ଶ୍ରୀ ରମଣାଶ୍ରମ ଗ୍ରନ୍ଥମାଳା

SRI RAMANA CENTENARY
LIBRARY
DATE:

ମୁଁ କିଏ?

ପୂଜ୍ୟପାଦ ଶ୍ରୀ ରମଣ ମହର୍ଷିଙ୍କ କୃତି

SRI RAMANASRAMAM,
RECEIVED
TIRUVANNAMALAI.

ଅନୁବାଦକ
ଶ୍ରୀ ପି. ବି. ବାଲକୃଷ୍ଣ ମୂର୍ତ୍ତିଶାସ୍ତ୍ରୀ
ଓ
ଶ୍ରୀ ଗୋବିନ୍ଦ ଦାଶ

16/7/13

ଓଁ ନମଃ ପରଂ ବ୍ରହ୍ମଣେ

ମୁଁ କିଏ ?

ପୂଜ୍ୟପାଦ ଶ୍ରୀ ରମଣ ମହର୍ଷିଙ୍କକୃତ ଦ୍ରାବିଡ ଭାଷା ଗ୍ରନ୍ଥ
ଶ୍ରୀ ପ୍ରଣବାନନ୍ଦଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃକ ଆନ୍ଧ୍ର ଭାଷାରେ ଅନୁବାଦିତ, ପାରଳାଖେମୁଣ୍ଡି
ମହାରାଜ କଲେଜର ତେଲୁଗୁ ପଣ୍ଡିତ ଶ୍ରୀ ପି, ବି, ବାଳକୃଷ୍ଣ
ମୂର୍ତ୍ତି ଶାସ୍ତ୍ରୀ ଏବଂ ଓଡ଼ିଆ ଅଧ୍ୟାପକ ବାଞ୍ଛାନ
ଶ୍ରୀ ଗୋବିନ୍ଦଦାଶଙ୍କ ଦ୍ୱାରା
ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାରେ
ଅନୁବାଦିତ ।

SRI RAMANASRAMAM, TIRUVANNAMALAI.
RECEIVED
28 N...

(ନମୋ ଭଗବତେ ଶ୍ରୀ ରମଣମହର୍ଷୟେ)

୧୯୪୭

ପ୍ରକାଶକ

ଶ୍ରୀ ନିରଞ୍ଜନାନନ୍ଦ ସ୍ୱାମୀ

ସର୍ବାଧିକାରୀ

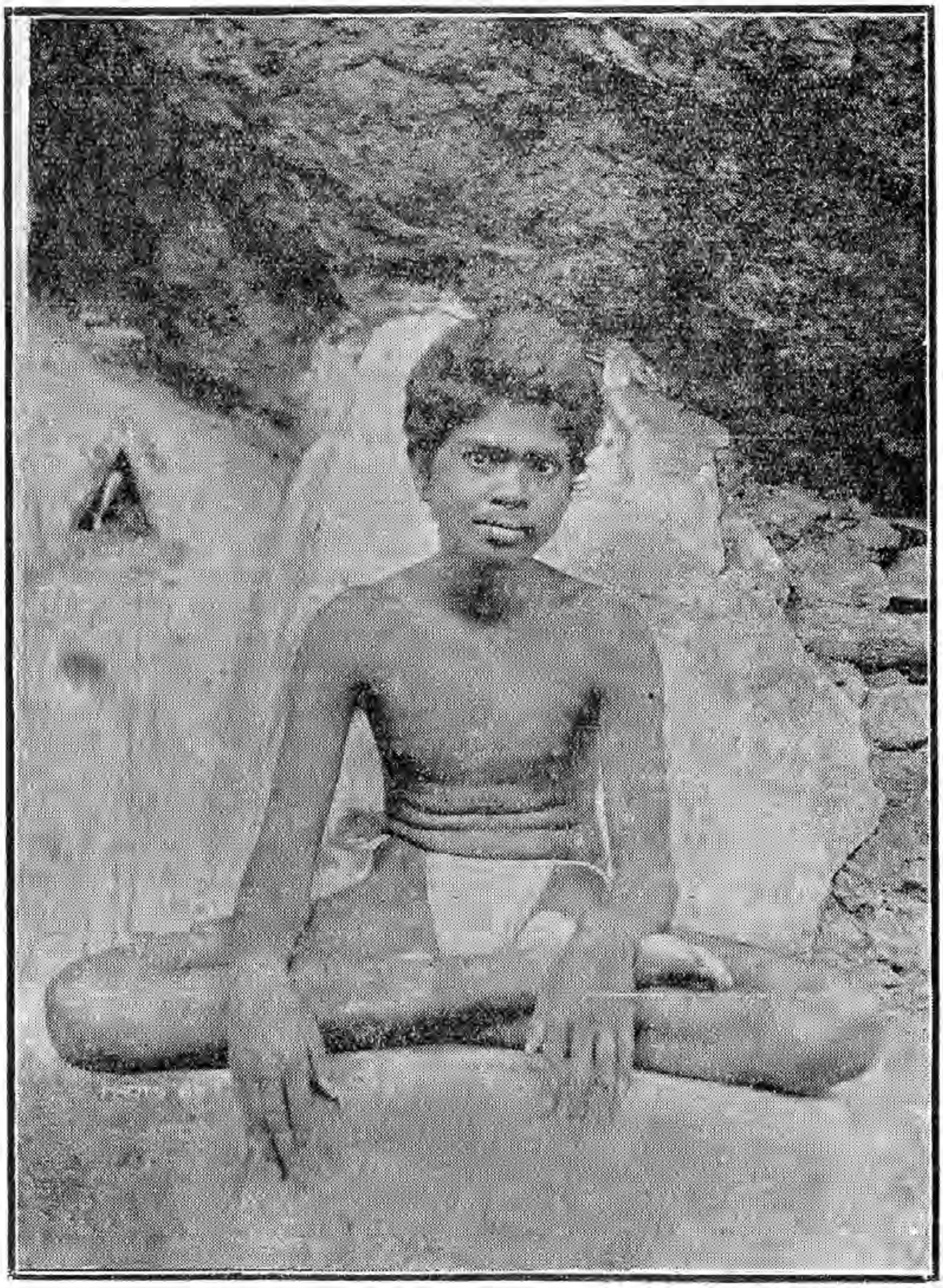
ଶ୍ରୀ ରମଣାଶ୍ରମ

ତିରୁବଣାମଲାଇ

(ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତ)

ସର୍ବସ୍ୱତ୍ୱ ପ୍ରକାଶକଙ୍କର

୧୯୪୭



ଭଗବାନ୍ ଶ୍ରୀ ରମଣ ମହର୍ଷି
(୨୧ ବର୍ଷ ବୟସରେ)

ପରିଚୟ ।

ଦକ୍ଷିଣ ପ୍ରଦେଶରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଅରୁଣାଚଳ କ୍ଷେତ୍ର ନିକଟରେ ତିରୁବର୍ଣ୍ଣାମଲ୍’ ବିଦ୍ୟମାନ । ସେଠାରେ ଜ୍ଞାନ-ବୈରାଗ୍ୟନିଷ୍ଠତେଜସ୍ୱୀ ସାଧକ ଶ୍ରୀ ରମଣ ମହର୍ଷି ପ୍ରାୟ ଏକୋଇଶି ବର୍ଷ ସମୟରେ (୧୯୦୧-୧୯୦୨) ମୌନବ୍ରତାବଲମ୍ବୀ ହୋଇ ଧ୍ୟାନ କରୁଥାନ୍ତି । ସେହି ସମୟରେ ତାଙ୍କର ଜଣେ ଶିଷ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଶିବ ପ୍ରକାଶଂ ପିଲ୍ଲେ ଜିଜ୍ଞାସୁ ଭକ୍ତ ଥିବାରୁ ସେ ମହାତ୍ମା ତାଙ୍କପ୍ରତି ଅନୁଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରି ଯେଉଁ ଉପଦେଶ ଦେଇଥିଲେ ତାହାହିଁ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି ।

