ডেথ

ডেথ ১ ডেথ ২ ডেথ ৩ ডেথ ৪ ডেথ ৫ ডেথ ৬ ডেথ ৭

ডেথ ৮ ডেথ ৯ ডেথ ১০ ডেথ ১১ ডেথ ১২ ডেথ ১৩ ডেথ ১৪

ডেথ ১৫ ডেথ ১৬ ডেথ ১৭ ডেথ ১৮ ডেথ ১৯ ডেথ ২০ ডেথ ২১

ডেথ ২২ ডেথ ২৩ ডেথ ২৪ ডেথ ২৫ ডেথ ২৬ ডেথ ২৭ ডেথ ২৮

ডেথ

মূল : সদ্‌গুরু

অনুবাদ : কামরুল আহসান

অনলাইনে অর্ডার করতে
http://nalonda.com.bd

কলকাতায় পরিবেশক
বইবাংলা
স্টল ১৭, ব্লক ২, সূর্য সেন স্ট্রিট
কলেজ স্কোয়ার দক্ষিণ, কলকাতা ৭০০০১২
ফোন : +৯১৭৯০৮০৭১৭৬৫ (কলকাতা)

ডেথ	সদ্‌গুরু
অনুবাদ	কামরুল আহসান
প্রকাশক	রেদওয়ানুর রহমান জুয়েল নালন্দা ৩৮/৪ বাংলাবাজার (মান্নান মার্কেট) তৃতীয় তলা, ঢাকা ১১০০
স্বত্ব	কামরুল আহসান
প্রচ্ছদ	ইসা ফাউন্ডেশন
প্রথম প্রকাশ	ফেব্রুয়ারি ২০২৪
মুদ্রণ	শামীম প্রিন্টিং প্রেস
বর্ণবিন্যাস	নালন্দা কম্পিউটার বিভাগ
মূল্য	৮০০.০০ টাকা
যুক্তরাষ্ট্র পরিবেশক	মুক্তধারা জ্যাকসন হাইট নিউ ইয়র্ক
©	Kamrul Ahsan
Death *(Phylosopical Spritual)*	Sadhguru
Translation	Kamrul Ahsan
Cover Design	By Isha Foudation
First Pubished	February 2023
Publisher	Redwanur Rahman Jewel Nalonda 38/4 Banglabazar (Mannan Market) 2nd Floor, Dhaka 1100
Price	800.00 Tk only
ISBN	978-984-97773-8-0
E-mail	nalonda71 @gmail.com

অনুবাদকের উৎসর্গ

কবি সরকার আমিন ভাই
আমার স্পিরিচুয়াল গুরু

সূচীপত্র

অনুবাদকের ভূমিকা # ৯
মৃত্যুর ঘা

অধ্যায় ১
মৃত্যু কী # ২৫
মৃত্যু : সবচেয়ে জরুরি প্রশ্ন ২৫
নশ্বর প্রকৃতি # ২৭
মৃত্যুর রূপ খুঁজে ফেরা # ৩১
মৃত্যু কি একটা বিপর্যয় # ৩৪
মৃত্যুকে আমন্ত্রণ বন্ধ করো # ৩৭

অধ্যায় ২
মৃত্যুর প্রক্রিয়া # ৪১
কী আমাদের চালনা করে # ৪১
জীবন-মৃত্যুর বুদ্‌বুদ # ৪৮
জীবন-মৃত্যু বোঝাপড়া # ৫৪
পঞ্চ প্রাণ : পাঁচটি অত্যাবশ্যক শক্তি # ৫৬
মৃত্যুর ক্রম # ৬০
চক্র : প্রস্থানের দরজা # ৬৫

অধ্যায় ৩
মৃত্যুর গুণমান # ৬৯
মৃত্যুর প্রকারভেদ # ৬৯
মৃত্যুর পূর্বাভাস # ৭২
নেতিবাচক শক্তি # ৭৯
নেতিবাচক প্রভাব থেকে কীভাবে পরিত্রাণ পাওয়া যায় # ৮২
আত্মহত্যা : দৃষ্টিভঙ্গি # ৮৫
আত্মঘাতীর জন্য সহায়তা # ৯০
আত্মহত্যার পরিণাম # ৯৫

