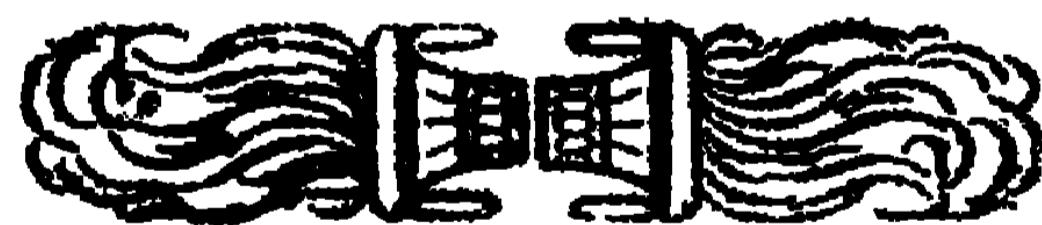


# କଳ୍ୟାଣେର ପଥ

ଆବିଜୟକାନ୍ତ ରାର ଚୌଧୁରୀ ।



ମୁଲ୍ୟନାଂ ଆମ୍ବାୟ

ଅକ୍ଷାଶ—  
ଏତ୍ତକାନ୍ତ

ସର୍ବଦ୍ୱାରା ସଂରକ୍ଷିତ ।  
( ଅଧିମ ସଂକରଣ, ପୌର, ୧୩୩୩ ମାଲ ) ।

• ଆନ୍ଦୋଳନ—ଶ୍ରୀଗୌରଲାଲ ପାଲ ।  
ଶାନ୍ତି ପ୍ରେସ ହୁରାଡ଼ାଙ୍ଗ, ନଦୀଯା ।

## উৎসর্গ ।

অভিমন্তবয় সোদরপুর পরালোকগত বন্ধু, প্রথম  
রৌবনে বাহার সহিত মহেশপুরের নির্জন  
নদীতীরে, আন্তরে ভারতের এক গৌরবময় চিত্র  
দেখিতাম, বন্দিনী দেশজননীর রক্তপদাম্বুজের  
শৃঙ্খল মোচনই ছিল যার জীবনের অত, সেই  
অনাগত দেবজ্ঞাতির অগ্রন্তঃ ॥ শ্রদ্ধাকাশ  
মজুমদারের পবিত্র শুভির উক্তদেশে আমার  
এই কৃত্ত পুস্তকখালি নিবেদন করিলাম ।

ইতি, জিয়ারবী, মন ১৩৩০ সাল ৩০ পৌষ ।

শ্রীবিজয়কান্ত রায় চৌধুরী ।



## তুমিকা

জগতের ও জাতির কল্যাণের পথস্রূপে ব্ৰহ্মচৰ্য্যাই  
আমাদের কাছে প্ৰথম প্ৰতিভাত হইয়াছে। রোগ  
অকালমৃত্যু ও অবসাদ, দৌৰ্বল্য শোক ও দারিদ্ৰ্যের  
পেষণে আমাদিগকে পীড়িত কৱিতেছে। এ সকলই  
আমাদের চেষ্টায় দূৰ কৱিয়া জগৎকে আনন্দ ও  
কল্যাণময় কৱিয়া তুলিতে পারি। তাই এই ক্ষুদ্ৰ  
পুস্তকখানি বাহিৰ কৱিলাম। শুধু নিজেৰ অপৰিণত  
লেখনী দ্বাৰা ব্ৰহ্মচৰ্য্যেৰ অপাৱ মহিমা কৌৰতন্ত্ৰে  
ব্যৰ্থ-প্ৰয়াস কৱি নাই। যে সকল মহাদ্বাৰা সাধক  
ও ঋষি মহাপূৰুষগণেৰ অংমৰ লেখনী হইতে ব্ৰহ্ম-  
চৰ্য্যেৰ মহাদ্বাৰা সংগ্ৰহ কৱিয়াছি এবং স্থানাভাৱে  
ঘাঁথাদেৱ অমূল্য বচনসমূহ নিবন্ধ কৱিতে পারি নাই  
•তাহাদিগকে আমাৱ অস্তৱেৱ শ্ৰদ্ধা জানাইতেছি।  
তাহাদেৱ গৱীয়সী বাণী ছাত্ৰ ও শুবকগণকে সম্পূৰ্ণ  
কুপাস্তৱিত কৱিয়া এক বৃত্তন জাতি গড়িয়া তুলুক  
ইহাই আমাৱ কামনা।

সন ১৩৩৩ সাল ৩০শে পৌষ  
পো: আলামপুৰ, জিয়ানখী; } : প্ৰকাশক  
জেলা নদীয়া। }.



## କଲ୍ୟାନେତ୍ର ପଥ



ଶାଖୀ ବିଲେନ୍ | ୧୦୯



## প্রথম পরিচেদ

( ১ )

কৃষি, শিল্প, বাণিজ্য, রাষ্ট্রনীতি সকলদিকেই  
মানব অপচয় নিবারণে উন্নতির পথ পরিষ্কারে ব্যস্ত ।  
কিসে, waste বা অপচয় কর হয়, by-product  
বা আনুসঙ্গিক নানাক্রম উৎপাদন দ্বারা সেই  
অপচয়ও কিসে, নিবারণ হয়, এই লইয়া আমা-  
দের কতই না চেষ্টা ! আর সৃষ্টির শ্রেষ্ঠবিকাশ  
মানবজীবনে ক্ষণিক শুধের মৌহে যে বিপুল  
শক্তির অমূল্য সম্পদ নিত্য অপচিত হইতেছে  
সে কথা একবার স্থিরচিত্তে ভূবিয়া দেখিলে মনে

হয় জার্মান বাস্তুবীর নৌটিশের Superman বা  
অতিমানব কবিকল্পনা নয়,— খবি অবিলের দেব-  
জাতি মর্ত্যকে মহীয়ান করিবে ইহা আর বিচিত্র  
কি ? ‘বিন্দু বিন্দু জীবন করি আহরণ’ ‘আপনার  
মাঝে আপনারে পূর্ণ করিয়া’ তুলিয়া, শিথগুরু  
গোবিন্দ একদিন জাতির ঘোর অমানিশায় বিরোধী  
শক্তির ঘনকৃষ্ণ মেঘপুঞ্জ প্রাণশক্তির বিদ্যুৎবিকাশে  
আলোকিত করিয়াছিলেন,— ভারতপ্রান্তে শিথ-  
শক্তির গভীর গর্জনখনি শুন্ত হইয়াছিল ।  
ক্রমচর্যপরায়ণ মহাআগ্নেয়ীর তপঃশক্তিস্পর্শে কত  
শতাব্দীর মৃতপ্রায় অচেতন জাতি চকিতে সাড়া  
দিয়া উঠিয়াছে । সত্যই, যদি আমরা মানব-  
জীবনের অস্তুল্য শক্তির স্থান অপচয়কে ক্রমচর্যের  
দ্বারা নিরন্তর করিতে পারি জগতের কি কল্যাণই  
না সাধিত হয় !

(二)

কেহ যেন না মনে করেন আমি সকলকে  
লোটিকম্বল সম্মত করিয়া বনে গিয়া সংসারের  
অনিত্যতা স্মরণ করিয়া ওপারের আলোর সঙ্গান  
করিতে উদ্ধাস্ত করিয়া তুলিতেছি। মধ্যযুগের  
ইয়োরোপের ভৃষ্ট সন্ধ্যাসৌমাজ এবং বৌদ্ধযুগের  
ভাঙ্গনের দিনে ব্যতিচারী ভিক্ষুস্পদায় ব্রহ্মচর্যের  
সহিত বিভীষিকা বা dismal asceticism এর  
ভাবকে জড়িত করিয়াছে। বিশ্঵স্থির একটা  
সার্থকতা আছে, তাহাকে বাস দিয়া জীবনে শুধু  
অনিত্যজগতের বিভীষিকা দেখিলে ‘অশূর্য নাম  
তে লোকা অঙ্কেন তন্মাযুতাঃ’ হইয়া জীবনের  
পথ গভীর ভূঃ অঙ্ককারে ঢাকিয়া থাই।  
অতুলনীয় কজাশিল, সাহিত্য ও সৌন্দর্যজ্ঞানের  
অধিকারী হইয়াও শেষে প্রাচীন গ্রীকজাতি এই  
জগত বিভীষিকা বা fatalism এর আঁধারে

তুবিয়া গেল। অনিত্য সংসারের বিভীষিকা মহান  
হিন্দুজাতিকে শতাব্দীর পর শতাব্দী ধরিয়া জড়  
ও পঙ্ক করিয়া রাখিয়াছে,— জীবনের আনন্দে  
ভরপুর বিশ্বসঙ্গীতের মুর্ছনায় ধাতময় উত্তমশীল  
বৈদিক আধ্যাজাতির জীবন কক্ষার বহুদিন নৌরব  
হইয়াছে।

“হিরণ্যমেন পাত্রেণ সত্যস্তাপিতিত্ত্বম্ ।

তৎ হং পূর্ণপাত্রত্ব সত্যবশ্যায় দৃষ্টয়ে ॥”

বলিয়া জ্যোতিশ্চয় ও সৌন্দর্যাময় সৃষ্টিপ্রকাশের  
অন্তরালে অবস্থিত সত্যকে অবলোকন করিবার  
ব্যাকুলতা আধ্যাবর্ত হইতে বহুদিন বিলুপ্ত  
হইয়াছে।

শব্দ-স্পর্শ রূপ-রস-গন্ধে ভরা, আলো-অন্ধকারে  
ঘেরা বৈচিত্রিময় মুন্দুর এই জগত অসীমশৃঙ্গের  
মাঝে কেমন ফুটিয়া উঠিয়াছে! ইহাকে উপেক্ষা  
করিতে বলার স্পর্দ্ধা রাখি না। অসীম যার

•সীমা তাও কি কখন অনিত্য আসার হয় ? তাই  
বলিতেছিলাম ব্রহ্মচর্য আমাদের স্থষ্টিকে বাদ দিয়া  
ইহবিমুখ হওয়ার জন্য নয়। বিক্ষিপ্ত বিচ্ছিন্নশক্তিকে  
কেন্দ্রীভূত করিয়া স্বাস্থ্য, সৌন্দর্য, ও শক্তিতে  
শক্তিমান করিয়া। ব্রহ্মচর্য মানব জীবনে স্বষ্টার  
স্থষ্টিকে সার্থক করিয়া তুলুক আমরা ইহাই চাই।  
এক নৃতন সমাজ, নৃতন জাতি ও নৃতন সভ্যতা  
গড়িয়া উঠক,— নবোদিত রবিকরে-স্নাত জগতের  
বুকে এক বীরজাতি সমস্ত বিরোধীশক্তির সম্মুখেই  
আপন মহিমায় যেন মুখ্য তুলিয়া দাঢ়াইতে  
পারে।

( ৩ )

দেশের দুরবস্থার কথা অল্লবিস্তর আজ  
সকলেই উপলব্ধি করিতেছেন। প্রতিকারের জন্য  
সকল দিকে জাগরণের সাড়া পড়িয়াছে। কয়েক

বৎসর হইল মহাত্মা 'গান্ধী' জাতীয় মহাসভায় যে  
মহাভাবপ্রবাহ জাতির মুক্তির জন্ম আনিয়াছিলেন  
দেশ যোগ্য না হওয়ায় তাহা ফলবতী করিতে  
পারিল না। শক্তিহীন মানুষ উজ্জেবনার আতিশয়ে  
তাহার ক্ষমতার অভিরিক্ষ কিছু করিতে গিয়ে  
যেমন অবসাদগ্রস্ত হইয়া পড়ে, আজ এই জাতির  
দশাও তাই। ধৌর স্থির অঙ্কন্ত ও একনিষ্ঠ  
গঠনকার্যের দ্বারা সেইজন্ম সর্বাগ্রে জাতির  
শিরায় শিরার শক্তির বিদ্যুৎপ্রবাহ সঞ্চার করা  
দরকার। 'প্রবর্তক সজ্ব,' 'অভয়াশ্রম,' 'খাদি-  
প্রতিষ্ঠান' প্রভৃতি বংলাদেশে বহুপূর্বে ইহা  
হৃদয়ঙ্গম করিয়া এ ঘাবৎ গঠনকার্য চালাইয়া  
আসিতেছেন। লাক্ষ্মি দেশের আর্টক্রমন অসহায়  
ভাবে শুনিতে শুনিতে যাহারা ধরাপূর্ণ হইতে  
মুছিয়া যাইতে ইচ্ছা করেন না, যাহারা ব্যর্থ  
অতীতকে মুছিয়া ফেলিয়া এক গৌরবাপ্রিত

•ভবিষ্যত রচনা করিতে চান, আজ আমরা তাহাদিগকে ব্রহ্মচর্ম্যাশুশীলনের দ্বারা অপরাজেয় আত্মশক্তি লাভ করিয়া ধৈর্য ও অধ্ববসায় সহকারে এই জাতিগঠন কার্য সাফল্যমণ্ডিত করিতে আহ্বান করিতেছি। আমরা বিশ্বাস করি ব্রহ্মচারী ত্যাগী কর্মকুশল একদল দেশভক্তকে একনিষ্ঠত্বাবে দৌর্ঘ্যদিন গঠনকার্য না চালাইলে এই মরা জাতি সঞ্জীবিত হইবে না। যাহারা গঠনকার্যে দেশে নৃতন জীবন আনিবেন এবং শক্তিধারা যাহাদের ভিতর দিয়া দেশের বুকে নামিবে তাহাদের যে চরিত্রে, ত্যাগে এবং কর্মগীলতায় আদর্শ হইতে হইবে তাহা বলাই নাহল্য। যে, যে কাজ নিজে করে না অপরকে তাহার উপদেশ দিলে কখনই তাহা ফলবত্তী হয় না,— পরোপদেশে পাণ্ডিত্যং করিবার স্পৃহা মানব মনে নিহিত আছে, তাহা হইতে মৃক্ত হওয়া দরকার।

দেশের আশা ভুম। স্থল ছাতি ও ঘুবকগণকে,  
আজ কায়মনোবাকে ব্রহ্মচর্যপরায়ণ হইতে বলি।  
ভাটি বাঙ্গালীযুবক তুমি না রবিবাবুর সেই  
'তরঙ্গ', আর অরবিদের মতে সেই অনাগত  
দেবজাতির অগ্রদূত, যোরা জগতকে গড়ে পিটে  
ঠিক করে দিয়ে যাবে? কত দ্রুত পলকের পর  
পলক অতীতে নিলাটিতেছে! আয় তুমি কি  
তোমার চিরপরিচিত দার্শনিকের দৃষ্টি লইয়া  
কালসাগরের তৌরে দাঢ়াইয়া চেউ গুণিয়াটি  
অমূল্য জীবনখানি ঢালিয়া দিবে? একবার অবসাদ  
ত্যাগ করিয়া উঠ। ক্ষণিক-স্মৃথের মোহে অমূল্য  
শক্তির সম্পদ নষ্ট হইতে দিও না। 'বিন্দু বিন্দু  
জীবন করি আহরণ' শিখগুরু গোবিন্দের মত  
'আপনার মাঝে আপনারে পূর্ণ' করিয়া তুল।  
তারপর 'রশ্মি পাকড়ি আপনার করে' তোমার  
জীবনরথখানি সকল 'প্রতিকূল ঘটনায়' ছুটাও,—

তোমার গৌরবময় গতি কিছুতেই প্রতিহত হইবে না।

রোগ অকালমৃত্যু এবং অবসাদ হইতে ক্রমে  
মুক্ত করিয়া ব্রহ্মচর্য জাতিকে জীবনের আনন্দ  
এবং অদম্য কর্মসূচা দিবে। ‘স্বল্পমস্তু ধর্মস্তু  
ত্রায়তে মহতো ভয়াৎ’— গীতায় উগবানের খণ্ডী  
শুনিয়াছি। সেইরূপ আমরা দেখিয়াছি ধৈর্য  
সহকারে কিছুদিন ব্রহ্মচর্য পালন করিতেই নৃতন  
জীবনের স্বাদ পাওয়া যায়,— এই মর-জগতই  
অমৃতময় হইয়া উঠে। তাই অমৃতের পুত্র প্রাচীন  
ভারতের আর্যজাতি ব্রহ্মচর্যাশ্রমকে জীবনের বনি-  
য়াদ করিয়াছিলেন; ভারতের উবিষ্ট দেবজাতির  
অগ্রদূতকেও ব্রহ্মচর্যকে বনিয়াদ করিয়া জীবন  
গঠন করিতে হইবে। মহিমামণ্ডিত নৃতন ভারতের  
ভিত্তি ব্রহ্মচর্যের সুদৃঢ় বনিয়াদের উপর প্রতিষ্ঠিত  
না করিলে চলিবে না।

