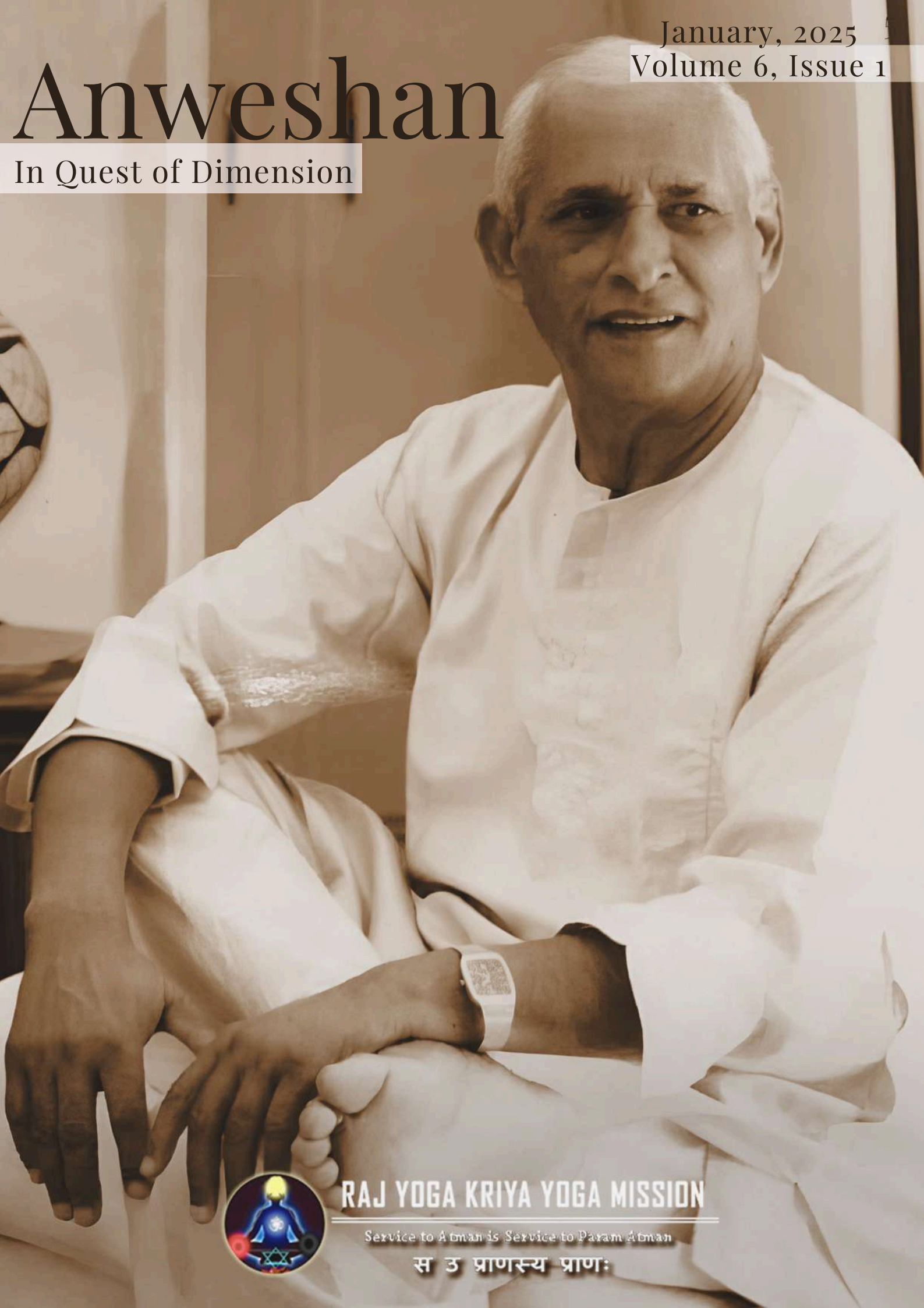


January, 2025
Volume 6, Issue 1

Anweshan

In Quest of Dimension



RAJ YOGA KRIYA YOGA MISSION

Service to Atman is Service to Param Atman

स उ प्राणस्य प्राणः

ANWESHAN

MOUTHPIECE OF RYKYM

Digital Edition Release Date: 4th January 2025

Volume – 6: Issue - 1

PUBLISHER:

RAJ YOGA KRIYA YOGA MISSION

401, S. R. K, Paramhansa Apartment.
6, Dargah Tala Ghat Lane. Post, Bhadrakali
Uttar Para, West Bengal 712232

Copyright © RAJ YOGA KRIYA YOGA MISSION

Website: www.rykym.org



সংঘ মাতা - SANGH MATA:

শ্রীমতী সুজাতা রায় (Srimati Sujata Ray)

সম্পাদক মণ্ডলী - EDITORIAL TEAM:

পাপিয়া চ্যাটার্জী (Papia Chatterjee)

সাকেত শ্রীবাস্তব (Saket Shrivastava)

সুদীপ চক্রবর্তী (Sudeep Chakravarty)

**গ্রাফিক্স ডিজাইন এবং আর্ট ওয়ার্ক –
GRAPHICS DESIGN AND
ARTWORK:**

দীপাঞ্জন দে (Dipanjan Dey)

সুজয় বিশ্বাস (Sujay Biswas)

অন্বেষণ

চতুর্দশ ডিজিটাল সংখ্যা

রাজযোগ - ক্রিয়াযোগ মিশন - এর মুখপত্র

ওঁ পূর্ণমদঃ পূর্ণমিদং পূর্ণাৎ পূর্ণমুদচ্যতে।
পূর্ণস্য পূর্ণমাদায় পূর্ণমেবাবশিষ্যতে।

ধ্যানমূলং গুরোরমুতি
পূজামূলং গুরুর পদং
মন্ত্রমূলং গুরোরব্যকং
মোক্ষমূলং গুরোরকৃপা

ওঁ

অখণ্ডমণ্ডলাকারং ব্যাপ্তং যেন চরাচরম্ ।
তত্পদং দর্শিতং যেন তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ ॥

ওঁ শান্তিঃ শান্তিঃ শান্তিঃ ॥



স উ প্রাণস্য প্রাণঃ
রাজযোগ ক্রিয়াযোগ মিশন



Like a magnet recognizing metal, Shri Maheswari Prasad Dubeyji instantly saw the inner potential of a young biochemistry scientist, Dr. Sudhin Ray, at SSKM Medical College. He told his disciples, "This boy will rise high and guide many in the future." At the time, the young scientist was unaware of his own destiny.

Called suddenly near a lift at SSKM PG Hospital, the young man turned to see a stout, wrestler-like figure. Yet, his eyes and forehead held something extraordinary. Before leaving, the man simply said, "We shall meet again," leaving the young scientist deeply surprised.



TABLE OF CONTENTS

Editorial	04	Awakening Fire (with Hindi Translation)	44
<i>(in English, Bangla and Hindi)</i>			
Guru-Shishya Katha	08	Not All Gods are Sympathetic	46
<i>by Gurudev Dr. Sudhin Ray</i>			
<i>(in English, Bangla and Hindi)</i>			



Articles in English

Embracing the Chaos (with Hindi Translation)	18
The Silence of Shivling	26
Shunya: The End or the Beginning	30
A Memorable Experience	33
From Struggle to Awakening	34
The Eternal Father	37
Why Kriya Yoga	40

Articles in Bangla (বাংলা)

ক্রিয়ার পথে বাধা	55
সাধক ও সাধনা	58
কেন আমরা ক্রিয়া যোগ করব?	60
উপলব্ধির আলোকে ক্রিয়াযোগ	69
কেশবানন্দ ব্রহ্মচারী (দ্বিতীয় পর্ব)	71



Events @ RYKM

Guru Purnima Celebration	15
Gurudev's Birthday Celebration	17
Kriya Diksha	23
Durga Puja Celebration	53

*প্রকাশিত লেখার বক্তব্য লেখকের নিজস্ব এবং এর কোনোওরূপ দায়িত্ব মিশন কর্তৃপক্ষের নয়।

*प्रकाशित आलेखों में व्यक्त किए गए विचार लेखक के बिजी हैं, तथा राज योग क्रिया योग मिशन उनके लेख के लिए किसी भी प्रकार से उत्तरदायी नहीं है

*Views, thoughts, and opinions expressed in the articles belong solely to the author, and not necessarily to the Raj Yoga Kriya Yoga Mission.



Editorial

Sanjay was narrating the events of Kurukshetra to Dhritarashtra, but this time, Dhritarashtra was startled. It was as though a bolt of lightning struck his body. In a trembling voice, he asked Sanjay, “What did Vasudeva Krishna say, Sanjay? I cannot grasp its meaning.”

Sanjay paused and, in a tone of astonishment, replied, “Your Majesty, even I am struggling to comprehend Krishna’s words. His declaration that there is nothing in this creation that is worthy of his action, and that there exists nothing in this universe that he cannot attain—such words can only be spoken by none other than Narayana himself.”

Hearing Sanjay’s words, Dhritarashtra’s heart sank. He realized that if Krishna himself is Narayana and stands with the Pandavas, then the Kauravas’ defeat is inevitable and preordained.

Lahiri Mahasaya has likened the human mind to Dhritarashtra. The mind, blind since birth, remains ensnared in the bonds of attachment to its cherished desires. Guru-like Krishna tirelessly endeavors to guide this mind onto the righteous path, but a mind bereft of wisdom ultimately meets only destruction.

However, the mind that surrenders to the Guru’s command and, through divine grace, attains discernment, begins to distinguish between what is truly beneficial (Shreya) and merely pleasurable (Preya). Upon gaining the insight symbolized by Sanjay’s divine vision, it realizes its true self and becomes liberated from the entanglements of worldly illusions.

Glory to Gurudev



মম্পাদকীয়

সঞ্জয় ধৃতরাষ্ট্রকে কুরুক্ষেত্রের সমস্ত ঘটনার বিবরণ শোনাচ্ছিলেন, কিন্তু এবার ধৃতরাষ্ট্র অবাক হয়ে গেলেন। তার শরীরে যেন বিদ্যুৎ খেলে গেল। কাঁপা কণ্ঠস্বরে তিনি সঞ্জয়কে জিজ্ঞাসা করলেন, "এই বাসুদেব শ্রীকৃষ্ণ কী বললেন, সঞ্জয়? এর অর্থ আমি কিছুতেই বুঝতে পারছি না।"

সঞ্জয় থেমে গেলেন এবং বিস্মিত স্বরে বললেন, "মহারাজ, আমিও শ্রীকৃষ্ণের কথার অর্থ বুঝতে অসুবিধায় পড়ছি। কৃষ্ণ বলেছেন যে এই সৃষ্টি জগতে কিছুই তার করার যোগ্য নয় এবং এখানে এমন কিছুই নেই যা তিনি অর্জন করতে পারেন না। এমন কথা তো কেবল স্বয়ং নারায়ণই বলতে পারেন।"

সঞ্জয়ের কথা শুনে ধৃতরাষ্ট্রের হৃদয় ভারাক্রান্ত হয়ে পড়ল। তিনি উপলব্ধি করলেন যে যদি কৃষ্ণ স্বয়ং নারায়ণ হয়ে থাকেন এবং পাণ্ডবদের পক্ষে থাকেন, তাহলে কৌরবদের পরাজয় পূর্বনির্ধারিত।

লাহিড়ী মহাশয় মানুষের মনকে ধৃতরাষ্ট্রের সাথে তুলনা করেছেন। মন, যা জন্ম থেকে অন্ধ এবং নিজের প্রিয় বিষয়ের মোহজালে আবদ্ধ। এই মনকে গুরুরূপী শ্রীকৃষ্ণ অজস্রবার সঠিক পথে আনার চেষ্টা করেন, কিন্তু বিবেকহীন মন শেষ পর্যন্ত ধ্বংসের পথেই অগ্রসর হয়।

যে মন গুরু-আজ্ঞায় থাকে এবং ভগবৎ কৃপায় বিবেকবান হয়ে ওঠে, সে তখন শ্রেয় ও প্রেয়-এর মধ্যকার পার্থক্য স্পষ্টভাবে বুঝতে পারে। সঞ্জয়রূপী দৃষ্টিশক্তি অর্জনের পর, সেই মন নিজ সত্তার দর্শন করে সংসারের প্রপঞ্চ থেকে মুক্তি লাভ করে।

জয় গুরু



संपादकीय

संजय धृतराष्ट्र को कुरुक्षेत्र की सारी घटनाओं का वृत्तांत सुना रहे थे, पर इस बार धृतराष्ट्र चौंक गए। उनके शरीर में जैसे बिजली कौंध गई। काँपते हुए कंठस्वर से उन्होंने संजय से पूछा, "यह वासुदेव कृष्ण ने क्या कहा, संजय? इसका पर्याय मैं समझ नहीं पा रहा।"

संजय रुके और आश्चर्यचकित स्वर में बोले, "महाराज, मुझे भी कृष्ण की बातों का अर्थ समझना कठिन हो रहा है। कृष्ण का यह कहना कि इस सृष्टि में कुछ भी मेरे करने योग्य नहीं है और इस सृष्टि में ऐसा कुछ भी विद्यमान नहीं है जिसे मैं प्राप्त न कर सकूँ—ऐसा तो केवल स्वयं नारायण ही कह सकते हैं।"

संजय की बातें सुनकर धृतराष्ट्र का हृदय बैठ गया। उन्हें यह आभास हो गया था कि यदि कृष्ण स्वयं नारायण हैं और पांडवों के पक्ष में हैं, तो कौरवों की हार तो पूर्वनिर्धारित ही है।

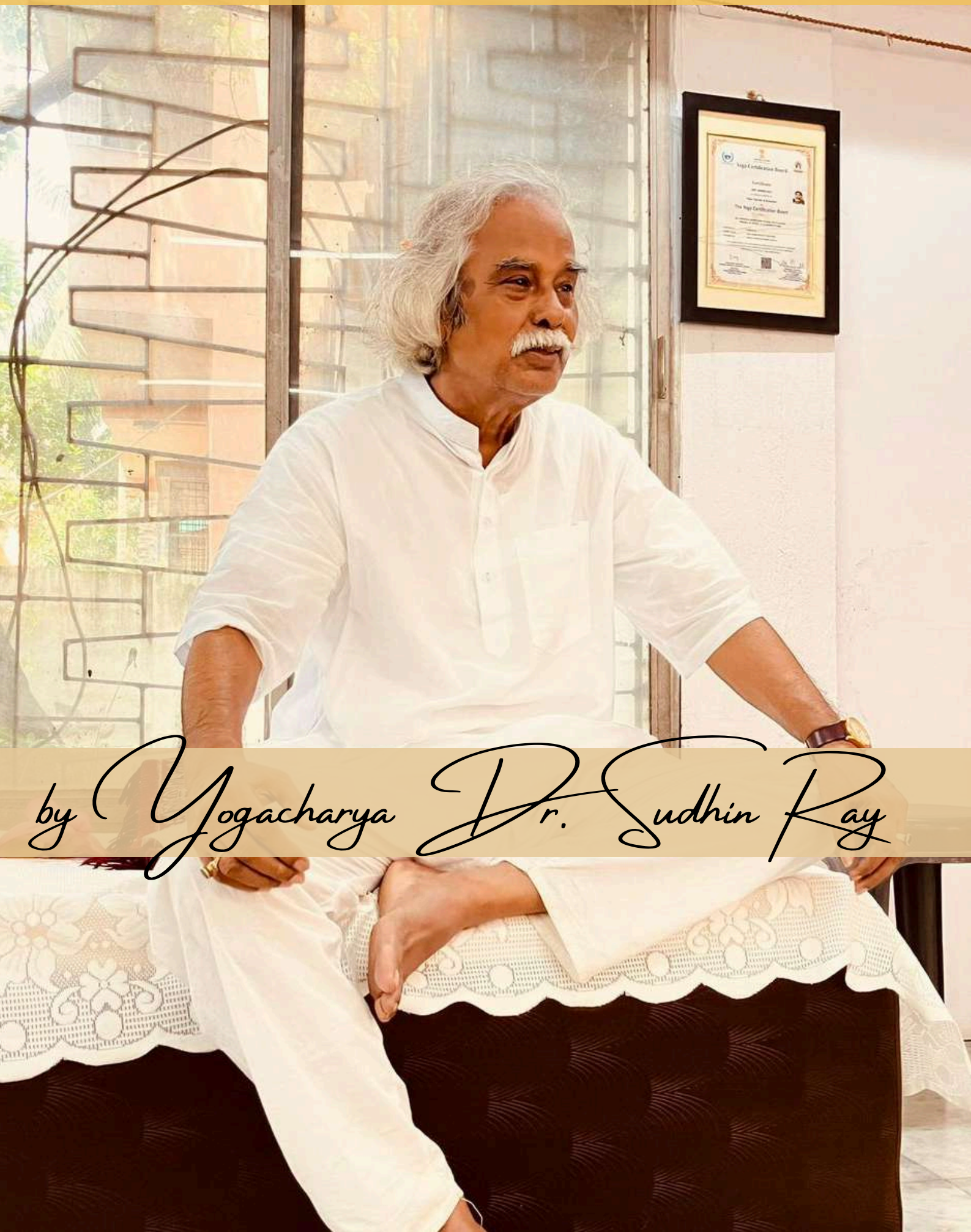
लाहिड़ी महाशय ने मानव मन को धृतराष्ट्र की संज्ञा दी है। मन, जो जन्म से अंधा है और अपने प्रेय विषयों के मोहपाश में जकड़ा हुआ है। इस मन को गुरु रूपी कृष्ण न जाने कितनी बार सही मार्ग पर लाने का प्रयास करते हैं, पर विवेकहीन मन अंत में केवल विनाश को प्राप्त होता है।

वही गुरु आज्ञा में रहने वाला मन, जब भगवत कृपा से विवेक की प्राप्ति करता है, तब उसे श्रेय और प्रेय में अंतर समझ में आ जाता है। संजय रूपी दिव्यदृष्टि प्राप्त होने के पश्चात वह निज स्वरूप का दर्शन कर संसार के प्रपंचों से मुक्त हो जाता है।

जय गुरु



॥ Guru sishya katha ॥



by *Yogacharya Dr. Sudhin Ray*

The game you have come to play in this world will inevitably involve tussles and challenges. But at the end of the game, when we return to our true home, these incidents no longer hold significance. Therefore, those who always remember their true home while performing their actions remain unaffected by the joys and sorrows, pleasures, and pains of the world. If one remains steadfast in the state of 'Kutastha' (unchanging consciousness) while performing their duties, no situation in the world can disturb their mind.

Remembering the Guru and constantly contemplating their teachings is the only way to liberation. Keep in mind, working while remembering the Guru not only ensures success but also liberates one from the consequences of actions. Do you know why? Because the Guru is always connected to that Supreme Being. Similarly, by remaining connected to the Guru tradition, a person becomes connected to God and remains unattached.

By constantly dwelling in body-consciousness, the mind becomes burdened with gross impressions. To rise above this state and bring the mind to a subtle level, experiencing the primordial vibration is essential. The grosser the mind, the farther it will be from the knowledge of the primordial vibration. In other words, the mind will descend from an aligned state to a degraded state. A degraded state signifies pride, ego, envy, and anger—these are all manifestations of ego. In such a state, the upward flow of thought ceases, and the knowledge is forgotten.

By continuously remembering the Guru, the path is automatically revealed, and one can remain firmly established in true understanding. Staying connected to the Guru, and progressing with faith and devotion, lightens the ego. As the ego becomes lighter, the mind begins to become subtle. When the mind rises above the Ajna chakra (third eye), it experiences bliss. However, if it falls back down, the ego takes hold again.

At every moment, we are engaged in some form of thought. These thoughts radiate into the ether around us. Someone might think, "Whatever I am thinking will remain unknown to others." This is their illusion. It is possible that not everyone becomes aware, but there are certain individuals who have knowledge of these thoughts. Hence, those who have come to realize the Supreme Being should strive to attain this understanding in due time.

By contemplating God, the density of the material world lightens. In such moments, these thought waves are captured, and great souls, akin to God, manifest and bestow their grace.

Living in the realm of the three gunas (modes of material nature), humans have fallen into bondage. However, there are some who are restless to know answers to questions like, "Who am I?" To such individuals, I say, if you wish to be free from this restlessness, you must become Guru-centered. This means being connected to Kriya and practice daily. Daily connection requires meditation and practice. If you learn the art of connecting to Him at every moment, no task will feel burdensome.

This is why Lahiri Baba instructed taking a vow with Haritaki (myrobalan) during Kriya initiation. If the vow is sincere, the grace of Hari (Supreme being) manifests through the Haritaki itself.

Meditation, devotion, contemplation, and chanting—what is suitable for whom can only be determined by the Guru. According to the law of vibrations, each individual's nature and vibratory patterns are unique. The vibration of the right individual reaches the Sadguru, and based on that, their spiritual practice is determined.

"As long as you perceive 'I am doing' or 'I am understanding,' you will remain under the influence of Mahamaya (great illusion). When the understanding of Yogamaya (divine illusion) and Mahamaya becomes one, only then will you attain liberation and reclaim the Brahmavidya (divine knowledge) that was already yours."

