

# अप्रैल माह में समय को समय देना

१ अप्रैल, २०२५

आत्मीय पाठक,

क्या आपने हाल ही में रेल में सफ़र किया है? हवाई-जहाज़ में? बस के बारे में आपका क्या ख़याल है? टैक्सी में? या अपनी कार में? या फिर आप उन लोगों में से हैं जो हर जगह पैदल ही जाना पसन्द करते हैं? क्या आप बाहर निकलकर पूरी यात्रा पैदल ही तय करने की कोशिश में हैं?

शायद आप यात्रा करने के बारे में सोच रहे हैं—किसी ऐसी जगह पर जहाँ थोड़ी गरमाहट हो, किसी ठण्डी जगह पर, दूर-दराज़ के किसी खूबसूरत-से स्थान पर। या शायद आपको घर के नज़दीक की ही कोई जगह ज़्यादा पसन्द हो? या फिर, क्या आप उनमें से हैं जिन्हें पेड़ों की छाँव में ही समय बिताना अच्छा लगता है?

मैं ये सवाल इसलिए पूछ रही हूँ क्योंकि हर कार्य के साथ, यातायात के हर साधन के साथ, उसकी अपनी गति जुड़ी होती है। इस दृष्टि से यह समय की ही तरह है। हम जो कर रहे हैं और जैसे कर रहे हैं, उसी के अनुसार हमें समय तेज़ी-से या धीरे-धीरे बीतता हुआ महसूस होता है। तो फ़िलहाल, आपके लिए समय कैसे *बीतता रहा है*? क्या यह बहुत तेज़ी-से बीतता रहा है? या यह बस रेंग-रेंगकर ही चल रहा है? या फिर, यह ठीक उसी गति से चल रहा है जैसा आपने सोचा था?

इस ग्रह पर कहीं भोर होती है। फिर सुबह होती है, दोपहर होती है, और फिर सुस्ती और आलस्य भरा तीसरे पहर का समय होता है। फिर रहस्यमयी गोधूलि की बेला होती है। फिर सन्ध्याकाल आता है। और फिर गहरी-नीली अँधेरी रात। समय अपने क़दम बढ़ाते हुए हमारे जीवन के इर्द-गिर्द चक्कर लगाता रहता है। या फिर क्या इसके बिलकुल विपरीत होता है?

रात और दिन के इस कभी न समाप्त होने वाले चक्र के बीच, एक कौतूहलपूर्ण, विलक्षण घटना घटित होती है। *समय कम पड़ जाता है*। अपने संकल्पों को पूरा करने के लिए, अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए और अपने सपनों को पूरा करने के लिए समय कम पड़ जाता है। हमने जो सोचा था, जो योजना बनाई थी, उसे पूरा करने के लिए समय कम पड़ जाता है। हम अपने समय का सदुपयोग नहीं कर पाते।

तो हो क्या रहा है? हम क्या करें? हम क्या न करें? एक ओर तो हमें बेहतर तरीके से समय को दिशा देना सीखना है; और दूसरी ओर हमें समर्पण करना है। हमें योजनाबद्ध तरीके से, कुशलतापूर्वक समय का उपयोग भी करना है, उसे सँभालना भी है—और हमें कुछ चीज़ों को छोड़ते भी जाना है। हमें चलना है; हमें स्थिर व अचल रहना है। हमें बोलना है; हमें मौन रहना है। हमें नेतृत्व करना है; हमें योगदान देना है। अन्तर से प्रेरणा पाकर हमें कार्य करना है; हमें अपने कर्मों के परिणामों को स्वीकार करना है और चीज़ें जिस तरह होती हैं उन्हें होने देना है। हमें यह करना है, हमें वह करना है, और पूरे समय, हमारे मन में यह सवाल और भी तेज़ी-से गूँजता रहता है : कैसे? हम—यह—सब—कैसे—करें? समय कम पड़ने का ख़तरा हमारे सामने हमेशा ही बना रहता है?

इस पत्र में मैं आपसे जो कहना चाहती हूँ, उस पर जब मैं विचार कर रही थी, तब मुझे सन्त-कवि सूरदास जी का यह भजन गाते हुए गुरुमाई जी की आवाज़ निरन्तर अपने अन्तर में सुनाई दे रही थी : 'अब न बनी तो फिर न बनेगी, नर तन बार-बार नहीं मिलता'। ब्रह्माण्डीय स्तर पर विचार करें तो समय असीमित हो सकता है, परन्तु हममें से हरेक को दिया गया समय निश्चित तौर पर सीमित है। जैसा कि हम बचपन से अपने माता-पिता और सलाहकारों से सुनते आए हैं, हमें समय का उपयोग समझदारी से करना चाहिए, अन्यथा हम उसे हमेशा के लिए खो देंगे।

