

যোগ প্রণালী

“পাশযুক্তো ভবেজ্জীব ।
পাশমুক্তঃ সদাশিব” ॥

শ্রীশ্রীমদাচার্য আনন্দস্বামী কর্তৃক
অভিব্যক্ত ।

চতুর্থ সংস্করণ ।
১৪২৪ বাং

মূল্য- ২৫/-টাকা মাত্র ।

প্রকাশনায় :

শ্রীযুক্ত সন্তোষ চন্দ্র পাল

সেক্রেটারী

সর্ব ধর্ম মিশন, ভোলাচং, ব্রাহ্মণবাড়ীয়া

[সর্ব স্বত্ব সংরক্ষিত]

যে ভক্তের দানের অর্থে এই গ্রন্থের (দ্বিতীয় সংস্করণ

মুদ্রিত হইয়াছে:

পিতৃদেব স্বর্গীয় হরেন্দ্র চন্দ্র পাল

ও

মাতৃদেবী স্বর্গীয়া সুর বালা পাল

স্মরণে

পুত্র : শ্রী মনীন্দ্র চন্দ্র পাল

পুত্রবধু : শুক্লা রাণী পাল

গ্রাম: মেন্দিপুর, পোষ্ট: ত্রিমোহনী বাজার

থানা: খালিয়াজুড়ী, জেলা: নেত্রকোনা ।

মুদ্রণে: আনন্দ গ্রাফিক্স,

চিটাগাংরোড, নারায়ণগঞ্জ ।

মোবাইল: ০১৭২৪ ৬১০৩০৭

প্রথম ও দ্বিতীয় সংস্করণের ভূমিকা দু'টি কথা।

সর্বধর্মের মূল ভিত্তি স্ত্রী-পুরুষের যোগ। স্ত্রী-পুরুষ মিলিত হইয়া ‘দয়াময়’ নামে কার্য্য করিলে জীবন মুক্তির পূর্বাভাস অতি সত্ত্বর প্রকাশিত হইয়া থাকে, একথা সম্পূর্ণ সত্য। আমাদের কেহ কেহ এ সত্যের অধিকারী হইয়া জন সমাজে কার্য্য করিতেছেন।

যোগ প্রণালীর প্রতি কথাতেই নিগূঢ় সত্য রহিয়াছে, অধিকারী ব্যক্তি সাধনোন্নতির সঙ্গে সঙ্গে ইহা বুঝিতে পারেন। আমি দেখিয়াছি, ঈশ্বরের কৃপা ব্যতিরেকে কেহ কোনদিন শান্তি পাইবে না। সর্বসমীপস্থ ঈশ্বর ‘দয়াময়’ রূপে প্রকাশিত হইলে ‘যোগ প্রণালী’র কথার শক্তি উপলব্ধি হয়; সর্বতত্ত্বের বিকাশ পূর্ণভাবে আসিলে সামীপ্য যোগের কথা জানিতে পারা যায় এবং সিদ্ধযোগ উপস্থিত হইলে সকল প্রকার মুক্তির অবস্থা অতর্কিত ভাবে শান্তি দান করে। বাস্তবিক, নামের মধ্যে সর্বশক্তি নিহিত রহিয়াছে। নাম ও নামী উভয়েই এক। অতএব সাধন প্রয়াসীব্যক্তি মনে রাখিবেন, ‘নামের সেবা’ ব্যতীত সত্যের অধিকার জন্মে না। ‘আশীর্বাদ’ গ্রন্থোক্ত ‘ভক্তের সেবা’, ‘লোকের সেবা’ ও ‘নামের সেবা’ সর্ব্বাঙ্গীনরূপে আসিলে পর, ‘দয়াময়; নামে সিদ্ধিযোগ জীবের জীবনাকাশে আনন্দ-চন্দ্রমা সমুদিত করিবে।