• (৩)

প্রাচীন প্রণালী অনুযায়ী ব্রহ্মচর্যাশ্রমের  
খুঁটি নাটি নিয়ম পালন করিয়া চলা বর্তমান  
কালোপযোগী নহে—অতীতের অঙ্গ অনুকরণে  
কখনও সাফল্য লাভ করা সম্ভব নহে। স্মষ্টি  
বৈচিত্রকে বিকশিত করিতেছে। সেইজন্ত যাহারা  
ব্রহ্মচর্য পালন করিবার জন্য আন্তরিক ইচ্ছুক  
এবং যাহাদের ভিতর এজন্ত দৃঢ় সঞ্চল জাগিয়াছে,  
তাহাদের পথকে সুগম করিবার জন্য আমরা  
এস্তে একটী উপায় নির্দেশ করিতেছি।

দেখা যায় ব্রহ্মচর্য পালন করিতে উদ্বোধ,  
ইচ্ছুক এবং যত্পরায়ণ হইয়াও কানেক যুবকই  
আশা অনুযায়ী কৃতকার্য্যতা লাভ করিতে পারেন  
না। ব্যক্তিগত জীবনে ইহার কারণ অনুসন্ধান  
এবং তাহার প্রতিকারের সরল উপায় বাহির  
করিয়া আমরা বহুদূর কৃতকার্য্য হইয়াছি। আশা

কুরি প্রত্যেকেই এখন, যিনি ব্রহ্মচর্য পালন করিবার জন্য যথার্থ (Sincerely) চেষ্টা করিবেন, এই উপায়ে সফল হইতে পারিবেন।

ব্রহ্মচারীর ব্রহ্মচর্য অষ্ট হইলে মনে দারণ গ্রানি উপস্থিত হয়, তখন তিনি পুনরায় যাহাতে এরূপ না হয় তাহার জন্য মনে পুনঃ পুনঃ সংকলন করেন। তাহা সঙ্গেও দেখা গেল হয়তো পনর কুড়ি দিন কি এক মাস ছই মাস বা বৎসরখানেক বেশ ভাল থাকিয়া একদিন কাম-মোহিত হইয়া ব্রহ্মচর্য নষ্ট করিয়া ফেলিয়াছেন। ইহার কারণ অনুসন্ধান করিয়া আমরা দেখিতে পাই প্রথমে যে দৃঢ় সংকলন তাহার মনকে সতত ব্রহ্মচর্যবিরোধী ভাব বা চিন্তা বা দৃশ্য হইতে সংযত রাখিত, কালবশে সেই সংকলনের প্রভাব অন্তবিস্তর মন হইতে বিলুপ্ত হইয়া যাওয়ায় মন আর তত সাবধান থাকে না, তখন একদিন ইঞ্জিয়ের ছৰ্দিম

## কল্যাণের পথ

বেগ সহ করিতে না পারিয়া সহজে পরাজিত  
হইয়া পড়ে। তাই সতত সংকলনকে জীবন্নক  
রাখা দরকার। এজন্ত একশত দিনের উপযোগী  
একশত পাতার একটী দৈনিক বিবরণী  
করিয়া প্রত্যেক দিন প্রাতে সংকলন লিপিবদ্ধ করিয়া  
অঙ্গচর্য-বিরোধী-ভাবসমূহের বিরুদ্ধে সংগ্রাম  
করিতে হইবে, এবং পরদিন সংগ্রামের  
ফলাফল যথাযথ লিখিয়া আবার সেইদিনের জন্য  
সংকলন করিতে অক্ষম হন, তবে সেই বিবরণী  
জলে ফেলিয়া দিয়া বা 'অগ্নিতে বিসর্জন' দিয়া  
নৃতন উত্থমে সেই দিনই আবার আব একটি একশত  
পাতার বিবরণী তৈরী করিয়া যাহাতে এই  
বিবরণী বিফল না হয় তাহার "চেষ্টা" করিতে  
হইবে। একশত পাতা সঠিকভাবে পূর্ণ করিলে  
আবার তৎপরদিন হইতে আব একখানি একশত

•পাতার বিবরণী চালাইতে হইবে। প্রথমে ইহা  
কষ্টসাধ্য হইলেও ক্রমেই সহজ হইবে। পরপর  
একশত পাতার কয়েকখানি বিবরণী যথাযথভাবে  
শেষ করিতে পারিলে এরূপ হইবে যে অঙ্গচর্য  
বিরোধীভাব আসিবামাত্র মন আপনা হইতেই  
সতর্ক হইবে।

এক্ষণে কি কি প্রতিভ্রাতা করিতে হইবে ?  
অনেকে অঙ্গচর্য পালন করিতে যাইয়া তাহার  
আনুসঙ্গিক খাত্তাখাত্ত বিচার প্রভৃতি বিষয়ে  
অতিরিক্ত মনোযোগী হইয়া মূল বিষয়ে একাগ্র  
লক্ষ্য না দেওয়ায় বিফলপ্রযত্ন হয়েন। আমরা  
দেখিয়াছি হই উপায়ে সাধারণতঃ আমাদিগকে  
অঙ্গচর্য-বিরোধী ভাবের কবলে পড়িতে হয়।  
একটী আমাদের নিজ মন হইতে উপ্থিত কাম-  
চিন্তা বা ভাব ( Sexual thoughts ), অপরটী  
বাইরের কোন কামোদ্দীপক দৃশ্য ( Sights

## কল্যাণের পথ

exciting sexual thoughts ) । স্মৃতিরং  
প্রতিজ্ঞার মধ্যে এই দুই বিষয় প্রতিদিন স্মরণ  
রাখা দরকার । যথা,—

তারিখ ... ... ...

প্রতিজ্ঞা করিলাম । আজ সমস্ত দিন রাত্রির মধ্যে  
এবং আগমী কল্য আবার যে পর্যন্ত এই  
বিবরণী লিখিব সে পর্যন্ত,—

( ১ ) কাম চিন্তা করিব না ।

( ২ ) ইচ্ছাপূর্বক কামোদীপক কোন দৃশ্য দেখিব  
না, বা অন্ত কোন প্রকার শুক্রক্ষয়কর কার্য  
করিব না । \*

পরদিন আবার

তারিখ ... ... ...

গতকল্য যাহা যাহা প্রতিজ্ঞা করিযাছিলাম তাহা

\* কামোদীপক কোন দৃশ্য চোখে পড়লে তৎশঙ্গাং শূর্য দর্শনের  
স্থারা দর্শনেন্দ্রিয়কে পরিত্র করিয়া লওয়ার ব্যবস্থা আছে । কোন বিশিষ্ট  
ব্যক্তির নিকট শুনয়াছি যে ইহাতে তিনি বেশ ভাল ফল পাইয়াছেন ।

ঠিক ঠিক ভাবে পালন করিয়াছি।

প্রতিজ্ঞা করিলাম (ইত্যাদি উপরোক্ত পূর্ব দিনের  
মত)।

যেমন একদিকে বিবরণী লিখিয়া জীবন  
নিয়ন্ত্রিত করিয়া তুলিতে হইবে, আবার প্রত্যেক  
রবিবার ছপুরে ছাত্র ও যুবকগণ দশজন কি  
পাঁচজন একত্র হইয়া সদ্গ্রহাদি পাঠ এবং  
আলোচনা দ্বারা পরম্পরের চরিত্রের উন্নতি সাধন  
করিবেন। শুধু নিজে ভাল হইলেই চলিবে না  
পারিপন্থিক আবহাওয়াও বদলাইয়া ফেলিতে  
হইবে। পবিত্র ও উচ্চ জীবন যাপনে পরম্পরের  
সহায়তা করিলে পরম্পরের মধ্যে শুধু ভালবাসা ও  
বিশ্বাস আসিয়া জীবন মধুময় হইয়া উঠে,— যথার্থ  
একতার শক্তি সেখানে অন্তরে অনুভূত হয়।

সর্বদা ভাল কাজে লিপ্ত থাকিলে ব্রহ্মচর্য  
পালন সহজ হয়। আজ যে জড়তা ও অবসাদ

আমাদের জীবনকে অধঃপতিত করিতেছে অঙ্গে,  
অদম্য কর্মস্ফুরা ও দৃঢ়তা জাগাইয়া তাহা  
যুচাইতে হইবে। যে জীবন কর্মের আঙ্গনে  
সদা উদ্বীপিত সেখানে কুচিষ্টা ও কুকাজের স্থান  
নাই। তাই পাশ্চাত্য ঋষি বলিয়াছেন ... work  
is worship কর্মই ভগবানের পূজার অর্ঘ্য।  
কর্মীর জীবন পবিত্র আনন্দে সতত সমুজ্জল।

অঙ্গচর্য সম্মক্ষে একটু খুলিয়াই লিখিতে  
ইউল; কারণ জাতির ও জগতের যাবতীয় দুর্গতির  
মূলে ইহার অভাবকে আমরা সম্যক্ত উপলব্ধি  
করিয়াছি। অঙ্গচর্যের অনুশীলনে রোগ অকাল-  
মৃত্য এবং অবসাদ জগত হইতে বহুল পরিমাণে  
কমিয়া যাইবে। তারপর, দেশের ভবিষ্যত আশা-  
স্থল যুবকগণের স্থিরসংকলনে ও একাগ্রনিষ্ঠায়  
দীর্ঘকাল কর্ম করার জন্য যে ধৈর্য এবং অন্যান্য  
গুণে মণিত হওয়া দরকার অঙ্গচর্যের অনুশীলন

মা করিলে তাহা কখনই লাভ হইবে না। ইন্দ্রিয় এবং ডয় মাতৃবকে সত্যের সরল পথ হইতে সরাইয়া জগতে অকল্যাণের স্ফুটি করিতেছে হিংসার ক্রুরদৃষ্টি জগতের উন্নতির দারুণ বাধা জন্মাইতেছে এবং এমন এক দুষ্পিত আবহাওয়ার স্ফুটি করিয়াছে যে জগত কোন মতে শান্তি পাইতেছে না। যুবকগণ নিজেদের পবিত্র উচ্চ জীবনের দ্বারা জগত-ইতিহাসের এক মৃতন অধ্যায়ের সূচনা করিতে চেষ্টা করিবেন।

(৮)

মহাআ গান্ধী প্রবর্তিত বিরস্ত ভারতের অমোৰ অস্ত্র চৱকার কথা কিছু না লিখিলে কল্যাণের পথ নির্দেশ অসম্পূর্ণ থাকিয়া যায়।

## কল্যাণের পথ

আমরা শুধু রাজনৈতিক প্রয়োজনের জন্মাই চরকার উপর এত বেঁক দিতেছি না। প্রত্যেকে দৈনিক এক ঘণ্টা চরকা কাটিলে জগতের মহান् কল্যাণ সাধিত হইবে। সাধারণ নীতির দিক দিয়া দেখিলে প্রত্যেক মানুষ যেমন সৃষ্টির সামগ্রী ব্যয় করিতেছে, তাহার উচিত অনুত্ত কিয়ৎপরিমাণে উৎপন্ন করিয়া সৃষ্টি বা প্রকৃতির নিকট খণ্ড মুক্ত হওয়া। ফলবান গাছ লাগাইয়া থাক্ত শস্ত্রাদি উৎপন্ন করিয়া বা বস্ত্রাদি বয়ন অথবা সূতা উৎপাদন প্রত্বতি দ্বারা প্রকৃতির এই খণ্ড পরিশোধ হইতে পারে। যতক্ষণ জগতে একজন লোকও অর্ধাহারে বা অন্ধাহারে থাকিবে কিন্তু জীর্ণ বসনে বা পরিধেয়ের অভাবে কষ্ট পাইবার অবকাশ পাইবে, ততক্ষণ জগতের কেহই আমি মন্তিষ্ঠের পরিশ্রম করিতেছি বলিয়া বা অন্ত কোন অজুহাতে সৃষ্টির এই খণ্ড অস্বীকার

করার নৈতিক হিসাবে অধিকারী নহেন। চরকা  
এমন একটী উপায় যাহাতে কিয়দংশে জগতের  
নিকট ঋগ্মুক্ত হইয়া সকলেই জগতের শুখ স্বাচ্ছন্দ্য  
এবং শান্তির বৃদ্ধি করিতে পারেন। সহবে ঝাঁহারা  
থাকেন তাঁহাদের এক ঘণ্টা ০কি হই ঘণ্টা জমিতে  
বা বাগানে খাত্তি শস্যাদি উৎপাদনে সহায়তা করা  
সম্ভব নয়, কিন্তু বাড়ী বসিয়া এক ঘণ্টা চরকা  
কাটিয়া জগতের কল্যাণ করিতে সকলেই পারেন।  
চরকার রাষ্ট্রনৈতিক এবং অর্থনৈতিক উপযোগীতা  
বিষয়ে দেশে বহুল আলোচনা হইয়াছে; এ স্থলে  
আর অধিক লেখা বাহুল্য।

( ৬ ) .

বিবাহিত জীবনের সার্থকতা তখনই যখন স্বামী-  
স্ত্রী উভয়ে নিজেদের অপেক্ষা উন্নততর মহত্ত্বে

সন্তানের জন্ম দিতে পারেন। মহামতি নীটশে  
বিবাহের ইহাই উদ্দেশ্য হওয়া উচিত বলিয়া  
নির্দেশ করিয়াছেন। সৃষ্টির অন্তর্নিহীত উদ্দেশ্যও  
তাই। পণ্ডিত ডারউইন প্রাণী ও উক্তিদ জগতের  
ইতিহাস পর্যালোচনা করিয়া সৃষ্টির ক্রমোন্নতির  
বিকাশ (Evolution) দেখাইতে গিয়া তাঁহার  
অলৌকিক প্রতিভা ও অকাট্য যুক্তিবলে প্রমাণ  
করিয়াছেন দুর্বল ও কুৎসিতকে মুছিয়া ফেলিয়া  
যুগে যুগে সৃষ্টি কেমন শক্তি ও সৌন্দর্যের  
পথে অগ্রসর হইতেছে,— এই জগত 'Struggle  
for existence' and 'Survival of the  
fittest' এর কুরুক্ষেত্র,— জীবন-ষুক্তি পশ্চাদ্পদ  
অযোগ্যের স্থান এখানে নাই। ভীষণ দুর্বার  
সংগ্রাম সতত জগতের বক্ষ হইতে ভীকৃ দুর্বল-  
দলকে মুছিয়া ফেলিয়া শক্তি, সৌন্দর্য ও সত্যের  
উপাসককে প্রতিষ্ঠিত করিতে প্রয়াসী। বর্তমান

সত্য সমাজে মানুষের ব্যক্তিগতি জীবনে জীবনযুক্তের কঠোরতা কর্তৃকটা এড়াইবার সুবিধা স্থানবিশেষে থাকিলেও জাতিগত ভাবে তাহাকে সংগ্রামের সম্মুখীন হইতেই হইবে। শান্তির বাঁধাবৃলির আড়ালে, তাই আজ, সকল জাতির শান্তি কৃপণ ব্যক্ত করিতেছে। যুগে যুগে বৌর বরেণ্য সন্তানদলকে জন্ম দিবার জন্ম মাতা ধরিত্রীর কি গভ বেদনা ! কি বিপুল সমরায়োজন !!  
 কাজেই শান্তি তখনই সন্তুষ্ট যখন সকল দেশ ভরিয়া শক্তি ও সৌন্দর্যমণ্ডিত বৌদ্ধ্যবান তেজস্বী উত্তমশীল সন্তানদল গড়িয়া উঠিয়া সৃষ্টিকে সার্থক করিয়া থাকে।

এই মহান উদ্দেশ্যের প্রতি সতত লক্ষ্য রাখিয়া স্বামী শ্রী যেন ভাবী<sup>১</sup> বংশধরের জন্ম স্বাক্ষ্যে ও সৌন্দর্যে, সংযম ও শক্তিতে নিজেদের জীবন পূর্ণ করিয়া তুলিয়া জগতের কল্যাণ

## কল্যাণের পথ

সম্পাদন করেন,— সিকল প্রাণ ঢালা যেন্নে যেন্নে  
গড়িয়া তুলেন অনিন্দ্য সুন্দর তেজস্বী সন্তানদলকে।  
অত্যাচারীর করালছায়া তখন আর ধরিদ্রীকে  
সংগ্রামলিপ্ত করিবে না,— অকালমৃত্যু রোগ ও  
দারিদ্র্যের পীড়ন হইতে মুক্ত নবীন এক মহান  
জাতির আনন্দ হাস্ত ফুটিয়া উঠিবে সুনীল  
আকাশতলে। কবির কষ্টে কষ্ট মিলাইয়া তখন  
যেন বলিতে পারি :—

