ଯୋଗୀଗୁରୁ

ନିଗମାନନ୍ଦ

ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ, ପୁରୀ

ସାରସ୍ୱତ ଗ୍ରନ୍ଥାବଳୀ- ୨

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ଅଥବା

ଯୋଗ ଓ ସାଧନ-ପଦ୍ଧତି

"ଜ୍ଞାନଂ ଯୋଗାତ୍ମକଂ ବିଦ୍ଧି ଯୋଗଶ୍ଚାଷ୍ଟାଙ୍ଗସଂଯୁତମ୍ ।
ସଂଯୋଗୋ ଯୋଗ ଇତ୍ୟୁକ୍ତୋ ଜୀବାତ୍ମା-ପରାତ୍ମନୋଃ।।"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ

- ପ୍ରଣେତା -

ପରିବ୍ରାଜକାଚାର୍ଯ୍ୟ ପରମହଂସ

ଶ୍ରୀମଦ୍ ସ୍ୱାମୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଦେବ

- ପ୍ରକାଶକ -

ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ, ପୁରୀ

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ଲେଖକ :

ଶ୍ରୀମତ୍ ସ୍ୱାମୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଦେବ

ପ୍ରକାଶକ ଓ ସର୍ବସ୍ୱତ୍ୱ © ସଂରକ୍ଷକ :

ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ, ପୁରୀ

(ରେଜିଷ୍ଟ୍ରେସନ୍ ନଂ. ୭୩୯୧/୩୯୦ ଅଫ୍ ୧୯୭୩-୭୪)

ସଂସ୍କରଣ :

ପ୍ରଥମ	ବଙ୍ଗଳା	ସଂସ୍କରଣ :	୧୩୧୨	ସାଲ
ଷୋଡ଼ଶ	ବଙ୍ଗଳା	ସଂସ୍କରଣ :	୧୩୮୩	ସାଲ
ପ୍ରଥମ	ଓଡ଼ିଆ	ସଂସ୍କରଣ :	୧୯୬୩	ମସିହା
ଦ୍ୱିତୀୟ	ଓଡ଼ିଆ	ସଂସ୍କରଣ :	୧୯୬୬	ମସିହା
ତୃତୀୟ	ଓଡ଼ିଆ	ସଂସ୍କରଣ :	୧୯୮୨	ମସିହା
ଚତୁର୍ଥ	ଓଡ଼ିଆ	ସଂସ୍କରଣ :	୧୯୮୯	ମସିହା
ପଞ୍ଚମ	ଓଡ଼ିଆ	ସଂସ୍କରଣ :	୧୯୯୫	ମସିହା

ପ୍ରାପ୍ତିସ୍ଥାନ :

୧) **ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସ୍ମୃତିମନ୍ଦିର**
(କେନ୍ଦ୍ର ଆସନ ମନ୍ଦିର)
ପୋ : ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାର, ଜି : ପୁରୀ

୨) **ସତ୍‌ଶିକ୍ଷା ମନ୍ଦିର**
ଏ/୪, ୟୁନିଟ୍-୯, ଭୁବନେଶ୍ୱର-୭

୩) **ଶ୍ରୀ ଚୈତନ୍ୟ ଚରଣ ଦାସ**
ନିଗମ ସ୍ମୃତି କୁଟୀର, ଯୋବ୍ରା
କଟକ-୩

ମୁଦ୍ରଣ :

ଇଷ୍ଟର୍ଣ୍ଣ ଗ୍ରାଫିକ୍ସ, ଭୁବନେଶ୍ୱର-୧୦

ପ୍ରଣାମୀ :

ତିରିଶ ଟଙ୍କା ମାତ୍ର

Jogeeguru

Written by :
Srimat Swamy Nigamananda Saraswati Deb

Published & © reserved by :
Nilachala Saraswata Sangha, Puri
(Regn. No. 7391/390 of 1973-74)

Editions:

1st	Bengali	-	1312 sal
16th	Bengali	-	1383 sal
1st	Oriya	-	1963 A.D.
5th	Oriya	-	1995 A.D.

Available at :
Satsikshya Mandir
A/4, Unit - IX, Bhubaneswar-7

Printed at :
Eastern Graphics
Bhubaneswar-10

Price :
Rupees ***Thirty*** only

ସୂଚୀପତ୍ର

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ପଞ୍ଚମ ସଂସ୍କରଣର ମୁଖବନ୍ଧ	୧
ପ୍ରଥମ ସଂସ୍କରଣର ଭୂମିକା	୩
ଦ୍ୱିତୀୟ ମୁଦ୍ରଣର ନିବେଦନ	୧୧
ଚତୁର୍ଥ ସଂସ୍କରଣର ମୁଖବନ୍ଧ	୧୩
ଗ୍ରନ୍ଥକାରଙ୍କ ନିବେଦନ	୧୫
ବାଣୀ ଆବାହନ	୨୫
ଉତ୍ସର୍ଗ	୩୧
ପ୍ରଥମ ଅଂଶ-ଯୋଗକକ୍ଷ	
ଗ୍ରନ୍ଥକାରଙ୍କ ସାଧନ ପଦ୍ଧତି ସଂଗ୍ରହ	୩୫
ଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠତ୍ୱ	୫୩
ଯୋଗ କଅଣ ?	୫୯
ଶରୀର-ତତ୍ତ୍ୱ	୬୧
ନାଡୀ-କଥା	୬୪
ବାୟୁ-କଥା	୬୭
ଦଶବାୟୁର ଗୁଣ	୬୮
ହଂସ-ତତ୍ତ	୭୧
ପ୍ରଣବ-ତତ୍ତ୍ୱ	୭୩
କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ-ତତ୍ତ୍ୱ	୭୫
ନବ-ଚକ୍ରଂ	୭୮
ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର	୭୯
ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର	୮୦
ମଣିପୁର ଚକ୍ର	୮୦
ଅନାହତ ଚକ୍ର	୮୧
ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ର	୮୨
ଆଜ୍ଞା ଚକ୍ର	୮୨
ଲଳନା ଚକ୍ର	୮୪
ଗୁରୁ ଚକ୍ର	୮୪
ସହସ୍ରାର	୮୫
କାମକଳା-ତତ୍ତ୍ୱ	୮୬
ବିଶେଷ କଥା	୮୭

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ଷୋଡ଼ଶାଧାରମ୍	୮୭
ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟମ୍	୮୮
ବ୍ୟୋମପଞ୍ଚକମ୍	୮୮
ଗ୍ରନ୍ଥିତ୍ରୟ	୮୮
ଶକ୍ତିତ୍ରୟ	୮୮
ଯୋଗତତ୍ତ୍ୱ	୮୯
ଯୋଗର ଆଠ ଗୋଟି ଅଙ୍ଗ	୯୦
ଯମ	୯୧
ଅହିଂସା	୯୧
ସତ୍ୟ	୯୨
ଅସ୍ତେୟ	୯୨
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ	୯୨
ଅପରିଗ୍ରହ	୯୩
ନିୟମ	୯୪
ଶୌଚ	୯୪
ସନ୍ତୋଷ	୯୫
ତପସ୍ୟା	୯୫
ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ	୯୬
ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ	୯୬
ଆସନ	୯୭
ପ୍ରାଣାୟାମ	୯୭
ପ୍ରତ୍ୟାହାର	୧୦୦
ଧାରଣା	୧୦୦
ଧ୍ୟାନ	୧୦୧
ସମାଧି	୧୦୧
ଚାରି ପ୍ରକାର ଯୋଗ	୧୦୩
ମନ୍ତ୍ର ଯୋଗ	୧୦୩
ହଠ ଯୋଗ	୧୦୩
ରାଜ ଯୋଗ	୧୦୪
ଲୟ ଯୋଗ	୧୦୪
ଗୁହ୍ୟ ବିଷୟ	୧୦୭

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଂଶ-ସାଧନକଳ୍ପ	
ସାଧକୋପଦେଶ	୧୦୯
ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା	୧୨୫
ବିଶେଷ ନିୟମ	୧୩୭
ଆସନ ସାଧନ	୧୪୫
ପଦ୍ମାସନ	୧୪୫
ସିଦ୍ଧାସନ	୧୪୬
ସ୍ୱସ୍ତିକାସନ	୧୪୭
ତତ୍ତ୍ୱ-ବିଜ୍ଞାନ	୧୪୮
ତତ୍ତ୍ୱ-ଲକ୍ଷଣ	୧୫୦
ତତ୍ତ୍ୱ-ସାଧନ	୧୫୨
ପୃଥିବୀ ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ	୧୫୩
ଜଳ ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ	୧୫୩
ଅଗ୍ନି ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ	୧୫୪
ବାୟୁ ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ	୧୫୪
ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ	୧୫୪
ନାଡୀ-ଶୋଧନ	୧୫୫
ମନ ସ୍ଥିର କରିବାର ଉପାୟ	୧୫୭
ତ୍ରାଟକ ଯୋଗ	୧୫୮
କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଚୈତନ୍ୟର କୌଶଳ	୧୬୦
ଲୟଯୋଗ ସାଧନ	୧୬୨
ଶବ୍ଦଶକ୍ତି ଓ ନାଦ-ସାଧନ	୧୬୫
ନାଦ ସାଧନର ସହଜ ଉପାୟ	୧୭୦
ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ	୧୭୩
ଇଷ୍ଟଦେବତା ଦର୍ଶନ	୧୭୯
ଆତ୍ମ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦର୍ଶନ	୧୮୨
ଦେବଲୋକ ଦର୍ଶନ	୧୮୩
ସାଧାରଣଙ୍କ ପାଇଁ ଉପାୟ	୧୮୪
ମୁକ୍ତି	୧୮୭
ତୃତୀୟ ଅଂଶ-ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପ	
ଦୀକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ	୨୦୦
ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପ	୨୦୦
ସଦ୍‌ଗୁରୁ	୨୦୬
ମନ୍ତ୍ରତତ୍ତ୍ୱ	୨୦୭
ମନ୍ତ୍ର ଜାଗରଣ	୨୧୧
ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ସପ୍ତବିଧ ଉପାୟ	୨୧୨
ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ସହଜ ଉପାୟ	୨୧୪
ଛିନ୍ନାଦି ଦୋଷ ଶାନ୍ତି	୨୧୫
ସେତୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ	୨୧୫
ଭୂତ ଶୁଦ୍ଧି	୨୧୬
ଜପର କୌଶଳ	୨୧୮
ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ଲକ୍ଷଣ	୨୨୦
ଶଯ୍ୟା ଶୁଦ୍ଧି	୨୨୧
ଚତୁର୍ଥ ଅଂଶ-ସ୍ୱରକଳ୍ପ	
ସ୍ୱରର ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ	୨୨୨
ବାମ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସଫଳ	୨୨୫
ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସଫଳ	୨୨୬
ସୁଷୁମ୍ନାର ଶ୍ୱାସଫଳ	୨୨୬
ରୋଗୋତ୍ପତ୍ତିର ପ୍ରତିକାର	୨୨୭
ନାସିକା ବନ୍ଦ କରିବାର ନିୟମ	୨୨୮
ନିଃଶ୍ୱାସ ପରିବର୍ତ୍ତନର କୌଶଳ	୨୨୯
ବଶୀକରଣ	୨୩୦
ବିନା ଔଷଧରେ ଆରୋଗ୍ୟ	୨୩୨
ବର୍ଷଫଳ-ନିର୍ଣ୍ଣୟ	୨୩୮
ଯାତ୍ରା-ପ୍ରକରଣ	୨୩୯
ଗର୍ଭାଧାନ	୨୪୧
କାର୍ଯ୍ୟ ସିଦ୍ଧିକରଣ	୨୪୨
ଶତ୍ରୁ ବଶୀକରଣ	୨୪୩
ଅଗ୍ନି ନିର୍ବାପନର କୌଶଳ	୨୪୪
ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାରର କୌଶଳ	୨୪୫
କେତୋଟି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ସଂକେତ	୨୪୬
ଚିରଯୌବନ ଲାଭର ଉପାୟ	୨୫୧
ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭର ଉପାୟ	୨୫୩
ପୂର୍ବରୁ ମୃତ୍ୟୁ ଜାଣିବା ଉପାୟ	୨୫୯
ଉପସଂହାର	୨୬୬

ଜୟ ଗୁରୁ

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ପଞ୍ଚମ ସଂସ୍କରଣର ମୁଖବନ୍ଧ

"ଯୋଗସ୍ଥଃ କୁରୁକର୍ମାଣି ସଙ୍ଗମ୍ ତ୍ୟକ୍ତ୍ୱା ଧନଞ୍ଜୟ
ସିଦ୍ଧ୍ୟସିଦ୍ଧ୍ୟୋଃ ସମୋଭୂତ୍ୱା ସମତ୍ୱଂ ଯୋଗ ଉଚ୍ୟତେ ।"

—ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭଗବଦ୍‌ଗୀତା

ପରମ କାରୁଣିକ ପରମାରାଧ୍ୟ ଗୁରୁଦେବ ଶ୍ରୀମତ୍ ସ୍ୱାମୀ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଦେବଙ୍କ ଅପାର କରୁଣାବଳରୁ **'ଯୋଗୀଗୁରୁ'** ପୁସ୍ତକର ଉତ୍କଳାନୁବାଦ (ପଞ୍ଚମ ସଂସ୍କରଣ) ବହୁ ବାଧା ବିଘ୍ନ ମଧ୍ୟଦେଇ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲା ।

ପାଠକମାନେ ସ୍ମରଣ ରଖିବେ ଯେ ସର୍ବ ସାଧନାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ପୂର୍ବକ ଭାରତୀୟ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ପ୍ରାଣରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଚେତନାକୁ ଉଜ୍ଜୀବିତ କରିବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ପ୍ରଥମେ 'ଯୋଗୀଗୁରୁ' ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରଣୟନ କରିଥିଲେ । ସନାତନ ଧର୍ମରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ସାଧନ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି, ଯୋଗହିଁ ସେ ସମସ୍ତର ମୂଳ ବୋଲି ସ୍ୱୀକୃତ । ଯୋଗ ମନୁଷ୍ୟକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ ଓ କ୍ଳାନ୍ତିମୁକ୍ତ ଶରୀର, ଏକାଗ୍ରତାସମ୍ପନ୍ନ ମନ, ବଜ୍ରଦୃଢ଼ ସଂକଳ୍ପ ଦେଇ, ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱସହିଷ୍ଣୁ ପ୍ରାଣ ଓ ଅବିଚଳିତ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଯୋଗ ସଂଯମର ତୁଙ୍ଗ ଶିଖରରେ ସାଧକକୁ ଆରୋହଣ କରାଇଥାଏ ।

ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗ ଦର୍ଶନରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ "ଯୋଗଶ୍ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧଃ" । ପ୍ରମାଣ, ବିପର୍ଯ୍ୟୟ, ବିକଳ୍ପ, ନିଦ୍ରା ଓ ସ୍ମୃତି; ଏହି ପାଞ୍ଚଗୋଟି ଚିତ୍ତର ବୃତ୍ତି । ଚିତ୍ତର ଏହି ପାଞ୍ଚଗୋଟି ବୃତ୍ତିକୁ ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ, ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରକୃତ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଚିତ୍ତ ବୃତ୍ତି ନିରୋଧ କରିବାକୁ ହେଲେ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ବୈରାଗ୍ୟର ଅନୁଶୀଳନ କରିବା ଏକାନ୍ତ ପ୍ରୟୋଜନ । ମହର୍ଷି ପାତଞ୍ଜଳ ତାଙ୍କ 'ଯୋଗ ଦର୍ଶନ'ରେ ପୁନର୍ବାର କହିଛନ୍ତି, "ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନାଦ୍ ବା" । ଅର୍ଥାତ୍ ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ ଫଳରେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ ହୋଇ ସମାଧି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରହିଁ ଆମର ଏକାଧାରରେ ଗୁରୁ ଏବଂ ଇଷ୍ଟ । ସେ ଗୁରୁ ଭାବରେ ବାହାରେ ଏବଂ ଇଷ୍ଟ ବା ଈଶ୍ୱର ଭାବରେ ଆମ ଅନ୍ତରରେ

ଅଧିଷ୍ଠିତ ରହି ଆମକୁ ପରିଚାଳନା କରୁଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ପ୍ରଣିଧାନ ବା ଉପାସନା ଫଳରେ ଯୋଗର ସମସ୍ତ ଫଳ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠତ୍ୱ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଭଗବାନ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଗୀତାରେ କହିଛନ୍ତି,

“ଯୁକ୍ତାହାର ବିହାରସ୍ୟ ଯୁକ୍ତ ଚେଷ୍ଟସ୍ୟ କର୍ମସୁ,
ଯୁକ୍ତ ସ୍ୱପ୍ନାବବୋଧସ୍ୟ ଯୋଗୋ ଭବତି ଦୁଃଖହା ।”

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଯୋଗୀଗୁରୁ ଗ୍ରନ୍ଥକୁ ଚାରିଗୋଟି ଅଧ୍ୟାୟ ଯଥା ‘ଯୋଗକଳ୍ପ’, ‘ସାଧନକଳ୍ପ’, ‘ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପ’ ଓ ‘ସ୍ୱରକଳ୍ପ’ରେ ବିଭକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ଉକ୍ତ ଗ୍ରନ୍ଥଲିଖିତ ବିଷୟ କେବଳ ତାଙ୍କର ଅଭିଜ୍ଞତାର କଥା ନୁହେଁ, ଯୋଗ ସାଧନ ସମୟରେ ସେ ଯେଉଁସବୁ ତତ୍ତ୍ୱ ଅନ୍ତରରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିଛନ୍ତି; ତାହା ସେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ପ୍ରବର୍ତ୍ତିତ ସଂଘ ପୂଜା ମାଧ୍ୟମରେ ଯୋଗର ସମସ୍ତ ଅଙ୍ଗ ଅନୁଶୀଳନ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଯୋଗ କ’ଣ, ଯୋଗ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ସାଧକ କିପରି ଆତ୍ମୋପଲବ୍ଧି କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ସକଳ କର୍ମରେ କିପରି ଯୋଗର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି; ସେ ବିଷୟରେ ସମ୍ୟକ୍ ଜ୍ଞାନଲାଭ ପାଇଁ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥଟି ଆମୂଳଚୂଳ ପାଠ କରିବା, ଅଧ୍ୟାତ୍ମପିପାସୁ ସାଧକଙ୍କର ଅବଶ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଇତିମଧ୍ୟରେ କାଗଜ ଓ ମୁଦ୍ରଣର ବ୍ୟୟ ଅସମ୍ଭବ ପ୍ରକାରେ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ଥିବାରୁ ଏହି ସଂସ୍କରଣର ମୂଲ୍ୟ ଟ ୩୦-୦୦ ରଖିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେଲୁ । ସ୍ୱଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପ୍ରିଣ୍ଟିଂ ପ୍ରେସର କର୍ମଚାରୀବୃନ୍ଦ ଓ ସଂଘର କର୍ମୀଭକ୍ତମାନେ ପୁସ୍ତକର ମୁଦ୍ରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସମାପନ କରିପାରି ଥିବାରୁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ଶ୍ରୀଚରଣରେ ସେମାନଙ୍କର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରୁଅଛୁ । ମୁଦ୍ରଣର ଭ୍ରମ ପ୍ରମାଦ ମାର୍ଜନା କରି ମଙ୍ଗଳଧର୍ମୀ ପାଠକଗଣ ସ୍ୱଧର୍ମ ସାଧନରେ ବ୍ରତୀ ହେଲେ ଶ୍ରମ ସାର୍ଥକ ଜ୍ଞାନ କରିବୁ ।। ଇତି ।।

ଶ୍ରୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସ୍ମୃତି ମନ୍ଦିର
(କେନ୍ଦ୍ର ଆସନ ମନ୍ଦିର)
ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାର, ପୁରୀ
ଝୁଲଣ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା
ତା ୨୧ । ୮ । ୧୯୯୪

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଚରଣାଶ୍ରିତ
ସତ୍ୟପ୍ରିୟ ମହାନ୍ତି
ଉପସଭାପତି
ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ, ପୁରୀ

ଜୟଗୁରୁ

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ପ୍ରଥମ ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କରଣର ଭୂମିକା

"ନମଃ ପରମହଂସାୟ ନିଗମାନନ୍ଦମୂର୍ତ୍ତୟେ ।
ଭକ୍ତାଭିଷ୍ଟପ୍ରଦାୟାଶୁ ସାକ୍ଷାତ୍ ଚୈତନ୍ୟରୂପିଣେ ॥"

ଯାହାଙ୍କୁ ଆଶ୍ରୟ କରି ମାନବ ଅକ୍ଳେଶରେ ଏହି ଦାରୁଣ ଭବଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିପାରେ, ତାଙ୍କୁ ହିଁ **'ସଦ୍‌ଗୁରୁ'** କୁହାଯାଏ । ସେମାନେ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ଓ ନିଷ୍କାମ ଭାବରେ ସମଗ୍ର ମାନବସମାଜର ସେବା କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଆବିର୍ଭୂତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ କେବଳ ଅନ୍ୟର ଦୁଃଖ, ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଓ ଅଜ୍ଞାନତା ମୋଚନ କରିବା ନିମିତ୍ତ ଉତ୍ସର୍ଗୀକୃତ ହୁଏ । ଯେଉଁ ମହାପୁରୁଷମାନେ ଏହି ପୁଣ୍ୟଭୂମି ଭାରତରେ ଆବିର୍ଭୂତ ହୋଇ ଏବଂବିଧ ଜଗତ୍-ସେବାରେ ଆତ୍ମନିୟୋଗ କରି ମାନବସମାଜକୁ ପ୍ରକୃତ ସୁଖଶାନ୍ତିଲାଭର ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଯାଇଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପରମାରାଧ୍ୟ ଗୁରୁଦେବ **ଶ୍ରୀମତ୍ ସ୍ୱାମୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଦେବ** ଅନ୍ୟତମ ।

ନଦୀୟା ଜିଲ୍ଲାର ମେହେରପୁର ମହକୁମାସ୍ଥ କୁତବପୁର ଗ୍ରାମରେ ୧୨୮୭ ସାଲର ଝୁଲଣପୂର୍ଣ୍ଣିମା ତିଥିରେ ସେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ପ୍ରଥମ ଜୀବନରେ ସେ ନାସ୍ତିକ ଥିଲେ । ଭଗବାନ କିମ୍ବା ପରକାଳ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତାଙ୍କର ଆଦୌ ବିଶ୍ୱାସ ନ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଚରିତ୍ରରେ ଏପରି କେତେକ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଥିଲା, ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କର ଜୀବନ ଉନ୍ନତିର ଚରମ ସୀମାକୁ ଉନ୍ନୀତ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରବଳ ସତ୍ୟାନୁସନ୍ଧିତ୍ସା ଏବଂ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ତାଙ୍କ ଚରିତ୍ରର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଥିଲା । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସେ ଦାରପରିଗ୍ରହ କରି ସାଂସାରିକ ଜୀବନଯାପନ କରୁଥିବା ବେଳେ ଅକାଳରେ ପତିପ୍ରାଣା ପତ୍ନୀଙ୍କର ଦାରୁଣ ବିୟୋଗ ହେଲା । ପତ୍ନୀବିୟୋଗ ପରେ କେତେକ ପାରଲୌକିକ ଘଟଣା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରି ତାଙ୍କର ପରଲୋକ ପ୍ରତି

ଅଭ୍ରାନ୍ତ ବିଶ୍ୱାସ ଜାତ ହେଲା । ସେ ପରଲୋକଗତା ପତ୍ନୀଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ୍ ଦର୍ଶନ ପାଇଁ ବ୍ୟଗ୍ର ହୋଇପଡ଼ିଲେ । ପରେ ବୁଝିଲେ ଯେ, ଯେଉଁ ପତ୍ନୀଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ୍ ଦର୍ଶନ ନିମିତ୍ତ ସେ ବ୍ୟଗ୍ର, ସେ ସ୍ୱୟଂ ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତି ମହାମାୟାଙ୍କର ଛାୟା ମାତ୍ର । ସୁତରାଂ ସେ ସ୍ୱୟଂ ମହାମାୟାଙ୍କୁ ଲାଭ କରିବା ନିମିତ୍ତ ଗୁରୁ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ବହିର୍ଗତ ହେଲେ ଏବଂ ଅତି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ତାନ୍ତ୍ରିକ ସାଧନାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରି ଜଗନ୍ମୟୀଙ୍କୁ ମନୋମୟୀ ମୂର୍ତ୍ତିରେ ଦର୍ଶନ କଲେ । ଦେବୀଙ୍କୁ ତତ୍ତ୍ୱତଃ ଅବଗତ ହେବା ନିମିତ୍ତ **ତାନ୍ତ୍ରିକ-ଗୁରୁ ମହାତ୍ମା ବାମାକ୍ଷେପାଙ୍କ** ଆଦେଶରେ ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁଙ୍କ ଆଶ୍ରୟଲାଭପୂର୍ବକ ସନ୍ନ୍ୟାସ ଗ୍ରହଣ କରି କିପରି **'ନିଗମାନନ୍ଦ'** ନାମ ଗ୍ରହଣ କଲେ, ସେସବୁର ବିବରଣୀ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ନିଜେ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ସନ୍ନ୍ୟାସ ଗ୍ରହଣ ପରେ ଜ୍ଞାନସାଧନ ସମୟରେ ସେ ଯେଉଁସବୁ ତତ୍ତ୍ୱ ଶିକ୍ଷା କରିଥିଲେ, ତାକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଉପଲବ୍ଧି କରିବା ନିମିତ୍ତ ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁଙ୍କ ଆଦେଶରେ ପୁନରାୟ ଯୋଗୀଗୁରୁଙ୍କ ଅନୁସନ୍ଧାନରେ ବହିର୍ଗତ ହୋଇ କିପରି ଗୁରୁ ଲାଭ କଲେ, ସେସବୁର ବିବରଣ ମଧ୍ୟ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥାରମ୍ଭରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଅଛି ।

ସେ **ଯୋଗୀଗୁରୁ ଶ୍ରୀମତ୍ ସୁମେରୁ ଦାସଜୀ**ଙ୍କଠାରୁ ଯୋଗଶିକ୍ଷା ଲାଭ କରି ଲୋକାଳୟକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କଲେ ଏବଂ ଧାର୍ମିକ ଗୃହସ୍ଥଙ୍କ ଆଶ୍ରୟରେ ରହି ଅଳ୍ପକାଳ ସାଧନ କରିବା ଫଳରେ ତାଙ୍କର ଯୋଗସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହେଲା । ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି ଅବସ୍ଥାରେ ସେ ନିଜକୁ ଗୁରୁ ବୋଲି ଉପଲବ୍ଧି କଲେ । ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି ପରେ ସେ କୁମ୍ଭମେଳାରେ ସ୍ୱୀୟ ଗୁରୁ ଓ ଅପରାପର ବହୁ ସାଧୁ ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଶାସ୍ତ୍ରଜ୍ଞାନ ତଥା ଆତ୍ମଜ୍ଞାନର ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନପୂର୍ବକ ସ୍ୱୀୟ ଗୁରୁଦେବ ଓ ଶୃଙ୍ଗେରୀମଠର ତତ୍କାଳୀନ ମହନ୍ତ ଶ୍ରୀମତ୍ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ଶିବାଭିନବ ନୃସିଂହଭାରତୀଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃକ **"ପରମହଂସ"** ଉପାଧିରେ ଭୂଷିତ ହେଲେ । ପରମହଂସତ୍ୱ ଲାଭ କରିବା ପରେ ସେ କାଶୀଧାମରେ ଅନ୍ନପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ୍ ଲାଭ କରି ବୁଝିପାରିଲେ ଯେ, ଲୀଳାଜଗତ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ଅଜ୍ଞାତ ରହିଅଛି । ସୁତରାଂ ସେ 'ପ୍ରେମିକଗୁରୁ' ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି

ଭାବସାଧନାରେ ବ୍ରତୀ ହେଲେ । ଭାବସାଧନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରି ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣତ୍ୱରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ।

ଏକମାତ୍ର ଯୋଗ ହିଁ ସର୍ବବିଧ ସାଧନାର ମେରୁଦଣ୍ଡ ଏବଂ ଯୋଗ ହିଁ ଏକମାତ୍ର ସାଧନପନ୍ଥା । ଯୋଗବିହୀନ ହେଲେ ସମସ୍ତ କର୍ମ ବା ସାଧନ-ଭଜନ ବୃଥା ହୋଇଯାଏ । ଚିତ୍ତକୁ ସ୍ଥିର ବା ଯୋଗଯୁକ୍ତ ନ କରି ବାହ୍ୟ ଗୃହଚର୍ଯ୍ୟାରେ ଯେଉଁ ପୂଜା କରାଯାଏ, ସେଥିରେ କୌଣସି ଫଳ ହୁଏନାହିଁ । ଯୋଗଯୁକ୍ତ ଚିତ୍ତରେ ସୁଖଶାନ୍ତି ବିରାଜମାନ କରେ । ଯୋଗଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତ ଶୁଦ୍ଧ ହୁଏ ଓ ଭୌତିକ ଆକର୍ଷଣ ବିନଷ୍ଟ ହୋଇ ସାଧକ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଅମର ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରନ୍ତି । ତେଣୁ ସମାଜର ଅବସ୍ଥା ଅବଲୋକନ କରି ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ପ୍ରଥମେ '**ଯୋଗୀଗୁରୁ**' ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରକାଶ କଲେ ।

"ଏହି ମନୁଷ୍ୟଦେହ ଧାରଣ କରିବାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କଅଣ ? ମାନବ କେଉଁ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଜଗତକୁ ଆସି କେଉଁ ପଥରେ ଗତି କରୁଅଛି ? ମନୁଷ୍ୟର ଦେହ ଓ ଆତ୍ମା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭେଦ କଅଣ ? ଏହି ଦେହ ଧାରଣ କରି ଯଦି କେବଳ ଦୁଃଖଯନ୍ତ୍ରଣା, ବିଷାଦ, ବିପଦ, ପରିତାପ, ଉଦ୍‌ବେଗ ଓ ଅଶାନ୍ତି ଅଭାବ ନେଇ ସର୍ବଦା ବ୍ୟସ୍ତ ରହିବାକୁ ପଡ଼େ, ତାହାହେଲେ ଏହି ଦେହ-ଧାରଣର ଆବଶ୍ୟକତା କଅଣ ?"—ଏହିସବୁ ଅସ୍ୱସ୍ତି ଜୀବନରେ ଯେପରି ଆକ୍ରମଣ କରି ନ ପାରେ, ତାହିଁର ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ହିଁ ଜୀବନର ଶ୍ରେଷ୍ଠ କାର୍ଯ୍ୟ ।

ଧନଜନରେ ବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ହେବା, ଗଣ୍ୟମାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ହେବା, ଯଶଃକୀର୍ତ୍ତି ଅର୍ଜନ କରିବା, ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଲାଭ କରିବା କେବେହେଲେ ଜୀବନର ଚରମ ସିଦ୍ଧି ନୁହେଁ । ଭୋଗବାସନା, ଭୋଗବିଳାସ ଓ ଭୋଗର ଆୟୋଜନ ଏବଂ ଦେହର ସୁଖସ୍ୱାଚ୍ଛନ୍ଦ୍ୟବିଧାନ ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟାକରିବା ଫଳରେ ମାନବ ନିରନ୍ତର ଦୁଃଖ, ଅଶାନ୍ତି ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରୁଅଛି । କିନ୍ତୁ ସାଧୁସଙ୍ଗ, ସତ୍ୟଜ୍ଞାନ ଅର୍ଜନ, ଯୋଗସାଧନ ଓ ତ୍ୟାଗ-ସଂଯମାଦିର ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ହିଁ ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ଓ ଚିତ୍ତପ୍ରସାଦ ଲାଭ ହୁଏ । ଆତ୍ମବିକାଶମୂଳକ ସାଧନ ଭଜନରେ ନିଯୁକ୍ତ ରହିବା ଏହି ଦେହଧାରଣର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ସାଂସାରିକ ସୁଖଭୋଗ କରିବା ନିମିତ୍ତ

ଦେହୀ ଏ ଦେହ ଧାରଣ କରି ନାହିଁ । ଏହି ସ୍ଥୂଳଦେହ କେବଳ ମନୁଷ୍ୟର ଯଥାସର୍ବସ୍ୱ ନୁହେଁ । ଏହା ମଧ୍ୟରେ ଆହୁରି ଚାରିଗୋଟି ଦେହ ବିଦ୍ୟମାନ । ମାନବ କେବଳ ଏହି ସ୍ଥୂଳଦେହର ରକ୍ଷା ଓ ତାହାର କ୍ଷୁଧାନିବୃତ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଯାବତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଅଛି ଏବଂ ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ସେ ଶାନ୍ତିଲାଭ କରିବ ବୋଲି ବୃଥା ଆଶା ପୋଷଣ କରୁଅଛି । ଅପରାପର ଦେହଗୁଡ଼ିକର କ୍ଷୁଧାନିବୃତ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଯେ ତାହାର କିଛି କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଅଛି, ତାହା ଅବଗତ ନ ଥିବାରୁ ସାଧନ-ଭଜନ ପ୍ରତି ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କର ଆଦୌ ସ୍ପୃହା ଜାତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟ ବୈଷୟିକ କାର୍ଯ୍ୟ ପରି ସାଧନ-ଭଜନର ଯେ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି, ତାହା ଲୋକେ ଆଦୌ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଏହି ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଚାରିଗୋଟି ଦେହ ବିଦ୍ୟମାନ, ତାହାର ନାମ ଯଥାକ୍ରମେ ପ୍ରାଣମୟ, ମନୋମୟ, ବିଜ୍ଞାନମୟ ଓ ଆନନ୍ଦମୟ ଶରୀର । ଜୀବର ସ୍ଥୂଳ ବା ଅନ୍ନମୟ ଦେହ ଅଛି ବୋଲି ସେ କ୍ଷୁଧାନିବୃତ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି । ପ୍ରାଣ ବା କର୍ମ ଶକ୍ତିମୟ କାମଦେହ ଅଛି ବୋଲି ତାହାର କ୍ଷୁଧାନିବୃତ୍ତି ନିମିତ୍ତ ସେ ସର୍ବଦା କାମାଦି ବୃତ୍ତିର ଚରିତାର୍ଥ ନିମିତ୍ତ ବ୍ୟଗ୍ର ରହୁଅଛି ଏବଂ ମନୋମୟ ଶରୀରର ପୁଷ୍ଟି ନିମିତ୍ତ ସେ ଭୋଗବାସନାରେ ଜଡ଼ିତ ହେଉଅଛି । ବିଜ୍ଞାନମୟ ଓ ଆନନ୍ଦମୟ ଦେହର କ୍ଷୁଧାନିବୃତ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଜୀବ ଜ୍ଞାନ ଓ ସୁଖସନ୍ଧାନରେ ନିୟତ ପରିଭ୍ରମଣ କରୁଅଛି । ଏହି ପଞ୍ଚ ଦେହକୁ ସ୍ଥୂଳ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ କାରଣ ଦେହଭେଦରେ ତିନି ଭାଗରେ ମଧ୍ୟ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହି ଦେହକୁ କୋଷ ବା ପୁର ମଧ୍ୟ କହନ୍ତି । ଜୀବାତ୍ମା ଏହି ପୁରରେ ବାସ କରେ ବୋଲି ତାର ଅପର ନାମ ପୁରୁଷ । ମାତ୍ର ଜୀବାତ୍ମା ସ୍ୱୟଂ ଏହି ପଞ୍ଚ-ଦେହାତିରିକ୍ତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସତ୍ତା । ମାନବ ଅମୃତର ସନ୍ତାନ ବୋଲି ସେ ସ୍ୱଭାବତଃ ଜ୍ଞାନଶକ୍ତି ଓ ସୁଖଲାଭ କରିବାକୁ ଯତ୍ନ କରେ । ଏହି ପଞ୍ଚ ଦେହର ଲୟ ବା କ୍ଷୟ ସାଧନ ନ କଲେ ଆତ୍ମା ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିପାରେ ନାହିଁ । ବୃତ୍ତି-ଚରିତାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଦେହର ପୁଷ୍ଟି ସାଧିତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ସଂଯମ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଏହିସବୁ ଦେହର ଲୟସାଧିତ ହୋଇଥାଏ । ଯୋଗସାଧନ ବ୍ୟତୀତ ଏହି ଦେହଗୁଡ଼ିକର ଲୟସାଧନ ଅସମ୍ଭବ । ପ୍ରାଣ ସ୍ଥିର ଓ ମନ

ଲୟ ହେଲେ ମାନବ ସୁଖ-ଦୁଃଖରୁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରେ । ମାନସିକ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ସଂଯମ ଅର୍ଥାତ୍ ଏଗୁଡ଼ିକ ଯେତେ କମ୍ ପରିମାଣରେ ଚରିତାର୍ଥ କରିପାରିବ, ସେହି ପରିମାଣରେ ମନ କ୍ଷୀଣତାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଅବଶେଷରେ ଲୟ ହୋଇଯିବ । ଉପରୋକ୍ତ ଶରୀରମାନଙ୍କର ଲୟ ନିମିତ୍ତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଲୟଯୋଗର ବହୁବିଧ ସହଜ ସାଧନ କୌଶଳ ଏଥିରେ ସନ୍ନିବିଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ସାଧନକୌଶଳ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସାଧକମାନଙ୍କ ପ୍ରତି କେତେକ ଉପଦେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଉପଦେଶଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତିପାଳନ ନ କରି ସାଧନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲେ କୌଣସି ଫଳଲାଭ ହେବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ବିଜ୍ଞାନମୟ ଶରୀର ଅଛି ତାହା କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସଂସ୍କାରର ସମଷ୍ଟିରେ ଗଠିତ । ମାନବାତ୍ମା ବହୁ ଜନ୍ମ ଧରି ଯେଉଁସବୁ ଅଭିଜ୍ଞତା ଅର୍ଜନ କରିଥାଏ ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ତାର ଏକ ପ୍ରକାର ସଂସ୍କାର ଜାତ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ଅନୁସାରେ ସେ ନିଜକୁ ପରିଚାଳିତ କରେ । ଏହି ସଂସ୍କାର-ଦେହ (Impression and Ideas) ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମା ଆବୃତ୍ତ ହୋଇଥିବାରୁ ସେ ସ୍ୱରୂପରେ ଆତ୍ମାନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରିପାରେ ନାହିଁ । ମାନବ ପୂର୍ବ-ସଂସ୍କାରକୁ ପୋଷଣ କରି ଚାଲିଲେ, ଏହି ଦେହର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଉପଦେଶରେ ନିଜକୁ ପରିଚାଳିତ କଲେ ବା ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ସଂଯତ ଅଥବା ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ; ମନୁଷ୍ୟ କୁସଂସ୍କାରରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରେ । କୁସଂସ୍କାର ମୁକ୍ତ ହେଲେ, ଏହି ଦେହ କ୍ଷୀଣତା ବା ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଏହି ଦେହର ଲୟ ନିମିତ୍ତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ସାଧକମାନଙ୍କୁ ବହୁବିଧ ଉପଦେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଗୃହଜଞ୍ଜାଳ ଭିତରେ ରହି ମଧ୍ୟ କପରି ଭାବ ରଖି ସାଧନ ଭଜନ କଲେ ଯୋଗର ଚରମ ଫଳ ଲାଭ କରାଯାଇପାରିବ, ତାହା ପରିସ୍ଫୁଟ କରି ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଏହି ଶରୀର ମାନବାତ୍ମାର ଶେଷ ଆବରଣ ନୁହେଁ । ଏହା ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ 'ଭାବମୟ କାରଣ-ଦେହ' ବିଦ୍ୟମାନ, ତାକୁ 'ଆନନ୍ଦମୟ ଶରୀର' କୁହାଯାଏ । ଜୀବାତ୍ମା ଅପରାପର ଚତୁର୍ବିଧ ଶରୀରକୁ ଲୟ କରି ଏହି

'ଆନନ୍ଦମୟ ଶରୀର'ରେ ଅବସ୍ଥାନପୂର୍ବକ ଭଗବଦ୍ ଭଜନ କଲେ ଦିବ୍ୟ ଆନନ୍ଦ ଓ ପରମ ଶାନ୍ତିରେ କାଳଯାପନ କରିପାରେ । ଏଥିପାଇଁ ଯୋଗ-ସାଧନଦ୍ୱାରା ତାହା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ତତ୍ପରେ ମନ୍ତ୍ର-ଜପାଦି କରିବା ନିମିତ୍ତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପରେ ମନ୍ତ୍ରଜପର ବହୁବିଧ ପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି । ସୁଖଭୋଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଦେହର ପୁଷ୍ଟି ହୁଏ । ମାତ୍ର ନାମସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଦେହରେ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ହୋଇ ଆତ୍ମା ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥାନ କରି ନିତ୍ୟାନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରିଥାଏ । ଏହି 'ଆନନ୍ଦମୟ' ଓ 'ବିଜ୍ଞାନମୟ ଦେହ'ର ସମଷ୍ଟୀଭୂତ ଅବସ୍ଥାର ନାମ **'ହିରଣ୍ମୟ କୋଷ'** । ଏହି ଦେହକୁ 'ଲିଙ୍ଗଦେହ' କହନ୍ତି । ଏହି ଦେହରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ରହି ଭଗବତ୍‌ସେବା କରାଯାଇଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟ ଯୋଗ-ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଦେହ, ମନ, ପ୍ରାଣର ଭୋଗ ବାସନାକୁ ଜୟ କରି ତତ୍ପରେ ତାହାକୁ ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ; ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେବା ସହଜ ହୁଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାଲାଭ ନିମିତ୍ତ ବହୁବିଧ ସହଜ କୌଶଳ ଏଥିରେ ସନ୍ନିବେଶିତ ହୋଇଅଛି ।

ଦେହର ସୁସ୍ଥତା ବ୍ୟତୀତ ସାଧନ-ଭଜନ ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ । ଜୀବାତ୍ମା ଏହି ସ୍ଥୂଳଦେହରୂପ ସେତୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏହି ଭବସାଗରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୋଇଥାଏ । ଜୀବାତ୍ମା ଏହି ସ୍ଥୂଳଦେହକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରିବାର କାରଣ ମଧ୍ୟ ଏହା । ଅନ୍ୟଥା କେବଳ ଖାଇପିଇ ବଞ୍ଚିରହିବା ପାଇଁ ଦେହୀ ଏ ଜଗତକୁ ଆସନ୍ତା ନାହିଁ । ଏହି ଭୌତିକ ଦେହର ସୁସ୍ଥତା ବ୍ୟତୀତ ସାଧନ-ଭଜନ ଅସମ୍ଭବ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ଓ ଦୀର୍ଘକାଳସ୍ଥାୟୀ କରିବା ନିମିତ୍ତ ବହୁବିଧ କୌଶଳ 'ସ୍ୱରକଳ୍ପ'ରେ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ।

ଶରୀର ଓ ମନର ଶକ୍ତିସମୂହର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶସାଧନ କରିବା ଏବଂ ସେହି ଶକ୍ତିକୁ ଏକମୁଖୀ କରି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଚାଳିତ କରିବା, ଯୋଗସାଧନର ପ୍ରଧାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ଏହି ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ହେଲେ ସାଧକ ମନବୁଦ୍ଧିର ଅଗମ୍ୟ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଜଗତର ଅନୁଭୂତି ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । କେବଳ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ କରିବା ଯୋଗସାଧନର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନୁହେଁ । କାରଣ ଶକ୍ତି ଶାନ୍ତିର ଘୋର ବିରୋଧୀ ।

ଏହି ଶକ୍ତିକୁ 'ମାୟା' ବୋଲି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଇଥାଏ । ଯୋଗସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଏହି ମାୟାଶକ୍ତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ପରେ ଚୈତନ୍ୟସତ୍ତ୍ୱରେ ନିମଜ୍ଜିତ କରାଇପାରିଲେ, ସାଧକ ପରାଶାନ୍ତି ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଅନେକ ସାଧକ ଉକ୍ତ ଶକ୍ତି ଲାଭ କଲାମାତ୍ରେ ଶକ୍ତି ହାତରେ କ୍ରୀଡ଼ନକ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ଏହି ବିଭୂତିଶକ୍ତିର ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ଅନେକ ସାଧକ ଲୋକସମାଜରେ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଯାଇ ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟ ଓ ମାୟାକବଳିତ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି, ପରାଶାନ୍ତି ବା ପରମସୁଖରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୁଅନ୍ତି । ତେଣୁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ବିଭୂତିଶକ୍ତିରେ ମୁଗ୍ଧ ନ ହୋଇ ସ୍ୱକାର୍ଯ୍ୟସାଧନରେ ତତ୍ପର ହେବାକୁ ବାରମ୍ବାର ଉପଦେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ।

ମନ ଲୟ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଦେହ, ମନ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଶୁଦ୍ଧି ବା ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣାତ୍ମକ ଉତ୍କର୍ଷସାଧନ ଏକାନ୍ତ ପ୍ରୟୋଜନ । ଏହାକୁ ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି କୁହାଯାଏ । **ଏହା ହିଁ ଯୋଗର ପ୍ରଥମ ଓ ପ୍ରଧାନ ଅଙ୍ଗ ।** ଚିତ୍ତର ସଙ୍କୀର୍ଣ୍ଣଭାବ ଦୂର କରି, ବିଶ୍ୱପ୍ରେମରେ ବିଭୋର ହୋଇ, ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତଙ୍କ ପ୍ରତି ସମବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ସମ୍ପାଦିତ ହୁଏ । ସେହି ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ସମ୍ପାଦନ ନିମିତ୍ତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର 'ଯମ ନିୟମାଦିର ଅନୁଷ୍ଠାନ' କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମରୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଚିତ୍ତ ଏକାଗ୍ର ଓ ସ୍ଥିର ହେବା ପରେ ଚିତ୍ତକୁ ନିରୋଧ ବା ଲୟ କରି ସ୍ୱୀୟ ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏହି ଅବସ୍ଥା ଅତିଶୟ ଆନନ୍ଦପ୍ରଦ ଏବଂ ସତ୍ୟଜ୍ଞାନପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସାଧକଙ୍କର ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ ହୁଏ । ଏହି ଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ କରି ସାଧକ ଶାନ୍ତିରେ ଓ ଶୁଦ୍ଧଭାବରେ ଅବସ୍ଥାନପୂର୍ବକ ନିଜର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସୁସ୍ପଷ୍ଟଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ 'ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ-ଦର୍ଶନ' ଅଧ୍ୟାୟରେ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ସହଜସାଧ୍ୟ ସାଧନର କୌଶଳ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଅଛନ୍ତି ।

ଯୋଗ ମନୁଷ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଅସମ୍ଭବ ଓ ଅସଙ୍ଗତ ବ୍ୟାପାର ନୁହେଁ । ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କଠାରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନ କରି ତାଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ସାଧନ କଲେ, ସାଧକ ସହଜରେ ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ଉପନୀତ ହୋଇପାରିବେ । କୁସଙ୍ଗରେ ଓ ବିଷୟ-ଭାରାକ୍ରାନ୍ତ ଚିତ୍ତରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ବିଶ୍ୱାସର ଉଦୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ

ଆମେ ସ୍ୱାର୍ଥତ୍ୟାଗପୂର୍ବକ ସାଧୁସଙ୍ଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିରେ ଆପତ୍ତି କଲେ କିମ୍ବା ଅବିଶ୍ୱାସ କଲେ ସାଧନପଥରେ ଗତି କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ତେଣୁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର "ବିଶେଷ ନିୟମ" ପରିଚ୍ଛେଦରେ ସାଧକମାନଙ୍କୁ ଏ ବିଷୟରେ ସତର୍କ କରିଦେଇଛନ୍ତି ।

ଉପରୋକ୍ତ ଭାବରେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ସଂଶୋଧନ, ପ୍ରସାରଣ, ସଂଯମନ, ଏକାଗ୍ରୀକରଣ, ସ୍ଥିରୀକରଣ ଓ ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ, ଯୋଗସାଧନରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇପାରିବେ । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଯୋଗ ଶିକ୍ଷାଦେବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଆଜକୁ ପ୍ରାୟ ଅଠାବନ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ 'ଯୋଗୀଗୁରୁ' ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରଣୟନ କରିଥିଲେ । ଦୁର୍ଲ୍ଲଭ ମାନବଜନ୍ମ ଲାଭକରି ଯେ ଏହି ସାଧନ ଅଭ୍ୟାସ ନ କରନ୍ତି, ତାଙ୍କର ଜୀବନ ବୃଥାରେ ଗଲାବୋଲି ଶ୍ରୀଶ୍ରୀ ଠାକୁର 'ଉପସଂହାର'ରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଯୋଗସାଧନାରେ ବ୍ରତୀ ହୋଇ ମାନବଜୀବନର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ସମ୍ପାଦନ ନିମିତ୍ତ ସାଧକମାନଙ୍କୁ ସେ ଆହ୍ୱାନ କରିଛନ୍ତି ।

ସାରସ୍ୱତ ମଠର ଟ୍ରଷ୍ଟିମାନେ ଏହି ପୁସ୍ତକ ଉତ୍କଳ ଭାଷାରେ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେଇଥିବାରୁ ଆମ୍ଭେମାନେ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ କୃତଜ୍ଞ ।

ପରିଶେଷରେ, ଏହି ପୁସ୍ତକ ମୁଦ୍ରଣରେ ତଥା ସଂଶୋଧନରେ ଯେଉଁମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଆମ୍ଭେମାନେ ଚିର ଋଣୀ । ମୁଦ୍ରଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସତ୍ୟବାଦୀ ପ୍ରେସର ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଆର୍ତ୍ତତ୍ରାଣ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ଏବଂ ସଂଶୋଧନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଓଡ଼ିଶାର ଲବ୍ଧପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ସାହିତ୍ୟିକ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ହୃଦୟନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ଆଶାତୀତ ସହୃଦୟତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କୁ ଆନ୍ତରିକ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରୁଅଛୁଁ । ମୁଦ୍ରଣକାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅନୁବାଦ ଅତି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ କରାଯାଇଥିବାରୁ ଭ୍ରମପ୍ରମାଦ ରହିବା ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ । ପାଠକମାନେ ଭାଷାଦୋଷ ମାର୍ଜନା କରି ସ୍ୱକାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ରତୀ ହେଲେ ଶ୍ରମ ସଫଳ ଜ୍ଞାନ କରିବୁଁ । ଇତି ।

'ନିଗମ-ନିବାସ', ବାରଭୁଜ
ଜି: ପୁରୀ
ମାଘପୂର୍ଣ୍ଣିମା
ତା ୨୬ । ୨ । ୧୯୬୩

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଚରଣାଶ୍ରିତ
ଦୁର୍ଗାଚରଣ ମହାନ୍ତି
ସମ୍ପାଦକ
ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ, ପୁରୀ

ଜୟଗୁରୁ

ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କରଣର ଦ୍ୱିତୀୟ ମୁଦ୍ରଣ

ପ୍ରକାଶକଙ୍କ ନିବେଦନ

ପରମହଂସ ଶ୍ରୀମତ୍ ସ୍ୱାମୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଦେବଙ୍କ ପ୍ରଣୀତ 'ଯୋଗୀଗୁରୁ' ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କରଣର ଦ୍ୱିତୀୟ ମୁଦ୍ରଣ ଯେ ତିନି ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଆମେ ସମର୍ଥ ହେଲୁ, ଏହା ସେହି ପରମକାରୁଣିକ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ଅପାର କରୁଣା ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କିଛି ନୁହେଁ । ଜଡ଼-ବିଜ୍ଞାନର ମାୟାମୋହ ଓ ଆଧୁନିକ ବିଳାସବ୍ୟସନରେ ଆଚ୍ଛନ୍ନ ଓ ସ୍ୱାର୍ଥସର୍ବସ୍ୱ ଯୁଗରେ ଯୋଗ ଓ ସାଧନ-ପଦ୍ଧତିବର୍ଣ୍ଣିତ ଏକ ନିରସ ପୁସ୍ତକ, ପାଠକ ପାଠିକା ମହଲରେ ଯେ ଆଦୃତ ହେବ ଏବଂ ଲୋକେ କ୍ଷଣିକ ସୁଖସମ୍ଭୋଗ ଭୁଲି ଯୋଗରୂପ କୃଚ୍ଛ୍ର ସାଧନ ପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ହେବେ, ଏହା କିପରି ବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଇପାରିବ ? ତଥାପି ଏହି ଉପାଦେୟ ପୁସ୍ତକଟିର ଓଡ଼ିଆ ଅନୁବାଦ ଆମେ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲୁ ଓ ସେତେବେଳେ ମନରେ ଟିକିଏ କୁଣ୍ଠା ଓ ସନ୍ଦେହ ଜନ୍ମିଥିଲା । ତିନିବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଥମ ମୁଦ୍ରଣ ନିଃଶେଷ ହୋଇ ଯାଇଥିବାରୁ ସେ ସନ୍ଦେହ ଆମ ମନରୁ ଦୂର ହୋଇଛି । ଆମର ପାଠକ ପାଠିକା, ବିଶେଷତଃ ସ୍କୁଲ କଲେଜର ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ, ତରୁଣ ତରୁଣୀ ଯେତେ ବେଶି ସଂଖ୍ୟାରେ ଏଥିପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ହେବେ, ଦେଶ ଓ ଦଶର ସେତିକି ଅଧିକ ମଙ୍ଗଳ ହେବ; ତା' ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଈର୍ଷାଦ୍ୱେଷପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଶୋଭନୀୟ ସମାଜରେ ପବିତ୍ର ଫଲ୍‌ଗୁଧାର ପ୍ରବାହିତ ହେବ, ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନଧାରଣ ସାର୍ଥକ ହେବ । ଅତି ନିକଟରେ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରଙ୍କ ପ୍ରଣୀତ 'ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ' ଗ୍ରନ୍ଥର ଓଡ଼ିଆ ଅନୁବାଦ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଆମର ଆଶା ଅତି କ୍ଷୀଣ ଅଂଶରେ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ଫଳବତୀ ହୁଏ, ତେବେ ଗୁରୁଦେବ ଶ୍ରୀମତ୍ ସ୍ୱାମୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଦେବଙ୍କ ପ୍ରଣୀତ 'ତାନ୍ତ୍ରିକଗୁରୁ' ଓ 'ପ୍ରେମିକଗୁରୁ' ପ୍ରଭୃତି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗ୍ରନ୍ଥର ଓଡ଼ିଆ ଅନୁବାଦ ପ୍ରକାଶ ଦିଗରେ ପ୍ରୟାସୀ ହେବୁ ।

ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ,
ପୁରୀ
ତା ୨୭।୧୨।୧୯୬୭

ଶ୍ରୀ ଦୁର୍ଗାଚରଣ ମହାନ୍ତି
ସମ୍ପାଦକ

ଜୟଗୁରୁ

ତୃତୀୟ ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କରଣର ଭୂମିକା

"ନମଃ ପରମହଂସାୟ ଜଗମାନନ୍ଦ ରୂପିଣେ
ବ୍ରହ୍ମତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରବୋଧାୟ ସାଧନାଲବ୍ଧ ସିଦ୍ଧୟେ ।
ନଦୀୟୋଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦୀପାୟ ଜ୍ଞାନଦୀପ୍ତାୟ ବୈନମଃ ॥"

ପରମାରାଧ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ମହାରାଜଙ୍କ ଅହେତୁକୀ କୃପାବଳରେ ତଦୀୟ ଦେଶପ୍ରସିଦ୍ଧ ପୁସ୍ତକ 'ଯୋଗୀଗୁରୁ'ର **ତୃତୀୟ ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କରଣ** ବହୁ ବାଧାବିଘ୍ନ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲା । ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ପ୍ରଥମ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ସଂସ୍କରଣ ଯଥାକ୍ରମେ ୧୯୬୩ ଓ ୧୯୬୭ ଖ୍ରୀଷ୍ଟାବ୍ଦରେ 'ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ' ତରଫରୁ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରଙ୍କର ଉତ୍କଳୀୟ ଭକ୍ତ ତଥା ଓଡ଼ିଶାର ସୁଧୀ ପାଠକ ସମାଜରେ ପରମ ସମାଦର ଲାଭ କରିଅଛି । ଓଡ଼ିଶାର ଶିକ୍ଷାବିଭାଗ ଡାଇରେକ୍ଟର ମହୋଦୟ ଏହି ପୁସ୍ତକକୁ ସ୍କୁଲ୍ କଲେଜରେ ପ୍ରାଇଜ୍ ଓ ଲାଇବ୍ରେରୀ ପୁସ୍ତକ ରୂପେ ଅନୁମୋଦନ କରି ଓ ରାଜା ରାମମୋହନ ରାୟ ଲାଇବ୍ରେରୀ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରନ୍ଥାଗାର ନିମିତ୍ତ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ କ୍ରୟ କରି ଆମକୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଛନ୍ତି । 'ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ' ତରଫରୁ ପ୍ରକାଶିତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରଙ୍କର ଓଡ଼ିଆ ଜୀବନୀ ଓ ଏହି 'ଯୋଗୀଗୁରୁ' ପୁସ୍ତକ ମୁଖ୍ୟତଃ ପାଠ କରି ଓଡ଼ିଶାରେ ବହୁ ଭକ୍ତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରଙ୍କର ଭାବଧାରାରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୋଇ ଆସିଛନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଯଥାସମୟରେ ଏହି ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକର ପୁନର୍ମୁଦ୍ରଣ ନିମିତ୍ତ ଆମେ ଆପ୍ରାଣ ଉଦ୍ୟମ କରି ଆସିଛୁ ।

ଏହି ସଂସ୍କରଣ ନିମିତ୍ତ ମୂଳ ବଙ୍ଗଳା ବହି ସହ ଉତ୍କଳାନୁବାଦଟିକୁ ଆଉ ଥରେ ମିଳାଇ ଦେଇ ଆବଶ୍ୟକ ସଂଶୋଧନ କରାଯାଇଛି । ଆଶାକରୁ ପୂର୍ବ ଦୁଇଟି ସଂସ୍କରଣ ଭଳି ଏହି ନୂତନ ସଂସ୍କରଣଟି ମଧ୍ୟ ଉତ୍କଳର ପାଠକ ସମାଜରେ ବିପୁଳ ଭାବରେ ସମାଦର ଲାଭ କରିବ ।

କଟକ
ତା ୨ । ୧୦ । ୧୯୮୭

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଚରଣାଶ୍ରିତ
ଚୈତନ୍ୟ ଚରଣ ଦାସ
ସଭାପତି, ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ
ପୁରୀ

'ଯୋଗୀଗୁରୁ' ଚତୁର୍ଥ ସଂସ୍କରଣର ମୁଖବନ୍ଧ

ପରମାରାଧ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ମହାରାଜଙ୍କ ଅପାର କରୁଣା-ବଳରୁ 'ଯୋଗୀଗୁରୁ'ର ଉତ୍କଳାନୁବାଦ **ଚତୁର୍ଥ ସଂସ୍କରଣ** ଏକ ବିଶେଷ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ହସ୍ତରେ ଅର୍ପିତ ହେଲା । ସାରସ୍ୱତ ମଠର ଟ୍ରଷ୍ଟୀବୃନ୍ଦ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ଉତ୍କଳାନୁବାଦ ନିମିତ୍ତ ଅନୁମତି ଦେଇଥିବାରୁ ଏବଂ ଆମମାନଙ୍କର ପରମ ଶ୍ରଦ୍ଧେୟ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଦୁର୍ଗଚରଣ ଭାଇ ଯୋଗର ଶୁଷ୍କତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକୁ ଉତ୍କଳୀୟ ଭାଷାରେ ଯଥାସମ୍ଭବ ବୋଧଗମ୍ୟ କରି ଅନୁବାଦ କରିପାରିଥିବାରୁ ଆମେ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଋଣୀ ।

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ମହାରାଜ ସନାତନ ଧର୍ମୋକ୍ତ ଚତୁର୍ବିଧ ସାଧନ ପଥରେ ଚରମାବସ୍ଥା ଲାଭ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଧାନତଃ ଯୋଗସିଦ୍ଧି ପରେ ହିଁ ତାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗୁରୁଭାବ ଫୁଟି ଉଠିଥିଲା । ସେଥିଲାଗି ଗୀତାରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଧାନତଃ ଯୋଗପଥର ଶ୍ରେଷ୍ଠତ୍ୱ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ଶ୍ରୀଭଗବାନ୍ କହିଛନ୍ତି :

"କର୍ମିଭ୍ୟଶ୍ଚାଧିକୋ ଯୋଗୀ ଜ୍ଞାନିଭ୍ୟୋଽପି ମତୋଽଧିକଃ
ତପସ୍ୱିଭ୍ୟୋଽଧିକୋ ଯୋଗୀ ତସ୍ମାଦ୍ ଯୋଗୀ ଭବାର୍ଜୁନ ।"

ତାଙ୍କର ଯୋଗଶିକ୍ଷା-ଦାତା ଉଦାସୀନାଚାର୍ଯ୍ୟ ଶ୍ରୀମତ୍ ସୁମେରୁ ଦାସଜୀଙ୍କ ପ୍ରେରଣାରେ ମାତ୍ର ଅଳ୍ପ କେତେ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଯୋଗ ପଥରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରି ସେ ବେଦାନ୍ତୋକ୍ତ ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧିରେ ନିଜକୁ 'ଗୁରୁ' ବୋଲି ଅନୁଭବ କରି ଫେରି ଆସିଥିଲେ । ତତ୍ପରେ ଜ୍ଞାନସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରି ସ୍ୱୀୟ ଗୁରୁଙ୍କ ଆଜ୍ଞାରେ ଗୁରୁଭାର ଗ୍ରହଣ କଲାପରେ ସର୍ବ-ଧର୍ମମତର ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସାଧନ କରି ଧର୍ମର ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରଚାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ଏହି 'ଯୋଗୀଗୁରୁ' ପୁସ୍ତକ ହିଁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରଙ୍କର ପ୍ରଥମ ଅବଦାନ । ଏହି ପୁସ୍ତକ ପ୍ରଣୟନର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ବର୍ଣ୍ଣନା କରି ସେ 'ବାଣୀ-ଆବାହନ'ରେ ଲେଖିଛନ୍ତି—

"ଲୁପ୍ତପ୍ରାୟ ଗୁପ୍ତଶାସ୍ତ୍ର କରିବି ପ୍ରକାଶ
ହୋଇଅଛି ମନେ ମୋର ବଡ଼ ଅଭିଳାଷ
ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କ କୃପାବଳେ
ସିଦ୍ଧ-ଯୋଗୀଗଣ-ସ୍ଥଳେ

ଯୋଗ-ସାଧନର ଯେତେ ସହଜ କୌଶଳ
ବହୁଦିନ ଭ୍ରମି ଭ୍ରମି କରିଛ ସମ୍ବଳ ।
ସେହି ସବୁ ସୁଖସାଧ୍ୟ ସାଧନ ପଦ୍ଧତି
ପ୍ରଚ୍ଚାର କରିବ ସାଧ, ଶୁଣ ମା' ଭାରତି !"

× × ×

ଏଥିରୁ ଜଣାପଡ଼ିବ ଯେ, ଆଧୁନିକ ଯୁଗର ପରିସ୍ଥିତିରେ ସୁଖସାଧ୍ୟ ସାଧନପଦ୍ଧତିର ସମାବେଶ କରି ସେ ଏହି ପୁସ୍ତକଟି ରଚନା କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପୁସ୍ତକ ହିଁ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ କରି ଜନସମାଜରେ ପ୍ରଚ୍ଚାରିତ କରିଥିଲା ଓ ତତ୍କାଳୀନ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଶିକ୍ଷା ଦୃପ୍ତ-ବଙ୍ଗୀୟ ଯୁବ-ସମାଜର ଦୃଷ୍ଟି ତାଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରିଥିଲା ।

ଉତ୍କଳୀୟ ଭକ୍ତସମାଜରେ ଏହାର ବହୁଳ ପ୍ରଚ୍ଚାର ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତେ ମାନବଦେହସ୍ଥ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଶକ୍ତିସମୂହ ସମ୍ପର୍କରେ ଅବହିତ ହୋଇ ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କୁ ଅନ୍ତରରେ ଉପଲବ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ଯତ୍ନବାନ୍ ହୁଅନ୍ତୁ, ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁରଙ୍କ ନିକଟରେ ଏତିକି ପ୍ରାର୍ଥନା ।

ସ୍ୱଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସପ୍ତର୍ଷି ପ୍ରିଣ୍ଟର୍ସର ପରିଚ୍ଚାଳକ ଏହି ଉପାଦେୟ ପୁସ୍ତକର ମୁଦ୍ରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସୁସମାହିତ କରିଥିବାରୁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ଶ୍ରୀଚରଣରେ ତାଙ୍କର ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରୁଅଛୁ ।

ମୁଦ୍ରଣକାର୍ଯ୍ୟରେ ଭ୍ରମ ପ୍ରମାଦ ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ । ମରାଳଧର୍ମୀ ପାଠକ-ପାଠିକାମାନେ ଦୋଷାଦୋଷ ପରିହାର କରି ସ୍ୱଧର୍ମସାଧନରେ ବ୍ରତୀ ହେଲେ, ଶ୍ରମ ସାର୍ଥକ ମନେକରିବୁ । ଇତି ।

କେନ୍ଦ୍ର ଆସନ ମନ୍ଦିର
ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସ୍ମୃତି ମନ୍ଦିର
ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାର, ପୁରୀ
ଝୁଲଣ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା, ୧୯୮୯
ତା ୧୮ । ୮ । ୧୯୮୯

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଠାକୁର ଚରଣାଶ୍ରିତ
ଚୈତନ୍ୟ ଚରଣ ଦାସ
ସମ୍ପାଦକ ଓ ପରିଚ୍ଚାଳକ
ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ, ପୁରୀ

ଜୟଗୁରୁ

ଗ୍ରନ୍ଥକାରର ନିବେଦନ

"ନାରାୟଣଂ ନମସ୍କୃତ୍ୟଂ ନରଞ୍ଚୈବ ନରୋତ୍ତମମ୍,
ଦେବୀଂ ସରସ୍ୱତୀଂ ବ୍ୟାସଂ ତତୋଜୟମୁଦୀରୟେତ୍ ।"

ଶ୍ରୀମଦ୍-ଗୁରୁନାରାୟଣ ଚରଣାରବିନ୍ଦ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ-ସ୍ୟନ୍ଦମାନ-ମକରନ୍ଦ ପାନରେ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇ ତଦୀୟ କୃପାରୁ ଅଭିନବ ଉଦ୍ୟମରେ ଏତେ ଦିନ ପରେ "ଯୋଗୀଗୁରୁ" ଲୋକଲୋଚନଗୋଚର କଲି । ଆମ ଦେଶରେ ପ୍ରକୃତ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ବା ଯୋଗୋପଦେଷ୍ଟା ଗୁରୁ ନାହାନ୍ତି । ପାତଞ୍ଜଳ ଦର୍ଶନର ଯୋଗସୂତ୍ର ବା ଶିବ-ସଂହିତା, ଗୋରକ୍ଷ-ସଂହିତା, ଯାଜ୍ଞ୍ୟବଲ୍କ-ସଂହିତା ପ୍ରଭୃତି ଯାହା ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ନାମରେ ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି, ତତ୍ପ୍ରଦର୍ଶିତ ପନ୍ଥାରେ ସାଧନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ କରାଇ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ଦେଖାଇ ପାରିଲା ଭଳି କେହି ଅଛନ୍ତି କି ? ସିଦ୍ଧସାଧକଙ୍କ ନିକଟରୁ ଉପଦେଶ ପ୍ରାପ୍ତ ନ ହେଲେ ଯୋଗ, ତନ୍ତ୍ର ଓ ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର କାହାରି ହେଲେ ବୁଝିବାର ସାଧ ନାହିଁ । ସେ ଯେତେ ବଡ଼ ପଣ୍ଡିତ ହୁଅନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି, ପାଣ୍ଡିତ୍ୟ ବଳରେ ଉକ୍ତ ଶାସ୍ତ୍ର ବୁଝାଇବାର କ୍ଷମତା କାହାରି ହେଲେ ନାହିଁ । ଯୋଗୀଗୁରୁ ମଧ୍ୟ ନିତାନ୍ତ ଦୁର୍ଲଭ, ଗୃହସ୍ଥମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ନାହାନ୍ତି କହିଲେ ଅତ୍ୟୁକ୍ତି ହେବ ନାହିଁ । ମୁଁ ବହୁଦିନ ତୀର୍ଥ ଓ ପାର୍ବତ୍ୟ ବନଭୂମିରେ ବହୁ ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କୁ ଅନୁସରଣ କରି ବିଶେଷରୂପେ ଜାଣି ପାରିଅଛି ଯେ, ଆଜିକାଲି ଯେଉଁସବୁ ଜଟାଜୁଟସମାଯୁକ୍ତ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ବିରାଟ ମୂର୍ତ୍ତି ଦେଖାଯାଏ, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ହଜାରକରେ ଜଣେ ଯୋଗୀ ବା ତନ୍ତ୍ରୋକ୍ତସାଧକ ଦୁର୍ଲଭ । ଅନେକେ ଉଦରଜ୍ୱାଳାରେ ଅନନ୍ୟୋପାୟ ହୋଇ ସନ୍ନ୍ୟାସ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ସାଧନରେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରବୃତ୍ତି ତ ହୁଏ ନାହିଁ; ପରନ୍ତୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ହଟଚମଟ ଇନ୍ଦ୍ରଜାଲ ବିଦ୍ୟାଶିକ୍ଷା ପୂର୍ବକ ସେମାନେ ସାଧାରଣଙ୍କ ଚକ୍ଷୁରେ ଧୂଳି ନିକ୍ଷେପ କରି ନିଶ୍ଚିନ୍ତରେ ବିନା ପରିଶ୍ରମରେ ଉଦର ପୋଷଣ କରି ବୁଲନ୍ତି । ଆମ ଦେଶରେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରବାଦ-ବାକ୍ୟ ପ୍ରଚଳିତ

ଅଛୁ, "ଗୋତ୍ର ହରାଇଲେ କାଶ୍ୟପ, ଆଉ ଜାତି ହରାଇଲେ ବୈଷ୍ଣବ ।" ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି କଥାର ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରି ଅଛୁ । ବାସ୍ତବିକ ବର୍ତ୍ତମାନ ଗୃହସ୍ଥ ବା ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଭିତରେ ଯୋଗୀଗୁରୁ ନିତାନ୍ତ ବିରଳ । ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କ ଦୌଡ଼ ପ୍ରାଣାୟାମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ । ତାହା ମଧ୍ୟ ଉପଯୁକ୍ତ ଶିକ୍ଷାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ ହୁଏନାହିଁ । ଆଜିକାଲି ଦେଶର ଗୌରବ ସ୍ୱରୂପ କୌଣସି କୌଣସି କୃତବିଦ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଦୁଇ ଗ୍ରନ୍ଥ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ସତ, କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ସେମାନଙ୍କର ବିଦ୍ୟାବୁଦ୍ଧି ଓ କବିତ୍ୱର କୃତିତ୍ୱ ବ୍ୟତୀତ ସାଧନ ପଦ୍ଧତିର କୌଣସି ସୁଗମ ପନ୍ଥା ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ନାହିଁ । ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରଲୋଭନରେ ପଡ଼ି କେହି କେହି ସାଧନପ୍ରୟାସୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ପୁସ୍ତକ କିଣି କରନ୍ତି । ପଢ଼ି ସାରି ଯେତେବେଳେ ବୁଝିପାରନ୍ତି ଯେ, 'ସୁବି କାଠି ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କ ହାତରେ', ସେତେବେଳେ ଅର୍ଥ-ନାଶଜନିତ ମନସ୍ତାପରେ ଶାନ୍ତି ସୁଖରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୁଅନ୍ତି । କେହି କେହି ଏହି ସବୁ ପୁସ୍ତକ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ପନ୍ଥାରେ ପ୍ରାଣାୟାମାଦି କରିବାକୁ ଯାଇ କଷ୍ଟ ଭୋଗ ଓ ଦେହ ନଷ୍ଟ କରିଥାଆନ୍ତି । ବହୁ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରମ୍ପରାରେ ପ୍ରକାଶିତ ଜ୍ଞାନଗାରିମାକୁ ଗଣ୍ଡୂଷକେ ଉଦରସାତ୍ କରିବାକୁ ଗଲେ ପରମାର୍ଥ ଲାଭ ତ ଦୂରର କଥା, ଅନର୍ଥ ଉତ୍ପାଦିତ ହେବ-ଏହା ଧ୍ରୁବ ସତ୍ୟ ।

ଯୋଗ ସମସ୍ତ ସାଧନାର ମୂଳ ଓ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ସାଧନା । ସୁଖର ବିଷୟ ଯେ, ଯୋଗସାଧନରେ ଆଜିକାଲି ଅନେକଙ୍କର ପ୍ରବୃତ୍ତି ହୋଇଛି । କିନ୍ତୁ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେଲେ କଅଣ ହେବ ? ଉପଦେଶ ବା ଶିକ୍ଷା ଦେବ କିଏ ? ଗୁରୁଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଏ ନିଗୂଢ଼ ପଥର ପ୍ରଦର୍ଶକ କିଏ ? ଆଜିକାଲି ଯେଉଁସବୁ ବ୍ୟବସାୟୀ-ଗୁରୁ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେଉଛନ୍ତି, ସେମାନେ ବ୍ୟବସାୟ ଖାତିରରେ ମନ୍ତ୍ରଦାନ କରି ବୁଲନ୍ତି । ଶିଷ୍ୟର ଅଜ୍ଞାନାନ୍ଧକାର ଦୂର କରି ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରିବାର କ୍ଷମତା ସେମାନଙ୍କର ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଜଣେ ଅନ୍ଧ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଅନ୍ଧକୁ ପଥ ଦେଖାଇବ ବା କିପରି ? ବରଂ ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ପୈତୃକ ଗୁରୁଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଶିଷ୍ୟ ଅଧିକ ଜ୍ଞାନୀ ହୋଇଥିବାର ଦେଖାଯାଏ । ପୁଣି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଯେଉଁ ସକଳ ଯୋଗପନ୍ଥା ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି, ତାହା କୌଣସି "ଯୋଗୀଗୁରୁ" ହାତେ ହାତେ

ଶିଖାଇ ନ ଦେଲେ ସେଥିରେ ଫଳଲାଭ କରିବା ସୁଦୂରପରାହତ । ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା, କଳିର ଜୀବ ସ୍ୱଳ୍ପାୟୁ ଓ ଦୁର୍ବଳ; ବିଶେଷତଃ ଚବିଶ ଘଣ୍ଟା ହାଡ଼ଭଙ୍ଗା ପରିଶ୍ରମ କରି ସୁଦ୍ଧା ଆଜିକାଲି ଅନେକେ ଅନ୍ନବସ୍ତ୍ର ସଂଗ୍ରହ କରିପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ମିଳିଲେ ମଧ୍ୟ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ-ସାଧନର କଠୋର ନିୟମ, ସଂଯମ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମାଦି ସଦୃଶ କାୟିକ ଏବଂ ମାନସିକ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ ଏବଂ ଅଭ୍ୟାସର ସୁଦୀର୍ଘସମୟ କାହାରି ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ହେତୁ କାହାର ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ପଣ୍ଡିବଳି ଫଳରେ କାକଚଞ୍ଚୁପୁଟାଘାତ ସଦୃଶ ବୃଥା ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ଅଭାବ ଓ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଦୂର କରିବା ହିଁ, ମୋର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରକାଶର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ମୁଁ ସଂସାରାଶ୍ରମ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ବହୁ ଦିନ ବୃଥା ପରିଭ୍ରମଣ ଓ ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ସେବା କରି, ପରେ ଜଗଦ୍‌ଗୁରୁ ଭୂତଭାବନ ଭବାନୀପତିଙ୍କ କୃପାରୁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଲାଭ କରି ତାଙ୍କରି କୃପାରୁ ଲୁପ୍ତପ୍ରାୟ ଗୁପ୍ତ ଯୋଗସାଧନର ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ କୌଶଳ—ଉପାୟାଦି ଶିକ୍ଷା କରିଅଛି । ବହୁ ଦିନ ଧରି ସେସବୁ କୌଶଳରେ କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ପାଇଅଛି । ତେଣୁ ଆଜି ଭାରତବାସୀ ସାଧକ ଭ୍ରାତୃବୃନ୍ଦଙ୍କ ଉପକାରାର୍ଥେ କୃତସଂକଳ୍ପ ହୋଇ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରକାଶ କଲି ।

ଶାସ୍ତ୍ର ଅସୀମ, ଜ୍ଞାନ ଅସୀମ, ସାଧନ ଅନନ୍ତ । ମୁଁ ଯେଉଁସବୁ ସାଧନ-କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା କରିଅଛି, ତାହା ସମସ୍ତ ଆଲୋଚନା ଓ ଗବେଷଣା କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କ୍ଷମତାର ଆୟତ୍ତ ନୁହେଁ, ଆୟତ୍ତାଧୀନ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ତାହା ମୁଦ୍ରିତ କରି ନ ପାରିଲେ କିପରି ବା ସାଧାରଣଙ୍କ ଉପକାର ହେବ ? ମୋର ତ "ଅଦ୍ୟଭକ୍ଷ୍ୟ ଧନୁର୍ଗୁଣଃ ।" ମୁଦ୍ରିତ କରିବା ପାଇଁ ମୁଦ୍ରାର ପ୍ରୟୋଜନ । ବିଶେଷତଃ ନେତି, ଧୌତି, ବସ୍ତି, ନୌଲିକୀ, କପାଳଭାତି ଓ ଗଜକାରଣୀ ପ୍ରଭୃତି ହଠଯୋଗାଙ୍ଗ ସାଧନ, ଗୃହତ୍ୟାଗୀ ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କୁ ହିଁ ଶୋଭାପାଏ । ଏହି "ହା ଅନ୍ନ, ହା ଅନ୍ନ" ଦୁନିଆରେ ଗୃହୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଜୀବିକା ନିର୍ବାହ କରିବାକୁ ସମୟ ଅଣ୍ଟୁନାହିଁ, ସାଧନର ସମୟ ଓ ନିୟମ ପାଳନ ହେବ ବା କିପରି ? ପୁଣି ଦେଶବାସୀଙ୍କର ହଠଯୋଗାଦି ସାଧନର ଉପଯୋଗୀ ଶରୀର

ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ଆହୁରି ଗୋଟିଏ କଥା, ଯୋଗ ସାଧନରେ ଏପରି କେତେଗୁଡ଼ିଏ କ୍ରିୟା ଅଛି, ଯାହା ମୁହଁରେ କହିଦେଇ ହାତେ ହାତେ ଦେଖାଇ ନ ଦେଲେ, ତାହା ଲେଖନୀ ସାହାଯ୍ୟରେ ବୁଝାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ସେହି ସମସ୍ତ ଗୁହ୍ୟବିଷୟ ପ୍ରକାଶ କରି ବୃଥାରେ ପୁସ୍ତକର କଳେବର ବୃଦ୍ଧି କରିବା ବା ବାହାଦୁରୀ ଲାଭ କରିବା, ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥପ୍ରକାଶର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନୁହେଁ । ତଥାପି ଯଦି କାହାରି ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହୁଏ, ସେ ଯଦି ଅନୁଗ୍ରହ କରି ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥକାର ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି, ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ଉପଯୁକ୍ତ ବୋଲି ବୁଝିପାରିଲେ, ଯତ୍ନର ସହିତ ସେସବୁ ଶିଖାଇ ଦେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛି ।

କଳିକାଳରେ ଦୁର୍ବଳ, ସ୍ୱଳ୍ପାୟୁ ଓ ଅନ୍ନସଂସ୍ଥାନ ନିମିତ୍ତ ଅନିୟମିତ ପରିଶ୍ରମ କରୁଥିବା ମାନବଗଣଙ୍କ ନିମିତ୍ତ ଯୋଗେଶ୍ୱର ଜଗଦ୍‌ଗୁରୁ ମହାଦେବ ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ 'ଲୟଯୋଗ'ର ସାଧନ କରିଅଛନ୍ତି । ପ୍ରାଣାୟାମାଦି ପ୍ରକୃତ ଯୋଗ ନୁହେଁ; ଯୋଗସାଧନର ବିଶେଷ ଅନୁକୂଳ ଓ ସହାୟକାରୀ ମାତ୍ର । କିନ୍ତୁ ଅନିୟମ ଓ ବାୟୁର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ହେଲେ ହିକ୍କା, ଶ୍ୱାସ, କାଶ ଓ ଚକ୍ଷୁ-କର୍ଣ୍ଣ-ମସ୍ତକର ପୀଡ଼ାଦି ନାନା ରୋଗ ଉଦ୍‌ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ବିବେଚନା କରି କେତେଗୋଟି ସହଜସାଧ୍ୟ ଯୋଗସାଧନ-ପଦ୍ଧତି ଏହି ପୁସ୍ତକରେ ପ୍ରକାଶ କଲି—ଯହିଁରେ ଜନସାଧାରଣ ଏଥି ମଧ୍ୟରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କଲେ, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ପାଇବେ । କିନ୍ତୁ ଲିଖିତ ନିୟମ ଓ ଉପଦେଶାନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ନିଜେ ନିଜେ ଓସ୍ତାଦ୍ ହେଲେ ଏବଂ Principle ପ୍ରୟୋଗ କରି ବସିଲେ, ଫଳ ହେବନାହିଁ । ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟା ନିୟମିତ ରୂପେ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, କ୍ରମଶଃ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ଓ ନୀରୋଗ ହେବ; ମନରେ ଅପାର ଆନନ୍ଦ ଓ ଶାନ୍ତି ବୋଧ ହେବ ଏବଂ ଦେହସ୍ଥିତ କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିର ଚୈତନ୍ୟ ଓ ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ହେବ ।

ଯୋଗ ସାଧନ କରିବାକୁ ହେଲେ, ଉତ୍ତମରୂପେ ଦେହତତ୍ତ୍ୱ ଓ ଦେହସ୍ଥିତ ଚକ୍ରାଦି ଅବଗତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ; ଅନ୍ୟଥା ସାଧନରେ କୌଣସି ଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏ ସମୁଦାୟ ଯଥାଯଥ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାକୁ ହେଲେ, ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାଣ୍ଡ ପୁସ୍ତକ ହୋଇଯିବ । ସେହି ସୁଦୀର୍ଘ ସମୟ ଓ

ଅଜସ୍ର ଗୋଲାକୃତ ରଜତଖଣ୍ଡ ମୁଁ ବା କେଉଁଠାରୁ ପାଇବି ? ତେବେ ଯେଉଁ କେତୋଟି ସାଧନକୌଶଳ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହେଲା, ସେହି ସକଳ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ-କାରୀଙ୍କର ଯାହା ଅବଶ୍ୟ ଜ୍ଞାତବ୍ୟ, ତାହା ତତ୍‌ତତ୍ ସ୍ଥାନରେ ଯଥାଯଥ ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି । ସାଧାରଣଙ୍କ ବୁଝିବା ଭଳି ଭାଷା ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ତ୍ରୁଟିକରି ନାହିଁ । ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ଯଦି କାହାର କୌଣସି ବିଷୟ ବୁଝିବାରେ ସନ୍ଦେହ ହୁଏ, ତେବେ ମୋ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ କିମ୍ବା ପତ୍ର ଲେଖିଲେ ସଂଶୟ ଅପନୋଦନ କରିଦେବି ।

ସ୍ୱଧର୍ମନିରତ ପାଠକଗଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ମନ୍ତ୍ରଜପାଦି କରିଥାନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ମନ୍ତ୍ରଜପ କରି କେହି ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ତାହାର କାରଣ କଅଣ ? ମନ୍ତ୍ର-ଜପ ରହସ୍ୟସାଧନ ଓ ଜପ-ସମର୍ପଣ ବିଧି ବ୍ୟତିରେକେ ମନ୍ତ୍ର ସିଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ, ସୁତରାଂ ଜପଫଳପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ଅସମ୍ଭବ । ବିଧିପୂର୍ବକ ଜପରହସ୍ୟାଦି ସମ୍ପାଦନ କରି ନ ପାରିଲେ ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରାଣରୂପ 'ମଣିପୁର ଚକ୍ର'ରେ ତାହାର କ୍ରିୟାଦି ନ କଲେ, ମନ୍ତ୍ରର ଚୈତନ୍ୟ ହେବନାହିଁ, ସୁତରାଂ ପ୍ରାଣହୀନ ଦେହପରି ପ୍ରାଣହୀନ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କଲେ; କୌଣସି ଫଳ ହେବ ନାହିଁ । ଏହା ମୋର ମନଗଢ଼ା କଥା ନୁହେଁ, ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ଅଛି—

"ଚୈତନ୍ୟରହିତା ମନ୍ତ୍ରାଃ ପ୍ରୋକ୍ତବର୍ଣ୍ଣାସ୍ତୁ କେବଳାଃ ।
ଫଳଂ ନୈବ ପ୍ରଯଚ୍ଛନ୍ତି ଲକ୍ଷକୋଟିଜପୈରପି ।" (ତନ୍ତ୍ରସାର)

"ଅଚୈତନ୍ୟ ମନ୍ତ୍ର କେବଳ ବର୍ଣ୍ଣ ମାତ୍ର । ଅଚୈତନ୍ୟ ମନ୍ତ୍ର ଲକ୍ଷକୋଟି ଜପ କଲେ ମଧ୍ୟ ଫଳଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ ।" ତାହାହେଲେ ଦେଖନ୍ତୁ, ମାଳାଝୁଲି ଧରି କେବଳ ବାହ୍ୟାଡ଼ମ୍ବର ଓ ଅନୁଷ୍ଠାନ କଲେ ମନ୍ତ୍ରଜପରେ ଫଳ ମିଳିବ କିପରି ? କିନ୍ତୁ କେତେ ଜଣ ଗୁରୁ ଦୀକ୍ଷା ସହିତ ଶିଷ୍ୟଙ୍କୁ ମନ୍ତ୍ର-ଚୈତନ୍ୟର ଉପାୟାଦି ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥା'ନ୍ତି ? ହୁଏତ ଗୁରୁଦେବ ନିଜେ ସେହି ବିଷୟରେ ଅନଭିଜ୍ଞ, ଫଳରେ ବିଚରା ଶିଷ୍ୟ ଗୁରୁଦତ୍ତ ସେହି ନୀରସ ଶୁଷ୍କ ମନ୍ତ୍ର ଯଥାସାଧ୍ୟ ଜପକରି ମଧ୍ୟ ଯେଉଁ ତିମିରରେ ଥାଏ, ସେହି ତିମିରରେ ରହେ । ତାହାର ହୃଦୟକ୍ଷେତ୍ରର ଅବସ୍ଥା ସେହି ଏକାପରି ରହେ । ଆଜିକାଲି ଏହି ଶ୍ରେଣୀର ଗୁରୁଦେବଗଣ କହିଥା'ନ୍ତି; "କଳିକାଳରେ ମାନବଗଣ ସାଧୁ, ଗୁରୁ

ମାନୁନାହାନ୍ତି ।" କିନ୍ତୁ ଏହା ଯେ ନିଜ ନିଜର ତ୍ରୁଟିରୁ ହେଉଅଛି, ତାହା କେହି ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । * । କେବଳ ମନ୍ତ୍ର ଦେଇ ନିୟମିତରୂପେ ବାର୍ଷିକ ପାଉଣା ଆଦାୟ କରି କୃତକୃତାର୍ଥ କଲେ, ଭକ୍ତି ରହିବ କିପରି ? ବିଦ୍ୟା ବୁଦ୍ଧି, ଆଗ୍ରହ ବ୍ୟବହାର, ଆହାର ବିହାର, ସାଂସାରିକତା ବା କ୍ରିୟାକର୍ମରେ ଶିଷ୍ୟଠାରୁ ଗୁରୁଦେବଙ୍କର କୌଣସି ପ୍ରଭେଦ ନାହିଁ । ଶିଷ୍ୟର ଅଜ୍ଞାନାନ୍ଧକାର ବିଦୂରିତ କରି ସଂସାରର ତ୍ରିତାପରୂପ ବିଷର ବିନାଶ କରିବାରେ ନିଜେ ଗୁରୁଦେବଙ୍କର କଡ଼ାଏ ହେଲେ କ୍ଷମତା ନାହିଁ, ଏପରି କ୍ଷେତ୍ରରେ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ପ୍ରୀତି, ଭକ୍ତି ସମ୍ମାନ ବା ରହିବ କିପରି ? ଏହିସବୁ ବିବେଚନା କରି ଜାପକମାନଙ୍କ ଉପକାର ପାଇଁ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟର ସହଜ ଓ ସୁଗମ ପନ୍ଥା 'ଶୋଷକଳ୍ପ'ରେ ଲିଖିତ ହେଲା । ସାଧକଗଣ ଜପରହସ୍ୟ ଅବଗତ ହୋଇ ପଷ୍ଟୋକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀରେ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କଲେ, ନିଶ୍ଚୟ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ ହେବ ଏବଂ ସେମାନେ ଜପରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିପାରିବେ ।

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବିଷୟ ମୋର ପୋଥିଗତ ବିଦ୍ୟା ନୁହେଁ । ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ କୃପାରେ ଯେଉଁ ସକଳ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରି ମୁଁ ସାଫଲ୍ୟ ଲାଭ କରିଅଛି, ତାଙ୍କର ଆଦେଶ କ୍ରମେ ସେଥିମଧ୍ୟରୁ କେତେଗୋଟି ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ ପଦ୍ଧତି ଏଥିରେ ସନ୍ନିବେଶିତ ହେଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ପାଠକମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ସନିର୍ବନ୍ଧ ଅନୁରୋଧ, କେତେକଙ୍କ ଶାସ୍ତ୍ର ପଢ଼ି ବା କାହାରି ଲୋକ-ଭୁଲାଣିଆ ବଚନ ରଚନ ଦେଖି, ଶୁଣି ସେମାନଙ୍କ ଉପଦେଶରେ ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଅନାଡ଼ି ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ଉପଦେଶରେ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କଲେ ଫଳଲାଭ ଆଶା ନାହିଁ; ବରଂ ପ୍ରତ୍ୟବାୟଭାଗୀ ହେବେ । ଶ୍ୱାସ-କାଶାଦି କଠିନ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ, ଚିରଜୀବନ ସାଧନ ଭଜନ ଆଶାରେ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ଅକାଳରେ କାଳକବଳରେ ପତିତ ହେବେ

---

* ମନ୍ତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରି ବିଧିପୂର୍ବକ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ କରାଇଦେଇ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ଦେଖାଇ ଦେଇପାରିଲେ, ଉଚ୍ଚ କଣ୍ଠରେ କହୁଛି; ଅତି ପାଷଣ୍ଡର ହୃଦୟରେ ମଧ୍ୟ ଭକ୍ତିର ସଞ୍ଚାର ହେବ ।

କିମ୍ବା ଆଜୀବନ ସ୍ୱପାର୍ଜିତ ରୋଗଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ସନ୍ନିବେଶିତ ଯୋଗପଦ୍ଧତିଗୁଡ଼ିକ ଅତି ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ ଏବଂ ସିଦ୍ଧଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଅନୁମୋଦିତ । ଏହା ଭିତରୁ ଯେକୌଣସି ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କଲେ, ନୀରୋଗ ହୋଇ ତୃପ୍ତି ଲାଭପୂର୍ବକ ଦିନକୁଦିନ ମୁକ୍ତି-ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହୋଇପାରିବେ । ତେବେ ଯେଉଁମାନେ ଅଜ୍ଞାନ-ମଳିନ ପୃଥିବୀରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ପ୍ରଭାକର ବିମଳ ଆଲୋକଚ୍ଛଟା ଦେଖିବାକୁ ଆକାଂକ୍ଷା କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ମହାକାଂକ୍ଷା ଅଚଞ୍ଚଳ ଅନନ୍ତ ଆଲୋକଧାରା ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ମହାଆଲୋକମୟ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ସାନ୍ନିଧ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ପୁସ୍ତକରେ ନିବୃତ୍ତି ହେବାର ନୁହେଁ ।

ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ବାୟୁଧାରଣ ଅଭ୍ୟାସ କାଳରେ ଚକ୍ଷୁ, କର୍ଣ୍ଣ, ପଞ୍ଜରାସ୍ଥି ଓ ଶିରୋବେଦନା ଅନୁଭୂତ ହୁଏ, ଏପରି କି ଶ୍ୱାସ-କାଶର ଲକ୍ଷଣ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ହଠଯୋଗ ପ୍ରଭୃତିରେ ଏହିପରି ରୋଗାଦି ଉଦ୍ଭବ ହେବା କଥା ସତ; ମାତ୍ର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥସନ୍ନିବେଶିତ ସାଧନାରେ ସେ ଆଶଙ୍କା ନାହିଁ । ତଥାପି '**ସ୍ୱରକଳ୍ପ**'ରେ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ, ନୀରୋଗ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ଏବଂ ବଳିପଳି-ରହିତ କାନ୍ତିବିଶିଷ୍ଟ କରିବାର କୌଶଳ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା । ପାଠକଗଣ ! ପରୀକ୍ଷା କଲେ, ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିବେ ।

ମାନବ ଭ୍ରମପ୍ରମାଦର ଦାସ; ତହିଁରେ ପୁଣି ମୋର ବିଦ୍ୟାବୁଦ୍ଧିର ପୁଞ୍ଜି ନାହିଁ କହିଲେ ଚଳେ । ସଦାସର୍ବଦା ମୋ ନିକଟକୁ ଶିକ୍ଷିତ ଅଶିକ୍ଷିତ ଭ୍ରାତୃଗଣ ଗମନାଗମନ କରିଥାଆନ୍ତି; ସେମାନଙ୍କ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବା ସମୟରେ ଏବଂ ଏଲାହାବାଦ କୁମ୍ଭମେଳା ଦର୍ଶନକୁ ଯାତ୍ରା କରୁଥିବା ହେତୁରୁ ଅତି ତରବରରେ ପାଣ୍ଡୁଲିପି ଲେଖିଅଛୁ । ସୁତରାଂ ଭ୍ରମପ୍ରମାଦ ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ । ମରାଳ ଧର୍ମାନୁସରଣକାରୀ ଜାପକ ଓ ସାଧକମାନେ ଦୋଷାଂଶ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ସ୍ୱକାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲେ, ସଫଳକାମ ହେବେ ଏବଂ କ୍ଷୁଦ୍ର ଗ୍ରନ୍ଥକାର ମଧ୍ୟ ସୁଖୀ ହେବ ।

ଆସାମ ପ୍ରଦେଶସ୍ଥ ଗାରୋହିଲର ହାଜଂ ବସ୍ତିରେ ଥିବା ମୋର ପରମ-ଭକ୍ତ ଅପତ୍ୟ ତୁଲ୍ୟ ଶ୍ରୀମାନ୍ ସୀତାରାମ ସରକାର ଓ ଶ୍ରୀମାନ୍ ମଦନମୋହନ

ଦାସ କାୟମନପ୍ରାଣରେ ଯେପରି ସେବା ଓ ବ୍ୟସ୍ଥାଦ ବହନ କରି ମୋ ସାଧନକାର୍ଯ୍ୟରେ ସହାୟତା କରିଛନ୍ତି, ତାହା ପ୍ରକାଶ କରିବା ଭଲ ବାଗ୍‌ବୈଭବ ମୋର ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ଉପକାରର ପ୍ରତ୍ୟୁପକାର ମୋ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏହି ପରପିଣ୍ଡଭୋଜୀ ଭିକାରୀର ଆଜକାଲି ଆଶୀର୍ବାଦ ହିଁ ସମ୍ବଳ, ତେଣୁ କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ଆଶୀର୍ବାଦ କରୁଛି ଯେ ବିରୂପାକ୍ଷ-ବକ୍ଷୋବିହାରିଣୀ ଦାକ୍ଷାୟଣୀଙ୍କ କୃପାରୁ ଉକ୍ତ ବାବାଜୀଦ୍ୱୟ ସୁସ୍ଥ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ଶରୀରରେ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇ ବୈଷୟିକ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତର ଉଚ୍ଚ ସୋପାନରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ହୁଅନ୍ତୁ ।

ପାଟଲ୍‌ଦହ ପରଗଣାର ତହସିଲ କର୍ମଚାରୀ ମୋର ପ୍ରିୟଭକ୍ତ ଶ୍ରୀ ଉମାଚରଣ ସରକାର ଓ ତତ୍‌ପତ୍ନୀ ଶ୍ରୀମତୀ ହେମଲତା ଦାସୀ ସବୁ ବିଷୟରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରକାଶରେ ଯେପରି ଯତ୍ନ ଓ ସାହାଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି, ତାହା ପ୍ରକାଶ କରିବାର ଭାଷା ନାହିଁ । ମୋଟ ଉପରେ, ସେମାନଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇ ନ ଥିଲେ, ଏ ଗ୍ରନ୍ଥ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଅସମ୍ଭବ ହୋଇଥାନ୍ତା ।

ଏହି ପୁସ୍ତକ ପ୍ରକାଶ ନିମିତ୍ତ ବହୁ ଶିକ୍ଷିତ ମହାତ୍ମାଙ୍କର ଉତ୍ସାହ ଓ ଆର୍ଥିକ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଅଛି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ହରିପୁରର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଜମିଦାର, ଆଶ୍ରିତପ୍ରତିପାଳକ, ସ୍ୱଧର୍ମନିରତ, ଅକପଟହୃଦୟ ଓ ମୋର ଅକାରଣ ବନ୍ଧୁ ପ୍ରଖ୍ୟାତନାମା ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ବାବୁ ରାୟ ଶାରଦାପ୍ରସାଦ ସିଂହ ଆରମ୍ଭରୁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେପରି ସାହାଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଓ ସହାନୁଭୂତି ଦେଖାଇଛନ୍ତି, ତାହା ଅବର୍ଣ୍ଣନୀୟ । ହରିପୁର ନିବାସୀ ଉକିଲ ଉଦାରହୃଦୟ ବାବୁ ଲଳିତମୋହନ ଘୋଷ, ବି.ଏଲ., ପ୍ରବେଶିକା ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଯୋଗସାଧନରତ ବାବୁ ଅନ୍ନଦାପ୍ରସାଦ ବନ୍ଦୋପାଧ୍ୟାୟ, ଏମ୍.ଏ., ସଂସ୍କୃତ ଶିକ୍ଷକ ନିଷ୍ଠାଭାଷୀ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଅଘୋରନାଥ ଭଟ୍ଟାଚାର୍ଯ୍ୟ, କାବ୍ୟତୀର୍ଥ; ପୋଷ୍ଟମାଷ୍ଟର ବିନୟୀ ବାବୁ ମହେନ୍ଦ୍ରନାଥ ସେନ ପ୍ରଭୃତି ଶିକ୍ଷିତ ମହୋଦୟଗଣ ସ୍ୱତଃପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ଯଥେଷ୍ଟ ଉପକାର କରିଛନ୍ତି । କୃତଜ୍ଞଚିତ୍ତରେ ସର୍ବମଙ୍ଗଳାଙ୍କ ନିକଟରେ ସେମାନଙ୍କର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରୁଅଛି ।

ବିଦାୟ ଗ୍ରହଣ ସମୟରେ ପାଠକଗଣଙ୍କ ନିକଟରେ ସାନୁନୟ ନିବେଦନ ଏହି ଯେ, ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଭ୍ରମପ୍ରମାଦ ପ୍ରଭୃତି ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କରି ସାଧକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲେ, ମୋର ସକଳ ଆଶା ଓ ପରିଶ୍ରମ ସଫଳ ହେବ । ମୁଁ ନାମ ଯଶ ଗୃହ୍ନୁଁ ନାହିଁ, ଆଜିକାଲି ବଜାରରେ ଅଖ୍ୟାତିର ଅଭାବ ମଧ୍ୟ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଏ ସବୁଥିରେ ମୋର ଭ୍ରୂକ୍ଷେପ କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ । ଏହି ଧର୍ମବିପ୍ଳବ ସମୟରେ ଯଦି ଜଣେ ହେଲେ ସାଧକ ମୋର ବର୍ଣ୍ଣିତ କ୍ରିୟା ଅଭ୍ୟାସ କରି ସାଫଲ୍ୟଲାଭ କରିପାରନ୍ତି, ତାହାହେଲେ ଲେଖନୀଧାରଣ ସାର୍ଥକ ଓ ଗୃହାନ୍ନଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ସୁଦ୍ଧା ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ମନରେ ଜୀବନକୁ ଧନ୍ୟ ମନେ କରିବ । ନିବେଦନମିତି ।।

ଗାରୋହିଲ ଯୋଗାଶ୍ରମ,
ପୌଷ ୧୦, ବଡ଼ଦିନ
୧୩୧୨ ବଙ୍ଗାବ୍ଦ

ଭକ୍ତପଦାରବିନ୍ଦଭିକ୍ଷୁ
ଦୀନ—**ଶ୍ରୀ ନିଗମାନନ୍ଦ**

ବାଣୀ-ଆବାହ୍ନ

"ନରାମରାସୁରାରାଧ୍ୟା ବରଦାସି ହରପ୍ରିୟେ !
ମେ ଗତସ୍ତ୍ୱତ୍ପଦାମ୍ବୁଜଂ ବାଗ୍‌ଦେବୀଂ ପ୍ରଣମାମ୍ୟହମ୍ ।"

ଗୀତ

(ରାଗ—ଭୈରବୀ ଏକତାଳ)

କୁରୁ କରୁଣା ଜନନି !
ସରୋଜିନୀ-ଶ୍ୱେତ-ସରୋଜ ବାସିନି !
ଅମଳ-ଧବଳ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ-ଭାତି,
ଶ୍ରୀମୁଖେ ଜଡ଼ିତ ତଡ଼ିତଜ୍ୟୋତି,
କୁନ୍ତଳ ଚିକୁରେ, ଚୂଡ଼ା ଶିରୋପରେ, ଫୁଲ୍ଲାରବିନ୍ଦଲୋଚନି ! ॥୧॥
ଶୋଭୁଥାଏ କର୍ଣ୍ଣେ କନକ-କୁଣ୍ଡଳ   ସୌଦାମିନୀ ଜିଣି କରେ ଝଳଝଳ
ଝଳସେ ତହିଁରେ ମାଣିକ-ମଣ୍ଡଳ, ଗଜମୋତି ମତିହାର
ସୁବୃତ୍ତ ଦ୍ୱିଭୁଜ ମୃଣାଳ-ଗଞ୍ଜିତା
ବୀଣାଯନ୍ତ୍ର କରେ, ଦିଶେ ସୁଶୋଭିତା ।
କେତେ ଶୋଭୁ ଦିଶେ ନଖ-ପଂକ୍ତି ହସ୍ତ ପ୍ରଭାକର-କର ଜିଣି ॥୨॥
ଚରଣେ ତରୁଣ ଅରୁଣ-କିରଣ,   ଲାଜେ ଦ୍ୱିଜରାଜ ନେଉଛି ଶରଣ
ହଂସପରେ ରଖି ଯୁଗଳ-ଚରଣ, ଉଭା ମା' ତ୍ରିଭଙ୍ଗୀ ଠାମେ
ତୋହର କୃପାରେ କବି କାଳିଦାସ,
ବେଦକୁ ବିଭାଗୀ ନାମ ବେଦବ୍ୟାସ,
ପୂରୁ ଅଭିଳାଷ, **ନଳିନୀର** ଖାସ ନୃତ୍ୟ-ଗୀତ-ସ୍ୱରୂପିଣୀ ! ॥୩॥
ପ୍ରଣମାମି ପଦାମ୍ବୁଜେ ଅମ୍ବୁଜବାସିନୀ,
ସୁରାସୁରନରାରାଧ୍ୟା ବିଦ୍ୟା ବିଧାୟିନି ।
ମୁହିଁ ହୀନ ଦୀନ ସତ୍ତ୍ୱ,
କି ବୁଝିବି ତବ ତତ୍ତ୍ୱ

ଗୀର୍ବାଣ ଗଣେଶ ଯାର ପାଏ ନାହିଁ ସୀମା ?
ମୂଢ଼ମତି ମୁହିଁ ଅତି, ନ ଜାଣେ ମହିମା । ॥୩॥
ଶୁଣ ମା' ପ୍ରାଣର ଉନ୍ମାଦନା ଆକୁଳତା,
ତୁମ ବିନା କାହା ପାଖେ ଜଣାଇବ ବ୍ୟଥା ?
ବଧିର ବଚନ ବିଧି,
ସାଧି ନାହିଁ ପାରେ ରୋଧି,
ମମ ଗତି ଯେ ଶ୍ରୀପତି, ତାଙ୍କର ବିଧାନେ
ସୌଧରାଜି ତେଜି ଆଜି ନିବାସ ଶ୍ମଶାନେ । ॥୪॥
ନେମିନୀ ଚକ୍ର ପରାଏ ଅଦୃଷ୍ଟ ନିୟୁତ,
କର୍ମସୂତ୍ର ଫଳେ ହେଉଅଛି ବିଘୂର୍ଣ୍ଣିତ;
ବିଧିର ନିର୍ବନ୍ଧ ଯାହା,
ନିଶ୍ଚୟ ଫଳିବ ତାହା,
ସୁଖ ଦୁଃଖ ସମଜ୍ଞାନେ ତହିଁ ନାହିଁ ଖେଦ
ଚରମେ ସମାନ ଗତି, ନାହିଁ ତ ପ୍ରଭେଦ । ॥୫॥
ଶାନ୍ତି ସୁଖ ନାହିଁ ମା' ଗୋ ଭବର ବିଭବେ
ପ୍ରକୃତ ସୁଖର ମୁଖ ଦେଖିଅଛି ଏବେ ।
ଦେହେ ଚିତାଭସ୍ମ ବୋଳି,
ସଦା ଡାକେ 'ମା' ମା' ବୋଲି,
ନୀରବ ନିଶୀଥେ ଶୁଣେ ଅନାହତ ନାଦ
ଉପୁଜଇ ମନେ କେତେ ଅମଲ ଆହ୍ଲାଦ ! ॥୬॥
ଅନ୍ତେ ଯେହ୍ନେ ପାଇବି ମୁଁ ଶ୍ରୀହର ଚରଣ,
ପାର୍ଥିବ ପଦାର୍ଥେ ନାହିଁ ମୋର ପ୍ରୟୋଜନ ।
ଖ୍ୟାତି, ଆଶା, ପ୍ରତିପତ୍ତି,
ଦୟା, ସ୍ନେହ, ପ୍ରେମ, ପ୍ରୀତି,
ମାୟା, ମୋହ, ଧର୍ମ ଦେଇଅଛି ବିସର୍ଜନ
ହୃଦୟ ଶ୍ମଶାନ ସମ ଶାନ୍ତିର କାରଣ ! ॥୭॥

ମରୁ ସମ ବିଷମ ଏ ମୋହର ହୃଦୟ
ଆଶାର ଅଙ୍କୁର କିପା ତହିଁରେ ଉଦୟ ?
ନୁହେଁ ଧର୍ମ ଉଦାସୀନ
ଦୁରାଶାର ଜାଗରଣ
ଧୈର୍ଯ୍ୟ-ବନ୍ଧେ ରୋଧିପାରେ ନାହିଁ ଆଶା-ନଦୀ
ସବେଗେ ହୃଦୟ-କ୍ଷେତ୍ରେ ବହେ ନିରବଧି । ॥୮॥
ଲୁପ୍ତ ପ୍ରାୟ ଗୁପ୍ତ ଶାସ୍ତ୍ର କରିବି ପ୍ରକାଶ,
ହୋଇଅଛି ମନେ ମୋର ବଡ଼ ଅଭିଳାଷ ।
ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କ କୃପା ବଳେ
ସିଦ୍ଧ-ଯୋଗୀଗଣ ସ୍ଥଳେ
ଯୋଗ ସାଧନର ଯେତେ ସହଜ କୌଶଳ,
ବହୁଦିନ ଭ୍ରମି ଭ୍ରମି କରିଛି ସମ୍ବଳ । ॥୯॥
ସେହି ସବୁ ସୁଖସାଧ୍ୟ ସାଧନପଦ୍ଧତି,
ପ୍ରଚାର କରିବି ସାଧ, ଶୁଣ ମା' ଭାରତି !
କିନ୍ତୁ କେଉଁ ଗୁଣବଳେ
ଲେଖନୀ ଧରିବି କରେ,
ଶିବୋକ୍ତ ଶାସ୍ତ୍ରର କଥା କରିବି ପ୍ରଚାର ?
ବିଦ୍ୟା ବୁଦ୍ଧି ବିବର୍ଜିତ ମୁହିଁ ଦୁରାଚାର । ॥୧୦॥
କିପା ତେବେ ଅସମ୍ଭବ ଆଶା ଜାଗେ ମନେ
ଖଞ୍ଜର ଦୁରାଶା ଯଥା ହିମାଦ୍ରି ଲଙ୍ଘନେ ।
ଜମ୍ବୁକ ଶମ୍ବୁକ କେବେ
ସିଂହ-ନଦେ ବନାଶିବେ ?
ତଥାପି ମୁଁ ହୁଏ କିପା ଦୁରାଶାର ଦାସ ?
ଅସମ୍ଭବ ମରୁଭୂମେ କମଳ ବିକାଶ ! ॥୧୧॥
ଯାହାଙ୍କର ଉପକାର ସାଧିବାର ପାଇଁ,
ସାଧନ ପଦ୍ଧତି ଲେଖେ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇ,

ସେହି ଦେଶ ଭ୍ରାତାଗଣ
କରି ପୁସ୍ତକ ପଠନ,
ହସିବେ କୌତୁକେ ପୁଣି ଦେବେ କରତାଳି,
କେଉଁ ମାତୃଶତ୍ରୁ ପୁଣି ମୁଖେ ଦେବେ ଗାଳି । ||୧୨||
ନାହିଁ ଏ ଧରାରେ ଏକ ବିନ୍ଦୁ ଅଶ୍ରୁଜଳ,
ଖଳ-ପିଶାଚରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମଣ୍ଡଳ ।
ଅନ୍ୟ ଯାଉ ରସାତଳେ,
କ୍ଷତି ନାହିଁ କା'ର ତଳେ
ହିଂସୁକ ପାଷଣ୍ଡ ଯେତେ ପରଶ୍ରୀକାତର
ପାପେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ସବୁ ବାହାର ଅନ୍ତର !
ମଦଗର୍ବେ ସ୍ଫୀତବକ୍ଷେ ସଂସାରେ ଭ୍ରମନ୍ତି
ଦୁର୍ବଳ ଦେଖିଲେ ମୁଖେ ଗୋଇଠା ମାରନ୍ତି । ||୧୩||
ଦେଖେ ତବେ ଅବିରତେ
ଦୁଃଖୀ ତାପୀ ଜନ କେତେ
ଅଛନ୍ତି ଏ ବିଶ୍ୱ ମଧ୍ୟେ ସଂଖ୍ୟା ନାହିଁ ତାର,
ମନୋଦୁଃଖେ ମୁହ୍ୟମାନ ସକଳ ଅନ୍ତର । ||୧୪||
ନିରାଶାରେ ନିପୀଡ଼ିତ ହୋଇଛି ଜନନି !
ଡାକେ ମା' କାତରେ ତୋତେ ମାଧବ-ମୋହିନି !
ଯାହା ପ୍ରତି ମୁଖ ଟେକି
ଚାହଁ ତୁହି ହୋଇ ସୁଖୀ,
ତାର କି ଅଭାବ ମାତ ! ଏ ଭବ ଭବନେ ?
ସାକ୍ଷୀ ତାର କାଳିଦାସ ଭାରତ-ଗଗନେ । ||୧୫||
ତୋହର ପ୍ରସାଦେ ମହାଦସ୍ୟୁ-ରତ୍ନାକର
ଲଭିଲେ ଈଶ୍ୱର-ଜ୍ଞାନ ହେଲେ କବୀଶ୍ୱର ।
ତେଣୁ ମାଗୋ ଡାକେ ତୋରେ,
ହୃଦ ମଧ୍ୟେ ଆସ ଥରେ,
ସମର୍ପି ଚରଣେ ମନ, ଧରେ ମା' ଲେଖନୀ
ବିଦ୍ରୂପ ଭୟରେ ଭୀତ ନୁହେଁ ଏ ପରାଣୀ । ||୧୬||

କାତରେ କରୁଣା ମାତ ! କର ନଜ ଗୁଣେ,
କୃପାସିନ୍ଧୁ ନ ସରବ ବନ୍ଧୁ-ବତରଣେ,
ଦେଶର ଗୌରବ-ରବ,
ଶ୍ରୀ ମଧୁସୂଦନ କବ,
'ଘ'ରେ 'ର' ଫଳା 'ଈ' ଦେଇ ଘୃତ ଲେଖିଣ ସେ,
ତୁମର ପ୍ରସାଦେ କାବ୍ୟ ପ୍ରକାଶିଲେ ଶେଷେ । ॥୧୭॥
ତେଣୁ ନେଇଅଛୁ ମାଗୋ ତୁମର ଶରଣ
ଅବଶ୍ୟ ହୋଇବ ମୋର ବାସନା ପୂରଣ ।
ମନେ ଭାବୁ ଯେହୁ ଯାହା
ମନ ସୁଖେ କହୁ ତାହା,
ଧୈର୍ଯ୍ୟଶିକ୍ଷା କରବ ମା' ତୋର କୃପାବଳେ
ଉପେକ୍ଷା କରବ ସର୍ବ ବଚନ କୌଶଳେ । ॥୧୮॥
ଅଜ୍ଞାନ-ନାଶିନ ! ଦଅ ଦବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଦାସେ,
ଟଳବ ନା ଯେପର ସେ କୁଯଶ-ସୁଯଶେ ।
ସୁଖ ଦୁଃଖ ସମଜ୍ଞାନେ,
ରହବ କର୍ମସାଧନେ,
ନରଞ୍ଜନେ ଚନ୍ତ ନତ୍ୟ ଆନନ୍ଦ ପାଇବ
ସର୍ବ-ଜୀବେ ବ୍ରହ୍ମ ଭାବେ ସଦା ନରେଖିବ । ॥୧୯॥
ଆଉ ଏକ କଥା ମା' ଗୋ ନବେଦ ଚରଣେ
ବରହ ବଧୁର ମମ ଆତ୍ମୀୟ-ସ୍ୱଜନେ,
ଦବ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ତାଙ୍କୁ ଦେଇ,
ଦବ୍ୟ ପଥ ଦରଶାଇ,
ହତଭାଗ୍ୟ ପାଇଁ ଯେହ୍ନେ ନ ପାଆନ୍ତ ବ୍ୟଥା,
ରଖ ମା' ଭାରତ ! ଶେଷେ କଙ୍କରର କଥା ॥୨୦॥

ସେବକାଧମ

—o— **ଶ୍ରୀ ନଳନୀକାନ୍ତ**

ଓଁ ତତ୍ସତ୍

ଉତ୍ସର୍ଗ

— ପ୍ରାଣର ଧ୍ରୁବତାରା —

ଜୀବନର ଏକମାତ୍ର ଆରାଧ୍ୟ ଦେବତା

ଉଦାସୀନାଚାର୍ଯ୍ୟ ଶ୍ରୀମତ୍ ସୁମେରୁ ଦାସଜୀ

ଗୁରୁଦେବଙ୍କ-ଶ୍ରୀଚରଣସରୋରୁହେଷୁ

ଗୁରୋ !

ମୋର ପ୍ରଥମ ଗୁରୁ ସଂସାର—ଅର୍ଥାତ୍ ପିତା, ଭ୍ରାତା, ଭଗିନୀ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁତ୍ର, ମାତାମହୀ, ମାତୃସ୍ୱସା, ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନ । କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରରୁ ବୁଝିଲି, ମାୟାମମତା ସ୍ୱାର୍ଥର ଦାସ । ସ୍ୱାର୍ଥହାନି ହେଲେ ପିତା ପୁତ୍ର ସ୍ନେହ ବିସର୍ଜନ କରିପାରନ୍ତି, ଭାଇଭଉଣୀ ଶତ୍ରୁ ହୋଇପାରନ୍ତି, ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁତ୍ର ଗଳାରେ ଛୁରୀ ଭୁଷି ପାରନ୍ତି, ମାତାମହୀ, ମାତୃସ୍ୱସା ବିଷ ଉଦ୍ଗୀରଣ କରିପାରନ୍ତି, ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନ ପଦଦଳିତ କରିପାରନ୍ତି । ସଂସାରରେ କୌଣସି ଅଭାବ ଅନୁଭବ କରି ନ ଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ତଥାପି ମୋତେ କିଏ ଯେପରି ଅଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଜଣାଇ ଦେଉଥିଲା—"ସଂସାରରେ ସମସ୍ତେ ସ୍ୱାର୍ଥର ଦାସ" । ସ୍ୱାର୍ଥାନ୍ଧଗଣ କେହି ହେଲେ ଦେଖିଲେ ନାହିଁ ସତ, ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରରେ ମୋର ହୃଦୟଟି କି ଉପାଦାନରେ ଗଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ

ବୁଝିଲି, ରୋଗଶୋକରେ ମାନବର ପିଞ୍ଜରାସ୍ଥି ଭଗ୍ନ, ହୃଦୟର ରକ୍ତ ଶୁଷ୍କ ଓ ମର୍ମଗ୍ରନ୍ଥି ଶିଥିଳ ହୁଏ । କ୍ରମେ ବୁଝିଲି, ଧନୀମାନେ ଦରିଦ୍ରଙ୍କୁ ଦେଖିଲେ ଉପହାସ କରନ୍ତି, ନିରନ୍ନ ବା ବ୍ୟାଧିଗ୍ରସ୍ତ ଲୋକର କାତର ପ୍ରାର୍ଥନା ପାଗଳର ପ୍ରଳାପୋକ୍ତି ବୋଲି ଉଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତି । ଦୁଃଖୀର ଦୀର୍ଘନିଃଶ୍ୱାସ ଦେଖି ତାହା ତା'ର ପାପର ଫଳ ବୋଲି ଘୃଣା କରନ୍ତି । ହାୟ ! ମନୁଷ୍ୟ ହୃଦୟ ଦୟାମାୟା, ସହାନୁଭୂତି ଓ ପରଦୁଃଖକାତରତା ପରିବର୍ତ୍ତରେ କେବଳ ହିଂସା, ଦ୍ୱେଷ, ନିଷ୍ଠୁରତା ଓ ପରଶ୍ରୀକାତରତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ସୁତରାଂ ପ୍ରଥମ ଶିକ୍ଷାରେ ହିଁ ସଂସାର ପ୍ରତି ମୋର ବିତୃଷ୍ଣା ଜାତ ହେଲା; ତେଣୁ କହୁଛି, **"ସଂସାର ମୋର ପ୍ରଥମ ଗୁରୁ"** ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଗୁରୁ—ସାବିତ୍ରୀ ପାହାଡ଼ର ପରମହଂସ ଶ୍ରୀମତ୍ **ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ** । ଯେତେବେଳେ ସଂସାରର ନିଷ୍ଠୁରତାରେ ଓ କାଳର କରାଳଦଂଷ୍ଟ୍ରାଘାତଜନିତ କାତରତାରେ ଛିନ୍ନକଣ୍ଠ କପୋତ ପରି ଲୋଟୁଥିଲି, ଦାବଦଗ୍ଧ ହରିଣପରି ଧାବମାନ ହେଉଥିଲି, ସେତେବେଳେ ଏହି ମହାତ୍ମାଙ୍କ କୃପାରେ ଶାନ୍ତି ଲାଭକଲି; ଭ୍ରମ ଦୂର ହୋଇଗଲା, ଚମକ ଭାଙ୍ଗିଗଲା । ସେ ବେଦ, ପୁରାଣ, ସଂହିତା, ଦର୍ଶନ, ଗୀତା ଓ ଉପନିଷଦ ପ୍ରଭୃତି ଶାସ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ବୁଝାଇଲେ—"ସଂସାରର ଘାତ-ପ୍ରତିଘାତ ହିଁ ଜୀବର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତିର କାରଣ । ଜୀବ ସାଂସାରିକ ସୁଖରେ ମୁଗ୍ଧ ହୋଇ ଜଗନ୍ମାତା ଓ ପରମପିତାଙ୍କ ଚରଣ ବିସ୍ମୃତ ହୋଇଯାଏ । ଜୀବର ଚୈତନ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ ନିମିତ୍ତହିଁ ମଙ୍ଗଳମୟ ଜଗଦୀଶ୍ୱରଙ୍କ କଳ୍ପିତ ନିଷ୍ଠୁରତାର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଅଛି ।" ମୁଁ ଏତେ ଦିନପରେ ଜୀବନକୁ ସାର୍ଥକ ଜ୍ଞାନ କଲି । ସ୍ୱଳ୍ପାୟାସରେ ନିଗମର ଏହି ନିଗୂଢ଼ ବାକ୍ୟ ବୁଝିପାରିବା ଯୋଗୁଁ ସେ ଆନନ୍ଦରେ ମୋତେ ଶିଷ୍ୟ ରୂପରେ ଗ୍ରହଣ କରି **'ନିଗମାନନ୍ଦ'** ନାମ ପ୍ରଦାନ କଲେ ।

ତୃତୀୟ ବା ଶେଷ ଗୁରୁ 'ଆପଣ'—ବିପଥରେ ପଡ଼ି ଯେତେବେଳେ ପରମହଂସ ଦେବଙ୍କ ଉପଦେଶରେ ପଥପ୍ରଦର୍ଶକଙ୍କ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରୁଥିଲି, ପୂର୍ବଜନ୍ମର ସୁକୃତ ଫଳରୁ ସେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କ ଚରଣଦର୍ଶନ ମିଳିଲି । ଆପଣଙ୍କ କୃପାରୁ ନବଜୀବନ ଲଭ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁଖଶାନ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଅଛି । ଅଭୂତପୂର୍ବ ବିମଳ ଆଲୋକଚ୍ଛଟା ଦର୍ଶନ କରି ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଶିରାପ୍ରଶିରାରେ ଆନନ୍ଦର ପ୍ରବାହ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି । ରଜ୍ଜୁରେ ସର୍ପଭ୍ରମ ପରି ମାନବ ସୁଖ ଆଶାରେ ଲାଳାୟିତ ହୋଇ ସଂସାରରେ ବୃଥା ଘୂରିବୁଲୁଅଛି । ଆଜି ମୁଁ ଗୃହାନ୍ନଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ସୁଦ୍ଧା ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ମନରେ ଜୀବନକୁ ଧନ୍ୟ ଓ ଶ୍ଳାଘ୍ୟ ମନେ କରୁଅଛି । ଯଦି ଜଣେ ହେଲେ କୌଣସି ସଂସାରପୀଡ଼ିତ-ବ୍ୟକ୍ତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ଲଭ କରିବା ପାଇଁ ଯତ୍ନ କରେ, ସେହି ଆଶାରେ ଗୁରୁପଦିଷ୍ଟ ସାଧନ-ଭଜନର ସୁଗମ ପନ୍ଥା ଗ୍ରନ୍ଥାକାରରେ ପ୍ରକାଶ କରି ଗଙ୍ଗାଜଳରେ ଗଙ୍ଗା-ପୂଜା ସଦୃଶ ଆପଣଙ୍କ ଚରଣରେ ଅର୍ପଣ କଲି ।

ବିଦାୟ ଗ୍ରହଣ କାଳରେ ନିବେଦନ, ଆପଣଙ୍କ ଚରଣ-ସାନ୍ନିଧରେ ଅବସ୍ଥାନ କାଳରେ ଯଦି କୌଣସି ଅପରାଧ କରିଥାଏ, "ସନ୍ତାନର ଶତ ଅପରାଧ ପିତାଙ୍କ ନିକଟରେ କ୍ଷମାର୍ହ" ଏହା ଭାବି ମୋର ଅପରାଧ ମାର୍ଜ୍ଜନା କରି ଆଶୀର୍ବାଦ କରନ୍ତୁ—ଯେପରି ଅଜପାର ଶେଷ-ଜପରେ ଆପଣଙ୍କୁ ଜପ ସମର୍ପଣ କରିପାରିବି । ଆଉ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାର୍ଥନା, ଯେଉଁମାନେ ମୋତେ 'ମୋର' ବୋଲି ଜାଣିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଦେଖି ଯେପରି ଚରମରେ ଆପଣଙ୍କ ପରମ-ପଦରେ ଲୀନ ହୋଇ ପାରିବି—ଶ୍ରୀ ଚରଣରେ ନିବେଦନମିତି ।"

"ଦେବତାତ୍ମା ଦର୍ଶନଞ୍ଚ କରୁଣାବରୁଣାଳୟମ୍,
ସର୍ବସିଦ୍ଧି ପ୍ରଦାତାରଂ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଂ ପ୍ରଣମାମ୍ୟହମ୍ ।"

ସେବକ
ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଚରଣ

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ପ୍ରଥମ ଅଂଶ -ଯୋଗକଳ୍ପ

ଗ୍ରନ୍ଥକାରଙ୍କ ସାଧନ ପଦ୍ଧତି ସଂଗ୍ରହ

"ନମଃ ଶିବାୟ ଶାନ୍ତାୟ କାରଣତ୍ରୟ ହେତବେ ।
ନିବେଦୟାମି ଚାତ୍ମାନଂ ତ୍ୱଂ ଗତିଃ ପରମେଶ୍ୱର ।।"

ଭୂତଭାବନ ଭବାନୀପତିଙ୍କ ଭବଭୀତି-ଭଞ୍ଜନ, ଭକ୍ତ ହୃଦୟ-ରଞ୍ଜନ ଯୁଗଳଚରଣ ସ୍ମରଣ ଓ ପଦାଙ୍କ ଅନୁସରଣ ପୂର୍ବକ ଗ୍ରନ୍ଥ ଆରମ୍ଭ କଲି ।

ବିଶ୍ୱପିତା ବିଧାତାଙ୍କର ବିଶ୍ୱରାଜ୍ୟରେ ସର୍ବତ୍ର ଗୋଟିଏ ନିୟମ- 'ଚିରଦିନ ସମାନ ଯାଏ ନାହିଁ ।' ଆଜି ଯେ ସୁଧା-ଧବଳିତ ସୌଧ ମଧ୍ୟରେ ସୁଖରେ ଶୟନ କରି ଚତୁର୍ବିଧ ରସାସ୍ୱାଦନ ପୂର୍ବକ ରସନାର ତୃପ୍ତିସାଧନ କରୁଅଛି, କାଲି ସେ ବୃକ୍ଷତଳେ ଆଶ୍ରୟ ଗ୍ରହଣ କରି ମୁଠିଏ ଅନ୍ନ ପାଇଁ ଅପରର ଦ୍ୱାରସ୍ଥ । ଆଜି ଯେଉଁ ପୁତ୍ରର ଜନ୍ମୋତ୍ସବରେ ମୁକ୍ତହସ୍ତରେ ଅଜସ୍ର ଧନ ବ୍ୟୟକରି ନିଜକୁ ସୌଭାଗ୍ୟବାନ୍ ଜ୍ଞାନ କରୁଅଛି, କାଲି ସେ ସେହି ନୟନାନନ୍ଦଦାୟକ ପୁତ୍ରର ମୃତଦେହ ବକ୍ଷରେ ଧାରଣ କରି ଶ୍ମଶାନରେ ପଡ଼ି ଛିନ୍ନକଣ୍ଠ କପୋତ ସଦୃଶ ଛଟପଟ ହେଉଅଛି । ଆଜି ଯେ ବିବାହ-ବାସରେ ଅବଗୁଣ୍ଠନବତୀ ବାଳିକା-ବଧୂର ବଦନ ନିରୀକ୍ଷଣ କରୁ କରୁ ଭାବୀସୁଖରେ ବିଭୋର ହୋଇ ଆଶାର ହାର ଗୁନ୍ଥୁଅଛି, କାଲି ସେ ସେହି ପ୍ରାଣସମ ପ୍ରିୟତମାକୁ ଅପରର ପ୍ରଣୟାକାଂକ୍ଷିଣୀ ଜାଣି ପ୍ରାଣ ପରିତ୍ୟାଗ ପାଇଁ ଉଦ୍ୟତ । ଆଜି ଯେ

ପର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରିୟ-ପତିଙ୍କ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବସି ପ୍ରେମପ୍ରବାହରେ ପ୍ରାଣ ପରିତୃପ୍ତକରୁଅଛି, କାଲି ସେ ଆଲୁଳାୟିତକେଶା ଛିନ୍ନଭିନ୍ନ ମଳିନ ବେଶା ପାଗଳିନୀ ପରି ମୃତପତିଙ୍କ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ପଡ଼ି ଧୂଲ୍ୟବଲୁଣ୍ଠିତା ହେଉଅଛି । ଅନ୍ୟ ଦେଶରେ ଅନ୍ୟ ଜାତିଗଣ ଯେଉଁ ସମୟରେ ଦିଗ୍‌ବସନ ପରିଧାନ କରି ବୃକ୍ଷକୋଟରରେ, ପର୍ବତ ଗହ୍ୱରରେ ବାସକରି କଷାୟ କନ୍ଦମୂଳ ଫଳରେ କ୍ଷୁନ୍ନିବାରଣ କରୁଥିଲେ, ସେହି ସମୟରେ ଆର୍ଯ୍ୟାବର୍ତ୍ତର ଆର୍ଯ୍ୟଗଣ ସରସ୍ୱତୀ ତୀରରେ ବସି ସୁଲଳିତ ସ୍ୱରରେ ଶାମଗାନରେ ଦିଗ୍‌ଦିଗନ୍ତ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିତ କରୁଥିଲେ । କାଳକ୍ରମେ ମୁସଲ୍‌ମାନ ଧର୍ମର ଅଭ୍ୟୁଦୟରେ ରାଷ୍ଟ୍ରବିପ୍ଲବ ଉପସ୍ଥିତ ହେବାରୁ ହିନ୍ଦୁଗଣ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କ୍ରମଶଃ ବିପୁଳ ଜ୍ଞାନଗରିମା, ଆର୍ଯ୍ୟ-ବୀର୍ଯ୍ୟ, ଆଚାର ବ୍ୟବହାର ଓ ଧର୍ମରୁ ବିଚ୍ୟୁତ ହେଲେ; ଭାରତ-ଗଗନ ଘୋର ଅଜ୍ଞାନ-ଅନ୍ଧତମସାରେ ସମାଚ୍ଛନ୍ନ ହେଲା । ବୀର୍ଯ୍ୟୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟଶାଳୀ ଆର୍ଯ୍ୟଗଣ ଶେଷରେ ସର୍ବବିଷୟରେ ସର୍ବତୋଭାବରେ ପରମୁଖାପେକ୍ଷୀ ହୋଇପଡ଼ିଲେ । କ୍ରମେ ମୁସଲମାନ ରାଜତ୍ୱ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୋଇ ବ୍ରିଟିଶ୍ ଆଧିପତ୍ୟ ବିସ୍ତାରିତ ହେଲା । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଶିକ୍ଷାରେ ହିନ୍ଦୁଗଣ ବିକୃତମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ପଥହରା ହେଲେ । ଯେଉଁ ହିନ୍ଦୁଧର୍ମ କେତେ ଯୁଗ ଯୁଗାନ୍ତରରୁ ବିମଳ ସ୍ନିଗ୍ଧ କିରଣ ବିକିରଣ କରି ଆସୁଅଛି, କେତେ ଅତୀତ କାଳରୁ ଏହି ଧର୍ମର ଆଲୋଚନା, ଆନ୍ଦୋଳନ ଓ ସାଧନ-ରହସ୍ୟ ଉଦ୍ଭବ ହେଉଅଛି, କେତେ ବୈଜ୍ଞାନିକ, କେତେ ଦାର୍ଶନିକ ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବାଦାନୁବାଦ ଓ ତର୍କବିତର୍କ କରିଯାଇଛନ୍ତି, ସେହି ସନାତନ ହିନ୍ଦୁଧର୍ମାଶ୍ରିତ ହିନ୍ଦୁଗଣଙ୍କୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗର ସଭ୍ୟ ଶିକ୍ଷିତ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶୀୟଗଣ ତଥା ପାଶ୍ଚାତ୍ୟଶିକ୍ଷା-ବିକୃତମସ୍ତିଷ୍କ ଭାରତବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ପୌତ୍ତଳିକ ଜଡ଼ୋପାସକ ଓ କୁସଂସ୍କାରାଚ୍ଛନ୍ନ ବୋଲି ତାଚ୍ଛଲ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ମୂଳଭିତ୍ତି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୃଢ଼ ବୋଲି ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ରାଷ୍ଟ୍ରବିପ୍ଲବ ଓ ଧର୍ମବିଲୟ କାଳରେ ଅଶେଷ ଅତ୍ୟାଚାର ସହ୍ୟ କରି ମଧ୍ୟ ତାହା ସଜୀବ ହୋଇ ରହିଅଛି ।

କିନ୍ତୁ ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଛି, 'ଚିରଦିନ ସମାନ ଯାଏ ନାହିଁ' - ସ୍ରୋତ ଫେରିଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କ ହୃଦୟରେ ଜ୍ଞାନ, ଧର୍ମ ଓ ସ୍ୱାଧୀନତାଲିପ୍ସା ଜାଗି ଉଠିଅଛି । ହିନ୍ଦୁଗଣ ବୁଝିପାରିଛନ୍ତି, ଏହି ଅତି ବୈଚିତ୍ର୍ୟମୟ ସୃଷ୍ଟି-ରାଜ୍ୟର ସୀମା କେଉଁଠାରେ ? ହିନ୍ଦୁଧର୍ମ ଗଭୀର, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିଜ୍ଞାନ-ସମ୍ମତ ଦାର୍ଶନିକତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ନିଗୂଢ଼ ମର୍ମ କିଛି କିଛି ବୁଝିପାରି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଡ଼ବିଜ୍ଞାନ ଅଜ୍ଞାନ ହୋଇଯାଉଅଛି । ଦିନକୁ ଦିନ ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ଯେପରି ଉନ୍ନତି ହେବାର ବୁଝାଯାଉଛି, ସେଥିରେ ଆଶା କରାଯାଏ; ଅତି ଅଳ୍ପକାଳ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଧର୍ମର ଅମଳ-ଧବଳ-କୌମୁଦୀରେ ସମଗ୍ର ଦେଶ, ସମଗ୍ର ଜାତି, ସମଗ୍ର ମାନବସମାଜ ଉଦ୍ଭାସିତ ଓ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ହୋଇଉଠିବ । ଆଜିକାଲି ହିନ୍ଦୁ ସନ୍ତାନ ହିନ୍ଦୁଶାସ୍ତ୍ର ବିଶ୍ୱାସ କରୁଅଛନ୍ତି, ହିନ୍ଦୁଧର୍ମ ମାନୁଅଛନ୍ତି, ହିନ୍ଦୁ ନିୟମରେ ଉପାସନା କରୁଅଛନ୍ତି । ସ୍କୁଲ-କଲେଜ ଛାତ୍ରଙ୍କଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଯୁବକ, ପ୍ରୌଢ଼, ଅନେକଙ୍କର ସାଧନ ଭଜନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହୋଇଅଛି । କିନ୍ତୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଉପଦେଷ୍ଟା ଅଭାବରୁ କେହିହେଲେ ସାଧନ ବିଷୟରେ ପ୍ରକୃତ ପଥ ଦେଖିବାକୁ ପାଉନାହାନ୍ତି । ଅସ୍ମଦ୍ଦେଶୀୟ ପ୍ରଖ୍ୟାତନାମା ପଣ୍ଡିତଗଣ ସାଧନର ଯେପରି କଠିନ ବନ୍ଧନ ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି, ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବା ଦୂରେ ଥାଉ, ଶୁଣିବାମାତ୍ରେ ସେ ଆଶାରେ ଚିରଦିନ ପାଇଁ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେବାକୁ ହୁଏ । ଧର୍ମକର୍ମର ଯେପରି ଲମ୍ବା ଚଉଡ଼ା ତାଲିକା ସେମାନେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତି, ଆଜୀବନ କଷ୍ଟୋପାର୍ଜିତ ଅର୍ଥ ବ୍ୟୟକରି ମଧ୍ୟ ତାହା ସମ୍ପାଦନ କରିବା, ଅନେକଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସୁକଠିନ । ଧର୍ମ କରିବାକୁ ହେଲେ, ସ୍ତ୍ରୀ ପୁତ୍ର ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ, ଧନରତ୍ନରେ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଘରଦ୍ୱାର ଛାଡ଼ିବାକୁ ହେବ, ଅନାହାରରେ ଦେହ ଶୁଷ୍କ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ସାଜି ବୃକ୍ଷତଳ ଆଶ୍ରୟ କରି ଶୀତ-ତାପ ସହ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନତୁବା ଭଗବାନଙ୍କ କୃପା ହେବନାହିଁ, । ଧର୍ମରେ ଯେ ଏତେଗୁଡ଼ିଏ ବିଡ଼ମ୍ବନା ଭୋଗ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ବଡ଼ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ବିଷୟ । ମୁଁ ଜାଣେ, ସୁଖ ନିମିତ୍ତ ହିଁ ଧର୍ମାଚରଣ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏ କଥାର ପ୍ରମାଣ ମିଳେ ।

"ସୁଖଂ ବାଞ୍ଛତି ସର୍ବୋ ହି ତଚ୍ଚ ଧର୍ମ ସମୁଦ୍‌ଭବମ୍,
ତସ୍ମାଦ୍ ଧର୍ମଃ ସଦା କାର୍ଯ୍ୟଃ ସର୍ବବର୍ଣ୍ଣୈଃ ପ୍ରଯତ୍ନତଃ ।"

- ଦକ୍ଷସଂହିତା

ତେବେ ଦେଖନ୍ତୁ, ଧର୍ମାଚରଣର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି, ସୁଖଲାଭ । ଅକାରଣରେ ଅର୍ଥବ୍ୟୟ କରି କାୟିକ ଓ ମାନସିକ କଷ୍ଟଭୋଗ ଅଜ୍ଞତାର ପରିଚାୟକ । ଦୁଃଖର ବିଷୟ, ଉପଯୁକ୍ତ ଉପଦେଷ୍ଟା ଅଭାବରୁ ଗୃହରେ ପ୍ରଚୁର ଅନ୍ନ ଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଉପବାସରେ କାଳ କଟାଇବାକୁ ପଡ଼େ । ଆମର ଅସୀମ ଶାସ୍ତ୍ର, ଅନନ୍ତ ସାଧନ କୌଶଳ । ଆମେ ବର୍ଷ ଭିତରେ ଭାଦ୍ରବ ମାସରେ ଥରେ ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଖରାରେ ଶୁଖାଉଁ, ପରେ ଗଣ୍ଠିରି ବାନ୍ଧି ଶୁଷ୍କ ମୁଖରେ ପରଆଡ଼କୁ ଚାହିଁ ରହୁ କିମ୍ବା ଗୋଟିଏ ବିକୃତ ସାଧନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ବିଡ଼ମ୍ବନା ଭୋଗକରୁ, ନତୁବା କଳିକାଳ ସ୍କନ୍ଧରେ ଦୋଷ ଲଦିଦେଇ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ହେଉ । ପାଠକ ! ମୁଁ କିପରି ବିଡ଼ମ୍ବନା ଭୋଗକରି ଶେଷରେ ସର୍ବମଙ୍ଗଳମୟ ସତ୍ୟସ୍ୱରୂପ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ସଦାଶିବଙ୍କ ଅନୁଗ୍ରହରୁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଲାଭ କଲି, ତାହା ଆପଣମାନଙ୍କୁ ନ ଜଣାଇ, ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବିଷୟ ବର୍ଣ୍ଣନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ପାରିଲି ନାହିଁ ।

ତ୍ରୟୋବିଂଶ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଉତ୍‌ଫୁଲ୍ଲପ୍ରାଣର ସମସ୍ତ ସୁଖ-ଶାନ୍ତି, ଆଶା ଭରସା, ଉଦ୍ୟମ ଓ ଅଧ୍ୟବସାୟ ଭାଦ୍ରବର ଭରା-ଭୈରବ ନଦୀତୀରସ୍ଥ କଦମ୍ବମୂଳରେ ଭସ୍ମୀଭୂତ କରି ସ୍ମୃତିର ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଚିତା ହୃଦୟରେ ଘେନି ଘରୁ ବାହାରିପଡ଼ିଲି । ପରେ କେତେ ନଗର, ଗ୍ରାମ, ପଲ୍ଲୀ ପରିଭ୍ରମଣ କରି ସୁଚାରୁ କାରୁକାର୍ଯ୍ୟ ଖଚିତ, ସୁଧା-ଧବଳିତ, ସଦୃଶ୍ୟ ସୌଧରାଜି ନିରୀକ୍ଷଣ କଲି; କିନ୍ତୁ ପ୍ରାଣର ଅଗ୍ନି ନିର୍ବାପିତ ହେଲାନାହିଁ । କେତେ ନଦନଦୀ ହ୍ରଦାଦିର ଉତ୍ତାଳତରଙ୍ଗ-ସମାକୁଳ ହୃଦୟକମ୍ପନକାରୀ କଳକଳ ନାଦ କର୍ଣ୍ଣକୁହରରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହେଲା, କିନ୍ତୁ କାଳର କରାଳ ଦଂଷ୍ଟ୍ରାଘାତଜନିତ କାତରତା କମିଲା ନାହିଁ । କେତେ ପର୍ବତ, ଉପତ୍ୟକା, ଅଧିତ୍ୟକା ଅଧିରୋହଣ କରି ବିଶ୍ୱପିତା ବିଧାତାଙ୍କ ବିଶ୍ୱସୃଷ୍ଟି-କୌଶଳର ବିଚିତ୍ର ବ୍ୟାପାରମାନ ଅବଲୋକନ କଲି;

କିନ୍ତୁ ଜୀବନର ଜ୍ୱାଳା ଶାନ୍ତ ହେଲାନାହିଁ । କେତେ ଶ୍ୱାପଦସଂକୁଳ ବନଭୂମିରେ ଅପୂର୍ବ ପ୍ରକୃତି-ବୈଚିତ୍ର୍ୟ ଓ ବନକୁସୁମର ସୁଦୃଶ୍ୟ ସୁନ୍ଦର ସୁଷମା ସନ୍ଦର୍ଶନ କଲି, କିନ୍ତୁ ଅନ୍ତରର ଜ୍ୱାଳା ଅନ୍ତର୍ହିତ ହେଲାନାହିଁ । ବହୁଦିନ ପରେ ଆଦ୍ୟା, ବ୍ରହ୍ମାବିଷ୍ଣୁ ଶିବାରାଧ୍ୟା, ବିନ୍ଧ୍ୟାଦ୍ରିନିଳୟା ମହାମାୟାଙ୍କ କୃପାରୁ ସାବିତ୍ରୀ ପାହାଡ଼ରେ ସାଧକାଗ୍ରଗଣ୍ୟ ***ପରମହଂସ ଶ୍ରୀମଦ୍ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କ*** ସହିତ ସାକ୍ଷାତ୍‌ସନ୍ଦର୍ଶନ ସଂଘଟିତ ହେଲା । ପରମଜ୍ଞାନୀ ପରମହଂସଦେବଙ୍କ ଉପଦେଶରେ ଜୀବର ଜନ୍ମ ଓ ଜନ୍ମାନ୍ତର ରହସ୍ୟ, ଗତାଗତି, କର୍ମଫଳ ଭୋଗ, ମାୟାଦି ନିଗମର ନିଗୂଢ଼ ତତ୍ତ୍ୱ ଅବଗତ ହୋଇ ମାୟା-ମୋହ ଦୂରୀଭୂତ ହେଲା । ପାର୍ଥିବ ପଦାର୍ଥର ଅସାରତା ବୁଝିଲି, ହୃଦୟ-ନିକୁଞ୍ଜରେ କୋକିଳ ସେତେବେଳେ ତାନ ତୋଳିଲା । କି ଏକ ଅଭୂତପୂର୍ବ ଆନନ୍ଦରେ ହୃଦୟ ଆପ୍ଲୁତ ହୋଇଗଲା ! ମନେମନେ ସ୍ଥିର ସଂକଳ୍ପ କଲି, ମର-ଜଗତରେ ଆଉ ମଦନ-ମରଣର ଅଭିନୟ କରିବାକୁ ଫେରିବି ନାହିଁ । ମୁଁ କାହାର ? କିଏ ମୋର ? କାହିଁକି ଏ ବୃଥା କ୍ରନ୍ଦନରୋଳ । ଏକାକୀ ଆସିଛି, ଏକାକୀ ଯିବି । ଇଚ୍ଛା କରି କାହିଁକି ଅଶାନ୍ତି-ଅନଳରେ ଦଗ୍‌ଧ ହେବି ? ହୃଦୟର ନିଗୂଢ଼ତମ ପ୍ରଦେଶରୁ ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟ ଧ୍ୱନିତ ହେଲା- ।

"ପିତା କସ୍ୟ ମାତା କସ୍ୟ କସ୍ୟ ଭ୍ରାତା ସହୋଦରାଃ ?
କାୟା-ପ୍ରାଣେ ନ ସମ୍ବନ୍ଧଃ କା କସ୍ୟ ପରିବେଦନା ?"

