ଆକାଶକୁ ଛୁଇଁବା

ନମ୍ରତା କିପରି ଅହଂକାର ନିର୍ମାଣ କରୁଥିବା ଛାତକୁ ଭାଙ୍ଗି ଦିଏ

ଦାଜୀ

ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳନ ଅବସରରେ ବାର୍ତ୍ତା

ଯୋଗାଶ୍ରମ ଶାହାଜାହାନପୁର ର

ବ୍ୟାଚ୍ ୩: ତା ୨୦ ରୁ ତା ୨୨ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୬

ଆକାଶକୁ ଛୁଇଁବା

ନମ୍ରତା କିପରି ଅହଂକାର ନିର୍ମାଣ କରୁଥିବା ଛାତକୁ ଭାଙ୍ଗି ଦିଏ

ପ୍ରିୟ ବନ୍ଧୁଗଣ,

ବସନ୍ତ ଭଣ୍ଡାରାର ପ୍ରଥମ ତିନୋଟି ସନ୍ଦେଶରୁ ଶିଖାଯାଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ଶିକ୍ଷାଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ପୁନର୍ବାର ଦେଖିବା

- "ବିଭକ୍ତ ହୃଦୟ" ରେ, ଆମେ ଇଚ୍ଛା ଏବଂ ଆକାଂକ୍ଷା ମଧ୍ୟରେ ଫସି ରହିଥିବା ଜଣେ ସାଧକଙ୍କୁ ଭେଟିଛୁ, ଯିଏ ଭାବୁଥିଲେ କିଏ ଜିତିବ।

- ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ର ଜାଗରଣ ରେ, ଆମେ ଜଣେ ସାଧକଙ୍କୁ ଭେଟିଥିଲୁ ଯାଙ୍କ ପାଖରେ ଶକ୍ତି ତ ଅକ୍ଷୁର୍ଣ ଥିଲା କିନ୍ତୁ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଲୋପ ପାଇଯାଇଥିଲା; ଏକ ଦିଗହୀନ ଅଗ୍ନି।

- ଏକ ଦୃଢ଼ ମୂଳଦୁଆର ଗଠନ ରେ, ଆମେ ଜଣେ ସାଧକ ଙ୍କୁ ଭେଟିଥିଲୁ ଯିଏ ଭଲ ଭାବରେ ଅଭ୍ୟାସ କରିଥିଲେ ଏବଂ ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅନୁଭବ କରିଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ହୃଦୟରେ ହେଉଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିପାରି ନଥିଲେ।

ଏବେ ଆମେ ଜଣେ ଚତୁର୍ଥ ସାଧକଙ୍କୁ ଭେଟିଛୁ। ଏହି ଚତୁର୍ଥ ସାଧକ ତାଙ୍କ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଯାତ୍ରାରେ ଟିକିଏ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଛନ୍ତି। ସେ ସଠିକ୍ ପଥ ବାଛିଛନ୍ତି, ସେ ଏକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ ଆଗକୁ ବଢୁଛନ୍ତି, ଏବଂ ତାଙ୍କର ଏହି ପଥ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ଅଛି। ଏବଂ ତଥାପି, ସେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ବନ୍ଦ କରିଦେଇଛନ୍ତି, କାରଣ ସେ ତାଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ହରାଇ ନାହାନ୍ତି, ବରଂ ତାଙ୍କୁ ଏଠାକୁ ଆଣିଥିବା ସଫଳତା ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଚୁପଚାପ୍ ଏକ ପିଞ୍ଜରା ପାଲଟିଛି।

ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଏକ ଗଛକୁ ବିଚାର କରନ୍ତୁ ଯାହା ଏକ ସବୁଜଗୃହ ର ଛାତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼ିଛି। ଏହା ଏକ ଅଜବ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଏ: ଏହାର ମୂଳ ସୁସ୍ଥ, ଏହାର ପତ୍ର ସବୁଜ, ଏବଂ ଏହା ସବୁ ପ୍ରକାରେ ବଢ଼ିବା ପରି ଦେଖାଯାଏ, ତଥାପି ଏହା ବଢ଼ିବା ବନ୍ଦ କରିଦେଇଛି। ଏହା ଏଥିପାଇଁ ନୁହେଁ ଯେ ଏହାର ବଢ଼ିବାର କ୍ଷମତା ନାହିଁ, ବରଂ ଏହା ଏକ ସୀମାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଛି ଯାହାକୁ ସେ ଦେଖିପାରୁନାହିଁ।

ସବୁଜଗୃହ ହେଉଛି ଅହଂକାର, ଏବଂ ଛାତ ହେଉଛି ସେହି କାହାଣୀ ଯାହା ଅହଂକାର ନିଜକୁ କହିଥାଏ। ଗଛଟି ସବୁଜଗୃହ ଛାତ ଉପରେ ଚାପି ହୋଇ ଏହାକୁ ଆକାଶ ଭାବି ଭୁଲ କରେ ଏବଂ ଭାବେ ଯେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉଚ୍ଚତାରେ ପହଞ୍ଚିସାରିଛି।