“বাংলার মাটী বাংলার জল  
বাংলার আশা বাংলার বল  
সত্য হউক সত্য হউক ‘সত্য হউক হে ভগবান’”



## দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ।

“যোগীরা বলেন, মহুষ্যদেহে যত শক্তি  
অবস্থিত, তাহার মধ্যে সর্বশ্রেষ্ঠ শক্তি ওজঃ।  
এই ওজঃ মন্ত্রকে সংক্ষিত আছে; যাহার মন্ত্রকে  
যে পরিমাণে ওজোধাতু সংক্ষিত থাকে, সে সেই  
পরিমাণে বৃক্ষিমান ও আধ্যাত্মিক বলে বলী হয়।  
ইহাই ওজোধাতুর শক্তি। এক ব্যক্তি অতি  
সুন্দর ভাষায় সুন্দর ভাব ব্যক্ত করিতেছে কিন্তু  
লোক আকৃষ্ট হইতেছে না, আবার অপর ব্যক্তি খুব  
সুন্দর ভাষায় সুন্দর ভাবে বলিতেছে তাহা নহে, তবু  
তাহার কথায় লোকে মুক্ষ হইতেছে। ওজঃ শক্তি  
শরীর হইতে বহির্গত হইয়াই এই অনুভূত ব্যাপার  
সাধন করে। এই ওজঃ শক্তি সম্পন্ন পুরুষ যে কোন  
কার্য করেন তাহাতেই মহাশক্তির বিকাশ দেখা যায়।

সকল মহুয়ের<sup>১</sup> ভিতরেই অন্নাধিক পরিমাণে  
 এই ওজঃ আছে ; শরীরের মধ্যে ঘতণালি শক্তি  
 ক্রীড়া করিতেছে, তাহার উচ্চতম বিকাশ এই  
 ওজঃ। ইহা আমাদের সর্বদা মনে রাখা আবশ্যিক  
 যে এক শক্তিই আর এক শক্তিতে পরিণত  
 হইতেছে। বহির্জগতে যে শক্তি তড়িত বা চৌমুক  
 শক্তিরূপে প্রকাশ পাইতেছে, তাহা ক্রমশঃ  
 আভ্যন্তরিক শক্তিরূপে পরিণত হইবে। যোগীরা  
 বলেন, মানুষের মধ্যে যে শক্তি কামক্রিয়া কাম  
 চিন্তা ইত্যাদি রূপে প্রকাশ পাইতেছে তাহা দমিত  
 হইলে সহজেই ওজোধাতুরূপে পরিণত হইয়া যায়।  
 আর আমাদের শরীরস্থ সর্বাপেক্ষা নিম্নকেন্দ্রিটী  
 এই শক্তির নিয়ামক বলিয়া যোগীরা উহার  
 প্রতিই বিশেষ লক্ষ্য করেন। তাহাদের ইচ্ছা  
 এই যে, সমুদয় কামশক্তিটীকে লইয়া ওজোধাতুতে  
 পরিণত করেন। কামজয়ী নরনারীই কেবল

এই ওজোধাতুকে মন্তিক্ষে সঞ্চিত করিতে সমর্থ হন। এই জন্মই সকল দেশে ব্রহ্মচর্য সর্বশ্রেষ্ঠ ধর্মরূপে পরিগণিত হইয়াছে। মানুষ সহজেই দেখিতে পায় যে, কামকে প্রশংস্য দিলে সমুদয় ধর্মভাব, চরিত্রবল ও মানসিক তেজ সবই চলিয়া যায়। এই কারণেই দেখিতে পাইবে, জগতে যে যে ধর্মসম্প্রদায় হইতে বড় বড় ধর্মবীর জন্মিয়াছেন, সেই সেই সম্প্রদায়েরই ব্রহ্মচর্য সম্বন্ধে বিশেষ লক্ষ্য আছে। এই জন্মই বিবাহ-ত্যাগী সন্ন্যাসীদলের উৎপত্তি হইয়াছে। এই ব্রহ্মচর্য পূর্ণভাবে কায়মনোবাক্যে অঙ্গুষ্ঠান করা নিতান্ত কর্তব্য।”

—স্বামী বিবেকানন্দ ( রাজযোগ )

## তৃতীয় পরিচ্ছেদ।

ঋষি অরবিন্দের দিবাদৃষ্টিতে ব্ৰহ্মচৰ্য মহিমান্বিত চিত্র শুন্দুর ফুটিয়াছে। তিনি Brain of India তে লিখিয়াছেন,—

“অস্তর্নিহীত শক্তিকে বৰ্দ্ধিত কৱিয়া ব্যক্তিগত কিম্বা মানব কল্যাণের পথে নিয়োজিত কৱিতে ব্ৰহ্মচৰ্যাভ্যাস একান্ত আবশ্যিক। মানবের সর্ববিধ শক্তি-রই জড়জ শারীরিক অবলম্বন আছে। এই শারীরিক জড়জ শক্তিকে আধ্যাত্মিক ও চৈতন্যময় কৱিয়া তোলাই ব্ৰহ্মচৰ্য। ব্ৰহ্মচৰ্য শারীরিক জড়শক্তিকে রূপান্তরিত কৱিয়া তুলিলে সেই বিবৰ্দ্ধিত শক্তি আধ্যাত্মিকতাৰ “চৈতন্যময় স্পর্শে পূৰ্ণ হইয়া উঠে।

ৱেতঃই শারীরিক শক্তিৰ প্ৰথম উপাদান। ইহাতেই তেজঃ অৰ্থাৎ মানবেৰ তড়িৎশক্তি, দীপ্তি

ও তাপ অন্তর্নিহীত ও সমুদ্ভূত । প্রত্যুত, এই রেতে  
মধ্যে জগতের সকল শক্তি অন্তর্নিহীত আছে।  
আমরা এই মহাশক্তিকে শরীরে রক্ষা করিতেও  
পারি বা ক্ষয় করিতেও পারি, ইন্দ্রিয়পরায়ণতা  
ও অসংযত বাসনার বশকর্তা হইলে প্রত্যক্ষ  
সুলভাবে বা পরোক্ষ সূক্ষ্ম আকারে এই মহাশক্তি  
শরীর হইতে ক্ষয়িত হইয়া থাকে। কুক্রিয়া  
দ্বারা ইহা শরীর হইতে সুলভাবে এবং কুচিষ্ঠা  
দ্বারা সূক্ষ্মভাবে বিনির্গত হইয়া যায়। উভয়  
ক্ষেত্ৰেই ক্ষয় অনিবার্য ; এবং শরীর, মন ও বাকা  
কলুষিত হয়। কিন্তু ইন্দ্রিয় সংযমের দ্বারা আমরা  
এই মহাশক্তিকে রেতোমধ্যে ধারণ করিতে পারি,  
এবং ধারণা দ্বারা এই শক্তি সতত বর্দ্ধিত হইতে  
থাকে। স্বল্প সীমাবদ্ধ শারীরিক প্রয়োজন পূরণ  
করিয়া এই শক্তি উদ্বৃত্ত হইবেই ; এই উদ্বৃত্ত  
শক্তি শরীরাতিরিক্ত প্রয়োজনে লাগিয়া থাকে।

আচীন খণ্ডিগণের মতে রেতঃ হউতেছে  
তেজোময় অর্থাৎ তাপ, দীপ্তি ও তড়িৎ শক্তিসম্পন্ন  
অপঃ। শারীরিক প্রয়োজনাতিরিক্ত রেতঃ প্রথমতঃ  
তপঃ বা তাণ্ডি রূপান্তরিত হইয়া সমগ্র আধারকে  
উদ্বোধিত করিয়া তুলে। এই জন্তব্রহ্ম সকলপ্রকার  
ইত্ত্বিয় সংযম ও সাধনাকে তপঃ বা তপস্তা বলে,  
কারণ তাহারাই সেই তাপ বা প্রেরণাশক্তি উৎ-  
পাদন করে যাহা মহাশক্তিশালী কর্ম সৃষ্টি করে  
এবং সার্থকতা আনিয়া দেয়। তৎপর ইহা তেজঃ  
শক্তিতে রূপান্তরিত হয়; আর এই তেজঃই সেই  
দীপ্তিময়শক্তি যাহা হইতে সকলপ্রকার জ্ঞান ফুটিয়া  
উঠে। তৎপর ইহা বিদ্যুৎ বৃ তড়িৎশক্তিতে  
রূপান্তরিত হয়,—এই বিদ্যুৎ শারীরিক এবং মান-  
সিক সকল মহাশক্তিশালী কর্মচেষ্টার জনয়িতা।  
আবার এই বিদ্যুতে ওজঃ বা ব্যোম হইতে সমৃদ্ধত  
প্রথম প্রাণশক্তি নিহীত আছে। রেতঃ, জল বা

କଲ୍ୟାଣେର ପଥ



ଆରବିନ୍ ଧୋଷ



অপঃ হইতে তপঃ তেজঃ এবং বিদ্যুৎ পরিশুল্ক  
হইয়া অবশেষে বিদ্যুৎ হইতে ওজঃশক্তিতে ঋপাস্তরিত  
হইয়া আধারকে শারীরিক শক্তি প্রতিভা এবং  
মস্তিষ্কের শক্তিতে মণিত করিয়া তুলে। ইহার  
শেষ পরিণতি গুজোরাপে ইহা মস্তিষ্ক বা নির্মল  
বুদ্ধির আশ্রয়স্থল হইয়া আধারকে সেই মূলশক্তি  
মণিত করিয়া তুলে যাহা জড়জ শক্তি সমূহের  
সর্বাপেক্ষা সূক্ষ্ম ও নির্মল পরিণতি এবং চৈতন্ত্য  
শক্তির নিকটতম অবস্থা। এই ওজঃ হইতেই  
আধ্যাত্মিক শক্তি বা বৌদ্ধ উৎপন্ন হইয়া মানুষকে  
আধ্যাত্মিক বল, জ্ঞান প্রেম ও বিশ্বাস সম্পন্ন  
করিয়া তুলে। ইহা হইতেই প্রতীয়মান হওতেছে  
আমরা ব্রহ্মচর্যের দ্বারা যতই তপঃ, তেজঃ,  
বিদ্যুৎ এবং ওজঃ শক্তি বর্ক্ষিত করিয়া তুলিব  
ততই আমাদের সমগ্র শক্তি উদ্বোধিত হইয়া  
শারীরিক, মানসিক আধ্যাত্মিক যে কোন কাজে  
আমাদিগকে উৎসাহ সম্পন্ন করিবে।”

---

## চতুর্থ পরিচ্ছেদ

“স্বাস্থ্য লাভের বহু উপায় আছে, তাহাদের  
প্রয়োজনীয়তাও আছে, কিন্তু প্রধান উপায়—  
ব্রহ্মচর্য। নিষ্ঠঙ্গ বায়ু শুক্তি আহার, পরিষ্কার জল  
— এই সকলেরই সাহায্যে অল্প বিস্তৃত সুস্থ  
থাকিতে পারা যায় বটে, কিন্তু যত্র আয় তত্ত্ব  
ব্যয় হইলে যেমন সংশয়ের অক্ষে শুধু শূন্তৃই পড়ে,  
তেমনি স্বাস্থ্য অর্জন করিয়াই খরচ করিয়া  
ফেলিলে কিছুই থাকে না। সুতরাং স্বাস্থ্যরক্ষা  
রক্ষা করিতে গেলে স্তৰী হউন আর পুরুষই হউন  
ব্রহ্মচর্য পালন করিতেই হইবে। যিনি আপন  
বীর্য রক্ষা করিয়াছেন, তিনিই বীর্যবান এবং  
বলবান। এ বিষয়ে কোনও সন্দেহই নাই।

• প্রশ্ন তইতেছে ব্রহ্মচর্য কি ? উত্তর এই  
— পুরুষ এবং নারী পরম্পরকে সন্তোগ না করার  
নাম ব্রহ্মচর্য। সন্তোগ কলাদ অর্থ— কামের  
বিষবর্তী হইয়া একে ভালুক স্পর্শ না করা,  
এমনকি এ বিষয়ে চিহ্ন না করা, এবং  
(আমার জন্ম) এমন স্বপ্নও না দেখা। পুরুষ  
স্ত্রীকে দেখিয়া এবং স্ত্রী পুরুষকে দেখিয়া যেন  
পাগল না হয়। উগন্ধান মানবদণ্ডক যে শুশ্রূ  
শক্তি প্রদান করিয়াছেন সংযম দ্বারা তাহা শরীরে  
ধারণ করিয়া নিজের স্বাক্ষেত্রভিত্তিতে তাহা প্রয়োগ  
করা দরকার ; ইহাতে শুশ্রূ যে শরীরের উন্নতি  
হইবে তাহা নহে, মনের, বৃক্ষের এবং অরণ্যশক্তিরও  
উৎকর্ষ সাধন হইবে ।

এখন আমাদের চারিদিকে যে ব্যাপার ঘটিতেছে  
তাহা একটু দেখুন। ছোট বড়, স্ত্রী, পুরুষ, প্রায়  
সকলেই মোহাছন্ন হইয়া পড়িয়া আছে। কাম

ପ୍ରସ୍ତରି ଚରିତାର୍ଥ କରିବାର କୋନେ ଶୁଯୋଗ ଉପଶିତ  
ହିଲେଇ ଆମରା ପାଗଲେର ମତ ହଇୟା ଥାଇ । ଆମାଦେର  
ବୁଦ୍ଧିର ଠିକ ଥାକେ ନା, ଚୋଖେର ଉପର ପରଦା ପଡ଼ିଯା  
ଥାଏ, ଆମରା କାମାଙ୍କ ହଇ । କାମାଙ୍କ ଅବଶ୍ୟା ଶ୍ରୀ-  
ପୁରୁଷ ବାଲକ ବାଲିଙ୍କ—ସକଳକେଇ ଆମି ପାଗଲେର  
ମତ ଆଚରଣ କରିତେ ଦେଖିଯାଛି । ଆମାର ନିଜେର  
ଅଭିଜନ୍ତାଓ ଏଇକ୍ଲାପ । ସଥନଇ ଆମାର ଏମନ ଅବଶ୍ୟା  
ହଇୟାଛେ ତଥନଇ ଆମି ନିଜେର କଥା ଭୁଲିଯା ଗିଯାଛି ।  
ଏ ବ୍ୟାପାରେର ଧରଣଇ ସେ ଏଇ । ଏଇକ୍ଲାପେ କ୍ଷଣିକ  
ରତି ଶୁଖେର ଜଣ୍ଣ ଆମରା ଏକ ମଣେରଓ , ଅଧିକ  
ପରିମିତ ନିଜେର ବଳ ପଳକେ ହାରାଇୟା ଫେଲି ।  
ଉଦ୍‌ଘାଦ ଅବଶ୍ୟାର ପରେ ଏକେବାରେ ଅସାଡ଼ ହଇୟା ପଡ଼ି;  
ପରଦିନ ପ୍ରାତଃକାଳେ ଶରୀର ଅବସନ୍ନ ବଲିଯା ମନେ ହୟ,  
ସଂଚଳନ ବୋଧ ହୟ ନା । ଶରୀର ଶିଥିଲ ହୟ, ମନେର ଠିକ  
ଥାକେ ନା । ଏ ଅବଶ୍ୟା ପରିବର୍ତ୍ତନେର ଜଣ୍ଣ ଆମରା ଛୁଧେର  
କାଥ ଥାଇ, ‘ଗଜବେଳେର’ ଚର୍ଚ ବ୍ୟବହାର କରି, ମୌଦିକ

• সেবন করি, কবিরাজের নিকট গিয়া পুষ্টি কর ঔষধ  
চাই এবং কোন জিনিষ ব্যবহারে কামোদীপন হইবে  
তাহাই খুঁজিতে থাকি। এইরূপেইত দিন যাইতেছে।  
বৎসরের পর বৎসর চলিয়া যাওয়ার সঙ্গে সঙ্গেই  
আমাদের শরীর ও বুদ্ধি ক্ষীণ হইতে থাকে, শেষে  
যুদ্ধ বয়সে আমরা একেবারে ভাঙ্গিয়া পড়ি,—  
দেহ ও মনে নপুংসকভ আসিয়া পড়ে। —

প্রকৃত প্রস্তাবে একুশ না হওয়াই উচিত।  
বয়োবৃদ্ধির সহিত বুদ্ধি মন্দ না হইয়া প্রথর  
হওয়াই স্বাভাবিক। আমাদের অবস্থা একুশ হওয়া  
চাই যে দেশের অভিজ্ঞতা আমাদের ও অন্তর  
কাজে লাগে। যে ব্যক্তি অঙ্গচর্য পালন করে  
তাহার এই রূপই অবস্থা হইয়া থাকে। সে যত্নকে  
ভয় করে না, সে ঈশ্বরকে ভুলে না। সে হা  
হতোশ্চিও বলে না, উল্লাসে লাকা লাকিও করে না।  
সে হাসি মুখে এই দেহ ছাড়িয়া নিজের মালিকের-