ଅନନ୍ତର ଦଶ ବାର ବର୍ଷ ଭିତରେ (୧୯୧୨-୧୯୧୪) ଉକ୍ତ ପୁସ୍ତକ ଖଣ୍ଡି ପ୍ରାଚ୍ୟ ଓ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଭାଷାରେ ଅନୁଦିତ ହୋଇ ୫୦,୦୦୦ ରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ମୁଦ୍ରିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେହି ଅଞ୍ଚଳରେ ଜିଜ୍ଞାସୁମାନଙ୍କ ହୃଦୟ-କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜ୍ଞାନବୀଜ ଅଙ୍କୁରିତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେହି ମହାତ୍ମାରମଣମହର୍ଷିଙ୍କ ମହିମା ପ୍ରକଟିତ ହୋଇଥିଲା । ମୁମୁକ୍ଷୁମାନେ ଶ୍ରଦ୍ଧାସହ ଏ ପୁସ୍ତକଖଣ୍ଡି ପାଠ କରି ଚରିତାର୍ଥ ହେବେ ବୋଲି ଅନୁବାଦକ ଆଶାକରେ ।

— × —

ଓଁ ନମୋ ଭଗବତେ ଶ୍ରୀରମଣାୟ

ମୁଁ କିଏ ?

ସଂସାର ବଡ଼ ବିଚିତ୍ର । ଏଥିରେ ସକଳ ଜୀବ ସଦା ଦୁଃଖ ବିନା ସୁଖ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛାକରି ନିଜପ୍ରତି ବିଶେଷ ଅନୁରକ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସମସ୍ତଙ୍କ ଭାବନା ଏହି ଯେ ସୌଖ୍ୟହିଁ ପ୍ରୀତିଲାଭର କାରଣ । ଏଥିଲାଗି ନିଦ୍ରାବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ମନ ସ୍ଥିରଥିବା ସମୟରେ ଜୀବଗଣ ନିଜ ନିଜର ଅନୁଭୂତ ସ୍ୱାଭାବିକ ସୁଖଲାଭ ସକାଶେ ଯତ୍ନଶୀଳ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ନିଜେ ନିଜକୁ ଚିହ୍ନିବା ଆବଶ୍ୟକ । ନିଜକୁ ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମତଃ 'ମୁଁ କିଏ ?' ଏହି ଜ୍ଞାନ-ବିଚାର କେବଳ ପ୍ରଧାନ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

'ମୁଁ କିଏ?' ଏହାର ଉତ୍ତରରେ କୁହାଯାଇ ପାରେ ଯେ, ସପ୍ତଧାତୁ ନିର୍ମିତ ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଦେହ ମୁଁ ନୁହେଁ । ଶବ୍ଦ,ସ୍ପର୍ଶ ରୂପ,ରସ ଗନ୍ଧ ଏହି ପଞ୍ଚ ବିଷୟର ଗ୍ରାହକ, କର୍ଣ୍ଣ, ତ୍ୱକ, ଚକ୍ଷୁ, ଜିହ୍ୱା ଓ ଘ୍ରାଣ ଏହି ପଞ୍ଚଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟ ମୁଁ ନୁହେଁ । ବଚନ ଗମନ,ଦାନ, ମଳବିସର୍ଜନ ଓ ଆନନ୍ଦ ଏହି ପଞ୍ଚକର୍ମ ସାଧକ ବାକ୍, ପାଦ,ହସ୍ତ ପାୟୁ,ଉପସ୍ଥ ଏହି ପଞ୍ଚ କର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ ମୁଁ ନୁହେଁ । ଉଚ୍ଛ୍ୱାସ ନିଃଶ୍ୱାସ, ଅନ୍ନବିପାକ, ଭାଷଣ, ନିମେଷାଦିର କାରକ ପ୍ରାଣ, ଅପାନ, ସମାନ,ଉଦାନ, ବ୍ୟାନ ଏହି ବାୟୁ ପଞ୍ଚକ ମୁଁ ନୁହେଁ । ସବୁବେଳେ ବିଚାର କର୍ମରତ ମନ ମୁଁ ନୁହେଁ । ସକଳ ବିଷୟ ସମସ୍ତ ବୃତ୍ତି ତ୍ୟାଗକରି କେବଳ ବିଷୟ ବାସନାରେ ନିମଗ୍ନ ଅଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ନୁହେ । ବିଚାରକଲେ ଉଲ୍ଲିଖିତ ସମସ୍ତ ଯଦି ମୁଁ ନୁହେଁ ତେବେ ପ୍ରକୃତରେ ମୁଁ କିଏ ? ମୁଁ ଅନ୍ୟ କେହି ନୁହେଁ । ସମସ୍ତ ନିଷେଧ କରି (ନେତି) ଏକାକୀ ଏକ ଭାବରେ ଯେଉଁ ସ୍ଥିର ଜ୍ଞାନ ଲାଭକରେ ତାହାହିଁ ମୁଁ । ଏହାର ସ୍ୱରୂପ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ।

ସମସ୍ତ ବିଷୟ ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ସକଳ ବୃତ୍ତିର ହେତୁ ମନ ଅନ୍ୟାସକ୍ତ

ନ ହୋଇ ସ୍ଥିରଥିବା ସମୟରେ ଜଗଦ୍ଦୃଷ୍ଟି (ମୁଁ ଶରୀରର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଲୋକ ମୋଠାରୁ ପୃଥକ ଏହିପରି ଜଗତକୁ ଦେଖିବା) ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ରଜ୍ଜୁରେ ସର୍ପ ଭ୍ରମ ଯେତେବେଳେ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ରଜ୍ଜୁ ଜ୍ଞାନ ହୃଦୟରେ ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର ସେହି ଭ୍ରାନ୍ତି ଦୂର ହେଲେ ରଜ୍ଜୁ ବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ଜାତ ହୁଏ । ସେହିପରି କଳ୍ପିତ ବାହ୍ୟଦୃଷ୍ଟି ବା ଜଗଦ୍ଦୃଷ୍ଟି ନଷ୍ଟ ନ ହେଲେ ଅଧିଷ୍ଠାନ ସ୍ୱରୂପ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ନାହିଁ । ଅର୍ଥାତ୍ ବାହ୍ୟ ଜଗତରୁ ନିବୃତ୍ତ-ହେଲେ ଏହି ସ୍ୱରୂପ ଦର୍ଶନ ଲାଭ ସମ୍ଭବ ହୁଏ । ଏଠାରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ମନ ବୋଇଲେ କଅଣ ? ଏହା ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଏକ ଶକ୍ତି ବିଶେଷ । ଏହା ସବୁ ବେଳେ ବିଭିନ୍ନ ଇଚ୍ଛାରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ । ମାତ୍ର ସମସ୍ତ ଇଚ୍ଛା ଯେତେବେବେଳେ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ସେତେ-ବେଳେ ପୃଥକ ରୂପେ ମନ ବୋଲି ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁ ରହେ ନାହିଁ । ଅତଏବ ସ୍ଥିର କରା ଯାଇଅଛି ଯେ ଇଚ୍ଛାହିଁ ମନର ସ୍ୱରୂପ । ଜଗତରେ ଏପରି କୌଣସି ବସ୍ତୁ ନାହିଁ ଯାହାକି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିରୁ ବହିର୍ଭୂତ । ନିଦ୍ରିତା-ବସ୍ଥାରେ ଇଚ୍ଛା ନାହିଁ, ଜଗତ ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ଜାଗ୍ରତ ଓ ସ୍ୱପ୍ନାବସ୍ଥାରେ ଇଚ୍ଛାର ଉଦୟ ହୁଏ । ଜଗତ ମଧ୍ୟ ଅବସ୍ଥିତ । ମାଙ୍କଡସା ଯେପରି ନିଜ-ଠାରୁ ସୂତା ବାହାର କରି ପୁନରପି ନିଜ ଭିତରେ ନେଇ ରଖେ ସେପରି ମନ ନିଜ ଭିତରୁ ଜଗତକୁ ବହିର୍ଭୂତ କରି ପୁଣି ତାହାକୁ ଅନ୍ତର୍ଗତ କରେ । ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ମନ ଆତ୍ମା ସ୍ୱରୂପରୁ ବହିର୍ମୁଖ ହେଲେ ପ୍ରପଞ୍ଚ ଦୃଶ୍ୟ ହୁଏ । ଜଗତ ଜ୍ଞାନ ହେଲେ ସ୍ୱରୂପ ଜ୍ଞାନ ଅସମ୍ଭବ ଏବଂ ସ୍ୱରୂପ ଜ୍ଞାନରେ ଜଗତଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ମନ ସ୍ୱରୂପ ବିଚାରରେ ଯେତେବେଳେ ନିମଗ୍ନ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ସେହି ସ୍ୱରୂପ ମନ ରୂପରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସେ ବୋଇଲେ ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପ ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ । ମନ ସବୁବେଳେ ଏକ ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁକୁ ଆଶ୍ରୟ କରି ରହେ । ସେ ନିରାଶ୍ରୟ ହୋଇ ଏକ ରୂପେ ରହିପାରେ ନାହିଁ ଏହି ମନହିଁ ସୂକ୍ଷ୍ମଶରୀର ଓ ଜୀବରୂପେ କଥିତ ।