আনন্দ ভাভার,
উজানচর, ত্রিপুরা
২৪শে অগ্রহায়ন, ১৩২৪ বঙ্গাব্দ

দীনহীন
শ্রীনিশিকান্ত সেন

তৃতীয় সংস্করণের নিবেদন-

সর্বধর্মাবতার শ্রীশ্রীআনন্দস্বামী মহারাজ প্রবর্তিত “যোগ প্রণালী” প্রকাশিত হওয়ায় সাধন জগতের অশেষ উপকার সাধিত হইয়াছে। সামীপ্যাদি যোগ চতুষ্টয়ের সরল ব্যাখ্যা করিয়া তিনি জীবের মুক্তি পথের সন্ধান দেখাইয়া দিয়াছেন। স্ত্রী-পুরুষ যোগে এই রাজগুহ্য যোগ সাধন করিলে “দয়াময়” নামে মানুষ অমরত্ব লাভ করিবে এবং বিষয় অবিষয় এক হইয়া জীবনুজ্জ্বল লাভে ধন্য হইবে।

রথযাত্রা,
১২ই আষাঢ়, ১৩৬৭ বাং

নিবেদক-
শ্রী কামিনী কুমার দত্ত মজুমদার
সেক্রেটারী, সর্ব্ব ধর্ম মিশন।

চতুর্থ সংস্করণের নিবেদন-

বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ডের যিনি সৃষ্টিকর্তা, তার সৃষ্ট জীবকে আধ্যাত্মিক চেতনা শক্তিদান করিয়া, স্রষ্টা ও সৃষ্টির মধ্যে সম্পর্ক স্থাপন করার জন্য সময়ে সময়ে অবতার, মহামানব ধরাধামে প্রেরণ করিয়া থাকেন।

শ্রীশ্রী আনন্দস্বামী মহারাজ “সর্ব ধর্ম” ধর্মমত প্রচার করিয়া “দয়াময়” নামে স্বামী-স্ত্রী যোগে সাধন করিলে সংসার স্বর্গে পরিনত হইবে ও অমরত্ব লাভ করিবে এই সত্য প্রচার করেন। “যোগ প্রণালী” গ্রন্থখানা সাধন পথের সহায়ক। যোগ সাধন জীবের কল্যাণ, আত্মোপলব্ধি আত্ম শুদ্ধিতে চির আনন্দ লাভে ধন্য হয়।

নিবেদক-

৫ই পৌষ, ১৪২৪ বাং

শ্রীযুক্ত বাবু সন্তোষ চন্দ্র পাল
সেক্রেটারী, সর্ব ধর্ম মিশন।

বিশুদ্ধ ব্রহ্মযোগ যোগ প্রণালী

প্রয়োজন

নামেতে দৃঢ় বিশ্বাস স্থাপন পূর্বক সর্বসমীপস্থ, সর্বশক্তিমান ঈশ্বরকে হৃদয়ে উপলব্ধি করা এবং উত্তরোত্তর শরীরের প্রত্যেক অঙ্গ প্রত্যঙ্গ তাঁহার মধ্যে ও একমাত্র তিনিই তাঁহার মধ্যে কার্য্য করিতেছেন সন্দেহ রহিত হইয়া বোধ করা জীবন মুক্তির আদর্শ। রোগ ও শোক ও মৃত্যু রহিত হওয়ার নিমিত্ত এই আদর্শের দিকে চলিয়া যাওয়াই যোগের প্রয়োজন।

সামীপ্য

প্রয়োজন বোধ হইলে ঈশ্বরকে সম্মুখে দর্শন করাই সামীপ্য যোগ।

সাকল্য

ঈশ্বরকে সমীপস্থ দর্শন করিয়া জগতের সকল বস্তুর মধ্যেই তিনি এবং প্রত্যেক বস্তুই তাঁহার অবয়ব বলিয়া হৃদয় সাক্ষ্য দেয়, ইহার নাম সাকল্য যোগ।