ମାୟା-ମୋହର ଆବରଣ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ଅପସାରିତ ହେଲା ସତ୍ୟ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାଣରେ ଏକ ପ୍ରବଳ ପିପାସା ଜାଗିଉଠିଲା । ସ୍ଥିର କଲି, କୌଣସି ଗୋଟିଏ ସାଧକ-ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ସମ୍ମିଳିତ ହୋଇ ଗୋଟିଏ ସୁଖସାଧ୍ୟ ସାଧନାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ଲୀଳାମୟଙ୍କର ବିଚିତ୍ର ଲୀଳାର ମଧୁର ସ୍ୱାଦ ଆସ୍ୱାଦନ କରୁ କରୁ ଜୀବନର ବାକି କେତୋଟି ଦିନ କଟାଇଦେବି । ଏହା ଭାବି ସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଅନୁସନ୍ଧାନରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେଲି । ବହୁ ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କର ଅନୁସରଣ କଲି । କିଏ ଧୂନିର ପାଉଁଶକୁ ଚିନି କରିବା ଶିଖାଇଲା, କିଏ ତପ୍ତତୈଳରେ ହାତ ଦେବାର କୌଶଳ ଦେଖାଇଲା, କିଏ ଲୁଗାରେ ନିଆଁ

ବାନ୍ଧିବାର ପନ୍ଥା ପ୍ରଦର୍ଶନ କଲା, କିନ୍ତୁ ମୋ ପ୍ରାଣର ପ୍ରବଳ ପିପାସା ମେଣ୍ଟିଲା ନାହିଁ । ଜଣେ ପ୍ରଖ୍ୟାତନାମା ତାନ୍ତ୍ରିକ ସାଧକଙ୍କ ସମ୍ବାଦ ପାଇ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲି ଏବଂ ଶିଷ୍ୟତ୍ୱ ସ୍ୱୀକାର କରି ଭୃତ୍ୟପରି ତାଙ୍କ ସେବା କଲି । କିଛିଦିନ ପରେ ସେ ଏକ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ ପାଇଁ ଆଦେଶ କଲେ । "ଶନି ବା ମଙ୍ଗଳବାରରେ ବଜ୍ରାହତ ଗର୍ଭବତୀ ଚଣ୍ଡାଳ ରମଣୀ ଉଦରସ୍ଥ ମୃତସନ୍ତାନ ଉପରେ ଆସନ ଭିନ୍ନ, ତନ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ସାଧନାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ସୁକଠିନ ।" ଏହି କଥା ଶୁଣିବାମାତ୍ରେ ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ବିଦାୟ ଗ୍ରହଣକଲି । ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗୀ ବୋଲି ପରିଚିତ, ସେମାନେ ନେତି, ଧୌତି ପ୍ରଭୃତି ଏପରି କଠିନ କ୍ରିୟାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବାକୁ ଉପଦେଶ ପ୍ରଦାନ କଲେ ଯେ, ମୋ ବଂଶରେ ମଧ୍ୟ କେହି ଲୋକ ତଦଭ୍ୟାସରେ ସକ୍ଷମ ହେବ ନାହିଁ ।

ବୈରାଗୀ ବାବାଜୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ କହିଲେ ଯେ, ବିଲ୍ୱଫଳ ପରି ମସ୍ତକ ସୁଦୃଶ୍ୟ କରି, ସୁଦୀର୍ଘ ଶିଖା ରଖି, ଗଳାର ମାଳିରେ ପିତ୍ତଳ କଡ଼ାରେ ମାଳା ଝୁଲାଇ, କାଠମାଳାରେ ଗୁରୁଦତ୍ତ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କର । ନିୟମିତ ରୂପେ ହରିବାସର ପାଳନ କରି ପ୍ରତ୍ୟହ କିଞ୍ଚିତ୍ ଗୋପୀ-ମୃତ୍ତିକା ଦେହରେ ଲେପନ ନ କଲେ ଗୋପୀବଲ୍ଲଭଙ୍କ କୃପା ହେବ ନାହିଁ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଆଧୁନିକ ବୈରାଗ୍ୟ ଶାସ୍ତ୍ରର ଗୁଡ଼ିଏ ବଙ୍ଗଳା ପୟାର ଗାନ କରି ନିଜର ମତାନୁଯାୟୀ କଦର୍ଥ କରି ବୁଝାଇଲେ, "ଶକ୍ତି ବ୍ୟତୀତ ମୁକ୍ତିର ଉପାୟ ନାହିଁ" ଏବଂ ମାତାମହୀର ସମବୟସ୍କା ଏକ ମାତାଜୀ ଗ୍ରହଣର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦେଲେ । ଏହି କାରଣ ଦର୍ଶାଇ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ବୃନ୍ଦାବନର ରାଧାକୁଣ୍ଡନିବାସୀ ପରୋପକାର-ପରାୟଣ ଜଣେ ବାବାଜୀ ତଦୀୟ ଅନାଥା କନ୍ୟାଟିକୁ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ଭାବରେ ଦାନ କରି ମୋର ମୁକ୍ତିପଥ ପରିଷ୍କାର କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିଲେ । ମୁଁ ଅକୃତଜ୍ଞ, ଏପରି ଉଦାର-ହୃଦୟ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ପରୋପକାରୀଙ୍କର ପ୍ରାର୍ଥନା ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କରି ପଳାୟନ କଲି । ପଞ୍ଜାବ ପ୍ରଦେଶସ୍ଥ ଅମୃତ ସହରର ଉଦାସୀନ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ କହିଲେ, "ପଇତା ଆଦି ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଛତିଶଜାତିଙ୍କ ଅନ୍ନ ଭକ୍ଷଣ କରି ବୁଲିଲେ ଯାଇ ବ୍ରହ୍ମଭାବ ସ୍ଫୁରିତ ହେବ ।" ସନ୍ନ୍ୟାସୀଗଣ

ଅଖଣ୍ଡ ବିଭୂତି ଲେପନ, ସୁଦୀର୍ଘ ଜଟାଜୁଟ ଧାରଣ, ଚିମୁଟା ଗ୍ରହଣ ଓ ତ୍ୱରିତାନନ୍ଦରେ ଗଞ୍ଜାଇଦମ୍ ଟାଣିବାର କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା ଦେଲେ'। ନାଗା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଲଙ୍ଗଳା ହୋଇ, ଅଣ୍ଟାରେ ଲୁହାଶିକୁଳି ଧାରଣ ଓ ଅନ୍ନାଦି ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଫଳମୂଳ ଭକ୍ଷଣର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦାନ କଲେ ।

ସାବିତ୍ରୀ ପାହାଡ଼ର ପୂଜ୍ୟପାଦ ପରମହଂସଦେବ ପୂର୍ବରୁ ମୋତେ କିଞ୍ଚିତ୍ ପକ୍କା କରିଦେଇଥିଲେ । ତେଣୁ ଏହିସବୁ ଫକଡ଼ଙ୍କର ଫାଙ୍କା କଥାରେ ମନ ବଙ୍କା ହେଲାନାହିଁ । ଏଥିରେ ମଧ ଭଗ୍ନୋତ୍ସାହ ନ ହୋଇ ଜଗଦ୍‌ଗୁରୁ ଯୋଗେଶ୍ୱରଙ୍କର ଚରଣ ସ୍ମରଣ କରି ସ୍ୱକାର୍ଯ୍ୟ ସାଧନୋଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବୁଲିବାକୁ ଲାଗିଲି ।

ପଶ୍ଚିମ ପ୍ରଦେଶରେ କିଛି ଦିନ ଭ୍ରମଣ କରି କାମାକ୍ଷା ମା'ଙ୍କ ଚରଣ ଦର୍ଶନାଭିଳାଷରେ କେତେ ଜଣ ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ସମଭିବ୍ୟାହାରରେ ଆସାମ ବିଭାଗକୁ ଆସିଲି । ଆସାମ ଆସି ପରଶୁରାମ ତୀର୍ଥ ଦର୍ଶନ ପାଇଁ ବାସନା ହେଲା । ଗୌହାଟୀଠାରୁ ଷ୍ଟିମର ଯୋଗେ ଦିବ୍ରୁଗଡ଼ ଆସି ସେଠାରୁ ବାଷ୍ପୀୟ ଶକଟାରୋହଣ କରି ସାଦିଆରେ ପହଞ୍ଚିଲି । ସାଦିଆଠାରୁ ପ୍ରାୟ ୨୦/୨୫ ଜଣ ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ସହିତ ଦୁର୍ଗମ ଶ୍ୱାପଦସଙ୍କୁଳ ବନଭୂମି ଓ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ପାର୍ବତ୍ୟଶିଖର ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରି ବହୁକଷ୍ଟରେ ପରଶୁରାମ ତୀର୍ଥରେ ଉପନୀତ ହେଲି । ତୀର୍ଥଟି ନୟନ ଓ ମନ-ପ୍ରାଣ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲତାପ୍ରଦ ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ କଥିତ ଅଛି, 'ଭାର୍ଗବ ସର୍ବତୀର୍ଥ ପରିଭ୍ରମଣାନ୍ତେ ଏହି ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡରେ ଅବଗାହନ କରି ମାତୃହତ୍ୟାଜନିତ ମହାପାତକରୁ ନିଷ୍କୃତି ପାଇଥିଲେ ଏବଂ ତାଙ୍କ ହସ୍ତସଂଲଗ୍ନ ପରଶୁ ସ୍ଖଳିତ ହୋଇଥିଲା । ସେହିଦିନଠାରୁ ସ୍ଥାନର ନାମ 'ପରଶୁରାମ ତୀର୍ଥ' ବୋଲି ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ଏହି ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡରୁ ବ୍ରହ୍ମପୁତ୍ର ନଦୀର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଅଛି । କିନ୍ତୁ ଆଜିକାଲି ବ୍ରହ୍ମପୁତ୍ର ନଦୀ ସହିତ ଏହାର କିଛି ସଂସ୍ରବ ନାହିଁ । ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇ ମୁଁ ସମସ୍ତଙ୍କ ପରି ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡରେ ସ୍ନାନ ପୂଜାଦି କରି ପରିଶ୍ରମ ସାର୍ଥକ ଓ ଜୀବନକୁ ଧନ୍ୟ ଜ୍ଞାନ କଲି ।

ଯେଉଁଦିନ ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡରେ ଆସି ଉପନୀତ ହେଲି, ତା'ର ଦୁଇଦିନ ପରେ ମୁଁ ପ୍ରବଳ ଜ୍ୱର ଓ ଆମାଶୟ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଲି । ବାଟରେ କେତେଦିନ ଅନିୟମିତ ପରିଶ୍ରମ ଯୋଗୁଁ ପୂର୍ବରୁ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇପଡ଼ି-ଥିଲି ; ତାପରେ ଜ୍ୱର ଓ ଆମାଶୟ । ଚାରି ପାଞ୍ଚ ଦିନ ପରେ ମୋର ଉତ୍‌ଥାନଶକ୍ତି ତିରୋହିତ ହେଲା । ସଙ୍ଗୀ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଗଣ ପ୍ରତ୍ୟାଗମନ ପାଇଁ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଲେ, ତେଣୁ ମୁଁ ବିଶେଷ ଚିନ୍ତିତ ହୋଇପଡ଼ିଲି । ମୋର ପାଦେ ହେଲେ ଚାଲିବାର ଶକ୍ତି ନାହିଁ । କିପରି ସେହି ଦୁର୍ଗମ ବନଭୂମି ଓ ପର୍ବତଶ୍ରେଣୀ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରିବି ? ସଙ୍ଗୀଗଣଙ୍କୁ ଦୁଇ ଚାରି ଦିନ ଅପେକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସନିର୍ବନ୍ଧ ଅନୁନୟ ବିନୟ କଲି, କିନ୍ତୁ କେଉଁଥିରେ ଫଳ ହେଲାନାହିଁ । ସେମାନେ ଦିନେ ମୋର ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ରାତ୍ରିରେ ସାଧୁଜନୋଚିତ ସହୃଦୟତା ଦେଖାଇ ପ୍ରସ୍ଥାନ କଲେ । ମୁଁ ଏକାକୀ ସେହି ଜନମାନବ- ଶୂନ୍ୟ ପାର୍ବତ୍ୟ-ପ୍ରଦେଶରେ ବିଷମ ବିପଦ ଜ୍ଞାନ କଲି । ନାତିଦୂରରେ ଅସଭ୍ୟ ପାର୍ବତ୍ୟ ଜାତିର ଗୋଟିଏ ବସ୍ତି ଥିଲା । ମୁଁ ନିରୁପାୟ ହୋଇ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ କାତରରେ ସ୍ଥାନ ଭିକ୍ଷା କଲି । ସେମାନେ ସାଧୁ, ବ୍ରାହ୍ମଣ ମାନନ୍ତି ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ମୋର ନବୀନ ବୟସ, କାତର ଶରୀର ଦେଖି ହେଉ ବା ଯେ କୌଣସି କାରଣରୁ ହେଉ; ଆଦରର ସହିତ ସ୍ଥାନ ଦାନ କଲେ । ନୂତନ ଦେଶ, ନୂତନ ଲୋକ, ନୂତନ ଭାଷା ଫଳରେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ଜଡ଼ ପରି ରହିବାକୁ ବଡ଼ କଷ୍ଟ ହେଲା, କିନ୍ତୁ ଦୁଇ ଚାରି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ସେମାନଙ୍କ ଭାଷା ଶିଖିନେଲି । କ୍ରମେ ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ସଦ୍‌ଭାବ ସଂସ୍ଥାପିତ ହେଲା । ସେମାନେ ସେବକ ପରି ମୋର ସେବା କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ମୁଁ ସେମାନଙ୍କ ସଦ୍‌ବ୍ୟବହାରରେ ମୁଗ୍ଧ ହୋଇଗଲି । ଆଶାତୀତ ଯତ୍ନ ଓ ସେବା ଶୁଶ୍ରୂଷା ଲାଭ କରି ମଧ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁସ୍ଥ ଓ ସବଳ ହେବାକୁ ଏକମାସରୁ କିଞ୍ଚିଦଧିକ ସମୟ ଲାଗିଲା । ମୁଁ ବଙ୍ଗଦେଶକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଗମନ ଆଶାରେ ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡକୁ ଫେରି ଆସିଲି । କିନ୍ତୁ ସେଠାକୁ ଆସି ଜାଣିଲି, ଆଗାମୀ କାର୍ତ୍ତିକ ମାସ ପୂର୍ବରୁ ସାଦିଆକୁ ଯିବା ପାଇଁ ସଙ୍ଗୀ ମିଳିବେ ନାହିଁ । ସେହି ଶ୍ୱାପଦସଂକୁଳ ବନଭୂମି ଏକାକୀ ଅତିକ୍ରମ କରିବା, କାହାରି ହେଲେ ସାଧ୍ୟାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ସୁତରାଂ

ଉଗ୍ରୋତ୍ସାହ ହୋଇ ପୁନରାୟ ପୂର୍ବ-ଆଶ୍ରୟଦାତାଙ୍କ ଶରଣାପନ୍ନ ହେଲି । ସେମାନେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଚିତ୍ତରେ ଛଅ ସାତ ମାସ ପାଇଁ ସ୍ଥାନ ଦେବାକୁ ସ୍ୱୀକୃତ ହେଲେ । କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ ଯେ, ଏହିସବୁ ସ୍ଥାନ ଭାରତବର୍ଷର ଅନ୍ତର୍ଗତ ବ୍ରିଟିଶ ଶାସନାଧୀନ ନୁହେଁ । ★ ।

ସର୍ବନିୟନ୍ତା ବିଶ୍ୱପିତା ବିଧାତାଙ୍କ ଚରଣଭରସା ପୂର୍ବକ, "ଜବ୍ ଜୈସା ତବ୍ ତୈସା" ଭାବି ସେହିସବୁ ଅସଭ୍ୟଗଣଙ୍କ ସହିତ ଏକପ୍ରକାର ସୁଖ ସ୍ୱାଚ୍ଛନ୍ଦ୍ୟରେ କାଳଯାପନ କରିବାକୁ ଲାଗିଲି । ସେମାନଙ୍କ ଉଦାର ସ୍ୱଭାବ, ସରଳ ପ୍ରାଣ, ସତ୍ୟନିଷ୍ଠା, ପରୋପକାର, ସହାନୁଭୂତି, ଆତିଥେୟତା ପ୍ରଭୃତି ଯେଉଁ ସକଳ ସଦ୍‌ଗୁଣ ଦେଖିଅଛି, ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ଶିକ୍ଷିତ ଓ ସଭ୍ୟତାଭିମାନୀ ଭାରତବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କୁତ୍ରାପି ତାହା ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ । କୌଣସି ଦେଶରେ କୌଣସି ଜାତି ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ଭଦ୍ରତା ଓ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ଏ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନରେ ମିଳିବ ନାହିଁ । ଏମାନଙ୍କୁ ଆମ୍ଭେମାନେ ଅଶିକ୍ଷିତ ଓ ଅସଭ୍ୟ ବୋଲି ଘୃଣା କରୁ; କିନ୍ତୁ ଉଚ୍ଚକଣ୍ଠରେ ମୁଁ କହୁଛି, ଯଦି ମରଜଗତରେ ପ୍ରକୃତ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ଦେଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କର, ତେବେ ତାହା ଏହି ଅସଭ୍ୟମାନଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୁତ୍ରାପି ମିଳିବ ନାହିଁ । ଆଉ ଆମେ ଯଦି ମନୁଷ୍ୟ ବୋଲି ପରିଚିତ ହେଉଁ, ତେବେ ଏମାନେ ଦେବତା । ହାୟ ! କି କୁକ୍ଷଣରେ ବା ଆମେ ସଭ୍ୟତା ଶିକ୍ଷା କରିଥିଲୁ ! ଜଣେ ସଭ୍ୟ ଶିକ୍ଷିତ ବାବୁଙ୍କ ଘରେ ଦାସଦାସୀ ଓ କୁକୁର ବିରାଡ଼ି ଅନ୍ନ ଖାଇ ଶେଷ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ; କିନ୍ତୁ ବାବୁ, ଦେଶର କିମ୍ବା ଗ୍ରାମର ନିରନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଦୂରେ ଥାଉ, ତଦୀୟ ଭ୍ରାତା ପାଖଘରେ ବାସ କରି, ସାରାଦିନ ଅନାହାରରେ ବୁଲି, ଅନ୍ନସଂଗ୍ରହରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇ ଦିନ ଶେଷରେ ଶୁଷ୍କମୁଖରେ ଦୀର୍ଘଶ୍ୱାସ ପକାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବାବୁ ସେ ଦିଗକୁ ଦୃକ୍‌ପାତ କରନ୍ତି କି ? କ୍ଷୁଧାତୁର ଅତିଥିକୁ ମୁଠାଏ ଅନ୍ନଦାନ କରିବାକୁ ଆମେମାନେ ଅପବ୍ୟୟ ମନେକରୁ । ବିପଦାପନ୍ନ ନିରାଶ୍ରୟ ପଥିକକୁ ରାତିକ ନିମନ୍ତେ ସ୍ଥାନ ଦେବାକୁ କୁଣ୍ଠିତ ହେଉଁ । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ ଯଦି ଆମେ ସଭ୍ୟ-

---

★ *ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ଅଞ୍ଚଳ ଅରୁଣାଚଳ ପ୍ରଦେଶର ଲୋହିତ ଜିଲ୍ଲାରେ ଅବସ୍ଥିତ ।*

ଶିକ୍ଷିତ ଓ ମନୁଷ୍ୟ ହେଉ, ତେବେ ଅଭଦ୍ର, ପାଷାଣ୍ଡ, ପିଶାଚ ଆଉ କେଉଁ-ମାନେ ? ଜାମାଯୋଡ଼ ପିନ୍ଧି, ଘଡ଼ି ଛଡ଼ି ଧରି, ଟୋପି ବାଗେଇ ଗାଡ଼ି ଚଳାଇଲେ ମନୁଷ୍ୟ ସଭ୍ୟ ହୁଏନାହିଁ । ସଭାସମିତି କରି ଦୁଇ ଚାରିପଦ ଇଂରେଜୀ କଥା କହିଲେ, ସେମାନଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷିତ କୁହାଯାଏ ନାହିଁ । ହାୟ ! କି ଅଶୁଭକ୍ଷଣରେ ହିଁ ଭାରତରେ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ସଭ୍ୟତା ପ୍ରବେଶ କରିଥିଲା ! ଆମେମାନେ ପ୍ରକୃତ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ହରାଇ ପଶୁଠାରୁ ମଧ ଅଧମ ହୋଇ ପଡ଼ିଅଛୁ । ତେଣୁ ନିଜର ଅବସ୍ଥା ନିଜେ ବୁଝି ନ ପାରି ଶିକ୍ଷା ଓ ସଭ୍ୟତାର ଅଭିମାନରେ ହିତାହିତ ଜ୍ଞାନଶୂନ୍ୟ ହୋଇପଡ଼ିଅଛୁ । ସେହି ଅଶିକ୍ଷିତ ଓ ଅସଭ୍ୟଗଣଙ୍କ ସମୟରେ ଯେଉଁ ଭଦ୍ରତା ଓ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ଦେଖିଅଛି, ଏ ଜୀବନରେ ତାହା ଆଉ ଭୁଲିପାରିବି ନାହିଁ । ଜଗନ୍ମାତା ଜଗଦମ୍ବାଙ୍କ ଠାରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରେ, ମୋର ଦେଶବାସୀ ଭ୍ରାତାଗଣଙ୍କର ଘରେ ଘରେ ସେହିପରି ଅସଭ୍ୟତା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଉ ।

ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଅଧିକ ଦିନ ଅବସ୍ଥାନ କରୁ କରୁ କ୍ରମେ ସାଧା-ରଣଙ୍କ ସଙ୍ଗେ ପରିଚିତ ହେଲି । ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବସ୍ତିର ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ମଧ ମୋ ନିକଟକୁ ଯାତାୟାତ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ଅନେକ ଦିନ ଏକସ୍ଥାନରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବା ଟିକିଏ କଷ୍ଟକର ବୋଧ ହେବାରୁ ମୁଁ ମଧ ନୂତନ ନୂତନ ବସ୍ତିରେ ପରିଭ୍ରମଣ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲି । ଏହିପରି ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡର ପ୍ରାୟ ୪୦ ମାଇଲ ଉତ୍ତରକୁ ଆସିଗଲି । ଏହିସବୁ ସ୍ଥାନରେ ସମତଳ ଭୂମି ନାହିଁ । କେବଳ ସ୍ତରେ ସ୍ତରେ ପର୍ବତ ଶ୍ରେଣୀ ସଜ୍ଜିତ । ପର୍ବତର ପାଦଦେଶରେ ଆଠ ଦଶ ଘର ନେଇ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ପଲ୍ଲୀ । ମୁଁ ଖାଏ, ନିଦ୍ରା ଯାଏ, କେଉଁଦିନ ବା ସାହସ କରି ପାହାଡ଼ରେ ପ୍ରକୃତିର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ସନ୍ଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଯାଏ । ଦିନେ ଉପରବେଳା ଏହିପରି ଭ୍ରମଣରେ ବାହାରିଲି । ବର୍ଷାକାଳ । ଭାବୀବୃଷ୍ଟିର ଆଶଙ୍କାରେ ତାଳିପକା ଗୋଟିଏ ଛିନ୍ନଛତ୍ର ସଂଗ୍ରହ ପୂର୍ବକ ଅନେକ ବନ ଜଙ୍ଗଲ, ପାହାଡ଼ ଅତିକ୍ରମ କରି ଗୋଟିଏ ନୂତନ ସ୍ଥାନରେ ଆସି ଉପସ୍ଥିତ ହେଲି । ସେ ସ୍ଥାନଟି ପର୍ବତର ଏକ ନିଭୃତ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟମୟ ପ୍ରଦେଶ । ସେଠାରେ ଜନମାନବର ପ୍ରସଙ୍ଗହିଁ ନାହିଁ । କେବଳ ପାହାଡ଼, ପାହାଡ଼ ଦେହରେ ଝରଣା, ଝରଣା କୋଳରେ

ନୀଳିମ ବନଭୂମି । ବନଭୂମି କୋଳରେ ଶ୍ୱେତ-ପୀତ-ଲୋହିତ କୁସୁମଗୁଚ୍ଛ, କୁସୁମ କୋଳରେ ସୁଗନ୍ଧ ଓ ଶୋଭା । ସ୍ଥାନଟି ନୟନ-ମନତୃପ୍ତିକର ଦେଖି ଅନେକ ସମୟ ଭ୍ରମଣ କରି ଶେଷରେ ପରିଶ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ସେ ସ୍ଥାନରେ ଉପବେଶନ କଲି । ବିଶ୍ୱସ୍ରଷ୍ଟାଙ୍କ ଅପୂର୍ବ ସୃଷ୍ଟି-ରଚନା କୌଶଳ, ପ୍ରକୃତିର ବିଚିତ୍ର ଗତି ପ୍ରଭୃତି ଆଲୋଚନା ଓ ରହସ୍ୟ ବୋଧ କରିବାକୁ ଲାଗିଲି । କ୍ରମଶଃ ନଦୀତରଙ୍ଗ ପରି ଗୋଟି ଗୋଟି ହୋଇ କେତେ ପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ମନ ଭିତରେ ଉଦିତ ହେଲା । କେତେ ଦେଶର କଥା, କେତେ ଲୋକଙ୍କ କଥା, ସେମାନଙ୍କ ଆଚାର ବ୍ୟବହାର, ପ୍ରେମ ପ୍ରୀତି ଓ ସ୍ନେହର କଥା, ସର୍ବଶେଷରେ ନିଜ ଜନ୍ମଭୂମି କଥା ମନେପଡ଼ିଲା । ସେହି ବାଲ୍ୟକାଳ, ପିତାମାତା, ସେମାନଙ୍କର ସ୍ନେହବୋଳା କଥା, ଭାଇଭଗ୍ନୀଙ୍କ ଅଳି, ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନଙ୍କ ସ୍ନେହ, ବାଲ୍ୟବନ୍ଧୁର ସରଳ ପ୍ରାଣର ଅକପଟ ପ୍ରେମ, ପ୍ରଣୟିନୀର ପ୍ରାଣମତାଣିଆ କଥା-ଏହିସବୁ ବିଷୟ ମନେହେବା ମାତ୍ରେ, ପ୍ରାଣ ଭିତରେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରବଳ ଢେଉ ଉଠିଲା । ହୃଦୟର ବନ୍ଧନଗୁଡ଼ିକ ଶିଥିଳ ହୋଇଗଲା, ଛାତି ଭିତରେ ଢେଙ୍କି ପାହାର ପଡ଼ିବାକୁ ଲାଗିଲା, ଚକ୍ଷୁ ମଧ୍ୟରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଖେଳିଗଲା । ମୁହୂର୍ତ୍ତକରେ ପରମହଂସ ଦେବଙ୍କ ଉପଦେଶ ବାକ୍ୟ ତୃଣ ପରି ପୂର୍ବସ୍ମୃତିର ଖରସ୍ରୋତରେ କେଉଁଆଡ଼େ ଭାସିଗଲା-ଦର୍ଶନ, ବିଜ୍ଞାନ, ଗୀତା, ପୁରାଣାଦି ଶାସ୍ତ୍ରଜ୍ଞାନ ରସାତଳକୁ ଗଲା-ଶେଷରେ ଆତ୍ମବିସ୍ମୃତ ହୋଇପଡ଼ିଲି ।

କେତେ ସମୟ ଯେ ସେହି ଭାବରେ ଥିଲି,ଜାଣେ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ବ ଜ୍ଞାନ ଫେରି ଆସିଲା, ସେତେବେଳେ ଦେଖିଲି ଯେ; ଭଗବାନ୍ ମରୀଚିମାଳିନୀ ସ୍ୱୀୟ ମୟୂଖମାଳା ଉପସଂହୃତ କରି ଅସ୍ତାଚଳଶିଖରରେ ଅଧିରୋହଣ କରିଅଛନ୍ତି । ସନ୍ଧ୍ୟା ଗୋଟିଏ ନବବାଳିକା ବଧୂପରି ଅନ୍ଧକାର - ଅବଗୁଣ୍ଠନରେ ବଦନ ଆବୃତ କରି ଦେଖା ଦେଇଅଛି । ପୂର୍ବରୁ ପକ୍ଷୀଗଣ ସ୍ୱ ସ୍ୱ ନୀଡ଼ରେ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଅଛନ୍ତି । କ୍ୱଚିତ୍ କାହିଁ ବା ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି ପକ୍ଷୀ ଶିଖିଶାଖାରେ ବସି ସୁଲଳିତ ସ୍ୱରରେ କର୍ଣ୍ଣକୁହରରେ ପୀୟୁଷଧାରା ଢ଼ାଳି

ଦେଉଅଛନ୍ତି । ମହାମାୟାଙ୍କ ମାୟାମୋହର ପ୍ରଭାବ ଦେଖି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ ହେଲି । ଭାବିଲି, "ମୁଁ ଯାହା, ତାହାହିଁ ରହିଅଛି । ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗାଘାତରେ ଯେତେବେଳେ ହୃଦୟର ସବୁ ଗ୍ରନ୍ଥି ଦୋହଲି ଗଲା; ସେତେବେଳେ ଶାସ୍ତ୍ରାଦିଜ୍ଞାନର ଗାରିମା ବୃଥା" । ଯାହାହେଉ, ଅଧିକ ଭାବିବାର ଅବସର ବା କାହିଁ ! ବସ୍ତିକୁ ଯେ ଫେରିବାକୁ ହେବ । ଭୀତଚକିତ ଚିତ୍ତରେ ଚାଲିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲି । କିଛିକ୍ଷଣ ଚାଲିବା ପରେ ବୁଝିପାରିଲି, ପଥ ହରାଇ ବିପଥକୁ ଆସିଅଛି । ସେତେବେଳକୁ ବନ ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ଧକାର ଜମାଟ ବାନ୍ଧିଗଲାଣି । ପ୍ରାଣଭୟରେ ଆକୁଳବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇ ବନମଧ୍ୟରୁ ପଦାକୁ ବାହାରିଆସିବା ନିମନ୍ତେ ବିଧିମତେ ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ଲାଗିଲି, କିନ୍ତୁ ମୋର ସମସ୍ତ ଯତ୍ନ ଓ ପରିଶ୍ରମ ବୃଥା ହେଲା । ଯେଉଁ ଦିଗକୁ ଯାଏ, କେବଳ ଅସୀମ ବନଭୂମି ଓ ଦୁର୍ଭେଦ୍ୟ ଅନ୍ଧକାର ! ହତଶ୍ୱାସ ହୋଇ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ବସିପଡ଼ିଲି । ଶରୀରରୁ ଗମଗମ ହୋଇ ଝାଳ ବହିବାକୁ ଲାଗିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ଉପାୟ କଅଣ ? ଏହି ନିବିଡ଼ ଅନ୍ଧକାରରେ ଦୁର୍ଭେଦ୍ୟ ବନଭୂମି ଅତିକ୍ରମ କରିବା ମୋର ସାଧ୍ୟାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ପର୍ବତର କେଉଁ ପାଖରେ ବସ୍ତି ଅଛି, ତାହାର ଆଦୌ ସ୍ଥିରତା ନାହିଁ । ଅନୁମାନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ବସ୍ତିର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବା ବୃଥା; ବରଂ ଏପରି ଭାବରେ ନିରର୍ଥକ ଭ୍ରମଣ କରୁକରୁ ହୁଏତ ବ୍ୟାଘ୍ର ଭଲ୍ଲୁକର କରାଳ ଦ୍ରଂଷ୍ଟାଘାତରେ ଭବଲୀଳା ସମ୍ବରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ; ତେଣୁ ବୃଥାରେ ବସ୍ତିର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି କଷ୍ଟ ଭୋଗିବି କାହିଁକି ? ଯାହାହେଉ ଏହିଠାରେ ହିଁ ଅବସ୍ଥାନ କରିବି । ବିପଦର ଚିନ୍ତା, ଭୟର କାରଣ; କିନ୍ତୁ ବିପଦରେ ପତିତ ହେଲେ ନିଜ ଭିତରୁ ସ୍ୱତଃ ସାହସ ସଞ୍ଚାରିତ ହୁଏ । ଏକାକୀ ସେହି ଭୟାବହ ବନଭୂମିରେ ବସି ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ଲାଗିଲି । କେତେ-ବେଳେ ମନେହେଲା, ଏହି ବୋଧହୁଏ କରାଳ ବଦନ ବିସ୍ତାର କରି ହିଂସ୍ରଜନ୍ତୁ ମୋତେ ଗ୍ରାସ କରିବାକୁ ଆସୁଅଛି ! କେତେବେଳେ ମନେ ହେଲା, ଭୀମଦର୍ଶନ ଭୂତ-ପ୍ରେତ- ପିଶାଚଗଣ ବିକଟ ଦନ୍ତ ବାହାର କରି ଅଟ୍ଟହାସ୍ୟରେ ବନଭୂମି ପ୍ରକମ୍ପିତ କରୁଅଛନ୍ତି ! ମୁଁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ମୃତ୍ୟୁଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବାକୁ ଲାଗିଲି । ମନେକଲି, ଏପରି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗିବା ଅପେକ୍ଷା ବୋଧହୁଏ ମୃତ୍ୟୁ

ହେଲେ ଭଲ ହୁଅନ୍ତା । ଯାହାହେଉ, ଅନେକ ସମୟ ଏହିପରି ଭାବରେ କଟିଗଲା । ଅବଶେଷରେ ସାହସ ସଞ୍ଚାର ହେଲା, ନାନାଭାବରେ ମନକୁ ଦୃଢ଼ କରିବାକୁ ଲାଗିଲି । ଶାସ୍ତ୍ରକାରଙ୍କ ଉପଦେଶ ସେତେବେଳେ ମନେପଡ଼ିଲା -

"ମୃତ୍ୟୁର୍ଜନ୍ମବତାଂ ବୀର ଦେହେନ ସହ ଜାୟତେ
ଅଦ୍ୟ ବାବ୍ଦଶତାନ୍ତେ ବା ମୃତ୍ୟୁର୍ବୈ ପ୍ରାଣିନାଂ ଧ୍ରୁବଃ ।"

- ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭାଗବତ, ୧୦/୧/୨୬

ଯେତେବେଳେ ଦିନେ ନିଶ୍ଚୟ ମୃତ୍ୟୁ ହେବ, ସେତେବେଳେ ସେହି ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ଏତେ ଅଧୀର ହେଉଛ କାହିଁକି ?

"ଜାତସ୍ୟ ହି ଧ୍ରୁବୋର୍ମୃତ୍ୟୁର୍ଧ୍ରୁବଂ ଜନ୍ମ ମୃତସ୍ୟ ଚ,
ତସ୍ମାଦପରିହାର୍ଯ୍ୟେଽର୍ଥେ ନ ତ୍ୱଂ ଶୋଚିତୁମର୍ହସି ।"

- ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭଗବଦ୍ ଗୀତା, ୨/୨୭

ପୂଜନୀୟ ପରମହଂସ ଦେବଙ୍କର ପ୍ରାଣସ୍ପର୍ଶୀ ବାକ୍ୟ ମଧ ମନେ ପଡ଼ିଲା

"ନାସୌ ତବ ନ ତସ୍ୟ ତ୍ୱଂ ବୃଥା କା ପରିବେଦନା ।"

ମୃତ୍ୟୁଭୀତି ଆପେ ଆପେ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ଅନ୍ତରରୁ ଅନ୍ତର୍ହିତ, ହେଲା; କିନ୍ତୁ ନିଶ୍ଚେଷ୍ଟ ହୋଇ ଏହି ଭାବରେ ବସିରହିବା ନିତାନ୍ତ କାପୁରୁଷତାର ପରିଚାୟକ । ବୃକ୍ଷୋପରି ଅଧିରୋହଣ କଲେ ହିଂସ୍ରପ୍ରାଣୀଙ୍କ କରାଳକବଳରୁ ହୁଏତ ରକ୍ଷା ପାଇପାରେ; କିନ୍ତୁ ବୃକ୍ଷରେ ଆରୋହଣ କରିବାର ଉପାୟ କଅଣ ? ମୁଁ ଯେ ବୃକ୍ଷ ଅଧିରୋହଣ ପାଇଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅକ୍ଷମ । ପଲ୍ଲୀଗ୍ରାମରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ ମଧ ଯଥା ସମୟରେ ମୁଁ ସେ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା କରି ନ ଥିଲି; ତଥାପି ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ଲାଗିଲି ।

ନିକଟରେ ଏକ ପ୍ରକାଣ୍ଡ ପାର୍ବତ୍ୟ ବୃକ୍ଷର ଶାଖା ପ୍ରାୟ ଭୂମିସଂଲଗ୍ନ ହୋଇ ଝୁଲୁଥିଲା । ସାମାନ୍ୟ ଚେଷ୍ଟାରେ ଶାଖା ଉପରେ ଉଠି କମ୍ପିତ କଳେ-ବରରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଶାଖା ଧରି ତାର ଉତ୍ପତ୍ତିସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିଲି । ଅଦୃଷ୍ଟପୂର୍ବ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଗହ୍ୱର ! ଯେଉଁଠାରେ ଶାଖାଟି ଶେଷ ହୋଇଅଛି, ଠିକ୍ ତାହାର

ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଗଣ୍ଡି ଭିତରେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାଣ୍ଡ ଗର୍ତ୍ତ । ବିଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଦେଖିଲି, ଗହ୍ୱରଭିତର ମୃତ୍ତିକା ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ; କେବଳ ଜଣେ ମାତ୍ର ମନୁଷ୍ୟ ଅକ୍ଲେଶରେ ବସିପାରେ, ଏତିକି ସ୍ଥାନ ଅଛି । ମୁଁ ସାହସରେ ନିର୍ଭର କରି ଧୀରେ ଧୀରେ କୋରଡ଼କୁ ଓହ୍ଲାଇଲି । କୌଣସି ଭୟର କାରଣ ନାହିଁ ଦେଖି ନିମ୍ନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହେଲି ଏବଂ ଛତାଟି ଫିଟାଇ ଗହ୍ୱରର ମୁଖ ସମାଚ୍ଛାଦନ କଲି । କଥଞ୍ଚିତ୍ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ହୋଇ ଅପାର-କରୁଣା-ନିଳୟ ଜଗତ୍ପିତା ଜଗଦୀଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଲି ଏବଂ ନୟନ ମୁଦ୍ରିତ କରି ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବାକୁ ଲାଗିଲି । କେତେ ସମୟ କଟିଗଲା; କିନ୍ତୁ କାଳରାତ୍ରି ଯେପରି କି ଯିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁନାହିଁ । ବନ୍ୟ କୁକ୍କୁଟ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି ପକ୍ଷୀ ରାବ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ; ହୃଦୟ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହେଲା । ଏଥର ରକ୍ଷା ପାଇଗଲି ଭାବି ମନେମନେ ଭଗବାନଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କୃତଜ୍ଞତା ଜଣାଇବାକୁ ଲାଗିଲି । ସମସ୍ତ ରାତ୍ରି ଜାଗରଣ ଓ ମୃତ୍ୟୁଚିନ୍ତାରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ କ୍ଲିଷ୍ଟ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିଲି । ଏଥର ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ହେବାରୁ ଓ ଉଷାକାଳର ମୃଦୁମନ୍ଦ ସୁଶୀତଳ ସମୀରଣ ଶରୀର ସ୍ପର୍ଶ କରିବାରୁ ନିଦ୍ରାର ଅତିଶୟ ଆବେଶ ହେଲା । ସେହି ଭାବରେ ବସି ବୃକ୍ଷଗାତ୍ରରେ ଆଉଜି ନିଦ୍ରିତ ହୋଇପଡ଼ିଲି ।

ନିଦ୍ରାଭଙ୍ଗ ହେବାରୁ ଦେଖିଲି, ବନଭୂମି ଆଲୋକମାଳାରେ ଉଦ୍ଭାସିତ ହୋଇଅଛି । ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ ହୋଇ ଛତାଟି ବନ୍ଦ କରି ଭୟରେ ମସ୍ତକ ଉତ୍ତୋଳନ କରି ଦେଖିଲି, ମୁଁ ଯେଉଁ ବୃକ୍ଷରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ, ତାହା ମୂଳରେ ଶୁଷ୍କପତ୍ରରେ ଅଗ୍ନି ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ କରି ଗୋଟିଏ ମନୁଷ୍ୟ ମୂର୍ତ୍ତି ଉପବିଷ୍ଟ । ରାତ୍ରି ଶେଷରେ ସହସା ଏହି ନିବିଡ଼ ଜଙ୍ଗଲକୁ ମନୁଷ୍ୟ ଆସିଲେ କେଉଁଠାରୁ ? ସେ କ'ଣ ମୋପରି ବିପଦଗ୍ରସ୍ତ ! ଏତେକାଳ ବା କେଉଁଠାରେ ଥିଲେ ? ଏହିପରି ନାନାବିଧ ଚିନ୍ତା କରି କିଛି ହେଲେ ମୀମାଂସା କରିପାରିଲି ନାହିଁ । ଚିନ୍ତାନୁରୂପ ଭୂତପ୍ରେତଙ୍କର କଳ୍ପନା ମଧ୍ୟ ଥରେ ମନରେ ଉଦିତ ହେଲା । ଶେଷରେ ଦୁର୍ଗାନାମ ସ୍ମରଣପୂର୍ବକ ସାହସର ସହିତ କୋଟରରୁ ବହିର୍ଗତ ହେଲି ଏବଂ ପୂର୍ବର ବୃକ୍ଷଶାଖା ଧରି ଅବତରଣ କରି ମନୁଷ୍ୟମୂର୍ତ୍ତିର ସମ୍ମୁଖରେ ଯାଇ ଛିଡ଼ା ହେଲି । ସହସା ବୃକ୍ଷରୁ ମୋତେ ଅବତରଣ କରିବାର ଦେଖି ସେ ଭୀତଚକିତ କିମ୍ବା ବିସ୍ମିତ ହେଲେ

ନାହିଁ । ଏପରି କି ମୁଖ ଟେକି ମୋ ଆଡ଼କୁ ଦୃଷ୍ଟିପାତ ସୁଦ୍ଧା କଲେ ନାହିଁ । ଦେଖିଲି, ମସ୍ତକ ଅବନତ କରି ନିଜେ ଗଞ୍ଜାଇ ଦଳୁଅଛନ୍ତି । କୌପୀନ ଭିନ୍ନ ସଙ୍ଗରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ବସ୍ତୁ ନାହିଁ । ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଏକ ବୃହତ୍ ଚିମୁଟା ଏବଂ ଗୋଟିଏ ଦୀର୍ଘ ଚିଲମ ନଳି ପଡ଼ିରହିଅଛି । ଏତଦ୍‌ଦୃଷ୍ଟେ ତାଙ୍କୁ ଗୃହତ୍ୟାଗୀ ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ବୋଲି ଅନୁମାନ କଲି ; କିନ୍ତୁ ଏହି ପାର୍ବତ୍ୟ ବନଭୂମିରେ ଯେ ସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ଆଶ୍ରମ ଅଛି, ତାହା ତ ଦିନେ ହେଲେ କାହା ନିକଟରୁ ଶୁଣିନାହିଁ । ଯାହାହେଉ କୌଣସି କଥା ସାହସ କରି ପ୍ରଶ୍ନ କରିପାରିଲି ନାହିଁ, ନିକଟରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହେଲି । ଗଞ୍ଜାଇଦଳା ଶେଷ ହେବାରୁ କଳିକାରେ ସଜାଇ ଅଗ୍ନି ଉତ୍ତୋଳନ ପୂର୍ବକ ବିଧିମତେ ଦମ୍ ଲଗାଇଲେ ଏବଂ ମୋତେ ଚିଲମ ଦେବାକୁ ହାତ ବଢ଼ାଇଲେ । ଯଦିଓ ମୋର ଗଞ୍ଜାଇ ଖାଇବା ଅଭ୍ୟାସ ନ ଥିଲା, ତଥାପି ଭୟରେ ଚିଲମ ଗ୍ରହଣକରି ଥରେ ଦୁଇ ଥର ଟାଣି ପ୍ରତ୍ୟର୍ପଣ କଲି । ସେ ପୁଣି ଦମେ ଗଞ୍ଜାଇ ଟାଣି ଅଗ୍ନି ଫିଙ୍ଗିଦେଲେ । ଭୂମିରୁ ଚିମୁଟା ଉତ୍ତୋଳନ କରି ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହେଲେ ଏବଂ ହସ୍ତସଙ୍କେତରେ ମୋତେ ତାଙ୍କର ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ଆଦେଶ ଦେଇ ଚାଲିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ । ମନ୍ତ୍ରମୁଗ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତି ପରି ମୁଁ ତାଙ୍କ ପଛେ ପଛେ ଚାଲିଲି । ଯାଉ ଯାଉ ଭାବିଲି, ''କେଉଁଠାକୁ ଯାଉଛି ? ଏ ବ୍ୟକ୍ତି ବା କିଏ ? ଏହାଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କଅଣ ? ମୋତେ କିଛି ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ ନାହିଁ, ମୋର ପରିଚୟ ନେଲେ ନାହିଁ; ଅଥଚ ସଙ୍ଗରେ ଯିବାପାଇଁ ଆଦେଶ କଲେ; ଏହାର କାରଣ କ'ଣ ? ବଙ୍କିମ ବାବୁଙ୍କ 'କପାଳକୁଣ୍ଡଳୀ'ର କାପାଳିକର କଥା ମୋର ଥରେ ମନେପଡ଼ିଗଲା ! ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଛାତିଟା ଦମ୍‌ଦମ୍ ହୋଇ ଉଠିଲା ପଡ଼ିଲା; ତଥାପି କାଳ-ବାରିଣୀ କାଳ-ବରଣୀ କାଳୀଙ୍କ ଚରଣ ଭରସା କରି ତାଙ୍କ ସଙ୍ଗରେ ଯିବାକୁ ଲାଗିଲି । ସେ ଗୁଳ୍ମ-ଲତା-କଣ୍ଟକାଦି ଉପେକ୍ଷା କରି ଦାନବ ପରି ଗମନ କରୁଅଛନ୍ତି । ଗଞ୍ଜାଇ-ନିଶାରେ ମୁଁ ଚକ୍ଷୁରେ ସୋରିଷ ଫୁଲ ଦେଖୁଅଛି; ଲାଜକୁଳି ଲତାର କଣ୍ଟାରେ ମୋର ପାଦ କ୍ଷତବିକ୍ଷତ ହୋଇ ରୁଧିରଧାରା ନିର୍ଗତ ହେଉଅଛି; ତଥାପି ଯଥାସାଧ୍ୟ କଷ୍ଟସ୍ୱୀକାର କରି ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ପଶ୍ଚାତ୍‌ଗମନରେ ତ୍ରୁଟି ହେଉ-ନାହିଁ । କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ, ସେତେବେଳେ ରାତ୍ରି ପ୍ରଭାତ ହୋଇଯାଇଅଛି ।

କିଛି ସମୟ ଏହିପରି ସେହି ନିବିଡ଼ ବନଭୂମି ଅତିକ୍ରମ କରି ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ପାହାଡ଼ ନିକଟକୁ ଆସିଲୁ । ଏହି ସ୍ଥାନଟି ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ; ଗୋଟିଏ ଦିଗରେ ପାହାଡ଼ର ଉନ୍ନତ ଶିର ବୀର ପରି ମସ୍ତକ ଉତ୍ତୋଳନ କରି ଛିଡ଼ାହୋଇଛି; ଅନ୍ୟ ତିନି ଦିଗରେ ଦୁର୍ଭେଦ୍ୟ ନୀଳିମ ବନ-ଭୂମି; ମଧ୍ୟଭାଗରେ ଅଳ୍ପ ସ୍ଥାନ ପରିଷ୍କାର ଓ ବୃକ୍ଷାଦିଶୂନ୍ୟ । ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଝରଣା ପାହାଡ଼ର ପାର୍ଶ୍ୱରେ ସବେଗରେ ସୁମଧୁର ଧ୍ୱନିରେ ବହି-ଯାଉଅଛି । ଏହି ସ୍ଥାନକୁ ଆସି ସେ ମୋ ଆଡ଼କୁ ଫେରି ଚାହିଁ ଛିଡ଼ା-ହେଲେ । ଏଥର ତାଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ମୂର୍ତ୍ତି ନୟନଗୋଚର ହେଲା । କି ବିରାଟ ମୂର୍ତ୍ତି, ତପ୍ତକାଞ୍ଚନସଦୃଶ ବର୍ଣ୍ଣ, ପ୍ରଶସ୍ତ ଲଲାଟ, ବିଶାଳ ବକ୍ଷସ୍ଥଳ, ଆଜାନୁଲମ୍ବିତ ମାଂସଳ ବାହୁଦ୍ୱୟ, ରକ୍ତାଭ ଅଧରୋଷ୍ଠ, ଭ୍ରମରକୃଷ୍ଣ, ଦୀର୍ଘ କୁଞ୍ଚିତ କେଶଗୁଚ୍ଛ, ଆକର୍ଣ୍ଣବିସ୍ତୃତ ନୟନଯୁଗଳ, ସର୍ବ ଶରୀର ସରଳତା ବୋଳା, ବ୍ରହ୍ମତେଜ ଶରୀରରୁ ଫୁଟି ବାହାରୁଅଛି । ସେହି ଅଦୃଷ୍ଟପୂର୍ବ ଓ ଅପୂର୍ବ ମୂର୍ତ୍ତି ଦେଖି ମୁଁ ସ୍ତମ୍ଭୀଭୂତ, ବିସ୍ମିତ ଓ ରୋମାଞ୍ଚିତ ହୋଇପଡ଼ିଲି । ଏ ଜୀବନରେ ଅନେକ ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ଦେଖିଅଛି; କିନ୍ତୁ ଏପରି ମନୋରମ ମୂର୍ତ୍ତି ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଣେ ହେଲେ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇନାହିଁ । କିପରି ଏକ ଅଭୂତପୂର୍ବ ଆନନ୍ଦରେ ହୃଦୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଗଲା ; ପ୍ରାଣାଧାରରେ ଭକ୍ତିର ଉତ୍ସ ଉତ୍ସରିତ ହେଲା । କି ଏକ ଅପୂର୍ବ ଭାବରେ ବିଭୋର ହୋଇଗଲି । ମୋର ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଦେହ ମୋର ଆପଣା ମନକୁ ତାଙ୍କ ଚରଣରେ ଲୋଟିପଡ଼ିଲା ।

ସେ ସସ୍ନେହରେ ମୋର ହାତ ଧରି ଉଠାଇ ଧୀରଗମ୍ଭୀର ମଧୁର ବାକ୍ୟରେ କହିଲେ, "ବାବା ! ସହସା ରାତ୍ରି ଶେଷରେ ମୋତେ ବୃକ୍ଷତଳେ ଦେଖି ଏବଂ ତୁମର ପରିଚୟାଦି କିଛି ଜିଜ୍ଞାସା ନ କରି ସଙ୍ଗରେ ଆସିବାକୁ ଆଦେଶ କରିଅଛି; ଏଥିରେ ତୁମେ ଟିକିଏ ଭୀତ ଓ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ ହୋଇଅଛ । କିନ୍ତୁ ଏଥି ପୂର୍ବରୁ ତୁମେ କିଏ, କି ଅଭିପ୍ରାୟରେ ବୁଲୁଅଛ, ଆଜି ବୃକ୍ଷକୋଟରରେ ବା କାହିଁକି ଅବସ୍ଥାନ କରିଥିଲ, ତାହା ମୁଁ ଅବଗତ ହୋଇଥିଲି; ସେଥିପାଇଁ ତୁମକୁ କୌଣସି ବିଷୟ ପ୍ରଶ୍ନ କରିନାହିଁ । ନିଶୀଥ ସମୟରେ ତୁମ ବିଷୟ ଅବଗତ ହୋଇ କେବଳ ତୁମକୁ ଏଠାକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ସେହି ବୃକ୍ଷତଳରେ ବସି ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରିଥିଲି ।"

ମୁଁ ଅବାକ୍ ! ଏ ମୋ ବିଷୟ କିପରି ପୂର୍ବରୁ ଅବଗତ ହେଲେ ? ସେ ଜଣେ ସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷ ବୋଲି ମୋର ଧାରଣା ଜନ୍ମିଲା । ଗତ ରାତ୍ରର ଦାରୁଣ କଷ୍ଟ ବିସ୍ମୃତ ହୋଇ ଜୀବନକୁ ସାର୍ଥକ ମନେ କଲି । ମୁଁ ତାଙ୍କଠାରେ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କ ଶରଣାଗତ ହେଲି ।

ସେ ମିଷ୍ଟବାକ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ମୋତେ ଆଶ୍ୱସ୍ତ କରି ମୋର ପୂର୍ବଜନ୍ମ ଓ ଇହଜନ୍ମର ଅନେକ ଗୁହ୍ୟ ରହସ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କଲେ ଏବଂ ଯୋଗଶିକ୍ଷା ଓ ସାଧନକୌଶଳ ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଲେ । ମୁଁ ବିସ୍ମିତ ଓ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇ ବିନୀତଭାବରେ କୃତଜ୍ଞତା ଜ୍ଞାପନ କଲି । ଗତରାତ୍ରିର ବିପଦ ଯେ ସମ୍ପଦର କାରଣ, ତାହା ବୁଝିପାରି ସର୍ବମଙ୍ଗଳମୟ ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଅଶେଷ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଲି । ଏତେ ଦିନ ପରେ ମନୋରଥ ସିଦ୍ଧ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ବୁଝିପାରି ହୃଦୟ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଓ ଆନନ୍ଦରେ ଉଦ୍‌ଭାସିତ ହୋଇଗଲା ।

ପରେ ସେହି ସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷ ପାହାଡ଼ର ସନ୍ନିହିତ ହୋଇ ପାହାଡ଼ ଗାତ୍ରରୁ ଖଣ୍ଡେ ବୃହଦାୟତନ ପ୍ରସ୍ତର କୌଶଳକ୍ରମେ ଅପସାରଣ କଲେ । ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଦୃଶ୍ୟ ! ପ୍ରକାଣ୍ଡ ଗହ୍ୱର ! ମୁଁ ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହୋଇ ଦେଖିଲି, ଗହ୍ୱରଟି ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଗୃହ ପରି ପ୍ରଶସ୍ତ ଓ ପରିଷ୍କୃତ । ସେ ମୋତେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ହସ୍ତଲିଖିତ ଯୋଗ ଓ ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର ପାଠ କରିବାକୁ ଦେଲେ । ମୁଁ ନିଜକୁ ଧନ୍ୟ ମନେକରି ସିଦ୍ଧମହାପୁରୁଷଙ୍କ ସହିତ ତଦୀୟ ଆଶ୍ରମରେ ସୁଖସ୍ୱାଚ୍ଛନ୍ଦ୍ୟରେ କାଳାତିପାତ କରିବାକୁ ଲାଗିଲି ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ସେ ମୋତେ ଅପତ୍ୟ-ନିର୍ବିଶେଷରେ ସ୍ନେହର ସହିତ ଯୋଗ ଓ ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ରର ଗୂଢ଼, କୂଟ ସ୍ଥାନର ବିଶଦ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରି ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ଲାଗିଲେ ଏବଂ ମୌଖିକ ଉପଦେଶ ପ୍ରଦାନକରି ସାଧନର ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ କୌଶଳ ଦେଖାଇଦେଲେ । ମୁଁ ସେଠାରେ ତିନିମାସରୁ କିଞ୍ଚିତ୍ ଅଧିକ କାଳ ଅବସ୍ଥାନ କରି ସିଦ୍ଧମନୋରଥ ହୋଇ କୃତଜ୍ଞ ଓ ଭକ୍ତିଗଦ୍‌ଗଦ୍ ଚିତ୍ତରେ ତଦୀୟ ଚରଣ ବନ୍ଦନା କରି ବିଦାୟ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲି । ସେ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଚିତ୍ତରେ ମୋତେ ପୂର୍ବର ପାର୍ବତ୍ୟ ବସ୍ତିରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦେଲେ ।

ପୂର୍ବପରିଚିତ ଆଶ୍ରୟଦାତାଗଣ ସହସା ମୁଁ ଫେରି ଆସିବା ଦେଖି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ ଓ ଆନନ୍ଦିତ ହେଲେ । ମୋ ଯିବା ପରେ ସେମାନେ ତିନି ଚାରି ଦିନ ପାର୍ବତ୍ୟ ବନଭୂମିରେ ମୋର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିଥିଲେ; କିନ୍ତୁ କୌଣସି ସନ୍ଧାନ ନ ପାଇବାରୁ ମୁଁ ହିଂସ୍ରଜନ୍ତୁ-କବଳିତ ହୋଇଅଛି ବୋଲି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କରି ବିଶେଷ କ୍ଷୁଣ୍ଣ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିଲେ ଓ ମନୋବେଦନା ପାଇଥିଲେ । ମୁଁ ସେମାନଙ୍କୁ ସମସ୍ତ ବୃତ୍ତାନ୍ତ ଅବଗତ କରାଇଲି ଏବଂ ଦିନେ ଦୁଇଦିନ ଲେଖାଏଁ ସେମାନଙ୍କ ଘରେ ବାସ କରୁକରୁ ବ୍ରହ୍ମକୁଣ୍ଡରେ ଆସି ଉପନୀତ ହେଲି । ପରେ ସେଠାରୁ ତୀର୍ଥଯାତ୍ରୀଗଣଙ୍କ ସମଭିବ୍ୟାହାରରେ ବଙ୍ଗଦେଶକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଗମନ କଲି ।

ସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ପନ୍ଥାରେ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରି ମୁଁ ଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ସାଧନାର ସୁଫଳ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିଶେଷ ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍‌ଧି କରିଅଛି; ତେଣୁ ଆଜି ଦେଶବାସୀ ସାଧନପନ୍ଥାନୁସନ୍ଧିତ୍ସୁ ଭ୍ରାତୃବୃନ୍ଦଙ୍କ ଉପକାରାର୍ଥେ କେତେ-ଗୋଟି ସଦ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳପ୍ରଦ, ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ ସାଧନା ପଦ୍ଧତି ସନ୍ନିବେଶିତ କରି ଏହି ପୁସ୍ତକ ପ୍ରକାଶ କଲି । ସାଧନପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହୋଇ ସାଧକମାନଙ୍କୁ ଯହିଁରେ ବିଡ଼ମ୍ବନା ଭୋଗ କରିବାକୁ ନ ହେବ, ମୋର ତାହା ହିଁ ଏକାନ୍ତ ଇଚ୍ଛା । ବର୍ତ୍ତମାନ ମୁଁ କେତେଦୂର କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଅଛି, ତାହା ପାଠକମାନଙ୍କର ବିବେଚ୍ୟ । ଯଦି କାହାର କୌଣସି ବିଷୟ ବୁଝିବାରେ କଷ୍ଟ ହୁଏ କିମ୍ବା ସନ୍ଦେହ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ, ତେବେ ମୋତେ ପତ୍ର ଲେଖିଲେ, ଅଥବା ମୋ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ, ସବିଶେଷଭାବରେ ବୁଝାଇ-ଦେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବି । କିନ୍ତୁ ମୋର ଠିକଣା ଠିକ୍ ନାହିଁ । କାର୍ଯ୍ୟାଧ୍ୟକ୍ଷ; ସାରସ୍ୱତ ମଠ, ପୋ: ଅ: କୋକିଳାମୁଖ, ଯୋରହାଟ, ଆସାମ- ଏହି ଠିକଣାରେ ଜବାବୀ କାର୍ଡ ଦେଲେ, ମୋର ଅବସ୍ଥିତି ବିଷୟ ଜାଣିପାରିବେ । ★ ।

★ *ପରମ ପୂଜ୍ୟପାଦ ଗ୍ରନ୍ଥକାର ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ଥୂଳ ଜଗତରେ ନାହାନ୍ତି । ବିଗତ ୧୩୪୨ ସାଲ ମାର୍ଗଶୀର ମାସ (୧୯୩୫ ମସିହା ନଭେମ୍ବର ମାସ ୨୯ ତାରିଖ)ରେ ସେ ମହାସମାଧି ଗ୍ରହଣ କରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛନ୍ତି ।*

ଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠତ୍ୱ

ଯୋଗ ହେଉଛି, ସର୍ବସାଧନାର ମୂଳ ଓ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ସାଧନା। ଶାସ୍ତ୍ରରେ କଥିତ ଅଛି ଯେ, ବେଦବ୍ୟାସଙ୍କ ପୁତ୍ର ଶୁକଦେବ ପୂର୍ବଜନ୍ମରେ କୌଣସି ବୃକ୍ଷୋପରି ଶାଖାନ୍ତରାଳରେ ରହି ଶିବମୁଖନିର୍ଗତ ଯୋଗୋପଦେଶ ଶ୍ରବଣପୂର୍ବକ ପକ୍ଷୀଯୋନିରୁ ଉଦ୍ଧାର ଲାଭ କରି ପରଜନ୍ମରେ ପରମଯୋଗୀ ହୋଇଥିଲେ । କେବଳ ଯୋଗ ଶ୍ରବଣରେ ଯେତେବେଳେ ଏପରି ଫଳ, ସେତେବେଳେ ଯୋଗସାଧନ କଲେ, ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦଲାଭ ଓ ସର୍ବସିଦ୍ଧିଲାଭ ହେବ, ଏଥିରେ ଆଉ ସନ୍ଦେହ କଅଣ ? ଯୋଗ ବିଷୟରେ ଶାସ୍ତ୍ର ଉକ୍ତି ହେଉଛି ଯେ, ଅବିଦ୍ୟାବିମୋହିତ ଆତ୍ମା 'ଜୀବ'ସଂଜ୍ଞାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ 'ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ଆଧିଦୈବିକ ଓ ଆଧିଭୌତିକ'- ଏହି ତାପତ୍ରୟର ଅଧୀନ ହୋଇଅଛି । ଏହି **ତାପତ୍ରୟରୁ ମୁକ୍ତିଲାଭର ଉପାୟ 'ଯୋଗ'** । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରକୃତିର ମାୟାକୌଶଳ ଜ୍ଞାତ ହେବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗୀ, ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରକୃତି ମାୟାଜାଲ ବିସ୍ତାର କରିପାରେ ନାହିଁ; ବରଂ ଲଜ୍ଜାବନତମୁଖୀ ହୋଇ ପଳାୟନ କରେ । ସରଳ କଥାରେ, ସେହି ଯୋଗୀ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ପ୍ରକୃତି ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ପ୍ରକୃତି ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଆଉ ପୁରୁଷ ପଦବାଚ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ କେବଳ ଆତ୍ମା ନାମରେ ସତ୍‌ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥିତ ରହନ୍ତି । ଏହିପରି ସତ୍‌ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥାନ କରାଯାଇଥିବାରୁ ଯୋଗ 'ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସାଧନା' ବୋଲି ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି ।

ଯୋଗ ହିଁ ଧର୍ମଜଗତରେ ଏକମାତ୍ର ପଥ । ତନ୍ତ୍ରର ମନ୍ତ୍ର, ମୁସଲମାନ୍-ମାନଙ୍କର ଆଲ୍ଲା ଓ ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନମାନଙ୍କର ଖ୍ରୀଷ୍ଟ ପୃଥକ୍ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଯେତେ-ବେଳେ ସେମାନେ ସେହି ଚିନ୍ତାରେ ଆତ୍ମହରା ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କରନ୍ତି ନାହିଁ କି ? ତେବେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦେଶର କୌଣସି ଧର୍ମଶାସ୍ତ୍ରର ଆର୍ଯ୍ୟ-ଯୋଗଧର୍ମ ପରି ପରିଣତି ବା ପରିପୁଷ୍ଟି ହୋଇ ନାହିଁ । ମୋଟ ଉପରେ, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜାତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯାହାହେଉ, ଭାରତୀୟ ତନ୍ତ୍ରମନ୍ତ୍ର, ପୂଜାପଦ୍ଧତି ପ୍ରଭୃତି ସମସ୍ତ ହିଁ ଯୋଗମୂଳକ ।

ଯୋଗଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ଜନ୍ମିଲେ, ଜ୍ଞାନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ ଏବଂ ସେହି ଜ୍ଞାନରୁ ମାନବାତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସେହି ମୁକ୍ତିଦାତା ପରମଜ୍ଞାନ ଯୋଗ ବ୍ୟତୀତ ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ ଦ୍ୱାରା ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଭଗବାନ ଶଙ୍କର ଦେବ କହିଛନ୍ତି-

''ଅନେକଶତସଂଖ୍ୟାଭିସ୍ତର୍କବ୍ୟାକରଣାଦିଭିଃ ।
ପତିତା ଶାସ୍ତ୍ରଜାଲେଷୁ ପ୍ରଜ୍ଞୟା ତେ ବିମୋହିତାଃ ॥''

- ଯୋଗବୀଜ, ୮

ଶତ ଶତ ତର୍କଶାସ୍ତ୍ର ଓ ବ୍ୟାକରଣାଦି ଅନୁଶୀଳନ ପୂର୍ବକ ମାନବଗଣ ଶାସ୍ତ୍ରଜାଲରେ ପତିତ ହୋଇ କେବଳ ବିମୋହିତ ହୋଇଥା'ନ୍ତି । ବାସ୍ତବିକ୍ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ, ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ବ୍ୟତୀତ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ ।

''ମଥିତ୍ୱା ଚତୁରୋ ବେଦାନ୍ ସର୍ବଶାସ୍ତ୍ରାଣି ଚୈବ ହି ।
ସାରସ୍ତୁ ଯୋଗିଭିଃ ପୀତସ୍ତକ୍ରଂ ପିବନ୍ତି ପଣ୍ଡିତାଃ ॥''

- ଜ୍ଞାନସଙ୍କଳିନୀ ତନ୍ତ୍ର, ୫୧

ବେଦଚତୁଷ୍ଟୟ ଓ ସମସ୍ତ ଶାସ୍ତ୍ର ମନ୍ଥନ କରି ତାହାର ନବନୀତ ସ୍ୱରୂପ ସାରଭାଗ ଯୋଗୀମାନେ ପାନ କରିଅଛନ୍ତି ଏବଂ ତାହାର ଅସାର ଭାଗ ଯେ ତକ୍ର (ଘୋଳଦହି) ପଣ୍ଡିତଗଣ ତାହାହିଁ ପାନ କରୁଅଛନ୍ତି । ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ତାହା ମିଥ୍ୟା ପ୍ରଳାପ ମାତ୍ର; ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ନୁହେଁ । ବହିର୍ମୁଖୀ ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କୁ ବାହ୍ୟ ବିଷୟରୁ ନିବୃତ୍ତ କରି ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରି ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ପରମାତ୍ମାଙ୍କଠାରେ ସଂଯୋଜନା କରିବାର ନାମ **'ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ'** ।

ଏକଦା ଭରଦ୍ୱାଜ ଋଷି ପିତାମହ ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ କରିଥିଲେ, ''କିଂ ଜ୍ଞାନମିତି ?'' ବ୍ରହ୍ମା ଉତ୍ତର କରିଥିଲେ, *''ଏକାଦଶେନ୍ଦ୍ରିୟନିଗ୍ରହେଣ ସଦ୍‌ଗୁରୂପାସନୟା ଶ୍ରବଣ-ମନନ-ନିଦି ଧ୍ୟାସନୈର୍ଦୃଗ୍‌ଦୃଶ୍ୟପ୍ରକାରଂ ସର୍ବଂ ନିରସ୍ୟ ସର୍ବାନ୍ତରସ୍ଥଂ ଘଟପଟାଦିବିକାରପଦାର୍ଥେଷୁ ଚୈତନ୍ୟଂ*

ବିନା ନ କିଞ୍ଚିଦସ୍ତୀତି ସାକ୍ଷାତ୍କାରାନୁଭବୋ ଜ୍ଞାନମ୍ ।'' ଅର୍ଥାତ୍ ଚକ୍ଷୁ-କର୍ଣ୍ଣ-ଜିହ୍ୱା-ନାସିକା-ତ୍ୱକ୍ ପଞ୍ଚଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ ହସ୍ତ-ପଦ-ମୁଖ-ପାୟୁ-ଉପସ୍ଥ ପଞ୍ଚକର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ ଏବଂ ମନ-ଏହି ଏକାଦଶ ଇନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ନିଗ୍ରହପୂର୍ବକ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଉପାସନା ଦ୍ୱାରା ଶ୍ରବଣ-ମନନ-ନିଦିଧ୍ୟାସନ ସହକାରେ ଘଟ-ପଟ-ମଠାଦି ଯାବତୀୟ ବିକାରମୟ ଦୃଶ୍ୟ ପଦାର୍ଥର ନାମ-ରୂପ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ତତ୍ ତତ୍ ବସ୍ତୁର ବାହ୍ୟାନ୍ତରସ୍ଥିତ ଏକମାତ୍ର ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଚୈତନ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କଛି ମାତ୍ର ସତ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ନାହିଁ । ଏବଂବିଧ ଅନୁଭବାତ୍ମକ ଯେଉଁ ବ୍ରହ୍ମ ସାକ୍ଷାତ୍କାର, ତାହାର ନାମ **ଜ୍ଞାନ** । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ନ ହେଲେ, କେବେହେଲେ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ ନାହଁ । ସାଧାରଣଙ୍କର ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ, ତାହା ଭ୍ରମଜ୍ଞାନ । କାରଣ ଜୀବ ମାତ୍ରେ ମାୟାପାଶରେ ବଦ୍ଧ; ମାୟାପାଶ ଛିନ୍ନ କରି ନ ପାରିଲେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ମାୟାପାଶ ଛିନ୍ନ କରି ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନାଲୋକ ଦର୍ଶନ କରିବାର ଉପାୟ **'ଯୋଗ'** । ଯୋଗସାଧନର ଅନୁଷ୍ଠାନ ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ରୂପେ ହେଲେ ମୋକ୍ଷଲାଭର ହେତୁଭୂତ ଯେଉଁ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ, ତାହା ଉଦୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗବିହୀନ ସଂସାରିକ ଜ୍ଞାନ ଅଜ୍ଞାନ ମାତ୍ର; ତଦ୍ୱାରା କେବଳ ସୁଖଦୁଃଖ ବୋଧ ହୋଇଥାଏ, ମୁକ୍ତି-ପଥରେ ଯିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ ମିଳେ ନାହିଁ । ପରମଯୋଗୀ ମହାଦେବ ନିଜ ମୁଖରେ କହିଅଛନ୍ତି-

''ଯୋଗହୀନଂ କଥଂ ଜ୍ଞାନଂ ମୋକ୍ଷଦଂ ଭବତୀଶ୍ୱରି ?''

- ଯୋଗବୀଜ, ୧୮

ହେ ପରମେଶ୍ୱରି ! ଯୋଗବିହୀନ ଜ୍ଞାନ କିପରି ବା ମୋକ୍ଷଦାୟକ ହୋଇପାରିବ ? ସଦାଶିବ ଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ଦର୍ଶାଇ ପାର୍ବତୀଙ୍କ ନିକଟରେ କହିଛନ୍ତି -

''ଜ୍ଞାନନିଷ୍ଠୋ ବିରକ୍ତୋଽପି ଧର୍ମଜ୍ଞୋଽପି ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟଃ ।
ବିନା ଯୋଗେନ ଦେବୋଽପି ନ ମୁକ୍ତିଂ ଲଭତେ ପ୍ରିୟେ ! ॥''

- ଯୋଗବୀଜ, ୩୧

ହେ ପ୍ରିୟେ ! ଜ୍ଞାନବାନ୍, ସଂସାରବିରକ୍ତ, ଧର୍ମଜ୍ଞ, ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟ କିମ୍ବା କୌଣସି ଦେବତା ମଧ୍ୟ ଯୋଗ ବ୍ୟତୀତ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଯୋଗଯୁକ୍ତ-ଜ୍ଞାନ ବ୍ୟତୀତ କେବଳ ସାଧାରଣ ଶୁଷ୍କଜ୍ଞାନରେ ବ୍ରହ୍ମପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗରୂପ ଅଗ୍ନି ଅଶେଷ ପାପପଞ୍ଜର ଦଗ୍ଧ କରେ ଏବଂ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମେ । ସେହି ଜ୍ଞାନରୁ ଲୋକେ ନିର୍ବାଣ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ସମାଧି ଅଭ୍ୟାସର ପରିପାକ ଅବସ୍ଥା ହେଲେ ଯାଇ ଅନ୍ତଃକରଣର ଅସମ୍ଭବାଦି ଦୋଷର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ । ତାହାହେଲେ ଯାଇ ସେହି ବିଶୁଦ୍ଧାନ୍ତଃକରଣରେ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ଲାଭ ହୁଏ ଓ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ଲାଭ ହେଲେ ଅଜ୍ଞାନ ବିନଷ୍ଟ ହୁଏ । ସୁତରାଂ ସ୍ୱତଃ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ । ଯୋଗସିଦ୍ଧି ଭିନ୍ନ କେବେହେଲେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରଳାପ ମାତ୍ର ।

"ଯାବନ୍ନୈବ ପ୍ରବିଶତି ଚରନ୍ ମାରୁତୋ ମଧ୍ୟମାର୍ଗେ
ଯାବଦ୍‌ବିନ୍ଦୁର୍ନ ଭବତି ଦୃଢ଼ଃ ପ୍ରାଣବାତପ୍ରବନ୍ଧାତ୍ ।
ଯାବଦ୍ ଧ୍ୟାନଂ ସହଜସଦୃଶଂ ଜାୟତେ ନୈବ ତତ୍ତ୍ୱମ୍
ତାବଦ୍ ଜ୍ଞାନଂ ବଦତି ତଦୀଦଂ ଦମ୍ଭମିଥ୍ୟାପ୍ରଳାପଃ ॥"

- ଗୋରକ୍ଷସଂହିତା, ୪ର୍ଥ ଅଂଶ

ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାଣବାୟୁ ସୁଷୁମ୍ନାବିବର ମଧ୍ୟରେ ବିଚରଣ କରି ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରେ ପ୍ରବେଶ ନ କରେ, ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୀର୍ଯ୍ୟ ଦୃଢ଼ ହୋଇ ନଥାଏ ଏବଂ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିତ୍ତର ସ୍ୱାଭାବିକ ଧ୍ୟେୟାକାର ବୃତ୍ତିପ୍ରବାହ ଉପସ୍ଥିତ ନ ହୁଏ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ, ତାହା ମିଥ୍ୟା ପ୍ରଳାପ ମାତ୍ର; ତାହା ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ନୁହେଁ । ପ୍ରାଣ, ଚିତ୍ତ ଓ ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ନ ପାରିଲେ, ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନର ଉଦୟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଚିତ୍ତ ସତତ ଚଞ୍ଚଳ; ତାହା ସ୍ଥିର ହେବ କିପରି ? ଶାସ୍ତ୍ରରେ ହିଁ ଏହାର ଉତ୍ତର ଅଛି । ଯଥା:-

"ଯୋଗାତ୍ ସଂଜାୟତେ ଜ୍ଞାନଂ ଯୋଗୋ ମୟ୍ୟେକଚିତ୍ତତା ।"

- ଆଦିତ୍ୟପୁରାଣ

ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଏବଂ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ଜନ୍ମେ । ସୁତରାଂ **ଚିତ୍ତକୁ ସ୍ଥିର କରିବାର ଉପାୟ 'ପ୍ରାଣସଂରୋଧ'**। କୁମ୍ଭକ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣବାୟୁ ସ୍ଥିରୀକୃତ ହେଲେ, ଚିତ୍ତ ଆପେ ଆପେ ସ୍ଥିରତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର ହେଲେ ହିଁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଥିର ହୁଏ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଥିର ହେଲେ ଯାଇ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନୋଦୟ ହୁଏ । କୁମ୍ଭକ-କାଳରେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ ମଧ୍ୟରେ ବିଚରଣ କରୁକରୁ ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରସ୍ଥ ମହାକାଶରେ ଆସି ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ, ତାହା ସ୍ଥିରତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ପ୍ରାଣବାୟୁ ସ୍ଥିର ହେଲେ ଯାଇ ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର ହୁଏ ; କାରଣ -

"ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଣାଂ ମନୋନାଥୋ ମନୋନାଥସ୍ତୁ ମାରୁତଃ ।"

- ହଠଯୋଗ-ପ୍ରଦୀପିକା, ୨୯

ମନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣର କର୍ତ୍ତା ଓ ମନ ପ୍ରାଣବାୟୁର ଅଧୀନ । ସୁତରାଂ ପ୍ରାଣବାୟୁ ସ୍ଥିର ହେଲେ ହିଁ ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର ହେବ । ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିରତା ପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ ଜ୍ଞାନଚକ୍ଷୁ ଉନ୍ମୀଳିତ ହୋଇ ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତ୍କାର ବା ବ୍ରହ୍ମସାକ୍ଷାତ୍କାର ଲାଭ ହୁଏ । ସୁତରାଂ ଯୋଗର ପ୍ରୟୋଜନୀୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରି ସମସ୍ତଙ୍କର ତଦଭ୍ୟାସରେ ନିୟୁକ୍ତ ହେବା ଉଚିତ । ଯୋଗ ବ୍ୟତୀତ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଲାଭ ବା ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଏହି କାରଣରୁ ପୂର୍ବରୁ କହିଅଛି ଯେ, 'ଯୋଗ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ସାଧନା' । ଏହି ଯୋଗରେ ସମସ୍ତେ ସବୁ ସମୟରେ, ସକଳ ଅବସ୍ଥାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । ସାଧକମାନେ ଯୋଗବଳରେ ଅଦ୍ଭୁତ କ୍ଷମତା ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । କର୍ମ, ଉପାସନା, ମନସଂଯମ ଅଥବା ଜ୍ଞାନ- ଏହି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପଛରେ ରଖି ସମାଧିପଦ ମଧ୍ୟ ଲାଭ କରିପାରିନ୍ତି । ମତ, ଅନୁଷ୍ଠାନ, କର୍ମ, ଶାସ୍ତ୍ର ଓ ମନ୍ଦିରରେ ଉପାସନା ପ୍ରଭୃତି ତାହାର ଗୌଣ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ମାତ୍ର । ସମସ୍ତ କ୍ରିୟା କର୍ମ ଭିତରେ ରହି ମଧ୍ୟ ସାଧକ ଏହି ଯୋଗସାଧନା ଦ୍ୱାରା କୈବଲ୍ୟପଦ ଲାଭ କରିପାରେ । ଅନ୍ୟ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀଗଣ ମଧ୍ୟ ଆର୍ଯ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନ କରି ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । ଯୋଗବଳରେ ଅତ୍ୟାଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଅମାନୁଷିକ କ୍ଷମତା

ଲାଭ ହୁଏ । ଯୋଗସିଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଣିମାଦି ଅଷ୍ଟୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ଲାଭ କରି ସ୍ୱେଚ୍ଛାବିହାର କରିପାରନ୍ତି । ତାଙ୍କର ବାକ୍‌ସିଦ୍ଧି ହୁଏ; ଦୂରଦର୍ଶନ, ଦୂରଶ୍ରବଣ, ବୀର୍ଯ୍ୟସ୍ତମ୍ଭନ, କାୟବ୍ୟୂହ-ଧାରଣ ଓ ପର-ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର କ୍ଷମତା ଜନ୍ମେ । ବିନ୍ଦୁ ତ୍ର ଲେପନ ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣାଦି ଧାତ୍ୱନ୍ତର ହୁଏ ଏବଂ ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଧାନ ହେବା କ୍ଷମତା ଜନ୍ମେ । ଯୋଗପ୍ରଭାବରେ ଏହି ସବୁ ଶକ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ ଏବଂ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମିତ୍ୱ ଓ ଅବିରୋଧରେ ଶୂନ୍ୟପଥରେ ଗମନାଗମନ କ୍ଷମତା ଜନ୍ମେ । କିନ୍ତୁ ସାବଧାନ ! ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତିଲାଭ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯୋଗସାଧନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । କାରଣ ସେଥିରେ ସମାଜରେ ପାଞ୍ଚଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାହାବା ମିଳିପାରେ: କିନ୍ତୁ ଯେ ଯେପରି ଥିବ, ସେ ସେହିପରି ରହିଯିବ । ବ୍ରହ୍ମୋଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯୋଗସାଧନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ବିଭୂତି ଆପଣା ମନକୁ ବିକଶିତ ହେବ । ଯୋଗାଭ୍ୟାସରେ ଆସକ୍ତିଶୂନ୍ୟ ହେବାକୁ ଯାଇ ପୁଣି ଯେପରି ଆସକ୍ତିଅଗ୍ନିରେ ଦଗ୍ଧ ନ ହୁଅ କିମ୍ବା କର୍ମବନ୍ଧନ ଛିନ୍ନ କରିବାକୁ ଯାଇ କଣ୍ଟକପିଞ୍ଜରରେ ଆବଦ୍ଧ ହେବାକୁ ନ ପଡ଼େ ।

ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା, ସିଦ୍ଧିଲାଭରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ବିଘ୍ନ ଅଛି, ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ଦେହ ହେଉଛି, ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଗୁରୁତର । ମୁଁ ଏତେ ଖଟୁଛି, ଏଥିରେ ଫଳ ହେବ କି ନାହିଁ - ଏହି ସନ୍ଦେହ ହିଁ ସିଦ୍ଧିପଥରେ କଣ୍ଟକ । କିନ୍ତୁ ଯୋଗରେ ସେ ଆଶଙ୍କା ନାହିଁ, ଯେତିକି ଅଭ୍ୟାସ କରିବ; ତାର ଫଳ ପାଇବ । କାହାର ଯୋଗସାଧନରେ ପ୍ରବଳ ଇଚ୍ଛା ସତ୍ତ୍ୱେ ସାଂସାରିକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ବଶତଃ ତାହା ଯଦି ଘଟି ନ ପାରେ ଏବଂ ଯଦି ସେହି ଇଚ୍ଛା ନେଇ ସେ ମରିପାରେ, ତାହାହେଲେ ପରଜନ୍ମରେ ଜନ୍ମସ୍ଥାନ ଦି ରୂପ ଏପରି ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଉପାୟ ସେ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ, ଯଦ୍ୱାରା ଯୋଗାବଲମ୍ବନର ସୁବିଧା ମିଳିବ ଓ ମୁକ୍ତିର ପଥ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେବ । ଯଦି କେହି ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନ କରି ସିଦ୍ଧିଲାଭ ପୂର୍ବରୁ ଦେହତ୍ୟାଗ କରେ, ତେବେ ଏ ଜନ୍ମରେ ସେ ଯେତେ ଦୂର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିଅଛି, ପରଜନ୍ମରେ ତାର ସେହି ସ୍ଥାନ ଆପେ ଫୁଟିଉଠିବ ଓ ସେହି ସ୍ଥାନରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ । ଏହିପରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ **'ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟ'** କହନ୍ତି । ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟର ମୃତ୍ୟୁର ପର-ଅବସ୍ଥା କଥା ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ 'ଗୀତା'ରେ ଅର୍ଜ୍ଜୁନଙ୍କୁ କହିଅଛନ୍ତି,

"ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟ ଲୋକ ପୁଣ୍ୟକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ବହୁ ଦିବସ ଅବସ୍ଥାନ କରି ସଦାଚାରସମ୍ପନ୍ନ ଧନୀ ଗୃହରେ ଅଥବା ବ୍ରହ୍ମବୁଦ୍ଧିସମ୍ପନ୍ନ ଉଚ୍ଚବଂଶରେ ଜନ୍ମଲାଭ କରେ । ସେହି କାରଣରୁ ପୌର୍ବଦୈହିକ ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ମୁକ୍ତିଲାଭ ବିଷୟରେ ଅଧିକତର ଯତ୍ନ କରିଥାଏ । ★ ।ଏବଂ-ବିଧ ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ଅବଗତ ହୋଇ ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନ କରିବାକୁ ଯତ୍ନ କରିବା ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଦେଖାଯାଉ-

ଯୋଗ କଅଣ ?

"ସର୍ବଚିନ୍ତାପରିତ୍ୟାଗୋ ନିଶ୍ଚିନ୍ତୋ ଯୋଗ ଉଚ୍ୟତେ ।"

- ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ।

ଯେଉଁ କାଳରେ ମନୁଷ୍ୟ ସର୍ବଚିନ୍ତା ପରିତ୍ୟାଗ କରେ, ସେହି କାଳରେ ତାହାର ସେହି ମନର ଲୟାବସ୍ଥା **ଯୋଗ** ନାମରେ ଉକ୍ତ ହୁଏ । ଆହୁରିମଧ-

'ଯୋଗଶ୍ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧଃ ।' (ପାତଞ୍ଜଳ, ସମାଧିପାଦ, ୨)

ଚିତ୍ତର ବୃତ୍ତିସକଳକୁ ରୁଦ୍ଧ ବା ନିରୋଧ କରିବାର ନାମ 'ଯୋଗ'। ବାସନା-କାମନା-ବିଜଡ଼ିତ ଚିତ୍ତକୁ **ବୃତ୍ତି** କହନ୍ତି । ଏହି ବୃତ୍ତି -ପ୍ରବାହ ସ୍ୱପ୍ନ, ଜାଗ୍ରତ ଓ ସୁଷୁପ୍ତି- ଏହି ତ୍ରିବିଧ ଅବସ୍ଥାରେ ହିଁ ମାନବ- ହୃଦୟରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି । ଚିତ୍ତ ସଦାସର୍ବଦା ତାର ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥା ପୁନଃ ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି; କିନ୍ତୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ସେମାନଙ୍କୁ ବାହାରକୁ ଆକର୍ଷଣ କରୁଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କୁ ଦମନ କରିବା ,ଏମାନଙ୍କର ବାହାରକୁ ଯିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ନିବାରଣ କରିବା ଓ ତାକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବୃତ୍ତ କରି ସେହି ଚିଦ୍‌ଘନ ପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟକୁ

★ *"ପ୍ରାପ୍ୟ ପୁଣ୍ୟକୃତାଂ ଲୋକାନୁଷିତ୍ୱା ଶାଶ୍ୱତୀଃ ସମାଃ*
ଶୁଚୀନାଂ ଶ୍ରୀମତାଂ ଗେହେ ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟୋଽଭିଜାୟତେ ।
ଅଥବା ଯୋଗିନାମେବ କୁଳେ ଭବତି ଧୀମତାମ୍,
ଏତଦ୍ଧି ଦୁର୍ଲ୍ଲଭତରଂ ଲୋକେ ଜନ୍ମ ଯଦୀଦୃଶମ୍ ।"

- ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭଗବଦ୍ ଗୀତା, ୬/୪୧-୪୨

ଯିବା ପଥରେ ନେଇ ଯିବାକୁ **'ଯୋଗ'** କହନ୍ତି । ଚିତ୍ତ ପରିଷ୍କାର ନ ହେଲେ ତାକୁ ନିରୋଧ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ; କାରଣ ମଳିନ ବସ୍ତ୍ରରେ ରଙ୍ଗ ଧରେ ନାହିଁ । ତାକୁ କୌଣସି ରଙ୍ଗରେ ରଞ୍ଜିତ କରିବାକୁ ହେଲେ ପୂର୍ବରୁ ତାହା ପରିଷ୍କାର କରିନେବାକୁ ପଡ଼େ । ଆମେ ଜଳାଶୟର ତଳଦେଶ ଦେଖିପାରୁ ନାହୁଁ । ତାହାର କାରଣ କଅଣ ? ଜଳାଶୟର ଜଳ ଅପରିଷ୍କାର ହେତୁ ଏବଂ ସର୍ବଦା ତରଙ୍ଗ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବାରୁ ତାହାର ତଳଦେଶରେ ଆମର ଦୃଷ୍ଟି ପଡ଼େ ନାହିଁ । ଯଦି ଜଳ ନିର୍ମଳ ଥାଏ ଏବଂ ସେଥିରେ ଟିକିଏ ହେଲେ ତରଙ୍ଗ ନ ଥାଏ, ତେବେ ଆମେ ତାର ତଳଦେଶ ଦେଖିପାରୁ । ଜଳାଶୟର ତଳଦେଶ ଆମର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ । ଜଳାଶୟ ହେଉଛି 'ଚିତ୍ତ,' ଆଉ ତାର ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ 'ବୃତ୍ତି' ସ୍ୱରୂପ । ଆମେ ଆମର ହୃଦୟସ୍ଥ ଚୈତନ୍ୟଘନ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଦେଖି ପାରୁ ନାହିଁ କାହିଁକି ? ଆମର ଚିତ୍ତ ହିଂସାଦି ପାପରେ ମଳିନ ଏବଂ ଆଶାଦି ବୃତ୍ତିରେ ତରଙ୍ଗାୟିତ; ଫଳରେ ଆମେ ହୃଦୟ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ନାହୁଁ । **ଯମନିୟମାଦି ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତମଳ ବିଦୂରିତ କରି ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ କରିବାର ନାମ 'ଯୋଗ'** । ଯମ-ନିୟମାଦି ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ହିଂସା-କାମ-ଲୋଭାଦି ପାପମଳ ବିଦୂରିତ ଓ କାମନା-ବାସନା - ବିଜଡ଼ିତ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ପ୍ରବାହକୁ ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ, ହୃଦୟସ୍ଥ ଚୈତନ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଦର୍ଶନ ଘଟିଲେ, ''ମୁଁ କିଏ ?'' ''ସେ କିଏ'' - ଏ ଭ୍ରମ ଦୂର ହୁଏ । ଜଗତ୍ କଅଣ, ପୁତ୍ରକଳତ୍ର କଅଣ, ସୁନାର ବନ୍ଧନ କଅଣ, ଲୁହାର ବନ୍ଧନ କଅଣ, ସେ ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମେ । ହୃଦୟ ଦୃଢ଼ଭକ୍ତି ଓ ଅହେତୁକ ପ୍ରେମ ସମ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ସେହି ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦରଙ୍କ ଚିଦ୍‌ଘନରୂପ ଆଉ ଭୁଲି ହୁଏ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମେ, ବିଶେଷ ଭାବେ ବୁଝିହୁଏ ଯେ, ଦାରାପୁତ୍ର-ଧନୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ, ଦେହ କିଛି ନୁହେଁ, ଘଟ-ପଟ, ପ୍ରେମ-ପ୍ରୀତି ଏସବୁ ମଧ୍ୟ, କିଛି ନୁହେଁ; ସେହି ଆଦିଅନ୍ତହୀନ ଚରାଚର ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ 'ବିଶ୍ୱରୂପ ହିଁ ସତ୍ୟ' । ସତ୍ୟସ୍ୱରୂପଙ୍କର ସତ୍ୟଜ୍ଞାନରେ ଅସତ୍ୟ ଦୂରକୁ ପଳାୟନ କରେ, ରାଧାଶ୍ୟାମଙ୍କର ମହାରାସର ମହାମଞ୍ଚରେ ଆନନ୍ଦରେ ମାତି ଏକ ହୋଇଯାଏ । ଚିତ୍ତର ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ

ନିମନ୍ତେ ଯୋଗର ପ୍ରୟୋଜନ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଅବସ୍ଥା ପାଇବାକୁ ହେଲେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହି ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ କରିବାର ନାମ **'ଯୋଗ'** । ବର୍ତ୍ତମାନ ଦେଖାଯାଉ କି ଭାବରେ ସେହି ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ କରାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପୂର୍ବରୁ ଶରୀରତତ୍ତ୍ୱ ବିଷୟରେ ସମ୍ୟକ୍ ଜ୍ଞାନ ହେବା ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଶରୀର-ତତ୍ତ୍ୱ

ଯୋଗ ଶିକ୍ଷା କରିବା ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ଶରୀରଟିର ବିଷୟ ପରିଜ୍ଞାତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଶରୀର ଓ ପ୍ରାଣ ଏହି ଦୁଇଟି ବିଷୟରେ ସମ୍ୟକ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ଅବଗତ ନ ହେଲେ, ଯୋଗସାଧନ ବିଡ଼ମ୍ବନା ମାତ୍ର: ଏଥିପାଇଁ ଯୋଗୀ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଅଥବା ତତ୍ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତାହା ଜ୍ଞାତ ହେବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । କାରଣ କାୟ ଓ ପ୍ରାଣର ପରସ୍ପର ସମ୍ବନ୍ଧ ଜ୍ଞାତ ନ ହେଲେ, ପ୍ରାଣକୁ ସଂଯତ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ, ଦେହକୁ ମଧ୍ୟ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରଖାଯାଇପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ କେଉଁ ନାଡ଼ୀରେ କିପରି ପ୍ରାଣ ସଞ୍ଚରଣ କରେ, କିପରି ପ୍ରାଣକୁ ଅପାନ ସହିତ ସଂଯୋଗ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ମଧ୍ୟ ଜଣାଯାଏ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଯୋଗସାଧନ ମଧ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି ଯେ -

''ନବଚକ୍ରଂ ଷୋଡ଼ଶାଧାରଂ ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟଂ ବ୍ୟୋମପଞ୍ଚକମ୍
ସ୍ୱଦେହେ ଯୋ ନ ଜାନନ୍ତି କଥଂ ସିଧ୍ୟନ୍ତି ଯୋଗିନଃ ।''

- ଉତ୍ପତ୍ତି-ତନ୍ତ୍ର

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱଦେହରେ ନବଚକ୍ର, ଷୋଡ଼ଶାଧାର, ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ପଞ୍ଚାକାଶ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ, ତାର ସିଦ୍ଧି ବା କିପରି ହେବ ? ଯେ କୌଣସି ସାଧନ ପାଇଁ ଯାହା ପ୍ରୟୋଜନ, ସମସ୍ତ ହିଁ ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ବିଦ୍ୟମାନ ।

''ତ୍ରୈଲୋକ୍ୟେ ଯାନି ଭୂତାନି ତାନି ସର୍ବାଣି ଦେହତଃ ।
ମେରୁଂ ସଂବେଷ୍ଟ୍ୟ ସର୍ବତ୍ର ବ୍ୟବହାରଃ ପ୍ରବର୍ତ୍ତତେ ।।''

- ଶିବସଂହିତା

"ଭୂଃ ଭୁବଃ ସ୍ୱଃ" - ଏହି ତ୍ରିଲୋକ ମଧ୍ୟରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଜୀବ ଅଛନ୍ତି, ସେ ସମସ୍ତ ହିଁ ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛନ୍ତି । ସେହି ସକଳ ପଦାର୍ଥ ମେରୁକୁ ବେଷ୍ଟନ କରି ନିଜ ନିଜ ବିଷୟ ସମ୍ପାଦନ କରୁଅଛନ୍ତି ।

"ଦେହେଽସ୍ମିନ୍ ବର୍ତ୍ତତେ ମେରୁଃ ସପ୍ତଦ୍ୱୀପସମନ୍ୱିତଃ ।
ସରିତଃ ସାଗରାଃ ଶୈଳାଃ କ୍ଷେତ୍ରାଣି କ୍ଷେତ୍ରପାଳକାଃ ॥

ଋଷୟୋ ମୁନୟଃ ସର୍ବେ ନକ୍ଷତ୍ରାଣି ଗ୍ରହାସ୍ତଥା ।
ପୁଣ୍ୟତୀର୍ଥାନି ପୀଠାନି ବର୍ତ୍ତନ୍ତେ ପୀଠଦେବତାଃ ॥

ସୃଷ୍ଟିସଂହାରକର୍ତ୍ତାରୌ ଭ୍ରମନ୍ତୌ ଶଶିଭାସ୍କରୌ ।
ନଭୋ ବାୟୁଶ୍ଚ ବହ୍ନିଶ୍ଚ ଜଳଂ ପୃଥ୍ୱୀ ତଥୈବ ଚ ॥"

- ଶିବ ସଂହିତା

ଜୀବ ଦେହରେ ସପ୍ତଦ୍ୱୀପ ସହିତ ସୁମେରୁ ପର୍ବତ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛି ଏବଂ ସମୁଦାୟ ନଦନଦୀ, ସମୁଦ୍ର, ପର୍ବତ, କ୍ଷେତ୍ର ଓ କ୍ଷେତ୍ରପାଳ ପ୍ରଭୃତି ମଧ୍ୟ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛନ୍ତି । ସମସ୍ତ ମୁନିଋଷିଗଣ, ଗ୍ରହନକ୍ଷତ୍ରମାନ, ପୁଣ୍ୟତୀର୍ଥ-ଗଣ, ପୁଣ୍ୟପୀଠ ଓ ପୀଠଦେବତାଗଣ ଏହି ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ନିତ୍ୟ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛନ୍ତି । ସୃଷ୍ଟି ସଂହାରକ ଚନ୍ଦ୍ର-ସୂର୍ଯ୍ୟ ଏହି ଦେହରେ ନିରନ୍ତର ଭ୍ରମଣ କରୁଅଛନ୍ତି । ପୁଣି ପୃଥିବୀ, ଜଳ, ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ ଓ ଆକାଶ ପ୍ରଭୃତି ପଞ୍ଚମହାଭୂତ ମଧ୍ୟ ଦେହରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି ।

"ଜାନାତି ଯଃ ସର୍ବମିଦଂ ସ ଯୋଗୀନାତ୍ର ସଂଶୟଃ ।" (ଶିବସଂହିତା)

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଦେହର ଏହି ସମସ୍ତ ବିଷୟ ଅବଗତ ହୋଇପାରେ, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ **'ଯଥାର୍ଥ ଯୋଗୀ'** । ତେଣୁ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ଦେହତତ୍ତ୍ୱଟି ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବଶରୀର ଶୁକ୍ର, ଶୋଣିତ, ମଜ୍ଜା, ମେଦ, ମାଂସ, ଅସ୍ଥି ଓ ତ୍ୱକ୍ ଏହି ସପ୍ତଧାତୁ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ । ମୃତ୍ତିକା ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି, ତେଜ ଓ ଆକାଶ ଏହି ପଞ୍ଚଭୂତରୁ ଶରୀରର ନିର୍ମାଣସମର୍ଥ ଏହି ସପ୍ତଧାତୁ ଓ କ୍ଷୁଧାତୃଷ୍ଣାଦି ଶରୀରର ଧର୍ମ ମଧ୍ୟ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ପଞ୍ଚଭୂତରୁ ଏହି ଶରୀର ଜାତ ବୋଲି ଏହାକୁ **'ଭୌତିକ ଦେହ'** କୁହାଯାଏ । ଭୌତିକ ଦେହ ନିର୍ଜ୍ଜୀବ ଓ ଜଡ଼-ସ୍ୱଭାବାପନ୍ନ; କିନ୍ତୁ ଏହା ଚୈତନ୍ୟରୂପୀ ପୁରୁଷଙ୍କର ଆବାସଭୂମି ହୋଇଥିବାରୁ ସଚେତନ ପରି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଏ । ଶରୀରାଭ୍ୟନ୍ତରରେ ପଞ୍ଚଭୂତର ପ୍ରତ୍ୟେକର ଅଧିଷ୍ଠାନ ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାନ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଛି । ଏହି ସ୍ଥାନଗୁଡ଼ିକୁ **'ଚକ୍ର'** କୁହାଯାଏ । ଏମାନେ ନିଜ ନିଜ ଚକ୍ରରେ ଅବସ୍ଥାନପୂର୍ବକ ଶାରୀରିକ ସମସ୍ତ କ୍ରିୟା ନିର୍ବାହ କରୁଛନ୍ତି । ଗୁହ୍ୟଦେଶରେ **ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର** ଟି 'ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱ'ର ସ୍ଥାନ, ଲିଙ୍ଗମୂଳରେ **ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର** ଟି ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ସ୍ଥାନ; ନାଭିମୂଳରେ **ମଣିପୁର ଚକ୍ରଟି** 'ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱ'ର ସ୍ଥାନ, ହୃଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ **ଅନାହତ ଚକ୍ର** ଟି ବାୟୁତତ୍ତ୍ୱ'ର ସ୍ଥାନ; କଣ୍ଠଦେଶରେ **ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ର** ଟି 'ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱ'ର ସ୍ଥାନ । ଯୋଗୀମାନେ ଏହି ପାଞ୍ଚଗୋଟି ଚକ୍ରରେ ପୃଥିବୀ ଆଦି କ୍ରମରେ ପଞ୍ଚମହାଭୂତଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଚିନ୍ତାଯୋଗ୍ୟ ଆହୁରି କେତେ ଗୋଟି ଚକ୍ର ମଧ୍ୟ ଅଛି । ଲଲାଟଦେଶରେ **ଆଜ୍ଞା ନାମକ ଚକ୍ର**ରେ ପଞ୍ଚତନ୍ମାତ୍ର ତତ୍ତ୍ୱ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟତତ୍ତ୍ୱ, ଚିତ୍ତ ଓ ମନର ସ୍ଥାନ । ତାହାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ **ଜ୍ଞାନ ନାମକ ଚକ୍ର**ରେ 'ଅହଂତତ୍ତ୍ୱ'ର ସ୍ଥାନ; ତାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରେ ଗୋଟିଏ **'ଶତଦଳ ଚକ୍ର'** ଅଛି; ତନ୍ମଧ୍ୟରେ 'ମହତତ୍ତ୍ୱର' ସ୍ଥାନ । ତାହାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ମହାଶୂନ୍ୟରେ **ସହସ୍ରଦଳ ଚକ୍ର**ରେ ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷ ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ସ୍ଥାନ । ଯୋଗୀମାନେ ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପରମାତ୍ମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ, ଏହି ଭୌତିକ ଦେହରେ ଚିନ୍ତା କରିଥାଆନ୍ତି ।

ନାଡ଼ୀ କଥା

''ସାର୍ଦ୍ଧଲକ୍ଷତ୍ରୟଂ ନାଡ଼୍ୟଃ ସନ୍ତି ଦେହାନ୍ତରେ ନୃଣାମ୍ ।
ପ୍ରଧାନଭୂତା ନାଡ଼୍ୟସ୍ତୁ ତାସୁ ମୁଖ୍ୟାଶ୍ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶଃ ।।''

- ଶିବସଂହିତା, ୨/୧୩

ଭୌତିକ ଦେହଟି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେବା ନିମନ୍ତେ ମୂଳାଧାରଠାରୁ ପ୍ରଧାନଭୂତା ସାଢ଼େ ତିନିଲକ୍ଷ ନାଡ଼ୀ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ''ଗଳିତ ଅଶ୍ୱତ୍‌ଥ ବା ପଦ୍ମପତ୍ରରେ ଯେପରି ଶିରାଜାଲ ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ'', ସେହିପରି ନାଡ଼ୀଗୁଡ଼ିକ ଅସ୍ଥିମୟଦେହ ଉପରେ ଓତଃପ୍ରୋତଭାବରେ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ରହି ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗର କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ସମ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛନ୍ତି । ଏହି ସାଢ଼େ ତିନିଲକ୍ଷ ନାଡ଼ୀ ମଧ୍ୟରେ ଚଉଦଗୋଟି ନାଡ଼ୀ ପ୍ରଧାନ ଯଥା -

''ସୁଷୁମ୍ନେଡ଼ା ପିଙ୍ଗଳା ଚ ଗାନ୍ଧାରୀ ହସ୍ତିଜିହ୍ୱିକା,
କୁହୂଃ ସରସ୍ୱତୀ ପୂଷା ଶଙ୍ଖିନୀ ଚ ପୟସ୍ୱିନୀ ।
ବାରୁଣ୍ୟଲମ୍ବୁଷା ଚୈବ ବିଶ୍ୱୋଦରୀ ଯଶସ୍ୱିନୀ,
ଏତାସୁ ତ୍ରିସ୍ରୋ ମୁଖ୍ୟାଃ ସ୍ୟୁଃ ପିଙ୍ଗଳେଡ଼ାସୁଷୁମ୍ନିକାଃ ।''

- ଶିବ ସଂହିତା, ୨/୧୪-୧୫

ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା, ସୁଷୁମ୍ନା, ଗାନ୍ଧାରୀ, ହସ୍ତିଜିହ୍ୱା, କୁହୂ, ସରସ୍ୱତୀ, ପୂଷା, ଶଙ୍ଖିନୀ, ପୟସ୍ୱିନୀ, ବାରୁଣୀ, ଅଳମ୍ବୁଷା, ବିଶ୍ୱୋଦରୀ ଓ ଯଶସ୍ୱିନୀ- ଏହି **ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ନାଡ଼ୀ,** ମଧ୍ୟରେ **ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା** ଓ **ସୁଷୁମ୍ନା** - ଏହି ତିନି ନାଡ଼ୀ ପ୍ରଧାନ । **ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ** ମୂଳାଧାରଠାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ନାଭିମଣ୍ଡଳରେ ଯେଉଁ ଡ଼ିମ୍ବାକୃତି ନାଡ଼ିଚକ୍ର ଅଛି, ତାହାର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳ ଦେଇ ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗମନ କରଅଛି । ସୁଷୁମ୍ନାର ବାମ ପାର୍ଶ୍ୱଠାରୁ, **ଇଡ଼ା** ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣପାର୍ଶ୍ୱରୁ **ପିଙ୍ଗଳା** ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ, ମଣିପୁର, ଅନାହତ ଓ ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ରକୁ ଧନୁ ଆକାରରେ ବେଷ୍ଟନ କରି ଇଡ଼ା ଦକ୍ଷିଣନାସାପୁଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏବଂ ପିଙ୍ଗଳା ବାମନାସାପୁଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗମନ କରିଅଛି । ମେରୁଦଣ୍ଡର

ରନ୍ଧ୍ରାଭ୍ୟନ୍ତର ଦେଇ **ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ** ଓ ମେରୁଦଣ୍ଡର ବହିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇ **ପିଙ୍ଗଳ** ଓ **ଇଡ଼ା** ନାଡ଼ୀଦ୍ୱୟ ଗମନ କରିଅଛନ୍ତି । ଇଡ଼ା ଚନ୍ଦ୍ରସ୍ୱରୂପା, ପିଙ୍ଗଳା ସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ୱରୂପା ଏବଂ ସୁଷୁମ୍ନା ଚନ୍ଦ୍ର, ସୂର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅଗ୍ନି ସ୍ୱରୂପା; ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ତମଃ, ଏହି ତ୍ରିଗୁଣଯୁକ୍ତା ଓ ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ଧୂସ୍ତର ପୁଷ୍ପ ସଦୃଶ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣା ।

ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରଧାନ ନାଡ଼ୀ ମଧ୍ୟରେ **କୁହୂନାଡ଼ୀ** ସୁଷୁମ୍ନାର ବାମ ଦିଗଠାରୁ ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ମେଢ୍ର ଦେଶ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗମନ କରିଅଛି । **ବାରୁଣୀ ନାଡ଼ୀ** ଦେହର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଏବଂ ଅଧଃ ପ୍ରଭୃତି ସର୍ବଗାତ୍ର ଆଚ୍ଛାଦନ କରିଅଛି । **ଯଶସ୍ୱିନୀ ନାଡ଼ୀ** ଦକ୍ଷିଣପାଦର ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠାଗ୍ରଭାଗ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ପୁଷା ନାଡ଼ୀ** ଦକ୍ଷିଣନେତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ପୟସ୍ୱିନୀ ନାଡ଼ୀ** ଦକ୍ଷିଣକର୍ଣ୍ଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ସରସ୍ୱତୀ ନାଡ଼ୀ** ଜିହ୍ୱାଗ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ଶଙ୍ଖିନୀ ନାଡ଼ୀ** ବାମକର୍ଣ୍ଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ଗାନ୍ଧାରୀ ନାଡ଼ୀ** ବାମନେତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ହସ୍ତିଜିହ୍ୱା ନାଡ଼ୀ** ବାମପଦାଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, **ଅଲମ୍ବୁଷା ନାଡ଼ୀ** ବଦନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏବଂ **ବିଶ୍ୱୋଦରୀ ନାଡ଼ୀ** ଉଦର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗମନ କରିଅଛି । ଏହିପରି ସମସ୍ତ ଶରୀରଟି ନାଡ଼ୀଦ୍ୱାରା ଆବୃତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ନାଡ଼ୀର ଉତ୍ପତ୍ତି ଓ ବିସ୍ତାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମନ ସ୍ଥିର କରି ଚିନ୍ତାକଲେ, ବୋଧ ହେବ, କନ୍ଦମୂଳଟି ଠିକ୍ ଯେପରି ପଦ୍ମବୀଜକୋଷର ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱସ୍ଥ କେଶର ପରି ନାଡ଼ୀସମୂହ ଦ୍ୱାରା ବେଷ୍ଟିତ; ସେହିପରି ବୀଜକୋଷଟିର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳରୁ ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା ଓ ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ ପରାଗକେଶର ସଦୃଶ ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସ୍ଥାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗମନ କରିଛନ୍ତି । କ୍ରମେ ଏହିସବୁ ନାଡ଼ୀରୁ ଶାଖାପ୍ରଶାଖାଗୁଡ଼ିକ ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ଶରୀରଟିକୁ ଆପାଦମସ୍ତକ ବସ୍ତ୍ରର ତାନୀ ଓ ଭରଣୀ ସୂତାପରି ବ୍ୟାପୀ ରହିଅଛି ।

ଯୋଗୀଗଣ ପ୍ରଧାନଭୂତା ଏହି ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ନାଡ଼ୀକୁ ପୁଣ୍ୟନଦୀ ବୋଲି କହିଥାଆନ୍ତି । କୁହୂ ନାମ୍ନୀ ନାଡ଼ୀକୁ ନର୍ମଦା, ଶଙ୍ଖିନୀ ନାଡ଼ୀକୁ ତାପ୍ତୀ, ଅଲମ୍ବୁଷା ନାଡ଼ୀକୁ ଗୋମତୀ, ଗାନ୍ଧାରୀ ନାଡ଼ୀକୁ କାବେରୀ, ପୂଷା ନାଡ଼ୀକୁ ତାମ୍ରପର୍ଣ୍ଣୀ ଏବଂ ହସ୍ତିଜିହ୍ୱା ନାଡ଼ୀକୁ ସିନ୍ଧୁନଦୀ କୁହାଯାଏ । ଇଡ଼ା ଗଙ୍ଗା ସ୍ୱରୂପା, ପିଙ୍ଗଳା ଯମୁନାସ୍ୱରୂପା ଏବଂ ସୁଷୁମ୍ନା ସରସ୍ୱତୀରୂପିଣୀ । ଏହି ତିନି ନଦୀ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର ଉପରେ ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ମିଳିତା ହୋଇ ଅଛନ୍ତି, ସେହି ସ୍ଥାନର ନାମ **ତ୍ରିକୂଟ**

ବା ତ୍ରିବେଣୀ । ପ୍ରୟାଗର ତ୍ରିବେଣୀରେ ଲୋକେ କଷ୍ଟୋପାର୍ଜ୍ଜିତ ଅର୍ଥ ବ୍ୟୟ କରି କିମ୍ବା ଶାରୀରିକ କ୍ଳେଶ ସ୍ୱୀକାର କରି ସ୍ନାନ କରିବାକୁ ଯାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହିସବୁ ନଦୀରେ ବାହ୍ୟସ୍ନାନ କଲେ, ଯଦି ମୁକ୍ତି ହେଉଥାନ୍ତା; ତେବେ ତୀର୍ଥଜଳରେ ଜଳଚର ଜୀବଜନ୍ତୁ ରହନ୍ତେ ନାହିଁ, ସମସ୍ତେ ଉଦ୍ଧାର ପାଇଯାଆନ୍ତେ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଉକ୍ତ ଅଛି ଯେ :

"ଅନ୍ତଃସ୍ନାନବିହୀନସ୍ୟ ବହିଃସ୍ନାନେନ କିଂ ଫଳମ୍ ?"