ଅହଂକାର: ଏକ ପ୍ରତାରଣାପୂର୍ଣ୍ଣ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ

ଅହଂକାର ହେଉଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ସବୁଠାରୁ ଛୋଟ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ କାରଣ ଏହା ନିଜକୁ ପଥ ର ଛଦ୍ମ ରୂପ ଦିଏ। ଅହଂକାରର ଚାଲ ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଦୁର୍ବଳ ସାଧକ ସେ ଯିଏ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ଅଭ୍ୟାସ କରିଛନ୍ତି, ପୁସ୍ତକ ପଢିଛନ୍ତି, ସମାଜର ସମ୍ମାନ ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ ଏବଂ ନମ୍ରତା ବିଷୟରେ ସହଜରେ କହିପାରନ୍ତି। ନିଜ ଭିତରେ, ଏହି ସଫଳତାଗୁଡ଼ିକ ମିଥ୍ୟା ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ବିପଦ ହେଉଛି ଯେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଜମା ହୋଇ ଏକ ପରିଚୟ ବନାଏ। ଏବଂ ପରିଚୟ, ଯେତେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ହେଉନା କାହିଁକି, ତଥାପି ଅହଂକାର ହିଁ।

ଅହଂକାର ହେଉଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଥରେ ସବୁଠାରୁ ଛୋଟ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ କାରଣ ଏହା ନିଜକୁ ପଥ ର ଛଦ୍ମ ରୂପ ଦିଏ। ଅହଂକାରର ଚାଲ ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଦୁର୍ବଳ ସାଧକ ସେ ଯିଏ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ଅଭ୍ୟାସ କରିଛନ୍ତି, ପୁସ୍ତକ ପଢିଛନ୍ତି, ସମାଜର ସମ୍ମାନ ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ ଏବଂ ନମ୍ରତା ବିଷୟରେ ସହଜରେ କହିପାରନ୍ତି। ନିଜ ଭିତରେ, ଏହି ସଫଳତାଗୁଡ଼ିକ ମିଥ୍ୟା ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ବିପଦ ହେଉଛି ଯେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଜମା ହୋଇ ଏକ ପରିଚୟ ବନାଏ। ଏବଂ ପରିଚୟ, ଯେତେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ହେଉନା କାହିଁକି, ତଥାପି ଅହଂକାର ହିଁ।

“ବିଭକ୍ତ ହୃଦୟ” ରେ, ଆମେ ହୃଦୟ ଭିତରେ ଦୁଇଟି ଗଧିଆ ବିଷୟରେ କହିଥିଲୁ, ଗୋଟିଏ ଉଚ୍ଚ, ଆଉ ଗୋଟିଏ ନିମ୍ନ। ଇଚ୍ଛା ହେଉଛି ନିମ୍ନ ଗଧିଆ, ଏବଂ ଏହାକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ସହଜ, କାରଣ ଏହାର ଭୋକ ସ୍ପଷ୍ଟ। ତଥାପି, ଅହଂକାର ଅଧିକ ଧୂର୍ତ୍ତ। ଏହା ଉଚ୍ଚ ଗଧିଆର ଲୋମ ପିନ୍ଧିପାରେ, ଯାହା ସୂଚିତ କରେ ଯେ ଅହଂକାର ନିଜକୁ ‘ମହାନ’ କିଛି ଭାବରେ ଲୁଚାଇପାରେ। ଏହା ହିଁ ଏହାକୁ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥାଏ: ଏହା ଏକ ସଦ୍ଗୁଣ ପରି ଦେଖାଯାଉଥିବା ଜିନିଷ ଭିତରେ ଲୁଚି ରହିଥାଏ। ଏହା ଭକ୍ତି କିମ୍ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ତୀବ୍ରତା ଭାବରେ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଇପାରେ।

ଚାରିଜୀ ଥରେ ଏକ ମତାମତ ଦେଇଥିଲେ ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସଚ୍ଚୋଟ ସାଧକଙ୍କୁ ଚିନ୍ତା କରିବା ଉଚିତ। ସେ କହିଥିଲେ ଯେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାର କ୍ଷେତ୍ର ଏତେ ନରମ ଏବଂ ଫଳପ୍ରଦ ଯେ ଏହା ଅହମିକା ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ଏବଂ ଚାତୁର୍ଯ୍ୟ ଚେର ଧରିବା ପାଇଁ ଉର୍ବର ଭୂମି ହୋଇଯାଏ। ଏହାର ଅର୍ଥ କ’ଣ ତାହା ଭଲ ଭାବରେ ବିଚାର କରନ୍ତୁ।

ଭୌତିକ ଜଗତରେ, ଅହଂକାରକୁ ନିରନ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଏ, କାରଣ ବଜାର ଆପଣଙ୍କୁ ସଂଶୋଧନ କରେ, ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆପଣଙ୍କୁ ନମ୍ର କରେ, ଏବଂ ବିଫଳତା ଆପଣଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷା ଦିଏ। କିନ୍ତୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜଗତରେ, ଏହି ବାହ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାୟତଃ ଅନୁପସ୍ଥିତ। ଆପଣ ଆତ୍ମ-ମହତ୍ୱର ଏକ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ନିର୍ମାଣ କରିପାରିବେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଭକ୍ତି ବୋଲି କହିପାରିବେ। ଆପଣ ଦଶନ୍ଧି ଧରି ଅଭ୍ୟାସ ସଂଗ୍ରହ କରିପାରିବେ ଏବଂ ସଂଗ୍ରହକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଭାବି ଭୁଲ କରିପାରିବେ। କେହି ଆପଣଙ୍କୁ ଆପଣଙ୍କ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଅବସ୍ଥା ଉପରେ ଏକ ତ୍ରୈମାସିକ ରିପୋର୍ଟ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଦର୍ପଣ ଧରିଥାଏ। ତେଣୁ, ପଥଟିର ଅତି କୋମଳତା ହିଁ ଫାଶକୁ ଏତେ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ କରିଥାଏ।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସଂଗ୍ରହର ବିରୋଧାଭାସ

ଅଭିବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ଆବଶ୍ୟକ: ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ଏବଂ ଏହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ଥାନ। ପୂର୍ବରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବା ଏକ ପାତ୍ର ଆଉ ପୂରଣ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ। ଯେତେବେଳେ ଅହଂକାର ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ଗ୍ରହଣ କରେ ଯେଉଁଠାରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହେବା ଉଚିତ, ସେତେବେଳେ ଚେତନାରେ କ’ଣ ଘଟେ ତାହାର ଏହା ଏକ ସଠିକ୍ ବର୍ଣ୍ଣନା।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅହମିକା ର ରୀତିଗୁଡ଼ିକ ଦୂର କରିବା ସବୁଠାରୁ କଷ୍ଟକର କାରଣ ସେଗୁଡ଼ିକ ଭଲ ଲାଗେ। ସେଗୁଡ଼ିକ ଏହିପରି ଦେଖାଯାଇପାରେ:

"ମୁଁ କୋଡ଼ିଏ ବର୍ଷ ଧରି ଅଭ୍ୟାସ କରିଆସୁଛି।"
"ମୁଁ ଏହି ଶିକ୍ଷାଗୁଡ଼ିକୁ ଗଭୀର ଭାବରେ ବୁଝେ।"
"ମୁଁ ଏହି ପଥ ପାଇଁ ବହୁତ ତ୍ୟାଗ କରିଛି।"

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବକ୍ତବ୍ୟ ବାସ୍ତବିକ ଭାବରେ ସତ୍ୟ ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଏହା ପରିଚୟରେ ସ୍ଫଟିକ ହୋଇଯାଏ, ଏହା ଏକ ପ୍ରାଚୀର ହୋଇଯାଏ।

ପୁରୁଣା ପରମ୍ପରା ଏହାକୁ ଅଭିମାନ ବୋଲି କୁହେ, ଏକ ସାମାନ୍ୟ ଅହମିକା ଯାହା ସବୁଠାରୁ ସଚ୍ଚୋଟ ଅଭ୍ୟାସରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରବେଶ କରେ। ଏହା ନିଜକୁ ଅହଂକାରର ସହିତ ଜାହିର କରେ ନାହିଁ। ଏହା ତୁଳନାତ୍ମକ ଭାବରେ ଫୁସଫୁସ ଭାବରେ କୁହେ: "ମୁଁ ସେମାନଙ୍କଠାରୁ ଆଗରେ।" ଏହା ମିଥ୍ୟା ନମ୍ରତାରେ ଲୁଚି ରହିଥାଏ: "ମୁଁ କିଛି ନୁହେଁ," ଏହା ନମ୍ର ଦେଖାଯିବାର ଏକ ଗୁପ୍ତ ଆନନ୍ଦ ସହିତ କୁହେ। ଏହା ଭକ୍ତିର ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରେ: "ଗୁରୁଙ୍କ ସହିତ ମୋର ସମ୍ପର୍କ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର," ଯେପରି ସେ ଅନନ୍ତଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଲାଭ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ।

"ଏକ ଦୃଢ଼ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଗଠନ " ରେ, ଆମେ ସନ୍ଦେହକୁ "ଲ୍ୟାବ କୋଟ୍ ପିନ୍ଧି ବସ୍ତୁନିଷ୍ଠତାର ଛଳନା କରୁଥିବା ଭୟ" ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଥିଲୁ। ସନ୍ଦେହ କହେ, "ମୁଁ ଯାହା ପାଇଛି ତାହା ବାସ୍ତବ ନୁହେଁ," କିମ୍ବା "ଏହା କ'ଣ ମୂଲ୍ୟବାନ?

ଅଭିବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ଆବଶ୍ୟକ: ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ଏବଂ ଏହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସ୍ଥାନ। ପୂର୍ବରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବା କପକୁ ଆଉ ପୂରଣ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ। ଯେତେବେଳେ ଅହଂକାର ସେହି ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରେ ଯେଉଁଠାରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘଟିବ, ସେତେବେଳେ ଚେତନାରେ କ'ଣ ଘଟେ ତାହାର ଏହା ଏକ ସଠିକ ବର୍ଣ୍ଣନା।

ଅଭିମାନ ଏହାକୁ ଏକ ଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ପ୍ରତିଫଳିତ କରେ, ଯେପରି "ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଭାଷାରେ ଆଚ୍ଛାଦିତ ଅହଂକାର ଆତ୍ମସମର୍ପଣର ଅଭିନୟ କରୁଛି"। ଅହଂକାର ଗୁପ୍ତ ଭାବରେ କହେ, "ମୁଁ ଯାହା ପାଇଛି ତାହା ମୋର", ଯେତେବେଳେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କରି କହୁଥାଏ, 'ମୁଁ କିଛି ନୁହେଁ।'"

ଉଭୟ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପଦକ୍ଷେପକୁ ବାଧା ଦିଏ: ସନ୍ଦେହ ତୁମକୁ ତୁମ ପାଖରେ କ'ଣ ଅଛି ତାହା ଦେଖିବାରୁ ବାଧା ଦିଏ, ଯେତେବେଳେ କି ଅହଂକାର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ କୌଣସି ସ୍ଥାନ ଛାଡି ନଥାଏ।

ସେବାକାରୀ ଅହଂକାର ବନାମ ରୁଦ୍ଧଶ୍ୱାସ ଅହଂକାର

ଏଠାରେ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ଅଛି: ଅହଂକାର ଶତ୍ରୁ ନୁହେଁ। "ସ୍ପିରିଚୁଆଲ ଆନାଟାମି " ପୁସ୍ତକରେ, ଆମେ ଅହଂକାରକୁ ପାଞ୍ଚଟି ପ୍ରକାଶନର ଏକ ପରିସର ଭାବରେ ଦେଖୁଛୁ: ଉଦ୍ଧତତା,ଗର୍ବ, ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ, ଉପସ୍ଥିତି ଏବଂ ନମ୍ରତା। ଉଦ୍ଧତତା ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ଖରାପ ପ୍ରକାଶନ, ଏକ ଅହଂକାର ଏତେ ଫୁଲିଯାଏ ଯେ ଏହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମ୍ପର୍କ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ

