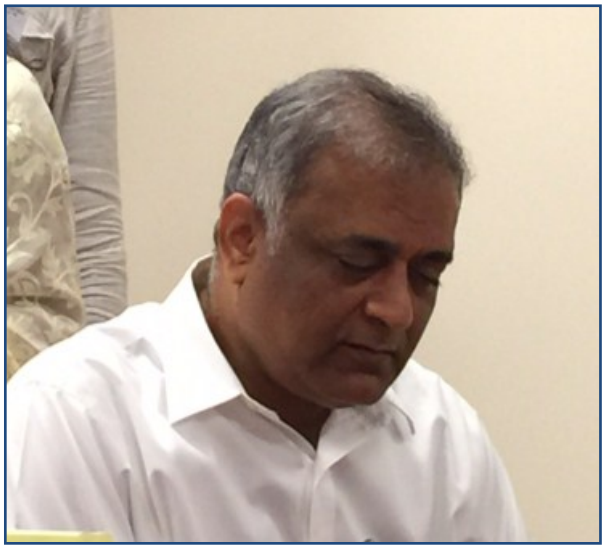
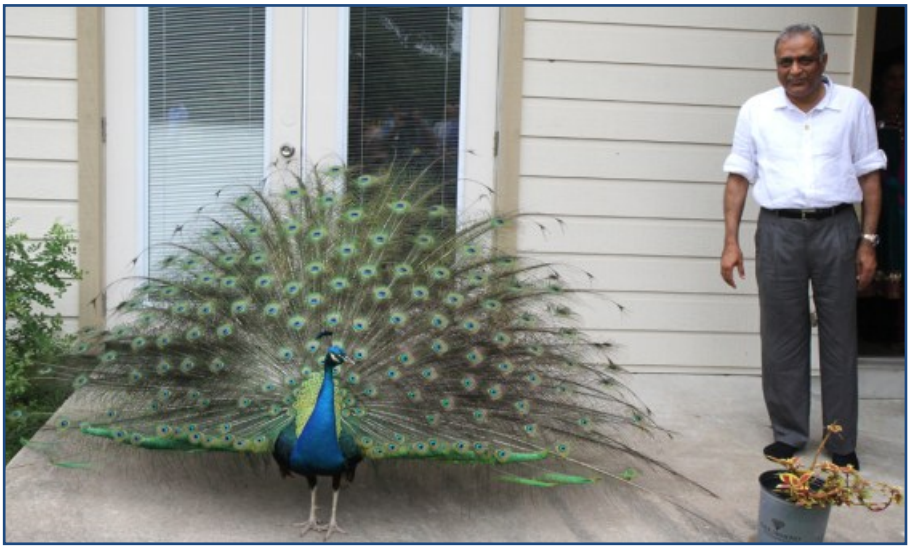
শ্রী রামচন্দ্র মিশন®

ECHOES
ইন্ডিয়া
নিউজ্‌লেটার

গুরুদেবের খবর





উত্তর আমেরিকা সফর

শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই ডেনমার্ক থেকে ২৬ শে মে বিকেল বেলায় নিউইয়ার্কে JFK আন্তর্জাতিক বিমানবন্দরে এসে পৌঁছান। তাঁর এই উ. আমেরিকা সফর প্রায় এক মাস ব্যাপী হয় এবং এই অঞ্চলে সহজ মার্গকে এক অন্য মাত্রায় নিয়ে যায়। এই সফরে তিনি বিভিন্ন আশ্রম এবং কেন্দ্রগুলো ঘুরে দেখেন তার মধ্যে হল নিউজার্সি, টরন্টো (কানাডা), ডেট্রয়েট (মিচিগান), বিভারক্রীক (ডেটন্), ফ্রেমন্ট (ক্যালিফোর্নিয়া), অস্টিন (টেক্সাস), স্পর্শ রিট্রিট, মোলেনা (জর্জিয়া), মিচমন্ড (ভার্জিনিয়া) এবং স্ট্যাটেন আই ল্যান্ড (নিউইয়র্ক)।

সমস্ত সফর জুড়ে শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই ব্যস্ত থাকেন অভ্যাসীদের সাথে দেখা করা, সৎসঙ্গ ও হার্টফুলনেস পর্ব সমূহ পরিচালনা করা এবং অভ্যাসীদের নানারকম প্রশ্নের বিশেষত নতুন এই হার্টফুলনেস পদ্ধতি ও আনুষঙ্গিক আধ্যাত্মিক বিষয় সমূহের উত্তর দেওয়া। তাঁর অনেকটা সময় বয়স্ক ও শিশু এবং যুবাদের জন্য ব্যয় করেন এবং রিলাক্‌সেশন পদ্ধতি তাদের ব্যাখ্যা করেন এবং সহজ মার্গ সমগ্র বিশ্বের কাছে কেমনভাবে সহজলভ্য তা বলেন। আধ্যাত্মিকতা ও সাধনার গুরুত্ব বিষয়ে তাঁর গভীর ভাবনা অন্যদের সাথে থাকার প্রতিটি স্মরণীয় মুহূর্ত অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ হয়ে ওঠে।

- সফরকালীন গুরুদেবের কিছু বক্তব্য এবং ঘরোয়া পর্বের কিছু সারাংশ নীচে উদ্ধৃত করা হল। এই সফরের পূর্ণাঙ্গ বিবরণ মিশনের ওয়েবসাইটে অভ্যাসীদের জন্য আছে।
- সংবেদনশীলতা অগ্রগতির মৌলিক ভিত্তি। তিনি বলেন সংবেদনশীলতা ছাড়া কেউ তার নিজ লক্ষ্যে পৌঁছাতে পারে না।
- লোককে বিশ্বাস করা এক বিজ্ঞতা, এ ব্যাপারে দৃষ্টান্ত আছে কেউ এর সুযোগ নিয়েছে। কিন্তু আখেরে যে লোকের ওপর বিশ্বাস রাখে দীর্ঘকালীন ভাবে সে উপকৃত হয়।
- উচ্চতর জগতের অবস্থান ব্যাপারে এক অভ্যাসীর প্রশ্নের জবাবে শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই নিজের হৃদয়ের দিকে দিক নির্দেশ করেন এবং বলেন "যে ঠিক এখন এই জায়গায় হৃদয় রয়েছে।" আমরা যদি এখনই আমাদের হৃদয়ে উচ্চতর জগতে অবস্থান না করি এবং পরবর্তী সময়ে যখন এই দেহ ত্যাগ করবো তখন সেখানে পৌঁছাতে পারবো না।

- হার্টফুলনেস বিষয়ে ব্যাখ্যা করতে গিয়ে বলেন যে এটা কোন নতুন জিনিস নয় । "এটা ঈশ্বরের সেই চূড়ান্ত হার্টফুলনেস যা দিয়ে সম্ভবতঃ তিনিন সমগ্র ব্রহ্মান্ড সৃষ্টি করেছিলেন । হার্টফুলনেস ও সহজমার্গ সমার্থক এবং এ সবই সরলতা ও বিশুদ্ধতার প্রতি রূপ ।
- শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই জোড়ের সাথে বলেন যে আমাদের জীবনে অন্যের জন্য হার্টফুলনেসের অভ্যাস করতে হবে । আমরা অন্যদের দোষত্রুটি মার্জনা করি না অথচ আমাদের কথা শোনার ব্যাপারে বিবেচনা করে তা অন্তরে সম্পূর্ণ স্পষ্টতার দিয়ে অনুধাবন করার কথা বলেন এবং সাহসের সাথে যে কোন রকম প্রতিকূলতা মধ্যে হলেও হৃদয়ের কথা শুনতে বলেন ।
- ভালবাসার ত্রিত্বের মধ্যে প্রেমিক ও প্রেমাস্পদের মধ্যে এক মাধুর্য্য রয়েছে । যতক্ষণ না পর্যন্ত আমি এই প্রেমাস্পদের সাথে সম্পূর্ণ একাত্ম হচ্ছি ততক্ষণ আধ্যাত্মিকতা সম্ভব হয় না,আর তারপরে আমার আমিত্ব থাকে না । একাত্মতাই শেষ নয়, এ হল কেবল আধ্যাত্মিক সত্তার শুরু ।

