१ जुलाई, २०१९

गुरुपूर्णिमा : चित्ताकर्षक पूर्ण चन्द्र

आत्मीय पाठकगण,

शुभ गुरुपूर्णिमा! श्रीगुरु के पूर्ण चन्द्र का प्रकाश हम सभी पर छाया रहे, ऐसी शुभकामना! वर्ष का सबसे तेजपूर्ण, सबसे महिमावान चन्द्र, हिन्दु पञ्चांग के अनुसार आषाढ़ मास का यह चन्द्र है, जो वर्ष २०१९ में १६ जुलाई को दिखाई देगा। भारत में लगभग सभी पर्व अन्तरिक्ष में चन्द्रमा की यात्रा के अनुसार मनाए जाते हैं। इसलिए ग्रेगोरियन कैलेण्डर में हर वर्ष, प्रत्येक पर्व की तिथी अलग होती है।

गुरुपूर्णिमा की यह गूढ़ परम्परा प्रचीन भारत में आरम्भ हुई। पूजनीय ऋषि वेदव्यास के शिष्यों ने उनसे पूछा कि क्या कोई ऐसा दिवस निर्धारित किया जा सकता है जिसे वे अपने श्रीगुरु, ऋषि वेदव्यास की पूजा-अर्चना व उनका सम्मान करने हेतु समर्पित कर सकें। ऋषि वेदव्यास से प्राप्त ज्ञान के लिए वे शिष्य उनके प्रति अपार कृतज्ञता की अनुभूति कर रहे थे और वे उस ज्ञान का उपयोग जगत के उत्थान के लिए करना चाहते थे। ऋषि उनके हृदय के इस भाव से बहुत प्रसन्न थे और उन्होंने अपने शिष्यों की मनोकामना पूर्ण की। आषाढ़ माह की पूर्णिमा शिष्यों के लिए अपने श्रीगुरु का सम्मान करने का दिन होगा। और इस प्रकार गुरुपूर्णिमा का उत्सव मनाने की सुन्दर परम्परा का जन्म हुआ। शिष्यों ने इस गुरु-आज्ञा के बारे में सबको बताया और तब से भारत के लोग, अपनी यात्राओं द्वारा इस पावन परम्परा को विश्व के कोने-कोने में ले आए हैं।

सिद्धयोग पथ पर हम सिद्धयोगी हर रोज़ अपनी श्रीगुरु, श्रीगुरुमाई की पूजा-अर्चना करते हैं; हमारे हृदय में अपने ज्ञान का प्रकाश उजागर करने के लिए, हमारे अन्दर भगवान को जानने की ललक जगाने के लिए और उन सिखावनियों के लिए जो हमारी अन्तर-दिव्यता को पहचानने की यात्रा में हमारा मार्गदर्शन करती हैं। तथापि, गुरुपूर्णिमा का उत्सव मनाने की सुन्दर परम्परा को आगे बढ़ाते हुए, हम सबको इस विशिष्ट दिवस पर एक साथ आना और अपनी श्रीगुरुमाई की उपासना करना अत्यन्त प्रिय है। उनकी सिखावनियों द्वारा हमने सीखा है कि किस प्रकार साधना के मार्ग का अनुसरण करते हुए

और उससे मिलने वाली प्रसन्नता व प्रशान्ति का रसास्वादन करते हुए, हम एक उद्देश्यपूर्ण व अर्थपूर्ण जीवन जी सकते हैं।

चौदहवीं शताब्दी के शैव-ग्रन्थ 'कुलार्णवतन्त्र' में एक साधक के जीवन में श्रीगुरु के महत्त्व के बारे में बताया गया है :

भोगमोक्षार्थिनां ब्रह्मविष्ण्वीशपदकांक्षिणाम्।

भक्तिरेव गुरौ देवि नान्यः पन्था इति श्रुतिः॥

> हो सकता है कि तुम्हें किसी सांसारिक भोग की कामना हो; तुम मोक्षप्राप्ति के लिए प्रयास करो; तुम्हें ब्रह्मा, विष्णु, और शिव की परम स्थिति को प्राप्त करने की आकांक्षा हो।
>
> तुम्हारी ललक को पूरा करने का एकमात्र मार्ग है, गुरुभक्ति; इसके अलावा अन्य कोई भी मार्ग नहीं है।[१]

