मार्च माह में
समय को समय देना

१ मार्च, २०२५

आत्मीय पाठक,

एक और पत्र का समय आ गया है। उत्तरी गोलार्द्ध में वसन्त ऋतु का स्वागत करने का समय आ गया है। समय आ गया है, आप सभी से पुनः जुड़ने का—आप सभी सह-सिद्धयोगियों से व नए साधकों से जुड़ने का जिन्हें जानने के लिए मैं बहुत उत्सुक हूँ।

अपने पिछले पत्र में मैंने कुछ प्रश्न लिखे थे जिनका चिन्तन-मनन हम वर्ष २०२५ के लिए श्रीगुरुमाई के सन्देश व 'समय के समक्ष' के अन्तर्गत उनकी सिखावनियों का अध्ययन करते हुए कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, क्या समय वाक़ई एक अलग इकाई है, क्या इसे सचमुच नापा जा सकता है? या फिर, यह बस एक कहानी है जो हम ख़ुद को सुनाते रहते हैं जबकि समय तो वैसा ही बना रहता है जैसा यह हमेशा से था—अनन्त और कुछ हद तक, अज्ञेय? क्या समय का अपना एक व्यक्तित्व, अपनी एक विशेषता हो सकती है? या फिर, क्या ऐसा है कि किसी विशिष्ट समयावधि में हम जिन गुणों को देखते व अनुभव करते हैं, वे बस एक दर्पण हैं जो हमारे अपने ही सतत बदलते रहने वाले अनुभवों को प्रतिबिम्बित करता है? क्या समय बदलता है या *हम* बदलते हैं? इसका वर्णन करने का क्या सचमुच कोई महत्त्व है?

यदि आप ऐसे स्थान में रहते हैं जहाँ ऋतुपरिवर्तन सुस्पष्ट होता है—जैसे कि उत्तर-पूर्वी अमरीका में जहाँ श्री मुक्तानन्द आश्रम स्थित है—तो इन प्रश्नों का उत्तर कि क्या समय वास्तव में बदलता है, यह कैसे बदलता है, निश्चित ही इस बात पर निर्भर है कि आप अपने आस-पास क्या देख रहे हैं। हर एक ऋतु अन्य ऋतुओं से विलक्षण रूप से भिन्न होती है; जब एक मौसम बीतकर अगला मौसम आता है तो यह निस्सन्देह समय के बीतने को दर्शाता है। फिर भी इस गतिशीलता का एक तरीक़ा है, इसका अपना एक स्वरूप है। ऋतुओं का चक्र चलता रहता है। जो चीज़ पहले जीवन्त व ऊर्जस्वी थी, वह विश्रान्त हो जाती है; पहले जो सुप्त था, वह फिर से खिल उठता है। तो क्या समय एक रेखा है, या यह गोलाकार है? या फिर, इसका कोई और ही आकार है?

मार्च का माह वसन्तकालीन विषुव यानी रात व दिन बराबर होने का समय है, और वसन्त-ऋतु अपने साथ लाती है, नवजीवन के पहले-पहले सांकेतिक चिह्न। नई-नई कोंपलें धरती में से बाहर

झाँकने लगती हैं। हवा में गरमाहट-सी महसूस होने लगती है, इसमें कुछ ऐसी बात होती है जो *अवर्णनीय* होती है—वह अवर्णनीय बात शायद यह है कि दिन जैसे-जैसे लम्बे होने लगते हैं, उनमें अधिकाधिक प्रकाश का वायदा निहित होता है; एक ऐसी अव्यक्त स्फूर्ति होती है वातावरण में जो किसी भी नवारम्भ के साथ महसूस होती है। अतः इसमें कोई आश्चर्य नहीं है कि वसन्तकाल के दौरान विश्वभर में कितने ही त्यौहार होते है। उदाहरण के लिए, भारत में लोग होली और गुढीपाडवा मनाते हैं जो कि इस साल मार्च माह में हैं।

हम अभी जिस समय में जी रहे हैं, उसे देखते हुए, मुझे वसन्त और इससे जुड़े संकेतार्थों पर विचार करना उपयुक्त लगता है, बल्कि प्रेरणादायी भी लगता है। संसार में जो कुछ हो रहा है, उसे देखकर कई लोगों को घबड़ाहट-सी लग सकती है कि हम कहाँ जा रहे हैं, अचानक अपनी स्थिरता के खोने का एहसास हो रहा है। अभी जो है उसके दुःख और हम जो चाहते हैं इस अदम्य इच्छा के बीच, हर दिन हमारा ध्यान, हमारी भावनाएँ डाँवाँडोल हो सकती हैं। यदि हम अपनी राय दे सकें तो, कोई चीज़ *इसी तरह* होनी चाहिए, हमारे इस दृढ़ मत के साथ भी हमारी भावनाएँ विचलित हो सकती हैं। भयाकुल होकर पीछे हटने की हमारी प्रबल इच्छा के समान शायद एक ही चीज़ हो सकती है और वह है, हमारे अन्दर की यह प्रबल प्रेरणा कि हम वास्तविक और अर्थपूर्ण बदलाव लाएँ। ऐसा लगता है कि बेचैनी पहले से ज़्यादा बढ़ी है, हमारे अन्दर भी और हमारे चारों ओर भी। मगर फिर, क्या यही जीवन का स्वरूप नहीं है? वह बात जो पहले हमें लगती थी कि हमारी समझ में आ चुकी है, लेकिन अब उसी को लेकर हमारे अन्दर सन्देह उठ रहे हैं, और साथ ही वह बात जो हमें बिलकुल भी मालूम नहीं थी, इस सबके बारे में समाधान पाने का संघर्ष एक विचारशील मनुष्य होने का ही तो भाग है।

