गुरुमाई चिद्विलासानन्द की सिखावनियाँ

वैभवशाली बनो

गुढीपाडवा के सम्मान में सत्संग
मंगलवार, २४ मार्च, २०२०

भगवान नित्यानन्द मन्दिर

शुभ गुढीपाडवा! शुभ गुढीपाडवा! और शुभ गुढीपाडवा!

यह एक बहुत ही सुन्दर समय है। हम सब मूलभूत तत्त्वों की ओर वापस जा रहे हैं—मूलभूत आदर, मूलभूत प्रेम, मूलभूत देखभाल। मूलभूत तत्त्व। कोई तामझाम नहीं। अब हमें मालूम चल रहा है कि जब हमारा ध्यान भटकाने के लिए अतिरिक्त चीज़ें नहीं होतीं तो ज़िन्दगी कैसी दीखती है। हम मूलभूत तत्त्वों की ओर वापस जा रहे हैं।

शुभ गुढीपाडवा। कुछ ऐसा है जिसे मैं चाहती हूँ कि तुम समझो और अपनाओ। संसार में, इस असाधारण समय में, तुम्हें दूसरों के प्रति और अधिक प्रेम दर्शाना ही है। तुम्हें और अधिक आदर दिखाना ही है। यह वाक्यांश जो काफ़ी मशहूर हो गया है—"सामाजिक दूरी"—यह इस बात की ओर इंगित नहीं करता कि तुम इंसानियत को ही छोड़ दो। इसका मतलब यह नहीं है कि वे सब अच्छी चीज़ें जो तुम्हारे माता-पिता ने तुम्हें सिखाई हैं, या जो अद्‌भुत बातें तुमने अपने गुरुओं से सीखी हैं तुम उन्हें त्याग दो। इसका मतलब यह नहीं है कि जो शानदार चीज़ें तुमने पाई हैं और अपने दारुण दुःखों और विपत्तियों से जूझने के बाद जो सबक़ तुमने सीखे हैं उन सबको तुम भूल जाओ।

शुभ गुढीपाडवा। भारतीय शास्त्र सिखाते हैं कि यद्यपि तुम इस संसार में हो, तथापि तुम इस संसार के नहीं हो। यह एक सुन्दर सिखावनी है। अध्ययन करो कि इसका क्या मतलब है, क्योंकि आज यह सिखावनी पहले से भी अधिक महत्त्वपूर्ण है।

***

शुभ गुढीपाडवा। आज वर्ष के साढ़े तीन सर्वाधिक शुभ दिनों में से एक दिन है। सिद्धयोग पथ पर हम यह मानते हैं कि मांगल्य सभी समयों और स्थानों में व्याप्त है। वह आज में व्याप्त है, इस असाधारण

समय में, जब स्वच्छता ऐसा एकमात्र उपाय है उस काली छाया पर विजय प्राप्त करने का जिसने इस संसार को ढँक रखा है। यह देखना बड़ा दिलचस्प होता है कि लोग तब कैसा व्यवहार करते हैं जब बाहर कोई ख़तरा होता है। कुछ लोग इसे इतनी गम्भीरता से ले लेते हैं कि ख़तरा मँडराने से पहले ही उनका काम तमाम हो जाता है। कुछ लोग इसे इतने हलके-फुलके ढंग से ले लेते हैं कि ख़तरा हद से बाहर हो जाता है, क्योंकि वे उसका पालन करने से मना करते हैं जो विवेकपूर्ण है। एक तरफ़ तो ऐसे लोग हैं जो विह्वल हो जाते हैं, घबरा जाते हैं। दूसरी तरफ़ ऐसे लोग हैं जो लापरवाह हो जाते हैं। किसी भी रोग के निवारण के लिए दोनों में से कोई भी रास्ता युक्तिपूर्ण नहीं है।

