने वाले सप्ताहों व महीनों में आप सिद्धयोग पथ की वेबसाइट देखते रहें और जैसे-जैसे आपको अध्ययन के ये साधन मिलें, आप इनके साथ कार्य करें।

श्रीगुरुमाई की सन्देश-कलाकृति का अनुभव करें

जिस प्रकार श्रीगुरुमाई हर वर्ष अपना सन्देश प्रतीकात्मक स्वरूप द्वारा भी प्रदान करती हैं, मुझे वह बहुत प्रिय है। श्रीगुरुमाई की सन्देश-कलाकृति पर मनन-चिन्तन करना और उसका रसास्वादन करना, मुझे आश्चर्य से भर देता है और यह श्रीगुरुमाई के सन्देश के उन पहलुओं को खोजने में मेरी मदद करता है जिन्हें अन्यथा मैं शायद नहीं खोज पाता। मेरे लिए सन्देश-कलाकृति उपमाओं व मानस-चित्रण की वह भाषा बोलती है जिससे सन्देश की वे सारगर्भित बारीकियाँ और गहराइयाँ उजागर होती हैं जो बोलचाल की भाषा से परे हैं। मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि आप 'श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के सन्देश की कलाकृति' का अनुभव करें और उस पर मनन-चिन्तन करें तथा उसे अपनी सत्ता की गहराइयों में स्पन्दित होने दें।

जनवरी माह में मनाए जाने वाले पर्व

७ जनवरी को उस दिन की ४८वीं वर्षगाँठ है जब आश्रम की दिनचर्या के एक भाग के रूप में श्रीगुरुगीता-पाठ का शुभारम्भ हुआ था। आप चाहें तो स्वामी शान्तानन्द द्वारा लिखित 'सिद्धयोग पथ पर श्रीगुरुगीता के महत्त्व' पर व्याख्या को पढ़ सकते हैं और इस पूज्य ग्रन्थ के पाठ के इतिहास और उसके महत्त्व के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं।

मकर संक्रान्ति, भारत का वह पर्व है जो फ़सल काटने की ऋतु का महोत्सव मनाता है और इस दिन सूर्य देवता की आराधना की जाती है। मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि स्वयं को ध्यान हेतु तैयार

करने के एक तरीक़े के रूप में आप 'सूर्य गायत्री मन्त्र' के पाठ में तल्लीन हो जाएँ। यह पर्व, उत्तरी गोलार्ध में प्रकाश की ऋतु के पारम्परिक आरम्भ का भी सूचक है। इस वर्ष, मकर संक्रान्ति का त्यौहार भारत में १५ जनवरी को और अन्य कई स्थानों पर १४ जनवरी को मनाया जाएगा।

एक और त्यौहार जो आने वाला है, वह है गणेश जयन्ति; इसे भारत के महाराष्ट्र राज्य में भगवान गणेश के जन्मोत्सव के रूप में मनाया जाता है। भगवान गणेश वे देवता हैं जो अपने विवेक, प्रज्ञान व करुणा के लिए प्रसिद्ध हैं और विघ्नहर्ता के नाम से जाने जाते हैं। मैं और मेरी पत्नि अकसर 'मंगलदाता कृपासिन्धु' गाकर भगवान गणेश की उपासना करते हैं। इस वर्ष गणेश जयन्ति २८ जनवरी को है।

उसके अगले ही दिन यानी २९ जनवरी को वसन्त पञ्चमी है, वह उत्सव जो देवी महासरस्वती के जन्मदिवस के उपलक्ष्य पर मनाया जाता है। देवी महासरस्वती विद्या, संगीत व कला की देवी हैं। भारत में वसन्त पञ्चमी पर वसन्त-ऋतु का स्वागत किया जाता है।

***

मैं उस अन्तःप्रज्ञा के बारे में बताते हुए समाप्त करना चाहता हूँ जिसकी मुझे हाल ही में झलक मिली। एक दिन जब मैं अपने ध्यान-कक्ष में पूजा-वेदी के समक्ष बैठा था तो मैंने साधना को और गहरा करने के लिए एक अन्तर्दृष्टी हेतु प्रार्थना की। अचानक मेरे मानसपटल पर एक चित्र उभरा और वह था अमरीका के कोलरैडो राज्य में स्थित बोल्डर शहर के एक मुख्य चौराहे का दृश्य — यानी वह चौराहा जिसका नाम है ब्रॉडवे और कैन्यन बूलेवार्ड। मैं अस्मन्जस में पड़ गया। मुझे इस शहर में रहते हुए चालीस साल हो गए हैं, और भला एक व्यस्त चौराहा मुझे अपनी साधना में अन्तर्दृष्टि किस प्रकार प्रदान कर सकता है?

फिर भी, मैं यह समझ गया कि यह दृश्य मेरी अन्तःप्रज्ञा का उपहार है और इसलिए मैं इन दो सड़कों के बारे में और अधिक विचार करने लगा। मैंने याद किया कि किस तरह ब्रॉडवे नामक सड़क आस-पड़ोस के इलाकों से, कार्यालयों से और शॉपिंग मॉल से होती हुई उत्तर से दक्षिण की ओर जाती है जबकि कैन्यन बूलेवार्ड नामक सड़क पूरे बोल्डर कैन्यन शहर को पार करती हुई पश्चिमी दिशा में पीक टू पीक हाइवे तक जाती है जहाँ पर्यटक कोलरैडो रौकीज़ पहाड़ियों की बर्फ़ से ढंकी शानदार व दुर्जेय चोटियों को नज़दीक से देख सकते हैं। अचानक मुझे यह समझ मिली कि इन दो सड़कों को हम

अपने जीवन के दो क्षेत्रों का रूपक मान सकते हैं — हमारा दैनिक जीवन और अन्तर-आत्मा का अलौकिक जीवन।

मैंने देखा कि किस तरह सिद्धयोग साधना इन दोनों मार्गों को एक साथ लाकर हमारा रूपान्तरण करती है : हम ध्यान करते हैं और ध्यान की प्रशान्ति व केन्द्रण को अपनी यात्रा पर और अपने दैनिक जीवन में अपने साथ ले जाते हैं; हम नामसंकीर्तन करते हैं और हम भगवन्नाम के स्पन्दनों को राशन ख़रीदने व उसके शुल्क का भुगतान करने की पंक्ति में खड़े रहते समय अपने साथ ले जाते हैं। उदाहरणों की कोई कमी नहीं है! मैं गहरे स्तर पर यह समझ गया कि सिद्धयोग साधना किस तरह हमारा जीवन रूपान्तरित करती है : हम यह अनुभव करते हैं कि हम जीवात्मा और परमात्मा का जीता-जागता संगम हैं।

मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि इस नूतन वर्ष में प्रवेश करते हुए श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के सन्देश को अपने मन, हृदय और कृत्यों के साथ सक्रिय रूप से अपनाकर इस सत्य की अनुभूति में मुदित हो जाएँ।

आदर सहित,

पॉल हॉकवुड

© २०१९ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।