ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ

ଭୋଲେଶ୍ୱର ଭୂୟାଁ

ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ

ଲେଖକ : ଶ୍ରୀ ଭୋଳେଶ୍ୱର ଭୂୟାଁ

ପ୍ରଥମ ମୁଦ୍ରଣ ୨୦୧୩

© ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆଶ୍ରମ ଟ୍ରଷ୍ଟ ୨୦୧୩

ପ୍ରକାଶକ
ନବଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକାଶନ
ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆଶ୍ରମ ପ୍ରକାଶନ ବିଭାଗ, ପଣ୍ଡିଚେରୀ - ୬୦୫ ୦୦୨

Bhabishyatara Manisha (Oriya)

by Bholeswar Bhuyan

1st Edition 2013

Rs

ISBN

© Sri Aurobindo Ashram Trust 2013

Published by Navajyoti Publication
A unit of Sri Aurobindo Ashram Publication Department
Puducherry - 605002

Printed at Sri Aurobindo Ashram Press, Pondicherry
PRINTED IN INDIA

ମୁଖବନ୍ଧ

ମୋର ଶ୍ରଦ୍ଧେୟ ବନ୍ଧୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆଶ୍ରମର ବିଶିଷ୍ଟ ସାଧକ, ଗବେଷକ ଓ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ରର ଶାରିରୀକ-ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗର ଜଣେ ବିଶିଷ୍ଟ କ୍ୟାପ୍‌ଟେନ୍ ତଥା ଏକାଧାରରେ ବକ୍ତା, ଲେଖକ ତଥା ବହୁ ବିଧ ଜ୍ଞାନ ତଥା କର୍ମରେ ଗଭୀର ଅଭିଜ୍ଞତା ଥିବା ଜଣେ ଦୁଃସାହସିକ କର୍ମୀ ତଥା ସଂଗଠକ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଭୋଳେଶ୍ୱର ଭୂୟାଁଙ୍କୁ ଖାଲି ମୁଁ ନୁହେଁ, ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆଶ୍ରମ ତଥା ଓଡ଼ିଶାର ମାତୃସନ୍ତାନ ଭାଇଭଉଣୀମାନେ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି । ସେ ଜଣେ ପରୋପକାରୀ, ସର୍ବ ଜନପ୍ରେମୀ, ଦେଶ ହୀତୈଷୀ ହିସାବରେ ଜଣାଶୁଣା । ସେ ପୂର୍ବେ ଜଣେ ସୁଦକ୍ଷ ଇଞ୍ଜିନିଅର ଭାବେ ଚାକିରୀ ଦୁନିଆଁରେ ପରିଚିତ ଥିଲେ । ଆଶ୍ରମକୁ ଆସିବା ପରେ ମା' ଦିବ୍ୟ ଜନନୀଙ୍କର ଅପାର କରୁଣାକୁ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ଅନ୍ତଃନିହୀତ ମାତୃ ଶକ୍ତିର ଏପରି ବିକାଶ ଘଟିଲା ଯାହା ଏବର 'ନବପ୍ରକାଶ'ରେ ତାଙ୍କର ରଚନା ପଢ଼ିଲେ ପାଠକମାନେ ମୁଗ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି । ପୁରୁଣା ପାଠକମାନେ 'ନବପ୍ରକାଶ' ଆରମ୍ଭ ସମୟରେ ତାଙ୍କର ଲେଖା ଏବଂ ବର୍ତ୍ତମାନର ଲେଖା ଭିତରେ ତାଙ୍କର ଅର୍ନ୍ତଃନିହୀତ ବିକାଶର ଆକାଶ ପାତାଳ ତାରତମ୍ୟକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିପାରିବେ ।

'ନବପ୍ରକାଶ'ରେ ଭୋଳେଶ୍ୱର ଭାଇଙ୍କର ଧାରାବାହିକ 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ' ଶୀର୍ଷକ ଲେଖା ପଢ଼ି ମୋତେ ଏତେ ଗଭୀରକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲା ଯାହାକୁ ମୋ' ପରି ଅକିଞ୍ଚନ ପକ୍ଷରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ଖାଲି ମୁଁ ନୁହେଁ, ଓଡ଼ିଶାର ବହୁ ପାଠକ ଏ ଲେଖା ପଢ଼ି ବହୁତ ଉପକୃତ ହୋଇଛନ୍ତି । 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ'ରେ ଲେଖକ ଯେପରି ସରଳ ଭାବରେ ସମସ୍ତେ ବୁଝିପାରିବା ଭଳି ଭାଷାରେ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କର ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଓ ଆତ୍ମାକୁ ଭେଦିବା ପରି ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଭାବକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି ତାହାହିଁ ହେଉଛି ବହିର ବିଶେଷତ୍ୱ ।

ଆମର ଭାଗବତରେ ଅଛି ''ମନ ତୋହର ନିଜ ଗୁରୁ, ଉଦ୍ଧବ କେତେ ତୁ ପଚାରୁ ।'' ମଣିଷ ଗୋଟିଏ ମନପ୍ରଧାନ ଜୀବ ହୋଇଥିବାରୁ ସେସବୁ କଥାକୁ ମନ ଦ୍ୱାରା ଜାଣିବାକୁ ବୁଝିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ । କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରିବନ୍ଦଙ୍କ ଭାଷାରେ 'ମନ ହେଉଛି ବିଭାଜନର ପୁତ୍ର' ଯଦିଓ ମନର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଦୃଷ୍ଟି ନାହିଁ ତଥାପି ଏଇ ମନକୁ ଧରି ଆମକୁ ଆଗେଇବାକୁ ହେବ । ସେଥିପାଇଁ ଲେଖକ ବହିର ଆରମ୍ଭରେ ଏମନକୁ କିପରି ଏ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପଥରେ ଯିବାଲାଗି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ହେବ ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର ବହୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ, ଉପାଦେୟ ଏବଂ ମର୍ମସ୍ପର୍ଶୀ ବାଣୀ ସବୁ ଉଦ୍ଧାର କରି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଥରେ ମନ ଏ ବହିର ସୁଆଦ ପାଇବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ କ୍ରମେ ଏହା ହୃଦୟକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବ ଏବଂ ପରେ ପରେ ଆମର ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ଅନୁସାରେ ଏହା ସତ୍ତାର ସବୁ ଆଡ଼କୁ ଭେଦିବ — ଏଥିରେ ଅଣୁମାତ୍ର ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଏହି ବହିରେ ମନର ନୀରବତା, ଧ୍ୟାନ; ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଗଠନ, ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ; ଗୁରୁ ଓ ତାଙ୍କ କୃପା; ପ୍ରାଣସତ୍ତାର ଗଠନ ଓ ବିକାଶ, ପ୍ରାଣସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର, କାମନା ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତି; ଛାତ୍ର ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ; ସମତାର ସାଧନା; ଶରୀର ଓ ତା'ର ସମ୍ଭାବନା, ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସନ୍ଧାନ; ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ, ଭୌତିକ ଚେତନା ଓ ତା'ର ଜାଗରଣ, ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରନ୍ଥି; ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ବହିର୍ଗମନ; ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଓ ତାର ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ, ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ନିବାରଣର ଉପାୟ, ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା ଓ ରୋଗ ନିବାରଣ; ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ଓ ଅମରତ୍ୱର ସମ୍ଭାବନା; ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ଅମରତ୍ୱର ପ୍ରତିଷ୍ଠା, ମୃତ୍ୟୁରେ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ କ'ଣ ହୁଏ; ଶରୀର ଚେତନାର ସାଧନା ଓ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର, ଶାରୀରିକ ମନ ଓ ଶରୀର ପରିଚାଳନା; ଆଲୋକମୟ ମନର ଅବତରଣ ଓ ତା'ର କ୍ରିୟା; ଶରୀର କୋଷର ଯୋଗ ... ଆଦି ଜୀବନର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ବିକାଶର ତତ୍ତ୍ୱ ଉପରେ ଗଭୀର ଆଲୋଚନା କରାହୋଇଛି ଯାହା ମାନବ ସମାଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ବିକାଶ ପଥରେ ଯାତ୍ରା କରିବାଲାଗି ଗାଇଡ୍ ବହି ପରି ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ।

ଖାଲି ସେତିକି ନୁହେଁ, ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗର ପଥରେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ (ପରମୋଚ ପ୍ରଭୁ) ଗୁରୁ ହୋଇଥିବାରୁ, ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଜୀବନ ରଥର ସାରଥୀ ହୋଇଥିବାରୁ, ତାଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଦିବ୍ୟ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଏହି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ତୀବ୍ର ଭାବରେ କ୍ରୀୟା କରୁଥିବାରୁ, ଏବଂ ସେହି ଦିବ୍ୟଚେତନାକୁ ଧାରଣ କରି ପୃଥିବୀରେ ଅତିମାନସ ଦିବ୍ୟ ସ୍ୱର୍ଗ ରାଜ୍ୟର କାର୍ଯ୍ୟରେ ସହଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଦିବ୍ୟ ଶିଶୁମାନେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରୁଥିବାରୁ ଭୋଳେଶ୍ୱର ଭାଇଙ୍କର ଏହି 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ' ବହି ଖଣ୍ଡିକ କେତେ ଯେ ଉପାଦେୟ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ, ଏହା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପଥର ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ମାନେ ସମସ୍ତେ ଜାଣିପାରିବେ ।

ମା' କହିଛନ୍ତି ''To Know is good. To do is better. To be is perfect.'' ଏହି ବହି ଖଣ୍ଡିକ ଜାଣିବାକୁ, କରିବାକୁ ତଥା ଜୀବନରେ ଫୁଟାଇବାକୁ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ସେହିପରି ହୋଇ ଉଠିବା ଦିଗରେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ବୋଲି ମୋର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ । ବିଶେଷ କରି ଯେଉଁମାନେ ଯଥାର୍ଥରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରେମୀ, ଯେଉଁମାନେ ନୂତନତ୍ୱର ପୂଜାରୀ, ଯେଉଁମାନେ ସମସ୍ତ ସୀମାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଆଗେଇ ଚାଲିବାକୁ ବାଟ ଖୋଜୁଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ମା' ଦିବ୍ୟଜନନୀ ଭଗବତୀଙ୍କର ନିର୍ବାଚିତ ସନ୍ତାନ ବିଶେଷ କରି ତରୁଣ, କିଶୋର ଓ ଯୁବ ପିଢ଼ିଙ୍କ ପାଇଁ, ସ୍କୁଲ, କଲେଜ ଆଦିର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ' ବହି ଖଣ୍ଡିକ ମା' ଭଗବତୀଙ୍କର 'ଆଶୀର୍ବାଦ' ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ ।

— ମଧୁସୂଦନ ମିଶ୍ର (ଭାଇନା)

ସୂଚୀପତ୍ର

ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
ମନର ପ୍ରସ୍ତୁତି	୧
ମନର ନୀରବତା	୧୦
ଧ୍ୟାନ	୧୯
ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଗଠନ	୩୦
ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ	୩୭
ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର	୪୪
ଯୁଗ ଅବତାର : ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ	୫୨
ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏବେ ବି ଅଛନ୍ତି	୫୯
ଗୁରୁ ଓ ତାଙ୍କ କୃପା	୬୮
ସମର୍ପଣ	୭୫
ଜ୍ଞାନ-ଦୀପ୍ତ ମନ	୮୪
ମନର ରୂପାନ୍ତର	୯୧
ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଗଠନ ଓ ବିକାଶ	୯୭
ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ମିତବ୍ୟୟ	୧୦୩
ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର	୧୧୧
କ୍ରୋଧର ରୂପାନ୍ତର	୧୧୬
କାମନା ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତି	୧୨୨
ଯୌନ ଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର	୧୨୮
ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ	୧୩୪
ଛାତ୍ର ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ	୧୪୦
ସମତାର ଯୋଗ	୧୪୬
ଶରୀର ଓ ତା'ର ସମ୍ଭାବନା	୧୫୩
ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସନ୍ଧାନ	୧୬୧
ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ	୧୬୭
ଭୌତିକ ଚେତନା ଓ ତା'ର ଜାଗରଣ	୧୭୩

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଓ ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ର	୧୭୯
ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ସାମ୍ରାଜ୍ୟ	୧୮୫
ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ବହିର୍ଗମନ	୧୯୨
ରୋଗ ଓ ତାହାର କାରଣ	୧୯୯
ଔଷଧ ବ୍ୟବହାରର କୁପରିଣାମ	୨୨୦
ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ନିବାରଣର ଉପାୟ	୨୨୫
ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା ଓ ରୋଗ ନିବାରଣ	୨୩୨
ଆକ୍ୟୁ-ପ୍ରେସର୍ ଓ ରୋଗ ନିବାରଣ	୨୩୯
ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ନିବାରଣ	୨୪୬
ରକ୍ତଚାପ (ଷ୍ଟୟନ୍ଦନ୍ଦତ ସ୍କ୍ୱଷକ୍ଗଗୀଷକ୍)	୨୫୯
ମଧୁମେହ (ପ୍ଲ୍ଣଭ୍ଲଣକ୍ଢ଼କ୍ଗ)	୨୬୯
ପେଟ ରୋଗ ଓ ତା'ର ଉପଶମ	୨୭୨
ହୃଦ୍‌ରୋଗ	୨୭୯
ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା	୨୮୬
ଦୀର୍ଘ-ଜୀବନ ଲାଭ	୨୯୪
ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ଓ ଅମରତ୍ୱର ସମ୍ଭାବନା	୩୦୧
ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ଅମରତ୍ୱର ପ୍ରତିଷ୍ଠା	୩୦୯
ମୃତ୍ୟୁରେ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ କ'ଣ ହୁଏ	୩୧୬
ଶରୀର ଚେତନାର ସାଧନା ଓ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ...	୩୨୪
ଶାରୀରିକ ମନ ଓ ଶରୀର-ପରିଚାଳନା	୩୩୧
ଆଲୋକମୟ-ମନର ଅବତରଣ ଓ ତା'ର କ୍ରିୟା ...	୩୩୯
ଶରୀର-କୋଷର ଯୋଗ	୩୪୭
ଉପସଂହାର	୩୬୨

ମନର ପ୍ରସ୍ତୁତି

ପୃଥିବୀରେ ଯେତେ ଜୀବଜନ୍ତୁ ଅଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପଦ୍ଧତିରେ ନିରୀକ୍ଷଣ କଲେ ଜଣାଯିବ – ଏକ ପ୍ରକାର ଜୀବଙ୍କ ଚାଲିଚଳନ ପ୍ରକୃତି ଓ ଆଚାର-ବ୍ୟବହାର ପ୍ରାୟ ସମାନ । କାରଣ ଏହିସବୁ ଜୀବ ତାଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ । ଏମାନେ ନିଜ ଚେଷ୍ଟାରେ ଆଉ ଅଗ୍ରଗତି କରି ପାରିବେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କର ରୂପ ଓ ଗୁଣ ପ୍ରାୟ ସମାନ । ପ୍ରାକୃତିକ କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନ ଧାରାରେ ସେମାନେ ତାଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଏବେ ବି ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ ଜୀବ ହୋଇପାରି ନାହିଁ ।

''ମଣିଷ ଏକ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତିକାଳୀନ ଜୀବ; ସେ ତା'ର ଶେଷ ପରିଣାମ ନୁହେଁ ... । ମଣିଷ କହିଲେ ଆମେ ବୁଝିଥାଉ ଜୀବନ୍ତ ଶରୀରରେ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିଥିବା ଏକ ମନ । କିନ୍ତୁ ମନ ଚେତନାର ଉଚ୍ଚତମ ସମ୍ଭାବ୍ୟ ଶକ୍ତି ନୁହେଁ; କାରଣ ମନ ସତ୍ୟକୁ ଧାରଣ କରି ପାରି ନାହିଁ, ସେ କେବଳ ଅଜ୍ଞାନତା ମଧ୍ୟରେ ଏହି ସତ୍ୟର ଅନ୍ୱେଷଣ କରୁଛି ।''

– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (SABCL, Vol. 17, p. 7)

ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ବିକାଶ ହୋଇ ନାହିଁ । କେବଳ କେତେକ ମୁଷ୍ଟିମେୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କୌଣସି ଏକ ଦିଗରେ ବିପୁଳ ବିକାଶ ହୋଇଛି ମାତ୍ର । ସେଥିପାଇଁ ମଣିଷକୁ ଏହି ବିବର୍ତ୍ତନ ଧାରାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିବର୍ତ୍ତିତ ଜୀବ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଏପରିକି ମହାଭାରତ ଯୁଗ ସମୟରେ ଯେତେବେଳେ ଦ୍ରୌପଦୀ ଜଣେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଦର୍ଶବାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପତି ରୂପେ ପାଇବା ପାଇଁ ବର ଚାହିଁଥିଲେ(ତାଙ୍କର ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ) ଯେ କି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟର ଆଚରଣ କରୁଥିବେ, ଶରୀରରେ ଅସୀମ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇଥିବେ, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଧନୁର୍ଦ୍ଧର ଯୋଦ୍ଧା ହୋଇଥିବେ, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଶ୍ୱାରୋହି ଓ ସହନଶୀଳତାର ଆଦର୍ଶ ହୋଇଥିବେ, ଭଗବାନ୍ ଏହିସବୁ ଗୁଣରେ ଭରପୂର ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପାଇ ନ ଥିଲେ । ତେଣୁ ଦ୍ରୌପଦୀଙ୍କୁ ପାଞ୍ଚ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ବିବାହ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କର କେବଳ ଗୋଟିଏ ଗୁଣର ବିଶେଷ ବିକାଶ ହୋଇଥିଲା ।

ଆଜି ମଣିଷ ସମ୍ମୁଖରେ ଆଦର୍ଶ ମଣିଷ କିଏ ? କେଉଁ ଆଧାର ବା କେଉଁ ଶରୀର ମଣିଷର ଆଦର୍ଶ ? କେଉଁ ଶରୀରରେ ମଣିଷ ବିକାଶର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ? ଦୁଃଖର କଥା ଏପୃଥିବୀରେ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଶରୀର ଏହି ବିକଶିତ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ନାହିଁ । ବିକଶିତ ହେବା ତ ଦୂରର କଥା, ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗ୍ରହଣଶୀଳତାର ଆଧାର ଏପୃଥିବୀରେ ଗୋଟିଏ ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ସ୍ୱୟଂ ଦିବ୍ୟ ଜନନୀଙ୍କୁ ଏବଂ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ନିକଟକୁ ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିଲା – ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପରେ । ସେ ଏପୃଥିବୀରେ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଶରୀର

ପାଇଲେ ନାହିଁ, ଯାହା ଭିତରେ ଏସବୁକୁ ଅଜାଡ଼ି ଦେଇଥାଆନ୍ତେ । ଏହା ମଣିଷଜାତି ପକ୍ଷରେ ଘୋର ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟର କଥା । ମଣିଷର ଭାଗ୍ୟ ଆଜି ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଶରୀର ସଦୃଶ୍ୟ ।

ମଣିଷ ଆଜି ନିଜକୁ ଅତି ମହାନ୍ ଓ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବୋଲି ମନେ କରେ । ସେ ବିଜ୍ଞାନର କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏତେ ଆବିଷ୍କାର, ଉଦ୍ଭାବନ କରିଛି ମଣିଷକୁ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ଦେବା ପାଇଁ, ଏତେ ଔଷଧ ଓ ଡାକ୍ତର ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ମଣିଷକୁ ନୀରୋଗ ଓ ସୁସ୍ଥ କରିବା ପାଇଁ, ଏତେ ପୁସ୍ତକ ଲେଖିଛି ମଣିଷର ଜ୍ଞାନର ବିକାଶ ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ କ'ଣ ମଣିଷ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ପାଇଛି ? ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିଛି ? ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନୀ ହୋଇ ପାରିଛି ? ମଣିଷ ନିଜକୁ ଏତେ ଜ୍ଞାନୀ ଓ ପଣ୍ଡିତ ବୋଲି ମନେ କରେ କିନ୍ତୁ ନିଜ ଶରୀର ଭିତରେ କିପରି ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହୁଏ ସେବିଷୟରେ ସେ ଜାଣେ ନାହିଁ । ହଜମ କ୍ରିୟାକୁ ସେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରେ ନାହିଁ, ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସକୁ ନିଜ ଇଚ୍ଛାରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରେ ନାହିଁ, ନିଜର ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରେ ନାହିଁ, ମନକୁ ଶାନ୍ତ ନୀରବ କରିପାରେ ନାହିଁ । ମୋଟକଥା ନିଜ ଶରୀର ବିଷୟରେ ସାଧାରଣ ମଣିଷ ବିଶେଷ କିଛି ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ବା ତାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ନିଜକୁ ଯେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଶିଖି ନାହିଁ ସେ ସାରା ଦେଶକୁ କ'ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବ ? ସାରା ପୃଥିବୀକୁ କିପରି ପରିଚାଳନା କରିବ ? ଏବେ ବି ମଣିଷର ତଥାକଥିତ ବିଜ୍ଞାନ ଜାଣେ ନାହିଁ ମଣିଷର ମସ୍ତିଷ୍କ କିପରି କାମ କରେ । ସେ ଜାଣେ ନାହିଁ ମଣିଷର DNAରେ ଥିବା ଗୁପ୍ତ ତଥ୍ୟର ରହସ୍ୟ କ'ଣ ? ମଣିଷ ମସ୍ତିଷ୍କର ବହୁ ଅଂଶ ଏବେ ବି କ୍ରିୟାଶୀଳ ନୁହେଁ । ତା'ହେଲେ ଭଗବାନ୍ ଆମକୁ ଏତେ ବଡ଼ ମସ୍ତିଷ୍କ ଦେଲେ କାହିଁକି ? ଏହା କ'ଣ ଅଯଥା ଆମ ଶରୀରରେ ରଖାଯାଇଛି ? ଭଗବାନଙ୍କ କାମ କେବେ ଅଯଥା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ମଣିଷର ମସ୍ତିଷ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହେବ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷଜାତି ମଧ୍ୟରେ; ଯେତେବେଳେ ମଣିଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯଥାର୍ଥତା ଲାଭ କରିବ ।

ଯଦିଓ ମଣିଷ ସୃଷ୍ଟିର ଶେଷ ଓ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିବର୍ତ୍ତିତ ଜୀବ ତଥାପି ମଣିଷ ଭିତରେ ଯେଉଁ ବିକୃତି ଓ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ରହିଛି, ତାକୁ ନେଇ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା ଭଗବାନ୍ କିପରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେବେ ? ସେ କିପରି ମଣିଷ ଭଳି ଏକ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ, ଅପାରଗ, ବିକୃତ ଜୀବରେ ତାଙ୍କର କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର ଧାରା ସମାପ୍ତ କରିବେ ? କ୍ରମ-ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ପ୍ରଥମେ ଜଡ଼ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା । ଜଡ଼ରେ ପ୍ରାଣର ପ୍ରଭାବ ଦ୍ୱାରା ବୃକ୍ଷଲତା, ପଶୁପକ୍ଷୀ ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ । ପଶୁ ମଧ୍ୟରେ ମନର ପ୍ରଭାବ ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ । ତେବେ ମଣିଷଠାରେ ଏସୃଷ୍ଟିର ବିବର୍ତ୍ତନ କିପରି ଅଟକି ଯିବ ? ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସାଧନା ଫଳରେ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରି ପାରିଛି । ଏହି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ବେଦରେ କୁହା

ହୋଇଛି 'ହିରଣ୍ମୟ ଗର୍ଭ' । ମୁନି, ଋଷିମାନେ ଏହାକୁ ଦେଖିପାରୁଥିଲେ କିନ୍ତୁ ଏହା ନିକଟକୁ ଯିବା ବା ଏହାକୁ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରାଇବା ସମ୍ଭବପର ନ ଥିଲା । କାରଣ ଏହାର ସମୟ ଆସି ନ ଥିଲା । ୧୯୫୦ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଜ ଶରୀରକୁ ବଳିଦେଇ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ବିଷକୁ ପାନକରି ଏହି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ଅବତରଣ ସକାଶେ ରାସ୍ତା ପରିଷ୍କାର କରି ଦେଲେ । ଏବଂ ୧୯୫୬ ମସିହା ଫେବ୍ରୁଆରି ୨୯ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ସ୍ୱୟଂ ମା' ଏହି ଅତିମାନସ ରାଜ୍ୟକୁ ଯାଇ ତା'ର ଦ୍ୱାର ଖୋଲି ଦେଇଥିଲେ ପୃଥିବୀବାସୀଙ୍କ ପାଇଁ । ସେହିଦିନଠାରୁ ଅତିମାନସର ପ୍ରଭାବ ମଣିଷ ଉପରେ ପଡ଼ିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲା । ବେଦାନ୍ତର ଏହି ବିଜ୍ଞାନମୟ ଚେତନାକୁ ମଣିଷର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହେବା ସମ୍ଭାବନାର ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଗଲା । ଏହି ଅତିମାନସ ଅବତରଣ ଫଳରେ ଆଜି ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଝଡ଼ ବୋହିବାକୁ ଲାଗିଛି । ଏହି ଅତିମାନସର ରୂପାନ୍ତରକାରିଣୀ ଶକ୍ତି ପ୍ରଭାବରେ ଦିନେ ମଣିଷ ବିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇ ତା'ର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ଏବଂ ଏହି ମଣିଷ ଭିତରୁ ଏକ ନୂତନ ଜାତି – 'ଅତିମାନବ' ସୃଷ୍ଟି ହେବେ ।

ସୃଷ୍ଟିର ଆରମ୍ଭରୁ ପ୍ରକୃତି ଚେଷ୍ଟା କରି ଆସିଛି ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଓ ବିକୃତି-ବିହୀନ ଜୀବକୁ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପାଇଁ । ଚେଷ୍ଟା ଓ ବିଫଳତା (trial and error) ଧାରାକୁ ନେଇ ପ୍ରକୃତି ଏ ପୃଥିବୀରେ ବିବର୍ତ୍ତନ କାମ କରୁଛି । ସେ ନୂତନ ଜୀବ ସୃଷ୍ଟି କରେ ଏବଂ ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ବିବର୍ତ୍ତନର ଅଗ୍ରଗତିରେ ଅକ୍ଷମ ହୁଅନ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଧ୍ୱଂସ କରେ ବା ବିଲୁପ୍ତ କରିଦିଏ । ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ନାହିଁ ଯାହାଦ୍ୱାରା ସେ ମୂଳରୁ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଓ ବିକୃତି ବିହୀନ ଜୀବ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତା । ପଶୁରୁ ମଣିଷ ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରାୟ ଦଶ ହଜାର ବର୍ଷ ଲାଗିଥିଲା । ଏବେ କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର ଧାରାକୁ ଯଦି ପ୍ରକୃତି ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦିଆଯାଏ ତେବେ ହୁଏତ ମଣିଷରୁ ଅତିମାନବ ହେବା ପାଇଁ ଆହୁରି ବେଶୀ ସମୟ ଲାଗି ପାରେ । ସ୍ୱୟଂ ମଣିଷ ଏକ ସଚେତନ ଜୀବ । ତା'ର ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତିକୁ ମଧ୍ୟ ବଦଳାଇ ପାରୁଛି, ପ୍ରକୃତିର କାମରେ ସହଯୋଗ କରୁଛି । ତେଣୁ ଏହି ବିବର୍ତ୍ତନର କାମ ଯଦି ମଣିଷ ସ୍ୱୟଂ ଗ୍ରହଣ କରି ଅତିମାନବକୁ ଏ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଜନ୍ମ ଦେବା ପାଇଁ କର୍ମ କରେ ଓ ଚେଷ୍ଟା କରେ ତେବେ ହୁଏତ ଏହି କାମ ୧୦୦୦ବର୍ଷରୁ କମ୍‌ରେ ମଧ୍ୟ ହୋଇଯାଇ ପାରେ ।

''ମଣିଷରୁ ଅତିମାନବ ହୋଇ ଉଠିବା ହେଲା ପୃଥିବୀ ବିବର୍ତ୍ତନର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଆସନ୍ନ ପରିଣାମ । ଏହା ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବି; କାରଣ ଏହା ହେଲା ବର୍ତ୍ତମାନ ମଣିଷର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଚେତନାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ, ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର କର୍ମଧାରାର ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତତା ।''

– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (SABCL, Vol - 17, p - 7)

ସୃଷ୍ଟିର ଏହି ନୂତନ ଜୀବ ଅତିମାନବର ଆବିର୍ଭାବ ପୂର୍ବରୁ ମଣିଷକୁ ପ୍ରଥମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ବିକଶିତ ମଣିଷର ଗୁଣ ଧର୍ମ ବର୍ତ୍ତମାନ ମଣିଷଠାରୁ ଯଥେଷ୍ଟ ଭିନ୍ନ । ବର୍ତ୍ତମାନ ମଣିଷର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନା ବିକଶିତ ହୋଇ ମଣିଷକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିବ । ଏମାନେ ଏହି ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଜରା, ବ୍ୟାଧି, ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଆଦିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ହୋଇ ଦୀର୍ଘକାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚି ରହି ପାରିବେ । ସେମାନଙ୍କର ଖାଇବା, ପିଇବାର ପଦ୍ଧତି ମଧ୍ୟ ବଦଳି ଯିବ । ଅଳ୍ପ ଖାଦ୍ୟ ବା ଖାଦ୍ୟ ନ ଖାଇ ମଧ୍ୟ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇପାରିବେ । ଶରୀରରେ ସିଂହର ଶକ୍ତି ଧାରଣ କରି ଅସାଧ୍ୟ କର୍ମ ସାଧନ କରିବେ । ସେମାନଙ୍କର ଶରୀର ସୁଠାମ, ନମନୀୟ ଓ ସୁନ୍ଦର ହେବ । ବିଶେଷ କଥା ହେବ ସେମାନେ ଆଉ ମନର ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବିଶେଷ ପରିଚାଳିତ ହେବେ ନାହିଁ । ତା' ବଦଳରେ ମନର ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତିରାଜି ମଣିଷ ଭିତରେ କାମ କରିବ । ବୋଧି ମାନସ (Intuitive mind), ଉଚ୍ଚତର ମନ (Higher mind), ଆଲୋକିତ ମନ (Illumined mind) ଏପରିକି ଅଧିମାନସ (Over mind) ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଣିଷ ଭିତରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ କାମ କରିବ । ତା'ର ମଣିଷ ପ୍ରକୃତି ବଦଳି ଯାଇ ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ଆଚରଣ କରିବ । ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅକପଟ ଓ ସରଳ ହୋଇ କେବଳ ଭଗବତ୍ କର୍ମ କରିବ । ଭାଗବତ ଶକ୍ତି ତାକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ପରିଚାଳନା କରିବ । ଏହିପରି ଦେବତୁଲ୍ୟ ମଣିଷକୁ କୁହାଯିବ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ ମଣିଷ । ଏମାନେ ହେବେ ମାନବ ଓ ନୂତନ ଅତିମାନବ ଜୀବ ମଧ୍ୟରେ ସେତୁ ତୁଲ୍ୟ (Link) ବା ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତିକାଳୀନ ଜୀବ ।

ଅତଏବ ଏହି ଅକ୍ଷମ ଅପାରଗ ମଣିଷରୁ କିପରି ଏହି ଦେବତୁଲ୍ୟ ମଣିଷ ବିବର୍ତ୍ତିତ ହେବେ ଏହାହିଁ ହେଲା ମଣିଷ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରଥମ ସମସ୍ୟା । ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ନେଇ ମଣିଷ ଜାତିର ଅଗ୍ରଗତିର ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନାର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୋଚିତ କରିଛନ୍ତି ଓ ଭଗବତ୍ କୃପା, ଦିବ୍ୟପ୍ରେମ ଆଦି ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କୁ ଏହି ପୃଥିବୀ-ପୃଷ୍ଠରେ ବିଶେଷ ଭାବରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ କରାଇଛନ୍ତି । ମଣିଷର ଭବିଷ୍ୟତର ରୂପରେଖ, ଭବିଷ୍ୟତର ସାଧନା ପ୍ରଣାଳୀ, ଭବିଷ୍ୟତ୍ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ବିଷୟରେ ପୁଙ୍ଖାନୁପୁଙ୍ଖ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ମଣିଷର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତାକୁ କିପରି ଭାଗବତ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ରୂପାନ୍ତର କରାଯାଇପାରେ ସେବିଷୟରେ ଟିକିନିଖି ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ମଣିଷ ଟିକିଏ ଆନ୍ତରିକ ହୋଇ ଏହି ସବୁକୁ ଚାହିଁଲେ ସ୍ୱୟଂ ଭାଗବତୀ ମା' ତା' ଭିତରେ ରୂପାନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରି ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ମଣିଷରେ ପରିଣତ କରିବେ ।

ଏହି ଦେବ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଯେତେବେଳେ ଯୁଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ସବୁ ଦେବତା ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ରଚନା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କ ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ନେଇ

ଆଗେଇ ଆସନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ମଣିଷଜାତି ଯଦି ଶୋଇ ରହେ ତେବେ ଏହା ହେବ ତା'ର ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ । ତେଣୁ ହେ ଅମୃତର ସନ୍ତାନଗଣ ! ଉଠ, ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଅ ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତର ନୂତନ ଯୁଗ ରଚନା କର । ମା'ଙ୍କର କରୁଣା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରି ରହିଛି ।

କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନର ଦୁଇଟି ଶିଡ଼ି ଅଛି । ଆଧାରର ରୂପାନ୍ତର ଓ ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର । ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ହେଲେ ଆଧାରର ରୂପାନ୍ତର ସହଜ ଓ ବିବର୍ତ୍ତନର ସମୟ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ଜୀବଙ୍କର ଚେତନା ଏତେ ଅଚେତନ ଯେ ନିଜେ ଜୀବ ନିଜ ଚେତନାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରୁ ନ ଥିଲା । ତେଣୁ ପ୍ରକୃତିକୁ ପ୍ରଥମେ ଆଧାରର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ କର୍ମ କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇପାରୁଥିଲା । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏ କଥା ନୁହେଁ ।

''... ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଅତିମାନସ ଚେତନା ଶକ୍ତି ଓ ପଶ୍ଚାତର ପରଦାର ଅନ୍ତରାଳରୁ ବିବର୍ତ୍ତନକାରୀ ଚେତନା ଶକ୍ତି ମନ-ପ୍ରଧାନ ମଣିଷର ଜାଗ୍ରତ୍ ସଚେତନତା ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଉପରେ କ୍ରିୟା କରି ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ମିଳିତ ଶକ୍ତି ବଳରେ ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସମ୍ପାଦନ କରିବେ । ଅତୀତରେ ପ୍ରକୃତିର ଅଜ୍ଞାନାଚ୍ଛନ୍ନ ଅଚେତନ ଜୀବ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିବର୍ତ୍ତନର ପ୍ରତିଟି ପଦକ୍ଷେପ ପାଇଁ ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷର ଯେଉଁ ବାଧାଯୁକ୍ତ ତଥା କଷ୍ଟକର ବିବର୍ତ୍ତନ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିଲା ସେପରି ଏକ ମନ୍ଥର ବିବର୍ତ୍ତନର ଆଉ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିବ ନାହିଁ ।''

(Sri Aurobindo, *The Future Evolution of Man*, p. 94)

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଢ଼ିବାକୁ ହେଲେ ମଣିଷ ନିଜକୁ ନିଜେ ସଚେତନ ଭାବରେ ଗଢ଼ିବାକୁ ହେବ । ନିଜର ବିବର୍ତ୍ତନ ନିଜକୁ କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜର ସୁପ୍ତ ଚେତନାର ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ପ୍ରଥମେ ଚେତନାର ଅଭିଯାନ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଉଚ୍ଚତର ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ଆବାହନ କରି ନିଜର ନୂତନ ଶରୀର ଗଠନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଯେଉଁ ଶରୀରରେ ଆଉ ପଶୁ ପ୍ରକୃତିର ଲୀଳାଖେଳା ରହିବ ନାହିଁ ।

ଏବେ ବି ମଣିଷ ଚିନ୍ତା କରିପାରୁଥିବା ଏକ ପଶୁ (a thinking animal) । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ମନହିଁ ତା' ପାଇଁ ଏକ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ଚେତନ-ସତ୍ତା ଓ ମନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୀମାବଦ୍ଧ । ମନ ହେଲା ଚେତନାର ଏକ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ତର । ''ମଣିଷର ମନ ହେଲା ବିଶ୍ୱ ମନର ଏକ କ୍ଷୀଣାଲୋକ । ତା'ର ଜୀବନ ହେଉଛି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣରୁ ଆସୁଥିବା କାମନା, ବାସନା, କ୍ଷଣିକ ଆବେଗ ଓ ଉଦ୍ଦୀପନାର ସଂଘର୍ଷ ଓ ନିପୀଡ଼ନ । ତା'ର ଶରୀର ହେଲା ବିଶ୍ୱ ଜଡ଼ରୁ ଆସୁଥିବା ନିଷ୍କ୍ରିୟ, ଅଚେତନ ଓ କ୍ଷୟଶୀଳ ଆଧାର ଯାହାକି ରୋଗ, ଜରା, ବ୍ୟାଧି ଓ ମୃତ୍ୟୁ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ । ଏହି ଅବସ୍ଥା କେବେହେଲେ ପ୍ରକୃତିର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ହୋଇ ନ ପାରେ ।''

ଅତଏବ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷକୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ଥିର କରିବାକୁ ହେବ ସେ ମଣିଷର ଏହି ବର୍ତ୍ତମାନକାଳୀନ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ, ରୋଗ, ଜରା, ବ୍ୟାଧି ଓ ମୃତ୍ୟୁର କବଳରେ ପଡ଼ି ଛଟପଟ ହୋଇ ଅଳ୍ପ-କ୍ଷଣ ସ୍ଥାୟୀ ପଶୁଙ୍କ ପରି ବଞ୍ଚି ରହିବାକୁ ଚାହିଁବ ନା ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟ-ଜରା-ବ୍ୟାଧିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଏକ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ଶରୀର ଧାରଣ କରି ଦେବତୁଲ୍ୟ ମାନବ ହୋଇ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ବଞ୍ଚି ରହିବ ଭଗବାନଙ୍କ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ । ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ନୂତନ ଅତିମାନବକୁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ଦେବା ପାଇଁ ଏ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ଲୋକଙ୍କୁ ଏକ ସଙ୍ଗେ ଚେଷ୍ଟା କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ଯେପରି ପଶୁରୁ ମଣିଷ ହେଲାବେଳେ ଏକ ସଙ୍ଗେ ସବୁ ପଶୁ ମଣିଷ ହୋଇ ଯାଇ ନ ଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଏକ ଦଳ ଭିତରେ ମନର ବିକାଶ ହେବାରୁ ମଣିଷ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା । ସେହିପରି ମଣିଷ ଭିତରୁ ଏକ ଦଳ ଯଦି ଏହି ମହାନ୍ ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଲାଗି ଯାଆନ୍ତି ତେବେ କେତେ ଶତ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଅତିମାନବ ଆସି ଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ଆସି ଯେଉଁ ମହାନ୍ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ଏହି ପୃଥିବୀର ବାତାବରଣରେ ରଖିଗଲେ ଓ କିପରି ଏହି ରୂପାନ୍ତରର କଠିନ କାମଟି କରାଯିବ ତା'ର ଟିକିନିଖି ତଥ୍ୟ ଯୋଗାଇ ଦେଇଗଲେ ତାକୁ ସମ୍ବଳ କରି ଆଜି ପୃଥିବୀରେ ଏକ ନୂତନ ଦଳ ଏହି କାମଟିକୁ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରି ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି କାମ ନୀରବରେ ଅନବରତ ଚାଲିଛି । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଅନ୍ତରାଳରେ ରହି ସେମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ଆଜି ଏହି ଦିବ୍ୟ କର୍ମ କରିବାର ଡାକରା ନିଜ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ପାଇଛନ୍ତି ବା ପାଉଛନ୍ତି ସେମାନେହିଁ ଭଗବତ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ବିଶିଷ୍ଟ ମଣିଷ, ଯେଉଁମାନେ କି ଏହି ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଯୁଗ ରଚନା କରିବାର ଅଗ୍ରଣୀ ହେବେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନର ମଣିଷ ଭିତରେ ତା'ର ଏକମାତ୍ର ଶକ୍ତି ହେଲା ମନ, ଯାହା ବିଷୟରେ ସେ କିଛିଟା ସଚେତନ ଏବଂ ଯାହାକୁ ନେଇ ସେ ଯାବତୀୟ କର୍ମ କରେ । ଅତଏବ ଆମର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷ ଗଠନର ଯାତ୍ରାପଥରେ ଏହି ମନହିଁ ହେବ ଆମର ପ୍ରଥମ ଉପକରଣ । ''ମଣିଷ ମନର ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନିଜର ବାତାବରଣରେ ଅନୁକୂଳ ନୂତନ ଧରଣର ବୃକ୍ଷଲତା ଓ ପଶୁ ସୃଷ୍ଟି କରି ପ୍ରକୃତିର ବିବର୍ତ୍ତନରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବାର କ୍ଷମତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିସାରିଲାଣି । ଏହା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିଛି ତା'ର ମନର ବିକାଶ ଓ ଜ୍ଞାନର ବୃଦ୍ଧି ଓ ସଂଯମ ହେତୁ । ଅତଏବ ପ୍ରକୃତିକୁ ତା'ର (ମଣିଷର) ନିଜର ଚେତନା ଓ ଆଧାରର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ରୂପାନ୍ତର ଦିଗରେ ଯଥେଷ୍ଟ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ।... ଦିନେ ସେ ବୁଝିବ ଓ ଆବିଷ୍କାର କରିବ ତା'ର ଗଭୀର ଆନ୍ତର ପ୍ରଦେଶରେ ଥିବା ପ୍ରକୃତ ଧାରା ଓ ପ୍ରକୃତ ଗୁପ୍ତ ଶକ୍ତି, ଯାହାକି ଚେତନା-ଶକ୍ତିର ଅଭିପ୍ରେତ କ୍ରିୟା — ଯାହାକୁ ଆମେ ପ୍ରକୃତି କହୁ ।''

— ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ମନରୁ ଆମେ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରିବୁ ସତ କିନ୍ତୁ ପରେ ଏହି ମନହିଁ ହେବ ଆମର ପ୍ରଧାନ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ । ମଣିଷର ମାନସ ଚେତନାରେ ଏକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ରହିଛି । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ସଂକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରାହିଁ ଦୁନିଆରେ ମଣିଷ ସବୁ କାମ କରୁଛି । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ସୁଦୃଢ଼ ଓ ବିଶୁଦ୍ଧ କରି ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏବଂ ଏହି ଇଚ୍ଛା-ଶକ୍ତିର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ ନିଜ ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯିବ । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଯଦି ଆମ ଅନ୍ତଃ ଚେତନାର (ଆତ୍ମା ବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ) ସଂକଳ୍ପ ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ଆମେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପଥରେ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଉ ।

ଲକ୍ଷ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କଲାପରେ ଯେ ଆମର ଯାତ୍ରା ସହଜ ଓ ସରଳ ହୋଇଯିବ, ଏକଥା ନୁହେଁ । ବରଂ ଆମ ଜୀବନ ବେଶୀ କଷ୍ଟକର ଓ ଜଟିଳ ହୋଇ ପଡ଼ିବ । ବାଧା ବିପତ୍ତିର ପରିମାଣ ବଢ଼ିଯିବ । ଏହା ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଏଥିରେ ଭୟଭୀତ ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ନଦୀର ଅନୁକୂଳ ସ୍ରୋତରେ ସବୁ ମଣିଷ ପରି ଭାସିଯିବା ସହଜ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ପ୍ରତିକୂଳ ସ୍ରୋତରେ ଗତି କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ବିଶେଷ ଶକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକ । ସେ ହେଲା ଦିବ୍ୟକୃପା । ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରଣ ନେଇ ଆମେ ଯଦି ଆମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପଥରେ ଯାତ୍ରା କରୁ ତେବେ ଭଗବତ୍ କୃପା ସର୍ବଦା ଆମ ସହିତ ରହି ଆମକୁ ରକ୍ଷା କରି ରୂପାନ୍ତରର ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ ନେଇଯିବ ।

ଆଜି ଯେଉଁମାନେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆଦର୍ଶ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ତିନି ଶ୍ରେଣୀରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକେ ପୁରାତନର ସାଧୁସନ୍ଥଙ୍କ ପରି ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ମହାପୁରୁଷ ଭଳି ମାନନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କୁ ପୂଜା କରନ୍ତି ଧର୍ମର ଭାବ ନେଇ, କେବଳ ନିଜର ଓ ପରିବାରର ମଙ୍ଗଳ ଓ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକ ହେଲେ ଯେଉଁମାନେ ରୂପାନ୍ତରର ଯଥାର୍ଥ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରିଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ସଂସାର ସୁଖ ଓ କାମନା ବାସନାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବାହାରି ଆସିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ ଏକ ଦିଗରେ ସଂସାରୀ ହୋଇ କାମନା ବାସନାର କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ଆସ୍ୱାଦନ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରନ୍ତି ନିଜର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ । ଏ ହେଲା ଦୁଇ ନାବରେ ଗୋଡ଼ ଦେଲା ଭଳି । ଏମାନଙ୍କର ବିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଅନେକ ଜନ୍ମ ଲାଗି ଯାଇପାରେ । ଏମାନଙ୍କର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସଂକଳ୍ପ ସୁଦୃଢ଼ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ । ମଣିଷର ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ଥିତିକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବାର କ୍ଷମତା ତାଙ୍କ ଭିତରେ ନ ଥାଏ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁମାନଙ୍କ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସଂକଳ୍ପ ସୁଦୃଢ଼ ଥାଏ ସେମାନେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପା ଫଳରେ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀକୁ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୁଅନ୍ତି । ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକ ହେଲେ ଯେଉଁମାନଙ୍କ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସଂକଳ୍ପ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୁଦୃଢ଼ । ସେମାନେ ବାଲ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରୁହିଁ ଏହି ସଂକଳ୍ପ ବିଷୟରେ

ସଚେତନ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଅନ୍ତରରେ ଏହି ରୂପାନ୍ତରର ଦିବ୍ୟ କର୍ମ କରିବାର ଡାକରା ପାଇଥାଆନ୍ତି । ଏହିମାନେହିଁ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପ୍ରକୃତ ଶିଷ୍ୟ । ଏହିମାନେହିଁ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷ ରଚନାର ପ୍ରଧାନ କର୍ମୀ । ବାହାରୁ ଦେଖିଲେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକଙ୍କୁ ସମାନ ମନେହେବ । କିନ୍ତୁ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକଙ୍କର ପ୍ରଧାନ ଭିତ୍ତି ହେଲା ମୁକ୍ତି । ସେମାନେ ଏହି ପୃଥିବୀର କୌଣସି ଘଟଣାରେ ଜଡ଼ିତ ନୁହନ୍ତି । ସଂସାରରେ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ, ପରିବାରରେ ବାସ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କୁ ସଂସାର ବନ୍ଧନ ବା ପରିବାରର ବନ୍ଧନ ବାନ୍ଧିରଖି ପାରେ ନାହିଁ । ସଂସାରର ପ୍ରଚଳିତ ଆଚାର ବ୍ୟବହାରରେ ସେମାନେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ନୁହନ୍ତି । ନିଜ ପ୍ରକୃତିର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତାରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ କାତର ନ ହୋଇ ସେଥିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ତା'ର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ପ୍ରଚଣ୍ଡ ମୁକ୍ତିର ଭାବ ନିଜ ଭିତରେ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ସଂସାର ଛାଡ଼ି ବଣ ଜଙ୍ଗଲକୁ ପଳାଇ ଯାଆନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହି ସଂସାରରେ ରହି ପରିବାର ସହିତ ବା ସଂସାର ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରଖନ୍ତି ମୁକ୍ତି ଭାବ ନେଇ । ସେମାନଙ୍କୁ ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ସହଜରେ କବଳିତ କରିପାରେ ନାହିଁ । ପିଲାଦିନରୁ ଏହି ମୁକ୍ତିର ଅବସ୍ଥା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ଜାଗରିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ଓ ସେମାନେ ସର୍ବଦା ଅନ୍ତର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପାଇଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହାର ମାନେ ନୁହେଁ ଯେ ସେମାନେ ଅତି ସହଜ ଓ ସରଳ ପଥରେ ରୂପାନ୍ତରର ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବେ । ବରଂ ସେମାନଙ୍କର ବାଧା ବିପତ୍ତି ଅନ୍ୟ ଦୁଇ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକଙ୍କଠାରୁ ଅନେକ ବେଶୀ । ବାଧା ବିପତ୍ତିରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ପଛକୁ ଘୁଞ୍ଚି ଅଟଳ ମହାମେରୁ ପରି ଛିଡ଼ା ହୋଇ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଜୁଆର ଭଟ୍ଟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ସଂକଳ୍ପ ଓ ବିଶ୍ୱାସ, ବାଧା ବିପତ୍ତିରେ ମଧ୍ୟ ଅଟଳ ରହିଥାଏ । ଏହିମାନେହିଁ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷ ଗଠନର ଅଗ୍ରଦୂତ ।

ମଣିଷର ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇ ଭବିଷ୍ୟତର ଦେବ ମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବା ପାଇଁ କେବଳ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ରାସ୍ତା ରହିଛି – ତାହା ହେଲା ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ । ପୁରାତନ ଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ମଣିଷ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରେ; ସଂସାରର ଦୁଃଖ-ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ବା ବିକୃତିରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତି କରି ନିଜେ ସର୍ବଦା ବ୍ରହ୍ମ ଚେତନାରେ ବାସ କରି ପରମାନନ୍ଦ ଲାଭ କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ତା'ର ବାହ୍ୟ ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ ନାହିଁ । ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ମୂଳ ପ୍ରକୃତି ରୂପାନ୍ତରିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ପୁରାତନର ସମସ୍ତ ଯୋଗ କେବଳ ମୁକ୍ତି ନିର୍ବାଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇ ଥାଆନ୍ତି; ଅର୍ଥାତ୍ ଚେତନାର ମୁକ୍ତି । ରୂପାନ୍ତରର ଅର୍ଥ ମଣିଷର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର । ଅହଂକାରର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ହେତୁ ମଣିଷ ନିଜକୁ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି ରୂପେ ଦେଖେ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ

ମଣିଷର ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ପ୍ରକୃତି ମଣିଷର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସତ୍ତା ମଧ୍ୟରୁ ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ – ତାହା ଆସିଥାଏ ବିଶ୍ୱ ମନ-ପ୍ରାଣ ଓ ନିଶ୍ଚେତନାରୁ । ଅତଏବ ମଣିଷର ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରକୃତ କ୍ଷେତ୍ର ହେଲା ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତି । ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ କୌଣସି ପୁରାତନ ଯୋଗର ଧାରା ନ ଥିଲା । ଏମାନେ ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିକୁ ମନର ଏକ ଉଚ୍ଚତର ସଂକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରା ଅବଚେତନା ବା ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ଦେଉ ନ ଥିଲେ । ବିଶ୍ୱ ମନ ଓ ପ୍ରାଣରେ କଳୁଷିତ ନ ହେବା ପାଇଁ ନିଜର ଏକ ନିରୋଳା ବାତାବରଣ ତିଆରି କରୁଥିଲେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ପ୍ରକୃତିକୁ କେବଳ ଚାପାଦେଇ ରଖୁଥିଲେ ମାତ୍ର ତାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରୁ ନ ଥିଲେ ।

କିନ୍ତୁ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ । ଯେତେବେଳେ ପୁରାତନ ଯୋଗର ମୁକ୍ତି ଅବସ୍ଥା ସାଧକର ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ସେ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଏ । ସବୁଯୋଗ ଯେଉଁଠି ଶେଷ ସେହିଠାରୁ ' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ରୂପାନ୍ତରର ଯୋଗ ଏକ ଅଗ୍ନି-କୁଣ୍ଡ ଭଳି । ରୂପାନ୍ତରର ଏହି ଅଗ୍ନିକୁଣ୍ଡରେ ଯେଉଁମାନେ ଲମ୍ଫ ଦେବା ପାଇଁ ସାହସ ରଖିଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ନିଜର ସମସ୍ତ ମାନବୀୟ ବୈଭବକୁ ଏହି ଅଗ୍ନିକୁଣ୍ଡରେ ଆହୁତି ଦେଇ ନିଜକୁ ପୋଡ଼ି ଜାଳି ଏକ ନବ ରୂପ ଦେବାର ଅଦମ୍ୟ ସାହସ ଓ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛନ୍ତି, ସେହିମାନଙ୍କୁହିଁ ମା' ଡାକରା ଦେଇ କହୁଛନ୍ତି : "The World is preparing for a big change, Will you help ?"

ଆମ୍ଭେମାନେ ମା'ଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଉତ୍ସବାଦିରେ ଚିତ୍କାର କରି କହି ଥାଉଁ "Victoir à la Douce Mère" ଅର୍ଥାତ୍ "Victory to the Divine Mother" ଏହାର ଅର୍ଥ କ'ଣ ? ମା'ଙ୍କର ବିଜୟ କିପରି ହେବ ? ଯେତେବେଳେ ମା'ଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସନ୍ତାନ ତାଙ୍କର ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଜୟ ଲାଭ କରି ମା'ଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ କରିପାରିବେ ସେତେବେଳେ ଯାଇ ମା'ଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ବିଜୟ ହେବ । ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ଯଦି ତୁମେ ତୁମର ଅନ୍ତର ଚେତନା ଓ ଜ୍ଞାନର ସକ୍ଷମ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ତୁମ ଭିତରେ ଥିବା କୌଣସି ଏକ କାମନାକୁ ଜୟ କରିପାର ଅର୍ଥାତ୍ ତାକୁ ତୁମେ ମିଳାଇ ଦେଇପାର ବା ସମାପ୍ତି କରିଦେଇ ପାର ତେବେ ତୁମେ ନିଜ ଭିତରେ ସେହି କାମନାକୁ ଆସ୍ୱାଦନ କରିବାର ଆନନ୍ଦଠାରୁ ଶହେଗୁଣ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ପାଇଥାଅ; ଏବଂ ପରେ ଏହାର ଏକ ସୁନ୍ଦର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ । ତୁମ ଧାରଣାର ବାହାରେ ଥିବା ଏପରି ଏକ ଜଗତରେ ଏହାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ଏବଂ ଏହା ପ୍ରସାରିତ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ତୁମେ ଯେଉଁ ନୂତନ ବିଜୟର ସ୍ପନ୍ଦନ ସୃଷ୍ଟିକଲ ତାହା ପ୍ରସାରିତ ହୋଇଚାଲେ । ଏହିସବୁ

ସ୍ପନ୍ଦନ ବରଫ ପେଣ୍ଡୁଳା ପରି ବଢ଼ିଚାଲେ । ତୁମେ ଯେଉଁ ବିଜୟ ନିଜ ଚରିତ୍ର ଭିତରେ ଆଣିଲ – ଏହା ଯେତେ ବି ଛୋଟ ହେଉ ନା କାହିଁକି ତାହା ସାରା ସଂସାର ପାଇଁ ବିଜୟ ଆଣିପାରିଲା । ଏବଂ ମୁଁ ଠିକ୍ ଏହାହିଁ କହିବାକୁ ଚାହେଁ – ଆମେ ଯେତେସବୁ ବାହ୍ୟ ଦେଖାଣିଆ କାମ କରୁ ଅନ୍ତର ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ନ କରି, ଯଥା ଡାକ୍ତରଖାନା, ସ୍କୁଲ ସଂସ୍ଥା ଆଦି ଗଠନ କରି ନିଜର ବଡ଼ପଣ ଦେଖାଇବାର ବାହାନା କରୁ ତା'ଠାରୁ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଆଡ଼ମ୍ବରହୀନ ବିଜୟ ନିଜ ଭିତରେ ଆଣିପାରିଲେ ଅନନ୍ତ ଗୁଣର ବିଜୟ ଆମେ ହାସଲ କରୁ; ଏହାର କ୍ରିୟା ଆମ ଚକ୍ଷୁରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଏ ନାହିଁ ।

''ଯଦି ତୁମେ ସତରେ କିଛି ଭଲ କରିବାକୁ ଚାହଁ ତେବେ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କାମ ହେଲା ନିଜ ଭିତରେ ଏହିସବୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ବିଜୟ ହାସଲ କରିଚାଲ ନିଜର ଆନ୍ତରିକ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ଏହିପରି ଭାବେ ତୁମେ ପୃଥିବୀର ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ ଭଲ କରିପାରିଥାଅ ।''

ଏହାହିଁ ଆମ ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଯେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ନିଜର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଦୋଷତ୍ରୁଟି ଦେଖି ତାକୁ ସମାଲୋଚନା ନ କରି ନିଜକୁ ନିର୍ମମ ଭାବେ ନିରୀକ୍ଷଣ କରି ନିଜର ଦୋଷତ୍ରୁଟିକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା । ଏହାହିଁ ଆମ ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟ ଯେତେ ବି କଠିନ ହେଉ ନା କାହିଁକି, ଏଥିରେ ଆମେ ଯେତେଥର ବିଫଳ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଆମେ ଜାବୁଡ଼ି ଧରିବୁ । ଏହି କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ଆଉ କିଛି ବି ଚାହିଁବୁ ନାହିଁ, ମା'ଙ୍କର କରୁଣା, ଶକ୍ତି ଓ ପ୍ରେମ ଛଡ଼ା । ଏହାହିଁ ହେବ ଆମର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷ ରଚନାରେ ମନର ଯଥାର୍ଥ ପ୍ରସ୍ତୁତି ।

ମନର ନୀରବତା

''ମଣିଷ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯାହା ହୋଇ ପାରିଛି ତାହା ତା'ର ବଡ଼ପଣ ନୁହେଁ; କିନ୍ତୁ ତା'ର ଭବିଷ୍ୟତର ସମ୍ଭାବନାକୁ ଗଢ଼ିତୋଳିବା ହେବ ତା'ର ପ୍ରକୃତ ବଡ଼ପଣ । ତା'ର ସୌଭାଗ୍ୟ ହେଲା ସେ ଆଜି ଜଣେ ଦିବ୍ୟ ବିନ୍ଧାଣିଙ୍କ ହାତରେ ତାଙ୍କ ସଜୀବ ଶ୍ରମର ଏକ ନିବୁଜ କ୍ଷେତ୍ର ଏବଂ ଗୁପ୍ତ କାରଖାନା ଯାହା ଭିତରେ ଅତିମାନବତ୍ୱ ଗଢ଼ା ଚାଲିଛି ।'' - ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ମଣିଷ ଆଜି ଯୁଗ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଉଷାଲୋକରେ ବାସ କରୁଛି । ଭଗବାନଙ୍କ କରୁଣାର ସ୍ରୋତ ବୋହିଚାଲିଛି, ମଣିଷକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ତାକୁ ଏକ ନୂତନ ରୂପ ଦେବା

ପାଇଁ । ଏହି ସୁଯୋଗ ସର୍ବଦା ମିଳେ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ଯଦି ମଣିଷ ହରାଇବ ତେବେ ସେ କେବେହେଲେ ନୂତନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଉନ୍ନୀତ ମାନବ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଯଦି ଏହି ରୂପାନ୍ତରର ଝଡ଼ ଝଞ୍ଜାରେ ସତ୍ୟକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରି ତା'ର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ପାଇଁ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରଣ ନିଏ ତେବେ ସେ ତା'ର ଚେଷ୍ଟାରେ ଅସଫଳ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପୁଣି ଥରେ ସେ ଉଠି ଛିଡ଼ାହେବ । ଯଦି ସେ ରୂପାନ୍ତରର ଘୂର୍ଣ୍ଣିବାତ୍ୟାରେ ଦୂରକୁ ଚାଲିଯାଏ – ପୁଣି ସେ ବାଟକୁ ଫେରି ଆସିବ । ଏହି ସମୟ ହେଲା ବିଶାଳ ସମ୍ଭାବନାର ସମୟ ।

ଆଜି ଯେଉଁମାନେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ କରିବାର ସଂକଳ୍ପ ନେଇଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଥମ କାମ ହେବ ମନ ଉପରେ । ଏହି ମନକୁ ନେଇ ଆମେ କେବେହେଲେ ଦେବତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି : ''ଯେହେତୁ ମଣିଷ ଏକ ମନୋମୟ ସତ୍ତା, ତେଣୁ ସେ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବେ ମନେକରେ ଯେ ମନ ହେଲା ଏକ ବିରାଟ ନେତା, ଏକ ବିରାଟ ଅଭିନେତା, ଏବଂ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା ବା ଏ ବିଶ୍ୱ ଜଗତରେ ସେ ହେଲା ଏକ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିନିଧି । କିନ୍ତୁ ଏହା ହେଲା ଏକ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା; ଏପରିକି ଜ୍ଞାନବାନ ମନ ମଧ୍ୟ ଏକ ବିରାଟ ଆବଶ୍ୟକ ଯନ୍ତ୍ର, ଅଭୀପ୍ସୁ ବା ଆବିଷ୍କାରକ ନୁହେଁ ।'' -ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ । ଅତଏବ ମନଠୁ ଆମେ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଆମର ଅନ୍ୟ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଖୋଜିବାକୁ ହେବ । ମନକୁ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିଲେ ମନଠାରୁ ଆମେ ଆଶାତୀତ ଫଳ ଲାଭ କରି ପାରିବୁ । ଏହି ସବୁ କାମ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ଯୋଗାଧାର' ବହିର ପ୍ରଥମ ଅନୁଚ୍ଛେଦରେ କହୁଛନ୍ତି : – ''ଯଦି ମନ ଅସ୍ଥିର ଥାଏ ତେବେ ଯୋଗର ମୂଳଦୁଆ ପକାଇବା ସମ୍ଭବପର ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ପ୍ରଥମ ଆବଶ୍ୟକତା ହେଲା ମନର ନୀରବତା ।'' ସେ ଅନ୍ୟତ୍ର କହୁଛନ୍ତି : – ''ମଣିଷର ମନ ଯାହା କରିପାରେ ତାହା ଶାନ୍ତ, ଚିନ୍ତାଶୂନ୍ୟ ମନ ଓ ନୀରବତା ମଧ୍ୟରେ ଆହୁରି ଭଲ ଭାବରେ କରାଯାଇପାରେ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ନିର୍ମଳ ନୀରବତା ମଧ୍ୟରେ ସତ୍ୟ ନିଜକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବାର ଅବକାଶ ପାଇଥାଏ ।'' ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ମଧ୍ୟ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାର କଥା କୁହାଯାଇଛି । ପାତଞ୍ଜଳି ଯୋଗର ୨ୟ ଶ୍ଳୋକ ହେଲା : – ''ଯୋଗଶ୍ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ନିରୋଧଃ ।'' ଅର୍ଥାତ୍ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିକୁ ନିରୋଧ କରିବାହିଁ ହେଲା ଯୋଗ । ରାଜଯୋଗ ବହିରେ ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : – ''ଶାନ୍ତ ନୀରବ ମଣିଷ କେବେହେଲେ ନିସ୍ତେଜ ନୁହେଁ । ତୁମେ କେବେହେଲେ ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣକୁ ନିସ୍ତେଜ ବା ଅଳସୁଆମି ବୋଲି ମନେ କରିବାର ଭୁଲ୍ କର ନାହିଁ । ଶାନ୍ତ ମଣିଷ ସେ ତା'ର ଚିନ୍ତା ତରଙ୍ଗ ଉପରେ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ହାସଲ କରିଥାଏ । ମନର ଚିନ୍ତାଶୀଳତା ହେଲା ରୂପାୟିତ କରିବାର ନିକୃଷ୍ଟତର ଶକ୍ତି କିନ୍ତୁ ନୀରବତା ହେଲା ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ।''

ମନ କାହିଁକି ନୀରବ ରହିପାରେ ନାହିଁ ? କାରଣ ମଣିଷର ମନ ସର୍ବଦା ସାଂସାରିକ

ବସ୍ତୁରେ ସୁଖ ଖୋଜିବାରେ ଲାଗିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସେ କେବେ ବି ଏଥିରୁ ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ପାଇ ପାରେ ନାହିଁ । ତଥାପି ସେ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ଯେ ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଜଗତହିଁ ତାକୁ ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରିବ । ତେଣୁ ସେ ପାଗଳ ପରି ଏହି ସୁଖ ଖୋଜିବାର ଚକ୍ରବ୍ୟୂହରେ ପଡ଼ି ଛଟପଟ ହେଉଥାଏ । ମଣିଷର ବିଚାର-ବୁଦ୍ଧି, ଚିନ୍ତା, ସବୁକିଛିକୁ ଏହି କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପାଇବାର ଦିଗରେ ଲଗାଇ ଦେଇଥାଏ । ମନର କାମ ହେଲା ମଣିଷ ଯାହା ଚାହେଁ ତାକୁ ବାସ୍ତବ ରୂପ ଦେବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ଚିନ୍ତା ଓ ବିଚାର କରିବା । ମଣିଷର ଏହି ଚାହିଁବାର କେବେ ଶେଷ ହୁଏ ନାହିଁ, ତେଣୁ ତା'ର ଚିନ୍ତାର ମଧ୍ୟ କେବେ ଶେଷ ହୁଏ ନାହିଁ । ମଣିଷ ଚାହିଁଲେ ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ଏହି କାମନା ବାସନାର କବଳରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇ ନ ଥାଏ । ଚାହିଁଲେ ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରି ପାରେ ନାହିଁ । କାରଣ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ କାମନା, ବାସନାର ପ୍ରବଳ ତରଙ୍ଗ ଏବଂ ଚିନ୍ତା ଓ ଭାବନାର ତରଙ୍ଗ ତା ଭିତରକୁ ଧସେଇ ପଶୁଛନ୍ତି । ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ମଣିଷର ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତା'ର ମନ ସହଜରେ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ ।

ପ୍ରକୃତି ସବୁ ଜୀବଜନ୍ତୁ ଓ ମଣିଷକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବାର ଏହାହିଁ ହେଲା ତା'ର ଏକ ମାତ୍ର ଉପାୟ – ସୁଖ ସନ୍ଧାନର ଆକାଂକ୍ଷା । ଏହା ମଣିଷର ଦୋଷ ନୁହେଁ । ଭଗବାନଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିର ରଚନା ପାଇଁ ଏହି ନିୟମର ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଥିଲା । ଭଗବାନ୍ ତାଙ୍କ ପୁରୁଷ ଚେତନାର ପ୍ରତିନିଧିଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତରରେ ସ୍ଥାପନା କଲେ । ବିଶ୍ୱାତୀତ ପୁରୁଷ, ବ୍ୟଷ୍ଟିଗତ ପୁରୁଷ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପୁରୁଷ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରାଣୀ ଭିତରେ ପ୍ରାଣୀର ଚେତନା ଭିତରେ ବାସ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଲା – ପ୍ରାଣୀର ପ୍ରକୃତିକୁ ଆସ୍ୱାଦନ କରିବା ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ-ବଶତଃ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପୁରୁଷ ଚେତନା ମଣିଷ ଭିତରେ ପ୍ରକୃତିକୁ ଉପଭୋଗ କରିବାକୁ ଆସି ନିଜେ ପ୍ରକୃତି ହାତରେ ବାନ୍ଧିହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ପୁରୁଷ ଚେତନାର ମୂଳ ଭାବ ନିର୍ଲିପ୍ତତା ସେ ହରାଇଛି ଏବଂ ମନ ସହିତ ତାଦାତ୍ମ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରେ (ଏକ ହୋଇ) ରହିଛି । ପ୍ରକୃତି ନିଜ ମାୟା ଓ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ପୁରୁଷ ଚେତନାକୁ କାରାରୁଦ୍ଧ କରି ରଖିଛି ।

ମୁକ୍ତି ସାଧନାର ଅର୍ଥ ହେଲା ଏହି ପୁରୁଷ ଚେତନାକୁ ମୁକ୍ତ କରି ତାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଦିଗରେ ପରିଚାଳନା କରିବା ଓ ପ୍ରକୃତିର ଦାସ ନ ହୋଇ ତା'ର ପ୍ରଭୁ ହୋଇ ତାକୁ ନିଜ ଆୟତ୍ତରେ ରଖିବା । ଶେଷରେ ଏହି ଚେତନା ସହିତ ମଣିଷର ଅନ୍ତଶ୍ଚେତନା ଯେତେବେଳେ ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତି ଲାଭ କରେ ସେତେବେଳେ ମଣିଷ ତା'ର ଚିର ଈପ୍ସିତ ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ବା ଆନନ୍ଦ ପାଇଥାଏ । ମନରୁ ଏହି ଚେତନାକୁ ଅଲଗା ବା ମୁକ୍ତ କରି ତାକୁ ନୂତନ ଜନ୍ମ ଦେବା ହେଲା ଯୋଗର ପ୍ରଥମ କାମ । ଏହା କେବଳ ସମ୍ଭବ ହେବ ମନର ନୀରବତା ଦ୍ୱାରା । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ମନ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ ଥାଏ ସେତେବେଳେ ମଣିଷ ତା'ର ପୁରୁଷ ଚେତନା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୁଏ, ଯାହାକି ପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟାରୁ

ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍ ଥାଏ ।'' ଯେପରି ହ୍ରଦରେ ଥିବା ଜଳର ଆବିଳତା ଓ ତରଙ୍ଗ ମଧ ଦେଇ ଆମେ ସେହି ହ୍ରଦର ତଳକୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଇ ନ ଥାଉ, ସେହିପରି ଅଶାନ୍ତ ଓ ଆବିଳ ମନର ଗଭୀରରେ ଥିବା ଆମର ଅସଲ ରୂପ ଆନ୍ତର ସତ୍ତାକୁ ଦେଖି ପାରି ନ ଥାଉ । ''ଆମର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତି-ଚେତନାରୁ ପୁରୁଷ ଚେତନାକୁ ଅଲଗା କରିବା ବହୁତ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ, ଏପରିକି ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।'' (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) । ମନଠାରୁ ପୁରୁଷ ଚେତନାକୁ ଅଲଗା କରି ଏହି ଚେତନାରେ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ଅର୍ଥାତ୍ ଏହାକୁ ମୁଁ ବୋଲି ମନେ କରି ମନ ଉପରେ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ହାସଲ କରାଯାଇଥାଏ, ତାକୁ ନୀରବ ଓ ଶାନ୍ତ କରାଯାଏ । ସେତେବେଳେ ଏହି ପୁରୁଷ ଚେତନାରେ ବାସ କରି ପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟାକୁ ସାକ୍ଷୀ ଭାବରେ ଦେଖିହୁଏ । ତେଣୁ ଏହି ଚେତନାକୁ ଦ୍ରଷ୍ଟା ବା ଅନୁମନ୍ତା ବୋଲି ମଧ କୁହାଯାଏ । ଇଂରାଜୀରେ ଏହି ଚେତନାକୁ dis-criminating mind ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଅର୍ଥାତ୍ ଏହି ଚେତନାରେ ଥାଇ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘଟଣାକୁ ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବେ ଅନୁଭବ କରି ଏହାର ପ୍ରକୃତ ସତ୍ୟକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରାଯାଇଥାଏ । ପରେ ଏହି ଚେତନା ଆତ୍ମନ୍‌ରେ ପରିଣତ ହୋଇ ମସ୍ତକର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ବାସ କରେ । ଏହାହିଁ ମଣିଷର ଜୀବନ-ମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥା ।

ମନରୁ ପୁରୁଷ ଚେତନାକୁ ଅଲଗା କରିବା ପାଇଁ ସାଧାଣତଃ ଧ୍ୟାନର ସାହାଯ୍ୟ ନିଆଯାଏ । ପ୍ରଥମେ ଧ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ମନକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରି, ଶାନ୍ତ କରି ପୁରୁଷ ଚେତନାକୁ ସମ୍ମୁଖକୁ ଅଣାଯାଏ, ପରେ ସାଧକ ସାଧାରଣ ଅବସ୍ଥାରେ ଅର୍ଥାତ୍ କର୍ମ କଲାବେଳେ, କଥା କହିଲା ବେଳେ, ଶୋଇଲା ବେଳେ ମଧ ଏହି ଧ୍ୟାନ ଅବସ୍ଥାରେ ବାସ କରିପାରେ । ଅତଏବ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାର ଆମର ପ୍ରଥମ ଉପକରଣ ହେଲା ଧ୍ୟାନ । କିନ୍ତୁ ପାତଞ୍ଜଳିଙ୍କ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗ ସାଧନାର ଧ୍ୟାନ ହେଲା ସପ୍ତମ ପାବଚ୍ଛ । ଅର୍ଥାତ୍ ଧ୍ୟାନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସାଧକର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ଯମ, ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଓ ଧାରଣା – ଏହି ୬ଟି ପାବଚ୍ଛର ପ୍ରସ୍ତୁତି ଦରକାର । ପରେ ଧ୍ୟାନ ଓ ଶେଷରେ ସମାଧିର ପାବଚ୍ଛ । ଏହା ହେଲା ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗର ଶିଢ଼ି । ଆମ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ମଧ ଧ୍ୟାନ ପୂର୍ବରୁ କିଛି ପ୍ରସ୍ତୁତି ଦରକାର ।

ପ୍ରଥମ ପ୍ରସ୍ତୁତି ହେଲା ଚେତନାର ବିଶୁଦ୍ଧତା ବା ପବିତ୍ରତା । ପାତଞ୍ଜଳି ଯୋଗରେ ଏହା ହେଲା ଯମ ଓ ନିୟମ । ଏଥିରେ ଏକ ନୈତିକ ଧାରାର କଥା କୁହାଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ଆମେ ନୈତିକତାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରୁ ନା, ତେଣୁ ତା' ସ୍ଥାନରେ ଅନ୍ତରାତ୍ମାର ପ୍ରେରଣାକୁ ଆମେ ମାନି ଚଳିବାର ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଅତି ଶୀଘ୍ର ଆମେ ଏକ ଉଚ୍ଚତର ବିଶୁଦ୍ଧ ଚେତନାରେ ବାସ କରିପାରିବୁ । ଏହାପରେ ହେଲା ଆସନ ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରର ସ୍ଥିରତା । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ସ୍ଥିର ନ ହେଲେ ମନ ସ୍ଥିର ହେବା ଅତି କଠିନ । ତେଣୁ ଶରୀରକୁ ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚଳ ଅବସ୍ଥାରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ରଖିପାରିବା ହେଲା ଆସନ ସିଦ୍ଧି । ଅତି କମ୍‌ରେ ଅଧ ଘଣ୍ଟାଏ । ଅନେକ

ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ସେମାନେ ବସିବା ସମୟରେ ଶରୀରର କୌଣସି ଏକ ଅଙ୍ଗକୁ ହଲାଉ ଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଲକ୍ଷଣ ସୂଚାଇ ଦିଏ ସେମାନଙ୍କର ମନ ଶାନ୍ତ ନୁହେଁ । ଧ୍ୟାନ ପାଇଁ ସୁଖାସନ, ପଦ୍ମାସନ, ବଜ୍ରାସନ ଆଦି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଦେଖିବାକୁ ହେବ ଶରୀରର ମେରୁଦଣ୍ଡ ଯେପରି ପୂରା ସିଧା ରହେ । ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଶିଥିଳ ହୁଅନ୍ତି ଯଦ୍ୱାରା ମନର ସବୁ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ଶାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀର ଅସୁସ୍ଥ ଓ ଦୁର୍ବଳ ଥିଲେ ମନ କେବେହେଲେ ଶାନ୍ତ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଧ୍ୟାନର ଆସନ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆସନ ଓ ବ୍ୟାୟାମ କରି ପ୍ରଥମେ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ନୀରୋଗ ଓ ନମନୀୟ ଶରୀର ଗଠନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଧ୍ୟାନର ପର ପ୍ରସ୍ତୁତି ହେଲା ପ୍ରାଣାୟାମ । ଆମ ଯୋଗର ଏକ ବିଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଲାଭ କରିବା । ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ ଏହାକୁ ମନ୍ଥର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ । କଚ୍ଛପକୁ ଦେଖ, ସେ ନିଃଶ୍ୱାସ ବନ୍ଦ କରି ପାଣି ଭିତରେ ଶୋଇପାରେ । ତିମି, କଚ୍ଛପ, ଜଳହସ୍ତୀ ଏପରିକି ବେଙ୍ଗ ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରାଣାୟାମ କରିଥାଆନ୍ତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ । ସେମାନଙ୍କ ଶ୍ୱାସ, ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଅତ୍ୟନ୍ତ ମନ୍ଥର । ଏମାନେ ନିଃଶ୍ୱାସ ନ ନେଇ ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ରହି ପାରନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ବେଶୀ ଦିନ ମଧ୍ୟ ବଞ୍ଚି ଥାଆନ୍ତି । ଏପରିକି କଚ୍ଛପ ୫୦୦ ରୁ ୧୦୦୦ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚିବାର ଶୁଣାଯାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରାଣାୟାମକୁ ଆମେ କେବଳ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସର ବ୍ୟାୟାମ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କଲେ ସେଥିରେ କୌଣସି ଅନିଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ । ପାତଞ୍ଜଳି ଯୋଗରେ ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ଶରୀରରେ ଥିବା ସୁପ୍ତ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ତାକୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ପରିଚାଳନା କରାଯାଏ, ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଶେଷରେ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଥିବା ସହସ୍ରାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଏ, ଏହି କାମ କରିବା ପାଇଁ ଏକ ମାନସିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲଗାଯାଏ । ଯଦି ସାଧକର ଆଧାର ଯଥେଷ୍ଟ ବିଶୁଦ୍ଧ ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ନ ଥାଏ ତେବେ ଆବିଳ ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଜାଗ୍ରତ୍ ହେଲେ ଘୋର ବିପଦ ମଧ୍ୟ ଘଟିପାରେ । ଲେଖକ ଏ ବିଷୟରେ ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି ମହାରାଜଙ୍କୁ ପଚାରିଥିଲା, ‘‘ପ୍ରାଣାୟାମ ଆମ ଯୋଗ ପାଇଁ ଦରକାର କି ନାହିଁ ?’’ ସେ କହିଲେ ପ୍ରାଣାୟାମ ଅଭ୍ୟାସ କରୁଥିବା ଅନେକ ସାଧୁସନ୍ଥଙ୍କୁ ସେ ଦେଖିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ କଠିନ ରୋଗ ଭୋଗ କରନ୍ତି । ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ମା’ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପ୍ରାଣାୟାମକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇ ନାହାନ୍ତି । ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ଭାଗବତୀ ଶକ୍ତି ସାଧକର ମସ୍ତକ ମଧ୍ୟଦେଇ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତିକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ତାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଉପରକୁ ଉଠାନ୍ତି, ସାଧକର ପ୍ରକୃତିର ବିଶୁଦ୍ଧତା ଅନୁପାତରେ । ଆମ ଯୋଗରେ ଏ କାମ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ – ଏଥିପାଇଁ ମାନସିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର

ଦରକାର ନାହିଁ । ''ଆମ ଯୋଗରେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଚକ୍ରମାନଙ୍କୁ ଖୋଲା ଯାଏ ନାହିଁ, ଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତି ଉପରୁ ଅବତରଣ କଲେ ସେମାନେ ଆପେ ଖୋଲି ଯାଆନ୍ତି । ତନ୍ତ୍ର ସାଧନାର ପ୍ରଣାଳୀରେ ପ୍ରଥମେ ମୂଳାଧାରରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଚକ୍ରମାନଙ୍କୁ ତଳୁ ଉପରକୁ ଖୋଲାଯାଏ, ଆମ ଯୋଗରେ ଉପରୁ ତଳକୁ ଖୋଲାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ମୂଳାଧାରରୁ ଶକ୍ତି ଉପରକୁ ମଧ୍ୟ ଉଠିଥାଏ ।'' (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) ଅତଏବ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ, ମନକୁ ଶାନ୍ତ ରଖିବା ପାଇଁ, ନିଜକୁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରିବା ପାଇଁ କେତେକ ପ୍ରାଣାୟାମ ଆମେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସର ବ୍ୟାୟାମ ଭାବରେ କରିପାରୁ । ବାବାଜି ମହାରାଜଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଭ୍ରମଣ ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା ଲେଖକ ବିଶେଷ ଉପକୃତ ହୋଇଛି । ଭ୍ରମଣ ସମୟରେ ପ୍ରତି ୪ ପାଦରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଭିତରକୁ ନେଇ ପର ୬ ପାଦରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ିବା ହେଲା ଭ୍ରମଣ ପ୍ରାଣାୟାମ । ୪-୬ ଅତି ସହଜ ହୋଇଗଲେ ତାକୁ ୬-୯ ଭାବରେ କରାଯାଇପାରେ । ଏହା ଛଡ଼ା ମଧୁମେହ, ରକ୍ତଚାପ, ଅମ୍ଳ ଆଦି ଅନେକ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ କପାଳଭାତି ପ୍ରାଣାୟାମ କରାଯାଇପାରେ । ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରାଣାୟାମ କରନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ମନ୍ଥର ହୋଇଯାଏ । ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି ମିନିଟ୍‌ରେ ୧୨ ଥର ଶ୍ୱାସ ନିଏ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମିନିଟ୍‌ରେ ୪ ରୁ ୬ ଥର ନିଃଶ୍ୱାସ ନିଅନ୍ତି । ଅତଏବ ସେମାନେ ନିଶ୍ଚିତଭାବେ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ମନ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ ।

ଧ୍ୟାନର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ଆମକୁ ପ୍ରାଣର ଆବେଗକୁ ମଧ୍ୟ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ଶାନ୍ତ କରିବା ଏକାନ୍ତ ଦରକାର । ଚକ୍ଷୁ, କର୍ଣ୍ଣ, ଜିହ୍ୱା, ନାସିକା, ଉପସ୍ଥ ଓ ମନ – ମଣିଷର ଏହି ଷଡ଼ ରିପୁ ମାଧ୍ୟମରେ ସେ ଏ ସଂସାରକୁ ଆସ୍ୱାଦନ କରେ । ସୁଖ ପାଇବା ପାଇଁ ଏହିସବୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାଧ୍ୟମରେ ତା'ର କାମନା, ବାସନାକୁ ସମ୍ଭୋଗ କରେ । କାମନା, ବାସନା ଆମ ଭିତରେ ଏକ ଅଗ୍ନି ତୁଲ୍ୟ । ଯେତେ ଏହାର ଚରିତାର୍ଥ କରାଯାଏ, ସେତେ ଏହା ଆମ ଭିତରେ ଅଧିକ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହୁଏ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବାସନାର ଚରିତାର୍ଥତା ପାଇଁ ଆମର ଶରୀରର ଶକ୍ତି ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ବଳି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଆମ ଭିତରେ ଏହି ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭାବହିଁ ଆମକୁ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖକୁ ନେଇଯାଏ । ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭାବ ଏତେ ପ୍ରବଳ ଯେ ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ଅସମ୍ଭବ ମନେ କରି ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ଏହାକୁ କେବଳ ଚାପି ଦେଇ ରଖୁଥିଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ନିଜର ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କୁ ଦମନ କରି ସେମାନଙ୍କ ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତିରେ ଲିପ୍ତ ହେବାକୁ ଦେଉ ନ ଥିଲେ ଏବଂ ଚେତନାକୁ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ କରି ବ୍ରହ୍ମ ଉପଲବ୍ଧି କରୁଥିଲେ । ସଂସାରର ବାତାବରଣ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଉଦ୍ଦୀପକ ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନେ ସଂସାର ଛାଡ଼ି ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହୋଇ ବଣ, ଜଙ୍ଗଲ ବା ନୀରୋଳା ସ୍ଥାନକୁ ପଳାଇ ଯାଉଥିଲେ ଏବଂ ଆନ୍ତର ଚେତନାରେ ରହି ଭାଗବତ ଚେତନାକୁ ସର୍ବତ୍ର

ଅନୁଭବ କରିପାରୁଥିଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ସର୍ବଭୂତରେ ନିଜକୁ ଓ ନିଜ ଭିତରେ ସକଳଙ୍କୁ ଅନୁଭବ କରି ପାରୁଥିଲେ । ଏପରିକି ସେମାନେ ବିଶ୍ୱଚେତନା ସହିତ ଏକ ହୋଇ ଦିବ୍ୟ ଆନନ୍ଦ ଓ ଦିବ୍ୟ ଭକ୍ତିର ରସ ଆସ୍ୱାଦନ କରିପାରୁଥିଲେ । ତଥାପି ଏହି ଅନୁଭୂତିର ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ପ୍ରକୃତି ରୂପାନ୍ତର ସହିତ କୌଣସି ସଂଯୋଗ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେମାନଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଏହି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଚେତନାରୁ ଖସି ନିଜର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତି ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରରେ ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପରି ଆଚରଣ କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା । ତଥାକଥିତ ମନର ସୀମାବଦ୍ଧ ବୁଦ୍ଧିକୁ ନେଇ କାମ କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା । ମନର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା । ପ୍ରାଣରେ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ମଧ୍ୟ ଅନୁଭବ କରୁଥିଲେ । ଶରୀର ରୋଗ ଜରା, ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ପଡ଼ି ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁ ବରଣ କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା । ଏହି ପ୍ରକାର ଭାଗବତ ଅନୁଭୂତି ଦ୍ୱାରା ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତିର କୌଣସି ରୂପାନ୍ତର ହେଉ ନ ଥିଲା । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ହେଲା ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତିକୁ ଦମନ କରିବା ନୁହେଁ — ତାକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବା — ଏହି ସଂସାରରେ ରହି ସାଧାରଣ ମଣିଷମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ।

ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଜୟ କରିବାର ସହଜ ଉପାୟ ହେଲା ପ୍ରଥମେ ପ୍ରକୃତିର ଏହିସବୁ ଆବେଗକୁ ନିଜ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଅନୁମତି ନ ଦେବା । କାମନା ବାସନା ଆଦିରେ ଆମେ ଆଗ୍ରହ ନ ରଖିଲେ ସେମାନଙ୍କର ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହୁଏ । ଆମ ଭିତରର କୌଣସି ଅଂଶ ଏହି ପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟାକୁ ସମର୍ଥନ ନ ଦେବା । ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କୁ ଏହିସବୁ ବାହ୍ୟ ଆବେଗ ତରଙ୍ଗଠାରୁ ମୁକ୍ତ କରି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରିବା, ଅର୍ଥାତ୍ ଚକ୍ଷୁକୁ ବାହ୍ୟ ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିବାର ଲାଳସାରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଆନ୍ତର ଚେତନାରେ ବିରାଜିତ ଭଗବାନଙ୍କ ଆନ୍ତର ଜ୍ୟୋତିଃକୁ ଦେଖିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରାଇବା । ସେହିପରି କାନକୁ ବାହ୍ୟ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିବାରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଅନ୍ତରସ୍ଥ ଭଗବାନଙ୍କ ବାଣୀକୁ ଶୁଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା । ଆମେ ଚେତନାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଆରୋହଣ କରି ଏପରି ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚି ଥାଉ ଯେଉଁଠି ଅପାର୍ଥିବ ଦୃଶ୍ୟ, ସୁଗନ୍ଧ, ଶବ୍ଦ ଓ ସ୍ପର୍ଶ ଆଦି ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିଥାଉ — ଆମର ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ । ଧ୍ୟାନର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ଏହି ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଏକ ସୁଦୃଢ଼ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ଏହି କାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନିଜକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯିବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସତର୍କ ରହିବାକୁ ହେବ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମକୁ ବାଛିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ''ତୁମ ଭିତରେ ସର୍ବଦା ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଲାଗି ରହିଛି — ତାହାହେଲା ସାଧାରଣ ଜୀବନ ଯାପନର ଆକର୍ଷଣ ଓ ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ଦିବ୍ୟ ଜୀବନ ଲାଭର ଆସ୍ପୃହା । ତୁମକୁହିଁ ବାଛିବାକୁ ପଡ଼ିବ କେଉଁଟି ତୁମ ଭିତରେ ସବୁଠୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ । ଏବଂ ସେହି ଅନୁସାରେ ତୁମକୁ କ୍ରିୟା କରିବାକୁ ହେବ ।'' (ଶ୍ରୀମା - MCW 14, p. 31) ପରେ ଏହିସବୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ପାଇଁ

ମାନସିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ସ୍ଥାନରେ ଭାଗବତ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକ ହେବ । ଏଠାରେ କେବଳ ଆମେ ଆମର ଏକ ଶୃଙ୍ଖଳାବଦ୍ଧ ମାନସିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କରିବୁ । ବିନା ଶୃଙ୍ଖଳାରେ ଦୁନିଆରେ କିଛି ବି ମହତ୍ କାମ ହୁଏ ନାହିଁ ।

"No life can be successful without self-discipline."

– The Mother

''ଆତ୍ମ ଶୃଙ୍ଖଳା ବିନା କୌଣସି ଜୀବନ ସଫଳତା ଲାଭ କରିପାରେ ନାହିଁ ।''

ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଯଦି ସୁଦୃଢ଼ ନୁହେଁ ତେବେ ଯୋଗ ପଥରେ ପାଦ ଦେବା ସହଜ ନୁହେଁ । ତୁମକୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଜୁଆର, ଯୋଗ ପଥରୁ ଭସାଇ ନେଇ ଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ସର୍ବଦା ରହିଛି । ତୁମର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଅଟଳ ମହାମେରୁ ତୁଲ୍ୟ ହେବା ଉଚିତ । ସବୁକିଛି ତୁମ ବିପକ୍ଷରେ ଗଲେ ମଧ୍ୟ ତୁମେ ହିମାଳୟ ପରି ସ୍ଥିର ଓ ନିର୍ବିକାର ରହିବ । ଏହାହିଁ ହେଲା ସାଧନାର ଆରମ୍ଭ । ଏହାହିଁ ହେଲା ନିଜ ଉପରେ ଅଙ୍କୁଶ ଲଗାଇ ତାକୁ ଉପରକୁ ଉଠାଇବା । ଏହା ହେଲା ଧ୍ୟାନଯୋଗରେ ପ୍ରତ୍ୟାହାରର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପର୍ବ ।

ଧ୍ୟାନ ଯୋଗର ଶେଷ ଏବଂ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତି ହେଲା 'ଏକାଗ୍ରତା' । ଏହି ଏକାଗ୍ରତା ସାଧନ ସାଧକର ପ୍ରଥମରୁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିବ । ଏକାଗ୍ର ହେଲେ ମନ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଏକାଗ୍ର ଅର୍ଥ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁରେ ଦୃଷ୍ଟି ନିବଦ୍ଧ କରି ରଖିବା ବା କୌଣସି ଏକ ଚିନ୍ତା ଉପରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇ ରହିବା । ନିଜକୁ ଏକାଗ୍ର ବସ୍ତୁ ସହିତ ଏକାକାର କରିଦେବା । ଛାତ ଉପରକୁ ଯାଇ ନିର୍ମଳ ଆକାଶରେ ରାତିରେ ତାରାମାନଙ୍କ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହେବା ଅଭ୍ୟାସ କର । କେବଳ ଗୋଟିଏ ତାରାକୁ ଅନାଇ ରୁହ । କିଛିକ୍ଷଣ ଏକାଗ୍ର ହେବା ପରେ ତୁମେ ଦେଖିବ ସାରା ଆକାଶରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ତାରା ଅଛି – ଅନ୍ୟ ସବୁ ତାରା ତୁମ ଚକ୍ଷୁରୁ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୋଇଯିବେ, ଏହା ଏକାଗ୍ରତାର ପ୍ରଥମ ଅନୁଭୂତି । ପରେ ଏକାଗ୍ର କରିବା ସମୟରେ ତୁମେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ହୋଇଯାଅ । ତୁମର ମନ ଉଚ୍ଚତର ଚିନ୍ତାରେ ଲିପ୍ତ ହୁଏ । ଭଗବାନଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିର ରହସ୍ୟକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛୁକ ହୁଏ । ତୁମର ଆନ୍ତର ଚେତନା ଯଦି ଆଗରୁ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ଏହି ଏକାଗ୍ର ଅବସ୍ଥାରେ ତୁମେ ତୁମ ଆନ୍ତର ଚେତନାକୁ ଯାହା ବି ପ୍ରଶ୍ନ କରିବ ତା'ର ତୁମେ ଯଥାର୍ଥ ଉତ୍ତର ପାଇବ । ଏହା ହେଲା ଏକାଗ୍ରତାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସାଫଲ୍ୟ । ତୁମେ ଯେକୌଣସି ବସ୍ତୁ, ବ୍ୟକ୍ତି, ଜୀବ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହୋଇ ଏହିସବୁ ସ୍ଥୂଳ ଜିନିଷ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିପାରିବ । କିନ୍ତୁ ସାବଧାନ ! ଗୁରୁ ବା ମା'ଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ବିନା ଏହି ଏକାଗ୍ରତା ବା ଏକାତ୍ମତା କରାଯିବା ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ବା ଜୀବର ଗୁଣ ତୁମ ଭିତରକୁ ପଶି ଆସିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ତେଣୁ ପ୍ରଥମେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ବା ନିମ୍ନ ଜୀବ-ଜନ୍ତୁ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହୁଅ ନାହିଁ । ଆକାଶ, ସମୁଦ୍ର, ପ୍ରକୃତି, ଚନ୍ଦ୍ର,

ତାରା, ଫୁଲ – ଏହିସବୁ ବସ୍ତୁରେ ଏକାଗ୍ର ହେବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭଲ ଓ ନିରାପଦ । ଦୀପ ଶିଖା ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହୋଇ ନିଜର ଅନ୍ତରାତ୍ମାକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରାଯାଇପାରେ, ଏହା ସହିତ ଏକାତ୍ମଲାଭ କରାଯାଇପାରେ । ଏପରିକି ତାମସିକତାକୁ ଦୂର କରାଯାଇପାରେ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ''ଯଦି ଏକ ଅଗ୍ନିଶିଖା ସମ୍ମୁଖରେ ଧ୍ୟାନ କରିବା ସମୟରେ, ମୁଁ ଭାବେ ଯେ ଏହାହେଲା ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ଏବଂ ଏହା ମୋ ଭିତରେ ରହିଛି, ଏବଂ ଯଦି ମୁଁ ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ଏହି ଅଗ୍ନିଶିଖା ଓ ମୁଁ ଏକ ଏବଂ ସମାନ ବସ୍ତୁ, ସେହି ଏକ ଭଗବାନ୍ – ଯଦି ଏହାକୁ ସର୍ବଦା ସର୍ବ ଅବସ୍ଥାରେ ମୁଁ ଅନୁଭବ କରିପାରେ ତେବେ ଏହା କ'ଣ ତାହା ଯାହାକୁ ଆପଣ କହନ୍ତି, ଅନ୍ତରରେ ବାସ କରିବା ?''

ଉତ୍ତର : ''ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ହଁ । ଏହା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଗଭୀରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଏକ ବିଶେଷ ପଦକ୍ଷେପ ।'' – ଶ୍ରୀମା (M.C.W. 14 - P. 60)

ଏହିପରି ଭାବରେ ଧ୍ୟାନ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଆମେ ଯଦି ଏହିସବୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ମାଧ୍ୟମରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉ ତେବେ ଆମର ମନ ଅନେକ ଶାନ୍ତ, ଶୁଦ୍ଧ ଓ ନୀରବ ହୋଇଯିବ ଓ ଧ୍ୟାନ ଆମ ପାଇଁ ସହଜ ଓ ସରଳ ହୋଇଯିବ । ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବା ଦିଗରେ ମନର ନୀରବତା ହେବ ଆମର ଅସଲ ମୂଳଦୁଆ ।

ଧ୍ୟାନ

''ସାଧାରଣ ମଣିଷର ଚେତନାର ଦିଗ ବାହ୍ୟ ଜଗତ୍ ଆଡ଼କୁ ରହିଥାଏ, ଏବଂ ସେ କେବଳ ବସ୍ତୁର ବାହ୍ୟଦିଗକୁହିଁ ଦେଖିଥାଏ । ଏହାକୁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରି ଗଭୀର ଅନ୍ତରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ହେବ ଯାହା ତାକୁ ଅନ୍ଧକାର ବୋଲି ମନେ ହେବ, ଏବଂ ସେ ନିଜର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ହରାଇବାର ଭୟ କରିବ, ତଥାପି ଏହି ଅନ୍ଧକାର, ଏହି ଶୂନ୍ୟ ଓ ନୀରବତାହିଁ ହେଉଛି ଏକ ବୃହତ୍ତର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ମଧ୍ୟକୁ ରାସ୍ତା ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

''ବାହ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଛାଡ଼ି ଅନ୍ତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଓ ଅନ୍ତରରେ ବାସ କରିବା ମଣିଷର ସାଧାରଣ ଚେତନା ପକ୍ଷରେ ଏକ କଠିନ କାମ; କିନ୍ତୁ ନିଜକୁ ଖୋଜି ପାଇବାର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉପାୟ ନାହିଁ ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

''ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ଗତି ଦ୍ୱାରା ସେ କେବେହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି-ସତ୍ତା ଭିତରେ ବନ୍ଦୀ ହୋଇ ଯିବା ନୁହେଁ, ଏହା ହେଲା ନିଜକୁ ଯଥାର୍ଥ ବିଶ୍ୱମୟତା ସହିତ ଏକୀଭୂତ କରିବାର ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ଏହା କୁହାହୋଇଛି "At the end of the tunnel there is light" ''ସୁଡ଼ଙ୍ଗର ଶେଷରେ ରହିଛି ଆଲୋକ ।'' ଆମର ଗଭୀର ଅନ୍ତରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ

ହେଲେ ଆମକୁ ଏହି ଅନ୍ଧକାର ସୁଡ଼ଙ୍ଗକୁ ପାରି ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏଥିପାଇଁ ଆମର ଧୈର୍ଯ୍ୟ, ସାହସ ଓ କଠୋର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦରକାର । ଏହି ଅନ୍ତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବା କାମ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଧ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ଅଭ୍ୟାସ କରିବୁ । କିପରି ଧ୍ୟାନ ଅଭ୍ୟାସ କରାଯିବ, ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ଯୋଗାଧାର' ବହିରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ ଲେଖିଛନ୍ତି : –

''ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଯଦି ଏହି ଅନ୍ତରାୟ ଆସେ ଯେ ମନ ମଧ୍ୟରେ କ୍ରମାଗତ ନାନାପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ଭାବନା ଆସି ପହଞ୍ଚେ, ତେବେ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବ ତାହାର କାରଣ ନୁହେଁ; ତାହାର କାରଣ ହେଲା ମାନବ ମନର ସାଧାରଣ ସ୍ୱଭାବ । ସାଧକମାନଙ୍କଠାରେ ଏହି ବାଧା ଅଛି ଏବଂ ଅନେକଙ୍କ ନିକଟରେ ଏହା ଦୀର୍ଘକାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥାଏ । ଏହାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ କେତୋଟି ଉପାୟ ଅଛି । ତାହା ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ହେଲା ଭାବନାରାଜିକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବା; ସେମାନଙ୍କ ମୂଳରେ ମାନବ-ମନର କେଉଁ ପ୍ରକାର ପ୍ରକୃତି ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି ତାହାକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବା; କିନ୍ତୁ ତାହାକୁ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଅନୁମତି ନ ଦେବା ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ବେଗ ଶେଷ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅପେକ୍ଷା କରିବା ।'' ଏହି ପନ୍ଥାକୁହିଁ ବିବେକାନନ୍ଦ ତାଙ୍କର 'ରାଜଯୋଗ' ବହିରେ ଅନୁମୋଦନ କରିଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଉପାୟ ହେଲା, ଚିନ୍ତାରାଜିକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିଚାଲିବା ଯେପରି ସେଗୁଡ଼ିକ ତୁମର ନିଜର କେହି ନୁହନ୍ତି, ନିଜେ ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ରୂପେ ପଛରେ ଛିଡ଼ା ହେବା ଏବଂ କୌଣସି ଅନୁମତି ନ ଦେବା । ଚିନ୍ତାରାଜିକୁ ଦେଖିବାକୁ ହେବ ସେଗୁଡ଼ିକ ଯେପରି ବାହାରରୁ ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ଆଗତ ବସ୍ତୁତୁଲ୍ୟ; ଅନୁଭବ କରାଯିବ ଯେପରି ସେଗୁଡ଼ିକ ପଥଚାରୀ ମାତ୍ର, ତୁମର ମନ-ଆକାଶ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଚାଲିଯାଉଛନ୍ତି । ମାତ୍ର ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ତୁମର କୌଣସି ସଂପର୍କ ନାହିଁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଗତିବିଧିରେ ତୁମର କୌଣସି ଆଗ୍ରହ ନାହିଁ । ଏହିପରି ଭାବରେ କିଛିକାଳ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ମନ ଦୁଇ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ ହୋଇଛି । ଗୋଟିଏ ହେଲା ମନୋମୟ ସାକ୍ଷୀ ପୁରୁଷ, ଯେ ନିଜେ ଅଚଳ ଶାନ୍ତ ଥାଇ କେବଳ ଦେଖି ଯାଉ ଥାଆନ୍ତି; ଅନ୍ୟ ଅଂଶଟି ହେଲା ତୁମର ନିରୀକ୍ଷଣର ବିଷୟବସ୍ତୁ, 'ପ୍ରକୃତି'ର ଅଂଶ, ଯାହା ମଧ୍ୟରେ ତୁମର ଚିନ୍ତାଧାରା ଯାତାୟାତ କରେ ବା ବିଚରଣ କରେ । ପରେ ଅଧିକ ଅଗ୍ରସର ହେଲେ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଅଂଶକୁ ମଧ୍ୟ ନୀରବ ଶାନ୍ତ କରିବାର ପ୍ରଯତ୍ନ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏହାଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ (ତୃତୀୟ) ପ୍ରଣାଳୀ ମଧ୍ୟ ଅଛି – ସଚଳ ସକ୍ରିୟ ପ୍ରଣାଳୀ – ଯାହାଦ୍ୱାରା ସାଧକ ଦେଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ ଯେ ଭାବନା, ଚିନ୍ତା ସମୂହ ଆସେ କେଉଁଠାରୁ ? ବୁଝାଯାଏ ଯେ ଚିନ୍ତା ସମୂହ ସାଧକର ଭିତରୁ ଆସୁ ନାହାନ୍ତି; ଆସୁଛନ୍ତି ଯେପରି ମସ୍ତିଷ୍କର ବହିର୍ଦ୍ଦେଶରୁ । ଯଦି ଭାବନାଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଅର୍ଥାତ୍ ଆସୁଥିବା ସମୟରେ ଜଣେ ଧରିପାରେ, ତାହାହେଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ଏକେବାରେ ଦୂରକୁ ପକାଇ ଦେବାକୁ ହୁଏ ।

ଏହି ତୃତୀୟ ପନ୍ଥାଟିହିଁ ସବୁଠାରୁ କଠିନ । ସମସ୍ତେ ଏହାକୁ ଆୟତ୍ତ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆୟତ୍ତ ହୁଏ ତେବେ ନୀରବତା ଲାଭ ପାଇଁ ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ କ୍ଷିପ୍ର ଓ ଅମୋଘ ଉପାୟ କିଛି ନାହିଁ ।''

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଥିବା ଧ୍ୟାନର ତିନୋଟି ଉପାୟ ମଧ୍ୟରୁ ତୃତୀୟଟିକୁ ଅମୋଘ ବୋଲି କହୁଛନ୍ତି । କାରଣ ସେ ନିଜେ ଏହି ଉପାୟଟି ଲେଲେଙ୍କଠାରୁ ଶିଖିଥିଲେ ଓ ଏହି ଉପାୟ ମାଧ୍ୟମରେ ତିନି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ନିଜର ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ବାଣ ଅନୁଭୂତି ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରିଥିଲେ । ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ତୃତୀୟ ଉପାୟଟି ପ୍ରଥମେ ଆରମ୍ଭ ଏକେବାରେ ଅସମ୍ଭବ । ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ତୀକ୍ଷ୍ଣ-ଦୃଷ୍ଟି ସମ୍ପନ୍ନ ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ସୃଷ୍ଟି ନ ହେଲେ ଚିନ୍ତାଧାରା ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ତାକୁ ଧରିବ କିପରି ? ଯେଉଁମାନଙ୍କର ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ଯାଇଛି ସେମାନେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଏହି ୩ୟ ଉପାୟଟିକୁ ମଧ୍ୟ ଆୟତ୍ତ କରିପାରିବେ । ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ସୃଷ୍ଟି ହୁଅନ୍ତି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣିତ ୨ୟ ଉପାୟଟି ଦ୍ୱାରା । ଅର୍ଥାତ୍ ଚିନ୍ତାରାଜିକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବା, ତାହା ନିଜର ନୁହେଁ ବୋଲି ମନେ କରିବା । ପ୍ରଥମ ଉପାୟଟି ଦ୍ୱାରା ମନକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚିନ୍ତାରାଜିର ବେଗ କମିଯାଏ । ଅତଏବ ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଏହି ତିନୋଟି ଉପାୟ ପରସ୍ପରର ପରିପୂରକ । ଗୋଟିଏ ଆୟତ୍ତ ହେଲେ ପର ଉପାୟଟିକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ସହଜ ହେବ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ତିନି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ନିର୍ବାଣ ଅନୁଭୂତି ଲାଭ କଲେ । ଅର୍ଥାତ୍ ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସିଦ୍ଧି । ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗର ଶେଷ ସିଦ୍ଧି ହେଲା ସମାଧି । ଏହି ସମାଧି ହେଲା ଦୁଇ ପ୍ରକାରର । ସବିକଳ୍ପ ସମାଧି ଓ ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି । ସବିକଳ୍ପ ସମାଧିରେ ସାଧକର ନିଜ ଶରୀରର ସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ଥାଏ । ଏହା ହେଲା ଏକ ପ୍ରକାର ନିଦ୍ରା । ଆମେ ରାତ୍ରିରେ ଆମର ଅବଚେତନାକୁ ଯାଇ ଶୟନ କରୁ କିନ୍ତୁ ସବିକଳ୍ପ ସମାଧି ଅର୍ଥ ଆମେ ଆମର ଅତି ଚେତନାକୁ ଯାଇ ସେଠାରେ ଶୟନ କରୁ; କିନ୍ତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ଥାଉ । ଅଥଚ ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧିରେ ଆମେ ଆମ ଚେତନାର ଏପରି ଉଚ୍ଚତର ସ୍ତରରେ ଯାଇ ପହଞ୍ଚୁ ଯେଉଁଠି ସେହି ଚେତନା ରାଜ୍ୟ ସହିତ ଶରୀରର ସମ୍ପର୍କ ଅତି କ୍ଷୀଣ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ । ଆମର ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଛଡ଼ା ଆହୁରି ୧୧ଟି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ରହିଛି । ଏହିସବୁ ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ି ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏକ ହେବା ଖୁବ୍ କମ୍ ସାଧକ କରିପାରନ୍ତି ଯାହା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ତିନି ଦିନ ଭିତରେ କରି ପାରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀମା ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଇ ତାଙ୍କର ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିଲେ । ପୁରାତନ ଜ୍ଞାନ ଯୋଗର ଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଥିଲା ଏହି ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି । ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗ ଏହିଠାରେହିଁ ଶେଷ । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି ଏହା ହେଲା ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ଯୋଗର ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟ । ଦ୍ୱିତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ହେଉଛି ଏହି ଚେତନାରେ ରହି ଜାଗତିକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା । ଏକ ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଚେତନା ବିଶ୍ୱ ଓ ବିଶ୍ୱାତୀତ ସହ ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ରହିବା ।

ସାଧନାର ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମର ଦୁଇଟି ଅନୁଭୂତି ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ – ତାହା ହେଲା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଜାଗରଣ ଓ ପୁରୁଷ ଚେତନାର ମୁକ୍ତି । ଏହି ଦୁଇଟି ନ ହେଲେ ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ନାନା ବିରୋଧୀ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଆମେ ଖୋଜି ପାଇବୁ ନାହିଁ ବା ତାଙ୍କୁ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : – ''ଆମର ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟକ୍ତି-ସତ୍ତାକୁ ଖୋଜି ପାଇବା ଓ ଏହାରି ଦ୍ୱାରା ଆମର ପ୍ରକୃତିକୁ ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ଆମର ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ଦରକାର, ପ୍ରଥମେ, ନିଜ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା ଯିଏ କି ଆମ ହୃଦୟର ପଶ୍ଚାତରେ ରହିଥାଆନ୍ତି, ପରେ, ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ଏହି ପୁରୁଷ-ଚେତନାକୁ ଅଲଗା କରିବା ।''

ନିଜର ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତାକୁ ପାଇବାର ଅନେକ ଉପାୟ ମା' କହିଛନ୍ତି । ସେଥି ମଧ୍ୟରୁ ଏଠାରେ ଏକ ଉଦାହରଣ ଦିଆଗଲା : – ''ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ମୁଁ ଯେତେବେଳେ କହେ ତୁମେ ତୁମ ସତ୍ତାର ଗଭୀରକୁ ପ୍ରବେଶ କର, ତୁମ୍ଭମାନଙ୍କ ଭିତରୁ କେହି କେହି ଏକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତି ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହେବ, କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟମାନେ ହୁଏତ ଅନୁଭବ କରିବେ ଯେ ବାସ୍ତବରେ ସେମାନେ ଏକ ଗଭୀର କୂଅ ଭିତରକୁ ପଡ଼ିଥିବା ପାହାଚର ଚିତ୍ର, ଏବଂ ସେମାନେ ଗଭୀରରୁ ଗଭୀରକୁ, ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଭିତରକୁ ଯାଆନ୍ତି । ଏବଂ କିଛିକ୍ଷଣ ପରେ ସେମାନେ ଏକ ଦରଜାର ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି; ସେମାନେ ଏହି ଦରଜାର ସମ୍ମୁଖରେ ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ରଖି ବସି ପଡ଼ନ୍ତି, କିଛିକ୍ଷଣ ପରେ ଦରଜା ଖୋଲିଯାଏ, ଏବଂ ସେମାନେ ଏହା ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରି ଦେଖନ୍ତି ଏହା ଏକ ବଡ଼ ହଲ୍ ବା କୋଠରି ବା ଏକ ଗୁମ୍ଫା ଭଳି, ଏହାପରେ, ଯଦି ସେମାନେ ଆହୁରି ଆଗକୁ ଯାଆନ୍ତି ସେମାନେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଦରଜାର ସମ୍ମୁଖରେ ଅଟକି ପଡ଼ନ୍ତି, ଏବଂ ଏକ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ସେହି ଦରଜା ଖୋଲି ପୁଣି ଆଗକୁ ଯାଆନ୍ତି । ଯଦି ଏହା ଏକ ଐକାନ୍ତିକ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହ କରାଯାଏ ଏବଂ ତୁମେ ଯଦି ଅନୁଭୂତିଟିକୁ ଆହୁରି ଆଗକୁ ଆଗେଇ ନେବାକୁ ଚାହଁ, ତେବେ କିଛିକ୍ଷଣ ପରେ ତୁମେ ଏକ ବିଶେଷ ଦରଜାର ସମ୍ମୁଖରେ ପହଞ୍ଚ ଯାହା ଅତୀବ ମଜଭୁତ୍ ବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ, ଏବଂ ଏକ ବିଶାଳ ଏକାଗ୍ରତାର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ସେହି ଦରଜା ଖୋଲିଯାଏ, ଏବଂ ତୁମେ ଅଚାନକ ଭାବେ ଏକ ବିଶାଳ ଆଲୋକମୟ କକ୍ଷରେ ପ୍ରବେଶ କର; ଏବଂ ତୁମେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବା ଅନ୍ତରାତ୍ମା ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହେବାର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ କର... ।''

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଧ୍ୟାନ ଅବସ୍ଥାରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦର୍ଶନ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଆମର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିବୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାବନାର ପଛରେ ମଧ୍ୟ ଏକ ଦର୍ଶନ ରହିଛି । ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ସମୁଦ୍ର କଥା ଭାବୁଛ ସେତେବେଳେ ତୁମ ମନ ଦୃଷ୍ଟିରେ ମଧ୍ୟ ସମୁଦ୍ର ଦେଖୁଛ । ଯେତେବେଳେ ଭାବନାରାଜି ଆମ ଭିତରକୁ ଆସନ୍ତି ସେତେବେଳେ ତା'

ସହିତ ଅନୁରୂପ ରୂପରାଜିର ମଧ୍ୟ ଏକ ଦର୍ଶନ ଆସେ । ଆମେ ଯଦି ଏହି ଦର୍ଶନକୁ ଆମ ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ନ ଦେଉ ତେବେ ସେ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଭାବନା ରାଜି ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ତାକୁ ଦୂରକୁ ଫୋପାଡ଼ି ଦେଇଥାଉ । (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଧ୍ୟାନର ୩ୟ ଉପାୟ) । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ମନ ପୂରା ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ଆମେ କ'ଣ ଦେଖୁ ?

ବାସ୍ତବରେ ମନ ଶାନ୍ତ ହେଲାପରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ଭିତରେ ଚେତନାର ଗତି ରହିଥାଏ ଓ କିଛି ନା କିଛି ଦୃଶ୍ୟ ରହେ । ଏପରିକି ମନର ନୀରବ ଅବସ୍ଥାରେ ଯେତେବେଳେ ଚେତନା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ଆମର ଅତି-ଚେତନାରେ ଏକୀଭୂତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଆମ ଭିତରେ ଉଚ୍ଚତର ବିଭିନ୍ନ ସୂକ୍ଷ୍ମଦର୍ଶନ ଓ ଅନୁଭୂତି ଘଟେ । ଯଦି ତୁମେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟି ମାଧ୍ୟମରେ ଅନୁଭୂତି ପାଇବା ପାଇଁ ଚାହଁ, ତେବେ ପ୍ରଥମେ ତୁମକୁ ଏକ ନିୟମ ପାଳନ କରିବାକୁ ହେବ । ତାହା ହେଲା ଅନାଗ୍ରହ । ତୁମେ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଯଦି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କର ବା କିଛି ଘଟିବାର ଆଶା କର ତାହା ଆଉ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତି ହୋଇ ରହେ ନାହିଁ, ତାହା ତୁମର ମନର କଳ୍ପନାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସେଥିପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଉପାୟ ହେଲା ଧ୍ୟାନ ଅବସ୍ଥାରେ ଆରମ୍ଭରୁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜର ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କରି ସାକ୍ଷୀ-ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଜାଗ୍ରତ୍ ରଖିବା । ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବ ରଖି ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ଆମର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତିକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରନ୍ତି ଓ ପରେ ତାହା ମନକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ କରିବା ଏକାନ୍ତ କଠିନ କାମ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : — ''ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ କାମ; ଏପରିକି ଲୋକେ ୨୫ ବର୍ଷ ଚେଷ୍ଟା କରି ମଧ୍ୟ ସଫଳ ହୋଇ ପାରି ନାହାନ୍ତି । ଏହା ଏକ ଷଣ୍ଢର ଶିଙ୍ଗକୁ ଧରି ଅଟକାଇବା ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ ।'' ମନର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବତା ନ ଆସିଲେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ଧ୍ୟାନରେ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ କରିପାରିବୁ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାରର ଧ୍ୟାନ ରହିଛି — ତାହା ହେଲା ପ୍ରଥମେ ନିଜକୁ ଯେତେ ପାର ସେତେ ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚଳ କର କିନ୍ତୁ ମନର ସମସ୍ତ ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ବନ୍ଦ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କର ନାହିଁ, କାରଣ କେତେକ ଚିନ୍ତା ଅଛି ଯାହା କେବଳ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଚିନ୍ତା, ଯଦି ତୁମେ ଏହାକୁ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଲାଗିଯାଇ ପାରେ, ଏବଂ ଶେଷରେ ଏହା-ଦ୍ୱାରା କିଛି ନିଶ୍ଚିତ ଫଳ ମଧ୍ୟ ଲାଭ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏହା ପରିବର୍ତ୍ତେ ତୁମ ନିଜର ସକଳ ସତ୍ତା ବା ଚେତନାକୁ ଏକତ୍ର କରି ଯେତେ ପାର ସେତେ ନିଶ୍ଚଳ ଓ ଶାନ୍ତ ରୁହ, ନିଜକୁ ବାହାର ବସ୍ତୁଠାରୁ ଅଲଗା କରି ରଖ, ଯେପରି ସେସବୁରେ ତୁମର କୌଣସି ଆଗ୍ରହ ନାହିଁ, ଏବଂ ଅଚାନକ ଭାବେ ତୁମ ଭିତରେ ଏକ ଆସ୍ପୃହାର ଅଗ୍ନିକୁ ଜଳି ଉଠିବାକୁ ଦିଅ । ତୁମ ପାଖକୁ ଯାହାକିଛି ଆସୁଛି ସବୁକିଛିକୁ ଏହି ଆସ୍ପୃହାର ଅଗ୍ନି-କୁଣ୍ଡରେ ନିକ୍ଷେପ କର ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଏହି ଅଗ୍ନିଶିଖା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ, ଆହୁରି

ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠିଚାଲିବ; ତୁମେ ନିଜକୁ ଏହା ସହିତ ଏକୀଭୂତ କର ଏବଂ ତୁମ ଚେତନା ଓ ଆସ୍ପୃହାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଶିଖରକୁ ଉଠିଯାଅ, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଚିନ୍ତା କର ନାହିଁ, ଖାଲି ଏକ ଆସ୍ପୃହା, ଯାହା ଉପରକୁ ଉପରକୁ ଉଠିଚାଲିଥିବ, ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ପାଇଁ କୌଣସି ଫଳର ଚିନ୍ତା ନ ରଖି, କ'ଣ ହେବ ବା ନ ହେବ ଏବିଷୟରେ କୌଣସି ବିଚାର ନ ରଖି ସର୍ବୋପରି କିଛି ଗୋଟିଏ ଆସିଯିବ – ଏ ବିଷୟରେ କାମନା ନ ରଖି କେବଳ ସରଳ ଭାବରେ ଆସ୍ପୃହାର ଆନନ୍ଦ ପାଇଁ ଯାହାକି ସର୍ବଦା ଉପରକୁ ଉଠି ଚାଲିଥିବ, ଏବଂ କ୍ଷଣକୁ କ୍ଷଣ ଏହା ଏକ ତୀବ୍ର ସଂକେନ୍ଦ୍ରଣରେ ପରିଣତ ହେଉଥିବ । ଏବଂ ମୁଁ ତୁମକୁ କଥା ଦେଉଛି ତୁମ ପାଇଁ ଯାହା ସର୍ବୋତ୍ତମ ତାହାହିଁ ଘଟିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଏହା କରିବ ଏହାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ତୁମର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସମ୍ଭାବନାର ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ।''

ସର୍ବସାଧାରଣଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନ ଅତୀବ ସରଳ ଓ ସହଜ । ଏହି ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନକୁ କୁହାଯାଏ ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ । ଯେଉଁ ଧ୍ୟାନରେ ଆସ୍ପୃହା ରହିଥାଏ ତାହା ଅବଶ୍ୟହିଁ ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ । ଆମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାରେହିଁ ଅସଲ ଆସ୍ପୃହା ସର୍ବଦା ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହେଉଥାଏ । ଏହି ଅନ୍ତରାତ୍ମା ସହିତ ଏକ ହୋଇ ଧ୍ୟାନ କଲେ ତାହା ଅତୀବ ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ ହୁଏ । ଏହାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ହୁଏତ ଆମେ ବିଶ୍ୱଚେତନା ସହ ଏକ ହୋଇଯାଉ ବା ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ମା'ଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିରାଜି ଆମ ଭିତରକୁ ଅବତରଣ କରି ଥାଏ ଯାହାଫଳରେ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଦୋଷତ୍ରୁଟିର ରୂପାନ୍ତର ଘଟିଥାଏ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚକ୍ରକୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତାକୁ, ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ବା ମା'ଙ୍କ ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରିବା ହେଲା ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନର ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ସକଳ ସତ୍ତା ଭିତରେ ଯଥା ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀରରେ ଆସ୍ପୃହାର ଅଗ୍ନିକୁ ଜାଗରଣ କରିବା ହେଲା ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନର କ୍ରିୟା ।

ନିଷ୍କ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ ବିଷୟରେ ମା' ଉଦାହରଣ ଦେଇ କହୁଛନ୍ତି : – ''ସାଧାରଣତଃ ଲୋକେ ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ତଥାକଥିତ ଧ୍ୟାନରେ ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତି ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଏକ ଅଚଳତା ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଆନ୍ତି ଯେଉଁଠି କିଛି ବି ହଲ୍‌ଚଲ୍ ହେଉ ନ ଥାଏ । ଏବଂ ସେମାନେ ପ୍ରବେଶ କଲାବେଳେ ଯେପରି ଥିଲେ ଠିକ୍ ସେହି ସମାନ ଅବସ୍ଥାରେ ବାହାରକୁ ଆସନ୍ତି, ତାଙ୍କ ଚେତନା ବା ସତ୍ତାର କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ ବିନା । ଏବଂ ସେମାନେ ଯେତେ ଅଧିକ ନିଶ୍ଚଳ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରନ୍ତି । ସେମାନେ ଅନନ୍ତ କାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହିପରି ଧ୍ୟାନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିଶ୍ୱର ବା ନିଜର କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିପାରି ନ ଥା'ନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏକ ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି ଯାହାକି ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିପରୀତ । ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ ହେଲା ଏକ ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ଧ୍ୟାନ ।''

ମା' କହନ୍ତି, ''ମୁଁ ଭାବୁଛି ସବୁଠୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଉଛି ଜଣେ ଜାଣିବା ଦରକାର ଯେ ସେ କାହିଁକି ଧ୍ୟାନ କରୁଛି; ଏହାହିଁ ତା'ର ଧ୍ୟାନକୁ ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିବ ଓ ଏହାକୁ ଯେକୌଣସି ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନରେ ପରିଣତ କରିବ । ତୁମେ ନିଜକୁ ଭାଗବତ ଶକ୍ତି ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରିବା ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ କରିପାର, ତୁମେ ତୁମର ସାଧାରଣ ଚେତନାକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବା ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ କରିପାର, ତୁମେ ତୁମ ସତ୍ତାର ଗଭୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ କରିପାର, ତୁମେ ଧ୍ୟାନ କରିପାର କିପରି ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ସମର୍ପଣ କରାଯାଇପାରେ – ତାହା ଶିଖିବା ପାଇଁ; ଏହିପରି ତୁମେ ଯେକୌଣସି କଥା ଲାଗି ଧ୍ୟାନ କରିପାର । ତୁମେ ଶାନ୍ତି, ସ୍ଥିରତା ଓ ନୀରବତା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ କରିପାର – ସାଧାରଣତଃ ଲୋକେ ଏହାହିଁ କରିଥାଆନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ବିଶେଷ ବିଶେଷ ସଫଳତା ବିନା । ତୁମେ ମଧ୍ୟ ରୂପାନ୍ତରକାରିଣୀ ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ, ତୁମ ଭିତରେ କେଉଁ ଅଂଶ ରୂପାନ୍ତର ହେବାକୁ ରହିଛି – ତାକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ, ନିଜର ଅଗ୍ରଗତିର ଧାରାକୁ ଖୋଜି ବାହାର କରିବା ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ କରିପାର । ଏପରିକି ତୁମେ କୌଣସି ବ୍ୟାବହାରିକ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଯଥା : ତୁମର କିଛି ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ, କୌଣସି ଏକ ସମାଧାନ ପାଇବା ପାଇଁ, କୌଣସି ଏକ କର୍ମ ନିମନ୍ତେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଧ୍ୟାନ କରିପାର ।''

''ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଧ୍ୟାନରେ ବସ ସେତେବେଳେ ତୁମକୁ ହେବାକୁ ହେବ ଏକ ସରଳ ଅକପଟ ଶିଶୁ ଭଳି, ତୁମ ବାହ୍ୟ ମନ କୌଣସି ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରୁ ନ ଥିବ, କିଛି ବି ଆଶା କର ନାହିଁ, କୌଣସି ବିଷୟ ଉପରେ ଜୋର୍ ଦିଅ ନାହିଁ । ଥରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ ଅନ୍ୟ ସବୁକିଛି ତୁମ ଗଭୀର ଅନ୍ତରର ଅଭୀପ୍‌ସା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଏପରିକି ଯଦି ତୁମେ ପରମ ଦିବ୍ୟତାକୁ ଆବାହନ କର, ତା'ର ଉତ୍ତର ବି ତୁମେ ପାଇପାରିବ ।''

– ଶ୍ରୀମା

ଆମେ ଧ୍ୟାନ କରିବା ସମୟରେ ଏହିପରି ଶାନ୍ତ ନୀରବ ହୋଇ ଯଦି ଏକ ଛୋଟ ଶିଶୁ ଭଳି ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କ ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେଉ, ତେବେ ଆମର ଯାହା କିଛି ଆବଶ୍ୟକ ସବୁକିଛି ମା'ହିଁ କରିବେ । ଆମର ହାତ ଧରି ସେ ଆମ ଚେତନାର ଚରମ ଶିଖରରେ ଥିବା ବିଶ୍ୱ-ଚେତନା ସହିତ ଏକୀଭୂତ କରିବେ, ଏକ ସମୟରେ ଆମେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆମ ଭିତରେ ବାସ କରିବା ଓ ନିଜେ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ବାସ କରିବାର ଦେଖିବୁ । ସମୟ ସମୟରେ ମା' ଆମକୁ ଆମର ଗଭୀର ଅତଳକୁ ନେଇ ଯାଆନ୍ତି ଯେଉଁଠି କେବଳ ଅନ୍ଧକାର ଓ ନିଶ୍ଚେତନା ବିଦ୍ୟମାନ । ସେଠାରେ ଆମ ପାଇଁ ସେ ଆସ୍ପୃହାର ବୀଜ ବପନ କରନ୍ତି । ଏହି ସୁପ୍ତ ଚେତନାକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ଉପରକୁ ଉଠାଇ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ନେଇ ଆସନ୍ତି । ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ବିରୋଧୀ ସତ୍ତାମାନଙ୍କୁ ମା' ଆମକୁ ଦେଖାଇ

ଦିଅନ୍ତି ଓ ସେ ସ୍ୱୟଂ ଏହା ଉପରେ କ୍ରିୟାକରି ତା'ର ରୂପାନ୍ତର କରନ୍ତି । ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ପାଇଁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତିକୁ ଆମ ଭିତରେ ଅବତରଣ କରାନ୍ତି । ମାତୃ ସହାୟ ବିନା ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଏକେବାରେ ଅସମ୍ଭବ ।

ସକ୍ରିୟ ଧ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କଲେ ଆମର ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଅବତରଣ କରେ । ଏହା ଧ୍ୟାନର ସମାପ୍ତି ପରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ସହିତ ରହେ । ଆମେ ଯଦି ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁ ବା ଘଟଣା-ଗୁଡ଼ିକରେ ଜଡ଼ିତ ନ ହେଉ ତେବେ ଏହି ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଆମ ଭିତରେ ସାଧାରଣ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ରହେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ସର୍ବଦା ଏକ ଧ୍ୟାନ ଅବସ୍ଥାରେ ବାସ କରୁ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ରହି ଆମେ ଆମର ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବୁ, ସକଳଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରଖି ପାରିବୁ । ଆମେ ଆମର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଚେତନାରେ ବାସ କରି ପୃଥିବୀ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରଖିଲେ ଆମେ ଆମର ନିଜ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ଏକ ବିରାଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣି ପାରିବୁ, ଯାହାର ପ୍ରଭାବ ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ପଡ଼େ ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପରୋକ୍ଷ ଭାବରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ କରିବ । ଏହି ସମର୍ପଣ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ହେଲେ : ... ''ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଦେଖିବ ତୁମେ ଆଉ କିଛି ହୋଇ ରହି ନାହଁ, ଏପରିକି ତୁମର ଶରୀର, ତୁମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତି, ତୁମର ଚିନ୍ତାଧାରା ଓ ତୁମର ଅନୁଭବ ସବୁକିଛି ଭଗବାନଙ୍କର ହୋଇଯାଇଛି ସେତେବେଳେ ଭଗବାନ୍ ତୁମର ସମସ୍ତ ଭାର ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ତୁମକୁ ଆଉ କୌଣସି ବିଷୟରେ ବ୍ୟସ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ ।''

— ଶ୍ରୀମା

ଯେଉଁମାନେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ କରିବାର ସଂକଳ୍ପ ନେଇଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି ଭଗବତ୍-ଚେତନାର ସମୁଦ୍ରରେ ଝାସ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନିଜର ସମସ୍ତ ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ବଳି ଦାନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନିଜର ମାନ, ସମ୍ମାନ, ଯଶଃ, ସୁଖ, ଶାନ୍ତି, ପ୍ରତିଷ୍ଠା ସବୁକିଛିକୁ ହରାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ ବୋଲି ଭୟ କଲେ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ଏକେବାରେ ଅସମ୍ଭବ । ବାସ୍ତବରେ ଏହି ହରାଇବାର ଭାବ କେବଳ ମନର ଥାଏ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କଲେ କିଛି ଜିନିଷ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ, କିଛି ଜିନିଷ ହଜିଯାଏ ନାହିଁ; ବରଂ ସବୁକିଛି ଦିବ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ମନର ଅହଂକାରହିଁ ମଣିଷର ବର୍ତ୍ତମାନର ସ୍ଥିତିକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । କାରଣ ଏହାଦ୍ୱାରା ତା'ର ରାଜତ୍ୱ ଶେଷ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ ।

ମା' କହୁଛନ୍ତି :''ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ହେଲେ ତୁମକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ମଧ୍ୟକୁ ଲମ୍ଫ ଦେବାକୁ ହେବ, ଯେପରି ତୁମେ ସମୁଦ୍ରରେ ଲମ୍ଫ ଦେଇଥାଅ । ଏବଂ ଏହା ଶେଷ ନୁହେଁ କିନ୍ତୁ ଏହା ହେଲା ତୁମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନର ଆରମ୍ଭ ମାତ୍ର; କାରଣ ତୁମେ ଏଥିରେ ଲମ୍ଫ ଦେଲାପରେ ତୁମକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାସ କରିବା ଶିଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ତୁମେ କିପରି ଏହା କରିବ ? କେବଳ ସିଧା ଏହା ଭିତରକୁ ଲମ୍ଫ

ପ୍ରଦାନକର, 'ମୁଁ କେଉଁଠି ପଡ଼ିବି ? ମୋର କ'ଣ ହେବ ?' ଏସମ୍ବନ୍ଧେ ଚିନ୍ତା କରିବା ହେଲା ମନର ଦୋଦୋ ପାଞ୍ଚ ବା ଦ୍ୱିଧା, ଯାହାକି ତୁମକୁ ଏହା କରାଇ ଦିଏ ନାହିଁ । ତୁମ ନିଜକୁ ସରଳ ଭାବରେ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ତୁମେ ସମୁଦ୍ରରେ ଲମ୍ଫ ଦେଲାବେଳେ ଯଦି ତୁମେ ସବୁବେଳେ ଚିନ୍ତା କର 'ଆଃ, ଏଠାରେ ତଳେ ହୁଏତ ପଥର ଥାଇପାରେ, ସେଠାରେ ବି ଥାଇପାରେ', ଏହାଫଳରେ ତୁମେ ଲମ୍ଫ ଦେଇ ପାରି ନ ଥାଅ ।''

ଏହାହିଁ ହେଲା ବର୍ତ୍ତମାନ ମଣିଷର ଅସଲ ସମସ୍ୟା । ନିଜକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଇ ନ ପାରିବାର ସମସ୍ୟା । ମା'ଙ୍କର ବିଶେଷ କୃପା ପାଇ ମଧ୍ୟ, ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଜାଗରଣ ହେଲାପରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ଭିତରେ ଏହି ସମସ୍ୟା ରହିଛି । କାରଣ ଆମେ ଆମ ଅହଂକାରକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରି ବସି ରହିଥାଉ । ଏକ ତାମସିକ ସମର୍ପଣର ଭାବ ରଖି ଆମେ କହିଥାଉ ମା'ହିଁ ଆମର ସବୁକିଛି କରିଦେବେ । ମା' ଆମ ପାଇଁ ସବୁକିଛି କରି ଦେଇପାରିବେ କିନ୍ତୁ ଆମ ପାଇଁ ସମର୍ପଣ କରାଇ ଦେଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ଏତିକି ଆମକୁହିଁ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ — ଏହାହିଁ ସାଧନାର ରୀତି । ନଳିନୀଦାଙ୍କ ମତରେ ଦିବ୍ୟ ଜନନୀ ଶ୍ରୀମା ହେଲେ ତୁମର ପ୍ରକୃତ ମା' ଏବଂ ବାସ୍ତବରେ ସେ ହେଲେ ତୁମର ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁ ଓ ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସାଥୀ । ସେ ତୁମକୁ ଯେତେ ଭଲ ପାଆନ୍ତି କେହି ସେତେ ତୁମକୁ ଭଲ ପାଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ସେ ତୁମର ପ୍ରେମର ଉତ୍ତର ଯେପରି ଦିଅନ୍ତି ସେପରି କେହି ଦେଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ଏବଂ ସେ ତୁମକୁ ଶିଖାନ୍ତି କିପରି ଭଲ ପାଇବାକୁ ହୁଏ । ଯଦିଓ ତୁମେ ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତାରେ ଭରପୂର ହୋଇ ରହିଥାଅ, ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଏଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ, ତୁମେ ଯେପରି ଅଛ ସେହିପରି ଭାବେ ସେ ତୁମକୁ ଗ୍ରହଣ କରିଥା'ନ୍ତି, ତୁମେ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ନିଜକୁ ନିଃସଂକୋଚରେ ଖୋଲି ଦେଇପାର, ସେ ତୁମକୁ ବୁଝିବା ପାଇଁ, ତୁମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ରହିଛନ୍ତି । ସେ ରହି ନାହାନ୍ତି ତୁମକୁ ଗାଳି ଦେବା ପାଇଁ ବା ତୁମର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତାକୁ ଦେଖିବା ଲାଗି କିଂବା ତୁମକୁ ସମାଲୋଚନା କରିବା ଲାଗି । ଯଦି ତୁମେ ନିଜକୁ ସୁଧାରି ନ ପାର, ତେବେ ତୁମେ ତାଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ଅନାଅ, ସେ ତୁମ ପାଇଁ ଯାହା ଦରକାର ତାହା କରିଦେବେ ।'' (Collected works -V, p. 68 - 69)

ଆମକୁ ସରଳ ଶିଶୁ ପରି ହେବା ପାଇଁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜକୁ ସମର୍ପିତ ଅବସ୍ଥାରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ନିଜର ସମସ୍ତ ଅହଂକାରକୁ ଛାଡ଼ି ମା'ଙ୍କୁ ସବୁକିଛି ଦେଇଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହେବ ମା' ଆମ ଭିତରେ ରହି ଆମକୁ ପରିଚାଳନା କରୁଛନ୍ତି । ଅହଂକାର ବିଲୁପ୍ତ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମକୁ ସାଧନା ପାଇଁ ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚେଷ୍ଟା ଚାଲୁ ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରକୃତରେ ଅହଂକାରର ବିଲୁପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ଏହାର ରୂପାନ୍ତର ଘଟେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ତୁମ ଚେତନା ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ବିଶ୍ୱ ସହିତ ଏକ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏହି ବିଶ୍ୱ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ କେବଳ

ମା'ଙ୍କୁ ଦେଖେ ସେତେବେଳେ ତୁମର ଅହଂକାର ଆଉ ତିଷ୍ଠି ରହି ପାରିବ ନାହିଁ। ସେତେବେଳେ ତୁମର ସତ୍ୟ ସତ୍ତା ଯିଏକି ମା'ଙ୍କର ସନ୍ତାନ ଓ ତାଙ୍କର ଏକ ଅଂଶ ସେହିଁ କେବଳ ମା'ଙ୍କ କୋଳରେ ବାସ କରୁଥାଏ।''

ଏହିସବୁ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରଥମେ ଧ୍ୟାନରେ ହୋଇଥାଏ। ପରେ ଏହି ଚେତନାକୁ ସାଧାରଣ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ବଜାୟ ରଖାଯାଏ। ଏହାହିଁ ହେଲା ଧ୍ୟାନର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ। ଏପରି ଏକ ଅବସ୍ଥା ଆସେ ଯେତେବେଳେ ଆମକୁ ଆଉ ଧ୍ୟାନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ, ବରଂ ଧ୍ୟାନ ବନ୍ଦ କରିବାର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆମେ କେତେବେଳେ ଧ୍ୟାନ କରିବୁ ?

ଉତ୍ତର : ଜଣେ ସାଧକଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରରେ ମା କହିଥିଲେ, ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ସମୟରେ ଓ ଶୋଇ ଉଠିବା ସମୟରେ ଧ୍ୟାନ କରିପାର। ଆମ ଯୋଗର ଲକ୍ଷ୍ୟ ନୁହେଁ ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ଧ୍ୟାନ କରିବା। ଦିନକୁ ଥରେ ବା ଦୁଇ ଥର ଅଧଘଣ୍ଟା ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ କଲେ ତାହା ଯଥେଷ୍ଟ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଧ୍ୟାନର ସମୟ ନିଜେ ସ୍ଥିର କରିପାରେ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଧ୍ୟାନ ପାଇଁ କ'ଣ କିଛି ବିଶେଷ ବାତାବରଣ ଦରକାର ?

ଉତ୍ତର : ହଁ, ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ବିଶେଷ ବାତାବରଣର ଦରକାର ପଡ଼ିଥାଏ। କାରଣ ବିଶେଷ ବାତାବରଣରେ ମନ ଶୀଘ୍ର ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ। କୌଣସି ପବିତ୍ର, ନିର୍ମଳ ଶାନ୍ତ ସ୍ଥାନକୁ ଧ୍ୟାନ ପାଇଁ ବଛାଯାଇ ପାରେ। ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, ''ନିଜର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବାତାବରଣ ନିଜକୁ ତିଆରି କରିବାକୁ ପଡ଼େ।'' ତୁମେ ଯେଉଁ କୋଠରିରେ ବାସ କର ତା'ର ବାତାବରଣକୁ ଯଦି ଧୂପ, ପୁଷ୍ପ ଦେଇ ଏକ ମନ୍ଦିର ଭଳି କରିଦେଇ ପାର ତେବେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭଲ। ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଏକ ସ୍ଥାନରେ ବସି ଧ୍ୟାନ କଲେ ସେ ସ୍ଥାନ ପବିତ୍ର ହୋଇଯାଏ। ଆମ ଆଶ୍ରମରେ ଯେଉଁଠି ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସମାଧି ଅଛି – ଶୁଣାଯାଏ ସେଠାରେ ବହୁ ପୂର୍ବେ ଅଗସ୍ତ୍ୟ ମୁନି ତପସ୍ୟା କରୁଥିଲେ। ଯେଉଁ ଭକ୍ତମାନେ ବାବାଜି ମହାରାଜଙ୍କ ରୁମ୍‌କୁ ଯାଇଛନ୍ତି ସେମାନେ ଏହିପରି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବାତାବରଣର ଅନୁଭବ ନିଶ୍ଚୟ କରିଥିବେ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ପ୍ରାୟ ନିଦ ଲାଗେ। ଏଥିପାଇଁ କ'ଣ କରାଯିବ ?

ଉତ୍ତର : ''ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ଯାଉ ସେତେବେଳେ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ହେବା ପାଇଁ ଏକ ଚାପ ଆସେ, ବାହାର ଜାଗ୍ରତ୍ ଚେତନାକୁ ଛାଡ଼ି ଭିତରେ ଅନ୍ତରର ଗଭୀରରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହେବାକୁ ପଡ଼େ। ଆରମ୍ଭରେ ମନ ଏହାକୁ ନିଦ୍ରା ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ ଲାଗି ଏକ ଚାପ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରେ। କାରଣ ନିଦ୍ରା ହେଉଛି ଏକମାତ୍ର ଆନ୍ତର ଅବସ୍ଥା ଯାହା ସହ ମନ ଅଭ୍ୟସ୍ତ। ତେଣୁ ଯୋଗ ସାଧନାରେ ଧ୍ୟାନ କରିବା ସମୟରେ ନିଦ୍ରା ହେଉଛି ପ୍ରଥମ ବାଧା ଯାହା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଜଣେ ଯଦି ଲାଗି ରହିବ ତେବେ

ନିଦ୍ରା ପରିଣତ ହେବ ଏକ ଆନ୍ତର ସ୍ଥିତିରେ ।'' ସାଧାରଣତଃ ଶରୀରର ଥକ୍କା ଅବସ୍ଥାରେ, ବେଶୀ ଖାଇଲା ପରେ, ଦୁର୍ବଳ ଅବସ୍ଥାରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ ନିଦ ଆସିଯାଏ । ଧ୍ୟାନ ଆଗରୁ ଓ ପରେ ବହୁ ସମୟରେ ବିଶ୍ରାମ ବିଶେଷ ଫଳପ୍ରଦ ହୁଏ ।'' — ଶ୍ରୀମା

ପ୍ରଶ୍ନ : ସମବେତ ଧ୍ୟାନରେ ଆମେ କିପରି ଧ୍ୟାନ କରିବୁ ?

ଉତ୍ତର : ମା ଏହାର ଉତ୍ତରରେ କହୁଛନ୍ତି : — ''ଆଜିକାଲି ଏହିପରି ସମବେତ ଧ୍ୟାନ ବେଶୀ ବେଶୀ ହେବାକୁ ଲାଗିଲାଣି । ଏହିସବୁ ଧ୍ୟାନର ଯଥାର୍ଥ ବିନିଯୋଗ କରିବାର ଉପାୟ ହେଲା — ନିଜ ଅନ୍ତରକୁ ଚାଲିଯିବା, ଯେତେ ପାର ନିଜ ସତ୍ତାର ଚରମ ଗଭୀରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା, ଏବଂ ଏପରି ଏକ ସ୍ଥାନ ବାହାର କର ଯେଉଁଠି ତୁମେ ଏକ ଐକ୍ୟର ବାତାବରଣ ଅନୁଭବ କର, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କର, ଏପରିକି ତୁମେ ଏହାକୁ ତିଆରି କର, ଯେଉଁଠି ଏକ ସୁସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଓ ପରିଚାଳନାର ଶକ୍ତିକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁକୁ ତା'ର ଯଥା ସ୍ଥାନରେ ରଖି ଆଜିର ଏହି ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ପୃଥିବୀରୁ ଏକ ନୂତନ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଓ ସଙ୍ଗତିପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥିବୀ ଜନ୍ମ ଦେବାରେ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିଥାଅ ।'' ବାବାଜି ମହାରାଜ କହନ୍ତି ତୁମେ ସମବେତ ଧ୍ୟାନରେ କିଛି ଯଦି ନ କରିପାର କେବଳ ମା'ଙ୍କର ନାମ ଜପ କର — ଏହାଦ୍ୱାରା ସବୁକିଛିର ମଙ୍ଗଳ ହେବ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆଶ୍ରମର ପ୍ଲେ-ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ଧ୍ୟାନର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ କ'ଣ ?

ଉତ୍ତର : ପ୍ଲେ-ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ଧ୍ୟାନ ମା' ସ୍ୱୟଂ ପରିଚାଳନା କରୁଥିଲେ, ଏବେ ମଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମରେ କରୁଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି — ''ଏଠାରେ ପ୍ଲେ-ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ଧ୍ୟାନରେ (ମୋର) କାମ ହେଲା ଏଠାରେ ଯେଉଁମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥାଆନ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଐକ୍ୟବଦ୍ଧ କରେ, ସେମାନଙ୍କୁ ଖୋଲି ଧରେ ଏବଂ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତିକୁ ତାଙ୍କ ଭିତରକୁ ଅବତରଣ କରାଏ ।'' ଏବେ ବି ସାଧକମାନେ ମା'ଙ୍କର ଏହି ଉପସ୍ଥିତି ଓ ତାଙ୍କର କ୍ରିୟା ନିଜ ଭିତରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏହି ଧ୍ୟାନରେ ସାଧକକୁ କିଛି କରିବାକୁ ହୁଏ ନାହିଁ, କେବଳ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରି ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କ ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ହୁଏ । ରବିବାର ଓ ଗୁରୁବାର ସନ୍ଧ୍ୟା ୭-୪୫ ମିନିଟ୍‌ରେ ପ୍ଲେ-ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ଧ୍ୟାନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ, ଅଧଘଣ୍ଟା ପାଇଁ । ଯେଉଁମାନେ ଯେଉଁଠି ଥିଲେ ବି ଏହି ସମୟରେ ଧ୍ୟାନ କଲେ ପ୍ଲେ-ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ଧ୍ୟାନର ଅନୁଭୂତି ପାଇପାରିବେ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ମା'ଙ୍କର ମ୍ୟୁଜିକ୍ ସହିତ ଧ୍ୟାନ କରିବାର ବିଶେଷ ଲାଭ ଅଛି କି ?

ଉତ୍ତର : ହଁ । ମା' ତାଙ୍କ ମ୍ୟୁଜିକ୍ ସହିତ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଜଗତର ଚେତନାର କମ୍ପନକୁ ଏହି ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି । ଆମେ ଯଦି ଏହି ମ୍ୟୁଜିକ୍ ପ୍ରତି ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରୁ ତେବେ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ଅପାର୍ଥିବ ଆନନ୍ଦର କମ୍ପନ ଅନୁଭବ କରୁ । ଭାଗବତ ଚେତନା ଆମ ଭିତରେ ତରଙ୍ଗାୟିତ ହୁଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବିଶେଷ ଲାଭ

ହୋଇଥାଏ ଶରୀର-ଚେତନାର । ଯେଉଁମାନଙ୍କର କିଛିଟା ଶରୀର-ଚେତନା ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇଛି ସେମାନେ ଏହି ମ୍ୟୁଜିକ୍ ସହିତ ନିଜ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ଏକୀଭୂତ କରିପାରିଲେ ସେମାନେ ଅନୁଭବ କରିବେ ଏହି ଶରୀରରୁହିଁ ମ୍ୟୁଜିକ୍‌ର ଶବ୍ଦ ନିସୃତ ହେଉଛି । ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷ ଆନନ୍ଦ ଓ ଶାନ୍ତିର ଏକ ସୁମଧୁର କମ୍ପନ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ମା'ଙ୍କ ଛବିକୁ ହୃଦୟରେ ଦେଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଦ୍ୱାରା କ'ଣ ଆମର ପ୍ରକୃତ ଧ୍ୟାନ ହୋଇଥାଏ ।

ଉତ୍ତର : ହଁ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି — ''ଏହି ଯୋଗରେ ଅନ୍ତରରେ ଏକାଗ୍ର ହେବା ଛଡ଼ା ଆଉ କୌଣସି ଉପାୟ ନାହିଁ । ଏଠାରେ ରହି ମା'ଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି ଓ ଶକ୍ତିକୁ ଆବାହନ କରାଯାଏ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ଘଟିଥାଏ । ଜଣେ ହୃଦୟ ଛଡ଼ା ମସ୍ତିଷ୍କ ବା ଦୁଇ ଆଖିର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳ (ଆଜ୍ଞା ଚକ୍ର)ରେ ଏକାଗ୍ର ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଏହାଦ୍ୱାରା ନିଜକୁ ଖୋଲିବା ଖୁବ୍ କଠିନ କାମ ।''

ହୃଦୟରେ ଏକାଗ୍ର ହେବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ମା'ଙ୍କର ଛବିକୁ କଳ୍ପନା କରାଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଛବି ଆମେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଦେଖି ପାରିବୁ ନାହିଁ । କାରଣ ମା' ସ୍ୱୟଂ କେବଳ ଏକ ଫଟୋ ନୁହନ୍ତି । ସେ ହେଲେ ଆନନ୍ଦମୟୀ, ଚୈତନ୍ୟମୟୀ ଓ ସତ୍ୟମୟୀ । ଅତଏବ ତାଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି ଅର୍ଥ ତାଙ୍କର ଶକ୍ତି, ଚେତନା, ଶାନ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି । ମା'ଙ୍କର ଛବି ଆମ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅପସରି ଗଲାପରେ ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ଦେଖ — ମା' ଆମ ଭିତରେ କ'ଣ କରୁଛନ୍ତି ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଯଦି କେବଳ ନାମ ଜପ କରାଯାଏ ତାହା କ'ଣ ପ୍ରକୃତ ଧ୍ୟାନ ହୋଇଥାଏ ।

ଉତ୍ତର : ଯଦି ନାମ ଜପ କେବଳ ଯାନ୍ତ୍ରିକଭାବେ କରାଯାଏ ତେବେ ତାହାଦ୍ୱାରା କୌଣସି ଧ୍ୟାନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଧ୍ୟାନର ଆରମ୍ଭରେ ପ୍ରଥମେ ଏହି ନାମ ଜପକୁ ଆମର ଯାନ୍ତ୍ରିକ ମନକୁ କରିବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦେଇପାରୁ । ପରେ ଯେତେବେଳେ ଆମର ସମସ୍ତ ଚେତନା ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ମା'ଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି ଅନୁଭବ କରେ ଓ ତାଙ୍କର କ୍ରିୟା ଆମ ଭିତରେ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ହୁଏତ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ମନ ମଧ୍ୟ ନୀରବ ହୋଇ ମନ୍ତ୍ର ଜପ ବନ୍ଦ କରିଦେବ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆମେ ସାଂସାରିକ ମଣିଷ । ଆମ ପରିବାରର ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ଆମର ଅନେକ ସମସ୍ୟା ରହିଛି । ଏହିସବୁ ସମସ୍ୟାର ଚିନ୍ତାକୁ ମନରୁ ଦୂର କରିବା ଅସମ୍ଭବ ମନେ ହୁଏ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରି କିପରି ଧ୍ୟାନ କରିବୁ ?

ଉତ୍ତର : ଏକଥା ତୁମେ ଭାବ ନାହିଁ ଯେ ଜଣେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗୀଠାରୁ ତୁମ ସମସ୍ୟା ଅଧିକ ବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ତୁମେ କେବଳ ତୁମର ଗୋଟିଏ ପରିବାରର ସମସ୍ୟା

ସମାଧାନ କରିବାକୁ ଯାଇଥାଅ, କିନ୍ତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗୀ ସାରା ପୃଥିବୀର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ । ଅତଏବ ତୁମେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗର ପ୍ରକୃତ ପଥ ଅବଲମ୍ବନ କର, ତେବେ ତୁମେ ପ୍ରକୃତ ଧ୍ୟାନ କରିପାରିବ ଓ ତୁମର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ସମାଧାନ କରି ପାରିବ । ବାବାଜି ମହାରାଜଙ୍କ ଲୋକ-ସାହିତ୍ୟ ପଢ଼ । ସେ ସରଳ ଭାବେ ବୁଝାଇଛନ୍ତି ପାରିବାରିକ ବ୍ୟକ୍ତି କିପରି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ କରିପାରିବ । ସେ କହନ୍ତି : ''ତୁମ ପରିବାର, ତୁମ ଧନ ସମ୍ପତ୍ତି, ତୁମର ପିଲାପିଲି ସବୁକିଛି ମା'ଙ୍କର । ତୁମେ କେବଳ ମା'ଙ୍କର ଟ୍ରଷ୍ଟି (ପ୍ରତିନିଧି) ଭାବରେ ଏସବୁର ଦେଖାଶୁଣା କରୁଛ । ସବୁକିଛିକୁ ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରି ସର୍ବଦା ମା' – ଏହି ନାମ ସ୍ମରଣ କରି ତୁମ ସମସ୍ୟାକୁ ମା'ଙ୍କୁ ଛାଡ଼ିଦିଅ । ସେ ତୁମ ପାଇଁ ଯାହା ସବୁଠାରୁ ଭଲ ତାହାହିଁ କରିବେ । ମା'ଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦ ସହ ।''

ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଗଠନ

''ତୁମର ଗଭୀର ଚେତନାରେ ଥିବା ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତା ହେଲା ତୁମ ଭିତରେ ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର । ଏହାହିଁ ହେଲା ତୁମ ସତ୍ତାର କେନ୍ଦ୍ର ବିନ୍ଦୁ ଯାହା ଚାରିପାଖରେ ତୁମ ସତ୍ତାର ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବା ଅନ୍ୟ ଅଂଶଗୁଡ଼ିକ ଏବଂ ତୁମ ବିପରୀତଗାମୀ ଗତିବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଏକୀଭୂତ ହେବା ଉଚିତ ।''

– ଶ୍ରୀମା

ଆମର ବାହ୍ୟ ଚେତନା (ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀର)କୁ ନିଜ ଚାରି ପାଖରେ ଏକତ୍ରିତ କରିବା ପାଇଁ ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତା ବାରବାର ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରେ ଓ ନିଜକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ସଚେତନ ରୂପେ ଗଢ଼ିତୋଳେ । ଏହି ଚୈତ୍ୟ- ସତ୍ତାହିଁ ଆମ ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥର ଦିଶାରୀ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷ ଗଠନରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରତିନିଧି । ଏପରିକି ଏହି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାହିଁ ଆମ ଭିତରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ସାଧନ କରି ଏବଂ ବାହ୍ୟ ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର କରି ଶେଷରେ ଦିବ୍ୟ ରୂପାନ୍ତରିତ ମାନବରେ ପରିଣତ ହେବ – ସ୍ଥୂଳ ଭାବରେ । ମା' ଏକଥା ଉପଲବ୍ଧି କରି ଯାଇଛନ୍ତି । ୧୯୭୦ ମସିହା ଜୁଲାଇ ପହିଲାରେ ମା'ଙ୍କର ଏହି ଉପଲବ୍ଧି ହୋଇଥିଲା । ସେ ଦେଖିଲେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ତା'ର ଆକାର ଶରୀରଠାରୁ ମଧ୍ୟ ବଡ଼ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏବଂ ଏହି ସତ୍ତାର କୌଣସି ଲିଙ୍ଗ ନ ଥିଲା । ସେ ପୁରୁଷ ନୁହେଁ ବା ସ୍ତ୍ରୀ ନୁହେଁ । ଏହାର ରଙ୍ଗ ଥିଲା କମଳା ରଙ୍ଗର । ମଥା ଉପରେ ବାଳ ଥିଲା କିନ୍ତୁ ଆମ ବାଳଠାରୁ କିଛି ତଫାତ୍ । ମା' ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ତାଙ୍କର ଖୋଲା ଆଖିରେ ଦେଖି ପାରିଥିଲେ । ତେଣୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସୀମା ଭିତରେ ଆବଦ୍ଧ ନୁହେଁ ।

ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥୂଳ ଅଂଶ ନୁହେଁ । ଶରୀରକୁ କଟାକଟି କରି ତା' ଭିତରୁ ଆମେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାକୁ ପାଇବୁ ନାହିଁ । ମା' କହୁଛନ୍ତି – ''ଏହା ହେଲା ମଣିଷ ଭିତରର ଚତୁର୍ଥ ପରିସର (4th dimension) ।'' ''ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାହିଁ କେବଳ ଅମର । ତେଣୁ ଦିନେ ଏହାରି ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅମରତ୍ୱର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ହେବ ।''

ଏହି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ଉତ୍ପତ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ଗଠନ କିପରି ହୁଏ – ଏ ବିଷୟରେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଶ୍ରୀମା ଥରେ ତାଙ୍କ ସାନ୍ଧ୍ୟ କ୍ଲାସ୍‌ରେ ଏହି ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କର କଥା କହୁଥିଲେ । ଆମେ ମରିଗଲା ପରେ ମଧ୍ୟ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ଜୀବିତ ରହି ଚୈତ୍ୟ ରାଜ୍ୟରେ ବିଶ୍ରାମ ନିଅନ୍ତି ଓ ପୁଣି ଅନ୍ୟ ଏକ ଶରୀର ମାଧ୍ୟମରେ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ନିଅନ୍ତି । ଏହା ହେଲା ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କର ଜୀବନ ଯାତ୍ରା । ଯେପରି ଗୀତାରେ କୁହା ହୋଇଛି ଆମର ବସ୍ତ୍ର ପୁରୁଣା ହୋଇଗଲେ ତାକୁ ଫୋପାଡ଼ି ଦେଇ ଏକ ନୂତନ ବସ୍ତ୍ର ଆମେ ପରିଧାନ କରୁ – ସେହିପରି ଆତ୍ମା (ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ) ପୁରୁଣା ବୃଦ୍ଧ ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ି ପୁଣି ଏକ ନୂତନ ଶରୀର ଧାରଣ କରେ । ଥରେ ଜଣେ ଭଦ୍ର ମହିଳା ଆଶ୍ରମକୁ ଆସିଥିଲେ, ସେ ଆତ୍ମା ବିଷୟରେ କହୁଥିଲେ, ମା ତାଙ୍କରି କଥୋପକଥନକୁ କ୍ଲାସରେ କହୁଥିଲେ । ଆମ ପିଲାଙ୍କ ଭିତରୁ ଜଣେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ କଲା – ଆଚ୍ଛା, ଯଦି ସବୁ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପୁଣି ଫେରିଆସନ୍ତି ଏକ ଏକ ନୂତନ ଶରୀର ନିଅନ୍ତି ତେବେ ଯେତେବେଳେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଲୋକ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହି ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାର ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ କେଉଁଠାରୁ ଆସନ୍ତି ? ବର୍ଷକୁ ବର୍ଷ ପୃଥିବୀରେ ଲୋକ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ି ଚାଲିଛି । ଏହି ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାର ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ କ'ଣ ସୃଷ୍ଟିର ଆରମ୍ଭରୁ ମହଜୁତ ଥିଲେ, ଏବଂ ଜନ୍ମ ନେବା ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରୁଥିଲେ ? ସେତେବେଳେ କ'ଣ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂଖ୍ୟାର ଆତ୍ମା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲେ ? ସେମାନଙ୍କୁ କ'ଣ ଗଣାଯାଇ ପାରେ ? ସେ କହିଲେ 'ହଁ' । ପୁଣି ଶିଶୁଟି ପଚାରିଲା ଏହି ସଂଖ୍ୟା କେତେ ? ସେ ଉତ୍ତର ଦେଲେ 'କେବଳ ଗୋଟିଏ' । ତାଙ୍କର ଏହି ଉତ୍ତର ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରହେଳିକା ପରି ମନେ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଏହାହିଁ ସତ୍ୟ ।

ଆମେ ଯଦି ଏ ସୃଷ୍ଟିର ରହସ୍ୟକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ବୁଝିଥାଉଁ ତାଙ୍କର ଏହି ଉତ୍ତରଟି ପ୍ରହେଳିକା ଭଳି ମନେ ହେବ ନାହିଁ । ଅତି ସରଳ ଭାବରେ ବୁଝିଲେ ଏହି ସାରା ସୃଷ୍ଟି କେବଳ ଏକ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଛି । 'ଏକୋଽହଂ ବହୁଷ୍ୟାମ୍' । ମୁଁ ବହୁ ହେବି । ଭଗବାନଙ୍କର ଏହି ଇଚ୍ଛାରୁହିଁ ସୃଷ୍ଟି ରଚନା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଭଗବାନ୍ କିପରି ଏକରୁ ବହୁ ହେଲେ ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା ଗଳ୍ପ ଛଳରେ (MCW - 5, p. 372)ରେ ବୁଝାଇ କହିଛନ୍ତି । ଦିନେ ଭଗବାନ୍ ନିଜକୁ ବହୁରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ଅଦିତିଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଚାରି

ମହାଶକ୍ତିଙ୍କୁ ନିଜ ଭିତରୁ ଜନ୍ମ ଦେଲେ । ଏହି ଚାରି ଶକ୍ତି ହେଲେ – ଚେତନା, ପ୍ରେମ ବା ଆନନ୍ଦ, ସତ୍ୟ ଓ ଜୀବନ । ମୂଳରୁ ଏମାନେ ଖୁବ୍ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ସଚେତନ ଓ ଭଗବାନଙ୍କ ଚେତନା ପରି ଅବିକୃତ ଥିଲେ । ଭଗବାନ୍ ଏମାନଙ୍କ ହାତରେ ସୃଷ୍ଟି ରଚନାର ଭାର ଦେଇ ସେମାନଙ୍କୁ ମୁକ୍ତ ଭାବରେ ଛାଡ଼ି ଦେଲେ । ଏମାନେ ନିଜ ସ୍ୱାଧୀନତାର ଅପବ୍ୟବହାର କରି ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାରୀ ହୋଇଗଲେ ଓ ମୂଳ ତତ୍ତ୍ୱର ଓଲଟା ହୋଇଗଲେ । ଚେତନା ହେଲା ନିଶ୍ଚେତନା, ପ୍ରେମ ଓ ଆନନ୍ଦ ହେଲେ ଘୃଣା, ଦୁଃଖ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ସତ୍ୟ ହେଲା ମିଥ୍ୟା, ଜୀବନ ହେଲା ମୃତ୍ୟୁ । ଏହି ଚାରି ସତ୍ତା ନିଜର ମୂଳ ଗୁଣର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିପରୀତରେ ପରିଣତ ହେଲେ । ଏବଂ ତାଙ୍କର ମୂଳ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନତା ହରାଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଶ୍ଚେତନାରେ ପରିଣତ ହୋଇ ନିଜକୁ ଅର୍ଥାତ୍ ନିଜ ଉତ୍ସକୁ ଭୁଲିଗଲେ । ଏହା ହେଲା ଭଗବାନଙ୍କର ପ୍ରଥମ ସୃଷ୍ଟି – ଯାହା ବିଫଳତାରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହେଲା । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏହି ଚାରି ସତ୍ତାଙ୍କର ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ ମାତୃ-ଚେତନା ପୁଣି ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗକୁ ଅନାଇ ଏହି ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରତିକାରର ଉପାୟ ଆଶା କଲେ । ଏଥର ଭଗବାନ୍ କହିଲେ ପୁଣି ଚେଷ୍ଟା କର । ଏଥର କିନ୍ତୁ କିଛିକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିଅ ନାହିଁ । ସେମାନେ ତୁମ ସହିତ ସର୍ବଦା ସମ୍ପର୍କିତ ହୋଇ ରହିବେ । ଏବଂ ତୁମ ମଧ୍ୟଦେଇ ଓ ମୋ ସହିତ ଏ ସୃଷ୍ଟିକୁ ରଚନା କର । ଏଥର ସ୍ୱୟଂ ମା' ନିଜ ଭିତରୁ ସମସ୍ତ ଦେବାଦେବୀଙ୍କୁ ରଚନା କରି ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶରେ ନିଜକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କଲେ । ଏପରକି ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଥିବା ନିଶ୍ଚେତନା ମଧ୍ୟରେ ତାଙ୍କର ପଞ୍ଚମ ଶକ୍ତି ଦିବ୍ୟ କୃପାକୁ ପ୍ରବିଷ୍ଟ କରାଇଲେ । ଏହି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୃଷ୍ଟି ରଚନାକୁ କୁହାଯାଏ ଚେତନାର ନିବର୍ତ୍ତନ ଅର୍ଥାତ୍ ଅବତରଣ ।

ପରେ ନିଶ୍ଚେତନା ଦିବ୍ୟ କୃପାର ସ୍ପର୍ଶ ପାଇ ତା'ର ନିଦ୍ରା ଭଙ୍ଗ ହେଲା ଓ ତା'ର ଉତ୍ସକୁ ଫେରି ଯିବାକୁ ଚାହିଁଲା । ନିଶ୍ଚେତନାର ଏହି ପ୍ରଥମ ଆସ୍ପୃହାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ପ୍ରଥମେ ଜଡ଼ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା । ତା'ପରେ କ୍ରମେ କ୍ରମେ ଜଡ଼ରୁ ଜଳରେ ଜୀବ, ବୃକ୍ଷ-ଲତା, ପଶୁ-ପକ୍ଷୀ, ମଣିଷ ଆଦି ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ । ସୃଷ୍ଟିର ଏହି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଆରୋହଣକୁ ବିବର୍ତ୍ତନ କୁହାଯାଏ । ଅତଏବ ଏହି ସୃଷ୍ଟି ପଶ୍ଚାତରେ ଦୁଇଟି କ୍ରିୟା ନିହିତ ରହିଛି । ନିବର୍ତ୍ତନ ଓ ବିବର୍ତ୍ତନ । ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ଓ ମାତୃଶକ୍ତି ରହିଛନ୍ତି । ଏହିପରି ଭାବରେ ଭଗବାନ୍ ବହୁ ହୋଇ ପାରିଲେ । ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ସ୍ଫୁଲିଙ୍ଗ ଗଛ-ପତ୍ର, ଜୀବ-ଜନ୍ତୁ, ଏପରିକି ଅଣୁ-ପରମାଣୁରେ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଭଗବାନ୍ ସର୍ବତ୍ର ରହିଛନ୍ତି । ଜଣେ ଇଂରେଜ ଲେଖକ ଭଗବାନଙ୍କ ରୂପ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାକୁ ଯାଇ କହୁଛନ୍ତି – ''God is a circle whose centre is everywhere but its circumference is nowhere''. ''ଭଗବାନ୍ ଏକ ବୃତ୍ତ ଯାହାର କେନ୍ଦ୍ର ଚାରିଆଡ଼େ ରହିଛି କିନ୍ତୁ ତା'ର ପରିଧି କେଉଁଠି ନାହିଁ ।'' ଅର୍ଥାତ୍ ଭଗବାନ୍ ସୀମା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲେ ବି ଅସୀମ ।

ଏହି ଯେ ଆମେ ଭଗବତ୍ ସ୍ଫୁଲିଙ୍ଗର କଥା କହିଲୁ; ଏହାହିଁ ହେଲା ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ଗଠନର ମୂଳ ଉପାଦାନ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଣୁ ପରମାଣୁରୁ ମଧ୍ୟ ଚୈତ୍ୟ ଉତ୍ପତ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏଥର ଆମେ ମା'ଙ୍କର ଉତ୍ତର ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ବୁଝିଗଲୁ । ଏଥର ବୁଝିବା ଏହି ଭଗବତ୍ ସ୍ଫୁଲିଙ୍ଗ ବା ଝଲକରୁ କିପରି ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷ ଗଠିତ ହୁଅନ୍ତି । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଗତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ଅପେକ୍ଷା ଚୈତ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତି ବୋଲି କହିବା ବେଶୀ ଠିକ୍ ହେବ । ଏହି ଚୈତ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତି ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ବିବର୍ତ୍ତନର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବ ଭିତରେ ଏହି ଉପସ୍ଥିତି ରହିଛି କିନ୍ତୁ ଏହାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହା ଏପରି କିଛି ଯାହା ବିକାଶ ସାଧନ କରିପାରେ ଓ ବିବର୍ତ୍ତନର ଧାରାକୁ ଅନୁସରଣ କରିପାରେ । ଏହା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଅବତରିତ ଏକ ବିବର୍ତ୍ତନ ନୁହେଁ । ଏହା ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ଝଲକ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ କ୍ରମ- ଉନ୍ନତିର ଧାରାରେ ନିଜକୁ ଗଠନ କରିଥାଏ, ଯାହା ବିକାଶଶୀଳ ଜୀବର କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଥାଏ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ପରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଏହି ଭଗବତ୍ ଝଲକଟି ହେଲା ଚିରସ୍ଥାୟୀ ଏବଂ ନିଜ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ ଏକତ୍ରିତ କରି ଥାଏ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଗଠନ ପାଇଁ; ଶାଶ୍ୱତ ଭଗବତ୍ ଝଲକର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଯେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ଓ ପୂରାପୂରି ଗଠିତ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଯଥାର୍ଥ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ରୂପ ନେଇଥାଏ ।''

''ମଣିଷଠାରୁ ନିମ୍ନତର ଜୀବ ଜନ୍ତୁଙ୍କ ଭିତରେ ପ୍ରାୟ ଚୈତ୍ୟ ଚେତନାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ ହୋଇ ନ ଥାଏ – ଏ ସବୁଥିରେ ଅତି ବେଶୀରେ ଏକ ଚୈତ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତିହିଁ ରହିଥାଏ ।'' (MCW - 3, p. 150)

ଶ୍ରୀମା କହିଲେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ବିବର୍ତ୍ତନ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଅବତରଣ କରେ ନାହିଁ । ଏହା କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନର ଅଗ୍ରଗତି ଅନୁସାରେ ବିଭିନ୍ନ ଜୀବ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ବିକାଶ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ଏବଂ ଶେଷରେ ମଣିଷ ଶରୀରରେହିଁ ଏହାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନର ଏକ ଫଳ । ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଯେଉଁ ସୃଷ୍ଟି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ଅର୍ଥାତ୍ ନିଶ୍ଚେତନାରେ ଯେତେବେଳେ ଭଗବତ୍ କୃପା ରୂପକ ବୀଜ ବପନ କରାଗଲା ଏଥିରୁ ଏହି ସୃଷ୍ଟି ରୂପକ ବୃକ୍ଷ ବଢ଼ି ଉଠିଲା । ଏହି ବୃକ୍ଷ ଶାଖା ପ୍ରଶାଖା ବିସ୍ତାର କରି, କୋଟି କୋଟି ଜୀବ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ଶେଷରେ ଏହି ବୃକ୍ଷର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି । ଏହାହିଁ ମଣିଷର ସୌଭାଗ୍ୟ । ସେ ଭଗବାନଙ୍କ ସିଧା ସଳଖ ପ୍ରତିନିଧି । ଏହି ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷହିଁ ମଣିଷକୁ ପଥ ଦେଖାଇ ନେଇ ଯିବ ତା'ର ମହାନ୍ ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ।

''ଏକ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଧିକାଂଶ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷର

ବିକାଶ କାମ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଏହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟକ୍ତି ସତ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ବା ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ସତ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୋଇ ନ ଥାଏ ଓ ନିଜ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଆସି ନ ଥାଏ, ତାକୁ ବାର ବାର ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ନିଜକୁ ଗଠନ କରିବା ଲାଗି ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ହେବା ଲାଗି ।'' (MCW - 5, p. 203, 5, Aug-1953)

ଗୁରୁଙ୍କ କୃପା ଫଳରେ ବା ତାଙ୍କର ସ୍ପର୍ଶ ଫଳରେ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ଶୀଘ୍ର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଲାଭ କରି ଥାଆନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ଜାଗରଣ ହୋଇଥାଏ । ଉଚ୍ଚତର ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହେଲେ (ସତ୍‌ସଙ୍ଗ) ମଧ୍ୟ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ବିକାଶ କ୍ଷିପ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ପଶୁମାନେ ଯେତେବେଳେ ମଣିଷର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହୁଅନ୍ତି ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ଚୈତ୍ୟ ବିକାଶ ଘଟିଥାଏ । ମା' କହିଛନ୍ତି : ''ଏହା କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ଯେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ଭିତରେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ରହିଛି, ସେହିପରି ଜଣେ ଅମାନ୍ୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ ଯେ ଏହା କୌଣସି ପଶୁ ଭିତରେ ନାହିଁ । ବହୁ ପଶୁ, ଯେଉଁମାନେ ମଣିଷ ପାଖରେ ବାସ କରନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏକ ଚୈତ୍ୟ ଚେତନାର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଥାଏ, ସେହିପରି ଆମେ ବହୁ ସମୟରେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସୁ ଯେଉଁମାନେ କି ପଶୁ ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ନୁହନ୍ତି ।''

ଆମେ ଜାଣୁ ମା'ଙ୍କର ବିରାଡ଼ି କିପରି ମଣିଷ ହୋଇ ଏହି ଆଶ୍ରମକୁ ଆସିଥିଲା । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଡାଇନିଂ ରୁମ୍‌ରେ କାମ କରୁଥିଲେ ସେ ପ୍ରାୟହିଁ ଦୁଧ ଓ କଦଳୀ ଚୋରି କରି ଖାଉଥିଲେ । ଏବିଷୟରେ ଯେତେବେଳେ ମା'ଙ୍କୁ କୁହାଗଲା ମା' କହିଲେ ''ତା'ଠାରୁ ତୁମେ ଆଉ କ'ଣ ଆଶା କର ? ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ ସେ ମୋର ବିରାଡ଼ି ଥିଲା ।'' ଅବଶ୍ୟ ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଶ୍ରମରେ ବେଶୀ ଦିନ ରହି ପାରିଲେ ନାହିଁ । ଏହା ସମ୍ଭବ ମଧ୍ୟ ନୁହେଁ, ଚୈତ୍ୟ-ଚେତନା ବହୁ ଜନ୍ମର ଉପଲବ୍ଧି ନେବା ପରେ ଭଗବତ୍ ମାର୍ଗରେ ଆସିବା ସମ୍ଭବପର ।

ଚୈତ୍ୟ ଜଗତ୍ ଓ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''... ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଆମ ଭିତରେ ଏପରି ଏକ ଅଂଶ ଯାହାକି ସିଧା ଭଗବତ୍ ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ; ବିରୋଧିଶକ୍ତିମାନେ ଏହା ଉପରେ ତାଙ୍କର ପରୋକ୍ଷ କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଚୈତ୍ୟଜଗତ୍ ହେଲା ଏକ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟର ଜଗତ୍; ସେଠାରେ ସବୁ କିଛି ଆଲୋକରୁ ଅଧିକ ଆଲୋକ ଓ ବିକାଶରୁ ଅଧିକ ବିକାଶ ଦିଗକୁ ଅଗ୍ରସର ହୁଏ । ଏହା ହେଲା ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ଆସ୍ଥାନ, ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ ଏହା ହେଲା ଭଗବତ୍ ସତ୍ତା ।

''ଏହା ଆମ ଆନ୍ତର ଜୀବନକୁ ତିଆରି କରେ, ଏହା ଆମର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତିରେ ଭଗବତ୍ ଇଚ୍ଛାର ଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ବିଧାନକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିଥାଏ ।''

ପ୍ରଶ୍ନ : ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ଭିତରେ କ'ଣ ଏକ ନା ଭିନ୍ନ ?

ଉତ୍ତର : ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କର୍ମ ରହିଛି । ସେ ଏହି କର୍ମ କରିବା ପାଇଁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହି କାମ ଅନ୍ୟ କେହି ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ କରି ପାରିବେ ନାହିଁ । ଯୁଦ୍ଧ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେପରି ସୈନିକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ଶ୍ରେଣୀରେ ବିଭକ୍ତ ହୋଇ ବିଭିନ୍ନ formation ନେଇ ଯୁଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି, ସେହିପରି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାମାନେ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କର ଏହି ମହାନ୍ ରୂପାନ୍ତର କାମ ପାଇଁ ତାଙ୍କ ନିଜ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହି ଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଗୁଣ ଧର୍ମ ଅଲଗା ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ସାଧାରଣ (common) ଲକ୍ଷ୍ୟ କ'ଣ ?

ଉତ୍ତର : ଯେଉଁ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ନିଜକୁ ଜଡ଼ରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ କଲେ ଏହି ଜଡ଼କୁ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ସଚେତନ କରି ପୁଣି ଭଗବାନରେ ପରିଣତ କରନ୍ତି ।''

— ଶ୍ରୀମା

ଏହି ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କର ଏହାହିଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ । କିନ୍ତୁ କେହି କେହି ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ନିଜକୁ ପୁଣି ପରମରେ ମିଳାଇ ଦେବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ଆସନ୍ତି । ଯଥା ବୁଦ୍ଧ ଓ ଶଙ୍କରଙ୍କ ପଥ । ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ମାୟା ମିଥ୍ୟା ବୋଲି କହି ନିଜକୁ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ବାଣ କିଂବା ମୁକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ନିଜକୁ ହରାଇ ଦିଅନ୍ତି । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର ପ୍ରଥମ ପ୍ରଶ୍ନ ଥିଲା : ଯଦି ଏହି ପୃଥିବୀ ମାୟା, ମିଥ୍ୟା ଓ ସ୍ୱପ୍ନ; ତେବେ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ହେବା କ'ଣ ଦରକାର ? ଯଦି ସମସ୍ତ ଆତ୍ମା ପରମାତ୍ମାରେ ଲୀନ ହୋଇଯିବେ ତେବେ ଏହି ଅଧୁରା ବିକଶିତ ପୃଥିବୀର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ରଚନା କିଏ କରିବ ? ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନହିଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ, ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ । ଅତଏବ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗରେ ଭାଗ ନେଇଥିବା ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା : ପୃଥିବୀର ପରିବର୍ତ୍ତନ, ବ୍ୟକ୍ତିର ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର ଓ ଶେଷରେ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅତିମାନସ ସତ୍ତାକୁ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରାଇବା ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜନ୍ମରେ କ'ଣ ଏକ ବିଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ ବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥାଏ ? ସେମାନେ କ'ଣ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜନ୍ମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିପାରନ୍ତି ?

ଉତ୍ତର : ସବୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ଏହି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ନ ଥାଏ । ଯେଉଁ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷମାନେ ସଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରସ୍ତୁତି କାମ ଏବେ ବି ଚାଲିଛି, ସେମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଏହି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଗଠନ କରି ସାରିଥାଆନ୍ତି, ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଏପରି ଏକ ଚେତନାର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ ଯାହାଫଳରେ ସେମାନେ ବାଛିବା କାମ କରି ପାରନ୍ତି । ଏପରିକି ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ପୂର୍ବ ଶରୀରରେ ଥାଆନ୍ତି ସେମାନେ ଠିକ୍ କରି ନିଅନ୍ତି ପର ଜନ୍ମରେ ସେ କ'ଣ ଅନୁଭୂତି ନେବେ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଲୋକେ କହନ୍ତି ପୂର୍ବ ଜନ୍ମର ଦୁଷ୍କୃତି ଯୋଗୁଁ ଏ ଜନ୍ମରେ ଆମେ ଦୁଃଖ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ରୋଗ ଆଦିର କଷ୍ଟ ଭୋଗକରୁ । ଏହା କ'ଣ ସତ ?

ଉତ୍ତର : ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ ମନ୍ଦ କର୍ମ କରିଥିବାରୁ ଏଜନ୍ମରେ ଏହି ସବୁ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ଦେଇ ଭଗବାନ୍ ଆମକୁ ଦଣ୍ଡ ଦେଉଛନ୍ତି – ଏ କଥା ସବୁବେଳେ ସତ୍ୟ ନୁହେଁ । ମା'ଙ୍କ ମତରେ ବେଳେବେଳେ ''ଦଣ୍ଡ ଓ ପୁରସ୍କାରର ଧାରଣାକୁ ମଣିଷ ଯେପରି ବୁଝିଥାଏ ତାହା ଏକ ବାଜେ କଥା... ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ମୁଁ ଲୋକଙ୍କୁ କହିଥାଏ, ତୁମେ କ'ଣ ଦେଖିପାରୁ ନାହଁ ଏହା (ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ) ତୁମ ପାଇଁ ଆଶୀର୍ବାଦ, ଏକ କୃପା ! ଏବଂ ବୋଧହୁଏ ଏହା ତୁମେ ତୁମର ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ ଚାହିଁଥିଲ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ବେଶୀ ଅଗ୍ରଗତି କରିପାରିବ ।'' ବାସ୍ତବରେ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ କୌଣସି କର୍ମ ଫଳରେ ବନ୍ଧା ନୁହନ୍ତି । ସେ କର୍ମର, ଘଟଣାର ଅନୁଭୂତି ନିଅନ୍ତି ସତ, କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର କୌଣସି କାମନା-ବାସନା ନ ଥିବାରୁ ସେ କର୍ମଫଳରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତ । ସୁଖ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଯେପରି ଦୁଃଖ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି । ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ହେଲା ସଂସାରର ବସ୍ତୁ । ଏସବୁ ଆମ ଜୀବନରେ ଆସିଥାଏ ପ୍ରକୃତି ଦ୍ୱାରା, ଆମର ବାହ୍ୟ ଚେତନାର କ୍ରିୟା ଓ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା, ପରିବେଶ ଦ୍ୱାରା, ବିରୋଧିଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା, ଇତ୍ୟାଦି ଇତ୍ୟାଦି । ଗୁଡ଼ାଏ ଖାଇଲେ ବଦହଜମ ହେବ ଓ ତୁମେ କଷ୍ଟ ପାଇବ । କାର୍ଯ୍ୟ କାରଣ ଯୋଗୁହିଁ ଆମେ ଆମ କର୍ମଫଳ ଏହି ଜନ୍ମରେ ଭୋଗ କରିଥାଉ । ଏହା ପୂର୍ବ ଜନ୍ମର କର୍ମଫଳ ନୁହେଁ । ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ, ରୋଗ ବିପଦ ଆପଦ ଏସବୁକୁ କିପରି ରୂପାନ୍ତର କରାଯିବ ଓ ଏହାରି ମଧ୍ୟରେ ଭଗବାନଙ୍କର ଅଧିକ ନିକଟତର ହେବାକୁ ଶିଖିବା ପାଇଁ ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ଜାଣିଶୁଣି ଏସବୁକୁ ବେଳେବେଳେ ବରଣ କରନ୍ତି । ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ସବୁବେଳେ ପୂର୍ବଜନ୍ମର କର୍ମଫଳ ଯୋଗୁଁ ଘଟି ନ ଥାଏ ।

''ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ହେଲା ତୁମ ଭିତରେ ଯଥାର୍ଥ ଓ ଦିବ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଟିର ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ । ତୁମର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହେଲା, ତୁମର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଢଙ୍ଗ ଏବଂ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ହେଲା ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଦିଗ ଯାହା ତୁମ ଭିତରେ ରୂପ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ।''

– ଶ୍ରୀମା

''କେତେକ ବିରଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ରୂପାନ୍ତର ନିମନ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଲାଗି, ନୂତନ ଶକ୍ତିକୁ ଆବାହନ କରିବା ଲାଗି, ଜଡ଼କୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିବା ଲାଗି, ଦିବ୍ୟ ଅଭବ୍ୟକ୍ତିର ଉପାୟ ଉଦ୍ଭାବନ ଆଦି ଲାଗି ଆବଶ୍ୟକ ଉଦ୍ୟମ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥାଆନ୍ତି । ଏଇମାନେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ପାଇଁ ଯଥାର୍ଥରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ।''... – ଶ୍ରୀମା

''... ମନେହୁଏ ଭବିଷ୍ୟତର ନବସୃଷ୍ଟିର ଅଗ୍ରଦୂତ କେଉଁମାନେ ହେବେ ତାହା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇ ସାରିଛି ।'' – ଶ୍ରୀମା

ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ

''ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଷୟ ହେଲା ତା' ନିଜର ଭାଗବତ କେନ୍ଦ୍ର (ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା) ଚାରିପାଖେ ନିଜକୁ ଏକୀଭୂତ କରିବା, ଯଦ୍ୱାରା ସେ ଏକ ଯଥାର୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରିବ ଓ ନିଜର ପ୍ରଭୁ ତଥା ଭାଗ୍ୟବିଧାତା ହୋଇ ପାରିବ। ତା' ନ ହେଲେ, ନଦୀର ସ୍ରୋତରେ ଭାସମାନ ସୋଲ ପରି ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କର କ୍ରୀଡ଼ନକ ହୋଇ ଏପଟ ସେପଟ ହେଉଥିବ। ଯେଉଁଠାକୁ ସେ ଯିବାକୁ ଚାହୁଁ ନ ଥିବ ସେଠାକୁ ଯିବ, ଯାହା କରିବାକୁ ଚାହୁଁ ନ ଥିବ ତାହା ସେ କରିବ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ନିଜକୁ ଏକ ଗର୍ତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ହରାଇ ବସିବ ଯେଉଁଥିରୁ ଉଦ୍ଧାରର ଶକ୍ତି ଆଉ ନ ଥିବ। କିନ୍ତୁ ଯଦି ତୁମେ ସଚେତନତା ସହିତ ତୁମର ଭାଗବତ କେନ୍ଦ୍ର ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ସଙ୍ଗଠିତ ଓ ଏକୀଭୂତ ହୋଇଥିବ ଓ ଏହାଦ୍ୱାରା ଶାସିତ ତଥା ପରିଚାଳିତ ହେଉଥିବ, ତେବେ ତୁମେ ତୁମର ଭାଗ୍ୟର ପ୍ରଭୁ ହୋଇଥାଅ।''

— ଶ୍ରୀମା

ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଶହେ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେଜଣ ଭଗବାନଙ୍କ ଅସ୍ତିତ୍ୱରେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ? ଏହି ବିଶ୍ୱାସ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରୁ କେତେଜଣ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଖୋଜିବା ପାଇଁ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ? ଏହି ଖୋଜୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେଜଣ ଭଗବାନଙ୍କ ଝଲକ ପାଇଛନ୍ତି ? ଏହି ଝଲକ ପାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରୁ କେତେଜଣ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ତାଙ୍କ ଚେତନାରେ ଏକ ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି ? ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅତ୍ୟନ୍ତ ବିରଳ। ତଥାପି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଏମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆଜି ଏକ ବିଶାଳ ଭବିଷ୍ୟତର ଦ୍ୱାର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହେବାକୁ ଯାଉଛି। ଆଜି ଆମେ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଧାର୍ମିକ ବୋଲି ମନେକରୁ, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ଥାଇପାରନ୍ତି। ଧର୍ମ କେବଳ ଏକ ନୈତିକତାପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥାକଥିତ ଉତ୍ତମ ଆଚରଣ ବିଶିଷ୍ଟ ମଣିଷ ଗଠନ କରିପାରେ; କିନ୍ତୁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମଣିଷ ଖୁବ୍ କମ୍ ଗଢ଼ି ପାରିଥାଏ। ହଜାର ହଜାର ଲୋକ ପ୍ରତିଦିନ ମନ୍ଦିର, ମସଜିଦ୍ ଓ ଚର୍ଚ୍ଚକୁ ଯାଆନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେଜଣ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ସେଠାକୁ ଯାଆନ୍ତି ? କେବଳ ନିଜର କାମନା ବାସନାର ପୂରଣ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଥାଆନ୍ତି ମାତ୍ର। ଶ୍ରୀମା ନିଜେ କହିଛନ୍ତି ସେ କୌଣସି ମନ୍ଦିର ବା ମସଜିଦ୍‌ରେ କୌଣସି ଦେବତାଙ୍କୁ ଦେଖିପାରି ନାହାନ୍ତି। ସେସବୁଥିରେ ବଡ଼ ବଡ଼ ପ୍ରାଣସତ୍ତାହିଁ ବାସ କରିଥାଆନ୍ତି। ସେହି ସତ୍ତାହିଁ ମଣିଷର ଭୋଗ ଓ ପୂଜା ଗ୍ରହଣ କରି ତା'ର କାମନା ବାସନା ପୂରଣରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି। ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରକୃତ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ଘରଦ୍ୱାର ଛାଡ଼ି ଗେରୁଆ ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେଜଣ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଖୋଜି ପାଇଛନ୍ତି ? ଥରେ ଲେଖକ ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି

ମହାରାଜଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିଥିଲା : ''ଆଚ୍ଛା ମହାରାଜ, ଆପଣ ତ ଅନେକ ସାଧୁ ସନ୍ଥଙ୍କୁ ଜାଣନ୍ତି, ତାଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଛନ୍ତି; ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରକୃତ ସାଧୁ କେତେ ଜଣ ହେବେ ?'' ବାବାଜି ଉତ୍ତର ଦେଲେ : ''ହଜାରରେ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ହେବେ କି ନାହିଁ ତାହା ସନ୍ଦେହ ।'' ଏପରିକି ଯେଉଁମାନେ ପୁରାତନ ଯୋଗ-ସାଧନା କରୁଛନ୍ତି, ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗ ସାଧନା କରୁଛନ୍ତି, ତାନ୍ତ୍ରିକ ପଦ୍ଧତିରେ ଶ୍ମଶାନରେ ବସି ତପସ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି – ଏମାନେ ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ଭଗବାନଙ୍କ ସାନ୍ନିଧ୍ୟ ଲାଭ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏମାନେ ହୁଏତ ସାଧନା ପ୍ରଭାବରେ ଅନେକ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରି ଜନ ସାଧାରଣରେ ଅନେକ ଚମତ୍କାର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ଭଗବତ ପ୍ରାପ୍ତିର ଫଳ ନୁହେଁ । ଏହା ହୁଏତ ନିମ୍ନ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତିର ଫଳ । ପୁରାତନ ସାଧନାରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଜାଗ୍ରତ୍ କରିବା ଉପରେ ଜୋର୍ ଦିଆଯାଉ ନ ଥିଲା, ଯେଉଁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଭଗବାନଙ୍କର ପ୍ରତିନିଧି । ବରଂ ସେମାନେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ୍ କରିବା ଉପରେ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ଦେଉଥିଲେ । ମଣିଷର ଆନ୍ତର ଶୁଦ୍ଧି ଓ ଚରିତ୍ର ଶୁଦ୍ଧି ନ ହୋଇ ଯଦି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଏ – ତାହା ସାଧକ ଭିତରେ ନାନା ବିଭ୍ରାନ୍ତି ସୃଷ୍ଟି କରେ । କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ରକୁ ଆରୋହଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଣିଷର ଚେତନାରେ ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ ସତ, ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ବି ହୋଇ ପାରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହୋଇ ନ ଥିବାରୁ ସେମାନେ ଭଗବତ୍ ସ୍ପର୍ଶ ହୁଏତ ପାଇ ପାରି ନ ଥା'ନ୍ତି । ଆଜି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତା ନାମରେ କେତେ ଲୋକଦେଖାଣିଆ କାମ କରାଯାଉଛି । ଯେକୌଣସି ଦେଖାଣିଆ କଥା ଆମକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗକୁ ନେଇ ନ ଥାଏ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ଖୋଜିବା ପାଇଁ ଆମେ କେତେ ମନ୍ଦିର, ମସଜିଦ୍‌କୁ ଯାଉଁ କେତେ ତୀର୍ଥ ଯାତ୍ରା କରୁ, କେତେ ପୂଜା ପାଠ କରୁ, କେତେ ଓଷାବ୍ରତ କରୁ – ଏସବୁ ଦ୍ୱାରା କ'ଣ ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇଥାଉ ? ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବାର ଅତି ସହଜ ଉପାୟ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ଯଦି ଥରେ ତୁମେ ତୁମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଚେତନା ଓ ତା'ର ଆସ୍ପୃହା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅ ତେବେ ଏହିସବୁ ସନ୍ଦେହ ଓ ବାଧା ଧ୍ୱଂସ ହୋଇଯାଇପାରେ । ଏଥିପାଇଁ ହୁଏତ ସମୟ ଲାଗିପାରେ, କିନ୍ତୁ ଶେଷରେ ନିଶ୍ଚିତଭାବେ ସଫଳ ହୋଇଥାଅ । ଯଦି ତୁମେ ଥରେ ମାତ୍ର ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗକୁ ଅନାଇ କହିଥାଅ 'ମୁଁ ତୁମର ହେବାକୁ ଚାହେଁ', ଏବଂ ଭଗବାନ୍ କହିଥାଆନ୍ତି 'ହଁ', ତେବେ ସାରା ସଂସାର ତୁମକୁ ତାଙ୍କଠାରୁ ଅଲଗା କରି ରଖିପାରିବ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସତ୍ତା ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ କରିଛି, ସେତେବେଳେ ପ୍ରଧାନ ବାଧା ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୋଇଛି । ବାହ୍ୟ ସତ୍ତା ଏକ ବକଳ ପରି । ସାଧାରଣ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି ବକଳ ଏତେ କଠିନ ଓ ବହଳ ଯେ ସେମାନେ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ନୁହନ୍ତି । ଯଦି ଥରେ ମାତ୍ର, ଏପରିକି କେବଳ ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପାଇଁ, ଆନ୍ତର ଚେତନା କହିଥାଏ 'ମୁଁ ଏଠାରେ ରହିଛି ଏବଂ ମୁଁ ତୁମର', ତେବେ

ତୁମ ଭିତରେ ଏକ ସେତୁ ନିର୍ମିତ ହୁଏ, ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହି ସୁଦୃଢ଼ ବକଳ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ପତଳା ହେବାକୁ ଲାଗେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଦୁଇ ସତ୍ତା ଏକ ହୋଇ ଆନ୍ତର ଓ ବାହ୍ୟ ମିଳିତ ହୋଇ ନ ଯାଇଛନ୍ତି । ଏହାହିଁ ହେଲା ଚୈତ୍ୟ ଉଦ୍‌ଘାଟନ । ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ଜାଗରଣ । ଏହି ଉଦ୍‌ଘାଟନର ମୁହୂର୍ତ୍ତଟି ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ ଅତି ବିଚିତ୍ର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆସିଥାଏ ।

ଦସ୍ୟୁ ରତ୍ନାକର ନାରଦଙ୍କ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ପାଇ ତାଙ୍କର ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହୋଇଥିଲା ଓ ସେ ଦସ୍ୟୁ ରତ୍ନାକରରୁ ମହା- ମୁନି ବାଲ୍ମୀକିରେ ପରିଣତ ହେଲେ । ଅଙ୍ଗୁଳିମାଳା ଦସ୍ୟୁ ଯେ କି ପଥର ପଥିକଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରି ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ କିଛି ଲୁଟି ନେଉଥିଲା ଓ ସେମାନଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କାଣି ଅଙ୍ଗୁଳିଟି କାଟି ତା'ର ଗଳାର ମାଳାରେ ମିଶାଉ ଥିଲା, ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ଦର୍ଶନରେ ସେହି ଦସ୍ୟୁର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ସେ ମହାଯୋଗୀରେ ପରିଣତ ହୋଇ ଶେଷରେ ମୋକ୍ଷପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲା । ବିଲ୍ୱମଙ୍ଗଳ ତାଙ୍କର ପ୍ରେମିକାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଘୋର ଅନ୍ଧକାର, ପ୍ରବଳ ବୃଷ୍ଟି ମଧ୍ୟରେ ଭରା ନଦୀରେ ଏକ ଶବକୁ ଆଶ୍ରୟକରି ପାରି ହୋଇଥିଲେ । ତାଙ୍କର ପ୍ରେମିକା ତାଙ୍କୁ ଦେଖି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ଓ କହିଲେ, ''ତୁମେ ମୋତେ ପାଇବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଅଭୂତପୂର୍ବ ସାହସ ଓ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କଲ ତାହା ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହୋଇଥାଆନ୍ତା ତେବେ କ'ଣ ନ ହୋଇଥା'ନ୍ତା !'' ଏ କଥା ଶୁଣିବା ମାତ୍ରେ ବିଲ୍ୱମଙ୍ଗଳଙ୍କର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଜାଗରଣ ହୋଇଗଲା ଓ ସେ ବିଖ୍ୟାତ ସାଧକରେ ପରିଣତ ହେଲେ । ଜଗାଇ ଓ ମାଧାଇ ଦୁଇଭାଇ ଯେଉଁମାନେ କି ମଦୁଆ ମାତାଲ ଥିଲେ ସେମାନେ ଚୈତନ୍ୟ ଦେବଙ୍କୁ ଦେଖି ତାଙ୍କର ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହୋଇଗଲା ଓ ମହାନ୍ ଭକ୍ତରେ ପରିଣତ ହେଲେ । ରାମ ଦାସ ବିବାହ ବେଦିରେ ବସିଛନ୍ତି : ବ୍ରାହ୍ମଣ କହୁଛି, ''ବେଳ ଗଡ଼ି ଯାଉଛି, ଶୀଘ୍ର କନ୍ୟାକୁ ଆଣ'', ବେଳ ଗଡ଼ିଯିବା କଥା ଶୁଣି ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତାଙ୍କର ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହେଲା । ଅର୍ଥାତ୍ ସେ ବୁଝିଲେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ବେଳ ଗଡ଼ି ଯାଉଛି । ସେ ଆଉ ବିଳମ୍ବ ନ କରି ବିବାହ ବେଦୀରୁ ଉଠି ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହୋଇଗଲେ । ଏହିପରି କେତେ ଘଟଣା ରହିଛି ଯାହାଫଳରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଚୈତ୍ୟ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ହୁଏ । ମା' କହୁଛନ୍ତି, "When everything is lost then everything is gained." ''ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ସବୁକିଛି ହରାଇ ଥାଏ ସେତେବେଳେ ସେ ସବୁକିଛି ପାଇଥାଏ ।'' ଏହି ପ୍ରଥମ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ କେବଳ ଅହେତୁକ କୃପା ଫଳରେ ।

ଅହେତୁକ କୃପା ହେଲା ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ନୋହୁଁ, କୃପାକୁ ଆମେ ଆବାହନ କରି ନ ଥାଉ, ଏପରିକି ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଭଗବାନଙ୍କ ବିପରୀତ ଦିଗରେ ଯାଇ ଏପରି ଗର୍ତ୍ତରେ ଯାଇ ପଡୁ, ଯେଉଁଠାରୁ ଆମର

ଉଠିବାର କ୍ଷମତା ନ ଥାଏ, ସେତିକିବେଳେ ହୁଏତ ଭଗବତ୍ କୃପା ଆମ ପାଖକୁ ଅଯାଚିତ ଭାବରେ ଆସିଥାଏ । ଅହେତୁକ କୃପାର ମଧ୍ୟ କର୍ମ କରିବାର ଏକ ଧାରା ଅଛି । ଏହା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ମିଳି ନ ଥାଏ । ମାନୁଷୀ ବୁଦ୍ଧି ଏହାକୁ ବୁଝିପାରିବ ନାହିଁ । ଏ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ଭିତରେ ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷ ଜନ୍ମ ହେଲାବେଳେ ଏକ ବିଶେଷ ସମସ୍ୟା ନେଇ ଜନ୍ମ ହୁଏ । ଏହି ବାଧା ବା ସମସ୍ୟାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ ସେ ଏହି ଜୀବନରେ ଚେଷ୍ଟାକରେ । ବିଚିତ୍ର କଥା ହେଲା, ଯେଉଁ ଯେଉଁ ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷ ଯେତେ ବେଶୀ ବିକଶିତ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ସେମାନେ ସେତିକି ବଡ଼ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା ନେଇ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି । ଭଗବାନ୍ ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ବାଧା ଓ ସମସ୍ୟା ଦେଇ ଆମକୁ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ପଠାଇଛନ୍ତି, ତାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ସେତିକି ପରିମାଣରେ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜଗତର ବଡ଼ ବଡ଼ ଅସୁର ଓ ପ୍ରାଣସତ୍ତାମାନେ ବେଳେ ବେଳେ ବହୁତ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ବ୍ୟକ୍ତିରୂପେ ଆସିଥାଆନ୍ତି ନିଜକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ । କିନ୍ତୁ ରୂପାନ୍ତରର ସମୟ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ ଏମାନେ ଖୁବ୍ ଅସ୍ୱସ୍ତି ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ଓ ରୂପାନ୍ତର ନ ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଅନେକ ସାଧକଙ୍କୁ ଏହି ସଙ୍କଟଜନକ ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ସାଧନା ଜୀବନରେ ଯେ ଯେତେ ତଳକୁ ଖସି ଯାଏ ତା'ର ସେତେ ବେଶୀ ଉପରକୁ ଉଠିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଥାଏ । ହେ ପାଠକ ବୃନ୍ଦ ! ଏଥିପାଇଁ କାହାରି ବାହ୍ୟ ଅବସ୍ଥାକୁ ଦେଖି ସେବ୍ୟକ୍ତିକୁ ବିଚାର କର ନାହିଁ । କିଏ ଜାଣେ କେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ କେଉଁ ସମ୍ଭାବନା ଲୁଚି ରହିଛି ? ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି ନିଜେ ଏହିପରି ଏକ ଭୟାନକ ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ନିଜର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ତଥା ନିଜର ସମସ୍ତ ଆଶା ଭରସା ହରାଇ ବସିଥାଏ ସେପରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''...ତୁମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି କୌଣସି ଚରମ ଦୀନହୀନ ଅବସ୍ଥା ନାହିଁ ଯାହା ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରକାଶିତ ନ ହେବ ଠିକ୍ ସେତିକି ଗୌରବର ମହିମା, ଏପରି କୌଣସି ଦୁଃଖତାପ ନାହିଁ ଯାହାକି ଶାନ୍ତି ଆନନ୍ଦରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ନ ହେବ, ଏପରି କୌଣସି ପତନ ନାହିଁ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଉଚ୍ଚତର ଶିଖର ଆରୋହଣ ସମ୍ଭବ ନ ହେବ; ଏପରି କୌଣସି ନିର୍ଜନ ବାସ ନାହିଁ ଯାହା ବହୁମୁଖୀ ଜୀବନର କେନ୍ଦ୍ର ନ ହେବ, ଏପରି କୌଣସି ଅସଙ୍ଗତି ନାହିଁ ଯହିଁରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଙ୍ଗତି ଉଦ୍ଭବ ନ ହେବ, ଅନେକ ସମୟରେ ଦୁଇଟି ମନ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଅମେଳ ହୁଏ, ତାହାହିଁ ଡାକି ଆଣେ ଦୁଇଟି ହୃଦୟର ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ମିଳନ, ସ୍ଥୂଳତଃ କୌଣସି ଦୁର୍ବଳତା ଏପରି ଅସୀମ ନୁହେଁ ଯାହାକି ଶକ୍ତି ସାମର୍ଥ୍ୟରେ ପରିଣତ ନ ହୁଏ । ଆଉ ସତ କହିବାକୁ ଗଲେ, ଚୂଡ଼ାନ୍ତ ଅକ୍ଷମତା ଭିତରେହିଁ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ନିଜକୁ ପ୍ରକଟ କରିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ।''...

''ତୁମେ ରିକ୍ତତାର ପଥ ଧରି ଚାଲୁଅଛ, ଏହି ତ ହେଲା ସମୃଦ୍ଧିର ମାର୍ଗ !

ଯେତେବେଳେ, ତୁମର ନିଜର ବୋଲି କିଛି ନ ରହିବ, ସେତେବେଳେହିଁ ତୁମେ ସବୁକିଛି ପାଇବ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଅନ୍ତର ସରଳ ଓ ଅକପଟ ସେମାନଙ୍କର ସବୁଠାରୁ ମନ୍ଦ ଭିତରେହିଁ ଫୁଟିଉଠେ ସବୁଠାରୁ ଉତ୍ତମ ।''...

