श्रीगुरुमाई के वचनों पर ध्यान

महाशिवरात्रि

ईशा सरदेसाई द्वारा लिखित

परिचय

सिद्धयोग पथ पर, हमें 'ॐ नमः शिवाय' मन्त्र का जप करना अत्यन्त प्रिय है। सच है न? और जैसे ही हमें 'मांगल्य को बढ़ाओ, महाशिवरात्रि का उत्सव मनाओ', इस सिद्धयोग सत्संग में भाग लेने का निमन्त्रण मिला, हमने और भी अधिक जोश के साथ मन्त्र-जप करना आरम्भ कर दिया।

यह सत्संग महाशिवरात्रि के अवसर पर—१५ फ़रवरी, २०२६ को—सिद्धयोग वैश्विक हॉल में आयोजित किया गया था। श्री मुक्तानन्द आश्रम के भगवान नित्यानन्द मन्दिर से इसका सीधा वीडिओ प्रसारण हुआ। चूँकि महाशिवरात्रि का पर्व रात्रि जागरण करते हुए मनाया जाने वाला पर्व है, इसलिए न्यूयॉर्क समयानुसार यह सत्संग शाम के समय हुआ था। मैंने सुना कि कई देशों में लोग सत्संग के लिए निर्धारित इस समय को लेकर *बहुत ही खुश* थे, क्योंकि इसका अर्थ यह था कि वे अपनी आँखें पूरी तरह से खुली रखकर और पूरी एकाग्रता के साथ भाग ले सकते थे। *आप जानते ही हैं कि आप कौन हैं!*

सत्संग के दौरान, श्री जूलियन एल्फ़र ने सूत्रधार की सेवा अर्पित की। वे एक सिद्धयोगी हैं जो न्यूयॉर्क में एक अभिनेता व ऑडिओ पुस्तकों के वाचक यानी नरेटर के रूप में कार्यरत हैं। आपमें से कई लोगों ने मुझे बाद में बताया कि जूलियन जी ने जिस तरह सत्संग का संचालन किया, वह आपको कितना स्पष्ट व सौहार्दपूर्ण महसूस हुआ। जूलियन जी ने महाशिवरात्रि के महत्त्व और इस रात्रि को सिद्धयोग परम्परा के मन्त्र, 'ॐ नमः शिवाय' का गायन करने की विशेष शक्ति के बारे में समझाया।

जूलियन जी द्वारा दिए गए सुस्पष्ट परिचय के बाद हमने गुरुमाई जी के वचन सुने। उन्होंने बताया कि मन्त्रधुन शुरू करने से पहले रॉबिन जेन्सन जी हमें पवित्र बिल्वपत्र के बारे में बताएँगी—बिल्वपत्र भगवान शिव को, विशेष रूप से इस रात्रि पर अर्पित किए जाते हैं।

सुश्री रॉबिन एक सिद्धयोगी हैं जो कैलिफ़ोर्निया में रहती हैं। उन्होंने भावपूर्ण व स्पष्ट शब्दों में बिल्वपत्र के महत्त्व के बारे में बताया। उन्होंने हमें यह भी बताया कि हम बिल्वाष्टकम् सुनेंगे जो महान ऋषि आदि शंकराचार्य जी द्वारा रचित स्तोत्र है। सुश्री रॉबिन ने समझाया कि जिस धुन में यह स्तोत्र गाया

जाएगा, उसकी रचना श्रीगुरुमाई ने की है और उन्होंने हमें संगीत-मण्डली के साथ वह पद गाने के लिए आमन्त्रित किया जो हरेक श्लोक के अन्त में आता है : "एकबिल्वं शिवार्पणम्।" इसका अर्थ है, 'मैं भगवान शिव को एक पवित्र बिल्वपत्र अर्पण करता हूँ।' [हम इन शब्दों को गाने की पूर्वतैयारी करके आए थे, क्योंकि सत्संग के निमन्त्रण में हमें यह सुझाव दिया गया था कि हम इन्हें कण्ठस्थ कर लें।]

श्रीगुरुमाई ने बिल्वाष्टकम् गाया। हरेक श्लोक के अन्त में संगीत के कण्डक्टर, श्री कृष्ण हद्दाद ने हमें संगीत-मण्डली के साथ, "एकबिल्वं शिवार्पणम्" गाने के लिए मार्गदर्शित किया।

