वर्ष २०१९ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश की कलाकृति के दर्शन

१ जनवरी, २०१९

आत्मीय पाठकगण,

नूतन वर्षाभिनन्दन!

हमने वर्ष २०१९ के लिए श्रीगुरुमाई का सन्देश प्राप्त किया है और इसके साथ ही नववर्ष के प्रकाश की प्रथम किरणें हमारा पथ आलोकित करने लगी हैं। ये किरणें हमें उनके विशाल, अपरिमित, दीप्तिमान स्रोत की ओर प्रवृत्त कर रही हैं। अब यह हमारे ऊपर निर्भर है कि हम इस अवसर को स्वीकारते हुए उठ खड़े हों और उत्सुकता व सौम्यता के साथ — तथा सही प्रयत्न करके नववर्ष का स्वागत करें।

यह समझें कि वह हर प्रयत्न जो हम अपने लक्ष्य तक पहुँचने के लिए करते हैं — चाहे वह कितना ही छोटा या बड़ा हो — अनन्तता की परतें खोलता जाता है।

नववर्ष के प्रथम दिन, हमें श्रीगुरुमाई का सन्देश शब्दों में और फिर प्रतीकात्मक स्वरूप में प्राप्त होता है। मेरे लिए, श्रीगुरुमाई का सन्देश और सन्देश की कलाकृति, एक स्वर्णिम सिक्के के दो पहलुओं के समान हैं। श्रीगुरुमाई के सन्देश की प्रतीकात्मक अभिव्यक्ति के रूप में सन्देश-कलाकृति एक अनूठा साधन है, जिसके माध्यम से हम न केवल सन्देश का अन्वेषण कर सकते हैं बल्कि हम यह भी सीखते हैं कि अपने उस अन्तर-प्रज्ञान तक कैसे पहुँचें जो यह बताता है कि हम जीवन में सिखावनियों को किस प्रकार लागु करें।

इससे कोई अन्तर नहीं पड़ता कि हम अपनी इस भौतिक देह में कम समय से हैं या लम्बे समय से, हर दिन एक नया दिन है, अवसरों से भरपूर है। इसी प्रकार, जब हम प्रत्येक वर्ष श्रीगुरुमाई से सन्देश और उनकी सन्देश-कलाकृति का उपहार प्राप्त करते हैं, तब हम अपने बारे में किसी नवीनता और निर्मलता की खोज करते हैं।

क्या आप मेरे चेहरे पर मुस्कान देख सकते हैं? मुझे लगता है कि आप देख सकते हैं। और मैं हँस क्यों रहा हूँ? तो, यह उससे सम्बन्धित है जो मैं अब आपको बताने ही वाला हूँ।

आपको वर्ष २०१९ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश-कलाकृति के दर्शन करने हेतु आमन्त्रित करना, मेरे लिए बहुत खुशी व सम्मान का विषय है। संस्कृत में, दर्शन का शाब्दिक अर्थ है, "देखना, समझना या अनुभव करना, जानना।" दर्शन एक शक्तिपूरित सिद्धयोग अभ्यास है। यह बहुत सरल प्रतीत हो सकता है कि हमें एक प्रतीकात्मक कलाकृति को देखना है, उसे समझना या अनुभव करना है। हाँ, हम ऐसा करते हैं — और साथ ही, चूंकि हम सोचने और महसूस करने वाले जीव हैं, हममें इससे कहीं अधिक करने की योग्यता है जिसके द्वारा हम अपने अनुभव को समझ सकते हैं, उसे आगे ले जा सकते हैं और उसके साथ कुछ कर सकते हैं।

मैंने दर्शन शब्द के बारे में जो समझा और अनुभव किया है, उसके बारे में मैं आपको और अधिक बताना चाहता हूँ। दर्शन हृदय में होता है, अपनी अन्तरतम आत्मा के स्थान में। और जब यह होता है तब जादू होता है। मुझे नहीं पता कि मैं इसे और बेहतर तरीक़े से कैसे समझाऊँ, क्योंकि इस गूढ़, रहस्यमयी घटना का वर्णन करने के लिए कोई सटीक शब्द या वाक्यांश है ही नहीं। हर व्यक्ति के लिए उस गहनतम क्षण का, उस प्रगाढ़ क्षण का; दर्शन के क्षण का अपना ही अनुभव होता है।