''ଆହୁରି ଶୁଣ, ମାନବ ଯେତେବେଳେ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ତାହାର ଦିବ୍ୟ-ଉତ୍ସଠାରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇ ପଡ଼ିଲା, ସେତେବେଳେ ତାହାର ଅବସ୍ଥା ହେଲା ଅତି ବିପଦ ସଂକୁଳ । ତାହାର ମସ୍ତକ ଉପରେ ବିସ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ଶତ୍ରୁ ରାଜ୍ୟର ସୀମା, ତାହାର ଦିକଚକ୍ରବାଳର ତୋରଣରେ ପ୍ରହରୀ ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଖଡ୍‌ଗ ଧରି ଦଣ୍ଡାୟମାନ । ପୁନଶ୍ଚ ଯେତେବେଳେ ସେ ଆଉ ଜୀବନର ଉତ୍ସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଠିଯାଇ ପାରିଲା ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ସେ ଉତ୍ସ ଫୁଟି ବାହାରିଲା ତାହାର ଅନ୍ତରରେ (ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ରୂପେ), ଯେତେବେଳେ ସେ ଆଉ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଲୋକଠାରୁ ଆଲୋକ ପାଇଲା ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଆଲୋକ ଜଳି ଉଠିଲା ତାହାର ସତ୍ତାର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳରେ, ଯେତେବେଳେ ସେ ବିଶ୍ୱାତୀତ ପ୍ରେମର ସହିତ ମିଳିତ ହୋଇପାରିଲା ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ସେହି ପ୍ରେମହିଁ ଆସି ନିଜକୁ ଆହୁତି ଦେଲା, ନିଜକୁ ସମର୍ପଣ କଲା ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟକୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପାର୍ଥିବ ସତ୍ତାକୁ କରିନେଲା ନିଜର ଘର, ନିଜର ମନ୍ଦିର ।'' (ସର୍ବୋତ୍ତମ ଆବିଷ୍କାର)

ଯେଉଁ ଭଗବାନ୍ ଆମ ପାଇଁ ଏତେସବୁ କଲେ, ଆମ ପାଇଁ ନିଜକୁ ଆତ୍ମବଳି ଦେଲେ, ନିଜେ ଆସି ଆମ ଭିତରେ ବାସ କଲେ, ସେହି ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆମେ କ'ଣ କରିଛୁ ? ଆମେ ତାଙ୍କ ସହିତ ବନ୍ଧୁତା କରିଛୁ କି ? ଆମର ସବୁ ଦୁଃଖତାପର କଥା ତାଙ୍କୁ କହିଛୁ କି ? ଆମ ସୁଖ ଦୁଃଖରେ ତାଙ୍କୁ ଭାଗି ହେବା ପାଇଁ ଆବେଦନ କରିଛୁ କି ? ସେ ଆମର ବନ୍ଧୁ, ସେ ଆମର ସଖା, ସେ ଆମର ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ ମା । ଆମର ଦୁର୍ବଳତା, ଆମର ମିଥ୍ୟାଚାର, ଆମର କୁକର୍ମ, ଆମର କପଟତା କଥାସବୁ ସେ ଜାଣନ୍ତି । ତଥାପି ସେ ଆମକୁ ଦଣ୍ଡ ନ ଦେଇ ତାଙ୍କର କରୁଣା ଓ ପ୍ରେମ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରି ଏଥିରୁ ଆମକୁ ଉଠାଇବା ପାଇଁ ଆମ ଆଡ଼କୁ ହାତ ବଢ଼ାଇ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତି । ଏପରି ଜଣେ ବନ୍ଧୁଙ୍କର ହାତ ଧରି ଆମ ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ ଚାଲି ପାରିଲେ ଆମେ କ'ଣ ନ କରି ପାରିବୁ ! ତୁମର ଆନ୍ତର ଚେତନା ଅର୍ଥାତ୍ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ହେଲେ ତୁମର ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ । ''ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମେ ତୁମର ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ନ ଜାଣିଛ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମେ ଏକ 'ସତ୍ତା ନୁହଁ, ଏକ ସାଧାରଣ ସ୍ଥାନ' (Public Place), ଯେଉଁଠି ନାନା ପ୍ରକାରର ଶକ୍ତିରାଜି ସଂଘର୍ଷରତ ହୋଇ କାମ କରନ୍ତି; ତେଣୁ ଯଦି ତୁମେ ପ୍ରକୃତ ଅଗ୍ରଗତି ପାଇଁ ଇଚ୍ଛାକର, ତେବେ ତୁମେ ତୁମର ପ୍ରକୃତ ସତ୍ତାକୁ ଜାଣ, ଯାହା ସର୍ବଦା ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏକ ହୋଇ ରହିଛି । ତେବେ ଯାଇ ରୂପାନ୍ତର ସମ୍ଭବ ହେବ ।'' – ଶ୍ରୀମା

ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଆମର ବାହ୍ୟ ଚେତନାଠାରୁ ପୃଥକ୍ ହୋଇ ଏକ ଆବରଣର ପଛରେ

ଥାଆନ୍ତି । ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଜାଗରଣ କରି ତାଙ୍କ ସହିତ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିବା ହେଲା ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ପ୍ରଥମ କାମ । ଏହି ଆବରଣର ପଛରେ ଥାଇ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅର୍ଥାତ୍ ଆମର ଅସଲ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ସର୍ବଦା ଅଭିବୃଦ୍ଧି ସାଧନରେ ଲାଗିଥାଏ । ବାହ୍ୟ ଚେତନାରେ କିଛି ଅଗ୍ରଗତି ଦେଖା ନ ଦେଲେ ମଧ୍ୟ ଆନ୍ତର ଚେତନାର ଅଗ୍ରଗତି ଅବ୍ୟାହତ ରହେ । ବାହ୍ୟ ଚେତନା ଓ ଆନ୍ତର ଚେତନାର ମିଳନ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ, ଯେପରି ପ୍ରେମିକ ପ୍ରେମିକାଙ୍କ ମିଳନ । ଏହି ମିଳନ-ଆକାଂକ୍ଷା ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ନ ହେଲେ, ଏହି ମିଳନ ପାଇଁ ଆମେ ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀରରେ ବ୍ୟାକୁଳ ନ ହେଲେ ବ୍ୟବଧାନର ପରଦା ସହଜରେ ଛିନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ପ୍ରେମିକ ତା'ର ପ୍ରେମିକାକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ଯେପରି ଦିନ, ରାତି, ଜାଗରଣ ଓ ସ୍ୱପ୍ନରେ ବି ଏହା ଚାହୁଁଥାଏ, ଏହି ମିଳନର ଅପେକ୍ଷାରେ ତା'ର ଭୋକ, ଶୋଷ ହରାଇଥାଏ, ଦୁନିଆର ଆଉ ସମସ୍ତ କିଛି ତାକୁ ତିକ୍ତ ବୋଧ ହୁଏ; ଠିକ୍ ସେହିପରି ବାହ୍ୟ ଚେତନାର ଏହିସବୁ ଉପସର୍ଗ ଦେଖାଦେଲେ, ଯେତେବେଳେ ବାହ୍ୟ ଚେତନା ବୋଧ କରିବ ଏହି ମିଳନ ବିନା ଜୀବନ ଧାରଣ ବୃଥା, ଠିକ୍ ସେତିକିବେଳେ ହୁଏତ ଏହି ପରଦା ଛିନ୍ନ କରି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବାହାରକୁ ଆସନ୍ତି ଓ ବାହ୍ୟ ଚେତନାକୁ କୋଳାଗ୍ରତ କରନ୍ତି । ଏହାହିଁ ହେଲା ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ, ଯାହାକୁ କୁହାଯାଇପାରେ ଚେତନାର ଓଲଟପାଲଟ (reversal of consciousness) ଓ ଯାହା ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ଦିଗରେ ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ ମାତ୍ର ।

ମା କହୁଛନ୍ତି – ''ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ଏହାର ପ୍ରସ୍ତୁତିକୁ ଅଣ୍ଡା ଭିତରେ କୁକୁଡ଼ା ଶାବକର ଗଠନ ଓ ବୃଦ୍ଧି ସହିତ ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ତୁଳନା କରିଥାଉ : ଶେଷ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଣ୍ଡାଟି ବାହାରକୁ ସମାନ ଦେଖା ଯାଇଥାଏ, ବାହାର ଆବରଣରେ କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ ନାହିଁ, ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ଭିତରେ ଶାବକଟି ପୂରା ବିକଶିତ ହୋଇଯାଏ, ପୂରା ଜୀବନ୍ତ ହୋଇଉଠେ ସେତେବେଳେ ସେ ନିଜେ ତା'ର ଛୋଟ ଥଣ୍ଟ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଆବରଣରେ ଏକ ଛିଦ୍ର କରି ବାହାରକୁ ଆସିଥାଏ । ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଠିକ୍ ଏହି ସମାନ ଘଟଣା ଘଟିଥାଏ । ଦୀର୍ଘ କାଳ ଧରି ତୁମେ ଅନୁଭବ କର ଯେ ତୁମର କିଛି ବି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉ ନାହିଁ, ତୁମେ ଯେପରି ଥିଲ ସେପରି ରହିଛ, ଏବଂ ତୁମେ ଯଦି ଏକ ତୀବ୍ର ଆସ୍ପୃହା ଓ ବ୍ୟାକୁଳତା ରଖ ତେବେ ତୁମେ ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ବା ବାଧା (resistance) ଅନୁଭବ କର, ଯେପରିକି ତୁମେ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗର କାନ୍ଥରେ ବାଡ଼େଇ ହେଉଛ ଅଥଚ ତାହା ଆଦୌ ଭାଙ୍ଗୁ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ନିଜ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯାଅ ଓ ଏକ ଶେଷ ଚେଷ୍ଟା କର, ସତ୍ତାର ଖୋଳକୁ ଏକ ଖୁମ୍ପା ଦେଇଥାଅ – ସବୁକିଛି ଖୋଲିଯାଏ, ଏବଂ ତୁମେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଚେତନା ମଧ୍ୟକୁ ନିକ୍ଷିପ୍ତ ହୁଅ ।'' ...''ଏହା ହେଲା ଚେତନାର ଏକ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଓଲଟପାଲଟ,

ଏକ ପ୍ରିଜିମ୍ ମଧ୍ୟଦେଇ ଆଲୋକ ଗତି କଲେ ଯାହା ହୁଏ ତାହା ସହିତ ତୁଳନା କରାଯାଇପାରେ । ଅଥବା ଏହା ଏକ ବଲ୍‌ର ଭିତର ଅଂଶକୁ ବାହାରକୁ ଓଲଟାଇ ଦେବା ସହ ସମାନ । ଯାହାକି ତୃତୀୟ ପରିସରରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏହା କେବଳ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ ଚତୁର୍ଥ ପରିସର (fourth dimension)ରେ ।''

ସାଧନା ପଥରେ ଏହା ହେଲା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ଅବସ୍ଥା । ଅନେକ ପୁସ୍ତକ ପାଠ କରି, ମନ୍ତ୍ର ବା ବାଣୀ ମୁଖସ୍ଥ କରି, ପଣ୍ଡିତ ଭଳି ବଡ଼ ବଡ଼ ବକ୍ତୃତା ଦେଇ ପାରିଲେ ମଧ୍ୟ ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଜାଗରଣ ହେଲେ ଆମେ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଆମ ଅନ୍ତରରୁ ପାଇଥାଉ । ଏହି ଜ୍ଞାନ ସ୍ୱୟଂ-ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା ହେଲା ଦିବ୍ୟ ଜ୍ଞାନ, ଯାହାର କୌଣସି ଭାଷା ନାହିଁ, କୌଣସି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ବା ବିଚାର ନାହିଁ । ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହେଲେହିଁ ଆମ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରେ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତାର ମୂଳଦୁଆ ପଡ଼େ । ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତଠାରୁ ଆମର ନବଜନ୍ମ ହୁଏ । ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ବିଶାଳତା, ଶାନ୍ତି, ଆନନ୍ଦ ଓ ମାଧୁର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଭବ କରୁ ତାହା ଆମ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଜୀବନ ପଥର ପାଥେୟ ହୁଏ । ଯେଉଁ ସତ୍ୟକୁ ତୁମେ ଜାଣିଲ, ଓ ସେଥିରେ ବାସ କଲ ସେହି ସତ୍ୟ ତୁମ ଜୀବନରେ ଆଣିଦେବ ଏକ ଚରମ ପରିବର୍ତ୍ତନ । ତୁମର ଚିନ୍ତାଧାରା, ତୁମର ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ, ତୁମର ବିଚାର, ତୁମର ଆଚାର ବ୍ୟବହାରରେ ମଧ୍ୟ ଏକ ତୁମୁଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେବ । ଏହି ସତ୍ୟ ଛଡ଼ା ଦୁନିଆର ଆଉ ସବୁକିଛି ବୃଥା ମନେ ହେବ । ମା କହୁଛନ୍ତି, ''ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତଟି ପାଇବା ପାଇଁ ଜଣକୁ ହୁଏତ ଦିନ-ଦିନ, ମାସ-ମାସ, ବର୍ଷ-ବର୍ଷ, ଶତାବ୍ଦୀ-ଶତାବ୍ଦୀ ଏପରିକି କେତେ ଜୀବନ ମଧ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ ।''

''ମୁଁ ତୁମକୁ ମନେ ପକାଇ ଦେଉଛି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯାହା କହିଛନ୍ତି, ଯାହାର ପୁନରାବୃତ୍ତି କରିଛନ୍ତି, ଲେଖିଛନ୍ତି, ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇଛନ୍ତି ଓ ବାରଂବାର କହିଛନ୍ତି । ତାହା ହେଉଛି ତାଙ୍କ ଯୋଗ ଅର୍ଥାତ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ପାରିବ ସେହି ଅନୁଭୂତି (ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ) ପରେ, ତା' ଆଗରୁ ନୁହେଁ ।

''ତେଣୁ ଯଦି ଯୋଗର ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ଚାହଁ, ଅତିମାନସ ଅନୁଭୂତି ଲାଭ କରି ପାରିବାର ଭ୍ରାନ୍ତ ଆଶା ପୋଷଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ, ତୁମକୁ ପ୍ରଥମେ ବିନୟ ଓ ନମ୍ର ଭାବରେ ତୁମ ନବ ଜନ୍ମ ଲାଭ କରିବା ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ହେବ ।''

ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଜାଗରଣ ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟ ସମୟ ସମୟରେ କେହି କେହି ଏହାର ପ୍ରେରଣା ପାଇ ଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ଭାବନ୍ତି କେହି ଏକ ଅଦୃଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ତାଙ୍କୁ ପରିଚାଳନା କରୁଛି । ଏହି ଅଦୃଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ଆଉ କିଛି ନୁହେଁ – ତାହା ହେଲା ତାଙ୍କ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ଥିବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା । ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ସ୍ୱାଭାବିକ ରୂପେ ଯେଉଁମାନେ ଆଗରୁ ବିଧିନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସେମାନେ ତାଙ୍କର ଆନ୍ତର-ପରିଚାଳକ (ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା) ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ଏପରି ଘଟିଥାଏ

ଯେ ସେମାନଙ୍କର ଯେଉଁ ବହି ପଢ଼ିବା କଥା ସେହି ବହି ହାତକୁ ଆସିଥାଏ, ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଦରକାରୀ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇ ପାରିବେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ୍ ଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି;... ପରେ ସେମାନେ ସଚେତନ ହୁଅନ୍ତି ''ଏକ ଚେତନା ରହିଥିଲା ଯାହା କେଉଁଠୁ ଆସୁଥିଲା ଓ ତାହା କ'ଣ ସେମାନେ ଜାଣି ନ ଥିଲେ । ଅଥବା ସେମାନେ ଜାଣି ନ ଥିଲେ କିଏ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନକୁ କିଂବା ଜୀବନର ପରିବେଶକୁ ସଙ୍ଗଠିତ କରୁଥିଲା ଓ ଠିକ୍ ଯେଉଁ କଥାଟି ତାଙ୍କୁ ଆହୁରି ଆଗକୁ ନେଇଯିବ ସେଇ କଥାଟି ଆବିଷ୍କାର କରିବା ଲାଗି ସାହାଯ୍ୟ କରୁଥିଲା ।... ଏହା ସବୁବେଳେ ଘଟି ନ ଥାଏ, କେତେକ ବିରଳ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମାତ୍ର ଘଟିଥାଏ । ଏହିଭଳି ଲୋକ ହେଉଛନ୍ତି ପୂର୍ବନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ।'' ଏହିପରି ସାହାଯ୍ୟକୁ ଆମେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପାରିଥାଉ ଯଦି ଆମେ ସର୍ବଦା ଏକ ଶାନ୍ତ ନୀରବତା ଭିତରେ ବାସ କରିଥାଉ ଓ ସର୍ବଦା ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ରଖିଥାଉ ।

ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେବାଭଳି ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମକୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେବା ଅର୍ଥରେ ମୁଁ କହିପାରେ ଯେ ବାସ୍ତବରେ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ତୁମେ ଆଜି ଯେଉଁ ସମୟରେ ବାସ କରୁଛ – ତୁମେ ସେ ସମ୍ବନ୍ଧେ ସଚେତନ ହୁଅ ବା ନ ହୁଅ, ଏପରିକି ତୁମେ ଚାହଁ ବା ନ ଚାହଁ – ତୁମେ ଏହି ନୂତନ ଅତିମାନସ ଉପାଦାନକୁ ତୁମ ଶ୍ୱାସ କ୍ରିୟାରେ ଗ୍ରହଣ କରୁଛ ଯାହାକି ବର୍ତ୍ତମାନ ସାରା ପୃଥିବୀର ବାତାବରଣରେ ବ୍ୟାପି ରହିଛି । ଏବଂ ଏହା ତୁମ ଭିତର ବସ୍ତୁକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛି ଯାହାକି ତୁମେ ଏହି ନିଷ୍ପତ୍ତିମୂଳକ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା ମାତ୍ରେହିଁ ଦିନେ ହଠାତ୍ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ ।''

ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର

''ଯେତେବେଳେ ଚେତନାର ଓଲଟପାଲଟ ଘଟିଥାଏ, ତୁମେ ତୁମ ବାହ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଖସି ଆସିପାର, ତୁମ ଜୀବନର ବାହ୍ୟ ସମ୍ପର୍କକୁ ବଜାୟ ରଖିଥାଅ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହୋଇ ତୁମେ ହୁଏତ ସେମାନଙ୍କର ଅଜ୍ଞାନତା ଓ ଅନ୍ଧତ୍ୱରେ ପଡ଼ି ଯାଇପାର, କିନ୍ତୁ ତୁମ ଭିତରେ ଏହି ଚେତନା ସର୍ବଦା ଜାଗ୍ରତ୍, ଜୀବନ୍ତ, ସ୍ଥିରଭାବେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ରହିଥାଏ, ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁକିଛି ଭିତରକୁ ତାହା ପ୍ରବେଶ କରି ନ ପାରିଛି, ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ଧତ୍ୱ ଅପସରି ନ ଯାଇଛି । ଏହା ହେଲା ଏକ ଚରମ ଅନୁଭୂତି ଯାହା ଏତେ ଶକ୍ତ ଯେ ଏ ପୃଥିବୀର ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ କଠିନ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବସ୍ତୁଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଶକ୍ତ । ତୁମ ମୁଣ୍ଡରେ ଏକ ଆଘାତ ଦେବାଠାରୁ ଆହୁରି ବାସ୍ତବ, ଯେକୌଣସି କଥାଠାରୁ ଅଧିକ ବାସ୍ତବ ।

(MCW Vol. 7 - P. 196) – ଶ୍ରୀମା

ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଜନ୍ମ-ଜନ୍ମାନ୍ତର ଯାତ୍ରା ପଥରେ ଯେଉଁ ଜନ୍ମରେ ଏହି ମହାନ୍ ଅନୁଭୂତିଟି ହୋଇଯାଏ ତା'ପରଠାରୁ ଅର୍ଥାତ୍ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜନ୍ମଠାରୁ ସେ ସର୍ବଦା ଜନ୍ମ ହୁଏ ଏକ ବିଶାଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ସମ୍ଭାବନା ନେଇ, ସେ ଜନ୍ମ ହୁଏ, ପୁରାତନ ସାଧନାର ସଂସ୍କାର ନେଇ ଯାହାକି ପିତାମାତାଙ୍କ ସଂସ୍କାରକୁ ଖଣ୍ଡନ କରିପାରି ଥାଏ । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜେହିଁ ନିଜର ଭାଗ୍ୟ ବିଧାତା ହୁଏ । ଯେଉଁ ଜନ୍ମରେ ଏହା ସଂକଳିତ ହୁଏ ସେହି ଜନ୍ମରେ ଆମ ଉପରେ ଭଗବାନଙ୍କ ମୋହର (stamp) ଅଙ୍କିତ ହୁଏ, ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବାହିଁ ଦୃଢ଼ ନିଶ୍ଚିତ ହୁଏ । ମା' କହିଛନ୍ତି ଏହି ଅନୁଭୂତିକୁ ଆଉ ଅନ୍ୟଥା କରାଯାଇ ପାରେ ନାହିଁ, ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ଆଉ ସାଧାରଣ ଅବସ୍ଥାକୁ ଫେରିଯାଇ ପାରିବୁ ନାହିଁ, ଯଦି ଯିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁ ଆମ ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତାଙ୍କ ଚାପ ଫଳରେ ଆମେ ଛଟପଟ ହୋଇ ସେଠାରୁ ପଳାଇ ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ଆମ ନିଜର ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହୋଇଛି କି ନାହିଁ ତାହା କିପରି ଜାଣିବୁ ? ଏହି ପ୍ରଶ୍ନ ଯେତେବେଳେ ମା'ଙ୍କୁ ପଚରା ଯାଇଥିଲା, ମା' କହିଛନ୍ତି, ''ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମର ଏବିଷୟରେ ସନ୍ଦେହ ଅଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ହୋଇ ନାହିଁ ।'' ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଜାଗରଣ ଘଟିଲେ ତୁମ ଭିତରେ ଅଖଣ୍ଡ ବିଶ୍ୱାସର ବୃକ୍ଷ ରୋପିତ ହୁଏ, ଅଖଣ୍ଡ ନିର୍ଭରତାର ଭାବ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ, ଯାହା ଦିନକୁ ଦିନ ବଢ଼ି ଚାଲେ । ବଡ଼ କଥା ହେଲା ବ୍ୟକ୍ତି ଆଉ ମା'ଙ୍କୁ ଭୁଲିଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ସେ ଯେ ମା'ଙ୍କର ସନ୍ତାନ, ସେ ଯେ ଭଗବାନଙ୍କର ସେବକ – ଏକଥା କେବେହେଲେ ଭୁଲିପାରେ ନାହିଁ, ଏପରିକି ଘୋର ବିରୋଧିଶକ୍ତିର ଆକ୍ରମଣ ସମୟରେ, ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରକୋପରେ ଭାସି ଯାଉଥିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଭୁଲି ପାରେ ନାହିଁ – ଏପରିକି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅନ୍ତରାଳକୁ ପୁଣି ଚାଲିଗଲେ ମଧ୍ୟ । ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରିତ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ସମସ୍ତ ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ହୋଇ ପାରିଥାଏ । ଯେତେଥର ପତନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର କବଳରେ କବଳିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ନିର୍ବିକାର ରହି ଏସବୁକୁ ମା'ଙ୍କ ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦିଏ । ନିଜେ ଶିଶୁ ଭଳି ମା'ଙ୍କ ପଣତ ଧରି ଚାଲୁଥାଏ ।

ଅନେକ ସମୟରେ ଦେଖାଯାଏ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରିତ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଅତିଶୟ କଠୋରତା, ରାଗ ଆଦି ଗୁଣରେ କବଳିତ ହୋଇ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଆନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ଏହା ହେବା କଥା ନୁହେଁ । ଯେପରି ସେମାନେ ନିଜେ ନିଜର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ପାଇଁ କଠୋର ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି ସେହିପରି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ଦେଖି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ କଠୋର ହୋଇଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ପର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଶିଶୁ ଭଳି ସବୁ ଭୁଲି ଯାଆନ୍ତି । ଏହିସବୁ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରକୋପକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରିବାକୁ ହେବ । ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ତିନୋଟି ସିଦ୍ଧି ଅଛି । ତାହା ହେଲା ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ରୂପାନ୍ତର ଓ

ଅତିମାନସ ରୂପାନ୍ତର । ଏଠାରେ ଆମେ ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର କଥା କହିବୁ । ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତରର ଅର୍ଥ ହେଲା ଆମର ସମସ୍ତ ବାହ୍ୟ ଚେତନା (ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର)ରେ ଚୈତ୍ୟ ଚେତନା ପ୍ରବେଶ କରି ଏସବୁକୁ ଚୈତ୍ୟ ଗୁଣ ଧର୍ମରେ ରୂପାନ୍ତର କରିବା । ବାହ୍ୟ ଚେତନା ଚୈତ୍ୟ ଚେତନାରେ ପରିଣତ ହେବ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ଚୈତ୍ୟ ଧର୍ମରେ ଦୀକ୍ଷିତ ହେବ । ମା'ଙ୍କୁ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲା ଏହା କିପରି କରାଯିବ, ମା' ଉତ୍ତରରେ କହିଛନ୍ତି : ''ତୁମେ ଏହା ଅବଶ୍ୟ ଚାହିଁବା ଦରକାର; ତା'ପରେ ଅଭୀପ୍ସା କରିବା ଦରକାର, ତା'ପରେ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଏହି ଆଦର୍ଶର ବିପରୀତ କିଛି ଆଚରଣ କର ନା । ଏହି ବିପରୀତ କଥାକୁ ତୁମେ ନିଜ ସମ୍ମୁଖରେ ରଖ ଏବଂ ଏହା ଉପରେ ଆଲୋକ ପକାଅ ଓ ଏହାର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପ କର । ପ୍ରତିଥର ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଏକ ଅହଂକାରଯୁକ୍ତ କାମ କର କିଂବା ଏପରି କିଛି କର ଯାହାକି କରିବା କଥା ନୁହେଁ, ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ତୁମେ ତାକୁ ଜଣକ ଲାଞ୍ଜକୁ ଧରିଲା ଭଳି ଧର, ଏବଂ ଅଗ୍ରଗତି ନିମନ୍ତେ ନିଜ ଆଦର୍ଶ ଓ ନିଜର ସଂକଳ୍ପ ସମ୍ମୁଖରେ ରଖ, ଏବଂ ଏହା ଉପରେ ଆଲୋକ ଓ ଚେତନା ପକାଅ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଏହା ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ପାରିବ ।'' (MCW. Vol. 7, - P. 75)

''ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ସକଳ ସତ୍ତା ଏହା ସହିତ ସହଯୋଗ ନ କରିଛନ୍ତି ।'' (MCW. Vol. 7, P. - 43) ଚୈତ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ନ ପାରିବାର ବଡ଼ କାରଣ ହେଲା ଆମେ ବିଶ୍ୱସ୍ତ ନୋହୁଁ, ଆମର ନିଷ୍ଠାର ଅଭାବ ରହିଛି । ଆମେ ସର୍ବଦା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଆଶା କରିଥାଉ, ଦାବି କରିଥାଉ, ନିଜର ନୁହେଁ । ଆମେ ଅପେକ୍ଷା କରୁ ଅନ୍ୟମାନେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲେ ମୁଁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବି । ଏହା ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷଙ୍କ ପାଇଁ ଶୋଭା ପାଏ ନାହିଁ । ହଜାର ହଜାର, କୋଟି କୋଟି ଲୋକ ଯାହା ଭୁଲ୍‌ଭ୍ରାନ୍ତି କରୁଛନ୍ତି ତାହା ଆମେ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ କାହିଁକି ? ଏହା କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ କିଏ ବାଧ କରୁଛି – ଏହା ହେଲା ଆମର ଅବିଶ୍ୱସ୍ତତା । ଏହାର ଅର୍ଥ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଆମର ବିଶ୍ୱସ୍ତତା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼ି ଉଠି ପାରି ନାହିଁ । ଆମେ କହିଥାଉ ପର ଥର ଯେତେବେଳେ ଏ ପରିସ୍ଥିତି ଆସିବ ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ ଚେଷ୍ଟା କରିବି, ଏହା ହେଲା ଶେଷ ଥର । ଏପରି ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଶେଷ ଥର କେବେ ବି ଆସି ନ ଥାଏ । ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ସବୁ ପ୍ରକାର ପ୍ରରୋଚନାକୁ ଆମେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ବୋଲି କହି ନିଜ ଉପରେ କ୍ରିୟା କରିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ିଦେଉ । ଏହା ହେଲା ଆମର ଅନାନ୍ତରିକତା ।

ବାସ୍ତବରେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ରହି ଥାଆନ୍ତି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣ ସହଜରେ ହୋଇ ପାରେ ନାହିଁ । କାରଣ ଏସବୁକୁ ନିଜେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ହାତକୁ ନେଇ ଏହା ଉପରେ କ୍ରିୟା କରି ଥାଆନ୍ତି । ଅସଲ କଥା ହେଲା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଆମ

ସମ୍ମୁଖରେ ରହିଥିବା ସମୟରେ ଆମ ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ଶାନ୍ତି ଓ ନୀରବତା ଛାଇ ରହିଥାଏ । ଏହି ଶାନ୍ତିକୁ ଭେଦ କରି କୌଣସି ପତନଯୁକ୍ତ ଚେତନା ବା ସତ୍ତା ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଆମେ ସର୍ବଦା ବର୍ମାବୃତ ହୋଇ ରହିଥାଉ । ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି, ବିପରୀତ ବାତାବରଣ ବା ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶ ଆମର କୌଣସି ଅନିଷ୍ଟ କରିପାରେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ପଛକୁ ଚାଲି ଯାଆନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ ମନ-ପ୍ରାଣ ଆଦି ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସି ତାଙ୍କ ଅହଂକାର ଯୁକ୍ତ କର୍ମ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ପୁଣି ଆମର ଅବସ୍ଥା ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼େ । ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅନ୍ତରାଳକୁ ଚାଲି ଯାଆନ୍ତି । ଆମକୁ ପୁଣି ଏହି ଶତ୍ରୁଙ୍କ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ସାଧାରଣ ଚେତନାକୁ ଫେରି ଆସିବା ସାଧକ ଭିତରେ ବାରଂବାର ଘଟେ । ଏବିଷୟରେ ସ୍ୱୟଂ ମା' ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସୂଚାଇ ଦେଇଛନ୍ତି :

''ମୁଁ ଭାବୁଛି ଏହାର କାରଣ ହେଲା, ତୁମେ ତୁମ ସତ୍ତାରେ ବିଭେଦତା ରଖିଛ, ଅର୍ଥାତ୍ ଏକ ଅଂଶ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହିତ ତାଳ ମିଳାଇ ଯିବାକୁ ଚାହୁଁ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ସାଧାରଣତଃ ଏପରି ହୁଏ । ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ଅଗ୍ରଗତି କରି ସାରିଛି, ଅନ୍ୟ ଏକ ଅଂଶ ନିଜ ସ୍ଥିତିକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରିଛି, ଆଗକୁ ଯିବା ପାଇଁ ନାରାଜ; ସେଥିପାଇଁ ତୁମେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଅନୁଭବ କର – କିଛି ଗୋଟିଏ ଯେମିତିକି ସେମିତି ରହିବାକୁ ଚାହେଁ । ଏହାର କାରଣ ହେଲା ତୁମର ଯାତ୍ରାପଥରେ ତୁମ ବୋଝରୁ କିଛି ତୁମ ସଙ୍ଗରେ ନ ଆଣି ଗୋଟିଏ ରାସ୍ତା କଡ଼ରେ ପକାଇ ଦେଇ ଆସିଛ । ଏହା ସର୍ବଦା ତୁମକୁ ପଛକୁ ଟାଣିବ । ସମୟ ସମୟରେ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ବଶତଃ ତୁମେ ପଛକୁ ଫେରି ଏହାକୁ ଗୋଟାଇ ନିଜ ସହିତ ଆଣିଥାଅ, ତେଣୁ ତୁମେ ଅନେକ ସମୟ ହରାଇଥାଅ । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମେ ଅନେକ ସମୟ ନଷ୍ଟ କରିଥାଅ । କାରଣ ତୁମେ ତୁମ ଭିତରର ଅନେକ କଥା ପ୍ରତି ଆଖି ବୁଜି ଦେଇଥାଅ । କାରଣ ସେମାନେ ଦେଖିବାକୁ ସେତେ ସୁନ୍ଦର ନୁହନ୍ତି ।'' (MCW. Vol. 7, P. - 197)

ଆମ ପାଠକବୃନ୍ଦଙ୍କ ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଦୟ ହେଉଥିବ ଥରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଜାଗ୍ରତ୍ ହେଲେ ସେ ପୁଣି କ'ଣ ପଛକୁ ଚାଲିଯାଆନ୍ତି । ମା' ଏହାର ଉତ୍ତରରେ କହିଛନ୍ତି :

''ହଁ । ତୁମର ଏହି ତାଦାତ୍ମ୍ୟର ଅନୁଭୂତି ଅନେକ ଥର ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରଥମେ ଏହା ଖୁବ୍ ତୀବ୍ର ଥାଏ, ଯାହାକି ପରେ କ୍ରମଶଃ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ, ଏବଂ ପରେ ଦିନେ ତୁମେ ଦେଖ ଯେ ଏହି ଅନୁଭୂତି ଉଭାଇ ଯାଇଛି । ତଥାପି ତୁମେ ଏଥିପାଇଁ ବ୍ୟସ୍ତ ହେବ ନାହିଁ, ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ଘଟଣା କିନ୍ତୁ ତା' ପର ଥର, ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ଏହି ସଂଯୋଗ ଅତି ସହଜରେ ମିଳିଥାଏ । ତା'ପରେ ଏକ ସମୟ ଆସେ ଯାହାକି ବହୁ ଦୂରର ନୁହେଁ, ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ଏକାଗ୍ର ହୁଅ ଓ ଆସ୍ପୃହା କର ତୁମେ ଏହାର ସଂସ୍ପର୍ଶ ପାଇଥାଅ । ତୁମର ଏହାକୁ ସର୍ବଦା ଧରି ରଖିବାର କ୍ଷମତା ନ ଥାଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଇଚ୍ଛାକଲେ

ଏହା ପାଇଥାଅ । ଏହା ପରଠାରୁ ସବୁକିଛି ସହଜ ହୋଇଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ କୌଣସି ବିପଦରେ ପଡ଼, ବା କୌଣସି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ଚାହଁ ବା କୌଣସି ହତାଶାକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ଚାହଁ, କୌଣସି ବାଧାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ଚାହଁ ବା କେବଳ ଏକାତ୍ମତାର ଆନନ୍ଦ ପାଇଁ (ଏହା ଏପରି ଏକ ଅନୁଭୂତି ଯାହା ତୁମକୁ ଦେଇଥାଏ ଅତି ସ୍ଥୂଳ ଆନନ୍ଦ; ଏକାତ୍ମତାର ଅବସ୍ଥାରେ ତୁମେ ବାସ୍ତବରେ ଏକ ବିଶାଳ, ବିଶାଳ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କର), ଯେକୌଣସି ସମୟରେ ଏହିସବୁ ଯେକୌଣସି କାରଣ ପାଇଁ, ତୁମେ ଟିକିଏ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ଏକାଗ୍ର ହୁଅ ଓ ଆସ୍ପୃହା କର ଅତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଏହି ସଂଯୋଗ ଘଟିଥାଏ ଏବଂ ଯେଉଁସବୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହେବାର କଥା ସେସବୁ ସମାହିତ ହୁଏ । ଖାଲି ଏକାଗ୍ର ହେବାକୁ ହେବ — ବସି ପଡ଼ ଓ ଏକାଗ୍ର ହୁଅ — ଏହିପରି ଭାବରେ ଆସ୍ପୃହା କଲେ ସଂଯୋଗ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଘଟିଥାଏ ।

''ମୁଁ ଯାହା ତୁମକୁ କହିଛି, ଏପରି ସମୟ ଆସେ ଯେତେବେଳେ ଏହା ତୁମକୁ ଆଉ ଛାଡ଼ି ଯାଏ ନାହିଁ । ଅର୍ଥାତ୍ ତୁମେ ଯାହାସବୁ କର ତାକୁ ତୁମର ଗଭୀର ଚେତନା ଅନୁମୋଦନ କରେ, ଏବଂ ତୁମେ କେବେ ବି ଆଉ ଏହି ସମ୍ପର୍କ ହରାଇ ନ ଥାଅ । ଏହାପରେ ଅନେକ କିଛି ଅପସରି ଯାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ହତାଶା ହେଉଛି ଏସବୁରୁ ଅନ୍ୟତମ ଅତୃପ୍ତି, ବିଦ୍ରୋହ, କ୍ଲାନ୍ତି, ନିରାଶା — ଏହିସବୁ ବାଧା ଚାଲିଯାଏ । ଯଦି ତୁମେ ତୁମ ଚେତନାର ପଛକୁ ଘୁଞ୍ଚି ଛିଡ଼ା ହୋଇ ପାରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରିପାର, ଯାହା ଆମେ ପ୍ରାୟ କହିଥାଉ, ଏବଂ ଚୈତ୍ୟ- ଚେତନାର ପରଦାରେ ସବୁକିଛିକୁ ଦେଖ, ସବୁକିଛି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଦେଖ, ସବୁ ଘଟଣାକୁ, ସବୁ ଚିନ୍ତାଧାରା ଓ ଜ୍ଞାନ ଆଦି ସବୁକିଛିକୁ ଦେଖ, ତେବେ ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ସେସବୁକୁ ଦେଖିପାର ଏବଂ ଯେଉଁସବୁ କାମ ତୁମେ କର ସେଥିପାଇଁ ଏକ ନିଶ୍ଚିତ ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶକ ଲାଭ କର । କିନ୍ତୁ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଆସିବା ପାଇଁ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଅନେକ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ ।'' (MCW. Vol. 6, P. 33 - 34)

ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ପୁଣି ଅନ୍ତରାଳକୁ ଚାଲି ଯିବାର ଏକମାତ୍ର କାରଣ ହେଲା ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ସହଯୋଗର ଅଭାବ । ବାହ୍ୟ ଚେତନାରେ ଅହଂଭାବର ପ୍ରାବଲ୍ୟ ଦେଖାଦେଲେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅନ୍ତରାଳକୁ ଚାଲିଯିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି । ଆମ ସାଧନାର ମାର୍ଗରେ ଯେତେବେଳେ ଆମେ କିଛି ଅନୁଭୂତି ପାଇଯାଉ ସେତେବେଳେ ଆମର ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅହଂକାର ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଏ । ନିଜକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବୋଲି ମନ ମନେକରେ । ନିଜର କିଛି ହୋଇଗଲା ବୋଲି ଗର୍ବ ଅନୁଭବ କରେ । ନିଜର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ବା ମନ-ପ୍ରାଣର ବିକାଶ ପାଇଁ ନିଜକୁ ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ କୃତଜ୍ଞ ହେବା ବଦଳରେ ସେସବୁକୁ ନିଜର କୃତି ବୋଲି ଅନୁଭବ କରେ । ମନ ଚୈତ୍ୟ-ଚେତନାର ଝଲକ ପାଇ ତା' ଭିତରେ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନର ଉଦୟ ହୁଏ ତାହା ଯେ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରସାଦ —

ଏ କଥା ଭୁଲିଯାଇ ନିଜକୁ ପଣ୍ଡିତ ମନେକର । ଏପରିକି ଦେଖାଯାଏ ପୁଣି ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣ ହେଲେ ସାଧକ ନିଜକୁ ଦୋଷୀ ମନେକରି ଭାଙ୍ଗିପଡ଼େ ଓ ସାଧନାର ଉତ୍ସାହ ହରାଏ । ଏହି ସୁଯୋଗ ନେଇ ବାହ୍ୟ ସତ୍ତାର ଅହଂକାର ପୁଣି ମୁଣ୍ଡ ଟେକେ ଏବଂ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅନ୍ତରାଳକୁ ଚାଲିଯାଆନ୍ତି । ନିଜର ଜ୍ଞାନକୁ ପ୍ରତିପାଦିତ କରିବା ପାଇଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଯୁକ୍ତିତର୍କ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଆନ୍ତର ଶାନ୍ତି, ନୀରବତା ଓ ସମତା ନଷ୍ଟ ହୁଏ ଯାହାକି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କୁ ସମ୍ମୁଖରେ ଧାରଣ କରିବାର ଏକାନ୍ତ ଦରକାରୀ ଆଧାର । ପରିଶେଷରେ ଯେତେବେଳେ ଆମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତିର ପରୀକ୍ଷା ଦେବାକୁ ପଡ଼େ ସେତେବେଳେ ହୁଏତ ଆମେ ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର କବଳରେ ପୁଣି ପଡ଼ିଯାଉ ଓ ଆମର ଶାନ୍ତି ଓ ସମତା ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ପଥରେ ଅନେକ ପ୍ରଲୋଭନ ଆସିବ । ନିଜକୁ ନିର୍ବିକାର, ଶାନ୍ତ, ସ୍ଥିର ରଖି ନ ପାରିଲେ ଆମେ ପୁଣି କାମନା ବାସନାର ସୁଅରେ ପଡ଼ିଯାଉ ଏବଂ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅନ୍ତରାଳରେ ରହିଯାଆନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସମ୍ମୁଖରେ ଥାଆନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଆମର ମନ-ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ଏହା ସହିତ ଏକାତ୍ମ କରି ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ସୁଯୋଗ ହରାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହି ସୁଯୋଗ ସର୍ବଦା ପାଇବା ସହଜ କଥା ନୁହେଁ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ମନକୁ ପରିଚାଳନା କରେ, ତେବେ ମନ ଚୈତ୍ୟ ଧାରାରେ କାମ କରିବ । ସେତେବେଳେ ଏହି ମନ ଏକ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ମନ, ସଂପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଯଥାର୍ଥ କଥା ଯଥାର୍ଥ ଢଙ୍ଗରେ କରିଥାଏ । (MCW. Vol. 7, P. 144) ସେହିପରି ପ୍ରାଣ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ପ୍ରାଣ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାକୁ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ କରେ, ତେବେ ଏହା ଏକ ଚମତ୍କାର ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇଉଠେ, ଯାହା ଉତ୍ସାହ, ଶକ୍ତି ସାମର୍ଥ୍ୟ, ଉପଲବ୍ଧିର କ୍ଷମତା, ସାହସିକତା, ପ୍ରେରଣାରେ ଭରିଯାଏ ।'' (MCW. Vol. 7, P. - 44)

କେବଳ ଚୈତ୍ୟ ଚେତନାର ଜାଗରଣ ହେଲେ ଆମର ଯଥାର୍ଥ ସାଧନା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ତାହା ସହିତ ଆମ ଚେତନାର ମୁକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ । ଯେଉଁ ପୁରୁଷ ଚେତନା ମନ ଭିତରେ ମନୋମୟ ପୁରୁଷ ଭାବେ, ପ୍ରାଣ ଭିତରେ ପ୍ରାଣମୟ ପୁରୁଷ ଭାବରେ ଓ ଶରୀରରେ ଅନ୍ନମୟ ପୁରୁଷ ଭାବେ ବନ୍ଧା ପଡ଼ିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ମୁକ୍ତ ନ କଲା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରିବୁ ନାହିଁ ବା ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରେ ଆମର ବିଶାଳତା, ଆମର ଅସ୍ତିତ୍ୱର ଅନୁଭୂତି ପାଇ ପାରିବୁ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି :

''ଯଥାର୍ଥ ସତ୍ତା ତା'ର ଗୋଟିଏ କିଂବା ଉଭୟ ଦିଗରୁ ଯଥା ଆତ୍ମନ୍ ବା ଆତ୍ମା କିଂବା ଅନ୍ତରାତ୍ମା, ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା, ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ରୂପେ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇ ପାରନ୍ତି । ଏଥିରେ ତଫାତ୍ ହେଲା ତାହା ହେଉଛି ଗୋଟିକୁ ବିଶ୍ୱଗତ ଭାବେ ଓ ଅନ୍ୟଟିକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବେ ।

ଯାହାକି ମନ, ପ୍ରାଣ ଏବଂ ଶରୀରକୁ ଧାରଣ କରିଥାଏ, ସେହିଭଳି ଅନୁଭବ କରାଯାଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଆତ୍ମନକୁ ଅନୁଭବ କର ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଅନୁଭବ କର ଏହା ସବୁକିଛିଠାରୁ ଅଲଗା, ସ୍ୱୟଂସ୍ଥିତ, ଅନାସକ୍ତଭାବେ ରହିଛି । ଏହି ଅନୁଭୂତ ଶୁଖିଲା ନଡ଼ିଆ ସହ ତୁଳନା କରାଯାଇପାରେ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାକୁ ଅନୁଭବ କର, ଏହା ସେପରି ନୁହେଁ, ଏହା ତୁମକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଯୁକ୍ତ ହେବା ଓ ତାଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ହେବାର ଏବଂ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହେବାର ବୋଧ ଆଣି ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରକୃତିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାରେ ନିଜ ଭିତରେ ଓ ନିଜର ଯଥାର୍ଥ ମନ, ଯଥାର୍ଥ ପ୍ରାଣ ଓ ଯଥାର୍ଥ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ପୃଥକ୍ ଭାବେ ଚିହ୍ନିବାର କ୍ଷମତା ଦେଇଥାଏ । ଉଭୟ ଅନୁଭୂତି ଯୋଗ ପାଇଁ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

'' 'ମୁଁ' ଭାବ ବା କ୍ଷୁଦ୍ର ଅହଂ ପ୍ରକୃତି ଦ୍ୱାରା ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଏବଂ ଯୁଗପତ୍ ଏହା ଏକ ମାନସିକ, ପ୍ରାଣିକ ଓ ଶାରୀରିକ ରୂପାୟନ ଯାହାକି ବାହ୍ୟ ଚେତନା ଓ ତା'ର କ୍ରିୟାଶୀଳତାକୁ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତତା ଓ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତ ସତ୍ତାକୁ ଆବିଷ୍କାର କରାଯାଏ ସେତେବେଳେ ଏହି ଅହଂର ଆଉ ଦରକାର ହୋଇ ନ ଥାଏ ଓ ଏହି ଗଠନକୁ ବିଦାୟ ନେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ – ଏହା ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରକୃତ ସତ୍ତାକୁ ଅନୁଭବ କରାଯାଏ ।'' (*Letters On Yoga* -P - 278)

''ଯେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସାମନାରେ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସାଧନା ସ୍ୱାଭାବିକ ଓ ସହଜ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହା କେବଳ ସମୟ ଓ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଅଥବା ପ୍ରାଣ ଅଥବା ଶରୀର ଉପରକୁ ରହି ଥାଆନ୍ତି ସେତେବେଳେ ସାଧନା ହୋଇଥାଏ ଏକ ତପସ୍ୟା ଓ ସଂଘର୍ଷ ।''

(*The Psychic Being,* P. - 120) — ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ବା ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ସାଧନା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ ବା ଏହାର ସିଦ୍ଧି ଅଳ୍ପ ସମୟ ଭିତରେ ହେବାର ଆଶା କରିବା ମଧ୍ୟ ବୃଥା । ଯେତେବେଳେ ଆମର ଶରୀର ଚେତନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚୈତ୍ୟ ଗୁଣ ଧର୍ମରେ ଦୀକ୍ଷିତ ହୁଏ ତା'ପରଠାରୁ ଅନ୍ତତଃ ତିନି ଶତ ବର୍ଷ ଲାଗିପାରେ ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର । ଏହି ପଥରେ ଯାତ୍ରା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ମା' କହୁଛନ୍ତି, ''ଏହା ଏକ ଦୁଃସାହସିକ ଅଭିଯାନ ।'' ଏହି ଅଭିଯାନର ପଥରେ ଚାଲିବାହିଁ ଆମର ଆନନ୍ଦ । ଏହି ଅଭିଯାନ କେବଳ ଦିନକର, ମାସକର ବା ବର୍ଷକର କଥା ନୁହେଁ, ଏହା ହୁଏତ ଆମକୁ ଶତ ଶତ ବର୍ଷ ଲାଗିପାରେ । ଅନେକ ଜନ୍ମ ଲାଗିପାରେ । କିନ୍ତୁ ବିଜୟ ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ । ଏହି ଯୋଗର ସାଧକ ହେଲେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍, ସାଧନା ହେଲା ଭଗବାନଙ୍କର ଓ ସିଦ୍ଧି ହେଲେ ସେଇ ଭଗବାନ୍ । ତେଣୁ ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ପାରୁ ଆମେ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଭଗବାନଙ୍କୁ ଆମର ସମସ୍ତ ଭାର ଦେଇଦେବା ଦରକାର । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

କହିଛନ୍ତି ଆମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ହେଲେ ସ୍ୱୟଂ ମା'। ଶ୍ରୀମା' ତାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୂପାନ୍ତର କାମ କରି ଯାଇଛନ୍ତି ତା'ର ସମସ୍ତ ଫଳକୁ ଧାରଣ କରି ଆଜି ସେ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ଶରୀରରେ ବିଦ୍ୟମାନ। ତାଙ୍କ ହାତରେ ଆମ ବାହ୍ୟ ଚେତନା ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ କଲେ ସେ ତାଙ୍କର ଅଧୁରା ରୂପାନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ ଆମ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ କରିପାରିବେ। ତେଣୁ ଆଜି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାକୁ ଜାଗରଣ କରି ତାକୁ ସମ୍ମୁଖରେ ରଖିବା ହେଲା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ପ୍ରଥମ ଓ ପ୍ରଧାନ କାମ। ଏହା କିପରି କରାଯାଇପାରେ ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଅନୁଭୂତି ଏହାର ଜାଗରଣ ଓ ଏହାକୁ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆଣିବା ପ୍ରଧାନତଃ ନିର୍ଭରକରେ ଭଗବାନଙ୍କ ସହ କେତେ ପରିମାଣରେ ତୁମେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିପାରୁଛ, ଭକ୍ତି, ପ୍ରେମ, ନିର୍ଭରତା, ଆତ୍ମଦାନ, ତଥା ପୃଥକକାରୀ ଓ ଆତ୍ମ-ସର୍ବସ୍ୱ ମାନସିକ, ପ୍ରାଣିକ, ଶାରୀରିକ ଅହଂକାରର ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନକୁ ବଜାୟ ରଖି ପାରୁଛ।'' (*The Psychic Being* - p. 119)

ଏହି ଯୋଗର ରୂପାନ୍ତର କାମ ଅତୀବ କଠିନ। ନିଜେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହା ହେଲା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ କଠିନ ଯୋଗ; ଅନେକେ କିଂବା ଅଧିକାଂଶଙ୍କ ଲାଗି ଏହା ଅସମ୍ଭବ ବୋଧ ହେବ।'' ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକତାର ସହିତ ଏହାର ଆଦର୍ଶକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାର, ପଥ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ସମସ୍ତ ବାଧା ବିପତ୍ତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇପାର, ଅତୀତ ଓ ତା'ର ବନ୍ଧନକୁ ପଛକୁ ପକାଇ ଦେଇପାର ଏବଂ ଦିବ୍ୟ ସଂଭାବନା ଲାଗି ସବୁକିଛିକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା ଓ ସବୁକିଛି ବିପଦକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଲାଗି ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଅ ତା'ହେଲେ ତୁମେ ଏହାର ପଶ୍ଚାତରେ ଥିବା ସତ୍ୟକୁ ଉପଲବ୍ଧି ମାଧ୍ୟମରେ ଆବିଷ୍କାର କରିବାର ଆଶା କରିପାର।''

(*Letters On Yoga,* Vol. II, P - 505)

ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଅନୁଭୂତି ବିଷୟରେ '*Notes on the way*' ରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ କହିଛନ୍ତି। ତାଙ୍କ ଶରୀର ଏହି ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଥିଲା। ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ତାଙ୍କୁ ଏହି କାମ କରିବା ପାଇଁ କହି ଯାଇଥିଲେ। ୧୯୭୨ ମସିହା ଏପ୍ରିଲ୍ ୧୩ ତାରିଖରେ ଟିପ୍ପଣୀରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ମାନବତ୍ୱକୁ ରୂପ ଦେବା ପାଇଁ ଅହଂକାରର ଆବଶ୍ୟକତା ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ଏକ ବୃହତ୍ତର ମାନବତ୍ୱ ଏକ ଅତିମାନବତ୍ୱ ନିମନ୍ତେ ପଥ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛୁ। ଅହଂକାରର କାମ ଶେଷ ହୋଇଛି – ଏହା ତା'ର କାମ ଭଲ ଭାବରେ କରିପାରିଛି, ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହା ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହେବା ଦରକାର। ଏବଂ ଏହା ହେଲା ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଯାହାକି ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି, ସେ ରହିବ ଏବଂ ଏହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବ (ଅତିମାନବ) ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବ। ତେଣୁ ଆମକୁ ଶିଖିବାକୁ ହେବ ଆମର ସକଳ

ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଚାରି ପାଖରେ କିପରି ଏକତ୍ରିତ କରିବୁ । ଯେଉଁମାନେ ଅତିମାନବତ୍ୱରେ ପଦାର୍ପଣ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ସେମାନେ ତାଙ୍କର ଅହଂକାରରୁ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ମୁକ୍ତ ହେବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ସେମାନେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଚାରି ପାଖେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହେବା ଉଚିତ ।''

ଯୁଗ ଅବତାର : ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ଗୀତାରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହୁଛନ୍ତି :

ପରିତ୍ରାଣାୟ ସାଧୂନାଂ ବିନାଶାୟ ଚ ଦୁଷ୍କୃତାମ୍ ।
ଧର୍ମ ସଂସ୍ଥାପନାର୍ଥାୟ ସମ୍ଭବାମି ଯୁଗେ ଯୁଗେ ॥

ଭଗବାନ୍ ପାପୀକୁ ଧ୍ୱଂସ କରି ସାଧୁମାନଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରି ଧର୍ମ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ବାରଂବାର ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି ଅବତାର ରୂପେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କୌଣସି ଏକ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ନୀତି ନିୟମ ଯୁକ୍ତ ଧର୍ମ ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ଆସି ନ ଥିଲେ । ଧର୍ମ ଅର୍ଥ ସେ ଏଠାରେ 'ସତ୍ୟ' ଅର୍ଥରେ କହିଛନ୍ତି । ସେ ସତ୍ୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ଆସିଥିଲେ – ବୈଷ୍ଣବ ଧର୍ମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ପାଇଁ ନୁହେଁ – ଯେଉଁ ସତ୍ୟ ସାର୍ବଜନୀନ, ଯାହାକି ଗୀତାର ସତ୍ୟ ।

ଆଜି ଧର୍ମର ଯୁଗ ଶେଷ ହୋଇଛି । ଧର୍ମ, ଧର୍ମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ବିଭେଦ ଓ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣତା ଭରି ରହିଛି ତାହା ମଣିଷକୁ କେବେହେଲେ ଆମର କଳ୍ପିତ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷରେ ପରିଣତ କରିପାରିବ ନାହିଁ । କୌଣସି ନୀତିନିୟମ ମଣିଷକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ବେଶୀ ଦୂର ନେଇଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଥରେ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ପରମ ହଂସ କହିଥିଲେ – ''ଆଜି ତୁମେ ମାତ୍ର କେତୋଟି ଧର୍ମକୁ ନେଇ କଳି ତକରାଳ କରୁଛ କିନ୍ତୁ ଦିନ ଆସୁଛି ଯେତେବେଳେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ପାଇଁ ଏକ ଏକ ଧର୍ମ ହେବ ।'' ଆଜି ସେଦିନ ଆସି ଯାଇଛି । ନୀତିନିୟମସବୁ ଭୁଶୁଡ଼ି ପଡ଼ିଛି । ମଣିଷର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ବିକାଶ ହୋଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ଏକ ଧର୍ମ, ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହିଛି । ଏହାହିଁ ହେଲା ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷର ସ୍ୱ-ଧର୍ମ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ନିଜ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରେରଣାକୁ ଅନୁସରଣ କରିବାହିଁ ତା'ର ନିଜସ୍ୱ ଧର୍ମ । ସ୍ୱ-ଧର୍ମକୁ ଲୋକମାନେ ସାଧାରଣତଃ ବାହ୍ୟ ଧର୍ମ ବା ସଂପ୍ରଦାୟ ରୂପେ ବୁଝନ୍ତି । କହି ଥାଆନ୍ତି ''ସ୍ୱଧର୍ମେ ନିଧନ ଶ୍ରେୟଃ ପରଧର୍ମ ଭୟାବହ ।'' ଏହି ଶ୍ଲୋକର ଅର୍ଥକୁ ଭୁଲ୍ ଅର୍ଥ କରି ସଂପ୍ରଦାୟ ବା ଧର୍ମ ନ ଛାଡ଼ିବାର ଭୟ ଦେଖାଇ ଥାଆନ୍ତି । ମଣିଷର ଯେତେବେଳେ ତା'ର ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ ବା ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଚାଲିବା ଧିମେଇ ଯାଏ ବା ସେ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଯୁଗାବତାର ଏ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରି ତାକୁ ପୁଣି ନୂତନ ଶକ୍ତି, ନୂତନ ଚେତନା ଦେଇ ନୂତନ ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶନ

କରନ୍ତି । ତ୍ରେତା ଯୁଗର ଅବତାର ରାମ-ସୀତା ସାତ୍ତ୍ୱିକ ମନକୁ ଅବତରଣ କରାଇ ମଣିଷକୁ ନୀତିନିୟମର ରାସ୍ତା ଦେଖାଇ ତାକୁ ସତ୍ ପଥରେ ଚାଲିବାର ପ୍ରେରଣା ଦେଲେ । ଦ୍ୱାପର ଯୁଗରେ ରାଧା-କୃଷ୍ଣ ଯୁଗଳ ଅବତାର ଅଧିମାନସ ଚେତନାକୁ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରାଇ ମଣିଷକୁ ସତ୍ୟ-ବ୍ରତୀ କରାଇଲେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମ ମାଧ୍ୟମରେ ସତ୍ୟକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ପ୍ରେରଣା ଦେଲେ ।

ଅଧିମାନସ ଚେତନା ଅବତରଣ କଲାପରେ ତା'ର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଚେତନା ହେଲା ଅତିମାନସ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପରେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଏହି କଳିଯୁଗରେ ଅନେକ ଅବତାର ଆସିଛନ୍ତି ମଣିଷକୁ ପଥ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ । ଯଥା : ବୁଦ୍ଧ, ଯିଶୁ, ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ ଦେବ ଇତ୍ୟାଦି । କିନ୍ତୁ ଏମାନେ ଏହି ଅତିମାନସର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଅବତରଣ କରାଇ ନ ଥିଲେ । ସେମାନେ ଅତିମାନସ ଚେତନାର ଅବତରଣ ପାଇଁ କିଛି ପ୍ରସ୍ତୁତି କାମ କରି ଯାଇଛନ୍ତି । ଯଥା : ମୁକ୍ତିର ପ୍ରତିଷ୍ଠା, ବୈଷ୍ଣବ ଭକ୍ତିର ପ୍ରତିଷ୍ଠା; ଧର୍ମ ଧର୍ମ, ମଧ୍ୟରେ କିଛିଟା ସମନ୍ୱୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଆଦି କାମ ।

ମଣିଷ ଏହି କଳିଯୁଗରେ କଳିର ପ୍ରଭାବରେ ଧର୍ମ ଓ ସତ୍ୟଠାରୁ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ ହୋଇ ଅନ୍ୟାୟ, ଅତ୍ୟାଚାର, ମିଥ୍ୟାଚାର, ଠକାମି, ଭଣ୍ଡାମି, ଆଳସ୍ୟ, ତାମସିକତା ଆଦି ଗୁଣରେ ଲିପ୍ତ ରହିଲା । ମନେହୁଏ ପୃଥିବୀ ଧ୍ୱଂସ ମୁଖକୁ ଗତି କରୁଛି । ମଣିଷ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇ ପଡ଼ିଲା । ଏହି ଅପାରଗ ଦୁର୍ବଳ ମଣିଷକୁ ତା'ର ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟାଇ ତାକୁ ଏହି ଅତିମାନସର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଉଠାଇ ନେବା ପାଇଁ ଯୁଗାବତାର ଅର୍ଥାତ୍ କଳ୍କିଅବତାର ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପରେ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଜନ୍ମ ନେଲେ । ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ବିଚ୍ଛୁରିତ କଲେ । ଏହି ଅତିମାନସ କେବଳ ଏକ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ଚେତନା ନୁହେଁ । ଏହା ପରମ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ-ଚେତନା । ଏହା ମଣିଷ ପାଇଁ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ବା ଭଗବାନ୍ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ଚେତନାର ସନ୍ଧାନ କରି, ଏହା ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ଏହାକୁ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ତଥା ମଣିଷର ଶରୀର ଚେତନାରେ ଅବତରଣ କରାଇବା ପାଇଁ କଠୋର ସାଧନା କରିଯାଇଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା କେବେହେଲେ ନିଜ ପାଇଁ ନ ଥିଲା । ତାଙ୍କର କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଇଚ୍ଛା ବା କାମନା ନ ଥିଲା । ଏବିଷୟରେ ସେ ନିଜେ କହିଛନ୍ତି : ''ନିଜେ ଅତିମାନସକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ମୋର କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଇଚ୍ଛା ନାହିଁ – ମୋ ନିଜ ପାଇଁ ମୁଁ କିଛି ବି କରୁ ନାହିଁ, କାରଣ ମୋର କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚାହିଦା ନାହିଁ, ମୋକ୍ଷ ନୁହେଁ ବା ଅତିମାନବ ହୋଇଯିବା ନୁହେଁ । ମୁଁ ଅତିମାନସକୁ ଚାହୁଁଛି କାରଣ କେବଳ ପୃଥିବୀଚେତନା ପାଇଁ ଏହା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ,... ।''

(Sri Aurobindo on Himself and on the Mother, p. 216)

ଏହି ସାଧନା କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମରୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣହିଁ ତାଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରି ଆସିଛନ୍ତି । ଶରୀରଚେତନାରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅଧିମାନସ ଚେତନା ପ୍ରଥମେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନ ହେଲେ ଅତିମାନସକୁ ଅବତରଣ କରାଇବା ସହଜ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ସ୍ୱୟଂ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ୧୯୨୬ ମସିହା ନଭେମ୍ବର ୨୪ ତାରିଖରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅବତରଣ କରିଥିଲେ – ଯାହାକୁ ଆମେ ସିଦ୍ଧି ଦିବସ ବୋଲି ମାନି ଆସୁଛୁ । ଏହାପରେ ଅତିମାନସକୁ ଶରୀର ଚେତନାରେ ଅବତରଣ କରିବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଦୀର୍ଘ ୨୪ ବର୍ଷ ତପସ୍ୟା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆଧାର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅବତରଣର ଆଧାର ଥିଲା । ସେଥିପାଇଁ ମା' ତାଙ୍କର ଚାରି ବର୍ଷ ବୟସରେ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ବରାବର ଦେଖିଥିଲେ ତାଙ୍କର ରୂପ ଥିଲା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର । କିନ୍ତୁ ମା' ତାଙ୍କୁ କୃଷ୍ଣ ବୋଲି ଆଖ୍ୟା ଦେଇଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସହିତ ଏକ ହୋଇ ଯିବାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏକ । ଏ ଦୁହିଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଏବଂ ତାଙ୍କର ସତ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦୁଇ ଯୁଗ ପାଇଁ ଅଲଗା । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କେବେହେଲେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର କଥା କହି ନାହାନ୍ତି । ବୁଦ୍ଧ, ଶଙ୍କର ଏବଂ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଏହି ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ବିଷୟରେ କୌଣସି ଧାରଣା ନ ଥିଲା । ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଧାନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଥିଲା ମୁକ୍ତି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଶିଖାଇଲେ କର୍ମ ବନ୍ଧନରୁ କିପରି ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଜେ କହିଛନ୍ତି :

''ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅତିମାନସ ଚେତନାର ଆଲୋକ ନୁହନ୍ତି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅବତରଣର ଅର୍ଥ ହେଲା ଅଧିମାନସ ଚେତନାର ଦେବତ୍ୱର ଅବତରଣ ଯାହା ଅତିମାନସ ଓ ଆନନ୍ଦ ଚେତନାର ଅବତରଣର ପ୍ରସ୍ତୁତି, ଯଦିଓ ପ୍ରକୃତରେ ସେ ନିଜେ ଏହି ପ୍ରସ୍ତୁତି କାମ କରି ନ ଥାଏ ।'' (Sri Aurobindo on Himself and on the Mother, p. 208)

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଅବତାରତ୍ୱ ବିଷୟରେ ମା'ଙ୍କୁ ପଚରାଯାଇଥିଲା :

ପ୍ରଶ୍ନ : ''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଧ୍ୟ କହନ୍ତି କେବଳ କଳିଯୁଗରେହିଁ ଭଗବାନ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଅନ୍ତି କାରଣ ମଣିଷ ଏହି ଯୁଗରେ ମହାବିପଦର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଏ । ଏବଂ ସେ (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) ଏଠାରେ ଅଛନ୍ତି ! ସେ ନିଜେ ମହାନ୍ ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟକୁ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଭଗବାନ୍ ଭାରତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେହିଁ ଯେ ଏହି ପ୍ରକାଶ ଏକଥା ନ କହିବା ତାଙ୍କ ବିନମ୍ରତାର ପରିଚୟ ।''

ଉତ୍ତର : ''ଯେଉଁମାନେ କର୍ମ ସମ୍ପାଦନ କରନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ନିଜକୁ ଦେଖାଇ ହେବାର ସ୍ୱଭାବ ନ ଥାଏ । ସେମାନେ ନିଜ ଶକ୍ତିକୁ ସଞ୍ଚିତ କରି ରଖନ୍ତି ତାଙ୍କ କାମ ପାଇଁ ଏବଂ ଏହାର ମହାନ୍ ଫଳକୁ ଚିରନ୍ତନ ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ଛାଡ଼ିଦିଅନ୍ତି ।''

(MCW - 16, p. 270)

''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଏକ ପ୍ରତିରୂପ (ଅବତାର), ଯେ କି ଅତିମାନସର

ଏକ ନୂତନ ଜାତି ଓ ଏକ ନୂତନ ଜଗତର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ଘୋଷଣା କରିବାକୁ ଏହି ପୃଥିବୀ-ପୃଷ୍ଠକୁ ଆସିଥିଲେ ।''
– ଶ୍ରୀମା (17 June - 1972)

ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ସିଧା ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରା ଯାଇଥିଲା :

ପ୍ରଶ୍ନ : ମୋର ପ୍ରଗାଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ଯେ ଆପଣ ଭଗବାନଙ୍କ ଅବତାର । ମୁଁ ଠିକ୍ ତ ?

ଉତ୍ତର : ତୁମର ବିଶ୍ୱାସକୁ ଅନୁସରଣ କର – ସମ୍ଭବତଃ ଏହା ତୁମକୁ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ କରିବ ନାହିଁ ।
– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (SABCL - 26, p. 150 - 151)

ମା'ଙ୍କ ଅବତାର ବିଷୟରେ ଯେତେବେଳେ ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲା ସେ ଉତ୍ତର ଦେଲେ : ''ମୋର ଅବତାର ବିଷୟରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଏ ବିଷୟରେ ମଣିଷଙ୍କ ମତାମତର କୌଣସି ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଥାଏ କି ?

''ମୁଁ ଯଦି ନୁହେଁ (ଜଣେ ଅବତାର) ତେବେ ଶତ ଶତ ଭକ୍ତଙ୍କ ବିଶ୍ୱାସ ମୋତେ ଏହା କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ଯଦି ମୁଁ ଜଣେ ଅବତାର ହୋଇଥାଏ ତେବେ ସାରା ପୃଥିବୀ ଅମାନ୍ୟ କଲେ ବି ଏହା ହେବା ପାଇଁ କେହି ମୋତେ ବାଧାଦେଇ ପାରିବେ ନାହିଁ ।''
(MCW - 13, p. 50)

''ପୃଥିବୀ ସୃଷ୍ଟିର ମୂଳରୁ ଯେତେବେଳେ ଏବଂ ଯେଉଁଠି ଚେତନାର ଏକ ରଶ୍ମି ପରିପ୍ରକାଶର ସମ୍ଭାବନା ଦେଖାଦେଇଛି, ମୁଁ ସେଠାରେ ଥିଲି ।''

(The Mother on Herself, p. 41)

ଶ୍ରୀମା ବଜ୍ର ଗମ୍ଭୀର କଣ୍ଠରେ କହିଛନ୍ତି : ''ପୃଥିବୀ ଇତିହାସରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯାହାର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରନ୍ତି, ତାହା ଏକ ଶିକ୍ଷା ନୁହେଁ, ଏପରିକି ଏକ ପ୍ରକାଶ ନୁହେଁ, ଏହା ହେଲା ପରମଙ୍କଠାରୁ ସିଧାସଳଖ ଆସିଥିବା ଏକ ପ୍ରଚଣ୍ଡ କ୍ରିୟା ।'' (MCW - 13, p. 4)

ମନୁଷ୍ୟ ମନର କ୍ଷୁଦ୍ର ବୁଦ୍ଧି ଦେଇ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଚିହ୍ନିବା ଅସମ୍ଭବ । ସେଥିପାଇଁ ତାଙ୍କରି କରୁଣା ଓ ଦୟା ଦେଇ ସେମାନେ ନିଜ ନିଜକୁ ଚିହ୍ନାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ମା' ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଭେଟିଲେ, ତା'ପର ଦିନ 'ଧ୍ୟାନ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା'ରେ ୩୦ ମାର୍ଚ୍ଚ ୧୯୧୪ରେ ସେ ଲେଖିଛନ୍ତି : ''ଶତ ଶତ ଜୀବ ଯଦି ଗାଢ଼ତମ ଅଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟରେ ବୁଡି ରହିଥା'ନ୍ତି ସେଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । କାଲି ମୁଁ ଯାହାଙ୍କୁ ଦେଖିଲି ସେ ପୃଥିବୀ ଉପରେ ଦିବ୍ୟମାନ । ତାଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତିହିଁ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣ ଯେ ଏପରି ଏକ ଦିନ ଆସିବ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ଧକାର ଆଲୋକରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେବ, ହେ ପ୍ରଭୁ, ତୁମର ରାଜତ୍ୱ ଯଥାର୍ଥରେ ପୃଥିବୀ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ ।''

ମା'ଙ୍କର ଶରୀର ଧାରଣର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ବିଷୟରେ ଅଗଷ୍ଟ ୧୩ ତାରିଖ ୧୯୩୩ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି : ''ତାଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଧାରଣ ପୃଥିବୀ ଚେତନା ଲାଗି

ଅତିମାନସକୁ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଗ୍ରହଣ ଓ ସେଥିଲାଗି ସମ୍ଭାବ୍ୟ ପ୍ରାଥମିକ ରୂପାନ୍ତର ସାଧନାର ଏକ ସୁଯୋଗ । ପରେ ପୁଣି ଅତିମାନସ ଦ୍ୱାରା ଆହୁରି ରୂପାନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ ଘଟିତ ହେବ...''

(Sri Aurobindo on the Mother, p. 434)

ମା' ବହିରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମା'ଙ୍କର ଚାରି ମହାଶକ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ଚେତନା ଓ ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ବିଷୟରେ ପୁଙ୍ଖାନୁପୁଙ୍ଖ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ମା' ବହି ଉପରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଯେଉଁ ପ୍ରଶ୍ନ କରାଯାଇଥିଲା ଓ ଯେଉଁ ଉତ୍ତର ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଦେଇଥିଲେ ତାହା ଏଠାରେ ଉଦ୍ଧୃତ କରାଗଲା :

ପ୍ରଶ୍ନ : ''ଆପଣ ମା' ବହିରେ ଯେଉଁ ମା'ଙ୍କ କଥା କହିଛନ୍ତି, ସେ ଆମର ଏହି ଶ୍ରୀମା' କି ?

ଉତ୍ତର : ହଁ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ''ସିଏ କ'ଣ ସେହି ''ବ୍ୟକ୍ତିଗତ'' ଦିବ୍ୟଜନନୀ ନୁହନ୍ତି ଯିଏକି 'ବିଶ୍ୱାତୀତ ଓ ବିଶ୍ୱଗତ ଏହି ଦୁଇ ମହାଶକ୍ତିକୁ ବିଶାଳତମ ଭାବେ ଧାରଣ କରିଛନ୍ତି' ?''

ଉତ୍ତର : ହଁ ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ''ସେ କ'ଣ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏଠାରେ ଅନ୍ଧକାର, ମିଥ୍ୟାଚାର ଓ ଭୁଲ୍ ଭ୍ରାନ୍ତି ଓ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟକୁ ଅବତରଣ କରି ନାହାନ୍ତି ଆମକୁ ତାଙ୍କର ଗଭୀର ଓ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ପ୍ରେମ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ?

ଉତ୍ତର : ହଁ ।

''ମା' ପିଲାଦିନୁ ଆନ୍ତର ଚେତନାରେ ମଣିଷମାନଙ୍କ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିଲେ ?''

(SABCL - 25, p. 47 -48)

ପୁରାଣରେ ଯେଉଁ କଲ୍‌କିଅବତାରର ବର୍ଣ୍ଣନା ଦିଆଯାଇଛି ତାହା ହେଲା କଲ୍‌କିଅବତାର ଧଳା ଓ କଳା ଅଶ୍ୱ ପୃଷ୍ଠରେ ଆରୋହଣ କରି ଖଡ୍ଗ ହସ୍ତରେ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ବିଚରଣ କରି ଅସତ୍ୟ ଆଚରଣ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ସଂହାର କରିବେ ଏବଂ ଶେଷରେ ସତ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ପୁରାଣର କଲ୍‌କିଅବତାରଙ୍କ ରୂପ ବର୍ଣ୍ଣନାକୁ ପ୍ରତୀକ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ଆମକୁ ବୁଝିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଅଶ୍ୱ ଅର୍ଥ ଶକ୍ତି । କଳା ଘୋଡ଼ା ନିଶ୍ଚେତନାର ସୁପ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ବୁଝାଉଛି । ଧଳା ଘୋଡ଼ା ପରମା ମାତୃ ଶକ୍ତିକୁ ବୁଝାଉଛି । ଏହି ଦୁଇଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ରଚନା କରୁଛନ୍ତି ଅତିମାନସର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଖଡ୍ଗ ହସ୍ତରେ ପୃଥିବୀ ଭ୍ରମଣ କରି ପାପୀମାନଙ୍କୁ ବିନାଶ କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥିଲା । ସେମାନେ ନିଜ ଘରେ ବସି ସାରା ପୃଥିବୀର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରୁଥିଲେ । ସମସ୍ତ ଯୁଦ୍ଧର ପରିଚାଳନା କରୁଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଦୁଷ୍ଟ ଦଳନ ପାଇଁ ନିଜକୁ ଯୁଦ୍ଧ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ନିଜ ହାତରେ ଅସୁରଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରି

ତାଙ୍କୁ ଧ୍ୱଂସ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଦୁଷ୍ଟ ଦଳନ ପାଇଁ ନିଜ ଘରୁ ପାଦେ ମଧ୍ୟ ବାହାରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ପଡ଼ି ନ ଥିଲା । ମା' ନିଜେ କହିଛନ୍ତି ପୃଥିବୀକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେଲେ ତୁମ ଶରୀର ଭିତରେ ତାହା କରିପାରିବ । ଶରୀର ହେଲା ସାରା ବିଶ୍ୱର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ (Control room) । ଅତଏବ ଘରେ ବସି ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ବିଶ୍ୱ ଯୁଦ୍ଧ ପରିଚାଳନା କରୁଥିଲେ । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ତୁମକୁ ଆଉ ଥରେ ନିଶ୍ଚିତ କରିଦେଉଛି ଯେ ଏହି ଯୁଦ୍ଧ (ଦ୍ୱିତୀୟ ମହାସମର) ମା'ଙ୍କର ଯୁଦ୍ଧ । ତୁମେ ଭାବିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ଯେ ଏହି ଯୁଦ୍ଧ କେବଳ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଦେଶ ଆଉ କେତେକ ଦେଶ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରୁଛନ୍ତି; ଏହି ଯୁଦ୍ଧ ଚାଲୁଛି ଏହି ପୃଥିବୀର ମଣିଷ ଜାତି ପାଇଁ ଏକ ଆଦର୍ଶର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ, ଏକ ସତ୍ୟ ଯାହାକି ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକାଶିତ କରିବ ଅନ୍ଧକାର ଓ ମିଥ୍ୟାଚାର ବିରୋଧରେ ଯାହାକି ସାରା ପୃଥିବୀକୁ ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଗ୍ରାସ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛି ।'' (Golden Chain, Aug-2007, p. 19) (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏକ ଚିଠିରେ ୨୯-୭-୧୯୪୨) ଯେପରି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଯନ୍ତ୍ର କରି ମହାଭାରତ ଯୁଦ୍ଧ ଲଢୁଥିଲେ ସେହିପରି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଚର୍ଚ୍ଚିଲଙ୍କୁ ଯନ୍ତ୍ର କରି ଦ୍ୱିତୀୟ ମହାସମର ଲଢୁଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ଚର୍ଚ୍ଚିଲଙ୍କ ମୁଖରୁ ଯେଉଁ ବକ୍ତୃତା ବାହାରୁଥିଲା ତାହା ଥିଲା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବାଣୀ । ଏହି ଯୁଦ୍ଧର ଶେଷରେ ମା' ହିଟ୍‌ଲର୍ ଭଳି ମହାଅସୁରକୁ ଛଳକରି ମାରିଥିଲେ ।

ଖାଲି ଏତିକି ନୁହେଁ ପରେ ଭାରତକୁ ଚାଇନା ଆକ୍ରମଣ କଲାବେଳେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ଅଗ୍ରଗତିକୁ ମା'ହିଁ ବନ୍ଦ କରିଥିଲେ । ପୂର୍ବ ପାକିସ୍ତାନ ଓ ଭାରତର ଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ ମା'ଙ୍କର କାଳିଶକ୍ତିହିଁ ସେମାନଙ୍କୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା । ଏହି ହେଲେ କଲ୍‌କିଅବତାର । ନୀରବ-ନିଃଶବ୍ଦରେ ଏତେସବୁ କରି ନୂତନ ଯୁଗ ରଚନାର ମୂଳଦୁଆ ପକାଇଗଲେ । ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ମହାନତା ବିଷୟରେ ଆମେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାକୁ ଗଲେ ତାହା ହେବ ସମୁଦ୍ରକୁ ଶଂଖେ ପାଣି ପରି । ବୁଦ୍ଧି ବିଚାର ଦେଇ ମା'ଙ୍କର ମହାନତାକୁ ଜାଣି, ପରେ ତାଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିବୁ – ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ପ୍ରକୃତ ବିଶ୍ୱାସ ନୁହେଁ । ମା'ଙ୍କୁ ଦେଖିଲା ମାତ୍ରେ, ତାଙ୍କ ଫଟୋକୁ ଚାହିଁଲା ମାତ୍ରେ ମା' ଯେ ଦିବ୍ୟ ଜନନୀ ଯେ କି ଆମର ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ (ଆମ ଆତ୍ମାର) – ଏ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଭାବରେ ଆସିଥାଏ । ସେ ଯେ ଆମର ସମସ୍ତ ଭାର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ଏ ବିଷୟରେ ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ରହିବା ଦରକାର ।

ଆଜି ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଉଭୟେ ପୁଣି ଅନ୍ତରାଳକୁ ଚାଲିଯାଇ ତାଙ୍କର କାମ ବଜାୟ ରଖିଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ମଣିଷ ରୂପ ନେଇ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସିଥିଲେ ଭଗବାନଙ୍କ ସମସ୍ତ ବୈଭବ, ସମସ୍ତ କୃପା ଅଜାଡ଼ି ଦେବା ପାଇଁ । ସେମାନେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଯାହା ଦେଇଛନ୍ତି ତାହା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ । ଆଜି ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ତିରୋଧାନ ପରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଜାଣୁଛନ୍ତି,

ତାଙ୍କର ଆଦର୍ଶ ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ଆଦର୍ଶ ପ୍ରସାରଣର ସମ୍ଭାବନା ବିଷୟରେ ଦେଶବନ୍ଧୁ ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନ ଦାସ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବିଚାରର ସମାପ୍ତି-ବକ୍ତୃତାରେ କହିଛନ୍ତି । ସତେ – ଅବା ମା' ସରସ୍ୱତୀ ତାଙ୍କ କଣ୍ଠରେ ବିରାଜିତ ହୋଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବିଷୟରେ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ବାଣୀ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଶୁଣାଇଲେ । ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି ବାଦବିବାଦ ନୀରବତା ଭିତରେ ନିଶ୍ଚଳ ହୋଇଯିବାର ବହୁ ପରେ, ଏହି ବିକ୍ଷୋଭ, ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନ ବନ୍ଦ ହେବାର ବହୁ ପରେ ତାଙ୍କର (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ) ଏହି ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରୁ ତିରୋଧାନ ହେବାର ବହୁ ପରେ ତାଙ୍କୁ ଜଣେ ଦେଶପ୍ରେମର କବି ରୂପେ, ଜାତୀୟତାର ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶକ ରୂପେ ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟଜାତିର ଶୁଭାକାଂକ୍ଷୀ ରୂପେ ଗଣ୍ୟ କରାଯିବ । ତାଙ୍କ ତିରୋଧାନର ବହୁ ପରେ ତାଙ୍କ ବାଣୀ କେବଳ ଭାରତବର୍ଷରେ ନୁହେଁ ଦୂରଦୂରାନ୍ତ ସମୁଦ୍ର ପାରି ଦେଶ ଦେଶାନ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ଧ୍ୱନିତ ଓ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିତ ହେବାରେ ଲାଗିବ ।''

ଠିକ୍ ସେହିପରି ମା'ଙ୍କ ତିରୋଧାନ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମର ପୂଜ୍ୟ ପ୍ରପତ୍ତି ପୁରୀର ଶୈଳବାଳା ସ୍କୁଲ୍ର ପାଠଚକ୍ରରେ ତାଙ୍କ ବକ୍ତୃତାରେ କହିଥିଲେ, ଠିକ୍ ନଭେମ୍ବର ୧୭ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟା ୭ ଟା ୧୫ରେ । ସେ ଯେଉଁ କଥା କହିଥିଲେ ଏ ଲେଖକ ସେଠାରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥାଇ ଶୁଣିବାକୁ ପାଇଥିଲା । ସେ କହିଛନ୍ତି : ''ମା'- ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସାରା ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ଯେଉଁ ଚେତନା, ଯେଉଁ ସତ୍ୟ, ଯେଉଁ ବାଣୀ ଦେଇଗଲେ ତାହା ସାରା ମାନବ ଜାତିକୁ ଶତ ଶତ ବର୍ଷ ବ୍ୟାପୀ ପରିଚାଳିତ କରିବ – ସେମାନେ (ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) ଏ ପୃଥିବୀରେ ଥାଆନ୍ତୁ ବା ନ ଥାଆନ୍ତୁ ।''

ଆଜି ଆମେ ଯେଉଁମାନେ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଛୁ ତାହା ଆମମାନଙ୍କର ସୌଭାଗ୍ୟ । ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣିତ ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଭାଗ ନେବା ପାଇଁ ମା' ମହାନ୍ ଆତ୍ମାମାନଙ୍କୁ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ଦେବା ପାଇଁ ଆବାହନ କରିଛନ୍ତି । ଆଜି ଆମେ ଯୁଗାବତାରଙ୍କ ସହିତ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଜନ୍ମ ନେଇ ଏହି ମହାନ୍ ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ରାମ ଅବତାର ସମୟରେ ଗୁଣ୍ଡୁଚି ମୂଷା ପରି କିଞ୍ଚିତ୍ କର୍ମ ଅର୍ପଣ କରି ପାରିଲେ ଆମ ଜନ୍ମର ସାର୍ଥକ ହେବ । ଆମେ ଧନ୍ୟ ହେବୁ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମେ ସମସ୍ତେ ଆମ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇଛୁ । ତା' ନ ହେଲେ ଏହି ଜନ୍ମରେ ଆମେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ଆସିପାରି ନ ଥା'ନ୍ତୁ । ଆମେ ଏକ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ଓ ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି ଏ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଜୟ ପାଇଁ ଓ ତାଙ୍କର ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ କାମ କରିଆସିଛୁ ।'' (MCW-3, p. 3) । ଏକଥା କେବଳ ଆଶ୍ରମରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଯେ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ – ତାହା ନୁହେଁ । ଯେଉଁମାନେ ଅନ୍ତରରେ ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଡାକରା ପାଇ ତାଙ୍କ ପାଇଁ କର୍ମ କରୁଛନ୍ତି, ନିଜକୁ ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛନ୍ତି, ଆମର କଳ୍ପିତ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରୁଛନ୍ତି ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଏହି ଦିବ୍ୟ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ।

ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏବେ ବି ଅଛନ୍ତି

ଅସତୋ ମା ସଦ୍‌ଗମୟ
ତମସୋ ମା ଜ୍ୟୋତିର୍ଗମୟ
ମୃତ୍ୟୋର୍ମା ଅମୃତଂ ଗମୟ

ବୈଦିକ ଯୁଗରୁ ମଣିଷଜାତିର ଏହି ଆସ୍ପୃହା ଚାଲି ଆସିଛି । ମଣିଷ ଅସତ୍ୟରୁ ସତ୍ୟ ଦିଗରେ, ଅନ୍ଧକାରରୁ ଆଲୋକ ଦିଗରେ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁରୁ ଅମରତ୍ୱର ଦିଗରେ ଯିବା ପାଇଁ ଚାହିଁ ଆସିଛି । ମଣିଷ ଅମର ହେବାର ବିଶ୍ୱାସକୁ କେବେ ବି ହରାଇ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମଣିଷ ପ୍ରତିଦିନ ହଜାର ହଜାର ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଦେଖି ମଧ୍ୟ ନିଜେ ବଞ୍ଚି ରହିବାକୁ ଚାହେଁ, ଏହାହିଁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ; ଯକ୍ଷ ଯେତେବେଳେ ଯୁଧିଷ୍ଠିରଙ୍କୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କ'ଣ ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ କରିଥିଲେ; ତା'ର ଉତ୍ତରରେ ସେ ଏହା କହିଥିଲେ । ଖାଲି ମଣିଷ କାହିଁକି, ରାକ୍ଷସ, ଅସୁର ସମସ୍ତେ ଏହି ଅମରତ୍ୱ ଚାହାନ୍ତି । ଅସୁରମାନେ ଅମର ହୋଇ ଏ ପୃଥିବୀରେ ତାଙ୍କର ରାଜ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ପାଇଁ ଯୁଗେଯୁଗେ ଚେଷ୍ଟାକରି ଆସିଛନ୍ତି, କିନ୍ତୁ କେହି ବି ଅମର ହୋଇ ପାରି ନାହାନ୍ତି । ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରଥମରେ ଦେବ ଓ ଦାନବ ଯେତେବେଳେ ସମୁଦ୍ର ମନ୍ଥନ କଲେ ସେତେବେଳେ ପ୍ରଥମେ ଉତ୍କଟ ବିଷ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲା ଯାହା ଭଗବାନ୍ ଶିବ ପାନକରି ନୀଳକଣ୍ଠ ହୋଇଗଲେ ଓ ପୃଥିବୀକୁ ଏହି ବିଷର କବଳରୁ ବଞ୍ଚାଇଲେ । ପରେ ଏହି ମନ୍ଥନରୁ ଅବଶ୍ୟ ଅମୃତ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏହି ଅମୃତକୁ ଅନଧିକାରୀ ଅସୁର ବା ଦାନବମାନଙ୍କୁ ଦିଆ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ଅମରତ୍ୱର ଚାବିକୁ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଯୁଗର ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ଏହାର ପ୍ରକୃତ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଋଷିମାନେ ରଖିଯାଇଥିଲେ ।

ଆଜି ଏହି କଳିଯୁଗରେ ନୂତନ ଜଗତର ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ପୁଣି ଯେଉଁ ମନ୍ଥନ କାମ ଚାଲିଛି ସେଥିରୁ ପ୍ରଥମେ ଯେଉଁ ହଳାହଳ ବିଷ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲା ତାକୁ ଭଗବାନ୍ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପାନ କରି ନିଜ ଶରୀରକୁ ବଳି ଦେଇ ନୂତନ ଅତିମାନସ ଯୁଗର ଆଗମନର ପଥ ସୁଗମ କରିଗଲେ । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଲୋକେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଏ ପୃଥିବୀ ପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କି ମହାନ୍ ଆତ୍ମବଳି ଦେଲେ । ବର୍ଷେ ପୂର୍ବରୁ ମୁଁ ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରୁଥିଲି, ମୁଁ ପ୍ରକାଶ କଲି ଯେ ମୁଁ ଅନୁଭବ କରୁଛି ଯେ ମୋତେ ମୋର ଏହି ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ହେବ । ସେ ଖୁବ୍ ଦୃଢ଼ ସ୍ୱରରେ କହିଲେ, 'ନା, କେବେ ବି ଏହା ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ଯଦି ଏହି ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଦରକାର ପଡ଼େ ତେବେ ମୁଁ ଯିବି, ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ଓ ଆମ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗକୁ ତୁମେହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବ ।'' (MCW 13, p - 8) ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଜାଣିଥିଲେ ମା'ଙ୍କ ଶରୀର ତାଙ୍କ ଶରୀର ଅପେକ୍ଷା ଏହି ରୂପାନ୍ତର କାମ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ବେଶୀ ସକ୍ଷମ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏକ ଚିଠିର ଉତ୍ତରରେ ଲେଖିଛନ୍ତି, ''ମୁଁ କୌଣସି ଉଚ୍ଚତମ ସ୍ୱର୍ଗରେ ରହି କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତ ନୁହେଁ : ଯାହା ମୁଁ ଆଶା କରୁଥିଲି । ବରଂ ଏହା ବସ୍ତୁସକଳର ବିପରୀତ ପ୍ରାନ୍ତ, ଯାହାକି ନର୍କ — ସେଥିରେ ମୋତେ ବୁଡ଼ି ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏହି ଦୁଇଟି କଥା ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସେତୁ ଗଢ଼ିବା ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ତାହା ବି ମଧ୍ୟ ମୋ କାମର ଏକ ଅଙ୍ଗ ଏବଂ ଏହାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।'' (Sri Aurobindo on Himself, pp. 222 - 223) ଏହି ଧରଣର ବିଷୟରେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଚିଠିର ଉତ୍ତର ଦେବାକୁ ଯାଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ତାଙ୍କର ଏକ ଅପ୍ରକାଶିତ କବିତାଂଶ ଉଦ୍ଧୃତ କରିଛନ୍ତି : ପରେ ତାହା *God's Labour* କବିତାରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା ।

''ଯେ ଆଣିବ ସ୍ୱର୍ଗରାଜ୍ୟ ଏହି ରସାତଳେ,
ବୁଡ଼ିବାକୁ ହେବ ତାରେ ନର୍କର ଅତଳେ ।
ସହିବାକୁ ହେବ ତାରେ ଭୂ-ପ୍ରକୃତି ଭାର,
ଚାଲିବାକୁ ହେବ ପଥ ମର୍ମ ଯନ୍ତ୍ରଣାର ।''

(Sri Aurobindo On Himself, P. 222)

ଅତଏବ ଏହି କଳିଯୁଗରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ହେଲେ ନୀଳକଣ୍ଠ ମହାଦେବ । ନିଜ ହାତରେ ଅମରତ୍ୱର ଚାବି ପାଇ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ (ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ) ଅମର କରି ନ ଥିଲେ । ଏହି ଅମରତ୍ୱର ଚାବି ମା' ସ୍ୱୟଂ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଦେଇଥିଲେ । ଆଗରୁ ଯେଉଁ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଅମରତ୍ୱର ଚାବି ରଖାଯାଇଥିବା କଥା କୁହାହୋଇଛି ସେ ହେଉଛନ୍ତି ଶ୍ରୀମା । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ନିଜେ ଏହାର ରହସ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

କଳିଯୁଗରେ ମଧ୍ୟ ଅସୁରମାନେ ଜନ୍ମନେଇ ଭଗବାନଙ୍କର ଏହି ମହାନ୍ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଅସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି । ଲର୍ଡ ଅଫ୍ ନେସନ୍‌ସ୍‌ର ଅସୁର ହିଟ୍‌ଲର୍ ଭିତରେ ପଶି ସାରା ପୃଥିବୀକୁ ନିଜ ଅଧୀନରେ ରଖିବାକୁ ଚାହିଁଥିଲା । ମା' ତାକୁ ଦଳନ କଲେ । ମା'ଙ୍କର ଗୁହ୍ୟ ବିଦ୍ୟାର ଗୁରୁ ତେଓଁ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ବଡ଼ ଅସୁର ଥିଲେ । ଯଦିଓ ସେ ବିଦ୍ୟା ଜ୍ଞାନ ବୁଦ୍ଧିରେ ପ୍ରବୀଣ ଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ମୂଳତଃ ସେ ଅସୁର ଥିଲେ । ସେହିଁ ଜାଣିଥିଲେ ଅମରତ୍ୱର ଚାବିର ରହସ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ସେ ଅସୁର ହୋଇଥିବାରୁ ନିଜେ ଏହାକୁ ଲାଭ କରିବାର ଅଧିକାର ନ ଥିଲା । ଏକଥା ସେ ନିଜେ ଜାଣିଥିଲେ । ତେଣୁ ସେ ମା'ଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଏ କାମ କରାଇବାର ମନସ୍ଥ କଲେ । ଗୁହ୍ୟ ବିଦ୍ୟା ସାହାଯ୍ୟରେ ମା' ତାଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ପରେ ଆହୁରି ୧୨ଟି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଛାଡ଼ି ଶେଷରେ ଯେଉଁ ଚେତନାର ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ସେଠାରେ ସେ ଏକ ଛୋଟ ବାକ୍ସ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ । ସେହି ବାକ୍ସ ଉପରେ କିଛି ଲେଖାଥିଲା । କିନ୍ତୁ ତାହା ସେ ପଢ଼ି ପାରିଲେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ସେ ବୁଝି ପାରିଲେ ଯେ ଏହି ବାକ୍ସ ନେଇ ଯଦି ସେ ତେଓଁକୁ ଦିଅନ୍ତି ତେବେ ପୃଥିବୀର ଘୋର

ଅନିଷ୍ଟ ହେବ । ତେଣୁ ସେ ତାହା ନ ନେବା ପାଇଁ ମନସ୍ଥ କଲେ । ମା'ଙ୍କର ଏହି ମନ କଥା ତେଓଁ ଜାଣି ପାରି ମା'ଙ୍କୁ ମାରିଦେବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ । ସେ ମା'ଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ସହିତ ଯେଉଁ କ୍ଷୀଣ ସମ୍ପର୍କର ସୂତ୍ର ରହିଥିଲା – ତାକୁ କାଟି ଦେବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକଲେ । ମା' ନିଜର ଭଗବତୀ ଶକ୍ତି ବଳରେ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କଲେ । ସେ ରିକ୍ତ ହସ୍ତରେ ନିଜ ଶରୀରକୁ ଫେରି ଆସିଲେ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ସ୍ତରରେ ତୁମୁଳ ଯୁଦ୍ଧ ପରେ ମଧ୍ୟ ବାହାରେ ସେହି ଗୁରୁ-ଶିଷ୍ୟାର ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କରି ତେଓଁ ପଚାରିଲେ ''କ'ଣ ଦେଖିଲ ?'' ମା' କହିଲେ ''ଏକ ବାକ୍ସ ଦେଖିଲି ଯାହା ଉପରେ କିଛି ଲେଖାଥିଲା – ଯାହାକୁ ମୁଁ ପଢ଼ି ପାରିଲି ନାହିଁ ।'' ତେଓଁ କହିଲେ ଯାହା ଲେଖାଥିଲା ତା'ର ଏକ ଅବିକଳ ନକ୍ସା କରିପାରିବ କି ? ମା' ତାହା ଅଙ୍କନ କଲେ । ଏହା ଥିଲା ମା'ଙ୍କର ନାମ – 'ମୀରା' – ଦେବନାଗରୀ ଭାଷାରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ଅମରତ୍ୱର ଚାବି ମୁନିଋଷିମାନେ ରଖି ଯାଇଥିଲେ ତା'ର ଅଧିକାରୀ ଯେ ମୀରା – ଏକଥା ସେମାନେ ଜାଣିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଛଡ଼ା ଏହା କାହାରିକୁ ଦିଆଯିବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେମାନେ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥିଲେ । ଏ ତ ଥିଲା ଆଲ୍‌ଜେରିଆର ଘଟଣା । ମା' ଯେତେବେଳେ ପଣ୍ଡିଚେରୀ ଆସିଲେ ଦିନେ ମା' ଏହି ଚାବି କଥା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ କହିଲେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପଚାରିଲେ ତୁମେ ଏ ଚାବି ଆଣି ପାରିବ ? ମା' ପୁଣି ନିଜର ୧୨ଟି ଶରୀର ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପାଖରେ ଛାଡ଼ି ସେ ଅମରତ୍ୱର ଚାବିକୁ ଆଣି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ହାତରେ ଦେଲେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା – ଅମରତ୍ୱର ଚାବି ପାଇ ମଧ୍ୟ ମା' ବା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କେହି ବି ଜଣେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ଅମର ହେଲେ ନାହିଁ କାହିଁକି ? ଅଥଚ ତାଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗ ସାଧନାର ଅମରତ୍ୱ ହେଉଛି ଏକ ପରିଣାମ – ଏକ ସିଦ୍ଧି । ଏହା ନ ହେବାର କାରଣ କ'ଣ ? କାରଣ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଜ ପାଇଁ କିଛି ବି ଚାହିଁ ନ ଥିଲେ । ସେମାନେ ଯାହା କିଛି କରିଛନ୍ତି ଓ ଏବେ ମଧ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି ତାହା ଏହି ପୃଥିବୀ ପାଇଁ, ସାରା ମାନବଜାତି ପାଇଁ । ସେମାନେ ଏହି ଅମରତ୍ୱର ଚାବି ମାନବ- ଜାତି ପାଇଁ ଏହି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ରଖି ଦେଇଗଲେ । ଯେଉଁ ଅଗ୍ରଦୂତ ଦଳ ଆଜି ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ହେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ସେମାନେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପାରୁ ଏହି ଚାବିକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅମର ଧାମ ରଚନା କରିବେ ।

ବୁଦ୍ଧ ନିର୍ବାଣର ପଥ ରଚନା କରି ନିଜେ ନିର୍ବାଣ ନେଇ ନ ଥିଲେ । ପୃଥିବୀର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ନିର୍ବାଣର ପଥ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ତାଙ୍କ ଚେତନା ଏହି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ଅମର ହୋଇ ରହିଲା । ଆଜି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଶ୍ରୀରାମ, ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ, ଯିଶୁ, ଶଙ୍କର, ଚୈତନ୍ୟ, ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ, ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ ସମସ୍ତେ ତାଙ୍କ ଚେତନାରେ ଜୀବିତ ଅଛନ୍ତି – ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପଥ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ । ଆଜି ବି ଯଦି ତୁମେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ଗୁରୁ ଭାବରେ ମାନ, ସେ ତୁମକୁ ଦେଖା ଦେଇ ତୁମର ଆଧାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତି ଘଟାଇବେ ।

ତାହାହେଲେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ କହୁ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏବେ ବି ଅଛନ୍ତି – ଏହା କ'ଣ ଉପରଲିଖିତ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପରି, ନା କିଛି ତଫାତ୍ ରହିଛି ? ଆକାଶ ପାତାଳ ତଫାତ୍ ରହିଛି ବୁଦ୍ଧ ଅଛନ୍ତି ଓ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଅଛନ୍ତି କଥା ଭିତରେ । ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଅମର ହେବାର ଏକ ନିୟମ ଅଛି । ତାହା ହେଲା ଯେଉଁ ଚେତନା ବା ଯେଉଁ ବସ୍ତୁ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ପାରିଛି – ତାହା ଦିବ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଚିରସ୍ଥାୟୀ ହୋଇପାରେ । ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କ ଚେତନା ଅର୍ଥାତ୍ ତାଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ମନ ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତି କରି ଦିବ୍ୟତା ଲାଭ କରିଛି । ତାଙ୍କର ସେହି ମାନସ ଚେତନା ଏ ପୃଥିବୀ ଛାଡ଼ି ଆଉ ଯିବ ନାହିଁ । ଏହା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଆଧାତ୍ମିକ ପଥରେ ଚାଲିବା ପାଇଁ ପ୍ରେରଣା ଦେବ । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ହୁଏତ ପୁନର୍ଜନ୍ମ ଲାଭକରି ପୁଣି ସେ ନିଜେ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କ ଭକ୍ତ ହୋଇ ପାରନ୍ତି । ଯଦି ତାଙ୍କର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅଧିକ ବିକଶିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ତେବେ ସେ ତାଙ୍କର ପୂର୍ବ ମାନସ ଚେତନାକୁ ସାଙ୍ଗରେ ନେଇ ଆସି ପାରନ୍ତି । କେବଳ ଗୋଟିଏ ଜନ୍ମରେ ବିବେକାନନ୍ଦ ଭାବେ ପରିଚିତ ହୋଇ ତାଙ୍କର ପରଜନ୍ମ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଏ ନାହିଁ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସର୍ବଦା ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ସେ ଅମର । ତେଣୁ ସେ ଏହି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣ ଛାଡ଼ି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ତାଙ୍କୁ ବାରଂବାର ଜନ୍ମ ନେବାକୁ ପଡ଼େ ନିଜର ବିକାଶ ପାଇଁ ଓ ଭଗବାନଙ୍କ କାମ ପାଇଁ । ଅତଏବ ଏହି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ଆମର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ଯୋଡ଼ି ପାରିଲେ ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଅମର ହୋଇ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ରହିବେ । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନଙ୍କର ଶରୀର ଚେତନା (ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନା) ମଧ୍ୟ ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତି କରି ପାରିଥିଲା । ତେଣୁ ସେମାନେ ଆଜି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ମଧ୍ୟ ଅମର ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି, ଯାହାକି ଆଗରୁ କୌଣସି ମହାପୁରୁଷଙ୍କର ହୋଇ ନାହିଁ । ସେମାନେ ଅତି ନିକଟରେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ପାଖରେ ରହିଛନ୍ତି । ଆମେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ସଚେତନ ହେଲେ ତାଙ୍କୁ ଦେଖି ପାରିବୁ । **ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ରହିଥିବା ହେତୁ ସେମାନେ ଏହି ପୃଥିବୀର ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରି ପାରୁଛନ୍ତି ଓ ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରୁଛନ୍ତି ।** ଅନ୍ୟ ଚେତନାରେ ରହି ସ୍ଥୂଳ ଜଗତରେ କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଅର୍ଥାତ୍ ବୁଦ୍ଧ ଓ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କ ଅମର ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ପୃଥିବୀ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ମା' ଦେଖିଛନ୍ତି କେବଳ ମଣିଷର ହାତଟି ମଧ୍ୟ ଅମର ହୋଇ ରହିପାରିବାର । ଜଣେ ବଡ଼ ପିଆନୋ ବାଦକଙ୍କ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ହାତଟି ଆସି ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ହାତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପିଆନୋ ବଜାଇବାର ସେ ଦେଖିଛନ୍ତି । ଚରମ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରାପ୍ତି ମଧ୍ୟ ଅମରତ୍ୱର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରେ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସର୍ବଦା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ

ସ୍ତରରେ ରହିଛନ୍ତି ଓ ସେ ସେଠାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟରତ । ମୁଁ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ସବୁଦିନ ଦେଖେ, ଗତ କାଲି ରାତିରେ ମୁଁ ତାଙ୍କ ସହିତ ପ୍ରାୟ ଅନେକ ଘଣ୍ଟା ବିତାଇଛି । ଯଦି ତୁମେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ସ୍ତରରେ ସଚେତନ ହୁଅ, ତେବେ ତାଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଦେଖିପାରିବ, ସେ ଯାହାକୁ ପ୍ରକୃତ ଶରୀର ବୋଲି କହନ୍ତି ।'' (MCW. 13, p - 13) ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯାହାକୁ ପ୍ରକୃତ ଶରୀର କହୁଛନ୍ତି ତାହା ହେଲା ତାଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଶରୀର – ଯାହା ଅତିମାନସ ଚେତନା ଲାଭ କରିଛି । ବାସ୍ତବରେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଯାହା କରିପାରେ ତା'ଠାରୁ ଶହେଗୁଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଶରୀରରେ କରାଯାଇପାରେ । ମା' ନିଜେ ଏକଥା ସ୍ପଷ୍ଟ କରି କହିଛନ୍ତି : ''କର୍ମ ନିମନ୍ତେ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ସେଠାରେ ରହିଛି ଏକ ପାର୍ଥକ୍ୟ । ସେ (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) ତାଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ଥିବା ଅପେକ୍ଷା ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକ କର୍ମ, ଅଧିକ କର୍ମଶକ୍ତି ଲାଭ କରିଛନ୍ତି । ତା' ଛଡ଼ା ଏଇକଥା ସକାଶେ ସେ ଶରୀର ତ୍ୟାଗକଲେ, କାରଣ ଏହିଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ଥିଲା ।'' (୨୦ ଡିସେମ୍ବର, ୧୯୭୨) ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କ ନିଜ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ସମାନ କଥା କହିଛନ୍ତି : ''ଶରୀର ବିନା ମୋ କାମ ସହଜ ହୋଇ ପାରିବ, କାରଣ ଶରୀର ଥିବାରୁ ମୁଁ ଏକ ସମୟରେ କେବଳ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଦେଖି ପାରୁଛି; କିନ୍ତୁ ଶରୀର ବିନା ମୁଁ ମୋର ଶହେ ସନ୍ତାନଙ୍କୁ ଶହେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଭେଟି ତାଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବି ।''

ଆମ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ ଭୌତିକ ଅମରତ୍ୱ ଏହାର ମୂଳ ନୁହେଁ, ଏହା ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଏକ ପରିଣାମ ମାତ୍ର । ମାଧବ ପଣ୍ଡିତଜି ଏକ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରରେ କହିଥିଲେ : ''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ଅମରତ୍ୱକୁ ଖୁବ୍ କମ୍ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଉଥିଲେ । ସେ କହୁଥିଲେ ଯାହା ଆବଶ୍ୟକ ତାହା ହେଉଛି ମୃତ୍ୟୁ ଉପରେ ବିଜୟ, ଶରୀର ରଖିବ କି ଛାଡ଼ିବ ତାହା ନିଜର ଇଚ୍ଛାଧୀନ ହେବ ।'' ପ୍ରକୃତରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ବିଜୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଯେତେବେଳେ ପଚରାଗଲା : ''ଆପଣ ମୃତ୍ୟୁ ଉପରେ ବିଜୟ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି କି ?'' ସେ ଉତ୍ତର ଦେଲେ : ''ଏପରିକି ଯଦି ମୁଁ ଏକ କପ୍ ବିଷ ପାନ କରେ ତଥାପି ଏହା ମୋତେ ମାରିପାରିବ ନାହିଁ ।'' ୧୯୫୦ ମସିହାରେ ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କୁ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କଲା ସେତେବେଳେ ସେ ନିଜକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବାକୁ ମନା କଲେ । ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ, ''ଆଜ୍ଞା, ଆପଣ କାହିଁକି ଏହାକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରୁ ନାହାନ୍ତି ?'' ସେ କହିଲେ, ''ତୁମେ ବୁଝିପାରିବ ନାହିଁ ।'' ଏହି କଥୋପକଥନ ମାଧବ ପଣ୍ଡିତଙ୍କ ଲେଖା, ନବପ୍ରକାଶ ଜାନୁଆରି ୧୯୭୪ ସଂଖ୍ୟାରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମୃତ୍ୟୁ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭକରି ଇଚ୍ଛାମୃତ୍ୟୁ ବରଣ କଲେ ପୃଥିବୀର ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର ତ୍ୟାଗ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ସତ୍ୟ ଚେତନା

(ଅତିମାନସ ଚେତନା) ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣ ଛାଡ଼ିବେ ନାହିଁ ।'' (MCW 13, p - 6) ସେ ଆହୁରି ସ୍ପଷ୍ଟ କରି ଅନ୍ୟ ଏକ ବାଣୀରେ କହିଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ଯେତେବେଳେ (ଡିସେମ୍ବର ଆଠ ତାରିଖ ୧୯୫୦) ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ ଫେରି ଆସିବାକୁ କହିଲି, ସେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବେ ଉତ୍ତର ଦେଲେ : ''ମୁଁ ଏହି ଶରୀରକୁ ଜାଣି ଶୁଣି ଛାଡ଼ିଛି । ମୁଁ ଏହାକୁ ପୁଣି ଗ୍ରହଣ କରିବି ନାହିଁ । ମୁଁ ପୁଣି ଅତିମାନସ ଧାରାରେ ନିର୍ମିତ ପ୍ରଥମ ଅତିମାନସ ଶରୀର ରୂପେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେବି ।'' (MCW 13,p - 9) । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ୧୯୫୦ ମସିହା ଡିସେମ୍ବର ୫ ତାରିଖରେ ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିଥିଲେ, ଯାହାଫଳରେ ଅତିମାନସ ଚେତନା ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ସ୍ଥୂଳ ଜଡ଼ ବସ୍ତୁରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇ ପାରିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିଲା । ଏହି ଅତିମାନସର ଜ୍ୟୋତିଃ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀରରେ ପାଞ୍ଚଦିନ ଧରି ରହିଲା । ତା' ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମା'ଙ୍କ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ପ୍ରବେଶ କରିଥିଲା ଓ ତାଙ୍କର ଆଲୋକମୟ ମନର (Mind of light) ପ୍ରକାଶ ଘଟିଲା । ମା' ଯେତେବେଳେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀରରେ ଏହି ଅତିମାନସ ଜ୍ୟୋତିଃର ପ୍ରକାଶ କଥା କହୁଥିଲେ ସେତେବେଳେ ଡାକ୍ତର ସାନ୍ୟାଲ ମା'ଙ୍କୁ କହିଲେ : ''କାହିଁ ମା', ମୁଁ ତ କିଛି ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ ?'' ମା' ତାଙ୍କର ମସ୍ତକ ସ୍ପର୍ଶ କରି ତାଙ୍କୁ ଦିବ୍ୟଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରଦାନ କଲେ । ଡାକ୍ତର ସାନ୍ୟାଲ ଦେଖିଲେ ଅତିମାନସର ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ୟୋତିଃରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର ପ୍ଲାବିତ ହେଉଛି । ପାଞ୍ଚ ଦିନ ଧରି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର ସତେଜ ଥିଲା । ତା'ର କୌଣସି ବିକୃତିର ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଇ ନ ଥିଲା । ଡିସେମ୍ବର ୯ ତାରିଖରେ ସେ ଜ୍ୟୋତିଃ ଅପସାରିତ ହୋଇଯିବାରୁ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରକୁ ସମାଧି ଦିଆ ହୋଇଥିଲା । ଏହା ଥିଲା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର ତ୍ୟାଗର ଘଟଣା । ମା' ସଶରୀରେ ଥିବା ହେତୁ ସେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସବୁକଥା ବୁଝାଇ ଦେଇଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ମା'ଙ୍କର ଶରୀର ତ୍ୟାଗ ବିଷୟରେ କିଏ ଆମକୁ ବୁଝାଇବ ? ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ହେବ ବିଭିନ୍ନ ଭକ୍ତଙ୍କ ଅନୁଭୂତି ଓ ମା'ଙ୍କର 'Notes on the way' ର ବାଣୀଗୁଡ଼ିକରେ ତାଙ୍କ ଶରୀର ତ୍ୟାଗ ବିଷୟରେ ନିହିତ ଥିବା ଗୁପ୍ତ ଇଙ୍ଗିତ । ବାସ୍ତବରେ ମା'ଙ୍କର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ସାରିଥିଲା । ତାଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେବଳ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ନୁହେଁ ଏପରିକି ତାଙ୍କ ଶରୀରର ସ୍ଥୂଳ କୋଷଗୁଡ଼ିକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାଗବତ ଚେତନା (ଅତିମାନସ ଚେତନା) ଲାଭ କରିଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ କୋଷ ମଧ୍ୟ ଅମର ହୋଇ ଯିବାର କଥା ଯାହା ମା' ତାଙ୍କ ଟିପ୍ପଣୀରେ କହିଛନ୍ତି । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''କୋଷଗୁଡ଼ିକ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି ଯେ ସେମାନେ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ଭଗବାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ପରିଚାଳିତ ହେଉଛନ୍ତି ।'' (MCW - 11,-p - 273) ଅନ୍ୟ ଏକ ବାଣୀରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଶାରୀରିକ ମନ ଅତିମାନସର ପ୍ରଭାବରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି । ଏଇ କଥାହିଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଲେଖିଥିଲେ ଯେ

ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଅତିମାନସ ଏ ପୃଥିବୀରେ ସ୍ଥାୟୀ ଭାବେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେବ ।'' (MCW - 11,-p - 279) ଅନ୍ୟ ଏକ ବାଣୀରେ ମା' କହିଛନ୍ତି : ''ମୋର ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଅନୁଭବ ହେଲା ଯେ ମୁଁ ଯେପରି ଏକ ଶିଶୁ ସଦୃଶ ଭଗବାନଙ୍କ ବାହୁପାଶରେ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇଛି । ଏହା ବାସ୍ତବରେ ଅତି ଚମତ୍କାର !'' । (MCW - 11, P - 294) । ମା'ଙ୍କର ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଭିତରେ ଏକ ନୂତନ ଶରୀର ଧୀରେ ଧୀରେ ଗଢ଼ି ଉଠୁଥିଲା । ମା' ଏହି ରୂପାନ୍ତରିତ ଶରୀରକୁ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୪ ତାରିଖ ୧୯୭୨ରେ ପ୍ରଥମ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଥିଲେ ।

''ଆଜି ଭୋର ସମୟରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ମୋ ଶରୀରକୁ ଦେଖିଲି, ମୁଁ ଜାଣେ ନାହିଁ ଏହା ଅତିମାନସ ଶରୀର ବା (କିପରି ଏହା କହିବାକୁ ହେବ) ଏକ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତିକାଳୀନ ଶରୀର, କିନ୍ତୁ ଏହି ଶରୀର ଥିଲା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୂତନ, ଏହି କାରଣରୁ ଯେ ଏହା ଥିଲା ଲିଙ୍ଗହୀନ – ଏହା ଏକ ନାରୀ ବା ପୁରୁଷର ଶରୀର ନ ଥିଲା । ଏହା ପତଳା ଓ ସୁନ୍ଦର ଥିଲା ।... ମୁଁ ଦେଖିଲି ମୁଁ ଏହିପରି ଦେଖାଯାଉଥିଲି, ମୁଁ ଏହିପରି ହୋଇଯାଇଥିଲି ।'' (MCW - 11, p - 301) [ମା'ଙ୍କର ଏହି ରୂପାନ୍ତରିତ ଶରୀର ବିଷୟରେ ୧୯୭୪ ମସିହା ଜାନୁଆରି ସଂଖ୍ୟାରେ ପ୍ରକାଶିତ ନିରଞ୍ଜନ ନାୟକଙ୍କ ଏକ ଲେଖା ପଢ଼ନ୍ତୁ ।] ମା' ଅନ୍ୟ ଏକ ସ୍ଥାନରେ ସାଧନା ପଥେ ('Notes on the way')ରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି ଏହି ଭୌତିକ ଶରୀରକୁ ସେହି ନୂତନ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ମିଳାଇ ଦେବାକୁ, କିନ୍ତୁ ମୁଁ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତା'ର ଉପାୟ ପାଇ ନାହିଁ । ପୃଥିବୀରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ କେହି ବି କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରି ନାହାନ୍ତି; ଏ କାର୍ଯ୍ୟର ରହସ୍ୟ ବି ମୋତେ ଜଣା ନାହିଁ ।''

୧୯୭୪ ମସିହା ଜାନୁଆରି ସଂଖ୍ୟା ନବପ୍ରକାଶରେ ମାଧବ ପଣ୍ଡିତ କହୁଛନ୍ତି : ''ସେ (ମା) ସ୍ଥିର କରି ସାରିଥିଲେ, ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଅନ୍ୟ ଶରୀରଟି ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଗଲା ସେ ତା' ମଧ୍ୟକୁ ଚାଲିଗଲେ । ମା' ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରି ନାହାନ୍ତି, ସେ କେବଳ ତାଙ୍କ ଶରୀର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଛନ୍ତି ।... ସଚେତନ ଭାବେ ତାଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ରକ୍ଷା କରି ସେ ସେହି ଶରୀର ମଧ୍ୟକୁ ଚାଲିଗଲେ ।'' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଭୌତିକ ଜଗତରେ ତାଙ୍କ ଅତିମାନସ ଶରୀରରେ ରହିଛନ୍ତି ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରଥମ ଅତିମାନବ ଭାବରେ ଆବିର୍ଭାବ ହେବା ପାଇଁ । ମା' ତାଙ୍କ ନୂତନ ରୂପାନ୍ତରିତ ଶରୀରକୁ ନେଇ (ଯାହା ସ୍ଥୂଳରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ନୁହେଁ) ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଅତିମାନସ ଶରୀର ଓ ପାର୍ଥିବ ଜଗତ୍ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସେତୁ ହେବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । "She is the golden bridge, the wonderful fire."(Savitri) ''ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମୟ ସେତୁ ସିଏ ବିସ୍ମୟକର ବହ୍ନି ।''

ମା'ଙ୍କର ମହାସମାଧି ଦିବସରେ ଲଳିତାଙ୍କ ଅନୁଭୂତି ଯାହାକି Mother India - Nov. 1973ରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା ତାହା ଗୋପାଳ ଚନ୍ଦ୍ର ମାହାନା ଓଡ଼ିଆ ଅନୁବାଦ

କରିଥିଲେ ଯାହା ୧୯୭୪ ମସିହା ଜାନୁଆରି ସଂଖ୍ୟା ନବପ୍ରକାଶରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି । ସେଥିରୁ କିଛି ଏଠାରେ ଉଦ୍ଧୃତ କରାଗଲା ।

''ଏହା କ'ଣ ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ପରାଜୟ ? ମୁଁ ପଚାରିଲି । ତୁମେ କାହିଁକି ତୁମ ଶରୀର ତ୍ୟାଗ କଲ, ଯେତେବେଳେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ସଦାସର୍ବଦା ଏହାର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଆଶା ପୋଷଣ କରୁଥିଲୁ ?'' ପରେ ଯେତେବେଳେ ସେ ଧ୍ୟାନ ଗୃହରେ ମା'ଙ୍କ ଶରୀର ପାଖରେ ବସିଥିଲେ ସେ ଧ୍ୟାନସ୍ଥ ହୋଇ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ହୋଇଗଲେ ଓ ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦର୍ଶନରେ ମା'ଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ । ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ତା'ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ସତେ ଯେପରି ପରଦାର ଅନ୍ତରାଳରୁ ତୁମେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେଲ । ତୁମେ ଏକ ଈଷତ୍ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ପୋଷାକରେ ଭୂଷିତ ହୋଇଥିଲ । ତୁମେ ଏକ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଶୁଭ୍ର ଆଲୋକରେ ଖୁବ୍ ଦୀପ୍ତିମାନ ହୋଇ ଅଳ୍ପବୟସ୍କ ଓ ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର ଦେଖାଯାଉଥିଲ । ଏହି ଶୁଭ୍ର ଆଲୋକ ଅବର୍ଣ୍ଣନୀୟ ଜ୍ୟୋତିର୍ମଣ୍ଡଳ ଗଠନ କରି ତୁମ ମସ୍ତିଷ୍କର ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଥିଲା । ଏହା ଖୁବ୍ ଘନୀଭୂତ ହୋଇ କଟିଦେଶ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିସ୍ତାରିତ ହୋଇଥିଲା । ଆହୁରି ନିମ୍ନଦେଶକୁ ଏହା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଳ୍ପ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଥିଲା । ତୁମ ଶରୀରରୁ ଏହି ଜ୍ୟୋତିଃ ସମସ୍ତ ପୃଥିବୀରେ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୋଇ ପଡୁଥିଲା ।... ତୁମେ କହିଲ 'ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ କୌଣସି ପରାଜୟ ନାହିଁ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଗୌରବୋଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଦିଗରେ ଏକ ବିଜୟ ।'... ତୁମେ ପୁଣି କହିଲ 'ମୁଁ ତୁମମାନଙ୍କୁ ଛାଡ଼ିକରି ଯାଇ ନାହିଁ; ଏବଂ କେବେ ବି ଯିବି ନାହିଁ । ଅହଂକାରକୁ ଭୁଲିଯାଅ, ନିଜକୁ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦିଅ; ଐକ୍ୟ ଓ ସଙ୍ଗତି ମଧ୍ୟରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଜୀବନ ଧାରଣ କର ଏବଂ କର୍ମ କର ।' ତା'ପରେ ତୁମେ କହିଲ : 'ଚୂଡ଼ାନ୍ତ ବିଜୟ ଆଉ ବେଶୀ ଦୂର ନୁହେଁ ।' ''

ଏହା ଥିଲା ଲଳିତାଙ୍କ ଅନୁଭୂତି । ସେହିଦିନ ଏ ଲେଖକର ମଧ୍ୟ କିଛି ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥିଲା । ସେତେବେଳେ ପଡିବାବୁ (ପ୍ରପତ୍ତି) ଓ ମୁଁ ଦୁହେଁ ଓଡ଼ିଶା ଗସ୍ତରେ ଯାଇଥିଲୁ । ୧୭ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଆମେ ପୁରୀରେ ପହଞ୍ଚିଲୁ । ସେହିଦିନ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ (ମା'ଙ୍କର ଦେହତ୍ୟାଗ ସମୟରେ) ପଡିବାବୁଙ୍କ ବକ୍ତୃତା କଥା ଆଗରୁ କୁହାଯାଇଛି । ସେଦିନ ମୋତେ ଆଦୌ ଭଲ ଲାଗୁ ନ ଥିଲା । କାହିଁକି କେଜାଣି ମନ ବିଷାଦରେ ଭରି ଯାଇଥିଲା । ରାତ୍ରି ଭୋଜନ ନ କରି ପୁରୀ ବାଳିକା ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶୋଇବାକୁ ଗଲି । ଶୋଇବାର କିଛି କ୍ଷଣ ପରେ ମୁଁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ରହିଲି । ଶରୀରରେ ଭୀଷଣ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ମୁଁ ସେହି ଚେତନାରେ ଛଟପଟ ହେଉଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମୋର ସ୍ଥୂଳ ହାତ ଗୋଡ଼ ହଲୁ ନ ଥାଏ । ମୁଁ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଅଟକି ଗଲି । ସ୍ଥୂଳ ଚେତନାକୁ ଆସି ପାରୁ ନାହିଁ ବା ଅବଚେତନାର ସ୍ୱପ୍ନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଯାଇ ପାରୁ ନାହିଁ । ଏହି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାୟ ରାତି ୨ଟା ବା ୩ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲିଲା । ପରେ ଅବଚେତନାକୁ ଯାଇ ଶାନ୍ତିରେ ନିଦ୍ରା ଗଲି ଓ

ସ୍ୱପ୍ନ ମଧ୍ୟ ଦେଖିଲି । ତା' ପରଦିନ ୧୮ ତାରିଖ ସକାଳେ ନିତ୍ୟକର୍ମ ଶେଷ କରି ଚେୟାରଟି ନେଇ ବଗିଚାରେ ପଡ଼ିଥିବା ଖରାରେ ପକାଇ ବସିଲି । ହଠାତ୍ ଅନୁଭବ କଲି ସାରା ପୃଥିବୀରେ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଭରି ରହିଛି, ମୋ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ । ମୁଁ ମା'ଙ୍କୁ କହିଲି ''ମା' ଆଜି ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜଗତରେ କିଛି ଘଟିଲା । ଆଜି ମୁଁ ସ୍ଥୂଳରେ ତୁମଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ । ତୁମେ ମୋତେ ସଚେତନ କରି ଜଣାଇ ଦିଅ — ଆଜି କ'ଣ ଘଟିଲା ।'' ଏକଥା କହିଲା ମାତ୍ରେ ଗତ ରାତ୍ରିର ସ୍ୱପ୍ନ କଥା ମନେ ପଡ଼ିଲା । ସ୍ୱପ୍ନ ଥିଲା ମୃତ୍ୟୁର । ପୁଣି ସ୍ୱପ୍ନକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି କାହାର ମୃତ୍ୟୁ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲି । ବିଶ୍ଳେଷଣରୁ ଜାଣିଲି ଯେ କେହି ଜଣେ ମୁଖ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହେଲା । ଏହି ମୁଖ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି କିଏ ? ମୋ ପରିବାରର ମୁଖ୍ୟ, ନା ଦେଶର ମୁଖ୍ୟ ? ମା' ଯେ ଏହି ମୁଖ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଏ କଥା ମୁଁ କେବେହେଲେ କଳ୍ପନା କରି ନ ଥିଲି । ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରଶାନ୍ତ ବାବୁ ଆସି ମା'ଙ୍କର ଶରୀର-ତ୍ୟାଗର ଖବର ଦେଲେ । ମୁଁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କଲି ଆଉ ପଣ୍ଡିଚେରୀ ଫେରିଯିବା ଦରକାର ନାହିଁ । ସିଧା ହିମାଳୟ । କିନ୍ତୁ ପର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଅନ୍ତର ବାଣୀ ହେଲା 'Come Soon' (ଶୀଘ୍ର ଆସ) । ହିମାଳୟ କଥା ଭୁଲି କାଳ ବିଳମ୍ୱ ନ କରି ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ପଣ୍ଡିଚେରୀ ଅଭିମୁଖେ ବାହାରି ପଡ଼ିଲି ।

ମୋ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ଏକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଦୟ ହେଲା : ''ଏହା କାହିଁକି ହେଲା । ମା' କାହିଁକି ଶରୀର ତ୍ୟାଗ କଲେ ?'' ଭୁବନେଶ୍ୱର ଷ୍ଟେସନ୍‌ରେ ପତିବାବୁଙ୍କୁ ଭେଟିଲି । ଜାଣିବାକୁ ପାଇଲି ସେଦିନ ପାଇଲଟ୍‌ଙ୍କ ଷ୍ଟ୍ରାଇକ୍ ପାଇଁ ଉଡ଼ାଜାହାଜ ଚଳାଚଳ ବନ୍ଦ । ତେଣୁ ଟ୍ରେନରେ ବସି ପଡ଼ିଲି । ସାରା ଦିନ ମୋ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ନାହିଁ । ତା'ପର ଦିନ ୧୯ ତାରିଖ ସକାଳେ ଟ୍ରେନ୍‌ର ଝରକା ଦେଇ ବାହାରକୁ ଦେଖିଲି । ପୁଣି ଅନୁଭବ କଲି ପୃଥିବୀରେ ସେହି ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଭରି ରହିଛି । ମୁଁ ମା'ଙ୍କୁ କହିଲି, ''ତୁମେ କହୁଥିଲ ତୁମ ଶରୀରରେ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଧାରଣ କରି ଏହାର ରୂପାନ୍ତର କରୁଥିଲ । ଏବେ ତୁମ ଶରୀର ନାହିଁ, ଏ ପୃଥିବୀ କିପରି ରହିଛି ? ଏକ ଦିଗରେ ପୃଥିବୀରେ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଭରିଯିବାର ଲାଭ, ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ତୁମ ଶରୀର ନ ଥିବାର ଘୋର କ୍ଷତି । — ଏହା କିପରି ସମ୍ଭବ ହେଲା ?'' ଠିକ୍ ସେତିକି ବେଳେ ଅନ୍ତରରୁ ଉତ୍ତର ଆସିଲା ଇଂରାଜୀରେ : "It is not the loss. It is manifestation of the Universal Mother." (ଏହା କ୍ଷତି ନୁହେଁ । ଏହା ହେଲା ବିଶ୍ୱ ଜନନୀଙ୍କ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ।) ମୁଁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେଲି । ଆଶ୍ରମକୁ ଫେରି ମା'ଙ୍କର ଶଯ୍ୟା ପାଖରେ ବସିଲି । ଅନୁଭବ କଲି ଯେଉଁ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଏତେ ଦୂରରେ ଅନୁଭବ କରୁଥିଲି ତା'ର ଉତ୍ପତ୍ତି ସ୍ଥାନ ଏଇଠି । ଯେଉଁ ଶାନ୍ତିକୁ ଏପୃଥିବୀରେ ଅବତରଣ କରାଇବା ପାଇଁ ମା' ତାଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦସ୍ତଖତରେ ଶାନ୍ତିର କପୋତର ଚିତ୍ର ଅଙ୍କନ କରୁଥିଲେ ଆଜି ତାହା ତାଙ୍କର ଶତ ଶତ ଶିଷ୍ୟଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓ ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ସଫଳ ହୋଇ ପାରିଲା । ସେଦିନ ଏହି ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି

ବିଷୟରେ ଅନେକ ଭକ୍ତ ଅନୁଭବ କରିଛନ୍ତି । ତା' ପରଦିନ ୨୦ ତାରିଖ ସକାଳ ଆଠଟାରେ ମା'ଙ୍କର ଶରୀରକୁ ଯେତେବେଳେ ସମାଧିରେ ଅବତରଣ କରାଯାଉଛି ସେତେବେଳେ ମୋ ଅନ୍ତରରେ ବାଣୀ ଫୁଟିଉଠିଲା : The old world is going down, the new world will born. (ପୁରାତନ ପୃଥିବୀ ତଳକୁ ଯାଉଛି, ନୂତନ ପୃଥିବୀ ଜନ୍ମ ନେବ ।)

ପରେ ଘରକୁ ଫେରି ଟେବୁଲ୍ ଉପରେ ପଡ଼ିଥିବା ବହିଟିକୁ ମଝିରୁ ଖୋଲି ପକାଇଲି । ସେଠାରେ ଲେଖା ଥିଲା : If ever I will leave my body, I will be one with my hundreds of children." (ଯଦି ମୁଁ କେବେ ମୋ ଶରୀର ଛାଡ଼େ ତେବେ ମୁଁ ମୋର ଶତ ଶତ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ସହିତ ଏକ ହୋଇଯିବି ।) ମୁଁ କୃତାର୍ଥ ହେଲି । ଆଜି ପୁଣି ମା'ଙ୍କର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଦିବସର ୩୪ ତମ ବର୍ଷରେ (୧୭-୧୧-୨୦୦୭) ରାତିରେ ଏହି ଅନୁଭୂତି କହି ଆମ ପାଠକ ବୃନ୍ଦଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚିତ କରାଇ ଦେଉଛି ଯେ ମା' ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ଯାଇ ନାହାନ୍ତି । ଆମକୁ ଆମ ଯୋଗର ପରମ ବିଜୟ ଦିଗରେ ନେଇ ଚାଲିଛନ୍ତି । ମା' ସର୍ବଦା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ସହିତ ଆମ ସକଳ ସତ୍ତାରେ ରହି ଆସିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଦିବସରେ ମା' ତାଙ୍କର ଶରୀର ଚେତନାରେ ଆମ ଶରୀର ଚେତନା ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହେଲେ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ଫେବ୍ରୁଆରି ୨୧, ୧୯୭୩ ମସିହାରେ ତାଙ୍କ ଜନ୍ମ ଦିନରେ କହିଥିଲେ : ''ଆଜି କେବଳ ମୋର ଜନ୍ମ ଦିନ ନୁହଁ ଆଜି ପୃଥିବୀର ସକଳଙ୍କ ଜନ୍ମ ଦିବସ ।'' ଏହି ଦିନଠାରୁ ମା' ତାଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାକୁ ବିସ୍ତୃତ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ ଏବଂ ଏହି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଜୟ ଘଟିଲା ଏହି ମହାନ୍ ଦିବସରେ ।

ଅତଏବ ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସର୍ବଦା ରହିଛନ୍ତି । ମା' କହୁଛନ୍ତି, ''ଆମେ ଏପଟେ ବା ସେପଟେ (ମୃତ୍ୟୁର) ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ଆମ କାର୍ଯ୍ୟ ଅନବରତ ଚାଲିବ ।''

ଶ୍ରୀମାତା ଶରଣଂ ମମ
ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଶରଣଂ ମମ ।

ଗୁରୁ ଓ ତାଙ୍କ କୃପା

ମୂକଂ କରୋତି ବାଚାଲମ୍ ପଙ୍ଗୁ ଲଂଘୟତେ ଗିରିମ୍ ।
ଯତ୍‌କୃପା ତାମହଂ ବନ୍ଦେ ମାତରଂ ଶ୍ରୀମିରାମ୍ବିକାମ୍ ।

(ଗୁରୁ କୃପାର ଏହି ଶ୍ଳୋକଟି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ବନ୍ଦନା କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଶ୍ଳୋକର ତୃତୀୟ ଧାଡ଼ିରେ 'ତମହଂ' ସ୍ଥାନରେ 'ତାମହଂ' କରାଯାଇଛି ଓ ଚତୁର୍ଥ ଧାଡ଼ିରେ 'ପରମାନନ୍ଦମାଧବମ୍' ସ୍ଥାନରେ 'ମାତରଂ ଶ୍ରୀ ମିରାମ୍ବିକାମ୍' କରାଯାଇଛି ।)

ଗୁରୁ କୃପା ହେଲେ କ'ଣ ଅସମ୍ଭବ ଅଛି ଯାହା ହୋଇ ନ ପାରେ ! ମୂକ ମଧ୍ଯ ବାଚାଳଙ୍କ ପରି କଥା କହିପାରେ, ପଙ୍ଗୁ ମଧ୍ୟ ଗିରି ଲଂଘନ କରିପାରେ । ଆମେ ପୁରାଣରେ ଗୁରୁ କୃପାର ଗଳ୍ପ ଅନେକ ପଢ଼ିଛୁ । ଆଜି ଆମେ ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପରି ଯୁଗାବତାରଙ୍କୁ ଆମ ଗୁରୁ ଭାବେ ପାଇ ଆମେ ଏହି ଗୁରୁ କୃପାର ଫଳ ଅଙ୍ଗେ ଲିଭାଇଛୁଁ ଓ ତାଙ୍କର କୃପାର ସାଗରରେ ଆମେ ଯାତ୍ରା କରୁଛୁ ସେହି ମହାନ୍ ଅତିମାନସ ରାଜ୍ୟର ସନ୍ଧାନରେ । ଆମେ ଯେଉଁ ନୌକାରେ ଯାତ୍ରା କରୁଛୁ ତା'ର ଦିଶାରୀ ହେଲେ ସ୍ୱୟଂ ମା । ଏହି ନୌକାର ଯାତ୍ରୀ ହେଲେ ମା'ଙ୍କର ଅଗ୍ରଣୀ ସନ୍ତାନ (ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ) ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ମା' ନିଜେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛନ୍ତି, ରୂପାନ୍ତର କରୁଛନ୍ତି ଅତିମାନବର ଜନ୍ମ ପାଇଁ । ଏହା ଲେଖକଙ୍କର କଳ୍ପନା ନୁହେଁ । ଏହା ମା'ଙ୍କର ନିଜର ଅନୁଭୂତି । ୧୯୫୮ ମସିହା ଫେବ୍ରୁଆରି ୧୯ ତାରିଖ ରାତିରେ ମା'ଙ୍କର ଯେଉଁ ଅତିମାନସ ନୌକାର ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥିଲା, ସେଥିରେ ସେ କହିଛନ୍ତି ''ଅତିମାନସ ଜଗତ୍ ସର୍ବଦା ରହିଛି ଏବଂ ମୁଁ ସେଠାରେ ମୋ ଅତିମାନସ ଶରୀରରେ ସର୍ବଦା ରହିଛି ।'' (MCW-9, p-271) ଏହି ବାଣୀର ପ୍ରମାଣ ଦେଇ ମା' ତାଙ୍କର ଏହି ଅତିମାନସ ନୌକାର ଅନୁଭୂତି ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି । ଅତିମାନସ ନୌକାରେ ମା'ଙ୍କର ଅଗ୍ରଣୀ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କୁ ମା' ନିଜେ ତାଲିମ ଦେଇ ସେମାନଙ୍କୁ ସେ ରୂପାନ୍ତର କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଅତିମାନସ ରାଜ୍ୟ ଦିଗରେ ନେଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ନୌକାଟି ଅତିମାନସ ଜଗତର କୂଳରେ ଲାଗିଲା, ମା' ତାଙ୍କର ସନ୍ତାନମାନଙ୍କୁ ଜଣ ଜଣ କରି କୂଳକୁ ପଠାଉଛନ୍ତି ଯେଉଁଠି ଦୁଇ ଜଣ ଅତିମାନସ ସତ୍ତା ସେମାନଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖୁଛନ୍ତି । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇଥିଲା ସେମାନଙ୍କୁ ଅତିମାନସ ରାଜ୍ୟକୁ ସେମାନେ ଛାଡୁଥିଲେ, ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ବାକିଥିଲା ସେମାନଙ୍କୁ ଫେରସ୍ତ ପଠାଉଥିଲେ । ଏହି ନୌକାରେ କିଛି ବି ଏହି ପୃଥିବୀର ଜଡ଼ ବସ୍ତୁ ଭଳି ନ ଥିଲା । ସବୁକିଛି ଅତିମାନସର ଉପାଦାନ ଦେଇ ତିଆରି ହୋଇଥିଲା । ମଣିଷ ଏପରିକି ନୌକା ମଧ୍ୟ ଏହି ଅତିମାନସ ବସ୍ତୁରେ ନିର୍ମିତ । ସବୁକିଛିର ରଙ୍ଗ ସୁବର୍ଣ୍ଣରଙ୍ଗର ଥିଲା । ତାହା ସହ କିଛି ଲାଲ ରଙ୍ଗ ମିଶିଥିଲା । ମଣିଷମାନଙ୍କ ପୋଷାକ ଆଦି ମଧ୍ୟ ପୃଥିବୀର ପୋଷାକ ଭଳି ନ ଥିଲା । ଏହି ପୋଷାକ ଶରୀରର ଏକ ଅଂଶ ମାତ୍ର, ଯାହା ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇ ପାରୁଥିଲା ।

ଏହି ନୌକାରେ ଖାଲି ଯେ ଆଶ୍ରମର ଲୋକଥିଲେ ତା' ନୁହେଁ, ବାହାରର ମଧ୍ୟ ଅନେକ ଲୋକ ଥିଲେ ଯାହାଙ୍କୁ ମା' ଜାଣିଥିଲେ । ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବେ ଚିହ୍ନନ୍ତି ଓ ଜାଣନ୍ତି । ଏହି ନୌକାରେ ୧୪ ବର୍ଷରୁ ଓ ତା' ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବୟସର ଲୋକ ଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ବୁଢ଼ାଲୋକ କେହି ନ ଥିଲେ । ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଯୁବକ । କେବଳ ଯେଉଁମାନେ ଯୁବକ ଭାବରେ ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଲାଭ କରିପାରିବେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ରୂପାନ୍ତର ସମ୍ଭବ ହେବ ।

ମା' କହିଛନ୍ତି ସେ କୋଡ଼ିଏ ବର୍ଷର ବୁଢ଼ା ଓ ଅଶୀବର୍ଷର ଯୁବକ ଦେଖିଛନ୍ତି । ଅତଏବ ବୟସର ଗଣନା ବୃଦ୍ଧତ୍ୱର ମାନଦଣ୍ଡ ନୁହେଁ । ଏକ ଶହ, ଦୁଇ ଶହ ବର୍ଷ ଜୀବିତ ରହି ଜଣେ ଯୁବକ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିପାରେ । ଯଦି ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ କେବେହେଲେ ଆମ ଉଦ୍ୟମକୁ ଛାଡ଼ି ନ ଦେଉ ତେବେ ଆମେ କେବେ ବି ବୁଢ଼ା ହେବୁ ନାହିଁ । ଶରୀର ତ୍ୟାଗ ପରେ ମଧ୍ୟ ଆମର ଅଧୁରା ରୂପାନ୍ତର କାମ ଶେଷ କରିବା ପାଇଁ ପୁଣି ମା' ଆମକୁ ନୂତନ ଶରୀରରେ ଏହି ନୌକାରେ ସ୍ଥାନ ଦେବେ । ମା'ଙ୍କର ଏହା ଏକ ଚିରନ୍ତନ କାମ ।

ଏବେ ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଆମର ନିଜର ରୂପାନ୍ତର ନିଜେ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ଆମକୁ ଏହି ନୌକାକୁ ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଅର୍ଥାତ୍ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ ପାଇଁ ଅଦମ୍ୟ ସଂକଳ୍ପ ରଖି ଆମକୁ ମା'ଙ୍କୁ ଦେଇ ଦେବାକୁ ହେବ । ମା' କହୁଛନ୍ତି, ''ମୁଁ କାହାରି ଗୁରୁ ହେବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ନୁହେଁ । ବିଶ୍ୱମୟୀ ଜନନୀ ହିସାବରେ ପ୍ରେମର ମଧ୍ୟଦେଇ ନୀରବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ମୋ ପକ୍ଷରେ ଅଧିକ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଓ ସ୍ୱାଭାବିକ ।'' (MCW-13, p-82) ପରେ ଯେତେବେଳେ ଅନେକେ ମା'ଙ୍କୁ ଗୁରୁ ଭାବରେ ମାନିବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କଲେ ସେତେବେଳେ ମା' ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି : ''ଏବେ ମୁଁ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛି ଅନେକ ଲୋକ, ଯଦିଓ ଖୁବ୍ ବେଶୀ ନୁହନ୍ତି, ମୋତେ ସେମାନଙ୍କର ଗୁରୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖୁଛନ୍ତି, ସେମାନେ ମୋତେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରିବା ଲାଗି ବହୁତ ବ୍ୟଗ୍ର, କାରଣ ଗୁରୁଙ୍କୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରିବା ହେଉଛି ଯୋଗପଥରେ ଚାଲିବା ନିମନ୍ତେ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅର୍ଜନର ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ଉପାୟ । ଆଉ ମୁଁ ବୁଝିଛି ଯେ ଗୁରୁର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହେଉଛି ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିବା ଯାହା ଫଳରେ ସେ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଶୀଘ୍ର ଅଗ୍ରଗତି କରିପାରିବ ଓ ତାଙ୍କ ଦିବ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସାଧନ କରିପାରିବ ।'' (MCW-13, p-83) ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ପ୍ରକୃତ ଗୁରୁ ହେଲେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ । ମା' ମଧ୍ୟ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗୁରୁ ଭାବରେ ଦେଖୁଥିଲେ । ଥରେ ଜଣେ ଭକ୍ତର ଚିଠିର ଉତ୍ତର ଦେଇ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମକୁ ମହାଶକ୍ତିଙ୍କ ଚରଣରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଛଡ଼ା ଆଉ କାହାରିକୁ ମୁଁ ବେଶୀ ଉପଯୁକ୍ତ ବୋଲି ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ ।''
(MCW-16, p-207)

ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ମଣିଷ ନିଜେ ତା'ର ନିଜ ଚେଷ୍ଟାରେ କରିପାରିବ ନାହିଁ, ଏଥିପାଇଁ ଗୁରୁଙ୍କ କୃପା ଓ ସାହାଯ୍ୟ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ଯୋଗ ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ ଓ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ୍ୟ । ଏ ବିଷୟରେ ନିଜେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ କଳ୍ପନା କର ନାହିଁ ଯେ ଏହି ପଥ ଅତି ସହଜ; ଏହି ଯୋଗର ପଥ ହେଲା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୀର୍ଘ ଓ ବନ୍ଧୁର, ବିପତ୍‌ସଙ୍କୁଳ ଓ କଷ୍ଟକର । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଦକ୍ଷେପରେ ଅତର୍କିତ ଆକ୍ରମଣର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି, ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୋଡ଼ରେ ଅଜଣା ବିପଦ ରହିଛି, ହଜାରେ ଦୃଶ୍ୟ ବା ଅଦୃଶ୍ୟ ଶତ୍ରୁ ତୁମ ବିରୋଧରେ ଠିଆ ହେବେ, ତୁମ ଅଜ୍ଞାନତାର ବିରୋଧରେ ସୂକ୍ଷ୍ମଭାବେ ଭୟଙ୍କର କଥା ରହିଛି, ତୁମ

ଦୁର୍ବଳତା ବିରୋଧରେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବାଧା ରହିଛି । ଅନେକ କଷ୍ଟକରି ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ସେ ସବୁକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିଦିଅ, ପୁଣି ଆହୁରି ହଜାରେ ବାଧା ତା' ସ୍ଥାନରେ ମୁଣ୍ଡ ଟେକେ । ତୁମକୁ ବାଧା ଦେବା ପାଇଁ ଓ ଘେରାଉ କରିବା ପାଇଁ ତୁମକୁ କ୍ଷତାକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ, ତୁମକୁ ଭୟଭୀତ କରିବା ପାଇଁ ନର୍କ ତୁମ ଉପରେ ତା'ର ଦଳବଳଙ୍କୁ ଉଦ୍‌ଗିରଣ କରିବ । ସ୍ୱର୍ଗ ତୁମକୁ ନିର୍ଦୟ ପରୀକ୍ଷାସବୁ ଓ ଶୀତଳ ଅସ୍ୱୀକୃତିସବୁ ନେଇ ଭେଟିବ ।''

(*The Hour of God* - P. 8)

ଯେଉଁମାନେ ଗୁରୁଙ୍କ କୃପା ପାଇଛନ୍ତି, ଓ ଏହି ପଥରେ ଚାଲିବା ପାଇଁ ଆନ୍ତର ଡାକରା ପାଇଛନ୍ତି ଓ ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଚରଣରେ ନିଜକୁ ସମର୍ପିତ କରିଛନ୍ତି, ସେମାନେ ଏହିସବୁ ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ଭ୍ରୂକ୍ଷେପ ନ କରି, ବୀର ଯୋଦ୍ଧା ଭଳି ଆଗେଇ ଚାଲନ୍ତି ତାଙ୍କର ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ । ଅନେକ ପାଠକ ଭାବୁଥିବେ ଆମେ ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗ୍ରହଣ କରିଛୁ ସତ, କିନ୍ତୁ ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଗୁରୁଭାବରେ ଆମକୁ ଦୀକ୍ଷିତ କରି ନାହାନ୍ତି । ପୁରାତନ ଯୋଗର ଦୀକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ ଓ ଏ ଯୋଗର ଦୀକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ ଭିତରେ ଆକାଶ ପାତଳ ପ୍ରଭେଦ ଅଛି । ପୁରାତନ ଯୋଗର ଗୁରୁ ତାଙ୍କ ଶିଷ୍ୟ କାନରେ ଏକ ମନ୍ତ୍ର କହି ଦିଅନ୍ତି ଓ ସାଧନାର ବିଧି ବତାଇ ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦଭରା କର ସ୍ପର୍ଶ ଦେଇ ଶିଷ୍ୟକୁ ଦୀକ୍ଷିତ କରନ୍ତି । ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏପରି କରନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ ଅଧିକାଂଶ ଶିଷ୍ୟଙ୍କ ମନରେ ଏହି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଆସିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ଯେପରି ଶିଷ୍ୟ ମନେ ମନେ ଗୁରୁଙ୍କୁ ଖୋଜୁଥାଏ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଗୁରୁ ମଧ୍ୟ ନିଜେ ଶିଷ୍ୟଙ୍କୁ ଖୋଜୁ ଥାଆନ୍ତି । ଆଗରୁ କୁହାହୋଇଛି ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ତାଙ୍କ କାମ କରିବା ପାଇଁ କେବେହେଲେ ବାହାରକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥିଲା । ତଥାପି ତାଙ୍କର କୃପା, ତାଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ପର୍ଶ ପାଇ ଶତ ଶତ ଶିଷ୍ୟ ତାଙ୍କ ଯୋଗରେ ଦୀକ୍ଷିତ ହେଉଛନ୍ତି ଓ ଆକର୍ଷିତ ହେଉଛନ୍ତି । ଗୁରୁଙ୍କ ସ୍ପର୍ଶ ଛଡ଼ା ଅବଶ୍ୟ ଦୀକ୍ଷା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ତେବେ ଆଜି ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଦେହତ୍ୟାଗ ପରେ ଲୋକେ କିପରି ତାଙ୍କର ସ୍ପର୍ଶ ପାଇବେ ? କିପରି ତାଙ୍କ ମାର୍ଗରେ ଦୀକ୍ଷିତ ହେବେ ? ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଜେ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୋର ସ୍ପର୍ଶ ବରାବର ରହିଛି । କିନ୍ତୁ ଜଣେ ଏହାକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ଶିଖିବାକୁ ହେବ, କେବଳ ଏକ ମାଧ୍ୟମ ରୂପେ ବାହ୍ୟ ସ୍ପର୍ଶ ଦ୍ୱାରା ନୁହେଁ — ଯେପରି ଏକ କଲମକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲାଭଳି, କିନ୍ତୁ ସିଧାସଳଖ ତୁମ ମନ, ପ୍ରାଣ, ହୃଦୟ ଓ ଶରୀର ଉପରେ ଏହାର ଏକ କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟଦେଇ । ଏପରି ହେଲେ ଆଉ ବେଶୀ କିଛି ବାଧା ରହେ ନାହିଁ । ଏପରିକି ତୁମେ ପୂରା ବାଧାଶୂନ୍ୟ ହୋଇଯାଇଥାଅ ।''

(*Sri Aurobindo on Himself,* p. 264)

ମା' କହିଛନ୍ତି ତାଙ୍କ ଜୀବନକାଳ ମଧ୍ୟରେ ଯାହାକୁ ସେ କେବଳ ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ

ପାଇଁ ଦେଖିଛନ୍ତି, ତା'ର ସମସ୍ତ ଭାର ସେ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ମା' କହୁଛନ୍ତି : '' ଯେତେବେଳେ ମୁଁ କହେ ମୁଁ କାହାରିକୁ ଦୀକ୍ଷିତ କରିଛି – ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଲା ମୁଁ ନିଜକୁ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛି ବିନା ବାକ୍ୟରେ, ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ମୁଁ କ'ଣ ସେ ମୋତେ ଦେଖିବାରେ, ଅନୁଭବ କରିବାରେ ଓ ଜାଣିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇପାରେ ।'' (MCW - 13, p-86) ମା'ତାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଥିବା ସମୟରେ ଯେଉଁମାନେ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ପର୍ଶ ପାଇଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ତାଙ୍କୁ ଦେଖିଛନ୍ତି ସେମାନେ ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ଯାହା ହେଲେ ବି ସେମାନେ ଏହି ମହାନ୍ ଯୋଗ ପାଇଁ ଦୀକ୍ଷିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଅନେକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ହୋଇଥାଏ ଯେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ମା'ଙ୍କୁ ଦେଖି ନ ଥିଲେ ବି ମା' ସେମାନଙ୍କୁ ଦୀକ୍ଷିତ କରି ଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ସହ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଯୋଗାଯୋଗ ଦ୍ୱାରା । ଘୋର ବିପଦ ସମୟରେ, ଏପରିକି ଯୁଦ୍ଧ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯୁଦ୍ଧ ଚାଲୁଥିବା ସମୟରେ ମା' ସେମାନଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ ଦେଇ ସେମାନଙ୍କର ଭାରଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଆଗରୁ ଆମେ କହିଛୁ – ଏବେ ବି ମା' ଅଛନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର କାମ ବଜାୟ ରହିଛି । ଏବେ ବି ସେ ତାଙ୍କର ନୂତନ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଖୋଜି ଖୋଜି ତାଙ୍କ କରୁଣା ଅର୍ପଣ କରି, ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶ କରି ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ଭାର ବହନ କରୁଛନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ ତୁମ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ – ତୁମେ କେବଳ ମା'ଙ୍କର ସନ୍ତାନ, ତୁମେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ବି ଚାହଁ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଏହି ଯୋଗରେ ଦୀକ୍ଷିତ ହୋଇସାରିଛ । ପୁରାତନର ଦୀକ୍ଷା ପଦ୍ଧତି ଏ ଯୋଗ ପାଇଁ ଦରକାର ହୁଏ ନାହିଁ । ମା' ଆମ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ତାଙ୍କର ବାଣୀ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ଘଟଣା ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ତାଙ୍କର ସନ୍ଦେଶ ଆମ ପାଖକୁ ପଠାନ୍ତି । ଆମର ଆନ୍ତର ପ୍ରସ୍ତୁତି ଥିଲେ ମା'ଙ୍କର ଏହି ପରିଚାଳନା ଆମେ ସ୍ପଷ୍ଟରୂପେ ପାଇପାରିଥାଉ । ଓଡ଼ିଶାର ଅନେକ ଭକ୍ତ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ପୁରାତନ ପନ୍ଥା ଛାଡ଼ି ନ ପାରି, ଓଷା, ବାର ପାଳନ କରୁଛନ୍ତି । ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଫଟୋ ପାଖରେ ଅନ୍ୟ ଦେବାଦେବୀଙ୍କ ଫଟୋ ରଖି ପୂଜା କରୁଛନ୍ତି । ମନ୍ଦିରକୁ ଯାଇ ବିଭିନ୍ନ ଦେବାଦେବୀଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଦେବାଦେବୀସବୁ ଯେ ମା'ଙ୍କଠାରୁ ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଛନ୍ତି ଏ ବିଶ୍ୱାସ ସେମାନଙ୍କର ଏବେ ବି ହୋଇ ନାହିଁ । କେବଳ ମା'ଙ୍କୁ ପୂଜାକଲେ ସବୁ ଦେବାଦେବୀଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପୂଜା ହୋଇଥାଏ – ଏକଥା ଆମେ ଏବେ ବି ବୁଝି ନାହୁଁ । ବୁଝିଲେ ମଧ୍ୟ ଆମର ସଂସ୍କାର, ସମାଜ ପରିବାର ଆମକୁ ଏହି ପୁରାତନରୁ ବାହାରି ଆସିବା ପାଇଁ ଦିଏ ନାହିଁ । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆମେ କ'ଣ କରିବୁ ? କିଛି ଦିନ ତଳେ ଜଣେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ଭକ୍ତ ଲେଖକକୁ ଏହି ପ୍ରଶ୍ନ କରିଥିଲେ । ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେଲା ନିଜର ଅନ୍ତର ଭାବରେ ନିଜକୁ ଦୃଢ଼ ରଖି କୌଣସି କାରଣରୁ କୌଣସି ମନ୍ଦିରକୁ ଯଦି ଯିବାକୁ ପଡ଼େ ତେବେ ପ୍ରଣାମ କରିବାକୁ ହେଲେ ମନେ ମନେ ସେହି ଦିବ୍ୟ ଜନନୀଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ କରିବୁ । ଶାଳଗ୍ରାମ ବା ଅନ୍ୟ ଦେବାଦେବୀଙ୍କୁ

ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଫଟୋ ସହିତ ପୂଜା କରିବାର ସାମାଜିକ ଚାପ ଥିଲେ – ତାହା କରାଯାଇପାରେ । ପରେ ଏସବୁ ମନକୁ ମନ ଆମ ରୀତି ନୀତିରୁ ଝଡ଼ି ପଡ଼ିବ । ପ୍ରକୃତରେ ସବୁ ଦେବାଦେବୀ ଆମ ଭିତରେହିଁ ରହିଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗରେ ମା'ଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ କର୍ମ ମଧ୍ୟ ଆମ ଭିତରେ କରୁଛନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ ଏକ ବିଶେଷ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଆମ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି – ଯେଉଁମାନେ ଅନ୍ୟ ଗୁରୁଙ୍କଠାରୁ ଦୀକ୍ଷା ନେଇ ସାରିଛନ୍ତି ସେମାନେ କିପରି ତାଙ୍କର ପୁରାତନ ଗୁରୁଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗୁରୁ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିବେ ? ଏ ବିଷୟରେ ଆମ ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି ମହାରାଜ ହେଲେ ଆମର ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଉଦାହରଣ । ସେ ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହୋଇ ଅନ୍ୟ ଗୁରୁଙ୍କଠାରୁ ଦୀକ୍ଷା ନେଇ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଉପାସନା କରୁଥିଲେ । ସେ କିପରି ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗୁରୁ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିପାରିଲେ ? ବାବାଜି ନିଜେ କହନ୍ତି ନିଜର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଯଦି ଜଣେ ତାଙ୍କ ପୂର୍ବ ଗୁରୁଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗୁରୁଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରେ – ତାହାକୁ ଗୁରୁ ଛାଡ଼ିବା କୁହାଯାଏ ନାହିଁ । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗ୍ରହଣ କଲାପରେ ମଧ୍ୟ ସେ ପୁରାତନ ଗୁରୁଙ୍କୁ ଅମାନ୍ୟ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଯେପରି ଆମେ ସ୍କୁଲ୍ ଶିକ୍ଷାଗ୍ରହଣ ସମୟରେ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀର ଶିକ୍ଷକ ଷଷ୍ଠ ଶ୍ରେଣୀରେ ନ ଥା'ନ୍ତି । ସେଠାରେ ଅନ୍ୟ ଶିକ୍ଷକଙ୍କଠାରୁ ବିଦ୍ୟା ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ପଞ୍ଚମ ଶ୍ରେଣୀର ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଆମେ ଅବଜ୍ଞା କରି ନ ଥାଉ । ତାଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷକ ଭାବରେ ବରାବର ସମ୍ମାନ ଦେଇଥାଉ । ବାବାଜି କହନ୍ତି, ପୁରାତନର ସମସ୍ତ ଯୋଗ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଥାଏ ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ । ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆଗରୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ଭଗବାନଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରାଯାଉଥିଲା । ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଗବାନଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଓ ସମସ୍ତ ବିଭାବସହ କେବଳ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗରେ ଅନୁଭବ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଯଦି ପ୍ରକୃତରେ ଅନ୍ତରରେ ମହାନ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟକୁ ଖୋଜୁଥାଉ ତେବେ ଆମର ପୁରାତନ ଗୁରୁ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆସି ଆମକୁ ସେହି ମହାନ୍ ସତ୍ୟକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ପୁରାତନ ଗୁରୁଙ୍କର ମୂଳଦୁଆ ଉପରେ ନୂତନ ସୌଧ ତିଆରି ହୁଏ ।

ଏପରି ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଇଛି ପୁରାତନ ଗୁରୁ ତାଙ୍କ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପାଖକୁ ଯିବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଭାରତ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ଅନ୍ୟତମ । ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଶିଷ୍ୟମାନେ ଥରେ ପଚାରିଲେ, ''ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର ତ୍ୟାଗ ପରେ ଆମେ କ'ଣ କରିବୁ ? କେଉଁଠାକୁ ଯିବୁ ?'' ସେ କହିଲେ, ''ତୁମେ ଦକ୍ଷିଣକୁ ଯିବ, ସେଠାରେ ତୁମେ ଜଣେ ମହାଯୋଗୀଙ୍କୁ ଭେଟିବ – ସେ ତୁମର ସବୁ ଭାର ନେବେ । ଭାରତ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ମା'ଙ୍କର ଏକ ଫଟୋ ପୂଜା କରୁଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ସେହି ଦେବୀଙ୍କର ମାତ୍ର

ଦୁଇଟି ହାତ ଥିଲା । ତାଙ୍କର ଶିଷ୍ୟମାନେ ଏହି ଫଟୋ ବିଷୟରେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ ଏହି ଦୁଇ ହାତ ଥିବା ମା' କିଏ । ସେ କହିଲେ ଏହି ମା' ବର୍ତ୍ତମାନ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ବିଦ୍ୟମାନ । ଭାରତ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀଙ୍କ ଶରୀର ତ୍ୟାଗପରେ ଯୋଗାନନ୍ଦଙ୍କ ସହ ଅନ୍ୟ ୫/୬ ଜଣ ତାଙ୍କର ଶିଷ୍ୟ ପଣ୍ଡିଚେରୀରେ ପହଞ୍ଚି ମା'ଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କଲେ ଓ ତାଙ୍କ ଗୁରୁଙ୍କ ପୂଜିତ ସେହି ଫଟୋଟି ମା'ଙ୍କୁ ଦେଖାଇଲେ । ମା' କହିଲେ ''ହଁ, ମୁଁହିଁ ଏହି ଫଟୋ ।'' ମା' ଏହି ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଆଶ୍ରମରେ ରହିବାର ଅନୁମତି ଦେଲେ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯଥାର୍ଥ ଗୁରୁଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ତାଙ୍କର ଏକ ବାଣୀରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି : ''ଏହି ଯୋଗ ସାଧନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରେରଣା ଓ କଷ୍ଟକର ପରିସ୍ଥିତିରେ ତାଙ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଏବଂ ତାଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ, ତା' ନ ହେଲେ ବିଶେଷ ପଦସ୍ଖଳନ ଓ ଭ୍ରାନ୍ତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ନ ହୋଇ ତୁମେ ଏ ପଥରେ ଯାତ୍ରା କରିବା ଅସମ୍ଭବ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତା ଯାହାକି ତୁମର ସମସ୍ତ ସୁଯୋଗକୁ ବ୍ୟାହତ କରନ୍ତା । ଗୁରୁ ହେଲେ ସେଇ, ଯେକି ନିଜକୁ ଏକ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ଓ ସତ୍ତା ମଧ୍ୟକୁ ଉଠାଇ ନେଇଛନ୍ତି ଓ ସେ ପ୍ରାୟ ସର୍ବଦା ଏହି ଚେତନାର ପ୍ରକାଶ ବା ପ୍ରତିନିଧି ରୂପେ ବିବେଚିତ ହୋଇଥା'ନ୍ତି । ସେ କେବଳ ନିଜର ଶିକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରି ନ ଥା'ନ୍ତି, ବେଶୀ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥା'ନ୍ତି ତାଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ଏବଂ ଉଦାହରଣ ଦ୍ୱାରା, ଏକ ଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଅନୁଭୂତିକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଞ୍ଚାରିତ କରି ଦେଇଥା'ନ୍ତି ।''

(Sri Aurobindo on Himself and on The Mother, p. 253)

ଆଜି କଳିଯୁଗର ଶେଷରେ ଯେତେବେଳେ ମଣିଷ ସାଧନା କରିବାର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ହରାଇଛି, ନିଜକୁ ନିଃସହାୟଭାବେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେଇଛି ଏବଂ ଏଥିରୁ ଉଠିବାର କୌଣସି ଆଶା ଭରସା ତା'ର ନାହିଁ ବୋଲି ମନେ କରୁଛି ଠିକ୍ ସେତିକିବେଳେ ଦିବ୍ୟଜନନୀ ତାଙ୍କର ସନ୍ତାନମାନଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ, ଅବତାର ନେଇ ଏହି ଅଜ୍ଞାନ ଅନ୍ଧକାରମୟ ପୃଥିବୀରେ ଅବତରଣ କରିଛନ୍ତି । ସେ ତାଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସନ୍ତାନଙ୍କୁ କୋଳାଗ୍ରତ କରି ଆପଣାର କରି ନେଇଛନ୍ତି । ଆଜି ତାଙ୍କର କରୁଣାର ସ୍ରୋତ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ପ୍ଲାବିତ ହେଉଛି । ଏହିପରି ଏକ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ସୁଯୋଗ ପାଇ, ଏକ ସମ୍ଭାବନାପୂର୍ଣ୍ଣ ଦେବ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ଆଶା ଭରସା ପାଇ ସେ କାହିଁକି ନିଜକୁ ଦୁର୍ବଳ ମନେ କରିବ ? ତା'ର ସମସ୍ତ ଦୁର୍ବଳତା ସତ୍ତ୍ୱେ, ତା'ର ସମସ୍ତ ଅକ୍ଷମତା ସତ୍ତ୍ୱେ ସ୍ୱୟଂ ଦିବ୍ୟ ଜନନୀ ତା' ମଧ୍ୟରେ ଏକୀଭୂତ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ତୁମ ସହିତ ରହିଛି କାରଣ ମୁଁ ହେଉଛି ତୁମେ ଓ ତୁମେ ହେଉଛ ମୁଁ । ମୁଁ ତୁମ ସହିତ ରହିଛି ତାହା ଅନେକ କଥାକୁ ସୂଚାଏ, କାରଣ ମୁଁ ତୁମ ସହ ସକଳ ସ୍ତରରେ ସକଳ ଲୋକରେ ରହିଛି, ମୋର ପରମ ଚେତନାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅତିଶୟ ସ୍ଥୂଳ ଚେତନା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ।...

''ଏହାଛଡ଼ା ଯେଉଁମାନେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏବଂ ମୋର ଆଦର୍ଶ ପ୍ରତି ଉନ୍ମୁକ୍ତ ସେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତୁମେ ଆଉ ମୋ ଭିତରେ ଏକ ସ୍ୱତଃ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥାଏ । ଏକଥା ସ୍ପଷ୍ଟ ଯେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦୂରତାର କିଛି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ, ତୁମେ ଫ୍ରାନ୍‌ସରେ, ପୃଥିବୀର ଅନ୍ୟ ଯେକୌଣସି ପ୍ରାନ୍ତ – କିଂବା ପଣ୍ଡିଚେରୀରେ ରହିପାର, ଏହି ସମ୍ପର୍କ ସବୁବେଳେ ବାସ୍ତବ ଓ ଜୀବନ୍ତ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥର ଯେତେବେଳେ ଏକ ଆବାହନ ଆସେ ମୋତେ ତାହା ଜାଣିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ଯାହାଫଳରେ ମୁଁ ଏକ ଶକ୍ତି, ପ୍ରେରଣା ଅଥବା ଏକ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରେରଣ କରିପାରିବି ।

''ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ଶିଷ୍ୟ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ଓ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ 'ହଁ' ବୋଲି କହିଛି – ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ମୋର ବନ୍ଧନଠାରୁ ଆହୁରି କିଛି ଅଧିକ ରହିଛି । ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ମୋର ଏକ ବିଭୂତି ରହିଛି । ଏହି ବିଭୂତି ଯେତେବେଳେ ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼େ ମୋତେ ସତର୍କ କରାଇ ଦିଏ ଓ କ'ଣ ଘଟିଛି ମୋତେ ଜଣାଇଦିଏ ।''

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯୋଗାଧାର ପୁସ୍ତକରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ସମସ୍ତ ସଂଶୟ ଓ ଅବସାଦ ସମୟରେ କୁହ, 'ମୁଁ ଭଗବାନଙ୍କର, ମୁଁ କେବେହେଲେ ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ନ ପାରେ ।' ଅଶୁଦ୍ଧ ଓ ଅଯୋଗ୍ୟତାର ସମସ୍ତ ପରାମର୍ଶର ଉତ୍ତରରେ କୁହ – 'ମୁଁ ଅମୃତର ସନ୍ତାନ – ଭଗବାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ମୁଁ ବଛା ହୋଇଛି; ମୋତେ ମୋ ନିକଟରେ ଓ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ସତ୍ୟନିଷ୍ଠ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ – ବିଜୟ ସୁନିଶ୍ଚିତ; ଯଦି ବି ମୋର ପତନ ଘଟେ ମୁଁ ପୁଣି ଉଠି ଛିଡ଼ା ହେବି ।' ଯଥାର୍ଥ ମାର୍ଗରୁ ମୁଖ ଫେରାଇ ନେଇ କ୍ଷୁଦ୍ରତର ଆଦର୍ଶର ସେବା ନିମନ୍ତେ ସମସ୍ତ ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ଉତ୍ତର ଦିଅ – 'ଏହା ହେଲା ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ଆଦର୍ଶ, କେବଳ ଏହି ସତ୍ୟହିଁ ମୋ ଅନ୍ତରସ୍ଥ ଆତ୍ମାର ତୃପ୍ତି ସାଧନ କରିପାରିବ; ସମସ୍ତ ପରୀକ୍ଷା ଓ ଦୁର୍ଗତି ଭିତର ଦେଇ ମୁଁ ଦିବ୍ୟ-ପଥ-ଯାତ୍ରାର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବି ।' ''

(*Bases of Yoga,* p. 93)

ସମର୍ପଣ

ଆମେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର ଯାତ୍ରା ପଥର ପ୍ରସ୍ତୁତି-ପର୍ବ ଶେଷ କରିଛୁ । ଆମେ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ସମ୍ବନ୍ଧେ ଆଲୋଚନା କରିଛୁ । ଆମେ ଏହି ଦୁରୂହ ପଥରେ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲିବାର ଦୃଢ଼ ସଂକଳ୍ପ ନେଇଛୁ । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଆମେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଗୁରୁଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିଛୁ, ଯେ କି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଆମ ଅନ୍ତରରେ ପରିଚାଳନା କରୁଛନ୍ତି । ତଥାପି ଆମେ ଏବେ ବି ଅକ୍ଷମ ଓ ଅଧମ – ବେଳେବେଳେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଜୁଆର ଆସି ଆମକୁ ଭସାଇ ନେଇ ଯିବାର ଭୟ ଦେଖାଉଛି । କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମୋହ, ମାୟା

ହାତରୁ ଏବେ ବି ଆମେ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରି ନାହୁଁ – ଏସବୁ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ କ'ଣ କରିବୁ ?

ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଅସଲ ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର କବଳରେ ପଡ଼ି ଆମେ ଯେତେ ତଳକୁ ଖସିଗଲେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ଆଉ ସାଧାରଣ ଜୀବନ ପଥକୁ ଫେରି ଯିବୁ ନାହିଁ । ବିରୋଧିନୀଶକ୍ତି ଆମକୁ ତଳକୁ ଟାଣି ଯେତେ ବି ପ୍ରରୋଚନା ଦେଉ ନା କାହିଁକି – ତୁ ପାପୀ, ଅଧମ, ଦୁରାଚାର, ତୋ ଦ୍ୱାରା ଏ ରୂପାନ୍ତର କାମ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ, ତୋ ଭିତରେ ଶକ୍ତି ନାହିଁ ଏହି ପାପକୁ କାଟି ଉପରକୁ ଉଠିବା ପାଇଁ – ଏହିସବୁ ମନ୍ତ୍ରଣାରେ ଆମେ ଅଧୀର ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ, ଆମର ସଂକଳ୍ପକୁ ଆହୁରି ଦୃଢ଼ କରି ଆଗକୁ ଚାଲିବାକୁ ହେବ ।

ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି ମହାରାଜ କହୁଛନ୍ତି : ''ମନୁଷ୍ୟ ଯେତେ ବଡ଼ ପାପୀ, ଅପରାଧୀ ହୋଇଥାଉ, ସେଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସେ ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଏ, ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାକୁ ଚାହେଁ, ତେବେ ଭଗବାନ୍ ତା'ର ଦୋଷତ୍ରୁଟିକୁ ନ ଦେଖି ତାକୁ ଶରଣରେ ନେଇ ନିଅନ୍ତି ଆଉ ତାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ସେ ଭଗବାନଙ୍କ କୃପାଶକ୍ତିର ଆଶ୍ରୟରେ କ୍ରମଶଃ ଦୋଷତ୍ରୁଟିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଭକ୍ତ ହୋଇଯାଏ ।''

(ମା'ଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ, ପୃ : ୨୨)

ସେ ଆହୁରି କହୁଛନ୍ତି : ''ଭଗବାନଙ୍କ ଆଗମନର ରାସ୍ତା ଖୋଲିବା ସକାଶେ ଯଦି ମନୁଷ୍ୟର ସାମର୍ଥ୍ୟ ନ ଥାଏ, ତେବେ ବି ଭଗବାନ୍ ଅପେକ୍ଷା କରି ତା' ଦ୍ୱାରରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇ ରହନ୍ତି । ରାସ୍ତା ଖୋଲିବା ଲାଗି ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ଯଦି ସେ ଡାକେ, ତେବେ ଭଗବାନ୍ ଅବିଳମ୍ବେ ଦୌଡ଼ି ଯାଇ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ମନୁଷ୍ୟ ଯଦି ନ ଚାହେଁ ତେବେ ସେ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ତା' ଦ୍ୱାରରେ ଅପେକ୍ଷା କରି ଛିଡ଼ା ହୋଇ ରହନ୍ତି ।''

(ମା'ଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ, ପୃ : ୨୧)

ଏହି ହେଲେ କରୁଣାମୟ ଭଗବାନ୍ । ଭକ୍ତର ଅକ୍ଷମତା ଦେଖି ତାକୁ କଠିନ ସାଧନା ପଥରେ ନ ନେଇ ସହଜ ପଥ ଦେଖାଇ ଦିଅନ୍ତି ।

ସର୍ବ ଧର୍ମାନ୍ ପରିତ୍ୟଜ୍ୟ ମାମେକଂ ଶରଣଂ ବ୍ରଜ ।
ଅହଂ ତ୍ୱା ସର୍ବପାପେଭ୍ୟୋ ମୋକ୍ଷୟିଷ୍ୟାମି ମା ଶୁଚଃ ॥

ଗୀତାରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନର କଥା କହି, ସମସ୍ତ ସାଧନାର କଥା କହି ଶେଷରେ ସାଧନାର ଅତି ସରଳ ମାର୍ଗ ଦେଖାଇ କହୁଛନ୍ତି : ''ସବୁ ଧର୍ମ ତ୍ୟାଗ କରି କେବଳ ମୋ ଶରଣରେ ଆସିଯାଅ, ମୁଁ ତୁମର ସମସ୍ତ ପାପ ଖଣ୍ଡନ କରି ତୁମକୁ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରଦାନ କରିବି – ଏଥିରେ କୌଣସି ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।''

ଠିକ୍ ସେହିପରି ଜଗଜ୍ଜନନୀ ଶ୍ରୀମା ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଆସି କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ ସର୍ବଦା

ମୋ ବାହୁଛାୟା ତଳେ ରହିଛ ଓ ତୁମକୁ ଆରାମ ଦେବା ପାଇଁ, ତୁମକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବା ପାଇଁ, ତୁମକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବା ପାଇଁ ଏବଂ ଜ୍ଞାନଦୀପ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ମୁଁ ତୁମକୁ ସବୁବେଳେ ମୋ ହୃଦୟର ନିକଟତମ କରି ରଖିଛି । ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ତୁମକୁ ଛାଡ଼େ ନାହିଁ, ଏବଂ ମୁଁ ନିଶ୍ଚିତ ଯେ – ତୁମେ ଯଦି ଟିକିଏ ସଚେତନ ହୁଅ ତେବେ ତୁମେ ତୁମ କାନ୍ଧ ଚାରିପାଖେ ମୋ ହାତର ଉଷ୍ଣତା ଅନୁଭବ କରିପାରିବ ।'' (MCW - 16, p - 120) ସେ ପୁଣି କହୁଛନ୍ତି : ''ସର୍ବଦା ମୋ ହୃଦୟରେ ବସା ବାନ୍ଧି ରୁହ, ଯାହା ତୁମକୁ ସ୍ୱାଗତ ଜଣାଇବା ପାଇଁ ସଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ, ମୋର ବାହୁ ତୁମକୁ କୋଳାଗ୍ରତ କରିବା ପାଇଁ ସଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ । କୌଣସି ବାଧା-ବିଘ୍ନକୁ ଭୟ କର ନାହିଁ, ଆମେ ସେସବୁକୁ ଅବଶ୍ୟ ଦୂରୀଭୂତ କରିବୁ ।''

(MCW - 16, p - 149)

କୁହା ହୋଇଛି କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ନାମ ନେଲେ ଯେତେ ପାପ ଖଣ୍ଡନ ହୋଇଯାଇପାରେ ସେତିକି ପାପ ଜଣେ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଅଜାମିଳ ଯେ କି ମହାପାପୀ ଥିଲା, ସେ ତା'ର ପୁଅର ନାମ ନାରାୟଣ ରଖି ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ନାରାୟଣ ବୋଲି ତା' ପୁଅକୁ ଡାକିଥିଲା । ଏହି ନାମର ପ୍ରଭାବରେ ତା'ର ସମସ୍ତ ପାପ ଖଣ୍ଡନ ହୋଇଥିଲା । ଗିରିଶ ଘୋଷ ଯେକି ମଦୁଆ, ମାତାଲ ଓ ସ୍ତ୍ରୀ-ଆସକ୍ତ ଥିଲେ ତାଙ୍କୁ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କୁ ପଚରା ଗଲା ''ତୁମେ କାହିଁକି ଏପରି ଅଧମ ପାପୀଙ୍କୁ ଶିଷ୍ୟ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କର ?'' ଉତ୍ତରରେ ସେ କହିଥିଲେ, ''ଏଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । ତୁମେ ଯାଇ ଦେଖ ଯେତେବେଳେ ସେ ମା'ଙ୍କର ପ୍ରାର୍ଥନା ଗାନକରେ ସେତେବେଳେ ତା'ର ଆଖିରୁ ଲୁହ ବାହାରେ କି ନାହିଁ । ଯଦି ବାହାରୁଥାଏ ତେବେ ସେ ମୋର ପ୍ରିୟ ଶିଷ୍ୟ ହେବା ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ।''

ପ୍ରକୃତରେ ଆମର ଅତୀତର ସମସ୍ତ ଦୋଷତ୍ରୁଟି ଓ ପାପ ପାଇଁ ଆମେ ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଭକ୍ତିରେ ବୁଡ଼ିଯାଇ ଦୁଇ ଟୋପା ଲୁହ ଗଡ଼ାଇପାରୁ ତେବେ ସେ ଆମକୁ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ କୋଳାଗ୍ରତ କରନ୍ତି । ଆମର ସମସ୍ତ ପାପ ଖଣ୍ଡନ କରନ୍ତି । ଭଗବାନ୍ ହେଲେ ଭକ୍ତିରେ ବନ୍ଧା । ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ଭକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆମେ ତାଙ୍କର ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ହୋଇପାରିଥାଉ । ଅତୀତ ଯାହାବି ହେଉ ନା କାହିଁକି, ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ଭକ୍ତି ମଣିଷକୁ ଏହି ଭବସାଗରରୁ ପାରି କରାଇ ଦେଇପାରେ ।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜଗତରେ ଯେତେ ମହାପୁରୁଷ ଓ ଅବତାର ଏ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ନେଇଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେବଳ ଦ୍ୱାପର ଯୁଗରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ଆଜିର ଏହି କଳି ଯୁଗରେ ଜଗଜ୍ଜନନୀ ଶ୍ରୀମା ଓ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଅଭୟ ବାଣୀ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି – ତାଙ୍କର ଶରଣ ନେବା ପାଇଁ କହିଛନ୍ତି । ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ସାଧନା ସେ

କରିଦେବେ । ପ୍ରକୃତରେ ଏହାହିଁ ହେଲା ସାଧନାର ସହଜ ଉପାୟ ଯାହାକୁ କୁହାଯାଏ ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ । ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ସମର୍ପଣରେ ଓ ଶେଷ ମଧ୍ୟ ହୁଏ ସମର୍ପଣରେ ।

ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ କହିଛନ୍ତି ସାଧନାର ଦୁଇଟି ମାର୍ଗ ରହିଛି : ଗୋଟିଏ ହେଲା, ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ସାଧନା କରିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣର ମାର୍ଗ । ପ୍ରଥମଟି ହେଲା ମାଙ୍କଡ଼ ଶିଶୁ ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ବିରାଡ଼ି ଶିଶୁ । ମାଙ୍କଡ଼ ଶିଶୁ ତା'ର ମା'କୁ ଜାବୁଡ଼ିଧରେ । କିନ୍ତୁ ବିରାଡ଼ି ଶିଶୁର ମା' ତା'କୁ ନିଜେ କାମୁଡ଼ି ବହନ କରି ଚାଲେ । ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଆମେ କ'ଣ ହେବାକୁ ଚାହୁଁ – ମାଙ୍କଡ଼ ଶିଶୁ ନା ବିରାଡ଼ି ଶିଶୁ ? ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''...ବାସ୍ତବରେ ମୁଁ ମୋ ସାଧନାର ଯେଉଁ ନିୟମ ପାଳନ କରୁଥିଲି ତାହା ହେଲା ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣଙ୍କ ବିରାଡ଼ି ଶିଶୁର କଳ୍ପନା ସଦୃଶ । କିନ୍ତୁ ସମସ୍ତେ ପ୍ରଥମରୁ ଏହି ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି ପାରିବେ ନାହିଁ । ଏହା ସମୟ ସାପେକ୍ଷ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବେ ସେତେବେଳେ ଏହା ବିଶେଷଭାବେ ବିକାଶ ଲାଭ କରିବ ।''

(Letters on Yoga -II, p : 587)

ଏହି କଳି ଯୁଗରେ ମଣିଷ ଯେତେବେଳେ ଶକ୍ତିହୀନ ହୋଇ ପଡ଼ିଲା, ତା'ର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ପଡ଼ିଲା, ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣ ବଢ଼ିଚାଲିଲା ଠିକ୍ ସେତିକି ବେଳେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଭଗବାନଙ୍କ ଅବତାରଭାବେ ଏପୃଥିବୀକୁ ଆସି ମଣିଷକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରି ତାକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ନେବା ପାଇଁ ସାଧନାର ସହଜ ପଥ ଦେଖାଇଲେ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ମଣିଷକୁ ଆଉ ଘରଦ୍ୱାର ଛାଡ଼ି ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ, ସାଧନା ପାଇଁ ବଣ ଜଙ୍ଗଲକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ, ମନ୍ଦିର-ମସଜିଦକୁ ଯିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ, ଚିତା-ଚୈତନ ଲଗାଇ ପୂଜାପାଠର ବିରାଟ ଆୟୋଜନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ, ଖୋଳ କୀର୍ତ୍ତନ କରି ନାଚିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ, ଧୁନି ଜାଳି ବସିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ, ଗୁଡ଼ାଏ ଧ୍ୟାନ, ଧାରଣା, ପ୍ରଣାୟାମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଯେ ଯେଉଁଠାରେ ଅଛି ଓ ଯେପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଅଛି ସେହି ଅବସ୍ଥାରେ ସେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ କରିପାରିବ । ଏଥିପାଇଁ ବିଶେଷ ବାତାବରଣ ମଧ୍ୟ ଦରକାର ହୁଏ ନାହିଁ । ଅନ୍ତରରେ ମା'ଙ୍କର ନାମ ଜପ ସହିତ ନିଜକୁ ବର୍ମାବୃତ କରି ସବୁ ସ୍ଥାନରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ କରାଯାଇ ପାରେ – ଅଫିସରେ, ରାସ୍ତାରେ ଚାଲିଲା ବେଳେ, ଗାଡ଼ିରେ ଗଲାବେଳେ, ଖାଇଲା ବେଳେ, ଶୋଇଲା ବେଳେ । ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ବାହ୍ୟ ଉପକରଣ ଦରକାର ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ଯୋଗ ସାର୍ବଜନୀନ, ଯୁଗୋପଯୋଗୀ ଓ ମହାନ୍ । ଏହି ଯୋଗ ପାଇଁ କେବଳ ତିନୋଟି କାମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ : ଆସ୍ପୃହା, ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ ଓ ସମର୍ପଣ । ଏହା ହେଲା ଏକ ପ୍ରକାର ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଯୋଗ । ଯେକୌଣସି ସମୟରେ ଓ ଯେକୌଣସି

ସ୍ଥାନରେ ଏହି ଯୋଗ କରାଯାଇ ପାରେ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ, ନିଜର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଚାହିଁବାକୁ ହେବ, ବ୍ୟାକୁଳ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ – ଏହା ହେଲା ଆସ୍ପୃହା । ଭଗବାନଙ୍କ ପଥରେ ଯିବା ପାଇଁ ଯାହା ଆମକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରେ ସେ ସବୁକୁ ଆମକୁ ସର୍ବଦା ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କେବଳ ମୁହଁରେ କହିଦେଲେ ହୁଏ ନାହିଁ । କେବଳ ଥରେ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କଲେ ଆମେ ସଫଳ ହୋଇ ପାରିବୁ ନାହିଁ । ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣକୁ ଆମେ ଥରେ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ – ଏହା ସର୍ବଦା କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ସ୍ୱୟଂ ମା' ନିଜେହିଁ ଏସବୁ ବନ୍ଧନରୁ ଆମକୁ ମୁକ୍ତ କରିବେ ଆମେ ଯଦି ନିଜକୁ ତାଙ୍କ ଚରଣରେ ସମର୍ପଣ କରୁ । ସାଧକ ଏହିସବୁ ବନ୍ଧନରେ ପଡ଼େ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ, ଚିହ୍ନିବା ପାଇଁ । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଣିଷଜାତିର ସମସ୍ତ ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ନିଜେ ବରଣ କରି ସେସବୁକୁ ଜୟ କରିଛନ୍ତି । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଏପରି କୌଣସି ରୋଗ ନାହିଁ ଯାହା ମୁଁ ନିଜେ ଭୋଗ ନ କରିଛି । ମୁଁ ସମସ୍ତ ରୋଗକୁ ମୋ ଶରୀର ଉପରେ ଗ୍ରହଣ କରିଛି । ସେମାନଙ୍କ ଗତିଧାରାକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ଲାଗି ଏବଂ ଶରୀରର ଅନୁଭୂତି ଜରିଆରେ ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧେ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବାକୁ ଯାହା ଫଳରେ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କାମ କରିପାରିବି । ଯେହେତୁ ମୋ ଶରୀର ଚେତନାର କୌଣସି ଭୟ ନ ଥାଏ ଓ ଏହା ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତିର ଚାପର ଉତ୍ତର ଦେଇଥାଏ, ତେଣୁ ମୋ ପକ୍ଷରେ ଏସବୁଥିରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ସହଜତର ହୋଇଥାଏ । (M.C.W. - 13, p : 60) ଅତଏବ ଆମେ ମା'ଙ୍କ ଉପରେ ଭରସା ରଖି ଯଦି ଆମର ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରୁ ତେବେ ଅବଶ୍ୟ ଆମେ ସଫଳ ହୋଇଥାଉ । ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଚିତ୍ତ ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟର ବସ୍ତୁ ନିକଟରେ ଥାଇ ମଧ୍ୟ ଯଦି ଚିତ୍ତ ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟ ନ ହୁଏ ତାହାହିଁ ସିଦ୍ଧିର ଲକ୍ଷଣ ।'' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମକୁ ପ୍ରାଣର ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନରେ ଲାଗି ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେତେଥର ଏହା ଉପରକୁ ଉଠେ । ତୁମେ ଯଦି ଏହି ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନରେ ଲାଗି ରୁହ ତେବେ ଏହା ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ତା'ର ଶକ୍ତି ହରାଇଥାଏ ଓ ଅପସରି ଯାଇଥାଏ ।'' (*Letters on Yoga* - II, p: 602) ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆହୁରି କହୁଛନ୍ତି : ''ଏ ପୃଥିବୀ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମକୁ ବିବ୍ରତ କରିବ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମର କୌଣସି ଅଂଶ ଏହା ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଅଛି । ଯଦି ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଭଗବାନଙ୍କର ହୋଇଯାଅ ତେବେ ଯାଇ ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଅ ।''

(*Letters on Yoga* - II, p : 606)

ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ ପରେ ଆମକୁ ଶିଖିବାକୁ ହେବ ଆମକୁ କିପରି ସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ହେବ । ''ଯଦି ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ ନାହିଁ ତେବେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ପାରେ ନାହିଁ ।'' (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) ''ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ, ଆମ ପ୍ରକୃତିର ବିଶାଳ

ଅଂଶ ଏହାର ପ୍ରତିବାଦ କରନ୍ତି । ଯଦି ମନ ସମର୍ପଣ ପାଇଁ ନିଶ୍ଚିତ କରେ ତେବେ ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ସମସ୍ତ ବାଧା ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି; ସେତେବେଳେ ସାଧକ ଏସବୁକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରି ସେମାନଙ୍କଠାରୁ ନିଜକୁ ପୃଥକ୍ ରଖିବାକୁ ହେବ ଓ ନିଜ ପ୍ରକୃତିରୁ ସେସବୁକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବାକୁ ଓ ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଅବଶ୍ୟ ଅନେକ ସମୟ ଲାଗିପାରେ କିନ୍ତୁ ଏହା କରିବାକୁହିଁ ପଡ଼ିବ ।''

(*Letters on Yoga* - II, p : 600)

ପୁଣି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ଅଳ୍ପ ସମୟ ଭିତରେ ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ – ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣର ଅର୍ଥ ହେଲା ସତ୍ତାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶରୁ ଅହଂର ଗଣ୍ଠିକୁ କାଟି ଏହାକୁ ମୁକ୍ତ ଓ ବ୍ୟାପକଭାବେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଇଦେବା । ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଚେତନା (ଏବଂ ଏପରିକି ଏସବୁର ଟିକିନିଖି ଅଂଶ ଓ ତା'ର ଗତିବିଧି)କୁ ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିଏ ଅଲଗା ଅଲଗା ଭାବରେ ସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ହେବ, ଏସବୁ ତାଙ୍କର ନିଜର ଧାରାକୁ ଛାଡ଼ି କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କର ଧାରାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ ।''

(*Letters on Yoga* - II, p : 591)

କେତେକ ସାଧକ ସମର୍ପଣର ନାମରେ ଏକ ପ୍ରକାର ତାମସିକ ସମର୍ପଣ କରିଥାଆନ୍ତି । ସବୁକିଛି ଭଗବାନ୍ କରୁଛନ୍ତି ବୋଲି ବାହାନା କରି ନିଜକୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ଆସକ୍ତି ରହିଥିବ, ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାମନା ବାସନା ରହିଥିବ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଆମ ସତ୍ତାରେ ଏକ ଅଂଶ ସମର୍ପଣ କଲେ ଅନ୍ୟ ଅଂଶ ଏଥିରେ ବିରୋଧ କରେ । ଆମ ଭିତରେ ଏହି ଯେଉଁ ଟଣାଓଟରା ଲାଗେ, ଏଥିପାଇଁ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଆନ୍ତର ଯୁଦ୍ଧ ଲାଗିରହେ, ଆମ ଭିତରେ ଏକ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଯାହା ଦୂର ହେବା ଖାଲି ସମୟ ସାପେକ୍ଷ ନୁହେଁ, ଏହା ଆମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ମଧ୍ୟ ହାନିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଅଧିକାଂଶ ସାଧକ କଠିନ ରୋଗ ଭୋଗ କରନ୍ତି । ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ ହେବାର ଏବଂ ଆମ ସାଧନାର ଏହି ଅସମଞ୍ଜସତାକୁ ଦୂର କରିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାରେ ସମର୍ପଣ ଶିଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ମଣିଷ ଭିତରେ ସାଧାରଣତଃ ଚାରିଟି ପ୍ରଧାନ ସତ୍ତା ରହିଛି । ସେମାନେ ହେଲେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା, ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଚେତନା । ଯେପରି ଆମ ସମାଜରେ ଚାରି ଜାତି ରହିଛନ୍ତି – ବ୍ରାହ୍ମଣ, କ୍ଷତ୍ରିୟ, ବୈଶ୍ୟ ଓ ଶୂଦ୍ର; ଠିକ୍ ସେହିପରି ଆମ ଭିତରେ ଏହି ଚାରି ଜାତିର ସତ୍ତା ରହିଛନ୍ତି । ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ହେଲେ ବ୍ରାହ୍ମଣ, ସେ ସର୍ବଦା ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏକ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ମନ ହେଲା ବୈଶ୍ୟ ବା ବ୍ୟବସାୟୀ । ସେ ସର୍ବଦା ଲାଭ କ୍ଷତି ବିଚାର କରେ । କେତେ ଦେଲେ କେତେ ପାଇବି – ଏହି ହେଲା ତା'ର ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ ।

କିଛି ନ ପାଇଲେ ସେ କିଛି ଦେବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ଆମର ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ହେଲା କ୍ଷତ୍ରିୟ । ଯେକୌଣସି କାମ ପାଇଁ ସେ ଉତ୍ସାହ, ପ୍ରେରଣା ଯୋଗାଇ ସର୍ବଦା ଆଗେଇ ଚାଲେ । ସେ ହେଲା ଯୋଦ୍ଧା ଓ ସେ ବିପଦକୁ ଭୟ କରେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ତା'ର ଅସଲ ଦୁର୍ବଳତା ହେଲା ଏସବୁର ପ୍ରତିଦାନରେ ସେ ତା'ର ଭୋଗ୍ୟବସ୍ତୁର ଆସ୍ୱାଦନ ଚାହେଁ । ତାକୁ ଯଦି ଲଗାମ ଲଗାଇ ବାଟକୁ ଅଣାଯାଏ ତେବେ ସାଧନା ପଥରେ ସେ ଏକ ମସ୍ତବଡ଼ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇଉଠେ । ଶେଷରେ ଆମର ଶରୀର ହେଲା ଶୂଦ୍ର ଅର୍ଥାତ୍ ସେବକ । ଅନ୍ୟ ତିନି ସତ୍ତାଙ୍କର ସେବା କରିବା ପାଇଁ ସେ ସଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ । ତା'ର ନିଜ ଇଚ୍ଛା ବା ଆକାଂକ୍ଷା କିଛି ନାହିଁ । ନିଜର ଅନିଷ୍ଟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଭୃତ୍ୟ ଭଳି ତା'ର ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଆଦେଶ ମାନିଥାଏ । ପ୍ରାଣ ତା'ର ଲୋଭଯୁକ୍ତ ବାସନା ପୂରଣ ପାଇଁ ଯେତେବେଳେ ଗୁଡ଼ାଏ ଖାଇବାକୁ ଚାହେଁ ସେତେବେଳେ ଶରୀର ଏଥିରେ ବାଧା ଦେଇପାରେ ନାହିଁ । ତାକୁ ନୀରବରେ ଖାଦ୍ୟ ଗିଳିବାକୁ ପଡ଼େ ଏବଂ ଶେଷରେ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇପଡ଼େ ।

ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଯଥାର୍ଥଭାବେ ଚିହ୍ନିପାରିଲେ ଆମର ସମର୍ପଣ କାମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ସମର୍ପଣ ହେଲା ଏକ ଯଜ୍ଞ । ଏହି ଯଜ୍ଞର ବ୍ରାହ୍ମଣ ହେଲେ ଆମର ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା । ସେ ତାଙ୍କର ଆସ୍ପୃହା ରୂପକ ଅଗ୍ନି ଦ୍ୱାରା ସଦା ସର୍ବଦା ଆମ ଭିତରେ ସମର୍ପଣର ଯଜ୍ଞ କରୁଛନ୍ତି । ସେ ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି, ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତର ଧରି ଏହି ଯଜ୍ଞ କରି ସର୍ବଦା ବ୍ୟକ୍ତିର ଅନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନଙ୍କୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରୁଛନ୍ତି ଏହି ମହାଯଜ୍ଞରେ ଭାଗ ନେବା ପାଇଁ । ଆମର ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଯେତେବେଳେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ଏହି ଯଜ୍ଞ ନିକଟରେ ବସନ୍ତି ଏବଂ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟରେ ନିଜକୁ ଏହି ଅଗ୍ନିକୁଣ୍ଡରେ ଆହୁତି ଦିଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଆମର ସମର୍ପଣ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ହୁଏ ।

ଆମ ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ଯାହାକିଛି ଅଦିବ୍ୟ ହୋଇ ରହିଛି ସେସବୁକୁ ଏହି ଯଜ୍ଞକୁଣ୍ଡରେ ନିକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏମାନେ ପୋଡ଼ି ଜଳି ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ବିକୃତି ଲୋପ ପାଇ ଦିବ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବେ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କଲେ କିଛି ବି କମି ଯାଏ ନାହିଁ ବରଂ ସବୁ କିଛି ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି, ''ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ନିଜକୁ ସେହିମାନଙ୍କୁ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ନିଜର ବୋଲି କିଛି ନ ରଖି ସେମାନଙ୍କର ସବୁକିଛି ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିଥାଆନ୍ତି ।''

(*Letters on Yoga* - II, p. 589)

କେତେକ ସାଧକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରାଣର ଆବେଗକୁ ଏପରି ଦମନ କରି ରଖିଥାଆନ୍ତି ଯେ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ପ୍ରାଣର ସମ୍ବେଦନ ମଧ୍ୟ ନିର୍ବାପିତ ହୋଇଯାଏ, ସବୁ ଶୁଷ୍କ ହୋଇ ନୀରସ ହୋଇଯାଏ । ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆଉ କେତେକ ସାଧକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ଶରୀର ବିକାଶ ପାଇଁ ଅବହେଳା କରନ୍ତି । ମନରେ

ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଶରୀର ବିଷୟରେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଜ୍ଞାନଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଉପରକୁ ଉଠାଇବା ବଦଳରେ ତାକୁ ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ତାମସିକତାରେ ବୁଡ଼ିଯିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି । ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଅସଲ କାମ ହେଲା ଜଡ଼ ଉପରେ, ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ଉପରେ । ଯେଉଁମାନେ ଏହାର ଅବହେଳା କରୁଛନ୍ତି ସେମାନେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଏବେ ବି ବୁଝି ନାହାନ୍ତି । ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାରେ ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ବିକାଶ ଦରକାର । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର ଦରକାର । ଏଥିପାଇଁ ସକଳ ସତ୍ତାର ସମର୍ପଣ ଦରକାର । ସାଧନା ପଥରେ ପଡ଼ିଗଲେ ମଧ ଭଗବାନ୍ ଆମକୁ ଛାଡ଼ି ଯାଆନ୍ତି ନାହିଁ । ଆମ ଭିତରେ ସତ୍ତାମାନେ ଯେତେଥର ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରୁ ମୁଖ ଫେରାଇ ବିପଥଗାମୀ ହେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ସେତେଥର ତାଙ୍କୁ ବାଟକୁ ଆଣି ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

ସମର୍ପଣର ସହଜ ଉପାୟ ହେଲା ଆମେ ଯଦି ଆମ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହେଉ, ଆମେ ଯଦି ଆମ ସାଧନାର ଭାର ତାଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରୁ ସେ ଆମକୁ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ, ନିର୍ଭୟତାର ସହ ରୂପାନ୍ତରର ଏହି ବନ୍ଧୁର ପଥରେ ନେଇଯାଆନ୍ତି । ତାଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ଆମ ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଏପରି ଏକ ଶାନ୍ତି, ପ୍ରେମ, ବିଶ୍ୱାସ, ଭକ୍ତି, ନିର୍ଭରତା ବଢ଼ିଉଠେ ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ କେବେ ବି ଭଗବାନଙ୍କ ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ବି ଚାହିଁ ନ ଥାଉ । ସେହିଁ ଶେଷରେ ଆମ ସମର୍ପଣ ଯଜ୍ଞର ପୂର୍ଣ୍ଣାହୁତି ଦିଅନ୍ତି, ଏହି ଯଜ୍ଞକୁ ସାଫଲ୍ୟମଣ୍ଡିତ କରନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣର ଅନୁଭୂତି କେବଳ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଏହା ସମଗ୍ର ଜୀବନ, ସକଳ ଚିନ୍ତା, ଅନୁଭୂତି ଓ କର୍ମକୁ ଶାସନ କଲାଭଳି ଏକ କଥା ହେବା ଉଚିତ । ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜର ଇଚ୍ଛା ଓ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦରକାର ହୋଇଥାଏ ।'' (*Letters on Yoga,* II-p. 592) ''ସର୍ମପଣ ପାଇଁ ନାମ ଜପ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା ବିଶେଷ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ସାଂସାରିକ ବସ୍ତୁ, ଘଟଣା, ଚିନ୍ତା ଆଦିରୁ ଚେତନାକୁ କାଢ଼ିଆଣି କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କୁ ମନନ ଓ ଚିନ୍ତନ କରିପାରିଲେ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବେ ଆମର ସମର୍ପଣ ହୋଇଥାଏ । ନିଜକୁ ଶିଶୁ ମନେ କରି ଦୁଇ ହାତ ତୋଳି ମା'ଙ୍କ କୋଳକୁ ଯିବାକୁ ଚାହିଁଲେ – ତାହା ସର୍ବୋତ୍ତମ ସମର୍ପଣ ହୋଇଥାଏ ।

ସମର୍ପଣ ପାଇଁ ଆମର କିପରି ଭାବ ହେବା ଉଚିତ ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆନ୍ତର ସମର୍ପଣର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ କଥା ହେଲା ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ଓ ବିଶ୍ୱାସ । ଏଥିପାଇଁ ଜଣେ ଏହିପରି ମନୋଭାବ ରଖିପାରେ : 'ମୁଁ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ବି ଚାହେଁ ନାହିଁ । ମୁଁ ନିଜକୁ ସମଗ୍ରଭାବେ ତାଙ୍କୁ ଦେଇ ଦେବାକୁ ଚାହେଁ, ଏବଂ ଯେହେତୁ ମୋର ଆତ୍ମା ଏହା ଚାହିଁଛି; ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ ଭଗବାନଙ୍କ

ଦର୍ଶନ ଓ ଉପଲବ୍ଧି କରିବି । ମୁଁ ତା' ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ଚାହେଁ ନାହିଁ – ଚାହେଁ ମୋ ଭିତରେ ତାଙ୍କରି କ୍ରିୟା ଯାହା ମୋତେ ତାଙ୍କରି ଦିଗରେ ନେଇଯିବ, ତାଙ୍କରି କ୍ରିୟା ତାହା ଗୁପ୍ତ ହେଉ ବା ବ୍ୟକ୍ତ ହେଉ, ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ହେଉ ବା ପ୍ରକାଶ୍ୟ ହେଉ । ମୁଁ ମୋର ନିଜସ୍ୱ ସମୟ ବା ଧାରା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବି ନାହିଁ । ସବୁକିଛି ସେ ତାଙ୍କର ସମୟ ଓ ତାଙ୍କରି ଧାରାରେ କରନ୍ତୁ । ମୁଁ ତାଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିବି, ତାଙ୍କର ଇଚ୍ଛାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବି, ତାଙ୍କରି ଜ୍ୟୋତିଃ, ତାଙ୍କରି ଉପସ୍ଥିତି ଓ ଆନନ୍ଦକୁ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ନିରନ୍ତର ଆସ୍ପୃହା କରିବି ଏବଂ ସମସ୍ତ ବାଧାବିଘ୍ନ ଓ ବିଳମ୍ବର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଭରସା ରଖି ଆଗେଇ ଚାଲିବି ଓ ଏ ପଥରୁ କେବେ ବି ବିଚ୍ୟୁତ ହେବି ନାହିଁ । ମୋର ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଆସ୍ଥା ରଖୁ ଓ ସେ ଏହାକୁ ଆଲୋକର ଦିଗରେ ଖୋଲିଧରନ୍ତୁ; ମୋର ପ୍ରାଣ ଶାନ୍ତ ହୋଇ କେବଳ ତାଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ମୁଖ କରୁ ଓ ସେ ତାକୁ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ପାଇଁ ଖୋଲି ଧରନ୍ତୁ । ସବୁକିଛି ତାଙ୍କରି ପାଇଁ ଓ ମୁଁ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କରି ପାଇଁ । ଯାହା ବି ହେଉ ନା କାହିଁକି, ମୁଁ ଏହି ଆସ୍ପୃହା ଓ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ ବଜାୟ ରଖି ତାଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ରଖିବି – ଏବଂ ସଫଳତା ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବ ।' ''

(*Letters on Yoga,* II p. 587)

ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କର 'ଧ୍ୟାନ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା' ବହିରେ କିପରି ଭଗବାନଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରାଯାଏ ତାହା ନିଜେ କରି ମଣିଷ ଜାତିକୁ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ସମର୍ପଣର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରାର୍ଥନା ହେଲା 'ରାଧାଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନା', ତାହା ତଳେ ଦିଆଗଲା :

''ଯାହାଙ୍କୁ ମୁଁ ମୋର ପ୍ରଥମ ଦର୍ଶନରେ ମୋ ସତ୍ତାର ପ୍ରଭୁ ଓ ମୋର ଭଗବାନ୍ ଭାବରେ ଜାଣିଲି, ତୁମେ ମୋର ନୈବେଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କର ।

''ତୁମେ ହେଲ ମୋର ସମସ୍ତ ଭାବନା, ମୋର ସମସ୍ତ ସମ୍ବେଦନ, ମୋ ହୃଦୟର ସମସ୍ତ ଭାବ, ମୋର ସମସ୍ତ ଅନୁଭବ, ମୋ ଜୀବନର ସମସ୍ତ ଗତିବୃତ୍ତି, ମୋ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷ, ମୋର ପ୍ରତ୍ୟେକ ରକ୍ତ ବିନ୍ଦୁ, ମୁଁ ସର୍ବତୋଭାବେ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ତୁମରି । ସବୁକିଛି ତୁମେ – ମୋର ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ । ତୁମେ ମୋ ପାଇଁ ଯାହା ଚାହଁ ମୁଁ ତାହା ହେବି । ମୋ ପାଇଁ ତୁମେ ଯାହା ବାଛିଦେବ – ଜୀବନ ବା ମୃତ୍ୟୁ, ସୁଖ ବା ଦୁଃଖ, ଆନନ୍ଦ ବା ଯନ୍ତ୍ରଣା – ଯାହାସବୁ ତୁମ ପାଖରୁ ଆସେ ତାକୁ ମୁଁ ସ୍ୱାଗତ କରିବି । ତୁମଠାରୁ ଆସୁଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉପହାର ସର୍ବଦା ଭଗବତ୍ ଉପହାର ରୂପେ ମୋ ପାଇଁ ପରମ ଆଶୀର୍ବାଦ ଆଣିବ ।''

(M.C.W. - 15, p. 224)

କରୁଣାମୟ ଓ ଭକ୍ତବତ୍ସଳ ଭଗବାନଙ୍କର ଜୟ ହେଉ ।

ଜ୍ଞାନ-ଦୀପ୍ତ ମନ

OM Sri Aurobindo Mira
Open my mind, my heart, my life
to your Light, your Love, your Power.
In all things, may I see the Divine.

(Sri Aurobindo, 16-07-1938)

''ଓଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମୀରା
ମୋର ମନ, ମୋର ହୃଦୟ, ମୋର ଜୀବନକୁ
ତୁମରି ଆଲୋକ, ତୁମରି ପ୍ରେମ, ତୁମରି ଶକ୍ତି ପ୍ରତି ଖୋଲିଦିଅ ।
ସବୁକିଛି ଭିତରେ ମୁଁ ଯେପରି ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଖିପାରେ ।''

ଆସ୍ପମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସାଧନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଦତ୍ତ ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନାଟି ବହୁତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । କ୍ଷୁଦ୍ର ପରିସୀମାରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଆମ ସକଳ ସତ୍ତାକୁ ଖୋଲି ଧରି ବିଶାଳ କରିପାରିଲେ ଭଗବାନ୍ ହୁଏତ ସେଥିରେ କିଛିମାତ୍ରାରେ ପରିପ୍ରକାଶ ହୋଇପାରିବେ ଆମର ବିଶାଳତା ଓ ଗ୍ରହଣଶୀଳତାର ଅନୁପାତରେ । ଆଗରୁ କୁହାଯାଇଛି ଆମ ଭିତରେ ମୂଳତଃ ଚାରିଟି ସତ୍ତା ଅଛନ୍ତି – ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା, ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଆମର ଖୋଲିବାର ଦରକାର ନାହିଁ, କାରଣ ସେ ବରାବର ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଖୋଲା ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଭଗବାନ୍ ତାଙ୍କ ସହିତ ରହିଛନ୍ତି । ଚୈତ୍ୟ-ଚେତନାର ବିଶାଳତା ଭଗବାନଙ୍କୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରିଛି, ତାଙ୍କ ସହିତ ସର୍ବଦା ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ରହିଛି । ଚୈତ୍ୟ-ଚେତନା ପାଇଁ ଆମେ ଯେଉଁ ସାଧନା କରିବୁ ତାହା ହେଲା ଆମର ରୂପାନ୍ତରିତ ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ନେଇ ତାଙ୍କ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ଏକତ୍ରିତ କରିବା ଯଦ୍ୱାରା ସେ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ, ଅଧିକ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇ ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ ହୋଇପାରିବେ, ତାଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠିତ ହୋଇ ସେ ବିକାଶଲାଭ କରିବେ ।

ଆମର ଅନ୍ୟ ତିନି ସତ୍ତା ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇ ଆମ ଭିତରେ ଅହଂକାରକୁ ନେଇ ସେମାନଙ୍କର ନିଜ ନିଜ ପରିଧି ଗଠନ କରି ସେଥିରେ ବାସ କରନ୍ତି । କୂପମଣ୍ଡୁକ ପରି ସେହି ପରିସରକୁ ବିଶାଳ ମନେ କରନ୍ତି ଓ ସେଥିରେ ସେମାନେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ

ରହନ୍ତି । ଏହା ହେଉଛି ମଣିଷର ଅବସ୍ଥା । ଏହିସବୁ ସତ୍ତାମାନଙ୍କର କ୍ଷୁଦ୍ରତାକୁ ଭାଙ୍ଗି, ତାଙ୍କର ପୁରାତନର ପ୍ରକୃତି ଓ ଅଭ୍ୟାସକୁ ବଦଳାଇ ତାଙ୍କୁ ଭଗବନ୍ମୁଖୀ କରାଇବା ହେଲା ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ।

ଉପରେ କୁହାଯାଇଥିବା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନାଟିରେ, ମନ, ହୃଦୟ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ଖୋଲିବା କଥା କୁହାଯାଇଛି । ମନ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆଲୋକ ଦିଗରେ ଖୋଲିବ; ହୃଦୟ ପ୍ରେମ ଦିଗରେ ଓ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଦିଗରେ ଖୋଲିବ । ଆଲୋକ ଅର୍ଥ ଚେତନା ଓ ଜ୍ଞାନ । କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଶରୀର ଖୋଲିବା କଥା ଏଠାରେ କହି ନାହାନ୍ତି । ୧୯୩୮ ମସିହାରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ହୋଇ ନ ଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ମା' ଓ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଉଭୟେ ଅତିମାନସ ଚେତନାରେ ବାସ କରୁଛନ୍ତି ଓ ପୃଥିବୀରେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ କାମ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଏବେ ଆମେ ଆମ ଶରୀରକୁ ମଧ୍ୟ ଖୋଲି ଧରିବୁ ଅତିମାନସର ମହାନ୍ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ପ୍ରତି ।

ଆମେ ଏଠାରେ କେବଳ ମନକୁ ଖୋଲିବା ବିଷୟରେ କହିବୁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''କେବଳ ମାନସିକ ଜ୍ଞାନ ଯେ ଆବଶ୍ୟକ ତା' ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଯାହା ଦରକାର ତା' ହେଉଛି ଏକ ଚୈତ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି ବା ଚେତନା ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦୃଷ୍ଟି । ମାନସିକ ଜ୍ଞାନ ସର୍ବଦା ପ୍ରାଣର ପ୍ରତାରଣାପୂର୍ଣ୍ଣ କୌଶଳ ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ଧ ହୋଇଯାଇପାରେ ।''

(Letters on Yoga – III, p - 1261)

ମନକୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଓ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ଦିଗରେ ଖୋଲିବା ପାଇଁ, ମନ ଉପରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ମନର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ ଓ ତା'ର କ୍ରିୟାକଳାପ ଉପରେ ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । "The Hour of God" ବହିର ପୃ : ୬୬ ରେ ଦିଆଯାଇଥିବା "The Divine Plan" ନକ୍ସାରୁ କିଛି ଅଂଶ ଏଠାରେ ଦିଆଗଲା :

ସାଧାରଣ ମଣିଷର ମନ କହିଲେ କେବଳ ମଣିଷ-ମନଠାରୁ ତଳରେ ଥିବା ମନ ବିଷୟରେ ଜାଣିଥାଏ; କିନ୍ତୁ ପ୍ରାଣିକ ମନ ଓ ଶାରୀରିକ ମନ ବିଷୟରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଜ୍ଞାନ ନ ଥାଏ । ପ୍ରାଣିକ ମନ, ତା'ର କାମନା ବାସନାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପାଇଁ ମନକୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇ ଥାଏ । ତା'ର ଚାହିଦାକୁ ପ୍ରାଣିକ-ମନ ଭାବନାର ଗଠନ ଦେଇ ମନକୁ ପଠାଇଥାଏ । ମନ ଦୁର୍ବଳ ଥିଲେ ପ୍ରାଣର ଏହି ଚାହିଦାକୁ ପୂରଣ ପାଇଁ ମନ ତା'ର ବୁଦ୍ଧି ଓ ବିଚାର ଦେଇ ଉପାୟ ରଚନା କରେ । ପଶୁ ପକ୍ଷୀଙ୍କ ଭିତରେ ସାଧାରଣତଃ ଏହି ପ୍ରାଣିକ ମନହିଁ କାମ କରିଥାଏ । ଏହି ମନରେ ତାଙ୍କର ବୁଦ୍ଧି ଓ ବିଚାର ମଧ୍ୟ ଉପୁଜି ହୁଏ, ଏପରିକି ଏହି ମନରେ ସେମାନେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ମନେରଖି ପାରନ୍ତି । ଏକ କୁଆର ଶାବକକୁ ତୁମେ ଯଦି କଷ୍ଟ ଦେଇଥାଅ ତା'ର ବାପ ଓ ମା' କୁଆ ତୁମକୁ ଚିହ୍ନି ରଖି ଏପରିକି ଏକ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମକୁ ତଡ଼ିଥାଆନ୍ତି । କୁକୁର ତୁମକୁ ଥରେ ଶୁଙ୍ଘି ସାରା ଜୀବନ ତୁମକୁ ମନେ ରଖିପାରେ ।

ବୁଦ୍ଧିର ବିକାଶ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରାଣିକ ମନରେ ହୋଇଥାଏ । ଥରେ ଏକ ଜଳାଶୟରେ ପିଲାମାନେ ପାଣିରେ ରୁଟି ଫିଙ୍ଗି ମାଛମାନଙ୍କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରି ବନିଶୀଖଡ଼ାରେ ତାଙ୍କୁ ଧରୁଥିଲେ । ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ଏକ ପାଣିକୁଆ ବରାବର ଦେଖୁଥାଏ । ଶେଷରେ ସେ ମଧ୍ୟ ପାଉଁରୁଟି ଯୋଗାଡ଼କରି ତା'ର ଥଣ୍ଟରେ ଧରି ଜଳାଶୟକୁ ଆସି କୂଳରେ ରୁଟିକୁ ରଖି ସେଥିରୁ ଖଣ୍ଡିଏ ଖଣ୍ଡିଏ ପାଣିରେ ପକାଏ ଏବଂ ମାଛ ପାଖକୁ ଆସିଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ଧରି ଖାଏ । ଆଉ ଏକ ଘଟଣା । ସମୁଦ୍ର କୂଳରେ ସମୁଦ୍ର ପାରା (Sea gull) ମାନେ ସମୁଦ୍ରରୁ ଶାମୁକା ଗୋଟାଇ ଆଣି ଶାମୁକାକୁ ଥଣ୍ଟରେ ଧରି ପାଖରେ ଥିବା ପଥର ଉପରେ କଚାଡ଼ି ଭାଙ୍ଗି, ତା' ଭିତର ମାଂସକୁ ଖାଉଥିଲେ । ଏ ଦୃଶ୍ୟ ଏକ କାକ ବରାବର ଦେଖେ । କିନ୍ତୁ ତା'ର ଛୋଟ ଥଣ୍ଟରେ ପଥର ଉପରେ ବସି ଶାମୁକାକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ କଚାଡ଼ି ପାରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେ ଏକ ଉପାୟ ବାହାର କଲା । ଶାମୁକାକୁ ଧରି ଉପରକୁ ଉଡ଼ି ପଥର ଉପରେ ଶାମୁକାକୁ ପକାଇଲା । ଶାମୁକା ଭାଙ୍ଗିଗଲା । ସେ ଆରାମରେ ସେହି ଦିନଠାରୁ ଶାମୁକା ଖାଇବାକୁ ଲାଗିଲା । ଏହି ଦୁଇ ଘଟଣା ହୁଏତ ଆମ ପାଠକମାନେ T.V. ରେ ଦେଖିଥିବେ । ସେ ଯାହାହେଉ – ଏହା ହେଲା ପଶୁ, ପକ୍ଷୀ ଭିତରେ ପ୍ରାଣିକ ମନର ବ୍ୟବହାର ।

ଶାରୀରିକ ମନର କାମ ହେଲା ଶରୀରକୁ ପରିଚାଳନା କରିବା । ଶରୀରର ଚାହିଦା ଅନୁସାରେ ସେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଉତ୍ପନ୍ନ କରି ମନକୁ ଜଣାଇଥାଏ । ଖାଇବା ଦରକାର ହେଲେ ଭୋକ ଲାଗେ । ଶୋଇବାର ଦରକାର ହେଲେ ଅଳସ ଲାଗେ ଓ ଶରୀର ହାଇମାରେ । ଏପରିକି ସମୟ ସମୟରେ ଶରୀର-ମନ ନିଜର ଦୁଃଖକଷ୍ଟର କଥା ମନକୁ ତା' ନିଜ ଧାରାରେ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ । ଆମ ସାଧନାର ପଥରେ ପ୍ରାଣିକ-ମନ ଓ ଶାରୀରିକ ମନକୁ ନେଇ ଅନେକ କିଛି କରିବାର ଅଛି । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର କାମ ସ୍ୱୟଂ ଶରୀର-ମନ କରିପାରିଲେ ତାହା ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ସହାୟକ ହୁଏ । ମା' କହୁଥିଲେ ତାଙ୍କ ଶରୀର ଧାରଣର ଶେଷ ୧୫ ବର୍ଷ ତାଙ୍କ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ତାଙ୍କ ଶରୀରରେ ନ ଥିଲେ, ମନର କାମ ଶାରୀର ମନ ନିଜେହିଁ କରୁଥିଲା ।

ଏଥର ଆମେ ଆମ ନିଜସ୍ୱ ମନ (Mind proper) ବିଷୟରେ କହିବା । ମନର ଏହି ଅଂଶକୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଚିନ୍ତାର କାରଖାନା ବୋଲି ଆଖ୍ୟା ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି କାରଖାନାରେ ନାନା ପ୍ରକାରର କାମ ଦିନରାତି ଚାଲିଥାଏ – ଆମ ନିଜ ଇଚ୍ଛାରେ ହେଉ ବା ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଭାବରେ ହେଉ । ମନ ସହଜରେ ଚିନ୍ତାଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ତା' ଭିତରେ କିଛି ନା କିଛି ଚିନ୍ତା ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଏହାର କାରଣ ହେଲା – ମଣିଷ ଏକ ମାନସିକ ଜୀବ ଏବଂ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ ଆସୁଥିବା ଚିନ୍ତାର ତରଙ୍ଗଠାରୁ ନିଜକୁ ଅଲଗା କରିପାରେ ନାହିଁ । ସାଧାରଣ ମଣିଷ ସଦା ସର୍ବଦା ଏହିପରି ଏକ ଚିନ୍ତା ସମୁଦ୍ରରେ ବୁଡ଼ି ରହିଛି । ସମସ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ଚିନ୍ତାର ଜାଲ ମଧ୍ୟରେ ନିଜେ ଅଟକି ପଡ଼ି ସେ ସେଥିରେ ନିଜକୁ ମିଳାଇ

ସ୍ୱକୀୟ ଅଧିମାନସ (Overmind Proper)

୧. ଗଠନଶୀଳ ମାୟା ମୌଳିକ
Formative Maya (Essential)

୨. ଅଧିମାନସ କ୍ରିୟାଶୀଳ ତତ୍ତ୍ୱ, ସମ୍ବନ୍ଧ ନିର୍ଣ୍ଣୟକ
Overmind Logos (Determinative of relation)

୩. ସଂବୋଧିଯୁକ୍ତ ଅଧିମାନସ ସକଳବସ୍ତୁର ଦୃଷ୍ଟିକ୍ଷମତା
Intuitive Overmind (Perceptive of all things...)

ଉଚ୍ଚତମ ମନ Highest Mind (ସଂବୋଧିଯୁକ୍ତ ଚେତନା Intuitive Consciousness)

ଉଚ୍ଚତର ମନ Higher Mind

ଆଲୋକିତ ମନ Illumined Mind

ସଂବୋଧି ମନ Intuitive Mind

ମୁକ୍ତ ବୁଦ୍ଧି Liberated Intelligence

ସ୍ୱକୀୟ ମନ (ମାନବିକ) Mind Proper (Human)

ଚିନ୍ତାଶୀଳ ବିଚାର Thinking Reason

ଗତିଶୀଳ ବୁଦ୍ଧି (ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି, ସୂକ୍ଷ୍ମଦୃଷ୍ଟି ଆଦି)
Dynamic Intelligence (Will, Vision etc.)