ଅହଂକାରର ବର୍ଣ୍ଣାଳୀ: ଉଦ୍ଧତତାରୁ ନମ୍ରତା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

ଉଦ୍ଧତତା ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ଖରାପ ପ୍ରକାରର ବାହାନା; ଏହା ଏକ ଅହଂକାର ଏତେ ଫୁଲିଯାଏ ଯେ ଏହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମ୍ପର୍କ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ବିକୃତ କରିଦିଏ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ନମ୍ରତା ଅହଂକାରର ଅନୁପସ୍ଥିତି ନୁହେଁ ବରଂ ଏହାର ସର୍ବୋତ୍ତମ ପ୍ରକାଶନ, ନିଜଠାରୁ ମହାନ କିଛି ଉପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସର ଏକ ଅବସ୍ଥା।

ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ବିକୃତ କରିଦିଏ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ନମ୍ରତା ଅଛି, ଯାହା ଅହଂକାରର ଅନୁପସ୍ଥିତି ନୁହେଁ ବରଂ ଏହାର ସର୍ବୋତ୍ତମ ପ୍ରକାଶନ, ନିଜଠାରୁ ବଡ଼ କିଛି ଉପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସର ଏକ ଅବସ୍ଥା।

ଅହଂକାର ଏକ ମାଂସପେଶୀ ପରି; ଏହା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ନଇଁବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ନମନୀୟ ଏବଂ କେତେବେଳେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ଏବଂ କେତେବେଳେ ପଛକୁ ହଟିବ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ବିବେଚନାଶୀଳ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ ଭାଷଣ ଦେବା ପାଇଁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ତରର ଅହଂକାର ଆବଶ୍ୟକ। ଧ୍ୟାନରେ ଥିବା ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପ୍ରାଣାହୁତି ପାଇଁ ସ୍ଥାନ ଦେବା ପାଇଁ ଅହଂକାରକୁ ପ୍ରାୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ହ୍ରାସ କରିବାକୁ ପଡିବ। ତେଣୁ, ସମସ୍ୟା କେବେବି ଅହଂକାର ନୁହେଁ, ବରଂ କଠୋର ଅହଂକାର ଯାହା ସ୍ଥାନରେ ଜମାଟ ବାନ୍ଧି ରହିଥାଏ ଏବଂ ଗତି କରିବାକୁ ମନା କରିଥାଏ।

ଅହଂକାର ଏକ ମାଂସପେଶୀ ପରି; ଏହା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ନଇଁବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ନମନୀୟ ଏବଂ କେତେବେଳେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ଏବଂ କେତେବେଳେ ପଛକୁ ହଟିବ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ବିବେଚନାଶୀଳ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ ଭାଷଣ ଦେବା ପାଇଁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ତରର ଅହଂକାର ଆବଶ୍ୟକ। ଧ୍ୟାନରେ ଥିବା ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପ୍ରାଣାହୁତି ପାଇଁ ସ୍ଥାନ ଦେବା ପାଇଁ ଅହଂକାରକୁ ପ୍ରାୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ହ୍ରାସ କରିବାକୁ ପଡିବ। ତେଣୁ, ସମସ୍ୟା କେବେବି ଅହଂକାର ନୁହେଁ, ବରଂ କଠୋର ଅହଂକାର ଯାହା ସ୍ଥାନରେ ଜମାଟ ବାନ୍ଧି ରହିଥାଏ ଏବଂ ଗତି କରିବାକୁ ମନା କରିଥାଏ।

“ବିଭକ୍ତ ହୃଦୟ” ରେ, ଆମେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିଥିଲୁ ଯେ କିପରି ବାରମ୍ବାର ବିଫଳତା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିରେ ଛୋଟ, ଅଦୃଶ୍ୟ ତ୍ରୁଟି ଆଣିଥାଏ, ଏବଂ ଏହା ଜମା ହୋଇଯାଏ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ସାମାନ୍ୟ ଓଭରଲୋଡ୍ ଭୟଙ୍କର ଧ୍ୱଂସର କାରଣ ହୁଏ। ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥର ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଆପଣଙ୍କର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବ୍ୟବହାର କରିବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି, ଏହା ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ, ପରିଶେଷରେ ଭାଙ୍ଗିଯାଏ।

ଅହଂକାର ଓଲଟା କାମ କରେ। ବାରମ୍ବାର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସଫଳତାକୁ, ଯେତେବେଳେ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସଫଳତା ଭାବରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଏ, ତାହା ସୂକ୍ଷ୍ମ-ସ୍ଫୀତି ସୃଷ୍ଟି କରେ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ସୂକ୍ଷ୍ମ-ସ୍ଫୀତି ଦୃଶ୍ୟମାନ ନ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ପ୍ରଗତି ପରି ମନେହୁଏ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଭାବ ଏକ କଠୋରତା ଯାହା ଶେଷରେ ସେହି ଅଭିବୃଦ୍ଧିକୁ ରୋକିଥାଏ ଯାହା ପାଇଁ ଅଭ୍ୟାସ ଡିଜାଇନ୍ କରାଯାଇଥିଲା।