ଅନ୍ତଃସ୍ନାନବିହୀନ ବ୍ୟକ୍ତିର ବାହ୍ୟସ୍ନାନରେ କୌଣସି ଫଳ ନାହିଁ । ଗୁରୁକୃପାରୁ ଯେ ଆତ୍ମତୀର୍ଥ ଜ୍ଞାତ ହୋଇ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରୋର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଏହି ତୀର୍ଥରାଜ ତ୍ରିବେଣୀରେ ମାନସ-ସ୍ନାନ ବା ଯୌଗିକ-ସ୍ନାନ କରନ୍ତି, ସେ ନିଶ୍ଚୟ ମୁକ୍ତିପଦ ଲାଭ କରନ୍ତି-ଏହି ଶିବବାକ୍ୟରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା ଓ ସୁଷୁମ୍ନା ଏହି ତିନି ପ୍ରଧାନ ନାଡ଼ୀ ମଧ୍ୟରେ ସୁଷୁମ୍ନା ସର୍ବପ୍ରଧାନ । ଏହା ଗର୍ଭରେ **ବଜ୍ରାଣୀ** ନାମକ ନାଡ଼ୀ ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହି ନାଡ଼ୀଶିଶ୍ନଦେଶରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଶିରଃସ୍ଥାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ । ବଜ୍ରନାଡ଼ୀ ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଆଦ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଣବଯୁକ୍ତା ଅର୍ଥାତ୍ ଚନ୍ଦ୍ର, ସୂର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅଗ୍ନି ସ୍ୱରୂପ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ, ଶିବଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆଦି ଓ ଅନ୍ତରେ ପରିବୃତା ମାକଡ଼ସା ଜାଲ ପରି ଗୋଟିଏ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ **ଚିତ୍ରାଣୀନାମ୍ନୀ ନାଡ଼ୀ** ଅଛି । ଏହି ଚିତ୍ରାଣୀ ନାଡ଼ୀରେ ପଦ୍ମ ବା ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଗ୍ରଥିତ ରହିଅଛି । ଚିତ୍ରାଣୀ ନାଡ଼ୀ ମଧ୍ୟରେ ଆଉ ଏକ ବିଦ୍ୟୁତ୍‌ବର୍ଣ୍ଣା ନାଡ଼ୀ ଅଛି; ତାହାର ନାମ **ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀ** । ଏହା ମୂଳାଧାର ପଦ୍ମସ୍ଥିତ ମହାଦେବଙ୍କ ମୁଖବିବରଠାରୁ ଉତ୍ଥିତ ହୋଇ ଶିରଃସ୍ଥିତ ସହସ୍ରଦଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିସ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଅଛି । ଯଥା-

"ତନ୍ମଧ୍ୟେ ଚିତ୍ରାଣୀ ସା ପ୍ରଣବବିଲସିତା ଯୋଗିନାଂ ଯୋଗଗମ୍ୟା
ଲୂତାତନ୍ତୁପମେୟା ସକଳସରସିଜାମ୍ ମେରୁମଧ୍ୟାନ୍ତରସ୍ଥାନ୍ ।
ଭିତ୍ତ୍ୱା ଦେଦୀପ୍ୟତେ ତଦ୍ ଗ୍ରଥନରଚନୟା ଶୁଦ୍ଧବୁଦ୍ଧି ପ୍ରବୋଧା
ତସ୍ୟାନ୍ତର୍ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀ ହରମୁଖକୁହରାଦାଦିଦେବାନ୍ତ ସଂସ୍ଥା ॥"

- ପୂର୍ଣ୍ଣାନନ୍ଦ ପରମହଂସ କୃତ 'ଷଟ୍‌ଚକ୍ର'

ଏହି ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀଟି ଅହର୍ନିଶ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ପରିଚିନ୍ତନୀୟ; କାରଣ ଯୋଗସାଧନର ଚରମ ଫଳ ଏହି ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀଠାରୁ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀ ଭିତର ଦେଇ ଗମନ କରିପାରିଲେ, ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତ୍‌କାର ଲାଭ ହୁଏ ଏବଂ ଯୋଗର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ମୁକ୍ତିଲାଭ ଘଟିଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ କେଉଁ ନାଡ଼ୀରେ କିପରି ବାୟୁସଞ୍ଚରଣ କରେ, ତାହା ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ବାୟୁ କଥା

ଭୌତିକ ଦେହରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥାଏ, ସେ ସମସ୍ତହିଁ ବାୟୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ସମ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଚୈତନ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏହି ଜଡ଼ ଦେହରେ ବାୟୁହିଁ ଜୀବ ରୂପରେ ଦୈହିକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛି । ଦେହ କେବଳ ଯନ୍ତ୍ର ମାତ୍ର । ବାୟୁ ସେହି ଯନ୍ତ୍ରଚାଳନା କରିବାର ଉପକରଣ, ସୁତରାଂ ବାୟୁକୁ ବଶ କରିବା ଉପାୟର ନାମ **'ଯୋଗସାଧନ'** । ବାୟୁ ବଶ ହେଲେ ମନ ମଧ୍ୟ ବଶ ହୁଏ । ମନ ସ୍ୱବଶରେ ଆସିଲେ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜୟ ହୋଇଥାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜୟ ହେଲାମାତ୍ରେ ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ଆଉ ବାକୀ ରହେ ନାହିଁ । ବାୟୁ ଜୟ କରି ଯେପରି ଚୈତନ୍ୟସ୍ୱରୂପ ପୁରୁଷଙ୍କ ସହିତ ସାକ୍ଷାତ୍ ଲାଭ ହେବ, ସେଥିପାଇଁ ଯୋଗୀଗଣ ଯୋଗସାଧନ କରିଥାନ୍ତି । ସୁତରାଂ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ବାୟୁ ବିଷୟ ଜ୍ଞାତ ହେବା ଅତୀବ ପ୍ରୟୋଜନ ।

ମାନବଦେହର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ **'ଅନାହତ'** ନାମକ ଗୋଟିଏ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ପଦ୍ମ ଅଛି । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ତ୍ରିକୋଣାକାର ପୀଠରେ **ବାୟୁବୀଜ (ଯଂ)** ନିହିତ ଅଛି । ସେହି ବାୟୁବୀଜ ବା ବାୟୁଯନ୍ତ୍ର **'ପ୍ରାଣ'** ନାମରେ ଅଭିହିତ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାଣବାୟୁ ଶରୀରର ନାନା ସ୍ଥାନରେ ଅବସ୍ଥିତ ହୋଇ ଦୈହିକ କାର୍ଯ୍ୟଭେଦରେ ଦଶ ନାମ ଧାରଣ କରିଅଛି ।

"ପ୍ରାଣୋଽପାନଃ ସମାନଶ୍ଚୋଦାନବ୍ୟାନୌ ଚ ବାୟବଃ ।
ନାଗ କୂର୍ମୋଽଥ କୃକରୋ ଦେବଦତ୍ତୋ ଧନଞ୍ଜୟଃ ।"

- ଗୋରକ୍ଷ ସଂହିତା, ୨୯

ପ୍ରାଣ, ଅପାନ, ସମାନ, ଉଦାନ, ବ୍ୟାନ, ନାଗ, କୂର୍ମ, କୃକର, ଦେବଦତ୍ତ ଓ ଧନଞ୍ଜୟ - ଏହି **ଦଶ ନାମରେ ପ୍ରାଣବାୟୁ** ଅଭିହିତ ହୋଇ-ଅଛି । ଏହି ଦଶବାୟୁ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାଣାଦି ପଞ୍ଚବାୟୁ ଅନ୍ତଃସ୍ଥ ଏବଂ ନାଗାଦି ପଞ୍ଚବାୟୁ ବହିଃସ୍ଥ । ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ତସ୍ଥ ପଞ୍ଚପ୍ରାଣର ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ସ୍ଥାନ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଛି । ଯଥା -

"ହୃଦିପ୍ରାଣୋ ବସେନ୍ନିତ୍ୟମପାନୋ ଗୁହ୍ୟମଣ୍ଡଳେ;
ସମାନୋ ନାଭିଦେଶେ ତୁ ଉଦାନଃ କଣ୍ଠମଧ୍ୟଗଃ,
ବ୍ୟାନୋ ବ୍ୟାପୀ ଶରୀରେ ତୁ ପ୍ରଧାନାଃ ପଞ୍ଚବାୟବଃ ।।"

- ଗୋରକ୍ଷ ସଂହିତା, ୩୦

ପ୍ରଧାନ ପଞ୍ଚବାୟୁ ମଧ୍ୟରେ - ହୃଦ୍ଦେଶରେ **ପ୍ରାଣବାୟୁ**, ଗୁହ୍ୟଦେଶରେ **ଅପାନ ବାୟୁ**, ନାଭିମଣ୍ଡଳରେ **ସମାନ ବାୟୁ**, କଣ୍ଠଦେଶରେ **ଉଦାନବାୟୁ**, ସର୍ବଶରୀରବ୍ୟାପୀ **ବ୍ୟାନ ବାୟୁ** ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛି ।

ବିଭିନ୍ନ ନାମ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଏକ ପ୍ରାଣବାୟୁ ହିଁ ମୂଳ ଓ ପ୍ରଧାନ ।

"ପ୍ରାଣସ୍ୟ ବୃତ୍ତିଭେଦେନ ନାମାନି ବିବିଧାନି ଚ ।"

- ଶିବସଂହିତା

ପ୍ରାଣବାୟୁର ବୃତ୍ତିଭେଦରେ ବିବିଧ ନାମ ସଂକଳିତ ହୋଇଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି -

ଦଶବାୟୁର ଗୁଣ

ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ, ପ୍ରାଣାଦି ଅନ୍ତଃସ୍ଥ ପଞ୍ଚବାୟୁ ଓ ନାଗାଦି ବହିଃସ୍ଥ ପଞ୍ଚବାୟୁ ଯଥାସ୍ଥାନରେ ଅବସ୍ଥିତ ହୋଇ ଶାରୀରିକ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛନ୍ତି; ଯଥା -

"ନିଃଶ୍ୱାସୋଚ୍ଛ୍ୱାସରୂପେଣ ପ୍ରାଣକର୍ମ ସମୀରିତମ୍ ।
ଅପାନବାୟୋଃ କର୍ମୈ ତଦ୍ୱିଣ୍ମୂତ୍ରାଦିବିସର୍ଜନମ୍ ।।

ହାନୋପାଦାନଚେଷ୍ଟାଦିର୍ବ୍ୟାନ କର୍ମେତି ଚେଷ୍ୟତେ ।
ଦାନକର୍ମ ତଚ୍ଚୋକ୍ତଂ ଦେହସ୍ୟୋନ୍ନୟନାଦି ଯତ୍ ॥
ପୋଷଣାଦି ସମାନସ୍ୟ ଶରୀରେ କର୍ମ କୀର୍ତ୍ତିତମ୍ ।
ଉଦ୍‌ଗାରାଦିର୍ଗୁଣୋ ଯସ୍ତୁ ନାଗକର୍ମ ସମୀରିତମ୍ ॥
ନିମୀଳନାଦି କୂର୍ମସ୍ୟ କ୍ଷୁତ୍ତୃଷ୍ଣେ କୃକରସ୍ୟ ଚ ।
ଦେବଦତ୍ତସ୍ୟ ବିପ୍ରେନ୍ଦ୍ର ତନ୍ଦ୍ରାକର୍ମେତି କୀର୍ତ୍ତିତମ୍ ॥
ଧନଞ୍ଜୟସ୍ୟ ଶୋଷାଦି ସର୍ବକର୍ମ ପ୍ରକୀର୍ତ୍ତିତମ୍ ॥"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍‌କ୍ୟ, ୪/୬୬ -୬୯

ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ହୃଦୟରେ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ, ଉଦରରେ ଭୁକ୍ତାନ୍ନପାନୀୟକୁ ପରିପାକ ଓ ପୃଥକ୍ କରିବା, ନାଭିସ୍ଥଳରେ ଅନ୍ନକୁ ପୁରୀଷ ରୂପରେ, ପାନୀୟକୁ ସ୍ୱେଦ ଓ ମୂତ୍ରରୂପରେ ଏବଂ ରସାଦିକୁ ବୀର୍ଯ୍ୟରୂପରେ ପରିଣତ କରିବା **ପ୍ରାଣ ବାୟୁର କାର୍ଯ୍ୟ** । ଉଦରରେ ଅନ୍ନାଦିକୁ ପରିପାକ କରିବା ପାଇଁ ଅଗ୍ନି ପ୍ରଜ୍ୱଳନ କରିବା, ଗୁହ୍ୟଦେଶରେ ମଳ ନିଃସାରଣ କରିବା, ଉପସ୍ଥରେ ମୂତ୍ର ନିଃସାରଣ କରିବା, ଅଣ୍ଡକୋଷରେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିଃସାରଣ କରିବା ଏବଂ ମେଢ୍ର, ଉରୁ, ଜାନୁ, କଟୀଦେଶ ଓ ଜଙ୍ଘଦ୍ୱୟର କାର୍ଯ୍ୟସମ୍ପନ୍ନ କରିବା **'ଅପାନ ବାୟୁ'ର କାର୍ଯ୍ୟ** । ପରିପକ୍ୱ ରସାଦିକୁ ବାସ୍ତରୀ ହଜାର ନାଡ଼ୀ ମଧ୍ୟରେ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ କରିବା, ଦେହର ପୁଷ୍ଟିସାଧନ କରିବା ଓ ସ୍ୱେଦ ନିର୍ଗତ କରିବା **'ସମାନ ବାୟୁ'ର କାର୍ଯ୍ୟ** । ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗର ସନ୍ଧିସ୍ଥାନ ଓ ଅଙ୍ଗର ଉନ୍ନୟନ କରିବା **'ଉଦାନ ବାୟୁ'ର କାର୍ଯ୍ୟ** । କର୍ଣ୍ଣ, ନେତ୍ର, ସ୍କନ୍ଧ, ଗୁଲ୍‌ଫ, ଗଳଦେଶ ଓ କଟୀର ଅଧୋଦେଶରେ କ୍ରିୟାସମ୍ପନ୍ନ କରିବା **'ବ୍ୟାନ ବାୟୁ'ର କାର୍ଯ୍ୟ** । ଉଦ୍‌ଗାରାଦି **ନାଗ ବାୟୁ**, ସଙ୍କୋଚନାଦି **କୂର୍ମ ବାୟୁ**, କ୍ଷୁଧାତୃଷ୍ଣାଦି **କୃକର ବାୟୁ**, ନିଦ୍ରାତନ୍ଦ୍ରାଦି ଦେବଦତ୍ତ ବାୟୁ ଓ ଶୋଷଣାଦି କାର୍ଯ୍ୟ **ଧନଞ୍ଜୟ ବାୟୁ** ସମ୍ପନ୍ନ କରିଥାଆନ୍ତି । ବାୟୁର ଏହି ସକଳ ଗୁଣ ଅବଗତ ହୋଇ ବାୟୁ ଜୟ କରିପାରିଲେ, ସ୍ୱେଚ୍ଛାନୁସାରେ ଶରୀର ଉପରେ ଆଧିପତ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରି ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ, ନିରୋଗ ଓ ପୁଷ୍ଟି-କାନ୍ତି-ବିଶିଷ୍ଟ କରାଯାଇପାରେ ।

ଶରୀରରେ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାୟୁ ବିଦ୍ୟମାନ ଥାଏ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେହ ଜୀବିତ ରହେ । ସେହି ବାୟୁ ଦେହରୁ ନିଷ୍କ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ପୁନଃ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ନ ହେଲେ ମୃତ୍ୟୁ ସଂଘଟିତ ହୁଏ । ପ୍ରାଣବାୟୁ ନାସାରନ୍ଧ୍ର ଦ୍ୱାରା ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇ ନାଭିଗ୍ରନ୍ଥି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗମନାଗମନ କରେ ଏବଂ ଯୋନିସ୍ଥାନଠାରୁ ନାଭିଗ୍ରନ୍ଥି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅପାନବାୟୁ ଅଧୋଭାଗରେ ଗମନାଗମନ କରେ । ଯେତେବେଳେ ନାସାରନ୍ଧ୍ର ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣବାୟୁ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇ ନାଭିମଣ୍ଡଳରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଭାଗ ସ୍ଫୀତ କରୁଥାଏ, ସେହି କାଳରେ ଅପାନ ବାୟୁ ଯୋନିଦେଶରୁ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇ ନାଭିମଣ୍ଡଳର ଅଧୋଭାଗ ସ୍ଫୀତ କରୁଥାଏ । ଏହିପରି ନାସାରନ୍ଧ୍ର ଓ ଯୋନି-ସ୍ଥାନ ଉଭୟ ଦିଗରୁ ପ୍ରାଣ ଓ ଅପାନ ଏହି ଦୁଇ ବାୟୁହିଁ **ପୂରକ କାଳରେ** ନାଭିଗ୍ରନ୍ଥିକୁ ଆକୃଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ **ରେଚକ କାଳରେ** ଦୁଇ ବାୟୁ ଦୁଇ ଦିଗକୁ ଗମନ କରନ୍ତି ଯଥା -

''ଅପାନଃ କର୍ଷତି ପ୍ରାଣଂ ପ୍ରାଣୋଽପାନଞ୍ଚ କର୍ଷତି ।
ରଜ୍ଜୁବଦ୍ଧୋ ଯଥା ଶ୍ୟେନୋ ଗତୋଽପ୍ୟାକୃଷ୍ୟତେ ପୁନଃ ॥
ତଥା ଚୈତୌ ବିସମ୍ବାଦେ ସମ୍ବାଦେ ସନ୍ତ୍ୟଜେଦିଦମ୍ ।''

- ଷଟ୍‌ଚକ୍ରଭେଦ ଟୀକା

ଅପାନବାୟୁ ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ କରେ ଏବଂ ପ୍ରାଣବାୟୁ ଅପାନ ବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ କରେ । ଯେପରି ଶ୍ୟେନପକ୍ଷୀ ରଜ୍ଜୁବଦ୍ଧ ଥିଲେ, ଉଡ୍ଡୀୟମାନ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ପୁନର୍ବାର ପ୍ରତ୍ୟାଗମନ କରେ , ପ୍ରାଣବାୟୁ ସେହିପରି ନାସାରନ୍ଧ୍ର ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଗତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଅପାନ ବାୟୁ କର୍ତ୍ତୃକ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇ ପୁନର୍ବାର ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରେ । ଏହି ଦୁଇ ବାୟୁର ବିସମ୍ବାଦରେ ଅର୍ଥାତ୍ ନାସା ଓ ଯୋନିସ୍ଥାନ ଅଭିମୁଖରେ ବିପରୀତ ଭାବରେ ଗମନ କରିବା ଯୋଗେ ଜୀବନ ରକ୍ଷା ହୁଏ । ପୁଣି ଯେତେବେଳେ ଉକ୍ତ ଦୁଇ ବାୟୁ ନାଭିଗ୍ରନ୍ଥି ଭେଦ ପୂର୍ବକ ଏକତ୍ର ମିଳିତ ହୋଇ ଗମନ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଦେହ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି । ପୃଥିବୀର ଭାଷାରେ ଜୀବର ମଧ୍ୟ ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ । ଗମନ କାଳର ଏହି ଭାବକୁ **ନାଭିଶ୍ୱାସ** କହନ୍ତି । ବାୟୁର ଏହି ସକଳ ତତ୍ତ୍ୱ ଅବଗତ ହୋଇ ଯୋଗାଭ୍ୟାସରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେବା ଉଚିତ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଶରୀରସ୍ଥ **'ହଂସାଚାର'** ବିଷୟ ଜ୍ଞାତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ହଂସ-ତତ୍ତ୍ୱ

ମାନବଦେହର ଅଭ୍ୟନ୍ତରର ହୃଦ୍ଦେଶରେ **ଅନାହତ** ନାମକ ପଦ୍ମରେ ତ୍ରିକୋଣାକାର ପୀଠରେ ବାୟୁବୀଜ 'ଯଂ' ର ଅବସ୍ଥାନ । ଏହି ବାୟୁମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ କାମକଳାରୂପ ତେଜୋମୟ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ପୀଠରେ କୋଟି ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସଦୃଶ ଭାସ୍ୱର ସୁବର୍ଣ୍ଣ ବର୍ଣ୍ଣ **ବାଣଲିଙ୍ଗ** ଶିବ ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ମସ୍ତକରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ତେଜୋମୟ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଗୋଟିଏ ମଣି ଅଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ନିର୍ବାତ-ଦୀପ-କଳିକା ସଦୃଶ ହଂସବୀଜ-ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ତେଜୋବିଶେଷ ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହାହିଁ **ଜୀବର ଜୀବାତ୍ମା** । ଅହଂଭାବ ଆଶ୍ରୟ କରି ଏହି ଜୀବାତ୍ମା ମାନବ-ଦେହରେ ରହିଅଛି । ଆମ୍ଭେମାନେ ମାୟାରେ ମୁହ୍ୟମାନ ଓ ଶୋକରେ କାତର ହେଉ ଏବଂ ସର୍ବପ୍ରକାର ସୁଖଦୁଃଖ ଇତ୍ୟାଦି ଫଳ ଭୋଗ କରିଥାଉଁ, ତାହା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ହୃଦୟସ୍ଥିତ ଏହି ଜୀବାତ୍ମା ଭୋଗ କରିଥାଏ । ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ ଏହି ଜୀବାତ୍ମା ଅହୋରାତ୍ର ସାଧନା ବା ଯୋଗ ଅଥବା ଈଶ୍ୱରଚିନ୍ତା କରୁଅଛି; ଯଥା -

"ସୋଽହଂ-ହଂସଃ-ପଦେନୈବ ଜୀବୋ ଜପତି ସର୍ବଦା ।"

ହଂସର ବିପରୀତ 'ସୋଽହଂ'' ଜୀବ ସର୍ବଦା ଜପ କରୁଅଛି । ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସରେ ହଂସ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୁଏ । ଶ୍ୱାସବାୟୁ ନିର୍ଗମନ ସମୟରେ ହଂ ଓ ଗ୍ରହଣ ସମୟରେ 'ସଃ' ଏହି ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୁଏ । 'ହଂ' ଶିବ ସ୍ୱରୂପ ଏବଂ ସଃ ଶକ୍ତିରୂପିଣୀ: ଯଥା -

"ହଂକାରୋ ନିର୍ଗମେ ପ୍ରୋକ୍ତଃ ସକାରସ୍ତୁ ପ୍ରବେଶନେ ।
ହଂକାରଃ ଶିବରୂପେଣ ସକାରଃ ଶକ୍ତିରୁଚ୍ୟତେ ।।"

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର, ୧୧/୭

ଶ୍ୱାସ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ପୁନରାୟ ଯଦି ଗ୍ରହଣ କରାଗଲା ନାହିଁ, ତେବେ ସେଥିରେ ହିଁ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇପାରେ । ଅତଏବ 'ହଂ' ଶିବସ୍ୱରୂପ ବା 'ମୃତ୍ୟୁ', 'ସଃ'କାର ଅର୍ଥ ଗ୍ରହଣ, ଏହା ହିଁ ଶକ୍ତିସ୍ୱରୂପ । ଅତଏବ ଏହି ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସରେ ଜୀବର ଜୀବତ୍ୱ; ଶ୍ୱାସରୋଧରେ ହିଁ ଜୀବର ମୃତ୍ୟୁ । ସୁତରାଂ **ହଂସ** ହେଉଛି **ଜୀବର ଜୀବାତ୍ମା** । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି ମଧ୍ୟରେ ଅଛି **"ହଂସ ଇତି ଜୀବାତ୍ମାନଂ"** ଅର୍ଥାତ୍ ହଂସ ଏହି ଜୀବାତ୍ମା ।

ଏହି ହଂସ ଶବ୍ଦକୁ ହିଁ **ଅଜପା ଗାୟତ୍ରୀ** କୁହାଯାଏ । ଯେତେଥର ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ହୁଏ, ସେତେ ଥର ପରମମନ୍ତ୍ର "ହଂସ" ଅଜପା ଜପ ହୁଏ । ଜୀବ ଅହୋରାତ୍ର ମଧ୍ୟରେ ୨୧,୬୦୦ ଥର ଅଜପା ଗାୟତ୍ରୀ ଜପ କରିଥାଏ । ଏହା ହିଁ ମାନବର ସ୍ୱାଭାବିକ ଜପ ଓ ସାଧନା । ଏହା ଜାଣିପାରିଲେ, ମାଳି, ଝୁଲି ଧରି ଆଉ ବାହ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନ ବା ଉପବାସାଦି କଠୋର କାୟକ୍ଳେଶ ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ଦୁଃଖର ବିଷୟ, ଏହାର ପ୍ରକୃତ ତତ୍ତ୍ୱ ଓ ସଙ୍କେତର ଉପଦେଶ ଅଭାବରୁ ଏପରି ସହଜ ଜପସାଧନା କେହି ବୁଝୁ ନାହାନ୍ତି । ଗୁରୁଙ୍କ ଉପଦେଶ ରେ ଏହି ହଂସଧ୍ୱନି ସାମାନ୍ୟ ଚେଷ୍ଟାରେ ସାଧକର କର୍ଣ୍ଣଗୋଚର ହୁଏ । ଏହି ହଂସର ବିପରୀତ 'ସୋଽହଂ' ସାଧକର ସାଧନା । ଜୀବାତ୍ମା ସର୍ବଦା ଏହି 'ସୋଽହଂ' (ଅର୍ଥାତ୍ 'ମୁଁ' ହେଉଛି ସେ, ଅଥବା 'ମୁଁ' ସେହି 'ପରମେଶ୍ୱର') ଶବ୍ଦ ନିୟତ ଜପ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଆମର ଅଜ୍ଞାନତମସାଚ୍ଛନ୍ନ ବିଷୟ-ବିମୂଢ଼ ମନ ତାହା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରେ ନାହିଁ । ସାଧକ ସାମାନ୍ୟ କୌଶଳରେ ଏହି ସ୍ୱତଃ ଉତ୍ଥିତ ଅଶ୍ରୁତପୂର୍ବ ଅଲୋକସାମାନ୍ୟ "ହଂସ" ଓ "ସୋଽହଂ" ଧ୍ୱନି ଶ୍ରବଣ କରି ଅପାର୍ଥିବ ପରମାନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରିପାରେ ।

ପ୍ରଣବ ତତ୍ତ୍ୱ

ଅନାହତ ପଦ୍ମର ପୂର୍ବୋକ୍ତ 'ହଂସ'ଧ୍ୱନିକୁ **ପ୍ରଣବ ଧ୍ୱନି** କୁହାଯାଏ । ଯଥା :-

''ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମେତି ତାଂ ପ୍ରାହ ସାକ୍ଷାଦ୍ଦେବଃ ସଦାଶିବଃ ।
ଅନାହତେଷୁ ଚକ୍ରେଷୁ ଓ ଶବ୍ଦଃ ପରିକୀର୍ତ୍ତ୍ୟତେ ।।''

- ପରାପରିମଲୋଲ୍ଲାସ

ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ । ସେ ହେଉଛନ୍ତି ସାକ୍ଷାତ୍ ଦେବତା ସଦାଶିବ । ସେହି ଶବ୍ଦ **ଅନାହତ ଚକ୍ର**ରେ ବିଦ୍ୟମାନ । ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ ହଂସ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୁଏ । ସେହି ହଂସହିଁ **'ପ୍ରଣବ'** ବା **'ଓଁ କାର'** । ଯଥା;

''ହକାରଞ୍ଚ ସକାରଞ୍ଚ ଲୋପୟିତ୍ୱା ତତଃ ପରମ୍ ।
ସନ୍ଧିଂ କୁର୍ଯ୍ୟାଉତଃ ପଶ୍ଚାତ୍ ପ୍ରଣବୋଽସୌ ମହାମନୁ ।।''

- ଯୋଗସ୍ୱରୋଦୟ

ଅର୍ଥାତ୍ ହଂସର ବିପରୀତ 'ସୋଽହଂ' ହୁଏ ; କିନ୍ତୁ 'ସ' ଏବଂ 'ହ' ଲୋପ ହେଲେ କେବଳ 'ଓଁ' ରହିଲା । ଏହା ହିଁ ହୃଦୟସ୍ଥ ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମରୂପୀ ଓଁ କାର । ସାଧକଗଣ ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମରୂପ ପ୍ରଣବଧ୍ୱନି (ଓଁକାର) ଶ୍ରବଣ-ଲାଳସାରେ ଦ୍ୱାଦଶଦଳ ବିଶିଷ୍ଟ **ଅନାହତ** ପଦ୍ମ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖରେ ଚିନ୍ତାକରି ଗୁରୁ ଉପଦେଶ ଅନୁସାରେ କ୍ରିୟା କରିବେ; ତାହାହେଲେ ହଂସ ବା ଓଁ କାର ଧ୍ୱନି କର୍ଣ୍ଣଗୋଚର ହେବ ।

ଏହି ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମରୂପୀ ଓଁ କାର ବ୍ୟତୀତ ଆଉ ଗୋଟିଏ ବର୍ଣ୍ଣ-ବ୍ରହ୍ମରୂପୀ ଓଁକାର ଅଛନ୍ତି । ତାହା ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ନିରାଲମ୍ବପୁରରେ ନିତ୍ୟ ବିରାଜିତ । ଭ୍ରୂମଧ୍ୟରେ ଦ୍ୱିଦଳବିଶିଷ୍ଟ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ **ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର** ଅବସ୍ଥିତ । ଏହି ଚକ୍ର ଉପରେ ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ସୁଷୁମ୍ନା । ନାଡ଼ୀର ଶେଷ ଓ ଶଙ୍ଖିନୀ ନାଡ଼ୀର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଅଛି, ସେହି ସ୍ଥାନକୁ **ନିରାଲମ୍ବପୁରୀ** କହନ୍ତି । ତାହାହିଁ ତେଜୋମୟ ତାରକବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ସ୍ଥାନ । ଏହିଠାରେ ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀ ଆଶ୍ରିତ ତାରକବୀଜ **ପ୍ରଣବ (ଓଁକାର)** ବିଦ୍ୟମାନ ରହିଛନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରଣବ ବେଦର

ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବ୍ରହ୍ମରୂପୀ ଏବଂ ଶିବ ଶକ୍ତି ଯୋଗରେ ପ୍ରଣବରୂପୀ । ଶିବଶବ୍ଦରେ ହ-କାର, ତାହାର ଆକାର ଗଜକୁମ୍ଭ ସଦୃଶ; ଅର୍ଥାତ୍ 'ଓ' କାର । ଓଁକାରରୂପୀ ପର୍ଯ୍ୟଙ୍କରେ ନାଦରୂପିଣୀ ଦେବୀ ବିରାଜିତା; ତଦୁପରି ବିନ୍ଦୁରୂପ ପରମ ଶିବ । ତାହାହେଲେ ଯାଇ ଓଁ-କାର ହେଲା । ସୁତରାଂ ଶିବଶକ୍ତିଙ୍କର ବା ପ୍ରକୃତିପୁରୁଷଙ୍କର ସମଯୋଗରେ ହ୍ରଁ ଓଁକାର । ତନ୍ତ୍ରରେ ଏହି ଓଁକାରର ସ୍ଥୂଳମୂର୍ତ୍ତି ବା ରାଜରାଜେଶ୍ୱରୀ ରୂପୀ 'ମହାବିଦ୍ୟା' ପ୍ରକାଶିତ ।★। ତହିଁର ଗୂଢ଼ରହସ୍ୟ ଓ ବିସ୍ତୃତ ବିବରଣ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ନୁହେଁ ।

ସାଧକ ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ଯଥାବିଧି ଷଟ୍‌ଚକ୍ର ଭେଦପୂର୍ବକ ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀ ଆଶ୍ରୟ କରି ଏହି ନିରାଲମ୍ବପୁରୀକୁ ଆସିଲେ, ମହାଜ୍ୟୋତିଃରୂପୀ ବ୍ରହ୍ମ ଓଁ- କାର ଅଥବା ନିଜ ନିଜ ଇଷ୍ଟଦେବତାଙ୍କ ଦର୍ଶନ ହୁଏ ଏବଂ **ପ୍ରକୃତ ନିର୍ବାଣପ୍ରାପ୍ତି** ହୁଏ । ସକଳ ଦେବଦେବୀଙ୍କ ବୀଜସ୍ୱରୂପ ବେଦର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବ୍ରହ୍ମରୂପୀ ପ୍ରଣବ ତତ୍ତ୍ୱ ଅବଗତ ହୋଇ ସାଧନା କଲେ ଏହି ତାରକବ୍ରହ୍ମ ସ୍ଥାନରେ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଦେବଦେବୀଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ ଲାଭ କରାଯାଏ । ତାହାହେଲେ ଆଉ ଏ ତୀର୍ଥ ସେ ତୀର୍ଥ, ବୁଲି ଅକାରଣ କଷ୍ଟ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ ।

ଓଁ-କାର ପ୍ରଣବର ନାମାନ୍ତର ମାତ୍ର । ଓଁ-କାରର ତିନି ରୂପ:- ଶ୍ୱେତ, ପୀତ ଓ ଲୋହିତ । ଅ, ଉ, ମ ଯୋଗରେ ପ୍ରଣବ ହୋଇଛି ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ, ମହେଶ୍ୱର ପ୍ରଣବରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଅଛନ୍ତି । ଯଥା -

''ଶିବୋ ବ୍ରହ୍ମା ତଥା ବିଷ୍ଣୁରୋଙ୍କାରେ ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତାଃ ।
ଅକାରଶ୍ଚ ଭବେଦ୍‌ବ୍ରହ୍ମା ଉକାରଃ ସଚ୍ଚିଦାତ୍ମକଃ ।।''

ମକାରୋ ରୁଦ୍ର ଇତ୍ୟୁକ୍ତଃ -

★ *ଶ୍ରୀମତ୍ ସ୍ୱାମୀ ବିମଳାନନ୍ଦଙ୍କ କୃତ 'କଲିକତା ଚୋରାବାଗାନ ଆର୍ଟ ଷ୍ଟୁଡ଼ିଓ'ରୁ ପ୍ରକାଶିତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ କାଳିକା ମୂର୍ତ୍ତି ପ୍ରଣବର ସ୍ଥୂଳରୂପ । ପଞ୍ଚପ୍ରେତାସନରେ ମହାକାଳ ଶାୟିତ, ତାଙ୍କ ନାଭିକମଳରେ ଶିବଶକ୍ତି ଅବସ୍ଥିତ । ଅପୂର୍ବ ମିଳନ !*

ଅ-କାର ବ୍ରହ୍ମା, ଉ-କାର ବିଷ୍ଣୁ, ମ-କାର ମହେଶ୍ୱର । ସୁତରାଂ ପ୍ରଣବରେ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ, ମହେଶ୍ୱର ତିନି ଦେବତା; ଇଚ୍ଛା, କ୍ରିୟା ଓ ଜ୍ଞାନ- ଏହି ତିନି ଶକ୍ତି ଏବଂ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମଃ ଏହି ତିନିଗୁଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ରହିଅଛି । ସେଥିପାଇଁ ଏହାକୁ **ତ୍ରୟୀ** କହନ୍ତି । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଅଛି, ***'ତ୍ରୟୀଧର୍ମଃ ସଦା ଫଳଃ'***; ଅର୍ଥାତ୍ ତ୍ରୟୀ ଅ-କାର, ଉ-କାର ଓ ମ-କାର ବିଶିଷ୍ଟ ଶବ୍ଦ ପ୍ରଣବଧର୍ମ ସର୍ବଦା ଫଳଦାତା । ଯେ ଏହି ପ୍ରଣବତ୍ରୟଯୁକ୍ତ ଗାୟତ୍ରୀ ଜପ କରନ୍ତି, ସେ ପରମପଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ବ୍ରାହ୍ମଣମାନଙ୍କର ଗାୟତ୍ରୀ ଜପରେ ତିନି ପ୍ରଣବ ସଂଯୁକ୍ତ ଏବଂ ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ରର ଆଦି ଓ ଅନ୍ତରେ ପ୍ରଣବ ଦ୍ୱାରା ସେତୁବନ୍ଧନ କରି ଜପ ନ କଲେ, ଗାୟତ୍ରୀ ବା ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ର ଜପ ନିଷ୍ଫଳ ହୁଏ । ଆମ ଦେଶରେ ବ୍ରାହ୍ମଣମାନେ ଗାୟତ୍ରୀର ଆଦି ଓ ଅନ୍ତରେ ଦୁଇ ପ୍ରଣବ ଯୋଗ କରି ଗାୟତ୍ରୀ ଜପ କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ତାହା ଶାସ୍ତ୍ର- ବିରୁଦ୍ଧ । ଆଦିରେ, ବ୍ୟାହୃତିର ପରେ ଓ ଶେଷରେ - ଏହି ତିନି ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରଣବ ସଂଯୁକ୍ତ ପୂର୍ବକ ଜପ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଅ, ଉ, ମ ଯୋଗରେ ପ୍ରଣବର ସୃଷ୍ଟି । ପ୍ରଣବର ଏହି ଅକାର ନାଦରୂପୀ, ଉକାର ବିନ୍ଦୁରୂପୀ, ମ-କାର କାଳରୂପୀ ଏବଂ ଓଁ-କାର ଜ୍ୟୋତିଃରୂପୀ । ସାଧକଗଣ ସାଧନା କରିବା ସମୟରେ ପ୍ରଥମେ ନାଦ ଶୁଣି ନାଦଲୁବ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି, ପରେ ବିନ୍ଦୁଲୁବ୍ଧ, ତତ୍ ପରେ କଳାଲୁବ୍ଧ ହୋଇ ସର୍ବ ଶେଷରେ ଜ୍ୟୋତିର୍ଦ୍ଦର୍ଶନ କରିଥା'ନ୍ତି ।

ପ୍ରଣବରେ ଅଷ୍ଟଅଙ୍ଗ, ତ୍ରିସ୍ଥାନ, ଚତୁଷ୍ପାଦ, ପଞ୍ଚଦେବତା ପ୍ରଭୃତି ଆହୁରି ଅନେକ ଗୁହ୍ୟ ରହସ୍ୟ ଅଛି; କିନ୍ତୁ ସେ ସବୁର ସମ୍ୟକ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ବା ବିଶଦ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ବିବୃତ କରିବା, ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବିଷୟ ନୁହେଁ ।

କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ତତ୍ତ୍ୱ

ଗୁହ୍ୟଦେଶଠାରୁ ଦୁଇ ଅଙ୍ଗୁଳି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଓ ଲିଙ୍ଗମୂଳଠାରୁ ଦୁଇ ଆଙ୍ଗୁଳି ଅଧୋଦିଗକୁ ଚାରି ଅଙ୍ଗୁଳି ବିସ୍ତୃତ ମୂଳାଧାର ପଦ୍ମ ଅଛି । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀ ମୁଖରେ **ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଲିଙ୍ଗ** ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ଦେହରେ ଦକ୍ଷିଣାବର୍ତ୍ତ

ହୋଇ ସାଢ଼େ ତିନି ଥର ବେଷ୍ଟନ କରି **କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି** ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି । ଯଥା:

''ପଶ୍ଚିମାଭିମୁଖୀ ଯୋନିର୍ଗୁଦମେଢ୍ରାନ୍ତରାଳଗା
ତତ୍ର କନ୍ଦଂ ସମାଖ୍ୟାତଂ ତତ୍ରାସ୍ତେ କୁଣ୍ଡଳୀ ସଦା ।''

- ଶିବ ସଂହିତା

ଗୁହ୍ୟ ଓ ଲିଙ୍ଗ ଏ ଦୁଇଟିର ମଧ୍ୟସ୍ଥାନରେ ପଶ୍ଚାଦାଭିମୁଖୀ **ଯୋନିମଣ୍ଡଳ** ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି । ସେହି ଯୋନିମଣ୍ଡଳକୁ **କନ୍ଦ** ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଯୋନିମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ନାଡ଼ୀସକଳକୁ ବେଷ୍ଟନ କରି ସାର୍ଦ୍ଧ ତ୍ରିକୁଟିଳାକାର ସର୍ପ ରୂପରେ ଆତ୍ମପୁଚ୍ଛ ମୁଖରେ ଦେଇ ସୁଷୁମ୍ନା ଛିଦ୍ରକୁ ଅବରୋଧ କରି ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛି ।

ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ହିଁ ନିତ୍ୟାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପା ପରମା **ପ୍ରକୃତି;** ତାଙ୍କର ଦୁଇ ମୁଖ ଏବଂ ତାହା ବିଦ୍ୟୁଲ୍ଲତାକାର ଓ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ; ଦେଖିବାକୁ ଅର୍ଦ୍ଧ ଓଁକାରର ପ୍ରକୃତି ତୁଲ୍ୟ । ନରାମରାସୁରାଦି ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଶରୀରରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ବିରାଜିତ ଅଛନ୍ତି । ପଦ୍ମ ଉଦରରେ ଯେପରି ଅଳିର ଅବସ୍ଥିତି, ସେହିପରି ଦେହ ମଧ୍ୟରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ବିରାଜିତ ଥାଆନ୍ତି । ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ କଦଳୀ କୋଷପରି କୋମଳ **ମୂଳାଧାରରେ ଚିତ୍‌ଶକ୍ତି** ବିଦ୍ୟମାନ । ତାଙ୍କର ଗତି ଅତି ଦୁର୍ଲକ୍ଷ୍ୟ ।

କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ପ୍ରଚଣ୍ଡ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ବର୍ଣ୍ଣ ତେଜ ସ୍ୱରୂପ ଦୀପ୍ତିମତୀ ଏବଂ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜ ଓ ତମଃ ଏହି ତ୍ରିଗୁଣର ପ୍ରସୂତି **ବ୍ରହ୍ମଶକ୍ତି** । ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ହିଁ ଇଚ୍ଛା, କ୍ରିୟା ଓ ଜ୍ଞାନ- ଏହି ତିନି ନାମରେ ବିଭକ୍ତ ହୋଇ ସର୍ବଶରୀରସ୍ଥ ପ୍ରତି ଚକ୍ରରେ ଭ୍ରମଣ କରନ୍ତି । ଏହି **ଶକ୍ତି ହେଉଛି, ଆମମାନଙ୍କ ଜୀବନୀଶକ୍ତି ।** ଏହି **ଶକ୍ତିକୁ ଆୟତ୍ତୀଭୂତ କରିବାହିଁ ଯୋଗ ସାଧନାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ।**

ଏହି କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ହିଁ ଜୀବାତ୍ମାର ପ୍ରାଣସ୍ୱରୂପ; କିନ୍ତୁ କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ବ୍ରହ୍ମଦ୍ୱାର ରୋଧପୂର୍ବକ ସୁଖରେ ନିଦ୍ରା ଯାଇଅଛନ୍ତି । ସେଥିରେ ହିଁ ଜୀବାତ୍ମା ରିପୁ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ କର୍ତ୍ତୃକ ଚାଳିତ ହୋଇ ଅହଂଭାବାପନ୍ନ ହୋଇଅଛି

ଏବଂ ଅଜ୍ଞାନସମାଚ୍ଛନ୍ନ ହୋଇ ସୁଖଦୁଃଖାଦି ଭ୍ରାନ୍ତି ଜ୍ଞାନରେ କର୍ମଫଳ ଭୋଗ କରୁଅଛି । କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ଜାଗରିତା ନ ହେଲେ ଶତ ଶତ ଶାସ୍ତ୍ର ପାଠ ଦ୍ୱାରା ବା ଗୁରୁ ଉପଦେଶରେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ସମୁଦ୍‌ଭୂତ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ତପ ଜପ ଓ ସାଧନଭଜନ ସମସ୍ତ ବୃଥା ଯାଏ । ଯଥା:

"ମୂଳପଦ୍ମେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଯାବନ୍ନିଦ୍ରାୟିତା ପ୍ରଭୋ
ତାବତ୍ କିଞ୍ଚନସିଦ୍ଧେତ ମନ୍ତ୍ରଯନ୍ତ୍ରାର୍ଚ୍ଚନାଦିକମ୍ ।'
ଜାଗର୍ତ୍ତି ଯଦି ସା ଦେବୀ ବହୁଭିଃ ପୁଣ୍ୟସଞ୍ଚୟୈଃ ।
ତଦା ପ୍ରସାଦମାୟାତି ମନ୍ତ୍ରଯନ୍ତ୍ରାର୍ଚ୍ଚନାଦିକମ୍ ।।"

- ଗୌତମୀୟ ତନ୍ତ୍ର

ମୂଳାଧାରସ୍ଥିତ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜାଗରିତା ନ ହୋଇଛନ୍ତି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ୍ତ୍ରଜପ ଓ ମନ୍ତ୍ରାଦିରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା ବିଫଳ । ଯଦି ପୁଣ୍ୟ ପ୍ରଭାବରୁ ସେହି ଶକ୍ତି ଦେବୀ ଜାଗରିତା ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ମନ୍ତ୍ରଜପାଦିର ଫଳ ମଧ୍ୟ ସିଦ୍ଧ ହେବ ।

ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଚୈତନ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିପାରିଲେ ଯାଇ ମାନବଜୀବନର ପୂର୍ଣ୍ଣତ୍ୱ । ଭକ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିତ୍ତରେ ପ୍ରତ୍ୟହ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିର ଧ୍ୟାନ ପାଠ ଦ୍ୱାରା ସାଧକର ଏହି ଶକ୍ତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମେ ଓ ଏହି ଶକ୍ତି କ୍ରମେ କ୍ରମେ ଉଦ୍‌ବୋଧିତା ହୋଇଥାଏ । ଧ୍ୟାନ: ଯଥା-

"ଧ୍ୟାୟେତ୍ କୁଣ୍ଡଳିନୀଂ ସୂକ୍ଷ୍ମାଂ ମୂଳାଧାରନିବାସିନୀମ୍ ।
ତାମିଷ୍ଟ ଦେବତାରୂପାଂ ସାର୍ଦ୍ଧତ୍ରିବଳୟାନ୍ୱିତାମ୍ ।
କୋଟିସୌଦାମିନୀଭାସାଂ ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଲିଙ୍ଗବେଷ୍ଟିତାମ୍ ।"

ବର୍ତ୍ତମାନ ଶରୀରସ୍ଥ **ନବଚକ୍ରାଦିର** ବିବରଣ ଜ୍ଞାତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ; ଅନ୍ୟଥା ଯୋଗସାଧନ ବିଡ଼ମ୍ବନା ମାତ୍ର ।

ନବଚକ୍ରଂ

"ନବଚକ୍ରଂ କଳାଧାରଂ ତ୍ରୈଲକ୍ଷ୍ୟଂ ବ୍ୟୋମପଞ୍ଚକମ୍ ।
ସ୍ୱଦେହେ ଯୋ ନ ଜାନାତି ସ ଯୋଗୀ ନାମଧାରକଃ ॥"

- ଯୋଗସ୍ୱରୋଦୟ

ଶରୀରସ୍ଥ ନବଚକ୍ର, ଷୋଡ଼ଶାଧାର, ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ପଞ୍ଚପ୍ରକାର ବ୍ୟୋମ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅବଗତ ନୁହନ୍ତି, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ ନାମଧାରୀ ଯୋଗୀ ଅର୍ଥାତ୍ ସେ ଯୋଗତତ୍ତ୍ୱର କିଛି ହେଲେ ଜ୍ଞାତ ନୁହନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ନବଚକ୍ରର ବିସ୍ତୃତ ବିବରଣୀ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା, ଏହି ନିଃସ୍ୱ ଲେଖକର ସାଧାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ତେବେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଯେଉଁ କେତୋଟି ସାଧନକୌଶଳ ସନ୍ନିବେଶିତ ହେଲା, ତତ୍‌ସାଧନୋପଯୋଗୀ ନବଚକ୍ରର ବିବରଣ ଯଥାଯଥ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା । ଯେ ସମ୍ୟକ୍ ଜାଣିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣାନନ୍ଦ ପରମହଂସଙ୍କ କୃତ 'ଷଟ୍ ଚକ୍ର'ରୁ ଜାଣିପାରିବେ । ଯୋଗସାଧନ ବ୍ୟତୀତ ନିତ୍ୟ ନୈମିତ୍ତିକ ଓ କାମ୍ୟ ଜପପୂଜାଦି କରିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଚକ୍ରାଦିର ବିବରଣ ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

"ମୂଳାଧାରଂ ଚତୁଷ୍ପତ୍ରଂ ଗୁଦୋର୍ଦ୍ଧ୍ୱେ ବର୍ତ୍ତତେ ମହତ୍ ।
ଲିଙ୍ଗମୂଳେ ତୁ ପିତାଭଂ ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନନ୍ତୁ ଷଡ୍‌ଦଳମ୍ ॥
ତୃତୀୟଂ ନାଭିଦେଶେ ତୁ ଦିଗ୍ ଦଳଂ ପରମାଦ୍ଭୁତମ୍ ।
ଅନାହତମିଷ୍ଟପାଠଂ ଚତୁର୍ଥକମଳଂ ହୃଦି ॥
କଳାପତ୍ରଂ ପଞ୍ଚମନ୍ତୁ ବିଶୁଦ୍ଧଂ କଣ୍ଠଦେଶତଃ ।
ଆଜ୍ଞାୟାଂ ଷଷ୍ଠକଂ ଚକ୍ରଂ ଭ୍ରୁବୋର୍ମଧ୍ୟେ ଦ୍ୱିପତ୍ରକମ୍ ॥
ଚତୁଃଷଷ୍ଟିଦଳଂ ତାଲୁ ମଧ୍ୟେ ଚକ୍ରନ୍ତୁ ମଧ୍ୟମମ୍ ।
ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରେଽଷ୍ଟମଂ ଚକ୍ରଂ ଶତପତ୍ରଂ ମହାପ୍ରଭମ୍ ॥
ନବମନ୍ତୁ ମହାଶୂନ୍ୟଂ ଚକ୍ରନ୍ତୁ ତତ୍ ପରାତ୍ପରମ୍ ।
ତନ୍ମଧ୍ୟେ ବର୍ତ୍ତତେ ପଦ୍ମଂ ସହସ୍ରଦଳମଦ୍ଭୁତମ୍ ॥"

- ପ୍ରାଣତୋଷିଣୀଧୃତ ତନ୍ତ୍ରବଚନ

ଏହି ତନ୍ତ୍ରବଚନର ବ୍ୟାଖ୍ୟାରୁ ସାଧକଗଣ ନବଚକ୍ରର ବିବରଣ କିଛି ଜାଣିପାରିବେ ନାହିଁ । ଅତଏବ ଷଟ୍‌ଚକ୍ରର ସଂସ୍କୃତାଂଶ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଅନୁବାଦରୁ ସାଧକର ଅବଶ୍ୟ ଜ୍ଞାତବ୍ୟ ବିଷୟ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା ।

ପ୍ରଥମ-ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର :

ମାନବଦେହର ଗୁହ୍ୟଦେଶଠାରୁ ଦୁଇ ଆଙ୍ଗୁଳି ଉପରକୁ ଓ ଲିଙ୍ଗମୂଳଠାରୁ ଦୁଇ ଆଙ୍ଗୁଳି ନିମ୍ନକୁ ଚାରି ଆଙ୍ଗୁଳି ବିସ୍ତୃତ ଯେଉଁ 'ଯୋନିମଣ୍ଡଳ' ଅଛି, ତାହା ଉପରେ **ମୂଳାଧାର** ପଦ୍ମ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହା ସାମାନ୍ୟ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଚତୁର୍ଦ୍ଦଳବିଶିଷ୍ଟ । **ଚତୁର୍ଦ୍ଦଳ** ଅର୍ଥାତ୍ ବ, ଶ, ଷ, ସ ଏହି ଚାରି ବର୍ଣ୍ଣାତ୍ମକ । ଏହି ଚାରି ବର୍ଣ୍ଣର ବର୍ଣ୍ଣ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ପରି । ଏହି ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକା ମଧ୍ୟରେ ଅଷ୍ଟଶୂଳଶୋଭିତ ଚତୁଷ୍କୋଣ **ପୃଥ୍ୱୀମଣ୍ଡଳ** ଅଛି । ତାହାର ଏକ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ପୃଥ୍ୱୀବୀଜ **ଲଂ** ଅବସ୍ଥିତ । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ପୃଥ୍ୱୀବୀଜ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ **ଇନ୍ଦ୍ରଦେବ** ଅଛନ୍ତି । ଇନ୍ଦ୍ରଦେବଙ୍କର ଚାରି ହସ୍ତ । ସେ ପୀତବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଶ୍ୱେତହସ୍ତୀ ଉପରେ ଉପବିଷ୍ଟ। ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ଶୈଶବାବସ୍ଥାରେ ଚତୁର୍ଭୁଜ **ବ୍ରହ୍ମା** ବିଦ୍ୟମାନ । ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣା ଚତୁର୍ଭୁଜା ସାଳଂକୃତା **ଡ଼ାକିନୀ** ନାମ୍ନୀ ତତ୍‌ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା ।

ଲଂ ବୀଜର ଦକ୍ଷିଣରେ କାମକଳାସ୍ୱରୂପ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳ ଅଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ତେଜୋମୟ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ କ୍ଲୀଂ ବୀଜରୂପ କନ୍ଦର୍ପ ନାମକ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣବିଶିଷ୍ଟ ସ୍ଥିରତର ବାୟୁର ବସତି । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ଠିକ୍ ବ୍ରହ୍ମନାଡ଼ୀର ମୁଖରେ ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଲିଙ୍ଗ ଅଛନ୍ତି । ଏହି ଲିଙ୍ଗ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ଓ କୋଟି ସୂର୍ଯ୍ୟ ସଦୃଶ ତେଜୋମୟ । ତାଙ୍କ ଦେହରେ ସାଢ଼େ ତିନି ଥର ବେଷ୍ଟନ କରି କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତି ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଚିତ୍‌ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା । ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ସମସ୍ତଙ୍କର ଇଷ୍ଟଦେବୀ ସ୍ୱରୂପିଣୀ । ଏହି ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର ମାନବଦେହର ଆଧାର ସ୍ୱରୂପ । ଏଥିପାଇଁ ଏହାର ନାମ **ଆଧାର ପଦ୍ମ** । ସାଧନଭଜନର ମୂଳ ଏହି ସ୍ଥାନରେ । ଏଥିପାଇଁ ଏହାକୁ **ମୂଳାଧାର ପଦ୍ମ** କହନ୍ତି ।

ଏହି ମୂଳାଧାର ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଗଦ୍ୟପଦ୍ୟାଦି ବାକ୍‌ସିଦ୍ଧି ଓ ଆରୋଗ୍ୟାଦି ଲାଭ ହୁଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ-ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର :

ଲିଙ୍ଗମୂଳରେ ସଂସ୍ଥିତ ଦ୍ୱିତୀୟ ପଦ୍ମର ନାମ **'ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ'** । ଏହା ସୁପ୍ରଦୀପ୍ତ ଅରୁଣ ବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଷଡ୍‌ଦଳବିଶିଷ୍ଟ । **ଷଡ୍‌ଦଳ** ଅର୍ଥାତ୍ ବ, ଭ, ମ, ଯ, ର, ଲ - ଏହି ଷଡ଼ମାତୃକା-ବର୍ଣ୍ଣାତ୍ମକ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦଳରେ ଅବଜ୍ଞା, ମୂର୍ଚ୍ଛା, ପ୍ରଶ୍ରୟ, ଅବିଶ୍ୱାସ, ସର୍ବନାଶ ଓ କ୍ରୁରତା - ଏହି ଛଅଟି ବୃତ୍ତି ରହିଅଛି । ଏହାର କର୍ଣ୍ଣିକାଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ଅର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ରାକାର **ବରୁଣମଣ୍ଡଳ** ଅଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ବରୁଣବୀଜ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ **ବଂ** ରହିଅଛି । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ବରୁଣବୀଜ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱିଭୁଜ **ବରୁଣ ଦେବତା** ମକରାରୋହଣ କରି ଅଧିଷ୍ଠିତ ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ଜଗତପାଳକ ନବଯୌବନସମ୍ପନ୍ନ **ହରି** ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ଚତୁର୍ଭୁଜ । ଚାରି ହାତରେ ଶଙ୍ଖ, ଚକ୍ର, ଗଦା, ପଦ୍ମ ଧାରଣ କରିଅଛନ୍ତି । ବକ୍ଷରେ ଶ୍ରୀବତ୍ସକୌସ୍ତୁଭ-ଶୋଭିତ ଏବଂ ପରିଧାନରେ ପୀତାମ୍ବର । ତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ଦିବ୍ୟବସ୍ତ୍ର ଓ ଆଭରଣଭୂଷିତା, ଚତୁର୍ଭୁଜା, ଗୌରବର୍ଣ୍ଣା **ରାକିନୀ** ନାମ୍ନୀ ତତ୍‌ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା । ଏହି ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଭକ୍ତି, ଆରୋଗ୍ୟ ଓ ପ୍ରଭୁତ୍ୱାଦି ସିଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

ତୃତୀୟ-ମଣିପୁର ଚକ୍ର :

ନାଭିଦେଶରେ ତୃତୀୟ ପଦ୍ମ **ମଣିପୁର** ଅବସ୍ଥିତ । ଏହା ମେଘବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଦଶ ଦଳଯୁକ୍ତ । **ଦଶ ଦଳ** ଅର୍ଥାତ୍ ଡ଼, ଢ଼, ଣ, ତ, ଥ, ଦ, ଧ, ନ, ପ, ଫ ଏହି ଦଶମାତୃକା ବର୍ଣ୍ଣାତ୍ମକ । ଏହି ଦଶବର୍ଣ୍ଣ ନୀଳବର୍ଣ୍ଣ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦଳରେ ଲଜ୍ଜା, ପିଶୁନତା, ଈର୍ଷା , ସୁଷୁପ୍ତି, ବିଷାଦ, କଷାୟ, ତୃଷ୍ଣା, ମୋହ, ଘୃଣା ଓ ଭୟ - ଏହି ଦଶଟି ବୃତ୍ତି ରହିଅଛି । ମଣିପୁର ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକା ମଧ୍ୟରେ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ତ୍ରିକୋଣ **ବହ୍ନିମଣ୍ଡଳ** ଅଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ବହ୍ନିବୀଜ **ରଂ** ବିଦ୍ୟାମାନ । ଏହା ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ବହ୍ନିବୀଜ ମଧ୍ୟରେ ତତ୍ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ଚାରି ହସ୍ତଯୁକ୍ତ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ **ଅଗ୍ନିଦେବ** ମେଷାରୋହଣ କରି ଅଧିଷ୍ଠିତ ଅଛନ୍ତି ।

ତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ଜଗନ୍ନାଶକ ଭସ୍ମଭୂଷିତ ସିନ୍ଦୂର ବର୍ଣ୍ଣ **ରୁଦ୍ର** ବ୍ୟାଘ୍ରଚର୍ମାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ । ତାଙ୍କର ଦୁଇ ହସ୍ତ । ଏହି ଦୁଇ ହସ୍ତରେ ବର ଓ ଅଭୟ ଶୋଭା ପାଉଅଛି । ତାଙ୍କର ତ୍ରି-ନୟନ ଓ ପରିଧାନ ବ୍ୟାଘ୍ରଚର୍ମ । ତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ପୀତବସନ-ପରିହିତା, ନାନାଳଂକାରଭୂଷିତା, ଚତୁର୍ଭୁଜା, ସିନ୍ଦୂରବର୍ଣ୍ଣା **ଲାକିନୀ** ନାମ୍ନୀ ତତ୍‌ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା ।

ଏହି ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଆରୋଗ୍ୟ ଓ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟାଦି ଲାଭ ହୁଏ ଏବଂ ଜଗନ୍ନାଶାଦି କରିବାର କ୍ଷମତା ଜନ୍ମେ ।

ଚତୁର୍ଥ-ଅନାହତ ଚକ୍ର :

ହୃଦୟରେ ବନ୍ଧୁକପୁଷ୍ପ ସଦୃଶ ବର୍ଣ୍ଣବିଶିଷ୍ଟ ଦ୍ୱାଦଶ ଦଳଯୁକ୍ତ ଚତୁର୍ଥ ପଦ୍ମ **ଅନାହତ** ଅବସ୍ଥିତ । **ଦ୍ୱାଦଶ** ଦଳ ଅର୍ଥାତ କ, ଖ, ଗ, ଘ, ଙ, ଚ, ଛ, ଜ, ଝ, ଞ, ଟ, ଠ - ଏହି ଦ୍ୱାଦଶ ମାତୃକା ବର୍ଣ୍ଣାତ୍ମକ । ବର୍ଣ୍ଣଗୁଡ଼ିକର ରଙ୍ଗ ସିନ୍ଦୂର ବର୍ଣ୍ଣ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦଳରେ ଆଶା, ଚିନ୍ତା, ଚେଷ୍ଟା, ମମତା, ଦମ୍ଭ ବିକଳତା, ବିବେକ, ଅହଙ୍କାର, ଲୋଲତା, କପଟତା, ବିତର୍କ ଓ ଅନୁତାପ ଏହି ଦ୍ୱାଦଶଟି ବୃତ୍ତି ରହିଅଛି । ଏହି ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକା ମଧ୍ୟରେ ଅରୁଣବର୍ଣ୍ଣ **ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳ** ଏବଂ ଧୂମ୍ରବର୍ଣ୍ଣ ଷଟ୍‌କୋଣ ବିଶିଷ୍ଟ **ବାୟୁମଣ୍ଡଳ** ଅବସ୍ଥିତ । ତାହାର ଏକପାର୍ଶ୍ୱରେ ଧୂମ୍ର ବର୍ଣ୍ଣ ବାୟୁବୀଜ **ଯଂ** ଅବସ୍ଥିତ । ଏହି ବାୟୁବୀଜ ମଧ୍ୟରେ ତତ୍‌ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ଧୂମ୍ରବର୍ଣ୍ଣ, ଚତୁର୍ଭୁଜ **ବାୟୁଦେବ** କୃଷ୍ଣସାରାଧିରୋହଣ କରି ଅଧିଷ୍ଠିତ ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର କ୍ରୋଡ଼ରେ ବରାଭୟଲସିତା, ତ୍ରିନେତ୍ରା, ସର୍ବାଳଙ୍କାରଭୂଷିତା, ମୁଣ୍ଡମାଳାଧାରିଣୀ ପୀତବର୍ଣ୍ଣା **କାକିନୀ** ନାମ୍ନୀ ତତ୍‌ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା । ଏହି ଅନାହତ ପଦ୍ମ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ବାଣଲିଙ୍ଗ ଶିବ ଓ ଜୀବାତ୍ମାଙ୍କ ବିଷୟ ହଂସତତ୍ତ୍ୱରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।

ଏହି ଅନାହତ ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଅଣିମାଦି ଅଷ୍ଟୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ପଞ୍ଚମ-ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ର :

କଣ୍ଠଦେଶରେ ଧୂମ୍ରବର୍ଣ୍ଣ ଷୋଡ଼ଶ ଦଳବିଶିଷ୍ଟ **ବିଶୁଦ୍ଧ ପଦ୍ମ** ଅବସ୍ଥିତ । ଷୋଡ଼ଶ ଦଳ ଅର୍ଥାତ୍ ଅ ଆ ଇ ଈ ଉ ଊ ଋ ୠ ଌ ୡ ଏ ଐ ଓ ଔ ଅଂ, ଅଃ- ଏହି ଷୋହଳ ମାତୃକା ବର୍ଣ୍ଣାତ୍ମକ । ଏହି ବର୍ଣ୍ଣଗୁଡ଼ିକର ବର୍ଣ୍ଣ ଶୋଣପୁଷ୍ପର ବର୍ଣ୍ଣ ସଦୃଶ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦଳରେ ନିଷାଦ, ଋଷଭ, ଗାନ୍ଧାର, ଷଡ୍ଜ, ମଧ୍ୟମ, ଧୈବତ, ପଞ୍ଚମ - ଏହି ସପ୍ତସ୍ୱର ଓ ହୁଂ, ଫଟ୍ , ବୌଷଟ୍, ବଷଟ୍, ସ୍ୱାହା, ନମଃ, ବିଷ ଓ ଅମୃତ ପ୍ରଭୃତି ରହିଅଛି । ଏହି ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକାରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ, ଚନ୍ଦ୍ରମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ଫଟିକ ସଦୃଶ ବର୍ଣ୍ଣ ବିଶିଷ୍ଟ **ହଂ** ଅଛି । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ହଂ ବୀଜ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ **ଆକାଶ ଦେବତା** ଶ୍ୱେତହସ୍ତୀରେ ଆରୂଢ଼ । ତାଙ୍କର ଚାରି ହାତ । ଏହି ଚାରି ହାତରେ ପାଶ, ଅଙ୍କୁଶ, ବର ଓ ଅଭୟ ଶୋଭା ପାଉଅଛି । ଏହି ଆକାଶ ଦେବତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ତ୍ରିଲୋଚନାନ୍ୱିତ, ପଞ୍ଚମୁଖଲସିତ, ଦଶଭୁଜ, ସତ୍ ଅସତ୍ କର୍ମ ନିୟୋଜକ, ବ୍ୟାଘ୍ରଚର୍ମାମ୍ବର **ସଦାଶିବ** ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ଶର, ଚାପ, ପାଶ ଓ ଶୂଳଯୁକ୍ତା, ଚତୁର୍ଭୁଜା, ପୀତବସନା, ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ, **ଶାକିନୀ** ନାମ୍ନୀ ତତ୍‌ଶକ୍ତି ଅର୍ଦ୍ଧାଙ୍ଗିନୀ ରୂପେ ବିରାଜିତା । ଏହି ଅର୍ଦ୍ଧନାରୀଶ୍ୱର ଶିବଙ୍କ ନିକଟରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ବୀଜମନ୍ତ୍ର ବା ମୂଳମନ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି ।

ଏହି ବିଶୁଦ୍ଧ ପଦ୍ମରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଜରା ଓ ମୃତ୍ୟୁପାଶ ବିରହିତ ହୋଇ ଭୋଗାଦି ହୁଏ ।

ଷଷ୍ଠ - ଆଜ୍ଞା ଚକ୍ର :

ଭ୍ରୂଦ୍ୱୟ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱିଦଳବିଶିଷ୍ଟ **ଆଜ୍ଞା ପଦ୍ମ** ଅବସ୍ଥିତ । ଦୁଇ ଦଳ ହ ଓ କ୍ଷ ଏହି ଦୁଇ ବର୍ଣ୍ଣାତ୍ମକ । ଏହି ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକାଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଶରତ୍‌ଚନ୍ଦ୍ର ସଦୃଶ ନିର୍ମଳ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳ ବିଦ୍ୟମାନ । ତ୍ରିକୋଣର ତିନିକୋଣରେ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମଃ ଏହି ତିନିଗୁଣ ଏବଂ ତ୍ରିଗୁଣାନ୍ୱିତ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଶିବ-ଏହି ତିନି ଦେବତା ବିରାଜିତ । ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ଶୁକ୍ଳବର୍ଣ୍ଣ

ଚନ୍ଦ୍ରବୀଜ ଠଂ ଦୀପ୍ତିମାନ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳର ଏକ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ବିନ୍ଦୁ ଅବସ୍ଥିତ । ତାହା ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଚନ୍ଦ୍ରବୀଜ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବରାଭୟଲସିତ ଦ୍ୱିଭୁଜ ଦେବବିଶେଷଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ ଜଗନ୍ନିଧାନ ସ୍ୱରୂପ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ, ଦ୍ୱିଭୁଜ, ତ୍ରିନେତ୍ର **ଜ୍ଞାନଦାତା ଶିବ** ବିଦ୍ୟମାନ । ତାଙ୍କ କ୍ରୋଡ଼ରେ । ଶଶୀସମ ଶୁକ୍ଳବର୍ଣ୍ଣା ଷଡ଼ବଦନା ବିଦ୍ୟା-ମୁଦ୍ରା-କପାଳ-ଡ଼ମ୍ବରୁ-ଜପବଟି-ବରାଭୟ-ଶର-ଚାପାଙ୍କୁଶ-ପାଶ-ପଙ୍କଜ-ଲସିତା, ଦ୍ୱାଦଶ ଭୁଜା **ହାକିନୀ** ନାମ୍ନୀ ତତ୍‌ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା ।

ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର ଉପରେ ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା ଓ ସୁଷୁମ୍ନା ଏହି ତିନି ନାଡ଼ୀର ମିଳନସ୍ଥାନ । ଏହି ସ୍ଥାନରେ ନାମ **ତ୍ରିକୂଟ** ବା ତ୍ରିବେଣୀ । ଏହି ତ୍ରିବେଣୀର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ସୁଷୁମ୍ନା ମୁଖର ନିମ୍ନଦେଶରେ ଅର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ରାକାର ମଣ୍ଡଳ ବିଦ୍ୟମାନ । ଅର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ରର ଉପରେ ତେଜଃପୁଞ୍ଜ ସ୍ୱରୂପ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁ ଅଛି । ସେହି ବିନ୍ଦୁର ଉପରି ଭାଗରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱାଧୋଭାବରେ ଦଣ୍ଡାକାର **ନାଦ** ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହା ଦେଖିବାକୁ ଠିକ୍ ଯେପରି ଗୋଟିଏ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ତେଜୋରେଖା । ଏହା ଉପରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣବିଶିଷ୍ଟ ଗୋଟିଏ ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳ ବିରାଜିତ । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ଶକ୍ତି ରୂପ ଶିବାକାର ହକାରାର୍ଦ୍ଧ ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହି ସ୍ଥାନରେ ବାୟୁର କ୍ରିୟା ଶେଷ ହୋଇଅଛି । ଏହାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟ ପ୍ରଣବ ତତ୍ତ୍ୱରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।

ଏହି ଆଜ୍ଞାପଦ୍ମର ଆଉ ଗୋଟିଏ ନାମ **ଜ୍ଞାନପଦ୍ମ** । ପରମାତ୍ମା ଏହାର ଅଧିଷ୍ଠାତା ଏବଂ ଇଚ୍ଛା ତାଙ୍କର ଶକ୍ତି । ଏଠାରେ ପ୍ରଦୀପ୍ତଶିଖାରୂପିଣୀ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ସୁପୀତ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣରେଣୁସଦୃଶ ବିରାଜମାନ । ଏହି ସ୍ଥାନରେ ଯେଉଁ ଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ ହୁଏ, ତାହାହିଁ ସାଧକର **ଆତ୍ମପ୍ରତିବିମ୍ବ** । ଏହି ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କରି ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ ଘଟିଲେ, ଯୋଗର ଚରମଫଳ ଅର୍ଥାତ୍ **ପ୍ରକୃତ ନିର୍ବାଣପ୍ରାପ୍ତି** ହୁଏ ।

ସପ୍ତମ-ଲଲନା ଚକ୍ର :

ତାଲୁମୂଳରେ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ଚୌଷଠିଦଳବିଶିଷ୍ଟ **ଲଲନା ଚକ୍ର** ଅବସ୍ଥିତ । ଏହି ପଦ୍ମରେ **ଅହଂ ତତ୍ତ୍ୱର** ସ୍ଥାନ । ଏଠାରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା, ସନ୍ତୋଷ, ସ୍ନେହ, ଦମ, ମାନ, ଅପରାଧ, ଶୋକ, ଖେଦ, ଅରତି, ସମ୍ଭ୍ରମ, ଊର୍ମି ଓ ଶୁଦ୍ଧତା - ଏହି ଦ୍ୱାଦଶ ବୃତ୍ତି ଏବଂ ଅମୃତସ୍ଥଳୀ ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହି ପଦ୍ମରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଉନ୍ମାଦ, ଜ୍ୱର, ପିତ୍ତାଦିଜନିତ ଦାହ, ଶୂଳାଦି ବେଦନା କମ୍ ହୁଏ ଏବଂ ଶିରଃପୀଡ଼ା ଓ ଶରୀରର ଜଡ଼ତା ନଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଅଷ୍ଟମ-ଗୁରୁ ଚକ୍ର :

ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ଶତଦଳବିଶିଷ୍ଟ ଅଷ୍ଟମ ପଦ୍ମ ଗୁରୁଚକ୍ର ଅବସ୍ଥିତ । ଏହି ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକାରେ ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳ ବିଦ୍ୟମାନ । ସେହି ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳର ତିନି କୋଣରେ ଯଥାକ୍ରମେ ହ, ଳ, କ୍ଷ-ଏହି ତିନି ବର୍ଣ୍ଣ ବିରାଜିତ । ତଦ୍‌ଭିନ୍ନ ତିନି ଦିଗରେ ସମୁଦାୟ ମାତୃକା ବର୍ଣ୍ଣ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହି ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳକୁ **ଯୋନିପୀଠ** ଓ **ଶକ୍ତିମଣ୍ଡଳ** କୁହାଯାଏ । ଏହି ଶକ୍ତିମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ତେଜୋମୟ କାମକଳାମୂର୍ତ୍ତି ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହାର ମସ୍ତକରେ ତେଜୋମୟ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁ ବିରାଜିତ । ତାହା ଉପରେ ଦଣ୍ଡାକାର ତେଜୋମୟ ନାଦ ବିଦ୍ୟମାନ ।

ସେହି ନାଦୋପରି ନିର୍ଧୂମ ଅଗ୍ନିଶିଖା ତୁଲ୍ୟ ତେଜଃପୁଞ୍ଜ ବିରାଜିତ । ଏହା ଉପରେ ହଂସ-ପକ୍ଷୀର ଶଯ୍ୟାକାର ତେଜୋମୟ ପୀଠ । ତଦୁପରି ଗୋଟିଏ ଶ୍ୱେତହଂସ । ଏହି ହଂସର ଶରୀର ଜ୍ଞାନମୟ, ଦୁଇ ପକ୍ଷ ଆଗମ ଓ ନିଗମ । ଚରଣ ଦୁଇଟି ଶିବଶକ୍ତିମୟ, ଚଞ୍ଚୁପୁଟ ପ୍ରଣବସ୍ୱରୂପ ଏବଂ ନେତ୍ର ଓ କଣ୍ଠ କାମକଳାରୂପ । ଏହି ହଂସହିଁ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ପାଦପୀଠ ସ୍ୱରୂପ ।

ସେହି ହଂସ ଉପରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ **ବାଗ୍‌ଭବ ବୀଜ (ଗୁରୁବୀଜ) ଐଂ** ବିଦ୍ୟମାନ । ତାଙ୍କ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ତଦ୍‌ବୀଜ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ **ଗୁରୁଦେବ** ବିରାଜିତ । ତାଙ୍କର ବର୍ଣ୍ଣ ଶ୍ୱେତ ଏବଂ କୋଟି ସୂର୍ଯ୍ୟାଁଶୁ ତୁଲ୍ୟ ତେଜଃପୁଞ୍ଜ । ତାଙ୍କର ଦୁଇ ହାତ; ଗୋଟିଏ ହସ୍ତରେ 'ବର' ଓ ଅନ୍ୟ ହସ୍ତରେ 'ଅଭୟ' ଶୋଭା ପାଉଅଛି ।

ଶ୍ୱେତମାଲ୍ୟ ଏବଂ ଶ୍ୱେତଗନ୍ଧ ଧାରଣ ଏବଂ ଶ୍ୱେତବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ସେ ସହାସ୍ୟବଦନରେ, କରୁଣ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଚାହିଁ ରହିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ବାମ କ୍ରୋଡ଼ରେ ରକ୍ତବସନପରିହିତା, ସର୍ବାଙ୍କାରଭୂଷିତା ତରୁଣ ଅରୁଣ ସଦୃଶ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ **ଗୁରୁପତ୍ନୀ** ବିରାଜିତା । ସେ ବାମକରରେ ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମ ଧାରଣ କରିଛନ୍ତି ଓ ଦକ୍ଷିଣ କରରେ ଶ୍ରୀଗୁରୁ କଳେବର ବେଷ୍ଟନ କରି ଉପବିଷ୍ଟା ଅଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀଗୁରୁ ଓ ଗୁରୁପତ୍ନୀଙ୍କ ମସ୍ତକୋପରି ସହସ୍ର ଦଳ ପଦ୍ମଟି ଛତ୍ରସଦୃଶ ଶୋଭା ପାଉଅଛି ।

ଏହି ସହସ୍ରଦଳପଦ୍ମରେ ହଂସପୀଠ ଉପରେ ଗୁରୁପାଦୁକା ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କର ଗୁରୁ ବିଦ୍ୟମାନ । ସେ ଅଖଣ୍ଡମଣ୍ଡଳାକାରରେ ଚରାଚର ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଏହି ପଦ୍ମରେ ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରକାରରେ ସ-ପତ୍ନୀ ଗୁରୁଦେବଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ଏହି ଶତଦଳ ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ସର୍ବସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହୁଏ ଓ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ ।

ନବମ - ସହସ୍ରାର :

ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ର ଉପରେ ମହାଶୂନ୍ୟରେ ରକ୍ତକିଞ୍ଜଳ୍କ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ସହସ୍ରଦଳ ବିଶିଷ୍ଟ ନବମ ଚକ୍ର **ସହସ୍ରାର** ଅବସ୍ଥିତ । ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମର ଚାରି ଦିଗରେ ପଞ୍ଚାଶଦଳ ବିରାଜିତ ଏବଂ ଉପର୍ଯ୍ୟୁପରି କୋଡ଼ିଏଟି ସ୍ତରରେ ସଜ୍ଜିତ । ପ୍ରତି ସ୍ତରରେ ପଚାଶଦଳରେ ପଚାଶ ମାତୃକାବର୍ଣ୍ଣ ବିଦ୍ୟମାନ ।

ସହସ୍ରଦଳ କମଳ କର୍ଣ୍ଣିକାଭ୍ୟନ୍ତରରେ ତ୍ରିକୋଣାକାର ଚନ୍ଦ୍ରମଣ୍ଡଳ ବିରାଜିତ । ତାହାର ଅନ୍ୟ ନାମ **ଶକ୍ତିମଣ୍ଡଳ** । ଏହି ଶକ୍ତିମଣ୍ଡଳର ତିନି କୋଣରେ ଯଥାକ୍ରମେ ହ, ଲ, କ୍ଷ - ଏହି ତିନି ବର୍ଣ୍ଣ ବିଦ୍ୟମାନ ଏବଂ ତିନି ଦିଗରେ ସମସ୍ତ ସ୍ୱର ଓ ବ୍ୟଞ୍ଜନବର୍ଣ୍ଣ ସନ୍ନିବିଷ୍ଟ ରହିଅଛି ।

ସେହି ଶକ୍ତିମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ତେଜୋମୟ ବିସର୍ଗାକାର ମଣ୍ଡଳବିଶେଷ ବିଦ୍ୟମାନ। ତଦୁପରି ମଧ୍ୟାହ୍ନକାଳୀନ କୋଟିସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ୱରୂପ ତେଜଃପୁଞ୍ଜ ଗୋଟିଏ

ୁ ବିରାଜିତ । ତାହା ବିଶୁଦ୍ଧ ସ୍ଫଟିକ ସଦୃଶ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ବିନ୍ଦୁ ହିଁ ରମ ଶିବ ନାମରେ ଜଗଦୁତ୍ପତ୍ତି-ପାଳନ-ନାଶ-କରଣଶୀଳ ପରମେଶ୍ୱର। । ଅଜ୍ଞାନ-ତିମିରର ସୂର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱରୂପ ପରମାତ୍ମା। ଏହାଙ୍କୁହିଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସଂପ୍ରଦାୟ ନ୍ନ ଭିନ୍ନ ନାମରେ ଅଭିହିତ କରିଥାଆନ୍ତି । **ସାଧନବଳରେ ଏହି ବିନ୍ଦୁକୁ ତ୍ୟକ୍ଷ କରିବାକୁ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମସାକ୍ଷାତ୍‌କାର** କୁହାଯାଏ ।

ପରମଶିବ ସ୍ୱରୂପ ଏହି ବିନ୍ଦୁ ସତତ ଗଳିତ ସୁଧା ସଦୃଶ । ଏହା ଧରେ ସମସ୍ତ ସୁଧାର ଆଧାର ଗୋମୂତ୍ରବର୍ଣ୍ଣା **ଅମା** ନାମକ କଳା ବିଦ୍ୟ-ାନ । ଏହା ହିଁ ସମସ୍ତଙ୍କର ଇଷ୍ଟଦେବତା । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ତେଜୋରୂପ ରମ ନିର୍ବାଣଶକ୍ତି - ତଦୂପରେ **ନିରାକାର ମହାଶୂନ୍ୟ** ॥

ଏହି ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମରେ କଳ୍ପତରୁ ବିଦ୍ୟମାନ । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ଚତୁର୍ଦ୍ୱାର ଂଯୁକ୍ତ ଜ୍ୟୋତିର୍ମନ୍ଦିର । ତାହା ମଧ୍ୟରେ ପଞ୍ଚଦଶ ଅକ୍ଷରାତ୍ମିକା ବେଦିକା । ଦୁପରି ରତ୍ନସିଂହାସନରେ ଚରକାକାର ମହାକାଳୀ ଓ ମହାରୁଦ୍ର ବିରାଜିତ; ାହା ମହାଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ । ଏହାଙ୍କର ନାମ ଚିନ୍ତାମଣି ଗୃହରେ ମାୟାଚ୍ଛାଦିତ ରମାତ୍ମା ।

ଏହି ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଜଗଦୀଶ୍ୱରତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ କାମକଳାତତ୍ତ୍ୱ ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ। କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଦେବ କ୍ତ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣାଭିଷିକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ

କାମକଳା-ତତ୍ତ୍ୱ

ସାଧାରଣଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ନିଷେଧ କରିଅଛନ୍ତି । ତଣ୍ଡୁ ସାଧାରଣ ପାଠକଗଣଙ୍କ ନିକଟରେ ସେହି ଗୁହ୍ୟତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରକାଶ କରି ।ାରିଲି ନାହିଁ। ଏହି ପୁସ୍ତକରେ କାମକଳା ବୋଲି ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ଉଲ୍ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି, ସେହି ସେହି ସ୍ଥାନରେ ତ୍ରିକୋଣାକାର ବୋଲି ଭାବି ନେବେ । ପ୍ରାକ୍ତ ନବଚକ୍ର ବ୍ୟତୀତ ମନଚକ୍ର, ସୋମଚକ୍ର ପ୍ରଭୃତି ଆହୁରି ଅନେକ ୁପ୍ତଚକ୍ର ଅଛି ଏବଂ ପୂର୍ବୋଲ୍ଲିଖିତ ନବଚକ୍ରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚକ୍ର ତଳେ ଗୋଟିଏ

ଗୋଟିଏ ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖ ଚକ୍ର ଅଛି । ବାହୁଲ୍ୟ ଭୟରେ ଏବଂ ମୁଦ୍ରାଭାବରୁ ଗ୍ରନ୍ଥଟି ଅମୁଦ୍ରିତ ରହିଯିବ - ଏହି ଚିନ୍ତାରେ ସମ୍ୟକ୍ ତତ୍ତ୍ୱର ବିଶଦ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିଲି ନାହିଁ । ତେବେ ଯେତେଦୂର ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା, ତାହାହିଁ ସାଧକଙ୍କ ପକ୍ଷେ ଯଥେଷ୍ଟ ବୋଲି ମନେ କରେ । ପ୍ରୋକ୍ତ ନବଚକ୍ର ଧ୍ୟାନ କାଳରେ ସାଧକଙ୍କର ଗୋଟିଏ ।

ବିଶେଷ କଥା

ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ । ପଦ୍ମଗୁଡ଼ିକ ସର୍ବତୋମୁଖୀ; କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ଭୋଗୀ, ଅର୍ଥାତ୍ ଫଳ କାମନା କରନ୍ତି, ସେମାନେ ପଦ୍ମଗୁଡ଼ିକ ଅଧୋମୁଖୀ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରିବେ । ଆଉ ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗୀ ଅର୍ଥାତ୍ ମୋକ୍ଷଭିଳାଷୀ, ସେମାନେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖ ଚିନ୍ତା କରିବେ । ଏହିପରି ଭାବ ଭେଦରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବା ଅଧୋମୁଖ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ପୁଣି ପଦ୍ମଗୁଡ଼ିକ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଭାବନା କରାଯାଇ ନ ପାରେ ବୋଲି ଚତୁରାଙ୍ଗୁଳ ବିଶିଷ୍ଟ ବୋଲି କଳ୍ପନା କରି ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ଷୋଡ଼ଶାଧାରମ୍

"ପାଦାଙ୍ଗୁଷ୍ଠୌ ଚ ଗୁଲ୍ଫୌ ଚ
ପାୟୁମୂଳଂ ତଥା ପଶ୍ଚାତ୍ ଦେହମଧ୍ୟଞ୍ଚ ମେଢ୍ରକମ୍ ।
ନାଭିଶ୍ଚ ହୃଦୟଂ ଗାର୍ଗୀ କଣ୍ଠକୂପସ୍ତଥୈବ ଚ ।
ତାଳୁମୂଳଞ୍ଚ ନାସାୟା ମୂଳଂ ଚାକ୍ଷ୍ଣୋଶ୍ଚ ମଣ୍ଡଳେ ।
ଭ୍ରୁବୋର୍ମଧ୍ୟଂ ଲଲାଟଞ୍ଚ ମୂର୍ଦ୍ଧା ଚ ମୁନିପୁଙ୍ଗବେ ।"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ

ପ୍ରଥମ - ଦକ୍ଷିଣ ପଦାଙ୍ଗୁଷ୍ଠ, *ଦ୍ୱିତୀୟ* - ପାଦଗୁଲ୍‌ଫ, *ତୃତୀୟ* - ଗୁହ୍ୟଦେଶ, *ଚତୁର୍ଥ* - ଲିଙ୍ଗମୂଳ, *ପଞ୍ଚମ* - ନାଭିମଣ୍ଡଳ, *ଷଷ୍ଠ* - ହୃଦୟ, *ସପ୍ତମ* - କଣ୍ଠକୂପ, *ଅଷ୍ଟମ* - ଜିହ୍ୱାଗ୍ର, *ନବମ* - ଦନ୍ତାଧାର, *ଦଶମ* - ତାଲୁମୂଳ, *ଏକାଦଶ* - ନାସାଗ୍ରଭାଗ, *ଦ୍ୱାଦଶ* - ଭ୍ରୂମଧ୍ୟ, *ତ୍ରୟୋଦଶ* - ନେତ୍ରାଧାର, *ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ* - ଲଲାଟ, *ପଞ୍ଚଦଶ* - ମୂର୍ଦ୍ଧା ଓ *ଷୋଡ଼ଶ* - ସହସ୍ରାର-

ଏହି ଶ୍ଳୋକଟି ଆଧାର । ଏହାର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ କ୍ରିୟାବିଶେଷ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ଲୟଯୋଗ ସାଧନ ହୁଏ । କ୍ରିୟାକୌଶଳ 'ସାଧନକଳ୍ପ'ରେ ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି ।

ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟମ୍

"ଆଦି ଲକ୍ଷ୍ୟଃ ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଶ୍ଚ ଦ୍ୱିତୀୟଂ ବାଣସଂଜ୍ଞକମ୍ ।
ଇତରଂ ତତ୍ପରେ ଦେବୀ ଜ୍ୟୋତିରୂପଂ ସଦା ଭଜ ।।"

ସ୍ୱୟମ୍ଭୂ ଲିଙ୍ଗ, ବାଣଲିଙ୍ଗ ଓ ଇତରଲିଙ୍ଗ ଏହି ତିନି ଲିଙ୍ଗ ହିଁ ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏହି ଲିଙ୍ଗତ୍ରୟ ଯଥାକ୍ରମେ ମୂଳାଧାର, ଅନାହତ ଓ ଆଜ୍ଞା ଚକ୍ରରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ଅଛନ୍ତି ।

ବ୍ୟୋମପଞ୍ଚକମ୍

"ଆକାଶନ୍ତୁ ମହାକାଶଂ ପରାକାଶଂ ପରାତ୍ପରମ୍ ।
ତତ୍ତ୍ୱାକାଶଂ ସୂର୍ଯ୍ୟାକାଶଂ ଆକାଶଂ ପଞ୍ଚଲକ୍ଷଣମ୍ ।।"

ଆକାଶ, ମହାକାଶ, ପରାକାଶ, ତତ୍ତ୍ୱାକାଶ ଓ ସୂର୍ଯ୍ୟାକାଶ - ଏହା ହେଉଛି **ପଞ୍ଚବ୍ୟୋମ** । ପୃଥ୍ୱୀ, ଜଳ, ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ ଓ ଆକାଶ - ଏହି ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱକୁ **ପଞ୍ଚାକାଶ** କହନ୍ତି । ଏହି ପଞ୍ଚାକାଶର ବାସସ୍ଥାନ ଶରୀରତତ୍ତ୍ୱରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।

ଗ୍ରନ୍ଥିତ୍ରୟ

ବ୍ରହ୍ମଗ୍ରନ୍ଥି, ବିଷ୍ଣୁଗ୍ରନ୍ଥି, ଓ ରୁଦ୍ରଗ୍ରନ୍ଥି - ଏହି ତିନୋଟିକୁ ଗ୍ରନ୍ଥିତ୍ରୟ କହନ୍ତି । ମଣିପୁର ପଦ୍ମ **ବ୍ରହ୍ମଗ୍ରନ୍ଥି**, ଅନାହତ ପଦ୍ମ **ବିଷ୍ଣୁଗ୍ରନ୍ଥି** ଓ ଆଜ୍ଞାପଦ୍ମ **ରୁଦ୍ରଗ୍ରନ୍ଥି** ନାମରେ ଅଭିହିତ ।

ଶକ୍ତିତ୍ରୟ

"ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଶକ୍ତିର୍ଭବେତ୍ କଣ୍ଠଃ ଅଧଃଶକ୍ତିର୍ଭବେଦ୍‌ଗୁଦଃ ।
ମଧ୍ୟଶକ୍ତିର୍ଭବେନ୍ନାଭିଃ ଶକ୍ତ୍ୟତୀତଂ ନିରଞ୍ଜନମ୍ ।।"

- ଜ୍ଞାନସଙ୍କଳିନୀ ତନ୍ତ୍ର

କଣ୍ଠଦେଶରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ରରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଶକ୍ତି, ଗୁହ୍ୟଦେଶରେ ମୂଳାଧାର ଚକ୍ରରେ ଅଧଃଶକ୍ତି ଓ ନାଭିଦେଶରେ ମଣିପୁର ଚକ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଶକ୍ତି ବିରାଜିତା ଅଛନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକୁ **ଜ୍ଞାନ, ଇଚ୍ଛା ଓ କ୍ରିୟା** ଅଥବା **ଗୌରୀ, ବ୍ରାହ୍ମୀ ଓ ବୈଷ୍ଣବୀ** କହନ୍ତି । ଏହି ଶକ୍ତିତ୍ରୟ ହିଁ ପ୍ରଣବର ଜ୍ୟୋତିଃ ସ୍ୱରୂପ; ଯଥା:

"ଇଚ୍ଛା କ୍ରିୟା ତଥା ଜ୍ଞାନଂ ଗୌରୀ ବ୍ରାହ୍ମୀ ଚ ବୈଷ୍ଣବୀ ।
ତ୍ରିଧା ଶକ୍ତିଃ ସ୍ଥିତା ଲୋକେ ତତ୍‌ପରଂ ଜ୍ୟୋତିରୋମିତି ॥"

- ମହାନିର୍ବାଣତନ୍ତ୍ର, ୪

ମୂଳା ପ୍ରକୃତି ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମୋଗୁଣ ଭେଦରେ ତିନିଗୁଣରେ ବିଭକ୍ତ ହୋଇ ସୃଷ୍ଟି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରନ୍ତି ।

* * *

ସର୍ବାର୍ଥସାଧିନୀ, ସର୍ବଶକ୍ତିପ୍ରଦାୟିନୀ, ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦସ୍ୱରୂପିଣୀ, ଶମ୍ଭୁସୀମନ୍ତିନୀ ଶିବାଣୀଙ୍କ ଶକ୍ତିରେ ସୁଧୀ ସାଧକଗଣଙ୍କ ସାଧନସରଣୀ, ସୁଗମ ସାଧନୋଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଓ ସୁବିଧାର୍ଥେ ସର୍ବାଗ୍ରେ, ସାନନ୍ଦେ ସାଧମତେ ସମ୍ୟକ୍ ଶରୀରତତ୍ତ୍ୱ ସୁଶୃଙ୍ଖଳ ଓ ସୁନ୍ଦର ଭାବରେ ସନ୍ନିବେଶିତ କରି ବର୍ତ୍ତମାନ

ଯୋଗ ତତ୍ତ୍ୱ

ଆଲୋଚନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲି ।

'ଯୋଗ' କାହାକୁ କହନ୍ତି ?

"ସଂଯୋଗୋ ଯୋଗ ଇତ୍ୟୁକ୍ତୋ ଜୀବାତ୍ମା ପରମାତ୍ମନୋଃ ।"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ

ଜୀବାତ୍ମା ଓ ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ସଂଯୋଗରେ ହିଁ ଯୋଗ । ତଭିନ୍ନ ଦେହକୁ ଦୃଢ଼ୀକରଣର ନାମ ଯୋଗ, ମନକୁ ସୁସ୍ଥିର କରିବାର ନାମ ଯୋଗ, ଚିତ୍ତକୁ ଏକତାନ କରିବାର ନାମ ଯୋଗ, ନାଦ ଓ ବିନ୍ଦୁକୁ ଏକତ୍ର କରିବାର ନାମ ଯୋଗ, ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ରୁଦ୍ଧ କରିବାର ନାମ ଯୋଗ, ସହସ୍ରାରସ୍ଥିତ

ପରମଶିବଙ୍କ ସହିତ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିର ସଂଯୋଗର ନାମ **ଯୋଗ** । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଅସଂଖ୍ୟ ପ୍ରକାର ଯୋଗକଥା ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି, ଯଥା- ସାଂଖ୍ୟଯୋଗ, କ୍ରିୟାଯୋଗ, ଲୟଯୋଗ, ହଠଯୋଗ, ରାଜଯୋଗ, କର୍ମଯୋଗ, ଜ୍ଞାନଯୋଗ, ଭକ୍ତିଯୋଗ, ଧ୍ୟାନଯୋଗ, ବିଜ୍ଞାନଯୋଗ, ବ୍ରହ୍ମଯୋଗ, ବିବେକଯୋଗ, ବିଭୂତିଯୋଗ, ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷ ଯୋଗ, ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ, ପୁରୁଷୋତ୍ତମଯୋଗ, ମୋକ୍ଷଯୋଗ ଓ ରାଜାଧିରାଜଯୋଗ । ମୋଟ ଉପରେ ଭାବବ୍ୟାପକ କର୍ମ ମାତ୍ରକୁ ହିଁ ଯୋଗ କୁହାଯାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ବହୁବିଧ ଯୋଗ ସେହି ଏକପ୍ରକାର ଯୋଗ ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବାତ୍ମା ଓ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସମ୍ମିଳନର ହିଁ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ମାତ୍ର । ବସ୍ତୁତଃ ଯୋଗ ଏକପ୍ରକାର ବ୍ୟତୀତ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ନୁହେଁ; ତେବେ ସେହି ଏକ ପ୍ରକାର ଯୋଗ ସାଧନର ସୋପାନୀଭୂତ ଯେଉଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଛି, ସେହି ସବୁ ହିଁ ସ୍ଥାନବିଶେଷରେ ଉପଦେଶ ବିଶେଷରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଯୋଗ ବୋଲି ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି । **ମୂଳତଃ ଜୀବାତ୍ମା ଓ ପରମାତ୍ମାର ସଂଯୋଗ ସାଧନ ହିଁ ଯୋଗର ପ୍ରକୃତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ** । ବର୍ତ୍ତମାନ ଦେଖାଯାଉ, କି ଉପାୟରେ ଜୀବାତ୍ମା ଓ ପରମାତ୍ମାର ସଂଯୋଗ ସାଧିତ ହୁଏ । ତାହାର ସହଜ ଉପାୟ ବକ୍ଷ୍ୟମାଣ ଯୋଗପ୍ରଣାଳୀ । ଯୋଗର ଆଠଗୋଟି ଅଙ୍ଗ ଅଛି । ଯୋଗ ସାଧନରେ ସାଫଲ୍ୟଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ।

ଯୋଗର ଆଠଗୋଟି ଅଙ୍ଗ

ସାଧନ କରିବାକୁ ହେବ । **ସାଧନ ଅର୍ଥ ଅଭ୍ୟାସ** । ଯୋଗର ଆଠ ଗୋଟି ଅଙ୍ଗ; ଯଥା -

"ଯମଶ୍ଚ ନିୟମଶ୍ଚୈବ ଆସନଞ୍ଚ ତଥୈବ ଚ ।"
ପ୍ରାଣାୟାମସ୍ତଥା ଗାର୍ଗୀ ପ୍ରତ୍ୟାହାରଶ୍ଚ ଧାରଣା ।
ଧ୍ୟାନଂ ସମାଧିରେତାନି ଯୋଗାଙ୍ଗାନି ବରାନନେ ।"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞ୍ୟବଲ୍କ୍ୟ, ୧/୪୪

ଯମ, ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରତ୍ୟାହାର, ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି - ଯୋଗର ଏହି ଆଠୋଟି ଅଙ୍ଗ । ଯୋଗ କରିବାକୁ ହେଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମନୁଷ୍ୟ ହୋଇ ସ୍ୱରୂପ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ, ଏହି ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗର ସାଧନା ଅର୍ଥାତ୍ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପ୍ରଥମେ

ଯମ

କାହାକୁ କହନ୍ତି ଏବଂ ତାର ସାଧନା ପ୍ରଣାଳୀ ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

"ଅହିଂସା-ସତ୍ୟାସ୍ତେୟ-ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟାପରିଗ୍ରହା ଯମାଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୩୦

ଅହିଂସା, ସତ୍ୟ, ଅସ୍ତେୟ, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅପରିଗ୍ରହ - ଏଗୁଡ଼ିକୁ **ଯମ** କୁହାଯାଏ ।

ଅହିଂସା :

"ମନୋବାକ୍‌କାୟୈଃ ସର୍ବଭୂତାନ ମପୀଡ଼ନମ୍ ଅହିଂସା ।"

ମନ, ବାକ୍ୟ ଓ ଦେହ ଦ୍ୱାରା ଭୂତସକଳର ପୀଡ଼ା ଉପସ୍ଥିତ ନ କରିବାର ନାମ **ଅହିଂସା** । ଯେତେବେଳେ ମନ ମଧ୍ୟରେ ହିଂସାର ଛାୟାପାତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହେବ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଯାଇ **ଅହିଂସା ସାଧନ** ହେବ ।

"ଅହିଂସାପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ତତ୍‌ସନ୍ନିଧୌ ବୈରତ୍ୟାଗଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ ୩୫

ଯେତେବେଳେ ହୃଦୟରେ ଦୃଢ଼ରୂପେ ଅହିଂସା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଅନ୍ୟମାନେ ତାହା ପ୍ରତି ନିଜ ନିଜ ସ୍ୱାଭାବିକ ବୈରତା ପରିତ୍ୟାଗ କରିବେ; ଅର୍ଥାତ୍ ଚିତ୍ତ ହିଂସାଶୂନ୍ୟ ହେଲେ ସର୍ପ, ବ୍ୟାଘ୍ର ପ୍ରଭୃତି ହିଂସ୍ରଜନ୍ତୁଗଣ ସୁଦ୍ଧା ତାକୁ ହିଂସା କରିବେ ନାହିଁ ।

ସତ୍ୟ :

"ପରହିତାର୍ଥଂ ବାଙ୍‌ମନସୋ ଯଥାର୍ଥତ୍ୱଂ ସତ୍ୟମ୍ ।"

ପରହିତ ନିମିତ୍ତ ବାକ୍ୟବ୍ୟୟ ଓ ପରହିତ ନିମିତ୍ତ ମନର ଯେଉଁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବ, ତାହାକୁ **ସତ୍ୟ** କହନ୍ତି । ସରଳ ଚିତ୍ତରେ ଅକପଟ ବାକ୍ୟବ୍ୟୟ, ଯହିଁରେ ଲେଶମାତ୍ର ଦୁରଭିସନ୍ଧି ନାହିଁ, ତାହାହିଁ **ସତ୍ୟଭାଷଣ** । ସତ୍ୟ ସ୍ୱଭାବଗତ ହୋଇ ମନରେ ଆଉ ଯେତେବେଳେ ମିଥ୍ୟାର ଉଦୟ ହେବ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳେ ଯାଇ **ସତ୍ୟସାଧନ** ହେବ ।

"ସତ୍ୟପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ କ୍ରିୟାଫଳାଶ୍ରୟତ୍ୱମ୍ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୩୬

ଅନ୍ତରରେ ସତ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ, କୌଣସି କ୍ରିୟା ନ କରି ମଧ୍ୟ ତାହାର ଫଳ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ; ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ବାକ୍ୟ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ।

ଅସ୍ତେୟ :

"ପରଦ୍ରବ୍ୟାପହରଣତ୍ୟାଗୋଽସ୍ତେୟମ୍ ।"

ପରଦ୍ରବ୍ୟ ଅପହରଣ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାର ନାମ **ଅସ୍ତେୟ** ।

ପରଦ୍ରବ୍ୟ ଗ୍ରହଣର ଇଚ୍ଛା ସୁଦ୍ଧା ଯେତେବେଳେ ମନରେ ଉଦିତ ହେବ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଯାଇ **ଅସ୍ତେୟ ସାଧନ** ହେଲା ବୋଲି ଜାଣିବ ।

"ଅସ୍ତେୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ସର୍ବରତ୍ନୋପସ୍ଥାନମ୍ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୩୭

ଅଚୌର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ତାହା ନିକଟରେ ସମସ୍ତ ରତ୍ନ ଆପେ ଆପେ ଆସି ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଅସ୍ତେୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ବ୍ୟକ୍ତିର କେବେହେଲେ ଧନରତ୍ନର ଅଭାବ ରହେ ନାହିଁ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ :

"ବୀର୍ଯ୍ୟଧାରଣଂ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟମ୍ ।"

ଶରୀରସ୍ଥ ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ଅବିଚଳିତ ଓ ଅବିକୃତ ଅବସ୍ଥାରେ ଧାରଣ କରିବାର ନାମ **ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ** । ଶୁକ୍ର ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ; ସୁତରାଂ ସର୍ବତ୍ର, ସର୍ବଦା, ସର୍ବାବସ୍ଥାରେ ମୈଥୁନ ବର୍ଜ୍ଜନ କରି ବୀର୍ଯ୍ୟଧାରଣ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଅଷ୍ଟବିଧ ମୈଥୁନ ପରିତ୍ୟାଗ କଲେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ ହେବ ।

"ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ବୀର୍ଯ୍ୟଲାଭଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୩୮

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ବୀର୍ଯ୍ୟଲାଭ ହୁଏ; ଅର୍ଥାତ୍ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଦେହରେ ବ୍ରହ୍ମଣ୍ୟଦେବଙ୍କର ବିମଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ । ★ ।

ଅପରିଗ୍ରହ :

"ଦେହରକ୍ଷାତିରିକ୍ତଭୋଗସାଧନାସ୍ୱୀକାରୋଽପରିଗ୍ରହଃ ।"

ଦେହରକ୍ଷାର ଅତିରିକ୍ତ ଭୋଗସାଧନ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାର ନାମ **ଅପରିଗ୍ରହ** । ମୋଟ କଥା, ଲୋଭ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ଅପରିଗ୍ରହ କହନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଏହା ଲୋଡ଼ା, ତାହା ଲୋଡ଼ା, ମନରେ ଏକଥା ଉଦିତ ହେବ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଅପରିଗ୍ରହ ସାଧିତ ହେବ ।

"ଅପରିଗ୍ରହପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ଜନ୍ମକଥନ୍ତାସଂବୋଧଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୩୯

ଅପରିଗ୍ରହ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ପୂର୍ବଜନ୍ମର କଥା ସ୍ମୃତିପଟରେ ଉଦିତ ହେବ ।

★ ମଦ୍‌କୃତ 'ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟସାଧନ' ନାମକ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଏ ବିଷୟ ସମ୍ୟକ୍ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି ଓ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷାର ଉପାୟ ମଧ୍ୟ ଉକ୍ତ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।

ଉପରୋକ୍ତ ସମସ୍ତ ସାଧନା ହେଲେ ଯମ ସାଧନ ହେଲା ବୋଲି ଜାଣିବ। ପ୍ରକୃତ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ସକଳ ଦେଶର ସର୍ବଶ୍ରେଣୀର ଲୋକଙ୍କୁ ଏହି ଯମସାଧନାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ। ଏହା ନ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ଓ ପଶୁ ମଧ୍ୟରେ କିଛି ହେଲେ ପ୍ରଭେଦ ରହେ ନାହିଁ। ବର୍ତ୍ତମାନ -

ନିୟମ

କାହାକୁ କହନ୍ତି ଓ ତାହା କିପରି ସାଧନ କରିବାକୁ ହୁଏ, ଏହା ଅବଗତ ହେବା ଦରକାର ।

"ଶୌଚସନ୍ତୋଷତପଃସ୍ୱାଧ୍ୟାୟେଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାନି ନିୟମାଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୩୨

ଶୌଚ, ସନ୍ତୋଷ, ତପସ୍ୟା, ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଓ ଈଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନ -ଏହି ପଞ୍ଚବିଧ କ୍ରିୟାର ନାମ **ନିୟମ** । ଏସବୁକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାର ନାମ **ନିୟମସାଧନ** ।

ଶୌଚ :

"ଶୌଚଂ ତୁ ଦ୍ୱିବିଧଂ ପ୍ରୋକ୍ତଂ ବାହ୍ୟମାଭ୍ୟନ୍ତରନ୍ତଥା ।
ମୃଜ୍ଜଳାଭ୍ୟାଂ ସ୍ମୃତଂ ବାହ୍ୟଂ, ମନଃଶୁଦ୍ଧିସ୍ତଥାନ୍ତରମ୍ ॥"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ

ଶରୀର ଓ ମନର ମାଳିନ୍ୟ ଦୂର କରିବାର ନାମ **ଶୌଚ** । ତାହା ବୋଲି ସ୍ନୋ, ସାବୁନ, ଅତର ବା ଏସେନ୍ସ ପ୍ରଭୃତି ବିଳାସିତାର ଆଡ଼ମ୍ବର କରିବା ଶୌଚ ନୁହେଁ । ଗୋମୟ, ମୃତ୍ତିକା ଓ ଜଳାଦି ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଏବଂ ଦୟାଦି ସଦ୍‌ଗୁଣ ଦ୍ୱାରା ମନର ମାଳିନ୍ୟ ଦୂର କରିବାକୁ ହୁଏ ।

"ଶୌଚାତ୍ ସ୍ୱାଙ୍ଗଜୁଗୁପ୍ସା ପରୈରସଂସର୍ଗଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୪୦

ମନୁଷ୍ୟ ଯଥାର୍ଥରେ ଶୁଚି ହେଲେ ନିଜ ଦେହକୁ ଅଶୁଚି ବୋଧକରି ତତ୍‌ପ୍ରତି ଅବଜ୍ଞା ଜନ୍ମେ ଏବଂ ପରସଙ୍ଗ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ଘୃଣା ଜାତ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ‘ ଅବଧୂତ ଗୀତା ’ର ଏହି ମହାନ୍ ବାକ୍ୟ ମନେପଡ଼େ । ଯଥା-

‘‘ବିଷ୍ଠାଦିନରକଂ ଘୋରଂ ଭଗଂ ଚ ପରିନିର୍ମିତମ୍ ।
କିମୁପଶ୍ୟସି ରେ ଚିତ୍ତ ! କଥଂ ତତ୍ରୈବ ଧାବସି ?’’

- ଅବଧୂତ ଗୀତା ୮/୧୪

ସନ୍ତୋଷ :

‘‘ଯଦୃଚ୍ଛାଲାଭତୋ ନିତ୍ୟଂ ମନଃ ପୁଂସୋ ଭବେଦିତି
ଯା ଧୀସ୍ତାମୃଷୟଃ ପ୍ରାହୁଃ ସନ୍ତୋଷଂ ସୁଖଲକ୍ଷଣମ୍ ।।’’

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍‌କ୍ୟ

ପ୍ରତ୍ୟହ ଯତ୍‌କିଞ୍ଚିତ ଲାଭରେ ମନରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରୂପ ବୁଦ୍ଧି ରହିବାକୁ **ସନ୍ତୋଷ** କୁହାଯାଏ । ମୋଟ ଉପରେ ଦୁରାକାଂକ୍ଷା ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାର ନାମ **‘ସନ୍ତୋଷ’** ।

‘‘ସନ୍ତୋଷାଦନୁତ୍ତମଃ ସୁଖଲାଭଃ ।’’ (ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୪୨)

ସନ୍ତୋଷ ସିଦ୍ଧ ହେଲେ ଅନୁତ୍ତମ ସୁଖ ଲାଭ ହୁଏ । ସେ ସୁଖ ଅନିର୍ବଚନୀୟ । ତାହା ହେଉଛି ବିଷୟ ନିରପେକ୍ଷ ସୁଖ ଅର୍ଥାତ୍ ବାହ୍ୟବସ୍ତୁ ସହିତ ଏହି ସୁଖର କୌଣସି [illegible] ନାହିଁ ।

ତପସ୍ୟା :

‘‘ବିଧିନୋକ୍ତେନ ମାର୍ଗେଣ କୃଚ୍ଛ୍ର ଚାନ୍ଦ୍ରାୟଣାଦିଭିଃ ।
ଶରୀରଶୋଷଣଂ ପ୍ରାହୁସ୍ତପସ୍ୟାଂ ତପ ଉତ୍ତମମ୍ ।’’

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍‌କ୍ୟ

ବେଦବିଧାନାନୁସାରେ କୃଚ୍ଛ୍ରଚାନ୍ଦ୍ରାୟଣାଦି ବ୍ରତୋପବାସ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଶୁଷ୍କ କରିବାକୁ ଉତ୍ତମ **‘ତପସ୍ୟା’** କହନ୍ତି । ତପସ୍ୟା ନ କଲେ ଯୋଗସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରା ଯାଇପାରେ ନାହିଁ ।

"ନାତପସ୍ୱିନୋଃ ଯୋଗଃ ସିଧ୍ୟତି ।"

ତପସ୍ୟା ସାଧନ କଲେ ଅଣିମାଦି ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ଲାଭ ହୁଏ । ଯଥା - *"କାୟେନ୍ଦ୍ରିୟସିଦ୍ଧିରଶୁଦ୍ଧିକ୍ଷୟାତ୍ତପସଃ ।" (ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୪୩)*

ତପସ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟବର୍ଗଙ୍କର ଅଶୁଦ୍ଧି କ୍ଷୟ ହୋଇଯାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଦେହଶୁଦ୍ଧି ହେଲେ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଦେହକୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବା ସ୍ଥୂଳ କରିବାର କ୍ଷମତା ଜନ୍ମେ ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଶୁଦ୍ଧ ହେଲେ ସୂକ୍ଷ୍ମଦର୍ଶନ, ସୂକ୍ଷ୍ମଶ୍ରବଣ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଘ୍ରାଣ, ସୂକ୍ଷ୍ମସ୍ୱାଦଗ୍ରହଣ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମସ୍ପର୍ଶ ଇତ୍ୟାଦି ବିଷୟସକଳ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଶକ୍ତି ଜନ୍ମେ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ :

'ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟଃ ପ୍ରଣବଶ୍ରୀରୁଦ୍ରପୁରୁଷସୂକ୍ତାଦିମନ୍ତ୍ରାଣାଞ୍ଜପଃ ମୋକ୍ଷଶାସ୍ତ୍ରାଧ୍ୟୟନଞ୍ଚ ।'

ପ୍ରଣବ ଓ ସୂକ୍ତମନ୍ତ୍ରାଦିର ଅର୍ଥ ଚିନ୍ତାପୂର୍ବକ ଜପ କରିବାକୁ ଏବଂ ବେଦ ଓ ଭକ୍ତିଶାସ୍ତ୍ରାଦି ଭକ୍ତିପୂର୍ବକ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବାକୁ **ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ** କହନ୍ତି ।

"ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟାଦିଷ୍ଟଦେବତାସମ୍ପ୍ରୟୋଗଃ ।" (ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୪୪)

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଦ୍ୱାରା ଇଷ୍ଟଦେବତା ଦର୍ଶନ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ :

"ଈଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାଦ୍ୱା " (ପାତଞ୍ଜଳ, ଦର୍ଶନ)

ଭକ୍ତି-ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ନିକଟରେ ଚିତ୍ତ ସମର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କର ଉପାସନା କରିବାହିଁ ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ ।

"ସମାଧିରୀଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାତ୍ "

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୪୫

ଈଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନ ଦ୍ୱାରା ଯୋଗର ଚରମଫଳ ସମାଧିସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ ଦ୍ୱାରା ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ସାଧିତ ହୁଏ, ଅନ୍ୟ ଭାବରେ ସେତେ ଶୀଘ୍ର କଦାପି କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ । କାରଣ ତାଙ୍କ ଚିନ୍ତାରେ ତାଙ୍କ ଭାସ୍ୱର ଜ୍ୟୋତିଃ ହୃଦୟରେ ନିପତିତ ହୋଇ ସମସ୍ତ ମଳରାଶି ବିଦୂରୀତ କରିଦିଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୋଗର ତୃତୀୟାଙ୍ଗ-

ଆସନ

କିପରି ସାଧନ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ଜାଣିବାକୁ ହେବ ।

"ସ୍ଥିରସୁଖମାସନମ୍ ।" (ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ,୪୮)

ଶରୀର ହଲଚଲ ହେବ ନାହିଁ, ବେଦନା ହେବ ନାହିଁ, ଚିତ୍ତରେ କୌଣସି ରୂପେ ଉଦ୍ବେଗ ଜନ୍ମିବ ନାହିଁ, ଏହି ଭାବରେ ସୁଖରେ ଉପବେଶନ କରିବାର ନାମ **'ଆସନ'** । ଯୋଗାଶାସ୍ତ୍ରରେ ବହୁ ପ୍ରକାର ଆସନର କଥା ଉଲ୍ଲିଖିତ ଅଛି । ସେଥିମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଧାନ କେତୋଟି ଆସନ ଓ ସେସବୁର ସାଧନ କୌଶଳ 'ସାଧନକଳ୍ପ'ରେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୋଇଅଛି ।

"ତତୋ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱାନଭିଘାତଃ ।" (ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୪୮)

ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ସର୍ବପ୍ରକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ନିବୃତ୍ତ ହୁଏ; ଅର୍ଥାତ୍ ଶୀତ, ଗ୍ରୀଷ୍ମ, କ୍ଷୁଧା, ତୃଷ୍ଣା, ରାଗ ଓ ଦ୍ୱେଷ ପ୍ରଭୃତି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱସକଳ ଯୋଗସିଦ୍ଧିର ବ୍ୟାଘାତ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ ହେଲେ ଯୋଗର **ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଓ ଗୁରୁତର ବିଷୟ ଚତୁର୍ଥାଙ୍ଗ** ।

ପ୍ରାଣାୟାମ

ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପ୍ରଥମେ ଦେଖାଯାଉ, ପ୍ରାଣାୟାମ କାହାକୁ କହନ୍ତି ।

"ତସ୍ମିନ୍‌ସତି ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସୟୋର୍ଗତିବିଚ୍ଛେଦଃ ପ୍ରାଣାୟାମଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ ପାଦ, ୪୯

ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ସ୍ୱାଭାବିକ ଗତିକୁ ଭଙ୍ଗ କରି ଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ନିୟମରେ ବିଧୃତ କରିବାର ନାମ **'ପ୍ରାଣାୟାମ'** । ତଦ୍‌ଭିନ୍ନ ପ୍ରାଣ ଓ ଅପାନ ବାୟୁର ସଂଯୋଗକୁ ମଧ୍ୟ **ପ୍ରାଣାୟାମ** କହନ୍ତି । ଯଥା-

"ପ୍ରାଣାପାନସମାଯୋଗଃ ପ୍ରାଣାୟାମ ଇତୀରିତଃ ।
ପ୍ରାଣାୟାମ ଇତି ପ୍ରୋକ୍ତୋ ରେଚକପୂରକକୁମ୍ଭକୈଃ ॥"

- ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ, ୬/୨

ପ୍ରାଣାୟାମ କହିଲେ ଆମ୍ଭେମାନେ ସାଧାରଣତଃ ରେଚକ, ପୂରକ ଓ କୁମ୍ଭକ - ଏହି କ୍ରିୟାକୁ ବୁଝିଥାଉଁ । ବହିଃସ୍ଥ ବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ଅଭ୍ୟନ୍ତର ଅଂଶ ପୂରଣ କରିବାକୁ **ପୂରକ;** ଜଳପୂର୍ଣ୍ଣ କୁମ୍ଭପରି ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ବାୟୁ ଧାରଣ କରିବାକୁ **କୁମ୍ଭକ** ଏବଂ ସେହି ଧୃତବାୟୁ ବାହାରକୁ ନିଃସାରଣ କରିବାକୁ **ରେଚକ** କହନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ହସ୍ତର ଦକ୍ଷିଣଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟ ଧାରଣପୂର୍ବକ ବାୟୁ ରୋଧ କରି ପ୍ରଣବ (ଓଁ) ଅଥବା ନିଜ ନିଜ ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ର ଷୋଡ଼ଶ ବାର ଜପ କରି ପୂରକ କରିବ । ତତ୍ପରେ ବାମ-ନାସାପୁଟ ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ପୂରଣ କରି, କନିଷ୍ଠା ଓ ଅନାମିକା ଅଙ୍ଗୁଳିଦ୍ୱାରା ବାମନାସାପୁଟ ଧାରଣ କରି ବାୟୁରୋଧ ପୂର୍ବକ ଓଁ ବା ମୂଳମନ୍ତ୍ର ଚୌଷଠିବାର ଜପ କରୁ କରୁ କୁମ୍ଭକ କରିବ; ତତ୍ପରେ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସାପୁଟରୁ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ବାହାର କରି ନେଇ ଓଁ ବା ମୂଳମନ୍ତ୍ର ବତ୍ରିଶ ଥର ଜପ କରୁ କରୁ ଏହି ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟରେ ବାୟୁ ରେଚକ କରିବ; ଏହି ଭାବରେ ପୁନରାୟ ବିପରୀତ କ୍ରମରେ ଅର୍ଥାତ୍ ଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ ପରେ ଏହି ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଓଁ ବା ମୂଳମନ୍ତ୍ର ଜପ କରୁକରୁ ପୂରକ ଏବଂ ଉଭୟ ନାସାପୁଟ ଧରି କୁମ୍ଭକ, ଶେଷରେ ବାମନାସାରେ ରେଚକ କରିବ। ତତ୍ପରେ ପୁନରାୟ ଅବିକଳ ପ୍ରଥମ ଥର ପରି ନାସାଧାରଣ କ୍ରମାନୁସାରେ ପୂରକ, କୁମ୍ଭକ ଓ ରେଚକ କରିବ । ବାମହସ୍ତର କରରେଖା ଦ୍ୱାରା ଜପସଂଖ୍ୟା ରଖିବ ।

ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସଂଖ୍ୟାରେ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହେଲେ ୮-୩୨-୧୬ ଅଥବା ୪-୧୬-୮ ଥର ଜପ କରି ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବ । ଅନ୍ୟ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀଗଣ ବା ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମନ୍ତ୍ର ଜପର ସୁବିଧା ନାହିଁ, ସେମାନେ ଏକ ଦୁଇ ଏହିପରି ସଂଖ୍ୟା ଗଣନା କରି ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବେ; ନତୁବା ଫଳ ହେବ ନାହିଁ । କାରଣ ତାଳେ ତାଳେ ନିଃଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପୁଣି ସାବଧାନ ! ଯେପରି ସବେଗରେ ରେଚକ ବା ପୂରକ ନ ହୁଏ । ରେଚକ ସମୟରେ ବିଶେଷ ସତର୍କ ଓ ସାବଧାନ ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏପରି ଅଳ୍ପ ବେଗରେ ଶ୍ୱାସ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ, ହସ୍ତସ୍ଥିତ ଛତୁଚୂର୍ଣ୍ଣ ଯେପରି ନିଃଶ୍ୱାସ ବେଗରେ ଉଡ଼ି ନ ଯାଏ । ପ୍ରାଣାୟାମ

କାଳରେ ସୁଖାସନରେ ଉପବେଶନ କରି ମେରୁଦଣ୍ଡ, ବେକ ଓ ମସ୍ତକ ସିଧା ସଳଖ ଭାବରେ ରଖିବାକୁ ହୁଏ ଏବଂ ଭ୍ରୂ ମଧ୍ୟରେ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ଏହାକୁ **ସହିତ କୁମ୍ଭକ** କହନ୍ତି । ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରରେ ଅଷ୍ଟ ପ୍ରକାର କୁମ୍ଭକ ବିଷୟ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । ଯଥା -

''ସହିତଃ ସୂର୍ଯ୍ୟଭେଦଶ୍ଚ ଉଜ୍ଜାୟୀ ଶୀତଳୀ ତଥା ।
ଭସ୍ତ୍ରିକା ଭ୍ରାମରୀ ମୂର୍ଚ୍ଛା କେବଳୀ ଚାଷ୍ଟକୁମ୍ଭିକା ।''

- ଗୋରକ୍ଷ ସଂହିତା, ୧୯୫

ସହିତ, ସୂର୍ଯ୍ୟଭେଦ, ଉଜ୍ଜାୟୀ, ଶୀତଳୀ, ଭସ୍ତ୍ରିକା, ଭ୍ରାମରୀ, ମୂର୍ଚ୍ଛା ଓ କେବଳୀ - ଏହି ଆଠ ପ୍ରକାର କୁମ୍ଭକ ★ । ଏ ସବୁର ବିଶେଷ ବିବରଣୀ ମୁହେଁ ମୁହେଁ କହି କୌଶଳ ଶିଖାଇ ନ ଦେଲେ ସାଧାରଣଙ୍କ ପକ୍ଷରେ କୌଣସି ଉପକାର ମିଳିବ ନାହିଁ, ତେଣୁ କ୍ଷାନ୍ତ ହେଲି । ବିଶେଷତଃ ଟଙ୍କାର ଅଭାବ, ଟଙ୍କା ଥିଲେ ଶଙ୍କା ନ ଥିଲା । ଡଙ୍କା ପିଟି ଏ ଲଙ୍କା ସେ ଲଙ୍କା ଲେଖି ପାରିଥା'ନ୍ତି ।

''ତତଃ କ୍ଷୀୟତେ ପ୍ରକାଶାବରଣମ୍ ।'' (ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୫୨)

ପ୍ରାଣାୟାମ ସିଦ୍ଧି ହେଲେ ମୋହରୂପ ଆବରଣ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ, ପ୍ରାଣାୟାମପରାୟଣ ବ୍ୟକ୍ତି ସର୍ବ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଅନୁଷ୍ଠାନର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ହେଲେ ନାନାବିଧ ରୋଗର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ; ଯଥା -

''ପ୍ରାଣାୟାମେନ ଯୁକ୍ତେନ ସର୍ବରୋଗକ୍ଷୟୋ ଭବେତ୍ ।
ଅଯୁକ୍ତାଭ୍ୟାସଯୋଗେନ ସର୍ବରୋଗସମୁଦ୍ଭବଃ ।
ହିକ୍କାଶ୍ୱାସଶ୍ଚ କାଶଶ୍ଚ ଶିରଃକର୍ଣ୍ଣାକ୍ଷିବେଦନା ।
ଭବନ୍ତି ବିବିଧା ଦୋଷାଃ ପବନସ୍ୟ ବ୍ୟତିକ୍ରମାତ୍ ।''

- ସିଦ୍ଧି ଯୋଗ

★ *ମତ୍ପ୍ରଣୀତ 'ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ' ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଉକ୍ତ ଆଠ ପ୍ରକାର ପ୍ରାଣାୟାମର ସାଧନପଦ୍ଧତି ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି ।*

ଯଥାନିୟମରେ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ ସର୍ବରୋଗ କ୍ଷୟ ହୁଏ; କିନ୍ତୁ ଅନିୟମ ବା ବାୟୁର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ହେଲେ ହିକ୍କା, ଶ୍ୱାସ, କାଶ ଓ ଚକ୍ଷୁ-କର୍ଣ୍ଣ-ମସ୍ତକର ପୀଡ଼ା ଆଦି ନାନ ରୋଗ ସମ୍ଭୁଭବ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରାଣାୟାମ ନିୟମିତ ଅଭ୍ୟାସ ହେଲେ ଯୋଗର ପଞ୍ଚମାଙ୍ଗ -

ପ୍ରତ୍ୟାହାର

ସାଧନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପ୍ରାଣାୟାମ ଅପେକ୍ଷା ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଆହୁରି କଠିନ ବ୍ୟାପାର । ଯଥା-

"ସ୍ୱସ୍ୱବିଷୟସମ୍ପ୍ରୟୋଗାଭାବେ ଚିତ୍ତସ୍ୟସ୍ୱରୂପାନୁକାର ଇବେନ୍ଦ୍ରିୟାଣାଂ ପ୍ରତ୍ୟାହାରଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନପାଦ, ୫୪

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ନିଜ ନିଜ ଗ୍ରହଣୀୟ ବିଷୟ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଅବିକୃତ ଅବସ୍ଥାରେ ଚିତ୍ତର ଅନୁଗତ ହୋଇ ରହିବାର ନାମ **ପ୍ରତ୍ୟାହାର** । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ସ୍ୱଭାବତଃ ଭୋଗ୍ୟବିଷୟ ପ୍ରତି ପ୍ରଧାବିତ ହୋଇଥାନ୍ତି; ସେହି ବିଷୟରୁ ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତିନିବୃତ୍ତ କରିବାକୁ **ପ୍ରତ୍ୟାହାର** କୁହାଯାଏ ।

"ତତଃ ପରମବଶ୍ୟତେନ୍ଦ୍ରିୟାଣାମ୍ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ସାଧନ-ପାଦ, ୫୫

ପ୍ରତ୍ୟାହାର ସାଧନାରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ବଶୀଭୂତ ହୁଅନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟାହାର-ପରାୟଣ ଯୋଗୀ ପ୍ରକୃତିକୁ ସ୍ୱଚିତ୍ତବଶକୁ ଆନୟନ କରିବା ଫଳରେ ପରମ ସ୍ଥୈର୍ଯ୍ୟ ଲାଭ କରିଥାନ୍ତି । ଏଥିରେହିଁ ବହିଃପ୍ରକୃତି ବଶୀଭୂତା ହୁଅନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟାହାର ପରେ ଯୋଗର ଷଷ୍ଠାଙ୍ଗ

ଧାରଣା

ସାଧନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଧାରଣା କାହାକୁ କହନ୍ତି ?

"ଦେଶବନ୍ଧଶ୍ଚିତ୍ତସ୍ୟ ଧାରଣା ।" *(ପାତଞ୍ଜଳ, ବିଭୂତି ପାଦ, ୧)*

ଚିତ୍ତକୁ ଦେଶବିଶେଷରେ ବନ୍ଧନ କରି ରଖିବାର ନାମ **ଧାରଣା**; ଅର୍ଥାତ୍ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଷୋଡ଼ଶାଧାରରେ କିମ୍ବା କୌଣସି ଦେବଦେବୀଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରେ ଚିତ୍ତକୁ ଆବଦ୍ଧ କରି ରଖିବାର ନାମ **ଧାରଣା** ।

ବିଷୟାନ୍ତର ଚିନ୍ତା ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁରେ ଚିତ୍ତକୁ ଆରୋପଣପୂର୍ବକ ବାନ୍ଧିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ଚିତ୍ତ କ୍ରମଶଃ ଏକମୁଖୀ ହେବ । ଧାରଣା ସ୍ଥାୟୀ ହେଲେ କ୍ରମେ ତାହାହିଁ

ଧ୍ୟାନ

ନାମକ ଯୋଗର ସପ୍ତମାଙ୍ଗରେ ପରିଣତ ହେବ; ଯଥା-

"ତତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟୟୈକତନତା ଧ୍ୟାନମ୍ ।" (ପାତଞ୍ଜଳ, ବିଭୂତି-ପାଦ, ୨)

ଧାରଣା ଦ୍ୱାରା ଧାରଣୀୟ ପଦାର୍ଥରେ ଚିତ୍ତର ଯେଉଁ ଏକାଗ୍ରତାଭାବ ଜନ୍ମେ, ଯେ ତାହାହିଁ **ଧ୍ୟାନ** । ଚିତ୍ତ ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମାର ସ୍ୱରୂପ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ **ଧ୍ୟାନ** କହନ୍ତି । ସଗୁଣ ଓ ନିର୍ଗୁଣ ଭେଦରେ ଧ୍ୟାନ ଦୁଇପ୍ରକାର । ପରମବ୍ରହ୍ମଙ୍କର କିମ୍ବା ସହସ୍ରାରସ୍ଥିତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କରିବାର ନାମ **ନିର୍ଗୁଣ ଧ୍ୟାନ** ।

ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଗଣପତି, ବିଷ୍ଣୁ, ଶିବ ଓ ଆଦ୍ୟା ପ୍ରଭୃତି କିମ୍ବା ଷଟ୍‌ଚକ୍ରସ୍ଥିତ ଭିନ୍ନ, ଭିନ୍ନ ଦେବତାଙ୍କ ଧ୍ୟାନ କରିବାର ନାମ **ସଗୁଣ ଧ୍ୟାନ** ।

ସଗୁଣ ଓ ନିର୍ଗୁଣ ଧ୍ୟାନ ଭିନ୍ନ ଅନେକେ ଜ୍ୟୋତିଃଧ୍ୟାନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଧ୍ୟାନର ପରିପକ୍ୱାବସ୍ଥା ହିଁ

ସମାଧି

ଧ୍ୟାନ ଗାଢ଼ ହେଲେ ଧ୍ୟେୟ ବସ୍ତୁ ଓ ମୁଁ - ଏପରି ପୃଥକ୍ ଜ୍ଞାନ ରହେ ନାହିଁ । ଚିତ୍ତ ସେତେବେଳେ ଧ୍ୟେୟବସ୍ତୁରେ ହିଁ ବିନିଯୁକ୍ତ ଅର୍ଥାତ୍ ସେଥିରେ ଲୀନ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ଲୟ ଅବସ୍ଥାକୁ **ସମାଧି** କହନ୍ତି ।

"ତଦେବାର୍ଥମାତ୍ରନିର୍ଭାସଂ ସ୍ୱରୂପଶୂନ୍ୟମିବ ସମାଧିଃ ।"

- ପାତଞ୍ଜଳ, ବିଭୂତି ପାଦ, ୩

କେବଳ ସେହି ପଦାର୍ଥ (ସ୍ୱରୂପ ଆତ୍ମା) ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛନ୍ତି - ଏହିପରି ଆଭାସ-ଜ୍ଞାନ ମାତ୍ର ରହିବ, ଆଉ ଅନ୍ୟ କିଛି ଜ୍ଞାନ ରହିବ ନାହିଁ । ଧ୍ୟେୟ **ବସ୍ତୁରେ ଚିତ୍ତର ଏହିପରି ଯେଉଁ ତନ୍ମୟତା, ତାହାର ନାମ ସମାଧି ।** ଜୀବାତ୍ମା ପରମାତ୍ମାର ସମତାବସ୍ଥାକୁ **ସମାଧି** କହନ୍ତି ।

"ସମାଧିଃ ସମତାବସ୍ଥା ଜୀବାତ୍ମପରମାତ୍ମନୋଃ ।"

- ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ସଂହିତା

ବେଦାନ୍ତ ମତରେ ସମାଧି ଦୁଇପ୍ରକାର । ଯଥା- ସବିକଳ୍ପ ଓ ନିର୍ବିକଳ୍ପ ।

ଜ୍ଞାତା, ଜ୍ଞାନ, ଜ୍ଞେୟ-ଏହି ପଦାର୍ଥ ତ୍ରୟର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଜ୍ଞାନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଅଦ୍ୱିତୀୟ ବ୍ରହ୍ମବସ୍ତୁରେ ଅଖଣ୍ଡାକାର ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ଅବସ୍ଥାନର ନାମ 'ସବିକଳ୍ପ ସମାଧି' । ପାତଞ୍ଜଳ ଦର୍ଶନରେ ଏହାହିଁ **ସମ୍ପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧି** ନାମରେ ଉକ୍ତ ।

ଜ୍ଞାତା, ଜ୍ଞାନ ଓ ଜ୍ଞେୟ - ଏହି ପଦାର୍ଥ ତ୍ରୟର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଜ୍ଞାନର ଅଭାବ ହୋଇ ଅଦ୍ୱିତୀୟ ବ୍ରହ୍ମବସ୍ତୁରେ ଅଖଣ୍ଡାକାର ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିର ଅବସ୍ଥାନର ନାମ **ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି** । ପାତଞ୍ଜଳ ମତରେ ଏହାହିଁ **ଅସମ୍ପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧି** ।

ଏହି ବକ୍ଷ୍ୟମାଣ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗର ପ୍ରଣାଳୀ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ । କ୍ରମେ କ୍ରମେ ଏହି ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗ ସାଧନାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିପାରିଲେ, ମରଜଗତରେ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ ହୁଏ । ଅଧିକ ବା କଅଣ କହିବି ? କୌଣସି ପ୍ରକାର କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ ନ କରି କେବଳ ଏହାର ଯମନିୟମ ପାଳନ କଲେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ଜନ୍ମିଥାଏ । ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ସାଧନ କଲେ ଆଉ କଅଣ ବାକୀ ରହିବ ?- ମାନବଜନ୍ମଧାରଣ ସାର୍ଥକ ହୋଇଯିବ ! କିନ୍ତୁ ଏହା ଯେପରି ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ, ସେହିପରି କଠିନ ଓ ଗୁରୁତର ବ୍ୟାପାର: ସମସ୍ତଙ୍କର ସାଧ୍ୟାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ସିଦ୍ଧ ଯୋଗୀଗଣ ଏହି ମୂଳ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗରୁ ଭଙ୍ଗା ଗଢ଼ା କରି ସହଜ ସୁଖସାଧ୍ୟ ଯୋଗ-କୌଶଳ ଆବିଷ୍କାର କରିଅଛନ୍ତି । ମୁଁ ସେଥିପାଇଁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗଯୋଗର ବିଶେଷ ବିବରଣ ବିଶଦଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ ନ କରି ବର୍ତ୍ତମାନ ସଂକ୍ଷେପରେ ଶେଷ କଲି ।

ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଶିବ ଏ ତିନି ଜଣ ମଧ୍ୟ ଯୋଗ ସାଧନ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପରମଯୋଗୀ ସଦାଶିବଙ୍କ ପଞ୍ଚମ ଅଧ୍ୟୟରେ ଦଶବିଧ ଯୋଗକଥା ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଧାନତଃ

ଚାରି ପ୍ରକାର ଯୋଗ

ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି ।

''ମନ୍ତ୍ରଯୋଗୋ ହଠଶ୍ଚୈବ ଲୟଯୋଗସ୍ତୃତୀୟକଃ ।
ଚତୁର୍ଥୋ ରାଜଯୋଗଃ ସ୍ୟାତ୍ ସ ଦ୍ୱିଧାଭାବର୍ଜିତଃ ।।''

- ଶିବ ସଂହିତା, ୫/୧୭

ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ, ହଠଯୋଗ, ଲୟଯୋଗ ଓ ରାଜଯୋଗ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରରେ ଏହି ଚାରି ପ୍ରକାର ଯୋଗର ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ -

ମନ୍ତ୍ର ଯୋଗ :

ସାଧନ କରି ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବା ଏକପ୍ରକାର ଅସମ୍ଭବ ହୋଇପଡ଼ିଛି ।

''ମନ୍ତ୍ରଜପାନ୍ମନୋଲୟୋ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗଃ ।''

ମନ୍ତ୍ରଜପ କରୁ କରୁ ଯେଉଁ ମନୋଲୟ ହୁଏ, ତାହାର ନାମ **ମନ୍ତ୍ର-ଯୋଗ** । ମନ୍ତ୍ରଜପରହସ୍ୟ ଓ ଜପସମର୍ପଣ ବ୍ୟତିରକେ ମନ୍ତ୍ରଜପ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ନାହିଁ । ବିଶେଷତଃ ଉପଯୁକ୍ତ ଉପଦେଷ୍ଟାର ଅଭାବ । ଗୁରୁ ବା ଉପଦେଶର ଅଭାବ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ଜନ୍ମ ଧରି ପରିଶ୍ରମ ନ କଲେ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ସିଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ । ଏଣୁ ସର୍ବପ୍ରକାର ସାଧନ ମଧ୍ୟରେ ମନ୍ତ୍ର ଯୋଗ ଅଧମ ବୋଲି କଥିତ ହୋଇଅଛି; ଯଥା-

''ମନ୍ତ୍ରଯୋଗଶ୍ଚ ଯଃ ପ୍ରୋକ୍ତୋ ଯୋଗାନାମଧମଃ ସ୍ମୃତିଃ ।
ଅଳ୍ପବୁଦ୍ଧିରିମଂ ଯୋଗଂ ସେବତେ ସାଧକାଧମଃ ।।''

- ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ସଂହିତା

ଯୋଗସମୂହ ମଧ୍ୟରେ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ଅତି ଅଧମ; ଅଧମ ଅଧିକାରୀ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ସାଧନ କରିଥାଆନ୍ତି ।

ହଠ ଯୋଗ :

ସାଧନ ଆଜିକାଲି ଏକପ୍ରକାର ସାଧ୍ୟାତୀତ । ହଠଯୋଗ ଲକ୍ଷଣରେ ଉକ୍ତ ଅଛି -

''ହକାରଃ କୀର୍ତ୍ତିତଃ ସୂର୍ଯ୍ୟଷ୍ଟକାରଶ୍ଚନ୍ଦ୍ର ଉଚ୍ୟତେ ।
ସୂର୍ଯ୍ୟଚନ୍ଦ୍ରମସୋର୍ଯୋଗାଦ୍ଧଠଯୋଗୋ ନିଗଦ୍ୟତେ ।''

- ସିଦ୍ଧି- ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ପଦ୍ଧତି

ହ ଶବ୍ଦରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ଠ ଶବ୍ଦରେ ଚନ୍ଦ୍ର; ହଠ ଶବ୍ଦରେ ଚନ୍ଦ୍ର ସୂର୍ଯ୍ୟର ଏକତ୍ର ସଂଯୋଗ । ଅପାନ ବାୟୁର ନାମ ଚନ୍ଦ୍ର ଏବଂ ପ୍ରାଣବାୟୁର ନାମ ସୂର୍ଯ୍ୟ । ଅତଏବ ପ୍ରାଣ ଓ ଅପାନ ବାୟୁର ଏକତ୍ର ସଂଯୋଗର ନାମ **ହଠଯୋଗ** । ହଠଯୋଗାଦି ସାଧନ କରିବା ଭଳି ଉପଯୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥା ଓ ଉପଯୁକ୍ତ ଶରୀର ଆମର ଅତି କମ୍ । ଆହୁରି -

ରାଜ ଯୋଗ :

ଦ୍ୱୈତଭାବ ବର୍ଜିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସଂସାରୀ ଲୋକ ପକ୍ଷରେ କଷ୍ଟସାଧ୍ୟ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ବିଶେଷତଃ ରାଜଯୋଗର କ୍ରିୟାଦି ମୁହଁରେ କହି ବୁଝାଇ ନ ଦେଲେ ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ି ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିବା, ଏକପ୍ରକାର ଅସମ୍ଭବ । ଏଥିପାଇଁ ସ୍ୱଳ୍ପଜୀବୀ ନିରନ୍ନ କଳିର ମାନବଗଣଙ୍କ ନିମିତ୍ତ ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ ।

ଲୟ ଯୋଗ :

ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହୋଇଅଛି । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯୋଗ ବ୍ୟତୀତ ଲୟଯୋଗର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ଅନେକେ ସହଜରେ ଓ ଶୀଘ୍ର ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରୁଅଛନ୍ତି । ମୁଁ ମଧ୍ୟ ସେହି ସଦ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳପ୍ରଦ ଲୟଯୋଗ ସାଧାରଣରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ମାନସରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ ଆରମ୍ଭ କରିଅଛି ।

ଲୟଯୋଗ ଅନନ୍ତ ପ୍ରକାର । ବାହ୍ୟାଭ୍ୟନ୍ତର ଭେଦରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ପଦାର୍ଥ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ, ତତ୍ ସମସ୍ତରେ ହିଁ ଲୟଯୋଗ ସାଧନ ହୋଇପାରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଚିତ୍ତକୁ ଯେ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ସନ୍ନିବିଷ୍ଟ କରି ସେଥିରେ ଏକତାନ ହୋଇ ପାରିଲେ ଯାଇ **ଲୟଯୋଗ** ସିଦ୍ଧି ହୁଏ ।

"ସଦାଶିବୋକ୍ତାନି ସପାଦଲକ୍ଷଲୟାବିଧାନାନି ବସନ୍ତି ଲୋକେ ।"

- ଯୋଗତାରାବଳୀ

ଜଗତରେ ସଦାଶିବଙ୍କ କଥିତ ଏକଲକ୍ଷ ପଚିଶହଜାର ପ୍ରକାର ଲୟ ଯୋଗ ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣତଃ ଯୋଗୀମାନେ ଚାରି ପ୍ରକାର ଲୟଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିଥା'ନ୍ତି । ଚାରି ପ୍ରକାର ଲୟଯୋଗ; ଯଥା-

"ଶାମ୍ଭବ୍ୟା ଚୈବ ଭ୍ରାମର୍ଯ୍ୟା ଖେଚର୍ଯ୍ୟା ଯୋନିମୁଦ୍ରୟା
ଧ୍ୟାନଂ ନାଦଂ ରସାନନ୍ଦଂ ଲୟସିଦ୍ଧିଶ୍ଚତୁର୍ବିଧା ।"

- ଘେରଣ୍ଡ ସଂହିତା

ଶାମ୍ଭବୀମୁଦ୍ରା ଦ୍ୱାରା **ଧ୍ୟାନ**, ଖେଚରୀମୁଦ୍ରା ଦ୍ୱାରା **ରସାସ୍ୱାଦନ**, ଭ୍ରାମରୀ କୁମ୍ଭକ ଦ୍ୱାରା **ନାଦଶ୍ରବଣ** ଓ **ଯୋନିମୁଦ୍ରା** ଦ୍ୱାରା **ଆନନ୍ଦଭୋଗ**- ଏହି ଚାରି ପ୍ରକାର ଉପାୟରେ ହିଁ **ଲୟଯୋଗ ସିଦ୍ଧି** ହୁଏ ।

ଏହି **ଚାରି ପ୍ରକାର** ଲୟଯୋଗର ଆହୁରି ସହଜ କୌଶଳ ସିଦ୍ଧଯୋଗୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟ ହୋଇଅଛି । ସେମାନେ ଲୟଯୋଗ ମଧ୍ୟରେ **ନାଦାନୁସନ୍ଧାନ, ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃଦର୍ଶନ ଓ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଉତ୍ଥାପନ** - ଏହି ତିନି ପ୍ରକାର ପ୍ରକ୍ରିୟା **ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ** ବୋଲି ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି । ଏହା ମଧ୍ୟରୁ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଉତ୍ଥାପନ ଟିକିଏ କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ । କ୍ରିୟାବିଶେଷ ଅବଲମ୍ବନ ପୂର୍ବକ ମୂଳାଧାରକୁ ସଂକୋଚନ କରି ଜାଗରିତା କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିକୁ ଉତ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଜୋକ ଯେପରି ଗୋଟିଏ ତୃଣରୁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ତୃଣକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଗତି କରେ, କୁଣ୍ଡଳିନୀକୁ ସେହିପରି ମୂଳାଧାରଠାରୁ କ୍ରମେ କ୍ରମେ ସମସ୍ତ ଚକ୍ରକୁ ଉତ୍ଥାପନ କରି ଶେଷରେ ସହସ୍ରାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନେଇ ପରମ ଶିବଙ୍କ ସହିତ ସଂଯୋଗ କରାଇବାକୁ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ କିପରି ଭାବରେ ମୂଳାଧାରକୁ ସଂକୁଚିତ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ କିପରି ଭାବରେ ବା ଅତୀବ କଠିନ ଗ୍ରନ୍ଥିତ୍ରୟ ଭେଦ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ତାହା ହାତେ ହାତେ ଦେଖାଇ ନ ଦେଲେ ଲେଖନୀ ସାହାଯ୍ୟରେ ବୁଝାଇବା ଭଳି ଭାଷା ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଅକାରଣ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଉତ୍ଥାପନ କ୍ରିୟା ଲିପିବଦ୍ଧ କରି ପୁସ୍ତକର କଳେବର ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁନାହିଁ । ଯଦି ଏହାର କ୍ରମ ଜାଣିବାକୁ କାହାର ଇଚ୍ଛା ହୁଏ, ମୋ ନିକଟକୁ ଆସିଲେ ସଙ୍କେତ କହିଦେଇପାରେ । ★ । କିନ୍ତୁ ଅନୁପଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ନିକଟରେ ତାହା କଦାପି ପ୍ରକାଶ କରିପାରିବି ନାହିଁ ।

★ ମତ୍ ପ୍ରଣୀତ "ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ" ଗ୍ରନ୍ଥରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଉତ୍ଥାପନର ସାଧନୋପାୟ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।

ଲୟଯୋଗ ମଧ୍ୟରେ **ନାଦାନୁସନ୍ଧାନ ଓ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃଦର୍ଶନ କ୍ରିୟା ଅତି ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ ।** ଏହି ଦୁଇ କ୍ରିୟାର ସାଧନକୌଶଳ ପ୍ରକାଶ କରି ପାଠକବର୍ଗଙ୍କ ଉପକାର ସାଧନ ହିଁ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥକାରର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ।

ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ଅଥବା ଗୃହସ୍ଥଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପଶ୍ଚାଦୁକ୍ତ ସଙ୍କେତ ଅତି ଅଳ୍ପଲୋକ ମଧ୍ୟ ଜାଣନ୍ତି କି ନା ସନ୍ଦେହ । ନାଦାନୁସନ୍ଧାନ ଓ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ- ଏହି ଦୁଇ କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟିରେ ଦୁଇ ତିନି ପ୍ରକାର କୌଶଳ ଲିଖିତ ହେଲା । ଯାହାର ଯେଉଁଟି ମନୋନୀତ ଓ ସହଜ ବୋଲି ବୋଧ ହେବ, ସେ ସେହି କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିପାରନ୍ତି । ସଦ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳପ୍ରଦ ଏବଂ ଯହିଁରେ ମୁଁ ଫଳପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଅଛି, ତାହାହିଁ 'ସାଧନ କଳ୍ପ' ରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା । ଏଥିରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲେ କ୍ରମଶଃ ମନରେ ଅପାର ଆନନ୍ଦ ଓ ତୃପ୍ତିଲାଭ କରିବେ; ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ମଧ୍ୟ ହେବ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଆମ ଦେଶ ଲୋକଙ୍କର ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥା, ସେଥିରେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ କ୍ରିୟାର ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ମଧ୍ୟ ଅନେକଙ୍କ ପକ୍ଷରେ କଠିନ ହେବ- ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ସେମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ 'ସାଧନକଳ୍ପ'ରେ ପ୍ରଥମେ ଲୟସଂକେତ ଲିଖିତ ହେଲା । ଏ ସମସ୍ତ ମଧ୍ୟରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଲୟସଂକେତ ଅନୁଷ୍ଠାନ କଲେ ଚିତ୍ତ ଲୟ ହେବ । ସାଧକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯାହାର ଯେପରି ସୁବିଧା ହେବ, ସେ ସେହିପରି କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ମନୋଲୟ କରିବେ ।

"ଜପାଚ୍ଛତଗୁଣଂ ଧ୍ୟାନଂ ଧ୍ୟାନାଚ୍ଛତଗୁଣଂ ଲୟଃ ।"

ଜପ ଅପେକ୍ଷା ଧ୍ୟାନରେ ଶତଗୁଣ ଅଧିକ ଫଳ । ଧ୍ୟାନ ଅପେକ୍ଷା ଶତଗୁଣ ଅଧିକ ଫଳ ଲୟଯୋଗରେ । ଅତଏବ ଜପାଦି କରିବା ଅପେକ୍ଷା କୌଣସି ପ୍ରକାର ଲୟଯୋଗ ସାଧନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କଲେ ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ବ୍ୟତୀତ ଅନେକ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅମାନୁଷୀ କ୍ଷମତା ଲାଭ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ବିଭୂତିଲାଭ ଯୋଗସାଧନର ପ୍ରକୃତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନୁହେଁ । ସେଥିପାଇଁ ମୁଁ ମଧ୍ୟ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ତାହାର ଆଲୋଚନା

କଲି ନାହିଁ । ବିନା ଚେଷ୍ଟାରେ ବିଭୂତି ଆପେ ଆପେ ଫୁଟିଉଠେ; କିନ୍ତୁ ସାଧକ ସେଥିପ୍ରତି ଭ୍ରୂକ୍ଷେପ ନ କରି ମୁକ୍ତିପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ବିଭୂତିରେ ମୁଗ୍ଧ ହେଲେ ମୁକ୍ତିର ଆଶା ସୁଦୂରପରାହତ ।

ଆଜି ଇଉରୋପ ଖଣ୍ଡରେ ଏହି ଯୋଗସାଧନା ନେଇ ବିଶେଷ ଆଲୋଚନା ଚାଲିଅଛି । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ନରନାରୀଗଣ ଆର୍ଯ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ଯୋଗ ଯୋଗାଙ୍ଗ ଶିକ୍ଷା କରି ଥିଓସଫିଷ୍ଟ ନାମ ଧାରଣ କରିଅଛନ୍ତି । ମେସ୍‌ମେରିଜମ୍, ହିପ୍‌ନୋଟିଜ୍‌ମ୍, କ୍ଲେୟାରୋଭୟେନ୍‌ସ୍, ସାଇକୋପାଥି ଓ ମେଣ୍ଟାଲ୍ ଟେଲି-ଗ୍ରାଫି ପ୍ରଭୃତି ବିଦ୍ୟା ଶିଖି ଜଗତର ନରନାରୀଙ୍କୁ ମୁଗ୍ଧ ଓ ଚମତ୍କୃତ କରି ଦେଉଅଛନ୍ତି । ଆମେ ଆମ ଘରର ପୋଥି ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ବିଡ଼ାବାନ୍ଧି ଘରେ ରଖି ମୂଷା, ଅସରପା ଓ କୀଟାଦିର ଆହାର ବିହାରର ସୁବନ୍ଦୋବସ୍ତ କରୁଅଛୁଁ ଓ "ଆମର ଅନେକ ଅଛି " ବୋଲି ଗର୍ବ କରୁଅଛୁଁ । କିନ୍ତୁ କଅଣ ଅଛି, ତାହାର ଅନୁସନ୍ଧାନ ଆମେ କରୁ ନାହୁଁଙ୍କି ବା ସାଧନ କରି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଏହାର ମହତ୍ତ୍ୱ ଦେଖିପାରୁ ନାହୁଁ । ଦୋଷ କେବଳ ଆମର ନୁହେଁ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଯୋଗଯୋଗାଙ୍ଗର ଯେଉଁସବୁ ବିଷୟ ଓ ନିୟମ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି, ତାହା ଅତି ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଓ ଜଟିଳ । କେହି ଜାଣିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ କହନ୍ତି ଏହା ଅତି -

ଗୁହ୍ୟ ବିଷୟ

ଯୋଗ ଜଟିଳ ବା ଗୁହ୍ୟବିଷୟ ନୁହେଁ । ଟେଲିଗ୍ରାଫ୍‌ରେ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରେରଣ, ଆକାଶରେ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ ବା ସୂର୍ଯ୍ୟପରାଗ ପରିଦର୍ଶନ, ଗ୍ରାମଫୋନ୍‌ ଓ ରେଡ଼ିଓରେ ସଙ୍ଗୀତଶ୍ରବଣ ଯେପରି ବାହ୍ୟବିଜ୍ଞାନର କାର୍ଯ୍ୟ, ଯୋଗ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟବିଜ୍ଞାନର କାର୍ଯ୍ୟ । ତେବେ ସେମାନେ ଜାଣିଶୁଣି ଏହା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ କାହିଁକି ? ଶାସ୍ତ୍ରରେ ନିଷେଧ ଅଛି; ଯଥା-

"ବେଦଶାସ୍ତ୍ରପୁରାଣାନି ସାମାନ୍ୟ ଗଣିକା ଇବ
ଇୟନ୍ତୁ ଶାମ୍ଭବୀ ବିଦ୍ୟା ଗୁପ୍ତା କୁଳବଧୂରିବ ।"

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

ବେଦ ଓ ପୁରାଣାଦି ଶାସ୍ତ୍ରସକଳ ସାମାନ୍ୟ ବେଶ୍ୟାସଦୃଶ ପ୍ରକାଶ୍ୟା; କିନ୍ତୁ ଶିବୋକ୍ତ ସାମ୍ଭବୀ ବିଦ୍ୟା କୁଳବଧୂ ସଦୃଶ । ଅତଏବ ଯତ୍ନପୂର୍ବକ ଏହା ଗୋପନ ରଖିବା ବିଧେୟ; ସାଧାରଣଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

"ନ ଦେୟଂ ପରଶିଷ୍ୟେଭ୍ୟୋଽପ୍ୟଭକ୍ତେଭ୍ୟୋ ବିଶେଷତଃ ।"

- ଶିବବାକ୍ୟମ୍

ପରଶିଷ୍ୟ ବିଶେଷତଃ ଅଭକ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ନିକଟରେ ଏହି ଶାସ୍ତ୍ର କଦାପି ପ୍ରକାଶ କରିବ ନାହିଁ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ କଥିତ ଅଛି ଯେ -

"ଇଦଂ ଯୋଗରହସ୍ୟଞ୍ଚ ନ ବାଚ୍ୟଂ ମୂର୍ଖସନ୍ନିଧୌ ।"

- ଯୋଗସ୍ୱରୋଦୟ

ଯୋଗରହସ୍ୟ ମୂର୍ଖ ସନ୍ନିଧାନରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ନିନ୍ଦୁକ, ବଞ୍ଚକ, ଧୂର୍ତ୍ତ, ଖଳ, ଦୁଷ୍କୃତାଚାରୀ ଓ ତାମସିକ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଯୋଗରହସ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଅନୁଚିତ ।

"ଅଭକ୍ତେ ବଞ୍ଚକେ ଧୂର୍ତ୍ତେ ପାଷଣ୍ଡେ ନାସ୍ତିକେ ନରେ ।
ମନସାପି ନ ବକ୍ତବ୍ୟଂ ଗୁରୁ ଗୁହ୍ୟଂ କଦାଚନ ।।"

ଭକ୍ତିହୀନ, ବଞ୍ଚକ, ଧୂର୍ତ୍ତ, ପାଷଣ୍ଡ ଓ ନାସ୍ତିକ- ଏହି ସମସ୍ତ ହେତୁବାଦୀଙ୍କୁ ଗୁରୁକଥିତ ଗୁହ୍ୟବିଷୟ କଦାପି କହିବ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ କାରଣରୁ ଶାସ୍ତ୍ରଜ୍ଞ ଯୋଗୀଗଣ ସାଧାରଣଙ୍କ ନିକଟରେ ଆତ୍ମତତ୍ତ୍ୱ ବିଦ୍ୟା ପ୍ରକାଶ ନ କରି 'ଗୁହ୍ୟବିଷୟ' ବୋଲି ଗୋପନ କରିଥାଆନ୍ତି । କାହାରିକୁ ମଧ୍ୟ ଏ ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ପୂର୍ବରୁ ସାଧାରଣଙ୍କ ନିକଟରେ ଏହା ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ସେମାନେ ବିଶେଷ ଭାବରେ ନିଷେଧାଜ୍ଞା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହିପରି ନିଷେଧ ଥିବାରୁ ମୁଁ ସମସ୍ତ ବିଷୟ ପ୍ରକାଶ କରି ପାରିଲି ନାହିଁ । ଯାହା ସାଧାରଣଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କର କରଣୀୟ, ତାହା ହିଁ ପ୍ରକାଶ କଲି । ଏହି ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ପାଇପାରିବେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଧୀ ସାଧକଗଣ *'କ୍ଷନ୍ତବ୍ୟୋମେଽପରାଧଃ'* ।

★ ଓଁ ଶାନ୍ତିଃ ★

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଂଶ-ସାଧନକଳ୍ପ

ସାଧକମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଉପଦେଶ

"ଦୁର୍ଗାଦେବୀ ଜଗନ୍ମାତର୍ଜଗଦାନନ୍ଦଦାୟିନୀ ।
ମହିଷାସୁରସଂହନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଣମାମି ନିରନ୍ତରମ୍ ॥"

ମଦନ-ମଦ-ଦମନ-ମନୋମୋହିନୀ ମହିଷାସୁରମର୍ଦ୍ଦିନୀ ଭବାନୀଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁପତିଲାଞ୍ଛିତ ମରାମରବାଞ୍ଛିତ ପଦପଙ୍କଜରେ ପ୍ରଣତିପୂର୍ବକ ସାଧନକଳ୍ପ ଆରମ୍ଭ କଲି ।

ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କାଳରେ ସାଧକମାନଙ୍କୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ନିୟମ ସଂଯମର ଅଧୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ପରି ଚଳିଲେ, ସାଧନା ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗ-କଳ୍ପରେ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗଯୋଗ ବର୍ଣ୍ଣନାକାଳରେ ଯମ ଓ ନିୟମରେ ତାହାର ଆଭାସ ଦିଆଯାଇଅଛି । କିନ୍ତୁ ଗୃହସଂସାରରେ ରହି ସେ ନିୟମ ପାଳନ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ପାରିଲେ ମଧ୍ୟ ଗୁଣଧର ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କ ଗୁଣରେ ଅଚିରେ ହିଁ ସର୍ବସ୍ୱାନ୍ତ ହୋଇ ବୃକ୍ଷତଳ ଆଶ୍ରୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସୁତରାଂ ଘରକରଣା କରିବାକୁ ହେଲେ ଶିବତ୍ୱ ଛାଡ଼ିଦେଇ ବାହାରେ ଷୋଳଅଣା ଜୀବତ୍ୱ ବଜାୟ ନ ରଖିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଉପାୟ କଅଣ? ଫଁ ଫଁ କର, କିନ୍ତୁ କାମୁଡ଼ ନାହିଁ ।

ଗୋଟିଏ ରାସ୍ତା ପାଖରେ ଗୋଟିଏ ଭୀଷଣ ଗୋଖର ସର୍ପ ବାସ କରୁଥିଲା । ସେ ବାଟ ଦେଇ ଲୋକ ଯିବାର ଦେଖିଲେ ସାପଟି ଗର୍ଜନ କରେ ଓ ସବେଗରେ ଧାବିତ ହୋଇ ସେମାନଙ୍କୁ ଦଂଶନ କରେ । ଯାହାକୁ ଦଂଶନ କରେ, ସେ ସେହିଠାରେ ହିଁ ପଡ଼ି ପ୍ରାଣତ୍ୟାଗ କରେ । ଏହି ସର୍ପ କଥା କ୍ରମେ ଚାରିଆଡ଼େ ରାଷ୍ଟ୍ର ହୋଇଗଲା । ଭୟରେ ସେ ବାଟ ଦେଇ କେହି ଆଉ ଯାତାୟାତ କଲେ ନାହିଁ । ଏପରି ଭାବରେ ସେ ରାସ୍ତାରେ ଲୋକ ଯାତାୟାତ ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲା ।

ଦିନେ ଜଣେ ମହାପୁରୁଷ ସେହି ବାଟ ଦେଇ ଯାଉଥିଲେ । ଲୋକେ ତାଙ୍କୁ ସର୍ପ କଥା କହି ସେବାଟେ ଯିବାକୁ ବାରଣ କଲେ । କିନ୍ତୁ ମହାପୁରୁଷ କାହାରି କଥାରେ କର୍ଣ୍ଣପାତ ନ କରି ଚାଲିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ସର୍ପ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିବା କ୍ଷଣି ସର୍ପ ଗର୍ଜନପୂର୍ବକ ତାଙ୍କୁ ଦଂଶନ କରିବା ମାନସରେ ଧାବିତ ହେଲା । ମହାପୁରୁଷ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହେଲେ; ସର୍ପ ନିକଟକୁ ଆସିବାର ଦେଖି ମୁଠାଏ ଧୂଳି ତା ଉପରେ ନିକ୍ଷେପ କଲାମାତ୍ରେ ସର୍ପଟି ଶିର ନତ କରି ଶାନ୍ତଭାବ ଧାରଣ କଲା । ତା ପରେ ମହାପୁରୁଷ ଜଳଦଗମ୍ଭୀର ସ୍ୱରରେ କହିଲେ, ''କିରେ ପୂର୍ବଜନ୍ମରେ ଏହି ହିଂସା କରିଥିବା ହେତୁ ତ ସର୍ପଯୋନି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଅଛୁ; ତଥାପି ହିଂସା ପରିତ୍ୟାଗ କରିପାରିଲୁ ନାହିଁ ?'' ଏହି ବାକ୍ୟ ଶ୍ରବଣ କରି ସର୍ପର ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଉଦୟ ହେଲା । ସେ ନମ୍ରଭାବରେ କହିଲା, ''ପ୍ରଭୋ ! ମୋର ପୂର୍ବଜନ୍ମର କଥା ସବୁ ସ୍ମରଣ ହୋଇଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଉଦ୍ଧାରର ଉପାୟ କଅଣ କହନ୍ତୁ ।''

''ସର୍ବତୋଭାବରେ ହିଂସା ପରିତ୍ୟାଗ କର'' ଏହା କହି ମହାପୁରୁଷ ସେଠାରୁ ପ୍ରସ୍ଥାନ କଲେ । ସେହି ଦିନଠାରୁ ସର୍ପଟି ଶାନ୍ତଭାବ ଧାରଣ କଲା । ଜଣେ ଦୁଇ ଜଣ କରି କ୍ରମେ ସମସ୍ତେ ଏକଥା ଜାଣିଲେ । ପ୍ରଥମରୁ ଭୟରେ ସାବଧାନତାର ସହିତ ଲୋକେ ଯାତାୟାତ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ; ବାସ୍ତବିକ୍ ସର୍ପ ଆଉ କାହାରିକୁ ହିଂସା କରୁନାହିଁ; ପଥପାର୍ଶ୍ୱରେ ପଡ଼ିରହିଛି । ତା ପାଖଦେଇ କେହି ଯାତାୟାତ କଲେ ମୁଣ୍ଡ ଟେକି ମଧ୍ୟ ଚାହୁଁନାହିଁ । ଏହା

ଦେଖି କ୍ରମେ ସମସ୍ତଙ୍କର ସାହସ ହୋଇଗଲା । କେହି ସାପକୁ ପ୍ରହାର ଦେଲା, କେହି ବା ବାଡ଼ି ଦ୍ୱାରା ତାକୁ ଟେକି ଦୂରକୁ ଫିଙ୍ଗିଦେଲା । ବାଳକ ବାଳିକାମାନେ ସର୍ପର ଲାଙ୍ଗୁଳ ଧରି ତାକୁ ଘୋଷାରି ବୁଲିଲେ । ତଥାପି ସର୍ପ ଆଉ କାହାରିକୁ ହିଂସା କଲା ନାହିଁ । ଲୋକଙ୍କର ଏପରି ଅତ୍ୟାଚାରରେ ସେ କ୍ରମେ ଦୁର୍ବଳ ଓ ମୃତପ୍ରାୟ ହୋଇଗଲା ।

କିଛିଦିନ ପରେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ମହାପୁରୁଷ ଫେରିଲେ । ସର୍ପକୁ ମୃତବତ୍ ପତିତ ହୋଇଥିବାର ଦେଖି ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ, "କିରେ ! ତୋର ଏପରି ଅବସ୍ଥା କାହିଁକି ?" ସର୍ପ ଉତ୍ତର କଲା, "ପ୍ରଭୋ ! ଆପଣଙ୍କ ଉପଦେଶରେ ହିଂସା ଛାଡ଼ିବାରୁ ମୋର ଏହି ଦଶା ହୋଇଅଛି ।"

ମହାପୁରୁଷ ହସି ହସି କହିଲେ, "ମୁଁ ତୋତେ ହିଂସା ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ କହିଥିଲି ସିନା ! କିନ୍ତୁ ଗର୍ଜନ କରିବାକୁ ତ ନିଷେଧ କରି ନ ଥିଲି । ତୋ ପ୍ରତି କେହି ଅତ୍ୟାଚାର କରିବାକୁ ଆସିଲେ ସର୍ପର ସ୍ୱଭାବ ଅନୁଯାୟୀ ଫଁ ଫଁ କର । କିନ୍ତୁ କାହାରିକୁ କାମୁଡ଼ିବୁ ନାହିଁ ।" ଏହା କହି ମହାପୁରୁଷ ପ୍ରସ୍ଥାନ କଲେ । ସେହିଦିନଠାରୁ ନିକଟରେ ଲୋକ ଦେଖିଲେ, ସର୍ପ ପୂର୍ବଭାବ ଧାରଣ କରେ; କିନ୍ତୁ କାହାରିକୁ ଦଂଶନ କରେ ନାହିଁ । ପୁନର୍ବାର ସର୍ପର ପୂର୍ବ ତେଜ ଦେଖି କେହି ଆଉ ତା ନିକଟକୁ ଆସିବାକୁ ସାହସ କଲେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମୁଁ କହୁଛି, ବାହାରେ ଷୋଳଅଣା ଜୀବତ୍ୱ ରଖ । କିନ୍ତୁ ମନେ ମନେ ଠିକ୍ କରି ରଖ ଯେ କାହାରିହେଲେ ଅନିଷ୍ଟ କରିବ ନାହିଁ । ମନ ପବିତ୍ର ଥିଲେ ବାହାରର କାର୍ଯ୍ୟରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ ।

"ମନଃ କରୋତି ପାପାନି ମନୋ ଲିପ୍ୟତେ ପାତକୈଃ ।
ମନଶ୍ଚ ତନ୍ମନା ଭୂତ୍ୱା ନ ପୁଣ୍ୟୈର୍ନ ଚ ପାତକୈଃ ।"

- ଜ୍ଞାନସଂକଳିନୀ-ତନ୍ତ୍ର, ୫୬

ଅତଏବ, ମନକୁ ଦୃଢ଼ କରି ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ । ଯେପରି ମନେଥାଏ, କେହି ମୋ ପ୍ରତି ଅତ୍ୟାଚାର ଉତ୍ପୀଡ଼ନ କଲେ, କେହି ମୋର

କୌଣସି ଦ୍ରବ୍ୟ ଚୋରି କଲେ, କେହି ଦୁରଭିସନ୍ଧି ପ୍ରଣୋଦିତ ହୋଇ ମୋ ଗୃହ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶକଲେ, ମୋର ଯେପରି କଷ୍ଟହୁଏ, କାହା ପ୍ରତି ମୋ ଦ୍ୱାରା ଏହି ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରାହେଲେ, ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ ସେହିପରି କଷ୍ଟ ପାଇ-ଥାଏ । ନିଜ ହୃଦୟବେଦନା ଅନୁଭବ କରି ପର ପ୍ରତି ବ୍ୟବହାର କର । ଯେତେବେଳେ ଗଳିତପତ୍ର ଓ ବନ୍ୟଜାତ କଟୂକଷାୟ କନ୍ଦମୂଳ-ଫଳ ଖାଇ ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବିତ ରହିପାରେ, ସେତେବେଳେ ପରପ୍ରାଣରେ କଷ୍ଟ ଦେଇ ଦୁର୍ବଳ ପ୍ରତି ଅତ୍ୟାଚାର କରି ଆହାରର ଚେଷ୍ଟା କରିବାରେ ବା କି ପ୍ରୟୋଜନ ? ପ୍ରତିଦିନ ଯାହା କିଛି ପାଇବ, ସେଥିରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଧନୀ ସହିତ ନିଜ ଅବସ୍ଥାର ତୁଳନା କରିବାକୁ ଯାଇ ଆମେ କଷ୍ଟପାଉ କାହିଁକି ? ଦୁରାକାଂକ୍ଷାପରାୟଣ ବ୍ୟକ୍ତି କେବେହେଲେ ସୁଖୀ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ନିର୍ଦ୍ଧନ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନାହାରୀ କଥା ଭାବି ଦିନ ଶେଷରେ ଶାକାନ୍ନ ଭୋଜନ କରି ତୃପ୍ତ ହେବା ଉଚିତ । ନିରାଶୟ ଲୋକକୁ ଦେଖି ଭଗ୍ନ କୁଟୀରରେ ଛିନ୍ନ କନ୍ଥାରେ ଶୋଇ ଶାନ୍ତିଲାଭ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଶୀତ-କାଳରେ ପାଦୁକା ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ଅକ୍ଷମ ହେଲେ ନିଜକୁ ଧିକ୍‌କାର ନ କରି ଖଞ୍ଜବ୍ୟକ୍ତି କଥା ସ୍ମରଣପୂର୍ବକ ନିଜର ସବଳ ପଦ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିପାତ କରି ନିଜକୁ ସୌଭାଗ୍ୟବାନ୍ ମନେ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ପୁତ୍ରହୀନ ବ୍ୟକ୍ତି ଅସତ୍ ପୁତ୍ରବାନ୍ ପିତାର ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ମନେ କରି ସୁଖୀ ହେବା ଉଚିତ । ମଙ୍ଗଳମୟ ପରମେଶ୍ୱର ସମସ୍ତ ହିଁ ଜୀବର ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ କରିଥାଆନ୍ତି । ପୁତ୍ରନିଧନ ଶୋକରେ ମୁହ୍ୟମାନ ନ ହୋଇ, ଗୃହ ଦଗ୍ଧ ହେଲେ ଜ୍ଞାନଶୂନ୍ୟ ନ ହୋଇ ବିଷୟଚ୍ୟୁତ ହେଲେ କାତରତା ପ୍ରକାଶ ନକରି ଭାବିବା ଉଚିତ ଯେ, ସେହି ପୁତ୍ର ଜୀବିତ ଥିଲେ, ହୁଏ ତ ତାହାର ଅସଦ୍ ବ୍ୟବହାରରେ ଆଜୀବନ ମର୍ମ-ପୀଡ଼ା ପାଇବାକୁ ହୋଇଥାଆନ୍ତା; ଗୃହ ଥିଲେ ହୁଏତ ଗୃହସ୍ଥିତ ସର୍ପଦଂଶନରେ ଜୀବନ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଆନ୍ତା; ବିଷୟ ଥିଲେ ହୁଏତ ସେହି ବିଷୟଲୋଭରେ କେହି ହତ୍ୟା କରିଥାଆନ୍ତା । ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ରୁହ ପଛକେ, ସେଥିରେ ହିଁ ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇ ସନ୍ତୁଷ୍ଟଚିତ୍ତରେ କାଳଯାପନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । କେତେଦିନ ପାଇଁ ଏ ଭବର ବୈଭବ ?