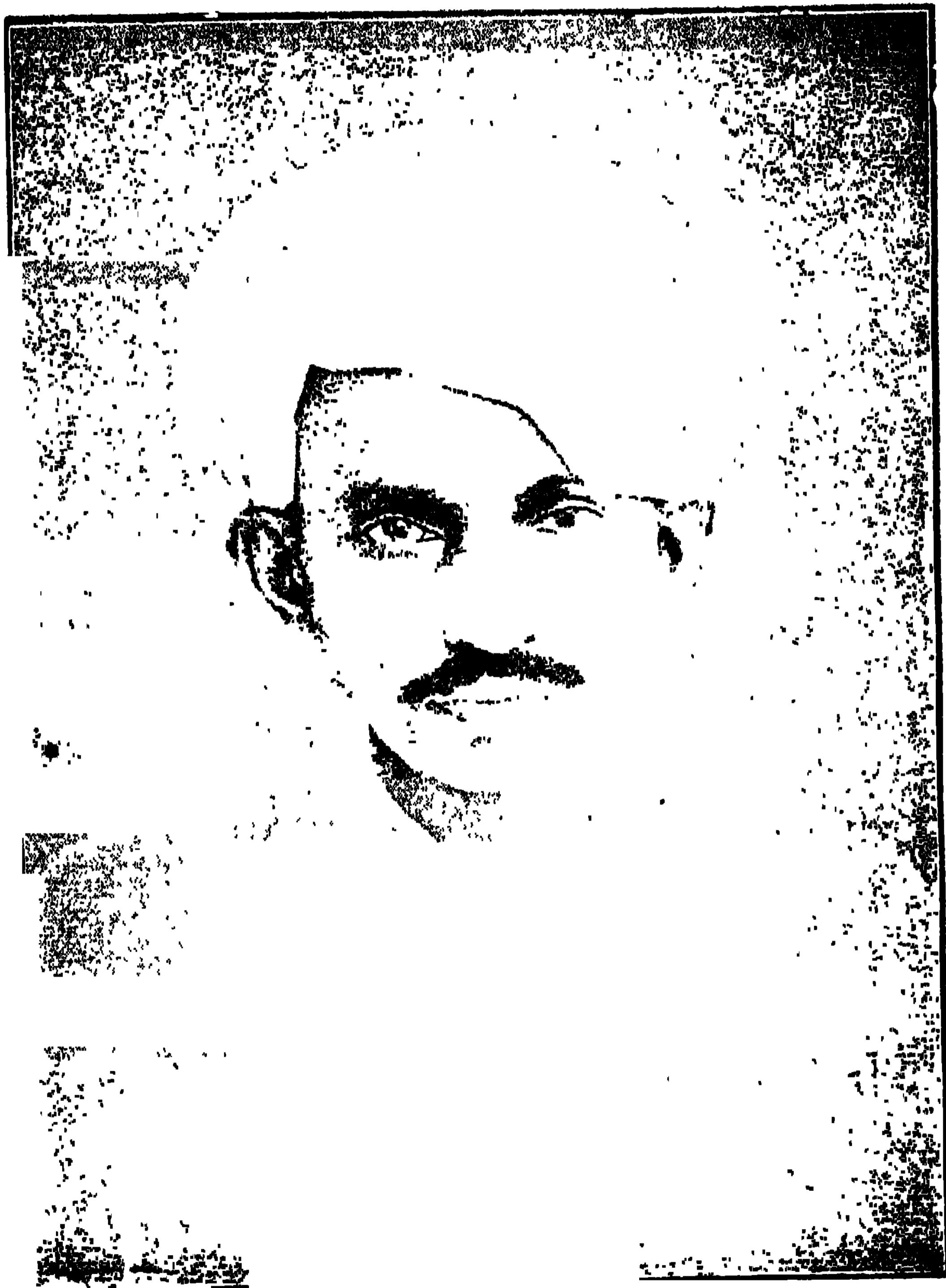
নিকট হিসাব দিতে যায়। এই শ্রেণীর লোকটি, প্রকৃত স্ত্রী ও পুরুষ পদবাচ্য। আর এইস্থলে লোকটি স্বাস্থ্যারক্ষা করিবে জানে।

\* \* \* অথও অঙ্গচর্যের আদর্শ সম্মুখে  
রাখিয়া তাহার অনুকরণ করা চাই। \* \* \* দীর্ঘ  
বয়সের ডন্ত বায়ু বিষ্ণু ডল, পরিত্র তাহার  
ও রিশ্বল চিহ্ন সম্পূর্ণ আবশ্যিক। এইস্থলে, নীতি ও  
পাত্রের মধ্যে অতি নিকট সম্বন্ধ রহিয়াছে। যে  
ব্যক্তি সম্পূর্ণস্থলে নীতিমাল, সেই পূর্ণ স্বাস্থ্য  
লাভ করিবে পারে। অতীত কথা ভুলিয়া যে  
এ বিষয় চিহ্ন করিবে ও ইহা কার্যে প্রয়োগ  
করিবে তাহার প্রত্যক্ষ অভিজ্ঞতা লাভ হইবে।  
ডন্ত দিবের জন্মও যিনি অঙ্গচর্য পালন করিয়া-  
ছেন, তিনি দেখিতে পাইবেন তাহার শারীরিক  
ও মানসিক বলের কত উন্নতি হইয়াছে। এক-  
স্থানে এই স্পর্শমণি তাতে আসিলে লোকে ইচ্ছাকে

প্রাণপনে সামলাইয়া রাখিবে। একটু ভুল হইলে  
 অমনি তাড়াতাড়ি বলিবে,— আমি বড় ভুল  
 করিয়াছি। আমি ত অঙ্গচর্যের অসংখ্য লাভ  
 জানিয়াও ভালেক ভুল করিয়াছি এবং তাহার  
 বিষময় ফলও ভুগিতেছি। তবে এই যে ভুল করার  
 পূর্বকার সেই পূর্ণ স্বাস্থ্য না কোথায়, আর  
 কোথায় ভুল করার পর এখন এই ভিধারীর  
 অবস্থা! আমি যেন সম্মুখে এই অবস্থার চিত্র  
 দেখিতে পাইতেছি। কিন্তু আমি নিজের ভুলেই  
 এই রংঘন্তের আদর করিতে শিখিয়াছি! এখনও  
 জানি না ইহা অথও ভাবে পালন করিতে পারিব  
 কি না। কিন্তু আমার আশা আছে যে পরম-  
 আত্মার সাহায্যে আমি ইহা পালন করিতে পারিব।  
 অঙ্গচর্যে আমার শরীর ও মনের যে লাভ হইয়াছে  
 তাহা আমি প্রত্যক্ষ দেখিতেছি। বাল্যকালেই  
 আমার বিবাহ দেওয়া হইয়াছিল, আর বাল্য

অবস্থায়ই আমি কামাক্ষ হইয়া শিশু সন্তানের  
পিতা হইয়া বসিলাম। অনেক বৎসর পরে যখন  
জাগিলাম তখন দেখি, ঘোর অঙ্ককারে পড়িয়া  
আছি। আমার ভূল দেখিয়া— আমার অভিজ্ঞতা  
দেখিয়া, যদি কাহারও চৈতন্যেদয় হয় এবং সে  
বাঁচিয়া যায় তাহা হইলে মনে করিব এই প্রকরণ  
লিখিয়া কৃতার্থ হইলাম। লোকে ভাবে যে আমার  
মনে প্রচুর উৎসাহ আছে, আর আমিও এই কথা  
মানি। আমার মন দুর্বল নয়, একথা অনেকে  
মনে করেন, আর এই জন্মই কত লোকই ত  
আমাকে হঠকারী বলে।' আমার দেহে ও 'মনে  
রোগ আছে, কিন্তু যাহাদের সঙ্গে থাকিয়া আমার  
এ রোগ চিনিবার স্বয়েগ পাইয়াছি, তাহাদের  
অপেক্ষা আমার স্বাস্থ্য ভাল। প্রায় বিশ  
বৎসর ধরিয়া বিষয়ে বক্ষ থাকিয়া জাগিবার  
পরও আমি বর্তমান অবস্থায় আসিতে পারিয়াছি

## কল্যাণের পথ



মহামা গাঙ্কী



এই বিশ বৎসরও যদি আমি বাঁচাইতে পারিতাম  
 তাহা হইলে কি সুন্দর হইত ! এ বিষয়ে আমার  
 ব্যক্তিগত বিশ্বাস, ঐক্যপ অবস্থা থাকিলে আজ  
 আমার উৎসাহের সীমা থাকিত না, আর লোকসেবায়  
 বা নিজের কাজে আমি যতটা উৎসাহ দেখাইতে  
 পারিতাম তাহাতে জগতে কোনও প্রতিষ্ঠানীর সম্মুখে  
 দাঢ়াইতে ভয় হইত না। আমার সাধারণ উদাহরণ  
 হইতে এই টুকু সার দেওয়া যাইতে পারে। আর  
 বিনি অখণ্ড ব্রহ্মচর্য পালন করিয়াছেন ঐক্যপ  
 ব্যক্তিকে যাহারা দেখিয়াছে তাহারাই তাহার  
 শারীরিক, মানসিক ও নৈতিক বলের পরিমাণ  
 অনুমান করিতে পারিবে, বর্ণনারা তাহা বোঝান  
 অসম্ভব । ” ।

—মহাশ্বা গান্ধী—( স্বাস্থ্যনীতি )

## পঞ্চম পরিচ্ছেদ

“কাম যে সর্বনাশ ঘটায় তাহা বারংবার  
মনে করা কর্তব্য।” প্রধান প্রধান শরীর তত্ত্ববিদ  
পণ্ডিতগণ একবাকে স্বীকার করিয়াছেন যে রক্তের  
চরম সারভাগ শুক্রকূপে পরিণত হয়। ভাবপ্রকাশ  
বলেন ‘তৃতৃতৃজ্জব্য সম্যককূপে পাক পাইলে তাহার  
সারকে রস কহে। রস হইতে রক্ত, তাহা হইতে  
মাংস, মাংস হইতে মেদ, মেদ হইতে অঙ্গি, অঙ্গি  
হইতে মজ্জা এবং মজ্জা হইতে শুক্রের উৎপত্তি  
হয়।’ মুনিগণ বলিয়াছেন—উদরস্থ অংগি দ্বারা পচ্য-  
মান রসে মজ্জা অবধি ছয় ধাতুতে মল জন্মে; কিন্তু  
যেমন সহস্রবার দক্ষ স্বর্ণে মল থাকে না, তেমনি  
রস বারংবার পক হইয়া শুক্রে পরিণত হইলে  
তাহাতে মল থাকে না।

• ସେ ବ୍ୟକ୍ତି କୁଚିନ୍ତା ଓ କୁଂକିଯା ଦ୍ୱାରା କାମେର ସେବା କରେ, ତାହାର ସେଇ ଶୁଦ୍ଧ ନଷ୍ଟ ହଇଯା ଥାଏ । ରଙ୍ଗେର ପରମୋକ୍ତଷ୍ଟାଂଶ ବାସିତ ଓ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥା ଅପେକ୍ଷା ମାନୁଷେର ଅଧିକତର କଷ୍ଟେର କାରଣ ଆର କି ହହିତେ ପାରେ ? ସିନି ବ୍ରଜଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା<sup>•</sup> ସେଇ ତେଜ ରଙ୍ଗା କରେନ, ତାହାର ମନେର ଓ ଶରୀରେର ଶକ୍ତି ବିଶିଷ୍ଟକୁଳପେ ସୁନ୍ଦିକ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଡାକ୍ତାର ନିକଲ୍ସ ଏ ସମସ୍ତେ ଲିଖିଯାଛେ,— ଚିକିତ୍ସାଶାସ୍ତ୍ର ଏବଂ ଶରୀର ବିଜ୍ଞାନ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କରିଯାଛେ ସେ ଶରୀରେର ରଙ୍ଗେର ସାରାଂଶଟି ନରନାୟିର ଜନ୍ମିତ୍ରୀ ଶକ୍ତିର ମୂଳ ଉପାଦାନ । ଯାହାର ଜୀବନ ପବିତ୍ର ଓ ନିୟତ, ତାହାର ଶରୀରେ ଏହି ପଦାର୍ଥ ମିଳାଇଯା ଥାଏ ଏବଂ ପୁନରାୟ ରଙ୍ଗେର ମଧ୍ୟେ ସଙ୍କାଳିତ ହଇଯା ଅତ୍ୟେକୁଷ୍ଟ ମଣିକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ମାଂସପେଶୀ ଗଠିତ କରିଯା ଥାକେ । ମାନୁଷେର ଏହି ଜୀବନୀଶକ୍ତି ରଙ୍ଗେର ମଧ୍ୟେ ପୁନରାୟ ଗୃହୀତ ହଇଯା ଶରୀରେ ସର୍ବତ୍ର ବ୍ୟାପ୍ତ ଥାକିଯା ତାହାକେ ସମ୍ବଧିକ ମନୁଷ୍ୟ ସଂପାଦ, ଦୃଢ଼କାଯ,

সাহসী ও উত্তমশীল এবং বৌদ্ধিশালী করে। আর  
এই বস্তুর ব্যয় মানুষকে হীনবৌদ্ধি ছর্বল এবং  
চক্ষেলমতি করিয়া ফেলে; তাহার শারীরিক ও  
মানসিক শক্তির হ্রাস হয়, রিপুর উত্তেজনা বলবত্তী  
হয়, শরীর যন্ত্রের ক্রিয়া বিপর্যস্ত হয়, ইন্দ্রিয়বৃত্তি  
বিকৃত হইয়া পড়ে, মাংসপেশীর ক্রিয়া বিশৃঙ্খল  
ভাবে সম্পাদিত হয়, স্নায়বীয় যন্ত্র নিতান্ত হীনশক্তি  
হইয়া যায়; মূর্ছা, উমাদ এবং মৃত্যু ইহার অনু-  
বর্তী হইয়া থাকে।' ইন্দ্রিয় পরায়ণতায় মৃত্যু  
ও ব্রহ্মচর্যে জীবন। শিবসংহিতাও এই মহাত্মের  
সাক্ষ্য দিতেছেন,—

‘মরণং বিন্দুপাতেন জীবনং বিন্দুধারণাঃ।’

মহর্ষি পতঙ্গলি তাহার যোগসূত্রে বলিয়াছেন,—

‘ব্রহ্মচর্য প্রতিষ্ঠায়াং বৌদ্ধ্যলাভঃ।’

যিনি অবিচলিত ব্রহ্মচর্য অবলম্বন করেন,  
তাহার শারীরিক ও মানসিক বৌদ্ধ্যলাভ হয়।

ডাক্তার নিকলস্ অন্ত একস্থলে লিখিয়াছেন,—  
জননেভিয়ের ব্যবহার স্থগিত রাখিলে শারীরিক  
ও মানসিক তেজ এবং আধ্যাত্মিক জীবনের বিশেষ  
উৎকর্ষ লাভ হয়।’ যিনি পূর্ণ ব্রহ্মচর্য অবলম্বন  
করিয়া থাকেন তাহার সম্মক্ষে সেণ্টপল ও স্থার  
আইজাক নিউটনের দৃষ্টান্ত দেখাইয়া ডাক্তার  
লুইস বলিয়াছেন, তাহার শরীরের পবিত্রতম রক্ত  
বিন্দুগুলি যাহা তেজোরূপে পরিণত হয়, প্রকৃতিই  
তাহার সম্ব্যবহার করিয়া থাকেন,—প্রকৃতি দেবী  
সেই ‘রক্ত বিন্দুগুলি ছারা মস্তিষ্কের শক্তি সূতীকৃতর  
এবং স্নায়ু ও মাংসপেশী দৃঢ়তর ও অধিকতর জীবনী-  
শক্তি পরিপূর্ণ করিয়া থাকেন।’ জ্ঞানসংকলনী  
তত্ত্বে শ্রীসদাশিব বলিতেছেন—

‘ন তপস্তপ ইত্যাস্ম ব্রহ্মচর্যঃ তপোত্তমঃ ।  
উর্ধ্বরেতা ভবেদ্য বস্তু স দেবো নতু মাতুষঃ ॥  
পশ্চিতগণ তপস্তাকে তপস্তা বলেন না, ব্রহ্মচর্যই