ଏ ଶରୀର ଭିତରେ "ମୁଁ" ବୋଲି ଯେଉଁ ବିଚାର ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ, ତାହାହିଁ ମନ । "ମୁଁ" ଏହି ବିଚାର ଦେହ ଭିତରେ କେଉଁଠାରେ ପ୍ରଥମରେ ଉଦୟ ହୁଏ, ଏହା ଯଦି ବିଚାର ହୁଏ, ତେବେ ଜଣାଯାଇ ପାରେ ଯେ ହୃଦୟ କେବଳ ଏହାର ଜନ୍ମସ୍ଥାନ । ମୁଁ ମୁଁ ବୋଲି ଏହି ବିଚାର କଲା ବେଳେ ଏହା ସେହି ନିକଟରେ ଯାଇ ହାଜର ହୁଏ । ମନ ମଧ୍ୟରେ ଯେତେବେଳେ ସବୁ ଇଚ୍ଛା ଜାତ ହୁଏ, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ "ମୁଁ" ଏହି ଇଚ୍ଛାହିଁ ପ୍ରଧାନ । ଏହାର ଆବିର୍ଭାବ ପରେ ଅସଂଖ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଇଚ୍ଛା ଜନ୍ମ ଲାଭ କରନ୍ତି । ଉତ୍ତମ ପୁରୁଷ "ମୁଁ" ଏହି ଜ୍ଞାନପରେ ମଧ୍ୟମ ପୁରୁଷ 'ତୁ' ଏବଂ ପ୍ରଥମ ପୁରୁଷ "ସେ" ପ୍ରଭୃତିର ଜନ୍ମ । ଉତ୍ତମ ପୁରୁଷ ବିନା ମଧ୍ୟମ ଓ ପ୍ରଥମ ପୁରୁଷ ରହିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । 'ମୁଁ' କିଏ ? ଏହି ବିଚାର ଦ୍ୱାରା ମନ ନିଶ୍ଚଳ ହୁଏ । "ମୁଁ" ବୋଲିବା କାମନା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାମନା ବା ଇଚ୍ଛାଗୁଡିକୁ ଧ୍ୱଂସ-କରି ନିଜେ ମଧ୍ୟ ଶବଦାହକ କାଷ୍ଠପରି ଦଗ୍ଧ ହୁଏ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଇଚ୍ଛାର ଉଦୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେସବୁକୁ ସ୍ଥାନ ଦେବା ପାଇଁ ଯତ୍ନ ନକରି ସେସବୁ କି ନିମିତ୍ତ ବୋଲି ବିଚାର କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯେତେ ଇଚ୍ଛା ବା କାମନା ଜାତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । ମାତ୍ର ସାବଧାନ ହୋଇ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କାମନା ଜାତ ହେଲା ସମୟରେ ବିଚାର କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ଏହା କା ସକାଶେ ଜାତ ହେଲା ? ଫଳରେ ମୋ ପାଇଁ ଏହାହିଁ ଜଣାଯାଏ । ମୁଁ କିଏ ? ବୋଲି ଯଦି ଏଠାରେ ପ୍ରଶ୍ନ ହୁଏ ତେବେ ମନ ତାର ଜନ୍ମ ସ୍ଥାନକୁ ଗତିକରେ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସକଳ ଇଚ୍ଛା ସେ ସମୟରେ ସଂକୁଚିତ ହୁଏ । ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କ୍ରମଶଃ ବୃଦ୍ଧିଲାଭ କଲେ ମନ ତାର ଜନ୍ମ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ଥିର ହୋଇ ରହିବା ଲାଗି ଅଧିକ ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚୟ କରେ । ମାନସେନ୍ଦ୍ରିୟ ସୂକ୍ଷ୍ମତମ । ତାହା ସ୍ଥୂଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ସହଯୋଗଦ୍ୱାରା ବାହ୍ୟ ପ୍ରପଞ୍ଚରେ ଭ୍ରମଣକରି ନାମରୂପ ଗ୍ରହଣ କରୁଅଛି । ହୃଦୟରେ ସ୍ଥିର ହେଲେ ସେ ଉକ୍ତ କର୍ମରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୁଏ ।

ମନକୁ ବହିର୍ଜଗତ ପ୍ରବେଶରେ ଅବସର ନ ଦେଇ ହୃଦୟକୁ ସ୍ଥିର ରୂପେ ରକ୍ଷା କରିବାକୁହିଁ ଅହଂମୁଖ ବା ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ହୃଦୟରୁ ଯେତେବେଳେ ମନ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦରେ ବହିର୍ଜଗତରେ ଭ୍ରମଣକରେ ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ବହିର୍ମୁଖ ବୋଲଯାଏ । ଏହି ମନ ହୃଦୟ ଭିତରେ ସ୍ଥିର ହୋଇ ରହିପାରିଲେ "ମୁଁ" ନାମକ ମୂଳ ଇଚ୍ଛା ନଷ୍ଟ ହୋଇ ନିତ୍ୟ ସନାତନ "ସେ" କେବଳ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । "ମୁଁ" ଏହି କାମନା ଲବମାତ୍ର ଯେଉଁଠାରେ ରହେ ନାହିଁ ସେହିଠାରେହିଁ ସ୍ୱରୂପର ବିକାଶ । ତାହାକୁ ମୌନ ମଧ୍ୟ ବୋଲଯାଇ ପାରେ ।

ଏହି ମୌନ ବା ନୀରବତା ଜ୍ଞାନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭିନ୍ନ ନୁହେଁ । ମନ ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପରେ ଲୀନ ହୋଇ ରହିଲେ ନୀରବତାର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ ସ୍ପଷ୍ଟରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ଏହାଭିନ୍ନ ମନ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଇଚ୍ଛାରେ ପ୍ରଣୋଦିତ ହୋଇ ଭୂତ ଭବିଷ୍ୟତ୍ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନ ତିନି କାଳର ବିଷୟ ଜ୍ଞାନରେ ଏବଂ ଦୂରଦେଶ ପ୍ରଚଳିତ ବିଷୟ ଜିଜ୍ଞାସାରେ ରତ ହେଲେ ଜ୍ଞାନଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରସାରିତ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଏକ ଆତ୍ମାସ୍ୱରୂପ ସତ୍ୟ, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମିଥ୍ୟା । ଶୁକ୍ତିରେ ରଜତ-ଭ୍ରମ ପରି ଜଗତ୍ ଜୀବ ଓ ଈଶ୍ୱର ଏହି ଭେଦ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଭ୍ରାନ୍ତି ହେତୁ ଘଟିଅଛି । ଭ୍ରାନ୍ତି ହେତୁ ଏକ ସମୟରେ ଉକ୍ତତ୍ରୟ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ପୁନରପି ଭ୍ରାନ୍ତି ଦୂର ହେଲେ ଏକସ୍ୱରୂପ ପ୍ରକଟିତ ହୁଏ । ସ୍ୱରୂପହିଁ ଜଗତ୍, ସ୍ୱରୂପହିଁ ମୁଁ ଅର୍ଥାତ ଜୀବ, ସ୍ୱରୂପହିଁ ଈଶ୍ୱର । ପରିଦୃଶ୍ୟମାନ ସମସ୍ତ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ରୂପ ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ ।