অধ্যায় ৪
মৃত্যু কি হ্যাক্‌ড হতে পারে # ৯৮
মৃত্যুকে ফাঁকি # ৯৮
মৃত্যুর নৃত্য # ১০৪
ট্রান্সমাইগ্রেশন # ১০৮
অমরত্বের খোঁজে # ১১১
অন্য মাত্রার অন্বেষণ # ১১৫

পরজীবনে পিতা-মাতা-সন্তানদের মধ্যে

অধ্যায় ৫
মহাসমাধি # ১১৭
সমাধি ও মৃত্যু # ১১৭
আলোকপ্রাপ্তি ও মৃত্যু # ১১৯
মুক্তি ও মহাসমাধি # ১২০
কয়েকজন মহাসমাধি # ১২৪

দ্বিতীয় খণ্ড
মৃত্যুর সৌন্দর্য # ১৩৫
নিজের কাছে পৌঁছনো # ১৩৫

অধ্যায় ৬
উত্তম মৃত্যুর জন্য প্রস্তুতি # ১৩৭
মৃত্যুর জন্য কি প্রস্তুতি প্রয়োজন # ১৩৭
ঘুম, ওজাস ও মৃত্যু # ১৪১
কেন মানুষ মৃত্যুকে ভয় পায় # ১৪৫
মৃত্যুভয় কীভাবে মোকাবিলা করবে # ১৪৯
বার্ধক্যে কীভাবে বাঁচবে # ১৫৫
বানপ্রস্থ আশ্রমের ধীশক্তি # ১৫৮
সল্লেখনার চর্চা # ১৬৪
কাশীতে মৃত্যুর তাৎপর্য # ১৬৯

অধ্যায় ৭
মৃত্যুরত ব্যক্তিকে সহায়তা প্রদান # ১৭৫
জীবনের শেষ মুহূর্তের গুরুত্ব # ১৭৫
যন্ত্রণাকাতর মানুষের মৃত্যুতে সহায়তা # ১৭৯
গৃহে মৃত্যু প্রসঙ্গে # ১৮৩
মৃত্যু থেকে দেহের নিষ্পত্তি পর্যন্ত আচার # ১৮৮
অঙ্গদান কি ঠিক আছে # ১৯৯
শরীরকে অবস্ত্র করা # ২০১

অধ্যায় ৮
বিদেহ-এর জন্য সহায়তা # ২০৫
মৃত্যুর পর কেন আচার-অনুষ্ঠান # ২০৫
রুনানুবন্ধ— ঋণের জাল # ২০৮
কালভৈরব কর্ম— ইশাতে মৃত্যু পরবর্তী এক আচার # ২১০
কালভৈরব কর্মের পরিধি # ২১৫
মৃত্যুর আচার-অনুষ্ঠানের জন্য লোকদের প্রশিক্ষণ দেওয়া # ২১৯

শিশুদের মৃত্যু # ২২২
পরজীবনে পিতা-মাতা-সন্তানদের মধ্যে সংযোগ # ২২৪
মৃত্যুবার্ষিকীর গুরুত্ব # ২২৮
পূর্বপুরুষদের পূজা # ২২৯
স্বর্গ ও নরক # ২৩১

অধ্যায় ৯
শোক ও বিলাপ # ২৩৭
শোকের মূল প্রকৃতি # ২৩৭
শোক কাটিয়ে ওঠা # ২৪০
মৃতদের জিনিসপত্র # ২৪৪
সহানুভূতিশীল মৃত্যু # ২৪৭
গণহারে মৃত্যু এবং এর পরিণতি # ২৪৯
শোকের সময়কাল # ২৫২
স্মৃতিস্তম্ভ, সমাধি এবং পিরামিড # ২৫৪

তৃতীয় খণ্ড
মৃত্যুর পরের জীবন # ২৫৯
অন্ধকারময় একজন # ২৫৯

অধ্যায় ১০
ভূতের জীবন # ২৬১
ভূত কী # ২৬১
ভূতের যন্ত্রণা # ২৬৭
ভূতের সমাধান # ২৬৯
জমাট সত্তাদের দ্রবীভূত করা # ২৭২
নির্মাণকায়া # ২৭৭
ডাউনলোডিং সত্তা # ২৮০