ବହିର୍ମୁଖୀ ବୁଦ୍ଧି
Externalising Intelligence

କପାଳ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଦୁଇ ଆଖିର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳ
(Centre between the eyes Forehead)

ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ର (Throat Center)

ପ୍ରାଣିକ ମନ Vital Mind

ଶାରୀରିକ ମନ (Physical Mind)

ଦେଇଥାଏ । ଏହି ଜାଲକୁ କାଟି ସହଜରେ ସେ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଧ୍ୟାନରେ ବସିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିଶ୍ୱ ମନର ଜାଲ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ତା' ସହ ଛନ୍ଦି ଦିଏ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯଦି ଲୋକାଳୟ ଛାଡ଼ି ହିମାଳୟକୁ ଯାଅ ଅର୍ଥାତ୍ ଉଚ୍ଚକୁ ଉଠ, ସେଠାରେ ଏହି ବିଶ୍ୱମନର ଜାଲର ପ୍ରଭାବ କମ୍ । ସେଠାରେ ଧ୍ୟାନ ନ କରି ମଧ୍ୟ ଅତି ସହଜରେ ମନକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଶାନ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । ସେଥିପାଇଁ ପୁରାତନ ଯୋଗର ସାଧକମାନେ ଲୋକାଳୟ ଛାଡ଼ି ପାହାଡ଼, ବଣକୁ ପଳାଇ ଯାଉଥିଲେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମନର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ପ୍ରକୃତ ବିଜୟ ହେଲା ସବୁକିଛି ଏହି ଲୋକାଳୟରେ ରହି କରିବା ।

ମନରେ ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ପାଇବା ପାଇଁ ପିଲାଦିନରୁ ମନର ଶିକ୍ଷା ଓ ବିକାଶ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସାଧାରଣ ମନର ଚାରିଟି ସ୍ତର କଥା କହିଛନ୍ତି । ମନକୁ ଅନ୍ତଃକରଣ ବୋଲି ସେ କହୁଛନ୍ତି । ଏହି ଅନ୍ତଃକରଣର ପ୍ରଥମ ସ୍ତରଟି ହେଲା ଚିତ୍ତ, ଯାହାକି ସ୍ମୃତିର ଗନ୍ତାଘର । ଏଥିରେ ଆମ ଅତୀତର ଏପରିକି ଗତ ଜୀବନର ସମସ୍ତ ସ୍ମୃତି ରହିଛି । ଏହା ହେଲା ଅନ୍ୟ ସ୍ତରମାନଙ୍କର ମୂଳଦୁଆ । ଆମ ଅନୁଭୂତିସବୁ ଏହି ସ୍ତରରେ ସୁପ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଛି । ଆମ କ୍ରିୟାଶୀଳ ସ୍ମୃତି ଯେତେବେଳେ ଯାହା ଦରକାର ତାହା ଏହି ସ୍ମୃତି-ଗୋଦାମରେ ଖୋଜେ । କିନ୍ତୁ ସେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନକୁ ସହଜରେ ଖୋଜି ପାଇ ନ ଥାଏ । ଖାମଖିଆଲି ଭାବରେ ତା' ହାତରେ ଯାହା ପଡ଼େ ତାକୁ ସେ ଅସଲ ଜ୍ଞାନ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରି କାମ ଚଳାଏ । ଏହି ଚିତ୍ତ ମନଃସ୍ତରର କୌଣସି ଶିକ୍ଷା ଦରକାର ନାହିଁ । ସେ ତା' ନିଜ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ୱୟଂ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ତରଟି ହେଲା 'ମାନସ'(mind proper) । ଆମ ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ଏହାକୁ ୬ଷ୍ଠ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଏହି ମନର କାମ ହେଲା ଆମର ଚକ୍ଷୁ, କର୍ଣ୍ଣ, ନାସା, ଜିହ୍ୱା ଓ ଚର୍ମ ଦ୍ୱାରା ବସ୍ତୁର ଗୁଣକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ତାକୁ ପୁଣି ଚିନ୍ତା ଅନୁଭବ ରୂପେ ରୂପାନ୍ତର କରି ଆମର ଜ୍ଞାନ ଭଣ୍ଡାରରେ ଗଚ୍ଛିତ କରିବା । ଏହା ବାହାରୁ ମଧ୍ୟ ଭାବନାରାଜିକୁ ଧରି ତାକୁ ନୂତନ ରୂପ ଦେଇ ନିଜ ଜ୍ଞାନକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ମାନସିକ ଶିକ୍ଷା କହିଲେ ଆମେ ଏହି ସ୍ତରର ଶିକ୍ଷାକୁ ବୁଝିଥାଉ । ଆମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ଅନନ୍ତ ଗୁଣରେ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇପାରେ । ପିଲାଦିନରୁ ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଯଥାର୍ଥ ବିନିଯୋଗ କିପରି କରାଯାଇ ପାରିବ, ଏମାନଙ୍କୁ ଯଥାର୍ଥ ପଥରେ କିପରି ଚଳାଯାଇପାରେ ତାହା ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଯଥାର୍ଥ ବ୍ୟବହାର ନ କଲେ ସେମାନେ ଦୁର୍ବଳ ଓ ବିକୃତ ହୋଇ ଅନୁଭବ କ୍ଷମତା ହରାଇ ଥାଆନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, ''ଶିକ୍ଷାର ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ଛାତ୍ର ଭିତରେ ଏହି ଷଷ୍ଠ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ବିକାଶ କରାଇବା, ଦେଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଅପବ୍ୟବହାର ବା ଆଦୌ ବ୍ୟବହାର ନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଯେପରି ବିକୃତ ବା ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ନ ପଡ଼େ ।''

ଆମର ବାଣୀକୁ ଶିକ୍ଷିତ କରିବାକୁ ହେବ – ଏହା ଯେପରି ଆମ ଅନ୍ତଃକରଣରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନକୁ ପ୍ରକାଶ କରିପାରେ ।

ତୃତୀୟ ସ୍ତରଟି ହେଲା ବୁଦ୍ଧି (intellect) । ଏହା ଆମ ମନ ବା ଚିନ୍ତାର ପ୍ରଧାନ ଯନ୍ତ୍ର । ଏହା ଅନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ଜ୍ଞାନକୁ ସରବରାହ କରେ । ଶିକ୍ଷାବିତ୍‌ମାନେ ଏହି ସ୍ତରର ଶିକ୍ଷାକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ବୁଦ୍ଧିକୁ ତା'ର କର୍ମକ୍ଷମତା ଓ କ୍ରିୟାକଳାପକୁ ନେଇ ଦୁଇ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଏ – ଦକ୍ଷିଣ ଓ ବାମ । ଦକ୍ଷିଣ ଭାଗର ବୁଦ୍ଧିର କ୍ରିୟାକଳାପ ହେଲା ଉପଲବ୍ଧି, ସୃଜନଶୀଳ ଓ ସମନ୍ୱୟ ମୂଳକ । ଏହା ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନିଏ, କଳ୍ପନା କରେ, ମନେ ରଖେ ଓ ନିରୀକ୍ଷଣ କରେ । ଏହା ଜ୍ଞାନକୁ ଧରି ପାରେ, ଏହାକୁ ବଦଳାବଦଳି କରିପାରେ । ଏହା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ମଧ ଦେଇପାରେ । ଏହା ହେଲା ଜ୍ଞାନର ପ୍ରଭୁ; ବାମ ଭାଗର ବୁଦ୍ଧି ହେଲା ସମାଲୋଚକ ଓ ବିଚାରକ । ଏହା ଜ୍ଞାନକୁ ଶ୍ରେଣୀ ବିଭାଗ କରେ, ବିଶ୍ଳେଷଣ କରେ । ଏହା ଏକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହୁଏ ଓ ଜ୍ଞାନକୁ ଏକ ପରିଣାମ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହା ଜ୍ଞାନର ଭୃତ୍ୟ । ଦକ୍ଷିଣ ଓ ବାମ ଭାଗର ବୁଦ୍ଧିକୁ ତୁଳନା କରି ଆମେ କହିପାରୁ ବାମ ବୁଦ୍ଧି କେବଳ ଜ୍ଞାନର ବାହ୍ୟଦିଗକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିଥାଏ କିନ୍ତୁ ଦକ୍ଷିଣ ବୁଦ୍ଧି ଜ୍ଞାନର ଆତ୍ମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ମନ ଯନ୍ତ୍ରର ଏହି କ୍ରିୟାକଳାପ ଓ ତା'ର ସାମର୍ଥ୍ୟର ଚରମ ବିକାଶ କରିବାକୁ ହେବ ।

ମନର ଚତୁର୍ଥ ସ୍ତରଟି ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଣିଷ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବିକାଶ ପାଇ ନାହିଁ । କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଏହା ମଣିଷ ଭିତରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ବିକାଶ ପାଉଅଛି । ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷଙ୍କ ଭିତରେ ମନର ଏହି ସ୍ତର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହେବ । ଏହି ସ୍ତର ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ମହାମାନବରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସେ ସତ୍ୟ ଦ୍ରଷ୍ଟା ହୁଏ, ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, କଥାବାର୍ତ୍ତାରେ ଉଚ୍ଚତର ଜ୍ଞାନର ପ୍ରେରଣା ପାଏ, ଜ୍ଞାନକୁ ସିଧା ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରେ । ଏହାର ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ସତ୍ୟର ବାର୍ତ୍ତାବହ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସ୍ତରର ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନକୁ ମଣିଷ ତା'ର ସାଧାରଣ ମନରେ ଧରିବାକୁ ଯାଇ ତାକୁ ବିକୃତ କରିଦିଏ । ଆମର ସାଧାରଣ ବୁଦ୍ଧି, ବିଚାର ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟକୁ ଆମେ ଧରି ପାରି ନ ଥାଉ । ବୋଧିମନ (intuitive mind)କୁ ଉଠିଗଲେ ଆମେ ସମସ୍ତ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ଜାଣି ପାରିବୁ । ଏହି ଜଡ଼ ଜଗତରେ ଯାହାକିଛି ଘଟୁଛି ତାହା ଏହି ବୋଧି ମନରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ତରରେ ବହୁ ଆଗରୁ ଘଟିତ ହୋଇଥାଏ । ବୋଧି ମନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ଆଲୋକିତ ମନକୁ ଯୋଗୀ ଉଠିଗଲେ ତା'ର ସ୍ୱତଃ ଜ୍ଞାନର ସ୍ଫୁରଣ ହୁଏ । ସୃଷ୍ଟିର ରହସ୍ୟ, ଏହାର ପରିଚାଳନା କିପରି ହୁଏ, ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିରାଜି କିପରି ଏ ଜଗତରେ କ୍ରିୟା କରନ୍ତି, ଦେବତାମାନେ କିପରି ଏ ସୃଷ୍ଟିକୁ ରକ୍ଷା କରି ଆଗେଇ ନିଅନ୍ତି, ଅଧିମାନସର ଚେତନାର ଲୀଳା କିପରି ଏ ପୃଥିବୀରେ ରଚିତ ହୋଇଛି, ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ କିପରି ଏ ସଂସାରକୁ

ଧାରଣ କରିଛନ୍ତି ଓ ସେଥିରେ ସେ କିପରି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି ଏସବୁ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ଆମେ ପାଇଥାଉ ଏହି ସ୍ତରରେ ।

ଉଚ୍ଚତର ଜ୍ଞାନକୁ ଆମ ସାଧାରଣ ମନରେ ଅବିକୃତ-ଭାବେ ଧାରଣ କରିବାର ଉପାୟ ହେଲା – ମନକୁ ନୀରବ ନିଶ୍ଚଳ କରି ତାକୁ ଖୋଲି ଧରିବା ଏବଂ ଆମର କୌଣସି ପୂର୍ବ ଧାରଣାକୁ ନେଇ ଏହା ଉପରେ ଆରୋପ ନ କରିବା । ''ଏକ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରାପ୍ତ ବୁଦ୍ଧି ହେଲା ବୃହତ୍ତର ଜ୍ଞାନ ପାଇଁ ମନର ଦୃଷ୍ଟି କିନ୍ତୁ ଏହା ନିଜେ ଯୌଗିକ ଜ୍ଞାନ ଦେଇପାରେ ନାହିଁ କିଂବା ଭଗବାନଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧେ ଜାଣିପାରେ ନାହିଁ – ଏହା ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ କେବଳ ଏକ ଧାରଣା କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ କେବଳ ଧାରଣାକୁ ଜ୍ଞାନ କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।''

– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*Letters on Yoga* - III, p. - 1245)

ଏକ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ମନ ମଧ୍ୟ ଜ୍ଞାନକୁ ଅବତରଣ କରାଇ ପାରେ ନାହିଁ । ଚିନ୍ତାଶୀଳ ମନକୁ ଶିଖିବାକୁ ହେବ କିପରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ ହେବାକୁ ହୁଏ, ତେବେ ଯାଇ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରକାଶ ହୁଏ ।

''ଯେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରବଳ ବେଗରେ ଉପରୁ ଅବତରଣ କରେ, ସେତେବେଳେ ଏହା ପ୍ରାୟ ଏହାର ନିଜସ୍ୱ ଭାଷା ନେଇ ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଯନ୍ତ୍ରର ଅପାରଗତାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିଥାଏ । ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ବିଶେଷ କିଛି ଜାଣି ନ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନର ସ୍ରୋତ ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଲାଗେ ସେମାନେ ଅଦ୍ଭୁତ ଭାବରେ ଲେଖାଲେଖି କରିଥାଆନ୍ତି ।''

–ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*Letters on Yoga*-III, p.-1285)

ପୂଜ୍ୟ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ ଓ ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି ମହାରାଜ ହେଲେ ଏହାର ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଉଦାହରଣ ।

ଜ୍ଞାନର ଅନ୍ୟ ଏକ ଉତ୍ପତ୍ତିସ୍ଥଳ ହେଲା ଆମ ଅନ୍ତର । ଆମ ଅନ୍ତରରେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ବାସ କରନ୍ତି । ସେ ସବୁକିଛି ଜାଣି ଥାଆନ୍ତି । ସେ ସବୁକିଛି ସହିତ ଏକ ହୋଇ ପାରନ୍ତି । ଏହି ଏକାତ୍ମତା ମାଧ୍ୟମରେ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଜ୍ଞାନର ଭଣ୍ଡାର ରହିଛି । ମନର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦୃଷ୍ଟି ନ ଥାଏ । ଏକ ଆତ୍ମିକ ଦୃଷ୍ଟି ବା ଚେତନାରେ ସିଧା ସଳଖ ଦେଖିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ପାଇଥାଉ । ହୃଦୟ ହେଉଛି ଆମ ଭିତରେ ଜ୍ଞାନର ଝରକା । ଏହି ଝରକା ଦେଇ ଆମେ ସାରା ବିଶ୍ୱର ଜ୍ଞାନକୁ ପାଇ ପାରିଥାଉ । ହୃଦୟ ସର୍ବଦା ଆମକୁ ଜ୍ଞାନର କଥା କହିଥାଏ – ସେଥିପାଇଁ ଇଂରାଜୀରେ ଏହାକୁ heart କୁହାଯାଇଛି । ଅର୍ଥାତ୍ Hear, it hear (i)t । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆମ ମାନସିକ ମନରେ ଏତେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥାଉ ଯେ ହୃଦୟର କଥା ଶୁଣିବାକୁ ପାଇ ନ ଥାଉ ।

‘‘ମନର ସମସ୍ତ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ଅଜ୍ଞାନତା ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟ । ଯେତେବେଳେ ତୁମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସନ୍ତି ସେତେବେଳେ ତୁମେ ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ପାଇଥାଅ – ତୁମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସବୁ ଜାଣିଥାଏ ।’’ – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*Letters on Yoga* - III, p. - 1265)

ମନର ରୂପାନ୍ତର

‘‘ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ ମନର ଧାରଣା, ଅଭିମତ, ଅଭିରୁଚି, ଅଭ୍ୟାସ, ପରିକଳ୍ପନା ଯଦ୍ୱାରା ମନ ନୀରବ ହୁଏ ଏବଂ ଏହି ନୀରବ ମନ ହେଲା ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରକାଶ ନିମିତ୍ତ ଗୋଟିଏ ମୁକ୍ତ କ୍ଷେତ୍ର ।’’ (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ - ‘ମା’, ପୃ : ୯) ଯେହେତୁ ଆମେ ଏକ ମାନସିକ ଜୀବ ତେଣୁ ଆମେ ସର୍ବଦା ମନରେ ବାସ କରୁ । ମନ ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଯେତେ ସବୁ ମହାନତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛୁ ସେସବୁକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ବହୁତ କିଛି ପଢ଼ା ପଢ଼ି କରି ନିଜକୁ ଆମେ ଜ୍ଞାନୀ ବୋଲି ମନେ କରୁ – କିନ୍ତୁ ମନର ଏହି ଜ୍ଞାନ ଅସଲ ଜ୍ଞାନ ନୁହେଁ । ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ଆମର ଯେଉଁ ସବୁ ଜ୍ଞାନ ଅଛି ତାହା ପ୍ରକୃତ ଜ୍ଞାନ ନୁହେଁ – ଏହା ଏକ ଧାରଣା ମାତ୍ର ।

ଆମେ ମନରେ ବାସ କରୁଥିବାରୁ ଏହାର ଜାଲରେ ଆମେ ବନ୍ଧା ହୋଇ ପଡ଼ିଛୁ । ଆମେ ମନରେ ବାସ ନ କଲେ ମନ ଆପେ ଆପେ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ । ସେହିପରି ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ବିଷାଦ ଆଦି ମନକୁ ମନ ଅପସରି ଯିବ, ଆମେ ଯଦି ପ୍ରାଣ ବା ଶରୀରରେ ବାସ ନ କରୁ । ତେବେ ଆମେ ବାସ କରିବୁ କେଉଁଠି ଓ କିପରି ? ଆମର ଜୀବନ ଠିକ୍ ଏକ ରେକର୍ଡ ପ୍ଲେୟାର ପରି । ଏଥିରେ ସୁଖ-ଦୁଃଖ, ଭଲ-ମନ୍ଦ, ଅବସାଦ-ଆନନ୍ଦ ଆଦିର ବିଭିନ୍ନ ସଙ୍ଗୀତ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଛି । ଏହି ରେକର୍ଡର ପିନ୍‌ଟି ଯେଉଁଠାରେ ଥାଏ – ସେହି ସ୍ଥାନର ଜୀବନ ସଙ୍ଗୀତ ଆମ ଭିତରେ ଝଙ୍କୃତ ହୁଏ ଏବଂ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟର କଥା ମଣିଷ ଏହି ପିନ୍‌ଟିର ସ୍ଥିତିକୁ ନିଜେ ବଦଳାଇ ଜାଣି ନାହିଁ । ତେଣୁ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ସେ ବହୁ କ୍ଷଣ ଧରି ଅଟକି ଯାଏ । ମନରେ ଦୁଃଖ ହେଲେ ସେହି ଦୁଃଖରେ ସେ ବିଭୋର ହୋଇ ସେଠାରେ ପଡ଼ିରହେ । ଶରୀରର କଷ୍ଟ ହେଲେ ସେହି କଷ୍ଟକୁ ନେଇ ପଡ଼ିରହେ । କିଛି ବସ୍ତୁ ହରାଇଲେ ପ୍ରାଣ ବିଷାଦରେ ଭାଙ୍ଗିପଡ଼ି ସେହିଠାରେ ବସି ରହେ । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ପରିସ୍ଥିତି ମଣିଷର କ୍ଷଣିକ ମାତ୍ର । ସେ ଚାହିଁଲେ ଏକ ସେକେଣ୍ଡରେ ଏହିସବୁ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ତା’ ଭିତରେ ଥିବା ଅନନ୍ତ ଆନନ୍ଦ, ଅନନ୍ତ ସୁଖ, ଅନନ୍ତ ପ୍ରେମର ରେକର୍ଡ଼ର ସଙ୍ଗୀତକୁ ବଜାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏହା ସବୁ ମଣିଷ ପକ୍ଷରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଏହି ପିନ୍‌ଟିର ସ୍ଥାନ ବଦଳ କରିବାର ସୂତ୍ର ଜାଣିଥିବା ଦରକାର । ମା’ଙ୍କ ପାଖକୁ ଯେଉଁମାନେ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ଆଦିର ସମସ୍ୟା ନେଇ ଆସନ୍ତି ମା’ କେବଳ ତାଙ୍କ ଭିତରେ

ଥିବା ଏହି ପିନ୍‌ଟିର ସ୍ଥାନ ବଦଳ କରି ଦିଅନ୍ତି । ସେମାନେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ଭୁଲି ଚରମ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।

ଏହି ପିନ୍ ହେଲା ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଅହଂ-ଚେତନା । ଏହି ଅହଂ-ଚେତନା ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରକୃତି ସହିତ ଏକାକାର ହୋଇ ଯାଇଛି । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମର ଭିତର ପ୍ରକୃତିର ଯେତେସବୁ ଘାତପ୍ରତିଘାତ ଆସେ ସେଥିରେ ଅହଂ-ଚେତନା ଜଡ଼ିତ ହୋଇ ସଂସାରର ଦୁଃଖତାପରେ ଭାସିଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ମୁକ୍ତି । ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ମନୋମୟ ପୁରୁଷ, ପ୍ରାଣମୟ ପୁରୁଷ ଓ ଅନ୍ନମୟ ପୁରୁଷଙ୍କୁ (ଅହଂକାରକୁ) ମୁକ୍ତ କରି ପାରିଲେ ଆମକୁ ସଂସାର ଯାତନା ଆଉ ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ମୁକ୍ତିର ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଗୀତାର ସମତା ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ହେବ । ''ସମତା ବିନା ସାଧନାର ସୁଦୃଢ଼ ଭିତ୍ତି ପଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ପରିସ୍ଥିତି ଯେତେ ବି ଅରୁଚିକର ହେଲେ ବି, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବ୍ୟବହାର ଯେତେ ଅପ୍ରୀତିକର ହେଉ ନା କାହିଁକି, ତୁମକୁ ସେସବୁକୁ ନିଜର କୌଣସି ବିକ୍ଷୁବ୍ଧକର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ବିନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

(All India Magazine, Feb-Mar, 2001, p-13)

ଆଜିର ମଣିଷ ସର୍ବଦା ଏକ ଅଶାନ୍ତି ଭିତରେ ବାସ କରେ କାରଣ ତା' ଭିତରେ ଏହି ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘଟଣାରେ ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ କରେ । ନିଜକୁ ଠିକ୍ ବୋଲି ମନେ କରି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ କଥାକୁ ଭୁଲ୍ ବୋଲି ମନେ କରେ । ମନର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଏହି ସମତାର ଭାବ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରାଯିବା ଦରକାର ।

ଏହାପରେ ଆମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ବିଷୟରେ ଆମକୁ ସର୍ବଦା ସଚେତନ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଲକ୍ଷ୍ୟହୀନ ମଣିଷ ସର୍ବଦା ଏହି ସଂସାରର ଘାତ-ପ୍ରତିଘାତରେ ଭାସିଚାଲେ । ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର କେବଳ ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ଭାଗବତୀ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀରକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରି ନିଜକୁ ଭଗବତ୍ କର୍ମ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିବା । ଲକ୍ଷ୍ୟ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାର ଉପାୟ ହେଲା ସର୍ବଦା ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା, ତାଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରିବା ଅଥବା ତାଙ୍କ ନାମ ଜପ କରିବା । ଏହା କରିପାରିଲେ ଆମର ମନ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ସଂସାର ଘଟଣାରେ ଆଉ ଜଡ଼ିତ ନ ହୋଇ ଭଗବତ୍ କର୍ମ କରିପାରେ ଓ ତା' ଭିତରେ ଅଖଣ୍ଡ ଶାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ । ଆମେ ସଂସାରରେ ଯାହାସବୁ ବସ୍ତୁ ଭୋଗ କରିଥାଉ ସେସବୁ ଭଗବାନଙ୍କର । ପଇସା ଦେଇ କିଣିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ବସ୍ତୁ ଆମର ହୋଇ ଯାଏ ନାହିଁ । ଭଗବାନଙ୍କ ସୃଜନଶୀଳ ଶକ୍ତି ବିନା ଏ ପୃଥିବୀରେ କିଛି ବି ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଚାଷୀ ଧାନ କ୍ଷେତରେ

ଧାନ ବୁଣେ । କିନ୍ତୁ ଭଗବାନ୍ ପ୍ରକୃତି ମାଧ୍ୟମରେ ସେହି ଧାନରୁ ଧାନ ଗଛ ସୃଷ୍ଟି କରି ତାକୁ ବଢ଼ାନ୍ତି ଓ ଚାଷୀକୁ ବହୁତ ଧାନ ଦିଅନ୍ତି । ଅତଏବ ଚାଷୀ ଯେଉଁ ଧାନ ଅମଳ କରେ ତାହା ଚାଷୀର ନୁହେଁ, ଭଗବାନଙ୍କର । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଭଗବାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟ ବସ୍ତୁକୁ ମୋର ବୋଲି କହେ – ମୋର ଘର, ମୋର ପୁଅ, ମୋର ଝିଅ, ମୋର ସମ୍ପତ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ମଣିଷ ନିଜେ ଏସବୁ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏସଂସାରର ସବୁକିଛି ଭଗବାନଙ୍କର । ଅତଏବ ଆମେ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଭୋଗକରୁ ତାକୁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରି ଭୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଭଗବାନ୍ ତାଙ୍କ ସୃଷ୍ଟି ରଚନାକୁ ଭୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ତାଙ୍କର ପ୍ରତିନିଧି ଭାବରେ ପଠାଇଛନ୍ତି । ଆମେ କିନ୍ତୁ ଅହଂର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ସବୁକିଛିକୁ ମୋର ବୋଲି କହି ତାକୁ ଉପଭୋଗ କରୁ । ଏହା-ଦ୍ୱାରା ଭଗବାନଙ୍କ ଅବମାନନା ହୁଏ । ଆମର ଭୋଗ କରିବାର କ୍ଷମତା ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କ୍ଷୀଣ ହୁଏ । ସେଥିପାଇଁ କୁହାହୋଇଛି – ''ତେନ ତ୍ୟକ୍ତେନ ଭୁଞ୍ଜିଥା'' । ଏହି ସମର୍ପଣ ଭାବ ମନର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆଜିର ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଦୁନିଆରେ ସାଧାରଣ ମଣିଷ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାରେ ଜଡ଼ିତ ହୋଇ ସର୍ବଦା ଏକ ମାନସିକ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତାରେ ପଡ଼ି ରହିଛି । ଏହି ମାନସିକ ଚାପରୁ ଉଦ୍ଧାର ପାଇବାର ଉପାୟ କ'ଣ ? ଡାକ୍ତରୀ ଔଷଧ ହୁଏତ କିଛିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ମନର ଏହି ଚାପକୁ କିଛିଟା କମାଇ ପାରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ସ୍ଥାୟିଭାବରେ ନୁହେଁ । ବହୁଦିନ ଔଷଧ ଖାଇଲା ପରେ ମନ ନିସ୍ତେଜ ହୋଇପଡ଼େ, ମନର ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହୁଏ, ମାନସିକ ସନ୍ତୁଳନ ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ମନ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୁଏ । ମାନସିକ ଚାପରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ଔଷଧ କେବେହେଲେ ପ୍ରଧାନ ସମାଧାନ ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ଅନେକ ଯୌଗିକ କ୍ରିୟା ରହିଛି । ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ଧ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତ ଅବସ୍ଥାକୁ ଅଣାଯାଇପାରେ – ଏହା ପରୀକ୍ଷିତ । ଆଜି ଆମ ଦେଶର ଲୋକେ ଏହିସବୁ ଯୌଗିକ କ୍ରିୟା ବିଷୟରେ ଅନେକ ସଚେତନ ହେଲେଣି ଏବଂ ଏହିସବୁ ପଦ୍ଧତିକୁ ଅନୁସରଣ କରି ଫଳ ମଧ୍ୟ ପାଉଛନ୍ତି ।

ଯେଉଁମାନେ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ବଶତଃ ରାତିରେ ଶୋଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଶ୍ରୀମା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଏକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନିଜେ ଆଚରଣ କରି ଦେଇଯାଇଛନ୍ତି । ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ସରଳ ଓ ସହଜ । ମା' ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଗଲାବେଳେ ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଏକ ପ୍ରାର୍ଥନା ଜଣାଉଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନାରେ ସେ ତାଙ୍କର ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କୁ ସେହି ଅଂଶରେ ବାସ କରିବା ପାଇଁ କହୁଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନା ସେ ଫ୍ରେଞ୍ଚ୍ ଭାଷାରେ କରୁଥିଲେ । ଏ ଲେଖକ ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନାଟି ଇଂରାଜୀରେ ଅନୁବାଦ କରି ପରମ ପ୍ରଭୁ ସ୍ଥାନରେ ମା'ଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରେ । ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନାଟି ହେଲା ଏହିପରି – "O my sweet Mother take possession of my toe." ଅର୍ଥାତ୍ ''ହେ ମଧୁମୟି

ମା' ମୋର ପଦାଙ୍ଗୁଳିକୁ ଅଧିକାର କର।'' ଏହିପରି ଭାବରେ ପାଦଠୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଅଂଶକୁ ମା'ଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କର। ପୂର୍ଣ୍ଣ ବାକ୍ୟ କହି ଏହି ମନ୍ତ୍ର ଶୀଘ୍ର ଶୀଘ୍ର ଶେଷ କରିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ। ଶରୀରର ଏକ ସ୍ଥାନରେ ମନକୁ ନିବିଷ୍ଟ କରି ସେଠାରେ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ। ସେଠାରେ ଥିବା ଚେତନାର କମ୍ପନକୁ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ସେହି ସ୍ଥାନର ନାମ କହି କିଛିଥର ଏହି ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ହେବ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ଅଂଶରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତି ଓ ନୀରବତା ନ ଆସିଛି। ତା'ପରେ ପୁଣି ଅନ୍ୟ ଅଂଶକୁ ଯିବାକୁ ହେବ। ପାଦଠାରୁ ମସ୍ତକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବା ପାଇଁ ଅତି କମ୍‌ରେ ୨୦/୨୫ ମିନିଟ୍ ଲାଗିବା ଦରକାର। ଏହି ମନ୍ତ୍ରଟି ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ ବା ଯନ୍ତ୍ର ଓ ତା'ର ଅବସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ଦରକାର। ଏହି ମନ୍ତ୍ରର ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଶରୀର ଏତେ ଶିଥିଳ ହୋଇଯାଏ ଯେ ଆମେ ଅଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆସିଲା ବେଳକୁ ଆମର ନିଦ ଆସିଯିବ। କିନ୍ତୁ ନିଦକୁ ବନ୍ଦ କରି ମସ୍ତକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇ ମନ୍ତ୍ରର ସମାପ୍ତି କରିବା ଭଲ। ପ୍ରଥମେ ଶରୀରର ସ୍ଥୂଳ ଅଂଶଗୁଡ଼ିକୁ ସମର୍ପଣ କରାଯିବ, ପରେ ମନ, ପ୍ରାଣ ଆଦି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅଂଶକୁ ବି ସମର୍ପଣ କରାଯିବ।

ଉପରୋକ୍ତ ମନ୍ତ୍ର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶର ଭ୍ରମଣ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଆମ ଭିତରେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଏ। ଏହି ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆଗରୁ କୁହାଯାଇଥିବା ପିନ୍‌ର ଅବସ୍ଥାନ ସହଜରେ ବଦଳ କରାଯାଇପାରେ। ଏହି ଶରୀର ସାରା ବିଶ୍ୱ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ଏକ ମାନଚିତ୍ର। ଏହାର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶରେ ବିଭିନ୍ନ ଚେତନା ରହିଛି। ଅତଏବ ଆମର ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେଲେ, ଆମର ମାନସିକ ବା ପ୍ରାଣିକ ଅବସ୍ଥାରୁ ବାହାରି ଆସି ଅନ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଯିବାକୁ ହେଲେ ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ବା ଭଗବତ-ଚେତନା ଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇ ଆମକୁ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ। ସାଧାରଣତଃ ହୃଦୟର ପଛରେ ଆମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ରହିଥା'ନ୍ତି। ଆମେ ହୃଦୟରେ ଏକାଗ୍ର ହେଲେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଆମର ମାନସିକ ଚିନ୍ତା କମିଯାଇ ଚୈତ୍ୟଭାବର କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ। ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ହୃଦୟରେ ମା'ଙ୍କର ଛବିକୁ ଅବଲୋକନ କରିବା କଥା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି। ବାବାଜି ମହାରାଜ ତାଙ୍କ ଲେଖାରେ ଏହି କଥା ବାରଂବାର କହିଛନ୍ତି। ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାର ଏହାହିଁ ହେଲା ଅମୋଘ ଉପାୟ। କେବଳ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଯେ ମନକୁ ଶାନ୍ତ ରଖାଯିବ ସେକଥା ନୁହେଁ, ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଏପରିକି ଶୋଇବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ମନକୁ ଶାନ୍ତ ରଖିବାକୁ ହେବ। ଅର୍ଥାତ୍ ଆମକୁ ସର୍ବଦା ଆମର ଆନ୍ତର ଚେତନାରେ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ।

ଅନେକେ ଭାବୁଥିବେ ଅନ୍ତରରେ ରହି ଆମେ ଚିନ୍ତା କରିବୁ କିପରି ? ଆମର କାମଧନ୍ଦା କରିବୁ କିପରି ? ସାଧାରଣତଃ ମନ ଚିନ୍ତା ବିଚାର କରି କୌଣସି କଥା ନିର୍ଣ୍ଣୟ

କରେ, କୌଣସି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରେ, ନିଜ ପାଇଁ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ନିଜର ପଥ ବାଛି ନିଏ । ଯେହେତୁ ମନ ପୂର୍ଣ୍ଣ-ଜ୍ଞାନ ଧାରଣ କରି ପାରେ ନାହିଁ, ତେଣୁ ଏହି ବାଛ ବିଚାରରେ ଅନେକ ସମୟରେ ଭୁଲ୍ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ତରରେ ଏହି ବାଛ ବିଚାର ନାହିଁ । ସେ ଜ୍ଞାନକୁ ସିଧା ଦେଖିପାରେ, ତେଣୁ ତା' ଭିତରେ ସ୍ୱତଃ ସବୁକିଛି ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ଯାହା କରିବା କଥା ତାହା କରେ, ଯାହା କହିବା କଥା ତାହା କୁହେ – କୌଣସି ବିଚାର ନ କରି । ଆମେ ଯଦି ଅନ୍ତରରେ ବାସ କରି କାମ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରୁ ତେବେ ଆମର ମନ ନୀରବ ରହି ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଆମ କାମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ମନର ନୀରବତା ଭିତରେହିଁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ସ୍ୱାଧୀନ କ୍ରିୟା ଘଟିତ ହୁଏ ଯଥା କୌଣସି ବହି ଲେଖିବା, କବିତା ଲେଖିବା, ଅନୁପ୍ରାଣିତ ବକ୍ତୃତା ଆଦି ।'' ମନର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବତା ଭିତରେ ଆମେ ବେଶୀ ଓ ଯଥାର୍ଥ କାମ କରିପାରୁ ।

ମନ ଅଶାନ୍ତ ହେବାର ଅନ୍ୟ ଏକ କାରଣ ହେଲା ଆମର ପସନ୍ଦ ଓ ଅପସନ୍ଦର ଭାବ । ଆମେ ଚାହୁଁ ସବୁକଥା ଆମ ପସନ୍ଦ ମୁତାବକ ହେବା ଉଚିତ । ସ୍ତ୍ରୀର ରନ୍ଧା ଆମର ପସନ୍ଦ ମୁତାବକ ସ୍ୱାଦଯୁକ୍ତ ନ ହେଲେ ଆମେ ବିରକ୍ତ ହେଉ, ଛୋଟ ପିଲାଙ୍କର ଡିଆଁଡେଇଁ ଆମର ପସନ୍ଦ ନୁହେଁ – ଏଥିପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ଗାଳିଗୁଲଜ କରୁ । କେହି ଆମ କାମର କିଛି ସମାଲୋଚନା କଲେ ଆମ ମନରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୁଏ । ଆମ ଭିତରେ ଏହି ଅପସନ୍ଦ ଭାବହିଁ ଆମର କ୍ରୋଧର ଉଦ୍ରେକ କରେ । ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଏହି ପସନ୍ଦ ଓ ଅପସନ୍ଦର (Preference) ଭାବକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଦୂର କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭରତା ରଖିବା ଲାଗି ଶିଖିବାକୁ ହେବ । ତାଙ୍କ ବିଧାନକୁ ମାନି ଚଳିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ହେଲେ ମନ ଆଉ ସାଂସାରିକ ଘଟଣାରେ ଚଞ୍ଚଳ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ମନର ବାରଂବାର ଆସୁଥିବା ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତାକୁ ଦୂର କରିବାକୁ ହେଲେ ମନକୁ ପ୍ରଥମେ ସୁଚିନ୍ତା କରିବା ଶିଖାଇବାକୁ ହେବ । ମନର ଏହି ରୂପାନ୍ତର ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । କିଛି ଏକ ଘଟଣା ଘଟିଲେ ଆମେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତା'ର ଖରାପ ପରିଣାମଟିକୁହିଁ ଚିନ୍ତାକରୁ । ପୁଅ ଯଦି ଠିକ୍ ସମୟରେ ଘରକୁ ନ ଫେରେ ଆମେ ଭାବିବସୁ – ପୁଅର କ'ଣ କିଛି ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିଲା କି ! ଏହା ହେଲା ମନର ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା (nagative thought) । ଟିକିଏ ଥଣ୍ଡା ଲାଗିଗଲେ ଭାବୁ ମୋତେ କାଲେ ସର୍ଦ୍ଦି ହୋଇଯିବ କି ? ଏହିପରି ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତିଙ୍କୁ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ସୁଯୋଗ ଦେଉ । ଏହିସବୁ ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା ଆମ ଭିତରେ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାସ କରିବ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ରଖି ନ ପାରିଛୁ । ମୁଁ ଭଗବାନଙ୍କର, ତାଙ୍କରି ସେବା ପାଇଁ ମୁଁ ବଞ୍ଚି ରହିଛି, ଭଗବାନ୍ ମୋ ପାଇଁ ଯାହା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଦେବେ ସେଥିରେ

ମୁଁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେବି । ଆମେ ଯଦି ଖାଲି ଆମ ନିଜ କଥା ଭାବୁ, ନିଜର ଉନ୍ନତି କଥା ଭାବୁ, ନିଜର ସାଧନା କଥା ଭାବୁ ତେବେ ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି ପାଇ ପାରିବୁ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ନିଜ ସହିତ ଅନ୍ୟର ମଙ୍ଗଳ ଚିନ୍ତା କରୁ, ଅନ୍ୟର ଉନ୍ନତି କାମନା କରୁ ସାରା ସଂସାରର ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରୁ ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପଯୁକ୍ତ ସନ୍ତାନ ହୋଇଥାଉ ।

''ସର୍ବେ ଭବନ୍ତୁ ସୁଖିନଃ ସର୍ବେସନ୍ତୁ ନିରାମୟା,
ସର୍ବେ ଭଦ୍ରାଣି ପଶ୍ୟନ୍ତୁ ମା କଶ୍ଚିତ୍ ଦୁଃଖଭାଗ ଭବେତ୍ ।''

ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଉ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗୀର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇଥାଏ ।

ମନକୁ ଭଲ ଅଭ୍ୟାସ ଶିଖାଇବା ପାଇଁ, ଭଲ ଚିନ୍ତା କରିବା ପାଇଁ ତାକୁ ତା'ର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରେରଣା ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଆମକୁ ସର୍ବଦା ତାଙ୍କର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ଆମକୁ ଅସତ୍ ପଥରୁ ଆଣି ସତ୍ ପଥରେ ଚାଲିବା ପାଇଁ ସେ ସର୍ବଦା ପ୍ରେରଣା ଦେଇ ଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆମ ମାନସିକ ବିଚାର ବୁଦ୍ଧିରେ ଏପରି ଲିପ୍ତ ଥାଉ ଯେ ଅନ୍ତରରେ ଥିବା ଏହି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଆମେ ଶୁଣିପାରି ନ ଥାଉ । ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିସ୍ତରଙ୍ଗ କରିପାରିଲେ ନିଶ୍ଚଳ ହ୍ରଦରେ ଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ପ୍ରତିଫଳନ ପରି ଆମ ମନରେ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱତର ଚେତନାର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୁଏ । ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ପାଇବାର ଏହାହିଁ ଏକାନ୍ତ ପଥ । ନିଜର ମନକୁ ଅରୋଭିଲ୍‌ର ମାତୃ ମନ୍ଦିରରେ ରଖାଯାଇଥିବା ସ୍ଫଟିକ ପରି ସ୍ୱଚ୍ଛ ଓ ନିର୍ମଳ ରଖିପାରିଲେ ତା' ଭିତରେ ଯେତେବେଳେ ଭଗବାନଙ୍କ ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୁଏ ତାହା ଅବିକୃତଭାବେ ଚତୁଃଦିଗରେ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୁଏ । ତେବେଯାଇ ମନ ଭଗବାନଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇପାରେ । ଯେପରି ଆଇନା କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଧରି ରଖିବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ, ଆଇନା ଛୋଟ ହୋଇଥିଲେ ବି ବିଶାଳ ବୃକ୍ଷ ବା ପାହାଡ଼ର ପ୍ରତିଫଳନ ତା' ଭିତରେ ହୋଇପାରେ, ସେହିପରି ମନ ଭିତରେ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଶାଳତାକୁ ଧରାଯାଇ ପାରେ ନାହିଁ, କେବଳ ତା' ମାଧ୍ୟମରେ ଭଗବାନଙ୍କର ମହାନତାକୁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରାଯାଇପାରେ ।

ଆମେ ଯଦି କେବଳ ମନକୁ ନେଇ ତା'ର ଧାରାରେ ଚାଲୁ ବା ତା' ଭିତରେ ସବୁକିଛିକୁ ପାଇବାକୁ ଚାହୁଁ ତେବେ ତାହା ବୃଥା ହେବ । ସେଥିପାଇଁ 'ମା' ବହିରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି – ''ତୁମେ ଯଦି ତୁମର ମନକୁ ଅନୁସରଣ କରିଚାଲ, ତେବେ ମା' ତୁମ ସମ୍ମୁଖରେ ଆସି ଆବିର୍ଭୂତା ହେଲେ ବି ତାଙ୍କୁ ତୁମେ ଚିହ୍ନି ପାରିବ ନାହିଁ । ତୁମ ଅନ୍ତଃପୁରୁଷକୁ ଅନୁସରଣ କର, ମନକୁ ଅନୁସରଣ କର ନାହିଁ; ତୁମ ଅନ୍ତଃପୁରୁଷହିଁ ସତ୍ୟ ଆହ୍ୱାନର ଉତ୍ତର ଦିଏ, ତୁମ ମନ ବାହ୍ୟ ରୂପରେ ଅଭିଭୂତ ହୋଇପଡ଼େ;...''

ସେ ସାବିତ୍ରୀରେ କହୁଛନ୍ତି :

And not by thinking was its greatness born,
And not by thinking can its knowledge come.

(Savitri, Book II, Canto - 11)

''ଚିନ୍ତାବଳେ ଜନ୍ମି ନାହିଁ ମହାନତା ଯା'ର,
ଚିନ୍ତାବଳେ ଜ୍ଞାନ କେବେ ପାରିବ ନି ଆସି ।''

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଗଠନ ଓ ବିକାଶ

''ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ବିନା ଜଣେ ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଜଗତରେ କିଛି ବି କରିପାରେ ନାହିଁ ।''

— ଶ୍ରୀମା (M.C.W. - 5, p. - 117)

ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ ଦିଗରେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର ଓ ଭଗବତ କର୍ମରେ ତା'ର ସହଯୋଗ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦିଓ ଏହି କାମ ଖଣ୍ଡା ଧାରରେ ଚାଲିଲା ପରି ଦୁରୂହ ଓ ଅସମ୍ଭବ ମନେହୁଏ, ତଥାପି ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଏହି କାମ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ କରିବାକୁ ହେବ । ''ଯାହା ଦରକାର ତାହା ହେଲା ପ୍ରାଣ, ନିଜର ଇଚ୍ଛାପୂରଣ ଅଥବା ଅଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତିଙ୍କ ଯନ୍ତ୍ର ହେବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ହେବା ଉଚିତ ଓ ତା'ର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ସେବାରେ ବିନିଯୋଗ କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ପୂରାପୂରି ସମ୍ଭବ ।''

— ଶ୍ରୀମା (M.C.W. - 5, p. - 118)

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ବିକୃତି ଆସିଥାଏ ତା'ର ଗଠନ ସମୟରୁ । ଯେତେବେଳେ ଶିଶୁ ମା' ଗର୍ଭରେ ବଢ଼ି ଉଠୁଥାଏ ସେତେବେଳେ ମା' ବାପାଙ୍କ ସଂସ୍କାର ତା' ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ବାପା ମା' ହେଲେ ଶିଶୁର ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ଗଠନର ପ୍ରଧାନ କର୍ତ୍ତା । ପରିବାରରେ ଅନେକ କିଛି ପ୍ରାଣିକ ପ୍ରଥା ରହିଥାଏ, ଯାହାକି ପୁରୁଷାନୁକ୍ରମେ ପ୍ରଚଳିତ ହୋଇ ଆସୁଥାଏ । ଅଜା-ଆଈ, ଜେଜେବାପା-ଜେଜେମାଙ୍କ ସଂସ୍କାର ମଧ୍ୟ ଶିଶୁ ଉପରେ ପଡ଼େ । ପିତା ମାତା ସେମାନଙ୍କ ଆସ୍ପୃହା ଦ୍ୱାରା ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଏକ ମହାନ୍ ଆତ୍ମାକୁ ଜନ୍ମ ଦେଇ ପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ଖୁବ୍ ବିରଳ । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ଆଗରୁ କହିଛି ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ପିତାମାତାଙ୍କ ଅଭୀପ୍ସା କିପରି ହେବା ଉଚିତ; କିନ୍ତୁ ମୁଁ କହିଥାଏ ଏପରି ଘଟଣା ଖୁବ୍ କମ୍ ଘଟିଥାଏ, ଏହା ଶହ ଶହ ବା ହଜାର ହଜାରରେ ଥରେ ମାତ୍ର ଘଟିଥାଏ । ଇଚ୍ଛା କରି ଶିଶୁକୁ ମାତୃ ଗର୍ଭରେ ଧାରଣ କରାଇବା ଖୁବ୍ ବିରଳ; ପ୍ରାୟ ଏହା ଅଚାନକ ଭାବେ ହୋଇଥାଏ ।''

— ଶ୍ରୀମା (M.C.W. - 4, p. - 260)

କିନ୍ତୁ ମାତୃ ଗର୍ଭରେ ଓ ଜନ୍ମ ପରେ ଏହି ଗଠନ କାମ ଯଦି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ନିଜେ କରିଥାଆନ୍ତି ତେବେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଗଠନ କାର୍ଯ୍ୟ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଆଜିର ପୃଥିବୀର ବାତାବରଣ ଏତେ ଆବିଳ ଯେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଗଠନ କାମରେ କିଛିନା କିଛି ସମ୍ପର୍କ ଜନିତ ଆବିଳତା ରହିବ । ଆଜିର ପୃଥିବୀ ଏକ ମିଶ୍ରଣ ଯୁକ୍ତ ପୃଥିବୀ । ଏଠାରେ ସବୁ କିଛି ସବୁ ଦିଗରେ ମିଶାମିଶି ହୋଇ ରହିଛି । ତେଣୁ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ଏହି ସଂସ୍ପର୍ଶକୁ ଏଡ଼ାଇ ଯଥେଷ୍ଟ ଶୁଦ୍ଧ ଭାବରେ ଗଢ଼ି ଉଠି ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଏହା ଛଡ଼ା ଯଦି ନିଜେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଯଥେଷ୍ଟ ସଚେତନ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ନ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ଗଠନ କାମ ସେ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଏ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି ମନୁଷ୍ୟର କର୍ମ ମାଧ୍ୟମରେ ପୃଥିବୀ ବିଷୟରେ ଅନୁଭୂତି ନେବା ପାଇଁ । ସେ ଯଦି ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ନ ଥାଆନ୍ତି ତେବେ ମଣିଷଜୀବନର ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଭାବେ ଭାଗ ନେଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ପୁଣି ସେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ଏ କାମ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ଯଦି ବାହ୍ୟ ଚେତନାରେ ପ୍ରବଳ ବିକୃତି ଥାଏ ଓ ତାହା ନିଜ ଅହଂକାରକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରି ସବୁ କିଛି କରୁଥାଏ । କିନ୍ତୁ ପରୋକ୍ଷରେ ନିର୍ଲିପ୍ତଭାବେ ସବୁ କିଛିର ଅନୁଭୂତି ନିଅନ୍ତି — ଯାହାକି ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ତାଙ୍କର କାମରେ ଲାଗିପାରେ ।

ଯେଉଁ ଚୈତ୍ୟ-ପୁରୁଷ ସୌଭାଗ୍ୟ କ୍ରମେ ମଣିଷ ଜୀବନର ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସି ଘଟଣାବଳୀଗୁଡ଼ିକରେ ସିଧା ଭାଗ ନିଅନ୍ତି, ତାଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ବାହ୍ୟ ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ରୂପାନ୍ତର ଘଟେ । ମଣିଷ ଭଗବତ୍ ମାର୍ଗରେ ଚାଲିବାର ସଙ୍କଳ୍ପ ନେଲେ ଓ ନିଜକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଚରଣରେ ଆତ୍ମ-ନିବେଦନ କଲେ ତା'ର ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ରୂପାନ୍ତର କାମ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ ହୁଏ । ମଣିଷସତ୍ତାର ଏହି ରୂପାନ୍ତରିତ ଅଂଶ ଦିବ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ରହନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଅନ୍ତି । ପର ଜନ୍ମରେ ଏହି ରୂପାନ୍ତରିତ ସତ୍ତା ଶିଶୁ ଅବସ୍ଥାରୁ ମଣିଷର ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଗଠନର ପ୍ରଧାନ ଉପାଦାନଭାବେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ପିତାମାତାଙ୍କ ବିକୃତ ସଂସ୍କାର ଆଉ ଶିଶୁ ଉପରେ ପଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ଶିଶୁ ଅବସ୍ଥାରୁ ସେହି ଶିଶୁ ନିଜେ ନିଜର ଭାଗ୍ୟ ବିଧାତା ହୋଇଥାଏ ।

କେହି କେହି ମନେ କରନ୍ତି ମଣିଷ ମରିଗଲା ପରେ ତା'ର ଚୈତ୍ୟ-ପୁରୁଷ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ଛାଡ଼ି ଚୈତ୍ୟଜଗତକୁ ଯାଇଥାଆନ୍ତି, ପର ଜନ୍ମରେ ଏହି ଛାଡ଼ିଯାଇଥିବା ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ନେଇ ଆସନ୍ତି । ବାସ୍ତବରେ ଏପରି ହୋଇ ନ ଥାଏ । କାରଣ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ସାଧାରଣ ମଣିଷର ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ବିଶ୍ୱମନ ଓ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣରେ ମିଶିଯାଇ ନିଜର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା ହରାଇ ଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବିଶେଷ ଭାବେ ସଙ୍ଗଠିତ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଏହି ବିଶ୍ୱ ବାତାବରଣରେ ସ୍ୱାଧୀନ ଭାବରେ ରହି ପାରିଥାଏ । ଏହା ଯେକୌଣସି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହ ବା ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହ ପୁନର୍ଜନ୍ମ ନେଇ

ପାରିଥାଏ ବା ଜନ୍ମ ନ ନେଇ ସେହି ସ୍ତରରେ ରହି ଚିର ଦିନ ମଣିଷଜାତିର ମଙ୍ଗଳ କରିଥାଏ ।

ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ପରେ ଦେଖାଦିଏ ଶିଶୁର ପ୍ରାଣିକ ସ୍ୱଭାବ ଠିକ୍ ତା'ର ପିତା ମାତାଙ୍କ ପରି ହୋଇଥାଏ । କାମନା, ବାସନା, ଭୟ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ ଆଦି ବଦଗୁଣ ଶିଶୁର ପ୍ରାଣସତ୍ତାକୁ ଆସି ଯାଇଥାଏ । ପିତା-ମାତା ଶିଶୁର ବଦଗୁଣ ଜନିତ ମନ୍ଦ ଆଚରଣ ଦେଖି ତାକୁ ତାହା ନ କରିବା ପାଇଁ କହି ଥାଆନ୍ତି, ତାକୁ ଏଥି-ପାଇଁ ଶାସନ ମଧ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଜାଣି ନ ଥାଆନ୍ତି ଏହି ବଦଗୁଣ ସେମାନଙ୍କଠାରୁହିଁ ଆସିଥାଏ । ଶିଶୁକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ନିଜକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଉପଦେଶ ବା ବାଧ ବାଧକତାରେ ଏ ପୃଥିବୀର କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଆଜିର ଏହି ସ୍ୱାଧୀନ ଚେତା ପୃଥିବୀରେ । ଆତ୍ମ ବିକାଶ କେବଳ ସ୍ୱାଧୀନ ଚେତନା ଓ ସ୍ୱାଧୀନ ବାତାବରଣରେ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସ୍ୱାଧୀନତାକୁ କେହି ଯଥାର୍ଥ ଅର୍ଥରେ ନେଉ ନାହାନ୍ତି । ପୃଥିବୀକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେଲେ ନିଜକୁ ପ୍ରଥମେ ଏକ ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଉଦାହରଣଭାବେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ହେବ । ସେତେବେଳେ ଆମକୁ ଆଉ ଉପଦେଶ ବା ବାଧ କରିବା ଦରକାର ହୁଏ ନାହିଁ, ଏପରିକି ବାକ୍ୟ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦରକାର ହୁଏ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ଆମର ସଦ୍‌ଗୁଣ, ସଚ୍ଚରିତ୍ରତାର ପ୍ରଭାବ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଉପରେ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବେ ପଡ଼ିଥାଏ ଓ ସେମାନେ ନିଜକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାର ପ୍ରେରଣା ପାଇଥାଆନ୍ତି । ଅତଏବ ପିତା, ମାତା ଯଦି ଶିଶୁ ସମ୍ମୁଖରେ ଏହିପରି ଏକ ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଉଦାହରଣ ଉପସ୍ଥାପିତ କରନ୍ତି ତେବେ ଶିଶୁ ଭିତରେ ସଦ୍‌ଗୁଣ ଓ ସଚ୍ଚରିତ୍ର ଆଦି ତା'ର ସତ୍ତାର ଗଠନ ଓ ବିକାଶ ଦିଗରେ ଯଥେଷ୍ଟ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଆମେ ରାମାୟଣରେ ପଢ଼ିଛୁ ସୀତା ଯେତେବେଳେ ଗର୍ଭବତୀ ଥିଲେ ସେତେବେଳେ ଘଟଣାଚକ୍ରରେ ତାଙ୍କୁ ବାଲ୍ମୀକି ଆଶ୍ରମକୁ ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିଲା । ନିୟତିର ଏହା ଏକ ଅଭ୍ରାନ୍ତ କାମ । ଗର୍ଭବତୀ ମା' ଯଦି ଏହିପରି ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତ ନୀରବ ବାତାବରଣରେ ବାସ କରନ୍ତି ଏବଂ ବାଲ୍ମୀକିଙ୍କ ପରି ମହାନ୍ ଆତ୍ମାର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସନ୍ତି ଏବଂ ନିଜେ ଏକ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଜୀବନ ଯାପନ କରନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କ ଗର୍ଭରୁ ଲବ, କୁଶ ଭଳି ମହାନ୍ ପରାକ୍ରମୀ ମହାମାନବ ଜନ୍ମ ନିଅନ୍ତି । ଆମ ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ ପୁତ୍ର, କନ୍ୟା ଲାଭ ପାଇଁ ମା'ମାନେ ଶିବଙ୍କୁ ଉପାସନା କରି ତାଙ୍କ ଚରଣରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଶରଣରେ ରହନ୍ତି । ଏବଂ ଦେଖାଯାଏ ସେମାନଙ୍କ ଏହି ଆସ୍ପୃହାର ଫଳ ପ୍ରାୟ ବୃଥା ଯାଏ ନାହିଁ । ସେହି ମା'ର ଗର୍ଭରେ ଅବଶ୍ୟ ଏକ ଉନ୍ନତ ଆତ୍ମାର ଆବିର୍ଭାବ ହୁଏ । ପିତା ଓ ମାତା ଉଭୟେ ଯଦି ଏହିପରି ଆସ୍ପୃହା ରଖି, ମା'ଙ୍କୁ ଧ୍ୟାନ ରଖି ପୁତ୍ର ବା କନ୍ୟାର କାମନା କରନ୍ତି ତେବେ ଆଜି ଯେଉଁ ମହାନ୍ ଆତ୍ମାମାନେ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ

ଆସି ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ମହାନ୍ ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଭାଗ ନେବା ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅବତରଣ କରାଯାଇପାରେ । ଏହି ମହାନ୍ ଆତ୍ମାମାନେ ପ୍ରକୃତରେ ଅପେକ୍ଷା କରି ରହିଥାଆନ୍ତି ଏହିପରି ଆଦର୍ଶ ପିତା-ମାତା ଓ ଆଦର୍ଶ ପରିବାର ପାଇବା ପାଇଁ ।

ମଣିଷର ପ୍ରାଣସତ୍ତା ଗଠନ ଓ ବିକାଶ ଦିଗରେ ଆଜିର ସମାଜରେ କୌଣସି ବିଶେଷ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନାହିଁ । ମଣିଷ ଏ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ନୁହେଁ । ଯେପରି ମନର ଗଠନ ଓ ବିକାଶ ପାଇଁ ସମାଜରେ ସ୍କୁଲ୍, କଲେଜର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି ସେହିପରି ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରର ବିକାଶ ପାଇଁ ବିଶେଷ କୌଣସି ବ୍ୟବସ୍ଥା ନାହିଁ । ପୂର୍ବ କାଳରେ ଛାତ୍ରମାନେ ଗୁରୁକୁଳ ଆଶ୍ରମରେ ରହି ନିଜ ଶରୀର ଓ ପ୍ରାଣର ଯଥାର୍ଥ ବିକାଶ କରି ତାକୁ ନିଜ ଜୀବନକ୍ଷେତ୍ରରେ ଲଗାଉଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ପ୍ରାଣିକ ଶିକ୍ଷା ନ ଥିବାରୁ ଏବଂ ସ୍ୱାଧୀନତାର ସୁଯୋଗ ନେଇ ଛାତ୍ରସମାଜ ଓ ଯୁବସମାଜ ବିଭ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ବିପଥଗାମୀ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ସେମାନେ ନଦୀ ସ୍ରୋତରେ ଭାସମାନ ଏକ ସୋଲ ଭଳି । ମଣିଷର ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ତାଙ୍କୁ ପ୍ରବଳ ବେଗରେ ଭସାଇ ନେଇ ଚାଲିଛି ଏକ ଅନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପଥରେ । ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ କିଏ ? ଆମରି ସମାଜ, ଆମ ପରିବାର, ଆମ ଲୋକଦେଖାଣିଆ ଶିକ୍ଷା ପଦ୍ଧତି, ଶିକ୍ଷକ, ପିତା-ମାତା, ବାତାବରଣ ସବୁକିଛି ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ । ଏସବୁ ଦିଗରେ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଦିଗରେ ନେଇ ଏକ ଆଦର୍ଶ ନାଗରିକଭାବେ ସମାଜରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ହେବ । ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆଦର୍ଶରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ନିଜର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ନିଜକୁ ଦେଇ ଦେବାକୁ ହେବ ସେହି ମହାନ୍ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ । ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଆମେ ଏକ ଜ୍ୱଳନ୍ତ ଉଦାହରଣ ହୋଇ ପାରିବୁ ।

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଗଠନ ଅର୍ଥ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ପ୍ରାଣିକ ଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ତାକୁ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିବା । ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଘନିଷ୍ଠ ସମ୍ପର୍କ ରହିଥାଏ । ଶରୀର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହେଲେ ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଏ । ସେହିପରି ପ୍ରାଣକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରି ଶରୀରକୁ ମଧ୍ୟ ଗଠନ କରାଯାଏ । ଅତଏବ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ବିକାଶ କହିଲେ ଆମକୁ ବୁଝିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏହା ମଧ୍ୟରେ ଭରପୂର ପ୍ରାଣିକ ଶକ୍ତି ରହିଥିବ ଯଦ୍ୱାରା ଏହାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ବଢ଼ି ଉଠିବ । ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ନିମ୍ନକୁ ଯେତେ ପ୍ରଖର ବେଗରେ ଯାଇପାରେ, ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଦିଗରେ ମଧ୍ୟ ସେତିକି ପ୍ରଖର ଭାବରେ ଯାଇପାରେ । ଅତଏବ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ଧାରଣ କରି ଯୋଗ ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା, ସହଜ ନ ହେଲେ ବି – ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରାଣକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅସମ୍ଭବ ମନେ ହେଉଥିଲା । ତେଣୁ ପୁରାତନ ଯୋଗୀମାନେ ଏହାର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ ନ ଦେଇ ଏହାକୁ ଚାପା ଦେଇ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରି ରଖିବାକୁ

ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିଲେ । ସେଥିପାଇଁ ଦେଖାଯାଏ ପୁରାତନର ମହାନ୍ ସାଧକମାନଙ୍କର ଏହି ପ୍ରାଣିକ ବିକୃତି ରହିଥିଲା । ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ ପ୍ରାଣକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରି ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଭଗବତ୍ କର୍ମରେ ଲଗାଯାଇପାରେ । ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାଣିକ ଶକ୍ତି ବ୍ୟବହାର କରି ରୋଗ ନିବାରଣ କରିବା, ଶରୀରର କ୍ଷୟ, କ୍ଷତିକୁ କମାଇ ଶରୀରର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଦୀର୍ଘ ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଇବା, ଜୀବନ ଧାରଣ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟରୁ ମିଳୁଥିବା ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ସ୍ଥାନରେ ବିଶ୍ୱ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରୁ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରି ବିନା ଖାଦ୍ୟ ବା ଅଳ୍ପ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଧାରଣ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ମଣିଷ ଚାରିପାଖରେ ଘେରି ରହିଥିବା ଅସଂଖ୍ୟ ଅଶରୀରୀ ସତ୍ତାମାନଙ୍କୁ ଚିହ୍ନି ସେମାନଙ୍କୁ ଭଗବତ୍ ଆଲୋକରେ ନିକ୍ଷେପ କରି ସେମାନଙ୍କର ଭଗବତ୍ ବିରୋଧୀ କାମକୁ ରୋକିବା ହେଲା ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରାଣସତ୍ତାର ମଧ୍ୟ ଏକ କାମ । ଖାଲି ସେତିକି ନୁହେଁ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ମଣିଷ ଶରୀର ପାଇଁ ଏକ ଢାଲ ପରି ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆମେ ଶ୍ରୀମା'ଙ୍କ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଆମର ରକ୍ଷା-କବଚ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରୁ ତେବେ ଏପରି କିଛି ବିରୋଧି-ଶକ୍ତି ନାହିଁ ଯାହା ଆମର ଅନିଷ୍ଟ କରିପାରିବ – ଏ ବିଷୟରେ ମା' ଜଣେ ସାଧକଙ୍କୁ କହିଛନ୍ତି ।

ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଯଥେଷ୍ଟ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଆସନ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ଆସନର ନିଶ୍ଚଳତାର ପ୍ରଥମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ଯେଉଁ ଅସ୍ଥିରତା ଶରୀର ଉପରେ ଆରୋପ କରାଯାଇଛି ସେଥିରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ଏବଂ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିକୁ ଅଯଥା ଅପଚୟ ଓ ଅପବ୍ୟୟ ନ କରି ଏହାକୁ ଧରି ରଖିବା ପାଇଁ ଶରୀରକୁ ବାଧ କରିବା ।' (On Physical Education – p. - 43) ଆସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁମାନଙ୍କ ଉପରେ ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ ସେମାନେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ଅଧିକ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଧାରଣ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ବେଦନ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ଆସନ ସହିତ କେତେକ ସହଜ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ ଆମ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିର ବିଶେଷ ଭାବରେ ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାଣାୟାମ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି : ''ପ୍ରାଣାୟାମର ପ୍ରଥମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ସ୍ନାୟୁ ବିଭାଗକୁ ଶୁଦ୍ଧ କରିବା, ବିନାବାଧା ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଅଥବା ଅନିୟମିତତା ସହ ସ୍ନାୟୁ ସକଳ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାଣ ସଞ୍ଚାଳିତ କରିବା, ଏହାର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ସ୍ଥାପନ କରିବା ଯଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଭିତରେ ବାସ କରୁଥିବା ଆତ୍ମାର ମନ ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଆଉ ଶରୀର ବା ପ୍ରାଣ ବା ସେମାନଙ୍କର ମିଳିତ ସୀମିତତା ମଧ୍ୟରେ ଆଉ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହନ୍ତି ନାହିଁ । ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସର ଏହି ବ୍ୟାୟାମର ଶକ୍ତି ସ୍ନାୟୁ ବିଭାଗରେ ଏକ ଶୁଦ୍ଧ ଏବଂ ବାଧାଶୂନ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ଆମ ଶରୀର ବିଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକ ସୁପରିଚିତ ଓ ସୁପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଘଟଣା ।'' (On Physical Education – p. - 45)

ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିର ଯଥାର୍ଥ ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଅସାଧାରଣ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଏହି ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଭିତରେ ନୂତନ ପ୍ରକାର ପ୍ରକୃତିର ବିକାଶ ହୁଏ । ଏହି ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ପୂରାତନ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଲଘିମା, ଗରିମା, ମହିମା, ଅଣିମା ଆଦି ଗୁଣର ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହେଉଥିଲା । ଆମେ ଯଦି କିଛିଟା ପ୍ରାଣର ବିକାଶ କରୁ ତେବେ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ସମ୍ବେଦନ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ପଶୁ ପକ୍ଷୀଙ୍କ ପ୍ରାଣିକ ଭାବ ବୁଝିପାରିଥାଉ । ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଭାବ, ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ ସହଜରେ ବୁଝି ହୁଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରେ ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ମଙ୍ଗଳ କରିଥାଉ । ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ନେଇ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଅବଚେତନା ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ଅସଂଖ୍ୟ ବିରୋଧିଶକ୍ତିଙ୍କୁ ଦିବ୍ୟଶକ୍ତି ସମ୍ମୁଖକୁ ଆଣି ତାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିଥାଉ ସେତେବେଳେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପଡ଼େ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମେ ଯେ କେବଳ ଆମ ବାହ୍ୟ ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ନେଇ କେବଳ ଶାରୀରିକ ଭାବରେ ବାସ କରୁଛୁ ଏକଥା ଭାବିବା ଭୁଲ୍ । ଆମେ ସବୁ ସମୟରେ ଚେତନାର ଅନ୍ୟ ସ୍ତରରେ ବାସ କରୁଛୁ ଓ କ୍ରିୟା କରୁଛୁ ସେଠାରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଭେଟୁଛୁ ଓ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ କ୍ରିୟା କରୁଛୁ, ଆମେ ସେଠାରେ ଯାହା କରୁ, ଯାହା ଅନୁଭବ କରୁ ଓ ଚିନ୍ତା କରୁ, ତା'ର ଆମ ବାହ୍ୟଜୀବନ ଉପରେ ଆମ ଅଜଣାରେ ଏକ ଅସୁମାରି ଗୁରୁତ୍ୱ ଓ ପ୍ରଭାବ ରହିଥାଏ ।''

(The Hidden Forces of Life – p. - 29)

ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ସେଥିପାଇଁ ଜୀବନକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଥିବା ଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହିସବୁ ଭୂମିରେ କ'ଣ କ'ଣ ଘଟୁଛି ସେ ସମ୍ବନ୍ଧେ ସଚେତନ ହୋଇ ଉଠିବା ସେଠାରେ ପ୍ରଭୁ ହୋଇ ଉଠିବା ଏବଂ ଆମ ନିୟତି ଓ ଆମ ଆନ୍ତର ତଥା ବାହ୍ୟ ଜୀବନର ବିକାଶ ଅଥବା ପତନକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରୁଥିବା ଗୋପନ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଅନୁଭବ କରିବା, ସେମାନଙ୍କୁ ଜାଣିବା ଓ ସେମାନଙ୍କ ସହ ଆଚରଣ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେବାର ପ୍ରଭୂତ ଗୁରୁତ୍ୱ ରହିଛି ।''

(The Hidden Forces of Life – p. - 29)

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏଠାରେ ଯେଉଁ ଗୁପ୍ତ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ କହୁଛନ୍ତି – ଏହି ସବୁ ଶକ୍ତି ମଣିଷର ବାହ୍ୟ ଚେତନାର ସଚେତନତା ଭିତରେ ନ ଥା'ନ୍ତି । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିର ସନ୍ଧାନ ଆମକୁ ଆମର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ଅତିଚେତନା (Super Conscient) ଏବଂ ନିମ୍ନରେ ଥିବା ଅବଚେତନା ଓ ନିଶ୍ଚେତନା (Sub-conscient) ଏବଂ ନିମ୍ନରେ ଥିବା ଅବଚେତନା ଓ ନିଶ୍ଚେତନା (inconscient) ଭିତରେ ସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଆମର ବିଶେଷ ଅନୁଭବ କ୍ଷମତାମାନଙ୍କୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଯଥାର୍ଥ ବିକାଶ ହେଲେ ଓ ତାହା ଭାଗବତ ଚେତନା ପ୍ରତି ଉନ୍ମୁକ୍ତ

ହେଲେ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ସୁପ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଜାଗରଣ ହୁଏ ଏବଂ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପା ବଳରେ ଆମର ବିଭିନ୍ନ ଚେତନା ସ୍ତରରେ ଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧେ ସଚେତନ ହୋଇ ପାରିବୁ ।

ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ମିତବ୍ୟୟ

''ଆମେ ଆମ ନିଜକୁ ଯେପରି ଭାବରେ ଜାଣିଛୁ ଆମେ କେବଳ ସେଇଆ ନୁହଁ, ଏହାଠାରୁ ଅନେକ ଗୁଣରେ ବେଶୀ ଯାହା ଆମେ ଜାଣି ନ ଥାଉ; ଆମର ଏହି କ୍ଷଣିକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ, ହେଲା ସମୁଦ୍ର ସଦୃଶ ଆମ ଅସ୍ତିତ୍ୱର କେବଳ ଏକ ପାଣି ଫୋଟକା ପରି ।''
— ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*Hidden Forces Within,* p - 33)

ଆମେ ଯେଉଁ ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଆଗେଇ ଚାଲିଛୁ, ସେପଥରେ ଚାଲିବାର ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ନିଜକୁ ଜାଣିବା । ଆମର ଏହି ବାହ୍ୟ ଚେତନା ଓ ଶରୀରକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁସବୁ ଶକ୍ତିରାଜି ଦରକାର ତା'ର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ହେବ ଆମ ବୃହତ୍ତର ଚେତନା ସ୍ତରମାନଙ୍କରେ । ସାଧାରଣତଃ ଆମ ପ୍ରକୃତି ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ ଓ ଆମ ଭିତରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇଥାଏ ଆମର ତିନୋଟି ଗୁପ୍ତ ଚେତନାରାଜିରୁ ଆସୁଥିବା ଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା । ଏହି ତିନୋଟି ଚେତନା ହେଲା — ଅତିଚେତନା (Superconscient), ମଗ୍ନଚେତନା (Subliminal) ଏବଂ ଅବଚେତନା (Subconscient) । ଏହି ତିନି ଚେତନା ହେଲେ ଆମର ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟକ୍ତି ଚେତନା ଏବଂ ଆମ ବାହ୍ୟ ଚେତନା ହେଲା ଏହାର ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଅଂଶ ମାତ୍ର । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, ''ଆମର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଆସିଥାଏ ତିନୋଟି ଗୁପ୍ତ ଉତ୍ସରୁ — ଅତିଚେତନା, ମଗ୍ନଚେତନା ଓ ଅବଚେତନା । କିନ୍ତୁ କୌଣସିଟି ଉପରେ ଆମର କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ନ ଥାଏ, ଏପରିକି ଏସବୁ ବିଷୟରେ ଆମେ ସଚେତନ ନ ଥାଉ ।'' (*Hidden Forces Within,* p - 32)

ଶକ୍ତିରାଜିର ଏହି ସବୁ ଉତ୍ସ ହେଲା ସାଧାରଣ ପ୍ରକୃତି ବା ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତି । ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ ଆମର ଅଭ୍ୟାସ, ଆମର ଚରିତ୍ର, ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଗତିବୃତ୍ତି, ଆମ ମୌଳିକ ମାନସିକ ଶକ୍ତି, କର୍ମ ଶକ୍ତି ଆଦି ଆସିଥାଏ ଓ ଆମର ବ୍ୟକ୍ତି ସତ୍ତାକୁ ଗଠନ କରିଥାଏ । ଆମର ଏହି ବାହ୍ୟ-ଚେତନା ଅନବରତ ବିକାଶ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଚାଲେ, ବଦଳି ଯାଏ, ଗତିଶୀଳ ହୁଏ ଏହିସବୁ ଉତ୍ସରୁ ଆସୁଥିବା ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତିରାଜିର ଢେଉର ପ୍ରଭାବ ଦ୍ୱାରା । ଏହା ଆମ ଭିତରକୁ ଆସିଥାଏ ସିଧାସଳଖଭାବେ ବା ପରୋକ୍ଷଭାବେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ, ଘଟଣାବଳୀ ମାଧ୍ୟମରେ ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଆଧାର ମାଧ୍ୟମରେ । ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ ଯାହାସବୁ ଆମ ଭିତରକୁ ଆସେ ଆମେ ତାକୁ ଆମର ବୋଲି ଭାବୁ । ଆମର

ବଦଭ୍ୟାସକୁ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରୁ ତାହା ଆମ ଅବଚେତନାରେ ବୁଡ଼ିଯାଇ ବୀଜାକାରରେ ଲୁଚି ରହେ ଏବଂ ଉପରକୁ ଉଠି ଆସିବା ପାଇଁ ସୁଯୋଗ ଖୋଜୁଥାଏ । ଆମ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର କାମନା ବାସନାର ରୂପାନ୍ତର ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏସବୁ ଆମ ଭିତରକୁ ବାରଂବାର ଫେରି ଆସନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଏସବୁକୁ ଆଦୌ ଚାହିଁବୁ ନାହିଁ ସେତେବେଳେ ଆମ ଅବଚେତନାରେ ଏହା ଅଦରକାରୀ ବସ୍ତୁ ଭାବରେ ପଡ଼ିରହିବ ।

ଆମ ଅବଚେତନା ଓ ନିଶ୍ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଆମେ ଏ ବିଶ୍ୱର ସକଳ ବସ୍ତୁ ସହିତ ଏକ ହୋଇ ରହିଛୁ । ଏହାକୁ ଅବଚେତନା କୁହାଯାଏ କାରଣ ଏଠାରେ ଚେତନା ପ୍ରାୟ ଅର୍ଦ୍ଧ ସୁପ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଏ । ନିଶ୍ଚେତନାରେ ଚେତନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁପ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଏ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଶୋଉ, ସାଧାରଣତଃ ଅବଚେତନାକୁ ଯାଇ ଶୋଇଥାଉ । ତେଣୁ ଶୋଇବା ସମୟରେ ଅବଚେତନାର ପ୍ରଭାବ ଆମ ଉପରେ ବିଶେଷ ଭାବରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ଆମ ଭିତରକୁ ପଶିବାର ସୁଯୋଗ ପାଏ । ତେଣୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗର ସାଧକକୁ ଶୋଇଲା ବେଳେ ଅତିଚେତନା (Superconscient)କୁ ଯାଇ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ସକାଶେ ଶିଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅତିଚେତନାରେ ବିଶ୍ରାମ ନେଲେ ଆମ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହୁଏ ନାହିଁ ବରଂ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଅଳ୍ପ ସମୟ ଏହି ଚେତନାରେ ବାସକଲେ ଆମର ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଥିବା ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ଫେରିପାଇଥାଉ । ଅତିଚେତନାରେ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ଏକ ପ୍ରକାର ଯୌଗିକ ସମାଧି ଅବସ୍ଥା । ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ଖୁବ୍ କଠିନ କାମ ନୁହେଁ । ଶୋଇଲା ପୂର୍ବରୁ ଆମେ ଯଦି ଆମ ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତ କରିପାରୁ ଓ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶରେ ଶାନ୍ତି ଓ ନୀରବତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରୁ ତେବେ ଆମେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଉ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ କେତେ ମିନିଟ୍ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ଆମର ଯଥାର୍ଥ ଶକ୍ତି ଫେରି ପାଇଥାଉ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣ ମଣିଷ ଶୋଇବାକୁ ଯାଇ ଅବଚେତନାରେ ପ୍ରବେଶ କରି ତା'ର ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଚେତନା ବିଶ୍ୱ-ଚେତନାର ଘାତ ପ୍ରତିଘାତ ଭିତରେ ଦିଶାହୀନ ନାବ ପରି ସ୍ୱପ୍ନ ରାଜ୍ୟରେ ଭାସିଚାଲେ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ସେ ନିଦ୍ରାତ୍ୟାଗ କରେ ଆହୁରି ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳ ଓ ନିସ୍ତେଜ ହୋଇ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ଆମ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ହେଲା ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ପ୍ରଧାନ ଆଧାର । ଏହା ଛଡ଼ା ଶରୀର ଚେତନା ଓ ଶରୀରର କୋଷମାନେ ମଧ୍ୟ ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରନ୍ତି ଓ ତାକୁ ଧାରଣ କରିପାରନ୍ତି । ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କର ତପସ୍ୟା ଚତୁଷ୍ଟୟ ଲେଖାରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ପ୍ରାଣ ତିନୋଟି ଉତ୍ସରୁ ତା'ର ପ୍ରୟୋଜନୀୟ ଶକ୍ତି ପାଇଥାଏ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅତି ସହଜ ଭାବରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଥିବା ଶକ୍ତି ଆସିଥାଏ ନିମ୍ନରୁ, ଜଡ଼ ଶକ୍ତିରୁ – ଯାହା ବିଭିନ୍ନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାଧ୍ୟମରେ ପାଇଥାଏ ।

''ଦ୍ୱିତୀୟଟି ହେଲା ତା'ର ନିଜ ସ୍ତରର ଶକ୍ତି, ଯେତେବେଳେ ଏହା ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ନିଜକୁ ବିଶାଳ କରିପାରେ ଓ ଗ୍ରହଣଶୀଳ କରିପାରେ ସେତେବେଳେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇ ଏହି ଶକ୍ତି ପାଇଥାଏ ।

''ତୃତୀୟଟି ହେଲା ଅଗ୍ରଗତି ନିମନ୍ତେ ଏକ ବିରାଟ ଅଭୀପ୍ସା ମଧ୍ୟଦେଇ ଏହା ଯାହା ପ୍ରତି ସାଧାରଣତଃ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ଓ ଅନୁପ୍ରେରଣାର ଅନୁପ୍ରବେଶ ତଥା ଏହାକୁ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ମିଳାଇ ଦେବାର ମଧ୍ୟଦେଇ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଆସିଥାଏ ।'' (MCW - 12, p-55)

ବହୁଳ ସଂଖ୍ୟାର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଆସିଥାଏ ନିମ୍ନରୁ – ଜଡ଼ ଉପାଦାନରୁ ଅର୍ଥାତ୍ ଖାଦ୍ୟରୁ, ତାଙ୍କ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ । ଖାଦ୍ୟରୁ ସେମାନେ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଆହରଣ କରନ୍ତି । ଦେଖିବା, ଶୁଣିବା, ସ୍ପର୍ଶ କରିବା ଦ୍ୱାରା, ଅନୁଭବ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଜଡ଼ରେ ଥିବା ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରି ପାରନ୍ତି ଓ ତାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଆନ୍ତି । ପାର୍ଥିବ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ସମଞ୍ଜସତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ହେବ । ବିଶ୍ରାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା, ଶରୀରକୁ ଶିଥିଳ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ପ୍ରାଣିକ ଶକ୍ତି ପାଇଥାଉ ।

କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ବିଶେଷ ଭାବରେ ବିକାଶ କରିଥାଆନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଏକ ଶୃଙ୍ଖଳା ଗଢ଼ିଥାଆନ୍ତି – ସେମାନେ ବିଶ୍ୱପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ଓ ବିଶ୍ୱ ଘଟଣାବଳୀ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିପାରନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନେ ସହଜରେ ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରିଥାଆନ୍ତି । ତାଙ୍କ କାମ ପାଇଁ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଦରକାର ହୁଏ ତାହା ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣରୁ ପାଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏହା କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଏକ ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ଥାଏ ଓ ସେମାନଙ୍କ ଚେତନା ଅନେକ ବିଶାଳ ହୋଇଥାଏ । ନିଜକୁ ବିଶାଳ କରି ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ପାଇଥାଉ । ଛୋଟ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ଖୁବ୍ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି, ''କିନ୍ତୁ ପିଲାମାନେ ଏହା ଖୁବ୍ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଭାବରେ କରିପାରିଥାଆନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ନିଜକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ତାଙ୍କ ଖେଳରେ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି, ଦୌଡ଼ାଦୌଡ଼ିରେ, ଡିଆଁଡେଇଁରେ, ଚିତ୍କାର କରିବାରେ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ଢାଳି ଦିଅନ୍ତି, ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ ଖେଳର ଆନନ୍ଦ ଓ ଦୌଡ଼ାଦୌଡ଼ିର ଆନନ୍ଦ ତାଙ୍କୁ ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ କରିଥାଏ; ସେମାନେ ତାହା ଜାଣି ନ ଥାଆନ୍ତି, ସେମାନେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହୋଇ ତାଙ୍କର ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିଥାଆନ୍ତି; ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ବହୁକ୍ଷଣ ଧରି ହାଲିଆ ନ ହୋଇ ଏତେ ଦୌଡ଼ାଦୌଡ଼ି କରିପାରନ୍ତି ।''

(MCW - 7, p -137)

ପୁଣି ମା' କହୁଛନ୍ତି, ''ଏହିପରି ଭାବରେ ସେମାନେ ବଢ଼ି ଉଠନ୍ତି – କାରଣ ସେମାନେ ଯାହା ଖର୍ଚ୍ଚ କରନ୍ତି ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ପାଇଥାଆନ୍ତି; ସେମାନେ ଜାଣନ୍ତି କିପରି ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାଠାରୁ ବେଶୀ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ । ଏହା ସେମାନେ ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ଜାଣି ନ ଥାଆନ୍ତି । ଏହା ସେମାନଙ୍କର ଅତି ପ୍ରାକୃତିକ ଓ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଗତିବୃତ୍ତି ।''

(MCW - 7, p - 138)

ପିଲାମାନଙ୍କ ଭିତରେ ବିଚାରବୁଦ୍ଧି ବୃଦ୍ଧି ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି କ୍ରିୟା ଅବାଧରେ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଚାଲେ । ବୟସ ବଢ଼ିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ହ୍ରାସ ପାଏ ଏବଂ ଶେଷରେ ଲୋପ ପାଏ । ତେବେ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଆମେ କିପରି ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ପୁଣି ଗ୍ରହଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ଲାଭ କରିବୁ ଏବଂ ଏହାକୁ ଆମର ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଲଗାଇବୁ ? ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା ଅନେକ ଉପାୟ କହିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଆମେ କିପରି ନିଜକୁ ବିଶାଳ କରିପାରିବୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଏକ ବିଶାଳ ମୁକ୍ତ ସ୍ଥାନକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ବା ସମୁଦ୍ର କୂଳରେ ବା ପର୍ବତ ଉପରକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେଉଁଠାରୁ ଆମେ ଏକ ବିଶାଳ ଦିଗନ୍ତକୁ ଦେଖିପାରିବୁ । ଏହି ବିଶାଳ ଦିଗନ୍ତ ସହିତ ନିଜକୁ ତାଦାତ୍ମ୍ୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବା ମୁକ୍ତ ଆକାଶ ବା ସମୁଦ୍ର ସହିତ ନିଜକୁ ମିଶାଇ ଦେବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଚେତନାର ପ୍ରସାରଣ ବଢ଼ିଯାଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିଲେ, ନିଜକୁ ଶାନ୍ତ ନୀରବ କରିପାରିଲେ ଆମେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହେଉ ଏବଂ ଆସ୍ପୃହା ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ଆମ ଭିତରକୁ ଅବତରଣ କରାଉ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ଅଳ୍ପ କ୍ଷଣରେ ଅଫୁରନ୍ତ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରୁ । ଉଦୟକାଳୀନ ସୂର୍ଯ୍ୟଠାରୁ ଆସୁଥିବା କିରଣ ସହିତ ଅଫୁରନ୍ତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଆସିଥାଏ । ଗୋଟିଏ ଉପାୟ ହୋଇପାରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଉଦୟ ସମୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଅନାଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଦତ୍ତ ଗାୟତ୍ରୀ ମନ୍ତ୍ର :

''ଓଁ ତତ୍ ସବିତୁର୍ବରଂ ରୂପଂ
ଜ୍ୟୋତିଃ ପରସ୍ୟ ଧୀମହି
ଯନଃ ସତ୍ୟେନ ଦୀପୟେତ୍ ।''

ଉଚ୍ଚାରଣ କଲେ ଏବଂ ନିଜକୁ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରିଲେ ଆମେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିଥାଉ । କେତେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ସେମାନେ ଏହି ସୂର୍ଯ୍ୟ ରଶ୍ମିରୁ ତାଙ୍କର ଖାଦ୍ୟ-ଉପାଦାନ ପାଇଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ଅନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ ।

ଭୋର ସମୟରେ ଆମର ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣ କରିବା ସମୟରେ ଭ୍ରମଣ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନିଜକୁ ବିଶାଳ କରି ଖୋଲି ଧରିଲେ ଆମେ ଆମ ନିଃଶ୍ୱାସ ମାଧ୍ୟମରେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଉ । ମା'ଙ୍କର ମ୍ୟୁଜିକ୍ ବା

କୌଣସି ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ସଙ୍ଗୀତ ଶୁଣିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଚେତନା ବିଶାଳ ହୋଇଯାଏ ଓ ମନ ଶାନ୍ତ ନୀରବ ହୋଇଯାଏ । ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଏହା ମଧ୍ୟ ଏକ ଉପାୟ । ଫୁଲର ସୁଗନ୍ଧକୁ ଶୁଙ୍ଘିବା ଦ୍ୱାରା ମନ ଆନନ୍ଦରେ ଭରିଉଠେ । ଫୁଲକୁ ଶୁଙ୍ଘି ଆମର ପେଟର କ୍ଷୁଧାକୁ ମଧ୍ୟ କିଛି ପରିମାଣରେ ନିବାରଣ କରିପାରୁ । ଫୁଲର ସୁଗନ୍ଧ ସହିତ ଆମେ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିଥାଉ ।

ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିରୁ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରିବାର କେତେକ ସର୍ତ୍ତ ରହିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ସର୍ବଦା ଏକ ବିଶାଳ ଚେତନାରେ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ । (One must live all the time in a very vast and very expansive consciousness, MCW - 7, p. - 72) ଏହା ଛଡ଼ା ଆମକୁ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ପ୍ରତି ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରୁ ତାକୁ ଯଥାର୍ଥ ଉପାୟରେ ଖର୍ଚ୍ଚ ନ କରି ପ୍ରାଣିକ ଆନନ୍ଦ ପାଇବା ପାଇଁ ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ସହିତ (ସାଧାରଣତଃ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ) ପ୍ରାଣିକ ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଉ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଶକ୍ତି ହରାଇ ଥାଉ । ମା' କହୁଛନ୍ତି, ''ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜ ସାଙ୍ଗସାଥୀମାନଙ୍କ ସହିତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନର ଏକ ବିଶେଷ ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସ ରହିଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ସେ ଏହି ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ହରାଇଥାଏ । ତେଣୁ ତୁମେ କାହା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ନ ରଖିଲେ କିଛି ବି ଗ୍ରହଣ କରି ନ ଥାଅ । ଯଦି ତୁମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କର ତେବେ ତା' ସହ ଏକ ସମୟରେ ସେମାନଙ୍କ ସମସ୍ତ ବାଧାବିପତ୍ତିକୁ ବି ଗ୍ରହଣ କରିଥାଅ ।''

(MCW - 7, p - 73)

ଅନେକ ସମୟରେ ଏହି ପ୍ରାଣିକ ଆଦାନ-ପ୍ରଦାନ ଆମ ଅଜାଣତରେ ହୋଇଥାଏ । କେତେକ ଖରାପ ପ୍ରକୃତିର ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ସେମାନେ ଅନ୍ୟର ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଶୋଷଣ କରନ୍ତି । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିର ନିକଟତର ହେଲେ ତୁମକୁ ଅସ୍ୱସ୍ତି ଲାଗିବ, ଅସ୍ଥିରତା ଅନୁଭବ କରିବ । ଅନେକ ସମୟରେ କାଶ ବା ହାଇ ମାରିବାର ଲକ୍ଷଣ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଦିଏ । ସେଥିପାଇଁ ସାଧକମାନଙ୍କର ବେଶୀ ଲୋକ ଗହଳି ବା ଅବାନ୍ତର ବ୍ୟକ୍ତି ସହିତ ବେଶୀ କ୍ଷଣ ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

କିନ୍ତୁ ଏକଥା ସମ ଚେତନା ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଗହଳି ଉପରେ ଲାଗୁ ହେବ ନାହିଁ । ବିପରୀତ ପକ୍ଷେ ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନିକଟତର ହେଉ ଯାହାଙ୍କ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବ ଆମ ଉପରେ ପଡ଼େ । ଆମେ ତାଙ୍କଠାରୁ ଶାନ୍ତି, ନୀରବତା, ଶକ୍ତି, ପ୍ରେମ ଆଦି ଲାଭ କରିଥାଉ – ଯାହାକି ଆମ ସାଧନା ପଥରେ ଆମର ପଥପ୍ରଦର୍ଶକ ହୁଏ । ଏହି ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମ ଭିତରେ ଚେତନାର ଏକ ସମତା ସ୍ଥାପନ ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ପବିତ୍ର ସ୍ଥାନର ମଧ୍ୟ ଏକ ମାହାତ୍ମ୍ୟ ରହିଥାଏ –

ଯେପରି ଆଶ୍ରମର ସମାଧି, ଧ୍ୟାନ ଗୃହ ବା ବାହାରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରେଲିକ୍ସ କେନ୍ଦ୍ରମାନଙ୍କରେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବିଶେଷ ଶକ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରି ଏହିସବୁ ସ୍ଥାନକୁ ଗଲେ ବା ସମାଧିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲେ ଆମ ଭିତରେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିର ସଞ୍ଚାର ହୁଏ । ଆମେ ଶାନ୍ତ ନୀରବ ରହି ସଚେତନ ହେଲେ ଏହା ଅନୁଭବ କରିପାରିବୁ ।

ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବାର ତୃତୀୟ ଉପାୟ ହେଉଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉତ୍ସ । – ଏହା ଅତୀବ ବିଶାଳ – ଏହା ହେଲା ଆମର ଅତି ଚେତନାର ଶକ୍ତିରାଜି । ଆମେ ନିମ୍ନରେ ଯେପରି ନିଶ୍ଚେତନା ସହ ସଂଯୁକ୍ତ, ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ସେହିପରି ଅତିଚେତନା ସହ ସଂଯୁକ୍ତ । ଏହି ଦୁଇ ସ୍ତର ମଧ୍ୟରେ ଚେତନାର ଅନେକ ସ୍ତର ରହିଛି । ଏହିସବୁ ସ୍ତରମାନଙ୍କରୁ ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିରାଜି ଆସି ଆମର ମଗ୍ନ ଚେତନାରେ ବ୍ୟକ୍ତ ହେବା ଫଳରେ ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର ରୂପରେଖ ତିଆରି ହୁଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମର ମଗ୍ନ ଚେତନାରେ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ବୀଜାକାରରେ – ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବରେ । ଏପରିକି ଆମ କଳ୍ପିତ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଏଠାରେ ତିଆରି ହୋଇସାରିଛି । ଅତିମାନବର ରୂପରେଖ ଏଠାରେ ତିଆରି ଚାଲିଛି । ଆମର ଆନ୍ତର ମନ, ଆନ୍ତର ପ୍ରାଣ, ଆନ୍ତର ଶରୀର-ଚେତନା ପ୍ରଥମେ ଏଠାରେହିଁ ଗଢ଼ିଉଠେ । ଆମର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଏହି ମଗ୍ନ-ଚେତନା ସମୃଦ୍ଧିଶାଳୀ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ହୋଇ ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ଆମ ଅସ୍ତିତ୍ୱର ସକଳ ଚେତନାକୁ ଏକ ସୂତ୍ରରେ ବାନ୍ଧି ରଖନ୍ତି ଆମର ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ।

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଆମେ କିପରି ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବୁ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ପଥରେ ବିନିଯୋଗ କରୁଛୁ କି ? ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି, ''ପରବର୍ତ୍ତୀ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ଶକ୍ତି ଉପରେ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଆଣିବା । ନବେ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକ ଯଥେଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ବା ସେମାନେ ଅତ୍ୟଧିକ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରି ତାକୁ ହଜମ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ – ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣର ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରନ୍ତି ଠିକ୍ ତା'ର ପର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଅସ୍ଥିର ହେବା ଦ୍ୱାରା, କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବା ଦ୍ୱାରା ଓ ଉଚ୍ଚ ସ୍ୱରରେ ପାଟି ତୁଣ୍ଡ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ବାହାରକୁ ଫିଙ୍ଗି ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ତୁମେ ଜାଣିବା ଦରକାର ତୁମେ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ଶକ୍ତିକୁ କିପରି ନିଜ ଭିତରେ ଗଚ୍ଛିତ କରି ରଖିବ ଏବଂ କେବଳ ତୁମର ବାଞ୍ଛିତ କ୍ରିୟାକଳାପ ଉପରେ ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣମାତ୍ରାରେ କେନ୍ଦ୍ରିତ କରିବ, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉପରେ ନୁହେଁ ।'' (MCW - 4, p - 5)

କିନ୍ତୁ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟର କଥା ଆଜି ଏହି ଘୋର ରୂପାନ୍ତର କ୍ରିୟା ଘଟିତ ହେବାକୁ ଯିବା ସମୟରେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି, ଜନ୍ମ-ଜନ୍ମାନ୍ତର ଧରି ଲୁଚି ରହିଥିବା ସମସ୍ତ ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତି ଯେତେବେଳେ ମଣିଷ ଚେତନାର ଉପରକୁ ଉଠି ଆସୁଛି ରୂପାନ୍ତର ହେବା

ପାଇଁ – ମଣିଷ ତାକୁ ନିଜର ପ୍ରକୃତି କହି ହତାଶ ହୋଇ ପଡୁଛି ଓ ନିଜକୁ ତାହାରି ହାତରେ ନିଃସହାୟ ଭାବରେ ଛାଡ଼ି ଦେଇଛି । କିନ୍ତୁ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଭୟଭୀତ ନ ହୋଇ ଆହୁରି ସ୍ଥିର ଓ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଶେଷ ଆକ୍ରମଣର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମକୁ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, "My whole work depends upon this movement; it is the decisive ordeal of this yoga." (*Letters on Yoga - III*, p. 1305) ''ମୋର ସମସ୍ତ କାମ ଏହି ଗତିବୃତ୍ତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ; ଏହା ଯୋଗର ଚରମ ଅଗ୍ନି ପରୀକ୍ଷା ।''

ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେଉଁ ଅଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କ ଲୀଳାଖେଳା ଏ ପୃଥିବୀରେ ଚାଲି ଆସୁଥିଲା – ତା'ର ଆଜି ସମାପ୍ତିର ସମୟ ଆସିଛି । ସେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ପ୍ରାଣସତ୍ତାକୁ ଯନ୍ତ୍ର କରି ଭଗବାନଙ୍କ ଅତିମାନସ ଯୁଗ ରଚନା କାର୍ଯ୍ୟରେ ବାଧା ଦେବା ପାଇଁ ତା'ର ଶେଷ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି । ମଣିଷ ଯଦି ଏଥିରେ ସମ୍ମତି ନ ଦିଏ ଏବଂ ଭଗବାନଙ୍କ ଶରଣ ନିଏ ତେବେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ତାକୁ ରକ୍ଷା କରି ତା'ର ହାତ ଧରି ତାକୁ ଏହି ଶେଷ ପରୀକ୍ଷାରୁ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ କରାଇବେ ।

ମଣିଷର ପ୍ରାଣସତ୍ତାକୁ ଯେଉଁ ଅଫୁରନ୍ତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଆସିବାର ସମ୍ଭାବନା କଥା କୁହାଗଲା ସେହି ଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ମଣିଷକୁ ଗଢ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନୂତନ ଯୁଗ । ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ସୃଜନଶୀଳ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲଗାଇଲେ ତାହାର ଖର୍ଚ୍ଚ ଯଥାର୍ଥ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା, ଘର କାମ, କୃଷି କାର୍ଯ୍ୟ, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆମର ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଖୁବ୍ କମ୍ ଦରକାର ହୁଏ । କାମନା ବାସନାର ପୂରଣ ପାଇଁ ଆମେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଅପଚୟ କରୁ ତାହାର ପରିମାଣ ଅନେକ ବେଶୀ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଯେହେତୁ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଅପଚୟ କରୁ ତେଣୁ ଆମର ଆୟୁକାଳ ଅଳ୍ପ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଯଦି ଆମ ଭୋଗ ବିଳାସକୁ ଛାଡ଼ି ଆମର ଆରାମ ଓ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟକୁ ଛାଡ଼ି ସର୍ବଦା ମା'ଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରି ଭଗବତ୍ କର୍ମ କରୁ ତେବେ ମା' ଆମକୁ ଅଫୁରନ୍ତ ଶକ୍ତି ଦିଅନ୍ତି ଓ ସେହି ଶକ୍ତିକୁ ସମସ୍ତ ବିରୋଧିଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ହାତରୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖନ୍ତି । ଆମେ ସର୍ବଦା ବର୍ମାବୃତ ହୋଇ ରହିଥାଉ । ବାବାଜି ମହାରାଜ କହୁଛନ୍ତି, ''କିନ୍ତୁ ସେ (ସାଧକ) ଯଦି 'ମା' – ଏହି ନାମର ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥା'ନ୍ତି ତେବେ ସେ ମହାନ୍ ଆକ୍ରମଣରେ ବି ବିଚଳିତ ନ ହୋଇ ବସି ମା'ଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରନ୍ତି । ଯଦି ଦୃଢ଼ନିଷ୍ଠା ବିଶ୍ୱାସ ସହିତ ନାମ ସ୍ମରଣ କରାହୁଏ, ତେବେ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ମିନିଟ୍‌ରେ ମାତୃଶକ୍ତିଙ୍କର ପ୍ରକାଶ ହୁଏ । ସବୁପ୍ରକାର ଅନ୍ଧକାର, ହତାଶା, ନିରାଶା ଦୂର ହୁଏ । ତାଙ୍କର ଦୁଇଗୁଣ ଭଗବତ୍ ବିଶ୍ୱାସ, ଆସ୍ଥା, ନାମ ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା, ଆଗ୍ରହ ବଢ଼େ । ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଆକ୍ରମଣକୁ ଭୟ ରହେ ନାହିଁ । ବାଧାବିଘ୍ନ ଆସୁଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ସାଧକ ମା'ଙ୍କ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ଭରସା ରଖି ଆନନ୍ଦରେ ଯୋଗମାର୍ଗରେ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତି । ସାଧନା ଆରମ୍ଭରୁ

ସମର୍ପଣ ତଥା 'ମା' – ନାମଜପ ଦୃଢ଼ ଅଭେଦ୍ୟ କବଚ ରୂପେ ସାଧକକୁ ସବୁ ପ୍ରକାର ବାଧାବିପତ୍ତିରୁ ରକ୍ଷା କରନ୍ତି ।''

(ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ଦାସଙ୍କ ରଚନା ସଂଗ୍ରହ,ପ୍ରଥମ ଖଣ୍ଡ, ପୃ: ୫୭୨)

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର

''ସ୍ଥୂଳ ଜଗତ୍ ଉପରେ ଏବଂ ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତିର ସମସ୍ତ କ୍ରିୟା ପାଇଁ ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଜୀବନୀ-ଶକ୍ତି ହେଲା ଏକ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଯନ୍ତ୍ର ।'' (*Letters on Yoga*, Part - III, p. 1289) ସେଥିପାଇଁ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରାଣ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇ, ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇ, ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତିର ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇ ଉଠିବ କେବଳ ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଦିବ୍ୟ ଜୀବନ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ ।

ଯେଉଁ ପ୍ରାଣର ରୂପାନ୍ତର କାମ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେହି କେବେ କଳ୍ପନା କରିପାରୁ ନ ଥିଲେ ଆଜି ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପାରୁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ତାହା ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରୁଛି । ଏହି କାମ ମଣିଷର ଆଉ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇ ରହି ନାହିଁ । ପ୍ରାଣର ଏହି ରୂପାନ୍ତର କ୍ରିୟା ଯେତେ ବେଶୀ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘଟିତ ହେବ ବିଶ୍ୱ ବାତାବରଣରେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ସେତେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଘନୀଭୂତ ହେବ ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସାଧନାରେ ସହାୟକ ହେବ । ତେଣୁ ଆସ ଆମେ ମିଳିତ ହୋଇ, ଆଉ କାଳ ବିଳମ୍ବ ନ କରି ଏହି ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ କାମଟିର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିବା । ଯେହେତୁ ଆମେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏହି ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ ପାଦ ବଢ଼ାଇଛୁ ଓ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ ଆମ ସହିତ ଅଛି ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛୁ ତେବେ ଆଉ ହେଲା କାହିଁକି ? ଏହି ଯୋଗର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବା ପାଇଁ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରର ସଂସ୍କାର ଓ ଆମର ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାମାନେ ଅବଶ୍ୟ ବହୁ ବାଧାବିଘ୍ନ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଭାବେ ଛିଡ଼ା ହେବେ । କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଯୋଗ ଶକ୍ତି ଓ ମା'ଙ୍କର ଅଭୟ ଓ କରୁଣା ଆମ ସହିତ ରହିଛି; ତା' ସମ୍ମୁଖରେ ଏ ସମସ୍ତ ବାଧା କିଛି ବି ନୁହେଁ ।

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ବାଧା ବିପତ୍ତି ଏତେ ଭୟଙ୍କର ଯେ ବହୁ ସାଧକ ବହୁ ବର୍ଷ ଚେଷ୍ଟା କରି ମଧ୍ୟ ଏଥିରେ ଅସଫଳ ହେଉଛନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କର ସାଧନାର ଉତ୍ସାହ କମି ଯାଉଛି । ସାଧକ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରବଳତା ନିକଟରେ ନିଜକୁ ଅସହାୟ ମନେ କରୁଛି । ନିଜକୁ ହେୟ ଓ ତୁଚ୍ଛ ତଥା ପାପୀ ବୋଲି ମନେ କରୁଛି । ଏପରି ହେବାର କାରଣ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମର ସମସ୍ତ ପ୍ରକୃତି ଓ ତା'ର ବାତାବରଣ, ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ବିଶ୍ୱଗତ ସତ୍ତା ହେଲା ନାନା ଅଭ୍ୟାସ ଓ ପ୍ରଭାବରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯାହାକି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ

ନବଜନ୍ମର ବିରୋଧୀ ଓ ଆମ ସାଧନାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରାଣତାର ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।'' (*Synthesis of Yoga*, p. 65) ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତରର କଠିନତା ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ଖୁବ୍ ଭଲ ଭାବରେ ଜାଣେ ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ, ସଚଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଆସି ନ ଥାଏ ଏବଂ ତାକୁ ସ୍ଥାୟୀ କରିବା ମଧ୍ୟ କଷ୍ଟସାଧ୍ୟ, ଏପରିକି ପରେ ଅଭ୍ୟାସର ଶକ୍ତି ନିକଟରେ ଅନେକ ସମୟରେ ଅସହାୟ ମନେ କରେ । ଏଇ କଥା ଜାଣି ମା' ଓ ମୁଁ ଆମ ଚାରିପଟେ ରହିଥିବା ସାଧକମାନଙ୍କର ଯଥାର୍ଥ ମନୋଭାବ ଆସିବା, ରୂପ ଗଠନ କରିବା ଓ ଫଳପ୍ରଦ ଭାବେ କାମ କରିବା ଲାଗି ସମୟ ଦେବା ନିମନ୍ତେ ଯଥେଷ୍ଟ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଦେଖାଇଛୁ ଓ ଏବେ ବି ଦେଖାଉଛୁ ।''

(*Letters on Yoga* - III, p. 1306)

ଯେତେବେଳେ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ଉପରକୁ ଉଠିଆସି ତା'ର ବିକୃତିକୁ ଦେଖାଇଥାଏ ସେତେବେଳେ ଏପରି ଜଣେ ବି ସାଧକ ନାହାନ୍ତି ଯାହାଙ୍କର ଏହିପରି ବାଧା ଘଟି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ଆମକୁ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହକାରେ ଏହାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ଏହାକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସାଧାରଣତଃ ସାଧନାର ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ମନର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଦ୍ୱାରା ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କରିଥାଉ । ମନର ନୈତିକ ବିଚାର ଓ ଭଲମନ୍ଦ ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ନିଜକୁ ସୁଗୁଣ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ନିଜର ଚରିତ୍ରକୁ ପବିତ୍ର ଓ ନିର୍ମଳ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ମନର ଏହି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମର ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ନ ଦେଇ ତାକୁ ଚାପାଦେଇ ରଖିଥାଉ । ତେଣୁ ସେତେବେଳେ ସାଧନା ଖୁବ୍ ଭଲଭାବରେ ଚାଲିଥାଏ । ଏପରିକି ମନକୁ ଶାନ୍ତ ନୀରବ କରି ଧ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ଉଚ୍ଚତର ଅତିଚେତନାକୁ ଯାଇ ସମାଧିର ଅନୁଭୂତି ହୋଇ ପାରିଥାଏ । କାହାରି କାହାରି ଚୈତ୍ୟ-ଚେତନାର ଜାଗରଣ ମଧ୍ୟ ହୋଇ ମନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତି, ନିରବତା ଓ ବିଶ୍ୱାସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଥାଏ । ଏହା କେବଳ ମନ ସ୍ତରର ସାଧନା । ପୁରାତନ ଯୋଗର ସାଧକମାନଙ୍କର ସମଗ୍ର ଜୀବନ ଏହି ସ୍ତରରେ ସାଧନା ଚାଲେ । ନିଜର ଚେତନାକୁ ନେଇ ବ୍ରହ୍ମ ଚେତନା ସହିତ ଲୀନ କରି ସେମାନେ ଭଗବତ୍ ଉପଲବ୍ଧି କରି ପାରୁଥିଲେ । ଏହାକୁହିଁ ସେମାନେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା କହୁଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ସାଧକଙ୍କ ସାଧନା କେବଳ ମନ ସ୍ତରରେ ଅଟକି ଯାଏ ନାହିଁ । ମନ ସବୁବେଳେ ନିମ୍ନ-ପ୍ରାଣ ପ୍ରକୃତିକୁ ଚାପି ରଖିବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ନିମ୍ନ-ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାରେ ଚାପା ପଡ଼ିଥିବା ସମସ୍ତ ଆବେଗ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଉପରିସ୍ଥ ସତ୍ତାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶିତ କରେ ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ । ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଏହି ପ୍ରବଳ ପ୍ରବାହ ହୁଏତ ସାଧକକୁ କିଛିକ୍ଷଣ ଭସାଇ ନେଇଯାଇପାରେ, ଯାହାକୁ ଆମେ ସାଧନା ମାର୍ଗରେ ପତନ ବୋଲି କହିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ଏହାକୁ ପତନ ବୋଲି ମନେ କରିବା ଅପେକ୍ଷା ଆମେ ଯଦି ଏହାକୁ ଆମ

ସାଧନାର ଅଗ୍ରଗତିର ସମ୍ଭାବନା ବୋଲି ମନେକରୁ ତେବେ ଆମେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରିବୁ ।

ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ସକଳ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଆମ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସିବାକୁ ଦିଅନ୍ତି ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ । ସେତେବେଳେ ଆଉ ମନର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦେଇ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଏହି ପ୍ରବାହକୁ ଅଟକାଇ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ସମୟରେ କେବଳ ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ଏହାକୁ ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରିବା । କେବଳ ମାତୃ-ଶକ୍ତିହିଁ ଉପରୁ ଅବତରଣ କରି ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରନ୍ତି । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ମାନସିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ ଉପରୁ ଆସୁଥିବା ଏକ ବୃହତ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ ସ୍ଥାନ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ହେବ ଏବଂ ପ୍ରାଣ ନିଜେ ଏକ ପ୍ରଶାନ୍ତ ଶୁଦ୍ଧତା ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଶାନ୍ତି ନେଇ ଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତି ଏବଂ ତା'ଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତିର ଶାସନ ପ୍ରତି ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେବାକୁ ହେବ ।'' (*Letters on Yoga*, p. 1322) ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ କେବଳ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଯେତେଥର ଆମେ ଏହାକୁ ଦୂରକୁ ଫୋପାଡ଼ି ଦେଉ ସେତେଥର ପୁଣି ଏହା ଆମ ନିକଟକୁ ଫେରିଆସେ । ପ୍ରବଳ ଶକ୍ତି ଦେଇ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ପ୍ରବଳ ଶକ୍ତିର ସହିତ ଫେରିଆସେ । ଫେରି ଆସିବାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଆମ ସତ୍ତାର କୌଣସି ଅଂଶରେ ଏହାର ସମ୍ମତି ଥାଏ — ବିଶେଷକରି ସ୍ଥୂଳ ମନ ଓ ଶରୀର ଚେତନା ଏହି ଅଭ୍ୟାସକୁ ସହଜରେ ଛାଡ଼ି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ ଏହାକୁ ବାରଂବାର ଆକର୍ଷଣ କରନ୍ତି । ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ସହଜରେ ନିଜକୁ ସତ୍ୟ ଓ ଆଲୋକ ଦିଗରେ ଖୋଲି ଧରିବା ପାଇଁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ଥରେ ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା, ସତ୍ୟ ଓ ଆଲୋକ ଦିଗରେ ଖୋଲିଯାଇ ପାରିଲେ ବା ନିଜେ ସେ ଭଗବତ୍ ମାର୍ଗରେ ଚାଲିବା ପାଇଁ ସମ୍ମତି ଦେଲେ ନିମ୍ନ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଅନ୍ୟ ଏକ ଉପାୟ କଥା କହିଛନ୍ତି—

''ଯଦି ପ୍ରାଣିକ ଅହଂକାର ସମ୍ମୁଖରେ ଏକ ବାଜି ରଖାଯାଏ ତେବେ ଏହା ଆଗ୍ରହାନ୍ୱିତ ଓ ସକ୍ରିୟ ହୋଇଥାଏ ।'' (*Letters on Yoga* - III, p. 1304) ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ସବୁ କାମ ପାଇଁ ଆଗେଇ ଆସିଥାଏ ଯଦି ତାକୁ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଦିଆଯାଏ । ଏପରିକି ନିଜକୁ ବଳି ଦେଇପାରେ ତା'ର ବୀରତ୍ୱ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ । ଅତଏବ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଏହିସବୁ ଭଲ ଗୁଣକୁ ଆମେ ଯଦି ଥରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ମୋଡ଼ି ଦେଇପାରୁ ତେବେ ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଆଗେଇଯିବା ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ସାଧନା ପଥରେ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ଓ ନିମ୍ନ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ସମ୍ମତି ଓ ସମର୍ପଣ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସବୁ ସତ୍ତାଙ୍କ ପରି ତାକୁ ମଧ୍ୟ ସତ୍ୟ ଓ ଆଲୋକର ପଥରେ ଚାଲିବାର ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଆମ ପ୍ରକୃତିରେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତର ସମୟରେ ଯେଉଁସବୁ ବାଧା ରୂପ ଗ୍ରହଣ କରେ ତାହା ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଏହା ସବୁ

ସାଧକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାୟ ସାଧାରଣ ଭାବରେ କ୍ରିୟା କରିଥାଏ । ଏହି ସବୁ ବାଧା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ବିପୁଳ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି (*Letters on Yoga,* Part - III, p. 1307 to 1311) ଆମେ ଏଠାରେ ତାହା ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଭାବରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିବୁ ।

ପ୍ରଥମ ବାଧାର ରୂପ ହେଲା ଏକ ପ୍ରକାର ରାଜସିକ ଦମ୍ଭ, ଗର୍ବ ଓ ପ୍ରଚଣ୍ଡତା, ଯାହାକି ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାରୁ ଆସି ନିମ୍ନ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାରେ କାମ କରିଥାଏ । ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ଚାହେଁ, ନିଜର ମାନ ସମ୍ମାନକୁ ବଜାୟ ରଖିବାକୁ ଚାହେଁ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର ବାହାନା କରେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ ଓ ପରିଚାଳନା କରିବାର କ୍ଷମତା ଅଛି ବୋଲି ମନେକରେ । ଅନ୍ୟ ସାଧକମାନଙ୍କଠାରୁ ନିଜକୁ ଉନ୍ନତ ବୋଲି ମନେକରେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ନିଜର ବେଶୀ ଜ୍ଞାନ ଓ ଗୁପ୍ତ ଶକ୍ତି ଅଛି ବୋଲି ମନେକରେ । ସାଧନା ପଥରେ ମା'ଙ୍କଠାରୁ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରାଯାଏ ତାହା ମା'ଙ୍କର ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଓ ତାଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ବ୍ୟବହାର ହେବା ଉଚିତ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ନିଜର ଶକ୍ତି ବୋଲି ମନେ କରିଥାଏ ଏବଂ ଶେଷରେ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତିଙ୍କ କବଳରେ ପଡ଼ି ଯୋଗ ପଥରୁ ସ୍ଖଳିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଧରଣର ରାଜସିକ ପ୍ରତାରଣା ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ସାଧକଙ୍କର ରହିଥାଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ବାଧାର ରୂପ ହେଲା ଅମାନ୍ୟତା ଓ ଅବାଧ୍ୟତା । ସାଧାରଣତଃ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ନିଜର ଭାବ ଓ ଗତିବୃତ୍ତି ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କାହାରି ଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ମାନିବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ଏହି ପ୍ରକାରର ଅବାଧ୍ୟତା ଓ ଅମାନ୍ୟତାର ଅଭ୍ୟାସ ଏତେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଯେ ଏହା ଜାଣି ଶୁଣି ଏପରି ହୋଇ ନ ଥାଏ ବରଂ ଏହା ତା'ର ସ୍ୱାଭାବିକ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ସହଜାତ ଅଭ୍ୟାସ ରୂପେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇଥାଏ । ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ସାଧକମାନଙ୍କର ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ବାରଂବାର ମା'ଙ୍କୁ କଥା ଦେଇଥାଏ ମା'ଙ୍କ କଥା ମାନି ଚଳିବା ପାଇଁ କିନ୍ତୁ କାର୍ଯ୍ୟ କଳାପରେ ଏହାର ବିପରୀତ କରିଥାଏ । ଏହି ଧରଣର ଅମାନ୍ୟତା ଯୋଗ ପଥରେ ଏକ ବିଶାଳ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ରୂପେ ଛିଡ଼ା ହୁଏ ।

ତୃତୀୟ ବାଧାଟି ହେଲା ମିଥ୍ୟାଚାର ବା ମିଛ କହିବା । ଏହା ହେଲା ନିମ୍ନ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ କ୍ଷତିକାରକ ଅଭ୍ୟାସ ବା ପ୍ରକୃତି । ଯେଉଁମାନେ ସ୍ପଷ୍ଟବାଦୀ ନୁହନ୍ତି ସେମାନେ ମା'ଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ପାଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କାରଣ ସେମାନେ ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତି । ସେମାନେ ନିଜକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାକୁ ନ ଚାହିଁଲେ ତାଙ୍କ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାରେ ଓ ଶରୀର ଚେତନାରେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି, ଆଲୋକ ଓ ସତ୍ୟ ଅବତରଣର ଆଶା କରିବା ବୃଥା । ସେମାନେ ନିଜର ସୃଷ୍ଟ କାଦୁଅରେ ପଡ଼ି ଅଟକି ରହନ୍ତି ଅଗ୍ରଗତି ବିନା । ସେମାନେ ନିଜ ବିକୃତିର ଘଟଣାକୁ ମା'ଙ୍କ ନିକଟରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରି ନ ଥା'ନ୍ତି ବା ତାକୁ ମିଥ୍ୟାଚାରର ଲେପ ଦେଇ ଅନ୍ୟ ରୂପେ ମା'ଙ୍କୁ ଜଣାଇ

ଥାଆନ୍ତି । ଏହା ସେମାନେ କରିଥା'ନ୍ତି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ନିଜର ସ୍ଥାନ ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ବା ନିଜର ଅବାଧ୍ୟତାକୁ ଘୋଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ଏବଂ ନିଜର ଗୁପ୍ତ ଅଭ୍ୟାସରେ ଲିପ୍ତ ରହିବା ପାଇଁ । ଯେତେବେଳେ ଜଣକର ଏପରି ଅଭ୍ୟାସ ରହିଥାଏ ତାହା ତା'ର ଚେତନାକୁ ମେଘାଚ୍ଛନ୍ନ କରିଥାଏ ଏବଂ ସେ ନିଜେ ଜାଣି ପାରେ ନାହିଁ ସେ କ'ଣ କହୁଛି ବା କରୁଛି ।

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ୪ର୍ଥ ବାଧାଟିର ରୂପ ହେଲା ନିଜକୁ ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିବାର ଭୟଙ୍କର ଅଭ୍ୟାସ । ଯେତେବେଳେ ସାଧକ ଭିତରେ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ରହିଥାଏ ସେତେବେଳେ ତା' ପକ୍ଷରେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାକୁ ଯଥାର୍ଥ ପଥକୁ ଆଣି ତା' ମଧ୍ୟରେ ଯଥାର୍ଥ ଚେତନା ଓ କ୍ରିୟା ସ୍ଥାପନ କରିବା ଅସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଦକ୍ଷେପରେ ସେ ନିଜର ଭୁଲ୍‌କୁ ଠିକ୍ ବୋଲି ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିବାରେ ଲାଗିଥାଏ । ତା'ର ମନ ସର୍ବଦା ନିଜ ଧାରାରେ ଚାଲୁଥାଏ, ନିଜ ଧାରାରେ କର୍ମ କରୁଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ସେ ସର୍ବଦା ଯୁକ୍ତିତର୍କ କରି ନିଜର ଦୋଷକୁ ଠିକ୍ ବୋଲି ପ୍ରତିପାଦିତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିଥାଏ । ଏହା ହେଲା ଚିନ୍ତାଶୀଳ ମନର ଅପବ୍ୟବହାର । ଫଳରେ ସତ୍ୟକୁ ଦେଖିବା ବା ସତ୍ୟରେ ବାସକରିବା ଅସମ୍ଭବ ହୋଇ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଏହି ସବୁ ବାଧାପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭ୍ୟାସ ଯେତେ ବି ଦୀର୍ଘକ୍ଷଣ ସ୍ଥାୟୀ ହେଉ ନା କାହିଁକି, ଏହା ଉପରେ କାମ କରିବା ଯେତେ ବି କଷ୍ଟଦାୟକ ହେଉ ନା କାହିଁକି, ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ଆମର ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ହୋଇ ରହିପାରେ ନାହିଁ; ଯଦି ଏହି ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରକୃତ ଚେତନା ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଏ ଓ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ମନୋଭାବ ଓ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଲାଗି ରହିଥାଏ ।

ପ୍ରାଣସତ୍ତାର ସକଳ ଗତିବୃତ୍ତି ରୂପାନ୍ତରର ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କଲେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କାମ ସହଜ ହୋଇଯାଏ । ଏହାପରେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସାଧକର ସମସ୍ତ ପରିଚାଳନାର ଭାର ନେଇ ଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ରୂପାନ୍ତରର ଅର୍ଥ ହେଲା ତା' ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସକଳ ଗତିବୃତ୍ତି ଓ ସକଳ ଶକ୍ତିକୁ ସର୍ବଦା କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ କାମରେ ଲଗାଇବା । ନିଜର କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ଓ ଆରାମ ପାଇଁ ତାକୁ ଆଉ ବିନିଯୋଗ କରାହେବ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ପ୍ରାଣସତ୍ତାର କେବଳ ଏକମାତ୍ର ପ୍ରାପ୍ୟ ହେଲା ଭଗବତ୍ କର୍ମ ବା ସେବାର ଆନନ୍ଦ । ସେତେବେଳେ ତା' ଭିତରେ ଭଗବାନ୍ ଯେଉଁ ଶାନ୍ତି, ଆଲୋକ, ସ୍ଥିରତା ଓ ଆନନ୍ଦ ଭରି ଦିଅନ୍ତି ତାହା କାମନା ବାସନାର କ୍ଷଣିକ ଉପଭୋଗର ସୁଖଠାରୁ ସହସ୍ର ଗୁଣ ଅଧିକ ସୁଖଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ କେବଳ ସେହିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ଯେଉଁମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ ତାଙ୍କର କ୍ଷୁଦ୍ର ଅହଂକାର ଓ ଦାବିକୁ ତ୍ୟାଗ କରି କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ବାସ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ।

କିନ୍ତୁ ଏହି କାମ ହେଲା ଅତି କଠିନ । ପୁଣି ଆମ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିରେ ଥିବା ବିରୋଧିଶକ୍ତିମାନେ ମଧ୍ଯ ରହିଛନ୍ତି । ଟିକିଏ ସୁଯୋଗ ପାଇଲେ, ଆମ ଚେତନାର ଏକ ଛୋଟ ଅଂଶରେ ମଧ୍ଯ ଯଦି ଏହିସବୁ ସମ୍ମତି ରହିଥାଏ ବା ତା' ପ୍ରତି ଦ୍ୱାର ଖୋଲାଥାଏ ତେବେ ସେମାନେ ଆମ ଭିତରକୁ ଧସେଇ ହୋଇ ପଶିଆସନ୍ତି । ତେଣୁ ଆମ ତପସ୍ୟା ଓ ଆସ୍ପୃହା ଅବିରାମ ଚାଲୁ ରହିବା ଦରକାର । ଆମେ ଯଦି ପ୍ରକୃତରେ ବୀର ଓ ଯୋଦ୍ଧା ହୋଇଥାଉ ତେବେ ଆମ ପକ୍ଷରେ ସବୁଠାରୁ କଠିନତମ କାମଟିକୁ ବାଛି ତାକୁ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବା ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ମ ହୋଇଥାଏ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ସାଧକ ଯେତେବେଳେ ଜୀବନକୁ ଗ୍ରହଣ କରେ ସେତେବେଳେ ସେ କେବଳ ନିଜର ଭାର ବହନ କରି ନ ଥାଏ, ତା' ସହିତ ନିଜର ଯଥେଷ୍ଟ ଓଜନିଆ ଭାର ସହ ପୃଥିବୀ-ଭାରର ଅନେକାଂଶ ବହନ କରିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଯୋଗ ଅପେକ୍ଷା ତା'ର ଯୋଗ ହେଲା ଅନେକ ପରିମାଣରେ ଏକ ପ୍ରକାରର ଯୁଦ୍ଧ, କିନ୍ତୁ ଏହା କେବଳ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଯୁଦ୍ଧ ନୁହେଁ, ଏହା ଏକ ସାମୂହିକ ଯୁଦ୍ଧ ଯାହାକି ଏକ ବିରାଟ ଭୂଖଣ୍ଡ ଉପରେ ସଂଘଟିତ ହୋଇଥାଏ । ତାକୁ ଯେ କେବଳ ନିଜ ମଧ୍ଯସ୍ଥ ଅହଂଜାତ ମିଥ୍ୟାଚାର ଓ ବିଶୃଙ୍ଖଳାର ଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତା' ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ବିଜୟଲାଭ କରିବାକୁ ହୁଏ ଜଗତର ସେହି ଏକାପ୍ରକାର ବିରୋଧୀ ଓ ଅଫୁରନ୍ତ ଶକ୍ତିର ପ୍ରତିନିଧି ରୂପେ ।''

(*The Synthesis of Yoga*, p. 71)

ସେଥିପାଇଁ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ସାଧକ ଦେଖେ ସେ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଯୁଦ୍ଧରେ ବିଜୟ ଲାଭ କଲାପରେ ମଧ୍ଯ ଏହି ଯୁଦ୍ଧର ପରିସମାପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଏହିସବୁ ବାଧା ବିପତ୍ତି ପୁଣି ତା' ଭିତରକୁ ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିରୁ ଆସି ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତି । ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ଅପରିସୀମ ଯୁଦ୍ଧ । ଏପରି ହେବାର କାରଣ ହେଲା ସାଧକର ଆନ୍ତର ଚେତନା ସାରା ବିଶ୍ୱ ଚେତନା ସହ ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ବିଶ୍ୱ ଚେତନାର ବାଧାସବୁ ନିଜର ବାଧା ଭଳି ମନେହୁଏ । ସେଥିଲାଗି ଆମକୁ ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତି ସହ ଏହି ଯୁଦ୍ଧକୁ ଅନବରତ ଚଳାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, ''ଏପରିକି ଏକ ପତନ ତା' ପାଇଁ (ସାଧକ ପାଇଁ) ହୋଇଉଠେ ଉତ୍ଥାନର ସୋପାନ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଉଠେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଦିଗରେ ଏକ ପଥ ।'' (The Synthesis of Yoga, p. 61) ସେ ଆହୁରି କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ସେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପାଇଁ ଅସଫଳ ହୁଏ କିଂବା କେବଳ ଏକ ପ୍ରସ୍ତୁତିମୂଳକ ଅଥବା ପ୍ରାଥମିକ ଉପଲବ୍ଧିର ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚେ ତଥାପି ଏହାହିଁ ତା' ଆତ୍ମାର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଥାଏ ।''

(*The Synthesis of Yoga*, p. 65)

କ୍ରୋଧର ରୂପାନ୍ତର

ଧ୍ୟାୟତୋ ବିଷୟାନ୍ ପୁଂସଃ ସଙ୍ଗସ୍ତେଷୂପଜାୟତେ ।
ସଙ୍ଗାତ୍‌ସଂଜାୟତେ କାମଃ କାମାତ୍ କ୍ରୋଧୋଽଭିଜାୟତେ ॥
(ଗୀତା, ୬୨)

କ୍ରୋଧାଦ୍‌ଭବତି ସମ୍ମୋହଃ ସମ୍ମୋହାତ୍ ସ୍ମୃତିବିଭ୍ରମ ।
ସ୍ମୃତିଭ୍ରଂଶାଦ୍‌ବୁଦ୍ଧିନାଶୋ ବୁଦ୍ଧିନାଶାତ୍ ପ୍ରଣଶ୍ୟତି ॥
(ଗୀତା, ୬୩)

ଗୀତାର ୨ୟ ଅଧ୍ୟାୟ ୬୧ ଏବଂ ୬୨ ନମ୍ବର ଶ୍ଳୋକରେ କୁହାହୋଇଛି : ''ବିଷୟରେ ମନ ଧ୍ୟାନ ରଖିଥିବା ମନୁଷ୍ୟ ସେଥିରେ ଆସକ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଆସକ୍ତିରୁ କାମ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ, କାମରୁ କ୍ରୋଧ, କ୍ରୋଧରୁ ସମ୍ମୋହ, ସମ୍ମୋହରୁ ସ୍ମୃତି- ବିଭ୍ରମ, ସ୍ମୃତିଭ୍ରଂଶରୁ ବୁଦ୍ଧିନାଶ, ବୁଦ୍ଧିନାଶରୁ ବିନାଶ ହୋଇଥାଏ ।'' ମଣିଷ ସଂସାରୀ ହେଉ ବା ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହେଉ ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କର କିଛି ନା କିଛି ବିଷୟରେ ଆସକ୍ତି ଥାଏ । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଉପରଲିଖିତ ବିକୃତିମାନ ରହିଥାଏ । ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଏହିସବୁ ବିକୃତିକୁ ମଣିଷ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରି ନାହିଁ । ତେଣୁ ଦେଖାଯାଏ ପୁରାତନ ଯୋଗର ବଡ଼ ବଡ଼ ସାଧକମାନଙ୍କ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିକୃତି ରହିଥିଲା ।

ଆଜି ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକୃତିବିହୀନ ଏକ ଦିବ୍ୟମାନବକୁ ଗଠନ କରିବାକୁ ଆଗଭର ହୋଇଛୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ମଣିଷର ଏହିସବୁ ବିକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ଉପାୟ ଖୋଜିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏଠାରେ ଆମେ ଆଜି ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କରୁଣା ଓ ଶକ୍ତିର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ କ୍ରୋଧ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବାର ପଥ ଆବିଷ୍କାର କରିବୁ । କ୍ରୋଧ ଯେ କେତେ ଭୟଙ୍କର ଏବଂ ଏହାର କୁପରିଣାମ ଯେ କ'ଣ ଏବିଷୟରେ ପ୍ରାୟ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣୁ । ଏହାକୁ ଜୟ କରିବା ପାଇଁ ବହୁ ବର୍ଷ ଚେଷ୍ଟା କଲା ପରେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ସଫଳ ହୋଇପାରୁ ନାହୁଁ । ବହୁ ସାଧକ ଏହି ବିଫଳତା ପାଇଁ ହତାଶ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ରୂପାନ୍ତରର ଏହି ବନ୍ଧୁର ପଥରେ ଚାଲି ଚାଲି ସାଧକ ହତାଶ ହୋଇ ଉପାୟହୀନ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । କେହି କେହି ଏହି ରୂପାନ୍ତରକୁ ଅସମ୍ଭବ ମନେ କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିରୁ ଉଦ୍ଧାର ପାଇବାର ଉପାୟ କ'ଣ ?

ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଅଧୈର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଆମ ଉପରେ ଏହିସବୁ ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନିର୍ବିକାର ଭାବେ ଏହାର ପ୍ରକୃତ ରହସ୍ୟ ଜାଣିବା ପାଇଁ । କ୍ରୋଧ ବିଷୟରେ କୁହାହୋଇଛି – 'କ୍ରୋଧ ଚଣ୍ଡାଳ' । ଅର୍ଥାତ୍ ମଣିଷ ରାଗିଲେ ସେ ମନୁଷ୍ୟତାରୁ ତଳକୁ ଖସି ଚଣ୍ଡାଳରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ସେ

ରାକ୍ଷସ ବା ଦାନବରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ତା'ପରେ ଗୀତାର ଉକ୍ତି ଅନୁସାରେ ତା'ର ବୁଦ୍ଧିନାଶ ହୁଏ ଓ ସେ ରାକ୍ଷସ ପରି ବ୍ୟବହାର କରି ନିଜର ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଅନିଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ପ୍ରଚଣ୍ଡ ରାଗିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଆଖି ଲାଲ ହୋଇଯାଏ, ମୁଖ ବିକୃତ ହୁଏ, ଶରୀରରେ କମ୍ପନ ହୁଏ, ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ, ରକ୍ତ-ସଞ୍ଚାଳନ ଓ ହୃଦ୍-କମ୍ପନର ଗତି ବୃଦ୍ଧି ପାଏ । ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ଚାପ ବଢ଼ିଯାଏ । ସତେ ଅବା ତାକୁ କାଳଶି ଲାଗିଲା ପରି ବ୍ୟବହାର କରେ । ସେତେବେଳେ ସେ ଜ୍ଞାନ ହରାଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରାକ୍ଷସରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେତିକିବେଳେ ସେ ନିଜେ ଯଦି ତା'ର ରୂପକୁ ଆଇନାରେ ଦେଖେ ତେବେ ସେ ନିଜକୁ ମଧ୍ୟ ଚିହ୍ନି ପାରିବ ନାହିଁ । ଆଇନାରେ ନିଜକୁ ଦେଖି ଭୟଭୀତ ହୋଇ ପଡ଼ିବ । ଆଜି ସମାଜରେ ରକ୍ତଚାପ, ହୃଦ୍‌ରୋଗ, ମଧୁମେହ ଆଦି ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ରାଗର ପ୍ରଭାବରେ ମାନସିକ ସନ୍ତୁଳନ ହରାଇବା । ପ୍ରଚଣ୍ଡ କ୍ରୋଧର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇଥିବା ସମୟରେ ହୃଦ୍-କ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇ ବ୍ୟକ୍ତିର ମୃତ୍ୟୁ ହେବାର ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ରାଗ କରିବା ସମୟରେ ଆମର କେତେକ ଗ୍ରନ୍ଥିରୁ ବିଷାକ୍ତ ରସ ନିଃସୃତ ହୋଇ ଶରୀରକୁ ବିଷାକ୍ତ କରିଦିଏ । ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ଆମେ ନାନା ରୋଗର ଆକ୍ରମଣରେ ପଡୁ । ରାଗ ଥିବା ସମୟରେ ମା' ତା'ର ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରିବାକୁ ଦେବା ଦ୍ୱାରା ଶିଶୁର ପ୍ରାଣନାଶ ହେବାର ମଧ୍ୟ ଶୁଣାଯାଏ । ରାଗ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ବିଭାଜନ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏକତା, ସାମଞ୍ଜସ୍ୟତା ଭଙ୍ଗ ହୁଏ । ବିଶେଷକରି ରାଗର ପ୍ରଭାବରେ ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ଅଶାନ୍ତି ଜନ୍ମ ହୁଏ ତାହା ଆମର ସ୍ନାୟୁକୁ ଦୁର୍ବଳ କରି ସାଧନାର ଉତ୍ସାହକୁ ଭଙ୍ଗ କରେ ଓ ଆମକୁ ଅଳ୍ପାୟୁ କରେ ।

ରାଗର ଏହିସବୁ କୁପରିଣାମ ଅଙ୍ଗେ ନିଭାଇ ମଧ୍ୟ ମଣିଷ ଏହାର କବଳରୁ ବାହାରି ଆସିପାରୁ ନାହିଁ । ଆମେ ରାଗ କାହିଁକି କରୁ ? କାରଣ ଆମେ ସର୍ବଦା ସବୁ ଘଟଣାରେ, ସବୁ ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ କିଛି ନା କିଛି ଆଶା କରୁ । କୌଣସି ଘଟଣା ଆମ ମନ ମୁତାବକ ନ ହେଲେ ବା କେହି ଆମେ ଚାହିଁଲା ଭଳି ବ୍ୟବହାର ନ କଲେ ଆମେ ରାଗ କରୁ । ତେଣୁ ରାଗର ମୂଳ କାରଣ ହେଲା ଆମର ଇଚ୍ଛା ବା କାମନା । ଅନ୍ୟର ଭୁଲ୍ ଦେଖିଲେ ଆମେ ବିରକ୍ତ ହେଉ ଅଥଚ ଆମ ଭିତରେ ଅସଂଖ୍ୟ ଭୁଲ୍ ରହିଛି । ଆମେ ସର୍ବଦା ଆମର ଭଲ ବା ପ୍ରଶଂସା ଶୁଣିବା ପାଇଁ ଆଶା କରିଥାଉ । ଏପରି ନ ହେଲେ ଅର୍ଥାତ୍ କେହି ଆମକୁ ଗାଳି ଦେଲେ ବା ଆମର ଭୁଲ୍‌କୁ ଦେଖାଇ ଦେଲେ ଆମେ ରାଗ ପ୍ରକାଶ ନ କଲେ ମଧ୍ୟ ମନେ ମନେ ରାଗ କରୁ ।

ସାଧକ ମଧ୍ୟରେ ଦୀର୍ଘ କାଳ ରାଗ ରହିଥିବାର କାରଣ ହେଲା ସେ ଏବେ ବି ସାଧନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଷ୍ଠାପର ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ଆମେ ଆମ ସତ୍ତାର ଏକ ଅଂଶରେ ଜାଣୁ ରାଗ ଆମର ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ସେଥିପାଇଁ ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା ମଧ୍ୟ କରୁ । ତଥାପି

ଏହା ଯାଏ ନାହିଁ । କାରଣ ଏହାର ଅସଲ କାରଣକୁ ଆମେ ଧରି ପାରୁ ନା । ସାଧାରଣତଃ ଆମେ ଆମ ରାଗ ଉଦ୍ରେକ ହେବାର କାରଣକୁ ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପରେ ଲଦି ଦେଇଥାଉ, ସେ ଏପରି କରିବାରୁ ବା କହିବାରୁ ମୁଁ ରାଗିଲି । ମୋର ରାଗିବା ଯଥାର୍ଥ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକ ଶିକ୍ଷା ପାଇବ । ଏପରି ଧାରଣା କରିବା ମହା-ଅଜ୍ଞାନତା । ଆମେ କେବେହେଲେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଆମ ଇଚ୍ଛା ମୁତାବକ ହେବା ପାଇଁ ଆଶା କରି ପାରିବୁ ନାହିଁ, ଏପରିକି ଆମର ପରିବାର ବା ନିକଟ ସମ୍ପର୍କରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ । ଯାହାକିଛି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଆମେ ଆଶା କରୁ ତାହା ପ୍ରଥମେ ନିଜ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବା ଉଚିତ । ତେବେ ଯାଇ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଉପରେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ତୁମ କଥାକୁ ସେମାନେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ରାଜି ହେବେ । ଏକ ଦିଗରେ ଆମେ ରାଗ ଚାଲି ଯିବା ପାଇଁ ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁ, ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ରାଗ ଦୂରୀକରଣ ପାଇଁ ଯାହା କରିବା କଥା ତା'ର ସର୍ତ୍ତ ମାନିବା ପାଇଁ ନାରାଜ । ଏକ ଦିଗରେ ଆମର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁ ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ କାମନା ବାସନାର କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପାଇବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା ରଖିଥାଉ । ଆମ ଭିତରେ ଏକ ବିଭେଦତା ସହିତ ମା'ଙ୍କୁ ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ ତାହା ସହଜରେ ଫଳପ୍ରଦ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''କୌଣସି ଗୋଟିଏ କଥାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ତୁମେ ଯେଉଁ ଆସ୍ପୃହା କରିଥାଅ, ବୋଧହୁଏ କୌଣସି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ, ସେହି ଆସ୍ପୃହାର ଉତ୍ତର ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ପାଇ ନ ଥାଅ । ଏହି ସମୟ ଭିତରେ ତୁମ ଭିତରେ ଥିବା ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟ ବାଧା ଦେବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏହା ପ୍ରାୟ ଏହିପରି ହୋଇଥାଏ : ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ବୋଧହୁଏ ପ୍ରକୃତି ସ୍ୱୀକାର କରି ନେଇଛି ଏବଂ ତୁମେ ମନେକର ତୁମ ବାଞ୍ଛିତ ଫଳଟି ହାସଲ କରିଛ । ସେତେବେଳେ ତୁମ ଆସ୍ପୃହାର ତୀବ୍ରତା କମିଯାଏ କାରଣ ତୁମେ ମନେକର ତୁମର ବାଞ୍ଛିତ ଫଳଟି ଲାଭ ହୋଇଛି । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ ଅଂଶଟି ଯେକି ଖୁବ୍ ଚାଲାକ ଏବଂ ଚୁପ୍ ହୋଇ ଏକ କୋଣରେ ଅପେକ୍ଷା କରି ବସିଥାଏ । ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ଟିକେ ଅସତର୍କ ହୁଅ ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତାହା ବାକ୍‌ସ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଠେକୁଆ ପରି ଲମ୍ଫ ଦେଇ ଉପରକୁ ଉଠେ ଏବଂ ତୁମକୁ ପୁଣି ମୂଳରୁ ଆଉ ଥରେ ସବୁକଥା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ।''

(MCW - 4, p. 179)

ସାଧନାର ଏକ ବଡ଼ କାମ ହେଲା ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ଏହିସବୁ ବିରୋଧୀ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଖୋଜି ବାହାର କରିବା ଓ ସେମାନଙ୍କୁ ଟାଣି ଭଗବତ୍ ଆଲୋକରେ ନିକ୍ଷେପ କରିବା । ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କେନ୍ଦ୍ରରେ ଏହି ଆଲୋକ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ରହିଛି । ସେଠାରେ ସ୍ୱୟଂ ମା' ମଧ୍ୟ ରହିଛନ୍ତି । ଏହି ବିରୋଧୀ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ମା'ଙ୍କ ଚରଣରେ ଅର୍ପଣ କରିଦେଲେ ସେମାନେ ଶକ୍ତିହୀନ ହୁଅନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କ ଆକ୍ରମଣରୁ ଆମେ ରକ୍ଷା ପାଉ । ଏହିସବୁ ସତ୍ତାମାନଙ୍କୁ

ଖୋଜି ବାହାର କରିବାକୁ ଗଲାବେଳେ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ଯାହା ଚାହୁଁଛୁ ତାହା ଆମର ସକଳ ସତ୍ତା ଚାହିଁବା ଦରକାର । ଆମ ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଟିକିଏ ବି ବିଭେଦତା ଯେପରି ନ ରହେ । ମା' ଆନ୍ତରିକତା ବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି :

''ମନେହୁଏ ଆନ୍ତରିକ ହେବା ସବୁଠାରୁ କଠିନ କାମ, ସେଥିପାଇଁ ମନେହୁଏ ଏହା ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଫଳପ୍ରଦ ।

''ଯଦି ତୁମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକତା ଥାଏ ତେବେ ବିଜୟ ସୁନିଶ୍ଚିତ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଅସୀମ କଷ୍ଟକର କାମ । ଆନ୍ତରିକତା ହେଲା ତୁମ ସତ୍ତାର ସକଳ ବସ୍ତୁ । ଆନ୍ତର ବା ବାହାରର ସକଳ ଗତିବୃତ୍ତି, ତୁମ ସତ୍ତାର ସକଳ ଅଂଶ, ସେସମସ୍ତଙ୍କର କେବଳ ଏକହିଁ ସଙ୍କଳ୍ପ ହେବ ଭଗବାନଙ୍କର ହୋଇଉଠିବା, କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ବଞ୍ଚିବା, ଭଗବାନ୍ ଯାହା ଚାହାନ୍ତି କେବଳ ତାହାହିଁ ଚାହିଁବା, କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଇଚ୍ଛାକୁହିଁ ପରିପ୍ରକାଶ କରିବା, ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତି ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଶକ୍ତିର ଉତ୍ସକୁ ନ ଚାହିଁବା ।''

(MCW - 5, p. 5)

ରାଗକୁ ଦୂର କରିବା ବିଷୟରେ ମା' ବିସ୍ତାରିତ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ଆମେ ଏଠାରେ ତାକୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଭାବରେ କହିବୁ । ରାଗକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ଲୋକ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତି । କେତେକେ କହନ୍ତି ରାଗ ବା କୌଣସି ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ଦୂର କରିବାକୁ ହେଲେ ତାକୁ ତା'ର କ୍ରିୟାରେ ବାଧା ନ ଦେଇ ତାକୁ କ୍ରିୟା କରିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ିଦିଅ । ସେମାନେ କହନ୍ତି – ତୁମେ ଯେତେ ଇଚ୍ଛା ସେତେ ରାଗ, ତୁମେ ତା'ର ଫଳ ଭୋଗ କରିବ ଏବଂ ରାଗ ତୁମଠାରୁ ଚାଲିଯିବ । ମା' କହନ୍ତି ଏପରି କହିବା ହେଲା ଚରମ ମୂର୍ଖତା । ଆଉ କେତେକେ କହନ୍ତି ତୁମେ ତୁମ ପ୍ରାଣ ଉପରେ ଚାପ ଦେଇ ବସି ପଡ଼ । ତା'ର ଗତିବୃତ୍ତିକୁ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ଦିଅ ନାହିଁ । ମା' କହୁଛନ୍ତି ଏହା ମଧ୍ୟ ତା'ର ସମାଧାନ ନୁହେଁ । କାରଣ ଦିନେ ଏହା ବାଷ୍ପୀୟ ଯାନର ବାଷ୍ପ ଉଦ୍‌ଗିରଣ ପରି ଭୟଙ୍କର ବେଗରେ ଉପରକୁ ଉଠିଆସିବ ।

ଏଥିପାଇଁ ଏକ ତୃତୀୟ ଉପାୟ ରହିଛି । ତାହା ହେଲା ତୁମକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ତୁମକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ହେବ କିପରି ଏସବୁ ଘଟେ, କେଉଁ ରାସ୍ତା ଦେଇ ଏହା ଆମ ଭିତରକୁ ଆସେ – ଏବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରଥମେ ତୁମକୁ ପରିଷ୍କାର ଭାବେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ତୁମେ କ'ଣ ଚାହଁ । ତୁମ ଚାହିଁବାରେ ଯଦି ଦୃଢ଼ତା ନାହିଁ ବା ତୁମ ଚାହିଁବାରେ ଯଦି ବିଶ୍ୱାସ ବା ଭରସା ନାହିଁ ବା ସେଥିରେ ଦୋ ଦୋ-ପାଞ୍ଚ ହୁଅ ତେବେ ତୁମର ଏହି ଚାହିଁବା କେବେ ବି ସଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ । କେବଳ ମନର ଚାହିଁବା ଦ୍ୱାରା ହେବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ତୁମକୁ ଏକାଗ୍ର ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଆସ୍ପୃହା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ଏକ ସଚଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଏହା ହେଲା ପ୍ରଧାନ କଥା । ଏହାପରେ ତୁମେ ଏକ ଉପାୟ ତୁମ ଭିତରେ ଖୋଜି ପାଇବ ବା ଏକ ଅନୁଭୂତି ପାଇବ । ପ୍ରତ୍ୟେକେ ତାଙ୍କର ନିଜର ଉପାୟ ଅବଶ୍ୟ ଖୋଜିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଉପାୟକୁ ତୁମେ କାମରେ ଲଗାଅ । ଏହାର ଉପଯୋଗିତା ତୁମ ପାଖରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ପରିଷ୍କାର ଓ ଅବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଉଠିବ । ଏହିପରି କିଛିଦିନ କରିବା ପରେ ତୁମେ ଦିନେ ଦେଖିବ ତୁମ ସମ୍ମୁଖରେ ଏହା ଏକ ବିଶାଳ ରୂପ ଧାରଣ କରି ଏକ ବାଧା ଭାବେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇଛି; ଯାହାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ଅସମ୍ଭବ ମନେ ହେବ । ତୁମେ ଭାବିବ ଏତେସବୁ କଲା ପରେ ବି ମୁଁ ଯେପରି ଖରାପ ଥିଲି ସେହିପରି ରହିଛି । ଏହିସବୁ ବାଧାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ ଯେତେବେଳେ ତୁମର ନିଜର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ଶେଷ ହୋଇଛି ବୋଲି ଦେଖ ଏବଂ ଏହା ଆଉ କାମ କରିପାରୁ ନାହିଁ; ସେତେବେଳେ ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି କହିଥାଏ – ମୁଁ ଆଉ କିଛି କରିପାରିବି ନାହିଁ, ଏହାହିଁ ଶେଷ । କିନ୍ତୁ – ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଏହିପରି ଏକ କାନ୍ଥର ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅ ସେତେବେଳେ କିଛି ଗୋଟାଏ ନୂଆ କଥା ହେବାର ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଏକ ନଛୋଡ଼ବନ୍ଦା ଏକାଗ୍ରତା ଦ୍ୱାରା ତୁମେ ଏହି କାନ୍ଥର ଅନ୍ୟ ପାଖକୁ ଚାଲିଯାଅ । ସେଠାରେ ତୁମେ ଏକ ନୂତନ ଜ୍ଞାନ ପାଇଥାଅ, ଏକ ନୂତନ ଶକ୍ତି, ଏକ ନୂତନ ସାହାଯ୍ୟ ଏବଂ ଏକ ନୂତନ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ପାଇଥାଅ – ଯାହାକି ତୁମକୁ ବହୁଦୂର ନେଇଯିବ ।

ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଆଗକୁ ଯିବାର ଆଉ କୌଣସି ରାସ୍ତା ଦେଖ ନାହିଁ ବା ଯାନବାହନ ପାଅ ନାହିଁ ସେତେବେଳେ ନୀରବ ହୋଇ ବସିପଡ଼ ହଲଚଲ ନ ହୋଇ ଏବଂ କୁହ – 'ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ କିଛି ନା କିଛି ଉପାୟ ପାଇବି ।' ଏହିପରି ବାରଂବାର ହେବ । ଏଥିରେ ତୁମେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଯିବ । ତୁମର ଏକାଗ୍ରତା ଆହୁରି ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ଏବଂ ତୁମେ ନୂତନ ସାହାଯ୍ୟ ଓ ନୂତନ ଉପାୟ ପାଇ ପୁରାତନ ଉପାୟକୁ ପଛକୁ ପକାଇ ଆଗକୁ ଯିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମେ ଧାପେ ଧାପେ ଅଗ୍ରଗତି କରିବ । ଏହିସବୁ କରିବା ପାଇଁ ତୁମେ କେବେହେଲେ ହତାଶ ହେବ ନାହିଁ । ତୁମର ଅଧ୍ୟବସାୟ ତୁମକୁ ସଫଳତାର ଦ୍ୱାରରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦେବ । ଏସମ୍ପର୍କରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ ଜାଣିବାକୁ ହେଲେ ମାତୃ ରଚନାବଳୀ ଚତୁର୍ଥ ଖଣ୍ଡର ଇଂରାଜୀ ସଂସ୍କରଣ (MCW - 4, p 178 to 181) ପଢ଼ନ୍ତୁ ।

ମନେହୁଏ କ୍ରୋଧକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ଉପରେ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ନ ଦେଇ କ୍ରୋଧ ଉତ୍ପତ୍ତିର କାରଣ ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଲେ ଆମେ ସହଜରେ ଓ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ସଫଳ ହୋଇଥାଉ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିରବତା, ଶାନ୍ତି ଓ ଅଖଣ୍ଡ ସମତାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ନ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହିସବୁ ପ୍ରାଣିକ ଆବେଗ ଆମ ଭିତରେ କ୍ରିୟା କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଆନ୍ତି । ଆମେ ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ଚାହିଁବୁ ନାହିଁ ତେବେ କ୍ରୋଧ ଆମକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ କ୍ରୋଧ ସମତାରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେବ । ଆମ

ଭିତରେ ସମତାର ଭିତ୍ତି ଦୃଢ଼ ହେଲେ ଆମେ ଯୋଗପଥରେ ସହଜରେ ଆଗେଇ ଯାଇ ପାରିବୁ । ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମତାର ଧାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ ସେତେବେଳେ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ବନ୍ଧୁ ଓ ଶତ୍ରୁକୁ ମଧ୍ୟ ସମାନ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖିବ ଏବଂ ଲୋକେ ଯାହା ବି କରନ୍ତୁ ବା ଘଟଣା ଯାହା ବି ଘଟୁ ତୁମେ ସେଥିରେ ବିବ୍ରତ ହେବ ନାହିଁ । ବିଫଳତାରେ ମଧ୍ୟ ସମତା ବଜାୟ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ବିଫଳତାକୁ ସଫଳତା ସଦୃଶ ଆମକୁ ନିରବରେ ମାନିନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭଗବାନଙ୍କର ବିଜୟର ଘଡ଼ି ଉପସ୍ଥିତ ନ ହୋଇଛି । ତେଣୁ ମା' କହିଛନ୍ତି : ''ସବୁବେଳେ ସ୍ଥିର, ଶାନ୍ତ ରହିବାକୁ ଖୁବ୍ ସତର୍କ ହୁଅ ଏବଂ ତୁମ ସତ୍ତାରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଏକ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଦିଅ ।''

(*Mother of Love,* Vol - 2, p. 258)

ଯେକୌଣସି ପ୍ରାଣିକ ଆବେଗ ବା ଗତିବୃତ୍ତି ସାଧାରଣତଃ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ ଆସିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଅଜ୍ଞାନତା ବଶତଃ ସେସବୁକୁ ଆମର ବୋଲି କହିଥାଉ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏସବୁକୁ ଆମେ ଆମର ବୋଲି ମନେକରୁ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ଉପରେ ବିଜୟ ଦିଗରେ କାମ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ମଣିଷ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥକୁ ଆସିଲେ ମଧ୍ୟ ତା'ର ପୂର୍ବ ଅଭ୍ୟାସ ବା ପ୍ରକୃତିକୁ ସହଜରେ ଛାଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ଏହା ଆମର ଅସ୍ଥି-ମଜ୍ଜାଗତ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲା ନିଜର ଚରିତ୍ରକୁ ସମର୍ପଣ କରିବା, ନିଜର ସ୍ୱଭାବକୁ ସମର୍ପଣ କରିବା । ଆମେ ସର୍ବଦା ଆମ ସତ୍ତାର ବାହାରେ ବାସକରୁ ତେଣୁ ବିଶ୍ୱସ୍ତରରୁ ଆସୁଥିବା ଏହିସବୁ ପ୍ରାଣିକ ପ୍ରବାହରେ ଆମେ ସହଜରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପଡୁ । ଆମେ ଘଟଣାବଳୀର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ନ ଆସିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ପଛକୁ ଘୁଞ୍ଚି ଆମର ଗଭୀର ସତ୍ତାରେ ବାସ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଶିଖିବାକୁ ହେବ । ତେବେ ଯାଇ ଆମେ ସୁରକ୍ଷିତ ହୋଇପାରିବୁ । ଏଥିପାଇଁ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ଯଦି ଜଣେ ରାଗି ଥାଏ ଓ ତାହା କୌଣସି ସମର୍ଥନ, କିଂବା ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତର ନ ପାଏ, ତେବେ ତାହା ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସର୍ବଦା ତୁମର ଶାନ୍ତିକୁ ବଜାୟ ରଖ, ଏହାକୁ ହରାଇବାର ସମସ୍ତ ପ୍ରଲୋଭନକୁ ବାଧା ଦିଅ । ପଛକୁ ନ ଘୁଞ୍ଚି କିଛି ବି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନିଅ ନାହିଁ । ପଛକୁ ନ ଘୁଞ୍ଚି ଗୋଟିଏ ବି ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ କର ନାହିଁ । ସାଧାରଣ ଜଗତର ସବୁକିଛି ଅସ୍ଥାୟୀ ଓ ବିମିଶ୍ରିତ । ତେଣୁ ଏଥିରେ ଏପରି କିଛି କଥା ନାହିଁ ଯାହାକୁ ନେଇ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଯାହା ଚିରସ୍ଥାୟୀ, ଶାଶ୍ୱତ, ଅମର ଏବଂ ଅନନ୍ତ ତାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା, ଜୟ କରିବା ବା ଅଧିକାର କରିବାର ମୂଲ୍ୟ ରହିଛି । ଦିବ୍ୟଆଲୋକ, ଦିବ୍ୟପ୍ରେମ ଓ ଦିବ୍ୟଜୀବନ – ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ପରମ ଶାନ୍ତି, ପରମ ଆନନ୍ଦ ଏବଂ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ସହ ପୃଥିବୀ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ହେଲା ସବୁକିଛିର ମୁକୁଟ ସଦୃଶ ।''

(MCW - 3, p. 160)

କାମନା ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତି

''ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଅହମାତ୍ମକ ଶ୍ରଦ୍ଧା, ଯେଉଁ ଶ୍ରଦ୍ଧାକୁ ଉଚ୍ଚାଭିଳାଷ, ଗର୍ବ, ଆତ୍ମାଭିମାନ, ମନର ଦମ୍ଭ, ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାରିତା, ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଦାବି, ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତିର ସକଳ ତୁଚ୍ଛ ତୃପ୍ତିର କାମନା କଳୁଷିତ କରି ରଖିଛି, ସେ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ଅନୁନ୍ନତ ଧୂମାଚ୍ଛନ୍ନ ଶିଖା ସ୍ୱର୍ଲୋକ ଦିଗରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହୋଇଉଠେ ନାହିଁ । ମନେରଖ ଭାଗବତ କର୍ମ ଓ ଭାଗବତ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ସାହାଯ୍ୟ ନିମିତ୍ତ ତୁମକୁ ତୁମର ଜୀବନ ଦିଆହୋଇଛି ।'' (ମା' ବହି, ୩ୟ ଅଧ୍ୟାୟ)

ଆମେ ଜାଣୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗପଥରେ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଜାଲକୁ କାଟି, ତା'ର କବଳରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ତା' ସ୍ଥାନରେ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତିକୁ ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ହେବ । ମା' ବହିର ଏହି କଥାଟିକୁ ଆମେ ବାରଂବାର ପଢୁଛୁ, ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଆମେ ବାରଂବାର ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଛୁ । ବାରଂବାର ସଙ୍କଳ୍ପ ନେଉଛୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ନ ଦେବା ପାଇଁ ବା ତା'ର କବଳରେ ନ ପଡ଼ିବା ପାଇଁ । ତଥାପି ଆମେ ସେହି ମାୟାଜାଲରେ ବାନ୍ଧିହୋଇ ରହିଛୁ । ଓଟ କଣ୍ଟାଗଛର ସୁସ୍ୱାଦୁ ପତ୍ର ଖାଇବାକୁ ଯାଇ ତା'ର ମୁଖରୁ ରକ୍ତ ବୋହୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାକୁ ସେ ଖାଇବାକୁ ଦୌଡ଼େ, ସେହିପରି ମଣିଷ ନିଜର କ୍ଷଣିକ ସୁଖର ଆସ୍ୱାଦନ ପାଇଁ ବାରଂବାର କାମନା ବାସନାର ପଛରେ ଦୌଡ଼େ । କିନ୍ତୁ ସେ କ'ଣ ସେଥିରୁ ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ପାଇଥାଏ ? ଏଥିପାଇଁ ତା'ର ସମସ୍ତ ଜୀବନ, ଶରୀରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ; କିନ୍ତୁ ମରୀଚିକା ପରି ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ତା'ଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ରହିଥାଏ ।

କରୁଣାମୟ ଭଗବାନ୍ ଭକ୍ତର ଭକ୍ତିର ପରୀକ୍ଷା ନିଅନ୍ତି ଏହିସବୁ ମାୟା, ମୋହ, କାମନା-ବାସନା, ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟ, ରୋଗ-ଯନ୍ତ୍ରଣାର ମାଧ୍ୟମରେ । ଏହିସବୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ଆମର ଜନ୍ମ-ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ଆମ ଭିତରେ ବସାବାନ୍ଧି ଲୁଚି ରହିଛନ୍ତି । ଆଜି ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କରୁଣା ଫଳରେ ଏସବୁ ଉପରକୁ ଉଠିଆସି ସାଧକକୁ ଦେଖା ଦେଉଛନ୍ତି । ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ ପ୍ରଥମେ ନିଜକୁ ନିଜେ ଚିହ୍ନିପାରିବା ଏକ ସୌଭାଗ୍ୟର କଥା । ଆମ ଅବଚେତନାର ଗଭୀରରେ କେତେ ଯେ ବିକୃତି, କେତେ ଯେ ଦୁର୍ବଳତା ଲୁଚି ରହିଛି ତାକୁ ଜାଣିବାହିଁ ଆମ ସାଧନାର ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ । ଏଥିରେ ଭୟଭୀତ ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ସାଧକ ହିସାବରେ ଏହା ଯେ କେବଳ ତୁମଠାରେ ରହିଛି ଏକଥା ଭାବ ନାହିଁ । ଏହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧକ ଭିତରେ ରହିଛି । ନୈତିକତା ଓ ଧର୍ମର ଚାପରେ ଏହିସବୁ ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତି ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିଲେ । ଏବେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଫଳରେ ଏବଂ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଶ୍ଚେତନାକୁ ମନ୍ଥନ କରିବା ଫଳରେ ଏସବୁ ମଣିଷର ବାହ୍ୟ ଚେତନାରେ

ପ୍ରକାଶ ପାଉଅଛି ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ । ଅତଏବ ନିଜର ବିକୃତିକୁ ଦେଖି ବା ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ଆକ୍ରମଣକୁ ଦେଖି ନିଜକୁ ପାପୀ ବା ହେୟଃ ମନେ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଆମ ଭିତରେ ସ୍ୱୟଂ ମାତୃଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଫଳରେ ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ଦେଖା ଦେଇଛି । ମା'ହିଁ ଏସବୁକୁ ଆମ ଚେତନାର ଉପରକୁ ଆଣିଛନ୍ତି ଏବଂ ମା'ହିଁ ଏସବୁକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବେ । ମଣିଷ ତା'ର ନିଜ ଶକ୍ତିରେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଜୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯୋଗାଧାର ବହିରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମ ପ୍ରକୃତିରେ ଯାହାସବୁ ତ୍ରୁଟି ରହିଛି ସେଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । ଅସଲ କଥା ହେଲା ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କର କ୍ରିୟାଶକ୍ତି ଦିଗରେ ଖୋଲି ଧରିବା । କୌଣସି ସାହାଯ୍ୟ ନ ନେଇ କେବଳ ନିଜ ଚେଷ୍ଟାରେ କେହି ନିଜକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରେ ନାହିଁ; କେବଳ ଭାଗବତ ଶକ୍ତିହିଁ ଏହି ରୂପାନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ କରିପାରେ । ଯଦି ତୁମେ ନିଜକୁ ଖୋଲି ରଖିପାର, ତେବେ ଆଉସବୁ ଯାହା ଦରକାର ତାହା ସେହି ଶକ୍ତିହିଁ ତୁମ ପାଇଁ କରିଦେବ ।''

ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ଭାବୁ ଭଗବାନ୍ କାହିଁକି ଏସବୁ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ, ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି ? ଆମ ଭିତରେ ଏତେସବୁ ଖରାପ ପ୍ରକୃତି କାହିଁକି ଭରି ରଖିଛନ୍ତି ? ଆମ ଭିତରେ କାମନା, ବାସନାର ଏତେ ଅଦମ୍ୟ ଆକର୍ଷଣ କାହିଁକି ରଖିଲେ ? ଶ୍ରୀମା କହିଛନ୍ତି : ''ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଯେ ଆଦି ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଉଠି ଆସିବା ପାଇଁ କାମନା, ବାସନା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଥିଲା, କାରଣ କାମନା, ବାସନା ବିନା କ୍ରିୟାଶୀଳତାକୁ ଉଠି ଆସିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନ ଥା'ନ୍ତା ।'' (On Desire, p. 5) ପୁଣି ଅନ୍ୟ ଏକ ସ୍ଥାନରେ କହିଛନ୍ତି : ''ତେଣୁ ଆମେ ଯଦି ନିଶ୍ଚେତନାର ଗଭୀରତାର ଶେଷ ପ୍ରାନ୍ତକୁ ଫେରିଯାଉ, ତେବେ ଆମେ କହି ପାରିବୁ ଯେ ବାସନାର ମୂଳ ଉତ୍ସ ହେଲା ପ୍ରେମ । ଏହା ହେଲା ପ୍ରେମର ଅସ୍ୱଚ୍ଛତମ ଏବଂ ସବୁଠାରୁ ଅଚେତନ ଅବସ୍ଥା । ଦେଖ, ଏହା ହେଲା କିଛି ଗୋଟିଏ ସହିତ ମିଶିବାର ଦରକାରିତା, ଏକ ଆକର୍ଷଣ, ଏକ ନେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ।'' (On Desire, p. 9)

ଭଗବାନ୍ ଯେତେବେଳେ ବହୁ ହେବାକୁ ଯାଇ ସମୂହରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇ ଆତ୍ମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିସତ୍ତାର ରୂପ ନେଲେ ସେତେବେଳେ ଆମ ଭିତରେ ପୁଣି ଏହି ସମୂହ ସହିତ ମିଶିବାର ଏକ ପ୍ରବଳ ଆକର୍ଷଣ ରହିଲା । କାମନା, ବାସନା ହେଲା ଏହି ଆକର୍ଷଣର ଏକ ରୂପ । ପଶୁସ୍ତରରୁ ଆମେ ଶିଖି ଆସିଛୁ କିପରି ସବୁକିଛିକୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ତାକୁ ଗିଳି ପକାଇବା । ଅଜ୍ଞାନ ମଣିଷ ପାଖରେ ଏହି ଆକର୍ଷଣ ପ୍ରବଳ ଭାବରେ ଦେଖା ଦେଲା । ପଶୁ କେବଳ ତା'ର କ୍ଷୁଧା ନିବାରଣ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ବସ୍ତୁକୁ ଗିଳି ପକାଉଥିଲା କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ସବୁକିଛିକୁ ନିଜ ଆଡ଼କୁ ଟାଣେ କେବଳ କ୍ଷୁଧା ନିବାରଣ ପାଇଁ ନୁହେଁ; ତାକୁ ନିଜର କରିବା ପାଇଁ, ନିଜର ଅହଂତୃପ୍ତି ପାଇଁ ତଥା ସବୁକିଛିର ମାଲିକ ହେବାକୁ ଚାହେଁ । ଧନ-ଦୌଲତ, ଘରଦ୍ୱାର, ଯାନବାହନ, ପୋଷାକପତ୍ର, ପ୍ରିୟା-ପ୍ରୀତି, ସୌଖୀନବସ୍ତୁ, ବିଦ୍ୟା, ବୁଦ୍ଧି,

ଜ୍ଞାନ ସବୁକିଛିକୁ ନିଜର ଅଧୀନରେ ରଖିବାକୁ ଚାହେଁ । ମଣିଷ ତା'ର ବିଚ୍ଛିନ୍ନତାର ଅଭାବ ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ ସମୂହକୁ ଏହିପରି ଆକର୍ଷଣ କରିଥାଏ, ଯାହାକୁ ଆମେ କାମନା-ବାସନା କହୁ । ଅଜ୍ଞାନ ମଣିଷକୁ ଯାହାକିଛି ଭଲ ଲାଗେ ବା କୌଣସି ଏକ ସୁନ୍ଦରବସ୍ତୁ ଦେଖେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ତାକୁ ପାଇବାକୁ ସେ ଚେଷ୍ଟା କରେ । କିନ୍ତୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର କଥା ମଣିଷ ଥରେ ତା'ର ଅଭିପ୍ରେତ ବସ୍ତୁ ପାଇଗଲା ପରେ ସେଇ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ତା'ର ଆଉ ଲାଳସା ନ ଥାଏ । ସେ ତା' ପ୍ରତି ଆଉ ଦୃଷ୍ଟି ମଧ ଦିଏ ନାହିଁ । ସେ ପୁଣି ଅନ୍ୟକିଛି ନୂତନ ବସ୍ତୁ ଦିଗରେ ଦୌଡ଼େ । ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ କରିବାରେ, ନିଜର ଶକ୍ତି-ସାମର୍ଥ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ, ନିଜର ବିଦ୍ୟା, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଜ୍ଞାନରେ ପାରଦର୍ଶୀ ହେବା ପାଇଁ ବାସନା ମଣିଷକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ନିଜକୁ ସମୂହ ସହିତ ଏକାତ୍ମ କରିବାର ଏହି ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ବେଶୀ ଦୂର ଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଏହିପରି ସବୁକିଛିକୁ ନିଜ ଦିଗକୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ମଣିଷ କେବେହେଲେ ସମୂହର କେନ୍ଦ୍ର ବା ଭଗବାନ୍ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ ସବୁକିଛିକୁ ନିଜ ଆଡ଼କୁ ଟାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଦ୍ୱାରା ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ, ସେପରି ଚେଷ୍ଟା ନିରର୍ଥକ ଓ ନିଷ୍ଫଳ; କିନ୍ତୁ ତୁମ ଚେତନାକୁ ସମଗ୍ର ଚେତନା ସହିତ ଏକ କରିବା ଫଳରେ ତାହା ହୋଇପାରେ ଯାହାକି ଠିକ୍ ତା'ର ବିପରୀତ କ୍ରିୟା ବା ମନୋଭାବ ଦାବି କରିଥାଏ ।''

(The Mother on Desire, p. 10)

ଯେଉଁ ବାସନା ମଣିଷକୁ ଏତେ ବାଟ ଆଗେଇ ଆଣିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କଲା ତାକୁ ଆଧୁନିକ ବିକଶିତ ମଣିଷରେ ପରିଣତ କଲା – ତାହା ତାକୁ ଆଉ ଆଗକୁ ନେଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ସମୂହ ଅର୍ଥାତ୍ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏକ ହେବା ପାଇଁ ଏହି ବାସନା ତା' ସମ୍ମୁଖରେ ଏକ ବାଧା ହୋଇ, ଏକ ପ୍ରାଚୀର ସମ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ରହିଛି । ଜଡ଼ରୁ ଯେଉଁ ଚେତନା ନିର୍ଗତ ହୋଇ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାରେ ମିଶିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି ଏହା ତୁମକୁ ବାନ୍ଧି ରଖୁଛି । ତେଣୁ ତୁମେ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରୁ ନାହଁ । ମନୋମୟ ପୁରୁଷ, ପ୍ରାଣମୟ ପୁରୁଷ ଓ ଅନ୍ନମୟ ପୁରୁଷକୁ ମୁକ୍ତ ନ କଲା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମ ଭିତରେ କାମନା-ବାସନା ଶାନ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ, କାମନା-ବାସନା ଉପରେ ଆମେ ପ୍ରଭୁ ହୋଇ ପାରିବୁ ନାହିଁ ବରଂ ଆମେ ତା'ର ଦାସ ହୋଇ ରହିଥିବୁ । ଏହି ମୁକ୍ତିର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ଅନେକ ସମୟ ଲାଗେ । ଏହା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ଆମେ ଯଦି ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବ ରଖି ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖୁ, ତା'ର କ୍ରିୟାକଳାପକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରୁ । ଏପରି କି ଏହାର ସ୍ରୋତରେ ଭାସିଯାଉଥିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବରଖି ନିଜକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଶକ୍ତି ମା'ହିଁ ଆମକୁ ଦିଅନ୍ତି ଯଦି ଆମେ ଆମର ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ତାଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରୁ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର କିଛି ଏକ ବସ୍ତୁ ପାଇଁ ବାସନା ରହିଥାଏ ଆମେ ସେହି

ବସ୍ତୁ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଉ, ଏହା ଆମର ମନ-ପ୍ରାଣକୁ ଅଧିକାର କରି ନେଇଥାଏ ଏବଂ ଆମେ ତା'ର ଦାସ ହୋଇଥାଉ ।

ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତି କବଳରୁ ମୁକ୍ତ ନ ହୋଇଛୁ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ଯଥାର୍ଥ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉପଲବ୍ଧି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏପରିକି ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ଆନନ୍ଦର ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରି ନ ଥାଉ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ କାମନା-ବାସନା ଶୂନ୍ୟ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବେହେଲେ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରି ପାରି ନ ଥାଅ । ଯଦି ତୁମର କାମନା-ବାସନା ଥାଏ ତେବେ ତୁମେ ଯାହା ଅନୁଭବ କରିଥାଅ ତାହା ହେଉଛି କାମନାତୃପ୍ତି ଓ ଉପଭୋଗର ସୁଖ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଆନନ୍ଦ ନୁହେଁ । ଆନନ୍ଦର ଏ ସବୁଠାରୁ ଅଲଗା ଅନ୍ୟ ଏକ ଅନୁଭୂତି ରହିଥାଏ, ଯାହାକି କାମନା-ବାସନାର ସମାପ୍ତି ପରେହିଁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।''

(On Desire, p. 5)

କାମନା-ବାସନା ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରେ କିପରି ? ଦୁଇଟି ପଥ ଦେଇ ଏହା ଆମ ଭିତରକୁ ପଶି ଥାଏ । ଗୋଟିଏ ପଥ ହେଲା ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ ଆସିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ବାତାବରଣରୁ । ଆମେ ଯେଉଁ ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ବାସକରୁ ସେମାନଙ୍କଠାରୁ । ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରା ଗଲା : ''ମଧୁମୟି ମା, କାମନା-ବାସନା କ'ଣ ସଂକ୍ରାମକ ?'' ଉତ୍ତରରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ହଁ, ମୋର ପ୍ରିୟ ସନ୍ତାନ ! ଏହା ବହୁତ ସଂକ୍ରାମକ । ରୋଗର ସଂକ୍ରମଣଠାରୁ ଏହା ବହୁଗୁଣରେ ଅଧିକ ସଂକ୍ରାମକ ହୋଇଥାଏ । ତୁମ ପାଖରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ ଯଦି କିଛି ଏକ କାମନା-ବାସନା ଥାଏ, ତାହା ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତୁମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରେ ଏବଂ ସାଧାରଣତଃ ଏହା ବହୁ ସମୟରେ ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମକୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ । ଏହା ଜଣକଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ମଧ୍ୟକୁ ଗତି କରିଥାଏ । ଭୟଙ୍କର ଭାବରେ ଏହା ସଂକ୍ରାମକ, ଏହା ଏତେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଯେ ତୁମେ ନିଜେ ଏହା ସଂକ୍ରାମକ ବୋଲି ବୁଝିପାର ନାହିଁ ।'' (On Desire, p. 7) ଯଦିଓ ବାସନାସବୁ ବାହାରୁ ଆସିଥାଏ ଆମେ କିନ୍ତୁ ଏହା ନ ବୁଝି ତାକୁ ଆମର କାମନା-ବାସନା ବୋଲି ମନେକରୁ ଏବଂ ନିଜକୁ ଦୋଷୀ ବୋଲି ମନେକରୁ । ଆମ ଭିତରର କୌଣସି ଅଂଶ ଏହାକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ ନ କଲେ ଏହା ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ବାଟ ପାଏ ନାହିଁ ।

କାମନା-ବାସନାସବୁ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣସତ୍ତାରେ ସମୁଦ୍ର ପରି ବିସ୍ତାରିତ ହୋଇ ରହିଛି । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''କାମନା-ବାସନା ହେଲା ଅନ୍ଧକାରାଚ୍ଛନ୍ନ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ବିଶାଳ ସମୁଦ୍ରର ଢେଉ ସଦୃଶ ଯାହାକି ଜଣକଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ମଧ୍ୟକୁ ସଞ୍ଚାରିତ ହୁଏ । ମଣିଷ ନିଜ ଭିତରେ କାମନା-ବାସନାକୁ ସୃଷ୍ଟି କରି ନ ଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହି ଢେଉମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁମାନେ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ବିହୀନ ଭାବେ ଏହା ପ୍ରତି ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ସେମାନେ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଏଣେତେଣେ ନିଃସହାୟ ଭାବେ ଭାସି ବୁଲନ୍ତି ।

କାମନା-ବାସନା ଯେତେବେଳେ ମଣିଷକୁ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରି ଅଧିକାର କରେ ସେତେବେଳେ ସେ ଆଉ ଭଲମନ୍ଦ ବିଚାର କରିପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହାକୁ ନିଜ ପ୍ରକୃତିର ଏକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ବୋଲି ମନେ କରେ।''

(On Desire, p. 6)

କାମନା-ବାସନା ଆମ ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଦ୍ୱିତୀୟ ପଥ ହେଲା ଆମ ଅବଚେତନା । ସାଧନାର ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ମାନସିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଦ୍ୱାରା ବାସନାକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକରୁ, ଅର୍ଥାତ୍ କାମନା-ବାସନାର ଏହିସବୁ ଗଠନକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ବଦଳରେ ଆମେ ତାକୁ ଚାପାଦେଇ ରଖିଥାଉ । ଏହି ଚାପାର ଫଳରେ କାମନା-ବାସନାସବୁ ବୀଜାକାରରେ ଆମ ଅବଚେତନାକୁ ଯାଇ ଅପେକ୍ଷା କରି ରହନ୍ତି – ସୁଯୋଗ ପାଇଲେ ଉପରକୁ ଉଠି ଆସିବା ପାଇଁ । ପୁରାତନ ଯୋଗର ସାଧକମାନେ ନିଜକୁ ଏହାଠାରୁ ପୃଥକ୍ କରି ନିଜ ଭିତରେ ଚାପିଦେଇ ରଖୁଥିଲେ । ଜାଗ୍ରତ୍ ଅବସ୍ଥାରେ ମନର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପ୍ରଭାବରେ ଏସବୁକୁ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ଦିଆଯାଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଶୋଇଲାବେଳେ ମନର ଏହି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନ ଥାଏ । ତେଣୁ କାମନା-ବାସନାସବୁ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଉପରକୁ ଉଠି ଆସି ତାଙ୍କର କ୍ରିୟା କରିଥାଆନ୍ତି ଓ ନିଜର ଚାହିଦା ପୂରଣ କରି ଥାଆନ୍ତି । ଅତଏବ କାମନା-ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତ ହେବାର ଏହି ଉପାୟ ଯଥାର୍ଥ ନୁହେଁ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଚାପି ନ ଦେଇ ତାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ – ଚେତନାର ଆଲୋକ ଦ୍ୱାରା, ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ।

କାମନା-ବାସନାର ମୂଳ କାରଣ ହେଲା ନିଜକୁ ବ୍ୟକ୍ତିସତ୍ତା ଭାବେ ଅନୁଭବ କରିବା । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମର ଅହଂକାର । ଅହଂକାରର ବିନାଶ ସହିତ କାମନା-ବାସନା ମଧ୍ୟ ଚାଲି ଯାଇଥାଏ । ଆମେ କାମନା-ବାସନାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଆପ୍ରାଣ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ଆମେ ଯେତେ ତା' ସହିତ ଲଢ଼ିବାକୁ ଯାଉ, ତାହା ସେତେ ଜୋରରେ ଆମକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରେ । ତେଣୁ ଏହା ସହିତ ନ ଲଢ଼ି, ଏହା ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ନ ଦେଇ ଆମେ ଯଦି ଆମ ଚେତନାର ପ୍ରସାରଣ କରୁ ଓ ଏହାକୁ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ସହିତ ଏକୀଭୂତ କରୁ ତେବେ ଆମର ଅହଂକାର ଦୂର ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣ ମଧ୍ୟ ସମାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହାହିଁ ହେଲା କାମନା-ବାସନାକୁ ଜୟ କରିବାର ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ପଥ । ଜଣେ ନିଜ ଭିତରେ କାମନା-ବାସନାକୁ ଜୟ କଲାପରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ବାହାର ସଂସ୍ପର୍ଶରୁ ତୁମ ଭିତରକୁ ଆସିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଯେହେତୁ ତୁମ ସହିତ ଆଲୋକ, ଜ୍ଞାନ ଓ ବିଶୁଦ୍ଧତା ରହିଥାଏ, ଏହା ତା'ର ଶକ୍ତି ହରାଇଥାଏ । ଏହା ତୁମ ଭିତରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ କୌଣସି ସହଯୋଗ ପାଇ ନ ଥାଏ । ତୁମେ ଏବିଷୟରେ ସଚେତନ ଥାଅ ଓ ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥାଅ । ଏହା ତୁମର ଆଉ ଅନିଷ୍ଟ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମକୁ ସର୍ବଦା ସଜାଗ

ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏସବୁର ଆଗମନ ପ୍ରତି । ଏଥିପାଇଁ ତୁମ ଭିତରେ ଏକ ଚେତନା ସର୍ବଦା ଜାଗ୍ରତ୍ ରହିବ ଯେପରି କାମନା-ବାସନା ତୁମ ଅଜାଣତରେ ତୁମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ନ ପାରନ୍ତି । ଅହରହ ମନ୍ତ୍ର ଜପ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ କାମନା-ବାସନାର ପ୍ରଭାବ କମିଯାଇଥାଏ ।

ବହୁ ସମୟରେ ଦେଖାଯାଏ ଅନେକ ପିତାମାତା ତାଙ୍କର ଶିଶୁ ସନ୍ତାନର ବାସନାକୁ ପୂରଣ କରିବାକୁ ଯାଇ ଅତିଷ୍ଠ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି । ତୁମେ ଏହିପରି ଶିଶୁକୁ ସେ ଯାହା ଚାହେଁ ତାହା ଦେଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ସେଥିରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ତା'ପର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପୁଣି ସେମାନେ ଅନ୍ୟ କିଛି ଚାହାନ୍ତି । କାମନା-ବାସନାର ଏହାହିଁ ହେଲା ନିୟମ । ବାସନାର ପୂରଣ କେବେ ବି ଶେଷ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ ମା' ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଶିଶୁ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କୁ ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ତାଙ୍କର ଯତ୍ନନେବା ବହୁ କଷ୍ଟସାଧ୍ୟ । ଏବିଷୟର ସମାଧାନ ପାଇଁ ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ ଯଦି କାମନା-ବାସନାର ଏହି ଆବେଗକୁ ଘୂରାଇ ଦେଇପାର... ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯେତେବେଳେ ଶିଶୁ ଭିତର ବାସନାରେ ଭରପୂର ଥାଏ ସେତେବେଳେ ତାକୁ ଯଦି ଏହିସବୁ କ୍ଷୁଦ୍ର ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁର କାମନା, ଯାହାକି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସନ୍ତୋଷ ଦେଇଥାଏ, ତା' ବଦଳରେ କିଛି ଉଚ୍ଚତର କାମନାର ବାଟ ଦେଖାଇ ପାର, ଯଦି ତାକୁ ତା' ଭିତରେ ଜାଣିବାର କାମନାକୁ ଶିଖିବାର କାମନା ଅଥବା ଜଣେ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହେବାର ଇଚ୍ଛାକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରାଯାଇପାରେ... ଏହିପରି ଭାବେ ଆମେ ଆରମ୍ଭ କରିପାରୁ ।'' ('The Sunlit Path', p. 8) ଶିଶୁ ଯାହା ଚାହେଁ ସେଥିରୁ ତା'ର ମନକୁ ହଟାଇ ନେଇ ଏହିପରି ଭାବରେ ଅନ୍ୟ କିଛି ଉପରେ ତାକୁ ଏକାଗ୍ର କରାଯାଇପାରେ । ଏଥିପାଇଁ ଅନେକ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅଧ୍ୟବସାୟ ଦରକାର । ଶିଶୁକୁ ବାଧ୍ୟ କରି, ଦଣ୍ଡ ଦେଇ ତା'ର କାମନାକୁ ନିର୍ବାପିତ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ ।

ବାସ୍ତବରେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଏହି ଶିଶୁଙ୍କ ପରି । ସେମାନେ ତାଙ୍କର ବାସନାକୁ ସରଳ ଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରି ଥାଆନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆମ ବାସନାକୁ ଲଜ୍ଜାବଶତଃ ପ୍ରକାଶ କରି ନ ଥାଉ । ଯୋଗର ଚାପ ଫଳରେ ଆଜି ତୁମ ଭିତରେ ଯେଉଁ କାମନା-ବାସନାର ପ୍ରବଳତା ଦେଖା ଦେଇଛି ତାହା ଯୋଗପଥରେ ଏକ ସାଧାରଣ କଥା । ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାରେ ଏକ ବାସନାକୁ ଉପଭୋଗ କରିବା ବଦଳରେ ତାକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଥାଅ ସେତେବେଳେ ତୁମ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ଏକ ଆନ୍ତର ମିଳନ ହୋଇଥାଏ, ସେଥିପାଇଁ ତୁମେ ବାସନାଟିକୁ ଉପଭୋଗ କରିବାର ସୁଖଠାରୁ ବହୁ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ଉପଲବ୍ଧି କରିଥାଅ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିଏ ବାସନାକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ହେବ । ଦେଖାଯାଏ ଗୋଟିଏ କାମନାକୁ ଜୟ କଲେ ତୁମ ଭିତରେ ଶକ୍ତିର ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ । ଅଧିକ ପ୍ରେରଣାର ଉଦ୍ରେକ ହୁଏ । ପରେ ତୁମେ କଠିନତମ କାମନାକୁ ମଧ୍ୟ ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତି

ଦ୍ୱାରା ଜୟ କରି ପାରିଥାଅ । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ସମସ୍ତ କାମନା-ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତ ହୁଅ ସେତେବେଳେ ତୁମର କ'ଣ ହେବ ସେ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ତୁମର ଯେତେବେଳେ ଆଉ କାମନା-ବାସନା ନ ଥାଏ, କୌଣସି ଆସକ୍ତି ନ ଥାଏ, ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ମଣିଷମାନଙ୍କ ଉପହାର ବା ପୁରସ୍କାରକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଆଉ ଦରକାର ନାହିଁ ବୋଲି ମନେକର, ସେମାନେ ଯେ ବି ହୁଅନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି, ତୁମେ ଜାଣିଥାଅ ଯେ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ଆସିଥିବା ପୁରସ୍କାରହିଁ ତୁମ ପାଇଁ ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟବାନ୍ । ଏହିସବୁ ବାହ୍ୟବସ୍ତୁ ବା ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିସତ୍ତା ପ୍ରତି ତୁମର ଯଦି ଆଉ ଆସକ୍ତି ନ ରହେ, ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତୁମ ଅନ୍ତରରେ ଦିବ୍ୟ-ଉପସ୍ଥିତି, ଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତି ଓ ଦିବ୍ୟକରୁଣା ସର୍ବଦା ରହିଥିବାର ଅନୁଭବ କରିବ ।''('The Sunlit Path', p. 45)

ଯୌନ ଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର

ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ ପାଇଁ ଯୌନ ଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । କିନ୍ତୁ ଏହା ସାଧକ ପାଇଁ ଏକ ମହାକଠିନ କାମ । ଏହାର କଠିନତା ବିଷୟରେ ପୁରାତନର ସାଧୁସନ୍ଥମାନେ ଅବଗତ ଥିଲେ । ସେମାନେ ଏହାକୁ ଅସମ୍ଭବ ବୋଲି ମନେକରୁଥିଲେ । କେବଳ ଶ୍ରୀମା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦହିଁ ଏହି ଶକ୍ତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କଥା କହିଛନ୍ତି ଓ ନିଜକୁ ଉଦାହରଣ ଭାବେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଛନ୍ତି । ଯୌନ ଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର ବିନା ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ''ଶରୀର ସିଦ୍ଧି ସକାଶେ ପ୍ରୟୋଜନ କାମ-କେନ୍ଦ୍ର ଓ ତାହାର କ୍ରିୟାଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର ସାଧନ; କାରଣ ଏହାହିଁ ହେଲା ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଆଧାରର ମନୋମୟ, ପ୍ରାଣମୟ ଓ ଅନ୍ନମୟ ଶକ୍ତି ସମୂହର ଅବଲମ୍ବନ ।'' (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ, ଯୋଗାଧାର, ପୃ. ୧୦୦) ''ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାମ-ବାସନା ପଥରୋଧ କରି ରହିଛି, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ତରଣ ଅସମ୍ଭବ; ଏବଂ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ବାସନା ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବଳ ରହିଅଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅବତରଣ ମଧ୍ୟ ବିପଜ୍ଜନକ ।'' (ଯୋଗାଧାର, ପୃ. ୧୦୪) କିନ୍ତୁ ଏହି କାମ ଯେ କେତେ କଠିନ ଏବିଷୟରେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ବହୁବାର ସତର୍କ କରାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ''ମନେ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ ଯୌନ-ଆବେଗର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିବୃତ୍ତି ହେଲା ସାଧନାର ଗୋଟିଏ ଅତି କଠିନ ଅଙ୍ଗ, ଏବଂ ଏହା ସମୟସାପେକ୍ଷ ଜାଣି ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବାକୁ ହେବ ।'' (ଯୋଗାଧାର, ପୃ. ୧୦୬) ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି ମହାରାଜ ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି – ''ସାଧକ ମଧ୍ୟରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଦୁର୍ଗୁଣ ଥାଏ, ସବୁଠାରୁ ପ୍ରବଳ ଏବଂ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହେଉଛି କାମ-ବାସନା ଆଉ ଯଶୋଲିପ୍ସା ।'' (ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ଦାସଙ୍କ ରଚନା ସଂଗ୍ରହ, ପ୍ରଥମ ଭାଗ, ପୃ. ୧୫୭)

ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି କାମ-ବାସନା ଏତେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କାହିଁକି ? ପ୍ରକୃତି ତା'ର ବିବର୍ତ୍ତନ ଧାରାକୁ ଆଗକୁ ବଢ଼େଇ ନେବା ପାଇଁ ଏହି କାମ-ଶକ୍ତିକୁହିଁ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରେ । ପଶୁ, ପକ୍ଷୀ, ଜୀବଜନ୍ତୁ ଓ ମଣିଷଙ୍କ ବଂଶ ବିସ୍ତାର ପାଇଁ, କ୍ରମ-ବିକାଶର ଅଗ୍ରଗତି ପାଇଁ ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ଏହି ଯୌନ ପ୍ରବୃତ୍ତିରେ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ତା'ର ପ୍ରତିଦାନ ସ୍ୱରୂପ ଯେଉଁ ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରେ ତାହା ପୃଥିବୀରେ ଅନ୍ୟ ବାସନାର ସୁଖଠାରୁ ଅଧିକ ସୁଖପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବଜନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଏଡ଼ାଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ମଣିଷ ମଧ୍ୟ ଏଥିରୁ ନିସ୍ତାର ପାଏ ନାହିଁ । କାରଣ ଏବେ ବି ମଣିଷ ପଶୁ ସଦୃଶ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଆବହମାନ କାଳରୁ ଜାଣେ ଏହି କାମ ବାସନାର ଅପବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ବା ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ମଣିଷର ଯଥାର୍ଥ ବିକାଶ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ନାନା ନୀତି ନିୟମ ଓ ଧର୍ମ ମାଧ୍ୟମରେ ଯୌନ କ୍ରିୟାକୁ ସଂଯତକରି ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯାଇଛି । ଆଧାତ୍ମିକ ମାର୍ଗରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ଚାହେଁ ତାଙ୍କୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ।

କିନ୍ତୁ ଏବେ ସବୁ ନୀତି ନିୟମ ଭୁଶୁଡ଼ି ପଡ଼ିଛି । ଧର୍ମ ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ିଛି । ତେଣୁ ଆମ ପୂର୍ବ ପୁରୁଷମାନେ ଯୌନ କ୍ରିୟା ପାଇଁ ସମାଜରେ ଯେଉଁ ଅଂକୁଶ ଲଗାଇଥିଲେ ତାହା ଢିଲା ହୋଇ ଯାଇଛି । ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ଫଳରେ ମଣିଷର ଏକ ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ପଶୁ ପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ତାକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ନୂତନ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତି ପ୍ରଦାନ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ତା'ର ଚେତନାକୁ ମନ୍ଥନ କରୁଛି । ଏହି ମନ୍ଥନ ଫଳରେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ସମସ୍ତ ବିକୃତି ବାହାରକୁ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି । ତେଣୁ ଆଜି ଯେଉଁମାନେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପ ନେଇଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ଦେବ-ଦାନବର ଭୟଙ୍କର ଯୁଦ୍ଧ ଚାଲିଛି । ଏହି ଯୁଦ୍ଧର ଶେଷରେ ଅବଶ୍ୟ ମାତୃଶକ୍ତିହିଁ ଜୟ ଲାଭ କରିବେ । ଏହି ଯୁଦ୍ଧ ଅତୀବ ଭୟଙ୍କର ଓ ସମୟସାପେକ୍ଷ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧକଙ୍କ ଅଦମ୍ୟ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରକୃତି ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଯୌନ କ୍ରିୟାକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରିଆସିଛି । କିନ୍ତୁ ଭବିଷ୍ୟତର ଅତିମାନବ ଜାତିର ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଏହା ଆଉ ଆବଶ୍ୟକ ହେବ ନାହିଁ । ଅତିମାନସର ନୂତନ ଶକ୍ତିରାଜିର ଅବତରଣ ଫଳରେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏକ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହେବ । ଏହି କ୍ରିୟା ମଣିଷ ଭିତରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ସାରିଲାଣି । ତେଣୁ ଆଜି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସଙ୍କଳ୍ପ ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ମଣିଷର ପୁରାତନର ସମସ୍ତ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଛାଡ଼ିବା

ପାଇଁ । ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ସାଧକମାନେ ରୂପାନ୍ତର ନ କରି ଏହାକୁ ଅବଚେତନାରେ ଚାପାଦେଇ ରଖୁଥିଲେ । ନିଜକୁ ପ୍ରକୃତିରୁ ଯେତେଦୂର ସମ୍ଭବ ସେତେଟା ଅଲଗା କରି ଆଧାତ୍ମିକ ଉପଲବ୍ଧି ଲାଭ କରୁଥିଲେ । ଯେହେତୁ ସେମାନେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ପାରି ନ ଥିଲେ, ଆଧାତ୍ମିକ ଉପଲବ୍ଧିର ଉଚ୍ଚାବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକୃତିର କବଳରେ ପଡ଼ି ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ତପଃଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହେଉଥିଲା । ଅତଏବ ଏହି ମହାନ୍ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ସାଧକକୁ ଆଉ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତି ଓ ଆଧାତ୍ମିକ ମାର୍ଗକୁ ଏକ ସଙ୍ଗେ ଅନୁସରଣ କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବର୍ଜନ କରିବାକୁ ହେବ ଓ ରୂପାନ୍ତର କରିବାକୁ ହେବ ।

ଯେଉଁ କାମ ଯେତେ କଠିନ ତା'ର ଫଳ ମଧ୍ୟ ସେତେ ମହାନ୍ ଓ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ଯୌନ ଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର ଅତୀବ କଠିନ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଜୟ କରିପାରିଲେ ଏହା କେବଳ ଆମ ପାଇଁ ନୁହେଁ ସାରା ବିଶ୍ୱ ପାଇଁ ସାରା ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଏକ ନୂତନ ଅତିମାନବ ସୃଷ୍ଟିର ସମ୍ଭାବନାର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରେ । ଆମେ ଯେହେତୁ ମା'ଙ୍କର ବୀର ଓ ଯୋଦ୍ଧା ସନ୍ତାନ ଆମେ ଏହି କଠିନତମ କାମଟିକୁ ଅବଶ୍ୟ କରିପାରିବୁ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ଯଦି ଏହି ସମସ୍ୟାଟିକୁ ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରି ବ୍ୟାକୁଳ ଭାବରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁ ତେବେ ମା' ଅବଶ୍ୟ ଆମ ଭିତରେ ବିଜୟ ଆଣିଦେବେ । ପ୍ରକୃତରେ ଅମରତ୍ୱର ପ୍ରଥମ ଚାବି ରହିଛି ଏହି କଠିନ କାମଟିର ଫଳ ଉପରେ । ଯୌନ ଶକ୍ତିକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରିଲେ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ସମସ୍ତ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବୁ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହେବୁ । ଏପରିକି ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ଏଡ଼ାଇ ଦୁଇଶହ, ତିନିଶହ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚିପାରିବୁ । ମୃତ୍ୟୁ ଆମର ଅଧୀନରେ ରହିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ଇଚ୍ଛା ମୃତ୍ୟୁ ବରଣ କରିବୁ । ଯୌନ ଶକ୍ତି ରୂପାନ୍ତର ହେବା ପରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ତା'ର ସାତୋଟି ସୂର୍ଯ୍ୟକୁ ନେଇ ଆମ ଭିତରେ ଅବତରଣ କରି ଆମର ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ରରେ ରୂପାନ୍ତର ସାଧନ କରିବ ।

୧. ଅତିମାନସର ସତ୍ୟ ରୂପକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ସହସ୍ର ଦଳରେ ଅବତରଣ କରି ଅତିମାନସ ସୃଷ୍ଟିର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରିବ ।

୨. ଅତିମାନସର ଆଲୋକ ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ରୂପକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରରେ ଅବତରଣ କରି ତା'ର ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରି ଆମ ଭିତରେ ଏକ ସଚଳ ଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରଦାନ କରି ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଆଦେଶ ପ୍ରଦାନ କରିବ ।

୩. ଅତିମାନସର ବାଣୀ ରୂପକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ବିଶୁଦ୍ଧ (କଣ୍ଠ) ଚକ୍ରରେ ଅବତରଣ କରି ଆମକୁ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବ ଓ ଅତିମାନସ ସୃଷ୍ଟିର ଆୟୋଜନ କରିବ ।

୪. ଅତିମାନସର ପ୍ରେମ, ସୁନ୍ଦରତା ଓ ପରମାନନ୍ଦ ରୂପକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ହୃଦ୍ ଚକ୍ର

(ଅନାହତ)ରେ ଅବତରଣ କରି ଆମ ଭିତରେ ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତିର ଆତ୍ମାକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ଅତିମାନସ ସୃଷ୍ଟିର ସାମଞ୍ଜସ୍ୟତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବ ।

୫. ଅତିମାନସର ଶକ୍ତି ରୂପକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ନାଭି କେନ୍ଦ୍ରରେ (ମଣିପୁର ଚକ୍ର) ଅବତରଣ କରି ଆମ ଭିତରେ ଅତିମାନସ ସୃଷ୍ଟିକୁ ଧାରଣ କରିବା ପାଇଁ ସଚଳ ଶକ୍ତି ଓ ଜୀବନ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରି ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବେ ଗଢ଼ିତୋଳିବ ।

୬. ଅତିମାନସର ଜୀବନ-ବିକିରଣକାରୀ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ନିମ୍ନ ପ୍ରାଣ କେନ୍ଦ୍ର (ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର)ରେ ଅବତରଣ କରି ଅତିମାନସ ସୃଷ୍ଟିର ରୂପରେଖ ସୃଷ୍ଟି କରିବ ।

୭. ଶେଷରେ ଅତିମାନସର ବସ୍ତୁ-ଶକ୍ତି ଓ ରୂପ ଶକ୍ତି ରୂପକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆମ ମୂଳାଧାର ଚକ୍ରରେ ଅବତରଣ କରି ଜଡ଼ରେ ଅତିମାନସର ସୃଷ୍ଟିକୁ ସ୍ଥାୟୀ କରିବାର ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବ । (ବିଶେଷ ଭାବରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଲିଖିତ *The Hour of God* ର The seven Suns of the Supermind ଅଧ୍ୟାୟ ପଢ଼ନ୍ତୁ ।)

ଏହା ହେଉଛି ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷର ଭବିଷ୍ୟତର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସିଦ୍ଧି । ଅତଏବ କାଳ ବିଳମ୍ବ ନ କରି ଚାଲ ଆମେ ପ୍ରଥମ କାମଟି (କାମ-ଶକ୍ତିର ରୂପାନ୍ତର) ସିଦ୍ଧ କରିବା । ଏହି କାମଟି ସାଧକ ପକ୍ଷରେ ଯେତେ ଅସମ୍ଭବ ମନେହେଲେ ବି, ଯେତେ କଠିନ ମନେହେଲେ ବି — ଏହା ଅବଶ୍ୟ ସମ୍ଭବ । ବାରଂବାର ଅସଫଳତାରେ ଆମେ ହତାଶ ହୋଇ ଭାଙ୍ଗି ପଡୁ; ନିଜକୁ ଦୁର୍ବଳ ବୋଲି ମନେ କରୁ । ଏ କାମରେ ଅସଫଳ ହେବାର କାରଣଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଖୋଜି ବାହାର କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନିମ୍ନରେ ଏହା ବିଶଦ ଭାବରେ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରାଗଲା :

୧. କାମ-ଶକ୍ତିର ଦୁର୍ବଳତା ବା ବିକୃତିକୁ ଆମେ ଆମର ବୋଲି ମନେ କରୁ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତରେ କାମ-ବାସନା ସାଧକ ପାଖକୁ ବାହାରୁ ଆସିଥାଏ । ଏହା ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିର । ଯାହା ନିଜର ନୁହେଁ ତା' ପାଇଁ ଦୋଷୀ ମନେ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଯେତେଥର ବିଫଳ ହେଲେ ବି ନୂତନ ସାହସ, ନୂତନ ଶକ୍ତି ନେଇ ଏହାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସାଧକର ସମସ୍ତ ଦୁର୍ବଳତା ବିଷୟରେ ଅବଗତ ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଆମର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ନ ଲୁଚାଇ ତାଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ଭିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେବ ।

୨. ଆମେ ଆମ ଧାରାରେ ଆମ ଶକ୍ତିରେ ଏହି ଅଦମ୍ୟ ଶକ୍ତିକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛୁ । ନିଜ ଚେଷ୍ଟାରେ ଏହାକୁ କେବେହେଲେ ଜୟ କରାଯାଇ ପାରେ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଏହା ଆମ ଭିତରେ ଆତ୍ମପ୍ରକାଶ କରି ତା'ର କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରେ ଠିକ୍ ସେତିକିବେଳେ ଆମେ ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତିକୁ ଆବାହନ କରିବୁ ଆମକୁ ଏଥିରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ସାଧକ ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ମା'ଙ୍କୁ ହୁଏତ ଭୁଲି ଯାଆନ୍ତି । କାମ-ପ୍ରବୃତ୍ତିର ଏହାହିଁ ମାୟାଜାଲ । ସେ ପ୍ରଥମେ ସାଧକକୁ ଅନ୍ଧ କରିଦିଏ, ତାକୁ ସମ୍ମୋହିତ କରିଦିଏ ।

୩. ଅନ୍ୟ ଏକ କାରଣ ହେଲା ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଦୈହିକ ଚେତନା ଓ ପ୍ରାଣିକ ଚେତନା କାମ କ୍ରିୟାର ସୁଖକୁ ଛାଡ଼ି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ ତାଙ୍କର ପୁରାତନ ଅଭ୍ୟାସକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ରାଜି ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ତାଙ୍କ ଭିତରେ କିଛିଟା ଉନ୍ମୀଳନ ହେଲେ ସେମାନେ ହୁଏତ କ୍ଷଣିକ ସଙ୍କଳ୍ପ କରନ୍ତି ଏଥିରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିବୃତ୍ତି ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ବାରଂବାର ଅକ୍ଷମ ହୁଅନ୍ତି । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ନିଜକୁ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆଣି ଦିବ୍ୟ-ଆନନ୍ଦର ଖୋଜ୍‌ରେ ଲଗାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଶରୀର ଚେତନାରେ ଥରେ ଦିବ୍ୟ-ଆନନ୍ଦର ସ୍ପର୍ଶ ହେଲେ କାମ ଲାଳସାର ସୁଖକୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଛାଡ଼ିବା ପାଇଁ ରାଜି ହୁଏ । ଏହି ଦିବ୍ୟ-ଆନନ୍ଦ କାମ-କ୍ରିୟାର ଆନନ୍ଦଠାରୁ ବହୁଗୁଣେ ବେଶୀ । ତେଣୁ ଶରୀର ଓ ପ୍ରାଣ ସର୍ବଦା ଏହି ଦିବ୍ୟ-ଆନନ୍ଦ ପାଇବା ପାଇଁ ଲାଳାୟିତ ହୁଅନ୍ତି । ତେଣୁ ଏହି ଅଖଣ୍ଡ ଦିବ୍ୟ-ଆନନ୍ଦକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ସାଧକକୁ ନିଜ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ବା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱତର ଚେତନାର ଆନନ୍ଦ ପ୍ରତି ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ ।

୪. କାମ ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାର ବିଫଳତାର ଅନ୍ୟ ଏକ କାରଣ ହେଲା ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ବିଭେଦତା । ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ସକଳ ସତ୍ତା ଆମ ଆସ୍ପୃହା ମୁତାବକ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ଆଗେଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅତଏବ ସାଧକର ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ନିଜର ସକଳ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ଏକତ୍ରିତ କରି ରଖିବା । ଏପରି ହେଲେ ଏହି ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ଆଉ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚାହିଦା ରହିବ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରୁ କାମ-ବାସନା ବା ଅନ୍ୟ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରବେଶ କଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ତା'ର ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତର ଦେବେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ପ୍ରକୃତିର ଏହିସବୁ ଆବେଶ ଆମ ଭିତରେ ସହଯୋଗ ନ ପାଇ ମନକୁ ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ । ସାଧନାର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରେ ଥିବା ଏହିସବୁ ଆବେଶ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ସାଧକ ଭିତରେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହେଲେ ସେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିକୁ ମଧ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର କ୍ଷମତା ଲାଭ କରିବ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଜୟ ଲାଭ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବ ।

୫. ବିଫଳତାର ଏକ ବିଶେଷ କାରଣ ହେଲା ସାଧକ ଭିତରେ ଥିବା ତାମସିକତା ଓ ନିଶ୍ଚେତନା । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଉ ତା' ସହିତ କିଛି ନିଶ୍ଚେତନା ଆମ ଭିତରକୁ ନେଇଥାଉ । ଏହି ନିଶ୍ଚେତନାର ପ୍ରଭାବରେ ଆମେ ତାମସିକ ହୋଇପଡ଼ୁ । ଆମେ ଆଳସ୍ୟ ଓ ନିଦ୍ରାରେ ଆମର ସମୟ କଟାଇଥାଉ । କାମ-ବାସନା ସାଧାରଣତଃ ତାମସିକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବେଶୀ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ସାଧକକୁ ସତର୍କ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଉପଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ମା'ଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରି ଖାଇବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତିଦିନ ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ କରି ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ନୀରୋଗ କରି ନମନୀୟ ଓ ଆସ୍ପୃହା ସହିତ ଏକ

ଗ୍ରହଣଶୀଳ ଅବସ୍ଥାରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ସର୍ବଦା ମା' ନାମ ଜପ କଲେ ଆମେ ଏହି ସ୍ଥିତିରେ ବାସ କରିପାରୁ ।

୬. ଆମ ବିଫଳତାର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ କାରଣ ହେଲା – ଆମେ ଏବେ ବି ଆନ୍ତରିକ ହୋଇ ପାରି ନାହୁଁ । ଆମ ଅନ୍ତରାତ୍ମା ଯାହା ଚାହୁଁଛି ଆମର ସକଳ ସତ୍ତା ଏଥିରେ ଏକମତ ହୋଇ ପାରି ନାହାନ୍ତି । ସେମାନେ ଏବେ ବି ଭଗବତ୍‌ମୁଖୀ ହେବା ପାଇଁ ରାଜି ନୁହନ୍ତି । ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାକୁ ଆନ୍ତରିକ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମର ସମସ୍ତ କର୍ମ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ହେବ, ଆମେ ଜୀବନ ଧାରଣ କରିବୁ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ, ଆମେ କେବଳ ଚାହିଁବୁ ଆମ ଭିତରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କରିବା ପାଇଁ – ଏହାହିଁ ହେଲା ଅସଲ ଆନ୍ତରିକତା । ଆମ ଅହଂକାରକୁ ନ ଛାଡ଼ିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ଆମେ ମନରେ ବାସ କରୁଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକତା ଆସିପାରିବ ନାହିଁ ।

କାମ-ବାସନାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ଅସଫଳତାର ଆହୁରି ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି । ସେସବୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ସାଧନାର ଧାରା ଅଲଗା । ବିଜୟ ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କୁ ନିଜ ନିଜର ଧାରା ନିଜ ଭିତରେ ଖୋଜିବାକୁ ହେବ । ନିଜେ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ନ ଚିହ୍ନିଲେ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ସିଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଯୌନ ଶକ୍ତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ କେବଳ ତାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଗଲେ ଅନେକ ଫଳ ମିଳିଥାଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯୌନ ଶକ୍ତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇପାରେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଯୌନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟଠାରୁ ଅଲଗା ପଥରେ ନିଆ ଯାଇପାରେ ଏବଂ ଶରୀରର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇପାରେ, ଶିଳ୍ପିସୁଲଭ ବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସୃଜନଶୀଳ ଓ ଉତ୍ପାଦନ ମୂଳକ କାମରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ, ଅଥବା ବୌଦ୍ଧିକ ବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କର୍ମ ଶକ୍ତିର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଏହାକୁ ସଂରକ୍ଷିତ କରାଯାଇପାରେ । ଯୌନଶକ୍ତି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଲେ ଏହାକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ତେଜଃପୂର୍ଣ୍ଣ ଶକ୍ତିରେ ମଧ୍ୟ ପରିଣତ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରାଚୀନ ଭାରତରେ ଏହା ଅବିଦିତ ନ ଥିଲା ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ ଦ୍ୱାରା ରେତସ୍ ଓଜସ୍‌ରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରେ – ଏକଥା କୁହାହୋଇଛି ।''

ଅର୍ଥାତ୍ ରେତସ୍ ବା ବୀର୍ଯ୍ୟ ଦୁଇଟି ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଅଂଶକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ହେଲା ଯୌନ-ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟସାଧନ ପାଇଁ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଅଂଶ ସାଧାରଣ କର୍ମଶକ୍ତିର ଭିତ୍ତି ରୂପେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ଏହାକୁ ଯଦି ଯୌନ-ସଂକ୍ରାନ୍ତ କ୍ରିୟାରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ଦିଆ ନ ଯାଏ ତେବେ ଆମ ଭିତରେ ଓଜସ୍‌ର ମାତ୍ରା ବଢ଼ିଯାଏ ଓ ଆମକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ, ନୀରୋଗ ରଖି ଦୀର୍ଘଜୀବୀ କରେ । ଓଜସ୍‌ହିଁ ଆମ ଶରୀରର ସାରବସ୍ତୁ । ତେଣୁ ଯେକୌଣସି ସାଧନା ପାଇଁ ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ତେଣୁ ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାକୁ ଶିଖିବା ଉଚିତ ।

ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ଆବଶ୍ୟକ । ଯୌନ ଶକ୍ତିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉତ୍ତରଣ ଘଟାଇ ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ କରାଯାଇପାରେ । ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ବାଲ୍ୟକାଳରୁହିଁ ଏ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଯେକୌଣସି ବୟସରେ ମଧ୍ୟ ଏପରିକି ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ମଧ୍ୟ କାମ ବାସନାକୁ ଜୟ କରି ଆମେ ଅତିମାନସର ପଥରେ ଆଗେଇଯାଇ ପାରିବୁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରି କାମ ବାସନାରେ ବୁଡ଼ି ରହିଲେ ସାଧକ ଭିତରେ ଭୟଙ୍କର ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟତା ସୃଷ୍ଟି ହେବ । ଫଳରେ ନାନା ରୋଗର ଆକ୍ରମଣ ହେବ । ଅତଏବ ପ୍ରଥମେ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରି ଶେଷରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରିବାକୁ ହେବ । କେବଳ ଅଳ୍ପ ଟିକିଏ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନେଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କଲେ ସେଥିରେ କିଛି ଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆମର ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଗତ ନଭେମ୍ବର ୨୪ ତାରିଖରେ ଦର୍ଶନ ଦିବସରେ ଯେଉଁ ବାଣୀ ବିତରଣ କରାଯାଇଥିଲା ସେଥିରେ ଏହି କଥାହିଁ କୁହାହୋଇଛି ।

''ଯଦି ଆମେ ଚାହୁଁ ଯେ ଏହି ଜୀବନ ଆମକୁ ଦେଉଥିବା ଅଧିକାଂଶ ସୁଯୋଗକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଲାଗି, ଯଦି ଆମେ ଚାହୁଁ ଯେ ଯେଉଁ ଆହ୍ୱାନ ଆମେ ଗ୍ରହଣ କରିଛୁ ଓ ଯେଉଁ ଲକ୍ଷ୍ୟର ଆଭାସ ପାଇଛୁ ତାହା ଲାଭ କରିବାକୁ, ଖାଲି ସେ ଦିଗରେ ସାମାନ୍ୟ ଟିକେ ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ନୁହେଁ, ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଯେ ଆମର ଏକ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମଦାନ ରହିବା ଉଚିତ । ଯୋଗ ସାଧନାରେ ସଫଳତାର ଚାବିକାଠି ରହିଛି ଜୀବନରେ ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ରହିଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ଏହା ଅନ୍ୟତମ ବୋଲି ବିବେଚନା ନ କରିବା, କିନ୍ତୁ ଏହାହିଁ ଜୀବନର ଏକମାତ୍ର ତଥା ଏକାନ୍ତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ଜୀବନର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଶମାତ୍ର ନୁହେଁ ବରଂ ଏହାହିଁ ସମଗ୍ର ଜୀବନ ବୋଲି ବିବେଚନା କରିବା ।'' — ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ

ଯେଉଁମାନେ ଘଟଣାଚକ୍ରରେ ପଡ଼ି ବିବାହ କରିଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ପରେ ଆତ୍ମାର ଡାକରା ପାଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ଆନ୍ତରିକତାର ସହ, ସେମାନେ କ'ଣ ଏହି ଯୋଗର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇ ପାରିବେ ? ବିବାହିତ ଜୀବନ ତାଙ୍କ ସାଧନା ପଥରେ ବାଧା ହେବ ନାହିଁ ତ ?

