प्रत्यभिज्ञाहृदयम् -- अभिज्ञान के सार पर व्याख्याएँ
शास्त्रों के अध्ययन द्वारा, श्री गुरुमाई के वर्ष २०१६ के सन्देश का अन्वेषण

स्वामी शान्तानन्द द्वारा परिचय

श्री गुरुमाई ने सिद्धयोगियों और नए साधकों को वर्ष २०१६ के अपने सन्देश का अन्वेषण करने के लिए कई तरीके प्रदान किए हैं। उनमें से एक है, **काश्मीर शैवदर्शन** के सिद्धान्त पर एक उत्कृष्ट ग्रन्थ, प्रत्यभिज्ञाहृदयम् -- अभिज्ञान का सार, के दृष्टिकोण से उनके सन्देश का अध्ययन करना।

वर्ष २०१६ के लिए श्री गुरुमाई का सन्देश है :

परमानन्द में
स्थिर होने की दिशा में
दृढ़ता के साथ
आगे बढ़ो

वर्ष २०१६ के लिए **एक मधुर सरप्राइज़ सत्संग** में अपना सन्देश देते समय गुरुमाई जी ने प्रत्यभिज्ञाहृदयम् में दी गई सिखावनियों को विस्तार से बताया था। इस ग्रन्थ की रचना ऋषि **क्षेमराज** ने की थी जो ग्यारहवीं शताब्दी में भारत के सुदूर उत्तरी भाग, कश्मीर में रहते थे। उनके इस ग्रन्थ में सूक्त रूप में बीस कथन निहित हैं जिन्हें संस्कृत भाषा में 'सूत्र' कहा जाता है, साथ ही उनकी स्वयं की लिखी व्याख्याएँ भी इसमें निहित हैं।

इस ग्रन्थ में ऋषि क्षेमराज एक साधक की आध्यात्मिक यात्रा के मुख्य लक्ष्य को और उसे प्राप्त करने के साधनों को प्रकाशित करते हैं। वह लक्ष्य क्या है? उत्तर शीर्षक में ही निहित है : हृदय का अभिज्ञान। श्रीगुरु की कृपा के सम्बल से, अभिज्ञान का अभ्यास हमें हृदय की, हमारी आनन्दपूर्ण **आत्मा** की अनुभूति कराता है। यही वह लक्ष्य है जिसके बारे में श्री गुरुमाई इस वर्ष के अपने सन्देश में बताती हैं।

वर्षभर सिद्धयोग पथ वेबसाइट पर प्रत्यभिज्ञाहृदयम् के सूत्रों पर, सिद्धयोग ध्यान शिक्षकों और विद्वानों द्वारा लिखी गई व्याख्याएँ प्रकाशित की जाएँगी। ये व्याख्याएँ ऐसे विवरणों और सिखावनियों से समृद्ध हैं जो प्रत्यभिज्ञाहृदयम् के शास्त्रोक्त ज्ञान को स्पष्ट करती हैं। ये व्याख्याएँ बताती हैं कि किस प्रकार यह ज्ञान श्री गुरुमाई के वर्ष २०१६ के सन्देश के पहलुओं को प्रकट करता है, और उन तरीकों के बारे में बताती हैं जिनके द्वारा विद्यार्थी श्री गुरुमाई के सन्देश को कार्यान्वित कर सकते हैं।

अध्ययन की विधि

प्रत्यभिज्ञाहृदयम् के सूत्रों और व्याख्याओं का अध्ययन किस प्रकार किया जाए, इसके लिए यहाँ कुछ सुझाव हैं।

श्रीगुरु की कृपा के आह्वान के साथ आरम्भ करें जिससे पवित्र सिखावनियों को समझने और उन्हें आत्मसात् करने में आपके प्रयत्नों को सम्बल प्राप्त हो। इसके लिए, आप **स्वाध्याय सुधा** में दिए गए शिवमानसपूजा के श्लोक ४ व ५ गा सकते हैं। या आप क्षेमराज द्वारा प्रत्यभिज्ञाहृदयम् के लिए आह्वान हेतु लिखी गई प्रार्थना 'मंगलम्' गा सकते हैं। जब आप इन व्याख्याओं के लिए पंजीकरण कराएँगे तब यह आह्वान व्याख्याओं के साथ मिनिसाइट पर उपलब्ध होगा।

उसके बाद, जिस सूत्र का आप अध्ययन कर रहे हैं, उसे कम से कम तीन बार बोलकर पढ़ें -- पहले, मूल संस्कृत सूत्र को तीन बार पढ़ें, और फिर उसके अनुवाद को तीन बार पढ़ें।

व्याख्या को सहज गति से पढ़ें। सिखावनियों को आत्मसात् करने के लिए स्वयं को समय दें।

सूत्र के साथ दी गई व्याख्या के दृष्टिकोण को ध्यान में रखते हुए उसके अर्थ पर चिन्तन करें। अपने आप से प्रश्न पूछें, जैसे कि :

किस प्रकार इस सूत्र की सिखावनी और इसकी व्याख्या, मुझे श्री गुरुमाई के वर्ष २०१६ के सन्देश को बेहतर तरीके से समझने में मदद कर सकती है?

अपनी अन्तर-दृष्टियों को दैनन्दिनी में लिखें।

उसके पश्चात्, इन प्रश्नों पर विचार करें :

किस प्रकार मैं अपनी समझ को कार्यान्वित करूँगा? अपने आध्यात्मिक अभ्यासों और दैनिक जीवन में मैं किस प्रकार इसका परिपालन करूँगा?

सिखावनी का परिपालन करने से आपने जो सीखा, उसे लिख लें।

हर बार जब आप इन सूत्रों और व्याख्याओं का अध्ययन करेंगे, आपको इन सिखावनियों के सूक्ष्म अर्थ व उनसे जुड़ी अन्तर-दृष्टियाँ प्राप्त होंगी तथा आप जानेंगे कि किस प्रकार ये सिखावनियाँ वर्ष २०१६ के श्री गुरुमाई के सन्देश का अध्ययन करने में, अभ्यास करने में, उन्हें आत्मसात् करने में और उनका परिपालन करने में आपकी मदद करती हैं।

आपके लिए दूसरा सुझाव है कि जिन सिद्धयोगियों ने इन व्याख्याओं की शृंखला के लिए पंजीकरण कराया हो उनके साथ एकत्रित होकर आप एक सिद्धयोग **साधना** समूह बनाएँ। एक-साथ मिलकर आप सूत्रों और व्याख्याओं का अध्ययन कर सकते हैं, अपनी समझ व उन तरीकों को बाँट सकते हैं जिनके माध्यम से आप इन सिखावनियों को अपनी आध्यात्मिक साधना में लागू करेंगे।

इस शृंखला में भाग लेते हुए, आपकी समझ आत्मा के सत्य ज्ञान में विकसित हो।

अधिक जानकारी के लिए यहाँ क्लिक करें

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