

গুরু যোগ কি ?

যে, যে পথ ধরেই সাধনায় এগিয়ে যাক, যথা ভক্তিয়োগ ,রাজযোগ ,ক্রিয়াযোগ-সবারই অন্তিম লক্ষ্য হয় শ্রী গুরুর সঙ্গে যুক্ত হওয়া। গুরু যোগ অর্থাৎ সরাসরি গুরুর সাথে যুক্ত হওয়া। স্মরণ মনন চিন্তন স্পর্শন ও নিদিধ্যাসন -এগুলির অভ্যাসের দ্বারা গুরুর সঙ্গে যুক্ত হওয়ার প্রক্রিয়া শুরু হয়। ঘুম থেকেই উঠেই প্রত্যহ প্রাতঃকালে শ্রী গুরুর চেহারা এবং তার নাম স্মরণ করতে হয় ,গুরুর আদেশের পালন করতে হয়। এই করতে করতেই এক সময় ছন্দের সঙ্গে মনে শ্রী গুরুর নাম সক্রিয় হয়ে ওঠে। মনে আনন্দের উপলব্ধি হয় । এই করতে করতে এক সময় তাঁকে জানা। তাঁকে জানলেই নিজেকে জানা আর নিজেকে জানলেই তাঁকে জানা। এই রকমের সতত অভ্যাসের ফলে দেখা যাবে তিনি শিষ্য কে একেবারে কামনা -বাসনা মুক্ত করে দিয়েছেন। মনে কামনা -বাসনা মুক্ত হলেই পবিত্র হয় মনে নির্লিপ্ততা আসে।

বাবা বলেন, “আগে নিজেকে জানো। নিজেকে জানলাম না, বুঝলাম না, তবে অন্যকে জানবো কি করে ? “

গুরুর প্রয়োজনীয়তা

মনুষ্য জন্মের আসল উদ্দেশ্য হচ্ছে ঈশ্বর দর্শন। জ্ঞান, সর্বোপরি আধ্যাত্মিক জ্ঞানার্জন ঈশ্বর লাভের সহায়ক। তার জন্য প্রয়োজন হয় গুরুর, যিনি মানুষকে এই জ্ঞান পেতে সাহায্য করেন। শ্রেষ্ঠ জীব হিসাবে মানুষকে পরিচালনা করতে হলে তাকে সঠিক পথে চালিত করার জন্য গুরুর প্রয়োজন হয়।

ঈশ্বর দর্শনের ক্ষেত্রে কয়েকটা জিনিস কে মূলধন করে নিতে হয় বা রপ্ত করে নিতে হয়। যেমন ঈশ্বর দর্শন পেতে হলে প্রয়োজন হয় এই ভাব গুলির -অর্থাৎ প্রয়োজন হয় গুরুর দর্শন, স্পর্শন মনন স্মরণ। ধৈর্য্য ক্ষমা ত্যাগ দান -এই চারে ভগবান। এই ভাব গুলির নিত্য অভ্যাস করা অতি প্রয়োজন। এই অভ্যাস যোগের পথ প্রদর্শন করেন গুরুই, যার দয়া ভিন্ন মানুষ নিজে নিজে সহজে এই পথে চলতে সক্ষম হয় না। এই অভ্যাস করতে করতেই একসময় আসে কামনা বাসনার প্রভাব হতে মুক্তি, আসে নির্লিপ্ততা। তারপর আসে পরম শান্তি আর আনন্দ। গুরুর দয়াতে মন যত বেশি গুরুমুখী হবে, ততই কামনা- বাসনা

মনের থেকে অপসারিত হবে। কামনা বাসনার বন্ধন কাটতে থাকবে। মন যত বেশি গুরুমুখী হবে ততই উপলব্ধি হবে সত্যের, ততই উপলব্ধি হবে ঈশ্বরীয় ভাবের। গুরু যে আমার অন্তরে আছেন, আমার ভিতরে বাস করেন -এই ভাবের উপলব্ধি হয় ও ক্রমাগত সেই ভাব বৃদ্ধি হয়। শ্রী গুরু এতেই প্রসন্ন হন।

গুরু যোগের পদ্ধতি

কেউ কোনো কটু কথা বললে অথবা খারাপ ব্যবহার করলেও মন খারাপ করা চলবে না। ভাবতে হবে বিরুদ্ধাচরণকারীরা আসলে তো তারই সৃষ্টি। এদের দিয়ে ওই বিরুদ্ধাচরণ গুরুই করাচ্ছেন। আমার উচিত মান -অভিমান ত্যাগ করে সব মেনে নেওয়া। অন্যাসে মেনে নিতে হবে, যে যাই করুক গুরুই করাচ্ছেন। আমাকে প্রতিকূলতায় অভ্যস্ত করার জন্য, আমায় গড়ে তোলবার জন্য। আমার প্রতি যতই খারাপ ব্যবহার হবে ততই আমার ধৈর্য ,ও ক্ষমা বৃদ্ধি পাবে। ,পরিশেষে আমার প্রবৃত্তিগুলির পরিমার্জনা হবে।