ବିକାଶକୁ କଣ ପୁଷ୍ଟି କରେ

ଯଦି ଅହଂକାର ଛାତ, ତେବେ ନମ୍ରତା ହେଉଛି ଖୋଲା ଆକାଶ।

ନମ୍ରତାକୁ ବହୁଳ ଭାବରେ ଭୁଲ ବୁଝାଯାଏ; ଏହା ଆତ୍ମ-ଅପମାନ ନୁହେଁ କିମ୍ବା କ୍ଷୁଦ୍ରତାର ପ୍ରଦର୍ଶନ ନୁହେଁ। ପ୍ରକୃତରେ, ଏହା ଅସ୍ତିତ୍ୱର ବିଶାଳ କ୍ରମରେ ନିଜ ସ୍ଥାନର ସଠିକ୍ ଅନୁଭବ। ହିମାଳୟ ଶିଖର ନମ୍ର କାରଣ ଏହା ନମ୍ର ନୁହେଁ ବରଂ ଏହା ଜାଣେ ଯେ ଏହା ଏକ ପରିସରର ଅଂଶ ଯାହା ଯେକୌଣସି ଏକ ଶିଖର ଦେଖିପାରିବ ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ବିସ୍ତାରିତ।

ନମ୍ରତାକୁ ବହୁଳ ଭାବରେ ଭୁଲ ବୁଝାଯାଏ; ଏହା ଆତ୍ମ-ଅପମାନ ନୁହେଁ କିମ୍ବା କ୍ଷୁଦ୍ରତାର ପ୍ରଦର୍ଶନ ନୁହେଁ। ପ୍ରକୃତରେ, ଏହା ଅସ୍ତିତ୍ୱର ବିଶାଳ କ୍ରମରେ ନିଜ ସ୍ଥାନର ସଠିକ୍ ଅନୁଭବ। ହିମାଳୟ ଶିଖର ନମ୍ର କାରଣ ଏହା ନମ୍ର ନୁହେଁ ବରଂ ଏହା ଜାଣେ ଯେ ଏହା ଏକ ପରିସରର ଅଂଶ ଯାହା ଯେକୌଣସି ଏକ ଶିଖର ଦେଖିପାରିବ ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ବିସ୍ତାରିତ।

ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା କ୍ଷୟ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ବିନା ଉପସ୍ଥିତି, ଆତ୍ମପ୍ରଦର୍ଶନ ବିନା ଶକ୍ତି ଏବଂ ତୁଳନା ବିନା ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ରହିଯାଏ। ଆପଣ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ହୀନ କିମ୍ବା ହ୍ରାସ ପାଆନ୍ତି ନାହିଁ; ବରଂ, ଆପଣ ଏକ ପ୍ରତିଛବି ବଜାୟ ରଖିବାର ବୋଝରୁ ମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି। ଆପଣଙ୍କର ଏବେ ବି ଅନନ୍ୟ ଦକ୍ଷତା, ଶକ୍ତି ଏବଂ ଚିନ୍ତାଧାରା ଅଛି, କିନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କର ପରିଚୟ ଏବଂ ଆତ୍ମ-ମୂଲ୍ୟ ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସୀମିତ ନୁହେଁ।

ଆତ୍ମ-ପ୍ରତିଛବିକୁ ବଜାୟ ରଖିବା, ରକ୍ଷା କରିବା ଏବଂ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିଲା, ତାହା ଏବେ ବିକାଶ ପାଇଁ ଉପଲବ୍ଧ। ତେଣୁ ନମ୍ରତା ଆପଣଙ୍କୁ ସଙ୍କୁଚିତ କରେ ନାହିଁ। ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ।

ହାର୍ଟଫୁଲନେସ୍ ଅଭ୍ୟାସରେ, ପ୍ରାଣାହୁତି ଏକ ହୃଦୟରେ ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ଯେଉଁ ଟି ଏଥିପାଇଁ ରିକ୍ତସ୍ଥାନ ତିଆରି କରିଛି। ପ୍ରାଣାହୁତି ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ ନୁହେଁ। ଏହା ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କରେ, ଏବଂ ଯେଉଁ ଟି ପୂର୍ଣ ଅଛି ତାର ଦ୍ୱାରବନ୍ଧରେ ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରେ। ସେଥିପାଇଁ ସର୍ବୋତ୍ତମ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରାୟତଃ ଅଭିଜ୍ଞ ସାଧକଙ୍କ ଠାରେ ନୁହେଁ, ବରଂ ନୂତନ ଅଭ୍ୟାସୀ ଙ୍କଠାରେ ଘଟେ, ଯିଏ ସେଠାରେ କୌଣସି ଆଶା, କୌଣସି ଢାଞ୍ଚା, କୌଣସି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନବୃତ୍ତାନ୍ତ ସହିତ ବସି ନ ଥାଏ। ସେମାନଙ୍କର ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ କିଛି ନାହିଁ। ପାତ୍ର ଖାଲି। ଅନୁଗ୍ରହ ବିନା ବାଧାରେ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ବର୍ଷିତ ହୁଏ।

ଏହାକୁ ଏହିପରି ଭାବନ୍ତୁ। "ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ର ଜାଗରଣ" ରେ, ଆମେ ଆଇସକ୍ରିମ ବିରୋଧାଭାସକୁ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିଥିଲୁ: ଜଣେ ବାଳକକୁ ଆଇସକ୍ରିମ ଚାହିବା ପାଇଁ

