

যাপন নকৰা জীৱন



দাজী

পূজ্য শ্ৰী বাবুজী মহাৰাজৰ
১২৭ তম জন্ম বাৰ্ষিকী উপলক্ষে বাৰ্তা
২৯, ৩০ এপ্ৰিল, আৰু ১ মে' ২০২৬
কান্হা শান্তি বন



যাপন নকৰা জীৱন

বিশ্বাসে কেনেকৈ ভয়ে এৰি দিয়াটো বহন কৰি নিয়ে

প্ৰিয় বন্ধুসকল,

২০২৬ ৰ বসন্ত পঞ্চমীৰ সময়ত প্ৰকাশ কৰা ভাণ্ডাৰা বাৰ্তাসমূহত আমি আমাৰ ক্ৰমবিকাশত আহি পৰা ছটা প্ৰতিবন্ধকৰ কৰা অন্বেষণ কৰিছিলোঁ: যেতিয়া কামনা আৰু আন্তৰিক অভিলাষে হৃদয়ক বিপৰীত দিশত টানে, তেতিয়া কি হয়; যেতিয়া শক্তিয়ে গতি কৰাৰ কাৰণ হেৰুৱাই, তেতিয়া কি হয়; যেতিয়া অনুভৱ আহে কিন্তু সেইটোত বিশ্বাস নাথাকে, তেতিয়া কি হয়; যেতিয়া আধ্যাত্মিক সিদ্ধি নিজৰ পৰিচয়ত আৱদ্ধ হৈ পৰে, তেতিয়া কি হয়; যেতিয়া নিজৰ ফালে ঘূৰাৰ পৰিৱৰ্তে চকু আন কাৰোবাৰ জীৱনলৈ ভ্ৰমিত হয়, তেতিয়া কি হয়; আৰু যেতিয়া মনটো উত্তৰাধিকাৰ সূত্ৰে পোৱা সিদ্ধান্তবোৰৰ চাৰিওফালে আৱদ্ধ হয় আৰু ইয়াৰ ৰঙীন কাচকে স্বচ্ছ দৃষ্টি বুলি ভুল কৰে, তেতিয়া কি হয়।

এতিয়া আমি এই সকলোবোৰৰ আটাইতকৈ গভীৰ প্ৰতিবন্ধকটোৰ কথা লৈ আহোঁ, যিটো আন সকলোবোৰৰ মাজত লুকাই থাকে।

গোটেই জীৱন এখন দৰ্জাৰ মুখত প্ৰহৰি হৈ থকা এজন মানুহৰ বিষয়ে এটা নীতিকথা আছে। যেতিয়া তেওঁ সৰু আছিল তেওঁক কোৱা হৈছিল যে দৰ্জাখনৰ পিছফালে তেওঁ বিচৰা সকলো আছে, কিন্তু তাত তেওঁক বিনাশ কৰিব পৰা সকলোবোৰ বস্তুও আছে। সেইকাৰণে তেওঁ পহৰা দি দৰ্জাখন বন্ধ কৰি ৰাখিছিল। তেওঁ তাত থিয় হৈ থাকি থাকিয়েই বৃদ্ধ হৈছিল, আৰু যেতিয়া শেষত মৃত্যু আহিল, তেওঁ দেৱদূতজনক সুধিলে, “এইটো সঁচা আছিলনে? সঁচাকৈয়ে দৰ্জাখনৰ পিছফালে বিনাশৰ কিবা আছিলনেকি?” দেৱদূতজনে দৰ্জাখন খুলিলে, আৰু কোঠাটো খালি আছিল। ই সদায়েই খালি হৈ আছিল।

ভয়ে সদায় আমাক প্ৰকৃত বিপদৰ পৰা ৰক্ষা নকৰে। ই আমাক কল্পনাপ্ৰসূত বিপদৰ পৰাও ৰক্ষা কৰে, আৰু সেইটো কৰোঁতেই আমাক সেই কোঠাটোলৈ প্ৰৱেশ কৰাত বাধা দিয়ে য’ত আমাৰ জীৱনে আপেক্ষা কৰি আছে।

সকলোৰে মাজেদি যোৱা সুতাডাল

তলৰ উক্তিটোৱে আমি এতিয়ালৈকে অন্বেষণ কৰা সকলোবোৰ পুনৰ সজাব পাৰে। ভয় সপ্তম বিষ নহয়, ই প্ৰথম। ই বেলেগ বেলেগ পোচাক পিন্ধি বিভিন্ন নামৰ কাৰ্যৰ অধীনত সকলো সময়তে আছিল।



ভয় সপ্তম বিষ নহয়, ই প্ৰথম। ই বেলেগ বেলেগ পোচাক পিন্ধি বিভিন্ন নামৰ কাৰ্যৰ অধীনত সকলো সময়তে আছিল।

বিভক্ত হৃদয়লৈ আকৌ দৃষ্টি দিওঁ আহক। আনকি যেতিয়া উচ্চতৰ কুকুৰনেচীয়াটোক পৰিপূষ্টি দিব লাগে বুলি স্পষ্টভাৱে জানে, তেতিয়াও