ভারত দর্শন

ব্যাঙ্গালোর

রবিবার ২৬ শে জুলাই বিকেল বেলা চেন্নাই থেকে ব্যাঙ্গালোরের উদ্দেশে যাত্রা শুরু করেন । ৬.৩০ মি. নাগাদ হোসুরে পৌঁছে সেখানকার ধ্যানকক্ষে সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন । তারপরে রাত্রি বেলা দেরীতে ব্যাঙ্গালোরে পৌঁছান ।

২৭ এবং ২৮ তারিখ শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই সিটিং দেওয়া, প্রবীণ অভ্যাসী ও শিশুদের সঙ্গে মিলিত হওয়া ও প্রিসেপ্টারদের প্রস্তুত করা ইত্যাদি কাজে ব্যস্ত থাকেন । বিভিন্ন ঘরোয়া আলোচনাতে হার্টফুলনেসের ব্যাপারে কথাবার্তা বলেন । ২৯ তারিখ তিনি সকাল সকাল প্রস্তুত হয়ে বিভিন্ন গ্রুপে অভ্যাসীদের সাথে দেখা করেন । প্রাতঃরাশের সময়ে তিনি বলেন যে সহজমার্গকে এক আধ্যাত্মিক আন্দোলনে পর্যসিত করতে হবে যেখানে সকলকার এক কার্যকারী ভূমিকা থাকবে ও ঐক্যের সাথে একে অপরের প্রতি বিশ্বস্ত থাকবে । সকাল ৭.৩০ মি. নাগাদ আঞ্চলিক আশ্রমের উদ্দেশ্যে রওনা হন ।

হাজারের ওপর অভ্যাসীরা আঞ্চলিক আশ্রমে উপস্থিত থেকে এবং নীরবে তাঁর আগমনের প্রতীক্ষা করতে থাকে । সকাল ৯টা নাগাদ তিনি সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন এবং তারপরে এক সংক্ষিপ্ত বক্তব্য বলেন কি ভাবে গুরুদেব প্রদত্ত অবস্থাকে ব্যবহার করতে হবে – "যখন আমরা কারোর দিকে দৃষ্টি নিক্ষেপ করি, লোকের সেবা ব্রত থাকি তখন তাদের হৃদয়ে যেন আমরা পৌঁছাই এবং আমাদের সমস্ত কিছু নির্গমন করে ফেলি । অন্য সকলের মধ্যে তা ছড়িয়ে পরে তাদের হৃদয়কে যেন আমরা স্পর্শ করতে পারি । তাহলেই আমাদের মধ্যেকার সংস্থাপিত অবস্থা তা গতিময় হয়ে চলমান ক্রিয়া হিসেবে পর্যবসিত হয়ে পড়ে । সন্ধ্যা ৫ টার সময় শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই আরেকটি সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন এবং তারপরে তার এ বক্তব্যে সকলকে আহ্বান করেন আধ্যাত্মিকতার এক মহান আন্দোলন সামিল হওয়ার জন্য ।

অন্ধ্রপ্রদেশ সফর

শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই তাঁর অন্ধ্রপ্রদেশ সফর ৩০শে জুলাই আরম্ভ করেন । সকাল ৭.৩০ নাগাদ ব্যাঙ্গলোর থেকে বেড়িয়ে অনন্তপুরের দিকে যাত্রা শুরু করেন । অনন্তপুর নামের প্রসঙ্গে বলেন, " অনন্তের প্রতি যাত্রা শুরু – অনন্ত কি যাত্রা ।" তাঁর বক্তব্যে গুরু পূর্ণিমার সময় মাহাত্ম ব্যাখ্যা করে বলেন একজনকে সম্পূর্ণ ভাবে তার গুরুদেবের সতত স্মরণের মধ্যে ব্যপ্ত রাখা । তিনি বলেন হার্টফুলনেস হল সহজ মার্গের অভিমুখ এবং সহজ মার্গ পন্থা এবং শ্রী রাম চন্দ্র মিশন হল এক সংস্থা । বৃদ্ধ লোকেদের ভালবেসে তাদের দিকে সাহায্যের হাত বাড়ানোর ওপর জোর দিয়ে যুবাদের এই কাজে ভালমত সময় দেওয়ার প্রয়োজনীয়তার কথা তিনি বলেন এবং তাদের থেকে অভিজ্ঞতা সঞ্চয় করার পরামর্শ দেন ।

তিনি আশা প্রকাশ করেন যে সহজ মার্গ যেন সেবা কাজের জন্য পরিচিত হয় এবং তাকে অনন্ত সেবা বলে অভিহিত করেন।

৩১শে জুলাই, শুক্রবার দিন ছিল গুরুপূর্ণিমা। সৎসঙ্গের পরে, তাঁর বক্তব্যে আধ্যাত্মিক যাত্রা প্রসঙ্গে, হাল্কা বাহনের প্রয়োজনীয়তার কথা বলেন। একান্ততার সহজতর করার জন্য আমাদের আরও বেশী ধ্যান করার জন্য বলেন। নান্দিয়াল যাওয়ার পথে শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই তাদিপাদ্রি আশ্রম পরিদর্শন করেন। সেখানে স্থানীয় ভাষায় হার্টফুলনেস পর্ব চালনা করেন এবং তারপরে সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন। গুরুদেব দুপুর দুটো নাগাদ নান্দিয়াল পৌঁছান। যদিও মধ্যাহ্ন ভোজের সময় পেরিয়ে গিয়েছিল, গুরুদেব সকলকে অনুরোধ করেন তারা যদি খুব পরিশ্রান্ত আর ক্ষুধার্ত নয়, তবে যেন সৎসঙ্গে বসে। উপহাস ছলে তিনি বলেন তবে এটা একটা সংক্ষিপ্ত সৎসঙ্গ হবে। মধ্যাহ্ন ভোজের সময় একজন অভ্যাসী ভাই শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাইকে অনুরোধ করে যে, যেমন করেই হোক তিনি বৃষ্টি নিয়ে ।অসেন। উত্তরে তিনি বলেন, "আমি আমাদের গুরুদেবকে তারজন্য প্রার্থনা করেছি।" স্থানীয় অভ্যাসীদের চমৎকৃত করে সন্ধ্যেবেলায় ভারী বৃষ্টি হয়।

তাঁর পরবর্তী গন্তব্যস্থল নান্দীকোটকুর আশ্রম। সেখানে সৎসঙ্গ পরিচালনা করার পর কুরনুলে চলে যান। গাড়ীতে যাওয়ার পথে তাঁর এক অনুভবের প্রসঙ্গে জানান প্রত্যেকবার দুপুরের দিকের

সৎসঙ্গ অত্যন্ত গাঢ় ভাব অনুভূত হয়। কুরনুলে তার বক্তব্যে সহজমার্গ আন্দোলন এবং বৃদ্ধদের অনন্ত সেবা প্রসঙ্গে বলেন। প্রসঙ্গক্রমে কুরনুল কেঅন্দ্রটির বিস্তার করার পরামর্শ দিয়ে বলেন চিন্তা করে দেখার জন্য আরও নানা জায়গায় সৎসঙ্গ করার ব্যবস্থা করা যাতে অভ্যাসীরা হাঁটা পথে তাতে আরও বেশী সংখ্যায় যোগদান করতে পারে।

২রা আগষ্ট রবিবার সৎসঙ্গ হওয়ার পরে শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই তাঁর বক্তব্যে জোর দেন অন্যের প্রতি সহমর্মী হওয়ার জন্য এবং যখনই প্রয়োজন অন্যদের সাহায্য করার সুযোগ গ্রহণ করার জন্য। যখনই দেখি কেউ কোন কষ্টের মধ্যে রয়েছে। তার জন্য অন্ততঃ প্রার্থনা করা। যে কোন অবস্থায়, আমরা যেন আমাদের নম্রতার ভাব বাড়ানোর জন্য চেষ্টা করি এবং সাথে সরলতা ও প্রেমভাব বজায় রাখা। শুধু এ সমস্তই আমাদের সকলকে অগ্রগতির পথে নিয়ে যাবে।

সকাল দশটা নাগাদ গুরুদেব ইয়েম্মিগানুরের পথে যাত্রা শুরু করেন। সৎসঙ্গ অনুষ্ঠিত হওয়ার পর সন্ধ্যে ৬টার সময় তার বক্তব্যে বলেন আমরা যেন এমন ভাবে ধ্যান করি যাতে ওপরের থেকে উপদেশ পেয়ে যাই। কেউ একজন তাঁকে প্রশ্ন করে যে অন্যান্য সংস্থার মত সমাজ সেবা মূলক কাজ কেন করি না। "আমি স্বীকার করছি। তোমাদের কাছে যদি সময় এবং অর্থ দুইই সাধ্যমত থাকে তবে এই কাজে এগিয়ে যাও।"