ଯେତେବେଳେ ଶୈଶବର ବିମଳ ଜ୍ୟୋତ୍ସ୍ନା ଦେଖୁ ଦେଖୁ ବୁଡ଼ିଯାଏ ଯୌବନର ବଳବିକ୍ରମ ଜୁଆର ଜଳ ପରି ଅଳ୍ପକ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ, ପ୍ରୌଢ଼ାବସ୍ଥା ଦୁଇ ଦିନର ଖେଳ - ସଂସାର ଆରମ୍ଭ କରୁ ନ କରୁଣୁ ଶେଷ ହୋଇଯାଏ, 'ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଚିତ ଭାବରେ ଜୀବନ କଟାଇ ନାହିଁ', 'ଏହା ମନରେ କଷ୍ଟ ଦେଇଛି, ତା ସହିତ ଏପରି ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ ହୋଇ ନାହିଁ,' - ଯେତେବେଳେ ଏହି ଆକ୍ଷେପ କରୁ କରୁ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଚାଲିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଦୁଇଦିନ ପାଇଁ ଆସକ୍ତି କାହିଁକି? ଅପର ପ୍ରତି ବଳ ପ୍ରକାଶ କାହିଁକି ? ଦୁର୍ବଳ ପ୍ରତି ଅତ୍ୟାଚାର କାହିଁକି ? ପରନିନ୍ଦାରେ ଏତେ ଆନନ୍ଦ କାହିଁକି ? ପାର୍ଥିବ ପଦାର୍ଥ ନିମନ୍ତେ ଅନୁଶୋଚନା ବା କାହିଁକି ? କିନ୍ତୁ କଅଣ କହୁଥିଲି, ଭୁଲିଗଲି ।

ହଁ, ମନ ବ୍ୟତୀତ ବାହାରର କାର୍ଯ୍ୟ ଦେଖି ସତ୍ ଅସତ୍ ବିଚାର କରାଯାଏ ନାହିଁ । ଜଣେ ବିପୁଳ ସମାରୋହର ସହିତ ଦୋଳ-ଦୁର୍ଗୋତ୍ସବ କରୁଅଛି, ନିରନ୍ନ ଗରିବଙ୍କୁ ଭୋଜନ କରାଉଅଛି, କିନ୍ତୁ ତତ୍‌ଜନିତ ଅହଙ୍କାରର ଲେଶମାତ୍ର ସଞ୍ଚାର ହେଲେ, ଏ ସମସ୍ତ ପଣ୍ଡ ହୋଇଯାଏ - ନରକର ଦ୍ୱାର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୁଏ । ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ମନର ବିଭିନ୍ନ ଗତିରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଫଳ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ସବୁ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକେ ଗାତ୍ରମାର୍ଜ୍ଜନା କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଅସତ୍‌ଚିତ୍ତ କଳୁଷିତ ନରନାରୀଗଣ ଗାତ୍ରମାର୍ଜ୍ଜନା କାଳରେ ନିଜ ଦେହ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିପାତପୂର୍ବକ "ମୋର ସୁନ୍ଦର କାଞ୍ଚନବର୍ଣ୍ଣ ଶରୀର ଦେଖି କେତେ ନରନାରୀ ମୁଗ୍‌ଧ ହେବେ, କେତେ ଜଣ ମୋର ମିଳନ କାମନା କରିବେ" ଏହା ଭାବି ଦେହକୁ ସମଧିକ ଘଷାମଜା କରନ୍ତି । ତା ଫଳରେ ନରକର ପଥ ପରିଷ୍କାର ହେବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ସତ୍‌ଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ଦେହକୁ ଭଗବାନଙ୍କର ଭୋଗମନ୍ଦିର ଭାବି ତାହା ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତି । ଫଳରେ ଏମାନେ ହରିମନ୍ଦିର ମାର୍ଜ୍ଜନର ଫଳଲାଭ କରନ୍ତି । ଆଉ ବିବେକୀମାନେ ନିଜର ଦେହ ମାର୍ଜ୍ଜନ କରୁ କରୁ ଦେହ ଉପରେ ସେମାନଙ୍କର ଗୋଟାଏ ବିତୃଷ୍ଣା ଜନ୍ମିଥାଏ । ନବଦ୍ୱାରବିଶିଷ୍ଟ ଦେହ ରକ୍ତ, କ୍ଳେଦ, ମଳମୂତ୍ର, ଫେଣାଦି ଦ୍ୱାରା ଦୁର୍ଗନ୍ଧୀକୃତ,

ଏହାକୁ ସର୍ବଦା ପରିଷ୍କାର ନ କଲେ, ଯେତେବେଳେ ଏହା ଅତି ଅପରିଷ୍କାର ଓ ଦୁର୍ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ ହୋଇପଡୁଛି, ସେତେବେଳେ ଏହି ଦେହ ପ୍ରତି ଏତେ ଆସକ୍ତି କାହିଁକି ? ତାହାହେଲେ ଆଉ ରମଣୀର କବିକଳ୍ପନାସମ୍ଭୂତ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣକାନ୍ତି, ଆକର୍ଣ୍ଣବିସ୍ତୃତ ଆୟତ ନୟନ, ରକ୍ତାଭଗଣ୍ଡ, ତରୁଣ-ଅରୁଣସଦୃଶ ସୁଶୋଭିତ ଅଧରୋଷ୍ଠ ଓ କ୍ଷୀଣ କଟି ପ୍ରତି ଚିତ୍ତ ଧାବିତ ହେବ ନାହିଁ । ଅଥବା ଧର୍ମାଧର୍ମ କାର୍ଯ୍ୟ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ଅବସ୍ଥାରେ ଯାହା ପାପଜନକ, ଅବସ୍ଥାନ୍ତରରେ ତାହାହିଁ ପୁଣ୍ୟଜନକ । ପୁରାଣରେ କଥିତ ଅଛି 'ବଳାକ ନାମକ ବ୍ୟାଧ ପ୍ରାଣୀହିଂସା କରି ସ୍ୱର୍ଗଲାଭ କରିଥିଲା, କିନ୍ତୁ କୌଶିକ ନାମକ ବ୍ରାହ୍ମଣ ସତ୍ୟକଥନ ଦ୍ୱାରା ନରକ ଗମନ କଲା ।'' ସୁତରାଂ ବାହ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଭଲମନ୍ଦ ହୁଏ ନାହିଁ; ମନ ସଂଲିପ୍ତ ନ ହେଲେ ତାହାର ଫଳାଫଳ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ । ମାନବର ମନ ହିଁ ବନ୍ଧନର କାରଣ, ଯଥା-

''ମନ ଏବ ମନୁଷ୍ୟାଣାଂ କାରଣଂ ବନ୍ଧମୋକ୍ଷୟୋଃ ।
ବନ୍ଧାୟ ବିଷୟାସକ୍ତଂ ମୁକ୍ତ୍ୟୈ ନିର୍ବିଷୟଂ ସ୍ମୃତମ୍ ।।''

- ଅନ୍ୟମନସ୍କ ଗୀତା, ୫୫

ମନ ହିଁ ମନୁଷ୍ୟର ବନ୍ଧନ ଏବଂ ମୋକ୍ଷର କାରଣ; କାରଣ ମନ ବିଷୟାସକ୍ତ ହେଲେ ଯାଇ ବନ୍ଧନର ହେତୁ ହୁଏ ଏବଂ ବିଷୟରେ ବୈରାଗ୍ୟ ଜନ୍ମିଲାମାତ୍ରେ ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଶଙ୍କରାବତାର ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ କହିଅଛନ୍ତି-

ବନ୍ଧୋ ହି କୋ ? - ଯୋ ବିଷୟାନୁରାଗଃ ।
କୋ ବା ବିମୁକ୍ତିଃ ? - ବିଷୟେ ବିରକ୍ତିଃ ।।

- ମଣିରତ୍ନମାଳା

ବନ୍ଧନ କାହାକୁ କହନ୍ତି ? ବିଷୟଭୋଗରେ ମନର ଯେଉଁ ଅନୁରାଗ, ତାହାର ନାମ **ବନ୍ଧନ** । ଆଉ ମୁକ୍ତି କାହାକୁ କହନ୍ତି ?- ବିଷୟବାସନାରହିତ ବା ବିଷୟରେ ବିରକ୍ତି ହେବାର ନାମ **ମୁକ୍ତି** । ସୁତରାଂ ଆସକ୍ତିପରିଶୂନ୍ୟ ହୋଇପାରିଲେ, କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଦୋଷ ନାହିଁ । କାର୍ଯ୍ୟର ଆସକ୍ତି ହିଁ ଦୋଷ-

"ନ ମଦ୍ୟଭକ୍ଷଣେ ଦୋଷୋ ନ ମାଂସେ ନ ଚ ମୈଥୁନେ ।
ପ୍ରବୃତ୍ତିରେଷା ଭୂତାନାଂ ନିବୃତ୍ତିସ୍ତୁ ମହାଫଳା ॥" (ମନୁ ସଂହିତା)

ମଦ୍ୟପାନରେ, ମାଂସଭକ୍ଷଣରେ ଅଥବା ମୈଥୁନରେ ଦୋଷ ନାହିଁ; ଭୂତଗଣଙ୍କ ପ୍ରବୃତ୍ତିର ନିବୃତ୍ତି ହିଁ ମହାଫଳ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆସକ୍ତିଶୂନ୍ୟ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ, ତାହା ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ସତ୍ ପଥରେ ରହି ଯେତେ ଅର୍ଥ ଉପାର୍ଜ୍ଜନ କର, କିନ୍ତୁ ବ୍ୟାକୁଳତା ପ୍ରକାଶକର ନାହିଁ, **ବ୍ୟାକୁଳତା ହିଁ ଆସକ୍ତି** । ଯେପରି ମନେଥାଏ, ସମସ୍ତ ଭଗବାନଙ୍କର । ଆମେ କେବଳ ଅନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟର ଦୁଇ ଦଣ୍ଡ ପାଇଁ ପ୍ରହରୀ ମାତ୍ର । ପୁତ୍ର, କଳତ୍ର, ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବ, ଟଙ୍କାକଉଡ଼ି, ଗୃହସଂସାର- ଏହି ସମସ୍ତ ଉପରେ ଯେପରି 'ମୋର' ମାର୍କା ଜୋର୍‌ରେ ବସା ନ ଯାଏ । ଆମ ମୁଣ୍ଡ ଉପରେ କରାଳ ମୃତ୍ୟୁ ନୃତ୍ୟ କରୁଅଛି । କର୍ମ ସୂତ୍ର ପରିଚ୍ଛେଦରେ ଏହି ସଂସାର, ଏହି ବିଷୟ ସମ୍ପତ୍ତି ପଡି ରହିଥିବ, ଅନାଦି ଅନନ୍ତକାଳରୁ ଏହା ପଡ଼ି ରହିଅଛି; ମୋ ପରି କେତେ ଜଣ, ମୋର ପିତା, ପିତାମହ, ପ୍ରପିତାମହ ପ୍ରଭୃତି ଏହି ଘର ଉପରେ, ଏହି ଜମି ଉପରେ ଏହି ପୋଖରୀ, ବଗିଚା ଉପରେ, ହିଁ ଦୁଇଦିନ ପାଇଁ ଦାନବୀ ଦୀପ୍ତିର ଦୃଷ୍ଟି ପକାଇ ବାସନା-ବଶର ଆଲିଙ୍ଗନ ବନ୍ଧନରେ ଏହାକୁ ବାନ୍ଧିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ; କିନ୍ତୁ ସମୟ ପ୍ରଭାବରେ, କାଳସ୍ରୋତର ପ୍ରବାହରେ କେଉଁଆଡେ ଭାସିଯାଇଛନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କ ଅକ୍ଷୟ ଭଣ୍ଡାରର ପଦାର୍ଥ, ତାହା ତାଙ୍କରି ଭଣ୍ଡାରରେ ପଡ଼ିରହିଛି । ମୁଁ ତାଙ୍କର ଭୃତ୍ୟ ମାତ୍ର, ଇହସଂସାରରେ ମୃତ୍ୟୁରୂପ ବିଦାୟପତ୍ର ପାଇଲାମାତ୍ରେ ସମସ୍ତ ଛାଡ଼ି ଚାଲିଯିବାକୁ ହେବ । ଭୃତ୍ୟ ଯେପରି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଗୃହରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଧନଦ୍ରବ୍ୟ ସବୁ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣରେ ସମଧିକ ଯତ୍ନ କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ତାର ଅବଶ୍ୟ ଏକଥା ଜ୍ଞାନ ଥାଏ ଓ ସେ ମନେ ମନେ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ଅବଗତ ଥାଏ ଯେ "ମୁଁ ଚାକିରୀ କରିବାକୁ ଆସିଅଛି, ଏହି ଧନଦ୍ରବ୍ୟ କିଛି ମୋର ନୁହେଁ । ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଆଦେଶ ହେଲାମାତ୍ରେ ଏହାସବୁ ଛାଡ଼ି ମୋତେ ଚାଲିଯିବାକୁ ହେବ ।" ଆମର ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ମନେକରିବା

ଉଚିତ । ନତୁବା ଧନଦ୍ରବ୍ୟରେ ଆସକ୍ତି ଜନ୍ମିଲେ, ଏହି ପୃଥିବୀ ରାଜ୍ୟରେ ପ୍ରେତଯୋନି ଧାରଣ କରି କେତେ ଦୀର୍ଘକାଳ ଘୂରି ବୁଲିବାକୁ ହେବ ।

ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁତ୍ର-କନ୍ୟାଦିଙ୍କ ପ୍ରତି ମାୟା ବିଷୟରେ ଏହିପରି ଜ୍ଞାନ ରଖିବା ଉଚିତ । ଭଗବାନ ମୋ ଉପରେ ସେମାନଙ୍କର ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ ଓ ଭରଣପୋଷଣର ଭାରାର୍ପଣ କରିଅଛନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ସଯତ୍ନରେ ଲାଳନପାଳନ କରୁଅଛି । ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭାବୀସୁଖର ଆଶା କଲା ମାତ୍ରେ, ଆସକ୍ତି-ଅଗ୍ନିରେ ଦଗ୍ଧ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପୁତ୍ର ବା କନ୍ୟାର ବିୟୋଗରେ ମୁହ୍ୟମାନ ନ ହୋଇ, 'ଭଗବାନଙ୍କର ଗୁରୁତର ଭାରରୁ ନିଷ୍କୃତି ଲାଭ କରିଅଛି' ଭାବି ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହେବା ଉଚିତ । ଆତ୍ମସୁଖ ପାଇଁ ଯାହା କରାଯାଏ, ତାହାହିଁ ବନ୍ଧନର କାରଣ । ଆଉ ଈଶ୍ୱରପ୍ରେମରେ ଅନୁଗତ ହୋଇ ତାଙ୍କରି ପ୍ରୀତି ସମ୍ପାଦନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯାହା କରାଯାଏ, ସେଥିରେ ପଦ୍ମପତ୍ରରେ ଜଳ ସଦୃଶ ଆସକ୍ତି ବା ପାପରେ ଲିପ୍ତ ହେବାକୁ ହୁଏ ନାହିଁ । ଭକ୍ତିଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠାଧିକାରୀ କବିରାଜ ଗୋସ୍ୱାମୀ କହିଅଛନ୍ତି-

''ଆତ୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟପ୍ରୀତି ଇଚ୍ଛା ତାରେ ବଲି କାମ୍ ।
କୃଷ୍ଣେନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରୀତି ଇଚ୍ଛା ଧରେ ପ୍ରେମ ନାମ୍ ॥
କାମେର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ନିଜ ସମ୍ଭୋଗ କେବଳ ।
କୃଷ୍ଣସୁଖ-ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ମାତ୍ର ପ୍ରେମେତେ ପ୍ରବଳ ॥''

- ଚୈତନ୍ୟଚରିତାମୃତ

ଆତ୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ ପରିତୃପ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଏ, ତାହାକୁ **କାମ** କହନ୍ତି; ଆଉ କୃଷ୍ଣ ଅର୍ଥାତ୍ ଈଶ୍ୱରେନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରୀତି ନିମିତ୍ତ ଯାହା କରାଯାଏ, ତାହାକୁ **ପ୍ରେମ** କହନ୍ତି । ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ନିଜ ସମ୍ଭୋଗରୂପେ ପ୍ରୟୋଗ ନକରି କୃଷ୍ଣସୁଖ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ, ସେଥିରେ ଆଉ ଫଳାଫଳ ଭୋଗ କରିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ । ପରର ଉପକାର କଲେ କାହାର ଆନନ୍ଦ ହୁଏ, ତେଣୁ ସେ ପରୋପକାରୀ; ଦୁଃଖୀଙ୍କୁ ଖୁଆଇଲେ ଜଣକର ସୁଖ ହୁଏ; ତେଣୁ ସେ ଦାତା, ଜଣେ ଖୁବ୍ ନାମ ଯଶ ହେଲେ ସୁଖୀ ହୁଏ, ତେଣୁ

ସେ ଯାଗଯଜ୍ଞ ବ୍ରତ ଉପବାସାଦି କରିଥାଏ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କାହାରି ହେଲେ କାର୍ଯ୍ୟ କାମବନ୍ଧନ ଶୂନ୍ୟ ନୁହେଁ, ସବୁରି ମୂଳରେ ଆତ୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ-ପ୍ରୀତି-ଇଚ୍ଛା ରହିଅଛି; କାରଣ ଏହିପରି କଲେ ମୋର ସୁଖ ହୁଏ; ତେଣୁ ମୁଁ ଏହା କରେ । ଭଗବାନ ସର୍ବଭୂତର ଅନ୍ତରରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ; ତାଙ୍କରି ପ୍ରୀତି ସମ୍ପାଦନ ପାଇଁ ମୁଁ କର୍ମ କରେ, ତାଙ୍କ ସେବାରେ ଆନନ୍ଦ ପାଏ; ତେଣୁ ତାଙ୍କରି ସୁଖ ନିମନ୍ତେ ମୁଁ କର୍ମ କରେ, ତାଙ୍କ ସେବାରେ ଆନନ୍ଦ ପାଏ; ତେଣୁ ତାଙ୍କରି ସୁଖ ନିମନ୍ତେ ମୁଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ସେ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଭଲ ପାଆନ୍ତି, ଆମେ ରୂପର ଉତ୍କର୍ଷ ସାଧନ ନ କରିବା କାହିଁକି ? ସେ ଚନ୍ଦନ, ଚୂଆ ସୁଖ ପାଇଥାଆନ୍ତି; ଆମେ ଲେଭେଣ୍ଡର ଅଡିକୋଲନ ଅତର ବ୍ୟବହାର ନ କରିବା କାହିଁକି ? ସେ ଫୁଲମାଳା ଭଲ ପାଆନ୍ତି; ଆମେ ଚେନ୍, ମୁଦି ଲଗାଇଲେ ଦୋଷ କଅଣ ? ତାଙ୍କର ଆନନ୍ଦ ହିଁ ଆମର ଆନନ୍ଦ । ଧନୀ, ଦରିଦ୍ର, ପଣ୍ଡିତ, ମୂର୍ଖ, କଣା, ଛୋଟା, ରୋଗୀ, ଭୋଗୀ ଏମାନଙ୍କର ଉପକାର କଲେ ସେମାନଙ୍କର ଯେଉଁ ଆନନ୍ଦ ହୁଏ, ସେହି ଆନନ୍ଦର ପ୍ରତିଭାସ ହିଁ ମୋର ଆନନ୍ଦ । ମୋର ପୃଥକ୍ ଆନନ୍ଦ ଆଉ କଅଣ ? ଏହାର ନାମ ଈଶ୍ୱରାନନ୍ଦ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଉପଭୋଗ କରାଇ ଭଗବାନଙ୍କର ସେବା କରି ଆନନ୍ଦର ଯେଉଁ ପୂର୍ଣ୍ଣତମ ଭାବ, ଅନୁଭବ କରାଯାଏ, ତାହାହିଁ ପ୍ରେମ । ଧର୍ମଜଗତର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ମହାଜନ ଲେଖିଅଛନ୍ତି-

"ଆର ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ଗୋପୀଭାବେର ସ୍ୱଭାବ ।
ବୁଦ୍ଧିର ଗୋଚର ନହେ ଯାହାର ପ୍ରଭାବ ॥

ଗୋପୀଗଣ କରେ ଯବେ କୃଷ୍ଣ ଦରଶନ ।
ସୁଖ ବାଞ୍ଛା ନାହିଁ, ସୁଖ ହୟ କୋଟିଗୁଣ ॥

ଗୋପିକା ଦର୍ଶନେ କୃଷ୍ଣେର ଯେ ଆନନ୍ଦ ହୟ ।
ତାହା ହଇତେ କୋଟିଗୁଣ ଗୋପୀ ଆସ୍ୱାଦୟ ॥

ତାଁ ସବାର ନାହିଁ ନିଜ ସୁଖ ଅନୁରୋଧ ।
ତଥାପି ବାଢ଼ୟେ ସୁଖ - ପଡ଼ିଲ ବିରୋଧ ॥

ଏ ବିରୋଧେର ଏକ ଏଇ ଦେଖି ସମାଧାନ ।
ଗୋପିକାର ସୁଖ କୃଷ୍ଣସୁଖେ ପର୍ଯ୍ୟବସାନ ।।''

- ଚୈତନ୍ୟଚରିତାମୃତ

ଗୋପୀମାନଙ୍କର କୃଷ୍ଣଦର୍ଶନରେ ସୁଖ ବାଞ୍ଛା ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରି ସେମାନଙ୍କର କୋଟିଗୁଣ ସୁଖର ଉଦୟ ହୁଏ । ଏହା ଗୋଟିଏ ବଡ଼ କଠିନ ବ୍ୟାପାର । ଏହାର ଭାବ ଅନୁଭବ କରିବା ପାଣ୍ଡିତ୍ୟବୁଦ୍ଧିର ସାଧ୍ୟାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ଗୋପୀମାନଙ୍କୁ ଦେଖି କୃଷ୍ଣଙ୍କର ଯେଉଁ ଆନନ୍ଦ ହୁଏ, ତାହା ଅପେକ୍ଷା ଗୋପୀମାନଙ୍କର କୋଟିଗୁଣ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ହୁଏ । କାହିଁକି ? - ଗୋପୀମାନଙ୍କର ସୁଖ ଯେ କୃଷ୍ଣସୁଖରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ! କୃଷ୍ଣସୁଖୀ ହୋଇଛନ୍ତି ଦେଖିଲେ ଗୋପୀମାନଙ୍କର ସୁଖ; ଅର୍ଥାତ୍ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱକୀୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଦିର ସୁଖସ୍ପୃହା ନାହିଁ, କୃଷ୍ଣ ସୁଖହିଁ ସେମାନଙ୍କର ସୁଖ । ଆହା କି ମଧୁର ଭାବ ! ଏଇଥିପାଇଁ **ଗୋପୀଭାବ ଶ୍ରେଷ୍ଠ** । କେତେ ଜଣ କାଣ୍ଡଜ୍ଞାନଶୂନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ନିର୍ମଳଭାବ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି ନ ପାରି, କଦର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ ଏହାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିଥାଆନ୍ତି ।

ତେଣୁ କହୁଥିଲି, କୃଷ୍ଣମୟ ସର୍ବଭୂତର ସୁଖରେ ସୁଖୀ ହେବାକୁ ହେବ । 'ଭଲକାର୍ଯ୍ୟ କରିଛି' ବୋଲି ଆନନ୍ଦିତ ହେବାକୁ ହେବ ନାହିଁ । ଆମ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱରୂପ ଭଗବାନଙ୍କର ସୁଖ ହୋଇଛି ବୋଲି ଆମର ମଧ୍ୟ ସୁଖ । ସ୍ୱ-ୀପୁତ୍ରଙ୍କର, ଦେଶର, ଦଶର ଓ ସମାଜର ସେବା କରି ସେମାନଙ୍କର ଯେଉଁ ଆନନ୍ଦ, ତାହାହିଁ ଆମର ଆନନ୍ଦ । ସମୁଦାୟ ଭୂତଙ୍କର, ସମୁଦାୟ ବିଶ୍ୱର ପ୍ରୀତିଇଚ୍ଛା ସାଧନହିଁ ପ୍ରେମ । ଭୋଜନ, ବଳସଂଗ୍ରହ, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ସଂରକ୍ଷଣ, ବସନ - ଭୂଷଣ ପରିଧାନ ସମସ୍ତହିଁ ବିଶ୍ୱର ସର୍ବଭୂତର ପ୍ରୟୋଜନ ନିମିତ୍ତ । ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯାହା ପ୍ରୟୋଜନ, ସେହି କାର୍ଯ୍ୟରେ ତାହା ବିନିଯୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ସେ ସମସ୍ତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ନ କଲେ ସର୍ବଭୂତର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ ବା କିପରି ? ବିଶ୍ୱକାର୍ଯ୍ୟରେ ଲାଗିବ ବୋଲି ତ ଦେହର ଏତେ ଯତ୍ନ । କିନ୍ତୁ ଆସକ୍ତିର ଛାୟା ପଡ଼ିଲାମାତ୍ରେ ଆଉ ପ୍ରେମ ହେଲା ନାହିଁ । ଆସକ୍ତି ହିଁ କାମ ।

ଅତଏବ ଫଳଲାଭ ଆଶା ପରିତ୍ୟାଗ କରି କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ତୁଷ୍ଟି ସମ୍ପାଦନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଏ, ତାହା ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ପୁତ୍ରକଳତ୍ର କୁହ, ବିଷୟ ବିଭବ କୁହ, ଦାନଧ୍ୟାନ ବା ଯାଗଯଜ୍ଞ କୁହ, ସମସ୍ତ ହେଉଛି ଭଗବାନଙ୍କର - କିଛି ମୋର ନୁହେଁ । ଭୃତ୍ୟ ଯେପରି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସଂସାରରେ ରହି ସବୁ କରେ; କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ କୌଣସି ଫଳ ତାର ନୁହେଁ । ସବୁ ଫଳ ତା ପ୍ରଭୁଙ୍କର । ସେହିପରି ଭଗବାନଙ୍କର ଏହି ବିରାଟ ଗୃହର ଗୋଟିଏ କୋଣରେ ପଡ଼ି ଆମେ ତାଙ୍କରି କାର୍ଯ୍ୟ ହିଁ କରୁଅଛୁ । ଏଥିରେ ଆମର ଶୋକ ଦୁଃଖ, ଭଲ ମନ୍ଦ ବା ଆନନ୍ଦ ନିରାନନ୍ଦ କିଛି ନାହିଁ । ଏହିପରି ନିର୍ଲିପ୍ତ-ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଶିଖିଲେ, ଆଉ ଆସକ୍ତିର ଦାଗ ଲାଗିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଗୋଟିଏ ତୃଣରେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ଆସକ୍ତି ଥାଏ, ତେବେ କେତେ ଜନ୍ମ ଯେ ଘୂରି ବୁଲିବାକୁ ହେବ, କିଏ ଜାଣେ ? ସର୍ବତ୍ୟାଗୀ ପରମଯୋଗୀ ରାଜା ଭରତ ସସାଗରା ବସୁନ୍ଧରାର ମାୟା ତ୍ୟାଗ କରି ମଧ୍ୟ ତୁଚ୍ଛ ହରିଣ ଶିଶୁର ଆସକ୍ତିରେ କେତେଥର ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ । ସେଥିପାଇଁ କହୁଛି, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟ କର; କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ଯେପରି ବ୍ୟାକୁଳତା ନ ଜନ୍ମେ, ପ୍ରାଣରେ ବାସନା - କାମନାର ଦାଗ ନ ଲାଗେ । ପୂର୍ବରୁ ଭାବି ଚିନ୍ତି ବ୍ୟାକୁଳ ନ ହୋଇ, ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ହେବ, ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହିତ ତାହା ସମ୍ପାଦନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଜୀବର ଚିନ୍ତା ବିଫଳ; ସୁତରାଂ ବୃଥା ଚିନ୍ତା ବା ଆଶାର ହାର ନ ଗୁନ୍ଥି ପରମପିତାଙ୍କ ପଦରେ ଚିତ୍ତ ସମର୍ପଣପୂର୍ବକ ଉପସ୍ଥିତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ବିଧେୟ ।

ଯା ଚିନ୍ତା ଭୁବି ପୁତ୍ର-ପୌତ୍ର-ଭରଣ-ବ୍ୟାପାର ସମ୍ଭାଷଣେ,
ଯା ଚିନ୍ତା ଧନ-ଧାନ୍ୟ-ଭୋଗ-ଯଶସାଂ ଲାଭେ ସଦା ଜାୟତେ,
ସା ଚିନ୍ତା ଯଦି ନନ୍ଦ-ନନ୍ଦନ-ପଦ-ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱାରବିନ୍ଦେ କ୍ଷଣମ୍-
କା ଚିନ୍ତା ଯମରାଜ - ଭୀମ -ସଦନ -ଦ୍ୱାର ପ୍ରୟାଣେ ପ୍ରଭୋ !

ମର୍ତ୍ତ୍ୟଭୂମିକୁ ଆସି, ନିଜକୁ ଭୁଲି ପୁତ୍ରପୌତ୍ରାଦିଙ୍କ ଭରଣପୋଷଣ ସମ୍ଭାଷଣ ବ୍ୟାପାରରେ ଯେପରି ଚିନ୍ତା ଆମେ କରୁ, ଯେପରି ଚିନ୍ତା ଧନ-

ଧାନ୍ୟ ଭୋଗ -ଯଶ ପ୍ରଭୃତି ଲାଭ କରିବା ନିମନ୍ତେ ବ୍ୟଥିତ ହୁଏ, ସେହି ଚିନ୍ତା ଯଦି କ୍ଷଣକାଳ ନିମିତ୍ତ ହେଲେ ନନ୍ଦନନ୍ଦନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପଦଯୁଗଳାରବିନ୍ଦରେ ନିୟୋଜିତ କରିପାରନ୍ତୁ, ତାହାହେଲେ ଯମରାଜାଙ୍କ ଭୀମଭବନ ଦ୍ୱାରରେ ପ୍ରୟାଣ କାଳରେ କଅଣ ଟିକିଏ ହେଲେ ଭୟ ହୁଅନ୍ତା ? ଅତଏବ ବୃଥା ଚିନ୍ତା ବା ଦୁରାଶାର ଦାସ ନ ହୋଇ ଫଳାଫଳ ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ ଅର୍ପଣପୂର୍ବକ ଅବଶ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଯାଅ । ସାଧକାଗ୍ରଗଣ୍ୟ ତୁଳସୀ ଦାସ ନିଜ ମନକୁ ସମ୍ବୋଧନ କରି କହୁଛନ୍ତି, -

"ତୁଳସୀ ! ଐସା ଧେୟାନ ଧର, ଜୈସୀ ବ୍ୟାନ କି ଗାଈ ।
ମୁହଁମେ ତୃଣ ଚାନା ଚୁଟେ, ଚେତ୍ ରକ୍‌ଖେ ବଛାଈ ॥"

"ତୁଳସୀ ! ପ୍ରସୂତି ଗାଈ ପରି ଧ୍ୟାନପରାୟଣ ହୁଅ । ନବପ୍ରସୂତା ଗାଭୀ ମୁଖରେ ତୃଣ, ସୋଲଚଣା, ପ୍ରଭୃତି ଭକ୍ଷଣ କରେ: କିନ୍ତୁ ତାର ମନ ସର୍ବଦା ତା ନିଜର ବାଛୁରୀ ନିକଟରେ ଥାଏ । ସେହିପରି ସଂସାରର କାର୍ଯ୍ୟ କର; କିନ୍ତୁ ଚିତ୍ତକୁ ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ ଅର୍ପଣ କରି ରଖ ।"

ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା, **ସର୍ବଦା ସବୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଯେପରି ମନ ଥାଏ ଯେ "ମୋତେ ମରିବାକୁ ହେବ"** । ଆମ ମସ୍ତକ ଉପରେ ଯମର ଭୀମଦଣ୍ଡ ନିୟତ ବିଘୂର୍ଣ୍ଣିତ ହେଉଅଛି । କେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଯେ ମରଣ- ଦୁନ୍ଦୁଭି ବାଜିଉଠିବ, ତାହାର କିଛି ସ୍ଥିରତା ନାହିଁ । କେତେବେଳେ କେଉଁ ଅଜ୍ଞାତ ପ୍ରଦେଶରୁ ଅଲକ୍ଷିତ ଭାବରେ ମୃତ୍ୟୁ ଆସି ଗ୍ରାସ କରିବ, ତାହା କିଏ ଜାଣେ ! ଭଲମନ୍ଦ ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପୂର୍ବରୁ "ମୋତେ ଦିନେ ମରିବାକୁ ହେବ", ଏହା ଭାବି ସେଥିରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବା ଉଚିତ । ମରଣ କଥା ମନରେ ଥିଲେ, ଆଉ ମରଜଗତରେ ମଦନ-ମରଣର ଅଭିନୟ ପ୍ରତି ମନ ଅଗ୍ରସର ହେବ ନାହିଁ ।

ମୃତ୍ୟୁ ହିଁ ଜଗତ୍‌ପିତା ଜଗଦୀଶ୍ୱରଙ୍କ ପରମ କାରୁଣିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା । ମୃତ୍ୟୁ ନିୟମ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ନ ଥିଲେ ପୃଥିବୀ ଯେ ଘୋର ଅଶାନ୍ତିର ନିଳୟ ହୋଇଥାନ୍ତା, ଏଥିରେ ଆଉ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଏହା ହୋଇ ନଥିଲେ, ଧର୍ମକର୍ମର

ମର୍ମକୁ କେହି ହେଲେ ମର୍ମରେ ସ୍ଥାନ ଦିଅନ୍ତେ ନାହିଁ । ସତୀର ସତୀତ୍ୱ, ଦୁର୍ବଳର ଧନ ଓ ନିର୍ଦ୍ଧନର ମାନ ରକ୍ଷାକରିବା କଠିନ ହୁଅନ୍ତା । ମାନବ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଭୟ କରି ପରକାଳ କଥା ଭାବି ଧର୍ମର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିଥାଏ; ନତୁବା ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାରୀ ହୋଇ ନିଜର ବଳବୀର୍ଯ୍ୟ, ଧନସମ୍ପଦର ଗୌରବରେ ନିରାଶ୍ରୟ ଦୁର୍ବଳଗଣଙ୍କୁ ପଦଦଳିତ କରନ୍ତା । ଦୁର୍ବଳ ଦରିଦ୍ରଗଣ ପ୍ରବଳର ଅତ୍ୟାଚାର ଉତ୍ପୀଡ଼ନରେ ଲଣ୍ଡଭଣ୍ଡ ହୋଇ ଚକ୍ଷୁଜଳରେ ଗଣ୍ଡ ଭସାଇ ଦିଅନ୍ତେ ଏବଂ ଆପଣାର ଗଣ୍ଡଦେଶରେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଚପେଟାଘାତ କରି ଅଦୃଷ୍ଟକୁ ଧିକ୍କାର କରି ବା ଅଦୃଷ୍ଟପୂର୍ବ ବିଧିର ବିଷମ ବିଧାନର ନିନ୍ଦା କରନ୍ତେ । ମୃତ୍ୟୁ ଅଛି ବୋଲି ଆମର ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରହିଅଛି । ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଜଗତରେ ସବୁ ଅନିଶ୍ଚିତ, କୌଣସି ବିଷୟର ସ୍ଥିରତା ବା ନିଶ୍ଚୟତା ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ମୃତ୍ୟୁ ନିଶ୍ଚିତ । ଛାୟା ଯେପରି ବସ୍ତୁର ଅନୁଗାମୀ, ମୃତ୍ୟୁ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଦେହୀର ସଙ୍ଗୀ । ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭାଗବତରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି-

"ଅଦ୍ୟ ବାବ୍ଦଶତାନ୍ତେ ବା ମୃତ୍ୟୁର୍ବୈ ପ୍ରାଣିନାଂ ଧ୍ରୁବଃ ॥"

ଆଜି ହେଉ, କାଲି ହେଉ ବା ଦୁଇ ଚାରି ବର୍ଷ ପରେ ହେଉ, ଦିନେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସେହି ସର୍ବଗ୍ରାସୀ ଶମନସଦନକୁ ହିଁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅଗଣିତ ସୈନ୍ୟସମାବୃତ ଲୋକସଂହାରକାରୀ-ଶସ୍ତ୍ରସମନ୍ୱିତ ସମ୍ରାଟଙ୍କଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବୃକ୍ଷତଳବାସୀ ଛିନ୍ନକନ୍ଥା-ସମ୍ବଳ ଭିକାରୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଦିନେ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପତିତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମୃତ୍ୟୁ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ; ମୃତ୍ୟୁ ବୟସକୁ ଅପେକ୍ଷା କରେ ନାହିଁ, ସାଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନର ଅସଂପୂର୍ଣ୍ଣତା ବିଷୟ ଭାବେ ନାହିଁ । ମୃତ୍ୟୁର ମାୟା ମମତା ନାହିଁ, କାଳାକାଳ ବିଚାର ନାହିଁ । ମୃତ୍ୟୁ କାହାରି ହେଲେ ଉପରୋଧ ଅନୁରୋଧ ଶୁଣେ ନାହିଁ, କାହାରି ହେଲେ ସୁବିଧା ଅସୁବିଧା ଦେଖେ ନାହିଁ, କାହାରି ହେଲେ ସୁଖଦୁଃଖ ବୁଝେ ନାହିଁ, ଭଲ ମନ୍ଦ କଥା ଭାବେ ନାହିଁ । ମୃତ୍ୟୁ କାହାରି ପୂଜା ଅର୍ଚ୍ଚନା ଲୋଡେନାହିଁ, କାହାର ଖୋସାମତିଆ କଥାରେ ବା ପ୍ରଲୋଭନରେ ଭୁଲେ ନାହିଁ । କାହାରି ହେଲେ ଧନଗୌରବ ପ୍ରତି ଦୃକ୍‌ପାତ ସୁଦ୍ଧା କରେ ନାହିଁ । କେତେ ଦୁର୍ଦ୍ଦଣ୍ଡ

ତାପାନ୍ୱିତ ମହାରଥୀ ଏହି ଭାରତଭୂମିରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ନିଜ ନିଜର ଳବୀର୍ଯ୍ୟରେ ସସାଗରା ବସୁନ୍ଧରା ପ୍ରକମ୍ପିତ କରିଥିଲେ; କିନ୍ତୁ କେହି ଜଣେ ହଲେ ତ ଜୀବିତ ନାହାନ୍ତି; ସମସ୍ତେ ସେହି କରାଳ ମୃତ୍ୟୁକବଳରେ କବଳିତ ହାଇଅଛନ୍ତି । ବାସ୍ତବିକ ମନୁଷ୍ୟର ଏପରି କୌଣସି ସାଧ ନାହିଁ, ଯାହା ାରା ସେ ଏହି ଭୀଷଣ ବିଭୀଷିକାମୟ ମୃତ୍ୟୁର ଗତିରୋଧ କରିପାରେ । ାରୀରିକ ବଳବୀର୍ଯ୍ୟ, ଧନଜନ, ସମ୍ପଦମାନ, ଗୌରବ, ଦୁର୍ଦ୍ଦଣ୍ଡ ପ୍ରତାପ, ଭୁତ୍ୱ ପ୍ରଭୃତି ସର୍ବ ଗର୍ବ ମୃତ୍ୟୁ ନିକଟରେ ଖର୍ବ ହେବ । ଏହି ମୃତ୍ୟୁ ବିଷୟ ଭାବି ମହାଦସ୍ୟୁ ରତ୍ନାକର ସର୍ବମାୟା ପରିତ୍ୟାଗପୂର୍ବକ ଧର୍ମଜଗତର ହାଜନପଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ଶ୍ମଶାନକୁ ଶବଦାହ କରିବାକୁ ଯାଇ ଶ୍ୱର ଦେହର ପରିଣାମ ଦେଖି କେତେ ଲୋକଙ୍କ ମନରେ କ୍ଷଣକାଳ ପାଇଁ ହଲେ ମଧ୍ୟ ଶ୍ମଶାନବୈରାଗ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି କାରଣରୁ କହୁଅଛି, ସର୍ବଦା ମୃତ୍ୟୁଚିନ୍ତା କରି କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ, ଦୟରେ ପାପ ପ୍ରବୃତ୍ତି ସ୍ଥାନ ପାଇବ ନାହିଁ । ଦୁର୍ବଳ ପ୍ରତି ଅତ୍ୟାଚାର କରିବାକୁ ଓ ଧାବିତ ହେବ ନାହିଁ । ବିଷୟବିଭବ, ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନଙ୍କର ମାୟା ଶତବାହୁ ଜନ କରି ଆସକ୍ତି-ଶୃଙ୍ଖଳରେ ବାନ୍ଧିପାରିବ ନାହିଁ । ଯେପରି ମନେରହେ, ାମ ପରି କେତେ ଲୋକ ଏହି ସଂସାରକୁ ଆସିଥିଲେ,ଏହି ଧନୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ହି ଘରଦ୍ୱାରକୁ 'ମୋର' 'ମୋର' କହିଥିଲେ, ଆମ ପରି ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁତ୍ର- ନ୍ୟାମାନଙ୍କୁ ସ୍ନେହର ଶତ ବାହୁ ସୃଜନ କରି ଧରି ରଖିଥିଲେ; କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମାନେ କେଉଁଠାରେ ? ଯେଉଁ ଅଜଣା ଦେଶରୁ ଆସିଥିଲେ, ସେହି ଅଜଣା ଦେଶକୁ ଚାଲିଯାଇଛନ୍ତି । ଯେପରି ମନେରହେ, ଧନ ସମ୍ପଦର ଅହଙ୍କାର, ଳବିକ୍ରମର ଅହଙ୍କାର, ରୂପଯୌବନର ଅହଙ୍କାର, ବିଦ୍ୟାବୁଦ୍ଧିର ଅହଙ୍କାର ା କୁଳମାନର ଅହଙ୍କାର ସକଳ ବୃଥା । ଦିନେ ସମସ୍ତ ଅହଙ୍କାର, ଅହଙ୍କାରର ଅହଙ୍କାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚୂର୍ଣ୍ଣବିଚୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯିବ । ଯେପରି ମନେରହେ - ଆଜି ାର୍ଥିବ ପଦାର୍ଥର ଅହଙ୍କାରରେ ଉନ୍ମତ୍ତ ହୋଇ ଜଣେ ନିରାଶ୍ରୟ ଦୁର୍ବଳକୁ ୟେତ ତୁମେ ପଦାଘାତ କରୁଅଛ ; କିନ୍ତୁ ଦିନେ ଏପରି ହେବ ଯେ, ଶ୍ମଶାନରେ ଶବାଧାରରେ ଶୟନ କଲେ ଶୃଗାଳ, କୁକୁର ତୁମକୁ ପଦଦଳିତ କରିବେ;

ପ୍ରେତପିଶାଚ ତୁମ ବୁକୁ ଉପରେ ଚଢ଼ି ତାଣ୍ଡବ ନୃତ୍ୟ କରିବେ । ସେଦିନ ନୀରବରେ ଏ ସମସ୍ତ ତୁମକୁ ସହ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହିପରି ଚିନ୍ତା କଲେ କ୍ରମଶଃ ପାର୍ଥିବ ପଦାର୍ଥର ଅସାରତା ହୃଦୟଙ୍ଗମ ହେବ ଓ ସେତେବେଳେ ଆସକ୍ତିର ବନ୍ଧନ ଶିଥିଳ ହୋଇଯିବ ।

ଆଜିକାଲି ଅନେକେ ଶିକ୍ଷାଦୋଷରେ, ସଂସର୍ଗଗୁଣରେ, ବୟସଚାପଲ୍ୟ ହେତୁ ପରକାଳ ଓ କର୍ମଗୁଣରେ ଜନ୍ମ-କର୍ମ-ଅଦୃଷ୍ଟ ସ୍ୱୀକାର କରୁ ନାହାନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ପରିଣାମରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଦିନେ ଏହା ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହେବ । ସ୍ୱୀକାର ନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଜୀବନ ତ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ନୁହେଁ, ଦିନେ ତ ମରିବାକୁ ହେବ; ଧନ, ଜନ, ଗୃହ ଓ ରାଜତ୍ୱ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ? ସୁତରାଂ ଦୁଇ ଦିନ ପାଇଁ ମାୟା କାହିଁକି ? ବୃଥା ଆସକ୍ତି କାହିଁକି ! ମୃତ୍ୟୁଚିନ୍ତା କଲେ ସେହି ସୁଦୂର ଅତୀତର ସୁକ୍ଷ୍ମ ଯବନିକା ଅନ୍ତରାଳରେ ଦୃଷ୍ଟି ପତିତ ହୋଇ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନର ଉଦୟ ହେବ । ପାଠକ ! ମୁଁ ମଧ୍ୟ ଯେତେ ଦିନଯାଏ ମୃତ୍ୟୁକୋଳରେ ଢଳି ନ ପଡ଼ିଛି, ସେତେ ଦିନଯାଏ ମୃତ୍ୟୁ ଚିନ୍ତା ଜାଗ୍ରତ ରଖିବି ବୋଲି ମରଣର ମହାକ୍ଷେତ୍ର ମହାଶ୍ମଶାନ ହୋଇଛି ମୋର ବାସସ୍ଥାନ; ମାନବାସ୍ଥିର ଦଗ୍ଧାବଶେଷ ଚିତାଭସ୍ମ ମୋ ଅଙ୍ଗର ଭୂଷଣ; ନର-କପାଳ ମୋର ଜଳପାତ୍ର; ମୁଁ ମରଣପଥର ପଥିକ; ଦିବାନିଶି ମୁଁ ମରଣକୋଳରେ ବସିରହିଛି ।

କିନ୍ତୁ ସିଦ୍ଧ ଯୋଗୀଗଣ ଉପଦେଶ ଦେଇଥାନ୍ତି ଯେ, ଅପରର ସୁଖ ଦୁଃଖ ବା ପାପ ପୁଣ୍ୟ ଦେଖିଲେ ଯଥାକ୍ରମେ ମୈତ୍ରୀ, କରୁଣା, ଉପେକ୍ଷା ଓ ମୁଦିତା କରିବ; ଅର୍ଥାତ୍ ପରର ସୁଖ ଦେଖିଲେ ସୁଖୀ ହୁଅ, ଈର୍ଷା କର ନାହିଁ । ପର ସୁଖରେ ସୁଖୀ ହେବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ତୁମର ଈର୍ଷାନଳ ଦୂରୀଭୂତ ହେବ । ତୁମେ ଯେପରି ସର୍ବଦା ଆତ୍ମଦୁଃଖ ନିବାରଣ ନିମିତ୍ତ ଇଚ୍ଛାକର, ଅପରର ଦୁଃଖ ଦେଖିଲେ; ଠିକ୍ ସେହିପରି ଇଚ୍ଛା କର । ନିଜର ପୁଣ୍ୟ ବା ଶୁଭାନୁଷ୍ଠାନରେ ଠିକ୍ ସେହିପରି ହୃଷ୍ଟ ହୁଅ । ପରର ପାପ ଦେଖି ବିଦ୍ୱେଷ କର ନାହିଁ, ଘୃଣା ବି କର ନାହିଁ; ଭଲ କି ମନ୍ଦ କିଛି ହେଲେ ଆଲୋଚନା କରନାହିଁ । ସର୍ବତୋଭାବରେ ଉଦାସୀନ ରହ । ସେପରି ରହିଲେ

ାମ ଚିତ୍ତର ଅମର୍ଷମଳ ନିବାରିତ ହେବ । ଚିତ୍ତର ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଅନୁଶୀଳନା ାପେକ୍ଷ; ବାସ୍ତବିକ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅସଦ୍‌ବୃତ୍ତି ସ୍ଥାନରେ ସଦ୍‌ବୃତ୍ତିର ଅନୁଶୀଳନ ଲେ, କ୍ରମଶଃ ଚିତ୍ତମଳ ବିଦୂରୀତ ହୁଏ । **କ୍ରୋଧର ବିପରୀତ ଦୟା, ାମର ବିପରୀତ ଭକ୍ତି ।** ଏହିପରି ପ୍ରତ୍ୟେକ ରାଜସ ଓ ତାମସ ବୃତ୍ତି ିରୁଦ୍ଧରେ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଉଦିତ କରୁ କରୁ ଚିତ୍ତ କ୍ରମେ ନିର୍ମଳ ହୋଇ ତ୍ତମ ରୂପେ ଏକାଗ୍ରତା-ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ହେବ । ଯାହାର ଚିତ୍ତ ଯେତେ ନିର୍ମଳ, ଗବାନ ତାହାର ସେତେ ନିକଟରେ; ଆଉ ଯାହାର ଚିତ୍ତ ପାପ ତମସାଚ୍ଛନ୍ନ, ସେ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ସେତେ ଦୂରରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା, ପୋଷ୍ୟବର୍ଗଙ୍କୁ ପ୍ରତିପାଳନ କରିବାକୁ ହେବ ବୋଲି କର୍ମୀ ହୁଅ, ଯେତେ ୂର ସମ୍ଭବ ଯତ୍ନ ଓ ଚେଷ୍ଟା କର; କିନ୍ତୁ ତାହା ବୋଲି କଦାପି ଯେପରି ାପରେ ମଗ୍ନ ହୁଅ ନାହିଁ । ଅସତ୍‌ମାର୍ଗରେ ଅର୍ଥୋପାର୍ଜନ କଲେ, ତାହାର ଫଳ ମୋତେ ହିଁ ଭୋଗ କରିବାକୁ ହେବ; ଆଉ କେହି ସେ ପାପର ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିବେ ନାହିଁ । ପୋଷ୍ୟବର୍ଗ ସମାଜର ଉପଯୋଗୀ ଆହାର, ପରିଚ୍ଛଦ ପ୍ରଭୃତି ନ ପାଇଲେ ମୁଖ ମ୍ଳାନ କରିବେ ସତ; କିନ୍ତୁ ତାହା ବୋଲି ଆମେ ାଅଣ କରିବା ?

"ଅବଶ୍ୟମେବ ଭୋକ୍ତବ୍ୟଂ କୃତଂ କର୍ମ ଶୁଭାଶୁଭମ୍ ।" (ସ୍ମୃତି)

କୃତକର୍ମ ଶୁଭ ବା ଅଶୁଭ ହେଉ, ଅବଶ୍ୟ ତାହାର ଫଳ ଭୋଗ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ । ପୋଷ୍ୟବର୍ଗଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେ ଯେପରି ଅଦୃଷ୍ଟ ସଞ୍ଚୟ କରି ଆସିଅଛି, ସେ ସେହିପରି ଫଳ ଭୋଗ କରିବ - ମୁଁ ଶତ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ମଧ୍ୟ ତାହାର ଅନ୍ୟଥାଚରଣ କରିପାରିବି ନାହିଁ । କେବଳ ଅହଂକାରାଗ୍ନି ହୃଦୟରେ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ କରି ଧାଁ ଧଉଡ଼ କରି ଜନ୍ମଜନ୍ମର ତାପ ସଂଗ୍ରହ କରିବି କାହିଁକି ? ଅସତ୍ ଉପାୟରେ ଅର୍ଥ ଉପାର୍ଜନ କରି ବାସନାବହ୍ନିରେ ଦଗ୍ଧ ହେବି କାହିଁକି ? କେତେ ଦିନ ପାଇଁ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତରର କଷ୍ଟ ନିମିତ୍ତ ଦୁଃଖର ଅଗ୍ନି ସୃଷ୍ଟି କରି ଆସକ୍ତିର ଦାନବୀ ନିଃଶ୍ୱାସରେ ଦଗ୍ଧ ହେବି କାହିଁକି ? ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା- ଯଦି ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କର ମଳିନ ମୁଖ ଦେଖି ନ ପାରିବି, ତାହାହେଲେ ତ୍ୟାଗୀ

ହେବି ବା କିପରି ? କିନ୍ତୁ କର୍ମ କରିବି ନାହିଁ, କର୍ମରେ ସଂସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିବି- ଏହା ତ ଜଡ଼ର କଥା । ତେବେ ଅସତ୍‌ପଥରେ ଗତି କରିବି ନାହିଁ, କାହା ପ୍ରାଣରେ ବ୍ୟଥା ଦେବି ନାହିଁ - ଏହି ପ୍ରତିଜ୍ଞା ଯେପରି ଦୃଢ଼ ହୋଇ ରହେ । ସତ୍‌ପଥରେ ରହି ସଂସାର ଯେପରି ଭାବିରେ ଚଳିବ, ଚଳୁ । ବୃକ୍ଷର ଫଳ ଓ ନଦୀର ଜଳ- ଏହାର ତ ଅଭାବ ହେବ ନାହିଁ ? ଆଉ ମଧ୍ୟ ସବୁ ବିଷୟରେ ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ ଆତ୍ମନିର୍ଭର କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତ । ସେ କାହାରିକୁ ହେଲେ ଅଭୁକ୍ତ ରଖନ୍ତି ନାହିଁ । ଆମର ଜନ୍ମଗ୍ରହଣର କେତେ ପୂର୍ବରୁ ଭଗବାନ ମାତୃବକ୍ଷରେ ସ୍ତନର ସୃଷ୍ଟି କରି ରଖନ୍ତି । ଜନ୍ମ ହେବାମାତ୍ରେ ସେହି ସ୍ତନ୍ୟ ପାନ କରି ଆମେ ପରିପୁଷ୍ଟ ହେଉ । ଯାହାଙ୍କର ଏପରି ବ୍ୟବସ୍ଥା, ଏପରି ଶୃଙ୍ଖଳା, ଏପରି ଦୟା, ଆମେ ତାଙ୍କୁ ଭୁଲି, ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟଶୃଙ୍ଖଳା ଭୁଲି ବୃଥାରେ ଧାଇଁ ମରୁ କାହିଁକି ?

ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା କହି ଏ ବିଷୟର ଉପସଂହାର କରିବି । ସେ କଥାଟି ହେଉଛି - ଯେଉଁଥିରେ ଜଗତର ସବୁ ଜୀବ ଅତିଶୟ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇ ଅଛନ୍ତି, ତାହା ରମଣୀର ମୋହିନୀ ମୋହ । ଯୋଗସାଧନ କାଳରେ ସମସ୍ତେ ।

ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା

ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କାଳରେ ସ୍ତ୍ରୀସଙ୍ଗାଦି କରିବା ହେତୁ କୌଣସି କାରଣରୁ ଶୁକ୍ର ନଷ୍ଟ ହେଲେ ଆତ୍ମକ୍ଷୟ ହୋଇଥାଏ । ଯଥା-

"ଯଦି ସଙ୍ଗଂ କରୋତ୍ୟେବ ବିନ୍ଦୁସ୍ତସ୍ୟ ବିନଶ୍ୟତି ।
ଆତ୍ମକ୍ଷୟୋ ବିନ୍ଦୁହାନାଦସାମର୍ଥ୍ୟଞ୍ଚ ଜାୟତେ ।।"

- ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ

ଯଦି ସ୍ତ୍ରୀସଙ୍ଗ କର, ତେବେ ବିନ୍ଦୁ ନାଶ ହେବ । ବିନ୍ଦୁ ନାଶ ହେଲେ ଆତ୍ମକ୍ଷୟ ଓ ସାମର୍ଥ୍ୟହୀନତା ହେବା ସୁନିଶ୍ଚିତ । ଅତଏବ -

"ତସ୍ମାତ୍ ସର୍ବପ୍ରଯତ୍ନେନ ରକ୍ଷ୍ୟୋ ବିନ୍ଦୁହିଁ ଯୋଗିନା ।"

- ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ

ଏଥିପାଇଁ ଯୋଗାଭ୍ୟାସକାରୀ ଯତ୍ନର ସହିତ ବିନ୍ଦୁ ରକ୍ଷାକରିବ । କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଶୁକ୍ର ନଷ୍ଟ ହେଲେ ଓଜଃ ଧାତୁ ବିନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ; କାରଣ ଶୁକ୍ର ହିଁ ଓଜଃ ସ୍ୱରୂପ ଅଷ୍ଟମ ଧାତୁର ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମତେଜ ନାମରେ ପ୍ରଖ୍ୟାତ । ଏହାର ଅଭାବ ହେଲେ ମନୁଷ୍ୟର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ଶରୀରିକ ବଳ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି, ସ୍ମରଣଶକ୍ତି, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଧାରଣା ଶକ୍ତି ପ୍ରଭୃତି ସମସ୍ତ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଶୁକ୍ର ନଷ୍ଟ ହେଲେ ଯକ୍ଷ୍ମା, ପ୍ରମେହ, ଶକ୍ତିହୀନତା ପ୍ରଭୃତି ନାନାବିଧ ରୋଗର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇ ଅକାଳରେ କାଳ କବଳରେ ପତିତ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ନତୁବା ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଆଳସ୍ୟ ଜନ୍ମି ସର୍ବକାର୍ଯ୍ୟରେ ଔଦାସୀନ୍ୟ ଆସିଥାଏ ଓ ସେତେବେଳେ ଜଡ଼ ପରି ଜୀବନଯାପନ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ଏଥିପାଇଁ ସମସ୍ତଙ୍କର ଯତ୍ନର ସହିତ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଗୋଟିଏ ବଡ଼ କଠିନ ବିଷୟ ।

''ପୀତ୍ୱା ମୋହମୟୀଂ ପ୍ରମୋଦ-ମଦିରାମୁନ୍ମତ୍ତୀଭୂତଂ ଜଗତ୍ ।''

- ଭର୍ତ୍ତୃହରି

ମୋହମୟ ପ୍ରମୋଦରୂପ ମଦିରା ପାନ କରି ଏହି ଅନନ୍ତ ଜଗତ ଉନ୍ମତ୍ତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଯେ କୌଣସି ଜୀବ ହେଉ, ତାହାର ପୁରୁଷକୁ ତାହାର ସ୍ତ୍ରୀଜାତି ମୋହାକର୍ଷଣରେ ଟାଣି ରଖିଅଛି । ସମସ୍ତେ ରିପୁର ଉତ୍ତେଜନାରେ ଓ ଅଜ୍ଞାନତାର ତାଡ଼ନାରେ ନରକବହ୍ନିରେ ଝାସ ଦେଉଛନ୍ତି । ବିଦ୍ୟାଳୟର ବାଳକଠାରୁ ବୃଦ୍ଧବ୍ୟକ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସୁଖ ନିମିତ୍ତ ଶୁକ୍ରକ୍ଷୟ କରି ଜୀବନର ସୁଖ ବିନଷ୍ଟ ପୂର୍ବକ ବଜ୍ରଦଗ୍ଧ ତରୁ ସଦୃଶ ବିଚରଣ କରୁଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଉତ୍ପାଦିତ ସନ୍ତାନଗଣ ଆହୁରି ଅଧିକ ନିର୍ବୀର୍ଯ୍ୟଭାବରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ଦୁର୍ଜ୍ଜୟ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ସଂସାରକୁ ଅଶାନ୍ତିର ନିଳୟ କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ନିକୃଷ୍ଟ ବୃତ୍ତିର ଅଧୀନ ହେଲେ ନରନାରୀଗଣଙ୍କର ହୃଦ୍‌ବୃତ୍ତି ଏକାବେଳକେ ବିନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ; ବସ୍ତୁଗତ ଜ୍ଞାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହେ ନାହିଁ । କେବଳ ଆମେ ନୋହୁ; ଦେବତାମାନେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରମୋଦ-ମଦିରାରେ ଉନ୍ମତ୍ତ । ତାହା ମଧ୍ୟ ମହାମୁନି ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ପ୍ରକାଶ କରିଅଛନ୍ତି-

"ଭଗେନ ଚର୍ମକୁଣ୍ଡେନ ଦୁର୍ଗନ୍ଧେନ ବ୍ରଣେନ ଚ ।
ଖଣ୍ଡିତଂ ହି ଜଗତ୍ ସର୍ବଂ ସ ଦେବାସୁରମାନୁଷମ୍ ॥"

- ଅବଧୂତ ଗୀତା, ୮/୧୯

ଏହି ଆକର୍ଷଣରୁ ଉଦ୍ଧାର ପାଇବାର ଉପାୟ କଅଣ ? ଅଭ୍ୟାସ ଓ ସଂଯମରେ ସବୁ ସାଧିତ ହୋଇପାରେ । ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ଓ ସଂଯମ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ହୃଦୟରେ ଏହି ଧାରଣା ଦୃଢ଼ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ; ଯାହା ନରକର ହେତୁ ରୋଗର କାରଣ, ଆତ୍ମାର ଅବନତିର ପଥ - ସେହି କାର୍ଯ୍ୟ ମୁଁ କରିବି କାହିଁକି ? ମୁଁ ଯାହା ପାଇଁ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପନ୍ଥାରୁ ବିଚଳିତ ହେଉଅଛି, ସେ ସ୍ତ୍ରୀ କଅଣ ? -

"କୌଟିଲ୍ୟଦମ୍ଭସଂଯୁକ୍ତା ସତ୍ୟଶୌଚବିବର୍ଜିତା ।
କେନାପି ନିର୍ମିତା ନାରୀ ବନ୍ଧନଂ ସର୍ବଦେହିନାମ୍ ॥"

- ଅବଧୂତ ଗୀତା, ୮/୧୪

ଅତଏବ ବିବେଚନା କରିବା ଉଚିତ-କଅଣ ଦେଖି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ପ୍ରାଣଭରା ପିପାସା, କେଉଁଥିପାଇଁ ବା ଏହି ପାଶବ-ବାସନାର ଅଗ୍ନି ? ଦୈହିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ! କିନ୍ତୁ ଦେହ କଅଣ ? ପଞ୍ଚମହାଭୂତର ସମଷ୍ଟି-ଅବସ୍ଥା ଭିନ୍ନ ତ ଆଉ କିଛି ନୁହେଁ । ଯାହାର [illegible] ଜଗତରେ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ରହିଅଛି, ଯାହା ବିଶ୍ୱର ସକଳ ବସ୍ତୁ[illegible] ବିଦ୍ୟମାନ, ତାହା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ସୀମାବଦ୍ଧ ସ୍ଥାନରେ ଆକର୍ଷଣ ବା [illegible]ତଃ ରୂପଯୌବନ କେତେ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପାଇଁ ? ବାଲ୍ୟକାଳରେ ସେ କଅଣ ଥିଲା ? - ଯୌବନରେ କଅଣ ହୋଇଛି ? -ପୁଣି ପ୍ରୌଢ଼ ବା ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରେ କଅଣ ହେବ ? ଏବଂବିଧ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଦେହର ପରିଣାମ କଅଣ, ତାହା ଭାବି ଦେଖିବା ଉଚିତ । ଏହି ଯେଉଁ ଜୀର୍ଣ୍ଣା ଶୀର୍ଣ୍ଣା ବୃଦ୍ଧା ମୃତ୍ୟୁଶଯ୍ୟାରେ ଶୟନ କରିଅଛି, ସେହି ବୃଦ୍ଧା ତ ଅବଶ୍ୟ ଦିନେ ଯୁବତୀ ଥିଲା, କି[illegible] କଅଣ ହୋଇଛି ? ଆଉ ମଧ୍ୟ ଯଦି ଯୌବନରେ ରୋଗୋତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ, ତେବେ ତାହା ଏହି ସୁନ୍ଦର ଦେହକୁ ପଚାଇ ସଢ଼ାଇ ପ୍ରେତଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଅଧମ କରି ଦେଇପାରେ । ସୁତରାଂ ତାହା ପାଇଁ ଏତେ [illegible] କାହିଁକି ? ଯେପରି [illegible] ।

"ଭଗାଦିକୁଚପର୍ଯ୍ୟନ୍ତଂ ସଂବିଦ୍ଧି ନରକାର୍ଣ୍ଣବମ୍ ।
ଯେ ରମନ୍ତେ ପୁନସ୍ତତ୍ର ତରନ୍ତି ନରକଂ କଥମ୍ ।।" ★ ।।

- ଅବଧୂତ ଗୀତା, ୮/୧୭

ଆହୁରି ଗୋଟିଏ କଥା - ଏ କଥା ସ୍ୱୀକାର କରାଗଲା ଯେ, ସ୍ତ୍ରୀ ସହବାସରେ ଆନନ୍ଦ ଅଛି । କିନ୍ତୁ କେଉଁଥିରୁ ସେ ଆନନ୍ଦର ଉଦ୍‌ଭବ ହେଉଅଛି, ଏ କଥାର ତତ୍ତ୍ୱ ବିଚାର କରି ଦେଖିବା ଉଚିତ । ବ୍ରହ୍ମବସ୍ତୁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ଆମ ନିକଟରେ ଅଛି ବୋଲି ତ ଆନନ୍ଦ; ନତୁବା ରମଣୀ ଦେହରେ କିଛି ନାହିଁ । ବାଳକଗଣ ରମଣୀର ରମଣୀୟ ଦେହ ଦେଖି ମୁଗ୍ଧ ନ ହୋଇ ମାତା କୋଳରେ ରହିବାକୁ ସୁଖ ପାଆନ୍ତି କାହିଁକି ? ରାଜଅନ୍ତଃପୁରରେ ଥିବା ନପୁଂସକ ପ୍ରହରୀମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ବାଳିକା, ଯୁବତୀ ବା ବୃଦ୍ଧା ସମସ୍ତେ ସମାନ । ଗୋଟିଏ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଦ୍ୱାରା ଏ କଥା ବୁଝାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବି ।

ପଲ୍ଲିବାସୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ବୋଧହୁଏ ଦେଖିଥିବେ, ପଲ୍ଲୀପାଳିତା କୁକୁର ଗ୍ରାମ ଭିତରେ ଆହାର ନ ପାଇଲେ ଗୋ-ମଶାଣିକୁ ଯାଇ ବହୁକାଳର ପୁରାତନ ଗବାସ୍ଥି ସଂଗ୍ରହ କରି ନେଇଆସେ, ପରେ କୌଣସି ନିର୍ଜନ ସ୍ଥାନରେ ବସି

★ ଏହି ଶ୍ଳୋକ କେତେ ଗୋଟି ନିମିତ୍ତ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ମହାତ୍ମାଗଣ ଓ ଜଗନ୍ମାତାଙ୍କ ଅଂଶସମ୍ଭୂତା ଭାରତମାତାଗଣ ଲେଖକକୁ କ୍ଷମା କରିବେ । ଗୁରୁକୃପାରୁ ମୋ ହୃଦୟରେ ଏପରି ଜ୍ଞାନର ସମ୍ବନ୍ଧ ନାହିଁ । ମୁଁ ଜାଣେ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସମସ୍ତେ ଏକ ଚୈତନ୍ୟଙ୍କର ହିଁ ବିକାଶ -ଆଧାରଭେଦରେ, ଗୁଣଭେଦରେ ବିଭିନ୍ନ ମାତ୍ର । ସୁତରାଂ ଏପରି ବିବେଚନା କରିବା ମୁଁ ଅସଙ୍ଗତ ମନେକରୁଛି । ମୁଁ ଜାଣେ -

"ନୈବ ସ୍ତ୍ରୀ ନ ପୁମାନେଷ ନ ଚୈବାୟଂ ନପୁଂସକଃ ।
ଯଦ୍ ଯଚ୍ଛରୀରମାଦତ୍ତେ ତେନ ତେନ ସ ଲକ୍ଷ୍ୟତେ ।"

- ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱେତରୋପନିଷଦ୍, ୫ ଅଃ

"ଅତଏବ ହି ଯୋଗୀନ୍ଦ୍ର, ସ୍ତ୍ରୀ ପୁଂଭେଦଂ ନ ମନ୍ୟତେ ।
ସର୍ବଂ ବ୍ରହ୍ମମୟଂ ବ୍ରହ୍ମନ୍ ଶଶ୍ୱଦ୍ ପଶ୍ୟତି ନାରଦ ।।"

- ବ୍ରହ୍ମ ବୈବର୍ତ୍ତ ପୁରାଣ, ପ୍ରକୃତିଖଣ୍ଡ ୧ମ ଅଃ

ମୁଁ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବିଭିନ୍ନତା ବୋଧ କରେ ନାହିଁ ।

ସେହି ଶୁଷ୍କ ନୀରସ ଅସ୍ଥି କ୍ଷୁଧାଜ୍ୱାଳାରେ ଚୋବାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସେ ଅସ୍ଥିରେ ବା କଅଣ ଅଛି ? ଶୁଷ୍କ କଠିନ ଅସ୍ଥି ଆଘାତରେ ତାହାର ମୁଖ କ୍ଷତବିକ୍ଷତ ହୋଇ ରୁଧିର ନିର୍ଗତ ହୁଏ, ନିଜ ରକ୍ତ ରସନାରେ ଲାଗି ସ୍ୱାଦ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ; ସେତେବେଳେ ସେ ଆହୁରି ଯତ୍ନ ଓ ଆଗ୍ରହ ସହକାରେ ସେହି ଶୁଷ୍କ ଅସ୍ଥି ଚୋବାଇଥାଏ । ପରେ ଯେତେବେଳେ ନିଜ ମୁଖ ଜ୍ୱାଳା କରେ, ସେହି ସମୟରେ ସେ ବୁଝିପାରେ ଯେ, ନିଜ ରକ୍ତରେ ହିଁ ରସନା ପରିତୃପ୍ତ କରୁଅଛି । ଫଳରେ ସେତେବେଳେ ଅସ୍ଥି ପିଙ୍ଗିଦେଇ ଅନ୍ୟ ଆହାର ଅନ୍ୱେଷଣରେ ଗମନ କରେ । ସେହିପରି ଆନନ୍ଦପ୍ରଦ ବସ୍ତୁ ଆମ ନିଜ ଶରୀରାଭ୍ୟନ୍ତରରେ ରହିଅଛି; କିନ୍ତୁ ଆମେ ତାହା ବୁଝି ନ ପାରି ରମଣୀର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟରେ ମୁଗ୍ଧ ହୋଇ କ୍ଷଣିକ ଆନନ୍ଦ ନିମନ୍ତେ ସେହି ବସ୍ତୁ ନଷ୍ଟ କରୁଅଛୁ । ସୁଖ ଆଶାରେ ପ୍ରଧାବିତ ହୋଇ ଶେଷରେ ପ୍ରାଣଭରା ଅନୁତାପ ନେଇ ଫେରି ଆସୁଅଛି । ସୁଖ ଯେ ଆମର ଅତି ନିକଟରେ, ତାହା ଆମେ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରୁନାହୁଁ । ପତଙ୍ଗ ପରି ରୂପବହ୍ନିରେ ଝାସଦେଇ ପୋଡ଼ି ମରୁଅଛୁ । ଯେଉଁ ବସ୍ତୁ ଶରୀରରୁ ବହିର୍ଗମନ ସମୟରେ କ୍ଷଣକାଳ ନିମନ୍ତେ ଅନିର୍ବଚନୀୟ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରଦାନ କରିଯାଏ, ମନୁଷ୍ୟ ଜାଣେନା, ତାକୁ ଶରୀରରେ ଯତ୍ନର ସହିତ ରକ୍ଷାକଲେ, ତାହା କେତେ ବା ଅନନୁଭବନୀୟ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରଦାନ ନ କରନ୍ତା ? ଆମେ ଏପରି ଅଜ୍ଞ ଯେ, ସେହି ପଦାର୍ଥ ବୃଥା ନଷ୍ଟ କରିବାରେ ନିଜର ଜୀବନ ଓ ମନ ଉତ୍ସର୍ଗ କରୁଅଛୁ ।

ଏହିପରି ତତ୍ତ୍ୱବିଚାରପୂର୍ବକ ମନକୁ ଦୃଢ଼କରି ଯେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା ହୋଇଅଛନ୍ତି, ସେ ହେଉଛନ୍ତି ଯଥାର୍ଥରେ ନରରୂପୀ ଦେବତା । ମହାଦେବ କହିଅଛନ୍ତି;

"ନ ତପସ୍ତପ ଇତ୍ୟାହୁର୍ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟଂ ତପୋତ୍ତମମ୍ ।
ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା ଭବେଦ୍ ଯସ୍ତୁ ସ ଦେବୋ ନ ତୁ ମାନୁଷଃ ।"

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ବୀର୍ଯ୍ୟଧାରଣ ହିଁ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ତପସ୍ୟା । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ତପସ୍ୟାରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା ହୋଇଅଛନ୍ତି,

ସେ ମନୁଷ୍ୟ ନାମରେ ପ୍ରକୃତ ଦେବତା । ଯେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା, ମୃତ୍ୟୁ ତାଙ୍କର ଇଚ୍ଛାଧୀନ; ବୀରତ୍ୱ ତାଙ୍କର କରାୟତ୍ତ । ଶୁକ୍ରର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଗମନରେ ଅତୁଳ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ ହୁଏ । ★ ।

ବୀର୍ଯ୍ୟଧାରଣ ନ କଲେ ଯୋଗସାଧନ ବିଡ଼ମ୍ବନା ମାତ୍ର । ସୁତରାଂ ଯୋଗାଭ୍ୟାସକାରୀଗଣ ଯତ୍ନ ସହକାରେ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତ ।

"ଯୋଗିନସ୍ତସ୍ୟ ସିଦ୍ଧିଃସ୍ୟାତ୍ ସତତଂ ବିନ୍ଦୁ ଧାରଣାତ୍ ।"

ସତତ ବିନ୍ଦୁଧାରଣ କଲେ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ । ବୀର୍ଯ୍ୟସଞ୍ଚିତ ହେଲେ ସାଧନ ହୁଏ,-ଏହି ମହତୀ ଶକ୍ତି ବଳରେ ଏକାଗ୍ରତା ସାଧନ ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ ଦାର ପରିଗ୍ରହ କରିଅଛନ୍ତି, ସେମାନେ ଏକାବେଳକେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା ହୋଇପାରିବେ ନାହିଁ । କାରଣ ଋତୁରକ୍ଷା ନ କଲେ ଶାସ୍ତ୍ରାନୁସାରେ ପାପ ହୁଏ । ସୁତରାଂ ପୁତ୍ରକାମନାରେ, ବଂଶରକ୍ଷାର୍ଥେ, ଭଗବାନଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିପ୍ରବାହ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରଖିବା ନିମିତ୍ତ ଯୋଗମାର୍ଗାନୁଗାମୀ ସାଧକ ସଂଯତ ଚିତ୍ତରେ ପ୍ରତି ମାସରେ ଏକ ଦିନ ମାତ୍ର ସ୍ୱୀୟ ସ୍ତ୍ରୀର ଋତୁରକ୍ଷା କରିବେ ।

ପୂର୍ବୋକ୍ତ ନିୟମରେ ଚିତ୍ତ ସୁସଂଯତ କରି ଯେ କୌଣସି ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବ; ସେଥିରେ ହିଁ ଅଚିରେ ସାଫଲ୍ୟ ଲାଭ କରିବ । ନତୁବା ପାର୍ଥିବ ପଦାର୍ଥର ଆସକ୍ତିରେ ହୃଦୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ନୟନ ମୁଦ୍ରିତପୂର୍ବକ ଈଶ୍ୱର ଧ୍ୟାନରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେଲେ, ଅନ୍ଧକାର ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ କିଛି ଦେଖାଯିବ ନାହିଁ । ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ନିତାନ୍ତ ସହଜ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ହେଉ ପଛକେ ସେଠାରେ

★ *ଯୋଗରେ ଏପରି କାର୍ଯ୍ୟ ଅଛି, ଯହିଁରେ କାମପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ନିବୃତ୍ତ କରାଯାଏ, ଅଥଚ ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗ-ଶାସ୍ତ୍ରରେ ତାହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୋପନୀୟ । ଆନନ୍ଦପ୍ରଦ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ଆସକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ମତ୍‌ପ୍ରଣୀତ* **'ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ'** *ପୁସ୍ତକରେ ତାହା ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି । ମତ୍‌ପ୍ରଣୀତ* **'ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ'** *ପୁସ୍ତକରେ ବୀର୍ଯ୍ୟଧାରଣର ସାଧନ ଓ ନିୟମାବଳୀ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି । ମତ୍‌ପ୍ରଣୀତ* **'ପ୍ରେମିକ ଗୁରୁ'** *ପୁସ୍ତକରେ ଏ ବିଷୟରେ ଉଚ୍ଚାଙ୍ଗ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଅଛି ।*

ବସି ଈଶ୍ୱରଚିନ୍ତା କରାଯାଇପାରେ । **କିନ୍ତୁ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବସ୍ତୁ । ତ୍ୟାଗ ହିଁ ଏହାର ପ୍ରଧାନ କାର୍ଯ୍ୟ । ତ୍ୟାଗର ସାଧନା ନ କଲେ ବ୍ରହ୍ମଚିନ୍ତା ନିଷ୍ଫଳ ।** ପୂର୍ବୋକ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ବିଚାର କରି ଆସକ୍ତିଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ନ ପାରିଲେ, କେବଳ କେଶବେଶ ସଜାଇ କିମ୍ୱା ଦେଶଦେଶ ଘୂରି ବୁଲିଲେ; କିଛି ହେବ ନାହିଁ । ଭବର ଭାବରେ ବୁଡ଼ି ନ ରହି ଭାବର ଭାବରେ ବୁଡ଼ି ରହିଲେ, ସମସ୍ତ ସଫଳ ହୁଏ । ଏପରି ଭାବରେ ଘରେ ବସି ମଧ ବନିତା, ସନ୍ତାନ ସନ୍ତତି ଓ ଗୃହସଂସାର ନେଇ ବିଷୟବିଭବ ମଧ୍ୟରେ ରହି ସୁଦ୍ଧା ଖାଣ୍ଟି ରୂପେ ଖଟିପାରିଲେ ଫଳ ମଧ ଖାଣ୍ଟି ହେବ । ଏ ତୀର୍ଥ ସେ ତୀର୍ଥ ଧାଇଁବାକୁ; ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ଦଳରେ ମିଶିବାକୁ ବା ଭଣ୍ଡାମୀର ସାଜ ସାଜିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ । ଫଳରେ ଭସ୍ମ ବା ମାଟି ବୋଳିବାକୁ, ଜଟାଜୁଟ ରଖିବାକୁ ରଙ୍ଗୀନ ବସନ ପିନ୍ଧିବାକୁ, ଉପବାସ କରି ମରିବାକୁ, ସଂସାର ଧର୍ମ ଛାଡ଼ିବାକୁ, ନାନା କର୍ମ କରିବାକୁ, ନାନା ପନ୍ଥା ଧରିବାକୁ, ନାନା ଶାସ୍ତ୍ର ଖୋଜିବାକୁ, ନାନା କଥା ବୁଝିବାକୁ - ପରିଣାମରେ ପଥର ଭିକାରୀ ହେବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ ।

କେବଳ ମାଳି ଝୁଲି ଧରି ହରିବୋଲ ପକାଇଲେ, ମାଟି ବୋଳି ହୋଇ ଚୈତନ୍ୟଚୁଟି ରଖି ଗୋପୀବଲ୍ଲଭ ଗାବ ଛାଡ଼ିଲେ, ଜଟାଜୁଟ ବହନ କରି ଭସ୍ମ ବୋଳିହୋଇ ବମ୍ ବମ୍ କହି ହରଦମ୍ ଗଞ୍ଜାଇ ଦମ୍ ଟାଣିଲେ, କାଳୀ କାଳୀ କହି ଗଙ୍ଗାବାଲିରେ ପଡ଼ି ମଦ ଖାଇଲେ ମଦନମୋହନଙ୍କର ଚରଣପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏ କଥା ନିଶ୍ଚୟ ଜାଣିରଖ ଯେ **ବନବାସରେ ହରିଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ, ମନ ବଶ କଲେ ହୁଏ** - ତୀର୍ଥବାସରେ ହୁଏ ନାହିଁ, ଘରେ ବସିଲେ ହୁଏ । ରୋଷରେ ରସ ମିଳେ ନାହିଁ । କାମ ଥିଲେ, ରାମ ମିଳନ୍ତି ନାହିଁ । ଲୋଭ ଥିଲେ କ୍ଷୋଭ ହୁଏ; ଅଭିମାନ ଥିଲେ ତାର ପରିଣତି ପାପ, ପାପ ଥିଲେ ତାପ । କପଟତା ଥିଲେ ଅପଟୁତା ହୁଏ, ମାୟା ଥିଲେ କାୟା ଛାଡ଼େ ନାହିଁ; ବାସନା ଥିଲେ ସାଧନା ହୁଏ ନାହିଁ; ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ; ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପ୍ରତ୍ୟାଶା କଲେ ଇଷ୍ଟ ଚିନ୍ତା ହୁଏ ନାହିଁ; ନିଜ ପ୍ରତି ଗୁରୁତ୍ୱ ଜ୍ଞାନ ଥିଲେ, ଗୁରୁକୃପା ଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ; ଗୁରୁ ନ ଧରିଲେ ଗୁରୁତର ଭୋଗ ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼େ, ବାଞ୍ଛା ଥିଲେ ବାଞ୍ଛାକଳ୍ପତରୁଙ୍କୁ ବାଞ୍ଛା କରିବା ବୃଥା;

ଅହଂଜ୍ଞାନ ଥିଲେ ସୋଽହଂ ହେବ ନାହିଁ । କେବଳ ଭଣ୍ଡାମୀ କଲେ, ସକଳ ପଣ୍ଡ ହୋଇଯାଏ - ଅବଶେଷରେ ଦଣ୍ଡଧାରୀଙ୍କର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ପ୍ରତାପରେ ଲଣ୍ଡଭଣ୍ଡ ହୋଇ ଦଣ୍ଡଭୋଗ କରୁକରୁ ଚକ୍ଷୁଜଳରେ ଗଣ୍ଡ ଭସାଇବାକୁ ହେବ । ଅତଏବ ଯଦି ଖାଣ୍ଟି ମନୁଷ୍ୟ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛାଥାଏ, ତେବେ ମାଟିର ଦେହ ପ୍ରତି ଅଭିମାନକୁ ମାଟି କରି, ମାଟି ହୋଇ, ମାଟି ଚାଟି, ମାଟିରେ ପଡ଼ି ଖଟିବାକୁ ହେବ । ତାହାହେଲେ ସବୁ ଖାଣ୍ଟି - ମାଟିର ଦେହ ମଧ ଖାଣ୍ଟି । ଅତଏବ ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ସବୁ ମାଟି କରି ଯଦି ମାଟିର ମନୁଷ୍ୟ ହୋଇ ନପାରୁ; ତେବେ ସାଧନଭଜନ ସବୁ ମାଟି, ମାଟିର ଦେହ ମଧ୍ୟ ମାଟି–ଗୋଟାକଯାକ ମାନବ-ଜୀବନ ମାଟି ହୋଇଯିବ ।

କେତେ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ସେମାନେ କହନ୍ତି ଯେ, ସଂସାରରେ ରହି ସାଧନ ଭଜନ ହୁଏ ନାହିଁ । କାହିଁକି ସଂସାରୀ ଧର୍ମ ବା ସାଧନ କିମ୍ବା ସଦ୍‌ଗତି ଲାଭ କରିବ ନାହିଁ । ତାର କାରଣ କଅଣ ? ସଂସାର ତ ଭଗବାନଙ୍କର । ତୁମେ ସଂସାରରେ 'ସଂ' ଛାଡ଼ି 'ସାର' ଗ୍ରହଣ କର । ଦୁରାଶା ସ୍ରୋତରେ ବୁଡ଼ି ଅସାର ରୂପରେ 'ସଂ' ନ ସାଜି 'ସାର ' ହୋଇ ଅସାର ସଂସାରକୁ ଆସିବାର ସୁସାର କର ଏବଂ ସଂସାରରେ ସାର ପ୍ରସାର କରି ପ୍ରତିପତ୍ତି ଲାଭ କର । କେବଳ ସାଂସାରିକ ହଟ୍ଟଗୋଳ ଭିତରେ ପଡ଼ି ଘୋର ରୋଳରେ ଗଣ୍ଡଗୋଳ ନ କରି, ଗୋଳମାଳର ଗୋଳ ଛାଡ଼ିଦେଇ , ଖାଣ୍ଟି ମାଲ ବାଛି ନେଇପାରିଲେ, ସର୍ବଦା ରକ୍ଷାକର ରକ୍ଷାକର କହି ଗୋଟାକଯାକ ମାନବ-ଜୀବନକୁ ଅସହାୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଫଳରେ ସାରାତ୍‌ସାରର ସାର ଭଗବାନଙ୍କ ସୃଷ୍ଟ ସଂସାରସାରରେ ସାରୀ ହୋଇ ଆଶାରୁ ଅଧିକ ସୁସାର ଓ ଅପାର ଆନନ୍ଦ ଭୋଗ କରିପାରିବ । କର୍ତ୍ତବ୍ୟଜ୍ଞାନରେ କର୍ତ୍ତବ୍ୟକର୍ମ ସମ୍ପାଦନପୂର୍ବକ ମନ ଦେଇ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଡ଼ାକିଲାପରି ଡ଼ାକିପାରିଲେ ଓ ଭାବିବା ଭଳି ଭାବିପାରିଲେ ସଂସାରଧର୍ମ ବଜାୟ ରଖି ମଧ ପରମାଗତି ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ ।

କେହି କେହି ପୁଣି ସମୟର ଆପତ୍ତି କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ କହନ୍ତି, ''ପରିବାରାଦି ପାଳନ ନିମିତ୍ତ ଅର୍ଥ ଉପାର୍ଜ୍ଜନ କରିବାରେ ସମସ୍ତ ଦିନ ଲାଗି ଯାଉଛି । ସାଧନ, ଭଜନ, କେତେବେଳେ କରିବୁ ?' ଅର୍ଥଉପାର୍ଜ୍ଜନ ଓ ସଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ ପାଇଁ ଯଦି ଦିନଟାଯାକ ଅତିବାହିତ ହୁଏ, ତେବେ ରାତିରେ ଯେତେ ସମୟ ନିଦ୍ରାସୁଖ ଉପଭୋଗ କରୁଛ, ତା ଅପେକ୍ଷା ଘଣ୍ଟାଏ କମ୍ ଶୋଇ ସେହି ଘଣ୍ଟାକ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ମନରେ ନିତ୍ୟନିରଞ୍ଜନଙ୍କର ଆରାଧନା କଲେ, ସେଥିରେ ହିଁ ଆଶାତୀତ ଫଳଲାଭ ହେବ । କାହାର ପୁଣି ଅର୍ଥାଭାବ ହେତୁ ପରମାର୍ଥ ଚିନ୍ତା ହୁଏ ନାହିଁ । ଅର୍ଥ ପାଇଲେ ହୁଏତ ଖୁବ୍ ଚାଉଳ, ଡ଼ାଲି, ଚିନି, ଚୁଡ଼ା, କଦଳୀ ସଂଗ୍ରହ କରି ରସରେ ରସି ଉତ୍ସବ କରି, ମେଷ ମହିଷ ବଳିଦେଇ, ଧୂମ୍ ଧାମ୍ କରି ଢ଼ୋଲ ବଜାଇ ବଜାଇ ଲୋକମନ ମଜାଇ ପାର । ଅର୍ଥାଭାବ ହେଲେ ତାହା ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ ସିନା : କିନ୍ତୁ ପୂଜାର ଯେଉଁସବୁ ଉପକରଣ ତାହା ସବୁ ତ ତାଙ୍କରି ।

ସୁତରାଂ ତାଙ୍କର ଜିନିଷ ତାଙ୍କୁ ଦେଲେ ଆମର ଆଉ ବାହାଦୂରୀ କଅଣ ରହିଲା । ଆମେ ସର୍ବାନ୍ତଃକରଣରେ ସର୍ବପ୍ରକାରେ ସେହି ଚିନ୍ମୟ ଚିନ୍ତାମଣିଙ୍କ ଚରଣରେ ଚିତ୍ତ ସମର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କର ଭକ୍ତଙ୍କ ଭାଷାରେ - ତାଙ୍କ ଭକ୍ତ ପରି ପ୍ରେମକରୁଣ କଣ୍ଠରେ ଡ଼ାକିବା -

''ରତ୍ନାକରସ୍ତବ ଗୃହଂ ଗୃହିଣୀ ଚ ପଦ୍ମା
ଦେୟଂ କିମସ୍ତି ଭବତେ ପୁରୁଷୋତ୍ତମାୟ ?
ଆଭୀରବାମନୟନାପହୃତମାନସାୟ
ଦତ୍ତଂ ମନୋଯଦୁପତେ ତ୍ୱମିଦଂ ଗୃହାଣ ।''

ହେ ଯଦୁପତି ! ରତ୍ନସକଳର ଆକର ସମୁଦ୍ର ତୁମର ବାସଭବନ, ନିଖିଳ ସମ୍ପଦର ଅଧିଷ୍ଠାତ୍ରୀ ଦେବୀ କମଳା ତୁମର ଗୃହିଣୀ, ତୁମେ ନିଜେ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ; ଅତଏବ ତମକୁ ଦେବା ପାଇଁ ମୋର କଅଣ ଅଛି ? ଶୁଣିଛି ଯେ, ଆଭୀରତନୟା ବାମନୟନା ପ୍ରେମମୟୀ ଗୋପାଙ୍ଗନାଗଣ ତୁମର ମନ ହରଣ କରିନେଇଅଛନ୍ତି । ତାହାହେଲେ ତୁମର କେବଳ ମନର ଅଭାବ ।

ଅତଏବ ମୋର ମନ ତୁମକୁ ଅର୍ପଣ କରୁଅଛି । ହେ ପ୍ରେମବଶ ଗୋପୀବଲ୍ଲଭ, ତୁମେ କୃପା କରି ଏହା ଗ୍ରହଣ କର । ଏହା ହେଲେ ତ ତୁମର ସମସ୍ତ ଆପତ୍ତିର ନିଷ୍ପତ୍ତି ହୋଇଗଲା । ଅତଏବ ଏସବୁ ଆପତ୍ତି ଦର୍ଶାଇବା ନିରର୍ଥକ । ମୋର ବିଶ୍ୱାସ-ଯାହାର ପ୍ରାଣ ସେହି ପ୍ରେମମୟଙ୍କ ପାଦପଦ୍ମ ପ୍ରତି ପ୍ରଧାବିତ ହୁଏ, କୌଣସି ସାଂସାରିକ କାରଣ ତାକୁ ଜୋର୍ କରି ସେଥିରେ ବାଧା ଦେଇ ଅଟକାଇ ରଖିପାରିବ ନାହିଁ । ଦେଖ, ବିଷ୍ଣୁଦ୍ୱେଷୀ - ପିତାର ପୁତ୍ର ଶିଶୁ ପ୍ରହ୍ଲାଦ ଦିକ୍‌ହସ୍ତୀ ପଦତଳରେ, ଅପାର ଜଳଧିଜଳରେ, ହୁତାଶନର ତୀବ୍ର ଦହନରେ ଓ କାଳସର୍ପର ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଦଂଶନରେ ମଧ୍ୟ ହରିନାମ ଗାନ କଲା ; କିନ୍ତୁ ଆଉ କେତେ ପାଷାଣ୍ଡ ଧର୍ମସମାଜରେ ଲାଳିତପାଳିତ ହୋଇ ଉପଦେଶ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କ ନାମ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ବୃଶ୍ଚିକ--ଦଂଶନ ସଦୃଶ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ବୁଦ୍ଧଦେବ ଅତୁଳ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ, ଅଗଣିତ ବୈଭବ, ବୃଦ୍ଧ ପିତାମାତାଙ୍କର ବିମଳ ସ୍ନେହ, ପ୍ରେମମୟୀ ପତିବ୍ରତା ପ୍ରଣୟିନୀଙ୍କର ଅନନ୍ତ ପ୍ରେମ ଓ ଶିଶୁସନ୍ତାନର ସୁଲଳିତକଣ୍ଠର ଦରୋଟି ଭାଷା -ଏସମସ୍ତ ଉପେକ୍ଷା କରି ସନ୍ନ୍ୟାସ ଗ୍ରହଣ କଲେ; ଆଉ ଆମେ ଅଶେଷ ପ୍ରକାର ନିରାଶାରେ ନିପୀଡ଼ିତ ହୋଇ ସୁଦ୍ଧା ଭଗ୍ନକୁଟୀରର ମାୟା ପରିତ୍ୟାଗ କରିପାରୁ ନାହିଁ । କେହି ଈଶ୍ୱରସୃଷ୍ଟ ଜଗତରେ କେବଳ ବାକ୍‌ଛଳତା ଓ ଅର୍ଥବିନ୍ୟାସର ଉପାଦାନ ଦେଖେ; କେହି ପୁଣି ସେହି ଜଗତରେ ଚିନ୍ମୟୀ ମହାଶକ୍ତିଙ୍କ ବୈଚିତ୍ର୍ୟମୟୀ କ୍ରୀଡା ସନ୍ଦର୍ଶନ କରେ । କଲେରିଜ୍ ସାହେବ କାବ୍ୟଗ୍ରନ୍ଥ ପାଠକରି କହିଥଲେ, *"Poetry has given me the habit of wishing to discover the good and beautiful in all that meets and surrounds me."* ପୁଣି ଆଉ ଜଣେ ପ୍ରତିଭା ପରାୟଣ ସାହେବ ସେହି କାବ୍ୟଗ୍ରନ୍ଥ ପାଠ କରି କହିଛନ୍ତି,'' *"The end of poetry is the elevation of the soul x x x the improvement and the elevation of the moral and spiritual nature of man."* ଏହାର କାରଣ କ'ଣ ? କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ ଯେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଶକ୍ତିର ତାରତମ୍ୟ ଫଳରେ ଏହିପରି ଘଟିଥାଏ । ଯେ ଯେପରି ପ୍ରତିଭା ଓ ଚିନ୍ତାଶକ୍ତି ଘେନି ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଅଛି, ତାର ଚିତ୍ତର ଗତି ସେହିପରି

ଧାବିତ ହେବ, ଏହା ସ୍ୱତଃସିଦ୍ଧ କଥା । ଅତଏବ ନାନାପ୍ରକାର ଆପତ୍ତି ଅଭିଯୋଗ ଦର୍ଶାଇ ସ୍ୱ ସ୍ୱ ସ୍ୱଭାବକୁ ଗୁପ୍ତ ରଖି ସାଧାରଣଙ୍କ ଚକ୍ଷୁରେ ଧୂଳି ନିକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ଗଲେ, ପରିଣାମରେ ଆକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ- ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଅନେକ ଫୁଲ୍‌ଷ୍ଟକିଂଧାରୀ ଫୁଲ୍‌ବାବୁ ''ଧର୍ମ-କର୍ମ କରିବାର ବୟସ ହେଲେ କରାଯିବ'' ବୋଲି ଶାସ୍ତ୍ରର ଉକ୍ତି ସହିତ ସ୍ୱୀୟ ଯୁକ୍ତି ଯୋଜନାପୂର୍ବକ ମୁକ୍ତି ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ପାଣ୍ଡିତ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ବିଶ୍ୱାସ, ଶକ୍ତି ଥାଉ ଥାଉ ସମସ୍ତ ସୁଖ ଲୁଟିକରି ମଦନମରଣର ଅଭିନୟ କରିନେବା ବିଧେୟ । ତପ୍ପରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଶିଥିଳ ହେଲେ, ଅକ୍ଷମତା-ବଶତଃ ହରିନାମରେ ମତ୍ତ ହୋଇଯିବାକୁ ହେବ । ଧର୍ମ କରିବା ପାଇଁ ପୁଣି ଗୋଟାଏ କଅଣ ବୟସ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଛି ? ମରଜଗତକୁ ଆସିବା ସମୟରେ ମରଣର କର୍ତ୍ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ମୌରସୀ ପଟ୍ଟା ପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ, ''ପଞ୍ଚାଶୋର୍ଦ୍ଧ୍ୱେ ବନଂ ବ୍ରଜେତ୍,'' ଏହି ପ୍ରମାଣରେ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ହୋଇ ରହି ହୁଅନ୍ତା । କିନ୍ତୁ ଭାବୀ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ଚିତ୍ରପଟରେ ଯେ କଅଣ ଅଙ୍କିତ ଅଛି, ତାହା ଯେତେବେଳେ ଲୋକଲୋଚନର ଗୋଚରୀଭୂତ ନୁହେଁ, ସେତେବେଳେ ପଞ୍ଚାଶର ଆଶା ଦୁରାଶା ମାତ୍ର । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଶିଥିଳ ହେଲେ ଯେତେବେଳେ ସାମାନ୍ୟ ସାଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କ୍ଷମତା ରହିବ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଅନନ୍ତଙ୍କର ଅନନ୍ତଭାବ ଧାରଣା କରିବ ବା କିପରି ? ସଦ୍ୟବିକଶିତ କୁସୁମକଳିକା ଯେପରି ସୁଗନ୍ଧ ବିକିରଣ କରେ, ବାସିଫୁଲରେ ସେ ସୁବାସ ସୁଦୂରପରାହତ । ବିଶେଷତଃ ଯୌବନର ଅପ୍ରତିହତ ପ୍ରଭାବରେ ଚିତ୍ତ ଥରେ ମାତ୍ର ଯଥେଚ୍ଛାଚାରୀ ହେଲେ, ପୁନରାୟ ତାକୁ ସ୍ୱବଶକୁ ଆଣିବା ସାଧ୍ୟାତୀତ ହୋଇପଡ଼େ । ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଗୋଟିଏ ଗଳ୍ପ କହୁଛି-

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଜୀବନ ଚୋରିକରି ଜୀବନଯାତ୍ରା ନିର୍ବାହ କରୁଅଛି । କିନ୍ତୁ ଚୋରର ପୁତ୍ରଟି ସ୍ୱୀୟ କର୍ମଫଳରେ ଡ଼େପୁଟି ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ୍ ହେଲା । ପୁତ୍ର ମୋଟା ଦରମାରେ ଚାକିରୀ କରେ, ତାହାର ସଂସାରରେ କୌଣସି ଅଭାବ

ନାହିଁ ; ତଥାପି ସେ ସ୍ୱୀୟ ବୃତ୍ତି ପରିତ୍ୟାଗ କରିପାରିଲା ନାହିଁ । ସାଧାରଣ ଲୋକେ ସର୍ବଦା ଏହି ବିଷୟରେ ଆନ୍ଦୋଳନ ଓ ଆଲୋଚନା କଲେ । ଚୋରକୁ ଦିନେ ତା'ପୁଅ କହିଲା, ''ବାପା ! ତୁମେ କଅଣ ଖାଇବା ପିଇବାକୁ ପାଉନାହିଁ ଯେ, ଏବେ ମଧ୍ୟ ଚୋରି କରୁଛ ? ତୁମ ସକାଶେ ଲୋକସମାଜରେ ଲଜ୍ଜାରେ ମୁଁ ମୁହଁ ଦେଖାଇପାରୁ ନାହିଁ ।'' ଉପଯୁକ୍ତ ପୁତ୍ରର ତାଡ଼ନାରେ ତା ସମ୍ମୁଖରେ 'ଆଉ ଚୋରି କରିବି ନାହିଁ' ବୋଲି ପିତା ଅଙ୍ଗୀକାର କଲା । ସେହି ଦିନଠାରୁ ସେ କାହାର କୌଣସି ଦ୍ରବ୍ୟ ଚୋରୀ କରି ଘରକୁ ଆଣେନାହିଁ ସତ; କିନ୍ତୁ ଜଣକ ଦ୍ରବ୍ୟ ଆଉ ଜଣକ ଘରେ, ପୁଣି ତା ଘରର ଦ୍ରବ୍ୟ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ଘରେ ରଖିଦେଇ ଆସେ । କେତେ ଦିନ ପରେ ଏକଥା ସର୍ବତ୍ର ପ୍ରଚାରିତ ହେଲା । ଚୋରର ପୁଅ ମଧ୍ୟ ଏକଥା ଶୁଣିଲା । ପିତାକୁ ଅତିଶୟ ତିରସ୍କାର କରି ଏପରି କରିବାର କାରଣ କଅଣ ପ୍ରଶ୍ନ କଲା ।

ଚୋର ଉତ୍ତର ଦେଲା, ''ମୁଁ ତ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚୋରି କରୁନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଚୋରି ନ କଲେ ଯେ ରାତିରେ ମୋର ନିଦ ହୁଏ ନାହିଁ; କୌଣସି ପ୍ରକାରରେ ଶାନ୍ତି ପାଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଚୋରି ନ କରି ଜଣକ ଦ୍ରବ୍ୟ ଅନ୍ୟ ଘରେ ରଖି ଆସିବାରେ କେତେକ ପରିମାଣରେ ତୃପ୍ତି ଅନୁଭବ କରେ ।''

ଅତଏବ ଯୌବନର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଯେତେବେଳେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିସବୁ ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଦୃଢ଼ ଅଭ୍ୟାସ ସହକାରେ ସେମାନଙ୍କୁ ସଂଯତ ନ କଲେ, ପରିଶେଷରେ ସେମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଛୃଙ୍ଖଳ ଗତିରୋଧ କରିବାକୁ ଯିବା ବିଡ଼ମ୍ବନା ମାତ୍ର । ତେବେ ତୁଳସୀଦାସ, ବିଲ୍ୱମଙ୍ଗଳ ପ୍ରଭୃତିଙ୍କ ପ୍ରତିଭା ସାମାନ୍ୟ କର୍ମଆବରଣରେ ଆବୃତ ଥିଲା । ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେବା ମାତ୍ରେ ତାହା ସତେଜରେ ଧାବିତ ହେବାରୁ ସେମାନେ ଧର୍ମଜଗତରେ ମହାଜନ ପଦରେ ଅଭିଷିକ୍ତ ହେଲେ । କେତେ ଜଣ ବା ସେହିପରି ଭାଗ୍ୟ ନେଇ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ? ଅତଏବ-

''ଅଶକ୍ତସ୍ତସ୍କରଃ ସାଧୁଃ କୁରୂପା ଚେତ୍ ପତିବ୍ରତାଃ ।
ରୋଗୀ ଚ ଦେବଭକ୍ତଃ ସ୍ୟାଦ୍ ବୃଦ୍ଧବେଶ୍ୟା ତପସ୍ୱିନୀ ॥''

ଏପରି ନ ହୋଇ ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ ସାବଧାନ ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ନତୁବା ଅନ୍ତର ବିଷୟଚିନ୍ତା, କପଟତା, କୁଟିଳତା, ସ୍ୱାର୍ଥପରତା, ଦ୍ୱେଷ ଓ ଅହଂଭାବରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କର ଅକ୍ଷମତାବଶତଃ ମାଳାଝୁଲା ଧରି ଲୋକଦେଖାଣିଆ ବିରାଡ଼ିବୈଷ୍ଣବ ମତ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ; ଅନ୍ତରର ଧନ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ ପୁରୁଷଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ ଲାଭ କରାଯାଏ ନାହିଁ ।

ପୂର୍ବୋକ୍ତ ରୂପେ ନିର୍ଲିପ୍ତଭାବରେ ସଂସାରଧର୍ମ କରି ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ ଚିତ୍ତ ସମର୍ପଣ କରିପାରିଲେ, ଗୃହତ୍ୟାଗୀ ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଫଳଲାଭ କରାଯାଏ । କାରଣ ମୋ ଭଳି ଲୋକେ ଦୁଇକୂଳ ରକ୍ଷା କରିପାରି ନାହାନ୍ତି; ଆମେ ସଂସାରଧର୍ମ ଛାଡ଼ି, ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନଙ୍କୁ ଶୋକସାଗରରେ ଭସାଇ ଗୋଟିଏ କୂଳ ଅବଲମ୍ବନ କରିଅଛୁ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ଏହିପରି ସଂସାର-ନିୟମ ପାଳନ କରି ଏବଂ ସାଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ଭିତରେ ସର୍ବଦା ଇଷ୍ଟଦେବତାଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ ଓ ଚରଣ ଧ୍ୟାନ କରିପାରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଅବସ୍ଥା ସୁନାରେ ଟାଙ୍ଗଣା ମିଶାଇବା ପରି ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ହୁଏ - ଏଥିରେ ଆଉ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏ କଥା ଲେଖିବା, ପଢ଼ିବା, କହିବା ଅଥବା ଶୁଣିବା ଯେତେ ସହଜ ବୋଧ ହୁଏ, ନିୟମ ପାଳନ କରିବା, ସେତେ ସହଜ ନୁହେଁ । ଯାହାହେଉ, ଯୋଗସାଧନ କଲେ ସାଂସାରିକ ଆସକ୍ତି ଦୂରୀଭୂତ ହେବ । ତେବେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ମୋଟାମୋଟି କେତେଗୁଡ଼ିଏ

ବିଶେଷ ନିୟମ

ପାଳନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ; ନତୁବା ଯୋଗସାଧନ ସମ୍ଭବ ହେବନାହିଁ । ପ୍ରଥମେ ଆହାର ଶୁଦ୍ଧି । ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଶରୀରର ବିଶେଷ ସମ୍ବନ୍ଧ; ଆଉ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ନ ରହିଲେ ସାଧନଭଜନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତି ଅଛି -

"ଧର୍ମାର୍ଥକାମମୋକ୍ଷାଣାଂ ଶରୀରଂ ସାଧନଂ ଯତଃ ।"

- ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର

ଧର୍ମ, ଅର୍ଥ, କାମ ଓ ମୋକ୍ଷ – ଏହି ଚତୁର୍ବର୍ଗ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ସର୍ବତୋଭାବରେ ଶରୀର ରକ୍ଷା କରିବା ଅତୀବ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଶରୀର ପୀଡ଼ାଗ୍ରସ୍ତ ବା ଅକର୍ମ୍ମଣ୍ୟ ହେଲେ ସାଧନ ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରଖିବାକୁ ହେଲେ ଆହାର ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ସାବଧାନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । **ଯାହା ଦେହ ଓ ମନର ଉନ୍ନତିକାରକ ଏବଂ ହିତଜନକ, ତାହାହିଁ ପ୍ରଶସ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ।** ଯାହା ଉଦରସ୍ଥ ହେଲେ ଦେହରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ରୋଗ ହୁଏନାହିଁ ଅଥଚ ଶରୀର ବଳିଷ୍ଠ ହୁଏ, ଚିତ୍ତର ପ୍ରସନ୍ନତା ସାଧିତ ହୁଏ, ଧର୍ମପ୍ରବୃତ୍ତିର ସଂପ୍ରସାରଣ ହୁଏ, ଶୌର୍ଯ୍ୟ, ବୀର୍ଯ୍ୟ, ଦୟା, ଦାକ୍ଷିଣ୍ୟ ପ୍ରଭୃତି ବୃଦ୍ଧିପାଏ, ସେହିପରି ଆହାର ହିଁ ପ୍ରଶସ୍ତ । କେବଳ ମାତ୍ର ଇନ୍ଦ୍ରିୟପ୍ରୀତିକର ଖାଦ୍ୟ ଭକ୍ଷଣ କରିବା, ଆହାରର ଚରମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନୁହେଁ । ଯହିଁରେ ଇହକାଳ ଓ ପରକାଳର ସୁଖହୁଏ, ଇହକାଳରେ ନିରୋଗ ରହି ଧର୍ମପ୍ରବୃତ୍ତିର ବିକାଶ ହୁଏ, ତାହା ଆହାର କଲେ ପରଜୀବନରେ ସୁଖୀ ହୋଇପାରିବ । ମୋଟ କଥା, ଆହାର୍ଯ୍ୟର ଗୁଣ ଅନୁସାରେ ମନୁଷ୍ୟ ଗୁଣର ତାରତମ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ଆହାର୍ଯ୍ୟ ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ସାବଧାନ ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଶାସ୍ତ୍ରର ଉକ୍ତି ହେଉଛି -

''ଆହାରଶୁଦ୍ଧୌ ସତ୍ତ୍ୱଶୁଦ୍ଧିଃ ସତ୍ତ୍ୱଶୁଦ୍ଧୌ ଧ୍ରୁବା ସ୍ମୃତିଃ ।
ସ୍ମୃତିଲାଭେ ସର୍ବଗ୍ରନ୍ଥିନାଂ ବିପ୍ରମୋକ୍ଷଃ ।''

- ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟୋପନିଷଦ୍

ଆହାର ଶୁଦ୍ଧି ହେଲେ ସତ୍ତ୍ୱଶୁଦ୍ଧି ଜନ୍ମେ, ସତ୍ତ୍ୱଶୁଦ୍ଧି ହେଲେ ନିଶ୍ଚିତ ସ୍ମୃତିଲାଭ ହୁଏ ଏବଂ ସ୍ମୃତିଲାଭ ହେଲେ ମୁକ୍ତି ଅତୀବ ସୁଲଭ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ସର୍ବପ୍ରକାର ଯତ୍ନ ଓ ଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ଆହାରଶୁଦ୍ଧି ବିଷୟରେ ମନ ଦେବାକୁହେବାସତ୍ତ୍ୱଗୁଣସମସ୍ତଙ୍କରଚରମଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥାନୀୟ;ସୁତରାଂସାଧକଗଣ ରଜଃ ଓ ତମୋଗୁଣବିଶିଷ୍ଟ ଖାଦ୍ୟ କଦାପି ଭୋଜନ କରିବେ ନାହିଁ; ଶାଳି ଆତପ ତଣ୍ଡୁଳ, ପାଚିଲା କଦଳୀ, ଇକ୍ଷୁ-ଚିନି, ଦୁଗ୍ଧ ଓ ଘୃତ ଯୋଗୀଗଣଙ୍କର ପ୍ରଧାନ ଖାଦ୍ୟ ।

ଅତିଶୟ ଲବଣ, ଅତିଶୟ କଟୁ, ଅତିଶୟ ଅମ୍ଳ, ଅତିଶୟ ଉଷ୍ଣ, ଅତିଶୟ ତୀକ୍ଷ୍ଣ, ଅତିଶୟ ରୁକ୍ଷ, ବିଦାହୀ ଦ୍ରବ୍ୟ, ପିଆଜ, ରସୁଣ, ହେଙ୍ଗୁ, ଶାକସବ୍ଜି, ଦଧି, ଚହ୍ଲା ପ୍ରଭୃତି ବର୍ଜନ କରିବ । ପରିଷ୍କୃତ, ସରଳ, ସ୍ନେହଯୁକ୍ତ ଓ କୋମଳ ଦ୍ରବ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଉଦରର ତିନିଭାଗ ପୂର୍ଣ୍ଣକରି ବାକୀ ଅଂଶ ବାୟୁଚାଳନ ନିମିତ୍ତ ଶୂନ୍ୟ ରଖିବ ।

ଶାଗ ମଧ୍ୟରେ ମଦରଙ୍ଗା, କୋଶଳା, ପୋଟଳ ପତ୍ର, ବଥୁଆ ଓ ହିଡ଼ିମିଚା-ଏହି ପଞ୍ଚବିଧ ଶାଗ ଯୋଗୀର ଭକ୍ଷ୍ୟ । ଲଙ୍କାଯୁକ୍ତ ରାଗ ତରକାରୀ ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ପ୍ରତିଦିନ ପରିମିତ ପରିମାଣରେ ଦୁଗ୍ଧ ଓ ଘୃତ ପ୍ରଭୃତି ତେଜସ୍କର ଦ୍ରବ୍ୟ ଭକ୍ଷଣ କରିବା ବିଧେୟ ।

ଯୋଗସାଧନ ସମୟରେ ଅଗ୍ନିସେବା, ନାରୀସଙ୍ଗ, ଅଧିକ ପଥ ପର୍ଯ୍ୟଟନ, ସୂର୍ଯ୍ୟଦର୍ଶନ, ପ୍ରାତଃସ୍ନାନ, ଉପବାସ କିମ୍ବା ଗୁରୁଭୋଜନ ଏବଂ ଭାରବହନାଦି କୌଣସି ପ୍ରକାର କାୟଶ୍ରମ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । ସୁରାପାନ ବା କୌଣସି ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ ମଧ୍ୟ ବିଧେୟ ନୁହେଁ । ଆହାର କରି, କ୍ଷୁଧାର୍ତ୍ତ ହୋଇ, ମଳ-ମୂତ୍ରର ବେଗ ଧାରଣ କରି, ପରିଶ୍ରାନ୍ତ ବା ଚିନ୍ତାଯୁକ୍ତ ହୋଇ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କରିବ ନାହିଁ । କ୍ରିୟା ଶେଷରେ ପରିଶ୍ରମଜନିତ ଘର୍ମଦ୍ୱାରା ଅଙ୍ଗମର୍ଦ୍ଦନ କରିବା ଉଚିତ । ନତୁବା ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଧାତୁ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ।

ପ୍ରଥମେ ବାୟୁଧାରଣ ଅଭ୍ୟାସ କାଳରେ ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ଧାରଣ କରିବ; ଯେପରି ରେଚକ ପରେ ଧଇଁ ସଇଁ ହେବ ନାହିଁ । ଯୋଗସାଧନ କାଳରେ ମନ୍ତ୍ରଜପାଦି ବିଧେୟ ନୁହେଁ । **ଉତ୍ସାହ, ଧୈର୍ଯ୍ୟ, ନିଶ୍ଚିତ ବିଶ୍ୱାସ, ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ, ସାହସ ଏବଂ ଲୋକସଙ୍ଗ ପରିତ୍ୟାଗ- ଏହି ଛଅ ଗୋଟି ଯୋଗସିଦ୍ଧିର କାରଣ ।**

ଆଳସ୍ୟ ଯୋଗସାଧନର ଗୋଟିଏ ପ୍ରଧାନ ବିଘ୍ନ । ନିରଳସ ହୋଇ ସାଧନକାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । କେବଳ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ପାଠ କିମ୍ବା ଯୋଗକଥା ଅନୁଶୀଳନ କଲେ, ଯୋଗସିଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ । କ୍ରିୟା ହିଁ ସିଦ୍ଧିର କାରଣ; ପରିଶ୍ରମ

କଲେ, କେବେହେଲେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ସଫଳ ହୁଏନାହିଁ। ମହାଜନ ବାକ୍ୟ ହଉଛି-

"ଉପାୟେନ ହି ସିଧ୍ୟନ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟାଣି ନ ମନୋରଥୈଃ ।"

ମନୁଷ୍ୟ ଚେଷ୍ଟା ନ କଲେ କିଛି ହେଲେ ଲାଭ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ବିଷୟ ସୁସିଦ୍ଧ କରିବା ନିମନ୍ତେ ମାନବକୁ କେତେ ଯତ୍ନ, କେତେ କ୍ଳେଶ ସ୍ୱୀକାର, କେତେ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବାକୁ ହୁଏ, କେତେପ୍ରକାର ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ପଡ଼େ- ତାହା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାତ୍ରେ ଅବଗତ ଅଛନ୍ତି । ଅତଏବ ସର୍ବଦା ଆଳସ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରି କ୍ରିୟା କରିବା ଉଚିତ । ସାଧନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଶ୍ରମ କରି ନପାରିଲେ ଫଳଲାଭ ହୁଏ-ନାହିଁ । ଏକାନ୍ତ ଚିତ୍ତରେ ପ୍ରତ୍ୟହ ନିୟମିତ ଭାବରେ ପୂର୍ବବର୍ଣ୍ଣିତ ଯେକୌଣସି କ୍ରିୟା ଯଥା- ନିୟମରେ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳଲାଭ କରିବ- ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କାଳରେ ଅନ୍ୟାୟପୂର୍ବକ ପରସ୍ୱ ଅପହରଣ, ପ୍ରାଣୀହିଂସା ଓ ପୀଡ଼ନ, ଲୋକଦ୍ୱେଷ, ଅହଙ୍କାର, କୁଟିଳତା, ଅସତ୍ୟ ଭାଷଣ ଏବଂ ସଂସାର ପ୍ରତି ଅତିଶୟ ଆସକ୍ତି ଏକାନ୍ତ ପରିବର୍ଜ୍ଜନୀୟ । ଅନ୍ୟ ଧର୍ମର ନିନ୍ଦା କରିବ ନାହିଁ । ଧର୍ମାନ୍ଧତା ବା ରକ୍ଷଣଶୀଳତା ଭଲ ନୁହେଁ, ଧର୍ମ ନାମରେ ଧର୍ମାନ୍ଧତାରେ ମହାପାତକ ହୁଏ । ଧର୍ମର ନିନ୍ଦା ନରକର କାରଣ । ସମସ୍ତଙ୍କର ଭାବିବା ଉଚିତ, ଯେ ଯେଉଁ ନାମରେ ଡାକୁ, ଯେଉଁ ଭାବରେ ଭାବୁ, ଯେପରି କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରୁ- ତାହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କଅଣ ? ଏକଥା ସମସ୍ତେ ସ୍ୱୀକାର କରିବେ ଯେ, କେହି ତ ଭଗବାନଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ମୋର ବା ତୁମ୍ଭର ଉପାସନା କରୁନାହିଁ । ଧର୍ମରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ବା ନୀଚତା ହୋଇ କିଛି ନାହିଁ । ଯେ ସ୍ୱଧର୍ମରେ ରହି ସ୍ୱଧର୍ମୋଚିତ କ୍ରିୟାଦିର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରେ, ସେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ଗୀତାରେ ଶ୍ରୀ ଭଗବାନଙ୍କର ଉକ୍ତି-

"ଶ୍ରେୟାନ୍ ସ୍ୱଧର୍ମୋ ବିଗୁଣଃ ପରଧର୍ମାତ୍ ସ୍ୱନୁଷ୍ଠିତାତ୍ ।
ସ୍ୱଧର୍ମେ ନିଧନଂ ଶ୍ରେୟଃ ପରଧର୍ମୋ ଭୟାବହଃ ॥"

ଏହି ବାକ୍ୟକୁ ଦୃଢ଼ କର - କେବେହେଲେ ଅନ୍ୟ ଧର୍ମର ନିନ୍ଦା କର ନାହିଁ । ମହାତ୍ମା ତୁଳସୀଦାସ କହିଛନ୍ତି -

"ସବ୍‌ସେ ବସିୟେ ସବ୍‌ସେ ରସିୟେ ସବ୍‌କା ଲିଜିୟେ ନାମ୍ ।
ହାଁଜି ହାଁଜି କର୍‌ତେ ରହିୟେ ବୈଠିୟେ ଆପନା ଠାମ୍ ॥"

ସମସ୍ତଙ୍କ ସହିତ ଏକତ୍ର ବସାଉଠା କର; ସମସ୍ତଙ୍କ ସହିତ ଆନନ୍ଦ କର; ସମସ୍ତଙ୍କ ନାମ ଗ୍ରହଣ କର; ସମସ୍ତଙ୍କର କଥାରେ ହଁ ଭର; କିନ୍ତୁ ନିଜ ସ୍ଥାନରେ ଦୃଢ଼ ହୋଇ ବସିରହ; ଅର୍ଥାତ୍ **ନିଜ ଭାବକୁ ଦୃଢ଼ ରଖ ।**

ଶାସ୍ତ୍ର ସମ୍ପର୍କରେ ବାଦାନୁବାଦ କରିବା ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏ ଶାସ୍ତ୍ର, ସେ ଶାସ୍ତ୍ର କରି ଗୁଡ଼ିଏ ପୋଥି ପଢ଼ିବା ମଧ୍ୟ ଭଲ ନୁହେଁ । କାରଣ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନନ୍ତ । ଆମେ ସ୍ଥୂଳବୁଦ୍ଧିରେ ଶାସ୍ତ୍ରାଲୋଚନା କରି ଶାସ୍ତ୍ରକୁ ପରସ୍ପର ବିଭିନ୍ନ ବୋଲି ପ୍ରତିପନ୍ନ କରୁଁ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତରେ ଶାସ୍ତ୍ରର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏକ ଓ ସର୍ବପ୍ରକାର ସାଧନର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏକ ଏବଂ ଫଳ ମଧ୍ୟ ଏକ । ଗୁରୁକୃପା ବଳରେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ଉଦୟ ନ ହେଲେ, ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ କଲେ ତାହା ବୁଝିହୁଏ ନାହିଁ । ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ କରି କେବଳ ବିରାଟ ତର୍କ ଜାଲ ବିସ୍ତାରପୂର୍ବକ ବୃଥା ବାକ୍‌ବିତଣ୍ଡା କରି ବୁଲିବା ଅନୁଚିତ । ଏହିପରି ପଲ୍ଲବଗ୍ରାହୀ କେବେ-ହେଲେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ଅଛି-

"ସାରଭୂତମୁପାସୀତ ଜ୍ଞାନଂ ଯତ୍ କାର୍ଯ୍ୟସାଧନମ୍ ।
ଜ୍ଞାନାନାଂ ବହୁତା ସେୟଂ ଯୋଗବିଘ୍ନକରୀ ହି ସା ॥"

ସାଧନପଥର ସାରଭୂତ ଓ କାର୍ଯ୍ୟସାଧନ ଉପଯୋଗୀ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅଜ୍ଞସମାଜରେ ବିଜ୍ଞସାଜି ପଲ୍ଲବଗ୍ରାହୀ ହେବା ଯୋଗବିଘ୍ନକାରୀ ହୁଏ । ଅତଏବ-