ମନ ନିଶ୍ଚଳ ରଖିବାକୁ ହେଲେ ବିଚାର ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା ମନ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାତ୍ର ସ୍ଥିର ହୋଇ ପୁନରପି ବାହ୍ୟ ପ୍ରପଞ୍ଚରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଏ । ପ୍ରାଣାୟାମ ଦ୍ୱାରା ମନ ସ୍ଥିରହୁଏ । ମାତ୍ର ସଂଯତ ଅବସ୍ଥାରୁ ପ୍ରାଣ ଯେତେବେଳେ ବହିର୍ଗତ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ମନମଧ୍ୟ ତାହା ସହ ଗତକରି ବାସନାର ଅଧୀନ ହୋଇ ରହେ । ମନ ଓ ପ୍ରାଣର ଉତ୍ପତ୍ତି ସ୍ଥାନ ଏକ । ଇଚ୍ଛାହିଁ ମନର ସ୍ୱରୂପ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ଅଛି ।

ମୁଁ ବୋଲି ଯେଉଁ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକାଶ ପାଏ, ତାହା ମନର ପ୍ରଥମ ଇଚ୍ଛା, ତାହାହିଁ ଅହଂକାର । ଅହଂକାର ଯେଉଁଠାରେ ଜାତ ହୁଏ, ସେହିଠାରୁ ଶ୍ୱାସ ବହିର୍ଗତ ହୁଏ । ଅତଏବ ମନ ନିଶ୍ଚଳ ହେଲେ ପ୍ରାଣ ନିଶ୍ଚଳ ହୁଏ । ଆଉ ପ୍ରାଣନିଶ୍ଚଳ ହେଲେ ମନନିଶ୍ଚଳ ହୁଏ । ମାତ୍ର ସୁଷୁପ୍ତି ଅବସ୍ଥାରେ ମନସ୍ଥିର ଥିଲେହେଁ ପ୍ରାଣ ଚଞ୍ଚଳ, ନୋହିଲେ ଦେହରକ୍ଷା ଅସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା । ଅଧିକନ୍ତୁ ମରଣ ସନ୍ଦେହ ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା । ଏ ସମସ୍ତ ନିବାରଣ ନିମିତ୍ତ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଦ୍ୱାରା ଏପରି ସୃଷ୍ଟି ନିର୍ମିତ । ଜାଗ୍ରତ ଅବସ୍ଥାରେ ଏବଂ ସମାଧିରେ ମନ ସ୍ଥିରହୁଏ, ଆଉ ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟ ସ୍ଥିର ହୁଏ । ପ୍ରାଣ ମନର ସ୍ଥୂଳରୂପ । ମରଣକାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ ଦେହ ଭିତରେ ପ୍ରାଣକୁ ଅନୁସରଣ କରି ରହେ ଏବଂ ଦେହ ମୃତ ହେବା ସମୟରେ ପ୍ରାଣରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ଅର୍ଥାତ ତାହାକୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ନିର୍ଗତ ହୁଏ । ଅତଏବ ପ୍ରାଣାୟାମ ମନକୁ ସ୍ୱାଧୀନ କରି ରଖା କରେ ସିନା ନଷ୍ଟ କରେ ନାହିଁ ।

ପ୍ରାଣାୟାମଦ୍ୱାରା ମନ ଯେପରି ନିଶ୍ଚଳ ହୁଏ ମୂର୍ତ୍ତିଧ୍ୟାନ, ମନ୍ତ୍ରଜପ, ଆହାର ନିୟମ ପ୍ରଭୃତିରେ ମଧ୍ୟ ସେପରି ନିଶ୍ଚଳ ହୁଏ । ମୂର୍ତ୍ତିଧ୍ୟାନ ଓ ମନ୍ତ୍ରଜପରେ ମନ ଏକାଗ୍ରହୁଏ । ହସ୍ତୀଶୁଣ୍ଢ ସର୍ବଦା ଚଞ୍ଚଳ, ତାହାର ଚଞ୍ଚଳତା ଦୂର କରିବାକୁ ହେଲେ ତହିଁରେ ଯେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କଠିନ ବସ୍ତୁ ରଖି ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେ ସେହି ପଦାର୍ଥର ଅବଲମ୍ବନରେ ଆଉ ଚଞ୍ଚଳ ହୋଇ ରହି ନ ପାରେ । ଏହିପରି ସଦା ଚଞ୍ଚଳ ମନକୁ ସ୍ଥିର କରିବାକୁ ହେଲେ ନାମ ଜପ ବା ଧ୍ୟାନରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ କରାଇବା ବାଞ୍ଛନୀୟ । ମନ ଏଥିରେ ନିବିଷ୍ଟ ରହିଲେ ବାହ୍ୟ ପ୍ରପଞ୍ଚରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ଅବସର ପାଇ ନ ଥାଏ । ଅତଏବ ମୂର୍ତ୍ତି-ଧ୍ୟାନ ଓ ମନ୍ତ୍ରଜପ ମନର ଏକାଗ୍ରତା ଲାଗି ଯେ ସହାୟକ ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ମନ ଅସଂଖ୍ୟ କାମନାରେ ଆସକ୍ତ ହେଲେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପଥରେ ଗତିକରିବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହୁଏ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଇଚ୍ଛା ଯଦି ନଷ୍ଟ ହୁଏ ତେବେ ମନ ଏକାଗ୍ର ଶକ୍ତି ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ଆତ୍ମ-ବିଚାର ଲାଗି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ

କ୍ଷମ ହୁଏ । କିଯୁମମାନଙ୍କରେ ମିତ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଆହାର ମନର ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ସମ୍ପାଦନରେ ପ୍ରଧାନ କାରଣ ବୋଲି କୁହା ଯାଇପାରେ । ଅଧିକନ୍ତୁ ଏହା ଆତ୍ମ ବିଚାରରେ ଅନୁକୂଳ ହୁଏ । 'ଶ୍ରେୟାଂସିବହୁବିଘ୍ନାନି' ବିଷୟ ବାସନା ସମୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗ ପରି ମନର ଗୁଢ଼ଆଡ଼େ ଘେରିରହିଛି । ସ୍ୱରୂପ ଧ୍ୟାନ ବଢିଲେ ଏସବୁ ନଷ୍ଟହୁଏ । 'ସ୍ୱରୂପଧ୍ୟାନ ସମ୍ଭବ ହେବ କି ?' ଏପରି ସନ୍ଦେହର ଅବସର ନ ରଖିଲେ ସ୍ୱରୂପଧ୍ୟାନ ବଦ୍ଧମୂଳ ହେବ ।