গুরুদেব বলেন যে লোকেদের মধ্যে সহজমার্গের ব্যাপারে এক ভ্রান্ত ধারণা রয়েছে যে আমরা নাকি ধর্মের বিরুদ্ধে। সত্যি বলতে কি সহজমার্গ ধর্মের মূল তত্ত্বকে গ্রহণ করেছে। তিনি প্রশ্ন করেন "ধর্মের মূল তত্ত্ব বলতে কি বোঝায়? প্রথম ঈশ্বর সর্বত্র বিরাজমান এবং দ্বিতীয় হল প্রেম যা সব ধর্মের ভিত্তি। আমরা এই নিয়েই কাজ করি। উদাহরণ স্বরূপ ভাগবত গীতার ১২ অনুচ্ছেদের উদ্ধৃতি দিয়ে বলেন, ভগবান শ্রীকৃষ্ণ বর্ণনা করেছিলেন কেমন ভাবে আমাদের সমস্ত কাজকর্ম দিব্য চেতনার ।রা সম্পাদন করবো। আমাদের সহজ মার্গে তাই হল কন্স্ট্যান্ট রিমেম্ব্রেন্স (constant remembrance)। বিভিন্ন শ্লোকগুলো মাথায় না রেখে তার মূল তত্ত্বকে আমরা আমাদের জীবনে প্রয়োগ করি।

২রা আগষ্ট কুরনুল আশ্রমে সৎসঙ্গ পরিচালনা করার পরে গুরুদেব

তাঁর বক্তব্যে বলেন জুলাই মাসের ভান্ডারা প্রকৃত ভাবে আশীর্বাদপুষ্ট ছিল যদিও দুর্ভাগ্যবশতঃ আবহাওয়া প্রতিকূল ছিল না। এতদ সত্ত্বেও, আমাদের সত্যিকারের চরিত্রের প্রকাশ এই সমস্ত সম্মেলনে প্রতিকূল দেখতে পাওয়া যায়। উদাহরণে গুরুদেব একজন বৃদ্ধ লোকের বিষয়ে বলেন যে তিনি তার তাঁবুতে (Tent) শুকনো অংশটা এক মা তার শিশুকে রাত্রিবেলা বিশ্রাম করার জন্য দিয়ে দেন। অন্যদেরকে সেবা প্রদান প্রসঙ্গে পরামর্শ দেন যে নিজের কথা চিন্তা করার আগে অন্যের জন্য চিন্তা করা।

৩রা আগষ্ট, শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই ইয়েম্মিগানুর থেকে ৩০ কি.মি. দূরের একটা ছোট কেন্দ্র আদোনিতে যান। সেখানে তিনি সকাল ৬.৩০মি. টে সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন এবং অনুভব করেন যে সেখানকার অভ্যাসীরা গুরুদেবের এই সফরের জন্য প্রয়োজনীয় আন্তরিক প্রস্তুতি না নেওয়ার ফলে তিনি লক্ষ্য করেন যা তিনি দিতে চেয়েছিলেন তাদের এই অবস্থায় তা নিতে তারা অসমর্থ হয়। প্রাতঃরাশের পরে গুরুদেব ইয়েম্মিগানুর প্রত্যাবর্তন করেন এবং বিকেল ৪টার তাঁর পরবর্তী পর্যায়ের সফরে উত্তর কর্ণাটকের উদ্দেশ্য রওনা হন।

উত্তর কর্ণাটক

রাইচূড় পৌঁছানোর পরে এক সংক্ষিপ্ত সিটিং দেন। তিনি বলেন সহজ মার্গে আমরা কি কি করি সে ব্যাপারে আমাদের আরও স্পষ্ট ভাষী হওয়া প্রয়োজন। আমাদের কখনও ছাত্র ও যুবাদের থেকে দূরে না থেকে তাদের সাথে কথা বলা হয় এবং তাদের বিভিন্ন উদ্দীপনাকে সম্মিলিত করে এক পথের সন্ধান দেওয়া। তিনি আরও বলেন "অভ্যাস করার সংক্ষিপ্ত কোন পথ নেই। আবার পদমর্যাদা অনুযায়ী ক্রমাগত উন্নতি করার কোন রাস্তা নেই, যেমন কিছু অভ্যাসী মনে করে ক্রমপর্যায়ে প্রিফেক্ট এবং পরে অধিকর্তা ইত্যাদি। সত্যি কথা বলতে কি যে আমাদের পদ্ধতিতে কিছু অভ্যাসীর গুণগত অবস্থা অনেক প্রিফেক্টদের থেকেও ওপরে। বাবুজি কোনদিন প্রিফেক্ট ছিলেন না অথচ আধ্যাত্মিকতার সর্বোচ্চ শিখরে পৌঁছাতে পেরেছিলেন।"

'আমি চাই অভ্যাসীরা যেন সকলের ভালোর জন্য কাজ করে। সকলকে যারা কাছে রয়েছে তাদের রিলাক্সেশনের পদ্ধতি জানায়। আরও এগিয়ে তাদেরকে সহজমার্গ শুরু করিয়ে স্থানীয় প্রিফেক্টের সাথে যোগাযোগ ও নতুন অভ্যাগতদের একা অথবা গ্রুপে সিটিং – এর ব্যবস্থা করা। বাবুজি মহারাজ বারংবার তাঁর বার্তায় জানাচ্ছেন সময় খুব সংক্ষিপ্ত। আমার মতে এর মানে হচ্ছে সময় সংক্ষিপ্ত কারণ এই পদ্ধতির প্রচার উদ্দীপনাতে ভাটা না পড়ে যায়। কোন কেন্দ্র অধিকর্তা (ZIC) অথবা প্রিফেক্ট কিছুই করতে পারবে না যতক্ষণ না পর্যন্ত অভ্যাসীরা উদ্যোগী হয়ে এ ব্যাপারে প্রচার শুরু না করে। সর্বসাধারণের কাছে সহজ মার্গের প্রচার করা হবে আমাদের গুরুদক্ষিণা।' নৈশভোজের আগে গুরুদেব হার্টফুলনেস–এর ওপর কিছু ভিডিও পর্যালোচনা করেন।

৪ঠা আগষ্ট, রায়চূড় থেকে সকাল ৮.১৫মি. নাগাদ গুলবর্গার উদ্দেশ্যে যাত্রা শুরু করেন। গন্তব্য পথে শোরাপুরে কিছুক্ষণ থেকে সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন। গুলবর্গাতে এসে শিশুদের দেখে আনন্দিত হন এবং উপস্থিত সমস্ত নতুন ও পুরানো অভ্যাসীদের সাথে মিলিত হন। সৎসঙ্গের পরে এক সংক্ষিপ্ত ভাষণে বলেন সহজ মার্গে অগ্রসর হওয়ার পথে উল্লেখনীয় প্রয়োজন আমাদের প্রতিফলন। অভ্যাসকে নিয়মিত করে আমাদের সূক্ষ্ম চেতনাবোধকে বাড়িয়ে তোলা। আমাদের এমনভাবে বিবর্তিত হতে হবে যেখানে ধ্যান এবং সাফাই কোনটাই আর প্রয়োজন থাকবে না। তিনি গুরুদেবের কথায় বলেন, "আমি প্রতিদিন তোমাদের কাছে অত্যন্ত সূক্ষ্ম রূপে আসি।" কিন্তু আমরা এ ব্যাপারে সূক্ষ্মানুভূতি সম্পন্ন হয়ে উঠতে পারি নি।

৫ই আগষ্ট, শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই সেডাম–এর উদ্দেশ্যে যাত্রা করেন। সেখানে ১৫মি. কন্নাডা ভাষায় ZIC রিলাক্সেশন উপস্থাপনা পরে তিনি ধ্যান কক্ষে দ্বার উন্মোচন করেন। তারপরে সকাল ৯টার সৎসঙ্গ পরিচালনা করেন, ওপরে কিছু নক্শা পর্যালোচনা করে তাতে প্রয়োজনীয় উন্নতি সাধনের পরামর্শ দেওয়ার জন্য বলেন। এরপরে সড়কপথে হায়দ্রাবাদের উদ্দেশ্যে রওনা হন।