"ଅନନ୍ତଶାସ୍ତ୍ରଂ ବହୁ ବେଦିତବ୍ୟଂ ସ୍ୱଳ୍ପଶ୍ଚ କାଲୋ ବହବଶ୍ଚ ବିଘ୍ନାଃ
ଯତ୍‌ସାରଭୂତଂ ତଦୁପାସିତବ୍ୟଂ ହଂସୋ ଯଥା କ୍ଷୀରମିବାମ୍ବୁମଧ୍ୟାତ୍ ।"

ଏହି ମହାଜନ ବାକ୍ୟାନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସାଧାରଣଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏଥିପାଇଁ କହୁଛି, ହିନ୍ଦୁଶାସ୍ତ୍ର ଅନନ୍ତ । ମୁନି ଋଷିଗଣ ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ । କିନ୍ତୁ ଆମର ଆୟୁ ଅତି ଅଳ୍ପ; ସର୍ବଦା ସଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟର ଜଞ୍ଜାଳ । ସୁତରାଂ ଜଣେ ତା ଜୀବନକାଳ ମଧ୍ୟରେ ସମସ୍ତ ଶାସ୍ତ୍ର ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ଏବଂ ଅଧ୍ୟୟନ କରି ପ୍ରକୃତ ଭାବ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ସୁତରାଂ ନାନା ଶାସ୍ତ୍ର ଆଲୋଚନା କରି ଖେଚୁଡ଼ି ନ ରାନ୍ଧି ସବୁ ଜାତିର ଆଦରଣୀୟ ମାନବ ଜୀବନର ଉପଦେଷ୍ଟା ଧର୍ମଜ୍ଞାନର ଏକମାତ୍ର ଶେଷ ଶିକ୍ଷାସ୍ଥଳ ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍ ଗୀତା ପାଠ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଗୀତାର ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥ ବୁଝାଇବା ଭଳି ଲୋକ ସମାଜରେ ସୁଲଭ ନୁହନ୍ତି ସତ; ତଥାପି ଗୀତା ଓ ଭକ୍ତି ଶାସ୍ତ୍ର ବାରମ୍ବାର ପାଠ କରିବା, ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଲୋକଦେଖାଣିଆ ଭଣ୍ଡାମି, ଲୋକଭୁଲାଣିଆ ଚଞ୍ଚକତା ନ କରି ପୂର୍ବୋକ୍ତ ନିୟମ ପାଳନ କରି ଯୋଗାଭ୍ୟାସରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେଲେ କ୍ରମଶଃ ସଂସାରାସକ୍ତି ନିବୃତ୍ତ ହୋଇ ଚିତ୍ତ ଲୟ ହେବ । ମନୋଲୟ ହେଲେ ଆଉ ବା କଅଣ ଆବଶ୍ୟକ ? ଅତୁଳଜ୍ଞାନୀ ତୁଳସୀଦାସ କହିଛନ୍ତି -

"ରାଜା କରୈ ରାଜ୍ୟବଶ, ଯୋଦ୍ଧା କରୈ ରଣ ଜଇ ।
ଆପନ ମନ୍‌କୋ ବଶ୍ କରୈ ଜୋ ସବକା ସେରା ଓଇ ।।"

ବାସ୍ତବିକ୍ ନିଜ ମନକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ବଡ଼ କଠିନ । ଯେ ନିଜ ମନକୁ ଜୟ କରିଅଛି, ତାହାର ମାନବଜୀବନ ସାର୍ଥକ । ମହାତ୍ମା କବୀରସାହ କହିଛନ୍ତି -

"ତନ୍‌ଥିର୍ ମନ୍‌ଥିର୍ ବଚନ୍ ଥିର୍ ସୁରତ ନିରତ ଥିର୍ ହୋୟ ।
କହେ କବୀର ଇସ୍ ପଲକ୍ କୋ କଲପ ନା ପାଓୟେ କୋଇ ।।"

ଅତଏବ ସାଧକଗଣ ଯୋଗସାଧନ କାଳରେ ଏହି ନିୟମଗୁଡ଼ିକ ପାଳନ କରିବାରେ କଦାପି ଉପେକ୍ଷା କରିବେ ନାହିଁ । ଆହୁରି ଗୋଟିଏ କଥା ଯେ, ଯେ ଯେଉଁ ଭାବରେ ସାଧନ-କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବେ, ସେ ତାହା ସର୍ବଦା ଗୋପନ ରଖିବେ । ଅନେକଙ୍କର ଏପରି ସ୍ୱଭାବ ଯେ, ନିଜର

ବାହାଦୁରୀ କହି ଲୋକସମାଜରେ ବାହାବା ପାଇବା ନିମନ୍ତେ ଏବଂ ନାମ, ଯଶ ଓ ମାନ ଗୌରବ ଲାଭ କରିବା ନିମନ୍ତେ ସେମାନେ ନିଜର ସାଧନ କଥା ସାଧାରଣଙ୍କ ଆଗରେ କହି ବୁଲନ୍ତି । କେହି ବା ସାଧନ ଫଳ ଟିକିଏ ମାତ୍ର ବୁଝି ପାରିଲାକ୍ଷଣି ତାହା ଲୋକସମକ୍ଷରେ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଉଦ୍‌ଗ୍ରୀବ ହୋଇପଡନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ଯେ ନିତାନ୍ତ ମୂର୍ଖତା, ଏଥିରେ ଲେଶମାତ୍ର ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । କାରଣ ଏପରି କଲେ,ସାଧକର ବିଶେଷ ପରିମାଣରେ କ୍ଷତି ହୁଏ । ଯୋଗେଶ୍ୱର ମହାଦେବ କହିଛନ୍ତି;

"ଯୋଗବିଦ୍ୟା ପରା ଗୋପ୍ୟା ଯୋଗିନାଂ ସିଦ୍ଧିମିଚ୍ଛତାଂ
ଦେବୀ ବୀର୍ଯ୍ୟବତୀ ଗୁପ୍ତା ନିର୍ବୀର୍ଯ୍ୟା ଚ ପ୍ରକାଶିତା ॥"

- ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର

ଯେଉଁ ଯୋଗୀ ଯୋଗରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ସେ ଅତି ଗୋପନରେ ସାଧନକାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିବେ । ଏହା କାହା ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶ ନ କରି ଗୁପ୍ତଭାବରେ ରଖିଲେ ବୀର୍ଯ୍ୟବତୀ ଓ ଫଳବତୀ ହୁଏ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶ କଲେ ତାହା ନିର୍ବୀର୍ଯ୍ୟ ଓ ନିଷ୍ଫଳ ହୋଇଥାଏ । ତୁମେ ଯେଉଁ ଭାବରେ ସାଧନ କର ପଛକେ ସାଧନ ଫଳ କିଛି କିଛି ଅନୁଭୂତ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ପ୍ରାଣାନ୍ତରେ ମଧ୍ୟ ତାହା ଅନ୍ୟଠାରେ ପ୍ରକାଶ କରିବ ନାହିଁ । ଆଉ ଫଳାଫଳ ସବୁ ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ ଅର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କରି ଚରଣରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମନିର୍ଭରପୂର୍ବକ ସାଧନକାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଭଗବାନ ନିଜ ମୁଖରେ କହିଛନ୍ତି ।

"ସର୍ବଧର୍ମାନ୍ ପରିତ୍ୟଜ୍ୟ ମାମେକଂ ଶରଣଂ ବ୍ରଜ ।
ଅହଂ ତ୍ୱାଂ ସର୍ବପାପେଭ୍ୟୋ ମୋକ୍ଷୟିଷ୍ୟାମି ମା ଶୁଚଃ ।"

- ଗୀତା, ୧୮/୬୬

ଅତଏବ ସର୍ବତୋଭାବରେ ସେହି କୃଷ୍ଣଙ୍କ ଚରଣରେ ★ ଶରଣାପନ୍ନ ହୋଇ ଭକ୍ତି ଓ ବିଶ୍ୱାସର ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲେ, ଶୀଘ୍ର ସୁଫଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । କାରଣ ତାଙ୍କ ଚିନ୍ତାରେ ତାଙ୍କର ଭାସ୍ୱର ଜ୍ୟୋତିଃ ହୃଦୟରେ ନିପତିତ

ହୋଇ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନର ଉଦୟରେ ମୁକ୍ତିପଥ ସୁଗମ ହେବ । ଯେପରି ସ୍ମରଣ ରହେ, ପୁନରାୟ କହୁଛି-

"ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ମିତାହାରୀ ତ୍ୟାଗୀ ଯୋଗପରାୟଣଃ
ଅବ୍ଦାଦୂର୍ଦ୍ଧ୍ୱଂ ଭବେତ୍ ସିଦ୍ଧୋ ନାତ୍ର କାର୍ଯ୍ୟା ବିଚାରଣା ।"

- ଗୋରକ୍ଷ ସଂହିତା, - ୪

ଯୋଗୀଗଣ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ତ୍ରୀସଙ୍ଗ ବର୍ଜ୍ଜନ କରିବେ । ମିତାହାରୀ ହେବେ; ଅର୍ଥାତ୍ ଅପରିମିତ ଆହାର କରିବେ ନାହିଁ । ତ୍ୟାଗୀ ହେବେ, ଅର୍ଥାତ୍ କୌଣସି ବିଷୟ ପ୍ରତି ସ୍ପୃହା ରଖିବେ ନାହିଁ । ଏହିପରି ଅବସ୍ଥାରେ ରହି ଯୋଗଭ୍ୟାସ କଲେ ବର୍ଷକ ମଧ୍ୟରେ ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହୁଏ ।

"କେଶଭସ୍ମତୁଷାଙ୍ଗାରକୀକସାଦିପ୍ରଦୂଷିତେ ।
ନାଭ୍ୟସେତ୍ ପୂତିଗନ୍ଧାଦୌ ନ ସ୍ଥାନେ ଜନସଙ୍କୁଳେ ॥
ନ ତୋୟବହ୍ନି ସାମୀପ୍ୟେ ନ ଜୀର୍ଣ୍ଣାରଣ୍ୟଗୋଷ୍ଠୟୋଃ ।
ନ ଦଂଶମଶକାକୀର୍ଣ୍ଣେ ନ ଚୈତ୍ୟେ ନ ଚ ଚତ୍ୱରେ ॥"

- ସ୍କନ୍ଦପୁରାଣ

★ *ପୂର୍ବ ପୃଷ୍ଠାର ଫୁଟ୍ ନୋଟ୍ :*

କୃଷ୍ଣନାମ ଲେଖିଲି ବୋଲି କେହି ଯେପରି ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତା ଭାବ ଆଣି କୌଣସି ପ୍ରକାର କୁସଂସ୍କାରର ବଶୀଭୂତ ହେବେ ନାହିଁ । ମୁଁ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଅର୍ଥରେ କୃଷ୍ଣ ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗ କରିଅଛି । ଯଥା-

"କୃଷିର୍ଭୂର୍ବାଚକଃ ଶବ୍ଦୋ ନିବୃତ୍ତିବାଚକଃ ।
ତୟୋରୈକ୍ୟଂ ପରଂ ବ୍ରହ୍ମ କୃଷ୍ଣ ଇତ୍ୟଭିଧୀୟତେ ॥'

କିମ୍ବା

"କର୍ଷୟେତ୍ ସର୍ବଂ ଜଗତ୍ କାଳରୂପେଣ ଯଃ ସ କୃଷ୍ଣଃ ।"

କିମ୍ବା *"କୃଷିଶ୍ଚ ପରମାନନ୍ଦୋ ନଶ୍ଚ ତଦାସ୍ୟକର୍ମାଣି ଇତି କୃଷ୍ଣଃ ।"*

ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା ମନେ ରଖନ୍ତୁ -

"କାଳୀ କହ, କୃଷ୍ଣ କହ, କେଉଁଥିରେ କ୍ଷତି ନାହିଁ ।
ଚିତ୍ତ ପରିଷ୍କାର ରଖି ଏକମନେ ଡାକ ଭାଇ ॥"

ଅତଏବ ଏହିପରି ଯୋଗବିଘ୍ନ ସ୍ଥାନ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଯେତେ ଦୂର ସମ୍ଭବ ଗୋପନୀୟ ସ୍ଥାନରେ ଏବଂ ସମସ୍ତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ପରିତୃପ୍ତ ଓ ଅନ୍ତଃକରଣ ପ୍ରସନ୍ନ ହେବାଭଳି ସ୍ଥାନରେ ପରିଷ୍କାର ସଦ୍ୟ ଗୋମୟ ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାନ ମାର୍ଜନ ପୂର୍ବକ କୁଶାସନ, କମ୍ବଳାସନ କିମ୍ବା ବ୍ୟାଘ୍ର ମୃଗାଦି ଚର୍ମାସନରେ ଉତ୍ତର କିମ୍ବା ପୂର୍ବ ମୁଖରେଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ପୁଷ୍ପ, ଚନ୍ଦନ, ଧୂପାଦି ଗନ୍ଧରେ ସ୍ଥାନକୁ ଆମୋଦିତ କରି, ଅନନ୍ୟମନରେ, ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ଚିତ୍ତରେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କରିବେ ।

ଆସନ ସାଧନ

ସ୍ଥିରଭାବରେ ସୁଖରେ ଉପବେଶନ କରିବାର ନାମ **ଆସନ** । ଯୋଗାଶାସ୍ତ୍ରରେ ଚଉରାଅଶି ଲକ୍ଷ ପ୍ରକାରର ଆସନ ବିଷୟ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି; ତନ୍ମଧ୍ୟରେ **ପଦ୍ମାସନ ଶ୍ରେଷ୍ଠ** ।

"ଆସନଂ ପଦ୍ମକମୁକ୍ତମ୍ ।"　　*(ଗାରୁଡ଼, ୪୯)*

ପଦ୍ମାସନ :

"ବାମୋରୂପରି ଦକ୍ଷିଣଂ ହି ଚରଣଂ ସଂସ୍ଥାପ୍ୟ ବାମନ୍ତଥା
ଦକ୍ଷୋରୂପରି ତଥୈବ ବନ୍ଧନବିଧିଂ କୃତ୍ୱା କରାଭ୍ୟାଂ ଦୃଢ଼ମ୍ ।
"ତତ୍‌ପୃଷ୍ଠେ ହୃଦୟେ ନିଧାୟ ଚିବୁକଂ ନାସାଗ୍ରମାଲୋକୟେତ୍
ଏତଦ୍‌ବ୍ୟାଧିବିକାରନାଶନକରଂ ପଦ୍ମାସନଂ ପ୍ରୋଚ୍ୟତେ ।"

- ଗୋରକ୍ଷସଂହିତା

ବାମ ଊରୁ ଉପରେ ଦକ୍ଷିଣ ଚରଣ ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ଊରୁ ଉପରେ ବାମ ଚରଣ ସଂସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ଉଭୟ ହସ୍ତ ପୃଷ୍ଠଦିଗରେ ବୁଲାଇ ବାମହସ୍ତ ଦ୍ୱାରା ବାମ ପଦାଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ହସ୍ତଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ପଦାଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଧାରଣ କରିବ ଏବଂ ହୃଦ୍ଦେଶରେ ଚିବୁକ ସଂସ୍ଥାପନ କରି ନାସିକାଗ୍ରଭାଗରେ ଦୃଷ୍ଟିସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ଉପବେଶନ କରିବାର ନାମ **ପଦ୍ମାସନ** ।

ପଦ୍ମାସନ ଦୁଇ ପ୍ରକାର; ଯଥା - ମୁକ୍ତପଦ୍ମାସନ ଓ ବଦ୍ଧ ପଦ୍ମାସନ । ପ୍ରୋକ୍ତ ନିୟମରେ ଉପବେଶନ କରିବାକୁ ବଦ୍ଧ ପଦ୍ମାସନ କହନ୍ତି । ଆଉ ହସ୍ତଦ୍ୱାରା ପୃଷ୍ଠଦେଶ ଦେଇ ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ନ ଧରି ଦୁଇ ଉରୁ ଉପରେ ହସ୍ତଦ୍ୱୟ ଚିତ୍ କରି ରଖି ଉପବେଶନ କରିବାର ନାମ **ମୁକ୍ତ ପଦ୍ମାସନ** ।

ପଦ୍ମାସନ କଲେ ନିଦ୍ରା, ଆଳସ୍ୟ ଓ ଜଡ଼ତା ପ୍ରଭୃତି ଦେହର ଗ୍ଲାନି ଦୂରୀଭୂତ ହୁଏ । ପଦ୍ମାସନ ପ୍ରଭାବରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ ହୁଏ ଏବଂ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ । ପଦ୍ମାସନରେ ବସି ଦନ୍ତମୂଳରେ ଜିହ୍ୱାଗ୍ର ଧାରଣ କଲେ, ସର୍ବବ୍ୟାଧି ନାଶ ହୁଏ ।

ସିଦ୍ଧାସନ :

"ଯୋନିସ୍ଥାନକମଙ୍ଘ୍ରିମୂଳଘଟିତଂ କୃତ୍ୱା ଦୃଢ଼ଂ ବିନ୍ୟସେତ୍ ।
ମେଢ୍ରେ ପାଦମଥୈକମେବ ହୃଦୟେ ଧୃତ୍ୱା ସମଂ ବିଗ୍ରହମ୍ ।
ସ୍ଥାଣୁଃ ସଂଯମିତେନ୍ଦ୍ରିୟୋଽଖିଳଦୃଶା ପଶ୍ୟନ୍ ଭ୍ରୁବୋରନ୍ତରମ୍
ଚୈତନ୍ୟାଖ୍ୟକପାଟଭେଦଜନକଂ ସିଦ୍ଧାସନ ପ୍ରୋଚ୍ୟତେ ॥"

- ଗୋରକ୍ଷ ସଂହିତା

ଯୋନିସ୍ଥାନକୁ ବାମପଦର ମୂଳଦେଶ ଦ୍ୱାରା ଚିପି ଧରି ଆଉ ଗୋଟିଏ ପାଦ ମେଢ୍ର ଦେଶରେ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ଆବଦ୍ଧ କରି ଏବଂ ହୃଦୟରେ ଚିବୁକ ବିନ୍ୟସ୍ତପୂର୍ବକ ଦେହକୁ ସମଭାବରେ ସଂସ୍ଥାପନ କରି ଭ୍ରୂଦ୍ୱୟ ମଧ୍ୟରେ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ଅର୍ଥାତ୍ ଶିବନେତ୍ର ହୋଇ ନିଶ୍ଚଳଭାବରେ ଉପବେଶନ କରିବାକୁ **ସିଦ୍ଧାସନ** କହନ୍ତି ।

ସିଦ୍ଧିଲାଭ ପକ୍ଷରେ ସିଦ୍ଧାସନ ସହଜ ଓ ସରଳ ଆସନ । ସିଦ୍ଧାସନ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ଅତି ଶୀଘ୍ର ଯୋଗନିଷ୍ପତ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ । ତାହାର କାରଣ ହେଉଛି, ଲିଙ୍ଗମୂଳରେ ଜୀବ ଓ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ଅବସ୍ଥିତ । ସିଦ୍ଧାସନ ଦ୍ୱାରା ବାୟୁର ପଥ ସରଳ ଓ ସହଜଗମ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ସ୍ନାୟୁର ବିକାଶ ଓ ସମସ୍ତ ଶରୀରରେ ତଡ଼ିତ୍ ଶକ୍ତି ଚଳାଚଳର ସୁବିଧା ହୁଏ । ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଅଛି ଯେ, ସିଦ୍ଧାସନ ମୁକ୍ତିଦ୍ୱାରର କପାଟ ଭେଦ କରେ ଏବଂ ସିଦ୍ଧାସନ ଦ୍ୱାରା ଆନନ୍ଦକାରିଣୀ ଉନ୍ମନୀ ଦଶା ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ।

ସ୍ୱସ୍ତିକାସନ :

"ଜାନୂର୍ବୋରନ୍ତରେ ସମ୍ୟକ୍ କୃତ୍ୱା ପାଦତଳେ ଉଭେ ।
ସମକାୟଃ ସୁଖାସୀନଃ ସ୍ୱସ୍ତିକଂ ତତ୍ ପ୍ରଚକ୍ଷତେ ॥"

ଜାନୁ ଓ ଉରୁ ଏହି ଉଭୟର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପାଦତଳଦ୍ୱୟକୁ ସମ୍ୟକ୍‌ଭାବରେ ସଂସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ସମକାୟବିଶିଷ୍ଟ ହୋଇ ସୁଖରେ ଉପବେଶନ କରିବାକୁ **ସ୍ୱସ୍ତିକାସନ** କହନ୍ତି । ସ୍ୱସ୍ତିକାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ବାୟୁ ସାଧନ କଲେ,ସାଧକ ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ବାୟୁ-ସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିପାରେ ଏବଂ ବାୟୁସାଧନଜନିତ ବ୍ୟଭିଚାରରେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବ୍ୟାଧି ଆକ୍ରମଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏହି ତିନିପ୍ରକାର ଆସନ ବ୍ୟତୀତ **ଭଦ୍ରାସନ, ଉଗ୍ରାସନ, ବୀରାସନ, ମଣ୍ଡୁକାସନ, କର୍ମାସନ, କୁକ୍‌କୁଟାସନ, ଗୁପ୍ତାସନ, ଯୋଗାସନ, ଶବାସନ, ସିଂହାସନ ଓ ମୟୂରାସନ** ପ୍ରଭୃତି ବହୁବିଧ ଆସନ ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି । ନାନାବିଧ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କରି ସମୟ ନଷ୍ଟ କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ । ପୂର୍ବୋକ୍ତ ତିନୋଟି ଆସନ ମଧ୍ୟରୁ ଯାହାକୁ ଯେଉଁଟି ସୁବିଧା ହେବ, ସେ ସେହି ଆସନ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଯୋଗସାଧନ କରିବା ବିଧେୟ ।

ଆଧୁନିକ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଶିକ୍ଷାଦୀପ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକ ଆସନର ନାମ ଶୁଣିଲେ ହସି ଉଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତି । ସେମାନେ କହନ୍ତି, ଏହିପରି ଭାବରେ ନ ବସିଲେ କଅଣ ସାଧନ ହେବ ନାହିଁ ? ନିଜର ଯେପରି ଇଚ୍ଛା ହେବ, ସେହିପରି ଭାବରେ ବସି ସାଧନ କରିବ । ଏତେ ଗୋଳମାଳ ଦରକାର କଅଣ ? ଏଥିରେ ଯେଉଁ ଗୂଢ଼ତତ୍ତ୍ୱ ନିହିତ ଅଛି, ତାହା ସେମାନେ ବା ବୁଝିବେ କିପରି ? ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ବସିଲେ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଚିନ୍ତାବୃତ୍ତିର ଐକାନ୍ତିକତା ଜନ୍ମେ । ଅନେକେ ଦେଖିଥିବେ, ଦୁଃଖ ଚିନ୍ତାରେ ବା ନୈରାଶ୍ୟରେ ଲୋକେ ଗଣ୍ଡଦେଶରେ ହାତ ଦେଇ ଉପବେଶନ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେହି ସମୟରେ ସେହିଭାବରେ ଉପବେଶନ କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ଏବଂ ତାହା ସେହି ଚିନ୍ତାର ଉପଯୋଗୀ । ସିଦ୍ଧଯୋଗୀମାନେ କହିଥାଆନ୍ତି , ବିଭିନ୍ନ ଆସନ ସହିତ ଶରୀର

ଓ ମନର ବିଶେଷ ସମ୍ବନ୍ଧ ଅଛି । ଆହୁରି ଗୋଟିଏ କଥା ହେଉଛି, ଯୋଗସାଧନ କାଳରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଏକ ଭାବରେ ବସିରହିବା ଯୋଗାଭ୍ୟାସର ଗୋଟିଏ ପ୍ରଧାନତମ କାର୍ଯ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ମନ ଖୁସି ଅନୁସାରେ ଯେପରି ଇଚ୍ଛା ବସିଲେ, ତାହା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ; ତେଣୁ ଆସନର ପ୍ରୟୋଜନ । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କାଳରେ ଯୋଗୀର ଯେଉଁ ଦୈହିକ ନୂତନ କ୍ରିୟା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୁଏ ବା ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରବାହ ନୂତନ ଭାବରେ ଓ ନୂତନ ପଥରେ ଚାଳିତ ହୁଏ ବା ତାହା ମେରୁଦଣ୍ଡ ଭିତରେ ହିଁ ହୋଇଥାଏ । ସୁତରାଂ ମେରୁଦଣ୍ଡକୁ ଯେଉଁ ଭାବରେ ଓ ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ରଖିଲେ, ସେହି କ୍ରିୟା ଉତ୍ତମରୂପେ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇପାରେ, କେବଳ ତାହାହିଁ ଆସନପ୍ରଣାଳୀରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ହୋଇଅଛି । ମେରୁଦଣ୍ଡ, ବକ୍ଷୋଦେଶ, ଗ୍ରୀବା, ମସ୍ତକ ଓ ପଞ୍ଜରାସ୍ଥି – ଏହିସବୁକୁ ଯେଉଁ ଭାବରେ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ, ତାହା ସେହି ଆସନରେ ବସିବା ପ୍ରଣାଳୀରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଆସନ କଲେ, ସେଥିପାଇଁ ଆଉ ଅନ୍ୟ କିଛି ଶିକ୍ଷା କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନ ହେବ ନାହିଁ । ବିଶେଷତଃ ଆସନସିଦ୍ଧି ଏପରି କିଛି କଠିନ ନୁହେଁ । ଯତ୍ନପୂର୍ବକ ଅଳ୍ପ କେତେ ଦିନମାତ୍ର ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ସେଥିରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ ।

ପୂର୍ବୋକ୍ତ ତିନିପ୍ରକାର ଆସନ ମଧ୍ୟରୁ ଯେପରି ଆସନରେ ବସିଲେ, ଯାହାର କୌଣସି ପ୍ରକାରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ ନ ହୁଏ; ସେ ସେହିପ୍ରକାର ଆସନହିଁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବ । ଆସନ କରି ବସିଲେ, ଯେତେବେଳେ ଶରୀରରେ ବେଦନା ବା କୌଣସି ପ୍ରକାର କଷ୍ଟ ଅନୁଭୂତ ନ ହୋଇ ଏକପ୍ରକାର ଆନନ୍ଦର ଉଦ୍‌ଭବ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଜାଣିବ; ଆସନସିଦ୍ଧି ହୋଇଅଛି । ଉତ୍ତମରୂପେ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ ହେଲାପରେ ଯୋଗସାଧନ କରିବ ।

ତତ୍ତ୍ୱ-ବିଜ୍ଞାନ

ଦେବଦେବ ମହେଶ୍ୱର ଏକମାତ୍ର ନିରାକାର ନିରଞ୍ଜନ । ତାଙ୍କରିଠାରୁ ଆକାଶର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଅଛି । ତତ୍ପରେ ସେହି ଆକାଶରୁ ବାୟୁର ଉତ୍ପତ୍ତି । ବାୟୁରୁ ତେଜ, ତେଜରୁ ଜଳ ଓ ଜଳରୁ ପୃଥିବୀର ଉତ୍ପତ୍ତି । ଏହି ପାଞ୍ଚଗୋଟି

ମହାଭୂତ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ନାମରେ ଅଭିହିତ । ଏହି ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱରୁ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଓ ବିଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ପୁଣି ସେଥିରୁ ପୁନରୁତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

"ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱାଦ୍ ଭବେତ୍ ସୃଷ୍ଟିସ୍ତତ୍ତ୍ୱେ ତତ୍ତ୍ୱଂ ବିଲୀୟତେ,
ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱଂ ପରଂ ତତ୍ତ୍ୱଂ ତତ୍ତ୍ୱାତୀତଂ ନିରଞ୍ଜନମ୍ ।"

- ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ତନ୍ତ୍ର

ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱରୁହିଁ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡମଣ୍ଡଳ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଅଛି ଏବଂ ସେହି ତତ୍ତ୍ୱରେହିଁ ତାହାର ଲୟପ୍ରାପ୍ତି ହେବ । ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ପରେ ଯେଉଁ ପରମତତ୍ତ୍ୱ, ସେ ହେଉଛନ୍ତି ତତ୍ତ୍ୱାତୀତ ନିରଞ୍ଜନ । **ମାନବ ଶରୀର ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ମୃତ୍ତିକାରୁ** ଅସ୍ଥି, ମାଂସ, ନଖ, ତ୍ୱକ୍ ଓ ଲୋମ ଏହି ପାଞ୍ଚଗୋଟିର ଉତ୍ପତ୍ତି; **ଜଳରୁ** ଶୁକ୍ର, ଶୋଣିତ, ମଜ୍ଜା, ମଳ ଓ ମୂତ୍ର ଏହି ପାଞ୍ଚଗୋଟି, **ବାୟୁରୁ** ଧାରଣ, ଚାଳନ, କ୍ଷେପଣ, ସଙ୍କୋଚନ ଓ ପ୍ରସାରଣ ଏହି ପାଞ୍ଚୋଟି; **ଅଗ୍ନିରୁ** ନିଦ୍ରା, କ୍ଷୁଧା, ତୃଷ୍ଣା, କ୍ଳାନ୍ତି ଓ ଆଳସ୍ୟ ଏହି ପାଞ୍ଚୋଟି ଏବଂ **ଆକାଶ**ଠାରୁ କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମୋହ ଓ ଲଜ୍ଜା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି ।

ଆକାଶର ଗୁଣ ଶବ୍ଦ, ବାୟୁର ଗୁଣ ସ୍ପର୍ଶ, ଅଗ୍ନିର ଗୁଣ ରୂପ, ଜଳର ଗୁଣ ରସ ଏବଂ ପୃଥିବୀର ଗୁଣ ଗନ୍ଧ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପୁଣି ଆକାଶ-ଏହି ଶବ୍ଦ ଗୋଟିଏ ଗୁଣବିଶିଷ୍ଟ, ବାୟୁ-ଶବ୍ଦ ଓ ସ୍ପର୍ଶ ଏହି ଦୁଇ ଗୁଣଯୁକ୍ତ । ଅଗ୍ନି-ଶବ୍ଦ, ସ୍ପର୍ଶ ଓ ରୂପ ଏହି ତ୍ରିଗୁଣବିଶିଷ୍ଟ; ଜଳ-ଶବ୍ଦ, ସ୍ପର୍ଶ, ରୂପ ଓ ରସ ଏହି ଚତୁର୍ବର୍ଗ ଯୁକ୍ତ ଏବଂ ପୃଥିବୀ-ଶବ୍ଦ, ସ୍ପର୍ଶ, ରୂପ, ରସ ଓ ଗନ୍ଧ ଏହି ପଞ୍ଚଗୁଣ ସମନ୍ୱିତ । ଆକାଶର ଗୁଣ କର୍ଣ୍ଣଦ୍ୱାରା, ବାୟୁର ଗୁଣ ତ୍ୱକ୍‌ଦ୍ୱାରା, ଅଗ୍ନିର ଗୁଣ ଚକ୍ଷୁଦ୍ୱାରା, ଜଳର ଗୁଣ ଜିହ୍ୱାଦ୍ୱାରା ଏବଂ ପୃଥିବୀର ଗୁଣ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଗୃହୀତ ହୋଇଥାଏ ।

"ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱମୟେ ଦେହେ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱାନି ସୁନ୍ଦରି
ସୂକ୍ଷ୍ମରୂପେଣ ବର୍ତ୍ତନ୍ତେ ଜ୍ଞାୟନ୍ତେ ତତ୍ତ୍ୱଯୋଗିଭିଃ ।"

- ପବନ-ବିଜୟ ସ୍ୱରୋଦୟ

ଏହି ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱମୟ ଦେହରେ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ସୂକ୍ଷ୍ମରୂପରେ ବିରାଜିତ ରହିଅଛି, ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ ଯୋଗୀଗଣ ଏ ସମସ୍ତ ଅବଗତ ଅଛନ୍ତି । ଗୁହ୍ୟଦେଶରେ ମୂଳାଧାର ଚକ୍ରଟି ପୃଥିବୀ ତତ୍ତ୍ୱର ସ୍ଥାନ । ଲିଙ୍ଗମୂଳରେ ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ରଟି ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ସ୍ଥାନ। ନାଭିମୂଳରେ ମଣିପୁର ଚକ୍ରଟି ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱର ସ୍ଥାନ। ହୃଦ୍ଦେଶରେ ଅନାହତ ଚକ୍ରଟି ବାୟୁତତ୍ତ୍ୱର ସ୍ଥାନ ଏବଂ କଣ୍ଠଦେଶରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ରଟି ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ସ୍ଥାନ । ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ସମୟଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଯଥାକ୍ରମେ ଅଢ଼େଇ ଦଣ୍ଡଧରି ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ନାସାପୁଟରେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ। ବାମ ବା ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟରେ ଶ୍ୱାସ ବହନ କାଳରେ ଯଥାକ୍ରମେ ଏହି ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ । ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ ଯୋଗୀଗଣ ତାହା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିଥାଆନ୍ତି ।

ତତ୍ତ୍ୱ-ଲକ୍ଷଣ

ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱର ଆଠପ୍ରକାର ଲକ୍ଷଣ ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ପ୍ରଥମରେ ତତ୍ତ୍ୱସଂଖ୍ୟା, ଦ୍ୱିତୀୟରେ ଶ୍ୱାସସନ୍ଧି, ତୃତୀୟରେ ସ୍ୱରଚିହ୍ନ, ଚତୁର୍ଥରେ ସ୍ଥାନ, ପଞ୍ଚମରେ ତତ୍ତ୍ୱର ବର୍ଣ୍ଣ, ଷଷ୍ଠରେ ପରିମାଣ, ସପ୍ତମରେ ସ୍ୱାଦ ଏବଂ ଅଷ୍ଟମରେ ଗତି ।

"ମଧ୍ୟେ ପୃଥ୍ୱୀ ହ୍ୟଧଶ୍ଚାପଶ୍ଚୋର୍ଦ୍ଧ୍ୱଂ ବହତି ଚାନଳଃ ।
ତିର୍ଯ୍ୟଗ୍ ବାୟୁପ୍ରଚାରଶ୍ଚ ନଭୋ ବହତି ସଂକ୍ରମେ ।"

- ସ୍ୱରୋଦୟଶାସ୍ତ୍ର

ଯଦି ନାସାପୁଟର ମଧ୍ୟସ୍ଥାନରେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥାଏ, ତାହାହେଲେ ପୃଥ୍ୱୀତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ସେହିପରି ନାସାପୁଟର ଅଧୋଭାଗରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ବହୁଥିଲେ, ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଭାଗରେ ବହୁଥିଲେ ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ପାର୍ଶ୍ୱଦେଶରେ ବହୁଥିଲେ ବାୟୁ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ନାସାରନ୍ଧ୍ରର ସର୍ବସ୍ଥାନ ସ୍ପର୍ଶ ପୂର୍ବକ ଘୂର୍ଣ୍ଣିତ ଭାବରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିଲେ, ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇଅଛି ବୋଲି ଜାଣିବ ।

"ମାହେୟଂ ମଧୁରଂ ସ୍ୱାଦୁ କଷାୟଂ ଜଳମେବ ଚ
ତିକ୍ତଂ ତେଜୋ ବାୟୁରମ୍ଳ ଆକାଶଃ କଟୁକସ୍ତଥା ।"

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

ଯଦି, ମୁଖରେ ମିଷ୍ଟସ୍ୱାଦ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ, ତେବେ ପୃଥିବୀ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, କଷାୟସ୍ୱାଦରେ ଜଳ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ତିକ୍ତ ସ୍ୱାଦରେ ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ଅମ୍ଳସ୍ୱାଦରେ ବାୟୁ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ଏବଂ କଟୁସ୍ୱାଦରେ ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

"ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗୁଳଂ ବହେଦ୍‌ବାୟୁରନଳଶ୍ଚ ତୁରଙ୍ଗୁଳମ୍
ଦ୍ୱାଦଶାଙ୍ଗୁଳଂମାହେୟଂ ଷୋଡ଼ଶାଙ୍ଗୁଳଂ ବାରୁଣମ୍ ।"

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

ଯେତେବେଳେ ବାୟୁ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ନିଶ୍ୱାସ-ବାୟୁର ପରିମାଣ ଅଷ୍ଟଅଙ୍ଗୁଳ ହୋଇଥାଏ । ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱ ଉଦୟରେ ଚାରିଅଙ୍ଗୁଳ, ପୃଥିବୀ ତତ୍ତ୍ୱ ଉଦୟରେ ଦ୍ୱାଦଶ ଅଙ୍ଗୁଳ, ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟରେ ଷୋଢଶ ଅଙ୍ଗୁଳ ଏବଂ ଆକାଶ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟରେ କୋଡିଏ ଅଙ୍ଗୁଳ ଶ୍ୱାସବାୟୁର ପରିମାଣ ହୋଇଥାଏ ।

"ଆପଃ ଶ୍ୱେତାଃ କ୍ଷିତିଃ ପୀତା ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣୋ ହୁତାଶନଃ
ମାରୁତୋ ନୀଳଜୀମୂତ ଆକାଶୋ ଭୂରିବର୍ଣ୍ଣକଃ ।"

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

ପୃଥିବୀ-ତତ୍ତ୍ୱ ପୀତବର୍ଣ୍ଣ, ଜଳ-ତତ୍ତ୍ୱ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ, ଅଗ୍ନି-ତତ୍ତ୍ୱ ଲୋହିତ ବର୍ଣ୍ଣ, ବାୟୁ-ତତ୍ତ୍ୱ ନୀଳମେଘ ସଦୃଶ ଶ୍ୟାମଳବର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱରେ ନାନା ପ୍ରକାର ବର୍ଣ୍ଣ ଦୃଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।

"ଚତୁରସ୍ରଂ ଚାର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ରଂ ତ୍ରିକୋଣଂ ବର୍ତ୍ତୁଳଂ ସ୍ମୃତମ୍
ବିନ୍ଦୁଭିସ୍ତୁ ନଭୋ ଜ୍ଞେୟମାକାରୈସ୍ତତ୍ତ୍ୱ ଲକ୍ଷଣମ୍ ॥"

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

ଦର୍ପଣ ଉପରେ ଶ୍ୱାସ ପରିତ୍ୟାଗ କଲେ ଯେଉଁ ବାଷ୍ପ ନିର୍ଗତ ହୁଏ, ତାହାର ଆକାର ଚତୁଷ୍କୋଣବିଶିଷ୍ଟ ହେଲେ, ପୃଥିବୀ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ; ଅର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ର ପରି ହେଲେ ଜଳ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ; ତ୍ରିକୋଣାକାର ହେଲେ ଅଗ୍ନି-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ; ଗୋଲାକୃତି ହେଲେ ବାୟୁ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ଏବଂ ଟୋପା ଟୋପା ଦେଖାଗଲେ, ଆକାଶ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

ମାନବ ଦେହରେ ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସବହନ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଉପରୋକ୍ତ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇ-ଥାଏ । କେତେବେଳେ କେଉଁ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ ଏବଂ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ବୁଝି ତତ୍ତ୍ୱ ଅନୁକୂଳରେ ଗମନ, ମାଲିମକଦ୍ଦମା ଓ ବ୍ୟବସାୟାଦି ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବ, ତାହା ସିଦ୍ଧ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଭଗବତ୍ ଦତ୍ତ ଏବଂ ବିଧ ସହଜ ଉପାୟ ଆମେ ଜାଣୁ ନାହୁଁ ବୋଲି ଆମକୁ କାଯ୍ୟନାଶ, ଆଶାଭଙ୍ଗ ଓ ମନସ୍ତାପ ପ୍ରଭୃତି ଭୋଗିବାକୁ ହୁଏ । କେଉଁ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟବେଳେ କିପରି କାର୍ଯ୍ୟରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କଲେ ସୁଫଳ ଲାଭ ହୁଏ, ସେ ବିଷୟ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବିଷୟ ନୁହେଁ; ସୁତରାଂ ବାହୁଲ୍ୟ ଭୟରେ ତାହା ଲିଖିତ ହେଲା ନାହିଁ ।

ଏହି ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ସାଧନ କଲେ,ସବୁ ପ୍ରକାର ସାଧନକାର୍ଯ୍ୟରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ ଏବଂ ସାଧକମାନେ ନିରୋଗ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୁଅନ୍ତି । ମୋଟକଥା, ତତ୍ତ୍ୱସାଧନରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ଶାରୀରିକ, ବୈଷୟିକ ଓ ପାରମାର୍ଥିକ ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସୁଖ ଓ ସୁସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହୁଏ ।

ତତ୍ତ୍ୱ-ସାଧନ

ହସ୍ତଦ୍ୱୟର ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଳିଯୁଗଳ ଦ୍ୱାରା ଦୁଇ କର୍ଣ୍ଣକୁହର, ମଧ୍ୟମାଙ୍ଗୁଳିଦ୍ୱୟ ଦ୍ୱାରା ନାସାରନ୍ଧ୍ର ଯୁଗଳ, ଅନାମିକା ଅଙ୍ଗୁଳିଦ୍ୱୟ ଓ କନିଷ୍ଠାଙ୍ଗୁଳିଦ୍ୱୟ ଦ୍ୱାରା ମୁଖବିବର ଏବଂ ତର୍ଜ୍ଜନୀଦ୍ୱୟ ଦ୍ୱାରା ଚକ୍ଷୁଦ୍ୱୟ ଆଚ୍ଛାଦିତ କଲେ ଯଦି ପୀତବର୍ଣ୍ଣ ଦେଖାଯାଏ, ତାହାହେଲେ ସେତେବେଳେ ପୃଥିବୀ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ଶୁକ୍ଳବର୍ଣ୍ଣ ଦୃଷ୍ଟ ହେଲେ ଜଳ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ, ଲୋହିତବର୍ଣ୍ଣ ଦୃଷ୍ଟ ହେଲେ ଅଗ୍ନି-ତତ୍ତ୍ୱର

ଉଦୟ, ଶ୍ୟାମବର୍ଣ୍ଣ ଦୃଷ୍ଟ ହେଲେ ବାୟୁ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ଏବଂ ବିନ୍ଦୁ ବିନ୍ଦୁ ହୋଇ ନାନା ବର୍ଣ୍ଣ ଦେଖାଗଲେ ଆକାଶ - ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇଅଛି ବୋଲି ଜାଣିବାକୁ ହେବ ।

ରାତ୍ରି ଏକପ୍ରହର ଥାଇ ମାଟି ଉପରେ ଦୁଇ ପାଦ ପଶ୍ଚାଦ୍ ଦିଗକୁ ମୋଡ଼ି ତାହା ଉପରେ ମାଡ଼ିବସି ଉପବେଶନ କରିବ । ପରେ ଦୁଇ ହାତ ଓଲଟାଇ ଦୁଇ ଉରୁରେ ସ୍ଥାପନ କରିବ; ଅର୍ଥାତ୍ ଉରୁ ଉପରେ ହାତ ଦୁଇଟି ଚିତ୍ କରି ରଖିବ, ଯେପରି ଅଙ୍ଗୁଳିର ଅଗ୍ରଭାଗ ପେଟ ଆଡ଼କୁ ରହିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ବସି ନାସକାଗ୍ରଭାଗରେ ଦୃଷ୍ଟିନିବଦ୍ଧ କରି ଏବଂ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ଉପରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ଏକମନରେ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ କରିବ ।

ପୃଥିବୀ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ :

"ଲଂ ବୀଜାଂ ଧରଣୀଂ ଧ୍ୟାୟେତ୍ ଚତୁରସ୍ରାଂ ସୁପୀତାଭାମ୍,
ସୁଗନ୍ଧାଂ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣବର୍ଣ୍ଣତ୍ୱମାରୋଗ୍ୟଂ ଦେହଲାଘବମ୍ ।"

ଲଂ ବୀଜ ପୃଥ୍ୱୀ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନମନ୍ତ୍ର । ଏହି ବୀଜ ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣପୂର୍ବକ ଏହିପରି ପୃଥିବୀର ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଯଥା-ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ଉତ୍ତମ ହରିଦ୍ରାବର୍ଣ୍ଣ, ହିରଣ୍ୟସଦୃଶ ଲାବଣ୍ୟ ସଂଯୁକ୍ତ, ଚତୁଷ୍କୋଣବିଶିଷ୍ଟ, ଉତ୍ତମ ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ ଏବଂ ଆରୋଗ୍ୟ ଓ ଦେହର ଲଘୁତାକରଣ-ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ।

ଜଳ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ :

"ବଂ ବୀଜଂ ବାରୁଣଂ ଧ୍ୟାୟେଦର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ରଂଶଶିପ୍ରଭମ୍ ।
କ୍ଷୁତ୍‌ପିପାସାସହିଷ୍ଣୁତ୍ୱଂ ଜଳମଧ୍ୟେଷୁ ମଜ୍ଜନମ୍ ।"

ବଂ ବୀଜ ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନମନ୍ତ୍ର । ଏହି ବୀଜ ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣପୂର୍ବକ ଏହିପରି ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ କରିବ । ଯଥା- ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ଅର୍ଦ୍ଧଚନ୍ଦ୍ରାକୃତି ବିଶିଷ୍ଟ, ଚନ୍ଦ୍ର ପରି ପ୍ରଭାଯୁକ୍ତ ଏବଂ କ୍ଷୁତ୍‌ପିପାସା-ସହନ ଓ ଜଳମଜ୍ଜନଶକ୍ତି-ସମନ୍ୱିତ ।

ଅଗ୍ନି-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ :

*"ରଂ ବୀଜଂ ଶିଖିନଂ ଧ୍ୟାୟେତ୍ ତ୍ରିକୋଣମରୁଣପ୍ରଭମ୍ ।
ବହ୍ୱନ୍ନପାନଭୌକ୍ତୃତ୍ୱମାତପାଗ୍ନି ସହିଷ୍ଣୁତା ॥"*

ରଂ ବୀଜ ଅଗ୍ନି-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନମନ୍ତ୍ର । ଏହି ବୀଜ ଉଚ୍ଚାରଣ ପୂର୍ବକ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ତ୍ରି କୋଣବିଶିଷ୍ଟ, ଅରୁଣବର୍ଣ୍ଣ, ବହୁ ଅନ୍ନପାନ ଭୋଜନ-ଶକ୍ତି-ସଂଯୁକ୍ତ ଏବଂ ରୌଦ୍ର ଓ ଅଗ୍ନିତେଜ ସହନଶକ୍ତି ସମନ୍ୱିତ ।

ବାୟୁ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ :

*"ଯଂ ବୀଜଂ ପବନଂ ଧ୍ୟାୟେତ୍ ବର୍ତ୍ତୁଳଂ ଶ୍ୟାମଳପ୍ରଭମ୍ ।
ଆକାଶଗମନାଦ୍ୟଞ୍ଚ ପକ୍ଷିବଦ୍‌ଗମନଂ ତଥା ॥"*

ଯଂ ବୀଜ ବାୟୁ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନମନ୍ତ୍ର । ଏହି ବୀଜ ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣପୂର୍ବକ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ଗୋଲାକାର ଶ୍ୟାମବର୍ଣ୍ଣ ବିଶିଷ୍ଟ ଏବଂ ପକ୍ଷୀଗଣସଦୃଶ ଗଗନମାର୍ଗରେ ଗମନାଗମନ-ଶକ୍ତି ସମ୍ବଳିତ ।

ଆକାଶ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ :

*"ହଂ ବୀଜଂ ଗଗନଂ ଧ୍ୟାୟେତ୍ ନିରାକାରଂ ବହୁପ୍ରଭମ୍ ।
ଜ୍ଞାନଂ ତ୍ରିକାଳବିଷୟମୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟମଣିମାଦିକମ୍ ।"*

'ହଂ' ବୀଜ ଆକାଶ-ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନମନ୍ତ୍ର । ଏହି ବୀଜ ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣ ପୂର୍ବକ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ନିରାକାର, ବିବିଧବର୍ଣ୍ଣ ସଂଯୁକ୍ତ, ଭୂତ, ଭବିଷ୍ୟତ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନ – ଏହି ତ୍ରିକାଳଜ୍ଞ ଏବଂ ଅଣିମାଦି ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟସମନ୍ୱିତ ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ଏକପ୍ରହର ରାତ୍ରି ଥାଇ ଉଠି ମାଟି ଉପରେ ବସି ପ୍ରାତଃକାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉତ୍ତମଭାବରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଛଅ ମାସରେ ନିଶ୍ଚୟ ତତ୍ତ୍ୱ ସିଦ୍ଧି ହେବ । ସେତେବେଳେ ଦିବାରାତ୍ର ମଧ୍ୟରେ ନିଜ ଶରୀରରେ କେତେବେଳେ କେଉଁ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହେଉଛି, ତାହା ଯେ କୌଣସି ସମୟରେ ଅତି ସହଜରେ

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦେଖାଯିବ । ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରଖିହେବ ଏବଂ ସାଂସାରିକ, ବୈଷୟିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସୁଫଳ ଲାଭ ହେବ । ତତ୍ତ୍ୱସିଦ୍ଧି ହେଲେ ଲୟଯୋଗ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯୋଗସାଧନ ବିଶେଷ ସହଜ ଓ ସୁଗମ ହୁଏ । ଆକାଶ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟରେ ସାଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟାଦି ନ କରି ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କରିବା ବିଧେୟ ।

ତତ୍ତ୍ୱସାଧନ କରିବା ସମୟରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଯୋଗସାଧନ ମଧ କରାଯାଇପାରେ । ଅତଏବ ତତ୍ତ୍ୱ ସାଧନ କରିବା ସମୟରେ କେବଳ ବସି ନ ରହି କୌଣସି ପ୍ରକାର ଯୋଗସାଧନ କରିବା ମଧ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

"ତସ୍ୟ ରୂପଂ ଗତିଃ ସ୍ୱାଦୋ ମଣ୍ଡଳଂ ଲକ୍ଷଣନ୍ତ୍ୱିଦମ୍ ।
ଯୋ ବେତ୍ତି ବୈ ନରୋ ଲୋକେ ସ ତୁ ଶୂଦ୍ରୋଽପି ଯୋଗବିତ୍ ।"

- ପବନ ବିଜୟ ସ୍ୱରୋଦୟ

ଏହି ଭାବରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ରୂପ, ଗତି, ସ୍ୱାଦ, ମଣ୍ଡଳ ଓ ଲକ୍ଷଣ ସବୁ ଅବଗତ ହୁଅନ୍ତି, ସେ ଶୂଦ୍ର ହୋଇଥିଲେ ମଧ ଯୋଗୀ ନାମରେ ଅଭିହିତ ।

ନାଡ଼ୀ-ଶୋଧନ

ଶରୀରସ୍ଥ ନାଡ଼ୀସକଳ ମଳାଦିରେ ଦୂଷିତ ଥାଏ । ନାଡ଼ୀ ଶୋଧନ ନ କଲେ ବାୟୁ ଧାରଣ କରି ହୁଏ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଯୋଗସାଧନ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ନାଡ଼ୀ ଶୋଧନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ହଠଯୋଗରେ ଷଟ୍‌କର୍ମସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଶୋଧନର ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଅଛି । ଯଥା -

"ଧୌତିର୍ବସ୍ତିସ୍ତଥା ନେତି ଲୌଳିକୀସ୍ତ୍ରାଟକନ୍ତଥା ।
କପାଳଭାତିଶ୍ଚୈତାନି ଷଟ୍‌କର୍ମାଣି ସମାଚରେତ୍ ॥"

- ଗୋରକ୍ଷ ସଂହିତା, ୪ର୍ଥ ଅଃ

ଧୌତି, ବସ୍ତି, ନେତି, ଲୌଳିକୀ, ତ୍ରାଟକ ଓ କପାଳଭାତି - ଏହି ଛଅ ପ୍ରକାର ବହିଃକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଶୋଧନର ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଅଛି । କିନ୍ତୁ ଯେସବୁ ଗୃହତ୍ୟାଗୀ ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କୁ ଶୋଭାପାଏ ସାଧାରଣଙ୍କ

ପକ୍ଷରେ ତାହା ବଡ ଦୁଷ୍କର । ବିଶେଷତଃ ତାହା ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ନ ହେଲେ, ନାନାବିଧ ଦୁଃସାଧ୍ୟ ରୋଗ ଉତ୍ପତ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା । ପରମଯୋଗୀ ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ ଅନ୍ତର ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ନାଡ଼ୀ ଶୋଧନର ଯେପରି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଯାଇଛନ୍ତି, ସେହି ପ୍ରକରଣ ଲିଖିତ ହେଲା । ଏହା ସମସ୍ତଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସୁଖସାଧ୍ୟ ।

ପ୍ରଥମେ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହୁଏ, ଆସନ ସିଦ୍ଧି ହେଲେ ଉତ୍ତାରେ ନାଡ଼ୀ ଶୋଧନ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ।

ସ୍ଥିର ଭାବରେ ସୁଖାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଷ୍ଠି ଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟ ଅଳ୍ପ ଚାପିଧରି ବାମ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଯଥାଶକ୍ତି ବାୟୁ ଟାଣିନେବ ଏବଂ ଟିକିଏ ହେଲେ ସମୟ ବିଶ୍ରାମ ନ କରି ଅନାମିକା ଓ କନିଷ୍ଠାଙ୍ଗୁଳି ଦ୍ୱାରା ବାମ ନାସିକା ବନ୍ଦପୂର୍ବକ ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା ପୁଣି ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ଗ୍ରହଣ କରି ଯଥାଶକ୍ତି ବାମ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ସେହି ବାୟୁ ରେଚନ କରିବା, କିନ୍ତୁ ବାୟୁ-ଗ୍ରହଣ କରିବା ଶେଷ ହେଲେ ରେଚନ କରିବାକୁ ଟିକିଏ ହେଲେ କାଳ ବିଳମ୍ବ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ପ୍ରଥମେ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ସମୟରେ ପ୍ରତିଥର ଏହି କ୍ରମରେ ଥରେ ଲେଖାଏଁ କରି ସେହିପରି ତିନି ଥର ଅଭ୍ୟାସ କରିବ; ତା ପରେ ତିନି ଥର ସୁନ୍ଦର ରୂପେ ଅଭ୍ୟାସ ହୋଇଗଲେ, ପାଞ୍ଚଥର; ତା'ର ପରେ ସାତ ଥର କରିବ ।

ସମସ୍ତ ଦିବାରାତ୍ରି ଭିତରେ ଏପରି କି ଉଷାକାଳରେ ଥରେ, ମଧ୍ୟାହ୍ନ କାଳରେ ଥରେ ଓ ସାୟାହ୍ନ ସମୟରେ ଏବଂ ନିଶୀଥ ସମୟରେ ଥରେ- ଏହିପରି ଚାରି ଥର ଏହି କ୍ରିୟା କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟହ ନିୟମିତ ଭାବରେ ଏହି ଚାରି ସମୟରେ ଯତ୍ନର ସହିତ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ଏକ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହେବ । କାହାରି କାହାରିକୁ ଦେଢ଼ କିମ୍ବା ଦୁଇ ମାସ ସମୟ ଲାଗିପାରେ ।

ନାଡ଼ୀଶୋଧନରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କଲେ, ଦେହ ଖୁବ୍ ଉଶ୍ୱାସ ବୋଧହୁଏ: ଆଳସ୍ୟ ଜଡ଼ତା ପ୍ରଭୃତି ଦୂରୀଭୂତ ହୁଏ; ମଧ୍ୟେ ମଧ୍ୟେ ଆନନ୍ଦରେ ମନ

ପୂରି ଉଠେ ଏବଂ ସମୟ ସମୟରେ ସୁଗନ୍ଧରେ ନାସିକା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ । ଏହିସବୁ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇଲେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ, ନାଡ଼ୀଶୋଧନ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଅଛି । ସେତେବେଳେ ଉପରୋକ୍ତ ଯେ କୌଣସି ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବ ।

ମନ ସ୍ଥିର କରିବାର ଉପାୟ

ମନ ସ୍ଥିର ନ ହେଲେ, କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯମ ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ଭୂଚରୀ, ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରାଦି ଯେତେ କିଛି ଅନୁଷ୍ଠାନ, ସେସବୁର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି, ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧପୂର୍ବକ ମନୋଜୟ । ମଦମତ୍ତମାତଙ୍ଗ ସଦୃଶ ପ୍ରମତ୍ତ ମନକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ସୁକଠିନ; କିନ୍ତୁ ଉପାୟ ଅଛି ।

ଯାହାର ଯେଉଁ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ ଅଛି, ସେ ସେହି ଆସନରେ ଉପବେଶନ କରି ମସ୍ତକ, ଗ୍ରୀବା, ପୃଷ୍ଠ ଓ ଉଦର ସମଭାବରେ ରଖି ସ୍ୱୀୟ ଶରୀରକୁ ସିଧାସଳଖ କରି ବସିବ । ପରେ ନାଭିମଣ୍ଡଳରେ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ନିମିଷୋନ୍ମେଷ ବର୍ଜିତ ହୋଇ କିଛି ସମୟ ରହିବ । ନାଭିସ୍ଥାନରେ ଦୃଷ୍ଟି ଓ ମନ ରଖିଲେ ନିଃଶ୍ୱାସ କ୍ରମେ ଯେତେ ଛୋଟ ହେବ, ମନ ମଧ୍ୟ ସେତେ ସ୍ଥିରତା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ଏହି ଭାବରେ ନାଭି ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଓ ମନ ରଖି ବସିଲେ, କିଛିକାଳ ପରେ ମନ ସ୍ଥିର ହୋଇଯିବ । ମନ ସ୍ଥିର କରିବାର ଏପରି ସହଜ କୌଶଳ ଆଉ ନାହିଁ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଅଛି-

"ଯତ୍ର ଯତ୍ର ମନୋ ଯାତି ବ୍ରହ୍ମଣସ୍ତତ୍ର ଦର୍ଶନାତ୍ ।
ମନସୋ ଧାରଣଞ୍ଚୈବ ଧାରଣା ସା ପରା ମତା ॥"

- ତ୍ରିପଞ୍ଚାଙ୍ଗ ଯୋଗ

ଇଷ୍ଟଦେବଙ୍କ ଚିନ୍ତା ବା କୌଣସି ଧ୍ୟାନ ଧାରଣାରେ ମନକୁ ନିଯୁକ୍ତ କରିବା ସମୟରେ ମନ ଯଦି ବିଷୟରେ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହେବାରୁ ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର କରି ନ ପାର, ତେବେ ମନ ଯେଉଁ ବିଷୟ ପ୍ରତି ଧାବିତ ହେବ, ସେହି

ବିଷୟ ଆତ୍ମାନୁଭବ ଦ୍ୱାରା ସମରସ ବୋଧ କରି ସର୍ବତ୍ର ଇଷ୍ଟଦେବଙ୍କର ବିଦ୍ୟମାନତା ଅଥବା ସର୍ବତ୍ର ବ୍ରହ୍ମମୟ ଭାବି ଚିତ୍ତଧାରଣା କରିବ । ଏହିପରି କଲେ ବିଷୟ ଓ ଇଷ୍ଟଦେବତା କିମ୍ବା ବିଷୟ ଓ ବ୍ରହ୍ମ ଅଭିନ୍ନ ବା ଏକ ବୋଧ ହୋଇ ଚିତ୍ତର ଧାରଣା ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ଅତି ସତ୍ୱର କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇପାରିବ । ଏହି ଉପାୟ ବ୍ୟତୀତ ଚିତ୍ତ ଜୟ କରିବାର ସୁଗମ ପନ୍ଥା ଓ ସହଜ ଉପାୟ ଆଉ କିଛି ନାହିଁ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ ଓ ଜଗତର ସମସ୍ତ ପଦାର୍ଥକୁ ଇଷ୍ଟଦେବଙ୍କଠାରୁ ଅଭିନ୍ନ ବୋଲି ଭାବେ ଏବଂ ତାକୁ ହିଁ ଅଦ୍ୱିତୀୟ ବ୍ରହ୍ମ ସ୍ୱରୂପରେ ଭାବନା କରେ, ମୁକ୍ତି ତାହାର କରତଳଗତ । ଏହି ଦୁଇ ଉପାୟ ବ୍ୟତୀତ-

ତ୍ରାଟକ-ଯୋଗ

ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ସହଜରେ ମନ ସ୍ଥିର ହୁଏ ଏବଂ ନାନାବିଧ ଶକ୍ତିଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ମଧ୍ୟ ସହଜ । ଯଥା-

"ନିମେଷୋନ୍ମେଷକଂ ତ୍ୟକ୍ତ୍ୱା ସୂକ୍ଷ୍ମଲକ୍ଷ୍ୟଂ ନିରୀକ୍ଷୟେତ୍ ।
ଯାବଦଶ୍ରୁ ନିପାତଞ୍ଚ ତ୍ରାଟକଂ ପ୍ରୋଚ୍ୟତେ ବୁଧୈଃ ।"

ସ୍ଥିରଭାବରେ ସୁଖାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ଧାତୁ କିମ୍ବା ପ୍ରସ୍ତର ନିର୍ମିତ କୌଣସି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦ୍ରବ୍ୟ ଉପରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ନିର୍ନିମେଷ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଚାହିଁ ରହିବ । ଏହିପରି ଚାହିଁଲାବେଳେ ଶରୀର ହଲିବ ନାହିଁ । ମନ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ବିଚଳିତ ହେବନାହିଁ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚକ୍ଷୁରୁ ଜଳ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାହିଁ ରହିବ । ଅଭ୍ୟାସ କ୍ରମେ ବହୁ ସମୟ ଏହିପରି ଚାହିଁ ରହିବାର ଶକ୍ତି ଜନ୍ମିବ ।

ଭ୍ରୂ ଦ୍ୱୟ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ବିନ୍ଦୁକେନ୍ଦ୍ରରେ ଦୃଷ୍ଟି ସଂସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ଏକାଗ୍ର ହୋଇ ଯେତେ ସମୟ ଚକ୍ଷୁରେ ଜଳ ନ ଆସେ, ସେତେ ସମୟ ରହୁ ରହୁ କ୍ରମେ ଦୃଷ୍ଟି ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଆବଦ୍ଧ ହୁଏ । ଏପରି ହେଲେ ତ୍ରାଟକ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ତ୍ରାଟକ ସିଦ୍ଧ ହେଲେ ଚକ୍ଷୁ ଦୋଷ ନଷ୍ଟ ହୁଏ, ନିଦ୍ରା ତନ୍ଦ୍ରାଦି ଆୟତ୍ତୀଭୂତ

ହୁଅନ୍ତି ଓ ଚକ୍ଷୁର ରଶ୍ମି ନିର୍ଗମନ ପ୍ରଣାଳୀ ବିଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନର ଯେଉଁ ମେସ୍‌ମେରିଜମ୍ (Mesmerism), ତାହା ତ୍ରାଟକ -ଯୋଗର ହିଁ ଟିକିଏ ଆଭାସ ମାତ୍ର । ତ୍ରାଟକଯୋଗରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କଲେ, ଅତି ସହଜରେ ମେସ୍‌ମେରାଇଜ୍ କରାଯାଇ ପାରେ । ତେବେ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମେସ୍‌ମେରିଜିମ୍ ଏବଂ ତ୍ରାଟକ-ଯୋଗ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକ ବ୍ୟବଧାନ ଅଛି, କାରଣ ମେସ୍‌ମେରିଜିମ୍‌କାରୀ ଜାଣେ ନାହିଁ ଯେ, କାହିଁରେ କଅଣ ହେଉଅଛି, କିନ୍ତୁ ତ୍ରାଟକ-ଯୋଗୀ ସମ୍ମୋହିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଏବଂ ନିଜର ସକଳ ସମ୍ବାଦ ଜାଣେ । ତ୍ରାଟକ ସିଦ୍ଧ ହେଲେ ହିଂସ୍ରଜନ୍ତୁଗଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଶୀଭୂତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ଏକଦା ମୋର ଯୋଗଶିକ୍ଷାଦାତା ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ସହିତ ପାର୍ବତ୍ୟ ବନଭୂମିରେ ଭ୍ରମଣ କରୁଥିଲି; ସହସା ଗୋଟିଏ ବ୍ୟାଘ୍ର ଆମର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲା । ମୁଁ ତ ବ୍ୟାଘ୍ର କର୍ତ୍ତୃକ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବା ଆଶଙ୍କାରେ ବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଲି ଓ ମହାପୁରୁଷ ମୋତେ ପଛରେ ରଖି ନିଜର ଚକ୍ଷୁଯୁଗଳକୁ ବ୍ୟାଘ୍ରର ଚକ୍ଷୁଦ୍ୱୟ ଅଭିମୁଖରେ ଠିକ୍ ସମସୂତ୍ରପାତ କ୍ରମେ ସ୍ଥାପିତ କରି ନିଜର ନେତ୍ର-ରଶ୍ମି ସଂଯତ କଲେ । ବ୍ୟାଘ୍ରର ପଦେ ହେଲେ ଅଗ୍ରସର ହେବାର କ୍ଷମତା ରହିଲା ନାହିଁ । ସେ ଚିତ୍ରପୁତ୍ତଳିକା ସଦୃଶ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ଲାଙ୍ଗୁଳ ହଲାଇବାକୁ ଲାଗିଲା । ମହାପୁରୁଷ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦୃଷ୍ଟି ଅପସାରଣ କଲେ ନାହିଁ, ବ୍ୟାଘ୍ରଟି ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥିର ଭାବରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ରହିଲା । ମହାପୁରୁଷ ବ୍ୟାଘ୍ରଚକ୍ଷୁରୁ ସ୍ୱୀୟ ଦୃଷ୍ଟି ଅପସାରଣ କରିବା ମାତ୍ରେ ବ୍ୟାଘ୍ରଟି ଦ୍ରୁତଗତିରେ ବନ ମଧ୍ୟକୁ ସାରଣ ପଳାୟନ କଲା । ଆଉ ଆମ ଆଡ଼କୁ ମଧ୍ୟ ଫେରି ଚାହିଁଲା ନାହିଁ । ପରେ ମହାପୁରୁଷ ମୋତେ ତ୍ରାଟକ ଯୋଗର ଶକ୍ତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଉପଦେଶ ପ୍ରଦାନ କଲେ । ତ୍ରାଟକ-ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିପାରିଲେ, ସହଜରେ ଲୋକଙ୍କୁ ନିଦ୍ରିତ, ବଶୀଭୂତ ଓ ଇଚ୍ଛାମତେ ନିୟୋଗ କରାଯାଇପାରେ ।

କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟର କୌଶଳ

କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ତତ୍ତ୍ୱ ବର୍ଣ୍ଣନା କାଳରେ କୁହାଯାଇଅଛି ଯେ, କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ ନ ହେଲେ ତପ-ଜପ ଓ ସାଧନ-ଭଜନ ସବୁ ବୃଥା । କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଅଚୈତନ୍ୟ ରହିଥିଲେ, ମାନବର କେବେହେଲେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ଉଦୟ ହେବ ନାହିଁ । ମାନବଜୀବନରେ ପ୍ରଧାନ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ **ଯୋଗସିଦ୍ଧିର ପ୍ରଧାନ ଉପାୟ-କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ-ସମ୍ପାଦନ** । ଯେତେ ପ୍ରକାର ଯୋଗସାଧନା ଅଛି, ସେ ସମସ୍ତ ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ କରିବା ନିମିତ୍ତ କରାଯାଇଥାଏ । ସୁତରାଂ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଯତ୍ନର ସହିତ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ମୂଳାଧାର ପଦ୍ମରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ସ୍ୱୟମ୍ଭୁଲିଙ୍ଗକୁ ସାର୍ଦ୍ଧ ତ୍ରିବଳୟାକାରରେ ବେଷ୍ଟନ କରି ସର୍ପିଣୀ ଆକାରରେ ନିଦ୍ରିତା ଅଛନ୍ତି । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଦେହରେ ନିଦ୍ରିତା ଥାଆନ୍ତି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାନବ ପଶୁବତ୍ ଅଜ୍ଞାନାଚ୍ଛନ୍ନ ହୋଇ ରହିଥାଏ ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୋଟି କୋଟି ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମେ ନାହିଁ । ଯେପରି ଚାବି ଦ୍ୱାରା କୋଲପ ଫିଟାଇ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରାଯାଏ, ସେହିପରି କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଶକ୍ତିକୁ ଜାଗରିତା କରି ମୂର୍ଦ୍ଧା ଦେଶରେ ସହସ୍ରାର ପଦ୍ମକୁ ଆନୀତ କଲେ ଯାଇ ବ୍ରହ୍ମ ଦ୍ୱାର ଭେଦ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ର ପଥ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଏ । ଏଥିରେ ହିଁ ମାନବର ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ବାମ ପାଦର ଗୋଇଠିଦ୍ୱାରା ଯୋନିଦେଶ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ଚିପି ରଖି ଦକ୍ଷିଣ ପଦ ଠିକ୍ ସିଧାସଳଖ ଓ ସରଳ ଭାବରେ ଲମ୍ବାଇ ବସିବ । ତତ୍ପରେ ସେହି ଦକ୍ଷିଣ ପାଦ ଦୁଇ ହାତରେ ଜୋର୍ କରି ଭିଡ଼ି ଧରିବ ଏବଂ କଣ୍ଠଦେଶରେ ଚିବୁକ ସଂସ୍ଥାପନ ପୂର୍ବକ କୁମ୍ଭକ ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ରୋଧ କରିବ । ପରେ ପ୍ରାଣାୟାମପ୍ରଣାଳୀ କ୍ରମରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହି ବାୟୁରେଚନ କରିବ । ଦଣ୍ଡାହତ ସର୍ପ ଯେପରି ସରଳଭାବ ଧାରଣ କରେ, ସେହିପରି ଏହି କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଶକ୍ତି ସରଳ ଆକାର ଧାରଣ କରିବ ।

ମୁଠୁଣିଏ ଲମ୍ବ, ଚାରି ଅଙ୍ଗୁଳି ଓସାର, କୋମଳ, ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ, ସୂକ୍ଷ୍ମବସ୍ତ୍ର ଦ୍ୱାରା ନାଭିଦେଶ ବେଷ୍ଟନପୂର୍ବକ କଟିସୂତ୍ର ଦ୍ୱାରା ଆବଦ୍ଧ କରି ରଖିବ । ପରେ

ଭସ୍ମଦ୍ୱାରା ଗାତ୍ର ଲେପନପୂର୍ବକ ଗୋପନୀୟ ଗୃହମଧ୍ୟରେ ସିଦ୍ଧାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ଉଭୟ ନାସାପୁଟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ବଳପୂର୍ବକ ଅପାନ ବାୟୁ ସହିତ ଯୁକ୍ତ କରିବ ଏବଂ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୁଷୁମ୍ନା ବିବରରେ ବାୟୁ ଗମନ କରି ପ୍ରକାଶିତ ନ ହେବ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କ୍ରମଶଃ ଅଶ୍ୱିନୀ ମୁଦ୍ରାଦ୍ୱାରା ଗୁହ୍ୟଦେଶକୁ ଆକୁଞ୍ଚିତ ଓ ପ୍ରସାରିତ କରିବ । ଏହିପରି ବଦ୍ଧଶ୍ୱାସ ହୋଇ କୁମ୍ଭକ ଯୋଗଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ରୋଧ କଲେ, କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଶକ୍ତି ଜାଗରିତା ହୋଇ ସୁଷୁମ୍ନା-ପଥରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଗମନ କରିବ ।

ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗରିତା ହେଲେ ଯୋନିମୁଦ୍ରା-ଯୋଗେ ଉତ୍ଥାପନ କରାଇବାକୁ ହୁଏ । ମୂଳାଧାରଠାରୁ କ୍ରମେ ସମସ୍ତ ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଭେଦପୂର୍ବକ ସହସ୍ରଦଳପଦ୍ମକୁ ଉଠି ପରମଶିବଙ୍କ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ଓ ଏକୀଭୂତ ହେଲେ ସେମାନଙ୍କର ସାମରସ୍ୟ-ସମ୍ଭୂତ ଅମୃତ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ପ୍ଲାବିତ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ସମୟରେ ସାଧକ ଜଗତ ବିସ୍ମୃତ ଓ ବାହ୍ୟଜ୍ଞାନ-ଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଯେଉଁ ଅନିର୍ବଚନୀୟ ଅପାର ଆନନ୍ଦରେ ମଗ୍ନ ହୁଏ, ତାହା ନିଜେ ଅନୁଭବ କରିବା ବ୍ୟତୀତ ଲେଖନୀ ସାହାଯ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଇ ନ ପାରେ । ସ୍ତ୍ରୀ-ସଂସର୍ଗରେ ଶରୀର ଓ ମନରେ ଯେପରି ଅନିର୍ଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ, ଏଥିରେ ତଦପେକ୍ଷା କୋଟି କୋଟି ଗୁଣ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ମିଳିଥାଏ । ସେ ଅବ୍ୟକ୍ତଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଭାଷା ନାହିଁ ।

କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଶକ୍ତିକୁ କିପରି ଉତ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା କେବଳ କଥାରେ କହି ଦେଖାଇ ନ ଦେଲେ, କାହାରି ହେଲେ ବୁଝିବାର ଉପାୟ ନାହିଁ; ସୁତରାଂ ସେ ଗୁହ୍ୟବିଷୟ ଅକାରଣ ସାଧାରଣରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ବୃଥା ★ ସାଧକ କେବଳମାତ୍ର କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଶକ୍ତିକୁ ଚୈତନ୍ୟ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଉପରୋକ୍ତ କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବେ । **କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ କରିବାର ଆଉ ଗୋଟିଏ ସହଜ ଉପାୟ ଅଛି** । ତାହା ହେଉଛି-

---

★ *କିପରି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିକୁ ଉତ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ମତ୍ ପ୍ରଣୀତ* ***'ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ'*** *ଗ୍ରନ୍ଥରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।*

ସିଦ୍ଧାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ହୃଦୟରେ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ଚିବୁକ ସ୍ଥାପନ କରିବ, ପରେ ହାତ ଦୁଇଟି ସମ୍ପୁଟିତ କରି ଦୁଇ ହାତର କହୁଣୀ (ଅର୍ଥାତ୍ ବାହୁର ମଧ୍ୟଭାଗ) ହୃଦୟରେ ଦୃଢ଼ ରୂପେ ରଖି ନାଭିଦେଶରେ ବାୟୁ ଧାରଣ କରିବ ଏବଂ ଗୁହ୍ୟଦେଶକୁ ଅଶ୍ୱିନୀ ମୁଦ୍ରାଦ୍ୱାରା ସଙ୍କୁଚିତ ଓ ପ୍ରସାରିତ କରୁଥିବ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହିପରି କ୍ରିୟା ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶୀଘ୍ର ଚୈତନ୍ୟ ହେବ ।

କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ ହୋଇ ସୁଷୁମ୍ନା ନାଳ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କଲେ, ସାଧକ ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରିପାରିବେ । ସେହି ସମୟରେ ପୃଷ୍ଠଦେଶରେ ମେରୁଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ପିପିଲିକା ପରିଭ୍ରମଣ ସଦୃଶ ସୁଲୁସୁଲୁ ଲାଗେ ।

ଲୟଯୋଗ ସାଧନ

ଯେଉଁମାନଙ୍କର ସମୟ ଅଳ୍ପ ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗ-ନିୟମ ପାଳନ କରିବା ପାଇଁ ଅକ୍ଷମ, ସେମାନେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଭାବରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ କରି ପଶ୍ଚାଦୁଲ୍ଲିଖିତ ଯେ କୌଣସି ଲୟଯୋଗ ସାଧନ କଲେ, ଚିତ୍ତଲୟ ହେବ । ବାହୁଲ୍ୟ ଭୟରେ ବିସ୍ତୃତଭାବରେ ଲେଖି ପାରିଲି ନାହିଁ । ତେବେ ଯେଉଁ କେତେଗୋଟି **ଲୟସଙ୍କେତ** ଲେଖିଲି, ଏହା ମଧ୍ୟରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ମନୋଲୟ କରିବ । ଏହା ଅତି ସହଜ, ସ୍ୱଳ୍ପାୟାସସାଧ୍ୟ ଏବଂ ଆଶୁ ଫଳପ୍ରଦ ।

୧ । ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର ଭଗାକୃତି - ଏହି ଚକ୍ରରେ ସ୍ୱୟମ୍ଭୂ ଲିଙ୍ଗରେ ତେଜୋରୂପା କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ସାତ୍ରିର୍ଦ୍ଧ ବଳୟାକାରରେ ବେଷ୍ଟନ କରି ଅଧିଷ୍ଠିତା ଅଛନ୍ତି । ସେହି ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟୀ ଶକ୍ତିଙ୍କୁ ଜୀବ ରୂପରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଚିତ୍ତ ଲୟ ହୁଏ ଏବଂ ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

୨ । ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ - ଚକ୍ରରେ ପ୍ରବାଳାଙ୍କୁର ସଦୃଶ ଉଡ୍ଡୀୟାନ ନାମକ ପୀଠୋପରି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିଙ୍କୁ ଚିନ୍ତା କଲେ, ମନୋଲୟ ଏବଂ ଜଗତ୍ ଆକର୍ଷଣ କରିବାର ଶକ୍ତି ଜନ୍ମେ ।

୩ । ମଣିପୁର - ଚକ୍ରରେ ପଞ୍ଚାବର୍ତ୍ତ ବିଶିଷ୍ଟ ବିଦ୍ୟୁତ୍‌ବରଣା ଚିତ୍‌ସ୍ୱରୂପା ଭୁଜଗୀ ଶକ୍ତିଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କଲେ, ନିଶ୍ଚୟ ସର୍ବସିଦ୍ଧିଭାଜନ ହେବ ।

୪ । ଅନାହତ - ଚକ୍ରରେ ଜ୍ୟୋତିଃସ୍ୱରୂପ ହଂସକୁ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଚିତ୍ତ ଲୟ ଓ ଜଗତ୍ ବଶୀଭୂତ ହୁଏ ।

୫ । ବିଶୁଦ୍ଧ - ଚକ୍ରରେ ନିର୍ମଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ସର୍ବସିଦ୍ଧି ହୁଏ ।

୬ । ତାଲୁମୂଳରେ ଲଳନା - ଚକ୍ରକୁ ଘଣ୍ଟିକା ସ୍ଥାନ ଓ ଦଶମଦ୍ୱାର ମାର୍ଗ କହନ୍ତି । ସେହି ଚକ୍ରରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ ମୁକ୍ତି ହୁଏ ।

୭ । ଆଜ୍ଞା - ଚକ୍ରରେ ବର୍ତ୍ତୁଳାକାର ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ ମୋକ୍ଷପଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ।

୮ । ବ୍ରହ୍ମ - ରନ୍ଧ୍ରରେ ଅଷ୍ଟମ ଚକ୍ରସ୍ଥିତ ସୂଚ୍ୟଗ୍ରତୁଲ୍ୟ ଧୂମ୍ରାକାର ଜାଳନ୍ଧର ନାମକ ସ୍ଥାନରେ ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତ ଲୟ କଲେ, ନିର୍ବାଣପଦ ଲାଭ ହୁଏ ।

୯ । ସୋମ - ଚକ୍ରରେ ପୂର୍ଣ୍ଣା ସଚ୍ଚିଦ୍ରୂପା ଅର୍ଦ୍ଧଶକ୍ତିକୁ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ମନୋଲୟ ଓ ମୋକ୍ଷପଦ ଲାଭ ହୁଏ ।

ଏହି ନବଚକ୍ର ମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଚକ୍ରର ଧ୍ୟାନକାରୀ ସାଧକମାନଙ୍କର ସିଦ୍ଧି ଓ ମୁକ୍ତି କରତଳଗତ । କାରଣ ସେମାନେ ଜ୍ଞାନନେତ୍ର ଦ୍ୱାରା କୋଦଣ୍ଡଦ୍ୱୟ ମଧ୍ୟରେ କଦମ୍ବତୁଲ୍ୟ ଗୋଲାକାର ବ୍ରହ୍ମଲୋକ ଦର୍ଶନ କରନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ତିମରେ ବ୍ରହ୍ମଲୋକକୁ ଗମନ କରନ୍ତି । କୃଷ୍ଣଦ୍ୱୈପାୟନାଦି ଋଷିଗଣ ନବଚକ୍ରରେ ଲୟଯୋଗ ସାଧନ କରି ଯମଦଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡନ ପୂର୍ବକ ବ୍ରହ୍ମଲୋକଙ୍କୁ ଗମନ କରିଥିଲେ; ଯଥା -

"କୃଷ୍ଣଦ୍ୱୈପାୟନାଦ୍ୟୈସ୍ତୁ ସାଧିତୋ ଲୟସଂଜ୍ଞିତଃ ।
ନବସ୍ୱେବ ହି ଚକ୍ରେଷୁ ଲୟଂ କୃତ୍ୱା ମହାତ୍ମଭିଃ ।"

- ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର

ଅର୍ଥାତ୍ ବେଦବ୍ୟାସାଦି ମହାତ୍ମାଗଣ ନବଚକ୍ରରେ ମନୋଲୟ କରି ଲୟଯୋଗ ସାଧନ କରିଥିଲେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଆହୁରି ବହୁବିଧ **ଲୟଯୋଗ** ଓ **ଲୟଯୋଗ ସଙ୍କେତ** ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ଯଥା -

୧୦ । ପରମ ଆନନ୍ଦରେ ସହିତ ସ୍ୱୀୟ ହୃଦୟ ମଧ୍ୟରେ ଇଷ୍ଟଦେବତାଙ୍କ ମୂର୍ତ୍ତି ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଆତ୍ମଲୀନ ହୁଏ ।

୧୧ । ନିର୍ଜ୍ଜନ ସ୍ଥାନରେ ଶବସଦୃଶ ଚିତ୍‌ହୋଇ ଶୟନ କରି ଏକାଗ୍ର ଚିତ୍ତରେ ନିଜ ଦକ୍ଷିଣ ପଦାଙ୍ଗୁଷ୍ଠି ଉପରକୁ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥିର ରଖି ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଶୀଘ୍ର ଚିତ୍ତ ଲୟ ହୁଏ । ଏହା ଚିତ୍ତଲୟ କରିବାର ପ୍ରଧାନ ଓ ସହଜ ଉପାୟ ।

ଚିତ୍‌ହୋଇ ଶୟନ କରି ନିଦ୍ରିତ ହେଲେ, ଅନେକ ଲୋକ ଘୁଙ୍ଗୁଡ଼ି ମାରନ୍ତି ଓ ଭୂତ ମାଡ଼ି ବସେ । ସେତେବେଳେ ବୋଧହୁଏ ଯେପରି ଛାତି ଉପରେ କେହି ମାଡ଼ି ବସିଅଛି ଏହିପରି ଲାଗେ; ଶରୀର ଭାରୀ ବୋଧହୁଏ, ଭୟରେ ଚିତ୍କାର କରିବାକୁ ଗଲେ, ସ୍ପଷ୍ଟ କଥା ନ ବାହାରି ଗଁ ଗଁ ଶବ୍ଦ ହୁଏ । ଏଥିରୁ ହିଁ ଲୟଯୋଗର ଆଭାସ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ।

୧୨ । ଜିହ୍ୱାକୁ ତାଲୁମୂଳରେ ସଂଲଗ୍ନ କରି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗତ କରି ରଖିବ, ଏଥିରେ ଚିତ୍ତ ଏକାଗ୍ର ହୋଇ ପରମପଦରେ ଲୀନ ହୁଏ ।

୧୩ । ନାସିକା ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥିର ରଖି ଦ୍ୱାଦଶ ଅଙ୍ଗୁଳ ପୀତବର୍ଣ୍ଣ କିମ୍ବା ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗୁଳ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣବିଶିଷ୍ଟ ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଚିତ୍ତଲୟ ଓ ବାୟୁ ସ୍ଥିର ହୁଏ ।

୧୪ । ଲଲାଟ ଉପରେ ଶରତ୍‌ଚନ୍ଦ୍ର ତୁଲ୍ୟ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ମନୋଲୟ ଓ ଆୟୁବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ।

୧୫ । ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ନିର୍ବାତ-ନିଷ୍ପନ୍ଦ ଦୀପକଳିକା ସଦୃଶ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗୁଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଜୀବ ମୁକ୍ତ ହୁଏ ।

୧୬ । ଭ୍ରୂଦ୍ୱୟ ମଧ୍ୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟସମ ତେଜଃପୁଞ୍ଜ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଈଶ୍ୱର ସନ୍ଦର୍ଶନ ଲାଭ ହୁଏ ।

ଏହା ମଧ୍ୟରୁ ଯାହାର ଯେଉଁ କ୍ରିୟାଟି ସୁବିଧା ବୋଧ ହେବ; ସେ ସେହିପରି ମନୋଲୟ କରିବ ।

ଶବ୍ଦଶକ୍ତି ଓ ନାଦ-ସାଧନ

ଶବ୍ଦ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ। ସୃଷ୍ଟି ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷମୂର୍ତ୍ତିହୀନ କେବଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ବିଦ୍ୟମାନ ଥିଲା । ଆରମ୍ଭ କାଳରେ ସେହି ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଜ୍ୟୋତି, ଆତ୍ମା ଅଭେଦଭାବରେ **ନାଦବିନ୍ଦୁ** ରୂପରେ ପ୍ରକାଶମାନ ହେଲେ । ବିନ୍ଦୁ ପରମଶିବ ଆଉ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ନିର୍ବାଣକଳାରୂପୀ ଭଗବତୀ ତ୍ରିପୁରାଦେବୀ ସ୍ୱୟଂ ନାଦରୂପା; ଯଥା - ***"ଆସୀଦ୍ ବିନ୍ଦୁସ୍ତତୋ ନାଦୋ ନାଦାଚ୍ଛକ୍ତିଃ ସମୁଦ୍ଭବ ।***
ନାଦରୂପା ମହେଶାନି ଚିଦ୍ରୂପା ପରମାକଳା ।।"

- ବାୟବ୍ୟ ସଂହିତା

ଆଦି ପ୍ରକୃତିଦେବୀଙ୍କ ନାମ **ପରାପ୍ରକୃତି,** ସୁତରାଂ ପରାପ୍ରକୃତି ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତି ହିଁ ନାଦରୂପା । ଏହି ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ପଞ୍ଚମହାଭୂତର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଅଛି । ପ୍ରଥମେ ଆକାଶ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲା । ଆକାଶର ଗୁଣ ଶବ୍ଦ, ଅତଏବ ସୃଷ୍ଟି ପୂର୍ବରୁ ଶବ୍ଦ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ଶବ୍ଦଠାରୁ କ୍ରମେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମହାଭୂତ ଏବଂ ଏହି ଚରାଚର ବିଶ୍ୱ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ଏଥିପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ରକାରଗଣ "ନାଦାତ୍ମକଂ ଜଗତ୍ " ବୋଲି ଉଲ୍ଲେଖ କରିଅଛନ୍ତି । ତାହାହେଲେ ଦେଖନ୍ତୁ, ଶବ୍ଦ କିପରି କ୍ଷମତାଶାଳୀ । ଯୋଗବଳଶାଳୀ ଋଷିମାନଙ୍କ ହୃଦୟରୁ ଶବ୍ଦ ଗ୍ରଥିତ ହୋଇ ମନ୍ତ୍ରରୂପରେ ଉତ୍ଥିତ ହୋଇ ଏକ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ବୀର୍ଯ୍ୟଶାଳୀ ହୋଇଅଛି । ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରା କଅଣ ନ ହୁଏ ?

ଜଣେ ସମବୟସ୍କମାନଙ୍କ ସହିତ ଆମୋଦ ପ୍ରମୋଦରେ ମାତି ରହି- ଅଛି । ଏପରି ସମୟରେ ଯଦି ଅଦୂରରେ କରୁଣ କ୍ରନ୍ଦନ ଧ୍ୱନି ଉତ୍ଥିତ ହୁଏ, ତେବେ କଦାପି ସ୍ଥିରଚିତ୍ତରେ ଆମୋଦରେ ମତ୍ତ ରହିବାକୁ ସେ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ମୁଁ ଜଣେ ଲୋକକୁ 'ଭଲ ପାଏ ନାହିଁ ; ସେ ଯଦି କାତର ହୋଇ ଯଥାଯଥ ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗ କରି ମୋର ସ୍ତବ କରେ, ନିଶ୍ଚୟ ମୋର କଠିନ ହୃଦୟ ତରଳିଯିବ । ଶବ୍ଦରେ ହିଁ ସମସ୍ତେ ପରସ୍ପର ସହିତ ଆବଦ୍ଧ । କୋକିଳର କୁହୁ କୁହୁ ସ୍ୱନ ଶୁଣିଲେ, ଭ୍ରମରର ଗୁଣୁଗୁଣୁ ଧ୍ୱନି କର୍ଣ୍ଣଗୋଚର ହେଲେ, ମନରେ କି ଏକ ଅଜଣା ଆକାଂକ୍ଷା ଜାଗିଉଠେ,

କେଉଁ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତରର ପୁରାତନ କାହାଣୀ ମନକୁ ଆସେ । ... ଗୁରୁଗମ୍ଭୀର ଗର୍ଜନ, ମୟୂରର କେକାରବ ଶ୍ରବଣ କଲେ ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାର ... ଆବିର୍ଭାବ ହୁଏ; ମନ କେଉଁ ଅମୂର୍ତ୍ତ ପ୍ରତିମାର ମୂର୍ତ୍ତି କଳ୍ପନା କରି ବସେ । ଶବ୍ଦ ହିଁ ସଙ୍ଗୀତର ପ୍ରାଣ । ତେଣୁ ଗାନ ଶୁଣି ଲୋକ ଆତ୍ମହରା ଓ ମୁଗ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ଶବ୍ଦରେ ଜୀବ ମୋହିତ ହୁଏ ; ଶବ୍ଦରେ ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ସଂଗଠ... । ହରି ଏବଂ ହର ମଧ୍ୟ ନାଦରୁ ଅଭିନ୍ନ ନୁହନ୍ତି ।

"ନ ନାଦେନ ବିନା ଜ୍ଞାନଂ ନ ନାଦେନ ବିନା ଶିବଃ ।
ନାଦରୂପଂ ପରଂ ଜ୍ୟୋତିର୍ନାଦରୂପୀ ପରୋ ହରିଃ ॥"

ନାଦର ଅନ୍ତ ନାହିଁ; ନାଦ ଅସୀମ, ଅପାର । ତେଣୁ ହିନ୍ଦୁ ଶାସ୍ତ୍ରକର୍ତ୍ତାମାନେ କହିଛନ୍ତି -

'ନାଦାବ୍ଧେସ୍ତୁ ପରଂ ପାରଂ ନ ଜାନାତି ସରସ୍ୱତୀ ।
ଅଦ୍ୟାପି ମଜ୍ଜନଭୟାଦ୍ ତୁମ୍ବଂ ବହତି ବକ୍ଷସି ।"

କଥାଟା ପ୍ରକୃତ ସତ୍ୟ । ନାଦାନୁସନ୍ଧାନକାରୀ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନୀ ଯୋଗୀ ହିଁ ଏ କଥାର ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରନ୍ତି । ନାଦରୂପ ସମୁଦ୍ରର ପରପାର ଯେତେବେଳେ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଅଜ୍ଞାତ, ସେତେବେଳ ମୋ ସଦୃଶ ସାମାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିପକ୍ଷରେ ନାଦର ସ୍ୱରୂପ ବୁଝାଇବାକୁ ଯିବା ବିଡ଼ମ୍ବନା ମାତ୍ର ।

ନାଦର ଅନ୍ୟ ନାମ **ପରା** । ଏହି ପରା ମୂଳାଧାରରେ, ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନରେ **ପଶ୍ୟନ୍ତୀ,** ହୃଦୟରେ **ମଧ୍ୟମା** ଏବଂ ମୁଖରେ **ବୈଖରୀ** ।

"ଆହେଦମାନ୍ତରଂ ଜ୍ଞାନଂ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବାଗାତ୍ମାନା ସ୍ଥିତମ୍ ।
ବ୍ୟକ୍ତୟେ ସ୍ୱସ୍ୟ ରୂପସ୍ୟ ଶବ୍ଦତ୍ୱେନ ନିବର୍ତ୍ତତେ ॥"

- ବାକ୍ୟପଦୀୟ

ସୂକ୍ଷ୍ମ ବାଗାତ୍ମାରେ ଅବସ୍ଥିତ ଆନ୍ତର୍ଜ୍ଞାନ ସ୍ୱୀୟ ରୂପର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଶବ୍ଦ ରୂପରେ ବୈଖରୀ ଅବସ୍ଥାରେ ନିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥାଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଆମର ସୂକ୍ଷ୍ମବାଗାତ୍ମାରେ ଯେଉଁ ଅନ୍ତର୍ଜ୍ଞାନ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଏ, ମନ ମଧ୍ୟରେ

କୌଣସି ଭାବର ଉଦୟ ହେଲେ, ସେହି ଅବ୍ୟକ୍ତ ଅନ୍ତର୍ଜ୍ଞାନ ପ୍ରବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇ ବୈଖରୀ ଅବସ୍ଥାରେ ମୁଖରେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ।

ମୂଳାଧାର-ପଦ୍ମରୁ ପ୍ରଥମ ଉଦିତ ନାଦରୂପ ବ୍ରହ୍ମ ଉତ୍ଥିତ ହୋଇ ହୃଦୟଗାମୀ ହୋଇଅଛି । ଯଥା -

"ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକାଶ୍ୟା ପଶ୍ୟନ୍ତି ସୁଷୁମ୍ନାମାଶ୍ରିତା ଭବେତ୍
ସୈବ ହୃତ୍ପଙ୍କଜଂ ପ୍ରାପ୍ୟ ମଧ୍ୟମା ନାଦରୂପିଣୀ ।"

ହୃଦୟସ୍ଥ ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ ଏହି ନାଦ ସ୍ୱତଃ ଉତ୍ଥିତ ହେଉଅଛି । ଅନ + ଆହତ = ଅନାହତ; ଅର୍ଥାତ୍ ବିନା ଆଘାତରେ ଧ୍ୱନି ହୁଏ, ଏଥିପାଇଁ ହୃଦୟସ୍ଥିତ ଜୀବାଧାର-ପଦ୍ମର ନାମ ଅନାହତ ହୋଇଅଛି । ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଅଭାବରେ ନିଜର ଅଜ୍ଞାନ-ତମସାଚ୍ଛନ୍ନ, ବିଷୟ-ବିମୂଢ଼ ମନ ଏହି ନାଦଧ୍ୱନି ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରେ ନାହିଁ । ସୁକୃତିବାନ୍ ସାଧକଗଣଙ୍କ ଲିଖିତ କୌଶଳ ଅବଲମ୍ବନ ପୂର୍ବକ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କଲେ, ସ୍ୱତଃ ଉତ୍ଥିତ ଅଶ୍ରୁତପୂର୍ବ ଅଲୋକ-ସାମାନ୍ୟ ଅନାହତ ଧ୍ୱନି ଶ୍ରବଣ କରି ଅପାର୍ଥିବ ପରମାନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରି ପାରିବେ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଅତି ସହଜରେ ଓ ଶୀଘ୍ର ମନୋଲୟ କରାଯାଏ ଏବଂ ମୁକ୍ତିପଦ ଲାଭ ହୁଏ ।

ଯେତେ ପ୍ରକାର ଲୟଯୋଗ ଅଛି, ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ଏହି ନାଦସାଧନ ପ୍ରଧାନ । ଏହାର ସାଧନ କ୍ରିୟା ଅତି ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ । ଶିବାବତାର ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ କହିଛନ୍ତି -

"ନାଦାନୁସନ୍ଧାନଂ ସମାଧିମେକଂ ମନ୍ୟାମହେ ଅନ୍ୟତମଂ ଲୟୋ ନାମ ।"

ଯଥାନିୟମରେ ସାଧନ କଲେ ନାଦଧ୍ୱନି ସାଧକର ଶ୍ରୁତିଗୋଚର ହୁଏ ଏବଂ ସମାଧିଲାଭ ହେବା ଫଳରେ ପରମାନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରାଯାଏ । ଏହି ନାଦତତ୍ତ୍ୱ ଯେ ଅବଗତ ଅଛନ୍ତି, ସେ ହେଉଛନ୍ତି ପ୍ରକୃତ ଯୋଗୀଗୁରୁ । ଯଥା -

"ଯୋ ବା ପରାଞ୍ଚ ପଶ୍ୟନ୍ତୀଂ ମଧ୍ୟମାମପି ବୈଖରୀମ୍ ।
ଚତୁଷ୍ଟୟୀଂ ବିଜାନାତି ସ ଗୁରୁଃ ପରିକୀର୍ତ୍ତିତଃ ।।"

- ନବଚକ୍ରେଶ୍ୱର

ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ପରା, ପଶ୍ୟନ୍ତୀ, ମଧ୍ୟମା ଓ ବୈଖରୀ ପ୍ରଭୃତି ନାଦତତ୍ତ୍ୱ ସମ୍ୟକ୍ ଜ୍ଞାତ ଅଛନ୍ତି, ସେ ପ୍ରକୃତ ଗୁରୁ । ଏହିପରି ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟରୁ ଯୋଗୋପଦେଶ ଗ୍ରହଣ କରି ସାଧନ କରିବେ; ନତୁବା କେବଳ ବେଶବିନ୍ୟାସର ଆଡ଼ମ୍ବର ଦେଖି ବା ବକ୍ତୃତା ଶୁଣି ଭୁଲିଗଲେ, ନିଶ୍ଚୟ ପ୍ରବଞ୍ଚିତ ହେବେ- ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ନାଦତତ୍ତ୍ୱର ଯେଉଁ ସାମାନ୍ୟ ଆଭାସ ଏଠାରେ ଦିଆଗଲା, ସେଥିରୁ ପାଠକଗଣ ନିଶ୍ଚିତ ବୁଝିପାରିବେ ଯେ, ନାଦ ହିଁ ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟ ଆଲୋଚନା କଲାବେଳେ କହିଅଛି ଯେ, ତପ, ଜପ ବା ସାଧନଭଜନର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଶକ୍ତିର ଚୈତନ୍ୟ - ସମ୍ପାଦନ । ଅତଏବ ଶୈବ, ବୈଷ୍ଣବ ବା ଗାଣପତ୍ୟ ପ୍ରଭୃତି ଯେ କୌଣସି ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟ ଦେଖାଇ ଯେତେ ଗର୍ବ କରନ୍ତୁ ପଛକେ, ପ୍ରକାରାନ୍ତରେ ସମସ୍ତେ ଶକ୍ତି ଉପାସନା କରିଥାନ୍ତି । ‘‘ଶକ୍ତି ବ୍ୟତୀତ ମୁକ୍ତି ନାହିଁ’’- ଏହି ପ୍ରବାଦବାକ୍ୟ ସେଥିର ସତ୍ୟତା ପ୍ରମାଣିତ କରୁଅଛି । ଧର୍ମର ମୂଳତତ୍ତ୍ୱ କେତେ ଲୋକ ବା ଜାଣନ୍ତି ? ଜାଣୁଥିଲେ ଆଉ ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟ ଦେଖାଇ ନରକର ପଥ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତେ ନାହିଁ । ମୁଁ ଜାଣେ, ବୈଷ୍ଣବମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକେ ଶକ୍ତିମୂର୍ତ୍ତିଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରନ୍ତି ନାହିଁ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ନିବେଦିତ ପ୍ରସାଦାଦି ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ନାହିଁ । କି ମୂର୍ଖତା ! ପ୍ରକୃତି ପୁରୁଷ ତ ଏକ । ସୁତରାଂ ଭଗବାନ ଏବଂ ଦୁର୍ଗା, କାଳୀ ପ୍ରଭୃତି ସମସ୍ତେ ତ ଅଭିନ୍ନ ଓ ଏକ । ବିଷ୍ଣୁ, କୃଷ୍ଣ, ଶିବ, କାଳୀ, ଦୁର୍ଗାଦି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଅଭେଦଭାବରେ ଏକ ଜ୍ଞାନ ନ କଲେ ସାଧନାର ସୀମାରେ ମଧ୍ୟ ପହଞ୍ଚିବାର ଉପାୟ ନାହିଁ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ଅଛି -

‘‘ନାନାଭାବେ ମନୋ ଯସ୍ୟ ତସ୍ୟ ମୋକ୍ଷୋ ନ ବିଦ୍ୟତେ ।’’

ଯାହାର ମନ ନାନାଭାବରେ ଭେଦଜ୍ଞାନଯୁକ୍ତ, ତାହାର ମୁକ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ପୁଣି ଦେଖନ୍ତୁ -

"ନାନା ତନ୍ତ୍ରେ ପୃଥକ୍ ଚେଷ୍ଟା ମୟୋକ୍ତା ଗିରିନନ୍ଦିନି !
ଐକ୍ୟଜ୍ଞାନଂ ଯଦା ଦେବି ତଦା ସିଦ୍ଧିମବାପ୍ନୁୟାତ୍ ॥"

- ମହାନିର୍ବାଣତନ୍ତ୍ର, ୬ ପୃ

ହେ ଗିରିନନ୍ଦିନି ! ନାନା ତନ୍ତ୍ରରେ ମୁଁ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ କହିଅଛି; ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ତାହା ଏକ ଭାବି ଅଭିନ୍ନ ଜ୍ଞାନ କରିବ, କେବଳ ତାହାର ହିଁ ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହେବ । ମହାଦେବ ନିଜ ମୁଖରେ କହିଛନ୍ତି -

"ଶକ୍ତିଜ୍ଞାନଂ ବିନା ଦେବି ମୁକ୍ତିର୍ହାସ୍ୟାୟ କଳ୍ପତେ ।"

ହେ ଦେବି ! ଶକ୍ତିଜ୍ଞାନବ୍ୟତୀତ ମୁକ୍ତିକାମନା ହାସ୍ୟଜନକ ଓ ବୃଥା । ଏହି ଶକ୍ତି ବୈରାଗୀମାନଙ୍କର ମହିମାନ୍ୱିତା ମାତାଜୀ ମହାଶୟା ନୁହନ୍ତି; ସେହି ନିର୍ବାଣପଦ-ବିଧାୟିନୀ ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତି ଭଗବତୀ କୁଣ୍ଡଳିନୀ । ଏହାର ସ୍ୱରୂପତତ୍ତ୍ୱ-ବର୍ଣ୍ଣନା ସାଧ୍ୟାତୀତ ।

"ଯଚ୍ଚ କିଞ୍ଚିତ୍ କ୍ୱଚିଦ୍‌ବସ୍ତୁ ସଦସଦ୍‌ବାଖିଳାତ୍ମିକେ
ତସ୍ୟ ସର୍ବସ୍ୟ ଯା ଶକ୍ତିଃ ସା ତ୍ୱଂ କିଂ ସ୍ତୂୟସେ ତଦା ।"

- ଚଣ୍ଡୀ

ଜଗତରେ ସତ୍‌ଅସତ୍ ଯେ କୌଣସି ବସ୍ତୁର ଶକ୍ତି ଦେଖାଯାଏ, ତାହା ସମସ୍ତ ସେହି ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତିର ଶକ୍ତିସ୍ୱରୂପା । ସୁତରାଂ ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମାତିସୂକ୍ଷ୍ମା, ପରା, ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ-ବିନୋଦିନୀ, କୁଳକୁଠାରଘାତିନୀ, କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିଙ୍କର ସ୍ୱରୂପ ଶକ୍ତି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ଶକ୍ତି ମୋର ନାହିଁ । ଅତଏବ ପାଠକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସମସ୍ତେ ଧର୍ମର ଅନ୍ଧତା ପରିତ୍ୟାଗ କରି ସେହି ଚତୁର୍ବର୍ଣ୍ଣସ୍ୱରୂପା, ଖେଚରୀବାୟୁରୂପା, ସର୍ବଶକ୍ତିଶ୍ୱରୀ, ମହାବୁଦ୍ଧି-ପ୍ରଦାୟିନୀ, ମୁକ୍ତିଦାୟିନୀ, ପ୍ରସୁପ୍ତା ଭୁଜଗାକାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିଙ୍କର ଆରାଧନା କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ପରାପ୍ରକୃତି ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତି ହିଁ ନାଦରୂପା । ସୁତରାଂ ହୃଦ୍ଦେଶରେ ଜୀବାଧାରପଦ୍ମଠାରୁ ସ୍ୱତଃଉତ୍‌ଥିତ ଅନାହତଧ୍ୱନି ଶ୍ରବଣ କଲେ, ସାଧକମାନେ ପରମାନନ୍ଦ ଭୋଗ କରିବେ ଏବଂ ମୁକ୍ତିପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେବେ । ଶାସ୍ତ୍ରକାରମାନେ କହିଛନ୍ତି -

*"ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଣାଂ ମନୋ ନାଥୋ ମନୋନାଥସ୍ତୁ ମାରୁତଃ ।
ମାରୁତସ୍ୟ ଲୟୋ ନାଥଃ ସ ଲୟୋ ନାଦମାଶ୍ରିତଃ ॥"*

- ହଠଯୋଗ ପ୍ରଦୀପିକା

ମନ ହିଁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ କର୍ତ୍ତା; କାରଣ ମନସଂଯୋଗ ନ ହେଲେ କୌଣସି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୁଏ ନାହିଁ । ମନ ପ୍ରାଣ ବାୟୁର ଅଧୀନ । ଏହି କାରଣରୁ ବାୟୁ ବଶୀଭୂତ ହେଲେ ଯାଇ ମନ ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ମନ ଲୟ ହୋଇ ନାଦରେ ଅବସ୍ଥାନ କରେ । ନାଦ ଅର୍ଥ ଅନାହତ ଧ୍ୱନି । ଜୀବାତ୍ମା ଓ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସଂଯୋଗ ପ୍ରାପ୍ତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନାହତ ଧ୍ୱନିର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗର ଚରମ ସୀମାରେ ଜୀବାତ୍ମା ଓ ପରମାତ୍ମା ଏକୀଭୂତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ସେଥି ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେହି ଅନାହତ ଧ୍ୱନି ପରଂବ୍ରହ୍ମରେ ଲୟ ହୋଇଥାଏ ।

"ଶୃଣୋତି ଶ୍ରବଣାତୀତଂ ନାଦଂ ମୁକ୍ତିର୍ନସଂଶୟଃ ।"

- ଯୋଗତାରାବଳୀ

ଅତଏବ ଅଶ୍ରୁତପୂର୍ବ ଏହି ଅନାହତ ନାଦ ଶ୍ରବଣ କଲେ, ଜୀବର ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ; ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଆଶା କରେ, ପାଠକଗଣ ଏହିସବୁ ଅବଗତ ହୋଇ ଦୃଢ଼ବିଶ୍ୱାସ ସହିତ ନାଦସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବେ ।

ନାଦସାଧନର ସହଜ ଉପାୟ ହେଉଛି :

ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଯେ କୌଶଳ ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଚୈତନ୍ୟ ଓ ବ୍ରହ୍ମମାର୍ଗ ପରିଷ୍କାର ହେଲେ ନାଦ-ସାଧନ ଆରମ୍ଭ କରିବେ ।

ପ୍ରଥମେ ଇଡ଼ାନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ୍ ବାମନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଧୀରେ ଧୀରେ ବାୟୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ଫୁସ୍ଫୁସରେ ବାୟୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ହେବ । ସେହି ସମୟରେ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହରେ ମନଃସଂଯୋଗ କରି ଭାବିବାକୁ ହେବ, ଯେପରି ସେହି ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଇଡ଼ାନାଡ଼ୀ ଭିତର ଦେଇ ନିମ୍ନଆଡ଼କୁ ଆସି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିର ଆଧାରଭୂତ ମୂଳାଧାର-ପଦ୍ମର ସେହି ତ୍ରିକୋଣପୀଠ ଉପରେ ଦୃଢ଼ଭାବରେ

ଆଘାତ କରୁଅଛି । ଏହିପରି କରି ସେହି ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହକୁ କିଛି କାଳ ନିମନ୍ତେ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ହିଁ ଧାରଣ କର । ତତ୍‌ପରେ ଚିନ୍ତା କର ଯେ, ସେହି ସମସ୍ତ ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହକୁ ଶ୍ୱାସ ସହିତ ଅପର ଦିଗକୁ ଟାଣି ନେଉଅଛି । ତତ୍‌ପରେ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଧୀରେ ଧୀରେ ବାୟୁ ରେଚନ କରିବ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ପ୍ରତ୍ୟହ ଉଷାକାଳରେ ଥରେ, ମଧ୍ୟାହ୍ନକାଳରେ ଥରେ ଏବଂ ସାୟଂକାଳରେ ଥରେ କରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଦ୍ଧରାତ୍ରି ସମୟରେ ଏହିପରି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ବାୟୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ନେଇ ଉଭୟ ହସ୍ତର ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଷ୍ଠଦ୍ୱୟ ଦ୍ୱାରା କର୍ଣ୍ଣରନ୍ଧ୍ରଯୁଗଳ ବନ୍ଦ କରି ବାୟୁ ଧାରଣ କରିବେ । ଯଥାଶକ୍ତି ଧାରଣ କରି ଧୀରେ ଧୀରେ ରେଚନ କରିବ । ପୁନଃପୁନଃ ଧାରଣ କରୁ କରୁ କ୍ରମାଭ୍ୟାସରେ ଦକ୍ଷିଣକର୍ଣ୍ଣରେ ଶରୀରାଭ୍ୟନ୍ତରସ୍ଥ ଶବ୍ଦ ଶ୍ରୁତ ହେବାକୁ ଲାଗିବ ।

ଯେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଚୈତନ୍ୟ ବା ଏହିସବୁ କ୍ରିୟାକୁ ଜଟିଳ ମନେ କରନ୍ତି, ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ **ଆହୁରି ସହଜ ଉପାୟ** ଅଛି । ଯଥା -

"ନାଭ୍ୟାଧାରୋ ଭବେତ୍ ଷଷ୍ଠସ୍ତତ୍ର ପ୍ରାଣଂ ସମଭ୍ୟସେତ୍ ।
ସ୍ୱୟମୁତ୍ପଦ୍ୟତେ ନାଦୋ ନାଦତୋ ମୁକ୍ତିରନ୍ତତଃ ॥"

- ଯୋଗ-ସ୍ୱରୋଦୟ

ଯୋଗସାଧନୋପଯୋଗୀ ସ୍ଥାନରେ ଯେ କୌଣସି ଆସନରେ ମସ୍ତକ, ଗ୍ରୀବା ଓ ମେରୁଦଣ୍ଡ ସିଧା ସଳଖ ରଖି ଉପବେଶନପୂର୍ବକ ଏକାଗ୍ରଚିତ୍ତରେ ଓ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ମନରେ ନାଭି ପ୍ରତି ଏକଦୃଷ୍ଟିରେ ଚାହିଁରହିବ । ଏହିପରି ନାଭିଠାରେ ଦୃଷ୍ଟି ଓ ମନ ରଖିଲେ କ୍ରମେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଛୋଟ ହୋଇ କୁମ୍ଭକ ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଯତ୍ନ ସହକାରେ ଦିବାରାତ୍ର ମଧ୍ୟରେ ତିନି ଚାରିଥର ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ଅଳ୍ପଦିନ ପରେ ନାଦ ସ୍ୱୟଂଉତ୍‌ଥିତ ହେବ । ଧୀରେ ଧୀରେ ବାୟୁଧାରଣ କଲେ, ନାଦଧ୍ୱନି ଅତି ଶୀଘ୍ର ଶ୍ରୁତିଗୋଚର ହୁଏ ।

ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କଲେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବେ । ପ୍ରଥମେ ଝିଲ୍ଲୀରବ ଅର୍ଥାତ ଝିଙ୍କାରୀ ପୋକ ଯେପରି ରବ କରେ, ସେହିପରି ଶବ୍ଦ ଶୁଣିବାକୁ ପାଇବ । ତତ୍‌ପରେ ସାଧନ କରୁ କରୁ ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିଏ ବଂଶୀରବ, ମେଘଗର୍ଜ୍ଜନ, ଝାଞ୍ଜର

ଧ୍ୱନି, ଭ୍ରମରର ଗୁଞ୍ଜନ, ଘଣ୍ଟା, କାଂସ୍ୟ, ତୁରୀ, ଭେରୀ, ମୃଦଙ୍ଗ ପ୍ରଭୃତି ବିବିଧ ବାଦ୍ୟନିନାଦ କ୍ରମଶଃ ଶୁଣିବାକୁ ପାଇବେ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କରୁ କରୁ ନାନାବିଧ ଶବ୍ଦ ଶ୍ରୁତିଗୋଚର ହେବ ।

ଏହିପରି ଶବ୍ଦ ଶୁଣୁ ଶୁଣୁ କେତେବେଳେ ଶରୀର ରୋମାଞ୍ଚିତ ହୁଏ । କୌଣସି କୌଣସି ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଲେ ମୁଣ୍ଡ ଘୂରିଯାଏ, କେତେବେଳେ କଣ୍ଠକୂପ ଜଳପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ; କିନ୍ତୁ ସାଧକ କାହିଁରେ ଭ୍ରୂକ୍ଷେପ ନ କରି ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବ । ମଧୁପାନାର୍ଥୀ ମଧୁକର ଯେପରି ପ୍ରଥମେ ମଧୁ ଗନ୍ଧରେ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ମଧୁପାନ କରିବା ସମୟରେ ମଧୁସ୍ୱାଦରେ ଏପରି ନିମଗ୍ନ ହୁଏ ଯେ, ସେତେବେଳେ ତାର ଆଉ ଗନ୍ଧପ୍ରତି କିଛିମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହେ ନାହିଁ; ସେହିପରି ସାଧକ ମଧ ନାଦଧ୍ୱନିରେ ମୋହିତ ନ ହୋଇ ଶବ୍ଦ ଶୁଣୁ ଶୁଣୁ ଚିତ୍ତ ଲୟ କରିବେ ।

ଏହିପରି ଭାବରେ ଆହୁରି ଅଧିକ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ହୃଦୟାଭ୍ୟନ୍ତରରୁ ଅଭୂତପୂର୍ବ ଶବ୍ଦ ଏବଂ ସେଥିରୁ ଏହି ଦୂତ ପ୍ରତିଶବ୍ଦ ଶ୍ରୁତିଗୋଚର ହେବ । ସେତେବେଳେ ସାଧକ ନୟନ ନିମୀଳିତ କରି ଅନାହତ ପଦ୍ମସ୍ଥିତ ବାଣଲିଙ୍ଗ ଶିବଙ୍କ ମସ୍ତକରେ ନିର୍ବାତ ନିଷ୍କମ୍ପ ଦୀପଶିଖାସଦୃଶ ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କରିବେ । ଏହିପରି ଧ୍ୟାନ କରୁ କରୁ ସାଧକ ଅନାହତ ପଦ୍ମସ୍ଥ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଜ୍ୟୋତିଃ ସନ୍ଦର୍ଶନ କରିବେ ।

"ଅନାହତସ୍ୟ ଶବ୍ଦସ୍ୟ ତସ୍ୟ ଶବ୍ଦସ୍ୟ ଯୋ ଧ୍ୱନିଃ ।
ଧ୍ୱନେରନ୍ତର୍ଗତଂ ଜ୍ୟୋତିର୍ଜ୍ୟୋତିରନ୍ତର୍ଗତଂ ମନଃ ॥"

- ଗୋରକ୍ଷସଂହିତା

ସେହି ଦୀପକଳିକାର ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ବ୍ରହ୍ମଠାରେ ସାଧକର ମନ ଯେତେବେଳେ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମରୂପୀ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ପରମପଦରେ ଲୀନହେବ, ସେତେବେଳେ ଶବ୍ଦ ରହିତ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ମନ ଆତ୍ମତତ୍ତ୍ୱରେ ମଗ୍ନ ହେବ । ସାଧକ ସର୍ବବ୍ୟାଧିବିମୁକ୍ତ ଓ ତେଜୋଯୁକ୍ତ ହୋଇ ଅତୁଳ ଆନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରିବେ । ସେହି ସମୟରେ ସେହି ଭାବ ଅନିର୍ବଚନୀୟ ! ଅବର୍ଣ୍ଣନୀୟ !! ଅଲେଖନୀୟ !!!

ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ

ଜ୍ୟୋତିଃ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ । ସୃଷ୍ଟି ପୂର୍ବରୁ କେବଳ ଏକମାତ୍ର ଜ୍ୟୋତିଃ ବିଦ୍ୟମାନ ଥିଲା । ପରେ ସୃଷ୍ଟି ଆରମ୍ଭ ହେବାରୁ ବ୍ରହ୍ମା-ବିଷ୍ଣୁ-ଶିବଙ୍କଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଏହି ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ବ୍ରହ୍ମଜ୍ୟୋତିଃରୁ ସମୁତ୍ପନ୍ନ ହେଲା ।

"ସ ବ୍ରହ୍ମା ସ ଶିବୋ ବିଷ୍ଣୁଃ ସୋଽକ୍ଷରଃ ପରମଃ ସ୍ୱରାଟ ।
ସର୍ବେ କ୍ରୀଡ଼ନ୍ତି ତନ୍ତ୍ରେତେ ତତ୍ସର୍ବେନ୍ଦ୍ରିୟସମ୍ଭବମ୍ ।।"

ସେହି ସ୍ୱପ୍ରକାଶରୂପୀ ଅକ୍ଷର ପରମ ଜ୍ୟୋତିଃ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଶିବବାଚ୍ୟ । ନିଖିଳ ବିଶ୍ୱ-ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ସେହି ଜ୍ୟୋତି ମଧ୍ୟରେ କ୍ରୀଡ଼ା କରୁଛି ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗ୍ରାହ୍ୟ ଯାହା କିଛି ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ, ତତ୍ ସମସ୍ତ ସେହି ବ୍ରହ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ-ଠାରୁ ସମୁତ୍ପନ୍ନ । ସେହି ଜ୍ୟୋତିଃ ହିଁ ଆତ୍ମାରୂପରେ ମାନବଦେହର ଅଭ୍ୟ-ନ୍ତରରେ ସର୍ବତ୍ର ସର୍ବତ୍ର ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛି । ଆତ୍ମା ବ୍ରହ୍ମରୂପ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ମାୟାପ୍ରଭାବରେ ବିଷୟାସକ୍ତ ବୋଲି ନିଜକୁ ନିଜେ ଜାଣିପାରେ ନାହିଁ । ପରମବ୍ରହ୍ମ ସ୍ୱରୂପ ପରମାତ୍ମା ସର୍ବଦେହରେ ବିରାଜମାନ କରୁ-ଅଛନ୍ତି । ଯଥା -

"ଏକୋ ଦେବଃ ସର୍ବଭୂତେଷୁ ଗୂଢ଼ଃ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ସର୍ବ ଭୂତାନ୍ତରାତ୍ମା ।
କର୍ମାଧିକ୍ଷଃ ସର୍ବଭୂତାଧିବାସଃ ସାକ୍ଷୀଶ୍ଚେତା କେବଳୋ ନିର୍ଗୁଣଶ୍ଚ ।"

- ଶ୍ରୁତି

ଏକମାତ୍ର ଦେବ ପରମାତ୍ମା ସର୍ବଭୂତରେ ଗୂଢ଼ଭାବରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ଅଛନ୍ତି । ସେ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ, ସର୍ବଭୂତର ଅନ୍ତରାତ୍ମା, କର୍ମର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ, ସକଳ ଭୂତାଧିବାସ, ସାକ୍ଷୀ, ଚୈତନ୍ୟ, କେବଳ ଓ ନିର୍ଗୁଣ । ଯେପରି ଦୁଧ ଭିତରେ ଲହୁଣୀ, ପୁଷ୍ପ ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ସୁଗନ୍ଧ ଏବଂ କାଷ୍ଠରେ ଅଗ୍ନି ନିହିତ ଥାଏ, ସେହିପରି ଦେହ ମଧ୍ୟରେ ଆତ୍ମା ଅଧିଷ୍ଠିତ ରହିଅଛି ।

ମନୁଷ୍ୟମାନଙ୍କର ପ୍ରକାଶ୍ୟ ଦୁଇ ଚକ୍ଷୁ ଭିନ୍ନ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଗୁପ୍ତ ନେତ୍ର ଅଛି । ସେହି ତୃତୀୟ ନେତ୍ରର ନାମ ଗୁରୁନେତ୍ର । ଯୋଗସାଧନ

ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତ ନିର୍ମଳ ଓ ସ୍ଥିର ହେଲେ, ସେହି ଗୁରୁନେତ୍ର ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ଭୂତ, ଭବିଷ୍ୟତ ଏବଂ ବହୁ ଦୂରଦୂରାନ୍ତରର ଘଟଣା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରାଯାଏ । ସେହି ଗୁରୁନେତ୍ର ବା ଜ୍ଞାନଚକ୍ଷୁଃ ଦ୍ୱାରା ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ନିରାଲମ୍ବପୁରୀଠାରେ ଈଶ୍ୱର-ସନ୍ଦର୍ଶନ ବା ଇଷ୍ଟଦେବ-ଦର୍ଶନ କିମ୍ବା କୁଣ୍ଡଳିନୀର ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଜ୍ଞାନନେତ୍ର ଦ୍ୱାରା ଦେହସ୍ଥିତ ବ୍ରହ୍ମସ୍ୱରୂପ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସ୍ୱପ୍ରକାଶ ଜ୍ୟୋତିଃ ମଧ୍ୟ ଦର୍ଶନ କରାଯାଏ । ଯଥା -

"ଚିଦାତ୍ମା ସର୍ବଦେହେଷୁ ଜ୍ୟୋତିରୂପେଣ ବ୍ୟାପକଃ ।
ତଜ୍ଜ୍ୟୋତିଶ୍ଚକ୍ଷୁରଗ୍ରେଷୁ ଗୁରୁନେତ୍ରେଣ ଦୃଶ୍ୟତେ ॥"

- ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର

ଚିଦାତ୍ମା ଜ୍ୟୋତିଃରୂପରେ ସକଳ ଦେହରେ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି; ଗୁରୁନେତ୍ର ଦ୍ୱାରା ଚକ୍ଷୁର ଅଗ୍ରଭାଗରେ ତାହା ଦୃଷ୍ଟ ହୋଇ-ଥାଏ । ସେହି ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ସର୍ବଦା ଶାନ୍ତ, ନିଶ୍ଚଳ, ନିର୍ମଳ, ନିରାଧାର, ନିର୍ବିକାର, ନିର୍ବିକଳ୍ପ ଓ ଦୀପ୍ତିମାନ୍ । ଦୁଗ୍ଧ ମନ୍ଥନ କରି ଯେପରି ନବନୀତ ଉତ୍ତୋଳନ କରାଯାଏ, ସେହିପରି କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ହେଲେ, ଜୀବର ମୁକ୍ତିଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ସର୍ବତୋଭାବରେ ଯତ୍ନର ସହିତ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟ ହେଉଛି -

"ଆତ୍ମଦର୍ଶନମାତ୍ରେଣ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତୋ ନ ସଂଶୟଃ ।"

ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ହେବା ମାତ୍ରେ ମାନବକୁଳ ନିଶ୍ଚୟ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ଅତଏବ ସମସ୍ତଙ୍କର ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ କରିବା ଉଚିତ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରକାର ଯୋଗସାଧନ ଅପେକ୍ଷା ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ-ଦର୍ଶନକ୍ରିୟା ସହଜ ଓ ସୁଖସାଧ୍ୟ । ସେହି ବ୍ରହ୍ମସ୍ୱରୂପ **ଜ୍ୟୋତିଃଦର୍ଶନର ଉପାୟ** ହେଉଛି-

ଯୋଗସାଧନୋପଯୋଗୀ ସ୍ଥାନରେ ସାଧକ ସ୍ଥିରଚିତ୍ତରେ ଯଥା-ନିୟମରେ ଆସନରେ (ଯାହାର ଯେଉଁ ଆସନ ଉତ୍ତମ ରୂପେ ଅଭ୍ୟାସ ଅଛି) ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରସ୍ଥିତ ଶୁକ୍ଲାବ୍ଜରେ ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କୁ ଧ୍ୟାନାନ୍ତର ପ୍ରଣାମ କରିବେ । ଗୁରୁକୃପା ବ୍ୟତୀତ ଜ୍ୟୋତିଃରୂପ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ କଥିତ ଅଛି-

'ଅନେକଜନ୍ମସଂସ୍କାରାତ୍ ସଦ୍‌ଗୁରୁଃ ସେବ୍ୟତେ ବୁଧୈଃ ।
ସନ୍ତୁଷ୍ଟଃ ଶ୍ରୀଗୁରୁର୍ଦ୍ଦେବ ଆତ୍ମରୂପଂ ପ୍ରଦର୍ଶୟେତ୍ ॥'' (ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର)

ବହୁ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ସଂସ୍କାରବଶତଃ ପଣ୍ଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ସନ୍ତୋଷସାଧନ କଲେ, ଗୁରୁକୃପାବଳରୁ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ କରିଥାଏ । ଅତଏବ ଗୁରୁଧ୍ୟାନ ଓ ଗୁରୁ ପ୍ରଣାମାନନ୍ତର ମନ ସ୍ଥିରପୂର୍ବକ ମସ୍ତକ, ଗ୍ରୀବା, ପୃଷ୍ଠ ଓ ଉଦରକୁ ସମଭାମରେ ରଖି ସ୍ୱୀୟ ଶରୀରକୁ ସିଧାସଳଖ କରି ଉପବେଶନ କରିବ । ପରେ ନାଭିମଣ୍ଡଳରେ ସ୍ଥିରଦୃଷ୍ଟି ରଖି ଉଡ୍‌ଡ୍ରୀୟାନ୍ ବନ୍ଧ ସାଧନ କରିବ; ଅର୍ଥାତ୍ ନାଭିର ଅଧଃସ୍ଥିତ ଅପାନବାୟୁକୁ ଗୁହ୍ୟଦେଶରୁ ଉତ୍ତୋଳନ-ପୂର୍ବକ ତାହା ନାଭିଦେଶରେ କୁମ୍ଭକ ଦ୍ୱାରା ଧାରଣ କରିବ । ଯଥାଶକ୍ତି ପୁନଃପୁନଃ ବାୟୁଧାରଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

''ତ୍ରିସନ୍ଧ୍ୟାଂ ମାନସଂ ଯୋଗଂ ନାଭିକୁଣ୍ଡେ ପ୍ରଯତ୍ନତଃ ।''
- ମହାନିର୍ବାଣତନ୍ତ୍ର, ପୃ: ୧୩

ଏହିପରି ମାନସ-ଯୋଗ ତ୍ରିସନ୍ଧ୍ୟାରେ କରିବାକୁ ହେବ; ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରତିଦିନ ବ୍ରାହ୍ମମୁହୂର୍ତ୍ତରେ, ମଧ୍ୟାହ୍ନରେ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାକାଳରେ - ଏହି ତିନି ସମୟରେ ଏହିପରି ନାଭିଠାରେ ବାୟୁ ଧାରଣ କରିବ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାଭିସ୍ଥିତ ଅଗ୍ନିକୁ ଜୟ କରା ନ ଯାଇଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନନ୍ୟମନରେ ସେହିପରି ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ନାଭିକମଳରୁ ତିନୋଟି ନାଡ଼ୀ ତିନି ଆଡ଼େ ଗମନ କରିଅଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖ ହୋଇ ସହସ୍ରଦଳପଦ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ଆଉଗୋଟିଏ ଅଧୋମୁଖ ହୋଇ ଆଧାର-ପଦ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ; ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ମଣିପୁରପଦ୍ମର ନାଳ-ସ୍ୱରୂପ । ଏହି ନାଡ଼ୀ ସୁଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟସ୍ଥିତ ମଣିପୁରପଦ୍ମ ସହିତ ଏପରି ଭାବରେ ସଂଯୁକ୍ତ ଯେ, ମଣିପୁର - ପଦ୍ମନାଳରେ ହିଁ ନାଭିପଦ୍ମ ଅବସ୍ଥିତ । ଏଥିପାଇଁ ସର୍ବପ୍ରକାର ଯୋଗସାଧନର ସହଜ ଓ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପନ୍ଥା ନାଭିପଦ୍ମ । ନାଭିଦେଶଠାରୁ ସାଧନ ଆରମ୍ଭ କଲେ, ଶୀଘ୍ର ସୁଫଳ ଲାଭ ହୁଏ । ନାଭିସ୍ଥାନରେ ବାୟୁ

ଧାରଣ କଲେ, ପ୍ରାଣ ଓ ଅପାନବାୟୁର ଏକତ୍ୱ ହୁଏ ଏବଂ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ସୁଷୁମ୍ନାଦ୍ୱାର ପରିତ୍ୟାଗ କରେ; ସେତେବେଳେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ସୁଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ ।

ପ୍ରଥମ କ୍ରିୟା ନାଭିସ୍ଥାନଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ନକଲେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ଅନେକେ ପ୍ରଥମରୁ ଏକାବେଳକେ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରରେ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ଉପଦେଶ ଦେଇଥାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ସେ ଚେଷ୍ଟା ବିଫଳ । ମୁଁ ଯୋଗକ୍ରିୟା ଆଲୋଚନା କରି ଯେଉଁ ସାମାନ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଅଛି, ସେଥିରୁ ବୁଝିଛି ଯେ ଘୋଡ଼ାକୁ ଦୌଡ଼ାଇ ନେଇ ଘାସ ଖୁଆଇଲା ପରି ଏକାବେଳକେ ସେପରି କରିବାକୁ ଗଲେ; କେବେହେଲେ ମନ ସ୍ଥିର ହେବ ନାହିଁ କି ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା କିମ୍ବା କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଚୈତନ୍ୟ ଆସିବ ନାହିଁ। ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରକୃତ ସାଧନାଭିଳାଷୀ, ସେମାନେ ନାଭିଠାରୁ କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରିବେ: ତାହାହେଲେ ଫଳ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିପାରିବେ ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ନିୟମିତରୂପେ ଏହିପରି ନାଭିସ୍ଥାନରେ ବାୟୁ ଧାରଣ କଲେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ଅଗ୍ନି ସ୍ଥାନକୁ ଗମନ କରିବ । ସେତେବେଳେ ଅପାନ ବାୟୁ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରସ୍ଥ ଅଗ୍ନି କ୍ରମଶଃ ଉଦ୍ଦୀପ୍ତ ହୋଇଉଠିବ । ଏହିପରି କ୍ରିୟା କରୁ କରୁ ଆଠ ଦଶ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ନାନାବିଧ ଲକ୍ଷଣ ଅନୁଭୂତ ହେବ । ନାଦର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ଦେହର ଲଘୁତା, ମଳମୂତ୍ରର ହ୍ରାସ ଏବଂ ଜଠରାଗ୍ନିର ଦୀପ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି ଏହିସବୁ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇବ । ନିୟମିତ ରୂପେ ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହିପରି ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିପାରିଲେ, ତିନି ଚାରି ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଉକ୍ତ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇପାରେ ।

ଉପରୋକ୍ତ ଲକ୍ଷଣସବୁ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲେ ନାଭିସ୍ଥାନରେ କୁମ୍ଭକ କରି ପ୍ରସୁପ୍ତ ନାଗେନ୍ଦ୍ରସଦୃଶ ପଞ୍ଚାବର୍ତ୍ତା ବିଦ୍ୟୁଦ୍‌ବରଣା କୁଣ୍ଡଳିନୀଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କରିବ । ଏହିପରି ବାୟୁଧାରଣ ଓ କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଅଗ୍ନି କର୍ତ୍ତୃକ ସନ୍ତାପିତ ବାୟୁ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଫଣାବିସ୍ତାରପୂର୍ବକ ଜାଗରିତା ହୋଇଉଠିବେ । ଯେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ନାଭି ସ୍ଥାନରେ ସଲୀନ ନହୋଇଛି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହିପରି କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରିବାକୁ ହେବ ।

କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗରିତା ହୋଇ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖରେ ଚାଳିତ ହେଲେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ସୁଷୁମ୍ନା-ବିବର ମଧ୍ୟକୁ ଗମନ କରିବ ଏବଂ ସମସ୍ତ ବାୟୁ ମିଳିତ ହୋଇ ଅଗ୍ନି ସହିତ ସର୍ବଶରୀରରେ ବିଚରଣ କରୁଥିବ । ଯୋଗୀମାନେ ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ **ମନୋନ୍ମନୀ ସିଦ୍ଧି** କହନ୍ତି । ଏହି ସମୟରେ ନିଶ୍ଚିତରୂପେ ସର୍ବବ୍ୟାଧି ବିନଷ୍ଟ ହୁଏ ଓ ଶରୀରରେ ବଳବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ଏବଂ କେବେ କେବେ ସମୁଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦୀପଶିଖା ପରି ଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଲକ୍ଷଣ ଅନୁଭୂତ ହେଲେ, ସେତେବେଳେ ନାଭିସ୍ଥାନ ତ୍ୟାଗ କରି ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରିବେ । ଏଠାରେ ମଧ ପ୍ରତ୍ୟହ ତ୍ରିସନ୍ଧ୍ୟା ଯଥାନିୟମରେ ଆସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ମୂଳବନ୍ଧ ସାଧନ କରିବେ; ଅର୍ଥାତ୍ ମୂଳାଧାର ସଙ୍କୋଚନପୂର୍ବକ ଅପାନବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ ଓ ପ୍ରାଣବାୟୁ ସହିତ ଐକ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରି କୁମ୍ଭକ କରିବେ । ପ୍ରାଣବାୟୁ ହୃଦୟ ମଧ୍ୟରେ ନିରୁଦ୍ଧ ହେଲେ ପଦ୍ମଗୁଡ଼ିକ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମୁଖ ଓ ବିକଶିତ ହେବେ । ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ ବାୟୁ ଧାରଣ କରିବା ପାଇଁ ଅଭ୍ୟାସ କରୁ କରୁ ପ୍ରାଣବାୟୁ ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ଓ ସଂସ୍ଥିତ ହେବ । ସେହି ସମୟରେ ଭ୍ରୂ ଯୁଗଳର ମଧ୍ୟସ୍ଥାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୁଷୁମ୍ନା ବିବରରେ ନବଜଳଦ-ଜାଲରେ ସୌଦାମିନୀ ସଦୃଶ ଜ୍ୟୋତିଃ ସର୍ବଦା ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଥିବ । ସାଧକର ନୟନ ନିମିଳିତ ବା ଉନ୍ମୀଳିତ--ସର୍ବାବସ୍ଥାରେ ଅନ୍ତରରେ ଓ ବାହାରେ ନିର୍ବାତ ଦୀପକଳିକା ସଦୃଶ ଜ୍ୟୋତିଃ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେବ ।

ଉପରୋକ୍ତ ଲକ୍ଷଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ବୁଝିପାରିଲେ, ବୀଜମନ୍ତ୍ର (ବ୍ରାହ୍ମଣମାନେ ପ୍ରଣବ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିପାରନ୍ତି) ଉଚ୍ଚାରଣ କରୁ କରୁ ଅଗ୍ନି ସହିତ ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣପୂର୍ବକ ଭ୍ରୂଯୁଗଳ ମଧ୍ୟସ୍ଥିତ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରରେ ଆରୋପିତ କରି ଆତ୍ମାକୁ ଧ୍ୟାନ କରିବେ । ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରରେ ବାୟୁ ନିରୋଧପୂର୍ବକ ଏହିପରି ଧ୍ୟାନ କରୁ କରୁ ଚିତ୍ତ ଏକାବେଳକେ ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ଏହି ସମୟରେ ସହସ୍ରାର ବିଗଳିତ ଅମୃତଧାରାରେ ସାଧକର କଣ୍ଠକୂପ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବ, ଲଲାଟରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସଦୃଶ ସମୁଜ୍ଜ୍ୱଳ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ଲାଭ ହେବ । ସେତେବେଳେ ଦେବତା, ଦେବୋଦ୍ୟାନ, ମୁନି, ଋଷି, ସିଦ୍ଧ, ଚାରଣ, ଗନ୍ଧର୍ବ ପ୍ରଭୃତି ଅଦୃଷ୍ଟପୂର୍ବ ଅପୂର୍ବ ଦୃଶ୍ୟ ସାଧକର ନୟନପଥରେ ପତିତ ହେବ ।

ସାଧକ ଅଭୂତପୂର୍ବ ପରମାନନ୍ଦରେ ମଗ୍ନ ହେବେ । ମୋଟକଥା, ଗୁରୁକୃପା ବଳରୁ ଏହି ସମୟରେ ଭାବ ଯାହା କିଛି ଅନୁଭବ କରିଅଛି, ସେ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଭାବ ଲେଖନୀ ସାହାଯ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା, ମୋର ସାଧ୍ୟାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ଭୁକ୍ତଭୋଗୀ ଭିନ୍ନ ସେ ଭାବ ଅନ୍ୟର ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିବା ଅସମ୍ଭବ ।

ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୋଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ଚିତ୍ତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ସଂଲୀନ ନହୋଇଛି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯଥାନିୟମରେ ପୁନଃପୁନଃ ବାୟୁଧାରଣ ଓ ଲଲାଟ ମଧ୍ୟରେ ବୀଜମନ୍ତ୍ରରୂପ ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ରସମ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ, କ୍ରମଶଃ ଉପରୋକ୍ତ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇବ । ସାଧକ କାମକଳାର ତ୍ରିବିନ୍ଦୁ ସହିତ ମିଶିଯିବ ଏବଂ ଲଲାଟସ୍ଥିତ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବିନ୍ଦୁ ବିକଶିତ ହୋଇଉଠିବ । ଏହା ହେଲେ ଆଉ କଅଣ ବାକି ରହିଲା ? ମାନବ ଜୀବନ ଧାରଣ ସାର୍ଥକ ! ଜ୍ଞାନ ଉପାର୍ଜ୍ଜନ ସାର୍ଥକ ! ସାଧନ-ଭଜନ ସାର୍ଥକ !

ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କ ସବଳ ଏବଂ ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ଚକ୍ଷୁର କୌଣସି ପୀଡ଼ାନାହିଁ, ସେମାନେ ଆହୁରି ସହଜ ଉପାୟରେ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ କରିପାରିବେ । ରାତ୍ରିକାଳରେ ଗୃହ ମଧ୍ୟରେ ନିର୍ବାତ ସ୍ଥାନରେ ସିଧା ହୋଇ ବସି ନିଜ ଚକ୍ଷୁର ସମସୂତ୍ରପାତରେ (ଯେ କୌଣସି ଉଚ୍ଚ ଆଧାରରେ) ମୃତ୍ତିକାନିର୍ମିତ ପ୍ରଦୀପ ସର୍ଷପ କିମ୍ବା ରେଡ଼ିତେଲ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଜ୍ଜ୍ୱଳିତ କରି ରଖିବେ । ପରେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀରେ ଗୁରୁଧ୍ୟାନ ଓ ଗୁରୁପ୍ରଣାମାନ୍ତର ସ୍ଥିର ଦୃଷ୍ଟିରେ ଏହି ଦୀପାଲୋକକୁ ଚାହିଁ ରହିବେ । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚକ୍ଷୁରେ ଜଳ ନ ଆସେ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାହିଁ ରହିବେ । ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କରୁ କରୁ ଯେତେ-ବେଳେ ଦୃଷ୍ଟି ଦୃଢ଼ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ଚଣାସଦୃଶ ନୀଳବର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ୟୋତିଃ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବେ । କ୍ରମଶଃ ଆହୁରି ଅଧିକ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ଏହି ଦୀପାଲୋକରୁ ଦୃଷ୍ଟି ଅପସୃତ କରି ଯେଉଁ ଆଡ଼େ ଚାହିଁ ରହିବେ, ଦୃଷ୍ଟି ଆଗରେ ସେହି ନୀଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ଦୃଷ୍ଟ ହେବ । ସେତେବେଳେ ସାଧକ ନୟନ ମୁଦ୍ରିତ କରି ସୁଦ୍ଧା ସେହିପରି ଜ୍ୟୋତିଃ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବେ । କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ମନ ସ୍ଥିର କରିବା ନିମନ୍ତେ କିଛି ସମୟ ଏକଦୃଷ୍ଟିରେ ନାଭିସ୍ଥାନ ପ୍ରତି ଚାହିଁ ରହିବାକୁ ହୁଏ ।

ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କରୁ କରୁ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତରରେ ଓ ବାହାରେ ନୀଳବର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ୟୋତିଃ ଦୃଷ୍ଟ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଅନନ୍ୟ ମନରେ ଏହି ଦୃଷ୍ଟିକୁ ହୃଦ୍ଦେଶକୁ ଆଣିବେ । ସେଠାରୁ ନାସାଗ୍ରକୁ, ତତ୍ପରେ ଭ୍ରୂ ମଧ୍ୟସ୍ଥଳକୁ ଆଣିବେ । ଭ୍ରୂମଧ୍ୟରେ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥିର ହେଲେ ଶିବନେତ୍ର କରିବେ । ଶିବନେତ୍ର କରି ଯେତେବେଳେ ଚକ୍ଷୁର ତାରା କେତେକାଂଶରେ ବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଓଲଟି-ଯିବ, ସେତେବେଳେ ତଡ଼ିତ୍ ସଦୃଶ ଦୀପକଳିକାର ଜ୍ୟୋତିଃ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବେ । ଚକ୍ଷୁର ତାରା ଓଲଟାଇବା ବେଳେ ପ୍ରଥମେ ଟିକିଏ ଅନ୍ଧାକାର ଦେଖାଯିବ । କିନ୍ତୁ ସାଧକ ସେଥିରେ ବିଚଳିତ ନ ହୋଇ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି ରହିଲେ, କିଛି ସମୟ ପରେ ସେହିପରି ଜ୍ୟୋତିଃ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବେ । ପରମାତ୍ମା ସ୍ୱରୂପ ଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନ କରି ଶାନ୍ତଚିତ୍ତ ଓ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବେ ! ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ଏହି ସାଧନ କଲେ, ସେପରି ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତି ମଧ୍ୟ ଦର୍ଶନ କରାଯାଏ । ଯଦି କେହି-

ଇଷ୍ଟଦେବତା ଦର୍ଶନ

କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ତେବେ ସାମାନ୍ୟ ଚେଷ୍ଟାରେ ସେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇପାରିବେ । ସାଧନପ୍ରଣାଳୀ ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ - ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ସମ୍ପାଦନ ମାତ୍ର । ଇନ୍ଦ୍ରିୟପଥରେ ବହିର୍ଗତ, ଭିନ୍ନି ଭିନ୍ନ ବିଷୟରେ ବିକ୍ଷିପ୍ତ, ବହୁ ସ୍ଥାନରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିକୁ ଯଦି ଯତ୍ନ ଓ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ପଥରୋଧ ପୂର୍ବକ ଏକତ୍ର କରାଯାଏ, କ୍ରମ ସଙ୍କୋଚ ପ୍ରଣାଳୀରେ ପୁଞ୍ଜୀକୃତ ବା କେନ୍ଦ୍ରୀକୃତ କରାଯାଏ, ତାହାହେଲେ ସେହି ପୁଞ୍ଜୀକୃତ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ଅଗ୍ରସ୍ଥିତ ଯେ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ସାଧକ ନିକଟରେ ବିଷୟୀଭୂତ ବା ପ୍ରକାଶ୍ୟ ହେବ । ଏହିପରି ଯେ କୌଣସି ବସ୍ତୁରେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ କଲେ, ତାହା ଧ୍ୟେୟାକାରରେ ପରିଣତ ହୋଇ ହୃଦୟରେ ଉଦିତ ହେବ । ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦର୍ଶନପ୍ରଣାଳୀରେ ଯେ କୌଣସି କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ, ଯେତେବେଳେ ଭ୍ରୂମଧ୍ୟରେ ଜ୍ୟୋତିଃଶିଖା ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ ଏବଂ ଚିତ୍ତ ଶାନ୍ତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଗୁରୁପଦିଷ୍ଟ ଇଷ୍ଟମୂର୍ତ୍ତି ଚିନ୍ତା କରୁ କରୁ ଆତ୍ମା ଧ୍ୟେୟାନୁରୂପ

ମୂର୍ତ୍ତିରେ ଜ୍ୟୋତିଃ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ । ଏହି ପ୍ରଣାଳୀରେ କାଳୀ, ଦୁର୍ଗା, ଅନ୍ନପୂର୍ଣ୍ଣା, ଶିବ, ଦୁର୍ଗା ପ୍ରଭୃତି ଯୁଗଳ ରୂପ ସେହି ଜ୍ୟୋତିଃ ମଧ୍ୟରେ ଦର୍ଶନ କରାଯାଇପାରେ ।

ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ଇଷ୍ଟଦେବ କିମ୍ବା ଅପର ଦେବଦେବୀଙ୍କର ଦର୍ଶନ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ଆମମାନଙ୍କ ଭଜନୀୟ ପୁରୁଷ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛନ୍ତି; ଯଥା -

''ଧ୍ୟେୟଃ ସଦା ସବିତୃମଣ୍ଡଳମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ନାରାୟଣଃ ସରସିଜାସନସନ୍ନିବିଷ୍ଟଃ ।।''

ଏଥିରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଅଛି ଯେ, ସବିତୃମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ସରସିଜ-ଆସନରେ ଆମମାନଙ୍କ ଧ୍ୟେୟ ନାରାୟଣ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଛନ୍ତି । ଆମେ ଗାୟତ୍ରୀ ଜପକାଳରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କୁ ସବିତୃ-ମଣ୍ଡଳ-ମଧ୍ୟସ୍ଥ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରିଥାଉଁ । ଋକ୍‌ବେଦରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସବିତୃମଣ୍ଡଳ-ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ପରମପୁରୁଷଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ଜାଣିବା ନିମନ୍ତେ ଅନେକ ଆଲୋଚନା ହୋଇଅଛି । ଯଥା -

''ଇହ ବ୍ରବୀତୁ ଯ ଇମଂ ଗାଂ ବେଦାସ୍ୟ ବାମସ୍ୟ ନିହିତଂ ପଦଂ ବଃ ।
ଶୀର୍ଷ୍ଣଃ କ୍ଷୀରଂ ଦୁହ୍ୟତେ ଗାବୋ ଅସ୍ୟ ବବ୍ରିଂ ବାସନାଉଦକଂ ପଦାପୁଃ ।।''

- ଋଗ୍ ବେଦ, ୧ମ ମଣ୍ଡଳ, ୧୬୪ ସୂକ୍ତ

ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ଉନ୍ନତ ଆଦିତ୍ୟଙ୍କର ରଶ୍ମିସମୂହ ବାରିବର୍ଷଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ଯେ ତାହାର ରୂପ ବିସ୍ତାର କରି ରଶ୍ମି ଦ୍ୱାରା ଉଦକ ପାନ କରେ, ସେହି ଆଦିତ୍ୟ-ଅନ୍ତର୍ଗତ ଭଜନୀୟ ପୁରୁଷଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ଯେ ଅବଗତ ଅଛନ୍ତି, ସେ କିଏ, ମୋତେ ଶୀଘ୍ର ତାହା କହନ୍ତୁ ।

ତେବେ ଦେଖ, ସମସ୍ତଙ୍କର ଧ୍ୟେୟ ପୁରୁଷ ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତ ଅଛନ୍ତି । ଟିକିଏ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ସାଧକ ତାହା ଦର୍ଶନ କରି ପାରିବେ ।

ଦର୍ଶନର ଉପାୟ ହେଉଛି - ପ୍ରଥମେ ସାଧକ ଏକ ଦୃଷ୍ଟିରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ଦୃଷ୍ଟିପାତ କରିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବେ । ପ୍ରଥମ ଅଭ୍ୟାସ ସମୟରେ

କଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ; କିନ୍ତୁ କ୍ରମ-ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଦୃଷ୍ଟି ଦୃଢ଼ ହେଲେ ନିର୍ମଳ ଓ ନିଶ୍ଚଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ନୟନପଥରେ ପ୍ରତିଭାତ ହେବ । ସେତେବେଳେ ଗୁରୁପଦିଷ୍ଟ ନିଜର ଇଷ୍ଟମୂର୍ତ୍ତି ଚିନ୍ତା କରୁ କରୁ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଜ୍ୟୋତିଃ ମଧ୍ୟରେ ଇଷ୍ଟଦେବତାଙ୍କ ଦର୍ଶନ ପାଇବ ।

ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କ ଦୁର୍ବଳ କିମ୍ବା କୌଣସି ଚକ୍ଷୁରୋଗ ଅଛି, ସେମାନଙ୍କୁ ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳରେ ଦୃଷ୍ଟିସାଧନ କରିବାକୁ ନିଷେଧ କରାଗଲା । ସେମାନେ ପ୍ରଥମୋକ୍ତ ଭାବରେ ଇଷ୍ଟଦେବ ଧ୍ୟାନ କରିବେ ।

ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦେବତାଙ୍କ ଦର୍ଶନ ପାଇବାକୁ ଯେପରି ସାଧନାର ପ୍ରୟୋଜନ, ତାହା ଅପେକ୍ଷା ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ଚେଷ୍ଟାରେ ହିଁ ରାଧାକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଯୁଗଳରୂପ ଦର୍ଶନ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ କୃଷ୍ଣ ଭାବ ଓ ରାଧା ପ୍ରାଣ ସ୍ୱରୂପ । ଏମାନେ ସର୍ବଦା ସମସ୍ତ ଜଗତ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ଓ ସମସ୍ତ ଜୀବନବ୍ୟାପୀ ଅବସ୍ଥିତ । ସୁତରାଂ ଭାବ ଓ ପ୍ରାଣ ଉପରେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିର ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ, ଭାବ ଓ ପ୍ରାଣ ଯୁଗଳ ରୂପରେ ହୃଦୟରେ ଉଦିତ ହୁଅନ୍ତି । ପୁଣି କାଳୀସାଧନାରେ ଆହୁରି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସାଫଲ୍ୟଲାଭ କରାଯାଇଥାଏ । କାରଣ କାଳୀ ଦେବୀ ଆମମାନଙ୍କର ସର୍ବାଙ୍ଗରେ ଜଡ଼ିତ ।

ଅଜ୍ଞ ଲୋକେ ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମର ଗୂଢ଼ ରହସ୍ୟ ବୁଝିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ବୋଲି ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କୁ ଜଡ଼ୋପାସକ ଓ କୁସଂସ୍କାରାଚ୍ଛନ୍ନ ବୋଲି କହିଥାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଚିରପ୍ରରୂଢ଼ ସଂସ୍କାରର ଶାସନରେ ସ୍ଥୂଳଗଠିତ ଜଡ଼-ପ୍ରାଚୀରର ପରପାରକୁ ଯିବାକୁ ଅନିଚ୍ଛୁକ-ଜଡ଼ାତିରିକ୍ତ କିଛି ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ ବୋଲି ଏମାନେ ସେହିପରି କହିଥାନ୍ତି । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ଗଭୀର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଭାବ ଓ ଦେବଦେବୀଙ୍କର ନିଗୂଢ଼ ତତ୍ତ୍ୱ ହିନ୍ଦୁ ଯାହା ବୁଝେ, ତାହାର ତ୍ରିସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଅନ୍ୟ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀଗଣଙ୍କର ବହୁତ ବିଳମ୍ବ ହେବ । ହିନ୍ଦୁ ଜଡ଼ୋପାସକ, ହିନ୍ଦୁ ପୌତ୍ତଳିକ କାହିଁକି--ତାହା କୌଣସି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ତତ୍ତ୍ୱଦର୍ଶୀ ହିନ୍ଦୁକୁ ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ, ସେଥିର ସଦୁତ୍ତର ମିଳିପାରିବ । ହିନ୍ଦୁମାନେ ନିଖିଳ ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ଯାହା କିଛି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ-ସମ୍ଭବ, ସେ ସମସ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ଭଗବାନଙ୍କର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରନ୍ତି; ତେଣୁ

ସେମାନେ ମୃତ୍ତିକା, ପ୍ରସ୍ତର, ବୃକ୍ଷ, ପଶୁପକ୍ଷୀ ଆଦିରେ ପୂଜାର ଆୟୋଜନ କରି ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କ ବିରାଟ ବିଭୂତିକୁ ହିଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । ହିନ୍ଦୁ ଯେଉଁ ଭାବରେ ବିଭୋର, ଜଡ଼ବାଦୀମାନଙ୍କର ତାହା ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିବା ସୁ-କଠିନ । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ଗଭୀର ଜ୍ଞାନାବ୍ଧିର ଉତ୍ତାଳତରଙ୍ଗ ଗୋଷ୍ପଦ ସ୍ୱରୂପ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ରଗ୍ରନ୍ଥରେ ପ୍ରବାହିତ କରି ହେବ ନାହିଁ; ବିଶେଷତଃ ତାହା ଏ ଗ୍ରନ୍ଥର ଆଲୋଚ୍ୟ ବିଷୟ ନୁହେଁ । ★ ।

ଆତ୍ମ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦର୍ଶନ

ସାଧକ ! ଇଚ୍ଛା କଲେ ତୁମେ ନିଜ ଭୌତିକ ଦେହର ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମଧ୍ୟ ଦର୍ଶନ କରିପାରିବ । ଏଥିର ସାଧନପ୍ରଣାଳୀ ଅତି ସହଜ ଓ ସାଧାରଣଙ୍କର କରଣୀୟ । ଆତ୍ମ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦର୍ଶନର ଉପାୟ ହେଉଛି-

"ଗାଢ଼ାତପେ ସ୍ୱପ୍ରତିବିମ୍ବମୀଶ୍ୱରଂ ନିରୀକ୍ଷ୍ୟ ବିସ୍ତାରିତଲୋଚନଦ୍ୱୟମ୍ ।
ଯଦାଽଙ୍ଗନେ ପଶ୍ୟତି ସ୍ୱପ୍ରତୀକଂ, ନଭୋଽଙ୍ଗନେ ତତ୍‌କ୍ଷଣମେବ ପଶ୍ୟତି ॥"

ଯେତେବେଳେ ଆକାଶ ନିର୍ମଳ ଓ ପରିଷ୍କାର ଥିବ, ସେହି ସମୟରେ ବାହାରେ ଖରାରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇ ସ୍ଥିରଦୃଷ୍ଟିରେ ଆତ୍ମ ପ୍ରତିବିମ୍ବ (ଛାୟା) ନିରୀକ୍ଷଣପୂର୍ବକ ନିମେଷୋନ୍ମେଷବର୍ଜ୍ଜିତ ହୋଇ ଆକାଶରେ ନେତ୍ରଦ୍ୱୟ ବିସ୍ତାରିତ କରିବ । ତାହାହେଲେ ଆକାଶଗାତ୍ରରେ ଶୁକ୍ଳଜ୍ୟୋତିଃବିଶିଷ୍ଟ ନିଜର ଛାୟା ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେବ । ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କରୁକରୁ ଚତ୍ୱରରେ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମପ୍ରତୀକ ଦୃଷ୍ଟ ହେବ । ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଆଖପାଖ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଆତ୍ମପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସିଦ୍ଧି ହେଲେ ସାଧକ ଗଗନଚର ସିଦ୍ଧପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଆତ୍ମପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦେଖି ସାଧକ ନିଜର ଶୁଭାଶୁଭ ଓ ମୃତ୍ୟୁସମୟ ସହଜରେ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିପାରିବେ ।

★ *ମତ୍ ପ୍ରଣୀତ "**ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ**" ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଏହିସବୁ ବିଷୟର ଗୂଢ଼ତତ୍ତ୍ୱ ଆଲୋଚିତ ହୋଇଅଛି ।*

ଦେବଲୋକ-ଦର୍ଶନ

ସାଧକ ଇଚ୍ଛା କଲେ ବୈକୁଣ୍ଠ, କୈଳାସ, ବ୍ରହ୍ମଲୋକ, ସୂର୍ଯ୍ୟଲୋକ, ଇନ୍ଦ୍ରଲୋକ ପ୍ରଭୃତି ଦେବଲୋକ ଏବଂ ଦେବତାମାନଙ୍କର ଗୋପ୍ୟଲୀଳା ମଧ ଦର୍ଶନ କରିପାରେ । କ୍ଷୁଦ୍ରହୃଦୟ ଅଳ୍ପଜ୍ଞାନୀମାନେ ହୁଏତ ଏକଥା ଶୁଣି ଉଚ୍ଚହାସ୍ୟରେ ଦିଗଦିଗନ୍ତ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିତ କରି କହିବେ- "ଯାହା ଶାସ୍ତ୍ରଗ୍ରନ୍ଥରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଅଛି, ସାଧୁସନ୍ୟାସୀ କିମ୍ବା ଶାସ୍ତ୍ରଜ୍ଞ ପଣ୍ଡିତଗଣଙ୍କ କଣ୍ଠରେ ଅବସ୍ଥିତ ହୋଇଅଛି, ତାହା ଦର୍ଶନ କରାଯିବ କିପରି ? ଏହା ବିକୃତ ମସ୍ତିଷ୍କର ପ୍ରଳାପୋକ୍ତି ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ ।"

ଅନଭିଜ୍ଞତାବଶତଃ ଯେ ଯାହା କହନ୍ତୁ ପଛକେ, ମୁଁ ଜାଣେ ଏହା ଦର୍ଶନ କରାଯାଏ । ଦେବଦେବୀମାନଙ୍କ ଲୀଳାକଥା ଶାସ୍ତ୍ରରେ ପାଠ କରୁ କରୁ ବା ଶ୍ରବଣ କରୁ କରୁ ମାନବଚିତ୍ତରେ ତାହାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟଗ୍ରାହିତାର ଫଳ ଅନୁଯାୟୀ ଦେବମୂର୍ତ୍ତିର ରୂପ ନିବଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ; ସେତେବେଳେ ସାଧକ ସେହି ଦେବତାଙ୍କର ଲୀଳାକାହାଣୀ ଅତି ତନ୍ମୟ-ଭାବରେ ଶ୍ରବଣ କରି-ଥାଏ । ଶ୍ରବଣ କରୁ କରୁ ସେହିସବୁ ବିଷୟ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ, ତାପରେ ଜାଗ୍ରତ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ସେହି ବିଷୟ ସାଧକ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରତିଭାତ ହୁଏ । ଗୋଟିଏ କଥା-ଯାହା ଥରେ ହୋଇଅଛି, ତାହା କେବେହେଲେ ଲୁପ୍ତ ହେବ ନାହିଁ । ତାହାର ସଂସ୍କାର ଜଗତ୍ ନିଜ ବକ୍ଷରେ କେତେ ଯୁଗଯୁଗାନ୍ତର ଧରି ଧାରଣ କରି ରଖେ । ତେବେ କଥା ହେଉଛି ଯେ, ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ଯେତିକି ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ତାହାର ସଂସ୍କାର ସେତିକି ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଯାଏ । ସାଧନା ବଳରେ ସେହି ସଂସ୍କାରକୁ ଜାଗ୍ରତ କରାଇଦେଲେ, ପୁଣି ତାହା ଲୋକଲୋଚନର ଗୋଚରୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ ।

ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତକୁ ଏକମୁଖୀ କରିପାରିଲେ, ହୃଦୟରେ ଯେଉଁ କମ୍ପନ ଉତ୍ପାଦିତ ହୁଏ, ସେହି କମ୍ପନ ଭାବରାଜ୍ୟରେ ଯାଇ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ । ଭାବ ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ହୋଇ ତାହାର କ୍ରିୟାକୁ ମୂର୍ତ୍ତିମତୀ କରି ଚକ୍ଷୁସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରତିଭାତ କରେ । ଅତଏବ ନିଜ ନିଜର ଚିତ୍ତ ଅନୁଯାୟୀ ଯେ କୌଣସି ଦେବଲୋକ ପ୍ରତି ମନର ଏକାଗ୍ରତା ସମ୍ପାଦନ କରିପାରିଲେ, ତାହା ଦର୍ଶନ କରାଯାଏ ।

ଯୋଗସାଧନରେ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର ଓ ନିର୍ମଳ ହୋଇ ଜ୍ଞାନନେତ୍ର ବିକଶିତ ହୋଇଅଛି, ସେମାନଙ୍କ ଭିନ୍ନ ବିଷୟାସକ୍ତ ଚଞ୍ଚଳଚିତ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଦେବଲୋକଦର୍ଶନ ବା ଗତଲୀଳାଦର୍ଶନ କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । ଦିବ୍ୟଚକ୍ଷୁ ବ୍ୟତୀତ ଭଗବାନଙ୍କର ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ କେହି ଦର୍ଶନ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଗୀତାରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି ଯେ ନାନାବିଧ ଯୋଗୋପଦେଶ ଶୁଣି ସୁଦ୍ଧା ଯେତେବେଳେ ଅର୍ଜ୍ଜୁନଙ୍କର ଭ୍ରମ ଦୂରୀଭୂତ ହେଲା ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଭଗବାନ୍ ବିଶ୍ୱରୂପ ଧାରଣ କଲେ; କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ବିରାଟମୂର୍ତ୍ତି ଅର୍ଜ୍ଜୁନଙ୍କ ନୟନପଥରେ ପତିତ ହେଲା ନାହିଁ । ସେଥିରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଲେ -

''ନ ତୁ ମାଂ ଶକ୍ୟସେ ଦ୍ରଷ୍ଟୁମନେନୈବ ସ୍ୱଚକ୍ଷୁଷା ।
ଦିବ୍ୟଂ ଦଦାମି ତେ ଚକ୍ଷୁଃ ପଶ୍ୟ ମେ ଯୋଗମୈଶ୍ୱରମ୍ ।।''

- ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭଗବଦ ଗୀତା, ୧୧/୮

ତାହାହେଲେ ଦେଖାଯାଉଛି ଯେ, ଅର୍ଜ୍ଜୁନ ଶ୍ରୀଭଗବାନଙ୍କର ପ୍ରିୟସଖା ହୋଇ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ବିରାଟବିଭୂତି ଦେଖିପାରିଲେ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟର କଥା କଅଣ କହିବା ? ପୂର୍ବରୁ ସାଧନ କରି ଚିତ୍ତ ନିର୍ମଳ ହେଲେ ଓ ଏକାଗ୍ରତା ସାଧିତ ହେଲେ ଦେବଲୋକ ବା ଗତଲୀଳା ଦର୍ଶନର ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହୁଏ । **ଦେବଲୋକ ଦର୍ଶନର ଉପାୟ** ହେଉଛି -

''ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ -ଦର୍ଶନ'' ପ୍ରଣାଳୀରେ ସାଧନ କରି ଯେତେବେଳେ ଚିତ୍ତଲୟ ହେବ ଏବଂ ଲଲାଟରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍‌ସଦୃଶ ସମୁଜ୍ଜ୍ୱଳ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ଦୃଷ୍ଟ ହେବ, ସେହି ସମୟରେ ସେହି ଜ୍ୟୋତିଃ ମଧ୍ୟରେ ନିଜ ଚିତ୍ତର ଭାବ ଅନୁଯାୟୀ ଯେ କୌଣସି ଦେବଲୋକ ଚିନ୍ତା କରୁ କରୁ ଚିନ୍ତା ଅନୁଯାୟୀ ସ୍ଥାନ ମୂର୍ତ୍ତିମତୀ ହୋଇ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତିଭାତ ହେବ ।

ସାଧାରଣଙ୍କ ପାଇଁ ଆହୁରି ଉପାୟ ଅଛି -

ଖଣ୍ଡିଏ ଧାତୁ ବା ପ୍ରସ୍ତର ସମ୍ମୁଖରେ ରଖି ସେଥପ୍ରତି ମନସଂଯୋଗ ପୂର୍ବକ ନିର୍ନିମେଷ ନୟନରେ ଚାହିଁ ରହିବେ ଏବଂ ଚିତ୍ତର ଭାବ ଅନୁଯାୟୀ

ଦର୍ଶନୀୟ ସ୍ଥାନ ଚିନ୍ତା କରିବେ। ପ୍ରଥମେ ଏକ ମିନିଟ୍, ଦୁଇ ମିନିଟ୍ କରି କ୍ରମେ କ୍ରମେ ସମୟର ଦୀର୍ଘତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବେ କ୍ରମେ ଦେଖିବ, ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେହି ସ୍ଥାନ ସାଧକର ଚିନ୍ତାନୁଯାୟୀ ସ୍ଥାନ ସଦୃଶ ସର୍ବଶୋଭାରେ ଶୋଭାନ୍ୱିତ ହୋଇଅଛି ।

ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତାସାଧନରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କଲେ ଜଗତରେ ତାହାର ଅପ୍ରାପ୍ୟ ଓ ଦୁଃସାଧ୍ୟ ହୋଇ କିଛି ରହେ ନାହିଁ । ଅନନ୍ତମନା ମନ ଅନନ୍ତ ଦିଗରେ ବିକ୍ଷିପ୍ତ । ସେହି ଗତି ରୋଧ କରି ଗୋଟିଏ ଦିଗରେ ତାହାକୁ ଚାଳିତ କରିପାରିଲେ, ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତିଲାଭ କରାଯାଏ । ନ୍ୟାୟଦର୍ଶନ ମତରେ ଇଚ୍ଛା ଆତ୍ମାର ଗୁଣ । ଯଥା;

"ଇଚ୍ଛାଦ୍ୱେଷପ୍ରଯତ୍ନସୁଖଦୁଃଖ ଜ୍ଞାନାନ୍ୟାତ୍ମାନୋ ଲିଙ୍ଗମ୍ ।"

- ନ୍ୟାୟ ଦର୍ଶନ

ଅତଏବ ଚିତ୍ତକୁ ଏକାଗ୍ର କରି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ସାଧନ କଲେ ଜଗତରେ ଅସମ୍ଭବ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ। ଭାରତୀୟ ମୁନିଋଷିଗଣ ମାନବକୁ ପାଷାଣରେ, କାଠର ନୌକାକୁ ସୁନାନୌକାରେ, ମୂଷିକକୁ ବ୍ୟାଘ୍ରରେ ପରିଣତ କରିପାରୁଥିଲେ - ତାହା ସବୁ ମଧ୍ୟ ଏହି ସାଧନ ବଳରେ । ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ପ୍ରଭାବରେ ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ମଧ୍ୟରେ ରୋଗୀର ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ, ମାନବ ବଶୀଭୂତ ହୁଏ, ଗଗନର ଗ୍ରହନକ୍ଷତ୍ରକୁ ଭୂତଳକୁ ଆନୟନ କରାଯାଇଥାଏ। ଜ୍ୟୈଷ୍ଠର ଦାବଦଗ୍ଧ ଆକାଶରେ ନବୀନ ନିରଦମାଳା ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଏ, ନବଦ୍ୱୀପରେ ବସି ବୃନ୍ଦାବନର ସମ୍ବାଦ ଅଣାଯାଏ; ମୋଟ ଉପରେ ସମସ୍ତ ଅସାଧ୍ୟ ସୁସାଧ୍ୟ କରାଯାଏ । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶୀୟଗଣ ମେସ୍‌ମେରିଜିମ୍, ମିଡ଼ିଅମ୍, ହିପ୍‌ନୋଟିଜିମ୍, ମାନସିକ ବାର୍ତ୍ତାବିଜ୍ଞାନ, ସାଇକୋପାଥି, କ୍ଲେୟରୋ ଭଏନ୍‌ସ ପ୍ରଭୃତି ଅଦ୍ଭୁତ କାଣ୍ଡ ଦେଖାଇ ଜୀବଜଗତକୁ ମୋହିତ ଓ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ କରୁଅଛନ୍ତି। ତାହା ମଧ୍ୟ ଏହି ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବଳରେ ସମ୍ପାଦିତ ହୋଇଥାଏ। ପାୟୋନିଅର ନାମକ ଇଂରେଜୀ ସମ୍ବାଦପତ୍ରର ସମ୍ପାଦକ ସେନେଟ୍ ସାହେବ ଥିଓସଫିଷ୍ଟ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ପ୍ରବର୍ତ୍ତିକା ମ୍ୟାଡ଼ମ୍ ବ୍ଲାଭାଟସ୍କି

(Madam Blavatsky) ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ସାଧନ କରି କିପରି ଅଦ୍ଭୁତ ଓ ଅଲୌକିକ କାଣ୍ଡସବୁ ସମ୍ପାଦନପୂର୍ବକ ଏହି ମରଜଗତର ମାନବ-ଗଣଙ୍କୁ ମୁଗ୍ଧ କରିଥିଲେ, ତାହା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ମନୁଷ୍ୟ ଇଚ୍ଛା କଲେ, ନରଦେହରେ ଦେବତ୍ୱ ଲାଭ କରିପାରେ । ଦେବଲୋକ ଦର୍ଶନ ଆଉ ବଡ଼ କଥା କଅଣ ?

ହିନ୍ଦୁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଏହିପରି ଶତଶତ ଉଦାହରଣ ଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ବିଦେଶୀୟ ଉପମା ଲିପିବଦ୍ଧ କରିବାରୁ କେହି ଯେପରି କ୍ଷୁବ୍ଧ ନ ହୁଅନ୍ତି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ଏହି ପ୍ରଥା ପ୍ରଚଳିତ । ଦେଶୀୟ ଯୂଇ, ଯାଈ, ଚାମେଲିର ଆଦର ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ସେହି ଫୁଲ ବିଦେଶକୁ ଯାଇ ରାସାୟନିକ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଦ୍ୱାରା ଏସେନ୍‌ସ ହୋଇ ଆସିଲେ, ନବ୍ୟସଭ୍ୟଗଣ ଯତ୍ନର ସହିତ ସମାଦରରେ ତାହା ବ୍ୟବହାର କରିଥା'ନ୍ତି । ଅନେକେ ମା' ଭଉଣୀଙ୍କ ସହିତ କଥା କହିଲା ବେଳେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇ ଚାରିଟି ଇଂରେଜୀ ଶବ୍ଦ ଲଗାଇଥାନ୍ତି । ମୁଁ ମଧ୍ୟ ସେହି ସଭ୍ୟସମ୍ମତ ସନାତନ ପ୍ରଥା ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରଖିବାକୁ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଉଦାହରଣ ସନ୍ନିବେଶିତ କଲି । କେହି ଯେପରି ବିରକ୍ତ ହୋଇ ଆରକ୍ତ-ଲୋଚନରେ ଶକ୍ତବାକ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତ ନ କରନ୍ତି । ଆଶା କରେ, ପାଠକଗଣ ସୁସଂଯତ ଚିତ୍ତରେ ଅନନ୍ୟମନ ହୋଇ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରି ଦେବଲୋକଦର୍ଶନର ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରିବେ । ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁକୁ ଦଶ ଜଣ ଦଶ ଦିଗରୁ ଆକର୍ଷଣ କଲେ, ତାହାର ଗତି ସମଭାବରେ ରହେ; କିନ୍ତୁ ଦଶ ଜଣ ଏକ ଦିଗରୁ ଆକର୍ଷଣ କଲେ, ତାହାର ଗତି କିପରି ହୁଏ, ତାହା ସହଜରେ ଅନୁମେୟ । ସେହିପରି ଅନନ୍ତଦିଗ୍‌ଗାମୀ ମନର ଗତିରୋଧ କରି ସର୍ବତୋଭାବରେ ଏକମୁଖୀ କରିପାରିଲେ, ଜଗତରେ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇ କିଛି ହେଲେ ରହେ ନାହିଁ; ତେବେ ପ୍ରଣାଳୀବଦ୍ଧ କ୍ରମେ ବିଚାର ଓ ଯୁକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଏହା କରିବାକୁ ହୁଏ । ବାହ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନରେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି, ଯେଉଁ ବିଚାର-ବୁଦ୍ଧିର ପ୍ରୟୋଜନ, ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ତାହା ପ୍ରୟୋଜନ । ପରିଶେଷରେ ବକ୍ତବ୍ୟ ଏହି ଯେ, ସମସ୍ତ ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ସାଧନପୂର୍ବକ ସମସ୍ତ ଦୁଃଖ ବିଦୂରିତ କରି ଜୀବନରେ ସୁଖର ବସନ୍ତ ଆନୟନ କରନ୍ତୁ । ଯେପରି ମନେଥାଏ, ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା ସାଧନ ହିଁ ଯୋଗର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ।

ମୁକ୍ତି

ନିତ୍ୟାନିତ୍ୟ ବସ୍ତୁ ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ନିତ୍ୟବସ୍ତୁ ନିଶ୍ଚିତ ବା ସ୍ଥିରୀକୃତ ହେଲେ, ଅନିତ୍ୟ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ସଂକଳ୍ପ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ତାହାର ନାମ **ମୋକ୍ଷ** । ଯଥା-

''ନିତ୍ୟାନିତ୍ୟସ୍ତୁବିଚାରାଦନିତ୍ୟସଂସାରସମସ୍ତ ସଂକଳ୍ପକ୍ଷୟୋ ମୋକ୍ଷଃ ।''

- ନିରାଲମ୍ବୋପନିଷତ୍

ସଂକଳ୍ପ ବିକଳ୍ପ ମନର ଧର୍ମ । ମନ ଅତିଶୟ ଚଞ୍ଚଳ । ଚଞ୍ଚଳ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରି ନ ପାରିଲେ ମୁକ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ମନର ଏକାଗ୍ରତା ଜନ୍ମିଲେ ସେହି ମନକୁ ଜ୍ଞାନୀବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ମୃତ କହିଥାନ୍ତି । ଏହି ମୃତ ମନ ସାଧନା- ଫଳରେ ମୋକ୍ଷରୂପ ଧାରଣ କରେ । ଜୀବର ଅନ୍ତଃକରଣ ଯେଉଁ ସମୟରେ ଦୃଢତର ଉଦାସୀନ ଭାବ ଧାରଣ କରି ନିଶ୍ଚଳାବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ସେ ସମୟରେ ମୋକ୍ଷର ଆବିର୍ଭାବ ଘଟେ; ଅତଏବ ମୋକ୍ଷର ଅବଧାରଣା କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ★ ।

ସଂସାର ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ତ୍ୟାଗ ହେଲେ ଯାଇ ବୈରାଗ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ ଏବଂ ସେହି ବୈରାଗ୍ୟସାଧନ ଦ୍ୱାରା ପରିପକ୍ୱତା ଲାଭ କଲେ, ମୋକ୍ଷ ସଂଘଟିତ ହୁଏ । ମୋଟକଥା, **ସଂସାର ପ୍ରତି ଆତ୍ୟନ୍ତିକ ବିରକ୍ତିର ନାମ ମୁକ୍ତି** । ସାଂସାରିକ ଭୋଗାଭିଳାଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନ ହେଲେ, ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ ଭୋଗାଭିଳାଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଲେ ଯାଇ ସାଂସାରିକ ସୁଖଦୁଃଖର ନିବୃତ୍ତି ହୋଇ ସଂସାରକାର୍ଯ୍ୟରେ ବିରାଗ, ଅରୁଚି ବା ବିରକ୍ତି ଜନ୍ମିଥାଏ । ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିର ନିରୋଧ ହେଲେ ଯାଇ ସାଂସାରିକ ସୁଖଦୁଃଖଭୋଗର କାରଣ ସ୍ୱରୂପ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ବହିର୍ମୁଖୀନ ଭାବ ନିବୃତ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଏହିପରି ନିବୃତ୍ତି ହେବାର ନାମ ହେଉଛି **ମୁକ୍ତି** ।

★ *ମୁକ୍ତି ଓ ତାର ସାଧନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମତ୍ ପ୍ରଣୀତ ''ପ୍ରେମିକ ଗୁରୁ'' ଗ୍ରନ୍ଥରେ ବିସ୍ତାରିତ ଭାବରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି ।*

ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ବହିର୍ମୁଖୀନତା କାରଣରୁ ସଂସାରରେ ଯେଉଁ ପ୍ରବୃତ୍ତି, ତାହାର ନାମ **ବନ୍ଧନ** । ସେହି ବନ୍ଧନର କାରଣଟି **କର୍ମ** ନାମରେ କଥିତ ହୁଏ । କର୍ମ ନାନାପ୍ରକାର; ଏଥିପାଇଁ ବନ୍ଧନ ମଧ୍ୟ ନାନା ପ୍ରକାର । ଏହି ନାନାପ୍ରକାର ବନ୍ଧନରେ ଜୀବ ବନ୍ଦୀ ହୋଇ ନିଜକୁ ଅତିଶୟ କ୍ଲିଷ୍ଟ ବୋଲି ମନେ କରେ ଏବଂ ସେଥିପାଇଁ ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରେ ।

ସାଂଖ୍ୟକାରମାନେ ଏହି ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରିବାକୁ **ହେୟ** ନାମରେ ଅଭିହିତ କରିଥାନ୍ତି । ଯଥା -

"ତ୍ରିବିଧଂ ଦୁଃଖଂ ହେୟମ୍ ।" *(ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନ)*

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ଆଧିଭୌତିକ ଏବଂ ଆଧିଦୈବିକ - ଏହି ତିନି ପ୍ରକାର ଦୁଃଖର ନାମ **ହେୟ** । ପ୍ରକୃତି ପୁରୁଷ ସଂଯୋଗ ହେଲେ ଯେଉଁ ବିଷୟଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମେ, ତାହା ହିଁ ତ୍ରିବିଧ ଦୁଃଖର ପ୍ରତିକାରଣ । ଯଥା-

"ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷସଂଯୋଗେନ ଚାବିବେକୋ ହେୟ ହେତୁଃ ।"

- ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନ

ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷଙ୍କର ସଂଯୋଗ ହେତୁ ଯେଉଁ ଅବିବେକିତା ଜନ୍ମେ, ତାହା ହିଁ ହେୟହେତୁ

"ତଦତ୍ୟନ୍ତ ନିବୃତ୍ତିର୍ହାନମ୍ ।" *(ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନ)*

ଦୁଃଖତ୍ରୟର ଆତ୍ୟନ୍ତିକ ନିବୃତ୍ତିକୁ ହାନ ଅର୍ଥାତ୍ ମୁକ୍ତି କହନ୍ତି । ସେହି ଆତ୍ୟନ୍ତିକ ଦୁଃଖନିବୃତ୍ତିର ଉପାୟ -

"ବିବେକଖ୍ୟାତିସ୍ତୁ ହିଁ ହାନୋପାୟଃ ।" *(ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନ)*

ବିବେକଖ୍ୟାତି ହିଁ ହାନୋପାୟ; ଯେହେତୁ ପ୍ରକୃତି ଓ ପୁରୁଷଙ୍କର ସଂଯୋଗରେ ଅବିବେକ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇ ଦୁଃଖୋତ୍ପାଦନ କରେ ଏବଂ ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷଙ୍କର ବିୟୋଗରେ ଦୁଃଖର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ । ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷର ବିୟୋଗ ବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ବିବେକଦ୍ୱାରା ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ବିବେକକୁ **ହାନୋପାୟ**

କହନ୍ତି । ଫଳରେ ବିବେକ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଦୁଃଖର ଆତ୍ୟନ୍ତିକ ନିବୃତ୍ତି ହୋଇ ମୁକ୍ତିପଦ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ; ଯଥା-

"ପ୍ରଧାନାବିବେକାଦନ୍ୟାବିବେକସ୍ୟ ତଦ୍ଧାନେ ହାନମ୍ ।"

- ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନ

ପ୍ରକୃତି-ପୁରୁଷଙ୍କର **ଅବିବେକିତା ହିଁ ବନ୍ଧନର ହେତୁ** ଏବଂ ପ୍ରକୃତି ପୁରୁଷଙ୍କର **ବିବେକ ହିଁ ମୋକ୍ଷର କାରଣ** । ଦେହାଦିର ଅଭିମାନ ଥିବା ଯାଏ ମୋକ୍ଷଲାଭ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଯେଉଁଥିରେ ପୁରୁଷର ବିବେକ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ସେହିପରି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନର ପ୍ରୟୋଜନ ।

ଯୋଗାଙ୍ଗୀଭୂତ କର୍ମାନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ପାପାଦିର ପରିକ୍ଷୟ ହେଲେ ଜ୍ଞାନଉଦ୍ଦୀପ୍ତ ହୋଇ ବିବେକ ଜନ୍ମେ । ବିବେକ ଦ୍ୱାରା ମୋହପାଶ ଛିନ୍ନ ହୋଇ-ଥାଏ । ପାଶଛିନ୍ନ ହେଲାମାତ୍ରେ ମୁକ୍ତିଲାଭ ହୋଇଗଲା । କପଟବୈରାଗ୍ୟ ଦ୍ୱାରା, ବାକ୍ୟାଡ଼ମ୍ବର ଦ୍ୱାରା କିମ୍ବା ବଳପୂର୍ବକ ପାଶ ଛିନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ; କେବଳ ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ସେହି ପାଶ ଅର୍ଥାତ୍ ବନ୍ଧନ ନାନା ପ୍ରକାର; ତାହା ମଧ୍ୟରେ ଆଠ ପ୍ରକାର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୃଢ଼ । ତାହାହିଁ **ଅଷ୍ଟପାଶ** ନାମରେ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ଯଥା-

"ଘୃଣା ଶଙ୍କା ଭୟଂ ଲଜ୍ଜା ଜୁଗୁପ୍ସା ଚେତି ପଞ୍ଚମୀ ।
କୁଳଂ ଶୀଳଂ ଚ ମାନଂ ଚ ଅଷ୍ଟୌ ପାଶାଃ ପ୍ରକୀର୍ତ୍ତିତାଃ ॥"

- ଭୈରବଜାମଳ

ଘୃଣା, ଶଙ୍କା; ଭୟ, ଲଜ୍ଜା, ଜୁଗୁପ୍ସା, କୁଳ, ଶୀଳ ଓ ମାନ-ଏହି ଆଠଟିକୁ **ଅଷ୍ଟପୀଶ** କହନ୍ତି । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଘୃଣାରୂପ ପାଶ ଦ୍ୱାରା ବଦ୍ଧଥାଏ, ତାହାକୁ ନରକଗାମୀ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ଯେ ଶଙ୍କାରୂପ ପାଶରେ ବଦ୍ଧ, ତାହାର ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଅଧୋଗତି ହୋଇଥାଏ । ଭୟରୂପ ପାଶ ଛେଦନ କରି ନ ପାରିଲେ, ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଯେ ଲଜ୍ଜାପାଶରେ ବନ୍ଧାଥାଏ ତାହାର ନିଶ୍ଚୟ ଅଧୋଗତି ହୁଏ । ଜୁଗୁପ୍ସାରୂପ ପାଶରେ ବଦ୍ଧ

ହିଲେ ଧର୍ମହାନି ଏବଂ କୁଳରୂପ ପାଶରେ ବଦ୍ଧ ଥିଲେ, ପୁନଃପୁନଃ ଜଠରରେ ନ୍ମପରିଗ୍ରହ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଶୀଳରୂପ ପାଶରେ ବଦ୍ଧବ୍ୟକ୍ତି ମୋହରେ ଭିଭୂତ ହୁଏ । ମାନରୂପ ପାଶରେ ବଦ୍ଧ ଥିଲେ, ପାରତ୍ରିକ ଉନ୍ନତି ଲାଭ ଦୂରପରାହତ ।

"ଇତ୍ୟଷ୍ଟ ପାଶାଃ କେବଳଂ ବନ୍ଧନରୂପା ରଜ୍ଜବଃ ।"

ଏହି ଅଷ୍ଟପାଶ କେବଳ ଜୀବର ବନ୍ଧନର ରଜ୍ଜୁସ୍ୱରୂପ । ଯେ ଏହି ଷ୍ଟପାଶରେ ବଦ୍ଧ, ତାହାକୁ ପଶୁ ବୋଲାଯାଏ । ଆଉ ଏହି ଅଷ୍ଟପାଶରୁ ଯେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଅଛନ୍ତି ସେ ସଦାଶିବ । ଯଥା-

"ଏତୈର୍ବଦ୍ଧଃ ପଶୁଃ ପ୍ରୋକ୍ତୋ ମୁକ୍ତ ଏତୈଃ ସଦାଶିବ ।"

- ଭୈରବଜାମଳ

ଏହି ବନ୍ଧନମୋଚନର ଉପାୟ **ବିବେକ** । ବିବେକ ହିଁ ଜୀବର ପାଶ ଛେଦନ କରିବାର ଖଡ୍‌ଗସ୍ୱରୂପ । ବିବେକ-ଜ୍ଞାନ ସହଜରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗାଙ୍ଗୀଭୂତ କର୍ମାନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ବାସନା ଓ ମନୋନାଶ କରିପାରିଲେ ଯାଇ **ବିବେକଜ୍ଞାନ** ଜନ୍ମେ । କାରଣ ଅବିବେକ-ଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତରରୁ ଚଳିଆସୁଅଛି । ଯଥା-

"ଜନ୍ମାନ୍ତରଶତାଭ୍ୟସ୍ତା ମିଥ୍ୟା ସଂସାରବାସନା ।
ସା ଚିରାଭ୍ୟାସଯୋଗେନ ବିନା ନ କ୍ଷୀୟତେ କ୍ୱଚିତ୍ ॥"

- ମୁକ୍ତିକୋପନିଷତ୍, ୨/୧୫

ଯେଉଁ ମିଥ୍ୟା ସଂସାରବାସନା ପୂର୍ବର ଶତ ଶତ ଜନ୍ମଠାରୁ ଚଳି ଆସୁଅଛି, ତାହା ବହୁଦିନ ଯୋଗସାଧନ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉପାୟରେ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ । କଠୋର ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ମନ ଓ ବାସନାକୁ ପରିକ୍ଷୟ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଦୀର୍ଘକାଳ ଯୋଗସାଧନ କଲା ପରେ ମନ ସ୍ଥିରତାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ବୃତ୍ତିଶୂନ୍ୟ ହୋଇଯାଏ । ମନ ବୃତ୍ତିଶୂନ୍ୟ ହେଲେ ବିଜ୍ଞାନ ଓ ବାସନାତ୍ରୟ (ଲୋକ-ବାସନା, ଶାସ୍ତ୍ର-ବାସନା ଓ ଦେହ-ବାସନା) ଆପେ-ଆପେ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ

ହୁଏ । ବାସନା କ୍ଷୟ ହେଲେ ଯାଇ ନିସ୍ପୃହ ହେବା ହେଲା । ନିସ୍ପୃହ ହେଲେ ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବନ୍ଧନ ରହେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ମୁକ୍ତିଲାଭ ହୁଏ । ବାସନାବିହୀନ ଅଚେତନ ଚକ୍ଷୁରାଦି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଯେଉଁ ବାହ୍ୟ ବିଷୟ ପ୍ରତି ସମାକୃଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି, ଜୀବର ବାସନା ହିଁ ତାହାର କାରଣ ।

"ସମାଧିମଥ କର୍ମାଣି ମା କରୋତୁ କରୋତୁ ବା ।
ହୃଦୟେ ନଷ୍ଟସର୍ବେ ହୋ ମୁକ୍ତଶ ଏବୋତ୍ତମାୟଃ ॥"

- ମୁକ୍ତିକୋପନିଷତ୍, ୨/୨୦

ସମାଧି ଅଥବା କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରାହେଉ ବା ନହେଉ, ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ହୃଦୟରେ କୌଣସି ବାସନା ଉଦିତ ହୁଏ ନାହିଁ, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ **ମୁକ୍ତ** । ଯେ ବିଶୁଦ୍ଧ ବୁଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାବରଜଙ୍ଗମାଦି ସମୁଦାୟ ପଦାର୍ଥର ବାହ୍ୟ ଓ ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଆତ୍ମାକୁ ଆଧାର ସ୍ୱରୂପରେ ସନ୍ଦର୍ଶନପୂର୍ବକ ସମସ୍ତ ଉପାଧି ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଅଖଣ୍ଡ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥାନ କରନ୍ତି, ସେ ହେଉଛନ୍ତି **ମୁକ୍ତ ।** କିନ୍ତୁ ବାସନା-କାମନା-ଜଡ଼ିତ କେତେ ଜଣ ଜୀବ ବା ସେହି ସୌଭାଗ୍ୟ ନେଇ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଅଛନ୍ତି ? ସୁତରାଂ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ବାସନା କ୍ଷୟ କରିବାକୁ ହେବ ।

ସାଧନା ନାନାବିଧ; ସୁତରାଂ ନାନାବିଧ ଉପାୟରେ ମାନବର ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ । କେହି କହନ୍ତି- ଭଗବାନଙ୍କୁ ଭଜନ କଲେ ମୁକ୍ତି ହୋଇ-ଥାଏ । କେହି କହନ୍ତି - ଭଗବାନଙ୍କୁ ଭଜନ କଲେ ମୁକ୍ତି ହୁଏ । ଆଉ କେହି କେହି କହନ୍ତି - ସାଂଖ୍ୟଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ମୁକ୍ତିଲାଭ ହୁଏ । ଅନ୍ୟ କେହି କହନ୍ତି- ଭକ୍ତିଯୋଗରେ ମୁକ୍ତି ହୁଏ । ପୁଣି କେଉଁ ମହର୍ଷି କହନ୍ତି, ବେଦାନ୍ତ ବାକ୍ୟର ଅର୍ଥ ସମୁଦାୟ ବିଚାର କରି କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସାଲୋକ୍ୟାଦି-ଭେଦରେ **ମୁକ୍ତି ଚାରି ପ୍ରକାର** ବୋଲି କଥିତ ଅଛି । ଥରେ ସନତ୍କୁମାର ତାଙ୍କର ପିତା ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କୁ ମୁକ୍ତିର ପ୍ରକାରଭେଦ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପ୍ରଶ୍ନ କଲାରୁ ଲୋକପିତାମହ କହିଲେ-

*"ମୁକ୍ତିସ୍ତୁ ଶୃଣୁ ମେ ପୁତ୍ର ସାଲୋକ୍ୟାଦି ଚତୁର୍ବିଧଂ ।
ସାଲୋକ୍ୟଂ ଲୋକପ୍ରାପ୍ତିଃ ସ୍ୟାତ୍ ସାମୀପ୍ୟଂ ତତ୍ସମୀପତା ।
ସାଯୁଜ୍ୟଂ ତତ୍ସ୍ୱରୂପତ୍ୱଂ ସାର୍ଷ୍ଟିସ୍ତୁ ବ୍ରହ୍ମଣୋ ଲୟଂ ।
ଇତି ଚତୁର୍ବିଧା ମୁକ୍ତିର୍ନିର୍ବାଣଞ୍ଚ ତଦୁତ୍ତରଂ ।"*

- ହେମାଦ୍ରୌ ଧର୍ମଶାସ୍ତ୍ରମ୍

ହେ ପୁତ୍ର ! ମୁଁ ସାଲୋକ୍ୟାଦି ଚତୁର୍ବିଧ ମୁକ୍ତିର ବିବରଣୀ କହୁଅଛି, ଶୁଣ । ସେହି ଦେବଲୋକପ୍ରାପ୍ତିର ନାମ **ସାଲୋକ୍ୟ** । ସେହି ଦେବତାମାନଙ୍କ ସମୀପରେ ବାସ କରିବା ହିଁ **ସାମୀପ୍ୟ** । ତତ୍ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥିତିର ନାମ **ସାଯୁଜ୍ୟ** । ବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ମୂର୍ତ୍ତିଭେଦରେ ଲୟର ନାମ ସାର୍ଷ୍ଟି । *ଏହି ଚତୁର୍ବିଧ ମୁକ୍ତି ପରେ ନିର୍ବାଣ ମୁକ୍ତି ।*

*"ଜୀବେ ବ୍ରହ୍ମଣି ସଂଲୀନେ ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁବିବର୍ଜିତା
ଯା ମୁକ୍ତିଃ କଥିତା ସଦ୍ଭିସ୍ତନ୍ନିର୍ବାଣଂ ପ୍ରଚକ୍ଷତେ ।"*

- ହେମାଦ୍ରୌ ଧର୍ମଶାସ୍ତ୍ରମ୍

ଜୀବ ପରମବ୍ରହ୍ମରେ ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ, ଯେଉଁ ମୁକ୍ତି ହୁଏ, ଜ୍ଞାନୀମାନେ ତାହାକୁ ହିଁ **ନିର୍ବାଣ ମୁକ୍ତି** କହିଥାନ୍ତି । ନିର୍ବାଣମୁକ୍ତି ହେଲେ ଆଉ ପୁନର୍ବାର ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ ନାହିଁ । ମହେଶ୍ୱର ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ କହିଅଛନ୍ତି -

*"ସାଲୋକ୍ୟମପି ସାରୂପ୍ୟଂ ସାର୍ଷ୍ଟିଂ ସାଯୁଜ୍ୟମେବ ଚ ।
କୈବଲ୍ୟଂ ଚେତି ତାଂ ବିଦ୍ଧି ମୁକ୍ତିଂ ରାଘବ ପଞ୍ଚଧା ।।"*

- ଶିବ ଗୀତା, ୧୩/୩

ହେ ରାଘବ ! ମୁକ୍ତି ସାଲୋକ୍ୟ, ସାରୂପ୍ୟ, ସାଯୁଜ୍ୟ, ସାର୍ଷ୍ଟି ଓ କୈବଲ୍ୟ ଏହି ପଞ୍ଚବିଧ । ଅତଏବ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ନିର୍ବାଣମୁକ୍ତି କୈବଲ୍ୟ ମୁକ୍ତିର ନାମାନ୍ତର ମାତ୍ର । **ବାହ୍ୟପ୍ରକୃତି ଓ ଅନ୍ତର୍ପ୍ରକୃତି ବଶୀଭୂତ କରି ଆତ୍ମାର ବ୍ରହ୍ମଭାବ ପ୍ରକାଶ କରିବା ହିଁ ଯୋଗର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ** । ସେହି ଚରମ ଫଳଲାଭ ହେଉଛି **କୈବଲ୍ୟ** ।

"ଜାତ୍ୟନ୍ତରପରିଣାମଃ ପ୍ରକୃତ୍ୟାପୂରାତ୍"

- ପାତଞ୍ଜଳଦର୍ଶନ, କୈବଲ୍ୟପାଦ

ପ୍ରକୃତିର ଅପୂରଣ ଦ୍ୱାରା ଗୋଟିଏ ଜାତି ଆଉ ଗୋଟିଏ ଜାତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ, ଯଥା

"ଯତ୍ର ଯତ୍ର ମନୋ ଦେହୀ ଧାରୟେତ୍ ସକଳଂ ଧିୟା ।
ସ୍ନେହାଦ୍‌ଦ୍ୱେଷାଦ୍ ଭୟାଦ୍ ବାପି ଯାତି ତତ୍ତତ୍ ସ୍ୱରୂପତାମ୍ ॥
କୀଟଃ ପେଶସ୍କୃତଂ ଧ୍ୟାୟନ୍ କୁଡ୍ୟାନ୍ତେନ ପ୍ରବେଶିତଃ ॥
ଯାତି ତତ୍‌ସାତ୍ମତାଂ ରାଜନ୍ ! ପୂର୍ବରୂପଂ ହିଁ ସଂତ୍ୟଜନ୍ ॥

- ଶ୍ରୀମଦ୍ଭାଗବତ, ୧୧/୯/୨୨-୨୩

ଦେହୀ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ନେହ, ଦ୍ୱେଷ କିମ୍ବା ଭୟବଶରୁ ହେଉ, ଯେଉଁ ଯେଉଁ ବସ୍ତୁରେ ସର୍ବତୋଭାବରେ ବୁଦ୍ଧିର ସହିତ ଏକାଗ୍ରଭାବରେ ମନକୁ ଧାରଣା କରେ, ତାହାର ତାଦୃଶ ରୂପ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଯେପରି ପେଷକୃତ କୀଟ (କାଚପୋକ, କୁମ୍ଭାରୀକା, ବା କୁମ୍ଭାଟୁଆ ପୋକ) କର୍ତ୍ତୃକ ତୈଳପାୟିକା (ଅସରପା) ଧୃତ ହୋଇ ଓ ଗର୍ତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶିତ ହୋଇ ଭୟରେ ଏହି ଅସରପା କୁମ୍ଭାଟୁଆ ରୂପ ଧ୍ୟାନ କରୁ କରୁ ନିଜର ପୂର୍ବରୂପ ପରିତ୍ୟାଗ ନ କରି ମଧ୍ୟ ତାଦୃଶ କୁମ୍ଭାଟୁଆ ଦେହ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ; ପୁରୁଷ ଯେତେବେଳେ କେବଳ ବା ନିର୍ଗୁଣ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତି ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ବିକାର ଆତ୍ମଚୈତନ୍ୟରେ ପ୍ରଦୀପ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ, ଆତ୍ମାରେ ଯେତେ ବେଳେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ପ୍ରକୃତି ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୁଏ ନାହିଁ, ଆତ୍ମା ଯେତେବେଳେ କେବଳ ଚୈତନ୍ୟରେ ହିଁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଥାଏ, ବିକାରଦର୍ଶନ ହୁଏନାହିଁ - ଏହିପରି **ନିର୍ବିକାର ବା 'କେବଳ'** ହେବାକୁ ହିଁ **ନିର୍ବାଣ ଅର୍ଥାତ୍ କୈବଲ୍ୟମୁକ୍ତି** କହନ୍ତି । ଦୀର୍ଘକାଳ ଯୋଗସାଧନା ଫଳରେ ଯେତେବେଳେ ସ୍ଥୂଳ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ କାରଣ- ଏହି ତିନି ପ୍ରକାର ଦେହ ଭଙ୍ଗ ହୋଇ ଜୀବ ଓ ଆତ୍ମାର ଐକ୍ୟଜ୍ଞାନ ଜନ୍ମେ, ସେତେବେଳେ କେବଳ ଏକମାତ୍ର ନିରୁପାଧି ପରମାତ୍ମା ହିଁ ପ୍ରତୀତ ହୁଅନ୍ତି । ଏହିପରି ହୃଦୟାକାଶରେ ଅଦ୍ୱିତୀୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ଆବିର୍ଭାବ ହେବାକୁ **କୈବଲ୍ୟ ମୁକ୍ତି** କହନ୍ତି ।

ଜଗତରେ ଯାହା କିଛି ସାଧନଭଜନର ବିଧି-ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି, ସେ ସମସ୍ତ ହେଉଛି କେବଳ ଏହି ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ଲାଭ ନିମିତ୍ତ । ଜ୍ଞାନୋଦୟ ହେଲେ ଭ୍ରମରୂପ ଅଜ୍ଞାନର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ । ଅଜ୍ଞାନର ନିବୃତ୍ତି ହେଲେ ମାୟା, ମମତା, ଶୋକ, ତାପ, ସୁଖ, ଦୁଃଖ, ମାନ ଅଭିମାନ, ରାଗ, ଦ୍ୱେଷ, ହିଂସା, ଲୋଭ, କ୍ରୋଧ, ମଦ, ମୋହ, ଓ ମାତ୍ସର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଭୃତି ଅନ୍ତଃକରଣର ବୃତ୍ତିସକଳ ନିରୋଧ ହୋଇଯିବ । ସେତେବେଳେ କେବଳ ମାତ୍ର ବିଶୁଦ୍ଧ ଚୈତନ୍ୟ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ପାଉଥିବ। ଏହିପରି କେବଳ ଚୈତନ୍ୟ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ପାଇବା ଜୀବଦ୍ଦଶାରେ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ତିମରେ ନିର୍ବାଣ ହୁଏ ବୋଲି କଥିତ । ତଦ୍‌ଭିନ୍ନ ଏ ତୀର୍ଥ ସେ ତୀର୍ଥକୁ ଧାଁଦଉଡ଼ କଲେ, ସାଧୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ବା ବୈରାଗୀ ଦଳରେ ମିଶିଲେ, କୌପୀନ, ତିଳକ, ମାଳାଝୁଲା, ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟି ଧାରଣ କରି ସାଧନ ଭଜନରେ ସମୟ କଟାଇଲେ ଏବଂ କର୍ମକାଣ୍ଡ ଦ୍ୱାରା ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଭାବରେ ମୁକ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ । ଯଥା -

"ଯାବନ୍ନ କ୍ଷୀୟତେ କର୍ମ ଶୁଭଞ୍ଚ ଶୁଭମେବ ବା ।
ତାବନ୍ନଜାୟତେ ମୋକ୍ଷୋ ନୃଣାଂ କଳ୍ପଶତୈରପି ॥
ଯଥା ଲୋହମୟୈଃ ପାଶୈଃ ପାଶୈଃ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମୟୈରପି ।
ତଥା ବଦ୍ଧୋ ଭବେଜ୍ଜୀବଃ କର୍ମାଭିଶ୍ଚ ଶୁଭୈଃ ଶୁଭୈଃ ॥"

- ମହାନିର୍ବାଣତନ୍ତ୍ର ୧୪/୧୦୯-୧୧୦

ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶୁଭ ବା ଅଶୁଭ କର୍ମ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ନ ହୋଇଛି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶତକଳ୍ପରେ ମଧ୍ୟ ଜୀବର ମୁକ୍ତି ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଯେପରି ଲୌହ ବା ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଉଭୟବିଧ ଶୃଙ୍ଖଳ ଦ୍ୱାରା ବନ୍ଧନ କରାଯାଇପାରେ, ସେହିପରି ଜୀବଗଣ ଶୁଭ ବା ଅଶୁଭ ଦ୍ୱିବିଧ କର୍ମଦ୍ୱାରା ବଦ୍ଧ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହା ବୋଲି ମୁଁ କର୍ମକାଣ୍ଡର ଦୋଷ ଦର୍ଶାଉନାହିଁ ।

ଅଧିକାର ଭେଦରେ କାର୍ଯ୍ୟର ବିଭିନ୍ନତା ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ ଅଳ୍ପ ଜ୍ଞାନୀ, ସେମାନେ କର୍ମକାଣ୍ଡ ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ହେଲେ ଉଚ୍ଚ ଅଧିକାରୀର କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ କରିବେ । ନଚେତ୍ ଯେଉଁମାନେ ଏକାବେଳକେ ନିରାକାର

ବ୍ରହ୍ମଲାଭ ପାଇଁ ପ୍ରଧାବିତ ହୁଅନ୍ତି, ସେମାନେ ସମଧିକ ଭ୍ରାନ୍ତ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଅଧିକାର ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ହେବ ।

"ସକାମାଶ୍ଚୈବ ନିଷ୍କାମା ଦ୍ୱିବିଧା ଭୁବି ମାନବାଃ
ଅକାମାନାଂ ପଦଂ ମୋକ୍ଷଃ କାମିନାଂ ଫଳମୁଚ୍ୟତେ ॥"

- ମହାନିର୍ବାଣ ତନ୍ତ୍ର, ୧୩ ଉଃ

ଏ ସଂସାରରେ ସକାମ ଓ ନିଷ୍କାମ - ଏହି ଦୁଇ ଶ୍ରେଣୀର ମାନବ ଅଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁମାନେ **ନିଷ୍କାମ**, ସେମାନେ **ମୋକ୍ଷପଥର ଅଧିକାରୀ**; ଆଉ ଯେଉଁମାନେ **ସକାମ**, ସେମାନେ କର୍ମାନୁଯାୟୀ **ସ୍ୱର୍ଗଲୋକାଦି ଗମନ** ପୂର୍ବକ ନାନା ପ୍ରକାର ଭୋଗ୍ୟବସ୍ତୁ ଭୋଗକରି, କୃତକର୍ମ କ୍ଷୟପରେ ପୁନରାୟ **ଭୂଲୋକରେ ଜନ୍ମପରିଗ୍ରହ** କରିଥାନ୍ତି । ତେଣୁ କହୁଛି, କର୍ମକାଣ୍ଡ - ଦ୍ୱାରା ମୁକ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ । ମହାଯୋଗୀ ମହେଶ୍ୱର କହିଛନ୍ତି -

"ବିହାୟ ନାମରୂପାଣି ନିତ୍ୟେ ବ୍ରହ୍ମଣି ନିଶ୍ଚଳେ ।
ପରିନିଶ୍ଚିତତତ୍ତ୍ୱୋ ଯଃ ସ ମୁକ୍ତ କର୍ମବନ୍ଧନାତ୍ ॥
ନ ମୁକ୍ତିର୍ଜପନାଦ୍ଧୋମାଦୁପବାସଶତୈରପି ।
ବ୍ରହ୍ମୈବାହମିତି ଜ୍ଞାତ୍ୱା ମୁକ୍ତୋ ଭବତି ଦେହଭୃତ୍ ॥"
ଆତ୍ମା ସାକ୍ଷୀ ବିଭୁଃ ପୂର୍ଣ୍ଣଃ ସତ୍ୟୋଽଦ୍ୱୈତଃ ପରାତ୍ପରଃ ।
ଦେହସ୍ଥୋଽପି ନ ଦେହସ୍ଥୋ ଜ୍ଞାତ୍ୱୈବଂ ମୁକ୍ତିଭାଗ୍ ଭବେତ୍ ॥
ବାଳକ୍ରୀଡ଼ନବତ୍ ସର୍ବଂ ନାମରୂପାଦିକଳ୍ପନଂ ।
ବିହାୟ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠୋ ଯଃ ସ ମୁକ୍ତୋ ନାତ୍ର ସଂଶୟଃ ॥
ମନସା କଳ୍ପିତା ମୂର୍ତ୍ତିର୍ନୃଣାଂ ଚେନ୍ମୋକ୍ଷସାଧନୀ ।
ସ୍ୱପ୍ନଲବ୍ଧେନ ରାଜ୍ୟେନ ରାଜାନୋ ମାନବାସ୍ତଦା ॥
ମୃଚ୍ଛିଳାଧାତୁଦାର୍ବାଦିମୂର୍ତ୍ତାବୀଶ୍ୱରବୁଦ୍ଧୟଃ ।
କ୍ଲିଶ୍ୟନ୍ତସ୍ତପସା ଜ୍ଞାନଂ ବିନା ମୋକ୍ଷ ନ ଯାନ୍ତି ତେ ॥
ଆହାରସଂଯମକ୍ଲିଷ୍ଟା ଯଥେଷ୍ଟାହାରତୁନ୍ଦିଳାଃ ।

*ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନବିହୀନାଶ୍ଚେ ନାସ୍ତୃତିଂ ତେ ବ୍ରଜନ୍ତି କିମ୍ ॥
ବାୟୁପର୍ଣ୍ଣକଣତୋୟ ବ୍ରାତନେ ମୋକ୍ଷଭାଗିନଃ ।
ଶାନ୍ତି ଚେଦ୍ ପନ୍ନଗା ମୁକ୍ତାଃ ପଶୁପକ୍ଷିଜଳେଚରାଃ ॥
ଉତ୍ତମୋ ବ୍ରହ୍ମସଦ୍‌ଭାବୋ ଧ୍ୟାନଭାବସ୍ତୁ ମଧ୍ୟମଃ
ସ୍ତୁତିର୍ଜପୋଽଧମୋ ଭାବୋ ବହିଃପୂଜାଧମାଧମାଃ ॥''*

- ମହାନିର୍ବାଣତନ୍ତ୍ର, ୧୪ ଉଃ

ମହାନିର୍ବାଣତନ୍ତ୍ରର ଏହି କେତୋଟି ଶ୍ଳୋକରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଅଛି ଯେ, ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ବ୍ୟତୀତ କେବଳ ବାହ୍ୟାଡ଼ମ୍ବରରେ ମୁକ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ । ବାସନା-କାମନା ପରିତ୍ୟାଗପୂର୍ବକ ମନ ବୃତ୍ତିଶୂନ୍ୟ ନ ହେଲେ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ସମ୍ଭୁଭବ ହୁଏ ନାହିଁ । ତ୍ୟାଗୀ ବା ସଂସାରୀ ସମସ୍ତଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏହି ଗୋଟିଏ ନିୟମ । କେବଳ ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀ କିବା ବୈରାଗୀ ହେଲେ ମୁକ୍ତିଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ; ମନ ପରିଷ୍କାର କରି କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । କେହି ସଂସାର ତ୍ୟାଗ କରି ବୈରାଗ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିଅଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ପୁଅଝିଅ, ନାତିନାତୁଣୀ, ଜମିବାଡ଼ି, ଗୋରୁଗାଈ ବା ଘରବାଡ଼ିରେ ସେ ଗୃହୀମାନଙ୍କଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଆସକ୍ତ । ଏପରି ବୈରାଗୀ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ବିରଳ ନୁହନ୍ତି ।

*''ଆକୀଟବ୍ରହ୍ମପର୍ଯ୍ୟନ୍ତଂ ବୈରାଗ୍ୟଂ ବିଷୟେଷ୍ୱନୁ
ଯଥୈବ କାକବିଷ୍ଠାୟାଂ ବୈରାଗ୍ୟଂ ତଦ୍ଧି ନିର୍ମଳମ୍ ।''*

ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଦେଖ, ଅବଧୂତ ଲକ୍ଷ ବର୍ଣ୍ଣନା କରି ମହାତ୍ମା ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ କଅଣ କହିଛନ୍ତି-

*ଅ - ''ଆଶାପାଶବିନିର୍ମୁକ୍ତ ଆଦିମଧ୍ୟାନ୍ତନିର୍ମଳଃ
ଆନନ୍ଦେ ବର୍ତ୍ତେତ ନିତ୍ୟମକାରସ୍ତସ୍ୟ ଲକ୍ଷଣମ୍ ॥'
ବ - ବାସନା ବର୍ଜିତା ଯେନ ବକ୍ତବ୍ୟଂ ଚ ନିରାମୟମ୍
ବର୍ତ୍ତମାନେଷୁ ବର୍ତ୍ତତେ ବକାରସ୍ତସ୍ୟ ଲକ୍ଷଣମ୍ ॥
ଧୂ - ଧୂଳି ଧୂସରଗାତ୍ରାଣି ଧୂତ ଚିତ୍ତୋ ନିରାମୟଃ
ଧାରଣାଧ୍ୟାନନିର୍ମୁକ୍ତୋ ଧୂକାରସ୍ତସ୍ୟ ଲକ୍ଷଣମ୍ ॥*

ତ - ତତ୍ତ୍ୱଚିନ୍ତା ଧୃତା ଯେନ ଚିନ୍ତାଚେଷ୍ଟାବିବର୍ଜିତଃ
ତମୋଽହଂକାରନିର୍ମୁକ୍ତସ୍ତକାରସ୍ତସ୍ୟ ଲକ୍ଷଣମ୍ ॥''

- ଅବଧୂତ ଗୀତା, ୮ ଅଃ

ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଯେପରି ତ୍ୟାଗୀର ଲକ୍ଷଣ ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ, ଏପରି ବୈରାଗୀ ନୟନଗୋଚରର ହେବା କଠିନ । ଚାଷବାସ, ବ୍ୟବସାୟ, ବାଣିଜ୍ୟରେ ଯଦି ଗୃହୀଙ୍କୁ ପରାସ୍ତ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ଥିଲା, ତେବେ ଆତ୍ମୀୟ ସ୍ୱଜନଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ଓ ଜାତ୍ୟାଦିରେ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେଇ ଭେକ ନେଲ କାହିଁକି ? ବିବାହ କରି ସ୍ତ୍ରୀପୁତ୍ରଙ୍କୁ ଘେନି ଘରେ ବସିଲେ କଅଣ ଧର୍ମ ହେବ ନାହିଁ ? କୌପୀନ ପରିଧାନ କରି ବୈଷ୍ଣବୀନାମା ବାରବିଳାସିନୀ ଗ୍ରହଣ ନ କଲେ, କଅଣ ଗୋପୀବଲ୍ଲଭଙ୍କର କୃପା ହେବ ନାହିଁ ? ଆଜିକାଲି 'ବୈଷ୍ଣବ' ଗୋଟିଏ ଜାତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି । ଯେତେ ସବୁ କୋଢ଼ୀ, ଅକର୍ମା, ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଖାଇବାକୁ ନ ପାଇ ପେଟ ଦାଉରେ ବିବାହ କରି ନ ପାରି ରିପୁ-ଉତ୍ତେଜନାରେ ବୈଷ୍ଣବ ଧର୍ମ ଗ୍ରହଣପୂର୍ବକ ନିରୁଦ୍‌ବେଗରେ ସମସ୍ତ ଅଭାବ ପୂରଣ କରୁଅଛନ୍ତି । ଜ୍ଞାନ ନାମରେ ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଳି-ଟିପ; କିନ୍ତୁ ବାହ୍ୟଦୃଶ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱକମ୍ପିତ ।

ଜଣେ ଜଣେ ମହାପ୍ରଭୁ ଯେପରି କି ପକ୍‌କା ପାଇଖାନା ! ପକ୍‌କା ପାଇଖାନା ଉପର ଯେପରି ଚୂନ କାମରେ ଧଳା ଏବଂ ଭିତରେ ମଳମୂତ୍ର ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ, ସେହିପରି ସର୍ବାଙ୍ଗ ଚିତାତିଳକ ଶୋଭିତ କରି ମାଳୀଝୁଲି ଧରି ନିୟତ ମାଳା ଠକ୍ ଠକ୍ କରୁଅଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଅନ୍ତର ବିଷୟ-ଚିନ୍ତା, କପଟତା, କୁଟିଳତା, ସ୍ୱାର୍ଥପରତା, ହିଂସା ଦ୍ୱେଷ, ଓ ଅଂହଭାବରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହିପରି ଛଦ୍ମବେଶୀ ଭଣ୍ଡ ଲୋକଙ୍କ କଥାରେ ମୂର୍ଖମାନେ ଭୁଲିଯାଇ ମୁଣ୍ଡ ପିଟନ୍ତି । ଗିଲ୍‌ଟି କଲେଇ ର କୃତ୍ରିମ ଆବରଣ ଭଲ ନୁହେଁ । ଅନ୍ତର ଆବର୍ଜ୍ଜନାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ବାହାରେ ଲୋକଭୁଲାଣିଆ ସାଧୁଗିରିର ଢ଼ଙ୍ଗ କୌଣସିମତେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ନୁହେଁ । କେହି ବା ତର୍କରେ ମୂର୍ତ୍ତିମାନ, ଅଥଚ ପେଟ ଭିତରେ ସିଦ୍ଧିରସ୍ତୁ-ବିବର୍ଜ୍ଜିତ ।

ଯେ ଜ୍ଞାନରେ ପକ୍ୱ, ଧର୍ମର ପ୍ରକୃତ ମର୍ମ ଜାଣିଅଛନ୍ତି, ସେ କେବେହେଲେ ତର୍କ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଘୃତରେ ଲୁଚି ଛାଡ଼ିଦେଲେ ପ୍ରଥମେ ଶବ୍ଦ ହୁଏ; କିନ୍ତୁ ରସ ଯେତେ ମରିଯାଏ, ଶବ୍ଦ ସେତେ କମିଯାଏ । ଗଣ୍ଡମୂର୍ଖମାନେ ତାହା ନ ବୁଝି ନିଜର ବୁଦ୍ଧି ନିଜେ ନିଜେ ପ୍ରକାଶ କରିଦିଅନ୍ତି । ଫଳରେ ଖାଣ୍ଟି ହେବାକୁ ବାସନା କଲେ ମାଟି ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅଂହଭାବର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପ୍ରତି ଆଶା, ଯଶ-ଗୌରବର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ମନ ମଧ୍ୟରେ ବିନ୍ଦୁମାତ୍ର ଥିଲେ ପ୍ରେମ ଓ ଭକ୍ତି ଆସିପାରେ ନାହିଁ । ବାସନା ବନ୍ଧନର ମୂଳ । ଅହଂକାର ପ୍ରଭୃତି ସକଳ ଆଶା ତ୍ୟାଗ କଲେ ଆଉ ଚିରବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ; ଅନାୟାସରେ ତ୍ରିତାପ-ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନିର୍ବାଣ-ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରାଯାଏ । ଜୀବ ବାସନା-କାମନାରୂପ ଖାଦର ମିଶ୍ରଣରେ ବ୍ରହ୍ମଠାରୁ ସ୍ୱଗତ ଭେଦ-ସମ୍ପନ୍ନ । ସେହି ବାସନା-କାମନାରୂପ ଖାଦ ଜ୍ଞାନରୂପ ଅଗ୍ନିରେ ପୋଡ଼ିଦେଇ ଦୂରୀଭୂତ କଲେ ଯାଇ ଜୀବ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ସ୍ୱରୂପତଃ ଜୀବ ଯେଉଁ ବ୍ରହ୍ମ ଥିଲା, ସେହି ବ୍ରହ୍ମ ହୋଇଯାଏ ।

ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପାୟରେ ନିର୍ବାଣ-ମୁକ୍ତି ଲାଭ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥର ଆଲୋଚ୍ୟ ବିଷୟ ନୁହେଁ । ଯୋଗବଳରେ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ମୁକ୍ତି ନିର୍ବାଣପଦ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ-ଥାଏ । ସାଧକ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତିଙ୍କୁ ଚୈତନ୍ୟ କରାଇ **ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ** ଜୀବାତ୍ମା ସହିତ ଆନୟନ କଲେ **ସାଲୋକ୍ୟ** ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି; ବିଶୁଦ୍ଧଚକ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଠିପାରିଲେ **ସାରୂପ୍ୟ** ଲାଭ ହୁଏ; **ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର** ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଠିପରିଲେ **ସାଯୁଜ୍ୟ** ଲାଭ ହୁଏ । ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର ଉପରେ **ନିରାଲମ୍ବପୁର**ରେ ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଃଦର୍ଶନ ବା ଜ୍ୟୋତିଃମଧ୍ୟରେ ଇଷ୍ଟଦେବଦର୍ଶନ ହେଲେ କିମ୍ବା ନାଦରେ ମନୋଲୟ କରିପାରିଲେ ନିବାଣ-ମୁକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ★ ।

★ *ଭକ୍ତିପଥରେ ମୁକ୍ତି, ଭକ୍ତିର ସାଧନ, ପ୍ରେମ ଭକ୍ତିର ମାଧୁର୍ଯ୍ୟଆସ୍ୱାଦ, ବୈରାଗ୍ୟ ସନ୍ନ୍ୟାସ ପ୍ରଭୃତି ହିନ୍ଦୁଧର୍ମରର ଚରମ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ମତ୍‌ପ୍ରଣୀତ 'ପ୍ରେମିକଗୁରୁ' ଗ୍ରନ୍ଥରେ ବିଶଦ୍‌ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି ।*

*"ଜୀବଃ ଶିବଃ ସର୍ବମେବ ଭୂତେ ଭୂତେ ବ୍ୟବସ୍ଥିତଃ ।
ଏବମେବାଭିପଶ୍ୟନ୍ ଯୋ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତଃ ସ ଉଚ୍ୟତେ ।"*

- ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ଗୀତା

ଏହି ଜୀବ ହିଁ ଶିବ ସ୍ୱରୂପ । ସେ ସର୍ବତ୍ର ସର୍ବଭୂତରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହୋଇ ବିରାଜିତ ରହିଛନ୍ତି । ଏହିପରି ଦର୍ଶନକାରୀଙ୍କୁ **ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ** କୁହାଯାଏ । ଅତଏବ ପାଠକମାନେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ-ସନ୍ନିବେଶିତ ଯେ କୌଣସି କ୍ରିୟାର ଅନୁଷ୍ଠାନପୂର୍ବକ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇ ସଂସାରରେ ପରମାନନ୍ଦ ଭୋଗ ଓ ଅନ୍ତିମରେ ନିର୍ବାଣ-ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିପାରିବେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗସାଧନରେ ଅକ୍ଷମ, ସେ ସଂସ୍କାର, ବାସନା-କାମନା, ସୁଖ-ଦୁଃଖ, ଶୀତ-ଆତପ, ମାନ-ଅଭିମାନ, ମାୟା-ମୋହ, କ୍ଷୁଧା-ତୃଷ୍ଣା, ସମସ୍ତ ପାଶୋରି ପକାଇ ପ୍ରାଣର ଠାକୁରଙ୍କର ଶରଣାପନ୍ନ ହୋଇପାରିଲେ, ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବ ।

ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଶିକ୍ଷାରେ ବିକୃତମସ୍ତିଷ୍କ ପଥହରା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯଦି ଜଣେ ହେଲେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥପାଠ କରି ଯୋଗସାଧନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ତାହାହେଲେ ମୋର ଲେଖନୀ-ଧାରଣ ସାର୍ଥକ ହେବ । ମୁସଲମାନ, ଖ୍ରୀଷ୍ଟିଆନ୍ ପ୍ରଭୃତି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସାଧନ କଲେ, ଯେ ଫଳ ପାଇ ପାରିବେ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଯଦି କେହି ନିୟମିତ ଯୋଗ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ଅଭିଳାଷୀ ହୋଇ ଅନୁଗ୍ରହ କରି ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥକାର ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି, ମୋର ଯେତେଦୂର ଶିକ୍ଷା ଅଛି ଏବଂ ଆଲୋଚନା ଫଳରେ ଯେଉଁ ସାମାନ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଅଛି, ତଦନୁସାରେ ବୁଝାଇବାକୁ ଓ ଯତ୍ନର ସହିତ କ୍ରିୟାଦି ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ତ୍ରୁଟି କରିବି ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ମୁଁ-

*"ଜାନାମି ଧର୍ମଂ ନ ଚ ମେ ପ୍ରବୃତ୍ତି-
ର୍ଜାନାମ୍ୟଧର୍ମଂ ନ ଚ ମେ ନିବୃତ୍ତିଃ ।।
ତ୍ୱୟା ହୃଷୀକେଶ ହୃଦିସ୍ଥିତେନ
ଯଥା ନିଯୁକ୍ତୋଽସ୍ମି ତଥା କରୋମି ।।"*

ଓଁ ମହାଶାନ୍ତିଃ

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ତୃତୀୟ ଅଂଶ-ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପ

ଦୀକ୍ଷା-ପ୍ରଣାଳୀ

"ନମୋଽସ୍ତୁ ଗୁରବେ ତସ୍ମାୟିଷ୍ଟଦେବସ୍ୱରୂପିଣେ
ଯସ୍ୟ ବାକ୍ୟାମୃତଂ ହନ୍ତି ବିଷଂ ସଂସାର-ସଂଜ୍ଞିତମ୍ ।"

ଅଜ୍ଞାନତିମିରାବୃତ ଚକ୍ଷୁ ଜ୍ଞାନାଞ୍ଜନ-ଶଳାକା ଦ୍ୱାରା ଯେ ଉନ୍ମୀଳନ କରି ଦେଇଛନ୍ତି, ଅଖଣ୍ଡମଣ୍ଡଳାକାର ଜଗତ୍‌ବ୍ୟାପ୍ତ ବ୍ରହ୍ମପଦ ଯାହାଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃକ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୋଇଅଛି, ଇଷ୍ଟଦେବତାଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ସେହି ନିତ୍ୟାରାଧ୍ୟ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ପଦପଙ୍କଜରେ ପ୍ରଣତି ପୁରଃସର ତଦୁପଦିଷ୍ଟ **'ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପ'** ଆରମ୍ଭ କଲି ।

ମନ୍ତ୍ରକଳ୍ପ

ଦୀକ୍ଷାଗୁରୁ ହିନ୍ଦୁ-ମାନଙ୍କର ନିତ୍ୟାରାଧ୍ୟ ଦେବତା । ଗୁରୁପୂଜା ବ୍ୟତୀତ ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କର ଇଷ୍ଟ-ଦେବତା-ପୂଜା ସୁସିଦ୍ଧ ହୁଏ ନାହିଁ । ଗୁରୁପୂଜା କରିବାର ପ୍ରଥା ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କର ଅସ୍ଥି-ମଜ୍ଜା ବିଜଡ଼ିତ ଗୁରୁ ସର୍ବତ୍ର ପୂଜ୍ୟ ଓ ସମ୍ମାନାର୍ହ । ବୈଦିକ ହୁଅନ୍ତୁ, ତାନ୍ତ୍ରିକ ହୁଅନ୍ତୁ, ବୈଷ୍ଣବ ହୁଅନ୍ତୁ ଅଥବା ଶାକ୍ତ, ଶୈବ, ସୌର, ଗାଣପତ୍ୟ ଯାହା ହୁଅନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି, ହିନ୍ଦୁମାତ୍ରକେ ଗୁରୁପୂଜା ଓ ଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରତି ଯଥୋଚିତ ଭକ୍ତି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥା'ନ୍ତି । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଉକ୍ତି ଅଛି-

"ନ ଚ ବିଦ୍ୟା ଗୁରୋସ୍ତୁଲ୍ୟଂ ନ ତୀର୍ଥଂ ନ ଚ ଦେବତା ।
ଗୁରୋସ୍ତୁଲ୍ୟଂ ନ ବୈ କୋଽପି ଯଦ୍ଦୃଷ୍ଟଂ ପରମଂ ପଦମ୍ ॥
ନ ମିତ୍ରଂ ନ ଚ ପୁତ୍ରାଶ୍ଚ ନ ପିତା ନ ଚ ବାନ୍ଧବାଃ ।
ନ ସ୍ୱାମୀ ଚ ଗୁରୋସ୍ତୁଲ୍ୟଂ ଯଦ୍ଦୃଷ୍ଟଂ ପରମଂ ପଦମ୍ ॥
ଏକମପ୍ୟକ୍ଷରଂ ଯସ୍ତୁ ଗୁରୁଃ ଶିଷ୍ୟେ ନିବେଦୟେତ୍ ।
ପୃଥିବ୍ୟାଂ ନାସ୍ତି ତଦ୍ଦ୍ରବ୍ୟଂ ଯଦତ୍ତ୍ୱା ଚାନୃଣୀ ଭବେତ୍ ॥"

- ଜ୍ଞାନସଂକଳିନୀ ତନ୍ତ୍ର

ଯେଉଁ ଗୁରୁଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃକ ପରମପଦ ଦୃଷ୍ଟ ହୋଇଅଛି, କି ବିଦ୍ୟା, କି ତୀର୍ଥ, କି ଦେବତା କିଛି ହେଲେ ସେହି ଗୁରୁଙ୍କର ତୁଲ୍ୟ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ଗୁରୁଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃକ ପରମପଦ ଦୃଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ, ସେହି ଗୁରୁଙ୍କ ତୁଲ୍ୟ ମିତ୍ର ଆଉ କେହି ନାହାନ୍ତି । ପୁତ୍ର କହ, ପିତା କହ, ବାନ୍ଧବ କହ, ସ୍ୱାମୀ କହ, କେହିହେଲେ ଗୁରୁଙ୍କର ତୁଲ୍ୟ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଯେଉଁ ଗୁରୁ ଶିଷ୍ୟକୁ ଏକାକ୍ଷର ମନ୍ତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି, ପୃଥିବୀ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି କୌଣସି ଦ୍ରବ୍ୟ ନାହିଁ, ଯାହା ତାଙ୍କୁ ଦାନ କଲେ; ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ଋଣମୁକ୍ତ ହୋଇପାରିବ । ବୈଷ୍ଣବମାନେ କହିଥାନ୍ତି-

"ଗୁରୁ ତ୍ୟଜି ଗୋବିନ୍ଦ ଭଜେ,
ସେହି ପାପୀ ନରକେ ମଜେ ।"

ଗୁରୁଙ୍କର ଏତାଦୃଶ ପୂଜ୍ୟଭାବ କାହିଁକି ହେଲା ? ବାସ୍ତବିକ୍ ଯେଉଁ ଗୁରୁଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃକ ପରମପଦ ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ବ୍ରହ୍ମସାକ୍ଷାତ୍କାର ଲାଭ ହୁଏ, ଯେ ଅଜ୍ଞାନ-ତିମିରାବୃତ ଚକ୍ଷୁ ଜ୍ଞାନାଞ୍ଜନ-ଶଳାକା ଦ୍ୱାରା ଉନ୍ମୀଳିତ କରି ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି; ସଂସାରର ତ୍ରିତାପରୂପ ବିଷୟର ଯେ ବିନାଶ-ସାଧନ କରନ୍ତି, ଜଗତରେ ତାଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଆଉ କିଏ ଅଧିକ ଗରୀୟାନ୍, ମହୀୟାନ ଓ ଆତ୍ମୀୟ ଅଛନ୍ତି ? ଆମେ ତାଙ୍କୁ ଭକ୍ତି-ପ୍ରୀତି ପ୍ରଦାନ କରିବା ନାହିଁ ତ ଆଉ କାହାକୁ ପ୍ରଦାନ କରିବା ? କିନ୍ତୁ ଦୁଃଖର ବିଷୟ, ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ଶିଷ୍ୟର ପଥ-ପ୍ରଦର୍ଶକ ଗୁରୁ ଗୃହସ୍ଥମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାୟ ଦେଖାଯାନ୍ତି

ନାହିଁ । ଆଜିକାଲି ଗୁରୁଗିରି ବ୍ୟବସାୟରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି । ଆମ ଦେଶରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଗୁରୁଙ୍କର ଗୁରୁତ୍ୱ ନାହିଁ, କର୍ତ୍ତବ୍ୟବୋଧ ନାହିଁ; ଦୀକ୍ଷାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଗୁରୁ କିମ୍ବା ଶିଷ୍ୟ କେହି ହେଲେ ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ । ଦୀକ୍ଷାଗ୍ରହଣର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କଅଣ ?

"ଦୀୟତେ ଜ୍ଞାନମତ୍ୟର୍ଥଂ କ୍ଷୀୟତେ ପାଶବନ୍ଧନଂ
ଅତୋ ଦୀକ୍ଷେତି ଦେବେଶି କଥିତା ତତ୍ତ୍ୱଚିନ୍ତକୈଃ ।"

- ଯୋଗିନୀତନ୍ତ୍ର, ଷଷ୍ଠ ପଃ

ଆହୁରି ଦେଖ -

"ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନଂ ଯତୋ ଦଦ୍ୟାତ୍ କୁର୍ଯ୍ୟାତ୍ ପାପକ୍ଷୟନ୍ତତଃ ।
ତସ୍ମାଦ୍ଦୀକ୍ଷେତି ସା ପ୍ରୋକ୍ତା ସର୍ବତନ୍ତ୍ରସ୍ୟ ସମ୍ମତା ।।"

- ବିଶ୍ୱସାରତନ୍ତ୍ର, ୨ୟ ପଃ

ଏହି ସମସ୍ତର ଭାବାର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ, ଦୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ହୁଏ ଏବଂ ପାପକ୍ଷୟ ଓ ପାଶବନ୍ଧନ ଦୂର ହୁଏ । ଏହା ହିଁ 'ଦୀକ୍ଷା' ଶବ୍ଦ'ର ବ୍ୟୁତ୍ପତ୍ତି ଏବଂ ଦୀକ୍ଷାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ଦୀକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରି କେତେଜଣଙ୍କର ବା ସେ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସାଧିତ ହୁଏ ? ହେବ ବା କିପରି ?

"ଅଭିଜ୍ଞଶ୍ଚୋଦ୍ଧରେନ୍ମୂର୍ଖଂ ନ ମୂର୍ଖୋ ମୂର୍ଖମୁଦ୍ଧରେତ୍ ।"

- କୁଳମୂଳାବତାର, କଳ୍ପସୂତ୍ର ଟୀକା

ଅଭିଜ୍ଞ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନଭିଜ୍ଞ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଜଣେ ଅନଭିଜ୍ଞ ମୂର୍ଖ ଆଉ ଜଣେ ଅନଭିଜ୍ଞ ମୂର୍ଖକୁ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରେ ନାହିଁ । ବ୍ୟବସାୟୀ-ଗୁରୁ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ମଧ୍ୟରେ ସାଧକ ଶିଷ୍ୟର ଅଜ୍ଞାନ-ଅନ୍ଧକାର ଦୂର କରି ଦେଇ ତାହାକୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ନିତାନ୍ତ ବିରଳ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜେ ସର୍ବ ପ୍ରକାରେ ବନ୍ଧନ ଦଶାରେ ପଡ଼ି ହସ୍ତ ପଦ ସଞ୍ଚାଳନ କରିବାକୁ ଅକ୍ଷମ, ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ପୁଣି ଅପରର ବନ୍ଧନ ମୋଚନ କରି ଦେବ ବା କିପରି ? ଗୁରୁଦେବ ନିଜେ ଅନ୍ଧକାର ମଧ୍ୟରେ ଥାଇ ଆକୁଳ ଓ କାତରରେ ବିକଳ ହୋଇ ଘୂରି ବୁଲୁଛନ୍ତି । ଶିଷ୍ୟର ଅଜ୍ଞାନ-ଅନ୍ଧକାର ଦୂର

କରିଦେବେ ବା କିପରି ? ଏହିପରି କାଣ୍ଡଜ୍ଞାନଶୂନ୍ୟ ବ୍ୟବସାୟୀ-ଗୁରୁନାମଧାରୀ ଅଦ୍ଭୁତ ଜୀବ କଳିକାଳରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ କଳି । ଏହିସବୁ ଗୁରୁଗୋସ୍ୱାମୀମାନେ ସନ୍ଧ୍ୟା, ଆହ୍ନିକ ଓ ପୂଜା ଆଦି କରିବା ସମୟରେ ଧ୍ୟାନରେ 'ସୋଽହଂ' ଭାବିବା ସ୍ଥଳରେ ଅନ୍ଧକାର ଦର୍ଶନ କରିଥାଆନ୍ତି କିମ୍ବା ବଜାରର ଅଭିଳଷିତ ଦ୍ରବ୍ୟ କ୍ରୟ ବା ବିଷୟ ଚିନ୍ତାରେ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରନ୍ତି । କେହି ବା ନିଜର ସମସ୍ତ ଦେହ ଗୋପୀମୃତ୍ତିକା ଲେପନ କରି ମୁଖରେ ଅନବରତ ଗୋପୀବଲ୍ଲଭଙ୍କର ନାମ ଜପ କରନ୍ତି । ଆକଣ୍ଠ-ବକ୍ଷଲମ୍ବିତ ଲଙ୍ଗ୍ କ୍ଲଥ୍ (ଧଳା ଥାନଲୁଗା) କିମ୍ବା ରଙ୍ଗୀନ୍ ରେଶମୀ ଝୁଲାରେ ନିୟତ ମାଳା ଠକ୍ ଠକ୍ କରିଥାନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ମନ ମଧ୍ୟରେ ନାନାପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ଓ ମୁଖରେ ନାନା କଥା ଲାଗି ରହିଥାଏ । ମନ-କାନ ନାନା ଦିଗକୁ ଆକୃଷ୍ଟ, ମୁଖରେ ଅନବରତ କଥା; ଏଆଡ଼େ କିନ୍ତୁ ଝୁଲା ଓ ମାଳାର ବିରାମ ନାହିଁ । ଏହି ଗୁରୁସଂପ୍ରଦାୟ ଛଳେ-ବଳେ-କୌଶଳେ କେବଳ ଶିଷ୍ୟ-ସଂଗ୍ରହ ଚେଷ୍ଟାରେ ସର୍ବଦା ଭ୍ରମଣ କରିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନୀ, ଅଶେଷ ସାଧ୍ୟ ସାଧନା ପରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ସହଜରେ କାହାରିକୁ ଶିଷ୍ୟ କରିବାକୁ ସ୍ୱୀକୃତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଆଉ ମୁଁ ସ୍ୱଚକ୍ଷୁରେ ଦେଖିଛି, ଅନେକ ବ୍ୟବସାୟୀ ଗୁରୁ ନିଜେ ଖୋସାମତ୍ କରି ନିଜ ଘରୁ ଚାଉଳ, ଡାଲି, ପଇତା ଆଣି ଅଯାଚିତ ଭାବରେ ଶିଷ୍ୟର ଅଜ୍ଞାନାନ୍ଧକାର ବିଦୂରିତ କରିବା ପାଇଁ ଯାଚି ବୁଲନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଥରେ ଶିଷ୍ୟ କରିପାରିଲେ, ଶିଷ୍ୟ ବିଚରା ଆଉ ଯିବ କୁଆଡ଼େ ? ନିୟମିତ ଭାବରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମିତ ବାର୍ଷିକ ଦେୟ ଶିଷ୍ୟ ଠାରୁ ନ ପାଇଲେ; ଶିଷ୍ୟର ଆଉ ନିସ୍ତାର ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ଗୁରୁ ଶିଷ୍ୟକୁ ମନ୍ତ୍ର ଦିଅନ୍ତି-

"ହରିବୋଲ, ହରିବୋଲ ରେ ଧନ ।
ବର୍ଷ ଶେଷେ ଦେବୁ ଚାରି ଗୋଟି ଅଣି
ପିନ୍ଧିବାକୁ କଉପୁନୀ ବସନ ।"

ଏହିପରି ଗୁରୁ ସଂସାରରେ ବିରଳ ନୁହନ୍ତି । ଶିଷ୍ୟର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତି ବିନିମୟରେ ବାର୍ଷିକ ରଜତଖଣ୍ଡ ଆଦାୟ କରି କୃତକୃତାର୍ଥ କଲେ, ଦୀକ୍ଷାର

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସାଧିତ ହେବ କିପରି ? ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରମାଣ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇଥାଏ । ଗୁରୁ ଶିଷ୍ୟାଳୟକୁ ଆସି ଶିଷ୍ୟକର୍ଣ୍ଣରେ ଗୋଟିଏ ଫୁଙ୍କ ଦେଇ କିଞ୍ଚିତ୍ ରଜତମୁଦ୍ରା ସଂଚୟ କରନ୍ତି ଓ ପୁରୁଷାନୁକ୍ରମେ ଭୋଗଦଖଲ କରିବା ପାଇଁ ମୌରସୀ ମକଦ୍ଦମୀ ସମ୍ପତ୍ତି ଆୟତ୍ତ କରି ପ୍ରସ୍ଥାନ କରନ୍ତି । ଗୁରୁ ନିଜେ ସ୍ୱକାର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ କରି ସ୍ୱାର୍ଥସାଧନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଅନ୍ୟ ଜଣକର ମୁଣ୍ଡପାତ କରି ବୁଲନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଏଆଡ଼େ ବିଚରା ଶିଷ୍ୟ ଗୁରୁଦତ୍ତ ସେହି ଶୁଷ୍କ ବର୍ଣ୍ଣମାଳାଂଶ ଯଥାସାଧ୍ୟ ଜପ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ଯେଉଁ ତିମିରରେ ଥିଲା, ସେହି ତିମିରରେ ରହିଯାଏ । ତାହାର ହୃଦୟ କ୍ଷେତ୍ରର ଅବସ୍ଥା ଯଥାପୂର୍ବଂ ତଥା ପରଂ; ସେହି ଏକାଭଳି ହୋଇ ରହିଯାଏ । ଶିଷ୍ୟର ଅଜ୍ଞାନଅନ୍ଧକାର ଦୂର କରିବାର କ୍ଷମତା, ବନ୍ଧନ ମୋଚନ କରିବାର କ୍ଷମତା, ଦିବ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରିବାର ଶକ୍ତି କଡ଼ାଏ ହେଲେ ସେ ଗୁରୁଦେବଙ୍କର ନାହିଁ । ହାୟ ସ୍ୱାର୍ଥାନ୍ଧ କଳିର ଗୁରୁ ! ଯଦି ଟଙ୍କା ପଇସା ନେଇ ପାଞ୍ଚ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ଜୀବାତ୍ମାର ଉଦ୍ଧାର ସାଧିତ ହେଉଥାନ୍ତା, ତାହାହେଲେ ଏତେ ଶାସ୍ତ୍ରର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ନ୍ତା ନାହିଁ କିମ୍ବା ମୁନିଋଷିମାନେ ଦୀର୍ଘକାଳ ବନବାସୀ ହୋଇ ଏତେ କଠୋର ସାଧନା କରୁନଥାନ୍ତେ । ଆଧୁନିକ 'ଫୁଲ୍ ବାବୁ'ଙ୍କ ପରି ଘଡ଼ି ଛଡ଼ି ଧରି ଟେରି ବାଗେଇ ମଜା ଉଡ଼ାଇବାରେ ତ୍ରୁଟି କରନ୍ତେ ନାହିଁ ।

ଆହୁରି ଗୋଟିଏ କଥା । ଶକ୍ତିମନ୍ତ୍ରର ଉପାସକମାନଙ୍କର ଦୀକ୍ଷା ସଙ୍ଗେସଙ୍ଗେ ଶାକ୍ତାଭିଷେକ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । 'ବାମକେଶ୍ୱରତନ୍ତ୍ର' ଓ 'ନିରୁତ୍ତରତନ୍ତ୍ରାଦି'ରେ ଉକ୍ତ ଅଛି ଯେ, "*ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଭିଷେକ ବ୍ୟତୀତ ଦଶବିଦ୍ୟାର କୌଣସି ମନ୍ତ୍ର ଦୀକ୍ଷା ଦିଅନ୍ତି, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚନ୍ଦ୍ର-ସୂର୍ଯ୍ୟ ଅଛନ୍ତି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନରକରେ ବାସ କରନ୍ତି । ଆଉ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଭିଷିକ୍ତ ନ ହୋଇ ତାନ୍ତ୍ରିକ ମତରେ ଉପାସନା କରେ, ତାହାର ଜପ-ପୂଜାଦି ଅଭିଚାର ସ୍ୱରୂପ ହୁଏ ।*" ଯଥା-

"ଅଭିଷେକଂ ବିନା ଦେବି କୁଳକର୍ମ କରୋତି ଯଃ
ତସ୍ୟ ପୂଜାଦିକଂ କର୍ମ ଅଭିଚାରାୟ କଳ୍ପତେ ।"

- ବାମକେଶ୍ୱର ତନ୍ତ୍ର

ତାହାହେଲେ ଦେଖ, କଥାଟା କଅଣ ? କିନ୍ତୁ କେତେ ଜଣ ଗୁରୁ ଦୀକ୍ଷା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଶିଷ୍ୟଙ୍କୁ ଅଭିଷେକ କରାଇଥାନ୍ତି ? ଶାକ୍ତମାନଙ୍କର ପ୍ରଥମେ ଶାକ୍ତାଭିଷେକ, ତତ୍ପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଭିଷେକ, ତଦନନ୍ତର କ୍ରମଦୀକ୍ଷା ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । କ୍ରମଦୀକ୍ଷା ଭିନ୍ନ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯଥା-

"କ୍ରମଦୀକ୍ଷାବିହୀନସ୍ୟ କଥଂ ସିଦ୍ଧିଃ କଳୌ ଭବେତ୍
କ୍ରମଂ ବିନା ମହେଶାନି ସର୍ବ ତେଷାଂ ବୃଥା ଭବେତ୍ ।"

- କାମାଖ୍ୟା ତନ୍ତ୍ର, ୩୨ ପୃଷ୍ଠା

କ୍ରମଦୀକ୍ଷା ବ୍ୟତୀତ କଳିଯୁଗରେ କୌଣସି ମନ୍ତ୍ର ସିଦ୍ଧ ହେବ ନାହିଁ ଏବଂ କ୍ରମଦୀକ୍ଷା ଭିନ୍ନ ପୂଜାଦିକର୍ମ ସମସ୍ତ ହିଁ ବୃଥା । ଆମ ଦେଶର ସାଧକାଗ୍ରଗଣ୍ୟ ୰ ଦ୍ୱିଜ ରାମପ୍ରସାଦ କ୍ରମଦୀକ୍ଷିତ ହୋଇ ପଞ୍ଚମୁଣ୍ଡୀ **ଆସନରେ ମନ୍ତ୍ର ଜପପୂର୍ବକ** ସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଥିଲେ । ଅନେକେ କହନ୍ତି, "ରାମପ୍ରସାଦ ଗାନ ଗାଇ ସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଥିଲେ ।' କିନ୍ତୁ ତାହା ପ୍ରକୃତ ନୁହେଁ । ଆଜି ମଧ ତାଙ୍କର ପଞ୍ଚମୁଣ୍ଡୀ ★ ଆସନ ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି । ମୁଁ ସ୍ୱଚକ୍ଷୁରେ ଏହି ଆସନ ଦେଖିଅଛି ।

ମହାତ୍ମା ରାମପ୍ରସାଦଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ ଅନ୍ୟ କେହି ମନ୍ତ୍ରଜପରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିଅଛନ୍ତି କି କରିଥିବା କଥା ଶୁଣାଯାଏ ନାହିଁ । ଏହାର ପ୍ରଧାନ କାରଣ ଗୁରୁକୁଳର ଅବନତି । ଉପଯୁକ୍ତ ଉପଦେଷ୍ଟା ଅଭାବରୁ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗରେ

★ ବିଧାନ ଅନୁଯାୟୀ ଦୁଇଟି ଚଣ୍ଡାଳର ମୁଣ୍ଡ, ଗୋଟିଏ ଶୃଗାଳର ମୁଣ୍ଡ, ଗୋଟିଏ ବାନର ମୁଣ୍ଡ ଓ ଗୋଟିଏ ସର୍ପର ମୁଣ୍ଡ- ଏହି ପଞ୍ଚମୁଣ୍ଡର ଆସନରେ ବସି ଜପକଲେ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ସହାୟତା ମିଳେ ।

ଫଳ ମିଳେ ନାହିଁ । ଏହା ତ ଗଲା ଗୋଟିଏ ପକ୍ଷ କଥା । ଦ୍ୱିତୀୟ କଥା ହେଉଛି ଯେ, ପ୍ରାୟ କେହି ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କୁ ଚିହ୍ନିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ମାନବଜୀବନ-ପଣ୍ଡକାରୀ, ଭଣ୍ଡ-ଗୁରୁମାନଙ୍କର ଦୁର୍ଦ୍ଦଣ୍ଡ ପ୍ରତାପରେ ଭୁଲି ବାହ୍ୟାଡମ୍ବର-ଶୂନ୍ୟ ସାଧକମାନଙ୍କୁ ଲୋକେ ଉପେକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଦୀକ୍ଷାଗ୍ରହଣ କରି ମଧ୍ୟ ଅଭାବ-ମୋଚନ ହେଉ ନାହିଁ । କେହି ବା କୁଳଗୁରୁ ତ୍ୟାଗଜନିତ ମହାପଙ୍କରେ ନିମଜ୍ଜନ ଆଶଙ୍କାରେ ହ୍ରସ୍ୱ-ଦୀର୍ଘ-ବୋଧ-ବିବର୍ଜିତ ଷଣ୍ଢତୁଲ୍ୟ ଗଣ୍ଡମୂର୍ଖଙ୍କର ଚରଣରେ ଲୁଣ୍ଠିତ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ତିମରେ ସେହି ଦଣ୍ଡଧାରୀଙ୍କ ଦୂତମାନଙ୍କର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଚପେଟାଘାତ କଥା ମନେକରି ଗଣ୍ଡରେ ହସ୍ତ ଦେଇ ଭୟରେ ଲଣ୍ଡଭଣ୍ଡ ହେଉଛନ୍ତି । ବାସ୍ତବିକ କୁଳଗୁରୁ ପରିତ୍ୟାଗ କଲେ, ଶାସ୍ତ୍ରାନୁସାରେ ପୈତୃକ ଗୁରୁତ୍ୟାଗଜନିତ ଦୁରଦୃଷ୍ଟିଶାଳୀ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ତାହାହେଲେ ଉପାୟ କଅଣ ?

ଉପାୟ ଅଛି । ପୈତୃକ ଗୁରୁ ପରିତ୍ୟାଗ ନ କରି ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ମନ୍ତ୍ର ଗ୍ରହଣାନନ୍ତର ଶିକ୍ଷା ପାଇଁ ଜଗଦଗୁରୁ ମହେଶ୍ୱର-

ସଦ୍‌ଗୁରୁ

ଲାଭର ବିଧି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିଛନ୍ତି । ଯଥା-

“ମଧୁଲୁବ୍‌ଧୋ ଯଥା ଭୃଙ୍ଗଃ ପୁଷ୍ପାତ୍ ପୁଷ୍ପାନ୍ତରଂ ବ୍ରଜେତ ।
ଜ୍ଞାନଲୁବ୍‌ଧସ୍ତଥା ଶିଷ୍ୟୋ ଗୁରୋର୍ଗୁର୍ବନ୍ତରଂ ବ୍ରଜେତ୍ ॥”

- ତନ୍ତ୍ର ବଚନ

ମଧୁ ଲୋଭରେ ଭ୍ରମର ଯେପରି ଗୋଟିଏ ଫୁଲରୁ ଅନ୍ୟ ଫୁଲକୁ ଗମନ କରେ, ଜ୍ଞାନଲୁବ୍‌ଧ ଶିଷ୍ୟ ସେହିପରି ଜଣେ ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟରୁ ଯାଇ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଗୁରୁଙ୍କର ଆଶ୍ରୟ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଅତଏବ ପୈତୃକ ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟରୁ ଉପଦେଶ ଗ୍ରହଣ କରିବେ ଏବଂ ସାଧନାଭିଳାଷୀଗଣ କ୍ରିୟାଦି ଶିକ୍ଷା କରିବା ବିଧେୟ । କିନ୍ତୁ ସାବଧାନ, ଭିତର ଖବର ନ ଜାଣି କେବଳ ବେଶବିନ୍ୟାସ ବା ହାବଭାବ ଓ ବାକ୍ୟାଡମ୍ବର ଦେଖି ଯେପରି ଭୁଲିନଯାଅ । ଗୁରୁ ଚିହ୍ନି ଗ୍ରହଣ କରି ନ ପାରିଲେ, କ୍ରମାଗତ ଜଣେ ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣେ

ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟକୁ ସର୍ବଦା ଏହିପରି ଘୂରି ବୁଲିଲେ; ଆଉ ସାଧନ କରିବ କେତେବେଳେ ? ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଯେପରି ଦେଖାଯାଉଛି, ସେଥିରେ ଉଚିତ କଣ୍ଠରେ ମୁଁ କହିପାରେ ଯେ, ଆମ ଦେଶର ଗୃହସ୍ଥ ଗୁରୁମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ ସାଧକର ଅଭାବ ପୂରଣ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ କହୁଛି ଯେ, ଉପଗୁରୁ ଗ୍ରହଣ କରି ମଧ ଯେପରି ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଚୁମ୍ବନ କରିବାକୁ ନ ପଡ଼େ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର କୁଳଗୁରୁ ନାହାନ୍ତି, ସେମାନେ ପୂର୍ବରୁ ସାବଧାନ ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ମୁଁ ଏ ବିଷୟରେ ଜଣେ ଭୁକ୍ତ ଭୋଗୀ । ଅନେକ ଭାଣ୍ଡଙ୍କ ହାତରେ ପଡ଼ି ମୁଁ କେତେ ଦିନ ପଣ୍ଡ କରିଅଛି । ତେଣୁ କହୁଛି, ଶାସ୍ତ୍ରାଦିରେ ଯେପରି ଗୁରୁଙ୍କ ଲକ୍ଷଣ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି, ତଦନୁଯାୟୀ ଉପଯୁକ୍ତ ଗୁରୁ ବାଛି ଗ୍ରହଣ କରି ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ଉପଦେଶ ନେଇ ସାଧନାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଅ । ଅନ୍ୟଥା ସୁଫଳର ଆଶା ସୁଦୂର-ପରାହତ । ଏକେତ ବହୁ ଜନ୍ମ ଧରି ପରିଶ୍ରମ ନ କଲେ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗରେ ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହୁଏ ନାହି । ସେଥିପାଇଁ ସବୁ ପ୍ରକାର ସାଧନା ମଧ୍ୟରେ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ଅଧମ ବୋଲି କଥିତ ହୋଇଅଛି । ଅଳ୍ପଜ୍ଞାନୀ ଅଧମ ଅଧିକାରୀମାନେ ହିଁ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ସାଧନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଉପଯୁକ୍ତ ଉପଦେଷ୍ଟାଙ୍କ ଉପଦେଶରେ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ଅନୁଷ୍ଠିତ ନ ହେଲେ ଗତ୍ୟନ୍ତର ନାହିଁ ।

ମନ୍ତ୍ର ତତ୍ତ୍ୱ

ନାଦତତ୍ତ୍ୱରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି ଯେ, ଶବ୍ଦ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ । ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରାରମ୍ଭ କାଳରେ କିଛି ନ ଥିଲା । ପ୍ରଥମେ ଗୁଣ ଓ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ହେଲା । ଗୁଣତ୍ରୟ ଓ ଶକ୍ତିତ୍ରୟରୁ ହିଁ ସପ୍ତଲୋକର ସୃଜନ, ପାଳନ ଓ ଲୟ ସଂଘଟିତ ହେଉଅଛି । ଗୁଣ ଅବ୍ୟକ୍ତ ବୀଜ ସଦୃଶ ସମସ୍ତ ବସ୍ତୁରେ ହିଁ ବିଦ୍ୟମାନ । କିନ୍ତୁ ଶକ୍ତି ସାହାଯ୍ୟରେ ହିଁ ତାହାର ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ହୁଏ । **ପରମାଣୁ, ତନ୍ମାତ୍ର ଓ ବିନ୍ଦୁର ସଂଯୋଗ ହିଁ ଜଗତ୍** । ପରମାଣୁକୁ ହିଁ ଗୁଣ କୁହାଯାଏ । ଆଉ ଅହଂକାର ତତ୍ତ୍ୱର ଆବିର୍ଭାବରେ, ତନ୍ମାତ୍ରର ସାଫଲ୍ୟରେ ଜଗତର ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ବିନ୍ଦୁ ଶବ୍ଦ-ବ୍ରହ୍ମର ଅବ୍ୟକ୍ତ ତ୍ରିଗୁଣ ଏବଂ ଚିଦଂଶ ବୀଜ । ଫଳରେ ବିନାଶ ହିଁ ଏକାର୍ଥବୋଧକ ଏବଂ ବିନାଶ ହିଁ ନିତ୍ୟ

ସୂକ୍ଷ୍ମଶକ୍ତି-ବ୍ୟଞ୍ଜକ । ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ମହେଶ୍ୱର ପ୍ରଭୃତି ଅମୂର୍ତ୍ତ ଗୁଣ । ସରସ୍ୱତୀ, ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଓ କାଳୀ ଏମାନେ ହେଉଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶକ୍ତି । ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ ଶକ୍ତିସମ୍ୱଳିତ ହୋଇ ସ୍ଥୂଳ ହୋଇଅଛନ୍ତି ।

ବ୍ରହ୍ମା ସୃଷ୍ଟିର କର୍ତ୍ତା । ସରସ୍ୱତୀ ହେଉଛନ୍ତି ତାଙ୍କର ସୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି । ସରସ୍ୱତୀ ନାଦରୂପିଣୀ ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମ ସ୍ୱରୂପା । ସରସ୍ୱତୀ ସେହି ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଚିନ୍ମୟ ବୀଜସଦୃଶ । ଏହା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ମନ୍ତ୍ରବାଦର ମୂଳାତ୍ମିକା ଶକ୍ତି । ଯେଉଁ ଶବ୍ଦ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ଗ୍ରଥିତ ହୋଇଅଛି ଏବଂ ଯୋଗବଳଶାଳୀ ଋଷିମାନଙ୍କର ହୃଦୟରୁ ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ପଦାର୍ଥ ସଂଗ୍ରହରେ ଶକ୍ତିମାନ୍ ହୋଇଥିଲା, ତାହା ହିଁ ମନ୍ତ୍ର ରୂପରେ ଗ୍ରଥିତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଅତଏବ ମନ୍ତ୍ରଶବ୍ଦ ଯେ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ବୀର୍ଯ୍ୟଶାଳୀ, ଏଥିରେ ଆଉ ସନ୍ଦେହ କଅଣ ? ଯୋଗଯୁକ୍ତ ହୃଦୟର ଅତ୍ୟଧିକ ସ୍ଫୁରଣରେ ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରଭାବ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଓ ବିକୀରିତ ହୁଏ ।

ବୀଜମନ୍ତ୍ର ସକଳ ଶକ୍ତିର ବ୍ୟକ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମବୀଜ । ଯେପରି 'କ୍ଲୀଂ' କୃଷ୍ଣଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ବ୍ୟକ୍ତବୀଜ । ଗୋଟିଏ ଅଶ୍ୱତ୍‌ଥ ବୀଜର ଉପମା ଧରାଯାଉ । ଅଶ୍ୱତ୍‌ଥବୀଜର ଯେଉଁ ଖୋଷା, ସେଥିରେ ଏପରି କଅଣ ଅଛି, ଯହିଁରୁ ଏହି ପ୍ରକାଣ୍ଡ ମହୀରୁହର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଅଛି ? ରାସାୟନିକ ବିଶ୍ଳେଷଣ କଲେ ଯଦି ଏଥିରୁ କିଛି ବାହାର କରାଯାଇ ନ ପାରେ, ତଥାପି ଚାରି ପାଞ୍ଚ ଦିନ ମାଟି ମଧ୍ୟରେ ରହିଲେ ଦିନେ ଏହି ବୀଜରୁ ବୃକ୍ଷାଙ୍କୁର କେଉଁଠାରୁ ଆସି ବାହାର ହେଲା ? କ୍ରମେ ତାହା କେଉଁ ଅଜ୍ଞାତ ଶକ୍ତିପ୍ରଭାବରେ ନଭଶ୍ଚୁମ୍ବୀ ହୋଇ ଶିର ଉତ୍ତୋଳନ କଲା ? ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ସର୍ଷପ-ପରିମିତ ବୀଜ ମଧ୍ୟରେ ବୃହତ୍ ଅଶ୍ୱତ୍‌ଥ ବୃକ୍ଷ କାରଣ ରୂପରେ ନିହିତ ଥିଲା । ପ୍ରକୃତିର ସହାୟତାରେ ସେହି କାରଣରୁ ବୃକ୍ଷର ଉତ୍ପତ୍ତି ହେଲା । ସେହିପରି ଦେବଦେବୀଙ୍କର ବୀଜମନ୍ତ୍ରରେ ସେମାନଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମଶକ୍ତି ନିହିତ ଥାଏ । ଶୁଣିବାକୁ ସାମାନ୍ୟ ବର୍ଣ୍ଣ ମାତ୍ର; କିନ୍ତୁ କ୍ରିୟାବିଶେଷଦ୍ୱାରା ତାହାର ଶକ୍ତି ଜାଗରିତ କରାଇଦେଲେ, ଯେଉଁ ଦେବତାଙ୍କର ଯେଉଁ ବୀଜ,

ସେହି ଦେବତାଙ୍କର ଶକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଫଳରେ ମନ୍ତ୍ରରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ମନ୍ତ୍ର ଯେଉଁ ଅକ୍ଷରରେ, ଯେଉଁ ଭାବରେ, ଯେଉଁ ଛନ୍ଦୋବଦ୍ଧରେ ଗ୍ରଥିତ ହୋଇଅଛି, ତାହା ସେହିଭାବରେ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହାହେଲେ ଯାଇ ମନ୍ତ୍ରରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରାଯାଇପାରେ । ତନ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ଅଛି ଯେ -

"ମନୋଽନ୍ୟତ୍ର ଶିବୋଽନ୍ୟତ୍ର ଶକ୍ତିରନ୍ୟତ୍ର ମାରୁତଃ ।
ନ ସିଧ୍ୟନ୍ତି ବରାରୋହେ କଳ୍ପ କୋଟିଶତୈରପି ।"

- *କୁଳାର୍ଣ୍ଣବ ତନ୍ତ୍ର*

ମନ୍ତ୍ର ଜପକାଳରେ ମନ, ପରମ ଶିବ, ଶକ୍ତି ଏବଂ ବାୟୁ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ସ୍ଥାନରେ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଥିଲେ, ଅର୍ଥାତ୍ ଏମାନଙ୍କର ଏକତ୍ର ସଂଯୋଗ ନ ହେଲେ ଶତକଳ୍ପରେ ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ସମସ୍ତ ତଥ୍ୟ ସମ୍ୟକ୍ ଅବଗତ ନ ହୋଇ ସମସ୍ତେ କହନ୍ତି ଯେ 'ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରି ଫଳ ହେଉନାହିଁ ।' କିନ୍ତୁ ଫଳ ଯେ ନିଜର ତ୍ରୁଟିରୁ ହୁଏ ନାହିଁ, ତାହା କେହି ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ । ଦେଖନ୍ତୁ ଜଗଦ୍‌ଗୁରୁ ଯୋଗେଶ୍ୱର କଅଣ କହିଛନ୍ତି ?-

"ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥଂ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟଂ ଯୋନିମୁଦ୍ରାଂ ନ ବେତ୍ତି ଯଃ ।
ଶତକୋଟିଜପେନାପି ତସ୍ୟ ବିଦ୍ୟା ନ ସିଧ୍ୟତି ॥"

- *ସରସ୍ୱତୀ ତନ୍ତ୍ର*

ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥ, ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ ଓ ଯୋନିମୁଦ୍ରା ନ ଜାଣି ଶତକୋଟି ଜପ କଲେ ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ ।

"ଅନ୍ଧାକାରଗୃହେ ଯଦ୍ୱନ୍ନ କିଞ୍ଚିଦ୍ ପ୍ରତିଭାସତେ ।
ଦୀପନୀରହିତୋ ମନ୍ତ୍ରସ୍ତଥୈବ ପରିକୀର୍ତ୍ତିତଃ ॥"

ଆଲୋକବିହୀନ ଅନ୍ଧକାର ଗୃହରେ ଯେପରି କିଛି ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ, ସେହିପରି ଦୀପନୀବିହୀନ ମନ୍ତ୍ରଜପରେ କୌଣସି ଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟ ତନ୍ତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଅଛି :-

"ମଣିପୁରେ ସଦା ଚିନ୍ତ୍ୟା ମନ୍ତ୍ରାଣାଂ ପ୍ରାଣରୂପକମ୍ ।"

ଅର୍ଥାତ୍ ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରାଣରୂପକ 'ମଣିପୁର-ଚକ୍ର'ରେ ସର୍ବଦା ଚିନ୍ତା କରିବ । ବାସ୍ତବିକ ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରାଣ 'ମଣିପୁର-ଚକ୍ର'ରେ । ତାହା ଅବଗତ ହୋଇ କ୍ରିୟା ନ କଲେ କେବେହେଲେ ମନ୍ତ୍ରର ଚୈତନ୍ୟ ହେବ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ପ୍ରାଣହୀନ-ଦେହ ସଦୃଶ ଅଚୈତନ୍ୟ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କଲେ, ଟିକିଏ ହେଲେ ଫଳଲାଭ ହେବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ମଣିପୁର-ଚକ୍ରରେ ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରାଣ କିପରି ଅଛି, ତାହା କୌଣସି ବ୍ୟବସାୟୀ ଗୁରୁ ବୁଝାଇଦେଇ ପାରିବେ କି ? ମୁଁ ଜାଣେ ଗୃହସ୍ଥ ଲୋକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ଜଣେ ହେଲେ ଲୋକ ନାହାନ୍ତି । ଯୋଗୀ ଓ ସନ୍ନ୍ୟାସୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକ ଏହିସବୁ ସଙ୍କେତ ଓ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ ଜାଣିଛନ୍ତି । ଅତଏବ ସାଧନାଭିଳାଷୀ ଜାପକଗଣଙ୍କର ଯଦି ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରି ଫଳଲାଭ କରିବାର ବାସନା ଥାଏ, ତାହାହେଲେ ନିୟମିତ ରୂପେ ମନ୍ତ୍ର-ଚୈତନ୍ୟ କରାଇ ଜପାନୁଷ୍ଠାନରେ ବ୍ରତୀ ହେବେ । ଜପରହସ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ ପୂର୍ବକ ନିୟମିତ ଜପ କରି ବିଧିପୂର୍ବକ ଜପ ସମର୍ପଣ କଲେ, ଜପଜନିତ ଫଳ ନିଶ୍ଚୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବେ । ଜପରହସ୍ୟ-ସମ୍ପାଦନ ବ୍ୟତୀତ ଜପ ଫଳ ଲାଭ କରିବା ଏକାନ୍ତ ଅସମ୍ଭବ । କିନ୍ତୁ ଦୁଃଖର ବିଷୟ, ଜପରହସ୍ୟ ଓ ଜପ-ସମର୍ପଣ ବିଧି କେହି ପ୍ରାୟ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ । ★ ଏହାର କାରଣ ଉପଯୁକ୍ତ ଉପଦେଷ୍ଟାର ଅଭାବରୁ ଜପାଦିର ପ୍ରକୃତ ଉପଦେଶ ପ୍ରାପ୍ତ ନ ହେବା ।

କି ଶାକ୍ତ, କି ବୈଷ୍ଣବ ଜପ-ରହସ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । କଲ୍ଲୁକାସେତୁ, ମହାସେତୁ, ମୁଖଶୋଧନ, କରଶୋଧନ ପ୍ରଭୃତି ଅଷ୍ଟବିଂଶତି ପ୍ରକାର ଜପରହସ୍ୟ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ପଛକୁ ପଛ ଯଥା ନିୟମରେ ସମ୍ପାଦନପୂର୍ବକ ଜପ ଶେଷରେ ବିଧିପୂର୍ବକ ଜପ ସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଜପରହସ୍ୟ ପୁଣି ଦେବତା-ଭେଦରେ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଅଛି । ସୁତରାଂ ବିଂଶତି ପ୍ରକାର ଜପରହସ୍ୟ ଦେବତାଭେଦରେ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଯଥାଯଥ ରୂପରେ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ବିଶେଷତଃ

★ *ଜପରହସ୍ୟ ଓ ଜପସମର୍ପଣ-ବିଧି, ନାନାବିଧ ମନ୍ତ୍ର ଜପର କୌଶଳ ଓ ସାଧନାଦି ମନ୍ତ୍ରପ୍ରଣୀତ* ***'ତାନ୍ତ୍ରିକଗୁରୁ'*** *ପୁସ୍ତକରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି ।*

କେବଳ ଗ୍ରନ୍ଥପାଠ କରି ସର୍ବସାଧାରଣ ଯେ ଏହି ଜପରହସ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରି ପାରିବେ, ସେ ଆଶା ଦୁରାଶା ମାତ୍ର । ଅନ୍ୟ ଉପାୟରେ ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ର-ଚୈତନ୍ୟ କରାଯାଇଥାଏ । ଆମ ଦେଶରେ ସାଧାରଣତଃ **'ପୁରଶ୍ଚରଣ'** କରି ମନ୍ତ୍ର-ଚୈତନ୍ୟ ସମ୍ପାଦନର ଚେଷ୍ଟା ହୋଇଥାଏ ।

ମନ୍ତ୍ର-ଜାଗରଣ

ପ୍ରଚଳିତ ଭାଷାରେ **ପୁରଶ୍ଚରଣ କ୍ରିୟାକୁ 'ମନ୍ତ୍ର-ଜାଗରଣ'** କହନ୍ତି । ପୁରଶ୍ଚରଣ ନ କଲେ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ ନ ହେଲେ, ସେହି ମନ୍ତ୍ର ପ୍ରୟୋଗରେ କୌଣସି ଫଳ ଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅତଏବ ଯେ କୌଣସି ମନ୍ତ୍ରରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ, ପୁରଶ୍ଚରଣ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ଅତିଶୟ ଦୁଃଖର ବିଷୟ ଯେ, ଆଜିକାଲିର ଯଜମାନ ବା ଶିଷ୍ୟ, ଗୁରୁ ବା ପୁରୋହିତଙ୍କ ନିକଟରୁ ଯେଉଁ ପୁରଶ୍ଚରଣ କରନ୍ତି, ସେଥିରେ ସେମାନେ କେବଳ ଅନର୍ଥକ ଅର୍ଥବ୍ୟୟ ଓ ଉପବାସାଦି କରିଥାନ୍ତି ମାତ୍ର । ଏହି ସମସ୍ତ କାରଣରୁ ହିଁ ହିନ୍ଦୁଧର୍ମ ପ୍ରତି ଲୋକଙ୍କର ଅନୁରାଗ ହ୍ରାସଲାଭ କରୁଅଛି । କାରଣ ଅର୍ଥ ଓ ସମୟ ନଷ୍ଟ କରି ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ ହେଲା, ସେଥିରେ ଯଦି କୌଣସି ପ୍ରକାର ଫଳ ନ ମିଳିଲା; ତେବେ ସେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ କାହାର ବା ଇଚ୍ଛା ହେବ ? ଏହିମାନେ ହିଁ ପୁଣି କହିଥାନ୍ତି, ''ଆଜିକାଲି ଲୋକେ ଇଂରାଜୀ ପଢ଼ି ଧର୍ମକର୍ମ ମାନୁ ନାହାନ୍ତି, ଅଥବା ଶାସ୍ତ୍ରାଦି ବିଶ୍ୱାସ କରୁ ନାହାନ୍ତି ।'' କିନ୍ତୁ କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ ଯେ ଏ ବିଷୟରେ ସେମାନେ ହିଁ ଯେ ଅଧିକତର ଦୋଷୀ ଓ ସେମାନଙ୍କର ତ୍ରୁଟିରୁ ହିଁ ଯେ ଧର୍ମକର୍ମ ପ୍ରତି ଲୋକଙ୍କର ବିଶ୍ୱାସ ତୁଟିଯାଉଅଛି, ଏହା ସେମାନେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ପୁରଶ୍ଚରଣ ତ କେବଳ ମନ୍ତ୍ରଜପ ନୁହେଁ; ମନ୍ତ୍ରକୁ ଯେଉଁ ଭାବରେ ଉଚ୍ଚାରଣ କଲେ ସ୍ୱରର କମ୍ପନ ହୁଏ, ମନ୍ତ୍ର-ଜାଗରଣରେ ତାହାହିଁ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ସଙ୍ଗୀତ-ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀମାନଙ୍କୁ ରାଗରାଗିଣୀର ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ସମୟରେ ସ୍ଥାନବିଶେଷ ଦେଇ ଏହି ସ୍ୱର ବହିର୍ଗତ କରିବାକୁ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍

ଗଳା ସାଧିବାକୁ ପଡ଼େ । ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ନାଡ଼ୀ ସାଧିବାକୁ ହୁଏ । ସେହି **ନାଡ଼ୀ ସାଧିବା ହିଁ ପୁରଶ୍ଚରଣ** । ଏହା ମୁଁ ନିଜ ମନରୁ କହୁ ନାହିଁ; ତନ୍ତ୍ରରେ ଉକ୍ତ ଅଛି -

"ମୂଳମନ୍ତ୍ରଂ ପ୍ରାଣବୁଦ୍ଧ୍ୟା ସୁଷୁମ୍ନାମୂଳଦେଶକେ
ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥଂ ତସ୍ୟ ଚୈତନ୍ୟଂ ଜୀବଂ ଧ୍ୟାତ୍ୱା ପୁନଃ ପୁନଃ ॥"

- ଗୌତମୀୟେ

ସୁଷୁମ୍ନା ମୂଳଦେଶରେ ମୂଳମନ୍ତ୍ରକୁ ଜୀବରୂପରେ ଚିନ୍ତା କରି ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥ ଓ ମନ୍ତ୍ର ଚୈତନ୍ୟ ପରିଜ୍ଞାନପୂର୍ବକ ଜପ କରିବ । ମନ୍ତ୍ର ଯଥାଯଥଭାବରେ ଉଚ୍ଚାରଣ ପୂର୍ବକ କିପରି ଜପ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ହିଁ ଶିକ୍ଷା କରିବା ପୁରଶ୍ଚରଣର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ତେଣୁ ଜାପକମାନେ ଅଭିଜ୍ଞ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନିକଟରୁ ପୁରଶ୍ଚରଣ କ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷା କଲେ ନିଶ୍ଚୟ ଜପଜନିତ ଫଳପ୍ରାପ୍ତ ହେବେ ।

ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ସପ୍ତବିଧ ଉପାୟ

ସମ୍ୟକ୍‌ରୂପେ ପୁରଶ୍ଚରଣାଦି ସିଦ୍ଧିକାର୍ଯ୍ୟର ଅନୁଷ୍ଠାନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ନ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ପୁନରାୟ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ନିୟମରେ ପୁରଶ୍ଚରଣାଦି କରିବେ । ଏହିପରି ଯଥାନିୟମରେ ପୁରଶ୍ଚରଣ ତିନି ଥର କରି ମଧ୍ୟ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟବଶତଃ କେହି ଯଦି ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି, ତଥାପି ଭଗ୍ନୋତ୍ସାହ ହୋଇ ଏଥିରୁ କ୍ଷାନ୍ତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ସପ୍ତ ନିୟମ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ସୁଫଳ ଲାଭ ହେବ । ଯଥା-

"ଭ୍ରାମଣଂ ରୋଧନଂ ବଶ୍ୟଂ ପୀଡ଼ନଂ ଶୋଷପୋଷଣେ
ଦହନାନ୍ତଂ କ୍ରମାତ୍ କୁର୍ଯ୍ୟାତ୍ ତତଃ ସିଦ୍ଧୋ ଭବେନ୍ମନୁ ।"

- ଗୌତମୀୟେ

ଭ୍ରାମଣ, ରୋଧନ, ବଶୀକରଣ, ପୀଡ଼ନ, ଶୋଷଣ, ପୋଷଣ ଓ ଦାହନ; କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଏହି ସପ୍ତବିଧ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ନିଶ୍ଚୟ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ହେବ ।

ଭ୍ରାମଣ - 'ଯଂ' ଏହି ବାୟୁବୀଜ ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ରର ବର୍ଣ୍ଣସକଳ ଗ୍ରନ୍ଥନ କରିବେ; ଅର୍ଥାତ୍ ଶୀଳାରସ, କର୍ପୂର, କୁଙ୍କୁମ, ବେଣାଚେର ଓ ଚନ୍ଦନ ମିଶ୍ରିତ କରି ତାହା ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ରାନ୍ତର୍ଗତ ବର୍ଣ୍ଣଗୁଡ଼ିକ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କରି ଗୋଟିଏ ବାୟୁବୀଜ ଏବଂ ଅପରଟି ମନ୍ତ୍ରାକ୍ଷର, ଏହି ଭାବରେ ମନ୍ତ୍ରରେ ସମସ୍ତ ମନ୍ତ୍ରବର୍ଣ୍ଣ ଲେଖିବା ପରେ ଏହି ଲିଖିତ ମନ୍ତ୍ରକୁ ଦୁଗ୍ଧ, ଘୃତ, ମଧୁ ଓ ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ନିକ୍ଷେପ କରିବେ । ଅନନ୍ତର ପୂଜା, ଜପ ଓ ହୋମ କଲେ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ହେବ । ଭ୍ରାମଣ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଯଦି ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ନ ହୁଏ, ତେବେ ରୋଧନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ରୋଧନ - 'ଓଁ' ଏହି ବୀଜଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ର ପୁଟିତ କରି ଜପ କରିବେ । ଏହିପରି ଜପ କରିବାର ନାମ **ରୋଧନ ।** ଯଦି ରୋଧନ କ୍ରିୟାଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ନ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ବଶୀକରଣ କରିବେ ।

