ইয়োগা থেকে খ্রীষ্ট (From Yoga to Christ)

ছেলেবেলার ধারনাঃ

জীবনের প্রাথমিক পর্যায় সহজ ও সরলতার দিনগুলো পার হয়ে যাওয়ার পরে আমার ভিতরে প্রকৃত এক আত্মিক যুদ্ধ শুরু হয়েছিল। ছোটবেলার সেই আনন্দের দিনগুলোতে পাপ সম্বন্ধে আমার কোন ধারনাই ছিল না। যদিও আমি অনেক খারাপ চিনা ও কাজ করেছি তথাপি সেসব নিয়ে আমি কোন সময় সমস্যাবোধ করিনি। আমি জানতাম যে, প্রত্যেক ছেলে–মেয়ে শৈশব অবস্থায় নিষ্পাপ থাকে। আমি যখন অনুভব করতে পারলাম যে একজন ঈশ্বর আছেন এবং আমাকে একথা বলা হয়েছিল যে আমি তাঁকে দেখতে পারি যদি আমি সন্যাসিদের মত বনে–জঙ্গলে গিয়ে তাঁকে দেখবার জন্যে ধ্যান করি। ছোটবেলায় আমার সেই হেঁসে–খেলে বেড়ানোর দিনগুলোতে রূপালি নদী ও নীল পাহাড়ের সৌন্দর্য্য আমি উপভোগ করতাম। পাখীদের গান ও ফুলের সৌন্দর্য্যও আমাকে মুগ্ধ করত। আকাশের ছাদে মেষলোমের মত মেঘরাশি, দিনে উজ্জ্বল সূর্য্য, রাতে চাঁদের শুভ্র আলো এবং তাঁরকারাশির মিঁট মিঁট আলো আমাকে মুগ্ধ করত। বন্ধুদের সাথে ভাল পোষাক পরে ঘুরে বেড়ান, খাওয়া–দাওয়া করা এবং হেসে–খেলে বেড়ান ছিল আমার কাছে পরম আনন্দের দিন। কিন্তু শৈশবের ঐ মনোমুগ্ধকর দিনগুলি পার হওয়ার পর পরই আমার মধ্যে একটি প্রকৃত আত্মিক দ্বন্দ্ব শুরু হয়েছিল।

আমি যেন ছিলাম সদ্য ফোঁটা তাজা এক ফুলের মত এবং এই দুঃখ–কষ্টময় পৃথিবীতে আমার বুদ্ধির দ্বারা আমি আমার ইচ্ছামত যে কোন কাজ করতে পারি। আমি জানতাম না যে একদিন এই ফুলটি পাপের রোদে শুকিয়ে ঝরে পড়বে। আমি ভাবতাম যে আমার মধ্যে যে সমস্ত ভাল ভাল চিনা আছে তা দিয়ে বই লিখব এবং অনেক ভাল সামাজিক ও জনহিতকর কাজের মধ্য দিয়ে আমার দেশের সেবা করব। আমার জীবনের লক্ষ্য ছিল এই জগতেই কিছু করা। মাধ্যমিক স্তরের স্কুলে পড়বার সময় আমি মাধ্যমিক স্তরের সব স্কুলের ছেলে–মেয়েদের মধ্যে বিতর্ক প্রতিযোগিতায় অংশ গ্রহন করবার জন্যে মনোনিত হই। বিতর্কের বিষয়বস্তু ছিলঃ বিভিন্ন ধর্ম ও জাতি ভারতবর্ষের উন্নতির জন্য ক্ষতিকর। আমার শিক্ষকের নির্দেশ অনুসারে আমি সেই বিতর্ক প্রতিযোগিতায় বেশ জোরালো যুক্তি দিয়ে একথাই বলেছিলাম যে হিন্দু, মুসলমান এবং খ্রীষ্টান তাদের ধর্মগ্রন্থে লিখিত নৈতিক শিক্ষানুযায়ী পরস্পরের সাথে প্রেম ও শান্তিতে জীবন যাপন করার চেষ্টা করা উচিত। আমার ধারনা ছিল যে ঈশ্বর সবখানে আছেন এবং তিনিই সবকিছু, খ্রীষ্ট হচ্ছেন জগতের অন্যান্য ধর্মগুরুদের একজন। সে জন্যে আমি বাইবেল, রামায়ন এবং কোরআন পড়তাম আবার মন্দিরে বিভিন্ন মূর্ত্তির সামনেও প্রনাম করতাম। ইতিহাসের বই পড়ার আমার খুব আগ্রহ ছিল এবং ইতিহাসের বই থেকে আমি বৌদ্ধ ও জৈন ধর্ম সম্পর্কেও জেনেছিলাম। আমার বয়স বাড়ার সাথে সাথে আমি কৌশল সহকারে মিথ্যা কথা বলা, চতুরতার সাথে চুরি করা এবং বেশ বুদ্ধি সহকারে আমার বয়সী মেয়েদের নাম ধরে ডেকে কৌতুক করতে শুরু করেছিলাম। আমার মধ্যে অস্থিরতা শুরু হল যখন আমি বুঝতে পারলাম যে, আমি যা করছি তা ঠিক এবং সম্মানজনক নয়। বই পড়ে যে সব নৈতিক শিক্ষা ও নিয়ম–নীতি আমি শিখেছিলাম সেগুলি যেন আমার কাছে আর ভাল মনে হচ্ছিল না যখন আমি আমার চেতনায় আঘাত