কৈবল্য

সাকল্য যোগে মনঃসংযোগ হইলে অন্য বস্তুর অস্তিত্বের প্রতি মনোযোগ থাকে না, কেবলই তিনি, আর কিছুই জগতে বিদ্যমান নাই, এইটী বিশেষরূপে মনে প্রতীত হওয়াই কৈবল্য যোগ।

শেষ

শেষ যোগে মনের আনন্দ উপস্থিত হইয়া ধন্যবাদ দেওয়ার জন্য ও জগতকে এই আনন্দের অংশী করিবার নিমিত্ত এবং জগতের মঙ্গলার্থ, প্রার্থনার ইচ্ছা হইয়া থাকে।

রাগিনী পীলো ভৈরবী-তাল যৎ।

ভোগ বিলাসে রত নর নারী সমুদয়,

আছে কি সম্বল বল লভিতে জীবনাশ্রয়।

হ'য়ে পিঞ্জরের পাখী, আছরে পথ নিরখি,

কেমনে হইবে সুখী, ছেড়ে বন্ধনের দায়।

মনে উচ্চভাব, সদা অনুভব, অভাব পূরণ না হয়;

বিন্ত অর্থ অনুকূল, তথাপি আছ ব্যাকুল,

সতত মন চঞ্চল, কি হবে তার উপায়।

কোথা হতে এলে, আছ কিসে ভুলে,

যাবে কোথা ভাবরে তায়,

শোক মরণ প্রবণ, এ দেহ হবে শোধন,

কররে যোগ সাধন, লয়ে আত্ম পরিচয়।

সামীপ্য

সুখময় সমীপবর্তী ঈশ্বর সদয় হইয়া শক্তিশালিতা অর্পণ করুন; এই প্রার্থনা করিয়া একবার ধ্যান করিবে। ধ্যান যথা- “জগত করতলে দয়াময় হৃদয়ে”। ধ্যানের পর ঈশ্বরকে সাক্ষাৎ জানিয়া, “সর্বশক্তিমৎ” এই স্বরূপ মনে করিয়া “তুমি দয়াময়” এই বলিয়া নমস্কার করিবে।

সাকল্য

যো দেবোহনৌ যোহপসু যো বিশ্বং ভুবনমাবিবেশ যো ওষধিষু যো বনস্পতিষু তস্মৈ দেবায় নমোনমঃ। তদেব সর্বশক্তিমৎ। (সমস্বরে) সামীপ্য যোগ শেষ হইয়া হৃদয় গ্রন্থি মুক্ত হইল, আর তোমাকে জগতের প্রত্যেক স্থানে প্রত্যেক বস্তুর মধ্যে উপলব্ধি করিল। প্রেম, পুণ্য, পবিত্রতা, প্রিয়বাদিতা, মধুর প্রেমযোগ প্রভৃতি সমুদয় ভাব ও কার্যের মধ্যে তোমারই সত্তা ও তোমারই শক্তি সংশয় দূর করিয়া প্রকাশিত হইল। অধীরতা

অধীনতা দূর হইয়া গেল বুদ্ধিমত্তা ও সুখ প্রবণতা হৃদয়কে
অমৃতায়মান করিল “স্পর্শমণি স্পর্শ করিলাম হৃদয়ে দয়াময়” এই
কথা মনে করিয়া একবার ধ্যান।

রাগিণী জয়জয়ন্তী- তাল চৌতাল

তুমি জল, তুমি স্থল, তুমি ক্ষিতি পাবক পবন,
তুমি আদি তুমি অনাদি, তুমি পুরাণ-পরমজ্ঞান।
তুমি জ্যোতিরিন্দ্র তপন, শশী তারক কেতু,
ভুবনমোহিনী শিশু সন্ততি, স্থূল সূক্ষ্ম সর্বশক্তিমান
কীর্তনে ভজনে তুমি, সিদ্ধাসিদ্ধ সর্বযোনি,
সকল ভয় অভয় তুমি হে।
সকলরূপ অপরূপ সুরূপ ইন্দ্রজাল,
আকাশযোগে শ্রবণধারণ, বহিরিন্দ্রিয় অন্তর যান।