“গুরু-শিষ্য কথা”

- আচার্য্য শ্রী ডঃ সুধীন রায়

সংসার জীবনে যে খেলা খেলতে এসেছ, তার মধ্যে ঠোকাঠুকি, ঠেলাঠেলি আছে। কিন্তু খেলার শেষে বাড়ি ফিরে এসব আর মনে থাকে না। তাই সব সময় যদি বাড়ির কথা মনে রেখে যারা কাজ করে তাদের আর সংসারের সুখ, দুঃখ, আনন্দ, বেদনা এ সবার আর প্রভাব পড়ে না। সেই জন্য সংসারে কাজের মধ্যে 'কূটস্থে' থাকলে সংসারের কোন প্রভাব মনকে আন্দলিত করতে পারবে না।

গুরুদেবদের স্মরণ করে তাঁদের কথাগুলো ভাবতে থাকলে তবেই মুক্তি পাওয়া যায়। দেখ, গুরুকে স্মরণ করে কাজ করলে কাজে যেমন সফলতা আসে, তেমনি কর্মফল ভোগ করতে হয় না। কেন জানো? গুরু সবসময়ই তাঁর সঙ্গে যুক্ত থাকেন। এই ভাবে গুরু পরম্পরায় যুক্ত থাকার জন্য ভগবানের সাথে যুক্ত হয়ে নিরপেক্ষ হয়ে যায়।

দেখ, দেহবোধে থাকতে থাকতে মন স্থূল সংস্কারগত হয়ে যায়। এই অবস্থা থেকে উঠতে চাইলে, মন সূক্ষ্ম আনতে চাইলে আদি স্পন্দনের অনুভব দরকার। মন যত স্থূল হবে তত আদি স্পন্দনের জ্ঞান ভুলে যাবে। অর্থাৎ অনুগত থেকে তনুগত অবস্থায় চলে আসবে। তনুগত অবস্থা হল মান, অভিমান, বিদ্বেষ, রাগ। এ সবই হচ্ছে অমিত্বের প্রকাশ। তখন উর্ধ্বচিন্তার গতি বন্ধ হয়ে যায়, ফলে জ্ঞানের বিস্মরণ হয়।

গুরু স্মরণে থাকলে পথ আপনা থেকেই খুঁজে পাওয়া যায় ও সঠিক বোধে আসা যায়। গুরুর সঙ্গে যুক্ত থেকে আস্থা সহকারে, নিষ্ঠার সঙ্গে অগ্রসর হতে পারলে আমিত্ব বোধ হালকা হয়ে যাবে। হালকা হলেই মন সূক্ষ্ম হতে আরম্ভ করবে। এই ভাবে মন যখন আঞ্জা চক্রের উপরে উঠবে তখনই আনন্দ কি বোঝা যাবে। আবার নিচে নামলেই আমিত্ব ঘিরে ধরবে।

প্রত্যেক সময়ই আমরা কিছু না কিছু চিন্তা করি, সেই সব চিন্তা তরঙ্গায়িত হয়ে ইথারের মধ্যে দিয়ে চারিদিকে ছড়িয়ে পড়ে। একজন হয়ত ভাবে আমার এই চিন্তা কেউ জানতে পারে না। সবাই হয়তো বুঝতে পারে না, কিন্তু কেউ কেউ তা জানতে পারে। সেই জন্য যারা তাঁকে জানার জন্য এসেছে, সময় থাকতে থাকতে সেই বোধে আসার চেষ্টা করো।

ঈশ্বর চিন্তায় যুক্ত থাকলে সংসারের ঘনত্ব হালকা হয়ে যায় এবং তখন ওই চিন্তার স্পন্দন ধরে ভগবান সদৃশ মহাপুরুষগণ আসেন ও কৃপা করেন।

সংসারে মানুষ গুণময় রাজ্যে থাকার জন্য বদ্ধ হয়ে গেছে। আবার কারও কারও প্রাথমিক আমিকে জানার জন্য ভীষণ ছটফটানি হয়। তাঁদেরকে বলি ঐ অবস্থা থেকে মুক্ত হতে, চাইলে গুরুময় হতে হবে অর্থাৎ সাধনার সঙ্গে নিত্যযুক্ত হতে হবে। নিত্য যুক্ত হওয়ার জন্য দরকার সাধনা ও ধ্যান। প্রত্যেক মুহূর্ত তাঁর সঙ্গে যুক্ত হতে পারলে কোন কাজেই আর বিরক্তি আসবে না। তাই লাহিড়ী বাবা হরিতকী নিয়ে সংকল্প করতে বলেছেন। সংকল্প ঠিক হলে হরির কৃপা হরের মধ্যে দিয়েই আসবে।

সাধন, ভজন, ধ্যান, জপ কোনোটা কার জন্য দরকার সেটা তিনিই ঠিক করবেন। তরঙ্গের নীতি অনুযায়ী প্রত্যেক মানুষের তরাই তরঙ্গায়িত হওয়ার নিয়ম আলাদা। সঠিক তরঙ্গের মানুষের তরঙ্গ সদগুরুর কাছে ভেসে আসে। সেই অনুযায়ী সাধনার ধরনও ঠিক হয়।

যতদিন মনে হবে আমিই করছি, আমিই বুঝছি, ততদিন মহামায়ার বোধেই আছ। যখন যোগমায়ী ও মহামায়ার এই দুই বোধ এক হবে তখন তুমি মুক্ত ও ব্রহ্মবিদ্যার অধিকারী ছিলে ও থাকবে

“গুরু-শিষ্য কথা”

- আচার্য শ্রী ডॉ. সুধীন রায়

संसार में जिस खेल को खेलने आए हो, उसमें ठोंका-पीटी और धक्का-मुक्की तो होगी ही। लेकिन खेल के अंत में जब हम अपने घर लौटते हैं, तो इन बातों का ध्यान नहीं रहता। इसलिए जो लोग हर समय अपने वास्तविक घर की याद रखकर कर्म करते हैं, उन पर संसार के सुख-दुख, आनंद-दुःख आदि का प्रभाव नहीं पड़ता। यदि कार्य करते समय 'कूटस्थ' में रहा जाए, तो संसार की कोई भी परिस्थिति मन को विचलित नहीं कर पाएगी।

गुरुदेवों का स्मरण कर उनकी बातों का निरंतर मनन करने से ही मुक्ति संभव है। याद रखो, गुरु को स्मरण करते हुए कार्य करने से न केवल कार्य में सफलता मिलती है, बल्कि कर्मफल भी नहीं भोगना पड़ता। जानते हो क्यों? क्योंकि गुरु हमेशा उस परमात्मा के साथ जुड़े रहते हैं। इसी प्रकार, गुरु परंपरा से जुड़े रहने पर व्यक्ति भगवान से भी जुड़कर निर्लेप हो जाता है।

निरंतर शरीर-भाव में रहते-रहते मन स्थूल संस्कारों से ग्रसित हो जाता है। इस स्थिति से ऊपर उठने के लिए और मन को सूक्ष्म स्तर पर लाने के लिए आदि स्पंदन का अनुभव करना आवश्यक है। मन जितना स्थूल होगा, उतना ही आदि स्पंदन के ज्ञान से दूर होता जाएगा। यानी, मन अनुगत अवस्था से अवनत स्थिति में आ जाएगा। अवनत का अर्थ है मान, अभिमान, द्वेष, और क्रोध। ये सभी अहंकार की अभिव्यक्ति हैं। ऐसे में ऊर्ध्व चिंतन की गति रुक जाती है और ज्ञान का विस्मरण होता है।

गुरु को स्मरण करते रहने से पथ स्वतः प्रदर्शित होता है और सटीक बोध में स्थित हुआ जा सकता है। गुरु से जुड़े रहकर, आस्था और निष्ठा के साथ आगे बढ़ने पर अहंकार हल्का हो जाता है। जैसे ही अहंकार हल्का होता है, मन सूक्ष्म होने लगता है। जब मन आज्ञा चक्र से ऊपर उठेगा, तभी आनंद का अनुभव होगा। और जब यह नीचे गिरेगा, तो अहंकार फिर से घेर लेगा।

हर समय हम कुछ न कुछ चिंतन कर रहे होते हैं। ये विचार तरंगित होकर ईथर में चारों ओर फैलते हैं। कोई यदि यह सोचता है कि "मैं जो कुछ भी सोच रहा हूँ, किसी को पता नहीं चलेगा," तो यह उसका भ्रम है। हो सकता है, सबको इसका पता न चले, लेकिन कुछ ऐसे लोग हैं, जिन्हें इसका ज्ञान रहता है। इसलिए जो लोग ब्रह्म को जानने आए हैं, उन्हें समय रहते इस बोध को प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए।

ईश्वर-चिंतन करने से संसार का घनत्व हल्का हो जाता है। ऐसे में, इन विचारों की तरंगें पकड़कर भगवान के सदृश महापुरुष प्रकट होकर कृपा करते हैं।

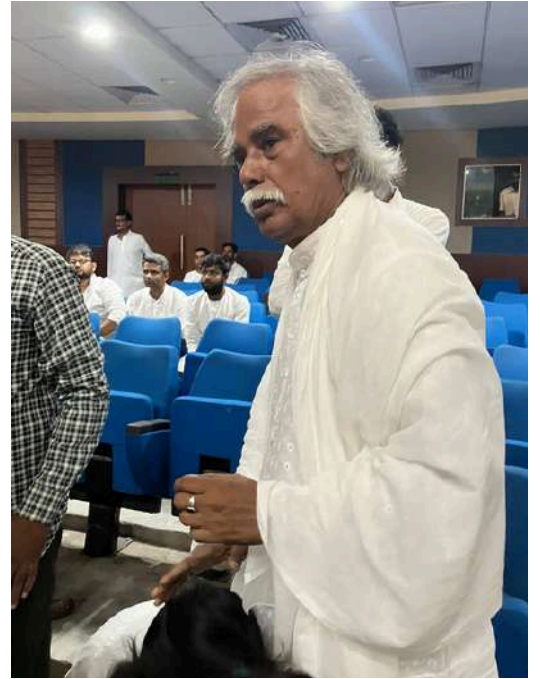
संसार में मनुष्य गुणमय राज्य में रहते-रहते बंधन में पड़ गया है। लेकिन कुछ लोग ऐसे भी हैं जो "मैं कौन हूँ?" जैसे प्रश्नों का उत्तर जानने के लिए बेचैन रहते हैं। मैं उन्हें कहता हूँ कि यदि तुम्हें इस बेचैनी से मुक्त होना है, तो गुरुमय होना होगा। यानी साधना और ध्यान से नित्य जुड़ना होगा। नित्य जुड़ने के लिए साधना और ध्यान की आवश्यकता है। यदि हर पल उनसे जुड़ जाने की कला सीख ली, तो किसी भी काम को करने में खिन्नता नहीं आएगी।

इसी कारण लाहिड़ी बाबा ने क्रिया दीक्षा के समय हरड़ लेकर संकल्प करने को कहा है। संकल्प सही हो, तो हरि की कृपा हर के माध्यम से ही प्रकट होगी।

साधना, भजन, ध्यान और जप - किसके लिए क्या उपयुक्त होगा, यह गुरु ही तय करेंगे। तरंगों के नियम के अनुसार, हर व्यक्ति की प्रकृति और तरंगित होने का नियम अलग होता है। सही तरंग वाले व्यक्ति की तरंग सद्गुरु तक पहुंचती है, और उसी के अनुसार उसकी साधना का स्वरूप भी तय होता है।

"मैं कर रहा हूं," "मैं समझ रहा हूं," जब तक इसकी प्रतीति रहेगी, तब तक महामाया के प्रभाव में ही रहोगे। जब योगमाया और महामाया का बोध एक ही जाएगा, तभी तुम मुक्त होगे और ब्रह्मविद्या के अधिकारी, जो तुम पहले से ही थे, उसे प्राप्त कर लोगे।





Guru Purnima Celebration @RYKYM 21st July, 2024

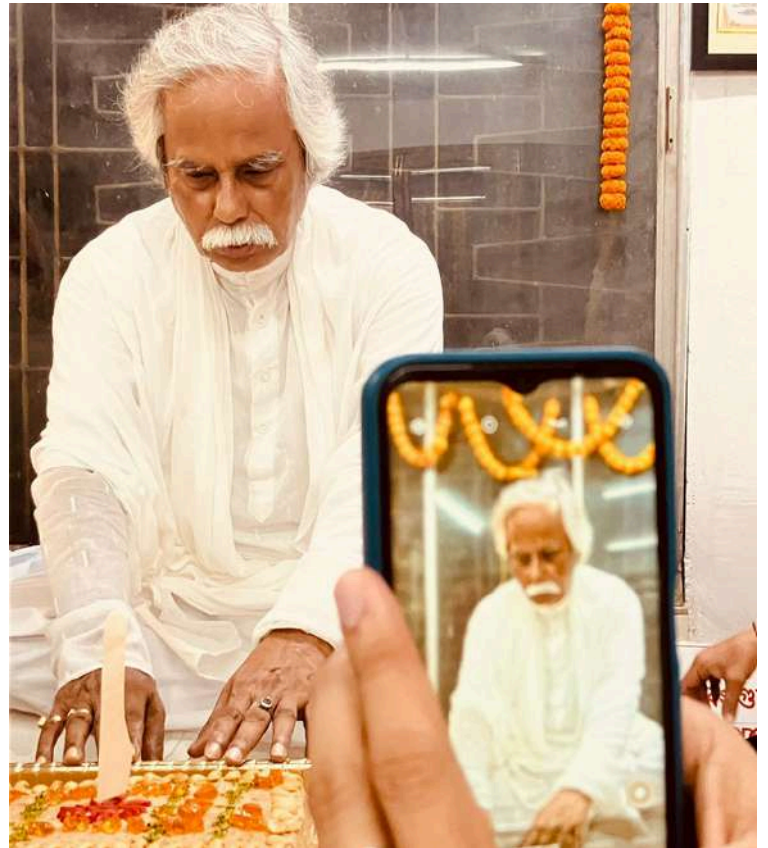




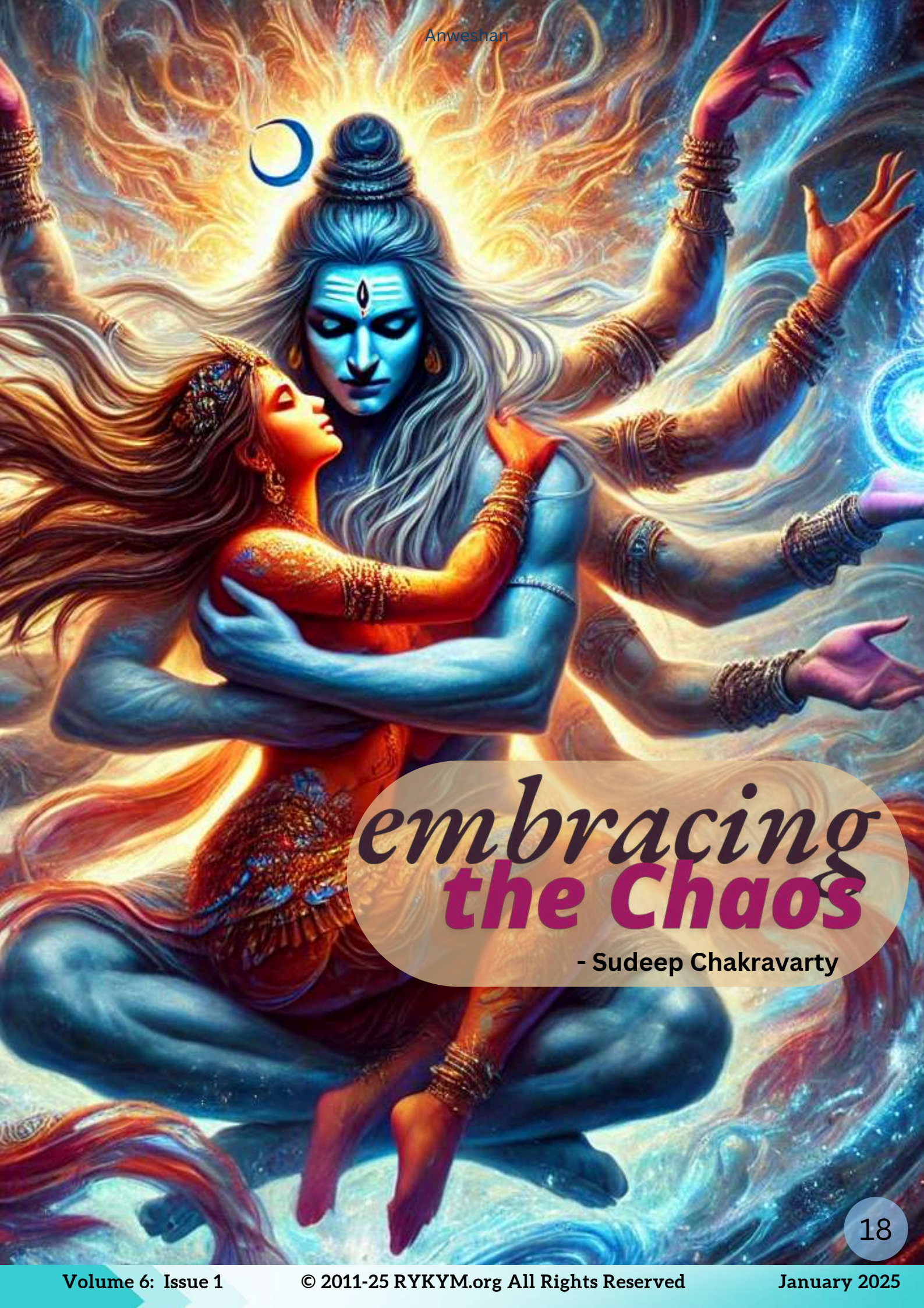
Guru Purnima Celebration @RYKYM 21st July, 2024



“Gurudev’s Birthday Celebration, RYKYM @2024”



Event celebrated on 20th August 2024



embracing the Chaos

- Sudeep Chakravarty

The question – “I cannot practice Kriya; the entanglements of the world are too overwhelming to explain” – is one that arises at some point in the life of every Kriyavan and tends to resurface periodically.

I have a one-year-old son who picks up objects around the house and throws them wherever he pleases. As soon as he enters a room, he turns everything upside down in his own way. It often feels nearly impossible to work peacefully when he is around. Anger sometimes arises, especially when he breaks something valuable. Yet scolding or reasoning with him seems fruitless.

Prakriti (nature) is much the same—beautiful yet restless, always unpredictable. Its play is endless—sometimes creating, sometimes nurturing like a mother, and at other times, destroying everything in a dance of devastation. No one can foresee its next move.

Just as it is challenging to control a child, prakriti too is beyond control. We see news reports and stories of innocent children and the elderly suffering and dying in wars and accidents, and we question why God does not intervene.

In truth, this is not God’s work; it is prakriti’s role, compelling beings to endure the consequences of their karma (actions).

This naturally raises the question: *why is prakriti's nature this way?*

Enlightened beings explain that prakriti’s entire purpose is to draw the attention of the **Purusha (consciousness)**. Amidst prakriti’s upheavals, the Purusha remains unaffected, simply observing.

It does not interfere because prakriti is fulfilling its duty. According to Sankhya philosophy, prakriti is wholly independent, while Vedanta considers it subordinate to the Purusha. Regardless of interpretation, both prakriti and Purusha are infinite and eternal. Various schools of thought have emerged on this topic, such as the Shakta sects, which revere prakriti as supreme, and the Shaiva sects, which regard Purusha as superior.

However, a true seeker does not become entangled in these debates. **They honor prakriti as the mother and Purusha as the father.** Debating the relative greatness of parents is pointless. Upon deeper reflection, one realizes that both mother and father share equal love and respect for each other. So why create division?

Just as a mother sacrifices everything to nurture her children and support the father's duties, prakriti nurtures the **samskaras (impressions)** of living beings, paving the way for their progress. When divine grace enlightens a being's wisdom, they can discern which samskaras are beneficial and which need to be discarded.

Discrimination (Viveka) is the force of the Supreme that enables the seeker to choose what supports their spiritual journey and what binds them in the cycle of **illusion (Maya)**.

In Kriya Yoga practice, the goal is to elevate the energy from the Muladhara (root) chakra to the Sahasrara (crown) chakra through pranayama. This is the essence of the practice. As the energy rises, it blesses the practitioner, rewarding their efforts. Consequently, they may acquire various siddhis (powers). However, if they become attached to these siddhis and stagnate, the energy also becomes stuck at a particular chakra.

In such a scenario, the same motherly force, once pleased with the practitioner's sincere efforts to raise the energy to the supreme father, may bring about a downfall if it sees that the seeker is distracted by powers and straying from their spiritual path. This serves as a reminder that clinging to such things is not worthwhile.

If, by the grace of the Guru, the practitioner understands this and resumes their practice, prakriti acknowledges their potential and may grant them powers once again. This time, if the practitioner remains vigilant, they continue to rise, ultimately bringing the energy to the Sahasrara. There, they receive the blessings of both the mother and the father, attain self-realization, and achieve liberation.