एक बार गुरुमाई जी ने मुझे सन्देश-कलाकृति के उद्भव का एक कारण बताया। कई वर्षों पहले, एक सिद्धयोगी थे जो सार्वभौमिक संघम् तक गुरुमाई जी का नववर्ष सन्देश पहुँचाने में मदद करने की सेवा करते थे। इन सिद्धयोगी ने गुरुमाई जी से अनुरोध किया कि क्या वे अपने सन्देश के साथ-साथ एक छवि भी प्रदान करना चाहेंगी — एक ऐसी छवि जो सन्देश को उस रूप में चित्रित करे जैसा कि श्रीगुरुमाई ने परिकल्पना की है। इससे इन सिद्धयोगी के पास गुरुमाई जी के सन्देश को सभी तक पहुँचाने का एक और माध्यम होगा और संघम् में हरेक के पास एक प्रतीकात्मक साधन होगा जिसकी सहायता से वे सन्देश की गहराई में उतर सकेंगे।

अतः गुरुमाई जी की सन्देश-कलाकृति वास्तव में एक प्रार्थना का उत्तर है — एक उत्तर जो इतने वर्षों से बार-बार प्रदान किया गया है, नए और सुस्पष्ट रूपों में। लोग अक्सर बात करते हैं कि वे यह जानना चाहते हैं कि कोई अन्य व्यक्ति क्या सोच रहा है। इस कलाकृति द्वारा आपको एक झलक मिल रही है कि जब गुरुमाई जी अपना सन्देश देती हैं तब वे क्या सोच रही होती हैं !

सिद्धयोग पथ पर, हमें दर्शन के अभ्यास के लिए मार्गदर्शन प्राप्त हुआ है। उस मार्गदर्शन का पालन करते हुए मुझे दर्शन का अभ्यास बहुत प्रिय लगने लगा है, क्योंकि यह अभ्यास मुझे एक अवसर प्रदान करता है कि मैं अपने मन को रिक्त कर उसे दिव्यता के झिलमिलाते दिव्य प्रकाश से भर दूँ।

अब, मैं आपको उन चरणों के बारे में बताना चाहता हूँ, जिनका आप श्रीगुरुमाई की सन्देश-कलाकृति का दर्शन करते समय अनुसरण कर सकते हैं। ये चरण इस प्रकार हैं :

- अपने श्वास-प्रश्वास के स्वाभाविक प्रवाह की ओर ध्यान दें।
- सन्देश-कलाकृति के रूपाकारों, रंगों, बनावट, रेखाओं और चिह्नों को ध्यान से देखें।
- कलाकृति के प्रत्येक पहलु में स्पन्दनों को महसूस करें।
- सन्देश के शब्दों को पढ़ें। उन्हें, आपको देखने दें।
- सन्देश के शब्दों को कण्ठस्थ कर लें। देखें कि कैसे, हर शब्द आपकी सत्ता में नृत्य करता है।
- सन्देश-कलाकृति का दर्शन करते समय अपनी आँखों को सक्रिय होने दें और फिर विश्रान्ति लेने दें, इसी तरह इनके बीच आँखों को परिवर्तित होते रहने दें। छवियों को कुछ क्षणों के लिए सूक्ष्म केन्द्रण में लाएँ और फिर उन्हें झिलमिलाती आकृति में ओझल हो जाने दें।
- जब आपको लगे कि आपकी आँखें और अधिक केन्द्रण नहीं कर पा रही हैं तब ध्यान करना आरम्भ करें।
- ध्यान से बाहर आने पर अपने अनुभव के बारे में जर्नल में लिखें या चित्र बनाएँ।

मुझे आशा है कि आप पूरे वर्ष, समय निकालकर सन्देश-कलाकृति का दर्शन करेंगे और इसे आप सन्देश का अध्ययन करने, अभ्यास करने, आत्मसात करने व परिपालन करने का एक अभिन्न अंग बना लेंगे। मैं आपको यह बताना चाहता हूँ कि ऐसा करने से आपके हाथ में जो स्वर्णिम सिक्का है, आप उसका सर्वाधिक मूल्य प्राप्त कर सकेंगे। आप जितना अधिक इस सिक्के का उपयोग करेंगे, उतना ही अधिक यह आपकी साधना को आत्मविश्वास, स्वस्थचित्तता, आत्मबोध और अन्य कई महान सद्गुणों से समृद्ध करेगा जिन्हें आप स्वयं में धारण करने की अभिलाषा रखते हैं।

आदर सहित,

स्वामी शान्तानन्द,
सिद्धयोग ध्यान-शिक्षक

© २०१९ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।