হায়দ্রাবাদ

দুপুর নাগাদ কান্হা আশ্রমে পৌঁছান। যেখানেই তিনি গেছেন সর্বত্রই বৃষ্টি তাঁকে স্বাগত সম্ভাষণ জানায়। সেইভাবে বিনা ব্যতিক্রমে কান্হা আশ্রমেও বৃষ্টি তাঁর বিকেলে আসার পরে স্বাগত জানায়। সৎসঙ্গের পরে তিনি আশ্রম স্থল ঘুরে দেখেন।

৬ই আগষ্ট, গুরুদেব সকাল ৬টার সময় থুমকুন্টার (Thumakunta) উদ্দেশ্যে যাত্রা করেন। সেখানে এক প্রিফেক্ট প্রশিক্ষণ কার্যক্রম পরিচালনা করেন। ৭ তারিখ ভোগ্নির নামের এক ছোট আলোর কেন্দ্র পরিদর্শন করেন এবং সেখানে প্রায় ২০০ জন অভ্যাসী উপস্থিত হয়। সৎসঙ্গ পরিচালনা করার পর সেখানে তাঁকে অনুরোধ করা হয় কিছু বলার জন্য, তিনি এক অভ্যাসী বোনকে দেখিয়ে কিছু বলতে বলেন। তার বলার পরে আরও অনেক অভ্যাসী তাদের অন্তরের উপলব্ধি সমেত তাঁকে আন্তরিক কৃতজ্ঞতা জানান। প্রত্যেক অভ্যাসী অত্যন্ত আনন্দের উচ্ছ্বাসে উৎসাহিত হয়।

সকলের অনুরোধে শেষে শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই তার বক্তব্য শুরু করেন ও বলেন যে তিনি অত্যন্ত আনন্দিত জেনে যে কোন একজন প্রিসেপ্টার ছাড়াই এই কেন্দ্রটি গড়ে উঠেছে। পরীক্ষামূলক পদ্ধতিগত ভাবে এই কেন্দ্রটিতে তিনি কোন প্রিফেক্ট না রেখে এবং সব অভ্যাসীদের দায়িত্ব দেওয়া তারা যে কাউকে নিয়ে আসতে পারে। অভ্যাসীরা অভ্যাগতদের পাশে বসে 'প্লিজ স্টাট' বলে ৩০/৪০ মি. পরে দ্যাট্স অল্ বলে। বিস্মিত ভাবে তিনি তাঁর মোবাইল নম্বর সকলকে দিয়ে দেন এবং তাদেরকে বলেন ফোন করে অথবা এস.এম.এস করে কোন একজন অথবা ২০০ জন সকলে মিলে তাঁর কাছ থেকে রিমোট সিটিং নিতে চাইলে তাঁকে জানাতে। তিনি সকলের জন্য মাপকাঠি বেঁধে দিয়ে আশা করেন যাতে প্রতিদিন কমপক্ষে ১৫টা এস.এম.এস. তিনি পান। তিনি এও পরিস্কার করে দেন এটা কেবল ভোগ্নির, তেলেঙ্গানা কেন্দ্রের জন্য।

দুপুর নাগাদ থুমকুন্টা আশ্রমে ফিরে আসেন। কর্মশালাতে উপস্থিত প্রিসেপ্টাদের উদ্দেশ্যে বক্তব্য রাখেন। আধ্যাত্মিক সঞ্চালন কখনোই সম্ভব হবে না। যদি গুরুদেবের কাজ করার প্রতি আমাদের উৎসর্গের পথে কোনরকম ঘাটতি থাকে। তিনি আরও বলেন আমাদের প্রয়োজন সমস্ত সময় গুরুদেবের উপস্থিতি প্রার্থনা করা কারণ প্রকৃত সংযোগ ছাড়া কোন কিছুই প্রকৃত ভাবে সম্পন্ন হয় না বা যেমন ভাবে গুরুদেব তা করতে চান।

৮ই আগষ্ট, শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই এক সংক্ষিপ্ত ভাষণে জোড় দিয়ে বলেন প্রয়োজনে প্রিফেক্টরা যেন সর্বদা নালির মত থাকে এবং কখনই গুরুদেবের কাজে বাধাস্বরূপ হয়ে না দাঁড়ায়। তিনি মন্তব্য

করেন যে প্রিফেক্টদের শুধু সিটিং দেবার সময়ই নয় বরং সর্বদাই কর্মরত থাকা উচিত । উনি আরও বলেন যে সন্ধ্যেবেলায় অভ্যাসীদের পরিবারের সাথে সময় ব্যতীত করা উচিত, প্রতিবেশীদের মধ্যে যারা বৃদ্ধ তাদের সঙ্গে আলোচনা করা উচিত এবং তাদের থেকে শেখা উচিত । রাত্রি ভোজনের পর গুরুদেব কিছু শিশুদের সঙ্গে লম্বা হাঁটতে বের হলেন । হেঁটে আসার পর উনি শিশুদেরকে কিছু জটিল অঙ্ক বৈদিক, গণিত প্রযুক্তির মাধ্যমে সহজ পদ্ধতিতে কি ভাবে করা যায় তা শেখালেন ।

৯ই আগষ্ট রবিবার, সৎসঙ্গের পর গুরুদেব অবুধিয়থের স্থিতির যা একটি মূলহীন স্থিতি তার সম্বন্ধে বলেন । উনি থুমকুন্টা আশ্রম থেকে রওনা হয়ে কান্হা আশ্রমে সকাল ১১টায় পৌঁছান । উনি বাবুজির স্মরণে বানানো স্মারকে বসেন এবং দুপুর ১২টা থেকে ১২টা ৪৫মি. পর্যন্ত সিটিং দেন । উনি এও বলেন যে দুপুরের সিটিং গতিকে তীব্র করে এবং দাতার থেকে গ্রহণ করা এই সময় সবথেকে সহজ । উনি আরও বলেন যে হার্টফুলনেসের মত কার্যক্রমও যদি এই সময় করা হয় সেটা বেশী গ্রহণ যোগ্য হয় । উনি শিশুদের শিথিলীকরণ প্রযুক্তি শেখাতে বলেন এবং শিশুদের মাধ্যমে আরও অন্যদের যেমন বন্ধুরা, আত্মীয় মা–বাবাদের কেও শেখাতে বলেন ।

১২ই আগষ্ট ভোরবেলায় নিজের পরের চরণের যাত্রার জন্য হায়দ্রাবাদ থেকে রওনা হলেন ।

প্রিসেপ্টার অধিবেশন, হায়দ্রাবাদ

৪ থেকে ৮ই আগষ্ট থুমুকুন্টা আশ্রমে মহারাষ্ট্র, কেরলা, তামিলনাড়ু এবং হায়দ্রাবাদ থেকে আসা প্রায় ৩৫০ জন প্রিফেক্টদের জন্য এবং দেশের অন্যপ্রান্ত ও বিদেশ থেকে আসা প্রশিক্ষকদের নিয়ে একটি অধিবেশন আয়োজন হয় । এই অধিবেশনে নির্মিয়মান ১০২ প্রিসেপ্টার ও যোগ দেন । সারা দিনের এই কার্যক্রমটি সকাল ৯টা থেকে আরম্ভ করে বিকেল ৫.৩০ অবধি চলতো । ভগিনী এলিজাবেত ডেনলি এবং তার দল হার্টফুলনেস উদ্যোগের উপর একটি অধিবেশনের পরিচালনা করেন । এটি পূজ্য চারিজির দেওয়া 'বিনম্রতা' বিষয়টির উপর দেওয়া একটি বিবৃতি দিয়ে শুরু করা হল যার স্বরূপ নতুন হার্টফুলনেস পদ্ধতিতে বিনম্রতার উপর জোর দেওয়া হয় । ক্রিয়াকলাপের মাধ্যমে নির্দেশিত শিথিলীকরণ, দলীয় ব্যক্তিগত সিটিং, নির্দেশিত সাফাই পদ্ধতি এবং একটি mock হার্টফুটলনেস কর্মশালা আয়োজন হল ।

শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই ৬ই আগষ্ট সকাল বেলায় থুমুকুন্টা পৌঁছালেন । উনি সকাল এবং বিকেল বেলায় প্রিসেপ্টারদের জন্য সৎসঙ্গের পরিচালনা করেন এবং তাদের সম্বোধন করেন । উনি ৭ তারিখও সৎসঙ্গ করেন যার পর একটি ছোট বক্তব্য এবং প্রশ্ন উত্তর পর্ব হল । উনার বক্তৃতার কিছু গুরুত্বপূর্ণ বিন্দুগুলি ছিল –