সর্বশ্রেষ্ঠ তপস্যা ; 'যিনি উক্তিরেতা তিনি দেবতা, মাতৃষ নহেন।' যিনি যে পরিমাণে অঙ্গচারী হইবেন, তাহার সেই পরিমাণে হৃদয় প্রকৃত্তি, মস্তিষ্ক সবল, শরীর শক্তিমান्, মন ও মুখশ্রী স্থিতি ও সুন্দর হইবে ; ও যাহার যে পরিমাণে অঙ্গচর্যের অভাব হইবে তাহার সেই পরিমাণে হৃদয় বিষণ্ণ, মস্তিষ্ক ছব্বল, শরীর নিষ্টেজ, ও মুখশ্রী রুক্ষ ও লাবণ্যশূণ্য হইবেই। কোন কোন অষ্টচরিত্র ব্যক্তিকে দেখা ঘায় যে তাহারা নালাপ্রকার অতি পুষ্টিকর অব্যাদি আহার করিয়া বাহিরে শরীর সতেজ রাখি-  
বার চেষ্টা করে, কিন্তু সহস্র চেষ্টা করিলেও ও  
প্রকৃতপক্ষে সতেজ রাখিতে সমর্থ হয় না, অন্তঃ-  
সারবিহীন হইয়া পড়ে। মানসিক ছব্বলতা সম্বন্ধে  
ডাক্তার ফ্যালরেট লিখিয়াছেন,— 'ইন্দ্রিয় পরায়ণ  
ব্যক্তিদিগের মানসিক বিকৃতি, বুদ্ধিবুদ্ধির বিশেষতঃ  
শূন্তিশক্তির ছব্বলতা দ্বারা লক্ষিত হয়।' ইন্দ্রিয়  
সংযমের অভাব, নিবন্ধন অনেক যুক্তকে মস্তিষ্কের

ছুর্বলতা, ধারণাশক্তির অভাব,<sup>১</sup> শুতিশক্তির হ্রাস,  
মনের উদাস্ত্য, চিন্তের চাঞ্চল্য, ম্নায়ুদৌর্বল্য, অগ্র-  
মান্দ্য, উদরাময়, হৃৎকম্প, অরুচি, শিরঃপীড়া,  
প্রভৃতি নানাবিধ ছশ্চিকিৎস্য রোগে বিশেষ কষ্ট  
পাইতে দেখা যায়।

স্ত্রীলোকাদি প্রলোভনের বস্তু হইতে সর্বদা  
দূরে থাকিবে। কাম দমন করিতে হইলে কুচিষ্ঠার  
প্রতি খংগহস্ত হইতে হইবে। ভিতরে কুচিষ্ঠাকে  
স্থান দিলে আর পাপের বাকী রহিল কি? ইহাই  
ত পাপের ভিত্তি। কুচিষ্ঠা দূর করিতে পারিলে  
চারিদিক পরিষ্কার হইয়া যাইবে। এমন অনেক  
লোক আছেন যাহারা কোন কুক্রিয়া করেন না,  
কিন্তু কুচিষ্ঠাদ্বারা সর্বস্বাস্ত্ব হইতেছেন। তাহা দূর  
করিবার ইচ্ছা আছে, কিন্তু কিছুতেই যেন তাহা  
ছাড়াইতে পারিতেছেন না। এক ব্যক্তি এইরূপ  
কুচিষ্ঠাপীড়িত হইয়াডাঙ্গার লুইসের নিকট চিকিৎসার

জন্ম উপস্থিত হন ; তিনি তাহাকে কয়েকটা উপদেশ দেন—‘মনে স্থির সিদ্ধান্ত করিবে যে কুচিষ্ঠা নিতান্তই ভয়াবহ ও অনিষ্ট-জনক ; তাহা হইলে যাই কুচিষ্ঠার উদয় হইবে অমনি চকিত হইবে । চেষ্টা করিয়া তৎক্ষণাত্ম অন্ত বিষয়ে মনকে নিযুক্ত করিবে । কুচিষ্ঠা দূর করিতে প্রকৃতই ব্যাকুল হইলে মনের ভিতরে এমন একটা তরঙ্গ জন্মাইতে পারিবে যে নিজিভাবস্থায়ও কুচিষ্ঠা উপস্থিত হইলে তৎক্ষণাত্ম তুমি জাগ্রত হইবে কতকগুলি লোক ইহার সাঙ্গ্য দিয়াছে ) জাগ্রত অবস্থায় শক্ত প্রবেশ করিলে তৎক্ষণাত্মসচকিত হইবে এবং বিশেষ কষ্ট না করিয়াও দূর করিয়া দিতে সক্ষম হইবে । যদি এক মূহূর্তের জন্মও দূর করিয়া দিতে পারিবে না বলিয়া সন্দেহ হয়, লক্ষ্য দিয়া উঠিয়া অমনি শারৌরিক কোন বিশেষ পরিশ্রমের কার্য্য আরম্ভ করিয়া দিবে । প্রত্যেকবারেই চেষ্টাই পরের চেষ্টা

চেষ্টা সহজ করিয়া দিবে এবং তই এক সপ্তাহ  
পরেই চিন্তাগুলি আয়ন্তাধীন হইবে। এতদ্ব্যতিত  
স্বাস্থ্যের বিধিগুলি পালন করিবে। অলস ও  
অতিরিক্তাহারী ব্যক্তিগণই ইন্দ্রিয়লালসা হইতে  
কষ্ট পায়। খুব পরিশ্রম করিবে কিন্তু ব্যায়াম  
অথবা ভ্রমণ করিয়া দিনের মধ্যে তই তিনবার  
বিশেষরূপে ঘৰ্ষণ বাহির করিবে। লঘু পাক, পুষ্টি  
কর ও অনুভেজক পদার্থ আহার করিবে। রাত্রি  
অধিক না হইতে নিদ্রিত হইবে এবং প্রভৃত্যে  
গাত্রোথান করিবে। নিদ্রার পূর্বে এবং গাত্রো-  
থানের সময়ে প্রভৃত পরিমাণে শৌতল জল পান  
করিবে এবং নিশ্চল বায়ুপূর্ণ স্থলে নিদ্রা যাইবে।

এই উপদেশ অনুসারে কার্য্য করিয়া সেই  
ব্যক্তি এবং অনেক ব্যক্তি এই পাপ হইতে  
মুক্ত হইয়াছেন।”

— ৩/অশ্বিনীকুমার দত্ত ( ভক্তিষ্ঠোগ )

## ষষ্ঠ পরিচ্ছেদ।

“জীবনের উদ্দেশ্য নিয়ত স্মরণ রাখিতে হইবে।  
আমাদের প্রয়োজন কি? আমরা চাই কি? এই  
প্রশ্ন জীবনের প্রত্যহ একবার স্মরণ করা উচিত।  
উদ্দেশ্য বিহীন হইয়া স্বোত্তে গা ঢালিয়া দেওয়া  
উচিত নহে। কেন না এইস্থলে স্বোত্তে ভাসিলে  
শেষে নরকে গিয়া উপস্থিত হইতে হইবে। অত-  
এব পুরুষকার অবলম্বন করিয়া সংসার-সমুদ্র উত্তৌর্ণ  
হইতে হইবে। আর্যভূমিতে আর্যঝবিগণ বলিষ্ঠাত্বেন  
মোক্ষ বা মুক্তিই মানবের চরম লক্ষ্য বা পরম  
পুরুষার্থ। কিন্তু আমরা সেই উচ্চতম লক্ষ্য একে-  
বা঱ে লাভ করিতে সমর্থ নহি। অগ্রে আমাদের  
ভোগ শুখ পরীক্ষা করিবার প্রয়োজন; পরে

তোগ সুখ যদি ত্যজ্য মনে করিতে পারি তবেই  
তাহা ত্যাগ করিয়া নিবৃত্তি বা মোক্ষ লাভের  
অধিকারী হইব। কিন্তু এখন আমাদের অস্তঃকরণ  
তোগ সুখেই লালায়িত। অতএব এখন সেই  
তোগ সুখ বা বিষয় সুখই আমাদের পরম  
পুরুষার্থ। জগতে যাহা কিছু সুখ লাভের সন্তুষ্টিনা  
আছে, তাহা আমরা উপতোগ করিব, ইহাই  
আমাদের আন্তরিক ইচ্ছা। অতএব সেই ইচ্ছা  
সফল করিতে প্রয়াস পাওয়া আমাদের আপাত  
কর্তব্য। বহুকাল বিষয় তোগের পর রাজা যষাতি  
বুঝিয়াছিলেন, ‘ন জাতু কামঃ কামানামুপতোগেন  
শ্রাম্যতি।’ আমরা রাজা যষাতি অপেক্ষা অধিক  
সৌভাগ্যবান् বা অধিক বুদ্ধিমান বা অধিক ধৈর্য-  
বান् নহি; স্মৃতরাং বিষয় তোগ না করিয়া আমরা  
কখনই নিবৃত্তির পথে অগ্রসর হইতে পারিব না  
‘দিল্লীকালাড়ু’ আমাদের উপতোগ করা চাই।

## কল্যাণের পথ

ফলতঃ বিষয় বাসনা এককালে পরিত্যাগ করা  
আমাদের উদ্দেশ্য নহে। পরন্ত বিষয়-সুখ উপভোগ  
করাই আপাততঃ আমাদের উদ্দেশ্য।

এখন আমাদের বিবেচনা করা উচিত, সেই  
বিষয় সুখ উপভোগ করিব কিরূপে? আমাদের  
ইত্ত্বিয়গুলি সতেজ না থাকিলে আমরা বিষয়সুখে  
বঞ্চিত হইব। আমাদের চক্ষু যদি দৃষ্টিশীল হয়,  
তবে আমরা জগতের সৌন্দর্য উপভোগ করিব  
কিরূপে? আমাদের কর্ণ যদি শ্রবণশক্তিশীল হয়,  
তবে আমরা জগতের মনেহর গীতবান্ধ শ্রবণ করিয়া  
সুখী হইব কিরূপে? আমাদের নাসিকা যদি  
প্রাণশক্তি হারায়, তবে আমরা শ্঵রভিগঙ্কে সুখ-  
বোধ করিব কৃরূপে? আমাদের রসনা যদি রস-  
বোধে বঞ্চিত হয়, তবে আমরা সুখান্ত তোজন  
করিয়া সুখবোধ করিব কিরূপে? আমাদের স্পর্শ  
শক্তি যদি দুর্বল হইয়া পড়ে, তবে আমরা

মনয়ান্তি ও শ্রকৃচন্দন উপভোগ করিব কিরূপে ?

অতএব বিষয় সুখ উপভোগ করিতে হইলে  
আমাদের চক্ষু কর্ণ নাসিকা জিহ্বা অক্ষ সতেজ  
রাখা কর্তব্য ; কিন্তু কামিনীচিন্তায় মনকে আসক্ত  
রাখিলে অর্থাৎ অতি জগন্ত ক্ষণস্থায়ী নারকীয়  
কামসুখ উপভোগে আসক্ত হইলে নিশ্চয় বীর্যক্ষয়  
হইবে ; এবং বীর্যক্ষয় হইলেই চক্ষুকর্ণাদি ইন্দ্রিয়  
সমস্ত ছৰ্বল বা নিষ্ঠেজ হইয়া পড়িবে । সুতরাং  
তখন জগতের সমস্ত বিষয় সুখেই বক্ষিত হইয়া  
আমাদের জীবনের উদ্দেশ্য বা লক্ষ্যও বিনষ্ট  
হইবে । এবং লক্ষ্য অষ্ট হইলেই নরকে পতিত  
হইতে হইবে । অতএব যে সামান্ত ক্ষণিক সুখের  
জন্য সংসারের অশেষ সুখে বক্ষিত হইয়া অশেষ  
ক্লেশ পায়, তাহা অপেক্ষা পামর মৃত্য ও পাপাত্মা  
আর কে আছে ? ফলতঃ কামুকদিগের অপেক্ষা  
মৃত্য পামর ও পাপাত্মা জগতে আর কেহই নাই ।

কামুকগণ জগতের সকল সুখে বঞ্চিত হয়। ষে  
মূঢ় স্বীর দেহের বীর্য ক্ষয় করিয়া সুখ অনুভব  
করে, তাহার অপেক্ষা মূঢ় ও মূর্খ জগতে আর  
কে আছে? কেহই নাই। বীর্য দেহের সার  
সর্বশ ; বীর্যই দেহের সত্ত্বণের শিতির এক-  
মাত্র আশ্রয় ; সেই বীর্য ক্ষয় করিলে সমস্ত  
ইন্দ্রিয় এবং সমস্ত ইন্দ্রিয়াধিপতি মন যে সর্ব-  
সুখে বঞ্চিত হইবে, ইহাতে বিচিত্রতা কি? এ  
কথা বুঝিতে পারে না, জগতে এমন মূর্খই বা  
কে আছে? কে না জানে যে বীর্যহানী হইলে  
সমস্ত ইন্দ্রিয় নিষ্ঠেজ হয়?

ধূতবীর্য ব্যক্তিই জগতের বিষয় সুখে পরম  
তৃপ্তি লাভ করিতে পারেন। ধূতবীর্য ব্যক্তির নিকট  
জগতের সমস্ত পদাৰ্থ অতি সুন্দর প্রতীয়মান হয়!

ধূতবীর্য-ব্যক্তি এই জগতের চারিদিকে সৌন্দর্য  
সাগর দেখিয়া অপার আনন্দ উপভোগ করেন;

সামাজিক বৃক্ষপত্র, সামাজিক তৃণপুষ্প তাঁহার চক্ষুতে যে  
আনন্দ প্রদান করে, ক্ষীণবীর্য পাপাঞ্চারা সে  
আনন্দ অপেক্ষ কল্পনা করিতে পারে না। ধূত-  
বীর্য ব্রহ্মচারী সামাজিক পক্ষী রবে যে প্রীতি প্রাপ্ত  
হন, সে প্রীতি বেশ্বাসক মুঠেরা কখনই উপভোগ  
করিতে সমর্থ হয় না। ফলতঃ ধূতবীর্য ব্রহ্মচারী  
এ জগতে সহস্র বৎসর ধরিয়া বিষয়ভোগ করিয়াও  
যেন পরিতৃপ্ত হইতে পারেন না। তিনি এই  
জগত সংসারের সর্বত্রই প্রেম দেখিতে পান, সেই  
প্রেমে বিহ্বল হইয়াই যেন তিনি নির্বাণ মুক্তি ও  
প্রার্থনা করেন না। সেই স্বর্গীয় বৈকুণ্ঠ প্রেমের  
সহিত মহারাজগণের নারকীয় বেশ্বাপ্রেম তুলনীয়  
নহে। সেই স্বর্গীয় প্রেম উপভোগ করিতে করিতেই  
প্রেমিক এই বিশ্ব-ব্রহ্মাণ্ডে কেবল প্রেমময়েরই  
অস্তিত্ব উপলক্ষি করেন, আর কিছুই উপলক্ষি করিতে  
পারেন না; সুতরাং তদ্রপ অবস্থাই পুরুষের

ପରମ ପୁରୁଷାର୍ଥ ।

ନିୟତ ଏହି ସକଳ କଥା ଶ୍ଵରଣ ରାଖା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ  
ଉଦେଶ୍ୟ ଅଛି ହୃଦୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନହେ । ନିୟତ ଶ୍ଵରଣ କରା  
ଉଚିତ ଯେ ‘ଶରୀରମାତ୍ରଂ ଥିଲୁ ଧର୍ମସାଧନ’ ଶରୀରଟି ଧର୍ମ  
ସାଧନେର ପ୍ରଧାନ ସାଧନ । ଆର ବୌଦ୍ଧ ସେଇ ଶରୀରେର  
ପ୍ରଧାନ ଉପାଦାନ । ବୌଦ୍ଧ ଶରୀରେର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ରଫ୍କା  
କରେ , ଆର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟଟି ସର୍ବଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରଦ । ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟସାଧନେର  
ନାମ ଧର୍ମସାଧନ ; ଏହି ଧର୍ମ ସାଧନେର ଉଦେଶ୍ୟ ସୁତୈଶ୍ଵର୍ଯ୍ୟ  
ଲାଭ ; ଇହା କୃତ୍ସମ୍ମାନ ନହେ ; ଇହା ବିଷୟ ମୁଖେ  
ବଞ୍ଚିତ ହିଁବାର ଜନ୍ମ ସାଧନ ନହେ ; ପ୍ରତ୍ୟେ ଭୋଗ  
ମୁଖେ ଶୁଦ୍ଧୀ ହିଁବାର ଜନ୍ମଟି ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟେର ପ୍ରୟୋଜନ ।  
ଅନେକ ମୂର୍ଖ ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନକେ ଭୋଗମୁଖେ ବଞ୍ଚିତ  
ହୃଦୟଟି ମନେ କରେ !! ସେଇ ପାପାତ୍ମାରା କେବଳ  
କାମିନୀ ସନ୍ତୋଗକେହି ଭୋଗ ମନେ କରେ ; ତାହାରା  
ଶରୀରେର ସାରସର୍ବଶ କ୍ଷୟ କରାକେହି ସଂସାରେ ସ୍ଵର୍ଗୀୟ  
ଶୁଦ୍ଧ ମନେ କରେ !! ଅହୋ ! ମୂର୍ଖେର ମୂର୍ଖତାକେ