अब, इस सच्चाई में तात्कालिकता का, अविलम्बिता का भाव निहित है—परन्तु इसका यह अर्थ नहीं कि आप हतोत्साहित हो जाएँ, भय महसूस करने लगें। सिद्धयोग पथ पर, हमने अपने श्रीगुरुओं से इस बात का महत्त्व सीखा है कि हम हर दिन की शुरुआत उसे एक *नया दिन* समझकर करें, नवीनता के भाव तथा नवारम्भ करने की समझ के साथ करें। हर सुबह, हम अपनी ओर से अच्छे से अच्छा प्रयत्न कर सकते हैं और फिर कृपा को प्रकट होने दे सकते हैं—और एक बार पुनः प्रयत्न कर सकते हैं। जैसा कि सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर आपमें से किसी ने अत्यन्त स्पष्टता से बताया है :

वर्ष २०२५ के लिए श्रीगुरुमाई के नववर्ष-सन्देश को मैंने एक ऐसे आमन्त्रण के रूप में ग्रहण किया है, जिससे मैं हर दिन को अपनी इच्छानुसार आकार देने की अपनी क्षमता को पुनः प्राप्त कर सकूँ। यह समय *मेरा* है, और इसे 'अपने लिए लाभप्रद बनाने' का चुनाव हमेशा ही मेरे पास है।

ये सिद्धयोगी जो कह रही हैं, मैं उससे सहमत हूँ, विशेषकर '*अपनी क्षमता को पुनः प्राप्त करने*' की उनकी बात से। अकसर ऐसा होता है कि चुनौतीपूर्ण लोगों या परिस्थितियों से सामना होने पर हम बड़ी आसानी से हथियार डाल देते हैं। हम अपनी निर्णयक्षमता का, कार्यक्षमता का त्याग कर, 'भाग्य' के सामने घुटने टेक देते हैं, मानो ऐसा होना पहले से ही तय था। परन्तु वास्तव में, यह सच

नहीं है, है न? जैसा कि ये महिला हमें याद दिला रही हैं, हमारे पास चुनाव करने का अवसर हमेशा होता है।

तो हम आ पहुँचे हैं, अप्रैल माह में। यहाँ, श्री मुक्तानन्द आश्रम में, हम देख रहे हैं कि हमारे चारों ओर प्रकृति किस प्रकार अपने स्वरूप के किसी मूलभूत अंग को पुनः प्राप्त कर रही है, उसे पुनः धारण कर रही है। अपने सहज ज्ञान से यह जानते हुए कि उसे क्या और कौन होना चाहिए, वह स्वयं को पुनः नवीनता प्रदान कर रही है। मानो वह हमसे कह रही हो, “हाँ। अब यह मेरा समय है। मैं वसन्त की चुनरी ओढ़ने वाली हूँ। मैं ‘वसन्त भाव’ में अवतरित होने वाली हूँ।” और इसीलिए वातावरण में ऊष्मा बढ़ने लगती है। डैफ़ोडिल के लाल-सफ़ेद और पीले रंग देख, आपको यह जानकर ज़रा भी आश्चर्य नहीं होगा कि पाश्चात्य संस्कृतियों में इन्हें पुनर्जन्म व नवीन आरम्भों से जोड़ा जाता है। पूर्वी संस्कृतियों में इनका सम्बन्ध सौभाग्य व समृद्धि से है।

इस वर्ष, ईस्टर २० अप्रैल को है। जब मैं ईस्टर के बारे में सोचती हूँ तो मुझे बच्चों की याद आ जाती है। उन्हें प्रकृति के बीच रहना अच्छा लगता है, और इस समय उन्हें ईस्टर के अण्डों की खोज करने के लिए बाहर जाने को मिलता है। [अनेक पश्चिमी परम्पराओं में ईस्टर के उपलक्ष्य में अण्डों को विभिन्न रंगों से रंगा जाता है या उनके छिलकों अथवा नक़ली अण्डों में चॉकलेट भरे जाते हैं, या फिर अण्डों के आकार के चॉकलेट बनाए जाते हैं। ये अण्डे छिपा दिए जाते हैं, ताकि बच्चे उन्हें ढूँढ़ निकालें और उनका आनन्द लें।] यदि आपको कभी ईस्टर के अण्डों की खोज करते बच्चों के आस-पास होने का अवसर मिला है तो आप जान जाएँगे कि उन्हें देखने मात्र से कैसे आप जीवन्तता से भर जाते हैं। बच्चों को देख लेना, आपके अन्दर छिपे बालसुलभ उत्साह के भाव को पुनः जगाने के लिए काफी है।

इस माह के अन्त में यानी २९ अप्रैल [भारत में ३० अप्रैल] को हम अक्षय तृतीया मनाएँगे। भारतीय पंचांग के अनुसार यह दिन वर्ष के सबसे शुभ साढ़े तीन दिनों में से एक है और यह त्यौहार भी प्रचुरता व नवारम्भों से जुड़ा है। किसी नई चीज़ की शुरुआत करने के लिए इसे विशेष तौर पर शुभ समय माना जाता है।

नवीनता की अनुभूति करने के इन सभी अवसरों का मिलना स्फूर्ति से भर देने वाला है, है न? नएपन के दृष्टिकोण को विकसित करना ताज़गी से भर देने वाला है—है कि नहीं?