- আমরা যারা আধ্যাত্মিকতায় আগ্রহী তাদের ধর্ম পালকদের উপহাস করা উচিত নয় কেননা যারা বাস্তবিকতা এবং পরম সুখের উর্দ্ধে চলে গেছেন তারা আমাদের উপহাস করেন না ।
- আধ্যাত্মিকতাই আসলে ধর্মের মূলতত্ত্ব ।
- গ্লানিতে ভরা হৃদয় ঐশ্বরিক করুণাকে আর্কষিত করতে পারে না । আমরা প্রিসেপ্টারদের আগে আমাদেরকে এটি অভ্যাস করতে হবে যাতে আমরা অভ্যাসী এর থেকে বেরতে সাহায্য করি । ঐশ্বরিক করুণা যা মূল স্রোত থেকে আসে আর ফিরে যায় না, এটি ততক্ষণ প্রতিক্ষা করে যতক্ষণ না আমরা গ্রহণ করা জন্য তৈরী হয়ে যাই ।
- সাফাই করার সময় যখন আমরা বলি যে সব ছাপ বেরিয়ে যাচ্ছে এবং হৃদয় পবিত্রতায় ভরে যাচ্ছে তখন নিশ্চয়ই আমরা হৃদয়ে পবিত্রতা অনুভব করি ।
- সাফাই পুনঃস্থাপন করার মত, এটি আপনাকে মূল স্রোতের মত হয়ে যেতে সাহায্য করে এবং সূক্ষ্ম সামঞ্জস্য তৈরী করে ।
- ৮ই আগষ্ট সকাল ৬.৩০টায় গুরুদেব কটেজে ১০২ জন নতুন প্রিসেপ্টারদের সিটিং দিলেন এবং তাদের প্রত্যেককে প্রমাণপত্র প্রদান করলেন । উনি তাদের সাথে কিছুক্ষণ কথা বললেন এবং তাদেরকে সাহস ও সম্পূর্ণ আত্মবিশ্বাসের সাথে কাজ করতে বললেন । সকাল ৯টার সময় মুখ্য সাধনা কক্ষে উনি একটি সৎসঙ্গের পরিচালনা করলেন এবং সৎসঙ্গ দিয়েই অধিবেশনটি সমাপ্ত হল ।

হার্টফুলনেস্ অধিবেশন

রাজস্থান

১২ই জুলাই রবিবার, আজমেরের রেলওয়ে অফিসার ক্লাবে একটি সাধনার কর্মশালার আয়োজন হয়। প্রায় ২৫০ জন উত্তর পশ্চিম রেলওয়ের অধিকারী এবং কর্মচারীরা এতে যোগদান করেন। ২১শে জুন অলয়ার কেন্দ্রে আয়োজিত এক পর্বে ১৮ জন আগ্রহীদের মিশনে যোগ দিতে দেখা যায়।

হরিয়াণা

UN আন্তর্জাতিক যোগা দিবসের উপলক্ষে (২১শে জুন), 'Learn to Meditate' –এর কার্যক্রমটি মহারাজা অগ্রসেন মেডিকল কলেজ, অগ্রহা (হিসার) –তে আয়োজিত হয়। এই সমাবেশে ১৪০ জন সদস্য যোগদান করেন এরমধ্যেই কলেজের কর্তৃপক্ষগণ, প্রবীণ অধ্যাপকবর্গ, ডাক্তার, নার্সের কর্মীবর্গ এবং ছাত্র–ছাত্রীরাও অংশ নেয়। প্রাথমিক সিটিং ২৫ জন অধ্যাপক এবং ছাত্র–ছাত্রী যার মধ্যে কলেজের ডিন (Dean) ও ছিলেন, তাদেরকে নিয়ে শুরু হয়।

গুলবর্গা, কর্ণাটক

১৩ ও ১৪ জুলাই পুলিশ ট্রেনিং কলেজ গুলবর্গায় ১৫৭ জন প্রশিক্ষার্থীদের নিয়ে নির্দেশিত রিলাক্সেশন এবং সাধনা পর্ব আয়োজিত হয়। স্থানীয় প্রিসেপ্টাররা এরপর দিন থেকে আরও ৮ দিন পর্যন্ত এই অধিবেশনটি পরিচালনা করেন। ১৩ তারিখের দুপুরবেলায় ১৫০ জন স্নাতক ছাত্র–ছাত্রীদের জন্য গুরুকুল কলেজে একটি কার্যক্রম আয়োজিত হয়। এছাড়াও ১৪ তারিখে দুপুরবেলায় PDA ইঞ্জিয়ারিং কলেজের কর্মিগণদের জন্য আরেকটি পর্বের আয়োজন করা হয়।

মধ্য প্রদেশ

১১ই এবং ১২ই জুলাই শোনপুর, রান্নোড এবং শিবপুরীতে হার্টফুলনেস অধিবেশন আয়োজন করা হয় তাতে ঐ প্রদেশের ১৯০ জন আধ্যাত্মিক আগ্রহীরা লাভবান হন।

দিন্ডিগুল, তামিলনাড়ু

২৬শে জুন দিন্ডিগুল–এর নিকট সরকারী আর্টস মহিলা কলেজ নিলাকোট্টাই–এ একটি কার্যক্রমের আয়োজন করা হয়। ঐ দিন এই কার্যক্রমে উপস্থিত ১৫০০ জন ছাত্র–ছাত্রীদের তিন ভাগে ভাগ করে এই কার্যক্রমের মাধ্যমে সাধনায় অন্তর্ভুক্ত করা হয়। কলেজের উপাচার্য কলেজে নিয়মিত সৎসঙ্গ আয়োজনের জন্য জায়গা এবং সময় প্রদান করার ইচ্ছা প্রকাশ করেন।

মধ্য মহারাষ্ট্রা

আন্তর্জাতিক যোগা দিবস উপলক্ষ্যে মহারাষ্ট্রার বিভিন্ন জায়গায় অধিবেশন আয়োজন করা হয়। ঔরাঙ্গাবাদের একটি সরকারী ইঞ্জি নিয়ারিং কলেজে ১০০ জন অংশগ্রহণকারী যাদের মধ্যে কলেজের কর্মচারী, অধ্যাপকগণ এবং এনাদের স্ত্রী বা স্বামীরাও ছিলেন, এদের জন্য একটি পর্বের আয়োজন করা হয়। বুলধানাতে পঙ্কজ লহ্হাদ ইঞ্জিনিয়ারিং কলেজের ৭০ জন অংশগ্রহণকারীদের জন্য কার্যক্রমের আয়োজন করা হয়। চিখালিতে ২২ জন অতিথির আশ্রমে আয়োজিত কার্যক্রমে উপস্থিত হন। পাইথানের প্রতিষ্ঠান কলেজে ১০০ জন আগ্রহীদের জন্য এটির আয়োজন হয় যাতে অধ্যাপক, লেকচারার এবং কর্মচারিগণ যোগ দেন। নাসিক কেন্দ্র বিভিন্ন জায়গায় যেমন স্কুল, কলেজ, কোর্ট–এর বার কাউন্সিল, হাসপিটল, রেলওয়ে ট্রাকশন কর্মশালা এবং গোতি পুলিশ স্টেশনে বিভিন্ন রকম কার্যক্রম শুরু করে। তারা এই দলগুলির খুব ভালো প্রতিক্রিয়া পান এবং প্রায় ১১০০ জন আগ্রহীরা এতে অংশ নেন।

মুম্বাই

২০ ও২১শে জুন মুম্বাই–এর বিভিন্ন প্রান্তে আন্তর্জাতিক যোগা দিবসের উপলক্ষ্যে অনেকগুলি অধিবেশনের আয়োজন করা হয়। পাঁচটি পর্ব আয়োজিত হয় যাতে ১৪৫০ জনেও বেশী ব্যক্তি লাভ গ্রহণ করেন। সাধারণ মানুষদের কথা মাথায় রেখে পানভেল আশ্রম, CIDCO প্রদর্শনী হল, ভাশি, পায়োনিয়ার উচ্চবিদ্যালয়, কান্ডি ভিলি, কর্মবীর ভাউরাও পাটিল কলেজ, ভাশির শিক্ষক মন্ডলী, এবং রিলায়ন্স গ্রুপের কর্পোরেট অফিস নভি মুম্বাই–এ কার্যক্রম–এর আয়োজন করা হয়।