অধ্যায় ১১
পুনর্জন্মের ধাঁধা # ২৮৩
নতুন শরীর গ্রহণ # ২৮৩
পুনর্জন্মের হিসাব-নিকাশ # ২৮৬
শিশুদের মধ্যে অতীত জীবনের # ২৯০
স্মৃতিচারণ # ২৯০
শিশুদের মধ্যে অতীত জীবনের স্মৃতিচারণ # ২৯০
অতীত জীবন আবিষ্কার # ২৯১
শিশু হিটলার # ২৯৬
জীবনকালের জন্য দম্পত্তিরা # ২৯৯
একমাত্র স্থায়ী সম্পর্ক # ৩০১
সহস্র চন্দ্র পেরিয়ে জীবন # ৩০৩
জন্ম : সব সময়ই শুরু # ৩০৫
লামাদের পুনর্জন্ম # ৩০৮
আমার অতীত জীবনকাল # ৩০৯
আমি কী ফিরে আসব # ৩১৬

অধ্যায় ১২
চূড়ান্ত রাউন্ড # ৩২১
এক ফোঁটা আধ্যাত্মিকতা # ৩২১
একবার তুমি একটা ভুল করেছ... # ৩২৫
পরিভাষা # ৩৩১
ইশা ফাউন্ডেশন # ৩৪৪
ইশা যোগ কেন্দ্র # ৩৪৫
ধ্যানলিঙ্গ # ৩৪৫
লিঙ্গবৈরভী # ৩৪৬
ইনার ইঞ্জিনিয়ারিং # ৩৪৬
ইশা ক্রিয়া # ৩৪৭

অনুবাদকের ভূমিকা

একটি বিশেষ ও কয়েকটি সাধারণ কারণে ছোটবেলা থেকেই আমার মধ্যে মৃত্যুবোধ প্রবল। মৃত্যু-বিষয়ক কোনো বইপত্র পেলে আগ্রহ নিয়ে পড়ি। ২০২১ সালের দিকে এই বইটির কথা জানতে পেরে তাৎক্ষণিকভাবে পিডিএফ নামিয়ে চোখ বুলিয়ে দেখি। কয়েকদিন পর ঢাকার বাতিঘরে বইটি দেখে কিনে ফেলি। এদিক-ওদিক কয়েকটি অধ্যায় কয়েকদিন পড়ি। বেশ অভিনব বই বলে মনে হয়। সদ্‌গুরুর চিন্তাভাবনার সাথে অনেক আগে থেকেই আমি পরিচিত, তার প্রচুর বয়ান শুনেছি, দুটো বইও পড়েছি। কিন্তু এই বইটির বিষয় ও গঠন একটু অন্যরকম। এমন সামগ্রিকতা নিয়ে সদ্‌গুরু আর কখনো হাজির হননি। কোনো একটি অধ্যায় গিয়ে কোনো একটি বিষয় বুঝতে না পেরে সে সময়ের জন্য বইটি আমি রেখে দিই। ভাবি, পরে কখনো আরো মন দিয়ে পড়ব। যা হয়, অনেক বইয়ের ক্ষেত্রেই এমন হয়, পড়তে থাকা বইয়ের ভেতর কলম বা পেনসিল গুঁজে রেখে দিলেও অনেক সময় দুই-এক বছর আর সেই বই খুলে দেখা হয় না।

নানারকম কাজ ও পড়াশোনার সঙ্গে আমি জড়িয়ে পড়েছি। পেশাগত কারণেও তখন খুব ব্যস্ত ছিলাম। ফলে বইটি আর পড়া হয় না। ২০২৩ সালের এপ্রিল মাসে জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়ের এক ছাত্র আত্মহত্যা করেছেন, তার টেবিলে এ বইটি পাওয়া গেছে। অনেকে ধারণা করছেন এই বইটি পড়েই নাকি তিনি আত্মহত্যা করেছেন। আত্মহত্যার আগে তিনি ফেসবুকে একটা পোস্ট দিয়েছিলেন, তার কথা থেকেও ধারণা করা যায় তিনি হয়তো কোনোভাবে এই বইটি দ্বারা প্রভাবিত হয়েছিলেন। তিনি লিখেছিলেন, কোনো দুঃখ বা হতাশা থেকে না, বরং ধ্যান করতে করতে তিনি দেহের উর্ধ্বে উঠে গেছেন, তাই নিজেকে বিলীন করে দেওয়াই উত্তম মনে করছেন।