Hindi Translation

“क्रिया नहीं कर पाता, संसार के इतने झंझट हैं कि क्या बताऊँ”

यह प्रश्न हम सभी क्रियावानों के जीवन में किसी न किसी पड़ाव पर अवश्य उठता है और बार-बार उठता भी रहेगा।

देखिए, मेरा बेटा अभी एक साल का है। वह घर की चीजों को उठाकर फेंकता रहता है। जैसे ही किसी कमरे में प्रवेश करता है, अपनी धुन में सब कुछ उलट-पुलट कर देता है। उसके आसपास रहते हुए शांत मन से कोई काम करना लगभग असंभव लगता है। कभी-कभी क्रोध भी आता है, खासकर जब वह कोई महंगी चीज़ तोड़ देता है। लेकिन उसे डांटना या समझाना व्यर्थ ही प्रतीत होता है।

प्रकृति भी कुछ ऐसी ही है – सुंदर और चंचल, लेकिन हर समय अप्रत्याशित। उसकी लीला सतत चलती रहती है – कभी सृजन करती है, कभी माँ की तरह दुलार देती है, और कभी प्रलय का तांडव कर सब कुछ नष्ट कर देती है। वह कब क्या करेगी, इसका अनुमान लगाना असंभव है।

जैसे एक छोटे बच्चे को नियंत्रित करना कठिन है, वैसे ही प्रकृति को भी नियंत्रित करना नामुमकिन है। हम समाचारों में देखते हैं कि युद्धों में निर्दोष बच्चे और अशक्त वृद्ध मारे जाते हैं। तब यह प्रश्न उठता है कि भगवान उनकी मदद क्यों नहीं करते।

वास्तव में, यह भगवान का कार्य नहीं है। यह प्रकृति का दायित्व है, जो जीव को उसके कर्मों का फल भोगने के लिए बाध्य करती है।

प्रकृति का स्वभाव ऐसा क्यों है?

तत्वदर्शियों का मानना है कि प्रकृति का यह सारा खेल पुरुष का ध्यान अपनी ओर आकर्षित करने के लिए होता है। प्रकृति के उत्थल-पुथल में पुरुष निर्विकार भाव से उसके कृत्यों को देखता है। वह इनमें हस्तक्षेप नहीं करता, क्योंकि प्रकृति अपना कार्य कर रही होती है।

सांख्य दर्शन के अनुसार, प्रकृति पूर्णतया स्वतंत्र है, जबकि वेदांत इसे पुरुष के अधीन मानता है। चाहे जो भी हो, प्रकृति और पुरुष दोनों अनंत और अनादि हैं। इन दोनों में कौन श्रेष्ठ है, इस पर कई मत और पंथ विकसित हुए हैं, जैसे शाक्त पंथ, जो प्रकृति को सर्वोच्च मानता है, और शैव पंथ, जो पुरुष को श्रेष्ठ मानता है।

परंतु एक सच्चा साधक इन तर्क-वितर्कों में नहीं उलझता। वह प्रकृति को माँ और पुरुष को पिता के रूप में श्रद्धा करता है। माँ-बाप में कौन बड़ा और कौन छोटा है, यह तय करना मूर्खता है। गहराई से सोचें, तो पाएँगे कि माँ और पिता दोनों एक-दूसरे के लिए समान श्रद्धा और प्रेम रखते हैं। फिर भेदभाव कैसा?

जैसे माँ अपना सब कुछ त्यागकर बच्चों का लालन-पालन करती है और पिता का सहयोग करती है, वैसे ही प्रकृति भी जीव के संस्कारों का पोषण कर उसके आगे बढ़ने का मार्ग प्रशस्त करती है। जब परमात्मा की कृपा से जीव में विवेक का प्रकाश होता है, तब वह पहचान पाता है कि कौन-सा संस्कार उसके हित में है और किसका त्याग आवश्यक है।

विवेक की भूमिका

विवेक परम पुरुष की वह शक्ति है जिससे साधक चुन सकता है कि कौन-सी वस्तु, भावना या अनुभव उसकी साधना में सहायक है और कौन उसे माया के बंधन में जकड़ने का प्रयास कर रहा है।

साधना का मुख्य उद्देश्य

क्रियायोग की साधना का मुख्य उद्देश्य यह है कि मूलाधार में स्थित शक्ति को प्राणायाम के माध्यम से सहस्रार तक ले जाया जाए। इस प्रक्रिया में जैसे-जैसे शक्ति ऊपर उठती है, वह साधक को वरदान देती है और उसके प्रयासों को आशीर्वादित करती है।

इस साधना से विभिन्न सिद्धियाँ प्राप्त हो सकती हैं। लेकिन यदि साधक इन सिद्धियों में उलझकर वहीं रुक जाए, तो शक्ति किसी न किसी चक्र में अटक जाती है।

ऐसी स्थिति में वही मातृशक्ति, जो पहले साधक के प्रयास से प्रसन्न थी, यदि देखती है कि साधक अपने पथ से भटक गया है और सिद्धियों में फँस गया है, तो उसे फिर नीचे गिरा देती है। यह साधक को यह समझाने के लिए होता है कि वह जिस चीज़ में उलझा है, वह साधना के लक्ष्य के लिए उपयुक्त नहीं है।

यदि गुरु की कृपा से साधक इस स्थिति को समझ जाता है और पुनः साधना प्रारंभ करता है, तो प्रकृति उसकी योग्यता को पहचानकर उसे फिर से सिद्धियाँ प्रदान कर सकती है। लेकिन इस बार यदि साधक सतर्क रहता है, तो वह इन सिद्धियों में नहीं उलझता और चक्र दर चक्र ऊपर उठते हुए अंततः सहस्रार तक पहुँच जाता है।

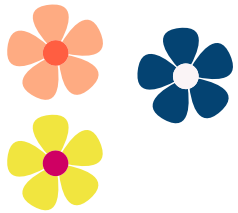
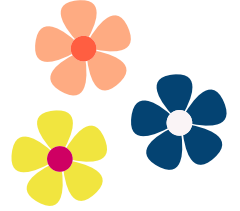
तब उसे माता और पिता दोनों का आशीर्वाद प्राप्त होता है। वह अपने स्वरूप का ज्ञान प्राप्त कर मुक्ति को प्राप्त कर लेता है।



KRIYA DIKSHA



11th August 2024



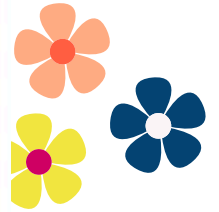
15th September 2024



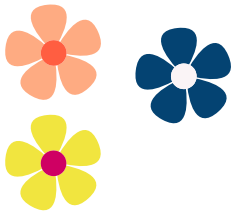
KRIYA DIKSHA



20th October, 2024



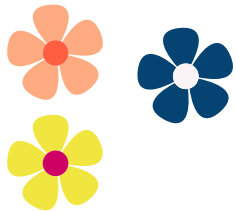
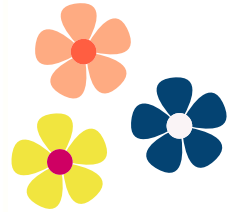
27th October, 2024



KRIYA DIKSHA



17th November, 2024



22nd December, 2024



A stone Shivalinga stands in the center of a snowy mountain landscape. The Shivalinga is dark and has a white 'U' symbol with three vertical lines inside. It is surrounded by snow and has icicles hanging from its base. In the background, there are snow-capped mountains and a valley. The sky is a mix of blue and white, suggesting a bright, cold day.

The Silence of Shivling

- Shivi Mishra

Panting heavily, I realized I had finally completed the grueling 2-km steep ascent. For a moment, my breath stopped, not from exhaustion but from sheer awe. Before me stood Mt. Shivling, a majestic mountain over 6,500 meters high, towering over Tapovan at 4,460 meters. The sight was overwhelming, yet it brought an unexpected silence within. What I expected to be a moment of brilliance and awe transformed into an inexplicable stillness. As I walked toward our campsite, the view of Shivling became clearer, its towering presence growing with every step. From an outsider's perspective, the walk might have appeared dramatic—almost as dramatic as the mountain itself. Reaching the campsite at the mountain's base, I looked up. The towering Shivling cast a shadow over everything—inside and out. The skies above were clear, and my mind was even clearer. Everything in me was blank.

Turning around, I saw the Bhagirathi Sisters on one side and Mt. Meru on the other. I stood there in Tapovan, a sacred forest for penance, feeling a quiet reverence.

We arrived during a full moon night. After an evening of wild winds, the silence of the night descended. Snow flurries began to fall, covering the ground and tents in a glittering layer. Amidst this sparkling landscape, Shivling glowed under the moonlight. Clouds drifted in and out, revealing and concealing the mountain and the Bhagirathi Sisters, which stood like celestial beings. All I could do was stare in awe and shiver in the bitter cold of -11°C.

Now, as I write, I find a comparison forming in my mind: Shivling was like my inner consciousness, and the clouds were my thoughts. This place held the answers to why yogis and sadhus meditate here. For someone even remotely connected to inner silence, Tapovan offered nothing else but stillness. Shivling's presence absorbed the remaining flickers of mental movement within me. Silence was the only possibility.

It wasn't until I returned to Gangotri that I realized the trek had instilled a profound sense of natural silence within me. Throughout the journey, I barely thought about anything. The occasional thoughts that did arise—about the cold, exhaustion, or self-doubt—were fleeting and rare. Most of the time, there was only silence. Even when thoughts did surface, silencing them felt effortless.

Before the trek began, I had resolved not to judge anything and to merely observe. Often, such resolutions require effort and force to maintain, but on this trek, it felt effortless—a state of actionless action.

This silence, coupled with the absence of extreme emotions, has stayed with me even after returning to the plains. It has been a week now, and I find myself observing life without the need for commentary or analysis. My inner landscape feels like Tapovan itself—thoughts come and go, but none linger long enough to disturb the stillness.

I wondered why I didn't experience the awe or excitement I had felt on earlier trips to the Himalayas. Seeing the Ganga emerge from one of the largest glaciers in the range was a profound sight, yet I felt no exhilaration. I simply stood there, captivated, unable to look away, as if hypnotized by a force greater than myself. This lack of excitement felt like standing on the edge of something profound, though I couldn't grasp what it was.

Reflecting on Shivling, I see its presence mirrored in my own name—a serendipity I can only feel grateful for. The timing, the decision, the location—it all feels like divine grace.

I have been meditating seriously for six years, with an additional two years of sporadic practice before that. In February 2024, I was initiated into Kriya Yoga by Guru Sudhin Ray. There were no dramatic experiences, no visions, no halos—just initiation and a return to my everyday life in Bengaluru. I began practicing twice daily, and even now, in October 2024, I have had no visions or extraordinary experiences. I lack devotion and faith, yet I practice diligently.

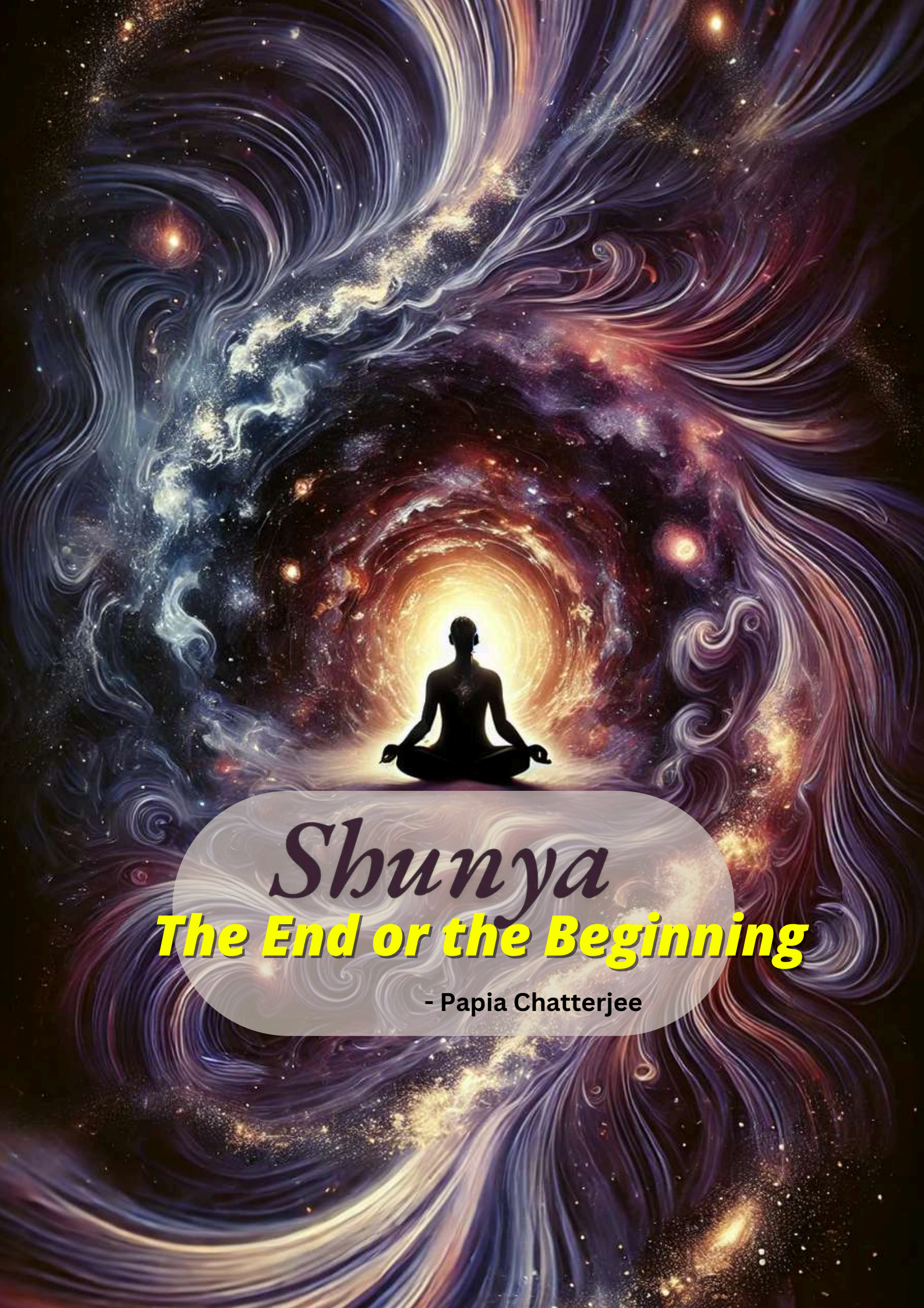
At times, I would write to Guruji, asking how to develop devotion, what grace looks like, or why I wasn't seeing lights or divine experiences. His response was always the same: "Keep practicing and use your vivek (discrimination)." When I asked how to develop vivek, his reply was simply: "Keep practicing." I followed his advice, and while there are still no visions, I have undoubtedly found grace.

Since March, my personal life has been in turmoil. I faced weeks of profound challenges—periods of lows that forced me to confront unresolved issues, difficult conversations, and truths I had been avoiding for years. Each time I paused to reflect, I found myself thanking the circumstances for bringing these crises to light. Whether it was age, maturity, or the influence of my practice, it felt like grace—Guru's grace.

The Gaumukh-Tapovan trek was another unexpected event. Initially, I had planned a different, more challenging trek, but due to indecision and time constraints, I settled on Gaumukh-Tapovan just two months before the trip. Witnessing the sacred grandeur of Mt. Shivling was neither exhilarating nor thrilling—it was humbling and necessary.

Am I still devotionless? Yes. Do I lack faith? Absolutely. Will I continue practicing? Without a doubt. Was this all Guru's and Kriya's grace? I wish to believe it is.





Shunya
The End or the Beginning

- Papia Chatterjee

In the material world that we all live in, the term Shunya or Zero as we call it in English has an extremely negative connotation, and there would be hardly any person who wants to be associated with Zero in any form in their life. The word Shunya loosely translates to 'nothing', 'void', or 'empty'. However, a deeper thought brings forth a distinct perspective to the forefront. Factually, Shunya is an important and a profound word in our life. It symbolizes the cyclical nature of existence, where creation emerges from the void and returns to it.

If we try to dig the origin of this word, etymologically, its roots can be traced back to the Proto-Indo-European word 'kowH', which means 'hollow'. In Mathematics, Shunya is the origin of the concept of zero, whose earliest recorded use is found in the works of Brahmagupta in the 7th century CE. It is an important concept not only in Mathematics but has an even deeper significance in different Indian philosophies.

In the Indian spiritual context, Shunya holds a deep meaning. Often translated as 'emptiness' or 'zero', it embodies both a philosophical and a metaphysical dimension and is a mystical representation of consciousness. For an ordinary worldly individual, Shunya may mean nothing; but for an illumined wise person, Shunya is a supreme thought and an ultimate state to be in.

In kriya yoga, the state of Shunya or 'nothingness' is eventually the highest state of meditation. All kriyavans aspire to reach that condition and experience the state of samadhi where all existence is interconnected.

Let us see few of the philosophies or areas where the concept of Shunya holds great weightage.

Advait Vedanta: Focusing on one of the oldest religions of this world - Sanatan Dharma, Advait Vedanta stands as one of its most important philosophies.

A believer of this philosophy considers the state of Shunya as a particularly important concept. At the core of Advait Vedanta lies a paradox – the state of Shunya or emptiness, which is far from being a void in the conventional sense. This Shunya is actually the silent witness and the very fabric of the 'Nirguna Brahman' or the formless Absolute. Advaita Vedanta teaches that the ultimate reality lies beyond the dualities of being and non-being, form and the formless. In this light, Shunya becomes a symbol of the Absolute—the formless void that is the ultimate object for us to search for, on our path to spirituality.

Yoga: In the yogic practice, the voidness or Shunyata refers to a state of deep stillness and silence. It is achieved through practices like Pranayama and Dhyana, guiding one beyond thoughts and ego to merge with the universal consciousness.

Buddhism: Focusing a bit on Buddhism, it found its origin in India. This religion has a special place for Shunya in its Madhyamaka philosophy, where Shunyata is a central doctrine. As per this Buddhist philosophy, everything exists in relation to other factors. Recognizing this emptiness reveals the path to liberation from suffering and leads to Nirvana. Emptiness, therefore, holds the key to understanding the impermanent and interdependent nature of all things.

Conclusion

Shunya is far from being mere 'nothingness'. It is the silence or the supreme consciousness from which all creation emerges and to which it ultimately returns. It is not just a concept but an experience that reveals the path to our highest spiritual potential, embodying ultimate freedom and leading us to the deep realization of our true nature.



" A memorable experience. "

- Anurag Saha



Jai Gurudev.

Months before initiation, I used to practice a meditation technique, the technique was sitting straight, looking straight ahead at an object and dilating the pupils of the eyes by being aware of the ends of the peripheral vision. This is a fairly popular technique in meditation/kriya circles. This technique when done properly makes everything visible, completely flat and 2D. There is no depth perception. Everything looks like a 2D horizontal landscape painting. This effect is also fairly well known in kriya/meditation circles.

The experience I've had is something I have not yet seen/ heard anyone talk about online or in person. This happens after the 2D effect. Everything visible to the eye which looks like a 2D painting turns into a "sphere/globe" and is surrounded by blackness, and the sphere slowly recedes away. It is hard to describe, but the effect is similar to a "fish-cam effect".

My theory of what is happening is that the pupils are extremely dilated and the "consciousness" starts receding back via the optic nerves back into the brain, which makes the "sphere/globe" look like it's going away. This happened for a few seconds and stopped. Below is an example of what the "globe/sphere" looks like.



A man with a beard and hair in a bun is sitting on a sandy beach in a meditative pose, looking out at the ocean during a sunset. The sun is low on the horizon, creating a golden glow over the water and sky. The man is wearing a dark, long-sleeved shirt. The overall mood is peaceful and contemplative.

From Struggle **to Awakening**

My Journey after sacred Kriya Yoga initiation

- Hemant

I am but a speck of dust at the feet of my beloved Guruji, penning this down as Nirupam Ji kindly suggested.

A little over a year ago, I found myself struggling both physically and mentally. My energy felt depleted due to chronic health issues, and despite my determination to overcome these challenges, my body seemed frail and burdened. Sinus problems, asthma, and other ailments weighed me down. My mind, restless and clouded, yearned for a deeper spiritual connection but felt unsure of the path forward.

In this time of hardship, a profound blessing entered my life: I was initiated into Kriya Yoga. Guided by my Guruji's wisdom and grace, I began my practice, and for the first time, I glimpsed the spiritual eye. That fleeting yet awe-inspiring moment—seeing the inner cosmos—touched my soul in ways beyond words. It marked the beginning of a sacred journey.

As I committed to my practice, I began experiencing changes that I can only attribute to my Guru's blessings and the transformative power of Kriya Yoga. My physical sensations began to shift. During meditation, I often felt an intense lightness, as if my body were no longer constrained by its usual limitations. Initially, some experiences, like pressure in my chest and a sensation of heat, were unsettling—even frightening. But with my Guru's guidance and inspiration, I came to understand these as movements of energy, gently urging me to overcome my fears.

Over time, subtle yet profound transformations began to unfold. During some meditations, my neck would rotate on its own, leaving me filled with peace and joy. On occasion, I would awaken at dawn, even after a late night, as if an invisible hand were gently guiding me back to my practice. My once-restless mind found a stillness I had never known before. Though moments of bliss were not constant, and challenges arose along the way, I always felt the steady presence of my Guru guiding me.

The journey, however, was not without its tests. Early on, I felt the pressure to perfect my practice, to give all of myself to my sadhana. On some days, the light at the Kuthastha—the point between the eyebrows—would fade, and I would feel discouraged.

Yet these moments taught me invaluable lessons in patience and surrender. My Guru reminded me that true progress in Kriya comes not through force but through devotion and faith.

