गुरोः कृपाप्रसादेन आत्मारामं निरीक्षयेत्

श्रीगुरु के कृपाप्रसाद से आत्मानन्द की अनुभूति करो[१]

३ जुलाई, २०१७

प्रिय साधको,

गुरुपूर्णिमा के माह की शुभकामनाएँ!

सर्वप्रथम, स्वर्ग के गुम्बज तक चढ़ते-उतरते गुरुपूर्णिमा चन्द्र के फ़ोटो भेजने के लिए आपको बहुत धन्यवाद। हर चित्र बहुत सुन्दर है!

इस वर्ष गुरुपूर्णिमा चन्द्र का शुक्लपक्ष २४ जून को श्रीगुरुमाई के जन्मदिवस को शुरू हुआ था और यह लगातार अपनी पूर्णता की ओर बढ़ता जा रहा है, प्रकाश का एक पूर्ण वृत्त बनता जा रहा है। यद्यपि, वर्ष में किसी भी समय, चन्द्रमा का हर पक्ष, मनोहर होता है, तथापि सिद्धयोग पथ पर हमारे लिए गुरुपूर्णिमा चन्द्र विशिष्ट रूप से मोहक होता है, ख़ासतौर पर इसलिए, क्योंकि हमारी साधना में इसका एक गहन और दिव्य महत्त्व है।

भारत के शास्त्रों में, गुरुपूर्णिमा चन्द्र को पूरे वर्ष का सर्वाधिक तेजोमय पूर्ण चन्द्र कहा गया है। आधुनिक विज्ञान भी यही बताता है — कि इस समय चन्द्रमा रात्रि के आकाश में सबसे ऊँचा और सबसे अधिक चमकीला होता है जैसा कि भारत में और उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों से देखा गया है। कई सहस्त्रों वर्षों पहले, महर्षि वेदव्यास के शिष्यों ने, श्रीगुरु के सम्मान में समर्पित दिवस हेतु आषाढ़ माह की इस पूर्णिमा को चुना था। अपने श्रीगुरु से प्राप्त आध्यात्मिक जागृति और अथाह प्रज्ञान के प्रति कृतज्ञता अर्पित करने का यही उनका तरीक़ा था।

सिद्धयोग पथ पर हम, गुरुमाई चिद्विलासानन्द, बाबा मुक्तानन्द और भगवान नित्यानन्द के शिष्य इस परम्परा को जारी रखते हैं। गुरुपूर्णिमा के इस माह के दौरान, हम यह अभ्यास करते हैं कि हम सिद्धयोग गुरुओं से प्राप्त शक्तिपात दीक्षा, तथा कृपा, सिखावनियों और आशीर्वादों को पहचानें और उसके प्रति कृतज्ञता व्यक्त करें।

एक मधुर सरप्राइज़ सत्संग, २०१७ में श्रीगुरुमाई ने अपने सन्देश में हमें ग्यारह सिखावनियाँ प्रदान कीं, ताकि हमें अपने अध्ययन और अभ्यास में मार्गदर्शन मिल सके। इस वर्ष प्रत्येक माह, हम इनमें से एक सिखावनी पर केन्द्रण कर रहे हैं। जुलाई माह के लिए सिखावनी है,

'अपने प्रयत्न के महत्त्व को समझो।'