***

मैंने बड़े ध्यान-से और उत्सुकतापूर्वक आपकी बातें सुनीं, जब आपमें से कई लोगों ने मुझे बताया कि किस प्रकार आप 'मधुर सरप्राइज़ २०१९' में बार-बार भाग लेते आए हैं। तो सम्भवतः आपको गुरुमाई जी की यह सिखावनी याद होगी। वे कहती हैं कि मन को उसके अपने प्रकाश को देखने और उसमें निमग्न होने देने में मदद करने का एक तरीक़ा है अपने जीवन की "व्यस्तता को कम करना।" मुझे यह सिखावनी अपने लिए बहुत महत्त्वपूर्ण लगी। जागरूकतापूर्वक अपने दिन की "व्यस्तता" को कुछ कम करने से मैं अपने मन को विश्राम करने के लिए समय दे पा रही हूँ। इसने मुझे सोच में डाल दिया, "मुझे आश्चर्य होता है कि पता नहीं दूसरों ने अपने जीवन की "व्यस्तता" को कुछ कम करने के लिए कौन-से तरीक़े खोजे होंगे. . ."

तो मैं आपसे पूछना चाहती हूँ, "दिन के दौरान आपका मन जिन-जिन चीज़ों में उलझा रहता है उन्हें कम करने के लिए *आप* क्या करेंगे ताकि अपके मन को वे अनमोल क्षण मिल सकें जब वह विश्राम कर सके, ताकि आप इस सुमधुर स्थिति के संरक्षक बन सकें?"

अब मैं आपको बताती हूँ कि जब भी मुझे वह तरीक़ा मिलता है जिससे मैं अपने मन को विश्राम करने देने के लिए एक क्षण दे सकूँ तो मैं क्या करती हूँ। मैं उस पर बार-बार कार्य करती हूँ जिससे मेरे मन को उसकी अपनी प्रभा में स्नान करने में मदद मिलती है।

कल्पना करें कि आप आकाश में चन्द्रमा को देख रहे हैं और बीच-बीच में छोटे-छोटे बादल उसके ऊपर से होकर गुज़र रहे हैं। जब चन्द्रमा दिखाई नहीं देता तब भी आप जानते हैं कि वह वहाँ पर है और बादलों के छटते ही आप उसे दोबारा देख पाएँगे। इसी प्रकार मन का प्रकाश भी निरन्तर जगमगा रहा है। हमें बस अपने मन पर छाए व्यस्तता के उन बादलों को धीरे-धीरे हटाना है, जिनमें वह उलझा रहता है। इससे मन के लिए स्थान बन जाता है ताकि वह अपनी प्रभा को देख सके।

***

हम बहुत भाग्यशाली हैं कि गुरुपूर्णिमा के अवसर पर सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर कितना कुछ उपलब्ध है। जब हम वेबसाइट की सिखावनियों के साथ कार्य करते हैं तो हमारे ज्ञान में वृद्धि होती है, हमारे अनुभव और गहरे होते हैं, हमारी समझ अधिक स्पष्ट होती है और हमारा खुद से व दूसरे लोगों से सम्बन्ध और मजबूत होता है। जुलाई के इस माह में सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर गुरुपूर्णिमा के विशिष्ट तत्त्व पोस्ट होंगे और साथ ही अन्य साधन-सामग्री भी होंगी ताकि आप गुरुमाई जी के नववर्ष-सन्देश का अपना अध्ययन जारी रख सकें। इनमें से कुछ के बारे में मैं आपको यहाँ बताना चाहती हूँ :