फिर भी, यह बात मुझे दिलासा देती है कि लोगों में खुशी का निर्माण करने की, आनन्द को खोजने व उसे बढ़ाने की शायद असीमित क्षमता है। इतिहास इस बात का साक्षी है कि इंसान को अनगिनत कठिनाइयों के दौर से गुज़रना पड़ा है। और फिर भी, उसने खुशी मनाने का, उत्सव मनाने का *कोई न कोई* कारण, *कोई न कोई* अवसर तो हमेशा ढूँढ़ ही लिया है। इंसान को चाहे जिन भी चुनौतियों का सामना करना पड़ा हो, उसने अपनेपन से दूसरों के साथ बैठकर, मिल बाँटकर खाना खाया है, आत्मीयता के भाव से एक-दूसरे को क़िस्से सुनाए हैं, गाने-बजाने का आनन्द उठाया है, हाथों में हाथ डालकर नृत्य किया है। उसने प्यार किया है; विवाह किया है। और हर वर्ष, वसन्त का आगमन होने पर, इंसान ने प्रकृति के सौन्दर्य और इसकी उदारता की सराहना की है। इंसान ने जीवन की अच्छाई का स्मरण करने का चुनाव किया है।

उम्मीद का, लचीलेपन का यह भाव एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक तरंगित होकर फैल सकता है—तरंगों की तरह फैलने वाला यही भाव श्रीगुरुमाई की 'समय के समक्ष' की सिखावनियों का आधार है। आपमें से कइयों ने पहले ही इस पर ग़ौर किया है। जैसा कि आपमें से एक व्यक्ति ने सिद्धयोग पथ की वेबसाइट पर लिखकर भेजा है :

> श्रीगुरुमाई समय के विषय पर अभ्यास और अध्ययन का जो प्रसाद हमें प्रदान कर रही हैं, वह अनेकानेक कारणों से अतीव रोमांचकारी है। अब, हर रोज़ सुबह जागते ही मेरे अन्दर गहरी उत्सुकता के साथ यह प्रश्न उभरता है, "आह! समय आज जाने क्या होने वाला है!"

जी हाँ; समय *क्या* है? समय *क्या* होगा? ऐसा सोचना कि समय एक कोरी स्लेट है जिस पर कुछ भी लिखा जा सकता है, ऐसी कच्ची मिट्टी है जिसे किसी भी आकार में ढाला जा सकता है; ऐसा भरोसा रखना कि हर दिन नया हो सकता है, यह विचार हमें स्फूर्ति से भर देता है। समय के प्रति हमारा दृष्टिकोण कैसा हो, हम किस तरह समय का उपयोग करें, इस बारे में हर दिन कम से कम *हम* तो नए हो ही सकते है, यह आशा हमें स्फूर्ति से भर देती है। वसन्त ऋतु के समय, यहाँ, श्री मुक्तानन्द आश्रम में सबसे पहले दिखने वाले पौधों में से एक होता है, स्नोड्रॉप का पौधा। इसके फूल सफ़ेद व सादे-से होते हैं जिनकी छोटी-छोटी पंखुड़ियाँ धरती से कुछ ही इंच ऊपर खिलती हैं, किन्तु इसकी सहनशीलता, इसकी मज़बूती विलक्षण होती है। अकसर ऐसा होता है कि जब यह पौधा उगता है, उस समय धरती पर अब भी बर्फ़ की चादर बिछी हुई होती है; वस्तुतः स्नोड्रॉप के फूलों में तापमान के अनुसार खिलने-सिकुड़ने की क्षमता होती है—मौसम जब बहुत ठण्डा हो तब इनकी पंखुड़ियाँ सुरक्षा हेतु अपने आप बन्द हो जाती हैं और वातावरण में गरमाहट लौटने पर ये फूल फिर से खिल उठते हैं। इस तरह, ये नन्हे-से फूल, अपने ही तरीक़े से हमें कुछ सिखा रहे हैं—कि कैसे हम चुनौतियों पर विजय पा लें, जो कुछ हुआ है उसके बीच होते हुए भी कैसे हम निर्भीक बने रहें, कैसे हम इस दृढ़ समझ के साथ जिएँ कि ऐसी कोई भी परिस्थिति नहीं है जो बदल नहीं सकती। हमारे लिए और भी अधिक आन्तरिक बल हमेशा ही मौजूद है, यह हमारे लिए सदैव सुलभ है।

आदर सहित,
ईशा सरदेसाई

© २०२५ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।