इसके कुछ दिनों बाद मैं किसी के साथ एक सेवा-मीटिंग में थी, और यह सच है कि हम सत्संग के अपने प्रिय क्षणों को याद करने के लिए कुछ समय निकालना ही चाहते थे। मैं जिनके साथ मीटिंग में थी, उन्होंने मुझे यह बताया कि उन्हें लगा कि जब गुरुमाई जी बिल्वाष्टकम् गा रही थीं और भगवान शिव की पूजा कर रही थीं तो उस समय श्रीगुरुमाई के सान्निध्य में *वहाँ होना* उनका कितना महान सद्भाग्य है। उन सिद्धयोगी को अनुभव हुआ कि भगवान, श्रीगुरु और आत्मा एक ही हैं। वैश्विक हॉल में एक ही स्वर व्याप्त था। इस दिव्य ऐक्य की स्पष्ट अनुभूति हो रही थी।

हम तो बिल्वाष्टकम् की मनोहरता व पावनता में सिक्त हो ही चुके थे, और फिर उसके बाद, हमने अपने आपको पावन ध्वनियों में और अधिक निमग्न कर दिया। हमने श्रीगुरुमाई के साथ भूपाली राग में, दीक्षा-मन्त्र, 'ॐ नमः शिवाय' की धुन गाई।

मन्त्रधुन के बाद हुआ, अत्यन्त गहन ध्यान। और जब हम ध्यान से बाहर आए तो हमने खड़े होकर अपने श्रीगुरुदेवों की आरती की। ध्यान में हमारी आँखें बन्द थीं, तब हमने प्रकाश की अनुभूति की और आरती के दौरान हमारी आँखें खुली थीं, तब हमने आरती की ज्योत को निहारा।

तत्पश्चात्, कृतज्ञता से छलकते हृदय के साथ हम अपने स्थान पर बैठ गए। कुछ क्षणों के लिए हम वहाँ बस बैठे रहे, वैश्विक हॉल के जगमगाते नीलमण्डप के तले। हमारी आँखें श्रीगुरुमाई के स्वरूप को निहार रही थीं। विशेषकर इस रात्रि पर, महाशिवरात्रि पर, गुरुमाई जी के साथ सत्संग में होने के लिए हम कितने कृतज्ञ थे, इसे व्यक्त करने हेतु शब्दों की तो आवश्यकता ही नहीं थी। ऐसा लगा जैसे वातावरण में कुछ बदल-सा गया, कुछ अधिक सजग हो गया, और अधिक सतेज हो गया। हमारे कान खड़े हो गए। मेरे तो ज़रूर हुए। मेरे लिए यह सत्संग का सबसे रोमंचक क्षण होता है—जब गुरुमाई जी अपनी सिखावनियाँ प्रदान करने वाली होती हैं। एक सिद्धयोगी होने के नाते, मैं अपने मन, अपनी बुद्धि, अपने हृदय को कार्यरत करने के लिए तत्पर रहती हूँ। और फिर, एक लेखिका होने के नाते, मैं

उस अवसर का रसास्वादन करती हूँ कि मुझे जो प्राप्त हुआ है और मेरी जो समझ है उसे मैं अपने कौशल का उपयोग कर शब्दों में व्यक्त कर सकूँ।

मुझे विश्वास है कि मेरी ही तरह आपको भी लगा होगा कि गुरुमाई जी सीधे आपसे बात कर रही हैं। आपको लगा होगा कि उनके शब्द आपके लिए ही हैं, आपके जीवन के इस समय के लिए हैं, जो आप सोच रहे थे और जिस परिस्थिति से आप गुज़र रहे थे, वे शब्द उन सभी चीज़ों पर लागू हो रहे थे।