সন্দেহ কৰাটো বুদ্ধিমত্তা নহয়, ই অতীতৰ ভয়, যিটো দিয়া হ'ল সেইটো লৈ যাব পাৰে বুলি ভয়, আৰু এই ভয় যে আমাৰ ভৰিৰ তলৰ ভূমি যিমান দৃঢ় যেন বোধ হয় তাতকৈ কম দৃঢ়। আমি ইয়াক সন্দেহ বুলি নাম দিছিলোঁ, কিন্তু ইয়াৰ আচল নাম ভয়, যিটোৱে এটা পৰীক্ষাগাৰৰ কোট পিন্ধি আছে।

এজন প্ৰত্যাশীয়ে নিম্নতৰ কুকুৰনেচীয়াটোক কিয় খুৱাই থাকে? কাৰণ উচ্চতৰ কুকুৰনেচীয়াটোক খুবুৱা মানে যিটো সচৰাচৰ সেইটো প্ৰকাশ কৰা, এনে এখন ক্ষেত্ৰলৈ খোজ দিয়া য'ত পৰিণাম অনিশ্চিত। বিভক্ত হৃদয়ক সাঁচা অৰ্থত কামনাই বিভাজিত নকৰে, কিন্তু ইয়াক ভয়ে বিভক্ত কৰে, দুয়োটা ফালৰ যদি এটোক বাছি লোৱা হয় কি হেৰুৱাব লাগিব তাৰ ভয়, আৰু এই ভয় যে এবাৰ দুয়োটাৰ মাজৰ সোঁতুখন পাৰ হ'লে আমি আকৌ ঘূৰি আহিব নোৱাৰোঁ।

নিদ্ৰাত থকা অগ্নিলৈ আকৌ দৃষ্টি দিওঁ আহক। ডেকা মানুহজনে সকলো দক্ষতা, সকলো সুযোগ আৰু সকলো পৰিকল্পনা থকাৰ পিছতো কিয় বিচনাত পৰি থাকি উঠিব নোৱাৰে? তেওঁ কৈছিল, “মোৰ মাজৰ কিবা এটাই মোক উঠিবলৈ নিদিয়।” আমি এইটোক আলস্য বা তামস বুলি কৈছিলোঁ, কিন্তু সেই অগ্নিক কিহে ঢাকি ৰাখিছিল? ভয়: দায়িত্ব লোৱাৰ ভয়, যেতিয়া আপুনি প্ৰকৃততে সাৰ পাই উঠে, কি ঘটিব তাৰ ভয়, এই ভয় যে যদি আপুনি চেষ্টা কৰে আৰু সফল হয়, আপুনি সফল হৈয়েই থাকিব লাগিব, আৰু এই ভয় যে যদি আপুনি চেষ্টা কৰি বিফল হয় সেই বিফলতাই আপুনি সদায়েই গোপনে যিটো সন্দেহ কৰিছিল সেইটো নিশ্চিত কৰিব। নিদ্ৰাগ্ৰস্ত অগ্নি নিজে নিজে নুমাই যোৱা নাছিল। ভয়ে অগ্নিক ঢাকি ৰাখিছিল আৰু তাৰ পিছত ছাইৰ ওপৰত থিয় দি সেইবোৰক আলস্য বুলি কৈছিল।

ফাট মেলা ভেটিটোলৈ আকৌ দৃষ্টি দিওঁ আহক: এঘাৰ বছৰ ধ্যান কৰা আৰু তাইৰ চাৰিওফালে থকা সকলোৰে দৃষ্টি আকৰ্ষণ কৰাকৈ নিজক পৰিবৰ্তন কৰা মহিলাগৰাকীয়ে কিয় তেতিয়াও সুধিছিল, “এইটো সঁচানে?” প্ৰকৃততে কিবা পৰিবৰ্তন হ’লনে? কাৰণ, নিজৰ পৰিবৰ্তনক বিশ্বাস কৰা মানে এইটো কাঢ়ি নিব পাৰে বুলি থকা সম্ভাৱনাৰ বাবে অসুৰক্ষিত অৱস্থাত থকা। সন্দেহ কৰাটো বুদ্ধিমত্তা নহয়, ই অতীতৰ ভয়, যিটো দিয়া হ’ল সেইটো লৈ যাব পাৰে বুলি ভয়, আৰু এই ভয় যে আমাৰ ভৰিৰ তলৰ ভূমি যিমান দৃঢ় যেন বোধ হয় তাতকৈ কম দৃঢ়। আমি ইয়াক সন্দেহ বুলি নাম দিছিলোঁ, কিন্তু ইয়াৰ আচল নাম ভয়, যিটোৱে এটা পৰীক্ষাগাৰৰ কোট পিন্ধি আছে।

অহংকাৰে সৃষ্টি কৰা চিলিংখনলৈ আকৌ দৃষ্টি দিওঁ আহক: অহংকাৰে নিজে নিৰ্মাণ কৰা সেউজ-গৃহটো ভেদ কৰি যাবলৈ কিয় অস্বীকাৰ কৰে? কাৰণ মুকলি আকাশৰ কোনো বেৰ নাই। সেউজ-গৃহটোৰ বাহিৰত প্ৰাকৃতিক বতৰ, প্ৰাকৃতিক বায়ু, প্ৰাকৃতিক ধুমুহা, আৰু বাস্তৱিকতে অনিৰ্ধাৰিত স্থিতি। অহংকাৰৰ পৰিৱেশটো আচলতে গৰ্বৰ বিষয়ে নহয়; ই নিজৰ সুৰক্ষাৰ কাৰণে। যেতিয়া গ্লাচখন ভাঙি যায়, আমি অনাবৃত হৈ পৰোঁ। অহংকাৰ সিদ্ধি অৰ্জনৰ সাজ পিন্ধা ভয়।