ବଶୀକରଣ - ଅଳତା, ରକ୍ତଚନ୍ଦନ, କୁଡ଼୍, ହରିଦ୍ରା, ଧୂତୁରାବୀଜ ଓ ମନଃଶୀଳା- ଏହି ସମସ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଭୁର୍ଜପତ୍ରରେ ମନ୍ତ୍ର ଲେଖି ତାହା କଣ୍ଠରେ ଧାରଣ କରିବ । ଏପରି କରି ମଧ୍ୟ ଯଦି ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ନ ହୁଏ, ତେବେ ଚତୁର୍ଥ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବେ ।

ପୀଡ଼ନ - ଅଧୋତ୍ତର ଯୋଗରେ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରି ଅଧୋତ୍ତରରୂପିଣୀ ଦେବତାଙ୍କର ପୂଜା କରିବେ; ତତ୍ପରେ ଆକନ୍ଦର ଦୁଗ୍ଧ (ଅର୍କକ୍ଷୀର) ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ର ଲେଖି ପାଦ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରମଣପୂର୍ବକ ସେହି ମନ୍ତ୍ର ଯୋଗେ ପ୍ରତିଦିନ ହୋମ କରିବ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ପୀଡ଼ନ କହନ୍ତି । ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ଯଦି କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ନ ହୁଅ, ତାହାହେଲେ ମନ୍ତ୍ରର ଶୋଷଣ କର ।

ଶୋଷଣ - 'ବଂ' ଏହି ବାୟୁବୀଜ ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ର ପୁଟିତ କରି ଜପ କରିବେ ଏବଂ ଏହି ମନ୍ତ୍ର ଯଜ୍ଞୀୟ ଭସ୍ମ ଦ୍ୱାରା ଭୁର୍ଜପତ୍ରରେ ଲେଖି ଗଳାରେ ଧାରଣ କରିବେ । ଏହିପରି ଶୋଷଣ କଲେ, ମଧ୍ୟ ଯଦି ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ନ ହୁଏ; ତାହାହେଲେ ପୋଷଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପୋଷଣ - ମୂଳମନ୍ତ୍ରର ଆଦି ଓ ଅନ୍ତରେ ତ୍ରିବିଧ ବାଳାବୀଜ ଯୋଗ କରି ଜପ କରିବ ଏବଂ ଗୋଦୁଗ୍ଧ ଓ ମଧୁ ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ର ଲେଖି ହସ୍ତରେ

ଧାରଣ କରିବେ । ଏହାର ନାମ **ପୋଷଣ କ୍ରିୟା** । ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ନ ହୁଏ, ତେବେ ଶେଷ ଉପାୟ ଦାହନ କ୍ରିୟା କରିବେ ।

ଦାହନ - ମନ୍ତ୍ରର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଅକ୍ଷର ଆଦି, ମଧ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତରେ 'ରଂ' ଏହି ଅଗ୍ନିବୀଜ ଯୋଗ କରି ଜପ କରିବେ ଏବଂ ପଳାଶବୀଜର ତୈଳ ଦ୍ୱାରା ସେହି ମନ୍ତ୍ର ଲେଖି ସ୍କନ୍ଧଦେଶରେ ଧାରଣ କରିବେ । ମହାଦେବ କହିଛନ୍ତି, 'ଏହି ସମସ୍ତ କ୍ରିୟା ଅତି ସହଜ ଏବଂ ଏହି କ୍ରିୟା ସାହାଯ୍ୟରେ ଚାରି ପାଞ୍ଚ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇପାରିବେ ।'

ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ସହଜ ଉପାୟ

ଉପରେ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ସମ୍ପାଦନ ନିମିତ୍ତ ଯେଉଁ ସପ୍ତବିଧକ୍ରିୟା ବିଷୟ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଗଲା, ତାହା କୌଣସି ଅଭିଜ୍ଞ ଓ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଦ୍ୱାରା ସମ୍ପନ୍ନ କରାଇବାକୁ ହେବ । କାରଣ ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଅଗ୍ନିରେ ବର୍ତ୍ତିକା ଧରାଇବା ସହଜ । ଦ୍ୱିତୀୟ କଥା ହେଉଛି ଯେ, ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ମନ୍ତ୍ର ପୁରଶ୍ଚରଣ ରୂପ ଅତି ଉଚ୍ଚ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରଣାଳୀରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରି ନ ପାରିବେ, ସେତେବେଳେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ ସେ ସାଧକର ବ୍ରହ୍ମପଥମୁକ୍ତିର ଉପାୟ ହୋଇନାହିଁ ଅଥବା ତାହାର ଗୁରୁଦତ୍ତ ମନ୍ତ୍ର ଉପଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଏହା ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଯେ ଯେଉଁ ମନ୍ତ୍ର ଥରେ ଗ୍ରହଣ କରିଅଛି, ସେ ମନ୍ତ୍ର ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାର ତାହାର ଆଉ ଉପାୟ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟ ପତି ଗ୍ରହଣ କଲେ ଯେପରି ବିବାହିତା ନାରୀମାନଙ୍କର ବ୍ୟଭିଚାର ହୁଏ, ସେହିପରି ଗୋଟିଏ ମନ୍ତ୍ର ପରିତ୍ୟାଗ କରି ପୁନରାୟ ଅନ୍ୟ ମନ୍ତ୍ର ଗ୍ରହଣ କଲେ, ଶାସ୍ତ୍ରନୁସାରେ ବ୍ୟଭିଚାର ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ କୌଣସି ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧ ଅଭିଜ୍ଞ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସପ୍ତକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରୁ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି କରାଇନେବା ସେ ସମୟରେ ଏକମାତ୍ର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏହି ସମସ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟାଦି ଓ ବୀଜାଦି ଦ୍ୱାରା ଉକ୍ତ ଅଭିଜ୍ଞ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଧକଶରୀରରେ ସେହି ମନ୍ତ୍ରର ତେଜହିଁ ପ୍ରକାଶ କରାଇ ଦେଇପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ କଥା ହେଉଛି, ସେପରି ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧ ଅଭିଜ୍ଞ ବ୍ୟକ୍ତି ସୁଲଭ ନୁହନ୍ତି । କାହାର ବା ଅଦୂରଦୃଷ୍ଟି ହେତୁ ଏହି ପରି ସିଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ ମିଳି ନ ପାରନ୍ତି । ତାହା ହେଲେ ଉପାୟ କଅଣ ? ଉପାୟ ଅଛି-

ନିଜେ ମଧ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସାରେ ଇଥର୍‌ର ଭାଇବ୍ରେସନ (Vibration of the Ether)ରେ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ କରିବା ସହଜ; କିନ୍ତୁ ତାହା ମଧ ସ୍ୱଳ୍ପଜ୍ଞାନୀ ସାଧାରଣଙ୍କର ସାଧାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ଗୋଟିଏ ଅତି ସହଜ ଓ ସମସ୍ତଙ୍କ କରଣୀୟ ପ୍ରଣାଳୀରେ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ କରାଯାଇପାରେ । ସେହି କ୍ରିୟା ଅନୁସାରେ ଜପ କଲେ ବିନା ଆୟାସରେ ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ ହୁଏ । ପ୍ରଥମେ ଜପର ବିଶିଷ୍ଟ ନିୟମ ଜାଣିବା ଏବଂ ମନ୍ତ୍ରର-

ଛିନ୍ନାଦି ଦୋଷ ଶାନ୍ତି

କରାଇନେବାକୁ ହୁଏ । ମନ୍ତ୍ରର ଛିନ୍ନାଦି ଦୋଷ ହେଉଛି ଯେ, ମନ୍ତ୍ରସକଳ ବହୁ ଦିନ ଧରି ଲୋକମାନଙ୍କର ମୁହେଁ ମୁହେଁ ଚାଲିଆସୁଅଛି । ଯଦି କୌଣସି ଭୁଲ୍‌ଭ୍ରାନ୍ତିରେ ମନ୍ତ୍ରର କୌଣସି ଅଂଶ ପତିତ ବା ଛାଡ଼ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ କମ୍ପନ ଠିକ୍ ହେବ ନାହିଁ । ଅକ୍ଷରରୁ ଶବ୍ଦ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ । ସୁତରାଂ ଅନ୍ୟ ଅକ୍ଷରାଦିର ଏକତ୍ର ଯୋଗରେ ଜପ କଲେ, ସେହି ମନ୍ତ୍ରର ଉପରୋକ୍ତ ଦୋଷର ଶାନ୍ତି ହୋଇଥାଏ; ଅର୍ଥାତ୍ ତାହାକୁ କମ୍ପନଯୁକ୍ତ କରିନେଇ ହୁଏ । ମନ୍ତ୍ରର ଛିନ୍ନାଦି ଯେ ସମସ୍ତ ଦୋଷ ନିରୂପିତ ହୋଇଅଛି, ମାତୃକାବର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ରକୁ ପୁଟିତ କରି ଅର୍ଥାତ୍ ମନ୍ତ୍ରର ଅକାରାଦି କ୍ଷକାରାନ୍ତ ବର୍ଣ୍ଣର ଗୋଟିଏ ବର୍ଣ୍ଣ ପୂର୍ବରେ ଏବଂ ପରେ ଯୋଗକରି ଅଷ୍ଟୋତ୍ତର-ଶତବାର (କଳିକାଳରେ ୪୩୨ ଥର) ଜପ କରିବ । ତାହାହେଲେ ଯାଇ ମନ୍ତ୍ରର ଛିନ୍ନାଦି ଦୋଷର ଶାନ୍ତି ହେବ ଏବଂ ସେହି ମନ୍ତ୍ର ଯଥୋକ୍ତ ଫଳପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ସମର୍ଥ ହେବ । ଆହୁରି ଗୋଟିଏ କଥା, ସେତୁ ଭିନ୍ନ ଜପ ନିଷ୍ଫଳ ହୁଏ । ଅତଏବ-

ସେତୁ-ନିର୍ଣ୍ଣୟ

କରିବା ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । କାଳିକା ପୁରାଣାଦିରେ ଲିଖିତ ଅଛି ଯେ, ସବୁପ୍ରକାର ମନ୍ତ୍ରର ଓଁ ଏହି ବୀଜ ସେତୁ । ଜପ ପୂର୍ବରୁ ଓଁକାରରୂପୀ ସେତୁ ନ ଥିଲେ, ସେହି ଜପ ପତିତ ହୁଏ ଏବଂ ପରେ ସେତୁ ନ ଥିଲେ; ଏହି

ମନ୍ତ୍ର ବିଶୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ । ସୁତରାଂ ସାଧକମାନେ ମନ୍ତ୍ରଜପର ପୂର୍ବରୁ ଓ ପରେ ସେତୁମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବେ । ଶୂଦ୍ରମାନଙ୍କର ଓଁ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାର ଅଧିକାର ନାହିଁ । ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ସ୍ୱର ଔ; ଏଥିରେ ନାଦ ବିନ୍ଦୁ ଯୋଗକଲେ ଔଁ ହୁଏ । ଏହା ହିଁ ଶୂଦ୍ରମାନଙ୍କର ସେତୁ ମନ୍ତ୍ର ଜାଣିବେ ।

ଭୂତଶୁଦ୍ଧି

ନ କଲେ ଅଧିକାର ଜନ୍ମେ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଜପ ପୂର୍ବରୁ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି କରିବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ବାହୁଲ୍ୟ ଭୟରେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧିର ସଂସ୍କୃତାଂଶ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ସାଧାରଣଙ୍କ ସୁବିଧା ପାଇଁ ସରଳ ମାତୃଭାଷାରେ ଲିଖିତ ହେଲା ।

'ରଂ' ଏହି ମନ୍ତ୍ର ପଢ଼ି ଜଳଧାରା ଦ୍ୱାରା ନିଜ ଶରୀରକୁ ବେଷ୍ଟନ ପୂର୍ବକୁ ଏହି ଜଳଧାରାକୁ ଅଗ୍ନିମୟ ପ୍ରାଚୀର ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରି ହାତ ଦୁଇଟିକୁ ଉତ୍ତାନଭାବରେ ବାମ-ଦକ୍ଷିଣ କ୍ରମରେ ଉପର୍ଯ୍ୟୁପରି ସ୍ୱକ୍ରୋଡ଼ରେ ସ୍ଥାପନ କରି ସୋଽହଂ (ଶକ୍ତି ବିଷୟରେ 'ହଂସ' ଓ ଶୂଦ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧରେ 'ନମଃ') ଏହିପରି ଚିନ୍ତା କରି ହୃଦୟସ୍ଥିତ ଦୀପକଳିକାରେ ଜୀବାତ୍ମାଙ୍କୁ ମୂଳାଧାରସ୍ଥିତ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ସହିତ ସୁଷୁମ୍ନାପଥରେ ମୂଳାଧାର, ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ, ମଣିପୁର, ଅନାହତ, ବିଶୁଦ୍ଧ ଏବଂ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରକ୍ରମରେ ଭେଦପୂର୍ବକ ଶିରସ୍ଥିତ ଅଧୋମୁଖ ସହସ୍ରଦଳକମଳର କର୍ଣ୍ଣିକା ମଧ୍ୟଗତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କଠାରେ ସଂଯୋଗ କରି ତାଙ୍କରିଠାରେ ଶାରୀରିକ କ୍ଷିତି, ଜଳ, ବାୟୁ, ତେଜ, ଆକାଶ, ଗନ୍ଧ, ରସ, ସ୍ପର୍ଶ, ରୂପ, ଶବ୍ଦ, ଘ୍ରାଣ, ରସନା, ତ୍ୱକ୍, ଚକ୍ଷୁ, ଶ୍ରୋତ୍ର, ବାକ୍, ହସ୍ତ, ପଦ, ବାୟୁ, ଉପସ୍ଥ, ପ୍ରକୃତି, ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଅହଙ୍କାର ଏହି **ଚତୁର୍ବିଂଶତି ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଲୀନ** ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରିବ । ତତ୍‌ପରେ ବାମନାସାପୁଟରେ 'ଯଂ' ଏହି ବାୟୁ-ବୀଜକୁ ଧୂମ୍ରବର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରି ପ୍ରାଣୟାମ-ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସାରେ ଏହି ବୀଜକୁ ଷୋଳ ଥର ଜପ କରି ବାୟୁଦ୍ୱାରା ଦେହ ପୂର୍ଣ୍ଣପୂର୍ବକ ବାମ-ନାସାପୁଟ ରୋଧ କରି ଚଉଷଠି ଥର ଜପ କରୁ କରୁ କୁମ୍ଭକ କରି ବାମକୁକ୍ଷୀ-ସ୍ଥିତ କୃଷ୍ଣବର୍ଣ୍ଣ ଖର୍ବ, ପିଙ୍ଗଳାକ୍ଷ, ପିଙ୍ଗଳ କେଶ, ପାପ ପୁରୁଷ ସହିତ ସ୍ୱଦେହକୁ ଶୋଷଣପୂର୍ବକ ଏହି ବୀଜ ବତିଶ ଥର ଜପ କରୁ କରୁ ଦକ୍ଷିଣନାସାପଥ

ଦେଇ ବାୟୁ ତ୍ୟାଗ କରିବ । ପୁଣି ରକ୍ତ ବର୍ଣ୍ଣ 'ରଂ' ଏହି ବହ୍ନିବୀଜ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସାପୁଟରେ ଚିନ୍ତା କରି ଏହା ଷୋଳ ଥର ଜପପୂର୍ବକ ବାୟୁଦ୍ୱାରା ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ନାସାପୁଟଦ୍ୱୟ ରୋଧ କରି ଏହା ଚଉଷଠି ଥର ଜପ କରୁକରୁ କୁମ୍ଭକ କରିବ । ଉକ୍ତ ବୀଜଜନିତ ମୂଳାଧାରରୁ ଉତ୍‌ଥିତ ଅଗ୍ନି ଦ୍ୱାରା ପାପ-ପୁରୁଷ ସହିତ ସ୍ୱଦେହକୁ ଦଗ୍‌ଧ କରି ପୁନରାୟ ବତିଶ ଥର ଜପ କରୁକରୁ ବାମନାସାପଥ ଦେଇ ଦଗ୍‌ଧଭସ୍ମ ସହିତ ବାୟୁ ରେଚନ କରିବ । ପୁନର୍ବାର ଶୁକ୍ଳବର୍ଣ୍ଣ 'ଠଂ' ଏହି ଚନ୍ଦ୍ରବୀଜ ବାମନାସାରେ ଚିନ୍ତା କରି ତାହା ଷୋଳ ଥର ଜପପୂର୍ବକ ଶ୍ୱାସ ଆକର୍ଷଣ କରି ସେହି ବୀଜାକାର ଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଲଲାଟଦେଶରେ ଚିନ୍ତା କରି ଉଭୟ ନାସାପୁଟ ରୋଧପୂର୍ବକ 'ରଂ' ଏହି ବରୁଣବୀଜ ଚଉଷଠି ଥର ଜପ କରି କୁମ୍ଭକ ଦ୍ୱାରା ଲଲାଟସ୍ଥ ଏହି ଚନ୍ଦ୍ରରୁ ନିଃସୃତ ପଞ୍ଚାଶତ ମାତୃକା ବର୍ଣ୍ଣ ଅମୃତଧାରା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ଗଠିତ ବୋଲି ଚିନ୍ତା-କରି 'ଲଂ' ଏହି ପୃଥ୍ୱୀବୀଜ ବତିଶ ଥର ଜପ କରି କରି ସ୍ୱଦେହକୁ ସୁଦୃଢ଼ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରି ଦକ୍ଷିଣ-ନାସା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ରେଚନ କରିବ । ପରେ 'ହଂସ' (ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ଶୂଦ୍ରମାନେ 'ନମଃ') ଏହି ମନ୍ତ୍ର ଦ୍ୱାରା ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ସହିତ ଜୀବାତ୍ମା ଓ ଚତୁର୍ବିଂଶତି ତତ୍ତ୍ୱକୁ ପୁନର୍ବାର ସ୍ୱସ୍ଥାନକୁ ଚାଳନା କରିବେ । ଅନନ୍ତର 'ସୋଽହଂ' ଏହିପରି ଚିନ୍ତା କରି ସାଧକ ଜପ ଅଥବା ପୂଜାଦିରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେବେ ।

ଲକ୍ଷେ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଜଣେ ସୁଦ୍ଧା ପ୍ରକୃତ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି କରି ଜାଣନ୍ତି କି ନାହିଁ ସନ୍ଦେହ । ଇଡ଼ା ଅଥବା ପିଙ୍ଗଳା ପଥରେ ଏହା ହେବ ନାହିଁ । ସୁଷୁମ୍ନା-ପଥରେ ଦେହର ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ଓ ସମସ୍ତ ବୃତ୍ତିକୁ ସେହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ-ଶକ୍ତି ସାହାଯ୍ୟରେ ସର୍ବତୋଭାବରେ ଏକମୁଖୀ କରିବା ହିଁ ଭୂତଶୁଦ୍ଧିର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । କେହି ଯଦି ଯଥା ନିୟମରେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି କରି ନ ପାରନ୍ତି, ତାହାର ମଧ୍ୟ ସହଜ ଉପାୟ ଅଛି । ଯଥା-

"ଜ୍ୟୋତିର୍ମନ୍ତ୍ରଂ ମହେଶାନି ଅଷ୍ଟୋତ୍ତରଶତଂ ଜପେତ୍ ।
ଏତଜ୍‌ଜ୍ଞାନପ୍ରଭାବେନ ଭୂତଶୁଦ୍ଧିଫଳଂ ଲଭେତ୍ ॥"

- ଭୂତଶୁଦ୍ଧି ତନ୍ତ୍ର

ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଅର୍ଥାତ୍ "ଓଁ ହ୍ରୌଂ" ଏହି ମନ୍ତ୍ର ଏକଶହ ଆଠ ଥର ଜପ କଲେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧିର ଫଳ ଲାଭ ହୁଏ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାରେ ସଂକ୍ଷେପରେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଯଥା-

୧- ଓଁ ଭୂତଶୃଙ୍ଗାଟାଚ୍ଛିରଃସୁଷୁମ୍ନାପଥେନ ଜୀବଶିବଂ ପରମଶିବପଦେ ଯୋଜୟାମି ସ୍ୱାହା ।
୨- ଓଁ ଯଂ ଲିଙ୍ଗଶରୀରଂ ଶୋଷୟ ଶୋଷୟ ସ୍ୱାହା ।
୩- ଓଁ ରଂ ସଙ୍କୋଚଶରୀରଂ ଦହ ଦହ ସ୍ୱାହା ।
୪- ଓଁ ପରମଶିବସୁଷୁମ୍ନାପଥେନ ମୂଳଶୃଙ୍ଗାଟମୁଲ୍ଲସୋଲ୍ଲସ ଜ୍ୱଳ ଜ୍ୱଳ ପ୍ରଜ୍ୱଳ ପ୍ରଜ୍ୱଳ ସୋଽହଂ ହଂସଃ ସ୍ୱାହା ।

କେବଳ ଏହି ଚାରି ଗୋଟି ମନ୍ତ୍ର ପାଠ କଲେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି ଫଳ ଲାଭ-ହୁଏ । ସୁତରାଂ ପାଠକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯାହାର ଯେଉଁଟି ସୁବିଧା ହେବ, ସେ ତଦନୁସାରେ ଭୂତଶୁଦ୍ଧି କରି ଜପରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେବେ । ବର୍ତ୍ତମାନ-

ଜପର କୌଶଳ

ଲିଖିତ ହେଲା । ସାଧକମାନେ ପୂର୍ବୋକ୍ତମତେ ମନ୍ତ୍ରର ଦୋଷ ଶାନ୍ତ କରି ଓ ସେତୁମନ୍ତ୍ର ଯୋଗରେ ଏହି ପ୍ରକାର ଅନୁଷ୍ଠାନାଦି କରିପାରିଲେ, ପୂଜାହୋମାଦି ନ କରି ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିପାରିବେ । ଯଥା-

"ମନ୍ତ୍ରାକ୍ଷରାଣି ଚିତ୍‌ଶକ୍ତୌ ପ୍ରୋତାନି ପରିଭାବୟେତ୍ ।
ତାମେବ ପରମବ୍ୟୋମ୍ନି ପରମାନନ୍ଦବୃଂହିତେ ॥"

ସାଧକ ପ୍ରଥମେ ମନସଂଯମପୂର୍ବକ ସ୍ଥିରଭାବରେ ଉପବେଶନ କରି ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରେ ଗୁରୁଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଓ ପ୍ରଣମାନନ୍ତର ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥଭାବନା କରିବେ ।

"ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥଂ ଦେବତାରୂପଂ ଚିନ୍ତନଂ ପରମେଶ୍ୱରି ।
ବାଚ୍ୟବାଚକଭାବେନ ଅଭେଦୋ ମନ୍ତ୍ରଦେବୟୋଃ ॥"

ଇଷ୍ଟଦେବତାଙ୍କ ମୂର୍ତ୍ତି ଚିନ୍ତା କଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ଦେବତାଙ୍କ ଶରୀର ଓ ମନ୍ତ୍ରକୁ ଅଭିନ୍ନ ବୋଲି ଭାବିବାର ନାମ **ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥ ଭାବନା** । ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥ ଭାବନା

କରି ମନ୍ତ୍ର ଚୈତନ୍ୟ କରିବେ । ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱ ସ୍ୱ ମୂଳମନ୍ତ୍ର ପୂର୍ବରେ ଓ ପରେ ''ଈଂ'' ଏହି ବୀଜ ଯୋଗ କରି ହୃଦୟରେ ସାତ ଥର ଜପ କରିବ । ଅନନ୍ତର ମୂଳାଧାରପଦ୍ମର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଯେଉଁ ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଲିଙ୍ଗ ଅଛନ୍ତି, ସାର୍ଦ୍ଧତ୍ରିବଳୟାକାରା କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ସେହି ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଲିଙ୍ଗକୁ ବେଷ୍ଟନ କରି ରହିଛନ୍ତି । ସାଧକ ମନ୍ତ୍ର-ଜପ କାଳରେ ସମୁଦାୟ ମନ୍ତ୍ରାକ୍ଷରକୁ ସେହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିରେ ଗ୍ରଥିତ ବୋଲି ଭାବନା କରି ନିଃଶ୍ୱାସର ତାଳେତାଳେ ଅର୍ଥାତ୍ ପୂରକ କାଳରେ ଚିନ୍ତା କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେହି କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତିଙ୍କୁ ଉତ୍ଥାପିତ କରାଇ ସହସ୍ରାର କମଳ-କର୍ଣ୍ଣିକା-ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ପରମାନନ୍ଦମୟ ପରମଶିବଙ୍କ ସହିତ ଐକାତ୍ମ୍ୟ କରାଇବେ ଏବଂ ରେଚକ କାଳରେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଯଥାସ୍ଥାନକୁ ଆନୟନ କରିବେ ।

ଏହିପରି ନିଃଶ୍ୱାସର ତାଳେତାଳେ ଯଥାଶକ୍ତି ଜପପୂର୍ବକ ନିଃଶ୍ୱାସ ରୋଧ କରି ଭାବନା ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିକୁ ଥରେ ସହସ୍ରାରକୁ ନେଇଯିବେ ଏବଂ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ମୂଳାଧାରକୁ ଘେନିଆସିବେ । ଏହିପରି ବାରମ୍ବାର କରୁକରୁ ସୁଷୁମ୍ନାପଥରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସଦୃଶ ଦୀର୍ଘାକାର ତେଜ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେବ ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହି ନିୟମରେ ଜପ କଲେ ସାଧକ ଯେ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରି ପାରିବେ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟଥା କେବଳ ମାଳିଝୁଲି ଧରି ବାହ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ କଲେ, ଶତକଳ୍ପରେ ମଧ୍ୟ ଫଳ ମିଳିବ ନାହିଁ ।

ବ୍ରାହ୍ମଣମାନେ ଯଥାବିହିତ ନିୟମରେ କେବଳ ପ୍ରଣବ ଉଚ୍ଚାରଣ କରି ସିଦ୍ଧିଲାଭ ଓ ମନୋଲୟ କରିପାରିବେ । 'ଯଥାବିହିତ ଉଚ୍ଚାରଣ' କହିଲେ ଜପରେ ସ୍ୱରକମ୍ପନ, ତାହାର ଅର୍ଥଭାବନା ଓ ସେଥିରେ ମନର ଅଭିନିବେଶ କରିବାକୁ ହିଁ ବୁଝାଏ । ଏହା ହିଁ ପ୍ରଣବର ଯଥାର୍ଥ ଉଚ୍ଚାରଣ । ଯଥା-

'ଅ-ଉ-ମ' ଏହି ତିନୋଟି ଅକ୍ଷର ସଂଯୋଗରେ ଓଁ ଶବ୍ଦ ହୋଇ-ଅଛି । ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଶିବାତ୍ମକ ଏହି ତିନୋଟି ଅକ୍ଷର ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜ ଓ ତମୋଗୁଣର ବ୍ୟକ୍ତ ବୀଜ । ସଙ୍ଗୀତଜ୍ଞ ପଣ୍ଡିତମାନେ ଉଦାରା, ମୁଦାରା ଓ ତାରା, ସ୍ୱରର ଏହି ତିନୋଟି ବିଭାଗ କରିଅଛନ୍ତି । ଓଁ ଏହି ଶବ୍ଦଟି ଉଚାରଣ କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ସ୍ୱରଝଙ୍କାରଟି ଉତ୍ଥିତ ହେବ, ତାହା ମଧ୍ୟରେ ଏହି ତିନୋଟି ବିଭାଗ

ରହିବ ଏବଂ ଜୀବର ଅବସ୍ଥାନ ସ୍ଥୂଳ ଷଡ଼ଦଳକମଳରୁ ହିଁ ପ୍ରଥମେ ସ୍ୱରର ଉତ୍ପତ୍ତି ହେବ । ତତ୍ପରେ ଅନାହତ ପଦ୍ମରେ ପ୍ରତିଧ୍ୱନି କରି ସହସ୍ରାରରେ ଧ୍ୱନିତ ହେବ । ଏପରିଭାବରେ ଏକତାନରେ ସ୍ୱରଟିକୁ ଚାଳିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଚିତ୍କାର କରି କହିଲେ ଯେ ଏପରି ହେବ ତାହା ନୁହେଁ, ମନେ ମନେ କହିଲେ ଯାଇ ଠିକ୍ ଏହିପରି ସ୍ୱରକମ୍ପନ କରାଯାଇପାରିବ । ସାଂସାରିକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଧ୍ୟାନରେ, ଏହି ଜ୍ଞାନରେ ନିମଗ୍ନ ରହି ହୁଏ ।

ସର୍ବଦା ପ୍ରଣବର ଅର୍ଥ ଧ୍ୟାନ ଓ ପ୍ରଣବ ଜପ କଲେ ସାଧକର ଚିତ୍ତ ନିର୍ମଳ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ **ପ୍ରତ୍ୟକ୍ ଚୈତନ୍ୟ** ଅର୍ଥାତ୍ **ଶରୀରାନ୍ତର୍ଗତ ଆତ୍ମା** ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ଉପାସନାର ଯେଉଁ ସଙ୍କେତଭାବ ଅର୍ଥାତ୍ 'ଓଁ' କହିଲେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ସାଧକ ହୃଦୟରେ ସମୁଦିତ ହୁଏ । କାହିଁକି ହୁଏ, ତାହା ବଡ଼ ଜଟିଳ ଓ କଠିନ ସମସ୍ୟା । ତେବେ ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଯେ ପ୍ରଣବ (ଓଁ) ସହିତ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଅତି ଘନିଷ୍ଠ ଅଭିଧେୟ ସମ୍ବନ୍ଧ ।

ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ଲକ୍ଷଣ

''ହୃଦୟେ ଗ୍ରନ୍ଥିଭେଦଶ୍ଚ ସର୍ବାବୟବବର୍ଦ୍ଧନମ୍
ଆନନ୍ଦାଶ୍ରୁଣି ପୁଲକୋ ଦେହବେଶଃ କୁଳେଶ୍ୱରି ।
ଗଦ୍‌ଗଦୋକ୍ତିଶ୍ଚ ସହସା ଜାୟତେ ନାତ୍ର ସଂଶୟଃ ।'' **(ତନ୍ତ୍ରସାର)**

ଜପକାଳରେ ହୃଦୟଗ୍ରନ୍ଥି ଭେଦ, ସର୍ବାବୟବର ବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁତା, ଆନନ୍ଦାଶ୍ରୁ, ରୋମାଞ୍ଚ, ଦେହାବେଶ ଏବଂ ଗଦ୍‌ଗଦ ଭାଷଣ ପ୍ରଭୃତି ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ- ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଏତଦ୍‌ଭିନ୍ନ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ନାନାବିଧ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ମନୋରଥସିଦ୍ଧି ହିଁ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ପ୍ରଧାନ ଲକ୍ଷଣ । ଦେବତାଦର୍ଶନ, ଦେବତାଙ୍କ ସ୍ୱର ଶ୍ରବଣ, ମନ୍ତ୍ରର ଝଙ୍କାର ଶବ୍ଦ ଶ୍ରବଣ ପ୍ରଭୃତି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ହେଲେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ । ବାସ୍ତବିକ୍ ଯେଉଁମାନେ ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଅଛନ୍ତି ସେମାନେ ସାକ୍ଷାତ ଶିବତୁଲ୍ୟ, ଏଥିରେ ଅଣୁମାତ୍ର ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ମୋଟ କଥା, ଯୋଗସଧନା ଓ ମନ୍ତ୍ରସାଧନାରେ କୌଣସି

ପ୍ରଭେଦ ନାହିଁ । କାରଣ ଏ ଉଭୟଙ୍କର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏକ; କେବଳ ପଥର ବିଭିନ୍ନତା ମାତ୍ର ।

ଶଯ୍ୟାଶୁଦ୍ଧି

ଯେଉଁମାନେ ରାତ୍ରକାଳରେ ଶଯ୍ୟାରେ ବସି ଜପ କରିଥାନ୍ତି, ଶଯ୍ୟା-ଶୁଦ୍ଧି କରିବା ସେମାନଙ୍କର ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଶଯ୍ୟାଶୁଦ୍ଧିର ମନ୍ତ୍ର ଓ ନିୟମ ହେଉଛି- **ପ୍ରଥମେ** ***'ଓଁ ଆଃ ସୁରେଖେ ବଜ୍ରରେଖେ ହୁଂ, ଫଟ୍‌ସ୍ୱାହା ।'*** ଏହି ମନ୍ତ୍ର ପାଠ କରି ଶଯ୍ୟାଉପରେ ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳ ଅଙ୍କନ କରିବେ । ତ୍ରିକୋଣର କୋଣ ସ୍ତ୍ରୀ ଦେବତାଙ୍କ ଉପାସକଗଣ ନିମ୍ନଦିଗକୁ ଏବଂ ପୁଂ-ଦେବତାଙ୍କ ଉପାସକଗଣ କୋଣ ଉପରଆଡ଼କୁ ରଖିବେ । ପରେ ***'ହ୍ରୀଂ ଆଧାରଶକ୍ତୟେ କମଳାସନାୟ ନମଃ'*** ଏହି ମନ୍ତ୍ରରେ ମାନସ-ପୂଜା କରି ***'ହ୍ରିଂ ମୃତକାୟ ନମଃ ଫଟ୍'*** କହି ଶଯ୍ୟା ଉପରେ ତିନି ଥର ଆଘାତ କରିବେ ଓ ଫୁଟିକି ମାରି ଦଶଦିଗ ବନ୍ଧନ କରିବ । ତଦନନ୍ତର କରଯୋଡ଼ି-

''ଓଁ ଶଯ୍ୟେ ତ୍ୱଂ ମୃତରୂପାସି ***ସାଧନୀୟାସି ସାଧକୈଃ***
ଅତୋଽତ୍ର ଜପ୍ୟତେ ମନ୍ତ୍ରୋ ହ୍ୟସ୍ମାକଂ ସିଦ୍ଧିଦା ଭବ ।''

ଏହି ମନ୍ତ୍ରପାଠପୂର୍ବକ ପ୍ରାର୍ଥନା କରି ଜପରେ ନିଯୁକ୍ତ ହେବେ ।

ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିଲାଭ ଓ ଏହି ସକଳ ବିଷୟ ବିଶେଷ ଭାବରେ ଯେଉଁ ସାଧକମାନଙ୍କର ଜାଣିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହେବ, ପ୍ରୟୋଜନ ହେଲେ ତାହା ଶିଖାଇ ଦିଆଯାଇପାରେ । ଶିକ୍ଷା ଓ ସଂସର୍ଗ ଦୋଷରୁ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମନ୍ତ୍ର ଅଥବା ହିନ୍ଦୁଶାସ୍ତ୍ରାଦିରେ ବିଶ୍ୱାସ ନାହିଁ, ସେମାନେ ମୋ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ ଗୁରୁକୃପାରୁ ମନ୍ତ୍ରର ଅଲୌକିକ କ୍ଷମତା ଓ ଯୋଗର ଦୁଇ ଚାରିଗୋଟି ବିଭୂତି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦେଖାଇ ଦେଇପାରିବି ।

''କ୍ଷମଧ୍ୱଂ ପଣ୍ଡିତା ଦୋଷଂ ପରପିଣ୍ଡୋପଜୀବିନଃ ।
ମମାଶୁଦ୍ଧ୍ୟାଦିକଂ ସର୍ବଂ ଶୋଧ୍ୟଂ ଯୁଷ୍ମାଭିରୁତ୍ତମୈଃ ॥''

ଓଁ ଶାନ୍ତିରେବ ଶାନ୍ତିଃ

ଯୋଗୀଗୁରୁ

ଚତୁର୍ଥ ଅଂଶ-ସ୍ୱରକଳ୍ପ

ସ୍ୱରର ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ

"ସର୍ବବର୍ଣ୍ଣସଂପୂଜିତଂ ସର୍ବଗୁଣସମନ୍ୱିତମ୍।
ବ୍ରହ୍ମ-ମୁଖ ପଙ୍କଜଜ ବ୍ରାହ୍ମଣାୟ ନମୋ ନମଃ ।।"

ଦ୍ୱିଜରାଜଗାମୀ ତ୍ରିଜଗତସ୍ୱାମୀ ନାରାୟଣଙ୍କ ହୃଦସରୋଜରେ ଯେଉଁ ଦ୍ୱିଜରାଜଙ୍କର ପଦପଙ୍କଜ ବିରାଜିତ, ସେହି ଦ୍ୱିଜବଂଶାବତଂଶ ବ୍ରହ୍ମାଂଶସମ୍ଭୂତ ବ୍ରହ୍ମଣମାନଙ୍କର ଚରଣସରୋଜରେ ନତଶିରରେ ନମସ୍କାର କରି **ସ୍ୱରକଳ୍ପ** ଆରମ୍ଭ କଲି ।

ଯୋଗସାଧନାରେ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର କ୍ରିୟାବିଶେଷ ଅନୁଷ୍ଠାନପୂର୍ବକ ଯେପରି ଜୀବାତ୍ମା ସହିତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ସଂଯୋଗସାଧନ କରି ପରମାର୍ଥ ଲାଭ ହୁଏ, ସେହି ପରି ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ଗତି ବୁଝି କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିଲେ, ସଂସାରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସୁଫଳ ଲାଭ କରାଯାଏ । ଭାବୀ ବିପଦ ଆପଦ ଓ ମଙ୍ଗଳାମଙ୍ଗଳ ଜାଣିହୁଏ ଏବଂ ବିପଦଆପଦ ଆଦିର ହସ୍ତରୁ ଅନାୟାସରେ ପରିତ୍ରାଣ ମିଳେ । ଭାବୀ ରୋଗାଦିର ଆକ୍ରମଣ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ଶଯ୍ୟାରୁ ଉଠିବା ସମୟରେ ଜାଣି ହୁଏ । ବିନା ବ୍ୟୟରେ ସ୍ୱଳ୍ପାୟାସରେ ପୀଡ଼ାଦିର ହାତରୁ ପରିତ୍ରାଣ ଲାଭ ହୁଏ । ତେଣୁ ସ୍ୱରଜ୍ଞାନ ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିଲେ, ସଂସାରର ପୁଞ୍ଜୀକୃତ ନାନା କାର୍ଯ୍ୟମୟ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସୁଫଳଲାଭପୂର୍ବକ ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇ କାଳ ଯାପନ କରିହୁଏ ।

ବିଶ୍ୱପିତା ବିଧାତା ଜନ୍ମ ସମୟରେ ମନୁଷ୍ୟ ଦେହ ସଙ୍ଗରେ ଏପରି ଚମତ୍କାର କୌଶଳପୂର୍ଣ୍ଣ ଅପୂର୍ବ ଉପାୟମାନ ଖଞ୍ଜି ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ, ତାହା ଜାଣିପାରିଲେ; ମନୁଷ୍ୟକୁ ସାଂସାରିକ, ବୈଷୟିକ ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ବିଫଳ ମନୋରଥଜନିତ ଦୁଃଖ ଭୋଗକରିବାକୁ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆମେ ସେହି ଅପୂର୍ବ କୌଶଳ ଜାଣୁନାହିଁ ବୋଲି ଆମର କାର୍ଯ୍ୟନାଶ, ଆଶାଭଙ୍ଗ, ମନସ୍ତାପ ହୁଏ ଓ ରୋଗ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହି ସମସ୍ତ ବିଷୟ ଯେଉଁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି, ତାହାର ନାମ **ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର** । ଏହି ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର ଯେପରି ଦୁର୍ଲ୍ଲଭ, ସ୍ୱରଜ୍ଞ-ଗୁରୁଙ୍କର ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଅଭାବ । ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳପ୍ରଦ । ମୁଁ ଏହି ଶାସ୍ତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟାଲୋଚନା କରି ପଦେ ପଦେ ଏହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ଦେଖି ବିସ୍ମିତ ହୋଇଅଛି । ସମଗ୍ର ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର ଯଥାଯଥ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିବା, ଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ପୁସ୍ତକରେ ଏକାନ୍ତ ଅସମ୍ଭବ । କେବଳ ସାଧକମାନଙ୍କର କେତେଗୋଟି ପ୍ରୟୋଜନୀୟ ବିଷୟ ସଂକ୍ଷେପରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା ।

ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର ଶିକ୍ଷାକରିବାକୁ ହେଲେ, ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ଗତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସମ୍ୟକ୍ ଜ୍ଞାନଲାଭ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

"କାୟାନଗରମଧ୍ୟେ ତୁ ମାରୁତଃ କ୍ଷିତିପାଳକଃ ।"

ଦେହ-ନଗର ମଧ୍ୟରେ ବାୟୁ ରାଜା ସ୍ୱରୂପ । ପ୍ରାଣବାୟୁ ନିଃଶ୍ୱାସ ଓ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଏହି ଦୁଇ ନାମରେ ଅଭିହିତ ହୋଇଥାଏ । ବାୟୁ ଗହ୍ରଣର **ନାମ ନିଃଶ୍ୱାସ ଏବଂ ବାୟୁ ପରିତ୍ୟାଗର ନାମ ପ୍ରଶ୍ୱାସ** । ଜୀବର ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ-ଠାରୁ ମୃତ୍ୟୁର ଶେଷ ମୂହୂର୍ତ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତିନିୟତ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲିଅଛି । ଏହି ନିଃଶ୍ୱାସ ପୁଣି ଏକ ସମୟରେ ଦୁଇ ନାସିକାରେ ସମଭାବରେ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହା କେତେବେଳେ ବାମ, କେତେବେଳେ ବା ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକାରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ । କ୍ୱଚିତ୍ କେତେବେଳେ ଦୁଇ ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପାଇଁ ଉଭୟ ନାସିକାରେ ସମଭାବରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ । ବାମନାସାପୁଟରେ ପ୍ରବାହିତ ଶ୍ୱାସକୁ **ଇଡ଼ାର ବହନ**, ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାରେ ପ୍ରବାହିତ ଶ୍ୱାସକୁ

ପିଙ୍ଗଳାର ବହନ ଏବଂ ଉଭୟ ନାସାପୁଟରେ ସମାନ ଭାବରେ ବହିଲେ ତାହାକୁ **ସୁଷୁମ୍ନାର ପବନ** କୁହାଯାଏ । ଗୋଟିଏ ନାସାପୁଟ ଚାପିଧରି ଅନ୍ୟ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଶ୍ୱାସ ରେଚନ କରିବା ସମୟରେ ବୁଝାଯାଏ ଯେ, ଗୋଟିଏ ନାସିକାରୁ ସରଳଭାବରେ ଶ୍ୱାସପ୍ରବାହ ଚାଲିଅଛି, ଅନ୍ୟ ନାସାପୁଟ ଯେପରି ବନ୍ଦ ଅଛି । ସେଥିରୁ ଅନ୍ୟ ନାସା ପରି ସରଳଭାବରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ସରଳଭାବରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେତେବେଳେ ସେହି ନାସିକାର **ଶ୍ୱାସବହନ** ବୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ । କେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, ପାଠକମାନେ ତାହା ଏହିଭାବରେ ଅବଗତ ହୋଇପାରିବେ । କ୍ରମେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଗଲେ, କେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି;. ତାହା ସହଜରେ ଜଣା-ପଡ଼ିବ । ପ୍ରତିଦିନ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟଠାରୁ ଗୋଟିଏ ନାସିକାରେ ଅଢ଼େଇଦଣ୍ଡ କରି ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଦିବାରାତ୍ର ମଧ୍ୟରେ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକାରେ ବାର ଥର ଏବଂ ବାମ-ନାସିକାରେ ବାର ଥର ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ । କେଉଁ ଦିନ କେଉଁ ନାସିକାରେ ପ୍ରଥମେ ଶ୍ୱାସର କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହେବ, ତାହାର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମ ଅଛି । ଯଥା-

''ଆଦୌ ଚନ୍ଦ୍ରଃ ସିତେପକ୍ଷେ ଭାସ୍କରସ୍ତୁ ସିତେତରେ ।
ପ୍ରତିପତ୍ତୋ ଦିନାନ୍ୟାହୁଃ ତ୍ରୀଣି ତୀଣି କ୍ରମୋଦୟେ ॥''

- ପବନ-ବିଜୟ-ସ୍ୱରୋଦୟ

ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା ତିଥିଠାରୁ ପ୍ରଥମ ତିନିଦିନ ଧରି ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ୍ ବାମ-ନାସାରେ, ତପୂରେ ତିନି ଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାରେ ଏହି କ୍ରମରେ ତିନିଦିନ ଧରି ଏବଂ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷରେ ପ୍ରତିପଦା ତିଥିଠାରୁ ପ୍ରଥମ ତିନି ଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଦକ୍ଷିଣନାସାରେ, ତପୂରେ ତିନି ଦିନ ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ୍ ବାମ ନାସାରେ, ଏହି କ୍ରମରେ ତିନି ତିନି ଦିନ ଧରି ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ; ଅର୍ଥାତ୍ ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା, ଦ୍ୱିତୀୟା, ତୃତୀୟା, ସପ୍ତମୀ, ଅଷ୍ଟମୀ, ନବମୀ, ତ୍ରୟୋଦଶୀ, ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶୀ, ପୂର୍ଣ୍ଣିମା- ଏହି ନଅ

ଦିନରେ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ସମୟରେ ପ୍ରଥମେ ବାମନାସିକାରୁ ଏବଂ ଚତୁର୍ଥୀ, ପଞ୍ଚମୀ, ଷଷ୍ଠୀ, ଦଶମୀ, ଏକାଦଶୀ, ଦ୍ୱାଦଶୀ-ଏହି ଛଅ ଦିନରେ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ସମୟରେ ପ୍ରଥମେ ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାରୁ ଶ୍ୱାସ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଅଢ଼େଇ ଦଣ୍ଡ ପ୍ରବାହିତ ହେବ । ପରେ ବିପରୀତ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସ ଉଦୟ ହେବ । କୃଷ୍ଣପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା, ଦ୍ୱିତୀୟା, ତୃତୀୟା, ସପ୍ତମୀ, ଅଷ୍ଟମୀ, ନବମୀ, ତ୍ରୟୋଦଶୀ, ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶୀ, ଅମାବାସ୍ୟା-ଏହି ନଅଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ସମୟରେ ପ୍ରଥମେ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକାରୁ ଏବଂ ଚତୁର୍ଥୀ, ପଞ୍ଚମୀ, ଷଷ୍ଠୀ, ଦଶମୀ, ଏକାଦଶୀ, ଦ୍ୱାଦଶୀ- ଏହି ଛଅ ଦିନରେ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ କାଳରେ ପ୍ରଥମେ ବାମନାସିକାରୁ ଶ୍ୱାସବହନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଅଢ଼େଇ ଦଣ୍ଡ ପରେ ଅନ୍ୟ ନାସାର ଶ୍ୱାସ ଉଦୟ ହେବ । ଏହିପରି ନିୟମରେ ଅଢ଼େଇ ଅଢ଼େଇ ଦଣ୍ଡ କରି ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟ-ଜୀବନର ଏହା ହିଁ ***ଶ୍ୱାସବହନର ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ*** ।

"ବହେତ୍ତାବଦ୍ ଘଟି ମଧ୍ୟେ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱାନି ନିର୍ଦ୍ଦିଶେତ୍ ।" (ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର)

ପ୍ରତିଦିନ ଦିବାରାତ୍ର ଷିଠିଏ ଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତି ଅଢ଼େଇ ଦଣ୍ଡ କରି ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ନାସିକାରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟମତେ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଶ୍ୱାସବହନ କାଳରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟକ୍ରମେ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ଏହି ଗତି ବୁଝି କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିଲେ, ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହେ ଏବଂ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ । ମୋଟ ଉପରେ ସାଂସାରିକ, ବୈଷୟିକ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସୁଫଳ ଲାଭପୂର୍ବକ ସୁଖରେ ସଂସାରଯାତ୍ରା ନିର୍ବାହ କରିହୁଏ ।

ବାମ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସଫଳ

ଯେତେବେଳେ ଇଡ଼ାନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ ବାମ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସ୍ଥିରକର୍ମ କରିବା ବିଧେୟ । ସେହି ସମୟରେ ଅଳଙ୍କାରଧାରଣ, ଦୂରପଥକୁ ଗମନ, ଆଶ୍ରମରେ ପ୍ରବେଶ, ରାଜମନ୍ଦିର ଓ ଅଟ୍ଟାଳିକା ନିର୍ମାଣ ଏବଂ ଦ୍ରବ୍ୟାଦି ସଂଗ୍ରହ କରିବେ । ଏହି ସମୟରେ କୂପ, ପୁଷ୍କରିଣୀ ପ୍ରଭୃତି ଜଳାଶୟ ଓ ଦେବସ୍ତମ୍ଭାଦି ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବେ ।

ଏହି ସମୟରେ ଯାତ୍ରା, ଦାନ, ବିବାହ, ନବବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ, ଶାନ୍ତିକର୍ମ, ପୌଷ୍ଟିକକର୍ମ, ଦିବ୍ୟୌଷଧିସେବନ, ରସାୟନ କାର୍ଯ୍ୟ, ପ୍ରଭୁ-ଦର୍ଶନ, ବନ୍ଧୁତ୍ୱ-ସଂସ୍ଥାପନ ଏବଂ ବହିର୍ଗମନ, ପ୍ରଭୃତି ସମସ୍ତ ଶୁଭକାର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବେ । ବାମନାସାପୁଟରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବା ସମୟରେ ଶୁଭକାର୍ଯ୍ୟମାନ କଲେ, ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୋଇଥାଏ; କିନ୍ତୁ ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି ଏବଂ ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟକାଳରେ ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟମାନ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସଫଳ

ଯେତେବେଳେ ପିଙ୍ଗଳାନାଡ଼ୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥାଏ, ସେତେବେଳେ କଠିନ ଏବଂ କ୍ରୂରବିଦ୍ୟାର ଅଧ୍ୟୟନ ଓ ଅଧ୍ୟାପନା, ସ୍ତ୍ରୀସଂସର୍ଗ, ନୌକା ଆରୋହଣ, ଦୁଷ୍ଟକର୍ମ, ସୁରାପାନ, ତାନ୍ତ୍ରିକ ମତରେ ବୀରମନ୍ତ୍ରାଦିସମ୍ମତ ଉପାସନା, ଦେଶାଦି ଧ୍ୱଂସ, ବୈରୀକୁ ବିଷଦାନ, ଶାସ୍ତ୍ରାଭ୍ୟାସ, ମୃଗୟା, ପଶୁବିକ୍ରୟ, ଇଷ୍ଟକ, କାଷ୍ଠ, ପାଷାଣ ଓ ରତ୍ନାଦି ଘର୍ଷଣ ଏବଂ ବିଦାରଣ, ଗୀତାଭ୍ୟାସ, ଯନ୍ତ୍ରତନ୍ତ୍ର ନିର୍ମାଣ, ଦୁର୍ଗ ଓ ଗିରି ଆରୋହଣ, ଦ୍ୟୁତକ୍ରୀଡ଼ା, ଚୌର୍ଯ୍ୟ, ହସ୍ତୀ, ଅଶ୍ୱ ଓ ରଥାଦି ଯାନରେ ଆରୋହଣ, ଶିକ୍ଷା, ବ୍ୟାୟାମ-ଚର୍ଚ୍ଚା, ମାରଣ ଓ ଉଚ୍ଚାଟନାଦି ଷଟ୍‌କର୍ମସାଧନ, ଯକ୍ଷିଣୀ, ବେତାଳ ଓ ଭୂତାଦି ସାଧନ, ଔଷଧସେବନ, ଲିପିଲିଖନ, ଦାନ, କ୍ରୟବିକ୍ରୟ, ଯୁଦ୍ଧ, ଭୋଗ, ରାଜଦର୍ଶନ, ସ୍ନାନାହାର ପ୍ରଭୃତି କର୍ମର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବ । ମହାଦେବ କହିଛନ୍ତି, *'ବଶୀକରଣ, ମାରଣ, ଉଚ୍ଚାଟନ, ଆକର୍ଷଣ, ମୋହନ, ବିଦ୍ୱେଷଣ, ଭୋଜନ ଓ ସ୍ତ୍ରୀସଙ୍ଗମରେ ପିଙ୍ଗଳାନାଡ଼ୀ ସିଦ୍ଧିଦାୟକ ହୋଇଥାଏ ।*

ସୁଷୁମ୍ନା ଶ୍ୱାସଫଳ

ଉଭୟ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବା ସମୟରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଶୁଭ ବା ଅଶୁଭ କାର୍ଯ୍ୟର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବ ନାହିଁ । କଲେ ସେ ସମସ୍ତ ନିଷ୍ଫଳ ହେବ । ଏହି ସମୟରେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଓ ଧ୍ୟାନଧାରଣାଦି ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ ମନନ କରିବା ବିଧେୟ । ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ

ବହନ ସମୟରେ କାହାକୁ ଶାପ ବା ବର ପ୍ରଦାନ କଲେ, ତାହା ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ଗତି ବୁଝି ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ଅନୁସାରେ ତିଥି, ନକ୍ଷତ୍ର ଅନୁଯାୟୀ ଯଥାଯଥ ନିୟମରେ ଏହି ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିପାରିଲେ, କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ହେଲେ ଆଶାଭଙ୍ଗଜନିତ ମନସ୍ତାପ ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଏ ସମସ୍ତ ବିଶଦଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାକୁ ହେଲେ, ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାଣ୍ଡ ପୁସ୍ତକ ହୋଇଯିବ । ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ପାଠକଗଣ ଏହି ସଂକ୍ଷିପ୍ତ **ଅଂଶ** ପଢ଼ି ଯଥାଯଥ, ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିଲେ ନିଶ୍ଚୟ ସଫଳମନୋରଥ ହେବେ ।

ରୋଗ ଉତ୍ପତ୍ତିର ପୂର୍ବଜ୍ଞାନ ଓ ପ୍ରତିକାର

ପୂର୍ବରୁ କହିଅଛି, ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା ତିଥିଠାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତିନି ଦିନ ଧରି ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ସମୟରେ **ପ୍ରଥମେ ବାମ-ନାସିକାରେ** ଏବଂ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା ତିଥିଠାରୁ ଅମାବାସ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତିନି ଦିନ ଧରି ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ କାଳରୁ ***ପ୍ରଥମେ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ*** । କିନ୍ତୁ- ***"ପ୍ରତିପତ୍ତୋ ବିନାନ୍ୟାହୁ ବିପରୀତେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ।"***

ପ୍ରତିପଦା ପ୍ରଭୃତି ତିଥିରେ ଯଦି ନିଶ୍ୱାସ-ବାୟୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମର ବିପରୀତ ଭାବରେ ଉଦିତ ହୁଏ, ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ **ଅମଙ୍ଗଳ** ଦେଖା ଦେବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଯଥା-

ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା ତିଥିରେ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ନିଦ୍ରାଭଙ୍ଗ ସମୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟବେଳେ ଯଦି ପ୍ରଥମେ ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସବହନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ, ସେହିଦିନଠାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ମଧ୍ୟରେ **ଉଷ୍ଣଜନିତ କୌଣସି ପୀଡ଼ା** ହେବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଆଉ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା ତିଥିରେ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟର ସମୟରେ ଯଦି ପ୍ରଥମେ ବାମ-ନାସିକାରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ବହିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ, ତେବେ ସେହି ଦିନଠାରୁ ଅମାବାସ୍ୟା ମଧ୍ୟରେ **ଶ୍ଳେଷ୍ମାଘଟିତ** ବା **ଆର୍ଦ୍ରତାଜନିତ ଯେ କୌଣସି ପୀଡ଼ା** ହେବ ହିଁ ହେବ ।

ଦୁଇ ପକ୍ଷ ଧରି ଏହିପରି ବିପରୀତ ଭାବରେ ନିଃଶ୍ୱାସବାୟୁ ପ୍ରଥମେ ଉଦୟ ହେଲେ, କୌଣସି **ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନଙ୍କର ଗୁରୁତର ପୀଡ଼ା** କିମ୍ବା ମୃତ୍ୟୁ ଅଥବା କୌଣସି ପ୍ରକାର ବିପଦ ହେବ । ଉପର୍ଯ୍ୟୁପରି ତିନି ପକ୍ଷ ଏହିପରି ହେଲେ ନିଜର ମୃତ୍ୟୁ ହେବା ସୁନିଶ୍ଚିତ ।

ଶୁକ୍ଳ କିମ୍ବା କୃଷ୍ଣପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦା ଦିନ ପ୍ରଭାତରେ ଯଦି ଏହିପରି ବିପରୀତ ନିଃଶ୍ୱାସବହନ ହେଉଥିବା ଜାଣିପାରିବ, ତାହାହେଲେ ସେହି ନାସିକା କେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବନ୍ଧ ରଖିଲେ; ରୋଗଉତ୍ପତ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ରହିବ ନାହିଁ । ସେ ନାସିକାକୁ ଏପରିଭାବରେ ବନ୍ଧ ରଖିବାକୁ ହେବ, ଯେପରି ସେହି ନାସାପୁଟ ଦେଇ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ନ ହୁଏ । ଏହିପରି କେତେଦିନ ଦିବାରାତ୍ରି ସର୍ବଦା (ସ୍ନାନାହାର ସମୟ ବ୍ୟତୀତ) ବନ୍ଧ ରଖିପାରିଲେ, ଏହି ତିଥି ମଧ୍ୟରେ ଏକାବେଳକେ କୌଣସି ରୋଗ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଯଦି ଅସାବଧାନତାବଶତଃ ନିଃଶ୍ୱାସର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଫଳରେ କୌଣସି ପୀଡ଼ା ଜନ୍ମେ, ତେବେ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷରେ ଦକ୍ଷିଣ ଏବଂ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷରେ ବାମନାସିକା ଦେଇ ଯେପରି ଶ୍ୱାସବହନ ନ ହୋଇପାରିବ, ତାହା କଲେ ଶୀଘ୍ର ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । କୌଣସି ଗୁରୁତର ପୀଡ଼ା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିଲେ, ତାହା ଅତି ସାମାନ୍ୟ ଆକାରରେ ଭୋଗ ହେବ ଏବଂ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ଅଳ୍ପଦିନ ଭିତରେ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ଏପରି କଲେ ରୋଗଜନିତ କଷ୍ଟଭୋଗ କରିବାକୁ ଓ ଚିକିତ୍ସକଙ୍କୁ ଅର୍ଥଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ।

ନାସିକା ବନ୍ଧ କରିବାର ନିୟମ

ନାସାରନ୍ଧ୍ରରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହେବା ଭଳି ପୁରାତନ ପରିଷ୍କାର ତୁଳା ପୁଟୁଳା କରି ପରିଷ୍କୃତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତ୍ର ଦ୍ୱାରା ମୋଡ଼ି ତାହାର ମୁଖ ସିଲାଇ କରି-ଦେବ । ଏହି ପୁଡ଼ା ଦ୍ୱାରା ନାସାଛିଦ୍ର ଏପରିଭାବରେ ବନ୍ଧ କରିଦେବ, ଯେପରି ସେହି ନାସା ଦେଇ ସାମାନ୍ୟ ଟିକିଏ ହେଲେ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ନ ପାରେ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର କୌଣସି ପ୍ରକାର ଶ୍ୱାସରୋଗ ଅଛି, କିମ୍ବା

ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କ ଦୁର୍ବଳ, ସେମାନେ ତୁଳା ଦ୍ୱାରା ନାସାରନ୍ଧ୍ର ରୋଧ ନ କରି ପରିଷ୍କାର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଛିନ୍ନବସ୍ତ୍ରର ପୁଡ଼ା ଦ୍ୱାରା **ନାସିକା** ବନ୍ଦ କରିବେ ।

ଯେ କୌଣସି କାରଣରୁ ହେଉ, ଯେତେ ସମୟ ବା ଯେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାସିକା ବନ୍ଦ ରଖିବାର ପ୍ରୟୋଜନ ହେବ, ସେତେ ସମୟ ବା ସେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଧିକ ଶ୍ରମଜନକ କାର୍ଯ୍ୟ, ଧୂମପାନ, ଚିତ୍କାରଶବ୍ଦ, ଦଉଡ଼ାଦଉଡ଼ି ପ୍ରଭୃତି କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । ଯେଉଁମାନେ ତମାଖୁର ଧୂମପାନ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ଅସମର୍ଥ, ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ତମାଖୁ ସେବନ କରିବେ, ସେତେବେଳେ ନାସାର ପୁଡ଼ା ଖୋଲିରଖିବେ । ଗୁଡ଼ାଖୁ ଖାଇସାରିଲେ ନାସାରନ୍ଧ୍ରକୁ ଉତ୍ତମ ରୂପେ ପୋଛି ପରିଷ୍କାର କରି ପୂର୍ବପରି ପୁଡ଼ା ଦେଇ ନାସାଛିଦ୍ର ବନ୍ଦ କରିବେ । ଯେତେବେଳେ ଯେ କୌଣସି କାରଣରୁ ନାସିକା ବନ୍ଦ କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଏହି ନିୟମରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଉପେକ୍ଷା କରିବେ ନାହିଁ । ନୂତନ ବା ଅପରିଷ୍କୃତ ତୂଳା ନାସାଛିଦ୍ରରେ କଦାପି ପୂରାଇବେ ନାହିଁ ।

ନିଃଶ୍ୱାସ ପରିବର୍ତ୍ତନର କୌଶଳ

କାର୍ଯ୍ୟଭେଦରେ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ନାନା କାରଣରେ ବାୟୁ ଗତି ଗୋଟିଏ ନାସିକାରୁ ଅନ୍ୟ ନାସିକାକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ପ୍ରୟୋଜନ ହୋଇଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ କେତେବେଳେ ଅନୁକୂଳ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସବହନ ଆରମ୍ଭ ହେବ ବୋଲି ବସିରହିବା କାହାରି ପକ୍ଷରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ଇଚ୍ଛା ଅନୁସାରେ ଶ୍ୱାସର ଗତି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାର କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା କରିବା ଏକାନ୍ତ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏହି କ୍ରିୟା ଅତି ସହଜ, ସାମାନ୍ୟ ଚେଷ୍ଟାରେ **ଶ୍ୱାସର ଗତି ପରିବର୍ତ୍ତନ** କରାଯାଇପାରେ । ଯଥା-

ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, ତାହାର ବିପରୀତ ନାସିକା ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଳି ଦ୍ୱାରା ଚିପିଧରି ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, ସେହି ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ଆକର୍ଷଣ କରିବ । ପରେ ସେହି ନାସିକା ଚିପିଧରି ବିପରୀତ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବ । ବାରମ୍ବାର

କିଛି ସମୟ ଧରି ଏହିପରି କଲେ, ଶ୍ୱାସର ଗତି ନିଶ୍ଚୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଯିବ । ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, ସେହି କଡ଼ ମାଡ଼ି ଶୋଇରହି ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା କଲେ ଅତି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ୱାସର ଗତି ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଶ୍ୱାସ ବାୟୁ ଅନ୍ୟ ନାସିକାପଥ ଦେଇ ପ୍ରବାହିତ କରାଯାଇପାରେ । ଏ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ ନ କରି ଯେଉଁ ନାସାପଥ ଦେଇ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, କେବଳ ସେହି କଡ଼ମାଡ଼ି କିଛି ସମୟ ଶୋଇରହିଲେ; ଶ୍ୱାସଗତିର ପରିବର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।

ପାଠକ ! ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଯେଉଁ ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପରିବର୍ତ୍ତନର ନିୟମ ଲିଖିତ ହେବ, ସେଠାରେ ଏହି କୌଶଳ ଅବଲମ୍ବନପୂର୍ବକ ଶ୍ୱାସର ଗତି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱେଚ୍ଛାନୁସାରେ ଏହି ବାୟୁକୁ ରୋଧ କରିପାରେ ଏବଂ ରେଚନ କରିପାରେ, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ପବନକୁ ଜୟ କରିଥାଏ ।

ବଶୀକରଣ

ଆଧୁନିକ ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ବଶୀକରଣ-ବିଦ୍ୟା ଶିକ୍ଷା ନିମିତ୍ତ ବ୍ୟଗ୍ରତା ପ୍ରକାଶ କରିବାର ଦେଖାଯାଏ । ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀ ଦେଖିଲେ ଅନେକେ ପ୍ରଥମେ ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନା ଜଣାଇଥାନ୍ତି । ତନ୍ତ୍ରଶାସ୍ତ୍ରାଦିରେ ବଶୀକରଣ ବିଦ୍ୟା ଯେପରି ଭାବରେ ଉକ୍ତ ହୋଇଅଛି, ତଦନୁସାରେ ଯଥାର୍ଥ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବା ସାଧାରଣଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସାଧ୍ୟାୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ବଶୀକରଣ ପ୍ରକରଣରେ ନିଃଶ୍ୱାସର ପ୍ରୟୋଗ ପରି ସହଜ ଓ ଅବ୍ୟର୍ଥ ଫଳଦାୟକ ଉପାୟ ଆଉ କିଛି ନାହିଁ । ପାଠକମାନଙ୍କର ଅବଗତି ନିମିତ୍ତ ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି ମାତ୍ର କ୍ରିୟା ଲିଖିତ ହେଲା ।

"ଚନ୍ଦ୍ରଂ ସୂର୍ଯ୍ୟେଣ ଚାକୃଷ୍ୟସ୍ଥାପୟେଜ୍ଜୀବମଣ୍ଡଳେ ।
ଆଜନ୍ମବଶଗା ବାମା କଥିତୋଽୟଂ ତପୋଧନୈଃ ।।"

ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ (ପିଙ୍ଗଳା) ଦ୍ୱାରା ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀ (ଇଡ଼ା)କୁ ଆକର୍ଷଣ ପୂର୍ବକ ହୃଦୟସ୍ଥ ବାୟୁ ସହିତ ସଂସ୍ଥାପନ କରି ଯେଉଁ ବାମାକୁ ଭାବନ କରିବ, ସେହି ରମଣୀ ଆଜୀବନ ସାଧକର ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହିବ ।

''ଜୀବନେ ଗୃହ୍ୟତେ ଜୀବୋ ଜୀବୋ ଜୀବସ୍ୟ ଦୀୟତେ ।
ଜୀବସ୍ଥାନେ ଗତୋ ଜୀବୋ ବାଳାଜୀବନାନ୍ତବଶ୍ୟକୃତ୍ ।।''

ପ୍ରଥମେ ପୂରକ, ପରେ ରେଚକ, ତଦନନ୍ତର କୁମ୍ଭକପୂର୍ବକ ଯେଉଁ ବାମାକୁ ଚିନ୍ତା କରିବେ, ସେ ଜୀବନାବଧି ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହିବ ।

''ରାତ୍ରୌ ଚ ଯାମବେଳାୟାଂ ପ୍ରସୁପ୍ତେ କାମିନୀଜନେ ।
ବ୍ରହ୍ମବୀଜଂ ପିବେତ୍ ଯସ୍ତୁ ବାଳାଜୀବହରୋ ନରଃ ।।''

ପ୍ରହରକ ନିଶାଯୋଗରେ କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଦେବୀଙ୍କର ନିଦ୍ରାକାଳରେ ବ୍ରହ୍ମବୀଜ ଅର୍ଥାତ୍ ଶ୍ୱାସବାୟୁ ପାନ କରି ତାହାର ବୀଜମନ୍ତ୍ର ଜପ କରୁକରୁ ସାଧକ ଯେଉଁ ନାୟିକାକୁ ଭାବନା କରିବେ, ସେହି ନାୟିକା ଆଜୀବନ ତାହାର ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହିବ ।

''ଉଭୟୋଃ କୁମ୍ଭକଂ କୃତ୍ୱା ମୁଖେ ଶ୍ୱାସୋନିପୀୟତେ ।
ନିଶ୍ଚଳା ଚ ଯଦା ନାଡ଼ୀ ଦେବକନ୍ୟାବଶଂ କୁରୁ ।।''

କୁମ୍ଭକପୂର୍ବକ ମୁଖଦ୍ୱାରା ନିଃଶ୍ୱାସବାୟୁ ପାନ କରିବ; ଏହିପରି କରୁ କରୁ ଯେତେବେଳେ ନିଶ୍ୱାସବାୟୁ ସ୍ଥିର ହେବ, ସେତେବେଳେ ଯାହାକୁ ଭାବନା କରିବେ, ସେ ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହିବେ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସାହାଯ୍ୟରେ ସାଧକ ଦେବକନ୍ୟାମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ବଶୀଭୂତ କରିପାରିବେ ।

ବଶୀକରଣ ପ୍ରକରଣରେ ଅନେକ ଅବ୍ୟର୍ଥ ଫଳପ୍ରଦ କ୍ରିୟାର ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି; କିନ୍ତୁ ସେ ସମସ୍ତ ସାଧାରଣରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟବୋଧ କରୁ ନାହିଁ । ପଶୁ ପ୍ରକୃତିବିଶିଷ୍ଟ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜର ପାଶବବୃତ୍ତି ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ମାନସରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି କାମରିପୁର ଉତ୍ତେଜନାରେ ଶିବୋକ୍ତ ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟର ଅପବ୍ୟବହାର କରେ, ତାହାପରି ନାରକୀ ତ୍ରିଜଗତରେ ନାହିଁ । ଅନେକେ ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ି ଏହି କ୍ରିୟାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବାକୁ ଯାଇ ଭଗ୍ନୋତ୍ସାହ ହୋଇ ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟରେ ଅବିଶ୍ୱାସ କରିଥା'ନ୍ତି;

କିନ୍ତୁ ନିୟମିତ ଭାବରେ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କରିବାରେ ତ୍ରୁଟି ହେବା ଫଳରେ ଯେ ଏହା ହୋଇଥାଏ, ତାହା ସେମାନେ ବୁଝିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ★ ।

ବଶୀକରଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମେଷଚର୍ମର ଆସନ, କାମଦା ନାମକ ଅଗ୍ନି, ମଧୁ, ଘୃତ ଓ ଖଇ ଦ୍ୱାରା ହୋମ ଓ ପୂର୍ବମୁଖରେ ବସି ଜପ ପ୍ରବାଳ, ହୀରକ ବା ମଣିମାଳାରେ ମୁଦ୍ରିକାଦ୍ୱାରା ଅଙ୍ଗୁଳି ଚାଳନା କରିବାକୁ ହେବ । ବାୟୁତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟକାଳରେ, ଦିବସ ପୂର୍ବଭାଗରେ, ମେଷ, କନ୍ୟା, ଧନୁ ବା ମୀନ ଲଗ୍ନରେ, ଉତ୍ତର ଭାଦ୍ରପଦ, ମୂଳା, ଶତଭିଷା, ପୂର୍ବଭାଦ୍ରପଦ ଓ ଅଶ୍ଲେଷା ନକ୍ଷତ୍ରରେ, ଗୁରୁ ବା ସୋମବାର ଯୁକ୍ତ ଅଷ୍ଟମୀ, ନବମୀ ବା ଦଶମୀ ତିଥିରେ ଏବଂ ବସନ୍ତକାଳରେ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କଲେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟରେ 'ବାଣୀ' ଦେବତା ଏବଂ କଳିରେ ମନ୍ତ୍ରସଂଖ୍ୟା ଚତୁର୍ଗୁଣ ଜପ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏହିପରି ନିୟମରେ କାର୍ଯ୍ୟରେ କରିପାରିଲେ, ନିଶ୍ଚୟ ଫଳଲାଭ ହେବ । ସ୍ୱେଚ୍ଛାନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଗଲେ, ସୁଫଳ ଆଶା ଦୁରାଶାମାତ୍ର । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମରେ କ୍ରିୟା କରି ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟରେ ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରନ୍ତୁ । କିନ୍ତୁ ସାବଧାନ ! କେହି ଯେପରି ପାପାନୁସନ୍ଧିତ୍ସୁ ହୋଇ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ପରକାଳର ପଥ କଣ୍ଟକାକୀର୍ଣ୍ଣ ନ କରନ୍ତି ।

ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ

ଅନିୟମିତ କ୍ରିୟାଦ୍ୱାରା ମାନବ-ଦେହରେ ଯେପରିଭାବରେ ରୋଗୋତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ, ସେହିପରିଭାବରେ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର ନକରି ମଧ୍ୟ କେବଳ ଆଭ୍ୟନ୍ତରିକ କ୍ରିୟାଦ୍ୱାରା ରୋଗ ନିରାମୟର ଉପାୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ସେହି ଭଗବତ୍‌ପ୍ରଦତ୍ତ କୌଶଳ ଆମେ ଜାଣୁନାହିଁ ବୋଲି ଦୀର୍ଘକାଳ ରୋଗ ଭୋଗକରୁ ଏବଂ ଚିକିତ୍ସକକୁ ଅନର୍ଥକ ଅର୍ଥ ଦେଇଥାଉ । ମୁଁ ଦେଶ ପର୍ଯ୍ୟଟନ କରିବା ସମୟରେ ସିଦ୍ଧଯୋଗୀ ଓ ମହାତ୍ମାମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ ବିନା

★ ତନ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ଅଧିକାର ଓ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନମାନ ମତ୍‌ପ୍ରଣୀତ "ତାନ୍ତ୍ରିକ-ଗୁରୁ" ପୁସ୍ତକରେ ବିଶେଷଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି । ଅନଧିକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ କାମ୍ୟ କର୍ମର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରିବାକୁ ଯାଇ ସେଥିରେ ଫଳ ପାଇବ ବା କିପରି ?

ଔଷଧରେ ରୋଗଶାନ୍ତିର ସୁକୌଶଳମାନ ଶିକ୍ଷା କରି ପରେ ବହୁ ପରୀକ୍ଷାରେ ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ଦେଖିଥିବାରୁ, ସାଧାରଣଙ୍କର ଉପକାର ନିମିତ୍ତ ସେଥିରୁ ଅଳ୍ପ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଅପୂର୍ବ କୌଶଳ ପ୍ରକାଶ କଲି । ପାଠକମାନେ ଏହି କୌଶଳ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବେ । ଦୀର୍ଘକାଳ ରୋଗ-ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ, ଅର୍ଥବ୍ୟୟ କିମ୍ବା ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ଉଦର ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଥରେ ଏହି ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ କୌଶଳ ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ନିରାମୟ ହେଲେ, ସେ ରୋଗ ପୁନରାକ୍ରମଣର ଆଉ ଆଶଙ୍କା ରହେନାହିଁ । ପାଠକମାନଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରୁଅଛି ।

ଜ୍ୱର – ଜ୍ୱର ଆକ୍ରମଣ କଲେ କିମ୍ବା ଆକ୍ରମଣର ଉପକ୍ରମ ଜଣାପଡ଼ିଲେ ସେତେବେଳେ ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ନାସିକା ବନ୍ଦ କରିଦେବ । ଜ୍ୱର ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ହେବାପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ରଖିବାକୁ ହେବ । ଏହା କଲେ ଦଶ ପନ୍ଦର ଦିନ ଭୋଗ କରିବା ଭଳି ଜ୍ୱର ପ୍ରାୟ ସାତ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ନିଶ୍ଚୟ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା, ଜ୍ୱର ସମୟରେ ସର୍ବଦା ମନେ ମନେ ରୌପ୍ୟ ସଦୃଶ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣର ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଶୀଘ୍ର ଫଳଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଅଙ୍କରାନ୍ତିର ମୂଳ ରୋଗୀର ହାତରେ ବାନ୍ଧିଲେ, ସର୍ବବିଧ ଜ୍ୱର ନିଶ୍ଚୟ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ ।

ପାଳିଜ୍ୱର– ଶ୍ୱେତ ଅପରାଜିତା କିମ୍ବା ବକ ଫୁଲର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପତ୍ର ହାତରେ ମକଚି କନାରେ ମୋଡ଼ି ପୁଡ଼ା କରି ଜ୍ୱରପାଳି ଦିନ ପ୍ରତ୍ୟୁଷରେ ଘ୍ରାଣ କଲେ, ପାଳିଜ୍ୱର ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ।

ମୁଣ୍ଡ ବ୍ୟଥା- ମୁଣ୍ଡ ବଥାଇଲେ ଦୁଇ ହାତର କହୁଣୀ ଉପରେ କନାଧଡ଼ି କିମ୍ବା ଦଉଡ଼ି ଦ୍ୱାରା ଜୋର୍‌ରେ ବାନ୍ଧିରଖିଲେ, ପାଞ୍ଚ ସାତ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ଏଭଳି ଦୃଢ଼ଭାବରେ ବାନ୍ଧିବ, ଯହିଁରେ ରୋଗୀର ହାତରେ ଅତିଶୟ ବେଦନା ଅନୁଭୂତ ହେବ । ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆରୋଗ୍ୟ ହେବା ପରେ ଫିଟାଇଦେବ ।

ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଅଛି, ଯାହାକୁ ସାଧାରଣତଃ **ଅଧାକପାଳି ବିନ୍ଧା** କହନ୍ତି । କପାଳର ମଧ୍ୟସ୍ଥାନରୁ ବାମ କିମ୍ବା ଦକ୍ଷିଣ ଆଡ଼କୁ କପାଳର ଅର୍ଦ୍ଧାଂଶ ଓ ମସ୍ତକରେ ଭୟଙ୍କର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭୂତ ହୁଏ । ଏହି ପୀଡ଼ା ପ୍ରାୟ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଏବଂ ଦିନ ଯେତିକି ବଢ଼େ, ଯନ୍ତ୍ରଣା ମଧ୍ୟ ସେହି ଅନୁପାତରେ ବଢ଼ିଚାଲିଥାଏ । ଅପରାହ୍ନରେ କମିଯାଏ । ଏହି ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କଲେ, ଯେଉଁ ପାର୍ଶ୍ୱର କପାଳରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଥିବ, ସେହି ପାର୍ଶ୍ୱର ହାତର କହୁଣୀ ଉପରକୁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ନିୟମରେ ଜୋର୍‌କରି ବାନ୍ଧିରଖିବ । ଏପରି କଲେ, ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଉପଶମ ହୋଇ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । ପରଦିନ ଯଦି ପୁଣି ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟହ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସବହନକାଳରେ ଯଦି ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ଆରମ୍ଭ ହେଉଥାଏ, ତେବେ ମୁଣ୍ଡର ବେଦନା ଆରମ୍ଭ ହେଲାକ୍ଷଣି ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ନାସିକା ବନ୍ଦ କରିଦେବ ଏବଂ ପୂର୍ବପରି ହାତ କହୁଣୀର ଉପର ବାନ୍ଧିଦେବାକ୍ଷଣି ରୋଗ କମିଯିବ । ଅଧାକପାଳି ବିନ୍ଧାରେ ଏହି କ୍ରିୟା କଲେ, ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଫଳ ଦେଖି ବିସ୍ମିତ ହେବେ - ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଶିରପୀଡ଼ା– ଶିରପୀଡ଼ାଗ୍ରସ୍ତ ରୋଗୀ ପ୍ରତ୍ୟୁଷରେ ଶଯ୍ୟାରୁ ଉଠିବା ମାତ୍ରେ ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଶୀତଳଜଳ ପାନ କରିବେ । ଏଥିରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଶୀତଳ ହେବ, ମୁଣ୍ଡରେ ବେଦନା ହେବ ନାହିଁ ବା ସର୍ଦ୍ଦି ଲାଗିବ ନାହିଁ ।

ଏହି କ୍ରିୟା ବିଶେଷ କଷ୍ଟସାଧ୍ୟ ନୁହେଁ । ଗୋଟିଏ ପାତ୍ରରେ ଶୀତଳ ଜଳ ରଖି ତାହା ମଧ୍ୟରେ ନାସିକା ବୁଡ଼ାଇଦେଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ଗଳା ଭିତରକୁ ଜଳ ଟାଣିନେବାକୁ ହେବ । ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଏହା କ୍ରମେ ସହଜରେ ସାଧ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ଶିରପୀଡ଼ା ହେଲେ ଚିକିତ୍ସକ ରୋଗୀର ଆରୋଗ୍ୟ ଆଶା ପରିତ୍ୟାଗ କରିଥାଆନ୍ତି, ରୋଗୀ ମଧ୍ୟ ବିଷମ କଷ୍ଟ ପାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ, ନିଶ୍ଚୟ ଆଶାତୀତ ଫଳଲାଭ କରିପାରିବ ।

ଉଦରାମୟ, ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ଆଦି ରୋଗ- ଅନ୍ନ, ଜଳଖିଆ ପ୍ରଭୃତି ଯେତେବେଳେ ଯାହା ଆହାର କରିବ, ତାହା **ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସ ବହନକାଳରେ ଆହାର କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।** ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ନିୟମରେ ଆହାର କଲେ ଭୁକ୍ତଦ୍ରବ୍ୟ ଅତି ସହଜରେ ଜୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ, କେବେହେଲେ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯେଉଁମାନେ ଉଦରାମୟ ବା ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ରୋଗରେ କଷ୍ଟ ପାଉଥିବେ, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ନିୟମରେ ଆହାର କଲେ, ଭୁକ୍ତଦ୍ରବ୍ୟ ସହଜରେ ପରିପାକ ହେବ ଏବଂ ରୋଗ କ୍ରମେକ୍ରମେ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । ଆହାର ପରେ କିଛି ସମୟ ବାମକଡ଼ ମାଡ଼ି ଶୟନ କରିବେ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ସମୟ ଅଳ୍ପ, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ **ଆହାର ପରେ ଯେପରି ଦଶ ପନ୍ଦର ମିନିଟ୍ କାଳ ଦକ୍ଷିଣନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ,** ସେହିପରି ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବେ; ଅର୍ଥାତ୍ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ନିୟମରେ ତୁଳା-ଦ୍ୱାରା ବାମନାସିକା ବନ୍ଦ କରିଦେବେ । ଗୁରୁଭୋଜନ ହୋଇଥିଲେ ଏହି ନିୟମ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ **ଭୁକ୍ତଦ୍ରବ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ଜୀର୍ଣ୍ଣ** ହୋଇଯିବ ।

ସ୍ଥିରଭାବରେ ବସି ନିର୍ନିମେଷ ନୟନରେ ନାଭିମଣ୍ଡଳ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିପାତ-ପୂର୍ବକ ନାଭିକନ୍ଦ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଏକ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ **ଉଦରାମୟ ଆରୋଗ୍ୟ** ହୋଇଥାଏ ।

ଶ୍ୱାସରୋଧପୂର୍ବକ ନାଭି ଆକର୍ଷଣ କରି ଏକଶତ ବାର ନାଭିର ଗ୍ରନ୍ଥିଦେଶ ମେରୁଦେଶ ସହିତ ସଂଲଗ୍ନ କଲେ, ଆମାଦି ଉଦରାମୟସଂଜାତ ସମସ୍ତ ପୀଡ଼ା ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ ଏବଂ ଜଠରାଗ୍ନି ଉଦ୍ଦୀପ୍ତ ହୁଏ ଓ ପରିପାକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ଲାଭ କରେ ।

ପ୍ଲୀହା- ରାତ୍ରିରେ ଶଯ୍ୟାରେ ଶୟନ କରି ଏବଂ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ଶଯ୍ୟା ତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ହସ୍ତ ଓ ପଦ ସଙ୍କୋଚନ କରି ଛାଡ଼ିଦେବ ଏବଂ ଏପାଖ ସେପାଖ କଡ଼ ମୋଡ଼ି ସର୍ବଶରୀରର ସଙ୍କୋଚନ ଓ ପ୍ରସାରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଚାରି ପାଞ୍ଚ ମିନିଟ ସମୟ ଏହିପରି କଲେ, ପ୍ଲୀହା ଯକୃତ୍ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । ଚିରଦିନ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ରଖିଲେ, ପ୍ଲୀହା ଓ ଯକୃତ୍ ରୋଗ ପାଇଁ କଷ୍ଟ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ।

ଦନ୍ତରୋଗ- ପ୍ରତ୍ୟହ ଯେତେ ଥର ମଳମୂତ୍ର ପରିତ୍ୟାଗ କରିବ, ସେହି ସମୟରେ ଉପର ତଳ ଦୁଇ ପାଟିରେ ଦାନ୍ତକୁ ଏକତ୍ର କରି ଟିକିଏ ଜୋର୍‌ରେ ଚାପି ଧରିରଖିବେ । **ମଳମୂତ୍ର ନିଃସରଣ ଶେଷହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦାନ୍ତକୁ ଦାନ୍ତ ଚାପି ରଖିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ** । ଦୁଇ ଚାରି ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି କ୍ରିୟା ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ଶିଥିଳ ଦନ୍ତମୂଳ ଦୃଢ଼ ହେବ । ଚିରଦିନ ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ ରଖିଲେ, ଦନ୍ତମୂଳ ଦୃଢ଼ ଓ ଚିରକାଳ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇ ରହିବ ଏବଂ ଦନ୍ତର କୌଣସି ପ୍ରକାର ପୀଡ଼ା ହେବାର ଭୟ ରହିବ ନାହିଁ ।

ରକ୍ତ ପଶିବା- ଛାତିରେ, ପିଠିରେ ବା କଙ୍କାଳରେ ଯେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ରକ୍ତ ପଶିଲେ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବେଦନା ଜାତ ହେଲେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ **ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ନାସିକା ବନ୍ଦ କରିଦେବ ।** ତାହାହେଲେ ଦୁଇ ଚାରି ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ନିଶ୍ଚୟ ବେଦନାର ଉପଶମ ହେବ ।

କାଶ- ଯେତେବେଳ କାଶ କିମ୍ବା ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବଳ ହେବ, ସେତେ-ବେଳେ **ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ଅନ୍ୟ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସର ଗତି ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରିବେ** । ତାହା ପରେ ଦଶ ପନ୍ଦର ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରରେ କାଶ ବା ଶ୍ୱାସର ଜୋର କମିଯିବ । ପ୍ରତିଦିନ ଏହିପରି କଲେ ମାସକ ମଧ୍ୟରେ ପୀଡ଼ା ଶାନ୍ତ ହେବ । ଦିବାଭାଗରେ ଯେତେ ଅଧିକ ସମୟ ଏହି କ୍ରିୟା କରିବ, ସେତେ ଅଧିକ ଶୀଘ୍ର ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । କାଶଶ୍ୱାସ ସଦୃଶ କଷ୍ଟଦାୟକ ପୀଡ଼ା ଆଉ ନାହିଁ । ଏହି କାଶଶ୍ୱାସ- ପୀଡ଼ାର ବୃଦ୍ଧି ସମୟରେ ଉପରୋକ୍ତ ନିୟମ ପାଳନ କଲେ, କୌଣସି ପ୍ରକାର ଔଷଧ ସେବନ ନ କରି ମଧ୍ୟ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରିବେ ।

ବାତ- ପ୍ରତିଦିନ ଆହାର ପରେ ପାନିଆରେ ମୁଣ୍ଡ କୁଣ୍ଡାଇବେ । ଏପରି ଭାବରେ ପାନିଆରେ ମୁଣ୍ଡ କୁଣ୍ଡାଇବେ, ଯେପରି ପାନିଆର ଦାନ୍ତ-ଗୁଡ଼ିକ ମସ୍ତକ ସ୍ପର୍ଶକରିବ । ଏହି ସମୟରେ **ବୀରାସନରେ** ଉପବେଶନ

କରିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ପାଦ ଦୁଇଟିକୁ ପଛ ଆଡ଼କୁ ବୁଲାଇ ମୋଡ଼ି ରଖି ତାହା ଉପରେ ଚାପି ହୋଇ ବସିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ପନ୍ଦର ମିନିଟ୍ କାଳ ବୀରାସନରେ ବସି ମୁଣ୍ଡ କୁଣ୍ଡାଇବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଦୁଇବେଳା ଆହାର ପରେ ଏହି କ୍ରିୟା ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, ଯେତେ ଦିନର ବାତବ୍ୟାଧି ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା କ୍ରମେକ୍ରମେ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । ଏହି ଭାବରେ ବସି ପାନ ବା ଗୁଡ଼ାଖୁ ଖାଇଲେ, କ୍ଷତିର ମାତ୍ରା କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ନିୟମପାଳନ କଲେ ବାତବ୍ୟାଧି ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହେ ନାହିଁ । ରବର ବା ଗାଟାପାର୍ଚ୍ଚାଦି ପାନିଆ କଦାପି ବ୍ୟବହାର କରିବେ ନାହିଁ, **ଶିଙ୍ଗ ବା କାଠ ପାନିଆ ବ୍ୟବହାର କରିବେ । କାଠପାନିଆ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ।**

ଚକ୍ଷୁରୋଗ- ପ୍ରତ୍ୟହ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ଶଯ୍ୟା ତ୍ୟାଗ କରି ଉଠିବା ପରେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ମୁଖଭିତରେ ଯେତେ ପରିମାଣ ଜଳ ଧରିବ, ସେତେ ଜଳ ରଖି ଅନ୍ୟ ଜଳ ଦ୍ୱାରା ଆଖିରେ ୨୦/୨୫ ଥର ପାଣି ଛିଟିକା ମାରି ଧୋଇଦେବେ । ତାହା ପରେ ଚାରି ପାଞ୍ଚ ଥର କପାଳକୁ ଧୋଇଦେବା ପରେ ମୁଖର ଜଳ ପକାଇଦେବେ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଦୁଇବେଳା ଆହାର ପରେ ଆଚମନ କରିବା ସମୟରେ ଅନ୍ତତଃ ଦଶ ଥର ଚକ୍ଷୁରେ ପାଣିଛିଟିକା ମାରିବେ । ଆଉ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି କାରଣରୁ ମୁଖ ଧୋଇବେ, ସେତେବେଳେ ଚକ୍ଷୁ ଓ କପାଳକୁ ଧୋଇବାକୁ ଭୁଲିବେ ନାହିଁ ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ସ୍ନାନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ତୈଳମର୍ଦ୍ଦନ କରିବା ସମୟରେ **ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଦୁଇ ପାଦର ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଷ୍ଠିର ନଖ ତୈଳ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ତାହା** ପରେ ସର୍ବଶରୀରରେ ତୈଳମର୍ଦ୍ଦନ କରିବେ ।

ଏହି କେତେ ଗୋଟି ନିୟମ ଚକ୍ଷୁ ପକ୍ଷରେ ବିଶେଷ ଉପକାରୀ । ଏହା କଲେ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ସତେଜ ହୁଏ, ଚକ୍ଷୁ ସ୍ନିଗ୍ଧ ରହେ ଏବଂ ଚକ୍ଷୁରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ପୀଡ଼ା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହେ ନାହିଁ । ଚକ୍ଷୁ ମନୁଷ୍ୟର ପରମ ଧନ; ସୁତରାଂ ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହି ନିୟମ ପାଳନ କରିବାକୁ କେହି ଯେପରି ଉଦାସୀନ ନ ହୁଅନ୍ତି ।

ବର୍ଷଫଳ ନିର୍ଣ୍ଣୟ

ଚୈତ୍ର ମାସର ଶୁକ୍ଳ ପ୍ରତିପଦା ତିଥିରେ ପ୍ରାତଃକାଳରୁ ଅର୍ଥାତ୍ ଚନ୍ଦ୍ର-ବତ୍ସର ଆରମ୍ଭ ହେବା ସମୟରେ ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣାୟନ ଓ ଉତ୍ତରାୟଣର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ବିଚକ୍ଷଣ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ତତ୍ତ୍ୱସାଧନର ଭେଦାଭେଦ ନିରୂପଣ ଓ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବେ । ଯଦି ଏହି ସମୟରେ ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥାଏ ଏବଂ ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱ, ଜଳତତ୍ତ୍ୱ କିମ୍ବା ବାୟୁତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ, ତେବେ ବସୁମତୀ ସର୍ବଶସ୍ୟଶାଳିନୀ ହୋଇ ଦେଶରେ ସୁଭିକ୍ଷ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ; କିନ୍ତୁ ଯଦି ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱ କିମ୍ବା ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ, ତେବେ ପୃଥିବୀରେ ବିଷମ ଭୟ ଓ ଘୋର ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସମୟରେ ଯଦି **ସୁଷୁମ୍ନାନାଡ଼ୀ**ରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ସର୍ବପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟ ପଣ୍ଡ ହୁଏ, ପୃଥିବୀରେ ରାଷ୍ଟ୍ରବିପ୍ଳବ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ, ମହାରୋଗର ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବ ଓ କଷ୍ଟଯନ୍ତ୍ରଣାଦି ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ ।

ମେଷ ସଂକ୍ରମଣ ଦିନ ଅର୍ଥାତ୍ ମହାବିଷୁବ ସଂକ୍ରାନ୍ତି ଦିନ ପ୍ରାତଃ-କାଳରେ ଯଦି ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ଅତି ବୃଷ୍ଟି, ରାଜ୍ୟବୃଦ୍ଧି, ସୁଭିକ୍ଷ, ସୁଖ ଓ ସୌଭାଗ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ଏବଂ ପୃଥିବୀ ବହୁ ଶସ୍ୟଶାଳିନୀ ହୁଏ । ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଏହିପରି ଫଳ ହୁଏ ବୋଲି ଜାଣିବ । ଯଦି ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ, ତେବେ ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ, ରାଷ୍ଟ୍ରବିପ୍ଳବ, ଅଳ୍ପବୃଷ୍ଟି ଏବଂ ଦାରୁଣ ରୋଗୋତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ବାୟୁ ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହେଲେ ଉତ୍ପାତ, ଉପଦ୍ରବ, ଭୟ, ଅତିବୃଷ୍ଟି କିମ୍ବା ଅନାବୃଷ୍ଟି ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ ଏବଂ ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହେଲେ, ମାନବର ଉଦ୍‌ଗାର, ସନ୍ତାପ, ଜ୍ୱର ଓ ଭୟ ଏବଂ ପୃଥିବୀରେ ଶସ୍ୟହାନି ହୋଇଥାଏ ।

"ପୂର୍ଣ୍ଣେ ପ୍ରବେଶନେ ଶ୍ୱାସେ ସ୍ୱ ସ୍ୱ ତତ୍ତ୍ୱେନ ସିଦ୍ଧିଦଃ ।"

-ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

ମେଷ ସଂକ୍ରାନ୍ତି କାଳରେ ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ ଭାଗର ନାସାପୁଟ ବାୟୁପୂର୍ଣ୍ଣ ଥାଏ ଅଥବା ନିଃଶ୍ୱାସବାୟୁ ପ୍ରବେଶ କରେ, ସେହି ସମୟରେ ଯଦି ସେହି ନାସିକାରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରୂପ ତତ୍ତ୍ୱସମୂହର ଉଦୟ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ସେହି ବର୍ଷର ଫଳ ଶୁଭଜନକ ହୋଇଥାଏ; ଅନ୍ୟଥା ଅଶୁଭ ବୋଲି ଜାଣିବ ।

ଯାତ୍ରା-ପ୍ରକରଣ

କୌଣସି ସ୍ଥାନକୁ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ଉପଲକ୍ଷେ ଯିବା ପ୍ରଯୋଜନ ହେଲେ, ଯାତ୍ରା କରିବା ସମୟରେ **ଯେଉଁ ପାଖ ନାସିକାରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ପାଖର ପଦ ପ୍ରଥମେ ବଢ଼ାଇ ଯାତ୍ରା କଲେ;** ଶୁଭଫଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

''ବାମାଚାରପ୍ରବାହେନ ନ ଗଚ୍ଛେତ୍ ପୂର୍ବଉତ୍ତରେ ।
ଦକ୍ଷନାଡୀପ୍ରବାହେ ତୁ ନ ଗଚ୍ଛେତ୍ ଯାମ୍ୟପଶ୍ଚିମେ ॥''

- ପବନବିଜୟ, ସ୍ୱରୋଦୟ

ଯେତେବେଳେ **ବାମନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ,** ସେତେବେଳେ **ପୂର୍ବ ଓ ଉତ୍ତର ଦିଗକୁ ଗମନ କରିବ ନାହିଁ** ଏବଂ ଯେତେବେଳେ **ଦକ୍ଷିଣନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ,** ସେତେବେଳେ **ଦକ୍ଷିଣ ଓ ପଶ୍ଚିମ ଦିଗକୁ ଯାତ୍ରା କରିବ ନାହିଁ ।** ଏହି ଦିଗମାନଙ୍କୁ ଉକ୍ତ ସମୟମାନଙ୍କରେ ଯାତ୍ରା କଲେ ମହାବିଘ୍ନ ଉପସ୍ଥିତ ହେବ, ଏପରି କି ଯାତ୍ରାକାରୀର ଗୃହକୁ ପୁଣି ଫେରିଆସିବାର ସମ୍ଭାବନା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିବ ନାହିଁ ।

ଯଦି ସମ୍ପଦଜନକ କାର୍ଯ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯାତ୍ରା କରିବାକୁ ପଡ଼େ, ତାହାହେଲେ **ଇଡ଼ାନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସବହନକାଳରେ ଗମନ କଲେ, ଶୁଭଫଳ** ଲାଭ ହୋଇପାରିବ । ଆଉ ଯଦି କୌଣସି ପ୍ରକାର ବିଷମ କାର୍ଯ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ କ୍ରୂର କର୍ମ ସାଧନ ନିମିତ୍ତ ଗମନ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼େ, ତାହାହେଲେ ଯେତେବେଳେ **ପିଙ୍ଗଳାନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ** ହେଉଥିବ, ସେହି ସମୟରେ ଯାତ୍ରା କଲେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହେବ । **ଶୁକ୍ର ଓ ଶନିବାର** ଦିନ କୌଣସି ସ୍ଥାନକୁ

ଯାତ୍ରା କରିବାର ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ, ବିଚକ୍ଷଣ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମୃତ୍ତିକାରେ ସାତ ଥର ପାଦ ପ୍ରକ୍ଷେପ କରି ଏବଂ **ଅନ୍ୟ ଯେ କୌଣସି ବାରରେ** ଯାତ୍ରା କରିବାକୁ ହେଲେ ଏକାଦଶବାର ଭୂତଳରେ ପାଦ ପ୍ରକ୍ଷେପପୂର୍ବକ ଯାତ୍ରା କରିବେ; କିନ୍ତୁ **ଗୁରୁବାର** ଦିନ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ଉପଲକ୍ଷରେ ଗୃହରୁ ବହିର୍ଗତ ହେଲେ, ମୃତ୍ତିକାରେ ଅର୍ଦ୍ଧପାଦ ନିକ୍ଷେପପୂର୍ବକ ଯାତ୍ରାକଲେ, ବାଞ୍ଛିତ ଫଳଲାଭ ହୋଇଥାଏ । କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯଦି ଶୀଘ୍ର ଗମନ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ, ତେବେ ତାହା ମଙ୍ଗଳଜନକ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉ, ଶତ୍ରୁ ସହିତ କଳହ କରିବାକୁ ହେଉ; କିମ୍ବା କୌଣସି କ୍ଷତି ନିବାରଣ ନିମିତ୍ତ ହେଉ; ଯାତ୍ରା କରିବା ସମୟରେ **ଯେଉଁ ଦିଗର ନାସାପଥରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ଦିଗର ଅଙ୍ଗରେ ହସ୍ତ ସ୍ପର୍ଶ କରିବାକୁ ହେବ । ପରେ ସେହି ଦିଗର ପାଦ ପ୍ରଥମେ ଆଗକୁ ବଢ଼ାଇ ଯାତ୍ରା କରିବ ।** ସେ ସମୟରେ ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିଲେ, ମୃତ୍ତିକାରେ ପାଦ ନିକ୍ଷେପ କରି ଗମନ କରିବ । ଉପରୋକ୍ତ ନିୟମରେ ଯାତ୍ରାକଲେ, ଯାତ୍ରାକାରୀ ସହିତ କାହାରି ହେଲେ କଳହ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ତାର କୌଣସି ପ୍ରକାର ଅନିଷ୍ଟ ସାଧିତ ହୁଏ ନାହିଁ; ଏପରିକି ଯାତ୍ରାକାରୀର ପାଦରେ କଣ୍ଟାଟିଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଦ୍ଧ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ସର୍ବ ଆପଦ-ବିପଦ-ବିବର୍ଜିତ ହୋଇ ସୁଖ-ସ୍ୱାଚ୍ଛନ୍ଦ୍ୟରେ ଓ ନିରୁଦ୍‌ବିଗ୍ନ ଚିତ୍ତରେ ଗୃହକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରେ । ଏ ଶିବ-ବାକ୍ୟରେ ତିଳେହେଲେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

କୌଣସି ସ୍ୱରତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ ପଣ୍ଡିତ କହିଥାନ୍ତି ଯେ, ଦୂରଦେଶକୁ ଯାତ୍ରା କରିବାକୁ ହେଲେ, ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସବହନ କାଳରେ ଯାତ୍ରା କରିବା ମଙ୍ଗଳ-ଜନକ ଏବଂ ନିକଟସ୍ଥ କୌଣସି ସ୍ଥାନକୁ ଗମନ କରିବାକୁ ହେଲେ, ସୂର୍ଯ୍ୟ-ନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସପ୍ରବାହ ସମୟରେ ଯାତ୍ରା କରିବା କଲ୍ୟାଣକର । ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ ବା **ଦକ୍ଷିଣନାସାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବେଶ** କାଳରେ ଯାତ୍ରା କରିପାରିଲେ, ଅତି ସତ୍ୱର **କାର୍ଯ୍ୟୋଦ୍ଧାର** ହୋଇଥାଏ ।

"ଆକ୍ରମ୍ୟ ପ୍ରାଣପବନଂ ସମାରୋହେତ ବାହନମ୍ ।
ସମୁତ୍ତରେତ୍ ପଦଂ ଦତ୍ତ୍ୱା ସର୍ବକାର୍ଯ୍ୟାଣି ସାଧୟେତ୍ ।"

-ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

କୌଣସି ପ୍ରକାର ଯାନ ଆରୋହଣ କରି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ଉପଲକ୍ଷରେ ଗମନ କରିବାକୁ ହେଲେ, ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ଯାତ୍ରା କରିବେ । ଉକ୍ତ ସମୟରେ ଯେଉଁ ଦିଗରେ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ଦିଗର ପାଦ ପ୍ରଥମେ ଆଗକୁ ବଢ଼ାଇ ଯାନ ଆରୋହଣ କରିବେ; ତାହାହେଲେ ନିଶ୍ଚିୟ କାର୍ଯ୍ୟ ସିଦ୍ଧି ହେବ । କିନ୍ତୁ **ବାୟୁ ଅଗ୍ନି ବା ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ କାଳରେ ଗମନ କରିବ ନାହିଁ ।** ସ୍ୱରଜ୍ଞାନ ଅନୁସାରେ ଯାତ୍ରାକଲେ ଶୁଭଯୋଗ ଦେଖିବା ପାଇଁ ଜ୍ୟୋତିଷ ମହାଶୟଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ହେବ ନାହିଁ ।

ଗର୍ଭାଧାନ

ଋତୁସ୍ନାନର ଚତୁର୍ଥ ଦିବସରୁ ଷୋଡ଼ଶ ଦିବସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗର୍ଭାଧାନର ସମୟ । ଋତୁସ୍ନାତା ସ୍ତ୍ରୀ ଚନ୍ଦ୍ର-ସୂର୍ଯ୍ୟ ସଂଯୋଗରେ ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱ କିମ୍ବା ଜଳ-ତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟକାଳରେ ଶଙ୍ଖବଲ୍ଲୀ ଓ ଗୋଦୁଗ୍ଧ ପାନପୂର୍ବକ ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ବାମପାର୍ଶ୍ୱରେ ଶୟନକରି ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ନିକଟରେ ପୁତ୍ରକାମନା କରିବେ । ସୂର୍ଯ୍ୟ-ନାଡ଼ୀ ଓ ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀକୁ ଏକତ୍ର ସଂଯୁକ୍ତ କରି ଋତୁ ରକ୍ଷାକଲେ ପୁତ୍ରସନ୍ତାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ ଚନ୍ଦ୍ର-ସୂର୍ଯ୍ୟ ସଂଯୋଗରେ ଅର୍ଥାତ୍ ରାତ୍ରିକାଳରେ ଯେତେ-ବେଳେ ପୁରୁଷର ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଯଦି ସ୍ତ୍ରୀର ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥାଏ, ତେବେ ସେହି ସମୟରେ ଉଭୟେ ସଙ୍ଗତ ହେବେ ।

''ବିଷମାଙ୍କେ ଦିବାରାତ୍ରୌ ବିଷମାଙ୍କେ ଦିନାଧିପଃ ।
ଚନ୍ଦ୍ରନେତ୍ରାଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱେଷୁ ବନ୍ଧ୍ୟା ପୁତ୍ରମବାପ୍ନୁୟାତ୍ ।।''

- ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର

କି ଦିବା କି ରାତ୍ରି ଯଦି ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥାଏ ଅଥବା ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ ଏବଂ ସେହି ସମୟରେ ଯଦି ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ହୁଏ, ସେହି ସମୟରେ ଋତୁରକ୍ଷା ହେଲେ, ବନ୍ଧ୍ୟାନାରୀ ମଧ୍ୟ ପୁତ୍ରବତୀ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ସୁଷୁମ୍ନାନାଡ଼ୀ ଦକ୍ଷିଣନାସାରେ ପ୍ରବାହିତ

ହେଉଥାଏ ସେହି ସମୟରେ ଋତୁରକ୍ଷା କଲେ, ପୁତ୍ର ଜାତ ହେବ; କିନ୍ତୁ ଶିଶୁ ହୀନାଙ୍ଗ ଓ କୃଶ ହେବ । ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷଙ୍କର ସମାନ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିଲେ ଗର୍ଭସଞ୍ଚାର ହେବ ନାହିଁ । ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟକାଳରେ ଗର୍ଭାଧାନ ହେଲେ, ସେହି ଗର୍ଭରେ ଯେଉଁ ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବ, ସେ ଧନୀ, ସୁଖୀ ଓ ଭୋଗୀ ହେବ ଏବଂ ତାହାର ଯଶ-କୀର୍ତ୍ତି ଦିଗଦିଗନ୍ତ-ବ୍ୟାପିନୀ ହେବ । ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ କାଳରେ ଗର୍ଭାଧାନ ହେଲେ, ସନ୍ତାନ ଅତି ଧନୀ, ସୁଖୀ ଓ ସୌଭାଗ୍ୟଶାଳୀ ହେବ । **ପୃଥିବୀତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟକାଳରେ ଗର୍ଭସଞ୍ଚାର ହେଲେ ପୁତ୍ର ଏବଂ ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟକାଳରେ ଗର୍ଭସଞ୍ଚାର ହେଲେ କନ୍ୟା ଜାତ ହୋଇଥାଏ ।** ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ ଓ ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ-କାଳରେ ଗର୍ଭ ହେଲେ ଗର୍ଭପାତ ହେବ, ଅଥବା ସେହି ଗର୍ଭରୁ ସନ୍ତାନ ଭୂମିଷ୍ଠ ହେବାମାତ୍ରେ ବିନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ।

କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି-କରଣ

କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ପାଇଁ କାହାରି ନିକଟକୁ ଯିବାକୁ ହେଲେ, **ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ପାଖର ପାଦ ପ୍ରଥମେ ବଢ଼ାଇ ଗମନ କରିବେ ।** କିନ୍ତୁ ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି କିମ୍ବା ଆକାଶତତ୍ତ୍ୱର ଉଦୟ ସମୟରେ ଯାତ୍ରା କରିବେ ନାହିଁ । ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇ **ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ଯାହାଙ୍କ ନିକଟରେ କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ହେବାର ଥିବ, ତାଙ୍କୁ ସେହି ଆଡ଼କୁ ରଖି କଥାବର୍ତ୍ତା କଲେ, ନିଶ୍ଚୟ କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ହେବ ।** ଚାକିରି ପ୍ରଭୃତି ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବାକୁ ଯାଉଥିବା ସମୟରେ ଏହି ନିୟମରେ କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ସୁଫଳ ଲାଭ ହୋଇପାରିବ । ମାଲିମକଦ୍ଦମା ପ୍ରଭୃତି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଉପରୋକ୍ତ ନିୟମରେ ବିଚାରକଙ୍କ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ, ମକଦ୍ଦମାରେ ଜୟଲାଭ କରାଯାଇପାରେ ।

ପ୍ରଭୁ ବା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱତନ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବା ପ୍ରୟୋଜନ ହେଲେ, ସେତେବେଳେ ଯେଉଁ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେମାନଙ୍କୁ ସେହି ପାଖରେ ରଖି କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବେ । ଏହା କଲେ, ପ୍ରଭୁଙ୍କର

ପ୍ରିୟପାତ୍ର ହୋଇପାରିବ । ଦାସତ୍ୱ ଉପଜୀବୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏହା କମ୍ ସୁବିଧାର ବିଷୟ ନୁହେଁ । ସେମାନେ ଯତ୍ନର ସହିତ ଏହି କ୍ରିୟା ପ୍ରତି ମନଯୋଗୀ ହେବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଯେଉଁ ଦିଗର ନାସାପଥ ଦେଇ ନିଶ୍ୱାସ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ଦିଗକୁ ଆଶ୍ରୟ କରି ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ, ସେଥିରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୋଇପାରିବ । କିନ୍ତୁ-

ଶତ୍ରୁ-ବଶୀକରଣ

କାର୍ଯ୍ୟରେ ଏହାର ବିପରୀତ କ୍ରିୟା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ଶତ୍ରୁକୁ ତାହାର ବିପରୀତ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ରଖି କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବେ । ଏହା କଲେ, ଘୋର ଶତ୍ରୁ ମଧ୍ୟ ତୁମର ଅନୁକୂଳରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ ।

"ଉଭୟୋଃ କୁମ୍ଭକଂ କୃତ୍ୱା ମୁଖେ ଶ୍ୱାସୋ ନିପୀୟତେ ।
ନିଶ୍ଚଳା ଚ ସଦା ନାଡ଼ୀ ଘୋର ଶତ୍ରୁ ବଶଂ କୁରୁ ॥

- ପବନବିଜୟ, ସ୍ୱରୋଦୟ

କୁମ୍ଭକପୂର୍ବକ ମୁଖ ଦ୍ୱାରା ନିଃଶ୍ୱାସ ବାୟୁକୁ ପାନ କରିବେ । ଏହିପରି କରୁ କରୁ ଯେତେବେଳେ ନିଃଶ୍ୱାସ ବାୟୁ ସ୍ଥିର ହୋଇ ରହିବ, ସେତେବେଳେ ଶତ୍ରୁକୁ ଚିନ୍ତା କରିବେ, ତାହାହେଲେ ଘୋର ଶତ୍ରୁ ମଧ୍ୟ କ୍ରମେ ତାର ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହିବ । ଚନ୍ଦ୍ରନାଡ଼ୀ ବହନ ସମୟରେ ବାମଦିଗକୁ, ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ ବହନ ସମୟରେ ଦକ୍ଷିଣଦିଗକୁ ଏବଂ ସୁଷୁମ୍ନା ପ୍ରବାହକାଳରେ ମଧ୍ୟଭାଗରେ ରହି କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ, ବିବାଦରେ ଜୟଲାଭ କରାଯାଇଥାଏ ।

"ଯତ୍ର ନାଡ଼୍ୟା ବହେଦ ବାୟୁସ୍ତଦନ୍ତଃ ପ୍ରାଣମେବ ଚ ।
ଆକୃଷ୍ୟ ଗଚ୍ଛେତ୍ କର୍ଣ୍ଣାନ୍ତଂ ଜୟତ୍ୟେବ ପୁରନ୍ଦରମ୍ ॥

- ଯାଗସ୍ୱରୋଦୟ

ଯେଉଁ ନାଡ଼ୀରେ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ତନ୍ମଧ୍ୟସ୍ଥିତ ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ଆକର୍ଣ୍ଣ ଆକର୍ଷଣପୂର୍ବକ **ଯେଉଁ ଦିଗର ନାସାପଥରେ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ; ପ୍ରଥମେ ସେହି ଦିଗର ଚରଣ ନିକ୍ଷେପ କରି ଅନୁକୂଳ କଲେ ଶତ୍ରୁକୁ ପରାଭବ କରିପାରିବେ ।**

ଅଗ୍ନି-ନିର୍ବାପନର କୌଶଳ

ଦେଶରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଅଗ୍ନି ଲାଗି ଅନେକେ ସର୍ବସ୍ୱାନ୍ତ ହୋଇଥା'ନ୍ତି । ନିମ୍ନଲିଖିତ ଉପାୟଟି ଜଣାଥିଲେ, ଅତି ସହଜରେ ଓ ଅତି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ ଅଗ୍ନି ନିର୍ବାପନ କରାଯାଇପାରେ ।

ଅଗ୍ନି ଲାଗିଲେ ଯେଉଁ ଦିଗକୁ ତାହାର ଗତି ହେଉଥିବ, ସେହି ଦିଗରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ଯେଉଁ ନାସିକାରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ନାସାପଥରେ ବାୟୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ନାସିକା ଦ୍ୱାରା ଜଳ ପାନ କରିବ । ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ଘଟିରେ ଯେ କୌଣସି ଲୋକଦ୍ୱାରା ଆନୀତ ଜଳରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ପାରିବ । ତଦନନ୍ତର ୭ ରତି ଜଳ

"ଉତ୍ତରାସ୍ୟଂ ଚ ଦିଗ୍‌ଭାବେ ମାରିଚେ ନାମ ରାକ୍ଷସଃ ।
ତସ୍ୟ ମୂତ୍ରପୁରୀଷାଭ୍ୟାଂ ହତୋ ବହ୍ନିଃ ସ୍ତମ୍ଭ ସ୍ୱାହା ॥"

ଏହି ମନ୍ତ୍ରରେ ଅଭିମନ୍ତ୍ରିତ କରି ଅଗ୍ନିରେ ନିକ୍ଷେପ କରିବ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟଟି ନ କରି କେବଳ ମାତ୍ର ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ମଧ୍ୟ ସୁଫଳ ଲାଭ ହୋଇପାରିବ । ଆମ୍ଭେମାନେ ଅନେକ ଥର ଏହାର ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରି ବିସ୍ମିତ ହୋଇଅଛୁ; ବହୁଲୋକଙ୍କର ଧନସମ୍ପତ୍ତି ମଧ୍ୟ ରକ୍ଷା କରାଯାଇଅଛି ।

ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର କରିବାର କୌଶଳ

ପ୍ରତ୍ୟହ ଯଥାନିୟମରେ ଶୀତଳୀ-କୁମ୍ଭକ କଲେ, କିଛି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଶରୀରର ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର ଓ ଜ୍ୟୋତିବିଶିଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଶୀତଳୀ କୁମ୍ଭକର ନିୟମ-

''ଜିହ୍ୱୟା ବାୟୁମାକର୍ଷ୍ୟ ଉଦରେ ପୂରୟେଚ୍ଛନୈଃ ।
କ୍ଷଣଂଚ କୁମ୍ଭକଂ କୃତ୍ୱା ନାସାଭ୍ୟାଂ ରେଚୟେତ୍ ପୁନଃ ।''

- ଗୋରକ୍ଷସଂହିତା

ଜିହ୍ୱା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ଅର୍ଥାତ୍ ଓଠ ଦୁଇଟିକୁ ସରୁ କରି ଧୀରେ ଧୀରେ ବାହାରର ପବନ ଆକର୍ଷଣ କରିବ । ଏହିପରି ନିଜର ଦମ୍‌ଭରି ବାୟୁ ଟାଣିନେଇ ମୁଖମଧ୍ୟରେ ବନ୍ଦକରି ଢୋକେ ଗିଳିବାଭଳି ବାୟୁକୁ ଉଦର ମଧ୍ୟକୁ ଚାଳନା କରିବେ । ପରେ ଏହି ବାୟୁକୁ କ୍ଷଣକାଳ ପାଇଁ କୁମ୍ଭକଦ୍ୱାରା ଧାରଣ କରି ଉଭୟ ନାସାଦ୍ୱାରା ରେଚନ କରିବେ । ଏହିପରି ନିୟମରେ ବାୟୁକୁ ବାରମ୍ବାର ଟାଣିଲେ, କିଛି ଦିନ ପରେ ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର ଓ ଶରୀର କନ୍ଦର୍ପସ୍ୱରୂପ କାନ୍ତିବିଶିଷ୍ଟ ହେବ । ଶୀତଳୀ କୁମ୍ଭକ କଲେ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ଓ କଫପିତ୍ତାଦି ରୋଗ ଜନ୍ମିପାରେ ନାହିଁ । ଚର୍ମ ପ୍ରଭୃତି ବ୍ୟାଧିରେ ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର କରିବା ପାଇଁ ସାଲସା ବ୍ୟବହାର ନ କରି ତା ପରିବର୍ତ୍ତରେ ଏହି କ୍ରିୟା କଲେ ଦେଖିବ; ସାଲସା ଅପେକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ସ୍ଥାୟୀ ସୁଫଳ ଲାଭ ହୋଇପାରିବ ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ଦିବାରାତ୍ରି ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ତତଃ ତିନି ଚାରି ଥର ପାଞ୍ଚ ସାତ ମିନିଟ୍ ସ୍ଥିରଭାବରେ ବସି ଏହିପରି ମୁଖଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ଟାଣି ନାସିକାଦ୍ୱାରା ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ମୋଟ ଉପରେ ଯେତେ ଅଧିକ ଥର ଏହିପରି କରିପାରିବେ, ସେତେ ଶୀଘ୍ର ସୁଫଳ ଲାଭ ହେବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ମଇଳା, ଆବର୍ଜନାପୂର୍ଣ୍ଣ ଦୂଷିତବାୟୁଯୁକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ, ବୃକ୍ଷତଳରେ, କିରୋସିନି ଆଲୋକ ଜଳୁଥିବା ଗୃହମଧ୍ୟରେ ଓ ଭୁକ୍ତଦ୍ରବ୍ୟ ପରିପାକ ନ

ହେଉଣୁ ଏହି କ୍ରିୟା କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । ବାୟୁ ରେଚନ କରିସାରିବା ପରେ ଯେପରି ଧଇଁସଇଁ ନ ହୁଅନ୍ତି, ସେଥିପ୍ରତି ବିଶେଷ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ହେବ । ବିଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ଥିର ଆସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ରେଚକ ଓ ପୂରକ ସମ୍ପାଦନ କରିବେ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଦୁର୍ଜୟ ଶୂଳ ଏବଂ ଛାତି ଓ ପେଟ ପ୍ରଭୃତିର ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ବେଦନା ନିଶ୍ଚୟ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ ।

କେତେ ଗୋଟି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ସଙ୍କେତ

୧ । ଜ୍ୱର ହେଉ କିମ୍ବା ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବେଦନା ହେଉ ଅଥବା ବିସ୍ଫୋଟକ ବ୍ରଣାଦି ହେଉ, କୌଣସି ପ୍ରକାର ପୀଡ଼ାର ଲକ୍ଷଣ ଜଣାପଡ଼ିଲେ, ସେତେବେଳେ ଯେଉଁ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ନାସିକା ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ବନ୍ଦ କରିଦେବ । ଯେତେ ସମୟ ବା ଯେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ନ ହେବ, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ରଖିବାକୁ ହେବ । ତାହାହେଲେ ଶରୀର ଶୀଘ୍ର ସୁସ୍ଥ ହୋଇଯିବ । ଅଧିକ ଦିନ ରୋଗ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ।

୨ । ବାଟ ଚାଲି କିମ୍ବା କୌଣସି ପ୍ରକାର ପରିଶ୍ରମଜନକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିସାରିବା ପରେ ଶରୀର ଶ୍ରାନ୍ତକ୍ଳାନ୍ତ ହେଲେ, ଅଥବା ଏହି କାରଣରୁ ଧାତୁ ଗରମ ହେଲେ, ଡାହାଣ କଡ଼ ମାଡ଼ି କିଛି ସମୟ ଶୋଇରହିବେ । ଏହା କଲେ ଅଚିରେ ଅତି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ରାନ୍ତିକ୍ଳାନ୍ତି ଦୂର ହୋଇଯିବ ଓ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ହେବ ।

୩ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଆହାର ପରେ ଆଚମନ କରିସାରି ପାନିଆରେ (କାଠପାନିଆ ପ୍ରଶସ୍ତ) ମୁଣ୍ଡ କୁଣ୍ଡାଇବ । ଏପରିଭାବରେ ପାନିଆ ଚଳାଇବେ ଯେପରି ପାନିଆର କଣ୍ଟାଗୁଡ଼ିକ ମସ୍ତକରେ ସ୍ପର୍ଶ କରିବ । ଏହା କଲେ ଶିରପୀଡ଼ା ଓ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଯେ କୌଣସି ପୀଡ଼ା ଏବଂ ବାତ ବ୍ୟାଧି ଜନ୍ମିବାର ଭୟ ରହିବ ନାହିଁ । ଏହିପରି କୌଣସି ପୀଡ଼ା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ବୃଦ୍ଧିଲାଭ କରିବ ନାହିଁ, ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ଶୀଘ୍ର ବାଳ ପାଚିବ ନାହିଁ ।

୪ । ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ପ୍ରଖର ଥିବା ସମୟରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନକୁ ଯିବାକୁ ହେଲେ ରୁମାଲ, ଚାଦର ବା ତଉଲିଆ ପ୍ରଭୃତି ଦ୍ୱାରା କର୍ଣ୍ଣକୁ ଆଚ୍ଛାଦନ କରି ସୂଯ୍ୟକିରଣରେ ବୁଲିଲେ, ରୌଦ୍ରଜନିତ କୌଣସି ଦୋଷ ଶରୀରକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବ ନାହିଁ ଏବଂ ସୌରତାପରେ ଶରୀର ତାପିତ ବା କ୍ଲିଷ୍ଟ ହେବ ନାହିଁ । କର୍ଣ୍ଣ ଦୁଇଟିକୁ ଏପରିଭାବରେ ଆଚ୍ଛାଦନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଯେ, ଯହିଁରେ ସମସ୍ତ କର୍ଣ୍ଣ ଘୋଡ଼ାଇ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ସେଥିରେ ପବନ ଲାଗିବ ନାହିଁ ।

୫ । ସ୍ମରଣଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହେଲେ ମସ୍ତକ ଉପରେ ଖଣ୍ଡିଏ କାଷ୍ଠକିଳକ ରଖି ତାହା ଉପରେ ଆଉ ଖଣ୍ଡିଏ କିଳକ ଧରି ସେଥିରେ ଆଘାତ କରିବେ ।

୬ । ପ୍ରତ୍ୟହ ପଦ୍ମାସନରେ ଅଧଘଣ୍ଟାଏ ବସି ଦନ୍ତମୂଳରେ ଜିହ୍ୱାଗ୍ର ଚାପିରଖିଲେ, ସର୍ବବ୍ୟାଧି ବିନଷ୍ଟ ହୁଏ ।

୭ । ଲଲାଟ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ସଦୃଶ ଜ୍ୟୋତିଃ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଆୟୁ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ଏବଂ କୁଷ୍ଠାଦି ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ । ସର୍ବଦା ଦୃଷ୍ଟି ଅଗ୍ରରେ ପୀତବର୍ଣ୍ଣ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଜ୍ୟୋତି ଧ୍ୟାନକଲେ, ବିନା ଔଷଧରେ ସର୍ବରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ଓ ଦେହ ବଳିପଳିବିହୀନ ହୁଏ । ମୁଣ୍ଡ ଗରମ ହେଲେ ବା ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇଲେ ମସ୍ତକରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣ ବା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶରଚ୍ଚନ୍ଦ୍ର ଧ୍ୟାନ କଲେ, ପାଞ୍ଚ ସାତ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ଦେଖିପାରିବେ ।

୮ । ତୃଷାର୍ତ୍ତ ହେଲେ ଜିହ୍ୱାଉପରେ ଅମ୍ଳରସବିଶିଷ୍ଟ ଦ୍ରବ୍ୟ ଅଛି, ଏହପରି ଚିନ୍ତା କରିବେ । ଶରୀର ଉଷ୍ଣ ହେଲେ ଶୀତଳ ବସ୍ତୁର ଓ ଶୀତଳ ହେଲେ ଉଷ୍ଣ ବସ୍ତୁର ଧ୍ୟାନ କରିବେ ।

୯ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଦୁଇବେଳା ସ୍ଥିର ଆସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ନାଭି-ଦେଶ ପ୍ରତି ଏକଦୃଷ୍ଟି ହୋଇ ଚାହିଁ ନାଭିରେ ବାୟୁ ଧାରଣ କଲେ ଓ ନାଭିକନ୍ଦ ଧ୍ୟାନ କଲେ ଅଗ୍ନିମାନ୍ଦ୍ୟ, ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ଓ ଉତ୍କଟ ଅତିସାର ଇତ୍ୟାଦି ସକଳ ପ୍ରକାର ଉଦରାମୟ ନିଶ୍ଚୟ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବ । ପରିପାକ ଶକ୍ତି ଜଠରାଗ୍ନି ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେବ ।

୧୦ । ପ୍ରତ୍ୟୁଷରେ ନିଦ୍ରାଭଙ୍ଗ ହେଲେ, ଯେଉଁ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବ, ସେହି ପାଖର କରତଳ ମୁଖରେ ସଂସ୍ଥାପନ କରି ଶଯ୍ୟାରୁ ଉଠିଲେ ଅଭୀଷ୍ଟ ସିଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

୧୧ । ରକ୍ତ ଅପାମାର୍ଗର ମୂଳ ହସ୍ତରେ ଧାରଣ କଲେ, ଭୂତପ୍ରେତାଦି ସମ୍ଭୂତ ସର୍ବବିଧ ଜ୍ୱର ବିନଷ୍ଟ ହୁଏ ।

୧୨ । ଛୋଟ ତେନ୍ତୁଳି ଚାରାଗଛ ଉପାଡ଼ି ତାହାର ମୂଳ ଗର୍ଭିଣୀର ସମ୍ମୁଖସ୍ଥ କେଶରେ ବାନ୍ଧିଦେବେ, ଯେପରି କି ଏହି ମୂଳର ଗନ୍ଧ ଗର୍ଭିଣୀର ନାସାରନ୍ଧ୍ରରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହେବ। ତାହାହେଲେ ଗର୍ଭିଣୀ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ସୁଖରେ ପ୍ରସବ କରିବ। ପ୍ରସବ ପରେ କେଶ ସହିତ ଏହି ତେନ୍ତୁଳିମୂଳ କତୁରୀରେ କାଟି ଫୋପାଡ଼ି ଦେବେ। ଅନ୍ୟଥା ପ୍ରସୂତିର ନାଡ଼ୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାହାରି ଆସିବାର ସମ୍ଭବନା । ଯେତେବେଳେ ଗର୍ଭିଣୀ ପ୍ରସବ-ବେଦନାରେ ଅତିଶୟ କଷ୍ଟ ପାଇବେ, ସେ ସମୟରେ ବ୍ୟସ୍ତ ନ ହୋଇ ଏହି ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ । ଶ୍ୱେତ ପୁନର୍ନବାର (ଶ୍ୱେତପୁରୁଣୀ) ମୂଳ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟର ମଧ୍ୟରେ ଦେଲେ ଗର୍ଭିଣୀ ଶୀଘ୍ର ସୁଖରେ ପ୍ରସବ କରିପାରେ ।

୧୩ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଦିବାଭାଗରେ ବାମ ନାସାପଥରେ ଏବଂ ରାତ୍ରିକାଳରେ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପଥରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ରଖିପାରେ । ତା ଶରୀରରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ପୀଡ଼ା ଜନ୍ମିପାରେ ନାହିଁ; ଆଳସ୍ୟ ବିଦୂରିତ ହୁଏ ଓ ଦିନକୁ ଦିନ ଚେତନାର ବୃଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ । ଦଶ ପନ୍ଦର ଦିନ ତୁଳାଦ୍ୱାରା ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ଏହିପରି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନାସାପଥରେ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ କରିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ, କ୍ରମେ ଆପଣା ମନକୁ ନିଃଶ୍ୱାସ ଏହି ନିୟମରେ ଗତି କରିବ ।

୧୪ । ପ୍ରାତଃକାଳରେ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟା ସମୟରେ କାଗଜି ଲେମ୍ବୁ ପତ୍ର ଘ୍ରାଣ ନେଲେ, ପୁରାତନ ଜ୍ୱର ଓ ଘୁମୁଷ୍ଟା ଜ୍ୱର ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ ।

୧୫ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଏକାଗ୍ରଚିତ୍ତରେ ଶ୍ୱେତ-କୃଷ୍ଣବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଲୋହିତ ବର୍ଣ୍ଣାଦିର ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଦେହସ୍ଥ ସମସ୍ତ ବିକାର ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ

ଓ ମହେଶ୍ୱର ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କର ନିତ୍ୟ ଧେୟ । ବ୍ରାହ୍ମଣମାନେ ନିୟମିତ ତ୍ରିସନ୍ଧ୍ୟା କଲେ ସର୍ବରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇ ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ଜୀବନ ଯାପନ କରିପାରିବେ । ଦୁଃଖର ବିଷୟ, ଆମ ଦେଶର ବ୍ରାହ୍ମଣମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ଆଜିକାଲି ସନ୍ଧ୍ୟାଦି କରି ସମୟର ସୁବ୍ୟବହାର କରୁ ନାହାନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଉପଯୁକ୍ତଭାବରେ ସନ୍ଧ୍ୟାଦି କରିବାକୁ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ । ସନ୍ଧ୍ୟାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କଅଣ ? ଏପରି କି ସନ୍ଧ୍ୟା-ଗାୟତ୍ରୀର ଅର୍ଥାଦି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ । ପ୍ରାଣାୟାମାଦି ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚାରଣ ଭିନ୍ନ ସେମାନେ ଆଉ କିଛି କରନ୍ତି ନାହିଁ । ପ୍ରାଣାୟାମାଦି ମଧ୍ୟ ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ସନ୍ଧ୍ୟାର ସଂସ୍କୃତ ବାକ୍ୟାବଳୀ ଉଚ୍ଚାରଣ ଭିନ୍ନ ସେମାନେ ଆଉ କିଛି କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସନ୍ଧ୍ୟାଦ୍ୱାରା କଅଣ କରାଯାଉଛି, ତାର ଅଗମୂଳ ବା ନାମଗନ୍ଧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିଛି ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ । ଆମର ବିଶ୍ୱାସ, ଭାବ ହୃଦୟଙ୍ଗମ ନ ହେଲେ ଭକ୍ତି ଆସିପାରେ ନାହିଁ । ଏହପରି ସନ୍ଧ୍ୟା କରିବା ଅପେକ୍ଷା ଭକ୍ତିଯୁକ୍ତଚିତ୍ତରେ ନିଜ ମାତୃଭାଷାରେ ହୃଦୟର ପ୍ରାର୍ଥନା ଭଗବାନଙ୍କୁ ଜଣାଇଲେ, ସେଥିରୁ ଅଧିକ ସୁଫଳର ଆଶା କରାଯାଆନ୍ତା । ପରମେଶ୍ୱର ଭଗବାନ, ସେ ତ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ବଂଶରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ନାହାନ୍ତି ଯେ କେବଳ ସଂସ୍କୃତ ଭାଷା ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ ଭାଷାର ଶବ୍ଦ ବୁଝିବେ ନାହିଁ ? ସନ୍ଧ୍ୟା-ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ପ୍ରାଣାୟାମ ଯେପରି ଭାବରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିଅଛି, ସେଥିରେ ପ୍ରାଣାୟାମ କ୍ରିୟା ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଶିବଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଯଥାକ୍ରମେ ଲୋହିତ, କୃଷ୍ଣ ଓ ଶ୍ୱେତ ବର୍ଣ୍ଣର ପରିଚିନ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ଏକାବେଳକେ ଏହି ଦୁଇଟି ମହତୀ କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଗୋଟିଏ କ୍ରିୟାର ଯେ କେତେ ଗୁଣ, ତାହା କେହି ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ । ଆଉ ତ୍ରିସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଗାୟତ୍ରୀଧ୍ୟାନରେ ମଧ୍ୟ ଏହପରି ବର୍ଣ୍ଣ ଚିନ୍ତନ କରାଯାଇଥାଏ । ଆର୍ଯ୍ୟ ଋଷିମାନଙ୍କର ସନ୍ଧ୍ୟା ପୂଜାଦିର ମହତ୍ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଆମ୍ଭେମାନେ ନିଜର ସ୍ଥୂଳବୁଦ୍ଧି ହେତୁ ବୁଝିବାକୁ ଅକ୍ଷମ ହେଉଅଛୁ, ଅଥଚ ନିଜେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବୁଦ୍ଧିବନ୍ତା ଦେଖାଇ ଏହାସବୁ ବିକୃତ ମସ୍ତିଷ୍କର ପ୍ରଳାପବାକ୍ୟ ବୋଲି ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କରିବାକୁ କୁଣ୍ଠାବୋଧ କରୁ ନାହୁଁ । କିନ୍ତୁ ଏକଥା ନିଶ୍ଚୟ ଜାଣିରଖ, ହିନ୍ଦୁ ଦେବଦେବୀଙ୍କର ନାନା ମୂର୍ତ୍ତି,

ନାନା ବର୍ଣ୍ଣ, ଯାହା ସବୁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଛି, ତାହା ବୃଥା ନୁହେଁ । ସକଳ ପ୍ରକାର ଧର୍ମସାଧନ ଓ ତପସ୍ୟାର ମୂଳ ହେଉଚି ସୁସ୍ଥ ଶରୀର । ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ଓ ନିରୋଗ ନ ରହିଲେ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ନ ହେଲେ ଧର୍ମସାଧନ ବା ଅର୍ଥୋପାର୍ଜନାଦି କିଛି ହେଲେ ହେବ ନାହିଁ । ଅସୀମ ଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ଆର୍ଯ୍ୟ ଋଷିଗଣ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ **ରଖିବାର ଓ ପରମାର୍ଥ** ସାଧନ **କରିବାର ସହଜ ଉପାୟ** ସଦୃଶ ଦେବଦେବୀମାନଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ବର୍ଣ୍ଣର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରିଅଛନ୍ତି । ସନ୍ଧ୍ୟା ଉପାସନା କରିବା ସମୟରେ ଯେଉଁ ଶ୍ୱେତ, ଶ୍ୟାମାଦି ବର୍ଣ୍ଣର ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ, ସେଥିରେ ବାୟୁ, ପିତ୍ତ ଓ କଫ ଏହି ତ୍ରିଧାତୁର ସାମ୍ୟ ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହେ । ଏଥିପାଇଁ ସେ ଯୁଗରେ ବ୍ରାହ୍ମଣ କ୍ଷତ୍ରିୟଗଣ କେତେ ଅନିୟମରେ (ଆଜିକାଲିର ବୈଜ୍ଞାନିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ) ଥାଇ ମଧ ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ନୀରୋଗ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ **ହୋଇ ପାରୁଥିଲେ** । ପ୍ରାତଃକାଳରେ ନିଦ୍ରାଭଗ୍ନ ହେଲାକ୍ଷଣି ଶିରସ୍ଥିତ ଶୁକ୍ଲାବ୍ଜରେ ଶ୍ୱେତବର୍ଣ୍ଣଗୁରୁଦେବ ଓ ରକ୍ତବର୍ଣ୍ଣ ତତ୍‌ଶକ୍ତିଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କରିବାର ବିଧି ଅଛି । ଏହା କଲେ ଯେ ଶରୀର କେତେ ପରିମାଣରେ ସୁସ୍ଥ ରହେ, ତାହା ବିଲାତୀବାବୁଗଣ ଥରେ ବୁଝିବେ କି ? ଯାହାହେଉ, କେହି ଯଦି ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଶିବ ମୂର୍ତ୍ତିଙ୍କର କିମ୍ବା ଗୁରୁ ଓ ତତ୍‌ଶକ୍ତିଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କରି ପୌତ୍ତଳିକ, ଜଡ଼ୋପାସକ ବା କୁସଂସ୍କାରାଚ୍ଛନ୍ନ ହୋଇ ଅନ୍ଧତମସାରେ ନିକ୍ଷିପ୍ତ ହେବାକୁ ରାଜି ନ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ସଭ୍ୟତାର ଅମଳଧବଳ ଆଲୋକରେ ରହି ଅନ୍ତତଃ ଶ୍ୱେତ, ଲୋହିତ ଓ ଶ୍ୟାମବର୍ଣ୍ଣ ଧ୍ୟାନ କଲେ, ଆଶାତୀତ ଫଳ ପାଇପାରିବେ । ବର୍ଣ୍ଣ ଧ୍ୟାନ କଲେ ତ ଆଉ ତୁମର ବର୍ଣ୍ଣ କଳା ହୋଇଯିବ ନାହିଁ ? ବରଂ ବିସ୍କୁଟ ପାଉରୁଟିଖିଆ ତୁମ ଜୀର୍ଣ୍ଣଶୀର୍ଣ୍ଣ ବିବର୍ଣ୍ଣ ଶରୀର ସୁବର୍ଣ୍ଣସଦୃଶ ହୋଇଯିବ । ଯାହାହେଉ, ମୁଁ ଥରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରୁଅଛି ।