प्रयत्न महत्त्वपूर्ण क्यों है, विशेष रूप से सिद्धयोग साधना में? ज़रा इसके बारे में सोचें। किसी चीज़ पर सच में प्रभुत्व पाने के लिए — उसे पूरी तरह से अपनी सत्ता का एक ऐसा भाग बनाने के लिए, कि आपका जीवन स्वाभाविक रूप से उसका सौन्दर्य और प्रज्ञान प्रकट कर सके — आपको उस चीज़ का लगातार और विचारपूर्वक अभ्यास करना होगा। प्रभुत्व हासिल करने की इस यात्रा में आपको समर्पण और वचनबद्धता की आवश्यकता है। जब आप ऐसा प्रयत्न करते हैं तो आप एक सत्य या कौशल्य को अपनी सत्ता में इतनी गहराई से बुन लेते हैं कि आप उसकी एक जीती-जागती अभिव्यक्ति बन जाते हैं। एक क्षण के लिए कल्पना करें कि, गुरुमाई जी अपने सन्देश में जो सिखाती हैं यदि 'आप' उसकी एक जीती-जागती अभिव्यक्ति बन जाएँ तो आपको कैसा प्रतीत होगा। यह एक सुन्दर लक्ष्य है और ऐसा है जो हम सभी की पहुँच में है।

कुछ दिनों पहले, श्री मुक्तानन्द आश्रम में, एक सत्संग के दौरान एक विज़िटिंग सेवाकर्ता ने अनुभव बताया था जो केन्द्रित अभ्यास की शक्ति को बड़ी सुन्दरता से समझाता है। इस सेवाकर्ता ने बताया कि परिवार में चुनौतीपूर्ण परिस्थिति के समय, आशीर्वाद की प्रार्थना करने हेतु, उसने और उसकी बहन ने श्रीगुरुगीता के पाठ करने का निश्चय किया। उसकी बहन ने पहले इस स्वाध्याय को नियमित रूप से किया हुआ था लेकिन अब, इसे किए हुए उसे तीन दशकों से भी अधिक समय बीत चुका था। उस सेवाकर्ता ने सोचा कि अब उसकी बहन को यह याद नहीं होगा कि पाठ कैसे करते हैं। जब उन्होंने पाठ करना आरम्भ किया तो ये सेवाकर्ता यह देखकर आश्चर्य में पड़ गई कि उसकी बहन एक के बाद एक, हर श्लोक स्पष्ट उच्चारण के साथ पढ़ती ही जा रही थी! इस सेवाकर्ता को यह समझ में आया कि उसकी बहन के तीन दशकों पहले किए गए प्रयत्न उसके अन्तर में इतनी गहराई से समाए हुए थे कि जब उसे श्रीगुरुगीता गाना था तो वे प्रयत्न उसके लिए बड़ी आसानी से उपलब्ध थे। उसकी बहन ने बाद में उसे बताया कि जब उसने वे श्लोक गाए तो उसने स्वाध्याय के साथ, श्रीगुरुगीता के पवित्र

मन्त्रों के साथ उसी गहरे सम्बन्ध को महसूस किया जो उसने अपनी युवावस्था में किया था। कई वर्षों पहले के उसके प्रयत्न अब भी फलीभूत हो रहे थे।

शिवसूत्र, जो काश्मीर शैवदर्शन का दैव-प्रेरित ग्रन्थ है, हमें प्रयत्न का एक अन्य दृष्टिकोण प्रदान करता है :

उद्यमो भैरवः

उद्यम [प्रयत्न] ही भैरव है।[२]

दूसरे शब्दों में, आनन्द, दीप्तिमान प्रशान्ति, और अन्य सभी सद्गुण जो भैरव यानी भगवान शिव के हैं, हमें अब उपलब्ध हैं। अपने अभ्यास के लाभ को अनुभव करने के लिए हमें साधना के लक्ष्य तक पहुँचने का इन्तज़ार करने की जरूरत नहीं है। ध्यान का हर क्षण, मन्त्र गाने का हर क्षण, हर वह क्षण जिसमें हम पूर्ण रूप से और नैसर्गिक रूप से श्वास लेते हैं, वह एक पवित्र क्षण है, एक सुन्दर और उत्थानकारी क्षण है। और यह हमारा उत्कृष्ट उत्तरदायित्व है कि हम इन क्षणों की पावनता को पहचानें और उनका अधिक से अधिक लाभ उठाएँ। गुरुमाई जी हमें सिखाती हैं कि हम अपनी साधना के लक्ष्य तक केवल कृपा द्वारा ही नहीं पहुँचते; हमारा स्वप्रयत्न आवश्यक है। कृपा स्वप्रयत्न में निहित है, और स्वप्रयत्न कृपा को आकर्षित कर लेता है। इसीलिए, जैसा कि शिवसूत्र में कहा गया है, "प्रयत्न ही भैरव है।"

मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि श्रीगुरुमाई का जन्मदिवस प्रवचन, 'कल्याणकारी सहचर' पढ़ें जिसमें आप सीखेंगे कि अपने श्वास की शक्ति का किस प्रकार अन्वेषण करें। गुरुमाई जी के सन्देश का अभ्यास करने के आपके हर प्रयत्न के साथ, आप अपने ही अन्तर में भगवान की अनुभूति को सशक्त करते हैं।

मैं आपको एक कहानी बताना चाहूँगा जो हाल ही में मुझे श्री मुक्तानन्द आश्रम में एक विज़िटिंग सेवाकर्ता ने बताई है; यह सेवाकर्ता मेरी मित्र है और हम दोनों को ही फ़ोटोग्राफ़ी करना प्रिय है। वह एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन के मल्टीमीडिया विभाग में एक फ़ोटोग्राफ़र के रूप में सेवा अर्पित करती है और उसके द्वारा लिए गए कई फ़ोटो सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर भी लगाए गए हैं।

एक दिन, शाम के समय वह सेवाकर्ता वेबसाइट के लिए फ़ोटो ले रही थी। अनुग्रह में अमृत कोर्टयार्ड में फ़ोटो खींचते समय उसकी खुशी का ठिकाना ही न रहा, जब उसने सुना कि गुरुमाई जी उसका नाम लेकर उसे बुला रही हैं। उसने मुड़कर देखा कि गुरुमाई जी कोर्टयार्ड में खड़ी हैं। गुरुमाई जी ने उसे आपने पास आकर कुछ देखने के लिए कहा। गुरुमाई जी ने दिखाया कि किस प्रकार अस्त होते हुए सूर्य का स्वर्णिम प्रकाश पूरे कोर्टयार्ड में फैल रहा था और उसके रास्ते में आने वाली हर चीज़ को प्रकाशित कर रहा था। हर पत्ती, टहनी और पंखुड़ी प्रकाश के प्रभामण्डल से अंकित हो रही थी।

उसके बाद, गुरुमाई जी ने उस सेवाकर्ता को कुछ फूलों के फ़ोटो लेने के लिए कहा जो उस तेजोमय प्रकाश से दमक रहे थे। जब सेवाकर्ता ने फ़ोटो ले ली, तब गुरुमाई जी ने वह फ़ोटो उन्हें दिखाने के लिए कहा। सेवाकर्ता ने कैमरा गुरुमाई जी को दे दिया। व्यूफ़ाइन्डर में फ़ोटो देख लेने के बाद, गुरुमाई जी ने उसे कैमरा वापस दिया और कहा कि जो चीज़ वे चाहती थीं कि फ़ोटोग्राफ़र देखे, वह उससे छूट गई।

सेवाकर्ता ने फिर कोशिश की। फ़ोटो लेने से पहले उसने ध्यान से लेन्स को फ़ोकस किया और दृश्य जैसा था, वैसे ही उसे फ़ोटो में उतारने के लिए शॉट तैयार किया। इस बार, उसने बिलकुल सही तरह से, फूलों पर जगमगाती हुई प्रकाश की कोमल आभा को कैमरे में कैद कर लिया।

उसी समय एक अन्य सेवाकर्ता कोर्टयार्ड से गुज़र रहा था। गुरुमाई जी ने उस सेवाकर्ता के प्रकाश के कारण चमकते चेहरे की ओर फ़ोटोग्राफर का ध्यान खींचा। फ़ोटोग्राफर ने फ़ोटो ली और कैमरा गुरुमाई जी को दिया। फ़ोटो देखकर गुरुमाई जी ने सहमति में सिर हिलाया। और कैमरा सेवाकर्ता को वापस दे दिया।