আনৰ পৰা ধাৰ কৰা ঘাঁলৈ আকৌ দৃষ্টি দিওঁ আহক: ঈৰ্ষান্বিত হৃদয়ে নিজৰ জীৱন যাপন কৰাৰ পৰিৱৰ্তে কিয় পাৰ্শ্বদৃষ্টিৰে আন কাৰোবাৰ জীৱনলৈ দৃষ্টি দিয়ে? কাৰণ আমাৰ নিজৰ জীৱন যাপন কৰা মানে আমাক যিটো দিয়া হৈছে সেইটো পৰ্যাপ্ত হয়নে এই ভীতিজনক প্ৰশ্নটোৰ সন্মুখীন হোৱা, আৰু আমি নিজেই যথেষ্ট হওঁনে। ঈৰ্ষা আচলতে আন মানুহজনৰ উপহাৰৰ কাৰণে নহয়; ই এই ভয়ৰ কাৰণে যে আমাৰ নিজৰ উপহাৰ যথেষ্ট নহয়। ঈৰ্ষা তুলনাৰ মুখা পিন্ধা ভয়।

আৰু আমি দেখা পাব নোৱাৰা প্ৰাচীৰবোৰলৈ আকৌ দৃষ্টি দিওঁ আহক: মনটোৱে কিয় উত্তৰাধিকাৰ-প্ৰাপ্ত সিদ্ধান্তবোৰৰ পিছফালে নিজক বন্ধ কৰি ৰাখে আৰু নতুনকৈ পোহৰ সোমাবলৈ নিদিয়? কাৰণ মুকলি অৱস্থাটো ভয়ানক। পৃথিৱীৰ প্ৰতি আমাৰ দৃষ্টি আংশিক বুলি স্বীকাৰ কৰা মানে এইটো স্বীকাৰ কৰা যে আমি থিয় হৈ থকা ভূমি সমগ্ৰ ভূমি নহ'ব পাৰে। পক্ষপাত আচলতে আন মানুহজনৰ বা আন ধৰ্মৰ, আন সম্প্ৰদায়ৰ, বা অন্যধৰণে দৃষ্টি দিয়াৰ সন্দৰ্ভত নহয়। ই এই ভয়ৰ কাৰণে যে যদি আমি খিড়িকী খোলোঁ আৰু আমি নাম নজনা এটা ৰঙক প্ৰৱেশ কৰিবলৈ দিওঁ, আমি যিবোৰৰ ওপৰত আমাৰ পৰিচয় গঢ়ি তুলিছোঁ সেই সকলোবোৰ পুনৰ বিবেচনা কৰিবলগীয়া হ'ব পাৰে। পক্ষপাত নিশ্চয়তাৰ মুখা পিন্ধা ভয়।

এই সাতটা বিষয়ৰ মুখত একেই কম্পন আছে।



ই এই ভয়ৰ কাৰণে যে যদি আমি খিড়িকী খোলোঁ আৰু আমি নাম নজনা এটা ৰঙক প্ৰৱেশ কৰিবলৈ দিওঁ, আমি যিবোৰৰ ওপৰত আমাৰ পৰিচয় গঢ়ি তুলিছোঁ সেই সকলোবোৰ পুনৰ বিবেচনা কৰিবলগীয়া হ'ব পাৰে। পক্ষপাত নিশ্চয়তাৰ মুখা পিন্ধা ভয়।

পক্ষাঘাতৰ শৰীৰতত্ত্ব

ভয় অতিৰঞ্জিতকৰণৰ মাজেদি কাৰ্যশীল হয়। ই এটা সম্ভৱপৰ বিপৰীত ফল লয় আৰু সমস্ত দিগন্ত পূৰ্ণ কৰি নোলোৱালৈকে ই ফুলি উঠে। ভয়ৰ হাতদুখনত, “মই বিফল হ'লে কি হ'ব” ভাবটো ভয়ংকৰ বিপৰ্যয়ৰ নিশ্চয়তা হৈ পৰে, “তেওঁলোকে যদি মোক প্ৰত্যাখ্যান কৰে কি হ'ব?”

এইটো প্ৰশ্নাতীত সত্য হৈ পৰে, আৰু “মই যদি উপযুক্ত নহওঁ কি হ’ব?” এইটো সম্পূৰ্ণকৈ জীৱন যাপন নকৰা এটা জীৱনত অন্তিম ৰায় হৈ পৰে।

কেনা উপনিষদত যুৱ নাচিকেতাৰ কাহিনী কোৱা কৈছে যিজনে সৰ্বোচ্চ সত্য বিচাৰিবলৈ ইচ্ছাকৃতভাৱে মৃত্যুৰ প্ৰভু যমৰাজৰ নিবাসলৈ গৈছিল। যেতিয়া নাচিকেতাৰ পিতৃয়ে পবিত্ৰ কৰ্মকাণ্ড কৰিছিল, তেওঁ নিজৰ কাৰণে উত্তম সম্পদবোৰ ৰাখি পুৰণি অব্যৱহাৰ্য সম্পদবোৰ দি দিছিল। এই কাৰ্যৰ অন্তঃসাৰশূন্যতা জানিব পাৰি তেওঁ নিজৰ পিতৃক তিনিবাৰ সুধিছিল, “তুমি মোক কাক দিবা?” পিতৃয়ে খঙৰ ভমকত কৈছিল, “মই তোমাক মৃত্যুক দিম”।