খেলাম। প্রায়ই আমি সিনেমা দেখতে যেতাম, গ্রামফোনে গান শুনে ও বন্ধু-বন্ধবদের সাথে আড্ডা ও হাসি-ঠাট্টা করে আমি সময় কাটাতাম। এসবের মধ্য দিয়ে আমি শান্তি ও আনন্দ খুঁজছিলাম। দূষিত বাতাসের মধ্যেও ভেসে আসা এক মৃদু স্বরের অন্বেষন আমি তখন করছিলাম কিন্তু বন্ধুদের সাহচর্য্য ও সিনেমা হল থেকে ফিরে এসে আমার জীবনটা আগের চেয়েও আরো অস্থির বলে মনে হত।

আত্মরক্ষার চেষ্টা :

আমার একজন বিশ্বস্ত ব্রাহ্মন বন্ধু ছিল যার সাথে মিলিত হয়ে আমি স্বামী বিবেকানন্দ, স্বামী রামাতীর্থ এবং রামকৃষ্ণ পরমহংশের নৈতিক শিক্ষা ও উপদেশের বইগুলি পড়তাম। এসব বইগুলি পড়ে আমরা জেনেছিলাম যে, ঈশ্বরের কাছে যাওয়ার অনেক পথ আছে যেমন জ্ঞান মার্গ অর্থাৎ জ্ঞানের পথে, ভক্তি মার্গ অথবা ধার্মিকতার পথ, কর্ম মাগ অর্থাৎ কাজের মধ্য দিয়ে ইত্যাদি। আমরা এও জেনেছিলাম যে, শহরে প্রবেশের যেমন অনেক পথ আছে ঠিক তেমনি ঈশ্বরের কাছে যেতে অনেক পথ আছে। আমাদের এই ধারনা খুব যুক্তিসঙ্গত মনে হয়েছিল। পরীক্ষায় প্রথম হওয়ার জন্যে যেমন করে খুব পরিশ্রম করতে হয় তেমনি এই পৃথিবীতে থেকে সব চেয়ে বড় বিষয় পরিত্রান পাওয়ার জন্যে আমাকে তার চেয়েও বেশী পরিশ্রম করতে হবে। আমরা বিশ্বাস করতাম যে "তৎ ভম আস্থি" (তুমিই সেই ঈশ্বর, তোমার মধ্যে ঈশ্বর) এবং ঈশ্বরিক আলোর ঝলক যার ক্ষীন আভা ইয়োগা অভ্যাসের মধ্য দিয়ে আমাদের রক্ত-মাংসের দেহের মধ্যে প্রবাহিত করে উজ্জ্বল আভায় আলোকিত করতে হবে। আমি এবং আমার বন্ধু মনে মনে খুব গর্ববোধ করতাম যে খ্রীষ্ট আমাদের এশিয়া মহাদেশে জন্মে ছিলেন, যেখানে আরো অনেক ধর্মমতের উৎপত্তি হয়েছে। আমার রক্তমাংশের চিনা-চেতনায় আমি যা বুঝেছিলাম তা হল খ্রীষ্ট হচ্ছেন অন্যান্য ভাববাদীদের মত একজন যিনি সেই তৎ ভম আস্থি উপলব্ধিতার মধ্য দিয়ে ঈশ্বরিক প্রকৃতি অর্জন করেছিলেন। আমি চিনা করতে আরম্ভ করেছিলাম যে কেন খ্রীষ্টের জীবনের প্রথম তিরিশ বছর সম্পর্কে তেমন কিছুই জানা যায় না। এই সময় নিশ্চয় তিনি তার কৃত পাপের জন্যে অনুতাপ করে প্রায়শ্চিত্য করতে আমাদের ভারতবর্ষে এসে মুনি-ঋষিদের সাহচর্য্যে কাটিয়েছিলেন। এভাবে তার প্রচার কাজ শুরুর আগে নিজেকে তিনি প্রস্তুত করেছিলেন।