शुभ गुढीपाडवा। सिद्धयोग पथ पर, स्वच्छता बनाए रखने के लिए मैं लोगों के साथ बड़ी दृढ़ रही हूँ। सालों से मैंने यह कहा है कि गुरुदेव सिद्धपीठ में, श्री मुक्तानन्द आश्रम में और टीचिंग्स यात्रा के दौरान, प्रबन्धन यह सुनिश्चित करे कि हर कोई स्वच्छता के प्रति सजग रहे। यात्रा पर भी, स्टाफ़ के सदस्यों को मेरी कड़ी हिदायत थी कि जिन होटलों में हम रह रहे थे, वहाँ से जाते समय वह स्थान बिलकुल स्वच्छ हो। बेड और ब्रेकफ़ास्ट में जहाँ हम रहे, लोगों के घरों में जहाँ हम रहे—सब कुछ स्वच्छ होना चाहिए। यह नियम ही था। यात्रा पर जब एक स्थान से लोग निकलते थे तो उन्हें उस स्थान को पहले से भी अधिक स्वच्छ छोड़कर जाना होता था। कई बार यात्रा पर जाने वाले स्टाफ़ के सदस्य बहुत खिन्न हो जाते क्योंकि जब वे होटलों में पहुँचते थे तो वहाँ गन्दगी होती थी। मैं कहती, "ठीक है। *तुम* उसे साफ़ कर लो।" तो जिस स्थान में भी तुम जाओ, उसे पहले से अधिक स्वच्छ छोड़कर आओ।"

शुभ गुढीपाडवा। यह तुम्हारा चुनाव है कि तुम अपना जीवन किस प्रकार जीना चाहते हो। तुम सिखावनियों को अपनाकर मधुरता से, शालीनता से, सदयता से, प्रेम से वह कर सकते हो जो करना है। या तुम उस समय का इन्तज़ार कर सकते हो जब तुम्हारी सरकार यह बताए कि तुम्हें क्या करना है और फिर तुम अनिच्छा से वही करो। तो यह तुम्हारा चुनाव है। तुम इसे मधुरता से कर सकते हो क्योंकि यह तुम्हारे श्रीगुरु की सिखावनी है या तुम अनिच्छा से इसे कर सकते हो क्योंकि यह तुम्हारी सरकार का आदेश है कि तुम ऐसा करो—वह सरकार जिसके साथ तुम्हारा प्यार-नफ़रत का रिश्ता है।

शुभ गुढीपाडवा। देखो, हम सब पर प्रभाव पड़ता है। यह मानव-शरीर जो हमारे पास है वह बहुत कोमल है। खिलाड़ी और अदाकार कैसे अपने शरीरों का इस्तेमाल करते हैं इससे मैं हमेशा प्रभावित होती हूँ। मुझे हमेशा आश्चर्य होता है कि कैसे वे अपनी हड्डियों को साबूत बनाए रख सकते हैं। और हो सकता है उन्हें लगे कि वे कितने मज़बूत हैं, कि वे अजेय हैं। परन्तु, सच तो यही है कि हम सबके शरीर बहुत संवेदनशील हैं। असली ताक़त शारीरिक बल में नहीं होती।

शुभ गुढीपाडवा। इस कारण, सिद्धयोग पथ पर, मैं हमेशा यह सिखाती हूँ : "अन्तर में अधिक ताक़तवर बनो।" महत्त्व है तुम्हारी आत्मा की ताक़त का, तुम्हारे मन की ताक़त का, तुम्हारे अवचेतन मन की ताक़त का। जो ताक़त और पराक्रम तुम अपने अन्दर महसूस करते हो, जिन्हें तुम अपने अन्दर धारण किए रहते हो, वे ही तुम्हें पार ले जाते हैं। केवल शारीरिक ताक़त ही तुम्हें शक्ति नहीं देती। जिसका महत्त्व है, वह है अन्दरूनी ताक़त।

शुभ गुढीपाडवा। तो गुढीपाडवा के सम्मान में हो रहे इस सत्संग में, तेजोमय महापुरुष भगवान नित्यानन्द की उपस्थिति में, हम *विठ्ठले, विठ्ठले, विठ्ठले, विठ्ठले, जय जय विठ्ठले, जय जय विठ्ठले* की धुन गाएँगे। जब तुम भगवान के इस महान नाम का उच्चारण करो तो यह कल्पना करो कि तुम्हारे शरीर का हर अणु भगवन्नाम के प्रकाश से उज्ज्वल है।