বলিহারী থাই !! মৃচ গামরগণ সর্বস্বত্ত্বে বকিত  
হওয়াকেই সুখভোগ ঘনে করে ! ইহা অপেক্ষা জগতে  
অন্ত বিচিৎ আর কিছুই নাই।

তাই, পূর্বজন্মের দুঃস্তির ফলে যদি আমাকে  
নিতান্তই সংযতানের বা পাপের বশীভৃত হইতে  
হয়, যদি সংযতান আমাকে বশীভৃত করিয়া বলে,  
‘তুমি কাম,ক্রোধ,লোভ,মোহ,মদ,মাংসর্য এই  
ষড়রিপুর মধ্যে কোন রিপুর প্রার্থনা কর ?’ তাহা  
হইলে আমি কাম রিপুকে পরিত্যাগ করিয়া অপর  
সমস্ত রিপুকেই গ্রহণ করিতে পারি। কাম রিপু  
মহুষ্যকে ষেরূপ ধিয়ম ক্লেশদায়ক নরকে পতিত করে,  
আর কোন রিপুই তদ্দপ ক্লেশদায়ক নরকে পতিত  
করিতে পারে না। অধিক কি, একমাত্র কামরিপু  
অন্ত সর্ববিধ রিপুর অপেক্ষা প্রথল না হইলেও  
সর্বাপেক্ষা অধিক ক্লেশপ্রদ। কাম সাঙ্গাং সম্বন্ধে  
শরীরের সার-সর্বস্ব হৃণ করিয়া থাকে ; তখন

ସୌଯ ଶରୀରଟି ହରବହ ବଲିଯା ବୋଧ ହ୍ୟ; ଶୁତ୍ରାଂ  
ତଥନ ଆର ସଂସାରେ କେନ ପ୍ରକାର ଶୁଖେର ଆଶାଇ  
ଥାକେ ନା । ସେଇ ଜଣ୍ଡ ଆମି ସଯତାନେର କାଛେ  
ଆର୍ଥନା କରିତେ ପାରି, “ହେ ସଯତାନ, ଭୌବନ କ୍ରୋଧ,  
ହରନ୍ତ ଲୋଭ, ଅଞ୍ଚ ମୋହ, ଉଚ୍ଛ୍ଵାଳ ମଦ ଏବଂ କ୍ଲେଶ-  
ପ୍ରଦ ମାଂସର୍ଯ୍ୟ ସହସ୍ରବାର ଆର୍ଥନା କରି, କିନ୍ତୁ ନାରକୀୟ  
କାମ ଏକବାରও ଚାହି ନା ।”

ତାଇ ସର୍ବାତ୍ମେ ସର୍ବପ୍ରୟତ୍ନେ କାମ ରିପୁକେ ଦମନ  
କରିବେ । କାମ ରିପୁ ଅନ୍ତରେ ଏକବାର ଆଧିପତା  
ସ୍ଥାପନ କରିଲେ, ଆର ଆତ୍ମସଂସ୍ଥମ ଓ ଆତ୍ମସଂଶୋଧନେର  
ଆଶା ପ୍ରାୟ ଥାକେ ନା ; କାମ ଶୀଘ୍ରଇ ମନ୍ତ୍ରିକେର  
ମାର ଭକ୍ଷଣ କରିଯା ଶୁଭିଭୃତ୍ୟ କରିଯା ଫେଲେ, ଶୁତ୍ରାଂ  
ତଥନ ଆର ଆତ୍ମସଂଶୋଧନେର ଉପାୟ ଥାକେ ନା ।  
କିନ୍ତୁ କାମ ଦମନ କରିତେ ପରିଲେ ଅନ୍ତାନ୍ତ ସର୍ବ  
ରିପୁକେଇ ଦମନ କରା ସହଜ ସାଧ୍ୟ ହ୍ୟ । ଏକଜନ  
ଦସ୍ତ୍ୟକେ ଅତି ସହଜେ ଧାର୍ମିକ କରା ଯାଯା ; କିନ୍ତୁ

একজন লপ্ট মহারাজকে সহজে ধার্মিক করা  
যায় না।

অতএব যদি ধর্মপ্রবৃত্তির সাহায্য লওয়া তোমার  
সহজ না হয়, তবে কাম-ংপে প্রেবল রিপুকে দমন  
করিবার জন্য ক্ষেত্র ও মদ রিপুর সাহায্য গ্রহণ  
করিবে; ‘আমি কামুক নহি’ এই একমাত্র চিন্তাই  
যেন তোমার অহঙ্কারের আশ্রয় হয়। যে যত বড়  
ধনী হইতে হয় হউক, যে যত বড় পণ্ডিত হইতে  
হয় হউক, যদি সে কামুক হয়, তবে সে আমার  
পদধূলিরও যোগ্য নহে।” এইস্থ অহঙ্কারে তোমার  
মন নিয়ত পূর্ণ করিয়া রাখ। এই অহঙ্কারে তোমার  
কাম রিপুকে দমন করিতে পারিবে। ফলতঃ ছর্জয়  
কাম রিপুকে দমন করিবার জন্য ছর্জন্ত অহঙ্কার  
বড়ই উপযোগী। অতএব কামকে দমন করিবার  
জন্য অহঙ্কার যতদুর বুদ্ধি করিতে পার করিবে।  
কালে অহঙ্কার চরম সৌমায় উঠিয়া আপনি নামিয়।

ଆମିବେ ; ଅହଙ୍କାରକେ ବଶୀଭୂତ ବା ଦୂରୀଭୂତ କରିବାର  
ଜନ୍ମ ଦିଶେଷ ଆୟାସ ଗ୍ରହଣ କରିତେ ହେବେ ନା ।  
ଏ ସଂସାରେ ସକଳେରଟି ଅହଙ୍କାର କିଛୁକାଲେର ଜନ୍ମ  
ପ୍ରେବଳ ଧାକିଯା ଶେଯେ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ହେଯା ସୁଲାଯ ମିଶାଇଯା  
ଯାଯ । କିନ୍ତୁ ଏ ସଂସାରେ କାମ ସୁନ୍ଦିପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ  
କଥନଟି ନିଷ୍ଠତିର ଉପାର୍ଥକ ଥାକେ ନା । କେନ ନା  
ଅହଙ୍କାର ଅସନ୍ଦତ ଉଚ୍ଚେ ଉତ୍ସାହିତ କରେ ; କିନ୍ତୁ କାମ  
ପ୍ରସ୍ତରି ଗଭୀର ନରକ-କୁପେ ନିମଜ୍ଜିତ କରେ । ଅତି  
ଏବ ସଦି ଧର୍ମପ୍ରସ୍ତରିର ବଳ ପ୍ରେବଳ ନା ଥାକେ, ସଦି  
ଧର୍ମ ଚିନ୍ତାୟ ମନକେ ନିୟତ ବ୍ୟାପ୍ତ ରାଖା ଶୁସ୍ତାଧା  
ମନେ ନା କର, ତବେ ଆଜ୍ଞାଭିମାନ ବା ଅହଙ୍କାରେ ମନ  
ନିୟତ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଯା ରାଖିଯା କାମ-ପ ଅନୁଷ୍ଠାନ  
ଦୃଢ଼ପ୍ରଦ ଶକ୍ତିର ହଞ୍ଚ ହେତେ ରଙ୍ଗା ଲାଭ କର । ଅହଙ୍କାର  
କାମେର ପ୍ରତିଦିନ୍ତିର ଘୋଷା । ଅତଏବ ଅହଙ୍କାରେର  
ପୁଣି ସାଧନ କରିବେ । ଦେଶ-ସତ୍ତବ କାମୁକ ବା ନିର୍ବିର୍ଯ୍ୟ  
ଲମ୍ପଟ ସତ ବଡ଼ ଲୋକ ହେତେ ହୟ ହଟକ, ତାହାକେ

তুমি তৃণাদপি তৃণ, এবং ছাগ শূকর গর্দিও অপেক্ষা ও  
ঘৃণ্যই মনে করিবে। আত্ম-প্রাধান্তের হেতু সর্বদা  
চিন্তা করিবা এবং সর্বদা স্মরণ রাখিয়া সংসারে  
সদর্পে বৌরের শ্যায় — মন্ত মাতঙ্গের শ্যায় নির্ভিক  
চিত্তে বিচরণ করিবে। ভয় করিবে না, বিশেষতঃ  
কামুক ও লম্পট ক্ষীণবীর্য ব্যক্তিকে কখনও শ্রদ্ধা  
ভক্তি বা সম্মান প্রদর্শন করিবে না। ইহা স্থির  
নিশ্চয় জানিবে যে, যে ব্যক্তি নির্বীর্য সে কখনই  
ধার্মিক নহে; সে মহাপঞ্জি হইলেও মহামূর্খ  
এবং মহাধনী হইলেও মহাদরিদ্র। অতএব সে  
কখনও শ্রদ্ধা ভক্তি বা সম্মানের যথার্থ পাত্র নহে।  
ক্ষীণবীর্য ব্যক্তি কখনও সত্ত্বগুণ সম্পন্ন হইতে পারে  
না; কেন না বীর্যই সত্ত্বগুণের আশ্রয়। পুনঃ যে  
ব্যক্তি সত্ত্বগুণ সম্পন্ন নহে, সে পীপাত্মা কখনও  
ধার্মিক হইতে পারে না, আর যে একত ধার্মিক  
নহে সে শ্রদ্ধা ভক্তির পাত্র নহে।

## কল্যাণের পথ

অধিক আর কি বলিব, গোহত্যা, ব্রহ্মহত্যা,  
স্ত্রীহত্যা বা আত্মহত্যা পাপের প্রায়শিক্তি আছে,  
কিন্তু কাম রিপুর বশীভূত হইয়া বীর্যক্ষয় করিলে  
সে ভীষণ পাপের প্রায়শিক্তি নাই। যে আত্মহত্যা  
করে সে একবার ঘরে, কিন্তু ক্ষীণবীর্য পাপাত্মা  
প্রতি নিয়ত মৃত্যুযন্ত্রণা ভোগ করে। ফলতঃ  
অন্তান্য পাপ ধর্মবৃক্ষের শাখাপল্লব ছেদন করে,  
কিন্তু কাম উহার মূলোচ্ছেদ করিয়া থাকে।

কাম রিপু ধর্মের প্রধান সাধন দেহকে নষ্ট  
করিয়া একেবারেই ধর্ম নষ্ট করিয়া থাকে। গো-  
হত্যা-ব্রহ্মহত্যা-স্ত্রীহত্যাকারী প্রায়শিক্তি করিয়া পুন-  
রায় ধার্মিক হইতে পারে; কিন্তু কামুক স্বীয়  
দেহকে বিনষ্ট করিয়া প্রায়শিক্তি করিতে অসমর্থ  
হয়; স্বতরাং এক কালে ধর্মচূড়ত হইয়া থাকে।

দেহ আঘার আশ্রয়; সেই জন্যই দেহ  
উগবানের মন্দির স্বরূপে পবিত্র বলিয়া বিবেচিত

হয় ; কিন্তু যে পামর সেই দেহের বীর্য নষ্ট করিয়া তাহাকে জীর্ণ, শীর্ণ, ভগ্ন ও কুণ্ড করে সে চিরদিন ভৌঘণ রৌরাবানলে দন্ত হয় ।

বীর্য রক্ষা করিলে ধর্ম অর্থ, ভোগও মোক্ষ এই চতুর্বর্গই লাভ করা সহজ হয়, কিন্তু বীর্যক্ষয় করিলে সকলই ছল্ভ হয় । সুতরাং বীর্যক্ষয়ে মনুষ্যের জীবনের উদ্দেশ্য একবারে বিফল হইয়া পড়ে । এই সকল বিষয় অবসর সময়ে প্রতিনিয়ত অনুধ্যান করিবে । কামাতুর মনকে এই সকল চিন্তা হইতে কখনও অবসর দিবে না । নিম্নলিখিত অব্যর্থ শিব' বাক্যগুলি নিয়ত শ্মরণ রাখিবে, যথা —

মরণং বিন্দুপাতেন জীবনং বিন্দুধারণাঃ ।

তস্মাদতি প্রবেহেন কুক্রতে বিন্দুধারণম্ ॥

বীর্যক্ষয়ই মৃত্য এবং বীর্যধারণই জীবন । অতএব অতি যত্নসহকারে বীর্যধারণ করিবে ।

## କଳ୍ୟାଣେର ପଥ

‘ଜୀବନେ ବିନ୍ଦୁନାତ୍ମସଂଶୟ ।

ଏତଜ୍ଞତ୍ଵା ସଦ୍ୟୋଗୀ ବିନ୍ଦୁଧାରଣମାଟରେ ॥

ବୀର୍ଯ୍ୟଦ୍ୱାରାଇ ଲୋକ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ, ବା ଜୀବନ ଧାରଣ କରେ  
ଆର ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମେଇ ମୃତ୍ୟୁମୁଖେ ପତିତ ହୟ, ଇହାତେ କିଛୁ  
ମାତ୍ର ସଂଶୟ ନାହିଁ । ଏହି ବିଷୟ ସମାକ ବିବେଚନା କରିଯା  
ସମାହିତ ହଇଯା ସର୍ବଦା ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷାଯ ସତ୍ତବାନ ହଇବେ ।

ସିକ୍ଷୋ ବିନ୍ଦୋ ମହାୟତ୍ରେ କିଂ ନ ସିଦ୍ଧତି ଭୂତଲେ ।

ସ୍ଵଷ୍ଟ ପ୍ରାସାଦମହିମା ମମାପ୍ୟୋତ୍ୱାଦୃଶୋଭବେ ॥

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନେ ସିଦ୍ଧ ହଇଲେ ଜଗତେ ଅସାଧ୍ୟ କିଛୁଇ  
ଥାକେନା, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନେର ଜନ୍ୟାଇ ଆମାର ( ଶିବେର )  
ଏତ ମହିମା

ବିନ୍ଦୁ କରୋତି ସର୍ବେଷାଂ ସୁଖଦୁଃଖସ୍ତ ସଂସ୍ଥିତିଃ

ସଂସାରିଣା ବିମୃଢାନାମ ଜରାମରଣ ଶାଲିନାଂ ।

ଅଯଃ ଶୁଦ୍ଧକରୋ ଯୋଗୋ ଯୋଗିନାମୁତ୍ତମୋତ୍ତମଃ ॥

ଯେ ସକଳ ବ୍ୟକ୍ତି ମାୟାମୁକ୍ତ ହଇଯା ସଂସାରେ ପ୍ରତି-  
ନିୟତ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରେ ଏବଂ ଜରା ମରଣ ଭୋଗ

করে, সেই সংসারী ব্যক্তিরাও বীর্যধারণ করিলে  
পরমস্থুখ লাভ করিতে পারে, অতএব যোগীদিগের  
পক্ষে এই বীর্যধারণই সর্বোৎকৃষ্ট পরম ভোগ তাহা  
বল। বাহুল্য। ফলতঃ বীর্যধারণেই সর্ববিধ স্থুখ  
লাভ হয়, আর বীর্যক্ষয়েই সর্বপ্রকার ছঃখের  
ভোগ হয়।

অভ্যাসাং সিদ্ধিমাপ্নোতি ভোগে যুক্তেহপিমানবঃ।  
সঃ কালে সাধিত্বার্থেহপি সিদ্ধোভবতি ভূতলে।

যদি অভ্যাস দ্বারা বীর্যধারণ করিয়া সর্ব-  
প্রকার উচ্চিয় বিষয় উপভোগ করে, তাহা হইলেও  
যথাকালে মুক্তির সন্তুষ্টি আছে। অর্থাৎ বীর্য  
ধারণ করিয়া সংসারাসক্ত ভোগী বাস্তি ও ভোগস্থুখে  
সন্তুষ্টিলাভ করিয়া যথাকালে মোক্ষলাভ করিতে  
পাবে।

তৃতীয় ভোগানশেষান্ব বৈ যোগেনানেন নিশ্চিতঃ।  
আনেন সকলা সিদ্ধি যোগিনাঃ ভবতি ক্রিবঃ॥