୧୬ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଦକ୍ଷିଣ-ନାସାରେ ଶ୍ୱାସବହନ ଓ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ବାମ-ନାସାରେ ଶ୍ୱାସବହନ କାଳରେ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ସମ୍ଭୋଗ ଉପଭୋଗ କରିବ । ଏଥିରେ ଉଭୟଙ୍କ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହିବ, ଦାମ୍ପତ୍ୟ-ପ୍ରେମ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେବ ଏବଂ ପ୍ରଣୟିନୀ ମଧ ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହିବେ ।

୧୭ । ସମ୍ଭୋଗ ପରେ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷ ଉଭୟେ ଶୀତଳ ଜଳ ଆକଣ୍ଠ ପାନ କଲେ, ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥାଏ ।

୧୮ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଏକତୋଳା ଘୃତରେ ଆଠ ଦଶଗୋଟି ଗୋଲମରିଚ ଭାଜି ଏହି ଘୃତ ପାନ କଲେ ରକ୍ତପରିଷ୍କାର ହୁଏ ଓ ଦେହର ପୁଷ୍ଟିସାଧନ ହୋଇଥାଏ ।

ଚିର ଯୌବନ-ଲାଭର ଉପାୟ

ଯୌବନ ଲାଭ କରିବାକୁ ସମସ୍ତେ ଆଶା କରନ୍ତି । ମହାଭାରତରେ ଉକ୍ତ ଅଛି ଯେ, ଯଯାତି ଆପଣା ପୁତ୍ରକୁ ନିଜର ଜରା ଅର୍ପଣ କରି ପୁତ୍ରର ଯୌବନ ନେଇ ସଂସାର ସୁଖ ଉପଭୋଗ କରିଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଉଛି, ବାଳକମାନେ ମୁଖରେ ଘନଘନ ଖୁର ଲଗାଇ ମୁଚ୍ଛ ଦାଢ଼ି ଉଠାଇ ଅସମୟରେ ଯୁବକ ସାଜିବାକୁ ବୃଥାପ୍ରୟାସୀ ହେଉଛନ୍ତି । ଆଉ ବୃଦ୍ଧମାନେ ପକ୍ୱକେଶରେ ଓ ନିଶଦାଢ଼ିରେ କଲପ (କଳା) ଲଗାଇ ନିରଦବଦନ ଗହ୍ୱରରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟରେ କୃତ୍ରିମ ଦାନ୍ତ ବସାଇ ମା' ପାର୍ବତୀଙ୍କ ଛୋଟ ପିଲାଟି ପରି ନିଜକୁ ସଜାଇ ନାତିକୁ ସଙ୍ଗରେ ଘେନି ଥଟ୍ଟା ତାମସା କରି ବାଇଖେମଟା, ସିନେମା ଥିଏଟର ଆଡାରେ ଯୁବକ ପରି ରସ ଉପଭୋଗ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଆନ୍ତି । ଇଂରେଜ ରମଣୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଯୌବନ-ଜୁଆରରେ ଭଟ୍ଟା ପଡ଼ିଲେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଜ୍ଞା କରି ଯୌବନର ଅଯଥା ଅତ୍ୟାଚାରଜନିତ ଲୋଳଚର୍ମ୍ମ ବ୍ରଣାଦିର କଳଙ୍କ ବିନଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ମୁଖମଣ୍ଡଳର ଚର୍ମ୍ମ ଉତ୍ତୋଳନପୂର୍ବକ ଯୌବନ-ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟରେ ବିଭୂଷିତା ହୋଇ ରହିବାକୁ ଆଶା କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ ଯେ ସ୍ୱଳ୍ପ ଆୟାସରେ ଯୌବନ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରେ, ଏହା କେହି ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ । ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ **ଯୌବନରକ୍ଷାର ଉପାୟ** ନିମ୍ନରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ହେଲା ।

ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ ଅଙ୍ଗରେ ଯେଉଁ ନାଡ଼ୀରେ ଶ୍ୱାସ ବହନ ହେବ, ସେତେବେଳେ ସେହି ନାଡ଼ୀ ରୋଧ କରିବାକୁ ହେବ । ଯେ ପୁନଃ-ପୁନଃ ଶ୍ୱାସବାୟୁର ରୋଧ ଓ ମୋଚନ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି, ସେ ଦୀର୍ଘଜୀବନ

ଓ ଚିରଯୌବନ ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । ବାଳ ପାଚିଲେ, ଦାନ୍ତ ହଲିଲେ କିମ୍ବା ଦାନ୍ତ ପଡ଼ି ପାକୁଆ ହୋଇଗଲେ, ଚର୍ମ ଲୋଳିତ ହୋଇଯିବା ପରେ ଯୁବକ ସାଜିବାକୁ ଯାଇ, ଆଉ ବିଡ଼ମ୍ବନା ଭୋଗ କରିବାକୁ ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ପୂର୍ବରୁ ଏହି ନିୟମ ଅବଲମ୍ବନ କରିପାରିଲେ, ଲୋକସମାଜରେ ଆଉ ହାସ୍ୟାସ୍ପଦ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ।

ଅନାହତ ପଦ୍ମର ବର୍ଣ୍ଣନା କାଳରେ କୁହାଯାଇଅଛି ଯେ, ଉକ୍ତ ପଦ୍ମର କର୍ଣ୍ଣିକା ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଅରୁଣବର୍ଣ୍ଣ ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳ ବିଦ୍ୟମାନ । ସହସ୍ରାରସ୍ଥିତ ଅମାକଳାରୁ ଯେଉଁ ଅମୃତ କ୍ଷରିତ ହୁଏ, ସେହି ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳର ତାହା ଗ୍ରସ୍ତ ହୁଏ । ଏଥିନିମିତ୍ତ ମାନବ-ଦେହରେ ବଳି, ପଳି ଓ ଜରା ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ । ଯୋଗୀମାନେ ବିପରୀତକରଣୀ ମୁଦ୍ରା ଅର୍ଥାତ୍ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱପଦରେ ତଳକୁ ମୁଣ୍ଡ କରି ରହି କୌଶଳକ୍ରମେ ଏହି କ୍ଷରିତ ଅମୃତକୁ ସୂର୍ଯ୍ୟମଣ୍ଡଳର ଗ୍ରାସରୁ ରକ୍ଷା କରନ୍ତି । ସେଥିରେ ଦେହ ବଳି, ପଳି ଓ ଜରାରହିତ ହୋଇ ଦୀର୍ଘକାଳ ସ୍ଥାୟୀ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ-

"ଗୁରୂପଦେଶତୋ ଜ୍ଞେୟଂ ନ ଚ ଶାସ୍ତ୍ରାର୍ଥକୋଟିଭିଃ ।"

ଅର୍ଥାତ୍ ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ଗୁରୁ ଉପଦେଶସାପେକ୍ଷ । ବିପରୀତ-କରଣୀ ମୁଦ୍ରା ବ୍ୟତୀତ ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରା ଦ୍ୱାରା ଏହି କ୍ଷରିତ ଅମୃତ ସହଜରେ ରକ୍ଷା କରାଯାଇଥାଏ । **ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରାର ନିୟମ,** ଯଥା :

"ରସନାଂ ତାଳୁମଧ୍ୟେ ତୁ ଶନୈଃ ଶନୈଃ ପ୍ରବେଶୟେତ୍ ।
କପାଳକୁହରେ ଜିହ୍ୱା ପ୍ରବିଷ୍ଟା ବିପରୀତଗା ।
ଭ୍ରୁବୋର୍ମଧ୍ୟେ ଗତା ଦୃଷ୍ଟିର୍ମୁଦ୍ରା ଭବତି ଖେଚରୀ ।"

- ଘେରଣ୍ଡ ସଂହିତା

ଜିହ୍ୱାକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ତାଳୁ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇବେ । ତତ୍ପରେ ଜିହ୍ୱାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଦିଗକୁ ଓଲଟାଇ କପାଳକୁହରରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ କରାଇ ଭ୍ରୂଦ୍ୱୟର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳରେ ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ଥିର ରଖିଲେ, **ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରା** ସାଧିତ ହୁଏ ।

କେହି କେହି ତାଳୁମୂଳରେ ଜିହ୍ୱାର ଅଗ୍ରଭାଗ ସ୍ପର୍ଶ କରାଇ ଓସ୍ତାଦି ଦେଖାନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କର ଓସ୍ତାଦି ଏହି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ବାସ୍ତବରେ କିଛି ହୁଏ ନାହିଁ । ଜିହ୍ୱାକୁ ଏପରିଭାବରେ ରଖି, ତାପରେ ଯେ କଅଣ କରିବାକୁ ହୁଏ; ତାହା କେହି ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ । ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରାଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରୁ ଗଳିତ ସୋମଧାରା ପାନକଲେ ଅଭୂତପୂର୍ବ ନିଶାହୁଏ, ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଏ । ଚକ୍ଷୁ ଆପଣମନକୁ ଅର୍ଦ୍ଧ-ନିମୀଳିତ ଓ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଏ । କ୍ଷୁଧା-ତୃଷା ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୁଏ । ଏହି ଭାବରେ **ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରା ସିଦ୍ଧ ହୁଏ** । ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରା ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରୁ ଯେଉଁ ସୁଧାର କ୍ଷରଣ ହୁଏ, ତାହା ସାଧକର ସର୍ବଶରୀରକୁ ପ୍ଳାବିତ କରିଦିଏ । ଏଥିରେ ସାଧକ ଦୃଢ଼କାୟ; ବଳି, ପଳି, ଓ ଜରାରହିତ; କନ୍ଦର୍ପ ସଦୃଶ କାନ୍ତିବିଶିଷ୍ଟ ପରାକ୍ରମଶାଳୀ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରକୃତରେ ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରା ସାଧନ କରି-ପାରିଲେ, ଛଅ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ସାଧକ ସର୍ବବ୍ୟାଧିମୁକ୍ତ ହୁଏ । ଖେଚରୀ ମୁଦ୍ରା ସିଦ୍ଧି ହେଲେ ନାନାବିଧ ରସାସ୍ୱାଦ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ । ସ୍ୱାଦବିଶେଷରେ ପୃଥକ୍ ଫଳଲାଭ ହୋଇଥାଏ । **କ୍ଷୀରର ସ୍ୱାଦ ଅନୁଭୂତ ହେଲେ ବ୍ୟାଧି ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ଘୃତର ଆସ୍ୱାଦ ପାଇଲେ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ ହୁଏ ।**

ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପାୟରେ ଶରୀରକୁ ବଳି, ପଳି ଓ ଜରାରହିତ କରି ଯୌବନକୁ ଚିରସ୍ଥାୟୀ କରାଯାଇପାରେ । ବାହୁଲ୍ୟ ଭୟରେ ସମସ୍ତ ଉପାୟ ଲିଖିତ ହେଲା ନାହିଁ ।

ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭର ଉପାୟ

ସଂସାରରେ ଦୀର୍ଘକାଳ ବଞ୍ଚିରହିବାକୁ କାହାର ଇଚ୍ଛା ନହୁଏ ! କ୍ୱଚିତ୍ କେହି ରୋଗଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ଶୋକାତୁର ହୋଇ ଅଥବା ଦାରୁଣ ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ଅଭିଭୂତ ହେବାରୁ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଶ୍ରେୟ ମନେ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯୋଗୀମାନେ ଜୀବନ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ଉଭୟ ପ୍ରତି ଉଦାସୀନ । ଏତଦ୍‌ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତେ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ବଞ୍ଚିରହିବାକୁ ଆଶା କରିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ କେତେ ଜଣ ମନୁଷ୍ୟ ବା ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ କରିବାର ଦେଖାଯାଏ ? ପ୍ରତ୍ୟହ ଅକାଳମୃତ୍ୟୁ ଏତେ ଲୋକଙ୍କୁ ଶମନସଦନକୁ ପ୍ରେରଣ କରୁଅଛି ଯେ, ଜୀବନର ପୂର୍ଣ୍ଣସଂଖ୍ୟା ଯେ କେତେ

ଦିନ, ତାହା କେହି ଜାଣିପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ଅକାଳମୃତ୍ୟୁ କାହିଁକି ହୁଏ ଏବଂ ତାହା ନିବାରଣର ଉପାୟ ବା କଅଣ ? ଆର୍ଯ୍ୟ ଋଷିମାନେ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶପୂର୍ବକ ଏ କଥା ସ୍ପଷ୍ଟ ଦେଖାଇ ଯାଇଅଛନ୍ତି ଯେ, **ମନୁଷ୍ୟ ନିଜେ ହିଁ ନିଜ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ** । ଅଦୃଷ୍ଟ ବା ଦୃଷ୍ଟ ଯାହା କହ ପଛକେ, ଏହି ଉଭୟକାରଣର ମୂଳରେ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜେ ହିଁ ବିଦ୍ୟମାନ । ଆର୍ଯ୍ୟ ଋଷିମାନେ କହିଛନ୍ତି, କର୍ମଫଳ ଭୋଗ ନିମିତ୍ତ ଦେହ ତଦୁପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ । ସଂକଳ୍ପ, ବିକଳ୍ପ ହିଁ ଜୀବର ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରଧାନ କାରଣ । ସୁତରାଂ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କର୍ମଫଳ ଅଛି, ଦେହ ମଧ୍ୟ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିବ । ଯେତେବେଳେ କର୍ମଫଳ ରହିବ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଆଉ ଦେହର ପ୍ରୟୋଜନ କଅଣ ? ଅତଏବ ଏଥିରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଦେଖାଯାଉଛି ଯେ, ଦେହ କେବେହେଲେ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ତେବେ ଦେହର ପରିତ୍ୟାଗ ଦୁଇ ପ୍ରକାରେ ହଏ । ପ୍ରଥମରେ କର୍ମ ନିଃଶେଷିତ ହେଲେ ଜୀବ ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନର ସହିତ ପଞ୍ଚେନ୍ଦ୍ରିୟ ସମନ୍ୱିତ ଦେହକୁ ଅନାୟାସରେ ପରିତ୍ୟାଗ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ **ମୋକ୍ଷଲାଭ** କୁହାଯାଏ । ଅନ୍ୟପ୍ରକାରେ- ଯେତେବେଳେ ଜୀବର ସଞ୍ଚିତ କର୍ମ ଦେହକୁ ଅନୁରୂପ ଫଳଭୋଗର ଅନୁପଯୁକ୍ତ ବୋଧହେତୁ ଜୀବକୁ ଅବଶ ଓ ଅଜ୍ଞାନାବୃତ କରି ବଳପୂର୍ବକ ସ୍ଥୂଳଦେହ ପରିତ୍ୟାଗ କରାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ କୁହାଯାଏ **ମୃତ୍ୟୁ** । ଏହିପରି ଯେଉଁ ମୃତ୍ୟୁ, ତାକୁ ଜ୍ଞାନ ଅଥବା ଯୋଗାନୁଷ୍ଠାନାଦି ଦ୍ୱାରା ଅତିକ୍ରମ କରାଯାଇପାରେ । **ଚିତ୍ତକୁ ସର୍ବବିଧ ବାସନାରୁ, ଦୁରାଶା ପ୍ରଭୃତିରୁ ନିବୃତ୍ତ ରଖିବା ହେଉଛି, ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭର ଉପାୟ ।** କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ ପ୍ରଭୃତି ପ୍ରବଳ ରିପୁଗଣ ଯହିଁରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ଚିତ୍ତକୁ ପୀଡ଼ା ଦେଇ ନପାରନ୍ତି, ତାହା ହିଁ କରିବା ବିଧେୟ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ଭକ୍ତି ଓ ନିର୍ଭରତା ରଖି ସନ୍ତୋଷ-ସୁଧାପାନରେ ରତ ହୋଇପାରିଲେ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭକରିବା ବିଶେଷ ଅସାଧ ବୋଧ ହେବ ନାହିଁ । ଦର୍ଶନ, ବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରଭୃତି ଶାସ୍ତ୍ରବେତ୍ତାମାନେ ବିଶେଷ ଗବେଷଣାପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୁକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଜୀବର ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ଏବଂ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭର ଉପାୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରି ଦେଇଅଛନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଏ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା ବା ଆନ୍ଦୋଳନ

କରିବା ଏଠାରେ ଅନାବଶ୍ୟକ । **ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ରାନୁସାରେ କିପରି ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ,** ତାହା ହିଁ ଆଲୋଚନା କରାଯାଉ ।

ମାନବ-ଶରୀରରେ ଦିବାରାତ୍ର ଧରି ଯେଉଁ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ବହୁଅଛି, ତାହା ନାମ **ପ୍ରାଣ** । ମାନବ-ଶରୀରରୁ ଶ୍ୱାସ ବହିର୍ଗତ ହୋଇ ପୁନରାୟ ଦେହରେ ପ୍ରବେଶ ନ କଲେ, ଜୀବର **ମୃତ୍ୟୁ** ହୋଇଥାଏ । ନିଃଶ୍ୱାସର ଗୋଟିଏ ସ୍ୱାଭାବିକ ଗତି ଅଛି । ଯଥା-

"ପ୍ରବେଶେ ଦଶଭିଃ ପ୍ରୋକ୍ତୋ ନିର୍ଗମେ ଦ୍ୱାଦଶାଙ୍ଗୁଳମ୍"

- ସ୍ୱରୋଦୟ

ମନୁଷ୍ୟର ନିଃଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ ସମୟରେ ଅର୍ଥାତ୍ ନାସିକାଦ୍ୱାରା ସହଜ ନିଃଶ୍ୱାସ ଟାଣିନେଉଥିବା ବେଳେ ଦଶ ଅଙ୍ଗୁଳି ପରିମିତ ନିଃଶ୍ୱାସ ଦେହ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରେ । ନିଃଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ବାର ଅଙ୍ଗୁଳି ପରିମିତ । ଶ୍ୱାସବାୟୁ ବହିର୍ଗତ ହୁଏ । ନାସାରନ୍ଧ୍ରରୁ ଗୋଟିଏ କାଠିଦ୍ୱାରା ଅଙ୍ଗୁଳି ମାପି ସେହି ସ୍ଥାନରେ କିଛି ତୁଳା ଧରିଲେ, ଯଦି ତାହା ହଲଚଲ ନ ହୋଇ ବାୟୁ ଯାତାୟାତ କରେ, ତେବେ ତୂଳା ଘୁଞ୍ଚାଇ ନେଇ ଦେଖିବ, ବାୟୁର ଗତି କେତେ ପରିମାଣରେ ହେଉଅଛି । **ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥାରେ ବାର ଅଙ୍ଗୁଳିରୁ ଅଧିକ ଗତିହେଲେ, ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଜୀବନ କ୍ଷୟପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଅଛି ।** ପ୍ରାଣାୟାମକ୍ରିୟା ଅବଗତ ଥିଲେ, ସହଜରେ ଏହି କ୍ଷୟନିବାରଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ମାନବର ନିଃଶ୍ୱାସ ପରିତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ବାର ଅଙ୍ଗୁଳି ପରିମାଣରେ ନିଃଶ୍ୱାସ-ବାୟୁ ନିର୍ଗତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଭୋଜନ, ଗମନ, ରମଣ, ଗାନ ପ୍ରଭୃତି କାର୍ଯ୍ୟ ବିଶେଷରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଗତି ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଶ୍ୱାସ ନିର୍ଗତ ହୋଇଥାଏ । ଯଥା-

"ଦେହାଦ୍‌ବିନିର୍ଗତୋ ବାୟୁଃ ସ୍ୱଭାବାଦ୍ଦ୍ୱାଦଶାଙ୍ଗୁଳିଃ
ଗାୟନେ ଷୋଡ଼ଶାଙ୍ଗୁଳ୍ୟୋ ଭୋଜନେ ବିଂଶତିସ୍ତଥା ।

ଚତୁର୍ବିଂଶାଙ୍ଗୁଳିଃ ପାନ୍ଥେ ନିଦ୍ରାୟାଂ ତ୍ରିଂଶାଙ୍ଗୁଳିଃ
ମୈଥୁନେ ଷଟ୍‌ତ୍ରିଂଶଦୁକ୍ତ ବ୍ୟାୟାମେ ଚ ତତୋଽଧିକମ୍ ।
ସ୍ୱଭାବେଽସ୍ୟ ଗତୌ ମୂଳେ ପରମାୟୁଃ ପ୍ରବର୍ଦ୍ଧତେ
ଆୟୁକ୍ଷୟୋଽଧିକେ ପ୍ରୋକ୍ତୋ ମାରୁତେ ଚାନ୍ତରୋଦ୍‌ଗତେ ।।"

ଗାନ କରିବା ସମୟରେ ଷୋଳ ଅଙ୍ଗୁଳି, ଆହାର କରିବା ସମୟରେ କୋଡ଼ିଏ ଅଙ୍ଗୁଳି, ଗମନକାଳରେ ଚବିଶ ଅଙ୍ଗୁଳି, ନିଦ୍ରା ସମୟରେ ତିରିଶ ଅଙ୍ଗୁଳି ଏବଂ ସ୍ତ୍ରୀସଂସର୍ଗକାଳରେ ଛତ୍ରିଶ ଅଙ୍ଗୁଳି ପରିମାଣରେ ନିଶ୍ୱାସର ଗତି ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରମଜନକ ବ୍ୟାୟାମ ସମୟରେ ଏହା ଅପେକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ନିଶ୍ୱାସପାତ ହୁଏ ।

ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ବେଳେ ହେଉ, ନିଶ୍ୱାସର ଗତି ବାର ଅଙ୍ଗୁଳିରୁ ଅଧିକ ହେବାମାତ୍ରେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଜୀବନୀଶକ୍ତି ବା ପ୍ରାଣ କ୍ଷୟ ହେଉଅଛି । ପ୍ରାଣାୟାମାଦି ଦ୍ୱାରା ଏହି ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଗତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବା ହିଁ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭର ପ୍ରଧାନତମ ଉପାୟ । ମୈଥୁନରେ ଯେ ଜୀବନର ହାନି ହୁଏ, ନିଃଶ୍ୱାସ ଗତିର ଦୀର୍ଘତା ହିଁ ଏହାର ପ୍ରଧାନ ହେତୁ । ଆଉ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଜୀବନୀଶକ୍ତିର ହ୍ରାସ ହୋଇଅଛି, ମୋଟ ଉପରେ ଯାହାର ଧାତୁଦୌର୍ବଲ୍ୟ ରୋଗ ଜନ୍ମିଅଛି, ସେମାନଙ୍କ ନିଃଶ୍ୱାସର ଗତି ଅତି ଘନଘନ ହୁଏ ଓ ଅଶୀ ଅଙ୍ଗୁଳି ଦୀର୍ଘ ନିଃଶ୍ୱାସପାତ ହୁଏ । ଫଳରେ ସେମାନେ ମୃତ୍ୟୁପଥରେ ଆହୁରି ଅଧିକ ଶୀଘ୍ର ଆକର୍ଷିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ଯୋଗାଙ୍ଗୀଭୂତ କ୍ରିୟା ଅନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ଏହି ନିଃଶ୍ୱାସକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥାରେ ରଖିବା ହେଉଛି, ଜୀବନୀଶକ୍ତି ରକ୍ଷାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ । ଆଉ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗକ୍ରିୟା ପ୍ରଭାବରେ ନିଜର ସ୍ୱାଭାବିକ ଶ୍ୱାସର ଗତିକୁ କମାଇ

ଏକ ଅବା ଦୁଇ ଅଙ୍ଗୁଳି କରିପାରେ, ସର୍ବସିଦ୍ଧି ଏବଂ ଅମାନୁଷୀ କ୍ଷମତା ତାହାର କରତଳଗତ । ★ ଏହିପରି ଯୋଗର ଉଚ୍ଚାବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେଲେ, ଏକାବେଳକେ ବାୟୁ ନିରୋଧ କରି ବହୁଦିନ ଅତିବାହିତ କରାଯାଇ-ପାରେ । ପ୍ରାଚୀନ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ କଥା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର; ଆଜିକାଲିର ଭୂକୈଳାସସ୍ଥିତ ସାଧୁଙ୍କ କଥା କିଏ ବା ନ ଜାଣେ ? କାଶୀଧାମର ତୈଲଙ୍ଗ ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ବିବିଧ ବିଚିତ୍ର ଶକ୍ତିଲୀଳା କାହାକୁ ବା ଅବିଦିତ ଅଛି ? ତୈଲଙ୍ଗ ସ୍ୱାମୀ ଦୁଇଚାରିଘଣ୍ଟା ଧରି ଜଳମଗ୍ନ ହୋଇପାରନ୍ତି; ଏଥିରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ ନାହିଁ । ମହାରାଜା ରଣଜିତ୍ ସିଂହଙ୍କ ସମୟରେ ମ୍ୟାକ୍‌ଗ୍ରେଗର ପ୍ରଭୃତି ସାହେବଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ହରିଦାସ ସାଧୁଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ବାକ୍‌ସ ମଧ୍ୟରେ ଚାବି ବନ୍ଦ କରାଯାଇ ତାହା ମାଟିରେ ଚାଳିଶ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୋତି ରଖାଯାଇ-ଥିଲା । ଚାଳିଶ ଦିନପରେ ମାଟିରୁ ବାହାର କରି ତାହା ଫିଟାଇବାରେ ଦେଖାଗଲା ଯେ ସାଧୁଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇନାହିଁ ।

ପ୍ରାଣବାୟୁର ବହିର୍ଗତିକୁ ସ୍ୱଭାବସ୍ଥ କରି ରଖି ପାରିଲେ, ପରମାୟୁ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ନିଃଶ୍ୱାସ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣରୁ ଅଧିକ ହେଲେ, ଆୟୁ କ୍ଷୟ ସୁନିଶ୍ଚିତ । ନିଦ୍ରା, ଗାନ, ମୈଥୁନ, ପ୍ରଭୃତି ଯେଉଁ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ବହିର୍ଗତ ହୁଏ, ସେହିସବୁ କାର୍ଯ୍ୟ ଯେତେ ଅଳ୍ପ କରିବେ, ସେତିକି ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ କରିପାରିବେ;

★ "ଏକାଙ୍ଗୁଳକୃତନ୍ୟୂନେ ପ୍ରାଣେ ନିଷ୍କାମତି ମତା ।
ଆନନ୍ଦସ୍ତୁ ଦ୍ୱିତୀୟେ ସ୍ୟାତ୍ କବିଶକ୍ତିସ୍ତୃତୀୟକେ ॥
ବାଚଃ ସିଦ୍ଧିଶ୍ଚତୁର୍ଥେ ତୁ ଦୂରଦୃଷ୍ଟିସ୍ତୁ ପଞ୍ଚମେ ।
ଷଷ୍ଠେତ୍ୱାକାଶଗମନଂ ଚଣ୍ଡବେଗଶ୍ଚ ସପ୍ତମେ ।
"ଅଷ୍ଟମେ ସିଦ୍ଧୟଶ୍ଚାଷ୍ଟୌ ନବମେ ନିଧୟୋ ନବ ।
ଦଶମେ ଦଶମୂର୍ତ୍ତିଶ୍ଚ ଛାୟାନାଶୋ ଦଶୈକକେ ॥
ଦ୍ୱାଦଶେ ହଂସାଚାରଶ୍ଚ ଗଙ୍ଗାମୃତରସଂ ପିବେତ୍ ।
ଆନଖାଗ୍ରେ ପ୍ରାଣପୂର୍ଣ୍ଣେ କସ୍ୟ ଭକ୍ଷାଂ ଚ ଭୋଜନମ୍ ॥"

- ପବନବିଜୟ ସ୍ୱରୋଦୟ

ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ନିୟମିତ ଭାବରେ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । 'ପ୍ରାଣ' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ହେଉଚି, 'ବାୟୁ' ଏବଂ 'ଆୟାମ' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ 'ନିରୋଧ' । ପ୍ରାଣାୟାମ ସମୟରେ କୁମ୍ଭକ କଲେ, ପ୍ରାଣବାୟୁ ନିରୋଧ ହୁଏ, ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ ନାହିଁ; ସେଥିପାଇଁ ଜୀବନ ଦୀର୍ଘ ଏବଂ ରୋଗଶୂନ୍ୟ ହୁଏ ।

ଶାସ୍ତ୍ରବେତ୍ତା ପଣ୍ଡିତମାନେ କହିଥାନ୍ତି ଯେ, କାର୍ଯ୍ୟଗୁଣରେ ପରମାୟୁ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟଦୋଷରେ ମନୁଷ୍ୟ ଅଳ୍ପାୟୁ ହୁଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ଓ ଦାର୍ଶନିକମାନେ କହନ୍ତି,- କାମ, କ୍ରୋଧ, ଚିନ୍ତା, ଦୁରାଶା ପ୍ରଭୃତି ହେଉଛି ଜୀବର ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ; ତେବେ ଏ ଉଭୟ ଏକ କଥା । ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ରକାରମାନେ ଗୋଟିଏ କଥାରେ ଏହାର ମୀମାଂସା କରିଦେଇଅଛନ୍ତି । **ଶ୍ୱାସର ହ୍ରସ୍ୱତ୍ୱ ଓ ଦୀର୍ଘତ୍ୱ ହେଉଛି, ଦୀର୍ଘାୟୁ ଓ ଅଳ୍ପାୟୁ ହେବାର ପ୍ରଧାନ କାରଣ ।** ତାହାହେଲେ ଶାସ୍ତ୍ରବେତ୍ତା ପଣ୍ଡିତମାନଙ୍କ ସହିତ ସ୍ୱରଜ୍ଞ ପଣ୍ଡିତମାନଙ୍କର ମତ ଯେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକ, ଏହା ଦେଖାଯାଏ । କାରଣ ସେମାନେ ଯେଉଁସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ବୋଲି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରୁଛନ୍ତି, ସେ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ହିଁ ନିଃଶ୍ୱାସର ଦୀର୍ଘଗତି ଅବଧାରିତ ହେଉଅଛି; ସୁତରାଂ ପ୍ରାଣବାୟୁ ଯାହାର ଯେତେ ଅଳ୍ପ ବ୍ୟୟ ହେବ, ତାହାର ସେତିକି ଆୟୁ ବୃଦ୍ଧି ହେବ ଓ ରୋଗାଦି ସେତିକି ହ୍ରାସ ପାଇବ । ଏଥିରେ ଅନ୍ୟଥା ହେଲେ, ନାନାବିଧ ରୋଗ, ପୀଡ଼ା ଓ ଆୟୁନାଶ ହେବ; ଏଥିରେ ଆଉ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ବିଚକ୍ଷଣ ପାଠକମାନେ ନିଃଶ୍ୱାସର ଗତି ଅବଗତ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟାଦି କରିପାରିଲେ, ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ ବିଶେଷ କିଛି କଷ୍ଟକର ବ୍ୟାପାର ନୁହେଁ ବୋଲି ଜାଣି ପାରିବେ । ନିଃଶ୍ୱାସ ବାୟୁର ବାହ୍ୟ-ଗତି ଏକାବେଳକେ ରୁଦ୍ଧ କରି ତାହା ଅନ୍ତରାଭ୍ୟନ୍ତରରେ ପ୍ରବାହିତ କରିପାରିଲେ, ସେହି ସାଧକ ଯୋଗେଶ୍ୱର ହଂସ ସ୍ୱରୂପ ହୋଇ ଗଙ୍ଗାମୃତପାନପୂର୍ବକ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ କରି ପାରିବେ । ତାଙ୍କର ମସ୍ତକର କେଶ-ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ନଖର ଅଗ୍ରଭାଗ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାଣବାୟୁରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ରହିବ । ସୁତରାଂ ଆଉ ତାଙ୍କର ପାନ-ଭୋଜନର ପ୍ରୟୋଜନୀୟତା ରହିବ କାହିଁକି ? ସେ ବାହ୍ୟଜ୍ଞାନ-ଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଜୀବାତ୍ମା ସହିତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ସମ୍ମିଳିତ

କରି ଅନ୍ତର ମଧ୍ୟରେ ପରମାନନ୍ଦ ଭୋଗ କରିପାରିବେ । ଯେଉଁ ଉପାୟରେ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ କରାଯାଏ, ସେହି ଉପାୟରେ ହିଁ ମାନବର ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ପୂର୍ବରୁ ମୃତ୍ୟୁ ଜାଣିବାର ଉପାୟ

ପ୍ରାତଃକାଳରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଉଦୟ ହେଲେ ସୂର୍ଯ୍ୟାସ୍ତ ଯେପରି ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ, ଦିବାଲୋକ ଅପସାରିତ ହେଲେ ଯାମିନୀର ଅନ୍ଧକାର ଯେପରି ନିଶ୍ଚିତ, ସେହିପରି ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କଲେ, ମୃତ୍ୟୁ ହେବା ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ଚିତ । ଶଙ୍କରାବତାର ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ କହିଛନ୍ତି-

''ଯାବଜ୍ଜନନଂ ତାବନ୍ମରଣଂ ତାବଜ୍ଜନନୀଜଠରେ ଶୟନମ୍ ।''

- ମୋହମୁଦ୍‌ଗର

ବାସ୍ତବିକ ଏହି ଅନବରତ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ନଶ୍ୱର ସଂସାରରେ କୌଣସି ବିଷୟର ସ୍ଥିରତା ଓ ନିଶ୍ଚୟତା ନାହିଁ; ମୃତ୍ୟୁ ହିଁ କେବଳ ନିଶ୍ଚିତ । ଆମ ଦେଶର ସାଧୁ କବି ମଧୁର ସ୍ୱରରେ ଗାଇଛନ୍ତି-

''ଜନ୍ମିଲେ ମରିତେ ହବେ ଅମର କେ କୋଥା କବେ,
ଚିରସ୍ଥିର କବେ ନୀର ହ'ୟରେ ଜୀବନ-ନଦେ ?''

ଏହି ମରଜଗତରେ କେହି ଜଣେ ହେଲେ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କେବଳ ଶାସ୍ତ୍ରମୁଖରୁ ଶୁଣାଯାଏ ଯେ-

''ଅଶ୍ୱତ୍ଥାମା ବଲିର୍ବ୍ୟାସୋ ହନୁମାନଂଶ୍ଚ ବିଭୀଷଣଃ ।
କୃପଃ ପରଶୁରାମଶ୍ଚ ସପ୍ତୈତେ ଚିରଜୀବିନଃ ॥''

ଏହି ସାତ ଜଣ ମାତ୍ର ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରିଅଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଲୋକଲୋଚନର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷୀଭୂତ ନୁହନ୍ତି । ମୃତ୍ୟୁ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ । ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କଲେ, ଆଉ କିଛି ହେଉ ବା ନ ହେଉ ମୃତ୍ୟୁ ଅବଶ୍ୟାମ୍ଭବୀ । ଆଜି ହେଉ, କାଲି ହେଉ କିମ୍ବା ଦଶ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ପରେ ହେଉ, ଦିନେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସେହି ସର୍ବଗ୍ରାସୀ ଶମନସଦନକୁ ଗମନ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ ।

ଦିନେ ନା ଦିନେ ଯେତେବେଳେ ମୃତ୍ୟୁ ନିତ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସତ୍ୟ ସେତେବେଳେ କେତେ ଦିନ ପରେ ତାର ପ୍ରେମପୁତ୍ତଳିକା ପ୍ରଣୟିନୀ ଓ ପ୍ରାଣାଧିକ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କୁ ଯେ ସେ ଛାଡ଼ି ଚାଲିଯିବ, ଏକଥା ଜାଣିବାକୁ କାହାର ବା ଇଚ୍ଛା ହେବ ନାହିଁ ? ବିଶେଷତଃ ମୃତ୍ୟୁ-ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଜାଣିପାରିଲେ ସାଂସ୍କାରିକ ଓ ବୈଷୟିକ କାର୍ଯ୍ୟର ବିଶେଷ ସୁବିଧା କରିହୁଏ ଏବଂ ନାବାଳକ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନର ଏବଂ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣର ସୁବନ୍ଦୋବସ୍ତ, ବିଷୟ ବିଭବର ସୁଶୃଙ୍ଖଳା ବିଧାନ କରାଯାଇପାରେ । ଆଉ ମଧ୍ୟ ସୁବିଧା ହୁଏ ଯେ ମୃତ୍ୟୁଯବନିକାର ଅନ୍ତରାଳରେ ଦୃଷ୍ଟି ନିପତିତ ହେଲେ, ପରକାଳ ପଥ ମଧ୍ୟ ପରିଷ୍କାର କରାଯାଇପାରେ । ସଂସାର-ଆବର୍ତ୍ତରେ ଘୂର୍ଣ୍ଣାୟମାନ ଓ ମାୟା ମରୀଚିକାରେ ମୁହ୍ୟମାନ, ବିବିଧ ବିଳାସବାସନାରେ ବିଜଡ଼ିତ ହୋଇ ଯେଉଁମାନେ ଏହି ମର-ଜଗତରେ ନିଜକୁ ଅମର ଭାବି ସତତ ସ୍ୱାର୍ଥସାଧନରେ ରତ ରହନ୍ତି, ଧର୍ମପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ମନ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ଥାନ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ଜାଣିପାରିବେ ଯେ ମୃତ୍ୟୁ ଭୀଷଣ ବଦନ ବ୍ୟାଦାନ କରି ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ତାଣ୍ଡବ ନୃତ୍ୟ କରୁଅଛି, ଆଉ ଛ ମାସ ପରେ, ମାସକ ପରେ ବା ଦଶ ଦିନ ପରେ ପ୍ରାଣାରାମଦାୟିନୀ ନିଜର ସହଧର୍ମିଣୀ ଓ ଆତ୍ମାର ଅଂଶବିଶେଷ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି, ସୁଖର ଧନ ଭବନ, ବିଳାସବ୍ୟସନର ଉପକରଣଆଦି ଭବସଂସାରର ଯଥାସର୍ବସ୍ୱ ତ୍ୟାଗକରି, ଶୂନ୍ୟହସ୍ତରେ ନିଃସମ୍ବଳ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକାକୀ ଚାଲିଯିବାକୁ ହେବ, ତାହାହେଲେ ଅବଶ୍ୟ ସେମାନେ ତତ୍ତ୍ୱପଥର ପଥିକ ହୋଇ ପରଲୋକର ଇଷ୍ଟସାଧନ କରି-ପାରନ୍ତି । ତନ୍ତ୍ର, ପୁରାଣ, ଆୟୁର୍ବେଦ, ଜ୍ୟୋତିଷ ଓ ସ୍ୱରୋଦୟ ପ୍ରଭୃତି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ବହୁ-ପ୍ରକାର ମୃତ୍ୟୁଲକ୍ଷଣ ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି । ତାହା ପାଠ କରି ***ମୃତ୍ୟୁଲକ୍ଷଣ*** ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା ସାଧାରଣଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏକାବେଳକେ ଦୁଃସାଧ୍ୟ । ମୁଁ ଯୋଗୀ ଓ ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀଙ୍କ ନିକଟରୁ ଯେଉଁ ସମସ୍ତ ମୃତ୍ୟୁଲକ୍ଷଣ ଶୁଣିଅଛି ଏବଂ ବହୁଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରୀକ୍ଷା କରି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସତ୍ୟ ଫଳ ଦେଖିଅଛି, ତାହା ମଧ୍ୟରୁ ବହୁ ପରୀକ୍ଷିତ ଅଳ୍ପ କେତେ ଗୋଟି ଲକ୍ଷଣର ମୂଳ ଉଦ୍ଧାର କରି ବୃଥାରେ ସମୟ ନଷ୍ଟ ନ କରି ସାଧାରଣଙ୍କ ସୁବିଧା ନିମିତ୍ତ ସରଳ ଭାଷାରେ ଉଲ୍ଲେଖ କଲି ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ଗୋଟିଏ ଦିବାରାତ୍ରି ଧରି ଯାହାର ଉଭୟ ନାସିକାରେ ସମାନ ବେଗରେ ଏକତ୍ର ହୋଇ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ସେହି ଦିନଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ **ତିନିବର୍ଷ** ପରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିବା ସୁନିଶ୍ଚିତ ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଦୁଇ ଦିବାରାତ୍ର ଧରି ଯାହାଙ୍କର ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ସେହି ଦିନଠାରୁ **ଦୁଇ ବର୍ଷ** ପରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରୁ ତିନି ଦିବାରାତ୍ର ଧରି ଯାହାଙ୍କର ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ସେହି ଦିନଠାରୁ **ଏକ ବର୍ଷ** ପରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରୁ ଯାହାଙ୍କର ରାତ୍ରିକାଳରେ ଇଡ଼ା ଓ ଦିବାଭାଗରେ ପିଙ୍ଗଳା ନାଡ଼ୀରେ ନିରନ୍ତର ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, **ଛଅ ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରୁ ଯାହାଙ୍କର ଷୋଳ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାରନ୍ଧ୍ରରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ସେହି ଦିନଠାରୁ **ଏକ ମାସ** ଶେଷ ହେବା ଦିନ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ଯାହାଙ୍କର କ୍ଷଣକ ପାଇଁ ହେଲେ ମଧ ବାମ ନାସାପୁଟରେ ଶ୍ୱାସବହନ ନ ହୋଇ କେବଳ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାରେ ନିରନ୍ତର ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, **ପନ୍ଦର ଦିନ** ମଧ୍ୟରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ବର୍ଷର, ମାସର କିମ୍ବା ପକ୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ଯାହାଙ୍କର ମଳ, ମୂତ୍ର, ଶୁକ୍ର ବା ଅଧୋବାୟୁ ଏକକାଳରେ ନିର୍ଗତ ହୁଏ, **ଦଶ ଦିନ** ଭିତରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହେବା ସୁନିଶ୍ଚିତ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଭ୍ରୂମଧ୍ୟ ସ୍ଥାନ ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ, ସେହି ଦିନଠାରୁ ସପ୍ତମ କିମ୍ବା **ନବମ ଦିନ**ରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି

ନିଜର ନାସିକା ଦେଖି ନ ପାରେ, **ତିନି ଦିନ**ରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ ଏବଂ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଜିହ୍ୱା ଦେଖି ନପାରେ, **ଦିନକ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିବ- ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଯାହାର **ମୃତ୍ୟୁ ଆସନ୍ନ**, ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆକାଶସ୍ଥ ଅରୁନ୍ଧତୀ, ଧ୍ରୁବ, ବିଷ୍ଣୁପଦ ଓ ମାତୃକାମଣ୍ଡଳ ନାମକ ନକ୍ଷତ୍ର ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ ।

ଯାହାର ଉଭୟ ନାସାପୁଟରେ ନିଃଶ୍ୱାସପ୍ରବାହ ଏକାବେଳକେ ରହିତ ହୋଇ କେବଳ ମୁଖପଥ ଦେଇ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ଅତି **ସତ୍ୱର** ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଯାହାର ନାସିକା ବକ୍ର, କର୍ଣ୍ଣଦ୍ୱୟ ଉନ୍ନତ ହୁଏ, ଏବଂ ନେତ୍ରଦ୍ୱାରା ଅନବରତ ଅଶ୍ରୁ ନିର୍ଗତ ହୁଏ, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର **ଶୀଘ୍ର** ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଘୃତ, ତୈଳ ଅଥବା ଜଳଛାୟାରେ ନିଜର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦର୍ଶନ କଲାବେଳେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ମସ୍ତକ ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ, ସେ **ଏକ ମାସ**ରୁ ଅଧିକ ବଞ୍ଚିପାରେ ନାହିଁ ।

ସୁରତରେ ରତ ହୋଇ ପ୍ରଥମରେ, ମଧ୍ୟରେ ଓ ଅନ୍ତରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଛିଙ୍କ ହୁଏ, ସେ ବ୍ୟକ୍ତି **ପାଞ୍ଚ ମାସ**ରୁ ଅଧିକ ଜୀବିତ ରହେ ନାହିଁ ।

ସ୍ନାନ କଲା ମାତ୍ରେ ଯାହାର ହୃଦୟ, ଚରଣ ଓ ମସ୍ତକ ଶୁଷ୍କ ହୋଇଯାଏ **ତିନି ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱପ୍ନରେ ନିଜକୁ ଗର୍ଦ୍ଦଭାରୂଢ଼, ତୈଳଲିପ୍ତ ଓ ଭୂଷିତ ହୋଇଥିବାର ଦର୍ଶନ କରେ, ସେ ବ୍ୟକ୍ତି **ଶୀଘ୍ର** ଯମାଳୟକୁ ନୀତ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଲୌହଦଣ୍ଡଧାରୀ, କୃଷ୍ଣବସ୍ତ୍ର ପରିହିତ, କୃଷ୍ଣବର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଷକୁ ସମ୍ମୁଖରେ ଦର୍ଶନ କରେ, ସେ ବ୍ୟକ୍ତି **ତିନି ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ଯମାଳୟର ଅତିଥି ହୋଇଥାଏ ।

ଯାହାର କଣ୍ଠ, ଓଷ୍ଠ, ଜିହ୍ୱା ଓ ତାଳୁ ସର୍ବଦା ଶୁଷ୍କ ହୁଏ, **ଛଅ ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ ।

ସ୍ଥୂଳକାୟ ବ୍ୟକ୍ତି ବିନା କାରଣରେ ଯଦି ସହସା କୃଶ ହୋଇଯାଏ ବା କୃଶ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ଥୂଳ ହୋଇଯାଏ, ତେବେ **ଏକ ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ନିଶ୍ଚିତ ।

ହସ୍ତଦ୍ୱାରା କର୍ଣ୍ଣକୁହର ଅବରୋଧ କଲେ କର୍ଣ୍ଣର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଏକପ୍ରକାର ଅସ୍ପଷ୍ଟ ଶବ୍ଦ ଶ୍ରୁତିଗୋଚର ହୁଏ । ଏହା ହେଉଛି ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ପ୍ରକାର ଶବ୍ଦ ଶୁଣିପାରେ ନାହିଁ, **ଏକ ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ।

ଆମ ଦେଶରେ ପ୍ରଚଳିତ ମାଟିପ୍ରଦୀପ ଯାହା କି ସର୍ଷପ ତୈଳଦ୍ୱାରା ସଳିତା ସଂଯୋଗରେ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହୁଏ, ସେହି ପ୍ରଦୀପନିର୍ବାଣର ଗନ୍ଧ ନାସାରନ୍ଧ୍ରରେ ଅନୁଭୂତ ନ ହେଲେ, **ଛଅ ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ମୃତ୍ୟୁ ନିଶ୍ଚିତ ।

ଯାହାର ଦନ୍ତ ଓ କୋଷ ଚିପିଲେ ବେଦନା ଅନୁଭୂତ ହୁଏ ନାହିଁ, **ତିନି ମାସ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

"ଦୀପଗନ୍ଧଂ ସୁହୃଦ୍‌ବାକ୍ୟଂ ନାସାଗ୍ରଂ ଚାପ୍ୟରୁନ୍ଧତୀମ୍ ।
ନ ଜିଘ୍ରନ୍ତି ନ ଶୃଣ୍ୱନ୍ତି ନ ପଶ୍ୟନ୍ତି ଗତାୟୁଷାଃ ॥"

ଏତଦ୍‌ଭିନ୍ନ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ମୃତ୍ୟୁର ବହୁବିଧ ଲକ୍ଷଣ ଅଛି; କିନ୍ତୁ ଏସମସ୍ତ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଯେ ସୁଦୀର୍ଘ ସମୟସାପେକ୍ଷ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା, ଏ ସମସ୍ତ ଲକ୍ଷଣ କାହାରି ଶରୀରରେ ପ୍ରକାଶ ନ ପାଇପାରେ ମଧ୍ୟ । ବିଶେଷତଃ ନିଃଶ୍ୱାସର ଗତି ଓ ଶ୍ୱାସର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜଣା ନ ଥିଲେ, ପ୍ରଥମ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ବୁଝିହୁଏ ନାହିଁ । ସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷ କହିଛନ୍ତି, କେତେଗୁଡ଼ିଏ ମୃତ୍ୟୁଲକ୍ଷଣ ଅଛି, ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ମୃତ୍ୟୁପୂର୍ବରୁ ଦେଖାଦେବା ନିଶ୍ଚିତ । ମୁଁ ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ତାହାର ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କରି-ଅଛି । ପାଠକମାନଙ୍କର ଅବଗତି ନିମିତ୍ତ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରଦତ୍ତ ହେଲା ।

ଦକ୍ଷିଣ-ହସ୍ତ ମୁଷ୍ଟିବଦ୍ଧ କରି ନାସିକାର ସମ୍ମୁଖରେ ସମାନ ଭାବରେ ମସ୍ତକ ଉପରେ କିମ୍ବା ଭ୍ରୂର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଭାଗରେ, କପାଳ ଉପରେ ରଖି ନାସିକାର ସମ୍ମୁଖରେ ହାତ କଟଟିର ନିମ୍ନରେ ସମାନଭାବରେ ଦୃଷ୍ଟିପାତ କଲେ, ହାତ ଖୁବ୍ ସରୁ ଦେଖାଯାଏ । ଏହା ହେଉଛି ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଦିନ ହାତ ସହିତ ମୁଷ୍ଟିର ଯୋଗ ହେବ ନାହିଁ, ହାତରୁ ମୁଷ୍ଟି ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ବୋଲି ଦୃଷ୍ଟ ହେବ, ସେହି ଦିନଠାରୁ **ଛଅ ମାସ** ମାତ୍ର ଆୟୁ ଅବଶିଷ୍ଟ ଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

ଏହି ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ହେବା ପରେ ପ୍ରତ୍ୟହ ପ୍ରାତଃକାଳରେ ଚକ୍ଷୁ ମୁଦ୍ରିତ କରି ଅଙ୍ଗୁଳିର ଅଗ୍ରଭାଗ ଦ୍ୱାରା ନେତ୍ରର କୌଣସି କୋଣ ଚିପି ଧରିଲେ ତାହାର ବିପରୀତ ଦିଗରେ ନେତ୍ରର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ସମୁଜ୍ଜ୍ୱଳିତ ତାରକା ସଦୃଶ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁ ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ପରୀକ୍ଷା କଲେ ଏହା ସମସ୍ତେ ଦେଖି-ପାରିବେ । ଏହି ଜ୍ୟୋତିଃ ଯେଉଁ ଦିନଠାରୁ ଦେଖା ନ ଯିବ, ସେହିଦିନଠାରୁ **ଦଶ ଦିନ** ମଧ୍ୟରେ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ମୁଁ ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଏହା ପରୀକ୍ଷା କରାଇ ଏଥିର ସତ୍ୟତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ନିଃସନ୍ଦେହ ହୋଇଅଛି । ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଦୁଇଟି ଲକ୍ଷଣ ସମସ୍ତଙ୍କ ଶରୀରରେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ଏହି ଲକ୍ଷଣ ବୁଝିବା ପାଇଁ କାହାଠାରୁ ବିଦ୍ୟା ବୁଦ୍ଧି ଧାର୍ କରିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ । ସମସ୍ତେ ନିଜ ନିଜ ଶରୀର ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିପାତ କଲେ, ଏହି ଦୁଇଟି ଲକ୍ଷଣ ପରୀକ୍ଷା କରାଇ ମୃତ୍ୟୁର ପୂର୍ବଲକ୍ଷଣ ବୁଝି ପାରିବେ ।

ଯୋଗୀ, ଅଯୋଗୀ ପ୍ରଭୃତି ସମସ୍ତଙ୍କର ଶରୀରରେ ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ ଏହିସବୁ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ ଏବଂ ବିବିଧ ଶାରୀରିକ ଏବଂ ମାନସିକ ବିକାର ମଧ୍ୟ ଘଟିଥାଏ । ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ସମସ୍ତ ଲକ୍ଷଣ ବୁଝିପାରିଲେ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ଏକାନ୍ତ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଯେପରି ଧନ ସମ୍ପଦ, ବିଷୟ ବିଭବ, ସ୍ତ୍ରୀପୁତ୍ରାଦିଙ୍କର ଭାବନା କରି ଅସାର ମାୟାମୋହରେ ମୁହ୍ୟମାନ ହୋଇ ଅସଲ କଥା ଭୁଲି ନଯାଅ । କିଛି ହେଲେ ତୁମ ସଙ୍ଗରେ ଯିବ ନାହିଁ । କେବଳ- *"ଏକ ଏବ ସୁହୃଦ୍ଧର୍ମୋ ନିଧନେଽପ୍ୟନୁଯାତି ଯଃ ।"*

ଅତଏବ ପରଜନ୍ମରେ ଯହିଁରେ ପରମାଗତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ସର୍ବପ୍ରକାର ସୁଖ ସମ୍ପଦ ଭୋଗ କରାଯାଏ, ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ଏକାନ୍ତ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ମୃତ୍ୟୁକାଳରେ ସାଂସାରିକ କୌଣସି ବିଷୟ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ଥିଲେ, ପୁନରାୟ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ଦୁଃଖଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଭଗବାନ କହିଛନ୍ତି-

"ଯଂ ଯଂ ବାପି ସ୍ମରନ୍ ଭାବଂ ତ୍ୟଜତ୍ୟନ୍ତେ କଳେବରମ୍ ।
ତଂ ତମେବୈତି କୌନ୍ତେୟ ସଦା ତଦ୍‌ଭାବଭାବିତଃ ।।"

- ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍ ଗୀତା ୮/୬

ମରଣକାଳରେ ଯେ ଯାହା ଭାବନା କରି ଦେହ ତ୍ୟାଗ କରେ, ସେ ସେହି ଭାବ ହିଁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପରମଯୋଗୀ ରାଜା ଭରତ ହରିଣଶିଶୁର ଚିନ୍ତା କରି ମରିଥିଲେ ବୋଲି ପରଜନ୍ମରେ ହରିଣଦେହ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ***"ତପ ଜପ ବୃଥା କର, ମରିବା ଜାଣିଲେ ହୁଏ"*** ଏହି ପ୍ରଚଳିତ ବାକ୍ୟ ତାହାର ପ୍ରକୃଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣ । ଏହି ସମସ୍ତ କାରଣରୁ ଏହା ସ୍ପଷ୍ଟ ବୁଝାଯାଉଅଛି ଯେ, ଯେ ଯେପରି ଚିନ୍ତା କରି ପ୍ରାଣତ୍ୟାଗ କରିବ, ସେ ତଦନୁରୂପ ରୂପ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ **ମୃତ୍ୟୁକାଳରେ ବିଷୟ ବିଭବାଦି ଭୁଲି ଭଗବାନଙ୍କ ପାଦପଦ୍ମରେ ମନପ୍ରାଣ ସମର୍ପଣ କରିବା, ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ** । ଭଗବାନ କହିଛନ୍ତି-

"ଅନ୍ତକାଳେ ଚ ମାମେବ ସ୍ମରନ୍ମୁକ୍ତ୍ୱା । କଳେବରମ୍ ।
ଯଃ ପ୍ରୟାତି ସ ମଦ୍‌ଭାବଂ ଯାତି ନାସ୍ତ୍ୟତ୍ର ସଂଶୟଃ ।।"

- ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍ ଗୀତା ୮।୫

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ମୃତ୍ୟୁକାଳରେ ଭଗବାନଙ୍କର ଚିନ୍ତା କରି ପ୍ରାଣତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଭଗବାନଙ୍କର ସ୍ୱରୂପ ଲାଭ କରିଥାନ୍ତି, ଏଥିରେ ବିନ୍ଦୁମାତ୍ର ସଂଶୟ ନାହିଁ । ଅତଏବ ସମସ୍ତେ ମରଣର ପୂର୍ବ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ଜାଣି ସାବଧାନ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗୀ, ସେମାନେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଜାଣି ଯୋଗାବଲମ୍ବନ ପୂର୍ବକ ଦେହତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକଲେ, ଜ୍ୟୋତିଃପଥରେ ଗମନ କରି ଉତ୍ତମାଗତି ଲାଭ କରି ପାରିବେ ନ ହେଲେ ଅନ୍ତତଃ ମୃତ୍ୟୁକାଳରେ ଯଦି ଯୋଗସ୍ମୃତି ବିଲୁପ୍ତ ନ ହୁଏ, ତେବେ ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେବେ । ଆଉ ଯେଉଁମାନେ ଅଯୋଗୀ, ସେମାନେ ମରଣର ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ଦେଖି ଅସ୍ଥିର ନ ହୋଇ ଯହିଁରେ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସତତ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରି ରହିପାରନ୍ତି, ସର୍ବଦା ସେହି ଚେଷ୍ଟା କରିବେ । ଭଗବାନଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଓ ତାଙ୍କର ନାମ ସ୍ମରଣ କରୁ କରୁ ମୃତ୍ୟୁର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ, ଆଉ କୌଣସି ଯାତନା ଭୋଗ କରିବାକୁ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଉପସଂହାର

ପରିଶେଷରେ ଉପସଂହାର କାଳରେ କ୍ଷୁଦ୍ର ଗ୍ରନ୍ଥକାରର ବକ୍ତବ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ, ଏହି ପୁସ୍ତକର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବିଷୟ ମୋର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସତ୍ୟ । ବିଶେଷତଃ ସ୍ୱରକଳ୍ପରେ 'ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ' ଶୀର୍ଷକ ଅଧ୍ୟାୟଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାହା ଲିଖିତ ହେଲା, ବହୁ ଶିକ୍ଷିତ ବ୍ୟକ୍ତି ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଫଳ ଦେଖି ବିସ୍ମିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଅତଏବ, ପାଠକଗଣ ଜ୍ଞାନଗରିଷ୍ଠ ଋଷିଶ୍ରେଷ୍ଠମାନଙ୍କର ପ୍ରଚଳିତ ସାଧନାରେ ଅବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସାଧନ-ସମୁଦ୍ର ମନ୍ଥିତ ହୋଇ ଏହି ସୁଧାର ଉଦ୍ଭବ ହୋଇଅଛି । ଏହି ସୁଧା ପାନ କରି ମନୁଷ୍ୟ ମର-ଜଗତରେ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ କରିବେ । ଆତ୍ମଜ୍ଞାନର ସମସ୍ତ ଆକାଂକ୍ଷା ଏଥିରେ ସିଦ୍ଧ ହେବ । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ବାହ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନର ଚାକଚକ୍ୟ ଦେଖି ସେଥିରେ ଭ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ଆର୍ଯ୍ୟଶାସ୍ତ୍ର ପ୍ରତି ଅନାଦର କଲେ ସ୍ୱଗୃହସ୍ଥ ପାୟସାନ୍ନ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ପରଗୃହରେ ମୁଷ୍ଟିଭିକ୍ଷା କରିବା ସଦୃଶ ବିଡ଼ମ୍ବନା ଭୋଗ କରିବା ହିଁ ସାର ହେବ । ହିନ୍ଦୁ ଯାହା ବୁଝେ, ତାହାର ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଆଜି ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀମାନଙ୍କର ବହୁ ବିଳମ୍ବ ଅଛି । ଆଜି ମଧ୍ୟ ହିନ୍ଦୁ-ମାନେ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନକୁ ବକ୍ଷରେ ରକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ବୁଝିବାର ଶକ୍ତି ଅନ୍ୟର ନାହିଁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଦେଖନ୍ତୁ, ଆମ୍ଭ ଭାରତୀୟମାନେ ଇଂରାଜୀ ଭାଷା ଶିକ୍ଷା କରି ହୋମର୍, ଭର୍ଜିଲ୍, ଦାନ୍ତେ, ସେକ୍ସପିଅର ପ୍ରଭୃତି ପ୍ରଧାନ ପ୍ରଧାନ ଇଂରେଜ କବିମାନଙ୍କର ପୁଞ୍ଜିପଟା ତନ୍ନ ତନ୍ନ କରି ବେଓ୍ୱାରିସ୍ ମଇଦା ପରି ଏହାକୁ ନିଜ ଇଚ୍ଛା ଅନୁସାରେ ଯାହା ଇଚ୍ଛା ତହିଁରେ ପରିଣତ କରୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ କେତେଜଣ ଇଂରେଜ ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ଗୋଟିଏ ସଂସ୍କୃତଗ୍ରନ୍ଥର ମର୍ମ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିପାରୁଛନ୍ତି ? କେଉଁ ଇଂରେଜ ପାତଞ୍ଜଳ ସୂତ୍ରର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଛତ୍ରର ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବେ ? ତେବେ ହିନ୍ଦୁମାନେ ବହୁ ଦିନରୁ ଅଧୀନତା ଶୃଙ୍ଖଳ ପରିଧାନ କରି ଜଡ଼ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି । ତେଣୁ ହିନ୍ଦୁଙ୍କୁ ଜଡ଼ ଉପାସକ ବୋଲି ଯାହା ଇଚ୍ଛା ତାହା କୁହାଯାଇଛି, ଅଥଚ ଯେଉଁ ଜଡ଼ବାଦୀମାନଙ୍କର ଧର୍ମର ଅସ୍ଥିମଜ୍ଜାରେ ଜଡ଼ତ୍ୱ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ, ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଧର୍ମ ଆଜି ମଧ୍ୟ ଦୁଗ୍ଧପୋଷ୍ୟ ଶିଶୁ ସଦୃଶ ଯଥେଚ୍ଛାଗମନରେ ପରମୁଖା-ପେକ୍ଷୀ, ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ବିଷୟ, ସେହିମାନେ ହିଁ ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ନିନ୍ଦାବାଦ କରି-ଥାନ୍ତି । ତେଣୁ କହୁଛି, ପାଠକ, 'ତିନି ତୁଣ୍ଡରେ ଛେଳି କୁକୁର' କହିବା ଭଳି

ଅପରର ଯୁକ୍ତିରେ 'ହଁ' ମାରିବା; ଲଘୁଚେତାର କାର୍ଯ୍ୟ । ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମ ବୁଝିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର । ତେବେ ଦେଖିବ, ହିନ୍ଦୁ ଯାହା କରେ ତାହାର ବିନ୍ଦୁଟିଏ ମଧ୍ୟ କୁସଂସ୍କାର ବା ମିଥ୍ୟା ନୁହେଁ । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମ ଗଭୀର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିଜ୍ଞାନସମ୍ମତ ଓ ଦାର୍ଶନିକତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଶିକ୍ଷାଦୃପ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ଭାବିଥାନ୍ତି ଯେ ଯାହାର ବୈଜ୍ଞାନିକ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ନାହିଁ, ତାହାର କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେମାନେ ସମସ୍ତ ବିଷୟର ବୈଜ୍ଞାନିକ ଯୁକ୍ତି ଖୋଜି ବୁଲନ୍ତି । ବିଜ୍ଞାନ ଜ୍ଞାନର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ସମସ୍ତ ବିଷୟର ଉପଯୋଗୀ ନୁହେଁ; ଅଥବା ତର୍କବୁଦ୍ଧି ସମସ୍ତ ଲୋକଙ୍କର ଓ ସମସ୍ତ ସମୟର ଉପଯୋଗୀ ନୁହେଁ । ସମସ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଯଦି ବୈଜ୍ଞାନିକ ଯୁକ୍ତି ଅବଲମ୍ବନ କରି ଚଳିବାକୁ ପଡ଼େ, ତାହାହେଲେ ମାନବର ଆଉ ଦୁଃଖର ସୀମା ରହିବ ନାହିଁ । ପ୍ରତି କାର୍ଯ୍ୟର ବୈଜ୍ଞାନିକ ସତ୍ୟ ଅବଗତ ହୋଇ ତତ୍ପରେ ଯାଇ ତାହା ଅନୁଷ୍ଠାନ କରାଯିବ- ଏ ଧାରଣା ଏକାବେଳକେ ଭୁଲ୍ । ନିର୍ଜୀବ ରଜଃକଣାରୁ ଏପରି ଦେବୋପମ ମନୁଷ୍ୟ ସନ୍ତାନ କିପରି ବା ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରେ ? ରଜନୀରେ କାହିଁକି ବା ଜୀବ ନିଦ୍ରାରେ ଆଚ୍ଛନ୍ନ ହୋଇପଡ଼େ ? ରଜନୀର ଅବସାନରେ କିଏ ବା ପୁଣି ତାହାକୁ ଜାଗ୍ରତ କରାଇଦିଏ ? ପାଳିଜ୍ୱର ଦିନେ ବା ଦୁଇଦିନ ଅନ୍ତରରେ ଘଣ୍ଟା ଦେଖି ଠିକ୍ ନିୟମିତ ସମୟରେ ଅଲକ୍ଷିତରେ ଆସି କିପରି ବା ରୋଗୀକୁ ଆକ୍ରମଣ କରେ ? ଏହି ସମସ୍ତ ବିଷୟରେ ଯୁକ୍ତି କେହି ଖୋଜି ପାଇଛନ୍ତି କି ? ତେବେ ଅସମ୍ଭବ ଅଯୌକ୍ତିକ ବୋଲି ଏତେ ଚିତ୍କାର କାହିଁକି ? ପନ୍ଦର କୋଡ଼ିଏ ଟଙ୍କା ବେତନର ପୋଷ୍ଟାଲ ସିଗ୍‌ନାଲର୍‌ଗଣ 'ଟରେ ଟକ୍‌କା' ଶିଖି ତାର ଦ୍ୱାରା ସମ୍ବାଦ 'ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ' ନ କରି ଯଦି କହନ୍ତି, ''କେଉଁ ଶକ୍ତି ବଳରେ ତାର ଯୋଗେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ ହେଉଅଛି, ତାହା ନ ଜାଣି ନ ବୁଝି ନିରର୍ଥକ ସାମ୍ବାଦିକତାର ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବି ନାହିଁ,'' ତାହାହେଲେ ସେ ଲୋକ ଜୀବନରେ ଚାକିରୀର ମଧୁର ସ୍ୱାଦ ଉପଭୋଗ କରିପାରିବ ନାହିଁ । କାରଣ ଏମାନଙ୍କର ସ୍ଥୂଳବୁଦ୍ଧିରେ ସେହି ବିଶାଳ ତତ୍ତ୍ୱର ଧାରଣା କରିବା ଏକାବେଳକେ ଅସମ୍ଭବ । ନିଜ ବିବେଚନା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ସ୍ୱାଧୀନ-ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି ବୋଲି ଶିକ୍ଷିତମାନଙ୍କର ସମ୍ମାନ ନୁହେଁ , ପଶୁମାନେ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାଧୀନଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । ଶିକ୍ଷିତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଜାଣନ୍ତି ଯେ, କିପରି କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ, ଲୋକେ କିପରି ଫଳ ପାଇପାରିବେ । ଏହି ସମସ୍ତ ବିଷୟ

ସ୍ମରଣ କରି ଏହାର ଯଥାଯଥ ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରେ ବୋଲି ଶିକ୍ଷିତର ଏତେ ସମ୍ମାନ । ମୂର୍ଖ କିଛି ଜାଣେ ନାହିଁ, ନିଜ ପ୍ରକୃତି ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ; ତେଣୁ ତାହାର ପଦେ ପଦେ ଦୋଷ ରହେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ହୀନବୁଦ୍ଧି ଓ ଅଳ୍ପାୟୁ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବା ହେତୁ ଆମେ ଧର୍ମରେ ମଧ୍ୟ ଯୁକ୍ତି ବିଜ୍ଞାନ ଖୋଜି ବୁଲୁଅଛୁ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟର ଯେ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଯୁକ୍ତି ନାହିଁ, ତାହା କିଏ କହିବ ? ତେବେ ବହୁ କାଳ ଧରି ବହୁ ପୁରୁଷ ପରମ୍ପରାରେ ପ୍ରକାଶିତ ଜ୍ଞାନଗାରିମାକୁ ଗଣ୍ଡୁଷକରେ ଉଦରସ୍ଥ କରିବା ଏକାବେଳକେ ଅସମ୍ଭବ । ଭଗ୍ବାନଙ୍କର ବିଶାଳ ବିଚିତ୍ର ଭଣ୍ଡାରରେ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତି-ସମ୍ପତ୍ତି ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ, ନିମ୍ନରେ, ସମ୍ମୁଖରେ, ପଶ୍ଚାତ୍‌ଭାଗରେ, ସ୍ଥୂଳରେ, ସୂକ୍ଷ୍ମରେ, ଇହକାଳରେ, ପରକାଳରେ କେତେ ଅଗଣିତ, କେତେ ଅଜ୍ଞାତ, କେତେ ଅପ୍ରକାଶିତ ତତ୍ତ୍ୱ ଯେ ସ୍ତରେ ସ୍ତରେ ସନ୍ନିତ ହୋଇ ରହିଅଛି, କିଏ ତାର ଇୟତ୍ତା କରିବ ? ଅନନ୍ତଙ୍କର ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିତତ୍ତ୍ୱ ନିରୂପଣ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କ୍ଷମତାର ଆୟତ୍ତ ନୁହେଁ । ତେଣୁ କହୁଅଛି, ଜ୍ଞାନଗରିଷ୍ଠ ଋଷିଶ୍ରେଷ୍ଠମାନଙ୍କ ବାକ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱାସ କରି ଅଧିକାର ଅନୁସାରେ ଧର୍ମକାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସର୍ବଦା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଆମମାନଙ୍କର ସ୍ୱଭାବରେ ଏପରି ଦୋଷ ଘଟିଅଛି ଯେ, କେହି ହେଲେ ନିଜ ବୁଦ୍ଧିର ହୀନତା ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ରାଜି ନୁହନ୍ତି । ସମସ୍ତେ ଯାହାକୁ ବୋକା ବୋଲି ଜାଣନ୍ତି, ସେ ବୋକା ବୋଲି ନିଜେ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ନାହିଁ । ଥରେ ମୁଁ ମୋର ଜନ୍ମପଲ୍ଲୀର ସୂତ୍ରଧରମାନଙ୍କର କାରଖାନାରେ ବସି ଜଣେ ବନ୍ଧୁଙ୍କ ସହିତ ନିଉଟନ୍‌ଙ୍କ ପ୍ରଚାରିତ ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ବିଷୟ ଆଲୋଚନା କରୁଥିଲି । ନିକଟରେ ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ରଧର ବସି ଶଗଡ଼ ଚକ ତିଆରି କରୁଥିଲା । ଫଳଟି ଶୂନ୍ୟକୁ ବା ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ କିମ୍ବା ଏ ପାଖକୁ ସେପାଖକୁ ନ ଯାଇ ତଳେ କାହିଁକି ପଡ଼ିଲା ?- ଏହି ବାକ୍ୟ ଶୁଣି ସେ ହସି ହସି ଅସ୍ଥିର ହୋଇଗଲା । କାହିଁକି ଫଳଟି ତଳେ ପଡ଼ିଗଲା, ସେ ତାହାର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଯୁକ୍ତି ନିଜର କାଠକଟା ବୁଦ୍ଧି- ସାହାଯ୍ୟରେ ଦର୍ଶାଇ ଆମମାନଙ୍କୁ ଏପରି କି ନିଉଟନ୍‌ଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଗଧା ବନାଇଦେଲା । ତାହାହେଲେ ଦେଖ, ଆମେ ନିଜେ ସେହି ଆର୍ଯ୍ୟ ଋଷିମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନଗାରିମା ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିପାରୁନାହୁଁ । ଆମମାନଙ୍କ କ୍ଷୁଦ୍ରମସ୍ତିଷ୍କରେ ସେହି ବିଶାଳ ତତ୍ତ୍ୱସମୂହର ଧାରଣା ହୁଏ ନାହିଁ । ଆମେ ତାହା ସ୍ୱୀକାର ନ କରି ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟକୁ ବିକୃତ ମସ୍ତିଷ୍କର ପ୍ରଳାପ ବାକ୍ୟ ବୋଲି

ଉଡ଼ାଇ ଦେଉ । ପାଠକ ! ମୁଁ ମଧ୍ୟ ଦିନେ ଏହି ଶ୍ରେଣୀର ଅଗ୍ରଣୀ ଥିଲି । ଯେଉଁ ଗ୍ରାମରେ ମୋର ଜନ୍ମ, ସେଠାରେ ଭଦ୍ରଲୋକଙ୍କର ବାସ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ଦୁଇ ଚାରି ଘର ବ୍ରାହ୍ମଣ ଅଛନ୍ତି, ସେମାନେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନର ଆଲୋକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେଖିନାହାନ୍ତି, ଅଥଚ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟଶିକ୍ଷାଦୀପ୍ତ ମଧ୍ୟ ନୁହନ୍ତି; ଅନ୍ଧ-ବିଶ୍ୱାସୀ । କେବଳ ବିରାଟ ତର୍କଜାଲ, ଜାତିଆଣ ଦଳାଦଳି, ଗ୍ରାମାନ୍ତରକୁ ନ ଯାଇ ପିଣ୍ଡାରେ ବସି ପିଣ୍ଡାବସା କଥା କହି ଗ୍ରାମ୍ୟବିଜ୍ଞତାର ବଡ଼ିମା ଦେଖାଇ, କାଳଯାପନ କରନ୍ତି । ସନ୍ଧ୍ୟା, ଆହ୍ନିକ, ତପ, ଜପ, ପୂଜାଦିର ପ୍ରକୃତ ମର୍ମ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ କିମ୍ବା ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବରେ ତାହାର ଅନୁଷ୍ଠାନ ମଧ୍ୟ କରନ୍ତି ନାହିଁ । କେବଳ ଆମର ସେହି ଗ୍ରାମରେ ନୁହେଁ, ପ୍ରାୟ ଶତକଡ଼ା ପଞ୍ଚସ୍ତରୀ ଗ୍ରାମରେ ଏପରି ଅବସ୍ଥା ଦେଖାଯାଏ । ଏଥିପାଇଁ କ୍ରମେ ଲୋକଙ୍କର ଧର୍ମ କର୍ମ ପ୍ରତି ଅଶ୍ରଦ୍ଧା ଜନ୍ମୁଅଛି । ମୁଁ ମଧ୍ୟ ଏହପରି ସ୍ଥାନରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ସେମାନଙ୍କ ସଂସର୍ଗରେ ଲାଳିତ ପାଳିତ ହୋଇ ସେହିପରି ଶିକ୍ଷା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ-ଥିଲି । ପରେ ବୟସ ବୃଦ୍ଧି ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନାନା ସ୍ଥାନରେ ନାନା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ସହିତ ମିଳିତ ହୋଇ ମୋର ମନର ଗତି କିପରି କିମ୍ଭୂତକିମାକାର ହୋଇଯାଇ-ଥିଲା । ସେତେବେଳେ ଦେବତା ତତ୍ତ୍ୱ ଓ ଆରାଧନାକୁ ମୁଁ କୁସଂସ୍କାର ବୋଲି ମନେ କଲି । ମୋର ପୂର୍ବପୁରୁଷମାନେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜ୍ଞାନଧ୍ୟାନରେ ଜୀବନ-ଯାପନ କରିଯାଇଛନ୍ତି । ସେହି ମହାନ୍ ବଂଶରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ସନ୍ଧ୍ୟା ଉପାସନାଦି ନିତ୍ୟକର୍ମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରିବାକୁ ମୁଁ ଅନୁଚିତ ମନେ କରିଅଛି । ଜ୍ଞାନର ଅଭାବରୁ ମୁଁ ବୁଝିନଥିଲି ଯେ ସୃଷ୍ଟି ରାଜ୍ୟର ସୀମା କେଉଁଠାରେ ? ଆଜିକାଲିର ଫେସନରେ ବିବେକବାଦୀମାନଙ୍କର ବିବେକବୁଦ୍ଧିସମ୍ମତ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଦେଇ ନବ୍ୟ ଅଭିଜ୍ଞ ସାଜି; ଅନଭିଜ୍ଞ ବ୍ୟକ୍ତି ପରି ବିଜ୍ଞ ବୃଦ୍ଧମାନଙ୍କର କଥାକୁ ଅବଜ୍ଞା କରି ମୁଁ ଉଡ଼ାଇ ଦେଇଛି । କିନ୍ତୁ ଚିରଦିନ ସମାନ ଯାଏ ନାହିଁ । ଅଦୃଷ୍ଟନେମୀର ଆବର୍ତ୍ତନରେ ମତିଗତିର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇ ଗୁରୁକୃପାରୁ ଓ ଶାସ୍ତ୍ରମହାତ୍ମ୍ୟରୁ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟକାରଣର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷତା ଫଳରେ ପୂର୍ବର ଏହି ସବୁ ଅପୂର୍ବ ସଂସ୍କାର ଦୂର ହୋଇ ଯାଇଅଛି । ସୁତରାଂ ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ୱକପୋଳକଳ୍ପିତ ଧର୍ମମତର ଅସାର ଭିତ୍ତି ଅବଲମ୍ବନପୂର୍ବକ ଜାତୀୟ ଶାସ୍ତ୍ର ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କରିପାରୁ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ କହୁଅଛି, ଆର୍ଯ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରର ଜଟିଳ ରହସ୍ୟ ଉଦ୍‌ଭେଦ କରି ନ ପାରିଲେ, ତାହା ଯେ ନିଜର କ୍ଷୁଦ୍ର ବୁଦ୍ଧିର ତ୍ରୁଟିରୁ ହୋଇଅଛି, ଏ କଥା ଭୁଲି ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନୀ ଋଷିମାନଙ୍କର ମହାବାକ୍ୟ ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କର ନାହିଁ ।

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥ ପରେ ରାଜଯୋଗ, ହଠଯୋଗ ପ୍ରଭୃତି ଯୋଗର ଉଚ୍ଚାଙ୍ଗ ଓ ସାଧନ-କୌଶଳ, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନୋପାୟ, ବିନ୍ଦୁସାଧନ, ଶୃଙ୍ଗାର ସାଧନ, କୁମାରୀ ସାଧନ, ପଞ୍ଚମକାରରେ କାଳୀ ସାଧନ ପ୍ରଭୃତି ତନ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ଗୁହ୍ୟ ସାଧନ ଏବଂ ରସତତ୍ତ୍ୱ ଓ ସାଧ୍ୟ-ସାଧନା ପ୍ରଭୃତି ଆର୍ଯ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରର ଜଟିଳ ରହସ୍ୟ, **ଜ୍ଞାନୀ-ଗୁରୁ, ତାନ୍ତ୍ରିକ-ଗୁରୁ** ଓ **ପ୍ରେମିକ-ଗୁରୁ** ଗ୍ରନ୍ଥରେ ମୁଁ ପ୍ରକାଶ କରିଅଛି । ଜ୍ଞାନ, ଧର୍ମସାଧନା-ପିପାସୁ ସୁକୃତିବାନ୍ ସାଧକଗଣ ଯଦି ଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ସମ୍ୟକ୍ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ବାସନାରେ ଏହି ଦୀନର ଆଶ୍ରମରେ ଅନୁଗ୍ରହପୂର୍ବକ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ଶ୍ରୀଗୁରୁଙ୍କ କୃପାରୁ ଯେପରି ଶିକ୍ଷା ଲାଭ କରିଅଛି ଓ ଆଲୋଚନା ଓ ଚର୍ଚ୍ଚା ଫଳରେ ଯେଉଁ କ୍ଷୁଦ୍ର ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଅଛି, ସେହି ଅନୁସାରେ ଆଦରର ସହିତ ଓ ଯତ୍ନ ସହିତ ବୁଝାଇଦେବାକୁ ତ୍ରୁଟି କରିବି ନାହିଁ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପାଠକମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ସନିର୍ବନ୍ଧ ଅନୁରୋଧ ଯେ, ଜ୍ଞାନର ଉତ୍କର୍ଷ ସାଧନ କରି ଅଜ୍ଞାନର ସୁସ୍ଥୂଳ ଯବନିକା ଅନ୍ତରାଳ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିନିକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କରନ୍ତୁ; ତାହାହେଲେ ଦେଖିବେ, ଏହି ବୈଚିତ୍ର୍ୟମୟ ସୃଷ୍ଟି-ରାଜ୍ୟର ସୀମା କେଉଁଠି ? ସେତେବେଳେ ବୁଝିପାରିବେ, ଆର୍ଯ୍ୟଋଷିମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଯୁଗଯୁଗାନ୍ତରରୁ ଆବିଷ୍କୃତ ଓ ତପଃପ୍ରଭାବରେ ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଲୋକହିତନିମିତ୍ତ ପ୍ରଚାରିତ କି ଅମୂଲ୍ୟ ରତ୍ନାବଳୀ ଶାସ୍ତ୍ରମାନଙ୍କରେ ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଏ କଥା ଠିକ୍ ଯେ, ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ଭଲ ନୁହେଁ; ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି, ସାଧନା କରି ଶାସ୍ତ୍ରବାକ୍ୟର ସତ୍ୟତା ଉପଲବ୍ଧି କର । ପିତା, ପିତାମହ, ପ୍ରପିତାମହଙ୍କ ଅବଲମ୍ବିତ ସନାତନ ହିନ୍ଦୁଧର୍ମରେ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନପୂର୍ବକ ତଦନୁସାରେ ସାଧନ ଭଜନ କରି ମାନବ ଜନ୍ମ ସାର୍ଥକ କର ଓ ପରମାନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କର । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ବିଜୟ ଦୁନ୍ଦୁଭି ନିନାଦରେ ଦିଗ୍‌ଦିଗନ୍ତ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିତ କର । ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ବିମଳ ସ୍ନିଗ୍ଧ କିରଣ ବିକିରଣ କରି ସମଗ୍ର ଦେଶକୁ, ସମଗ୍ର ଜାତିକୁ ଉଦ୍‌ଭାସିତ ଓ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ କର । ମୁଁ ମଧ୍ୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ଜନ୍ମ-ମରଣ ଭୟ-ନିବାରଣ ସତ୍ୟ ସନାତନ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ପୁରୁଷଙ୍କର ପଦାରବିନ୍ଦ ବନ୍ଦନାପୂର୍ବକ ଭାବୁକ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ ବିଦାୟ ଗ୍ରହଣ କରୁଅଛି ।

"ହଂସାଃ ଶୁକ୍ଳୀକୃତା ଯେନ ଶୁକ୍ଳାଶ୍ଚ ହରିତୀକୃତାଃ ।
ମୟୂରାଶ୍ଚିତ୍ରିତା ଯେନ ସ ଦେବୋ ମାଂ ପ୍ରସୀଦତୁ ॥"

✡ **ଓଁ ଶ୍ରୀ କୃଷ୍ଣାର୍ପଣମସ୍ତୁ** ✡

ଯୋଗୀଗୁରୁ

(ପଞ୍ଚମ ସଂସ୍କରଣ)

ବର୍ଣ୍ଣାନୁକ୍ରମିକ ବିଷୟ ସୂଚୀ

ନୀଳାଚଳ ସାରସ୍ୱତ ସଂଘ
ପୁରୀ

ବର୍ଣ୍ଣାନୁକ୍ରମିକ ବିଷୟ ସୂଚୀ

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ଅ

ଅ-ଉ-ମ ୭୪,୭୫,୨୦୨, ୨୧୯
ଅଜ୍ଞାନ- ୫୫, ୧୯୪
ଅବିବେକ ଜ୍ଞାନ - ୧୯୦
ଅଗ୍ନିତତ୍ତ୍ୱ- ୬୩, ୧୪୯ ୧୫୪,
ଅଗ୍ନି ଦେବ- ୮୦
ଅଗ୍ନି ନିର୍ବାପନର କୌଶଳ- ୨୪୪
ଅଜପା ଗାୟତ୍ରୀ -୭୨
ଅଣିମାଦି ଅଷ୍ଟୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ- ୮୧
ଅତୁଳ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ -୧୩୦
ଅଧିକାର ଭେଦ -୧୭୫
ଅବିବେକିତା, ବନ୍ଧନର କାରଣ -୧୮୯
ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ବିଜ୍ଞାନ -୧୦୭
ଅନ୍ନଦା ବନ୍ଦୋପାଧ୍ୟାୟ -୨୨
ଅଘୋର ନାଥ ଭଟ୍ଟାଚାର୍ଯ୍ୟ -୨୨
ଅନାହତଚକ୍ର (ପଦ୍ମ) ୬୩, ୬୪, ୬୭, ୭୩, ୮୧, ୧୬୩, ୧୬୭, ୧୭୦, ୧୭୨, ୧୯୮
ଅନ୍ୟମନସ୍କ ଗୀତା - ୧୧୪
ଅପରିଗ୍ରହ - ୯୧, ୯୩
ଅପାନ ବାୟୁ-୩୯, ୫୯, ୬୮, ୬୯, ୧୦୪
ଅଳ୍ପାୟୁ ହେବାର କାରଣ -୨୫୮
ଅବଧୂତ - ୧୯୬, ୧୯୭
ଅବଧୂତ ଗୀତା -୯୫, ୧୨୭, ୧୨୮, ୧୭୭, ୧୯୭
ଅଧାକପାଳି ବିନ୍ଧା - ୨୩୪
ଅମୃତ- ୮୨
ଅମୃତସ୍ଥଳୀ - ୮୪
ଅମା - ୮୬
ଅମୂର୍ତ୍ତ ଗୁଣ - ୧୮୯
ଅସମ୍ପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧି - ୧୦୨
ଅସ୍ତେୟ - ୯୨
ଅର୍ଦ୍ଧନାରୀଶ୍ୱର ଶିବ - ୮୨
ଅଭୟ - ୮୪
ଅଶ୍ୱିନୀ ମୁଦ୍ରା- ୧୬୧, ୧୬୨
ଅଷ୍ଟପାଶ -୧୮୯
ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗ -୭୩,୯୦, ୧୦୨
ଅହଂ ତତ୍ତ୍ୱ -୮୨
ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ -୨୩୫
ଅଲମ୍ବୁଷା ନାଡ଼ୀ- ୬୫
ଅସ୍ତେୟ -୯୨
ଅସ୍ତେୟ ସାଧନ -୯୨
ଅହିଂସା - ୯୧
ଅହିଂସା ସାଧନ -୯୧

ଆ

ଆନନ୍ଦମୟ ଶରୀର - ୭
ଆନନ୍ଦମୟ ଦେହ - ୬
ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱ -୩୦, ୧୨୫, ୧୫୪, ୧୨୯, ୧୩୦, ୨୨୩, ୨୨୭, ୨୨୮
ଆକାଶ ଦେବତା - ୮୨
ଆଜ୍ଞା ଚକ୍ର -୬୩, ୭୩,୮୨, ୧୬୩,
ଆସନ୍ନ ମୃତ୍ୟୁ - ୧୯୮, ୨୬୨
ଆଦିତ୍ୟ - ୧୮୦
ଆଦିତ୍ୟ ପୁରାଣ - ୫୬
ଆଦିବାସୀଙ୍କ ଆତିଥେୟତା ୨୧, ୨୨
ଆଧାର ପଦ୍ମ - ୭୯

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା

ଆ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଦୁଃଖ - ୫୩, ୧୮୮
ଆଧିଦୈବିକ ଦୁଃଖ -୫୩, ୧୮୮
ଆଧିଭୌତିକ ଦୁଃଖ ୫୩, ୧୮୮
ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ୫୬, ୧୭୭
ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତ୍କାର - ୫୭
ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତିଦର୍ଶନ - ୧୦୫, ୧୭୩, ୧୭୮, ୧୭୯, ୧୮୪
ଆତ୍ମ ପ୍ରତିବିମ୍ବ - ୮୩
ଆତ୍ମପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦର୍ଶନ - ୧୮୨
ଆତ୍ମଜ୍ୟୋତି ଲକ୍ଷଣ - ୧୭୪
ଆତ୍ମା - ୧୭୩
ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି - ୫୭, ୧୦୬
ଆର୍ଯ୍ୟଶାସ୍ତ୍ର - ୨୬୬, ୨୬୯
ଆହାରର ନିୟମ - ୨୩୫
ଆଳସ୍ୟ - ୧୩୯, ୧୪୦
ଆସକ୍ତି ହିଁ କାମ - ୧୧୮
ଆସକ୍ତି -୧୧୩, ୧୧୪, ୧୧୫, ୧୩୭, ୧୪୦
ଆସନ -୯୭
ଆସନସାଧନ-୯୭, ୧୨୦, ୧୪୫ ୧୫୬
ଆସନ ସିଦ୍ଧି- ୧୪୮, ୧୫୬, ୧୫୭
ଆର୍ଦ୍ରଘଟିତ ପୀଡ଼ା- ୨୨୭
ଇ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି - ୮୯
ଇଡ଼ା-୬୪, ୬୫, ୨୧୭, ୨୨୫, ୨୩୦
ଇତର ଲିଙ୍ଗ - ୮୮
ଇଡ଼ାର ବହନ - ୨୨୩
ଇନ୍ଦ୍ରଦେବ - ୭୯
ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ତତ୍ତ୍ୱ - ୬୩
ଇଷ୍ଟଦେବତା ଦର୍ଶନ - ୧୭୯
ଇଷ୍ଟ ଦେବତା ଦର୍ଶନର ଉପାୟ - ୧୮୦

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା

ଈ ଈଂ ବୀଜ - ୨୧୯
ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ -୯୬
ଈଶ୍ୱରାନନ୍ଦ - ୧୧୭
ଉ ଉତ୍ସର୍ଗ - ୩୧
ଉଦାନ ବାୟୁ -୬୮, ୬୯
ଉଦରାମୟ - ୨୩୫
ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ତପସ୍ୟା - ୧୨୯
ଉଦାସୀନ ସଂପ୍ରଦାୟ - ୪୦
ଉଷ୍ଣଜନିତପୀଡ଼ା - ୨୨୭
ଉନ୍ମନୀଦଶା - ୧୪୬
ଉପସଂହାର - ୨୬୬
ଉପେକ୍ଷା - ୧୨୩
ଉତ୍ପତ୍ତି ତନ୍ତ୍ର -୬୧
ଉମା ଚରଣ ସରକାର - ୨୨
ଉତ୍ସର୍ଗ ପତ୍ର -୩୧
ଊ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା- ୧୨୫, ୧୨୯
ଋ ଋଗ୍‌ବେଦ - ୧୮୦
ଏ ଏକାଦଶ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ - ୨୨, ୫୫
ଐ ଐଂ ବୀଜ - ୮୪
ଓ ଓଁ କାର -୭୩
ଓଁ କାରର ତିନିରୂପ -୭୪
କ କୃକର ବାୟୁ -୬୯
କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି -୭୬, ୭୯, ୧୬୨, ୧୬୯, ୧୭୪, ୧୭୬, ୧୯୮, ୨୦୨
କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ - ୭୭, ୧୬୦, ୧୬୨, ୧୭୦, ୧୭୬, ୨୧୭
କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଚୈତନ୍ୟ କୌଶଳ୧୬୦, ୧୬୨
କୁଣ୍ଡଳିନୀଚୈତନ୍ୟର ସହଜଉପାୟ - ୧୬୧

ବିଷୟ · ପୃଷ୍ଠା

କ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଉତ୍ଥାପନ-୭୭, ୧୦୫,
- ୧୭୫, ୧୭୬, ୨୧୭
କେତୋଟି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ସଂକେତ -୨୪୬
କୋଦଣ୍ଡ -୧୭୮ କଳା - ୮୬
କନ୍ଦ - ୭୬ କବିତା -୧୩୪
କନ୍ଦର୍ପ -୭୯ କର୍ମ -୧୮୮
କପାଳଭାତି -୧୭, ୧୫୫
କପାଳ କୁଣ୍ଡଳା - ୪୯
କବିରାଜ ଗୋସ୍ୱାମୀ -୧୧୬
କବୀର ସାହ - ୧୪୨
କୈବଲ୍ୟ ପାଦ -୧୯୩
କୈବଲ୍ୟ ମୁକ୍ତି -୧୯୨
କୁମ୍ଭକ -୯୮, ୧୭୫
କୁର୍ମ ବାୟୁ- ୬୯
କୁମ୍ଭକ (ଆଠ ପ୍ରକାର)- ୯୯
କାମ- ୧୧୬, ୧୧୮
କାକିନୀ - ୮୧
କାମକଳା ତତ୍ତ୍ୱ -୮୬
କାମାକ୍ଷା - ୪୧
କାମାକ୍ଷା ତନ୍ତ୍ର -୨୦୫
କ୍ରମଦୀକ୍ଷା -୨୦୫
କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି କରଣ -୨୪୨
କରୁଣା - ୧୨୩
କାଶ - ୨୩୬
କାଳୀ - ୪୯, ୧୮୧, ୨୦୮
କାଳୀ ସାଧନା - ୧୮୧
କାଳିକା ପୁରାଣ -୨୯୮
କ୍ରିୟା ଶକ୍ତି -୮୯
କୁଳଗୁରୁ -୨୦୫, ୨୦୬

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

କ କୁଳାର୍ଣ୍ଣବ ତନ୍ତ୍ର -୨୦୮
କୁଳକୁଣ୍ଡଳିନୀ ତତ୍ତ୍ୱ -୭୫
କୁଳମୂଳାବତାର କଳ୍ପସୂତ୍ରଟୀକା- ୨୦୨
କୋଷ -୬
କୋଲରିଜ୍ ସାହେବ - ୧୩୪
କ୍ଲୀଂ ବୀଜ - ୭୯
କୌଶିକ ବ୍ରାହ୍ମଣ - ୧୧୪
କୃଷ୍ଣ - ୧୧୬, ୧୧୮, ୧୪୪
କୃଷ୍ଣଦ୍ୱୈପାୟନ - ୧୬୩
କୁହୁନାଡ଼ୀ - ୬୫
ଖ ଖେଚରୀମୁଦ୍ରା -୧୦୫, ୧୫୭,
-୨୫୨, ୨୫୩
ଗ ଗ୍ରନ୍ଥକାରଙ୍କ ନିବେଦନ -୧୫,
ଗୀତା- ୪୭, ୫୯, ୧୪୦, ୧୪୧
୧୪୩, ୧୮୪, ୨୬୪, ୨୬୫
ଗୌତମୀୟ - ୨୧୨
ଗୌତମୀୟ ତନ୍ତ୍ର - ୭୭
ଗୁଣ - ୨୦୭
ଗାଣପତ୍ୟ - ୧୬୯
ଗାନ୍ଧାରୀ ନାଡ଼ୀ -୬୫
ଗୋପୀଭାବ - ୧୧୮
ଗର୍ଭାଧାନ -୨୪୧
ଗୁରୁ - ୨୦୧
ଗୁରୁଗିରି - ୨୦୨
ଗୁରୁଦେବ -୮୪
ଗୁରୁପତ୍ନୀ -୮୪
ଗୁରୁପୂଜା -୨୦୦
ଗୁରୁଚକ୍ର -୮୪
ଗୁରୁବୀଜ- ୮୪

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ଗ ଗୁରୁନେତ୍ର	୧୭୩, ୧୭୪
ଗୁହ୍ୟ ବିଷୟ	୧୦୭
ଗାରୁଡ଼	୧୪୫
ଗୋପୀଭାବ ଶ୍ରେଷ୍ଠ	୧୧୮
ଗୋରଖ ସଂହିତା	୫୬, ୬୭, ୬୮, ୯୯, ୧୪୪, ୧୪୫, ୧୪୬, ୧୫୫, ୧୭୨, ୨୪୫
ଗୌରୀ	୮୯
ଗ୍ରନ୍ଥିତ୍ରୟ	୮୮
ଗାୟତ୍ରୀ	୭୫
ଗଜକାରିଣୀ	୧୭
ଘ ଘେରଣ୍ଡ ସଂହିତା	୧୦୫, ୨୫୨,
ଜ୍ଞ ଜ୍ଞାନ ଶକ୍ତି	୮୯
ଜ୍ଞାନଚକ୍ର	୬୩
ଜ୍ଞାନ ନେତ୍ର	୧୭୪, ୧୮୪
ଜ୍ଞାନଦାତା ଶିବ	୮୩
ଜ୍ଞାନ ପଦ୍ମ	୮୩
ଜ୍ଞାନୀଗୁରୁ	୨୭୦
ଜ୍ଞାନସଂକଳିନୀତନ୍ତ୍ର	୮୮, ୧୧୧, ୨୦୧
ଚ ଚତୁର୍ଥ ସଂ. ମୁଖବନ୍ଧ	୧୩
ଚକ୍ର	୬୩
ଚଣ୍ଡୀ	୧୭୧
ଚତୁର୍ଦ୍ଦଳ	୭୯
ଚନ୍ଦ୍ର ବୀଜ	୮୩
ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ନାଡୀ	୬୪
ଚନ୍ଦ୍ର (ଇଡ଼ା) ନାଡ଼ୀ	୬୪, ୧୭୦, ୨୧୭, ୨୨୫
ଚତୁର୍ଭୁଜ ବ୍ରହ୍ମା	୭୯
ଚତୁର୍ବର୍ଗ	୨୨୮

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ଚ ଚତୁର୍ବିଧ ମୁକ୍ତି	୧୯୨
ଚକ୍ଷୁରୋଗ	୨୩୭
ଚତୁର୍ବିଂଶତି ତତ୍ତ୍ୱ	୨୧୬
ଚାରିପ୍ରକାର ଯୋଗ	୧୦୩
ଚାରିଗୋଟି ଦେହ	୬
ଚିତ୍ତ ମଳ	୧୨୪
ଚିତ୍ ଶକ୍ତି	୭୬, ୭୯
ଚିତ୍ତ ଶୁଦ୍ଧି	୯
ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା	୫୭, ୧୨୪, ୧୭୯, ୧୮୩, ୧୮୬
ଚିତ୍ରାଣୀ ନାଡୀ	୬୬
ଚିତ୍ତର ସ୍ଥିରତା	୫୭
ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧ	୬୦, ୬୧, ୧୫୭, ୧୭୬
ଚିତ୍ତ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହେଲେ	୧୫୭, ୧୫୮
ଚିର ଯୌବନଲାଭର ଉପାୟ	୨୫୧
ଚୈତନ୍ୟ ଚରିତାମୃତ	୧୧୬, ୧୧୮,
ଛ ଛାୟାପୁରୁଷ ସାଧନ	୧୮୨
ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟୋପନିଷଦ୍	୧୩୮
ଛିଦ୍ରାଦି ଦୋଷ ଶାନ୍ତି	୨୧୫
ଜ ଜୀବନୀ (ସଂକ୍ଷେପରେ)	୩
ଜଗତ୍ କ’ଣ	୨୦୭
ଜପ	୧୦୬
ଜପ ରହସ୍ୟ	୨୧୦
ଜପର କୌଶଳ	୨୧୮
ଜପ ସମର୍ପଣରେ ଫଳ	୨୧୦
ଜଳତତ୍ତ୍ୱ	୬୩, ୧୪୯, ୧୫୦, ୧୫୨, ୨୪୧
ଜଳତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ	୧୫୩

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ଜ ଜଗଦୀଶ୍ୱରତ୍ୱ - ୮୬
ଜ୍ୟୋତିଦର୍ଶନର ଉପାୟ - ୧୭୪
ଜୀବ - ୫୩, ୧୯୮, ୧୯୯
ଜୀବାତ୍ମା -୭୧ ,୭୨,୧୯୮
ଜୀବାଧାର ପଦ୍ମ -୧୬୭
ଜ୍ୱର -୨୩୩, ୨୪୬
ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି -୧୯୪,୧୯୯
ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ଗୀତା- ୧୯୯

ଠ ଠଂ ବୀଜ -୮୩, ୨୧୬, ୨୧୭

ଡ ଡ଼ାକିନୀ- ୭୯

ତ ତୃତୀୟ ସଂ. ଭୂମିକା- ୧୨
ତତ୍ତ୍ୱ ବିଜ୍ଞାନ -୧୪୮
ତତ୍ତ୍ୱ ସାଧନ -୧୫୨
ତତ୍ତ୍ୱ ଲକ୍ଷଣ -୧୫୦
ତପସ୍ୟା -୯୫
ତନ୍ତ୍ର ବଚନ -୨୦୬
ତନ୍ତ୍ର ସାର -୨୨୦
ତନ୍ମାତ୍ର - ୨୦୭
ତ୍ରୟୀ- ୭୫
ତାନ୍ତ୍ରିକ ଗୁରୁ - ୪, ୨୭୦
ତାପତ୍ରୟ -୫୩
ତ୍ୟାଗ - ୧୩୧
ତ୍ରାଟକ ଯୋଗ - ୧୫୮
ତ୍ରିପଞ୍ଚାଙ୍ଗ ଯୋଗ - ୧୫୭
ତ୍ରିବେଣୀ (ତ୍ରିକୂଟ) ୮୩
ତ୍ରିବିଧ ଦୁଃଖ - ୧୮୮
ତ୍ରିବର୍ଣ୍ଣ -୮୪,୮୫
ତ୍ରିକୋଣ ମଣ୍ଡଳ- ୮୪

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ତ ତ୍ରିଲକ୍ଷ୍ୟ -୮୮
ତ୍ରିଗୁଣ - ୮୨
ତ୍ରିଲୋକ - ୬୨
ତ୍ରିଦେବତା - ୮୨
ତୁଳସୀ ଦାସ -୧୪୧,୧୨୦,୧୪୨
ତୈଳମର୍ଦ୍ଦନର ନିୟମ- ୨୩୭

ଦ ଦ୍ୱିତୀୟ ସଂ. ନିବେଦନ - ୧୧
ଦକ୍ଷ ସଂହିତା - ୩୮
ଦନ୍ତ ରୋଗ -୨୩୬
ଦଶବାୟୁ - ୬୮
ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ - ୧୨୫, ୧୯୬
ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ସଂହିତା -୧୦୩
ଦଳ-(ଚାରି)-୭୯ ଦଳ(ଛଅ)-୮୦
ଦଳ (ଦଶ)-୮୦ ଦଳ(ବାର)-୮୦
ଦଳ (ଷୋହଳ) -୮୨
ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସଫଳ -୨୨୬
ଦାହୂନ -୨୧୪
ଦ୍ୱାଦଶ ବୃତ୍ତି - ୮୪
ଦିବ୍ୟଚକ୍ଷୁ - ୧୮୪
ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ - ୫୬
ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଲାଭର ଉପାୟ୨୫୩, ୨୫୪, ୨୫୫
ଦୀକ୍ଷା - ୨୦୨, ୨୦୫
ଦୀକ୍ଷାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ -୨୦୨
ଦୀକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ -୨୦୦
ଦୀକ୍ଷାଗୁରୁ - ୨୦୦
ଦୁର୍ଗାଦେବୀ - ୧୦୯
ଦୁଃଖଭୋଗର କାରଣ - ୨୦୫, ୨୦୬

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ଦ ଦେହ - ୬୧, ୬୨
ଦେହ ଧାରଣର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ୫
ଦେହ ତତ୍ତ୍ୱ - ୬୩
ଦେବଲୋକ ଦର୍ଶନ ୧୮୩
ଦେବଲୋକ ଦର୍ଶନର ଉପାୟ ୧୮୪
ଦେବଦେବୀଙ୍କ ଲୀଳାକଥା - ୧୮୩
ଦେବଦତ୍ତ ବାୟୁ - ୬୮, ୬୯
ଧ ଧନଞ୍ଜୟ ବାୟୁ - ୬୮, ୬୯
ଧର୍ମାଚରଣର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ - ୩୮
ଧର୍ମାନ୍ଧତା ମହାପାପ ୧୪୦
ଧାରଣା ୧୦୦
ଧ୍ୟାନ ୧୦୧
ଧୌତି - ୧୭, ୪୦, ୧୫୫
ନ ନବଚକ୍ର ୭୮
ନବଚକ୍ରେଶ୍ୱର ୧୬୭
ନାଗ ବାୟୁ ୬୯
ନାଗା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ - ୪୧
ନାଡୀ କଥା ୬୪
ନାଡ଼ୀ ଶୋଧନ ୧୫୫, ୧୫୭
ନାଦ ୮୩
ନାଦ ଧ୍ୱନି - ୧୭୧, ୧୭୨
ନାଦ ତତ୍ତ୍ୱ - ୧୬୫
ନାଦ ସାଧନ - ୧୬୫
ନାଦ ସାଧନର ସହଜ ଉପାୟ - ୧୭୦
ନାଭି ପଦ୍ମ - ୧୭୫
ନାଦାନୁସନ୍ଧାନ - ୧୦୫
ନାରାୟଣ - ୧୮୦

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ନ ନାଦ ହିଁ ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତି - ୧୬୮
ନାଭି କମଳ ୧୭୫
ନାଭି ଶ୍ୱାସ - ୭୦
ନାସିକା ବନ୍ଦ କରିବା ନିୟମ- ୨୨୮
ନିଗମାନନ୍ଦ ନାମ ଧାରଣ ୪
ନିଉଟନଙ୍କ ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ୨୬୮
ନିଜ ଭାବକୁ ଠିକ୍ ରଖ ୧୪୧
ନିର୍ଗୁଣ ଧ୍ୟାନ ୧୦୧
ନିର୍ବାଣ ମୁକ୍ତି ୧୯୨, ୧୯୮, ୧୯୯
ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି - ୪, ୧୦୨
ନିର୍ବିକାର ୧୯୩
ନିରାକାର ମହାଶୂନ୍ୟ ୮୬
ନିରାଲମ୍ବପୁରୀ ୭୩ ୧୯୮
ନିରାଲମ୍ବୋପନିଷଦ୍ ୧୮୭
ନିର୍ଲିପ୍ତଭାବେ ସଂସାର ସାଧନ ୧୩୭
ନିରୁତ୍ତର ତନ୍ତ୍ର - ୨୦୪
ନିଃଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ୨୨୩
ନିଷ୍କାମ ୧୯୫
ନିୟମ ୯୪
ନିଶ୍ୱାସ ପରିବର୍ତ୍ତନ କୌଶଳ ୨୨୯
ନ୍ୟାୟ ଦର୍ଶନ ୧୮୫
ନେତି - ୧୭, ୪୦, ୧୫୫
ପ ପଦେ କଥା - ୪
ପଞ୍ଚମ ସଂ. ମୁଖବନ୍ଧ-୧
ପଞ୍ଚଭୂତ - ୬୩
ପଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ- ୧୪୯, ୧୫୨
ପଞ୍ଚମହାଭୂତ - ୬୨, ୧୪୯, ୧୬୫
ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱର ଅଷ୍ଟଲକ୍ଷଣ - ୧୫୦

ବର୍ଣ୍ଣାନୁକ୍ରମିକ ବିଷୟ ସୂଚୀ

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ପ

ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ସାଧନ -୧୫୨
ପଞ୍ଚତନ୍ମାତ୍ର ତତ୍ତ୍ୱ - ୬୩
ପଞ୍ଚାକାଶ- ୮୮
ପଞ୍ଚଗୁଣ - ୧୪୯
ପରମେଶ୍ୱର - ୮୬
ପଦ୍ମାସନ -୧୪୫
ପରମକାରୁଣିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା-ମୃତ୍ୟୁ ୧୨୦
ପବନବିଜୟ ସ୍ୱରୋଦୟ-୧୪୯, ୧୫୫,୨୨୪,୨୩୮,୨୩୯,୨୪୩,୨୫୭,
ପରମ ଶିବ - ୭୪, ୮୬, ୯୦,୧୦୫
ପରମାତ୍ମା - ୮୬, ୧୭୩
ପରମହଂସ ଉପାଧି - ୪
ପରମାଣୁ - ୨୦୭
ପରଶୁରାମ ତୀର୍ଥ - ୪୧
ପରାପରିମଲୋଲ୍ଲାସ - ୭୩
ପରା -୧୬୬, ୧୬୯
ପରମାର୍ଥସାଧନର ସହଜ ଉପାୟ ୨୫୦
ପରା ପ୍ରକୃତି -୧୬୫
ପଞ୍ଚବିଧ ମୁକ୍ତି -୧୯୨
ପଶୁ - ୧୯୦
ପଶ୍ୟନ୍ତି - ୧୬୬, ୧୬୮
ପ୍ରାଣ - ୬୭
ପାତଞ୍ଜଳ -୫୯, ୯୧, ୯୨, ୯୩, ୯୪,୯୫,୯୬,୯୭,୯୯, ୧୦୦, ୧୦୧
ପ୍ରାଣମୟ ଦେହ - ୬, ୨୬୬
ପାର୍ବତ୍ୟ ଜାତି - ୪୨
ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଶିକ୍ଷାର କୁଫଳ - ୪୩
ପିଙ୍ଗଳା- ୬୪, ୨୨୬ ,୨୩୦

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ପ

ପୀଡ଼ନ - ୨୧୩
ପୁନର୍ଜନ୍ମ - ୧୯୦, ୧୯୫
ପୁରଶ୍ଚରଣ -୨୧୧, ୨୧୪
ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ସାଧନରେ ଲାଭ - ୧୫୨
ପୁର - ୬ ପୁରୁଷ - ୬
ପୁଷାନାଡୀ -୬୫
ପୁଣ୍ୟନଦୀ - ୬୫
ପୂରକ - ୭୦,୯୮
ପୂର୍ଣ୍ଣାନନ୍ଦ ପରମହଂସ - ୬୬
ପୂର୍ଣ୍ଣାଭିଷେକ - ୨୦୫
ପୂର୍ବରୁ ମୃତ୍ୟୁ ଜାଣିବାର ଉପାୟ-୨୫୯
ପୋଷଣ -୨୧୩
ପ୍ରକୃତି -୭୬
ପ୍ରକୃତ ନିର୍ବାଣ ପ୍ରାପ୍ତି -୭୪,୮୩
ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ- ୫୪, ୫୫
ପ୍ରଣବ - ୭୩, ୯୮
ପ୍ରଣବ ତତ୍ତ୍ୱ- ୭୩
ପ୍ରଣବର ଯଥାର୍ଥ ଉଚ୍ଚାରଣ -୨୧୯
ପ୍ରତ୍ୟକ୍ ଚୈତନ୍ୟ -୨୨୦
ପ୍ରତ୍ୟାହାର -୧୦୦
ପୃଥ୍ୱୀ ମଣ୍ଡଳ - ୭୯
ପ୍ରଶସ୍ତ ଖାଦ୍ୟ - ୧୩୮
ପ୍ରଶ୍ୱାସ - ୨୨୩
ପ୍ରହ୍ଲାଦ - ୧୩୪
ପିଙ୍ଗଳାର ବହନ -୨୨୪
ପାଳି ଜ୍ୱର - ୨୩୩, ୨୬୭
ପ୍ରାଣବାୟୁ- ୬୮ , ୬୯,୧୦୪
ପ୍ରାଣତୋଷିଣୀଧୃତ ତନ୍ତ୍ର ବଚନ - ୭୮

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ପ୍ର ପ୍ରାଣ ସଂରୋଧ - ୫୭
ପ୍ରାଣାୟାମ- ୯୭, ୯୮
ପ୍ରାଣାୟାମ ସାଧନ ପ୍ରଣାଳୀ - ୯୮
ପୃଥିବୀ ତତ୍ତ୍ୱର ଧ୍ୟାନ - ୧୫୩
ପୃଥ୍ୱୀବୀଜ - ୭୯
ପ୍ରେମ - ୧୧୬
ପଞ୍ଚବିଧ ଶାଗ - ୧୩୯

ଫ ଫଁ ଫଁ କର, କାମୁଡ଼ ନାହିଁ - ୧୧୧
ଫଳାଫଳ ଭୋଗ ନ ହେବା କର୍ମ - ୧୧୬

ବ ବାଣୀ ଆବାହନ - ୨୫
ବଙ୍କିମ ବାବୁ - ୪୯
ବନ୍ଧନ - ୧୧୪, ୧୮୮, ୧୮୯
ବଦ୍ଧ ପଦ୍ମାସନ - ୧୪୬
ବଂ ବୀଜ- ୮୦, ୧୫୩
ବରୁଣ ବୀଜ - ୨୧୭
ବରୁଣ ମଣ୍ଡଳ - ୮୦
ବଳାକ ବ୍ୟାଧ - ୧୧୪
ବରୁଣ ଦେବତା - ୮୦
ବସ୍ତି- ୧୭, ୧୫୫
ବଜ୍ରାଣୀ ନାଡୀ - ୬୬
ବଶୀକରଣ (ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧି) - ୨୧୩
ବଶୀକରଣ (ଶତ୍ରୁ) - ୨୩୦
ବହ୍ନିବୀଜ- ୮୧
ବହ୍ନି ମଣ୍ଡଳ - ୮୦
ବର୍ଷ ଫଳ ନିର୍ଣ୍ଣୟ- ୨୩୮
ବାକ୍ୟପଦୀୟ- ୧୬୬
ବାଣଲିଙ୍ଗ ଶିବ - ୭୧
ବାମକେଶ୍ୱର ତନ୍ତ୍ର- ୨୦୫

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ବ ବାମ ନାସିକାର ଶ୍ୱାସଫଳ - ୨୨୫
ବାସନାତ୍ରୟ - ୧୯୦
ବାୟୁବ୍ୟ ସଂହିତା - ୧୬୫
ବାୟୁକଥା -୬୭
ବର୍ଣ୍ଣାନୁକ୍ରମିକ ବିଷୟ ସୂଚୀ -୨୭୧
ବାୟୁତତ୍ତ୍ୱ- ୬୯, ୭୦, ୧୪୯- ୧୫୧, ୧୫୪, ୨୩୮, ୨୪୨
ବାୟୁମଣ୍ଡଳ - ୮୧
ବାୟୁଦେବ - ୮୧
ବାୟୁବୀଜ - ୬୭
ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ- ୨୩୨
ବର - ୮୪
ବିଶେଷ କଥା - ୮୭
ବିବେକ- ୧୯୦
ବିବେକ ଜ୍ଞାନ - ୧୯୦
ବିଭୂତି ପାଦ - ୧୦୦
ବିଲ୍ୱମଙ୍ଗଳ - ୧୩୬
ବାରୁଣୀ ନାଡ଼ୀ - ୬୫
ବିନ୍ଦୁ - ୨୦୭
ବିବେକ ହିଁ ମୋକ୍ଷର କାରଣ - ୧୮୯
ବିଜ୍ଞାନମୟ ଦେହ - ୬
ବ୍ୟବସାୟୀ ଗୁରୁ - ୨୦୩
ବାହାରେ ଷୋଳଅଣା ଜୀବତ୍ୱ ରଖ -୧୦୯, ୧୧୧
ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ର - ୬୩, ୬୪, ୮୨
ବିଶ୍ୱରୂପ - ୬୦
ବିଶ୍ୱସାର ତନ୍ତ୍ର - ୨୦୨
ବୀଜମନ୍ତ୍ର - ୨୦୮

ବର୍ଣ୍ଣାନୁକ୍ରମିକ ବିଷୟ ସୂଚୀ

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ବ ବୀରାସନ - ୨୩୭
ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା - ୧୨୬, ୧୨୯
ବୁଦ୍ଧଦେବ- ୧୩୪
ବେଦବ୍ୟାସ- ୫୩
ବୈଖରୀ- ୧୬୬, ୧୬୭
ବୈରାଗ୍ୟ ସାଧନ- ୧୮୬, ୧୯୬
ବୈଷ୍ଣବ- ୧୬୮, ୧୯୭
ବୈଷ୍ଣବୀ- ୮୯, ୧୯୭
ବ୍ୟାନ ବାୟୁ - ୬୮, ୬୯
ବ୍ୟୋମପଞ୍ଚକ - ୮୮
ବ୍ରହ୍ମ ନାଡୀ - ୬୬
ବ୍ରହ୍ମ କୁଣ୍ଡ- ୪୧, ୪୨
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ - ୯୧, ୯୩, ୧୨୯, ୧୪୪
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ- ୯୩, ୧୨୯
ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ - ୧୩୧
ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ ତନ୍ତ୍ର- ୧୪୯
ବ୍ରହ୍ମଜ୍ୟୋତି- ୧୭୩
ବ୍ରହ୍ମପ୍ରାପ୍ତି - ୫୬
ବ୍ରହ୍ମବୈବର୍ତ୍ତ ପୁରାଣ -୧୨୮
ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ର - ୧୭୪
ବ୍ରହ୍ମଲୋକ - ୧୬୩, ୧୮୩
ବ୍ରହ୍ମ ସାକ୍ଷାତ୍କାର -୮୬
ବ୍ରହ୍ମଶକ୍ତି -୭୬
ବ୍ରହ୍ମା - ୫୪, ୭୯, ୯୩
ବ୍ରାହ୍ମୀ - ୮୯
ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡମଣ୍ଡଳର ସୃଷ୍ଟି - ୧୪୯
ବିଶ୍ୱୋଦରୀ ନାଡୀ - ୬୫
ବୃତ୍ତି - ୫୯

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ବ ବ୍ୟାକୁଳତାହିଁ ଆସକ୍ତି - ୧୧୩
ବନ୍ଧନର ହେତୁ - ୧୧୪
ବହୁବିଧ ଆସନ - ୧୪୭
ବାଣ ଲିଙ୍ଗ ଶିବ -୭୧
ବ୍ରାହ୍ମୀ ଶକ୍ତି -୮୯
ବୃତ୍ତି (ଛଅଟି) -୮୦
ବୃତ୍ତି (ଦଶଟି) -୮୦
ବୃତ୍ତି (ଦ୍ୱାଦଶ) -୮୧, ୮୪
ବିଶେଷ ନିୟମ -୧୩୭
ବାତ ଉପଶମ -୨୩୬
ବୈଷ୍ଣବୀ ଶକ୍ତି -୮୯
ବିଷ୍ଣୁ ଗ୍ରନ୍ଥି -୮୮
ବ୍ରହ୍ମ ଗ୍ରନ୍ଥି -୮୮
ଭ ଭ୍ରମ ଜ୍ଞାନ -୫୫
ଭକ୍ତିଯୋଗ - ୧୯୧
ଭରଦ୍ୱାଜ ଋଷି - ୫୪
ଭର୍ତ୍ତୃହରି - ୧୨୬
ଭାବମୟ କାରଣ ଦେହ - ୭
ଭୂଃ - ୬୨
ଭୁବଃ -୬୨
ଭୂଚରୀ ମୁଦ୍ରା - ୧୫୭
ଭୂତ ଶୁଦ୍ଧି -୨୧୬
ଭୂତ ଶୁଦ୍ଧି (ସଂକ୍ଷେପରେ) -୨୧୮
ଭୂତ ଶୁଦ୍ଧିର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ -୨୧୭
ଭୂତଶୁଦ୍ଧି ତନ୍ତ୍ର -୨୧୭
ଭୈରବଜାମଳ -୧୮୯, ୧୯୦
ଭ୍ରାମଣ -୨୧୩
ଭ୍ରାମରୀ କୁମ୍ଭକ - ୧୦୫

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା

ଭ ଭୌତିକ ଦେହ - ୬୩

ମ ମନ ବଶେ ଲାଭ - ୧୩୧

ମଦନ ମୋହନ ଦାସ - ୨୧

ମନଚକ୍ର - ୮୬

ମଧ୍ୟମା- ୧୬୬

ମୃତ ମନ - ୧୮୭

ମଣିପୁର ଚକ୍ର -୬୩, ୬୪, ୮୦, ୧୬୩

ମଣିରତ୍ନମାଳା - ୧୧୪

ମନ ସ୍ଥିର କରିବାର ଉପାୟ -୧୫୭

ମନୋନ୍ମନୀ ସିଦ୍ଧି - ୧୭୭

ମନୋମୟ ଦେହ -୬

ମନ୍ତ୍ରଚୈତନ୍ୟ-୨୦୯,୨୧୨,୨୧୪,୨୧୫

ମନ୍ତ୍ର ଜାଗରଣ -୨୧୧

ମନ୍ତ୍ର ତତ୍ତ୍ୱ -୨୦୭

ମନ୍ତ୍ର କଳ୍ପ -୨୦୦

ମନ୍ତ୍ରାର୍ଥ - ୨୦୯, ୨୧୮

ମନ୍ତ୍ର ଭାବନା - ୨୧୮

ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ - ୧୦୩

ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ସହଜ ଉପାୟ -୨୧୪

ମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧିର ସପ୍ତବିଧ ଉପାୟ - ୨୧୨

ମନ୍ତ୍ର ସିଦ୍ଧିର ଲକ୍ଷଣ -୨୨୦

ମନ୍ତ୍ରର ସେତୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ - ୨୧୫

ମନୁ ସଂହିତା -୧୧୫

ମହତତ୍ତ୍ୱ - ୬୩

ମହାଦେବ- ୫୫

ମହାନିର୍ବାଣ ତନ୍ତ୍ର ୮୯, ୧୬୯, ୧୯୪, ୧୯୫, ୧୯୬

ମ ମହାବିଦ୍ୟା -୭୪

ମହେନ୍ଦ୍ର ନାଥ ସେନ -୨୨

ମାଡ଼ାମ୍ ବ୍ଲାଭାଟ୍‌ସ୍କି - ୧୮୬

ମାନବ-ସକାମ ଓ ନିଷ୍କାମ -୧୯୫

ମାନସ ଯୋଗ -୧୭୫

ମାନବ ଶରୀର ଉତ୍ପତ୍ତି -୧୪୯

ମାନସ ଯୋଗ - ୧୭୫

ମୁକ୍ତ -୧୮୭, ୧୯୧

ମୁକ୍ତ ପଦ୍ମାସନ- ୧୪୬

ମୃତ୍ୟୁ ଚିନ୍ତା - ୧୨୨, ୧୨୩

ମୃତ୍ୟୁ କଂଶ - ୭୦

ମୁକ୍ତି - ୧୧୪, ୧୮୭, ୧୯୧

ମୁକ୍ତିର ପ୍ରକାରଭେଦ -୧୯୧, ୧୯[illegible]

ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା -୨୩୩

ମୁକ୍ତିକୋପନିଷଦ୍ -୧୯୦, ୧୯୧

ମୁଦିତା - ୧୨୩

ମୁଦ୍ରା - ୧୫୭

ମୂଳାଧାରଚକ୍ର-୬୩,୬୪,୭୯,୧୬୦,[illegible]

ମୃତ୍ୟୁ (୩ ବର୍ଷରେ) -୨୬୧

ମୃତ୍ୟୁ (୨ ବର୍ଷରେ) -୨୬୧

ମୃତ୍ୟୁ (୧ ବର୍ଷରେ) -୨୬୧

ମୃତ୍ୟୁ (ଛଅ ମାସରେ) -୨୬୧, ୨[illegible]

ମୃତ୍ୟୁ(ଏକମାସରେ)-୨୬୧,୨୬୨, ୨[illegible]

ମୃତ୍ୟୁ (୫ ମାସରେ) - ୨୬୨

ମୃତ୍ୟୁ (୩ ମାସରେ) - ୨୬୨

ମୃତ୍ୟୁ (୧୦ ଦିନରେ) - ୨୬୪

ମୃତ୍ୟୁ (୩ ଦିନରେ) - ୨୬୨

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ମ ମୃତ୍ୟୁ (୧ ଦିନରେ)	୨୬୨
ମୃତ୍ୟୁ ଆସନ୍ନ	୧୯୮,୨୬୨
ମୂଳା ପ୍ରକୃତି	୮୯
ମୋହ	୧୮୯
ମୋହମୁଦ୍‌ଗର	୨୫୯
ମୋକ୍ଷ	୧୮୭
ମୈତ୍ରୀ	୧୨୩
ମୃତ୍ୟୁ	୭୨, ୨୫୪
ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ	୨୫୪
ମୃତ୍ୟୁ ଲକ୍ଷଣ ଜାଣିବାର ଉପାୟ	୨୬୧
ମୃତ୍ୟୁର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ	୨୬୫
ଯ ଯମ	୯୧
ଯମ ସାଧନ	୬୭
ଯଂ ବୀଜ	୭୧, ୮୧, ୨୧୬
ଯାତ୍ରା ପ୍ରକରଣ	୨୩୯
ଯୋଗ	୪୩, ୫୯, ୬୦, ୮୯, ୯୦
ଯୋଗର ଆଠଗୋଟି ଅଙ୍ଗ	୯୧
ଯୋଗ କ'ଣ	୪୩, ୫୫,୫୯,୬୦,୬୧
ଯୋଗ କଳ୍ପ	୩୫
ଯୋଗ ତତ୍ତ୍ୱ	୮୯
ଯୋଗ ନିଷ୍ପତ୍ତି	୧୪୬
ଯୋଗର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ	୯୦
ଯୋଗ ବିଭୂତି	୧୦୭
ଯୋଗର ପ୍ରକାର ଭେଦ	୯୦
ଯୋଗସାଧନର ବିଶେଷ ନିୟମ	୧୩୯
ଯୋଗବୀଜ	୫୪, ୫୫
ଯୋଗବିଘ୍ନ	୧୩୯
ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟ	୫୮
ଯୋଗ ରହସ୍ୟ	୧୦୮
ଯ ଯୋଗର ଚରମ ଫଳ	୯୬
ଯୋଗ ସାଧନର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ	୭୬, ୧୮୬
ଯୋଗ ସାଧନର ବିଘ୍ନ	୯୭, ୧୩୯, ୧୪୦
ଯୋଗ ସିଦ୍ଧିର କାରଣ	୧୩୯
ଯୋଗ ସ୍ୱରୋଦୟ	୭୩, ୭୮, ୧୦୮, ୧୭୧, ୨୪୩
ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର	୫୯, ୧୩୭, ୧୬୩, ୧୭୪, ୧୭୫
ଯୋଗ ତାରାବଳୀ	୧୭୦
ଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠତ୍ୱ	୫୩
ଯୋଗିନୀ ତନ୍ତ୍ର	୨୦୨
ଯୋଗୀ	୫୩, ୬୧, ୬୨, ୧୫୯
ଯୋଗୀଙ୍କ ପ୍ରଶସ୍ତ ଖାଦ୍ୟ	୧୩୮
ଯୋଗୀଗୁରୁ	୪, ୧୬
ଯୋଗୀ ଯାଜ୍ଞବଲ୍‌କ୍ୟ	୬୯, ୮୭, ୮୯, ୯୦, ୯୪, ୯୫, ୯୭
ଯୋଗୈଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ	୫୮
ଯୋନି ମଣ୍ଡଳ	୭୬, ୭୯
ଯୋନିପୀଠ	୮୪
ଯଶସ୍ୱିନୀ ନାଡ଼ୀ	୬୫
ଯୋନିମୁଦ୍ରା	୧୦୫, ୨୦୯
ଯୌଗିକ ସ୍ନାନ	୬୬
ଯଥାର୍ଥ ଯୋଗୀ	୬୨
ଯୌବନରକ୍ଷାର ଉପାୟ	୨୫୧
ର ରଂବୀଜ	୮୦, ୧୫୪, ୨୧୬, ୨୧୭
ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର କରିବାର କୌଶଳ	୨୪୫
ରକ୍ତ ଉପଶମ	୨୩୬
ରାକିନୀ	୮୦
ରାଜଯୋଗ	୧୦୪
ରସାସ୍ୱାଦନ	୧୦୫

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା	ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ର ରାମପ୍ରସାଦ ସିଦ୍ଧି -୨୦୫
ରୁଦ୍ର- ୮୧
ରୁଦ୍ରଗ୍ରନ୍ଥି - ୮୮
ରେଚକ - ୭୦, ୯୮
ରୋଗୋତ୍ପତ୍ତିର ପୂର୍ବଜ୍ଞାନ ଓ ପ୍ରତିକାର ୨୨୭
ରୋଧନ -୨୧୩
ଶ ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ - ୧୫୬, ୧୬୭, ୨୬୬
ଶକ୍ତି ଉପାସନା -୧୬୮
ଶକ୍ତି - ୭୬ ଶକ୍ତିତ୍ରୟ - ୮୮
ଶକ୍ତି ମଣ୍ଡଳ ୮୪, ୮୫
ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମ - ୨୦୮
ଶବ୍ଦ ଶକ୍ତି -୧୬୫
ଶତ୍ରୁ ବଶୀକରଣ - ୨୪୩
ଶତଦଳ ଚକ୍ର - ୬୩
ଶରଣାପନ୍ନରେ ମୁକ୍ତି - ୧୯୯
ଶରୀର ତତ୍ତ୍ୱ - ୬୧
ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରଖିବାର ଉପାୟ-୨୫୦
ଶରୀର ଶୋଧନ -୧୫୫
ଶଯ୍ୟାଶୁଦ୍ଧି -୨୨୧
ଶଙ୍ଖିନୀ ନାଡ଼ୀ -୬୫
ଶାକିନୀ -୮୨
ଶାକ୍ତ- ୧୬୮
ଶାକ୍ତାଭିଷେକ- ୨୦୫
ଶାମ୍ଭବୀ ମୁଦ୍ରା- ୧୦୫
ଶାରଦା ପ୍ରସାଦ ସିଂହ -୨୨
ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ- ୫୪, ୭୬, ୧୪୧, ୧୪୨
ଶିବ - ୮୩, ୧୯୯
ଶିର ପୀଡ଼ା -୨୩୪
ଶିବଗୀତା -୧୯୨
ଶିବବାକ୍ୟମ୍ -୧୦୮
ଶିବସଂହିତା-୬୧, ୬୨, ୬୪, ୬୮, ୭୬, ୧୦୩
ଶୀତଳୀ କୁମ୍ଭକର ନିୟମ -୨୪୫
ଶୋଷଣ- ୨୧୩
ଶୌଚ -୯୪
ଶ୍ରୁତି -୧୭୩
ଶ୍ୱାସ ବହନ- ୨୨୪
ଶ୍ୱାସବହନର ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ -୨୨୫
ଶ୍ୱାସଫଳ (ବାମ ନାସିକାର) -୨୨୫
ଶ୍ୱାସଫଳ (ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାର) -୨୨୬
ଶ୍ୱାସଗତି ପରିବର୍ତ୍ତନ -୨୨୬
ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱେତରୋପନିଷତ୍- ୧୨୮
ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ- ୫୮
ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସାଧନା - ୫୩, ୫୫
ଶ୍ରେଷ୍ଠ କାର୍ଯ୍ୟ -୧୧୯
ଶ୍ଳେଷ୍ମାଘଟିତପୀଡ଼ା -୨୨୭
ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭାଗବତ -୪୭, ୫୯, ୧୯୩
ଷ ଷଡ୍‌ଦଳ -୮୦
ଷୋଡ଼ଶାଧାରଂ -୮୭
ଷଟ୍‌ଚକ୍ର -୬୬, ୭୯
ଷଟ୍‌ଚକ୍ର ଭେଦ ଟୀକା- ୭୦
ସ ସକାମ -୧୯୫
ସଗୁଣଧ୍ୟାନ -୧୦୧
ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ -୩୯
ସତ୍ୟ -୯୨
ସତ୍ୟ ସାଧନ -୯୨
ସଦ୍‌ଗୁରୁ- ୩, ୨୦୬
ସଦାଶିବ -୮୨, ୧୯୦

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ସ ସପ୍ତଧାତୁ - ୬୩
ସନ୍ଧ୍ୟାଗାୟତ୍ରୀ - ୨୪୯
ସନତ୍ କୁମାର- ୧୧୯
ସନ୍ତୋଷ -୯୫
ସବିତୃମଣ୍ଡଳ- ୧୮୦
ସମାଧି - ୯୧, ୧୦୧
ସର୍ବାବସ୍ଥାରେ ମନେରଖ -୧୨୦
ସବିକଳ୍ପ ସମାଧି - ୧୦୨
ସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧି -୧୦୨
ସମାଧିପାଦ -୫୭
ସାଧନପାଦ-୯୪, ୯୫, ୯୬, ୯୭, ୯୯, ୧୦୦
ସମାନ ବାୟୁ- ୬୮, ୬୯
ସରସ୍ୱତୀ ନାଡ଼ୀ- ୬୫
ସରସ୍ୱତୀ ତନ୍ତ୍ର -୨୦୯
ସଂସାର -୧୩୨
ସହସ୍ରଦଳ (ଚକ୍ର) ପଦ୍ମ- ୬୩
ସହସ୍ରାର -୮୫
ସ୍କନ୍ଧପୁରାଣ- ୧୪୪
ସାଧନ ପଦ୍ଧତି ସଂଗ୍ରହ -୩୫
ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନ -୧୮୮, ୧୮୯
ସାଦିୟା - ୪୧, ୪୨
ସହିତ କୁମ୍ଭକ - ୯୯
ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର -୬୩, ୮୦, ୧୬୩
ସିଦ୍ଧି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ପଦ୍ଧତି -୧୦୩
ସାଧନକଳ୍ପ -୧୦୯

ବିଷୟ ପୃଷ୍ଠା

ସ ସାଧକମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଉପଦେଶ-୧୦୯
ସାଧନଫଳର ଗୋପନୀୟତା -୧୪୨, ୧୪୩
ସାଲୋକ୍ୟ -୧୯୨, ୧୯୮
ସାମୀପ୍ୟ -୧୯୨
ସାୟୁଜ୍ୟ -୧୯୨, ୧୯୮
ସାରୂପ୍ୟ -୧୯୮
ସାର୍ଷ୍ଟି- ୧୯୨
ସାବିତ୍ରୀ ପାହାଡ଼- ୩୯
ସାମ୍ଭବୀ ବିଦ୍ୟା - ୧୦୮
ସାରସ୍ୱତ ମଠ- ୧୦, ୫୨
ସିଦ୍ଧ ଦେହ- ୮
ସିଦ୍ଧାସନ -୧୪୬
ସୀତାରାମ ସରକାର -୨୧
ସୁଖ ନିମିତ୍ତ ଜୀବନ ଧାରଣ -୩୭
ସୁମେରୁ ଦାସ- ୪୯, ୫୦, ୧୫୯
ସିଦ୍ଧିଯୋଗ -୯୯
ସୁଷୁମ୍ନା -୬୪, ୬୫, ୬୬, ୧୭୫, ୧୭୬ ୨୧୨, ୨୧୬, ୨୨୬
ସୁଷୁମ୍ନାର ପବନ- ୨୨୪
ସୁଷୁମ୍ନା ଶ୍ୱାସଫଳ- ୨୨୬
ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ - ୨୨୪, ୨୩୦, ୨୪୧, ୨୪୩
ସୂର୍ଯ୍ୟନାଡ଼ୀ ମଣ୍ଡଳ -୮୧, ୧୮୦
ସେତୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ -୨୧୫
ସ୍ତୁତି -୧୨୪
ସୋମ ଚକ୍ର- ୮୬, ୧୬୩

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା

ସ ସୋଽହଂ- ୭୧, ୭୩, ୨୧୬
ସ୍ୱଃ- ୬୨
ସ୍ୱଧର୍ମ- ୧୪୦
ସଦାଶିବ - ୧୯୦
ସଦ୍‌ଗୁରୁ - ୩
ସ୍ୱରକଳ୍ପ -୨୨୨
ସ୍ୱରର ସ୍ୱାଭାବିକ ନିୟମ -୨୨୨
ସ୍ୱୀ କ'ଣ - ୧୨୭
ସ୍ୱରଶାସ୍ତ୍ର -୨୨୫
ସ୍ୱରଜ୍ଞାନ -୨୨୨
ସ୍ୱରୋଦୟ ଶାସ୍ତ୍ର-୭୧, ୧୦୭, ୧୫୦,୧୫୧, ୨୩୮,୨୪୦, ୨୫୫
ସ୍ୱସ୍ତିକାସନ -୧୪୭
ସ୍ୱୟମ୍ଭୂଲିଙ୍ଗ -୨୧୯
ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ -୯୬
ସ୍ୱାଦ ଫଳ -୨୫୩
ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର- ୬୪, ୮୦, ୧୫୦, ୧୬୨
ହ ହଂ ବୀଜ- ୭୧, ୭୨,୮୨, ୧୫୪
ହକାରାର୍ଦ୍ଧ - ୮୩
ହଠ ଯୋଗ -୧୦୩, ୧୦୪
ହଠ ଯୋଗ ପ୍ରଦୀପିକା -୫୭
ହରି- ୮୦
ହଂସ -୭୨, ୨୧୭
ହସ୍ତୀଜିହ୍ୱା ନାଡ଼ୀ -୬୫
ହଂସତତ୍ତ୍ୱ -୭୧, ୭୨
ହଂସପୀଠ - ୭୧, ୭୩

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା

ହ ହଂସାଚାର- ୭୦
ହାଙ୍ଗଂ- ୨୧, ୪୨
ହାନ - ୧୮୮
ହେତୁବାଦୀ - ୧୦୮
ହାକିନୀ -୮୩
ହାନୋପାୟ- ୧୮୮
ହିରଣ୍ମୟ କୋଷ ୮
ହିନ୍ଦୁଧର୍ମ- ୩୬, ୩୭
ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ଗୁଢ଼ରହସ୍ୟ- ୧୮୧
ହିନ୍ଦୁର ଜଡ଼ୋପାସନା- ୧୮୧
ହିନ୍ଦୁର ପୌତ୍ତଳିକତା- ୧୮୧
ହିନ୍ଦୁଶାସ୍ତ୍ର ୧୬୬
ହିମାଦ୍ରୌ ଧର୍ମଶାସ୍ତ୍ରମ୍ ୧୯୨
ହେମଲତା ଦାସୀ -୨୨
ହେୟ -୧୮୮
ହେୟହେତୁ - ୧୮୮
କ୍ଷ କ୍ଷୟପଥେ ଅଗ୍ରସର ଜାଣିବା ୨୫୫
ଳ ଲଂ ବୀଜ -୭୯, ୨୧୭
ଲଳନା ଚକ୍ର -୮୪, ୧୬୩
ଲଳିତ ମୋହନ ଘୋଷ -୨୨
ଲୟଯୋଗ -୧୦୪, ୧୬୨, ୧୬୩
ଲୟଯୋଗ ସାଧନ -୧୦୬
ଲୟଯୋଗ ସିଦ୍ଧି -୧୦୪, ୧୦୫
ଲୟ ସଙ୍କେତ -୧୬୩
ଲାକିନୀ -୮୧
ଲୌଲିକୀ - ୧୭, ୧୫୫

***