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହନ୍ତି, ''ସମଗ୍ର ଜୀବନହିଁ ଯୋଗ'' । ମା' କହନ୍ତି, ''ସମସ୍ତ ପଥ ଅତିମାନସର ପଥ ହୋଇପାରେ'' । ଅତଏବ ବିବାହିତ ଜୀବନ କିପରି ଏ ଯୋଗର ବାଧା ହୋଇ ରହିବ ? ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଯୋଗ କରିବାକୁ ହେଲେ ଯେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ବିବାହ

କରିବାକୁ ହେବ ଏପରି ନୁହେଁ । ଏହା ନିର୍ଭର କରେ ଅନ୍ତରାତ୍ମାର ନିର୍ଣ୍ଣୟ ଉପରେ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ବିବାହ ନାମରେ ଯୌନ-କ୍ରିୟାକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ସ୍ୱୀକୃତି ବୋଲି ଧରିନିଏ । ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ଏବେ ମଣିଷ ଯୌନ-କ୍ରିୟା ବିଷୟରେ ସଂଯମ ହରାଇ ପଶୁଠାରୁ ମଧ୍ୟ ହୀନ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ଏପରି ବିବାହିତ ଜୀବନ କେବେହେଲେ ତୁମକୁ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନେଇ ପାରିବ ନାହିଁ— ଏପରିକି ତୁମେ ଯଥାର୍ଥ ମଣିଷ ମଧ୍ୟ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ବିବାହିତ ଜୀବନ ତୁମ ପାଇଁ ନିୟତିର ମାଧ୍ୟମରେ ଭଗବାନ୍‌ହିଁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିଛନ୍ତି ତୁମର ସର୍ବାଙ୍ଗୀଣ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ । ପୃଥିବୀକୁ ଏବଂ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ଜାଣିବା ପାଇଁ ବିବାହିତ ଜୀବନ ତୁମକୁ ବିଶେଷ ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଏ । ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ପରିବାର ଓ ସଂସାରର ବିଭିନ୍ନ କର୍ମ କରିବାର ସୁଯୋଗ ମିଳେ । ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ହେବାର ସୁଯୋଗ ମିଳେ । ତେଣୁ ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ଯୋଗର ସିଦ୍ଧି ହେଲେ ଏହା ସୁଦୂର-ପ୍ରସାରୀ ହୁଏ । ବ୍ୟାପକଭାବେ ସମାଜରେ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ । ତେଣୁ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଯୁଗର ନୂତନ ସମାଜ, ନୂତନ ରାଷ୍ଟ୍ର ନୂତନ ମାନବଜାତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାର ବିଶେଷ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ବିବାହିତ ଜୀବନକୁ ନିମ୍ନତର ଜୀବନ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ବୋଲି ମନେ କରିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ ।

ବାସ୍ତବରେ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସାଧନା ପଥରେ ପରସ୍ପରର ବିରୋଧୀ ନୁହନ୍ତି । ମା'ଙ୍କ କରୁଣା ଫଳରେ ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାମିସ୍ତ୍ରୀ ସାଧନା ପଥରେ ପରସ୍ପରର ସହାୟକ ହୁଅନ୍ତି । ସ୍ୱାମିସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ମିଳନ କେବଳ ଯୌନ-କ୍ରିୟାର କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ଉଭୟଙ୍କର ସର୍ବାଙ୍ଗୀଣ ଉନ୍ନତି ହୋଇଥାଏ । ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମାର୍ଗରେ ଅଗ୍ରଗତି ପାଇଁ ପରସ୍ପର ପରସ୍ପରକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ଉଭୟେ ମିଳି ଜୟ କରନ୍ତି । ବିବାହ ପାଇଁ ଦେଇଥିବା ବାଣୀରେ ମା' ଏହିକଥା କହିଛନ୍ତି :

''ତୁମର ଭୌତିକ ଜୀବନ ଓ ଜାଗତିକ ସ୍ୱାର୍ଥସକଳକୁ ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ରରେ ଗୁନ୍ଥି ଦେବା, ଏକତ୍ର ମିଳି ଜୀବନର ବାଧାବିପତ୍ତି ଓ ସାଫଲ୍ୟ, ଜୟ ଓ ପରାଜୟ ଆଦିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା,— ଏଇ ହେଉଛି ବିବାହର ଅସଲ ଭିତ୍ତି — କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଜାଣିଛ ଯେ ଏତିକି ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ । 'ତୁମ ସମ୍ବେଦନରେ ଏକ ହେବା, ସମାନ ରୁଚିସମ୍ପନ୍ନ ହେବା ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟବୋଧଜନିତ ଆନନ୍ଦର ଉତ୍ସ ଦୁହିଙ୍କର ସମାନ ହେବା, ସମାନ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ଉଭୟେ ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତରରେ ଜଣେ ଅନ୍ୟଜଣକ ଦ୍ୱାରା ଓ ଜଣେ ଅନ୍ୟଜଣକ ପାଇଁ ଏକତ୍ର, ସମଭାବରେ ସ୍ପନ୍ଦିତ ହୋଇଉଠିବା ଏହା ଉତ୍ତମ, ଏହା ଆବଶ୍ୟକ — କିନ୍ତୁ ଏହା ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ ।

''ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ତୁମ ଭାବର ଗଭୀରତାରେ ଏକ ହେବା, ଜୀବନ-ସଂଗ୍ରାମର ଘାତ-ପ୍ରତିଘାତ ସତ୍ତ୍ୱେ ବି ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ତୁମର ସ୍ନେହ ଓ କୋମଳତାର ଅନୁଭୂତି କେବେ

ବି ଦୋହଲି ନ ଯିବା; ବ୍ୟସ୍ତତା, ହୀନ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣତା ଓ ହତାଶା ସତ୍ତ୍ୱେ ବି ସବୁବେଳେ ଓ ସବୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକତ୍ର ରହିବା ପାଇଁ ବହୁତ ଖୁସି ଅନୁଭବ କରିବା; ସକଳ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଜଣକ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଆଉ ଜଣେ ଆରାମ, ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିବା – ଏହା ଉତ୍ତମ, ଅତି ଉତ୍ତମ, ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ – କିନ୍ତୁ ଏହା ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ ।

''ତୁମର ମନକୁ ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ରରେ ଗୁନ୍ଥିବା ଲାଗି ତୁମର ଚିନ୍ତାସକଳକୁ ହେବାକୁ ହେବ ସଙ୍ଗତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ପରସ୍ପରର ପରିପୂରକ, ତୁମ ମାନସିକ କର୍ମ ଓ ମାନସିକ ଆବିଷ୍କାର ସକଳରେ ଉଭୟଙ୍କୁ ହେବାକୁ ହେବ ସମାନ ଅଂଶୀଦାର; ଗୋଟିଏ କଥାରେ କହିଲେ, ଏକ ସଙ୍ଗରେ ମନକୁ ବ୍ୟାପ୍ତ, ବିଶାଳ ଓ ସମୃଦ୍ଧ କରି ସମାନ ଧରଣର ମାନସିକ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ – ଏହା ଉତ୍ତମ, ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ – କିନ୍ତୁ ଏହା ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ ।

''ଏସବୁର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ, ଗଭୀରତମ ଗଭୀରତାରେ, ଅନ୍ତରତମ ଅନ୍ତରରେ, ସତ୍ତାର ଶିଖରରେ, ଜନ୍ମ, ଦେଶ-କାଳ-ପାତ୍ର ଓ ଶିକ୍ଷାର ପରିବେଶରୁ ମୁକ୍ତ ଆମର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିକାଶର ଉତ୍ସ, ହେତୁ ଓ ପ୍ରଭୁସ୍ୱରୂପ ରହିଛନ୍ତି ସତ୍ତାର ଏକ ପରମ ସତ୍ୟ, ଶାଶ୍ୱତ ଜ୍ୟୋତିଃ – ଏହାହିଁ ଦିଅନ୍ତି ଆମ ଜୀବନକୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିଗ୍‌ଦର୍ଶନ; ଇଏହିଁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରନ୍ତି ଆମର ନିୟତି; ଏଇ ଚେତନାରେ ତୁମକୁ ମିଳିତ ହେବାକୁ ହେବ । ନିଜର ଅଭୀପ୍ସା ଓ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖୀ ବିକାଶ ସାଧନରେ ଏକ ହୋଇ ଚାଲିବା, ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାର ପଥରେ ପାଦକୁ ପାଦ ମିଳାଇ ଅଗ୍ରଗତି କରିବା – ଏଇସବୁ ହେଉଛି ସ୍ଥାୟୀ ମିଳନର ସୂତ୍ର ।''

(MCW - 14, p. 312)

ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷଙ୍କର ଏହିପରି ସର୍ବାଙ୍ଗୀଣ ମିଳନ ଦ୍ୱାରାହିଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେବ । ବିବାହିତ ଜୀବନର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ସାଧନରେହିଁ ଚେତନାର ଚରମ ଶିଖରରେ ଆରୋହଣ କରାଯାଇଥାଏ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷଙ୍କ ପରସ୍ପର ସହଯୋଗିତାରେ । କେବଳ ପୁରୁଷ ଜାତି ବା କେବଳ ନାରୀ ଜାତି ଭବିଷ୍ୟତର ଅତିମାନବଜାତିର ନିର୍ମାଣ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ପରସ୍ପରର ସାହାଯ୍ୟ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ସ୍ତ୍ରୀ ଜାତିକୁ ସାଧନା ପଥରେ ଯିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ବିବେଚନା କରାଯାଉଥିଲା । ତଥାପି ଏହି ପ୍ରତିବନ୍ଧକକୁ ଭାଙ୍ଗି ମୀରାବାଈ ଆଦି ଯେଉଁ ନାରୀମାନେ ଏ ପଥରେ ଯାଇଛନ୍ତି ସେମାନେ ସ୍ତ୍ରୀ ଜାତି ପାଇଁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ମହାନ୍ ଆଦର୍ଶ ସ୍ଥାପନ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ସ୍ତ୍ରୀ-ଜାତି ଭିତରେ ବ୍ରହ୍ମ ବା ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଖି ନ ପାରିବାର କାରଣ କ'ଣ ? ଯେଉଁ ସ୍ତ୍ରୀ ଜାତିକୁ ଚଣ୍ଡୀରେ ମାତୃ ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି (ୟା ଦେବୀ ସର୍ବ ଭୂତେଷୁ ମାତୃ ରୂପେଣ ସଂସ୍ଥିତା, ନମଃ ତସୈ ନମଃ ତସୈ ନମଃ ତସୈ ନମୋ ନମଃ) । ଯେଉଁ ମାତୃ ଜାତି ତୁମକୁ ଜନ୍ମ ଦେବା ହେତୁ ତୁମେ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଆସିପାରିଲ, ଯାହାର

ବକ୍ଷର ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରି ଏ ଶରୀର ଧାରଣ କରି ପାରିଛ – ସେହି ମାତୃ ଜାତି ପ୍ରତି ଏତେ ଅବଜ୍ଞା କାହିଁକି ?

ଶ୍ରୀମା ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପୁରୁଷ ଜାତି ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଏହି ଭେଦାଭେଦକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଚାହିଁଛନ୍ତି । ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଭଗବାନଙ୍କ ଦୁହାଇ, ତୁମେ ଭୁଲିଯାଇ ପାରୁ ନ ଯେ ତୁମେ ଜଣେ ଝିଅ କିଂବା ପୁଅ, ଚେଷ୍ଟାକର ଜଣେ ମଣିଷ ହେବା ପାଇଁ ।'' ଏଥିପାଇଁ ମା' ଆଶ୍ରମରେ ପୁଅ ଝିଅମାନଙ୍କୁ ଏକତ୍ର ମିଶିବାର ସୁଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି, ଏକତ୍ର କର୍ମ କରିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ଯେଉଁ ବିବାହିତ ସ୍ୱାମିସ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ସାଧକ ରୂପେ ମା' ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ସେମାନେ ଏକତ୍ର ବାସ କରିପାରିବେ କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଭିତରେ କୌଣସି ଯୌନକ୍ରିୟା ସଙ୍ଗଠିତ ହେବ ନାହିଁ । ସେମାନେ ପରସ୍ପରକୁ ସ୍ୱାମିସ୍ତ୍ରୀ ଭାବରେ ନ ଦେଖି ସାଧକ-ସାଧିକା ଭାବରେ ଦେଖିବେ । ଶୟନ ପାଇଁ ଅଲଗା କୋଠରିର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି ।

ମା' କାହିଁକି ଏପରି ସୁଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି ? କାରଣ ଏକତ୍ର ସାଧନା କଲେ ସେମାନେ ତାଙ୍କ ଚେତନାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ କରିବେ । ସ୍ତ୍ରୀ ଜାତି ଭିତରେ କୋମଳତା ଓ ମାତୃତ୍ୱର ଯେଉଁ ହୃଦୟ ରହିଛି, ସେମାନଙ୍କର ଏ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ଘଟଣାରେ ଏକାତ୍ମତା ଭାବ ଓ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁକୁ ଟିକିନିଖି ଭାବରେ ସଜାଡ଼ି ସୁନ୍ଦର ଓ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ରଖିବାର ସ୍ୱଭାବ – ଏସବୁ ପୁରୁଷଜାତିଙ୍କ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଦରକାର । ପୁରୁଷ ଜାତି ଭିତରେ ଯେଉଁ ସ୍ୱାଭାବିକ ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବ, ଧୈର୍ଯ୍ୟ, ଶକ୍ତି, ସାମର୍ଥ୍ୟ, ବିଚାର ରହିଛି ତାହା ସ୍ତ୍ରୀ ଜାତିଙ୍କ ପାଇଁ ପରିପୂରକ ହେବ । ଶେଷରେ ଉଭୟେ ଅର୍ଦ୍ଧନାରୀଶ୍ୱରରେ ପରିଣତ ହେବେ । ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ ନାରୀ ରୂପରେ ଦେଖିପାରିବ ଓ ନାରୀ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ ପୁରୁଷ ଭାବରେ ଦେଖିପାରିବ – ଏହାହିଁ ହେଲା ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗର ଚେତନାର ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ।

ଆଜି ପ୍ରେମର ନାମରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟଭିଚାର ଚାଲିଛି ସେ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ପ୍ରେମ ଯୌନ-କ୍ରିୟା ନୁହେଁ ।

''ପ୍ରେମ ପ୍ରାଣର ଆକର୍ଷଣ ଏବଂ ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ନୁହେଁ ।

''ପ୍ରେମ ହୃଦୟର ମମତାର କ୍ଷୁଧା ନୁହେଁ ।

''ପ୍ରେମ ହେଲା ସେହି ପରମ ଏକଙ୍କଠାରୁ ସିଧା ଆସୁଥିବା ଶକ୍ତିଶାଳୀ ସ୍ପନ୍ଦନ, ଯାହାକୁ କି ଖୁବ୍ ପବିତ୍ର ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବ୍ୟକ୍ତିହିଁ ଗ୍ରହଣ ଓ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୋଇଥାଏ ।

''ପରିଶୁଦ୍ଧ ହେବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ କେବଳ ସେହି ପରମଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ଦିଗରେ, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦିଗରେ ନୁହେଁ ।'' (MCW - 14, p. 131) ଯେକୌଣସି ପ୍ରେମକୁ ବନ୍ଦ କରିଦେଲେ ମଣିଷର ହୃଦୟ ଶୁଷ୍କ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର

କରାଯିବ । ମା' କହୁଛନ୍ତି ''ତୁମକୁ ଶିଖିବାକୁ ହେବ କିପରି ମହତ୍ତର ପ୍ରେମ କରାଯାଏ : ନିଷ୍ଠାର ସହିତ, ଆତ୍ମଦାନ ସହିତ, ଆତ୍ମ-ନିବୃତ୍ତି ସହିତ; ସଂଘର୍ଷ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ପ୍ରେମ ସହିତ ନୁହେଁ – ଏହାର ବିକୃତ ଅବସ୍ଥା ସହିତ; ସମସ୍ତ ଏକଚାଟିଆ ଭାବ ସହିତ ଆସକ୍ତି, ଅଧିକାରବୋଧ, ଈର୍ଷା ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ଭାବ ଯାହା ଏହିସବୁ ପ୍ରଧାନ ବୃତ୍ତିରୁ ଉଦ୍ରେକ ହୋଇଥାଏ – ଏସବୁ ସହିତ । ଅଧିକାର ଓ ଆଧିପତ୍ୟ ନ ଚାହିଁବା ଏବଂ ନିଜ ଇଚ୍ଛା, ଖିଆଲ ଓ କାମନାକୁ ଆରୋପ କରିବା ଲାଗି ନ ଚାହିଁବା, କିଛି ନେବା ବା ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ନ ଚାହିଁ ଖାଲି ଦେବାକୁ ଚାହିଁବା, ଅନ୍ୟର ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତରରେ ଆଶା ନ ରଖି, କେବଳ ନିଜ ପ୍ରେମରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହିବା; ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାର୍ଥ, ସୁଖ ଓ କାମନାର ପୂର୍ତ୍ତି ପାଇଁ ନୁହେଁ କିନ୍ତୁ ନିଜର ପ୍ରେମ ଓ ମମତାକୁ ଦେଇ ଦେବାରେ ଓ ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତରର ଆଶା ନ ରଖିବାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହିବାକୁ ହେବ ।'' (MCW - 8, p. 302)

ସ୍ୱାମିସ୍ତ୍ରୀ ମଧ୍ୟରେ ଏହିପରି ଆଦର୍ଶ ପ୍ରେମର ଅଭାବ ହେତୁ ଅଧିକାଂଶ ବିବାହିତ ଜୀବନ ସଫଳ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ଅଶାନ୍ତି, ମନାନ୍ତର, ଝଗଡ଼ାଝାଟି ଭରି ରହିଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରି ନ ପାରି ତା' ସହିତ ଲଢ଼ି ଲଢ଼ି ନୟାନ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ କେହି କେହି ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରୁ ପଳାୟନ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଏହା ତା'ର ଅସଲ ସମାଧାନ ନୁହେଁ । ତୁମେ ଯଦି ତୁମର ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ତା'ର ସମାଧାନ କରି ନ ପାରି ପରିବାରଙ୍କୁ ତ୍ୟାଗକର ସୁଖ-ଶାନ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ – ତାହା କେବଳ ସଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯେଉଁସବୁ କାରଣ ପାଇଁ ତୁମେ ସଂସାର ଛାଡ଼ିବାକୁ ଚାହୁଁଛ ସେହି କାରଣ ଆହୁରି ଭୟଙ୍କର ଭାବେ ତୁମକୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରଥମେ ନିଜର ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିବେଶରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସତ୍ୟର ମାଧ୍ୟମରେ ଏହାକୁ ସମାଧାନ କରିବାକୁ ହେବ, ନିଜ ଭିତରେହିଁ ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାର ବୀଜ ନିହିତ ଅଛି । ଏସବୁକୁ ଖୋଜି ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କ ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରି ପାରିଲେ, ତାଙ୍କ ଚରଣରେ ଆଶ୍ରୟ ନେଲେ ଭୟଙ୍କର ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ଅତିକ୍ରମ କରାଯାଇପାରେ । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମର ପରିବେଶ ଯେତେ ବି ବିପରୀତ ହେଉ ନା କାହିଁକି ତୁମେ ସେଥିରେ ବିବ୍ରତ ହୁଅ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ପରିସ୍ଥିତି ପ୍ରଥମେ ତୁମ ଉପରେ ଲଦି ଦିଆହୋଇ ଥାଏ ଏକ ପ୍ରକାର ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ । ଯଦି ତୁମେ ଧୀରସ୍ଥିର ରୁହ ଓ ବିକ୍ଷୁବ୍ଧ ନ ହୁଅ ଏବଂ ଏସବୁ ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ ଆନ୍ତର ଚେତନାରେ ବିବ୍ରତ ନ ହୋଇ ତୁମ ସାଧନା ବଜାୟ ରଖ, ତେବେ ଏହା ତୁମକୁ ତୁମ ପାଇଁ ଦରକାର ହେଉଥିବା ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବ । ଯୋଗର ପଥ ସର୍ବଦା ଆନ୍ତର ଓ ବାହ୍ୟ ବାଧା ବିପତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏସବୁର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ପାଇଁ ଶାନ୍ତି, ସ୍ଥିରତା ଓ ସୁଦୃଢ଼ ଶକ୍ତି ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।'' (*Letters on Yoga - III,* p. 1299)

ବିବାହିତ ଜୀବନର ପ୍ରଥମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି । ଏହି କର୍ମ ଯଦିଓ ଅଜ୍ଞାନ ପ୍ରକୃତି ସମସ୍ତ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କ ଭିତରେ କରି ଚାଲିଛି ତଥାପି ମଣିଷ ଏହି କାମକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିବ୍ୟକର୍ମରେ ପରିଣତ କରି ଜ୍ଞାନର ସହିତ ସମ୍ପନ୍ନ କରି ପାରିବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଗାଢ଼ ତପସ୍ୟାର ଆବଶ୍ୟକ । ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରି ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ଯୌନକ୍ରିୟାକୁ କେବଳ ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି କାମରେ ଲଗାଯିବ । ଏହାହିଁ ଶାସ୍ତ୍ରର ବିଧାନ । ''ପୁତ୍ରାର୍ଥେ କ୍ରିୟତେ ଭାର୍ୟ୍ୟା''— ଏହି ସଂଯମ ସହିତ ବିବାହିତ ଜୀବନରେ ଯୌନକ୍ରିୟାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିଲେ ଆମେ ଭାଗବତ କର୍ମ କରିଥାଉ । ସ୍ୱାମିସ୍ତ୍ରୀ ସନ୍ତାନ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଆସ୍ପୃହା କରି ଦୀର୍ଘଦିନ ବ୍ରତ ପାଳନ କରି ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ ଭଗବାନଙ୍କ ଇଚ୍ଛାରେ ସେହି ଦମ୍ପତି ମାଧ୍ୟମରେ ଅପେକ୍ଷା କରି ରହିଥିବା ଉଚ୍ଚକୋଟିର ଆତ୍ମା ତାଙ୍କର ସନ୍ତାନ ଭାବରେ ଜନ୍ମ ନେଇ ପୃଥିବୀରେ ଭାଗବତ କର୍ମ କରିଥାଏ ଓ ପୃଥିବୀରେ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର ପଥ ପରିଷ୍କାର ହୁଏ । ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିର ମୂଳ ଭିତ୍ତି ହେଲା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ । ଏହାରି ଉପରେହିଁ ସମସ୍ତ ଜୀବନର ସାଫଲ୍ୟ ନିର୍ଭର କରେ — ତାହା ଗାର୍ହସ୍ଥ୍ୟ ହେଉ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ହେଉ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରି, ସତ୍ୟକୁ ଖୋଜିବା ପଥରେ ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ମୁକ୍ତି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତକରେ (ଯାହାକି ଗୀତାର ସମତାର ଅବସ୍ଥା) ସେତେବେଳେ ଆନ୍ତର ପ୍ରେରଣାରେ ସେ ଭଗବତ୍ କର୍ମ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୁଏ । ଏହାପରେହିଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ସେ ଗାର୍ହସ୍ଥ୍ୟ ଜୀବନ ଗ୍ରହଣ କରୁ ବା ନ କରୁ ସେଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ତା'ର ଅସଲ ପଥ ହେଲା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ । ଏହି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଭିତ୍ତିରେହିଁ ସେ ଭଗବତ୍ ସେବା ମନୋଭାବ ସହିତ ସଂସାରର ସମସ୍ତ କର୍ମ କରିଥାଏ — ଏହାହିଁ ଆଦର୍ଶ ଜୀବନ ।

ଯେଉଁମାନେ ଯୁବକ ଅବସ୍ଥାରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରି ସତ୍ୟର ପଥରେ ଚାଲିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହି କେହି ବିବାହ କରିବେ କି ନ କରିବେ — ଏହି ଜଟିଳ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ଘରେ ପିତା-ମାତା ବିବାହ କରିବା ପାଇଁ ଚାପ ଦେଉଛନ୍ତି, ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ପୂର୍ଣ୍ଣମାତ୍ରାରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ପଥରେ ଚାଲିବାର ଅଦମ୍ୟ ପ୍ରେରଣା ଅନ୍ତରରୁ ମିଳୁଛି । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଆମେ କ'ଣ କରିବୁ ? ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ କୌଣସି ନୈତିକ ବା ଧାର୍ମିକ ଦୃଷ୍ଟିରେ ନ ଦେଖି ତା'ର ସମାଧାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ବାପା-ମା'ଙ୍କ କଥାକୁ ଅମାନ୍ୟ କରିବା ଅନୈତିକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତୁମ ଅନ୍ତରାତ୍ମାର କଥା ମାନିବା ସବୁଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଧର୍ମ । ଏହାହିଁ ତୁମର ସ୍ୱଧର୍ମ । ଯଦି ତୁମ କଥାରେ ବାପା-ମା ଏକମତ ନୁହନ୍ତି, ତୁମେ ସେମାନଙ୍କୁ ତୁମର ଆଦର୍ଶର ସତ୍ୟ ଜ୍ଞାନକୁ ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କର । ତୁମେ ଯଦି ତୁମ ନିର୍ଣ୍ଣୟରେ ଏକନିଷ୍ଠ ଥାଅ, ତେବେ ସେମାନେ ଅବଶ୍ୟ ତୁମ କଥା ମାନିବେ । ଭଗବାନଙ୍କ

ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ରଖି ଅପେକ୍ଷା କଲେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍‌ହିଁ ତୁମ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିଦେବେ ।

ଆଉ କେତେକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦେଖାଯାଏ ସେମାନେ ବିବାହ ନ କରି ଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ସମୟରେ କାମ-ବାସନାର ପ୍ରବଳ ବନ୍ୟା ତାଙ୍କୁ ଭସାଇ ନେଉଛି । ମଣିଷ ଏହି ଅଦମ୍ୟ ଆଦିମ ପ୍ରକୃତିର କବଳରେ ପଡ଼ି ସେଥିରୁ ଉଠିବାର ବାଟ ପାଏ ନାହିଁ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହୁଏତ ବିବାହିତ ଜୀବନ ଏକ ସମାଧାନର ପଥ ହୋଇପାରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ବିବାହ ମାଧ୍ୟମରେ ଯୌନକ୍ରିୟାର ଅନୁଭବ ଦ୍ୱାରା ବିରକ୍ତିର ଉଦ୍ରେକ ହେବା ଫଳରେ ଏହାକୁ ଜୟ କରିବାର ପଥ ମିଳିଥାଏ ।

କିନ୍ତୁ ଏପରି ସର୍ପିଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଯିବା କେତେଟା ସମୀଚୀନ ଏ ବିଷୟରେ ସ୍ୱୟଂ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯାହା ବି ହେଉ ବିବାହ କେବେହେଲେ ସାଧନା ପାଇଁ ନିଜକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାର ସିଧା ରାସ୍ତା ନୁହେଁ । ଏହା ଏକ ପରୋକ୍ଷ ରାସ୍ତା ହୋଇପାରେ ଯଦି ବାହ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରକୃତି ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଆସକ୍ତିକୁ ଛିନ୍ନ କରିବା ପାଇଁ ଝିଂଝଟ ଓ ନୈରାଶ୍ୟକୁ ଦରକାର କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ସାଧାରଣତଃ ଏକ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ବିଚ୍ଛେଦରେ ପରିସମାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ,... ।'' (MCW - 14, p. 313)

ସେଥିପାଇଁ ଆଜି ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେବାର ସମୟ ଆସିଛି । ଏହି ନିର୍ଣ୍ଣୟ କ'ଣ ସେବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ତୁମେ ନିଜ ଶରୀରକୁ ପ୍ରକୃତି କବଳରେ ନିଃସହାୟ ଭାବରେ ଛାଡ଼ିଦେଇ ଅବିରାମଭାବେ ତା'ର ଦାବି ପୂରଣ କରି ମଣିଷଜାତିର ବଂଶ ବୃଦ୍ଧି କରିବ ବା ତୁମର ସେହି ଶରୀରକୁ ନୂତନ ଜାତିର ତିଆରି ପାଇଁ ଏକ ପାବଚ୍ଛ ରୂପେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବ – ଏ ଦୁଇ କଥା ଭିତରୁ ତୁମକୁ ଗୋଟିକୁ ଚୂଡ଼ାନ୍ତ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଭାବେ ବାଛି ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ । କାରଣ ଦୁଇଟିକୁ ଏକ ସଙ୍ଗରେ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ; ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମକୁ ବାଛି ନେବାକୁ ହେବ ତୁମେ ଅତୀତର ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିବ ନା ଭବିଷ୍ୟତର ଅତିମାନବତ୍ୱର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହେବ ।'' (MCW - 12, p. 54)

ଛାତ୍ର ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ

ଛାତ୍ର ଜୀବନରେ ଆମେ ଯେଉଁ ଶିକ୍ଷା ଲାଭକରୁ, ତାହାରି ଉପରେହିଁ ଆମ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଜୀବନର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା, ପାରଦର୍ଶିତା, ସଫଳତା ଆଦି ନିର୍ଭର କରେ । ମଣିଷର ସକଳ ସତ୍ତାକୁ ଅର୍ଥାତ୍ ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଆଦିକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଛାତ୍ର ଜୀବନରେହିଁ ବିକାଶ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଯେଉଁ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ ଛାତ୍ରର ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ବିକାଶ ଦିଗରେ

ସାହାଯ୍ୟ କରି ନ ଥାଏ ତାକୁ ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ଶିକ୍ଷାପ୍ରଣାଳୀ ବୋଲି କହିପାରିବୁ ନାହିଁ। ଆଜିର ସ୍କୁଲ୍, କଲେଜର ଶିକ୍ଷାଦାନ ପଦ୍ଧତି କେବଳ ମାନସିକ ଶିକ୍ଷା ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଇଥାଏ । ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷା, ପ୍ରାଣିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ଆତ୍ମିକ ଶିକ୍ଷା ଉପରେ ପ୍ରାୟ ଏହା ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ନ ଥାଏ । ଆଧୁନିକ ଶିକ୍ଷା ପଦ୍ଧତି କେବଳ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ପାଇବା ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ଏବଂ ଏଇ ଶିକ୍ଷାର ପ୍ରଧାନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ଶିକ୍ଷିତ ହୋଇ ବଡ଼ ଚାକିରିଟିଏ କରି ଟଙ୍କା ରୋଜଗାର କରିବା । ଏହି ପ୍ରକାର ଶିକ୍ଷାପଦ୍ଧତି ଆମ ଭାରତବର୍ଷର ନୁହେଁ । ଏହା ଆମକୁ ଇଂରେଜମାନେ ଦେଇଛନ୍ତି । ଆମ ଭାରତର ଶିକ୍ଷାପଦ୍ଧତି ଅତୀତରେ ଏପରି ନ ଥିଲା । ଗୁରୁକୁଳ ଆଶ୍ରମରେ ଛାତ୍ର ବେଦ ଅଧ୍ୟୟନ କରି ମନର ବିକାଶ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି କରି ଶରୀରର ବିକାଶ ସାଧନ କରୁଥିଲା । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରି ନିଜ ଭିତରେ ଥିବା ସୁପ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ଅସୀମ ଶକ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହେଉଥିଲା ଏବଂ ଆଶ୍ରମର ବିଭିନ୍ନ କର୍ମ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରି ନିଜେ କର୍ମକୁଶଳ ହୋଇପାରୁଥିଲା ।

ଆଜି ଆମ ଦେଶରେ ଗୁରୁକୁଳ ଆଶ୍ରମ ଆଉ ନାହିଁ। ଅତୀତ କେବେହେଲେ ଅବିକଳଭାବେ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ପୁରାତନର ଆଦର୍ଶ ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟକୁ ନେଇ ସେ ଅବଶ୍ୟ ଫେରିଆସେ ନୂତନ ରୂପରେ, ନୂତନ ଧାରାରେ । ଆଜି ଓଡ଼ିଶାରେ ଗୁରୁକୁଳ ଶିକ୍ଷା ପଦ୍ଧତି ପୁଣିଥରେ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଶିକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ । କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସଫଳ ହୋଇ ପାରି ନାହିଁ। ଆମେ ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଓ ଆତ୍ମାର ଶିକ୍ଷା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିସାରିଛୁ। କିନ୍ତୁ ଭବିଷ୍ୟତର ଏହି ଶିକ୍ଷା ପଦ୍ଧତିର ଆଦର୍ଶକୁ ପୁରାତନ ଧାରା ଏପରି ଟାଣି ଧରୁଛି ଯେ ଏହାକୁ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ଦେଉ ନାହିଁ। ଆମେ ପୁଣି ପୁରାତନର ମାନସିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ସାର୍ଟିଫିକେଟ୍ ପଦ୍ଧତିକୁ ଛାଡ଼ି ପାରୁ ନାହୁଁ । ଆମେ ଭାବୁ ସାର୍ଟିଫିକେଟ୍ ନ ପାଇଲେ ଆମ ପିଲା ଚାକିରି କରିବ କିପରି ? ଟଙ୍କା ରୋଜଗାର ହେବ କିପରି ? ଶିକ୍ଷାର ମାନଦଣ୍ଡକୁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ଚାକିରି ଓ ଟଙ୍କା ରୋଜଗାର ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ କରିଥିବୁ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯଥାର୍ଥ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗଶିକ୍ଷା ଅସମ୍ଭବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଶିକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଶିକ୍ଷା ସମାପ୍ତ କରି ପିଲାମାନେ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ନ ନେଇ ମଧ୍ୟ ଆଜି ସାରା ପୃଥିବୀରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି ଓ ପୃଥିବୀର ବଡ଼ ବଡ଼ ସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କରେ କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଟଙ୍କା ରୋଜଗାର କରିବା ସେମାନଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନୁହେଁ। ସତ୍ୟର ଆଶ୍ରୟ ନେଇ କର୍ମ ମାଧ୍ୟମରେ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ପୃଥିବୀକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ହେଲା ସେମାନଙ୍କର ଅସଲ ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଅର୍ଥ ଉପାର୍ଜନକୁ ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ବୋଲି ଧରାଯାଏ ନାହିଁ।

ଆଜି ଦେଶରେ ଆଦର୍ଶ ଓ ଚରିତ୍ରବାନ୍ ଲୋକ ପ୍ରାୟ ଦେଖା ଯାଆନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ ସର୍ବତ୍ର ବିକୃତି ଭରି ରହିଛି । କର୍ମରେ ପାରଦର୍ଶିତା ନାହିଁ, କଠିନ କାମ କରିବାର କ୍ଷମତା ନାହିଁ, ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନରେ ସଙ୍ଗତି ନାହିଁ, ଏକାଗ୍ରତା ନାହିଁ, ଶାନ୍ତି ନାହିଁ । ଏପରି ବିକୃତ ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ଆମ ସମାଜର ସମସ୍ତ କାମ ହେଉଛି । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଆମେ ନୂତନ ପୃଥିବୀ କିପରି ଗଢ଼ିବୁ ? ଭାରତ କିପରି ପୃଥିବୀର ଗୁରୁ ହେବ ?

ଭାରତକୁ ପୃଥିବୀର ଗୁରୁଭାର ବହନ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଉପଯୁକ୍ତ ନାଗରିକ ଦରକାର । ଛାତ୍ର ଜୀବନରେହିଁ ଜୀବନକୁ ଗଠନ କରାଯାଏ । ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଶିକ୍ଷାହିଁ ଏହା କରିଥାଏ । ତେଣୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଶିକ୍ଷାର ଯଥାର୍ଥ ଉପଯୋଗ କରିବା ଦରକାର । ଏଥିପାଇଁ ଆଜି ଛାତ୍ର ଜୀବନରୁହିଁ ଆମକୁ ଆମ ଜୀବନର ପ୍ରକୃତ ଲକ୍ଷ୍ୟ କ'ଣ ଓ ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ କିପରି ହାସଲ କରାଯାଇପାରେ – ଏ ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଆଜି ମଣିଷ କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଏକ ସନ୍ଧିକ୍ଷଣରେ ଉପସ୍ଥିତ । ଏକ ଦିଗରେ ପୁରୁଣା ପୃଥିବୀରେ ଭରି ରହିଥିବା ଅସତ୍ୟ, ଅନ୍ୟାୟ, ବିଶୃଙ୍ଖଳାର ତାଣ୍ଡବ ନୃତ୍ୟ, ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ଭବିଷ୍ୟତର ଅତିମାନସ ସତ୍ୟଯୁଗ ଓ ଦେବମାନବର ଆବିର୍ଭାବର ସମ୍ଭାବନା । ବର୍ତ୍ତମାନ ମଣିଷକୁ ବାଛି ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ସେ ପୁରୁଣା ପୃଥିବୀର ବାସିନ୍ଦା ହୋଇ ରହିବ ନା ଭବିଷ୍ୟତର ଦେବମାନବରେ ପରିଣତ ହେବ । ସେ ଯଦି ଏହି ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଯୁଗ ରଚନା ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରେ, ନିଜକୁ ଏହି ମହାନ୍ ନିର୍ମାଣ କାମ ପାଇଁ ସମର୍ପଣ କରେ, ନିଜକୁ ଯନ୍ତ୍ର ରୂପେ ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ଚାହେଁ ତେବେ ତାକୁ ଆଜିର ପୃଥିବୀର ଏହି ବିକୃତ ଅବସ୍ଥାରେ ବିବ୍ରତ ନ ହୋଇ ନିଜକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀମା ଏକ ଶୁକ୍ରବାର ସାନ୍ଧ୍ୟ କ୍ଲାସରେ ଛୋଟ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ କହୁଛନ୍ତି :

''ମୋର ସନ୍ତାନଗଣ, ଯଦି ତୁମେ ନିଜକୁ କହିଥାଅ, 'ମୁଁ ଭଗବାନଙ୍କ ସଙ୍କଳ୍ପକୁ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ଯେତେ ପାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗଭାବେ ଏକ ଯନ୍ତ୍ରରେ ପରିଣତ କରିବାକୁ ଚାହେଁ', ତେବେ ଏହି ଯନ୍ତ୍ରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗଭାବେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ଏହାକୁ ସଂସ୍କୃତିସମ୍ପନ୍ନ, ଶିକ୍ଷିତ ଓ ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହାକୁ ଏକ ଆବଡ଼ାଖାବଡ଼ା ପଥର ପରି ଛାଡ଼ିଦେବାକୁ ହେବ ନାହିଁ । ପଥରରୁ କିଛି ତିଆରି କରିବା ପାଇଁ ତୁମେ ତାକୁ ନିହାଣରେ ଖୁଦାଇ କରିଥାଅ; ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଏକ ଆବଡ଼ାଖାବଡ଼ା ଖଣ୍ଡକୁ ଏକ ସୁନ୍ଦର ହୀରାର ରୂପ ଦେବାକୁ ଚାହଁ, ସେତେବେଳେ ତାକୁ ତୁମେ ଖୁଦାଇ କରିଥାଅ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହିପରି । ଯେତେବେଳେ ତୁମ ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ଶରୀରକୁ ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ସୁନ୍ଦର ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଗଢ଼ିବାକୁ ଚାହଁ ସେତେବେଳେ ତୁମକୁ ଏହାର ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବାକୁ ହେବ; ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଓ ଶୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ହେବ, ଏହା ଭିତରେ ଯାହା ନାହିଁ ତାକୁ

ଆଣି ଭରିଦେବାକୁ ହେବ, ଯାହାସବୁ ଅଛି ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ କରିବାକୁ ହେବ ।''

(*MCW. 5,* P. 48)

ଯେଉଁମାନେ ମହାନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ଏହି ପୃଥିବୀରେ କିଛି ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ । ଏଥିପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରି ତାକୁ ସଞ୍ଚୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ତାଙ୍କ କର୍ମ ପାଇଁ । ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଶକ୍ତି, ତପ ଶକ୍ତି, ସତ୍ୟ ଶକ୍ତି, ମାତୃ ଶକ୍ତି, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତି ଆଦିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ସମାହିତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଆମେ ଏଠାରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତି ବିଷୟରେ କିଛି ଆଲୋଚନା କରିବା । ଯେପରି ଜମିରେ ଫସଲ ଉତ୍ପାଦନର ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ସାର ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ଠିକ୍ ସେହିପରି ମଣିଷର କର୍ମକ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଓଜଃଶକ୍ତି ସାର ଭାବରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମଣିଷର ଶରୀରର ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତା'ର ଜ୍ଞାନ ଓ ବୁଦ୍ଧିର ବିକାଶ କରିଥାଏ । ତା' ଭିତରେ ତପଃଶକ୍ତି ତଥା ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଶକ୍ତିର ଜାଗରଣ ଘଟିଥାଏ । ଏହି ଓଜଃଶକ୍ତିହିଁ ମଣିଷର ବିକାଶ ପାଇଁ ଏକ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଆଜିର ଶିକ୍ଷା ପଦ୍ଧତି ଏହି ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ଏକେବାରେ ମୂକ । ଛାତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଏହି ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ପାଇଁ କୌଣସି ବ୍ୟବସ୍ଥା ନାହିଁ । ତେଣୁ ଆଜିର ଛାତ୍ର ସମାଜ ଅଜ୍ଞାନତାର ସହିତ ଯେତେବେଳେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ତାକୁ ଏ ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ପାଇଁ ତା' ପାଖରେ କେହି ଶିକ୍ଷକ ବା କୌଣସି ଶିକ୍ଷା ପଦ୍ଧତି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ସେ ଅତି ସହଜରେ ସ୍ଖଳନ ପଥରେ ଆଗେଇ ଚାଲେ । ଯେତେବେଳେ ସେ ଏ ବିଷୟରେ ସତର୍କ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ତା' ଶରୀରର ଅନେକ କ୍ଷୟ କ୍ଷତି ହୋଇ ସାରିଥାଏ ଏବଂ ସେ ତା'ର ଓଜଃଶକ୍ତିର ଅସଲ ଉପାଦାନ ବୀର୍ଯ୍ୟ ବା ରେତକୁ ହରାଇଥାଏ । ଏହି ବିପଥରୁ ଫେରିବା ପାଇଁ ତାକୁ ଅନେକ କଷ୍ଟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ମଣିଷର କୌଣସି ଅଭ୍ୟାସ ପ୍ରକୃତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ତାକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ସହଜ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆଜିର ଛାତ୍ର ସମାଜ ସ୍ୱାଧୀନତାର ନାମରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାରିତାର ଯେଉଁ ସ୍ଖଳନ ପଥରେ ମାଡ଼ି ଚାଲିଛି ତାକୁ ଅଟକାଇବ କିଏ ? ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ଓଜଃ ଶକ୍ତିର ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ବିସ୍ତୃତଭାବରେ କହିଛନ୍ତି :

''ଶରୀରର ପ୍ରଧାନ ଉପାଦାନ ହେଲା ରେତସ୍ ଯାହା ଭିତରେ ତେଜସ୍ ଲୁକ୍କାୟିତ ଭାବରେ ନିହିତ ଅଛି; ତେଜସ୍ ହେଲା ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ତାପ-ଆଲୋକ-ବିଦ୍ୟୁତ୍ । ଏହିପରି ଭାବରେ ସମସ୍ତ ତେଜଃ ରେତସ୍ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ଭାବରେ ରହିଛି । ଏହି ରେତସ୍‌ର ବ୍ୟୟ ଶାରୀରିକ ଭାବରେ ହୋଇପାରେ ଅଥବା ଏହି ତେଜ ସଂରକ୍ଷିତ ହୋଇପାରେ । ସବୁପ୍ରକାରର ଆସକ୍ତି, କାମ ବାସନା, ଲାଳସା ଆଦି ଶରୀରର ବାହ୍ୟ

ଶକ୍ତିର କ୍ଷୟସାଧନ କରେ, ସ୍ଥୂଳ ଭାବରେ ବା ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ପ୍ରବାହ ମାଧ୍ୟମରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବରେ । ଅପରପକ୍ଷେ ସକଳ ଆତ୍ମସଂଯମ ତେଜସ୍‌କୁ ରେତସ୍ ମଧ୍ୟରେ ସଂରକ୍ଷଣ କରେ ଏବଂ ସର୍ବଦା ଏହି ସଂରକ୍ଷଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଭୌତିକ ଶରୀରର ପ୍ରୟୋଜନ ହେଲା ସୀମିତ ଏବଂ ତେଜସ୍‌ର ଆଧିକ୍ୟ ଓ ଉଦ୍‌ବୃତ୍ତ ହେତୁ ତାହା ଅନ୍ୟ କାମରେ ଲାଗେ । ପ୍ରାଚୀନ ତତ୍ତ୍ୱ ଅନୁସାରେ ରେତସ୍ ହେଲା ଜଳ ଯାହାକି ଆଲୋକ, ତାପ ଓ ବିଦ୍ୟୁତ୍; ଏକ କଥାରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଏହା ତେଜସ୍‌ରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ରେତସ୍‌ର ଆଧିକ୍ୟ ପ୍ରଥମେ ଉତ୍ତାପ ଓ ତାପସ୍‌ରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଯାହାକି ସମଗ୍ର ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳକୁ ଉଦ୍ଦୀପିତ କରେ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ଆତ୍ମ-ସଂଯମ କଠୋରତାର ସମସ୍ତ ଉପାୟକୁ ତପସ୍ ବା ତପସ୍ୟା କୁହାଯାଏ, କାରଣ ଏହା ତାପ ଓ ଉଦ୍ଦୀପନା ଉତ୍ପାଦନ କରେ ଯାହାକି ଉତ୍ତମ କ୍ରିୟା ଓ ସମସ୍ତ ସାଫଲ୍ୟର ଉତ୍ସ; ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଏହା ତେଜସ୍ ଅଭିମୁଖୀ ହୁଏ, ଏହି ତେଜସ୍ ଆଲୋକ ଓ ଶକ୍ତି ରୂପେ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନର ଉତ୍ସ; ତୃତୀୟତଃ ଏହା ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଅଭିମୁଖୀ ହୁଏ, ଯାହା ବୌଦ୍ଧିକ ବା ଶାରୀରିକ ଯାହା ବି ହେଉନା କାହିଁକି ସମସ୍ତ କର୍ମ-ଶକ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ରିୟାର ମୂଳଦୁଆ । ପୁଣି ବିଦ୍ୟୁତ୍ ମଧ୍ୟରେ ଓଜସ୍ ବା ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ସଂବୃତ ହୋଇ ରହିଥାଏ; ଏହି ପ୍ରଧାନ ଶକ୍ତି ଇଥର୍ ମଧ୍ୟରୁ ଉତ୍ପତ୍ତି ଲାଭ କରିଥାଏ । ଜଳରୁ ତାପସ୍, ତେଜସ୍ ଓ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଏବଂ ବିଦ୍ୟୁତରୁ ତେଜସ୍ ବିଶୋଧିତ ହୋଇ ରେତସ୍ ସମଗ୍ର ଶରୀର ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଦୈହିକ କର୍ମ ଶକ୍ତିରେ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ତେଜୋପୂର୍ଣ୍ଣ ଶକ୍ତିରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କରେ ଏବଂ ଓଜସର ସର୍ବଶେଷ ଭାବେ ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଉଠିଯାଏ ଏବଂ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସେହି ଆଦ୍ୟାଶକ୍ତିଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ ଯାହା ହେଲା ଜଡ଼ର ସବୁଠାରୁ ବିଶୋଧିତ ରୂପ ଓ ଆତ୍ମାର ନିକଟତମ । ଓଜସହିଁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ବା ବୀର୍ଯ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜ୍ଞାନ, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପ୍ରେମ ଓ ବିଶ୍ୱାସ, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ । ତେଣୁ ଏହା ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ହୁଏ ଯେ – ଆମେ ଯେତେ ବେଶୀ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ତାପସ୍, ତେଜସ୍, ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଓ ଓଜସ୍‌ର ସଞ୍ଚୟ ବଢ଼ାଇପାରୁ ସେତେହିଁ ଆମେ ଆମ ଶରୀର, ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଆତ୍ମାର କର୍ମଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ଚରମ ଶକ୍ତି ଦେଇ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ଗଢ଼ି ତୋଳି ପାରିବୁ ।''

(*All India Magazine,* June. 2003)

ଆଜିର ଛାତ୍ର-ଛାତ୍ରୀମାନେ ଜୀବନର କ୍ଷଣିକ ଉତ୍ତେଜନାରେ ନିଜକୁ ହରାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ସେମାନେ ତାଙ୍କର କଳ୍ପନା ଓ ଖିଆଲର ଅଧୀନ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ତୁମେ ତୁମର ଖିଆଲ ମୁତାବକ ଚାଲିବାକୁ ଚାହଁ ତେବେ ତୁମେ କେବେ ବି ନିଜକୁ ଆୟତ୍ତ କରିପାରିବ ନାହିଁ, ତୁମର ଖିଆଲହିଁ ତୁମକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବ କିନ୍ତୁ ତୁମେ ତୁମ ନିଜକୁ ଆୟତ୍ତ କରିପାରିବ ନାହିଁ ।'' (*MCW. 5,* P. 49) ଆଜି ଛାତ୍ରମାନେ ଯଥାର୍ଥ କାମ କରିବାକୁ ଗଲାବେଳେ କ୍ଳାନ୍ତ ଓ ବିରକ୍ତ ଅନୁଭବ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହି କ୍ଳାନ୍ତି

ଓ ବିରକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରୁ ବାହାରି ଯିବା ପାଇଁ ସେମାନେ ନିଜକୁ ତଳକୁ ଖସାଇ ନେଇ ନାନା ପ୍ରକାର କୁକର୍ମ ଓ ବଦ ଅଭ୍ୟାସ ଆଚରଣ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ ଜାଣ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ବିରକ୍ତ (Bore) ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଗୋଟିଏ ପାହାଚ ଉପରକୁ ଯିବା ବଦଳରେ ଗୋଟିଏ ପାହାଚ ତଳକୁ ଖସି ଆସନ୍ତି, ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଯାହା ଥିଲେ ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଖରାପ ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହୁଅନ୍ତି, ଏବଂ ସେମାନେ ଯେତେସବୁ ନିର୍ବୋଧ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥା'ନ୍ତି ଯାହା ଅନ୍ୟମାନେ କରିଥା'ନ୍ତି, ସେମାନେ ଯେତେସବୁ ଅଶ୍ଳୀଳ ଆଚରଣ, ଯେତେସବୁ ହୀନତା ତଥା ଅନ୍ୟ ସବୁକିଛି ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତି – ନିଜକୁ ଖୁସି କରିବା ପାଇଁ । ସେମାନେ ନିଶାସକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ବିଷ ପାନ କରନ୍ତି, ତାଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ସେମାନେ ନଷ୍ଟ କରିଥାଆନ୍ତି, ମସ୍ତିଷ୍କର ଶକ୍ତିକୁ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତି, ଅମାର୍ଜିତ, ଅସଂସ୍କୃତ କଥାସବୁ କୁହନ୍ତି ।''

(*MCW. 5,* P. 51)

କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଅର୍ଥାତ୍ ବିରକ୍ତି ଅନୁଭବ କରିବା ସମୟରେ ଜଣେ ତଳକୁ ନ ଯାଇ ଯଦି ଏକ ପାଦ ଉପରକୁ ଉଠିପାରନ୍ତା ତେବେ ସେ ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଅନେକ କିଛି ମୂଲ୍ୟବାନ କଥା ଲାଭ କରି ପାରନ୍ତା । ତୁମକୁ ସ୍କୁଲ୍ ଯିବା ପାଇଁ ବିରକ୍ତି ବୋଧହୁଏ, ଶିକ୍ଷକଙ୍କ କଥା ଶୁଣିବା ପାଇଁ ବିରକ୍ତ ଲାଗେ, ବାପା-ମା'ଙ୍କର ଉପଦେଶ ଶୁଣିବା ପାଇଁ ବିରକ୍ତ ଲାଗେ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯଦି ସେହି ସମୟରେ ଟିକିଏ ମାତ୍ର ଚେଷ୍ଟାକରି ନିଜକୁ କହି ପାରନ୍ତ, 'ଆଚ୍ଛା ଦେଖାଯାଉ ଏଥିରୁ ମୁଁ କ'ଣ ଶିକ୍ଷା କରିପାରେ ? ମୁଁ ଏଥିରୁ ଅବଶ୍ୟ କିଛି ନା କିଛି ଶିଖି ପାରିବି, ତେବେ ଦେଖିବ ଏହି ବିରକ୍ତିକର ବସ୍ତୁ ତୁମ ପାଇଁ ଆଗ୍ରହଜନକ ହୋଇ ଉଠିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବନରେ ଯିଏ ସର୍ବଦା ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ଚାହେଁ ସିଏ ସବୁ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏହା କରିପାରେ । ତାକୁ କିଛି ବି ପରିସ୍ଥିତି ବିରକ୍ତିକର ଲାଗିବ ନାହିଁ । ଯିଏ ସର୍ବଦା ଅଗ୍ରଗତି କରିବାର ସଙ୍କଳ୍ପ ରଖିଥାଏ ତା'ର ସ୍ଖଳନ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସ୍ଖଳନ ହେଲେ ବି ପୁଣି ଥରେ ଉଠି ଆଗକୁ ଆଗେଇ ଥାଏ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ନ ଚାହଁ, ତୁମେ ବିରକ୍ତ ହୋଇପଡ଼ । ଏହା ଯୁବକ ବା ବୃଦ୍ଧ ସମସ୍ତଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଘଟିଥାଏ । କାରଣ ଆମେ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅଛୁ ଅଗ୍ରଗତି କରିବା ପାଇଁ । ଯଦି ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମିନିଟ୍‌ରେ ଅଗ୍ରଗତି ନ କରୁ ତେବେ ବାସ୍ତବରେ ଏହାହିଁ ହେଲା ବିରକ୍ତି ଓ ନୀରସତା ।'' (*MCW. 5,* P. 49)

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନର ଏକମାତ୍ର ପ୍ରଧାନ ଉପାୟ ହେଲା ସର୍ବଦା ଅଗ୍ରଗତି କରିବା, ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବନକୁ ବିକାଶ କରିବା ପାଇଁ, ଶରୀରକୁ ଉପଯୁକ୍ତଭାବେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ସେଥିରେ ଲାଗି ରହିବା । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଗଠନଶୀଳ କାମରେ ଲାଗି ରହିଥାଉ ସେତେବେଳେ ନିଜକୁ ତଳକୁ ଖସାଇବାର ଅବକାଶ ଆମର ନ ଥାଏ ।

ହେ ପ୍ରିୟ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ବୃନ୍ଦ ! ଆଜି ତୁମ୍ଭେମାନେ ପୃଥିବୀ-ପୃଷ୍ଠରେ ଜନ୍ମ ନେଇଛ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଶେଷ କୃପା ଫଳରେ । ଭବିଷ୍ୟତର ପୃଥିବୀକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ତୁମ୍ଭମାନଙ୍କର ଆତ୍ମା ଏହି ବିକୃତିଭରା ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ନେବାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛି । ଏହି ଭୟଙ୍କର ପୁଣି ମହିମମୟ ଯୁଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସମୟରେ ନିଜର ଦିବ୍ୟକର୍ମ କରିବାର ସୌଭାଗ୍ୟକୁ ତୁମର ଆତ୍ମା ଲକ୍ଷ୍ୟ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରି ଏହି ସମୟଟିକୁ ନିଜେହିଁ ବାଛି ନେଇଛି । କିନ୍ତୁ ତୁମର ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ଏ ପୃଥିବୀର ଚାକଚକ୍ୟରେ ଭୋଳ ହୋଇ ତୁମେ ପ୍ରାୟତଃ ଅଜ୍ଞାନତା ଭିତରେ ବୁଡ଼ିରହି ଲକ୍ଷ୍ୟହୀନ ଭାବେ ତୁମ ବାହ୍ୟ ଜୀବନର ଚାହିଦା ମେଣ୍ଟାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରି ଆସୁଛ । ତୁମେ ତୁମର ଆତ୍ମାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ବିଷୟରେ ଏବେ ବି ସଚେତନ ହୋଇ ନ । ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ ଯେତେଶୀଘ୍ର ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟ ବିଷୟରେ ତୁମେ ସଚେତନ ହେବ ସେତେଶୀଘ୍ର ତୁମ ଜୀବନର ଗତିପଥ ବଦଳିଯାଇ ତୁମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ମହାନ୍ ସତ୍ୟ ଓ ଶକ୍ତି ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇ ତା'ର ପରିପ୍ରକାଶ ପାଇଁ ପ୍ରେରଣା ପାଇବ, ଏବଂ ନିଜକୁ ଏହି ମହାନ୍ ଗଠନଶୀଳ କାମରେ ଉପଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବ । ତୁମ୍ଭେମାନେ ମା'ଙ୍କର ବୀର ଓ ଯୋଦ୍ଧା ସନ୍ତାନ । ତୁମ୍ଭେମାନେହିଁ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଦିବ୍ୟଯୁଗ ରଚନା କରିବ, ଅତିମାନବର ଆବିର୍ଭାବ ପାଇଁ କର୍ମ କରିବ । ମା'ଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦ ସର୍ବଦା ତୁମ୍ଭମାନଙ୍କ ସହିତ ରହିଛି ଓ ରହିବ ।

ସମତାର ଯୋଗ

କୁରୁକ୍ଷେତ୍ର ଯୁଦ୍ଧରେ ଅସତ୍ୟ ବିରୋଧରେ ଯୁଦ୍ଧରେ ବ୍ରତୀ କରିବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ କର୍ମ-ଯୋଗର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ, ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଭଗବତ୍ କର୍ମ ସମ୍ପାଦନ କରିବାର ଯଥାର୍ଥ କ୍ଷମତା ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲା । ଆଜି ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ଯେଉଁ ଯୁଦ୍ଧ ରଚିତ ହୋଇଛି ତାହା ମହାଭାରତ ଯୁଦ୍ଧଠାରୁ ବହୁଗୁଣରେ ଭୟାବହ ଓ ଦୀର୍ଘକ୍ଷଣ ସ୍ଥାୟୀ । ଭବିଷ୍ୟତର ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଏହି ଯୁଦ୍ଧକ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପନୀତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏହାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ କେବଳ ଏକମାତ୍ର ମୁଖ୍ୟ କର୍ମ ରହିଛି – ତାହାହେଲା ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର, ଆଉ ସମସ୍ତ କର୍ମ ଗୌଣ । ଏହି ମହାନ୍ ଦିବ୍ୟକର୍ମକୁ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଅବଶ୍ୟ ଯଥାର୍ଥ କର୍ମଯୋଗର ଉପାୟ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ସମୟରେ ତାଙ୍କର ଶତ୍ରୁମାନେ ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ଆମର ଅଜସ୍ର ଶତ୍ରୁ ଅସୁର, ରାକ୍ଷସ ଓ ପିଶାଚ ଆଦି ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ସ୍ଥୂଳ ଭାବରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ନୁହନ୍ତି । ସେମାନେ ଆମ ଭିତରେ ଓ

ବାହାରେ ଅଦୃଶ୍ୟ ଭାବରେ ରହି ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନବ ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ବିରୋଧରେ ଖଡ଼୍ଗହସ୍ତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି – ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମର ସଙ୍କଳ୍ପକୁ ବ୍ୟର୍ଥ କରିଦେବା ପାଇଁ । ତେଣୁ ଆମକୁ ଶରୀର ଉପରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ କ୍ରିୟା କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ସମତାର ଯୋଗ ଶିଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ଓ ଅହଂକାରକୁ ଆମେ କେବେହେଲେ ଜୟ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ଆମ ଭିତରେ ଯଥାର୍ଥ ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇ ପାରିଲେ ଆମେ ଆମ ଯୋଗର ସକଳ ସିଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ହାସଲ କରିପାରିବୁ । ତେଣୁ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ ସମତା କ'ଣ, ତାହା ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ସମତାର ଅର୍ଥ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଅଳ୍ପ ବହୁତେ ଜାଣିଛୁ । ଏହାର ଗଭୀର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ସମତାର ଅର୍ଥ ହେଲା ଏକ ସ୍ଥିର ଓ ଅଚଞ୍ଚଳ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ, ଏହାର ଅର୍ଥ ତୁମ ପାଇଁ ଯାହା ଘଟେ ଓ ତୁମକୁ ଯାହା କୁହାଯାଏ କିଂବା କରାଯାଏ ସେଥିରେ ବିଚଳିତ ନ ହେବା, ଏହା ତୁମକୁ ଯେପରି ସ୍ପର୍ଶ କରି ନ ପାରେ କିନ୍ତୁ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଏକ ସିଧାସଳଖ ଦୃଷ୍ଟି ଦ୍ୱାରା ଦେଖିବାକୁ ହେବ ଯାହାକି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବରାଜି ଦ୍ୱାରା ବିକୃତ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ଏବଂ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯିବ ଏଗୁଡ଼ିକର ପଛରେ କ'ଣ ଅଛି, କାହିଁକି ଏଗୁଡ଼ିକ ଘଟେ, ଏଗୁଡ଼ିକରୁ କ'ଣ ଶିକ୍ଷା ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ, ଆମ ଭିତରେ କ'ଣ ରହିଛି ଯାହା ବିରୋଧରେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଆସୁଛି ଏବଂ ଏମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମ ଆନ୍ତର ଅଗ୍ରଗତି କ'ଣ ହୋଇପାରେ; ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରାଣର ଗତିବୃତ୍ତି ଉପରେ ଆତ୍ମସଂଯମ ଆଣିବା,– କ୍ରୋଧ, ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା ଏବଂ ଗର୍ବ ଓ କାମନା ଆଦି,– ଯାହାକି ଆମର ଅନ୍ତରର ଆବେଗମୟ ସତ୍ତାକୁ କାବୁ କରି ନ ପାରେ ଏବଂ ଆମର ଶାନ୍ତି ଭଙ୍ଗ କରି ନ ପାରେ, ଏହିସବୁ ଆବେଗର ପ୍ରଭାବରେ ପଡ଼ି ଯେପରି କିଛି କୁହା ନ ଯାଏ ବା କରା ନ ଯାଏ, ସର୍ବଦା ଆନ୍ତର ସ୍ଥିତି ଧୀର ସ୍ଥିର ଆତ୍ମସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟରେ ରହି ଯାହାକିଛି କୁହାଯିବ ଓ କରାଯିବ । ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଓ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ଏପରି ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଆମେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଏ ଦିଗରେ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଆମ ଆନ୍ତର ଓ ବାହ୍ୟ ଗତିବୃତ୍ତିରେ ଏହା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଲାଭ କରିପାରେ ।''

(SABCL - 23, P. 661)

ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯୌଗିକ ସମତା ହେଲା ଆତ୍ମାର ସମତା, ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ ସର୍ବତ୍ର ଏକ ଆତ୍ମା ଓ ଏକ ଭଗବାନ୍ ରହିଛନ୍ତି ଏହି ବୋଧ ଉପରେ ଓ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରେ । ସକଳ ବୈଷମ୍ୟ, ତାରତମ୍ୟ, ବିଭେଦ ସତ୍ତ୍ୱେ ସେହି ଏକ ଅଦ୍ୱିତୀୟଙ୍କୁ ଦେଖିବା ଉପରେ ।''

(All India Magazine, Feb. - 2001, P. 4)

ସମତାର ସାଧନା ସୁଦୂର ପ୍ରସାରୀ । ଆମ ଆତ୍ମା ଭିତରେ ସ୍ୱୟଂ ବିଶ୍ୱ ଜନନୀ ମା' ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଦିଗରେ ନେଇଯାଉଛନ୍ତି ।

ଆମର ଆତ୍ମା ଯାହା ହୋଇପାରିଛି ଆମର ସକଳ ସତ୍ତା ତାହାହିଁ ହୋଇ ଉଠିବା ହେଲା ସମତା ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଯାହାକୁ ଆମେ ଚୈତ୍ୟ ସିଦ୍ଧି କହୁ । ଶେଷରେ ଭଗବାନ୍ ଯାହା ହୋଇଛନ୍ତି ଆମେ ତାହାହିଁ ହୋଇ ଉଠିବା ହେଲା ସମତା ସାଧନାର ଅନ୍ୟତମ ଦିଗ ଯାହାକୁ ଆମେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସିଦ୍ଧି କହୁ । ଏସବୁର ପରେ ଯାହା ଏବେ ବି ଏ ପୃଥିବୀରେ ହୋଇପାରି ନାହିଁ ଯାହାକି ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମାର ଗୁଣଧର୍ମ ଆଚରଣ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇ; ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟ-ଜରା ବ୍ୟାଧିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଅମରତ୍ୱର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିପାରିବ ଓ ଅତିମାନବର ଜନ୍ମର ପଥ ରଚନା କରିବ । ଏସବୁ ଅତିମାନସ ସିଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ଏହି ସମତା ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବ ହେବ । ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ଆମ ଶରୀର ରଥର ସାରଥି ହୋଇ ଆମକୁ ଏହି ଅଜଣା ସିଦ୍ଧି ଦିଗରେ ନେଇଯିବେ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ତାଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ଭକ୍ତ ହୋଇ ତାଙ୍କ ଆଦେଶ ପାଳନର ଦିବ୍ୟକର୍ମ କରିବୁ । ଏହାହିଁ ହେବ ଆମ ଜୀବନର ଯଥାର୍ଥ ପୂଜା ଓ ତ୍ୟାଗ । ଏହା ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ ହେବ କେବଳ ସମତାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦ୍ୱାରା ।

ତେଣୁ ଚାଲ ଆମେ ସମସ୍ତେ ସମତାର ଏହି ସିଦ୍ଧିକୁ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା । କେବଳ ସମତା ବିଷୟରେ ଜାଣିଗଲେ ଯେ ଆମ ଭିତରେ ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଯିବ – ଏପରି ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ଦୀର୍ଘ ଦିନର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଦରକାର । ପ୍ରଥମେ ସବୁକିଛି ଜାଣିବା ଭଲ, ପରେ ଏଥିପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ହେଲା ଅନେକ ଭଲ ଏବଂ ଶେଷରେ ଆମେ ଯାହା ଚାହୁଁ ତାହା ହୋଇଉଠିବା ହେଲା ଉତ୍ତମ । ଏହି ସମତାର ସାଧନା କିପରି କରିବାକୁ ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ଫଳ କ'ଣ ହୁଏ – ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ବିଷଦ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି – (SABCL - 21, P. 681 to 691) ଏହା ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଭାବରେ ଏଠାରେ ପ୍ରକାଶ କରାଗଲା ।

ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ଦୁଇଟି ଦିଗ ରହିଛି । ଗୋଟିଏ ହେଲା ନିଷ୍କ୍ରିୟ ସମତା ଓ ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ସକ୍ରିୟ ସମତା । ପ୍ରଥମ ଉପାୟଟି ଆମକୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟାରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଭଗବାନଙ୍କ ଶାନ୍ତି ଓ ସ୍ଥିରତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିଗରେ ନେଇଯାଏ । ଅନ୍ୟ ଉପାୟଟି ଦ୍ୱାରା ଆମେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିରୁ ଉଠିଯାଇ ଭଗବାନଙ୍କ ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରକୃତିରେ ବାସ କରୁ । ସେଠାରେ ରହି ଭଗବାନଙ୍କ ଦିବ୍ୟ ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନ, ସଂକଳ୍ପ ଓ ଆନନ୍ଦ ଦ୍ୱାରା ବିଶ୍ୱ ଜଗତରେ କର୍ମ କରିଥାଉ । ତେଣୁ ପ୍ରଥମ ଉପାୟଟିକୁ ଆମେ ନକାରାତ୍ମକ ସମତା ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାୟଟିକୁ ସକାରାତ୍ମକ ସମତା ବୋଲି କହିଥାଉ । ପ୍ରଥମଟି ଦ୍ୱାରା ସାଧକ ଅଜ୍ଞାନତାର ଏହି ସକ୍ରିୟ ଜଗତକୁ ଛାଡ଼ି ବ୍ରହ୍ମରେ ବାସ କରି ଅନନ୍ତ ଶାନ୍ତି ପାଇଥାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାୟରେ ମଧ୍ୟ ସାଧକ ଅନନ୍ତ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦରେ ବାସ କରେ କିନ୍ତୁ ପୃଥିବୀକୁ ନ ଛାଡ଼ି – ଏହି ଜୀବନରେ ଦିବ୍ୟ କର୍ମରେ ବ୍ରତୀ ହୁଏ ।

ନିଷ୍କ୍ରିୟ ସମତା :

ଏହି ସମତା ସାଧନାର ତିନୋଟି ଦିଗ ରହିଛି ।

(କ) ସହ୍ୟ କରିବାର ମନୋଭାବ (ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତିର ପଥ)

ଆମ ଚତୁର୍ଦିଗରୁ ଆସୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସଂଘର୍ଷ, ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ ପ୍ରବାହ ଓ ସମ୍ମୋହନ ଆମକୁ ଅଧିକାର କରିଥାଏ ଓ ଆମକୁ ତା'ର କ୍ରିୟାଶୀଳ ଭାବ ଓ ବିଚାରକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ କରିଥାଏ । ଆମର ଆତ୍ମା ଏସବୁଥିରୁ ପଳାୟନ କରିବା ବଦଳରେ ଏହାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ନିଜକୁ ଏସବୁ ଅପ୍ରୀତିକର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ । ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ସହ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ନିଜ ଭିତରେ ସମତାର ପ୍ରାଚୀର ଗଢ଼ିଥାଏ ଶାନ୍ତ ଓ ନିରବ ରହି । ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ସାଧକର ତିନୋଟି ସଫଳତା ଆସିଥାଏ ।

୧. ପ୍ରଥମେ ସେ ଦେଖେ ଯେଉଁ ଦୁଃଖ ଯନ୍ତ୍ରଣାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସହ୍ୟ କରି ପାରୁ ନ ଥିଲା ଏବେ ତାହା ଅତି ସହଜରେ ସହ୍ୟ କରିପାରୁଛି । ଏପରି କି ଅଧିକତମ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ କଠୋରତାଯୁକ୍ତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକୁ ସହ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ତା' ଭିତରେ ଅଧିକ ଶକ୍ତିର ସଞ୍ଚାର ହୋଇଛି ।

୨. ଏହା ଦେଖାଯାଏ ଯେ ସାଧକର ସଚେତନ ପ୍ରକୃତି ଦୁଇ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ ହୁଏ । ପ୍ରଥମଟି ହେଲା ସାଧାରଣ ମାନସିକ ଓ ପ୍ରାଣିକ ପ୍ରକୃତି ଯେଉଁଠି ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ପ୍ରକୃତି କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୁଏ ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ଉଚ୍ଚତର ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ଓ ବିଚାର ଯାହାକି ଏସବୁକୁ ଦେଖୁଥାଏ କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ ଲିପ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଏ ବା ଏହାକୁ ନିଜର ବୋଲି ମାନିବାକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ସେ ଅନୁମତି ଦେଇ ନ ଥାଏ ବା ଏଥିରେ ଭାଗ ନେଇ ନ ଥାଏ । ଏପରି ହେବା ଦ୍ୱାରା ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ତା'ର ଶକ୍ତିର ହ୍ରାସ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ଏବଂ ଶେଷରେ ଏହି ଜାଗ୍ରତ୍ ସମତା, ଶାନ୍ତିର ଶକ୍ତି ନିକଟରେ ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତି ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିଥାଏ ।

୩. ଏହିପରି ଭାବରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଯେତେବେଳେ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱର ଶାନ୍ତି, ନିରବତା ଓ ଶକ୍ତି ଆମର ମନ, ପ୍ରାଣ ତଥା ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କରେ ଅବତରଣ କରେ ସେତେବେଳେ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ତୃତୀୟ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ତାହାହେଲା ନିଜକୁ ଅଲଗା କରି ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବାର ଶକ୍ତି ।

ଏହି ପ୍ରଥମ ଉପାୟଟି ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଯେ ଦୁଃଖଦାୟକ ଘଟଣାରେ ସମତା ଅଣାଯିବ ତାହା ନୁହେଁ, ସୁଖଦାୟକ ଘଟଣାରେ ମଧ୍ୟ ସମତା ରକ୍ଷା କରାଯିବ । ଆମର

ଆନ୍ତର ଚେତନା ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ଏହିସବୁ ଭଲ ମନ୍ଦ ଘଟଣାରେ ଭାସିଯିବା ପାଇଁ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବ ।

(ଖ) ନିର୍ଲିପ୍ତତାର ମନୋଭାବ (ଜ୍ଞାନର ପଥ)

ଏହି ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାୟଟି ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ଅପେକ୍ଷା ବେଶୀ ଭାବରେ ଜ୍ଞାନ ମାଧ୍ୟମରେ କାମ କରିଥାଏ । ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଆବେଗସବୁର ଆକର୍ଷଣ ଓ ବିକର୍ଷଣକୁ ସେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥାଏ । ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ଏହିସବୁ ଆବେଗକୁ ସେ ମାୟା ଭାବରେ ବୁଝିଥାଏ ଯାହାକି ଅନ୍ତରସ୍ଥ ସ୍ଥିର ଚେତନା ପାଇଁ ମୂଲ୍ୟହୀନ ବୋଲି ବୋଧ କରିଥାଏ । ଏହା କାମନାବାସନାରେ ମନକୁ ଲିପ୍ତ ହେବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ଅହଂକାର ବସ୍ତୁର ଭଲ ମନ୍ଦ ଅବସ୍ଥାକୁ ବରଣ କରିଥାଏ ତାକୁ ସେ ବର୍ଜନ କରେ । କାମନାବାସନା ସ୍ଥାନରେ ଏହା ଏକ ନିର୍ଲିପ୍ତ ଶାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରେ, ଅହଂର ସ୍ଥାନରେ ନିଜର ଯଥାର୍ଥ ଓ ଅସଲ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରେ ଯାହାକି କେବେ ବି ପୃଥିବୀର ଭଲ, ମନ୍ଦ ଆଘାତରେ ବିରକ୍ତ ଓ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହି ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଯେ ଆବେଗମୟ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରାଯିବ ତାହା ନୁହେଁ, ତାହା ସହିତ ଆମର ବୁଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ଅଜ୍ଞାନତାକୁ ବର୍ଜନ କରି, କ୍ଷୁଦ୍ର ଜ୍ଞାନରୁ ବାହାରି ଆସି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଦିଗରେ ଗତି କରି ସେହି ଅନନ୍ତ ସତ୍ୟର ଜ୍ଞାନ ଦିଗରେ ଯାତ୍ରା କରିବ ଯାହାକି କେବେ ବି ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ଉପାୟର ମଧ୍ୟ ତିନୋଟି ସାଫଲ୍ୟ ରହିଛି ।

୧. ଏହା ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଆମର ବାହ୍ୟ ମନ ଜୀବନର କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ସୁଖ ପାଇବା ଦିଗରେ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଆନ୍ତର ଚେତନାରେ ଏସବୁର ଦରକାରିତା ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ଏହିସବୁ ସୁଖ ଦୁଃଖକୁ ଆନ୍ତର ଚେତନା କେବଳ ବର୍ଜନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଅଭ୍ୟାସର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ ।

୨. ଏଠାରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ନିମ୍ନ ଓ ବାହ୍ୟ ମାନସିକ ସତ୍ତାରେ ଦୁଇଟି ଭାଗ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଗୋଟିଏ ଭାଗ ଅଭ୍ୟାସର ପ୍ରବଳତାରେ ଭାସିଯାଇ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ବରଣ କରେ ଅନ୍ୟ ଭାଗଟି ବିଚାର ବୁଦ୍ଧି ଓ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତିର ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ପଛକୁ ଘୁଞ୍ଚି ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୁଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ଆନ୍ତର ଶାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ ଯାହାକି ନିମ୍ନ ସତ୍ତାର କ୍ରିୟାବଳୀକୁ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଭାବରେ ଦେଖୁଥାଏ ଏଥିରେ ଭାଗ ନ ନେଇ । ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ହୁଏତ ଉଚ୍ଚତର ବୁଦ୍ଧି ଓ ବିଚାର ଖଣ୍ଡିତ ହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଶାନ୍ତି ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ଏହି ଆକର୍ଷଣରୁ ଆମେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଉ ।

୩. ଆମ ଭିତରେ ଏକ ସୁଦୂର ପ୍ରସାରୀ ଅଖଣ୍ଡ ସ୍ଥିରତା, ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରତିଷ୍ଠା

ହୁଏ ଯାହାକି ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଆତ୍ମସ୍ୱୀକୃତ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଅନନ୍ତଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶର ଚିରସ୍ଥାୟୀ ଆନନ୍ଦ ଓ ସୁଖ ବାହାରର ଏହି କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସୁଖର ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ । ବ୍ରହ୍ମ-ସଂସ୍ପର୍ଶମ୍ ସୁଖମ୍ ଅସ୍ନୁତେ (bramhma-samspars'am sukham asnute) ଆତ୍ମା ଆତ୍ମରତି (a'tmaratih) ରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ ସେହି ଏକ ଭଗବତ୍ ଆନନ୍ଦର ଅନନ୍ତତା ମଧ୍ୟରେ । ସେତେବେଳେ ଆଉ ବାହାରର ସୁଖ ଓ ଦୁଃଖ ତାକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏହା ସେତେବେଳେ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ କେବଳ ଏକ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଭାବରେ ତା'ର କ୍ରିୟା ଓ ଲୀଳାକୁ ଦେଖିଥାଏ – ଏଥିରେ ଭାଗ ନ ନେଇ ।

(ଗ) ଭଗବତ୍ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ନିକଟରେ ସମର୍ପଣର ମନୋଭାବ (ଅନ୍ତରର ପଥ)

ନିଷ୍କ୍ରିୟ ସମତା ସାଧନାର ତୃତୀୟ ଉପାୟଟି ହେଲା ଅନ୍ତରର ଭକ୍ତି ଭାବର ଉପାୟ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିଥାଉ ସେତେବେଳେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଏ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ଘଟଣା ତାଙ୍କରି ଇଚ୍ଛାରେହିଁ ଘଟିତ ହେଉଛି । ସମତା ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ଏହି ଉପାୟଟି ହେଲା ଭକ୍ତିର ଉପାୟ । ଭକ୍ତିର ମାଧ୍ୟମରେ ଅହଂକାରର ଗଣ୍ଠି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚାହିଦାର ବିଲୋପ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଆଉ ବସ୍ତୁ ସକଳରୁ ମିଳୁଥିବା ସୁଖ ବା ଦୁଃଖରେ ବନ୍ଧା ହୋଇ ରହି ନ ଥାଉ । ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ବରଣ କରିଥାଉ ବିନା ଆଗ୍ରହରେ ବା ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବାର କଷ୍ଟ କରି ନ ଥାଉ ବରଂ ଏସବୁକୁ ଆମ ଅନ୍ତରରେ ଥିବା ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିଥାଉ । ଏସବୁ କ୍ରିୟାର ଫଳ ଉପରେ ଆମେ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ନ ଥାଉ । ଆମେ କେବଳ ଅସଲ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଧାରଣ କରିଥାଉ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ତାଙ୍କର ଅନନ୍ତ ବିଶ୍ୱ ସତ୍ତାରେ ଏକୀଭୂତ ହୋଇପାରିବୁ । ଆମେ ଯେପରି ତାଙ୍କରି ଯନ୍ତ୍ର, ଦାସ ଓ ଭକ୍ତ ହୋଇ ତାଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇପାରିବୁ । ଏହି ଉପାୟରେ ମଧ୍ୟ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ନିମ୍ନର ଅଭ୍ୟାସଗତ ମନ ଓ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ କରିଥିବା ଉଚ୍ଚତର ଚୈତ୍ୟିକ ମନ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବିଭେଦ ଲାଗି ରହିବ । କିନ୍ତୁ ଶେଷରେ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରେମ ଓ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ବିକୃତିକୁ ଲୋପ କରିପାରିଥାଏ ।

ସକ୍ରିୟ ଓ ସକାରାତ୍ମକ ସମତା :

ଆମେ ପୃଥିବୀରୁ ପଳାୟନ କରି, ନିଜକୁ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଏହା ପ୍ରତି ନିର୍ଲିପ୍ତ ହୋଇ ରହିବା ବଦଳରେ ସକ୍ରିୟ ସମତାର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରି, ଏହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ଏହାକୁ ଅଧିକାର କରିଥାଉ ନିରବ ଆତ୍ମାର ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ । ଏହା ସମ୍ଭବପର ହୋଇଥାଏ କାରଣ ଏ ପୃଥିବୀ, ପ୍ରକୃତି ଓ ସେମାନଙ୍କ କ୍ରିୟା ଏକ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ

ଅଂଶ ନୁହେଁ, ବରଂ ଏସବୁ ହେଲା ସେହି ପରମ ସତ୍ତା ବା ଆତ୍ମା ବା ଭଗବାନଙ୍କର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ମାତ୍ର । ଏହି ସମତାର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଶ୍ୱ-ଆତ୍ମାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚେତନା ସହିତ ଫେରି ସଂସାରର ସକଳ ବସ୍ତୁକୁ ଭଗବତ୍ ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଉ ।

ଏହି ସମତା ସାଧନର ଉପାୟ ହେଲା ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଏକ ନୂତନ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ହେବ ଯାହା ହେଲା ଏକତାର ଜ୍ଞାନ । ଏହି ଉପାୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ସକଳ ବସ୍ତୁ ଭିତରେ ନିଜକୁ ଦେଖୁ, ଭଗବାନଙ୍କ ଭିତରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଖୁ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଏହି ବିଶ୍ୱର ସକଳ ଗତିବୃତ୍ତି, ସକଳ ଘଟଣା, ସମସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ହେଲା ସେହି ପରମଙ୍କର ଛଦ୍ମବେଶ, ସେହି ଏକହିଁ ପରମା ଶକ୍ତିଙ୍କ ଗତିବୃତ୍ତି, କେବଳ ଏକହିଁ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଯାହା ଭଗବତ୍ ଜ୍ଞାନ ସମ୍ଭୂତ । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଆଧାରରେ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ବିଶାଳ ଜ୍ଞାନର ବିକାଶ ହୁଏ ଯାହାକି ସବୁକିଛିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ । ସେତେବେଳେ ଆମର ଆତ୍ମା ଓ ମନର ଆଉ ବାଧା ରହେ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଆମ ବିଶ୍ୱଗତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ଭିତରେ ନିଜ ବିଶ୍ୱ ସତ୍ତାଙ୍କୁହିଁ ଦେଖିଥାଉ, ଅନୁଭବ କରିଥାଉ, ଯାହା ଭିତରେ ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଓ ଗତିବୃତ୍ତିକୁ ନିଜର ବୋଲି ଅନୁଭବ କରୁ । ତେଣୁ ସକଳ ପ୍ରାଣୀ, ସକଳ ବସ୍ତୁ ନିଜର ଆପଣାର ମନେହେବ । ଏହା ଆମ ଅହଂକାରର ସତ୍ତା ନୁହେଁ । ସେତେବେଳେ ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅହଂକାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ଦୂରରେ ରହିଥାଏ, ତା' ନ ହେଲେ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣତା କେବେ ବି ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନ ଥାଆନ୍ତା । ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋର ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଏହି ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କର୍ମ କରିବାର ଏକ କେନ୍ଦ୍ର ହୋଇଉଠେ । ଏହି କେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ସହିତ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁ ସହିତ ଅତି ଘନିଷ୍ଠ ଭାବେ ସମ୍ପର୍କିତ ହୋଇ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ ସବୁକିଛି ଏହି ନୈର୍ବ୍ୟକ୍ତିକ ବ୍ୟକ୍ତି ବା ପୁରୁଷଙ୍କର, ବା ଭଗବାନଙ୍କର ବା ବିଶ୍ୱ-ଆତ୍ମାର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ମୋର ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହେଲା ତାଙ୍କର, ଯାହାକି ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱଠାରୁ ଅଲଗା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏହା ନିଜକୁ ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିଛି, ଯାହାକି ବିଶ୍ୱ ଆନନ୍ଦକୁ ଜାଣିଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକକୁ ଭଲ ପାଇଥାଏ । ଏହି ପନ୍ଥାର ମଧ୍ୟ ତିନୋଟି ପରିଣତି ରହିଛି ।

୧. ପ୍ରଥମେ ଆମ ଭିତରେ ଆମ ଆତ୍ମା ଓ ଉଚ୍ଚତର ସତ୍ତାରେ ସବୁକିଛିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ଯାହାକି ଆମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜ୍ଞାନକୁ ଯୋଗାଯୋଗ କରିଥାଏ; ତଥାପି ଆମ ଭିତରେ ଉଚ୍ଚତର ସତ୍ତା ଓ ନିମ୍ନ ସ୍ତରର ମନ ଭିତରେ ବିଭେଦତା ରହିଥାଏ । ନିମ୍ନ ମନ ପୁରାତନ ଅହଂକାରକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରିଥାଏ । ସେତେବେଳେ ଆମ ଭିତରେ ନାନା ପ୍ରକାର ମିଶ୍ରିତ କ୍ରିୟା ଦେଖାଦିଏ ଯାହା ଆମ ଭିତରେ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏହାକୁ

ଅତିକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ, ନିମ୍ନତର ମନରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବା ପାଇଁ ଉଚ୍ଚତର ମନର ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

୨. କେବଳ ମନ ଯେ ଏହି ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଅନୁଭବ କରେ ତାହା ନୁହେଁ । ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟର ଦୁଃଖ-ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ମଧ୍ୟ ନିଜର ବୋଲି ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଏସବୁ ପ୍ରତି ଏକ ତୀବ୍ର ସହାନୁଭୂତିର ଭାବ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ । ସେ ତା'ର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହିସବୁର ଆଘାତ ପାଇଥାଏ । ସେସବୁକୁ ନିଜର ବୋଲି ଅନୁଭବ କରେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବାଧା ବିପତ୍ତି ଆମ ବାଧା ବିପତ୍ତିରେ ମିଶିଯାଇ ତା'ର ପରିମାଣ ବଢ଼ିଯାଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏସବୁକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ବିଶାଳତମ ଅଧ୍ୟବସାୟ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏସବୁକୁ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିର ଏକ ଆକ୍ରମଣ ବୋଲି ମନେ କରେ ଓ ବିଶ୍ୱ ରାଜ୍ୟରୁ ଏହାକୁ ଜୟ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ ।

୩. ଶେଷରେ ଆମେ ଦେଖୁ ଏହିସବୁ ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ ଆମର ଉଚ୍ଚତର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଓ ବିଚାର ଏହି ନିମ୍ନ ମନ ଉପରେ କାମ କରିଥାଏ ଯାହା ଶେଷରେ ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପ୍ରକୃତିରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ଏହିସବୁ ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ବରଣ କରିବା ପାଇଁ ସେ ଏକ ପ୍ରକାର ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରେ । ଶେଷରେ ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଏକ ଶକ୍ତି, ବିଶ୍ୱ ସତ୍ତାର ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଭରିଯାଏ ଏବଂ ଦେଖିବାକୁ ପାଏ ବିଶ୍ୱ-ଆତ୍ମାର ଇଚ୍ଛା କିପରି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେଉଛି ।

ଶେଷରେ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ଓ ସକ୍ରିୟର ଦ୍ୱୈତ ସମତା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମେ ଜୀବନ ଧାରଣ କରିବୁ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ, ପୃଥିବୀର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ପରିତ୍ୟାଗ ନ କରି, ପୃଥିବୀ ବା ସ୍ୱର୍ଗ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତ ନ ହୋଇ, ଆମ ଅତିଚେତନାରେ ଯାଇ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବାର ଲାଳସା ନ ରଖି କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ତାଙ୍କର ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ପାରୁଥିବୁ ଏବଂ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ବିଶ୍ୱ-ଆତ୍ମା ସହିତ ଓ ତାଙ୍କର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ସହିତ ବାସକରି ପାରୁଥିବୁ ।'' (SABCL - 21)

ଶରୀର ଓ ତା'ର ସମ୍ଭାବନା

ଏହି ମରଜଗତରେ ସ୍ୱୟଂ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ଆବିର୍ଭାବ ପାଇଁ ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି ପୃଥିବୀର ଅଭୀପ୍ସା କେତେ ମୁନିଋଷି, ମହାମାନବଙ୍କ ସ୍ତୋତ୍ର, ମନ୍ତ୍ର, ଛନ୍ଦ କବିତାର ଛନ୍ଦେ ଛନ୍ଦେ ଫୁଟିଉଠିଛି । ପୃଥିବୀ ତା'ର କ୍ରମ-ବିବର୍ତ୍ତନର ଘୂର୍ଣ୍ଣି ପଥରେ ଆଗେଇ ଚାଲିଛି । କେତେ କରାଳ, ଭୟଙ୍କର ଦୁର୍ଘଟଣା, ଦୁର୍ବିପାକ, ମହାସମରର ଖଣ୍ଡ ପ୍ରଳୟ ସେ ତା'ର ଅଙ୍ଗେ ନ ନିଭାଇଛି ! କେତେ ରାକ୍ଷସ, ଅସୁରଙ୍କ କବଳରେ ପଡ଼ି ସେ ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି

ଛଟପଟ ନ ହୋଇଛି ! ତଥାପି ତା'ର ନିର୍ବିକଳ୍ପ ଅଭୀପ୍ସାର ଅଗ୍ନିଶିଖା ଏହି ମର୍ତ୍ତ୍ୟ ମଣ୍ଡଳରେ ପରମଙ୍କର ଆବିର୍ଭାବର ସମ୍ଭାବନାର ସୂତ୍ରପାତ ଘଟାଇ ପାରିଛି । ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ମର ଶରୀରରେ ଅବତରଣ କରି, ପୃଥିବୀ ଚେତନାରେ ମହାନ୍ ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଷ୍ଟି କରି ଯେଉଁ ନବସୃଷ୍ଟିର ବୀଜ ବପନ କରିଗଲେ, ସେ ବିଷୟରେ କେତେଜଣ ଅବା ସଚେତନ ? ଯଦି ସାରା ମାନବଜାତି ଅଜ୍ଞାନତାର ଗହ୍ୱରରେ ପ୍ରବେଶ କରେ ତଥାପି ଏହି ବୀଜ ଦିନେ ଅଙ୍କୁରିତ ହୋଇ ଏହି ମରଜଗତରେ ଆଣିବ ଅମରତ୍ୱର ରାଜ୍ୟ, ପୃଥିବୀର ଜଡ଼ତ୍ୱରେ ରୂପ ନେବ ପରମ ଶାଶ୍ୱତଙ୍କର ଆନନ୍ଦ ଘନବିଗ୍ରହ । ଅତୀତର ମତବାଦକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି କିପରି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି : ସେ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କ ବାଣୀରେ କହୁଛନ୍ତି : କୁହାଯାଏ, ଯଦି ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଭାଗବତ ଜୀବନ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ଚାହଁ ତେବେ ତୁମର ଶରୀରକୁ ତ୍ୟାଗ କର,— ଶରୀର ଭାଗବତ ଜୀବନକୁ ଅନୁସରଣ କରିପାରେ ନାହିଁ''— ଅତୀତର ଏହି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ମତବାଦକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଲେ : ''ଶରୀର ଯେ କେବଳ ଭାଗବତ ଜୀବନକୁ ଅନୁସରଣ କରିପାରିବ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଏପରିକି ଏହା ଭଗବାନଙ୍କ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ମୂଳଦୁଆ ରୂପେ କାମ କରିବ ।''

(MCW 11, P. 95)

ଶରୀରରେ ଭଗବାନଙ୍କ ରୂପ ଗ୍ରହଣ କରିବା — ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ଧ୍ରୁବ ସମ୍ଭାବନା । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଦୁହେଁ ତାଙ୍କ ଜୀବନ କାଳରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଯାଇଛନ୍ତି । ଏହି ସମ୍ଭାବନାକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ଉଭୟଙ୍କ ଶରୀରକୁ ବଳିଦାନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ମା' ଅତିମାନସକୁ ଧାରଣ କରି ଏ ପୃଥିବୀରେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ କାମ କରିଯାଇଛନ୍ତି । ଏହା ସେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କରି ପାରିଛନ୍ତି । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ସ୍ତରରେ ତାଙ୍କ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇ ସାରିଛି । ଶେଷରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ରୂପାନ୍ତର କାମକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ଆତ୍ମବଳି ଦେଇ ତାଙ୍କର ସକଳ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେବାର ପଥ ଗ୍ରହଣ କରିନେଲେ ।

କରୁଣାମୟି ମା' ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏହି ଅପୂର୍ଣ୍ଣ, ବିକୃତ ମଣିଷ ଭିତରେ କାମ କରି ତାକୁ ଶୁଦ୍ଧପୂତ କରି ତା' ଭିତରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସ୍ଥୂଳ ଭାବରେ ମୂର୍ତ୍ତିମନ୍ତ କରାଇବେ । ଏହା ଅବଶ୍ୟ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ — ଏ ବିଷୟରେ ମା'ଙ୍କ ବାଣୀରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ବୁଝାଯିବ : ''କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହନ୍ତି (ମୁଁ ଦୁଇ ଦିନ ଆଗରୁ ଏହା ପଢ଼ିଥିଲି, ମୁଁ ଜାଣେ ନାହିଁ କେଉଁଠାରେ ସେ ଲେଖିଛନ୍ତି । ଏହା କେବଳ ଏକ ଉଦ୍ଧୃତାଂଶ ମାତ୍ର ଥିଲା ।) ଯଦି ଭଗବତ୍ ଚେତନା, ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତି, ଭଗବତ୍ ପ୍ରେମ ଏବଂ ସତ୍ୟ ନିଜକୁ ଖୁବ୍ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି ତା'ହେଲେ ଏ ପୃଥିବୀ ଧ୍ୱଂସ ପାଇଯିବ, ସେ ଏହାକୁ ସହ୍ୟ କରି ପାରିବ ନାହିଁ... ଗୁଡୁମ୍ ।'' (MCW 11, P. 85)

ଏହି ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଆମେ ଆଜି ଏକ ମହାନ୍ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଉପନୀତ ହୋଇଛୁ – ମାନବ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ଯେତେବେଳେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ଧାରଣ କରି କର୍ମ କରିବ ସେତେବେଳେ ତା' ଭିତରୁ ନୂତନ ଅତିମାନବଜାତିର ଜନ୍ମ ହେବ । ପ୍ରକୃତି ମାଧ୍ୟମରେ ଜଡ଼ରୁ ପ୍ରାଣୀ ଓ ପ୍ରାଣୀରୁ ମଣିଷ ଜନ୍ମ ହୋଇ ପାରିଛି । ଭଗବାନଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିରେ ଏହି ମଣିଷ ଶରୀର ଏକ ଦୁର୍ଲଭ ଶରୀର । ପୁରାଣର ମତ ଅନୁସାରେ ୩୬ କୋଟି ଜୀବ ବଂଶ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ପରେ ଶେଷରେ ମଣିଷ ଜନ୍ମ ହୋଇଛି । ଭାଗବତରେ କୁହାଯାଇଛି : ''ମଣିଷ ଦେହେ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ, ଦେଖି ସନ୍ତୋଷ ଭଗବାନ'' ଅର୍ଥାତ୍ ''ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ବା ଆତ୍ମା ଜନ୍ମ ନେଇଥିବା ହେତୁ ଭଗବାନ୍ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେଲେ । ଆତ୍ମାହିଁ ମଣିଷ ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱର ବୀଜ ବହନ କରି ଆସିଛି । ଅତଏବ ତା' ଭିତରେ ମହାନ୍ ସମ୍ଭାବନାର ପଥ ଖୋଲି ଯାଇଛି । ମଣିଷ ପଶୁରୁ ବିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇ ଆସିଥିବା ହେତୁ ତା'ର ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ପଶୁ ଶରୀରର ଯନ୍ତ୍ର ପରି ରହିଛି । ତେଣୁ ମଣିଷ ପଶୁଭଳି ବ୍ୟବହାର କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ମଣିଷର ପ୍ରାଣର ବିକୃତି ଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ତା' ଭିତରେ ମନର ବିକାଶ ହୋଇ ପାରିଛି । ମଣିଷ ତା'ର ମନ ଦ୍ୱାରା ବୁଝିପାରିଛି ଏହି ସୃଷ୍ଟିର ରହସ୍ୟ ଓ ତା'ର ଲକ୍ଷ୍ୟ କ'ଣ । ଶରୀର ଓ ପ୍ରାଣର ବିକୃତିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ମଣିଷ ପରମ ସୁଖ, ପରମ ଆନନ୍ଦ ଓ ପରମ ଶାନ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ନାନା ଚେଷ୍ଟା କରିଆସିଛି । ଏଥିପାଇଁ ସେ ନାନା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥ ଆବିଷ୍କାର କରିଛି ଏବଂ ପରମାନନ୍ଦକୁ ସେ କେବଳ କ୍ଷଣିକ ପାଇଁ ଲାଭ କରିପାରିଛି ତା'ର ଚେତନାରେ । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଚିରସ୍ଥାୟୀ କରିପାରି ନାହିଁ । କାରଣ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଥିବା ଚେତନାର ଆଧାର ହେଲା ଶରୀର । ଏହି ଶରୀରର ମୂଳତତ୍ତ୍ୱ ହେଲା ନିଶ୍ଚେତନା । ଶରୀର ଭିତରୁ ଏହି ନିଶ୍ଚେତନା ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୂପାନ୍ତରିତ ନ ହୋଇଛି ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥାୟୀ ପରମାନନ୍ଦ ତା'ଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ରହିଥିବେ ।

ତେଣୁ ଆଜି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ଅସଲ ସମସ୍ୟା ହେଲା କିପରି ଦିବ୍ୟଜୀବନକୁ ଏକ ଦିବ୍ୟଶରୀରରେ ଧାରଣ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଶରୀରରେ ଥିବା ନିଶ୍ଚେତନା ଆଜି ଆମର ବ୍ୟକ୍ତି ସତ୍ତାକୁ ବାନ୍ଧି ରଖିଛି, ସୀମାବଦ୍ଧ କରି ରଖିଛି, ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ଅଲଗା କରି ରଖିଛି । ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେଲେ ଏହି ସୀମାବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ସେ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭକରି ଭଗବାନଙ୍କୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିପାରିବ । ଏହାହିଁ ହେଲା ବିବର୍ତ୍ତନର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ମନ୍ଥର ଗତିରେ ପ୍ରକୃତି ତା'ର ବିବର୍ତ୍ତନ କାମ କରି ଆସିଛି । ଏବେ ଆଉ ଆମର ବିବର୍ତ୍ତନର ଗତି ମନ୍ଥର ହେବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମର ପ୍ରଥମ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ହେବ ମାନସିକ ରୂପାନ୍ତର । ଯାହାର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଆମ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ହାସଲ କରିପାରିବୁ, ଏବଂ ଏହାକୁ ଆତ୍ମାର ଗୁଣ ଧର୍ମରେ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରିବୁ । ଏଥିପାଇଁ

ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ମାନୁଷୀ ଚେତନାର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱସ୍ଥ ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଚେତନାରେ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏକ ଅତିମାନବ ରୂପର ନକ୍ସା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ହେବ ଯାହାକି ଏହି ପାର୍ଥିବ ପ୍ରକୃତିର ବାତାବରଣରେ ମଧ୍ୟ ତିଷ୍ଠିପାରିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରାତନ ଯୋଗର ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତି ଅବସ୍ଥା ବା ବ୍ରହ୍ମ ଚେତନାରେ ବାସ କରି ଶରୀର ଉପରେ କାମ କରିବାକୁ ହେବ ।

କେବଳ ବ୍ରହ୍ମ ଚେତନାର ଅନୁଭୂତି ହେଲେ ବା ଏଥିରେ ନିରନ୍ତର ବାସକଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ହୁଏ ନାହିଁ । ଏପରିକି ମନ-ପ୍ରାଣର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ମଧ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅବଶ୍ୟ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଶରୀରର କିଛି ମଙ୍ଗଳ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ବ୍ରହ୍ମ ଚେତନାରେ ବାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମନ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଇଥାଏ, ପ୍ରାଣର କାମନା, ବାସନାର ପ୍ରଭାବ କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ଶରୀର ଉପରେ ସାଧାରଣ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର କୁ-ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଶରୀର ଅତ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାକୃତିକ ଧାରାରେ ଗତିକରେ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୁଏ । ଏହାର ଉଦାହରଣ ଆମ ଭାରତ ବର୍ଷରେ ବିରଳ ନୁହେଁ । ଯଥାର୍ଥ ଯୋଗୀ ମୁନି ଶହ ଶହ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚି ପାରୁଥିଲେ । ତ୍ରୈଲଙ୍ଗ ସ୍ୱାମୀ ପ୍ରାୟ ୩୫୦ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚିଥିଲେ । ତୋତାପୁରୀ (ପୁରୀର ଲଙ୍ଗୁଳି ବାବା) ପ୍ରାୟ ୨୫୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଆମୂଳ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ପାରେ ନାହିଁ । ଏପରିକି ପ୍ରାଣର ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ନ ଥିବାରୁ ଉଚ୍ଚ କୋଟିର ସାଧୁସନ୍ଥମାନେ ମଧ୍ୟ ପତନର କବଳରେ ପଡ଼ିଯାଉଥିଲେ ।

ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ତା'ର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବାକୁ ହେଲେ ଏକ ବିଶେଷ ଶକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ଶକ୍ତି ବିଷୟରେ ପୁରାତନ ସାଧୁସନ୍ଥମାନେ ଜାଣି ନ ଥିଲେ ବା ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ପାଇ ନ ଥିଲେ, ତେଣୁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସି ନ ଥିଲା । ଏହି ମହାନ୍ ଶକ୍ତି ହେଲା ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି । ଆଜି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପା ବଳରେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟରତ ଅଛି । ଏହି ଶକ୍ତିହିଁ ମଣିଷର ସମସ୍ତ ସତ୍ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରଦାନ କରି ତାକୁ ଦିବ୍ୟମାନବରେ ପରିଣତ କରିବ ।

କିନ୍ତୁ ଏହି କାମ ଅଳ୍ପ କାଳ ମଧ୍ୟରେ କିମିଆ ବଳରେ ହୋଇଯିବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ବହୁ ସମୟ, ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଓ ସାହସ ଦରକାର । ଅତିମାନବ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଆବିର୍ଭାବ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ମଣିଷ-ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ତା'ର ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟାୟ (stage) ଦେଇ ଗତି କରିବାକୁ ହେବ । ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର କଳ୍ପନା କରିଛୁ । ଆଜି ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଅତିମାନସର ଚାପ ଫଳରେ ଅବଚେତନାରେ ଯେଉଁ ମନ୍ଥନ କାମ ଚାଲିଛି ତାହା ଆହୁରି ପ୍ରବଳ ଓ ଭୟଙ୍କର ହେବ । ଆଜି ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିରେ ଯେଉଁ ଭୟଙ୍କର ବିକୃତି ବଢ଼ି ଉଠିଛି ତାହା ହେଲା ଏହି ମନ୍ଥନର ଫଳ । ମଣିଷର ଶରୀର

ଚେତନା ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି ଯେଉଁ ପଶୁ ପ୍ରକୃତିକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଚାଲି ଆସୁଥିଲା ସେ ଏହି ନୂତନ ସତ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଧାରଣ କରିବା ପାଇଁ ରାଜି ହେଉ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଆଜି ସାରା ପୃଥିବୀରେ ଭୟଙ୍କର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ବିକୃତି ଦେଖାଦେଇଛି । ଏହା ଭବିଷ୍ୟତରେ ଆହୁରି ଭୟଙ୍କର ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏହି ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ବିକୃତିକୁ ଦେଖି କେହି କେହି ମନେ କରୁଛନ୍ତି ପୃଥିବୀ ଧ୍ୱଂସ ଆଡ଼କୁ ଗତି କରୁଛି । ଏପରି ଭାବିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହା ହେଲା ନୂତନ ଅତିମାନବ ସୃଷ୍ଟି ହେବାରେ ପୃଥିବୀର ପ୍ରସବ ଯନ୍ତ୍ରଣା । ଏପରି ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଧ୍ୟାନ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା ବହିରେ ୨୮ ମେ ୧୯୧୪ ରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି :

''ତୁମେ (ଭଗବାନ୍) ପୃଥିବୀର ଅସୁମାରି ବସ୍ତୁରାଜିକୁ ଆନ୍ଦୋଳିତ ଓ ମଥିତ କରୁଛ, ଯଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଆଦିମ ଅନ୍ଧକାର ଓ ଆଦିମ ବିଶୃଙ୍ଖଳାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଚେତନାର ଦିଗରେ ଏବଂ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନର ଆଲୋକ ଦିଗରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହେବେ । ଏବଂ ତୁମେ ତୁମର ପରମ ପ୍ରେମ ଦ୍ୱାରାହିଁ ବସ୍ତୁ ସକଳକୁ ଏହିପରି ଭାବରେ ମନ୍ଥନ କରୁଛ ।'' ଏହି ମନ୍ଥନ ବିଷୟରେ ପୁଣି ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ପୃଥିବୀ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯିବ ସେତେବେଳେ ଏହି ପୃଥିବୀରୁ ସମସ୍ତ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତି ଲୋପ ପାଇଯିବ । କିନ୍ତୁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରିବାର ଦରକାର ଅଛି, ତାକୁ ଘାଣ୍ଟିବା ବା ଚକଟିବାର ଦରକାର ଅଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତିମାନେ ରହିଥିବେ ଏକ ଉତ୍ତେଜକ ଭାବରେ ଯାହା ତୁମକୁ ଆକ୍ରମଣ କରେ, ତୁମକୁ ଠେଲି ନେଇଯାଏ, ତୁମକୁ ଶୁଆଇ ଦିଏ ନାହିଁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକ ନ ହୋଇଛ ।'' (MCW. 7, P. 9, Nov. 1955) ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ନେଇ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା କରି ଆସିଲୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବାର ସାଧନା କରିବ । ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଏହା ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବି । ''ହଁ, ମଣିଷ ତାଙ୍କ ମନ ଓ ପ୍ରାଣରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ଚାହିଁଥିଲେ, ଏହା ହେଲା ପୁରାତନ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାର କଥା, ଯାହାକୁ ସେ ଶହ ଶହ ବର୍ଷ ଧରି କରିଆସିଛି । ନା, ଏବେ ଶରୀରକୁ ତାହା କରିବାକୁ ହେବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଏହି କାମରେ ସହଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଚାହୁଁଛି ।''

(MCW. 11, P. 92)

ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ତା'ର ବାଧା ବିପତ୍ତି ଓ ତା'ର ସମ୍ଭାବନା ବିଷୟରେ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଓ କିପରି ଆମକୁ ଦିବ୍ୟ ଜୀବନ ଗଠନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ ହେଲା ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ରୂପାନ୍ତର । ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ହେଲେ ମନକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ ନୂତନ ସତ୍ୟ-ଚେତନା ପ୍ରତି, ପ୍ରାଣକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ ନୂତନ ଶକ୍ତି ପ୍ରତି । ଆତ୍ମାର ପ୍ରଭାବରେ ଏହି କାମ

ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ । ମଣିଷର ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଯେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀ ହୋଇଯିବେ ତା’ ଆଧାରରେ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପବିତ୍ରତା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ । ଏହି ପବିତ୍ରତାହିଁ ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରଥମ ଶୁଭାରମ୍ଭ । ଆମ ଶରୀର ହେଲା ଏକ ରଥ । ଏଥିରେ ଆମ ଆତ୍ମା ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧିଭାବେ ଆମ ହୃଦୟରେ ଏହି ରଥର ମାଲିକ ହୋଇ ବସିଛନ୍ତି । ମନ ସାରଥି ହୋଇ ଏହି ରଥକୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିଚାଳନା କରୁଛି ତା’ର ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କୁ ନେଇ, ପ୍ରାଣର ପ୍ରେରଣା ନେଇ । ନିବୃତ୍ତ ଆତ୍ମା ମନର ଏହି ଗତିରେ ବାଧା ଦେଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କାରଣ ମନ ନିଜକୁ ଏହି ରଥର ମାଲିକ ବୋଲି ମନେ କରେ । ସେ ଆତ୍ମାର ଅବସ୍ଥିତିକୁ ମଧ୍ୟ ଅବଜ୍ଞା କରେ । କିନ୍ତୁ ସୌଭାଗ୍ୟବଶତଃ ଯେତେବେଳେ ମଣିଷର ଆତ୍ମାର ଦରଜା ଖୋଲିଯାଏ ସେତେବେଳେ ମନ ବୁଝିପାରେ ଏହି ରଥର ମାଲିକ ସେ ନୁହେଁ । ତା’ର ଆତ୍ମାହିଁ ଏହି ରଥର ମାଲିକ ଏବଂ ମନ ଏକ ନୂତନ ଜୀବନର ସନ୍ଧାନରେ ବାହାରି ପଡ଼େ । ଏହାହିଁ ମଣିଷର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥ । ଏହି ପଥରେ ସେ ଆତ୍ମାକୁ ତା’ର ପ୍ରଭୁ ଭାବରେ ମାନିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବେଳେ ବେଳେ ଅବାଟରେ ଗତି କରେ ତା’ର ପ୍ରାଣିକ ପ୍ରେରଣାର ପ୍ରାବଲ୍ୟତାରେ । କିନ୍ତୁ ମନ ଆତ୍ମାର ସ୍ପର୍ଶ ପାଇଲେ, ତା’ର ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ଉଦୟ ହୁଏ । ଏହି ଜ୍ଞାନ ବଳରେ ସେ ଏହି ଶରୀର ରଥର ଗତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ, ପ୍ରାଣକୁ ସଂଯତରେ ରଖେ । ଏହିପରି ଭାବରେ ମନ ଦିବ୍ୟଜୀବନର ସନ୍ଧାନ ପାଇଥାଏ । ଏହାହିଁ ହେଲା ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ମୂଳଦୁଆ ।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରଭାବରେ ଶରୀରର ଗତିବୃତ୍ତିରେ ଅବଶ୍ୟ ଅନେକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସିଥାଏ । ତା’ର ପ୍ରକୃତିରେ ଏକ ସଚଳ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଆମେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର କହି ପାରିବୁ ନାହିଁ । କେବଳ ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଆଦି କରି ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ଓ ନୀରୋଗ କରିଦେଲେ ଯେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ହୁଏ – ଏପରି ନୁହେଁ । ଏହା କେବଳ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଏକ ପ୍ରାଥମିକ କାର୍ଯ୍ୟ ମାତ୍ର । ମଣିଷର ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ଯଥାର୍ଥ ବିକାଶ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତା’ର ପଶୁ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଏହି ବିକାଶର ଆବଶ୍ୟକତା ଅବଶ୍ୟ ରହିଛି । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହୁଏ ଏବଂ ସେମାନେ ଅଧିକ ଗ୍ରହଣଶୀଳ ହୋଇ ଶେଷରେ ଭଗବତ୍ ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି । ସେହିପରି ଶରୀରର ମଧ୍ୟ ବିକାଶ ହେଲେ ଶରୀର ନୀରୋଗ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ହୋଇ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୁଏ, ଦୀର୍ଘଦିନ ଜୀବିତ ରୁହେ । ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଆଦି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନମନୀୟ, ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ଶାନ୍ତ, ନୀରବ ଓ ଗ୍ରହଣଶୀଳ ହୁଏ । ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆମର ଏହିପରି ଏକ ଶରୀର ଦରକାର । ଏପରିକି ପୁରାତନ ଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ବିକାଶ ଓ ଶୁଦ୍ଧୀକରଣ

କରାଯାଉଥିଲା ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ । ସେଥିପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି : ''ନାୟମାତ୍ମା ବଲହୀନେନ ଲଭ୍ୟ'', ''ଶରୀରମ୍ ଖଲୁ ଧର୍ମ ସାଧନମ୍'' ଇତ୍ୟାଦି ।

କିନ୍ତୁ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ ଶରୀରକୁ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ପ୍ରଭାବରୁ କିପରି ମୁକ୍ତ କରି ତାକୁ ଅତିମାନସ ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ କରାଯାଇ ତା'ର ରୂପାନ୍ତର କରାଯିବ, ତା'ର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କ ଉପରେ କିପରି ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଅଣାଯିବ ଓ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯିବ – ଏସବୁ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଦିବ୍ୟଶରୀର (The Divine Body) ଲେଖାରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ସମସ୍ୟା ହେଲା ଆମେ ଖାଦ୍ୟରୁହିଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମ ଦରକାରୀ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରିଥାଉ । ଏହି ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଆମେ ସର୍ବଦା ତା' ସହିତ କିଛି ନିଶ୍ଚେତନାକୁ ମଧ୍ୟ ଆମ ଚେତନାରେ ଲଦି ଦେଇଥାଉ – ଯାହା ଫଳରେ ଆମେ ତାମସିକ ହୋଇପଡୁ । ଖାଦ୍ୟ ନ ଖାଇ ଆମେ ଯଦି ଆମ ଶକ୍ତିକୁ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉପାୟରେ ପାଇପାରୁ ତେବେ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ପାକସ୍ଥଳୀର ଆଉ ଦରକାର ହେବ ନାହିଁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ କିଛି ପରିମାଣରେ ନିଶ୍ଚେତନା କବଳରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଉ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଜେ ଦୁଇ ଥର ଦୀର୍ଘ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପବାସ କରି (ଥରେ ୧୦ ଦିନ ଜେଲରେ, ପରେ ୧୧ ଦିନ ଆଶ୍ରମରେ) ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିଛନ୍ତି କିପରି ଖାଦ୍ୟ ନ ଖାଇ ବିଶ୍ୱପ୍ରାଣଚେତନାରୁ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରାଯାଏ । ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ଆମେ କୌଣସି ଉପାୟ ପାଇପାରୁ କିପରି ବିଶ୍ୱ ଶକ୍ତିରୁ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରାଯାଏ, ଏହି ଶକ୍ତି ଯେ କେବଳ ଆମ ଶରୀରର ପ୍ରାଣିକ ଅଂଶକୁ ଜୀବନୀଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ତାହା ନୁହେଁ କିନ୍ତୁ ଶରୀର ଯେଉଁସବୁ ଉପାଦାନକୁ ନେଇ ଗଠିତ ସେସବୁ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ବାହାର ଖାଦ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ ।

ମଣିଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଯଦି ତା'ର ପ୍ରଜନନ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିପାରେ ତେବେ ସେ ପଶୁ ପ୍ରକୃତିରୁ ମୁକ୍ତ ହେବ । ଏହି ସମସ୍ୟା ମଣିଷର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା । କିନ୍ତୁ ଏହା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''କାମ ଓ କାମବାସନା ଏବଂ ଯାହାକିଛି ଏହି କାମରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଓ ଆମ ଭିତରେ ତା'ର ଉପସ୍ଥିତିକୁ ପ୍ରତିପାଦିତ କରିଥାଏ – ଏସବୁ ଆମ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଜୀବନରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ନିଷିଦ୍ଧ ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାତ ହେବାକୁ ହେବ, ଏବଂ ଏହା ଯଦିଓ କଷ୍ଟକର କିନ୍ତୁ କଦାପି ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ଏବଂ ଅଧ୍ୟାତ୍ମପଥର ଯାତ୍ରୀ ପାଇଁ ଏହା ହେବ ଏକ ପ୍ରଧାନ ସର୍ତ୍ତ ।''

(*The Supramental Manifestation upon Earth,* P. 38)

କାମ କେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଣି ପ୍ରଥମେ ବଂଶବୃଦ୍ଧି କାମରେ ସୀମିତ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ । ପରେ ଜନ୍ମ ପାଇଁ ଏହି ପଶୁର ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ମଧ୍ୟ ବଦଳ କରାଯାଇପାରେ । ଆମେ ମହାଭାରତରେ ଏହାର କଳ୍ପନା ଦେଖିଛୁ । ଦ୍ରୌପଦୀ

ଯଜ୍ଞ କୁଣ୍ଡରୁ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ । ସୀତା ଭୂମିରୁ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ । ଏହା ଯଦିଓ କାଳ୍ପନିକ ହୋଇଥାଏ ଏହାର ସମ୍ଭାବନା ଅବଶ୍ୟ ରହିଛି । ଯାହା ଆଦୌ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ତାକୁ ଆମେ କଳ୍ପନା ମଧ୍ୟ କରିପାରିବା ନାହିଁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମ ବିଷୟରେ ଏହିପରି ଅନେକ ବିକଳ୍ପ ବ୍ୟବସ୍ଥାର କଥା କହିଛନ୍ତି । ଆତ୍ମା ଇଚ୍ଛାକଲେ ସେ ତା'ର ନିଜ ଶରୀରକୁ ସ୍ଥୂଳ ରୂପଦେଇ ଗଠନ କରିପାରେ । ପାଞ୍ଚ ପାଣ୍ଡବଙ୍କ ଜନ୍ମ ଏହି ଉପାୟରେ ହୋଇଥିଲା — ଏକ ବିଶେଷ ଗୁହ୍ୟ ଉପାୟରେ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଗୁହ୍ୟ ଉପାୟର ଆବଶ୍ୟକତା ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ବିଶେଷ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ଏହିସବୁ ଉପାୟକୁ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଭାବନ କରିବାକୁ ହେବ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ, ଭଗବତ୍ କର୍ମ ପାଇଁ । ଯେତେବେଳେ ଅତିମାନସର ସୂର୍ଯ୍ୟମାନେ ଅବତରଣ କରି ମଣିଷର ଚକ୍ରମାନଙ୍କରେ କ୍ରିୟା କରିବେ ସେତେବେଳେ ମଣିଷ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହେବ । ତା ପାଖରେ ଅସମ୍ଭବ ବୋଲି ଆଉ କିଛି ରହିବ ନାହିଁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ବନ୍ଦ ବା ଅର୍ଦ୍ଧ ବନ୍ଦ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଛି ଏବଂ ଏସବୁକୁ ତାଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ଭାବନାକୁ ଆମ ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରକୃତିରେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଖୋଲିବାକୁ ହେବ; ଥରେ ସେମାନେ ଖୋଲିଯାଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସକ୍ରିୟ ହୋଇଉଠିଲେ ସେମାନଙ୍କ ସାମର୍ଥ୍ୟର ବିକାଶରେ କୌଣସି ସୀମା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ଏବଂ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ସମ୍ଭବ ହେବ ।''

(The Supramental Manifestation upon Earth, P. 50)

ଯେତେବେଳେ ପ୍ରଥମେ ଆମ ମନ, ପ୍ରାଣର ଯଥାର୍ଥ ମୁକ୍ତି ଅବସ୍ଥା ଆସେ ଏବଂ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ସତ୍ତାମାନେ ଓ ଆମର ଶରୀର-ଚେତନା ସ୍ୱାଧୀନ ଭାବରେ ଦିବ୍ୟକର୍ମ କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଆନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଶରୀର ଚେତନାର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ବିକାଶ ହୋଇ ତାହା ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ରାଜିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରେ ଏବଂ ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇଯାଏ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ପୃଥିବୀ ତା'ର ଜଡ଼ତ୍ୱରେ ଆତ୍ମାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୁଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ଜଡ଼ ଜଗତରେ ମଧ୍ୟ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେବ ସେତେବେଳେ ଆମ ସ୍ୱଭାବ ଉପରେ ଏକ ଶକ୍ତ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆସିବ ଏବଂ ଆମ ପଶୁ ପ୍ରକୃତି ବିଶୋଧିତ ହୋଇ ଆମ ଶରୀର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଆଉ ବାଧା ନ ହୋଇ ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ବାହନ ହୋଇ ଉଠିବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି :

''ଭୌତିକ ଜଗତରେ ଅଭ୍ୟୁଦୟଶୀଳ ଦେବତାଙ୍କର ଜୀବନ୍ତ ଯାନ ରୂପେ ଏହା ଆବଶ୍ୟକ ହେବ ଯେଉଁଠାରେ ସେହି ଦେବତା କର୍ମ କରିବେ ଓ ନୂତନ ଜୀବନର କର୍ମ ଓ ବିସ୍ମୟ ସମ୍ପାଦନ କରିବେ ।''

(The Supramental Manifestation upon Earth, P. 52)

ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସନ୍ଧାନ

''ଆମର ମୂଳ ଯୋଜନା ହେଲା ଆମେ ଏପରି ଏକ ଶରୀର ଗଢ଼ିତୋଳିବୁ ଯାହାକି ଆକୃତିରେ ହୋଇଥିବ ସୁନ୍ଦର, ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀରେ ସୁସମଞ୍ଜସ ହୋଇଥିବ, ଗତିବିଧିରେ ହୋଇଥିବ ନମନୀୟ ଓ କ୍ଷିପ୍ର, କ୍ରିୟାକଳାପରେ ହୋଇଥିବ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଯାନ୍ତ୍ରିକ କ୍ରିୟାରେ ହୋଇଥିବ ପ୍ରତିରୋଧ-ସମର୍ଥ ।'' (MCW 12, *On Education*, P. 50) ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ ପଥରେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ହେଲା ଆମର ପ୍ରଧାନ ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଶରୀର ଏକ ବାଧା ବୋଲି ଆମେ ମନେକରି ଆସିଥିଲୁ । ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଯେ ଭଗବାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ – ଏ ବିଷୟରେ ପୁରାତନ ସାଧକମାନଙ୍କର କୌଣସି ଧାରଣା ନ ଥିଲା । ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଆସି ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ଏହି ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର କଥା କହିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଶରୀର ଏକ କ୍ରମବୃଦ୍ଧିଶୀଳ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟକୁ ଅନୁସରଣ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ, ଏକ ଧାରାବାହିକ ରୂପାନ୍ତର ପ୍ରଣାଳୀ ମାଧ୍ୟମରେ ତା' ମଧ୍ୟରେ ଘଟୁଥିବା କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଓ ଭଙ୍ଗୁରତାର ଦରକାରିତାକୁ ମଧ୍ୟ ଅତିକ୍ରମ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଅର୍ଜନ କରିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ମୃତ୍ୟୁର ଅଲଂଘ୍ୟ ନିୟମ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ରହିବାର ଆଉ କୌଣସି କାରଣ ରହିବ ନାହିଁ ।'' (MCW 12, *On Education*, P. 8)

ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ ହେଲା ଏକ ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ଗଠନ କରିବା । ଏହି ସୁସ୍ଥ ଶରୀରର ମୂଳଦୁଆ ଉପରେ ଆମେ ଗଢ଼ିତୋଳିବୁ ଏକ ସୁଦୂରପ୍ରସାରୀ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ, ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ଅନାବିଳ ଯନ୍ତ୍ର, ଯାହାକି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଭଗବାନଙ୍କର ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଭାଗନେଇ ପାରିବ ଓ ଶେଷରେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଗୁହ୍ୟ ତଥ୍ୟ ଆବିଷ୍କାର କରି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଗଢ଼ିବ ଆମର ଧାମ । କିନ୍ତୁ ମନର ବିକାଶ ସହିତ ମଣିଷ ଆଜି ପ୍ରାକୃତିକ ପଥରୁ ଓହରିଯାଇ ହୋଇଉଠିଛି ଭୟଙ୍କର ଭାବରେ ଅପ୍ରାକୃତିକ । ତେଣୁ ସେ ତା'ର ସହଜାତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ହରାଇ ଅସୁସ୍ଥ, ରୁଗ୍ଣ ଓ ଅପାରଗ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ସୃଷ୍ଟିର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପଶୁପକ୍ଷୀମାନଙ୍କୁ ଦେଖିଲେ ଜଣାଯାଏ ସେମାନେ ମଣିଷ ଭଳି ଏତେ ଅସୁସ୍ଥ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ରୋଗ-ଯନ୍ତ୍ରଣା ସେମାନଙ୍କୁ ସହଜରେ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ସୃଷ୍ଟିର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜୀବ ବୋଲାଉଥିବା ମଣିଷ କାହିଁକି ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡୁଛି ? ଏହାର ଏକମାତ୍ର କାରଣ ହେଲା ମଣିଷର ବୁଦ୍ଧି ଓ ମନର ବିକାଶ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେ ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ଦୂରେଇଯାଇ ଏକ ଅପ୍ରାକୃତିକ ଜୀବରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ପ୍ରକୃତି ଏ ସୃଷ୍ଟିର ଜନନୀ । ଯେଉଁ ପ୍ରାଣୀ ଓ ଜୀବଜନ୍ତୁ ନିଜକୁ ନିଜ ଜନନୀ କୋଳରେ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରକୃତି ମା' ରକ୍ଷା କରନ୍ତି, ଶାନ୍ତି ଦିଅନ୍ତି ଓ ପରିଚାଳନା

କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ କ'ଣ କରେ ? ପ୍ରକୃତିକୁ ଅମାନ୍ୟ କରେ, ପ୍ରକୃତି ବିରୋଧରେ ଯୁଦ୍ଧ କରେ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ମା' ମଧ୍ୟ ଦୁଷ୍ଟ ସନ୍ତାନଙ୍କୁ ବାଟକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ମଣିଷକୁ ରୋଗ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦ୍ୱାରା ତାଡ଼ନା ଦିଅନ୍ତି ।

ଆଜି ଦେଖାଯାଏ ସହରରେ ବାସ କରୁଥିବା ତଥାକଥିତ ସଭ୍ୟ ଓ ଶିକ୍ଷିତ ମଣିଷର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ମଫସଲରେ ବାସ କରୁଥିବା ଚାଷୀ ମୂଲିଆମାନେ ଯେଉଁମାନେ କି ଭିଟାମିନ୍, ଜୀବାଣୁ, ଔଷଧ ଇତ୍ୟାଦିର ଧାର ଧାରନ୍ତି ନାହିଁ – ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଯଥେଷ୍ଟ ଭଲ । ବଗଡ଼ା ଚାଉଳର ଭାତ ଓ ବାଡ଼ି ବଗିଚାର ତଟକା ପରିବା ଓ ଶାଗ ଖାଇ ସେମାନେ ପ୍ରକୃତି କୋଳରେ ବଢ଼ିଉଠନ୍ତି । ସେମାନେ ପ୍ରାୟ ଡାକ୍ତରଖାନାର ଦ୍ୱାରରେ ପାଦ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଗ୍ରାମର ଅନାବିଳ ବାତାବରଣରେ ସେମାନେ ପ୍ରାକୃତିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରି ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ସହରୀ ସଭ୍ୟ ମଣିଷଭାବେ ଔଷଧ ଛଡ଼ା ମଣିଷ ବଞ୍ଚିପାରିବ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ଶିଶୁ ସନ୍ତାନ ମା' ପେଟରେ ଦଶ ମାସ ବେଶ୍ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ, ବିନା ଔଷଧରେ ବଢ଼ି ଆସି ପାରିଛି ତା'ର ଠିକ୍ ଜନ୍ମ ପରେ ପରେ ଯେ କାହିଁକି ଔଷଧ ଦରକାର ହେବ ଏକଥା ଏପରି ଶିକ୍ଷିତ ଲୋକଙ୍କୁ ବୁଝାଇବା ସହଜ ନୁହେଁ ।

ଅତଏବ ଆମକୁ ଏକ ନୂତନ ଦିବ୍ୟ-ଜୀବନର ସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ହେବ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଲାଭର ସମସ୍ତ ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟ ଏହି ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟରେ ନିହିତ ଅଛି । ଏହି ରହସ୍ୟକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରକୃତିର ପଶ୍ଚାତରେ ଥିବା ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ଶରୀର ଗଠନ କାମରେ ଲଗାଇ ପାରିଲେ ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରିପାରିବୁ । ଶରୀରର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଓ ଏହାର କ୍ଷମତାର ଉତ୍କର୍ଷତା ଲାଭ କରିବାର କୌଣସି ସୀମା ନାହିଁ ଯଦି ଜଣେ ଏହାର ପ୍ରକୃତ ଉପାୟ ଓ ଯଥାର୍ଥ ସର୍ତ୍ତାବଳୀ ଉଦ୍ଭାବନ କରିପାରେ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା ପାଇଁ ଶରୀର ଯେ ଅକ୍ଷମ – ଏହି ସାମୂହିକ ମନୋଭାବକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି ଆମେ ପୃଥିବୀକୁ ଦେଖାଇ ଦେବାକୁ ଚାହୁଁ ଯେ ଶରୀରର ସମ୍ଭାବନା ସମସ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟାଶାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିଯାଇପାରେ ।

ସୁସ୍ଥ ଶରୀର କିପରି ହେବା ଉଚିତ ? ଆମ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ପାଇଁ ବାହାରକୁ ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଯଥାର୍ଥ ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ହୋଇ ନ ପାରେ । ଥରେ ଆମ ଆଶ୍ରମକୁ ଦଳେ ରୁଷୀୟ ଜିମ୍ନାଷ୍ଟ୍ ଆସିଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ତାଙ୍କ ଶରୀରର ପାରଦର୍ଶିତା ଦେଖିଲେ ଯେ କେହି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ମା'ଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ସେମାନେ ତାଙ୍କର ଖେଳ କସରତ ପ୍ରଦର୍ଶନ କଲେ । ସେମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମେ ଦେଖିଲୁ ଯେତେବେଳେ ରୁଷୀୟ ଜିମ୍ନାଷ୍ଟ୍ ଆସିଥିଲେ ସେମାନେ କିପରି ଅତି ସହଜରେ ତାଙ୍କର ଖେଳକୁ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ ତଥାପି ତାହା ଥିଲା ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଶାରୀରିକ ସମ୍ଭାବନାର ବହୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ; ସେମାନେ ତାହା ଅତି ସହଜରେ ଓ ବିନା କଷ୍ଟରେ

କରିପାରିଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ତାହା ଥିଲା ଅତି ସରଳ ଓ ପ୍ରାକୃତିକ । ଅତଏବ ଶରୀର ଉପରେ ଏପରି କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଲାଭ କରିପାରିବା ହେଲା ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଏକ ବିଶାଳ ପଦକ୍ଷେପ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଖେଳାଳିଙ୍କ ବିଷୟରେ କହିବାକୁ ଗଲେ – ସେମାନେ ହେଲେ ବସ୍ତୁବାଦୀ ପେସାଦାର, ଜଣେ କହିପାରେ ଯେ ତାଙ୍କର ଶରୀର ଶିକ୍ଷା ପାଇଁ କୌଣସି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଜ୍ଞାନ ବ୍ୟବହାର କରା ହୋଇ ନାହିଁ । ସେମାନେ ସ୍ଥୂଳ ଉପାୟରେ କେବଳ ମାନସିକ ସଂକଳ୍ପକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଏହିପରି କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିଥିଲେ – ଯାହା ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲୁ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ସେମାନେ ଏହା ସହିତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜ୍ଞାନକୁ ମଧ୍ୟ ମିଶାଇ ଥାଆନ୍ତେ ତେବେ ସେମାନେ ପ୍ରାୟ ଅଲୌକିକ ଫଳ ପାଇଥାଆନ୍ତେ ।''

(MCW 9, P. 86)

ତେଣୁ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ କେବଳ ବାହ୍ୟ ଉପାୟ ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ପାଇଁ, ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବା ପାଇଁ ରାକ୍ଷସ, ଅସୁର, ଚୋର, ବଦମାସ ମଧ୍ୟ ଶରୀରଚର୍ଯ୍ୟା କରନ୍ତି । ତେଣୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭର ଯଥାର୍ଥ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନ ରଖି ଯଦି ଆମେ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରୁ ତେବେ ଆମ ଶରୀରରେ ଦେବତାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ନ ହୋଇ ରାକ୍ଷସ ଓ ଦାନବର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ । ଏବଂ ଆମେ ଦେବତ୍ୱର ଦିଗରେ ନ ଯାଇ ମୃତ୍ୟୁ ଓ ବିନାଶର ଦିଗରେ ଯାଇଥାଉ । ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ଆମର ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାମାନଙ୍କରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା । ଅର୍ଥାତ୍ ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଚେତନା, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଓ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଆଦିର ସମସ୍ତ ବିକୃତିକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ସେସବୁକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ସେଠାରେ ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ପରିଶୁଦ୍ଧି ଓ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା । ଏହି ବିଷୟରେ ଜୋର୍ ଦେଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଶକ୍ତି ହେଲା ଶରୀର ପ୍ରାକୃତିକ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭର ପ୍ରଥମ ସର୍ତ୍ତ, କେବଳ ମାଂସପେଶୀଗତ ଶକ୍ତି ବା ଅବୟବସକଳର ଶକ୍ତି ନୁହେଁ ବା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତାର ଉତ୍କର୍ଷ ସାଧନ କରିବା ନୁହେଁ, ତା ସହିତ ଆମ ଶରୀରର ସୂକ୍ଷ୍ମସ୍ତରର ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଅଂଶରେ ମଧ୍ୟ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇ ତାକୁ ନମନୀୟତା ଓ ସର୍ବ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଖାପ ଖୁଆଇ ପାରିବାର କ୍ଷମତା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ହେଲା ଆମ ଶରୀର-ସାଧନାର ଗତିବୃତ୍ତି । ଏହାଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଆହୁରି ସଚଳ ଶକ୍ତି ରହିଛି ଯାହାକୁ ଆମ ପ୍ରାଣ-ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟକୁ ଅବତରଣ କରାଇ ଶରୀରରେ ଏହାର ସୁଦୂର ପ୍ରସାରୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ପାଇଁ କ୍ରିୟାଶୀଳ କରାଯାଇପାରେ ।'' ("The Supramental Manifestation Upon Earth" ପୁସ୍ତକର Perfection of the Body ବିଷୟରୁ – Page-17)

ଶରୀର ଅସୁସ୍ଥ ହେବାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଶରୀର ଉପରେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର

ମାଲିକାନା । ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ତାଙ୍କର ଚାହିଦା ମେଣ୍ଟାଇବା ପାଇଁ, କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀରକୁ ତାଙ୍କ କଥା ମାନିବାକୁ ବାଧ କରନ୍ତି । ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ଗୁଡ଼ାଏ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଦିନକୁ ଦିନ ଶରୀର ପୃଥୁଳକାୟ ହୁଏ ଓ ଶେଷରେ ସମସ୍ତ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ଉପକ୍ରମ ହୁଏ । ଉତ୍ତେଜନାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ଆମେ ପ୍ରାଣିକ ଆବେଗରେ ଭାସିଯାଇ କାମ, କ୍ରୋଧ ଆଦି ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର କବଳରେ ପଡ଼ିଥାଉ ଓ ଏଥିରେ ମନ-ପ୍ରାଣ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇ ବିଚରା ଶରୀରକୁ ମଧ ଉତ୍ତେଜିତ କରନ୍ତି । ଏହିପରି ଭାବରେ ସଭ୍ୟ ମଣିଷର ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା, ତା'ର ଖିଆଲ ଓ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଶାନ୍ତି ଭଙ୍ଗ ହୁଏ । ଅଶାନ୍ତ ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ନେଇ ଆମେ କେବେହେଲେ ଏକ ଶାନ୍ତ, ସ୍ଥିର ସକ୍ଷମ ଶରୀର ଗଢ଼ି ପାରିବୁ ନାହିଁ । ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ପାଇଁ ସମୟ ସମୟରେ କେହି କେହି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଗଠନର ପନ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆରମ୍ଭ କରି ଦିଅନ୍ତି, ଯଥା ସକାଳେ ଚାଲିବା, କୌଣସି ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚାର କ୍ଲବ୍‌ର ମେମ୍ବର ହୋଇ କସରତ ଓ ଓଜନ ତୋଳା ଆଦି କରିବା, ବା ଟିଭି ପ୍ରୋଗ୍ରାମ ଦେଖି ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଆଦି ଆରମ୍ଭ କରି ଦେବା; — ଏସବୁ ଯଦିଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଗଠନର ଏକ ଉପାୟ ହୋଇପାରେ କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ଆନ୍ତରିକତା ନ ଥାଏ । କିଛିଦିନ ଅଭ୍ୟାସ କଲାପରେ କିଛି ଫଳ ନ ମିଳିବାରୁ ସେମାନେ ହୁଏତ ହତାଶ ହୋଇ ତାକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି । ଏହାହିଁ ହେଲା ମଣିଷର ଅସ୍ଥିରତା । ସବୁକିଛି ତା ପାଇଁ ମ୍ୟାଜିକ୍ ଭଳି ହେବାର ଆଶାକରେ । କୋଡ଼ିଏ ବର୍ଷର ଘିଅ, ଲହୁଣି ଖାଇ କୋଡ଼ିଏ ଦିନରେ କପାଳଭାତି କରି ସେ ତା'ର ପୃଥୁଳତାରୁ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବାର ଆଶା ରଖେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘଟଣାରେ ମଣିଷର ଆନ୍ତରିକତାର ଅଭାବ ।

ଆଜିର ମଣିଷର ଜୀବନ ହେଲା ଏକ କୃତ୍ରିମ ଜୀବନ । ବିଜ୍ଞାନର ନୂତନ ନୂତନ ଯନ୍ତ୍ରପାତିର ଉଦ୍ଭାବନ ହେତୁ ମଣିଷ ଏହିସବୁ ଯନ୍ତ୍ରପାତିର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲା । ଶୀତତାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଘରେ ଶୋଇବା, ତା'ର ଖାଦ୍ୟକୁ ବହୁଦିନ ତଟକା ରଖିବା ପାଇଁ ଫ୍ରିଜ୍‌ର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ଦୂରେଇ ଯାଇଛି । ଶରୀରର ସାମାନ୍ୟ କିଛି ଅସୁସ୍ଥତା ଦେଖାଦେଲେ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଔଷଧର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ମଣିଷର ଶରୀର ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟରେ ରୋଗ ସହିତ ଲଢ଼ି ତାକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ହରାଇ ଦେଇଛି । ମୋବାଇଲ୍ ଫୋନ୍, ଇଲକ୍‌ଟ୍ରୋନିକ୍ ବାଦ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଶରୀର ଉପରେ, ଇଲକ୍‌ଟ୍ରୋମ୍ୟାଗ୍‌ନେଟିକ୍ ଶକ୍ତିର କୁପ୍ରଭାବ ତା'ର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କରେ ପଡ଼ିବା ହେତୁ ନାନା ପ୍ରକାର ରୋଗର ଉପୁନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ମଣିଷ କୃତ୍ରିମ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେ ଅଧିକ ଭୋଗବିଳାସୀ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ଖାଇବା ପିଇବା ତା ଜୀବନର ଏକ ମସ୍ତବଡ଼ ଚାହିଦା ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ସେଥିପାଇଁ ଆଜିକାଲି ଅଧିକରୁ ଅଧିକ

ଲୋକ ମୋଟା ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେଣି । ଶରୀରର ପୃଥୁଳତାହିଁ ତାକୁ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରୁ ଦୂରକୁ ନେଇଯାଏ ଓ ଶେଷରେ ସେ ମାରାତ୍ମକ ରୋଗର ଶିକାର ହୁଏ ।

ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆମେ କିପରି ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇବୁ ? ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମେ ନିଜକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ଦେଖିବୁ ଆମ ଶରୀରକୁ କେଉଁ ଶକ୍ତିମାନେ ପରିଚାଳନା କରୁଛନ୍ତି । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ଆମ ଉପରେ କିପରି ପଡୁଛି । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେଉଁ ଶକ୍ତି ଆମକୁ ମୃତ୍ୟୁ ଆଡ଼କୁ ନେଉଛି ଓ କେଉଁ ଶକ୍ତି ଆମ ଭିତରେ ନୂତନ ସମ୍ଭାବନାର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରୁଛି – ସେମାନଙ୍କୁ ଟିକିନିଖି ଭାବରେ ଚିହ୍ନିବା । ତା'ପରେ ଆମକୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ – ଆମେ କେଉଁ ଶକ୍ତିର କ୍ରୀଡ଼ନକ ହେବୁ ? ଏବଂ ଶେଷରେ ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ହେବ ଏହିସବୁ ସୃଜନଶୀଳ ଶକ୍ତିରାଜି ହାତରେ । ବିନାଶକାରୀ ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କୁ ଆମେ ଆମ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ ନିଷେଧ ଆଜ୍ଞା ଜାରି କରିବୁ । ଏ କାମ ଯଦିଓ ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ ଏବଂ ଦୀର୍ଘକାଳ ସାପେକ୍ଷ ତଥାପି ଏହା ଅବଶ୍ୟ ସମ୍ଭବ । ଏସବୁ କାମ କରିବାର ଏକମାତ୍ର ବାଟ ହେଲା ଶରୀରକୁ ପ୍ରଥମେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ହାତରୁ ମୁକ୍ତ କରି ତାକୁ ତା' ବାଟରେ ଯିବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦେବା ।

ଯେତେବେଳେ ମଣିଷ ଶରୀର ମନ-ପ୍ରାଣ ହାତରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ସ୍ୱାଧୀନତା ଲାଭ କରେ ସେତେବେଳେ ତା ଭିତରେ ଯଥାର୍ଥ ପ୍ରକୃତିର ବିକାଶ ହୁଏ । ସେ ଏହି ମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ପ୍ରଥମେ ଲାଭ କରେ ଏକ ବିଶାଳ ଶାନ୍ତି ଓ ସ୍ଥିରତା । ଏହି ଶାନ୍ତି ଓ ସ୍ଥିରତାହିଁ ହେଲା ଶରୀର ଭିତରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ଜାଗରଣର ମୂଳଦୁଆ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଶରୀର କୋଷରେ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିବୁ ସେତେବେଳେ ଆମ ଶରୀର ତା' ନିକଟରେ ମନ-ପ୍ରାଣ ସ୍ଥାନରେ ଏକ ନୂତନ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଭେଟିବ – ସେ ହେଲେ ଆମ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ।

ନୂତନ ଯୁଗର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଯେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଶରୀର ପରିଚାଳନାର ଭାର ନିଅନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଆମର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରିବାର ପଥ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଏ । ଏହାପରେ କ'ଣ କରାଯିବ – ଏହା ପ୍ରାୟ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣୁ । ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣୁ ବିଡ଼ି, ପାନ, ସିଗାରେଟ ପିଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ; ଚା, କଫି ମଧ ନ ଖାଇବା ଭଲ; ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ଗୁଡ଼ାଏ ଖାଇବୁ ନାହିଁ; ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଇବା ଓ ଶୋଇବା ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ଇତ୍ୟାଦି ଇତ୍ୟାଦି । ଏସବୁ ଆମେ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀରୁ ପଢ଼ି ଆସିଛୁ । ତଥାପି ଆମେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ବହୁ ଦୂରରେ ରହିଯାଉ; କାରଣ ମନ ପ୍ରାଣର ବିକୃତି ଓ ସେମାନଙ୍କର ବିକୃତି ପ୍ରଭାବ ଶରୀର ଉପରେ ପଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା । ତେଣୁ କେବଳ ମନ ଦ୍ୱାରା ଜାଣିଗଲେ କିଛି ଲାଭ ନାହିଁ, ସବୁକିଛି ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଆମ ଶରୀର ଦେଇ । ଶରୀର କ'ଣ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବ, କେତେ ପରିମାଣ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବ ତାହା ଶରୀରକୁ ଜାଣିବାକୁ

ହେବ । ଶରୀର କିପରି ପ୍ରାକୃତିକ ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଅବତରଣ କରାଇ ତା'ର ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଧିକ ସକ୍ଷମ ହେବ, ସେବିଷୟରେ ଶରୀରକୁ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଚଣ୍ଡ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଭିତରେ କିପରି ଶରୀର ବିଶ୍ରାମ ନେଇ ପାରିବ ତାହା ମଧ୍ୟ ଶରୀରକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । କିପରି ରୋଗବ୍ୟାଧି ଆଦି ସହିତ ଲଢ଼ି ତାକୁ ଶରୀରରୁ ବିତାଡ଼ିତ କରିବ ବା ରୋଗକୁ ଶରୀର ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ ନ କରିବା ପାଇଁ ସେ ତା'ର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଓ ସ୍ନାୟବିକ ଆବରଣର ଦୁର୍ଗ ରଚନା କରିବ – ଏବିଷୟରେ ଶରୀରକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଶରୀର କିପରି ଭାବରେ ବିଶ୍ୱ ବାତାବରଣରୁ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରି ତାକୁ ନିଜ ଜୀବନ ଧାରଣ କାମରେ ଲଗାଇବ, କିପରି ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିର ଅଯଥା ଅପଚୟକୁ ବନ୍ଦ କରାଯିବ – ଏସବୁ କଥା ନିଜେ ଶରୀରକୁ ଜାଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହିପରି ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶିକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇ ପାରିଲେ ଶରୀରର ପ୍ରକୃତି ବଦଳି ଯାଇ ନୂତନ ପ୍ରକୃତି ଜଡ଼ ସ୍ତରରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ – ଯାହାର ପ୍ରଭାବ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିରେ ପଡ଼ି ଅଜ୍ଞାନ ପ୍ରକୃତିର ମଧ୍ୟ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ସ୍ୱୟଂ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିବ୍ୟ ଜୀବନ ସୃଷ୍ଟି କାର୍ଯ୍ୟରେ ସହାୟକ ହେବ ।

"And Truth shall be a sun on Nature's head
And Truth shall be the guide of Nature's steps
And Truth shall gaze out of her nether deeps.
When superman is born as Nature's king
His presence shall transfigure Matter's world:
He shall light up Truth's fire in Nature's night,"

(*Savitri*, Book XI, Canto - 1, Page 708-709)

''ସତ୍ୟ ବିମଣ୍ଡିତ ହେବ ସୂର୍ଯ୍ୟସମ ପ୍ରକୃତିର ଶିରେ
ପ୍ରକୃତିର ପଦକ୍ଷେପେ ସତ୍ୟ ହେବ ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶକ
ଅନ୍ଧକାର ଗହ୍ୱରୁ ତା' ସତ୍ୟ ଉଙ୍କି ମାରିବ ବାହାରେ
ପ୍ରକୃତିର ଅଧୀଶ୍ୱର ରୂପେ ଯେବେ ଜନ୍ମ ନେବ ଅତିମାନବ
ଉପସ୍ଥିତି ତା'ର ଆଣିଦେବ ରୂପାନ୍ତର ଜଡ଼ ଜଗତର
ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ଧକାରେ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ କରିବ ସେ ସତ୍ୟର ଅନଳ ।''

ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ

ଆମ ଶରୀର ହେଲା ପରମଙ୍କଠାରୁ ନିସ୍ରୁତ ହୋଇଥିବା ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚେତନାର ପ୍ରତିଫଳନ । ପରମଙ୍କର ସେହି ଦିବ୍ୟଚେତନା ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣର ନାନା ଅଦିବ୍ୟ ଚେତନାର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି ତାହାକୁ ନିଜ ଆଡ଼କୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ସେ ଗଢ଼ିଥାଏ ତା'ର ଆବରଣ । ଆମ ସ୍ଥୂଳ ଆବରଣଟି ହେଲା ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ସଂଗୃହୀତ ଚେତନାର ଘନରୂପ । ପ୍ରକୃତିର ଏହି ରୂପଗଠନ କାମଟି ଅତୀବ ରହସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ସ୍ଥାନ, କାଳ, ପାତ୍ର ଅନୁସାରେ ଚେତନାର ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣର ତାରତମ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଆଜି ଆମେ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ଦୁଇଜଣଙ୍କୁ ଏକା ଭଳି ଦେଖିବାକୁ ପାଇ ନ ଥାଉ – ଏପରିକି ଯମଜ ଶିଶୁଙ୍କ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ । ଯମଜ ଶିଶୁ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଜଣକ ପରେ ଜଣେ ଜନ୍ମ ନିଅନ୍ତି । ତେଣୁ କାଳର ତଫାତ୍ ରହିଲା । ତେଣୁ ତାଙ୍କ ଭିତରେ କିଛିନା କିଛି ତଫାତ୍ ରହିବ । ସ୍ଥାନ, କାଳ, ପାତ୍ରକୁ ନେଇ ଆମର ଜ୍ୟୋତିଷ-ବିଜ୍ଞାନ ଗଢ଼ି ଉଠିଛି । ଜନ୍ମ ସମୟରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରହମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବ, ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣର ଅନ୍ୟ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ତଥା ପିତା-ମାତାଙ୍କ ଚେତନାର ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବ ନବଜାତ ଶିଶୁ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତି-ରାଜିକୁ ନେଇ ଶିଶୁର ପ୍ରାଥମିକ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଜ୍ୟୋତିଷ ବିଜ୍ଞାନ ଏବେ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ ନୁହେଁ । ଏହା କେବଳ ଗ୍ରହମାନଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ବିଷୟରେ ଜୋର୍ ଦେଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଗ୍ରହମାନଙ୍କ ଶକ୍ତି ଅପେକ୍ଷା ବହୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରଭାବ ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଗୁରୁ କୃପା, ଶିଶୁର ଆତ୍ମାର ବିକାଶ, ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ଆଦିର ପ୍ରଭାବ ତଥାକଥିତ ଜ୍ୟୋତିଷ ବିଜ୍ଞାନର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଗଣନାକୁ ଖଣ୍ଡନ କରିଥାଏ ।

ସେହିପରି ହସ୍ତରେଖା ଅଧ୍ୟୟନ କରି ଆମେ ଆମର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ କାହାରି ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଟିକିନିଖି ଭାବରେ କୁହାଯାଇ ପାରେ ନାହିଁ । କାରଣ ମଣିଷର ଚେତନା ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ବଦଳି ଯାଉଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତା' ଉପରେ ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିରାଜି କାମ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହେଲା ଆମେ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ଜାଣିବାକୁ ନ ଚାହିଁ ଏହାର ଗଠନ କାମରେ ଲାଗିବା । ଆଜିର କର୍ମ, ଆଚରଣ ଓ ଅଭ୍ୟାସ ଆମର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଗଠନ କରିଥାଏ । ଆମର କର୍ମର ମାଧ୍ୟମରେ, ଆଚରଣର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଆମର ଚେତନାର ବିକାଶ କରିଥାଉ । ଏହି ନୂତନ ଚେତନା ଆମକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ଗଢ଼ି ତୋଳିଥାଏ । ଅତଏବ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ।

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଆମ ଚେତନା ଆମ ଶରୀରର ରୂପ ଗଢ଼ିଥାଏ । ଅତଏବ ଜଣେ

ଲୋକର ଆଚାର, ବ୍ୟବହାର ଚାଲି-ଚଳନ ବିଷୟରେ ଜାଣିଲେ ତା'ର ଶରୀର ବିଷୟରେ କିଛି ଧାରଣା ହେବ । ଯେପରି ଜଣେ ସର୍ବଦା ରାଗ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀର ପତଳା ହୋଇଥାଏ, ଜଣେ ଅଳସୁଆ ଓ ତାମସିକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀର ପୃଥୁଳ ହୋଇଥାଏ । ଜଣେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିରେ ବୁଡ଼ି ରହିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଚକ୍ଷୁ କୋଟରାଗତ ଓ ଶରୀର ନାନା ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଜଣେ ଧର୍ମ ପରାୟଣ ବ୍ୟକ୍ତି ବା ସତ୍ୟ ଆଚରଣ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀର ସାମ୍ୟ ଓ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀରକୁ ଦେଖି କିଛି ପରିମାଣରେ ଜାଣିହେବ ତା' ଭିତରେ କେଉଁ ଚେତନା କାମ କରୁଛି । ହସ୍ତରେଖା ଯେପରି ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିର ମାନଚିତ୍ର ରୂପେ ଆମେ ଜାଣି ଆସିଛୁ । ମଣିଷର ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗର ଗଠନକୁ ମଧ୍ୟ ଅନୁଧ୍ୟାନ କଲେ ତା'ର ପ୍ରକୃତି ବିଷୟରେ ଆମେ ଅବଗତ ହୋଇପାରିବୁ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷର ଆତ୍ମା ଓ ତା'ର ଆନ୍ତର ଚେତନା ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ହେଲେ ଆମେ ତା'ର ଚକ୍ଷୁ ମାଧ୍ୟମରେ ଜାଣିପାରିବୁ । ଚକ୍ଷୁ ହେଲା ଆମ ଆତ୍ମ-ଚେତନାର ବାତାୟନ । ଜିଜ୍ଞାସୁ ବା ଶିଷ୍ୟର ଏହି ଚକ୍ଷୁ ଭିତର ଦେଇ ପ୍ରବେଶ କରି ସାଧୁ, ମହାପୁରୁଷ ବା ଗୁରୁ ତା'ର ଅନ୍ତଃକରଣକୁ ଜାଣନ୍ତି ।

ଏବେ ଆମର ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଆମେ କିପରି ଆମ ଚେତନାର ବିକାଶ କରିବୁ ଓ ତାକୁ ଆମ ଶରୀର ଗଠନ କାମରେ ଲଗାଇବୁ ? ଯେଉଁସବୁ ଚେତନା ଆମ ଶରୀରରେ କାମ କରନ୍ତି ତାହା ମଧ୍ୟରୁ ଆମେ ମାତ୍ର ଅଳ୍ପ କେତୋଟି ଚେତନା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇଥାଉ । ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର ପରିଚାଳନା ହୋଇଥାଏ ଶାରୀରିକ-ମନ (Body mind) ଦ୍ୱାରା । ଏହି ଶାରୀରିକ-ମନ ବିଷୟରେ ଆମର ସ୍ଥୂଳ-ମନ କିଛି ବି ଜାଣି ନ ଥାଏ । ଅତଏବ ଶରୀରର ଜୈବିକ ପରିଚାଳନା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ମନର ରୂପାନ୍ତର ଆବଶ୍ୟକ । ଅର୍ଥାତ୍ ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ହେବାକୁ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମନର ଉଚ୍ଚ ସ୍ତରକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ବା ମନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ଅତିଚେତନର ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ଆମ ସ୍ଥୂଳ ମନକୁ ଉତାରି ଆଣିବାକୁ ହେବ । ଏହା ସହିତ ଯଦି ଆମର ମନ ଚୈତ୍ୟ ଚେତନାର ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ ତେବେ ମନରୁ ସମସ୍ତ ଅଜ୍ଞାନତା ଓ ଅବିଶ୍ୱାସ ଲୋପ ପାଇ ଏହା ଏକ ଦିବ୍ୟଯନ୍ତ୍ରରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ଏହି ମନକୁ ନେଇ ଆମେ ଆମ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଉ । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, ''ଯଦି ମନ ସହଜାତ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଏବଂ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିର ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟତା ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନା ତଥା ଶରୀରକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ସେସବୁକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାର ଭାର ନିଏ, ଯଦି ଏହା ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରେ, ଏବଂ ସଚେତନ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟବହାର କରିପାରେ ଯାହାକୁ ଆମେ କହିପାରୁ ସେମାନଙ୍କ ସହଜାତ ପ୍ରକୃତି ଓ ସ୍ୱୟଂ କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଓ ସେମାନଙ୍କ ଶକ୍ତିରାଜିର ପୂର୍ଣ୍ଣତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ

ମନ ଧର୍ମରେ ଦୀକ୍ଷିତ କରିପାରେ, ତେବେ ଏହି ଶକ୍ତିରାଜିର କ୍ରିୟା ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଚେତନ, ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ଅଧିକ ସଜାଗ ଓ ଅଧିକ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ କରିବ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ମନର ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଦିଗରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହେବା ଉଚିତ ଏବଂ ଏହି ଅଭିବୃଦ୍ଧି ସେ ସର୍ବୋତ୍ତମଭାବେ ସେତିକିବେଳେ କରିପାରିବ, ଯେତେବେଳେ ଏହା ଭୌତିକ ମନର ଭ୍ରାନ୍ତିପ୍ରବଣ ବୁଦ୍ଧି ଉପରେ କମ୍ ନିର୍ଭର କରିବ, ଯେତେବେଳେ ଏହା ଏପରିକି ସଠିକ୍ ଭାବରେ ଓ ଶୃଙ୍ଖଳାର ସହିତ କାମ କରୁଥିବା ଯୁକ୍ତିବୁଦ୍ଧିର ସୀମା ବନ୍ଧନରେ ମଧ୍ୟ ବାନ୍ଧି ନ ହେବ, ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ଏହା ବୋଧି ସ୍ତରକୁ ଉଠିଯାଇ ପାରିବ ଏବଂ ଏକ ବ୍ୟାପକତର, ଗଭୀରତର ଓ ନିକଟତର ଦୃଷ୍ଟି ଲାଭ କରିବ ତଥା ଉଚ୍ଚତର ସଂବୋଧିର ସଂକଳ୍ପ ଶକ୍ତିର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ପରିଚାଳନା ଲାଭ କରିବ ।’’

(*On Physical Education,* P. 15) – Sri Aurobindo

ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ବିନା କେବଳ ଏକ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଉପାୟରେ ସ୍ଥୂଳ-ମନକୁ ନେଇ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକଲେ (ପୂର୍ବ ପ୍ରକାଶିତ ରୁଷୀୟାନ ଜିମ୍ନାଷ୍ଟଙ୍କ ଭଳି) ତାହା ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇ ରହି ପାରିବ ନାହିଁ । ଯେକୌଣସି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତାହା ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ିବ । ‘‘ଜଡ଼ ଆଧାର ଉପରେ ସ୍ଥୂଳ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆମେ ଯାହା କିଛି କରୁ ଏହା ସୁରକ୍ଷିତ ନୁହେଁ ଓ ଏହା ଏକ ସୀମା ମଧ୍ୟରେ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ; ଏପରିକି ବାହାରୁ ଦେଖିଲେ ଶରୀରର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଶକ୍ତି ଥିଲା ପରି ମନେ ହେଲେହେଁ ଅନ୍ତର ଚେତନାର ତାରତମ୍ୟ କିଂବା ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବାହ୍ୟ ଆକ୍ରମଣ ଅଥବା ଆଘାତ ଫଳରେ ଏହା ଅନିଶ୍ଚିତ ଓ ଯେକୌଣସି ସମୟରେ ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଥାଏ ।’’

- Sri Aurobindo (*On Physical Education,* P. 15)

ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ ଆମେ ଏହି କାମ ଆରମ୍ଭ କରିପାରୁ ମନର ଯେକୌଣସି ସ୍ଥିତିରୁ । ମଣିଷ ଏକ ମାନସିକ ପ୍ରାଣୀ ହୋଇଥିବାରୁ ମନ ଚେତନାହିଁ ତା’ର ସଚେତନ ସତ୍ତା । ସାଧାରଣ ମଣିଷ ଯେଉଁ ମନ ସ୍ତରରେ ସଚେତନ ଥାଏ ତାହା ହେଲା ସ୍ଥୂଳ-ମନ । ଏହି ମନରେ ନାନା ପ୍ରକାର ବିକୃତି ଭରି ରହିଥାଏ । ଏହା ଭିତରେ ଭୟ, ଅବିଶ୍ୱାସ, ଅସ୍ଥିରତା ଭରି ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ବିକୃତିର ପ୍ରଭାବ ଶରୀର ଉପରେ ପଡ଼ିଥିବାରୁ ଆଜିର ମଣିଷ ଶରୀର ଭୟଙ୍କରଭାବେ ବିକୃତି ଓ ଅପ୍ରାକୃତିକ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ପଶୁ ଭିତରେ ମନ ନ ଥାଏ । ତାକୁ ତା’ର ସହଜାତ ପ୍ରବୃତ୍ତି ପରିଚାଳନା କରେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଶୁଜାତିର ଏକ ସତ୍ତା ରହିଥାଏ ଓ ଏହାହିଁ ତାକୁ ରକ୍ଷା କରେ ଓ ପରିଚାଳନା କରେ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷର ମନର ବିକାଶ ହୋଇଥିବାରୁ, ସେ ତା’ର ଏହି ସହଜାତ ପ୍ରବୃତ୍ତିଟିକୁ ହରାଇଛି । ମଣିଷ ମନର ବିକାଶ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେ ସର୍ବଦା ମାନସିକ କର୍ମରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହିଲା, ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ କଳାପ କମିଗଲା । ତେଣୁ ମଣିଷର ଶରୀର ବିକାଶରେ

ବ୍ୟାଘାତ ହେଲା । ଏହିପରି ଭାବରେ ଆଜି ସାଧାରଣ ମଣିଷ ଏକ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଚେତନାରେ ବାସ କରୁଥିବାରୁ ତା'ର ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣତାଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ରହି ଯାଇଛି ।

ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣତାର କାମ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଏହା ଏକ ସହଜ କାମ ନୁହେଁ । ଆମେ ଜାଣିଥାଉ ଯଦି ଜଣେ ଶୀଘ୍ର ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ଚାହେଁ ସେ ବାଧା ବିପତ୍ତି ପାଇଁ ଭୟଭୀତ ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଯଦି ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୋଡ଼ରେ ଆମେ କଠିନ କାମଟି କରିବା ଲାଗି ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରୁ ତେବେ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଆମର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଉ ଓ ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁମାନଙ୍କୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିଥାଉ । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରକୁ କେବେହେଲେ ନିମ୍ନ ଆବେଗ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହେବାକୁ ନ ଦେବାହିଁ ହେଲା ମଣିଷ ଜୀବନର ସବୁଠାରୁ କଠିନତମ କାର୍ଯ୍ୟ । ତୁମେ ଯଦି ବୀର ଯୋଦ୍ଧା ହୋଇଥାଅ ତେବେ ଏହି କଠିନ କାମଟି କରିବା ପାଇଁ ଅବଶ୍ୟ ଆଗଭର ହେବ ।

ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ କରୁ ସେତେବେଳେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଆସ୍ପୃହା ଫଳରେ ଆମେ ନାନା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତି ଲାଭକରୁ । ଏପରିକି ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ଆମେ ପ୍ରବଳ ଶାନ୍ତି, ଆନନ୍ଦ ଲାଭ କରିଥାଉ । ସାଧନାର ଏହି ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅବସ୍ଥା ସାଧକ ପାଇଁ ଏକ ମଧୁର ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ପରେ ପରେ ଏହି ଅନୁଭୂତି ସବୁ ଚାଲିଯାଏ । କାରଣ ଆମର ସାଧନା ଶରୀର ସ୍ତରକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆସେ । ସେତେବେଳେ ଶରୀର ଚେତନାରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ବିକୃତି ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ଏହାକୁ ଦେଖି ସାଧକ ଭାବେ ତା'ର ସାଧନାର ପତନ ହେଲା । କିନ୍ତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା । ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏହିପରି ହୋଇଥାଏ । ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି ଶରୀର ଭିତରେ ଚାପି ହୋଇ ରହିଥିବା ସମସ୍ତ ତାମସିକତା, ଅଜ୍ଞାନତା, ଜଡ଼ତା, ବିକୃତି ଓ ବାଧା ବାହାରକୁ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ଏସବୁ ଏତେ ଭୟଙ୍କର ଯେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ମାର୍ଗରେ ଶରୀରର ସହଯୋଗ ଅସମ୍ଭବ ମନେ ହୁଏ । ତେଣୁ ଶରୀରକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ନେବା ପାଇଁ ପୁରାତନ ଯୋଗ ଚାହିଁ ନ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏବେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ପ୍ରଧାନ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଲା ଶରୀର ଉପରେ । ଏହାକୁ ବାଦ୍ ଦେଇ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ସାଧକର ଯଦି ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ଆସେ ସେତେବେଳେ ସେ ଭୟଭୀତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ କହିଛି ଯେ ତୁମ ଚେତନା ଓହ୍ଲାଇ ଆସି ବାହ୍ୟ ସ୍ଥୂଳ ଚେତନା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଛି, ଯାହାକି (ବାହ୍ୟ ଚେତନା) ସର୍ବଦା ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଗତିବୃତ୍ତିରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଥାଏ, ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ଏପରି ହୁଏ, ତୁମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ତାଙ୍କ ନିଜ ରୂପରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଥାଅ, ଯେତେବେଳେ କି ସେମାନେ ଆଉ ତୁମ ମନ ବା ଚୈତ୍ୟ-ଚେତନାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୀନ ନ ଥା'ନ୍ତି । ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏହି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସଂଯୋଗର

ଅନୁଭୂତି ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ, ତା' ନ ହେଲେ ସତ୍ତାର ଏହି ଅଂଶର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ।'' (Letters on Yoga - III, P. 1428) ଯେତେବେଳେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଆସେ ସେତେବେଳେ ଜଣେ ନିଜକୁ ଏକ ପଶୁ ଭଳି ହୋଇ ଯିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରେ। ଯେତେବେଳେ ଏହିସବୁ ନିମ୍ନ ଚେତନା ନିଜକୁ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କରେ ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ନିଷ୍କ୍ରମଣ ନେଇ ବ୍ୟସ୍ତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ। ସେମାନେ ଆସିଥା'ନ୍ତି ରୂପାନ୍ତର ହେବା ପାଇଁ। କେବଳ ଏମାନଙ୍କୁ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ଓ ଚେତନା ପ୍ରତି ଉନ୍ମୀଳିତ କରି ଓ ଉପରୁ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ଓ ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ଏମାନଙ୍କ ଉପରେ ଅବତରଣ କରାଇ ଏସବୁର ରୂପାନ୍ତର କରାଯାଇ ପାରେ।

ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସାଧକର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହେଲା ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ସମୟ ଧ୍ୟାନରେ ବସିବା ଓ ନିଜର ଆନ୍ତର ସତ୍ତା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହେବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା। ଥରେ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ତୁମ ବାହ୍ୟ ସତ୍ତାରେ ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ଚେତନାରେ ଆନ୍ତର ଚେତନାର ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିପାର ସେତେବେଳେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଶାନ୍ତି, ନୀରବତା, ଆଲୋକ ଓ ଶକ୍ତି ଆଦିକୁ ଆବାହନ କରି ଏହି ଶରୀର ଚେତନାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କର। ଏହାହିଁ ହେବ ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭର ମୂଳଦୁଆ। ପରେ କର୍ମ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଧ୍ୟାନର ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ।

ଯାହାହେଲେ ମଧ୍ୟ ମାନସିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ ଛାଡ଼ିଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ। ପରେ ଏହି ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଭାର ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଓ ଉଚ୍ଚତର-ସତ୍ତା ହାତରେ ଦେଇ ଦେବାକୁ ହେବ। କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ମାନସିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ ଢିଲା କରି ଦିଅନ୍ତି। ଶେଷରେ ଆମେ ଯଦି ଆମର ସମସ୍ତ ଭାର ମା'ଙ୍କ ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେଇପାରୁ ଓ ତାଙ୍କ ଶକ୍ତି ପ୍ରତି ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିପାରୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତାରେ ତାଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତି ଅନୁଭବ କରିପାରୁ ତେବେ ଏହି କଠିନତମ ଶରୀର ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ସହଜରେ ଘଟିତ ହେବ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ଅବତରଣର ବହୁ ପୂର୍ବରୁ କହିଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ଅତିମାନସ ଚେତନା ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଚେତନାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଅବତରଣ କରିବ, ସେତେବେଳେ ଏହା ସେଠାରେ ତା'ର ଯଥାଯଥ ଅବସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି କରିବ। ଏକତ୍ୱର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବ, ଜଡ଼ ତା' ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଏହାର ନିରନ୍ତର ଉପସ୍ଥିତି ଓ ସଂଯୋଗର ବୋଧକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରିବ ଯାହାପରେ ଆସିବ ସମସ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଭୌତିକ ସଂଯୋଗ।''

(*Letters On Yoga*, P. 1930)

୧୯୫୬ ମସିହାରେ ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ପରେ ଶ୍ରୀମା ଏହାକୁ ଶରୀରରେ ଧାରଣ କରି ତାଙ୍କ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର କାମ ଆରମ୍ଭ କଲେ। ମା'ଙ୍କର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର

ଟିପ୍ପଣୀ ପୃଥିବୀବାସୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୂତନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତିର ନିଦର୍ଶନ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀରରେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି କାମ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ସେତେବେଳେ କେତେକ ଅଭୂତପୂର୍ବ ଘଟଣା ଶରୀରରେ ଘଟିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏପରିକି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାର ତଥାକଥିତ ଉପାୟ ମଧ୍ୟ ବଦଳି ଯାଏ । ତେଣୁ ଆଜି ଆମେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଉପାୟସବୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରିଛୁ ତାହା ଭବିଷ୍ୟତରେ ବଦଳିଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ତେଣୁ ପୁରାତନ ପନ୍ଥାକୁ ଛାଡ଼ିବା ପାଇଁ ସାଧକ ସର୍ବଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରହିଥିବା ଉଚିତ । ଆମ ସଚେତନତାର ଅନ୍ତରାଳରେ ରହି ଏହି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ସାରା ପୃଥିବୀରେ ଜଡ଼ ଉପରେ ତୀବ୍ର ଭାବରେ କାମ କରୁଛି । ହୁଏତ ଆମ ଭିତରେ ତାହାର ଝଲକ ଆମେ ସମୟ ସମୟରେ ପାଇଥାଉ । କିନ୍ତୁ ସର୍ବଦା ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ସଚେତନ ଭାବରେ ଧାରଣ କରି ରଖିବାର କ୍ଷମତା ଆମକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ଉପାୟ କୌଣସି ପୁରାତନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଧାରାରୁ ମିଳିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ମା'ଙ୍କ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଅନୁଭୂତିର ଟିପ୍ପଣୀରୁ ଆମେ ଆମର ନିଜସ୍ୱ ଧାରା ଖୋଜିବାକୁ ହେବ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ବର୍ତ୍ତମାନ ଅତିମାନସ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ସହିତ ଏହି ଶରୀରରେ ଏକ ନୂତନ କିଛି ଘଟିଛି : ଏହା ନିଜ ଗୃହର ନିଜେ ପ୍ରଭୁ ବୋଲି ଓ ସ୍ୱୟଂ ଶାସିତ ବୋଲି ଅନୁଭବ କରୁଛି – କୁହାଯାଇପାରେ ଏହା ନିଜ ଦୁଇ ଗୋଡ଼ରେ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ପାରିଛି । ଯେପରି ମନେହୁଏ ସମସ୍ତ ସତ୍ତା (ଶରୀର ଚେତନା) ଛିଡ଼ା ହୋଇ ତା'ର ମଥା ଟେକିଛି – ତା'ର ନିଜର ପ୍ରଭୁ ଭାବରେ ।''

(The Mother, *On Physical Education*, P. 113)

ଏହା ହେଲା ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥା । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ପ୍ରଭାବ ଆଉ ଏ ଶରୀର ଉପରେ ରହିବ ନାହିଁ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣ କେବଳ ନୀରବ ହୋଇ ରହିବେ ନାହିଁ ବରଂ ସେମାନେ ଶରୀରର ବାହାରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବେ । ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଶରୀରକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବ ଯେ କିପରି ଏହା ନିଜେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର କାମ କରିପାରିବ । ପୁରାତନ ଯୋଗର ଯେଉଁସବୁ ଅନୁଭୂତି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଚେତନାରେ ହେଉଥିଲା ତାହା ଏବେ ଏହି ଶରୀରରେହିଁ ଘଟିତ ହେବ ।

The Maker shall recast us and impose
A plan of godhead on the mortal's mould
Lifting our finite minds to his infinite,
Touching the moment with eternity.

(*Savitri*, Canto. IV, The Secret Knowledge, p. 67)

ସୃଷ୍ଟି କର୍ତ୍ତା ଆମକୁ ଗଢ଼ିବେ ପୁଣିଥରେ
ଏକ ଦେବତା ଭାବରେ ଏହି ମର ଆଧାର ଛାଞ୍ଚରେ,
ଆମ ସୀମିତ ମନକୁ ତୋଳିବେ ତାଙ୍କ ଅସୀମତା ଦିଗେ
ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଶାଶ୍ୱତଙ୍କ ସଂଯୋଗ ଜଗାଇ ।

ଭୌତିକ ଚେତନା ଓ ତା'ର ଜାଗରଣ

''ଯେଉଁମାନଙ୍କର ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବଳ, ଶକ୍ତି ଓ ଏକ ପ୍ରକାର ସୁସ୍ଥ ସମତା ରହିଥାଏ, ଯେଉଁମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉପଲବ୍ଧିକୁ ଭୌତିକ ସ୍ତରରେ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାର ଏକ ଚରମ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଭବ କରୁଥା'ନ୍ତି ସେମାନେ ବଉଦମାଳା ମଧ୍ୟକୁ କିଂବା ନିରାକାର ଜଗତ୍ ମଧ୍ୟକୁ ଚାଲି ଯିବାରେ ସନ୍ତୋଷ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ଆନ୍ତର ଅନୁଭୂତିରେ ସେମାନଙ୍କ ଭୌତିକ ଚେତନା ଓ ଏପରିକି ସେମାନଙ୍କ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ ।''

(MCW - 8, P. 247)

ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଚେତନାର ଅଭିଯାନ ପଥରେ ଯେତେବେଳେ ସେ ଏହି ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ପ୍ରବେଶ କରେ ସେତେବେଳେ ସବୁକିଛି ତାକୁ ଓଲଟପାଲଟ ଲାଗେ । ତା'ର ପୂର୍ବ ଅନୁଭୂତିସବୁ ଚାଲିଯାଏ, ତା' ସ୍ଥାନରେ ଶରୀରର ଯେତେସବୁ ବିକୃତି ମୁଣ୍ଡ ଟେକି ଛିଡ଼ା ହୁଏ । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ସେ ହତାଶ ହୋଇପଡ଼େ । ବାଧା ବିପତ୍ତିର ବାରଂବାର ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନକୁ ଦେଖି ସେ ଭୟଭୀତ ହୋଇପଡ଼େ । ଶରୀର ଚେତନାର ଏହି ବାଧାସବୁ ବାରଂବାର ଫେରି ଆସିବାର କାରଣ ହେଲା – ଏହା ଶରୀରର ପୂର୍ବ ଅଭ୍ୟାସ । ମଣିଷର ଚରିତ୍ର ଏହିପରି ହୋଇଥାଏ । ଯେତେ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ବି ଏହା ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ କୁହାଯାଏ ''ଘୁଷୁରି ପ୍ରକୃତି ପଙ୍କରେ ଲୋଟେ, ମଣିଷ ପ୍ରକୃତି ମଲେ ତୁଟେ ।'' ଏହିପରି ଜିଦ୍‌ଖୋର୍ ପ୍ରକୃତିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ଯଦିଓ ଖୁବ୍ କଷ୍ଟକର ତଥାପି ଏହା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ସବୁଠାରୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ମନ, ପ୍ରାଣ ଏପରିକି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ପକ୍ଷରେ ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଉଠିଆସୁଥିବା ଏହିସବୁ ଅଭ୍ୟାସକୁ ଜୟ କରିବା କଠିନ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଏକ ସାମାନ୍ୟ କଥା ନିଆଯାଉ । ଯଦି କେହି ସିଗାରେଟ୍ ପିଇବାର ଅଭ୍ୟାସରେ ପଡ଼ିଯାଇଛନ୍ତି ଏବଂ ତାକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ସେଥିପାଇଁ ସେ ଯେ କେତେଥର ବିଫଳ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ତାହା କେବଳ ଅନୁଭବୀହିଁ ଜାଣନ୍ତି । ସିଗାରେଟ୍ ନ ପିଇବାକୁ ଯେତେଥର ସଂକଳ୍ପ ନେଲେ ମଧ୍ୟ ପୁଣି ତାହା ଆମକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରେ । ସେହିପରି ପାନ, ବିଡ଼ି, ମଦ, ଚା', ତମାଖୁ ଇତ୍ୟାଦି ଖାଇବାର ଅଭ୍ୟାସକୁ ଛାଡ଼ିବା ପାଇଁ ସାଧକକୁ ଦୀର୍ଘଦିନ

ଲାଗିଥାଏ । ଶରୀର ଚେତନାର ସବୁଠାରୁ କଠିନ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେଲା କାମ-ବାସନା । ମଣିଷ ପ୍ରଥମେ ଜାଣି ଶୁଣି ଏହିସବୁ ବଦ୍‌ପ୍ରକୃତିର ଅଭ୍ୟାସ କରିଥାଏ । ଶେଷରେ ଏହା ଆମ ଭିତରେ ଏପରି ଭାବରେ ବସା ବାନ୍ଧି ବସେ ଯେ ସେ ଆଉ ଆମକୁ ଛାଡ଼ି ଯିବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ତା' ଉପରେ ପୁଣି ବାତାବରଣ ଓ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭାବ ତାକୁ ଆହୁରି ମଜଭୁତ କରେ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ରୂପାନ୍ତର ଏତେ କଠିନ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି କଠିନତାକୁ ଦେଖି ପୂର୍ବକାଳର ସାଧକମାନେ ଶରୀରକୁ ତାଙ୍କ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାରୁ ବାଦ୍ ଦେଉଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଏହି ଶରୀରକୁ ନେଇ । ତେଣୁ ଏବେ ଆଉ ଆମକୁ ଆମ ସାଧନା ପଥରୁ ଶରୀରକୁ ବାଦ୍ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀର ଚେତନା ସାଧନା ପଥକୁ ଆସେ ସେତେବେଳେ ଏହା ଭିତରେ ଥିବା ନାନା ସମ୍ଭାବନାର ଦ୍ୱାର ମଧ୍ୟ ଖୋଲିଯାଏ । ଅତଏବ ଯେତେ କଠିନ ମନେହେଲେ ବି ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ପାଇଁ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର କାମ ହେଲା ଅସଲ କାମ । ଏହା ହେବ ତା'ର ଅସଲ କର୍ମଯୋଗ ଓ ଭଗବତ୍ ଉପାସନା ।

ଶରୀର ଚେତନାର ଜାଗରଣ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଏହା କ'ଣ ତାହା ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏହି ଚେତନା ବିଷୟରେ ଆମକୁ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବିଭିନ୍ନ ଚେତନା ହେଲା ଏକ ପ୍ରକାର ଆଧାର ଭଳି । ଏବଂ ଏହି ଆଧାରରେ ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତା ରହି ତାହାକୁ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତି ସତ୍ତାରେ ପରିଣତ କରେ । ମାନସିକ ଚେତନା ମଧ୍ୟରେ ନିମ୍ନ ମନ, ଉଚ୍ଚତର ମନ, ପ୍ରାଣିକ ମନ, ଶାରୀରିକ ମନ, ବୁଦ୍ଧି, ଭାବନା, ଚିନ୍ତା, ବିଚାର ଓ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ବିବେକ ଆଦି ରହିଥାଏ । ସେହିପରି ପ୍ରାଣିକ ଚେତନାରେ ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରାଣ, ନିମ୍ନ-ପ୍ରାଣ, ଜୀବନୀ ଶକ୍ତି, ଭାବ, ଆବେଗ, ସଂବେଦନ ଆଦି ରହିଥାଏ । ସେହିପରି ଶରୀର ଚେତନା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ହଁ, ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଭୌତିକ ଚେତନା ବିଷୟରେ କହେ, ତାହା ଭୌତିକ ମନ, ଭୌତିକ ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଚେତନା ଅର୍ଥରେ କୁହେ ।'' (Letters on Yoga - III, P. 1443) ଶରୀର ଚେତନା (Body Consciousness) ହେଲା ଭୌତିକ ଚେତନା (Physical Consciousness)ର ଏକ ଅଂଶ ମାତ୍ର ।

ଭୌତିକ ଚେତନା ପଶୁ-ପକ୍ଷୀ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଏହି ଭୌତିକ ଚେତନାର ପ୍ରଭାବରେ ସେମାନେ ତାଙ୍କର ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କରନ୍ତି । ପକ୍ଷୀ ସକାଳେ ଉଠି ତା'ର ଖାଦ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ ସ୍ଥାନ ଆଡ଼କୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ଗତି କରିଥାଏ । ମରୁଭୂମିରେ ହାତୀ ପାଣିର ଅବସ୍ଥିତି ଆଡ଼କୁ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବେ ଆକୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ତେଣୁ ମରୁଭୂମିରେ ପାଣିର ଖୋଜ ପାଇଁ ମଣିଷ ହାତୀର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇଥାଏ । କୁକୁର ଅନୁସରଣ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବା ଜନ୍ତୁର ଗନ୍ଧ ବହୁ ଦୂରରୁ ଆଘ୍ରାଣ କରି ପାରିଥାଏ । ପଶୁ-ପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ଏହିସବୁ ଭୌତିକ

ଚେତନାର ବିକାଶ ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ଯୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷର ମନର ବିକାଶ ହୋଇଥିବାରୁ ତା'ର ଭୌତିକ ଚେତନାର ସହଜାତ ପ୍ରବୃତ୍ତି ପଛକୁ ଚାଲିଗଲା, ଅର୍ଥାତ୍ ଚାପି ହୋଇ ରହିଲା । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ମଣିଷମାନେ ଉପଯୁକ୍ତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି, ନୀରୋଗ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ଧାରାରେ ସରଳ ଜୀବନଯାପନ କରନ୍ତି – ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭୌତିକ ଚେତନାର କ୍ରିୟାକଳାପ ବଜାୟ ରହିଥାଏ । ରେଡ୍ ଇଣ୍ଡିୟାନମାନେ ଘନ ଅନ୍ଧକାର ମଧ୍ୟରେ ଚାଲୁଥିବା ବେଳେ କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ଛୁଇଁବାର ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ସେମାନେ ତା'ର ଅବସ୍ଥିତି କଥା ଜାଣିଥାଆନ୍ତି । ଭୂମିରେ କାନ ଦେଇ ମାଇଲ ମାଇଲ ଦୂରର ପଦଶବ୍ଦ ସେମାନେ ଶୁଣିପାରନ୍ତି । ଅନ୍ଧ ଲୋକମାନେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ଦୂର ବସ୍ତୁର ଅବସ୍ଥିତି ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତି ।

ଏସବୁ କିପରି ଘଟିଥାଏ ? ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ଯୋଗ ଦରକାର ନ ହୋଇପାରେ । କେବଳ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଏହିସବୁ ସୁପ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅନୁଭବ ଶକ୍ତିକୁ ଜାଗରଣ କରିପାରେ । ଆମେ ଜାଣୁ ବସ୍ତୁ ସକଳକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଆମର ୬ଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ରହିଛି – ଏହା ହେଲା ନାସା, କର୍ଣ୍ଣ, ଜିହ୍ୱା, ଚକ୍ଷୁ, ଚର୍ମ ଓ ମନ । ଏହି ୬ଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରକୃତରେ ଆମର ୧୨ଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ରହିଛି । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟି ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଦୂର ଜିନିଷ ଦେଖିପାରୁ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ପର୍ଶ ମାଧ୍ୟମରେ ଦୂର ଜିନିଷକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରୁ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଘ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଦୂର ଜିନିଷର ଗନ୍ଧ ଆଘ୍ରାଣ କରିଥାଉ ଇତ୍ୟାଦି । ଏହିସବୁ କ୍ଷମତା ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏକ ସମ୍ଭାବନା ଭାବରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ରହିଛି । ଭୌତିକ ଚେତନାର ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହିସବୁ ସାମର୍ଥ୍ୟର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ପୁରାତନ ଯୋଗୀମାନେ ଏ ବିଷୟରେ ଅବଗତ ଥିଲେ । ତେଣୁ ହଠଯୋଗ ଆଦି ପ୍ରଣାଳୀକୁ ଯୋଗର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରି ସେମାନେ ନାନା ଚମତ୍କାରିତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିପାରୁଥିଲେ । ହଠଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଶରୀରର ଆବର୍ଜନା ଦୂର କରିଥାଉ ଓ ଶରୀରକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ ଓ ସୁସ୍ଥ ସବଳ କରି ଗଢ଼ିଥାଉ । ଏପରି ଶରୀରରେ ସହଜରେ ଭୌତିକ ଚେତନାର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ଜାଗରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହାକୁ ଆମେ କିପରି ଜାଗରଣ କରିବୁ ? ପ୍ରଥମେ ଏହା ଭିତରେ ଏକ ଆସ୍ପୃହା କରାଯିବ । ଏହି ଆସ୍ପୃହା କିପରି କରାଯିବ ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଭୌତିକ ଚେତନାର ଆସ୍ପୃହା ବିଷୟରେ କହେ, ସେତେବେଳେ ମୁଁ କହିବାକୁ ଚାହେଁ ଯେ ଯେଉଁ ଚେତନା ତୁମ ଭିତରେ ସ୍ଥୂଳ ଆରାମ ଓ ସୁଖ ପାଇବା ପାଇଁ ଅତିଶୟ ଲାଳାୟିତ ହୋଇଥାଏ ସେ ନିଜେ ତୁମ ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ୟ ଉଚ୍ଚତର ଅଂଶ ଦ୍ୱାରା ବାଧ୍ୟ ନ ହୋଇ ସବୁକିଛି ଛାଡ଼ି ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରେମହିଁ ଚାହିଁଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ତୁମର ଉଚ୍ଚତର ଅଂଶ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହାକୁ ତୁମକୁ ଆଲୋକ ଦେଖାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ; ନିଶ୍ଚିତଭାବେ

ଏଇକଥା ବାରଂବାର କରିବାକୁ ହେବ ନଚେତ୍ ପ୍ରକୃତିର ଯୁଗଯୁଗର ସାଧାରଣ ଆବର୍ତ୍ତନର ପଥ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପରେ ଯାଇ ଏହା ନିଜେ ନିଜ ଦ୍ୱାରା ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରିବ ।''

(MCW Vol. - 3, P. 130)

ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ଶରୀରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇ ଉପଯୁକ୍ତ ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା; ଉପଯୁକ୍ତ ଆହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା (ନିରାମିଷ ଆହାରକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା ଉଚିତ) ଶରୀରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଗଢ଼ି ଉଠିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତା' ଭିତରେ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବେ ଭୌତିକ ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଜାଗରିତ ହୁଏ । ଏପରି ଶରୀର ପାଇଁ ଔଷଧପତ୍ର ଦରକାର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଶରୀରର ଛୋଟ ବଡ଼ ରୋଗକୁ ଶରୀର ନିଜେ ଭଲ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଯଦି ଯଥାର୍ଥ ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଏ ତେବେ ଏହାର ବିକାଶ କଳ୍ପନାତୀତ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରକୁ ଶୁଦ୍ଧ, ପୂତ କରି ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ଓ ମନର ଏକାଗ୍ର ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଏହା ଜାଗରିତ ହୋଇଥାଏ ।

କିପରି ଭୌତିକ ଚେତନାର ପ୍ରସାରଣ ଦ୍ୱାରା ଦୂରର ସ୍ଥୂଳ ଜିନିଷ ଦେଖି ହୁଏ, ଶୁଣି ହୁଏ, ଏହାର ଗନ୍ଧ ଆଘ୍ରାଣ କରି ହୁଏ, ଏହାର ସ୍ୱାଦ, ଏପରିକି ଏହାକୁ ସ୍ପର୍ଶ ମଧ୍ୟ କରାଯାଇପାରେ ସେ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଭୌତିକ ଚେତନାକୁ ପ୍ରସାରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ଦ୍ୱାରା, ଏହାକୁ ନିଜ ଭିତରୁ ବାହାରକୁ ପଠାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏବଂ କୌଣସି ଏକ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହେବା ଦ୍ୱାରା ଦୂରରୁ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଦୃଷ୍ଟି, ଶ୍ରବଣ, ଆଘ୍ରାଣ, ସ୍ୱାଦ ଏପରିକି ଏହାର ସ୍ପର୍ଶ ମଧ୍ୟ ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ ।'' (MCW - Vol. 6, P. 10) ଏଠାରେ ମା' ଏକ ଉଦାହରଣ ମଧ୍ୟ ଦେଇଛନ୍ତି । କିପରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଟିଏ ଘରେ କିଛି ଅସୁସ୍ଥତା କାରଣରୁ ଶୋଇଛି । ସେଠାରୁ କିଛି ଦୂରରେ ଏକ ପୋଲ ପାରି ହେବା ପରେ ଏକ ବଡ଼ ବଗିଚା ଭିତରେ ଏକ ଷ୍ଟୁଡ଼ିଓ ରହିଛି । ଶୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ତା'ର ଭୌତିକ ଚେତନାକୁ ଏକାଗ୍ର କରି ପ୍ରସାରଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତା'ର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନା ସେହି ଷ୍ଟୁଡ଼ିଓରେ ପହଞ୍ଚି ପାରିଥିଲା ଓ ସେଠାରେ ଯାହାସବୁ ଘଟୁଥିଲା ସେ ତାହା ଦେଖି ପାରୁଥିଲା ଓ ଶୁଣି ପାରୁଥିଲା । ବିଶେଷ ଭାବରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ MCW, Vol. - 6, P. 11 ପଢ଼ନ୍ତୁ ।

ସ୍ଥୂଳ ଭୌତିକ ଚେତନାର କିଛି କିଛି ଅନୁଭୂତି ଏହି ଲେଖକର ମଧ୍ୟ ହୋଇଛି । ସେଥି ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି କହି ଆମ ପାଠକମାନଙ୍କୁ ଏହି ଚେତନାର କ୍ରିୟା କଳାପ ବିଷୟରେ ଅବଗତ କରାଇବି । ଥରେ ଟ୍ରେନରେ ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତର ଏକ ସ୍ଥାନକୁ ମୋର ଜଣେ ସାଙ୍ଗ ସହିତ ଯାଉଥିଲି । ସେଠାରେ ପହଞ୍ଚିବାର ପ୍ରାୟ ଅଧଘଣ୍ଟା ଆଗରୁ ମୋ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଏକ ଚିତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲି – ତାହା ଥିଲା ସେହି ସ୍ଥାନର ଦୃଶ୍ୟ । ସେ ସ୍ଥାନକୁ ଆଗରୁ କେବେ ଦେଖି ନ ଥିଲି । ମୁଁ ଦେଖୁଛି ଟ୍ରେନରୁ ଏହାର ବାମ ପଟ ପ୍ଲାଟଫର୍ମରୁ ଓହ୍ଲାଇ ଅଟୋ-ରିକ୍ସା ଧରି ସହର ମଧ୍ୟରେ ଯାଉଛୁ । କିଛି ଦୂର ଉତ୍ତର ଦିଗକୁ ଯିବା

ପରେ ରିକ୍ସା ପୂର୍ବକୁ ବୁଲିଲା ଏବଂ ବହୁ ଦୂର ଯିବା ପରେ ଆମେ ଆମ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିଲୁ । ଏହାଥିଲା ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାଳୟ । ତା'ର ଗେଟ୍‌ଟି ଥିଲା ପଶ୍ଚିମ ପଟେ । ଗେଟ୍‌ରେ ପଶିଲା ପରେ ମୁଁ ଦେଖୁଛି ଦୁଇ ପଟେ ଦୁଇ ଧାଡ଼ି କୁଡ଼ିଆ ଘର । ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ରହିବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କୁଡ଼ିଆ ଘର ଦିଆହୁଏ । ମୋତେ ଡାହାଣ ପଟର ଏକ କୁଡ଼ିଆ ଦିଆ ହେଲା, ସାଙ୍ଗଟିକୁ ବାମ ପଟ । ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ଏତେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଥିଲା ଯେ ମୁଁ ମୋ ସାଙ୍ଗକୁ ଏହି ସବୁ କଥା କହିଲି । ପରେ ସାଙ୍ଗଟି ମୋ କଥାର ଯଥାର୍ଥତାର ପ୍ରମାଣ ଦେଖି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥିଲା । ଏହା ଥିଲା ଭୌତିକ ଚେତନାର ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଦେଖି ପାରିବାର କ୍ଷମତା । କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ ମୋର ନିଜର କୌଣସି ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ନ ଥିଲା । ଏହା ଥିଲା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଅନ୍ୟ ଏକ ଘଟଣା କହିବି ଯେଉଁଥିରେ ନିଜର କିଛି ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ରହିଥିଲା । ଥରେ ଆଶ୍ରମ ସ୍ପୋର୍ଟ୍‌ସ୍ ଗ୍ରାଉଣ୍ଡରେ ଖେଳିବା ବେଳେ ମୋ ପକେଟରୁ ଏକ ଚାବି ପଡ଼ି ଯାଇଥିଲା । ଚାବିଟିର ଲମ୍ବ ପ୍ରାୟ ୨ ଇଞ୍ଚ ହେବ । ଘରକୁ ଆସି ଦେଖେ ଚାବି ପକେଟରେ ନାହିଁ । ଜାଣିଲି ଏହା ନିଶ୍ଚୟ ଖେଳ ପଡ଼ିଆରେ ପଡ଼ିଯାଇଛି । ଅନ୍ଧକାରରେ ଏବେ ଯାଇ ତାକୁ ଖୋଜିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ସକାଳେ ଖୋଜିବାର ମନସ୍ଥ କଲି । ସକାଳେ ଉଠି ୧୫ ମିନିଟ୍ ଧରି ଚାବିଟି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ କଲି ଏବଂ ସେହି ଏକାଗ୍ର ଅବସ୍ଥାରେ ଖେଳ ପଡ଼ିଆରେ ପହଞ୍ଚିଲି । ଏତେ ବଡ଼ ପଡ଼ିଆଟିରେ ମୋର ଖୋଜିବା କାମ କେଉଁଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରିବି – ଏହି କଥା ଭାବୁଥିବା ବେଳେ ମୁଁ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତଭାବେ ପଡ଼ିଆର ଉତ୍ତର ଦିଗରେ ପହଞ୍ଚିଲି । ସେଠାରୁ ମୋର ଖୋଜିବା କାମ ଆରମ୍ଭ କଲି । ପ୍ରାୟ ଦଶ, ବାର ପାଦ ଗଲାପରେ (ସିଧା ଚାବି ଆଡ଼କୁ) ମୁଁ ଜାଣି ପାରିଲି ମୁଁ ଚାବି ପାଇଯାଇଛି । ମୋ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଚାବିଟିର ଛବି ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭାବରେ ଦେଖା ଯାଉଛି । ତା'ର ଠିକ୍ ଦୁଇପାଦ ପରେ ଚାବିଟିକୁ ସ୍ଥୂଳରେ ପାଇଗଲି । ଏହାଥିଲା ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁର ଆକର୍ଷଣ ଶକ୍ତି । ଆମେ ଯେକୌଣସି ବସ୍ତୁ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର ହେଲେ ସେହି ବସ୍ତୁ ଆମକୁ ଆକର୍ଷଣ କରେ । ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଆଶ୍ରମ ଆସିଲି, ପାର୍କ୍ ଗେଷ୍ଟ୍ ହାଉସରୁ ଆଶ୍ରମ ଆସି ପାରିଥିଲି ଏହି ଏକାଗ୍ରତା ଦ୍ୱାରା, କାହାକୁ ନ ପଚାରି ।

ଏହିସବୁ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କର ହୁଏ । ଏହା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତି ନୁହେଁ । ଏହା କେବଳ ଭୌତିକ ଚେତନାର ଜାଗରଣର ଫଳ । କିନ୍ତୁ ଆମ ଯୋଗରେ ଭୌତିକ ଚେତନାର ଜାଗରଣ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ଭୌତିକ ଚେତନାର ଜାଗରଣ ହେଲେ ଆଉ କ'ଣସବୁ ଅନୁଭୂତି ହୁଏ ସେସବୁ ଆମ ପାଠକବୃନ୍ଦ ଜାଣିବା ଦରକାର । ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତ୍ କଥା ଜାଣିହୁଏ । କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ତୁମ ପାଖକୁ ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ତୁମେ ତାହା ଜାଣିପାରିବ । ଏପରିକି ସେ କାହିଁକି ଆସୁଛି ତାହା ମଧ୍ୟ ଜାଣିପାରିବ । ରାସ୍ତାରେ ଚାଲିଲା ବେଳେ କୌଣସି ଗାଡ଼ି ତୁମକୁ ଧକ୍କା ଦେବା ଠିକ୍ ପୂର୍ବରୁ ତୁମେ ସ୍ୱାଭାବିକ

ଭାବରେ ଘୁଞ୍ଚିଯିବ । ଶୋଇଥିଲାବେଳେ ତୁମ କୋଠରି ଭିତରକୁ କେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଯେତେ ନିଃଶବ୍ଦରେ ଆସିଲେ ମଧ୍ୟ ତୁମେ ଜାଣିପାରି ଉଠିବସିବ । ଶୋଇଲାବେଳେ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ତୁମ କାନ, ନାକ ବା ଆଖି ନିକଟକୁ ଆସିଲେ ତୁମେ ତାକୁ ହାତରେ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ । ଭୌତିକ ଚେତନାର ଜାଗରଣ ହେଲେ ତୁମେ ଶୋଇଲାବେଳେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବାର କ୍ଷମତା ଆସିବ । ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଶବ୍ଦ (ବାଣ ଆଦି) ତୁମେ କାନରେ ଶୁଣିବାର ପୂର୍ବରୁ ତୁମ ଭୌତିକ ଚେତନା ଶୁଣି ପାରିଥାଏ ଓ ଏହାକୁ ଶୁଣିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁହେ । ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖିଲାବେଳେ ତୁମେ ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖୁଛ ବୋଲି ସଚେତନ ହୋଇପାରିବ । ଏସବୁ ହେଲା ସାଧାରଣ ଲକ୍ଷଣ । ଏହାଛଡ଼ା ଏହା ତୁମ ସାଧନାର ଅଗ୍ରଗତି ଦିଗରେ ବିଶେଷ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧ କ୍ଷମତା ବଢ଼ିଥାଏ । ଭୌତିକ ଚେତନାର ଜାଗରଣ ହେଲେ ସାଧକ ଆଉ ମନକୁ ନେଇ ବ୍ୟସ୍ତ ହେବ ନାହିଁ, ତା' ବଦଳରେ ସେ ଏହି ଭୌତିକ ଚେତନାରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ହେବ ।

ମା'ଙ୍କର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର କାମ ଆରମ୍ଭ ହେବାର ବହୁ ପୂର୍ବରୁ, ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରିବାର ବହୁ ପୂର୍ବରୁ, ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ତାଙ୍କର ଏହି ଚେତନାର ଜାଗରଣ ହୋଇଥିଲା । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ନିଜେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ବହୁ ଅନୁଭୂତି କଥା କହିଛନ୍ତି । ଥରେ ମା' ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଯେତେବେଳେ କାର୍‌ରେ ବାହାରକୁ ବୁଲିବା ପାଇଁ ଯାଇଥିଲେ (ଆଶ୍ରମ ଲେକ୍ ଦିଗରେ) ଲେକ୍‌ର ଟିକିଏ ଆଗକୁ, ସେ ଅନୁଭବ କଲେ ସେଠାକାର ବାତାବରଣ ଶକ୍ତି ଓ ଆଲୋକରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । କାର୍ ଯେତେ ଆଗକୁ ଯାଉଥିଲା ଏହା ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କମି କମି ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଗଲା । ଯେତେବେଳେ ସେ ଏହା ଦେଖୁଥିଲେ ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ରହିଥିଲେ । (I was not in a mental or vital consciousness, I was in an absolutely physical consciousness) ଯେତେବେଳେ ମା' ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ପଣ୍ଡିଚେରୀ ଆସିଥିଲେ ସେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସ୍ଥୂଳ ଉପସ୍ଥିତି ସମୁଦ୍ରରେ ୧୦ କି.ମି. ଦୂରରୁ ବାତାବରଣରେ ଅନୁଭବ କରିପାରିଥିଲେ ।

ଆମ ଭୌତିକ ଚେତନା ସକ୍ରିୟ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ପ୍ରାଣିକ ସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଭୌତିକ ଚେତନା ପ୍ରଥମେ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ଚାପ ଅଧୀନରେ ରହିଥାଏ । ଭୌତିକ ଚେତନାକୁ ଭଗବତ୍ ପ୍ରେରଣା ଓ ସ୍ପନ୍ଦନ ପାଇବାକୁ ହେଲେ ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନମନୀୟ ହୋଇ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତି ଏହା ଉପରେ ଚାପ ପ୍ରଦାନ କରି କାର୍ଯ୍ୟ କରାନ୍ତି ନାହିଁ । ଭଗବାନ୍ ତାଙ୍କ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ କେବେ ବି କାହାରି ଉପରେ ଲଦି ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ସେ କେବଳ ଆଲୋକ ଦେଖାନ୍ତି, ଚେତନା ଦିଅନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ଆଉ ବାଧବାଧକତା ରହେ ନାହିଁ, କେବଳ ରହିଯାଏ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସହଯୋଗ କରିବା । ଏହି ସହଯୋଗିତା ମାଧ୍ୟମରେ ଦିନେ ଆମର ଭୌତିକ

ଚେତନା ଭଗବାନଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯନ୍ତ୍ର ରୂପେ ଗଢ଼ି ଉଠିବ ଓ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବ ଅମରତ୍ୱର ରାଜ୍ୟ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଓ ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ର

ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ଭିତରେ ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ତା'ର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରକୁ ଆବୃତ କରି ରହିଥାଏ । ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତା ଯଥା ମନ, ପ୍ରାଣ, ଭୌତିକ ଚେତନା, ଶରୀର ଚେତନା ଆଦି ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିସ୍ତାରିତ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରର ବିକାଶ ହେଲେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ମଧ୍ୟ ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ଯଦି ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ ଆଦି କରି ଆମ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରୁ ଏବଂ ଏହାର ସ୍ନାୟୁମାନଙ୍କୁ ମଜଭୁତ କରୁ ତେବେ ଆମର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଆବରଣଟି ମଧ୍ୟ ମଜଭୁତ ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ସଚେତନତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଏହାର ସଚେତନତା ବୃଦ୍ଧି ହେବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ଏହା ଏକ ଛାଣିବା ଯନ୍ତ୍ର (filter)ଭାବେ କାମ କରେ । ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ଅନିଷ୍ଟକାରୀ ବସ୍ତୁକୁ ଏହା ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଦେଇ ନ ଥାଏ; ଯେପରି ରୋଗ ବାତାବରଣରୁ ଆସୁଥିବା ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଆବେଗ ଆଦି । ଏହା ଆମ ଶରୀରର ଏକ ପ୍ରକାର ରକ୍ଷା କବଚ ପରି କାମ କରିଥାଏ ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଚେତନାକୁ ବିକାଶ କରାଯାଇଥାଏ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନାରେ ଯେଉଁ ଚକ୍ରମାନଙ୍କ କଥା କୁହାଯାଇଥାଏ ତାହା ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେହିଁ ଅବସ୍ଥିତ । ସାଧନା ମାଧ୍ୟମରେ ଚକ୍ରମାନଙ୍କର ବିକାଶ ହେଲେ ତା'ର ପ୍ରଭାବ ଶରୀର ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପଡ଼େ । ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଓ ବିକାଶ ପାଇଁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ତା'ର କାରଣ ଭାବେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତିରାଜି ଯେତେବେଳେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରକୁ ଅବତରଣ କରେ (ଚକ୍ର ମାଧ୍ୟମରେ) ସେତେବେଳେ ଏହା ଚିନ୍ମୟ ଦେହ ବା ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଦେହରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ବୈଷ୍ଣବମାନେ ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମୀକୃତ ସଚେତନ ଶରୀର ବିଷୟରେ କହନ୍ତି ଯାହାକୁ ସେମାନେ ଚିନ୍ମୟ ଦେହ ବୋଲି କହନ୍ତି, ବେଦରେ ହୁଏତ ଏହାକୁ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଦେହ ବୋଲି କୁହାହୋଇଛି । କେହି କେହି ଖୁବ୍ ବିକାଶ ପ୍ରାପ୍ତ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଶରୀରରୁ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହେଉଥିବା ଆଲୋକ ରଶ୍ମି ଦେଖିପାରନ୍ତି; ଏପରିକି ସେହି ଆଚ୍ଛାଦନକାରୀ ଆଲୋକ ମଣ୍ଡଳ ବାହାରକୁ ବିକୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ମହାନ୍ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସଙ୍କ ଜୀବନରେ ଏହି ଘଟଣାର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପରିପ୍ରକାଶ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଛି ।''

(*On Physical Education,* p : 24)

ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଅନେକ ଫଟୋରେ ଏହି ଆଲୋକ ଆଭାର ଉପସ୍ଥିତି ଆମେ ଦେଖିପାରିବୁ । ବାସ୍ତବରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀରରୁ ଏପରିକି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁରୁ ଏକ ପ୍ରକାର ବିକିରଣ ହୁଏ । ମଣିଷ ଶରୀରରୁ ଯେଉଁ ଆଲୋକ ବିକିରଣ ହୁଏ ତାହାହିଁ ହେଲା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଆଲୋକ ଆଭା । ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଏହି ଆଲୋକ ଆଭା ଏତେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଯେ ତାକୁ ଖାଲି ଆଖିରେ ଦେଖିହୁଏ ବା ସାଧାରଣ କ୍ୟାମେରାରେ ନିଆଯାଇଥିବା ଫଟୋରେ ଏହାର ପ୍ରତିଚ୍ଛବି ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣ ମଣିଷଙ୍କ ଏହି ଆଭା ଖାଲି ଚକ୍ଷୁରେ ଦେଖି ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏବେ ବିଜ୍ଞାନର ଉନ୍ନତି ହୋଇଥିବାରୁ ଆମେ ଯେକୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଫଟୋଗ୍ରାଫ୍ ନେଇପାରିବୁ । ବ୍ୟକ୍ତିର ଚରିତ୍ର, ସ୍ୱଭାବ ଓ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଉନ୍ନତିର ଅନୁପାତରେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଆଲୋକ ଆଭାର ରଙ୍ଗ ଓ ଚକ୍ରମାନଙ୍କର ଉନ୍ନତିର ତାରତମ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଚକ୍ରମାନଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ଏହି ଲେଖକର ଏକ ଲେଖା ୧୯୭୦ ମସିହା, ନଭେମ୍ବର ନବପ୍ରକାଶରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା, ଯେଉଁମାନେ ଏହା ପଢ଼ି ନାହାନ୍ତି ଏ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଏଠାରେ ତାହା ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ କରାଗଲା ।

ଆମେ ଜାଣୁ ଆମ ଶରୀର ବିଶ୍ୱର ଏକ ପ୍ରତୀକ । ସାରା ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ଯେଉଁ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ସେସବୁ ତତ୍ତ୍ୱ ଆମ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ପୁରାଣରେ ଆମେ ଜାଣୁ – ଇନ୍ଦ୍ର, ବରୁଣ, ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି ଆଦି ଦେବତାମାନେ ଏ ସାରା ସୃଷ୍ଟିକୁ ପରିଚାଳନା କରନ୍ତି । ସେହିପରି ଆମ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ କାମ କରୁଛନ୍ତି – ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରନ୍ଥିମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ।

ଇନ୍ଦ୍ର ବା ବ୍ୟୋମ ଗ୍ରନ୍ଥି :

ଆମ ଶରୀରର ତନ୍ତୁ, ସ୍ନାୟୁ ଇତ୍ୟାଦିରେ ଥିବା ଶୂନ୍ୟର ପ୍ରଭାବରେ ଆମେ ଶବ୍ଦ, ସ୍ପର୍ଶ, ଗନ୍ଧ ଇତ୍ୟାଦି ଅନୁଭବ କରୁ । ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ଏହି ତନ୍ତୁ ଓ ସ୍ନାୟୁଗୁଡ଼ିକ ଯାଇ ସେସବୁ ଅଂଶର ବ୍ୟୋମଗ୍ରନ୍ଥିରେ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରନ୍ତି ।

ଏହି ଶୂନ୍ୟ ବା ବ୍ୟୋମଗ୍ରନ୍ଥିର ପ୍ରଧାନ କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥାନ ହେଲା କଣ୍ଠଦେଶ ଯାହାକି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ବିଶୁଦ୍ଧ ଚକ୍ରର ସ୍ଥାନ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିରୁ ନିଃସୃତ ରସ ଆମକୁ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣରୁ ବିଶେଷ ଭାବରେ ରକ୍ଷା କରେ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ପୁଷ୍ଟ ଓ ସୁଦୃଢ଼ ହେଲେ ଆମକୁ ସହଜରେ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ ସହିତ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ସମ୍ବନ୍ଧ ଅତି ଘନିଷ୍ଠ । ଏହା ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସ୍ଥାନ । ଇନ୍ଦ୍ର ଏଠାରେ ରହି ଆମର ସମସ୍ତ ଅଙ୍ଗକୁ ପରିଚାଳନା

କରନ୍ତି । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ଦୁର୍ବଳ ହେଲେ ମନର ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଭାବ ଲୋପପାଏ, ମନ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ, ଧୈର୍ଯ୍ୟହୀନତା, ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପୁଷ୍ଟିସାଧାନ ପାଇଁ ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ, ମତ୍ସ୍ୟାସନ, ହଳାସନ ଏବଂ କେତେକ ବେକର ବ୍ୟାୟାମ ବିଶେଷ ସହାୟକ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିଶେଷ ବିକାଶ ହେଲେ ମନୁଷ୍ୟର ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଗୁଣ ମଧ୍ୟ ବିକାଶ ହୁଏ ।

ବାୟୁ ଗ୍ରନ୍ଥି :

ବକ୍ଷ ପ୍ରଦେଶରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ର ଅବସ୍ଥିତ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍, ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ, ଶ୍ୱାସନଳୀ ଇତ୍ୟାଦି ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ରର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ଶରୀରର ଜୀବନ-ରକ୍ଷା ପାଇଁ ଏହା ଅବିଶ୍ରାନ୍ତ ଭାବରେ କାମ କରେ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର କ୍ରିୟା କିଛିକ୍ଷଣ ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ଶରୀର ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ ପଡ଼େ । ଅତଏବ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ପୁଷ୍ଟି ସାଧନ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ଉପଯୁକ୍ତ ବିକାଶ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆତ୍ମ-ସଂଯମ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ମନର ସ୍ଥିରତା ଏବଂ ପବିତ୍ରତା ଆସେ । ବ୍ୟକ୍ତି ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ଓ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କର୍ମୀ ହୁଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ଦୁର୍ବଳ ହେଲେ ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ ତଥା କୃଶ ହୋଇଯାଏ । ମନର ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟ ବଢ଼ିଯାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ବହୁଭାଷୀ କୃତଘ୍ନ ହୁଏ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଅନାହତ ଚକ୍ର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିଚକ୍ର ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପୁଷ୍ଟିସାଧନ ନିମନ୍ତେ ଫୁଟବଲ୍, ଭଲିବଲ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଖେଳ, ଦୌଡ଼ ତଥା ସନ୍ତରଣର ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଇପାରେ । ବୟସ୍କ ଲୋକମାନେ ମର୍ଣ୍ଣିଂୱାକ୍ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିଚକ୍ର ସୁରକ୍ଷିତ ରହେ । ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ, ଅର୍ଦ୍ଧମତ୍ସ୍ୟେନ୍ଦ୍ରାସନ, ଶୀର୍ଷାସନ, ଭୁଜଙ୍ଗାସନ ଇତ୍ୟାଦି ଆସନ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପୁଷ୍ଟି ସାଧନରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ ।

ଅଗ୍ନି ଗ୍ରନ୍ଥି :

ଆମ ଶରୀରରେ ପାକସ୍ଥଳୀ, ଯକୃତ୍, ପ୍ଳୀହା, ଅଗ୍ନ୍ୟାଶୟ, ଶୁକ୍ରଗ୍ରନ୍ଥି ଇତ୍ୟାଦି ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ନେଇ ଏହି ଅଗ୍ନି-ଗ୍ରନ୍ଥିର କ୍ରିୟା ଘଟିତ ହୁଏ । ଅଗ୍ନିଦେବତା ଜଠରାଗ୍ନି ଭାବରେ ପାକକ୍ରିୟା ସାଧନ କରି ପାକରସ ଓ ଉତ୍ତାପ ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମ ଶରୀରରେ ଅନବରତ ନୂତନ କୋଷମାନଙ୍କର ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଗଠନ କ୍ରିୟା ଅଗ୍ନି ଦ୍ୱାରା ସାଧିତ ହୁଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପ୍ରଧାନ କେନ୍ଦ୍ର ନାଭିର ଉପର ଅଂଶ ପେଟରେ ଅବସ୍ଥିତ ।

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅସାଧାରଣ କର୍ମ କରିପାରେ । ବିଶ୍ରାମହୀନ କର୍ମ, ନେତୃତ୍ୱ, ଦେଶ ଶାସନ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦାୟିତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା ସାଧିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ବିକୃତ ହେଲେ ମନୁଷ୍ୟ ସମାଜ-ବିରୋଧୀ କର୍ମ କରେ, ଦୁଷ୍ଟାଚାରର

ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚେ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ଦୁର୍ବଳ ହେଲେ ରକ୍ତଚାପ, ବହୁମୂତ୍ର, ଅମ୍ଳ ଓ ଅଲ୍‌ସର୍ ଆଦି ନାନା ପେଟରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଖୁବ୍ ହୃଷ୍ଟପୁଷ୍ଟ ସବଳ ଲୋକଙ୍କର ମଧ୍ୟ ପେଟର ବ୍ୟାୟାମ ଅଭାବରୁ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ବିଶେଷ ଦୁର୍ବଳ ହେବାର ଦେଖାଯାଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପୁଷ୍ଟି ପାଇଁ ମୟୂରାସନ, ଶୀର୍ଷାସନ, ଉଡ୍ଡୀୟାନବନ୍ଧ, ନୌଳୀ, ଉତ୍‌ଥିତପାଦ, ଉତ୍‌ଥିତ ମସ୍ତକ ଇତ୍ୟାଦି ଆସନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଥିବା ମଣିପୁର ଚକ୍ର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିଶେଷ ବିକାଶ ହେଲେ ଓ ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିଲେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଅଗ୍ରଗତି ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ ହୁଏ ।

ବରୁଣ ଗ୍ରନ୍ଥି :

ମୂତ୍ର ଗ୍ରନ୍ଥି (Kidney), ପିତୃଗ୍ରନ୍ଥି (testes), କନ୍ଦର୍ପ ଗ୍ରନ୍ଥି(prostate gland), ମାତୃଗ୍ରନ୍ଥି (Ovary), ରତିଗ୍ରନ୍ଥି (bartholiris gland), ଇତ୍ୟାଦି ଗ୍ରନ୍ଥିଗୁଡ଼ିକ ବରୁଣ ଗ୍ରନ୍ଥିର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ବରୁଣ ଦେବତା ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ରରେ ଥାଇ ଆମ ଶରୀରର ଦୂଷିତ ପଦାର୍ଥକୁ ଅନବରତ ନିଷ୍କାସନ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନାନା ପ୍ରକାର ରସ ସୃଷ୍ଟି କରି ଶରୀରର ନମନୀୟତା ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରନ୍ତି । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରସନ୍ନଚିତ୍ତ ହୁଏ । ତା'ର ବ୍ୟବହାର ଅତ୍ୟନ୍ତ ସରଳ ଓ ମଧୁର ହୁଏ । ସେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମରେ ଉନ୍ନତି କରି ଯଶଃ ଲାଭକରେ, ଏହି ଲୋକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଦେଶରେ ଆଦର୍ଶ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ ।

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ବିକୃତ ହେଲେ ମନୁଷ୍ୟ ସ୍ୱାର୍ଥାନ୍ଧ, ଲୋଭୀ, ଈର୍ଷାଳୁ ହୁଏ । ସେ ସର୍ବଦା ଅନ୍ୟର ଦୋଷ, ଦୁର୍ବଳତା ଦେଖେ । ସାମାନ୍ୟ କଥାରେ ରାଗର ଉଦ୍ରେକ ହୁଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ପାଇଁ କନ୍ଧରାସନ, ଜାନୁଶିରାସନ, ଉଡ୍ଡୀୟାନବନ୍ଧ, ଉତ୍‌ଥିତ ପାଦ, ବୈଠକ ଆଦିର ଅଭ୍ୟାସ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପ୍ରଧାନ କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳ ନାଭିର ନିମ୍ନ ଅଂଶ ବା ତଳିପେଟ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ ଚକ୍ର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ର ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଥାଏ ।

ପୃଥିବୀ ଗ୍ରନ୍ଥି :

ଆମ ଶରୀରରେ ଯେଉଁସବୁ ଜଡ଼ ବସ୍ତୁ ଯଥା – ମାଂସପେଶୀ, ହାଡ ଇତ୍ୟାଦିର ରଚନା ଏହି ପୃଥିବୀ ଗ୍ରନ୍ଥି ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର ଏହା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ମୂଳାଧାର ଚକ୍ରରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ସୁପ୍ତାବସ୍ଥାରେ ରହିଥାଏ । କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ୍ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଜୀବନର ନୂତନ ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଏ । ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରୁ ଏହି ସୁପ୍ତ ଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ସଚେତନ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ତା'ର

ଅସଲ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ପରିଚୟ ପାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ଶକ୍ତି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱାରୋହଣ କରି ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ରମାନଙ୍କ ମଧ ଦେଇ ମସ୍ତିଷ୍କ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ସହସ୍ରାରେ ପହଞ୍ଚେ ସେତେବେଳେ ସେ ଭଗବତ୍ ଚେତନାର ଉପଲବ୍ଧି କରେ ।

ମେରୁଦଣ୍ଡର ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଜଡ଼ତା, ଆଳସ୍ୟ, ନିଦ୍ରା ଦୂର ହୁଏ । ମେରୁଦଣ୍ଡର ବ୍ୟାୟାମ ପାଇଁ ଚକ୍ରାସନ, ହଳାସନ, ଧନୁରାସନ, ଅର୍ଦ୍ଧମତ୍ସ୍ୟେନ୍ଦ୍ରାସନ ଇତ୍ୟାଦି ଆସନ କରାଯାଇପାରେ ।

ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ସାଧନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ରର ମହତ୍ତ୍ୱ ଅତୀବ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଭୌତିକ ଚେତନା ଓ ଶରୀର ଚେତନାର ମୂଳ ଆଧାର ହେଲା ମୂଳାଧାର । ଅତଏବ ଏହି ଚେତନାର ଜାଗରଣ ପାଇଁ ଆମକୁ ଏଠାରେ ଏକାଗ୍ର ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତିକୁ ଏହି ଚକ୍ରକୁ ଅବତରଣ କରାଇ ଏଠାରେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିପାରିଲେ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ସହଜରେ ହୋଇ ପାରିଥାଏ, ଏହି ପାଞ୍ଚଟି ଗ୍ରନ୍ଥି ଛଡ଼ା ଆମ ଶରୀରରେ ଆଉ ଦୁଇଟି ପ୍ରଧାନ ଗ୍ରନ୍ଥି ରହିଛି, ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଲେ ଅହଂ ଗ୍ରନ୍ଥି ଓ ମହତ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି । ଏହି ଦୁଇ ଗ୍ରନ୍ଥି ଉପରୋକ୍ତ ପାଞ୍ଚଟି ଗ୍ରନ୍ଥିକୁ ପରିଚାଳିତ ଓ ବିକଶିତ କରନ୍ତି ।

ଅହଂ ଗ୍ରନ୍ଥି :

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ପ୍ରଧାନ କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥାନ ହେଲା ଭ୍ରୂଯୁଗଳର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ମନୁଷ୍ୟର ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି, ଶ୍ରବଣଶକ୍ତି, ବିଚାରଶକ୍ତି ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ମେଧାବୀ, ପ୍ରତିଭାଶାଳୀ, ସାହିତ୍ୟିକ, କବି, ବୈଜ୍ଞାନିକ, ଦାର୍ଶନିକ, ସନ୍ଥ ତଥା ମହାମାନବରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ଦୁର୍ବଳ ହେଲେ ମଣିଷ ଭଣ୍ଡ, ଠକ, ହୃଦୟହୀନ ହୋଇଥାଏ । ତା' ଭିତରେ କ୍ଷୁଦ୍ରତା, ଛନ୍ଦକପଟ ପୂରିଯାଏ ।

ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ପାଇଁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଧ୍ୟାନ, ଏକାଗ୍ରତା ଇତ୍ୟାଦି ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ସୁଦୃଢ଼, ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ହୁଏ । ସର୍ବଦା ମା'ଙ୍କ ପ୍ରତି ଉନ୍ମୁକ୍ତ ରହିଲେ ଏହି ଅହଂ ଗ୍ରନ୍ଥିର କ୍ଷୁଦ୍ରତା ନଷ୍ଟ ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ଭଗବତ୍‌ମୁଖୀ ହୋଇ ଦିବ୍ୟକରୁଣା, ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନର ସ୍ପର୍ଶ ପାଇ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ମିଳନର ପଥ ପରିଷ୍କାର ହୁଏ ।

ମହତ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି :

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ସହସ୍ରା ଚକ୍ର ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଚକ୍ର ଅଧିମାନସ ଚେତନାର ସ୍ଥାନ । ଏହା ମସ୍ତକ ଭିତରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଯୋଗୀମାନେ ଏହି

ଚକ୍ରରେ ସହସ୍ର ଦଳ ପଦ୍ମର କଳ୍ପନା କରନ୍ତି । ଏହି ଚକ୍ରରେ ଯୋଗୀମାନେ ଅବସ୍ଥାନ କରି ଅଧିମାନସ ରାଜ୍ୟର ନିତ୍ୟ ବୃନ୍ଦାବନ, ନିତ୍ୟ ବୈକୁଣ୍ଠ, ସାକେତ, ଗୋଲୋକ ଆଦିର ପରମ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ଦେବତାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଅନ୍ୟମାନେ ତାଙ୍କୁ ଗୁରୁ ରୂପରେ ପୂଜା କରନ୍ତି ।

ପୁରାତନ ଯୋଗର ଯୋଗୀମାନେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ସ୍ୱାଦ ଆସ୍ୱାଦନ କରି ଏ ପୃଥିବୀ ସହିତ ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗ୍ରନ୍ଥିମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ରଖିବା ପାଇଁ ଆଉ ଚାହୁ ନ ଥିଲେ । ତେଣୁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ନିମ୍ନର ଗ୍ରନ୍ଥି ବା ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଭଗବତ୍ ଆଲୋକ ପାଉ ନ ଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଦିନଠାରୁ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରିଛି ସେହି ଦିନଠାରୁ ଏହି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ତଥା ତଦୂର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପରମ ଧାମରୁ ଭଗବାନଙ୍କର ଜ୍ୟୋତିଃ ତଥା ପରମ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଏହି ନିମ୍ନଗ୍ରନ୍ଥିମାନଙ୍କୁ ଖସାଇ ଆଣି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଦିବ୍ୟତତ୍ତ୍ୱରେ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ବାଟ ଫିଟି ଯାଇଛି ।

ତେଣୁ ଏବେ ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହେଲା କେବଳ ଚକ୍ର ପରେ ଚକ୍ରକୁ ଆରୋହଣ କରି ଶେଷରେ ଏହି ମହତ୍ ଗ୍ରନ୍ଥିରେ ନିତ୍ୟ ସୁଖରେ ବସି ରହିବା ନୁହେଁ, ପୁଣି ଚକ୍ର ପରେ ଚକ୍ରକୁ ଅବତରଣ କରି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚକ୍ରରେ ଏହି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱତମ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ଧାରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ ରୂପାନ୍ତର ମାଧ୍ୟମରେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚକ୍ରରେ ମଣିଷ ପ୍ରକୃତି ବଦଳି ଯାଇ ତା' ସ୍ଥାନରେ ଦେବ ପ୍ରକୃତିର ରଚନା ହେବ, ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ । ଏହା କେବଳ ସମ୍ଭବ ହେବ ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ ଦ୍ୱାରା । ଆମେ ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଦେଇପାରିଲେ ମା' ଆମ ଭିତରେ ଏହି ଉତ୍ତରଣ ଓ ଅବତରଣ ଘଟାଇ ଆମକୁ ଦିବ୍ୟମାନବରେ ପରିଣତ କରିବେ । ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷଭାବେ ଗଢ଼ି ଉଠିବୁ ।

ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ସମସ୍ତ ସାଧୁସନ୍ଥ ଏହି ଛଅଟି ଚକ୍ର କଥା କହିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ଛଅଟି ଚକ୍ର ଛଡ଼ା ଆଉ ଦୁଇଟି ଚକ୍ର ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି; ଏ ବିଷୟରେ ଦାଦା (ପ୍ରଣବ କୁମାର ଭଟ୍ଟାଚାର୍ଯ୍ୟ) କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି ଚକ୍ରମାନଙ୍କ ଛଡ଼ା ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆଉ ଦୁଇଟି ଚକ୍ର କଥା କହିଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ହେଲା, ଆଣ୍ଠୁରେ ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ପାଦ ଗୋଇଠିରେ । ଆଣ୍ଠୁର ଚକ୍ର ହେଲା ଅବଚେତନାର ସ୍ଥାନ । ଏଠାରେ ଅବଚେତନା ସହ ସଂଯୋଗ ପରିଦୃଶ୍ୟମାନ । ପାଦର ଗୋଇଠିରେ ଥିବା ଚକ୍ରଟି ନିଶ୍ଚେତନାର ଆସ୍ଥାନ ।''

(What I have learnt from the Mother, p. 19)

ଏହି ଚକ୍ରମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ସମସ୍ତ ପୃଥିବୀ ତଥା ଅନନ୍ତ ଚେତନା ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିପାରିବୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚକ୍ର ଚେତନାର ଏକ ସୋପାନ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଆମ ଶରୀରର କବାଟ ଓ ଝରକା ପରି କାମ କରିଥାଏ ।

ମା' ଅନ୍ୟ ଏକ ନୂତନ ଚକ୍ର ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି । ପ୍ରଣବଦା ଏହି ଚକ୍ରକୁ ଅନୁଭବ କରିଛନ୍ତି । ସେ କହୁଛନ୍ତି :

''ମନେ ହୁଏ ମସ୍ତିଷ୍କର ପଛପଟର ନିମ୍ନରେ ଏକ ନୂତନ ଚକ୍ର ଅବସ୍ଥିତ । ସେଠାରେ ପିଟ୍ୟୁଟାରୀ (pituitary) ଗ୍ରନ୍ଥି ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଯେହେତୁ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ଯଥାର୍ଥ କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ଫଳରେ ଭୌତିକ ସତ୍ତାରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଓ ଭାରସାମ୍ୟ ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ଓ ଇଚ୍ଛାଧୀନ ମାଂସପେଶୀ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମନ୍ୱୟ ଆସିଥାଏ, ତେଣୁ ଯଦି କେହି ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଲାଭ କରିପାରେ ଏବଂ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଭୌତିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରିପାରେ ତେବେ ସେ ନିଜ ଶରୀର ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଣିପାରେ । ଏହା ସେତେବେଳେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତି ବନ୍ଦ ହୁଏ, ଏହିସବୁ ଗତିବୃତ୍ତି ଦ୍ୱାରା କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ବନ୍ଦ କରାଯାଇପାରେ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଏହି କେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ ଅଣାଯାଇପାରେ ।''

''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯେଉଁ ଆଲୋକିତ ମନ (Mind of Light) କଥା କହୁଛନ୍ତି ତାହା କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇପାରିବ ଏହି ଚକ୍ରର ସହାୟତାରେ ଯେଉଁଠାରେ ମନ ଓ ଶରୀର ଚେତନା ମିଶି ଏକ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

''ଏହି କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅତିମାନସ ଚେତନା ଓ ଶରୀର ଚେତନାର ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ ହୋଇଥାଏ । ବୋଧହୁଏ ଏହି କେନ୍ଦ୍ରଟି ଆମ ଶରୀରର ଆଲୋକିତ ମନ (Mind of Light)ର ସ୍ଥାନ ।''

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ସାମ୍ରାଜ୍ୟ

ଭବିଷ୍ୟତ୍ ମଣିଷର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପଥରେ ଆମେ ଏବେ ଆମ ଆଲୋଚନାରେ ଶରୀର ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଲୁଣି । ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଆମକୁ ଶରୀର ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ହାସଲ କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀର କେବଳ ଏକ ସ୍ଥୂଳ ଯନ୍ତ୍ର ନୁହେଁ । ଶରୀରର ସ୍ଥୂଳ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର କ୍ରିୟାକଳାପ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଯନ୍ତ୍ର ଓ ତା'ର କ୍ରିୟାକଳାପ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଶରୀର ହେଲା ଏକ ବିଶାଳ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ । ଏହି ସାମ୍ରାଜ୍ୟର ସମ୍ରାଟ କିଏ ? ଏହି ସାମ୍ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗ ଓ ତା'ର କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିଷୟରେ ଓ ସେମାନଙ୍କ କ୍ରିୟାକଳାପ ବିଷୟରେ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ସାଧକ ଭାବରେ ଶରୀର ସାମ୍ରାଜ୍ୟର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ବିଷୟରେ, ଏହାର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ବିଷୟରେ ଅନେକଟା ସଚେତନ ହୋଇଛୁ । ଏସବୁ ଦୋଷ-ଦୁର୍ବଳତାକୁ ଆମେ ସୁଧାରି

ପାରୁ ନାହୁଁ । ଯେତେ ଚେଷ୍ଟାକଲେ ବି ଏସବୁ ରୂପାନ୍ତର ହେବା ବଦଳରେ ବରଂ ଆହୁରି ପ୍ରବଳ ହୋଇ ଆମକୁ ଆକ୍ରମଣ କରୁଛି । ଆମେ ରାଗ, ହିଂସା, ଲୋଭ, ମୋହ, କାମନା, ବାସନା ଆଦିକୁ ଯେତେ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କଲେ ବି ସେସବୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ଆମ ପାଖକୁ ଫେରି ଆସୁଛନ୍ତି । ଅହଂକାରକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଗଲେ ସେ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ଛାଡୁ ନାହିଁ । ମନକୁ ଯେତେ ଶାନ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯାଉଛି ସେଥିରେ ବିଶେଷ ସଫଳତା ମିଳୁ ନାହିଁ । ବହୁ ବର୍ଷ ସାଧନା କଲାପରେ ମଧ୍ୟ ଏହିସବୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ଏପରିକି ମା'ଙ୍କର କରୁଣା ଓ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇ ମଧ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ଚିରସ୍ଥାୟୀ ସମାଧାନ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ, ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇ ପଡ଼ିଛୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ କ'ଣ କରିବୁ ?