## কল্যাণের পথ

সুখভোগেন মহতা তস্মাদেনং সমভ্যসেৎ ।

যেন কেন প্রকারেণ বিন্দুং ঘোগী প্রধারয়েৎ ॥

• অঙ্গচর্য দ্বারা অর্থাৎ বীর্য ধারণকৃপ ঘোগদ্বারা  
অশেষবিধি ভোগসুখ উপভোগ করিয়াও, কি সংসারী  
কি ঘোগী সিদ্ধিলাভ করিতে পারেন। অতএব  
মহাসুখপ্রদ এই অঙ্গচর্য অভ্যাস করা সর্বত্তে ভাবে  
কর্তব্য। কলতঃ যেকোপেই ইউক বীর্যধারণ করা  
ঘোগীর নিতান্ত কর্তব্য।

সিঙ্কে বিন্দৌ মহায়ন্তে কিং ন সিদ্ধতি পার্বতি ।

ঈশ্বং যৎ প্রসাদেন মমাপি হৃল্ভং ভবেৎ ॥

অয়ি পার্বতি ! বিন্দুধারণ দ্বারা কি না সিদ্ধ  
হয় ? আমি এই বীর্য প্রভাবেই হৃল্ভ ঈশ্বরজ  
প্রাপ্ত হইয়াছি, নতুবা বীর্যক্ষয় করিলে আমারও  
এই ঈশ্বরজ প্রাপ্তি হইত না ।

ভাই, এই - সকল অভ্যাস শিববাক্য যদি  
অগ্রাহ কর, তবে তুমি কাব্র কথা শুনিয়া এই

সংসার গহনে বিচরণ করিবে ? কে তোমাকে  
জীবনের লক্ষ্য প্রদর্শন করিবে ? দুপ্রবর্তিনীপ ভীষণ  
তরঙ্গসঙ্কুল সংসার সমুদ্রে ঝাঁপ দিয়া স্বীয় বলে  
সাঁতার দিয়া উত্তীর্ণ হইবে ? কর্ণধার বিহীন হইয়া  
কি হেলায় সাগর পার হইবে ? তাও কি সন্তুষ ?  
ভাই সাবধান হও, সাবধান হও ; জগদ্গুরু ধৰি-  
গণের বাক্যে অবহেলা করিও না । স্বীয় ক্ষুণ্ড  
বৃক্ষের মিছাঞ্জে মজিও না । বীর্যক্ষয় করিলেই  
মস্তিষ্ক বিকৃত হয় ; স্মৃতিশক্তি হ্রাসপ্রাপ্ত হয় স্মৃতরাঙ  
বৃক্ষেও ক্ষীণপ্রাপ্ত ও মলিন হইয়া পড়ে, সেই  
জন্তুই আমি বারবার চিংকার করিয়া তোমাকে  
সতর্ক করিতেছি, তুমি স্বীয় মলিন বৃক্ষের উপর  
নির্ভর করিও না । জগৎপ্রণম্য জগদ্গুরু মহৰ্ষি-  
গণের নিকট স্বীয় দেহ মন বিক্রয় করিয়া ফেল ।  
তাহারাই এ সংসারসমুদ্রে কর্ণধার । তাহাদের  
সাহায্য ব্যতীত এই দুরুত্তীর্ণ সংসার সাগর পার  
হইবার উপায়ান্তর নাই । অতএব সাবধান, সাবধান ।

ଖବି ବାକ୍ୟ ଅବହେଲା କରିବା ନା । ନିଜେର ବୁଦ୍ଧିତେ  
ମଜିବା ନା । ଅଦ୍ଦାଇ ନାହିଁ ହେ, ଏଣାହି ସ୍ବୀୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ  
ତାଲିକା ପ୍ରକ୍ଷତ କର, ଏବେ ତାଙ୍କୁ ମାରେ ଜୀବନ ପଥେ  
ଆଗ୍ରମର ହେ । ଆର ବିଚାରେ ସମୟ ନାହିଁ : ଆର  
ଆମାଦେର ନିତେର ମିଦ୍ଦାନ୍ତ ନାହିଁ ମାର୍ଯ୍ୟ ନାହିଁ,  
ସାମର୍ଥ୍ୟ ନାହିଁ । ଅତ୍ରେବ ଏସ ଭାଇ, ଏକ ଏକଟା  
ସୁବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଯା ଆମରା ସମଗ୍ରେ ଜୀବନେର ସୁବ୍ୟବସ୍ଥା  
କରି । ପ୍ରତିଦିନେର ୧୦୧୧୨ ସଂଗ୍ରାମ କୋନକିମ୍ବପେ  
ସଂକାର୍ଯ୍ୟ ଓ ସଂଚିନ୍ତାଯ ଫେପଣ କରିତେ ପାରିଲେଇ  
ସମଗ୍ର ଜୀବନେର ସହ୍ୟବହାର କରା ଯାଯା । ଜୀବନେର  
ସହ୍ୟବହାର କରିଲେଇ ଯଦି ଆମରା ଚରିତାର୍ଥ ହିତେ  
ପାରି ତବେ ତାହା କେନାଇ ବା ନା କରିବ ? ଯଦି ବୀର୍ଯ୍ୟ  
ଧାରଣ କରିଲେଇ ସର୍ବ ଶୁଖ ଲାଭ କରିଯା— ପରମତୃପ୍ତି  
ବା ନିର୍ବିଗ୍ନ ଲାଭ କରିଯା ଶେଷେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିତେ  
ପାରି, ତବେ କେନ ବୀର୍ଯ୍ୟଧାରଣ କରିବ ନା ?

‘ସିର୍କୌ ବିର୍କୌ ମହାୟଙ୍ଗେ କିଂନ ସିଦ୍ଧତି ଭୂତଲେ ?’

ভাই, এ কথা ত ষে মে লোকেৰ কথা নয়! ঈহা  
 ত শব্দ প্ৰকঞ্চক জুয়াচোৱেৰ কথা নয়! ঈহা ত  
 শাৰ্থপৰ চাটুকাৰ বা মোসাচেৰেৰ কথা নয়! ঈহা  
 যে অদ্বান্ত শিব বাক্য! ঈহা ষে পৱন সতা বাক্য  
 ঈহা ষে পৱন শুক্ৰ বাক্য! এই বাক্যে আমৰা আশ্চা-  
 কৱিব না! তবে কাৰ কথা শুনিব? ভাই আৱ  
 অধিক কি বলিব? পুনৰায় বলিতেছি, এই মূহূৰ্তে  
 সাৰধাৰ হও; এই মূহূৰ্তে প্ৰতিজ্ঞা কৰ, এই  
 মূহূৰ্তেই শপথ কৰিয়া বীৰ্য্যধাৰণে যত্নবান হও।  
 শাৱিৱীক পৱিত্ৰমে এবং মানসিক উন্নতি সাধনে  
 দিনেৱ কয়েক ষষ্ঠী সময় অডিনাত্তি কৰিয়া এখান  
 হইতে চলিয়া থাও। স্থিৱ জানিও “বীৰ্য্যধাৰণ  
 কৰিয়া পৱিত্ৰম কৰিলে সংসাৱেৰ সুকল দুঃখ ঘন্টণা  
 দূৰীভূত কৰা থায়।

\* \* \* কেবল রত্িক্ৰিয়াতেই বীৰ্য্যক্ষয় হয় তাহা নহে।  
 অষ্টাঙ্গ মৈথুনেৰ প্ৰতোকেই বীৰ্য্যক্ষয় হইয়া থাকে,—

‘ଶ୍ରବଣং කୌର୍ତ୍ତନଂ କେଲିଃ ପ୍ରେକ୍ଷଣଂ ଗୁହ୍ନଭାଷଣମ्

ସଂକଳୋଧ୍ୟବସାୟମ୍ କ୍ରିୟାନିଷ୍ପତ୍ତିରେବଚ

ଏତମୈଥୁନମଷ୍ଟାଙ୍ଗଃ ପ୍ରବଦ୍ଧି ମନୀଷିଣଃ

ବିପରୀତଃ ଅଞ୍ଚାର୍ଯ୍ୟମହୁଷ୍ଟେଯଃ ମୁମୁକ୍ଷୁଭଃ ॥

ଶ୍ରୀଲୋକେର ରୂପ ଦର୍ଶନ କରିବାମାତ୍ରର ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ ହୟ ;

ଶ୍ରୀଲୋକେର ରୂପଗୁଣାଦି ବର୍ଣନା ଶ୍ରବଣ ବା କୌର୍ତ୍ତନ କରିଲେଓ

ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ ହୟ, ଶ୍ରୀଲୋକେର ସହିତ କ୍ରୀଡ଼ା ବା ଗୋପନେ

କଥୋପକଥନ କରିଲେଓ ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ ହୟ, ଏବଂ ରତି-

କ୍ରୀୟାର ସଙ୍କଳନ କରିବାମାତ୍ରାହି ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ ହୟ । କିନ୍ତୁ

ଏହି ସକଳ କ୍ଷୟ ସାକ୍ଷାତ୍ ସହଙ୍କ୍ରେ ଦେଖା ଯାଇ ନା ।

ଶୋଣିତକୋଷ ହିତେ ବିଚୁତ ଶୁକ୍ର ପ୍ରଥମତଃ ଶୁକ୍ରାଧାରେ

( ଅନ୍ତେ ) ଆସିଯା ସଞ୍ଚିତ ହୟ, ଉପରେ ତାହା ତଥା

ହିତେ ପ୍ରାବେର ସମୟ ବା ସ୍ଵପ୍ନ୍ୟୋଗେ ନିର୍ଗତ ହଇଯା

ଥାକେ । ଫଳତଃ ଉତ୍ତ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ମୈଥୁନଟ ସ୍ଵପ୍ନଦୋଷେର

କାରଣ ଏବଂ ଧାତୁ ଦୌର୍ବଲ୍ୟ, ମୃତ୍ୟୁଚଛ୍ଛ, ବହୁମୃତ୍, ବାତ,

ଯକ୍ଷମାକାଶ ପ୍ରଭତି ବହୁବିଧ ରୋଗେର କାରଣ । କେବଳ

রতিক্রিয়া হইতে বিরত থাকিলেই মৈথুন হইতে বিরত থাকা হয় না। শ্রী বিহীন অথচ বেশ্টাগামী নহেন, একেব্র অনেক ব্যক্তিও অষ্টাঙ্গ মৈথুন হইতে বিরত নহেন। এবস্ত্রকার বিস্তর ‘বকোধার্মিককেও বাত, শিরঃপীড়া, চক্ষুরোগ, শ্বাসকাস, যন্ত্রা, বহুমূত্র প্রভৃতি ধাতুক্ষয় জন্য রোগে আক্রান্ত বা পীড়িত হইতে দেখা যায়।

\* \* \* যাহারা শ্বীয় বীর্যের হানি করে তাহারা অতীব পাপী ; তাহারা সকল প্রকার পাপই করিতে পারে। যেহেতু বীর্যহানি করিলেই মনের সম্পূর্ণ বিনষ্ট বা অভিভূত হয় ; স্তুতরাং রঞ্জোগুণ ও তমোগুণ বর্ণিত হয় আর রঞ্জোগুণ ও তমোগুণই সর্ব পাপের হেতু। অর্জুন ধৰ্ম ভগবান শ্রীকৃষ্ণকে জিজ্ঞাসা করিলেন,—

অথ কেন প্রযুক্তোয়ঃ পাপং জয়তি পুরুষঃ  
অনিচ্ছন্নপি বাক্ষের্যঃ বলাদিব নিয়োজিতঃ ?  
অর্থাৎ হে বাক্ষের্য, পুরুষ পাপাচরণ করিতে ইচ্ছা

ନା କରିଲେଓ କେ ଯେନ ତାହାକେ ବଲପୂର୍ବକ ପାପେ  
ଅବସ୍ତ କରାଯା ଈହାର ହେତୁ କି ? କେ ତାହାକେ ପାପ  
କରାଯା ?

ଆଜ୍ଞୁନେର ଏହି ବାକ୍ୟ ଶୁଣିଯା । ଭଗବାନ ଉତ୍ତର  
କରିଲେନ,—

କାମ ଏହ କ୍ରୋଧ ଏହ ରଜୋଗୁଣ ସମୁଦ୍ରବଃ  
ମହାଶଳୋ ମହାପାପା ବିଦେନମିହ ବୈରିଣମ୍  
ଅର୍ଥାତ୍ ରଜୋଗୁଣ ସମୁଦ୍ରବ କାମ ଏବଂ କ୍ରୋଧଙ୍କ ପୁରୁଷଙ୍କ  
ପାପେ ଅବସ୍ତ କରାଯା । ଏହି କାମ ଏବଂ କ୍ରୋଧଙ୍କ  
ମହାପାପ ଓ ମହାଶଳ ବଲିଯା ଜୀବିବେ ।

ଏହିଗେ ବୁଝିଲେ ହଇବେ ଯେ, ଯେ କାମ ପୁରୁଷଙ୍କ  
ବଲପୂର୍ବକ ସର୍ବବିଧ ପାପେ ଲିପ୍ତ କରାଯା ମେ କାମ କି ?  
ପୁରୁଷଙ୍କ ଯତକ୍ଷଣ ପୁରୁଷକାର ଥାଏ, ତତକ୍ଷଣ କିଛିତେବେ  
ତାହାକେ ଦୁଷ୍ଟାର୍ଥୀ ପ୍ରବର୍ତ୍ତି କରିଲେ ପାରେ ନା ; କିନ୍ତୁ  
ପୁରୁଷ ସଥଳ ପୁରୁଷକାର ହାବାଇଯା ପ୍ରବର୍ତ୍ତିର ନିତାନ୍ତ  
ଦୂଷିତ ହଇଯା ପଡ଼େ, ତଥନଟି ରଜୋଗୁଣସମ୍ମବ୍ର ପ୍ରକଳ୍ପି

তাহাকে যেন জোর করিয়া পাপে নিয়োজিত করে।  
পুরুষ নির্বার্য হইলেই পুরুষকার হারাইয়া থাকে;  
কামই পুরুষকে নির্বার্য করে; সৃষ্টরাঃ কামই  
পুরুষকে পুরুষকার অংশ করিয়া অশেববিধ পাপে  
নিয়োজিত করে। সেইজন্তই ক্ষীণবীর্য ব্যক্তিকে  
পুনঃপুনঃ পাপাঞ্চা ও পাপী বলিয়া নির্দেশ করিয়াছি।

ফলতঃ যে সকল পাপাঞ্চা শ্বীয় বীর্যের অপব্যবহার  
করে, তাহারা কোন ক্রমেই বিশ্বাস্ত নহে, তাহারা  
সকল বস্তুরই অপব্যবহার করিয়া থাকে। তাহারা  
ঘোর বিশ্বাসঘাতকের কার্য অনুনবদনে সাধন  
করে। কামুক ব্যক্তিরা ধর্মাধর্মবোধরহিত হইয়া  
থাকে। তাহারা ঘোর স্বার্থপর পিশাচ হইয়া লোকের  
সর্বনাশ করে। ছুরাচার লঞ্চটগণের জন্তই পৃথিবীতে  
অহঃরহঃ নরহত্যা হইতেছে। এই প্যুষগণের জন্তই  
কত সতী সতীর হারাইতেছে; কত সোনার সংসার  
ছারখার হইয়া শুশানচূমিতে পরিণত হইতেছে।

କତଜନ ଘୋର କଳକ୍ଷ ଓ ଲୋକଲଙ୍ଘା ଭୟେ ଆସୁହତ୍ୟା କରିତେଛେ ; କତଜନେର ମନେର ଶାନ୍ତି ଚିରଦିନେର ଜନ୍ମ ଅନୁର୍ଭିତ ହିତେଛେ । ଦୂରାୟା ପାଷଣ୍ଗଣ ଧନବଲସମ୍ପନ୍ନ ହିଲେ ପାର୍ଶ୍ଵବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରତିବେଶିଗଣେର ପ୍ରତି କତଇ ଅତ୍ୟାଚାର କରିଯା ଥାକେ । କତ ପାପାୟା ପାଯଣ ଜୟିଦାର ସ୍ତ୍ରୀଯ ପ୍ରଜାଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀକଞ୍ଚା ଅପହରଣ କରିତେଛେ । ଏହି-କ୍ରମେଇ ଦେଶେର ରକ୍ଷକଗଣ ଓ ସମାଜେର ନେତୃଗଣ ଭୌଷଣ ପାପେ କଳକ୍ଷିତ ହିୟା ସମାଜକେ ନିୟନ୍ତ୍ର କଳକ୍ଷିତ କରିତେଛେ । ଏହି ସକଳ କାରଣ ଶ୍ଵରଣ କରିଲେ ଚିର-ସମ୍ପଦ ଶୁଣିରେ କ୍ରୋଧେର ଉତ୍ସେକ ହୟ । ଏହି ଜନ୍ମାଇ ଆମି କାମପରାଯଣ ପାଷଣ୍ଗଣକେ ଅଧୀରଭାବେଇ ତିରକାର କରିତେଛି । କଳତଃ କାନ୍ତୁକ ପାଷଣ୍ଗଣେର ଚରିତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟାଲୋଚନା କରିଲେ କିଛୁତେଇ କୋନକ୍ରମେଇ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା କରା ଯାଯା ନା । ଏହି ନରାଧମଗଣେର ପାପାଚାର ଶ୍ଵରଣ କରିଲେଇ ସକାତରେ ସେଇ ଚିକାର କରିଯା କାନ୍ଦିତେ ଇଚ୍ଛା ହୟ, ଏବଂ ଦେବାଦିଦେବ