- गुरुपूर्णिमा का आमन्त्रण : गुरु-दक्षिणा के पावन अभ्यास द्वारा, जिसका आधार भारत की प्राचीन परम्पराओं में है, सिद्धयोगी सच्चे ज्ञान व कृपा के स्रोत यानी श्रीगुरु का सम्मान करते हैं।
- गुरुपूर्णिमा धारणा : रोज़ ध्यान के लिए बैठते समय आप इस धारणा यानी केन्द्रण करने की तक़नीक को सुन सकते हैं।
- गुरुपूर्णिमा के चन्द्रमा की तस्वीरें : यहाँ पर गुरुपूर्णिमा के वैभवशाली पूर्ण चन्द्र की वे तस्वीरें दिखाई गई हैं जिन्हें विश्वभर से सिद्धयोगी भेजते हैं। आप जहाँ कहीं भी हैं वहाँ से चन्द्रमा की तस्वीरें भेजकर अपना योगदान दे सकते हैं।
- ध्यान-सत्र ७ : Be Present with the Fullness of the Pure Mind

- ईशा सरदेसाई द्वारा नई कहानियाँ जो वर्ष २०१९ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश का अध्ययन करने में आपकी और अधिक सहायता करेंगी।
- 'अभ्यास-पत्र २३-२६' : ताकि आप श्रीगुरुमाई के वर्ष २०१९ के सन्देश के अपने अध्ययन को आगे बढ़ा सकें।

साथ-ही इस माह आकाश में कुछ और घटनाएँ देखने को मिलेंगी। दो ग्रहण होंगे। २ जुलाई को एक सूर्यग्रहण होगा जो दक्षिण अमरीका के लगभग सभी स्थानों पर और उत्तरी अमरीका के कुछ दक्षिणी भागों में दिखेगा। आन्शिक चन्द्र ग्रहण १६ जुलाई की रात्रि को होगा जो उत्तरी अमरीका को छोड़कर विश्व के अधिकतर भागों में दिखाई देगा। ग्रहण के दौरान आपके आध्यात्मिक अभ्यासों के अनन्त लाभ कई गुना हो जाते हैं।

***

मेरे पसन्दीदा सिद्धयोग अभ्यासों में से एक है गुरु-पूजा। विशेषकर गुरुपूर्णिमा के इस माह में, जो पूरे हृदय से श्रीगुरु की पूजा-वन्दना करने हेतु समर्पित है। मैं आपको बताना चाहती हूँ कि आप गुरु-पूजा या तो मानस पूजा के रूप में या फिर भौतिक रूप से कर सकते हैं। मैंने देखा है कि जब मैं गुरु-पूजा कर रही होती हूँ तो मेरा मन उस पर केन्द्रित होता है, वैसे ही जैसे महासागर की लहरें चन्द्रमा की ओर आकर्षित होती हैं। यह केन्द्रण अन्तर-आनन्द प्रदान करता है। जब मेरा मन अन्तर के उस विश्रान्ति-स्थान तक पहुँच जाता है तो वह मेरे लिए एक माध्यम बन जाता है जिससे मैं अपने दैनिक कार्यों को करते हुए भी अपने हृदय से जुड़ी रह सकूँ। तो क्या आप नहीं चाहते कि आप दिन में या शाम को थोड़ा समय निकालकर पूजा करें और अपने खुद के अमृत की तलाश करें? इससे आपको अपने मन में एक सुमधुर व सौम्य स्थान खोज निकालने में मदद मिलेगी जिस पर आप बार-बार वापस जा सकेंगे।

जब मैं आपको यह पत्र लिख रही थी तो सोलहवीं शताब्दी की सन्त-कवि मीराबाई के इस भजन ने यहाँ अपना स्थान बना लिया। इस भजन में वे उन साधनों की कल्पना करती हैं जिनके माध्यम से वे अपने परमप्रिय भगवान श्रीकृष्ण की आराधना करेंगी। मीराबाई जी कहती हैं :

मैं बगियन से फूल को चुन के
प्रभु के चरण चढ़ाऊँगी...
श्रद्धा भक्ति प्रेम से प्रभु मैं
दर्शन उनका पाऊँगी।

आप, भक्तिरस में डूबे इन शब्दों को पढ़कर, यह कल्पना कर सकते हैं कि आप अपने श्रीगुरु की मानस पूजा कर रहे हैं।

आदर सहित,

गरिमा बोरवणकर

[१] कुलार्णवतन्त्र १२.४०। अंग्रज़ी अनुवाद © २०१९ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन।

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