इस सत्संग में गुरुमाई जी ने अनेक सिखावनियाँ प्रदान कीं, और उन्होंने ये सिखावनियाँ कई तरह से दीं। मकर संक्रान्ति के उपलक्ष्य में हुए सत्संग पर अपने पिछले लेख 'श्रीगुरुमाई के वचनों पर ध्यान' में मैंने लिखा था कि श्रीगुरुमाई चाहे जो कुछ भी कह रही हों और कर रही हों, उसके द्वारा वे सिखा रही होती हैं। मैंने श्रीगुरुमाई के वचनों पर व्यक्तिगत और सामूहिक रूप से चिन्तन-मनन करने के महत्त्व के बारे में भी विस्तार से लिखा। साधना में हमारी प्रगति काफ़ी हद तक, श्रीगुरु जो सिखा रही हैं उसका विश्लेषण करने और उसे समझने की हमारी क्षमता पर निर्भर है। जैसा कि बाबा मुक्तानन्द अकसर कहा करते थे, "एक साधक को अपने प्रयास के अनुरूप ही शक्ति के विकास की अनुभूति होती है।"

मुझे यह सुनकर बहुत खुशी हुई कि आपमें से अनेक लोगों को मकर संक्रान्ति सत्संग से श्रीगुरुमाई की सिखावनियों पर मेरे चिन्तन-मनन को पढ़ना व सुनना अच्छा लगा। उदाहरण के लिए एक व्यक्ति ने कहा कि यदि 'श्रीगुरुमाई के वचनों पर ध्यान,' के अन्तर्गत लेख पोस्ट नहीं होते तो हो सकता है कि वे उन विषयों का अन्वेषण उस तरह से नहीं करतीं जैसा मैंने अपने लेखों में किया। उन्हें लगा कि विचार करने के लिए उन्हें एक नया दृष्टिकोण मिल गया है। अपने अनुभव या चिन्तन-मनन एक-दूसरे के साथ साझा करने की यही शक्ति है—और इसीलिए मुझे ऐसा करना *बहुत प्रिय* है। इससे श्रीगुरु की सिखावनियों को हम कई अलग-अलग दृष्टिकोणों से समझना सीखते हैं।

श्रीगुरुमाई के आदेश और उनके प्रोत्साहन से मुझे एक बार फिर अपने चिन्तन-मनन आपके साथ साझा करने की सुन्दर सेवा मिली है—इस बार महाशिवरात्रि के सत्संग से श्रीगुरुमाई की सिखावनियों के विषय में अपने चिन्तन-मनन लिखने की सेवा। जैसा कि मैंने पिछले माह किया था, इस लेख-शृंखला के लिए भी मैंने केन्द्रण हेतु सत्संग से कुछ महत्त्वपूर्ण बिन्दु चुने हैं। श्रीगुरुमाई द्वारा प्रदान की गई सिखावनियों पर मेरे अन्वेषण, पूरे मार्च माह के दौरान, विभिन्न भागों में सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर पोस्ट किए जाएँगे।

मैं आपको बताना चाहती हूँ कि मकर संक्रान्ति के सत्संग के बारे में मेरे लेखों पर आपने जो अनुभव व चिन्तन-मनन लिखकर भेजे, उनमें से हरेक को मैंने पढ़ा है। आपने जिस उत्साह व ललक के साथ श्रीगुरुमाई की सिखावनियों पर कार्य किया, उसने मेरे मन को छू लिया। यदि इससे आपको इतनी प्रेरणा मिली है तो मैं आपको प्रोत्साहित करती हूँ कि आप 'श्रीगुरुमाई के वचनों पर ध्यान' की इस नई शृंखला के साथ भी ऐसा ही करें। श्रीगुरुमाई की सिखावनियों पर अपने चिन्तन-मनन साझा करें। इन सिखावनियों पर मेरे चिन्तन-मनन के विषय में अपने विचार साझा करें। मुझे लगता है कि यह एक प्रकार का 'डिजिटल साधना सर्कल' है, जहाँ हम श्रीगुरुमाई के साथ हुए सत्संग के बाद एकत्र होते हैं और हमने जो सीखा है, जिन विषयों पर हमारे प्रश्न हैं, हम जिस विषय का और अधिक अन्वेषण करना चाहते हैं, उन सब पर चर्चा करते हैं। सिद्धयोग पथ पर चलने में हम इसी प्रकार एक-दूसरे की सहायता करते हैं। इसी तरह हम नए साधकों के लिए एक ऐसा स्थान भी बनाते हैं, ताकि इस अद्‌भुत पथ पर चलते हुए, उन्हें जो अनुभव हो रहे हैं उस विषय में अपने विचार व अपनी भावनाओं को वे व्यक्त कर सकें।

© २०२६ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।