আৰু সেইকাৰণে ল’ৰাটো গৈছিল। য’লৈ যাবলৈ প্ৰত্যেকজন প্ৰাপ্তবয়স্কই অতি ভয় কৰিব, সৰু ল’ৰাটোৱে সেইফালে খোজ লৈছিল, এই কাৰণে নহয় যে সি অবিবেচক আছিল, কিন্তু এইকাৰণে যে সত্যৰ আকুল স্পৃহা তাৰ নিঃশেষ হোৱাৰ ভয়তকৈ অধিক আছিল। নাচিকেতা তাত গৈ পাওঁতে মৃত্যুৰ প্ৰভু যমৰাজ উপস্থিত নাছিল, সেইকাৰণে ল’ৰাটোৱে অনাহাৰে, বিনা আশ্ৰয়েৰে, আৰু কাৰো পৰা কোনো আৰাম নোপোৱাকৈ তিনিদিন তিনিৰাতি মৃত্যুৰ দ্বাৰত অপেক্ষা কৰিছিল। যেতিয়া যমৰাজ আহিল, তেওঁ ল’ৰাটোৰ এই সাহসত মুগ্ধ হৈ তিনিটা বৰদান দিলে।

নাচিকেতাই প্ৰথমটো বৰদানত তেওঁৰ পিতৃৰ খং নাইকিয়া হোৱাটো বিচাৰিলে। দ্বিতীয়টোত স্বৰ্গলৈ বাট দেখুৱা অগ্নি যজ্ঞ শিকোৱাটো বিচাৰিলে। দুয়োটা বৰদান ঠাইতে মঞ্জুৰ কৰিলে। কিন্তু তৃতীয়টো বৰদানে আনকি মৃত্যুকো কম্পমান কৰিলে: “এজন মানুহ মৰাৰ পিছত কি হয় মোক দেখুৱাওক। আত্মাটো বৰ্তি থাকেনে? সত্যটো মোক কওক।”



এইটো অতিশয় পৰিশোধিত ৰূপত বিশ্বাস, আত্মাই যেতিয়া ডাঙৰ উত্তৰটো সুধিছে, সৰু উত্তৰটো গ্ৰহণ কৰাত ইয়াৰ অস্বীকাৰ। ই নিৰ্ভীকতা নহয়, এইটো আকুল স্পূহা, যিটো ইমান বৃদ্ধি হৈছিল যে ইয়াৰ তুলনাত ভয় সৰু হৈ পৰিছিল।

যমৰাজে আন সকলোবোৰ বস্তুৰে নাচিকেতাৰ মনটো বিক্ষিপ্ত কৰা চেষ্টা কৰিছিল, যিবোৰ ভয়ে গ্ৰহণ কৰিলেহেঁতেন। তেওঁ নাচিকেতালৈ ঐশ্বৰ্য-বিভূতি, ৰাজ্য, দীৰ্ঘ জীৱন, সুন্দৰ সঙ্গী আৰু কল্পনাৰীত আনন্দ আগবঢ়াইছিল। পৃথিৱীয়ে অনুসৰণ কৰাৰ যোগ্য বুলি গণ্য কৰা প্ৰত্যেকটো উপহাৰেই ল'ৰাটোৰ সন্মুখত ৰখা হৈছিল, আৰু নাচিকেতাই সকলোবোৰ উপেক্ষা কৰি কৈছিল, “এই বস্তুবোৰ শেষ হৈ যাব। আপুনি মৃত্যুৰাজ। আপুনি এইটো আনতকৈ ভালকৈ জানে। কি বস্তুটোৰ অন্ত নপৰে সেইটো মোক কওক।”

এইটো অতিশয় পৰিশোধিত ৰূপত বিশ্বাস, আত্মাই যেতিয়া ডাঙৰ উত্তৰটো সুধিছে, সৰু উত্তৰটো গ্ৰহণ কৰাত ইয়াৰ অস্বীকাৰ। ই নিৰ্ভীকতা নহয়, এইটো আকুল স্পূহা, যিটো ইমান বৃদ্ধি হৈছিল যে ইয়াৰ তুলনাত ভয় সৰু হৈ পৰিছিল।

চাৰীজীয়ে এবাৰ এই কাহিনীটোৰ ওপৰত অনুধাৱন কৰিছিল আৰু কৈছিল যে শিকিবলৈ ইচ্ছা কৰা সকলৰ কাৰণে মৃত্যু আটাইতকৈ ডাঙৰ শিক্ষা। নাচিকেতাই মৃত্যুৰ ভয় জয় কৰা নাছিল, তেওঁ মাত্ৰ নিজৰ সুৰক্ষা বিচৰাতকৈ সত্যটো অধিক গুণে বিচাৰিছিল। আৰু এইটোৱেই ছাবি যিটোৱে পহৰা দি থকা দৰ্জাখন খোলে: ভয় ইয়াক নিৰ্মূল কৰি জয় কৰিব নোৱাৰি, কেৱল

কিবা এটাৰ চৰ্চা কৰিহে পাৰি, যিটোৱে ভয়ক অপ্ৰাসংগিক কৰি তোলে। জলন্ত কোঠা এটাৰ পৰা তাইৰ শিশুক বচাবলৈ খৰখেদাকৈ দৌৰ মৰা এগৰাকী মাতৃয়ে তাইৰ জুইৰ ভয় জয় কৰাৰ কাৰণে অপেক্ষা নকৰে। তাইৰ প্ৰেম কেৱল আন কথাবোৰতকৈ অধিক। জুই একো সলনি হোৱা নাই, মাত্ৰ তাই সলনি হৈছে।

