Sanatan Dharma

পঞ্চ 'ম' কার সাধন*

পঞ্চ 'ম' কার সাধন*
১. মদ্য - অর্থাৎ, আমাদের জিহ্বার দ্বারা মস্তিষ্কের তালু গ্রন্থ ভেদ করে রাজিকা পর্যন্ত নিয়ে যাওয়াকে খেচরী মুদ্রা বলে। এবং এই খেচরি মুদ্রার দ্বারা ওই রাজিকা গ্রন্থিতে থাকা অমৃত জিহ্বার দ্বারা আস্বাদন করাকে মদ্য পান বা মদ্য সাধন বলে।
২. মাংস- 'মা' শব্দের অর্থ জিহ্বা, ং এর অর্থ করা, 'স' শব্দের অর্থ ভক্ষণ। খেচরী মুদ্রার সাহায্যে তালু গ্রন্থি ভেদ করতে পারলেই, তখন আমাদের আপনা থেকেই বাক সংযম এবং স্বাদ সংযম আপনা থেকেই হয়ে যাই, যেটা আমাদের সাধনার একান্তই প্রয়োজন, একেই মাংস ভক্ষণ বা মাংস সাধন বলে।
৩. মৎস্য - সাধারণত আমাদের শ্বাস অর্থাৎ প্রাণ ও অপান বায়ু আমাদের ইরা এবং পিঙ্গলা তে চলে। যখন আমরা বিশেষ গুরু প্রদত্ত ক্রিয়ার দ্বারা এই শ্বাসকে (প্রাণ ও অপান) সুসুমা নাড়ীতে প্রবেশ করাতে সক্ষম হই, তখন মৎস্য ভক্ষণ বা মৎস্য সাধনা হয়।
৪. মুদ্রা - যোগ শাস্ত্রে বিভিন্ন যোগ এর কথা বলা হয়েছে (কমরালি মুদ্রা, মহামুদ্রা, যোনিমুদ্রা, etc)। গুরু শিষ্যের আঁধার অনুসারে এই মুদ্রার সাধনা দিয়ে থাকেন, এবং যা নিষ্ঠা সহকারে করাকে মুদ্রা সাধন বলে।
৫. মৈথুন - এই চার রকম সাধনা গুরু প্রদত্ত ক্রিয়ার দ্বারা নিষ্ঠা সহকারে করার পর গুরুর অপার কৃপার দ্বারা জীবাত্মা কে পরমাত্মা তে মেলানোর ক্রিয়াকে মৈথুন সাধনা বলা হয়।

Published on: Jan, 14 2024 11:58