তখন আমি ফেসবুকে একটা পোস্ট দিয়েছিলাম বইটি নিয়ে। অনেকেই অনেকরকম মন্তব্য করেছিলেন, প্রচুর শেয়ার হয়েছিল পোস্টটি। বইটি অনুবাদের আগ্রহ প্রকাশ করেছিলাম। আমার আগ্রহে সাড়া দিয়েছিলেন নালন্দা প্রকাশনীর রেদয়ানুর রহমান জুয়েল ভাই। এপ্রিলের মাঝামাঝি থেকে আমি বইটির অনুবাদ কাজ শুরু করি এবং জুলাইয়ের শেষ দিকে শেষ করি।

গত তিন মাস আমি এ বইটির মধ্যে ডুবে ছিলাম। এর মধ্যে জীবনে অনেক ধরনের ঘটনা ঘটেছে। শারীরিক ও মানসিকভাবে বেশ ভালোই একটা ধকল গেছে। তারপরও প্রভূত আনন্দ পেয়েছি অদ্ভুত সব অজানা বিষয় জানতে পেরে।

বইটির কিছু অংশ খুব সহজ, সুন্দর, মুখস্থ করে রাখার মতো। কিছু অংশ বেশ দুরূহ। অনেক বিষয়ে আলাপ করতে গিয়ে সদ্‌গুরু ভারতীয় প্রাচীন দর্শন ও তন্ত্রমন্ত্র টেনে এনেছেন। অনেক বিষয় দেখে মনে হয়েছে সত্যিই কি এরকম হয় নাকি! পরে নেটে সার্চ দিয়ে দেখেছি সেসব বিষয়ে উইকিপিডিয়াতেও প্রচুর আলাপ আছে। ভারতীয় প্রাচীন দর্শন, সংস্কৃতি সম্পর্কে কিছু পড়াশোনা ছিল, কিন্তু এ- ইটি পড়তে গিয়ে মনে হলো এসব বিষয়ে কতই না কম জানি! সেসব বিষয়ে কিছু ধারণা না থাকলে বইটি অনুবাদ করাও অসম্ভব হতো, ফলে অনুবাদের কাজ বাদ দিয়ে অনেক সময় সংশ্লিষ্ট বিষয়ে পড়াশোনা করতে হয়েছে।