As my practice deepened, so did my inner peace. The light at the Kuthastha grew brighter, and I began to sense the divine presence of Lahiri Mahasaya guiding me in moments of stillness. My heart overflowed with gratitude, and I felt as though I was being gently led down a path destined to transform my life forever.

Perhaps the most beautiful transformation has been in my heart. Kriya Yoga has filled me with a love that radiates into my relationships and interactions. Where I once felt reserved or even irritable, I now feel genuine compassion for those around me. Friends, family, and colleagues have remarked on the changes they see, saying that my presence uplifts their spirits. This, I believe, is the true grace of Kriya: a blossoming of compassion and joy that extends far beyond oneself.

Although I still face physical challenges, I no longer see them as obstacles. Instead, I view them as opportunities to cultivate willpower and resilience. My Guru's blessings have given me strength, inspiring me to persevere. There are days when my asthma or allergies make meditation difficult, yet I've learned that the peace I find through Kriya transcends these physical limitations. With faith and surrender, I know I am supported.

As I reflect on this past year, my heart swells with gratitude—for my Guru, for this sacred path, and for the gift of Kriya Yoga. I am still new to this journey, learning more each day, yet I feel closer to the Divine than ever before. My struggles no longer weigh me down; instead, I am carried by an eternal presence and a light that now shines within me.

Jai Gurudev!





*The eternal
father*

is our Guru baba

- Mitali Banerjee

C.M.C.

115/1, Palas Sarani, Bhadrak
Phone : (033) 2663 0791, Mobile

VISITING DO

DR. MILAN K. CHA

MD (Cal.), DCH DLO (London), F
ENT Head & Ne
Sunday : 12

DR. PROF. V

DIP, CARD
Cardi
Thursday

DR. S

MBB
Consulta
Wedn

DR. SW

S.S

My mortal journey in this lifetime began in October 1971. Born to parents who were both army officers, I led a very protected life. I am truly blessed to have experienced the best of everything. My parents, especially my father, were my friends, philosophers, and guides.

But life has a way of surprising you.

Ten years ago, I lost both my parents within five months of each other. My world collapsed. The frame that held my life together shattered before my eyes, and I could do nothing to stop it.

As the famous poet **Rumi** said, *“The wailing of the broken heart is a doorway to God.”* And so, my journey of introspection and spirituality began. The grief I carried transformed into a yearning—a deep desire of the soul to know God.

I started revisiting spiritual books that I had once set aside because I couldn't comprehend them. One such book was *Autobiography of a Yogi*. This time, it resonated with me and made sense in ways it never had before.

My quest for a true Guru intensified, and this longing eventually brought me to Gurubaba, Dr. Sudhin Ray.

On the blessed day of **15th September 2024**, I was initiated by him. The initiation created a bond I had yearned for—a bond akin to having a father, a philosopher, and a guide. Someone I could look up to. A protector and a mentor.

Through the practice of Kriya Yoga, I have felt his presence at every step. He is not just my Guru; he is my eternal father. No longer do I feel like an orphan. Gurubaba's grace and blessings are with me always.

I offer my heartfelt gratitude and humble prostrations to him.

I also thank Indrani Mitra from the depths of my heart for introducing me to Gurubaba. My gratitude extends to Dr. Munmun Saha, who has supported me in this journey. She too has benefited greatly from Kriya Yoga, with her medical conditions showing remarkable improvement.

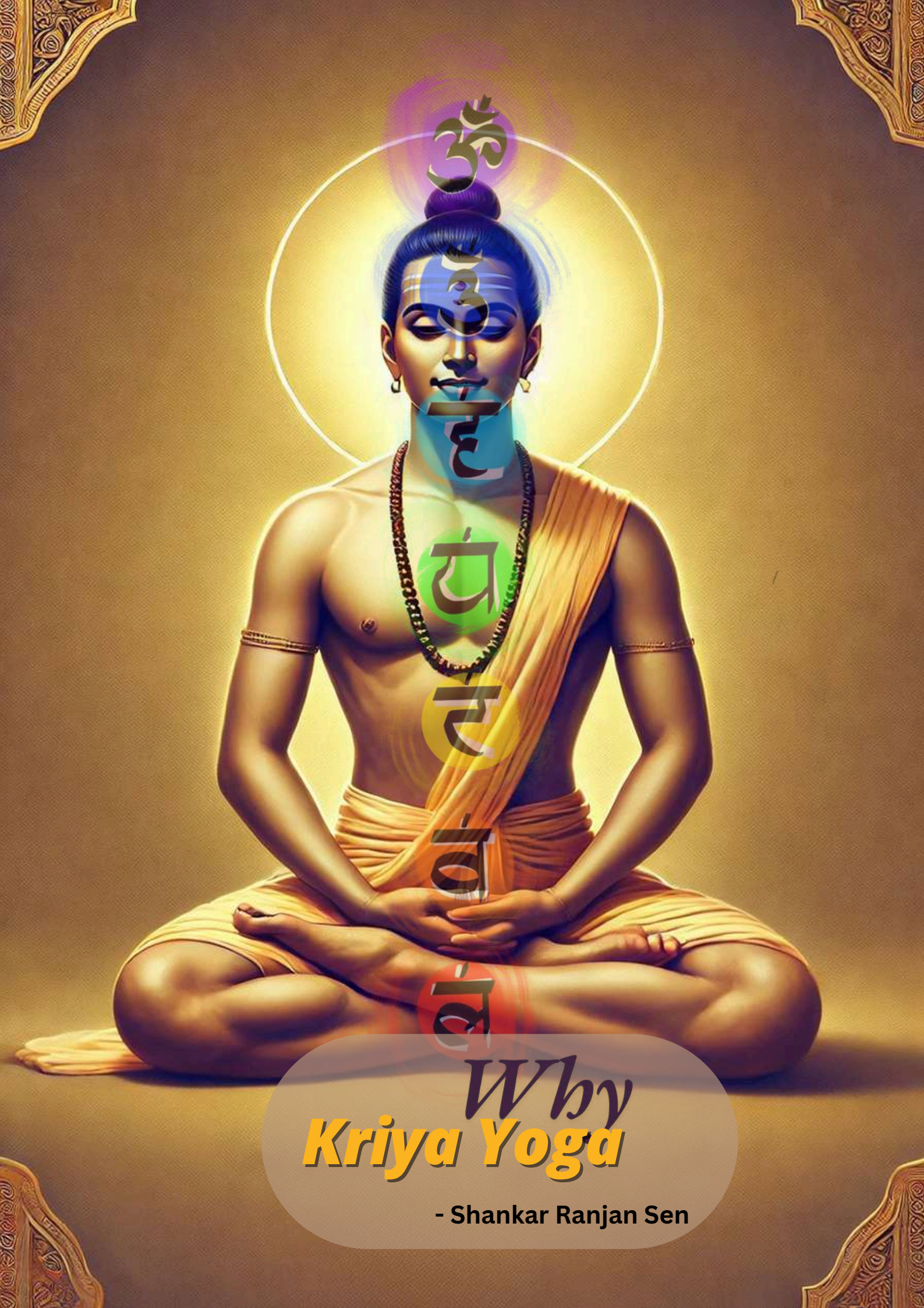


Lastly, I am deeply thankful to all my Gurubhais for their unwavering support.

With humble gratitude,

Jai Guru.





Why
Kriya Yoga

- Shankar Ranjan Sen

In our Spiritual journey our aim is to realize God or Brahman, also known as Paramatman, which is the supreme state of bliss. To reach such bliss state we must understand and refine the five koshas or sheaths that constitute our being. Each of these koshas vibrates at a distinct frequency, with Anandamaya kosha, the bliss body, being the subtlest and highest frequency layer. To attain spiritual perfection and reach Brahma or Paramatma, we must work systematically through these layers.

The layers are:

Annamaya kosha (Physical Body): This is the outermost sheath, linked to our physical existence. To develop this layer, we must cultivate physical health through regular exercise, yoga asanas, and disciplined lifestyle choices. Maintaining a balanced diet, avoiding addictive substances like alcohol, and following proper sleep cycles are essential for the optimal functioning of this sheath.

Pranamaya kosha (Vital Energy Body): This sheath governs the flow of prana or life energy. It is closely connected to our chakras, energy centers that influence our vitality. There are seven major chakras:

Muladhara (Root Chakra): Base of the spine, grounding energy.

Svadhishthana (Sacral Chakra): Creative and sexual energy.

Manipura (Solar Plexus Chakra): Personal power and self-confidence.

Anahata (Heart Chakra): Love, compassion, and connection.

Vishuddha (Throat Chakra): Communication and expression.

Ajna (Third Eye Chakra): Intuition and wisdom.

Sahasrara (Crown Chakra): Spiritual connection and enlightenment.

For prana to flow freely, these chakras must be balanced and aligned. Any blockages lead to energy stagnation, affecting our overall health and spiritual progress. To aid pranayama, or breath control, we must maintain the harmony of these chakras through meditation, chakra-focused practices, and mindful living.

Manomaya kosha (Mental Body): This layer governs our thoughts, emotions, and mental processes. It comprises Buddhi (intellect), Ahamkara (ego), Manas (mind), and Chitta (the repository of impressions). Our impressions or Samskaras give rise to thoughts (Vrittis), which influence our actions. Controlling thoughts requires mastery over prana, achieved through pranayama. Prana is also very subtle and so to control prana we seek mastery over our breath and hence we do Kriya Yoga pranayama to control our breath. We tend to also transcend negative traits through Kriya Yoga such as ego 1) Ahamkara (Ego) 2) Amanavata (Cruelty) 3) Annaya (in justice) 4) Kama Vasana (lust) 5) Kroda (anger) 6) Lobha (greed) 7) Mada (over pride) 8) Matsaran (Jealousy) 9) Moha (attachment) 10) Swartha (selfishness),

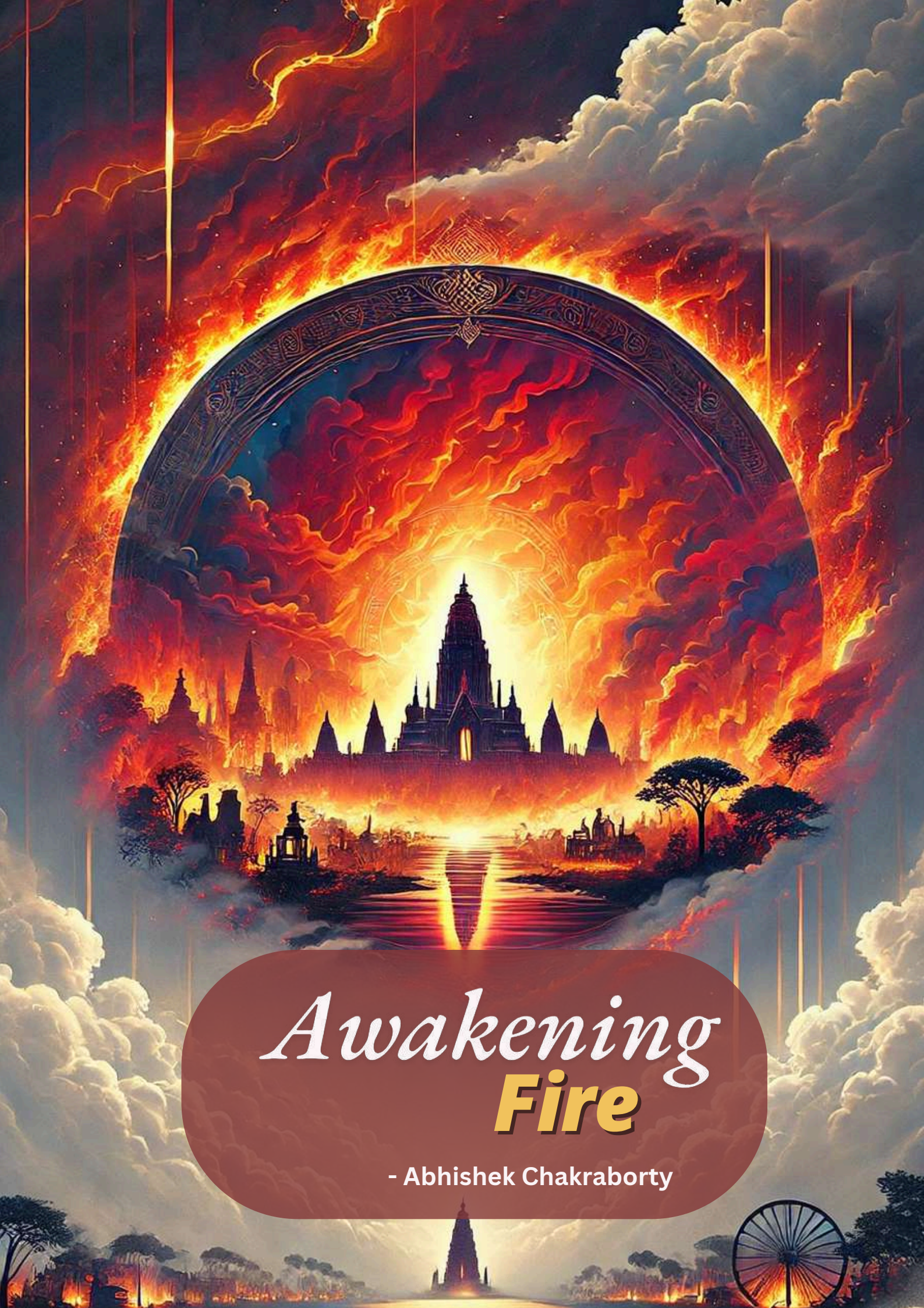
Overcoming these obstacles purifies the mind and allows for inner stillness. When we overcome the obstacles we reach the other two bodies namely:

Vijnanamaya Kosha (Wisdom Body): The astral or psychic body is where deeper insight and intuition develop. As we still the Vrittis and achieve mastery over the mind, we access this layer, attaining wisdom and spiritual clarity.

Anandamaya Kosha (Bliss Body): This innermost sheath represents the highest state of consciousness and bliss, where one unites with Paramatman. To progress through these layers is not easy and we have follow the path of Yama (restraints), Niyama (observances), Asana (postures), Pranayama (breath control), Dharana (concentration), Dhyana (meditation), and ultimately Samadhi (absorption). This structured discipline culminates in spiritual awakening.

On the other hand Kriya Yoga offers an accelerated and effective method by controlling the mind directly through the life force. Unlike slower theological approaches, Kriya Yoga serves as a scientific and transformative path, favoured by seekers worldwide for its ability to elevate consciousness rapidly and harmoniously. It aligns all koshas and chakras, balances all the bodies which then works in harmony leading to inner peace and the realization of our divine essence and we are easily freed from the obstacle of life and death for good .





Awakening **Fire**

- Abhishek Chakraborty



Lanka, dark realm, Maya's deep deceit,
Ignorance's fortress, where shadows meet.

Hanuman's tail, a fiery, potent spark,
Muladhara's rise, a cosmic mark.

Burning Lanka, cleansing inner night,
Aspirant's journey, towards inner light.
Rama's army, chakras rising bright,
Conquering darkness, with all their might.

Sita captive, Jivatma's yearning cry,
For Paramatama, reaching for the sky.

Union sacred, where lovers meet,
Liberation's promise, a soul's retreat.

Prana's ascent, a mirrored tale,
Through chakras rising, no more veil.

From red to violet, colors flow,
A river of light in a steady glow.

Consciousness stirs, both pure and deep,
A serpent rising from its sleep.

आत्मा की अमर कथा :-

लंका के अंधेरे में छिपी हुई है माया की परछाई,
मन का वह कोना जहां बसती है तृष्णा की गहराई।
काली रात के अंधकार में छिपी हुई है अज्ञान की माया,
साधक के मन में बसी हुई है विकार की काली छाया।

हनुमान की ज्वाला से मूलाधार की दीप जली,
साधक के अंदर आत्माराम की यात्रा शुरू हुई।
आत्मा की पुकार से साधक की नींद खुली,
साधक के हृदय में आत्मा की विभा खिली।

सीता, अशोक वाटिका में तप में लीन,
योगिनी सी बैठी, त्याग और वैराग्य में अमृत रस पीन।
काम, क्रोध, लोभ, से मुक्त हो जाने की राह,
जग से परे, वह साधना की और चली अथाह।

दशानन रावण, दस सिरों का अभिमान,
लोभ, अहंकार की प्रतीक बना मृत्यु की पहचान।
इंद्रजीत जो इंद्र को जीता, पर अधर्म से डगमगाए,
पिता की राह पर चला, अहंकार ने विनाश को बुलाए।

राम की सेना उठी, विजय की ओर चली,
विनम्रता की मशाल थामे, आत्मा को जागृत कर चली।
चक्रों के आरोहण से चेतना के द्वार खुले,
मूलाधार से सहस्र तक, शक्ति के स्वर फुले।

प्राण वायु की उर्ध्व यात्रा, मुक्ति के यह गीत,
मोक्ष की लहर में आत्मा की अमर कथा पुनीत।
भक्ति, विनय, संयम का संगम, माया के बंधन से मुक्त।
आत्मा ब्रह्म को मिलती, अंतर की यात्रा अद्भुत।





Not all gods
are sympathetic

- Sourav Max Chakraborty

गुरुर ब्रह्मा गुरुर विष्णु गुरुर देवो महेश्वरः गुरु साक्षात परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नमः

Let me write the Title with an elaborate form, so that I can convey what I want to convey.

**Not all gods are sympathetic to your Ambitions. Take care.
Note the word, "Ambition".**

Since I started my journey in Spiritual path and tried to delve into Astrology, one thing I have been observing, **"Irony" in people's life**. They pray, they visit temples, churches, yet all of their efforts failed. They say big stories of their God, their scriptures and yet, their God is silent in their utmost despair.

I visited a Spiritual lady in back 2014 and after listening my journey in life, she told me a statement that I will remember whole life.

She said, **"There are some gods who gives much sorrow. They can liberate you , but won't give any material comfort , rather may even disposes your material plans and success , If a devotee is good enough to accept the suffering its okay, but if one wants material blessings why not seek so many other gods and goddess in between?"** That time, I used to align with Abrahamic faith, and would believe that there is only One Godhead. And, In Hindu society as well, there is one segment who believes in singularity of God. They would say, **"All are same"**. You could seek anyone and keep your praying. Wait! That could be okay with saint like people, but may not be same for us who want material things to achieve.

A monk like person told me once, **"If there is plurality here in earth, so many humans, animals, so there is plurality in Heavens above."** I believe him now. Power may be one , but there are many Gods and Goddess .

Each god and goddess is different. Each has his or her own vibration; each has his or her own Irony and blessings. The most important question of life is, **“Who is most sympathetic to you and to your ambitions in life?”** Note the word **“Ambition”**. Trust me; this is indeed a vital question to ponder. Being an Astrologer, I have seen enough irony in life both mine and others. Allow me to cite an incident from my life. There a situation occurred in my life, when I was near to sell my car, gold ring due to financial trouble.

I used to have sound faith in most high God (In Abrahamic way). He promised in scriptures, **“Whatever you seek in my name, my Father will do it for you.”** But whatever I touched I Failed. In every competitive exam I failed. In every job I failed, my girlfriend left me. Each day begins with tears and despair. I was desperate and disgust with my life. The God in whom I used to take pride and devotion was completely silent. Not even a single prayers was answered, there I prayed million of prayers in 10 years.

There was point I started to pray for death. Let me die at least, my mind was disgust to my faith. I started to seek in desperation, **“Is there any other god who can save me?”** As in Abrahamic tradition, the general faith denounces all other deities and gods. And after a long chain of events, trial, effort, searching a Goddess appeared to me. She appeared in person! I started worship her, embraced her and she helped me to get up from the pit. I lost 10 years of my life in a faith that ruined me of my time, age and scope. I am not yet free from problems, not free from challenges, I am in struggle, but I have a grace of a Goddess who is sympathetic to my ambitions and to me. My financial troubles eased with time. I did not need to sale my car, my ring. After long years of desperation, I get success in competitive exams too. She is my all in all .

Trust me, (forgive me if I offend anyone). **Sometimes, you need to move on from a faith that gives you nothing but despairs.** I am not talking about general faith, one can respects all creeds and religions, but be very careful to whom you are being committed. There is a huge difference in believe and BEING COMMITTED. Are you committed to a God who **is** sympathetic to your AMBITIONS?

Often we show our faith as Ego. It's a feel good for many when they tell to others, **"I follow that God, I follow that creed, Our God is the supreme one"**, but inside, it's only their ego. Their ego destroys them. Sometimes even you worship a God but there remains nothing other than ego, you remain stuck in heart wrenching situation. Your friends getting job, your girlfriend / Boyfriend or crush leaves you and got married with someone, your friends got married, Your wife left you and ridicules you, Your neighbors and peers mock and belittle you, you are denied in promotions, denied a raise , you are taken down with jackal like politics, you saw the sorrowful frustrated face of your parents , children, and You are there standing like an ice berg, shattered, battered, broken , maligned, impoverished, still with a concept of most high God who can't move things in your life even in an inch or in a more respectful way, He won't because it is His will or Has greater plan for you . Funny! **Sometimes a benevolent goddess or god needs to come and fight to take entrance in your life, just to save you.** The Goddess I love now had fought for 10 years to take entry into my life and overturn the irony of a Supreme God. I adore her. I pray all those who are maligned in the society, taken down by a divine ill aimed fate, get grace of such warrior deity who can save.