कुछ दिन पहले, वसन्त-विषुव [दिन-रात बराबर होने का समय] के समय गुरुमाई जी एक बच्चे के साथ बाहर खुले में थीं। यह बच्चा अपने परिवार के साथ आश्रम आया हुआ था। हवा इतनी हल्की, इतनी मीठी, इतनी अद्भुत महसूस हो रही थी कि गुरुमाई जी ने हवा में अपनी बाहें घुमाई मानो वे

एक रिबन घुमा रही हों और हवा में से अदृश्य-सा कुछ तोड़ लिया। फिर गुरुमाई जी ने इस 'कुछ' को खाने की नकल की। आश्चर्य से उनकी ओर देखते हुए उस बच्चे ने पूछा, "गुरुमाई जी, आप क्या कर रहीं हैं?"

गुरुमाई जी ने उत्तर दिया, "यह हवा कितनी ताज़गी भरी लग रही है—इसलिए मैं इसका स्वाद ले रही हूँ!"

बच्चा हँसा और तुरन्त वैसा ही करने लगा। इस तरह, गुरुमाई जी और उस बच्चे ने एक-साथ हवा का मज़ा लेते हुए कुछ क्षण बिताए।

आप विश्व में जहाँ कहीं भी हों—और जो भी ऋतु हो—मुझे उम्मीद है कि आपको भी हवा के नएपन और ताज़गी को अपनी साँसों में भरने का अवसर मिलेगा। मैं आशा करती हूँ कि यह आपको इस बात की याद दिलाए कि आप हर क्षण में नए हो सकते हैं। मैं आपसे पूछना चाहती हूँ कि क्या आपने इस वर्ष समय निकालकर गौर किया है कि आप वाकई में समय की दया पर आश्रित नहीं हैं? समय जो भी परिस्थितियाँ आपके सामने लाता है, आप उनके शिकार नहीं हैं?

मैंने पहले भी लिखा है कि वर्ष २०२५ के अपने सन्देश में श्रीगुरुमाई 'अपने समय' शब्दों का प्रयोग किस प्रकार करती हैं—'अपने' शब्द यहाँ स्पष्ट तौर पर इस ओर संकेत करता है कि हमारी सामर्थ्य महत्त्वहीन नहीं है। जिन सिद्धयोगी की अन्तर्दृष्टि को मैंने पहले उद्धृत किया, उस छवि को लें तो हम उन शिल्पकारों की तरह हैं जिनके पास समय को तराशकर अपने लिए ऐसे समय की रचना करने की निपुणता है, कि हम उन कार्यों को कर सकें जिन्हें हम महत्त्वपूर्ण समझते हैं। हमारे पास जो समय है, उसमें से हम किसी सुन्दर चीज़ की रचना कर सकते हैं, किसी बहुमूल्य चीज़ की रचना कर सकते हैं।

तो हमारे पास यह सामर्थ्य है, ठीक है न? और यह एक अच्छी बात है। तथापि, जैसा कि आप जानते हैं, सामर्थ्य का होना, उत्तरदायित्व का होना भी है। हममें से हरेक के लिए यह सोचना अनिवार्य है : वे कौन-से सिद्धान्त हैं जिनके अनुरूप हम अपने समय को ढालें? वे मानदण्ड क्या हैं?

जो व्यक्ति अपने ही मनमाने ढंग से समय को आकार देने का प्रयास करता है, वह सभी के हित का समर्थन करने के अपने नैतिक उत्तरदायित्व को अनदेखा करता है, उसकी अवहेलना करता है। इस ग्रह पर सभी को जीने का अधिकार है। यहाँ होना एक उपहार है जो हम सबको समान रूप से प्रदान किया गया है। मानव होने के नाते हमें एक-दूसरे का सम्मान करना ही चाहिए। इसका अर्थ है, दूसरे लोगों के जीवन जीने के तरीके को स्वीकारना व उसे सराहना। इसका अर्थ है, उनके समय का उतना

ही सम्मान करना जितना कि हम अपने समय का सम्मान करते हैं। इसका अर्थ है, समय की लय को समझने का प्रयास करना। जीवन का हरेक क्षण हमें चुनाव करने का अवसर देता है, यह चुनने का अवसर कि हमें किस तरह सोचना चाहिए, किस तरह कार्य करना चाहिए और किस तरह की प्रतिक्रिया देनी चाहिए हैं, और यह हमारे इन सभी निर्णयों का संयुक्त परिणाम ही होगा जो हमें नए तरीके से जीवन जीने की ओर अग्रसर करने में अत्यन्त महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

सुनने में अच्छा लग रहा है, है न? *नए जीवन की ओर अग्रसर होना।* आइए, इसे करते हैं!

आदर सहित,  
ईशा सरदेसाई