বিজ্ঞানমনস্ক মানুষের সাথে সদ্‌গুরুর কিছু বক্তব্য সংঘর্ষ হতে পারে। সদ্‌গুরুও অনেক জায়গায় বিজ্ঞান ও আধুনিক চিকিৎসাব্যবস্থার সমালোচনা করেছেন। সদ্‌গুরু বলেছেন, 'মৃত্যু সম্পর্কে তাদের সবচেয়ে বড় ব্যাখ্যা হচ্ছে— 'জীবনের অনুপস্থিতি'। আবার জীবন সম্পর্কেও তাদের কোনো ব্যাখ্যা নেই। সামাজিক রীতিনীতি, চিকিৎসাবিজ্ঞান, আইনি নিয়মকানুন ইত্যাদি বিষয়-আশয় মাথায় রাখলে মৃত্যুর একটা যথার্থ ব্যাখ্যা অবশ্যই প্রয়োজন। প্রাচীন কালে ধারণা করা হতো দম বন্ধ মানেই মৃত্যু। কিন্তু এরকম অনেক 'মৃত্যু' ঘোষণা করার পরও যখন কেউ পুনরায় বেঁচে উঠত তখন বিষয়টা স্বাভাবিকভাবেই জটিল হয়ে যেত। তাই তারা মৃত্যুর সংজ্ঞা পরিবর্তন করলেন। পরে বলা হলো যদি নাড়ির স্পন্দন বন্ধ হয়ে যায়, হৃৎপিণ্ড থেমে যায় তাহলে মৃত্যু ঘোষণা করা যায়। আশ্চর্য ব্যাপার হচ্ছে দম ও হৃৎপিণ্ড পুরোপুরি বন্ধ হয়ে যাবার পরও অনেকে বেঁচে ফিরে এসেছে। এখন তাদের হাতে একগুচ্ছ শর্ত নিহিত : ডাক্তারি পরীক্ষা-নিরীক্ষা দ্বারা প্রমাণিত মৃত্যু, মস্তিষ্কের মৃত্যু, পাকস্থলীর মৃত্যু, হৃৎপিণ্ড ও ফুসফুসের মৃত্যু, পুরো মস্তিষ্কের মৃত্যু, উচ্চ মস্তিষ্কের মৃত্যু— মৃত্যুকে সঠিকভাবে চিহ্নিত করার ব্যর্থতার কারণে তাদের সংজ্ঞায়ন চলছেই। এর কারণ তারা শুধু মৃত্যু প্রক্রিয়ার লক্ষণগুলো বিবেচনা করছে, এর কারণ উদঘাটন করতে পারছে না। আসলে তো পঞ্চবায়ুর দেহত্যাগের কারণেই মৃত্যু ঘটছে।'

সবচেয়ে বড় কথা মৃত্যু নিয়ে কোথাও কোনো গভীর আলাপ নেই। অনেক সমাজ-সংস্কৃতিতে এমনকি মৃত্যু নিয়ে কথা বলাও নিষিদ্ধ। অথচ মৃত্যু মানুষের জীবনের অনিবার্য পরিণতি। যার জন্ম হয়েছে তাকে মরতে হবে। বেশিরভাগ মানুষ ভাবে, মরণ আসলে মরে যাবে, এ নিয়ে ভেবে আর কী করবে? কিন্তু সদ্‌গুরু বলছেন, জীবন মূলত মৃত্যুর প্রস্তুতি। তুমি কতটা ভালোভাবে মরবে তা নির্ভর করে মৃত্যু নিয়ে তোমার বোঝাপড়া

কীরকম তার ওপর। এবং মৃত্যুকে তুমি যতটা ভালো করে বুঝবে জীবনকেও ততটা ভালোভাবে বুঝবে। জীবনকে তখনই তুমি সর্বোচ্চ ভালোবাসতে পারবে যখন বুঝবে মৃত্যু বাস করে ঠিক জীবনের পাশাপাশি। অনেকে বলে, মৃত্যু জীবনের বিপরীত দিক। কিন্তু সদ্‌গুরু বলছেন, না, জীবন ও মৃত্যু একেবারে সমান্তরাল বহমান। তুমি ভাবছ তুমি একদিন মারা যাবে, কিন্তু তুমি প্রতি মুহূর্তে মারা যাচ্ছ। প্রতিটা শ্বাসের সাথে সাথে তোমার আয়ু কমছে। যেদিন তোমার জন্ম হয়েছে সেদিন থেকে তোমার মৃত্যু প্রক্রিয়াও শুরু হয়েছে।

মৃত্যু এমন সত্য জেনেও যে মানুষ মৃত্যুর কথা ভুলে থাকে এর কারণ মানুষ আসলে জীবনকেও ভুলে থাকে। সে জীবন কাটায় অন্ধের মতো, মারাও যায় অন্ধের মতো। সদ্‌গুরু বলছেন, তোমাকে মরতে হবে পূর্ণ সজাগ থেকে, সচেতনতার সাথে। প্রাণবায়ুকে তুমি বের করে দেবে স্বেচ্ছায়, ফুঁ দিয়ে, প্রদীপ নিভিয়ে দেওয়ার মতো নিভিয়ে দেবে জীবনের আলো, যেমন করে তুমি পরনের কাপড় খুলে ফেল, তেমন করে জীবন খুলে রেখে তোমাকে মৃত্যুর জগতে প্রবেশ করতে হবে।