যাপন নকৰা জীৱনৰ সংস্কাৰ

বাস্তৱত ৰূপায়ণ কৰিবলৈ প্ৰয়াস নকৰা প্ৰতিটো স্বপ্নই স্বপ্ন দেখাজনক যি কোনো সাৰ্থক হোৱা বা বিফল হোৱা স্বপ্নতকৈ অধিক নিৰন্তৰভাবে আমনি কৰে। এইটো প্ৰজ্ঞা বিভিন্ন সম্প্ৰদায়ে সদায় শিকাই আহিছে, অসম্পূৰ্ণতাৰ সংস্কাৰবোৰে বিফলতাৰ সংস্কাৰবোৰতকৈ বেছিকৈ আঘাত কৰে। এটা সম্পূৰ্ণ কৰা কাৰ্যৰ, আনকি যিটোৱে শেষত দুখজনক ফল দিয়ে, সেইটোৰো শাস্তি কঢ়িয়াই অনাত এটা সততা আছে। আনহাতে এটা ত্যাগ কৰা স্বপ্নৰ এনেকুৱা সততা নাই। ই আমাৰ চেতনাত সজীৱ হৈ থাকে, অমীমাংসিত হৈ থাকে আৰু নিৰন্তৰভাবে প্ৰশ্ন কৰি থাকে, আৰু ভয়ে আমাক ইয়াৰ উত্তৰ দিবলৈ নিদিয়ৈ।

হাৰ্টফুলনেছৰ সন্ধ্যাৰ নিৰ্মলীকৰণৰ অনুশীলনত আমি বহোঁ, আৰু দিনটোৰ চাপবোৰ পিছফালেদি বাহিৰ হৈ যাবলৈ দিওঁ। আমি কি কৰিছিলোঁ, কি কৈছিলোঁ, কি অভিজ্ঞতা পাইছিলোঁ, এই সকলোবোৰ বাহিৰ কৰোঁ। কিন্তু আমি প্ৰায়ে আলোচনা নকৰা কিবা এটা বিচাৰ কৰোঁ আহক: আমি কৰিব নোৱাৰা কাৰ্যবোৰৰ চাপৰ বিষয়ে কি কৰোঁ? আমি এৰাই চলা কথাবাতাই, আমি নোকোৱা সত্যটোৱে, আমি নোলোৱা পদক্ষেপে, আৰু আমি প্ৰকাশ নকৰা প্ৰেমেও চাপ এৰি যায়। কাৰ্য কৰাৰ কাৰণে হোৱা চাপবোৰতকৈ

সেই সকলোবোৰৰ চাপ নিৰ্মল কৰাটো কঠিন, কাৰণ সেইবোৰ ঘটনা প্ৰবাহ নহয়, সেইবোৰ আমাৰ অনুপস্থিতিহে। সেইবোৰ ছাঁ, আৰু ছাঁবোৰ কেনেকৈ নাইকিয়া কৰোঁ?

ভয়ে প্ৰতিবাৰেই এটা কাৰ্যত বাধা দিলে অসম্পূৰ্ণ কাৰ্যটোৱে অসম্পূৰ্ণতাৰ এটা সংস্কাৰ সঞ্চিত কৰে। মাহ, বছৰ আৰু দশক ধৰি এই সঞ্চিত সংস্কাৰবোৰ জমা হৈ গাঢ় স্কুলতা সৃষ্টি কৰে। সেইবোৰে তামস সৃষ্টি কৰে যিবোৰক আলস্য যেন দেখা যায়, কিন্তু আচলতে সেইবোৰ সম্ভৱ হোৱা কিন্তু যাপন নকৰা জীৱনৰ কাৰণে শোক।



ভয়ে প্ৰতিবাৰেই এটা কাৰ্যত বাধা দিলে অসম্পূৰ্ণ কাৰ্যটোৱে অসম্পূৰ্ণতাৰ এটা সংস্কাৰ সঞ্চিত কৰে। মাহ, বছৰ আৰু দশক ধৰি এই সঞ্চিত সংস্কাৰবোৰ জমা হৈ গাঢ় স্কুলতা সৃষ্টি কৰে। সেইবোৰে তামস সৃষ্টি কৰে যিবোৰক আলস্য যেন দেখা যায়, কিন্তু আচলতে সেইবোৰ সম্ভৱ হোৱা কিন্তু যাপন নকৰা জীৱনৰ কাৰণে শোক।

প্ৰতিবাৰেই ভয়ে আপোনাক কিবা এটা কৰাত বাধা দিলে কাৰ্যটো এৰাই চলাটো অলপ সহজ হৈ পৰে, আৰু আপোনাৰ সাহস অলপ দুৰ্বল হৈ পৰে। প্ৰতিটো ত্যাগ কৰা পদক্ষেপৰ সৈতে যাপন নকৰা জীৱন গধুৰ হৈ পৰে, যাপন নকৰা জীৱনৰ ভাৰে শেষত পিছৰ পদক্ষেপটো অসম্ভৱ হৈ পৰা অনুভৱ আনে। এইটো নহয় যে আপুনি গতি কৰিব নোৱাৰে, এইটো হৈছে আপুনি ইমান সময় স্থিৰ হৈ থিয় দি আছে যে আপোনাৰ ভৰিৰ চাৰিওফালে ভূমি গঢ়ি উঠিছে।

আমাক কিহে বহন কৰি নিয়ে?