(সর্বধর্মগীত-১ম ভাগ)

কৈবল্য

একমেবাদ্বিতীয়ম্

জল, বায়ু, অগ্নি, ক্ষিতি, আকাশ এই পঞ্চভূতাত্মক জগত
খন্ড খন্ড রূপে প্রতীয়মান হইতেছে। তাহার অভ্যন্তরে ও বাহিরে
তুমি এবং এ সকল তোমারই লীলাময় রূপ। এই সকল রূপ
একযোগে তুমিই, কেবল তুমিই আছ আর কিছুই নাই। আমার
অহঙ্কার তোমাতেই বিলীন হইয়া গেল; তখন দেখি চতুর্দিকে
তুমি, হৃদয়ের মধ্যে তোমারই লীলা, হস্ত পদাদি দ্বারা তুমিই কার্য্য
করিতেছ; আমি কোথায়? মহাসাগরের জলে উর্মিমালার ন্যায়
মিশিয়া গেল। আমার অস্তিত্ব লোপ করিল। তুমিই কেবল,
কেবলই তুমি, আর কিছুই নাই। এই মনে করিয়া একবার
ধ্যান, যথা- “তোমার মধ্যে জগত, জগতের মধ্যে তুমি, এজন্য
তুমি হৃদয়ে”।

রাগিণী মূলতান-তাল ঝাপ।

ডুবিলাম রূপের ঘরে অরূপ মাধুরীর কলে।
অরিদমন হইল আমার নাহি শঙ্কা কোন কালে।
আজি তোমার দিয়ে নাম, পার হব ভবধাম,
কোটি কোটি যোগশাস্ত্র ছাড়িয়ে;
আজীবন ধন্যযোগে, লভিব পরম সুখে,
সুমেরু সমান রাজ্য তুচ্ছ হ'য়ে গেল চলে।

মজিল জীবন মন, নাহি ভবন কানন,
চন্দ্র মিহির তারক সকলে;
কেবল জ্ঞান মুরতি, তোমার সর্বশক্তি,
ছাইল ক্ষিতি সকল গোলক রসাতলে।

(সর্বধর্মগীত-১ম ভাগ)

ওঁ নমস্তে সতে সর্বশোকাশ্রয়ায়,
নমস্তে চিতে বিশ্বরূপাত্মকায়।
নমোহদৈততত্ত্বায় মুক্তিপ্রদায়,
নমো ব্রহ্মণে ব্যাপিনে নির্ভুগায় ॥
ত্বমেকং শরণ্যং ত্বমেকং বরণ্যং,
ত্বমেকং জগৎকারণং বিশ্বরূপম্।
ত্বমেকং জগৎ কর্তৃপাতৃ প্রহর্তু,
ত্বমেকং পরং নিশ্চলং নিব্বিকল্পং ॥
ভয়ানাং ভয়ং ভীষণং ভীষণানাং,
গতিঃ প্রাণিনাং পাবনং পাবনানাং।
মহোচ্চৈঃ পদানাং নিয়ন্তৃত্বমেকং,
পরেষাং, পরং রক্ষণং রক্ষণানাং ॥
পরেশ প্রভো সর্বরূপা বিনাশিন্,
অনির্দেশ্য সর্বেন্দ্রিয়াগম্য সত্য।
অচিন্ত্যাক্ষর ব্যাপকাব্যক্ত তত্ত্ব,

জগন্মাসকাধীশ পায়াদপায়াৎ ॥
তদেকং স্মরামস্তদেকং জপামঃ,
তদেকং জগৎসাক্ষীরূপং নমামঃ।
সদেকং নিধানং নিরাবলম্বমীশং,
ভবাম্বোধি পোতং শরণ্যং ব্রজামঃ ॥

প্রার্থনা

(সমন্বয়ে)

