सही प्रयत्न द्वारा, साधना के वृक्ष को सींचें

१ मई, २०१९

आत्मीय पाठकगण,

सिद्धयोग पथ पर मई का माह, बाबा जी का माह है। श्रीगुरुमाई ने इसे अपने परम प्रीय श्रीगुरु, बाबा मुक्तानन्द को समर्पित किया है, जिन्होंने सिद्धयोग की सिखावनियों को प्रदान करते हुए विश्व की यात्रा की।

बाबा जी के जन्मदिवस के इस माह में जब हम उनके जीवन का उत्सव मना रहे हैं, तो गुरुमाई जी हमें प्रोत्साहित करती हैं कि हम बाबा जी के संकेतों पर ध्यान दें — प्रकृति में, ध्यान के अपने अनुभवों में और अपने विचारों में, उन भावनाओं व प्रेरणाओं में जो हमें दिन के दौरान अनायस-ही प्राप्त होती हैं। मैं आपको आमन्त्रित करती हूँ कि आप इस माह के दौरान इस बोध को बनाए रखें और देखें कि *आपके लिए* क्या उन्मीलित हो रहा है। बाबा जी के संकेतों को पहचानना, उनकी कल्याणकारी, शाश्वत उपस्थिति से जुड़ने व उसे अनुभव करने का एक तरीक़ा है। ऐसे संकेत हमें उत्साह के साथ अपनी साधना को आगे बढ़ाने के लिए प्रेरित करते हैं।

अपने नववर्ष-सन्देश में गुरुमाई जी हमें विशिष्ट तरीक़े प्रदान करती हैं जिनके द्वारा हम उत्सुक्तापूर्वक अपनी साधना कर सकते हैं और उसे आगे बढ़ा सकते हैं। 'मधुर सरप्राइज़' २०१९ के दौरान गुरुमाई जी "सही प्रयत्न" के उपयोग और अभ्यास को दोहराने के महत्त्व पर बल देती हैं ताकी मन को मृदुलतापूर्वक उसके प्रकाश की ओर मोड़ा जा सके। गुरुमाई जी हमारे लिए यह स्पष्ट करती हैं कि साधना में सही प्रयत्न क्या है और हमें सिखाती हैं कि अपने निरन्तर अभ्यास द्वारा, सही प्रकार के प्रयत्न करते रहने से हम अपने मन के आलोक का अनुभव कर पाते हैं।

तो इस माह श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश पर वापस आएँ और अपनी याद को ताज़ा करें कि किस प्रकार गुरुमाई जी "सही प्रयत्न" के बारे में सिखाती हैं। फिर अपना दैनिक कार्य करते समय, आप कई अवसरों पर खुद से पूछ सकते हैं, "वह कौन-सा सही प्रयत्न है जो मैं *इस समय* कर सकता हूँ?"

वर्ष २०१९ में हम सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर प्रकाशित होने वाली ज्ञानवर्धक पोस्ट के माध्यम से श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के साथ बार-बार कार्य करते आए हैं। श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश पर नई

कहानियों और 'मधुर सरप्राइज़ २०१९' के लिए 'एक से अधिक बार प्रतिभागिता पैकेज' के साथ-साथ, इस माह वेबसाइट पर होंगे :