ଏସମସ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ହେଲା ଆମ ଶରୀର ସାମ୍ରାଜ୍ୟର ବିଶୃଙ୍ଖଳିତ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ଅରାଜକତା । ଆଜି ଏହି ଶରୀର ସାମ୍ରାଜ୍ୟର ଯେଉଁ ରାଜା (ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି) ଶାସନ କରୁଛନ୍ତି ସେ ବ୍ରିଟିଶ୍ ଶାସନ କାଳୀୟ ଭାରତର ଜଣେ ରାଜା ଭଳି । ସେ ବିଦେଶୀ ରାଜାର ହାତରେ ଏକ ପିତୁଳା ଭଳି । ନିମ୍ନତର ଚେତନାର ପ୍ରତିନିଧି ସ୍ୱରୂପ ସେହି ବିଦେଶୀ ରାଜାର ମନ୍ତ୍ରୀ ଓ କର୍ମଚାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଅନଧିକାର କ୍ରିୟାକଳାପ ଓ ଇଚ୍ଛାକୁ ଆମ ଅସଲ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଉପରେ ଲଦି ଦେଇଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଆମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ସେଇ ଅଜ୍ଞାନତାର ଜାଲରେ ବନ୍ଧା ହୋଇପଡ଼ିଛି । ସେହି ଅଜ୍ଞାନତାର ଜାଲକୁ କାଟି ଯେତେବେଳେ ଆମର ଅସଲ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ସେହିସବୁ ନିମ୍ନତର କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ପ୍ରଭାବରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନିଜର ଅସଲ ରୂପକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବ, ସେତେବେଳେ ସେ ତା'ର ନିଜସ୍ୱ ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରି ଯଥାର୍ଥ ଧାରାରେ ଶରୀର ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ଉପରେ ଶାସନ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିବ । ଏହି କାମ ସାଧକ ଭିତରେ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ୟାର ସ୍ଥାୟୀ ସମାଧାନ ଅସମ୍ଭବ ।

ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନର ଉପାୟ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିଛନ୍ତି ତାଙ୍କ ବହିରେ (*Record of Yoga,* Part - II, Page. 1372 - 1397) ରେ । ତା'ର କିଛି ଅଂଶ ଉଦ୍ଧୃତ କରି ସରଳ ଭାଷାରେ ଏଠାରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଗଲା :

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି' ସମ୍ପର୍କରେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହାହିଁ ହେଲା ଯୋଗର ପ୍ରଧାନ କ୍ରିୟାଶୀଳତା । ସହସ୍ରଦଳ ଚକ୍ରରେ ଏହି ଶକ୍ତି ବାସକରେ ଯାହାକି ମସ୍ତକର ଠିକ୍ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହିଠାରୁହିଁ ଏହା ତା'ର କ୍ରିୟା କରିଥାଏ । ଏହା ତଳକୁ ମସ୍ତିଷ୍କର ଉପର ସ୍ତରରେ ଉଚ୍ଚତର ବୁଦ୍ଧି ଓ ତା' ତଳକୁ ମସ୍ତିଷ୍କର ମଝି ସ୍ତରରେ ନିମ୍ନତର ବୁଦ୍ଧି ଓ ବିଚାର ଅବସ୍ଥାନ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହା ତଳକୁ ମସ୍ତିଷ୍କର ତଳ ସ୍ତରରେ ମାନସ ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗର ଯନ୍ତ୍ର ରହିଛି । ଏହିପରି ଭାବରେ ଜ୍ଞାନ, ବିଚାର ଓ ବୁଝାମଣା ହେଲା ମସ୍ତିଷ୍କର ତିନୋଟି

ଅଂଶ । ଏହି କ୍ରିୟାକଳାପ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଅବସ୍ଥିତ, କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ଅନୁରୂପ ଅଂଶ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ବକ୍ଷ ପ୍ରଦେଶର ଠିକ୍ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ମାନସ ଅବସ୍ଥାନ କରେ, ଯାହାକି ଏହାର ପଞ୍ଚ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଅନୁଭବର ଯନ୍ତ୍ର ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ମାନସର ତଳକୁ ହୃଦୟଠାରୁ ହୃଦୟ ଓ ନାଭିର ମଧ୍ୟସ୍ଥଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଂଶରେ ଚିତ୍ତ ଅବସ୍ଥିତ । ଏଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ନାଭି ଓ ତା'ର ତଳ ପ୍ରଦେଶ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପ୍ରାଣ ଅବସ୍ଥାନ କରେ । ଏସବୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର; କିନ୍ତୁ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ର ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ଥୂଳ ଦେହରେ ଦୁଇଟି କ୍ରିୟା ରହିଛି – ଗୋଟିଏ ହେଲା ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରାଣ ବା ସ୍ନାୟବିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ଜଡ଼ ଶରୀର ।

ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ହେଲା ଭଗବାନଙ୍କ ଯନ୍ତ୍ର ବା ଶରୀରର ଜୀବନ୍ତ ପ୍ରଭୁ । ଏହା, ଏସବୁ କ୍ରିୟାକଳାପ ମଧ୍ୟଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ; ବୁଦ୍ଧି ମାଧ୍ୟମରେ ଚିନ୍ତା ଓ ଜ୍ଞାନ, ମାନସ ମାଧ୍ୟମରେ ଅନୁଭବ, ଚିତ୍ତ ମାଧ୍ୟମରେ ସମ୍ବେଦନ ଓ ଭାବନା, ପ୍ରାଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଉପଭୋଗ ଆଦି କାମ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହା (ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି) ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଉପରେ ତା'ର ନିଜର ଶକ୍ତି ଅନୁସାରେ କାମ କରିଥାଏ, ତେବେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର କାମ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଓ ଭ୍ରାନ୍ତିହୀନ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରଥମେ ଆମେ ଦେଖିବୁ ଏହିସବୁ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ କ'ଣ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ରହିଛି । ପ୍ରାଣ ଯଦି ଅନୁଭବ, ସମ୍ବେଦନ ଓ ଭାବନା ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରେ ଅର୍ଥାତ୍ ମାନସ ଉପରେ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଜାରୀ କରେ, ମଣିଷ ପ୍ରାଣର ତଥା କାମନା, ବାସନାର ଦାସ ହୋଇପଡ଼େ, ଯଦି ଚିତ୍ତ ସମ୍ବେଦନ ଓ ଚିନ୍ତା ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରେ, ତେବେ ସମ୍ବେଦନ ଓ ଚିନ୍ତା ତା'ର ଅନୁରୂପ ଭାବ ଓ ଇଚ୍ଛା ଦ୍ୱାରା ବିକୃତ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯଦି ଅଶୁଦ୍ଧ ମାନବୀୟ ପ୍ରେମ ବୁଦ୍ଧିକୁ ଅଧିକାର କରେ, ତେବେ ମଣିଷ ଭଲପାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ସତ୍ୟାସତ୍ୟ ବିଷୟରେ ଅନ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ସେ ଭଲ ମନ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ତାରତମ୍ୟ ଦେଖି ନ ପାରି ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିପ୍ରତି ତା'ର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ଅକର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବିଚାର କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେ ତା'ର ଭାବ, ପ୍ରେମ, ରାଗ, ଘୃଣା, ଦୟା, ପ୍ରତିହିଂସା ଆଦି ଗୁଣମାନଙ୍କର ଅଜ୍ଞେ ବହୁତେ ଦାସ ହୋଇପଡ଼େ । ସେହିପରି ଯଦି ମାନସ ବିଚାରଧାରା ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରେ, ତେବେ ମଣିଷ ତା'ର ଅନୁଭବକୁ କେବଳ ଏକ ଭାବନା ବା ଯୁକ୍ତି ବୋଲି ଭୁଲ୍‌ଧାରଣାଟିଏ ପୋଷଣ କରେ । ସେତେବେଳେ ସେ ଯଥାର୍ଥ ବିଚାର କରିବା ବଦଳରେ ଯାହା ଦେଖେ ଓ ଶୁଣେ ତାକୁ ନେଇ ବିଚାର କରେ । ପୁଣି ଯଦି ଯୁକ୍ତି, କଳ୍ପନା, ସ୍ମୃତି ଓ ତର୍କ ଆଦି ଜ୍ଞାନ ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ଦେଖାଏ, ତେବେ ମଣିଷ ଉଚ୍ଚତର ଜ୍ଞାନ ପାଇପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ସେ କ୍ଷୁଦ୍ର ବୃତ୍ତ ଭିତରେ କେବଳ ନାନା ସମ୍ଭାବନାକୁ ନେଇ ଘୂରିବୁଲେ –

ଅନ୍ୟ ଭାବେ କହିଲେ, ସେ କୂପମଣ୍ଡୁକ ହୋଇଯାଏ । ଶେଷରେ ବୁଦ୍ଧି ଯଦି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଆୟତ୍ତ କରେ, ତେବେ ମଣିଷ ଚିରନ୍ତନଙ୍କ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହେବା ବଦଳରେ କ୍ଷୁଦ୍ର ବୁଦ୍ଧିର ଜ୍ଞାନ, ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ସୀମାବଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ସଂକ୍ଷେପରେ କୁହାଯାଇପାରେ, ଯଦି ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ବା କଳକୁ ତା'ର ନିଜସ୍ୱ କର୍ମ ବଦଳରେ ଅନ୍ୟ କାମରେ ଲଗାଯାଏ (ଯାହାକି ସେ କରିବା ପାଇଁ ଅକ୍ଷମ ତଥା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ନ ଥାଏ) ତେବେ ସେ ସେହି କର୍ମ ଆଦୌ କରିପାରି ନ ଥାଏ ବା ଏହାକୁ ଖୁବ୍ ଖରାପ ଭାବରେ କରିଥାଏ । ମଣିଷ ତା'ର ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ପାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଏହାହିଁ ତା'ର ଅବସ୍ଥା ।

ଶରୀର ରାଜ୍ୟର ଅକ୍ଷମ ପରିଚାଳନା, ବିଶୃଙ୍ଖଳିତ କ୍ରିୟାକଳାପ ଓ ଅଜ୍ଞାନତାପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାସନ ଇତ୍ୟାଦି ହେଲା ଏହାର ସ୍ୱାଭାବିକ କ୍ରିୟା । ଏଥିପାଇଁ ଏହାର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ (ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି) ନିମ୍ନ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସ୍ୱାର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ରିୟାକଳାପର ଏକ କ୍ରୀଡ଼ନକ ହୋଇଯାଏ । ଏହିସବୁ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ କର୍ମକୁ ଅଧିକାର କରି ଅନ୍ୟର କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆଗଭର ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଅବିଶ୍ୱସ୍ତ ଭାବରେ ପ୍ରତ୍ୟେକେ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ସହିତ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଆନ୍ତି କେବଳ ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଈଶ୍ୱର (ଜୀବାତ୍ମା) ଯେକି ଆମ ଶରୀରର ମାଲିକ ହେବା କଥା, ସେ ତାଙ୍କ ଈଶ୍ୱରତ୍ୱକୁ ହରାଇ ନିଜ ସେବକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତାରିତ ହୋଇ ସେମାନଙ୍କର କ୍ରୀଡ଼ନକ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି । ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଜୀବାତ୍ମା ବା ପୁରୁଷ ଏହିପରି ଭାବରେ ପ୍ରକୃତିର ଦାସ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ପ୍ରକୃତି ତାଙ୍କୁ ଅଜ୍ଞାନତାର ଜାଲରେ ବାନ୍ଧି ନଚାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ପୁରୁଷ ହେଲେ ପ୍ରକୃତିର ଅନୁମନ୍ତା ଅର୍ଥାତ୍ ମାଲିକ ଅଥଚ ତାଙ୍କରି ରାଜ୍ୟରେ ସେ ଆଜି ପରାଧୀନ ।

ଆମର ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ସେ କାହିଁକି ଏହାକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦିଅନ୍ତି ? ଏହାର କାରଣ ହେଲା ଅଜ୍ଞାନତା । ଅର୍ଥାତ୍ ସେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ତାଙ୍କର ମନ୍ତ୍ରୀ, ଅଫିସର ଓ ସେବକମାନେ ତାଙ୍କ ଉପରେ କିପରି ଆଧିପତ୍ୟ ବିସ୍ତାର କରୁଛନ୍ତି । ତେବେ ଅଜ୍ଞାନତା କ'ଣ ? ଏହା ହେଲା ନିଜର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱରୂପକୁ ଚିହ୍ନି ନ ପାରିବା; ନିଜର ସ୍ଥିତି ଓ ନିଜର ଅଧିକାର ଓ ଯୋଗ୍ୟତାକୁ ନିଜେ ଜାଣି ନ ପାରିବା ଆଉ ଅତି ତୁଚ୍ଛ, ସାମାନ୍ୟ ବାହ୍ୟ ସ୍ଥୂଳ କ୍ରିୟାକଳାପକୁ ନେଇ ମଜ୍ଜି ରହିବା ।

ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଏକ ଗଳ୍ପ ମନେ ପଡ଼େ । ଏକ ବ୍ୟାଘ୍ର ଶାବକର ମା' ମରିଯାଇଥାଏ । ସେ କାନ୍ଦି କାନ୍ଦି ଏପଟ ସେପଟ ହୋଇ ଶେଷରେ ଏକ ଛେଳିଗୋଠରେ ମିଶିଗଲା । ଛେଳିମାନଙ୍କଠାରୁ ଦୁଗ୍ଧ ଖାଇ ଓ ଛେଳିଙ୍କ ପରି ଘାସ ଓ ପତ୍ର ଖାଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କରିନେଲା । ଏହିପରି ଭାବରେ ବାଘ ଶିଶୁଟି ବଢ଼ି ବଢ଼ି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୌବନ ପ୍ରାପ୍ତ ହେଲା ସେହି ଛେଳିଗୋଠରେ ରହି । ଦିନେ ଏକ ବଳବାନ୍ ବାଘ ଏହି ଛେଳିଗୋଠକୁ

ଆକ୍ରମଣ କଲା । ଛେଳିମାନେ ଭୟରେ ପଳାଇବାକୁ ଲାଗିଲେ । ଛେଳିଗୋଠରେ ଥିବା ବାଘଟି ମଧ୍ୟ ଭୟରେ ଦୌଡ଼ିବାକୁ ଲାଗିଲା । ବଳବାନ୍ ବାଘଟି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ସେହି ବାଘଟିର ପଳାୟନର କାରଣ ଜାଣିବା ପାଇଁ ତାକୁ ଯାଇ ଜୋର୍‌ରେ ଧରି ପକାଇଲା । ସେତେବେଳକୁ ସେହି ବାଘଟି ବରଡ଼ା ପତ୍ର ଭଳି ଥରୁଥାଏ । ବଳବାନ୍ ବାଘଟି ତାକୁ ଟାଣିନେଇ ଜଳାଶୟ କୂଳକୁ ଯାଇ ସେହି ପାଣିରେ ତା'ର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦେଖିବାକୁ କହିଲା – 'ଦେଖ୍ ତୁ ମଧ୍ୟ ମୋ ଭଳି ଏକ ବାଘ । ତେବେ ତୁ ଏତେ ଭୟ କରୁଛୁ କାହିଁକି ?' ଛେଳିଗୋଠର ବାଘଟି ସେହି ବଳବାନ୍ ବାଘର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି ନିଜର ଶକ୍ତି, ସାମର୍ଥ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନତା ଫେରି ପାଇଥିଲା ଓ ଶେଷରେ ସେ ଏକ ଯଥାର୍ଥ ବ୍ୟାଘ୍ରରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରିଥିଲା ।

ସେହିପରି ନିଜର ଈଶ୍ୱରତ୍ୱକୁ ଭୁଲି ଆମର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ପ୍ରକୃତିର ଦାସ ହୋଇପଡ଼ିଛି । ନିଜକୁ ଜାଣିବାହିଁ ଯୋଗର ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ । ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ନିଜର ଅହଂକାରକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ଏହାକୁ ଛାଡ଼ିବାର ଉପାୟ ଆମକୁ ଜଣା ନାହିଁ । ତା'ଛଡ଼ା ଆମ ଭିତରେ ବହୁ ଅହଂକାର ରହିଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତା ନିଜକୁ 'ମୁଁ' ବୋଲି କହେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତା ନିଜକୁ ଶରୀରର ମାଲିକ ଭାବରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ଚାହେଁ । ଅତଏବ ମଣିଷର ଅସଲି 'ମୁଁ' ଛେଳିଗୋଠର ବାଘ ଭଳି ଏହି ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ନିଜକୁ ହରାଇ ଦେଇଛି । ଯେତେବେଳେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମାର୍ଗରେ 'ସୋଽହମ୍', 'ଅହଂ ବହ୍ମସ୍ମିନ୍' ଆଦି ଉପଲବ୍ଧି ହୁଏ ସେତେବେଳେ ଆମେ ଆମର ଯଥାର୍ଥ 'ମୁଁ'କୁ ଖୋଜି ପାଇଥାଉ । ନିଜକୁ ଯେତେବେଳେ ବ୍ରହ୍ମ ରୂପରେ ଦେଖାଯାଏ, ମାତୃଶକ୍ତି ବା ଈଶ୍ୱର ଭାବରେ ଦେଖାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଅଜ୍ଞାନତା କଟିଯାଇ ଓ କ୍ଷୁଦ୍ର ଅହଂକାର ଖଣ୍ଡନ ହୋଇ ଯଥାର୍ଥ 'ମୁଁ'ର ଦର୍ଶନ ହୁଏ । ଏହି ଉପଲବ୍ଧି କେବଳ ମନର ଜ୍ଞାନ, ବା ବୁଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ଜାଣିଲେ ବା ବହିରୁ ପଢ଼ିଲେ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ସେହି ବଳବାନ୍ ବାଘ ପରି ଜଣେ ଗୁରୁଙ୍କର ଦରକାର ହୋଇଥାଏ – ଯେକି ତୁମର ପ୍ରକୃତ 'ମୁଁ'କୁ ଦେଖାଇ ଦେଇପାରନ୍ତି ।

ତେବେ ଜୀବାତ୍ମା ତା'ର ନିଜର ରାଜତ୍ୱ ଫେରି ପାଇବା ପାଇଁ କ'ଣ କରିବ ? ଏଥିପାଇଁ ତାକୁ ନିଜ ରାଜ୍ୟରେ ଇଚ୍ଛା-ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ଶାସନ କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜକୁ ସର୍ବଦା ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ଏକ ପ୍ରତିନିଧି ଭାବରେ ସେ ଏହି ସଂସାରରେ ତାଙ୍କରି କର୍ମ କରିବା ପାଇଁ ଆସିଛି । ସେ ନିଜେ ହେଲା ରାଜା, ପ୍ରଭୁ ଏବଂ ନିଜେ ଜଣେ ଦେବତା । ସେ ସର୍ବଦା ଜାଣିବ ଯେ ସେ ହେଉଛି ସମସ୍ତ କ୍ଷମତାର ଅଧିକାରୀ । ତା'ର ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରଧାନ ମନ୍ତ୍ରୀ ରହିଛି । ସେ ହେଲା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଯାହାକି ଭଗବତ୍ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଏକ ନୂତନ ନିୟମ ବା ଧାରାରେ ତା'ର ରାଜ୍ୟ ଶାସନ କରିବ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଏହି ନିୟମ ମାନିବାକୁ ବାଧ୍ୟ କରିବ ଯେପରିକି ସେମାନେ

ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ଦାୟିତ୍ୱ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇ ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପାଳନ କରିବେ । ଏହା ଅବଶ୍ୟ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ହେବ ନାହିଁ, ଏହା ବେଶ୍ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ । କାରଣ ରାଜ୍ୟର ଅଫିସର ଓ ଭୃତ୍ୟମାନେ ତାଙ୍କର ପୁରୁଣା ବିଶୃଙ୍ଖଳିତ ଅଭ୍ୟାସରେ ଏପରି ଅଭ୍ୟସ୍ତ ଯେ ସେମାନେ ଚାହିଁଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କୁ ଏହା କରିବା ପାଇଁ କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ସେମାନେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ନିଜର ଯଥାର୍ଥ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ପାଇଁ କିପରି ଆରମ୍ଭ କରାଯିବ ।

ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ତୁମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କର, ସେତେବେଳେ କ'ଣ ଘଟେ ? ପ୍ରଥମେ ତୁମେ ତୁମର ପ୍ରାଣ ଦ୍ୱାରା କାମନା ମାଧ୍ୟମରେ ଇଚ୍ଛା କରିଥାଅ, କିଂବା ମାନସକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ତା'ର ଚେଷ୍ଟା, ଉଦ୍ୟମ ଦ୍ୱାରା ବସ୍ତୁସକଳକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ଚାହିଁଥାଅ, ସତେ ଯେପରି ସ୍ଥୂଳଭାବରେ ଏମାନଙ୍କ ସହିତ କୁସ୍ତି କସରତ କରୁଛ । କିଂବା ବୁଦ୍ଧିକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ତୁମ ଅନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ଉପରେ ଶାସନ କରି ସେମାନଙ୍କୁ କାବୁ କରିବା ପାଇଁ ଚିନ୍ତା ମାଧ୍ୟମରେ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଅ । ତୁମେ ଭାବିଥାଅ, 'ଏହା ଏପରି ହେଲା', 'ତାହା ଏପରି ଭାବରେ ଘଟୁ' ଇତ୍ୟାଦି । ଯଥାର୍ଥ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଫେରି ପାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧକ ଏହିସବୁ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ହଠଯୋଗୀମାନେ ତାଙ୍କର ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରକୁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି, ରାଜଯୋଗୀମାନେ ମାନସ ଓ ବୁଦ୍ଧିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯଥାର୍ଥ ଉପାୟ ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସିଟି ବି ନୁହେଁ । **ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ହେଲା ଯଥାର୍ଥ ଉପାୟ । ସହସ୍ରଦଳ ଚକ୍ରରେ ରହି ସେ ସିଧା ତାଙ୍କ ନିମ୍ନତର କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ବିନା ଚେଷ୍ଟା, ବିନା ଆବେଗ, ଆଗ୍ରହ ଓ ବିନା କାମନାରେ ।** ଶରୀର ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରିୟାକଳାପ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ନିଜର କ୍ରିୟାକଳାପ ହୋଇଥାଏ । ସେହିଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପାଇଁ କେବଳ କାମ କରିଥାଏ ।

ତୁମ ବିକୃତ ସ୍ୱଭାବ ଉପରେ ତୁମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ କାମ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ସେତେବେଳେ ସେ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ତେଣୁ ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମେ ଏହା ଉପରେ କ୍ରିୟା କରି ନ ପାରୁଛ ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଏହି ବିକୃତ ସ୍ୱଭାବ ଉପରକୁ ଆଣ ନାହିଁ । ତୁମ ସ୍ୱଭାବ ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ବହନ କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ଏହି ବାଧାର ତିନୋଟି ନିୟମ ରହିଛି । ନଛୋଡ଼ବନ୍ଧା (the law of persistence)ର ନିୟମ, ବିରୋଧିତାର ନିୟମ ଓ ପୁନରାବର୍ତ୍ତନର ନିୟମ ।

ନଛୋଡ଼ବନ୍ଧା ବାଧାର ଗୁଣ ହେଲା ଯେକୌଣସି ଏକ ଅଭ୍ୟାସ ଥରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ତା'ର ଏକ ତିଷ୍ଠି ରହିବାର ଅଧିକାର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ଯେତେ ଦୀର୍ଘଦିନ ଏହା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବାକୁ ଲାଗିଛି ସେତେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ

ଏହାକୁ ମୂଳୋତ୍ପାଟନ କରିବାକୁ ଲାଗିବ । ମଣିଷ ଏହିସବୁ କୁଅଭ୍ୟାସରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇ ରହିଥାଏ ଜନ୍ମ ଜନ୍ମ ଧରି । ଏହାର ଦୂରୀକରଣର କୌଣସି ଚେଷ୍ଟା କରାହୋଇ ନାହିଁ । ତେଣୁ କେବଳ ଇଚ୍ଛା କରିଦେଲେ ଯେ ସେମାନେ ଚାଲିଯିବେ ବା ଦ୍ରୁତ କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଦ୍ୱାରା ଯେ ସେମାନଙ୍କୁ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଶୁଦ୍ଧ ଓ ଶାନ୍ତ କରାଯାଇ ପାରିବ – ଏପରି ଆଶାକରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ସେମାନେ କହିଥାଆନ୍ତି, ''ତୁମେ ଆମକୁ ଏହି ଶରୀରରେ ଅଧିକାର ଦେଇଛ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଏବଂ ଆମେ ଏହାକୁ ଛାଡ଼ିବୁ ନାହିଁ ।'' ପ୍ରାଣିକ ପ୍ରକୃତି ଅପେକ୍ଷା ଶାରୀରିକ ପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ଆହୁରି କଠିନ କାମ । କିନ୍ତୁ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ହେଲା ଚିରସ୍ଥାୟୀ, ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଏବଂ ଏହା ମା'ଙ୍କର ଶକ୍ତି । ତେଣୁ ଏହା ସମ୍ମୁଖରେ ଶେଷପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିଛିବି ବାଧା ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ବଳରେ ଶରୀରରେ ନୂତନ ନିୟମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଏ ଏବଂ ଏହିସବୁ ସୁଗୁଣର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦ୍ୱାରା ପୁରାତନ ଦୁର୍ଗୁଣର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇଥାଏ । ସେତେବେଳେ ପୁରୁଣା ଚିନ୍ତାଧାରା ଚାଲିଯାଏ । ସେ ଶକ୍ତିହୀନ ହୁଏ ଏବଂ ଶେଷରେ ଏହା ପ୍ରକୃତିର ଏକ ଅଂଶ ହୋଇ ରହେ ନାହିଁ ଏବଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିରେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ଭଗବତ୍ ଯନ୍ତ୍ରରେ ପରିଣତ ହୁଏ ।

ପ୍ରକୃତିର ଦ୍ୱିତୀୟ ବାଧାଟି ହେଲା ବିରୋଧିତାର ନିୟମ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆଧାର ଶୁଦ୍ଧ ନ ହୋଇଛି ଓ ନିଜେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଶୁଦ୍ଧ ନ ହୋଇଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ବାଧା ରହିବ । ଏଠାରେ ମଧ୍ୟ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥାଏ ଯଦି ଏହା ସହିତ ତା'ର ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଜ୍ଞାନର ସହାୟତା ରହିଥାଏ । ତଥାପି ଏହିସବୁ ଅଭ୍ୟାସକୁ ଯେତେଥର ହଟାଇ ଦିଆଯାଏ, ଏହା ପୁଣି ଆମ ସତ୍ତାକୁ ଫେରି ଆସେ । କାରଣ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା କେହି ନା କେହି ଏହାକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଚାହିଁ ନ ଥାଏ । ଏହା ହେଲା ଅଭ୍ୟାସର ପୁନରାବର୍ତ୍ତନର ବାଧା । ଏଠାରେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର ଯେତେ ଶୁଦ୍ଧ ହୁଏ ଏବଂ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଯେତେ ଶୁଦ୍ଧ ହୁଏ, ଏହି ବାଧା କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ ଓ ପୁନରାବର୍ତ୍ତନର ବ୍ୟବଧାନ ଦୀର୍ଘ ହୋଇଥାଏ । ସେତେବେଳେ ଏହା ଫେରି ଆସିଲେ ବି ଏହାର କ୍ରିୟା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଆମ ଶରୀରରେ ରହିପାରେ ନାହିଁ ।

ଯେତେବେଳେ ଏକ ନୂତନ ସୁ-ଅଭ୍ୟାସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯାଏ ତା' ସହିତ ଆମର ଶକ୍ତି ଓ ଶୁଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଧରାଯାଉ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ତୁମର କୁ-ଅଭ୍ୟାସକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା ଓ ସମର୍ପଣ କର ଏବଂ ଏଥିରେ ସକ୍ଷମ ହୁଅ, ସେତେବେଳେ ତୁମର ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ଓ ଆଧାର ଶୁଦ୍ଧ ହୁଏ । ବାରଂବାର ପ୍ରାର୍ଥନା ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ବିତାଡ଼ିତ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ପୁଣି ଫେରି ଆସିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧକଙ୍କର ଏହିପରି ଅସ୍ଥାୟୀ ପତନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅସ୍ଥାୟୀ ବିଫଳତାରେ ବା ପରାଜୟରେ ଭୟଭୀତ ନ ହୋଇ ଲାଗିରହିବାକୁ ହେବ ।

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଆମକୁ, ଆମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ପ୍ରଥମେ ନିର୍ମଳ ଓ ଶୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଉପରେ ନିମ୍ନତର କୌଣସି ସତ୍ତାକୁ ତା'ର ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବାକୁ ଦିଆ ହେବ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱର ମାତୃଶକ୍ତିଙ୍କ ଦିଗରେ । ଏଠାରେ ମାତୃଶକ୍ତି ଦୃଢ଼ଭାବେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ଆମ ଶରୀର ରାଜ୍ୟର ଅରାଜକତା ଓ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଦୂର ହେବାର ଶୁଭାରମ୍ଭ ହେବ । ମା' ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥିବା ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମରେ ଆସୀନ ହୋଇ ସ୍ୱୟଂ ସେ ଆମ ଶରୀର ରାଜତ୍ୱର ଭାର ନେଇ ଆମକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବେ । ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କରି ଇଚ୍ଛାହିଁ ଆମ ଇଚ୍ଛା ହୋଇଯିବ । ସେତେବେଳେ ଯାଇ କ୍ଷୁଦ୍ର ଅହଂକାର ଲୋପ ପାଇଯିବ ଓ ଆମେ ଦେବମାନବରେ ପରିଣତ ହେବା । ଦେବମାନବ ହେଲା ପରେହିଁ ଆମର ଅସଲ କର୍ମଯୋଗ ଆରମ୍ଭ ହେବ । ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରକୃତ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇଯିବା । ଆମେ କେବଳ ନିମିତ୍ତ ମାତ୍ର ହୋଇ ଭଗବତ କର୍ମ କରିବା ଏବଂ ଭଗବାନ୍ ଆମ ମଧ୍ୟରେ ସବୁହିଁ କରିବେ । ''କରି କରାଉ ଥାଏଁ ମୁହିଁ, ମୋ ବିନୁ ଆନ ଗତି ନାହିଁ ।''ଠିକ୍ ସେହିପରି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି :

''ବର୍ତ୍ତମାନ ମୁଁ ନିଜକୁ ମଣିଷମାନଙ୍କ ଭିତରେ ସ୍ଥାପନ କରିବା ପାଇଁ, ସେମାନଙ୍କୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ଅନ୍ଧକାରକୁ ଦୂରକରି ଆଲୋକ ଆଣିବା ପାଇଁ, ସେମାନଙ୍କୁ ଏକ ନୂତନ ହୃଦୟ ଓ ଏକ ନୂତନ ମନ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ । ଏ କାମ ମୋ ନିକଟରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଭିତରେ ଅତିଶୟ କ୍ଷିପ୍ରତା ଓ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତାର ସହ ମୁଁ କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ଶହ ଶହ ମାଇଲ ଦୂରରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଏ କାମ କରିବା ପାଇଁ ମୁଁ ସମର୍ଥ ହୋଇଛି ।''

(Mother India, Aug. 2009, Page. 621)– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ବହିର୍ଗମନ

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା ପଥରେ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ କି ? କେହି କେହି ସାଧକଙ୍କର ଏହି କ୍ଷମତା ଅତି ସାଧାରଣ ଭାବରେ ରହିଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ସାଧନା କରନ୍ତି ନାହିଁ ତାଙ୍କ ଭିତରୁ କେହି କେହି ଏହା ମଧ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି । ସାଧନା ପଥରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବା ଯେ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ – ଏପରି ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ଯାଇପାରନ୍ତି ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ବହୁ ଉପକୃତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ସମୟ ସମୟରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବା କ୍ଷତିକାରକ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ କେବଳ ମା'ଙ୍କ ସହାୟତାରେ ବାହାରକୁ ଯାଇପାରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ମା' ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ରାଜ୍ୟରେ ପରିଚାଳନା କରିଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନେ ଏହାଦ୍ୱାରା ଲାଭବାନ୍ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ପ୍ରଥମେ ଆମେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ କ'ଣ ଲାଭ ପାଇଥାଉ । ପ୍ରଥମ ଉପକାର ହେଲା ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ରାମ ପାଇ ପାରିଥାଏ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ବର୍ତ୍ତମାନ ମୁଁ ତୁମକୁ କହିବି ଏହା କିପରି ଘଟେ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଖୁବ୍ ଥକି ଯାଅ ଏବଂ ବିଶ୍ରାମ ଦରକାର କର ଏବଂ ତୁମେ ଜାଣିଥାଅ କିପରି ଶରୀରର ବାହାରକୁ ଯିବାକୁ ହୁଏ, ଯଦି ତୁମେ ଶରୀର ବାହାରକୁ ଯାଇ ସଚେତନ ଭାବେ ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ପ୍ରବେଶ କର, ତୁମେ ସେଠାରେ ବହୁ ଜିନିଷ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ । ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ବହୁ ସ୍ଥାନ ରହିଛି ଯେଉଁଠାରେ ଚମତ୍କାର ସବୁଜ ଅଜ୍ଞାତ ଜଙ୍ଗଲ ରହିଥାଏ, ଯେଉଁଠାରେ ସମୃଦ୍ଧ, ସୁସମଞ୍ଜସ ନାନା ବୃକ୍ଷଲତାର ଶୋଭାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ, ଏବଂ ଆଇନା ସଦୃଶ ଜଳ ଥିବା ଅତୀବ ସୁନ୍ଦର ଜଳାଶୟ ରହିଥାଏ । ଏଠାକାର ବାତାବରଣ ବୃକ୍ଷଲତାର ଜୀବନ୍ତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିରେ ଭରପୂର ଥାଏ ଯାହାର ସବୁଜ ପ୍ରତିଫଳନ ଜଳ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏବଂ ଏଠାରେ ତୁମେ ଏତେ ପ୍ରାଣ, ଏତେ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ଏତେ ସମ୍ପଦ, ଏତେ ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଭବ କର ଯେ ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଅ ସେତେବେଳେ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିରେ ଭରପୂର ହୋଇ ଯାଇଥାଅ ।''

(MCW - 15, P. 353)

ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ଥକି ଯାଇ ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଶୋଇବାକୁ ଯାଅ, ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ରାମ ଦେବା ପାଇଁ ଶରୀର ଏହି ବହିର୍ଗମନର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଏ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଗଲେ ଶରୀର ମୃତ ଶରୀର ଭଳି ନିଶ୍ଚଳ ହୋଇ ପଡ଼ିରହେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଏହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶିଥିଳ (relax) ହୋଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ରାମ ପାଇଥାଏ । ପୁଣି ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ପ୍ରାଣ ଜଗତ୍ ହେଲା ଚରମତାର ଜଗତ୍ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ତୁମେ ଯଦି ଏକ ପେନ୍ଥା ଅଙ୍ଗୁର, ଏହି ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ଖାଅ ତେବେ ତୁମେ ୩୬ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କ୍ଷୁଧା ଅନୁଭବ କରିବ ନାହିଁ – ତାହା ପୁଷ୍ଟିରେ ଭରପୂର ହୋଇଥାଏ ।'' (MCW - 15, P. 353) ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ଏପରି ସ୍ଥାନ ରହିଛି ଯେଉଁଠାରେ ତୁମେ ମାଧୁର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ, ସୁଲଳିତ ସଙ୍ଗୀତ ମଧ୍ୟ ଶୁଣିବାକୁ ପାଇବ । ଅନ୍ୟ କେଉଁଠାରେ ବେଦ ମନ୍ତ୍ର ଓ ଓଁକାର ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣ କରା ହେଉଛି । ଏହି ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରଭାବରେ ସମସ୍ତ ବସ୍ତୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠିଯାଉଛି ଭଗବାନଙ୍କୁ ସମର୍ପିତ ହେବା ପାଇଁ । ଗୁରୁ ଶ୍ରେଣୀର ମହାତ୍ମାଙ୍କୁ ଏହି ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ତାଙ୍କ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ । ସେ ତାଙ୍କ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସୂକ୍ଷ୍ମରେ ଯାଇ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ରାଜ୍ୟରେ ପରିଚାଳନା କରନ୍ତି । ମା' କହିଛନ୍ତି : "I have been able to take people there, without telling them anything at all about how it would be," (MCW-15, P. 353) ''ଲୋକମାନଙ୍କୁ ସେଠାକୁ (ପ୍ରାଣ

ଜଗତ୍) କିପରି ନେବି ଆଦୌ କିଛି ନ କହି ସେମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ସେଠାକୁ ନେବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇଛି ।''

ସଚେତନ ଭାବରେ ନିଜ ଇଚ୍ଛାରେ ଶରୀରର ବାହାରକୁ ଯିବା ଖୁବ୍ ବିରଳ । ଏଥିପାଇଁ ଗୁହ୍ୟ ବିଦ୍ୟାର ଦରକାର ପଡ଼ିଥାଏ । ଯଦି କେହି ସଚେତନ ଭାବରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯାଏ, ସେ ପୁଣି ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ି ଅନ୍ୟ ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରେ । ଏହିପରି ସେ ୧୨ଟି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ସୂକ୍ଷ୍ମତମ ଜଗତରେ ଉପନୀତ ହୁଏ । ସଚେତନ ଭାବେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଯାଇ ତୁମେ ପୃଥିବୀର ଇତିହାସ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଥିବା (earth-memory) ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇପାରିବ । ଏହି ସ୍ଥାନରେ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ଘଟଣା ସ୍ୱତଃ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ମା' କହୁଛନ୍ତି "It is that somewhere in the terrestrial mind, somewhere in the terrestrial vital, somewhere in the subtle physical." (MCW-4, P. 111) ''ଏହା ହେଲା ପାର୍ଥିବ ମନର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ, ପାର୍ଥିବ ପ୍ରାଣର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକର କୌଣସି ଏକ ସ୍ଥାନରେ ।'' ଏହି ସ୍ମୃତି ଏକ ବିଶାଳ ଲାଇବ୍ରେରି ଭଳି । କୌଣସି ଘଟଣା ଏଠାରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ନ ହୋଇ ଘଟିପାରେ ନାହିଁ । ଏବଂ ତୁମେ ଯଦି ଏହି ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇପାର (ଅବଶ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ) ସେଠାରେ କେବଳ ଯେ ତୁମେ ଅତୀତର ଘଟଣା ପାଇବ, ତା' ନୁହେଁ, ତା' ସହିତ ଭବିଷ୍ୟତର ଘଟଣା ମଧ୍ୟ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଥିବାର ଦେଖିବ । ଏହା ଏକ ଆମ ସ୍ଥୂଳ ଲାଇବ୍ରେରି ପରି । ଏଠାରେ ଥିବା ଖୋପମାନଙ୍କରେ (pigeon-hole) ତଥ୍ୟ ସବୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପାଣ୍ଡୁଲିପିରେ ଲେଖା ହୋଇ ଗୁଡ଼ା ହୋଇ ରଖା ଯାଇଥାଏ । ତୁମେ ତୁମ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ତଥ୍ୟର ବିଭାଗକୁ ଯାଇ ସେଠାରେ ଥିବା ଖୋପରୁ ପାଣ୍ଡୁଲିପି ବାହାର କରି ପଢ଼ି ପାରିବ । ପଢ଼ିବା ପାଇଁ ବିଶେଷ ଏକାଗ୍ରତା ଦରକାର । ଏହିପରି ଭାବରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯାଇ ତୁମେ ତ୍ରିକାଳ ଦ୍ରଷ୍ଟା ହୋଇପାରିବ । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯଦି ଏହି ପାର୍ଥିବ ସ୍ମୃତି ଭଣ୍ଡାରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିପାର, ମୁଁ ତୁମକୁ କଥା ଦେଉଛି ତୁମ କଷ୍ଟର ଯଥାର୍ଥ ଫଳ ପାଇବ । ଏହା ଯୋଗଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ; ଏଥିପାଇଁ ଏକ ଆଧାମ୍ ଜୀବନ ଦରକାର ନାହିଁ; ଏଥିପାଇଁ ତୁମର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଥିବା ଦରକାର ।''

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି ଯେ – ମା' ତାଙ୍କର ପିଲାବେଳେ ସୌରଜଗତର ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରହମାନଙ୍କୁ ଯାଇ ଏମାନଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରୁଥିଲେ ଏବଂ ସେ କହନ୍ତି ଯେ ପୃଥିବୀ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ଗ୍ରହମାନଙ୍କରେ ଜୀବନ ନାହିଁ ବା କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନ ନାହିଁ । ଏହାଛଡ଼ା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯାଇ ଆମେ ଆମ ନିଜ ଶରୀର ଉପରେ କାମ କରିଥାଉ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ବାହାରକୁ ଯାଇ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଜଗତରୁ ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରି ଶରୀରର

ରୋଗ ପ୍ରପୀଡ଼ିତ ଅଂଶରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇ ରୋଗ ଉପଶମ କରାଯାଇପାରେ । ଏପରିକି ଡାକ୍ତରି ବିଜ୍ଞାନ ପକ୍ଷରେ ଅସମ୍ଭବ ରୋଗ ବା ଦୁର୍ଘଟଣାକୁ ମଧ୍ୟ ଆମ ଶରୀରରୁ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ପୁରୁଷଙ୍କର ଅଭ୍ୟୁଦୟ ଘଟି ଏହାକୁ ଉପଶମ କରିବାର ଘଟଣା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳେ ।

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଗଲେ କ'ଣ ଲାଭ ହୁଏ । ଏଥର ଆମେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମର କ'ଣ ଅନିଷ୍ଟ ହୁଏ । ମା'ଙ୍କ କହିବା ମୁତାବକ ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ଅନେକ ଅପ୍ରୀତିକର ସ୍ଥାନ ରହିଛି ଯେଉଁଠାକୁ କେବେହେଲେ ଯିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ତୁମେ ସେଠାରେ ଏପରି ଜିନିଷକୁ ଭେଟ ବା ଏପରି ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରବେଶ କର ଯେଉଁଠାରେ ତୁମର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଟାଣି ହୋଇ ବାହାରକୁ ଚାଲିଯାଏ । ସମୟ ସମୟରେ ତୁମେ ଏହି ଅପ୍ରୀତିକର ପ୍ରାଣ ଜଗତର ପ୍ରଭାବରେ ରୋଗରେ ପଡ଼ିଥାଅ । ଜଣେ ଭଦ୍ରମହିଳା କିପରି ଏହି ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ବିରୋଧିଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରି ତାଙ୍କ ଆଖିରେ ପ୍ରହାର ପାଇଥିଲେ ଏବଂ ପରେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଆଖି ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା ବୋଲି ମା' କହିଛନ୍ତି । ବିଶେଷ ଭାବରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ (MCW-15, P. 354) ପଢ଼ନ୍ତୁ । ଏହି ଲେଖକ ମଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବାରେ କେତେକ ଅନୁଭୂତି ମଧ୍ୟରୁ ଏହିପରି ଏକ ସ୍ଥାନକୁ ଅକସ୍ମାତ ଚାଲି ଯାଇଥିଲା । ସେଠାରେ କ୍ଷଣକ ମଧ୍ୟରେ ତା'ର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି କ୍ଷୟ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ଶରୀରକୁ ଫେରିବାର ଉପାୟ ଓ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ନ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଗୁରୁ କୃପା ଫଳରେ ଏକ ବିଶାଳ ହସ୍ତ ମୋତେ ବେକରୁ ଧରି ମୋ ଶରୀରରେ ଆଣି ଛାଡ଼ି ଦେଇଥିଲା । ଅସଲ କଥା ହେଲା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ତୁମର ଦୁଇଟି ଗୁଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରଥମଟି ହେଲା ନିର୍ଭୀକତା ଓ ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ମା' ବା ଗୁରୁଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ।

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ କେଉଁମାନଙ୍କର ଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ? ଅବଶ୍ୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ସମ୍ଭାବନା ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ସମ୍ଭାବନାକୁ ସମସ୍ତେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କାମରେ ଲଗାଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ତୁମର ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ତୁମେ କିଛିଟା ସଚେତନ ହେବା ଦରକାର । ତୁମର ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ସୁଦୃଢ଼ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ ହୋଇଥିବା ଦରକାର । ତୁମ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ସବଳ ହୋଇଥିବା ଦରକାର । ଏହି କ୍ରିୟା କେବଳ ଯୁବକ ଅବସ୍ଥାରେ ଘଟିଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଯେଉଁମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ସାଧନା ପ୍ରାଣ ସ୍ତରରେ ଚାଲୁଥିବା ବେଳେ ଏହି ଅନୁଭୂତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ । ଯୋଗ ନ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ବିପଜ୍ଜନକ । ମା'ଙ୍କ ସହାୟତା ବିନା ଏ ଅନୁଭୂତି ପାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

ଏହି ଅନୁଭୂତି ଆରମ୍ଭ ହୁଏ କିପରି ? ତା'ର ଉପକ୍ରମ କ'ଣ ? ତୁମ ଶରୀର

ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ଓ ନୀରୋଗ ଥିଲେ ତୁମ ଭିତରେ ଏକ ବିଶାଳ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ମଧ୍ୟ ଗଠିତ ହୁଏ । ଏହି ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ତୁମେ ନିଜର ଓଜନ ଅନୁଭବ କର ନାହିଁ । ପ୍ରତିଦିନ ତୁମେ କଠୋର ପରିଶ୍ରମ କରିଥାଅ ବା ଅନେକ ବ୍ୟାୟାମ କରିଥାଅ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଶୋଇବାକୁ ଯାଅ ତୁମେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ନିଦ୍ରା ଯାଅ । ଯଦି ତୁମେ ଏହି ଅନୁଭୂତିକୁ ଲାଭ କରିବାକୁ ଚାହଁ ତେବେ ଶୋଇବାକୁ ଯାଇ ଶରୀରକୁ ନିଶ୍ଚଳ ଭାବରେ ଢିଲା କରିଦିଅ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଶୋଇ ପଡ଼ିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କର ନାହିଁ । ମା'ଙ୍କ ନାମ ନେଇ ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରି ନିଜକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କର । କିଛି ସମୟ ପରେ ଦେଖିବ ତୁମ ଶରୀର ଶୋଇ ପଡ଼ିଲାଣି କିନ୍ତୁ ତୁମର ଅନ୍ୟ ସତ୍ତା ଜାଗ୍ରତ୍ ରହିଛି । ତୁମେ ଚେଷ୍ଟାକରି ମଧ୍ୟ ହାତ, ଗୋଡ଼ ହଲାଇ ପାରୁ ନାହଁ । ତୁମେ ନିଜକୁ ଶରୀରଠାରୁ ଅଲଗା ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରୁଛ । ଶରୀର ଶୋଇଛି କିନ୍ତୁ ଏହି ସତ୍ତା କ୍ରିୟାଶୀଳ ରହିଛି । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିର ଅନୁଭୂତି ହେଲା ତୁମେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନାରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ଅଛ । ଏହି ସମୟରେ ଅନେକଙ୍କର ଭୟ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ସତ୍ତା ବାହାରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରେ ତୁମକୁ ହୁଏତ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଭୟ ଲାଗିବ । କେହି କେହି ଏହାକୁ ଭୂତ ଚାପିବା ଅନୁଭୂତି ଭାବେ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି । ଏହି ଭୟର କୌଣସି କାରଣ ନାହିଁ । ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ମୃତ୍ୟୁ ଭୟ । ତୁମ ଶରୀରରୁ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ବାହାରକୁ ଚାଲିଗଲେ ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ମୃତ୍ୟୁ । ଶରୀର ଚେତନାରେହିଁ ଏହି ଭୟ ହୁଏ । ଏହାକୁ ପରୁଆ ନ କରି ତୁମେ କେବଳ ଇଚ୍ଛା କର । ମୁଁ ବାହାରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଚାହେଁ । ଏହି ଇଚ୍ଛାହିଁ ଯଥେଷ୍ଟ । ଶରୀରର ବାହାରକୁ ଯିବା ଉପକ୍ରମ ସମୟରେ ତୁମେ ତୁମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବନ୍ଦ ମଧ୍ୟ କରିପାର । ତୁମେ କେତେବେଳେ ଯେ ତୁମ ଶରୀରରୁ ଅଲଗା ହୋଇଯାଇଛ ତାହା ତୁମେ ମଧ୍ୟ ଜାଣି ପାରି ନ ଥାଅ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ତୁମ ଶରୀରକୁ ଶୋଇଥିବାର ଦେଖ ସେତେବେଳେ ଯାଇ ତୁମେ ବୁଝିପାର ଯେ ତୁମେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଶରୀରର ବାହାରକୁ ଆସିଛ । ଏହି ସ୍ଥିତିରେ ତୁମର ଦୁଇଟି ଅନୁଭୂତି ହେବ । ପ୍ରଥମଟି ହେଲା ତୁମର ପୂର୍ବର ଭୟ ମିଳାଇ ଯାଇ ତା' ସ୍ଥାନରେ ମହା ଆନନ୍ଦ ଆସିଯାଇଛି । ଦ୍ୱିତୀୟ ଅନୁଭୂତିଟି ହେଲା ତୁମେ ଆଦୌ ଓଜନ ଅନୁଭବ କରୁ ନାହଁ । ଏପରିକି ତୁମର ଉଡ଼ିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହେବ । ତା'ପରେ ତୁମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଅନୁସାରେ ଆକାଶମାର୍ଗରେ ଗମନ କରିବ । ବା ମା'ଙ୍କ ପରିଚାଳନା ଶକ୍ତି ତୁମକୁ ବିଭିନ୍ନ ଚେତନାର ରାଜ୍ୟକୁ ନେଇଯିବ । ଏକ ବିଶେଷ କଥା ହେଲା ଶୋଇବା ସମୟରେ ତୁମେ ଯଦି ଆଲୋକ ଦେଖ ତେବେ ଜାଣିବ ମା'ଙ୍କ ପରିଚାଳନା ଶକ୍ତି ତୁମ ସହିତ ରହିଛି । ଏହି ଆଲୋକ ଯେତେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ହେବ ତୁମର ବହିର୍ଗମନର ମହତ୍ତ୍ୱ ସେତେ ଅଧିକ ହେବ । ତୁମେ ଶରୀରର ବାହାରେ ଥିଲାବେଳେ ସର୍ବଦା ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ମନେ ରଖିଥାଅ ଯେ ତୁମେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ରହିଛ । ଶରୀରକୁ ଫେରିବାର ଉପାୟ ଅନେକ ରହିଛି । ଇଚ୍ଛା

କରିବା ମାତ୍ରେ ତୁମେ ଫେରି ଆସିପାର । ତୁମ ବ୍ୟକ୍ତିଗତତା ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହେଲେ ତୁମେ ତୁମ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାର । ତୁମେ ଯଦି ତୁମ ନାମ ରୂପ ଭୁଲିଯାଅ ତେବେ ଶରୀରକୁ ଫେରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ତୁମେ ଫେରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛ କିନ୍ତୁ ଫେରିପାରୁ ନାହଁ । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମର ନାମ ମନେ ନ ପଡ଼ିଛି ତୁମେ ଫେରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ମା' ସବୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବେ ।

ମନେରଖ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥିବାବେଳେ ତୁମେ କୌଣସି ଘଟଣା ବା ବସ୍ତୁ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ରଖ ନାହିଁ । କେବଳ ଦ୍ରଷ୍ଟା ହୋଇ ସବୁ ଦେଖ, ନିରାସକ୍ତ ଭାବରେ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ମଧ୍ୟ ଏକ ଓଜନ ଅଛି । ଏହା ନିର୍ଭର କରେ ତୁମର କାମନା ବାସନା ଓ ଆସକ୍ତି ଉପରେ । ଏହିସବୁ ଆସକ୍ତି ତୁମକୁ ପୃଥିବୀ ଆଡ଼କୁ ଟାଣିଧରେ । ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଆକାଶମାର୍ଗରେ ବେଶୀ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଉଡ଼ିପାର ନାହିଁ । ଆଉ ଏକ ବିଶେଷ କଥା ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ତୁମେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରେ ଥିବା ସମୟରେ କେହି ଯେପରି ତୁମ ଶରୀରକୁ ଛୁଇଁବେ ନାହିଁ ବା ହଲାଇବେ ନାହିଁ । ଏପରି ହେଲେ ହୁଏତ ବଡ଼ ବିପଦ ଘଟିପାରେ । ଘରେ ଏକା ଶୋଇଥିବା ବେଳେ ଏହି କ୍ରିୟା କଲେ କୌଣସି ଭୟ ନାହିଁ ।

ଏବେ ଆମେ ଜାଣିବୁ କେଉଁ ସତ୍ତା ବାହାରକୁ ଯାଏ । ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାହିଁ ବାହାରକୁ ଯାଇଥାଏ । ମନ ସତ୍ତା ବାହାରକୁ ଗଲେ ଆମେ ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖୁ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯିବା ଏକ ପ୍ରକାର ସ୍ୱପ୍ନ ଭଳି । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ସହିତ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନା, ମାନସିକ ଚେତନା ଆଦି ଯାଇଥାଏ । ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥାଇ ତୁମେ କିପରି ଦେଖିପାର ? ମା' କହୁଛନ୍ତି ''ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତିର ଯନ୍ତ୍ର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଶରୀର ବା ସବୁଠାରୁ ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତାରେ ଗଠନ କରିବାକୁ ହେବ ।'' (MCW - 4, P. 125) ସମୟ ସମୟରେ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ମଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଯାଇଥାଏ ।

ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ବହିର୍ଗମନ ହେଲା ସ୍ୱପ୍ନ-ଚାରୀ (somnambulist) ଭାବରେ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଶୋଇବାକୁ ଯାଅ ତୁମ ଭୌତିକ ଚେତନା ଯଦି ଏକ ଅଚେତନ ଅବସ୍ଥାରେ ଶୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ତୁମର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ବା ତୁମ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ବା ତୁମ ମାନସିକ ସତ୍ତା ଶୋଇ ନ ଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ଏମାନେ ତାଙ୍କ କ୍ରିୟାକଳାପ ବଜାୟ ରଖନ୍ତି । ଯେଉଁ ସତ୍ତାମାନେ ଶୋଇ ନ ଥାଆନ୍ତି ସେମାନେ ଭୌତିକ ଚେତନା ବଦଳରେ ଶରୀରକୁ ସେମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ଏବଂ ଏହାକୁ ସାଙ୍ଗରେ ନିଅନ୍ତି । ଆନ୍ତର ସତ୍ତା ଶରୀର ସହିତ ଏତେ ଜୋର୍‌ରେ ବନ୍ଧା ହୋଇଥାଏ ଯେ ଶରୀର ଏହି ଚେତନାର ବହିର୍ଗମନରେ ତାକୁ ଅନୁସରଣ କରେ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଯଦିଓ ଶରୀର ଶୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେ ଆଖି ବନ୍ଦ କରି ରହିଥାଏ ତଥାପି ଅନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ଏହା ଅତୀବ ଅସମ୍ଭବ କର୍ମ କରିଥାଏ ।

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି (ମା'ଙ୍କ ଭକ୍ତ) ଜଙ୍ଗଲ ନିକଟରେ ବାସ କରନ୍ତି । ସେ ପ୍ରାୟ ଜଙ୍ଗଲରୁ କାଠ କାଟି ଘରକୁ ଆଣନ୍ତି । ସେ ଜଣେ ଆମ ପୂର୍ବ କଥିତ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଚାଲିବା ବ୍ୟକ୍ତି । ତାଙ୍କର ଏହି ପ୍ରକାର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାୟ ହେଉଥାଏ । ଥରେ ସେ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ଅଭୁତପୂର୍ବ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ବାହାରକୁ ଗଲାବେଳେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ତାଙ୍କ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଘରୁ ବାହାରକୁ ଗଲା । ଅଭ୍ୟାସବଶତଃ ହାତରେ ଏକ କୁରାଢ଼ି ଧରି । ସେ ସେହି ଶୋଇବା ଅବସ୍ଥାରେ ଜଙ୍ଗଲର ଏକ ବୃକ୍ଷ ତଳେ ବସି ପଡ଼ିଲେ ଓ ତାଙ୍କ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଶରୀରକୁ ସେହିଠାରେ ଛାଡ଼ି ଏକ ମନୋରମ ଉଚ୍ଚତମ ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ଉପନୀତ ହେଲା ଏହି ଜଗତ୍ ଅଧିମାନସର ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ । ଯେଉଁଠାରେ ସେ ଏକ ସିନେମା ଭଳି ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିଲେ ଏକ ବା ଦୁଇ ଘଣ୍ଟା ଧରି ଯାହା ଅତୀବ ଚମତ୍କାର । ଏହା ଥିଲା ଭବିଷ୍ୟତର ଏକ ସମ୍ଭାବ୍ୟ ଦୃଶ୍ୟ । ପରେ ତାଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନ ଯେତେବେଳେ ଭଙ୍ଗ ହେଲା ତାଙ୍କ ହାତରେ ଥିଲା ଏକ ବିଶାଳ କଟା ବୃକ୍ଷ ଓ ନିଜକୁ ଘର ସମ୍ମୁଖରେ ଦେଖିଲେ । କେତେବେଳେ ସେ ଗଛ କାଟିଛନ୍ତି ତାଙ୍କୁ ତାହା ଜଣା ନାହିଁ । ଏହା ତାଙ୍କର ଶରୀର ସ୍ୱଭାବବଶତଃ କରିଥିଲା ନିଦ୍ରା ଅବସ୍ଥାରେ । ଏପରି ଅନୁଭୂତି ଅତୀବ ଭୟଙ୍କର । ଯେକୌଣସି ସମୟରେ ପ୍ରାଣସତ୍ତାର ବିପଦ ଘଟିପାରେ । ଏହାକୁ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ହେଲେ କେବଳ ଦୃଢ଼ ଇଚ୍ଛା ପୋଷଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଶରୀରର ବହିର୍ଗମନ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହା ଆଗ୍ରହଜନକ ହୋଇପାରେ କିନ୍ତୁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ, ଏହା ବ୍ୟତୀତ ତୁମେ ସାଧନା କରିପାର । ସ୍ୱପ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସେହି ଏକା କଥା । କିନ୍ତୁ ଯଦି ତୁମେ ଏହି କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିପାର ତେବେ ଏହା ତୁମର ଜୀବନକୁ ସମୃଦ୍ଧିଶାଳୀ କରିପାରେ, ଏହା ତୁମ ଚେତନାର ଅଗ୍ରଗତିକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିଥାଏ ।''

(MCW- 4, P. 126)

ମା'ଙ୍କୁ ଏବିଷୟରେ ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରା ଯାଇଥିଲା :

ପ୍ରଶ୍ନ : ଯେତେବେଳେ କେହି ନିଜ ଶରୀରର ବାହାରକୁ ଯାଏ, ସେ ତୁମ ଆଡ଼କୁ ଛୁଟିଯିବା ଲାଗି ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଉଚିତ – ମୁଁ ଭାବୁଛି ସମସ୍ତେ ଏହି କଥା କରନ୍ତି, ନୁହଁ କି ?

ଶ୍ରୀମା : ଶହେରେ ଜଣେ ମଧ୍ୟ ନୁହେଁ ।

ଯଦି ତୁମେ ଏହା କରିଥାଆନ୍ତ ତେବେ ତୁମ ପାଇଁ ବହୁ ଆଗ୍ରହଜନକ ଘଟଣା ଘଟି ଥାଆନ୍ତା । ମୁଁ ଫ୍ରାନ୍ସର ଜଣକୁ ଜାଣେ, ଯେ ପ୍ରତି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ମୋ ପାଖକୁ ଆସନ୍ତି । ଯାହାଫଳରେ ମୁଁ ତାଙ୍କୁ କେତେକ ଅଜଣା ଭୂମିକୁ ନେଇ ଦେଖାଇ ଆଣିବି ଓ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରାଣ

ଓ ମନ ଜଗତରେ ଏକ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ଭ୍ରମଣ ପାଇଁ ନେଇଯିବି । ବାସ୍ତବରେ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ତାଙ୍କୁ ସେସବୁ ସ୍ଥାନକୁ ନେଉଥିଲି ।

ରୋଗ ଓ ତାହାର କାରଣ

ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର ଗଠନ ଦିଗରେ ଆମେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାବଚ୍ଛରେ ପଦାର୍ପଣ କରିଛୁ । ଶରୀର ବିଷୟରେ ଆମେ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିଛୁ ତାହା ଆମ ଯାତ୍ରାପଥ ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ଶରୀର ବିଷୟରେ ଆମର ଅନେକ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ରୋଗ ବିଷୟରେ । ଆମେ ଭାବିଥାଉ ରୋଗ ଆମ ପଥରେ ଏକ ବାଧା ହୋଇ ଆସିଥାଏ । ଏହା ଆମ ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ ଯିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଭାବେ ଛିଡ଼ା ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଏପରି ନୁହେଁ । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି, ''ସମସ୍ତ ରୋଗ ହେଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ନୂତନ ଆନନ୍ଦ ଦିଗରେ ଏକ ଉପାୟ, ସମସ୍ତ ମନ୍ଦ ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଲା ଆହୁରି ତୀବ୍ର ଆନନ୍ଦ ଓ ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ପ୍ରକୃତିର ଏକ ପ୍ରକାର ସ୍ୱର ସଂଯୋଜନା, ସମସ୍ତ ମୃତ୍ୟୁ ବ୍ୟାପକତମ ଅମରତ୍ୱ ଦିଗରେ ଏକ ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୋଚନ ।'' (SABCL Vol.17 - p. 94) ତେବେ ରୋଗର ଯଥାର୍ଥ ସଂଜ୍ଞା କ'ଣ ? ଅଧିକାଂଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରୋଗର ସଂଜ୍ଞା ହେଲା – ''ରୋଗର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ହେଲା ଶରୀର ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ କରିବାର ଏକ ଉପାୟ ।'' ଆଉ କେତେକ ରୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହାର ସଂଜ୍ଞା ହେଲା – ''ରୋଗର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ର ବା ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତାର ଅକ୍ଷମତାର ସଙ୍କେତ ।'' ଅତଏବ ରୋଗର ପରିପ୍ରକାଶ ଆମ ପାଇଁ କେବେ ହେଲେ କ୍ଷତିକାରକ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ରୋଗ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରକାଶ ନ ହୋଇ ଶରୀର ଭିତରେ ତା'ର କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥାଏ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା କ୍ଷତିକାରକ । ଏ ବିଷୟରେ ଏକ ଉଦାହରଣ ନିଆଯାଉ, ଧର ସର୍ଦ୍ଦି ଓ କାଶ ଯାହାକି ମଣିଷର ଏକ ଅତି ସାଧାରଣ ରୋଗ । ଆମ ବାତାବରଣରେ ଥିବା ଧୂଳିକଣା ଓ ଜଳୀୟବାଷ୍ପ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ନାସା ଦେଇ ଫୁସ୍‌ଫୁସକୁ ଗଲେ ଆମକୁ ସର୍ଦ୍ଦି ବା କାଶ ହୋଇଥାଏ । ସର୍ଦ୍ଦି ବା କାଶ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଗଳା ଓ ନାକରୁ କଫ ବାହାରେ । ଏହାର ଅର୍ଥ କ'ଣ ? ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଭିତରେ ଥିବା ଧୂଳି ବା ଜଳକଣାକୁ ତୁମେ ଏହିପରି ପରିଷ୍କାର କରିଥାଅ ? ଏହା ଆମ କାମର ବାହାରେ । କିନ୍ତୁ ନିଜେ ଶରୀର ଜାଣେ ଏହାକୁ କିପରି ପରିଷ୍କାର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଆମ ହାଡ଼ ଗଣ୍ଠିମାନଙ୍କୁ ଘର୍ଷଣମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ କଫ ତୈଳର କାମ କରିଥାଏ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ଥିବା ଆବର୍ଜନାକୁ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ଏହି କଫକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ । ଶରୀର ଫୁସ୍‌ଫୁସକୁ କଫ ପଠାଏ । ଏହି କଫ ସହିତ ଧୂଳି ଓ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ମିଶିଯାଏ । ଏହାକୁ

ବାହାରକୁ ବାହାର କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ଆମକୁ କାଶିବାକୁ ବା ଛିଙ୍କିବାକୁ ବାଧ କରିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ କଫ ବାହାରକୁ ଆସେ । ଆମ ଶରୀର ଆବର୍ଜନା ଶୂନ୍ୟ ହୁଏ । ତେବେ ତୁମେ ଏବେ କୁହ ସର୍ଦ୍ଦି ଆମ ପାଇଁ ଭଲ କି ମନ୍ଦ ? ତୁମେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ବୁଝି ସାରିଲଣି ଯେ ଏହା ଭଲ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ସାଧାରଣତଃ କ'ଣ କହିଥାଉ ? ସର୍ଦ୍ଦି ହେଲା ମାତ୍ରେ ଡାକ୍ତରୀ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । ଔଷଧ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟରେ ନିଜକୁ ପରିଷ୍କାର କରିବାର ଉପାୟକୁ ଆମେ ବାଧା ଦେଇଥାଉ । ଶରୀରର ଏହି ଆବର୍ଜନା ନିଷ୍କାସନ କାମ ବାଧା ପାଇଥାଏ ଓ ଏହି ଆବର୍ଜନା ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଂଶକୁ ଗତି କରେ ଏବଂ ଆମ ଶରୀର ଜଟିଳ ରୋଗର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଏ । ତୁମେ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିପାର ସର୍ଦ୍ଦି ହେଲେ ତୁମେ ଔଷଧ ଖାଅ ବା ନ ଖାଅ ଏହା ତୁମ ସହିତ ୪ ରୁ ୫ ଦିନ ରହିବ । ତେଣୁ ଔଷଧ ଖାଇବା କ'ଣ ଦରକାର ?

ସେହିପରି ଜ୍ୱର ମଧ ଏକ ସାଧାରଣ ରୋଗ । ଜ୍ୱର ଯେତେ ଭୟଙ୍କର କାରଣ ପାଇଁ ହୋଇଥାଉ ନା କାହିଁକି, ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନିଜକୁ ବିଷମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ଶରୀର ତା'ର ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି କରି ବାହାରୁ ଆସିଥିବା ଜୀବାଣୁମାନଙ୍କୁ ମାରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ଜ୍ୱର ସମୟରେ ଆମ ରକ୍ତରେ ଥିବା ଧବଳ କୋଷ ଯେଉଁମାନେ ହେଲେ ଆମ ଶରୀରର ପ୍ରତିରକ୍ଷାବାହିନୀ, ଯୁଦ୍ଧରେ ଲାଗି ପଡ଼ନ୍ତି । ଏହି ଯୁଦ୍ଧକୁ ସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ନାନା ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରେ । ପ୍ରଥମ ଉପାୟ ହେଲା ଆମକୁ ଭୋକ ଲାଗେ ନାହିଁ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ଚାହେଁ ନାହିଁ ତା'ର ଗଚ୍ଛିତ ଶକ୍ତି ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରିବାରେ ଖର୍ଚ୍ଚ ହେଉ । ତେଣୁ ଆମର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାର ରୁଚି ବା ସ୍ପୃହା ମଧ ଲୋପ ପାଏ । ତା'ପର ଉପାୟ ହେଲା ଆମ ଅବୟବକୁ ଶକ୍ତିହୀନ କରିଦିଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ଆମକୁ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ପାଇଁ ବାଧ କରେ । ଶରୀରର ଏହିସବୁ ଉପାୟକୁ ଆମେ ଯଦି ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ସାହାଯ୍ୟ କରୁ ତେବେ ଜ୍ୱର ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ସମୟରେ ଭଲ ହୋଇଯାଇପାରେ । ମହା କଠିନ ଜ୍ୱରକୁ ମଧ ଏକ ଘଣ୍ଟା ଭିତରେ ଉପଶମ କରାଯାଇପାରେ ବିନା ଔଷଧରେ । 'ଜ୍ୱର ଚିକିତ୍ସା' (Fever Therapy) ବହିର ଲେଖକ କହନ୍ତି : ''Give me fever I will cure all disease.'' : ''ମୋତେ ଜ୍ୱର ଦିଅ, ତାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ମୁଁ ସମସ୍ତ ରୋଗ ଭଲ କରି ପାରିବି ।'' କୌଣସି ରୋଗକୁ ଭଲ କରିବା ପାଇଁ ସେ ପ୍ରଥମେ ରୋଗୀ ଭିତରେ ଜ୍ୱର ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିଲେ ।

ସେହିପରି କୌଣସି ବଥ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଜମି ଯାଇଥିବା ବିଷକୁ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ବଥକୁ ମାଧ୍ୟମ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରେ । ଶରୀରର ନିଷ୍କାସନ ପାଇଁ ୪ଟି ପ୍ରକ୍ରିୟା ରହିଛି । ମଳ, ମୂତ୍ର, ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଓ ଝାଳ । ଏହି ନିଷ୍କାସନ କାମଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହୋଇ ନ ପାରିଲେ ଶରୀର ନିଷ୍କାସନ ପାଇଁ ଏକ ଅପ୍ରାକୃତିକ

ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରେ — ତାହା ହେଲା ବଥ । ଅତଏବ ବଥ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ସେତେବେଳେ ଶରୀର ନିଜକୁ ବଥର ପୂଯ ମାଧ୍ୟମରେ ବିଷମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ବଥର ସମସ୍ତ ପୂଯ ବାହାରି ଗଲେ ଆମେ ବିଷମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଆମେ କ'ଣ କରୁ ? ବଥ ପାଚିବା ପୂର୍ବରୁ ବା ଦରପାଚିଲା ଅବସ୍ଥାରେ ଔଷଧ ଖାଇ (ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ୍) ଏହାକୁ ବସାଇ ଦେଉ ଏବଂ ଏହି ବିଷ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରେ । ଶୁଣାଯାଏ ବଥକୁ ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ୍ ଔଷଧ ଖାଇ ବସାଇ ଦେବା ଫଳରେ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ଦେଖାଦେଇ ଥାଏ । ବଥ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହୋମିଓପ୍ୟାଥି ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରେ । କାରଣ ହୋମିଓପ୍ୟାଥି ଔଷଧର କାମ ହେଲା ଶରୀର ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଏ ତାକୁ ଏହା ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ବଥ ସମୟରେ ହୋମିଓପ୍ୟାଥି ଔଷଧ ଖାଇଲେ ବଥ ଶୀଘ୍ର ପାଚିଯାଇ ଫାଟି ଯାଇଥାଏ । କାଶ ସମୟରେ ହୋମିଓପ୍ୟାଥି ଔଷଧ ଖାଇଲେ କାଶ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ଶୀଘ୍ର ଶୀଘ୍ର କଫ ବାହାରକୁ ଆସେ ଓ ଆମେ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେଉ ।

ଏସବୁ ଉଦାହରଣରୁ ଆମେ ଜାଣିଲୁ ରୋଗ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରେ । ଅନ୍ୟ କେତେ ପ୍ରକାର ରୋଗ ଆମ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକର ବିକୃତିର ସଙ୍କେତ ଦିଏ ବେଦନା ମାଧ୍ୟମରେ । ଧର ମୁଣ୍ଡ ବ୍ୟଥା । ମୁଣ୍ଡ ବ୍ୟଥା ଯଦି ସର୍ବଦା ରହେ ତେବେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଏହା ଏକ କଠିନ ରୋଗ । ଟ୍ୟୁମର୍ ହେଲା ଏହାର ଉଦାହରଣ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା କୌଣସି ରୋଗ ନୁହେଁ । ଅନେକ କାରଣରୁ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହୋଇଥାଏ । ଜ୍ୱର ସମୟରେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହୁଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ମୁଣ୍ଡରେ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହେବା ହେତୁ ମୁଣ୍ଡ ଗରମ ହୋଇ ବ୍ୟଥା କରେ । ଏଥିପାଇଁ ଔଷଧ ଦରକାର ନାହିଁ । ଜ୍ୱର ପଟି ଦେଲେ ବା ପାଦକୁ ଗରମ ଜଳରେ କିଛି ସମୟ ବୁଡ଼ାଇ ରଖିଲେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଚାଲିଯାଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ କାରଣ ହେଲା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ମାନସିକ କର୍ମ କଲେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହୁଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ମସ୍ତିଷ୍କର କାମ ପାଇଁ ବେଶୀ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଦରକାର କିନ୍ତୁ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଂଶଗୁଡ଼ିକ ଶିଥିଳ ଥିବାରୁ ସେମାନେ ଅଧିକ ରକ୍ତ ଚାହାନ୍ତି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ଶରୀରର ଦୁଇ ଅଂଶ ପାଇଁ ଦୁଇ ଉପାୟରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଏହି ଅଳ୍ପ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନହିଁ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଭାବରେ ଦେଖାଦିଏ । ଏ ପରିସ୍ଥିତିରେ ମାନସିକ କାମ କିଛି ସମୟ ବନ୍ଦ ରଖି ଅଳ୍ପ ସମୟ ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଠିକ୍ ହୋଇଯାଏ । ଅନ୍ୟ କାରଣ ହେଲା ଜଳ ପାନ ଯଦି ଉଚିତ ପରିମାଣରେ କରା ନ ଯାଏ ତେବେ ରକ୍ତ ଘନ ହୋଇଯାଏ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ଗ୍ଲାସ୍ ପାଣି ପିଇ ଦେଲେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାର ଅନ୍ୟ କାରଣ ହେଲା ମସ୍ତିଷ୍କରେ

ଅବାନ୍ତର ଚିନ୍ତା ପ୍ରବାହ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଦ୍ୱାରା । କୌଣସି ବିଷୟରେ ଗଭୀର ଚିନ୍ତା କରିବା ଦ୍ୱାରା ତୁମର ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହୋଇଥାଏ । ତୁମ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ମାନସିକ ସ୍ଥିତି ତୁମ ମାନସିକ ସ୍ଥିତି ସହିତ ଯଦି ସମଛନ୍ଦଯୁକ୍ତ ନ ହୁଏ ତେବେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ନିଜକୁ ନିର୍ଲିପ୍ତ ରଖିପାରିଲେ ବା ନିଜ ଅନ୍ତରରେ ବାସ କଲେ ଏପରି ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଛଡ଼ା ଶରୀରର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସ୍ଥାନର ବ୍ୟଥା ଆମକୁ ଜଣାଇ ଦେଇଥାଏ ସେଠାରେ କିଛି ବିକୃତି ରହିଛି । ପେଟରେ ଖୁବ୍ ବ୍ୟଥା ହେଲେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଆପେଣ୍ଡିକ୍ସାଇଟିସ୍, କଲିକ୍ ବା ଅଲ୍‌ସର୍, ପିତ୍ତକୋଷ (Gulbladder) ଆଦିରେ ରୋଗର ଉପସ୍ଥିତି ରହିଛି । ଅତଏବ ବ୍ୟଥା ଏକ ରୋଗ ନୁହେଁ । ଏହା ଶରୀରର ଏକ ଭାଷା । ଏହି ଭାଷାକୁ ଆମକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ତା'ର ଅସଲ ପ୍ରତିକାର କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ନ କରି ଆଧୁନିକ ମଣିଷ ପ୍ରଥମେ ଏହି ବ୍ୟଥାକୁ କମାଇବାକୁ ଯାଇ ପେନ୍‌କିଲର ଆଦି ଔଷଧ ସେବନ କରିଥାଏ । ଆପେଣ୍ଡିକ୍ସାଇଟିସ୍ ହେଲେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଏହାର ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ଦରକାର । ତା' ନ କରି ଆମେ କେବଳ ବ୍ୟଥାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ଏହିପରି ଭାବରେ ହୁଏତ ବ୍ୟଥାହୀନ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମର ଅକସ୍ମାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ଆସିଯିବ । ଅତଏବ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ବ୍ୟଥା ଆମ ପାଇଁ ଶରୀରରେ ସୁସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତାର ଏକ ସୂଚନା ମାତ୍ର ।

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ରୋଗ କ'ଣ । ଏଥର ଆମେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ରୋଗର କାରଣ କ'ଣ । ଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସବୁ ରୋଗ ଆମକୁ ଦିଆଯାଇଥାଏ ଆମର ଅଗ୍ରଗତି ପାଇଁ, କିନ୍ତୁ ଭଗବାନ୍ ଆମକୁ ଏହି ରୋଗ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହା ଆସିଥାଏ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତିଙ୍କ ବଦମାସିର ଫଳରେ । ସେମାନେ ଆମ ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଧୈର୍ଯ୍ୟକୁ ନଷ୍ଟ କରି ଦେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଯଦି ରୋଗ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଧୈର୍ଯ୍ୟକୁ ବଜାୟ ରଖୁ ତେବେ ରୋଗ ପରାସ୍ତ ହୋଇ ପଳାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କର ଅଧିକ ନିକଟତର ହେଉ । ବିଜ୍ଞାନ କହେ ଜୀବାଣୁ ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରାୟ ସବୁପ୍ରକାର ଜୀବାଣୁ ଆମ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଓ ଆମ ଭିତରେ ବରାବର ରହିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଆମେ ରୋଗରେ ପଡ଼ି ନ ଥାଉ । କାରଣ ଶରୀର ଏମାନଙ୍କ ସହିତ ରହି ବି କିପରି ତା'ର ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିପାରିବ ତାହା ସେ ଜାଣିଥାଏ । ଶରୀର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ନିଜକୁ କିପରି ଖାପ ଖୁଆଇ ନିଆଯାଇ ପାରେ ତାହା ଭଲ ଭାବରେ ଜାଣିଥାଏ । ଏହା ସେ ଅତି ସାମଞ୍ଜସ୍ୟର ସହିତ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସେ ହରାଇଥାଏ ସେତେବେଳେ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣର ସମ୍ଭାବନା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । ଏପରି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାୟ ଆସିଥାଏ ଆମ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର କୁ-ପ୍ରଭାବ ଶରୀର ଉପରେ ପଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା । ଯଥା : ପ୍ରାଣ ତା'ର ଚାହିଦା ମେଣ୍ଟାଇବା ପାଇଁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ନାନା ଭୁଲ ଗତିବୃତ୍ତି ଅବଲମ୍ବନ

କରେ । ମନରେ ଥିବା ରୋଗ ପ୍ରତି ଆମର ଭୟ ମଧ୍ୟ ରୋଗକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ମନର ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା, ଅସ୍ଥିରତା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରକ୍ଷା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ତା'ର ପ୍ରାକୃତିକ କ୍ରିୟାକଳାପରେ ବାଧା ପଡ଼ିଥାଏ । ଅତଏବ ରୋଗର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତି । ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତି ହୁଏ ଦୁଇଟି କାରଣ ପାଇଁ । ଗୋଟିଏ ହେଲା ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ଗତିବୃତ୍ତି ବିଷୟରେ ଜାଣି ନ ଥାଉ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ପରିଚାଳନା ବିଷୟରେ ଆମର ଅଜ୍ଞାନତା । ଆମେ କ'ଣ ଖାଇବୁ, କେତେ ଖାଇବୁ, କେତେ ସମୟ ଶୋଇବୁ, କେତେ ସମୟ ବ୍ୟାୟାମ କରିବୁ ଓ କ'ଣ ବ୍ୟାୟାମ କରିବୁ ଏ ବିଷୟରେ ଆମେ ଜାଣି ନ ଥାଉ । ତେଣୁ ଆମେ ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତିର ଶିକାର ହେଉ । ଦ୍ୱିତୀୟ କାରଣ ହେଲା ଆମେ ଜାଣିଶୁଣି ଠିକ୍ ଗତିବୃତ୍ତିକୁ ଛାଡ଼ି ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତି ଆଚରଣ କରିଥାଉ । ଯଥା : ଆମେ ଜାଣୁ ମଦ, ପାନ, ବିଡ଼ି, ତମାଖୁ ଆଦି ବ୍ୟବହାର ଅନିଷ୍ଟକର, ତଥାପି ପ୍ରାଣିକ ଚାହିଦାକୁ ମେଣ୍ଟାଇବା ପାଇଁ ଏହି ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତିରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପଡୁ । ଆମେ ଯଦି ଏହି ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତିମାନଙ୍କୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ତା' ସ୍ଥାନରେ ଠିକ୍ ଗତିବୃତ୍ତି ଓ ଆଚରଣରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହେଉ ତେବେ ଆମେ ଶରୀରରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଉ ।

ଆମେ ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମିଥ୍ୟାଚାର ଓ ଅଜ୍ଞାନତାରେ ବାସ କରୁଥିବୁ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତି ଆଚରଣ କରୁଥିବୁ ଏବଂ ଆମେ ରୋଗ ଭୋଗ କରୁଥିବୁ । ମା' କହନ୍ତି ଯେ ରୋଗ ହେଲା ମିଥ୍ୟାଚାର । ସେ କହନ୍ତି, ''ମୁଁ ତୁମକୁ କହିଛି ସମସ୍ତ ରୋଗର ପ୍ରକାଶ, ବିନା ବ୍ୟତିକ୍ରମରେ ସମତା ନଷ୍ଟ ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ ।'' ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସମତା ରହିଛି । ପଶୁ, ପକ୍ଷୀ ମଣିଷଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ । କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ମଣିଷଙ୍କ ପରି ବିକୃତ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ସେମାନେ ପ୍ରକୃତି କୋଳରେ ନିଜ ଜୀବନ ନିର୍ବାହର ଯଥାର୍ଥ ସମତା ରକ୍ଷା କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହି ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କ ଭିତରେ ସମୟ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରକାର ଜୈବିକ ଘଡ଼ି ଥାଏ । ଏହି ଘଡ଼ି ସାହାଯ୍ୟରେ ସେମାନେ ସମୟ ଅନୁଭବ କରି ତାଙ୍କର ଦୈନିକ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ମ କରନ୍ତି । ତୁମେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଦେଖିପାରିବ କୌଣସି ଏକ ପକ୍ଷୀ କୌଣସି ଏକ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟରେ ବସୁଛି । ତୁମ ଘଡ଼ି ସହିତ ପକ୍ଷୀର ଏହି ସମୟ ମିଳାଇ ଦେଖିପାର । ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରାୟ ଭୁଲ୍ ହୁଏ ନାହିଁ । ଖାଇବା, ପିଇବା, ବିଶ୍ରାମ ନେବା ଆଦି କାମ ସେମାନେ ଏହି ଜୈବିକ ଘଡ଼ିର ସମୟ ଅନୁସାରେ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନଯାତ୍ରା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ଏକ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ସମତା ଥାଏ । ତେଣୁ ସେମାନେ ପ୍ରାୟ ରୋଗରେ ପଡ଼ନ୍ତି ନାହିଁ । ମଣିଷ ମଧ୍ୟ ନିଜର ଅଜ୍ଞାନତା ସତ୍ତ୍ୱେ, ନିଜ ବଦଗୁଣ ସତ୍ତ୍ୱେ ତା'ର ଶରୀର ସମତା ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ଯଥା : ଠିକ୍ ସମୟରେ ଭୋକ ଲାଗିବା, ଠିକ୍ ସମୟରେ ନିଦ ଲାଗିବା, ଠିକ୍ ସମୟରେ ସକାଳେ ଉଠିବା ଆଦି

କାମ ଶରୀର ନିଜେ ଅଭ୍ୟାସ କରିଥାଏ । ଅନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆଦି ଯଦିଓ ମନର କାର୍ଯ୍ୟ-ନିର୍ଘଣ୍ଟ ମୁତାବକ ହୋଇଥାଏ ଯଥା ମର୍ଣ୍ଣିଂ ଓ୍ୟାକ୍, ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ବିଶ୍ରାମ, ଧ୍ୟାନ ଆଦି; ତଥାପି ମଣିଷର ମଧ ଏହି ସମତା ବଜାୟ ରହିପାରେ ଓ ସେ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଅଧିକାରୀ ହୋଇପାରେ ।

କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଏହି ସମତା ହରାଏ କାହିଁକି ? ଏହାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଆମ ଶରୀରର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ବିଷୟରେ ଆମର ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ନ ଥାଏ । କେବଳ ଏ ବିଷୟରେ ଆମେ କିଞ୍ଚିତ୍ ମାତ୍ର ଜ୍ଞାନ ସ୍କୁଲ କଲେଜର ବିଜ୍ଞାନ ପୁସ୍ତକମାନଙ୍କରୁ ପାଇଥାଉ । ଏପରିକି ଡାକ୍ତରୀ ବିଜ୍ଞାନର ମଧ ଶରୀରର ଏହି ଭାରସାମ୍ୟ ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ନ ଥାଏ । ସେମାନେ ରୋଗର କାରଣ ଶରୀରର ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ପରିଚାଳନାର ଭାରସାମ୍ୟର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ବୋଲି ମାନନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ କେବଳ ସ୍ଥୂଳ କାରଣକୁ ରୋଗର କାରଣ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରିଥାଆନ୍ତି । ଅତଏବ ଏ ବିଷୟରେ ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ନିଜ ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ଭିତରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାମାନଙ୍କୁ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏମାନଙ୍କର ଆଚରଣ, କ୍ରିୟାକଳାପ ଓ ମନୋଭାବକୁ ଠିକିନିଖି ଭାବରେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଏମାନେ ପରସ୍ପର ଉପରେ କିପରି ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରନ୍ତି ତାହା ମଧ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଶରୀର ଏମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବରେ କିପରି ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ ତାକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଏହି କଥାକୁ ଆମେ କିପରି ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବୁ ତା'ର ଏକ ଉଦାହରଣ ନିଆଯାଉ । ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା ଆମେ ଯାହା କିଛି କରୁ ତାହା ଆମ ଇଚ୍ଛା ମୁତାବକ କରୁ । ତୁମେ କେବେ ପ୍ରମାଣ ଦେଇପାରିବ ନାହିଁ ଯେ କୌଣସି କାମ ତୁମେ ଇଚ୍ଛା ବିରୋଧରେ କରୁଛ ବୋଲି । କେହି ଯଦି ତୁମକୁ କିଛି କାମ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ କରେ ତେବେ ତୁମେ ହୁଏତ ତାକୁ ମାନିନିଅ ବା ଏହାକୁ ପ୍ରତିବାଦ କର । ଅତଏବ ମାନିନେବାହିଁ ଏହା ତୁମ ଇଚ୍ଛାର ନିଷ୍ପତ୍ତି । ସେହିପରି ଆମ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ବା ଶରୀର ଚେତନା ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ପ୍ରାଣିକ ଆବେଗକୁ ଚରିତାର୍ଥ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ସେମାନେ ନିଜେ ଶରୀରକୁ କ୍ରିୟାଶୀଳ କରିପାରିବେ ନାହିଁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ ଏ କଥାରେ ଏକମତ ନ ହୋଇଛି । ସାଧାରଣତଃ ଦୁର୍ବଳ ମନହିଁ ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଚେତନାର ଏହି ଆରୋପକୁ ମାନି ନେଇଥାଏ । ଏହା ସେ ନ ଚାହିଁଲେ ବି ତାକୁ ବାଧ ହୋଇ ଅନୁମତି ଦେଇଥାଏ । କାରଣ ଏହାକୁ ବିରୋଧ କରିବା ପାଇଁ ଦୁର୍ବଳ ମନର ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତିରେ ବିଶେଷ ଶକ୍ତି ନ ଥାଏ । ଆମ ଭିତରେ ଏହି ଯେଉଁ ବିଷମତା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ଗୋଟିଏ ସତ୍ତା କୌଣସି କାମ କରିବା ପାଇଁ ଚାହୁଁଥିବ ଓ ଅନ୍ୟ ସତ୍ତା ଚାହୁଁ ନ ଥିବ – ଏହି ଦ୍ୱନ୍ଦହିଁ ଆମ ଭିତରେ ଭାରସାମ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ ।

ଧର ତୁମର ମନ ଖୁବ୍ ମଜଭୁତ । ତା' ଭିତରେ ଯଥେଷ୍ଟ ବିଶ୍ୱାସ ଓ କ୍ଷମତା

ରହିଛି ଏବଂ ଏକ ବୃହତ୍ତର ଆଦର୍ଶକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ସେ କିଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ପାଇଛି । ମନର ଏହିସବୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଭାବରେ ସେ କିପରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସତ୍ତା ଓ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବା ଦିଗରେ କାମ କରିବ ଏ ବିଷୟରେ ତାକୁ ନିଜକୁ ଶିଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । କେବଳ ଜ୍ଞାନରେ ନୁହେଁ – କର୍ମରେ ମଧ୍ୟ । ଏ କାମ କରିବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ତୁମକୁ ଏମାନଙ୍କର ଭାଷା ଅର୍ଥାତ୍ ଏମାନଙ୍କ ଚାହିଦାକୁ ଏମାନେ କିପରି ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ତାହା ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ତୁମେ ଯାହା ଚାହୁଁଛ ତାହା ସେମାନଙ୍କୁ କିପରି ଜଣାଇ ପାରିବ ବା ବୁଝାଇ ପାରିବ – ଏକଥା ମଧ୍ୟ ଶିଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏତିକି ତୁମେ କରିପାରିଲେ ତୁମେ ତୁମ ଶରୀରର ପ୍ରକୃତ ମାଲିକ ହୋଇପାରିବ । ସବୁ କଳହକୁ ତୁମେ ଶାନ୍ତ କରିପାରିବ ଓ ଏହାର ସମସ୍ତ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଦୂର କରି ତା' ଭିତରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାରସାମ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରିପାରିବ ।

ଏହା ସହିତ ତୁମ ମନ ଯଦି ତୁମ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଓ ଆତ୍ମନ୍ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ଏ କାମ ତୁମେ ଖୁବ୍ ସହଜରେ କରିପାରିବ – ଯଦିଓ ତାହା ସମୟସାପେକ୍ଷ । ସର୍ବୋପରି ତୁମେ ମା'ଙ୍କ ଉପରେ ଯଦି ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିପାର ତେବେ ତୁମେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା ପାଇଁ ସଫଳତା ଅର୍ଜନ କରିପାରିବ । ମା' ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଆସିଛନ୍ତି ଜଡ଼ର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ । ସେ ଏହି ଜଡ଼ ଉପରେ କ'ଣ କାମ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ତାହା ସେ ନିଜେ କହୁଛନ୍ତି :

''ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ, ଏହି ଜଡ଼ ଜଗତରେ ଯାହା ମୁଁ ଆଣିବା ପାଇଁ ଚାହେଁ ତାହା ହେଲା :

୧ : ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଚେତନା ।
୨ : ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ, ସର୍ବଜ୍ଞାନମୟତା ।
୩ : ଅଜେୟ ଦୁର୍ନିବାର, ଅବିନାଶୀ, ସର୍ବଜ୍ଞାନମୟ ଶକ୍ତି ।
୪ : ଅବିଚଳିତ, ଅବିରତ, ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଯାହା ଅବିରାମ ଶକ୍ତିଯୁକ୍ତ ହୋଇପାରୁଥିବ ।
୫ : ଶାଶ୍ୱତ ତାରୁଣ୍ୟ, ଅବିରାମ ବୃଦ୍ଧି, ବାଧାହୀନ ଅଗ୍ରଗତି ।
୬ : ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ଜଟିଳ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ।
୭ : ଅସରନ୍ତି ଅଦ୍ୱିତୀୟ ସମ୍ପଦ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ଧନ ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ,
୮ : ଆରୋଗ୍ୟ ଓ ସୁଖପ୍ରଦାନର ଉପହାର,
୯ : ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣମୁକ୍ତି, ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଅଦିବ୍ୟ ଆକ୍ରମଣ ବିରୋଧରେ ସୁରକ୍ଷା,
୧୦ : ସମସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ର ଓ ସମସ୍ତ କ୍ରିୟାକଳାପରେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ଷମତା,

୧୧ : ଭାଷାର ଉପହାର – ସମସ୍ତଙ୍କ ନିକଟରେ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବୋଧଗମ୍ୟ କରିବାର କ୍ଷମତା,

୧୨ : ପରମପୁରୁଷଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ପାଇଁ ଆଉ ଯାହା ଆବଶ୍ୟକ ।''

(MCW Vol. 13, p - 41)

ଆମେ ଜାଣିଛୁ ମା'ଙ୍କର କହିବା ଅନୁସାରେ ରୋଗର ମୂଳ କାରଣ ହେଲା ଶରୀର ପରିଚାଳନାରେ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହେବା । ଏହି ଭାରସାମ୍ୟ (equilibrium) ଆମ ଭିତରେ କିପରି ଭଙ୍ଗ ହୁଏ ସେ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା ଅତି ପ୍ରାଞ୍ଜଳ ଭାବରେ (MCW Vol. 5, p - 173 to 185 ରେ) ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ଆମେ ଏଠାରେ ତାହାକୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବୁ ।

ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଓ କ୍ରିୟାତ୍ମକ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ :

କେବଳ ଶାରୀରିକ ଦୃଷ୍ଟି କୋଣରୁ ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରର ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ଅନେକ ଅବୟବ ଓ ଅଂଶ ରହିଛି ଯାହା ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ,– ଯଥା ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍, ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର, ପାକସ୍ଥଳୀ, ଯକୃତ (Liver), ବୃକ୍‌କ (Kidney), ଅଗ୍ନ୍ୟାଶୟ (Pancreas), ପ୍ଲିହା (Spleen), ମସ୍ତିଷ୍କ, ସ୍ନାୟୁ (Nerves), ମାଂସପେଶୀ, ଅସ୍ଥି, ଶିରା, ପ୍ରଶିରା, ଧମନୀ ଇତ୍ୟାଦି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯଦି ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ବା ଯନ୍ତ୍ର ଠିକ୍ ଭାବରେ ଚାଲି ନ ପାରେ ତାହାକୁ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ କୁହାଯାଏ । ହୁଏତ ଏହି ଯନ୍ତ୍ର ଜନ୍ମରୁ ଖରାପ ହୋଇଛି ବା ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣାରୁ ଖରାପ ହୋଇଛି । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ଅଂଶଟି ରୁଗ୍‌ଣ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ ସମୟ ସମୟରେ ତୁମର ସମସ୍ତ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ସୁସ୍ଥ ଅଛି ତଥାପି ତୁମେ ରୋଗରେ ପଡ଼ିଥାଅ, କାରଣ ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରି ପାରି ନ ଥା'ନ୍ତି । ମନେକର, ତୁମର ପାକସ୍ଥଳୀ ମଜଭୁତ ଓ ଭଲ । କିନ୍ତୁ ହଠାତ୍ କିଛି ଗୋଟିଏ ହୋଇଯାଏ ଏହା ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରିପାରେ ନାହିଁ । ହୁଏତ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ସହିତ କିଛି ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ତୁମେ ଖାଇ ନେଇଛ । ଏହି ବିଷକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ତୁମର ବାରଂବାର ପାଇଖାନା ହେବ ଓ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା ହେବ ନାହିଁ । ଯଦି ତୁମେ ଖୁବ୍ ରାଗ ଓ ମସଲା ଦିଆ ତରକାରି ଇତ୍ୟାଦି ଖାଅ, ହୁଏତ ଏହା ତୁମ ପାକସ୍ଥଳୀର ଭିତର ଚମଡ଼ାକୁ କ୍ଷୟ କରି ଦେଇପାରେ । ଖାଲି ଚା ପାନ କରିବା ହେତୁ ବା ଅଧିକ ଅମ୍ଳ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ହେତୁ ତୁମ ପାକସ୍ଥଳୀର ଚମଡ଼ା ନଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ । ଏହାକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ପାକସ୍ଥଳୀର କାନ୍ଥରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଲେପ ଲଗାଇ ଥାଏ । ଯାହାକୁ ଆମେ ଲାଳ (Mucus) କହିଥାଉ । ପେଟରେ ଲାଳ ହେଲେ ପାଇଖାନା

ସମୟରେ ଖୁବ୍ ଦରଜ ହୁଏ ଓ ବାରଂବାର ପାଇଖାନା ହୁଏ । କାରଣ ଶରୀର ଚାହେଁ ଏହାକୁ ଶୀଘ୍ର ନିଷ୍କାସନ କରିବା ପାଇଁ । ଏହା ହେଲା ଆମାଶୟ ବା ରକ୍ତ ଆମାଶୟ ରୋଗ । ଏହା ହେଲା କ୍ରିୟାତ୍ମକ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ।

ସାଧାରଣତଃ କ୍ରିୟାତ୍ମକ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହେତୁ ଯେଉଁସବୁ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ତାହାକୁ ସହଜରେ ଭଲ କରାଯାଇପାରେ । ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହେତୁ ହୋଇଥିବା ରୋଗ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ କଠିନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସବୁ ରୋଗକୁ ଅବଶ୍ୟ ଭଲ କରାଯାଇପାରେ ।

ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗର କାରଣ :

ଆମେ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ଯେଉଁ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ କହିଲୁ ସେମାନେ ମିଳିମିଶି ଅତି ସାମଞ୍ଜସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ଆମ ବାହ୍ୟ ମନରେ କିଛି ଜାଣିବା ଦରକାର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏମାନେ ପରସ୍ପର ସହିତ ଯଥାର୍ଥ ତାଳମେଳର ସହିତ କାମ କରନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକେ ନିଜ ନିଜର ଦାୟିତ୍ୱ ଓ କାମ ଠିକ୍ ସମୟରେ ତୁଲେଇ ଥାଆନ୍ତି ଟିକିଏ ବି ଡେରି ବା ସହଳ ନ କରି । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମେ ଏକ ସଙ୍ଗତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କର । ତୁମ ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରୋଗ ଓ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରହିଥାଏ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ହଠାତ୍ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣକର କାହାରି ଯଦି ମେଜାଜ ଖରାପ ହୋଇଯାଏ, ଏହା ଉପଯୁକ୍ତ ଶକ୍ତିର ସହିତ ତା'ର କାମ କରିପାରି ନ ଥାଏ । ସେହି ସମୟରେ ସେ ଏକ ପ୍ରକାର ବିଦ୍ରୋହ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ସେ ଯେ କେବଳ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହେବ ସେକଥା ନୁହେଁ, ଶରୀରର ସମସ୍ତ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଏହା ଦ୍ୱାରା ବିଶୃଙ୍ଖଳିତ ହୋଇଥାଏ; ଏବଂ ତୁମେ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇପଡ଼ । ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟବଶତଃ ଏହି ସମୟରେ ଯଦି ତୁମର ପ୍ରାଣସତ୍ତା ଭିତରେ କିଛି ଏକ ଅବସନ୍ନତା, ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟ ବା ଆବେଗ ତୀବ୍ର ହୋଇଉଠେ, ବା ପ୍ରାଣସତ୍ତା ପ୍ରଚଣ୍ଡ କ୍ରୋଧର ଶିକାର ହୁଏ ତେବେ ଏହି ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଆହୁରି ବଢ଼ିଯାଇ ଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଯଦି ତୁମର ମନ ତା'ର ବିଶ୍ୱାସ ଭରସା ହରାଇ ଏହି ଦୁର୍ଘଟଣାର କୁପରିଣାମ ବିଷୟରେ ଭୟଙ୍କର କଳ୍ପନା-ଜଳ୍ପନା କରେ ତେବେ ତୁମେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡ଼ିଥାଅ । ତୁମକୁ ଶରୀରର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏବଂ ଯେଉଁ ଅଂଶ ଖରାପ ହୋଇ ଯାଇଛି ତାକୁ କହିବାକୁ ପଡ଼ିବ କିପରି ସେ ଠିକ୍ ହୋଇପାରିବ । ଯେତେବେଳେ ଦରକାର ହୁଏ ସେମାନଙ୍କୁ (ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ) ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ଯେପରି ଆମେ ଶିଶୁକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେଉ । ସେମାନଙ୍କୁ କହିବାକୁ ହେବ ''ନା, ଏହା ଏପରି କରାଯିବ ନାହିଁ, ଏହା ଅନ୍ୟ ଭାବରେ ହେବ'' । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଧରାଯାଉ ଯେ ତୁମର ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ଖୁବ୍ ଜୋରରେ ପାଗଳ ଭଳି ପ୍ରକମ୍ପିତ

ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲା । ତୁମକୁ ଏହାକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ତାକୁ ତୁମକୁ କହିବାକୁ ହେବ ଏହା ଏପରି ଭାବେ ପ୍ରକମ୍ପିତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ତାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ତୁମେ ଦୀର୍ଘ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନିଅ ତାଳର ସହିତ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଅସଂଖ୍ୟ ଉଦାହରଣ ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ସମୟ ସମୟରେ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କ ଭିତରେ କଳି ତକରାଳ ମଧ୍ୟ ଦେଖା ଦିଏ । ମନେକର ତୁମ ଭିତରେ ଥିବା କୌଣସି ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ବିଶ୍ରାମ ଚାହୁଁଛି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଏକ ଅଂଶ କାମ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛି – ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ତୁମ ଭିତରେ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହୁଏ । ତୁମେ ଏ ପରିସ୍ଥିତିରେ କ'ଣ କରିବ ? ତୁମେ ଜଣକୁ, ସେ ଯାହା ଚାହେଁ ତାହା ଯଦି କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦିଅ ତେବେ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଇବ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତୁମକୁ ଏକ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ପନ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହେବ । ହୁଏତ ତୁମେ ରାତ୍ରିରେ କିଛି ଲେଖା ଲେଖି କାମ କରୁଛ ଆଉ ତୁମର ଶୋଇବା ସମୟ ବିତିଗଲାଣି । କିନ୍ତୁ ଶରୀରକୁ ମନର ପ୍ରଭାବରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ରହି କାମ କରିବାକୁ ପଡୁଛି । ଏହି ସମୟରେ ଶରୀର ତୁମକୁ କହିବ ସେ ଶୋଇବାକୁ ଚାହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ଅନୁମତି ଚାହେଁ । ମନ ହୁଏତ ତାକୁ ଜୋର କରି କହିବ ''ନା, ତୋତେ ଆଉ କିଛି ସମୟ କାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଚେଷ୍ଟାକଲେ ତୁ ନିଶ୍ଚୟ ପାରିବୁ ।'' ଶରୀର ବିଚରା ଏକଥା ମାନି ନେବ । ହୁଏତ କିଛି ସମୟ ପରେ ପୁଣି ତା'ର ଆବେଦନ ଜଣାଇବ । ମନକୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେବଳ ତା' ନିଜ ଇଚ୍ଛା କଥା ଦେଖିଲେ ହେବ ନାହିଁ । ଶରୀରକୁ ବିଶ୍ରାମ ଦେବାକୁ ହେବ । ତାକୁ ଶୋଇବାକୁ ଅନୁମତି ଦେବାକୁ ହେବ । ଦେଖିବ ତୁମେ ଅନୁମତି ଦେବା ମାତ୍ରେ ଶରୀର ନିଘୋଡ଼ ନିଦରେ ଶୋଇଯିବ ।

କିନ୍ତୁ ଏହି ଯେଉଁ କଳହ ଯଦି ଲାଗି ରହେ – ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଏକ ପ୍ରକାର ଯୁଦ୍ଧରେ ରତ ରହନ୍ତି ତେବେ ତୁମର ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହୋଇ ତୁମେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ରୋଗରେ ପଡ଼ିଥାଅ ।

ଯୌଗିକ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ :

ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗ କରନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ମଝିରେ ମଝିରେ ଏହିପରି ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ ହୋଇଥାଏ । ତୁମ ଭିତରେ ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଚେତନା ଆଦି ସତ୍ତା ରହିଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଅଂଶରେ ହୁଏତ ପ୍ରବଳ ଆସ୍ପୃହା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ବିଶେଷ ମନୋଭାବ ଦ୍ୱାରା ତା' ଭିତରେ ଏକ ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ – ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନେ ଏପରି କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ

ନ ଥା'ନ୍ତି । ତେଣୁ ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ଖୁବ୍ ଉପରକୁ ଉଠିଯାଏ କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ ଅଂଶସବୁ ପଛରେ ପଡ଼ି ରହନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ତୁମ ଭିତରେ ଭୟଙ୍କର ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ତୁମେ ସର୍ବଦା ଏକ ପ୍ରକାର ବିବ୍ରତ ଅବସ୍ଥାରେ ବାସ କର । ତୁମ ଭିତରେ ଗୋଟିଏ ସତ୍ତା ଯାହା ଚାହେଁ ଅନ୍ୟ ସତ୍ତା ତାହା ନ ଚାହିଁ ଅନ୍ୟ କିଛି ଚାହେଁ ଏବଂ ଏହାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ତୁମେ ରୋଗରେ ପଡ଼ିଥାଅ ।

ସମୟ ସମୟରେ ତୁମେ ଅନୁଭବ କର ସାଧନା ଠିକ୍ ଭାବରେ ଚାଲିଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତା ଭିତରେ ଯଥାର୍ଥ ତାଳମେଳ ରହିଛି । ତୁମେ ଅଗ୍ରଗତି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତୁମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଭଲ ଅଛି । କିନ୍ତୁ ହଠାତ୍ ତୁମେ ଦେଖ ତୁମେ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଛ । ତୁମେ କୁହ – ''ଏପରି କାହିଁକି ହେଲା ? ମୁଁ ତ ଠିକ୍ ଥିଲି ।'' ଏପରି ହେବାର କାରଣ ହେଲା ତୁମେ ନିଜ ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ସଚେତନ ନ ଥିଲ । ତୁମ ସତ୍ତାର ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଅଂଶ ଏହି ଅଗ୍ରଗତି ଚାହୁଁ ନ ଥିଲା । ଏହା ସାଧାରଣତଃ ତୁମ ପ୍ରାଣସତ୍ତାରେ ହୋଇଥାଏ, ସମୟ ସମୟରେ ମନର ଏକ ଛୋଟ ଧାରଣା ଏହା ସହିତ ସହମତ ହେଉ ନ ଥିଲା । ଯଦିଓ ଏହା ଖୁବ୍ ଛୋଟ କଥା ତଥାପି ଏହା ତୁମ ଭିତରେ ଏପରି ଭାରସାମ୍ୟ ହାନି ଘଟାଇଥାଏ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ତୁମେ ରୋଗରେ ପଡ଼ ।

ପୁଣି ତୁମକୁ କୁହା ହୋଇଥାଏ – ''ତୁମେ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧର ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଶକ୍ତି ତୁମ ଭିତରେ ଅବତରଣ କରିବ'' । ତୁମକୁ କୁହାଯାଇଥାଏ – ''ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଭରସା ରଖ – ତୁମେ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିବ'' । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ବାସ୍ତବରେ ତୁମେ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ଓ ଶକ୍ତିରେ ସ୍ନାନ କରିଥାଅ, ତୁମ ସହିତ ସୁରକ୍ଷା-କବଚ ରହିଥାଏ । ଏହା ତୁମକୁ ଠିକ୍ ରଖିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ତୁମେ ଆଭ୍ୟନ୍ତରର ଛୋଟ ବଡ଼ ବିଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ଦୂର କରି ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରି ପାରିଥାଅ । କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ ଓ ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣାରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଅ । କିନ୍ତୁ ତଥାପି ତୁମ ସତ୍ତାର କୌଣସି ଏକ ସ୍ଥାନ (ଶରୀର, ପ୍ରାଣ ବା ମନରେ), ଏହି ଶକ୍ତିର ଅବତରଣକୁ ସହ୍ୟ କରି ପାରି ନ ଥାଏ । କୌଣସି ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଯନ୍ତ୍ରରେ ଏକ କଣିକା ବାଲିଗରଡ଼ା ପଡ଼ିଗଲେ ଯେପରି ସେ ଅଚଳ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ – ଠିକ୍ ସେହିପରି ତୁମ ଭିତରେ ଟିକିଏ ଗ୍ରହଣଶୀଳତାର ଅଭାବରୁ ଏହା ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଏକ ବଡ଼ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଯେଉଁ ଅଂଶ ଉପରକୁ ଉଠିଯାଇ ନିଜକୁ ପରିସ୍ଫୁଟ କରି ପାରିଥିଲା ସେ ନିଜେ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡ଼େ ।

ବାହ୍ୟ ପରିବେଶ ଦ୍ୱାରା ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ :

ତୁମେ ଯଦି ଏପରି ଏକ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ବାତାବରଣରେ ରହିଛ ଯାହା ସର୍ବଦା ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଦିଚ୍ଛାରେ ଭରପୂର, ତୁମର ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଭାରସାମ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଯଦି ତୁମେ

ଅସୁସ୍ଥ ହୁଅ ତେବେ ଏହା କେବଳ ନିଜ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗର ଫଳ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯଦି ଏକ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ବାତାବରଣରେ ବାସ କର ତେବେ ଏହି ବାତାବରଣର ତରଙ୍ଗ ତୁମ ଭିତରକୁ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ତୁମର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଭାରସାମ୍ୟକୁ ଭଙ୍ଗ କରିଥାଏ । ତୁମେ ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ବାତାବରଣ ସହିତ ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଅ । ତୁମେ କିଛି ଦେଇଥାଅ ଓ ଗ୍ରହଣ ମଧ୍ୟ କରିଥାଅ । ଏହି ତରଙ୍ଗର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନକୁ ତୁମେ ବନ୍ଦ କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ଅବାଞ୍ଛିତ ପ୍ରାଣିକ ତରଙ୍ଗ, ମାନସିକ ତରଙ୍ଗ, ଶାରୀରିକ ତରଙ୍ଗ ତୁମ ଭିତରକୁ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ତୁମର ଭାରସାମ୍ୟକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ବାହାରୁ ଆସିଥିବା ଦୁଃଖ, ଅଶାନ୍ତି, ଅସ୍ଥିରତା, ପ୍ରଲୋଭନ, କାମନା, ବାସନା ଆଦି ତୁମ ସୁରକ୍ଷାଚକ୍ରକୁ ଭେଦ କରି ତୁମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ତୁମ ଭିତରେ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନର କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାଏ ।

ଗୁପ୍ତ ଶକ୍ତିର (Occult) ପ୍ରଭାବରୁ ଭାରସାମ୍ୟ ଭଙ୍ଗ :

ଯଥାର୍ଥ ଗୁପ୍ତବିଦ୍ୟା ଯେତେବେଳେ ଠିକ୍ ବାଟରେ ବ୍ୟବହାର ନ ହୁଏ, ଏହାର ବିକୃତ ପ୍ରଭାବକୁ ଆମେ ଗୁଣି- ଗାରୁଡ଼ି (Black Magic) ବୋଲି କହୁ । ଏବେ ମଧ୍ୟ ଆମ ସମାଜରେ ଏହି ବିକୃତ ଗୁପ୍ତବିଦ୍ୟା ରହିଛି । ଏହି ବିଦ୍ୟାକୁ ତୁମେ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ବୋଲି ମନେ କରି ଅବଜ୍ଞା କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏବେ ବି ଗୁଣିଗାରୁଡ଼ି ବା ତନ୍ତ୍ର ମନ୍ତ୍ରର ପ୍ରଭାବ ଆମ ଉପରେ ପଡ଼ିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । କେତେକେ ଦୁଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ବିଦ୍ୟା ସାଧନ କରି ପ୍ରୟୋଗ କରି ଥାଆନ୍ତି । ତୁମର ଯଦି ଭୟ ରହିଛି ବା ତୁମ ସୁରକ୍ଷା କବଚ ଢିଲା ହୋଇ ଯାଇଛି ଏହିସବୁ ଅଦୃଶ୍ୟ ଶକ୍ତିଙ୍କର ହାତରେ ତୁମେ ପଡ଼ି ଯାଇପାର । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମ ଭିତରେ ପ୍ରବଳ ଶକ୍ତି ରହିଛି, ପବିତ୍ରତା ରହିଛି, ନିର୍ଭୀକତା ରହିଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହିସବୁ ଦୁଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ତୁମର କିଛି ବି ଅନିଷ୍ଟ କରି ପାରିବେ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ତୁମ ପ୍ରତି ଏହିସବୁ ଶକ୍ତି ପେଷଣ କରିଥାଏ ସେସବୁ ଶକ୍ତି ଫେରିଯାଇ ଓଲଟା ତାକୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ । ଏସବୁ ଶକ୍ତିଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ଜଣେ ଯୋଦ୍ଧା ହୋଇଥିବା ଉଚିତ । ଏହାକୁ ବାଧା ଦେବା ପାଇଁ ତୁମର ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ଥିବା ଦରକାର । ଯେଉଁମାନେ ଆନ୍ତରିକତାର ସହିତ ଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି ସେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏହି ଶକ୍ତି ହାସଲ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ତୁମର ଖରାପ ଚିନ୍ତା ବା ଖରାପ ମନୋଭାବ ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ତୁମର ଯଦି ଏସବୁ ରହେ ତେବେ ତୁମେ ମଧ୍ୟ ସେହି ତନ୍ତ୍ର-ମନ୍ତ୍ରକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ତରକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆସିଥାଅ ।

ଏହା ଛଡ଼ା ଏହି ଜଡ଼ ପୃଥିବୀର ବାତାବରଣରେ ଅନେକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ରହିଛନ୍ତି ଯାହାକୁ ତୁମେ ଦେଖିପାର ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହି କେହି ଭଲ ସତ୍ତା ମଧ୍ୟ

ଥାଆନ୍ତି, ଅନ୍ୟମାନେ ଖୁବ୍ ଦୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏହିସବୁ ସତ୍ତାମାନେ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରାଣସତ୍ତାମାନଙ୍କରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରାୟ ସବୁ ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣା ପଛରେ ଏମାନଙ୍କର ହାତ ଥାଏ । ଏମାନେ ଶାନ୍ତିରେ ବାସ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସର୍ବଦା ପରସ୍ପର ସହିତ ଲଢ଼େଇ କରୁଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଲଢ଼େଇରେ ପରସ୍ପର ପରସ୍ପରକୁ ଧ୍ୱଂସ କରି ଥାଆନ୍ତି । ଏହାହିଁ ହେଲା ରୋଗ ଜୀବାଣୁମାନଙ୍କର ଜନ୍ମର ଉତ୍ସ । ଏମାନେ ହେଲେ କ୍ଷୟକାରୀ ଶକ୍ତି । ଅତଏବ ଏମାନଙ୍କ ପଛରେ ଏକ ବଦ-ଇଚ୍ଛା ରହିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ଏତେ ଭୟଙ୍କର ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଜୀବାଣୁମାନେ ତୁମ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ଓ ତୁମ ଭିତରେ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ରହି ଥାଆନ୍ତି କିନ୍ତୁ ତୁମେ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଅ । କିନ୍ତୁ ତୁମ ଭିତରେ ରୋଗର ଟିକିଏ କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଲେ ତୁମେ ଏମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାଅ ।

ମହାମାରୀ ସମୟରେ କୌଣସି ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଦୁଷ୍ଟ ସତ୍ତା ଏହା ପଛରେ କାମ କରିଥାଏ । ୧୯୧୯ ମସିହାରେ ମା' ଜାପାନରେ ଥିଲା ବେଳେ ଏହିପରି ଏକ ମହାମାରୀର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥିଲେ । ଏହା ପଛରେ ଥିବା ସତ୍ତା ସହିତ ମା' ଲଢ଼େଇ କରି ଏହାକୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲେ ଓ ନିଜକୁ ମୃତ୍ୟୁର ଦ୍ୱାର ଦେଶରୁ ଫେରାଇ ଆଣି ପାରିଥିଲେ ଓ ମହାମାରୀକୁ ବନ୍ଦ କରି ପାରିଥିଲେ ।

ରୋଗ ଏବଂ ଭୟ :

ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ରୋଗ ଭୟର କାରଣ ପାଇଁ ଆସିଥାଏ । ଆମ ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀର ଚେତନାର ଭୟ ଏପରିକି ଶରୀରର କୋଷମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ଭୟହିଁ ସବୁ ପ୍ରକାର ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗ ପାଇଁ ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଥାଏ । ଆମ ଶରୀରର କୋଷମାନେ ସବୁ ପ୍ରକାର ଅସୁସ୍ଥକର, ଦୁଃଖଦାୟକ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଭୟ କରନ୍ତି । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଭୟକୁ ଦୂର କରିବା ସହଜ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଶରୀରର ଭୟକୁ ଦୂର କରିବା ଅଧିକ କଠିନ । ଆମେ ଯଦି କୌଣସି ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ନିକଟକୁ ଯାଉ ବା ତାକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରୁ ଆମ ମନରେ ଭୟ ଆସିଥାଏ – କାଳେ ସେହି ରୋଗ ଆମ ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବ ବୋଲି । ମନ ଭୟ ପାଇଲେ ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଭୟଭୀତ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି । ଏବଂ ଆମେ ସେହି ରୋଗ ପ୍ରତି ଖୋଲି ହୋଇ ଯାଇଥାଉ । ଏବଂ ଆମକୁ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରେ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଦେଖିଥିବ ଡାକ୍ତର ଓ ନର୍ସମାନେ ସେହି ରୋଗୀର ସେବା କରୁଛନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କୁ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରୁ ନାହିଁ । ତାଙ୍କ ଭିତରେ ରୋଗୀର ସେବା କରି ତାକୁ ରୋଗ-ମୁକ୍ତ କରିବାର ଯେଉଁ ସଦିଚ୍ଛା ଥାଏ ସେଥିପାଇଁ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏକ ଅଦୃଶ୍ୟ ଭଗବତ୍ ରକ୍ଷା କବଚ କାମ କରିଥାଏ । କେହି କେହି ଡାକ୍ତର ବା ନର୍ସ ଏହି

ସୁରକ୍ଷା ଚକ୍ର ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନେ ପ୍ରାୟ ଭୟମୁକ୍ତ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କୁ ସହଜରେ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରେ ନାହିଁ । ସମୟ ସମୟରେ ରୋଗ-ଜୀବାଣୁ ପ୍ରତି ଭୟ ଆମ ଭିତରେ ଏତେ ଜୋରରେ ବସାବାନ୍ଧି ରହିଥାଏ ଯେ ଆମେ ସର୍ବଦା ଏହି ଡର ପାଇଁ ପରିଷ୍କାର-ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ହୋଇ ରହିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରି ଥାଉ । କାଳେ ହାତରେ କିଛି ଜୀବାଣୁ ଲାଗି ରହିଛନ୍ତି ସେଥିପାଇଁ ତାକୁ ବାରଂବାର ସାବୁନ ଦେଇ ଧୋଇ ଥାଉ ଏବଂ ଶେଷରେ ଆମେ ସୁଚିବାୟୁ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥାଉ ।

ମାନସିକ ଧାରଣା ଓ ରୋଗ :

ମଣିଷ କେତେକ ମାନସିକ ଗଠନକୁ ନେଇ ତିଆରି ହୋଇଥାଏ, ତା'ର ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ତିଆରି ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ମାନସିକ ଗଠନ ଅଧିକାଂଶ ଅଜ୍ଞାନତା ଓ ଅସତ୍ୟର ଆଧାରରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୋଇଥାଏ । ଭଲ ମାନସିକ ଗଠନ ଯେପରି ମଣିଷକୁ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ଦିଗରେ ପରିଚାଳନା କରେ ସେହିପରି ଅଜ୍ଞାନତାପୂର୍ଣ୍ଣ ମାନସିକ ଗଠନ ତାକୁ ପଥ ଭ୍ରଷ୍ଟ ମଧ୍ୟ କରିଥାଏ । ରୋଗ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଆମର ଅନେକ ଭୁଲ ଧାରଣା (ଗଠନ) ରହିଥାଏ । ଏହି ଧାରଣା ଉପରେ ଆମର ବିଶ୍ୱାସହିଁ ଆମକୁ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଆମେ ପ୍ରାୟ ଧାରଣା କରିଥାଉ ଥଣ୍ଡା ଲାଗିଲେ ସର୍ଦ୍ଦି ବା କାଶ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଗରମ ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରିବା, ଥଣ୍ଡା ପବନରେ ବାହାରକୁ ଗଲେ ଗୁଡ଼ାଏ ଗରମ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧି ଯାଇଥାଉ । ଥଣ୍ଡା ଲାଗି ଯଦି ସର୍ଦ୍ଦି ହୁଏ ତେବେ ଗ୍ରୀନଲ୍ୟାଣ୍ଡ, ଆଲାସ୍କା ଇତ୍ୟାଦି ବରଫାବୃତ ଦେଶରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସର୍ଦ୍ଦି ହେଉ ଥାଆନ୍ତା । ଅର୍ଥାତ୍ ଥଣ୍ଡା କାରଣରୁ ସର୍ଦ୍ଦି ହୋଇ ନ ଥାଏ ବରଂ ପେଟ ଗରମ ହେବା ହେତୁ ସର୍ଦ୍ଦି ହୋଇଥାଏ । ସର୍ଦ୍ଦି ସମୟରେ ଗରମ ଜଳରେ ନୁହେଁ, ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଓ ପେଟରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ଢାଳିବା ଦ୍ୱାରା ସର୍ଦ୍ଦି ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ରାତ୍ରିରେ ଝରକା କବାଟ ଖୋଲି ଶୋଇଲେ ଏବଂ ସକାଳେ ଥଣ୍ଡା ପବନକୁ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାରେ ଗ୍ରହଣ କଲେ ସର୍ଦ୍ଦି ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ ।

ସେହିପରି ଏଲାର୍ଜି ବିଷୟରେ ଆମର ଯେଉଁ ଧାରଣା ଥାଏ ତାହା ଏଲାର୍ଜିର ଅସଲ କାରଣ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଆମେ ଭାବିଥାଉ ବାଇଗଣ ବା କୌଣସି ଏକ ପରିବା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଏଲାର୍ଜି ହୋଇଥାଏ । କେହି କେହି କହନ୍ତି ଫୁଲର ଗନ୍ଧରୁ ତାଙ୍କୁ ଏଲାର୍ଜି ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଧାରଣା କଥା ଶିକ୍ଷିତ ମଣିଷ ମୁଖରୁ ଶୁଣିବା ଅତି ହାସ୍ୟାସ୍ପଦ । ଡାକ୍ତରୀ ବିଜ୍ଞାନ ଯେଉଁ ଚର୍ମ ରୋଗର କୌଣସି କାରଣ ଖୋଜି ପାଇ ନ ଥାଏ ତାକୁ ସେ ଏଲାର୍ଜି ଆଖ୍ୟା ଦେଇଥାଏ । ସେମାନେ ରୋଗୀ ଉପରେ ନାନା

ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା କରି କୌଣସି ଏକ ବସ୍ତୁ ଏହି ଏଲାର୍ଜିର କାରଣ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରି ଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ରୋଗୀ ଏହାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରେ । ଏହି ବିଶ୍ୱାସହିଁ ତାକୁ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏଲାର୍ଜିର ମୂଳ କାରଣ ହେଲା ଶରୀର ଚେତନାର କ୍ଷଣିକ ଅସ୍ଥିରତା, ବା କ୍ଷଣିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା । ଏହାକୁ ଦୂର କରିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ଶରୀରକୁ ଶାନ୍ତ କରିବା, ଏହା ଭିତରେ ମନ ମାଧ୍ୟମରେ ସୁସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ ହେଲା ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଆକ୍ରମଣ ଅଥବା ବିରୋଧିଶକ୍ତିଙ୍କର ଆମ ପ୍ରକୃତିରେ ଥିବା କିଛି ଦୁର୍ବଳତା, ରୋଗ ପ୍ରତି ଉନ୍ମୀଳନ ବା ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତରର ସୁଯୋଗ ନେବା ।'' (SABCL, Vol. 24, P. 1564)

ଆମେ ରୋଗର ମୂଳ ସୂକ୍ଷ୍ମ କାରଣ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା'ଙ୍କର ବାଣୀରୁ ଅବଗତ ହୋଇ ସାରିଛୁ । ଏବେ ଆମେ ରୋଗର ସ୍ଥୂଳ କାରଣକୁ ମଧ୍ୟ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବୁ । ବିଭିନ୍ନ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ରୋଗର ସ୍ଥୂଳ କାରଣ ବିଷୟରେ ବିଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଗବେଷଣା କରିଛନ୍ତି । ଏହିସବୁ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ମଣିଷକୁ ତା'ର ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ସେହି ଜ୍ଞାନର ଆଧାରରେ ମଧ୍ୟ ମଣିଷ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରିପାରିବ । ସମସ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ସର୍ବଦା ଚେଷ୍ଟା କରି ଆସିଛନ୍ତି ମଣିଷକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୋଗ ମୁକ୍ତ କରି ତାକୁ ସୁଖ ସ୍ୱାଚ୍ଛନ୍ଦ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ । ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ଶୁଭେଚ୍ଛା ସର୍ବଦା ସ୍ପୃହଣୀୟ । ଏହିସବୁ ଗବେଷଣା ଓ ଜ୍ଞାନ ମଣିଷକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ କିଛି ଦୂର ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରେ କିନ୍ତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ନୁହେଁ ।

ସମସ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ମଧ୍ୟରୁ ସବୁଠାରୁ ଆଦିମ ପ୍ରଣାଳୀ ହେଲା ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଚିକିତ୍ସା । 'ଆୟୁର୍ବେଦ'କୁ ପଞ୍ଚମ ବେଦ ବୋଲି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ୨୦୦୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ଅଥର୍ବ ବେଦରୁ କିଛି ଅଂଶକୁ ନେଇ ଏହା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା । ସେ କାଳର ମଣିଷର ଜ୍ଞାନ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ପ୍ରଭାବରେ ବିକୃତ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ସେମାନେ ସିଧାସଳଖ ସତ୍ୟକୁ ଜାଣି ପାରୁଥିଲେ ଓ ଅନୁଭବ କରି ପାରୁଥିଲେ । ମଣିଷ ବିବର୍ତ୍ତନର ଏହି ଶିଶୁ ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନେ ଆତ୍ମା ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହେଉଥିଲେ । ଅତଏବ ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ ଆୟୁର୍ବେଦ ଜ୍ଞାନ ମଣିଷ ପାଇଁ ଏକ ଆଦର୍ଶ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ । ସେତେବେଳର ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଚିକିତ୍ସକ ରୋଗୀ ମୁଖରୁ ରୋଗ ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁ ନ ଥିଲେ । କେବଳ ରୋଗୀର ନାଡ଼ି (ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର କମ୍ପନ)ର ଗତିକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ରୋଗୀର ସମସ୍ତ ବିକୃତି ଜାଣି ପାରୁଥିଲେ । ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ବିଷ ମୁକ୍ତ କରା ଯାଉଥିଲା । ଆୟୁର୍ବେଦ ଚିକିତ୍ସା ମଧ୍ୟ ଶରୀର ପରିଚାଳନାର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଥାଏ । ଏହି ପରିଚାଳନା ତିନୋଟି ତତ୍ତ୍ୱ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ – ୧. ବାତ, ୨. ପିତ୍ତ ଓ ୩. କଫ ।

ବାତ ଜନିତ ବିଶୃଙ୍ଖଳାର କାରଣ :

ବାତ ଅର୍ଥ ବାୟୁ । ବାୟୁହିଁ ଜୀବନ । ଏହି ବାୟୁହିଁ ଶରୀର ପରିଚାଳନାରେ ବିଶେଷ ରୂପେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହି ଜୀବନୀ ଶକ୍ତିରୂପକ ବାୟୁକୁ ଆୟୁର୍ବେଦରେ ପାଞ୍ଚଟି ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କରାହୋଇଛି । ହୃଦୟରେ ଯେଉଁ ବାୟୁ କାମ କରେ ତାକୁ **ପ୍ରାଣବାୟୁ** କୁହାଯାଏ ।

ଏହି ପ୍ରାଣବାୟୁ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଓ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କ୍ରିୟାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ, ଖାଦ୍ୟକୁ ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ଠେଲିଥାଏ, ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଅଂଶକୁ ଶିରା ଓ ଧମନୀ ମାଧ୍ୟମରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରେ । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ଧମନୀର କ୍ରିୟାକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ଏହା ଆମର ଅନୁଭବ ଶକ୍ତି – ଘ୍ରାଣ, ସ୍ୱାଦ, ସ୍ପର୍ଶ, ଶ୍ରବଣ ଓ ଦୃଷ୍ଟିକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଏହି ବାୟୁଗତ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ପାଇଁ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାଉ ।

ଉଦାନ ବାୟୁ ବକ୍ଷରେ ଥିବା ମଧ୍ୟ ଛେଦା, କଣ୍ଠରେ ଥିବା ଘଣ୍ଟିକା ଯନ୍ତ୍ର (ଶବ୍ଦ ସୃଷ୍ଟିର ଯନ୍ତ୍ର)କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେଇପାରୁ, କଥା କହି ପାରୁ ଓ ଗୀତ ଗାଇପାରୁ । ଉଦାନ ବାୟୁ ଜନିତ ବିଶୃଙ୍ଖଳାରୁ ଶ୍ୱାସ କ୍ରିୟା ଜନିତ ରୋଗ ଆମକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ସମାନ ବାୟୁ ପାକସ୍ଥଳୀର ପାକକ୍ରିୟାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ପାଚକ ରସ ଝରାଇବା କାମରେ ଏହା ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଅର୍ଦ୍ଧପାକ ଖାଦ୍ୟକୁ ଗ୍ରହଣୀ ମଧ୍ୟ ଦେଇ କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରକୁ ପଠାଇ ଥାଏ । କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ପାଚକ ରସ ଝରାଇ ଖାଦ୍ୟକୁ ପୁଣି ହଜମ କରାଇଥାଏ ଏବଂ ଶେଷରେ ଅଦରକାରୀ ଖାଦ୍ୟକୁ ବୃହଦନ୍ତ୍ରକୁ ପଠାଇଥାଏ ।

ଅପାନ ବାୟୁ ମୂତ୍ରକୋଷ, ମଳଦ୍ୱାର, ଗର୍ଭାଶୟ ଆଦି ଯନ୍ତ୍ରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଏହା ମଳ, ମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ କରିବାରେ, ସ୍ତ୍ରୀ ଲୋକଙ୍କ ଋତୁ ସ୍ରାବ ଓ ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି କ୍ରିୟାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଅପାନ ବାୟୁ ଜନିତ ବିଶୃଙ୍ଖଳାରୁ ତଳ ପେଟର ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ।

ବ୍ୟାନ ବାୟୁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଓ ଇଚ୍ଛାକୃତ ମାଂସପେଶୀର ସଞ୍ଚାଳନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ଏହା ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ସମୟ ଓ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରିଥାଏ । ଏହା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ସଞ୍ଚାଳନରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ରକ୍ତ ସରବରାହକୁ ମଧ୍ୟ ଏହା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଏହା ଶରୀରର ସଂକୁଚନ ଓ ପ୍ରସାରଣର କ୍ରିୟାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ – ଥଣ୍ଡା ଓ ଗରମର ତାରତମ୍ୟ ଅନୁସାରେ ଓ ଝାଳ ନିର୍ଗମରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାର ବିଶୃଙ୍ଖଳାରୁ ସମସ୍ତ ଶରୀରରେ ଉତ୍ତେଜନା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ଓ ଚର୍ମ ରୋଗ ଆଦିର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ ।

ପିତ୍ତ ଜନିତ ବିଶୃଙ୍ଖଳା : ପିତ୍ତ ଶରୀରରେ ରାସାୟନ ପ୍ରକିୟାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଆମ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରେ, ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତିକୁ ବଜାୟ ରଖେ ଏବଂ ଶରୀରର ଉତ୍ତାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କର କ୍ରିୟାରେ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଚିନ୍ତା ଶକ୍ତିର ଉନ୍ନତି ଘଟିଥାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ପାଞ୍ଚ ପ୍ରକାର ପିତ୍ତ ରହିଛି ।

ପାଚକ ପିତ୍ତ : ଯାହାକି ଆମ କଲିଜା (Liver) ଓ ଅଗ୍ନ୍ୟାଶୟ (Pancreas)ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ ଓ ଆମ ଖାଦ୍ୟ ହଜମରେ କାମ କରିଥାଏ । ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରିବା ଅର୍ଥ ଏହାକୁ ପେଷଣ କରି ଏଥିରୁ ଖାଦ୍ୟ ରସ ତିଆରି କରି ଶିରା ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ପଠାଇବା ଓ ଅଦରକାରୀ ଅଂଶକୁ ମଳ ଓ ମୂତ୍ର ଭାବେ ନିଷ୍କାସନ କରିବା । ପାଚକ ପିତ୍ତ ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ଜୀବାଣୁ ନାଶ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଶରୀରରେ ଉତ୍ତାପ (ଜ୍ୱର) ଉତ୍ପନ୍ନ କରି ଏହା ଜୀବାଣୁକୁ ନାଶ କରିଥାଏ । ଏହି ପିତ୍ତର କ୍ରିୟାରେ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ହେଲେ ବଦହଜମ, ଏସିଡିଟି, କୋଷ୍ଠ-କାଠିନ୍ୟ ଆଦି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ।

ରଞ୍ଜକ ପିତ୍ତ (Ranjaka) ଆମ ଶରୀରରେ ଲାଲ ରକ୍ତ କଣାର ରଞ୍ଜକ ଉପାଦାନ । ଏହି ଉପାଦାନ ସାଧାରଣତଃ ଖାଦ୍ୟର ଲୌହ (iron)ରୁ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥାଏ । Iron ଆମ ଶରୀରର ଏକ ବିଶେଷ ଉପାଦାନ । ଆମ ଶରୀରରେ ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣରେ iron ନ ଥିଲେ କାମ୍ଳ (indice), ରକ୍ତହୀନତା (anaemia) ଆଦି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ।

ଆଲୋଚକ ପିତ୍ତ : Liver ରୁ ନିଃସୃତ ହେଉଥିବା ପିତ୍ତର ସୂକ୍ଷ୍ମତମ ଉପାଦାନ । ଏହି ପିତ୍ତ ଚକ୍ଷୁରେହିଁ ଦେଖା ଯାଇଥାଏ । ଚକ୍ଷୁର ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ଏହି ପିତ୍ତ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଏପରିକି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧକମାନଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟି ମଧ୍ୟ ଏହି ପିତ୍ତର ପ୍ରଭାବରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପିତ୍ତର ଅଭାବରୁ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତିର ମଧ୍ୟ ବିକୃତି ହୋଇଥାଏ ।

ସାଧକା ପିତ୍ତ ରସ : ଏହା ମାନସିକ କ୍ରିୟାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ସାଧକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ପିତ୍ତ ତାଙ୍କ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହି ପିତ୍ତର ପ୍ରଭାବରେ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ଓ ମାନସିକ ବୁଦ୍ଧିର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପିତ୍ତ କମ୍ ହେଲେ ମୂର୍ଚ୍ଛା, ଏପିଲେପ୍‌ସି ଆଦି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ।

ଭ୍ରାଜକା ପିତ୍ତ : ଆମ ଶରୀରର ଚର୍ମର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଓ ଏହାର ପ୍ରତିରକ୍ଷା ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଏହି ପିତ୍ତ ଆମ ଶରୀରର ଅଦରକାରୀ ବସ୍ତୁକୁ ସ୍ୱେଦ ମାଧ୍ୟମରେ ଚର୍ମ ଦେଇ ବାହାର କରିଥାଏ । ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ବିଷ ଏବଂ ଜୀବାଣୁକୁ ଶରୀର ଭିତର ଦେଇ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ରକ୍ଷା କବଚ ରଚନା କରେ ଏହି ପିତ୍ତ । ଏହି ପିତ୍ତର ବିକୃତି ହେତୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଚର୍ମରୋଗ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଚର୍ମର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଲୋପ ପାଇଥାଏ ।

କଫ ଜନିତ ବିଶୃଙ୍ଖଳା : ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଧମନି ମାଧମରେ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ବିଶୁଦ୍ଧ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାର ଧମନି ଯାହା ଅତୀବ ସୂକ୍ଷ୍ମ – ତା' ମଧ ଦେଇ 'ରସ ଧାତୁ' (lymph) ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ଯାଇ ପୁଷ୍ଟିକର ଉପାଦାନ ଯୋଗାଇଥାଏ । ଏହି ଉପାଦାନକୁ କଫ କୁହାଯାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ପାଞ୍ଚ ପ୍ରକାର କଫ ମଧ ରହିଛି । **କ୍ଲେଦକା** କଫ ମୁଖ, ପାକସ୍ଥଳୀ ଓ କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରରେ ଝରିଥାଏ, ଏବଂ ଖାଦ୍ୟକୁ ଜୀବାଣୁ ଶୂନ୍ୟ କରିଥାଏ । **ଅବଲମ୍ବିକା** କଫ ଆମ ଶ୍ୱାସନଳୀ ଓ ନାକରୁ ଝରିଥାଏ ଯାହା ବାୟୁ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ଅଦରକାରୀ ବସ୍ତୁ ଯଥା ଧୂଳି ଓ ଜଳକଣା ଆଦିକୁ ଛାଣିବାର କାମ କରିଥାଏ । **ବୋଧକା** କଫ ଆମ ଜିହ୍ୱାର ସ୍ୱାଦ ଗ୍ରନ୍ଥିରୁ ଝରିଥାଏ । ଏହା ଆମକୁ ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବୋଧ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । **ତରପକା** (Tarpaka) କଫ ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ସୁଷୁମ୍ନା କାଣ୍ଡରୁ ନିର୍ଝରିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପୁଷ୍ଟିକର ଉପାଦାନ ଯୋଗାଇ ଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ବିଷାକ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । **ଶ୍ଳେଷକା** (Shleshaka) କଫ ହାଡ଼ ଭିତରେ ଓ ହାଡ଼ର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଖଞ୍ଜା ସ୍ଥାନରେ ରହିଥାଏ । ଯାହା ଦ୍ୱାରା ହାଡ଼ର ଘର୍ଷଣ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ।

କଫ ଜନିତ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ହେଲେ ଶରୀରରେ ସର୍ଦ୍ଦି, କାଶ, ଫୁସ୍‌ଫୁସର ରୋଗ, ଜଣ୍ଡିସ୍, ଏକ୍‌ଜିମା, ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ବ୍ରଣ, ଚର୍ମରୋଗ, କିଡ୍‌ନିର ବୃଦ୍ଧି ଓ ମସ୍ତିଷ୍କ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଜନିତ ରୋଗ ଆଦି ହୋଇଥାଏ ।

ବାତ, ପିତ୍ତ, କଫର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ହେତୁ ଆମ ଶରୀରରେ ଯାବତୀୟ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ଗୋଟିଏ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ବିକୃତି ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ରୋଗ ହୁଏ, ତାକୁ ଏକ ଦଶା ଜାତ ରୋଗ କୁହାଯାଏ । ଏହାର ନିରାକରଣ ମଧ ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଦୁଇଟି ବ୍ୟବସ୍ଥାର ବିକୃତି ଜନିତ ରୋଗକୁ ଦ୍ୱିଦଶା ଜାତରୋଗ କୁହାଯାଏ । ଏହାକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବା ଅଧିକ କଠିନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ତ୍ରିଦଶା ଜାତ ରୋଗକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବା ପ୍ରାୟ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଏହାହିଁ ହେଲା ଆୟୁର୍ବେଦ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ରୋଗର କାରଣ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ରୋଗର କାରଣ :

ଅନ୍ୟ ଏକ ବିଶେଷ ଫଳପ୍ରଦ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ହେଲା ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା । ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସାରେ ଆମ ଶରୀରରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଆବର୍ଜନା ଜମିବା ଫଳରେ ତାହା ସମସ୍ତ ରୋଗର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ଯେଉଁସବୁ ରାସାୟନ କ୍ରିୟା ଘଟିତ ହୁଏ ଓ ବଳକା ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଜମିବା ଦ୍ୱାରା ସେଥିରେ କିଛି ନା କିଛି ଶରୀରର ଅଦରକାରୀ ବସ୍ତୁ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ – ଏହାକୁ ଆମେ ଆବର୍ଜନା କହୁ । ଏହାର ନିଷ୍କାସନ

ପାଇଁ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା ଭଗବାନ୍ ଆମ ଶରୀରରେ ୪ଟି ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଛନ୍ତି । ମଳ, ମୂତ୍ର, ସ୍ୱେଦ ଓ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ମାଧ୍ୟମରେ ସ୍ୱତଃ ଏହି ନିଷ୍କାସନ କାମ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଚାରିଟି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଯଦି ଶରୀରର ଆବର୍ଜନା ନିଷ୍କାସନ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ହୋଇ ନ ପାରେ ତେବେ ଆମ ଶରୀରରେ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟିର କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଏ । ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ପାଇଁ ଏହିସବୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ମଳ ନିଷ୍କାସନର ଅକ୍ଷମତା : ଏହା ହେତୁ ଶରୀରରେ ମଳ ପଚି ସେଥିରୁ ବିଷାକ୍ତ ରସ ଓ ଗ୍ୟାସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ବିଷାକ୍ତ ରସ ଓ ଗ୍ୟାସ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଂଶକୁ ମଧ୍ୟ ଗତିକରି ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ସେମାନଙ୍କର କ୍ରିୟାକଳାପରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ମଳ ନିଷ୍କାସନ ଠିକ୍ ଭାବରେ ନ ହେଲେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ପେଟ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ।

ମୂତ୍ର ନିଷ୍କାସନର ଅକ୍ଷମତା : ସାଧାରଣତଃ ରକ୍ତରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଦୂଷିତ ବସ୍ତୁ ରହିଥାଏ । ଇଉରିକ୍ ଏସିଡ୍ ଇଉରିୟା, ଅତ୍ୟଧିକ ଲବଣ, ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ଗ୍ୟାସ୍ ଆଦି ହେଲା ରକ୍ତର ଅଦରକାରୀ ବସ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଛାଣିବା ପାଇଁ ଆମ ଶରୀରରେ ଦୁଇଟି ଯନ୍ତ୍ର ରହିଛି – ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଓ କିଡ୍‌ନି । କିଡ୍‌ନି ଏକ ଜଟିଳ ଛାଣିବା ଯନ୍ତ୍ର । ରକ୍ତରେ ଦ୍ରବୀଭୂତ ହୋଇ ରହିଥିବା ଅଧିକାଂଶ ଅଦରକାରୀ ବସ୍ତୁକୁ ଅଲଗା କରି ମୂତ୍ର ତିଆରି କରେ । ଏହି ମୂତ୍ର ମୂତ୍ରାଶୟରେ ଗଚ୍ଛିତ ହୁଏ । ଏହା ଭରିଗଲେ ଆମକୁ ପରିସ୍ରା ମାଡ଼େ ଏବଂ ଆମର ଇଚ୍ଛା ସଞ୍ଚାଳିତ ମାଂଶପେଶୀକୁ ପ୍ରସାରଣ କରି ପରିସ୍ରା କରିଥାଉ । ଯଦି ଆମ କିଡ୍‌ନି ତା'ର କ୍ରିୟାକଳାପରେ ଅକ୍ଷମ ହୁଏ ତେବେ ଏହିସବୁ ଦୂଷିତ ପଦାର୍ଥ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଂଶକୁ ଯାଇ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ବେଶୀ ଲୁଣ ବା ଚିନି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏବଂ କମ୍ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ମୂତ୍ର ନିଷ୍କାସନ କାମରେ ବାଧା ପଡ଼ିଥାଏ ।

ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସର କ୍ରିୟାର ଅକ୍ଷମତା : ବାୟୁ ଆମର ଜୀବନ ରକ୍ଷକ । ବାୟୁରେ ଥିବା ଅମ୍ଳଜାନ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ଯାଇ ରକ୍ତର ଶୋଧନ କାମ କରିଥାଏ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ (Osmosis) ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ବାୟୁରୁ ଅମ୍ଳଜାନ ରକ୍ତକୁ ଯାଇଥାଏ ଓ ରକ୍ତରୁ ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ଗ୍ୟାସ ବାୟୁକୁ ଆସିଥାଏ ଯାହାକୁ ଆମେ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ମାଧ୍ୟମରେ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିଥାଉ । ଆମେ ଯଦି ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁକୁ ଆମ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଭରୁ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଖାଲି କରୁ ତେବେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସର କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଯଥାର୍ଥ ନିଷ୍କାସନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ପୂରା ଅଂଶରେ ଶ୍ୱାସ ଭରନ୍ତି ନାହିଁ ବା ପୂରା ଅଂଶରୁ ଶ୍ୱାସ ବାହାରକୁ ବାହାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣରେ ଅମ୍ଳଜାନ ପାଇ ନ ଥାଉ ବା ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣରେ ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ଗ୍ୟାସ ନିଷ୍କାସନ କରି ନ ଥାଉ । ପେଟରେ ଚର୍ବି ଜମିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆମେ

ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଶ୍ୱାସ ନେଇପାରି ନ ଥାଉ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରରେ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଜମି ଯାଇ ନାନା ରୋଗ ସୃଷ୍ଟିହୁଏ ।

ସ୍ୱେଦ ନିଷ୍କାସନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଅକ୍ଷମତା : ଏହା ଆମ ଶରୀରର ଲୋମକୂପ ମଧ କିଡ଼ିନି ଭଳି କାମ କରିଥାଏ । ଝାଳ ବୋହିବା ଦ୍ୱାରା ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ସମୟ ଭିତରେ ଆମ ରକ୍ତରେ ଜମିଥିବା ଆବର୍ଜନା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା, ଖେଳାଖେଳି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରରେ ରାସାୟନିକ ରୂପାନ୍ତର କ୍ରିୟା (metabolism) ଦ୍ରୁତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଆମ ଶରୀରର ରକ୍ତ ବି ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ବହୁ ଦିନରୁ ରକ୍ତରେ ଜମିଥିବା ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନର କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଏ ।

ଏହାଛଡ଼ା ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଆମ ଖାଦ୍ୟପେୟ ଓ ଆମର ଆଚାର ବ୍ୟବହାର ଉପରେ ମଧ ଜୋର୍ ଦେଇଥାଏ । ମାଟି, ପାଣି, ସୂର୍ଯ୍ୟାଲୋକ, ବାୟୁ ଆଦି ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାଦାନକୁ ଶରୀରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାର ବଦଭ୍ୟାସ : ଏହି କାରଣରୁହିଁ ଆମ ଶରୀରରେ ପ୍ରଥମେ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଆଜିର ସଭ୍ୟସମାଜର ଲୋକ ଜାଣିଶୁଣି ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ବେଶୀ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଆନ୍ତି । ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଦରକାରଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଉ । ଖାଦ୍ୟରେ ଥିବା ବଳକା ପ୍ରୋଟିନ୍ ରକ୍ତ ନଳୀରେ ଜମି ରକ୍ତଚାପ ରୋଗର ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ, ବଳକା ସ୍ନେହ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ (Fat) ପେଟ, ଅଣ୍ଟା ଓ ଜଂଘରେ ଜମି ଆମର ଜୀବନ ନିର୍ବାହରେ ବାଧା ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ପେଟରେ ବେଶୀ ଚର୍ବି ଜମିଗଲେ ସ୍ଥୂଳ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ କସରତ ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି କରିପାରି ନ ଥାଉ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନର କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଏ । ଚିନି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଆମ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଅଧିକ ଚିନି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଶା ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଖାଦ୍ୟଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରି ନିଜେ ନିଜର ମୃତ୍ୟୁର ପଥ ତିଆରି କରିଥାଆନ୍ତି ।

ହୋମିଓପ୍ୟାଥ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ରୋଗର କାରଣ :

ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକ୍ ଚିକିତ୍ସାରେ ସମସ୍ତ ରୋଗର କାରଣ ହେଲା ଶରୀରରେ ଜମିଥିବା ବିଭିନ୍ନ ବିଷ । ଏହିସବୁ ବିଷକୁ ତିନି ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଛି – ୧. ସୁରା, ୨. ସିଫିଲିସ୍, ୩. ସାଇକୋଟିକ । ଏହିସବୁ ବିଷର ତାରତମ୍ୟ ହେତୁ ସମାନ ରୋଗ ପାଇଁ ଦୁଇଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଅଲଗା ଅଲଗା ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ । ଏହି ଲକ୍ଷଣକୁ ଦେଖି ଦୁଇ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଅଲଗା ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରାହୋଇଥାଏ । ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ରୋଗ ପାଇଁ ଔଷଧ ବଛା ହୁଏ ନାହିଁ, ରୋଗର ଲକ୍ଷଣକୁ ଦେଖି ଔଷଧ ବଛା

ଯାଇଥାଏ । ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଔଷଧର ମାତ୍ରା ଏତେ କମ୍ ଯେ ଏହାକୁ ଖାଇଲେ କୌଣସି ଅନ୍ୟ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହି ଚିକିତ୍ସାର ମୂଳ ସୂତ୍ର ହେଲା – 'ସମାନ ଜିନିଷ ସମାନ ଜିନିଷକୁ କାଟି ଥାଏ ।' ଅର୍ଥାତ୍ ଜଣେ ସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପରେ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ତା' ଭିତରେ ଯେଉଁ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ;– ସେହି ଲକ୍ଷଣ ଏକ ରୋଗୀ ଭିତରେ ଦେଖାଦେଲେ ତାକୁ ସେହି ଔଷଧ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକର ଉଦ୍ଭାବକ ହ୍ୟାନିମାନ ଥରେ ରାସ୍ତାରେ ଗଲାବେଳେ କୁଇନାଇନ ଗଛରୁ ଦୁଇଟି ପତ୍ର ଖାଇଦେଲେ । ତା' ପରଦିନ ତାଙ୍କୁ ଜ୍ୱର ହେଲା । ତା'ପରଦିନ ସେ ପୁଣି ସେହି ଗଛରୁ ଦୁଇଟି ପତ୍ର ଖାଇଲେ । ଏଥିରେ ତାଙ୍କ ଜ୍ୱର ଭଲ ହୋଇଗଲା । ଏହି ଅନୁଭୂତିରୁ ସେ ହୋମିଓପାଥିକ୍ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ଆରମ୍ଭ କଲେ । ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀର ଔଷଧ ଶରୀରକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ବିଷ ନିଷ୍କାସନ କାର୍ଯ୍ୟରେ । ତେଣୁ ଏହା କେବେ ହେଲେ କ୍ଷତିକାରକ ନୁହେଁ ।

ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ ଚିକିତ୍ସାରେ ରୋଗର କାରଣ :

ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଅନ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ପରି ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ କରିବା ପାଇଁ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରି ନ ଥାଏ । ଏହା ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ରର କ୍ରିୟାକଳାପର ବିକୃତି ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ । ଜ୍ୱର ହେଲେ ଜ୍ୱର କମାଇବାର ଔଷଧ, ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାର ଅଲଗା ଔଷଧ, ପେଟ ପରିଷ୍କାର କରିବା ପାଇଁ ଅଲଗା ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ । ଏହା କେବଳ ଶରୀରର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଂଶରେ କାମ କରିଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଏହା ଆମ ଶରୀରର ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରି ଆମରି ଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ରୋଗ ଉପଶମ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଦୀର୍ଘଦିନ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଶେଷରେ ସେହି ଔଷଧ ଆମ ଉପରେ ଆଉ କାମ କରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏହି ବିକୃତ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀର କୁପ୍ରଭାବ ଆଜି ସାରା ମାନବଜାତି ଉପରେ ପଡ଼ି ତାକୁ ଆହୁରି ଅସୁସ୍ଥ କରି ପକାଇଛି । ଏ ବିଷୟରେ ଆମେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏକ ବାଣୀରୁ ବୁଝିପାରିବୁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି ''ପ୍ରାୟ ଚାଳିଶ ବର୍ଷ ଧରି ମୁଁ ସର୍ବଦା କିଛି ନା କିଛି ଛୋଟ ବଡ଼ ରୋଗର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିଛି,... । ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଔଷଧ ସେବନ କରିବା ବନ୍ଦ କରିଦେଲି ସେତେବେଳେ ସେମାନେ (ରୋଗ) ନିରାଶ ପରଜୀବୀ କୀଟ ଭଳି ମୋ ଦେହରୁ ଝଡ଼ି ପଡ଼ିଲେ । ସେତେବେଳେ ଯାଇ ମୁଁ ବୁଝିପାରିଲି ମୋ ଭିତରେ ଥିବା ପ୍ରାକୃତିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଶକ୍ତିକୁ ଏବଂ ଏହାଠାରୁ ବଳି କେତେ ମହାଶକ୍ତି ରହିଛି ପରମ ଇଚ୍ଛା ଓ ପରମ ବିଶ୍ୱାସରେ, ଯାହାକି ମନକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଆମ ଶାରୀରିକ ଜୀବନ ପାଇଁ ଭଗବାନଙ୍କ ସହାୟତା ଭାବେ ରହିଛି ।'' (SABCL - Vol. *p. 34*)

ଅର୍ଥାତ୍ ଆମକୁ ସମସ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠି ଖୋଜିବାକୁ ପଡ଼ିବ ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ନିବାରଣର ଉପାୟ । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଅଖଣ୍ଡ ଆନ୍ତରିକତା ଆନ୍ତର ମୁକ୍ତି ଏବଂ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶୁଦ୍ଧତା ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ରୋଗ ଯନ୍ତ୍ରଣା ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହୋଇଯିବ, କାରଣ ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଚେତନାର ଅଗ୍ରଗତି ପାଇଁ ଏହା ଆଉ ଆବଶ୍ୟକ ହେବ ନାହିଁ ।'' (M.C.W. Vol. 3, p. 218)

ଔଷଧ ବ୍ୟବହାରର କୁପରିଣାମ

ଆଜି 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ'ର ପାଠକମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଏକ ଅପ୍ରିୟ ସତ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ସମୟ ଆସିଛି, ଯେଉଁ ସତ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ଅତୀତର ସଂସ୍କାର ଓ ପରମ୍ପରାକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି ତାଙ୍କୁ ଭବିଷ୍ୟତର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ରୂପାନ୍ତରର ଦ୍ୱାର ଦେଶରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ପହଞ୍ଚାଇ ପାରିବ । ଯେଉଁମାନେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ, ଯେଉଁମାନେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଅତିମାନବର ଆବିର୍ଭାବର ପଥକୁ ସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ମା- ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଚରଣରେ ନିଜକୁ ସମର୍ପିତ କରିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଏହି ସତ୍ୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ସତ୍ୟ ହେଲା ଶରୀରର ଯେକୌଣସି ରୋଗ ପାଇଁ ଔଷଧ ଉପରେ ନିର୍ଭର ନ କରି ସେହି ପରମ କୃପା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବା । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଅତି ପ୍ରାଞ୍ଜଳଭାବେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ କହିଯାଇଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ଆମେ ପୁରାତନ ପନ୍ଥାକୁ ଛାଡ଼ି ପାରି ନାହୁଁ । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ମଣିଷ ଭଗବତ୍ କୃପାର ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ ଶକ୍ତି ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ରଖି ପାରନ୍ତା ତେବେ ସେ ହୁଏତ ବହୁ ରୋଗକୁ ଏଡ଼ାଇ ପାରନ୍ତା ।''

(MCW. 10, P. 325)

ମଣିଷଜାତି ତା'ର ରୋଗର ଆରୋଗ୍ୟ ପାଇଁ ଉଦ୍ଭିଦ ଜଗତ୍ ଏବଂ ଖଣିଜ ଲବଣକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଆସିଥିଲା ବହୁକାଳ ଧରି । ସେତେବେଳେ ଔଷଧର ତତ୍ତ୍ୱ ଏବଂ ରୋଗୀ ଉପରେ ଏହାର ପ୍ରୟୋଗର ବିଧାନ ଆଦିର ଜ୍ଞାନ ମନଃସ୍ତରରେ ସୀମାବଦ୍ଧ ନ ହୋଇ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ଜ୍ଞାନ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ହୋଇଥିଲା । ତେଣୁ ସେତେବେଳେ ଏତେ ଜଟିଳ ରୋଗ ନ ଥିଲା ବା ମଣିଷ ପାଇଁ ଏତେ ଔଷଧ ଓ ଡାକ୍ତରଖାନାର ଦରକାର ହେଉ ନ ଥିଲା । ମଣିଷର ମନର ବିକାଶ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନର ମଧ୍ୟ ଅପଭ୍ରଂଶ ହେବାକୁ ଲାଗିଲା । ଆଜିର ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ମଣିଷର ମଙ୍ଗଳ କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଅକ୍ଲାନ୍ତ ପରିଶ୍ରମ କରି ଯେଉଁ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ତାହା ପ୍ରକୃତରେ ମଣିଷଜାତିର ମଙ୍ଗଳ କରିପାରିଛି କି ? ଏହା ପୃଥିବୀରୁ ରୋଗ ଓ ରୋଗୀର ସଂଖ୍ୟା କମାଇ ପାରିଛି

କି ? ମଣିଷକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିପାରିଛି କି ? ''ଡାକ୍ତରମାନେ ଭଲ କରିବାର ଆଗ୍ରହ ନେଇ ବହୁ କ୍ଷତି କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ଅନେକଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁର ଆଗରୁ ଶ୍ମଶାନକୁ ପଠାଇ ଦିଅନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ହୁଏତ ଭଲ ହୋଇ ପାରି ଥାଆନ୍ତେ ଯଦି ତାଙ୍କୁ ପ୍ରକୃତି ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦିଆ ଯାଇଥା'ନ୍ତା । ଆମର ସମସ୍ତ ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ ଉପକରଣ ହେଲା ବିଷ, ଏବଂ ଏହା ଫଳରେ ଔଷଧର ପ୍ରତ୍ୟେକ ମାତ୍ରା ରୋଗୀର ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଯଦି କେବେ ରୋଗୀ ଭଲ ହୋଇଥାଏ – ଏହା ବିନା ଔଷଧରେ ।''

(*History of Medicine* by Bostwick)

ଔଷଧର ଅପକାରିତା ବିଷୟରେ ପୃଥିବୀର ବିଖ୍ୟାତ ଡାକ୍ତରମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଏହି ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ସହ ଦୀର୍ଘକାଳ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ଜନିତ ଯେଉଁ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି ସେମାନେ ତାହା ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି ମଣିଷଜାତିକୁ ସାବଧାନ କରିବା ପାଇଁ । ''ରୋଗ ପାଇଁ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବାର କୌଣସି ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତତା, ନ୍ୟାୟ ବା ଦରକାରିତା ନାହିଁ । ମୁଁ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ଏହି ବୃତ୍ତି, ଏହି କଳା, ଏହି ଅପନାମିତ ବିଜ୍ଞାନ ହେଲା ଏକ ପ୍ରତାରଣାମୂଳକ ନିୟମର ଅଭ୍ୟାସ, ଏକ ଅକ୍ଷମଣିୟ ଭୁଲ, ଅଣନୈତିକତା ଏବଂ ଶରୀର ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦାୟକ ।'' (Dr. Noyes, *Yogic Theraphy,* P. 454)

ଆଜିର ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଉଦ୍ଭିଦ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣକୁ ଛାଡ଼ି ପଶୁମାନଙ୍କଠାରୁ ତା'ର ଉପାଦାନ ସଂଗ୍ରହ କରୁଛି । ଏକେତ ମଣିଷ ଅର୍ଦ୍ଧ-ପଶୁ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଛି, ତା' ଉପରେ ଔଷଧ ମାଧ୍ୟମରେ ପଶୁର ଉପାଦାନକୁ ନିଜ ଭିତରକୁ ନେଇ ସେ ଅଧିକ ପଶୁତ୍ୱକୁ ଆବାହନ କରୁଛି । ତେବେ ସେ ଦେବତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ କିପରି ? ପଶୁକୁ ହତ୍ୟାକରି ସେମାନଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରନ୍ଥିରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିବା Hormoneକୁ ନେଇ ରୋଗୀର ହରମୋନ ଅଭାବକୁ ପୂରଣ କରାଯାଉଛି ଔଷଧ ମାଧ୍ୟମରେ । ଏବେ ଏହିସବୁ ହରମୋନଯୁକ୍ତ ଔଷଧକୁ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆ ହେଉଛି । କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି କୌଣସି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ନାହିଁ ଏହିସବୁ ହରମୋନଯୁକ୍ତ ଔଷଧ ସମସ୍ତ ରୋଗୀକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇପାରେ ବୋଲି । ଏହା କାମ କରିଥାଏ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ମୁଷ୍ଟିମେୟ ରୋଗୀଙ୍କ ଉପରେ । ତେଣୁ ଏବେ ବି ଏହି ଅନ୍ଧ ପରୀକ୍ଷାସବୁ ରୋଗୀଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଉଛି । ଏହି ପରୀକ୍ଷାରେ କେବଳ ଉପକୃତ ହେଉଥିବା ଘଟଣାକୁ ସେମାନଙ୍କ ଗଣନାରେ ନେଇ ଔଷଧର ଉପକାରିତା ବିଷୟରେ ଘୋଷଣା କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହି ଗଣନାର ବହୁ ଅଧିକ ଘଟଣା ଯେ ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ତାକୁ ନଜର ମଧ୍ୟ ଦିଆହୁଏ ନାହିଁ । ଦେଖାଯାଇଛି thyroid ଗ୍ରନ୍ଥିର ନିର୍ଯାସରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଔଷଧ ରୋଗୀର ସମସ୍ତ ଶରୀରକୁ ବିଷାକ୍ତ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ହୁଏତ ରୋଗୀର ହଠାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ରକ୍ତର ମିଶ୍ରଣକୁ ରୋଗୀ ଦେହରେ ସଞ୍ଚାରିତ କରିବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀର ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ହେବାର ଦେଖାଯାଏ ।

ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି କୌଣସି ଏକ ଔଷଧ, ଅନୁକୂଳ ପରିବେଶର ମିଶ୍ରଣରେ କିଛି ଲୋକଙ୍କୁ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଭଲ କରି ପାରିଥାଏ ତେବେ ଏହା ଦାବି କରାଯାଇଥାଏ ଯେ ଏହି ଔଷଧ ଏହି ରୋଗ ପାଇଁ ଅବ୍ୟର୍ଥ ଔଷଧ । କିନ୍ତୁ ଏହା ସତ୍ୟ ନୁହେଁ । ଏବଂ ଏହାର ପ୍ରମାଣ ହେଲା – ଯଦି ଏହି ଔଷଧକୁ ସମାନ ଭାବରେ ଶହେ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ, ତେବେ ଦେଖାଯିବ ଏହାର ଫଳ ଦୁଇଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସମାନ ନୁହେଁ; ଏବଂ ବେଳେବେଳେ ଦେଖାଯିବ ଏହାର ଫଳ ପୂରା ଓଲଟା ହେଉଛି । ସେଥିପାଇଁ ଔଷଧର ଗୁଣ ଯେ ରୋଗକୁ ଭଲ କରେ ତା' ନୁହେଁ; ଔଷଧ ଉପରେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ହେଲା ଏକ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ।''

(MCW. Vol. 8, P. 92)

ଏହି ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଧ୍ୟ ସମାନ କଥା କହୁଛନ୍ତି : ''ଡାକ୍ତରମାନେ ରୋଗକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଆନ୍ତି; ସମୟ ସମୟରେ ଏହା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଲାଗିଥାଏ ଓ କେବେକେବେ ଏହା ଲକ୍ଷ୍ୟଚ୍ୟୁତ ହୋଇଥାଏ । ତାଙ୍କ ଗଣନାରେ ଲକ୍ଷ୍ୟଚ୍ୟୁତର ଘଟଣାକୁ ବାଦ୍ ଦେଇ କେବଳ ଲକ୍ଷ୍ୟଭେଦ କରିଥିବା ଘଟଣାକୁ ସମ୍ପତ୍ତି ରୂପେ ଗଚ୍ଛିତ କରାଯାଏ, ଏହାକୁ ମାନ୍ୟତା ଦିଆଯାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ନିୟମାବଦ୍ଧ ଭାବରେ ଏକ ବିଜ୍ଞାନର ରୂପ ଦିଆଯାଏ ।''

(*Thoughts and Aphorisms,* No. 388)

ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଆଣ୍ଟି-ବାୟୋଟିକ୍ (Antibiotic) ଔଷଧକୁ ଅଧିକ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯାଏ, ପୂର୍ବର ଉଦ୍ଭିଦ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣଯୁକ୍ତ ଔଷଧର ସ୍ଥାନରେ । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଆଣ୍ଟି-ବାୟୋଟିକ୍ ଔଷଧ ମଧ୍ୟରେ ଷ୍ଟ୍ରେପ୍‌ଟୋମାଇସିନ୍ (Streptomycin), ଟେରାମାଇସିନ୍ (Teramycin), ସାକ୍ରୋମାଇସନ୍ (Sacromycin) ଆଦି ପ୍ରଧାନ । ଏହିସବୁ ଔଷଧର ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରାଯାଇଥାଏ । ଔଷଧର ଏହି ମ୍ୟାଜିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଦେଖି ଅର୍ଥାତ୍ ରୋଗର ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଉପଶମକୁ ଦେଖି ରୋଗୀ ଭାବିଥାଏ ଏହାହିଁ ତା' ପାଇଁ ମହୌଷଧି । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ଔଷଧ ରୋଗକୁ ଭଲ କରିବା ପରେ ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ବିଷ ଜମା କରିଥାଏ ତା'ର କୁପରିଣାମ ରୋଗୀକୁ ପରେ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ପେନିସିଲିନ୍ (Penicillin) ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀର ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ହେବାର ଦେଖାଯାଇଛି । ଷ୍ଟ୍ରେପ୍‌ଟୋମାଇସିନ୍‌ର ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ପରେ ମସ୍ତିଷ୍କର ବିକୃତି ଦେଖାଯାଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଔଷଧର ବିଶେଷ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଗୁଣ ହେଲା ଏହା ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ରୋଗ ଜୀବାଣୁକୁ ନାଶ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ରୋଗ ମ୍ୟାଜିକ୍ ଭଳି ଭଲ ହୋଇ ଯିବାର ଦେଖି ଏହା ପ୍ରତି ଆଜିର ମଣିଷସମାଜ ଏତେ

ଆକୃଷ୍ଟ । କିନ୍ତୁ ରୋଗ ଭଲ ହେବାର ପରେ ଶରୀର ଭିତରେ ଏହା କି ବିଷ ଜମା କରିଥାଏ ତାକୁ ଆମେ ନଜର ଦେଇ ନ ଥାଉ । ଏହି ବିଷ ଜମି ଜମି କାଳକ୍ରମେ ଆମର ଶରୀର ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଚଳ କରିଥାଏ । ଏହି ଔଷଧ ରୋଗ ଜୀବାଣୁକୁ ନାଶ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଲାଲ ରକ୍ତ କଣିକାମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଧ୍ୱଂସ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଡାକ୍ତରମାନେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଔଷଧ ସହିତ ରୋଗୀକୁ ଭିଟାମିନ୍ ଔଷଧ ଆଦି ଦିଅନ୍ତି ଯଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ଲାଲ ରକ୍ତକଣିକା ପୁଣି ଶୀଘ୍ର ତିଆରି ହୋଇ ପାରିବ । କିନ୍ତୁ ସମସ୍ତଙ୍କର ଶରୀର ଏହି କାମ କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଯେଉଁ ରୋଗୀର ଲିଭର ତଥା ଅନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରମାନେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ କାମ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଦେଲେ ହୁଏତ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ହରାଇଥିବା ଏହି ଲାଲ ରକ୍ତକଣିକା ଆଉ ଫେରି ଆସି ପାରିବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଦେଖାଯାଏ ଏପରି ରୋଗୀ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଔଷଧ ଖାଇ ଆହୁରି ଦୁର୍ବଳ ଓ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି । ସୁସ୍ଥ ସବଳ ଶରୀର ପାଇଁ ଏହି ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ବିଶେଷ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇ ନ ପାରେ; କିନ୍ତୁ ଦୁର୍ବଳ ଶରୀରରେ ଏହା ମାରାତ୍ମକ ହୋଇପାରେ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀର ଯଦିଓ କେତେକ ସମାନ ଉପାଦାନ ଦ୍ୱାରା ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ ତଥାପି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀରର କ୍ରିୟାଶୀଳତା, ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ଓ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଅଲଗା ଅଲଗା ହୋଇଥାଏ; ଏହା ଭିତରେ କାମ କରୁଥିବା ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଚେତନାର ତାରତମ୍ୟ ଅନୁପାତରେ । ତେଣୁ କୌଣସି ଦୁଇଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଆଚାର-ବ୍ୟବହାର, ଚାଲି-ଚଳନ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶକ୍ତି, ସାମର୍ଥ୍ୟ ଆଦି ସମାନ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେହି ଦୁଇ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଉପରେ ସମାନ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ସେହି ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ଓ ଅନ୍ୟ ଜଣକର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଇ ପାରେ । ତେଣୁ ଯେଉଁ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ଏହି ମାନସିକ, ପ୍ରାଣିକ ସ୍ଥିତିକୁ ବିଚାର ନ କରି କେବଳ ଶରୀରର ସ୍ଥୂଳ କାରଣ ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଇ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଏ ସେହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ କେବେହେଲେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଆଜିର ଜନପ୍ରିୟ ତଥାକଥିତ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ କେବଳ ଏହି ସ୍ଥୂଳ କାରଣକୁ ନେଇ ରୋଗୀର ଚିକିତ୍ସା କରିଥାଏ । ତେଣୁ ସେହି ଔଷଧ ରୋଗର ମୂଳ କାରଣରେ ପହଞ୍ଚି ପାରି ନ ଥାଏ । "...back of disease lies a cause and that cause no drug can reach." (Dr. S. S. Wear Mitchell) ''...ରୋଗର ପଶ୍ଚାତରେ ଥାଏ କାରଣ ଓ ସେ କାରଣ ନିକଟରେ କୌଣସି ଔଷଧ ପହଞ୍ଚିପାରି ନ ଥାଏ ।''

''ଯେତେସବୁ କ୍ଷତିକାରକ ବିଷ ମଣିଷ ଜାଣେ – ସେସବୁ ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ୍ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଦେଖାଯାଏ; ଏହିସବୁ ବିଷ ଶରୀରର କୌଣସି ଏକ ଅଂଶ ବା ଯନ୍ତ୍ରରେ

ଗଚ୍ଛିତ ହେବାର ଗୁଣ ରହିଥାଏ ଏବଂ କାଳକ୍ରମେ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ସର୍ବଦା ଏକ ଜ୍ୱାଳା ଉପୃନ୍ନ ହୁଏ ଓ ଏହା ସେଠାକାର ମାଂସପେଶୀର କ୍ଷୟ ବିଧାନ ମଧ କରିଥାଏ । ବିଶେଷ କଥା ହେଲା ଔଷଧର ବିଷକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଓ ଶରୀରରେ ଏହାର କ୍ଷୟକାରକ କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଜଟିଳ ରୋଗ (Acute disease) ଦବି ଯାଇ ତା' ସ୍ଥାନରେ ଆହୁରି ଜଟିଳ ବା ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ (Chronic) ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।'' (Dr. Lind, *Yogic Therapy*, P. 452) ଆମେ ଏସିଡିଟି, ରକ୍ତଚାପ, ମଧୁମେହ (Diabetis)ଆଦି ରୋଗ ପାଇଁ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଏପରି ଜଣେ ମଧ ରୋଗୀ ନାହିଁ ଯେ କି ଔଷଧ ସେବନ କରି ଏହିସବୁ ରୋଗକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଲ କରିପାରିଛି ? ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ କେବଳ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖା ଯାଇଥାଏ – କିନ୍ତୁ ନିର୍ମୂଳ କରାଯାଇ ନ ଥାଏ । ଥରେ ଏହିସବୁ ରୋଗ ହେଲେ ଏବଂ ଆମେ ଔଷଧ ଖାଇବା ଆରମ୍ଭ କଲେ ସାରା ଜୀବନ ଧରି ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ଏହିସବୁ ରୋଗ କାହିଁକି ହୁଏ, ଏହାର କିପରି ପ୍ରତିକାର କରାଯିବ ଏବିଷୟରେ ରୋଗୀକୁ ଜ୍ଞାନ ନ ଦେଇ ଡାକ୍ତରମାନେ କେବଳ ଔଷଧ ଖାଇବାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇ ଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ଦେଖାଯାଏ ଅଧିକାଂଶ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି ଔଷଧକୁ ଏକ ଖାଦ୍ୟ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରତିଦିନ ଭାତ ଖାଇ ସାରିବା ପରେ ଔଷଧ ପେଟରା ନେଇ ଗୁଡ଼ାଏ ଔଷଧ ଗିଳିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ଜାଣନ୍ତି ଏସବୁ ଔଷଧ ତାଙ୍କୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ତଥାପି ଜାଣିଶୁଣି ଟିକିଏ ଅଧିକ ବଞ୍ଚିବାର ଇଚ୍ଛା ନେଇ ଏହାକୁ ବାଧ ହୋଇ ଖାଇ ଥାଆନ୍ତି । ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ଖାଇବାର ନିଶାଠାରୁ ଏହି ଔଷଧ ଖାଇବାର ନିଶା ଅଧିକ ମାରାତ୍ମକ ।

ଯେପରି ଏକ ରୁଗ୍ଣ ଗଛ ସୁସ୍ଥ ବୀଜ ଉପୃନ୍ନ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏବଂ ଏହି ଗଛ ବଂଶ ପରମ୍ପରା ମାଧ୍ୟମରେ ନିକୃଷ୍ଟ ବୃକ୍ଷ ଉପୃନ୍ନ କରେ; ସେହିପରି ଆଜି ମଣିଷଜାତିର ଅବସ୍ଥା । ଆଜିକାଲି ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ ଅଧିକାଂଶ ରୋଗକୁ ତାଙ୍କର ପିତାମାତାଙ୍କଠାରୁ ଯୌନଜାତ (Genetic) ରୋଗ ଭାବରେ ପାଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ କେହି କେହି ଶିଶୁର ଜନ୍ମରୁ ଦୁର୍ବଳ ବା ବିକୃତ ଲିଭର ରହିଥାଏ, ଜନ୍ମଗତ diabetis ଓ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ଆଦି ରହିଥାଏ । ଏହାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଅତ୍ୟଧିକ ଔଷଧର ବ୍ୟବହାର । ଔଷଧ ବ୍ୟବହାରର ପ୍ରଥାକୁ ଆମେ ଯଦି ବଜାୟ ରଖୁ ତେବେ ଭବିଷ୍ୟତର ଶିଶୁ ଦୁର୍ବଳରୁ ଦୁର୍ବଳତର ହେବ । ତେବେ ଆମେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ କିପରି ଗଢ଼ିବୁ ? ଯେଉଁ ଭାରତ ଭବିଷ୍ୟତରେ ପୃଥିବୀର ଗୁରୁ ହେବାକୁ ଯାଉଛି – ତାହା ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ଭବ ହେବ ନାହିଁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ନାଗରିକ ସୁସ୍ଥ, ସବଳ, ନୀରୋଗ ନ ହୋଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପିତାମାତାଙ୍କୁ ଶୁଦ୍ଧ, ପୂତ, ପବିତ୍ର, ନୀରୋଗ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ତେବେ ଯାଇ ସେମାନେ ଏ ଦେଶକୁ ଭବିଷ୍ୟତର ଉପଯୁକ୍ତ ଶିଶୁ ପ୍ରଦାନ କରିପାରିବେ – ଯେଉଁ

ଶିଶୁମାନେ ଭବିଷ୍ୟତର ଯଥାର୍ଥ ଦେବମାନବ ହୋଇ ଭାରତକୁ ପୃଥିବୀର ଗୁରୁ ସ୍ଥାନକୁ ଉଠାଇ ନେଇ ପାରିବେ ।

''ମୋର ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ମୋ ବିବେକର ଯେଉଁ ପ୍ରତ୍ୟୟ ହୋଇଛି ତାହାକୁ ନେଇ ମୁଁ ଘୋଷଣା କରୁଛି ଯେ – ଯଦି ଏହି ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଜଣେ ବି ଡାକ୍ତର, ସର୍ଜନ, ନର୍ସ, ଔଷଧ ଦୋକାନ ବା ଔଷଧ ଆଦି ନ ଥା'ନ୍ତା ତେବେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ବର୍ତ୍ତମାନଠାରୁ କମ୍ ରୋଗ ଓ କମ୍ ମୃତ୍ୟୁ ହୁଅନ୍ତା ।''

(Dr. James Johnson, *Yogic Theraphy*, P. 453)

''ଡାକ୍ତରମାନେ ମୋତେ ଔଷଧ ଦେଇ ଥାଆନ୍ତି – ମୁଁ ଔଷଧର କ୍ରିୟାକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରେ; ଏହା ଯେତେ ଭଲ କରି ନ ଥାଏ ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଅବ୍ୟବସ୍ଥାର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ତାକୁ ପରେ ମୋତେ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ତୁମେ କେବେହେଲେ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ ।'' – ଶ୍ରୀମା (*Integral Healing*, P. 188)

''ମନର ସାର୍ବଭୌମ କ୍ଷମତା ମଣିଷଜାତିକୁ ଡାକ୍ତର ଓ ସେମାନଙ୍କର ଚିକିତ୍ସାର ଦାସ କରି ଗଢ଼ି ତୋଳିଛି । ଏହାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ରୋଗର ସଂଖ୍ୟା ଓ ତା'ର ଗୁରୁତ୍ୱ ବଢ଼ି ଚାଲିଛି ।'' – ଶ୍ରୀମା (*Integral Healing*, P. 190)

''ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ଡାକ୍ତରୀ ବିଜ୍ଞାନ ହେଲା ଆଶୀର୍ବାଦ ବଦଳରେ ଏକ ଅଭିଶାପ ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*Thoughts and Aphorisms*, No. 324)

ଆଜି ଆମେ ଦେଖୁ ଆଶ୍ରମ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ରୋଗୀଙ୍କର ଭିଡ଼ । ମା'ଙ୍କୁ ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଛି । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବାଣୀରୁ ତା'ର ସଙ୍କେତ ମିଳେ : ''ଯେହେତୁ ଆମ ଶରୀର ଔଷଧ ବିନା ଭଲ ହୋଇ ନ ପାରିବାର କଳା ଶିଖିଛି; ସେଥିପାଇଁ ଆମ ଶରୀରର ରୋଗ ପାଇଁ ଔଷଧର ଦରକାର ହୁଏ ।''

– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*Thoughts and Aphorisms*, No. 404)

ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ନିବାରଣର ଉପାୟ

ଆଜି ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ବିଶେଷ ପରୀକ୍ଷାର ସମୟ ଆସିଗଲା । ତାଙ୍କର ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ ଡାକ୍ତର, ଔଷଧ ବା ନିଜର ମନର ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବେ ବା ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ଭରସା ରଖିବେ । ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ପଥରେ ଏହି ପ୍ରାଥମିକ ଭାଗବତ ଭରସାକୁ ପ୍ରଥମେ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରି ନ ପାରିଲେ ଏ ପଥରେ ଆଗକୁ ଅଗ୍ରସର ହେବା ଆମ ପାଇଁ ସହଜ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ *Records of Yoga*ରେ ଥିବା ନିମ୍ନୋକ୍ତ ବାଣୀକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ

କରିବାକୁ ହେବ – ''ଭଗବାନ୍ ତୁମ ପାଇଁ ଯେତିକି ଯତ୍ନ ନେଇଥାଆନ୍ତି ତୁମେ ତୁମ ନିଜ ପାଇଁ ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଯତ୍ନ ନେଇ ପାରି ନ ଥାଅ ।'' ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗରେ ସାଧାରଣ ମଣିଷ ଡାକ୍ତର ଓ ଔଷଧ ବିନା ଯେ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇପାରେ ସେବିଷୟରେ ସେ ଧାରଣା ମଧ୍ୟ କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେ କହେ ଔଷଧ ବିନା ରୋଗର ଆରୋଗ୍ୟ ଅସମ୍ଭବ । କିନ୍ତୁ ସେ ନିଜେ ଦେଖିଥାଏ ଔଷଧ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିବାରଣ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ତେବେ କାହିଁକି ଔଷଧ ଉପରେ ଏତେ ବିଶ୍ୱାସ ? ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ତୁମ ସହିତ ସହମତ ଯେ ଅନ୍ୟ ଏପରି ଶକ୍ତି ରହିଛି ଯାହାକି ଡାକ୍ତର ଏବଂ ଔଷଧଠାରୁ ମଧ୍ୟ ବହୁ ଗୁଣରେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ।'' (MCW. 15, P. 156) ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ମଣିଷ ଭଗବତ୍ କୃପାର ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ ଶକ୍ତି ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ରଖି ପାରନ୍ତା ତେବେ ସେ ହୁଏତ ବହୁ ରୋଗକୁ ଏଡ଼ାଇ ପାରନ୍ତା ।'' (MCW. 10, P. 325)

ପୂର୍ବ କାଳରେ ଲୋକେ ସରଳ ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ଜୀବନ-ଯାପନ କରୁଥିଲେ । ସେମାନେ ସହଜରେ ରୋଗରେ ପଡୁ ନ ଥିଲେ । ଛୋଟ ଛୋଟ ରୋଗକୁ ବିଭିନ୍ନ ପତ୍ରର ରସ, ଯଥା : ବିଶଲ୍ୟକରଣୀ, ଦୂର୍ବା, ହଳଦି ଆଦି ସହଜ ଲବ୍ଧ ପ୍ରାକୃତିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଭଲ କରି ପାରୁଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ଏତେ ଡାକ୍ତର ବା ଡାକ୍ତରଖାନା ନ ଥିଲା । ସେ କାଳର ଚିକିତ୍ସକ ସେବା ମନୋଭାବ ନେଇ ରୋଗୀର ଯତ୍ନ ନେଉଥିଲେ । ଶିକ୍ଷାଦାନ ଓ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ବ୍ୟବସାୟ ଭାବରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉ ନ ଥିଲା । ଏବେ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ଡାକ୍ତରଖାନା ପରିଚାଳିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ଲୋକ ଏହାକୁ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରଧାନ ବ୍ୟବସାୟ ରୂପରେ ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ଡାକ୍ତରି ବ୍ୟବସାୟ ବଢ଼ିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଦେଶରେ ରୋଗ ଓ ରୋଗୀ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ହେବାକୁ ଲାଗିଲା । ବ୍ୟବସାୟୀ ଡାକ୍ତର ସର୍ବଦା ଚିନ୍ତା କରୁ ଥାଆନ୍ତି – ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ବେଶୀ ରୋଗୀ ଆସନ୍ତୁ, ଯଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ଅଧିକ ରୋଜଗାର ହେବ । ସେମାନଙ୍କର ଏହି ମନୋଭାବ ଦ୍ୱାରା ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ତରରେ ଅଧିକ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏବଂ ଏହା ଦିନେ ନା ଦିନେ ସ୍ଥୂଳରେ ରୂପ ନିଏ । ''ଡାକ୍ତର (ବ୍ୟବସାୟୀ ଡାକ୍ତର) ରୋଗୀ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ହେବାର କାମନା କରିଥାଆନ୍ତି । ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି ଓ ଅଭିଳାଷ ରୋଗୀ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ହେବାର କିଛି ଅଂଶରେ ଦାୟୀ ।'' (*Yogic Therapy*, P. 468)

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ମନୁଷ୍ୟ ସଭ୍ୟତାର ସୁସ୍ଥତମ କାଳ ସେତିକିବେଳେ ଥିଲା ଯେତେବେଳେ କମ୍ ଔଷଧ ଓ କମ୍ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଥିଲା ।''

(*Thoughts and Aphorisms* No. 392)

''ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଭଗବାନ୍ ହେଲେ ଅସୀମ ଏବଂ ଆତ୍ମପରିପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି । କେବଳ ଏକ ପରୀକ୍ଷା ରୂପେ ନୁହେଁ, ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ଶାନ୍ତି ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସର ସହିତ ମୃତ୍ୟୁକୁ

ଭୟ ନ କରି ତୁମେ କ'ଣ ତାଙ୍କ ଉପରେ ସବୁ ରୋଗକୁ ଛାଡ଼ି ଦେଇ ପାରିବ ନାହିଁ ?''

– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (SABCL, Vol. 17, P. 127)

ଅତଏବ ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇବା ପାଇଁ ଆମକୁ ଔଷଧର ବିକଳ୍ପ ଉପାୟ ଖୋଜିବାକୁ ହେବ । ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ ନିବାରଣର ଅନେକ ଉପାୟ ରହିଛି । ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରଣାଳୀ ହେଲା :

୧. ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ,
୨. ଯୌଗିକ ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ମୁଦ୍ରା ଓ ହଠ ଯୋଗର ପ୍ରଣାଳୀ,
୩. ଆକ୍ୟୁ-ପ୍ରେସର ବା ଆକ୍ୟୁ-ପଙ୍କ୍ଚର୍ ପ୍ରଣାଳୀ,
୪. ମାନସିକ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମ-ସମ୍ମୋହନ ପ୍ରଣାଳୀ,
୫. ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ନିବାରଣ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ :

ଆଶ୍ରମର ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ବିଭାଗ ପାଇଁ ମା'ଙ୍କର ବାଣୀ ହେଲା : "Nature is the all-round Healer" ''ପ୍ରକୃତି ହେଲା ସର୍ବରୋଗ ନିବାରକ ।'' ଥରେ ତୁମେ ପ୍ରକୃତିର ନିୟମକୁ କୋଳାଗ୍ରତ କଲେ ତୁମେ ତୁମର ସମସ୍ତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଜନିତ ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରି ପାରିଥାଅ । ଏ ବିଷୟରେ ଫ୍ରାନ୍ସ୍‌ର ଜଣେ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ଅନୁଭୂତି ତଳେ ଦିଆଗଲା ।

ପ୍ୟାରିସ୍‌ର ଡାକ୍ତର ମାଜନ୍ଦି (Dr. Magendie) ତାଙ୍କର ଏକ ଡାକ୍ତରୀ କ୍ଲାସରେ ଭାଷଣ ଦେବା ସମୟରେ କହୁଥିଲେ : ''ପ୍ରିୟ ଭଦ୍ରବ୍ୟକ୍ତିବୃନ୍ଦ ! ମୁଁ ଆଜି ଆପଣମାନଙ୍କୁ କହିବି ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ହୋଟେଲ ଦିଓରେ ଡାକ୍ତର ଥିଲି, ସେତେବେଳେ ମୁଁ କ'ଣ କରୁଥିଲି । ପ୍ରତିବର୍ଷ ୩୦୦ ରୁ ୪୦୦ ରୋଗୀ ମୋ ଦ୍ୱାରା ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିଲେ । ମୁଁ ମୋ ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ତିନି ଶ୍ରେଣୀରେ ଭାଗ କରୁଥିଲି । ପ୍ରଥମ ଭାଗର ରୋଗୀଙ୍କୁ ଯଥାଯଥ ଭାବରେ ଡାକ୍ତରୀ ଔଷଧ ସେବନ କରିବାକୁ ଦିଆଯାଉଥିଲା । ଦ୍ୱିତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ ରୋଗୀଙ୍କୁ କିଛି ନ ଜଣାଇ ପାଉଁରୁଟି ବଟିକା ଏବଂ ରଙ୍ଗ ପାଣି ଦିଆଯାଉଥିଲା । ଏବଂ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ ରୋଗୀ ପାଇଁ କିଛି ବି ଦିଆ ହେଉ ନ ଥିଲା । ଏହି ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀର ରୋଗୀଙ୍କୁ କିଛି ଦିଆ ହେଉ ନ ଥିବାରୁ ଅବଶ୍ୟ ସେମାନେ ଭୟଭୀତ ହେଉଥିଲେ । ସେମାନେ ଭାବୁଥିଲେ ସେମାନଙ୍କର ଯଥାର୍ଥ ଯତ୍ନ ନିଆହେଉ ନାହିଁ । ଔଷଧ ନ ଖାଇବା ହେତୁ ସେମାନେ ବିଚଳିତ ହୋଇ ସେମାନଙ୍କର ରୋଗ ବଢ଼ି ଯାଉଥିଲା । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତି ସେମାନଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ରହିଥିଲା ଓ ସେମାନେ ଭଲ ହୋଇ ଯାଉଥିଲେ । ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ରୋଟିର ବଟିକା ଦିଆଯାଉଥିଲା ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ

ପଡୁଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରୀ ଚିକିତ୍ସା ଉପାୟରେ ଔଷଧ ଦିଆହେଉଥିଲା ସେମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ।''

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ରୋଗ ଥରେ ଭଲ ହେଲେ ତାହା ଆଉ ପ୍ରାୟ ଫେରି ଆସେ ନାହିଁ । କାରଣ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀ ଭିତରେ ଜମି ରହିଥିବା ବିଷ ଓ ଅବର୍ଜନାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ସଫା କରାଯାଇଥାଏ । ରୋଗୀକୁ ଏକ ନୂତନ ଜୀବନ ଯାପନ ପଦ୍ଧତିର ଜ୍ଞାନ ଦିଆଯାଏ । ଆମେ ଆଗରୁ କହିଛୁ ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆମ ଭିତରେ ଅବର୍ଜନା ଜମିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ପ୍ରାୟ ୯୦ ପ୍ରତିଶତ ରୋଗ ବେଶୀ ଖାଇବା ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଜିଭକୁ ଯାହା ଭଲଲାଗେ ତାହାକୁ ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ଗୁଡ଼ାଏ ଖାଇଥାଉ । ଆମେ ଯେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଉ ତାକୁ ହଜମ କରିବାରେ ଆମର ଯେତେ ଶକ୍ତିର ବିନିଯୋଗ ହୋଇଥାଏ ସେହି ଖାଦ୍ୟରୁ ଆମେ ସେତିକି ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ପ୍ରାୟ ପାଇ ନ ଥାଉ । ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଏକ ପ୍ରକାର ଅପ୍ରାକୃତିକ ଭୋକ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ରୋଗୀର ଭୋକ ଯଥାର୍ଥ ଭୋକ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାର ପ୍ରଧାନ ଉପାୟ ହେଲା **ଉପବାସ ।**

ଉପବାସର ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରଣାଳୀ ରହିଛି । ନିର୍ଜଳା ଉପବାସ କେବେହେଲେ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଉପବାସ ଦିନ ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହୋଇଥିବା ଦରକାର । ପୂର୍ବ ଦିନ ଅମୃତଭଣ୍ଡା ବା ଇସବ୍‌ଗୁଲ୍ ଖାଇଥିଲେ, ବା ୧୫ ମିନିଟ୍ କଟିସ୍ନାନ କରିଥିଲେ (କଟିସ୍ନାନ ବିଷୟରେ ପରେ କୁହାଯିବ) ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ । ଉପବାସ ଦିନ କୌଣସି ଘନ ପଦାର୍ଥ ଖାଇବା ବଦଳରେ କେବଳ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପାନ କରାଯିବ । ମନେରଖ, ଦୁଗ୍ଧ ଏକ ତରଳ ଖାଦ୍ୟ ନୁହେଁ । ପାଣି, ଫଳ ରସ, ଘୋଳ ଦହି, ପଇଡ଼, ସୁପ୍ ଆଦି ଉପବାସ ଦିନ ପାନ କରାଯାଇପାରେ । ଉପବାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପେଟରେ ଜମିଥିବା ଦୂଷିତ ପାଚକ ରସ ନିଷ୍କାସନ ହୋଇଥାଏ, ପାକସ୍ଥଳୀ ବିଶ୍ରାମ ପାଇଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଶୀଘ୍ର ବିଷମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ବଦ ହଜମୀ, ଏସିଡିଟି, ଅଲ୍‌ସର୍, କଲିକ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଗଣ୍ଠିବାତ ଆଦି ରୋଗ ପାଇଁ ଉପବାସ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହାଛଡ଼ା ଏ ଲେଖକ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିଛି ଭୟଙ୍କର କାଶ ଓ ସର୍ଦ୍ଦିକୁ ମଧ୍ୟ ଉପବାସ ଦ୍ୱାରା ଉପଶମ କରାଯାଇପାରେ । ଶରୀରରେ କୌଣସି ବଥକୁ ମଧ୍ୟ ଉପବାସ ଦ୍ୱାରା ଶୀଘ୍ର ଉପଶମ କରାଯାଇଥାଏ । ଜ୍ୱର ହେଲେ ଏକ ଦିନ ଉପବାସ ଦ୍ୱାରା ଜ୍ୱରକୁ ନିବାରଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକ ବିଶେଷ ଘଟଣା ଘଟିଥାଏ । ଆମେ ଉପବାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଜମିଥିବା ବିଷ ସଫାହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପାକସ୍ଥଳୀ ବିଶ୍ରାମ ନେବାର ସୁଯୋଗ ପାଇଥାଏ ଏବଂ ଆମ ଶରୀରର ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କାମରେ ଲାଗୁଥିଲା ତାହା ରୋଗ ଉପଶମ କାମରେ ଲାଗିଥାଏ । ତେଣୁ ଉପବାସ ଦ୍ୱାରା ସହଜରେ ଏସବୁ

ରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଉପବାସର ଏହିସବୁ ଉପକାରିତାକୁ ଆମର ପୂର୍ବପୁରୁଷମାନେ ବିଶେଷ ଭାବରେ ଉପଲବ୍ଧ କରି ଉପବାସକୁ ଧାର୍ମିକଭାବେ ଏକାଦଶୀ ପାଳନ ସହ ସଂଲଗ୍ନ କରି ରଖିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଉପବାସ ଉପରେ ଅନେକ କଥା କହିଛନ୍ତି । ଉପବାସର ଉପକାରିତା ବିଷୟରେ (MCW. 7, P. 60-63) ମା' ବିସ୍ତାରିତ ଭାବେ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ତା'ର ଏକ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ବିବରଣୀ ଦିଆଗଲା :—

ଆମେ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ କିଛି ନିଶ୍ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଶରୀର ମଧ୍ୟକୁ ନେଇଥାଉ । ତୁମେ ଯଦି ନିମ୍ନରୁ ଶକ୍ତିକୁ ଆକର୍ଷଣ କର ତାହା ସହିତ ତୁମେ ନିଶ୍ଚେତନାକୁ ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଅ । ତୁମେ ଯଦି ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଅ ତେବେ ତୁମେ ଅଧିକ ନିଶ୍ଚେତନତା ଜମା କରିଥାଅ । ଏବଂ ଏହାକୁ ଆମ ଶରୀରରେ ସମାହିତ କରିବା ପାଇଁ ବିଶେଷ ପରିମାଣରେ ଆମର ଚେତନାର ଦରକାର ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ବନ୍ଦ କର ତୁମେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଅ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିକୁ ନିଜ ଭିତରକୁ ଆକର୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ଯାହାକି ଆମ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଅସୀମ ଭାବେ ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ରହିଛି । ଏପରି ହେବା ଦ୍ୱାରା ତୁମେ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିରେ ଭରପୂର ହୋଇଉଠ; ତୁମେ ତାମସିକତା ଅନୁଭବ କର ନାହିଁ । ଯଦି ତୁମେ ଖାଦ୍ୟ ନ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ଉଠିବାର ଅନୁଭବ କର ଏବଂ ଉପବାସକୁ ସହଜରେ ବରଣ କରିପାର ତେବେ ତୁମେ ଏହାଦ୍ୱାରା ବିଶେଷ ଅଗ୍ରଗତି କରିଥାଅ, ତୁମ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ବେଶୀ ସଚେତନ ହୋଇଥାଅ । କିନ୍ତୁ ଉପବାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଯଦି ଏପରି ନ ହୋଇ ଶରୀର ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳ ଓ ଶକ୍ତିହୀନ ହୋଇ ପଡ଼େ ଓ ଶରୀର କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ, ତେବେ ଏହା ଦ୍ୱାରା ତୁମ ଭିତରେ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଦେଖାଦିଏ ।

''ଅନ୍ୟସବୁ କଥା ଭଳି ସର୍ବୋପରି ଯେଉଁମାନେ ଉପବାସ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଥାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ବିଶ୍ୱାସ କର ଯେ ଏହା ତୁମ ଅଗ୍ରଗତିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ତୁମକୁ ପରିଶୁଦ୍ଧ କରିଥାଏ ସେତେବେଳେ ଏହା ତୁମ ପାଇଁ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଏହା ଉପରେ ତୁମର ବିଶ୍ୱାସ ନ ଥାଏ ତେବେ ଏହା ତୁମକୁ ପତଳା କରିଦେବା ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି କରି ନ ଥାଏ ।''

— ଶ୍ରୀମା

ଉପବାସ ସମୟରେ ଏହି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ସମ୍ବନ୍ଧ ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ରୋଗ ନିବାରଣର ଯଥାର୍ଥ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଏହା ଉପରେ ଏତେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାୟ ହେଲା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସ୍ନାନ । କେତେକ ବିଶେଷ ସ୍ନାନର ବିବରଣୀ ତଳେ ଦିଆଗଲା :

କଟି ସ୍ନାନ (Hip bath) : ଗୋଟିଏ ବଡ଼ ଟବ୍ ବା କୁଣ୍ଡରେ କେବଳ କଟି

ଅଂଶକୁ ବୁଡ଼ାଇ ରଖିବାକୁ (ପେଟରୁ ଜଙ୍ଘ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ) କଟି ସ୍ନାନ କୁହାଯାଏ । ଗୋଡ଼ ଓ ଶରୀରର ଉପରି ଭାଗ ପାଣି ସ୍ପର୍ଶ କରିବ ନାହିଁ । ଗରମ ଦିନରେ ପାଣି ଖୁବ୍ ଥଣ୍ଡା ହେବା ଦରକାର । ଶୀତ ଦିନେ ଟିକିଏ କମ୍ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ହେଲେ ଚଳିବ । ଏହି ସ୍ନାନ ୧୫ ରୁ ୨୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । ଏହି ସ୍ନାନ ନେବା ସମୟରେ ହାତରେ ପେଟକୁ ମର୍ଦନ କରାଯିବ । ଗରମ ଦିନ ମଥାରେ ଟିକିଏ ପାଣି ଲଗାଯାଇପାରେ ବା ଏକ ଓଦା ଗାମୁଛା ମୁଣ୍ଡରେ ବନ୍ଧା ଯାଇପାରେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମଥାରେ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି ହେବ ନାହିଁ । ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହେବା ପାଇଁ ଏହି ସ୍ନାନ କରାଯାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ପେଟର ହଜମ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ମଧ ଏହି ସ୍ନାନ କରାଯାଏ । ଏହି ସ୍ନାନ କିଛିଦିନ ନେବା ଦ୍ୱାରା ପୁରାତନ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ରୋଗ ସହଜରେ ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗର ଏକ କାରଣ ହେଲା ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ନ ହେବା । ଏବଂ ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ନ ହେବାର କାରଣ ହେଲା ମାନସିକ ଦୁର୍ଶ୍ଚିନ୍ତା । ଏକଥା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଧ କହିଛନ୍ତି । ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କରି ପାରିଲେ ଆମର କୋଷ୍ଠବଦ୍ଧତା ରୋଗ କେବେ ହେଲେ ହେବ ନାହିଁ ଏବଂ ଆମକୁ ରୋଗ ମଧ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଆମ ଶରୀରରେ ଚାରିଟି ଉପାୟରେ ଯେଉଁ ନିଷ୍କାସନ କାମ ହୋଇଥାଏ ସେଥି ଭିତରୁ ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ଓ ତାକୁ ଧାରାବାହିକ କରିବାର ଉପାୟ ହେଲା କଟିସ୍ନାନ । କଟିସ୍ନାନ ନେବା ପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣସ୍ନାନ କରାଯାଇ ପାରେ ।

ବାଷ୍ପସ୍ନାନ (Steam bath) : ବାଷ୍ପ ସ୍ନାନର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ଶରୀରରୁ ଝାଳ ବୁହାଇବା । ଯେଉଁ ରୋଗୀମାନଙ୍କର ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି କରିବାର କ୍ଷମତା ନାହିଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି କୃତ୍ରିମ ଉପାୟରେ ବ୍ୟାୟାମର ଫଳ ଦିଆଯାଇଥାଏ ବାଷ୍ପସ୍ନାନ ମାଧମରେ । ବଡ଼ ବଡ଼ ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ବାଷ୍ପସ୍ନାନ ପାଇଁ ବାଷ୍ପ କୋଠରି ରହିଥାଏ । ସେହି କୋଠରିରେ ପାଇପ୍ ଦ୍ୱାରା ବାଷ୍ପ ସରବରାହ କରାଯାଏ । ରୋଗୀକୁ ସେହି ଘରେ ଭର୍ତ୍ତି କରି କବାଟ ବନ୍ଦ କରାଯାଏ । ବାଷ୍ପ ସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀର ଶରୀରରେ ଉତ୍ତାପ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ଗମ୍ ଗମ୍ ହୋଇ ଝାଳ ବାହାରେ । ବାଷ୍ପ କୋଠରି ବଦଳରେ ଏକ ବେତ ଚେୟାର ତଳେ ଫୁଟନ୍ତା ପାଣିର ପାତ୍ର ରଖି କମ୍ବଳ ଘୋଡ଼ାଇ ୨୦ ରୁ ୨୫ ମିନିଟ୍ ବସିଲେ ମଧ ଶରୀରରୁ ବହୁତ ଝାଳ ବାହାରିଥାଏ । ଏହି ସ୍ନାନ ନେବା ପୂର୍ବରୁ ଏକ ଗ୍ଲାସ ପାଣି ପିଇବାକୁ ହେବ । ବାଷ୍ପ ସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଭିତରେ ଜମି ରହିଥିବା ବହୁ ପୁରୁଣା ପୁଞ୍ଜୀଭୂତ ବିଷ ଝାଳ ରୂପରେ ବାହାରକୁ ଆସିଥାଏ । ବହୁ ପୁରାତନ ରୋଗକୁ ଏହି ସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ଭଲ କରାଯାଇଥାଏ । ପୃଥୁଳ ଶରୀରର ଚର୍ବି କମାଇବା ପାଇଁ ଏହା ବିଶେଷ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଜ୍ୱର, ଶ୍ୱାସ ରୋଗ, ରକ୍ତଚାପ, ମଧୁମେହ, ସ୍ନାୟବିକ ରୋଗ, ଚର୍ମରୋଗ ଆଦି ଏହି ସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ ।

ସୂର୍ଯ୍ୟ-ସ୍ନାନ (Sun bath) : ସବୁ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଏହି ସୂର୍ଯ୍ୟ-ସ୍ନାନକୁ ବିଶେଷ

ମହତ୍ତ୍ୱ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିର ଉତ୍ସ ହେଲେ ସୂର୍ଯ୍ୟ । ସୂର୍ଯ୍ୟ ବିନା ଜୀବନ ଅସମ୍ଭବ । ଅଳ୍ପ ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ସକାଳ ସମୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ରଶ୍ମି ଆମ ଶରୀରରେ ପକାଇ ପାରିଲେ ତାହା ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଫଳ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ସକାଳ ସମୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କଠାରୁ ଆମେ ଭିଟାମିନ୍ 'D' ପାଇଥାଉ । ଏହି ଭିଟାମିନ୍ ଆମ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣ ନ ପଡ଼ିଲେ ଆମର କ୍ଷୁଧା ମଧ୍ୟ ମାନ୍ଦା ହୋଇଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବର୍ଷା ଦିନେ ଓ ମେଘୁଆ ପାଗରେ ଆମେ କମ୍ ଖାଇଥାଉ । ଚୂନ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ (Lime)କୁ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ହଜମ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । Lime ହେଲା ଆମ ଶରୀର ପ୍ରତିରକ୍ଷା ଉପାଦାନ । ସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ଆମ ଲୋମ କୂପ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣକୁ ଶରୀର ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ରୋଗଜୀବାଣୁଙ୍କର ବିନାଶ ହୋଇଥାଏ । ସୂର୍ଯ୍ୟ-ସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ନାନା ପ୍ରକାରର ଚର୍ମରୋଗ, ଶ୍ୱାସରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ, ଲିଭର୍, କିଡ୍‌ନି ଆଦି ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କାମ କରିଥାଆନ୍ତି । ସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ନାନ ସମୟରେ ଦେଖିବାକୁ ହେବ ଯେପରି ମୁଣ୍ଡରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣ ନ ପଡ଼େ ।

ଲିଙ୍ଗସ୍ନାନ : ଲିଙ୍ଗକୁ କିଛି ସମୟ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ାଇ ରଖିଲେ ଏହି ସ୍ନାନ ହୋଇଥାଏ । ଲିଙ୍ଗସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା ଯାବତୀୟ ସ୍ନାୟବିକ ରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ନାନ ଛଡ଼ା ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ମାଟି ଓ ପାଣିର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ଗରମ ଓ ଥଣ୍ଡା ପଟି : ହଜମ ଶକ୍ତି କମ୍ ଥିବା ଦୁର୍ବଳ ରୋଗୀଙ୍କ ହଜମ କ୍ରିୟାକୁ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ଏହା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପରେ ପରେ ବା ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହୋଇ ନ ଥିଲେ ଏହି ପଟି ନିଆଯିବ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ପାତ୍ରରେ ଉଷୁମ ପାଣି ଅନ୍ୟ ପାତ୍ରରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ରଖାଯିବ । ଏକ ଗାମୁଛାକୁ ଏହି ପାଣିରେ ବୁଡ଼ାଇ ରୋଗୀର ପେଟରେ ରଖାଯିବ । ପ୍ରଥମେ ଗରମ ପାଣିର ପଟି ପେଟରେ ଏକ ମିନିଟ୍ ରଖାଯିବ । ଏକ ମିନିଟ୍ ପରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପଟି ଏକ ମିନିଟ୍ ରଖାଯିବ । ଏହି ଗରମ ଥଣ୍ଡା ପଟି ୨୦ ରୁ ୨୫ ଥର ପର୍ଯ୍ୟାୟ କ୍ରମେ କରାଯିବ । ଏହି ପଟିର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ହଜମ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ, ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହୁଏ । କିଡ୍‌ନି, ଲିଭର, ପ୍ଲିହା ଆଦି ଯନ୍ତ୍ରମାନେ ଏକ ଭାବରେ କାମ କରିଥାଆନ୍ତି । ଗରମ ଥଣ୍ଡା ପଟିର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ପେଟରେ ରକ୍ତସଞ୍ଚାଳନ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ପେଟର ଏସିଡ଼ିଟି, ଅଲସର୍ ଆଦି ରୋଗ ମଧ୍ୟ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ମାଟିର ପଟି : ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଆଘାତ ଜନିତ ବ୍ୟଥା ଥିଲେ ସେଠାରେ ମାଟିର ପଟି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରଥମେ ଦୋରସା ମାଟିକୁ ଗୁଣ୍ଡ

କରି ତାକୁ ଦିନେ, ଦୁଇଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣରେ ରଖିଲେ ସେଥିରେ ଥିବା ଜୀବାଣୁ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ଏପରି ଶୁଦ୍ଧ ମାଟି ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ମଧ Antisepticରେ କାମ କରିଥାଏ । ମାଟିରେ କିଛି ପାଣି ମିଶାଇ ଏହାର ଏକ ଢେଲା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ମାଟିକୁ ବଥ ସ୍ଥାନରେ ଭଲ ଭାବରେ ଲଗାଇ ଏକ କନାରେ ବାନ୍ଧି ରଖିବାକୁ ହେବ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବଥ ଶୀଘ୍ର ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଖାଦ୍ୟ ଉପରେ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ଦିଆଯାଏ । ଖାଦ୍ୟ ବିଷୟରେ ଅନେକଙ୍କ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ମଧ ରହିଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଏସିଡ଼ିଟି ହୋଇଥିବା ଲୋକେ ଲେମ୍ବୁକୁ ବର୍ଜନ କରନ୍ତି । ଲେମ୍ବୁ ଖାଇଲେ ତାଙ୍କ ପେଟ ବେଶୀ ଜ୍ୱାଳା କରେ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଭାବିଥାଆନ୍ତି ଲେମ୍ବୁ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଦରକାର ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଲେମ୍ବୁହିଁ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଔଷଧ । ସକାଳେ ଏକଗ୍ଲାସ ପାଣିରେ ୨-୩ ଟୋପା ଲେମ୍ବୁରସ ପକାଇ ଖାଇବା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଦିନକୁ ଦିନ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଲେମ୍ବୁ ରସର ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧିକରି ଅଧା ଲେମ୍ବୁ ରସ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ରୋଗୀ ବା ସୁସ୍ଥ ସମସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ଲେମ୍ବୁରସ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ଲେମ୍ବୁ ପେଟରେ ଏସିଡ୍ ଉତ୍ପନ୍ନ କରି ନ ଥାଏ ବରଂ କ୍ଷାର ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ ଯାହାକି ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଭଲ ଭାବରେ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହୁଏ ନାହିଁ, ପେଟରେ ଗ୍ୟାସ ଓ ଏସିଡ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ସେମାନଙ୍କୁ ଲେମ୍ବୁ ଖାଇବାକୁହିଁ ପଡ଼ିବ । ବେଶୀ ଖାଇବା ହେତୁ ବା ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣର ପାଚକ ରସ ଅଭାବରୁ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ତାହା ପଚି ସେଥିରୁ ଗ୍ୟାସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ବଦହଜମି ଓ ପତଳା ପାଇଖାନା ହୁଏ । ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଅଳ୍ପ ଲେମ୍ବୁ ଖାଇଲେ ତାହା preservative ଭାବରେ କାମ କରେ ଓ ଖାଦ୍ୟକୁ ପଚିବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ବିଶେଷ କରି ଭାତ ଖାଇବା ସମୟରେ ଅଳ୍ପ ଲେମ୍ବୁ ଖାଇଲେ ଆମେ ନୀରୋଗ ରହିଥାଉ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ହେଲା ଖୁବ୍ ସରଳ ଓ ସହଜ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ଦ୍ୱାରା ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ଅସୀମ ରୋଗ ନିବାରକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିପାରିଥାଏ । ‘‘The spirit within us is the only all-efficient doctor and submission of the body to it the one true panacea.

(*Thoughts and Aphorisms,* No. 397)

ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା ଓ ରୋଗ ନିବାରଣ

ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା ଯେ କେବଳ ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ କରାଯିବ : ଏକଥା ନୁହେଁ; ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଥାଉ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଭିତରେ ରୋଗ

ପ୍ରତିରୋଧ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଲାଭ କରିଥାଉ । ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚାର ବିଶେଷ କଥା ହେଲା ଏହା-ଦ୍ୱାରା ଆମେ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ପାଇଁ ଏକ ସୁଦୃଢ଼, ନମନୀୟ, ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ଆଧାର ତିଆରି କରିଥାଉ । ଏପରି ଏକ ଶକ୍ତ ମୂଳଦୁଆ ବିନା ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗର ବିଭିନ୍ନ ସିଦ୍ଧି ଆଶା କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମେ ଚାହୁଁ ପରମ-ଚେତନା ଓ ବିଶ୍ୱଚେତନା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିବା ପାଇଁ; ଆମେ ଚାହୁଁ ଏହାକୁ ଆମ ଭିତରେ ଅବତରଣ କରାଇ ଏହାକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରାଇବା ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ଏକ ଶକ୍ତ ମୂଳଦୁଆ ଆବଶ୍ୟକ; ଏହି ମୂଳଦୁଆ ହେଲା ଆମର ଭୌତିକ ସତ୍ତା ଓ ଆମ ଶରୀର । ସେଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଏପରି ଏକ ଶରୀର ଗଢ଼ି ତୋଳିବାକୁ ହେବ ଯାହାକି ଦୃଢ଼, ସୁସ୍ଥ, ସହନକ୍ଷମ, ସୁଦକ୍ଷ, ନମନୀୟ, ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ସବୁକିଛି ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିବ । ଆମ ଶରୀରକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ ଯଥା : ସ୍ପୋର୍ଟସ୍, ଏଥେଲେଟିକ୍ସ୍, ଜିମ୍ନାଷ୍ଟିକ୍ସ୍ ଓ ଖେଳ ଆଦି ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଭଲ ଉପାୟ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ହେଲା ଆମ ଶରୀରକୁ ବିକାଶ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଉପାୟ ।''

(*On Physical Education, p. 134*)

ତୁମକୁ ଶୋଷ ହେଲେ କୂଅ ପାଖକୁ ଯାଇ ସେଠାରେ ଧ୍ୟାନ ଧାରଣାରେ ବସିଗଲେ କୂଅର ପାଣି ଆସି ତୁମ ମୁହଁରେ ପହଞ୍ଚିବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ତୁମକୁ ହାତରେ ପାଣି କାଢ଼ି ପିଇବାକୁ ହେବ । ସେହିପରି ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇବା ପାଇଁ ତୁମକୁ ଶାରୀରିକ ଖେଳ କସରତ କରିବାକୁହିଁ ପଡ଼ିବ । ଦୁର୍ବଳ ରୁଗ୍ଣ ଶରୀର ପାଇଁ ଆମେ ଆମ ଭାଗ୍ୟକୁ ନିନ୍ଦା କରିଥାଉ । ଏଥିପାଇଁ ଆମ ଦୁର୍ବଳ ମନ ଓ ଆମ ଦୁର୍ବଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିହିଁ ଦାୟୀ — ଭାଗ୍ୟ ନୁହେଁ । ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଓ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଏ ପୃଥିବୀରେ ଅସମ୍ଭବକୁ ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ କରାଯାଇପାରେ । ତୁମେ ସର୍କସ୍‌ରେ ଦେଖିଥିବ, ସେଥିରେ ଥିବା ଜିମ୍ନାଷ୍ଟମାନେ ଯେଉଁ ଖେଳ କସରତ ଦେଖାନ୍ତି, ଯେଉଁ ସନ୍ତୁଳନର ଚରମ ପାରଦର୍ଶିତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି — ତାହା ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ଏକ ଚମତ୍କାର ହୋଇପାରେ, ଅସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଅତି ସହଜ କାମ । ଏପରି ପାରଦର୍ଶିତା ଅର୍ଜନ କରାଯାଇଥାଏ କେବଳ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା । ତେଣୁ ଯେଉଁମାନେ ଆଜି ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଭବିଷ୍ୟତର ଦେବମାନବର କଳ୍ପନା କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଆଉ ଅଳସୁଆ ହୋଇ ବସି ରହିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ସେମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ସାହର ସହିତ ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷାର ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଅଭ୍ୟାସରେ ଲାଗିଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବୟସ୍କଲୋକମାନେ ଭାବନ୍ତି ଖେଳା-ଖେଳି, କସରତ ଆଦି କେବଳ ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । କିନ୍ତୁ ଏପରି ନୁହେଁ । ଯେକୌଣସି ବୟସରେ, ଯେକୌଣସି ବୟସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର-

ଚର୍ଚ୍ଚା କରାଯାଇପାରେ । ବାସ୍ତବରେ ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଆମେ ବୟସ୍କ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ମା'ଙ୍କ ପାଖରେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଛୋଟ ଶିଶୁ । ତେଣୁ ଆମକୁ ଶିଶୁ ଭଳି ସମସ୍ତ କଥା ଶିଖିବାକୁ ହେବ, ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଶିଖିବାର କେବେହେଲେ ଶେଷ ନାହିଁ, ପୂର୍ଣ୍ଣତାର କେବେହେଲେ ଶେଷ ନାହିଁ । ତୁମ ଶରୀରକୁ ତୁମେ ଯେତେ ବିକାଶ କର ନା କାହିଁକି, ଯେତେ ଶୁଦ୍ଧ-ପୁତ ଓ ନିଖୁଣ କର ନା କାହିଁକି – ଚରମ ବିକାଶ, ଚରମ ଶୁଦ୍ଧତା, ଚରମ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ତୁମଠାରୁ ବହୁତ ଦୂରରେ ରହିଯାଏ । ଏହି ଶରୀରରେ ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ପ୍ରକଟ ହେବେ ସେତେବେଳେ ଏହି ଶରୀର ତା'ର ଚରମ ସୀମାରେ ଉପନୀତ ହେବ ।

ଏପରି ଏକ ଚରମ ଶରୀରର ଗଠନ ପାଇଁ ମା'-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏ ପୃଥିବୀକୁ ଆସି ଏହି କାମର ମୂଳଦୁଆ ସ୍ଥାପନ କଲେ । ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ପଥରେ ଯିବା ଲାଗି ଯେଉଁ ଶରୀରକୁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାଦ୍ ଦିଆଯାଇଥିଲା ସେହି ଶରୀରକୁ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାର ମୂଳ କ୍ଷେତ୍ର ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କଲେ । କେବଳ ମନ ବା ପ୍ରାଣ ନୁହେଁ, ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇପାରେ । ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ କରି, ଏହାକୁ ଶୁଦ୍ଧପୂତ କରି ଅସୀମ ଶକ୍ତିର ଆଧାର ଭାବେ ତିଆରି କରାଯାଇପାରେ । ଶେଷରେ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱର ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଶରୀରରେ ଅବତରଣ କରି ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ମଣିଷକୁ ଦେବମାନବରେ ପରିଣତ କରିବ । ଶରୀର ଜରା, ବ୍ୟାଧି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ଏବଂ ଭଗବାନଙ୍କ ଯଥାର୍ଥ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଅତିମାନବ ଜାତିର ଆଗମନର ପଥ ରଚନା କରିବ । ଏହି ରୂପାନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରି, ନୂତନ ଅତିମାନସ ଯୁଗର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସମସ୍ତ ସାଧନା ମଣିଷ ଜାତି ସକାଶେ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଏହି ସମସ୍ତ ପଥର ବାଧା ବିପତ୍ତିକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ପଥ ପରିଷ୍କାର କରିଛନ୍ତି । ଏପରି କୌଣସି ଯୋଗ ନାହିଁ ଯାହା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କରି ନାହାନ୍ତି । ଏକଥା ସେ ନିଜେ କହିଛନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେ ଯେଉଁ ପଥ ଅବଲମ୍ବନ କରୁ ନା କାହିଁକି ସେ ତା'ର ପଥରେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ଅବଶ୍ୟ ପାଇପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଆମେ କହିଥାଉ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆମ ପାଇଁ ସବୁ କରିଯାଇଛନ୍ତି ଓ ଭବିଷ୍ୟତରେ ସେମାନେ ଆମପାଇଁ ସବୁ କରିଦେବେ । ଏପରି ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ମା' ବହିର ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାରେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସଚେତନ କରାଇ ଦେଇଛନ୍ତି, ''...କିନ୍ତୁ ସେହି ପରମ ଭାଗବତ କରୁଣା କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ କେବଳ ଜ୍ୟୋତିଃ ଓ ସତ୍ୟର ବିଧାନକୁ ଆଶ୍ରୟ କରି; ଅସତ୍ୟ ଓ ଅଜ୍ଞାନ ଯଦି ଭାଗବତ କରୁଣା ଉପରେ ଆରୋପ କରାଯାଏ, ତେବେ ସେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରେ । କାରଣ, ମିଥ୍ୟା ଦାବିକୁ ଯଦି ସେ ସ୍ୱୀକାର କରିନିଏ, ତେବେ ସେ ନିଜେହିଁ ନିଜର ବ୍ୟର୍ଥତାର କାରଣ ହୁଏ ।''

ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ନୀରୋଗ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ ଶରୀର ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଆମ ଶରୀର ଓ ଆମ ପ୍ରକୃତିର ଉପଯୋଗୀ ବିଭିନ୍ନ ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚାର ଉପାୟ ଆମକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ଏହି ବିଷୟର ଆରମ୍ଭରେ ମା'ଙ୍କ ବାଣୀରେ ଶରୀରର ପ୍ରଧାନ ଚାରୋଟି ଗୁଣର ବିକାଶ କଥା କୁହାହୋଇ ଥିବାର ଜାଣିଛୁ – ସହନକ୍ଷମ, ସୁଦକ୍ଷ, ନମନୀୟ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ । ଏହି ଚାରୋଟି ଗୁଣର ବିକାଶ ହେଲା ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା । କିନ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ ପୃଥିବୀର ବିଖ୍ୟାତ ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚା କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ, ଏପରିକି ଯେଉଁମାନେ ଅଲିମ୍ପିକ ଖେଳରେ ଭାଗନେଇ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ହୋଇ ନ ଥାଇପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଜଣେ ଭାର ଉତ୍ତୋଳନରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣପଦକ ପାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର କେବଳ ତା'ର ଶରୀର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ନମନୀୟତା, ସହନକ୍ଷମତା ଆଦି ଗୁଣର ବିକାଶ ହୋଇ ନ ଥାଇପାରେ । ତେଣୁ ସେମାନେ ୫ କି.ମି. ଦୌଡ଼ିବାରେ ମଧ୍ୟ ଅକ୍ଷମ ହୁଅନ୍ତି । ସେହିପରି ଜଣେ କେବଳ ଆସନ ପ୍ରାଣାୟମ କରି ଶରୀରକୁ ନମନୀୟ କରି ଗଢ଼ିପାରେ; କିନ୍ତୁ ତା'ର ଶରୀର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇ ନ ଥାଇପାରେ । ଯେଉଁମାନେ କେବଳ ଦୌଡ଼ରେ ପାରଙ୍ଗମ ଅର୍ଥାତ୍ ସହନକ୍ଷମତାରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଅର୍ଜନ କରିଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ନମନୀୟତା ତଥା ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହେବାର ଗୁଣ ଅଭାବ ଥାଇପାରେ । ତେଣୁ ଏହିସବୁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷା ହେଲା ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ।

ତେଣୁ ଆମକୁ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଶରୀର ଚର୍ଚ୍ଚାର ଏକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ନିଜ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀରର ଦୀର୍ଘ-କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ (Stamina) କ୍ଷମତାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଦୌଡ଼ିବା, ଚାଲିବା, ପହଁରିବା, ଦୀର୍ଘପଥ ସାଇକେଲ ଚଳାଇବା, ସ୍କିପିଙ୍ଗ୍ ଆଦି ବ୍ୟାୟାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଫୁଟ୍‌ବଲ୍, ବାସ୍‌କେଟ୍ ବଲ୍, ବେଡ୍‌ମିଣ୍ଟନ୍, ଟେନିସ୍ ଆଦି ଖେଳ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଶରୀରକୁ ଏହି କ୍ଷମତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ଶକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ କୌଣସି କଠିନ କାମକୁ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରି ମଧ୍ୟ ଥକି ଯାଇ ନ ଥାଉ । ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଏକ ଗୁଣ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ହେଲା – ନମନୀୟତା (Suppleness) । ପ୍ରତିଦିନ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗ ପାଇଁ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଆମ ଶରୀର ନମନୀୟ ହୋଇଥାଏ । ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ଏଜିଲିଟି (ground agility) [ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ୍ ଏଜିଲିଟି କହିଲେ ଆମେ forward roll, backward roll, dive roll, arch (ଚକ୍ରାସନ), hand stand, front sumersault, back sumersault, hand spring, head spring, cart wheel, flip-flop, round off, head balance (ଶୀର୍ଷାସନ) ଆଦି ବ୍ୟାୟାମକୁ ବୁଝିଥାଉ ।] ଶିକ୍ଷା ଦେବା ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ଶରୀର ପିଲାଦିନରୁ ନମନୀୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଶରୀର ନମନୀୟ ନ ହେଲେ ଆମ ମେରୁଦଣ୍ଡ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ହାଡ଼ର ଖଞ୍ଜା ଆଦି ଶକ୍ତିହୀନ ହୋଇଯାଏ । ଆମେ ଏସବୁ ଖଞ୍ଜାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ସଞ୍ଚାଳନ କରିପାରି ନ ଥାଉ । ଶେଷରେ ଏହିସବୁ ଖଞ୍ଜାରେ ବ୍ୟଥା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଏବଂ ଏହି ବ୍ୟଥାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟାୟାମର ସହଜ ପନ୍ଥା ଛାଡ଼ି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇଥାଉ ଓ ଔଷଧର ଶରଣାପନ୍ନ ହୋଇଥାଉ । ବେକରେ ସ୍ପଣ୍ଡାଲାଇସିସ୍ ଦରଜ ହେଲେ ବା ଅଣ୍ଟାରେ ସାଇଟିକା ଦରଜ ହେଲେ କେବଳ କେତେକ ବିଶେଷ ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ଭଲ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ । ଏହାପରେ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବ୍ୟାୟାମ ହେଲା ଦଣ୍ଡ, ବୈଠକ, ପେଟର ବ୍ୟାୟାମ, ଚିନିଂ ଆଦି । ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ରପାତି ବା ଜିମ୍ ଆଦି ଦରକାର ହୁଏ ନାହିଁ । ଘର ଛାତ ଉପରେ ସକାଳେ ବା ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଏହି ବ୍ୟାୟାମ କରାଯାଇପାରେ । ତୁମକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯୁବକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୫୦ରୁ ୧୦୦ ଦଣ୍ଡ, ୫୦ ରୁ ୧୦୦ ବୈଠକ, ୩୦ Sit up (ଶୟନ-ପଶ୍ଚିମତ୍ତାସନ), ୩୦ Leg rising (ଶୟନ-ହଳାସନ), କରିବାକୁ ହେବ । ୫୦ ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତି ୧୦ ରୁ ୨୦ ଦଣ୍ଡ, ୧୦ ରୁ ୨୦ ବୈଠକ, ୧୫ ସିଟ୍‌ଅପ୍, ୧୫ ଲେଗ୍ ରାଇଜିଂ କଲେ ଯଥେଷ୍ଟ । ଯଦି ନିକଟରେ ଜିମ୍ ଥାଏ ତେବେ ସେଠାରେ ଯାଇ ଭାର ଉତ୍ତୋଳନ ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି କଲେ ଶରୀରକୁ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଶରୀରର ଶେଷ ଗୁଣ ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ହେଲା ନିପୁଣତା ବା ଦକ୍ଷତା । ଶରୀରକୁ ସବୁ କାମରେ ସୁଦକ୍ଷ ହେବାକୁ ହେବ । ଶରୀରକୁ ବାହ୍ୟ କର୍ମରେ ଦକ୍ଷ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆଭ୍ୟନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ଦକ୍ଷ ହେବାକୁ ହେବ । ସାଧାରଣତଃ ଶରୀର ଯେତେବେଳେ ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ଓ ନୀରୋଗ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ । ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବା, ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରିବା, ରକ୍ତ ତିଆରି କରିବା ଓ ଏହାକୁ ପରିଷ୍କାର କରି ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ସରବରାହ କରିବା, ଶରୀରର ଅଦରକାରୀ ଜିନିଷକୁ ଝାଳ, ମଳ ଓ ମୂତ୍ର ମାଧ୍ୟମରେ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିବା ଆଦି କାମ ହେଲା ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର କାମ । ଏ ବିଷୟରେ ଆମକୁ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ଏହିସବୁ କାମରେ ଶରୀରକୁ ନିପୁଣ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏଥିପାଇଁ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରାଯିବ । ତେଣୁ ଆସନ ଓ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁମାନଙ୍କୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ପରିଶୁଦ୍ଧ କରିପାରିଲେ ଶରୀରର ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତର କାମ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଚାଲେ । ଏଥିପାଇଁ ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଆସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ର ଓ ସ୍ନାୟୁଗୁଡ଼ିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଅନ୍ତି । ଆସନ ପ୍ରାଣାୟାମ ହେଲା ହଠଯୋଗର ଅଂଶ । ହଠଯୋଗର ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆଜି ଜନସାଧାରଣରେ ଆଦୃତ ହୋଇପାରିଛି, ଏହାର ଉପକାରିତାକୁ ଦେଖି । ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ପାଇଁ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଆସନ ମୁଦ୍ରା-ବନ୍ଧ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ ବିନା ଔଷଧରେ ରୋଗ

ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଏ ବିଷୟରେ ଆସନବିତ୍‌ଙ୍କଠାରୁ ପରାମର୍ଶ କରି କେଉଁ ରୋଗ ପାଇଁ କେଉଁ ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ କରାଯିବ, ସେ ବିଷୟରେ ଉପଦେଶ ନେବେ ।

ହଠଯୋଗର ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଉପରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ବିଶେଷ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚଳ ଆସନର ପ୍ରଥମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ଶରୀରରେ ଥିବା ଅସ୍ଥିରତାକୁ ଦୂର କରିବା ଓ ଏହାକୁ ପ୍ରାଣ-ଶକ୍ତିର ଅପଚୟ ଓ ଅପବ୍ୟୟ କରିବାକୁ ନ ଦେଇ ତାହାକୁ ଧାରଣ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ କରିବା । ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ତା'ର ସ୍ଥାଣୁତା ହେତୁ ଶକ୍ତିର କ୍ଷୟ ବା ତା'ର ପ୍ରବାହ କମିଯାଇ ନ ଥାଏ ବରଂ ବହୁ ଗୁଣରେ ଶକ୍ତିର ବୃଦ୍ଧି ହେବାର ଓ ଶରୀରରେ ତାହା ଅନୁପ୍ରବେଶ କରି ପ୍ରବାହିତ ହେବାର ଅନୁଭବ କରାଯାଏ ।'' (*On Physical Education,* p - 46)

ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟର ଏକ ବିଶେଷ ଉପାଦାନ ହେଲା ପ୍ରାଣଶକ୍ତି । ଯଦି ଶରୀରରେ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଗଚ୍ଛିତ ନାହିଁ ତେବେ ସେପରି ଶରୀର ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୁଏ । ଡାକ୍ତରୀ ଔଷଧ ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ ଶରୀରରେ ଗଚ୍ଛିତ ଥିବା ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ; କିନ୍ତୁ ରୋଗୀକୁ ଏହା ଅଧିକ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିପାରି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିହୀନ ନିସ୍ତେଜ ଶରୀରରେ ଔଷଧ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କାମ କରି ପାରି ନ ଥାଏ । ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ, ଏହି ଉପାଦାନକୁ ଆମେ ସହଜରେ ଲାଭ କରିପାରି ଥାଉ ବିଶେଷକରି ପ୍ରାଣାୟାମ ମାଧ୍ୟମରେ । ଆସନ ଓ ଯଥାର୍ଥ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆମେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ପାଇଥାଉ । ସମୟ ସମୟରେ ଉପବାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆମେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଆମ ଶରୀରକୁ ଆକର୍ଷଣ କରିଥାଉ । ତେଣୁ ଆଜି ସାଧାରଣ ଲୋକ ମଧ୍ୟ ବୁଝି ସାରିଲେଣି ଔଷଧ ଛଡ଼ା କେବଳ ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ରୋଗକୁ ଭଲ କରାଯାଇପାରେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହିପରି ଭାବରେ ଏକ ଶରୀର ଆଂଶିକ ଭାବେ ଆସନ ଦ୍ୱାରା ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମର ମିଶ୍ରଣ ଦ୍ୱାରା ନିଜଠାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ତା'ର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ଅନିୟମିତତାରୁ ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ ତାହା ଏକ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ତ୍ରୁଟିଶୂନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ ।'' (*On Physical Education,* p. 47)

ଶରୀରର ଦକ୍ଷତାର ଅନେକ ଭାଗ ହଠଯୋଗର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଲାଭ କରାଯାଇଥାଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ହଠଯୋଗୀ ପାଇଁ ଶରୀର ଖାଲି ଏକ ଜୀବିତ ଜଡ଼ ପିଣ୍ଡ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଏହା ହେଉଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଓ ଭୌତିକ ସତ୍ତା ମଧ୍ୟରେ ଏକ ରହସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ସେତୁ ।'' (*On Physical Education,* p. 213) ହଠଯୋଗର ଅନ୍ୟସବୁ କ୍ରିୟା ହେଲା – ନେତି, ଧୌତି, ବସ୍ତି କ୍ରିୟା, ପ୍ଲାବନି ଇତ୍ୟାଦି । ଏହିସବୁ କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା

ଶରୀରକୁ ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ବିଷ ଓ ମଳ ଶୂନ୍ୟ କରି ଏହାର ଗ୍ରହଣଶୀଳତାକୁ ବଢ଼ାଇ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ତେଣୁ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରୁ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଶେଷ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରି ଶରୀରର ଜରା, ବ୍ୟାଧି ଓ ମୃତ୍ୟୁକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂରକୁ ଠେଲି ଦେଇ ପାରିଥାଏ । ହଠଯୋଗୀ ୫୦୦ ରୁ ୧୦୦୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚିଥିବାର ଶୁଣାଯାଏ । ପୃଥିବୀର ଯଦି କୌଣସି ଉପାୟ ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣତାରେ ଆମକୁ ଏତେ ଦୂର ନେଇଯାଇପାରେ ତେବେ ଆମ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗରେ ଏହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାରେ କ୍ଷତି କ'ଣ ? ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କେବେହେଲେ ଏହାର ବିରୋଧରେ କିଛି କହି ନାହାନ୍ତି । ବରଂ ଏହାର ଉପାଦେୟତା ବିଷୟରେ ପ୍ରାଞ୍ଜଳଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ଶେଷରେ ସେ କହିଛନ୍ତି, ଶରୀରର ଏହିସବୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତା କେବଳ ମୌଳିକ ଶକ୍ତି ଓ ମୁକ୍ତି ମାତ୍ର । ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗୀ ଏତିକିରେ ଅଟକି ଗଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣତାକୁ ମୂଳଦୁଆ କରି ଆମକୁ ଅନେକ ପଥ ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ହେବ ।

କିନ୍ତୁ ହଠଯୋଗର ଏହିସବୁ କ୍ରିୟା ଏତେ କଠିନ ଯେ ତାହାକୁ ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି କରିବା ଅସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ପ୍ଲାବନୀ ହେଲା ଅତି ସହଜ ଉପାୟ । ପବନକୁ କୌଣସି ଉପାୟରେ ପେଟକୁ ନେଇ ପାରିଲେ ଆମେ ପାଣିରେ ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ସୋଲ ଭଳି ଭାସି ପାରିବୁ । ସେହିପରି କୌଣସି କାରଣ ପାଇଁ ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହୋଇ ନ ଥିଲେ ବସ୍ତି କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ମଳଦ୍ୱାର ପଥରେ ପାଣି ପେଟକୁ ଟାଣି ନେଇ କିଛି ସମୟ ରଖିଲେ ସମସ୍ତ ମଳ ନିଷ୍କାସନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଏହି କ୍ରିୟା ବହୁ କଠିନ । କେବଳ ଯେଉଁମାନେ ଉଡ଼ୀୟାନ, ନୌଳୀ କରିବାରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଅର୍ଜନ କରିଥାଆନ୍ତି ସେହିମାନେହିଁ ପାଣିକୁ ପିଚକାରିରେ ପାଣି ଭରିବା ପରି ପେଟକୁ ପାଣି ଟାଣି ନେଇ ପାରିବାର କ୍ଷମତା ଅର୍ଜନ କରିଥା'ନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଧୌତି କ୍ରିୟା ଏହାଠାରୁ ବହୁତ ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଧୌତିର ଅର୍ଥ ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ବିଷ ଓ ମଳ ଶୂନ୍ୟ କରାଇବା । ହଠଯୋଗୀମାନେ ୪ ଇଞ୍ଚ ଚଉଡ଼ାର ଏକ ଲମ୍ବା କନାକୁ ଗିଳି ପୁଣି ତାକୁ ବାହାର କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏବେ ଏହି କଠିନ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ବଦଳରେ ବମନ ଧୌତିକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହା ସମସ୍ତେ କରିପାରିବେ । ରୋଗୀମାନେ ମଧ୍ୟ କରିପାରିବେ । ସକାଳେ ଉଠି ଖାଲିପେଟରେ ୫/୬ ଗ୍ଲାସ ପାଣି ପିଇ ଗଳାରେ ଅଙ୍ଗୁଳି ଖେଞ୍ଚି ପାଣିକୁ ବାନ୍ତି କରାଯାଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବହୁ ରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ନେତି କ୍ରିୟାର ଅର୍ଥ ହେଲା ନାକ ଦେଇ ପାଣି ପିଇବା । ଏହା ଦ୍ୱାରା ନାସାରନ୍ଧ୍ର ପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ, ସାଇନସ୍ ଆଦି ରୋଗ ସହଜରେ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ବହୁଲୋକ ନାକ ଦେଇ ପାଣି ପିଇପାରନ୍ତି ।

ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣତାର କୌଣସି ସୀମା ନାହିଁ । ଏହା ଭିତରେ ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି, ଆମକୁ କେବଳ ଏହାକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିବାକୁ ହେବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେହେତୁ ଜଡ଼ ଅବତରଣର ଶେଷ ପାବଚ୍ଛ, ତେଣୁ ଏହା ଆରୋହଣର ପ୍ରଥମ ପାବଚ୍ଛ

ହୋଇଥାଏ; ଏବଂ ଯେହେତୁ ଜଡ଼ର ସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟରେ ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି, ସମସ୍ତ ସ୍ତର, ସମସ୍ତ ଜଗତ୍, ସମସ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଓ ସମସ୍ତ କ୍ରମ ଆଦି ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହୋଇ ରହିଥାଏ; ତେଣୁ ଏହିସବୁର ଏହା ଭିତରୁ କ୍ରମ ବିକଶିତ ହେବାର କ୍ଷମତା ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଏହି କାରଣ ପାଇଁ ଜଡ଼ ସତ୍ତା ନେବୁଲା, ସୂର୍ଯ୍ୟ ଓ ପୃଥିବୀ ସହ କେବଳ କେତେକ ଗ୍ୟାସ୍ ବା ରାସାୟନିକ ଓ ଭୌତିକ ଶକ୍ତି ତଥା ଗତିବୃତ୍ତିର ମିଶ୍ରଣରେ ଆରମ୍ଭ ଓ ଶେଷ ହୋଇ ନ ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ପ୍ରାଣର ବିକାଶ ଓ ମନର ବିକାଶ ଘଟାଇ ଥାଏ ଓ ପରିଶେଷରେ ଅତିମାନସ ଓ ଉଚ୍ଚତର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସ୍ଥିତିର ମଧ୍ୟ ବିକାଶ ଘଟାଇବ ।'' (*The Hidden Forces of Life,* p - 146)

ଆକ୍ୟୁ-ପ୍ରେସର୍ ଓ ରୋଗ ନିବାରଣ

ଏହି ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ସବୁଠାରୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ବସ୍ତୁ ହେଲା – ମଣିଷ-ଶରୀର । ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଭାବରେ ରହିଥିବା ୫ଟି ଉପାଦାନକୁ ନେଇ ଆମ ଶରୀର ଗଠିତ ହୋଇଛି । ତାହା ହେଲା ପୃଥିବୀ ଅର୍ଥାତ୍ ମାଟି, ଜଳ, ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ ଓ ଶୂନ୍ୟ । ଆମ ପୂର୍ବପୁରୁଷ ମୁନି-ଋଷିମାନେ ଏହି କଥାର ଆବିଷ୍କାର କରି ବେଦ ଓ ପୁରାଣ ଆଦିରେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପାଞ୍ଚଟି ପଦାର୍ଥର ଯଥାର୍ଥ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣରେ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣର ବାୟୁ ଶରୀର ଭିତରକୁ ଆମେ ନେଇଥାଉ । ଏହି ବାୟୁରେ ଥିବା ଅମ୍ଳଜାନ ଆମ ଶରୀରରେ ଜୈବିକ ରସାୟନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଇନ୍ଧନର କାମ କରିଥାଏ । ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ବହୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ଯନ୍ତ୍ର ରହିଛି । ହୃଦୟ ଓ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ହେଲା ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ଭାବରେ ରକ୍ତ ଓ ପବନ ପମ୍ପ କରିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଆଖି ହେଲା ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କ୍ୟାମେରା, କାନ ହେଲା ଶବ୍ଦ ସରବରାହର ବ୍ୟବସ୍ଥା, ପାକସ୍ଥଳୀ ହେଲା ଏକ ବିଚିତ୍ର ରସାୟନ ପରୀକ୍ଷାଗାର । ସ୍ନାୟୁ ହେଲା ମାଇଲ ମାଇଲ ବ୍ୟାପୀ ଯୋଗାଯୋଗର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଯାହାକି ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ ସହିତ ନେଟ୍‌ୱାର୍କ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିଥାଏ । ସର୍ବୋପରି ମନ ହେଲା ଏକ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଯାହାର ଅସୀମ କ୍ଷମତା ରହିଛି । ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କଥା ହେଲା ଏହିସବୁ ଯନ୍ତ୍ରପାତିର ସହଯୋଗିତାପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା, ଯାହା ଫଳରେ ଏସବୁ ୧୦୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିର୍ବିଘ୍ନରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି ।

ଶରୀରରେ ଥିବା ଏହି ପାଞ୍ଚ ଉପାଦାନ ହେଲା ପଞ୍ଚ ମହାଭୂତ । ଆମେ ଯଦି ଏହି ପଞ୍ଚ ମହାଭୂତକୁ ଶରୀରରେ ଥିବା ଅନୁପାତରେ ନେଇ ଏକତ୍ରିତ କରୁ ତଥାପି ତାହା ଜୀବନ୍ତ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ଜଡ଼ ଭିତରେ କିପରି ପ୍ରାଣର ପ୍ରକାଶ ହେଲା, କିପରି ମନର ପ୍ରକାଶ ହେଲା, ତାହା ଏକ ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟ । ଏହି ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟକୁ ନେଇ ପ୍ରକୃତି

କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର ପଥରେ ଆଜି ମଣିଷକୁ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିଛି । ଆଜି ମଣିଷ ଯଦି ପ୍ରକୃତିର ଏହି କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର କ୍ରିୟାକୁ ନିଜ ହାତକୁ ନିଏ, ତେବେ ବିବର୍ତ୍ତନ କାର୍ଯ୍ୟ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ତାକୁ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ମଣିଷ-ଶରୀରରେ ପ୍ରାଣ ଓ ମନର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ହୋଇସାରିଛି କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ଆତ୍ମାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ବାକି ଅଛି । ପୁରାତନ ଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକାଶ କିଛିଟା ମନରେ ହୋଇପାରିଛି । କିନ୍ତୁ ଏବେ କେବଳ ମନ ନୁହେଁ ଆମ ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମାକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବାର ଉପାୟ ଶିଖିବ । ଜଡ଼ରେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ନ ହୋଇଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର ପୂର୍ଣ୍ଣତାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଣିଷ ଅମରତ୍ୱଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ରହିଯିବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆତ୍ମା ତା'ର ସମସ୍ତ ଆଲୋକ ଓ ଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ ଓ ଜଡ଼ ଜଗତରେ ଅବତରଣ କରେ ଏବଂ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଜାଗତିକ ଜୀବନକୁ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ରୂପାନ୍ତରିତ କରେ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଏହା ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଭଗବତ୍ ଗୁଣ ଧର୍ମରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରେ ।''

(*On physical Education*, P. 7)

ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ କ୍ରିୟା, ସମସ୍ତ ଯୋଜନାର ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟ ଆମ ନିକଟରେ ରହିଛି । କୋଟି କୋଟି ବର୍ଷ ଧରି ସେ ଯାହା କରିଆସିଛି ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତରେ ସେ ଯାହା କରିବ ସବୁକିଛିର ପ୍ରୋଗ୍ରାମ (software) ଆମ ଭିତରେ ଅଛି – ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀର କୋଷର DNA ଭିତରେ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ DNAର ଏହି ଭାଷାକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ପଢ଼ିପାରିବୁ, ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିବୁ ତେବେ ଯାଇ ଆମେ ପ୍ରକୃତିର କର୍ମବିବର୍ତ୍ତନର କ୍ରିୟାକୁ ନିଜ ହାତରେ ନେଇପାରିବୁ – ଏହା ବିଜ୍ଞାନ-ଧାରାରେ ହେଉ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିଧାରାରେ ହେଉ ।

ଶରୀର ଭିତରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ଥିବା ଏହି ଗୁପ୍ତଜ୍ଞାନକୁ ପାଇବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଦୁଇ ଦିଗରୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ । ଗୋଟିଏ ହେଲା ସ୍ଥୂଳ ଉପାୟ, ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ଚେତନାର ତାଦାତ୍ମ୍ୟର ଉପାୟ – ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତା । ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ରପାତିକୁ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ କରିବା, ସେଗୁଡ଼ିକର ବିକୃତିକୁ ଦୂର କରି ସଜାଡ଼ିବା ଓ ଉପଯୁକ୍ତ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରି ସେଗୁଡ଼ିକର ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରିବା ପାଇଁ ମଣିଷର ବୁଦ୍ଧି ନାନା ଭାବରେ ଚେଷ୍ଟା କରି ଆସିଛି । ସମସ୍ତ ଚିକିତ୍ସାବିଜ୍ଞାନ ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରବଳ ଚେଷ୍ଟା କରି ଆସିଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚିକିତ୍ସାପ୍ରଣାଳୀର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ଶରୀରର ବିକୃତ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକର ବିକୃତି ଦୂର କରି ତାକୁ ନୀରୋଗ ଓ ସୁସ୍ଥ ସବଳ କରିବା । କିନ୍ତୁ ଆମକୁ ଦେଖିବାକୁ ହେବ ଯେଉଁ ଚିକିତ୍ସା-ପ୍ରଣାଳୀ ଆମକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ କରେ ତା'ର କୌଣସି ପରବର୍ତ୍ତୀ କୁପ୍ରଭାବ ଅଛି କି ନାହିଁ । ଏହିପରି ଏକ ଚିକିତ୍ସା-ପ୍ରଣାଳୀ ବିଷୟରେ ଆମେ ଆଲୋଚନା କରିବୁ

ଯାହା ଖୁବ୍ ସହଜ, ସରଳ ଓ ଏହାର କୌଣସି ପରବର୍ତ୍ତୀ କୁପ୍ରଭାବ ନାହିଁ । ଏହି ଚିକିତ୍ସା-ପ୍ରଣାଳୀର ନାମ ହେଲା ଆକ୍ୟୁପ୍ରେସର୍ । କେବଳ ହାତପାପୁଲିର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶରେ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇ ସେଗୁଡ଼ିକର ବିକୃତିକୁ ଦୂର କରାଯାଇଥାଏ । ହାତପାପୁଲି ପରି ଗୋଡ଼ ତଳର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶରେ ମଧ୍ୟ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା କରାଯାଇଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଶରୀରର ଉପରିଭାଗର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶରେ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରି ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରଯାଇପାରେ । ଏହିସବୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ (Point)ରେ ଚାପା ଦେଇ ବା ସରୁ ଛୁଞ୍ଚି ଦ୍ୱାରା ବିଦ୍ଧ କରି ଶରୀରର ବହୁ ରୋଗ ସହଜରେ ଦୂର କରାଯାଇଥାଏ । ସମସ୍ତ ଶରୀରରେ ଏହିପରି ପ୍ରାୟ ୯୦୦ଟି Point ରହିଛି । ଆମେ ଏଠାରେ କେବଳ ହସ୍ତ ପାପୁଲିରେ ଥିବା Point ଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବୁ ।

ଏହି ଚିକିତ୍ସାପ୍ରଣାଳୀ ଆମ ଶରୀରରେ କିପରି କାମ କରେ ? ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଯେଉଁ ପାଞ୍ଚଟି ଉପାଦାନ କଥା କୁହାହୋଇଛି ତାହାକୁ ଶରୀରର ଜୈବିକ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହି ଜୈବିକ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତିକୁ ଆମେ ଚେତନା ମଧ୍ୟ କହିପାରୁ । ଆମ ଶରୀରରେ ଏହି ଚେତନା ଜନ୍ମରୁ ସ୍ଥାପିତ କରାହୋଇଥାଏ । ଏହା ଏକ ବ୍ୟାଟେରୀ ଭଳି କାମ କରେ । ଏହି ଜୈବିକ ବିଦ୍ୟୁତର ଦୁଇଟି Pole ରହିଛି । ପଞ୍ଚଭୂତର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉପାଦାନ ପାଇଁ ମସ୍ତକର ବାମ ଓ ଡାହାଣ ପାଖରେ ରହିଛି ୫ + ୫ = ୧୦ଟି ଧନାତ୍ମକ (positive) ଶେଷାଂଶ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ହାତ ଓ ପାଦରେ ରହିଛି ୫ + ୫ = ୧୦ଟି ଋଣାତ୍ମକ (negative) ଶେଷାଂଶ । ଶରୀରର ଥିବା ଅସଂଖ୍ୟ ଧମନୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ଜୈବିକ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ମସ୍ତକରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ହାତ ପାପୁଲି ଓ ଗୋଡ଼ ତଳିପା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଆମେ ଯଦି ହାତ ପାପୁଲିର ଥିବା ଏହିସବୁ ସ୍ନାୟୁ ଶେଷାଂଶର ଅବସ୍ଥାନ ଓ ଏହା କେଉଁ କେଉଁ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସଂଯୋଗ ହୋଇଥାଏ ତାହା ଜାଣିଲେ, ସେଠାରେ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରି ସେହି ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଭାରତରେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ୩୦୦୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଚଳିତ ହୋଇ ଆସୁଛି । କିନ୍ତୁ ପରେ ଭାରତ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଧରି ରଖି ପାରି ନାହିଁ ବା ଏହାର ବିଶେଷ ବିକାଶ କରି ପାରି ନାହିଁ । କାଳକ୍ରମେ ଏହା ସିଂହଳ ଦେଶ ମାଧ୍ୟମରେ ଚୀନ ଓ ଜାପାନକୁ ଯାଇଥିଲା । ଚୀନ ଓ ଜାପାନରେ ଏହାର ଚରମ ବିକାଶ ହୋଇପାରିଛି । ଦ୍ୱାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀରେ ଆମେରିକାର ଲୋହିତ ଭାରତୀୟ (Red Indian)ମାନେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଲେ । ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀରେ ଆମେରିକାରେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀର ଗବେଷଣା ହେଲା । ଏବେ World Health Organization

(WHO) ମଧ୍ୟ ଏହି ସହଜ ଓ ସରଳ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀକୁ ଜନପ୍ରିୟ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି । ଆଜି ଭାରତର ଦୋକାନ ବଜାରରେ ମଧ୍ୟ ଆକ୍ୟୁପ୍ରେସର୍‌ର କାଠ ତିଆରି ଯନ୍ତ୍ର ବହୁଳଭାବେ ବିକ୍ରି ହେବାର ଦେଖାଯାଏ । ଆକ୍ୟୁପ୍ରେସରର ଜୋତା ମଧ୍ୟ ବିକ୍ରିହେବାର ଦେଖାଯାଏ । ସାଧାରଣ ଲୋକ ଏହି ଚିକିତ୍ସାପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରତି ଧୀରେ ଧୀରେ ଆକୃଷ୍ଟ ହେଉଛନ୍ତି । ମୂର୍ଖ ଲୋକଟିଏ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀକୁ ସହଜରେ ଶିଖିଯାଇ ପାରିବ । ଛୋଟ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଆକ୍ୟୁପ୍ରେସର୍ ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷା ଦିଆଯାଇପାରେ । ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ କିଛି ବି ଖର୍ଚ୍ଚ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ ।

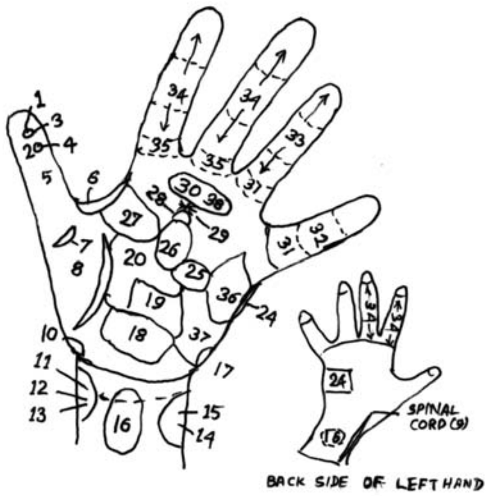
ଆକ୍ୟୁପ୍ରେସର୍‌ର ପ୍ରଣାଳୀ ଶିକ୍ଷା କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଥିବା ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକର ଏକ ନମ୍ବରଯୁକ୍ତ ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବୁ ।

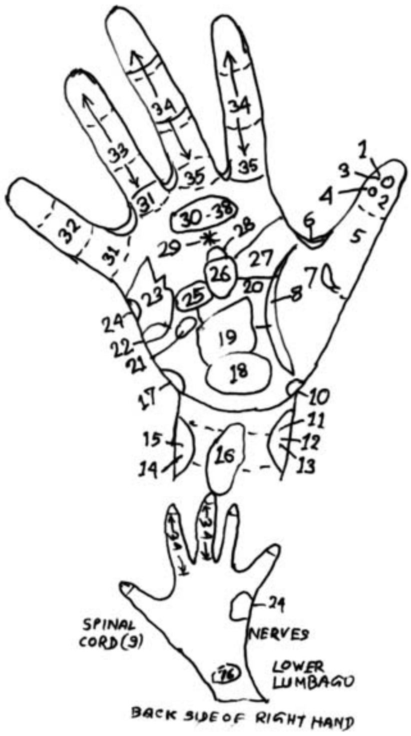
୧. ମସ୍ତିଷ୍କ (Brain)
୨. ମାନସିକ ସ୍ନାୟୁ (Mental Nerve)
୩. ପିଟ୍ୟୁଟାରି ଗ୍ରନ୍ଥି (Pitutary gland)
୪. ପିନିଏଲ ଗ୍ରନ୍ଥି (Pineal gland)
୫. ମସ୍ତିଷ୍କ ସ୍ନାୟୁ (Nerve)
୬. ଗଳା (Throat)
୭. ବେକ (Neck)
୮. ଥାଇରଏଡ଼ ଏବଂ ପାରା ଥାଇରଏଡ଼ ଗ୍ରନ୍ଥି (Thyroid and parathyroid gland)
୯. ମେରୁଦଣ୍ଡ (Spine)
୧୦. ଅର୍ଶ (Piles)
୧୧. ମୂତ୍ରାଶୟ ମୁଖରେ ଅବସ୍ଥିତ (Prostate) ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ ଗ୍ରନ୍ଥି
୧୨. ଗର୍ଭାଶୟ (Uterus)
୧୩. ଲିଙ୍ଗ (Penis)
୧୪. ଡିମ୍ବକୋଷ (Ovaries)
୧୫. ଅଣ୍ଡକୋଷ (Testes)
୧୬. ଲସିକା ଗ୍ରନ୍ଥି ଓ କଟିଦେଶ ପିଠି ପାଖରେ (Lower Lumbar and Lymph gland)
୧୭. ନିତମ୍ବ ଓ ଆଣ୍ଠୁ (Hip and Knee)
୧୮. ମୂତ୍ରାଶୟ (Bladder)

୧୯. ଅନ୍ତନଳୀ (Intestine)
୨୦. ମଳାଶୟ (Calon)
୨୧. ଆପେଣ୍ଡିକ୍ସ (Apendix) (ଅନ୍ତନଳୀର ଉପାଙ୍ଗ)
୨୨. ପିତ୍ତକୋଷ (Gall Bladder)
୨୩. କଲିଜା (Liver)
୨୪. କାନ୍ଧ (Shoulder)
୨୫. ଅଗ୍ନ୍ୟାଶୟ (Pancreas)
୨୬. ମୂତ୍ରଗ୍ରନ୍ଥିକା (Kidney) ବୃକ୍କ
୨୭. ପାକସ୍ଥଳୀ (Stomach)
୨୮. ଏଡ୍ରିନାଲ ଗ୍ରନ୍ଥି (Adrenal) (କିଡ଼ନି ନିକଟରେ)
୨୯. ନାଭି ଚକ୍ର (Solar Plexus)
୩୦. ଫୁସ୍ ଫୁସ୍ (Lungs)
୩୧. କାନ (Ear)
୩୨. ଶକ୍ତି (Energy)
୩୩. ସ୍ନାୟୁ ଓ କାନ (Nerve and Ear)
୩୪. ଥଣ୍ଡା ଓ ସ୍ନାୟୁ (Cold and Nerve)
୩୫. ଆଖି (Eyes)
୩୬. ହୃଦୟ (Heart)
୩୭. ପ୍ଳିହା (Spleen)
୩୮. ଥାଇମସ ଗ୍ରନ୍ଥି (Thymus) (ହୃଦୟ ପଶ୍ଚାତରେ)

(ପରପୃଷ୍ଠାରେ ହାତ ପାପୁଲିର ଚିତ୍ର ଦିଆଗଲା ଓ ନମ୍ବର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଗଲା ।)

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଆମ ଶରୀରରେ କେଉଁ ଯନ୍ତ୍ର ବା କେଉଁ ଗ୍ରନ୍ଥି ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଛି ଅର୍ଥାତ୍ ଠିକ୍ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରୁ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ହାତ ପାପୁଲିର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନ (Point)ରେ ବୁଢ଼ା ଆଙ୍ଗୁଳି ବା ଏକ ଅକଟା ପେନ୍‌ସିଲ୍ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟମଭାବେ ଜୋର୍ ଦେଇ ଚାପ ଦେବାକୁ ହେବ । ଯେଉଁ ପଏଣ୍ଟରେ ଚାପ ଦେବା ଦ୍ୱାରା ଦରଜ ହେବ ସେହି ପଏଣ୍ଟ ସହିତ ଯନ୍ତ୍ର ବା ଗ୍ରନ୍ଥି ଅସୁସ୍ଥ ଅଛି । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମେ ତୁମର ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିପାରିବ । ଏଥିପାଇଁ ବହୁ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇ ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ (Diagonis) କରିବା ଦରକାର


SPINAL CORD (9)
BACK SIDE OF LEFT HAND


SPINAL CORD (9)
NERVES
LOWER LUMBAGO
BACK SIDE OF RIGHT HAND

ନାହିଁ । ରୋଗର ଲକ୍ଷଣକୁ ଦେଖି ସବୁ ଚିକିତ୍ସାପ୍ରଣାଳୀ ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିଥାଆନ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯଦି ଥାଇରୋୟେଡ଼ ଏବଂ ପାରାଥାଇରୋଏଡ଼ ଗ୍ରନ୍ଥି ଦୁର୍ବଳ ବା ଅସୁସ୍ଥ ହୁଏ ତେବେ ନାନା ପ୍ରକାର ରୋଗ ଦେଖାଦିଏ – ଶରୀରରେ ଯଦି କାଲ୍‌ସିୟମ ଅଭାବ ହୁଏ ତେବେ ଶରୀର ଠିକ୍ ଭାବରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ନାହିଁ, ଶରୀର କୃଶ ହୋଇଯାଏ । ଦୁର୍ବଳତା ଅନୁଭୂତ ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ପଥର ଜମିବା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ଅତ୍ୟଧିକ କ୍ରିୟାକଳାପ ହେଲେ ଶରୀରର ଅଧିକ ବୃଦ୍ଧି, ଆଖି ଫୁଲିଯାଏ । ଏହିସବୁ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଲେ ହାତ ପାପୁଲିର ବୁଢ଼ା ଅଙ୍ଗୁଳି ମୂଳରେ ଥିବା ୮ ନମ୍ବର ପଏଣ୍ଟରେ ଚାପ ଦେବାକୁ ହେବ । ନିମ୍ନରେ କେତେକ ସାଧାରଣ ରୋଗ ପାଇଁ କେଉଁ ପଏଣ୍ଟରେ ଚାପ ଦିଆଯିବ ତା'ର ଏକ ତାଲିକା ଦିଆଗଲା ।

ରୋଗ	**ପଏଣ୍ଟସ୍**
ଏସିଡ଼ିଟି	୨୨,୨୩ ଓ ୨୫
ଏଲାର୍ଜି	୨୧
ଏନିମିଆ	୩୭
ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ବାତ	ସବୁ ପଏଣ୍ଟ
ରକ୍ତଚାପ	୩,୪,୮,୧୪,୧୫ ଓ ୨୫
କୋଲଷ୍ଟ୍ରାଲ	ସବୁ ପଏଣ୍ଟ ବିଶେଷ କରି ୩୬
ଟନସିଲ୍	୧ ରୁ ୭, ୩୦ ଓ ୩୪
ଥଣ୍ଡାଯୋଗୁଁ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା	୧ ରୁ ୭ ଓ ୩୪
ଗରମ ଯୋଗୁଁ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା	୨୨,୨୩,୨୫ ଓ ୨୬
ବହୁମୂତ୍ର	୨୫ ଓ ୨୬
ହୃଦ୍ ରୋଗ	୩୬ ଓ ସବୁ ପଏଣ୍ଟ ଦିନକୁ ଦୁଇଥର
ଥଣ୍ଡା ଯୋଗୁଁ ଜ୍ୱର	୧ ରୁ ୭, ୩୦ ଓ ୩୪
ଜଣ୍ଡିସ୍	୨୨,୨୩,୧୯,୨୦, ୨୫, ୨୭,୨୮ ଓ ୩୮

ଦାନ୍ତ ବ୍ୟଥାର ଉପଶମ : ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କର ୩୨ଟି ଦାନ୍ତ ରହିଥାଏ – ଉପର ମାଢ଼ିରେ ୧୬ ଟି ଓ ତଳ ମାଢ଼ିରେ ୧୬ ଟି । ମାଢ଼ିର ମଝିରୁ ଦୁଇ କଳ ଆଡ଼କୁ ଯୋଡ଼ା ଯୋଡ଼ା କରି ଦାନ୍ତ ଗଣିଲେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପାଖରେ ୪ ହେବ । ପ୍ରଥମ ଯୋଡ଼ା ବିଶି ଅଙ୍ଗୁଳି, ୨ୟ ଯୋଡ଼ା ମଝି ଅଙ୍ଗୁଳି, ତୃତୀୟ ଯୋଡ଼ା ତର୍ଜନୀ ଅଙ୍ଗୁଳି ଓ ଚତୁର୍ଥ ଯୋଡ଼ା କାଣି ଅଙ୍ଗୁଳିର ନଖ ଦିଗ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ । ବାମ ଓ ଡାହାଣ ପାଖ ଦାନ୍ତ ପାଇଁ ବାମ ଓ

ଡାହାଣ ହାତର ଅଙ୍ଗୁଳିରେ ନଖ ମୂଳରେ ଚାପ ଦିଆଯିବ । ଦାନ୍ତ ବ୍ୟଥାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଅର୍ଥାତ୍ ସେହି ଦାନ୍ତ ମୂଳକୁ କାଲୁଆ (Anaesthetic) କରିବା ପାଇଁ ଏକ ଲୁଗା ଶୁଖା କ୍ଲିପ୍ ଦ୍ୱାରା ଚିମୁଟାଇ ରଖ । କୌଣସି ଏକ ପଏଣ୍ଟରେ ତିନି ମିନିଟରୁ ଅଧିକ ସମୟ ଚାପ ଦେଲେ Anaesthetic effect ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଏକ ଉଦାହରଣ ତଳେ ଦିଆଗଲା :

Dr. M ଙ୍କ ଅନୁଭୂତି – ''ମୁଁ ଏକ ପ୍ରଦର୍ଶନୀକୁ ଯାଇଥିଲି । ଗୋଟିଏ ଷ୍ଟଲରେ ମୁଁ ଦେଖିଲି ଏହାର ମାଲିକ ଏକ କୋଣରେ ବସି ତା'ର ମୁଖକୁ ଚିପିବାକୁ ଲାଗିଛି । କାରଣ ପଚାରିବାରୁ ଜଣାଗଲା ତା'ର ଡାହାଣ ପାଖର ଶେଷ ଦାନ୍ତରେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ବ୍ୟଥା ହେଉଛି । ମୁଁ ତାକୁ କହିଲି ମୁଁ ଜଣେ ଚିକିତ୍ସକ ଏବଂ ତା'ର ଡାହାଣ ହାତର କାଣି ଅଙ୍ଗୁଳିର ଅଗକୁ ଖୁବ୍ ଜୋରରେ ଚିପି ଧରିବାକୁ କହି ସେଠାରୁ ଚାଲିଗଲି । ଏକ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଫେରି ଆସି ଲୋକଟିକୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲି ସେ ତା'ର ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ସହିତ ବ୍ୟସ୍ତ ଅଛି । ସେ ମୋତେ ଦେଖି କହିଲା ଭଗବାନ୍ ଆପଣଙ୍କୁ ମୋ ପାଖକୁ ପଠାଇଥିଲେ । ମୋର ଦାନ୍ତ ବ୍ୟଥା ଏକେବାରେ ଭଲ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ।''

(*Health in your Hand*, P. 36)

କୌଣସି ଏକ ପଏଣ୍ଟରେ ଚାପ ଦେବା ସମୟରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ହେବ ତୁମେ ଯେପରି ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ ନ କର ବା ଦିନକୁ ବହୁ ବାର ଚାପ ନ ଦିଅ । ଏହାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ତୁମ ହାତରେ ଥିବା ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରର ସୁଇଚ୍‌କୁ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରିଥାଅ । ମୁନିଆ ପଦାର୍ଥରେ ଚାପ ଦେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି କ୍ଷତି ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ କୌଣସି ଏକ ପଏଣ୍ଟରେ ତିନି ମିନିଟରୁ ଅଧିକ ଚାପ ଦିଆଯିବ ନାହିଁ ଏବଂ ଦିନକୁ ଥରେ ବା ଦୁଇ ଥର ଦିଆଯିବ ।

ଏଠାରେ ଆମେ ଆକ୍ୟୁ-ପ୍ରେସର୍‌ର କେବଳ ଏକ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଆଲୋଚନା କଲୁ । ଏବିଷୟରେ ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ ପାଇଁ ଆକ୍ୟୁ-ପ୍ରେସର୍ ଉପରେ ଲେଖା ଯାଇଥିବା ବହି ପଢ଼ିବାକୁ ହେବ । କେବଳ ଆକ୍ୟୁ-ପ୍ରେସର୍ ଦ୍ୱାରା ରୋଗର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିବାରଣ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଏହା ସହିତ ଉପଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗର ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିବାରଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ନିବାରଣ

ବିଭିନ୍ନ ଚିକିତ୍ସା-ପ୍ରଣାଳୀରେ ବିନା ଔଷଧରେ କିପରି ରୋଗ ଭଲହୁଏ ସେ ବିଷୟରେ ଆମେ କିଛି ଜାଣିଛୁ । କିନ୍ତୁ ଏହିସବୁ ବାହ୍ୟ ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା ରୋଗକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ

ଜୟ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା ରୋଗର ମୂଳ କାରଣକୁ ଦୂର କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଆମେ ଜାଣିଛୁ ରୋଗର ମୂଳ କାରଣ ହେଲା ଅସମଞ୍ଜସତା ଏବଂ ଅସମଞ୍ଜସତାର ଉତ୍ପତ୍ତିର କାରଣ ହେଲା ଆମ ପ୍ରକୃତିର ଭୁଲ୍ ଗତିବୃତ୍ତି । ଅତଏବ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଅସମ୍ଭବ । ଅତୀତର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧକମାନେ କେବଳ ନିଜର ଏବଂ ନିଜ ଗୋଷ୍ଠୀର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ କାମ କରିଆସିଛନ୍ତି । ପୃଥିବୀର ବିକୃତି ବା ପ୍ରକୃତିର ବିକୃତିକୁ ଦୂରକରି ତାକୁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମମାର୍ଗରେ ଆଣିବାର ଚେଷ୍ଟା କରାହୋଇ ନାହିଁ । ପ୍ରକୃତିର ଏହି ବିକୃତିକୁ ଦୂର କରି ତାକୁ ଭଗବତ୍ ଗୁଣଧର୍ମରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାର କଳ୍ପନା ମଧ୍ୟ ସେମାନେ କରି ନ ଥିଲେ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଏହି ଅସଲ କାମକୁ ବାଦ୍‌ଦେଇ ଆଂଶିକ ଭାବରେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସତ୍ୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଯାଇଛନ୍ତି । କେବଳ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦହିଁ ପ୍ରକୃତିର ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନର ସମ୍ଭାବନା ବିଷୟରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ପ୍ରକାଶ କଲେ ଓ ଏବିଷୟରେ ସାଧନାର ପଥ ଆବିଷ୍କାର କଲେ । ଏହି ସାଧନା ହେଲା ରୂପାନ୍ତର ସାଧନା ।

ବିଶ୍ୱ-ପ୍ରକୃତିର ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୂପାନ୍ତର ନ ହୋଇଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ରୂପାନ୍ତର ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଆମେ କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସାଧନା କରୁଛୁ । ତେବେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରକୃତି କିପରି ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବ ? ପ୍ରକୃତି କିପରି ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବ ? ରୋଗର ସମୂଳ ବିନାଶ କିପରି ହେବ ?

ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପକ୍ଷରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏହା ହେଲା ସମସ୍ତଙ୍କର ସାଧନାର ଫଳ । ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଅବଶ୍ୟ ଏ କାମ କରୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମଣିଷଜାତିର ସହଯୋଗ ବିନା ଏ କାମ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ପାଇଁ ହୁଏତ ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ଲାଗିଯାଇପାରେ । ସେଥିପାଇଁ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଣିଷର ସହଯୋଗିତାର ଅପେକ୍ଷାରେ ରହିଛନ୍ତି । ଯଦି ମଣିଷ ଏବେ ଯାହା ଅଛି, ତାକୁ ସେ ବଦଳାଇବାକୁ ନ ଚାହେଁ ତେବେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କାମରେ ଅବଶ୍ୟ ବିଳମ୍ବ ହେବ । ଆମେ ଯେପରି ଅଛୁ ସେପରି ରହିବୁ, ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଆମ ପାଇଁ ସାଧନା କରୁଛନ୍ତି, ସେ ଆମ ପାଇଁ ସବୁ କରିଦେବେ — ଏକଥା ଆଶା କରିବା ବୃଥା ।

ତେଣୁ ଏହି ରୂପାନ୍ତର-କାମରେ ଆମେ କିପରି ସହଯୋଗ କରିପାରିବୁ ସେ ବିଷୟରେ ଆମକୁ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତରର ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଶେଷରେ ଆମ ଭିତରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ଥିବା ଶକ୍ତି ଓ ବିଶ୍ୱ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଥିବା ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ଶକ୍ତିକୁ ଆମ ଭିତରକୁ ଆବାହନ କରି ଆମ ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିପାରିବୁ, ସେସବୁର ପୁରାତନ ପ୍ରକୃତିକୁ ବଦଳାଇ ସେସବୁକୁ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତି ପ୍ରଦାନ କରିବୁ । ଏପରିକି ଶରୀରର ରୋଗ, ଜରା, ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ

ଦୂର କରି ତାକୁ ଭଗବତ୍ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଗଢ଼ାଯାଇ ପାରିବ । ଶେଷରେ ଅତିମାନସ ଜଗତରୁ ନୂତନ ଅତିମାନସ ଉପାଦାନକୁ ଶରୀର ଗ୍ରହଣ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିବ୍ୟତତ୍ତ୍ୱରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇପାରେ – ଏହାହିଁ ହେବ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ।

ଏହି ମହାନ୍ ରୂପାନ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରଧାନ ଅଗ୍ରଦୂତ ହେଲେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା । କର୍ମବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାହିଁ ଆମକୁ ଏତେ ବାଟ ଆଣି ପାରିଛନ୍ତି । ଆମ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରବଳ ବିକୃତି ସତ୍ତ୍ୱେ, ପ୍ରଚଣ୍ଡ ବାଧାବିପତ୍ତି ସତ୍ତ୍ୱେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ତାଙ୍କର ଅଭ୍ରାନ୍ତ କର୍ମ କରିଚାଲିଛନ୍ତି ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷର ଅନ୍ତରାଳରେ ରହି । ତାଙ୍କ ଲକ୍ଷ୍ୟପଥରେ ସେ କେବେହେଲେ ବିଚ୍ୟୁତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ସେ ଅନ୍ତରାଳରେ ରହି କାମ କରିବାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଶରୀର ଉପରେ ମାଲିକାନା । ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଆମର ଏହି ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଗଢ଼ି ତୋଳିଛନ୍ତି । ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ସେମାନେ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ନାରାଜ । ସେଥିପାଇଁ ଆଜିପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଣିଷ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକୃତ ଗଣ୍ଡି ଭିତରେ ପଡ଼ି ଛଟପଟ ହେଉଛି । କିନ୍ତୁ ଏବେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆବିର୍ଭାବ ଫଳରେ, ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ଅବତରଣ ହେତୁ ମଣିଷଜାତିର ସମ୍ଭାବନାର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଛି । ମଣିଷ ଭିତରେ ନୂତନ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଜନ୍ମ ନେଇ ତାକୁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମଣିଷରେ ବା ଦେବ-ମାନବରେ ପରିଣତ କରିବ । ଏହାହିଁ ହେଲା ଏ ଯୁଗର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ବିପ୍ଳବ – ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ବିପ୍ଳବ । ଏହି ବିପ୍ଳବର ସଫଳତାରେ ମଣିଷ-ଜାତିର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେବ, ତା'ର ଚିର ଈପ୍‌ସିତ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି, ଆନନ୍ଦ ଓ ଶେଷରେ ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ଏହି ବିପ୍ଳବର ଅସଲ ନୀରବ କର୍ମୀ ହେଲେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷ । ଏହି ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷଙ୍କୁ ମଣିଷ-ଚେତନାର ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ କରିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ହେବ । ଏହାହିଁ ହେଲା ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ଅସଲ କଥା । ଯେତେ ଯେତେ ଆମ ଅନ୍ତରାତ୍ମା ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେବେ ସେତେ ପରିମାଣରେ ଆମ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ଆମ ବିକୃତି ଦୂର ହେବ ଓ ଆମ ଭିତରେ ସେତିକି ଦେବତ୍ୱର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ ।

ଏହି କାମ ମ୍ୟାଜିକ୍ ଭଳି ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । ଏହି କାମ ଆମ ଭିତରେ ଧାପେ ଧାପେ ସଜ୍ଞାନତାର ସହିତ ଆମ ଆସ୍ପୃହା ଅନୁପାତରେ ମାତୃଶକ୍ତିର ଅବତରଣ ଅନୁପାତରେ ଚାଲିବ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ କେବଳ ଛାଡ଼ିଦେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଉଭୟକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଥମେ ଆତ୍ମାର ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ନିଜର ପୁରୁଣା ଗୁଣ ଓ ପ୍ରକୃତିକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ହେବ । ସେସବୁକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ମାର୍ଗରେ ଗଢ଼ିବାକୁ ହେବ । ମନର ପ୍ରଥମେ ରୂପାନ୍ତର ହେଲେ, ଏହା ଭିତରେ ଆତ୍ମାର ଗୁଣଧର୍ମ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର କାମ ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ମନ ବାହ୍ୟ ଜଗତରେ କଳକାରଖାନା, ଯାନବାହନ, ଯନ୍ତ୍ରପାତି, କମ୍ପ୍ୟୁଟର, ରକେଟ ଆଦିର ନିର୍ମାଣ କରିପାରିଛି ଆମ ଅନ୍ତର ଜଗତରେ ମଧ୍ୟ

ସେ କାହିଁକି ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିବ ନାହିଁ ? ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ରକ୍ତସଞ୍ଚାଳନ, ପାକକ୍ରିୟା, ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଆଦିର ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ କାମ ଚାଲିଛି, ତାହା ଶାରୀରିକ ମନ ଦ୍ୱାରା ହେଉଛି । ସାଧାରଣ ମନ ଏ ବିଷୟରେ କିଛି ବି ଜାଣେ ନାହିଁ । ଶରୀରର ଏହି ଶାରୀରିକ ମନ ବିବର୍ତ୍ତନ-ପଥରେ ପ୍ରକୃତି ଦ୍ୱାରା ତିଆରି ହୋଇଛି । ପ୍ରକୃତି ଯେହେତୁ ଏକ ଅଜ୍ଞାନ ଯନ୍ତ୍ର, ତା' ଭିତରେ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ରହିଛି । ତେଣୁ ବିବର୍ତ୍ତନ-କାମ ତା' ଦ୍ୱାରା ଖୁବ୍ ମନ୍ଥର ଭାବରେ ଚାଲେ । କିନ୍ତୁ ଆତ୍ମା ଦ୍ୱାରା ରୂପାନ୍ତରିତ ମନ ଯଦି ଶାରୀରିକ ମନ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ସଚେତନ ଭାବରେ ଶରୀରର ଏହି ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଭାଗ ନେଇପାରିବ ତେବେ ଆନ୍ତର ଜଗତରେ ମଧ୍ୟ ମନ ଦ୍ୱାରା ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର କାମ ହୋଇପାରିବ । କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର ଗତି ପ୍ରଖର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ମନ ଯଦି ପ୍ରାଣଶକ୍ତି, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନା ଏବଂ ଶରୀରର ସହଜାତ ପ୍ରକୃତି ଓ ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଭାର ନେଇପାରେ, ଯଦି ଏହା ସେସବୁର ମଧ୍ୟରେ ସଚେତନଭାବେ ପ୍ରବେଶ କରି ସେସବୁର ବ୍ୟବହାର କରେ ଅର୍ଥାତ୍ ସେସବୁର ସହଜାତ ପ୍ରକୃତି ଓ ସ୍ୱୟଂଚାଳତି କ୍ରିୟାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ମାନସିକ କରିପାରେ, ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିରାଜିର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ, ତେବେ ସେସବୁର (ପ୍ରାଣ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଚେତନା ଓ ଶରୀର) କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ସଚେତନ ହେବ ଓ ସେସବୁ ନିଜ ବିଷୟରେ ଅଧିକ ସଚେତନ ହେବେ ଓ ଅଧିକ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ କରିବେ ।'' (*On physical Education*, P. 15 ରୁ ଅନୂଦିତ) ମନ ଯଦି ଏହି କାମକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ, ଭଗବତ୍ ସେବା ଭାବରେ, ଅହଂଶୂନ୍ୟଭାବେ କରିପାରେ ତେବେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ମା'ଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ସର୍ବଦା ପାଇପାରିବ । ଆମ ମଗ୍ନଚେତନା ଭିତରେ ଥିବା ଗୁପ୍ତ ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ତାହା ଏହି ପ୍ରକୃତି-ରୂପାନ୍ତରର ଗହନ ଉପାୟକୁ ଆୟତ୍ତ କରି ଏହି ଦିବ୍ୟକର୍ମ କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇବ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀର ନିଜେ ଅଧିକ ସଚେତନ ଭାବରେ ଗଢ଼ିଉଠିବ ସେତେବେଳେ ମନର ଆଉ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିବ ନାହିଁ । ଶରୀର ନିଜେ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଏହି ରୂପାନ୍ତର କାମ କରିବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : "The absolute immunity can only come with the supramental change." (*Illness & perfect Health*, P. 33) ''ଚରମ ରୋଗମୁକ୍ତି କେବଳ ଅତିମାନସ ରୂପାନ୍ତର ଦ୍ୱାରା ଆସିପାରିବ ।''

ରୋଗନିବାରଣ ପାଇଁ ଆମର ଏହିପରି ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ମୂଳଦୁଆ ଆବଶ୍ୟକ । ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଆତ୍ମାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଫଳରେ ସେସବୁ ମଧ୍ୟରେ ଶାନ୍ତି, ଆନନ୍ଦ, ପ୍ରେମ, ବିଶ୍ୱାସ, ସୁସମଞ୍ଜସତା ଆଦି ମହତ୍ ଗୁଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ବାହ୍ୟ ବିକୃତ ପ୍ରକୃତି ବଦଳି ଯାଇ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତିର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୁଏ । ତା' ଭିତରୁ କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ଆଳସ୍ୟ ଆଦି ଶାରୀରିକ ଓ ପ୍ରାଣିକ ବିକୃତି ଦୂର ହୁଏ; ଅଶାନ୍ତି,

ଅହଂକାର, ବିବ୍ରତତା, ଅବିଶ୍ୱାସ, ମିଥ୍ୟାଚାର, ଅସ୍ଥିରତା, ଭୟ, ସନ୍ଦେହ ଆଦି ମାନସିକ ଗୁଣର ବିନାଶ ହୁଏ । ଏହିସବୁ ବିକୃତ ପ୍ରାଣିକ ଓ ମାନସିକ ଗୁଣହିଁ ସମସ୍ତ ରୋଗର ଅସଲ କାରଣ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତରଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ହେଲେ ମଣିଷ ଅସୀମ ଶକ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହେବ । ସେ ଏହି ଦିବ୍ୟଶକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ନେଇ ନିଜ ଭିତରେ ଓ ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ ଥିବା ପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିପାରେ ।

କାର୍ଯ୍ୟତଃ ଏହା ଆମେ କିପରି କରିବୁ ? ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ଓ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ଆମେ କିପରି ଜୟ କରିବୁ ? ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା ଏସବୁକୁ ନିଜଠାରୁ ଅଲଗା କରି ଦେଖିବାକୁ ହେବ । ଏସବୁକୁ 'ମୁଁ' ବା 'ମୋର' ବୋଲି ଅସ୍ୱୀକାର କରାଯିବ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ସର୍ବଦା ଆମ ମସ୍ତକ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ନିର୍ଲିପ୍ତ ଆତ୍ମନ୍ ଯେକି ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ଭାବରେ ଆମ ପ୍ରକୃତିକୁ ଅବଲୋକନ କରନ୍ତି – ତାଙ୍କ ସହିତ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହାହିଁ ହେଲା ଆମର ଅସଲ 'ମୁଁ' । ଆନ୍ତର ସତ୍ତା, ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଓ ଆତ୍ମନ୍ ହେଲେ ଆମର ଅସଲ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ । ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଆମର ଅସଲ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ନୁହେଁ । ସେଥିପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି – ''ପ୍ରଥମେ ବାହ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ସ୍ୱୀକାର କର ନାହିଁ ।'' ଏହିପରି ଆମ ରୋଗ ଓ ବିକୃତିକୁ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ, ବସ୍ତୁସତ୍ତା ରୂପେ (Objective) ଦେଖିପାରିବୁ । ତା'ପରେ ଆମକୁ ଦେଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏସବୁ ଆମ ଭିତରକୁ ଆସେ କିପରି ? ହୁଏତ ଏସବୁ ବିଶ୍ୱ ଚେତନାରୁ ବା ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ପୁଞ୍ଜୀଭୂତ ଅବଚେତନାରୁ ଉପରକୁ ଉଠିଆସେ । ଅବଚେତନାରେ ଏସବୁ ଆସେ କେଉଁଠାରୁ ? ଏହା ଆମ ପିତାମାତା, ବଂଶ-ପରମ୍ପରାରୁ ଆସିଥାଏ । ଏହା ହେଲା ଶରୀରର ସ୍ମୃତି । ଏହି ସ୍ମୃତିକୁ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ନ ଲିଭାଇବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୋଗ ଓ ବିଭିନ୍ନ ବିକୃତି ଆମ ପାଖକୁ ବାରଂବାର ଫେରି ଆସୁଥିବେ । ଏସବୁ ଆମ ଅବଚେତନାରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆକୃତି (Formation) ନେଇ ରହିଥାଆନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକ ଯେତେବେଳେ ଉପରକୁ ଉଠିଆସନ୍ତି ସେତେବେଳେ ତାହା ଆମର ବୋଲି ମନେହୁଏ ଓ ଆମେ ବିବ୍ରତ ହୋଇପଡୁ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିବା ବଦଳରେ ଆମେ ଏସବୁକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ପୁଣି ଅବଚେତନାକୁ ଦବାଇ ଦେଇଥାଉ । ଏସବୁକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ଏହା ଉପରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱତର ପବିତ୍ର ଚେତନା ବା ଦିବ୍ୟଶକ୍ତିର ଆଲୋକ ପକାଇବାକୁ ହେବ । ଭଗବତ୍ ସଂକଳ୍ପଶକ୍ତି ସହିତ ଏସବୁ କ୍ରିୟା କରାଯାଏ । ପବିତ୍ରତାର ଆଲୋକରେ ଏସବୁ ଚିରଦିନ ପାଇଁ ଧ୍ୱଂସ ହେବେ ଓ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇପାରିବା । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଏସବୁ ରୋଗ ଅବଚେତନାରେ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ରୋପିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ, ତୁମର ଯେତେବେଳେ ସଦିଚ୍ଛା ଥାଏ ସେତେବେଳେ ବାହ୍ୟତଃ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପାରୁପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏଡ଼ାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଅ, ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ ତେବେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଶୋଧନ କରିଥାଅ; ତୁମେ ଏହା ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଅ, ଏହା ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ

କରିଥାଅ । ପରେ ତୁମେ ବୁଝିପାରିଥାଅ ଯେ ଏସବୁ କଥା ସବୁବେଳେ ଉପରକୁ ଉଠିଆସେ, ସେହିଭଳି ସ୍ଥାନରୁ ଏସବୁ ଉପରକୁ ଉଠିଆସେ ଯାହା ଉପରେ ତୁମର କୌଣସି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନ ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯଦି ଏହି ଅବଚେତନାରେ ପ୍ରବେଶ କର, ଯଦି ତୁମର ଚେତନା ଏହା ଭିତରକୁ ଅନୁପ୍ରବେଶ କରେ ଏବଂ ସତର୍କତାର ସହିତ ଅନୁଧ୍ୟାନ କର ତେବେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହିସବୁ ମୂଳଉତ୍ସକୁ ଆବିଷ୍କାର କରିଥାଅ, ଯାହାକି ତୁମର ସବୁକିଛି ବାଧାବିପତ୍ତିର ମୂଳ ଉତ୍ସ । ତା'ପରେ ତୁମେ ବୁଝିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କର ତୁମର ପିତା, ମାତା, ପ୍ରପିତାମହ, ପ୍ରମାତାମହୀ କିପରି ଥିଲେ ଏବଂ କୌଣସି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଯଦି ତୁମେ ଏସବୁକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରି ନ ଥାଅ ତେବେ ତୁମେ ବୁଝିପାରିବ ଯେ 'ମୁଁ ଏପରି ହୋଇଛି କାରଣ ସେମାନେ ଏପରି ଥିଲେ' ।'' (*Hidden Forces of Life,* p. 41) ପୁଣି ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ଚାହଁ, ତେବେ ତୁମକୁ ପ୍ରଥମେ ଶରୀରର ଏହି ସ୍ମୃତିକୁ ଅବଚେତନାରୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବାକୁ ହେବ – ଏହା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ, ତୁମେ ଜାଣ ବା ନ ଜାଣ, ତୁମେ ଶରୀରର ଏହି ସ୍ମୃତିକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଅ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ସ୍ମୃତି ଲିଭିଯିବ ସେତେବେଳେ ଶରୀର ଯଥାର୍ଥରେ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରିବ ।'' (*Hidden Forces of Life,* p. 38 - 39)

ବିଶ୍ୱସ୍ତରରୁ ମଧ୍ୟ ଆମ ଭିତରେ ରୋଗ ଓ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତି ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ଆମେ ନିଜକୁ ଯେତେ ଏହି ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିରୁ ଅଲଗା କରି ରଖୁ ନା କାହିଁକି, ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିର ଏହିସବୁ ବିକୃତି ଆମ ଭିତରକୁ ପଶି ଆସିବାର ସର୍ବଦା ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଶରୀର ଅପେକ୍ଷା ପ୍ରାଣ ଏହି ସଂକ୍ରମଣରେ ବେଶୀ ପଡ଼ିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବାରଂବାର ଚେଷ୍ଟା କରି ମଧ୍ୟ ଆମେ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇ ନ ଥାଉ । ବିଶ୍ୱସ୍ତର ବା ଅବଚେତନାରୁ ଆସୁଥିବା ଏହିସବୁ ରୋଗ ଓ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତି ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥିବା ସ୍ନାୟୁର ଆବରଣ ଦେଇ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ''ସମସ୍ତ ରୋଗ ଆମ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଆଗରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚେତନା ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଶାରୀର ପ୍ରାଣ ବା ସ୍ନାୟବିକ ଆବରଣ ମଧ୍ୟଦେଇ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ଯଦି ତୁମେ ନିଜର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚେତନା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୁଅ ତେବେ ତୁମେ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରବେଶକୁ ତା'ର ପଥରେ ବନ୍ଦ କରି ଦେଇପାର ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (SABCL, Vol. 24, p. 1464) ଏହି ସ୍ନାୟବିକ ଆବରଣ ହେଲା ଆମ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ଢାଲ ଭଳି । ଏହା ଆମ ଶରୀରର ରକ୍ଷାକବଚ । ଏହାକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିପାରିଲେ ଏପରିକି ମହାମାରୀ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଆବରଣକୁ ଆମେ ସର୍ବଦା ସୁଦୃଢ଼ ରଖି ପାରି ନ ଥାଉ । ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ପ୍ରକୃତିର କିଛି ଦୁର୍ବଳତା ଥିଲେ ଏବଂ ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ପ୍ରକୃତିକୁ ଯଦି ଏହା ସମ୍ମତି ଦିଏ ବା ସମର୍ଥନ କରେ ତେବେ ଏହି ସୁରକ୍ଷା

ବଳୟରେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଛିଦ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଆମର ଅହଂକାର ଓ କାମନାବାସନାହିଁ ବାହାର ଶତ୍ରୁକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଆମେ ଅହଂକାରଶୂନ୍ୟ ହେଲେ ମଧ କାମନାବାସନା ଆମର ନ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତି ଓ ଅବଚେତନାର ଆକ୍ରମଣ ସର୍ବଦା ରହିଥିବ । ଆମର ସୁରକ୍ଷାଚକ୍ର ଟିକିଏ ଢିଲା ହୋଇଗଲେ ଏସବୁ ଆମ ଭିତରକୁ ଧସେଇ ପଶନ୍ତି । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ନିଦ୍ରାଯାଉ ଏହି ସୁରକ୍ଷା ହୁଏତ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇପଡ଼େ ଏବଂ ରୋଗ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ପଥ ପାଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ କୁହା ହୋଇଛି 'ପଥ ବହୁତ ଦୂର' । ଆଜି ପୃଥିବୀରେ ଏହି ବିଷାକ୍ତ ବାତାବରଣରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ହାସଲ କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । ପୃଥିବୀର ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିଛିଟା ପରିବର୍ତ୍ତନ ବା ପୂର୍ଣ୍ଣତା ନ ଆସିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସାଧନାର ସିଦ୍ଧି ଏତେ ସହଜରେ ଆସିପାରିବ ନାହିଁ ।

ସେଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଦୁଇ ସ୍ତରରେ ସାଧନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ – ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସମଷ୍ଟିଗତ । ଆମକୁ ଆମ ପ୍ରକୃତିର ବିକୃତି ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିର ଗତିବୃତ୍ତି ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ତା' ନ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ମା' କହିଛନ୍ତି ''ଏ ବିଷୟରେ ମୋର ସନ୍ଦେହ ଯେତେବେଳପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମଷ୍ଟିର ରୂପାନ୍ତର ଅନ୍ତତଃ ପକ୍ଷେ ଗୋଟିଏ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ନ ପହଞ୍ଚିଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିସତ୍ତାର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କ'ଣ ସମ୍ଭବ ?'' (*M.C.W.- 4,* p. 382)

ଅବଶ୍ୟ ମା'ଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଛାଡ଼ିବା ପରେ ସେ ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ ପ୍ରଖର ଭାବରେ କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଆଜିର ପୃଥିବୀରେ ଆମ ଚକ୍ଷୁରେ ଯାହା ବିକୃତି ଭଳି ଦେଖାଯାଉଛି ତାହା ଭଗବାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଏପରି ନ ହୋଇପାରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆଜି ପୃଥିବୀର ଏହି ମନ୍ଥନ କାମ ତା'ର ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଲାଣି । ଏବେ ଅମୃତ ନିଃସୃତ ହେବାର ସମୟ । ଯୁଗେ ଯୁଗେ ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିର ଏହି ଅସୁର ଲୁଚିରହି ମଣିଷ-ଜାତିକୁ ଶାସନ କରି ଆସିଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହା ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସିଛି । ମାତୃଶକ୍ତି ସମ୍ମୁଖରେ ମହିଷାସୁରର ଆବିର୍ଭାବ ହୋଇଛି ତାହାର ବିନାଶ ପାଇଁ । ତେଣୁ ଏହି ସମୟ ଅବଶ୍ୟ ଶୁଭ । ମହିଷାସୁର ବଧହେବା ପରେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ନୂତନ ଯୁଗ ରଚନା ହେବ ।

''ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭଲ ଯଦି ଜଣେ ତା'ର ସମସ୍ତ ରୋଗକୁ ତା'ର ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ଯୋଗ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବା ଭାଗବତ ଶକ୍ତି-ପ୍ରବାହର ଅନୁପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାରା ଭଲ କରି ପାରିଥାଏ ।'' – ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (*On Physical Education,* P. 63)

କିନ୍ତୁ ଏହା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ, ତଥାପି ଅସମ୍ଭବ ମଧ୍ୟ ନୁହେଁ । ଏବେ ବି ଆମ ପ୍ରକୃତି ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିପାରି ନାହିଁ ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ । କେବଳ ମନରେ ବିଶ୍ୱାସ ଥିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିଶ୍ୱାସର ସ୍ଥାପନା ହେବା ଦରକାର । ଆମେ ଜାଣିଛୁ ରୋଗ ହେଲା ଶରୀରର ଏକ ଅଭ୍ୟାସ ।

ଅଭ୍ୟାସବଶତଃ କୌଣସି ଏକ ରୋଗକୁ ଶରୀର ବାରଂବାର ଦୋହରାଇ ଥାଏ । ଶରୀରରେ ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ରୋଗକୁ ସମୂଳେ ବିନାଶ କରାଯାଇଥାଏ । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ତୁମେ ଏହି ପ୍ରକାର ଏକ ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ଶକ୍ତିକୁ ତୁମ ସକଳ ସତ୍ତାରେ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିବ, ତେବେ କିଛି ବି ଏହାକୁ ବାଧା ଦେଇପାରିବ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ତୁମକୁ ତୁମ ଅବଚେତନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବାକୁ ହେବ, ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷରେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ହେବ ।''

(MCW-3 p-36)

ପାଶ୍ଚାତ୍ୟର ଲୁଇ କ୍ୟୁଏ କେବଳ ମାନସିକ ବିଶ୍ୱାସକୁ ନେଇ ଲୋକଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଭଲକରି ପାରୁଥିଲେ । ବିଶ୍ୱାସର ଏହି ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟକୁ ସେ କିଛି ପରିମାଣରେ ଜାଣିଥିଲେ ଏବଂ ଏହାକୁ ରୋଗ ନିବାରଣ କାମରେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିଲେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ ହୋଇ ପାରିଥିଲେ । ଏହା ଥିଲା ତାଙ୍କର କେବଳ ଏକ ପ୍ରକାର ମାନସିକ ବିଶ୍ୱାସ — ଏକ ପ୍ରକାର କାଳ୍ପନିକ ଗଠନ । କିନ୍ତୁ ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟକରିତାର ସୀମାରେଖା ସୀମିତ ଥିଲା । ମନ ଯାହା ବିଶ୍ୱାସ କରେ ସେଥିରେ ତା'ର ସନ୍ଦେହ ମଧ୍ୟ ଥାଏ । ତେଣୁ ମନର ବିଶ୍ୱାସ ଯଥାର୍ଥ ବିଶ୍ୱାସ ନୁହେଁ । ତା'ର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ସୁଦୃଢ଼ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ମନ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଚେତନା ପ୍ରତି ଖୋଲି ପାରିଲେ ତା'ର ରୂପାନ୍ତର ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ଏହା ଭିତରେ ଯଥାର୍ଥ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନା ହୁଏ । ବିଶ୍ୱାସ ଆମ ପାଖକୁ ଆସିଥାଏ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ନିର୍ଭରତା ଦ୍ୱାରା । ଆମର ଶ୍ରଦ୍ଧା ଅର୍ଥାତ୍ ଆନ୍ତରିକତା ଯଥାର୍ଥ ହେବା ଉଚିତ । ସମର୍ପଣ ଓ ନିର୍ଭରତା ନ ଥିଲେ ଅହଂକାରର ବିଲୁପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ, ବିଶ୍ୱାସ ମଧ୍ୟ ସୁଦୃଢ଼ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ।

ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ଶକ୍ତି କହିଲେ ଆମେ କ'ଣ ବୁଝୁ ? ଏହା ହେଲା ତୁମର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି । ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯେଉଁ ଯୋଗ-ଶକ୍ତିର କଥା କହୁଛନ୍ତି ତାହା ହେଲା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମନର ଅହଂକାରଗ୍ରସ୍ତ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ମନର ଯେତେବେଳେ ନମନୀୟତା ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ସେତେବେଳେ ସେ ଅତି କମ୍‌ରେ ନିଜର ସ୍ୱାଧୀନ ଇଚ୍ଛା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବ । ନିଜ କ୍ରିୟାକଳାପ ପାଇଁ ଏକ ଯଥାର୍ଥ ବାଛ-ବିଚାରଶୀଳ ମନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବ । ସେତେବେଳେ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଗତିବୃତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଅତି କମ୍‌ରେ ଘଟଣାବଳୀକୁ ବୁଝିବାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପକୃତ ହୋଇ ପାରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ସ୍ୱାଧୀନ ଇଚ୍ଛାର ଅନିଶ୍ଚିତତା ରହିଥାଏ । କାରଣ ଏବେ ବି ଏହା ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଏବଂ ମାୟାରେ ବନ୍ଧା । ଅତଏବ ଏହାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ଆମକୁ ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଧୀନ-ଇଚ୍ଛାକୁ ଖୋଜିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ଦୂରେଇ ଯାଇ ପଛରେ ଥିବା ପୁରୁଷ ଚେତନାରେ ପହଞ୍ଚେ ଏବଂ ମନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ସତ୍ତାରେ

ପହଞ୍ଚେ, ସେତେବେଳେ ସେ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱାଧୀନତାର ପ୍ରଥମ ଅନୁଭୂତି ଯାହାକି ପ୍ରକୃତିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ଇଚ୍ଛା-ଶକ୍ତି ସହିତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାତ୍ମ ହେବା ଦ୍ୱାରା ପାଇଥାଏ ।''

(*The Hidden Forces of Life*, P. 21)

ଏ ସୃଷ୍ଟିରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ରହିଛି – ଭାଗବତ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି, ଯେଉଁ ଇଚ୍ଛାକୁ ପ୍ରକୃତି ରୂପାୟିତ କରେ । କାରଣ ଏହାହିଁ ହେଲା ସବୁକିଛିର ପ୍ରଭୁ ଓ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଇଚ୍ଛାର ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ – ମାତୃଶକ୍ତି । ଆମେ ଯଦି ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଉଠିଯାଉ ତେବେ ଏହାହିଁ ହେବ ଆମର ଅସଲ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ଶକ୍ତି । ସେତେବେଳେ କେବଳ ରୋଗ ନିବାରଣ ନୁହେଁ, ବରଂ ତୁମେ ଯାହା ଚାହିଁବ ତାହାହିଁ ଘଟିବ । ମା'ଙ୍କର ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ସର୍ବଦା ଆମ ମସ୍ତକ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ରହିଛି । ଆମ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମାର୍ଗରେ ଆମର ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଅନୁପାତରେ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ତାହା ଅବତରଣ କରେ ଏବଂ ସେହି ଅନୁପାତରେ ଆମେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୋଇଉଠୁ । ଏହି ମାତୃ-ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଭାଗବତ କର୍ମରେ ଲଗାଇ ପାରିଲେ ତଥା ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଲଗାଇ ପାରିଲେ ଆମ ପାଖରେ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇ କିଛି ବି ରହିବ ନାହିଁ । କେବଳ ରୋଗ କାହିଁକି ଆମେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ମଧ୍ୟ ଜୟକରି ପାରିବା ।

ରୋଗ ନିବାରଣ ପାଇଁ ଆତ୍ମସମ୍ମୋହନ (auto-suggestion)ର ଏକ ଉପାୟ ରହିଛି । "These auto-suggestion – it is really faith in a mental form – act both on the subliminal and the subconscient." – Sri Aurobindo (*On physical Education*, P. 67) ''ଏହି ଆତ୍ମସମ୍ମୋହନ ବାସ୍ତବରେ ହେଲା ଏକ ମାନସିକ ସ୍ତରର ବିଶ୍ୱାସ । ଏହା ମଗ୍ନଚେତନା ଓ ଅବଚେତନା ଉଭୟରେ କାମ କରିଥାଏ ।'' ଏହା ଆମେ କିପରି କରିପାରିବୁ ? ପ୍ରଥମେ ଧ୍ୟାନରେ ବସ । ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କରି ଚେତନାକୁ ଯେତେପାର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠାଇନିଅ । ଏହି ସମୟରେ ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବେ ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତି ପାଇଁ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଯଦି ତୁମର ରୋଗ ବିଷୟରେ ମନେପଡ଼େ, ତେବେ ସେହିଠାରୁ ମାତୃ-ଶକ୍ତି ସହିତ ସଂକଳ୍ପ କର ରୋଗର ନିବାରଣ ପାଇଁ । ପୀଡ଼ିତ ଅଙ୍ଗରେ ମାତୃଶକ୍ତିକୁ ଅବତରଣ କରାଅ, ନିର୍ବିକାର ଓ ନିର୍ଲିପ୍ତ ଭାବରେ । ଅନୁଭବ କର ଏହି କାମ ତୁମେ ଭଗବତ୍ ସେବା ଭାବରେ କରୁଛ । ତୁମକୁ ଦିଆ ହୋଇଥିବା ଶରୀରରୂପକ ଏହି ଭଗବାନଙ୍କ ଆଧାରକୁ ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଡ଼କୁ ନେବାପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛ । ଫଳ ବିଷୟରେ କିଛି ବି ଚିନ୍ତା କର ନାହିଁ । ଏହିପରି ବାରଂବାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ଅବଶ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ଏବଂ ପୀଡ଼ିତ ଅଂଶରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟତାର ତରଙ୍ଗ ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଲାଗିବ ଓ ରୋଗ ଉପଶମ ହେବ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ଯଦି ଏହି ରୋଗ ଫେରିଆସେ ତେବେ ତାହା ଏତେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ନ ଥାଏ । ଏହାକୁ ତୁମେ ସହଜରେ ଓ ଅଳ୍ପ ସମୟରେ ଆରୋଗ୍ୟ କରି

ପାରିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ତୁମ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ରୋଗ, ବିକୃତି ଓ ବଦଅଭ୍ୟାସକୁ ରୂପାନ୍ତର କରି ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଡ଼କୁ ନେଇଯାଇ ପାରିବ ।

ଆମ ସମସ୍ତ ବିକୃତିର ମୂଳ ରହିଥାଏ ଏହି ଅବଚେତନାରେ ଏବଂ ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନାର ବୀଜ ରହିଥାଏ ଆମ ମଗ୍ନ-ଚେତନାରେ । ସଚେତନ ଭାବେ ଏହି ଦୁଇ ଚେତନା ଉପରେ ସିଧା ସଳଖ କାମ କରିବା ଆମ କ୍ଷମତାର ପ୍ରାୟ ବାହାରେ । ଆମେ ଯେତେସବୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି, ଦୁର୍ଗୁଣ ଓ ରୋଗ ଆଦିକୁ ଦମନ କରି ରଖିଥାଉ ବା ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥାଉ ସେସବୁ ଆମ ବାହ୍ୟ ଚେତନାରୁ ଯାଇ ଅବଚେତନାରେ ବାସ କରନ୍ତି । ଆମ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତର ସଂସ୍କାର, ଆମ ପ୍ରାରବ୍ଧ କର୍ମ- ଫଳ, ଆମ କୁକର୍ମାଭ୍ୟାସର ସ୍ମୃତି – ଏହିସବୁକିଛି ଆମ ଅବଚେତନା ବା ତା' ତଳରେ ଥିବା ନିଶ୍ଚେତନାରେ ବାସ କରିଥାଆନ୍ତି । ଯଦିଓ ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ଅବଚେତନାକୁ ଯାଇଥାଉ ଆମ ନିଦ୍ରା ଅବସ୍ଥାରେ ତଥାପି ଏହାକୁ ଆମେ ଆମ ଶକ୍ତି ଦେଇ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ, ରୂପାନ୍ତର ବା ପରିଷ୍କାର କରିପାରି ନ ଥାଉ । ଏହି ଅବଚେତନାର ପ୍ରଭାବରୁହିଁ ଆମ ଚରିତ୍ର, ଆଚାର, ବ୍ୟବହାର ଆଦି ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଅବଚେତନା ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ନ ପାରିଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ମଧ୍ୟ ଅସମ୍ଭବ । ରୋଗର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିନାଶ ଅସମ୍ଭବ । ତେବେ ଏହି ଅବଚେତନାକୁ ଆମେ ରୂପାନ୍ତର କରିବୁ କିପରି ? ପ୍ରଥମେ ସଚେତନ ନିଦ୍ରା (ଯୋଗନିଦ୍ରା) ଦ୍ୱାରା ଏସବୁ ବିଷୟରେ ଆମେ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିପାରିବୁ । ଆମ ସ୍ୱପ୍ନକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି ଆମ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ବିଷୟ ବା ଆମ ବିକୃତି ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇପାରିଥାଉ । ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାର ସବୁଠାରୁ ସହଜ ଓ ସରଳ ଉପାୟ ହେଲା ଅନବରତ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବା । ଅନବରତ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ପ୍ରଭାବ ସିଧାସଳଖ ଆମ ଅବଚେତନାରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଦୀର୍ଘ- ଦିନ ଧରି ମନ୍ତ୍ରଜପ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଅବଚେତନାର ପୁଞ୍ଜୀଭୂତ ବିକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ହୁଏ, ଆମ ପ୍ରାରବ୍ଧ କର୍ମଫଳ ନଷ୍ଟ ହୁଏ, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ନୂତନ ସଂସ୍କାର ଆମ ଭିତରେ ଦୃଢ଼ୀଭୂତ ହୁଏ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଭବିଷ୍ୟତରେ ଆମେ ବିନା ବାଧାରେ ଆମ ଲକ୍ଷ୍ୟର ସୂର୍ଯ୍ୟଦୀପ୍ତ ପଥରେ ଆଗେଇ ଯାଇପାରିବୁ । ସେଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ପର୍ବରେ ମନ୍ତ୍ରଜପ ଉପରେ ଏତେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଉଥିଲେ । ବାବାଜି ମହାରାଜ ଏହାକୁ ନିଜ ଜୀବନରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଉଦାହରଣ ଭାବେ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଗଲେ, ରୋଗ ନିବାରଣର ଯେତେସବୁ ବାହ୍ୟ ଉପାୟ ଆମେ ଅବଲମ୍ବନ କରୁ ନା କାହିଁକି ଏହି ଅବଚେତନାରୁ ଏହାକୁ ମୂଳୋତ୍ପାଟନ ନ କଲା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଆମକୁ ଛାଡ଼ି ଯିବ ନାହିଁ ।

ଏହାପରେ ଆମର ସମସ୍ୟା ହେଲା ଆମେ ଆମ ମଗ୍ନ- ଚେତନାରେ ପ୍ରବେଶ କରିବୁ କିପରି ? ଏହା ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଆମର ଆବଶ୍ୟକତା ବା କ'ଣ ?

ଯେପରି ମସ୍ତକ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଆମର ଜୀବାତ୍ମା ଭାବରେ ଆମର ଅସଲ 'ମୁଁ' ରହିଥାଏ ସେହିପରି ଆମ ମଗ୍ନ-ଚେତନାର ଆବଦ୍ଧ କୋଠରିରେ ଆମର ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ଗଢ଼ି ଉଠୁଥିବା ଭାଗବତ ବ୍ୟକ୍ତି-ସତ୍ତା ଗଢ଼ି ଉଠୁଛନ୍ତି । ଏହା ହେଉଛନ୍ତି ଆମର ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରର 'ମୁଁ', ଆମର ଆନ୍ତର ଚେତନା, ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର 'ମୁଁ'ତ୍ୱର ଅସଲ ପରିଚୟ । ଏହି ମଗ୍ନ-ଚେତନା ହେଲା ଆମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ଗନ୍ତାଘର । ବାହ୍ୟ ଚେତନାରେ ଯାହାକୁ ତୁମେ 'ମୁଁ' ବୋଲି କୁହ ତାହା ଅତ୍ୟନ୍ତ କ୍ଷୁଦ୍ର ଓ କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁର । ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : — ''ଆମେ ଆମ ବିଷୟରେ ଯାହା ଜାଣୁ ଆମେ କେବଳ ତାହାହିଁ ନୋହୁଁ, କିନ୍ତୁ ଏହାଠାରୁ ଆମେ ବିପୁଳ ପରିମାଣରେ ଅଧିକ ଯାହା ବିଷୟରେ ଆମେ ଜାଣି ନ ଥାଉ; ଆମ କ୍ଷଣିକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହେଲା ଆମର ବିଶାଳ ସାଗର ରୂପକ ଅସ୍ତିତ୍ୱର କେବଳ ଏକ ବୁଦ୍‌ବୁଦ ଭଳି ।'' (*Hidden Forces of Life,* p. 33) ଏହି ଚେତନାରେ ଆମ ରୂପାନ୍ତରିତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ମନ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ପ୍ରାଣ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଚେତନା ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ରହିଥାଆନ୍ତି । ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ପରେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ କହୁ ଏହା ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ କାମ କରୁଛି ବୋଲି — ତାହା ହେଲା ଆମର ଏହି ଆବଦ୍ଧ ମଗ୍ନଚେତନା । ଆମ ମଗ୍ନ-ଚେତନା ମଧ୍ୟରେ ଅତିମାନବର ଗଠନ କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲିଛି । ସ୍ୱୟଂ ମା' ଆମ ଭିତରେ ଏହି କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହାହିଁ ହେଲା ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର ଅସଲ ବାସସ୍ଥାନ । ରୂପାନ୍ତର କର୍ଯ୍ୟର ବହୁ ଶକ୍ତି ଏହା ଭିତରେ ଅପେକ୍ଷା କରି ରହିଛନ୍ତି ବାହ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଆସି ତାଙ୍କର ଅସଲ କାମ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ । ଏହି ଚେତନାରେ ରହିଛି ସମସ୍ତ ରୋଗ-ପ୍ରତିରୋଧ (immunity)ର ଉପାୟ । ଏଠାରେ ରହିଛି ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଅସଲ ରହସ୍ୟ, ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ଗୁପ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀ । ଏଥିପାଇଁ ଏହି ଚେତନା ଆମ ଲାଗି ଏତେ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ଚେତନାରୁ କିଛି ଝଲକ ଆସି ଆମ ବାହ୍ୟ ଚେତନାରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉପଲବ୍ଧି ଦେଇଥାଏ, ଆମକୁ ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ସହିତ ସଂଯୋଗ ଘଟାଇ ଥାଏ । ଆମେ ଏହିପରି ଭାବରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରାପ୍ତି କରିଥାଉ । ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଭାବେ ଆମ ଆନ୍ତର ଚେତନା ସହିତ ବାହ୍ୟ ଚେତନାର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏ ବିଷୟରେ ଆମେ ସଚେତନ ହୋଇ ନ ଥାଉ । ସମୟ ସମୟରେ ଧ୍ୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ବା ନିଦ୍ରା ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ଚେତନାରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଆମେ ପ୍ରଶାନ୍ତିର ସହ ବିଶ୍ରାମ ନେଇଥାଉ — ଯାହାକୁ ଆମେ ସମାଧି ବୋଲି କହୁ । ଏହି ସମାଧି ସମୟରେ ଆମେ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବୃହତ୍ତର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ପରମ ଆନନ୍ଦ, ପରମ ଶାନ୍ତି ଲାଭ କରିଥାଉ । ସଚେତନ ଭାବେ ଏହି ଚେତନାରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଏକ ପଥ ହେଲା ଗୁହ୍ୟ ବିଦ୍ୟା (occultism) । କିନ୍ତୁ ଏହି ବିଦ୍ୟା ହାସଲ କରିବା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ । ସେଥିପାଇଁ ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଥିବା ଦରକାର, ଆମକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅହଂଶୂନ୍ୟ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ,

ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନାଗ୍ରହତା ଓ ନିର୍ଭୀକତା ଥିବା ଦରକାର ଓ ସର୍ବୋପରି ନିଜର ଏକ ଆତ୍ମବଳୀ ଦେବାର ଭାବ ଥିବା ଦରକାର । ଏହା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାଠାରୁ ସହସ୍ର ଗୁଣରେ ଅଧିକ କଠିନ । ତେଣୁ ଆମକୁ ଅନ୍ୟ ପଥ ଖୋଜିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହା ହେଲା ପ୍ରାର୍ଥନାର ପଥ, ଭକ୍ତିର ପଥ । ନାମଜପ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଏହି ଦୁରୂହ କାମଟିକୁ ଅତି ସହଜରେ କରିପାରିବୁ । ପୁରାଣର ପ୍ରହ୍ଲାଦ କୌଣସି ଗୁପ୍ତବିଦ୍ୟା ବିନା କେବଳ ଭକ୍ତି, ବିଶ୍ୱାସ, ନାମଜପ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା ଦ୍ୱାରା ମାରାତ୍ମକ ବିପଦମାନଙ୍କୁ ଏଡ଼ାଇ ଦେଇ ପାରିଥିଲେ । ତେବେ ଆମେ କାହିଁକି ଏହି ସହଜ ଉପାୟକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି; ଆମର ସମସ୍ତ ରୋଗ, ସମସ୍ତ ବିକୃତି ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ ନ କରିବୁ ?

କିନ୍ତୁ ଆଜି ଆମେ ଯେଉଁ ପଦ୍ଧତିରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଚାଲିଛୁ, ତାହା ଆମକୁ ଚରମ ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଆଗେଇ ନେଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗ ନାମରେ ଆମେ ସେହି ପୁରାତନ ଯୋଗହିଁ କରୁଛୁ । ମନକୁ ନେଇ କେବଳ ନିଜ ପାଇଁ ଟିକିଏ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ପାଇଁ ସବୁକିଛି କରୁଛୁ । କେବଳ ନିଜର ରୂପାନ୍ତର କଥା ଚିନ୍ତା କରୁଛୁ । ଏହି ମାନସିକ ସାଧନାର ସମାପ୍ତି କରି ଆମକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ ଶାରୀରିକ ସାଧନା । ଆମେ ଯେଉଁସବୁ କାମ ମନ ଦ୍ୱାରା କରୁଛୁ – ସେସବୁ ଶରୀର ଦ୍ୱାରା କରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ମନ ନୁହେଁ କିନ୍ତୁ ଶରୀର ଧ୍ୟାନ କରିବ । ଶରୀର ନାମଜପ କରିବ, ଶରୀର ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବ, ଶରୀର ଆସ୍ପୃହା ଓ ସମର୍ପଣ କରିବ, ଶରୀର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଚେତନା ଲାଭ କରିବ – ତେବେଯାଇ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ସିଦ୍ଧି ଆମ ଭିତରେ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ହେବ । ମା'ଙ୍କ ଶରୀରରେ ଏ କାମ ହୋଇସାରିଛି । ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କିଛି ଲୋକଙ୍କ ଭିତରେ ଏହା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ମାତ୍ର । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ନୀରବ ନ ହୋଇଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର ସ୍ୱାଧୀନ ଭାବରେ ତା'ର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନା କରିପାରିବ ନାହିଁ । ରୋଗ ଦୂରୀକରଣ ପାଇଁ ଶରୀରକୁ ନିଜକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରଥମେ ସେ ଭୟଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ରୋଗର ଆକ୍ରମଣ ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ନିର୍ବିକାର ଭାବରେ ସହ୍ୟ କରିବାକୁ ଶିଖିବ, ପରେ ଏହାକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାକୁ ଶିଖିବ ଏବଂ ଶେଷରେ ଏହାର ସମୂଳେ ନାଶ କରିବାର ଉପାୟ ଶିଖିବ; ତେବେ ଯାଇ ଆମେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇପାରିବୁ ।

ଅତମାନସ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅବତରଣ କରିବା ପରଠାରୁ ସ୍ଥୂଳ ଜଗତରେ ଅନେକ ପରିବର୍ତ୍ତନର ସୂତ୍ରପାତ ହୋଇଛି । ଜଡ଼ ବିଜ୍ଞାନର କଳ୍ପନାତୀତ ଭାବେ ବିକାଶ ହୋଇ ପାରିଛି । ବିଜ୍ଞାନ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଯଥାର୍ଥ ସତ୍ୟର ନିକଟତର ହେବାକୁ ଲାଗିଲାଣି । ଏ ବିଷୟରେ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହା ସହିତ ମୁଁ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ କହିପାରେ ଯେ ମାନବିକ ବୁଦ୍ଧିଗତ ବିଜ୍ଞାନ ଆଜି ସତ୍ୟକୁ ଖୋଜିବାକୁ ଯାଇ ତା'ର ଯେଉଁ ଆନ୍ତରିକ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି ତାହା ଅତି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ, ମୌଳିକ ଆତ୍ମିକ ସତ୍ୟ ପ୍ରତି ତାହା ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଟାଣି

ହୋଇଯାଉଛି । ଦିନେ ଏପରି ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ଆସିବ ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତା ମୌଳିକ ଅତିସତ୍ୟର ଗଭୀର ଓ ସ୍ୱଷ୍ଟ ବୁଝାମଣା ସହ ସମ୍ମିଳିତ ହେବେ – ଏ କଥାର ପୂର୍ବାଭାସ ପାଇବା ଆଉ ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ।'' (MCW, Vol. 9, P. 109) । ଆଜିର ବିଜ୍ଞାନ ତା'ର ପୁରାତନ ସତ୍ୟକୁ ଭାଙ୍ଗି ନୂତନ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରେ ମୂଳସତ୍ୟକୁ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ନିଜେ ହ୍ୟାନିମାନ୍ ଦେଖିଥିଲେ ସମାନ ଲକ୍ଷଣଯୁକ୍ତ ଦୁଇଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଜଣେ ଭଲ ହୋଇ ଯାଉଛି ଅନ୍ୟ ଜଣକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଫଳତା ଦେଖାଯାଉଛି । ଏହି ବିଫଳତାର କାରଣକୁ ଖୋଜିବାକୁ ଯାଇ ସେ ତାଙ୍କର ସାରା ଜୀବନ ଲଗାଇ ଦେଲେ ତଥାପି ଏହାର ସମାଧାନ ସେ କରିପାରି ନ ଥିଲେ । ଏବେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀର ନୂତନ ଉଦ୍ଭାବନ ହୋଇ ପାରିଛି – Prediactive Homoeopath ଭାବରେ । ଏହି ବିଜ୍ଞାନ କହେ : ''ହ୍ୟାନିମାନ୍ ନିଜେ ମାନିଛନ୍ତି ଯେ ହୋମିଓପ୍ୟାଥିର ଉଦ୍ଭାବନ ଏବଂ ଏହାର ପ୍ରଣାଳୀ ଏକ ମହାନ ଉଦ୍ଭାବନ ନ ଥିଲା, କାରଣ ଯାହାକିଛି ସେ ଏ ବିଷୟରେ ଉଦ୍ଭାବନ କରିଛନ୍ତି ତାହା ମୂଲ୍ୟହୀନ ଓ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ । ତେଣୁ ତାଙ୍କ ଉଦ୍ଭାବନର ଯେଉଁ Key-stoneର ଅଭାବ ସେ ଅନୁଭବ କରିଥିଲେ ତାହାହିଁ ହେଲା ଆଜିର ଆଧୁନିକ ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ 'Miasms as the base of chronic maladies' । ''ମିଆଜିମ୍‌ର ପ୍ରଣାଳୀ ଛଡ଼ା ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ ସେହିପରି ଅଧୁରା ହୋଇ ରହିଥିବ ।'' (*Prediactive Homoeopathy*, Part. III, P. 61) ଏହାହିଁ ହେଲା ଅତିମାନସର କ୍ରିୟା । ଆଜି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ବିଶେଷ କରି ଆମେରିକାରେ ଲୋକେ ଔଷଧଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ପାଇଁ ପସନ୍ଦ କଲେଣି । ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶୀ ବେଶୀ ଭାରତର ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ପ୍ରଣାଳୀ ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେବାକୁ ଲାଗିଲେଣି ।

ବିଜ୍ଞାନର ଆଧୁନିକ ଉଦ୍ଭାବନ ବିଷୟରେ ମା' ନିଜେ କହୁଛନ୍ତି : ଏବେ ଅତି ନିକଟ ଅତୀତରେ ''ସେମାନେ (ଡାକ୍ତରମାନେ) କିଛି ଉଦ୍ଭାବନ କଲେଣି ଯାହାକୁ ମୁଁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ବୋଲି ବିଚାର କରୁଛି । ସେମାନେ ଆବିଷ୍କାର କଲେଣି ଯେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗର ନିବାରଣ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଏକପ୍ରକାର ଅଣୁ ଜୀବାଣୁ ରହିଛନ୍ତି (ଏହାକୁ ତୁମେ ଅଣୁ ଜୀବାଣୁ ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ବି କୁହ କିନ୍ତୁ ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ଜୀବାଣୁ ପରି) । ଏ ବିଷୟରେ ବିଶେଷ କଥା ହେଲା ଏହି ଅଣୁ ଜୀବାଣୁମାନେ ଅତୀବ ସଂକ୍ରାମକ, ଏପରିକି ରୋଗଜୀବାଣୁଠାରୁ ମଧ୍ୟ । ଏମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଦୁଇଟି ଅବସ୍ଥାରେ ବଢ଼ିଉଠନ୍ତି – ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଭିତରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ଏକ ଉତ୍ତମ କୌତୁକପ୍ରିୟତା ଓ ଜୀବନୀଶକ୍ତି ରହିଥାଏ ଓ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଆରୋଗ୍ୟଲାଭର ଦୃଢ଼ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ରହିଥାଏ । ହଠାତ୍ ସେମାନେ ଏହି ଅଣୁ ଜୀବାଣୁମାନଙ୍କ ସଂକ୍ରମଣରେ ଆସି ଥାଆନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କ ରୋଗ

ଭଲହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ସବୁଠାରୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ କଥା ହେଲା ଏକ ମହାମାରୀ ସମୟରେ ଯଦି ଜଣେ ରୋଗରୁ ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ ତେବେ ଆଉ ତିନି ଜଣଙ୍କ ରୋଗ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ ଭଲ ହୋଇ ଯାଉଥିଲେ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ଜୀବାଣୁ ମିଳିଥାଏ ।''

(MCW, Vol. 4, P. 210)

ଆଜି ଜଡ଼ ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲାଣି । ଏହା ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଉଚ୍ଚତର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ପ୍ରତି ଗ୍ରହଣଶୀଳ ହୋଇ ଉଠିଛି । ତା' ଭିତରେ ଏହି ଭାଗବତ ଇଚ୍ଛା-ଶକ୍ତିର ତରଙ୍ଗ ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଲାଗିଲାଣି । ''ଏହି ଶକ୍ତିକୁ, ଇଚ୍ଛା-ଶକ୍ତିକୁ, ଏହି କ୍ଷମତାକୁ, ଏହି ସ୍ପନ୍ଦନ (ଏହାକୁ ତୁମେ ଯାହା ବି କୁହନା କାହିଁକି) ଯଦି ତୁମେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିବେଶରେ ତୁମ ଭିତରକୁ ଆଣିପାର, ତେବେ ଏହା ଯେ କେବଳ ତୁମ ନିଜ ଭିତରେ କ୍ରିୟା କରିବ ତାହା ନୁହେଁ, ଏହାର ସଂକ୍ରମଣ ଫଳରେ ତୁମ ଚାରିପଟର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ କ୍ରିୟା କରିବ ।''

— ଶ୍ରୀମା (MCW, Vol. 4, P. 210)

କେତେକ ବିଶେଷ ରୋଗ : ରକ୍ତଚାପ (Blood pressure)

ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ନିଶ୍ଚେତନାରେ କ୍ରିୟାକରିବା ଫଳରେ ଯେଉଁ ମନ୍ଥନର ପ୍ରଭାବ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି, ତାହା ଫଳରେ ମଣିଷର ନୈତିକତା ଓ ଧର୍ମ ଭୁଶୁଡ଼ି ପଡ଼ିଛି । ନିମ୍ନ-ପ୍ରକୃତି ଓ ଶରୀର ଚେତନାର ବିକୃତିରାଜି ମଣିଷର ବାହ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଉଠିଆସିଛି । ସେଥିପାଇଁ ଆଜିର ମଣିଷର ଅବସ୍ଥା ଏତେ ଦୟନୀୟ । ଧର୍ମ ଓ ନୈତିକତାର ଦୁର୍ବଳ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ମଣିଷକୁ ତା'ର ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଅଧିକ ଆଗକୁ ନେଇଯାଇ ତାକୁ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବା ପାଇଁ ଆଉ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଭବିଷ୍ୟତର ନୂତନ ସୁଦୃଢ଼ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଆଗମନୀ ପାଇଁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ମଣିଷ ଭିତରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଦିବ୍ୟଶକ୍ତି ମଣିଷ ଭିତରେ ପ୍ରଥମେ ସୁଦୃଢ଼ ମୂଳଦୁଆ ରଚନା କରିବାକୁ ଯାଉଛି । ଧର୍ମ ଓ ନୈତିକତାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଥିଲା ମାନସିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଉପାୟ । କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଘଟିବ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା । ଏହି ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟା ଫଳରେ ମନ, ପ୍ରାଣ କ୍ରମେ ଶାନ୍ତ, ନୀରବ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ସ୍ୱୟଂ ଶରୀର ସଚେତନ ଜ୍ଞାନଯୁକ୍ତ ହୋଇଉଠିବ । ଏଯାବତ୍ ମନ ଦ୍ୱାରା ଯାହା ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରୁଥିଲୁ ତାହା ଏବେ ସ୍ୱୟଂ ଶରୀର କରିପାରିବ । ତେଣୁ ଆମକୁ ଏହି ସୁପ୍ତ ଶରୀରକୁ ତା'ର ଜଡ଼ତାରୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଶରୀରକୁ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର କବଳରୁ ଆମକୁ ମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ହୁଏତ ଏହି ଦୁର୍ବଳ ମନକୁ ନୂତନ ଦିବ୍ୟସତ୍ୟ ଚେତନାରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଅଥବା ଶରୀର ଉପରେ ଏହାର ମାଲିକାନା ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଭବିଷ୍ୟତର ଅତିମାନସ ଯୁଗର ରଚନା ପାଇଁ ଶରୀରହିଁ ଅଗ୍ରଣୀ ହେବ – ମନ ନୁହେଁ । ଆଜି ପୃଥିବୀରେ ବିଭିନ୍ନ ଦିଗରେ ମନ ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁସବୁ କାମ ହୋଇ ଆସିଛି ସେଥିରେ ଯଥାର୍ଥ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସିପାରି ନାହିଁ । ଏପରିକି ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ମଣିଷକୁ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି ଦେବା ପାଇଁ ଅକ୍ଲାନ୍ତ ଚେଷ୍ଟାକରି ମଧ୍ୟ ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛି । ଏବିଷୟରେ ବହୁ ଡାକ୍ତର ଓ ଚିକିତ୍ସକ ସଚେତନ ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି । ମଣିଷର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଯେ ମନର ବିଚାରବୁଦ୍ଧି ଓ ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ – ଏକଥା ସେମାନେ ବୁଝିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେଣି । ମଣିଷର ଶରୀର ବିଜ୍ଞାନ ଉପରେ ଲେଖିବାକୁ ଯାଇ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଫେସର ଡକ୍‌ଟର୍ ଗୋପାଳକୃଷ୍ଣ ପାଲ୍ କହୁଛନ୍ତି, ''ଏବେ ବି ଶରୀର- ତତ୍ତ୍ୱ ବିଷୟରେ ମଣିଷର ଜ୍ଞାନ ତଥା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବାର କ୍ଷମତା ବହୁ ଦିଗରୁ ଅଜ୍ଞ ହୋଇରହିଛି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ସମାନ ବାତାବରଣରେ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ରିୟା କାହିଁକି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ,– ତାହା ଜଣା ନାହିଁ, ଏପରିକି ସମାନ ଲୋକ ଭିତରେ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ସମାନ ବାତାବରଣରେ ସମାନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଅଲଗା ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ କାହିଁକି ?'' (Medical Physiology, p. 3) ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି, ''ତେଣୁ, ଏଥିରୁ ଜଣାଯାଏ ମଣିଷର ଶରୀର ତତ୍ତ୍ୱ ବିଷୟରେ ଆମେ ଯାହା ଜାଣିଛୁ ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏବିଷୟରେ ଆମର ଯାହା ଜାଣିବାର ଅଛି – ତା' ତୁଳନାରେ ଏହା ଅତୀବ ତୁଚ୍ଛ ।''

ମଣିଷର ମନକୁ ନେଇ ସେ ତା'ର କୌଣସି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିପାରି ନାହିଁ, ବରଂ ତାକୁ ସେ ଅଧିକ ଜଟିଳ କରିଦେଇଛି । କେବଳ ଅତିମାନସ ଚେତନାରେହିଁ ମଣିଷର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେବ । ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ନିଜେ ଏହି ଚେତନାକୁ ନେଇ ମଣିଷର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟା କିପରି ସମାଧାନ ହୋଇପାରେ ସେବିଷୟରେ ନିଜ ଜୀବନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ତା'ର ଉଦାହରଣ ରଖିଛନ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ବାଣୀ ଓ ଲେଖା ମାଧ୍ୟମରେ । ଆମେ କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ତାଙ୍କ କଥାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିପାରି ନାହୁଁ । ତାଙ୍କର ଅପାର କରୁଣା ଉପରେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ଏବେ ବି ଭରସା ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ଆମ ପୁରାତନ ପଥକୁ ଛାଡ଼ି ପାରି ନାହୁଁ । ଟିକିଏ ରୋଗ ହେଲେ ସେହି ଅମୋଘ ଦିବ୍ୟକରୁଣାକୁ ଛାଡ଼ି ଆମେ ଔଷଧର ଶରଣାପନ୍ନ ହୋଇଥାଉ କାହିଁକି ???

ଆଜି କେତେକ ରୋଗ ମଣିଷ ସମ୍ମୁଖରେ ମହାମାରୀ ଭାବରେ ପ୍ରତିଭାତ ହୋଇଛି । ଏହିସବୁ ରୋଗ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରଥମେ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ବିଷୟରେ ଆମେ ଆଲୋଚନା କରିବୁ । ଆମ ଧମନୀରେ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ସମୟରେ ଏହାର ଆବରଣରେ ଯେଉଁ ଚାପ

ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ତାହାକୁ ରକ୍ତଚାପ କୁହାଯାଏ । ଶୋଧିତ ରକ୍ତକୁ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ଆମ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ଧମନୀ ମାଧ୍ୟମରେ ପମ୍ପ କରିଥାଏ । ପମ୍ପ କରା ହୋଇଥିବା ରକ୍ତ ଉପରେ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ସେ ସମୟରେ ଶରୀରର ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁପାତରେ ପରିମାଣ ମୁତାବକ ଚାପ ଦେଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଶରୀରରେ ରକ୍ତଚାପ ସବୁବେଳେ ସମାନ ନ ଥାଏ । ଶୋଇଲା ବେଳେ ଆମର ରକ୍ତଚାପ ସବୁଠାରୁ କମ୍ ଥାଏ । ଛିଡ଼ା ହେଲେ ରକ୍ତଚାପ ଅଳ୍ପ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଖାଇଲା ପରେ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । କଠିନ କାମ ବା ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ସମୟରେ ଆମ ଶରୀରର ରସାୟନ ରୂପାନ୍ତର କାମ (metabolism) ଦ୍ରୁତ ହୋଇଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡକୁ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଅଂଶ ଲାଗି ଅଧିକ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଆମ ଅଭ୍ୟନ୍ତରର ସମସ୍ତ ଯନ୍ତ୍ର କ୍ଷିପ୍ର ଗତିରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ଆମ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଦ୍ରୁତ ହୁଏ, ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର କମ୍ପନ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିପାଏ, ଶରୀରର ନିଷ୍କାସନ କାମ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଯାଏ ଯଦ୍ୱାରା ଶରୀରରୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଝାଳ ବୁହେ । ଏହା ସହିତ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡକୁ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଚାପର ସହିତ ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ପୁଣି ବିଶ୍ରାମ ନେଲେ ରକ୍ତଚାପ କମିଯାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥର ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିବା ସମୟରେ ରକ୍ତଚାପର ଯେଉଁ ତାରତମ୍ୟ ହୁଏ ସେଥିରୁ ଆମେ ଏହାର ସର୍ବାଧିକ ଚାପ ଓ ସର୍ବନିମ୍ନ ଚାପର ମାପ କରିଥାଉ । ସର୍ବାଧିକ ଚାପକୁ ଆମେ Systolic BP କହିଥାଉ । ଜଣେ ଯୁବକର ଏହି ଚାପର ସାଧାରଣ ପରିମାଣ ୧୦୦ ରୁ ୧୪୦ ହୋଇଥାଏ । ବୟସ ବଢ଼ିବା ଅନୁଯାୟୀ ଧମନୀର ନମନୀୟତା ନଷ୍ଟ ହୋଇ ତାହା ଦୃଢ଼ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କର ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଏହି ଚାପର ସୀମା ୧୬୦ ହେବା ଉଚିତ । ଏହି ସୀମାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଯେତେବେଳେ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧିପାଏ ତା'କୁ ଆମେ high blood pressure ରୋଗ ବୋଲି କହିଥାଉ । ଏହା ହେଲା ସର୍ବାଧିକ ଚାପର କଥା । ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥର ପମ୍ପ ସମୟରେ ଯେଉଁ ସର୍ବନିମ୍ନ ଚାପ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ତାକୁ ଆମେ ଡାୟାଷ୍ଟୋଲିକ (Diastolic) BP ବୋଲି କହିଥାଉ । ଏହି ଚାପ ଧମନୀର ବ୍ୟାସ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ରକ୍ତ ନଳୀରେ ଆବର୍ଜନା ଜମି ତା'ର ରାସ୍ତା ସଙ୍କୁଚିତ ହେଲେ ସର୍ବନିମ୍ନ ଚାପର ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଚାପର ସାଧାରଣ ପରିମାଣ ହେଲା ୬୦ ରୁ ୯୦ (ଯୁବକମାନଙ୍କ ପାଇଁ) । ବୃଦ୍ଧ ବୟସରେ ଏହି ସର୍ବନିମ୍ନ ଚାପର ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ସୀମା ୯୦ରୁ ବେଶୀ ହେଲେ ତାକୁ ଆମେ high blood pressure ବୋଲି ମଧ୍ୟ କହିଥାଉ ।

ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ଭିତରେ ବହୁ ପ୍ରକାରର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି । ମସ୍ତିଷ୍କର ମାନସିକ କ୍ରିୟାକଳାପର ବୃଦ୍ଧି ହେଲେ, ଅର୍ଥାତ୍ ମସ୍ତିଷ୍କର ମାନସିକ ଚାପ ଲାଗି ରହିଲେ ଏହା ପ୍ରଥମେ Hypothalamus ଗ୍ରନ୍ଥି କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ ।

ସେଠାରୁ ଏହି ଅନୁଭୂତି midbrain ମଧ୍ୟ ଦେଇ ମେଡୁଲା (medulla) ରେ ଥିବା ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ରକୁ (VMC)କୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରେ । ଏବଂ ସେଠାରୁ ଅଧିକ neuron (ସ୍ନାୟୁକୋଷ) ନିସୃତ ହୋଇ ସୁଷୁମ୍ନା କାଣ୍ଡ (Spinal Chord) ମଧ୍ୟଦେଇ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡକୁ ଆସି ତା'ର ମାଂସପେଶୀକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ରକ୍ତଚାପ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷ ଭାବରେ ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ବୃକ୍କ (Kidney)ହିଁ ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । କିଡ୍‌ନିର ଉପରି ଭାଗରେ ଥିବା ଏଡ୍ରିନାଲ ଗ୍ରନ୍ଥି (adrenal gland) ଦେଖିବାକୁ ଛୋଟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ (୫ ଗ୍ରାମରୁ ୧୦ ଗ୍ରାମ ଓଜନ) ଏହା ଶରୀରର ଏକ ପ୍ରଧାନ ରକ୍ଷାକାରୀ ଯନ୍ତ୍ର । ଏହା ରକ୍ତକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିଥାଏ – ଏହା ସହିତ କେତେ ଜଳ ଓ ଲବଣ ରହିଛି । ସେହି ଅନୁଯାୟୀ ଏହା କିଡ୍‌ନିକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥାଏ ରକ୍ତରୁ ପାଣି ଓ ଲବଣକୁ କେତେ ପରିମାଣରେ ଛଣାଯିବ ଓ ମୂତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବ, ଯଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏହା ରକ୍ତକୁ ଶୋଧନ ମଧ୍ୟ କରିଥାଏ । କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଶରୀର ଯଦି ଉପଯୁକ୍ତ ପରିମାଣରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରି ନ ପାରେ ତେବେ ସେହି ଯନ୍ତ୍ର ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରି ପାରି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ରୋଗର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । କିଡ୍‌ନି ହେଲା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡଠାରୁ ଦୂରତମ ଯନ୍ତ୍ର । ଏହି ଦୂରତମ ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଯଦି ଠିକ୍ ଭାବରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରାଯାଇପାରେ ତେବେ ଅନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ କିଛି ଅସୁବିଧା ହେବ ନାହିଁ । କାରଣ ସେମାନେ ହେଲେ କିଡ୍‌ନି ଅପେକ୍ଷା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଯନ୍ତ୍ର । ତେଣୁ କିଡ୍‌ନିକୁହିଁ ପ୍ରକୃତି ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ପ୍ରଧାନ କ୍ଷମତା ଦେଇଛି । କିଡ୍‌ନି ଯଦି ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ରକ୍ତ ପ୍ରାପ୍ତ ନ ହୁଏ ତେବେ ସେ କେତେକ ବିଶେଷ ହରମନ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ ଯାହା ଫଳରେ ଏହି ସଙ୍କେତ ପାଇ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ କିଡ୍‌ନିକୁ କମ୍ ରକ୍ତ ଆସୁଥିଲେ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡକୁ ଅଧିକ ଜୋରରେ ଚାପ ଦେଇ ରକ୍ତ ସରବରାହ ପାଇଁ କିଡ୍‌ନି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥାଏ । ତେଣୁ ଆମର High blood pressure ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମକୁ ବିଚାର କରିବାକୁ ହେବ ଏହି ଅଧିକ ରକ୍ତଚାପ ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ ନା ଖରାପ । ଏହାର ଉତ୍ତର ହେଲା ଯଦି ଏହି ଚାପ ସୀମା ଅତିକ୍ରମ ନ କରେ ତେବେ ଏହା ଆମ ପାଇଁ ଅବଶ୍ୟ ଭଲ । ଯେପରି ସର୍ଦ୍ଦି, କାଶ, ଜ୍ୱର ଆଦି ଆମ ଶରୀରର ଭଲ ପାଇଁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଅଧିକ ରକ୍ତଚାପ ମଧ୍ୟ ଆମ ଭଲ ପାଇଁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଆମେ କ'ଣ କରିଥାଉ ? ଟିକିଏ ରକ୍ତଚାପ ବଢ଼ିଗଲେ ତାକୁ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଗୁଡ଼ାଏ ଔଷଧ ସେବନ କରିଥାଉ । କିଡ୍‌ନିର ଆବଶ୍ୟକତା ପାଇଁ ଶରୀର ତା'ର ଯେଉଁ ରୋଗ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପନ୍ଥା (Immunity system) ଅବଲମ୍ବନ କରିଥିଲା ତାକୁ ଆମେ ଔଷଧ ମାଧ୍ୟମରେ ସ୍ଥଗିତ କରିଦେଲୁ ଓ

କିଡ୍‌ନିକୁ ରକ୍ତହୀନତା ଭୋଗ କରିବାକୁ ବାଧ କରିଦେଲୁ । ତେଣୁ କିଡ୍‌ନି ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଖରାପ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ଓ ଶରୀରରେ ଜଟିଳ ପରିସ୍ଥିତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ରକ୍ତଚାପର ମୂଳ କାରଣକୁ ଔଷଧ ଦୂର କରିପାରେ ନାହିଁ ।

ରକ୍ତଚାପର ମୂଳ କାରଣ ହେଲା ମାନସିକ ଅସ୍ଥିରତା ଓ ରକ୍ତନଳୀରେ ଜମିଥିବା ଚର୍ବି ଓ ସ୍ନେହସାର ପଦାର୍ଥ । ପିଲାଦିନରୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ରୋଗ ପାଇଁ ଔଷଧ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଶରୀରର ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟରେ ରୋଗ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଉପାୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ କେବଳ ରକ୍ତଚାପ କାହିଁକି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବହୁ ଜଟିଳ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଦେଖାଦିଏ । ଆମେ ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଉ । ଏହି ଅଧିକ ସ୍ନେହ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଓ ଚର୍ବି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଥମେ ଆମ ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ୍ (cholesterol) ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଏହି କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ୍ କିଡ୍‌ନି ନିକଟରେ ଥିବା ଏଡ୍ରିନାଲ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି lipid କଣିକାରେ ରୂପାନ୍ତର କରେ ଏବଂ ଏହି lipid ଚର୍ବି ଆକାରରେ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଭାଗରେ ଜମିଯାଏ । ଶରୀର ଏହି ଚର୍ବିକୁ ଜମା କରି ରଖେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଖାଦ୍ୟ ଅଭାବ ସମୟରେ ଏହାକୁ କାମରେ ଲଗାଇବା ପାଇଁ । କିନ୍ତୁ ଆଜିର ମଣିଷର ଖାଦ୍ୟ ଅଭାବ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏହି ଜମିଥିବା ଚର୍ବିକୁ ଶରୀର ପୁନଃ ବ୍ୟବହାର କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇ ନ ଥାଏ । ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଗଚ୍ଛିତ ଚର୍ବିକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ । ଗୁଡ଼ାଏ ତେଲ, ଘିଅ, ଲହୁଣି, ମାଛ ମାଂସ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ବସି ରହି କାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆଜିର ସଭ୍ୟ ସମାଜ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗର ଶିକାର ହୋଇଥାଏ । ମାନସିକ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ଓ ଅସ୍ଥିରତା, ଆବେଗ, ରାଗ, ହିଂସା ଆଦିର ପ୍ରଭାବ ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପ ପ୍ରବଳ ମାତ୍ରାରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଅଯଥାରେ ଆମ ଭିତରେ ଜମି ରହିଥିବା ପ୍ରାଣ-ରକ୍ଷକ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଅପବ୍ୟୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଭିତରେ ରୋଗ-ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି କମିଯାଇଥାଏ ଏବଂ ଆମକୁ ସହଜରେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ ।

ଆଜି ଯଦିଓ ବେଶୀ ଲୋକ ରକ୍ତଚାପର ଉପଶମ ପାଇଁ ଔଷଧ ସେବନ କରିଥାଆନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇପାରି ନ ଥାଏ । ଔଷଧ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପ କେବଳ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କିଡ୍‌ନି ଖରାପ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏବେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ଶରୀର ରହିଥିବାରୁ ଏହା ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇପାରେ ଯେ ସମସ୍ତ ରୋଗ ବିନା ଔଷଧରେ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ''ସେଥିପାଇଁ ବିନା ଔଷଧରେ ଏହା (ରୋଗ ଉପଶମ) କରିବା ପାଇଁ ଜଣକର ପ୍ରଗାଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ଥିବା ଦରକାର ।'' – ଶ୍ରୀମା

(MCW - 16, P. 191)

ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଜାଣିବା ରକ୍ତଚାପ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ କ'ଣ । ସାଧାରଣତଃ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ପୃଥୁଳକାୟ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ତା'ର ପେଟ, ଜଂଘ ଓ ପିଠିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଚର୍ବି ଜମା ହୋଇଥାଏ । ଚର୍ବି ଜମିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଏତେ ଭାରୀ ହୋଇଯାଏ ଯେ ତାକୁ ଚାଲିବା ପାଇଁ ମଧ ଅସୁବିଧା ହୁଏ । ରକ୍ତଚାପ ଯେତେବେଳେ ତା'ର ସୀମାରେଖା ଅତିକ୍ରମ କରେ ରୋଗୀ ନିଜକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ବଳ ମନେକରେ । ଅଳ୍ପ କାମ କଲେ ବା ଚାଲିଲେ ଦେହରୁ ବହୁତ ଝାଳ ବୋହେ ଓ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଅଧିକ ବେଗରେ ପ୍ରକମ୍ପିତ ହୁଏ । ସକାଳେ ବିଛଣାରୁ ଉଠିବା ସମୟରେ ବା ବସିଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ଛିଡ଼ା ହେଲେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ମଥା ଘୂରେ । ରକ୍ତଚାପର ମାତ୍ରା ବହୁତ ବଢ଼ିଗଲେ ଶେଷରେ ହାର୍ଟ୍ ଆଟାକ୍ ହୋଇ ରୋଗୀର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ରକ୍ତଚାପର ସର୍ବାଧିକ ମାତ୍ରା ସହ୍ୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ବିଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏବିଷୟରେ ସାଧାରଣ ଭାବରେ କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ଯେ ଏତିକି ରକ୍ତଚାପ ହେଲେ ହାର୍ଟ୍‌ଫେଲ୍ କରିବ ।

ରକ୍ତଚାପର ପ୍ରଧାନ ପ୍ରତିକାର ହେଲା ପ୍ରଥମେ ଓଜନ କମାଇବା । ଏଥିପାଇଁ ଅଳ୍ପ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ତେଲ, ଘିଅ, ଲହୁଣି, କ୍ଷୀର, ମାଛ, ମାଂସ, ଲୁଣିଆଦି ଖାଦ୍ୟକୁ ବର୍ଜନ କରିବାକୁ ହେବ । ଖାଦ୍ୟରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ହେବ । କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ହେଲା ଫଳମୂଳ, ପନିପରିବା ଓ ଘୋଳ ଦହି (Butter milk) କଞ୍ଚା କଦଳୀ, ଲାଉ, କଲରା ଆଦିର ତରକାରି ଖାଇବାକୁ ହେବ । ଲେମ୍ବୁ ହେଲା କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ । ଏହା ଅବଶ୍ୟ ଖିଆଯିବ । ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ ତେବେ ସପ୍ତାହରେ ଦିନେ ଉପବାସ କରାଯିବ । ଉପବାସ ଦିନ କେବଳ ଫଳରସ, ପଇଡ଼, ଘୋଳ ଦହି ଓ ସୁପ୍ ଖିଆଯାଇ ପାରେ । ''ଫଳ ଓ ପନିପରିବା ହେଲା ପ୍ରକୃତିର ଝାଡ଼ୁ ।'' ଏହା ବେଶୀ ପରିମାଣରେ ଖାଇଲେ ରକ୍ତନଳୀରେ ଜମିଥିବା ଆବର୍ଜନା ସଫା ହୋଇଥାଏ ଓ ରକ୍ତଚାପ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ରକ୍ତରେ ଦୁଇ ପ୍ରକାର କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ୍ ଥାଏ : LDL (Low-density lipoprotin cholesterol) ଏବଂ HDL (High-density lipoprotin cholesterol) । LDL ହେଲା କ୍ଷତିକାରକ ଯାହା ଚର୍ବି ସୃଷ୍ଟି କରେ । HDL ରକ୍ତନଳୀକୁ ପରିଷ୍କାର କରିଥାଏ । ଖାଦ୍ୟରେ ବଗଡ଼ା ଜାତୀୟ ଶସ୍ୟ ବା ତନ୍ତୁ ଜାତୀୟ ଫଳ ଓ ପନିପରିବାରୁ ଆମେ HDL ପାଇଥାଉ ।

ଏହାପର ପ୍ରତିକାର ହେଲା ମାନସିକ ଚାପକୁ କମାଇବା । ଏଥିପାଇଁ ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ଧ୍ୟାନର ସାହାଯ୍ୟ ନିଆଯାଇପାରେ । ମନକୁ ସର୍ବଦା ଶାନ୍ତ ରଖି ପାରିଲେ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ହେବା ସହଜ ନୁହେଁ । ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କରାଯାଇପାରେ ଏବଂ ରକ୍ତଚାପକୁ ସହଜରେ କମାଇ ଦିଆଯାଇପାରେ । କିଡ୍‌ନି ଉପରେ କାମ କରି ତାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ । ଏହି କାମ କେବଳ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଶକ୍ତି

ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିବା ଆମ କ୍ଷମତାର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପ ଏତେ କମିଯାଏ ଯେ ଆମର ଆଶ୍ରମରେ ବାର୍ଷିକ ମେଡିକାଲ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଯିବା ଆଗରୁ ଡାକ୍ତର ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ମନା କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତ ରକ୍ତଚାପ ମପାଯାଇ ପାରି ନ ଥାଏ ।

ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀ ପାଇଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରତିକାର ହେଲା ମର୍ଣ୍ଣିଂ ୱାକ୍ (morning walk) । ପ୍ରତିଦିନ ୪ ବା ୫ କି. ମି. ଚାଲିଲେ ରକ୍ତଚାପ ଅବଶ୍ୟ କମିଯାଏ । ଚାଲିବା ସମୟରେ ଭ୍ରମଣ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ ଅଧିକ ଉତ୍ତମ । ୪ ପାଦରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ନେଇ ତା'ପର ୬ ପାଦରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଭ୍ରମଣ ପ୍ରାଣାୟାମ କୁହାଯାଏ । ପ୍ରଥମେ ଚାଲିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ ଯଦି କଷ୍ଟ ହୁଏ ଅର୍ଥାତ୍ ହୃତ୍‌କମ୍ପନ ଯଦି ଅତ୍ୟଧିକ ପରିମାଣରେ ବଢ଼ିଯାଏ, ତେବେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ଚାଲିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହାର ଦୂରତା ବଢ଼ାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଚାଲିବା ପରେ ଶରୀରର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅଂଶର ମଧ୍ୟ ବ୍ୟାୟାମ କରାଯିବ ।

ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ପାଇଁ ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ୍ ଔଷଧ ଖାଇବା ବଦଳରେ ଆମ ଦେଶରେ ପ୍ରଚଳିତ ଜଡ଼ିବୁଟି ଔଷଧ ସେବନ କଲେ ରକ୍ତଚାପ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଭଲ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ମେଥିକୁ ରାତିରେ ପାଣିରେ ବତୁରାଇ ତାକୁ ସକାଳେ ଖାଇଲେ, ଗୋଟିଏ ବା ଦୁଇଟି କୋଷ ରସୁଣ ଦୁଧ ବା ଦହି ସହିତ ଖାଇଲେ ରକ୍ତଚାପ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ପ୍ରତିଦିନ ତିନୋଟି ବେଲ ପତ୍ର ଓ ତୁଳସୀ ପତ୍ର ଖାଇଲେ ରକ୍ତଚାପ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ସଦାବିହାରୀ ଫୁଲଗଛର (Progress) ପତ୍ରର ରସକୁ କିଛିଦିନ ଖାଇଲେ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ଶେଷରେ ଯେଉଁମାନେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନା କରୁଛନ୍ତି ସେମାନେ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତି ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଣିଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କର ଭରପୂର ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ରହିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ସମସ୍ତ ରୋଗକୁ ଉପଶମ କରିବା କାମରେ ବ୍ୟୟ କରାଯାଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି, ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କରୁଣା ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ରହିଛି ସେମାନଙ୍କର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ରୋଗର ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ । ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଶରୀର ଉପରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କରେ ସେତେବେଳେ ତା'ର ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ମଣିଷକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ରୋଗମୁକ୍ତ କରିବା ।

ମଧୁମେହ (Diabetes) ରୋଗର ଉପଶମ

ମଧୁମେହ ରୋଗର ଉପଶମ ପାଇଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଡାକ୍ତରମାନେ ତାଙ୍କର ଅକ୍ଳାନ୍ତ

ଚେଷ୍ଟା ଚଳାଉଛନ୍ତି । ଏବିଷୟରେ ଶହ ଶହ ପୁସ୍ତକ ରଚନା ହୋଇସାରିଛି । ଏଥିପାଇଁ ନାନା ପ୍ରକାର ଔଷଧର ଉଦ୍ଭାବନ କରାହୋଇଛି । ଯେଉଁ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ (Insulin) ଅଭାବରୁ ମଧୁମେହ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତାକୁ ମଣିଷ କୃତ୍ରିମ ଉପାୟରେ ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଛି ବା ବେଙ୍ଗ, କୁକୁର, ଗୋରୁ, ଛେଳି ଆଦି ଜୀବମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଥିବା ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ସଂଗ୍ରହ କରି ରୋଗୀଙ୍କୁ ଦିଆଯାଉଛି । ମଧୁମେହ ରୋଗର ଉପଶମ ପାଇଁ ସମ୍ମିଳିତ ଭାବେ ଡାକ୍ତରମାନେ ସଭା, ସମିତି ଓ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର ଆଦି କରୁଛନ୍ତି । ଏତେସବୁ କଲା ପରେ ମଧ୍ୟ ପୃଥିବୀରେ ମଧୁମେହ ରୋଗ କମିବା ବଦଳରେ ବଢ଼ି ଚାଲିଛି । ଆଜି ଭାରତର ସହରାଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ତିନି ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରୁ ଜଣକର ଏବଂ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପାଞ୍ଚ ଜଣରୁ ଜଣକର ମଧୁମେହ ରୋଗ ଥିବା ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଅତଏବ ଆମେ ଏହି ରୋଗକୁ ମହାମାରୀ ନ କହି କ'ଣ କହିବୁ ?

ଏଥିରୁ ବୁଝାଯାଏ ଡାକ୍ତରୀ ବିଜ୍ଞାନ ଏବେ ବି ମଣିଷ ଶରୀର ବିଷୟରେ ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ପାଇପାରି ନାହିଁ । ମଣିଷ ସମାଜରେ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣାର ଆରମ୍ଭ ଏଇ ମାତ୍ର ୪୦୦-୫୦୦ ବର୍ଷ ହେଲା ହୋଇଛି । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ରୂପକ ଏହି ଜୈବିକ ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଗଢ଼ିତୋଳିବା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତିକୁ ପ୍ରାୟ ୩୫ ଲକ୍ଷ ବର୍ଷ ଲାଗିଛି । ପ୍ରକୃତି ତା'ର ଦୀର୍ଘଦିନର ପରୀକ୍ଷା-ନିରୀକ୍ଷାର ଏହି ଜ୍ଞାନକୁ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେହିଁ ଗୁପ୍ତ ଭାବରେ ସୁରକ୍ଷିତ କରିରଖିଛି — ଯାହା ନିକଟକୁ ଏବେ ବି ମଣିଷ ପହଞ୍ଚି ପାରି ନାହିଁ । ଶରୀର ଅବସାନ ପରେ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲୁପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । ବଂଶ ପରମ୍ପରା ଧାରାରେ ଏହା ପିତାମାତାଙ୍କଠାରୁ ଶିଶୁ ମଧ୍ୟକୁ ଆସିଥାଏ ତା'ର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷରେ ଥିବା DNA ମଧ୍ୟରେ । ଏହି DNAର ଜ୍ଞାନକୁ ଏବେ ମଧ୍ୟ ମଣିଷ ବୁଝିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ନାହିଁ ।

ବହୁ ବିଚିତ୍ର ଏହି ଶରୀର । ଏହା କେବଳ କେତେକ ରାସାୟନ ଓ ଜଡ଼ ପଦାର୍ଥର ଏକତ୍ରୀକରଣ ନୁହେଁ । ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଥମ କାମ ଥିଲା ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାଣର ସଞ୍ଚାର କରିବା ଯେଉଁ ପ୍ରାଣ ଜଡ଼ ନୁହେଁ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ ସୁପ୍ତ ଭାବରେ ଥିବା ପ୍ରାଣ, ମନ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଚେତନାର ସ୍ତର ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ବିକଶିତ ହୋଇ କ୍ରମ ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ମଣିଷକୁ ଏହି ମହାନ୍ ଶରୀର ମିଳିଛି । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିବର୍ତ୍ତନର ଏହି ବିକାଶଶୀଳ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଜଡ଼-ବିଜ୍ଞାନ ବୁଝି ନ ପାରିଛି, ସେ- ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ମଣିଷକୁ ନୀରୋଗ କରିବାରେ ଯେତେ ବି ବ୍ୟବସ୍ଥା ଉଦ୍ଭାବନ କରୁ ନା କାହିଁକି — ତାହା ଅଧୁରା ରହିବ । କାରଣ ତା'ର ପରୀକ୍ଷାର କ୍ଷେତ୍ର କେବଳ ମଣିଷର ଏକ ସମୟ-ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଓ ଜଡ଼ ଉପରେ ଆଧାରିତ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷର ଅବସ୍ଥା ତା'ର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଯାଏ । ଅତଏବ ୧୦୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ବିଜ୍ଞାନ ଶରୀର ପାଇଁ ଯେଉଁ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଉଦ୍ଭାବନ କରିଥିଲା ଆଜି ତାହା ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେବ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଡ଼-ବିଜ୍ଞାନ ମଣିଷର ଏହି ବିକାଶକୁ ଏବଂ ଜଡ଼ରେ

ଥିବା ମନ, ପ୍ରାଣ, ଚେତନା ଆଦି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ତା'ର ଗବେଷଣାର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ନ କରିଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଯଥାର୍ଥ ସତ୍ୟର ଉନ୍ମୋଚନ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଆଜି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଓ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଯଥାର୍ଥ ଯୋଗୀ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଜଡ଼-ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତା ଏକାକାର ହେଲେ ଯାଇ ସମସ୍ୟାର ଯଥାର୍ଥ ସମାଧାନର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେବ । କାରଣ ସେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣର ଆଧାର ଆଉ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଉପରେ ଆଧାରିତ ନ ହୋଇ ତାଦାତ୍ମ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ ଉପରେ ଆଧାରିତ ହେବ । ସେତେବେଳେ ସେ ଏହିସବୁ ସୂକ୍ଷ୍ମଶକ୍ତିମାନଙ୍କର କ୍ରିୟା ଶରୀର ଉପରେ କିପରି ପଡୁଛି – ତାହା ସହଜରେ ବୁଝିପାରିବ ।

ବୈଜ୍ଞାନିକ ଆଇନ୍‌ଷ୍ଟାଇନ୍‌ଙ୍କ ସୂତ୍ର ସର୍ବଦା ଆମ ଭିତରେ କ୍ରିୟା କରୁଛି । ଯେଉଁ ଜଡ଼କୁ ଆମେ ଖାଦ୍ୟ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଉ ସେହି ଜଡ଼ ପୁଣି ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇ, ତା'ର ସ୍ଥିତି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ଆମ ଭିତରେ ଉତ୍ତାପ, ପ୍ରାଣିକ ଶକ୍ତି, ମାନସିକ ଶକ୍ତି ତଥା ଆମ ଭିତରେ ନାନା ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୁରକ୍ଷାଚକ୍ର ନିର୍ମାଣ କରିଥାଏ । ଆଇନ୍‌ଷ୍ଟାଇନ୍‌ଙ୍କ ସୂତ୍ର ଅନୁସାରେ ଜଡ଼ ଯେତେବେଳେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ସେ ଶକ୍ତି (Energy)ରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ପୁଣି Energy ଘନୀଭୂତ ହୋଇ ଜଡ଼ ହୁଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା Insulin hormon ଜଡ଼-ଖାଦ୍ୟକୁ ଭାଙ୍ଗି ତାକୁ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ କ'ଣ ସେ ବିଷୟରେ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଜାଣିବା ଦରକାର ।

ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ପାକସ୍ଥଳୀର ଗ୍ରହଣୀ (duodenum) ନିକଟରେ ମଧୁରକୋଷ (pancreas) ଅବସ୍ଥିତ । ଏହାର ଦୁଇଟି କାମ । ଗୋଟିଏ କାମ ହେଲା ମଧୁର କୋଷରୁ ପାଚକ ରସ ନିସୃତ ହୋଇ ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ଯାଏ ଓ ସେଠାରେ ଥିବା ଶର୍କରା ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ, ଚର୍ବି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଓ ସ୍ନେହସାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିଥାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ କାମ ହେଲା ମଧୁରକୋଷର ଏକ ଅଂଶରେ ଥିବା ଏକ ଛୋଟ ଗ୍ରନ୍ଥିର ବିଟା (ß) କୋଷରୁ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ହରମନ୍ ନିସୃତ ହୋଇ ରକ୍ତରେ ଭାସି ବୁଲୁଥିବା ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ବହନ କରି ଲିଭରରେ ଗଚ୍ଛିତ କରେ ତଥା ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ କୋଷକୁ ଯାଇ ତା' ଭିତରକୁ ରକ୍ତରୁ ଗ୍ଲୁକୋଜ ଆକର୍ଷଣ କରି ସେଠାରେ ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ଦହନ କରି ଶରୀରର ତାପ ଓ ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ କୋଷ ଭିତରେ ଥିବା ମିଟୋକଣ୍ଡ୍ରିଆ (mitochondria) ରୂପକ ଚୁଲାରେ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଅନ୍ୟ ଉପାଦାନ ସହିତ ଅମ୍ଳଜାନ ରୂପକ ଇନ୍ଧନ ଦ୍ୱାରା ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ରନ୍ଧନ କରି ଆମର ଜୀବନୀ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଅତଏବ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ବିନା ଆମେ ଜୀବନ ଧାରଣ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ମଧୁର କୋଷରୁ ଗ୍ଲୁକାଗୋନ (glucagon) ନାମକ ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ହରମନ ନିସୃତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌ର ବିପରୀତ କାମ କରିଥାଏ । ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌ର କାମ ହେଲା

ଅଧିକ ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ଲିଭରରେ ଜମା କରି ରଖିବା ଏବଂ ଗ୍ଲୁକାଗୋନ ହରମନର କାମ ହେଲା ଯେତେବେଳେ ଖାଦ୍ୟରେ ଗ୍ଲୁକୋଜର ଅଭାବ ହୁଏ ଏହି ଗଚ୍ଛିତ ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ରସବାହୀ ନାଡ଼ି ମାଧ୍ୟମରେ ବିଭିନ୍ନ କୋଷକୁ ଯୋଗାଇବା । ଆମେ ଉପବାସ କଲେ ବା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ବ୍ୟାୟାମ କଲେ ଲିଭରରେ ଜମିଥିବା ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ଏହିପରି ଭାବରେ ଉପଯୋଗ କରିଥାଉ ।

ମଧୁମେହ ରୋଗ କିପରି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ? ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଶର୍କରା ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଉ ତାହା ହଜମ ହୋଇ ଗ୍ଲୁକୋଜରେ ପରିଣତ ହୁଏ ଓ ରକ୍ତ ସହିତ ପ୍ଲାଜ୍ମା-ଗ୍ଲୁକୋଜ (plasma-glucose) ଭାବରେ ମିଶିଥାଏ । ମଧୁରକୋଷ ଏହି ପ୍ଲାଜ୍ମା-ଗ୍ଲୁକୋଜର ଉପସ୍ଥିତି ଓ ତା'ର ପରିମାଣକୁ ଏଠାରେ ଥିବା ଗ୍ରନ୍ଥିରେ ହେଉଥିବା ରକ୍ତ ପ୍ରବାହରୁ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଏବଂ ସେହି ଅନୁପାତରେ ସେ ବିଟା କୋଷରୁ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଯଦି କୌଣସି କାରଣରୁ ମଧୁରକୋଷର ଏହି ବିଟା କୋଷ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ବା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଅକ୍ଷମ ହୁଏ ତେବେ ଆମ ଶରୀରରେ ଆଉ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ବା କମ୍ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ତେଣୁ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଅଭାବରୁ ଏହି ଗ୍ଲୁକୋଜ୍‌କୁ ଲିଭରରେ ଜମା କରାଯାଇ ପାରି ନ ଥାଏ ବା କୋଷମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଗ୍ଲୁକୋଜ୍ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରି ନ ଥାଏ । ଏଣୁ ରକ୍ତରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଗ୍ଲୁକୋଜ୍ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ । ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଏହି ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ କିଡ୍‌ନି ରକ୍ତରୁ ଛାଣି ମୂତ୍ର ସହିତ ଶରୀରରୁ ବାହାର କରିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେତେବେଳେ ମୂତ୍ରରେ ଅଧିକ ଗ୍ଲୁକୋଜ୍ ଦେଖାଯାଏ ତାକୁ ମଧୁମେହ ରୋଗ କୁହାଯାଏ । ରକ୍ତର ଘନତ୍ୱକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ, ଚିନିକୁ ରକ୍ତରୁ ଅଲଗା କରିବା ପାଇଁ କିଡ୍‌ନିକୁ ଅଧିକ ଛାଣିବା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ତେଣୁ ଶରୀରରେ ଅଧିକ ମୂତ୍ର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ତେଣୁ ରୋଗୀକୁ ଅଧିକ ଶୋଷ ଲାଗେ ଓ ତାକୁ ବାରଂବାର ପରିସ୍ରା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ diabetes ରୋଗକୁ ବହୁମୂତ୍ର ରୋଗ ବୋଲି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଇ ଥାଏ । ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଉତ୍ପନ୍ନର ଅକ୍ଷମତା ପାଇଁ ଯେଉଁ diabetes ରୋଗ ହୁଏ ତାକୁ diabetes type-1 ବୋଲି କୁହାଯାଇଥାଏ । ସମୟ ସମୟରେ ଲିଭରର ଯଦି କିଛି କ୍ଷୟ କ୍ଷତି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହା ଠିକ୍ ଭାବରେ ଗ୍ଲୁକୋଜ୍‌କୁ ନିଜ ଭିତରେ ଜମା ରଖି ନ ପାରେ ତେବେ ରକ୍ତରେ ଥିବା ପ୍ଲାଜ୍ମା ଗ୍ଲୁକୋଜ୍‌ର ବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ମଧୁମେହ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀର ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ଡାକ୍ତରମାନେ ରୋଗୀକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଇନ୍‌ଜେକ୍‌ସନ୍ ନେବା ପାଇଁ କହିଥାଆନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌ର ଅଭାବ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ରୋଗର ମୂଳ କାରଣରେ ପହଞ୍ଚି ନ ଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ମଧୁରକୋଷକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ କରିପାରି ନ ଥାଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରକାର ମଧୁମେହ (diabetes type-2) ହେଲା ଶରୀରରେ ଯଥେଷ୍ଟ

ପରିମାଣରେ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଛି । ଲିଭରରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଗ୍ଳୁକୋଜ୍ ଜମା ହୋଇ ପାରୁଛି । କିନ୍ତୁ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ କୋଷ ଭିତରେ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଠିକ୍ ଭାବରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପାରୁ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହା ଭିତରେ ଗ୍ଳୁକୋଜ୍‌ର ରନ୍ଧନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଠିକ୍ ଭାବରେ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ରକ୍ତରେ ପ୍ଲାଜ୍‌ମା ଗ୍ଳୁକୋଜ୍‌ର ମାତ୍ରା ବଢ଼ିଯାଏ ଓ ମଧୁମେହ ରୋଗର ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । କୋଷ ଭିତରେ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ପ୍ରବେଶ କରି ନ ପାରିବାର ସ୍ଥିତିକୁ insulin receptor resistance ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ପଥ ଦେଇ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ କୋଷ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର କଥା ସେହି ପଥର ଦ୍ୱାର ଖୋଲି ନ ଥାଏ । ବହୁ କାରଣରୁ ଏହି ପଥର ଦ୍ୱାର ତା'ର ଅନୁଭବ କ୍ଷମତା ହରାଇଥାଏ । ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌କୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ସେ ଚିହ୍ନି ପାରି ନ ଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ କୋଷ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପାଇଁ ଦେଇ ନ ଥାଏ । ଡାକ୍ତରମାନେ ଏବେ ବି କୋଷର ଏହି ବାଧାର କାରଣ ବିଷୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଜାଣି ନାହାନ୍ତି । "The exact mechanism of insulin resistance in NIDDM (non-insulin dependent diabetes) is not known." (Medical Physiology, P. 394) ସାଧାରଣତଃ ଚର୍ବିବହୁଳ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏହି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଅତ୍ୟଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଚର୍ବି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ଏହି ଚର୍ବି-କୋଷ ଶରୀରରେ ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବାଧା ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଶେଷରେ ବିଭିନ୍ନ କୋଷ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌କୁ ଚିହ୍ନିବାର କ୍ଷମତା ହରାଇ ଥାଆନ୍ତି । କୋଷର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର କୋଷ କ୍ଷୁଧାର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିଥାଏ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ମଧୁମେହର ପ୍ରଧାନ କାରଣ ହେଲା ମାନସିକ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା, ଅସ୍ଥିରତା ଓ ଭୟ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଆବେଗ ଆଦିର କୁପ୍ରଭାବ ଆମ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଧର୍ମ ଓ ନୈତିକତା ଭାଙ୍ଗିଯିବା ଫଳରେ ମଣିଷର ମାନସିକ ଓ ପ୍ରାଣିକ ବିକୃତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ମଣିଷର କୁକର୍ମ, କୁଚିନ୍ତା, ବଦଭ୍ୟାସ ବଢ଼ିଯାଇଛି ଏବଂ ତା'ର କୁ-ପ୍ରଭାବ ଶରୀର ଉପରେ ପଡୁଛି । ତେଣୁ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଥିବା ପ୍ରାକୃତିକ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ନଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷର ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ରହିଛି । ସେ ନିଜକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତିର ବିଧାନକୁ ଅନୁସରଣ କରି ଆସୁଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏବେ ବିକୃତ ମନର ପ୍ରଭାବରେ ଆସି ସେ ମଧ୍ୟ ଭୟଭୀତ, ଅସ୍ଥିର ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । ନିଜର ଜୀବନ ରକ୍ଷା ପାଇଁ କୋଷ ଭିତରେ ଶତ୍ରୁ ଅଣୁ (ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ଆଦି)ର ପ୍ରବେଶକୁ ସେ ବାଧା ଦେଇଥାଏ । କୋଷରେ ଭୟ ଓ ଅସ୍ଥିରତା ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବା ହେତୁ ସେ ଆଉ ଶତ୍ରୁ ମିତ୍ର ଭିତରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବୋଧ କରି ପାରୁ ନାହିଁ । ତେଣୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ କାହାରିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଅନୁମତି ଦେଉ ନାହିଁ – ଏପରିକି ତା'ର ପ୍ରଧାନ ସହାୟକ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌କୁ ମଧ୍ୟ । ଏହାହିଁ ହେଲା diabetes type-2 ର ଅସଲ କାରଣ ।

ଏଥର ଆମେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀ ଡାଇବେଟିସ୍‌ର ଉପଶମର ଉପାୟ କ'ଣ । ସାଧାରଣତଃ ଆମ ରକ୍ତ ଅମ୍ଳଯୁକ୍ତ ହୋଇ ବିଷାକ୍ତ ହୋଇଗଲେ ତାହା ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଅଚଳ କରିଥାଏ । ମଧୁରକୋଷ, ଲିଭର୍, କିଡ୍‌ନି ଆଦି ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରଖିବା ପାଇଁ ଆମ ରକ୍ତକୁ ପ୍ରଥମେ ବିଷମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ଏହାର ଅମ୍ଳତ୍ୱକୁ ବଦଳାଇ ଏହାକୁ କ୍ଷାରଯୁକ୍ତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟହିଁ ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ବିଷ ନାଶକ ଓ ଶକ୍ତିବର୍ଦ୍ଧକ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ବିଶୁଦ୍ଧ ରକ୍ତ ଆମ ଶରୀରରେ ଜୀବନ ରକ୍ଷକ ଭାବରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ । ଏହା ରୋଗ ଜୀବାଣୁଙ୍କୁ ସହଜରେ ନାଶ କରିଥାଏ । ଭାତ, ରୁଟି, ମାଛ, ମାଂସ, ଘିଅ, ଲହୁଣି, ମିଠା ଆଦି ଅମ୍ଳ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ କମ୍ ଖାଇ ଫଳମୂଳ, ପନିପରିବା, ଶାଗ, ଦୁଗ୍ଧ ଓ ଦହି ବେଶୀ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ରକ୍ତର ଅମ୍ଳତ୍ୱ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ପାଇଁ ୬୦% କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଓ ୪୦% ଅମ୍ଳଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗ ପାଇଁ କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ୮୦ ରୁ ୯୦ ପ୍ରତିଶତ ହେବା ଉଚିତ । ରକ୍ତକୁ ବିଶୁଦ୍ଧ କରିବାର ୨ୟ ଉପାୟ ହେଲା ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଆଦି ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା । ଆସନ ଦ୍ୱାରା ଆମ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଅନ୍ତି । ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ, ଧନୁରାସନ, ଅର୍ଦ୍ଧମତ୍ସେନ୍ଦ୍ରାସନ, ମୟୂରାସନ, ପଶ୍ଚିମୋତ୍ତାନାସନ ଓ ପେଟର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଓ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ସର୍ବଦା ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ରହେ । ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀ ଶର୍କରା ଜାତୀୟ ଓ ଚର୍ବି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟକୁ ବର୍ଜନ କରିବାକୁ ହେବ । ତା' ବଦଳରେ କଞ୍ଚା କଦଳୀ ଓ ଅନ୍ୟ ପରିବା ସିଝା ବେଶୀ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ରୋଟି ଓ ଭାତ ବହୁତ କମ୍ ଖାଇବାକୁ ହେବ ।

୨ୟ ଶ୍ରେଣୀ ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ଯେଉଁମାନଙ୍କ ପୃଥୁଳ ଶରୀର ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ଶରୀରର ଓଜନ କମାଇବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ଖୁବ୍ କମ୍ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ ବା ଉପବାସ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଓ ଶାରୀରିକ କର୍ମ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଖାଦ୍ୟ କମାଇ ଦେଲେ ଆମ ଭିତରେ ଜମିଥିବା ଚର୍ବି ଶରୀରର ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ପୁନଃ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇ ଆମର ଓଜନ କମିଥାଏ ଓ ଆମେ ଚର୍ବି ଶୂନ୍ୟ ହୋଇଥାଉ । ଯେପରି ଭାବରେ ହେଉ ଶରୀରରୁ ପ୍ରବଳ ପରିମାଣରେ ଝାଳ ବୁହାଇବାକୁ ହେବ । ବାଷ୍ପସ୍ନାନ ଏଥିପାଇଁ ବିଶେଷ ଉପଯୋଗୀ । ବାଷ୍ପସ୍ନାନ ଦ୍ୱାରା (ବାଷ୍ପସ୍ନାନ ବିଷୟରେ ଆଗରୁ କୁହାଯାଇଛି) ଶରୀରରେ ଜମିଥିବା ବିଷ ଓ ଆବର୍ଜନା ଆଦି ଶୀଘ୍ର ପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ ଓ ଶରୀରରେ ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ରୁତ ହେବା ଫଳରେ ଜମିଥିବା ଚର୍ବି କମିଥାଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ପତଳା ଓ ମୋଟା ଉଭୟ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ

ଏହାର ପରବର୍ତ୍ତୀ କାମ ହେଲା ଶରୀରର କୋଷମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ପ୍ରବେଶର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା । ଏଥିପାଇଁ ମନର ଅସ୍ଥିରତା, ଭୟ ଓ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତାକୁ କମାଇବାକୁ ହେବ । ମନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମତା ଓ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟତା ସ୍ଥାପନ କରି ପାରିଲେ ଶରୀର କୋଷମାନଙ୍କ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ସମତା, ଶାନ୍ତି ଓ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟତା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ । ସେତେବେଳେ କୋଷମାନେ କାମ ଠିକ୍ ଭାବରେ କରିପାରିବେ । ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ସ୍ଥିର କରିବା ପାଇଁ ଆମର ପ୍ରାଣିକ ଆବେଗ ଓ ସମ୍ବେଦନକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଅନ୍ୟ କଥାରେ କହିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଯୋଗୀ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ଆମର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ଯାତ୍ରାର ପଥ ଗ୍ରହଣ କରି ଆମ ଜୀବନର ଉତ୍କର୍ଷ ଆଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯାହାକି ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର ପ୍ରଥମ କାମ ।

ଖାଦ୍ୟପେୟ ବିଷୟରେ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀ ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ଯାହା କୁହାହୋଇଛି ସେହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ବିଶେଷ କରି ଚିନି ବଦଳରେ ପିତା ଜିନିଷ ବେଶୀ ଖାଇବାକୁ ହେବ । 'ଚିରଇତା' କାଷ୍ଠକୁ ପାଣିରେ ସାରା ରାତି ବୁଡ଼ାଇ ରଖି ସକାଳେ ସେହି ପାଣିକୁ କିଛି ଦିନ ସେବନ କଲେ ରକ୍ତରୁ ପ୍ଲାଜମା-ଗ୍ଲୁକୋଜ୍ କମ୍ ହୋଇଥାଏ ଓ ଆମ ଶରୀରର କୋଷମାନଙ୍କ ଉପରେ କ୍ରିୟା କରି ସେମାନଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ କରିଥାଏ ଓ ଡାଇବେଟିସ୍ ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ । ଚିରଇତା ବଦଳରେ କଲରାରୁ ରସ ବାହାର କରି ତାକୁ ସକାଳେ ସେବନ କଲେ ମଧ୍ୟ ସମାନ ଫଳ ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀ ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ମଧୁର କୋଷର ବିଟା କୋଷ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଠିକ୍ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଔଷଧ ମାଧ୍ୟମରେ ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

କିଡ୍‌ନି ଯଦି ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରି ନ ପାରେ ତେବେ ରକ୍ତରେ ଗ୍ଲୁକୋଜ୍‌ର ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଏହା କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଡାଇବେଟିସ୍ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଭୁଲ୍ କରି ଯଦି ଏହାକୁ ଡାକ୍ତରମାନେ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀ ଡାଇବେଟିସ୍ ବୋଲି ଭାବି ରୋଗୀକୁ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ଇଞ୍ଜେକ୍‌ସନ୍ ଦେଇ ଥାଆନ୍ତି ତେବେ ଶରୀରରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍‌ର ଉପସ୍ଥିତି ରୋଗୀ ଭିତରେ ଜଟିଳ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଏ ବିଷୟରେ ସାବଧାନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ରୋଗ ପରିଚୟ (diagnosis) ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହେବା ଉଚିତ ।

ଶେଷରେ ଆମକୁ ଅନୁଶୀଳନ କରିବାକୁ ହେବ ମଣିଷ- ଜାତି ପାଇଁ ଏହିସବୁ ମାରାତ୍ମକ ରୋଗର ବୋଝ କାହିଁକି ? ଏହା କ'ଣ ମଣିଷଜାତିକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିଦେବା ପାଇଁ ଆୟୋଜିତ ହେଉଛି ? ଏହା କ'ଣ ପୃଥିବୀରୁ ଅତ୍ୟଧିକ ପାପଭାର ଲାଘବ କରିବା ପାଇଁ ମଣିଷ ଜାତି ପାଇଁ ଭଗବାନଙ୍କର ଏକ ପ୍ରକାର ଦଣ୍ଡ ? ଏହିସବୁ କାରଣ ଯଥାର୍ଥ ନୁହେଁ । ଦୂରଦୃଷ୍ଟି ଦେଇ ଦେଖିଲେ ବୁଝାଯିବ ଏହା ହେଲା ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ଏକ ଶୁଭ ସଙ୍କେତ । ବାଛି ନେବାର ଏକ ଶୁଭ ଘଡ଼ି । ମଣିଷକୁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବାର ଏକ

ପରୀକ୍ଷାର ସମୟ । ସତ୍ୟକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରି ରଖିବା ପାଇଁ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ଆସିଥିବା ଏକ ପରୋକ୍ଷ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ । ଏହା ହେଲା ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ଏକ ଚାପ ।

"As if a superhuman power trying to manifest through millennium of importance... That is it. This (the body) is made of millennium of importance. And a superhuman power is trying to exerting a pressure to manifest."

(The Mohter, *Mother's Agenda*, Vol. 13, P. 199, 31 May 1972)

ପେଟ ରୋଗ ଓ ତା'ର ଉପଶମ

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମର ଏହି ଶରୀର ଯେଉଁ ନିୟମ ଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ମାନି ଚଳୁଛି, ତାହା ହେଲା ଅଜ୍ଞାନ ଓ ଅନ୍ଧକାର ଶକ୍ତିର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ – ମୃତ୍ୟୁ ଦେବତାର ନିୟମ ଓ ଶୃଙ୍ଖଳା । ତେଣୁ ଆମ ଶରୀରରେ ଯେଉଁସବୁ ବିକୃତି ଦେଖାଦିଏ ସେଥିପାଇଁ ଅସଲ ଦାୟୀ ହେଲା ଆମ ଉପରେ ଏହି ଅନ୍ଧକାର ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ । ଏହି ଅନ୍ଧକାର ଶକ୍ତି ତା'ର ସମସ୍ତ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ରୂପକ ଦଳବଳଙ୍କୁ ଲଗାଇ ମଣିଷକୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଟାଣି ନେଉଛି ସେହି ମୃତ୍ୟୁ ରୂପକ ଗର୍ତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ପକାଇବା ପାଇଁ । ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଲୌହ ଶୃଙ୍ଖଳର ବନ୍ଧନକୁ ମଣିଷ ଛିନ୍ନ କରିବାକୁ ଚାହିଁଲେ ମଧ୍ୟ ଏଥିରେ ସେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଫଳ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । କାରଣ ସେ ନିଜେ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇ ନିଜର ଦୁର୍ବଳ ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ପାଇଁ ବୃଥା ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି । ମଣିଷର ଏହି କ୍ଷୀଣ ଶକ୍ତିକୁ ନେଇ ମୃତ୍ୟୁ ସହିତ ଲଢ଼ିବା ଏତେ ସହଜ ନୁହେଁ ।

କିନ୍ତୁ ଏବେ ଏହି ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଯେଉଁ ଦେବ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ଅଭ୍ୟୁଦୟ ହୋଇଛି, ଏହି ସମୟରେ ମାନବ ଭାଗ୍ୟାକାଶରେ ମହାନ୍ ସମ୍ଭାବନାର ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ଦୁର୍ବଳ ମଣିଷକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ଦେବତାମାନେ ତା' ଭିତରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ସାରିଲେଣି । ସ୍ୱୟଂ ଦିବ୍ୟଜନନୀ ଶ୍ରୀମା ମଣିଷ ଭିତରେ ସଚେତନ ଭାବରେ ପ୍ରବେଶ କରି ତାଙ୍କର କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରି ସାରିଲେଣି । ମୃତ୍ୟୁ ସହିତ ମଣିଷର ଏହି ଯୁଦ୍ଧରେ ତାକୁ ବିଜୟ ମଣ୍ଡିତ କରିବା ପାଇଁ ତା' ଭିତରେ ସେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଆମ ଭିତରେ ସେହି ମା ସାବିତ୍ରୀ ବଜ୍ର ଗମ୍ଭୀର କଣ୍ଠରେ ମୃତ୍ୟୁ ଦେବତାକୁ କହୁଛନ୍ତି :

I trample on thy law with living feet;
For to arise in freedom I was born.

