सेवा के अलोकिक अभ्यास पर मनन

सिद्धयोग विद्यार्थी द्वारा लिखित एक पत्र

१ सितम्बर, २०१५

प्रिय सिद्धयोगी,

आपको यह बताते हुए मुझे प्रसन्नता हो रही है कि सितम्बर माह के शिक्षण का केन्द्रण है, सिद्धयोग अभ्यास- सेवा।

सेवा एक प्राचीन आध्यात्मिक अभ्यास है। संस्कृत के इस शब्द का अर्थ है, सेवा करना, सम्मान करना और पूजा करना। सिद्धयोग पथ पर सेवा एक निःस्वार्थ कार्य है, जो हम श्री गुरु को अर्पित करते हैं, यह एक पवित्र अर्पण है जो कि फल प्राप्ति की आसक्ति के बिना किया जाता है।

पिछली ग्रीष्म ऋतु में मैंनें अपने परम प्रिय सिद्धयोग पथ के अनुसरण के तीस वर्ष पूर्ण होने का उत्सव मनाया। इन वर्षों में मैंनें विभिन्न प्रकार से सेवाएँ अर्पित की। उदाहरणार्थ-मैंनें एस.वाय.डी.ए. फ़ाउण्डेशन के दक्षिणा विभाग में स्टाफ तथा विज़िटिंग सेवाकर्त्ता के रूप में और सेन डिएगो के सिद्धयोग ध्यान केन्द्र पर वित्तीय समायोजक और सत्संग के सूत्रधार के रूप में सेवाएँ अर्पित की। मैंने सदैव सेवा के अभ्यास को श्री गुरुमाई की असीमित कृपा के प्रति कृतज्ञता प्रकट करने के एक तरीके के रुप में पोषित किया है।

मैं इस पर मनन कर रही थी कि सेवा के प्रति मेरी समझ और अनुभव, किस प्रकार वर्ष २०१५ के लिए श्री गुरुमाई के सन्देश से प्रकाशित है :

मुड़ो
अन्तर की ओर
करो सहजता से
ध्यान

कई वर्ष पूर्व मुझे बाबा मुक्तानन्द की महासमाधि के सम्मान में आयोजित सार्वभौमिक सिद्धयोग शक्तिपात ध्यान शिविर में सूत्रधार के रूप में सेवा अर्पित करने के लिए आमन्त्रित किया गया था। मुझे पता था कि एक सार्वजनिक वक्ता होने के मेरे अनुभव और निपुणता के कारण, सेवा की इस भूमिका के लिए मुझे आमन्त्रित किया गया था। तथापि, मुझे यह महसूस हुआ कि यह विशेष सेवा मेरी योग्यता की सीमाओं के परे है तथा सम्भवतः मुझे मेरी अभ्यस्त आरामदायक स्थिति से बाहर निकालेगी।

जब मैंने गम्भीरता से विचार किया कि इस आमन्त्रण का प्रतिउत्तर कैसे दूँ, तब मैने स्वयं को याद दिलाया कि यह कोई साधारण कार्य नहीं है, यह सेवा है और चाहे कुछ भी हो इससे मुझे केवल सीखने को मिलेगा व मेरी प्रगति ही होगी। और फिर मुझे सेवा करना बहुत प्रिय भी था तो मैंनें एक उत्साहपूर्ण “हाँ!” के साथ आमन्त्रण स्वीकार किया।

शक्तिपात ध्यान शिविर के सूत्रधार की पूर्व-तैयारी हेतु एकाग्रता और केन्द्रण की आवश्यकता थी और मैं सौभाग्यशाली थी कि मैं जिन सेवाकर्ताओं के साथ अपनी सेवा अर्पित कर रही थी वे बहुत सम्मानीय व सम्बल प्रदान करने वाले थे। उनका श्री गुरु के प्रति प्रेम मेरे लिए प्रेरणात्मक था। मैंने यह दृढ़ संकल्प किया कि मैं आत्मसन्देहों को एक तरफ़ रखकर पूर्ण हृदय और पूर्ण उत्साह के साथ सेवा करूँगी। मैंने यह निर्णय लिया कि मैं अपने अन्दर भगवान को देखने का प्रयत्न करूँगी और हर कदम पर कृपा के लिए प्रार्थना करूँगी।

ध्यान शिविर के पूर्व के सप्ताहों में कुछ चुनौतीपूर्ण क्षणों के साथ साथ, मुझे बहुत ही विस्मयकारी रूपान्तरण का अनुभव भी हुआ। मैं लगातार अपनी टीम के साथ बातचीत कर रही थी, उनकी प्रतिक्रिया सुन रही थी और जो मैंने सीखा, उसे लागू कर रही थी। अन्तर में बहुत कुछ महत्त्वपूर्ण घट रहा था। मैंने यह देखा कि जिस अन्तराल में मैं अपनी सेवा पर केन्द्रित नहीं होती, बच्चों की देखभाल या घर का काम काज करते समय मेरा मन पूर्णतया स्थिर रहता था। प्रायः इतने कार्यों को करते हुए, सामान्यतः मैं बहुत थक जाती थी, फिर भी इस दौरान जीवन का प्रत्येक भाग उत्साह से परिपूर्ण था। मेरे अपने मन की प्रशान्ति व मौन से उपजा आनन्द अन्तर से बाहर की ओर प्रसारित हो रहा था।

इस परियोजना के दौरान मैंने यह संकल्प लिया कि मैं चाहे कितनी भी व्यस्त क्यों न होऊँ प्रतिदिन ध्यान के लिए बैठूँगी। इस वचनबद्धता से जो मैंने अनुभव किया उससे मैं आश्चर्यचकित थी। जब मैं ध्यान के लिए बैठती तो बिना किसी प्रयास के मैं ध्यान की अत्यन्त गहरी स्थिति में जाती जहाँ मेरा शरीर और विचार पूर्णतया स्थिर होते। इस स्थान पर, कभी-कभी मैं अपने हृदय को प्रेम और शान्त शक्ति के साथ स्पन्दित होते हुए महसूस करती। अन्य समय पर केवल पूर्ण प्रशान्ति रहती और कुछ नहीं। यह बहुत ही आनन्दायक था! जब मैं ध्यान से बाहर आती तो स्वयं को पूर्णतः नवीन पाती, पूरी तरह विस्मय और कृतज्ञता से भरा हुआ। यह मेरे दृष्टिकोण का विस्मित कर देने वाला परिवर्तन था। पहले मैं सोचती थी कि मुझे ध्यान में अपने मन को शान्त करने के लिए बहुत प्रयत्न करना पड़ेगा। जिस संकल्प के साथ मैं सेवा करती थी उसी संकल्प के साथ ध्यान का अभ्यास करने से ध्यान भी मेरे लिए पूर्णतः सहज हो गया और आनन्द से भर गया। सेवा और ध्यान का अनुभव एक ही हो गया।

इस सितम्बर माह के दौरान मैं आपको सिद्धयोग पथ वेबसाइट पर सेवा के अभ्यास के विषय में दी गई सिखावनियों और श्री गुरुमाई की पुस्तक ''ऐन्थूज़ीऐज़म'' में से उनके प्रवचन "सेवा क्रिएटस अ पॉन्ड ऑफ नेक्टर" को पढ़कर सेवा के अभ्यास के बारे में अधिक जानने के लिए आमन्त्रित करती हूँ।

मैं यह प्रार्थना करती हूँ कि सेवा का अभ्यास आपके अन्दर महान आनन्द को प्रकट करे।

आदर सहित,

नन्दिनी भार्गव
एक सिद्धयोग विद्यार्थी