হে দয়াময় করুণাসিন্ধো! তোমার এই জগৎ রাজ্যের
সমুদয় অমঙ্গল দূর করিবার নিমিত্ত যে সকল আয়োজন করিয়াছ
তাহাতে জগতবাসিদিগের মনের আনন্দ উদগম কর। তোমার
শান্তি রসাম্পদ ক্রোড়ে ইহলোক ও পরলোকবাসী বিরাজ
করিতেছে তাহাদের মধ্যে যাহারা অগ্রো তোমার মঙ্গল কার্যের
ভার গ্রহণ করিবে তাহাদিগকে একত্রে মিলিত কর এবং অন্য
কোন প্রতিকারের প্রতি মনের ভাব না রাখিয়া সকল প্রতিকারই
তোমার নামের মধ্যে প্রবেশ করে ইহার বিশেষ উপায় বিধান
কর। প্রভো! তুমি যে অদ্বৈত কারণ এবং কার্য উভয়, ইহা
বিশেষভাবে আমাদিগকে বুঝিতে দাও। তোমাকে না জানিয়া
তোমার সহিত যোগ অসম্ভব। দয়াময়! তোমার ইচ্ছা সম্পন্ন
ইউক।

রাগিনী আলাইয়া-তালঝাপ

যম যন্ত্রণা দূর করি সকল লোকে,
 করহে প্রীতির পূর্ণ ছবি।
 উপায় নাহি দেব তব চরণ রজ বিনা সেবনে,
 ঘোর বিপদে নিস্তার সারবত্তা দাওহে অধীন জনে,
 মূরতি মোহন রবি।
 সকল নাম এক যোগে দয়াময় নামে দেহ কারণ বারি,
 অবিনাশি সিদ্ধযোগে হৃদি বিলাস ভবনে,
 তব আবির্ভাব পূর্ণভাবে লভিতে উপায় করহে সত্বর,
 প্রেম লভিবে মানব মানবী।
 ইহ পরলোক সকলে বিবাদ কলহ দূর করি,
 একতানে তব নাম, মাধুরী জীবনে আন,
 সকল জীবের করিবে হিত এই রসাল সাধনে,
 তৃপ্ত হইবে মধুর নাম, আনন্দে গাইবে সকল কবি।

(সর্ব ধর্মগীত-১ম ভাগ)

উপদেশ

বিষয় অবিষয় সিদ্ধযোগে মিলিত হইয়া যাইবে।
 সিদ্ধযোগ উপস্থিত হয় নাই বলিয়াই অসিদ্ধ ও সিদ্ধাসিদ্ধ ভাব
 পর্যায়ক্রমে গমনাগমন করিতেছে ও মানুষের হৃদয়কে স্বর্গ
 নরকের ভাবে পরিণত করিতেছে। এই স্বর্গ ও নরকের ভাব

ন্যায়বান রাজা ঈশ্বরের রাজ্যে সংশোধনী শক্তির মধ্য দিয়া
 আসিতেছে। বাক্‌চাতুরী বিস্তার করিয়া মানুষ সংশোধন প্রয়োগ
 করিতে চায় তাহা ভাল করিয়া মনে কার্য্যকর হয় না। পাপীদের
 পাপ ও পুণ্যবানদিগের পুণ্য সাগরের জলে বিলীন সর্বপ কণার
 ন্যায় অনন্য পাপ ও শাস্তিমূলক নহে, কেবলই সুখের পূর্ব কার্য্য।
 আজীবন ঈশ্বরের চরণে পড়িয়া থাকিবার জন্য যে সকল উপায়
 আমাদের আছে তন্মধ্যে স্ত্রী-পুরুষের যোগই মুখ্য। এই দুই
 এর মধ্যেই জগত তিষ্ঠিয়া রহিয়াছে। প্রত্যেক পাপ ও পুণ্যের
 বোধ সিদ্ধাসিদ্ধ ব্যাপার, মনের যোগ নিবৃত্ত হইয়া যখন সিদ্ধ
 কার্য্য উপস্থিত হইবে তখন অর্থলাভ, বিভলাভ ও কর্মলাভ সকলই
 স্ত্রী-পুরুষের যোগ বলিয়া প্রতীত হইবে। বিষয় অবিষয় এক
 হইয়া ঈশ্বরের অমোঘ ইচ্ছা সুসম্পন্ন করিবে। বিষয় ও অবিষয়ের
 মধ্যে অবিষয় প্রধান, অবিষয়ের যোগ শেষ হইলে বিষয় অবিষয়
 এক হইয়া সংসার স্বর্গ উভয় অনুকূল হইয়া যায়। সস্ত্রীক দয়াময়
 নাম সাধনই অবিষয়। এই অবিষয় যোগে প্রথম কার্য্য আরম্ভ
 করিয়া সর্ব প্রতিকার ইহারই মধ্যে নিবেশিত কর, দেখিবে অচিরে
 জীবনুজির পূর্বাভাষ প্রাপ্ত হইবে।