অনেকে মনে করে, ঘুমের মধ্যে মারা গেলে বেশ হয়। সদ্‌গুরু বলছেন, এর চেয়ে ভয়াবহ ব্যাপার আর হয় না। তাহলে তোমার জীবনের অন্তিম পরিণতিটাই তুমি দেখবে না! সদ্‌গুরু বলছেন, ভয় পেয়ে মরো না, মরো আনন্দের সাথে। তাহলেই তোমার পুরোজীবন আনন্দময়য় হবে, আনন্দময় হবে তোমার অনন্তজীবনও। খুব অল্প সময়ের জন্য আমাদের এ জীবনকাল, কিন্তু মৃত্যুর পরের সময়টা অনেক বেশি দীর্ঘস্থায়ী, সদ্‌গুরু বলছেন, তোমার কোষে কোষে তুমি এমন স্মৃতি নিয়ে যাও যেন মৃত্যুর পর তোমার কোষগুলো দীর্ঘকাল ধরে সুখী হতে পারে!

বইটির দ্বিতীয় অধ্যায় বোঝা না গেলে বইটির অনেক অংশ বোঝা একটু কঠিন মনে হতে পারে। দ্বিতীয় অধ্যায়ে তিনি কথা বলেছেন স্মৃতি নিয়ে। স্মৃতি মানে আমরা যা মনে রাখি তা না। বরং প্রতিটি বস্তুর প্রতিটি স্বতন্ত্র উপাদান যে ধর্ম বা বৈশিষ্ট্য বজায় রাখে তা-ই। একারণেই আমগাছে বছরের পর বছর আম হয়, আবার সেই আম কোনো মানুষ খেলে মানুষই হয়, কোনো বানর খেলে বানরই হয়। নির্জীব স্মৃতি ও প্রাণবিশিষ্ট স্মৃতির পার্থক্য আছে। আবার বহুরকম প্রাণের বহুরকম স্মৃতি। নির্জীব স্মৃতি হিসেবে আমরা শরীরের বস্তুগত উপাদানগুলোর আদি স্মৃতি যেমন বহন করি, তেমনি প্রাণবিশিষ্ট স্মৃতি হিসেবে বহন করি বিবর্তনীয় স্মৃতির ইতিহাস। বিবর্তনীয় স্মৃতিতে অন্য প্রাণের সঙ্গে আমাদের মিল আছে, আবার বংশগতির স্মৃতিতে আমরা মানুষে মানুষেও আলাদা হয়ে যাই। এই স্মৃতি-সমগ্রকে ভারতীয় দর্শনে বলা হয় কর্ম। একজন মানুষের কর্মস্মৃতির সমগ্র মজুদকে বলা হয় সঞ্চিত কর্ম। সঞ্চিত কর্ম হচ্ছে কোনো মানুষের কর্মের গুদামঘর। নির্দিষ্ট জীবনকাল চালনার জন্য নির্দিষ্ট পরিমাণ কর্মই বরাদ্দ থাকে এই মজুত থেকে। একে বলা হয় প্রব্ধকর্ম। একজন

মানুষ যে আরেকজন মানুষের চেয়ে কর্মে আলাদা তার কারণ এই প্রব্ধকর্ম। কেন কেউ এক জীবনকালে অসংখ্য কর্মসাধন করে আবার কেউ আলস্যে জীবন কাটায় এই ব্যাখ্যা এই প্রব্ধকর্মের মধ্যে নিহিত। সদ্‌গুরু বলছেন, তুমি যত কর্ম সম্পন্ন করবে তত তোমার জীবন-বুদ্বুদের দেয়াল পাতলা হবে, বুদ্বুদের দেয়াল যত পাতলা হবে এটা তত সহজে ফাটবে, তার মানে তত সহজে তুমি মুক্তি পাবে, বিলীন হবে।

