# परिणत होने की ऋतु

१ सितम्बर, २०१८

आत्मीय पाठकगण,

सितम्बर का माह, परिणत होने की अर्थात रूपान्तर की ऋतु है। यह ऋतु है अपने खुद के सत्य स्वरूप में अवस्थित होने की, अधिक पूर्णता के साथ, अधिक दृढ़ निश्चय और आनन्द के साथ। निस्सन्देह, प्रकृति भी हमें यही बताना चाह रही है। विश्व के कुछ स्थानों पर वसन्त ऋतु का आगमन हो रहा है, घाटियाँ और ग्रामीण क्षेत्र लहलहाते, हरे-भरे और आशापूर्ण दिखने लगे हैं। अमरीका और उत्तरी गोलार्ध के अन्य भागों में, ग्रीष्म ऋतु की बहार शीघ्र ही शरद ऋतु में परिवर्तित होगी यानी रंगों के उस वैभव में जो केवल समय के साथ ही आता प्रतीत होता है और उस विनम्रता में, जो जीवन के उतार-चढ़ावों, सुखों और दुखों से जन्म लेती है। हम विश्व में चाहे कहीं भी हों, हम रूपान्तर की दहलीज़ पर हैं।

यह कहना उचित होगा कि इस समय के कितने सारे रंग हैं — इस एक ही समय में एक उत्साहपूर्ण नवीनता हो सकती है *और* साथ ही किसी चीज़ में एक परिपक्वता भी आ सकती है, जो अभी है और हमेशा से रही है। रंगों और भावनाओं की विविधता मानव-अनुभवों के विस्तार को प्रतिबिम्बित करती है और साथ ही, साधना के स्वरूप को भी। साधना में हमारी प्रगति के लिए, नयापन और परिपक्वता दोनों ही आवश्यक हैं यानी एक नए विद्यार्थी का मन और प्राप्त हुए ज्ञान का पोषण व विकास, ये दोनों आवश्यक हैं। इन दोनों के संगम में सम्भावनाएँ निहित हैं, भरपूर सामर्थ्य है। गतिशीलता है।

इस वर्ष के अपने सन्देश-प्रवचन में, गुरुमाई जी भारत के सन्त-कवियों और सत्संग की परम्परा में उनके योगदान के बारे में सिखाती हैं कि किस प्रकार उन सन्तों ने अपने शब्दों व कृत्यों से यह समझाया कि सत्य का अनुभव सभी लोगों के लिए सुलभ है। एक सन्त जिनके बारे में गुरुमाई जी ने बताया, वे हैं चौदहवीं शताब्दी की कश्मीर की सन्त लल्लेश्वरी। आज भी सन्त लल्लेश्वरी के शक्तिपूरित पद आध्यात्मिक जिज्ञासुओं के लिए प्रेरणा का स्रोत हैं; कविताओं के रूप में ये पद उस तीव्र ललक को दर्शाते हैं जिसे सभी महसूस करते हैं, काव्यात्मक रूप में लिखे ये पद, वे सिखावनियाँ प्रदान करते हैं जो इस ललक पर कार्य करने में हमारी मदद करती हैं। बाबा मुक्तानन्द ने सन्त लल्लेश्वरी की कई

कविताओं को हिन्दी भाषा में लिखा है [जो उन्होंने कश्मीरी भाषा में लिखी थीं] और गुरुमाई जी ने बाबा जी द्वारा लिखित कविताओं का अंग्रेज़ी भाषा में अनुवाद किया है।

एक कविता में सन्त लल्लेश्वरी लिखती हैं :

> तुम होश में हो क्या?
> पाँव आगे रखो,
> वेग से चलो, अपनी यात्रा पूरी करो।
> अपनी समझ को जागरूकता से आगे बढ़ने दो।[१]

सन्त लल्लेश्वरी के शब्दों में कितना उत्साह है, पाँव आगे रखने की उनकी पुकार में नवीनता के साथ शुरुआत करने का जोश है। साथ ही, वे हमें दृढ़तापूर्वक प्रोत्साहित कर रही हैं कि हम अपनी यात्रा को *पूरा* करें — उसे पूर्णता तक लाएँ जिसकी हम शुरुआत कर चुके हैं; मज़बूत, तेज़ और दृढ़ क़दम उठाएँ, जिससे हमने अभी तक जो पाया है, उसे हम पूरा करें।

अपने सन्देश-प्रवचन में, गुरुमाई जी हमें एक संकल्प लेने के लिए कहती हैं, और वह है कि हम अपने खुद के सत्संग की रचना करें, किसी भी क्षण और किसी भी स्थान पर, "ठहरें व जुड़ जाएँ।" तो वर्ष २०१८ के अन्तिम माहों में प्रवेश करते हुए, आगे आने वाली शुरुआतों पर सूक्ष्मता से ध्यान देते हुए, आइए चिन्तन करते हैं कि इस संकल्प को पूरा करने का क्या अर्थ है। वर्ष २०१८ के अन्त तक, हम अपनी साधना में कहाँ पहुँचना चाहते हैं? हमारी यात्रा का लक्ष्य या इसका यह पड़ाव कैसा दिखता है और हम वहाँ तक कैसे पहुँचें?

