श्री मुक्तानन्द आश्रम में प्राकृतिक सौन्दर्य

पॅमेला रॉबर्ट्स् द्वारा लिखित

भारतीय शास्त्रों में एक सद्गुरु के आश्रम का वर्णन, प्रायः ही सदाबहार उद्यानों, प्रचुर वन्य प्राणियों और प्रकृति की मनमोहक सुन्दरता से समृद्ध आश्रम के रूप में किया गया है। ऐसा प्रतीत होता है मानो सम्पूर्ण चेतन जगत एक महान विभूति के सान्निध्य का उत्सव मना रहा है। ऐसा क्यों है? शास्त्र बताते हैं कि आश्रम का भूमिक्षेत्र, श्रीगुरु की कल्याणकारी, दिव्य कृपाशक्ति की, उनकी आध्यात्मिक जागृति की शक्ति की उपस्थिति से व्याप्त होता है जो समस्त प्राणियों के लिए हितकारी है।

इस शृंखला में दिए गए प्रकृति के सारे चित्र, श्री मुक्तानन्द आश्रम के हैं जो सिद्धयोग गुरु, गुरुमाई चिद्विलासानन्द का धाम है। मास दर मास, वर्ष दर वर्ष, हमें यह अवसर दिया जाता है कि हम शक्ति की गतिविधियों के साक्षी बनें, वह शक्ति जो सभी ऋतुओं में, अनन्त विविधता से, सर्वोत्कृष्टता से, रहस्यमय अद्भुत प्राकृतिक जगत के रूप में निरन्तर दृष्टिगोचर व प्रवाहित होती रहती है। इन छवियों से जुड़कर, हम उनमें समाहित उस रूपान्तरणकारी शक्ति को खोज सकते हैं जो हमारी आन्तरिक स्थिति व जागरूकता पर प्रभाव डाल सकती है।

जब मैंने पहली बार इन चित्रों को देखा, मुझे अपने अन्दर एक कोमल, आनन्ददायक ऊर्जा क्रियाशील होती महसूस हुई। अन्तिम चित्र को देखने के बाद, मैं निश्चलता की स्थिति में बैठी रही, मैं मौन और गहन शान्ति की स्थिति में चली गई। धीरे-से, एक विचार आया और तब मैंने महसूस किया कि मैं ध्यान में थी। प्रकृति से मुझे हमेशा से ही प्रेम रहा है, किन्तु ऐसा कभी नहीं हुआ कि प्रकृति के सान्निध्य ने मुझे इस प्रकार कभी अन्तर की ओर खींचा हो।

इस अनुभव पर चिन्तन-मनन करने पर मैंने जाना कि मैं उस शक्ति से जुड़ गई थी जो श्री मुक्तानन्द आश्रम की भूमि में व्याप्त है। मैं समझ गई कि इन चित्रों ने मुझे एक ऐसा उपाय प्रदान किया है जिससे मैं प्रकृति में अभिव्यक्त होती हुई परम सृजनात्मक शक्ति के विलास का अनुभव कर सकूँ। अपनी इस समझ से प्रेरित होकर, मैंने इन छवियों में निहित उत्कृष्ट शुद्धता व दृष्टिकोण के माध्यम से, प्राकृतिक जगत का अन्वेषण शुरू कर दिया।

इन चित्रों में से कोई भी चित्र, हमें अपने अन्तर में ले जा सकता है, जहाँ हम प्रकृति के साथ अपनी एकात्मता और स्वयं अपनी ही दिव्यता की अनुभूति कर सकते हैं। जब भी हम चित्रों को देखने के लिए स्वयं को तैयार करें तो एक संकल्प बना लेना अच्छा होता है, उदाहरण के लिए, शक्ति के साथ जुड़ने

का संकल्प। अपने आपको एकाग्र करते हुए, हम ऐसा दृष्टिकोण रखें मानो हम एक मन्दिर में, प्रकृति के पावन मन्दिर में प्रवेश कर रहे हों। चित्रों को देखने से पहले हम श्वास-प्रश्वास पर अपने मन को केन्द्रित कर, मन्त्र-जप करते हुए अपना ध्यान आरम्भ कर सकते हैं। फिर, 'प्ले' बटन पर क्लिक करके या चित्रों को एक के बाद एक सरकाते हुए, हम अपने सामने उपस्थित प्रकृति की गतिशीलता के साथ अपने श्वास-प्रश्वास व मन्त्र को जोड़ सकते हैं। जब हम किसी छवि विशेष की ओर आकर्षित हों तो उस छवि पर रुककर, स्वयं से पूछ सकते हैं और विचार कर सकते हैं, "यह चित्र मुझे क्या सिखा रहा है जिसे मैं अपने जीवन में लागू कर सकता हूँ?" इस तरह, हम छवियों के साथ एक आध्यात्मिक अभ्यास के रूप में जुड़ रहे होते हैं।

चित्रों को नियमित रूप से देखते रहने से, हम उस सामंजस्य तथा सन्तुलन को देख सकते हैं जो प्राकृतिक जगत को बनाए रखता है व उसे पोषित करता है। और चूँकि हम प्रकृति के सहज-स्वाभाविक भाग हैं, हम इस बात पर मनन कर सकते हैं कि हमारा जीवन प्रकृति के अनूठे उदाहरण से किस तरह लाभान्वित हो सकता है। समय के साथ-साथ, श्री मुक्तानन्द आश्रम की इन छवियों के माध्यम से प्रकृति की दिव्यता में स्वयं को निमग्न करना सीखकर, हम जहाँ भी रहते हों और इस धरती पर हम जहाँ भी जाएँ, वहाँ हम प्रकृति के विषय में अपने अनुभव को रूपान्तरित कर सकते हैं।

© २०२१ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।