আধ্যাত্মিক প্রশ্নোত্তরী
(বুদ্ধ পূর্ণিমা,২০১৩)

১) কূটস্থ কি বা কূটস্থ কাহাকে বলে? ঐ কূটস্থের স্থান কোথায়?

উ :— 'কূটস্থ' হল সর্বব্যাপী বিরাট মন। 'কূট' অর্থে অন্তঃপুর আর 'স্থ' অর্থে অস্থি; অর্থাৎ, অন্তঃপুরে যাঁর বাস তিনি হলেন জীবাত্মা বা আত্মারাম। কূটস্থ হল বিশ্বযোনি যেখানে বিশ্বের উদ্ভব হয়। আজ্ঞাচক্রের মধ্যভাগের কেন্দ্রে ত্রিকূটীর মধ্যে কূটস্থের স্থান। কূটস্থ মধ্যে সর্বব্যাপী চেতনার উপলব্ধি হয় যোগীগণের।

২) কুলকুণ্ডলিনী কোথায় থাকেন? এই কুলকুণ্ডলিনী শক্তি কখন মূলাধার চক্রে অনুভূত হন? কুলকুণ্ডলিনী কাকে বলে?

উ :— শাক্ত সহস্রারের কেন্দ্রস্থলের ত্রিকোণাকার যোনি মণ্ডলে স্বয়ম্ভূ লিঙ্গকে বেষ্টন করে সাড়ে তিন পাকে বেষ্টিত হয়ে কুলকুণ্ডলিনী শক্তি সর্পাকারে অবস্থান করেন। দীক্ষাকালে সদ্‌গুরু ত্রিকূটীতে শক্তিপাতকরতঃ ঊর্দ্ধশক্তিকে নিম্নে নিক্ষেপ করে যোনিমণ্ডল সমেত কুলকুণ্ডলিনী শক্তিকে মূলাধার চক্রে উত্থাপিত করে চৈতন্য দান করেন। মূলাধারে ক্ষিতিতত্ত্ব — এখান থেকেই মনুষ্য চেতনার ক্রমবিকাশ শুরু হয়। সদ্‌গুরু কুণ্ডলিনী শক্তি জাগ্রত করে দিলে পরে তখন যোগ সাধনা করার সময় তাকে অনুভূতিতে অনুভব করা যায়।

স্বয়ম্ভূলিঙ্গকে সার্দ্ধত্রিবলয়াকারে বেষ্টন করত যে বায়বীয় কুণ্ডলিনী শক্তি জড় অবস্থায় থাকে তা যখন হৃদয়স্থিত আত্মশক্তির সঙ্গে সংযুক্ত হয়ে চৈতন্যময় হয়ে ওঠে, তখনই তাকে কুলকুণ্ডলিনী বলা হয়। 'কুল' অর্থে আদি অবস্থা বা বংশ; আত্মা হল ব্রহ্মবংশের ব্রহ্মাণু — তাই আত্মাই কুল নামে অভিহিত।

৩) এই ব্রহ্মাণ্ডে নিত্য বস্তু কি?

উ :— চৈতন্যশক্তিময়ী অক্ষররূপী বীজ ও প্রাণ।

৪) (ক) প্রাণায়াম কি? (খ) প্রাণায়ামের তিনটি ভাগ 'পূরক-কুম্ভক-রেচকের' বিশেষ মাহাত্ম্য কি? (গ) প্রাণ কি?

উ :— (ক) প্রাণের সম্যকরূপে বিস্তার বা সম্বর্দ্ধনের অনুশীলনকে প্রাণায়াম বলে; অর্থাৎ দেহাভ্যন্তরস্থ চৈতন্যশক্তির উন্মেষ ও বিস্তার।

(খ) প্রাণকে মহাপ্রাণের সঙ্গে যোগযুক্ত করাই হল প্রাণায়াম। প্রাণায়ামের তিনটি ভাগ — 'পূরক, কুম্ভক ও রেচক'। পূরকে শক্তি সঞ্চারিত হয়, কুম্ভকে শক্তি সঞ্চিত হয়ে শক্তিকে সঞ্চালিত করার অধিকার হয়, রেচকে শক্তিকে প্রয়োগ করার অধিকার হয়। প্রাণায়ামের ফলে প্রাণারামে পৌঁছানো যায়।

(গ) চৈতন্যশক্তির বায়বীয় প্রবাহ হল 'প্রাণ' — প্রাণের দুটি অবস্থা — চঞ্চল প্রাণই মনরূপে ব্যক্ত এবং স্থির প্রাণই আত্মা।

৫) যোনিমুদ্রা সাধনের মাহাত্ম্য কি? 'যোনিমুদ্রা' বলা হয় কেন? 'মুদ্রা' শব্দের অর্থ কি?

উ :— যোনিমুদ্রা সাধনের সহায়তায় কূটস্থে প্রবেশাধিকার হয়। কূটস্থে প্রাণের স্থিতিতে বিশ্বের রূপ দর্শন হয়। কূটস্থ হল বিশ্বযোনি, তাই যোনিমুদ্রা নাম হয়েছে। যোনিমুদ্রা দ্বারা কুম্ভক সিদ্ধ হওয়া যায়। কুম্ভকসিদ্ধ অবস্থায় সাধক কেবলী অবস্থা প্রাপ্ত হয়ে ইচ্ছামাত্রেণ বিশ্বের রূপ দর্শন করতে সক্ষম হন। যোনিমুদ্রার অপর নাম শাম্ভবী মুদ্রা। যোনিমুদ্রা সাধনার ফলে শাম্ভবী শক্তি জাগ্রত হয়। শাম্ভবী শক্তি হল শিবভাবের মঙ্গলময় শক্তি অর্থাৎ হিতকর শক্তি। এই শক্তি সাধকের মধ্যে জাগ্রত হয়ে থাকলে তিনি সর্বাবস্থায় মঙ্গলপূর্ণ আচরণ করেন এবং তাঁর নিজের ক্ষেত্রেও মঙ্গল হয় অর্থাৎ তিনি পরমমঙ্গলময়ের নিত্য কৃপা লাভ করতে সমর্থ হন।

'মুদ্রা' শব্দের অর্থ, ''যাহা আনন্দ প্রদান করে''। যোনিমুদ্রা সাধনে জ্যোতি দর্শনে অভূতপূর্ব আনন্দলাভ করেন সাধক।