वर्ष २०१७ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश का अभ्यास करना

सिद्धयोगियों के अनुभव

१ जनवरी को, 'एक मधुर सरप्राइज़' सत्संग में श्रीगुरुमाई ने वर्ष २०१७ के लिए अपना सन्देश प्रदान किया :

> दिव्य हृदय की सुगन्ध को अपने श्वास में भर लो।
> परम आत्मा के प्रकाश में मुदित हो जाओ।
> दिव्य हृदय की कल्याणकारी शक्ति के साथ अपने प्रश्वास को मृदुलता से बहने दो।

अपना सन्देश प्रदान करने के बाद, श्रीगुरुमाई ने अपने सन्देश की भेंट को स्वीकार करने के लिए सभी को धन्यवाद दिया था और पूछा था कि क्या सभी जानते हैं कि उन्हें *और भी* अधिक प्रसन्नता किस बात से होगी। फिर गुरुमाई जी ने कहा था : "यदि तुम इस भेंट को अपना बना लो।"

इस पूरे वर्ष, सिद्धयोगी और नए साधक श्रीगुरुमाई के सन्देश का अभ्यास करते आ रहे हैं और अनेक तरीक़ों से इसे अपना बना रहे हैं, जैसे — सन्देश को अपने ध्यान के अभ्यास का अंग बनाकर, सोने से पहले, जागने पर, चलते समय, कोई महत्त्वपूर्ण निर्णय लेते समय, अपने कार्य करने के बीच थोड़ा रुककर, अपने परिवार के साथ समय बिताते हुए, तथा और भी अनगिनत तरीक़ों से।

इस पृष्ठ पर, आपके पास एक सुअवसर है कि आप श्रीगुरुमाई के सन्देश का अभ्यास करने और इसे अपना बनाने के अपने अनूठे अनुभवों पर चिन्तन-मनन कर सकते हैं और ये अनुभव दूसरों को बता भी सकते हैं; और ऐसा भी हो सकता है कि दूसरों के अनुभवों व अभ्यास से आपको भी प्रेरणा मिले।

ये कुछ प्रश्न हैं जिन पर आप चिन्तन कर सकते हैं :

- श्रीगुरुमाई के सन्देश को अपना बनाना — इसका **आपके** लिए क्या अर्थ है?
- श्रीगुरुमाई के सन्देश का अभ्यास आप किन तरीक़ों से और किन अवसरों पर करते आए हैं?

श्रीगुरुमाई के सन्देश का अभ्यास करने से और उनके सन्देश को अपना बनाने से आप किस प्रकार लाभान्वित हुए हैं?

कुछ समय निकालें और जो प्रश्न आपके अन्तर में गूँजते हों, उन पर मनन करें, तथा अपने अनुभव या समझ को अपनी दैनन्दिनी में लिखें। अपने अनुभव लिख लेने के बाद, यहाँ दी गई लिंक पर क्लिक करें और सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर अपने अनुभव बताएँ। साथ ही, वेबसाइट के इस पृष्ठ को बार-बार अवश्य देखें ताकि आप दूसरों के अनुभवों को पढ़ सकें और उनसे प्रेरणा पा सकें।

© २०१७ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।