सच कहें तो अपने खुद के सत्संग की रचना करने के लिए कोई अन्तिम तिथि नहीं है, कोई निर्दिष्ट सीमा नहीं है। सत्संग, सत्य की संगति में आना, साधना का सारतत्त्व है; इसकी महत्ता अनन्त है, आपके समक्ष आपकी आत्मा के बारे में और अधिक प्रकट करने की इसकी क्षमता असीम है। फिर भी, यह अच्छा होगा कि आप *कुछ* उद्देश्य बना लें या मापदण्ड तय कर लें कि आप इस वर्ष के अन्त में कहाँ होना चाहते हैं, और फिर उस लक्ष्य को पाने का दृढ़तापूर्वक प्रयत्न करें, जब आपके पास अभी भी चार महीने शेष हैं —आश्वासन और अवसर से भरे — पूरे चार महीने हैं। गुरुमाई जी ने हमें सिखाया है कि हम साधना की लक्ष्यप्राप्ति के लिए "छोटे, विशिष्ट और सुनियोजित" क़दम उठाएँ। इस तरीक़े से, आप और अधिक स्पष्टता से यह समझ सकते हैं कि आप किस दिशा में कार्य कर रहे हैं। अपने मन को इसमें पूरी तरह लगा दें और फिर इसे और भी अधिक उत्साह के साथ करें।

तो ऊपर पूछे गए प्रश्नों पर विचार करें। *वर्ष २०१८ के अन्त में आप कहाँ होना चाहते हैं? गुरुमाई जी ने आपको जो संकल्प दिया है, उसे पूरा करने का क्या अर्थ है?* हो सकता है, आपके लिए इस संकल्प को पूरा करने का अर्थ हो, सत्संग की रचना करने की अपनी शक्ति को सचमुच बढ़ाना; या इसका अर्थ हो, "ठहरने व जुड़ने" को अपनी सत्ता में इतनी गहराई से आत्मसात कर लेना कि यह अभ्यास आपके लिए श्वास के अन्दर आने और बाहर जाने जितना स्वाभाविक हो जाए।

हो सकता है इसका अर्थ हो, बहुत नज़दीकी से यह जानना कि आपकी अपनी अच्छी संगति क्या है और फिर चाहे आप अकेले हों या लोगों के बीच हों, उस संगति के साथ समान सहजता से जुड़ जाना। या शायद यह हो सकता है, सत्संग के क्षण को थामे रखना जिससे कि आप अपने दैनिक कार्यों को करते हुए, स्वयं के साथ अपने जुड़ाव को सतत अनुभव करते रहें।

आपके लिए जो कुछ भी उभरकर आता है, उसके साथ जुड़ जाएँ और उसे पूरा करें। अपने आस-पास व अपने अन्तर में घट रहे हर नए आरम्भ से प्रेरणा और ऊर्जा प्राप्त करें। सन्त लल्लेश्वरी के शब्दों पर ध्यान दें और — बिना दबाव के, बिना खुद को बाध्य किए — *अपनी समझ को बढ़ने दें।* धैर्य के साथ, दृढ़ता के साथ, निर्भय होकर, एक ऐसे वातावरण का निर्माण करें जिसमें सत्संग, सिखावनी और अनुभव, आपके अन्तर में चिरस्थाई आधार स्थापित कर पाएँ।

हमेशा की तरह, सिद्धयोग पथ की वेबसाइट आपके उद्यमों में आपकी सहायक और साधन-स्रोत रहेगी। भारत में, यह माह गणेशोत्सव का है, भगवान श्रीगणेश [जिन्हें गणपति के नाम से भी जाना जाता है], उनके सम्मान में दस दिवसीय महोत्सव का। वे विघ्नहर्ता हैं और नए आरम्भ के देवता हैं। गणेश-उत्सव इस वर्ष १२ से २३ सितम्बर के बीच मनाया जाएगा [भारत में १३ से २३ सितम्बर के बीच]; इस समय आप उनकी उपस्थिति का आवाहन कर सकें, इसलिए वेबसाइट पर गणपति बप्पा के स्त्रोत पढ़ने और गाने के लिए उपलब्ध रहेंगे। साथ ही, वेबसाइट पर श्रीगुरुमाई के सन्देश के विषय से सम्बन्धित कहानियाँ दी जाएँगी और स्वामी अखण्डानन्द की एक वार्ता पोस्ट की जाएगी। यह वार्ता आपकी साधना में बुद्धि के महत्त्व के विषय में रहेगी।