- 'बाबा मुक्तानन्द के जन्मदिवस महोत्सव के सम्मान में सिद्धयोग ऑडिओ सत्संग : *मन।*' हर वर्ष मई माह में हम सिद्धयोग ऑडिओ सत्संग द्वारा बाबा मुक्तानन्द का जन्मदिवस महोत्सव मनाते हैं। यह सत्संग, वेबकास्ट के माध्यम से १ मई से लेकर ३१ मई तक उपलब्ध रहेगा। मई माह में चयनित तिथियों पर, यह विश्वभर के सिद्धयोग आश्रमों व ध्यान केन्द्रों पर भी उपलब्ध रहेगा।
- प्रोफ़ेसर विलियम के. महोनी द्वारा 'Exposition on *Play of Consciousness* ।' यह व्याख्या उस दिन की ५०वीं वर्षगाँठ के अवसर पर है जब बाबा जी ने अपनी आध्यात्मिक आत्मकथा 'चित्शक्ति विलास' को लिखना आरम्भ किया था। अपनी असीम उदारता व करुणावश १२ मई, १९६९ को बाबा जी ने अपनी साधना का वृतान्त लिखना शुरू किया जो आज भी विश्व के हजारों जिज्ञासुओं के जीवन को रूपान्तरित करता आ रहा है।
- 'श्रीगुरुमाई के सन्देश पर अभ्यास-पुस्तिका' से 'अभ्यास-पत्र १४ से १७' तक।
- शास्त्रों से लिए गए उद्धरण, श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के आपके अध्ययन को आगे बढ़ाएँगे। इन उद्धरणों में आपको श्रीमद्भगवद्गीता से श्लोक मिलेंगे। गुरुमाई जी अपने नववर्ष-सन्देश में इस शास्त्र को उद्धरित करती हैं और उन्होंने इस शास्त्र को वर्ष २०१९ में हमारे अध्ययन के लिए निर्धारित किया है।
- ध्यान-सत्र ५, जिसका शीर्षक है 'The Breath Is the Pathfinder ।' श्रीगुरुमाई ने इन ध्यान सत्रों के प्रत्येक ध्यान-सत्र के लिए विशेष रूप से एक शीर्षक का चयन किया है। ये हमें साधना में किए गए अपने प्रयत्नों को पुनःनवीन करने का एक माध्यम प्रदान करते हैं।

इस वर्ष चन्द्रतिथि के अनुसार बाबा जी का जन्मदिवस १८ मई को है, जो हिन्दू पंचांग के अनुसार वैशाख माह की पूर्णिमा है। हर वर्ष बाबा जी के माह में, हम विश्व के अलग-अलग भागों में पूर्णता की ओर बढ़ते चन्द्रमा को देखते हैं। इसलिए, विश्व में आप जहाँ कहीं भी हों वहाँ से बाबा-चन्द्र की अपनी तस्वीरों को भेजने हेतु आमन्त्रण को पढ़ें!

'मदर्स् डे' यानी मातृ-दिवस, रविवार, १२ मई को विश्व के कई भागों में मनाया जाता है। यह दिवस माँ का सम्मान करने का दिन है जो हमारे जीवन को पोषित करने वाली शक्ति हैं; और उस असीम प्रेम, धैर्य और दृढ़ता का उत्सव मनाने का दिन है, जिसका परिचय वे अपने बच्चों की देखभाल करते समय देती

हैं। गुरुमाई जी हमें अपने नववर्ष-सन्देश में सिखाती हैं कि ये वही सद्‌गुण हैं जिन्हें हम अपनी साधना का फल प्राप्त करने के लिए विकसित कर सकते हैं।

श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश के साथ सक्रीय रूप से कार्य करके अपनी साधना को आगे बढ़ाना कितना आनन्ददायक है!

सदियों से सन्त-कवियों ने उदारतापूर्वक अपना प्रज्ञान प्रदान किया है और ईश्वर को जानने हेतु साधना-मार्ग का अनुसरण करने के लिए हमें प्रोत्साहित किया है। भारत में मुगल राज्य के समय के, सोलहवीं शताब्दी के सन्त-कवि रहीम जी के ऐसे ही एक प्रेरक दोहे के साथ मैं आपसे विदा लेती हूँ।

> एकै साधे सब सधै, सब साधे सब जाय।
> रहिमन मूलहिं सींचिबो, फूलै-फलै अघाय॥

रहीम जी कहते हैं,

> जब तुम एकाग्रचित्त होकर, एक ही कार्य को साध लेने में रत रहते हो, तब अन्य सभी कार्य निश्चित ही फलीभूत होंगे।
>
> जब तुम वृक्ष की जड़ों को सींचते हो तो उसमें से कोपलें फूटने लगती हैं और वह ख़ूब फलता-फूलता है।

आदर सहित,

गरिमा बोरवणकर

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