আমি আমার সেই ব্রাহ্মন বন্ধুটির সাথে আসন ও প্রানায়াম অভ্যাস শুরু করেছিলাম। নিজেদের মধ্যে প্রবল ইচ্ছাশক্তি অর্জনের জন্যে নিজেদের মনকে একই জায়গায় কেন্দ্রিভূত করার জন্যে আমরা আমাদের বাড়ীর উপরতলার একটি ঘরে দরজা বন্ধ করে ইয়োগা অভ্যাস করতাম। হিন্দুদের প্রতিমা মূর্ত্তির নাকের অগ্রভোগের উপরে আমাদের দৃষ্টিশক্তিকে কেন্দ্রিভূত করে নিজেদেরকে খ্রীষ্টের জায়গায় ভাবতাম। ইয়োগার নিয়ম-কানুন অনুসারে আমি নিরামিশ ভোজী হয়ে পেঁয়াজ, রশুন এবং মশল্লা যুক্ত খাবার খাওয়া বন্ধ করেছিলাম এমনকি প্রায়ই না খেয়ে উপবাস করতাম। কারন আমি বুঝেছিলাম যে এভাবে শরীরকে কষ্ট দেওয়ার মাধ্যমে আমার মধ্য থেকে সমস্ত কুচিনাকে আমি দূরে রাখতে ও দমন করতে পারব। আমি নিজের চেষ্টায় ধার্মিক হওয়ার চেষ্টা করছিলাম। আমি গরীবদের খাবার, টাকা-পয়সা ও কাপড়-চোপড় দান করতাম যদিও আমার ইচ্ছার বিপরীতে। আমি একজন দানবীর হওয়ার জন্যে যেন সংগ্রাম করতাম।