উত্তর প্রদেশ

গাজিয়াবাদের যুবারা একটি স্বেচ্ছাসেবী দলের গঠন করেন যারা ৭টি পর্বের আয়োজন করে যাতে জুলাই এবং আগষ্ট মাসে ১২০ জন অংশ গ্রহণকারী উপস্থিত হন। আন্তর্জাতিক যোগা দিবসে প্রিতম নগর এলাহাবাদের আবাসিকদের জন্য একটি পর্বের

আয়োজন করা হয় প্রায় ১৫০ জন আগ্রহীরা এই অধিবেশনে অংশ নেয় । ১৫ আগষ্ট গ্রাম সংযোগ (V-Connect) –এর কার্যক্রমের অধীন উত্তর প্রদেশের কৌশাম্বী জেলায় অবস্থিত ধাতা এবং উদিন ভুজুর্গ গ্রামে একটি পর্বের আয়োজন করা হয় । একটি স্থানীয় বিদ্যালয়ের শিশুরা যারা স্বাধীনতা দিবস অনুষ্ঠানে অংশ নিয়েছিল তারাও উপস্থিত হয় । প্রায় ২০ জন গ্রামবাসী যারা সেখানে উপস্থিত ছিলেন তারাও অংশগ্রহণ করেন । ৩১শে জুলাই সুর্যা নগর আগ্রায় একজন অভ্যাসীর বাড়িতে আয়োজিত একটি কার্যক্রমে ৪৭ জন অংশ নেন যাদের মধ্যে অভ্যাসীরা এবং আগ্রহীরাও ছিলেন ।

তেলেঙ্গানা

কোথাগুডেম কেন্দ্রের চতুর্দিকে বিভিন্ন কলেজে ১লা ও ২য় আগষ্ট একটি কার্যক্রমের আয়োজন করা হয় । প্রায় ৪৪০ জন অংশগ্রহণকারীরা সাধনা বজায় রাখবার ইচ্ছা প্রকাশ করলেন যার মধ্যে ২৬৯ জন সদস্য প্রাথমিক সিটিং নিয়ে ছিলেন । সাথুপল্লী কেন্দ্রে একটি কার্যক্রম আয়োজন করা হয় এতে ৬০ জন মত শিক্ষা প্রতিষ্ঠানগুলির কর্তারা যোগ দেন । Heavy Water Plant মানুগুরু থেকে ৭০ জন CISF কর্মী, এই কার্যক্রমটিতে যোগ দিতে অশ্বপুরম আশ্রমে আসেন ।

পাঞ্জাব

৭ই জুলাই প্রায় ৫০ জন FCI পাটিয়ালার কর্মীদের জন্য একটি অধিবেশন আয়োজন করা হয় । সাধনার একটি সংক্ষিপ্ত পরিচয়

দেওয়া হয় এবং তারপর সৎসঙ্গ হয় । আগ্রহীদের সাধনার সম্বন্ধে আরও জানবার তীব্র ইচ্ছা দেখা গেল ।

ব্যাঙ্গালোর

জুলাই মাস থেকে ব্যাঙ্গালোরে ২৩টিরও বেশী ওপেন–হাউসের আয়োজন করা হয় যার মাধ্যমে ১৫০ জনের বেশী অংশগ্রহণকারী লাভবান হন । বিভিন্ন শিক্ষা প্রতিষ্ঠান এবং পাঁচটি কর্পোরেট অফিস যেমন– DRDO, HMT, Samsung, ইত্যাদিতে অধিবেশনগুলির আয়োজন করা হয় । পারাচুট রেজিমেন্ট ট্রেনিং সেন্টারের ৩৫০ জন সৈনিকদের জন্য একটি পর্বের আয়োজন করা হয় এবং সকলেই সাধনার পদ্ধতি শেখার ইচ্ছা প্রকাশ করেন । ১৫ আগষ্ট অনেকগুলি উপকেন্দ্রে অধিবেশনের আয়োজন করা হয় । এই দিন প্রায় ১০০ আগ্রহীদের সাধনার সঙ্গে যুক্ত করা হয় ।

"একজন অভ্যাসী যিনি ৩৬ জনকে এই সাধনা পদ্ধতিতে অন্তর্ভুক্ত করলেন এবং একটি কলেজে নতুন কেন্দ্রের স্থাপনা করলেন । আমরা সবাই এটা করতে পারি ।"

কিছুদিন আগে ব্যাঙ্গালোর ভ্রমণের সময় শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই আঞ্চলিক আশ্রমে একটি বক্তৃতা দেন, যাতে উনি প্রত্যক অভ্যাসীকে সহজ মার্গ উদ্যোগে অংশ নিতে এবং আমাদের গুরুদেবের উপদেশকে হার্টফুলনেস পদ্ধতির মাধ্যমে জনগণের মধ্যে নিয়ে যেতে উৎসাহিত করেন । এ অনুপ্রেরণা নিয়ে একজন অভ্যাসী ভ্রাতা যিনি একজন যুবা পশু চিকিৎসক এবং নিবন্ধ কার্যক্রমে স্বেচ্ছাসেবী, ব্যাঙ্গলোরে বাইরে একটি ডিগ্রি কলেজের সঙ্গে যোগাযোগ করেন । যখন উনি সেই কলেজকে নিবন্ধ প্রতিযোগিতায় অংশ নেবার জন্য নথিভুক্ত করার চেষ্টা করছিলেন সেইসময় উনি কিছু ছাত্র–ছাত্রীদের সঙ্গে রিলাক্সেশন প্রক্রিয়াটি আলোচনা করেন । প্রায় ২০ জন ছাত্র–ছাত্রীরা ইচ্ছা প্রকাশ করেন এবং ভ্রাতা নিজের আত্মবিশ্বাসের সাথে এই প্রক্রিয়াটি সঠিক ভাবে করান । ছাত্র–ছাত্রীরা এর ফল পেয়ে চমকে উঠে । তারপরে উনি তাদের কে বলেন যে ওরা কি এই অনুভূতিটাকে সাধনার মাধ্যমে আরও গভীর করতে চায় যাতে তারা তৎক্ষণাৎ রাজী হয়ে যায় । তারপর উনি একজন প্রিসেপ্টারকে ফোন করে একটি রিমোট সিটিং দেবার অনুরোধ করেন এবং ছাত্র–ছাত্রীদের সাথে নিজেও সিটিং নিতে বসেন । পরের দিন তিনি আবার কলেজে গিয়ে দ্বিতীয় সিটিং এর আয়োজন করেন যেটি আবার দূর থেকে প্রিসেপ্টার দেন । তৃতীয় সিটিং–এ প্রিসেপ্টার কলেজ যান এবং ছাত্র–ছাত্রীদের সাথে দেখা করেন । উনি এই দেখে আশ্চর্য হন যে প্রিন্সিপল সহ ১১ জন শিক্ষকরাও এই পদ্ধতি আরম্ভ করার ইচ্ছা প্রকাশ করেন ।

এই একটি অভ্যাসীর উদ্যমের ফলস্বরূপ এই কলেজে আমাদের নতুন কেন্দ্র গড়ে উঠেছে যাতে ৩৬ জন অভ্যাসী প্রত্যেকে শনিবার ১টা থেকে ২টো দুপুরে ধ্যান করে । এই অভ্যাসী এরকম ভাবে সহজ মার্গ উদ্যমের সাথে যুক্ত হয়ে খুব খুশী ।

পূজ্য চারিজি মহারাজের ৮৮ তম জন্মবার্ষিকী উৎসব

আমাদের অতিপ্রিয় চারিজি মহারাজের ৮৮ তম জন্মবার্ষিকী উৎসব উপলক্ষ্যে তামিলনাড়ুর তিরুভল্লুরে একটি তিনদিনের ভান্ডারার আয়োজন করা হয়। অভ্যাসীরা যারা এই ভান্ডারায় উপস্থিত হতে পারেন নি তারা এই দিনটিকে নিজ নিজ কেন্দ্রে পালন করেছেন। ছবির মাধ্যমে ভারতের বিভিন্ন কেন্দ্রে পালিত উৎসবের এক ঝলক নিচে দেওয়া হল –