विठ्ठले। क्या तुम्हें बल का अहसास हो रहा है? तुम्हें वह बल *चाहिए।*

विठ्ठले। जय जय। महसूस करो।

जय जय। जब तुम इसे बोलते हो तो यह चमचमाता है।

जय जय। जय जय। विठ्ठले। विठ्ठले। अपनी जिह्वा की शक्ति का उपयोग करो।

विठ्ठले। अपने तालुए का इस्तेमाल करो जिससे यह स्वर गूँजे।

विठ्ठले। जय जय। जय जय। प्रकाश झिलमिला रहा है।

विठ्ठले। प्रकाश विस्फुटित हो रहा है।

मधुरता को विस्फुटित होने दो। साधुता को विस्फुटित होने दो। प्रकाश को विस्फुटित होने दो।

***

"मन्दिर में रहो," इस सजीव वीडिओ प्रसारण सत्संग में नामसंकीर्तन और आरती के बाद श्रीगुरुमाई ने फिर कुछ शब्द कहे।

शुभ दिन—गुढीपाडवा।
        नामसंकीर्तन का शानदार वैभव।
                आरती की प्रभा।

विठ्ठले, विठ्ठले का अपना अनुभव याद करो।

हृदय की धड़कन, *विठ्ठले।*

आरती की शुद्धिकारक प्रकृति को याद करो।

प्रभा, प्रकाश।

शुभ गुढीपाडवा। यह आध्यात्मिकता का ज्ञान ही है जो तुम्हारी सत्ता के हर कोशाणु को जाग्रत कर देता है। तब तुम्हें *आत्मा की प्रशान्ति* का अनुभव होता है। मैं तुम्हें यह बता दूँ कि *आत्मा की प्रशान्ति* का अनुभव मन की सुस्ती से नहीं उभरेगा बल्कि उस मन से उभरेगा जो महान आध्यात्मिक सिखावनियों से शुद्ध हो चुका है।

शुभ गुढीपाडवा। याद रखो : मैं हमेशा तुमसे सतर्क रहने को कहती हूँ। यह जानना एक कला है कि किसी भी क्षण में किस चीज़ की ज़रूरत है, सजगता से कार्य करना एक कला है। यदि तुम किसी ऐसे दिन या ऐसी रात का इन्तज़ार करते आ रहे हो जब तुम एक बेहतर इंसान बनो—और तुम ऐसा बिना कोई बहाना बनाए करो—तो वह दिन आ पहुँचा है। वह रात आ पहुँची है।

शुभ गुढीपाडवा। किसी को भी ऐसा बर्ताव नहीं करना चाहिए कि जैसे उसे कुछ मालूम ही नहीं। तुम्हें मालूम *है*। इसलिए, मैं स्टाफ़ के हर सदस्य से कह रही हूँ, मैं हर सिद्धयोगी से कह रही हूँ, मैं हर जिज्ञासु से कह रही हूँ कृपया यह समझो कि वह दिन आ गया है, वह रात आ गई है जब तुम्हें ज़िम्मेदार होना है। हाँ। अब समय है ज़िम्मेदार होने का। यदि तुम किसी जगह हो तो तुम्हें यह पता होना चाहिए कि तुम वहाँ क्यों हो। यदि तुम किसी के साथ हो तो तुम्हें यह पता होना चाहिए कि तुम उसके साथ क्यों हो। यदि तुम्हारे पास कोई ज़िम्मेदारी है तो तुम्हें यह पता होना चाहिए कि वह ज़िम्मेदारी तुम्हारी क्यों है। है न? तुम एक बुद्धिमान इंसान हो। तुम्हारे अन्दर जानने की क्षमता है। तुम्हारे पास सवाल पूछने की शक्ति है। तुम कोई बेवकूफ़ जीव नहीं हो जो अमुक-तमुक के कहने में आकर काम करे। तुम्हें अपनी अन्तर्शक्ति तक पहुँचना है। जो मशाल तुम्हारे अन्दर जल रही है तुम्हें उसे थामना ही होगा जिससे तुम आगे का मार्ग प्रकाशित कर सको। और अगर किसी और को तुम्हारे प्रकाश की ज़रूरत है तो तुम उन्हें अपना प्रकाश दे सकते हो।

