कृतज्ञता की भाषा

१ नवम्बर, २०१८

आत्मीय पाठकगण,

यदि आप विश्वभर के सभी देशों की सभी भाषाओं पर ग़ौर करें तो आपको हृदय के उस भाव के लिए, उस बोध के लिए, उस सद्गुण के लिए हज़ारों शब्द और वाक्यांश मिलेंगे जिसे 'कृतज्ञता' कहा जाता है। इनमें से कुछ शब्द सौम्य व मधुर हैं, उन्हें बोलते समय ऐसा लगता है मानो आपके मुख में मिठास घुल गई हो। कुछ शब्दों को सुनकर ऐसा महसूस होता है मानो किसी वाद्ययन्त्र से कोई राजसी और गरिमामय गहन स्वर आपके गले से निकलकर गूँज उठा हो। और फिर कुछ शब्द ऐसे होते हैं जिन्हें बोलते समय एक लय, एक उतार-चढ़ाव-सा महसूस होता है, या वे आपके मुख से इस तरह फूट पड़ते हैं कि उनकी ध्वनि में किसी वाद्य की थाप-सी महसूस होती है।

इनमें से हर एक शब्द और वाक्यांश — उसकी ध्वनियाँ, उसकी बारीकियाँ, जिस सांस्कृतिक पृष्ठभूमि से वह शब्द आया हो — कृतज्ञता के विषय में कोई नया ही पहलू दर्शाता है; और वे सभी पहलू किसी न किसी रूप में महत्त्वपूर्ण लगते हैं। कृतज्ञता को शब्दरूप देने या उसे व्यक्त करने के चाहे कितने ही तरीक़े क्यों न हों, कम ही होंगे। फिर भी, यदि किसी भाव को व्यक्त करने के लिए कोई भाषा पर्याप्त न लगे तो हो सकता है कि हम जिस भाव को शब्दों में व्यक्त करने की कोशिश कर रहे हों वह अत्यन्त गहरा और विशाल हो, उसके अनेक पहलू हों और वह एक गूढ़ भाव हो।

नवम्बर का माह, अमरीका में Thanksgiving ['थैन्क्स्गिविंग'] अर्थात् कृतज्ञता व्यक्त करने का माह है और विश्व के अन्य भागों में भी इस समय, इसी प्रकार के पर्व मनाए जाते हैं। परम्परागत तौर पर यह समय है, फसल काटने का, जब किसान महीनों पहले बोई गई अपनी फसल की प्रचुर उपज का अब आनन्द उठाते हैं। फिर वे किसान स्वयं और उनके परिश्रम से लाभान्वित होने वाले सभी, एकत्रित किए गए अन्न को ग्रहण करते हैं, धरती माँ को धन्यवाद देते हैं, एक-दूसरे को धन्यवाद देते हैं और उस परमपिता परमात्मा को धन्यवाद देते हैं जिनकी कृपा से ऐसी प्रचुरता और जीवन सम्भव हो पाया है।

सिद्धयोग पथ पर हम भी, मनन करने व कृतज्ञता व्यक्त करने हेतु यह समय समर्पित करते हैं। सच कहा जाए तो ये वे अभ्यास हैं जो साधना के दौरान निरन्तर चलते रहते हैं; और ये दोनों ही अभ्यास,

श्रीगुरु की सिखावनियों को आत्मसात् करने व हमारे जीवन के छोटे-बड़े अवसरों पर कृपा को पहचानने की हमारी क्षमता को और भी निखारने के लिए अनिवार्य हैं। फिर भी, इन अभ्यासों को करने के उद्देश्य से, वर्ष का एक विशिष्ट समय अलग से निर्धारित करने और विश्वभर के सिद्धयोगियों के साथ इन्हें करने का बहुत अधिक मूल्य है। कई बार ऐसा होता है कि अन्य लोगों की अन्तर-समझ से हमारे अन्दर भगवान और श्रीगुरु की हमारी अपनी स्मृतियाँ पुनः जाग्रत हो उठती हैं। जब हम दूसरों में उसी कृतज्ञता के भाव को पहचानते हैं तो हम भी स्वयं अपने अन्दर गहरे पैठे हुए कृतज्ञता के भाव के साथ बड़ी सहजता से जुड़ पाते हैं।

वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश है, 'सत्संग' — और मैं कहूँगी कि यदि कभी संक्षेप में बताना हुआ कि वह क्या है जिसके लिए हमें कृतज्ञ होना चाहिए तो वह यही है। सत्संग का एक क्षण भी — सत्य की संगति में एक क्षणांश भर, हमारी अपनी आत्मा की एक झलक भी — असाधारण किस्मत है। यह अहोभाग्य है। यह जन्म-जन्मान्तरों का पुण्यफल है और एक यथेष्ट कारण है कि हम सचमुच उल्लसित होकर कृतज्ञताभरे गीत गाते रहें। यही कारण है कि हमें महान सन्तजन व ऋषि-मुनियों द्वारा रचित गीत व काव्य प्रचुर मात्रा में देखने को मिलते हैं। उनकी इन रचनाओं में हम देखते हैं कि अपनी अपार कृतज्ञता को शब्दों में व्यक्त करने के लिए उन्होंने भरसक प्रयास किया, मानो ऐसा करना उनके लिए एक संघर्ष रहा हो। साथ ही, विरोधाभासी बात यह है कि अपनी कृतज्ञता को व्यक्त करने के प्रयास में उन्होंने जिन छन्दों व पदों की रचना की वे इतने सुन्दर व मन्त्रमुग्ध कर देने वाले हैं कि उन्हें पढ़कर ऐसा नहीं लगता कि उन सन्त-कवियों के लिए यह संघर्षपूर्ण रहा हो। सन्त-कवि कबीर द्वारा रचित ऐसा ही एक दोहा है, एक उत्कृष्ट कृति है जिसके जैसी अनेक रचनाएँ कई परम्पराओं के ग्रन्थों में, यहाँ तक की 'श्रीशिवमहिम्नः स्तोत्रम्' में भी देखने को मिलती हैं। अपने दोहे में कबीर साहिब लिखते हैं :

> सब धरती कागज करूँ, लेखनी सब बनराय,
> सात समुन्दर की मसि करूँ, गुरुगुण लिखा न जाय।
>
> यदि मैं सारी धरती को कागज़
> और समस्त वनों को अपनी लेखनी बना दूँ,
> यदि सातों समुन्दरों को स्याही बना दूँ,
> तब भी श्रीगुरु का गुणगान पूरी तरह न लिख पाऊँगा।[१]

बात ऐसी है कि सिद्धयोग पथ पर हम सत्य की संगति में होने के मात्र एक क्षण की बात नहीं कर रहे हैं। न ही हमें इस बात की प्रतीक्षा करनी है कि प्रकाश हमारी चेतना में अपने आप ही चमक उठेगा। शक्तिपात दीक्षा प्रदान कर और अपने नववर्ष सन्देश द्वारा, गुरुमाई जी ने हमें वे तरीक़े प्रदान किए हैं जिनकी सहायता से हम बारम्बार, बारम्बार सत्य की संगति में रह सकें। विचार करें, पल भर के लिए सोचें कि इसका क्या अर्थ है। श्रीगुरु की उदारता के बारे में यह आपसे क्या कह रहा है? और, चूँकि उनकी उदारता की गहराई की थाह लेना, उसे जानना असम्भव है, वह क्या है जो फिर भी अनकहा ही रह जाए?

थोड़ा ठहरकर विचार करना और ऐसे प्रश्न पूछना, तथा इस प्रकार से चिन्तन-मनन करते रहना सदैव सहायक होता है। वास्तव में, ऐसा नहीं है कि आपके अन्दर कृतज्ञता केवल इसलिए उमड़ती है क्योंकि बौद्धिक स्तर पर आप सोचते हैं कि ऐसा होना चाहिए। तथापि आप बुद्धि का उपयोग कर सकते हैं; यदि आप चिन्तन-मनन करते रहें तो आपकी विचारधारा और आपका अन्वेषण अवश्य ही आपके सामने कुछ नया और अर्थपूर्ण प्रकट करेगा। आप निश्चित ही अपने हृदय के प्रज्ञान व भाव तक पहुँच जाएँगे।

इसलिए, इस माह मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि आप वर्ष २०१८ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश के अपने अभ्यास पर बड़े ध्यान से व तत्परता से चिन्तन-मनन करें। यदि आपको लगे कि इस वर्ष में अब तक की आपकी साधना इतनी विशाल-विस्तृत है कि पीछे मुड़कर उस पर नज़र डालना मुश्किल है तो किसी एक विशिष्ट क्षण को याद करने के साथ उसका आरम्भ करें — वह एक क्षण जिसके विषय में आप निश्चित तौर पर कह सकें कि उस समय आपने स्वयं अपनी अच्छी संगति का आनन्द उठाया था, आपने वह चखा था जिसे गुरुमाई जी ने कितनी सुन्दरता से 'सत्यरस' कहा है। याद करें कि वह क्षण कैसा था, उसकी बनावट कैसी थी, उसका वह एहसास, उसका रस कैसा था। और फिर देखें कि आपका यह चिन्तन-मनन आपको कहाँ ले जाता है, जिसके आरम्भ में आप मानसिक तौर पर एक अभ्यास करते हैं, फिर सूक्ष्मता से उस ख़ास क्षण को, उस अनुभव को याद करते हैं, और यही आपको ले जाता है उस संस्मरण तक, सत्संग तक; और फिर उसके बाद स्वाभाविक रूप से जो होता है, वहाँ तक।