নতুন নিযুক্তি

আশ্রম ম্যানেজার, এলাহাবাদ কেন্দ্র

কর্ণল এস.কে. শর্মা

সেন্টার–ইন–চার্জ, এলাহাবাদ কেন্দ্র

প্রতিমা শ্রীবাস্তব

সেন্টার–ইন–চার্জ, লখ্নৌ কেন্দ্র

পি.কে. মিশ্রা

সেন্টার–ইন–চার্জ, নালগোন্ডা কেন্দ্র

টি. বিকাশম

নতুন অভ্যাসীদের প্রশিক্ষণ কার্যক্রম, উদয়পুর

৫ই জুলাই উদয়পুর কেন্দ্রে ২৫ জন নতুন অভ্যাসীদের জন্য একদিনের একটি প্রশিক্ষণ কার্যক্রম আয়োজন করা হয়। অভ্যাসীদের ছোট ছোট দলে বিভক্ত করে প্রার্থনা, ধ্যান, সাফাই এবং গুরুদেব ও মিশন এই বিষয়গুলির উপর আলোচনা করানো হয়। একটি প্রশ্ন উত্তর পর্ব হয় যা সাধনার ব্যাপারে সংশয়গুলি দূর করতে সাহায্য করে।

অভ্যাসীদের মিশনের আরও কার্যকালাপ যেমন হার্টফুলনেস কার্যক্রম এবং বিভিন্ন পত্রিকা এবং e-literature-এর সদস্য হওয়ার সম্বন্ধে জানানো হয়। অংশগ্রহণকারীদের প্রকৃত এবং উৎসাহবর্ধক প্রতিক্রিয়া পাওয়া গেল। সন্ধ্যের সৎসঙ্গ দিয়ে কার্যক্রমটি সমাপ্ত হয়।

বিষ্ণুপুর, পশ্চিমবঙ্গ

খড়গপুর রিট্রিট কেন্দ্র থেকে প্রায় ৭০ কি.মি. দূরে বিষ্ণুপুর কেন্দ্রটি অবস্থিত । এই কেন্দ্রটি আড়াই বছর আগে ৩০ জন অভ্যাসী নিয়ে আরম্ভ হয় এবং অভ্যাসীদের সংখ্যায় নিরন্তন বৃদ্ধি হবার দরুণ একটি সাধনা স্থল প্রয়োজনীয় হয়ে ওঠে । ৮০০ বর্গফুট মাপের প্রয়োজনীয় সুবিধাযুক্ত একটি হল ভাড়ায় নেওয়া হয় ।

১২ই জুলাই রবিবার, প্রায় ৭৫ জন অভ্যাসীদের যাদের মধ্যে কলকাতা থেকে আগত ৩৫ জন অভ্যাসী ছিলেন এই অভিষেক সৎসঙ্গে অংশগ্রহণ করেন যেটি ভ্রাঃ অজয় ভট্টর (ZIC) পরিচালনা করেন । ৫ জন নতুন আগ্রহী এতে যোগ দেন । অভ্যাসীরা গুরুদেবের প্রতি ভালবাসা ও কৃতজ্ঞতাতে পরিপূর্ণ ছিলেন । শ্রদ্ধেয় কমলেশ ভাই–এর বক্তৃতা শোনানো হয় এবং তারপর খড়গপুর থেকে আসা ভ্রাঃ বনশি বদন বেরা এবং ভ্রাঃ অজয় ভট্টর বক্তৃতা দেন । ওনারা নতুন কেন্দ্রের এই সুযোগটিকে বুদ্ধিসহ আধ্যাত্মিক বিকাশের কাজে লাগাবার ওপর জোর দেন ।

যোথপুর, রাজস্থান

৯ই আগষ্ট শিশুদের এবং অভ্যাসী ভগিনীদের ারা হস্তনির্মিত বিভিন্ন উপাদানের একটি প্রদর্শনী আয়োজিত হয় । উপাদানগুলি হল রাখি, হাতে তৈরী খাম, মেবা রাখার কাঠের বাক্স, কাঠের চাবি রিং হোল্ডার এবং কিছু পালক নির্মিত হগনা । শিশু

কেন্দ্রেটি বিপুল সংখ্যায় অভ্যাসীদের আকর্ষিত করলো । তারা ভবিষ্যত্বেও এই ধরণের কার্যক্রমের কথা ভাবছে ।

আঞ্চলিক সভা, হরিয়াণা

১২ই জুলাই সোনিপথ আশ্রমে হরিয়ানার প্রত্যেক কেন্দ্র থেকে সব প্রিসেপ্টার, সংযোজক, ফেসিলিটেটার, স্বেচ্ছাসেবী এবং CICs –দের একটি আঞ্চলিক সভার আয়োজন হয় । সভাতে সদ্য সম্পন্ন মিশনের কিছু উদ্যোগ যেমন হার্টফুলনেস, এখনও তার উন্নতি এবং এই কার্যক্রমের কি কি প্রয়োজনীয় এই বিষয়গুলির উপর কেন্দ্র স্তরে CICs –দের দেওয়া বক্তৃতা ছিল ।

নতুন কার্যক্রমের জন্য সংযোজকদের মনোনয়ন (আঞ্চলিক ও কেন্দ্র স্তরে), রিমোট সিটিং দেবার প্রয়োজনীয়তা এবং কেন্দ্রগুলির সম্বন্ধিত বিভিন্ন বিষয়গুলির উপর আলোচনা হল । ভ্রাঃ সত্যয়া মন্ডল, ZIC, কেন্দ্রস্তরে হার্টফুলনেস উদ্যোগের উপর কি কি কাজ হয়েছে তার উপস্থাপনা করেন ।

বীওয়ার, রাজস্থান

১লা জুন, ভ্রাঃ মধুকর, ৭ বি. অঞ্চলের ZIC, আরও দুই ভ্রাতাদের নিয়ে স্বেচ্ছাসেবী এবং অভ্যাসীদের আত্ম উন্নতি বিষয়টির উপর একটি হৃদয় স্পর্শী পর্বের পরিচালনা করেন । ধ্যান, দশসূত্র, মূল্যভিত্তিক শিক্ষা, U-Connect, হার্টফুলনেস উদ্যোগ এবং চরিত্র গঠনের তাতে কি অবদান এই বিষয়গুলির সম্বন্ধে এই পর্বে আলোচনা হয় ।

U-Connect কার্যক্রম

১লা জুলাই মেপ্কো স্কলেন্ক ইঞ্জিনিয়ারিং কলেজ প্রাঙ্গণে U-Connect উদ্যাগের অধীন আত্মবিকাশ আর্যক্রমের (SDP) উদ্‌ঘাটন করা হল । প্রায় ২৫০ জন স্নাতোক এই কার্যক্রমে লাভ পাবেন । এই পর্বটি ডঃ টি. চেথিল উদ্বোধন করেন । উনি একটি প্রাথমিক বক্তৃতা দিলেন । সব মিলিয়ে তিন মাসে ১২তি ক্লাসের পরিচালনা করা হবে । বিষয়গুলি যেমন– 'মূল্যবোধ, ব্যবহার ও স্বভাব', মূল্যভিত্তিক কাজ এবং সার্বিক মূল্য,' 'ঈশ্বর, যোগের নিজস্ব এবং অন্তিম লক্ষ্য', 'বিভিন্ন প্রকারের যোগের পরিচয় এবং যোগের সাথে মূল্যকে যুক্ত করা' এইগুলির উপর এখন পর্যন্ত চর্চা হয়েছে । প্রত্যেকটি পর্বই আলোচনা মূলক ছিল এবং সাধনা দিয়ে শেষ হত । প্রশিক্ষার্থীদের প্রশ্নের মাধ্যমে নিজেদের সংশয় নিদান করা জন্য উৎসাহিত করা হত ।

স্বেচ্ছাসেবী কর্মশালা, তিরুর, কেরালা

১৯ থেকে ২১ জুন তিরুর আশ্রমে স্বেচ্ছাসেবীদের জন্য একটি তিনদিনের কর্মশালা আয়োজন করা হল । প্রায় ৭৫ জন অভ্যাসী 3B অঞ্চলের প্রত্যেকটি কেন্দ্র থেকে কর্মশালায় উপস্থিত হলেন ।