***

शुभ गुढीपाडवा। हाल ही में, वैश्विक हॉल में "मन्दिर में रहो," सत्संगों में से एक सत्संग के दौरान, मैंने कहा था फ़रिश्ते-सदृश बनने के लिए—ख़ुद को यह याद दिलाते रहने के लिए कि फ़रिश्ते जैसा बनने के गुणों का विकास करना है। और मैंने तुम्हारे ऊपर यह निर्णय छोड़ दिया था कि तुम कैसे अपने लिए, अपने जीवन में इसे प्रकट करो।

शुभ गुढीपाडवा। मैंने यह नहीं कहा, "फ़रिश्ता बनो," क्योंकि उसका क्या अर्थ है यह तो वाद-विवाद का विषय है। फ़रिश्ता बनने का क्या अर्थ है? कभी तुम किसी को देखकर मुस्करा देते हो तो वह व्यक्ति कहता है, "ओह, तुम तो फ़रिश्ता हो।" कभी उसे देखकर तुम कितना भी क्यों न मुस्कराओ उसे नहीं लगता कि तुम एक फ़रिश्ता हो।

शुभ गुढीपाडवा। इसलिए मैं कह रही हूँ कि एक फ़रिश्ते-सदृश अभिवृत्ति का विकास करो। इस तरह, चाहे दूसरे तुम्हें फ़रिश्ता मानें या न मानें, तुम्हारे पास यह अवसर होगा कि तुम अपने अन्दर फ़रिश्ते-सदृश गुणों का अनुभव करो। समय के साथ, तुम इन गुणों से भर जाओगे और लोग अपने प्रति तुम्हारे व्यवहार की सराहना करेंगे।

शुभ गुढीपाडवा। फ़रिश्ते जैसे कार्य करने के तरीक़े खोजो। तुम अपने कार्य आत्मविश्वास, दृढ़ विश्वास और स्पष्टता के साथ करो। आत्मविश्वास होने के लिए तुम्हें अपने ऊपर कार्य करना होगा। जब तुम ऐसा करोगे, तुम्हारे कार्य स्वाभाविक रूप से एक फ़रिश्ते-सदृश चमक लिए हुए होंगे। दृढ़ विश्वास होने के लिए, एक बार फिर तुम्हें अपने से भिड़ना होगा और फिर तुम अपने कार्यों में झिझकोगे नहीं। उनके पीछे बल होगा। स्पष्टता होने के लिए तुम्हें अपने विचारों और निर्णयों को तोलना होता है और तब जब तुम अपने कार्य करते हो तो स्वतः ही उनमें स्पष्टता होती है। देखो न, फ़रिश्ते-सदृश कार्य करने के तरीक़े खोजने से सहज ही तुम अपने जीवन में व्यवस्था ले आते हो। तुम अपने आपसे संवाद करने लगते हो और स्वयं अपने साथ रहने लगते हो।

शुभ गुढीपाडवा। तुममें से हरेक को यह जानना होगा कि फ़रिश्ते-सदृश अभिवृत्ति का निर्माण करने का तुम्हारे लिए क्या अर्थ है। जैसा तुम जानते हो, लोगों की अपनी विचारधाराएँ होती हैं। तुम क्या कहते हो और क्या करते हो इस बारे में लोग अपनी-अपनी तरह से टीका-टिप्पणी करेंगे। यदि तुम्हारे पास आत्मविश्वास, दृढ़ विश्वास और स्पष्टता नहीं है तो तुम बिन पतवार की नाव की तरह उफ़नते समुद्र में थपेड़े खाओगे। इसीलिए, तुम्हें ख़ुद अपनी फ़रिश्ते-सदृश अभिवृत्ति को महसूस करना ही होगा। अगर तुम इसे महसूस नहीं करते तो तुम्हें अपनी आत्मा का अनुभव हुआ ही नहीं है। यदि तुम्हें स्वयं अपनी आत्मा का अनुभव नहीं है तो तुम अपनी आत्मा में विश्वास नहीं करोगे। मैं यह जितना भी