ଯେତେ ପାପୀ ହେଉନା କାହିଁକି, 'ମୁଁ ପାପୀ ଉଦ୍ଧାର ପାଇପାରିବି ନାହିଁ' ଏହି ଶୋଚନା ନ କରି ଯଦି ସେ ସ୍ୱରୂପ ଧ୍ୟାନରେ ଦୃଢସଂକଳ୍ପ ହୁଏ, ତେବେ ନିଃସନ୍ଦେହରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ସେ ସେହି ଧ୍ୟାନରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବ । ବିଷୟ ବାସନାଏହି ଦୃଢତା ଦେଖି ବରଂ ଭୀତତ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ଅପସୃତ ହେବ । ବିଷୟ ବାସନାକୁ ମନ ଭିତରେ ସ୍ଥାନ ନଦେଇ 'ମୁଁ କିଏ' ଏହି ବିଚାରକୁହିଁ ସ୍ଥାନ ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ ? ଇଚ୍ଛାସବୁ ଜାତ ହେଲା କ୍ଷଣି ଏହି ବିଚାରଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିବାକୁ ହେବ, ଏପରି ହେଲେ ସେ ସମସ୍ତ ସେଠାରେ ପ୍ରବେଶର ଅବସର ନ ପାଇ ବୈରାଗ୍ୟ ଓ ନୈରାଶ୍ୟର ଆଶ୍ରୟନିଅନ୍ତି । ସେତକି ହେଲେ ଆତ୍ମ ବିଚାର ସୁଦୃଢ ଓ ଜ୍ଞାନୋଦୟ ହୁଏ । ଯଥାର୍ଥରେ ବିଚାର କଲେ ବୈରାଗ୍ୟ ଓ ଜ୍ଞାନ ଏକ ପିଣ୍ଡ, ଭିନ୍ନ ନୁହେଁ । ନୋଳିଆ ମୁକ୍ତା ଆଣିବାକୁ ଯାଇ ଯେପରି ଅଣ୍ଟାରେ ପଥର ବାନ୍ଧି ସମୁଦ୍ର ଭିତରେ ବୁଡ଼ି ସମୁଦ୍ରର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶରୁ ମୁକ୍ତା ସଂଗ୍ରହ କରେ, ସେପରି ବୈରାଗ୍ୟ ଅବଲମ୍ବନରେ ବ୍ୟକ୍ତି ହୃଦୟର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇ ଆତ୍ମମୁକ୍ତା ଆହରଣରେ ସମର୍ଥ ହୁଏ । ଆତ୍ମ ସ୍ୱରୂପ ଲାଭ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜେ ସବୁବେଳେ ସ୍ୱରୂପ ସ୍ମରଣରେ ନିଯୁକ୍ତ ରହିବା ବାଞ୍ଛନୀୟ । ଏହି ଏକ ଉପାୟ ସ୍ୱରୂପ ଲାଭରେ ଯଥେଷ୍ଟ ବୋଲି ମନେ ହୁଏ । ଦୁର୍ଗ ମଧ୍ୟରୁ ଶତ୍ରୁ ବହିର୍ଗତ ନ ହେଲେ ତାହା ନିଜର ଅଧୀନ ହେବା ଅସମ୍ଭବ । ଅତଏବ ହୃଦୟ ଦୁର୍ଗରୁ କାମ କ୍ରୋଧାଦି ଶତ୍ରୁମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମତଃ

ବହିର୍ଗତ କରି ସ୍ୱରୂପ ଧ୍ୟାନରେ ନିବିଷ୍ଟ ରହିବା ପ୍ରଧାନ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱରୂପ ଧ୍ୟାନ ନିରାପଦ ରହିବ ।

ଆତ୍ମମାନଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ଧ୍ୟାନ କିପରି ମାର୍ଗରେ ଗତି କଲେ ସୁଲଭ ଓ ସମ୍ଭବ ହେବ ତାହା ବିଚାର କରିବା ଉଚିତ । ବିଚାର କଲେ ଏହା ଗୁରୁଙ୍କ କୃପାକଟାକ୍ଷଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବ ହୁଏ । ଗୁରୁ ସାକ୍ଷାତ ପରଂବ୍ରହ୍ମ । ଏହାଙ୍କ ଅନୁଗ୍ରହହିଁ ସେହି ସ୍ୱରୂପଧ୍ୟାନର ପ୍ରଧାନ କାରଣ ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ, ଅତଏବ ଗୁରୁ ଆତ୍ମମାନଙ୍କ ଦୈବ ସ୍ୱରୂପ । ବ୍ୟାଘ୍ର ତୁଣ୍ଡରେ ପଡିଲେ ଯେପରି ଆହାର୍ଯ୍ୟ ବସ୍ତୁ ସେଥିରୁ ବାହାରି ପାରେ ନାହିଁ, ସେପରି ଗୁରୁଙ୍କ କଟାକ୍ଷରେ ପଡ଼ିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସେଥିରୁ ବହିର୍ଗତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅଧିକନ୍ତୁ ଗୁରୁଙ୍କ କୃପାପାତ୍ର ହୁଏ । ଅତଏବ ସ୍ୱରୂପଧ୍ୟାନ ଲାଭରେ ଗୁରୁ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ପନ୍ଥା ଆତ୍ମମାନଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ଆଶ୍ରୟ ।

ଯେତେବେଳେ ମନ ଆତ୍ମଚିନ୍ତା ବିନା ଇତର ଚିନ୍ତାକୁ ଅବସର ଦିଏ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ତାହା ତନ୍ନିଷ୍ଠ ହୁଏ । କହିବାକୁ ଗଲେ ତାହହିଁ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ ନାମରେ ଅଭିହିତ । ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ଯେତେଭାର ଅର୍ପଣ କଲେ ମଧ୍ୟ ସେତେଭାର ସେ ବହନ କରିବାରେ ସମର୍ଥ । ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସେହି ପରମେଶ୍ୱର କେବଳ ପରିଚାଳିତ କରନ୍ତି । ଅତଏବ ଆତ୍ମେମାନେ ତାହାଙ୍କ ଶରଣାପନ୍ନ ନ ହୋଇ "ଏପରି କରିବାକୁ ହେବ" "ସେପରି କରିବାକୁ ହେବ" ବୋଲି ସବୁବେଳେ ଚିନ୍ତାମଗ୍ନ ହେବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ମାତ୍ର । ଟ୍ରେନ୍ଯାନ ଭାରବାହୀ ବୋଲି ଜାଣିଶୁଣି ଯାତ୍ରୀ ତହିଁରେ ଆରୋହଣ କଲାବେଳେ ନିଜଭାର ବା ବୁଜୁଲି ସେଥିରେ ନ ରଖି ନିଜ ମସ୍ତକରେ ରଖିବା ଦୁଃଖକଷ୍ଟର କାରଣ ବିନା ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ । ଅତଏବ କୁହାଯାଉଅଛି ଯେ ଆତ୍ମନିଷ୍ଠାହିଁ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ । ତାହାହିଁ ସୁଖ ଲାଭର ପ୍ରଧାନ ହେତୁ ।

ସୁଖ କଣ ? ଆତ୍ମ ସ୍ୱରୂପହିଁ ସୁଖ । ସୁଖ ଓ ଆତ୍ମ ସ୍ୱରୂପ ଭିନ୍ନ ନୁହେଁ । ଆତ୍ମସୁଖ ଏକା କେବଳ ସତ୍ୟ । ପ୍ରପଞ୍ଚର ଯେ କୌଣସି ବସ୍ତୁରେ