What can be done? As per my findings and life experience, I share with you.

- Visit and move from temples to temples. Don't stick with one, if things are not moving in your life. I am not asking you to be ungrateful but asking to take measures to save yourself before it is too late. In Mahabharata, Sri Krishna asked Arjuna to worship different gods and Goddess at different time. Each god has his vibration.
- Guru Kripa can change anything. But if you promise something to Guru, keep that promise. Follow your Guru if he asks you to worship of a deity in prescribed manner. Through Guru, Lord Shiva comes.

- Don't make your mind sink in orthodoxy, if needed, try different worship. Sometimes deities (Who are not even well mentioned in Scripture) come to our help. Keep heart open. Many people got their possibility shattered in remaining with orthodoxy .
- Try not to align with foreign faith (We can respect). Hinduism is a religion of all inclusiveness. But, most of us are not saints, including all can jeopardize our life. Remain in your birth religion.
- Do some sadhana in your life. A deity who promises you wealth, knowledge, power and spirituality, appeared to you. Consoled you, whether in person or in dream, should be honored all the time if you want material blessings along with spiritual gifts. Get initiation from a Guru. Read the scriptures associated with a deity. There are deities who promise both spiritual material blessings, and there is deity who asked only sacrifices of His disciples. One most honored deity said, **"If anyone wants to follow me, let him deny himself and take his cross daily."** Are you ready to deny all your good things daily and sacrifice for others? Even Krishna did not allow Arjuna to do it, when Arjuna said he won't fight and give away the Kingdom. We need three things in life, Knowledge, Wealth and Power. Less of any one of them or the absence will make the life imbalance. Even Shankaracharya started doing Shakti Sadhana and he was able to construct four mathas in India. Read the scriptures of a deity; don't be simple enough to get committed without counting the cost.
- Be particular of which form of deity you worship. That's very important. You can worship Bhairab (Shiva in fierce form) and you can worship Lord Shiva with Goddess Parvati with Ganesha, Kartik and family (Family man). Same Lord, but the vibration of two forms is different. Similarly, be specific of the way, Goddess can be reached with devotion and prayer, and She can be reached with tantric means .Which one for you? All ways leads to same, but it is not necessary all ways are good for you.

In some source it said, When Ravaan worshiped Tara Devi, Sri Ram worshiped Devi Durga in Her soumya form to counter the Demon King. So Feel, which form and appearance sooth your inner mind.

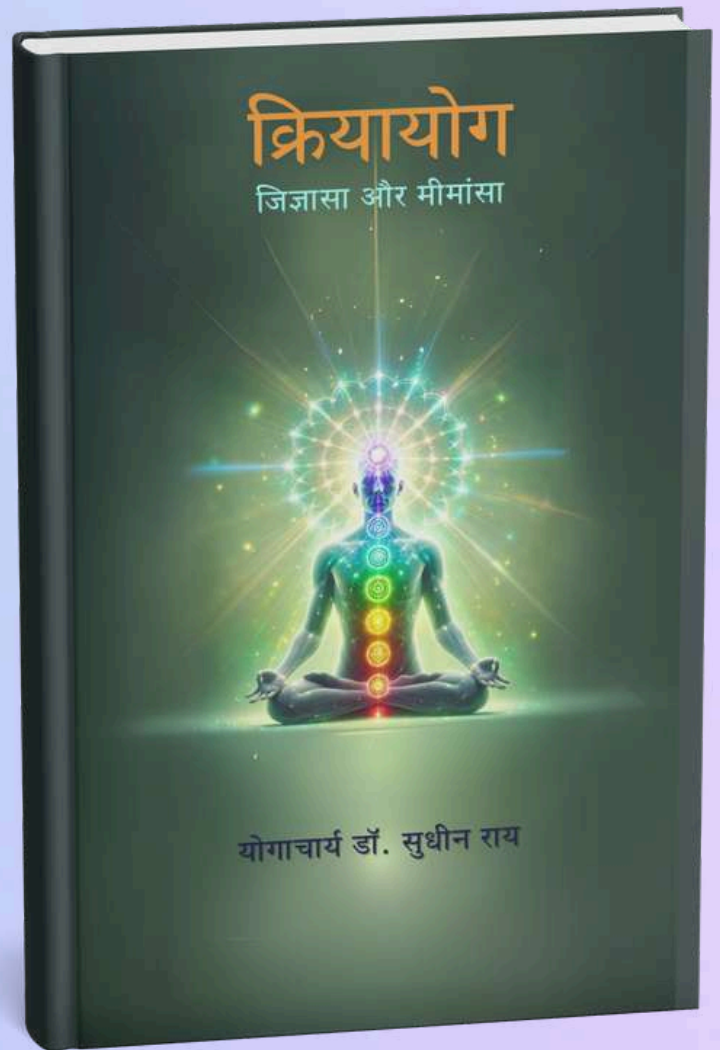
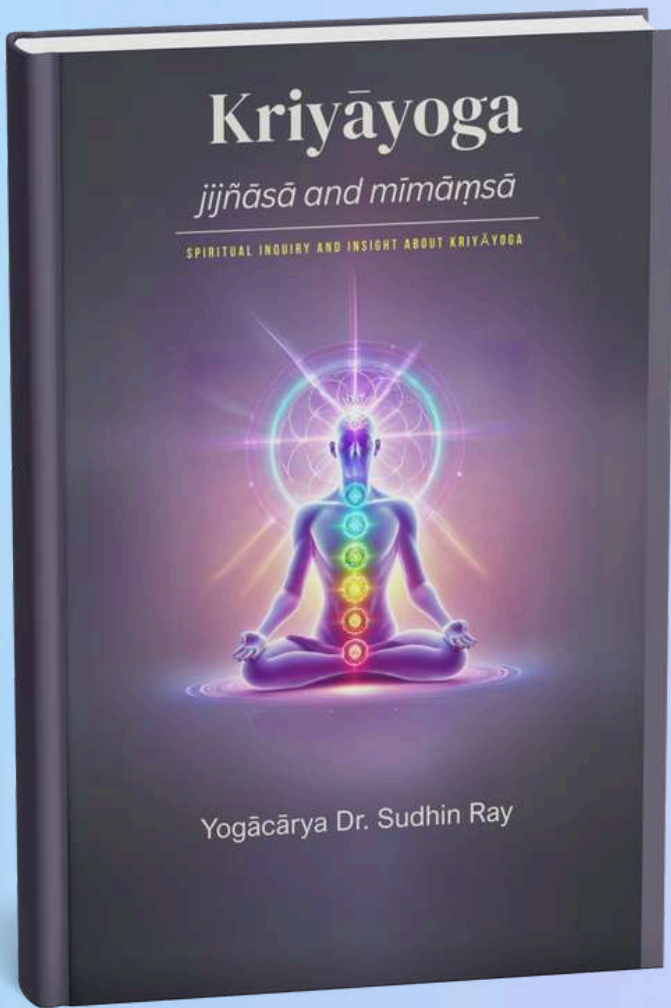
- If a deity comes to you, and instruct you to do anything, **DO THAT WITH ALL YOUR SINCEARITY.**

I write this Article, with the blessing of my Goddess Who lives with me, and with the blessings of my Gurudev who showered his blessings on me. I respectfully accept anyone who differs.

Believe, No One has power over you, until you allow it with your conscious mind. Even a god needs your faith and devotion to work in your life. To whom will you give your commitment?



Exciting news for spiritual seekers!



Gurudev's renowned Bengali book "Kriya Yoga: Jigyasa O Mimangsha" is now translated into Hindi and English. The books will be available soon—stay tuned!

"2024 Durga Puja Celebration @ RYKYM"



Anweshan





ক্রিয়ার পথে বাধা

- ডাঃ অন্বয় সেন

পরমাত্মার ইচ্ছায়, গুরুপরম্পরার আশীর্বাদে আর গুরুদেবের কৃপায় আমরা যারা ক্রিয়াযোগ পেয়েছি তারা সত্যিই ভাগ্যবান।

ক্রিয়ার পথে বাধা আসার কথা নয়, কিন্তু অন্য সব ধরনের অভ্যাসের মতো এখানেও বাধা আসতে পারে। বাধাগুলো নিয়ে আলোচনার উদ্দেশ্য একটাই, যাতে সেগুলোর জন্য আগাম সতর্কতা নেওয়া যায় এবং সহজেই এড়িয়ে যাওয়া যায়।

যে বাধাগুলোর কথা লিখতে যাচ্ছি সেগুলো একান্তই আমার ব্যক্তিগত মতামত, আরো ভালো করে বললে নিজস্ব অভিজ্ঞতালব্ধ। তবু আমার ধারণা এইগুলোকে সাধারণীকরণ করাই যায়।

সবচেয়ে ভয়ঙ্কর আর সবচেয়ে ব্যক্তিসম্পন্ন যে বাধা সেটা হল “আলস্য”। এটি নিতান্ত নিরীহ এবং আপাতদৃষ্টিতে আমরা অনেক সময়ই বাধা বা সমস্যা হিসেবে একে চিহ্নিতই করি না। এই সেই তমোগুণ যার বিরুদ্ধে লড়াই করা বেশ কঠিন। আমরা এই সময়ের মানুষেরা এমনিতেই যথেষ্ট ক্ষীণজীবী - আমাদের সংকল্প, আমাদের প্রত্যয়, আমাদের সহনশীলতা- সবই তলানিতে ঠেকেছে। তাই আলস্যের বিরুদ্ধে অনমনীয় মনোভাব না নিলে এরই বশ্যতা স্বীকার করতে হয়।


আর পাঁচ মিনিট- তারপর উঠেই ক্রিয়া করবো – কিন্তু কিভাবে যে সেটাই এক ঘন্টা পার হয়ে যায়, বোঝাই যায় না। দিনের শুরুটাই দেরী হয়ে গেলে বাকিটা এলোমেলো হয়ে যায়। তাড়াছড়ো করে স্কুল কলেজ অফিস আর অন্যান্য দৈনন্দিতায় দীন হতে থাকি শুধু। এই বস্তুময় জগতে ভুলে থাকা খুব সহজ আর ভুলিয়ে রাখা আরো সহজ। তখন আর খোঁজ করাটা হল না। আর এই সবকিছুরই শুরুটা হল সময়ের কাজ সময়ে না করায়।

দ্বিতীয় যে বাধার কথা বলবো সেটা হচ্ছে গুরুসান্নিধ্য থেকে দূরে থাকা। গুরুদেবের সাথে সাক্ষাৎ এবং সৎসঙ্গে নিয়মিত যোগাযোগ রাখলে একটা অনুপ্রণা এবং ইতিবাচক মনোভাব কাজ করে- যা ভীষণই ভাবে সাহায্য করে ক্রিয়ার পথে এগিয়ে যেতে। আর তাছাড়া ক্রিয়া করলেই পদ্ধতি সংক্রান্ত কিছু প্রশ্ন জাগবেই মনে, যেগুলোর উত্তর গুরুদেবের কাছ থেকে অবশ্যই জেনে নিতে হয়। প্রশ্নগুলো চেপে রেখে দিলে সেটা পাথর ভর্তি রাস্তার মতো- হাঁটাই সমস্যার হয়। আর যখন উত্তর জেনে ফেলা যায় তখন সেই রাস্তাই হয়ে যাবে মসৃণ- চলাফেরার স্বাচ্ছন্দ্যই আলাদা- আনন্দময় হয়ে যায় সবটা।

আর তৃতীয় বিষয়টি হল চিন্তনে এবং মননে ক্রিয়া না থাকা। আসলে দিনের মধ্যে যে জিনিস নিয়ে আমি, বেশি সময় এবং শক্তির প্রয়োগ করবো, চোখ বন্ধ করলে সেটাই ভেসে উঠবে। সারাদিনে আমি বিভিন্ন তথাকথিত গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপারে মাথা ঘামালাম, কিন্তুক্রিয়ার ভাবনা পড়াশোনা বা আলাপ আলোচনা একটুও হল না, তবু আমি ক্রিয়াতে বসলাম আর ডুবে গেলাম গভীরে, এত সহজ নয় বা আমরা বেশীরভাগ মানুষই এতটাও প্রতিভাবান নয়। যে যে বিষয়ে মন বেশি বিক্ষিপ্ত হয় সেগুলো যথাসম্ভব এড়িয়ে চললেই ভাল।

আর একবার সেই কথটাই আবার স্মরণ করে শেষ করি, যেটা আমরা বারবার পড়েছি, যে –
নিয়ন্ত্রিত মনই আমাদের বন্ধু আর অনিয়ন্ত্রিত মন, নিজের হলেও, শত্রুরই সমান।





সাধক ও সাধনা

- নয়ন মল্লিক

ঠিক ঠিক সাধন হলে মনে আনন্দ, শান্তি, শ্রদ্ধা, ভক্তির বিকাশ ঘটবে। আসলে আধ্যাত্মিক হওয়া মানে এই গুণগুলিরই বিকাশ ঘটানো। কিন্তু আমরা সাধনজীবনে অনেক সময় এই গুণগুলিকে ছেড়ে ঐশ্বর্য এবং সিদ্ধির দিকে সরে যাই। তখন অলৌকিক শক্তি, নাম, যশের দিকে মন চলে যায়, আর সাধক এইগুলির লাভের জন্য ব্যাকুল হয়ে ওঠে। তা পেলেও অহংকার বৃদ্ধি পায়, আর না পেলেও দুঃখে সাধনে ব্যাঘাত ঘটে। ফলে সাধকের একূল-অকূল দুই-ই যায়।

গুরুদেব বলেন, "বিভূতিযুক্ত মানুষকেই মানুষ সহজে মেনে নেয়, কিন্তু তাঁর কাছে আসল জ্ঞান নেই।" তিনি আরও বলেন, "ভালো করে লক্ষ্য করলে বোঝা যায় মানুষ ভগবানকে চায় না, মানুষ চায় তাঁর বিভূতি।"

তাই আমাদের খুব সজাগ থেকে সাধন করতে হবে। মনে রাখতে হবে চিত্তের বৃত্তির নিরোধ করে স্বরূপে অবস্থান করাই রাজযোগের লক্ষ্য। মন থেকে মলিনতা সরতে থাকলেই মন সূক্ষ্ম অবস্থায় অবস্থান করে। তখন পরমাপ্রকৃতি তাঁর রহস্য সাধকের সামনে খুলে ধরে।

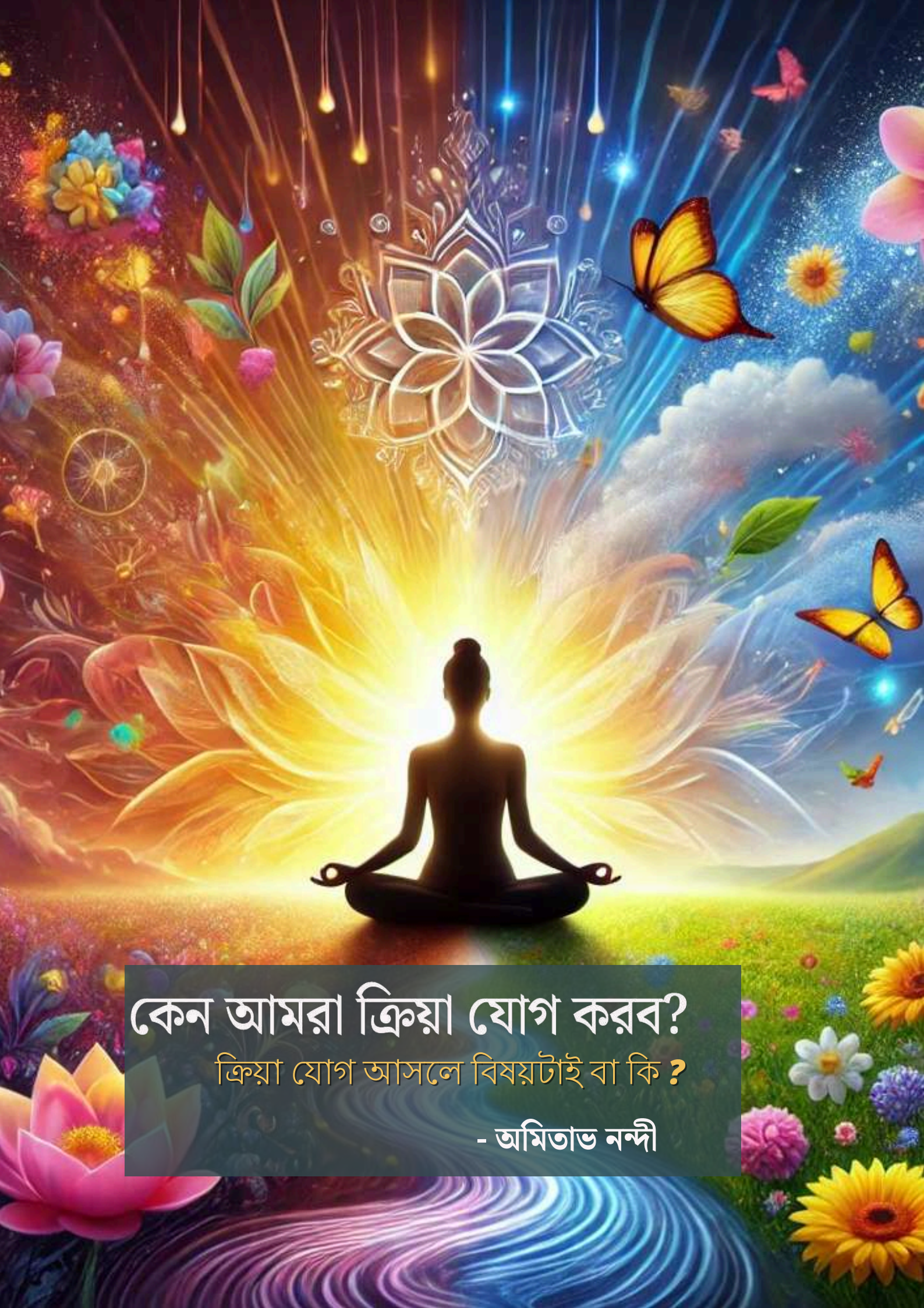
সাধকের নানান উপলব্ধি হয়ে থাকে। কিন্তু সেখানে থেমে থাকলে হবে না। আত্মজ্ঞানই হচ্ছে আমাদের লক্ষ্য—এটি মনে রাখতে হবে। আবার নিজের সাধনের অনুভূতি-উপলব্ধি গুরুর কাছে যাচাই করে নিতে হবে সেটি সঠিক কিনা।

সাধনের শুরু এবং শেষ কথা গুরুশক্তি। এটি উপলব্ধি হলে সাধন তিনিই করিয়ে নেন। তা উপলব্ধি না হওয়া পর্যন্ত নিজের দমেই সাধন চালিয়ে যেতে হবে। এই ভাবে পুরুষাকার বলা হয়।

তন্মুখে বলে গুরু, ইষ্ট আর মন্ত্র অভেদ—এই জ্ঞান না এলে ঈশ্বর উপলব্ধি সম্ভব নয়। আমাদেরও গুরু, ঈশ্বর এবং গুরুর দেওয়া সাধনকে এক জ্ঞান করে সাধন করতে হবে।

যদি তা না আসে, তাহলে নিজের ইষ্টের কাছে সেই গুরুভক্তির জন্য প্রার্থনা করতে হবে। গুরুদেবের চরণে অটল বিশ্বাস যেন আমাদের থাকে। তবেই আমরা অন্ধকার থেকে আলোর পথে আসতে পারব এবং গুরুময় বা আত্মময় হতে পারব।





কেন আমরা ক্রিয়া যোগ করব?

ক্রিয়া যোগ আসলে বিষয়টাই বা কি ?