এই পর্বটির বিষয় ছিল U-Connect -এর সাথে পরিচয় এবং গুরুদেবের প্রকল্পটি উপর দৃষ্টিকোণ, এর বিষয় বস্তু, U-Connect -এর নিতি এবং কার্যকারী করার প্রক্রিয়া, পাঠ্যক্রম ও বিভিন্ন মডুল (Modules) । U-Connect -এর বিভিন্ন কর্মচারী এবং তাদের কার্যকলাপের ব্যাখ্যা করা হল । সহায়তাকারীরা আরও বিভিন্ন উদ্যোগগুলি যেমন C-Connect হার্টফুলনেস কার্যক্রম, চেতনাময় জীবনযাপন, সাধনা এবং আত্মবিকাশ এগুলির সম্বন্ধে জানালেন । দলীয় আলোচনার পর বিভিন্ন সংস্থাগুলিতে যাবার জন্য প্রত্যেকটি কেন্দ্রস্তরে স্বেচ্ছাসেবীদের ভাল দল গঠন করা নির্ণয় করা হল ।

৫ই জুলাই পলাকত কেন্দ্রে তিরুর কেন্দ্রে আয়োজিত কার্যক্রমের ক্রমবদ্ধতা স্বরূপ একদিনের একটি সচেতনতার উপর কার্যক্রম করা হয় । এই অধিবেশনে প্রায় ৭৫ জন অভ্যাসী যোগ দেন । এই কার্যক্রমটি ১৬ জন এর একটি স্বেচ্ছাসেবী দল নির্মাণ করতে সাহায্য করলো । ৩.৩০ দুপুর বেলায় একটি সৎসঙ্গের মাধ্যমে কার্যক্রমটির সমাপ্ত হল ।

জব্বলপুর যুবা অধিবেশন মধ্যপ্রদেশ

৪ঠা এবং ৫ই জুলাই জব্বলপুরের আঞ্চলিক আশ্রমে 'মিশনের বিকাশে যুবাদের ভাগিদারী' এই বিষয়বস্তুর উপর দুদিনের একটি অধিবেশন আয়োজন হল । এই অধিবেশনটির উদ্দেশ্য ছিল যুবাদের মধ্যে মিশনের নতুন কার্যকলাপের প্রতি সচেতনতা তৈরী করা । প্রায় ৪৪ জন অভ্যাসী এই আলোচনাতে অংশ নিলেন এতে অনুশাসনের উপর গুরুদেবের একটি বক্তৃতাও শোনানো হল ।

এই পর্বে হার্টফুলনেস, U-connect, OSS, হুইস্পার্স, মূল্যভিত্তিক আত্মবিকাশ এই বিষয়গুলি ছিল যারপর অভ্যাসের উপর প্রশ্ন উত্তর পর্ব হল । কার্যক্রমের সমাপন একটি হার্টফুলনেস কর্মশালার মাধ্যমে হল । প্রত্যেকটি পর্বের পর আত্ম চিন্তন করার সময় দেওয়া হত এবং নিজেদের ভাবনাগুলিকে ডায়েরীতে লিখতে হত । যুবকরা খুব আগ্রহের সাথে আশ্রমে স্বেচ্ছাকর্ম করছিল এবং তারা এই কার্যক্রমের দ্বারা খুবই উদ্বুদ্ধ হল ।

যোগাশ্রম, পালাকড, কেরালা

প্রকাশ কেন্দ্র

নভেম্বর ১৯৮৯ সালে পালাকড টাউন হলে একটি ওপেন হাউস–এর আয়োজন করা হয়েছিল যারদরুণ লোকেদের মধ্যে মিশনের প্রতি সচেতনতা তৈরী হয় এবং তার মধ্যে থেকে কিছুলোক এই পদ্ধতির সাথে যুক্ত হন । ডিসেম্বর ১৯৮৯ সালের পর থেকে ভ্রাঃ রবিন্দ্রনাথনের বাড়িতে নিয়মিত সৎসঙ্গের আয়োজন শুরু হয় । আসতে আসতে বুধবারের সৎসঙ্গ কিছু আরও অভ্যাসীদের বাড়িতে শুরু হয় । সেই সময় প্রায় ২০ জন অভ্যাসী সৎসঙ্গগুলিতে যোগ দিতেন ।

যেমন–যেমন বছর গড়ালো তেমন–তেমন একটি আশ্রমের নির্মাণ করার ইচ্ছা তীব্রতর হল । পালাকড শহর থেকে ৪কি.মি. দূরে নেম্মারার দিকে যাক্কারাতে একটি জমি আশ্রমের জন্য চিহ্নিত করা হয় । ১৯৯৩ সালে মিশনের নামে জমিটির পঞ্জিকরণ করা হয় । আশ্রমের পুরো জমিটির আকার ছিল ৭৩.৭সেন্টস এবং যাতে একটি সাধনা কক্ষ (২২৫০ বর্গফুট), একটি রান্নাঘর, একটি ভোজনালয় এবং কিছু শৌচালয় ছিল । ১০ই সেপ্টেম্বর ১৯৯৫ সালে চারিজি মহারাজ এই আশ্রমের শিলান্যাস করেন । প্রথম চরণে ৭০০ বর্গফুটের একটি কক্ষ নির্মাণ করা হয় যাতে ২০০৫ সাল পর্যন্ত রবিবার সৎসঙ্গগুলি এই কক্ষেই আয়োজিত হত । মুখ্য সাধনা কক্ষের নির্মাণ কার্য ২০০২ সাল থেকে শুরু হয়ে ২০০৫ সালে শেষ হয় । ৯ই মার্চ ২০০৫ সালে চারিজি মাহারাজ এই নতুন সাধনা কক্ষের উদ্বোধন করেন । পুরানো সাধনা কক্ষটি এখন রান্নাঘর ও ভোজনালয় হিসেবে ব্যবহার করা হয় ।

আশ্রমের চারিপাশটি সুন্দর লন দিয়ে ঘেরা এবং সামনের দিকে একটি পদ্ম ফুলে ভরা একটি পুকুর আছে । দক্ষিণ দিকে আম ও নারিকেলের গাছ আছে । আশ্রমের জন্য ঐ জমিতে অবস্থিত একটি খোলা কুঁয়ো থেকে জল সরবরাহ করা হয় । যেহেতু আশ্রমটি যাক্কারা নদীর তীরে অবস্থিত তাই পরিবেশটি ঠান্ডা থাকে এবং হাওয়াও বইতে থাকে । মাঝে মাঝে আশ্রমে ময়ুরও আসে ।

উপস্থিত পালাকড কেন্দ্রে ১৫০ জনেরও বেশী অভ্যাসী আছেন, তারমধ্যে গড়ে ৭০ জন মত অভ্যাসী রবিবারে উপস্থিত হন । এখানে প্রত্যেকদিন বিকেল বেলায় সৎসঙ্গের আয়োজন হয় । পাথিরিপালা,চেরপুলাসেরী, নেম্মারা, কনগার্ড এবং কল্লেপুল্লী উপকেন্দ্রগুলির ভালই বিকাশ হচ্ছে ।

প্রত্যেক মাসে প্রথম রবিবার গোটা দিনের কার্যক্রম আয়োজিত হয় । মিশনের ভিডিওগুলি দেখানো এবং সহজ মার্গের সম্বন্ধিত বিভিন্ন বিষয়ের উপর দলীয় আলোচনা হয় । অভ্যাসীদের সুবিধার জন্য প্রায়ই অভ্যাসী প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের আয়োজন করা হয় । ঐ অঞ্চলের বিভিন্ন জায়গায় গৃহসভা এবং ওপেন–হাউস–এর আয়োজন অভ্যাসীদের বাড়িতে বাড়িতে করা হয় । কেরালা 3B অঞ্চলের জন্য প্রবন্ধ প্রতিযোগিতার প্রমাণপত্র বিতরণ সমারোহটি প্রত্যেকবছর এখানে আয়োজিত হয় । এই কেন্দ্রটি নিজেদের কার্যকলাপ বাড়িয়ে চলেছে এবং গুরুদেবের দর্শনকে যত বেশী সম্ভব লোকেদের হৃদয়ে ছড়িয়ে দেবার জন্য প্রস্তুত হচ্ছে ।

To download or subscribe to this newsletter, please visit http://www.sahajmarg.org/newsletter/india For feedback, suggestions and news articles please send email to in.newsletter@srcm.org
© 2015 Shri Ram Chandra Mission ("SRCM"). All rights reserved. “Shri Ram Chandra Mission", "Sahaj Marg", “SRCM”, “Constant Remembrance” and the Mission's Emblem are registered Trademarks of Shri Ram Chandra Mission.This Newsletter is intended exclusively for the members of SRCM. The views expressed in the various articles are provided by various volunteers and are not necessarily those of SRCM.