ଯେଉଁ ସୁଖ କଳ୍ପନା ତାହା ଅବିବେକତା ମାତ୍ର । ସେଥିରେ ଦୁଃଖ ଭିନ୍ନ ସୁଖର ସତ୍ତା ନାହିଁ । ମନ ବହିର୍ମୁଖ ହେଲେ ଦୁଃଖଭାଗୀ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ସେଥିରୁ ବିରତ ହୋଇ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଆତ୍ମସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଏହିପରି ନିଦ୍ରା, ସମାଧି ଓ ମୂର୍ଚ୍ଛାବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ମନ ବାହ୍ୟ ପ୍ରପଞ୍ଚରୁ ନିବୃତ୍ତ ହୋଇ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ହେଲେ ଆତ୍ମସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଏପରି ମନ ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତରରେ ଯାତାୟାତ କରି ଦୁଃଖ ଓ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଏହି ସ୍ଥାନରେ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦିଆ ଯାଇପାରେ । ବୃକ୍ଷଛାୟା ଶୀତଳ ଏବଂ ସୁଖଶାନ୍ତି ଦାୟକ । ବାହାରର ସୂର୍ଯ୍ୟୋତ୍ତାପ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଓ ଅସହ୍ୟ, କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି କଠିନ ଉତ୍ତାପରେ ଅସହ୍ୟ ହୋଇ ବୃକ୍ଷଚ୍ଛାୟାର ଆଶ୍ରୟ ନିଏ, ସେ ଅନୁଭୂତ ସନ୍ତାପ ଭୁଲି ଯାଇ ଶୈତ୍ୟସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ମାତ୍ର କେତେକ ସମୟରେ ଏହି ଶୈତ୍ୟସୁଖରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇ ଯଦି ପ୍ରବୃତ୍ତିର ପ୍ରେରଣାରେ ପୁନରପି ଏହି ସନ୍ତାପକର ଉତ୍ତାପରେ ବିଚରଣ କରେ ତେବେ ତାହାକୁ ସେହି ସନ୍ତାପ ଯାତନା ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ପୁଣି ଏହି ଉତ୍ତାପ ସହି ନ ପାରି ସେହି ସ୍ନିଗ୍ଧ ଶାନ୍ତିମୟ ଛାୟାର ଆଶ୍ରୟ ନେବାକୁ ଉନ୍ମୁଖ ହୁଏ । ଏହିପରି ଯେଉଁମାନେ ଛାୟାରୁ ଉତ୍ତାପକୁ ଏବଂ ଉତ୍ତାପରୁ ଛାୟାକୁ ଯାତାୟାତ କରି ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଅବିବେକୀ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କିଛି କୁହା ଯାଇ ନ ପାରେ । ମାତ୍ର ବିଚାରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଶାନ୍ତିମୟ ଛାୟାକୁ କଦାପି ତ୍ୟାଗ କରି ନ ପାରେ । ସେପରି ଜ୍ଞାନୀର ମନ ବ୍ରହ୍ମ ଚିନ୍ତାରୁ ମଧ୍ୟ କଦାପି ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନପାରେ । ପ୍ରକୃତରେ ପ୍ରପଞ୍ଚ ଭିତରେ ମନ ପ୍ରବେଶ କରି ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରିବାର ଏକମାତ୍ର କାରଣ, ଅବିଚାର । ମାତ୍ର ସେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ଅବସର କ୍ରମେ ଯଦି ଜଗତରୁ ଅବସର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମଆଡ଼େ ଫେରି ଆସେ, ତେବେ ଅଖଣ୍ଡ ଆନନ୍ଦ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଜଗତଟି କେବଳ ଇଚ୍ଛା, ଜଗତ୍ ବିସ୍ମୃତ ହେଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ଇଚ୍ଛାଶୂନ୍ୟ ହେଲେ ମନ ଆନନ୍ଦମୟ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଜଗତ୍ ବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ହେଲେ ମନ ସେହି ଆନନ୍ଦ ସୁଖରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇ ଦୁଃଖ ମାତ୍ର ଅନୁଭବ କରେ ।

ଇଚ୍ଛା ସଂକଳ୍ପ ଓ ପ୍ରଯତ୍ନ ଏହି ତିନି ବୃତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବଚନ ଗମନାଦି ପଞ୍ଚକୃତ୍ୟର ଅଧୀନହୋଇ ଜଗତରେ କାର୍ଯ୍ୟସାଧନ କରିବାକୁ ଜୀବ ବ୍ୟଗ୍ର ହୁଏ । ମାତ୍ର ସଂକଳ୍ପ ରହିତ ସେହି ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ସନ୍ନିଧାନ ବା ଆନୁକୂଲ୍ୟ ନ ହେଲେ ସେ କୌଣସି କର୍ମ ସାଧନରେ ସଫଳ ହୋଇ ନ ପାରେ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସାନ୍ନିଧ୍ୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତମଣି ଉତ୍ତେଜିତ, କମଳ ବିକଶିତ, ଏବଂ ଲୋକମାନେ କର୍ମଜଗତରେ ଜାଗ୍ରତ । ଅୟସ୍କାନ୍ତ ସମ୍ମୁଖରେ ସୂଚୀ ବିଚଳିତ । ଜୀବଜଗତ ସେହି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରେରଣାରେ କର୍ମଫଳ ଭୋଗ କରି ନିଶ୍ଚେଷ୍ଟ ବା ମୁକ୍ତ ହୁଏ । ପ୍ରବୃତ୍ତି, କର୍ମଫଳ ଭୋଗ ଏବଂ ତନ୍ମୁକ୍ତି ତାହାଙ୍କ ହେତୁ ସଂଘଟିତ । ମାତ୍ର ସେ ପରମ ସଂକଳ୍ପ ସହିତ କିମ୍ବା କର୍ମଲିପ୍ତ ନୁହନ୍ତି । ଲୋକ କର୍ମ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଅଦୃଶ୍ୟ ନୁହେଁ । ଆକାଶ ଅନ୍ୟ ଭୂତ ମାନଙ୍କରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସ୍ପୃଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ପରି ସେ କର୍ମସାକ୍ଷୀ, ଏବଂ ଆକାଶ ପରି ସର୍ବ ବ୍ୟାପକ ଓ ଅସ୍ପୃଷ୍ଟ । ଏହାହିଁ ବ୍ରହ୍ମମହିମା ।

ମୁକ୍ତିଲାଭ ସକାଶେ ମନୋନିଗ୍ରହ ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ଶାସ୍ତ୍ରମାନଙ୍କରୁ ଅବଗତ ହୋଇ ପୁନରପି ବାରଂବାର ଶାସ୍ତ୍ରାଧ୍ୟୟନ କରିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ମାତ୍ର । ମନୋନିଗ୍ରହ ପାଇଁ 'ମୁଁ କିଏ ?' ଏହି ବିଚାର ଯେତେଦୂର ଅବଶ୍ୟକ, ଶାସ୍ତ୍ରପଠନ ସେତେଦୂର ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ । ନିଜେ ନିଜକୁ ନିଜର ଜ୍ଞାନନେତ୍ର ଉନ୍ମୀଳନ କରି ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେବ । ରାମର ମୁଁ ନିଜେ 'ରାମ' ବୋଲି ଜାଣିବା ପାଇଁ ଦର୍ପଣର ପ୍ରୟୋଜନ କଣ ? ମୁଁ ନିଜେ ପଞ୍ଚକୋଶ ଭିତରେ ଲୀନ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ପାଞ୍ଚକୋଶ ବର୍ଣ୍ଣିତ ମାତ୍ର । ଅତଏବ ପଞ୍ଚକୋଶ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି ନିଜକୁ ନ ଦେଖି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବା କେବଳ ପ୍ରୟାସ ବିନା ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ । ବଦ୍ଧଜୀବ ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମ ବିଚାର କରି ତାହାର ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ଉପଲବ୍ଧି କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ମୁକ୍ତ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରେ । ସର୍ବଦା ମନ ଆତ୍ମଲୀନ କରି ରଖିବାହିଁ ଆତ୍ମବିଚାର । ଧ୍ୟାନହିଁ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ବ୍ରହ୍ମ ଭାବନା । ଏହି ଧ୍ୟାନ ନିର୍ମଳ ଓ ପ୍ରବଳ