মৃত্যুর এমন কোনো দিক নেই যা সদ্‌গুরু এ বইয়ে আলোচনা করেননি। অবশ্যই তিনি ব্যাখ্যা করেছেন তার মতো, তার নিজস্ব দর্শন অনুযায়ী। তার অনেক কথার সাথেই অনেকে দ্বিমত পোষণ করতে পারেন। কিন্তু, মৃত্যুকে এমন বিস্তৃতভাবে দেখার দৃষ্টিভঙ্গি খুব কমই দেখেছি। মৃত্যুর সময় মৃত্যরত ব্যক্তির আর তার আশেপাশের মানুষের কী করা উচিত তার সবই তিনি উল্লেখ করেছেন। সদ্‌গুরু বলছেন, একজন মানুষ সবচেয়ে বেশি অসহায় হয়ে পড়ে তার মৃত্যু-মুহূর্তে। জীবনে সে যত ধরনের সমস্যাতেই পড়ুক তার থেকে মুক্তি পেতে পারে, অনেকে তার সাহায্যে এগিয়ে আসে, কিন্তু মৃত্যুর জগতে প্রত্যেককে যাত্রা করতে হয় একা! সে এমনকি জানেও না কোথায় যাচ্ছে, সারাজীবনের সমস্ত আয়োজন পেছনে ফেলে যাচ্ছে। তাই সদ্‌গুরুর শেষ কথা, তুমি প্রতি মুহূর্তে মৃত্যুর কথা স্মরণ রাখো, যেন তোমার জীবন সুন্দর হয়, তোমার জীবন সুন্দর হলেই মৃত্যুও সুন্দর হবে। মৃত্যুকে ভয় পাবার কিছু নেই, মৃত্যু আনন্দময়। যেমন জীবনও আনন্দময়। কিন্তু তুমি যদি ভয়ের সাথে জীবন কাটাও, মৃত্যু মুহূর্তেও তুমি ভয় পাবে। এমন ভেবো না যে হঠাৎ করে শেষ মুহূর্তে তুমি ভয় কাটাতে পারবে। এটা তোমার সারাজীবনের চর্চার বিষয়। এজন্য সারাজীবন ধরেই মৃত্যুর প্রস্তুতি নিতে হয়। মৃত্যুর প্রস্তুতি মানে মৃত্যুর মুখে ঝাঁপ দেয়া না, বরং জীবনের প্রতিটা পদক্ষেপ সাহসের সাথে মোকাবিলা করা। যেকোনো মুহূর্তেই তুমি মারা যেতে পারো সেভাবে তৈরি থাকা। মৃত্যু চিরন্তন সত্য জানলেই তুমি নিজেকে ভালোবাসতে পারবে, তোমার আশেপাশের সবাইকে ভালোবাসতে পারবে। এখানে তুমি চিরকাল থাকবে না জানলেই তুমি এই বিশ্বজগৎকে প্রাণভরে ভালোবাসতে পারবে।

২.

জীবন্ত অধ্যাত্মগুরুদের মধ্যে সম্ভবত সদ্‌গুরুই সবচেয়ে বিখ্যাত। সারা বিশ্ব জুড়ে ছড়িয়ে আছে তার অগণিত ভক্ত-শিষ্য। তার বই না পড়লেও, ইউটিউবের কল্যাণে এখন অনেকেই তার বয়ানের সাথে পরিচিত। বহু বিষয় নিয়ে তিনি ক্রমাগত বক্তব্য দিয়ে যাচ্ছেন। হিন্দুত্ববাদী হিসেবে অনেকে তার সমালোচনা করেন। সদ্‌গুরু নিজে বলেন, তিনি নির্দিষ্ট কোনো মত-পথের অনুসারী নন। তবে, প্রাচীন ভারতীয় দর্শনের তিনি একজন প্রতিনিধিত্বশীল ব্যক্তি। শিবের ভক্ত। ভারতীয় দর্শনকেই তিনি নিজের জীবনধারায় চর্চা করেছেন।