হে পরম মঙ্গল দয়াময় ঈশ্বর! তোমার কার্য্য কর্ম্ম সকলই তোমার
 প্রেমের রাজ্যে সদ্ভাবে চলিতেছে। আমরা সামীপ্য, সাকল্য ও
 কৈবল্য যোগে তোমাকে ধ্যান করিয়া যাহাতে অপূর্ণ ভাবের মধ্যে
 পূর্ণতা দেখিতে পাই ও সমবেত এবং পৃথক ভাবের কার্য্যের মধ্যে

সর্বদা তোমার কার্য্য তুমি করিতেছ বিশেষরূপে বোধ করিতে পারি তাহার উপায় করিয়া দাও। তোমার সমস্ত লীলার ভাব এক দয়াময় নামের মধ্যে নিবেশিত করিয়া পরিত্রাণের দ্বার বিশেষরূপে মুক্ত করিয়া দিলে, ইহা সকলকে বুঝাইয়া দাও।

শান্তিঃ ॥ শান্তিঃ ॥ শান্তিঃ ॥

রাগিনী খাম্বাজ-তাল একতালা

ভীম গজ্জনে উঠিল গগনে দয়াময় নামের কোলাহল;

কাঁপিল মেদিনী মাতিল উল্লাসে নরনারী সবে

গাইল মঙ্গল।

বর্ণহীণ নিবির আঁধার, প্রসবিল প্রজা অগণ্য আপার,
বহুবর্ণ মত ভেদের আকার একযোগে ধবল হইল সকল।

তাল রূপক।

হল ক্রমেতে বহুলীলা জগতে;

মৎস কূর্ম্ম আদি, শিব বিষ্ণু বিধি,

রাম কৃষ্ণ কালী দুর্গা হতে।

ঈশা, মুশা, দাউদ, গৌতম, মুহম্মদ,

চৈতন্য শঙ্কর ধর্ম্ম মতে।

যে ছিল নানা মত, হল সব এক মত,

আজি মধুর দয়াময় নামেতে।

তাল একতালা

ভয় নাই আর নাম সুধা সার,

দূরে গেল ছিল যত অমঙ্গল।

তাল যৎ

একচ্ছত্র হইল সংসার, রাজা নাহি আর

এক প্রভু দয়াময় লইলেন রাজ্য ভার।

রোগ শোক দূরে গেল, মরণ রহিত হল,

প্রকৃত সুখ আইল, ঘুচিল মন বিকার,

এস নরনারী মিলে ডুব নামের প্রেম জলে,

দেখ দেখ চক্ষু মেলে সংসারে স্বর্গ এবার।

তাল একতালা

গাও নিশিদিন, দয়াল নামের গুণ,

যা হ'তে হইল জীবন সফল।

জয় দয়াময়, জয় দয়াময়, জয় দয়াময়,

শান্তিঃ ! শান্তিঃ !! শান্তিঃ !!!

সম্পূর্ণ।