- অমিতাভ নন্দী

খুব সহজ সরল ভাষায় বললে বলা যেতে পারে, ক্রিয়াযোগ হচ্ছে বিজ্ঞান সম্মত ভাবে নিজেকে জানার পথ। অর্থাৎ নিজেকে জানার মাধ্যমে ঈশ্বরকে জানার পথ। কেন আমি এই পৃথিবীতে এসেছি কেনই বা সংসার ধর্ম পালন করছি, আর সংসার ধর্ম পালন করতে করতে কেনই বা এত দুঃখ ভোগ করছি, জীবনের যন্ত্রণা ভোগ করছি, রোগ, ব্যাধি, দুশ্চিন্তা, অশান্তি ইত্যাদি ভোগ করছি। সমাজের আর পাঁচটা মানুষের মতো আমরাও নিত্যকর্মে ব্যস্ত থাকছি অর্থাৎ খাচ্ছি, ঘুমাচ্ছি, ঘুরে বেড়াচ্ছি, দুঃখ যন্ত্রণা ভোগ করছি, অবশেষে বয়স বাড়লে রোগ ব্যাধির শিকার হচ্ছি এবং ধীরে ধীরে মৃত্যুর কোলে ঢলে পড়ছি। এরকম দুঃখ, কষ্ট, যন্ত্রণা আমাদের জীবনে, সবার মধ্যেই আছে। এই সমস্ত দুঃখ কষ্টের একটা কারণ ও আছে। এই কারণটা কি? জীবনে দুঃখের মূল কারণ বিভিন্ন হতে পারে এবং এটি ব্যক্তির অভিজ্ঞতা, পরিস্থিতি এবং মনস্তাত্ত্বিক অবস্থার ওপর নির্ভর করে। বিভিন্ন মানুষের দুঃখ কষ্ট বিভিন্ন ধরনের হয়। জীবনে দুঃখের একটি গুরুত্বপূর্ণ কারণ হলো আমাদের চাওয়া-পাওয়া এবং তাদের সঙ্গে যুক্ত হতাশা। যখন আমরা যা চাই, তা না পেলেই আমরা দুঃখ অনুভব করি এবং হতাশ হই। হতাশার কিছু কারণ হলো:

অন্যের সাথে তুলনা: অন্যদের জীবন বা সাফল্যের সঙ্গে নিজেদের তুলনা করে আমরা হতাশ হতে পারি।

অতিরিক্ত প্রত্যাশা: চাওয়ার মাত্রা যখন অস্বাভাবিক হয়, তখন তা পূরণ না হলে দুঃখ আসে।

অস্থায়ী সুখ: সাময়িক সুখের জন্য কিছু চাওয়া, কিন্তু তা স্থায়ী না হওয়ার কারণে হতাশা।

নির্ভরশীলতা: অন্যদের ওপর নির্ভরশীল হয়ে ওঠা এবং তাদের প্রত্যাশা পূরণ না হলে দুঃখ।

জীবনের অস্থিরতা: জীবনের পরিবর্তন ও অনিশ্চয়তা আমাদের চাওয়া-পাওয়ার প্রভাব ফেলে।

"যদ্যপ্যেতে ন পশ্যন্তি লোভোপহতচেতসঃ। কুলক্ষয়কৃতং দোষং মিত্রদ্রোহে চ পাতকম্"।।১। ৩৮ ॥

শ্রীমদ্ভগবদ গীতাতে দুঃখের কিভাবে জন্ম হয় ৩৮ নম্বর শ্লোকে খুব সুন্দর ব্যাখ্যা করা আছে। এই শ্লোকটির অর্থ এরকম - লোভবশত বিবেক বিবেচনা লুপ্ত হওয়ায় দুর্যোধনাদি কুলনাশে যে দোষ এবং মিত্রদের হিংসা করাই যে পাপ, তা লক্ষ্য করছেন না। অর্থাৎ পান্ডবদের ছলে, বলে, কৌশলে তাদের রাজ্য দখল করে নিয়েছি এবং এইভাবে যদি আরও সম্পদ, জমি, সম্মান, প্রশংসা, পদমর্যাদা, অধিকার ইত্যাদি পেতে থাকি তাহলে বেশ ভালই হয়। আর এই বৃত্তির নামই হলো লোভ। আর এই লোভের জন্যই দুর্যোধনের মনে বিকার উপস্থিত হয়েছে, তিনি বিচার করতে পারছেন না যে, এই রাজ্য লাভ করার জন্য তাকে তার আত্মীয় বন্ধু বান্ধব স্বজন সবাইকে হত্যা করতে হবে, প্রকৃতপক্ষে তার চিন্তাভাবনায় আসছে না, এই রাজ্য তিনি কতদিন ভোগ করতে পারবেন এবং যদি এই যুদ্ধে যদি তার মৃত্যু হয় তাহলেই বা তার কি হবে?

কোন জিনিস যদি আমাদের না থাকে তার জন্যে আমরা দুঃখ অনুভব করি কিন্তু তার থেকেও বেশি দুঃখ হয়, যখন পাওয়া কোন জিনিস হারিয়ে যায়। যুদ্ধের তো একটাই পরিণাম লোকক্ষয়, সম্পত্তি এবং শক্তির ক্ষয় এবং তার থেকে সৃষ্টি হয় নানা রকম বাধা-বিপত্তি।

দুর্যোধনের মন লোভে পরিপূর্ণ হয়ে থাকায় তিনি রাজ্য জয় ছাড়া আর কিছুই চিন্তা করতে পারছেন না। আর এর পরিণাম যে শুধু দুঃখ ভোগ করা, এটা দুর্যোধনের একবারও মনে আসছে না। এর থেকে এটাই পরিষ্কার যে আমাদের মনে যদি লোভের মতো দোষ না থাকে তাহলে কোন জিনিসের প্রাপ্তিতে সুখ হতে পারে না। সেরকম মোহ যদি না থাকে আত্মীয়দের সম্পর্কেও সুখ হতে পারে না। আবার যদি কামনার মত দোষ না থাকে তাহলে সম্পদ লাভের সুখ হতে পারে না। এই সংসারে আমরা সুখ পাই মনের এরূপ কোন না কোন দোষ থেকেই। মনের কোন দোষ না থাকলে সংসারে সুখ পাওয়া সম্ভব হয় নয়। এইসব লোভ - লালসা, মায়া -মোহ, কামনা-বাসনা এইগুলি আমাদের বিবেক এবং বিচার শক্তিকে লুপ্ত করে দেয়।

এই সমস্ত জাগতিক বিষয়ের উপর ভিত্তি করে যারা সুখ পেতে চায় আমরা তাদের মধ্যে চারটে ক্যাটাগরি করতে পারি। প্রথমত যারা শরীর সুখ কামনা করে, দ্বিতীয়তঃ যারা মানসিক সুখ কামনা করে, তৃতীয়তঃ যারা চেতনাভিত্তিক সুখ কামনা করে, আর সর্বশেষ যারা আত্মিক সুখ কামনা করে।

প্রথমতঃ যারা দৈহিক সুখ ভোগ করতে চায় তারা প্রধানত কোন কাজকর্ম করে না। সারাদিন শুয়ে বসে কাটায়। এরা সাধারণত অলস প্রকৃতির হয়ে থাকে। বিছানায় শুয়ে শুয়ে এদের যত পরিকল্পনা শুরু হয়ে যায়। শুধুমাত্র বড় বড় দিবাঙ্গণ দেখে যায়। আমি এই করব আমি সেই করব কিন্তু স্বপ্ন পূরণের জন্য সত্যিকারের কোনো কাজকর্ম এরা করতে চায় না। প্রচন্ড অলস প্রকৃতির এরা। বিছানায় পড়ে পড়ে সারাদিন যে স্বপ্নগুলো দেখে তাকে বাস্তবে রূপায়ণের জন্য পরিশ্রম করার কোন আগ্রহ দেখা যায় না এদের মধ্যে। এই ধরনের মানুষেরাই সাধারণত গভীর ডিপ্রেসনে চলে যায় তাদের স্বপ্ন পূরণ না হওয়ার জন্য। এইটাই তাদের শেষ পরিণতি।

এবার যারা মানসিক শান্তি পেতে চাই তাদের কথায় আসি। এরা তাদের পঞ্চেন্দ্রীয় দিয়ে যে সমস্ত উপলব্ধি করে সেই চাহিদা গুলো মেটানোর জন্য দিনরাত শুধু পরিশ্রম করতে থাকে। নেশাগ্রস্তদের মত। আরো অর্থ, আরো সম্পদ, আরো রোজগার এর নেশায় এরা ছটফট করে। প্রচুর অর্থ উপার্জনের মাধ্যমে ভোগ বাসনায় নিজেদেরকে ভাসিয়ে রাখতে চায়। এরা অক্লান্ত পরিশ্রম করে ঠিকই কিন্তু এদের এই পরিশ্রম, এরা সঠিক দিকে পরিচালনা করতে পারে না। মহাভারতের কর্ণের চরিত্রের সঙ্গে এদের বেশ মিল পাওয়া যায়। মহামতি কর্ণ যাকে অর্জুনের সঙ্গে তুলনা করা চলে, তিনি একটাই ভুল করেছিলেন, তিনি তার পরিশ্রমকে সঠিক লক্ষ্যে পরিচালনা করতে পারেননি। তিনি দুর্যোধনদের পক্ষ নিয়েছিলেন কুরুক্ষেত্রের অন্যায় যুদ্ধে। আমাদের পঞ্চ ইন্দ্রিয় কে পরিচালনা করে আমাদের মন সুতরাং এই পঞ্চেন্দ্রীয় দ্বারা নিয়ন্ত্রিত আমাদের মনেই যত রকমের ভোগ বাসনা। তা পূর্ণ করার জন্য আমরা এমন কোন কাজ নেই যা করতে পারি না। মানুষ মানুষের ক্ষতি পর্যন্ত করে দিতে পারে তাদের এই পঞ্চ ইন্দ্রিয়ের কামনা বাসনা পূরণ করার জন্য। যেন তেন প্রকারেণ আমার স্বপ্ন পূরণ করতেই হবে।

এই সমস্ত মানুষ তার কামনা বাসনা তৃপ্ত করে কিছুটা মানসিক শান্তি পায় বটে। কিন্তু তা সাময়িক। এই পঞ্চেন্দ্রীয় দ্বারা পরিচালিত আমাদের মন বাহ্যিক পরিবেশ দ্বারা পরিচালিত বলে তা সব সময় পরিবর্তনশীল। এই জন্য এই অবস্থায় আমরা স্থায়ী শান্তি খুঁজে পেতে পারি না। একটা চাহিদা পূরণ হওয়ার পর আরেকটা চাহিদা পূরণের জন্য আমরা উঠে পড়ে লেগে যায়। এইভাবে ক্রমাগত চাহিদা মেটাতে মেটাতেই একদিন জীবন শেষ হয়ে যায় | শেষ পর্যন্ত চরম শান্তির জায়গায় আমরা কেউই পৌঁছাতে পারি না | একটা স্টেজে যাবার পর মনে হয়, এর পরের স্টেজটাতে হয়তো আরো অনেক ভোগের বস্তু আছে। সেই ভেবে আমরা দৌড়াতে শুরু করি মরীচিকার মতো, সেই চাহিদা মেটানোর জন্য।

এইবার আসি যারা চেতনাভিত্তিক সুখ বা শান্তি লাভ করার জন্য সচেষ্টিত হয়। চেতনা অর্থাৎ বুদ্ধি যা আমাদের মস্তিষ্ক থেকে উৎপন্ন হয়। এই ধরনের মানুষ তার চেতনা বা বুদ্ধি দিয়ে যেটা সঠিক বা উচিত মনে করে সেটাই করে। তার নিজের সুখ বা শান্তির কথা ভাবে না। এমনকি বেশিরভাগ সময় এরা নিজের মনের কথা বা ইগোর কথা শুনতে রাজি থাকে না। তাদের বিচার বুদ্ধি যা নির্দিষ্ট করে দেয় সেটাই তারা করতে থাকে। ঠিক এই ধরনের মানুষদের মনেই নানান প্রশ্ন জাগতে শুরু করে। আমি কেন আধ্যাত্মিকতার আশ্রয় নেব বা আমি আধ্যাত্মিক জগতে কেন যাব? আমি কেন দীক্ষা নেব? দীক্ষা নিলে আমার কি উপকার হবে? আমি দীক্ষা কোথা থেকে পাব? কিভাবে আমি নিজেকে উন্নত করতে পারব? এই যে আমি মানুষ হয়ে জন্মেছি, আমার কি করণীয়? আমি আমার কর্তব্য ছাড়া অন্যান্য মানুষদের জন্য আমি কি করতে পারি? আমি যে অবস্থায় আছি এই অবস্থায় আমি আধ্যাত্মিকতার সঙ্গে যুক্ত হতে পারব কিনা? আমাকে পথ দেখাবে কে? আমি সঠিক গুরু কোথায় পাবো ইত্যাদি ইত্যাদি। যদি সঠিক অর্থে আমরা আমাদের এই বুদ্ধি বা চেতনাকে পরিচালিত করতে পারি অর্থাৎ আমরা আমাদেরকে এই স্তরে উন্নিত করতে পারি, তাহলে জীবনের একটা বিরাট সাফল্য আমাদের জন্য অপেক্ষা করা আছে। যেখানে আমরা আমাদের বড় বড় দুঃখের কারণগুলো থেকে নিষ্কৃতি পেতে পারি।

এইবার আসি, আত্মিক শান্তির কথায় যারা এই স্তরে পৌঁছতে পারেন তাঁরা তাদের নিজেদের মন এবং ইচ্ছা গুলোকে গ্রাহ্যই করে না। তাঁরা নিজেদের কথা এতটুকু ও ভাবে না। নিজেকে কর্তা না ভেবে তাঁদের জন্য যে সমস্ত নির্দিষ্ট কর্তব্যকর্ম আছে সেগুলি পালন করে যান, কোন রকম নিজের স্বার্থ বা নিজের চিন্তা ভাবনা বা নিজের মনের ইচ্ছাকে গুরুত্ব না দিয়ে। প্রকৃতপক্ষে এরা নিজেদের অস্তিত্বটাই ভুলে যায়। বেঁচে থাকা বা মৃত্যু তাদের কাছে সবই সমান। এক সমসত্ত্ব অবস্থায় তারা বিচরণ করেন। এই স্তরের মানুষজনেরাই সত্যি কারের মৃত্যু ভয় কে জয় করতে পারেন। সাধারণত খুব উচ্চমার্গের যোগী ছাড়া এই স্তরে পৌঁছতে পারেন না।

যাইহোক আমরা যদি চেতনাভিত্তিক স্তর অর্থাৎ তৃতীয় স্তরে যদি পৌঁছতে পারি, তাহলে ও আমাদের কিন্তু শান্তির অভাব হবে না। সাধারণত দেখা যায় আমাদের ইমোশন বা ইগো আমাদেরকে এই জায়গায় পৌঁছতে দেয় না, আরো পরিষ্কার করলে বলা যায়, আমরা এই লড়াই করতে চাই না।

বেশিরভাগ সাধারণ মানুষ কিন্তু মানসিক শান্তি লাভের জন্যই সচেষ্টি থাকে। সারা জীবন দুঃখে জর্জরিত থাকে। অবশেষে মৃত্যুর দোরগোড়ায় এসে তাদের চেতনা জাগে, আমি তো এ জীবনে কিছুই পেলাম না দুঃখ আর কষ্ট ছাড়া, আমার জীবনটা বৃথা হয়ে গেল। কিন্ত এই দুঃখগুলোর থেকে মুক্তি পাওয়ার কি আদৌ কোন রাস্তা আছে। এ ব্যাপারে কিন্তু আমরা কোন খোঁজ খবর করি না। হয় ভাগ্যের দোহাই দিই নতুবা মুখ বুজে সহ্য করে নিই, আর এর কাছে তার কাছে হা হতাশ করে বেড়াই। আমরা সেই সমস্ত মানুষের কাছে উপদেশ চাই যারা কিন্তু এই দুঃখ থেকে মুক্তি পাবার উপায় জানেনা, সে তার নিজেরই সুখ দুঃখ থেকেই মুক্তি পেতে পারেনি, তাহলে আপনাকে কিভাবে উপদেশ দেবে বা সমাধান সূত্র দেবে। তারা নিজেরাই সামাজিক অশিক্ষা, কুশিক্ষা, অপশিক্ষার থেকে শিক্ষা লাভ করে জর্জরিত হয়ে আছে। কোনদিন নিজেকে উন্নত করার কথা ভেবেছে এরা। ময়লা পড়া বা মরচে পড়া কোন জিনিসকে পরিষ্কার করতে গেলে ঘষে মেজে চকচকে করতে হয়। তবেই তো সেই জিনিসটি চকচকে হবে এবং উন্নত হবে। তো তাদের মধ্যে কি এ ধরনের কোন কার্যকলাপ দেখা গেছে। জীবনের সমস্ত রকম দুঃখ থেকে মুক্তি পাওয়ার একটাই বাস্তব রাস্তা পড়ে আছে সেটা হল নিজেকে উন্নত করা, ঘষে মেজে চকচকে করে, পরিশ্রম করে তবেই নিজেকে উন্নত করা যাবে।

এর জন্য আমাদের নিজেদের কিছু পরিবর্তন করার প্রয়োজন আছে। অর্থাৎ আমাদের মনকে নিয়ন্ত্রণ করতে হবে, নিয়ন্ত্রণ করার অর্থ হলো এই নয় তাকে টেনে টুনে, ধরে বেঁধে আটকে রাখা। বুদ্ধিমান, আত্মজ্ঞানী এবং সঠিক আধ্যাত্মিক মানুষরাই এই ব্যাপারটি বুঝে নিতে সক্ষম হন। এখন বোঝার দরকার বুদ্ধিমান আত্মজ্ঞানী এবং সঠিক আধ্যাত্মিক মানুষ হিসাবে নিজেকে কিভাবে তৈরি করা যায়। যে কেউ একটু চেষ্টা করলেই কিন্তু এই ধরনের মানুষে পরিণত হতে পারবেন। না না একদম বলছি না, সংসারের সব কাজকর্ম ছেড়ে দিয়ে সারাদিন ঠাকুরের নাম কীর্তন করা, পুজো পাঠ ইত্যাদি ইত্যাদি যে সমস্ত সামাজিক ব্যাপার-স্বাপার গুলো আছে সেগুলো করলেই আপনি সঠিক আধ্যাত্মিক মানুষ হয়ে যাবেন। মোটেও তা নয়। সংসারের সমস্ত কিছু দায়িত্ব-কর্তব্য পালন করেই নিজেকে তৈরি করা যায়, শুধুমাত্র মনের দরজাটা খুলে রাখতে হবে বুকের মধ্যে দরজাটা আমাদের বন্ধ করা আছে। সেই বন্ধ দরজাটাকে খুলে দিতে হবে এবং সঠিক আধ্যাত্মিক জ্ঞান ঢোকার জন্য রাস্তা করে দিতে হবে। ব্যাপারটা কিন্তু খুবই সোজা এমন কিছু কঠিন বিষয় নয়, সারাদিনের মধ্যে কিছুটা সময় নিজের সঙ্গে কাটানো একদম একা নিস্তব্ধ নিরবে। যদি আমরা মনে মনে প্রস্তুত থাকি তাহলে এখন আমাদের একজন ঘটকের প্রয়োজন। ঘটক আর কেউ নন, তিনি হলেন, যিনি আমাদের সঠিক অর্থে আধ্যাত্মিক মানুষ হিসাবে তৈরী হওয়ার জন্য দিক নির্দেশ করে দেবেন অর্থাৎ গুরু। আমাদের এই অন্ধকার জগত থেকে আলোতে নিয়ে যাবেন। আমাদের মুক্তির পথ প্রদর্শন করবেন। আমাদের মুক্তি যুদ্ধের সারথি হয়ে পথ প্রদর্শন করবেন।

আধ্যাত্মিক দৃষ্টিকোণ থেকে প্রকৃত গুরুর কাজ অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ এবং গভীর। প্রকৃত গুরু শুধু জ্ঞান প্রদান করেন না, বরং শিষ্যকে আধ্যাত্মিক সত্যের পথে পরিচালিত করেন এবং তাকে তার অন্তরের গভীরে থাকা পরম সত্যের উপলব্ধি করতে আগ্রহী করেন। আধ্যাত্মিক গুরু শিষ্যকে তার আসল আত্মরূপ জানার জন্য সহায়তা করেন, এবং তাকে সেই পথে নিয়ে যান যা তাকে আধ্যাত্মিক মুক্তি বা আত্মসাক্ষাৎ অর্জনে সাহায্য করে।

গুরু শিষ্যকে শিখিয়ে দেন, জীবনের আসল উদ্দেশ্য হল আত্মজ্ঞান লাভ করা। প্রকৃত গুরু শিষ্যকে বুঝিয়ে দেন যে পরম সত্য বা ঈশ্বর বাহ্যিক কোন কিছু নয়, বরং তা তার অন্তরে বিরাজমান। শিষ্যকে আত্ম-অনুসন্ধানের মাধ্যমে নিজের প্রকৃত স্বরূপ অন্বেষণ করতে সহায়তা করা গুরুর অন্যতম কাজ। গুরু শিষ্যকে আধ্যাত্মিক পথের সঠিক দিশা দেখান। শিষ্যকে নিয়মিত সাধনার মাধ্যমে তার অন্তরকে শুদ্ধ করতে সাহায্য করেন। গুরু জানিয়ে দেন যে, আধ্যাত্মিক উন্নতির জন্য শিষ্যকে তার মনের চঞ্চলতা কমিয়ে তার আত্মা ও ঈশ্বরের প্রতি একাগ্রতা অর্জন করতে হবে। তিনি শিষ্যকে মুক্তির বা মোক্ষের দিকে পরিচালিত করেন। মুক্তি বা আত্মসাক্ষাৎ অর্জন হল আধ্যাত্মিক জীবনের চূড়ান্ত লক্ষ্য। একমাত্র আত্ম-জ্ঞান ও পরম সত্যের সঙ্গে একাত্ম হওয়ার মাধ্যমে মানুষের জীবন পূর্ণতা লাভ করে এবং যাবতীয় দুঃখ, কষ্ট, সংকট, মোহ থেকে মুক্তি পায়।

আত্মবিশ্বাস অর্জন করে কিভাবে পরম স্রষ্টার প্রতি আত্মসমর্পণ করতে হয় তা তিনি শিখিয়ে দেন। শিষ্যকে বোঝান যে, আধ্যাত্মিক জীবনের ক্ষেত্রে অহংকার ত্যাগ করা, পরম সত্যের প্রতি নির্ভরশীল হওয়া এবং নিজের ঈশ্বরের প্রতি ভক্তি ও বিশ্বাস স্থাপন করা অপরিহার্য। সমর্পণ মানে নিজের ইচ্ছা ও অহংকে স্রষ্টার কাছে সঁপে দেওয়া, যা আধ্যাত্মিক উৎকর্ষতার পথ খুলে দেয়।