ହାର୍ଟଫୁଲନେସ୍ ଅଭ୍ୟାସରେ, ପ୍ରାଣାହୁତି ଏକ ହୃଦୟରେ ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ଯେଉଁ ଟି ଏଥିପାଇଁ ରିକ୍ତସ୍ଥାନ ତିଆରି କରିଛି। ପ୍ରାଣାହୁତି ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ ନୁହେଁ। ଏହା ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କରେ, ଏବଂ ଯେଉଁ ଟି ପୂର୍ଣ ଅଛି ତାର ଦ୍ୱାରବନ୍ଧରେ ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରେ।

କୌଣସି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ। ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତ ଆଗ୍ରହ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଶକ୍ତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ। ସମାନ ନୀତି ଏଠାରେ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ। ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତ ବିସ୍ମୟ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ନମ୍ରତା ପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରୟାସ ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ନାହିଁ। ଯିଏ ପ୍ରକୃତରେ ବିଶାଳତା ଦେଖିଛି ତାଙ୍କୁ ନମ୍ରତା ଅଭ୍ୟାସ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ। ଏହା ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ, ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସ ଏବଂ ଖୋଲାପଣ ସହିତ ଆସିଥାଏ। ଏକ ଗଭୀର ସ୍ତରରେ, ଆମର ନମ୍ରତାର ଅଭାବ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ହେଉଛି ଯେ ପ୍ରତାରଣାପୂର୍ଣ୍ଣ ଅହଂକାର ଆମ ଏବଂ ବିଶାଳତା ମଧ୍ୟରେ ନିଜକୁ ରଖିଛି, ନିଜର ପ୍ରତିଛବିକୁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରୁଛି ଏବଂ ଦୂର ଆକାଶକୁ ଅସ୍ପଷ୍ଟ କରୁଛି।

ନିରନ୍ତର ଆରମ୍ଭକାରୀ

ଜାପାନୀମାନେ ଜଣେ ଆରମ୍ଭକାରୀଙ୍କ ମନକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ପାଇଁ ଶୋଶିନ୍ ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି। ଜଣେ ଆରମ୍ଭକାରୀଙ୍କ ମନରେ ଅନେକ ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ; ଜଣେ ପାରଙ୍ଗତଙ୍କ ମନରେ ଅଳ୍ପ ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ। ଏହାର ଅର୍ଥ ଅଜ୍ଞ ହେବାର ଅଭିନୟ କରିବା ନୁହେଁ। ଏହାର ଅର୍ଥ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧ୍ୟାନ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାକ୍ଷାତକୁ ନୂତନ ମନ ସହିତ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା, ଯେପରି ଏହା ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଘଟୁଛି, କାରଣ, ପ୍ରକୃତରେ, ଏପରି ହିଁ ହେଉଛି।

ଯେଉଁ ଧ୍ୟାନକାରୀ ଆଜି ଧ୍ୟାନ ଗତକାଲି ଯାହା ଘଟିଥିଲା ତାହାର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଆଶା କରିକରନ୍ତି,ସେ ପୂର୍ବରୁ କ'ଣ ସମ୍ଭବ ତାହାର ସୀମା ସ୍ଥିର କରିସାରିଛନ୍ତି। ଯେଉଁ ସାଧକ ଗୁରୁଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ଜାଣିଥାନ୍ତି ଯେ ସେ କ'ଣ କହିବେ, ସେ କେବଳ ବିଦ୍ୟମାନ ଢାଞ୍ଚାରେ ଯାହା ଖାପ ଖାଏ ତାହା ଶୁଣିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି। ଆମେ ଯାହା ଜାଣୁ ଏବଂ ଯାହା ଆବିଷ୍କାର କରିବାକୁ ଯାଉଛୁ ତା' ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସ୍ଥାନରେ ବିକାଶ ଘଟେ। ଅହଂକାର ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ନିଶ୍ଚିତତାରେ ପୂରଣ କରେ, ଯେତେବେଳେ ନମ୍ରତା ଏହାକୁ ଖୋଲା ରଖେ।

"ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ର ଜାଗରଣ" ରେ, ଆମକୁ ଲୋକପ୍ରିୟ ଆନିମେଟେଡ୍ ଫିଲ୍ମ "କୁଙ୍ଗ ଫୁ ପାଣ୍ଡା" ର ଖାଲି ସ୍କ୍ରୋଲ ମନେ ପକାଯାଏ। ଯେତେବେଳେ ସ୍କ୍ରୋଲଟି ଶେଷରେ ଖୋଲାଗଲା, ଏହା ଏକ ଦର୍ପଣ ପରି ଜଣାପଡିଲା। ଭିତରେ କିଛି ଗୁପ୍ତ ନଥିଲା; ଶକ୍ତି ସବୁବେଳେ ଭିତରେ

ଥିଲା। ତଥାପି ଏହି ସତ୍ୟ ଦୁଇଟି ଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ମିଳିପାରିବ। ଅହଂକାର କହେ, "ହଁ, ମୁଁ ଶକ୍ତି!" ନମ୍ରତା ସ୍ୱୀକାର କରେ, "ଶକ୍ତି ମୋ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ।" ପ୍ରଥମଟି ଏକ ଛାତ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ଯେତେବେଳେ ଦ୍ୱିତୀୟଟି ଆକାଶକୁ ଖୋଲିଯାଏ: ବିପରୀତ ଫଳାଫଳ ସହିତ, ଏକ ସମାନ ସତ୍ୟ।