ଯେଉଁ ସୁଖ କଳ୍ପନା ତାହା ଅବିବେକିତା ମାତ୍ର । ସେଥିରେ ଦୁଃଖ ଭିନ୍ନ ସୁଖର ସତ୍ତା ନାହିଁ । ମନ ବହିର୍ମୁଖ ହେଲେ ଦୁଃଖଭାଗୀ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ସେଥିରୁ ବିରତ ହୋଇ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଆତ୍ମସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଏହିପରି ନିଦ୍ରା, ସମାଧି ଓ ମୂର୍ଚ୍ଛାବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ମନ ବାହ୍ୟ ପ୍ରପଞ୍ଚରୁ ନିବୃତ୍ତ ହୋଇ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ହେଲେ ଆତ୍ମସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଏପରି ମନ ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତରରେ ଯାତାୟାତ କରି ଦୁଃଖ ଓ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଏହି ସ୍ଥାନରେ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦିଆଯାଇପାରେ । ବୃକ୍ଷଚ୍ଛାୟା ଶୀତଳ ଏବଂ ସୁଖଶାନ୍ତି ଦାୟକ । ବାହାରର ସୂର୍ଯ୍ୟୋତ୍ତାପ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଓ ଅସହ୍ୟ, କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି କଠିନ ଉତ୍ତାପରେ ଅସହ୍ୟ ହୋଇ ବୃକ୍ଷଚ୍ଛାୟାର ଆଶ୍ରୟ ନିଏ, ସେ ଅନୁଭୂତ ସନ୍ତାପ ଭୁଲି ଯାଇ ଶୈତ୍ୟସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ମାତ୍ର କେତେକ ସମୟରେ ଏହି ଶୈତ୍ୟସୁଖରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇ ଯଦି ପ୍ରବୃତ୍ତିର ପ୍ରେରଣାରେ ପୁନରପି ଏହି ସନ୍ତାପକର ଉତ୍ତାପରେ ବିଚରଣ କରେ ତେବେ ତାହାକୁ ସେହି ସନ୍ତାପ ଯାତନା ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ପୁଣି ଏହି ଉତ୍ତାପ ସହି ନ ପାରି ସେହି ସ୍ନିଗ୍ଧ ଶାନ୍ତିମୟ ଛାୟାର ଆଶ୍ରୟ ନେବାକୁ ଉନ୍ମୁଖ ହୁଏ । ଏହିପରି ଯେଉଁମାନେ ଛାୟାରୁ ଉତ୍ତାପକୁ ଏବଂ ଉତ୍ତାପରୁ ଛାୟାକୁ ଯାତାୟାତ କରି ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଅବିବେକୀ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କିଛି କୁହାଯାଇ ନ ପାରେ । ମାତ୍ର ବିଚାରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଶାନ୍ତିମୟ ଛାୟାକୁ କଦାପି ତ୍ୟାଗ କରି ନ ପାରେ । ସେପରି ଜ୍ଞାନୀର ମନ ବ୍ରହ୍ମ ଚିନ୍ତାରୁ ମଧ୍ୟ କଦାପି ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନପାରେ । ପ୍ରକୃତରେ ପ୍ରପଞ୍ଚ ଭିତରେ ମନ ପ୍ରବେଶ କରି ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରିବାର ଏକମାତ୍ର କାରଣ, ଅବିଚାର । ମାତ୍ର ସେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ଅବସର କ୍ରମେ ଯଦି ଜଗତରୁ ଅବସର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମଆଡ଼େ ଫେରି ଆସେ, ତେବେ ଅଖଣ୍ଡ ଆନନ୍ଦ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରେ । ଜଗତଟି କେବଳ ଇଚ୍ଛା, ଜଗତ୍ ବିସ୍ମୃତ ହେଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ଇଚ୍ଛାଶୂନ୍ୟ ହେଲେ ମନ ଆନନ୍ଦମୟ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଜଗତ୍ ବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ହେଲେ ମନ ସେହି ଆନନ୍ଦ ସୁଖରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇ ଦୁଃଖ ମାତ୍ର ଅନୁଭବ କରେ ।

ଇଚ୍ଛା ସଂକଳ୍ପ ଓ ପ୍ରଯତ୍ନ ଏହି ତିନି ବୃତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବଚନ ଗମନାଦି ପଞ୍ଚକୃତ୍ୟର ଅଧୀନହୋଇ ଜଗତରେ କାର୍ଯ୍ୟସାଧନ କରିବାକୁ ଜୀବ ବ୍ୟଗ୍ର ହୁଏ । ମାତ୍ର ସଂକଳ୍ପ ରହିତ ସେହି ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ସନ୍ନିଧାନ ବା ଆନୁକୂଲ୍ୟ ନ ହେଲେ ସେ କୌଣସି କର୍ମ ସାଧନରେ ସଫଳ ହୋଇ ନ ପାରେ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସାନ୍ନିଧ୍ୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତମଣି ଉତ୍ତେଜିତ, କମଳ ବିକଶିତ, ଏବଂ ଲୋକମାନେ କର୍ମଜଗତରେ ଜାଗ୍ରତ । ଅୟସ୍କାନ୍ତ ସମ୍ମୁଖରେ ସୂଚୀ ବିଚଳିତ । ଜୀବଜଗତ ସେହିପରି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରେରଣାରେ କର୍ମଫଳ ଭୋଗ କରି ନିଶ୍ଚେଷ୍ଟ ବା ମୁକ୍ତ ହୁଏ । ପ୍ରବୃତ୍ତି, କର୍ମଫଳ ଭୋଗ ଏବଂ ତନ୍ମୁକ୍ତି ତାହାଙ୍କ ହେତୁ ସଂଘଟିତ । ମାତ୍ର ସେ ପରମ ସଂକଳ୍ପ ସହିତ କିମ୍ବା କର୍ମଲିପ୍ତ ନୁହନ୍ତି । ଲୋକ କର୍ମ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଅଦୃଶ୍ୟ ନୁହେଁ । ଆକାଶ ଅନ୍ୟ ଭୂତ ମାନଙ୍କରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସ୍ପୃଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ପରି ସେ କର୍ମସାକ୍ଷୀ, ଏବଂ ଆକାଶ ପରି ସର୍ବ ବ୍ୟାପକ ଓ ଅସ୍ପୃଷ୍ଟ । ଏହାହିଁ ବ୍ରହ୍ମମହିମା ।

ମୁକ୍ତିଲାଭ ସକାଶେ ମନୋନିଗ୍ରହ ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ଶାସ୍ତ୍ରମାନଙ୍କରୁ ଅବଗତ ହୋଇ ପୁନରପି ବାରଂବାର ଶାସ୍ତ୍ରାଧ୍ୟୟନ କରିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ମାତ୍ର । ମନୋନିଗ୍ରହ ପାଇଁ 'ମୁଁ କିଏ ?' ଏହି ବିଚାର ଯେତେଦୂର ଆବଶ୍ୟକ, ଶାସ୍ତ୍ରପଠନ ସେତେଦୂର ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ । ନିଜେ ନିଜକୁ ନିଜର ଜ୍ଞାନନେତ୍ର ଉନ୍ମୀଳନ କରି ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେବ । ରାମର ମୁଁ ନିଜେ 'ରାମ' ବୋଲି ଜାଣିବା ପାଇଁ ଦର୍ପଣର ପ୍ରୟୋଜନ କଣ ? ମୁଁ ନିଜେ ପଞ୍ଚକୋଶ ଭିତରେ ଲୀନ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ପାଞ୍ଚକୋଶ ବର୍ଣ୍ଣିତ ମାତ୍ର । ଅତଏବ ପଞ୍ଚକୋଶ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି ନିଜକୁ ନ ଦେଖି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବା କେବଳ ପ୍ରୟାସ ବିନା ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ । ବଦ୍ଧଜୀବ ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମ ବିଚାର କରି ତାହାର ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ଉପଲବ୍ଧି କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ମୁକ୍ତ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରେ । ସର୍ବଦା ମନ ଆତ୍ମଲୀନ କରି ରଖିବାହିଁ ଆତ୍ମବିଚାର । ଧ୍ୟାନହି ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ବ୍ରହ୍ମ ଭାବନା । ଏହି ଧ୍ୟାନ ନିର୍ମଳ ଓ ପ୍ରବଳ

ହେଲେ ଅଭ୍ୟାସ ଓ କୃତକର୍ମ ସବୁ ବିସ୍ମୃତ ହୁଏ । ଅତଏବ ଆତ୍ମବିସ୍ମୃତିର ମୂଳରୁ ପ୍ରଧାନ କାରଣ ହେଉଛି ନିଦ୍ରା ।

