स्वाध्याय अध्ययन-सत्र ६ और सत्र ७ की तारीख़ याद रखें

शनिवार, १७ अक्टूबर, २०२०

आत्मीय पाठकगण,

नमस्ते!

अक्टूबर माह में बाबा मुक्तानन्द की महासमाधि का उत्सव मनाते हुए और नवरात्रि के महोत्सव के दौरान देवी की आराधना करते हुए, हम आत्मा के अपने अध्ययन में और गहरे उतरेंगे।

दो स्वाध्याय अध्ययन-सत्र शेष हैं। अगला सत्र है, सत्र ६ जो शनिवार, २४ अक्टूबर को होगा; यह दिन, प्रज्ञान, भाषा, संगीत और कला की देवी, देवी महासरस्वती की आराधना हेतु समर्पित नवरात्रि के तीन दिनों में से तीसरा व अन्तिम दिन है।

'सुनने' का अध्ययन करने और उसका अभ्यास करने के लिए यह कितना उत्तम समय है, और यही है अध्ययन-सत्र ६ का केन्द्रण। आप श्रीगुरुगीता का पाठ करते समय सुनने के महत्त्व के बारे में सीखेंगे—स्वयं अपनी आवाज़ को सुनना और जो लोग आपके साथ पाठ कर रहे हैं, उनकी आवाज़ को सुनना ताकि आपकी आवाज़ उनकी आवाज़ के साथ एकलय हो सके।

अध्ययन-सत्र ६ के लिए जानकारी इस प्रकार है :

तारीख़ : शनिवार, २४ अक्टूबर, २०२०

समय : प्रातः १०:०० से दोपहर १२:०० बजे तक, ईस्टर्न डेलाईट टाइम, यू. एस. ए [सीधा वीडिओ प्रसारण]

शाम ७:३० से ९:३० बजे तक, ईस्टर्न डेलाईट टाइम, यू. एस. ए [वेबकास्ट]

जैसा कि आप जानते हैं ये अध्ययन-सत्र अंग्रेज़ी भाषा में उपलब्ध हैं। और इसलिए मुझे यह बताते हुए बहुत ख़ुशी हो रही है कि एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन के भाषान्तर विभाग के अध्यक्ष ने फ्रेंच, हिन्दी और स्पेनिश भाषाओं में भाषान्तरकार की सेवा अर्पित करने वाले सिद्धयोगियों के साथ मिलकर यह सुनिश्चित किया है कि आने वाले अध्ययन-सत्रों का भाषान्तर एक ही समय पर इन भाषाओं में भी उपलब्ध होगा।

नीचे दिए गए तरीक़ों से इस अध्ययन-सत्र के लिए तैयारी करें :

- अध्ययन-सत्र ५ की वार्ता "*Breathe with Ease*" को पढ़ें
  - श्वास लेने के तरीक़ों का अभ्यास करें।
  - यदि आपकी कोई अन्तर्दृष्टि हो तो उसे अपने साधना-जर्नल में लिख लें।
- ऐसा स्थान तैयार कर लें जो अध्ययन के लिए सहायक हो।
  - यह सुनिश्चित करें कि आपको जिस भी सामग्री की आवश्यकता हो, वह सब आपके पास है, जैसे स्वाध्याय सुधा, आपका आसन, शॉल और आपका साधना-जर्नल।

***

मैं स्वाध्याय अध्ययन-सत्रों के समापन सत्र, सत्र ७ की तारीख़ याद रखने और इसके लिए समय निकालने हेतु भी आपको आमन्त्रित करता हूँ :

तारीख़ : बुधवार, २८ अक्टूबर, २०२०

समय : प्रातः १०:०० से दोपहर १२:०० बजे तक, ईस्टर्न डेलाईट टाइम, यू. एस. ए [सीधा वीडिओ प्रसारण]

शाम ७:३० से ९:३० बजे तक, ईस्टर्न डेलाईट टाइम, यू. एस. ए [वेबकास्ट]

आप सभी सुरक्षित रहें, आप सभी की बुद्धि कुशाग्र रहे, आप सभी जानकार रहें और आप सभी प्रसन्न रहें!

आदर सहित,

स्वामी अखण्डानन्द
स्वाध्याय अध्ययन-सत्रों के प्रबन्ध निदेशक
एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन

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