আমার বন্ধুটি তার কলেজে পড়া প্রথম বর্ষ শেষ করে বেনারসে একটি মঠে যোগ দেওয়ার জন্যে চলে গিয়েছিল। সেখানে তাকে বলা হয়েছিল যে তাকে বার বছর ধরে ইয়োগা অভ্যাস করতে হবে। তারপরে ভাগ্যক্রমে হয়তোবা সে তার মনের মধ্যে পরিত্রাণের চিহ্ন হিসেবে আলোর ঝলক দেখতে পাবে। এই মতের যিনি দলনেতা ছিলেন তিনি তাকে এও বলেছিলেন যে, ভাগ্য যদি তার পক্ষ্যে সুপ্রসন্ন না হয় তা হলে বার বছর এই প্রায়শ্চিত্য করার পরেও তাকে তারা পরিত্রাণের নিশ্চয়তা দিতে পারেন না। সে ভয় পেয়ে রুগ্ন স্বাস্থ্য নিয়ে বাড়ীতে ফিরে এসেছিল। যখন আমরা আমাদের জীবন নিজেদের পথে চালাচ্ছিলাম তখন আমার বাবা আমাকে প্রায়ই বলতেন "বিশ্বাসে একমাত্র খ্রীষ্টেই মুক্তি। এটি ঈশ্বরের দান।" আমি বেশ জোরালো ভাবে আমার বাবার সাথে তর্ক শুরু করেছিলাম। আমার বাবাকে বলতাম, "খ্রীষ্টানদের দেখ, তাদের জীবন কত খারাপ! তারা কি হিন্দু ও মুসলমানদের চেয়ে ভাল? সকল মানুষকে ঈশ্বরের মত হওয়ার জন্যে খুব কষ্ট করতে হবে।" আমি ভাবতাম যেহেতু আমার বাবা বুড়ো হয়ে গেছেন বলে আর হাঁটু গেড়ে প্রার্থনা করতে তার কষ্ট হয়। তাই তিনি খ্রীষ্টিয় জীবনের কঠোর সংযম ও নিয়ম–কানুনকে এড়ানোর জন্য এ ধরনের এক মতবাদের সৃষ্টি করছেন।

ব্যর্থতা ও হতাশা ঃ

কঠোর আত্ম সংযমী জীবন যাপন করার জন্যে আমাকে পাপের ক্ষমার নিশ্চয়তা দেওয়া হয়েছিল। জীবনের কোন কোন সময় আমি যখন নিজের চেষ্টায় ভাল হতে চেয়েছি তখন দেখেছি আমার মধ্যে অতিমাত্রায় গর্ব ও অহংকার এসে উপস্থিত হয়েছে। আমার বাবা–মা আমাকে ভালবাসতেন, আমার বোনেরা আমাকে নিয়ে গর্ব করত, আমার ভাইয়েরা আমাকে পছন্দ করত এবং আমার বন্ধুরা আমাকে শ্রদ্ধা করত। ঈশ্বরকে খুঁজে পাওয়ার একটাই সৎ উদ্দেশ্য আমার জীবনে ছিল। কিন্তু এসব আমার জীবনে সত্যিকারে কোন আনন্দ দিতে পারেনি। পড়াশুনা করাকালীন সময় একজন ছাত্র যা যা আসা করতে পারে তার সবই আমার ছিল কিন্তু আমার অবস্থা এমন ছিল যেমন খ্রীষ্ট বলেছেন, "মনুষ্য যদি সমুদয় জগৎ লাভ করে নিজের প্রাণ হারায় তাতে কি লাভ হইবে?" আমার মধ্যে যে আত্মিক অন্ধকার ছিল তার ফলে দুর্ভাগ্যবশঃত আমার স্বাস্থ্য খারাপ হয়ে গিয়েছিল এবং আমি মানসিকভাবে বিপর্যস্ত হয়ে পড়েছিলাম। আমার মধ্যে যে এক আত্মিক দ্বন্দ্ব চলছিল তা আমাকে এক চরম অবস্থায় নিয়ে গিয়েছিল। আমি এক চরম তিক্ততা নিয়ে ঈশ্বরকে দোষারোপ করে বলতাম, ঈশ্বর; আমার অন্যান্য ভাই–বোনদের চেয়ে আমি তোমার বিষয় বেশী যত্নশীল নয়? তা হলে তুমি কেন আমার প্রতি এরকম করছ? আমি কি তোমাকে খুঁজছি না? কিন্তু আমি এখন বুঝতে পারি যে কেন ঈশ্বর সে সময় আমার জীবনে সে সব বেদনার দিনগুলি আসতে দিচ্ছিলেন। এ কথা কি ঠিক নয় যে, যারা ঈশ্বরকে ভালবাসে তাদের জন্যে সকলই একসঙ্গে মঙ্গলার্থে কাজ করে? আমি বাইবেল এবং অন্যান্য ধর্মীয় বই পড়া বন্ধ করে দিয়েছিলাম এবং প্রার্থনা করতেও আমি উৎসাহ হারিয়ে ফেলেছিলাম। জগতের সকল প্রকার সুযোগ–সুবিধা আমার থাকা সত্ত্বেও আমার কোন নিশ্চয়তা ছিল না যে আমার নিজের চেষ্টা অথবা ইচ্ছাশক্তি, মানুষের উপকার করা ও দান করার মধ্য দিয়ে আমি ঈশ্বরকে খুঁজে পাব। আমি ঈশ্বরকে পাওয়ার জন্যে এসব করে ক্লান্ত হয়ে পড়েছিলাম এবং মৃত্যুই আমার কামনা ছিল, আমার মধ্যে একটা ভীষন যন্ত্রনা ছিল।