আধ্যাত্মিক অৰ্থত বিশ্বাস অভিজ্ঞতাৰ পৰা জন্ম হোৱা আস্থা আৰু ভৰসাৰ পৰা উদয় হয়, প্ৰমাণ নথকা প্ৰত্যয়ৰ পৰা নহয়। যিজন মানুহে ধ্যানত বহে আৰু নিজতকৈ মহত্বপূৰ্ণ ভ্ৰান্তিহীন কিবা এটাৰ উপস্থিতি অনুভৱ কৰে, তেওঁ কিবা এটাৰ সান্নিধ্য লাভ কৰে যিটো ভয়ে ব্যাখ্যা কৰি আঁতৰাব নোৱাৰে। দিনৰ পিছত দিন, বছৰৰ পিছৰ বছৰ ধৰি পুনৰ হৈ থকা এই আন্তৰিক সাক্ষাতে স্বপ্ন দেখাজনৰ ভৰিৰ তলত এটা সৌধ নিৰ্মাণ কৰে যিটো ভয়ে ক্ষয় কৰিব নোৱাৰে।



আধ্যাত্মিক অৰ্থত বিশ্বাস অভিজ্ঞতাৰ পৰা জন্ম হোৱা আস্থা আৰু ভৰসাৰ পৰা উদয় হয়, প্ৰমাণ নথকা প্ৰত্যয়ৰ পৰা নহয়। যিজন মানুহে ধ্যানত বহে আৰু নিজতকৈ মহত্বপূৰ্ণ ভ্ৰান্তিহীন কিবা এটাৰ উপস্থিতি অনুভৱ কৰে, তেওঁ কিবা এটাৰ সান্নিধ্য লাভ কৰে যিটো ভয়ে ব্যাখ্যা কৰি আঁতৰাব নোৱাৰে।

হাৰ্টফুলনেছ পদ্ধতিত প্ৰাণাহতিয়ে ভয়ে সৃষ্টি কৰা ফান্দ বিগলিত কৰে। সেইকাৰণে ট্ৰেনচমিছন যেতিয়া হৃদয়ত প্ৰৱেশ কৰে, ই ভয়ৰ সৈতে বিতৰ্ক নকৰে বা কোনো বিপৰীত প্ৰমাণ নাৰাখে। ই মাত্ৰ ইমান বাস্তৱিক কিবা এটাৰে সেই স্থান পূৰ্ণ কৰে, আৰু ই ইমান প্ৰত্যক্ষ অনুভৱ আনে যে ভয়ে ইয়াৰ কৰ্তৃত্ব হেৰুৱাই। যেতিয়া কোনোবাই লাইট জ্বলাই দিয়ে, আপুনি আন্ধাৰত ভয় খাব নালাগে। অন্ধকাৰ জয় কৰা হোৱা নাই, মাত্ৰ ইয়াক অপ্ৰাসঙ্গিক কৰা হৈছে।

মাৰ্গদৰ্শকজনৰো ইয়াত এটা ভূমিকা আছে। পিতৃ-মাতৃৰ হাত ধৰি থকা এটি শিশুৱে অকলশৰে কেতিয়াও প্ৰৱেশ নকৰা এটা কোঠালৈ খোজ কাঢ়ি যাব, এইকাৰণে নহয় যে কোঠাটো সলনি হৈছে, কিন্তু এইকাৰণে যে হাতখনে তেওঁক এই অনুভৱ দিছে যে কোঠাটোত যিয়েই নাথাকক, ইয়াৰ সন্মুখীন হ'ব পাৰি। আধ্যাত্মিক গুৰুজনে জীৱন্ত আশ্বাস দিয়ে যে পথটোত খোজ দি থকা হৈছে, পহৰা দি থকা দৰ্জাখনৰ পিছফালে থকা কোঠাটো খালি বা বিপজ্জনক নহয়, কিন্তু আপুনি যি বিচাৰিছে সেইটোৰে ই পূৰ্ণ হৈ আছে, আৰু হাতখন আপুনি যিমান সময়লৈকে বিচাৰে সিমান সময়লৈকে মেলি দিয়া হৈছে।

বাবুজীয়ে এবাৰ এক কোমল মৃদু ভাবেৰে মানৱজাতিৰ বৰ্ণনা কৰিছিল, যিটোৱে আমি আলোচনা কৰা সকলোবোৰ পুনৰ সজ্জিত কৰে। তেওঁ কৈছিল যে সকলো মানুহ সৰু লৰা ছোৱালীৰ নিচিনা, যিসকলক পুনৰ আশ্বাস দিয়া আৱশ্যক। আমি এইটোৰ প্ৰতি সজাগ হওঁ বা নহওঁ, আমি সকলোৱে আমাৰ মাজত এটা গভীৰভাবে শিপোৱা ভয় ৰাখোঁ, যিটো যুগৰ পিছৰ যুগ ধৰি চলি আছে। আমাৰ আচল গৃহৰ পৰা বহু দূৰত থাকি আমি এটা ৰিক্ততা অনুভৱ কৰোঁ, আৰু আজি নহ'লে কাইলৈ এইটো পূৰ্ণ কৰাৰ অৱশ্যকতা অনুভূত হ'বই।