গুরু শিষ্যকে আধ্যাত্মিক গুণাবলি যেমন- সদাচারণ, ধৈর্য, সৎসঙ্গ, দয়া, সচ্চিদানন্দের অভ্যাস গড়ে তুলতে সহায়তা করেন। শিষ্যকে শিখিয়ে দেন কিভাবে নিজের আচরণ, কথা এবং কাজের মাধ্যমে আধ্যাত্মিকতা প্রকাশ করতে হয়। এর মাধ্যমে শিষ্য তার মনকে শুদ্ধ করে, এবং আধ্যাত্মিক উন্নতি অর্জন করতে সক্ষম হয়। আত্মজ্ঞান লাভের জন্য সত্যের প্রতি একাগ্রতা প্রয়োজন। সত্যের অনুসন্ধান করতে হবে এবং জীবনের প্রতিটি মুহুর্তে সেই সত্যের অভিজ্ঞতা লাভ করতে হবে। শুধু তাত্ত্বিক জ্ঞান নয়, গুরু শিষ্যকে বাস্তব জীবনে সেই জ্ঞান প্রয়োগ করার জন্য অনুপ্রাণিত করেন। প্রকৃত আধ্যাত্মিক গুরু শিষ্যকে শুধু ধর্মীয় বা আধ্যাত্মিক তথ্য দেন না, বরং তিনি তাকে আত্মিক যাত্রায় পথ দেখান, তার অন্তরের সত্যকে উপলব্ধি করতে সহায়তা করেন। শিষ্য যদি গুরু দ্বারা শিখিত পথ অনুসরণ করে, তবে সে আত্মসাক্ষাৎ, শান্তি এবং মুক্তি লাভ করতে পারে। গুরু-শিষ্য সম্পর্ক হল এক আধ্যাত্মিক বন্ধন, যা শিষ্যকে আত্মজ্ঞান এবং পরম সত্যের অভ্যন্তরীণ উপলব্ধির দিকে নিয়ে যায়।

আধ্যাত্মিক সত্যের পথে চলতে হলে বা অন্তরের গভীরে থাকা পরম সত্যের উপলব্ধি করতে আগ্রহী হলে, অথবা মুক্তি বা আত্মসাক্ষাৎকার লাভ করে জীবনে পূর্ণতা পেতে গেলে, একটি নির্দিষ্ট পথ অনুসরণ করতে হবে। এই সুনির্দিষ্ট পথটিই হল ক্রিয়াযোগ (Kriya Yoga)। ক্রিয়াযোগ (Kriya Yoga) হল একটি আধ্যাত্মিক চর্চা, যা লাহিড়ী বাবা প্রবর্তিত এবং প্রাচীন যোগ পদ্ধতির আধুনিক রূপ। এটি মূলত শ্বাস-প্রশ্বাসের নিয়ন্ত্রণ (প্রাণায়াম), ধ্যান এবং মননশীলতার সংমিশ্রণ, যার মাধ্যমে একজন ব্যক্তি দ্রুত আধ্যাত্মিক অগ্রগতি লাভ করতে পারেন। লাহিড়ী বাবা ক্রিয়াযোগকে এক আধুনিক এবং সহজ পন্থা হিসেবে উপস্থাপন করেছেন, যাতে সাধারণ মানুষও দ্রুত আত্মজ্ঞান এবং আধ্যাত্মিক উন্নতি অর্জন করতে পারে।

ক্রিয়া যোগের মূল ভিত্তি হলো শ্বাস-প্রশ্বাসের মাধ্যমে শরীর এবং মনকে নিয়ন্ত্রণ করা। এটি একটি আধ্যাত্মিক প্রক্রিয়া, যা শারীরিক, মানসিক এবং আত্মিক উন্নতির জন্য সহায়ক। ক্রিয়া যোগের চর্চার মাধ্যমে মানুষ তার অন্তরের শান্তি অর্জন করতে পারে এবং পরম সত্য বা ঈশ্বরের সঙ্গে সংযোগ স্থাপন করতে সক্ষম হয়। মূলতঃ শ্বাসের প্রতি মনোযোগী হয়ে, ধীরে ধীরে শ্বাসের গতি এবং প্রকৃতি নিয়ন্ত্রণ করতে শেখা হয়। শ্বাস-প্রশ্বাসের মাধ্যমে মনকে শান্ত করা এবং শরীরকে পুনরুজ্জীবিত করা সম্ভব হয়। ধ্যান একটি শক্তিশালী আধ্যাত্মিক অভ্যাস, যা মনকে একাগ্র এবং স্থির রাখে। ক্রিয়া যোগের মাধ্যমে ধ্যানের চর্চা করা হলে, ব্যক্তি তার অন্তর-জগতের গভীরে প্রবেশ করে এবং আত্মার সাথে একাত্ম হতে পারেন।

এই ক্রিয়াযোগের মাধ্যমে আমাদের নিজের প্রকৃত স্বরূপ বা আত্মাকে জানার সুযোগ পায়। এটি আমাদের বোঝায় যে, আমরা শুধু শারীরিক বা মানসিক অস্তিত্ব নই, বরং আমাদের মধ্যে একটি অনন্ত আত্মা বা চেতনা বিরাজমান। এই আত্মজ্ঞান আমাদের জীবনের উদ্দেশ্য এবং প্রকৃত সত্য উপলব্ধি করতে সাহায্য করে। ক্রিয়াযোগ আমাদের মনকেও শান্ত করতে সাহায্য করে। শ্বাস-প্রশ্বাসের নিয়ন্ত্রণ এবং ধ্যানের মাধ্যমে মনের অস্থিরতা কমানো যায়। এটি উদ্বেগ, দুশ্চিন্তা এবং মানসিক চাপ কমাতে সাহায্য করে, ফলে আমাদের দৈনন্দিন জীবন হয়ে ওঠে আরও শান্তিপূর্ণ এবং পরিপূর্ণ। শ্বাস-প্রশ্বাসের নিয়ন্ত্রিত হওয়ার ফলে এটি আমাদের রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করে, শারীরিক শক্তি বৃদ্ধি করে এবং স্নায়ুতন্ত্রকে শক্তিশালী করে। একই সঙ্গে, এটি মানসিক স্বাস্থ্যেরও উন্নতি সাধন করে। কিন্তু ক্রিয়াযোগের মূল লক্ষ্য হল আধ্যাত্মিক মুক্তি বা মোক্ষ লাভ করা। এর চর্চা একজন ব্যক্তিকে তার আত্মাকে পরিশুদ্ধ করতে এবং পরম সত্য বা ঈশ্বরের সঙ্গে একাত্ম হতে সাহায্য করে। এটি আত্মজ্ঞান, ঈশ্বরের প্রতি প্রেম এবং শান্তির অভ্যন্তরীণ অনুভূতির দিকে নিয়ে যায়। মানুষ ঈশ্বরের উপস্থিতি অনুভব করতে পারে এবং তার সাথে সংযোগ স্থাপন করতে সক্ষম হয়।

ক্রিয়া যোগ একটি শক্তিশালী আধ্যাত্মিক পদ্ধতি যা আমাদের শারীরিক, মানসিক এবং আধ্যাত্মিক জীবনকে পরিবর্তন করতে সক্ষম। লাহিড়ী বাবা এই পদ্ধতিটি সহজে উপলব্ধ এবং কার্যকরী করে তুলেছেন, যাতে সারা বিশ্বের মানুষ এর মাধ্যমে আধ্যাত্মিক মুক্তি ও অন্তরের শান্তি লাভ করতে পারে। এটি এক জীবনব্যাপী গভীর অভ্যন্তরীণ যাত্রা, যা জীবনকে আরও অর্থপূর্ণ করে তোলে।

সারাদিনের মধ্যে কিছুটা সময় বের করে নিয়ে স্থির হয়ে বসে গুরু প্রদর্শিত পদ্ধতিতে একটু অভ্যাস, আর চাই একটু মনের দৃঢ়তা। তাহলেই বোঝা যাবে আপনি কে? আপনি কোথা থেকে এসেছেন? আপনার কর্তব্য কি? আপনার কি করা উচিত? আপনি কি করছেন? ঈশ্বর আপনাকে মানব জীবন দিয়েছেন শুধুমাত্র কি আপনার নিজের চাহিদা মেটানোর জন্য? শুধুমাত্র কি টাকা পয়সা রোজগার করার জন্য? নাকি অন্য কিছু করার জন্য? দিনের ২৪ টা ঘন্টাই কি আপনি নিজের জন্যই ব্যয় করবেন? নিজের স্বার্থসিদ্ধির জন্যই ব্যয় করবেন? নাকি সর্বোচ্চ জীব মানুষ হয়ে জন্মানোর জন্য সমাজ সংসারের প্রতি আপনার কিছু দায়বদ্ধতা আছে? এ সমস্ত কিছু প্রশ্নের উত্তর ক্রিয়া যোগের মধ্যে নিহিত আছে। নিজেকে জানা, নিজেকে চেনা এবং চেতনার বিকাশ ঘটানোর জন্য সর্বোত্তম পদ্ধতি হল এই ক্রিয়াযোগ।

মানুষ হিসেবে জন্মানোর সুবাদে কেবলমাত্র মানুষকেই ভগবান চেতনা দিয়েছেন। অন্য কোনো প্রাণীকেই তা দেননি। কিন্তু দুঃখের বিষয় আমরা জানি না চেতনার বিকাশ কিভাবে করতে হয়। আমাদের বাবা-মাও জানেনা বা আমাদেরকে কেউ এই ধরনের শিক্ষাও দেয়নি। জন্মে থেকেই আমরা শুধু শুনছি, এটা করো না সেটা করো না। সবই 'না' সারা জীবনটাই আমরা শুধু 'না' শিখে এসেছি। আর কিছু শিখিনি। তাই গোটা জীবনটাই আমাদের না হয়ে গিয়েছে। চেতনা আসলে কি জিনিস আমরা সেটাই জানি না। গায়ে মাখে, না খায়, না দেওয়ালে টাঙাতে হয়। প্রকৃত আত্মজ্ঞানী, বুদ্ধিমান বা আধ্যাত্মিক মানুষ হতে হলে আমাদের চেতনাকে বা কনশাসনেস কে আরো বাড়াতে হবে। এই চেতনা না বা কনশাসনেস যাই বলুন না কেন পুরোটাই কিন্তু আমাদের মস্তিষ্কে কার্যকরী থাকে। আর আমাদের মস্তিষ্ক কি অবস্থায় থাকে সেটা তো বুঝতেই পারছেন, সারাদিন শুধু মাত্র নিজেদের চাহিদা মেটানো আর ছুটে বেড়ানো। তাই ২৪ ঘন্টায় আমাদের মস্তিষ্ক চঞ্চল থাকে। সর্বপ্রথম আমাদের এই মস্তিষ্ককে স্থির করতে হবে। তার জন্য সর্বপ্রথম প্রয়োজন নিজেকে স্থির করা। নিজের মনকে স্থির করতে হলে ক্রিয়াযোগের সাহায্য নেওয়া ছাড়া গতি নেই।

আর একটা বিষয় না বললেই নয় চেতনা বা আত্মজ্ঞান পেতে হলে আমাদের রামায়ণ, মহাভারত, গীতা এবং উপনিষদ থেকে শিক্ষা নিতে হবে। ভগবান শ্রীকৃষ্ণ গীতার প্রতিটি ছত্রেই আমাদের সাংসারিক জীবনে কিভাবে চলা উচিত? আমাদের কি কি কর্তব্য? আমাদের কি করণীয়? আমরা কি করব? এসব কিছুই বুঝিয়ে দিয়ে গেছেন। এখন আমরা যদি এইগুলো না দেখি বা আলোচনা করি তাহলে দোষটা কার আমার. আপনার. না ভগবান শ্রীকৃষ্ণের! সত্যি কথা বলতে কি অধিকাংশ মানুষই এই সমস্ত ধর্মগ্রন্থের নামই শোনে। আমরা ছোট থেকেই যদি আমাদের এই চেতনা বা কনশাসনেস কে বাড়ানোর সুযোগ পাই এবং চেষ্টা করে থাকি তাহলে জীবন আনন্দে পরিপূর্ণ হতে বাধ্য।

প্রকৃতির নিয়ম অনুযায়ী সুখ এবং দুঃখের একটা চক্র আবর্তিত হয়ে চলেছে সব সময়। এটা প্রকৃতির নিয়ম। প্রকৃতির নিয়মের বাইরে কোন মানুষ কি, কোন প্রাণী যেতে পারে না, কেউ যেতে পারে না। সুখ যাবে দুঃখ আসবে এবং দুঃখের পরে সুখ আসবে। এটাই স্বাভাবিক নিয়ম। সুতরাং আমাদেরকে এই সুখ দুঃখের চক্রের ব্যাপারটাকে ভালোভাবে বুঝে নিতে হবে। প্রকৃতির এই অমোঘ চক্রকে বুঝতে হলে সাধারণ অবস্থায় আমরা বুঝতে পারবো না। আসলে আমাদের যে এই সমস্ত সারাদিনের চিন্তাভাবনা, কোন সিদ্ধান্ত নেওয়া বা আমাদের কামনা, বাসনা, যাবতীয় যা কর্ম সেটা করে কিন্তু আমাদের মন। মন এই সমস্ত কাজ পরিচালনার জন্য পঞ্চ ইন্দ্রিয় থেকে ডেটা কালেকশন করে এবং আমাদেরকে পরিচালনা করে। মনকে স্থির করতে পারলে আমরা চেতনা লাভ করতে পারব। আর তাহলেই সব রহস্যের সমাধান হয়ে যাবে। প্রকৃতির এই সুখ ও দুঃখের চক্রকে আমরা বুঝতে পারব। সুখেও আমরা সুখী হবো না এবং দুঃখেও আমরা কাতর হব না। প্রকৃতির নিয়ম অনুযায়ী সুখ ও আসবে দুঃখ ও আসবে এবং এটা আমাদের কোনোভাবেই প্রভাবিত করতে পারবে না। আমাদের জীবনে যত বড় ধরনের দুঃখই আসুক না কেন, আমরা কিন্তু কাতর হবো না কারণ আমরা তো জানি এটা ক্ষণিকের ব্যাপার। দুঃখের পরেই আবার সুখ আসবে। সেরকম ঠিক সুখের বেলাতেও তাই। বরং আমরা সতর্ক হয়ে থাকবো সুখ আছে বলেই সুখে গা ভাসিয়ে দেব না।

আমরা বুঝতে পারবো ঠিক এর পরেই দুঃখ আসবে। আবার দুঃখের সময় এই ভাবনাই ভাববো যে এরপরে নিশ্চয়ই সুখ আসবে।

সুতরাং আমরা দুঃখে পাথর হয়ে পড়বো না। সুখেও আনন্দিত হব না। আমরা সব থেকে বেশি ভয় পায় মৃত্যুকে। সেই মৃত্যু ভয় কেও আমরা অগ্রাহ্য করে যেতে পারি ঠিক এভাবেই। সঠিক আত্মজ্ঞানী ব্যক্তির সুখ এবং দুঃখ দুটোকেই অত্যন্ত আনন্দের সঙ্গে উপভোগ করেন। 'উপভোগ করেন' বলার অর্থ এই যে যখনই তাদের জীবনে দুঃখ নেমে আসে, তারা এই ভাবনায় ভাবিত হন, ও ঠিক আছে! দুঃখ এসেছে, খুব ভালো আসুক, কারণ তিনি তো জানেন ঠিক এর পরেই সুখ আসবে। ঠিক এভাবেই তারা সুখ-দুঃখের এই চক্রকে উপভোগ করে নেন। খুবই মজার ব্যাপার তাই না। তাই জীবনে সত্যিকারের আনন্দ পেতে হলে ক্রিয়াযোগের সাহায্য নিয়ে নিজেকে তৈরী করে নেওয়া ছাড়া অন্য কোনো পথ নেই।

তথ্য সূত্র :

পুরানপুরাণ: যোগীরাজ শ্রী শ্যামাচরণ লাহিড়ী - অশোক কুমার চট্টোপাধ্যায়।

শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণকথামৃত - মহেন্দ্রনাথ গুপ্ত

শ্রীমদভগবদগীতা (সাধক সঞ্জীবনী) - স্বামী রামসুখদাস

উপনিষদ্ - গীতা প্রেস



“উপলব্ধির আলোকে ক্রিয়াযোগ” -শিউলি গাঙ্গুলি



উপলব্ধির আলোকে ক্রিয়াযোগ নিয়ে লেখার একটি ক্ষুদ্র প্রচেষ্টা। পরম গুরুদেবের জন্মদিনে তাঁর চরণে এই চেষ্টাই এই শিষ্যের শ্রদ্ধাঞ্জলি। গুরুদেব বলেন, যারা তাঁর কাছে ক্রিয়া নিতে আসেন তারা আগে থেকেই কোনো না কোনোভাবে এই পথে যুক্ত ছিলেন, তাই আবার সেই পথের সন্ধানই তারা ফিরে আসেন। পরম গুরুদেবই এদের পাঠান গুরুদেবের কাছে। তার মানে নিশ্চয়ই এমন কোনো কারণ আছে যার জন্য মানুষ জন্ম জন্ম ঘুরে ফিরে আসে এই পথের সন্ধান। কী সেই কারণ?

উপলব্ধি বলে, সেই কারণ হলো পরমানন্দকে সন্ধান করা। শুরুতে হয়তো দেখা যায় বিভিন্ন মানুষ বিভিন্ন কারণে ক্রিয়াদীক্ষা নিচ্ছেন, কিন্তু দিন যত যায়, সকলের উদ্দেশ্য সেই এক জায়গায় গিয়েই পৌঁছায়—পরমানন্দকে উপলব্ধি করার ইচ্ছা।

গুরুদেব বলেন, "মনকে এমন শান্ত ঝিলের মতো করো যেন কোনো ঢিলই সেখানে তরঙ্গ তুলতে না পারে।" প্রতিদিন ক্রিয়া করলে মন আনন্দময় হয়ে ওঠে। কোনো কারণ ছাড়াই হৃদয় পরিপূর্ণ হয়ে থাকে। সকলের জন্যই মনে ভালোবাসা জন্ম নেয়। প্রতিদিনের জীবনসংগ্রাম তো থাকবেই, কিন্তু তাঁর কৃপায় সবই সহজ হয়ে যায়।

হৃদয় যখন বিশ্বাস ও শ্রদ্ধায় ভরে ওঠে, তখন এক অপার্থিব তৃপ্তিতে মন কানায় কানায় পূর্ণ হয়ে যায়। জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে তখন গুরুদেবের কৃপা অনুভব করা যায়। গুরুদেব বলেন, তাঁকে যে আশ্রয় করে থাকে, তার যখন যা দরকার, তা তিনিই জুটিয়ে দেন। এর চেয়ে বড় সত্য আর কিছু নেই। শান্ত, সমাহিত মন আয়নার মতো হয়, আর সেই শুদ্ধ চিত্তে গুরুকৃপার প্রতিবিম্ব ধরা পড়ে।

বোধ জন্ম নেয় যে জীবনে যা কিছু ভালো হয়েছে, তা গুরুদেবের কৃপা। আর যতটুকু না হওয়া, তা আমাদের বিক্ষিপ্ত মনের ফসল।

গুরুদেব বলেন, ক্রিয়াই গুরু এবং ক্রিয়ার প্রকৃত উদ্দেশ্য হচ্ছে নিজেকে জানা। ক্রিয়া করলে মন স্বচ্ছ হয়ে ওঠে এবং সেই স্বচ্ছ মন সকল বিষয় নিরপেক্ষভাবে সঠিক ধারণা করতে পারে। অন্যথায় অহং এবং আত্মঅভিমান আমাদের চিন্তাকে এবং ভাবনাকে আচ্ছন্ন করে রাখে। ফলে আমরা কোনো বিষয়েই নিজেদের ভ্রুটি দেখতে পাই না।

অন্যের দোষ ও ভ্রুটি আমাদের কাছে বড় হয়ে ওঠে এবং পক্ষপাতদুষ্ট ভাবনা থেকে যে সিদ্ধান্তই নেওয়া হয়, তা সাধারণত ভুল হয়। সমস্ত জটিলতা, ঈর্ষা এবং অহংকার এখান থেকেই জন্ম নেয়। মন আত্মবিশ্লেষণ করে না, সদা সর্বদা বাইরের দিকে তাকিয়ে থাকে এবং অতৃপ্তি ও কষ্টের কারণ তৈরি করে।

প্রতিদিনের ক্রিয়া আমাদের দৃষ্টিকে অন্তরমুখী করে, বুঝতে সাহায্য করে যে আমাদের সমস্ত অতৃপ্তি ও কষ্টের কারণ আমরা নিজেরাই। ক্রিয়া যত গভীরভাবে করা যায়, মন তত শুদ্ধ হয়। অহং যত কমে আসে, বোধ জন্ম নেয়—আমি বলে কিছু নেই; সবই তিনি, সবই তাঁর ইচ্ছাতেই হচ্ছে। অহং শূন্য মন যে কাজই করে, তাই সেবা হয়ে দাঁড়ায়।

ওগো ! ‘আমি’ বলে কিছু নেই।
এই শরীর মাঝে যে ‘আমি’ থাকে,
সে তোমারি দাসানুদাস।
আনন্দধামে লক্ষ্য তুমি ,
পথ ও তুমি-
অধমের বিশ্বাস।