कहूँ कम है : तुम्हें अपनी अन्तर-साधुता को महसूस करना ही होगा।

शुभ गुढीपाडवा। वैश्विक हॉल में उपस्थित तुम सब लोगों को सजग होना चाहिए। तुम्हें सतर्क होना चाहिए। तुम्हें सचेत होना चाहिए। भारतीय शास्त्र माया के विषय में बताते हैं, भगवान की महामाया। साधना की जाती है इस माया के आवरण को चीरने के लिए। हो सकता है अपने अभ्यास करते हुए कभी तुम्हें कठिनाइयों का सामना करना पड़े। तुम्हारे घुटने दुखने लगेंगे, तुम्हारे कन्धे दुखने लगेंगे, सब कुछ दुखने लगेगा। जब ऐसा होता है तो तुम जानते हो कि तुम्हें क्या करना है। तुम अपने शरीर की भंगिमा को फिर से ठीक करते हो। तुम अपने आसन को फिर से ठीक करते हो। तुम अपने श्वास-प्रश्वास की प्रक्रिया को फिर से ठीक करते हो। तुम अपने हाथ में जिस प्रकार स्वाध्याय की पुस्तक पकड़े हो उसे फिर से ठीक करते हो। साधना के दौरान, तुम जानते हो कि कैसे फिर से ठीक करना है जिससे तुम सुनिश्चित कर सको कि तुम्हारा अभ्यास तुम्हारे लिए आरामदायक रहे क्योंकि तुम्हें यह बोध है कि अपने अभ्यास को पूरे दिलोजान से करने से और महान केन्द्रण होने से तुम स्वाध्याय की शक्ति का हज़ार गुना ज़्यादा अनुभव करते हो। तुम जानते हो कि इसके साथ कैसे होना है।

शुभ गुढीपाडवा। इसी प्रकार, जीवन में भी तुम्हें सामंजस्य बिठाना ही होगा। फिर से सामंजस्य बैठाने की, फिर से ठीक करने की घड़ी अब है। हमेशा मधुर संगीत ही तुम्हें नींद से नहीं जगाएगा। जैसा कि तुम जानते हो, इस पूरे विशाल संसार में, इस समय सब कुछ बहुत अलग है। हर पीढ़ी, अपने तरीक़े से, एक बड़ी उथल-पुथल से गुज़रती है और हर पीढ़ी नई तरह से जीवन जीने की माँग के साथ फिर से सामंजस्य बैठा लेती है।

शुभ गुढीपाडवा। काले बादलों में रोशनी की किनारी मत ढूँढ़ो। मैं इस बात पर ज़ोर देना चाहती हूँ। तुम जानते हो कि तुम रोशनी की किनारियों को तभी देख पाओगे जब काले बादल मौजूद हों। सूरज हमेशा उनके पीछे रहता है। यदि तुम केवल काले बादलों की रोशनी भरी किनारियों को ही देखते रहोगे तो तुम सूरज की रोशनी का अनुभव कब करोगे? तो अपनी ऊर्जा रोशनी की किनारियों को ढूँढ़ने में मत लगाओ। अपनी ऊर्जा को यह निश्चित करने में लगाओ कि तुम्हारा आसमान नीला है। तुम्हारा आसमान स्वच्छ है। तुम्हारा आसमान चमचमा रहा है।

मुझे तुमसे बात करना बहुत अच्छा लगता है। मैं तो बात करती ही रह सकती हूँ, करती ही रह सकती हूँ, करती ही रह सकती हूँ। हम सत्संग सप्ताह तो ज़रूर कर सकते हैं। लेकिन यह भी ज़रूरी है कि तुम्हारे पास आत्मसात् करने का समय हो।

इसलिए, मैं इन वाक्यांशों के साथ तुमसे विदा लेती हूँ :

अपने साथ रहो।

अपने प्रति सदय रहो।

मन्दिर में रहो।

दूसरों के प्रति आदरभाव से रहो।

© २०२० एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।