এই অনুচ্ছেদটো আকৌ পঢ়ক। বাবুজীৰ দৃষ্টিত ভয় এটা চাৰিত্ৰিক দোষ নহয়, বা লাজ পাব লগা এটা দুৰ্বলতা নহয়, ই উৎসৰ পৰা বহুত দূৰত পৰিভ্ৰমিত হোৱা আত্মাৰ অস্তিত্ব সম্বন্ধীয় অৱস্থা। আপুনি অনুভৱ কৰা ভয় ভীৰুতা নহয়, ই গৃহকাতৰতা। আৰু বন্ধ দৰ্জাখনৰ পিছফালে আপুনি সুৰক্ষা দিয়া স্বপ্নটো কল্পনা নহয়, ই আপুনি য'ৰ পৰা আহিছে তাৰ স্মৃতিয়ে আপোনাক গৃহলৈ মাতি আছে।



আধ্যাত্মিক গুৰুজনে জীৱন্ত আশ্বাস দিয়ে যে পথটোত খোজ দি থকা হৈছে, পহৰা দি থকা দৰ্জাখনৰ পিছফালে থকা কোঠাটো খালি বা বিপজ্জনক নহয়, কিন্তু আপুনি যি বিচাৰিছে সেইটোৰে ই পূৰ্ণ হৈ আছে, আৰু হাতখন আপুনি যিমান সময়লৈকে বিচাৰে সিমান সময়লৈকে মেলি দিয়া হৈছে।

নিঃশেষ হ'ব নোখোজা স্বপ্নটো

যিটো আপুনি জনাটো ভয়ে নিবিচাৰে সেইটো কি? সেইটো আপুনি নিঃশেষ কৰা বুলি ভবা স্বপ্নটো, যিটো এতিয়াও আছে। ই অস্থিৰতাৰ মাজত জীয়াই আছে, যিটো আপুনি ব্যাখ্যা কৰিব নোৱাৰে। ই বাহ্যিক আৰাম থকা সত্ত্বেও অসন্তুষ্টিৰ মাজত বৰ্তি আছে, আৰু ৰাতিপুৱা তিনিটা বজাত যেতিয়া আপোনাৰ মাজত প্ৰতিৰক্ষা হ্রাস হয় আৰু আপোনাৰ হৃদয়ে বিনা অনুমতিৰে কয়, সেই সময়ৰ অদ্ভুত আলোড়নত ই বৰ্তি থাকে। সেই আলোড়ন দুশ্চিন্তা বা উদ্বিগ্নতা নহয়, এইটো স্বপ্ন, যিটোৱে ভিতৰৰ পৰা খুন্দিয়াই আছে, আৰু বাহিৰ হবলৈ বিচাৰি আছে।

আৰু ভয়ে অতি ঈৰ্ষাজনকভাবে সুৰক্ষা দিয়া গুপ্ত ৰহস্যটো কি? আপুনি সমগ্ৰ দূৰত্ব জয় কৰাৰ আৱশ্যক নহয়, আপুনি মাত্ৰ প্ৰথমটো খোজ দিয়া আৱশ্যক। ভয়ে কয় যে দূৰত্ব অসীম, অন্যহাতে বিশ্বাসে কয় যে ই মাত্ৰ এই প্ৰথমটো খোজ, মাত্ৰ এইটো শ্বাস, আৰু মাত্ৰ এই পুৱাৰ ধ্যান।



প্ৰত্যেক আধ্যাত্মিক পৰম্পৰাই একেই কথা কয়: ভয়ে অনুমতি দিয়াতকৈ বহুত অধিকৰ কাৰণে আপোনাক গঢ় দিয়া হৈছে। আত্মাৰ সামৰ্থ অসীম। সঁজাটো আপুনি নিজে নিৰ্মাণ কৰা, আৰু আপুনি গোটেই জীৱন সুৰক্ষা দিয়া দৰ্জাখন কেতিয়াও বাহিৰৰ পৰা বন্ধ কৰা হোৱা নাছিল, দৰ্জাখন ভিতৰৰ পৰাহে বন্ধ আছিল।



ভয়ে কয় যে দুৰত্ব অসীম, অন্যহাতে বিশ্বাসে কয় যে ই মাত্ৰ এই প্ৰথমটো খোজ, মাত্ৰ এইটো শ্বাস, আৰু মাত্ৰ এই পুৱাৰ ধ্যান।

পূৰ্ণ চক্ৰ

আমি এই লানি বাৰ্তা এট 'বিভক্ত হৃদয়ৰ' সৈতে ই কি বিচাৰিছিল আৰু ই কি শুদ্ধ বুলি জানিছিল, সেইটোৰে সৈতে ফ্ৰেব্ৰুৱাৰী মাহত আৰম্ভ কৰিছিলোঁ। আমি উদ্দেশ্য পাহৰি যোৱা একুৰা অগ্নিৰ মাজেদি, নিজক বিশ্বাস কৰিব এটা ভেটিৰ মাজেদি, সিদ্ধি অৰ্জনৰ পৰা নিৰ্মাণ কৰা এখন চিলিং, যিখনে আকাশ উন্মুক্ত কৰিব লাগিছিল সেইখনৰ মাজেদি, আনৰ জীৱনৰ পৰা ধাৰ কৰা আৰু সেইটো নিজৰ বুলি ভুল কৰা এটা ঘাঁৰ মাজেদি আৰু ৰঙীন কাচৰ বেৰ, যিবোৰ ৰঙীন বুলি আমি একেবাৰেই পাহৰি গৈছিলোঁ, তাৰ মাজেদি গতি কৰিলোঁ।