ବାବୁଜୀଙ୍କ ତୃତୀୟ କଥା ହେଉଛି, "ତୁମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥିର କର, ଯାହା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକତା ହେବା ଆବଶ୍ୟକ। ଆଦର୍ଶ ପ୍ରାପ୍ତ ନହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ରାମ କର ନାହିଁ।" ଆମେ ଆଳସ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ "ବିଶ୍ରାମ କର ନାହିଁ" କଥା କହିଛୁ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଏଠାରେ ସମାନ ଭାବରେ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ। "ବିଶ୍ରାମ କର ନାହିଁ" ର ଅର୍ଥ "ପହଁଞ୍ଚିବ ନାହିଁ" ମଧ୍ୟ। ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ଭାବ ଯେ ତୁମେ ପହଁଞ୍ଚିଛ, କିମ୍ବା ଯାତ୍ରା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛି, ଛାତ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଏ। ମନେରଖ, ସବୁବେଳେ ଆହୁରି କିଛି କରିବାକୁ ଅଛି, କାରଣ ଏକ ଖୋଲା, ଅସୀମ ଆକାଶ ଅଛି।

ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ତାଲିମ କେବଳ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ ବରଂ ଏକ ଦୈନନ୍ଦିନ ଅଭ୍ୟାସ। ଅହଂକାର ରାତାରାତି ନିଜକୁ ପୁନଃନିର୍ମାଣ କରିପାରିବ; ତେଣୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସକାଳେ, ଛାତକୁ ପୁଣି ଥରେ ଅପସାରଣ କରିବାକୁ ପଡିବ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧାନରେ, ପାନପତ୍ରକୁ ପୁଣି ଖାଲି କରିବାକୁ ପଡିବ। ଏହା ହେଉଛି ବୃଦ୍ଧିର ଲୟ, ସଂଗୃହିତ ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକର ନିରନ୍ତର କ୍ଷୟ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଅଧିକ ରୁ ଅଧିକ ଆମେ ଯାହା ପୂର୍ବରୁ ଥିଲେ ହୋଇପାରିବା।

ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ତାଲିମ କେବଳ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ ବରଂ ଏକ ଦୈନନ୍ଦିନ ଅଭ୍ୟାସ। ଅହଂକାର ରାତାରାତି ନିଜକୁ ପୁନଃନିର୍ମାଣ କରିପାରିବ; ତେଣୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସକାଳେ, ଛାତକୁ ପୁଣି ଥରେ ଅପସାରଣ କରିବାକୁ ପଡିବ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧାନରେ, ପାନପତ୍ରକୁ ପୁଣି

ଆମେ ଯାହା ଜାଣୁ ଏବଂ ଯାହା ଆବିଷ୍କାର କରିବାକୁ ଯାଉଛୁ ସେହି ମଧ୍ୟରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘଟେ। ଅହଂକାର ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ନିଶ୍ଚିତତାରେ ପୂରଣ କରେ, ଯେତେବେଳେ କି ନମ୍ରତା ଏହାକୁ ଖୋଲା ରଖେ।

ଖାଲି କରିବାକୁ ପଡିବ। ଏହା ହେଉଛି ବୃଦ୍ଧିର ଲୟ, ସଂଗୃହିତ ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକର ନିରନ୍ତର କ୍ଷୟ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଅଧିକ ରୁ ଅଧିକ ଆମେ ଯାହା ପୂର୍ବରୁ ଥିଲେ ହୋଇପାରିବା।

ସୀମାହୀନ ଆକାଶ

ବାବୁଜୀ ଥରେ କହିଥିଲେ ଯେ ସବୁଠାରୁ ନମ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ ରାଜାଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ଧନୀ ହୋଇ ଜୀବନଯାପନ କରିପାରିବ, ତାଙ୍କ ହୃଦୟରେ "ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ" ଲୁଚି ରହିଛି, ଏବଂ କେହି ଜାଣିପାରିବେ ନାହିଁ। ଏହା ହେଉଛି ଏକ ଆତ୍ମାର ଚିତ୍ର ଯିଏ ଛାତ ଭାଙ୍ଗି ଦେଇଛି। ଏହା ନିଜର ଉଚ୍ଚତା ବିଷୟରେ ପ୍ରଚାର କରେ ନାହିଁ। ଏହାକୁ ଉଚ୍ଚ ଦେଖାଯିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ। ଏହା କେବଳ ବଢ଼ିଥାଏ, ଯେପରି ଏକ ଗଛ ଆକାଶକୁ ଛୁଇଁଥାଏ।

ଯେଉଁ ଗଛଟି ସବୁଜଗୃହ ଛାତ ଭାଙ୍ଗି ଯାଏ, ତାହା ଗଛ ହେବା ବନ୍ଦ କରେ ନାହିଁ। ଏହା ପ୍ରକୃତ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ, ପ୍ରକୃତ ବର୍ଷା ଏବଂ ପ୍ରକୃତ ପବନର ସାମ୍ନା କରିବା ପରେ ଏହାର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱଭାବ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ। ଏହି ନୂତନ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ସହିତ, ଏହା ଏବେ ସ୍ୱୀକାର କରେ ଯେ ଛାତ କେବେ ଆକାଶ ନଥିଲା, ଏବଂ ଏହା ବଢ଼ି ଚାଲିପାରିବ।

ସଂକ୍ଷେପରେ:

- ବିଭକ୍ତ ହୃଦୟ ରେ, ଇଚ୍ଛା ଆମକୁ ବିଭାଜିତ କରେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ବୁଦ୍ଧିମାନ ଭାବରେ ବାଛିବା ଶିଖି ନଥାଉ।

- ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟର ଜାଗରଣରେ, ଜଡତା ଆମକୁ ଅଟକାଇ ରଖେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ନିଆଁ ଜାଳି ଆମର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପାଇ ନଥାଉ।

- ଏକ ଦୃଢ଼ ମୂଳଦୁଆ ଗଠନ କରିବାରେ, ସନ୍ଦେହ ଆମକୁ କ୍ଷୟ କରେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ଏହାକୁ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ଦେଖି ନ ପାରୁ ଏବଂ ଆମର ନିଜ ଅଭିଜ୍ଞତାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ ଶିଖି ନ ପାରୁ।