ଯାହା ଆତ୍ମଜ୍ଞାନର କାରଣ ତାହା ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାରଣ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଅନୁଚିତ । ଯେଉଁ ଅଳିଆ ଘରୁ ଝାଡ଼ୁ କରି ବାହାରେ ଫିଙ୍ଗି ଦେଉ, ତାହାକୁ ଏକାଠି କରି ପରୀକ୍ଷା କରିବା କି ପ୍ରୟୋଜନ ? ନିଜକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ନିଜେ ଜାଗ୍ରତ ନ ହୋଇ ବାହ୍ୟ-ତତ୍ତ୍ୱ ସମାଲୋଚନା ବା ଅନୁଶୀଳନ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । ନିଜେ ନିଜର ଆବରଣ, ତାହାକୁ ଭେଦ ନ କରି ତତ୍ତ୍ୱ ସମାଲୋଚନା କଲେ ଆତ୍ମଜ୍ଞାନର ଉଦୟ ହୁଏ ନାହିଁ । କାରଣ ବାହ୍ୟତତ୍ତ୍ୱ ଆତ୍ମଜ୍ଞାନୋଦୟର କାରକ ନୁହେଁ । ଅତଏବ ମାୟାମୟ ଏହି ପ୍ରପଞ୍ଚ ସ୍ୱପ୍ନତୁଲ୍ୟ ବିଗୃହ କରିବାକୁ ହେବ । ଜାଗ୍ରଦବସ୍ଥା ଦୀର୍ଘ ଏବଂ ସ୍ୱପ୍ନକ୍ଷଣିକ । ଏହି କାଳଗତ ଭେଦ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଭେଦ ନାହିଁ । ଜାଗ୍ରଦବସ୍ଥାରେ ବ୍ୟବହାର ସକଳ ଯେପରି ସତ୍ୟ ରୂପେ ଜଣାଯାଏ ସେପରି ସ୍ୱପ୍ନାବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ଅନୁଭୂତ ବ୍ୟବହାରଗୁଡ଼ିକ ସେ ସମୟରେ ଯଥାର୍ଥ ବୋଲି ଜଣା ଯାଉଅଛି । ସ୍ୱପ୍ନ ସମୟରେ ମନ ଶରୀରାନ୍ତର ଧାରଣ କରୁଅଛି । ଜାଗ୍ରତ ଓ ସ୍ୱପ୍ନ ଏ ଦୁଇ ଅବସ୍ଥାରେ ଇଚ୍ଛା, ନାମ ଓ ରୂପ ଏକକାଳରେ ଉଦୟ ହୁଏ ।

ମନ ଏକ । ଭଲମନ ଆଉ ମନ୍ଦମନ ଏପରି ଦୁଇ ପ୍ରକାର ମନ ନାହିଁ । ବାସନା ମାନ ଶୁଭ ଓ ଅଶୁଭ ରୂପରେ ଦ୍ୱିବିଧ । ମନ ଶୁଭ ବାସନାରେ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ରହିଲେ ଭଲମନ ଏବଂ ଅଶୁଭ ବାସନାରେ ଜଡ଼ିତ ହେଲେ ଅସାର ମନ ବୋଲି କୁହା ଯାଉଅଛି । ସଂସାରରେ ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେତେ ମନ୍ଦ ବୋଲି ଜଣାଗଲେ ସୁଦ୍ଧା ତାହା ପ୍ରତି ଦ୍ୱେଷାଚରଣ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । ରାଗ ଓ ଦ୍ୱେଷ ଏ ଦୁଇଟି ତ୍ୟାଗ କରିବା ଶ୍ରେୟସ୍କର । ମନ ସାଂସାରିକ ବିଷୟରେ ଲିପ୍ତ ରଖିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ସାଧ୍ୟ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ୟର କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ ହେବା

ବାଞ୍ଛନୀୟ ନୁହେଁ । ଅନ୍ୟରସଂପର୍କ ରଖି ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଦାନ କଲେ ନିଜ ବିଷୟରେ ଆଦାନ କରିବା ନିଶ୍ଚୟ । ଏହି ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ହେଲେ ନିଜେ କିଏ ସେ ଏହି ବିଚାର ଜାତ ହୁଏ । ଏହି ବିଚାର ବଳରେ ଅନ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧ ଆପେ ଆପେ ଛୁଟିଯାଏ । ମୁଁ ଚଞ୍ଚଳ ହେଲେ ଜଗତ ସବୁ ଚଞ୍ଚଳ । ମୁଁ ନିଶ୍ଚଳ ହେଲେ ସମଗ୍ର ଜଗତ୍ ନିଶ୍ଚଳ । ଅତଏବ ମନ ଯେତେଦୂର ନିଶ୍ଚଳ କରି ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେବ ସେତେ ମଙ୍ଗଳ । ମନ ନିଶ୍ଚଳ ହେଲେ ଯେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ଭୟ ବା କ୍ଷତିର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ ।

ଏକଶ୍ଳୋକ

ଦେହଂମୃଣ୍ମୟବଜ୍ଜଡାତ୍ମକମହଂ ବୁଦ୍ଧିର୍ନ ତସ୍ୟାସ୍ତ୍ୟତୋ
ନାହଂ ତତ୍ତ ଦପେତ ସୁପ୍ତି ସମୟେ ସିଦ୍ଧାତ୍ମ ସଦ୍ଭାବତଃ ।
କୋଽହଂ ଭାବଯୁତଃ କୁତୋବରଧିୟା ଦୃଷ୍ଟ୍ୟାତ୍ମ ନିଷ୍ଠାତ୍ମନାଂ
ସୋଽହଂ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ତୟାରୁଣାଚଳ ଶିବଃ ପୂର୍ଣ୍ଣୋ ବିଭାତିସ୍ୱୟଂ ।

ଦେହ ମୃତ୍ତିକା ଘଟ ପରି ଜଡ଼ । ଅର୍ଥାତ୍ ଅଚେତନ । ଅତଏବ ତାହାର ଅହଂବୁଦ୍ଧି ନାହିଁ । କାରଣ ନିଦ୍ରାବସ୍ଥାରେ ଜଡ଼ାତ୍ମକ ଦେହ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅହଂ ବୁଦ୍ଧି ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର ଆତ୍ମା ସବୁ ସମୟରେ ବିଦ୍ୟମାନ । ଅତଏବ କୁହାଯାଉଅଛି ଯେ ମୁଁ ଦେହ ନୁହେଁ । ତେବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ଅହଂ ଭାବ ଯୁକ୍ତ କିଏ ? ସେ କେଉଁଠାରେ ? ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟିରେ ବିଚାର କଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ ଆତ୍ମାନିଷ୍ଠାତ୍ମକ ହୃଦୟରେ ସେହି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅରୁଣାଚଳ ଶିବ ନିଜେ ସୋଽହଂ ଭାବରେ ବିରାଜମାନ । ଆତ୍ମ ପରିଚୟ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ବିଦ୍ୟମାନ ସେମାନେ ସାକ୍ଷାତ ବ୍ରହ୍ମ ସ୍ୱରୂପ । ବ୍ରହ୍ମ ଓ ଆତ୍ମଜ୍ଞାନ ସମ୍ପନ୍ନର କୌଣସି ପାର୍ଥକ୍ୟ ନ ଥାଏ । ସେହିଠାରେ ସୋଽହଂ ଭାବର ବିକାଶ ।

ଶ୍ରୀ ରମଣାର୍ପଣ ମସ୍ତୁ

ଯଥା ଭଥାହି ଯଃ ପୂଜ୍ୟୋ ଯକ୍ଷ ଭକ୍ତାପିଯୋଽର୍ଚ୍ଚିତଃ ।
ଯୋଽପି ବା ସୋଽଧି ବା ଯୋଽସୌ ଦେବସ୍ତସ୍ମୈ ନମୋଽସ୍ତୁତେ ।

ଇତି ଶଂ

ସମାପ୍ତ

କଟକ କୃଷକ ପ୍ରେସରେ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ମିଶ୍ରଙ୍କଦ୍ୱାର ମୁଦ୍ରିତ । ୧୯୪୮