इस असाधारण सम्वाद के बाद, गुरुमाई जी ने जो सिखाया था उस पर फ़ोटोग्राफ़र ने मनन किया। गुरुमाई जी ने इस सेवाकर्ता की आँखें खोल दी थीं और उसे दिखाया था कि अपने लैंस को कहाँ और कैसे फ़ोकस करना है जिससे वह कैमरे के लैंस के माध्यम से सूर्य के प्रकाश की सुन्दरता को अमर बना सके। और उसी समय, फ़ोटोग्राफ़र ने इस सम्वाद में एक गहरा अर्थ भी देखा। उसने सीखा कि सही प्रयत्न करने से — अपनी जागरूकता को परिवर्तित व केन्द्रित करने से — उसने उस झिलमिलाते हुए प्रकाश को, तेजस्विता के क्षण को महसूस किया और अपने फ़ोटोग्राफ़्स द्वारा उसे, वक्त की तहों में सभी के फ़ायदे के लिए गढ़ दिया।

पूरे जुलाई माह में, जब आप श्रीगुरु का सम्मान करते हैं और गुरुपूर्णिमा महोत्सव मनाते हैं, सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर श्री मुक्तानन्द आश्रम और विश्वभर के, बढ़ते हुए चन्द्रमा की कलाओं के विलक्षण दृश्य प्रकाशित होते रहेंगे। यदि आपने अभी तक फ़ोटो नहीं लिया है तो मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि आप अपने गुरुपूर्णिमा चन्द्र के फ़ोटो अवश्य भेजें।

साथ ही, इस मंगलमय समय के दौरान मैं आपको आमन्त्रित करता हूँ कि आप सिद्धयोग पथ के मुख्य अभ्यास, दक्षिणा से जुड़ें और उसे पुनः नवीन करें। दक्षिणा, सिद्धयोग पथ का मुख्य अभ्यास है जिसका पालन हम गुरुपूर्णिमा के माह के दौरान करते हैं। मैंने यह पाया है कि दक्षिणा अर्पित करना, मेरे जीवन में श्रीगुरुमाई की उपस्थिति के लिए अपनी असीम कृतज्ञता को अभिव्यक्त करने का एक अर्थपूर्ण व दिली तरीक़ा है। इस अभ्यास के अपने अनुभव के बारे में बताने के लिए मेरे पास बहुत कुछ है। तथापि, अभी के लिए, मैं आपको प्रोत्साहित करता हूँ कि आप 'गुरुपूर्णिमा के सम्मान में सिद्धयोग स्वामियों द्वारा आमन्त्रण' और 'एक सिद्धयोग अभ्यास दक्षिणा पर व्याख्या' को पढ़ें।

श्रीगुरु के इस माह को अपनी सम्पूर्णता में आप कैसे मना सकते हैं, इसके बारे में और अधिक सीखने के लिए कृपया वेबसाईट पर गुरुपूर्णिमा २०१७ इस मिनीसाईट को देखें।

एक बार फिर, आपको शुभ गुरुपूर्णिमा। इस माह आप बार-बार उन अनेकों उत्कृष्ट तरीक़ों को पहचानें जिनके द्वारा श्रीगुरु की कृपा आपके जीवन में प्रवाहित होती हैं, ऐसी शुभकामनाएँ।

सप्रेम,

पॉल हॉकवुड

१ शीर्षक श्रीगुरुगीता से लिया गया है, श्लोक ११०; अंग्रेज़ी भाषान्तर © २०१७ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन

२ शिवसूत्र १.५ : स्वामी मुक्तानन्द द्वारा व्याख्या, *Nothing Exists That Is Not Shiva* [साउथ फ़ॉल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन, १९९७] पृ. १०