এতিয়া, আমি এই সকলোবোৰ সংযোগ কৰা সুঁতাডাল পালোঁ: ভয়। কামনাই বিভক্ত কৰে, কাৰণ আমি নিৰ্বাচন কৰিবলৈ ভয় কৰোঁ। জড়তা থাকে,

কাৰণ আমি আমি খোজ দিবলৈ ভয় কৰোঁ। সন্দেহে ক্ষয় কৰে, কাৰণ আমি বিশ্বাস কৰিবলৈ ভয় কৰোঁ। গৰ্বভাবে ঘেৰি ধৰে, কাৰণ আমি উন্মুক্ত আকাশলৈ ভয় কৰোঁ। সঁৰ্যাই আনৰ ঘাঁ ধাৰ কৰে, কাৰণ আমি আমাৰ নিজৰ অপৰ্যাপ্ততাক ভয় কৰোঁ, আৰু পক্ষপাতে খিড়িকীবোৰ বন্ধ কৰে, কাৰণ আমি অপৰিশ্ৰুত পোহৰে কি প্ৰকাশ কৰিব সেইটো ভয় কৰোঁ। শেষত, এই সকলোবৰৰ মাতৃ ভয়ে নিজেই ভিতৰৰ পৰা দৰ্জাখন বন্ধ কৰে, কাৰণ আমি পাহৰি গৈছোঁ যে এইখনৰ পিছফালে যিটোৱে অপেক্ষা কৰি আছে সেইটো বিনাশ নহয়, সেইটো আমি জীয়াই থকাৰ কাৰণেহে আছিল।

এটাই কাৰ্যৰে ছাবি ঘূৰে। ই হঠাতে সকলো ভয় জয় কৰা কোনো দেখুৱাই কৰা কাৰ্য নহয়, কিন্তু ই আজি কৰা কাৰ্যৰ এটা সৰু, অপৰৱৰ্তনীয় পদক্ষেপ, যিটো কাৰ্য ভয়ে আপোনাক নকৰিবলৈ কৈছিল। সেয়ে, যেতিয়া ভয়ে কয় ই অথহীন তেতিয়াই ধ্যানত বহক, সত্যটো কওক যেতিয়া ভয়ে কয় ই বিপজ্জনক, সম্পূৰ্ণকৈ প্ৰেম দিয়ক যেতিয়া ভয়ে কয় ই আপোনাক আঘাত দিব, আৰু পদক্ষেপটো লওক যেতিয়া ভয়ে কয় আপুনি বিফল হ'ব।



এটাই কাৰ্যৰে ছাবি ঘূৰে। ই হঠাতে সকলো ভয় জয় কৰা কোনো দেখুৱাই কৰা কাৰ্য নহয়, কিন্তু ই আজি কৰা কাৰ্যৰ এটা সৰু, অপৰৱৰ্তনীয় পদক্ষেপ যিটো কাৰ্য ভয়ে আপোনাক নকৰিবলৈ কৈছিল।

“হিন্মত ই মৰ্দা, মদদ ই খোদা”

যেতিয়া আপুনি সাহসৰ এটা খোজ দিয়ে, দিব্যতাই বাকী থকা দুৰত্ব অতিক্ৰম কৰে।

ভয়ে কয়, “যদি মই...?”

বিশ্বাসে কয়, “আনকি যদিও...” অপেক্ষিত জীৱন যাপন কৰিবলৈ।

প্ৰেম আৰু প্ৰাৰ্থনাৰে,

কমলেশ



পূজ্য শ্ৰী বাবুজী মহাৰাজৰ ১২৭ তম জন্ম বাৰ্ষিকী উপলক্ষে বাৰ্তা

২৯, ৩০ এপ্ৰিল, আৰু ১ মে’ ২০২৬, কান্হা শান্তি বন



There's **More** Waiting For You
to go a little deeper

HEARTFULNESS APP

A Quiet Place to Start

Carry your practice with you — download the free app and connect with a personal trainer anytime.

Free Download. Daily practice. Trainer always Available.



[Heartfulnessapp.org](https://heartfulnessapp.org)

MASTERCLASSES

Go Deeper at Home

Learn with Daaji relaxation, meditation, cleaning, and prayer through three freely offered video sessions.

Free Videos. Learn from Daaji. 3 classes.



[Heartfulness.org/global/masterclass](https://heartfulness.org/global/masterclass)

RETREAT

Time for Just You

Step away from the noise and into a peaceful weekend that quietly deepens everything.

Peaceful Setting. Deepen Practice. Weekend Stays.



[Heartfulness.org/global/retreat](https://heartfulness.org/global/retreat)

HEARTSPOTS

Find a Centre Near You

Your nearest meditation centre is closer than you think at no cost.

6000+ Centres. Heartful Community. Free to Visit.



[Heartspots.heartfulness.org](https://heartspots.heartfulness.org)

Scan to download the free app, always there when you need it.
Start with a guided session, and let the practice find its own rhythm in you.
The journey inward begins with a single, still moment.

heartfulness . purity weaves destiny . heartfulness.org

heartfulness
purity weaves destiny