और यदि आपने अभी तक 'एक मधुर सरप्राइज़' सत्संग में भाग नहीं लिया है — या ख़ासकर, अगर आपने पहले भाग ले भी लिया है तो भी मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि आप इसमें भाग लें और श्रीगुरुमाई के सन्देश-प्रवचन को सुनें। यह सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर ९ सितम्बर तक उपलब्ध रहेगा। हर बार जब आप भाग लेते हैं तो गुरुमाई जी की सिखावनियों का आपका अन्वेषण — इस बात

की आपकी समझ कि आप किस ओर बढ़ रहे हैं, आप किस पथ पर हैं — और गहरी, अधिकाधिक स्पष्ट व सूक्ष्म होती जाती है।

हाल ही में गुरुमाई जी, श्री मुक्तानन्द आश्रम में बच्चों और युवाओं के साथ अमृत के कोर्टयार्ड में खड़ी थीं। कोर्टयार्ड रंगों के भव्य दृश्य से सजा हुआ था, एक तरफ़ सूरजमुखी की लम्बी-लम्बी डालियों से पर्दा-सा बन गया था और बाकी जगह लाल, नारंगी, गुलाबी व पीले रंगों के फूलों और विभिन्न बेलों व लताओं की झालर लटकी हुई थी। सूरज ऊपर आ गया था और उसकी सुन्दर श्वेत किरणें हर चीज़ को आच्छादित कर रही थीं।

गुरुमाई जी बच्चों के साथ सूरजमुखी के फूलों के पास खड़ी थीं, तभी एक तितली उनके हाथ पर आकर बैठ गई। वह वहाँ बैठी रही — चुपचाप, बिना हिले, जैसे उसे इस बात पर सन्देह हो कि अगर उसने अपने नाज़ुक पैरों को एक इन्च भी आगे बढ़ाया तो क्या होगा।

कुछ ही क्षणों में, गुरुमाई जी उस तितली को धीरे से, पास के एक फूल के नज़दीक लाईं। फूल का गुदगुदा चेहरा और बड़ी हृदयाकार पत्तियाँ, खुले आमन्त्रण की तरह थीं। फिर भी तितली वहीं जमी रही; वह गुरुमाई जी का हाथ छोड़ने के लिए तैयार ही नहीं थी। बड़ी कोमलता से गुरुमाई जी ने अपनी खुली हथेली पर उसे आगे की ओर झुकाया और कहा, "जाओ। तुम पकड़ सकती हो। तुम सशक्त हो।"

तितली ने बात सुनी और बहुत धीमे से वह एक पत्ते पर चली गई। और फिर — वह वहीं रुक गई। वहीं बैठी रही; उसकी पकड़, सहजता और दृढ़ता का असामान्य मिश्रण थी। उसने अपने पंख पसारे, सूरज की किरणें अपने पंखों पर गिरने दीं और उन पर बनी, बेहद खूबसूरत, रंग-बिरंगी आकृतियाँ प्रकट कर दीं।

जब हम श्रीगुरु की सिखावनियों का पालन करते हैं, तब जो घटित होता है वह अद्भुत है — सद्गुणों को हम अपने ही अन्दर खोज लेते हैं, अनायास ही हम शक्ति और सौन्दर्य प्राप्त करते हैं और अपने संसार के साथ बाँटते हैं। इस पत्र में मैंने पहले सन्त लल्लेश्वरी की एक कविता का उल्लेख किया है। उसकी अगली पंक्तियाँ भी हैं, जो हमारे लिए सदा ही महत्त्वपूर्ण रही हैं, और ख़ासकर अब, जब हम इस विशिष्ट व निर्णायक क्षण में, परिणत होने के क्षण में खुद को देख रहे हैं।

सन्त लल्लेश्वरी कहती हैं :

> अपने मित्र को ढूँढो, प्रकाश दिखेगा।
> अपने पाँव को सुदृढ़ होने दो, पंख फूटने दो।[२]

आदर सहित,

ईशा सरदेसाई

---

१ *Lalleshwari: Spiritual Poems by a Great Siddha Yogini,* स्वामी मुक्तानन्द द्वारा लिखित [साउथ फ़ाल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन, १९८१], पृ. ५।

२ *Lalleshwari,* स्वामी मुक्तानन्द द्वारा लिखित [साउथ फ़ाल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन, १९८१], पृ. ५।

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