সদ্‌গুরুর আসল নাম জাগ্‌গী বাসুদেব। ১৯৫৭ সালের ৩ সেপ্টেম্বর তিনি জন্মগ্রহণ করেন ভারতের কর্ণাটকের মহীশূরে। পাঁচ ভাইবোনের মধ্যে সবার ছোট তিনি। ইংরেজি সাহিত্যে স্নাতক সম্পন্ন করার পর ব্যবসা শুরু করেন। প্রথমে দিয়েছিলেন একটা মুরগির ফার্ম, তারপর নির্মাণ শিল্পের সঙ্গে জড়িয়ে পড়েন। সারাক্ষণ মোটর-সাইকেল নিয়ে ঘুরে বেড়াতেন। ছোটবেলা থেকেই খুব বেপরোয়া প্রকৃতির ছিলেন। পাহাড়ে-জঙ্গলে ঘুরতে ভালোবাসতেন। অতীন্দ্রিবাদের প্রতি আকর্ষণ ছিল প্রবল। অনেক গুরুর সান্নিধ্যে গেছেন। পঁচিশ বছর বয়সে, ১৯৮২ সালের ২৩ সেপ্টেম্বর চামুণ্ডি পাহাড়ের একটা পাথরখণ্ডে বসে থাকার সময় তার প্রথম প্রবল আধ্যাত্মিক অভিজ্ঞতা হয়। তার মনে হয় তার জীবন চারদিকে ছড়িয়ে গেছে। কোনটা যে তিনি, আর কোনটা যে তিনি নন বুঝতে পারছিলেন না। তার চোখ দিয়ে দরদর করে পানি পড়ছিল। জীবন ও জগৎকে তিনি অন্যরকম এক আলোয় আবিষ্কার করেন।

১৯৮২ সাল থেকেই তিনি তার অভিজ্ঞতার কথা সবাইকে বলতে শুরু করেন। মানুষকে যোগচর্চা শেখাতে শুরু করেন। ১৯৯২ সালে প্রতিষ্ঠা করেন ইশা ফাউন্ডেশন। আজকে তার কর্মতৎপরতা বহুদিকেই ছড়িয়ে গেছে। পরিবেশ আন্দোলন থেকে নদী বাঁচাও আন্দোলন। তিনি বলেন, এই মাতা-ধরণিকে না বাঁচানো গেলে পৃথিবীতে কোনো প্রাণেরই টিকে থাকা সম্ভব হবে না। মানুষ প্রকৃতি থেকে নিজেকে স্বতন্ত্র সত্তা ভাবছে বলেই এত সমস্যা। কিন্তু মানুষ প্রকৃতি থেকে আলাদা নয়। বরং প্রতি নিঃশ্বাসেই সে এর সঙ্গে সম্পর্কিত। সদ্‌গুরু বলছেন, তুমি যা খাও, তার প্রতিটা দানাই তো এই মাটি থেকে সংগৃহীত। এবং তুমি যা খাও তা-ই তো তুমি নির্মিত হও। এই মাটি-জল-হাওয়া থেকেই তোমার জন্ম, এখানেই তুমি ফিরে যাবে, তাহলে একে দূষিত করো কী করে!

সদ্‌গুরুকে নিয়ে কিছু বিতর্ক থাকলেও তিনি যে লক্ষ লক্ষ মানুষকে নতুনভাবে বেঁচে থাকার সাহস, শক্তি, স্বপ্ন ও অনুপ্রেরণা জুগিয়েছেন তা অস্বীকার করা যাবে না। বর্তমান সময়টা নানা কারণে অস্থির, যুদ্ধংদেহী। তিনি এর থেকে দৃষ্টি ফিরিয়ে মানুষকে নিজের দিকে তাকাতে বলেন। প্রশান্ত হতে বলেন। সদ্‌গুরু সারাজীবন ধরে বলে আসছেন, তুমি সজাগ হও, দৃষ্টি মেল, তাকাও, দেখো, তুমি কোথায় আছ, একবার নিজের জীবনকে উপলব্ধি করো, ধ্যানে ডুব দাও, নিজেকে সন্ধান করো, নিজের অন্তরাত্মার খোঁজ না পেলে কিছু দিয়েই তোমার যাবে-আসবে না। কিছুই তুমি নিয়ে যেতে পারবে না। তোমার জীবন একটা পলকমাত্র। সেই এক পলকে দেখো শুধু জীবনের ঝলকানি।

সবার ওপর শান্তি বর্ষিত হোক।

কামরুল আহসান
স্বামীবাগ, ঢাকা