গুরুর সাথে যোগে যুক্ত থাকাই হলো গুরু যোগ

সবার মধ্যে গুরু কে দেখার চেষ্টা করতে হবে। গুরুভাইবোনেদের আপ্যায়ন করলে গুরু কেই আপ্যায়ন করা হোলো। একথা মনে করা, সবসময় গুরুপ্রসঙ্গে চর্চা করা ,গুরুভাইবোনেদের সেবা -শুশ্রুশা করবার প্রবৃত্তি থাকা এগুলিও গুরুযোগের অঙ্গ বিশেষ।

গুরুযোগ বিভিন্ন স্তরে অনুভূত হয়। প্রথমে সংসারে থেকে সাংসারিক অনুভূতি থেকেই ওই ভাব আসে। যে সব কর্ম নিবেদিত আত্মীয় পরিজনের কল্যাণের উদ্দেশে, ওদের কল্যাণের জন্য। সে অর্থ দিয়েই হোক পরিশ্রম দিয়েই হোক, যা কিছু করা ওদের মঙ্গলের জন্য করা।

প্রথমে মায়ার বশবর্তী হয়ে অনুধ্যান -যে যা কিছু কর্ম ওদেরই দেখাশোনার জন্য। পরবর্তী কালে, প্রচুর সময় অতিবাহিত হয়ে গেলে পর-পরবর্তী স্তরে মনে উদ্দীপিত হয় আসল তত্ত্ব। অর্থাৎ মনে জেগে ওঠে নির্লিপ্ততা। চৈতন্যদয় হবার পর মনে উদ্দীপ্ত হয়ে ওঠে নিত্য এবং অনিত্যের প্রকার ভেদ স্থায়ী তথা অস্থায়ী অবস্থার প্রভেদ। এর পরের স্তরে মন বুদ্ধিতে সক্ষম হয় এই সকল অবস্থা -বৈষম্য, এই সবই শ্রী গুরুর সৃষ্টি। পরবর্তী স্তরে তখন জেগে ওঠে, সকল দিব্য ভাবের ঐকান্তিক অবিরাম প্রবাহ।

গুরু যোগের অভ্যাসের পদ্ধতি

দুই ভ্রুর মধ্যে গুরু কে ধ্যান করা। ওই ধ্যান পথ চলতে চলতে ও করা যায়। যেন বাবা দুই ভ্রুর মধ্যস্থ স্থানে - অর্থাৎ ত্রিকুটির মধ্যে বসে আছেন। নিজেকে ভাবতে হবে এটা তারই চেহারা অর্থাৎ গুরু ও আমি এক। এই ভাবে ধ্যান করতে পারলে সুবিধা হবে কারোকে খারাপ ভাবা অথবা কু -কথা বলা থেকে বিরত থাকতে। আরো ভাবতে হবে অপর সব মানুষের মধ্যে, বৃহত্তর সমাজের বসবাসকারীদের মধ্যে এবং ওপর জীবীদের মধ্যেও গুরু আছেন। এই ভাবে গুরু সম্পর্কে যা কিছু ভাববে সেটাই গুরু যোগ

গুরুদেব গুরু যোগ অভ্যাসের পদ্ধতির বিষয়ে আরো বলেন । সর্বক্ষণ গুরুকে স্মরণ মনন করা , তার উপদেশ অনুক্ষণ চিন্তন করা, দিনভর তার ছবি নিজের মনে চিন্তা করা - ভাবতে হবে আমি নিজ অন্তরে আসন পাতলাম। সেখানে গুরু অধিষ্ঠিত হলেন। মনশ্চক্ষু ভিতরে ঘুরিয়ে দিতে হয় আর প্রতি মুহূর্তে মনে মনে জয় গুরু শ্রী গুরু বলতে হয়। ঘন ঘন গুরু দর্শন করা, ঘন ঘন গুরু কে স্পর্শন করা, তাঁকে স্মরণ মনন করা। প্রথমে এই প্রক্রিয়া কে ঘন ঘন অভ্যেস করার প্রয়োজন হয় । ঠাকুর ও বলভেন অভ্যাস করতে হয় সব সময়, মনে মনে জয় গুরু শ্রী গুরু বলতে থাকা , সব সময় মনে মনে শ্রী গুরুর উপদেশ চিন্তা করা এবং তাঁর উপদেশ কে সর্বক্ষণ কার্যে রূপায়িত করা।