জয় গুরুদেব।



“কেশবানন্দ ব্রহ্মচারী”

-অমিত চ্যাটার্জী

*দ্বিতীয় পর্ব

মায়ের মৃত্যুর পর তিনি কিছুকাল দশাশ্বমেধ ঘাটের কাছে কামরূপ মঠে অবস্থান করেন। সেখানে স্বামী রামানন্দ তীর্থের কাছে মন্ত্র দীক্ষা গ্রহণ করেন। কিছুকাল সাধনার পর স্বামীজি তাকে সন্ন্যাস দীক্ষাও প্রদান করেন। গৈরিক বস্ত্র ধারণের পর স্বামী রামানন্দ তার নবীন শিষ্যটির নামকরণ করেন 'স্বামী কেশবানন্দ ব্রহ্মচারী'। এর কিছুদিন পর, দেবী বিষ্ণুবাসিনীর কৃপা লাভের আশায় কেশবানন্দজী বিষ্ণুচল পর্বত-এর উদ্দেশ্যে যাত্রা করেন। দেবী কৃপায় সেখানে এক জ্যোতির্ময় যোগী পুরুষের সাক্ষাৎ পান। তার সাথে কিছুকাল এক গিরি গুহায় বসবাসের পর সেই যোগীবর তাকে আদেশ করেন- “তুমি আবার বারানসী ফিরে যাও। সেখানে যোগীরাজ শ্যামাচরণ লাহিড়ী মহাশয় অবস্থান করছেন। তিনি যোগদীক্ষা প্রদান করে সাধনার পরবর্তী চরণে তোমার পথপ্রদর্শন করবেন।”



* প্রথম অংশটি ২৪ জুলাই (ত্রয়োদশ সংস্করণ) প্রকাশিত হয়েছিল। এটি আপনি অনলাইনে আশ্রমের ওয়েবসাইট rykym.org-এ দেখতে পারেন।

বারানসী ফিরে এসে স্বামী রামানন্দকে তিনি সকল ঘটনা বলেন। স্বামীজীর অনুমতি নিয়ে কেশবানন্দ উপস্থিত হন বাঙ্গালী টোলায় যোগীরাজের নিবাসে। “কেশবানন্দ, আমি তোমার জন্যই অপেক্ষা করছিলাম।” প্রথম দর্শন এই পদ্যাসনে উপবিষ্ট এই সৌম্য দর্শন মহাপুরুষের চরণে কেশবানন্দের সমগ্র সত্তা প্রণত হয়। তার মনে হয় একেই তো খুঁজে ছিলেন এতকাল ধরে। আজ অবশেষে তিনি ধরা দিলেন। এদিকে যোগীরাজ মৃদু মৃদু হাসছেন। বিক্যাচলের সকল ঘটনা উদ্ধৃত করে যোগদীক্ষা প্রার্থনা করলে যোগীরাজ সম্মতি প্রদান করেন। এরপর এক শুভ তিথিতে কেশবানন্দ লাভ করলেন যোগক্রিয়ার কৌশল। কিছুকাল যোগীরাজের সান্নিধ্যে তপস্যা করে তিনি উচ্চ ক্রিয়ার স্তর গুলিও লাভ করেন। আরো কিছুকাল অতিবাহিত হওয়ার পর পরবর্তী তপস্যার জন্য তাকে বিক্যাচলে যাওয়ার নির্দেশ দেন।

বিক্যাচলে বসবাস কালে একদিন এক আশ্চর্য ঘটনা ঘটে। পূর্ণিমার রাতে ব্রহ্মচারীজী একাকী জঙ্গলে বিচরণ করছিলেন। হঠাৎ এক সন্ন্যাসী তার সামনে প্রকট হন এবং তাকে বলেন - “এক্ষুনি তুমি এই স্থান ত্যাগ কর, নতুবা তোমায় হত্যা করবা।” ব্রহ্মচারীজী উত্তর দেন- “আপনার দর্শনে অত্যন্ত আনন্দ অনুভব করছি। আপনি আমায় হত্যা করুন বা ছেড়ে দিন, আমার পক্ষে এই স্থান পরিত্যাগ করা সম্ভব নয়।” সন্ন্যাসী তার গুরু ভক্তির পরীক্ষা নিচ্ছিলেন। উত্তরের সন্তুষ্ট হয়ে তিনি এক ভূগর্ভস্থ গুহার সন্ধান দেন যেখানে এক প্রাচীন সন্ন্যাসী তপস্যা রত। এই প্রাচীন সন্ন্যাসীই বাবাজি মহারাজ। তিনি কেশবানন্দজীকে এই গুহাতেই জন্ম মৃত্যুর চক্রচ্ছেদন করে মোক্ষ লাভের ক্রিয়ার শিক্ষা দেন।

এরপর যোগীরাজের নির্দেশে হিমালয়ের উদ্দেশ্যে যাত্রা শুরু হয়। কোথায় যাচ্ছেন-জানা নেই, মন যেদিকে নিয়ে যায়। কিছুকাল এক স্থানে তপস্যা করে আবার যাত্রা শুরু করেন। আহার জুটলে আহার করেন, না জুটলে উপবাসে থাকেন। গভীর হিমালয়ের তুষারাবৃত অঞ্চলে তপস্যা করতে করতে ধীরে ধীরে দেহবোধ লোপ পায়। শরীরের বস্ত্রও তিনি ত্যাগ করেন। ভগবত প্রাপ্তিকে জীবনের ধ্যেয় করে এই ভাবেই কেটে যায় ৩৩ টা বছর।

একদিন হঠাৎ গভীর সমাধিমগ্ন অবস্থায় তিনি অনুভব করেন চতুর্দিক থেকে এক তীব্র আধ্যাত্মিক শক্তি তাকে বেষ্টন করে আবর্তিত হচ্ছে। ধীরে ধীরে চোখ খুলে তিনি দেখতে পান মা আদ্যাশক্তি স্বয়ং তার সামনে প্রকট হয়েছেন। সাষ্টাঙ্গে প্রণাম করার পর মা তাকে বলেন- “কেশবানন্দ, তোমার সাধনা সম্পূর্ণ হয়েছে। তুমি এবার বৃন্দাবনে যাও। সেখানে আমার এক সিদ্ধ স্থান আছে, যেখানে সতী অবতারের কেশ পতিত হয়। দ্বাপর যুগে সেই স্থানে গোপিরা শ্রীকৃষ্ণকে লাভের জন্য আমার তপস্যা করেছিলেন। যুগপ্রভাবে সেই স্থান অবলুপ্ত হয়েছে। তুমি সেই স্থান আবার পুনরুদ্ধার করো। সেই স্থান তুমি নিজের যোগ বলে দেখতে পাবে।” দেবী অন্তর্হিত হলেন।

এই আদেশ পালন করে কেশবানন্দজী বৃন্দাবনে কাত্যায়নী দেবীর সতীপীঠ পুনঃপ্রতিষ্ঠা করেন ১৯২৩ খ্রিস্টাব্দের মাঘ শুক্লপক্ষের পূর্ণিমা তিথিতে (ব্রজে কাত্যায়নী পরা:)।

মায়ের প্রতিমা অষ্ট ধাতু দিয়ে নির্মাণ করেন কলকাতার কুমোরটুলির বিশিষ্ট মূর্তি কার প্রেমচন্দ্র। সনাতন পরম্পরা অনুযায়ী মন্দিরে চন্দ্রশেখর মহাদেব, শ্রী লক্ষ্মীনারায়ণ, গণেশ ও সূর্যদেবের প্রতিমাও স্থাপন করা হয়। এই স্থান ও মন্দির আজ ও কাত্যায়নী ট্রাস্ট দ্বারা সযত্নে সংরক্ষিত করা আছে।

লাহিড়ী বাবার মহাপ্রয়াণ প্রসঙ্গে

“লাহিড়ী মহাশয় নিজের মহাপ্রয়াণের আগে এবং পরে অনেকবার আমার সামনে প্রকট হয়েছিলেন। তাঁর কাছে হিমালয়ের কোন শৃঙ্গই দুর্গম ছিল না”

লাহিড়ী বাবার প্রয়াণ প্রসঙ্গে এক সুন্দর লীলার কথা কেশবানন্দজী প্রায়ই তার শিষ্যদের বলতেন। হরিদ্বার আশ্রমে তিনি ধ্যানমগ্ন। হঠাৎ লাহিড়ী বাবা তার সামনে প্রকট হয়ে আদেশ দিলেন- “কেশবানন্দ, তুমি যত শীঘ্র সম্ভব বারাণসী চলে এসো।” তারপর অদৃশ্য হয়ে যান।

আদেশ মত তিনি বারাণসী যাবার ট্রেন ধরে বাঙালিটোলার আবাসে উপস্থিত হন। লাহিড়ী বাবা অসুস্থ, তার প্রয়াণ আসন্ন। অসুস্থ গুরুদেবের সকল সেবা কেশবানন্দ একাই করবেন-এরূপ ছিল তার অনন্য গুরুভক্তি। ৬ মাস রোগভোগের পর অবশেষে এলো সেই দিন। বহু ভক্ত শিষ্যের উপস্থিতিতে একঘন্টা ব্যাপী গীতা উপদেশ আলোচনার শেষে লাহিড়ী বাবা ঘোষণা করেন- “আমি নিজের ঘরে ফিরে যাচ্ছি। আমার জন্য শোক কোরোনা- আমি আবার জেগে উঠবো।” এরপর পদ্মাসনে উপবিষ্ট হয়ে তিনবার নিজেকে প্রদক্ষিণ করে মহাসমাধিতে প্রবেশ করেন। ১৮৯৫ খ্রিস্টাব্দের ২৬ শে সেপ্টেম্বর শিষ্যদের প্রিয় যোগীরাজের পার্থিব কায়ার দাহ সংস্কার মণিকর্ণিকা ঘাটে সম্পন্ন হয়।

ভারাক্রান্ত মনে কেশবানন্দ কামরূপ মাঠে ফিরে আসেন। কিন্তু বিয়োগের বেদনা তার মধ্যে ক্রমশ প্রবল থেকে প্রবলতর হয়ে উঠতে লাগলো। প্রিয় সন্তানকে এই বিষাদ যোগ থেকে উদ্ধারের জন্য পরের দিন সকাল দশটার সময় যোগীরাজ পুনরায় তার সামনে স্বশরীর আবির্ভূত হন। তার ঘর উজ্জ্বল জ্যোতির প্রকাশে ভরে ওঠে। “কেশবানন্দ! নিজের ভস্মিভূত শরীরের বিঘতিত অনু দিয়ে আমি এই শরীরের নির্মাণ করেছি। ধরাধামে আমার গৃহস্থ কর্ম সম্পন্ন হয়েছে। কিন্তু এই পৃথিবীকে পূর্ণরূপে ছেড়ে আমি যাব না। এরপর কিছুদিন হিমালয় বাবাজি মহারাজের সান্নিধ্যে কাটাবো। তারপর সম্পূর্ণ ব্রহ্মাণ্ডে বাবাজি মহারাজের সঙ্গে বিচরণ করব।” এরপর অলৌকিক মহাগুরু পুনরায় অদৃশ্য হয়ে গেলেন।

এই উচ্চতর আধ্যাত্মিক অনুভূতি লাভ করে কেশবানন্দজী পুনরায় ফিরে আসেন হরিদ্বারের আশ্রমে-সঙ্গে নিয়ে আসেন লাকড়ি বাবার চিতাভস্ম। এই ভস্ম সংরক্ষণ করে তার উপর প্রতিষ্ঠা করেন শ্যামেশ্বর মহাদেব। এই সমাধি মন্দির আজও হরিদ্বার আশ্রমে আছে। কেশবানন্দজীর আধ্যাত্মিক জীবন ও ক্রিয়াগত উপলব্ধি সম্পর্কে বেশি কিছু জানা যায় না।

তিনি আজীবন অত্যন্ত গুপ্তভাবেই সাধনা করেন এবং অলক্ষ্য থেকেই শতশত ভক্ত শিষ্যদের আজও আত্মোপলব্ধির পথে এগিয়ে দিয়ে চলেছেন। ১৯৪২ খ্রিস্টাব্দে দুর্গাপূজার ষষ্ঠী তিথিতে বৃন্দাবন আশ্রমে নিজের নশ্বর শরীর ত্যাগ করে যোগীরাজের চরণে স্থান লাভ করেন।



সমাধি মন্দির

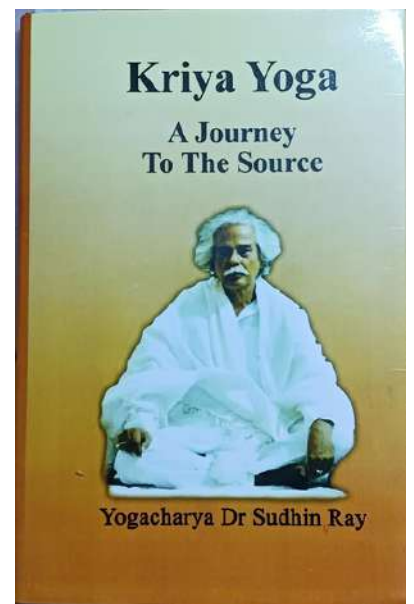
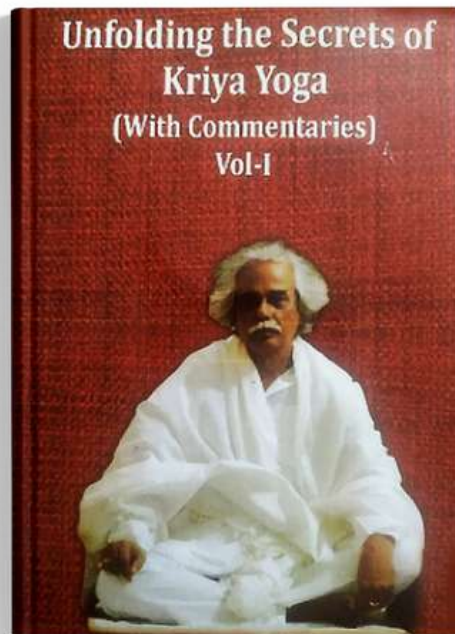
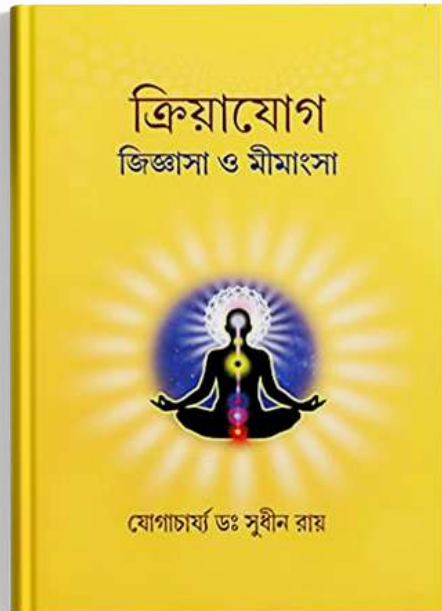
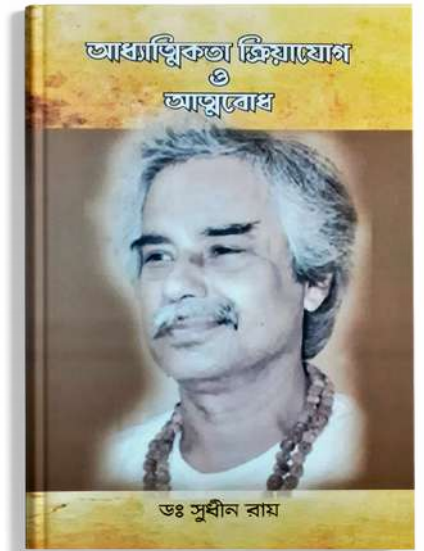
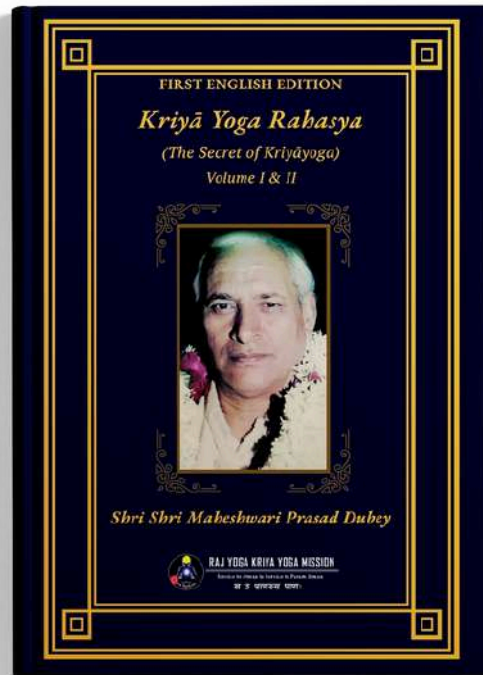
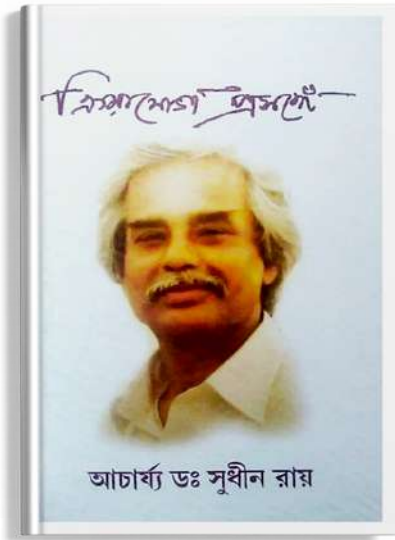
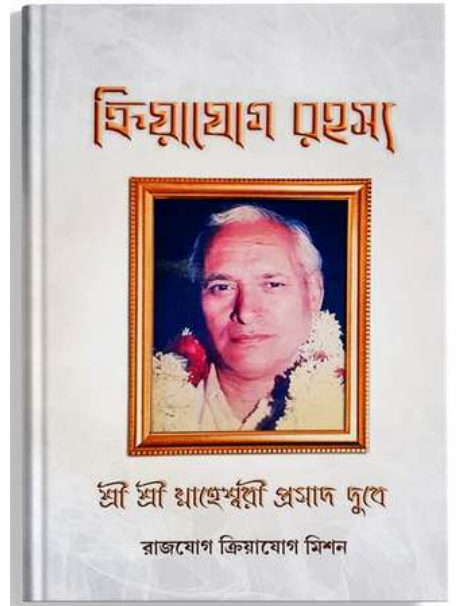
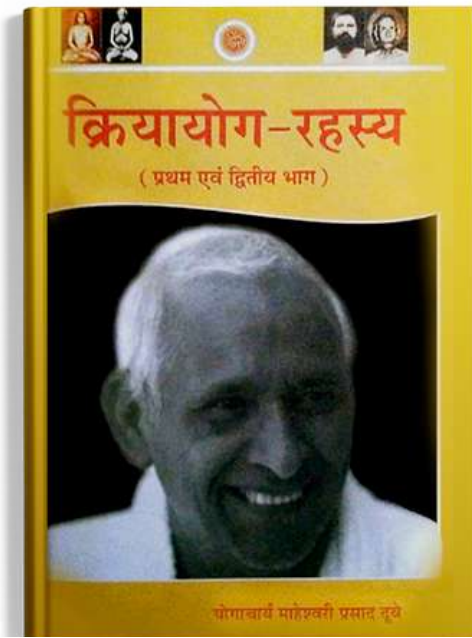


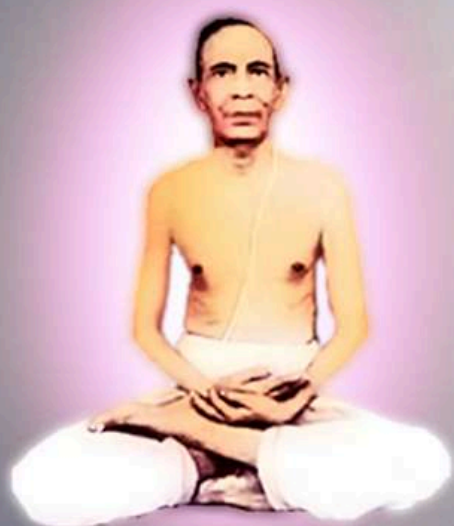
শ্যামেশ্বর মহাদেব

সমাপ্ত



ASHRAM
PUBLICATION
RYKYM





"আমার পূজা সৃষ্টি ছাড়া
গঙ্গাজলের নাইকো ছড়া,
ফুল লাগে না রাশি রাশি
হারিয়ে গেছে কোশা-কুশি।
সরে গেছেন কালী-তারা
আমি আত্ম দেখে আত্মহারা,
আমার পূজা সৃষ্টি ছাড়া
গঙ্গা জলের নাইকো ছড়া।
ঠাকুর দেবতা গেছি ভুলি
এবার শূণ্য সাথে কোলাকুলি,
যুক্ত মুক্ত ত্রিবেণীতে
এবার আমি ডুব মরি।
হারিয়ে যাওয়ার কথা ভেবে
নিজের পূজা নিজেই করি,
আমার পূজা সৃষ্টি ছাড়া
গঙ্গাজলের নাইকো ছড়া।"

- শ্যামাচরণ ত্রিপুরাযোগ ও অদ্বৈতবাদ থেকে সংগৃহীত