गुरुमाई चिद्विलासानन्द पर मनन, वर्ष २०१६

शयूर शहा

द्वारा लिखित

एक दिव्य चिति

दस वर्ष की आयु में मैंने पहली बार श्री गुरुमाई की सिखावनियों के बारे में जाना — दर्शन पत्रिका व श्री गुरुमाई के प्रवचनों की ऑडिओ एवं वीडिओ रिकार्डिंगों द्वारा और अपनी माँ के साथ केन्या के नैरोबी स्थित सिद्धयोग ध्यान केन्द्र पर जाकर। मेरे वयस्क होने तथा भारत में रहकर काम करने तक टेक्नोलॉजी में बदलाव आ चुका था और सिद्धयोग पथ की वेबसाइट अब मेरे लिए श्री गुरुमाई की सिखावनियों को प्राप्त करने व उन पर चिन्तन-मनन करने के मेरे प्रिय तरीकों में से एक बन गई थी।

वर्ष २०११ के जुलाई व अगस्त माह के दौरान भगवान नित्यानन्द की स्वर्णिम पुण्यतिथि पर वेबसाइट पर दो सिखावनियाँ आइ-जिन्होंने मुझे अत्यधिक प्रभावित किया। पहली सिखावनी थी, श्री गुरुमाई की कविता 'एक मन्दिर निराकार' जिसमें वे सिखाती हैं कि हम प्रकृति में हर जगह और अपने आसपास की हर वस्तु में बड़े बाबा जी की उपस्थिति का अनुभव कर सकते हैं। दूसरी सिखावनी थी, प्रकृति की लगभग दो सौ सुन्दर छवियों की गैलरी जो कविता की सिखावनी को दर्शा रही थी। मेरे मन में अपने श्रीगुरु के दर्शन की गहरी ललक थी इसलिए मुझे लगा कि जैसे यह मेरी प्रार्थना का सीधा उत्तर था। मेरी खुशी का ठिकाना न रहा! मैं हर रोज़ वेबसाइट देखता और बार-बार इन गहरे शब्दों और दीप्तिमान छवियों में डूब जाता।

उस समय मैं दक्षिण भारत के बैंगलौर शहर में एक छोटे से वैकल्पिक शिक्षा विद्यालय में पाँच से दस वर्ष की आयु के बच्चों को पढ़ाता था। वह विद्यालय ग्रामीण क्षेत्र में एक खेत के पास स्थित था। हर सुबह बस मुझे लेने आती और मैं अपने सह-शिक्षकों व विद्यार्थियों के साथ स्कूल जाता। नेचर गैलरी की छवियों से मैंने हर चीज़ को एक नई सजगता के साथ देखना सीखा। शहर के बाहर जाने वाली सड़क कई प्रकार के क्षेत्रों से होकर गुज़रती थी और गुरुमाई जी की कविता को मन में रखते हुए, मैं इस जागरूकता को बनाए रखता कि श्रीगुरु सर्वत्र हैं : नारियल के झुरमुटों और तालाबों में, गुलमोहर

के विशाल वृक्ष के सुर्ख़ लाल फूलों में, पक्की सड़क के किनारों की मटमैली ज़मीन में और आसमान में सूर्य के प्रकाश से चमकते बादलों में। विद्यालय में अपना दिन शुरू करते समय भी मैं श्री गुरुमाई की इस सिखावनी को अपने बोध में बनाए रखता — मैं, मेरे आस-पास की हर वस्तु और हरेक व्यक्ति में एक ही दिव्य चिति व्याप्त है, सभी श्रीगुरु की अभिव्यक्तियाँ हैं। इस बोध के साथ मुझमें गहरी शान्ति आ जाती और हरेक चीज़ से जुड़े होने का भाव उदय होता।