अपने मनन व अभ्यास में सम्बल प्राप्त करने के लिए आप सिद्धयोग पथ की वेबसाइट देखें। नवम्बर माह में वेबसाइट पर, 'कृतज्ञता' के लिए प्रयुक्त शब्दों की एक वार्षिक गैलरी होगी; इस महीने के हर दिन एक नया शब्द पोस्ट किया जाएगा और साथ ही उसकी ऑडिओ रिकॉर्डिंग भी होगी। इस पूरे वर्ष

आपने जिन सिखावनियों का, व्याख्याओं व छवियों का अध्ययन किया है, उनमें से कुछ का संकलन भी वेबसाइट पर दिया जाएगा — यह आपके लिए, वर्ष २०१८ में की गई सिद्धयोग साधना की मुख्य झलकियों से एक बार फिर गुज़रने का अवसर होगा। और, एक अतिविशेष चलचित्र भी होगा जिसमें इस वर्ष के सन्देश के अनेक गुणों में से कुछ गुण व सन्देश सम्बन्धी साधना-सामग्री दर्शाई जाएगी।

भारत में इस वर्ष, नवम्बर का यह माह, दीपावली के उत्सव का, प्रकाश के उत्सव का माह भी है। सिद्धयोग पथ पर भी हम यह त्यौहार मनाते हैं; दीपों में नृत्य करती ज्योतियाँ दिव्य आत्मप्रकाश का प्रतीक हैं और ये दर्शाती हैं आत्मप्रकाश की विजय को तथा उसके स्थायी स्वरूप को जो समस्त कालचक्रों व इस जगत की परिवर्तनशीलता के बीच भी बना रहता है। दीपावली [४ से ८ नवम्बर] के आस-पास वेबसाइट पर उससे जुड़ी कहानियाँ, तस्वीरों की गैलरी और संगीत भी पोस्ट किया जाएगा।

दीपावली हर बार 'कृतज्ञता' के माह में आती है, ऐसा नहीं, परन्तु जब ऐसा होता है तब इस संयोग को एक अत्यन्त सुन्दर अर्थ प्राप्त होता है। हम इन दोनों उत्सवों के बीच एक सम्बन्ध देख सकते हैं। जब आत्मा का प्रकाश हमारे अन्तर में प्रदीप्त हो उठता है तो हम प्रचुरता का अनुभव करते हैं — ऐसी प्रचुरता जो कभी कम नहीं हो सकती, जो परिस्थितियों के अनुसार कभी परिवर्तित नहीं होती, और हमारे दुखों की सूची चाहे कितनी ही लम्बी या छोटी क्यों न हो, यह सदैव अप्रभावित रहती है। यही नहीं, यह प्रचुरता समता-भाव के साथ जीवन जीने में हमारी सहयता करती है।

इस प्रचुरता को हम बाहरी रूप में अनेक प्रकार से प्रकट करते हैं — भोजन के रूप में और उसे एक-दूसरों के साथ बाँटकर, अपने घर में लोगों का स्वागत करके और वे हमारे जीवन में जो लाए हैं, उसके लिए उनके प्रति आभार व्यक्त कर। फिर भी उसका सच्चा प्रकटीकरण तो वह है जिसे हम अन्तर में पहचानते व अनुभव करते हैं — परिपूर्णता व तृप्ति के रूप में, किसी और चीज़ की चाह न होने व इसके फलस्वरूप उमड़ने वाली कृतज्ञता के रूप में।

और प्रचुरता के कारण उमड़ने वाला यह कृतज्ञता का भाव, यह भावना ही 'औपचारिक धन्यवाद' और 'हृदय से निकलने वाले धन्यवाद' के बीच का अन्तर है। 'औपचारिक धन्यवाद' तो हम सामाजिक शिष्टाचार के कारण कहते हैं, और 'हार्दिक धन्यवाद' उस शक्ति की प्रेरणा से व्यक्त होता है जो स्वतः ही उमड़ती है, स्वेच्छा से, क्योंकि यह उसका स्वभाव ही है। यह भाव एक ऐसा स्रोत है जो हमारे शब्दों से पहले ही उमड़ पड़ता है और उन शब्दों के मौन में समा जाने के बाद भी यह दीर्घकाल तक बहता रहता है। यह उन आँसुओं की भाषा है जो हमारी आँखों से बह निकलते हैं, यह हमारी आँखों के चमक

उठने पर व्यक्त होने वाला कोमल भाव है। यही कारण है कि हम सबके शब्द-भण्डार में कितने ही शब्द क्यों न हों, आभार प्रकट करने के लिए न वे पर्याप्त हैं और न ही कभी होंगे।

आदर सहित,
ईशा सरदेसाई

---

[१] अंग्रेज़ी भाषान्तर © 2018 SYDA Foundation.

© २०१८ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्ड़ेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।