(Savitri, Book.X, Canto. IV., P. 652)

ମୁଁ ତୁମ (ମୃତ୍ୟୁ)ର ନିୟମକୁ ପଦଦଳିତ କରେ ମୋର ଜୀବନ୍ତ ପାଦରେ;
ଲଭିଛି ମୁଁ ଜନ୍ମ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଉଠିବାକୁ ଏହି ବନ୍ଧନରୁ ।

ଅତଏବ ଆଉ ଭୟ କାହିଁକି ? ଆଉ ଆଳସ୍ୟ କାହିଁକି ? ଆମେ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରି ଏବେ ବି ଆମ ଶରୀର ଉପରେ ଯଥାର୍ଥ କ୍ରିୟା କରିପାରୁ ନାହୁଁ କାହିଁକି ? ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଇଙ୍ଗିତ ଦେଇ ଆମକୁ କହିଛନ୍ତି : ''ବର୍ତ୍ତମାନ ଶରୀରରେ କୌଣସି ରୂପାନ୍ତର ନ ଆଣି ତାହା ଯେପରି ଅଛି ଯଦି ତାହାକୁ ସେହିପରି ରଖାଯାଏ ତେବେ ତାହା ଏହିପରି ଏକ ବନ୍ଧନ ରୂପେ ଓ ପୁରାତନ ପ୍ରକୃତିର କାରାଗାର ରୂପରେହିଁ କ୍ରିୟା କରିବ ।'' (ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ. ୫୭) । ଅତଏବ ଶରୀରକୁ ଏହି ପୁରାତନ ପ୍ରକୃତିର ଅଭ୍ୟାସରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଆମକୁ ତାକୁ ନୂତନ ଗୁଣ ଧର୍ମ ଶିଖାଇବାକୁ ହେବ । ଏହାର ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେବ ।

''ଶରୀରର ସମଗ୍ର ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଛି ଦେହ ଯନ୍ତ୍ରର ଯାହା ସବୁଠାରୁ ଜଡ଼ ଅଂଶ, ତା'ର ଗଠନ, ପ୍ରକ୍ରିୟା ଓ ତା'ର ପ୍ରକୃତିର ରୀତି ଓ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବା ।

''ଏହା ମନେ କରାଯାଇପାରେ ଯେ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଓ ସଂଯମ ଯଦି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଆଧାର ଏବଂ ଆଧାରର ଅଦୃଶ୍ୟ କ୍ରିୟା ସମ୍ପର୍କରେ ଯଦି ଜ୍ଞାନ ଓ ସାକ୍ଷାତ୍ ଦୃଷ୍ଟି ରହେ ଓ ନିଜର ସଚେତ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଅନୁସାରେ ଏଗୁଡ଼ିକର କ୍ରିୟାବଳୀକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଯଦି ରହେ, ତେବେ ତାହାହିଁ ଯଥେଷ୍ଟ ହେବ ।''

— ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ (ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ. ୫୫)

ଏହାହିଁ ହେଲା ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଅସଲ ରହସ୍ୟ । ଆମ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ରୋଗ, ସମସ୍ତ ବିକୃତି ଓ ସମସ୍ତ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତାକୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏହି ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରେ ଦେଖି, ତାକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି, ଶରୀରର ମୂଳ ଜଡ଼ତ୍ୱ ଉପରେ କ୍ରିୟାକରି ତାକୁ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାକୁ ହେବ — ଯାହାକି କୌଣସି ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ ।

ଔଷଧ କେବଳ ରୋଗର ବାହ୍ୟ ଉପସର୍ଗକୁ ଉପଶମ କରିଥାଏ କିନ୍ତୁ ରୋଗର ମୂଳ କାରଣକୁ ନୁହେଁ । ଯେପରି ଗୋଟିଏ ନର୍ଦ୍ଦମାକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ସଫା ନ କଲେ ସେଥିରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଆବର୍ଜନା ଜମିଯାଏ, ପରେ ଏହି ଆବର୍ଜନା ପଚିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ସେଥିରେ ପୋକ, ମାଛି ପଶି ତାକୁ ଆହୁରି ଶଢ଼ିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଶେଷରେ ସେଥିରୁ ଯେତେବେଳେ ଅସହ୍ୟ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ବାହାରେ ସେତେବେଳେ ଦଳେ ଲୋକ ତା' ଉପରେ ଫିନାଇଲ୍ ପକାଇ ଦୁର୍ଗନ୍ଧକୁ ଦୂର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଦୁର୍ଗନ୍ଧର ମୂଳ କାରଣକୁ ଦୂର କରି ନ ଥା'ନ୍ତି । ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଅଛନ୍ତି

ଯେଉଁମାନେ ଘଟଣାର ମୂଳ କାରଣକୁ ଧରିପାରି ଥାଆନ୍ତି ଓ ତା'ର ଉପଯୁକ୍ତ ପ୍ରତିକାର କରି ଥାଆନ୍ତି । ସେପରି ଲୋକ ଆମ ଏହି ନର୍ଦ୍ଦମାରେ ଫିନାଇଲ୍ ନ ଢାଳି ଟିକିଏ କଷ୍ଟ କରି ପ୍ରତିଦିନ ଏହାକୁ ପରିଷ୍କାର କରିଥାଆନ୍ତି । ତାଙ୍କ ନର୍ଦ୍ଦମାରେ କେବେହେଲେ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ନ ଥାଏ ।

ଠିକ୍ ସେହିପରି ଆମ ଶରୀରରେ ବହୁ ପ୍ରକାରର ନଳୀ ରହିଛି – ରକ୍ତ ନଳୀ, ମୂତ୍ର ନଳୀ, ଶ୍ୱାସ ନଳୀ, ପାଚକରସ ନଳୀ ଇତ୍ୟାଦି । ଏହିସବୁ ନଳୀରେ ଯଦି ଆବର୍ଜନା ଜମିଯାଏ ତେବେ ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଥାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଧାନ ନଳୀ ହେଲା ପାକ ନଳୀ (Gastrointestinal tract) ଏହା ମୁଖ ଗହ୍ୱରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଅନ୍ନ ନଳୀ, ପାକସ୍ଥଳୀ, ଗ୍ରହଣୀ (deodenum), କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ର (small intestine), ବୃହଦାନ୍ତ୍ର (large intestine) ଓ ଶେଷରେ ଗୁହ୍ୟ ଦ୍ୱାର (rectum)ରେ ଶେଷ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଲମ୍ବ ପ୍ରାୟ ୧୫ ଫୁଟ (୪.୬ ମି.) । ମୁଖ ଗହ୍ୱର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ ପ୍ରାୟ ୧ କି.ଗ୍ରା. ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଉ ଓ ୧.୫ ଲିଟର ଜଳ ପାନ କରିଥାଉ । ଏହାଛଡ଼ା ବିଭିନ୍ନ ପାକଯନ୍ତ୍ରରୁ ପ୍ରାୟ ୭ ଲିଟର ପାଚକରସ ଝରି ଏହି ଖାଦ୍ୟରେ ମିଶିଥାଏ । ମୁଖ ଗହ୍ୱରରୁ ଲାଳ ୧.୫ ଲିଟର, ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ୨ ଲିଟର ପାଚକରସ, ପିତ୍ତକୋଷରୁ ୦.୫ ଲିଟର ପିତ୍ତରସ, ମଧୁରକୋଷରୁ ୧.୫ ଲିଟର ମଧୁର ରସ, କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରରୁ ୧ ଲିଟର ରସ ଓ ବୃହଦାନ୍ତ୍ରରୁ ୦.୫ ଲିଟର ରସ ଝରିଥାଏ । ଏହିପରି ସର୍ବମୋଟ ୮.୫ ଲିଟର ପାଚକରସ ଓ ପାଣି ସହିତ ଏକ କିଲୋ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରା ଯାଇଥାଏ । ଏପରିକି ଖାଦ୍ୟ ଦେଖିଲେ, ଶୁଙ୍ଘିଲେ ବା ସ୍ପର୍ଶ କଲେ ମଧ ମଧୁର କୋଷରୁ ପାଚକରସ ନିସୃତ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ଏହିସବୁ ପାଚକରସ ଭୟଙ୍କର ଅମ୍ଳଯୁକ୍ତ (Acidic) ହୋଇଥାଏ । ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ଯେଉଁ ପାଚକରସ ଝରେ ସେଥିରେ ୯୯.୫% ଜଳ ଓ ୦.୫% ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁ ଓ ରାସାୟନ ପଦାର୍ଥ ରହିଥାଏ । ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ମଧ୍ୟରୁ ହାଇଡ୍ରୋକ୍ଲୋରିକ ଏସିଡ୍ (HCL) ଏବଂ ପେପ୍‌ସିନ୍ (Pepsin) ପ୍ରଧାନ । ଏହିସବୁ ରାସାୟନ ପଦାର୍ଥ ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ଜୀବାଣୁଙ୍କ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ମୁଖ ଦେଇ ଯଦି କିଛି ଜୀବାଣୁ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଆସିଥାଏ ତାକୁ HCL ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ମୁଖରେ ଥିବା ଲାଳ ମଧ ଏଣ୍ଟିସେପ୍‌ଟିକ୍ ଭଳି କାମ କରିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବିରାଡ଼ି, କୁକୁର ଆଦି ପଶୁ ତାଙ୍କ ଘା'କୁ ଚାଟି ଉପଶମ କରି ଥାଆନ୍ତି । ଏପରିକି ନେଉଳ ସାପ ବିଷକୁ ମଧ ଚାଟି ନଷ୍ଟ କରି ଦେଇଥାଏ । ପାକସ୍ଥଳୀର ପାଚକରସରେ ଥିବା HCL ଲୌହ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟକୁ ଭାଙ୍ଗି ତାକୁ ଶରୀର ଗ୍ରହଣ ଉପଯୋଗୀ କରିଥାଏ । ଯଦି ପାଚକରସରେ HCL କମ୍ ଥାଏ ତେବେ ରକ୍ତରେ ଲୌହ ଉପାଦାନ କମ୍ ହୋଇ ରକ୍ତହୀନତା ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ପିତ୍ତକୋଷରୁ ପିତ୍ତରସ ଓ ପିତ୍ତ-ଲବଣ ପିତ୍ତନଳୀ ଦେଇ ଆସି ଗ୍ରହଣୀରେ ପହଞ୍ଚେ । ପିତ୍ତରସ ଖାଦ୍ୟରେ ଥିବା ଚର୍ବିଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟକୁ କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରରେ ହଜମ କରିଥାଏ । ମଧୁର କୋଷରୁ ମଧୁର ରସ ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣୀରେ ପହଞ୍ଚି ଖାଦ୍ୟରେ ଥିବା ଶର୍କରା ଜାତୀୟ, ସ୍ନେହ ଜାତୀୟ ଓ ତୈଳ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିଥାଏ । ପାକସ୍ଥଳୀ, କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ର ଓ ବୃହଦନ୍ତ୍ରର ମାଂସପେଶୀର ସଂକୋଚନ ଓ ପ୍ରସାରଣ ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ ଭଲ ଭାବେ ପେଷଣ ହୋଇଥାଏ ଓ ପାଚକ ରସରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ ବିଭାଜିତ ହୋଇ ଶରୀର ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଖାଦ୍ୟରେ ଥିବା ଉପାଦେୟ ପଦାର୍ଥ ରକ୍ତ ଓ ରସବାହୀ ନଳୀ ଦେଇ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ଯାଇଥାଏ ଏବଂ ଆମେ ସୁସ୍ଥସବଳ ହୋଇଥାଉ ।

ଆମ ଶରୀରରେ ସମସ୍ତ ରୋଗର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ ଏହି ପାକକ୍ରିୟାର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ହେତୁ । ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ପ୍ରଥମେ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟିହୁଏ ଏହି ପେଟରୁ । ପ୍ରଥମେ ଏସିଡିଟି ଓ ଗ୍ୟାସରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ବଦହଜମ, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ନାଳରକ୍ତ ଝାଡ଼ା, ଅଲ୍‌ସର୍ ଆଦି କ୍ରନିକ୍ ରୋଗର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଶେଷରେ ରକ୍ତ ଦୂଷିତ ହୋଇ ଏହି ଦୂଷିତ ରକ୍ତର ପ୍ରଭାବରେ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରମାନେ ମଧ୍ୟ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମେ ଶ୍ୱାସରୋଗ, ହୃଦ୍‌ରୋଗ, ରକ୍ତଚାପ, ବହୁମୂତ୍ର ଆଦି ରୋଗର ଶିକାର ହେଉ । ସର୍ବଶେଷରେ ରକ୍ତର ଏହି ବିଷର ପ୍ରଭାବ ମସ୍ତକକୁ ଯାଇ ନାନା ସ୍ନାୟବିକ ରୋଗର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଓ ଆମେ କ୍ୟାନ୍‌ସର୍, ଏଡ୍‌ସ୍, ମୂର୍ଚ୍ଛା ଆଦି ମାରାତ୍ମକ ରୋଗର କବଳରେ ପଡ଼ିଥାଉ । ଅତଏବ ଆମେ ଯଦି ଆମ ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରଖିପାରୁ ଏବଂ ଏହା ଭିତରେ ଥିବା ନାନା ପାକଯନ୍ତ୍ର ଆଦି ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରନ୍ତି, ତେବେ ଆମକୁ କେବେ-ହେଲେ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ ।

ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ବିଭିନ୍ନ ଦିଗରୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ବିଭିନ୍ନ ପେଟ ରୋଗ କାହିଁକି ହୁଏ ସେ ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ଯଦି ଭୋକ ଥିବା ସମୟରେ ନ ଖାଉ ଓ ଭୋକ ନ ଥିବା ସମୟରେ ଖାଉ ଏହା ଏସିଡିଟି ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର ସୂତ୍ରପାତ । ଆମେ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ପୁଣି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଉ । ଦିନରେ ବହୁବାର ଚା, ଜଳଖିଆ ଓ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏସିଡିଟି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ପେଟରେ ହୋଇଥିବା ଅଲ୍‌ସର୍ ରୋଗୀକୁ କେହି କେହି ଡାକ୍ତର ବାରଂବାର ଖାଇବାକୁ ଉପଦେଶ ଦେଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏହା କେବଳ ପେଟର ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ମାତ୍ର କମାଇଥାଏ କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଏସିଡିଟି ହେତୁ ଅଲ୍‌ସର୍ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି ସେହି ଏସିଡିଟିକୁ ଏହା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ ଓ ଅଲ୍‌ସର୍ ଅଧିକ ବ୍ୟାପିଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଏସିଡିଟି କମାଇବା ପାଇଁ ଆମେ ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା Eno, ହାଜମୂଲା ଓ ଯୁଆଣି ଇତ୍ୟାଦି ସେବନ କରିଥାଉ ।

ଏହାଦ୍ୱାରା ଏସିଡିଟିର ଯନ୍ତ୍ରଣା ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏସିଡିଟି ରୋଗର ମୂଳ କାରଣ ଦୂର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଆମେ ବଜାରର ପୁରୁଣା ପୋଡ଼ା ତେଲର ଭଜା ଇତ୍ୟାଦି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା, ଅଧିକ ତୈଳ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ପିତ୍ତରସ ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ଆସିଥାଏ ଓ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଅଧିକ ପାଚକରସ ଓ ପିତ୍ତରସର ଉପସ୍ଥିତି ଓ ଏହାର ପଚନ ଦ୍ୱାରାହିଁ ଆମର ଏସିଡିଟି ହୋଇଥାଏ । ସମୟ ଅନୁସାରେ ନ ଖାଇଲେ, ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଅଧା ହଜମ ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ସଦ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ପୁଣି ଖାଇଲେ ଆମ ଗ୍ରହଣୀର ଦ୍ୱାର ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଅର୍ଥାତ୍ ଖାଦ୍ୟର ଅମ୍ଳତ୍ୱକୁ ଗ୍ରହଣୀ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିପାରି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ଖାଦ୍ୟ କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରକୁ ଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଆମର ଏସିଡିଟି ହୁଏ । ଆମେ ଯଦି କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ କମ୍ ଖାଇ ଅମ୍ଳ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ବେଶୀ ଖାଉ ତେବେ ଆମର ଏସିଡିଟି ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଅଧା ଲେମ୍ବୁ ରସରେ ଚିନି ବା ଲୁଣ ଦେଇ ପାନ କଲେ ଏସିଡିଟି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହା ଛଡ଼ା ମାନସିକ ଅସ୍ଥିରତାର କାରଣରୁ ଆମକୁ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ବହୁ ଦିନ ଧରି ରାଗ ଓ ଅଧିକ ମସଲା ଦିଆ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମର କ୍ରନିକ୍ ଡିସେଣ୍ଟ୍ରି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ରକ୍ତ ବେଶୀ ମାତ୍ରାରେ ଦୂଷିତ ହେଲେ ପେଟରେ ଥିବା ମାଂସପେଶୀ ଶୁଦ୍ଧ ରକ୍ତ ନ ପାଇ କଲିକ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।

ପେଟରେ ଗ୍ୟାସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର କାରଣ ହେଲା ଖାଦ୍ୟ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ହଜମ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଯଦି ଏହା ପଚିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଆମ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ପାକଯନ୍ତ୍ରରୁ ଯଦି ଠିକ୍ ପରିମାଣରେ ପାଚକ ରସ ନ ଝରେ, ତେବେ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହେବାରେ ବାଧା ପଡ଼େ । ଦୁର୍ବଳ ପାଚକ ରସ ଖାଦ୍ୟର ଅମ୍ଳତ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି କରି ନ ପାରିଲେ ଗ୍ରହଣୀର ଦ୍ୱାର ଖୋଲିବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଖାଦ୍ୟ କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରକୁ ନ ଯାଇ ପାରି ପାକସ୍ଥଳୀରେ ପଚିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଯେକୌଣସି ବସ୍ତୁ ପଚିବା ଦ୍ୱାରା ସେଥିରୁ ଗ୍ୟାସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଗ୍ୟାସ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲେ ଏହା ଉପରକୁ ଚାପ ଦିଏ ଓ ମୁଖ ଦେଇ ହେକୁଟି ହୋଇ ବାହାରି ଥାଏ । ତେଣୁ ଆମେ ଛାତିରେ ବ୍ୟଥା ଅନୁଭବ କରୁ । କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ରରେ ଗ୍ୟାସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲେ ନିମ୍ନ ଚାପ ମାଧ୍ୟମରେ ଗୁହ୍ୟ ଦ୍ୱାର ଦେଇ ବାହାରି ଯାଇଥାଏ । ଏହି ଗ୍ୟାସକୁ କମାଇବାର ଅତି ସହଜ ଉପାୟ ହେଲା ଖାଦ୍ୟ ସହିତ କିଛି ଲେମ୍ବୁ ରସ ଖାଇଲେ ଲେମ୍ବୁରେ ଥିବା ସାଇଟ୍ରିକ ଏସିଡ୍ ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରିଜରଭେଟିଭ୍ ଭାବରେ କାମ କରେ । ତେଣୁ ଖାଦ୍ୟ ଆଉ ପଚି ନ ଥାଏ ବା ଗ୍ୟାସ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଆଜିର ସଭ୍ୟ ମାନବ ଜିଭର ଲାଳସାକୁ ମେଣ୍ଟାଇବା ପାଇଁ ତା'ର ଖାଦ୍ୟରେ ଯାବତୀୟ ପ୍ରକାରର ଖାଦ୍ୟ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ଖାଇଥାଏ । ଏହି ଖାଦ୍ୟ ମିଶ୍ରଣର ବିଜ୍ଞାନ ଆମେ ଯଦି ନ ଜାଣୁ ତେବେ ଏହା ଆମ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ନାନା ବିଷମ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

ତେଣୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଖାଦ୍ୟ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ନ ଖାଇବା ଭଲ । ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ନ ହୋଇ ଯଦି ପଚିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ତେବେ ଆମର ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ରୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପଚା ଖାଦ୍ୟକୁ ଶରୀର ଶୋଷଣ ନ କରି ପାଣି ସହିତ ମଳ ଦ୍ୱାର ଦେଇ ପତଳା ପାଇଖାନା ଭାବରେ ବାହାର କରି ଦେଇଥାଏ । ସମୟ ସମୟରେ ଆମେ କୌଣସି ବିଷାକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଆମର ପତଳା ପାଇଖାନା ୧୦/୧୨ ଥର ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଯଦି ପୁରାତନ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ପ୍ରଥମେ ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ କମାଇବାକୁ ହେବ । ଏଥିରେ ଯଦି ବଦହଜମ ବନ୍ଦ ନ ହୁଏ ତେବେ ପାଣି ପିଇବା କମାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ ଓ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଲେମ୍ବୁରସ ଖାଇଲେ ବହୁ ପୁରାତନ ବଦହଜମୀ ରୋଗ ମଧ୍ୟ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଏସିଡ଼ିଟି ଓ ଗ୍ୟାସ ରୋଗର ନିବାରଣ ପାଇଁ କିଛିଦିନ ସକାଳେ ତ୍ରିଫଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ପାଣି ସହିତ ପାନ କରା ଯାଇପାରେ ।

ପେଟ ରୋଗ ନ ହେବାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାୟ ହେଲା ପେଟର ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମର ଅଭ୍ୟାସ କରିବା । ଭୁଜଙ୍ଗାସନ, ମତ୍ସ୍ୟାସନ, ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ, ମୟୂରାସନ, ଉଡ୍ଡୀୟାନ ଓ ନୌଳୀ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ କୌଣସି ପେଟ ରୋଗ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହିସବୁ ଆସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବିଷକୁ ମଧ୍ୟ ହଜମ କରା ଯାଇପାରେ । ଏହାଛଡ଼ା ୨୦ ଥର Leg rising ଓ ୨୦ ଥର Sit up କଲେ ପାକସ୍ଥଳୀର ସମସ୍ତ ମାଂସପେଶୀ ସୁଦୃଢ଼ ହୁଏ । ପ୍ରତିଦିନ ୪/୫ କି.ମି. ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଏସିଡ଼ିଟି ଓ ଗ୍ୟାସ ରୋଗ ଉପଶମ କରା ଯାଇଥାଏ । ପେଟରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପାକଯନ୍ତ୍ର ସୁଦୃଢ଼ ହେଲେ ସେମାନେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ରହନ୍ତି ଓ ଆମେ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହେଉ । କପାଳଭାତି ଦିନକୁ ୫୦୦ ଥର କଲେ ଆମର ତଳ ପେଟ ମଜଭୁତ ହୁଏ, କିଡ୍‌ନି ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରେ ଓ ଶରୀରରେ ଜମିଥିବା ଚର୍ବି କମିଯାଏ । ସକାଳେ ଚାଲିବା ସମୟରେ ଭ୍ରମଣ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର ହୁଏ, ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ କରିପାରନ୍ତି । ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା କେବଳ ପେଟ ରୋଗ ନୁହେଁ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ରୋଗ ଭଲ କରାଯାଇଥାଏ ।

ପେଟ ରୋଗ ନ ହେବାର ତୃତୀୟ ଉପାୟ ହେଲା ପରିମିତ ଓ ଯଥାର୍ଥ ଆହାର । ଆମେ କେବେହେଲେ ଲୋଭରେ ପଡ଼ି ଗୁଡ଼ାଏ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଆମ ଦୁଇ ହାତ ଅଞ୍ଜୁଳିରେ ଯେତିକି ଖାଦ୍ୟ ଧରେ ସେତିକି ପରିମାଣ ଖାଦ୍ୟ ଆମ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଧରେ । ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଇବାକୁ ଆମେ ଲୋଭ ବୋଲି କହୁ । ପରିମିତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିବା ପାଇଁ ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ଆମେ ଯଦି କମ୍ ଖାଉ ତେବେ ବେଶୀ ଦିନ ବଞ୍ଚିଥାଉ ଓ ବେଶୀ ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାର ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରୁ, ଯଦି ବେଶୀ ଖାଉ ତେବେ ଅଳ୍ପ ଦିନ ବଞ୍ଚିଥାଉ

ଓ ବେଶୀ ଖାଇବାର ସୌଭାଗ୍ୟ ହରାଇ ଥାଉ । ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଆହାର ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଆମେ ସମୟ ସମୟରେ ବଦଖାଦ୍ୟ ଓ ଅଖାଦ୍ୟ ମଧ ଖାଇଥାଉ । ପାନ ସହିତ ଜର୍ଦ୍ଦା, ମଦ, ଭାଙ୍ଗ ଆଦି ଆମେ ଅଖାଦ୍ୟ ଜାଣି ମଧ ତାକୁ ଖାଇଥାଉ । ବିଡ଼ି, ସିଗାରେଟ ସେବନ ମଧ ଆମ ପାଇଁ ବିଷର କାମ କରିଥାଏ । ଆମେ ଜାଣି ଶୁଣି ଏହି ବଦଭ୍ୟାସ କାହିଁକି କରିବୁ ? ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମାର୍ଗରେ ଏ ସବୁର ସ୍ଥାନ ନାହିଁ – ଏକଥା ମା' କଠୋର ଭାବରେ କହିଛନ୍ତି ।

ଆମେ ଯେକୌଣସି ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରୁ ନା କାହିଁକି – ଏହା ଶରୀରର ହିତ କରିବା ବଦଳରେ ଭୟଙ୍କର କ୍ଷତି ଘଟାଇଥାଏ । ଆମେ ଜାଣିଶୁଣି ଏସବୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଉ । ଶେଷରେ ଏହା ଆମକୁ ଏପରି ଜାବୁଡ଼ି ଧରେ ଯେ ଯେତେ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ମଧ ଏହାର କବଳରୁ ସହଜରେ ବାହାରି ଆସି ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଯଦି ମା'ଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁ ଏହିସବୁ ବଦଭ୍ୟାସ ଯେତେ ବି ଭୟଙ୍କର ହେଉ ନା କାହିଁକି ଆମେ ଏହାକୁ ଅବଶ୍ୟ ଜୟ କରି ପାରିବୁ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ତୁମେ ଯଦି ଗୋଟିଏ ବଦଭ୍ୟାସକୁ ଜୟ କରି ପାରିଛ ତୁମ ଭିତରେ ଭଗବତ୍ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତିର ଜନ୍ମ ହେବ ଏବଂ ତୁମେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମଶକ୍ତି ଲାଭ କରିପାରିବ ।

ଏହି ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ମଦରେ ଏକ ପ୍ରକାର ବିଷ ଥାଏ, ତମାଖୁରେ ଏକ ପ୍ରକାର ବିଷ ଥାଏ ଏବଂ ଏହି ବିଷ ଶରୀର କୋଷମାନଙ୍କୁ ଯାଇ ସେମାନଙ୍କୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ମଦକୁ କେବେହେଲେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରୁ ବାହାର କରି ହୁଏ ନାହିଁ, ଅର୍ଥାତ୍ ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କର କୌଣସି ଏକ ସ୍ଥାନରେ ଜମା ହୁଏ, ଏସବୁ ଜମା ହେବା ପରେ, ଏହିସବୁ କୋଷମାନେ ଆଉ କାମ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ – କେତେକ ଲୋକ ଏହି କାରଣରୁ ପାଗଳ ମଧ ହୁଅନ୍ତି ।'' (M.C.W. 6, P. 74)

ପୁଣି ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି ଆଦର୍ଶ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ (ଏକ ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା ଯାହାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ଏପରି ଏକ ଶରୀର ତିଆରି କରାଯିବ ଯାହା ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାର ଏକ ଯଥାର୍ଥ ଯନ୍ତ୍ର ରୂପେ ସେବା କରି ପାରିବ), ପହଞ୍ଚିବାକୁ ହେଲେ ତୁମକୁ ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ ଏହିସବୁ ଅତିମାତ୍ରା ଓ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବଦଭ୍ୟାସର, ବଡ଼ ହେଉ ବା ଛୋଟ ହେଉ, ତୁମକୁ ତମାଖୁ, ମଦ ଇତ୍ୟାଦି ମନ୍ଦର ବିଷର ବ୍ୟବହାରରୁ ନିଜକୁ ନିବୃତ୍ତ ରହିବାକୁ ହେବ, ଯାହାକୁ ମଣିଷ ନିଜର ଏକ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତାର ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିଣତ କରିଛି, ଯାହାକି ତା'ର ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ଓ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତିକୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ ।''

(M.C.W. 12, P. 51)

''ଏହିସବୁ ମଦ, ତମାଖୁ ଓ ଯୌନ କ୍ରିୟାର ଆଧିକ୍ୟ ତୁମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ ।'' (M.C.W. 13, P. 179)

ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ଏକମାତ୍ର ସଞ୍ଜୀବନୀ ଔଷଧ୍ ରହିଛି ତାହାର ପ୍ରଭାବରେ ଆମେ ଆମର ସମସ୍ତ ରୋଗକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରି ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ଓ ଶେଷରେ ଅମର ହୋଇପାରିବୁ,— ତାହା ହେଲା ଆମର ଓଜଃ ଶକ୍ତି । ଏହି ଓଜଃ ଶକ୍ତିର ଉତ୍ପାଦନ ଓ ସଂରକ୍ଷଣ କରିବାହିଁ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନ ଓ ପ୍ରଥମ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ହୃଦ୍‌ରୋଗ

ଆମ ଶରୀରର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳ ହେଲା ହୃଦୟ । ଏହି କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳରେ ପ୍ରକୃତି ତା'ର ପ୍ରଧାନ ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ଯନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାପନ କରିଛି ଯାହାକୁ ଆମେ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ବା ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର କହୁ । ସ୍ଥୂଳ ଜ୍ଞାନରେ ଆମେ ଜାଣୁ ଏହା ଆମ ଶରୀରର ଦୂଷିତ ରକ୍ତକୁ ଟାଣି ତାକୁ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ପଠାଇ ଶୋଧନ କରିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ହୃଦଯନ୍ତ୍ର ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ଭାବେ ତା' ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଦୁଇଟି ପମ୍ପ ମାଧ୍ୟମରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରିଥାଏ । ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର କିଛିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ଆମେ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପଡ଼ିଥାଉ । ତେଣୁ ଏହି ଯନ୍ତ୍ର ଆମ ଶରୀରର ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯନ୍ତ୍ର । ଅତଏବ ଏହି ଯନ୍ତ୍ର ବିଷୟରେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷଙ୍କ ପାଇଁ ଯଥାର୍ଥ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ବିଜ୍ଞାନରେ କେବଳ ସ୍ଥୂଳ ହୃଦୟକୁ ଜାଣିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଆମ ହୃଦ୍‌କେନ୍ଦ୍ରରେ ଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଅନାହତ ଚକ୍ର ତଥା ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଅସଲ ସତ୍ତା ଚୈତ୍ୟ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟ ଏହାର ପଛରେ ବାସ କରନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କର ଏହି ସ୍ଥୂଳ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ସହିତ ସମ୍ପର୍କ କ'ଣ — ସେ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଯେପରି ମସ୍ତିଷ୍କ ହେଲା ଆମ ଚିନ୍ତାଧାରା ଓ ମନକୁ ପରିଚାଳନା କରିବାର ପ୍ରଧାନ ଯନ୍ତ୍ର, ସେହିପରି ହୃଦୟ ହେଲା ଆମ ଆବେଗ, ପ୍ରେମ, ଭକ୍ତି, ସମ୍ବେଦନା ଆଦିର ପ୍ରଧାନ କ୍ରିୟାସ୍ଥଳ । ଏହି ଦୁଇ ଯନ୍ତ୍ରରେହିଁ କେବଳ ବିଜୁଳି ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇ ଏମାନଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ କ୍ରିୟା ସମ୍ପାଦିତ ହୋଇଥାଏ । ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଯୋଗରେ ଯେପରି ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କରିବାର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ରହିଥାଏ, ସେହିପରି ହୃଦୟକୁ ମଧ୍ୟ ନୀରବ ଓ ଶାନ୍ତ କରି ତାକୁ ଯଦି ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଖୋଲିଧରୁ ତେବେ ଆମର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସିଥାଏ । ଏହି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ହୃଦୟର ଏତେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ରହିଛି ଯେ ଏହି ହୃଦୟ (Heart) ଶବ୍ଦକୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ସାବିତ୍ରୀ' ମହାକାବ୍ୟରେ ୫୫୫ ଥର ଏବଂ 'ଯୋଗ ସମନ୍ୱୟ' ବହିରେ ୩୦୫ ଥର ବ୍ୟବହାର କରିଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ସାବିତ୍ରୀ ବହିର ଏକ ନମୁନା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଗଲା । ସାବିତ୍ରୀଙ୍କର ଯମଙ୍କ ସହିତ କଥୋପକଥନ ବେଳେ ସାବିତ୍ରୀ କହୁଛନ୍ତି :

''ବିଜ୍ଞତର ଅଟେ ମୋ ହୃଦୟ ବିଚାରର ଚିନ୍ତାରାଜିଠାରୁ,
ମୋ ହୃଦୟ ଅଟେ ବଳବତ୍ତର ତୁମ ବନ୍ଧନ ଅପେକ୍ଷା, ହେ ମୃତ୍ୟୁ ।

ଦେଖେ ସେ, ଅନୁଭବ କରେ ସେ ଏକ ହୃଦ୍‌-କମ୍ପନ ସକଳଙ୍କ ମଧ୍ୟେ,
ଅନୁଭବ କରେ ସେ ବିଶ୍ୱାତୀତ ପୁରୁଷଙ୍କ ସୂର୍ଯ୍ୟସମ ପ୍ରସାରିତ ହସ୍ତ,
ଦେଖେ ସେ ବିଶ୍ୱଗତ ଚେତନା କର୍ମରତ;
ଅସ୍ଫୁଟ ରାତ୍ରି ଗର୍ଭେ ନିଃସଙ୍ଗ ସେ ରହେ ଭଗବାନଙ୍କ ସାଥେ ।''

(*Savitri*, Page - 635, Book - X, Canto - III)

ଜଡ଼ ବିଜ୍ଞାନ ଏବେ ବି ଏହି ସ୍ଥୂଳ ହୃଦୟ ଓ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହୃଦୟର ସମ୍ପର୍କ ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନପ୍ରାପ୍ତ କରି ନାହିଁ । ମସ୍ତିଷ୍କ ପରି ହୃଦୟ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ପରିଚାଳନା କରେ । ଜଣେ ଏହି ଅନୁଭୂତିକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିପାରେ – ଜାଗ୍ରତ୍‌ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମକୁ କିପରି ଆମର ମନର ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ଓ ହୃଦୟର ସଂକଳ୍ପ ଶକ୍ତି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରୁଛନ୍ତି । ରାତ୍ରିରେ ଶୋଇବାକୁ ଗଲାବେଳେ ନିଜକୁ ଶିଥିଳ କରି ବିଛଣାରେ ଢିଲା ଅବସ୍ଥାରେ ଛାଡ଼ିଦିଅ ଏବଂ ତୁମେ ତୁମ ସାକ୍ଷିପୁରୁଷ ଚେତନାରେ ଥାଇ ନିରୀକ୍ଷଣ କର ତୁମ ଭିତରେ କ'ଣ ଘଟୁଛି । ପ୍ରଥମେ ତୁମ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଥିବା ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ର ଓ ହୃଦୟରେ ଥିବା ଗ୍ରନ୍ଥିକେନ୍ଦ୍ର ଶିଥିଳ ହେବାର ଅନୁଭବ କରିବ । ଅର୍ଥାତ୍‌ ଶୋଇବା ସମୟରେ ଆମ ଜାଗ୍ରତ୍‌ ଅବସ୍ଥାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଉ ଦରକାର ନାହିଁ । ଏହି ଦୁଇ କେନ୍ଦ୍ର ଶିଥିଳ ହୋଇ ଶୋଇବାକୁ ଅର୍ଥାତ୍‌ ବିଶ୍ରାମ ନେବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ତା'ପରେ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବେ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଂଶ ଶିଥିଳ ହେବାକୁ ଲାଗନ୍ତି ଓ ଆମେ ଅଳ୍ପ ସମୟରେ ନିଘୋଡ଼ ନିଦରେ ଶୋଇପଡୁ । ଯେଉଁମାନେ ମନ ଓ ହୃଦୟର ଚିନ୍ତା ଓ ଆବେଗ ଆଦିକୁ ଶିଥିଳ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନେ ଅନିଦ୍ରା ରୋଗ ଭୋଗ କରନ୍ତି । ଭବିଷ୍ୟତରେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷମାନଙ୍କୁ ମନ ଅପେକ୍ଷା ହୃଦୟହିଁ ବିଶେଷ ଭାବରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବ । କାରଣ ଆମ ହୃଦୟରେହିଁ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍‌ ବିରାଜମାନ ଅଛନ୍ତି ।

ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ଗଠନ ଓ ତା'ର କ୍ରିୟା ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛୁ । ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଆମ ବକ୍ଷସ୍ଥଳର କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଟିକିଏ ବାମ ଦିଗରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହାର ଆକାର ହେଲା ଆମ ହାତ ମୁଠାର ଆକାର ସଦୃଶ ଏବଂ ଜଣେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିର ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ଓଜନ ପ୍ରାୟ ୩୦୦ ଗ୍ରାମ ହୋଇଥାଏ । ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ଦୁଇଟି ଭାଗ ରହିଛି । ବାମ ଅଳିନ୍ଦ (Atrium) ଓ ବାମ ନିଳୟ (Ventricle) ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ଅଳିନ୍ଦ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ନିଳୟ । ଯେପରି ଜଳ ପମ୍ପ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ପମ୍ପର ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ ସେହିପରି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ଥିବା ଦୁଇଟି ବୈଦ୍ୟୁତିକ ପମ୍ପର ବ୍ୟବହାର କରି ଏହା ରକ୍ତ ସରବରାହ କରିଥାଏ । ଶିରା ମାଧ୍ୟମରେ ଦୂଷିତ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇ ଦକ୍ଷିଣ ଅଳିନ୍ଦ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଦକ୍ଷିଣ ନିଳୟରେ ପହଞ୍ଚେ । ସେଠାରୁ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ରକ୍ତକୁ ପମ୍ପ କରି ମହାଧମନୀ (Aorta) ଦେଇ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ପଠାଇଥାଏ । ଆମ କୋଷମାନଙ୍କରେ ଜୈବିକ ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଘଟିତ ହୋଇ ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ବାଷ୍ପ

ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ରକ୍ତରେ ମିଶି ଏହାକୁ ଦୂଷିତ କରିଥାଏ । ଏହି ଦୂଷିତ ରକ୍ତରୁ ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ଗ୍ୟାସକୁ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେହିଁ ଓସ୍‌ମୋସିସ୍ (Osmosis) ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଛଣାଯାଇଥାଏ ଓ ରକ୍ତକୁ ଶୋଧନ କରାଯାଇ ଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ରକ୍ତରେ ଥିବା ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ବାଷ୍ପ ପ୍ରଶ୍ୱାସରେ ବାହାରକୁ ଯାଇଥାଏ ଓ ନିଶ୍ୱାସରେ ନିଆଯାଇଥିବା ଅମ୍ଳଜାନ ବାଷ୍ପ ରକ୍ତକୁ ଆସିଥାଏ । ଏହି ଶୋଧିତ ରକ୍ତ ପୁଣି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରୁ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇ ମହାଶିରା ଦେଇ ବାମ ଆଳିନ୍ଦ ଦେଇ ବାମ ନିଳୟରେ ପହଞ୍ଚେ । ସେଠାରୁ ରକ୍ତକୁ ପମ୍ପ କରି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଧମନୀ ଦେଇ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ପଠାଇଥାଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ପ୍ରତିଟି ପମ୍ପ ପ୍ରତି ମିନିଟରେ ୫ ଲିଟର ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିଥାଏ । ହିସାବ କଲେ ଦେଖାଯିବ ସାରା ଜୀବନ କାଳ (ଧର ୭୦ ବର୍ଷ) ମଧ୍ୟରେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଯେତେ ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିଥାଏ ତାହା ୧ କି.ମି. ଲମ୍ବ ୪୦ ମି. ଓସାର ଓ ୧୦ ମି. ଗଭୀରର ଏକ ହ୍ରଦ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିବ । ଅମ୍ଳଜାନ ସହ ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ହଜମ ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟସାର ଓ ଉପାଦାନକୁ ରକ୍ତ ମାଧ୍ୟମରେ ବହନ କରି ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷକୁ ଯୋଗାଇ ଦେବାର କାମ ମଧ୍ୟ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ।

ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଚାଳିତ ହୁଏ କିପରି ? ଆମ ଶରୀରରେ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି କିପରି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଓ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ କିପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ? ଆମେ ଦେଖିଥାଉ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ତାକୁ ପୁଣି କାର୍ଯ୍ୟ କରାଇବା ପାଇଁ ଡାକ୍ତରମାନେ ରୋଗୀର ଛାତିରେ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ପ୍ରବାହର ଝଟକା ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ସମୟ ସମୟରେ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ପୁଣି କାମ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଦେଖିଥାଉ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି ଅଭାବରୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ କମ୍ପନ ଉତ୍ପନ କରି ନ ପାରିଲେ ରୋଗୀର ହାର୍ଟ୍ ଅପରେସନ୍ କରି ତା'ର ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ବ୍ୟାଟେରୀ ଚାଳିତ ଏକ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ପେସ୍‌ମେକର (Pacemaker) ଯନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାପନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଯନ୍ତ୍ର ରୋଗୀର ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ କିଛିବର୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରି ପାରିଥାଏ । ବ୍ୟାଟେରୀ ଶେଷ ହେଲେ ପୁଣି ନୂତନ ବ୍ୟାଟେରୀ ଲଗାଯାଇଥାଏ । ପୁଣି ଆମେ ଦେଖିଥାଉ ଆମ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ବୈଦ୍ୟୁତିକ କରେଣ୍ଟ୍ କିପରି କାମ କରୁଛି ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ଡାକ୍ତରମାନେ ରୋଗୀର E. C. G. (Electrocardiography) ପରୀକ୍ଷା କରିଥାଆନ୍ତି । ଅତଏବ ଆମେ ନିଶ୍ଚିତ ହେଲୁ ଯେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଚାଳିତ ହୁଏ ।

ଏଥର ଆମେ ଏହିସବୁ କରେଣ୍ଟ୍ ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବୁ । ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ଡାହାଣ ଅଳିନ୍ଦର ଉପର ଅଂଶରେ ଏକ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ପଏଣ୍ଟ୍ ରହିଛି । ଏହା ୧.୫ ସେ.ମି. ଲମ୍ବ ଓ ୦.୫ ସେ.ମି. ଓସାର । ଏହା ଭିତରେ Pacemaker (P cell) ରହିଛି । ଏଠାରୁହିଁ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ପ୍ରଥମ ପ୍ରକମ୍ପ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ SA (Sinoatrial) node କୁହାଯାଏ । ଏହି nodeକୁ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସରବରାହ କରିବା ପାଇଁ ଆମ ଶରୀରରେ

ଥିବା ସମ୍ବେଦନଶୀଳ (Sympathetic) ସ୍ନାୟୁ ଓ ଅତିସମ୍ବେଦନଶୀଳ (Parasymathetic) ସ୍ନାୟୁ କାମ କରିଥାଏ । ଏହି ସ୍ନାୟୁ ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ମେରୁଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରୁ ଆସିଥାଏ । ସ୍ନାୟୁମାନେ ଦେଖିବା, ଶୁଣିବା, ସ୍ପର୍ଶ କରିବାର ଅନୁଭବକୁ ବହନ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସରବରାହ ମଧ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । ସମୟ ସମୟରେ ଆମର ମାନସିକ ଚାପ ଫଳରେ ଏହି କରେଣ୍ଟର ତୀବ୍ରତା ବଢ଼ିଯାଏ ଓ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ପ୍ରକମ୍ପକୁ କ୍ଷିପ୍ରତର କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ସନ୍ତୁଳନ କରିବା ପାଇଁ ଦକ୍ଷିଣ ଅଳିନ୍ଦର ତଳ ଅଂଶରେ AV (Atrioventricular) node ରହିଛି । ଏହାର ଲମ୍ବ ୨୨ ମି. ମି., ଓସାର ୧୦ ମି. ମି. ଓ ମୋଟା ୩ ମି. ମି. ହୋଇଥାଏ । SA ରୁ ଆସୁଥିବା ବୈଦ୍ୟୁତିକ ପ୍ରକମ୍ପକୁ ବିଳମ୍ବିତ କରି ତାକୁ ସନ୍ତୁଳନ କରି ହୃତ୍ କମ୍ପନର ତାଳକୁ ବଜାୟ ରଖିଥାଏ ଏହି AV node । ଏହାଛଡ଼ା ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ଅନ୍ୟ ତିନି ପ୍ରକାର ବୈଦ୍ୟୁତିକ କରେଣ୍ଟ୍ କାମ କରିଥାଏ । Sodium current (କ୍ଷାରୀୟ ସୋଡ଼ାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ବିଦ୍ୟୁତ) ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମାଂସପେଶୀରେ କାମ କରିଥାଏ କିନ୍ତୁ SA ଓ AVରେ ଏହା ନ ଥାଏ । ଏହା ଅତ୍ୟଧିକ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ବେଗକୁ କମାଇ ଶୀଘ୍ର ଏହାର ସମତା ଆଣିଥାଏ । Calcium Current (ଚୂନରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ବିଦ୍ୟୁତ୍) ଓ Potassium Current ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ଯାଇଥାଏ, ଏପରିକି SA ଓ AVକୁ ମଧ୍ୟ । ଏହା ବୈଦ୍ୟୁତିକ ବେଗର ଭୋଲ୍‌ଟେଜ୍ (Voltage) ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ପ୍ରକମ୍ପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ଏହିପରି ଭାବରେ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି SA nodeରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ AV node ମଧ୍ୟ ଦେଇ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ନାୟବିକ ତନ୍ତୁ ମାଧ୍ୟମରେ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ବିଭିନ୍ନ ମାଂସପେଶୀକୁ ଯାଇଥାଏ ଯଦ୍ୱାରା ଏହିସବୁ ମାଂସପେଶୀ ସଂକୁଚିତ ଓ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଚାପର ସହିତ ରକ୍ତକୁ ପମ୍ପ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ଚାରୋଟି ସ୍ଥାନରେ ଚାରୋଟି ଭାଲ୍‌ଵ୍ (Valve) ରଖିଛି । ଡାହାଣ ଅଳିନ୍ଦରୁ ଡାହାଣ ନିଳୟକୁ ରକ୍ତ ପ୍ରବେଶ ପଥରେ tricuspid valve (ଟ୍ରିକାସ୍‌ପିଡ଼ ଭାଲ୍‌ଵ୍), ଡାହାଣ ନିଳୟରୁ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ରକ୍ତ ଯିବା ଦ୍ୱାରରେ pulmonary valve, ବାମ ଅଳିନ୍ଦରୁ ବାମ ନିଳୟକୁ ରକ୍ତ ପ୍ରବେଶ ପଥରେ Mitral valve ଓ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରୁ ବାମ ଅଳିନ୍ଦକୁ ରକ୍ତ ପ୍ରବେଶ ପଥରେ Aortic valve ରହିଛି । ଆମ ପେଟ୍ରୋଲ ଚାଳିତ କାର୍‌ର ଇଂଜିନ୍‌ରେ ଯେପରି ପେଟ୍ରୋଲକୁ ପୋଡ଼ି ସେଥିରୁ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଚାରିଟି ଧାପରେ, ସେଥିରେ ଥିବା ୪ଟି ଭାଲ୍‌ଵ୍‌କୁ ଯଥାସମୟରେ ଖୋଲି ଓ ବନ୍ଦ କରି ସେହିପରି ଆମ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ୫ଟି ଧାପରେ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକମ୍ପନ ହୋଇଥାଏ । ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡରେ ଥିବା ଏହିସବୁ ଭାଲ୍‌ଵ୍ ରକ୍ତଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପାଇଁ ଯଥା ସମୟରେ ଖୋଲନ୍ତି ଓ ବନ୍ଦ ହୁଅନ୍ତି ।

ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ଏହିସବୁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସି ଗୋଟିକର ବିକୃତି ଘଟିଲେ ଆମକୁ

ହୃଦ୍‌ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ପକ୍ଷାଘାତ ଆଦି ସ୍ନାୟବିକ ଦୁର୍ବଳତା ହେତୁ ଯଦି ଆମ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ସ୍ନାୟୁ ମାଧ୍ୟମରେ SAକୁ ଆସି ନ ଥାଏ ତେବେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ମାଂସପେଶୀ ସଂକୁଚିତ ପ୍ରସାରଣ କାମରେ ବାଧା ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ଡାକ୍ତରମାନେ ହାର୍ଟ୍ ଅପୋରସନ କରି SA ସ୍ଥାନରେ ବ୍ୟାଟେରୀ ଚାଳିତ ପେସ୍‌ମେକର୍ ଯନ୍ତ୍ର ଲଗାଇ ଥାଆନ୍ତି ।

ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଚାରୋଟି ଭାଲ୍‌ବ୍‌ର କଥା କୁହାଯାଇଛି, ସେଥି ମଧ୍ୟରୁ ଯଦି କୌଣସି ଭାଲ୍‌ବ୍ ଠିକ୍‌ଭାବରେ କାମ ନ କରିପାରେ ତେବେ ଆମର ରକ୍ତଚାପର ତାରତମ୍ୟ ହେତୁ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଡାକ୍ତରମାନେ ହାର୍ଟ୍ ଅପେରେସନ୍ କରି କୃତ୍ରିମ ଜୈବିକ ଭାଲ୍‌ବ୍ ଲଗାଇ ଥାଆନ୍ତି ।

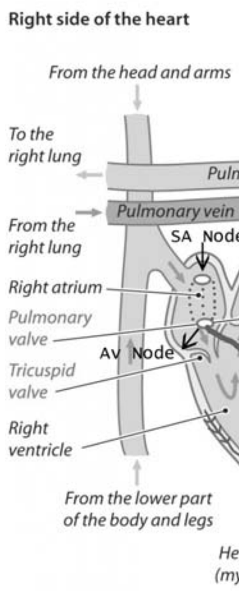
ଶରୀରରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଚର୍ବି ଜମିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଚର୍ବି ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଶିରା ଓ ପ୍ରଶିରାରେ ଜମିବା ଫଳରେ ଏହାର ପଥ ସଂକୁଚିତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ସଂକୁଚିତ ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ କରିବା ପାଇଁ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଅଧିକ ଚାପର ସହିତ ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ଯାହାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଖାଦ୍ୟପେୟ ବିଷୟରେ ଆମକୁ ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ହେବ । ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରତିଦିନ ମାଂସ ଓ ଆମିଷ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ଘିଅ, ଲହୁଣି, ଛେନା, ସନ୍ଦେଶ, ଲୁଚି, ହାଲୁଆ ପ୍ରଭୃତି ଗୁରୁପାକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ରକ୍ତର କ୍ଷାର ଗୁଣ ଲୁପ୍ତ ହୋଇ ଅମ୍ଳଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅମ୍ଳବିଷ ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରକ୍ତବାହୀ ଶିରାଗୁଡ଼ିକୁ ଜୀର୍ଣ୍ଣ-ଶୀର୍ଣ୍ଣ କରି ହୃଦପିଣ୍ଡର କ୍ରିୟାକୁ ଦୁର୍ବଳ କରେ । ଏହିସବୁ ଖାଦ୍ୟ ବଦଳରେ ଆମକୁ କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ଫଳମୂଳ, ପନିପରିବା, ଦୁଧ, ଦହି, ଶାଗ ଆଦି ଅଧିକ ଖାଇବାକୁ ହେବ । ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ କ୍ଷାର ମିଳିଥାଏ ଲେମ୍ବୁ, କଞ୍ଚା କଦଳୀ, କଖାରୁ ଓ ଲାଉରୁ । ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଥିବା ପଟାସିୟମ୍, କାଲ୍‌ସିୟମ୍ ଓ ସୋଡ଼ିୟାମ୍ ଉପାଦାନ ବିଟ୍, ଗାଜର, କ୍ୟାରଟ୍, କାକୁଡ଼ି, ମୂଳା, ଫୁଲକୋବି ଆଦିରୁ ମିଳିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହିସବୁ ପନିପରିବା ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ଖାଇବା ଦରକାର ।

ଯେଉଁ ରକ୍ତନଳୀ ମଧ୍ୟରେ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ମାଂସପେଶୀରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ ହୋଇଥାଏ ତାକୁ ଇଂରାଜୀରେ କରୋନାରୀ(Coronary) କୁହାଯାଏ । ଏହି ଧମନୀମାନଙ୍କରେ ଯଦି ଦୂଷିତ ରକ୍ତ, ଚର୍ବି ଆଦି ଜମି ଯାଇ ଏହାର ପଥକୁ ରୋଧ କରେ ତେବେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ରକ୍ତ ଅଭାବରୁ ଏହାର ମାଂସପେଶୀ ଆଉ କାମ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ରୋଗକୁ କରୋନାରୀ ଥ୍ରୋମ୍ବୋସିସ୍ କୁହାଯାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀ ହୃଦୟରେ ଭୀଷଣ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରେ, ଏବଂ ତା'ର ଭୀଷଣ ଭାବେ ଶ୍ୱାସ କଷ୍ଟ ହୁଏ । ଶରୀରର ଉପରି ଭାଗରେ

ରକ୍ତହୀନତା ହେତୁ ରୋଗୀର ମୁହଁ ଆଖି ଆଦି ମଳିନ ହୋଇଯାଏ । ଏହି ସମୟରେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଅଧିକ ଶକ୍ତିର ସହିତ ରକ୍ତ ପମ୍ପ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ମାଂସପେଶୀରେ ଯଥାର୍ଥ ପରିମାଣରେ ରକ୍ତ ସରବରାହ ହୋଇପାରେ । ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ଅତ୍ୟଧିକ କ୍ରିୟାକଳାପ ବୃଦ୍ଧି ହେବା ଫଳରେ ରୋଗୀର ସାରା ଶରୀରରୁ ଝାଳ ବୋହିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ ହାର୍ଟ୍ ଆଟାକ୍ କୁହାଯାଏ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଡାକି ଏହାର ପ୍ରତିକାର କରିବା ଉଚିତ । ଏହି ହାର୍ଟ୍ ଆଟାକ୍‌ରୁ ଯଦି ସୌଭାଗ୍ୟ ବଶତଃ ରୋଗୀ ବଞ୍ଚିଯାଏ ତେବେ ରୋଗର କାରଣ ଦୂର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହି କରୋନାରୀ ରକ୍ତ ନଳୀରେ ଜମିଥିବା ବାଧା (Blockage)କୁ ସଫା କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଡାକ୍ତରମାନେ ଦୁଇଟି ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ହେଲା ଓପନ୍ ହାର୍ଟ୍ ଅପରେସନ୍ ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କରୋନାରୀ ଧମନୀର ବନ୍ଦ ଅଂଶକୁ କାଟି ଶରୀରର ଜଙ୍ଘରୁ ଧମନୀ ନେଇ କରୋନାରୀ ଧମନୀରେ ଯୋଡ଼ି ରକ୍ତକୁ By pass (ବାଇପାସ୍) କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହାକୁ ବାଇପାସ୍ ସର୍ଜରୀ କୁହାଯାଏ । ଅନ୍ୟ ଏକ ଆଧୁନିକ ଉପାୟ ହେଲା ଆନ୍‌ଜିଓପ୍ଲାଷ୍ଟି (Angioplasty) ଉପାୟ । ଏହି ଉପାୟ ହେଲା ଶରୀରରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନର ଶିରାରେ ଏକ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ସରୁ ନଳୀ ପ୍ରବେଶ କରାଇ ଏହାକୁ ହୃଦୟର ବନ୍ଦ ଧମନୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଆଯାଏ । ଏହି ନଳୀର ଶେଷରେ ଏକ ଛୋଟ ବେଲୁନ୍ ଲାଗିଥାଏ । ଏହି ବେଲୁନ୍‌କୁ ବନ୍ଦ ଧମନୀ

(ଅଳିନ୍ଦ) (ଅଳିନ୍ଦ)

(ନିଳୟ) (ନିଳୟ)



ସ୍ଥାନରେ ଫୁଲାଇବା ଦ୍ୱାରା ଧମନୀ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ସାଧାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରସାରିତ ଧମନୀକୁ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ରଖିବା ପାଇଁ ସେଠାରେ ଏକ ଛୋଟ ସ୍ପ୍ରିଂ ରିଙ୍ଗ ମଧ୍ୟ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି । ଯଦ୍ୱାରା ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ନଳୀ କାଢ଼ିନେଲେ ମଧ୍ୟ ରକ୍ତନଳୀ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ରହେ । ଏହି ରୋଗ ସାଧାରଣତଃ ଶିକ୍ଷିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁହିଁ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ଏମାନେ ଅତ୍ୟଧିକ ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ କରିଥାଆନ୍ତି । ଜୀବନ ଧାରଣ ପାଇଁ ସମସ୍ୟାର କଠିନତା ଓ ଏଥିପାଇଁ ବ୍ୟସ୍ତତା ଓ ଉତ୍‌କଣ୍ଠା ଆଦିରୁହିଁ ଏହି ରୋଗର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଅତ୍ୟଧିକ ଏଲୋପ୍ୟାଥି ଔଷଧ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଶରୀରର ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କୋମଳ ମାଂସପେଶୀ କ୍ଷୟପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ବିଭିନ୍ନ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ।

ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପାକସ୍ଥଳୀ ବଡ଼ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ପାକସ୍ଥଳୀର ଠିକ୍ ଉପରକୁ ମଧ୍ୟଚ୍ଛେଦା ପରଦାର ଅନ୍ୟପାଖରେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ରହିଥାଏ । ଅତଏବ ପାକସ୍ଥଳୀର ଏହି ଠେସ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ପଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ । ଏହା କିନ୍ତୁ କରୋନାରୀ ଥ୍ରମ୍ବୋସିସ୍ ରୋଗର ଯନ୍ତ୍ରଣା ନୁହେଁ । ତଥାପି ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣା ମଧ୍ୟ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର ଅନିଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ପାକସ୍ଥଳୀରେ ଗ୍ୟାସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆମେ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରୁ । ବେଶୀ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସମୟ ସମୟରେ ଆମେ ନିଃଶ୍ୱାସ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବରେ ନେଇପାରି ନ ଥାଉ । ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ଅଧିକ ରକ୍ତ ଯୋଗାଇ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିବା ପାଇଁ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁହିଁ ଅଧିକ କାମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ ନ କରି ଅଧିକ ଖାଇଲେ କେବଳ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ନୁହେଁ ସବୁ ପ୍ରକାରର ରୋଗ ଆମକୁ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ସର୍ବଦା ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ ଉପାଦେୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ହେବ ଓ ତାହା କମ୍ ପରିମାଣରେ ।

ଦୀର୍ଘଦିନର କୋଷ୍ଠବଦ୍ଧତା ଥିଲେ ଅନ୍ତନଳୀରେ ମଳ ପଚି ରକ୍ତ ଦୂଷିତ ହୁଏ । ଦୂଷିତ ରକ୍ତର ବିଷାକ୍ତ ଜୀବାଣୁ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କୋମଳ ମାଂସପେଶୀକୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ଏହାକୁ ଦୁର୍ବଳ କରିଥାଏ । କୋଷ୍ଠବଦ୍ଧତା ଦୂର କରିବାକୁ ହେଲେ ଉପଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ, ପ୍ରତିଦିନ ଆସନ, ବ୍ୟାୟାମ ଓ ପ୍ରଣାୟାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଉନ୍ନତି ହୋଇଥାଏ ଓ ଆମ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରହେ ।

ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଅତ୍ୟଧିକ ଚା ଓ କଫି ପାନ କଲେ, ତମାଖୁ, ସିଗାରେଟ, ମଦ, ଅଫିମ ପ୍ରଭୃତି ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କଲେ ଏହି ବିଷର ପ୍ରଭାବରେ ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁ, ଗ୍ରନ୍ଥି, ଧମନୀ ଓ ଶରୀରର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ର ବିଶେଷ କରି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଦୁର୍ବଳ ଓ ଅବସନ୍ନ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି । ହୃଦଯନ୍ତ୍ରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କ୍ଷୀଣ ହୋଇ ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତାରେ ବାଧା ପଡ଼ିଥାଏ ।

ଆଜି ବିଜ୍ଞାନର ଉନ୍ନତି ଫଳରେ ମଣିଷ ଶରୀରର ବିକୃତିକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ

ବହୁ କୃତ୍ରିମ ମାନବ-ଶରୀରର ଯନ୍ତ୍ର ଉଦ୍ଭାବନ ହୋଇ ସାରିଲାଣି । ଏବେ (୬ ମାସ ପୂର୍ବରୁ) ପୂର୍ଣ୍ଣ କୃତ୍ରିମ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଖଞ୍ଜାଯାଇ ପାରିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଯେଉଁ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଶକ୍ତି ଦରକାର ହୁଏ ତାହା ବାହ୍ୟ ବ୍ୟାଟେରି ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କମ୍ପ୍ୟୁଟରରୁ ଯାଇଥାଏ । ରୋଗୀକୁ ଏହି ବାହ୍ୟ ବ୍ୟାଟେରି ଓ ଯନ୍ତ୍ରର ବୋଝକୁ ସର୍ବଦା ତା'ର ପିଠିରେ ବହନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । କୃତ୍ରିମ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର, କୃତ୍ରିମ କିଡ୍‌ନି ଆଦି ମଣିଷକୁ କେତେ ଦୂର ନେଇପାରିବ – ଏହାହିଁ ହେଲା ଆମର ପ୍ରଶ୍ନ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଆନ୍ତର ଜୀବନ ବିଷୟରେ କହେ ସେତେବେଳେ ଆଧୁନିକ ଉଦ୍ଭାବନକୁ ବିରୋଧ କରିବାଠାରୁ ମୁଁ ଦୂରରେ ଥାଏ, ଏହାଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ । କିନ୍ତୁ ଏହିସବୁ ଉଦ୍ଭାବନ ଆମକୁ କୃତ୍ରିମ ଭାବେ ଗଢ଼ି ତୋଳିଛି ଓ ଆମକୁ ବୋକା ବନାଇଛି । ଯଥାର୍ଥ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୋଧକୁ ଆମେ କେତେ ହରାଇଛୁ; ଏହିସବୁ ଅଦରକାରୀ ଦରକାରିତାକୁ ନେଇ ଆମ ଉପରେ କେତେ ଅଧିକ ବୋଝ ଲଦିଥାଉ !'' (M.C.W. 3, P. 206) କୃତ୍ରିମତା ଆମକୁ ହୁଏତ ଆମ ସମସ୍ୟାର କ୍ଷଣିକ ସମାଧାନ ଦେଇପାରିଥାଏ କିନ୍ତୁ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ଭାବରେ ନୁହେଁ । କେବଳ ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ଓ ଭଗବତ୍ ଶରଣାପନ୍ନ ହେବା ଦ୍ୱାରାହିଁ ଆମର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାର ଚିରସ୍ଥାୟୀ ସମାଧାନ ହୋଇଥାଏ, ଆମ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ରୋଗ ଓ ସମସ୍ତ ବିକୃତି ଦୂରହୋଇ ତା'ର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସି ପାରିଥାଏ – ଯେଉଁ ଶରୀର କି ଦିନେ ଭଗବାନଙ୍କ ଯଥାର୍ଥ ଯନ୍ତ୍ରରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରିବ ଓ ଭଗବାନଙ୍କ ଶକ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବ ।

ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା

''ଶରୀର ହେଲା ନିଜେ ତା'ର ନିଜର ଡାକ୍ତର''– ଏକଥା ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା କହିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରର ଯେକୌଣସି ରୋଗର ନିବାରଣ ପାଇଁ ଯଦି ତାହାକୁ ଶରୀର ଉପରେ ଛାଡ଼ି ଦିଆଯାଏ ତେବେ ଏ ପୃଥିବୀରୁ ରୋଗୀ ସଂଖ୍ୟା ଅନେକ କମି ଯାଆନ୍ତା – ଏକଥା ଅନେକ ଡାକ୍ତର ମଧ୍ୟ ମାନନ୍ତି ଓ ଏହା ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖାଯାଇଛି । କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ପ୍ରକୃତି ଯେଉଁ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗଢ଼ି ତୋଳିଛି ତାହା ଅତୀବ ଚମତ୍କାର । ପୃଥିବୀର ମଣିଷ ସୃଷ୍ଟ ସମସ୍ତ ଡାକ୍ତରୀ ବିଜ୍ଞାନଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିଜ୍ଞାନ ଅଟେ ଏହି ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଶରୀରର ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା କ'ଣ ? ''ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷତିକାରକ ଉପାଦାନ (ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ) ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ସାଧାରଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂକଟାପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ସହିତ ଲଢ଼ିବା ପାଇଁ ଆମ ଶରୀର ଯେଉଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଏ

ତାକୁ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା (immunity) କୁହାଯାଏ ।'' (Medical Physiology, P. 108) । ଶରୀରର ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଆମେ ଯଦି ଠିକ୍ ଭାବରେ ବୁଝିଥାଉ ତେବେ ଆମେ ମନର ବିଚାର, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଆଚାର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିପାରିଥାଉ ।

ପ୍ରଥମେ ଆମେ ଶରୀରର ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ବିଷୟରେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା । ଶରୀରର ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି । ପ୍ରଥମ ହେଲା ଯାନ୍ତ୍ରିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରର ଗଠନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ ପ୍ରକୃତି ଆମ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଛି । ପ୍ରଥମତଃ ଶରୀରର ଚର୍ମ ହେଲା ଶରୀର ପାଇଁ ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରାକୃତିକ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଏହା ବାହ୍ୟ ବାତାବରଣ ଓ ଶରୀର ମଧରେ ଏକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଶରୀର ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜୀବାଣୁ ଓ କୀଟାଣୁକୁ ଏହା ବାଧା ଦେଇଥାଏ । ଶରୀରର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ଚର୍ମ ନ ଥାଏ ସେଠାରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଲାଳ ମଧ ଆମର ଶରୀରକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଆଖି, ନାକ ଗହ୍ୱର, ମୁଖ ଗହ୍ୱର ଆଦି । ଏହି ଲାଳରେ ଏକ ପ୍ରକାର ରସାୟନ ପଦାର୍ଥ ଥାଏ ତାହା କୀଟାଣୁଙ୍କୁ ଧ୍ୱଂସ କରିଥାଏ । ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ଲୋମ ମଧ ଆମର ଏକ ପ୍ରକାର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଚକ୍ଷୁରୁ ଯେଉଁ ଅଶ୍ରୁ ଝରେ ତାହା ଆଖିକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖେ । ପ୍ରକୃତି ଆମ ଆଖିକୁ ଅସ୍ଥି ଗହ୍ୱର ମଧରେ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖି ପାରିଥାଏ । କୌଣସି ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣା ହେଲେ କେବଳ ଆଖିପତାର ଅନିଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ ଆଖିର ନୁହେଁ ।

ଶରୀରର ଦ୍ୱିତୀୟ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେଲା ରସାୟନ ପ୍ରତିରକ୍ଷା । ଚର୍ମରେ ଥିବା ବାଳ ମୂଳର ଗ୍ରନ୍ଥିରୁ ଏକ ପ୍ରକାର ରସ ଝରେ ଯାହା ବାହାରୁ ଆସୁଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ କୀଟାଣୁଙ୍କୁ ମାରିଥାଏ । ଆମ ମୁଖର ଲାଳ, ଅଶ୍ରୁ ଓ ଝାଳ ଆଦିରେ ଏକପ୍ରକାର ଏନ୍‌ଜାଇମ୍ (Lysozyme) ଉପାଦାନ ରହିଥାଏ ଯାହା କୀଟାଣୁନାଶକ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ଯେଉଁ ପାଚକରସ ଝରେ ସେଥିରେ ଜୀବାଣୁନାଶକ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ରାସାୟନ ଉପାଦାନ (HCL) ରହିଥିବା କଥା ଆମେ ଆଗରୁ ଜାଣିଛୁ । ବିଭିନ୍ନ ପାଚକରସରେ ଯେଉଁ ରାସାୟନ ଉପାଦନ ରହିଥାଏ ତାହା ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନିଷ୍ଟକାରୀ ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ଓ ବିଷକୁ ମଧ ଧ୍ୱଂସ କରିଥାଏ ।

ଏହି ଦୁଇ ସୁରକ୍ଷା ଛଡ଼ା ଆମ ଶରୀରର ରକ୍ତରେ ମଧ ସର୍ବଦା ପ୍ରତିରକ୍ଷା ବାହିନୀର ସୈନ୍ୟ ଦଳ ଭଳି ଶ୍ୱେତରକ୍ତ କଣିକାମାନେ ସଦା ଜାଗ୍ରତ୍ ରହି ଶରୀର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ପ୍ରହରୀର କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହିସବୁ ରକ୍ତକୋଷ ହାଡ଼ର ମଜ୍ଜା (Bone marrow), ଲିଭର, ପ୍ଲିହା ତଥା ଲସିକା ଗ୍ରନ୍ଥି (Lymphatic gland) ଆଦିରୁ ତିଆରି ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏହିସବୁ ସୁରକ୍ଷା ବାହିନୀ ତିନି ଶ୍ରେଣୀର ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧରୁ

ଅଗ୍ରଣୀ (Frontline) ସେନା ବାହିନୀର କୋଷମାନଙ୍କର ନାମ ହେଲା NK (Natural Killer) Cells ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରାକୃତିକ ଧ୍ୱଂସକାରୀ କୋଷ । ଶତ୍ରୁ ଜୀବାଣୁ ଧ୍ୱଂସ କରିବାରେ ଏମାନଙ୍କର ବହୁ ପ୍ରକାରର କ୍ଷମତା ରହିଥାଏ । ଏମାନେ ରକ୍ତରେ, ଲିଭରରେ, ରସବାହି ନାଡ଼ିରେ ଏବଂ ହାଡ଼ ମଜ୍ଜାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳନ୍ତି । ଏମାନେ ଶତ୍ରୁର ଗତିବିଧି, ଆଚାର ବ୍ୟବହାର ବିଷୟରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ନ ଯାଇ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଶତ୍ରୁ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କରି ତାକୁ ଧ୍ୱଂସ କରି ଥାଆନ୍ତି । ଏମାନେ ଶରୀର ପାଇଁ ଠିକ୍ ଭାବରେ କାମ ନ କରୁଥିବା ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର କୋଷଙ୍କୁ ଧ୍ୱଂସ କରି ଥାଆନ୍ତି ଏପରିକି ଶରୀରରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ କୋଷମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀରର ନିଜ କୋଷମାନେ ବିପଥଗାମୀ ହୋଇ ସଙ୍ଗଠିତ ଭାବରେ ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ କ୍ୟାନସର୍ ରୋଗର ଆୟୋଜନ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବାହିନୀର ଧ୍ୱଂସକାରୀ କୋଷ ଏମାନଙ୍କୁ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଧ୍ୱଂସ କରିଥାଏ ଓ ଆମକୁ କ୍ୟାନ୍ସର୍ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନାରୁ ବଞ୍ଚାଇଥାଏ ।

ଅନ୍ୟ ଦୁଇ ଶ୍ରେଣୀର ପ୍ରତିରକ୍ଷା କୋଷ ହେଲେ ବି-ସେଲସ୍ (B-cells) ଏବଂ ଟି-ସେଲସ୍ (T-cells) । ଆମ ଶରୀରର ସୈନ୍ୟବାହିନୀର ଏମାନେ ହେଲେ ଉଚ୍ଚପଦସ୍ଥ ସୈନ୍ୟ ଦଳ । ଏମାନଙ୍କର ଯଥାର୍ଥ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଥାଏ । ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ଓ ଶରୀରର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅନିଷ୍ଟକାରୀ ଉପାଦାନକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଚିହ୍ନିବାର ଜ୍ଞାନ ଏମାନଙ୍କୁ ଦିଆ ହୋଇଥାଏ । ଏମାନଙ୍କ ସହିତ କିପରି ଲଢ଼ିବାକୁ ହେବ ଓ ଏମାନଙ୍କୁ ଧ୍ୱଂସ କରାଯିବ, ଏହାର ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଏହି ସୈନ୍ୟ ବାହିନୀଙ୍କୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଦିଆ ଯାଇଥାଏ । B-cells ସାଧାରଣତଃ ହାଡ଼ ମଜ୍ଜା ଓ ଲିଭରରେ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପାଇଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଉଚ୍ଚପଦସ୍ଥ ସୈନ୍ୟ ବାହିନୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ T-cells ହେଲେ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାର କମାଣ୍ଡୋ ବାହିନୀ । ଏମାନଙ୍କର ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଆମ ଶରୀରରେ ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ପ୍ରତିରକ୍ଷା ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ-କେନ୍ଦ୍ର ଖୋଲା ହୁଏ । ଏହି କେନ୍ଦ୍ର ଆମ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ମଝିରେ ଓ ଉପରି ଭାଗରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହାର ନାମ ହେଲା ଥାଇମସ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି (Thymus gland) । ଏହି ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ କେନ୍ଦ୍ର ଶିଶୁ ଅବସ୍ଥାରୁ ଖୋଲି ଏହାର କ୍ରିୟାକଳାପ ଶରୀରର ଯୌବନ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଖର ଭାବରେ ଚାଲେ । ପରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିର ଆକାର କମି କମି ଖୁବ୍ ଛୋଟ ହୋଇଯାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ର ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ । ଏମାନଙ୍କ ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା କିପରି ହୁଏ ତାହା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥୂଳ ବିଜ୍ଞାନ ଠିକ୍ ଭାବେ ଜାଣି ନାହିଁ । ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ଶିଶୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମର ଆତ୍ମା ଜାଗ୍ରତ୍ ଓ ସଚେତନ ଭାବରେ ଆମ ଶରୀରକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥାଏ । ପରେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ବିକାଶ ହେବା ଫଳରେ ଏବଂ ଏମାନେ ଶରୀର ଉପରେ ତାଙ୍କ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର କାମ ଆରମ୍ଭ ହେଲେ ଆତ୍ମାର କ୍ରିୟା ପଛକୁ ଚାଲିଯାଏ । ଏହା ଶରୀର ଉପରେ ଆଉ ତା'ର ନିଜର ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିପାରି ନ ଥାଏ । ଅତଏବ T-

cellର ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ବୋଧହୁଏ ଏହି ଆତ୍ମାର ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ହୋଇଥାଏ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆମ ଆତ୍ମା ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରରୁ ବହନ କରି ଆସିଥିବା ଶରୀର ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଭୂତିକୁ ସଂଗ୍ରହ (download) କରାଇଥାଏ । ଅତଏବ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଏପରି କୌଣସି ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ଉପାଦାନ ନାହିଁ ଯାହା ଏହି କୋଷମାନଙ୍କ ହାତରୁ ରକ୍ଷାପାଇ ପାରିବ । ବୃଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମ ଶରୀରର ଏହି T-cellର ସଂଖ୍ୟା କମିଯିବା ଫଳରେ ଆମ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ମଧ୍ୟ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ଆମକୁ କଠିନ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । ଏବେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏହି କୋଷମାନଙ୍କୁ କିପରି ଦୀର୍ଘଦିନ ବଞ୍ଚାଇ ରଖାଯିବ ସେଥିପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି ।

ଶରୀରର ଏହିସବୁ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଛଡ଼ା ଏହାର କ୍ରିୟାକଳାପରେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର ସୁରକ୍ଷାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ବଜାୟ ରଖିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଶରୀର ଜ୍ୱର ଉତ୍ପନ୍ନ କରି ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ''ଜ୍ୱର ହେଲା ଶରୀରକୁ ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିବାର ଏକ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟା ।'' (Medical Physiology, P. 111) । ଆଘାତ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର କୌଣସି ଅଂଶର ଫୁଲା ବା ବ୍ୟଥା ହେବା ଦ୍ୱାରା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ଫୁଲାର ପ୍ରଭାବରୁ ଆମକୁ ଜ୍ୱର ହୋଇଥାଏ । ଜ୍ୱରର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ଏନ୍‌ଜାଇମ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଏକ ପ୍ରକାର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉଚ୍ଚ-ତାପଯୁକ୍ତ ଜ୍ୱର ବା ମାରାତ୍ମକ ଜ୍ୱର ହୋଇ ନ ଥିଲେ ଏହାକୁ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ କମାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଶରୀରର ଯେକୌଣସି ଫୁଲା ମଧ୍ୟ ଶରୀର ପ୍ରତିରକ୍ଷାର ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟାତ୍ମକ ଉପାୟ । ''ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଫୁଲିବା ଦ୍ୱାରା ସେଠାରେ ଯେଉଁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶତ୍ରୁ ଜୀବାଣୁଙ୍କ କ୍ରିୟାକଳାପ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତାକୁ ଶରୀର ଧ୍ୱଂସ କରିଥାଏ ଓ ତାକୁ ସେଠାରୁ ହଟାଇଥାଏ । ଏହା ଆମ ମାଂସପେଶୀରେ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥର ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ବିଷକ୍ରିୟା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତାକୁ ସଜାଡ଼ିବା ପାଇଁ ଶରୀର ଫୁଲାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଏ ।'' (Medical Physiology) ମଶା କାମୁଡ଼ିବା ସ୍ଥାନରେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଫୁଲିଯାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ମଶା ଯେଉଁ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଆମ ଶରୀରରେ ଛାଡ଼ିଲା ତା'ର ଗତିକୁ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଂଶକୁ ନ ଯିବା ପାଇଁ ଶରୀର ସେଠାରେ ଏହି ବିଷକୁ ଫୁଲା ମାଧ୍ୟମରେ ବନ୍ଦ କରି ରଖେ । ଏବଂ ପରେ ସୁରକ୍ଷା ବାହିନୀ ଆସି ଏମାନଙ୍କୁ ଧ୍ୱଂସ ଓ ନିଷ୍କାସନ କରନ୍ତି । ଏହାଛଡ଼ା ଆମେ ଜାଣିଛୁ କାଶ ଓ ସର୍ଦ୍ଦି ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀର ଆମକୁ କିପରି ଧୂଳି ଓ ଦୂଷିତ ପଦାର୍ଥର ଆକ୍ରମଣରୁ ବଞ୍ଚାଇଥାଏ । ଏସବୁ ଜାଣିବା ପରେ ଆମେ ଅବଶ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ କରିବୁ ଯେ ଶରୀର ହେଲା ତା'ର ନିଜର ଡାକ୍ତର । ତେଣୁ ସାଧାରଣ ରୋଗ ପାଇଁ ଆମେ କାହିଁକି ବ୍ୟସ୍ତ ହେବୁ ଓ ଔଷଧ ସେବନ କରିବୁ ?

ଶରୀରର ସ୍ଥୂଳ ସୁରକ୍ଷା ବିଷୟରେ ଆମେ ଜାଣିଛୁ । ଶରୀରର ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ଅନେକ ପ୍ରକାର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି । ଶରୀରରେ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ଅଭାବ ହେଲେ ଆମର ରୋଗ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ସଂକଟାପନ୍ନ ହୁଏ । ପ୍ରାଣଶକ୍ତିହିଁ ଶରୀରର ରୋଗ ଉପଶମ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବିଶେଷ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଆମେ ଯେଉଁ ଔଷଧ ସେବନ କରୁ ସେହି ଔଷଧ ଆମ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରିଥାଏ ଓ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ତତ୍ପରତା ପାଇଁ ଆମେ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଉ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ନିସ୍ତେଜ ହୋଇ ପଡ଼ିଥାଏ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ଔଷଧ କାମ କରି ପାରି ନ ଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତିହିଁ ଆମ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର କ୍ରିୟାକଳାପକୁ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରଖିଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଆମ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୁରକ୍ଷାଚକ୍ରର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଥାଏ । ତାହା ହେଲା ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର । ଏହା ହେଲା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷାର ଢାଲ ସଦୃଶ । ଏହା ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ଶରୀରରେ ରହିଛି । କିନ୍ତୁ ଏ ବିଷୟରେ ଆମେ ସଚେତନ ହୋଇ ନ ଥାଉ । ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମଶରୀର ପ୍ରସାରଣ ଆମ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ବାହାରକୁ କିଛି ଦୂର (୫/୬ ଇଞ୍ଚ) ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁମାନଙ୍କର ପ୍ରସାରଣ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ଆମେ ସ୍ନାୟୁ ଆବରଣ (nervous sheath) କହିଥାଉ । ଏହି ଆବରଣକୁ ଭେଦ କରି କୌଣସି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅପଶକ୍ତି ବା ରୋଗଜୀବାଣୁ ଆମ ଶରୀରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ଏହା ବାଧା ଦେଇଥାଏ । ଯେହେତୁ ଏହା ହେଲା ସ୍ନାୟୁ ଆବରଣ ତେଣୁ ଏହାକୁ ଆମେ ଆମର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଅଧିକ ସୁଦୃଢ଼ କରିପାରିଥାଉ ଏବଂ ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତି ଦେଇ ଅଭେଦ୍ୟ ଦୁର୍ଗ ରୂପେ ଗଢ଼ି ତୋଳିଥାଉ । ଯେଉଁମାନେ ମା'ଙ୍କ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଭରସା ରଖି ଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ଏହି ସୁରକ୍ଷା ଚକ୍ରକୁ ମା' ମଜଭୁତ କରି ଆମକୁ ବର୍ମାବୃତ କରି ରକ୍ଷା କରନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗ ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଛନ୍ତି ସେମାନେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଏହାର ଶକ୍ତିକୁ ଭଗବତ୍ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଶରୀର ସହିତ ଆମ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହା ଅଧିକ ସଚେତନ ଭାବରେ କାମ କରେ । ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଆମ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଚକ୍ର ରହିଥାଏ । ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏହି ଚକ୍ରମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଭଗବତ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ନେଇଯିବ ।

ଶରୀରର ଏହିସବୁ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଆମେ କିପରି ଏହାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବୁ ? ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ଏହି ସାହାଯ୍ୟର କୌଣସି ସୀମା ନାହିଁ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ଆମ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ପରିଚାଳନାର ଭାର ଗ୍ରହଣ ନ କରିଛନ୍ତି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ରୂପାନ୍ତରିତ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଶରୀରର ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଭାଗ ନେଇ ଏହାକୁ ବହୁ ଦୂର ଆଗେଇ ନେଇଯିବ । ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱୟଂ ଶରୀର ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ନିଜକୁ ସମର୍ପଣ କରିବ

ସେତେବେଳେ ଆମର ମନ, ପ୍ରାଣର କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ଶରୀର ଉପରେ ସମାପ୍ତ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଏ ଘଟଣା ଘଟିବା ମଣିଷ ପାଇଁ ଅବଶ୍ୟ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ । ଏହା ପୂର୍ବରୁ ଆମକୁ ଅନେକ କିଛି କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଥମେ ଶରୀରକୁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତକରି ତାକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ କରି ଦୀର୍ଘକାଳ (୨୦୦ ରୁ ୩୦୦ ବର୍ଷ) ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବାକୁ ହେବ । ତେବେଯାଇ ଏହା ଭବିଷ୍ୟତର ଅତିମାନସ ରୂପାନ୍ତର କ୍ରିୟାରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଯୋଗଦାନ କରିପାରିବ । ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଆମେ ପୁରାତନ ପନ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରି ଏହାର ନିରାକରଣ ବିଷୟରେ କିଛି ଆଲୋଚନା କରିସାରିଛୁ । କିନ୍ତୁ ପୁରାତନର ଏହିସବୁ ପନ୍ଥା ଭବିଷ୍ୟତ୍ ପାଇଁ ଆଉ ଦରକାର ହେବ ନାହିଁ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଣିଷର ଚେତନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇ ଏହା ଅତିମାନସର ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତିରେ ଉଦ୍ଭାସିତ ନ ହୋଇଛି ଆମେ ଏହିସବୁ ପୁରୁଣା ପଦ୍ଧତିକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆମ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୋଗମୁକ୍ତିର ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚି ପାରିବୁ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଆମେ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ରୋଗମୁକ୍ତିର ଉପାୟ ଖୋଜିବାକୁ ଯାଇ ଏହି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଆଲୋଚନା କରୁଛୁ । ପୁରାତନ ପନ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ଯେତେଦୂର ପାରୁ ଆମକୁ ଏହାର ସଦୁପଯୋଗ କରି ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ତା'ପରେ ନୂତନ ପନ୍ଥା ଖୋଜିବାକୁ ହେବ ।

ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଆମେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଚାହିଁଲେ ପ୍ରଥମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର କ୍ରିୟାକଳାପ ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ଥିବା ଦରକାର । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରଖିବା ପାଇଁ ଯେଉଁସବୁ ଭିଟାମିନ୍, ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ, ରାସାୟନ ପଦାର୍ଥ ଓ ଖାଦ୍ୟସାର ଆଦିର ଦରକାର ଓ କେତେ ପରିମାଣରେ ଦରକାର ତାହା ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଏହିସବୁ ପଦାର୍ଥ ଆମ ଶରୀରରେ କେଉଁ ଅଂଶରେ କ'ଣ କାମ କରନ୍ତି ତାହା ମଧ୍ୟ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଏସବୁ ଉପାଦାନ ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଖାଦ୍ୟରୁ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଉ । ଅତଏବ ଯଥାର୍ଥ ଖାଦ୍ୟ ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଉ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଟିକିଏ ଆଗରୁ ଆମେ କହିଲୁ NK cells ଶରୀରର କ୍ୟାନ୍ସର ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାକୁ ଦେଇ ନ ଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଆମ ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ଉପାଦାନ ଦରକାର ହୁଏ ତାହାର ନାମ ହେଲା ବିଟା-କେରୋଟିନ୍ (Beta carotene) । ଏହି ବିଟା କେରୋଟିନ୍ ଉପାଦାନ ସାଧାରଣତଃ ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗିନ୍ ପନିପରିବା ଯଥା : କ୍ୟାରଟ୍, ବିଟ୍ ରୁଟ୍, ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗର କେପ୍‌ସିକମ୍ ଆଦି । ବେଶୀ ପାଚି ଯାଇ ତା' ଦେହରେ କଳା ଦାଗ ହୋଇଥିବା କଦଳୀରେ ମଧ୍ୟ ଏକପ୍ରକାର ଉପାଦାନ (TNF : Tumor Nacrosis Factor) ରହିଥାଏ ଯାହା ଟ୍ୟୁମର ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଥିବା କୋଷକୁ ଧ୍ୱଂସ କରେ ତଥା ଶ୍ୱେତ ରକ୍ତ କଣିକାର ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଅତଏବ ଆମେ ଯଦି ଏହିସବୁ ପନିପରିବା ଓ ଫଳମୂଳ ଖାଉ ତେବେ ଏଥିରେ ଥିବା ଉପାଦାନ ଆମ ଭିତରେ କ୍ୟାନ୍ସର୍

ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାକୁ ଦେଇ ନ ଥାଏ । ଯଦି ଏହା ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ତେବେ ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା NK cells ଏହାକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିଥାଆନ୍ତି । ଖାଦ୍ୟ ବିଷୟରେ ଆମେ ଆଗରୁ ଆଲୋଚନା କରିସାରିଛୁ । ଆମେ ଜାଣିଛୁ ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଆମ ରକ୍ତକୁ କ୍ଷାରଯୁକ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ଅମ୍ଳଯୁକ୍ତ ରକ୍ତହିଁ ସବୁ ରୋଗର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । କ୍ଷାର ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ-ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଆମ ରକ୍ତକୁ ସଦା ଶୁଦ୍ଧ-ପୂତ ଓ ବିଷମୁକ୍ତ ରଖି ପାରିଲେ ଆମେ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିଥାଉ । ଏଥିପାଇଁ ଗଭୀର ଭାବରେ ଖାଦ୍ୟ-ବିଜ୍ଞାନ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ-ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ଆମର ଜ୍ଞାନ ଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆମେ ଭାବିଥାଉ ଏପ୍‌ଲ, ଆଲମଣ୍ଡ, କାଜୁ ଆଦି ଦାମି ଫଳ ଓ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ଓ ଉପକାର ପାଇଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଏପରି ନୁହେଁ । ଏକ ମଧ୍ୟମ ଆକୃତିର ପାଚିଲା କଦଳୀ ଯେଉଁ ପରିମାଣରେ ଆମକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ, ତାହା ତିନୋଟି ଏପ୍‌ଲ ବା ୪୦୦ ଗ୍ରାମ ଦୁଧ ଦେଇଥିବା ଶକ୍ତି ସହିତ ସମାନ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଆମେ ୭୫୦ ଗ୍ରାମ ଛେଳି ମାଂସରୁ ଯେଉଁ ଭିଟାମିନ 'A' ପାଇଥାଉ ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ଭିଟାମିନ୍ ଏହି ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର କଦଳୀରୁ ପାଇଥାଉ । ଆମେ ଆଲମଣ୍ଡ, କାଜୁ ଆଦି ଦାମିକା ଶୁଷ୍କ ଫଳରୁ ଯେଉଁ ଗୁଣ ପାଇଥାଉ ତାହା ବାଦାମ, ନଡ଼ିଆ, ତିଳ ଆଦିରୁ ପାଇଥାଉ । ମୌସମ୍ବି, ସପୁରି, ପଣସ ଆଦି ଦାମି ଫଳରୁ ଯେଉଁ କାଲ୍‌ସିୟମ ଖାଦ୍ୟ ଉପାଦାନ ପାଇଥାଉ ତାହା ଆମେ ଶସ୍ତା ପାତିଲେମ୍ବୁରୁ ପାଇଥାଉ । ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର କଞ୍ଚା ଟମାଟୋ ଓ କାକୁଡ଼ି ଆମକୁ ଯେଉଁ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ତାହା ଦାମି ଫଳ ଦେଇପାରି ନ ଥାଏ ।

ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଆମେ ବିଶେଷ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଉ । ଆମ ମନରେ ରୋଗ ପାଇଁ ଯଦି ତିଳେ ମାତ୍ର ଭୟ ନ ଥିବ ତେବେ ଆମକୁ କେବେହେଲେ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଭାଗବତ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ କରିପାରିଲେ, କେବଳ ଇଚ୍ଛା କରିବା ମାତ୍ରେହିଁ ସମସ୍ତ ରୋଗ ପଳାୟନ କରେ । ଏହି ଭାଗବତ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମନ ସହିତ ଶରୀର ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଆମ ଶରୀରକୁ ନୂତନ ଭାବରେ ପରିଚାଳନା କରିବାର କାମ ଆରମ୍ଭ କରିବ । ପ୍ରଥମେ ଏହା ଶରୀର ଭିତରେ ସୁପ୍ତ ଭାବରେ ରହିଥିବା ଶରୀର-ମନକୁ (body mind)କୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରି ଶରୀର ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର କରିବ । ଏହି ରୂପାନ୍ତରିତ ଶରୀର ଚେତନାହିଁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଅତିମାନସ ଚେତନାକୁ ଆବାହନ କରି ପ୍ରକୃତିର ଶରୀର ପରିଚାଳନା ଭାର ଗ୍ରହଣ କରି ଶରୀରକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବ । ଶରୀରର ଏହି ଭାବୀ ସମ୍ଭାବନା ବିଷୟରେ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଅଖଣ୍ଡ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମ ପାଇଁ ଶ୍ରୀମା' ଏକ ମୂଳ ମନ୍ତ୍ର ରୂପକ ବାଣୀ ଦେଇଛନ୍ତି – ତାହା ହେଲା ''The mind, the life and the body must become and live what the Soul knows and is." (MCW - 14,

p. 353) ଅର୍ଥାତ୍ – ''ଆମର ଆତ୍ମା ଯାହା ଜାଣେ ଓ ଯାହା ହୋଇପାରିଛି; ଆମ ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ଚୟ ତାହା ହେବା ଉଚିତ ଏବଂ ସେହିପରି ଜୀବନ ଧାରଣ କରିବା ଉଚିତ ।'' ଏହି କଥାକୁ ଆମେ ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପାଇଁ ଭୁଲିଗଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଆମେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଅନେକ ବାଣୀ ପଢ଼ି ଥାଉ । ପଢ଼ିଲାବେଳେ ତାହା ଆମକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭଲଲାଗେ । ଆମେ ସାବିତ୍ରୀ, ଦୁର୍ଗା ସ୍ତୋତ୍ର, ମା ବହି ଆଦି ମୁଖସ୍ଥ କରିଥାଉ କିନ୍ତୁ ଆଚରଣରେ ଆମେ ବେଶୀ କିଛି କରି ନ ଥାଉ । ଏପରି ହେବାର କାରଣ ହେଲା ଆମେ ଯଥାର୍ଥ ଆନ୍ତରିକ ହୋଇ ନ ଥାଉ ଓ ଆମର ମା'ଙ୍କ ଉପରେ ଅଟଳ ବିଶ୍ୱାସ ନ ଥାଏ । ଏହି ବିଶ୍ୱାସହିଁ ହେଲା ଆମ ଯୋଗର ବିଶେଷ ଉପାଦାନ ଓ ଶରୀର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାର ମଧ୍ୟ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଉପାଦାନ । ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ତଥାକଥିତ ବିଶ୍ୱାସ ଥାଏ ସେଥିରେ ସନ୍ଦେହ ମଧ୍ୟ ରହିଥିବାରୁ ତାହା ଅଟଳ ହୋଇ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମ ଆସ୍ପୃହା ଫଳରେ ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସନ୍ତି ସେତେବେଳେ ସନ୍ଦେହଯୁକ୍ତ ଏହି ବିଶ୍ୱାସରୁ ସନ୍ଦେହ ମୂଳପୋଛ ହୋଇ କେବଳ ବିଶ୍ୱାସହିଁ ରହିଯାଏ – ତାହାହିଁ ହେଲା ଦୃଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ବା ଅଟଳ ବିଶ୍ୱାସ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଗୀତାର ବାଣୀକୁ ଉଦାହରଣ ଦେଇ କହୁଛନ୍ତି : ''yo yacchraddhah sa eva sah, (*The Synthesis of Yoga*, p - 743)'' ଏବଂ ଏହା ସହିତ ଯୋଗ କରାଯାଇ – ମଣିଷ ନିଜ ଭିତରେ ଯେଉଁ ସମ୍ଭାବନାକୁ ଦେଖିବାର ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଥାଏ ଏବଂ ସେଥିପାଇଁ ସେ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ, ତାହା ସେ କରିଥାଏ ଓ ହୋଇ ପାରିଥାଏ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପୁଣି କହୁଛନ୍ତି : ''ବିଶ୍ୱାସ ହେଲା ପରମ ଚେତନାରୁ ଆସିଥିବା ଏକ ପ୍ରଭାବ, ଏବଂ ଏହାର ଜ୍ୟୋତିଃ ହେଲା ଆମ ଅତିମାନସ ଚେତନାରୁ ଆସିଥିବା ଏକ ବାଣୀ ଯାହାକି ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ତା'ର ବର୍ତ୍ତମାନର କ୍ଷୁଦ୍ର ଗଣ୍ଡି ଭିତରୁ ଉପରକୁ ଉଠାଇ ଆଣି ତା'କୁ ଏକ ବିଶାଳ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିବାର ଏକ ଡକରା ।'' (*The Synthesis of Yoga*, p-746) । କେହି କେହି ଭାବନ୍ତି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଆମଠାରୁ ଅନେକ ଦୂରରେ । ଆମର ଏହି ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ଓ ବିକୃତି ଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଆମ ପାଖକୁ ଆସିବ ନାହିଁ । ଏହା ଆମର ଭୁଲ ଧାରଣା । ଯଦି ଆମେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁ ମା' ଆମ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ବାସ କରନ୍ତି ବୋଲି ତେବେ କ'ଣ ସେହି ମା' ହେଲେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିବିହୀନା ? ସେ କ'ଣ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଧାରଣ କରି ନାହାନ୍ତି ? ମା'ଙ୍କୁ ଏପରି ଖଣ୍ଡ ଭାବରେ ଦେଖିଥାଏ ଆମର ଏହି ସନ୍ଦେହଯୁକ୍ତ ମନ ।

ଶେଷରେ ଆମେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ଉପରେ ଦେଇଥିବା ମା'ଙ୍କର ବାଣୀମାନଙ୍କୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବୁ । ''ବିଶ୍ୱାସ ରଖ । ଏପରି କୌଣସି ରୋଗ ନାହିଁ ଯାହା ଭଗବତ୍ କୃପା ବଳରେ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।'' (M.C.W. - 15, p - 164)

''ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନର ଜ୍ଞାନ ସହିତ ଭଗବତ୍ କୃପାର ବିଶ୍ୱାସକୁ ଯୋଗକର ଏବଂ ତୁମର ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ ଶକ୍ତିର ଆଉ କୌଣସି ସୀମା ରହିବ ନାହିଁ।''

(M.C.W. - 15, p-167 - 168)

''...ଏହା ହେଲା ଏକ ପ୍ରକାର ତଥାକଥିତ 'ଅଲୌକିକ ଆରୋଗ୍ୟ' ଏବଂ ଏହିପରି ଅଲୌକିକ ଘଟଣା ଘଟିପାରିଥାଏ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣରେ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ଆନ୍ତରିକତା ଫଳରେ ଭଗବତ୍ କୃପା ଉପରେ ଏକ ଅଟଳ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିବା ଫଳରେ।

(M.C.W.-15, p-165)

''ତୁମେ ଯଦି ରୋଗ ମୁକ୍ତ ହେବାକୁ ଚାହଁ, ସେଥିପାଇଁ ଦୁଇଟି ସର୍ତ୍ତ ରହିଛି। ପ୍ରଥମେ ତୁମର ଭୟ ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ, ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ତୁମକୁ ଭୟଶୂନ୍ୟ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ବୁଝିଲ, ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟରେ ଭଗବାନଙ୍କର ପ୍ରତିରକ୍ଷାକାରୀ ଶକ୍ତି ଉପରେ ତୁମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ଥିବା ଦରକାର। ଏହି ଦୁଇ କଥା ହେଲା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦରକାରୀ।''

(M.C.W. - 15, p - 152)

ଦୀର୍ଘ-ଜୀବନ ଲାଭ

ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି, ''କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ (ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ) ଏପରି ଶରୀର ଦରକାର ଯେ କି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ଦୀର୍ଘସମୟ ପାଇଁ ତିଷ୍ଠିପାରିବ। ସେ (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ) କହିଛନ୍ତି 'ଇଚ୍ଛାକରି ଅନେକ ଦିନ ବଞ୍ଚିରହିବାର କ୍ଷମତା ହାସଲ କରିପାରିବା ହେଲା ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ କାଳୀନ ସୋପାନ', ଏବଂ ମୁଁ ଅନୁଭବ କରେ ଏହା ସମ୍ଭବପର ଯଦି ଶରୀର ନିଜେ କେବଳ 'ରୂପାନ୍ତର'– ଏହି ଗୋଟିଏ ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତାକରେ।'' (Mother's Agenda, V. 12, p. 236, 4th Sep. 1971) ଅତଏବ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ପୂର୍ବରୁ ଆମକୁ ଏହି ଇଚ୍ଛାମୃତ୍ୟୁର ସୋପାନରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ହେବ। ଏହି ଇଚ୍ଛା କେବଳ ଆମ ମନର ଇଚ୍ଛା ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ। ସାଧନାର ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ମାନସିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ବହୁ ଦୂର ଅଗ୍ରଗତି କରିଥାଉ। କିନ୍ତୁ ମନର ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଯେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ବଳ ଏ ବିଷୟରେ ଆମେ ଆଗେ ଆଲୋଚନା କରିସାରିଛୁ। ଏଠାରେ ମା' ଶରୀରର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି। ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ସୂକ୍ଷ୍ମଭୌତିକ ଚେତନା ରହିଛି ତା'ର ପୂର୍ଣ୍ଣତାପ୍ରାପ୍ତି ହେଲେ ତା' ମଧ୍ୟରେ ଏକପ୍ରକାର ମନର ବିକାଶ ହେବ ଯାହାକୁ ଆମେ 'ଶରୀର-ମନ (body-mind)' କହୁ। ଏହି ଶରୀରମନର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିହିଁ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ସକାଶେ ସର୍ବଦା ଇଚ୍ଛା କରିବ। ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେବା ଯଦିଓ ସମୟ- ସାପେକ୍ଷ କିନ୍ତୁ

ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି କଷ୍ଟକର ସାଧନାର ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ । କେବଳ ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ହୃଦୟର ଆବେଗ ଆଦିକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କରିପାରିଲେ ଆମ ଭିତରେ ଏହି ଶରୀର-ମନର ପ୍ରକାଶ ହେବ । ଆମେ ଭାବିଥାଉ ସବୁକିଛି ମନର ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ଜାଣିହେବ, କର୍ମ କରିହେବ ଏପରିକି ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର କରିହେବ । କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସ୍ପଷ୍ଟଭାବରେ କହିଛନ୍ତି : ''ମନ କେବଳ ଅନନ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରିପାରେ, ଏହାଙ୍କ ସହିତ ନିଜକୁ ଦ୍ରବିଭୂତ କରିପାରେ, ବିଶାଳ ଉଦାସୀନତାର ସହିତ ଏହାଙ୍କ ସହିତ ବାସ କରିପାରେ, ସେ ଏହାଙ୍କ ଉପଦେଶମାନ ଗ୍ରହଣ କରି ନିଜ ଧାରାରେ ଏସବୁ ପାଇଁ କ୍ରିୟା କରିପାରେ । ମନ ଯେଉଁ ଧାରା ଅବଲମ୍ବନ କରି କର୍ମକରେ ତାହା ବିଭାଜନ ଏବଂ ପ୍ରମାଣ ଓ ପରିଣାମର ଧାରା ଏବଂ ସେଥିରେ ଅଳ୍ପ-ବହୁତ ବିକୃତି ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ନିଜେ ନିଜର ଜ୍ଞାନକୁ ନେଇ ସେହି ଅନନ୍ତ ଆତ୍ମଚେତନାର ସିଧା ଓ ଯଥାର୍ଥ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇପାରି ନ ଥାଏ ।''

(*The Synthesis of Yoga*, p. 756)

ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ନିଜ ଜ୍ଞାନ ଉପରେ ଯେଉଁ ସୁଦୃଢ଼ ଆସ୍ଥା, ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଅହଂକାର ରହିଛି ତାକୁ ପ୍ରଥମେ ଛାଡ଼ିବାକୁ ହେବ । କର୍ମ କରିବା ପାଇଁ କେବଳ ନିଜର ମନ-ପ୍ରାଣ ଆଦିଙ୍କୁ ନୀରବ ରଖିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ଆଦେଶ ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଆଦେଶ (command) ଆମ ଭିତରେ କେବଳ ଏକ ଶବ୍ଦ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶିତ ନ ହୋଇ ଏହା ଆମ ଭିତରକୁ ଏକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଭାବରେ ଆସିଥାଏ । ଏହି ଆଦେଶକୁ ଆମକୁ ଚିହ୍ନିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଓ ସେହି ଅନୁସାରେ କର୍ମ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଆଦେଶକୁ ଚିହ୍ନିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ନିଜ ମନରେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚାହିଦା ଓ ପସନ୍ଦ-ଅପସନ୍ଦ ନ ରଖିବା ଏବଂ ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାକୁ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ସେବାରେ ଲଗାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆମର ସର୍ବସ୍ୱ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିବାକୁ ଶିଖିଯିବୁ ସେତେବେଳେ ଭଗବାନଙ୍କ ଆଦେଶକୁ ଚିହ୍ନିବାରେ କେବେହେଲେ ଅସୁବିଧା ହେବ ନାହିଁ । ଏହାହିଁ ଶରୀର- ରୂପାନ୍ତରର ଆରମ୍ଭ ଅବସ୍ଥା ।

ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଆମର ଦୀର୍ଘଜୀବନର ଆବଶ୍ୟକତା କ'ଣ ? ମଣିଷର ଜୀବନକାଳ ୭୦ ରୁ ୮୦ ବର୍ଷ ବା ଖୁବ୍ ବେଶୀ ହେଲେ ୧୦୦ ବର୍ଷ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅଳ୍ପ କେତେ ବର୍ଷ ଭିତରେ ମଣିଷ କ'ଣ କରିଥାଏ ? ଜନ୍ମ ସମୟରେ ସେ ଯେଉଁ ଅଜ୍ଞାନତାର ପଟି ବାନ୍ଧି ଆସିଥାଏ ତା'ର ପ୍ରଭାବରେ ସେ ତା'ର ପୂର୍ବଜନ୍ମ-ସାଧନାର ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଓ ଅନୁଭୂତି ତା' ସତ୍ତାର ପରଦା ଅନ୍ତରାଳରେ ଘୋଡ଼ାଇ ହୋଇ ରହେ । ତା'କୁ ପୁଣି ଏହି ଅଜ୍ଞାନତାର ପରଦାକୁ ଛିନ୍ନ କରିବା ପାଇଁ ମୂଳରୁ ସାଧନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ସବୁକିଛି ଆଉ ଥରେ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ମନର ବିକାଶ

ପାଇଁ ସ୍କୁଲ-କଲେଜର ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରିବାରେ ୨୫ ବର୍ଷ କଟିଯାଏ । ପ୍ରାଣର ବିକୃତିକୁ ବୁଝିବା ପାଇଁ ତାକୁ ଏହି ସଂସାରର ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ ଏବଂ ଏପରିକି ଦୀର୍ଘଦିନ ଭଗବତ୍ ପଥକୁ ଛାଡ଼ି ବିପଥଗାମୀ ହୋଇ ଘୂରି ବୁଲିବାକୁ ମଧ୍ୟ ପଡ଼ିପାରେ । ପରେ ତା'ର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଜାଗରଣ ହେଲେ ସେ ପୁଣି ଯଥାର୍ଥ ପଥକୁ ଫେରିଥାଏ ଓ ପୂର୍ବ ଜୀବନର ଅଧୁରା ସାଧନାକୁ ଆଗକୁ ବଢ଼ାଇ ଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଆମ ଜୀବନର ଅର୍ଦ୍ଧେକରୁ ଅଧିକ ସମୟ ବ୍ୟତୀତ ହୋଇଥାଏ । ସେତେବେଳେ ଆମର ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଆଉ ଯଥେଷ୍ଟ ସମୟ ଓ ସାମର୍ଥ୍ୟ ନ ଥାଏ । ସେଥିଯୋଗୁଁ ଆମ ପାଇଁ ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ପୁରାତନ ଯୋଗର ସମସ୍ତ ନିର୍ଯାସକୁ ଆମ ଭିତରେ ସମାହିତ କରିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ଯୋଗ ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । ଆତ୍ମାନୁଭୂତି ଓ ମୁକ୍ତିର ସିଦ୍ଧି କେବଳ ଆମ ଯୋଗର ଆରମ୍ଭ ମାତ୍ର । ଏହାକୁ ନେଇ ଆମର ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର- ଚେତନାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଏମାନଙ୍କୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ଆଣି ରୂପାନ୍ତରିତ କରାଯିବ । ଏହାପରେ ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ସାଧନା କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ହେଲା ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସିଦ୍ଧି । ଏଠାରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ଯୋଗର ଶେଷ ନୁହେଁ । ମନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ଆମର ଏହି ଜଡ଼ଶରୀରକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରାଯିବ । ଏହା ହେଲା ଅତିମାନସ ସିଦ୍ଧି । ଏହି ଅତିମାନସ ସିଦ୍ଧିହିଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ନୂତନ ଯୁଗର ରଚନା କରିବ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଗଠନ କରି ଅତିମାନବକୁ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଆବିର୍ଭାବର ପଥ ସୁଗମ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରୁଛୁ । ଯେଉଁମାନେ ଏହି କାମ କରିବା ପାଇଁ ଦୃଢ଼ ସଙ୍କଳ୍ପ ନେଇଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ ସେମାନେ ଅତୀତ ବା ବର୍ତ୍ତମାନ ପୃଥିବୀର ବାସିନ୍ଦା ନୁହନ୍ତି, ସେମାନେ ହେଲେ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ପୃଥିବୀର ବାସିନ୍ଦା । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ପୃଥିବୀରେ ନୀତି, ନିୟମ, ପ୍ରକୃତି, ଆଚାର, ବ୍ୟବହାର ଆଦିରୁ ବାହାରି ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମାନସିକ ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ଏହି ବିକୃତ ପୃଥିବୀ ଆମକୁ ଅଖଣ୍ଡ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ସିଦ୍ଧି ପ୍ରଦାନ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଅତି କମ୍‌ରେ ୩୦୦ ବର୍ଷ ଲାଗିବ । ସେ ପୁଣି ଗୋଟିଏ ଜୀବନରେ । ଅତଏବ ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଆମ ଯୋଗରେ ଏକ ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା ।

ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ମୁକ୍ତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର କାମ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆମେ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବାକୁ ଯାଇ ପ୍ରାୟ ସଫଳ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଉ । ତେଣୁ ଭାବିଥାଉ ଆମ ଦ୍ୱାରା ଏସବୁ ହେବ ନାହିଁ । ଏହା ଅସମ୍ଭବ । କିନ୍ତୁ ଏହା ସତ୍ୟ ନୁହେଁ । ଏହା କେବେହେଲେ ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏହା ଠିକ୍ ଯେ ଏହା ଆମ କ୍ଷମତାରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେବ ନାହିଁ । ଏହା ହେଲା ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର କାମ । ତେଣୁ ଆମକୁ

ହତାଶ ନ ହୋଇ, ଭାଙ୍ଗି ନ ପଡ଼ି ନିଜକୁ ହେୟ, ତୁଚ୍ଛ ବା ପାପୀ ବୋଲି ନ ଭାବି, ନିଜର ସମସ୍ତ ବିକୃତିକୁ ମା'ଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । କିଛି ବି ତାଙ୍କଠାରୁ ଲୁଚାଇ ରଖିବୁ ନାହିଁ । ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ କିଛି ବି ଲୁଚାଇ ହୁଏ ନାହିଁ । ମା' କହନ୍ତି, ଲୋକେ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସିଲାବେଳେ ନିଜର ବିକୃତିକୁ ଲୁଚାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମା'ଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରଥମେ ଏହି ଲୁଚାଇଥିବା ବସ୍ତୁ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ନିଜକୁ ସରଳ ଶିଶୁ ଭାବରେ ମା'ଙ୍କୁ ଦେଇ ନ ପାରିଲେ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତି ରୂପାନ୍ତରିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ତା'ପର କଥା ହେଲା ବିଫଳତା । ବିଫଳ ନ ହେଲେ ତୁମେ ଏହାର ଶକ୍ତି ବିଷୟରେ ଅବଗତ ହୋଇପାରି ନ ଥାଅ । ବିଫଳତାହିଁ ତୁମ ପାଇଁ ଆଣିଦିଏ ଅଧିକ ମାତୃଶକ୍ତି । ଏହି କାମ ଆମ ଯୋଗରେ ଅଧିକ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ୱୟଂ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ଏ କାମ ପାଇଁ ଦୀର୍ଘ ୧୫ ବର୍ଷ ଲାଗିଥିଲା । ଅତଏବ ଆମ ପାଇଁ ୫୦ ବର୍ଷ ଲାଗିଲେ ମଧ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ କମ୍ । ଏଥିପାଇଁ ଆମର ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପୃଥିବୀରେ ଏହି ପ୍ରକୃତି ରୂପାନ୍ତରର କାମ ହୋଇ ନାହିଁ । ଅତଏବ ଏହି କାମ ଅତିମାନସର ନୂତନ ପୃଥିବୀ ରଚନାର ଅଗ୍ରଦୂତ ଭାବରେ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷଙ୍କୁ ଅବଶ୍ୟ ଅଧିକ କଷ୍ଟ ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହେବ । ତାଙ୍କର ସଫଳତାହିଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସାଧନାକୁ ସହଜ କରିଦେବ । ଅତଏବ ଏହି ମହାନ୍ ଆତ୍ମଦାନ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ପାଇଁ ଏକ ଦିବ୍ୟ-ସୁଯୋଗ । ପ୍ରଥମେ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିରୁ ମୁକ୍ତ ହେଲେ ଆମ ଶରୀର ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇ ଦିବ୍ୟଶକ୍ତିର ଅବତରଣକୁ ଧାରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧିହୁଏ ଓ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଏ ।

ଦୀର୍ଘଜୀବନ ଲାଭ ପାଇଁ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ଯାହାକିଛି କର୍ମ କରୁ ନା କାହିଁକି ତା'ର ପରିଣାମସ୍ୱରୂପ ଆମ ଶରୀରର ସର୍ବଦା କ୍ଷୟ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରର କୋଷମାନେ ସର୍ବଦା ମରନ୍ତି ଓ ପୁଣି ନୂତନ କୋଷ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି । ଆମ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ସର୍ବଦା ହ୍ରାସ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରମାନେ ଅନବରତ କର୍ମ କରିବା ଫଳରେ ତାଙ୍କର ମଧ କ୍ଷୟକ୍ଷତି ହୁଏ ଓ ସେମାନେ ଥକିଯା'ନ୍ତି ଓ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ବୟସ ବଢ଼ିବା ଅନୁସାରେ ଆମ ଶରୀର ଅନେକ କିଛି ହରାଇ ଥାଏ । ଆମ ଦାନ୍ତ ପଡ଼ିଯାଏ, ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି କ୍ଷୀଣ ହୁଏ, ବାଳ ପାଚିଯାଏ ବା ଉପୁଡ଼ି ଯାଏ, ଶ୍ରବଣଶକ୍ତି କମିଯାଏ ଇତ୍ୟାଦି । ସାଧାରଣ କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ଆମେ ପୂରଣ କରି ପାରିଥାଉ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ଦ୍ୱାରା, ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା, ଉପଯୁକ୍ତ ଆହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା । ଶୋଇବା ସମୟରେ ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତିର ପୂରଣ ବିଶେଷ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଯଦି ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଶୋଇବା ଶିଖିଯାଉ, ତେବେ ଆମ ଶରୀରର କ୍ଷୟକୁ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ବନ୍ଦ କରିପାରିଥାଉ । ଶୋଇବା ସମୟରେ ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶିଥିଳ କରି ତାକୁ ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ରଖିପାରିଲେ ବା

ମାତୃ ଚରଣରେ ତାକୁ ଛାଡ଼ିଦେଇ ପାରିଲେ ଆମର ଯଥାର୍ଥ ଯୋଗନିଦ୍ରା ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀର ହରାଇଥିବା ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ଫେରିପାଏ ଓ ତା'ର ଅବୟବ ଓ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର ପୁନର୍ଗଠନ ହୋଇଥାଏ ।

ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମର ଯେଉଁ କ୍ଷୟକ୍ଷତି ହୁଏ ତାକୁ ଫେରାଇ ଆଣିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ କାମ; ଯଥା : ଦାନ୍ତ ପଡ଼ିଗଲେ ଆମେ ଆଉ ନୂତନ ଦାନ୍ତ ପାଇ ନ ଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଏହି ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଅବସ୍ଥାକୁ ଅବଶ୍ୟ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପାଇଁ ଏଡ଼ାଇ ପାରିବୁ । ମା' କହନ୍ତି ସେ କୋଡ଼ିଏ ବର୍ଷର ବୃଦ୍ଧ ଓ ଅଶୀ ବର୍ଷର ଯୁବକ ଦେଖିଛନ୍ତି । ଏବେ ଆମେ ଏହି ଅଶୀ ବର୍ଷର ଯୁବକତ୍ୱକୁ ବଢ଼ାଇ ୨୦୦ ବା ୩୦୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛୁ । ଏହା ଆଦୌ ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଆମ ଭାରତବର୍ଷରେ ଏପରି ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ସାଧୁ ସନ୍ଥଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା କମ୍ ନୁହେଁ । ଅତଏବ ଶରୀର ପାଇଁ ଏହା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ମା' କହିଛନ୍ତି ଯଦି କିଛି ବି ଗୋଟିଏ ଶରୀର ପାଇଁ ସମ୍ଭବ ହୁଏ ତାହା ଅନ୍ୟ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଘଟିବା ସମ୍ଭବପର ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ଏହିସବୁ ସାଧୁ, ସନ୍ଥମାନଙ୍କର ଦୀର୍ଘ ଜୀବନଲାଭର ଉପାୟକୁ ଆମେ ଯଦି ଅବଲମ୍ବନ କରୁ ତେବେ ଆମେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇଶହରୁ ତିନିଶହ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚିବାଟା କ'ଣ ଅସମ୍ଭବ ! ଆମଠାରୁ ଇତର ପ୍ରାଣୀ କଚ୍ଛପ ଯଦି ୫୦୦ରୁ ୮୦୦ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚିପାରେ ତେବେ ଆମେ କାହିଁକି ଏଥିପାଇଁ ଅକ୍ଷମ ? ଆମକୁ ଏଥିପାଇଁ ବେଙ୍ଗ, କଚ୍ଛପ, ଠେକୁଆ ଆଦି ଜୀବଙ୍କଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଶିଖିବାର ଅଛି । ଏହିସବୁ ଜୀବ ଶୀତଦିନରେ ତାଙ୍କ ଜୀବନକୁ ସ୍ତମ୍ଭନ (Hibernate) କରି ବା ଶୀତକାଳୀନ ବିଶ୍ରାମ କରି ନ ଖାଇ ନ ପିଇ ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନ ନେଇ ବରଫ ଭିତରେ ବା ମାଟି ତଳେ ଛ'ମାସ ରହି ପାରନ୍ତି । କେହି କେହି ସାଧୁ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ଭାବରେ ମାଟିତଳେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ବିତାଇଥିବାର କଥା ଶୁଣାଯାଏ । ଅତଏବ ଏହି ଜୀବନ-ସ୍ତମ୍ଭନର ବିଦ୍ୟା ଆମେ ଯଦି ଶିଖିଯାଉ ତେବେ ଆମେ ଅବଶ୍ୟ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇପାରିବୁ । ଆମ ଯୋଗରେ କଚ୍ଛପକୁ ରୂପାନ୍ତରର ଚିହ୍ନ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ଆମ ଆଶ୍ରମର Body Building ହଲରେ ଏହି କଚ୍ଛପର ଛବିକୁ ପ୍ରତୀକ ରୂପେ ରଖାଯାଇଛି । କଚ୍ଛପହିଁ ଆମ ଦୀର୍ଘ ଜୀବନଲାଭର ଆଦର୍ଶ । ଏହି ଜୀବନ-ସ୍ତମ୍ଭନର କାମ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରାଣାୟାମରୁ ଆରମ୍ଭ କରିପାରୁ । ପ୍ରାଣାୟାମ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଖୁବ୍ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ବିଶ୍ୱ- ଜଗତରୁ ଭରପୂର ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ପ୍ରାଣାୟାମ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀର ମଧ୍ୟକୁ ନିଆଯାଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଆମ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ବିଶେଷ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ରକ୍ତ ସର୍ବଦା ତାଜା ଓ ପରିଷ୍କାର ରହେ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରରେ ରୋଗଜୀବାଣୁ ତାଙ୍କର ବଂଶ ବିସ୍ତାର କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇ ନ ଥା'ନ୍ତି । ଅତଏବ ଆମ ଅଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର କ୍ଷୟକ୍ଷତି ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦ

ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାଣାୟାମ ସହିତ ଆମେ ଯଦି ପ୍ରତିଦିନ ଆସନ ଓ ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି ଶରୀର-ଚର୍ଚ୍ଚା କରୁ ତେବେ ଆମେ ନୀରୋଗ, ସୁସ୍ଥ, ସବଳ ରହି ଦୀର୍ଘାୟୁ ହୋଇଥାଉ ।

ଆମ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ କୋଷଙ୍କ ଜୀବନକାଳ ବିଭିନ୍ନ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କେତେକ କୋଷଙ୍କର ଜୀବନ କେତେ ମାସ, କେତେ ଦିନ ଏପରିକି କେତେ ଘଣ୍ଟା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ସର୍ବଦା କୋଷମାନେ ମରୁଛନ୍ତି ଓ ନୂତନ କୋଷ ଜନ୍ମ ହେଉଛନ୍ତି । ଆମ ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁକୋଷମାନେ ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇଥା'ନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ସ୍ନାୟୁକୋଷ ଆମ ଶରୀରର ଜୀବନକାଳ ସହିତ ସମାନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଏମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା କମିଯିବା ଫଳରେ ଆମ ଶରୀରର ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା କମିଯାଏ । ଆମ ଦୃଷ୍ଟି-ଶକ୍ତି ଓ ଶ୍ରବଣ-ଶକ୍ତି କମିଯିବାର ଏହା ଏକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ । ମସ୍ତିଷ୍କର ସ୍ନାୟୁକୋଷ ମଧ୍ୟ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ସମୟରେ ମରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ତେଣୁ ବୃଦ୍ଧ ଲୋକମାନେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ମନେରଖି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ଲୋକଙ୍କୁ ଚିହ୍ନି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ବିଜ୍ଞାନ ଆଗରୁ ଜାଣିଥିଲା ଅନ୍ୟ କୋଷମାନଙ୍କ ପରି ସ୍ନାୟୁକୋଷର ଜନ୍ମ ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ଏବେ ଶରୀରରେ ଏହାର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖାଯାଇଛି । ଏବେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଦେଖିଲେଣି ସ୍ନାୟୁକୋଷ ମଧ୍ୟ କେହି କେହି ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇପାରୁଛି । ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି ମଣିଷକୁ କିପରି ଦୀର୍ଘଜୀବୀ କରିବ । ଏବେ ପୃଥିବୀର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ମଣିଷର ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ଏଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଦିଗରୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ଏକ ବୈଜ୍ଞାନିକ ସଙ୍ଗଠନ ମଧ୍ୟ ଗଢ଼ାଯାଇଛି । ଏହି ସଙ୍ଗଠନର ରିପୋର୍ଟ୍‌ରେ କେତୋଟି କଥା ଆମେ ଏଠାରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିବୁ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏବେ ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି ଯଦି ଭାରତର ଯୋଗାସନ ପଦ୍ଧତିକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଏ ତେବେ ମଣିଷର ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ଅଟକାଇ ରଖାଯାଇପାରେ । ବିଶେଷ କରି ପ୍ରତିଦିନ ଶୀର୍ଷାସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଜୀବନକାଳକୁ ଦୀର୍ଘ କରି- ପାରିବୁ । ଏହାର ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ମୂଷାମାନଙ୍କୁ ଶୀର୍ଷାସନ କରାଇ ଅର୍ଥାତ୍ ତାକୁ ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ସମୟ ଓଲଟା ଝୁଲାଇ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କର ଜୀବନକାଳ ଅନ୍ୟ ମୂଷାମାନଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ହୋଇପାରିଥାଏ । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ରୋକିବାର ଅନ୍ୟ ଏକ ଉପାୟ ବିଷୟରେ ସେମାନେ କହୁଛନ୍ତି ଯଦି ଆମ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଯେଉଁ T cellର ପ୍ରତିରକ୍ଷା ବାହିନୀର କୋଷ ରହିଛନ୍ତି ଏହି କୋଷର କିଛି ଅଂଶ ଯୁବାବସ୍ଥାରେ ଆମ ଶରୀରରୁ ବାହାର କରି ସୁରକ୍ଷିତ ରଖି ପୁଣି ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହେବା ସମୟରେ ଏହାକୁ ଆମ ଶରୀରରେ ଆରୋପ କଲେ ଆମ ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତି ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯାଇ ପାରିଥାଏ । ଏହି ସଂଗଠନ ଏକ ନୂତନ କଥା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଆମ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ନିରାକରଣ ପାଇଁ ବାହ୍ୟ ଔଷଧର ଆବଶ୍ୟକ ହେବ ନାହିଁ । ଶରୀର ନିଜେ ନିଜର ଔଷଧ ମଧ୍ୟ ନିଜ ଭିତରେ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିପାରିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ

କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନ ପଥରେ ନୀରୋଗ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ଶରୀର ହେବ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନ ।

ଆମେ ଯଦି ଆମ ପେଟ ଓ ଗୋଡ଼କୁ ଠିକ୍ ରଖି ପାରିବୁ ତେବେ ଆମେ ସହଜରେ ବୁଢ଼ା ହେବୁ ନାହିଁ । ଆମର ଅଧିକାଂଶ ଯନ୍ତ୍ର ପେଟରେ ରହିଥାଏ । ପେଟର ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ୱାରା, କପାଳଭାତି ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା, ଉଡ୍ଡୀୟାନ, ନୌଳୀ, ଅଗ୍ନିସାର ଆଦି କ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ପେଟର ମାଂସପେଶୀକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରଖାଯାଏ । ଏହା ଭିତରେ ଥିବା ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଦୀର୍ଘଦିନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ରଖାଯାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହଜମ ହୁଏ, ପାଇଖାନା ପରିଷ୍କାର ହୁଏ, ରକ୍ତ ପରିଷ୍କାର ରହେ । ଅତଏବ ଆମେ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ବରାବର ପାଇଥାଉ । ଆମର ଗୋଡ଼ ଠିକ୍ ନ ଥିଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ବାତ ଥିଲେ ବା ସାଇଟିକାର ବେଦନା ଥିଲେ ବା ଗୋଡ଼ ଫୁଲା, ଆଣ୍ଠୁ ଫୁଲା ଆଦି ରୋଗ ଥିଲେ ଆମର ଚାଲିବା କ୍ଷମତା କମିଯାଏ । ପରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଆମେ ଛାଣୁ ହୋଇ ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁଶଯ୍ୟାରେ ଶୋଇ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଅପେକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଅତଏବ ଗୋଡ଼ର ବ୍ୟାୟାମ ପାଇଁ ଚାଲିବା, ଦୌଡ଼ିବା, ବୈଠକ ଆଦି କରିବାକୁ ହେବ । ଗୋଡ଼ରେ ପ୍ରତିଦିନ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ତୈଳ ମାଲିସ୍ କରି ଶୋଇଲେ ଗୋଡ଼ର ମାଂସପେଶୀ ସତେଜ ରହନ୍ତି ଓ ଆମେ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇଥାଉ । ବୃଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମ ଶରୀରର ମାଂସପେଶୀ ଢିଲା ହୋଇଯାଏ । ଏହା ଆମ ଶରୀରର ହାଡ଼କୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଧରିରଖି ପାରେ ନାହିଁ । ବ୍ୟାୟାମ ଅଭାବରୁ ହାଡ଼ ଭିତରେ କାଲସିୟମ୍‌ର କ୍ରିୟାକଳାପ କମି ଯାଏ ଓ ଏହା ତା'ର ଶକ୍ତି ହରାଇଥାଏ । ତେଣୁ ଅଳ୍ପ କିଛି ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିଯାଏ । ମେରୁଦଣ୍ଡ ହାଡ଼କୁ ଆମେ ଯଦି ମାଂସପେଶୀ ଦ୍ୱାରା ସିଧା ଓ ଶକ୍ତ ଭାବରେ ଧରି ରଖି ନ ପାରୁ ତେବେ ଆମ ବେକରେ ସ୍ପଣ୍ଡାଲିସିସ୍ ଓ ଅଣ୍ଟାରେ ସାଇଟିକା ଆଦି ସ୍ନାୟବିକ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ରୋଗ ମଣିଷକୁ ସହଜରେ ପଙ୍ଗୁ କରିଦିଏ । ସେଥିପାଇଁ ଆମ ପାଠକମାନେ ମେରୁଦଣ୍ଡର ବ୍ୟାୟାମ କରିବାକୁ କେବେହେଲେ ଯେପରି ଅବହେଳା ନ କରନ୍ତି । ଭଲ ଭାବରେ ଶୁଣି ନ ପାରିବା, କାନରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଶବ୍ଦ ଆଦି ଶୁଣିବା, ଚାଲିବା ସମୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ହରାଇବା, ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅବସ୍ଥା । ପ୍ରତିଦିନ ବିଭିନ୍ନ ବେକର ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହିସବୁ ଲକ୍ଷଣକୁ ଆମେ ସହଜରେ ଦୂର କରି ପାରିବୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ସ୍ପଣ୍ଡାଲିସିସ୍ ରୋଗ ମଧ୍ୟ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଆମେ ବୁଢ଼ା ହେବାର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଆମେ ଆମର ଅନନ୍ତ ପଥରେ ଚାଲୁଥିବାବେଳେ କିଛି ସମୟ ଆରାମରେ ବସି ରହିବାକୁ ଚାହିଁଥାଉ । ଆମର ଅନେକ କିଛି ହୋଇସାରିଛି, ଏଥର ଆମର ବିଶ୍ରାମ ଆବଶ୍ୟକ – ଏହାହିଁ ବୃଦ୍ଧତ୍ୱର ଆରମ୍ଭ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଜନ୍ମ ହୋଇଛୁ ଆମର ମୃତ୍ୟୁ ସୁନିଶ୍ଚିତ । କିନ୍ତୁ ମୃତ୍ୟୁର ମୁହୂର୍ତ୍ତଟି

ସର୍ବଦା ଆମ ହାତରେହିଁ ଥାଏ – ଯମ ହାତରେ ନୁହେଁ । ଅତଏବ ଆମେ ଯେତେଦୂର ପାରୁ ମୃତ୍ୟୁର ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତଟିକୁ ଅନେକ ଦୂରକୁ ଠେଲି ଦେଇପାରିବୁ ଯଦି ଆମେ ଆମ ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ ଥକି ନ ଯାଇ, ଆରାମ ନ ଖୋଜି ସର୍ବଦା ପୂର୍ଣ୍ଣତାପ୍ରାପ୍ତି ଓ ଅଗ୍ରଗତି ପ୍ରଚେଷ୍ଟାରେ ଲାଗି ରହୁ । ମା' ଏବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି :

ତୁମେ ଅନେକ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚି ରହିବା ଦ୍ୱାରା ବୁଢ଼ା ହୋଇ ନ ଥାଅ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ତୁମର ଅଗ୍ରଗତିକୁ ବନ୍ଦକରି ଦେଇଥାଅ ସେତେବେଳେ ତୁମେ ବୁଢ଼ା ହୋଇଥାଅ । ''ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କର ଯେ ତୁମର ଯାହା କରିବାର ଥିଲା ତାହା କରିସାରିଛ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଚିନ୍ତାକର ତୁମର ଯାହା ଜାଣିବାର ଥିଲା ତାହା ତୁମେ ଜାଣିସାରିଛ, ତୁମ ଜୀବନରେ ତୁମେ ଅନେକ କରିଛ – ଏହା ଭାବି ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ବସିଯାଇ ତୁମର ଜୀବନର ପରିଶ୍ରମର ଫଳକୁ ଉପଭୋଗ କରିବାକୁ ଚାହିଁଥାଅ ସେତେବେଳେ ତୁମେ ବୁଢ଼ା ହୋଇଯାଅ ଓ ତୁମର ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହେବାକୁ ଲାଗେ ।

''ବିପରୀତ ପକ୍ଷେ ତୁମର ଯେତେବେଳେ ଦୃଢ଼ ପ୍ରତ୍ୟୟ ହୁଏ ଯେ ତୁମର ଯାହାସବୁ ଜାଣିବାର ଅଛି ତା' ତୁଳନାରେ ତୁମେ ଯାହା ଜାଣିଛ ତାହା କିଛି ବି ନୁହେଁ, ଯାହା ତୁମର କରିବାକୁ ବାକି ରହିଛି ତାହା ତୁଳନାରେ ତୁମେ ଯାହାସବୁ କରିଛ ତାହା କେବଳ ତାହାର ଆରମ୍ଭ ମାତ୍ର, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଦେଖ ତୁମର ଏକ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ, ଆକର୍ଷକ ସୂର୍ଯ୍ୟତୁଲ୍ୟ ପ୍ରତିଭାତ ହେଉଥିବା ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଯାହାକି ଅଗଣିତ ସମ୍ଭାବନାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଏସବୁକୁ ଅର୍ଜନ କରିବା ଏବେ ବି ତୁମ ପାଇଁ ବାକି ଅଛି, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଯୁବକ ହୋଇ ରହିଥାଅ, ଯଦିଓ ତୁମେ ବହୁ ବର୍ଷ ଧରି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଜୀବିତ ରହିଥାଅ ତଥାପି ଏହିସବୁ ଅଭିଜ୍ଞତାପୂର୍ଣ୍ଣ ଭବିଷ୍ୟତର ଅନୁଭୂତିକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ତୁମେ ସର୍ବଦା ଯୁବକ ହୋଇ ରହିଥାଅ ।

''ଏବଂ ଯଦି ତୁମେ ଚାହଁ ଯେ ତୁମ ଶରୀର ତୁମକୁ କେବେହେଲେ ଧୋକା ନ ଦେବାକୁ, ତେବେ ତୁମର ଶକ୍ତିକୁ ଅଯଥା ଉତ୍ତେଜନା ଦ୍ୱାରା ଅପଚୟ କର ନାହିଁ । ଯାହାକିଛି ତୁମେ କର, ତାକୁ ତୁମେ ଶାନ୍ତ ଓ ସ୍ଥିର ହୋଇ କର । ଶାନ୍ତି ଓ ନୀରବତା ଭିତରେହିଁ ରହିଥାଏ ପରମଶକ୍ତି ।''

21, Feb. 1968 (MCW 12, p - 123)

ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ଓ ଅମରତ୍ୱର ସମ୍ଭାବନା

''ମନୁଷ୍ୟର ଭାଗ୍ୟ ବିଷୟରେ ଉତ୍ସୁକ ହୋଇ କେତେକ ଲୋକ ଯେଉଁମାନେ କି ବର୍ତ୍ତମାନର ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ନୁହନ୍ତି, ସେମାନେ କେତେକ ମୌଳିକ ପ୍ରଶ୍ନ ନିଜକୁ

ପଚାରନ୍ତି,— ତାହା ପ୍ରାୟ ଏହିପରି :

— ଯଦି କେବଳ ମରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ତେବେ ଜଣେ କାହିଁକି ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ ?

— ଯଦି କେବଳ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ତେବେ ଜଣେ ବଞ୍ଚିରହେ କାହିଁକି ?

— ଯଦି କେବଳ ବିଚ୍ଛେଦ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ତେବେ ଜଣେ ପ୍ରେମ କରିଥାଏ କାହିଁକି ?

— ଯଦି କେବଳ ଯାହା ଚିନ୍ତା କରା ଯାଇଥାଏ, ତାହା ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ, ତେବେ ଜଣେ ଚିନ୍ତା କରେ କାହିଁକି ?

— ଯଦି କେବଳ ଯେଉଁ କର୍ମ କରାଯାଏ, ତାହା ଭୁଲ୍ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ଜଣେ କର୍ମ କରେ କାହିଁକି ?

''ଏସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର କେବଳ ମାତ୍ର ଉତ୍ତର ହେଲା ବସ୍ତୁ ସକଳର ଯାହା ହେବାକଥା ତାହା ହୋଇ ନ ଥାଏ ଏବଂ ଏହିସବୁ ପରସ୍ପର ବିରୋଧିତା ଆଉ ଦରକାର ହେବ ନାହିଁ ବରଂ ଏସବୁ ପରିଶୁଦ୍ଧ ହୋଇ ଦିନେ ଆଉ ରହିବ ନାହିଁ । ପୃଥିବୀ ଆଜି ଯେପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଅଛି ତା'ର ଯେ କୌଣସି ପ୍ରତିକାର ନାହିଁ — ଏପରି ନୁହେଁ । ପୃଥିବୀ ବର୍ତ୍ତମାନ ଏକ ଯୁଗ- ପରିବର୍ତ୍ତନର କାଳ ମଧ୍ୟରେ ଗତିକରୁଛି ଯାହାକି ମଣିଷର ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଜୀବନ ପାଇଁ ଅତି ଦୀର୍ଘ ମନେ ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଅନନ୍ତ ଚେତନା ପାଇଁ ଏହା ଅତୀବ ସହଜ ଓ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ । ଏବଂ ଏହି କାଳର ପରିସମାପ୍ତି ହେବ ଅତିମାନସ ଚେତନାର ପରିପ୍ରକାଶରେ । ଏହିସବୁ ପରସ୍ପର ବିରୋଧିତା ଏକ ଚରମ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟରେ ପରିଣତ ହେବ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ ।'' — ଶ୍ରୀମା (MCW - 12, P. 99)

ଏହିସବୁ ବିରୋଧିତା ଆଜିର ମଣିଷ ଭିତରେ ସର୍ବଦା ଲାଗିରହିଛି । ଅନ୍ଧକାର- ଆଲୋକ, ଅସତ୍ୟ-ସତ୍ୟ, ଅଜ୍ଞାନ-ଜ୍ଞାନ, ଅସୁର-ଦେବତା, ମୃତ୍ୟୁ-ଅମରତ୍ୱ — ଏହି ବିରୋଧି ଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ମଣିଷ ସର୍ବଦା ବାସ କରୁଛି । କେତେବେଳେ ତାକୁ ନକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିମାନେ ତଳକୁ ଟାଣୁଛନ୍ତି, କେତେବେଳେ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିରାଜି ତାକୁ ଉପରକୁ ଉଠାଇବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଅତଏବ ମଣିଷର ବର୍ତ୍ତମାନର ଜୀବନ ଏକ ସଂଘର୍ଷର ଜୀବନ, ଏକ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟର ଜୀବନ । ଏହି ଟଣାଓଟରା ଭିତରେ ମଣିଷକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବାକୁ ପଡୁଛି ସେ କେଉଁ ପଟକୁ ଯିବ । ଯେତେବେଳେ ତା' ଭିତରେ ନକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିରାଜିର ପ୍ରଭାବ ପ୍ରବଳ ଭାବରେ ବଢ଼ିଯାଏ ସେତେବେଳେ ତା ଭିତରେ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ । ଏବଂ ଚରମ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟହିଁ ମଣିଷ ପାଇଁ ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ମୃତ୍ୟୁ ଆମର ହଠାତ୍ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଆମେ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମେ ଯେଉଁ ନକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ହାତରେ ନିଜକୁ ଛାଡ଼ିଦେବାର ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିଥାଉ ତାହାରି ପ୍ରଭାବରେ ଆମେ ଏକ ପାଦ ମୃତ୍ୟୁ ଆଡ଼କୁ ଯାଇଥାଉ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟା ଆମକୁ ମୃତ୍ୟୁ ଦିଗରେ

କିଛି ଦୂର ଆଗେଇ ନିଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବଦଭ୍ୟାସ ଯଥା ବିଡ଼ି, ପାନ, ସିଗାରେଟ, ମଦ ଆଦି ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ମୃତ୍ୟୁର ନିକଟତର ହୋଇଥାଉ । ଆମର ମାନସିକ ଅସ୍ଥିରତା, ପ୍ରାଣର ଆବେଗ ମଧ୍ୟ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରେ । ଆମେ ଯେ ମୃତ୍ୟୁ ଆଡ଼କୁ ଯାଉଛୁ ତାହା ଜଣାଇ ଦେବା ପାଇଁ, ଆମକୁ ସାବଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଭଗବାନ୍ ଆମ ସକାଶେ ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଦୁଃଖ କଷ୍ଟ ଆଦିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଛନ୍ତି । ଏସବୁରେ ଆମେ ଯଦି ସଚେତନ ନ ହୋଇ ଅମୃତର ପଥକୁ ଫେରିବା ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପ ନ ନେଉ, ତେବେ ଶେଷରେ ଆମକୁ ମୃତ୍ୟୁ ଅବଶ୍ୟ ଗ୍ରାସ କରିବ । ଆମେ ଜାଣିଛୁ ସମସ୍ତ ରୋଗ, ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ଆଦିର ଅସଲ କାରଣ ହେଲା ଆମ ଭିତରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବା ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ । ଏହି ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚେ ସେତେବେଳେ ଆମର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଆମ ଶରୀର-ଚେତନାର ଏକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ରହିଛି । ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବଳରେ ସେ ଶରୀରକୁ ପରିଚାଳିତ କରେ । ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ କରାଇଥାଏ । ସର୍ବୋପରି ଏହା ଶରୀର କୋଷମାନଙ୍କୁ ଏକତ୍ର ସଙ୍ଗବଦ୍ଧଭାବେ ଧରି ରଖିଥାଏ ଓ ଆମ ଶରୀରକୁ ଗଠନ କରିଥାଏ । ଶରୀରରେ କିଛି ବିଶୃଙ୍ଖଳା ବା ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ ସେ ତାହାକୁ ପୁଣି ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଓ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ଶରୀର-ଚେତନାର ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିହିଁ ଆମକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଶରୀର ଭିତରେ ଯଦି ଚରମ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ବା ଚରମ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତେବେ ସେ ଶରୀର ପାଇଁ ମୃତ୍ୟୁର ବ୍ୟବସ୍ଥା ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଏ । ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଶରୀରସତ୍ତାର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସଂକଳ୍ପ ଶରୀରର କୋଷମାନଙ୍କୁ ଏକତ୍ର ଧରି ରଖିବାର ଇଚ୍ଛାକୁ ସେ ତ୍ୟାଗ କରିଥାଏ,— ମୃତ୍ୟୁର ଏହାହିଁ ହେଲା ପ୍ରଥମ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ଏହି ଗୋଟିଏ କାରଣ ବା ଏକାଧିକ କାରଣ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଶରୀରର ଅବସାନ ହେବାର ସଂକଳ୍ପ ନେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ସବୁଠାରୁ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କାରଣ ହେଲା କୌଣସି ଏକ ଅସାଧ୍ୟ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ, ଅନ୍ୟ କାରଣ ହେଲା ଶରୀରର ବିଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ସୁଧାରିବାରେ ବା ତା'ର ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟକୁ ସଜାଡ଼ିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ବଜାୟ ରଖିବାରେ ସେ ଯଦି ନିଦାରୁଣ ବିରକ୍ତି ପ୍ରକାଶ କରେ ।'' (MCW - 12, P. 343) ଅର୍ଥାତ୍ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଭୀଷ୍ମଙ୍କ ପରି ଇଚ୍ଛାମୃତ୍ୟୁର ବର ପାଇଛୁ । ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଯଦି ଅମରତ୍ୱର ପଥକୁ ବାଛିନେଉ, ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟର ପଥ ଗ୍ରହଣ କରୁ ତେବେ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ଆମକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଆମ ହାତରେହିଁ ମୃତ୍ୟୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ଭଗବାନ୍ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି — ବାମ ହାତରେ ବିଷ ଓ ଡାହାଣ ହାତରେ ଅମୃତର ପାତ୍ର ଧରାଇଦେଇ । ଆମେ ଯଦି ଜାଣି ଶୁଣି ବିଷ ପାନକରୁ ତେବେ ଭଗବାନ୍ ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ ନୁହନ୍ତି । ଆମେ ଆମର ତଥାକଥିତ ତୃପ୍ତି ପାଇଁ ମଦ,

ପାନରେ ଥିବା ଜର୍ଦାର ବିଷ, ଅତ୍ୟଧିକ ମାଛ-ମାଂସ ଆଦି ଗୁରୁପାକ ଖାଦ୍ୟ ପେଟରେ ଭରିଥାଉ । ବିଡ଼ି, ସିଗାରେଟ୍ ଆଦିର ନିକୋଟିନ୍ ଯୁକ୍ତ ବିଷାକ୍ତ ଧୂଆଁକୁ ଫୁସ୍‌ଫୁସରେ ଭରିଥାଉ । ଶରୀର ବିଚରା କେତେ ଦୂର ଏହିସବୁ ବିଷକୁ ନିଷ୍କାସିତ କରି ଶରୀରର ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବ ? ଆମ ଅତ୍ୟାଚାରର ପ୍ରଭାବରେ ଶେଷରେ ଶରୀର-ଚେତନା ବିରକ୍ତି ପ୍ରକାଶ କରି ଶରୀରକୁ ମୃତ୍ୟୁ ହାତରେ ଛାଡ଼ି ଦେଇଥାଏ । "Death is the phenomenon of decentralisation and dispersion of the cells which make up the physical body." (MCW - 12, P. 243) ଅର୍ଥାତ୍ ''ଯେଉଁ ଶରୀର କୋଷମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ ଏହି କୋଷମାନଙ୍କ ପରିଚାଳନାର ବିକେନ୍ଦ୍ରୀକରଣ ଓ ବିଚ୍ଛୁରଣହିଁ ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରକ୍ରିୟା ହୋଇଥାଏ ।''

ତେବେ କ'ଣ ଅମରତ୍ୱ ପାଇବାରେ ଆମର କୌଣସି ଆଶା ନାହିଁ ? ଅବଶ୍ୟ ରହିଛି । ଏଥିପାଇଁ ତା'ର ଜନ୍ମଗତ ଅଧିକାର ରହିଛି । ଏକଥା ଆବହମାନ କାଳରୁ ଋଷିମୁନିମାନେ ଆମକୁ କହିଆସିଛନ୍ତି । ବୈଦିକ ଋଷିମାନେ, ଅମରତ୍ୱର ଭାବନାକୁ ତିନି ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ହେଲା 'ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅମରତ୍ୱ' । ସବୁ ଧର୍ମରେ ଯେଉଁ ଆତ୍ମାର ଅମରତ୍ୱ କଥା କୁହାଯାଇଥାଏ ତାହା ହେଲା ଏହି ଅମରତ୍ୱ । ବ୍ରହ୍ମ, ଈଶ୍ୱର ବା ପରମପୁରୁଷ ହେଲେ ଅମୃତ ସ୍ୱରୂପ । ଏମାନଙ୍କର ଅମରତ୍ୱ ହେଲା କାଳାତୀତ । କିନ୍ତୁ ଜୀବ ହେଲା କାଳର ଅଧୀନ । ସେ କାଳର ସ୍ରୋତରେ ଭାସିଚାଲିଛି ମୃତ୍ୟୁର ଦିଗରେ । ଜୀବ ଯଦି ବ୍ରହ୍ମ ସହିତ ଏକ ହୁଏ ସେ କାଳାତୀତ ହୋଇ ତା'ର ଚେତନାରେ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ କରିଥାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଅମରତ୍ୱ ହେଲା 'ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଅମରତ୍ୱ' । ମଣିଷ-ଶରୀରରେ ଏହି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଉପସ୍ଥିତିହିଁ ଆମକୁ ସୂଚାଇଦିଏ ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ଦିନେ ଅନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନେ ଏପରିକି ଶରୀରର କୋଷମାନେ ମଧ୍ୟ ଅମର ହୋଇପାରିବେ । ଯଦିଓ ଏହି ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ ଏ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ନାହିଁ ତଥାପି ଏହା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ – ଏହି ଅମରତ୍ୱ କିପରି ମିଳିପାରିବ ଏହାର ଉପାୟ ବତାଇବା ପାଇଁ ଓ ତା ପାଇଁ ଦରକାରୀ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ମା- ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅବତାର ଗ୍ରହଣ କଲେ । ଅମରତ୍ୱର ତୃତୀୟ ଭାଗ ହେଲା 'ଦେହର ଅମରତ୍ୱ' । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ଅମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବିଭିନ୍ନ ଶରୀର ଧାରଣ କରି ଜନ୍ମ-ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ଶରୀର ଅମରତ୍ୱ ରଚନାର ଦିବ୍ୟକର୍ମରେ ଲାଗି ରହିଛନ୍ତି । ମା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପା ଫଳରେ ଆଜି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିର ଅବତରଣ ଯୋଗୁଁ ମଣିଷର ଏହି ସମ୍ଭାବନା ଅବିସମ୍ଭାବ୍ୟରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ଜରା ଓ ମୃତ୍ୟୁ ଶରୀରର ଏକମାତ୍ର ପରିଣାମ ନୁହେଁ, ତା ଭିତରେ ଏକ ଚିନ୍ମୟ ବିବର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟ ଚାଲିଛି । ଏହି ବିବର୍ତ୍ତନ, ଏହି ଦେବ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତା'ର ଏକ ସନ୍ଧିକ୍ଷଣରେ ପହଞ୍ଚିଛି – ଯୁଗ-ପରିବର୍ତ୍ତନର ସମୟ ଏବଂ ଦେବମାନବର ଜନ୍ମ ହେବାର ସମୟ ।

ଏହି ଶରୀର-ଅମରତ୍ୱର ସମ୍ଭାବନା ବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ଆମେ ପୁରାତନ ଶାସ୍ତ୍ର ଓ ପୁରାଣରୁ ମଧ୍ୟ ପାଇଥାଉ । ''ବେଦରେ, ସଂହିତାରେ, ବ୍ରାହ୍ମଣରେ ଏବଂ ଉପନିଷଦ୍‌ରେ ଏହି ମହାସମ୍ଭାବନାର କଥା ଋଷିମାନେ କହିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଉକ୍ତି ହେଲା : ''ମୁଁ ଯଦି ଆଦିତ୍ୟଙ୍କ ଉପାସକ, ଆଦିତ୍ୟଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ପୁରୁଷ ଏବଂ ମୋ ଭିତରେ ଥିବା ପୁରୁଷ ଯଦି ଏକ ହୁଏ ତେବେ ମୁଁ କାହିଁକି 'ସୂର୍ଯ୍ୟତ୍ୱକ୍' ନ ହେବି, ମୋର ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଏହି ଶରୀର କାହିଁକି ସୂର୍ଯ୍ୟ ପରି ଝଲମଲ ନ କରିବ ?'' – ଅନିର୍ବାଣ (*ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦେର ଯୋଗେ ଦେହେର ଅମରତ୍ୱ*, ପୃ. ୧୪) । ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ବ୍ରାହ୍ମଣରେ କୁହା ହୋଇଛି, ଯଜ୍ଞରେ ଯଜମାନର ଆତ୍ମାହୁତି ଫଳରେ ହିରଣ୍ୟ ଶରୀର ହୋଇ ଅମୃତ ରୂପରେ ସମ୍ଭୂତ ହେବ । ଯୋଗୋପନିଷଦରେ କୁହାଯାଇଛି – ମର୍ତ୍ତ୍ୟ-ଶରୀର ହେଲା ପଞ୍ଚ ଭୌତିକ, ତେଣୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ତା' ଭିତରେ ଜରା-ମରଣଧର୍ମୀ ଭୂତ ଗୁଣର ଖେଳା ଚାଲିଛି; କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ଯଦି ଯୋଗ-ଗୁଣ ପ୍ରବର୍ତ୍ତିତ ହୁଏ ତେବେ ସେହି ଯୋଗାଗ୍ନିମୟ ଶରୀରରେ ଜରା, ବ୍ୟାଧି, ମୃତ୍ୟୁର ଅଧିକାର ରହିବ ନାହିଁ ।'' ଚେତନା ହେଲା ଜଡ଼ର ଆତ୍ମା ଏବଂ ଜଡ଼ ହେଲା ଚେତନାର ଶରୀର । ଶରୀରର ମୌଳିକ ଉପାଦାନ ହେଲା ଧାତୁ (ଉପନିଷଦର କଥା ଅନୁସାରେ) ଯାହାକୁ ଇଂରାଜୀରେ ଆମେ substance କହୁ । ଯଦି ଏହି ଧାତୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ହୁଏ ଅର୍ଥାତ୍ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୂର୍ଣ୍ଣତାପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ତେବେ ଏହା ଭିତରେ ଆତ୍ମାର ମହିମା ପ୍ରକାଶିତ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଭାଷାରେ ଏହା ତେଜସ୍କ୍ରିୟ (radio-active) ହୋଇଉଠିବ । ଏପରି ଶରୀର ସର୍ବଦା ଚିଦ୍‌ଗୁଣ, ଆଲୋକ ଓ ଶକ୍ତି ବିକିରଣ କରିଥାଏ । କୋଇଲା ଭଳି ତୁଚ୍ଛ ଜଡ଼ ମଧ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ଅଗ୍ନିର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ତା' ଭିତରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ତାପ-ଶକ୍ତି, ଆଲୋକ ଓ ଅଗ୍ନି । ସେହିପରି ଏ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ତପୋଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଏହିସବୁ ତେଜସ୍କ୍ରିୟ ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ବିକିରଣ କରିପାରିବ ।

ଏସବୁ ହେଲା ପୁରାତନ ଅମରତ୍ୱର ସମ୍ଭାବନା କଥା । ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ଆଧୁନିକ କାଳର ଅମରତ୍ୱ କଥା ବିଚାର କରିବୁ । ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା ମଣିଷ ଯାହାକିଛି ଚାହେଁ ବା କାମନା କରେ ସେସବୁ ଦିନେ ନା ଦିନେ ତାକୁ ମିଳିଥାଏ – ଏହା ହେଲା ଭାଗବତର କଥା ଓ ଶ୍ରୀମା ମଧ୍ୟ ଏହାକୁ ବିସ୍ତୃତଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ଆମେ ଯାହା କାମନା କରୁ ତା'ର ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଗଠନ ଆମ ଭିତରୁ ଜନ୍ମ ନିଏ । ଏହି ଗଠନ (formation) ଏହି ବସ୍ତୁକୁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିକଟକୁ ଆଣିବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲାଗିପଡ଼େ । କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଏହି କାମ କରିବା ପାଇଁ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ନିରନ୍ତର ଘୂରିବୁଲେ । ଶେଷରେ ସେହି ଜିନିଷକୁ ନେଇ ସେ ତା'ର ମାଲିକ ପାଖକୁ ଆସିଥାଏ । ହୁଏତ ମାଲିକର ସେ ଜିନିଷର ଆଉ ଦରକାର ନ ଥାଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଏହି ଗଠନର କାର୍ଯ୍ୟରେ କେବେହେଲେ ଅବହେଳା

ହୁଏ ନାହିଁ । ଆମେ ଚାହିଁଥିବା ବା କାମନା କରିଥିବା ବସ୍ତୁ ଆମ ପାଖକୁ ଆସିବା ପାଇଁ ହୁଏତ ସମୟ ଲାଗିପାରେ; ଏପରିକି ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଲାଗି ଯାଇପାରେ, ଏପରିକି ଏ ଭିତରେ ଆମର ମୃତ୍ୟୁ ହେଲେ ମଧ ଏହି ଗଠନର ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆମ ପରଜନ୍ମରେ ଏହି ବସ୍ତୁର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ସାମାନ୍ୟ କାମନାବାସନା ମଧ ଆମର ବ୍ୟର୍ଥ ହୁଏ ନାହିଁ, ତେବେ ମଣିଷ ଯେଉଁ ଅମରତ୍ୱକୁ ଜନ୍ମେ ଜନ୍ମେ ଆବହମାନ କାଳରୁ ଚାହିଁ ଆସିଛି ତାହା ବ୍ୟର୍ଥ ହେବ କିପରି ? ଶ୍ରୀମା କହନ୍ତି ଯେ ଯେଉଁ ବସ୍ତୁ ବା ତତ୍ତ୍ୱର ସମ୍ଭାବନା ନ ଥାଏ ତାକୁ ଆମେ ଆମ କଳ୍ପନାରେ ମଧ ଆଣିପାରିବୁ ନାହିଁ – ଏବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରିବା ତ ଦୂରର କଥା । ଅମୃତ ପାନକଲେ ଜୀବ ଅମର ହୁଏ, ଏ କଳ୍ପନା ମଣିଷ ଚିରଦିନ କରିଆସିଛି । ତେବେ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଣିଷ ଏହି ଅମୃତ ପାଇପାରି ନାହିଁ କାହିଁକି ? ପୁରାଣରେ ଆମେ ଜାଣିଛୁ କେବଳ ଦେବତାମାନେ ଅମୃତ ପାନକରି ଅମର ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି । ପୁରାଣର ଏହି କଥାର ଯଦି କିଛି ସତ୍ୟତା ଥାଏ ତେବେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଅମୃତ ପାନ କରିବାକୁ ହେଲେ ଜୀବକୁ ପ୍ରଥମେ ଦେବତା ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ମଣିଷ ସୃଷ୍ଟି ସମୟରେ ତା' ଭିତରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ରୂପକ ଯେଉଁ ଅମରତ୍ୱର ବୀଜ ରୋପଣ କରାଗଲା ସେହି ବୀଜରୁ ଅଙ୍କୁରିତ ହେବ ଓ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ ଦିବ୍ୟମାନବର ଦେବତା । ଅତଏବ ମଣିଷକୁ ଏବେଠାରୁ ଦେବତା କହିଲେ ଅତ୍ୟୁକ୍ତି ହେବ ନାହିଁ, ବରଂ ଯଥାର୍ଥରେ ମଣିଷ ଦେବତାଙ୍କଠାରୁ ମଧ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ଦେବତାମାନଙ୍କର ଅଗ୍ରଗତି ନାହିଁ । କେବଳ ଜୀବମାନଙ୍କ ଭିତରେ ମଣିଷହିଁ ତା'ର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ଅଗ୍ରଗତି ପଥରେ ଆଗେଇ ଚାଲିଛି – ନିଜକୁ ଦିବ୍ୟମାନବରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ । ଅତଏବ ମନୁଷ୍ୟହିଁ ଅମୃତର ଯଥାର୍ଥ ଅଧିକାରୀ । ଅମୃତ ବିଷୟରେ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଅମରତ୍ୱର ଅମୃତ ହେଲା ପରମ ସତ୍ୟ, ପରମ ଜ୍ଞାନ, ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ଏକତ୍ୱ ଲାଭକରିବା ଦ୍ୱାରାହିଁ ଅମରତ୍ୱର ଚେତନା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।'' (MCW. 10, P. 83)

ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେହି ବି କ'ଣ ପରମ ସତ୍ୟ, ପରମ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ନାହିଁ ? ଏଠାରେ ଆମକୁ ଯଦି ଅପ୍ରିୟ ସତ୍ୟ କଥା କହିବାକୁ ପଡ଼େ ତେବେ ଏହାର ଉତ୍ତର ନକାରାତ୍ମକ ହେବ । ଆମେ ଯେଉଁ ମଣିଷର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ କଥା ଆଲୋଚନା କରୁଛୁ, ଏହି ଅମରତ୍ୱପ୍ରାପ୍ତି ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ଶରୀରର ହୋଇ ନାହିଁ । ବହୁ ମଣିଷ ପରମ ସତ୍ୟ, ପରମ ଜ୍ଞାନ ହୁଏତ ତାଙ୍କର ମନରେ, ଚେତନାରେ ପାଇଛନ୍ତି ଏବଂ ସେହି ଚେତନାରେ ସେମାନେ ଏପୃଥିବୀରେ ଅମର ରହିଛନ୍ତି । କେବଳ ମା'ଙ୍କ ଶରୀରଚେତନା ମଧ ପରମ ସତ୍ୟ, ପରମ ଜ୍ଞାନ ଓ ଅତିମାନସର ପରମ ଶକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତହୋଇ ଦିବ୍ୟତା ଲାଭକରି ଅମର ହୋଇପାରିଛି । ମାଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱର ଚାବି (ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟ)କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ମଧ ସେମାନେ ନିଜ ଶରୀରକୁ ଅମର କରି ନାହାନ୍ତି ।

ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗର ସିଦ୍ଧିକୁ ତାଙ୍କର ପ୍ରିୟ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଗଚ୍ଛିତ କରି ରଖିଲେ ନିଜ ନିଜ ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାହୂତି ଦେଇ । ଶରୀର-ଅମରତ୍ୱର ପଥକୁ ରଚନା କରିବା ପାଇଁ ସେମାନେ ଏହି ଅମରତ୍ୱର ମୂଳ ଉତ୍ସ ନିଶ୍ଚେତନାରେ କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ମଣିଷକୁ ବିଶେଷ କଷ୍ଟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ବା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଅପେକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ଯେଉଁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ସେମାନେ ଧାରଣ କରିଛନ୍ତି ସେହି ଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ରୂପାନ୍ତର କର୍ମ କରୁଛନ୍ତି । ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ ଯେ ଅବସମ୍ଭାବୀ ଏ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ତାଙ୍କ ସାବିତ୍ରୀ କାବ୍ୟରେ ଅତି ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ କହିଛନ୍ତି ।

ସାବିତ୍ରୀର ଏହି ଅମରତ୍ୱ ବିଷୟରେ କହିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ଆମେ ସାବିତ୍ରୀ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ଦରକାର । ଶ୍ରୀମା ଏହି ବହିର ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ବିଷୟରେ ବହୁ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ଆମେ କେବଳ ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି ବାଣୀ ଉଦ୍ଧାର କରିଛୁ :

''ସାବିତ୍ରୀ ହେଲା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଦର୍ଶନର ପରମ ପରିପ୍ରକାଶ ।''

(ସାବିତ୍ରୀ ବିଷୟରେ :)

୧. ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବରେ ଏହା ଲେଖକଙ୍କ (ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ) ଦୈନନ୍ଦିନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତିର ଏକ ଟିପ୍ପଣୀ ବା ପଞ୍ଜିକା ।

୨. ଏହା ହେଲା ଏକ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଯାହାକି ଏକ ସହାୟକଭାବେ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗ ଅନୁସରଣ କରିବାର ଇଚ୍ଛୁକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

୩. ଏହା ହେଲା ପୃଥିବୀର ଯୋଗ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱାରୋହଣ କରାଯାଇଥାଏ ।

୪. ଯେଉଁ ଦିବ୍ୟଜନନୀ ମା (ଶ୍ରୀମା) ଅଜ୍ଞାନ ଓ ମିଥ୍ୟାଚାରପୂର୍ଣ୍ଣ ଏହି ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଅବତାର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି, ଏହା ହେଲା ତାଙ୍କରି ଶରୀରକୁ ଏଠାରେ ଖାପ ଖୁଆଇ ଚଳାଇବାର ଅନୁଭୂତି ।''

(MCW. 13, P. 24)

''ସାବିତ୍ରୀର ପ୍ରାଧାନ୍ୟର କୌଣସି ସୀମା ନାହିଁ । ଏହାର ବିଷୟବସ୍ତୁ ହେଲା ବିଶ୍ୱକୁ ନେଇ । ଏହାର ପ୍ରକାଶରେ ରହିଛି ଏକ ଭବିଷ୍ୟଦ୍‌ବାଣୀ ।''

ଏହି ସାବିତ୍ରୀ ବହିର ମୁଖ୍ୟ ଗଳ୍ପ ହେଲା ପୃଥିବୀରେ କିପରି ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯିବ, ମୃତ ସତ୍ୟବାନଙ୍କୁ କିପରି ଯମପୁରୀରୁ ଫେରାଇ ଅଣାଯାଇପାରିବ । ଏଠାରେ ଅମରତ୍ୱର ସମସ୍ତ ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟ ନିହିତ ଅଛି । ଏହା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ମନ୍ତ୍ର ବହି । ବୁଝି ବା ନ ବୁଝି ଏହାକୁ ପଢ଼ିଲେ ମଧ୍ୟ ଅମୃତର ସ୍ପର୍ଶ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଆମକୁ ମାୟା-ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଆମର ଚରମ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଦିଗରେ ପଥ-ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥାଏ ।

ମୃତ୍ୟୁ ଆମର ସବୁକିଛିକୁ ପରିସମାପ୍ତି କରିପାରେ ନାହିଁ । ଆମ ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷକୁ ତ ମୃତ୍ୟୁ ଛୁଇଁ ବି ପାରିବ ନାହିଁ । ତା'ଛଡ଼ା ଆମର ଏହି ଜନ୍ମ-ଜନ୍ମାନ୍ତରର ଯାତ୍ରାପଥରେ ଯେଉଁସବୁ ସତ୍ତାମାନେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ସହାୟତାରେ ଦିବ୍ୟତା ପାଇଥାଆନ୍ତି ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ବଶ୍ୟ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ଏସବୁ ମଧ୍ୟ ମୃତ୍ୟୁର କରାଳ ଗର୍ଭରେ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । ସେମାନେ ପରଜନ୍ମରେ ପୁଣି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ଫେରି ଆସନ୍ତି । ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମ ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀରଚେତନା, ଶେଷରେ ଜଡ଼ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ଦିବ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବେ ସେତେବେଳେ ମୃତ୍ୟୁରେ ଆମକୁ କିଛି ବି ହରାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ହୁଏତ ଏହା ଏକ ନବକଳେବରର ପରିବର୍ତ୍ତନ ରୂପେ ବ୍ୟବହୃତ ହେବ । ସେତେବେଳେ ଆମ ପାଇଁ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ଆଉ ଦରକାର ହେବ ନାହିଁ । ଅତଏବ ଆମକୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ମାଧ୍ୟମରେ ନିୟତି ଆମକୁ ଚାବୁକ ମାଡ଼ ଦେଇ ଆମର ଅମରତ୍ୱର ପଥରେ ନେଇ ଯାଉଛି ।

''ମୃତ୍ୟୁ ଏକ ଶିଡ଼ି, ଏକ ଦୁଆର, ଏକ ସ୍ଖଳିତ ପଦକ୍ଷେପ
ଅନ୍ତଃପୁରୁଷ ଆତ୍ମବଳି-ଯଜ୍ଞ ତା'ର କରିଚାଲେ ଜନ୍ମ-ଜନ୍ମାନ୍ତରେ ।
ଧୂସର ପରାଜୟ ମଧ୍ୟେ ନିଜ ଗର୍ଭେ ଧାରଣ କରିଥାଏ ସେ ଅନ୍ତିମ ବିଜୟର
କଷାଘାତ କରି ଆମକୁ ନେଇଚାଲେ ଅମରତ୍ୱର ପଥେ ।'' (Savitri, P. 600 - 601)

ଯେଉଁ ମାତୃଶକ୍ତି ଏ ପୃଥିବୀରେ ଅବତାର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ତାଙ୍କର ପରିଚୟ, ଶକ୍ତି ଓ ତାଙ୍କ କ୍ରିୟା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ସାବିତ୍ରୀ' କାବ୍ୟରେ କହୁଛନ୍ତି :

''ମୁଁ ଅଟେ ସେହି ଦିବ୍ୟନାରୀ ଭଗବାନଙ୍କ ଶକ୍ତି,
ସତ୍ୟବାନ୍ ହେଲେ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟେ ଅନ୍ତ ପୁରୁଷରୂପୀ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ।
ମୋ' ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ତୁମ ବିଧାନଠାରୁ ଅଟେ ମହତ୍ତର, ହେ ମୃତ୍ୟୁ,
ନିୟତିର ଶୃଙ୍ଖଳାଠାରୁ ଅଟେ ମୋ ପ୍ରେମ ବଳବତ୍ତର ।''

(Savitri, P. 633)

''ମଣିଷ ମୁଁ ସତ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ଆଶ୍ରୟ କରେ ମଣିଷ ମୋତେ ।
ଯେ କାରଣେ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟେ ଭଗବାନ୍ ବିରାଜିତ ତା
ଦେବ-ମୁହୂର୍ତ୍ତର ଅପେକ୍ଷାରେ;
ତୁମକୁ ମୁଁ ଧୂଳିସାତ୍ କରି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପହଞ୍ଚାଇବି ସେହି ଅମରତ୍ୱର ଶିଖରେ,
ଅତିକ୍ରମ କରି ଶୋକ, ଦୁଃଖ, ଭାଗ୍ୟ ଓ ମୃତ୍ୟୁକୁ । (Savitri, P. 634)

ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁ ଏହି ମହାଶକ୍ତି 'ସାବିତ୍ରୀ'ଙ୍କ ନିକଟରେ ପରାସ୍ତ ହୋଇଛି ଓ ସାବିତ୍ରୀଙ୍କ ଦିବ୍ୟରୂପ ଦର୍ଶନ କରି ମୃତ୍ୟୁର ରୂପାନ୍ତର ହୋଇଛି । ପୃଥିବୀରେ ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ସାରିଛି ସୂକ୍ଷ୍ମସ୍ତରରେ ।

ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରରେ ଅମରତ୍ୱର ପ୍ରତିଷ୍ଠା

ମୃତ୍ୟୁ ଯେ ଆମ ପାଇଁ ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ ନୁହେଁ – ତାହା ଆମେ ବୁଝିଛୁ । ମୃତ୍ୟୁର ପଥଦେଇ ଆମେ ଯେ ଅମରତ୍ୱର ପଥ ଆଡ଼କୁ ଚାଲିଛୁ – ଏବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଆମେ ଯଦିଓ ବିଶ୍ୱାସ କରିଆସିଛୁ ଆମେ ଦିନେ ଅମର ହେବୁ ତଥାପି ମନେହୁଏ ଅମରତ୍ୱ ଆମଠାରୁ ଅନେକ ଦୂରରେ । ଆମେ ଅମରତ୍ୱର ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିପାରି ନାହୁଁ କାହିଁକି ? ଏହାର ପ୍ରଥମ କାରଣ ହେଲା ଏବିଷୟରେ ଆମର ବିଶ୍ୱାସ ସୁଦୃଢ଼ ହୋଇ ନାହିଁ । ମୃତ୍ୟୁର ଉପସ୍ଥିତି, ମୃତ୍ୟୁର ଦୃଶ୍ୟ, ମୃତ୍ୟୁର ଅନୁଭୂତି ଆମର ଅମରତ୍ୱର ବିଶ୍ୱାସକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି ଆମକୁ କହୁଛି 'ଜାତସ୍ୟ ହି ଧ୍ରୁବଂ ମୃତ୍ୟୁ' । ଏଥିରେ ଆମର ବିଶ୍ୱାସ ଟଳମଳ ହୁଏ, ଆମେ ଭୟଭୀତ ହୋଇପଡୁ । ତେଣୁ ମୃତ୍ୟୁରୁ ଆମେ ଏବେ ବି ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରି ନାହୁଁ । ଯେପରି ଜନ୍ମ ହେବା ଅମରତ୍ୱ ଆଡ଼କୁ ଏକ ପଦକ୍ଷେପ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ ଏକ ପଦକ୍ଷେପ । ତେବେ ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଆମେ ଆନନ୍ଦ ଉତ୍ସବ କରିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଶୋକର ପ୍ରଥା ରଚନା କରିଥାଉ କାହିଁକି ?

ଏହି ଗହନ କଥାକୁ ଆମେ ଯଦି ଠିକ୍ ଭାବରେ ବୁଝିଯାଉ ତେବେ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମ ଭଳି ଆନନ୍ଦଦାୟକ ହୋଇଯିବ । ମଣିଷ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ହୋଇ ଏପରି ମାୟା ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇପଡ଼େ ଯେ ଅଜ୍ଞାନତାବଶତଃ ସବୁକିଛିକୁ ମୋର ବୋଲି ମନେ କରିଥାଏ । ବନ୍ଧୁ-ବାନ୍ଧବ, ପିତା-ମାତା, ସନ୍ତାନ-ସନ୍ତତିଙ୍କ ସହିତ ଏପରି ଆସକ୍ତିର ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇପଡ଼େ ଯେ ଏମାନଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ସେ ମରିବାକୁ ଚାହିଁ ନ ଥାଏ । ନିଜର କର୍ମର ଫଳସ୍ୱରୂପ ଯେଉଁସବୁ ଧନ, ସମ୍ପତ୍ତି ଅର୍ଜନ କରିଥାଏ ବା ଅଧିକାର କରିଥାଏ ସେସବୁକୁ ମଧ୍ୟ ସେ ଛାଡ଼ି ଯିବାକୁ ଚାହିଁ ନ ଥାଏ । ଏସବୁକୁ ସେ ଚିରଦିନ ଭୋଗ କରିବାକୁ ଚାହିଁଥାଏ । ଏହି ସାଂସାରିକ ବସ୍ତୁ ତାକୁ ଚରମ ଅଖଣ୍ଡ ସୁଖ ଦେଇପାରିବ ନାହିଁ – ଏକଥା ଆମକୁ ଶିଖାଇବା ପାଇଁ ଭଗବାନ୍ ଆମ ପାଇଁ ମୃତ୍ୟୁର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଛନ୍ତି, ଆମଠାରୁ ଆମର ସବୁକିଛିକୁ ଛଡ଼ାଇ ନେଇ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ସଂସାରରେ ଆସକ୍ତିଶୂନ୍ୟ ହୋଇ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆମେ କର୍ମ କରିଥାଉ ସେତେବେଳେ ମୃତ୍ୟୁରେ ଆମକୁ କିଛି ବି ହରାଇବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ସେତେବେଳେ ମୃତ୍ୟୁ ଆମ ପାଇଁ ଦୁଃଖଦାୟକ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନର କର୍ମ ପରେ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ପାଇଁ ଶୋଇବାକୁ ଯାଇଥାଉ ଓ ଶାନ୍ତିର ନିଦ୍ରା ଯାଇଥାଉ, ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ଆମ ପାଇଁ ଆମ ଜୀବନର ଅନ୍ତିମ କାଳରେ ଶାନ୍ତିର ବିଶ୍ରାମ ମାତ୍ର ହୋଇଯିବ । ସେତେବେଳେ ଆମ ମୃତ୍ୟୁରେ ମଧ୍ୟ ଦୁଃଖ ବଦଳରେ ଆମେ ମହା ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିବୁ ।

ବହୁଦିନ ପୂର୍ବେ ଯେତେବେଳେ ଆଶ୍ରମରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଲା

ସେତେବେଳେ ବହୁଲୋକ ବ୍ୟତିବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଲେ । ସେମାନେ ଭାବୁଥିଲେ ଯେହେତୁ ସେମାନେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତରଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏ ଘଟଣା ଦେଖି ସେମାନେ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ — ଏହା କିପରି ସମ୍ଭବ ହେଲା ? ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରରେ ଶ୍ରୀମା କହିଛନ୍ତି : ''ମୋତେ ସେମାନଙ୍କୁ କହିବାକୁ ପଡ଼ିଲା ଅମରତ୍ୱର ଜୀବନ ପ୍ରାପ୍ତହେବା ପାଇଁ ବହୁ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ହେବ । କେବଳ ଯେ ପରିଶ୍ରମ କରାଯିବ ତାହା ନୁହେଁ, ତା' ସହିତ ବହୁକିଛି ଆମକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଯେଉଁମାନେ ଏହାର ପ୍ରତିବାଦ କରୁଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଜଣେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ଅମରତ୍ୱର ଜୀବନ ପାଇଁ ତା'ର ସକଳ ଆସକ୍ତିକୁ ଛାଡ଼ି ପାରିବ ।'' (MCW. 6, P. 46) ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟର ଚେତନା ସର୍ବଦା ଆରାମ ଓ ତୃପ୍ତି ଖୋଜୁଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ସେ ବହୁ ଆରାମଦାୟକ ଉପକରଣ ସଂଗ୍ରହ କରିଥାଏ; ଭଲ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ, ଭଲ ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରିଥାଏ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ସମ୍ପର୍କ ଗଢ଼ି ତୋଳିଥାଏ । ରୂପାନ୍ତରଯୋଗ ଯେତେବେଳେ ତାକୁ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା, ଶକ୍ତି, ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ପାଇଁ ଅଭୀପ୍ସା କରିବା ପାଇଁ କହିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସେ ତାହା କରିଥାଏ ସତ, କିନ୍ତୁ ତା'ର ପୁରୁଣା ଆରାମଦାୟକ ବସ୍ତୁକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ନାରାଜ ହୋଇଥାଏ । ଦୁଇ ଚେତନାକୁ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ଧରିରଖିବାକୁ ସେ ଚେଷ୍ଟାକରେ । ତେଣୁ ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକ ହୋଇପାରି ନ ଥାଏ । ପୁରୁଣା ବସ୍ତୁ ଉପରେ ତା'ର ଆସକ୍ତି ଛାଡ଼ିପାରି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ, କିପରି ତା'ର ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ? ଆସକ୍ତିହିଁ ଆମକୁ ମାୟାବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ରଖିଥାଏ । ଆମେ ଅଜ୍ଞାନତାରେ ବୁଡ଼ି ରହିଥାଉ । ମାନସିକ ବିଦ୍ୟା, ବୁଦ୍ଧିରେ ପାରଙ୍ଗମ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନୀ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ସେ ମାୟାବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ ତଥା ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରି ପାରି ନ ଥାଏ । "If you wish to escape from death, you must not bind yourself to anything perishable." ''ଯଦି ତୁମେ ମୃତ୍ୟୁଠାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଚାହଁ ତେବେ ତୁମେ ନିଜକୁ କୌଣସି କ୍ଷୟଶୀଳ ବସ୍ତୁରେ ବାନ୍ଧିରଖ ନାହିଁ ।'' (MCW. 15, P. 130)

ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରିବାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାୟ ହେଲା ମୃତ୍ୟୁକୁ ଭୟ ନ କରିବା । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଜଣେ ମୃତ୍ୟୁକୁ କେବଳ ଜୟ କରିପାରିଥାଏ ଯେତେବେଳେ ସେ ଏହାକୁ ଭୟକରି ନ ଥାଏ, ଏବଂ ଯେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଭୟ କରିଥାଏ ସେ ଏହାଦ୍ୱାରା ପରାଭୂତ ହୋଇଥାଏ ।'' (MCW. 15, P. 130) ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ଏବଂ ଅମରତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହେବାପାଇଁ ଜଣେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଭୟ କରିବ ନାହିଁ ବା ଏହାକୁ ଚାହିଁବ ନାହିଁ ।'' (MCW. 15, P. 131) ଯେକୌଣସି ପ୍ରକାର ଭୟ ଆମ ଭିତରେ ରହିଥାଏ, ତା'ର ଶେଷ ପରିଣତି ହେଲା ମୃତ୍ୟୁ-ଭୟ । ରୋଗକୁ ଆମେ ଭୟ

କରୁ ଅର୍ଥ ଏହାର ଶେଷ ପରିଣତି ମୃତ୍ୟୁକୁ ଭୟ କରିଥାଉ । ଅନ୍ଧକାର ପଥରେ ଯିବାକୁ ଭୟକରିବା ମୂଳରେ ମୃତ୍ୟୁର ଭୟ ରହିଥାଏ । ଏହି ଭୟ ଆମ ପାଖକୁ ଆସିଲା କେଉଁଠାରୁ ? ବାସ୍ତବରେ ଏହା ଆମ ଜନ୍ମଦାତା ପଶୁଠାରୁ ଆସିଛି । ପଶୁମାନେ ସର୍ବଦା ଏକ ପ୍ରକାର ଭୟର ଅବସ୍ଥାରେ ବାସ କରନ୍ତି — ଏକଥା ମା' କହିଛନ୍ତି ତଥା ଯେକେହି ପରୀକ୍ଷା କଲେ ନିଜେ ମଧ୍ୟ ବୁଝି ପାରିବ । ଭୟ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଦରକାରୀ ଗୁଣ । ଭୟ ନ ଥିଲେ ସେମାନେ ସତର୍କ ହୋଇପାରିବେ ନାହିଁ । ତୁମେ ବଣନେଉଳକୁ ଦେଖିଥିବ; ସେମାନେ ସର୍ବଦା ଚତୁର୍ଦିଗକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରନ୍ତି କାଳେ କୌଣସି ଶତ୍ରୁ କେଉଁଆଡୁ ଆସୁ ନାହାନ୍ତି ତ ! ସେମାନଙ୍କ ଦଳପତି ଏକ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ରହି ଦୁଇ ଗୋଡ଼ରେ ଛିଡ଼ାହୋଇ ଭୟର ସହିତ ଚାରିଆଡ଼କୁ ଦୃଷ୍ଟି ରଖିଥାଏ । କୁକୁର ଶୋଇଥିବା ସମୟରେ ସାମାନ୍ୟ ଶବ୍ଦରେ ସେ ହଠାତ୍ ଚମକି ପଡ଼ିଥାଏ । ପକ୍ଷୀମାନେ ମଧ୍ୟ ସର୍ବଦା ଚତୁର୍ଦିଗକୁ ଦୃଷ୍ଟି ରଖିଥାଆନ୍ତି ଶତ୍ରୁ ଆକ୍ରମଣର ଭୟ ପାଇଁ । ଏହି ଭୟ ମଣିଷର ମଧ୍ୟ ରକ୍ତମଜ୍ଜାଗତ ହୋଇରହିଛି । କେବଳ ମନର ବିଚାର ଓ ଜ୍ଞାନ ହେତୁ ସେ ବୁଝିପାରେ କାହାକୁ ସେ ଭୟ କରିବ ବା କାହାକୁ ଭୟକରିବ ନାହିଁ । ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରାଣସ୍ତରରେହିଁ ମଣିଷର ପ୍ରବଳ ଭୟ ରହିଥାଏ । କୌଣସି ଉଚ୍ଚସ୍ଥାନର ସଂକୁଳ ପଥରେ ଚାଲିଲାବେଳେ କାଳେ ତଳେ ପଡ଼ିଯିବ ଏହି ଭୟରେ ସେ ଏତେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇପଡ଼େ ଯେ ତା'ର ହାତ, ଗୋଡ ଥର-ଥର ହୋଇ କମ୍ପିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ — ଏହାହିଁ ହେଲା ପ୍ରାଣର ଭୟ, ଅର୍ଥାତ୍ ମରିଯିବାର ଭୟ । ମନର ପ୍ରଭାବରେ ତା'ର ଯୁକ୍ତିତର୍କ ଓ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରାଣର ଭୟକୁ କିଛି ପରିମାଣରେ କମାଯାଇ ପାରିଥାଏ — କିନ୍ତୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ନୁହେଁ । ପ୍ରାଣକୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ସମ୍ପର୍କରେ ଆଣି ଏହାକୁ ପୂରାପୂରି ଭୟଶୂନ୍ୟ କରାଯାଇଥାଏ । ଶରୀର-ଚେତନାର ମଧ୍ୟ ପ୍ରବଳ ଭୟ ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସେ ତା'ର ମାଲିକ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ହାତରେ ନିଜକୁ ଛାଡ଼ିଦେଇ କିଛି ପରିମାଣରେ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେକରେ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ମାଲିକ ଭୟଭୀତ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ବିଚରା ଶରୀର- ଚେତନାରେ ଭୟର ସୀମା ରହେ ନାହିଁ ।

ଭୟ ଦୂର କରିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ନିର୍ଭରତା । ଶିଶୁ ତା'ର ମା ଉପରେ ଏପରି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭରସା ରଖିଥାଏ ଯେ ସେ କିଛିକୁ ବି ଭୟ କରି ନ ଥାଏ । ସେ ନିଆଁକୁ ବି ଧରିବା ପାଇଁ ଦୌଡ଼େ । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଭୟକୁ ଦୂରକରିବା ପାଇଁ ଭଗବାନ୍ ତା' ଭିତରେ ଯେଉଁ ଅଭେଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଛନ୍ତି — ଏବିଷୟରେ ମଣିଷ ସଚେତନ ନୁହେଁ । ତାହା ହେଲା ମଣିଷର ଆତ୍ମା — ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷ ଯେକି ଅମର ଓ ଭୟଶୂନ୍ୟଭାବେ ଭଗବାନଙ୍କର ଆଶ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଚୈତ୍ୟପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ଯେତେ ଯେତେ ଆମ ମନ-ପ୍ରାଣ-ଶରୀରରେ ପଡ଼ିବ ସେତେ ସେତେ ଆମେ ଭୟଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଅମରତ୍ୱର ଦିଗରେ ଆଗେଇ ଚାଲିବୁ । ଭଗବାନଙ୍କ ପଥରେ ଚାଲିବା

ପାଇଁ ଯେଉଁମାନେ ସାଧନାର ପଥ ଅବଲମ୍ବନ କରିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ମଧ୍ଯ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ଭଗବାନ୍ ସେମାନଙ୍କର କଠିନ ପରୀକ୍ଷା ନେଇଥାଆନ୍ତି । ମଣିଷର ବିଭିନ୍ନ ଦୁର୍ବଳତା ମଧ୍ୟରୁ ଯଦି ଗୋଟିକର ଟିକିଏ ବି ଅଂଶ ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥାଏ, ତେବେ ଆନ୍ତରିକ ସାଧକମାନଙ୍କୁ ଭଗବାନ୍ ଏହାର ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର କରାନ୍ତି । ଭଗବାନ୍ ଆମ ଭିତରୁ ସମସ୍ତ ଦୁର୍ବଳତାକୁ ମୂଳପୋଛ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ଏହି ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ । ଆମେ ଯଦି ଏଥିପାଇଁ ସତର୍କ ନ ହେଉ ତେବେ ନାନା ପ୍ରକାରର ବାଧାବିପତ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଭଗବାନ୍ ଆମକୁ ବାଧ୍ୟ କରନ୍ତି ଏହାର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ । ସେହିପରି ଭୟ ମଧ୍ୟ ଆମର ଏକ ବିଶେଷ ଦୁର୍ବଳତା । ଆମେ ଭାବିଥାଉ ଆମର ଭୟ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଘଟଣାଚକ୍ରରେ ଆମ ଭିତରେ ଲୁଚିରହିଥିବା ଭୟ ଉପରକୁ ଆସି ଆମକୁ ଗ୍ରାସ କରି ପରାହତ କରେ । କେବଳ ଭୟର କାରଣ ଉପରେ ଆମେ କ୍ରିୟା କରିଥାଉ । ଚୋର ଭୟରେ ଆମ ଘର, ଆଲମିରା ଆଦିରେ ତାଲା ପକାଉ, ପାଖରେ ବିଭିନ୍ନ ହତିଆର ରଖୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଭିତରର ଭୟ ଦୂର ହୁଏ ନାହିଁ । କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଭରତା ଦ୍ୱାରାହିଁ ଆମର ଭୟ ମନକୁ ମନ ପଳାୟନ କରେ । ଆମର ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଯେତେ ଯେତେ ନିଜକୁ ମା'ଙ୍କ ଚରଣରେ ସମର୍ପଣ କରିବେ ସେତେ ସେମାନଙ୍କର ଭୟ ଦୂର ହୋଇ ସୁରକ୍ଷିତ ହେବେ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଭୟ ଦୂର ହେବା ପରେ ଶେଷରେ ଶରୀରର ଭୟକୁ ଦୂର କରିବା ସାଧକ ପକ୍ଷେ ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ କାମ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଭଗବାନ୍ ନିଜେହିଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବେ । ହୁଏତ ପ୍ରଥମେ ଆମ ଭିତରୁ ସେ ଆମ ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ବାହାରକୁ ନେଇ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ଏକାକୀ ଛାଡ଼ିଦେବେ । ସେତେବେଳେ ବିଚରା ଶରୀର ଚେତନା ତା'ର ବିନା ପ୍ରଭୁର ଉପସ୍ଥିତିରେ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅସୁରକ୍ଷିତ ମନେକରି ଭୟର ଚରମ ସୀମାରେ ଉପନୀତ ହେବ ଓ ଶେଷରେ ଆତ୍ମାର ସୁରକ୍ଷାର ସନ୍ଧାନ ପାଇବ ଓ ନିଜେ ସମର୍ପଣର ଶିକ୍ଷା ଲାଭ କରିବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମେ ଆମ ଚେତନାର ସମସ୍ତ ସ୍ତରରୁ ମୃତ୍ୟୁ-ଭୟକୁ ଦୂରକରି ପାରିବୁ ।

ଆମେ ଆମର ଭବିଷ୍ୟତ୍ ବିଷୟ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ହୋଇଥାଉ । କେତେକ ଲୋକ ନିୟତିର ଏହି ବିଧାନକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଜ୍ୟୋତିଷିବିଦ୍ୟାର ଗଣନା ତଥା ହସ୍ତରେଖାର ବିଜ୍ଞାନର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ନିଜ ଭବିଷ୍ୟତର ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ବିଷୟରେ ଜାଣନ୍ତି, ନିଜ ମୃତ୍ୟୁର କାଳ ବିଷୟରେ ଜାଣି ସେଥିପାଇଁ ଏପରି ବ୍ୟଥିତ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି ଯେ ସେହି ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ କାଳହିଁ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ବାସ୍ତବତାରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଅଥଚ ସେମାନେ ଯଦି ଏହା ଆଗରୁ ଜାଣି ନ ଥା'ନ୍ତେ ତେବେ ହୁଏତ ଏହି ମୃତ୍ୟୁର କାଳକୁ ଟାଳି ପାରିଥା'ନ୍ତେ । ଜ୍ୟୋତିଷିବିଜ୍ଞାନର ସଂକୀର୍ଣ୍ଣତା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଜ୍ୟୋତିଷିବିଜ୍ଞାନ ବହୁ ଭବିଷ୍ୟ ବାଣୀ କରିଥାଏ ଯାହା ସତ୍ୟ ହୋଇ ନ

ଥାଏ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ମୋତେ କୁହାହୋଇଥିଲା ଗତବର୍ଷ ମୋର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଆନ୍ତା । ଆଉ ଏକ କଥା ମୋ ବିଷୟରେ କୁହାହୋଇଥିଲା – ମୁଁ ଗତବର୍ଷ ମାର୍ଚ୍ଚ ଓ ମେ ମାସ ଭିତରେ ମୋ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ପଣ୍ଡିଚେରୀ ବାହାରକୁ ଯାଇ, ସାରା ଭାରତରେ ଭ୍ରମଣ କରିବା ସମୟରେ ଏକ ନଦୀରେ ନୌକାଯାତ୍ରା ସମୟରେ ବୁଡ଼ିଯାଇ ମୋର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଆନ୍ତା । ଏପରିକି ଆମ ଜାତକରେ ଗଣନା ଅନୁସାରେ ଯଦି ବି କିଛି ଭବିଷ୍ୟ ବାଣୀ ଯଥାର୍ଥ ହୋଇଥାଏ ତଥାପି ଏହା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇ ନ ଥାଏ ଯଦି ଆମେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ପଥରେ ପ୍ରବେଶ କରୁ ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ନିଜକୁ ନୂତନ ଶକ୍ତି ପ୍ରତି ଖୋଲି ଦେଇଥାଉ ଯାହାକି ଆମର ନିୟତିକୁ ବଦଳାଇ ପାରିଥାଏ ।'' (Sri Aurobindo on Himself, 22.08.1937, P. 222-223) ଜଗଜ୍ଜନନୀ ଶ୍ରୀମା ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅବତାର ନେଇଛନ୍ତି ଏହି ଅଟଳ ନିୟତିର ପୁରାତନ ବିଧାନକୁ ଭାଙ୍ଗି ତାକୁ ନୂତନ ବିଧାନରେ ଦିବ୍ୟତାରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ । ଏହି କାମ ମା' ଏବେ ବି କରୁଛନ୍ତି । ଅଥଚ ଆମେ ସେହି ପୁରୁଣା ବିଧାନ, ପୁରୁଣା ନିୟତିର ଦାସତ୍ୱରେ ଏବେ ବି ବାନ୍ଧି ହୋଇରହିଛୁ ।

ଆମେ ଲକ୍ଷ୍ୟକଲେ ବୁଝିପାରିବୁ ଯେଉଁସବୁ ଜୀବଜନ୍ତୁ ସନ୍ତାନ-ସନ୍ତତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରିବାରେ ଅକ୍ଷମ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି ଏବଂ ଜୀବନ-ନିର୍ବାହର ସଙ୍ଘର୍ଷରେ ଦୁର୍ବଳ ଓ ଅକାମୀ ହୋଇଯାଆନ୍ତି, ପ୍ରକୃତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ମୃତ୍ୟୁର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ଜୀବଜନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତିର ସୃଜନଶୀଳ କାମରେ କିଛି ବି ସହାୟକ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ତା'ର ଏ ପୃଥିବୀରେ ବଞ୍ଚିରହିବାର ଅଧିକାରକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକୃତି ଛଡ଼ାଇ ନେଇଥାଏ । ମଣିଷ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏହି କଥା ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ । ଅନ୍ୟ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅନେକ ଅଧିକ ସୃଜନଶୀଳ କ୍ଷମତା ଭଗବାନ୍ ମନୁଷ୍ୟକୁ ଦେଇଛନ୍ତି । ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିବା ଛଡ଼ା ଏପୃଥିବୀରେ ମଣିଷ ତା'ର ମାନସିକ ବିଦ୍ୟା, ବୁଦ୍ଧି, ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ବହୁକିଛି ବସ୍ତୁ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ; ଯାହା-ଫଳରେ ସାରା ମନୁଷ୍ୟସମାଜ ଉପକୃତ ହୋଇଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟର ଏହି ସୃଜନଶୀଳ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରକୃତି ବିଶେଷ ଖୁସି ହୋଇ ମଣିଷକୁ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ କରି ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଥାଏ । ମଣିଷ ଜନ୍ମ ହୋଇ ପୃଥିବୀ- ମାତା କୋଳରେ ଲାଳିତପାଳିତ ହୁଏ । ପୃଥିବୀ-ମା'ର ପ୍ରଦତ୍ତ ଅନ୍ନ-ବସ୍ତ୍ର ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପକରଣକୁ ନେଇ ସେ ତା'ର ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କରେ । ପୃଥିବୀ-ମା'ର ଏହି ଋଣକୁ ପରିଶୋଧ କରିବାକୁ ହେଲେ ମଣିଷକୁ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପର ହୋଇ ସାରା ମାନବ- ଜାତି ପାଇଁ, ସମୂହ ପାଇଁ, ବିଶ୍ୱ-ଚେତନା ପାଇଁ କିଛି କର୍ମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ; ଏହାଦ୍ୱାରା ସେ ପୃଥିବୀ-ମା'ର ବୋଝ ନ ହୋଇ ତା'ର ପ୍ରିୟ ସନ୍ତାନ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ ସ୍ୱାର୍ଥପର ଭାବରେ କେବଳ ନିଜ ଓ ନିଜ ପରିବାର ପାଇଁ କର୍ମ କରନ୍ତି ସେମାନେ ପୃଥିବୀ-ମା'ଙ୍କର ଅନ୍ନ ଖାଇ ଏହାର କେବଳ ଭାର ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଆନ୍ତି । ଏପରି ଲୋକ କାଳର କରାଳ ଗର୍ଭରେ ସର୍ବଦା ପେଷି ହୁଅନ୍ତି; ସେମାନେ ଦିବ୍ୟ ଆନନ୍ଦଠାରୁ

ବଞ୍ଚିତ ହୁଅନ୍ତି । ଅମରତ୍ୱ ତାଙ୍କଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ରହିଯାଏ । ତେଣୁ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଦିବ୍ୟକର୍ମୀ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମକୁ ସର୍ବଦା ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ପଥରେ ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କର ବିଦ୍ୟା, ବୁଦ୍ଧି, ଜ୍ଞାନ, ଶକ୍ତି, ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଆଦି ବହୁ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ପାଇଥାଉ । ଏହିସବୁ ବୈଭବକୁ ଆମ କର୍ମରେ ଲଗାଇ ଆମେ କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ କର୍ମ କଲେ ତାହା ଦିବ୍ୟକର୍ମରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଦିବ୍ୟ-କର୍ମ ଦ୍ୱାରା ନୂତନ ଯୁଗ ରଚିତ ହୋଇଥାଏ । ସେତେବେଳେ ଆମେ କେବଳ ପୃଥିବୀର ନୁହେଁ, ପ୍ରକୃତିର ନୁହେଁ, ଏପରିକି ପରମ ପ୍ରଭୁ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତାଙ୍କର ମଧ୍ୟ ପ୍ରିୟ ସନ୍ତାନ ହୋଇଥାଉ । ଭଗବାନ୍ ଆମକୁ ଜନ୍ମ-ମୃତ୍ୟୁର ଚକ୍ରରୁ ମୁକ୍ତକରି ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ସକଳ ସତ୍ତା ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଚରମ ସୀମାରେ ଉପନୀତ ହେଲେ ଆମେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟକରି ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଅମରତ୍ୱ ଲାଭ କରିପାରିବୁ । ଯେତେବେଳେ ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ କରାଗଲା – ମଣିଷକୁ କାହିଁକି ଶରୀରତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ? ଏହାର ଉତ୍ତରରେ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''Because they do not know how to keep up with Nature in her progress towards the Divine.'' (MCW. 15, P. 131) ଅର୍ଥାତ୍ : ''କାରଣ ସେମାନେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ପ୍ରକୃତିର ଭଗବାନଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ଅଗ୍ରସର ହେବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ନିଜକୁ କିପରି ଦୃଢ଼ୀଭୂତ କରାଯାଇଥାଏ ।''

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ 'ସାବିତ୍ରୀ' ମହାକାବ୍ୟରେ ଏହି ଦୁର୍ବଳ ମଣିଷକୁ ତା'ର ଅମରତ୍ୱର ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ କ'ଣ କରିବାକୁ ହେବ ସେବିଷୟରେ ସନ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ସ୍ୱୟଂ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା ଅଶ୍ୱପତିଙ୍କୁ ଏକଥା କହୁଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଅଶ୍ୱପତି ମାନବଜାତିର ପ୍ରତିନିଧିଭାବେ, ଭଗବାନଙ୍କୁ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରାଇବା ପାଇଁ ତାଙ୍କ ସାଧନାର ଚରମ ସୋପାନରେ ଉପନୀତ ହେଲେ, ତାଙ୍କ ସମସ୍ତ ସତ୍ତାଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣତାପ୍ରାପ୍ତ ହେଲା; ଏପରିକି ତାଙ୍କ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିରା ପ୍ରଶିରାରେ ଭାଗବତ ଚେତନାର ସ୍ରୋତ ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଲାଗିଲା, ତାଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀର-କୋଷ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମାର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି ସମସ୍ତ ଶରୀରରେ ଦିବ୍ୟ ଆନନ୍ଦର ଜୁଆର ଛୁଟିଚାଲିଲା, ସେତେବେଳେ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା ସ୍ୱୟଂ ତାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ ଦେଇ କହୁଛନ୍ତି : ଏହି ଦୁର୍ବଳ ମନୁଷ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସଶରୀରେ ଧାରଣ କରିବାର ଏବେ ବି ସମୟ ଆସି ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମଣିଷକୁ ଅନେକ ପ୍ରସ୍ତୁତିର କାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଏବିଷୟରେ ତାଙ୍କର ଏକ ଉକ୍ତି ଏଠାରେ ଉଦ୍ଧାର କରାଗଲା :

"Assent to thy high self, create, endure.
Cease not from knowledge, let thy toil be vast.
No more can earthly limits pen thy force;" (Savitri, p. 340)

''ଉଚ୍ଚତମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ସାଥେ ଲାଗିରୁହ ତୁମ ସୃଜନ-କଳାରେ ।
ଜ୍ଞାନରୁ ବିରତ ନ ହୋଇ ବିଶାଳ ହେଉ ତୁମ ଚେଷ୍ଟା ।
ପୃଥିବୀର ସୀମାବଦ୍ଧତା କରି ନ ପାରେ ବନ୍ଧନଗ୍ରସ୍ତ ତୁମ ଶକ୍ତିକୁ;''

ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ ପାଇଁ ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ଆମକୁ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଯଥାର୍ଥ ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା ଏକ ଉପାୟ ହୋଇପାରେ । ଏଥିପାଇଁ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ସେମାନଙ୍କର (ମନୁଷ୍ୟମାନଙ୍କର) ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ବନ୍ଦ କରାଯାଇ ପାରନ୍ତା ତେବେ ସେମାନେ ମୃତ୍ୟୁରୁ ରକ୍ଷାପାଇ ପାରନ୍ତେ । ଶରୀରର କେବଳ କ୍ଷୟଶୀଳତା ପାଇଁହିଁ ସେମାନେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥାଆନ୍ତି । ଯେହେତୁ ସେମାନଙ୍କ ଶରୀର ଅକାମୀ ହୋଇଯାଏ ତେଣୁ ସେମାନେ ମରନ୍ତି । ଯଦି ସେମାନଙ୍କୁ ବଞ୍ଚି ରହିବାକୁ ହେବ ତେବେ ସେମାନଙ୍କର ଶରୀର ଅକାମୀ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।'' (MCW - 5, p.-112) । କେବଳ ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ତା'ର ଗ୍ରହଣଶୀଳତାର ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚି ପାରି ନ ଥାଏ, ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନମନୀୟ ଓ ସୁସମଞ୍ଜସ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଦେଖା-ଯାଇଥାଏ, ସବୁଠାରୁ ଶକ୍ତିବାନ ବ୍ୟକ୍ତି, ଶରୀରର ବିକାଶରେ ଅଧିକ ଉତ୍କର୍ଷଲାଭ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଭଗବାନଙ୍କ ଯନ୍ତ୍ର ନ ହୋଇ ରାକ୍ଷସର ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇଥାଏ, ନିଜର ପ୍ରାଣସତ୍ତାର ଦାସ ହୋଇ ରହେ । ଏଥିପାଇଁ ପୁଣି ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ଶରୀର ଆନ୍ତର-ସତ୍ତାର ପ୍ରଗତିଶୀଳତାକୁ ଅନୁସରଣ କରେ, ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଅଗ୍ରଗତି ଏବଂ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପରି ଏହା ଯଦି ସେହି ସମାନ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ତେବେ ତାକୁ ଆଉ ମରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ ।''

(MCW - 5, p - 112)

ଶେଷରେ ଏହା କହିବାକୁ ବାଧ ହେବାକୁ ପଡୁଛି ଯେ ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ ପାଇଁ ମଣିଷ ଏବେ ବି ପ୍ରସ୍ତୁତ ନୁହେଁ । ଏହି ମହାନ୍ କଠିନ କାମ ପାଇଁ ମଣିଷ ପାଖରେ ଏବେବି ଶକ୍ତି, ସଂକଳ୍ପ, ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଅଖଣ୍ଡ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଏଥିପାଇଁ ତୁମକୁ ବିଶିଷ୍ଟ ଯୋଗୀ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ତୁମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ମୃତ୍ୟୁ ତୁମ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ, ଏହା ଏକ ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣା ରୂପେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଘଟିଆସିଛି, ଏହି ଦୁର୍ଘଟଣା ଉପରେ ଆମେ ଆମର ଜ୍ଞାନ ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରି ଏହାକୁ ଜୟ କରିଥାଉ ଏବଂ ଏହାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଏତେ ଭୟଙ୍କର, ଏତେ କଠିନ ଯେ ଏହା ବିରୋଧରେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ ନିୟମ ବିରୋଧରେ, ସକଳ ସାମୂହିକ ବିଶ୍ୱାସ ବିରୋଧରେ, ସମସ୍ତ ପାର୍ଥିବ ଅଭ୍ୟାସ ବିରୋଧରେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ତେଣୁ ମୁଁ ତୁମକୁ କହୁଛି ଯଦି ତୁମେ ଏପରି ଏକ ଅଗ୍ରଣୀ ଯୋଦ୍ଧା ହୋଇ ନ ଥାଅ ଯାହାକୁ କିଛି ବି ଭୟଭୀତ କରିପାରି ନ ଥାଏ, ତେବେ ସବୁଠାରୁ ଭଲ ଏଥିପାଇଁ ତୁମେ ଯୁଦ୍ଧ ଆରମ୍ଭ କର ନାହିଁ । ତୁମକୁ ଏଥିପାଇଁ ଏପରି ନିର୍ଭୀକ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ,

ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଦକ୍ଷେପରେ ତୁମକୁ ଏହିସବୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ବସ୍ତୁସକଳ ବିରୋଧରେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।''

(MCW - 5, p. 317)

ତଥାପି ଶରୀରର ଅମରତ୍ୱ ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମର ଆନ୍ତରିକତା ଓ ଅଗ୍ରଗତି ଆବଶ୍ୟକ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପୃଥିବୀର ରୀତିନୀତି, ଆଚାର-ବ୍ୟବହାରରୁ ବାହାରି ଆସି ଆମକୁ ଆମର ଅମରତ୍ୱର ଯାତ୍ରା ପଥରେ ଆଗେଇଯିବାକୁ ହେବ । ଆମର ଏହି ଅମରତ୍ୱର ଚେତନା ରହିଛି ଆମ ମସ୍ତକ ଉପରେ ଯାହାକୁ ଆମେ ଆତ୍ମନ୍ ବା Self କହିଥାଉ । ଏହି ଆତ୍ମନ୍ ଆମର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚେତନା ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବିଶ୍ୱଚେତନାଠାରୁ ଅଲଗା ହୋଇରହି ନ ଥାଏ । ଏହା ବିଶ୍ୱଚେତନାର ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ରୂପ ଯାହାରକି କୌଣସି ଆରମ୍ଭ ବା ଅନ୍ତ ନାହିଁ । ଏହା ଅନନ୍ତ କାଳବ୍ୟାପୀ, ସର୍ବଦା ବିଦ୍ୟମାନ । ଏହି ଚେତନାରେ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ମଣିଷର ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତା'ର ଆନ୍ତର ଚେତନା, ମନ ଏପରିକି ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର-ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଅମର ହୋଇପାରିଛି । ଯଦି ଏହି ଚେତନାକୁ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଅବତରଣ କରାଯିବ ତେବେ ସେ ବି କାହିଁକି ଅମର ନ ହେବ ?

ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ଶରୀର ଏହି ଅମର ବ୍ୟକ୍ତି-ଚେତନା (Self) ବିଷୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ସଚେତନ ହେବ ଏବଂ ନିଜକୁ ଏହା ସହିତ ଏକୀଭୂତ କରିବ ଯଦ୍ୱାରା ଏହା ମଧ୍ୟ ବିଶ୍ୱ-ଚେତନାର ସମାନ କ୍ଷମତା, ସମାନ ଅନୁକ୍ଷଣ ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ଗୁଣ ହାସଲ କରିବ ଏବଂ ଏହା ବିଶ୍ୱ-ଚେତନାର ଗତିକୁ ଅନୁସରଣ କରିପାରିବ, ତେବେ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଅନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚିରହି ପାରିବ । ଅମରତ୍ୱ ପାଇଁ ଏହା ହେଲା ଶରୀରର ଏକ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଅବସ୍ଥା ।''

(MCW - 10, p-28)

ଶ୍ରୀମା' ମଧ୍ୟ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର ଅମରତ୍ୱ ବିଷୟରେ ଭବିଷ୍ୟବାଣୀ ଉଦ୍ଧୃତ କରି କହୁଛନ୍ତି : ''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି ଯେ ଏହା (ଶରୀର ଅମରତ୍ୱ) ଅବଶ୍ୟ ସମ୍ଭବପର ଏବଂ ଏହାହିଁ ଘଟିବ; ଏଥିପାଇଁ ସେ ଏକ ସର୍ତ୍ତ ରଖିଛନ୍ତି – ଏଥିପାଇଁ ଶରୀରର ଅତିମାନସୀକରଣର ଆବଶ୍ୟକ ହେବ, ଏହାର ମଧ୍ୟ ଅତିମାନସ ସତ୍ତା ଭଳି ନିରନ୍ତର, ରୂପାନ୍ତର ଓ ନମନୀୟତାର ଗୁଣ ଥିବା ଦରକାର ।''

(MCW - 10, p - 29)

ମୃତ୍ୟୁରେ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ କ'ଣ ହୁଏ

ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସମାନ ଘଟଣା ଘଟି ନ ଥାଏ ।

ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବିଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ବିଭିନ୍ନତା ବ୍ୟକ୍ତିର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ । ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରକାର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟି ନ ଥାଏ । ରୋଗ ଓ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରେ ମୃତ୍ୟୁ, ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ମୃତ୍ୟୁ, ହଠାତ୍ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହେବା ଫଳରେ ମୃତ୍ୟୁ, ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ମୃତ୍ୟୁ, ଯୌଗିକ ଉପାୟରେ ସ୍ୱଇଚ୍ଛାରେ ଶରୀର ଛାଡ଼ିବା ଫଳରେ ମୃତ୍ୟୁ ଇତ୍ୟାଦି ଅନେକ ପ୍ରକାରର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଏଠାରେ ଏହି ଚାରି ପ୍ରକାର ମୃତ୍ୟୁ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବୁ ।

ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଯଥାର୍ଥରେ ମୃତ୍ୟୁ କ'ଣ ? ମୃତ୍ୟୁ ହେଲା ଶରୀର କ୍ରିୟାକଳାପର ପରିସମାପ୍ତି ଓ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାଙ୍କର ସଂଗଠନ ଓ ବହିର୍ଗମନର ପ୍ରକ୍ରିୟା । ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମନେବା ପରେ ଶିଶୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଅସଲ, ଅମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କୁ ଏକ ସୁକୋମଳ, ନିର୍ମଳ ଓ ପବିତ୍ର ଦେହ ମିଳିଥାଏ । ପିତା-ମାତାଙ୍କ ସଂସ୍କାର ଓ ପୃଥିବୀର ବାତାବରଣ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି ଏହି ନିର୍ମଳ ଓ ପବିତ୍ର ଦେହ ଆଧାରରେ ଆମର ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନେ ଗଢ଼ିଉଠନ୍ତି । ଏହିସବୁ ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ବିକାଶ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ବିକୃତି, ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ତଥା କ୍ଷୁଦ୍ର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରାଜି ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଅପରପକ୍ଷେ ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତାଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି, ଗୁରୁକୃପା ତଥା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା ମାଧ୍ୟମରେ ଏହିସବୁ ସତ୍ତାମାନଙ୍କରେ କିଛିମାତ୍ରାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସିଥାଏ, କିଛି ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତିର ବିକାଶ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ମଣିଷ ହେଲା ଦିବ୍ୟ ଓ ଅଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତିରାଜିର ଏକ ଲୀଳା କ୍ଷେତ୍ର । ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଏହି ଲୀଳାରୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କୁ ଯେଉଁସବୁ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ତାକୁ ଏକତ୍ରିତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଆମ ଶରୀର-ଆଧାରରେ ଯେଉଁସବୁ ଦିବ୍ୟଗୁଣ, ଦିବ୍ୟଚେତନା, ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶ ହୋଇଥାଏ ତାକୁ ଚୈତ୍ୟ-ସତ୍ତା ନିଜର ଆବରଣରୂପେ ନିଜ ଭିତରେ ସମାହିତ କରି ନିଜକୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ବିକଶିତ କରି ଗଢ଼ିତୋଳନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଯେତେସବୁ ଅଦିବ୍ୟ ଗୁଣ, ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ନିଜଠାରୁ ଅଲଗା କରି ତା'ର ବିଲୟ ପାଇଁ ଏହି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ଛାଡ଼ି ନିଜେ ଚୈତ୍ୟ ଜଗତକୁ ଗତି କରିଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ସେଠାରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜନ୍ମ ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତି ।

ମୃତ୍ୟୁର ଏହି କ୍ରିୟା ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏହିପରି ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ଯେଉଁମାନେ ଉଚ୍ଚସ୍ତରର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧକ ହୋଇଥାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ମୃତ୍ୟୁରେ କିଛି ବି ବିଲୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ସେମାନେ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ସାଧନାର ଫଳ ଓ ଅନୁଭୂତି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ସମାହିତ କରି, ଶରୀରକୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ତ୍ୟାଗ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ତୁମ ସତ୍ତାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ନିର୍ଭର କରେ ତୁମ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଛି କି ନାହିଁ । ଯଦି ତୁମେ ତୁମ ଆବେଗ ଆଦିକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିପାରି ନାହଁ, ତେବେ ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ତୁମର ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ

ଅଲଗା ହେବାକୁ ଲାଗନ୍ତି, ଏହି ବିଶ୍ୱଚେତନାରେ ବିଲୟ ହେବାକୁ ଲାଗନ୍ତି, ନିଜର ଏକ ଯଥାଯଥ ବାତାବରଣ ଖୋଜିବା ପାଇଁ ସେମାନେ ଏପଟସେପଟ ଧାଁଦୌଡ଼ କରିଥାଆନ୍ତି । ତା' ମଧ୍ୟରୁ ଏକ ଅଙ୍ଗ ହୁଏତ ଅନ୍ୟ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ, ଯାହାରକି ଏହା ପାଇଁ କିଛି ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିଥାଏ; ଅନ୍ୟ ଏକ ଅଂଶ ଏପରିକି ପଶୁ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଅଂଶ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷାକରି ଜୀବିତ ରହିଥିଲା ସେହି ଅଂଶ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ବାସ କରିଥାଏ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମଧ୍ୟ ।''(MCW - 3, p. 194) ଯେଉଁମାନେ ଏପୃଥିବୀରେ ରୂପାନ୍ତରଯୋଗର ସାଧନା ବିଶେଷ ଭାବରେ କରିଥାଆନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ନିଜର ସକଳ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ସଙ୍ଗଠିତ କରି ନିଜର ଏକମାତ୍ର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ କରିଥାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''କିନ୍ତୁ ଯଦି ତୁମେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ନିଜକୁ ସଙ୍ଗଠିତ କରି ନିଜକୁ କେବଳ ଏକମାତ୍ର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପରିଣତ କରିଥାଅ, ଯଦି ତୁମେ କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପ କରିଥାଅ, ତେବେ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମଧ୍ୟ ତୁମେ ସଚେତନ ରହିପାର ଏବଂ ପରଜନ୍ମରେ ଆଗକୁ ଆଗେଇ ଚାଲିବା ବଜାୟ ରଖିଥାଅ ।''

(MCW - 3, p. 145)

ମୃତ୍ୟୁର ସମୟକୁ ଆମେ କ'ଣ ଆଗରୁ ଜାଣି ପାରିବୁ ? ଆମେ ଦେଖିଆସିଛୁ ଜ୍ୟୋତିଷୀ ବିଜ୍ଞାନର ଯଥାର୍ଥ ଗଣନା ଦ୍ୱାରା ମୃତ୍ୟୁର କାଳ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରାଯାଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମନ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ ହୋଇଯାଇଥାଏ ସେମାନେ ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଘଟଣାସବୁକୁ ବୋଧିମନ (intuition) ଦ୍ୱାରା ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ଜାଣିପାରନ୍ତି । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ମୃତ୍ୟୁର କାଳକୁ ମଧ୍ୟ ଜାଣି ପାରନ୍ତି । ନିଜ ବିଷୟରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ କହି ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବାକୁ କହିଥାଆନ୍ତି । ବୋଧି-ମନ ଦ୍ୱାରା ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଜାଣିବା ପାଇଁ ବିଶେଷ କିଛି ସାଧନାର ଦରକାର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସ୍ଥୂଳମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇଗଲେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ଏହି କ୍ଷମତା ଆମ ଭିତରେ ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଭବିତବ୍ୟକୁ ଅନ୍ୟଥା କରିପାରି ନ ଥାଏ । ଥରେ ମା ଏବିଷୟରେ ଏକ ଗଳ୍ପ କହିଥିଲେ । ପ୍ରଥମ ମହାସମର ସମୟରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କୁହାଗଲା ବନ୍ଧୁକ ଗୁଳିରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ଏବଂ ଏହାର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ତାରିଖ ମଧ୍ୟ ଦିଆଗଲା । ବ୍ୟକ୍ତିଟି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଃଖିତ ହୋଇ ଲମ୍ବା ଛୁଟିରେ ପ୍ୟାରିସ୍ ସହରକୁ ଆସିଥିଲେ । ସେ ଜଣେ ଅଫିସର୍ ଥିଲେ । ତାଙ୍କ ପକେଟରେ ସର୍ବଦା ପିସ୍ତଲ୍ ରହିଥାଏ । ସେ ଏକ ଟ୍ରାମରୁ ତଳକୁ ଡେଇଁଲା ବେଳେ ପଡ଼ିଗଲେ ଓ ତାଙ୍କର ବନ୍ଧୁକ ଫୁଟି ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା । ଏବିଷୟରେ ମା ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେଇ କହିଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ତୁମକୁ ଏହିପରି ଅନେକ ଗଳ୍ପ କହିପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଚେତନା ସ୍ତରର ଅନ୍ତର୍ଗତ – ସ୍ଥୂଳ ଭୌତିକ ଚେତନା ବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଭୌତିକ, ମାନସିକ

ଏବଂ ପ୍ରାଣ ଚେତନାର ସ୍ତର । କେବଳ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାର ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଏସବୁ ଚେତନାର ସ୍ତର ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିପାରିଲେ ଓ ଏହିସବୁ ଚେତନାକୁ ଏହି ଭୌତିକ ଚେତନା ମଧ୍ୟକୁ ଅବତରଣ କରାଇ ପାରିଲେ ଘଟଣାବଳୀକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ ।'' (MCW - 6, p. 49) ଅତଏବ ଆଜି ଯେଉଁମାନେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସହାୟତାରେ ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗସାଧନା କରୁଛନ୍ତି ସେମାନେ ଏହିସବୁ ଭବିଷ୍ୟଦ୍‌ବାଣୀ ଉପରେ ଆସ୍ଥା ରଖିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ସ୍ୱୟଂ ଜଗଜ୍ଜନନୀ ମା ଯେକି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ଧାରଣ କରି ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଭିତରେ ରହି ଆମର ରୂପାନ୍ତର ସାଧନ କରୁଛନ୍ତି, ସେହିଁ ଆମର ସମସ୍ତ ଭବିତବ୍ୟକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ଆମକୁ ଆମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଆଡ଼କୁ ନେଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ଆମ ପାଇଁ ଆଉ ଅତୀତର ଏହିସବୁ ଭବିଷ୍ୟଦ୍‌ବାଣୀର ପ୍ରଥା ବା ଶୁଭ-ଅଶୁଭ ଘଡ଼ିର ବାଛବିଚାର ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ହେଲା ଦେବ-ମୁହୂର୍ତ୍ତ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମ ହେବ ଦିବ୍ୟକର୍ମ । ''ଯୌଗିକ ଶୃଙ୍ଖଳା ମାଧ୍ୟମରେ ତୁମେ କେବଳ ଯେ ନିୟତିକୁ ଦେଖିପାରିବ ତାହା ନୁହେଁ, ଏହାକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରି ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ମଧ୍ୟ କରିପାରିବ ।'' — ଶ୍ରୀମା (MCW - 12, p. 77)

ଆମେ ଜାଣିଛୁ ଆମ ଶରୀର-ଚେତନା ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୃତ୍ୟୁ ନ ଚାହିଁଛି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ କେତେକ ଲୋକ ସଂସାରର ଦୁଃଖ, ଯନ୍ତ୍ରଣା ସହ୍ୟ କରି ଏପରି କାତର ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି ଯେ ସେମାନେ କହିଥାଆନ୍ତି : ''ମୁଁ ମରିଗଲେହିଁ ଭଲ । ଭଗବାନ୍ ! ମୋତେ ଏ ଦୁଃଖ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଅ'', ଇତ୍ୟାଦି ଇତ୍ୟାଦି । କିନ୍ତୁ ସେ ତା' ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କେବଳ ମାନସିକ ଚେତନାର ଏକ ଅଂଶରେ ଏହା କହିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସତ୍ତା ସଂସାରର ଆସକ୍ତିକୁ ଛାଡ଼ିପାରି ନ ଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନେ ସହଜରେ ମରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏପରିକି ମୃତ୍ୟୁଶଯ୍ୟାରେ ମାସ-ମାସ, ବର୍ଷ-ବର୍ଷ ପଡ଼ି ରହି ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହାହିଁ ହେଲା ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରହେଳିକା । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମ ଚେତନାରାଜି ଶରୀରର ବହିର୍ଗମନ (withdraw) ପ୍ରକ୍ରିୟା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ନ ହୁଅନ୍ତି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମକୁ ମୃତ୍ୟୁଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଆମର ସମସ୍ତ ସତ୍ତା ଏକ ସଙ୍ଗରେ ବହିର୍ଗମନ ପାଇଁ ରାଜି ହୋଇ ନ ଥାଆନ୍ତି । ହୁଏତ ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିଏ ସତ୍ତାର ବହିର୍ଗମନ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ଆକସ୍ମିକ ଦୁର୍ଘଟଣା ଓ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଘଟଣାରେ ଅଚାନକ ସମସ୍ତ ସତ୍ତାଙ୍କର ବହିର୍ଗମନ ହୋଇଥାଏ । ଏବଂ ବହୁ କ୍ଷଣ ଧରି ସେମାନଙ୍କର ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୋଇଥିବା ସତ୍ତାମାନେ ବୁଝି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ତାଙ୍କ ଶରୀରର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି ବୋଲି । ସେମାନେ ଭୟଭୀତ ହୋଇ ଏପଟ ସେପଟ ଘୂରି ବୁଲନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ଅନ୍ୟ ଅଶରୀର ସତ୍ତାର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସନ୍ତି ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା କଥା ବୁଝିପାରନ୍ତି । ପରେ ତାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ

ଅନୁସାରେ ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ବିଲୟ ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ପ୍ରାଣସତ୍ତା ସହଜରେ ବିଲୟ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେମାନେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜଗତରେ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ସହଜରେ ବିଲୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ବ୍ରାହ୍ମ-ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଯେଉଁସବୁ ବିଶେଷ ଆତ୍ମା ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠକୁ ଆସନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ଏହିସବୁ ପ୍ରେତାତ୍ମାଙ୍କର ଭେଟ ହେଲେ ସେମାନଙ୍କର ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ ବା ତାଙ୍କର ଆତ୍ମୀୟ ସ୍ୱଜନମାନେ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ ସେମାନଙ୍କର ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହିସବୁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ତାଙ୍କ ଜ୍ଞାନ ବଳରେ ଶରୀରର ମୃତ୍ୟୁ ବିଷୟରେ ଜାଣିପାରନ୍ତି । ତେଣୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର କୌଣସି ବନ୍ଧନ ନ ଥାଏ । ସେ ସିଧା ଚୈତ୍ୟରାଜ୍ୟକୁ ଯାଇଥାଆନ୍ତି । ବହୁ ସମୟରେ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଓ ଅନ୍ୟ ସତ୍ତାମାନଙ୍କୁ ପଥ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ସହଯୋଗୀ ଆତ୍ମାମାନେ ଆସିଥାଆନ୍ତି ଯାହାଙ୍କୁ ଆମେ ଦେବଦୂତ (Guiding Spirit) ବୋଲି କହିଥାଉ । ଏହା କେବଳ ଉନ୍ନତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦୁଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି, ସାରାଜୀବନ କୁକର୍ମରେ ଲିପ୍ତଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ତାଙ୍କର ପ୍ରାଣସତ୍ତାକୁ ବିଲୟ ହେବା ପାଇଁ ବିଶେଷ କଷ୍ଟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ତାଙ୍କର ପ୍ରାଣସତ୍ତା ବିଲୟ ନ ହୋଇ ବ୍ୟକ୍ତିର ବିଭିନ୍ନ କାମନା-ବାସନାର, ଆବେଗର ଚାରି ପାଖରେ ସଙ୍ଗଠିତ ହୋଇ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ସ୍ୱାଧୀନ ସତ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୁଅନ୍ତି । ଏହିସବୁ କ୍ଷୁଦ୍ର ପ୍ରାଣସତ୍ତା କୁକର୍ମରେ ଲିପ୍ତଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ବାତାବରଣରେ ବାସକରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ଏହିସବୁ କ୍ରିୟାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଖାଦ୍ୟ ଭାବରେ ମିଳିଥାଏ ଓ ସେମାନେ ଏହିପରି ଭାବରେ ତିଷ୍ଠି ରହନ୍ତି (ସୂକ୍ଷ୍ମରେ) । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''କୌଣସି ତରଳ ପଦାର୍ଥର ବାଷ୍ପୀକରଣ ପରି ଏହା (ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପ୍ରାଣସତ୍ତା) ବିଲୟ ନ ହୋଇ ଏହା ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡରେ ବିଭକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଖଣ୍ଡ ବ୍ୟକ୍ତିର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବିଭିନ୍ନ କାମନା-ବାସନାର ଆବେଗ ଓ ଆସକ୍ତିର ଚାରି ପାଖରେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ସେହି ବାସନାର ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ସତ୍ତା ଗଠିତ କରିଥାଏ । ଏମାନଙ୍କର କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗଠନ ନ ଥାଏ । ଏମାନେ ଅନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକାରର ଗଠନ ନେଇଥାଆନ୍ତି । ... ଏବଂ ଏମାନଙ୍କର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ତା'ର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଆବେଗର ବାସନାକୁ ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ଏବଂ ଏମାନେ ଏଥିପାଇଁ ସର୍ବତ୍ର ଯାଇ ଏହାର ଉପାୟ ଖୋଜନ୍ତି ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷ ପାଇଁ ।'' (MCW - 4, p. 191) ମା ପୁଣି କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି କାମନା-ବାସନା (ଏହା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ସତ୍ତା)ର ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଯଦି ବିଲୟ ନ ହୁଅନ୍ତି ତେବେ ଏହିସବୁ ସତ୍ତାମାନେ ତିଷ୍ଠି ରହନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନେ ଅନ୍ୟ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ବାତାବରଣରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ସେମାନଙ୍କୁ ଏପ୍ରକାର କାମନାର ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇ ଥାଆନ୍ତି ଓ ପ୍ରରୋଚିତ କରନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରାଣିକ ସତ୍ତାମାନେ ବାସନାର କ୍ରିୟା ସମୟରେ ଯେଉଁ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ତାକୁ ଯେତେପାରନ୍ତି ଖାଦ୍ୟରୂପେ ଗ୍ରହଣ

କରିଥାଆନ୍ତି । ଏହାହିଁ ତାଙ୍କର ସାଧାରଣ ବାସନା । ଏହିପରି ଏକ ଡଜନ ସତ୍ତାଙ୍କ ବଳୟ ଭିତରେ ବାସ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ମୁଁ ଦେଖିଛି ।''

(MCW - 4, p. 192)

ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଧନସମ୍ପତ୍ତିର ଆସକ୍ତି ରହିଥାଏ, ସେ ବ୍ୟକ୍ତିର ମୃତ୍ୟୁପରେ ତା' ପ୍ରାଣସତ୍ତାରେ ଥିବା ଏହି ଧନ-ଆସକ୍ତି ଲୋପପାଏ ନାହିଁ । ଏ ବିଷୟରେ ମା କହୁଛନ୍ତି – ''ଧରାଯାଉ ଏକ କୃପଣ ଲୋକର ଆସକ୍ତିର କଥା ଏବଂ ତା'ର ଧନ ବିଷୟରେ । ସେ ମରିଯାଏ । ତା'ର ପ୍ରାଣସତ୍ତା ବିଲୟ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ତା'ର ଧନ ପ୍ରତି ଯେଉଁ ଆସକ୍ତି ଥିଲା ତାହା ତିଷ୍ଠି ରହେ । ଏହା ପ୍ରାଣ ଜଗତରୁ ଏପରି କେତେକ ସଚେତନ କ୍ଷୁଦ୍ରସତ୍ତାକୁ ସଂଗ୍ରହ କରି ନିଜ ଚାରିପାଖରେ ଗଚ୍ଛିତ କରେ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ନିଜକୁ ଏକ ସଚେତନ ଜୀବିତ ସତ୍ତାରେ ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ତିଆରି କରିଥାଏ । ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ କାଳରେ ଯଦି କିଛି ଗୁପ୍ତଧନ କେଉଁଠି ରହିଥାଏ ତେବେ ଏହି ସତ୍ତା ସେଠାକୁ ଯାଇ, ଯେଉଁଠାରେ ଧନ ଥାଏ ଠିକ୍ ତା' ଉପରେ ନିଜକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥାଏ ଯେପରି ଏହାକୁ ସେ ରକ୍ଷାକରି ପାରିବ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଏହା ପାଖକୁ ଆସିବା ପାଇଁ ବାଧା ଦେଇପାରିବ ।'' (MCW - 4, p. 191) ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରାଣସତ୍ତାଙ୍କୁ ଲଗାଇ ଗୁଣିଗାରୁଡୀ କରି ଲୋକଙ୍କ ଅନିଷ୍ଟ କରିଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଭୟାନକ ଅବସ୍ଥା ହୋଇଥାଏ । ଏ ବିଷୟରେ ମା କହିଛନ୍ତି : ''...ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁ ହେବା ପରେ ସେମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ଏହିସବୁ ସତ୍ତାଙ୍କ କବଳରେ ଓ ତାଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ଆସିଯାଆନ୍ତି । ପ୍ରଥମ କାମ ରୂପେ ଏହି ସତ୍ତାମାନେ ଏମାନଙ୍କୁ ଗିଳିଥାଆନ୍ତି, କାରଣ ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଅନିଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ଏହିସବୁ ସତ୍ତା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କୁ ଗିଳାଇ ଥାଆନ୍ତି ।'' (MCW - 7, p. 265)

ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପ୍ରାୟ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଊଣା-ଅଧିକେ ପ୍ରାଣଜଗତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରଥମେ ଏହି ପ୍ରାଣଜଗତ୍ ବିଷୟରେ ଆମର କିଛି ଜ୍ଞାନ ହେବା ଦରକାର । ମା'ଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ପ୍ରାଣଜଗତ୍ ହେଲା ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର କାମନା, ବାସନା, ଆବେଗ ଓ ଆସକ୍ତିର ଜଗତ୍ । ଏଠାରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ହିଂସ୍ରତା, ଲୋଭ, କୁଚକ୍ର ଓ ଅଜ୍ଞାନତାର ଗତିବୃତ୍ତି ଲାଗିରହିଥାଏ । ଜୀବିତ ଅବସ୍ଥାରେ ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଏହିସବୁ କ୍ରିୟାକଳାପରେ ବୁଡ଼ିରହନ୍ତି ସେମାନେ ତାଙ୍କର ନିଦ୍ରା ଅବସ୍ଥାରେ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଏହି ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥା'ନ୍ତି । ଏଠାରେ ବିଭିନ୍ନ ଭୟଙ୍କର ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଆସି ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ହରାଇ ଥାଆନ୍ତି । ସମୟ ସମୟରେ ସେମାନେ ଏପରି ଭୟଙ୍କର ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି ଯେ ନିଜକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବାର କ୍ଷମତା ହରାଇବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଯଦି ସେମାନେ ସଚେତନ ହୋଇ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ନିଜ ଶରୀର

ଦିଗରେ ଧାବିତ ହୋଇ ଏହା ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରନ୍ତି ତେବେ ସେମାନେ ରକ୍ଷା ପାଇପାରନ୍ତି । ଶରୀର ହେଲା ଆମ ପାଇଁ ଏକ ଦୁର୍ଗ ଭଳି । ଆମେ ଶରୀରରେ ଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାଣଜଗତର ଏହି ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ସିଧା ପ୍ରଭାବ ଆମ ଉପରେ ପଡ଼ି ପାରି ନ ଥାଏ । ଯଦି ଆମର କୌଣସି କାମନା-ବାସନା ନ ଥାଏ ତେବେ ଏହି ପ୍ରାଣ ଜଗତର ପରୋକ୍ଷ ପ୍ରଭାବ ମଧ୍ୟ ଆମ ଉପରେ ପଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ଆମ ଶରୀର ହେଲା ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର । ଏହି ମନ୍ଦିରରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାରୂପୀ ଦେବତା ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆସୀନ ଅଛନ୍ତି ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ସର୍ବଦା ତାଙ୍କ କବଚ ଧାରଣ କରିଥାଉ । ଜଗତର ସବୁଠାରୁ ଭୟଙ୍କର ଅସୁର, ରାକ୍ଷସ ମଧ୍ୟ ଏହାକୁ ଭେଦକରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଯେତେବେଳେ ଆମର ଏହି ସୁରକ୍ଷାର ଦୁର୍ଗ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ଆମର ଅବସ୍ଥା ହଠାତ୍ ଭୟଙ୍କର ହୋଇଯାଏ । ଏ ବିଷୟରେ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''...କିନ୍ତୁ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମଧ୍ୟ ତୁମର ସେହି ପ୍ରାଣସତ୍ତାମାନଙ୍କର ସମାନ ପରିବେଶ ରହିଥାଏ । ଜୀବିତ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କଠାରୁ ଯେଉଁ ବିପଦର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ତୁମେ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶାଗ୍ରସ୍ତ ହେଉଥିଲ ଏଠାରେ ମଧ୍ୟ ସମାନ ବିପଦର ସାମନା କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀର ନଷ୍ଟ ହେବା ଦ୍ୱାରା ତୁମେ ପ୍ରାଣଜଗତର ଏହି ଖୋଲା ସ୍ଥାନରେ ପଡ଼ି ଯିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେଲ । ଏବଂ ତୁମର ଆଉ କୌଣସି ସୁରକ୍ଷା ରହିଲା ନାହିଁ । ତୁମର ଆଉ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ନାହିଁ ଯାହା ଭିତରକୁ ଫେରିଯାଇ ସୁରକ୍ଷିତ ହୋଇପାରିବ ।'' (MCW - 3, p. 47) ଏହାହିଁ ହେଲା ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପ୍ରେତପୁରୀରେ ଆମ ଅବସ୍ଥାନ । ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଏହାକୁ ପାରିହେବା ପାଇଁ ଆମର ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକ । କିନ୍ତୁ ସମସ୍ତେ ଏହି ପ୍ରେତପୁରୀରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ନୁହନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗ ସାଧନା କରନ୍ତି, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥର ପଥିକ, ବିଶେଷକରି ଯେଉଁମାନେ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ରୂପାନ୍ତରସାଧନା ପାଇଁ ନିଜକୁ ଅର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି; ସେମାନେ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମଧ୍ୟ ମା'ଙ୍କ କୃପାରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହନ୍ତି । ମା' ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି ଭୟଙ୍କର ପ୍ରାଣଜଗତକୁ ଅତିକ୍ରମ କରାଇ ମନ, ପ୍ରାଣ ଆଦି ତାଙ୍କର ସତ୍ତାମାନଙ୍କର ଯଥାର୍ଥ ବିଲୟର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତି ଏବଂ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାକୁ ନେଇ ତା'ର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଥାଆନ୍ତି । ମା'ଙ୍କର ଏହା ଏକ ପ୍ରଧାନ କାମ ବୋଲି ସେ ନିଜେ କହିଛନ୍ତି । କେତେକ ସାଧକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁରେ ଦେଖାଯାଏ ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ ତାଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାଙ୍କର ବିଲୟ ଘଟିଥାଏ ବା ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ଘଟଣା ମଧ୍ୟ ଘଟିଥାଏ — ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ (କିଛିଦିନ ଆଗରୁ) ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ମଧ୍ୟ ଶରୀର ଛାଡ଼ି ପ୍ରସ୍ଥାନ କରିଥାଏ । କେବଳ ଶରୀରର ପ୍ରାଣଶକ୍ତିହିଁ ଶରୀରକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣ କ୍ଷୀଣରୁ କ୍ଷୀଣତର ହୋଇ ଶେଷରେ ଶରୀରର କ୍ରିୟାକଳାପ ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପ୍ରାଣଜଗତର ପୀଡ଼ା ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ଏପରିକି ଜୀବିତ

ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନେ ତାଙ୍କର ପରଜନ୍ମର କର୍ମ ବିଷୟରେ, ଅନୁଭୂତି ବିଷୟରେ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରନ୍ତି । ଏପରିକି ପରଜନ୍ମର ସ୍ଥାନ, କାଳ ମଧ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁସବୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ହୋଇ ସାରିଥାଏ, ସେମାନେ ସଂସାର ଘଟଣାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ଏ ପୃଥିବୀରେ ଆଉ ଜନ୍ମ ନେବାର ମଧ୍ୟ ଦରକାର ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଭଗବାନଙ୍କ କର୍ମରେ ସହଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଭଗବାନଙ୍କ ଅବତାରଙ୍କ ସହିତ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମ ନେଇଥାଆନ୍ତି ।

ଆମ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ମଧ୍ୟ ଏକ ସତ୍ତା ରହିଛି (spirit of the form) । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଶରୀର-ଆଧାରର ମଧ୍ୟ ଏକ ସତ୍ତା (spirit) ରହିଛି : ତୁମ ଆଧାରର ଏକ ସତ୍ତା ରହିଛି ଯାହା ମୃତ୍ୟୁପରେ ମଧ୍ୟ ସାତ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତିଷ୍ଠି ରହି ପାରିଥାଏ । (MCW - 5, p. 136) । ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଧାରଣତଃ ତା'ର ପ୍ରାଣସତ୍ତାରେ ବାସ କରିଥାଏ । ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଯଦିଓ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରୁ ଅଲଗା ହୋଇ ଚୈତ୍ୟରାଜ୍ୟକୁ ଚାଲିଯାଇଥାଏ ତଥାପି ପ୍ରାଣସତ୍ତା ଓ ଶରୀର ସତ୍ତା ମିଳିତ ହୋଇ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜଗତରେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର ଆକାର ବଜାୟ ରଖିପାରେ ଓ ପୃଥିବୀ-ବାତାବରଣରେ ବାସ କରିପାରେ । ଅନେକ ଲୋକ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଭେଟିଛନ୍ତି, ତାଙ୍କ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଅନେକ ଗୁପ୍ତତଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଶରୀର-ସତ୍ତାକୁ ଆମେ ପ୍ରେତ କହିଥାଉ । ତେଣୁ ଏହାର ବିଲୁପ୍ତି ପାଇଁ ଆମେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିଥାଉ । ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଓ ପ୍ରାର୍ଥନା ବିନା ଏମାନେ ଦୀର୍ଘଦିନପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପ୍ରେତପୁରୀରେ ଅଟକି ଯାଆନ୍ତି – ଯାହାକୁ ଆମେ ଭୂତ କହୁ ।

ମୃତ୍ୟୁ ବିଷୟକ ନାନା କଥାରେ ଆମର ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ଓ କୁସଂସ୍କାର ରହିଛି । ଯେପରି ସ୍ୱର୍ଗ ଓ ନର୍କ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ସ୍ୱର୍ଗ ଓ ନର୍କ ଏକ ସମୟରେ ବାସ୍ତବ ଓ ଅବାସ୍ତବ ।

''ମଣିଷର ଚିନ୍ତା ହେଲା ସୃଜନଶୀଳ; ଏହା ବିଭିନ୍ନ ଧାରଣାର ମାନସିକ, ପ୍ରାଣିକ ଏପରିକି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ସ୍ତରରେ ଆକାରମାନ ଗଠନକରି ଏକ ଅଳ୍ପ ବା ବହୁସମୟ ପାଇଁ ଏହାର ସ୍ଥାୟିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ଯାହାର ଯଥାର୍ଥତା ବଦଳରେ ଏକ ଆକାର ମାତ୍ର ହୋଇଥାଏ; ଯେଉଁମାନେ ଏହାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଦୃଢ଼ ଉପସ୍ଥିତିର ଏକ କାଳ୍ପନିକ ସତ୍ୟ ଭାବରେ ଦେଖାଯାଏ ।

''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏଠାରେ ଯେଉଁ ନର୍କ ବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି ତାହା ଏକ ସ୍ଥାନ ବଦଳରେ ଚେତନାର ଏକ ସ୍ତରକୁ ବୁଝାଇଥାଏ । ଏହା ହେଲା ଏକ ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା ଯାହା ଜଣେ ନିଜ ପାଇଁ ତିଆରି କରିଥାଏ ।''

(MCW - 10, p. 65)

ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଯଦି ଜଣେ ଦୃଢ଼ ଆସ୍ପୃହା କରିଥାଏ ଯେ – ପୁଣି ଫେରିଆସି ସେ ତା'ର ଅଧୁରା କାମକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା, ତେବେ ତା' ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ସମ୍ଭାବନା ତିଆରି ହୋଇଥାଏ ଓ ତା'ର କାମ ପାଇଁ ସଜାଡ଼ି ହୋଇ ରହିଥାଏ ।

ଶରୀର ଚେତନାର ସାଧନା ଓ ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର

ଆଜି ଆମେ ଯାହାକୁ ମଣିଷ-ପ୍ରକୃତି ବୋଲି ଜାଣୁ ତାହା ସାଧାରଣତଃ ବିଶ୍ୱର ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ । କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମୋହ, କାମନା, ବାସନା, ଆସକ୍ତି, ଈର୍ଷା, ଦ୍ୱେଷ ଓ ଅହଂକାର ଆଦିକୁ ନେଇ ମଣିଷର ପ୍ରକୃତି ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନେ ଟିକିଏ ଉନ୍ନତ ଧରଣର ବ୍ୟକ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଛିଟା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପ୍ରକୃତି (ପରା ପ୍ରକୃତି)ର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ସେସବୁ ହେଲା : ଦୟା, କ୍ଷମା, ନିର୍ବିକାର, ଅନାସକ୍ତି, ପ୍ରେମ ଆଦି ଗୁଣ । ବର୍ତ୍ତମାନର ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହିସବୁ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତିର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ ତା'ର ଗଭୀର ଅନ୍ତରରେ ଥିବା ଆତ୍ମାର ଉପସ୍ଥିତି ଫଳରେ । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ମଣିଷର ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ପ୍ରବଳତା ପାଖରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ନିଷ୍ପ୍ରଭ ମନେହୁଏ । ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ରୂପ ମଣିଷ ଉପରେ ପ୍ରବଳ ଭାବରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ତେଣୁ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତିରାଜି ସହଜରେ ତାଙ୍କର ମଥା ଟେକି ଛିଡ଼ାହୋଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା, ଏହି ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରବଳତା ଆମ ଭିତରେ ଆସିଲା କିପରି ? ଏସୃଷ୍ଟିର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ଭଗବାନଙ୍କ ବିପରୀତ ଦିଗରୁ, ଅର୍ଥାତ୍ ନିଶ୍ଚେତନାରୁ । ନିଜକୁ ବହୁରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଭଗବାନ୍ ପ୍ରଥମେ ନିଜକୁ ନିଜର ବିପରୀତରେ ପରିଣତ କଲେ । ଭଗବାନଙ୍କ ସମସ୍ତ ଦିବ୍ୟଗୁଣ ଅଦିବ୍ୟଗୁଣରେ ପରିଣତ ହୋଇ ନିଶ୍ଚେତନାରେ ବୁଡ଼ିଗଲା । ଯେହେତୁ ଆମର କ୍ରମବିବର୍ତ୍ତନର ଯାତ୍ରା ଏହି ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି, ସେଥିପାଇଁ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ, ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଅଜ୍ଞାନ, ଅନ୍ଧକାର, ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ଆମ ସହିତ ସେହି ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଉଠିଆସିଛି । ପୁଣି ଆଜିପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏ ପୃଥିବୀର ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧକମାନେ ପୃଥିବୀର ଏହି ବିକୃତିକୁ ଦୂର କରିବା ବଦଳରେ ନିଜକୁ କେବଳ ଏ ପୃଥିବୀରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱର ସେହି ଜ୍ୟୋତିଃମୟ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ମିଳାଇ ଦିବ୍ୟ ଆନନ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ଲୀନ କରିବାର ପନ୍ଥାକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆସିଛନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଆଜି ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଏହି ବିକୃତିରୁ ମଣିଷ ମୁକ୍ତି ପାଇପାରି ନାହିଁ ଏପରିକି ପୁରାତନର ମହାନ୍ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧକମାନେ ମଧ୍ୟ । ମଣିଷର ଶରୀର-ଚେତନା ହେଲା ତା'ର ବାହ୍ୟତମ ଚେତନା ଯାହାକି ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ ବିକୃତି, ସମସ୍ତ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ଓ ସମସ୍ତ ଅଜ୍ଞାନତାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା ଭିତରେ ଯେଉଁ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଚେତନା ରହିଥାଏ ତାହାଦ୍ୱାରା ଆମର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତି ଓ

ଆଚାର-ବ୍ୟବହାର ଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେଉଁସବୁ ବାଧାବିପତ୍ତି ତୁମ ପାଖକୁ ଆସିଥାଏ ତାହାର କାରଣ ହେଲା ତୁମେ ତୁମ ବାହ୍ୟତମ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଶରୀର-ଚେତନା ଓ ଅଜ୍ଞାନତାରେ ବାସ କରିଥାଅ ଯାହାର ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ତୁମେ ସବୁପ୍ରକାର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ମୂର୍ଖତାପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଅ ।'' (MCW - 6, p - 326) ମା' ଏଠାରେ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ଏକ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଚେତନା ବୋଲି କାହିଁକି କହୁଛନ୍ତି ? ଯନ୍ତ୍ର ଯେପରି ତା'ର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଠିକ୍ ଏକାଭଳି ଦୋହରାଇ ଥାଏ ଠିକ୍ ସେହିପରି ମଣିଷର ଶରୀର-ଚେତନା ଏହିସବୁ ପ୍ରକୃତିକୁ ବାରଂବାର ଦୋହରାଇଥାଏ । ଏହା ଉପରେ ମଣିଷର ଅନ୍ୟ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନା ସହଜରେ କ୍ରିୟାକରି ଏହାକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିପାରି ନ ଥାଏ । ଯେହେତୁ ମଣିଷର ଏହି ଶରୀର- ଚେତନାକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ କାମ, ସେଥିପାଇଁ ପୁରାତନ ସାଧକମାନେ ଶରୀରକୁ ଓ ଏହାର ପ୍ରକୃତିକୁ ନିଜ ସାଧନାପଥରୁ ବାଦ୍ ଦେଇ କେବଳ ଅନ୍ୟ ଚେତନାକୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠାଇ ନେଇ ଭଗବତ୍ ଉପଲବ୍ଧିର ଅଧୁରା ସିଦ୍ଧିରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେଉଥିଲେ ।

କିନ୍ତୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦହିଁ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରକାଶ କଲେ ଯେ ଏହି ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଧାରଣ କରାଯାଇ ପାରିବ । ମଣିଷର ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ବିକୃତିକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ରୂପାନ୍ତରିତ କରି ତା'ର ଦିବ୍ୟତା ଅଣାଯାଇପାରେ । ଏହା କେବଳ ସମ୍ଭାବନା ଭାବରେ ସେ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରି ନାହାନ୍ତି — ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଉଭୟେ ଏହି ଅଜେୟ ଶରୀର-ଚେତନାର ବିକୃତିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଜୟକରି ବର୍ତ୍ତମାନ ସାରା ବିଶ୍ୱ-ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଆମ ଭିତରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଅଛନ୍ତି । ଆଜି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଜଗତରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯେଉଁ ବିପ୍ଳବର ସୂତ୍ରପାତ କଲେ ତାହା ସାରା ବିଶ୍ୱକୁ ଆଲୋଡ଼ିତ କରିପାରିଛି । ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଏକ ପରିବର୍ତ୍ତନର ବନ୍ୟା ଛୁଟିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲାଣି । ଆଜି ସମସ୍ତ ମଣିଷଜାତି ବୁଝିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲାଣି ସେ ତା'ର ତଥାକଥିତ ଏହି ମାନବିକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଗଣ୍ଡି ଭିତରେ ଆଉ ରହିପାରିବ ନାହିଁ । ତା'ର ଯେଉଁ ମାନସିକ ବିକାଶକୁ ନେଇ ସେ ଏପୃଥିବୀରେ ଏତେ କିଛି ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିଛି ତାକୁ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ଦେବା ପାଇଁ, ଆରାମ ଓ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ଦେବା ପାଇଁ ସେସବୁ ପ୍ରୟାସ ତା'ର ବିଫଳ ହୋଇଛି । ଏବେ ସେ ବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇପଡ଼ିଛି ତା'ର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ଥିତି ପାଇବା ପାଇଁ, ନିଜର ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଗଣ୍ଡିରୁ ବାହାରି ଆସିବା ପାଇଁ, ନିଜର ଏହି ବିକୃତିରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ପାଇଁ । ଏହାହିଁ ହେଲା ମଣିଷର ଶୁଭ ଘଡ଼ି । ଏହି ବ୍ୟାକୁଳତାହିଁ ତା' ପାଇଁ ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରିବ ଏକ ବିଶାଳତାର ଦ୍ୱାର । ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରି ଦିବ୍ୟମାନବରେ ପରିଣତ କରିବାର ଉପାୟ; ସେ ଖୋଜି ପାଇବ ।

ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ଆମକୁ ଏହି

ବିକୃତ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଆମକୁ ଶରୀର-ଚେତନାର ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀର- ଚେତନାର ଜାଗରଣ ବିଷୟରେ ଆମ ପାଠକବୃନ୍ଦ ୨୦୦୯ ସାଲ ଅଗଷ୍ଟ ସଂଖ୍ୟା ନବପ୍ରକାଶରେ ପଢ଼ିଛନ୍ତି । ଏବେ ଆମେ ଏହାର ସାଧନା ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବୁ । ଏହି ସାଧନାର ଆବଶ୍ୟକତା ଆମ ପାଇଁ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଯେଉଁ ବାରଂବାର ଆକ୍ରମଣ ଆମ ଉପରକୁ ଆସୁଛି ତା'ର କାରଣ ବୁଝିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଓ ତା'ର ପ୍ରତିକାର କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଯଦି ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତି ଶରୀର ଚେତନାରେ ଅବତରଣ କରେ ବରଂ ଏହାକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଯଦି ଶରୀର-ଚେତନା ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ଗ୍ରହଣଶୀଳ ହୁଏ ତେବେ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ରୂପାନ୍ତରର ପଥ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।'' (MCW - 6, p -109) ଏହା ଆମେ କିପରି କରିବୁ ? ଯଦିଓ ଆମେ ଆମ ଭିତରେ ଥିବା ଶରୀର ଚେତନାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଚିହ୍ନିପାରି ନାହୁଁ ତଥାପି ଏହାର କ୍ରିୟାକଳାପର ପରିଣାମକୁ ଆମେ ଅନୁଭବ କରି ପାରିଥାଉ । ଆମେ ଆମର କୌଣସି ବଦଭ୍ୟାସକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର-ଚେତନାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ସେହି ଅଭ୍ୟାସ ପ୍ରବଳ ବେଗରେ ଆସି ଆମ ଚେଷ୍ଟାକୁ ବ୍ୟର୍ଥ କରିଥାଏ । ଏହିସବୁ ଅଭ୍ୟାସକୁ ଆମେ ଜାଣିଶୁଣି ଦୀର୍ଘଦିନ ଆମ ଭିତରେ କ୍ରିୟା କରିବା ପାଇଁ ଅନୁମତି ଦେଇଥାଉ । ଅର୍ଥାତ୍ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ବାସନାର ଚରିତାର୍ଥ ପାଇଁ ଶରୀରକୁ ଏହି ଅଭ୍ୟାସରେ ପଡ଼ିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ଅଭ୍ୟାସ ଆମ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ଆମ ଭିତରେ ଚେର ବିସ୍ତାର କରି ଦୃଢ଼ୀଭୂତ ହୋଇଛି । ଏହା ଉପରେ ପୁଣି ବିଶ୍ୱ-ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭାବ ଆସି ଏହା ଅଧିକ ପୁଷ୍ଟ ହୁଏ । ସେଥିପାଇଁ ମଣିଷ ପ୍ରକୃତିକୁ ବଦଳାଇବା ଏତେ କଷ୍ଟ ।

ଶରୀର-ଚେତନାର ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଏହା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏହାକୁ ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେବ । ''ବର୍ତ୍ତମାନ ମଧ୍ୟ ଏହି ଶରୀର-ଚେତନା ଏକାବେଳକେ ସ୍ଥାଣୁ ନୁହେଁ, ଏହା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସଚେତନ ଗତିବୃତ୍ତିକୁ ଏକ ସମ୍ବେଦନ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିପାରେ । ଏହା ନିଜର ସ୍ନାୟୁ ମାଧ୍ୟମରେ ଏସବୁ ସମ୍ବେଦନକୁ ଅନୁଭବ କରି ଅନ୍ୟର ସୁଖ-ଦୁଃଖର ଅନୁଭୂତି ପାଇଥାଏ ।''— ଶ୍ରୀମା (MCW-6, p-169) ସାଧାରଣ ମଣିଷ ତା' ଭିତରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ସେ ଅଲଗା ଅଲଗା କରି ଦେଖି ପାରି ନ ଥାଏ ବା ଚିହ୍ନି ପାରି ନ ଥାଏ । ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର-ଚେତନା ଆଦି ସମସ୍ତ ଚେତନାକୁ ସେ ଗୋଟିଏ ବୋଲି ମନେକରେ । ଏହିସବୁ ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ, ତାଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ ଏମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେବ । ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚେତନା ସ୍ତରରେ ସାଧନା କରିବାକୁ ହେବ, ତାକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ସେସବୁକୁ ଆମ ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ନିକଟରେ ଏକତ୍ରିତ କରିବାକୁ

ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ତାକୁ ନିଜକୁ ସାଧନା କରିବାକୁ ହେବ, ତାକୁ ନିଜକୁ ସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ସାଧନାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ହେଲା ତାଦାତ୍ମ୍ୟତାର ସାଧନା । ଅର୍ଥାତ୍ ତୁମେ (ତୁମର ନିର୍ଲିପ୍ତ ସାକ୍ଷୀ ପୁରୁଷର ଚେତନା) ଏହିସବୁ ଚେତନା ସହିତ ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିଏ ସହିତ ଏକ ହୋଇ ତା'ର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାଧନା କରିବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ସାଧନାର କ୍ଷେତ୍ର ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ମନ-ସ୍ତରରେ ତୁମର ସାଧନା ଚାଲେ ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଅନେକ ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଦର୍ଶନ ଲାଭ କରିଥାଅ । ବିଭିନ୍ନ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱସ୍ତରର ଚେତନାର ଜ୍ୟୋତିଃକୁ ଦର୍ଶନ କରିଥାଅ । ତୁମର ମନ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ଏକାତ୍ମ ହେଲେ ତୁମେ ମା'ଙ୍କ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା ମଧ୍ୟ କରି ପାରିଥାଅ । ବିଭିନ୍ନ ଦେବାଦେବୀଙ୍କ ଦର୍ଶନ ଲାଭ କରି ତାଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଅ । ଶେଷରେ ତୁମର ମନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଥିବା ବିଶାଳ ବ୍ରହ୍ମଚେତନାରେ ନିଜକୁ ହରାଇ ଦେଇ ସମାଧିର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଅ । ସେହିପରି ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ପ୍ରାଣ- ସ୍ତରକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆସି ତୁମର ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କର ସେତେବେଳେ ପ୍ରାଣସ୍ତରରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ବିକୃତିକୁ ତୁମେ ପ୍ରଥମେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଦେଖିପାର । ତୁମ ନିମ୍ନପ୍ରାଣ ଚେତନାରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ବିଶାଳରୁ ବିଶାଳତମ ରାକ୍ଷସକୁ ତୁମେ ଜାଗ୍ରତ୍ କରାଇ ତାହା ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଗଲାବେଳେ, ତାହା ଉପରେ ମା'ଙ୍କ ଆଲୋକ ପକାଇବା ଫଳରେ ସେସବୁ ଭୟଙ୍କର ରୂପ ଧାରଣ କରି ତୁମ ବାହ୍ୟ ଚେତନାକୁ ବାହାରି ଆସନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ତୁମେ ହୁଏତ କ୍ଷଣିକ ବା ଦୀର୍ଘଦିନ ସ୍ଖଳନରେ ପଡ଼ିଯାଅ । ଯେତେବେଳେ ଏସବୁ ତୁମ ଆସ୍ପୃହା ଓ ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତି ବଳରେ ପରାସ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ସେମାନେ ତୁମକୁ ଛାଡ଼ିଯିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି । ପରେ ନୂତନ ଶକ୍ତି, ନୂତନ ପ୍ରେରଣା, ନୂତନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ତୁମ ପାଖକୁ ଆସିଥାଏ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପହାର ଭାବରେ । ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ପ୍ରଭାବରେ ତୁମ ପ୍ରାଣସତ୍ତା ଏକ ଲଗାମ ଦିଆ ପୋଷା ଘୋଡ଼ାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଯାହାକୁ ନେଇ ତୁମେ ଦିବ୍ୟକର୍ମ କରିବାର ନୂତନ ଉତ୍ସାହ ପାଇଥାଅ । ସେତେବେଳେ ତୁମ ସାଧନାର ଯେଉଁ ଅନୁଭୂତି ହୁଏ ତାହା ଅତୀବ ମନୋରମ । ମା' ତୁମକୁ ବହୁ ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରାଣ ରାଜ୍ୟକୁ ନେଇ ଦେଖାନ୍ତି, ତା' ସହିତ ତୁମ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରାନ୍ତି ଯଦ୍ୱାରା ତୁମେ ଅଫୁରନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଅ । ତୁମ ପ୍ରାଣରେ ପ୍ରଶାନ୍ତି ସ୍ଥାପିତ ହୁଏ, ଦିବ୍ୟ ଆନନ୍ଦର ଜୁଆର ଛୁଟି ଚାଲେ । କହିବାକୁ ଗଲେ ତୁମର ବୟସ ପଛକୁ ଗତି କରେ । ୪୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ତୁମେ ୨୦ ବର୍ଷର ଶରୀର ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅ ।

ଏହାପରେ ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ତୁମ ଶରୀର- ଚେତନାର ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କର ଅର୍ଥାତ୍ ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ପ୍ରୟାସ କର ସେତେବେଳେ ତୁମ ସାଧନାର ସବୁକିଛି ଓଲଟ- ପାଲଟ ହୋଇଯାଏ । ପୂର୍ବର ସବୁ ଅଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତି ତୁମଠାରୁ ପ୍ରଥମେ ଦୂରେଇ

ଯିବ । ତୁମେ ଆଉ ସହଜରେ ଜ୍ୟୋତିଃ ଆଲୋକ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦର୍ଶନ ଆଦି ପାଇବ ନାହିଁ ବା ସମାଧିରେ ବିଲୀନ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ତା' ବଦଳରେ ତୁମେ ଏକ ସାଧାରଣ ମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବ । ଏପରିକି ସମୟ ସମୟରେ ମନେ ହେବ ତୁମେ ଏକ ପଶୁ । ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଏକାତ୍ମ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ତୁମେ ନିର୍ଜୀବ ପରି ମନେ ହେବ । ଆଳସ୍ୟ ଓ ତାମସିକତା ଏତେ ପ୍ରବଳ ଭାବରେ ମାଡ଼ିବସିବ ଯେ ତୁମେ ଆଗକୁ ଅଗ୍ରଗତି କରି ପାରି ନ ଥାଅ । ପରେ ଶରୀରକୁ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ ସେ ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିରୋଧ କରିବ । ତା'ର ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟା ଆହୁରି ବଢ଼ିଯିବ । ଏସବୁ ଦେଖି ସାଧକକୁ ଭୟଭୀତ ନ ହୋଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତ ଓ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହିତ ମା'ଙ୍କ ସହିତ ରହି ଏହା ଉପରେ ଆଲୋକ ପକାଇବାକୁ ହେବ । ଏହା ସହିତ ଏକ ହୋଇ ତାକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆସ୍ପୃହା କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ହେବ । ଧୀରସ୍ଥିର ହୋଇ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବାର ବାଟ ଦେଖାଇବାକୁ ହେବ । ଅନେକ ସାଧକଙ୍କ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଶରୀର-ଚେତନାର ପ୍ରଥମ ଆସ୍ପୃହାର ଲକ୍ଷଣ ଶରୀର ଶକ୍ତ ହୋଇଯିବାର ମନେହୁଏ । କାହାର କାହାର ତାଙ୍କ ଶରୀର ମୋଟା ହୋଇ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ନିକଟରେ ବା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ବସିଥିବାର ଦେଖନ୍ତି । ପରେ ଏହି ଶକ୍ତ ଅନୁଭୂତି ଆଉ ରହେ ନାହିଁ ଯେତେବେଳେ ଏହା ଅଧିକ ପ୍ରସାରଣ ନମନୀୟ ହୁଏ । ଏହାକୁ ପ୍ରସାରଣ କରିବାକୁ ହେବ ଯେପରି ଏହା ନିଜ ଶରୀର ପରିସରରୁ ବାହାରକୁ ଯାଇପାରେ । ଏହିପରି ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଚେଷ୍ଟା କଲାପରେ ଦିନେ ହଠାତ୍ ଦେଖିବ ଏହା ଭିତରେ ଆସ୍ପୃହାର ସ୍ପନ୍ଦନ ଉଦୟ ହେଉଛି, ନିଜେ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ତା' ଭିତରେ ସୁପ୍ତ ଭାବରେ ରହିଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ଦୂର ଜିନିଷ ଦେଖିପାରିବ, ଦୂର ଶବ୍ଦ ଶୁଣିପାରିବ, ଦୂରର ଗନ୍ଧ ଓ ସ୍ପର୍ଶ ମଧ୍ୟ ଅନୁଭବ କରିପାରିବ । ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''(ଶରୀର-ଚେତନାର) ଅନେକ ଅନୁଭୂତି ବିଷୟରେ କୁହାଯାଇଥାଏ; ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ପ୍ରସାରଣର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧିକରି ଏହାକୁ ନିଜଠାରୁ ଅଲଗା କରି ବାହାରକୁ ପ୍ରେରଣ କରି କୌଣସି ଏକ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ଏକାଗ୍ର କରାଯାଇଥାଏ ଏବଂ ଏହିପରି ଭାବରେ ଦୂରର ଦୃଷ୍ଟି, ଶ୍ରବଣ, ଘ୍ରାଣ, ସ୍ୱାଦ ଏପରିକି ସ୍ପର୍ଶ ମଧ୍ୟ ଅନୁଭବ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ ।''

(MCW - 12, p - 20)

ଶରୀର-ଚେତନାର ପର ଅନୁଭୂତି ହେଲା : ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ସହିତ ଏହାର ମିଳନ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଜାଗରଣ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣରେ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ପରି ଏହାର ଅନୁଭୂତି ସେପରି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହା ଅଧିକ ସ୍ଥୂଳ ସ୍ପନ୍ଦନର ଅନୁଭୂତି ଦେଇଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଏହା ଏକ ଦିବ୍ୟ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଆନନ୍ଦର ସ୍ପର୍ଶ ପାଇଥାଏ । ଏପରି ଅନୁଭୂତି ଯେ କେବଳ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ଆସିଥାଏ ତାହା ନୁହେଁ । ବସିଲାବେଳେ,

ଚାଲିଲାବେଳେ, କାମ କରୁଥିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଆନନ୍ଦ ତୁମକୁ ଘେରି ରହିଥିବା ପରି ସ୍ପଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କର । ସେସମୟରେ ତୁମର ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶରେ ଆନନ୍ଦ ସହିତ ଏକ ବିଶାଳ ଶାନ୍ତି ଓ ସ୍ଥିରତାର ଅନୁଭୂତି ହୁଏ । ଶେଷରେ ବିଶାଳ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ନିକଟରେ ସେ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଦେଇଦେବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛାକରେ । ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମ ଶରୀର-ଚେତନା ବିକୃତ ମନ ଓ ପ୍ରାଣକୁ ନିଜର ପ୍ରଭୁ ଭାବରେ ଦେଖି ସେମାନଙ୍କର ସେବା କରି ଆସିଥିଲା ବାଧ୍ୟ ହୋଇ । କିନ୍ତୁ ଏହି ନୂତନ ମାଲିକଙ୍କୁ ଭେଟି ସେ ନିଜର ସ୍ୱାଧୀନତାର ଯେଉଁ ଆନନ୍ଦ ଉପଲବ୍ଧି କରେ ତାକୁ ସେ ଆଉ ହରାଇବାକୁ ଚାହିଁ ନ ଥାଏ । ସେତେବେଳେ ଶରୀର-ଚେତନା ସାଧନାରେ ଭାଗ ନେବା ପାଇଁ ବିଶେଷ ଆଗ୍ରହୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଆନନ୍ଦର ଅନୁଭୂତିକୁ ସେ ବାରଂବାର ପାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇଉଠେ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଶରୀର-ଚେତନା ବହୁ ନୂତନ କଥା ଶିଖିଥାଏ । ପ୍ରଥମେ ନିଜ ଭିତରେ ଥିବା ଅଜସ୍ର ବିକୃତିର ଅସଲ କାରଣକୁ ସେ ବୁଝି ପାରିଥାଏ ଏବଂ ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟକୁ ପ୍ରଥମେ ଯଥାର୍ଥ ମନୋଭାବର ସହିତ ବରଣ କରିପାରିଥାଏ ଓ ପରେ ଏମାନଙ୍କୁ ନିଜ ଭିତରୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥାଏ । ସେତେବେଳେ ସେ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଆବେଗରେ ଭାସି ନ ଯାଇ ନିଜକୁ ଭଗବତ୍ ସେବାରେ ଲଗାଇବା ପାଇଁ ଦୃଢ଼ ସଂକଳ୍ପ କରିଥାଏ । କର୍ମକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ସେବା ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରି ସେଥିରେ ସେ ନିଜକୁ ହରାଇ ଦେବାକୁ ଚାହିଁଥାଏ ।

ଶ୍ରୀମା ଏହି ଶରୀର-ଚେତନାର ପ୍ରସାରଣ ଦ୍ୱାରା ତାକୁ ତାଙ୍କର ଶହ ଶହ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚାଇ ପାରୁଥିଲେ । ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ବାଧାବିପତ୍ତି, ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ବିଷୟରେ ଅବଗତ ହୋଇ ଏହାର ପ୍ରତିକାର କରୁଥିଲେ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ନିଜେ କହୁଛନ୍ତି : ''ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ମୁଁ ସର୍ବଦା ମୋ ସକ୍ରିୟ ସ୍ମୃତିଫଳକରେ ସମସ୍ତ ତଥ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ମୋ ଶରୀର-ଚେତନା ଏକ ଛାଣିବା ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ କାମ କରିଥାଏ (ଯଦ୍ୱାରା କେବଳ ଦରକାରୀ ତଥ୍ୟ ମୋ ଭିତରେ ସଂରକ୍ଷିତ କରାଇଥାଏ) । ତା' ନ ହେଲେ ମୁଁ ତଥ୍ୟର ସ୍ରୋତରେ ପ୍ଲାବିତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।'' (MCW - 12, p - 46) ଏବେ ବି ମଧ୍ୟ ମା ତାଙ୍କର ଏହି କାମ କରି ଚାଲିଛନ୍ତି । ଏ ବିଷୟରେ ମା ନିଜେ ତାଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ଛାଡ଼ିବା ପୂର୍ବରୁ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ଆଶ୍ୱାସନା ଦେଇ କହିଯାଇଛନ୍ତି ଯେ ଶରୀର ଛଡ଼ା ସେ ଅଧିକ ପ୍ରଖରତାର ସହିତ କାମ କରିପାରିବେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ତାଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୌତିକ ଶରୀର ହେଲା ତାଙ୍କର ଅସଲ ଶରୀର । ଅତଏବ ଶରୀରତ୍ୟାଗ ପରେ ମଧ୍ୟ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ତାଙ୍କ ଅତିମାନସୀକୃତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରକୁ ନେଇ ଏ ସ୍ଥୂଳ ଜଗତରେ ଏବେ ବି କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କଥା ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ ରୂପାନ୍ତର କାମ ସମାପ୍ତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଏ ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣକୁ ଛାଡ଼ିକରି ଯିବେ ନାହିଁ ।

ଆଜିର ଏହି ନୂତନ ଯୁଗନିର୍ମାଣ କାମରେ ଭଗବାନଙ୍କର ଦିଗରୁ ତତ୍ପରତାର କୌଣସି ଅଭାବ ନାହିଁ । ସେ ତାଙ୍କର ଅତିମାନସର ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ଶକ୍ତି ସହିତ ବହୁ ନୂତନ ଚେତନା ମଣିଷ ଭିତରେ ଅଜାଡ଼ି ଦେବା ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରିରହିଛନ୍ତି । ସେ ଦେବମୁହୂର୍ତ୍ତର ରଚନା କରି ଏ ପୃଥିବୀରେ ତାଙ୍କର କରୁଣାର ସ୍ରୋତ ଛୁଟାଇ ଚାଲିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମଣିଷର ସହଯୋଗ ବିନା ଏ କାମ ଏତେ ସହଜରେ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମା ମଣିଷଜାତିକୁ ସହଯୋଗୀତାର ଡାକରା ଦେଇଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ମଣିଷ ତା'ର ପୁରାତନତାକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ନାରାଜ । ସେ କେବଳ ଏକ ତାମସିକତାର ସମର୍ପଣ ଭାବ ରଖି କହିଥାଏ —''ମୋର କିଛି କରିବାର ନାହିଁ, ଭଗବାନ୍ ମୋ ପାଇଁ ସବୁ କରିଦେବେ'' । ହଁ ଏକଥା ସତ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ସକ୍ରିୟ ସମର୍ପଣ ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାରେ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବାଣୀ ଅନୁସାରେ ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ ଜାଣି ତାହା କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଥମେ ଆମର ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କୁ ଜାଗ୍ରତ୍ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ତାଙ୍କ ହାତରେ ଆମର ସାଧନାର ଭାର ଛାଡ଼ିଦେବାକୁ ହେବ । ଆମ ସାଧନାର ଅସଲ କ୍ଷେତ୍ର ହେଲା ଶରୀର । ଶରୀରରେ ଆମକୁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ତେଣୁ ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ ଆମକୁ ଅବଶ୍ୟ ତତ୍ପର ହେବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଶରୀର-ଚେତନାର ସାଧନା ଆମକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ପୁଣି ପୁରାତନପନ୍ଥୀ ହୋଇ ଯଦି ଶରୀରକୁ ଆମ ସାଧନାରେ ଭାଗ ନେବାକୁ ନ ଦେଉ, ତେବେ ଏହି ରୂପାନ୍ତର ହୁଏତ ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ଲାଗିଯିବ । ମଣିଷ ଭିତରେ ଥିବା ପଶୁପ୍ରକୃତିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ନ କଲେ ଆମେ ଦିବ୍ୟପ୍ରକୃତି କିପରି ଲାଭ କରିବୁ ? ତେଣୁ ହେ ସାଧକବୃନ୍ଦ ! ଉଠ, ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଅ, ଅତୀତର ସବୁ କିଛିକୁ ପଛରେ ପକାଇ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ଦେଖ । ଶରୀରକୁ ନିରାମୟ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ କରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କର । ଦିବ୍ୟଜନନୀଙ୍କ ସହାୟତା ଓ ଆଶୀର୍ବାଦ ସର୍ବଦା ଆମ ସହିତ ରହିଛି ।

ଶରୀର-ଚେତନାକୁ ଜାଣିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ମନର ନୀରବତା । କେବଳ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ ନୁହେଁ, ଏପରିକି ଘୋର କର୍ମରତ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ମନକୁ ନିଶ୍ଚଳ ରଖିବାକୁ ହେବ । କହିବାକୁ ଗଲେ ମନକୁ ଆମେ ମସ୍ତିଷ୍କରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହେବାକୁ ଦେବୁ ନାହିଁ । ସେ ଏକ ଚେତନା ଭାବରେ ଆମ ବାତାବରଣରେ ରହିବ କିନ୍ତୁ ଶରୀର ଭିତରେ ନୁହେଁ । ମନ ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଆମ ପାଇଁ କାମ କରିବ । ଆମେ ନ ଚାହିଲା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଆମ ଭିତରେ ଯେପରି ପ୍ରବେଶ ମଧ୍ୟ କରି ନ ପାରେ । ଏହା ସହିତ ପ୍ରାଣକୁ ମଧ୍ୟ ଆମ ବାହାରେ ରଖି ପାରିଲେ ଆମ ଭିତରେ ଶରୀର ଚେତନାର ସାଧନା ସୁରୁଖୁରରେ ଚାଲିବ । ଆଗରୁ ଆମେ ଯେଉଁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତରର ସାଧନା ବିଷୟରେ କହିଲୁ ତାହା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସମାନ ନ ହୋଇପାରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଜଣେ ତା'ର ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ସାଧନା ପ୍ରାଣରୁ ଆରମ୍ଭ

କରିପାରେ, ଏପରିକି ଶରୀର-ଚେତନା ଯଦି ଜନ୍ମରୁ ଜାଗ୍ରତ୍ ଥାଏ ଏବଂ ଏଥିରେ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ଆମ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ସାଧନା ଶରୀରରୁ ଆରମ୍ଭ କରିପାରୁ । ଏସବୁ ନିର୍ଭର କରେ ଆମ ଚୈତ୍ୟ ଜାଗରଣର କ୍ଷେତ୍ର ଉପରେ । ଏ ବିଷୟରେ ମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଯେତେବେଳେ ତୁମର ଏହି ଚେତନାର ଓଲଟ ପାଲଟ (reversal of consciousness) ହୁଏ, ହୁଏତ ତୁମ ମନରେ ବା ମନର ଏକ ଅଂଶରେ, ହୁଏତ ତୁମ ପ୍ରାଣରେ ବା ପ୍ରାଣର ଏକ ଅଂଶରେ, ଏପରିକି ତୁମ ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଏହା ଘଟିଥାଏ ଏବଂ ସବୁକିଛିର (ଅତୀତର) ଅନ୍ତ ହୋଇଥାଏ; ଏହା ପରେ ତୁମେ ଆଉ ପଛକୁ ଯାଇପାରି ନ ଥାଅ । ତୁମେ ଅତୀତରେ ଯାହା ଥିଲ, ସେଠାକୁ ଆଉ ଫେରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏହାହିଁ ହେଲା ତୁମ ଅଗ୍ରଗତି ପାଇଁ ତୁମର ଏକ ନିଶ୍ଚିତ ପଦକ୍ଷେପ । ଏହା ପୂର୍ବରୁ ଯାହା ହୋଇଥାଏ ତାହା କେବଳ ପ୍ରସ୍ତୁତି ମାତ୍ର ।'' (MCW - 8, p - 173) ପୂର୍ଣ୍ଣତାର କୌଣସି ଶେଷ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଗୋଟିଏ ସ୍ତରକୁ ନେଇ ତା'ର ସକଳ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା ନ କରି ଅନ୍ୟ ସ୍ତରକୁ ମଧ୍ୟ ଆଗକୁ ନେବାକୁ ହେବ । କେହି କେହି ସାଧକଙ୍କର ଏହି ତିନି ସ୍ତରରେ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ସାଧନା ଚାଲିଥାଏ । ଅତଏବ ସାଧନା ନିର୍ଭର କରେ ନିଜର ପ୍ରକୃତି ଓ ସ୍ଥିତି ଉପରେ ।

ଶେଷରେ ଆମ ପ୍ରକୃତି-ରୂପାନ୍ତରର ଏକ ନିଶ୍ଚିତ ଉପାୟ ଭାବରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏକ ବାଣୀ ଉଦ୍ଧୃତ କରାଗଲା ।

''The descent of Peace, the descent of Force or Power, the descent of Light, the descent of Ananda, these are the four things that transform the nature.''

(*All India Magazine,* Oct. 2009, p - 35)

ଅର୍ଥାତ୍ ''ଶାନ୍ତିର ଅବତରଣ, ଶକ୍ତିର ଅବତରଣ, ଆଲୋକର ଅବତରଣ, ଆନନ୍ଦର ଅବତରଣ – ଏହି ଚାରୋଟି ଜିନିଷହିଁ ପ୍ରକୃତିକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିଥାଏ ।'' ଏହି ଅବତରଣ ଆମ ଭିତରେ ଘଟାଇବାକୁ ହେଲେ ଆମ ନିଜକୁ କେବଳ ଧ୍ୟାନ-ଧାରଣାରେ ନିମଜ୍ଜିତ କରି ରଖିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ, ଏଥିପାଇଁ କର୍ମଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ, ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା ମାଧ୍ୟମରେ, ଅନବରତ ନାମଜପ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରକୁ ଏହିସବୁ ଭଗବତ୍ ଚେତନା ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ ।

ଶାରୀରିକ ମନ ଓ ଶରୀର-ପରିଚାଳନା

ଶାରୀରିକ ମନ (body-mind) ହେଲା ଶରୀର-ଚେତନାର ଏକ ଅଂଶ । ଯେପରି

ଅତିମାନସ ଆମ ସାଧାରଣ ମନଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ ସେହିପରି ଏହି ଶରୀର-ମନ ମଧ୍ୟ ଆମ ମନ ଭଳି ନୁହେଁ । ମନ ଦ୍ୱାରା କାମ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଏହାର ଜ୍ଞାନ, ବିଚାର, ବୁଦ୍ଧିର ବିକାଶ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଶରୀର-ମନର ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ, କର୍ମ କରିବାର ପ୍ରଣାଳୀ ଏହା ଭିତରେ ନିହିତ ଅଛି । ଶରୀର-ମନ ବୁଦ୍ଧି-ବିଚାର ବା ଯୁକ୍ତି-ତର୍କ ଦ୍ୱାରା କାମ କରେ ନାହିଁ । ଏହା ଭିତରେ ଥିବା ଜ୍ଞାନ ସ୍ୱୟଂସିଦ୍ଧ । ଅର୍ଥାତ୍ ସୃଷ୍ଟିର ଆରମ୍ଭରୁ ଏକକୋଷୀ ଜୀବଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଆଜିର ଜଟିଳ ମନୁଷ୍ୟ-ଶରୀରର ଗଠନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରକୃତି ଯେଉଁ ପରୀକ୍ଷା-ନିରୀକ୍ଷାର ପ୍ରାମାଣିକ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି ତାକୁ ସେ ତା'ର ବିଶାଳ ଜ୍ଞାନ ଭଣ୍ଡାରରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିଆସିଛି । ଏହି ଜ୍ଞାନଭଣ୍ଡାର ମଣିଷକୃତ ସମସ୍ତ ଏନ୍‌ସାଇକ୍ଲୋପିଡ଼ିଆ (encyclopedia)ଠାରୁ ଅନେକ ଗୁଣରେ ବୃହତ୍ତର । ମଣିଷ-ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ କୋଷର କେନ୍ଦ୍ରରେ (nucleus) ଥିବା DNA (Deoxyribonucleic acid) ଭିତରେ ଏହି ଜ୍ଞାନର ଭଣ୍ଡାର ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇରହିଛି । ବିବର୍ତ୍ତନ-ପଥରେ ଶରୀର-ବିକାଶ ଦିଗରେ ପ୍ରକୃତି ଯେଉଁ ନୂତନ କ୍ରିୟାକଳାପ ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଏ ସେସବୁ ତଥ୍ୟର ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଏହା ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ଶରୀର-ମନର ଏହି ଜ୍ଞାନ ସ୍ଥାଣୁ ନୁହେଁ, ଏହା ଚିରବୃଦ୍ଧିଶୀଳ ।

ଯେପରି ମନୁଷ୍ୟକୃତ ବହିରେ ବିଭିନ୍ନ ଭାଗ, ଅଧ୍ୟାୟ, ପାରା, ଧାଡ଼ି, ବାକ୍ୟ, ଶବ୍ଦ ଓ ଅକ୍ଷର ଦ୍ୱାରା ସମ୍ମିଳିତ କରାଯାଇ ତଥ୍ୟକୁ ସଜାଡ଼ି ରଖାଯାଇଥାଏ ସେହିପରି DNA ଭିତରେ ଥିବା ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଏହି କ୍ରମରେ ସଜାଡ଼ି ହୋଇ ଲେଖା ହୋଇଥାଏ । ମଣିଷ ତା'ର ଜ୍ଞାନକୁ ବିଭିନ୍ନ ଭାଷା ମାଧ୍ୟମରେ ବାଣୀ ବା ପୁସ୍ତକ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ । ପୃଥିବୀରେ ଅସଂଖ୍ୟ ଭାଷା ରହିଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାଷା ପାଇଁ କିଛି ଅକ୍ଷର ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଓଡ଼ିଆ, ବଙ୍ଗଳା, ହିନ୍ଦୀ ଭାଷା ପାଇଁ ୪୯ଟି ଅକ୍ଷର, ଇଂରାଜୀ ପାଇଁ ୨୬ଟି ଅକ୍ଷର ରହିଛି । ଜାପାନୀ ଓ ଚାଇନିଜ ଭାଷା ପାଇଁ ୪୦୦ ରୁ ୫୦୦ ଅକ୍ଷର ରହିଛି । ମଣିଷକୃତ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଭାଷା ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଅକ୍ଷର ଦରକାର ହୋଇଥାଏ – ତାହା ହେଲା ଶୂନ୍ୟ ଓ ଏକ । ସେହିପରି DNA ଭିତରେ ଥିବା ଭାଷାରେ ଚାରୋଟି ଅକ୍ଷର ଦରକାର ହୋଇଥାଏ । C, G, T, A । ଏହି ଚାରୋଟି ଅକ୍ଷର ହେଲା ଚାରି ପ୍ରକାରର ରାସାୟନ ପଦାର୍ଥ – Cytosine (ସାଇଟୋସାଇନ୍), Guanine (ଗୁଆନାଇନ୍), Thymine (ଥାଇମାଇନ୍) ଓ Adinine (ଏଡ଼ିନାଇନ୍) । ଏହି ଚାରି ଅକ୍ଷର-ଯୁକ୍ତ ଭାଷାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକୁ ନେଇ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା କୋଟି କୋଟି ଶରୀର-କୋଷ ଅନବରତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । କେଉଁ ପରିସ୍ଥିତିରେ କ'ଣ କରାଯିବ ତାହା କୋଷର DNAରେ ଥିବା ଜ୍ଞାନ-ଭଣ୍ଡାରରୁ ଆସିଥାଏ । କେଉଁ ରୋଗ ହେଲେ ତା'ର ପ୍ରତିକାର କିପରି କରାଯିବ, ଅତ୍ୟନ୍ତ ଥଣ୍ଡା ସମୟରେ କିପରି ଶରୀର ନିଜକୁ ଗରମ ରଖିପାରେ ବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗରମ ସମୟରେ

ଶରୀରରୁ ଝାଳ ବୁହାଇ ଏହା ନିଜକୁ କିପରି ଥଣ୍ଡା ରଖିପାରେ – ଏସବୁ ଜ୍ଞାନ ଏହି DNAରୁହିଁ ଆସିଥାଏ । ଆମ ଶରୀରର ପାକକ୍ରିୟା, ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା, ରକ୍ତଶୋଧନ କାମ, ପ୍ରଜନନ କ୍ରିୟା ଆଦିର ଜ୍ଞାନ ଏହି DNAରେହିଁ ନିହିତ ଅଛି । ବଂଶାନୁକ୍ରମେ ଏହି ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ମଣିଷର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷ ଭିତରେ ଥିବା କ୍ରମୋସମକୁ ଆସିଥାଏ । ଏହି କ୍ରମୋସମ୍ ଯୋଡ଼ା ଯୋଡ଼ା ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଏହିପରି ମୋଟ ୨୩ ଯୋଡ଼ା କ୍ରମସମ୍ ଭିତରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୋଡ଼ାରେ ୩୦ ହଜାର ଜିନ୍ ରହିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରର ଏନ୍‌ସାଇକ୍ଲୋପିଡ଼ିଆରେ ମୋଟ ୨୩ଟି ଭାଗ ରହିଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଭାଗରେ ଶରୀର-ପରିଚାଳନାର ବା ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ବିଭିନ୍ନ ଜ୍ଞାନ ଆମ ଜନ୍ମଦାତା ବାପାଙ୍କ ପାଖରୁ ଗୋଟିଏ ଓ ମା'ଙ୍କ ପାଖରୁ ଗୋଟିଏ ଆସି ଏହି କ୍ରମୋସମର ଜୋଡ଼ି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । 'X' ବା 'Y' କ୍ରମୋସମ ବାପାଙ୍କଠାରୁ ଏବଂ କେବଳ 'X' କ୍ରମୋସମ ମା'ଙ୍କଠାରୁ ଆସିଥାଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଯଦି ଶେଷ କ୍ରମୋସମର ଉପାଦାନ 'XX' ହୁଏ ତେବେ ସନ୍ତାନ ହେବ କନ୍ୟା ଓ ଯଦି 'XY' ହୁଏ ତେବେ ସନ୍ତାନ ହେବ ପୁତ୍ର । ଅନ୍ୟ କେତେକ କୋଷରେ ୪୬ ଯୋଡ଼ା କ୍ରମୋସମ୍ ଥିବାର ଦେଖାଯାଏ । DNA ହେଲା କ୍ରମୋସମର ଏକ ଅଂଶ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରମୋସମରେ ୩୦ ହଜାର ପ୍ରକାରର ତଥ୍ୟ ନିହିତ ଅଛି । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଶରୀର-ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୩୦ ହଜାର ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଏ ।

ଏବେ ଆମେ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକରିବା ଶରୀର ନିଜକୁ କିପରି ପରିଚାଳିତ କରେ । ପ୍ରଥମ କଥା ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଶରୀର-ପରିଚାଳନାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରାୟ ଭୌତିକ ବିଜ୍ଞାନ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ । ଅର୍ଥାତ୍ ଏହା ଏକ ଜଟିଳ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଓ ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ପରିଚାଳନା । ପ୍ରକୃତିକୁ ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଉଦ୍ଭାବନ ପାଇଁ କୋଟି କୋଟି ବର୍ଷ ଲାଗିଛି । ଶରୀର- ପରିଚାଳନାର ଦୁଇଟି ବିଭାଗ ରହିଛି । ଗୋଟିଏ ହେଲା ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବିଭାଗ, ଅନ୍ୟଟି ହେଲା ବାହ୍ୟ ବିଭାଗ । କେବଳ ବାହ୍ୟ ବିଭାଗର କ୍ରିୟାରେ ମଣିଷର ମନ ଭାଗନେଇ ପାରିଥାଏ । ଶରୀରକୁ ଭୋକ ହେଲେ ଖାଇବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ମନକୁହିଁ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହିପରି ବ୍ୟାୟାମ କରିବା, ନିଃଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବା, ମଳ-ମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗକରିବା କାମରେ ଆମେ ଆମର ମନ ବା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର କାମସବୁ ଶରୀର ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଶରୀରର ଏକ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣ ଗଠନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରର ତାପ (୯୬°Fରୁ ୯୮.୪°F) ବଜାୟ ରଖିବା, ଏକ ଯଥାର୍ଥ ରକ୍ତଚାପ ବଜାୟ ରଖିବା ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷକୁ ରକ୍ତ ପହଞ୍ଚି ପାରିବ, ରକ୍ତର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣକୁ ବଜାୟ ରଖିବା, ଶରୀରର ଉଚ୍ଚତା ଅନୁସାରେ ଏକ ଯଥାର୍ଥ ଓଜନ ବଜାୟ ରଖିବା, ଶରୀର ଭିତରେ ଜଳ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ

ତରଳ ପଦାର୍ଥର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣ ବଜାୟ ରଖିବା ଇତ୍ୟାଦି ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣ କୁହାଯାଏ । ଏହିସବୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଯଦି କିଛି ତାରତମ୍ୟ ହୁଏ ତେବେ ଆମେ ତାକୁ ଶରୀରର ବିକୃତି ବା ରୋଗ ବୋଲି ଜାଣିଥାଉ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା ଯଦି ୯୮.୪°ରୁ ବେଶୀ ହୁଏ ତେବେ ଆମେ ତାକୁ ଜ୍ୱର ବୋଲି ଜାଣିଥାଉ ଓ ତା'ର ପ୍ରତିକାର କରି (ଚିକିତ୍ସା କରି) ଶରୀରର ତାପକୁ ପୁଣି ତା'ର ପୂର୍ବାବସ୍ଥାକୁ ଫେରାଇ ଆଣିଥାଉ । ଯଦି ଏହି ତାପମାତ୍ର ୯୬°ରୁ କମ୍ ହୁଏ ତାକୁ ଆମେ ହାଇପୋଥରମିଆ (Hypothermia) ରୋଗ ବୋଲି ଜାଣିଥାଉ । ସେହିପରି ରକ୍ତଚାପର କମ୍ ବା ବେଶୀ ହେଲେ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଆସିଥାଏ ଓ ଆମକୁ ଉଚ୍ଚ ବା ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର ବ୍ୟତିକ୍ରମକୁ ମା ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ (disharmony) ବୋଲି କହି ଥାଆନ୍ତି ।

ଏବେ ଆମର ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଶରୀର ଆମର ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବ୍ୟତିକ୍ରମକୁ ଜାଣେ କିପରି ? ଏବଂ ସେ ତା'ର ପ୍ରତିକାରର ଉପାୟ କ'ଣ କରେ ? ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣକୁ ଶରୀର ସର୍ବଦା ତଦାରଖ କରୁଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ କେତେକ କୋଷ ଏହି କାମ କରିଥାଆନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କୁ ସେନସର୍ (sensor) କୁହାଯାଏ । ଏହି ସେନସର୍ କୋଷର ଯେଉଁ receptors ଥାଏ ସେଥିରେ ସେ ଶରୀରର ରକ୍ତରେ ଭାସି ବୁଲୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଜଡ଼ ଉପାଦାନମାନଙ୍କର ପରିମାଣ, ଗୁଣ ଓ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଆଦିକୁ ସର୍ବଦା ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଥାଏ । ଏହି ସେନସର୍ ଯଦି ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର କିଛି ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଅନୁଭବ କରେ ତେବେ ସେ ତୁରନ୍ତ ଏହିସବୁ ପରିକ୍ଷଣର ତଥ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-କେନ୍ଦ୍ର – ମସ୍ତିଷ୍କ, ଲିଭର୍, କିଡ୍‌ନି ଆଦିକୁ ପଠାଇଥାଏ । ପରେ ଏହିସବୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-କେନ୍ଦ୍ରରୁ ପ୍ରତିକାରର ବ୍ୟବସ୍ଥା କିପରି କରାଯିବ ତା'ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଶରୀରର ସମ୍ପର୍କିତ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କୁ ପଠାଯାଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ରକ୍ତବାହୀ ନଳି ଓ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ହେଲା ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଯନ୍ତ୍ର । ରକ୍ତଚାପ କେତେ ବୃଦ୍ଧି କରାଯିବ ତା'ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଆମ କିଡ୍‌ନିରୁ ଏକ ପ୍ରକାର ଏନ୍‌ଜାଇମ୍ ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଏ । ଆମ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରନ୍ଥି-କେନ୍ଦ୍ରରେ ସାଧାରଣତଃ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ବାତାବରଣର ଯାଞ୍ଚ କରାଯାଇଥାଏ ଓ ତା'ର ପ୍ରତିକାର ପାଇଁ କୋଷର DNAରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା ଏନ୍‌ଜାଇମ ରୂପରେ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଯାଇଥାଏ । ବାସ୍ତବରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବା କାମରେ DNA ନିଜେ ସିଧା ସଳଖ ଭାଗନେଇ ନ ଥାଏ । ଯଦିଓ DNA ଭିତରେ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନର ଭଣ୍ଡାର ରହିଥାଏ କିନ୍ତୁ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ କେବଳ ଯେତିକି ଜ୍ଞାନ ଦରକାର ସେତିକି ଜ୍ଞାନ RNA ମାଧ୍ୟମରେ ପଠାଇଥାଏ । RNAରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ଏହି ନିର୍ଦ୍ଦେଶକୁ ସେ ପୁଣି ଏନ୍‌ଜାଇମ୍ ଓ ଏମିନୋ ଏସିଡ୍ ମାଧ୍ୟମରେ କୋଷର ବାହାରକୁ ପଠାଇଥାଏ ।

ଏହିପରି ଭାବରେ ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣ (Homeostasis)ର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏବିଷୟରେ ଡାକ୍ତର ଗୋପାଳକୃଷ୍ଣ ପାଲ କହୁଛନ୍ତି : ''ହୋମିଓଷ୍ଟାସିସ୍ ହେଲା ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର ସ୍ଥାୟିତ୍ୱକୁ ବଜାୟ ରଖିବା । ଏହା କେବଳ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର ଏକ ସାଧାରଣ ସମତା ନୁହେଁ । ଏହା ହେଲା ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଉପାଦାନର ପ୍ରସ୍ତୁତୀକରଣ ଯଦ୍ୱାରା ତାହା ଏକ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଭୌତିକ ଉପାଦାନ ଭାବରେ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ ।''

(Medical Physiology, P. 7)

ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା କେବଳ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ଏହିସବୁ ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଭୌତିକ, ରାସାୟନିକ ଉପାଦାନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ପରିଚାଳିତ ହୁଏ ଯେପରି ଏକ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଭିତରେ ନାନା ଜଟିଳ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦିତ ହୋଇଥାଏ ବା ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା କୌଣସି ଏକ ସଚେତନତା ଦ୍ୱାରା ଏହା ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଏ ? କମ୍ପ୍ୟୁଟରର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଏକ ସୀମା ଭିତରେହିଁ ଘଟିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସୀମା ଭିତରୁ ବାହାରକୁ ଯାଇ ସେ କୌଣସି ନୂତନ କାମ କରି ପାରି ନ ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଶରୀର ଏପରି ନୁହେଁ । ଏହାର ସବୁକିଛି କ୍ରିୟାକଳାପ ଯଦିଓ ଭୌତିକ ଓ ରସାୟନବସ୍ତୁକୁ ନେଇ ଘଟିତ ହୋଇଥାଏ ତଥାପି ଏହାର କ୍ରିୟାରେ ତାରତମ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ସମାନ କାମକୁ ସେ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ସମ୍ପାଦନ କରିଥାଏ । ଏପରିକି ସମୟ ସମୟରେ ନୂତନ ଉପାୟ ଉଦ୍ଭାବନ କରି ତା'ର ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଏ । ଅତଏବ ଏହିପରି କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧନଶୀଳ କାମ କୌଣସି ସଚେତନତା ବା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବିନା ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ଶରୀରର ଏହି ସଚେତନତାକୁ ଆମେ ଶାରୀରିକ ମନ କହିଥାଉ ।

ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା କୋଟି କୋଟି ଶରୀର କୋଷକମାନେ ଶରୀର-ପରିଚାଳନାର ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗରେ ସର୍ବଦା କର୍ମରତ ରହିଥାଆନ୍ତି । ଆମେ ଶୋଇଲେ ବା ବିଶ୍ରାମ ନେଲେ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ମ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥଗିତ ହୋଇ ନ ଥାଏ – ଏହା କେବଳ ଧିମେଇ ଯାଇଥାଏ । ବାହ୍ୟ ବାତାବରଣର ତାରତମ୍ୟକୁ ଏମାନେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଆନ୍ତି । ଶରୀରର ଏହି ସ୍ୱତଃ ପରିଚାଳନାର ପଦ୍ଧତିକୁ ଆମେ ପିମ୍ପୁଡ଼ି, ଉଇ ବା ମହୁମାଛିଙ୍କ ବସାରେ ଘଟୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ କ୍ରିୟାକଳାପ ସହିତ ତୁଳନା କରିପାରୁ । ଏହି ଦଳ ମିଳିମିଶି ତାଙ୍କର ଯାବତୀୟ କାମ କରନ୍ତି । ଘର ତିଆରିଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି, ଖାଦ୍ୟସଂଗ୍ରହ ଓ ତା'ର ସଂରକ୍ଷଣ, ପ୍ରତିରକ୍ଷାର ବ୍ୟବସ୍ଥା, ବଂଶ-ବିସ୍ତାରର ବ୍ୟବସ୍ଥା, ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ବିଭିନ୍ନ ସୁରକ୍ଷାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଆଦି କାମକୁ ଏହିସବୁ ଜୀବମାନେ ମିଳିମିଶି କରିଥାଆନ୍ତି । ଶତ୍ରୁ ଆକ୍ରମଣରୁ ଦଳଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଏମାନେ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ବାହିନୀ

ଗଢ଼ିଥାଆନ୍ତି । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କାମ କିଏ ଓ କିପରି କରିବ ସେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଆସିଥାଏ କେଉଁଠାରୁ ? ଆମେ ଜାଣୁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ରାଣୀ ଜୀବକୁ ନେଇ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଦଳ ଗଠିତ ହୁଏ । ରାଣୀର ପ୍ରଧାନ କାମ ହେଲା ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି କରିବା । କିନ୍ତୁ ଯଥାର୍ଥରେ ରାଣୀହିଁ ଦଳର ପରିଚାଳନାର ସମସ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ନେଇଥାଏ । ଜନ୍ମ ସମୟରେ ରାଣୀ ସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଜେନେଟିକ୍ ତାରତମ୍ୟ ମାଧ୍ୟମରେ ବିଭିନ୍ନ ଶ୍ରେଣୀର ଜୀବଙ୍କୁ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏହିସବୁ ଜୀବମାନେ ରାସାୟନ ପଦାର୍ଥର ନିର୍ଝରଣ ଦ୍ୱାରା ପରସ୍ପର ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିଥାଆନ୍ତି । ମହୁମାଛି ତା'ର ବସା ସମ୍ମୁଖରେ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଘୂର୍ଣ୍ଣନ ଦ୍ୱାରା ତା'ର ସାଥୀମାନଙ୍କୁ ଜଣାଇ ଦେଇଥାଏ କେଉଁ ଦିଗରେ ଓ କେତେ ଦୂରରେ ଫୁଲ ବଗିଚା ରହିଛି ଯେଉଁଠାରୁ ମଧୁ ସଂଗ୍ରହ କରାଯିବ । ଅନ୍ୟ ଦଳର ଜୀବଙ୍କୁ ଶୁଙ୍ଘି ଏସବୁ ଜୀବଦଳ ସହଜରେ ଚିହ୍ନିପାରନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ନିଜ ଦଳରେ ମିଶିବାକୁ ଦେଇ ନ ଥା'ନ୍ତି । ଏହିସବୁ ଜୀବ-ଜାତିଙ୍କ ପରିଚାଳନା ଶରୀର-ମନର ପରିଚାଳନା ପରି ରାଣୀ ଜୀବର ସଚେତନ ଶକ୍ତିହିଁ କାମ କରିଥାଏ ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହି ଶରୀର-ମନ ବିଷୟରେ ଏକ ଚିଠିରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଏକ ପ୍ରକାର ନିଷ୍ପ୍ରଭ (Obscure) ମନ ଶରୀରରେ, ଏହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷରେ ଏବଂ (ଶରୀରର) ଅଣୁ, ପରମାଣୁରେ ରହିଛି । ଜର୍ମାନ ଭୌତିକ ବୈଜ୍ଞାନିକ ହେକେଲ୍ (Hackel) ପରମାଣୁର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବିଷୟରେ କେଉଁଠି କହିଛନ୍ତି । ଆଧୁନିକ ବିଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନ୍‌ମାନଙ୍କ ଅକଳନ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କ୍ରିୟାକଳାପର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଉପରେ ଗବେଷଣା କରି ଦେଖିଛନ୍ତି ଏହା କେବଳ ଏକ ସଂଖ୍ୟା ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ନୁହେଁ । ଏହି କ୍ରିୟାକଳାପ ହେଲା ଏକ ଗୁପ୍ତ ରହସ୍ୟର ଛାଇ ମାତ୍ର । ଶରୀର-ମନ ହେଲା ଏକ ବାସ୍ତବ ସତ୍ୟ; ଏହା ଭିତରେ ଥିବା ନିଷ୍ପ୍ରଭ ଓ ପୁରୁଣା ଅଭ୍ୟାସକୁ ଦୋହରାଇବାର ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ସେ ଛାଡ଼ିପାରି ନ ଥାଏ ଏବଂ ନୂତନ କଥାକୁ ସହଜରେ ଭୁଲିଯାଏ ଓ ଏହାକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରିଥାଏ । ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ଶରୀର ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇବା ଓ ଶରୀରର କ୍ରିୟାକଳାପକୁ ରୂପାନ୍ତର କରିବାରେ ଏହାହିଁ ହେଲା ଏକ ବିଶେଷ ବାଧା । ବିପରୀତ ପକ୍ଷେ ଥରେ ଯଦି ଏହାକୁ (ଶରୀର ମନକୁ) ବଦଳା ଯାଇପାରେ ତେବେ ଅତିମାନସ ଆଲୋକ ଓ ଶକ୍ତିକୁ ବାହ୍ୟ ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରକୃତିରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାରେ ଏହା ଏକ ମୂଲ୍ୟବାନ୍ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇ ଉଠିବ ।''

(*Letters on Yoga*, Cent. Vol. 22, p. 340)

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏହି ଚିଠି ଉପରେ କହିବାକୁ ଯାଇ ଶ୍ରୀମା ତାଙ୍କର ଶରୀର-ମନର ଅନୁଭୂତି ବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏକ ଚିଠି ମୋ ପାଇଁ ପଢ଼ାଗଲା ଯେଉଁଥିରେ ସେ କହିଛନ୍ତି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତିକୁ ଏଠାରେ (ଶରୀରରେ) ସ୍ଥାପନ କରିବା ପାଇଁ (ସେ

ଦେଖିଥିଲେ ତାଙ୍କ ଭିତରକୁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଆସିଲା ଏବଂ ଏହା ଚାଲିଗଲା, ଏବଂ ପୁଣି ଏହା ତାଙ୍କ ଭିତରକୁ ଆଉ ଥରେ ଫେରିଆସିଲା ଏବଂ ପରେ ପୁଣି ଏହା ଚାଲିଯାଇଥିଲା – ଏହା ସ୍ଥାୟୀହୋଇ ପାରି ନ ଥିଲା), ସ୍ଥାୟୀ ହେବା ପାଇଁ ଏହାକୁ ନିଜେ ଶରୀର-ମନରେ ପ୍ରବେଶକରି ସେଠାରେ ବାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି କାମ ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋ ଭିତରେ ମାସ ମାସ ଧରି ହୋଇ ଚାଲିଛି । (ସାଧାରଣ) ମନ ବହାରକୁ ଚାଲିଯାଇଛି ଓ ତା'ର ସ୍ଥାନରେ ଏହି ଶରୀର-ମନ ରହିଛି ।''

(M.C.W. 11, p. 284)

ଏବେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଏହି ଶରୀର-ମନ ବିଷୟରେ ଆମେ କିପରି ସଚେତନ ହେବୁ ଏବଂ ଏହାକୁ କିପରି ଭାଗବତ୍‌ମୁଖୀ କରିବୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମର ପ୍ରଥମ କାମ ହେବ ମନକୁ ସର୍ବଦା ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ ରଖିବା । ଅର୍ଥାତ୍ ମା'ଙ୍କ ଅନୁଭୂତି ପରି ଏହାକୁ ଆମ ଶରୀରରେ ସ୍ଥାନ ନ ଦେଇ ଶରୀର ବାହାରେ ରଖିବା । ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ କରିବାର ଉପାୟ ହେଲା ପ୍ରଥମେ ସମସ୍ତ କାମନା-ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ଓ ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିକୁ ଜୟ କରିବା; କେବଳ ଧ୍ୟାନ ସମୟରେ କିଛି ସମୟ ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ କଲେ ଚାଲିବ ନାହିଁ । ଆମେ ସକ୍ରିୟଭାବେ କର୍ମ କରୁଥିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ମନ ନୀରବ ରହିବା ଦରକାର । ଏଥିପାଇଁ ମା'ଙ୍କ ପରି ଆମକୁ ମଧ୍ୟ ଚାଲିବା ସମୟରେ ନାମ- ଜପ କରିବାକୁ ହେବ । ଅନବରତ ନାମଜପ କଲେ ମନର କ୍ରିୟାକଳାପ ମନକୁ ମନ କମି ଯାଏ । ଚାଲିଲାବେଳେ ନାମଜପ କଲେ ଶରୀର ଏହି ନାମଜପରେ ଭାଗ ନେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଶେଷରେ ଶରୀର-ମନ ମଧ୍ୟ ନାମଜପ କରିବ । ଶରୀର ଯେତେବେଳେ ନାମଜପ କରେ ତା' ଭିତରେ ଆସ୍ପୃହା, ପ୍ରସାରଣ ଓ ଗ୍ରହଣଶୀଳତାର ଭାବ ଉଦ୍ରେକ ହୁଏ ।

ଏହାପରେ ଶରୀର ଚେତନାକୁ ଓ ଶରୀର-ମନକୁ ଆମ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇ ବାସ କରିବାକୁ ଶିଖାଇବାକୁ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀର ନିଜକୁ ପୂରାପୂରି ଭାବରେ ଖୋଲିଧରେ ସେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାରେ ବିରାଜମାନ ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ । ଶରୀରକୁ ଏହି ନୂତନ ଅଭ୍ୟାସ କରାଇବା ପାଇଁ ଆମକୁ ଅନେକ ସମୟ ଲାଗିପାରେ । ଆମ ଅବଚେତନାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର ତା'ର ପୁରୁଣା ଅଭ୍ୟାସବୁ ଛାଡ଼ି ପାରି ନ ଥାଏ । ଅତଏବ ଆମକୁ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହିତ ଏ କାମ ପାଇଁ ସମୟ ଦେବାକୁ ହେବ । ଶରୀରରେ ଏତିକି ଅନୁଭୂତି ଆସିଗଲେ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଉ, ରୋଗ ଆମକୁ ସହଜରେ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରି ନ ଥାଏ । ଏହି ସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଅନେକ କଥା ଶିଖିବାକୁ ଓ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଯଦି ଆମର ମନର ରୂପାନ୍ତର ପ୍ରଥମେ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଅନେକ ଦୂର ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଉଦାହରଣ

ସ୍ୱରୂପ ଯଦି ଆମେ ଆମ ଶରୀର ପରିଚାଳନାର ବିଜ୍ଞାନକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଜାଣିଥାଉ ତେବେ ଶରୀର ଉପରେ ଉଚ୍ଚତର ମନର ପ୍ରଭାବ ପକାଇ ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିରୋଗ ଓ ସୁସ୍ଥସବଳ କରିପାରିଥାଉ; ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରର କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ବନ୍ଦ କରି ଏହାକୁ ଯୌବନ ଅବସ୍ଥାରେ ଦୀର୍ଘକାଳ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିପାରିଥାଉ । ପରେ ଯେତେବେଳେ ଶରୀର ମନ ଏହି ମନର କାମ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବ ସେତେବେଳେ ମନକୁ ନୀରବ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଏହା ପର କଥା ହେଲା ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ଶିଖାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମା'ଙ୍କ ଶକ୍ତିକୁ ଓ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାର ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଧାରଣ କରିବାର ଉପାୟକୁ ମଧ୍ୟ ଶିଖିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ରମାନଙ୍କର ବିକାଶ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଏପରି ହେଲେ ଏକ ସମୟ ଆସିବ ଯେତେବେଳଲେ ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତି ଆମ ଶରୀରରେ ଅବତରଣ କରିବ । ଶରୀର ଖୋଲିବା ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ତୁମେ ଜାଣିରଖ ଏପରି ଏକ ସମୟ ଆସେ ଯେତେବେଳେ ଭଗବତ୍ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରି ସମସ୍ତ ଶରୀର-କୋଷରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ପ୍ରଥମେ ସ୍ଥୂଳ ଚେତନା ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର-ଚେତନା ନିଜକୁ ଭାଗବତ ପ୍ରଭାବ ଦିଗରେ ଖୋଲି ଧରିଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ବୁଝି ପାରିଥାଏ ଏବଂ ସେ ଅନ୍ୟ କିଛିକୁ ନ ଚାହିଁ ଏହି ଭାଗବତ ପ୍ରଭାବକୁହିଁ ଚାହିଁଥାଏ । ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଏହାକୁ ଅନୁଭବ କରିବ, ଏପରିକି ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଧରିବେ ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯେତେବେଳେ ଜଣେ କୌଣସି ଏକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଅନୁଭବ କରେ ଯେପରି ସାରା ଶରୀରରେ ଏକ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ତରଙ୍ଗ ଖେଳିଯାଉଛି ଏବଂ ସେହି ସମୟରେ ଜଣେ ଅନୁଭବ କରେ ତା' ଶରୀର ଭିତରେ ଏକ ବଳ, ଏକ ଅସାଧାରଣ ଶକ୍ତି, ତା' ସହିତ ଏକ ଚେତନା ମଧ୍ୟ ରହିଛି, ଏବଂ ଏସବୁ ତାକୁ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ । ଏହାହିଁ ହେଲା ଶରୀରର ଉନ୍ମୀଳନ; ଅର୍ଥାତ୍ ଯେତେବେଳେ ସବୁକିଛି ଶରୀର ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ବୁଝିପାରେ ଏବଂ ତୁମେ ଜାଣିରଖ ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନିଜକୁ ଏହି ପ୍ରଭାବ ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଏ ।''

(MCW. 6, P. 388 - 389)

ଶେଷରେ ଆମକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଓ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ଆମେ କେବଳ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତି ସତ୍ତା ନୋହୁଁ । ଆମେ ପୃଥିବୀ ଚେତନାର ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଅଂଶମାତ୍ର – ଯେପରି ପିମ୍ପୁଡ଼ି ଦଳର ଗୋଟିଏ ପିମ୍ପୁଡ଼ି ତା' ନିଜ କର୍ମ ପାଇଁ ଗର୍ବିତ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ସେ ତା'ର କର୍ମ କରିଥାଏ ସାରା ଦଳ ପାଇଁ । ସେହିପରି ଆମେ ଆମର ସମସ୍ତ କର୍ମ ପୃଥିବୀ-ଚେତନାର ବିକାଶ ପାଇଁ କରିଥାଉ । ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ

ଯୋଗ ନୁହେଁ – ଏହା ହେଲା ପୃଥିବୀ-ଚେତନାର ଯୋଗ, ଜଡ଼ର ଯୋଗ । ଆଜି ଆମେ ଏହି ମୌଳିକ ଜ୍ଞାନରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନ ହେଲେ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ଅସମ୍ଭବ । ଆମର ସମସ୍ତ ଅହଂକାରକୁ ତ୍ୟାଗ କରି ଆମେ ଯଦି ସେହି ପରମ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ହାତରେ ନିଜକୁ ଛାଡ଼ି ଦେଇପାରୁ, ତେବେ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ଯଥାର୍ଥ ପଥ ଆମ ପାଇଁ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହେବ । ଆମ ଶରୀରକୁ କେବଳ କହିବାକୁ ହେବ, ''ତୁମରି ଇଚ୍ଛାହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉ – ହେ ପ୍ରଭୁ !''

''ମହିମା ତବୈବ ପ୍ରଭୋ ପରମ ଜିତ୍ୱର''

ଆଲୋକମୟ-ମନର ଅବତରଣ ଓ ତା'ର କ୍ରିୟା

ବିବର୍ତ୍ତନର ପଥରେ ଗୋଟିଏ ଜୀବଜାତିରୁ ଅନ୍ୟ ଏକ ଜୀବଜାତି ବିବର୍ତ୍ତିତ ହେବା ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଜିନିଷର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦରକାର ହୋଇଥାଏ – ଚେତନାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ଶରୀର-ଗଠନର ପରିବର୍ତ୍ତନ । ପ୍ରକୃତି ନିମ୍ନସ୍ତରର ଜୀବଜାତିଙ୍କୁ ସୃଷ୍ଟି କଲାବେଳେ ତାକୁ ପ୍ରଥମେ ଏହି ଜୀବଜାତିଙ୍କ ଶରୀର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ପରେ ଏହି ନୂତନ ଶରୀରର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କରେ ନୂତନ ଚେତନା କ୍ରିୟା କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଉଥିଲା । କିନ୍ତୁ ମଣିଷରୁ ଅତିମାନବର ବିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ସମୟରେ ଏପରି ହେବ ନାହିଁ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''କିନ୍ତୁ ମଣିଷ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚେତନାର ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ (reversal) ସମ୍ଭବପର, ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ଏହା ଏକାନ୍ତ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ, ଏବଂ ଏହା ଆଉ ପ୍ରଥମେ ଏକ ନୂତନ ଶରୀରର ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ନ ହୋଇ ତା'ର ଚେତନା ମାଧ୍ୟମରେ ଓ ଏହି ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ଦ୍ୱାରା ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ (ବିବର୍ତ୍ତନ) ଘଟିବ ।'' (The Future Evolution of Man, Page - 31, 3rd edition 1974) ମଣିଷ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତା'ର ବିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଆଉ ପ୍ରକୃତି ହାତରେ ଏ କାମ ଛାଡ଼ିଦିଆ ହେବ ନାହିଁ । କାରଣ ତାହାହେଲେ ମଣିଷକୁ ଅତିମାନବ ହେବା ପାଇଁ ହୁଏତ ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ଲାଗିବ । ଯେହେତୁ ମଣିଷ ଏକ ସଚେତନ ଜୀବ, ଏ କାମ ସ୍ୱୟଂ ମଣିଷକୁହିଁ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ । କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଦ୍ୱାରା ଏ କାମର ସମାପ୍ତି ହେବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ତା'ର ସାହାଯ୍ୟ ଲୋଡ଼ା । ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନହିଁ ମଣିଷକୁ ଏ କାମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଅତିମାନସ ହେଲା ମଣିଷର ଭଗବାନ୍ । ତାକୁ ଅତିମାନବରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ଏହି ସତ୍ୟ-ଚେତନା ମା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କୃପା ବଳରେ ଆଜି ଏ ପୃଥିବୀରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇପାରିଛି । କେବଳ ମଣିଷକୁ ଏହି ମହାନ୍ ଶକ୍ତିକୁ ନିଜ ଭିତରେ କ୍ରିୟା କରିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ ହେବ । ମଣିଷକୁ ତା'ର ସମସ୍ତ ଅତୀତକୁ ପଛରେ ପକାଇ କେବଳ ଭବିଷ୍ୟତର ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ନଜର ଦେବାକୁ ହେବ । ନିଜ ଶରୀରକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ

ପଡ଼ିବ ଏହି ମହାଶକ୍ତିକୁ ଧାରଣ କରିବା ପାଇଁ । କାରଣ ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ପ୍ରଥମେ ଶରୀର ଚେତନାରେହିଁ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ଏହି ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗରେ ପ୍ରଥମେ ଆଧାର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଏହି ଆଧାରର ପ୍ରସ୍ତୁତି କିପରି କରାଯିବ ? ଆମେ ଏ ବିଷୟରେ ଶରୀର-ଚେତନାର ଜାଗରଣ, ଶରୀର-ଚେତନାର ସାଧନା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିଛୁ । କିନ୍ତୁ ଏତିକି ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ମଣିଷ-ଶରୀରରୁ ଏକ ନୂତନ ଦିବ୍ୟରୂପ ଜନ୍ମ ନେବାକୁ ହେଲେ ତା' ପାଇଁ ଏକ ଦିବ୍ୟଚେତନା ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ । ଆମେ ଜାଣିଛୁ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଓ ରୂପାନ୍ତରିତ ଶରୀର-ଚେତନାରେହିଁ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରିବ । ଶରୀର-ଚେତନାର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ରୂପାନ୍ତରର ଉପାୟ କ'ଣ ? ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଏହା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ବୋଲି ଆମେ ଜାଣିଛୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମ ଶରୀର-ମନର ବିକାଶ କଥା ଆମେ ଆଗରୁ କହିଛୁ । ଏହା ହେଲା ଶରୀର ତରଫରୁ ସାଧନା । ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର ଭିତରେ ବା ଜଡ଼ ଭିତରେ ଯେଉଁ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାରାଜି ତଥା ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ରହିଛି ତା'ର ଜାଗରଣ ଓ ଆବାହନର ଫଳରେ ଆମେ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ଏତେବାଟ ଆସିପାରିଛୁ ଏବେ ଏହି ଡାକରାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ନୂତନ ଚେତନାରାଜିର ଅବତରଣର ସମ୍ଭାବନା ସୃଷ୍ଟି ହେବ । ଏହିସବୁ ନୂତନ ଚେତନାରାଜି ମଧ୍ୟରୁ ଆଲୋକମୟ ମନ ପ୍ରଥମେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଅବତରଣ କରିବ । ଆଲୋକମୟ ମନ ହେଲା ମନ ରାଜ୍ୟର ଅର୍ଥାତ୍ ଅଧିମାନସର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଏବଂ ଅତିମାନସର ଠିକ୍ ତଳ ସ୍ତରର ଚେତନା । ଏହି ଚେତନା ଅବତରଣ କରି ମଣିଷ ଭିତରେ ଏହି ଚରମ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିଦେବ ଏବଂ ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ସକାଶେ କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବ । ଅତିମାନସର ଅବତରଣ ପାଇଁ ମଣିଷ ଭିତରେ କିଛିଟା ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ଦରକାର । ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର-ନିର୍ମାଣର କାମ ମଣିଷ ଭିତର ବିଶ୍ୱକର୍ମାରୂପୀ ଏହି ଆଲୋକମୟ ମନହିଁ କାମ କରିବ ।

ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା, ଆମେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରି ଏହି ଶରୀର-ପ୍ରସ୍ତୁତି କାମ କେତେଟା କରିଛୁ ? ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ସାଧନା ଓ ଶରୀର-ଚେତନାର ସାଧନା ଆମେ ଆରମ୍ଭ କରିଛୁ କି ? ଅନ୍ତରାତ୍ମାର ଜାଗରଣ ଫଳରେ ତା'ର ଚାପ ଆମ ସାଧନାରେ ପଡ଼େ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ବାଧହୋଇ ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀର ଉପରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ରାଜି ହୋଇଥାଉ ଓ ଏଥିପାଇଁ ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ସେତେବେଳେ ହୁଏତ ସମୟ ଅତୀତ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଶରୀର-କାମନା, ବାସନା ଓ କୁ-ଅଭ୍ୟାସର ତାଡ଼ନାରେ ପଡ଼ି ସେ ତା'ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ନମନୀୟତା ହରାଇଥାଏ । ଶରୀରରେ ମେଦ ଓ ଦୂଷିତ ପଦାର୍ଥ ଜମି ବିଭିନ୍ନ ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର କ୍ଷେତ୍ର ତିଆରି ହୋଇ ସାରିଥାଏ । ଏହି ସମୟରେ ଶରୀରର ସାଧନା ଆରମ୍ଭ କଲେ

ତାହା ଅତୀବ କଷ୍ଟକର ବା ଅସାଧ ମନେହେବ । ତେଣୁ ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗରେ ଶରୀର-ସାଧନାର ଆରମ୍ଭ ଅତି ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ହେବା ଉଚିତ । ସେହିପରି ପ୍ରାଣର ସାଧନାରେ ମଧ ଆମେ ମା'ଙ୍କ ଗଳ୍ପରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ 'ଦୀର୍ଘସୂତ୍ରୀର ପଥ' (The Path of Latter on) ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଉ । ଆମେ ଆଜି ବାହ୍ୟ ଚାକଚକ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେଉଁ ଆଡ଼ମ୍ବରପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥିବୀରେ ବାସ କରିଥାଉ ସେଥିରେ ମଜ୍ଜିରହି ଆମର ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରୁ ବହୁ ଦୂରକୁ ଚାଲି ଯାଇଥାଉ । ଯଦିଓ ଆମ ଗଭୀର ଅନ୍ତର ଆମକୁ ସଚେତନ କରାଇବା ପାଇଁ ବାରଂବାର ସାବଧାନର ବାଣୀ ଶୁଣାଇ ଥାଏ, ତଥାପି ଏହାକୁ ଭ୍ରୂକ୍ଷେପ ନ କରି ଏହି ବାଣୀକୁ ଆମେ ଉତ୍ତର ଦେଇଥାଉ – 'ମୁଁ ଅବଶ୍ୟ ଠିକ୍ ପଥକୁ ଫେରି ଆସିବି, କିନ୍ତୁ ଏବେ ନୁହେଁ, ଏବେ ତ ମୋ ହାତରେ ଅନେକ ସମୟ ଅଛି, ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋର ଏହି ଚଲାପଥର ରସ ଆସ୍ୱାଦନ କରିବାକୁ ମୋତେ ଦିଅ ।' ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମେ ଅନ୍ତରର କଥା ନ ଶୁଣି ଆମର ସମୟ ଅତିବାହିତ କରିଥାଉ । ଆମ ଜୀବନର ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦିକ୍‌ଚକ୍ରବାଳରେ ଅସ୍ତଗାମୀ ହେବାକୁ ବସିଲେଣି । ଏହା ପରେ ପରେ ଅନ୍ଧକାର ମାଡ଼ିଆସିବ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଚେଷ୍ଟାକଲେ ବି ଆମର ଯଥାର୍ଥ ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥକୁ ଆଉ ଫେରିଆସି ପାରିବୁ ନାହିଁ । ଆଜି ଆମେ ଯେଉଁ ପଥରେ ଚାଲିଛୁ ତାହା ଆମକୁ ଏକ ଶୂନ୍ୟତାରୂପକ ଦୁର୍ଗର ଦ୍ୱାର ଦେଶରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦେବ । "The path of later-on and the road of tomorrow lead only to the castle of nothing-at-all."– The Mother(MCW. 2, Page-1)

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ହେଲା ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗ – ଶରୀର-ଚେତନାର ଯୋଗ, ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ଯୋଗ ଓ ଶରୀରକୋଷର ଯୋଗ । ଏସବୁଥିରେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ନ ଦେଇ ସେହି ପୁରାତନ ପନ୍ଥା ଅନୁସାରେ ଧର୍ମ ଓ ନୈତିକତାର ପଥ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆମେ ପୁଣି ସେହି ଅପୂର୍ଣ୍ଣ, ଅଜ୍ଞାନତାପୂର୍ଣ୍ଣ ମନକୁ ନେଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ତତ୍ପର ହୋଇପଡ଼ିଛୁ । ଆମେ ପୁଣି ସେହି ଅତୀତର ତାଳିପକା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାକୁ ନେଇ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଯୋଗ ସ୍ଥାନରେ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ କରିଦେଇଛୁ । ଆମର ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ମନକୁ ନେଇ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବିଶାଳ ଜ୍ଞାନଭଣ୍ଡାରରୁ ଆମକୁ ସୁହାଇଲା ଭଳି ବାଣୀକୁ ବାଛି କେବଳ ନିଜର ଜ୍ଞାନକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଉ । ପୁଣି ଏସବୁ ଜ୍ଞାନକୁ ନିଜେ ଅଙ୍ଗେ ନ ନିଭାଇ, ଏଥିରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନ ହୋଇ ଆମେ ଏହାର ପ୍ରଚାରରେ ଲାଗିଥାଉ – ଏହାହିଁ ହେଲା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ସମସ୍ୟା । ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ-ଗଠନ କାମରେ ଆମେ ଯଦି ପ୍ରକୃତରେ ଉତ୍ସାହୀ ଓ ଏ କାମ ପାଇଁ ଆଗଭର ହୋଇଥାଉ ତେବେ ମନର କ୍ରିୟାକଳାପରୁ ଆମକୁ ପ୍ରଥମେ କ୍ଷାନ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମନର ସ୍ଥାନରେ ଆମକୁ କୌଣସି ଏକ ବିକଳ୍ପ ଚେତନାର ଖୋଜ କରିବାକୁ ହେବ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏ ବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମ ପାଇଁ ଏକ ନୂତନ ମାନବଜାତିର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ମନୋମୟ ସତ୍ତାର ଏପରି ଏକ ଜାତି ବା

ଶ୍ରେଣୀର ଆବିର୍ଭାବ ଓ ବିକାଶ ଯାହାର ମାନସିକ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଜ୍ଞାନରେ ରହିଥିବ ଆଉ ସେହି ମନ ହୋଇ ରହିବ ନାହିଁ, ଯେଉଁ ମନ ଜ୍ଞାନର ଅନ୍ୱେଷଣ କରୁଥାଏ, ଅଥଚ ନିଜ ଜ୍ଞାନର ସ୍ଥିତିରେ ବି ଅଜ୍ଞାନ ସହ ବନ୍ଧା ହୋଇ ରହିଥାଏ, ଏଣେ ଆଲୋକର ଅନ୍ୱେଷଣ କରୁଥାଏ, ତଥାପି ତାହାର ସ୍ୱାଭାବିକ ଅଧିକାରୀ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ଆଲୋକ ପ୍ରତି ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ ଆଲୋକର ଅଧିବାସୀ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ଯେଉଁ ମନ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଜ୍ଞାନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନାହିଁ କି ସତ୍ୟ-ଚେତନା ଲାଭ କରିଥିବା ଏକ ତ୍ରୁଟିହୀନ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇପାରି ନାହିଁ।'' (ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ. ୧୦୭) ଏହି ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ମାନସିକ ଚେତନାର ବିକଳ୍ପ ହେଲା ଆଲୋକମୟ ମନ । ଏହି ମନକୁ ନେଇ ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ରୂପାନ୍ତର ଘଟିତ ହେବ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି ମନର ପରିବର୍ତ୍ତେ ଏହି ନୂତନ ଜାତି ଏପରି ଏକ ମନର ଅଧିକାରୀ ହେବ ଯାହାକୁ ଆଲୋକମୟ ମନ ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ, ଯେଉଁ ମନ ସତ୍ୟରେ ବାସ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ, ସତ୍ୟ-ଚେତନା ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଓ ନିଜ ଜୀବନରେ ପରୋକ୍ଷ ଜ୍ଞାନ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଜ୍ଞାନକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଯାହାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ରହିଛି । ଏହି ଜାତିର ମନ ଆଉ ଅଜ୍ଞାନତାର ଯନ୍ତ୍ର ନ ହୋଇ ଆଲୋକର ଯନ୍ତ୍ର ହେବ । ଏହା ନିଜର ଉଚ୍ଚତମ ଅବସ୍ଥାରେ ଅତିମାନସ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥିବ ଏବଂ ଏହି ନୂତନଜାତି ମଧ୍ୟରୁହିଁ ଅତିମାନସ ସତ୍ତାର ଜାତି ତିଆରି ହେବ, ଯେଉଁମାନେ କି ପାର୍ଥିବ ପ୍ରକୃତିର ବିବର୍ତ୍ତନରେ ନେତାରୂପେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେବେ ।''

(ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ. ୧୦୭)

ଆଲୋକମୟ ମନ ଅବତରଣ କଲେ ଆମେ ବୁଝିବୁ କିପରି ? ଏହାକୁ ମନ ଦ୍ୱାରା ଜାଣିବା ଦରକାର ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । କାରଣ ସେତେବେଳେ ଆମର ମନ ଶାନ୍ତ ଓ ନୀରବ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ଶରୀର-ଚେତନା କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇ ଶରୀର-ମନ ମାଧ୍ୟମରେ ତା'ର ଯାବତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ଅତଏବ ଆଲୋକମୟ ମନର ଅବତରଣ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଶରୀର- ଚେତନାହିଁ ଜାଣିବ । ଯେଉଁ କ୍ଷୀଣ ଶରୀର-ମନ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଶରୀରର ପରିଚାଳନା କରୁଥିଲା ତାହା ହଠାତ୍ ଜ୍ଞାନଦୀପ୍ତ ହୋଇ ଉଠିବ । ତା'ର ଆଉ ଆମ ଶରୀରର DNA ଭିତରେ ପ୍ରକୃତି ଦ୍ୱାରା ଗଚ୍ଛିତ ଜ୍ଞାନକୁ ନେଇ ଶରୀର ପରିଚାଳନା କରିବାର ଦରକାର ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଏହି ଆଲୋକମୟ ମନରେ ଶରୀରର ପରିଚାଳନାର ସମସ୍ତ ପୁରାତନ ଓ ନୂତନ ପଦ୍ଧତିର ଜ୍ଞାନ ନିହିତ ଅଛି । ଏଥିପାଇଁ ତାକୁ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଏହା ଭିତରେ ସ୍ୱତଃ ଉଦ୍ଭାସିତ । ଶରୀର-ଚେତନାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଅର୍ଥାତ୍ ଏହାର ଚୈତ୍ୟୀକରଣ ହୋଇଗଲେ ଦିନେ ହଠାତ୍ ଏହି ଆଲୋକମୟ ମନର ଅବତରଣ ଘଟିଥାଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ମହାପ୍ରୟାଣ ଦିବସରେ

ଯେତେବେଳେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କଲା ଠିକ୍ ସେହି ସମୟରେ ମା'ଙ୍କ ଶରୀରରେ ଆଲୋକମୟ ମନର ଅବତରଣ ଘଟିଥିଲା । ମା'ଙ୍କ ଶରୀରରେ ତାଙ୍କର ଶରୀର-ଚେତନା ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ଦିବ୍ୟତାପ୍ରାପ୍ତି କରି ସାରିଥିଲା । ଏହି ଆଲୋକମୟ ମନ ମା'ଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅବତରଣ କରି ଅତିମାନସର ଅବତରଣର କାମ ସୁଗମ କରିବା କାମରେ ଲାଗିଗଲା, ଯାହାଫଳରେ ୧୯୫୬ ମସିହା ଫେବ୍ରୁଆରି ୨୯ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଏହି ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ମା'ଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅବତରଣ କରିଥିଲା ।

ଆଲୋକମୟ ମନର ପ୍ରଥମ କାମ ହେବ ଆମ ଶରୀରର ଅଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ସଜାଡ଼ିବା, ଏହାକୁ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ଓ ଏମାନଙ୍କର କ୍ରିୟାକଳାପରେ ଏକ କଳ୍ପନାତୀତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବା । ଅର୍ଥାତ୍ ଆଜି ଆମେ ଆମ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ସାଧାରଣତଃ ଖାଦ୍ୟରୁ ପାଇଥାଉ । ଏହି ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଆମେ ସର୍ବଦା କିଛି ନା କିଛି ନିଶ୍ଚେତନା ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇଥାଉ । ଏହି ନିଶ୍ଚେତନାକୁ ସଚେତନ କରି ସେଥିରୁ ମନ ଓ ପ୍ରାଣରୂପକ ଉପାଦାନ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ଦ୍ୱାରା ଗଠିତ ଆମ ଅଭ୍ୟନ୍ତରସ୍ଥ ଯନ୍ତ୍ରମାନେ ଏକ ଜଟିଳ ପଦ୍ଧତି ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାଆନ୍ତି । ଆମ ଶରୀରର ଏହି ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ (metabolism) ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିକଳ୍ପ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ଆଲୋକମୟ ମନ ଦ୍ୱାରା ଆରମ୍ଭ ହେବ ଏବଂ ଅତିମାନସ ଦ୍ୱାରା ସମାପ୍ତ ହେବ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ସୂଚନା ଦେଇଯାଇଛନ୍ତି । ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ଆମେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ଖାଦ୍ୟରୁ ପାଉଛୁ ତାହା ଆମ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ଚକ୍ରମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ସିଧାସଳଖ ପାଇପାରିବୁ । ଏଥିପାଇଁ ଏହି ଚକ୍ରମାନଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉନ୍ମୋଚନ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ରାଜଯୋଗ ଓ ତନ୍ତ୍ର-ଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହାର କିଛିଟା ବିକାଶ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ ଆମ ମୂଳାଧାରରେ ଥିବା କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଜାଗରଣ ଓ ଆରୋହଣର ମାଧ୍ୟମରେ । କିନ୍ତୁ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଏତିକି ବିକାଶ ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର କେନ୍ଦ୍ର ବା ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମେ ସଚେତ ହୋଇ ସେଠାରେ କି ଧରଣର କ୍ରିୟା ଚାଲିଛି ତା' ଜାଣିପାରିବୁ । ସେଗୁଡ଼ିକ ନିଜ ନିଜର ଶକ୍ତିସବୁକୁ ସ୍ଥୂଳ ସ୍ନାୟୁ, ଗ୍ରନ୍ଥି ଓ ମାଂସତନ୍ତୁ ମଧ୍ୟରେ ଢାଳିଦେବ ଓ ସମସ୍ତ ଭୌତିକ ଶରୀର ମଧ୍ୟଦେଇ ତାହା ବିକୀର୍ଣ୍ଣ କରାଇଦେବ । ଏହି ନୂତନ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ସମସ୍ତ ସ୍ଥୂଳ ଜୀବନ ଓ ତା'ର ପ୍ରଯୋଜନୀୟ କ୍ରିୟାବଳି ଏହିସବୁ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଆହୁରି ମୁକ୍ତତର ଓ ବ୍ୟାପକତର ଧାରାରେ ଚାଲିବ, ତାହାକୁ କୌଣସି ପ୍ରକାର କଷ୍ଟସାଧ୍ୟ, ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ପଦ୍ଧତି ଭିତର ଦେଇ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଏହା ଏତେଦୂର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇପାରେ ଯେ ଏହିସବୁ ଯନ୍ତ୍ର ଆଉ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ରହିବ ନାହିଁ ଏପରିକି ବାଧାସ୍ୱରୂପ ମନେହେବ, କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ମୂଳଶକ୍ତିମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାର କ୍ରମଶଃ କମାଇ କମାଇ ଶେଷରେ

ସେଗୁଡ଼ିକର ବ୍ୟବହାରକୁ ପୂରାପୂରି ବନ୍ଦ କରିଦେବ । ଯଦି ତାହା ଘଟେ, ତେବେ ବ୍ୟବହାର ନ ହେବା ଫଳରେ ସେଗୁଡ଼ିକ କ୍ରମଶଃ କ୍ଷୟ ପାଇ ଅପ୍ରୟୋଜନୀୟ ନ୍ୟୂନତମ ଆକାରରେ ରହିବ ବା ଶେଷରେ ହୁଏତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଲୋପ ପାଇଯିବ ।'' (ପୃଥିବୀ-ପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ : ୫୯-୬୦) ଆମ ଶରୀରରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଯନ୍ତ୍ରର ଏହି ଅବସ୍ଥା ହୋଇଛି । ଆମ ପେଟରେ ଅନ୍ତନଳୀକୁ ଲାଗି ଏକ ଅବ୍ୟବହୃତ ଯନ୍ତ୍ର ରହିଛି, ଯାହାକୁ ଆମେ ଆପେଣ୍ଡିକ୍ସ୍ କହୁ । ମଣିଷ ଯେତେବେଳେ ବର୍ବର ଥିଲା ଓ ନିଆଁର ବ୍ୟବହାର ଜାଣି ନ ଥିଲା ସେତେବେଳେ ସେ କଞ୍ଚାମାଂସ ଖାଉଥିଲା । ଏହି କଞ୍ଚାମାଂସକୁ ହଜମ କରିବା ପାଇଁ ଆପେଣ୍ଡିକ୍ସ୍‌ର ଦରକାର ହେଉଥିଲା । ଏବେ ଆମେ ଆଉ କଞ୍ଚାମାଂସ ନ ଖାଇବା ହେତୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଏହାର କ୍ରିୟାକଳାପ କମିଯାଇ ଶେଷରେ ଏକ ଅଦରକାରୀ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଆକାର ନେଇ ଆମ ପେଟରେ ରହିଛି । ଆମେ ଏବେ ମା'ଙ୍କ ବ୍ୟବହାରିକ ଜୀବନର ଏକ ଉଦାହରଣ ନେବୁ । ମା' ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ଚକ୍ଷୁ ଦ୍ୱାରା ଭଲଭାବରେ ଦେଖିପାରୁ ନ ଥିଲେ, ପଢ଼ିପାରୁ ନ ଥିଲେ ବା ଲେଖିପାରୁ ନ ଥିଲେ ସେ ତାଙ୍କର ଆଖି ବନ୍ଦକରି ଲେଖୁଥିଲେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେ ସ୍ୱଷ୍ଟ ଭାବରେ ଦେଖିପାରୁଥିଲେ (ଶରୀର ଚେତନା ଦ୍ୱାରା) ଓ ଲେଖି ପାରୁଥିଲେ । ଅତଏବ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କହିବାନୁଯାୟୀ ମା'ଙ୍କ ପାଇଁ ସ୍ଥୂଳ ଚକ୍ଷୁ ଏକ ବାଧା ହୋଇ ରହିଥିଲା । ଏହିପରି ଭାବରେ ଆମ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ର ସହିତ ବାହ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ବିପୁଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିବ । ଆମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଚକ୍ରମାନଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ହେଲେ ଏବଂ ଆଲୋକମୟ ମନର ଅବତରଣ ଓ ତା'ର କ୍ରିୟାଫଳରେ ମଣିଷ ଶରୀର ଭିତରେ ବହୁ ନୂତନ ଶକ୍ତିରାଜିର କ୍ରିୟାକଳାପ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯିବ – ଯାହାକି ମଣିଷ କେବେ ବି ଜାଣି ନ ଥିଲା । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ଶରୀରକୁ ଏପରି ନୂତନ ଶକ୍ତିସବୁ ଅର୍ଜନ କରିବାକୁ ହେବ ଯାହାକି ବର୍ତ୍ତମାନର ମନୁଷ୍ୟ କେବେହେଲେ ଲାଭ କରିପାରିବ ବୋଲି ଆଶା କରି ନାହିଁ, ଏପରିକି ସେ ସ୍ୱପ୍ନ ମଧ୍ୟ ଦେଖି ନାହିଁ, ହୁଏତ କେବଳ କଳ୍ପନା କରିପାରୁଥାଏ ।''

(ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ. - ୬୨)

ପୁରାତନର ଯୋଗମାନଙ୍କ ପଥରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ବିକାଶ ଅବଶ୍ୟ ହୋଇଛି; କିନ୍ତୁ ଏହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶ ନୁହେଁ । ଏପରିକି ଯେତେବେଳେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିକାଶ ସମୟରେ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଖୋଲି ତା'ର ବିକାଶ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ସେତେବେଳେ ଅନେକ ନୂତନ ଶକ୍ତି ସାଧକ ଭିତରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାର ଦେଖାଯାଏ । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିରାଜି ସାଧକକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ଉପରକୁ ନେଇପାରିଥାଏ ବା ହୁଏତ ତାକୁ ରସାତଳକୁ ମଧ୍ୟ ନେଇଯାଇଥାଏ, ଏହାର ଅପବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା । ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ଫଳରେ ସାଧକର ଅହଂକାର ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ଓ ଏସବୁ ଶକ୍ତିର ଅପବ୍ୟବହାର ସେ କରିଥାଏ ।

ସେଥିପାଇଁ ପୁରାତନ ସାଧକମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ଆକର୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ନିଷେଧ କରାଯାଇଥିଲା । ତେଣୁ ଏହିସବୁ ଶକ୍ତିରାଜି ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ଯେତେବେଳେ ଅବତରଣ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ ତାକୁ ସାଧକ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥାଏ, କାରଣ ପୁରାତନ ସାଧକଙ୍କ ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଥିଲା ମୁକ୍ତି । ମୁକ୍ତିର ସାଧକ ହୋଇ ଏସବୁ ଶକ୍ତିର ବୋଝ ସେମାନେ କାହିଁକି ବୋହିବେ ? କିନ୍ତୁ ଆଜି ଆମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ଆମ ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଏକ ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ । ତେଣୁ ଆମର ଏସବୁ ଶକ୍ତିରାଜି ତଥା ଆହୁରି ବୃହତ୍ତର ଶକ୍ତିରାଜିର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ନୂତନ କ୍ଷମତାରାଜି ଆବଶ୍ୟକତାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ଆସିଥାଏ ଆମ ଚେତନାର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଫଳରେ, ଜୀବନର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଫଳରେ ଯେଉଁ ଅଭିବୃଦ୍ଧି କି ଆମ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଜୀବନର ମଧ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ଏହି ନିଷେଧ ଆମ ଉପରେ ଆଉ ଲାଗୁ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଆମ ସତ୍ତାର ଅତିପ୍ରାକୃତିକ ବିକାଶ, ଆମ ଜୀବନର ଅତିପ୍ରାକୃତିକ ବିକାଶର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ ଯଦି ଆମେ ଏହା ଭିତରକୁ ଉଚ୍ଚତର ଚେତନାର ଶକ୍ତି ଓ ଜୀବନର ଶକ୍ତିରାଜିକୁ ନ ଆଣିଛୁ ଏବଂ ଏହା ଭିତରେ ଅତିପ୍ରକୃତିର ବିକଶିତ ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତିର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ନ ଘଟାଇଛୁ ।''

(*The Future Evolution of Man*, p. 138 - 139)

ଆମେ ଜାଣିଲୁ ଆଲୋକମୟ ମନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର-ଚେତନା ଓ ଶରୀରର ଯଥେଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଏହାଦ୍ୱାରା ମନ ଓ ପ୍ରାଣର କ'ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବ ? ଅଜ୍ଞାନ ଭିତରେ ବୁଡ଼ି ରହିଥିବା ମଣିଷର ଏହି ଅବାନ୍ତର ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ମନ ସ୍ଥାନରେ ମନର ପ୍ରଭୁ ଆସି ଆମଠାରେ ପହଞ୍ଚିଲେଣି ତଥାପି ସେହି ପୁରୁଣା ମନ ପାଇଁ ଆମେ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଉଛୁ ! ଚେତନାର ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା, ଚକ୍ରମାନଙ୍କର ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା ମହାନ୍ ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କ ସହିତ ସ୍ୱୟଂ ମାତୃଶକ୍ତି ଆମ ଭିତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ସାରିଲେଣି ତଥାପି ଆମେ କ୍ଷୁଦ୍ରାତିକ୍ଷୁଦ୍ର ସେହି ପୁରୁଣା ପ୍ରାଣଶକ୍ତି କଥାକୁ ନେଇ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଉଛୁ ! ଏହାର କାରଣ ହେଲା ମଣିଷ ଯେଉଁ ସ୍ଥିତିରେ ବାସ କରିଥାଏ ସେହି ସ୍ଥିତିକୁ ସେ ସହଜରେ ଛାଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଯେଉଁ ଟିକିଏ କ୍ଷଣିକ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି, ଆରାମ ପାଇଥାଏ ତାକୁ ସେ ଛାଡ଼ିବାକୁ ନାରାଜ । ଏଠାରେ ଆମେ ମା'ଙ୍କ କଥାର ଏକ ସୁନ୍ଦର ଉଦାହରଣ ଦେବୁ । ଥରେ ମା' କେତେକ ଭକ୍ତଙ୍କୁ କହୁଥିଲେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି କାମ କଲେ ମଣିଷର କ'ଣସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ମା' ସେମାନଙ୍କୁ କହିଲେ ଯେ ଅତିମାନସର କ୍ରିୟାଫଳରେ ମଣିଷର ସବୁ ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ ଦୂର ହେବ ଏବଂ ଶରୀର ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହେବ ଏବଂ ଶେଷରେ ଅମର ହେବ, ଏକଥା ଶୁଣି ସେମାନେ ଖୁବ୍ ଖୁସି ହେଲେ । ମା' ପୁଣି କହିଲେ ସେତେବେଳେ

ମଣିଷର ଆଉ ଖାଇବା, ପିଇବା ଦରକାର ହେବ ନାହିଁ । ଏକଥା ଶୁଣି ସେମାନଙ୍କର ମୁହଁ ଲମ୍ବା ହେବାକୁ ଲାଗିଲା ଓ କହିଲେ ଆମେ ତା'ହେଲେ ଏସବୁ ସୁସ୍ୱାଦୁ ଖାଦ୍ୟ ଆଉ ଖାଇପାରିବୁ ନାହିଁ ! ଏହାହିଁ ହେଲା ମଣିଷର କଷ୍ଟ । କ୍ଷଣିକ ସୁଖକୁ ସେ ଛାଡ଼ିବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ଅତଏବ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଆମ ଭିତରୁ ମନକୁ ମନ ଝଡ଼ିପଡ଼ିବ । ଏମାନଙ୍କର ଦରକାରିତା ଆଉ ରହିବ ନାହିଁ । କେବଳ ଯେଉଁମାନେ ଏହାକୁ ଛାଡ଼ିବା ପାଇଁ ରାଜି ନ ହେବେ ସେମାନେ ଏହିପରି ଅଜ୍ଞାନୀ ମଣିଷ ଜାତି ହୋଇରହିବେ । ଅତିମାନବର ନୂତନ ଜାତି ଏ ପୃଥିବୀରେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେଲେ ଦେବମୁହୂର୍ତ୍ତର କ୍ରିୟାକଳାପ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ମଣିଷର ଅଗ୍ରଗତିର ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବ । ସେତେବେଳେ ଅତିମାନବ ସହିତ ସେମାନେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜୀବଜାତିଙ୍କ ପରି କେବଳ ତିଷ୍ଠି ରହିବେ ।

ଆମେ ଯେଉଁ ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷର ଗଠନ-କାମରେ ଲାଗିପଡିଛୁ ଯେଉଁମାନେ କି ମାନବ ଓ ଅତିମାନବଙ୍କ ମଧରେ ଏକ ମଧବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବଜାତି ଭାବରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବେ ସେମାନଙ୍କର ଗଠନ-କାମର ସମାପ୍ତି ଘଟିବ ଏହି ଆଲୋକମୟ ମନର ଅବତରଣ ଫଳରେ । ଏହି ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷଜାତି ହେବେ ଯଥାର୍ଥ ଆଧାତ୍ମିକତାର ଜାତି । ସକଳ ଆଧାତ୍ମିକତାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆସିବ ଏହି ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ ଭିତରେ । ''ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରୁ ସ୍ୱୟଂ ଆପଣା ଭିତରେ ଆଲୋକମୟ ମନକୁ ଗଠନ କରୁଥିବା ଅତିମାନସର ଚାପ ଏହି ପରିଣତି ବା ସିଦ୍ଧିକୁ ଧ୍ରୁବନିଶ୍ଚିତ କରି ଗଢ଼ିତୋଳିବ । ଏହି ନୂତନ ଆଲୋକର ପ୍ରଥମ ଚମକସବୁ ନିଜ ମଧରେ ଏହାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଉଦ୍ଭାସର ବୀଜ ବହନ କରୁଥିବେ, ଏପରିକି ପ୍ରାଥମିକ ଆରମ୍ଭ ଭିତରେହିଁ ଏହିସବୁ ଦୀପ୍ତିର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଶକ୍ତିର ନିଶ୍ଚିତତା ବିଦ୍ୟମାନ ରହିଥିବ । କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ବିବର୍ତ୍ତନମୂଳକ ଆବିର୍ଭାବର ଏହାହିଁ ନିରନ୍ତର କାହାଣୀ ।''– ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ, (ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ.- ୧୦୮) ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପୁଣି କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ଆରୋହଣ କ୍ରମରେ ଆଲୋକମୟ ମନ ହେଉଛି ଏକ ସ୍ତର, ଏକ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ସୋପାନ । ବିବର୍ତ୍ତନଗତ ଏକ ସତ୍ୟ ହିସାବରେ ମନୁଷ୍ୟର ଆରୋହଣ-ପର୍ବରେ ଏହା ଏକ ସ୍ତରକୁ ସୂଚିତ କରିବ ଏବଂ ଏହା ଏକ ନୂଆ ଧରଣର ମାନବ ବିବର୍ତ୍ତିତ କରିବ । ଆଲୋକମୟ ମନର ଏହି ବିକାଶ ନିଜ ଭିତରେ ବହନ କରିବ ତାହାର ନିଜସ୍ୱ ଶକ୍ତିର ଏକ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱାରୋହଣଶୀଳ କ୍ରମବିନ୍ୟାସ ଏବଂ ଏପରି ଏକ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱାରୋହଣଶୀଳ ମାନବଜାତି ଯେଉଁମାନେ କି ଆଧାତ୍ମିକତା ଦିଗରେ ଉନ୍ମୁଖ ହେବାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ, ଜ୍ୟୋତିଗ୍ରହଣର ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ଓ ଦିବ୍ୟମାନବତ୍ୱ ଓ ଦିବ୍ୟଜୀବନ ଦିଗରେ ଉତ୍ତରଣର ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ମୂର୍ତ୍ତ କରିବେ ।''

(ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଅତିମାନସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ପୃ-୧୧୦)

ଶରୀର-କୋଷର ଯୋଗ

ବହୁବର୍ଷ ପୂର୍ବେ, ଏହି ଲେଖକ ଆଶ୍ରମକୁ ଆସିବାର ପୂର୍ବରୁ (୧୯୬୮ ମସିହା), ଯେତେବେଳେ ଦିନେ ମା'ଙ୍କ ଫଟୋକୁ ଅନାଇ ରହିଥିଲା ସେତେବେଳେ ତା'ର ମନକୁ ଏକ ବିଚିତ୍ର ଧାରଣା ଆସିଥିଲା । ତାହାହେଲା ଆମେ ସମସ୍ତେ ମା'ଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କୋଷ । ଆମେ ଯଦି ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଯାଉ ତେବେ ମା'ଙ୍କର କୋଷମାନେ ମଧ୍ୟ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଯିବେ । ଏହିପରି ଭାବରେ ମା'ଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇପାରିବ । ଏହି ଧାରଣା ଆଦୌ ଯେ ଅବାନ୍ତର ନ ଥିଲା ଏବେ ମୁଁ ତାହା ମା'ଙ୍କ ବହି ପଢ଼ି ବୁଝିପାରିଛି । ମା' କହିଛନ୍ତି : ''ଯଦି ଆମକୁ କୋଷସମୂହ ବୋଲି ଧରିନେଉ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ବିଶାଳ ଜୀବନ୍ତ ଯନ୍ତ୍ର (ଶରୀର) ଗଠିତ ହୋଇପାରିଛି ତେବେ ଆମେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ବୁଝିପାରିବୁ ଯେ ଗୋଟିଏ କୋଷ ନିଜ ଜୀବନ-ନିର୍ବାହ କରି ସମୂହ ଜୀବନକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଛି ଏବଂ ଏହା ନିଜକୁ ସମୂହଠାରୁ ସେତେବେଳେ ପୃଥକ୍ କରିପାରିବ ଯେତେବେଳେ ଏହା ଧ୍ୱଂସ ହେବାକୁ ଯାଉଥାଏ । ଯଥାର୍ଥରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଏହା ସମୂହ ପାଇଁ ନିଜର ଏକ ବିଶେଷ ଭାଗ ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ ।'' (MCW - 2, p. -54) ଏ ତ ହେଲା ଗୋଟିଏ ଶରୀରର କଥା । ଏଥର ଆମେ ଦେଖିବୁ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ଶରୀର କିପରି ଅଭିନ୍ନ ଭାବରେ ରହିଛି । ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଆମେ ଭାବିଥାଉ ଆମେ ଯେଉଁସବୁ ଉପାଦାନକୁ ନେଇ ଗଠିତ ହୋଇଥାଉ ସେସବୁ ଆମର । ସଚେତନଭାବେ ହେଉ ବା ଅଚେତନଭାବେ ହେଉ, ଆମେ ଏସବୁକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଧରି ରଖିବାକୁ ଚାହିଁଥାଉ ଏବଂ ତା' ସହିତ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଉପାଦାନକୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ଆମ ଉପାଦାନ ସହିତ ମିଶାଇ ଦେବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସର୍ବଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଭୁଲିଯାଉ ଯେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଆମର କୌଣସି ପୃଥକତା ନାହିଁ, ଆମେ କିଛି ବି ପାଇପାରିବୁ ନାହିଁ ଯଦି ଆମେ କିଛି ବି ନ ଦେଇଛୁ ।''

(MCW - 2, p.-53)

ଏହିପରି ଭାବରେ ସାରା ମଣିଷଜାତି ଏହି ଦେବା ନେବା ଉପରେ ଅଭିନ୍ନ ଭାବରେ ତିଷ୍ଠି ରହିଛି । ମା କହୁଥିଲେ ସେ ସାରା ପୃଥିବୀକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଧାରଣ କରି ରୂପାନ୍ତର କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ୍ ସାରା ମଣିଷଜାତି ମା'ଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଧୃତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଏବିଷୟରେ ସେ ପରୋକ୍ଷ ଭାବରେ କହୁଛନ୍ତି : ''ଶରୀର ହେଲା ପୃଥିବୀର ଏକ ଅନୁରୂପ । ଏହା ନିଜ ଭିତରେ ସାରା ଜଗତକୁ ଧାରଣ କରିଥାଏ ବିଶେଷ କରି ଏହି ପୃଥିବୀକୁ — ପୃଥିବୀ ହେଲା ସମସ୍ତ ଜଗତର ଏକ ଅନୁରୂପ — ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ରୂପରେ, କ୍ଷୁଦ୍ରତମ ବସ୍ତୁ (Mikros)ରେ ବୃହତ୍ତର ବସ୍ତୁ (Makros)ର ସମସ୍ତ ଗୁଣଧର୍ମ ରହିଥାଏ ।

''ଏହାହିଁ ହେଲା ଘଟଣା – ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ଶରୀର ଯେକି ପରମ ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ଅନୁପ୍ରାଣିତ ଓ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଏ, ବିଶ୍ୱ-ଚେତନା ସହିତ ତାଳଦେଇ ଗତି କରୁଥାଏ : କେବଳ ଯେ ଏହା ବିଶ୍ୱଘଟଣାକୁ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିପାରିଥାଏ – ତା' ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଏହା ନିଜ ଭିତରେ ଏକ କ୍ରିୟାଶୀଳ ଶକ୍ତିକୁ ଧାରଣ କରିଥାଏ ଯଦ୍ୱାରା ଏହିସବୁ ଘଟଣାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଏପରିକି ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରିଥାଏ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଗତିବୃତ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ।'' (On Physical Education, p - 236) ଏପରି ଶରୀର ଯେ କେବଳ ମା'ଙ୍କର ହୋଇପାରେ ଏବିଷୟରେ ଆମକୁ ଆଉ ବୁଝିବାକୁ କଷ୍ଟ ହେବ ନାହିଁ । ଏହି ବାଣୀର ପ୍ରଥମ ପାରାର ତତ୍ତ୍ୱ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ । ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଶରୀର ହେଲା ଏହି ବିଶ୍ୱର ଏକ ଅନୁରୂପ – ଏବିଷୟରେ ଆମେ ସଚେତନ ହେଉ ବା ନ ହେଉ, କିନ୍ତୁ ଦ୍ୱିତୀୟ ପାରାରେ ମା' ଯେଉଁ କଥା କହୁଛନ୍ତି, ଏହା ସମସ୍ତେ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ଯେ କେବଳ ପରମ ଚେତନା (ଅତିମାନସ ଚେତନା) ଦ୍ୱାରା ଅନୁପ୍ରାଣିତ ଓ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଏ ସେହିଁ କେବଳ ନିଜ ଭିତରେ ରୂପାନ୍ତର ଘଟାଇ ସାରା ପୃଥିବୀର ରୂପାନ୍ତର ଆଣିପାରିଥାଏ । ଅତଏବ ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏପରି ଶରୀର କେବଳ ମା'ଙ୍କର ।

ମା' କହୁଥିଲେ ସେ ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କୋଷକୁ ଧରି ରୂପାନ୍ତର କରୁଥିଲେ । ସେ କହୁଥିଲେ ତାଙ୍କ ଭିତରେ କେତେକ କୋଷର ଅମରତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥିଲା । ମା'ଙ୍କର ଶରୀରତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ଏ ଲେଖକର ପ୍ରଶ୍ନ ଉଦୟ ହେଲା ଯଦି ମା'ଙ୍କ ଶରୀର ସହିତ ଏହି ଅମର କୋଷମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ସମାଧି ଦିଆଗଲା ତେବେ ଏହି ଅମର କୋଷଯାକ ଗଲେ କୁଆଡ଼େ ? ଅବଶ୍ୟ ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ଯଥାର୍ଥ ଉତ୍ତର ପାଇବା ପାଇଁ ୩୮ ବର୍ଷ ଧରି ଅପେକ୍ଷା କଲାପରେ ମା'ଙ୍କର ଯେଉଁ ଉତ୍ତର ମିଳିଲା ତାହା ଏହିପରି । ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୋଇ ଯେଉଁ ଶରୀର ତିଆରି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ଏହାର ଶେଷ ପରିଣାମ (ମୃତ୍ୟୁ) ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀରର ଅବସାନ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ କୋଷ ବିଶେଷ କରି ଯେଉଁ କୋଷମାନେ ଉନ୍ନତି ଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ନିଜ ଭିତରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ସେମାନେ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ସଂସ୍ପର୍ଶ ମାଧ୍ୟମରେ ଅନ୍ୟ ସଙ୍ଗଠନରେ (Combination – ଅର୍ଥାତ୍ ଅନ୍ୟ ଶରୀରରେ) ଭଗବତ୍ ଉପସ୍ଥିତିର ଚେତନାରେ ସେମାନେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଅନ୍ତି ଯାହାକି ସେହି କୋଷମାନଙ୍କରେ ପୂର୍ବରୁ ରହିଥିଲା । ଏହିପରି ଭାବରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତର ଉପାୟ; ଅଗ୍ରଗତି ଓ ବିଚ୍ଛୁରଣ ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ଜଡ଼ ସଂସ୍ପର୍ଶ ମାଧ୍ୟମରେ କ୍ରମ-ବିକାଶ ଓ ଶିକ୍ଷା କରିଥାଆନ୍ତି, ସଂସ୍ପର୍ଶ ଦ୍ୱାରା କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧନଶୀଳ ହୁଅନ୍ତି । ଏହି ସଂସ୍ପର୍ଶ ଦ୍ୱାରାହିଁ ସେମାନେ ସକଳ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ।''

''ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ, ଶରୀରର ମୃତ୍ୟୁ ସହିତ କୋଷମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଅବସାନ ହୋଇଥାଏ । କୋଷମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଯେଉଁ ଚେତନା ରହିଥିଲା, ତାହା ଅନ୍ୟ ଶରୀରରେ

ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ ।'' (MCW - 12, pp - 344-345) ଅତଏବ ମା'ଙ୍କର ଅମର ଶରୀର କୋଷ ଏବଂ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇଥିବା କୋଷମାନେ ସମାଧିରେ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପାରୁଛନ୍ତି – ଯେଉଁମାନେ ସମାଧିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରୁଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜଡ଼ବସ୍ତୁର ଏକ ଚେତନା, ଏକ ପ୍ରକମ୍ପନ, ଏକ ବିକିରଣ ଓ ଏକ ବାତାବରଣ ରହିଥାଏ । ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ଜଡ଼ ଭିତରେ ଏହିସବୁ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଆଧିକ୍ୟ ରହିଥାଏ, ବିଶେଷ କରି ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗ କରନ୍ତି ଓ ଯୋଗରେ ବିଭିନ୍ନ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଶରୀରର ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସହସ୍ର ଗୁଣରେ ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଶରୀରର ବାତାବରଣ ଶରୀର ବାହାରକୁ କିଛି ଦୂର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀର ପ୍ରସାରଣର ସ୍ପର୍ଶ ମା' ସମୁଦ୍ର ଭିତରେ ଜାହାଜରେ ଆସୁଥିବାବେଳେ ଦଶ ସାମୁଦ୍ରିକ ମାଇଲ୍ ଦୂରରୁ ଅନୁଭବ କରିପାରିଥିଲେ । ମା'ଙ୍କର ଶରୀରତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ତାଙ୍କର ଶରୀର-ପ୍ରସାରଣ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ବ୍ୟାପି ଯାଇଥିଲା । ଅତଏବ ଆମ ଶରୀରର ସଂସ୍ପର୍ଶ ପାଇଁ ଆମକୁ ଆଉ ମା'ଙ୍କ ପାଖକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥିଲା । ତାଙ୍କ ଶରୀର-ଚେତନା (ଅମର କୋଷମାନଙ୍କର ଚେତନା ସହିତ) ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିଛି । ଅର୍ଥାତ୍ (ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଶରୀର ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥିଲା) ତାଙ୍କର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ତତ୍ତ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମଣ କରିଛି । ବିନା ସାଧନାରେ ମା'ଙ୍କର ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ଓ ସମସ୍ତ ଉପାୟ ଆମ ଶରୀର-କୋଷମାନଙ୍କରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଗଲା । ରୋଗ-ସଂକ୍ରମଣ ପରି ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ଏହି ମହାସଂକ୍ରମଣ ସେଦିନ ଘଟିଥିଲା । ତେଣୁ ଏହି ଦିବସକୁ କୁହାଯାଇପାରେ ମହା ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ଦିବସ । ଏହା ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରର ଯାତ୍ରାପଥରେ ଏକ ମହାବିଜୟ । ଯେଉଁମାନେ ଏହି ଦିବସରେ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଉପସ୍ଥିତ ନ ଥିଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ଜନ୍ମ ହୋଇ ନ ଥିଲେ ସେମାନେ ଏବେ ବି ଏହି ସ୍ପର୍ଶ ପାଇ ପାରିବେ, ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇପାରିବେ ମା'ଙ୍କର ମହାସମାଧିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରି ।

ଏହି ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ତତ୍ତ୍ୱ ଆଜି ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ମହା ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଯେଉଁ ଦେବମୁହୂର୍ତ୍ତର ଶୁଭାରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା, ତା'ର ପ୍ରଭାବରେ ମଣିଷଜାତି ଏକ ନବଯୁଗ (ଅତିମାନସ ଯୁଗ)ର ଆଗମନୀର ସୂଚନା ପାଇସାରିଛି । ଏହି ନବଯୁଗର ରଚନା ପାଇଁ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ମଣିଷଜାତି ପାଇଁ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶକ୍ତିରାଜି ଅବତରଣ କରାଇ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଛନ୍ତି । ଏସବୁ ପାଇ ମଧ୍ୟ ଏବେ ବି ମଣିଷ ଶୋଇ ରହିଛି । ଏବେ ବି ତା'ର ହୃଦୟ- ମନ୍ଦିରକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଓ ପବିତ୍ର କରିପାରି ନାହିଁ ଯେଉଁଠାରେ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇ ମଣିଷକୁ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରି ଏହି ନବଯୁଗକୁ ରଚନା କରିପାରିବେ । ଏଥିପାଇଁ ମଣିଷ ଜାତିକୁ ଆହ୍ୱାନ କରି ମା' ପଚାରୁଛନ୍ତି : 'ତୁମେ କ'ଣ

ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛ ? ତୁମେ କ'ଣ ଏ କାମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ?' କିନ୍ତୁ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ! ମଣିଷ କାନରେ ଏ ଡାକରାର ବିଶେଷ କିଛି ପ୍ରଭାବ ପକାଇ ପାରିଲା ନାହିଁ । କିଛି ଲୋକ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବାଣୀକୁ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ସତ କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ପାଇଁ ସେମାନେ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନ୍ତରିକ କରିପାରିଲେ ନାହିଁ ବା ଆନ୍ତରିକ ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରି ମଧ ବାରଂବାର ବିଫଳ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏ ପରିସ୍ଥିତିରେ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କେବଳ ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ରହିଯାଇଥିଲା — ତାହା ହେଲା ସାରା ମାନବଜାତି ପାଇଁ, ପୃଥିବୀ ପାଇଁ, ସାରା ବିଶ୍ୱ ପାଇଁ, ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ତଥା ମଣିଷକୁ ଗ୍ରହଣଶୀଳ ଓ ସକ୍ଷମ କରିବା ପାଇଁ, ଏହି ନବଯୁଗର ଗଠନର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ କ୍ଷିପ୍ର କରିବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାହୁତି ଦେବା । ଉଭୟଙ୍କ ଦେହତ୍ୟାଗ ଆକସ୍ମିକ ନ ଥିଲା ବା ସେମାନେ ମୃତ୍ୟୁ ଦ୍ୱାରା ପରାଭୂତ ହୋଇ ନ ଥିଲେ । ମାନବଜାତି ପାଇଁ ଏହା ଥିଲା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମବଳି ସଚେତନ ଭାବେ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଆତ୍ମବଳି ଥିଲା ଅତିମାନସ ଅବତରଣର ପଥକୁ ପରିଷ୍କାର କରିବା ଏବଂ ପରେ ସୂକ୍ଷ୍ମରେ ରହି ଉନ୍ନତ ଆତ୍ମା ଧାରଣ କରିଥିବା ମଣିଷମାନଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଯୋଗରେ ଦୀକ୍ଷିତ କରିବା ଓ ସେମାନଙ୍କୁ ଏ ଯୋଗରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା । ସେ ଏହି କାମ କରିଚାଲିବେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଙ୍କର ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗ (ଶରୀର- ରୂପାନ୍ତର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ) ଏ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନ ହୋଇଛି । ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଏହି ପୃଥିବୀ-ବାତାବରଣ ଛାଡ଼ିଯିବେ ନାହିଁ ବୋଲି ମା'ଙ୍କୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛନ୍ତି । ଶେଷରେ ସେ ପ୍ରଥମ ଅତିମାନବ ହୋଇ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେବେ । ସେ ତାଙ୍କର ଅତିମାନସୀକରଣ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରକୁ ନେଇ ଏହି କାମ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଓ କ୍ଷିପ୍ର ଗତିରେ କରିଚାଲିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀମା'ଙ୍କର ଶରୀରତ୍ୟାଗର ମଧ ତଦନୁରୂପ ଏକ ବିଶେଷ କାରଣ ରହିଛି । ଏହି ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗରେ ଗୋଟିଏ ଶରୀରର ରୂପାନ୍ତର ନିର୍ଭର କରେ ସମୂହ ଲୋକଙ୍କର ଏପଥରେ ଅଗ୍ରଗତି ଉପରେ । ଏକସଙ୍ଗେ ଦଳେ ଲୋକଙ୍କର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତରିତ ନ ହେଲେ ଅତିମାନବର ଆବିର୍ଭାବ ସୁଗମ ହେବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏହି ଅପାରଗ, ଅକ୍ଷମ, ମନୁଷ୍ୟକୁ ସକ୍ଷମ କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅତିମାନସ ଦ୍ୱାରା ରୂପାନ୍ତରିତ ଶରୀରକୁ ନେଇ ସେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ କାମରେ ସହଯୋଗ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ଖୋଜି ବୁଲୁଛନ୍ତି ଉପଯୁକ୍ତ ଗ୍ରହଣଶୀଳ ଶରୀର, ଯେଉଁମାନଙ୍କର ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଯଥେଷ୍ଟ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇସାରିଛି, ଶରୀର ଚେତନା ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇସାରିଛି ଓ ଶରୀର କୋଷ ସ୍ତରରେ ସଚେତନ ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ତାଙ୍କର ନୂତନ ଶରୀର ପରିଚାଳନା (metabolism)ର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସଂକ୍ରମଣ କରି ତାଙ୍କ ଶରୀର- ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ଶରୀର ମଧ ମା'ଙ୍କ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ଅବସ୍ଥାକୁ ଆସିପାରିବ । ତେବେ ଯାଇ ମା'ଙ୍କର ଶରୀର ସ୍ଥୂଳରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବ । ଏହି ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ପ୍ରକ୍ରିୟା ମନ ଦ୍ୱାରା ବୁଝିବା ଦରକାର

ନାହିଁ । ବରଂ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଶରୀର ଭିତରେ ଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବାଧା ଉପୁନ୍ନ ହେଉଥିବ । ଶରୀର-ଚେତନାକୁ ମନ ଓ ପ୍ରାଣଠାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଲଗା କରି ଏହାକୁ ମୁକ୍ତ ନ କଲେ ଶରୀରକୋଷର ଯୋଗ ବା ରୂପାନ୍ତର ଆରମ୍ଭ ହେବ ନାହିଁ ।

ଶରୀର ଚେତନାର ଏହି ପୃଥକୀକରଣ ମା'ଙ୍କର ପ୍ରଥମେ କିପରି ହୋଇଥିଲା ସେ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହା ଯେତେବେଳେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ସେତେବେଳେ ଡାକ୍ତରମାନେ ମୁଁ ଖୁବ୍ ଅସୁସ୍ଥ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରିଦେଲେ । କାରଣ ସମସ୍ତ ଶରୀର ଖାଲି ହୋଇ ଯାଇଥିଲା, ତା'ର ସମସ୍ତ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ତା'ର ଶକ୍ତିରାଜି, ଏବଂ ପରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କୋଷମାନେ ଏକ ନୂତନ ଗ୍ରହଣଶୀଳତାରେ ଜାଗ୍ରତ୍ ହେଲେ ଏବଂ ନିଜକୁ ସିଧାସଳଖ ଭାଗବତ ପ୍ରଭାବ ପ୍ରତି ଖୋଲି ଧରିଲେ ।''(MCW - 11, p - 94) ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ମା' ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ଥିଲେ । ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ଅଜ୍ଞାନ ହୋଇଗଲି, କିନ୍ତୁ ମୁଁ ସଚେତନ ଥିଲି, ମୁଁ ମୋ ଶରୀରକୁ ଦେଖିଲି, ମୁଁ ଜାଣିଲି ଏହା ଅଜ୍ଞାନ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି, ମୁଁ ମୋ ଚେତନା ହରାଇ ନ ଥିଲି ଏବଂ ମୋ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ତା'ର ଚେତନା ହରାଇ ନ ଥିଲା । ମୁଁ ବୁଝିଲି ଏହା ଥିଲା ମନ ଓ ପ୍ରାଣରୁ ଭିନ୍ନ ହେବା (cut off) ଏବଂ ଏହା ନିଜ ଭିତରେ ଥିବା ବ୍ୟବସ୍ଥା (resourses) ପାଇଁ ଛାଡ଼ିଦିଆ ହୋଇଥିଲା;...'' (MCW - 11, p - 99) ଏହି ଘଟଣା ମା'ଙ୍କର ୧୯୬୨ ବସନ୍ତ ଋତୁରେ ହୋଇଥିଲା କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ୨୨ ନଭେମ୍ବର ୧୯୬୭ ମସିହାରେ ସେ ପ୍ରକାଶ କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ଅନୁଭୂତିର ବିଶଦ ବିବରଣୀ ଜାଣିବା ପାଇଁ ମାତୃରଚନାବଳି, ଏକାଦଶ ଖଣ୍ଡର ପୃଷ୍ଠା ୯୧ରୁ ୧୦୧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଠକମାନେ ପଢ଼ିପାରନ୍ତି ।

ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ମା'ଙ୍କ ଶରୀରର ଯେଉଁସବୁ ଅନୁଭୂତି ହୋଇଛି ସେସବୁ ଅନୁଭୂତି ଆମର କେବେ ହେବ ଓ କିପରି ହେବ ? ଏହି ଅନୁଭୂତିକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ଆମକୁ କ'ଣ କରିବାକୁ ହେବ ? ମା' ଓ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ବହୁବାର କହିଛନ୍ତି — ଗୋଟିଏ ଶରୀରରେ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର କୌଣସି ଅନୁଭୂତି ହେଲେ ତାହା ଅନ୍ୟ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଘଟିବ । ଏବିଷୟରେ ମା' ବୁଝାଇ କହୁଛନ୍ତି : ''କିନ୍ତୁ ଯେହେତୁ ଏହା ଗୋଟିଏ ଶରୀରରେ ଘଟୁଛି, ଏହା ସମସ୍ତ ଶରୀରରେ ଘଟିପାରିବ : ମୁଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ କୌଣସି ଅଲଗା ଭାବରେ ଗଢ଼ା ହୋଇ ନାହିଁ । କେବଳ ଚେତନାରେ ଏହି ତଫାତ୍ ରହିଛି । ଏହା ଠିକ୍ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପରି ଗଢ଼ା ହୋଇଛି । ମୁଁ ସେହି ସମାନ ଖାଦ୍ୟ ଖାଏ ଯାହା ଅନ୍ୟମାନେ ଖାଆନ୍ତି ଯାହା ସମାନ ଭାବରେ ରନ୍ଧା ହୋଇଥାଏ ।

''ଏବଂ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଶରୀର ପରି ଏହା ଭିତରେ ମୂର୍ଖତା, ଅଜ୍ଞାନତା, ଅଚେତନତା ଏବଂ ଜିଦ୍‌ଖୋର ପ୍ରକୃତି ଆଦି ରହିଛି ।'' (M.C.W.-11, p.94) ମା'ଙ୍କର ଏହି ଯେଉଁସବୁ ଅନୁଭୂତି ହେଉଥିଲା ତାହା ସାରା ପୃଥିବୀରେ ମଧ୍ୟ ଏଠି ସେଠି

ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରୁଥିଲା – ଏ ବିଷୟରେ ମା' ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରି କହି ଯାଇଛନ୍ତି । ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ କହୁ ନାହିଁ ଏକାବେଳେକେ ମୋ ଭଳି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ଟିକିନିଖି ଅନୁଭୂତି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ହେଉଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏଠି ସେଠି (ପୃଥିବୀର ବିଭିନ୍ନ ବିନ୍ଦୁକୁ ଦେଖାଇବାର ଭଙ୍ଗୀରେ) କାହାରି ଭିତରେ ହଠାତ୍ କୌଣସି ଶରୀର ଅନୁଭୂତି ହେଉଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଏଥିରେ ଭୟଭୀତ ହୋଇପଡୁଥିଲେ ଯଦ୍ୱାରା ଏହି ଅନୁଭୂତି ସ୍ଥଗିତ ହୋଇଯାଉ ଥିଲା । ଏହାର କାରଣ ହେଲା ସେମାନେ ତାଙ୍କ ନିଜ ଭିତରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ ନ ଥିଲେ;...''

(MCW-11, p.100)

ଏ ଲେଖକ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ଭୟଙ୍କର ଅନୁଭୂତିର ଶିକାର ହୋଇଛି । ୧୯୭୩ ମସିହା ସେତେବେଳେ ମା' ତାଙ୍କର ସ୍ୱଶରୀରରେ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଥିଲେ; ଦିନେ ରାତି ୧୦ଟାରେ ହଠାତ୍ ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ପୃଥକୀକରଣର ପ୍ରଥମ ଅନୁଭୂତି ମୋର ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ଏଥିପାଇଁ ମୋ ଶରୀରକୁ ଅଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଶରୀର, ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା ବିନା ଏକ ସ୍ଥିର, ନିଶ୍ଚଳ ଓ ଆନନ୍ଦ ଅବସ୍ଥାରେ ବାସ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲା । ମୋର ସାକ୍ଷିଚେତନା ଏହାକୁ ଅବଲୋକନ କରୁଥିଲା । କିନ୍ତୁ ହଠାତ୍ ବାହାରେ ଏକ ବିରାଡ଼ିର 'ମିଆଉଁ' ଶବ୍ଦରେ ଏହି ଅନୁଭୂତି ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେଲା । ସେହି ଶବ୍ଦରେ ଶରୀର ଭୟରେ ଥରହର ହେବାକୁ ଲାଗିଲା । ଶରୀରରେ ଏହି ଶବ୍ଦ ବୋମା ପଡ଼ିଲା ପରି ଅନୁଭୂତ ହେଲା । ମୁଁ କିଛି ବୁଝି ପାରିଲି ନାହିଁ ଏପରି କାହିଁକି ହେଉଛି । ମନେହେଲା ମୋ ଶରୀରରୁ ସମସ୍ତ ଚମଡ଼ା ବାହାର କରି ନିଆହୋଇଛି । ମୁଁ ଭାବୁଥିଲି ସେଯାଏଁ ଯେ ମୋ ଭିତରେ ମୃତ୍ୟୁଭୟ ସହିତ ସମସ୍ତ ଭୟକୁ ଜୟ କରି ସାରିଛି । କିନ୍ତୁ ମୋ ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଯେ ଏତେ ପ୍ରବଳ ଭୟ ଲୁଚି ରହିଥିଲା ତାହା ସେଦିନ ଜାଣିଲି । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ କେବଳ ସାବିତ୍ରୀ ବହିକୁ ଛାତିରେ ଚାପି ରଖି ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଫଟୋକୁ ଅନାଇ ରହିଥିଲି ଭୟ ଶାନ୍ତହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ । ଏ ଅବସ୍ଥାରେ ଆଉ ଶୋଇ ହେଲା ନାହିଁ । ଟିକିଏ ଆଖି ଲାଗିଲା ବେଳକୁ ଭୟରେ ଚମକି ପଡୁଥିଲି ଓ ନିଦ ଭାଙ୍ଗି ଯାଉଥିଲା । ପ୍ରାୟ ରାତି ଦୁଇଟାରେ ଅନୁଭବ କଲି ମୋ ମସ୍ତକ ଦେଇ ଏକ ଚେତନାର ସ୍ରୋତ ମୋ ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଛି । ଏଥିରେ ମୁଁ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେକଲି କାରଣ ଏହା ଥିଲା ମୋ ନିଜର ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ସତ୍ତା । ପରେ ଆରାମରେ ନିଦ୍ରା ଯାଇଥିଲି ।

ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଓ ଶରୀରକୋଷରେ ଏହିସବୁ ନୂତନ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ଅନୁଭୂତି ପାଇବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା ଶରୀର ସୁସ୍ଥ, ସବଳ, ନିରୋଗ ଓ ନିର୍ମଳ ହେବା ଉଚିତ । ତା'ପର କଥା ହେଲା ଏହାକୁ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ହେବ ମା'ଙ୍କ ଆଡ଼କୁ । ବାକିସବୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ମା' କରିଦେବେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମକୁ କେବଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ

ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ପ୍ରଥମ କରଣୀୟ ବ୍ୟାୟାମ, ଆସନ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ଆଦି କରି ଏହାକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାକୁ ହେବ । ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ମା'ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରି, ତାଙ୍କ ବହି ପଢ଼ି କେବଳ ମନରେ ଜ୍ଞାନୀ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି, ମନରେ ଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଶରୀର କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେହି ଆଳସ୍ୟ ଭରି ରହିଛି । ଯାହାର ସାଧନା ଆମର ପ୍ରଥମେ ଆରମ୍ଭ କରିବା କଥା ତାକୁ ଆମେ ଶେଷକୁ ପକାଇ ଦେଉ । ତେଣୁ ଶରୀର ପଛକୁ ପଡ଼ିଯାଏ, ମନ ଆଗେଇ ଯାଏ – ଯଦ୍ୱାରା ଭୀଷଣ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ଫଳରେ ଶରୀରରେ ଆଧାତ୍ମିକ ଅନୁଭୂତି ହେବା ବଦଳରେ ରୋଗ, ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟର ଅନୁଭୂତି ହୋଇ ଓ ତାକୁ ବହନ କରି ସାରା ଜୀବନ ବିତି ଯାଇଥାଏ । ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁ ଆମକୁ ପରାଭୂତ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ହେ ମାତୃସନ୍ତାନବୃନ୍ଦ, ଆସ, ବେଳ ଥାଉ ଥାଉ ଜାଗ୍ରତ୍ ହେବା । ସମୟ ନାହିଁ ବୋଲି ବାହାନା ନ କରି ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚାରେ ଲାଗିପଡ଼ିବା । ଯେପରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ, ବ୍ୟାୟାମ ମଧ୍ୟ ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଆବଶ୍ୟକ । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ବନ୍ଦ କରିବା ପାଇଁ, ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ ଲାଭକରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟାୟାମ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତରର ଏହାହିଁ ହେଲା ମୂଳଦୁଆ । ଶରୀରକୁ ମା'ଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଏହାକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବେ ଗଢ଼ିତୋଳ । ଏହା ଆମ ହାତର କଥା । ପରେ ଯେତେବେଳେ ଏହାକୁ ମା'ଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିବ ସେତେବେଳେ ମା' ଯାହା କରିବେ ତାହାହିଁ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନ ନିଭାଇ ଏକ ତାମସିକ ସମର୍ପଣର ଭାବ ମନରେ ରଖି କହିଥାଉ ମୋର କିଛି କରିବାର ନାହିଁ, ସବୁକିଛି ମା' କରିବେ । ଠିକ୍ କଥାକୁ ଚାହିଁବା ଓ ଖରାପ କଥାକୁ ନ ଚାହିଁବା କାମ ମା' ଆମ ପାଇଁ କରିପାରିବେ ନାହିଁ – ତାହା ଆମକୁହିଁ କରିବାକୁ ହେବ – ଏହାହିଁ ହେଲା ଆମ ପକ୍ଷରୁ ସହଯୋଗିତା । ମା' ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହିପରି ସହଯୋଗିତାର ଶରୀର ଖୋଜୁଛନ୍ତି; ଯେଉଁମାନେକି ଶରୀରକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଗଠନ କରି ଆନ୍ତରିକତାର ସହିତ ମା'ଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିପାରିବେ ଏବଂ ପରେ ଆଉ ଏହା ଉପରେ ନିଜର ମାଲିକାନା ଚିନ୍ତାରେ ଓ ବ୍ୟବହାରରେ ମଧ୍ୟ ଜାହିର କରିବେ ନାହିଁ ସେଇମାନଙ୍କ ଶରୀର । ଏହାହିଁ ହେଲା ଆମ ତରଫରୁ ଶରୀରର ଆତ୍ମବଳି – ନିଜ ଅସ୍ତିତ୍ୱର ପରିସମାପ୍ତି । କେବଳହିଁ ରହିବେ ମା' ।

କେବଳ କାଁ ଭାଁ ଟିକିଏ ଟିକିଏ ଅନୁଭୂତି ପାଇ ଆମେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ବସିରହିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଆମର ସମସ୍ତ ଚିନ୍ତାଧାରା, ସମସ୍ତ କର୍ମ, ସମସ୍ତ ଗତିବୃତ୍ତି ମାତୃମୟ ହେବା ଉଚିତ । ଆମେ ଆଜି ଯେଉଁ ଚାକଚକ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥିବୀରେ ବାସ କରିଥାଉ ସେଠାରୁ ଆମକୁ ବାହାରି ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହା ଆମକୁ ଆଉ ଆଗକୁ ନେଇପାରିବ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ନିର୍ଲିପ୍ତତାର ଜୀବନ ଯାପନ କରିବାକୁ ହେବ – ଏଠାରୁ ପଳାୟନ କରି ନୁହେଁ । ଅତିମାନସ ଦିଗରେ ଆମକୁ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ହେଲେ ଆମର ସମସ୍ତ

ବିଦ୍ୟା, ବୁଦ୍ଧି, ପ୍ରତିଷ୍ଠା, ମାନ, ସମ୍ମାନରୁ ବାହାରି ଆସି କେବଳ ମା'ଙ୍କର ପଣତକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରିବାକୁ ହେବ । ତାହାହିଁ ଆମକୁ ଏହି ମୋହରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଆଗକୁ ନେଇଯିବ । ଖାଲି ଏତିକି ନୁହେଁ, ଆମର ସମସ୍ତ ଅତୀତକୁ ଭୁଲି ଯିବାକୁ ହେବ । ଅବଚେତନାରେ ଯେତେସବୁ ଜନ୍ମଜନ୍ମାନ୍ତରର ସଂସ୍କାର ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିଛି ସେସବୁକୁ ପୋଛି ଦେବାକୁ ହେବ 'ମା' ନାମ ଅନବରତ ଜପ କରି । ତେବେ ଯାଇ ଆମର ଶରୀରକୋଷମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରିବେ ଏବଂ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ କରିବେ । ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ମା'ଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ପ୍ରାର୍ଥନାହିଁ ସଫଳ ହେବ –

''ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ଭଗବତ୍ କୃପା ବଳରେ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଜାଗ୍ରତ୍ ହେଉଛୁ, ଏକ ସଚେତନ ଜୀବନକୁ ଉଠିଆସିଛୁ, ଏକ ଆକୁଳ ପ୍ରାର୍ଥନା ଆମ ଭିତରୁ ଉଠିଆସୁଛି ଅଧିକ ଆଲୋକ, ଅଧିକ ଚେତନା ପାଇଁ –

''ହେ ଜଗତର ପରମ ପ୍ରଭୁ, ଆମେ ତୁମକୁ ସବିନୟ ମିନତି କରୁଛୁ, ଆମକୁ ଶକ୍ତି ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କର, ଏବଂ ପ୍ରଦାନ କର ଭଗବତ୍ ଯନ୍ତ୍ର ହେବା ପାଇଁ ଦରକାର ହେଉଥିବା ସମଞ୍ଜସ୍ୟଯୁକ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ।''

(MCW - 11, p. 91, 22nd Nov. 1967)

ଆମେ ଜାଣିଛୁ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର କେବଳ ସଂକ୍ରମଣ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବପର । ଅର୍ଥାତ୍ ରୂପାନ୍ତରକାରୀ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବ ପ୍ରତି ନିଜକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରିଲେ, ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗପଥରେ ଅଗ୍ରଗାମୀ ବ୍ୟକ୍ତି ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିପାରିଲେ ଆମେ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଉ । ଏକଥା କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ ଯେ ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏ ପଥରେ ଅଗ୍ରଦୂତ । ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ଆମକୁ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ସମ୍ପର୍କିତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଏହି ସଂକ୍ରମଣ ବାସ୍ତବରେ କ'ଣ ? ଏହା ହେଲା ଚେତନାର ଉଚ୍ଚତମ ଶିଖରରୁ (ବିଜ୍ଞାନମୟ ଜଗତ୍) ଆସୁଥିବା ଏକ ଶକ୍ତିର ପ୍ରକମ୍ପନ (vibration) ଯାହା ଜଡ଼ ଭିତରେ ସିଧା ରୂପାନ୍ତର କାମ କରିପାରିଥାଏ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା କହୁଛନ୍ତି : ''ଏଥିପାଇଁ ଜଡ଼ ଭିତରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଶୀଳ ସମ୍ଭାବନାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକରି ଏବଂ ମନ୍ଦ ପ୍ରକମ୍ପନକୁ ବର୍ଜନକରିବା ଏବଂ ଶେଷରେ ଏହାକୁ ଠିକ୍‌କରିବା ଯଦ୍ୱାରା ସ୍ଥୂଳସ୍ତରରେ ଏସବୁ ପ୍ରକାଶିତ ହେବା ଅସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ – ଏହି କ୍ଷମତା ସଚେତନ ଶକ୍ତି ଏବଂ କ୍ରିୟାଶୀଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ରହିଥାଏ ।

''ଏହା ବିପଦ-ଆପଦ ବିନା କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ ଯଦି ଜଣେ ବିଜ୍ଞାନମୟ ଚେତନା ସ୍ତରରେ ଆତଯାତ ହେଉଥାଏ ଏବଂ ତା'ର ମନ ଆଲୋକଦୀପ୍ତ ଆତ୍ମଶକ୍ତି ଏବଂ ସତ୍ୟଶକ୍ତି-ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।'' (M.C.W.-6, p. 93)

ସାଧାରଣତଃ ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ ଅବତରଣ କରିଥାଏ ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତି ଓ ତା'ର ଧ୍ୱନିର ପ୍ରକମ୍ପ ଦ୍ୱାରା । ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ପୁରାତନ

ପ୍ରଚଳିତ କଥାରେ କୁହାଯାଇଥାଏ – 'ଏଠାରେ ଆଲୋକର ପ୍ରକାଶ ହେଉ ଏବଂ ତାହା ଆଲୋକିତ ହୋଇଥାଏ ।' ଶବ୍ଦ ହେଲା ମନ୍ତ୍ର କିନ୍ତୁ ଏହାର କିଛି ବିଶେଷତା ରହିଛି; ଯେତେବେଳେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଆତ୍ମଶକ୍ତିବଳରେ ରୂପନେଇ ଜଡ଼ ଭିତରକୁ ଅବତରଣ କରିଆସିବାକୁ ଚାହିଁଥାଏ ଏବଂ ସିଧାସଳଖ ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ କ୍ରିୟା କରିଥାଏ ସେତେବେଳେ ତାକୁ ଶବ୍ଦର ସାହାଯ୍ୟ ନେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ – କେବଳ ଶବ୍ଦ ନୁହେଁ, ତା' ସହିତ ଶବ୍ଦର ଧ୍ୱନି, ଧ୍ୱନିର ପ୍ରକମ୍ପ – ଯାହା ସିଧାସଳଖ ଜଡ଼ ଭିତରେ ଥିବା ଜଡ଼ତା ଉପରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇଥାଏ ।''

(M.C.W.-6, p. 98)

ଏବେ ଆମକୁ ଏହି ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତିର ଧ୍ୱନିର ପ୍ରକମ୍ପ ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ଭାବରେ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହା ହେଲା ରୂପାନ୍ତରଯୋଗର ପ୍ରଧାନ କଥା । ଆମେ ଆଜିପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରିଆସିଛୁ । ଭଗବାନଙ୍କ ଜ୍ୟୋତି-ଦର୍ଶନ କରି ଆମେ ନିଜକୁ ସାର୍ଥକ ମନେକରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଭଗବାନ୍ କେବଳ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବା ସ୍ଥୂଳରେ ଦର୍ଶନର ବସ୍ତୁ ନୁହନ୍ତି । ତାଙ୍କୁ ଆମ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଶରୀର ସ୍ତରରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ତାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତ ଓ ଅବ୍ୟକ୍ତ ସକଳ ପ୍ରକମ୍ପକୁ ଶରୀରରେ ଅନୁଭବ କରିବା । ତାଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିର ପ୍ରଭାବକୁ ଶରୀରକୋଷରେ ମଧ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ କରିବା । ସକଳ ବସ୍ତୁ, ସକଳ ଚେତନାସ୍ତରର ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ସ୍ପନ୍ଦନ ରହିଥାଏ । ଏହିସବୁ ସ୍ପନ୍ଦନର ଗୁଣ, ଧର୍ମ ସମାନ ନୁହେଁ । ମା' କହିଛନ୍ତି, ''ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ସମସ୍ତ ପୃଥିବୀ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବ, ସେତେବେଳେହିଁ ତୁମେ ଭଗବାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇପାରିବ ।'' ଏହି ସଚେତନତା ଶରୀରସ୍ତରରେ ଆଣିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଏହି ସକଳ କମ୍ପନ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର ଏପରିକି ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ସ୍ତରରୁ ଯେଉଁସବୁ ସ୍ପନ୍ଦନ ଆସିଥାଏ ସେସବୁର ଏକ ବିଶେଷ ଗୁଣ ରହିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଭାଗବତ ଚେତନା ପ୍ରଭାବର ଯେଉଁ ସ୍ପନ୍ଦନ ଆସିଥାଏ ତାହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକୃତିର ଓ ଭିନ୍ନ ଗୁଣର ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ଯଥାର୍ଥଭାବେ ଚିହ୍ନିବା ପାଇଁ ତୁମର ପ୍ରଥମେ ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ଅନୁଭୂତି ଥିବା ଦରକାର; ଏପରିକି ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକାର ସ୍ପନ୍ଦନର ଅନୁଭୂତି ପାଇଲା ପରେ ମଧ୍ୟ ତୁମକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ ରହିବାକୁ ହେବ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ମନଯୋଗୀ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ବାସ୍ତବ ପକ୍ଷେ ଅନ୍ତରରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିସ୍ତରଙ୍ଗ ହୋଇ ରହିବାକୁ ହେବ, ଏହି ଦୁଇ ଭିତରେ ବିନା ଭୁଲ୍‌ରେ ତଫାତ୍ ବୁଝିବା ପାଇଁ ।'' (M.C.W.-6, p. 131)

ମଣିଷ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ଜୀବଜନ୍ତୁମାନେ ପ୍ରାୟ ଏହି ସ୍ପନ୍ଦନ ମାଧ୍ୟମରେ ଭାବର ଆଦାନପ୍ରଦାନ କରିଥାଆନ୍ତି, ଆକ୍ରମଣକାରୀର ଭାବ ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ବୁଝିଥାଆନ୍ତି । ସମୟ-

ସମୟରେ ଏଥିପାଇଁ ଶବ୍ଦ ଅର୍ଥାତ୍ ଧ୍ୱନିର ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ ନେଇଥା'ନ୍ତି । ଆମେ ଜାଣିଛୁ ଶରୀର-ଚେତନା ଭିତରେ ଯେଉଁ ପ୍ରକୃତିର କ୍ରିୟାକଳାପର ସ୍ମୃତି ରହିଥାଏ, ତାକୁ ନେଇ ଶରୀର ବାରଂବାର ସେହି କ୍ରିୟାକୁ ଦୋହରାଇଥାଏ । ଏହି ବଦ୍‌ପ୍ରକୃତିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଶରୀରରୁ ଏହି ସ୍ମୃତିକୁ ଲିଭାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ଶରୀରକୁ ବାଧ୍ୟକରି ଏହି କ୍ରିୟାକଳାପରେ ଲିପ୍ତ ହେବାକୁ ନ ଦେବା । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ଧର ତୁମକୁ ହାକୁଟି ହେଲା । ତୁମେ ଯଦି ଏହାର କିଛି ପ୍ରତିକାର ନ କର ତେବେ ଏହା ବହୁସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଅଭ୍ୟାସବଶତଃ ଶରୀର ଏହି ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ କ୍ରିୟା କରିଚାଲିଥାଏ । ତୁମେ ଯଦି କିଛି ସମୟ ନିଃଶ୍ୱାସ ବନ୍ଦ କରି ପେଟକୁ ଜୋରରେ ଦବାଇ ରଖ ତେବେ ଏହି ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ହାକୁଟିର କ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥାଏ ବା ତୁମର ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ମନକୁ ଯଦି ଅନ୍ୟତ୍ର ନିଆଯାଏ ତେବେ ହାକୁଟି ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥାଏ ।

ବହୁବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଆଶ୍ରମରେ ଘଟିଥିବା ଏକ ଘଟଣାର ଉଦାହରଣ ନିଆଯାଉ । ଜଣେ ଛାତ୍ରର ଏକ ବିଚିତ୍ର ବଦ୍‌ଗୁଣ ଥିଲା । ସେ ଖେଳପଡ଼ିଆରେ ଯାହାକୁ ତାହାକୁ କାମୁଡୁଥିଲା । କ୍ୟାପ୍‌ଟେନ୍ ଯେତେ ମନାକଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି କାମୁଡ଼ା ବନ୍ଦ ହେଲା ନାହିଁ । ଏହାର ପ୍ରତିକାର ବିଷୟରେ ମା'ଙ୍କୁ ପଚରାଗଲା । ମା' କହିଲେ ପିଲାଟି ଖେଳପଡ଼ିଆରେ ଥିବା ସମୟରେ ତା' ମୁହଁରେ ଏକ ଜାଲ ବାନ୍ଧି ରଖ । ଜାଲଟି ତିଆରି କରି ସେହି ପିଲାକୁ ଦିଆଗଲା । ଖେଳପଡ଼ିଆକୁ ଆସିଲେ ଜାଲଟି ସେହି ପିଲା କ୍ୟାପ୍‌ଟେନ୍‌କୁ ଦେଇଥାଏ ତା' ମୁହଁରେ ବାନ୍ଧିବା ପାଇଁ । ଖେଳ ଶେଷ ହେଲେ ପୁଣି ସେ କ୍ୟାପ୍‌ଟେନ୍ ପାଖକୁ ଆସିଥାଏ ଜାଲକୁ ଖୋଲିବା ପାଇଁ । ଏହିପରି କିଛିଦିନ ଗଲାପରେ ପିଲାଟିକୁ ଆଉ ଜାଲ ବାନ୍ଧିବାକୁ ପଡ଼ି ନ ଥିଲା ଓ ସେ ଆଉ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ କାମୁଡ଼ିଲା ନାହିଁ । ଏହା ହେଉଛି ଶରୀର-ପ୍ରକୃତିର ରୂପାନ୍ତରର ଏକ ଉପାୟ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଶରୀରରେ ଥିବା ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ମୁହଁରେ ଜାଲ ବା ଲଗାମ ଲଗାଇ ଏମାନଙ୍କର ଅଭ୍ୟାସକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ହେବ ଭଗବତ୍ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ସହାୟତାରେ ।

ଉପରୋକ୍ତ ଉପାୟରେ ପ୍ରକୃତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର କରାଯାଇ ନ ଥାଏ । ଏହାକୁ କେବଳ ଏକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖାଯାଇଥାଏ । ପୁରାତନ ଯୋଗରେ ଏହି ପନ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ରୂପାନ୍ତର ଯୋଗରେ କେବଳ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ – ପ୍ରକୃତିର ଆମୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦରକାର । ପ୍ରକୃତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଶରୀରର ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଆଗରୁ ଦର୍ଶାଇଥିବା ମା'ଙ୍କ ବାଣୀକୁ କାମରେ ଲଗାଇବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷରେ ରୂପାନ୍ତରର ମୂଳଦୁଆ ପକାଇବାକୁ ହେବ । ସାଧାରଣତଃ ଆମ ପ୍ରକୃତି-ରୂପାନ୍ତର ଆମେ ଆଜିପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବଳ ମନର ଭଲ-

ମନ୍ଦ ବିଚାର ମାଧ୍ୟମରେ କରିଆସିଛୁ, ମନର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବଦ୍‌ପ୍ରକୃତିକୁ କେବଳ ଦବାଇ ରଖିବାର ଚେଷ୍ଟାକରିଛୁ । କିନ୍ତୁ ଏବେ ଏହି କାମ ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷକୁ କରିବାକୁ ହେବ । ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଭଲ-ମନ୍ଦର ବିଚାରର ଚେତନା ଜାଗ୍ରତ୍ କରିବାକୁ ହେବ । ତାଙ୍କ ଭିତରେ ମନ୍ଦ ଉପରେ ବିଜୟ ଆଣିବାର ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତି ଭରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଏହି ସମ୍ଭାବନା ପାଇଁ ମା' ଅନ୍ୟ ଏକ ବାଣୀରେ ମନ୍ତ୍ର- ଶକ୍ତିର କଥା କହିଛନ୍ତି । ଏହି ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତିହିଁ ସମସ୍ତ ବିକୃତିକୁ ଦୂରକରି ସକଳ ବସ୍ତୁ, ସକଳ ଚେତନା, ସକଳ ଘଟଣାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥାଏ । ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତିହିଁ ଆମ ଶରୀରର ସକଳ କୋଷକୁ ନୂତନ ଆଲୋକ, ନୂତନ ଶକ୍ତି, ନୂତନ ଇଚ୍ଛା-ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ମନ୍ତ୍ର-ଶକ୍ତିରେ ରହିଛି ସକଳ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର ମୂଳବୀଜ । ନାମଜପର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ବିଷୟରେ ପୂଜ୍ୟ ବାବାଜି ମହାରାଜ କହୁଛନ୍ତି : ''ରୂପାନ୍ତରଯୋଗରେ ଦୁର୍ଲଙ୍ଘନୀୟ ବାଧାବିଘ୍ନ, ବିରୋଧିଶକ୍ତିରାଜିର ମହାନ୍ କୌଶଳପୂର୍ଣ୍ଣ ଆକ୍ରମଣରୁ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ରକ୍ଷାପାଇ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିବାର ଏକମାତ୍ର ଅମୋଘ, ଅବ୍ୟର୍ଥ ମନ୍ତ୍ର ହେଲା ଛୋଟ ଶିଶୁ ସଦୃଶ ଶ୍ରୀମା'ଙ୍କ ଚରଣରେ ନିଜକୁ ସମର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କରି ନାମ ଜପକରିବା । ଏହି ଅମୋଘ ରକ୍ଷାକବଚ ଛଡ଼ା ଏହି ଯୋଗମାର୍ଗରେ ପାଦ ରଖିବା କସ୍ମିନକାଳେ ସୁରକ୍ଷିତ ନୁହେଁ ।''

(ଶ୍ରୀ ରାମକୃଷ୍ଣ ଦାସଙ୍କ ରଚନା ସଂଗ୍ରହ, ପ୍ରଥମ ଖଣ୍ଡ, ପୃ. ୫୪୭)

ଶ୍ରୀମା ନିଜେ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଅନବରତ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରୁଥିଲେ । ଏବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ମୁଁ ମଧ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧି କରିଛି ଯେ ଏଇ ଶରୀରର ସାଧନା ଲାଗି ମନ୍ତ୍ର ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କୌଣସି ମନ୍ତ୍ର ଦେଇ ନ ଥିଲେ । ସେ କହିଥିଲେ ଯେ ଜଣେ କୌଣସି ବାହ୍ୟ ଉପାୟର ଆଶ୍ରୟ ନ ନେଇ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବା ଉଚିତ । ଆମ୍ଭେମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚିଛୁ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଯଦି ସେହି ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚି ଥାଆନ୍ତେ ତେବେ ସେ ଦେଖିପାରିଥାନ୍ତେ ଯେ ଖାଲି ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପଦ୍ଧତି ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ, ତା' ସହ ଜପ ଆବଶ୍ୟକ, କାରଣ କେବଳ ଜପରହିଁ ଶରୀର ଉପରେ ରହିଛି ସିଧାସଳଖ କ୍ରିୟା । ତେଣୁ ମୋତେ ମୋର ପଦ୍ଧତିକୁ ଏକା ଖୋଜି ବାହାର କରିବାକୁ ହେଲା, ମୋତେ ନିଜକୁ ମୋର ମନ୍ତ୍ର ବାହାର କରିବାକୁ ହେଲା ।''

(ଶ୍ରୀ ରାମକୃଷ୍ଣ ଦାସଙ୍କ ରଚନା ସଂଗ୍ରହ, ପ୍ରଥମ ଖଣ୍ଡ, ପୃଷ୍ଠା. ୫୫୧)

ଅର୍ଥାତ୍ ମା'ଙ୍କର ମନ୍ତ୍ର ଶରୀରରେ ହେଉଥିଲା । ରୂପାନ୍ତର-ଯୋଗରେ ଶରୀର ନାମଜପ କରିବା ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସାବିତ୍ରୀରେ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି :

''Even the body shall remember God.''

''ଏପରିକି ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରିବ ।''

ଏହାହିଁ ହେଲା ଶରୀରକୋଷର ସାଧନା । ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଆମ ଶରୀର କିପରି ନାମଜପ କରିବ ? ପ୍ରକୃତରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଆମେ ମୁଖରେହିଁ ନାମଜପ କରିଥାଉ ଯାହା ଶରୀରର ଏକ ଅଂଶ । କିନ୍ତୁ ମୁହଁରେ ଆମେ ଯେଉଁ ନାମଜପ କରୁ ତା'ର ପରିଚାଳକ ହେଲା ମନ । ତେଣୁ ମୁହଁରେ ନାମଜପ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଶରୀରର ନାମଜପ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଆମେ ଜାଣୁ ଶରୀରର ଦୁଇଟି ବାତାବରଣ ରହିଛି – ବାହ୍ୟ ଓ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣ । ବାହ୍ୟ ବାତାବରଣର କ୍ରିୟା ଯଥା : ଖାଇବା, ପିଇବା, ସ୍ନାନ କରିବା ଇତ୍ୟାଦିରେ ଆମର ମନ ଭାଗ ନେଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର କାମ ଆମର ଶରୀର-ମନ (body mind) ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ ଯାହା ଶରୀରଚେତନାର ଏକ ଅଂଶ । ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ଭାବରେ ଅନବରତ ଚାଲୁଥାଏ । ଆମର ନାମଜପ ଆମ ଶରୀରର ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣରେ ଶରୀରଚେତନା ଦ୍ୱାରା, କୋଷମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହେବା ଦରକାର ।

ଏହା କିପରି ସମ୍ଭବ ହେବ ? କେବଳ ନାମଜପ ଦ୍ୱାରାହିଁ ଯଦି ଶରୀରରୂପାନ୍ତର ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ବୈଷ୍ଣବମାନେ ଯେଉଁମାନେ କି ପ୍ରାୟ ସବୁ ସମୟରେ ନାମଜପ ଓ ସଂକୀର୍ତ୍ତନରେ ଲାଗିଥାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ରୂପାନ୍ତର ପ୍ରଥମ ହେବ । ନା, ଏହା ଏପରି ହେବ ନାହିଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମ କରିବା ପଶ୍ଚାତରେ ଏକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରହିଥାଏ । ବୈଷ୍ଣବମାନଙ୍କର ଏହି ନାମଜପ ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ହୋଇ ନ ଥାଏ – ଏହା କେବଳ ଭକ୍ତିରସରେ ବୁଡ଼ିରହିବା ପାଇଁ କରାଯାଇଥାଏ, ମୁକ୍ତି ପାଇଁ କରାଯାଇଥାଏ । ଏପରିକି ସେମାନଙ୍କର ମନ, ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟ ନିମ୍ନ- ପ୍ରକୃତିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ତେବେ ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ସେମାନଙ୍କର ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ହେବ କିପରି ? କିନ୍ତୁ ଏମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଯେଉଁମାନେ ନିଷ୍ଠାର ସହିତ ମନ, ପ୍ରାଣ ଓ ଶରୀରର ପବିତ୍ରତା ସହିତ ନାମଜପ କରିଥାଆନ୍ତି ଏହା ଶରୀରର ଗଭୀରକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ, ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ନୀରୋଗ, ସୁସ୍ଥ-ସବଳ ଓ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ହୋଇ ପାରିଥାଆନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ନ ଥାଏ । କାରଣ ଏହା ତାଙ୍କର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନ ଥାଏ । ସେମାନେ ଯଦି ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରିବେ ତେବେ ସେମାନେ ହୁଏତ ଶରୀରରୂପାନ୍ତର- ପଥରେ କିଛିଦୂର ଅଗ୍ରସର ହୋଇପାରିବେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ କଥା ହେଲା ଯେଉଁମାନେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରି ନାମଜପ କରୁଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ନାମଜପ କିପରି ଶରୀର-ସ୍ତରରେ ହୋଇପାରିବ ? ଯେହେତୁ ଆମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର, ଏ ଅନୁଭୂତି ମା' ଅବଶ୍ୟ ଆମକୁ ଦେବେ; ଯଦିଓ ଏଥିପାଇଁ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଲାଗିପାରେ । ତୁମେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିବ, ତୁମ ମନର କ୍ରିୟାକଳାପ ସବୁ ସମୟରେ ମନର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଜାଗ ଅବସ୍ଥାରେ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସମୟ ସମୟରେ ଯେପରି ମନ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଗ୍ରହ, ଉଦ୍ଦୀପନା ଓ ଏକାଗ୍ରତା ସହିତ କାମ କରିଥାଏ, ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ବିନା ଆଗ୍ରହ, ଉତ୍ସାହ ଓ ଏକାଗ୍ରତା ସହିତ କାମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏପରି କାହିଁକି ହୁଏ ? ଏହା ହେଲା

ଚେତନାର ଦୋଳନ(oscillation) । ସକାଳେ ନିଦରୁ ଉଠିବା ସମୟରେ ଆମର ମନ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ଆମେ ଅବଚେତନା ସ୍ତରରୁ ଏବେ ବି ବାହାରି ଆସି ନ ଥାଉ । ତେଣୁ ଆମେ ଆଳସ୍ୟ ଓ ଅର୍ଦ୍ଧନିଦ୍ରା ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଥାଉ । ସେହିପରି ରାତ୍ରିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବାର ଠିକ୍ ପୂର୍ବରୁ ଆମର ମନ ପ୍ରାୟ ଅର୍ଦ୍ଧ ନିଦ୍ରିତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଥାଏ । ଭୋଜନ ପରେ ଆମ ଶରୀରର energy ପେଟରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୁଏ ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିବା ପାଇଁ । ତେଣୁ ଆମକୁ ଅଳସୁଆ ଲାଗେ, ମନ ମାନ୍ଦା ହୋଇଯାଏ ଓ ଶୋଇବାକୁ ଇଚ୍ଛାହୁଏ । ଶରୀରର ଏହିସବୁ ତାରତମ୍ୟକୁ ଆମେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଆମ ଚେତନାର ବିଭିନ୍ନ ସତ୍ତାମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ଆମେ ସଚେତନ ହୋଇ ପାରିଥାଉଁ — କେଉଁ ସମୟରେ କେଉଁ ଚେତନା-ସତ୍ତା କାମ କରୁଛି । ଆମର ମନ ଯେତେବେଳେ ଶକ୍ତିହୀନ ହୋଇ କର୍ମ- କ୍ଷମତା ହରାଇଥାଏ ସେତେବେଳେ ଆମ ଶରୀର ଉପରେ ମନର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଢିଲା ହୋଇ ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତର ବାତାବରଣରେ ଥିବା ଶରୀର ଚେତନା ବା ଶରୀର ମନ ଏହି ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଭାର ନେଇଥାଏ । ଏହି ସମୟରେହିଁ ଆମେ ଶରୀରଚେତନାକୁ ଚିହ୍ନିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇଥାଉ । ଅର୍ଥାତ୍ ମନର ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ ଯଦି ଆମେ ଶରୀର ଉପରୁ କାଢ଼ିନେଇପାରୁ ତେବେ ଶରୀର-ଚେତନାହିଁ ଶରୀରର ଉଭୟ ବାତାବରଣକୁ ପରିଚାଳିତ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଆମ ଯୋଗରେ ମନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୀରବ କରିବା ଉପରେ ଏତେ ଜୋର ଦିଆହୋଇଛି । ପରେ ଏହି ଶରୀର-ଚେତନାକୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ପ୍ରଭାବରେ ଆଣି ଏହା ଭିତରେ ଏକ ଆତ୍ମିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଜାଗରଣ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଶରୀର-ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ସବୁକିଛି କରିବା ସକାଶେ ରାଜି ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ଭାବରେ ମନରେ ଚାଲୁଥିବା ନାମଜପରେ ଶରୀର-ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଭାଗ ନେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ।

ଶରୀର-ଚେତନାରେ ଥିବା ଶରୀରମନ ଯେତେବେଳେ ଅନବରତ ନାମଜପ କରୁଥାଏ ତା'ର ପ୍ରଭାବ ସିଧା ସଳଖ ଆମ ଶରୀର କୋଷମାନଙ୍କ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ ଏବଂ କୋଷମାନଙ୍କ ଚେତନା ମଧ୍ୟ ଜାଗ୍ରତ୍ ହୁଏ । ମଣିଷ ଭିତରେ ଶରୀରକୋଷକୁ ଭଗବାନ୍ ଏପରି ଭାବରେ ପ୍ରକୃତି ମାଧ୍ୟମରେ ଗଢ଼ିଛନ୍ତି ଯେ ଏମାନେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରିବେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଷର ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ରହିଛି । ଏମାନଙ୍କର ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁ ରହିଛି, ଏମାନଙ୍କର ବଂଶବୃଦ୍ଧି ରହିଛି । ଆଗରୁ ଆମେ ଜାଣିଛୁ ଏମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ଜିନ୍‌ରେ ଶରୀର ପରିଚାଳନାର ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ରହିଛି ।

ଏହିସବୁ କୋଷ ଏ ସାରା ବିଶ୍ୱର ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ଅନୁରୂପ ଭାବେ ଗଠିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ବିଶେଷ କଥା ହେଲା କର୍ମଯୋଗରେ ଏମାନେ ନିପୁଣ । ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ଭାବରେ ଏମାନେ ସାରା ଶରୀରର ରକ୍ଷା ପାଇଁ ଓ ଏମାନଙ୍କ ପ୍ରଭୁ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ପାଇଁ କାମ କରିଆସୁଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କୁ ଯଦି ବିକୃତ ମନ-ପ୍ରାଣରୁ ମୁକ୍ତ କରି ସ୍ୱାଧୀନତା ପ୍ରଦାନ

କରାଯାଇପାରେ, ତେବେ ସେମାନେ ଭଗବାନଙ୍କର ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ କାମ କରିବେ । ଏମାନଙ୍କର ଯୋଗହିଁ ଏ ପୃଥିବୀରେ ରଚନା କରିବ ଅତିମାନସର ରାଜ୍ୟ, ମଣିଷସମାଜ ଭିତରେ ସୃଷ୍ଟି କରିବ ଏକ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ବିପ୍ଳବ । ଯାହା ହେବ ନୀରବତାର ବିପ୍ଳବ ।

ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତି ଓ ତା'ର ଧ୍ୱନିର ପ୍ରକମ୍ପ ଶରୀରକୋଷ ଉପରେ ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ତେଣୁ ନାମଜପ ସମୟରେ ଯଦି ଧ୍ୱନିର ସହିତ କରାଯାଏ ତେବେ ଏହାର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଭାବେ ବଢ଼ି ଯାଇଥାଏ । ଏହି ଧ୍ୱନିର ତରଙ୍ଗ ଆମ ଶରୀରକୋଷକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଭ୍ରମଣ କରିବା ସମୟରେ ବା ଏକା ଥିବା ସମୟରେ ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ସମୟ ଧ୍ୱନିର ସହିତ ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣ କଲେ ତା'ର ପ୍ରଭାବ ସିଧା କୋଷରେ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିତ ହୁଏ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ସୁପ୍ତ ଚେତନାର ଜାଗରଣ ହୁଏ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' 'ଓଁ' ମନ୍ତ୍ର ବିଷୟରେ କହୁଛନ୍ତି: ''ଏପରି ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଶବ୍ଦ ରହିଛି ଯାହା ଭିତରେ ମନ୍ତ୍ର ଶକ୍ତିର ସମସ୍ତ ଗୁଣ ସମାହିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ –ତାହା ହେଲା 'ଓଁ' ।

''ଭାରତରେ ଏହାକୁ ଭଗବତ୍ ଉପସ୍ଥିତିକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ସେଠାରେ (ଭାରତରେ) ଏହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧ୍ୟାନ, ଧାରଣା ଓ ଯୌଗିକ ଅଭ୍ୟାସ ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ ।

''ଅନ୍ୟ ଶବ୍ଦମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଓଁ ଧ୍ୱନି ବେଶୀ ପରମ ଶାନ୍ତି ଓ ପରମ ନିଶ୍ଚଳତାର ଅନୁଭୂତି ଦେଇଥାଏ ।''

(M.C.W. - 2, P. 64)

ମା' ଚାଲିବା ସମୟରେ ତାଙ୍କର ମନ୍ତ୍ର – 'ଓଁ ନମଃ ଭଗବତେ' ଉଚ୍ଚାରଣ କରୁଥିଲେ । ଏହି ମନ୍ତ୍ରକୁ ସେ ଏକ କୋଟି ଥର ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ । ଏହି ମନ୍ତ୍ରର ଅର୍ଥ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : 'ତିନୋଟି ଶବ୍ଦ' । ମୋ ପାଇଁ ଏହାର ମାନେ ହେଲା –

ଓଁ – ମୁଁ ପରମପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ମିନତି ଜଣାଉଛି ।

ନମଃ – ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ କରୁଛି ।

ଭଗବତେ – ମୋତେ ଭଗବାନରେ ପରିଣତ କର ।

(M.C.W. - 12, p. 449)

ପୁଣି ସେ କହୁଛନ୍ତି : ''ମୋ ପାଇଁ ଏହା ହେଲା ଶକ୍ତି ଯାହା ସବୁକିଛିକୁ ଶାନ୍ତ କରି ଦେଇଥାଏ ।'' (M.C.W.-12, p. 449)

ମା'ଙ୍କର ଯନ୍ତ୍ରସଙ୍ଗୀତ (ମ୍ୟୁଜିକ୍)ରେ ମଧ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତି ପରି ଏକ ବିଶେଷ ସ୍ପନ୍ଦନ ରହିଥାଏ । କେବଳ ମା'ଙ୍କ ମ୍ୟୁଜିକ୍ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୋଷକୁ ଜାଗ୍ରତ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ,

ତାଙ୍କ ଭିତରେ ଥିବା ସୁପ୍ତ ଚେତନା ଓ ଶକ୍ତିକୁ ଜାଗ୍ରତ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ । ତାଙ୍କ ମ୍ୟୁଜିକ୍ ବିଷୟରେ ମା' କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହା ସତ୍ୟ ଯେ ମୋ'ର ମ୍ୟୁଜିକ୍ ଶରୀରକୁ ଶାନ୍ତ କରି ଦେଇଥାଏ । ଏଥିରୁ ଏକ ପ୍ରକାର କରୁଣା ନିର୍ଗତ ହୋଇଥାଏ ଯାହା ଶୁଣିବା ଲୋକକୁ ଘେରି ରଖିଥାଏ । ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ସମଞ୍ଜସତା ଯାହାକି ବିଶୃଙ୍ଖଳାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ଏକ ବାଧାଭାବେ ପ୍ରକଟିତ ଅସମଞ୍ଜସତାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏହା ଏକ କରୁଣାର ମୂର୍ଚ୍ଛନା ଯାହାକି ଆସ୍ପୃହାକୁ ଶୁଦ୍ଧପୂତ କରିଥାଏ । ମୋ ମ୍ୟୁଜିକ୍ ମୂଳ ଉତ୍ସରୁ ଉତାରି ଆଣିଥାଏ ତା'ର ମୂଳ ଶବ୍ଦତରଙ୍ଗ; ଏହା ତୁମକୁ ନିମଜ୍ଜିତ ଓ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରିଥାଏ ଏବଂ ତୁମକୁ ଏକ ଅଜଣା ସ୍ତରକୁ ଉଠାଇ ନେଇଥାଏ ।''

(The Supreme, p. 45)

ମା'ଙ୍କର ବାଣୀ, ମା'ଙ୍କର ମ୍ୟୁଜିକ୍, ମା'ଙ୍କର ଦର୍ଶନ, ମା'ଙ୍କର ସ୍ପର୍ଶ ସାରା ମାନବଜାତି ପାଇଁ ଏକ ବିରାଟ ସମ୍ପଦ । ଏସବୁରୁ ତୁମେ ଯଦି କିଛି ବି ପାଇଥାଅ ତେବେ ତୁମେ ଧନ୍ୟ ହୋଇଥାଅ । କେବଳ ମା'ହିଁ ହେଲେ ଏହି ରୂପାନ୍ତରଯୋଗର ସବୁକିଛି । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ନିଜେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ କହୁଛନ୍ତି : ''କେବଳ ମୋ ପାଖରେ ରହିଛି ଚାବି, ରାସ୍ତା, ଉପାୟ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଶକ୍ତି । ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅଧ୍ୟବସାୟର ସହିତ ଅପେକ୍ଷା କର । ଯଦି ତୁମେ ବଳଶାଳୀ ହେବାକୁ ଚାହଁ, ତୁମ କ୍ରିୟାକଳାପରେ ନିର୍ଭୁଲ ହେବାକୁ ଚାହଁ, ତୁମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରର ଜ୍ଞାନ ଓ ଚେତନାରେ ବୃଦ୍ଧି, ଚତୁରତା ଓ ସକ୍ଷମତା ଚାହିଁଥାଅ ତେବେ ମୁଁ ତୁମକୁ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ସତ୍ତାରେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ପରିଣତ କରିଦେବି । ଏବିଷୟରେ ତୁମେ ନିଃସନ୍ଦେହ ହୋଇପାରେ ।''

(The Supreme, p. 94)

ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ କେବଳ ଆମର ସକଳ ସତ୍ତାରେ ଏପରିକି ଶରୀରକୋଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖୋଲି ଧରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ତା' ସହିତ ମା'ଙ୍କର ପ୍ରଦତ୍ତ ମନ୍ତ୍ରକୁ ବାରଂବାର ଆବୃତ୍ତି କରିବାକୁ ହେବ :

Supreme Lord, Eternal Truth,
Let us obey Thee alone
and live according to Truth.

June 1971 (M.C.W.-13, p. 369)

ଉପସଂହାର

ଆମେ 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ'ର ଶେଷ ଚରଣରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଛୁ । ଓଡ଼ିଶାର ଶତ ଶତ ମାତୃସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ଆସ୍ପୃହା ଓ ମା-ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କର କରୁଣା ଫଳରେ ଏହି 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ'ର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଏହି ଲେଖକ ତା'ର ପ୍ରିୟ ପାଠକବୃନ୍ଦଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମା'ଙ୍କ ଚରଣରେ ଏହାକୁ ସମର୍ପଣ କରୁଛି ।

ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗପଥରେ ତୁମେ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ମହତ୍ କର୍ମ କରିବା ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପ କର, ପରିକଳ୍ପନା କର ଓ ତାହାର କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ଘଣ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କର, ସେତେବେଳେ ମା' ଏପରି କାମକୁ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ କରିବା ପାଇଁ ତୁମକୁ ପ୍ରେରଣା ଦେଇଥାଆନ୍ତି ଓ ଏଥିପାଇଁ ଦରକାର ହେଉଥିବା ଉପକରଣ ଆଦି ମଧ୍ୟ ଯୋଗଇ ଦିଅନ୍ତି । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଏହି 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ'ର ରଚନା ଏ ଲେଖକର ଦଶ ବର୍ଷ ପରେ କରିବାର ଥିଲା; କିନ୍ତୁ ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଏହାକୁ ୧୦ ବର୍ଷ ଆଗରୁ କରାଇ ନେଲେ । ଅତଏବ ହେ ପାଠକବୃନ୍ଦ, ତୁମର ପରିକଳ୍ପିତ କୌଣସି ମହତ୍ କର୍ମକୁ କରିବା ପାଇଁ କେବେହେଲେ ଅବହେଳା କର ନାହିଁ । ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ଅପାରଗତା, ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ତଥା ଦୁର୍ବଳତା ସତ୍ତ୍ୱେ ମା' ଆମକୁ ନେଇ ତାଙ୍କର କାମ କରାଇ ନିଅନ୍ତି । ଏସବୁ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ଓ ଦୁର୍ବଳତା ଆମର ନୁହେଁ । ଏହା ହେଲା ବିଶ୍ୱ-ପ୍ରକୃତିର । ଏସବୁ ହେଲା ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ସମସ୍ୟା; ଏହାକୁ କେବଳ ସେହିମାନେହିଁ ସମାଧାନ କରିବେ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ବିବ୍ରତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । କର୍ମଯୋଗରେ ଲାଗି ରହିଲେ ମନକୁ ମନ ଆମର ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ପୂର୍ଣ୍ଣତାରେ ଏବଂ ଦୁର୍ବଳତା ସାମର୍ଥ୍ୟରେ ପରିଣତ ହେବ ।

'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ' ବିଷୟରେ କେହି କେହି ଲେଖକଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରନ୍ତି : 'ଏହା କ'ଣ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଅତିମାନବ ?' ଏହା ଅତିମାନବ ନୁହେଁ ବା ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତରିତ ଅତିମାନସୀକୃତ ଶରୀର ନୁହେଁ । ଏହା ଏହି ପଥରେ ଏକ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତିକାଳୀନ ଧାପ ମାତ୍ର । 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ' କଥାଟି ମା'ଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ମାନବ (Super human) ଶବ୍ଦର ଅନ୍ୟ ଏକ ନାମର ସୃଷ୍ଟି । ମଣିଷକୁ ଅତିମାନବର ଯାତ୍ରା ପଥରେ ପ୍ରଥମେ ତାକୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ମଣିଷ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ; ଅର୍ଥାତ୍ ତାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଧ୍ୟାତ୍ମମଣିଷରେ ପରିଣତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପୁରାତନର ଆଧ୍ୟାତ୍ମସାଧନା ମଣିଷକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଧ୍ୟାତ୍ମମଣିଷରେ ପରିଣତ କରିପାରି ନାହିଁ । ଏଦିଗରେ ଏହା କେବଳ ଏକ ଅଧୁରା ସଫଳତା । ପୁରାତନର ସାଧନା ମଣିଷକୁ ବିଭିନ୍ନ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ ଉପଲବ୍ଧି ଦେଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତା' ଭିତରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପଶୁତ୍ୱର ଲୋପ ହୋଇ ନଥାଏ । କେବଳ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଯୋଗରେ ଯେତେବେଳେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ଜାଗ୍ରତ୍ ହୋଇ ତା'ର ଆତ୍ମନ୍‌ର ଅନୁଭୂତି ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶରୀର-ଅନୁଭୂତି ଆରମ୍ଭ ହୁଏ

ଏବଂ ତା'ର ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୁଏ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ତା' ଭିତରେ ଆଲୋକମୟ ମନ ଅବତରଣ କରି ତାକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ମଣିଷରେ ପରିଣତ କରିବ । ଅତଏବ 'ଭବିଷ୍ୟତର ମଣିଷ' ହେଲା ଅତିମାନବ ଆବିର୍ଭାବ ପଥରେ ପ୍ରଥମ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତିକାଳୀନ ଅବସ୍ଥା ।

ମଣିଷରୁ ଅତିମାନବର କ୍ରମବିକାଶ ପଥରେ ମଣିଷ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିପରି ବିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଛି ଏବଂ ପରେ କିପରି ହେବ ତା'ର ଏକ ତାଲିକା ନିମ୍ନରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ହେଲା :

୧. ସାଧାରଣ ମଣିଷ । ତଥାକଥିତ ସଭ୍ୟ ମଣିଷ କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଅର୍ଦ୍ଧ-ପଶୁ ଅବସ୍ଥା । ସେମାନେ ଭୋଗବିଳାସରେ ମାତି ରହି ନିମ୍ନପ୍ରକୃତିର ଚରିତାର୍ଥ କରି କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପାଇବା ଲାଳସାରେ ସାରା ଜୀବନ ବିତାଇ ଦିଅନ୍ତି ।

୨. ପୁରାତନ ଯୋଗ, ଧର୍ମ ଓ ନୈତିକତା ମାଧ୍ୟମରେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର ପ୍ରଥମ ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପଥର ସାଧକମାନେ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବଦଳରେ ବିଶେଷ କରି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗରଣ ପାଇଁ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିଥାଆନ୍ତି ।

୩. ଚୈତ୍ୟସତ୍ତା ବିକଶିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେଉଁମାନେକି ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗରେ ପାଦ ଦେଇପାରନ୍ତି ।

୪. ରୂପାନ୍ତର ପଥରେ ମନ, ପ୍ରାଣ ତଥା ଶରୀର- ଚେତନାକୁ ଚୈତ୍ୟସତ୍ତାର ଗୁଣଧର୍ମରେ ପରିଣତ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି – ଯାହାକୁ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗ ପଥରେ ଚୈତ୍ୟ-ସିଦ୍ଧି ବୋଲି କହିଥାଉ ।

୫. ଆତ୍ମନରେ (ମସ୍ତକ ଉପରେ ଥିବା) ବାସକରି, ପୂର୍ଣ୍ଣମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ବାସକରି ବିଶ୍ୱ ଶକ୍ତିରାଜିଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରି ସେମାନଙ୍କୁ ପରିଚାଳିତ କରିବାର କ୍ଷମତା ହାସଲ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି – ଯାହାକୁ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ-ସିଦ୍ଧି କହିଥାଉ ।

୬. ଆଲୋକମୟମନ ଅବତରଣ କରି ମଣିଷର ପ୍ରକୃତିର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ହେବ । ଏମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତିକୁ ଜୟକରି ତାଙ୍କର ମନ, ପ୍ରାଣ, ଶରୀର-ଚେତନା ପୂର୍ଣ୍ଣଆଧ୍ୟାତ୍ମ ଚେତନାରେ ବାସ କରିବେ । ଏମାନଙ୍କର ଶରୀର ଆଭ୍ୟନ୍ତରର ଯନ୍ତ୍ରମାନଙ୍କର ପ୍ରାଥମିକ ରୂପାନ୍ତର ହେବ ଓ ଶରୀର-କୋଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାଗବତ ଚେତନାରେ ବାସ କରିବେ । ଶେଷରେ ଏମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଅତିମାନସ ଶକ୍ତି ଅବତରଣ କରି ଶରୀରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ଘଟାଇବ ।

୭. ମଣିଷ ଶରୀର ଅତିମାନସ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ଅତିମାନବ ସଦୃଶ ହେବ । ଏହିପରି ଏକ ଦଳ ମଣିଷ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେଲେ ସେମାନଙ୍କର ସମୂହ ଚେଷ୍ଟାରେ ସିଧା ସଳଖ ପ୍ରଥମ ଅତିମାନବର ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ ଆବିର୍ଭାବ ହେବ । ଏହି ପ୍ରଥମ ଅତିମାନବ ହେବେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ।

ଏହି ମହାନ୍ ସମ୍ଭାବନାର ସଫଳତା ଦିଗରେ ଯେତେ ଯେତେ ଆମେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଛୁ ସେତେ ବେଶୀ ବାଧାବିପତ୍ତି ଓ ସଂକଟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛୁ । ଏପରି ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଯେତେବେଳେ ପୃଥିବୀ ମାତା ତା'ର ଏହି ନୂତନ ଜୀବଜାତିକୁ ଜନ୍ମ ଦେବାକୁ ଯାଉଛି ଏହି ବାଧାବିପତ୍ତି ରୂପକ ଜଠର ଯନ୍ତ୍ରଣା ତା'ର ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଏହି ଦୁର୍ବିପାକ ବିଷୟରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଏକ ବାଣୀକୁ ଉଦ୍ଧୃତ କରି ଶ୍ରୀମାଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ କରାଯାଇଥିଲା ଓ ମା' ତା'ର ଯେଉଁ ଉତ୍ତର ଦେଇଥିଲେ – ତାହା ଏଠାରେ ଦିଆଗଲା :

ପ୍ରଶ୍ନ : ''୧୯୧୯ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ଲେଖିଥିଲେ, 'ବିଶୃଙ୍ଖଳା ଏବଂ ଚରମ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ମନେହୁଏ ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର ଜନ୍ମ ଦେବାର ଏକ ଯନ୍ତ୍ରଣା' – ଏହିପରି କେତେ ସମୟ ଚାଲିବ – ଆଶ୍ରମରେ, ଭାରତରେ ସର୍ବୋପରି ସାରା ପୃଥିବୀରେ ?''

ଉତ୍ତର : ''ଏହା ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲିବ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏପୃଥିବୀ ଏହି ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛୁକ ନ ହୋଇଛି । ନୂତନ ସୃଷ୍ଟିର ଏହି ଚେତନା ଏହି ବର୍ଷ ଆରମ୍ଭରୁ ପୃଥିବୀପୃଷ୍ଠରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆରମ୍ଭ କରି ଦେଇଛି । ଏହାକୁ ବାଧା ଦେବା ବଦଳରେ ଯଦି ମଣିଷ ଏଥିରେ ସହଯୋଗ କରେ ତେବେ ଏହା ସହଜ ହେବ ।

''କିନ୍ତୁ ମୂର୍ଖତା ଓ ଅଜ୍ଞାନତା ହେଲା ଖୁବ୍ ଜିଦ୍‌ଖୋର ।''

(୨୯-୧୧-୧୯୬୯, MCW. 15, P. 115)

ଆଜି ମଣିଷ-ଚେତନା ଭିତରେ ଦେବ ଓ ଦାନବର ଟଣାଓଟରା ଚାଲିଛି – କିଏ ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ହୋଇ ଏହାକୁ ଶାସନ କରିବ, ପରିଚାଳନା କରିବ । ଏଥିପାଇଁ ସେମାନେ ଅମୃତର ସନ୍ଧାନ ପାଇଁ ମହା ମନ୍ଥନ ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ଆଜି ନିଶ୍ଚେତନାରୂପକ ମହା ସମୁଦ୍ରରେ ଯେଉଁ ମନ୍ଥନ ଚାଲିଛି ତାହାର ପ୍ରଭାବରେ ଆଜିର ବିଶୃଙ୍ଖଳା ତା'ର ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଲାଣି । ଏହି ମନ୍ଥନରେ ପ୍ରଥମେ ଯେଉଁ ବିଷ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିଲା ତାହା ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ପାନକରି ପୃଥିବୀକୁ ତା'ର ପ୍ରକୋପରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏପୃଥିବୀରେ ଅମୃତର ଝର ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର ସମ୍ଭାବନାର ବୀଜ ରୋପଣ କଲେ । ଆଜି ସେହି ଅମୃତର ଧାରା ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ଏ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ କହୁଛନ୍ତି : ''ସାଧୁ-ସନ୍ନ୍ୟାସୀପୂର୍ଣ୍ଣ ଏହି ଭାରତଭୂମି ପୁଣିଥରେ ତା'ର ସନ୍ତାନଗଣଙ୍କ ହୃଦୟରେ ଉଦ୍ଦୀପିତ କରିବ ଆଦିମ ଯୋଗର ଅଗ୍ନି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ଅନନ୍ତଙ୍କ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ କରାଇବା ପାଇଁ ଉଠାଇ ନେବ ।''

(*Sri Aurobindo on Freedom of India*, P. 13)

କେହି କେହି ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଦ୍ରଷ୍ଟା, ଆଧ୍ୟାତ୍ମ ମହାପୁରୁଷ ବହୁବର୍ଷ ଆଗରୁ କହିଯାଇଛନ୍ତି :

କଳିଯୁଗର ଅବତାର ଏହି ଯୁଗ-ପରିବର୍ତ୍ତନର କାମକୁ ଅତି ସଂଗୁପ୍ତ ଭାବରେ କରିବେ । ଏକାମ ସେମାନେ କିପରି କରୁଛନ୍ତି କାହାରିକୁ ତାହା ଜଣା ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ମା'ଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଅନୁରୂପ ଉକ୍ତି ରହିଛି : ''ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ବିଜୟସବୁ ଖୁବ୍ କମ୍ କୋଳାହଳପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ଏକ ନୂତନ ଜଗତର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଢୋଲ ବଜାଇ ଜନସାଧାରଣରେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇ ନଥାଏ ।'' (୧୯୫୬ ମସିହାର ନୂତନ ବର୍ଷର ବାଣୀ, M.C.W. 8, P. 9) ମା' ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନକାଳରେ ମଧ୍ୟ କ'ଣ କରୁଥିଲେ ସେ ବିଷୟରେ ମଣିଷ ବିଶେଷ କିଛି ଜାଣିପାରି ନାହିଁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରତ୍ୟାଗ ପରେ ସେମାନେ କ'ଣ କରୁଛନ୍ତି ସେ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ଆମ ପାଇଁ ଆହୁରି ବେଶୀ କଠିନ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସେମାନେ ଯେ ଏବେ ବି ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣରେ ସୂକ୍ଷ୍ମରେ ବିଦ୍ୟମାନ ରହି ଜଡ଼ର ରୂପାନ୍ତର କାମରେ ଲାଗି ରହିଛନ୍ତି – ଏ ବିଷୟରେ କେତେ ଲୋକ ସଚେତନ ?

ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗର ଶରୀର ରୂପାନ୍ତର ଯେତେଯେତେ ଘନେଇ ଆସିବ ଏପଥର ସାଧକବୃନ୍ଦ ସେତେବେଶୀ ବାଧା ବିପତ୍ତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବେ । କାରଣ ପୃଥିବୀ-ଚେତନାର ନିଶ୍ଚେତନାରୁ ଉଠି ଆସିଥିବା ଅଦିବ୍ୟ ଶକ୍ତିରାଜି ପୃଥିବୀକୁ ଗ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି । ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ଅବଶ୍ୟ ଖଣ୍ଡ ପ୍ରଳୟ ହେବ । ଏହି ପ୍ରଳୟ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଦ୍ରଷ୍ଟା କହି ଯାଇଛନ୍ତି । ବର୍ତ୍ତମାନର ତିନିବର୍ଷ ଭିତରେ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରଳୟର ତାଣ୍ଡବଲୀଳା ଚାଲିବ । ଏପରିକି ଏକ ଇଂରାଜୀ ଫିଲ୍ମ୍ ମଧ୍ୟ ହୋଇଯାଇଛି ଯାହାର ନାମ ହେଲା '୨୦୧୨' । କିନ୍ତୁ ଏହି ସପ୍ତମ ଥର ସୃଷ୍ଟ ପୃଥିବୀର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଳୟ ହେବ ନାହିଁ । ଏହାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିନାଶ ଅସମ୍ଭବ କାରଣ ଏହା ରୂପାନ୍ତରିତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ନେଇ ଅର୍ଥାତ୍ ଜଡ଼ରେ ଭଗବତ୍ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ବୀଜ ବହନ କରି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି – ଏକଥା ମା' ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ କହି ଯାଇଛନ୍ତି । ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗର ସାଧକମାନେ ମଧ୍ୟ ପୃଥିବୀ ଚେତନାର ଏହି ମହା ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେବେ । କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କୁ ମା ଏହି ଘୋର ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ମଝିରେ ସେମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନ, ଶକ୍ତି ଓ ଆଲୋକ ପ୍ରଦାନ କରି ପଥ ଦେଖାଇ ରକ୍ଷା କରିବେ ଓ ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ଅଧିକ ପାରଙ୍ଗମ କରି ଗଢ଼ିତୋଳିବେ ।

ତେଣୁ ହେ ସାଧକବୃନ୍ଦ ! ଏବେଠାରୁ ରୂପାନ୍ତରର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା । ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା ଏ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆମକୁ କିପରି ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏଥିପାଇଁ ଆମକୁ କ'ଣ କରିବାକୁ ହେବ ? ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା ଏବେ ବି ଆମେ ପୁରାତନର ନୈତିକ ପ୍ରଥାକୁ ନେଇ ସାଧନା କରୁଛୁ । ସେଇ ଭଲ-ମନ୍ଦର ବିଚାର ସେହି ପାପ-ପୁଣ୍ୟର ଭାବକୁ ନେଇ ଆମେ ସବୁକିଛି କରିଥାଉ । ନିଜକୁ କେବଳ ବାହାରେ ଭଲ ହେବାର ବାହାନା କରିଥାଉ । ଭିତରେ ଥିବା ମନ୍ଦର ପଙ୍କକୁ ଆମେ ସର୍ବଦା ଲୁଚାଇ ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ଅଥଚ ଅନ୍ୟର ଭୁଲ୍ ପାଇଁ ଆମେ ଖଡ୍ଗହସ୍ତ

ହୋଇଥାଉ । ନିଜକୁ ନିର୍ମମ ଭାବରେ ଅବଲୋକନ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ କେବେ ଚେଷ୍ଟାକରି ନାହୁଁ । ଆମେ ସର୍ବଦା ଆମ ଧାରଣାର ତଥାକଥିତ ଭଲ ହେବାର ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ମନ୍ଦର ହାତରେ ପଡ଼ିବା ପାଇଁ ଭୟ ପାଇଥାଉ । ଏହାଠାରୁ ଆମେ ଦୂରକୁ ପଳାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ । ଏହାହିଁ ହେଲା ନୈତିକତାର ସାଧନା । ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଭଲ ଅଛୁ ବୋଲି ମନେକରୁ ସେତେବେଳେ ଆମେ ବିଶେଷ ଆଗ୍ରହୀ, ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବୋଲି ଅନୁଭବ କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ପୃଥିବୀ ବାତାବରଣର ବା ଆମ ଅବଚେତନାର ଅଳିଆ ଅବର୍ଜନା ଭିତରେ ପଡ଼ିଯାଉ ସେତେବେଳେ ଆମେ ଆମର ତଥାକଥିତ ଭଲ ସ୍ୱଭାବକୁ ହରାଇଥାଉ ଓ ଆମେ ବିମର୍ଷ, ଶକ୍ତିହୀନ, ହତାଶ ଓ ନିରୁତ୍ସାହ ହୋଇପଡୁ । ଆମେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଭଲ-ମନ୍ଦର ଚକ୍ରବ୍ୟୂହରେ ପଶି ରହିଥାଉ ଆମେ ଦୁଃଖ ସନ୍ତାପରେ ନିର୍ଯାତିତ ହୋଇଥାଉ । ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନର ବହୁ ଦୂରରେ ରହିଯାଉ । ଯାହାକୁ ଆମେ ଭଲ ବୋଲି କହୁ ତାହା ମଧ୍ୟ ଆମର କ୍ଷତିକାରକ । ଏ ବିଷୟରେ ମା' ଆମକୁ ପ୍ରଥମରେ ସାବଧାନ କରିଦେଇ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମ ପାଇଁ ଯାହା ଭଲ ଓ ଅନୁକୂଳ ମନେହୁଏ ତାହା ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ସର୍ବଦା ସର୍ବୋତ୍ତମ ହୋଇ ନଥାଏ ।''

(M.C.W. 4, P. 101)

ଭଗବାନଙ୍କ ଏହି ସୃଷ୍ଟିରୁ ଆନନ୍ଦ ପାଇବାକୁ ହେଲେ ତୁମକୁ ଏହି ଭଲ-ମନ୍ଦ, ପାପ-ପୁଣ୍ୟ ଆଦି ଦ୍ୱୈତଗୁଣର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠି ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ବିକାର, ନିଶ୍ଚଳ, ନିରାସକ୍ତ, ମୁକ୍ତ ପୁରୁଷ ଭାବରେ ନିଜକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହି ପୃଥିବୀ ଚେତନାର ରୂପାନ୍ତର ସାଧନା କରିବାକୁ ହେବ । ଏବିଷୟରେ ଶ୍ରୀମା ଆମକୁ ତାଙ୍କ ନିଜ ଅନୁଭୂତିକୁ ବର୍ଣ୍ଣନାକରି କହୁଛନ୍ତି : ''ଏହି ଚେତନାରେ (ମା'ଙ୍କ ଚେତନାରେ) ଯେତେବେଳେ ଦୁଇ ବିପରୀତଧର୍ମୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଦୁଇ ବିରୋଧିଗୁଣ (ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ) ପରସ୍ପର ସହିତ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ମିଶିଯାଆନ୍ତି ସେମାନେ ଦୁହେଁ ତାଙ୍କର ଗୁଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ଯାହା ଥିଲେ ସେପରି ଭାବରେ ଆଉ ରହି ନଥା'ନ୍ତି । ସେମାନେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ସମାନ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କର ଗୁଣକୁ ବଜାୟ ରଖିପାରି ନଥା'ନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଗୁଣ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା, ସେମାନଙ୍କର ସ୍ପନ୍ଦନ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବଦଳିଯାଏ, ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ଏକତ୍ର ମିଶିଯାଆନ୍ତି । ପରସ୍ପରଠାରୁ ଅଲଗା ହେବା ଦ୍ୱାରାହିଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି ଗୁଣ (ଭଲ ବା ବନ୍ଦ) ମିଳିଥାଏ ଓ ସେମାନେ ଏହିପରି ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି । ତୁମେ ଯଦି ଏମାନଙ୍କୁ ଅଲଗା କରିବାକୁ ଯାଇ ନଥାଅ ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ଗୁଣ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥାଏ । ଏମାନେ ଆଉ ଭଲ ବା ମନ୍ଦ ଭାବରେ ରହି ନଥା'ନ୍ତି; ତା' ବଦଳରେ ସେମାନେ ଆଉ କିଛି ହୋଇଥା'ନ୍ତି; ଯାହାକି ହେଲା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ।''

(M.C.W. 11, p. 212)

ଏହିପରି ଜୀବନମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ବାସ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମକୁ ଯୋଗେଶ୍ୱର ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ଚକ୍ଷୁକୁ ଅନାଇ ରହିଲେ ତାଙ୍କ ଆଖିରୁ ଝରୁଥିବା ସେହି ପରମ ମୁକ୍ତି, ଅସୀମତା, ନିର୍ବିକାର, ଶାନ୍ତ, ନୀରବ ନିଶ୍ଚଳ ଚେତନା ଆମ ଭିତରକୁ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ଆମକୁ ସେହି ସ୍ତରକୁ ଉଠାଇନେବ । ଏପରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ନହେଲା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତର ସହଜ ନୁହେଁ । ଏପରିକି ନିଜର ଅତୀତ, ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ, ନିଜର ମାନ-ଯଶ-ପ୍ରତିଷ୍ଠାରୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନିଜକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାର ଅନ୍ୟ ଏକ ସୂତ୍ର ମା ଦେଇ କହୁଛନ୍ତି : ''ତୁମେ ଯେତେ ବେଶୀ ନିଜକୁ ଦେଇଦେବ ସେତେ ତୁମେ ଖୋଲିଯିବ; ତୁମେ ଯେତେ ବେଶୀ ଖୋଲିଯିବ, ସେତେ ବେଶୀ ଗ୍ରହଣ କରିବ; ଏବଂ ଏହି ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ ଯେତେ ଘନିଷ୍ଠ ହେବ ତୁମେ ତୁମର ଅନ୍ତରର ଉପସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ସେତେ ସଚେତନ ହୋଇପାରିବ ଏବଂ ଏହା ଯେଉଁ ଆନନ୍ଦ ବହନ କରିଆଣିଥାଏ ତାହା ତୁମେ ପାଇଥାଅ ।''

(M.C.W. 16, p. 98)

ଶେଷରେ ଏକ ବିଶେଷ କଥା କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ କେବେହେଲେ ଅତିମାନବ ହୋଇଉଠିବା ପାଇଁ ଲାଳସା ରଖ ନାହିଁ । ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର ହେଲା ପୃଥିବୀମାତାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ସାଧନା । ତୁମେ କେବଳ ମା'ଙ୍କର ଯନ୍ତ୍ରଭାବରେ କର୍ମ କରିଚାଲ । ଶରୀରଚର୍ଚ୍ଚା, ଧ୍ୟାନ, ଧାରଣା, ପୂଜାପାଠ ସବୁକିଛିକୁ ଏହି ଦିବ୍ୟକର୍ମ ତାଙ୍କରି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ତାଙ୍କରି ପାଇଁ ଏବଂ ତାଙ୍କରି ଦ୍ୱାରାହିଁ କରିବାକୁ ହେବ । ମା'ଙ୍କ ଛଡ଼ା ଶରୀର-ରୂପାନ୍ତର କାମ ଆଉ କାହାରି ଦ୍ୱାରା ହେବ ନାହିଁ । ନିଜର ସକଳ ସତ୍ତାଙ୍କୁ ମା'ଙ୍କ ଚରଣରେ ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିକୁ ଅର୍ପଣ କରି ନିଜେ ଯୋଗୀ ହେବା ବା ସାଧକ ହେବାର ବୋଝରୁ ମୁକ୍ତ ହୁଅ । ସେତେବେଳେ ତୁମର ଆଉ କୌଣସି କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବାକି ରହିଯାଏ ନାହିଁ । ତୁମକୁ ଆଉ କିଛି ବି କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ତୁମର ସକଳ ସତ୍ତାରେ ମାତୃ-ଚେତନା ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ସବୁକିଛି ମାତୃମୟ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ତୁମେ କେବଳ ଦିବ୍ୟଶିଶୁ ଭାବରେ ମା'ଙ୍କ କୋଳରେ ବସି ମା'ଙ୍କ କର୍ମକୁ ଅବଲୋକନ କରିଥାଅ । ଏହା ହେଲା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପନ୍ଥା ।

ଆଜି ଆମେ ଏପରି ସମୟରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଲୁଣି ଯେ ଯେତେବେଳେ ମୁଁ, ମୋର ବା ଆମର ବୋଲି କିଛି ରହି ନଥାଏ । ସବୁକିଛିକୁ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ୍ ବହନ କରିସାରିଲେଣି । ଆମର ସମସ୍ତ କର୍ମ, ସମସ୍ତ ଚିନ୍ତା, ସମସ୍ତ ସଂକଳ୍ପ, ସମସ୍ତ ଘଟଣା,— ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ହେଉ ବା ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସ୍ତରରେ ହେଉ ସବୁକିଛି ଭିତରେ ଏହି ଦିବ୍ୟହସ୍ତର ପରିଚାଳନା ପରିଲକ୍ଷିତ ହେବ । ଭଲ, ମନ୍ଦ, ଯୁଦ୍ଧ, ବିଦ୍ରୋହ, ବିପର୍ଯ୍ୟୟ, ପ୍ରଳୟ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନ୍ ସବୁକିଛିକୁ ସତ୍ୟ ଦିଗରେ ମୋଡ଼ି ଦେଉଛନ୍ତି । ମା'ଙ୍କ ବାଣୀରୁ ଏହା ଆମେ ଜାଣିପାରିବୁ : ''ପରମ ଶକ୍ତିମାନ୍ ପରମ ପ୍ରଭୁ ସକଳ ଗତିବୃତ୍ତିକୁ ହାତକୁ ନେଉଛନ୍ତି । ଏହିସବୁକୁ ସେ ସତ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିଦେବେ । ଆଉ କୌଣସି ଚେଷ୍ଟା ଦରକାର ନାହିଁ । ମନ ବା

କୌଣସି ମାନବିକ ଯନ୍ତ୍ରର ସହଯୋଗିତା ଦରକାର ନାହିଁ, ଏପରିକି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସମ୍ପତ୍ତି ମଧ୍ୟ ଆଉ ଦରକାର ହେବ ନାହିଁ।''

(M.C.W. 15, p. 248)

ଚାଲ ଆମେ ସମସ୍ତେ ତାଙ୍କରି ଚରଣରେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ସମର୍ପଣ କରିବା ମା'ଙ୍କର ପ୍ରଦତ୍ତ ବାଣୀକୁ ଆଧାର କରି –

''ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ଯେଉଁ ସମର୍ପଣ କରାଯାଏ ତାହା ଏହିପରି ହେବ – ''ତୁମର ସକଳ ସତ୍ତା ଏହାରି ସକଳ ଗତିବୃତ୍ତି ସହିତ ସତ୍ୟ ଏବଂ ମିଥ୍ୟା, ଭଲ ଏବଂ ମନ୍ଦ, ଭୁଲ ବା ଠିକ୍ ସବୁକିଛିକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିବାକୁ ହେବ।''

(24, August 1954, M.C.W. 14, p. 104)

ଜୟ ଶ୍ରୀମା, ଜୟ ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦ

ଓଁ ଶାନ୍ତି, ଶାନ୍ତି, ଶାନ୍ତି ଓଁ।

(ସମାପ୍ତ)