इस नई समझ ने बच्चों व मेरे परस्पर व्यवहार पर गहरा प्रभाव डाला। यह बहुत ही दिलचस्प था! पहले यदि बच्चे कोई बात नहीं समझ पाते थे तो मुझे चिड़चिड़ाहट महसूस होती थी, परन्तु अब मैं पहले से अधिक विनम्र और समझदार हो गया था। उनके प्रति राय बनाने या उनसे अपेक्षाएँ रखने के बजाए, मैं उनमें से हरेक बच्चे को वैसे ही स्वीकार कर लेता था जैसा वह था। जब बच्चों ने यह देखा, तो उन्होंने भी अपने हृदय खोल दिए और हमारे बीच सुमधुर प्रेम बहने लगा। यह सच में एक पावन अनुभव था।

जैसे-जैसे मैं और अधिक धैर्यवान, सम्मानपूर्ण और उत्साहवर्धक होने लगा, मैंने पाया कि बच्चे भी सुरक्षित महसूस करने लगे और किसी भी दबाव का अनुभव किए बिना प्रगति करने लगे। अब वे कार्यों को केवल सही तरीके से करने या ज़ल्दी से अगले विषय पर बढ़ जाने के बजाए सीखने की प्रक्रिया का आनन्द लेने लगे। समय के साथ-साथ उनकी एकाग्रता बढ़ने लगी और इसके फलस्वरूप उनके कार्य की गुणवत्ता बढ़ गई।

इस अनुभव के द्वारा मैंने सीखा कि अपने जीवन के सभी क्षेत्रों में लोगों से कैसे मिलना है और उन्हें कैसे समझना है। मैं इस समय गुरुदेव सिद्धपीठ में एक गुरुकुल विद्यार्थी के रूप में सेवा अर्पित कर रहा हूँ। जब मैं देखता हूँ कि किसी सेवाकर्ता के और मेरे बीच सम्बन्धों में तनाव है या जब हमारी बातचीत के दौरान ग़लतफ़हमी के क्षण आते हैं तब मैं यह समझ जाता हूँ कि मैं अपने मूल्यांकनों और अपेक्षाओं में फँस गया हूँ। मैं इन्हें पहचान लेता हूँ और गुरुमाई जी से प्रार्थना करता हूँ कि मैं एक बार फिर उसी स्थिति की अनुभूति कर सकूँ और उसी स्थिति के अनुरूप व्यवहार कर सकूँ जो बस से स्कूल जाते समय उदित हुई थी।

मैं गुरुदेव सिद्धपीठ में सुन्दर बगीचों में अकेले घूमने के लिए भी समय निकालता हूँ। वहाँ मैं पेड़ों की पत्तियों के बीच धूप-छाँह के खेल को निहारता हूँ, आम के पेड़ की शाखाओं के बीच पक्षियों की अनेक प्रजातियों को फुदकते हुए पाता हूँ, तितलियों को उड़ते और मँडराते हुए देखता हूँ, विभिन्न

पत्तियों के आकार व रंगों पर ध्यान देता हूँ। मैं देखता हूँ कि प्रकृति के साथ समय व्यतीत करने से मैं वर्तमान क्षण में उपस्थित, शान्त और उन्मुक्त रह पाता हूँ। उस स्थिति में मैं यह स्मरण करता हूँ कि हर चीज़ जो मैं देख रहा हूँ, एक ही चिति की अभिव्यक्ति है। गहरी शान्ति और हरेक चीज़ से जुड़े होने का भाव पुनः उभर आता है। तब मैं अपने सह-सेवाकर्ताओं को खुले हृदय से सुनते हुए व उनसे अधिक सम्मानपूर्वक बातचीत करते हुए, उनके साथ उसी प्रकार सहजता और प्रसन्नता से जुड़ पाता हूँ, जैसे बच्चों के साथ कर पाता था।

उन सुमधुर एवं पवित्र क्षणों में, मुझे अपना हृदय श्री गुरुमाई के प्रति कृतज्ञता से द्रवित होते हुए महसूस होता है, उन शब्दों व छवियों के लिए जिन्होंने मुझमें सत्य के एक जीवन्त अनुभव को जगाया : कि हम सभी एक ही दिव्य चिति के अंश हैं।

©२०१६ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउण्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।