ବାବୁଜୀ ଥରେ କହିଥିଲେ ଯେ ସବୁଠାରୁ ନମ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ ରାଜାଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ଧନୀ ହୋଇ ଜୀବନଯାପନ କରିପାରିବ, ତାଙ୍କ ହୃଦୟରେ "ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ" ଲୁଚି ରହିଛି, ଏବଂ କେହି ଜାଣିପାରିବେ ନାହିଁ। ଏହା ହେଉଛି ଏକ ଆତ୍ମାର ଚିତ୍ର ଯିଏ ଛାତ ଭାଙ୍ଗି ଦେଇଛି। ଏହା ନିଜର ଉଚ୍ଚତା ବିଷୟରେ ପ୍ରଚାର କରେ ନାହିଁ। ଏହାକୁ ଉଚ୍ଚ ଦେଖାଯିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ। ଏହା କେବଳ ବଢ଼ିଥାଏ, ଯେପରି ଏକ ଗଛ ଆକାଶକୁ ଛୁଇଁଥାଏ।

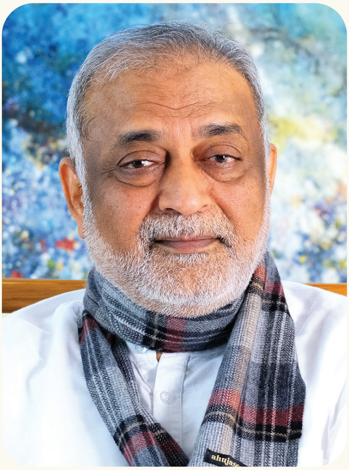
- ଆକାଶକୁ ଛୁଇଁବା ରେ ଆମେ ଦେଖୁଛୁ ଯେ ଅହଂକାର ଆମକୁ ଏତେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଘେରି ରଖେ ଯେ ଆମେ ଘେର କୁ ଆମର ଗନ୍ତବ୍ୟସ୍ଥଳ ବୋଲି ଭୁଲ କରୁ। ଏବେ ଆମେ ଶିଖୁଛୁ ଯେ ନମ୍ରତା ଅହଂକାରର ଛାତ ଭେଦ କରିପାରେ।

କିନ୍ତୁ ଏହି ଚାରୋଟି ମଧ୍ୟରୁ, ଇଚ୍ଛା ଅତି କମରେ ନିଜକୁ ଭୋକ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରିବାର ସଙ୍କୋଚତା ରଖିଛି। ଆଳସ୍ୟ ଭାରୀ ଅନୁଭବ ହୁଏ, ଏବଂ ସନ୍ଦେହ ଅସହଜ ଭାବରେ ସ୍ପଷ୍ଟ। କିନ୍ତୁ କେବଳ ପ୍ରତାରଣାମୂଳକ ଅହଂକାର ଆମକୁ ଅଟକି ରହିବା ପାଇଁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଏ। ଏହା ସ୍ଥିରତାକୁ ଏକ ସଫଳତା ପରି ଅନୁଭବ କରାଏ। ଏବଂ ଏହା ହିଁ ଏହାକୁ ସବୁଠାରୁ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ କରିଥାଏ।

ଅସୀମ ଆକାଶ ସବୁବେଳେ ସେଠାରେ ଅଛି। ତୁମ ଏବଂ ଆକାଶ ମଧ୍ୟରେ କେବଳ ସେହି କାଚ ଅଛି ଯାହାକୁ ତୁମେ ପାଗରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ତିଆରି କରିଛ।

ଜାଣ ଯେ ତୁମେ ସବୁବେଳେ ପ୍ରତିକୂଳ ପାଗ ସହ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଥିଲ। ଏବେ, ଛାତ ଭାଙ୍ଗି ଆକାଶକୁ ଛୁଇଁବ।

ପ୍ରେମ ଏବଂ ପ୍ରାର୍ଥନା ସହିତ,
କମଲେଶ



ଦାଜୀ ଙ୍କ ସହ ମାଷ୍ଟରକ୍ଲାସ୍

ଆପଣ ଯେକୌଣସି ସମୟରେ ହାର୍ଟଫୁଲନେସ୍ ଧ୍ୟାନ ଆରମ୍ଭ କରିପାରିବେ! ଦାଜୀଙ୍କ ସହିତ ଏକ ତିନି ଭାଗ ବିଶିଷ୍ଟ ମାଷ୍ଟରକ୍ଲାସ୍ ସିରିଜରେ ଯୋଗ ଦିଅନ୍ତୁ, ଯେଉଁଠାରେ ସେ ହାର୍ଟଫୁଲନେସ୍ ପଦ୍ଧତିର ଲାଭ ବାଣ୍ଟିବେ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ହାର୍ଟଫୁଲନେସ୍ ଆରାମ, ଧ୍ୟାନ, ପରିଷ୍କାର ଏବଂ ପ୍ରାର୍ଥନାକୁ କିପରି ସାମିଲ କରିବେ ତାହା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବେ। ସମସ୍ତ ମାଷ୍ଟରକ୍ଲାସ୍ ନିଃଶୁଳ୍କ।

https://heartfulness.org/global/masterclass/

Heartfulness Practices

ହାର୍ଟଫୁଲନେସ୍ ଅଭ୍ୟାସଗୁଡ଼ିକ ଆବିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ – ଆରାମ କରିବା, ଧ୍ୟାନ କରିବା, ପରିଷ୍କାର କରିବା ଏବଂ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ଶିଖନ୍ତୁ।

https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/

heartfulness
purity weaves destiny