"আমাকে আবার শিশু হয়ে জগতে আসা ভাল, কারণ ঈশ্বর সম্বন্ধে আমি আবার নতুন করে ভাবতে পারব এবং এই জগতেই জীবিত অবস্থায় আমি আমার পাপের মার্জন দিতে পারব।" আমার মধ্যে একটা ধারণা কাজ করছিল যে আমি যদি আমার জীবন শেষ করে দি তাহলে আমি আবার জগতে এসে নতুন ভাবে আমার জীবন শুরু করতে পারব। আমার এই আত্মহত্যা করার পিছনে হিন্দু ধর্মের পুনর্জন্মবাদ আমার মাথার মধ্যে তখন কাজ করছিল। আরেক দিকে আমি আত্মহত্যা করতে ভয় পাচ্ছিলাম কারণ আমার বাবার কথাটি আমার বারে বারে মনে পড়ছিল যে, একমাত্র ঈশ্বর ছাড়া আমাদের এই জীবন নেওয়ার অধিকার কারো নেই। এখন আমি বুঝতে পারি যে, ঈশ্বরের অদৃশ্য হাত সেদিন আমাকে এই ভয়ংকর পাপ করা থেকে বিরত রেখেছিল। ডাক্তাররা আমাকে পরীক্ষা করে বলেছিল যে, আমার মধ্যে কোন অসুখ নেই। তারা আমাকে ভাল খাওয়া–দাওয়া করার পরামর্শ দিয়েছিল। আমার মা আমার জন্যে অনেক দুঃখ করে কেঁদেছিলেন এবং আমাকে আবার মাদ্রাজে নিয়ে চিকিৎসার ব্যবস্থ করেছিলেন। গর্ভনমেন্ট হাসপাতালে অনেক অভিজ্ঞ ডাক্তারদের দ্বারা আমার শরীরের অনেক পরীক্ষা–নিরীক্ষা করা হয়েছিল কিন্তু তারাও কোন রকম অসুস্থতা আমার মধ্যে পায়নি। আমি জানতাম যে এক আত্মিক শূন্যতাই আমার ভগ্ন স্বাস্থের মূল কারণ। আমার এক কাকাতো ভাই এসে একদিন আমাকে এক সুসমাচার প্রচারমূলক সভায় নিয়ে গিয়েছিল। সেই সভাতে প্রচারক এই কথাই প্রচার করেছিল "খ্রীষ্টই আপনাকে সকল প্রকার পাপ থেকে মুক্ত করতে পারেন। তিনি তাঁর রক্ত আপনার পাপের জন্যে দিয়েছেন। আপনি তাঁর কাছেই আসেন। আপনার পাপ স্বীকার করুন, তাঁর রক্তে বিশ্বাস করুন এবং তিনি আপনাকে শান্তি , আনন্দ এবং বিশ্রাম দেবেন।"

অবশেষে শান্তি ঃ

আমি ক্রমান্বয়ে আমার নিজের ইচ্ছাশক্তি এবং নিজের চেষ্টার উপরে নির্ভর করে যাচ্ছিলাম। কিন্তু ঈশ্বর আমার জীবনে বিভিন্ন ঘটনার মধ্য দিয়ে আমাকে দেখিয়ে দিয়েছিলেন যে আমার এ সকল প্রচেষ্টা বৃথা ও শক্তিহীন। আমার জীবনে এমন কিছু ছিল না যে, যার উপরে আমি আস্থ রাখতে পারছিলাম। আমি যে কিছুই নই এবং আমি যে কতবড় অসহায় তা তিনি আমাকে বুঝিয়ে দিয়েছিলেন। প্রচারক আমার কাছে যে সুসমাচার প্রচার করছিলেন তা আমি অস্বীকার করতে পারিনি। আমি শিশুর মত তা বিশ্বাস করেছিলাম একজন প্রভুর দাস আমার মাথায় তৈল অভিষেক করে যীশু খ্রীষ্টের নামে আমার স্বাস্থের জন্য বিশেষ করে প্রার্থনা করেছিলেন। এর পরে আমার স্মৃতিশক্তি ফিরে এসেছিল এবং দূর্বল শরীরে আমি আবার শক্তি ফিরে পেয়েছিলাম। আত্মহত্যা করার সব চিন্তা আমার মধ্য থেকে দূর হয়ে গিয়েছিল। আমি ভেবেছিলাম পড়াশুনা হয়তো আমি আর চালিয়ে যেতে পারবো না কিন্তু বিশ্ববিদ্যালয়ের মধ্যে সর্বোচ্চ নম্বর পেয়ে বি.এ. পরীক্ষায় পাস করতে ঈশ্বর আমাকে সাহায্য করেছিলেন। বাইবেল তখন থেকে আমার কাছে এক জীবন্ত পুস্তক হয়ে উঠেছিল এবং আমার প্রার্থনা করার আগ্রহ অনেক বেড়ে গিয়েছিল। নতুন চিন্তাধারা, নতুন স্বাস্থ, নতুন মন, নতুন হৃদয় .... সব কিছুই আমার মধ্যে নতুন হয়ে উঠেছিল!! কারণ খ্রীষ্টেতে আমি এক নতুন সৃষ্টি হয়েছিলাম। আমার মধ্য থেকে সব পুরানো বিষয়গুলো গত হয়ে গিয়েছিল, সব কিছুই নতুন হয়ে উঠেছিল। পাপের চিন্তাধারা আমার মধ্য থেকে চলে গিয়েছিল

কারণ খ্রীষ্টই আমার ধার্মিকতা হয়ে উঠেছিলেন। আমি একজন শিশুর মত যেন নতুন ভাবে জন্ম লাভ করেছিলাম। পুনর্জন্মবাদ অনুসারে আমাকে আর আমার জীবনের অবসান ঘটানোর প্রয়োজন ছিল না। আমি এখন নির্দ্বিধায় ও নিঃসংকোচে একথাই বলতে পারি যে, খ্রীষ্ট আমাকে পরিস্কার ও সুচি করে এক অনাবিল শান্তি ও আনন্দ দিয়েছেন যা জগৎ আমাকে দিতে পারে না। আমি এখন বুঝতে পারি যে, পরিত্রান এমন এক মহৎ বিষয় যা কোন মানুষ তার নিজের কোন চেষ্টায় পেতে পারে না। এটি বিনামূল্যে পাওয়া যায়, এটি ঈশ্বরের দান যা একমাত্র যীশু খ্রীষ্টের মধ্য দিয়ে পাওয়া যায়। এটি প্রত্যেক মানুষের জন্য যারা তাদের পাপ স্বীকার করে, খ্রীষ্টের রক্তে বিশ্বাস করে তাঁকে তাদের জীবনে ব্যক্তিগত ত্রানকর্তা হিসেবে গ্রহন করে।

এম, জি, এস
সেকেন্দ্রাবাদ, ভারত

১. ভারত বর্ষের জ্ঞানি ও সাধু–সন্যাসীরা
২. একজন যোগীর দৈহিক সঞ্চালন
৩. শ্বাস–প্রশ্বাসের নিয়ম–কানুন পালন