মহাদেবের নিকট এইরূপ প্রর্থনা করিতে ইচ্ছা  
হয়—

‘হে ত্রিলোচন, তুমি হৃষি মদনকে ভস্তীভূত  
করিয়াছিলে, এখন হৃষাঞ্জা মদনের পায়ওদাস-  
দিগকেও অচিরে ভস্ত কর, নতুবাঁ সৃষ্টি রক্ষা হয় না।  
পায়ওগণ ধরাকে ক্রমাগতই পাপভারে ভারাক্রান্ত  
করিতেছে। ধরা এই পায়ও পামরগণের দৌরাত্মে  
অত্যন্ত নিপীড়িত হইয়াছেন! হে দেব পৃথিবীকে  
রক্ষা কর।’

ষাহাই হউক ভাই, যদি আপনাকে প্রকৃত  
বড় করিতে ইচ্ছা কর, তবে কামরিপুকে বশীভূত  
করিয়া পাপের হস্ত হইতে আত্মরক্ষা কর। যিনি  
প্রতিবীর্য তিনিই এ সংসারে বীর বলিয়া খ্যাতি  
লাভের ঘোগ্য। তিনিই দানবীর, ধর্মবীর ও যুদ্ধ-  
বীর হইবার ঘোগ্য। সুরক্ষিত বীর্যই শরীরের  
ওজোনপে পরিণত হয়। ওজৰ্বী ব্যক্তিই অর্থাৎ

ଭକ୍ତିଭାଜନ ! ଓଜସ୍ଵୀବ୍ୟକ୍ତିଇ ଅନ୍ତାନବଦନେ ଜଗତେର  
ସର୍ବବିଧ କ୍ଳେଶ ସହ କରିତେ ପାରେନ । ତିନି ରୌତ୍ରେ  
କ୍ଲିଷ୍ଟ ବା ସୁଷ୍ଟିତେ କ୍ଲିନ୍ ହନ ନା । ତିନି କଥନ ବ୍ୟଧି-  
ଯତ୍ରଣାୟ ନିପୀଡ଼ିତ ହନ ନା । ସତତ ପରିଶ୍ରମ କରିଲେଓ  
ତିନି ଝାନ୍ତି ବୋଧ କରେନ ନା । ତୀହାର ଶ୍ରୀର  
ନବନୀତ କୋମଳ ଅଥଚ ସେବନ ବଜ୍ର ନିର୍ମିତ । ମେ  
ଶରୀରେ କୋନ କ୍ଳେଶଇ ହୁଏ ନା । ଓଜସ୍ଵୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଶୁଦ୍ଧ ସେ  
ଶାରୀରିକ କ୍ଳେଶ ସହ କରିତେ ସମର୍ଥ ତାହା ନହେ ;  
ତିନି ମାନସିକ ସହସ୍ର କ୍ଳେଶଙ୍କ ଅନ୍ତାନବଦନେ ସହ  
କରିତେ ପାରେନ । ସାମାଜ୍ୟ କୁଧାତ୍କାର କ୍ଳେଶ ତ ଅତି  
ତୁଳ୍ଚ ; ଅପ୍ରିୟସଂଘୋଗନ୍ତପ ଛଃସହ ଶୋକଙ୍କ ତୀହାର  
ନିକଟ ତୃଣତ୍ତଳ୍ୟ । ତିନି ସ୍ଵୀୟ ଶରୀରେର ପ୍ରତିଓ ସେମନ  
ମମତା ବିହୀନ, ତେମନିଇ ସଂସାରେର ଧନଜନ ସକଳେର  
ପ୍ରତି ତତ୍ତ୍ଵପ ମମତା ବିହୀନ ହଇତେ ପାରେନ । ଫଳତଃ  
ନିର୍ବାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷୀଣ ପାପରଗଗ ସେମନ କୁଖ୍ୟାତ୍ୟାସେ ଭାସିଆ  
ଶେବେ ନରକେ ଡୁବିଯା ଯାଇ, ଓଜସ୍ଵୀ ବ୍ୟକ୍ତି ତେମନିଇ

সংসারিক অতুচ্ছ সুখকেও তুচ্ছ করিয়া প্রকৃত  
স্বর্গীয় সুখের অধিকারী হইয়া থাকেন। অতএব  
বীর্য ধারণের মহিমা অনুকূল চিন্তা করিয়া দেখ।  
যে বীর্য শরীরের সত্ত্বগুণের প্রধান অবলম্ব্য, অথবা  
যাহা স্বয়ং সত্ত্বগুণ বলিয়া অভিহিত হইবার ঘোষ্য  
সেই বীর্যই যে মনুষ্বস্ত্রের একমাত্র অবলম্বা বা  
আত্মযন্ত্র তাহা বলাই বাহ্যিক। সত্ত্বগুণের মহিমা  
পূর্বেই বলিয়াছি, এক্ষণে পুনরায় তাহা আলোচনা  
করিয়া দেখ। শরীরের সেই সত্ত্বগুণ ওজোগুণেরই  
নামান্তর, আর ওজোগুণ বীর্য হইতেই উৎসৃত।  
অতএব সত্ত্বগুণের সমস্ত মহিমা বীর্যের উপর  
আরোপ করাই গবিধেয়। ফলতঃ বীর্যহীন দেহে  
সত্ত্বগুণ তিটিতেও পারে না। আর যে দেহে সত্ত্বগুণ  
নাই, সে দেহ পশ্চদেহ অপেক্ষাও নিরুট্ট। অতএব  
ষদি মনস্ত্ব চাও, তবে অষ্টাঙ্গ মৈথুন পরিত্যাগ  
করিয়া শরীরের বীর্য রক্ষা করিবে।

\* \* \* ବିଷୟ-ବିରାଗୀ ଅନ୍ଧଚାରୀ ମହାଜ୍ଞାରା  
 ଏଇ ପୃଷ୍ଠା ଭୂମି ଭାରତେର ବନେ ଜୁଗଲେ ମରଣ ପର୍ବତେ  
 ପରିଭ୍ରମଣ କରିଯା ଶୀତ ବାତ ଆତପ ସୃଷ୍ଟି ସହ କରିଯା  
 ଏବଂ କୁଥା ତୃଷ୍ଣାର କ୍ଳେଶ ସହ କରିଯାଓ ଜୀର୍ଣ୍ଣ ଶୀର୍ଣ୍ଣ  
 ବା ଲାବଣ୍ୟବିହୀନ ହେଲା ନା । ବରଂ ତାହାଦେର ଦେହେର  
 ଜ୍ୟୋତିଃ କ୍ରମଶଃଇ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହିତେ ଥାକେ । ଇହାର  
 କାରଣ ସୁଖିତେ ପାରିତେଛ କି ? ଯଦି ନିତାନ୍ତ ଅନ୍ଧ ଓ  
 ଅଜ୍ଞାନେର ଶ୍ଵାସ ଉତ୍ତର କର ଯେ 'ନା ସୁଖିତେ ପାରିଲାମ  
 ନା' । ତାହା ହିଲେ ବଡ଼ି ମର୍ମାହତ ହିଯା ବଲିବ  
 'ଇହାର କାରଣ ଅନ୍ଧଚର୍ଯ୍ୟ' ! ଶୁରକ୍ଷିତ ବୀର୍ଯ୍ୟଇ ମହୁୟକେ  
 ସକଳ କ୍ଳେଶ ସହ କରିତେ ସମର୍ଥ କରେ । ବୀର୍ଯ୍ୟ କେବଳ  
 ଯେ କ୍ଳେଶସହିଷ୍ଣୁ କରେ ତାହା ନହେ ; ଶୁରକ୍ଷିତ ବୀର୍ଯ୍ୟ  
 ମହୁୟକେ ନିର୍ଭୟ କରେ ! ଯେନ ମହୁୟର ଅତୀତ କରେ !  
 ଇଚ୍ଛାମୁହ୍ୟ କରେ ! ବୀର୍ଯ୍ୟବାନ ଅନ୍ଧଚାରୀଗଣ ବନେ ଜୁଗଲେ  
 କତ ଶତ ହିଂସ୍ର ଜଞ୍ଜର ସମୁଖୀନ ହିଯାଓ ଅନ୍ଧତ  
 ଶରୀରେ ପରିଭ୍ରମଣ କରିଯା ଥାକେନ ! ହରଙ୍ଗ ଡଲ୍ଲୁକ

মদমস্ত বগুহস্তী, বন্য মহিষ, অতি কুর সর্প ও হিংস্র ব্যাঞ্চও ব্রহ্মচারীর চক্ষুর জ্যোতিঃ সহ করিতে সমর্থ নহে।

ভৌম ও বিচিত্রবীর্য উভয়েই একই পিতার ঔরসে জন্ম প্রেরণ করিয়াছিলেন ; কিন্তু কামুক স্ত্রেণ বিচিত্র বীর্য প্রমত ঘোবনের প্রবৃত্তির বশে বীর্য ক্ষয় করিয়া যন্মা রোগে অশেষ ক্লেশ পাইয়া মৃত্যুগ্রস্ত হন। আর শুতবীর্য মহাদ্বা ভৌম শর-শয্যায় শায়িত হইয়াও কিছু মাত্র ক্লেশ বোধ করেন নাই। তাদৃশ অবস্থায়ও মৃত্যু কামনা করেন নাই ! সংসার নরকে পুনঃ প্রত্যাবর্তন নিবারণ জন্ম তিনি উত্তরায়ণ সুমাগমের অপেক্ষা করিয়া স্বেচ্ছা-হৃসারে কলেবর পরিত্যাগ করিলেন। ইহা হইতেই বীর্যমাহাত্ম্য অন্তরে অনুধ্যান করিয়া দেখ।

বীর্য ধারণে মানসিক উন্নতির কথা আর কি বলিব ? প্রত্যেক ব্রহ্মচারীই ইহার প্রকৃষ্ট দৃষ্টিষ্ঠ।

গভীর গবেষণা পূর্ণ যে সকল শাস্ত্রগ্রন্থ জগতে  
প্রসিদ্ধি লাভ করিয়াছে তৎসমস্তই অঙ্গচারীর প্রণীত।  
কয়ে জনের নাম করিব? সেজন্ত নামোল্লেখে নিবৃত্ত  
হইলাম। চিন্তা করিয়া দেখ, অহুসন্ধান করিয়া  
দেখ, তাহা হইতেই বুঝিতে পারিবে যে, জগতের  
মানসিক উন্নতি অঙ্গচারীদিগেরই সম্পত্তি অঙ্গচারীর  
সিদ্ধান্তই চিরকাল অভ্যন্ত বলিয়া সমাদৃত হইতেছে  
এবং চিরকালই হইবে। নির্বৌর্য ক্ষীণবুদ্ধির বাচালতা  
ও বাগাড়স্বর কয়েকদিনের জন্য তদ্দপ নির্বৌর্য  
ক্ষীণবুদ্ধিগণের নিকট সমাদৃত হইলেও তাহা কালে  
শিশির বিন্দুর স্থায় বিলীন হইয়া যায়। কিন্তু  
পরম অঙ্গচারীদিগের সিদ্ধান্ত বজ্রময় মুক্তার স্থায়  
অথবা আকাশের নক্ষত্রাবলীর স্থায় চির বিচ্ছিন্ন  
থাকিয়া স্বীয় আভায় উজ্জলস্তরপে দেদীপ্যমান  
থাকে।”

—জনৈক অঙ্গচারী (অঙ্গচর্য সাধন )

## সপ্তম পরিচ্ছেদ ।

সন্দয় ডাক্তার শৰ্ম্মা তাঁহার ‘জীবন রক্ষক’  
পৃষ্ঠকের ভূমিকাতে লিখিয়াছেন,—“আমি ভারত  
বাসিগণের স্বাস্থ্যহানীর একটি প্রধান কারণ পুনঃ  
পুনঃ দর্শন করিয়া নিতান্ত ব্যথিত হইয়াছি এবং  
সেই মনোবেদনাই এই ক্ষুদ্র পৃষ্ঠক রচনায় আমাকে  
আগ্রহের সহিত প্রবৃত্ত করিয়াছে। ইহার ভাষা  
বিষয়ে বিশেষ বঙ্গ করা হয় নাই বলিয়াই আমার  
বিশ্বাস। কেবল যুবক ও বালকগণের অনৈসর্গিক  
উপায়ে রেতঃপাতনের বিষয় ফল যাহাতে অনায়াসে  
সকলের বোধগম্য হয় তদ্বিষয়ে ঘঁথোচিত চেষ্টা  
করা হইয়াছে। অঙ্গীক বিষয় বলিয়া ইহার আলো-

চনায় ক্ষান্ত থাকা কখনই উচিত নহে। উপায়হীন  
ভারতবাসীর একমাত্র ভরসা ঘুবকগণ—তাহারা  
যদি তরুণ বয়সে অস্তঃ সারবিহীন হয়, তবে আমাদের  
ভরসা কোথায়? বৃক্ষ তরুণাবস্থায় কৌট কর্তৃক  
নষ্টসার হইলে সেই কি কখনও ফুল ও ছায়া  
প্রদান করিয়া মহুষ্যকে স্বীকৃত করিতে পারে?  
ইত্ত্বিয়সংবন্ধ শিঙ্কা দেওয়াই স্বাস্থ্যরক্ষার সর্বোৎকৃষ্ট  
সোপান। অতএব বালকগণের অভিভাবক মহাশয়  
দিগের নিকট আমার বিনীত প্রার্থনা এই যে  
তাহারা বুথা লজ্জার বশবর্তী না হইয়া শুক্রফয়ের  
বিষময় ফল তাহাদিগের বুরোইয়া দেন। তাহারা  
জানে না যে এই কারণে সন্ময়ে তাহাদিগকে  
মহুষ্য নামের বাহির হইতে হইবে। তাহাদের ভাবী  
হৃগতি স্বরণ করিয়া কোন্ সহায় ব্যক্তি অঙ্গ  
বিসর্জন না করিয়া থাকিতে পারেন? হে পিতা  
মাতা অভিভাবকগণ! পরোপকারি ধর্মোপদেশক

মহাশয়গণ ! হে সমুদয় ভারতবাসিগণ ! জাগ্রত  
হও। তোমাদিগের ভাবী অঙ্গল হইতে রক্ষা  
কবিবার নিমিত্ত আমি বিনীতভাবে প্রার্থনা করি-  
তেছি যে, সন্তানদিগকে সাবধান কর। বৃথা লজ্জার  
বশবত্তী হইয়া অস্বাভাবিক উপায়ে রেতঃপাতনের  
বিষয় ফলের বিষয়ে উপদেশ দিতে ক্ষম্ত কষ্টও  
না। এই পাপ কালসর্প বহু কালাবধি আমাদিগকে  
দংশন করিতেছে। আমাদের মনের শুক্রি, শারীরিক  
ও মানসিক বল, অধ্যবসায়, দৃঢ়তা, পরম্পর একতা,  
সাহস কর্তব্যবোধ, শান্তবোধ ইত্যাদি সমস্তই  
অপহরণ করিয়াছে। ক্ষুদ্রাশয়তা, পরম্পর ঈর্ষা ও  
অনৈক্য এবং অদূরদৰ্শিতা লইয়া আমরা জীবনের  
ভার বহন করিতেছি। আমাদের যা হবার হই-  
যাচ্ছে। এখন বালকদিগকে সাবধান কর। এখনও  
সময় আছে। সৎশিক্ষা দিবার প্রথম অধ্যায়েই  
স্বাস্থ্যরক্ষা শিক্ষা দেও। স্নান আহার গাত্রমার্জন।

ଶିକ୍ଷା ଦିଆଇ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ଉପଦେଶ ଶେଷ ହିଁଲ ମନେ  
କରିଓ ନା । ପ୍ରଥମେଇ ଯାହାତେ କୁ-ଅଭ୍ୟାସ ନା ହିଁତେ  
ପାରେ ବା ଯଦି ହିଁଯା ଥାକେ ତାହା ପରିତାଗ କରେ,  
ଏମତ ଉପଦେଶ ଦେଓ ଏବଂ ମନୋଯୋଗ ଦିଆ ପ୍ରତିଦିନ  
ଦେଖ ସେ ମେ ଉପଦେଶ ଅନୁରୂପ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ କି ନା ।  
ମ୍ୟାପ ଦେଖାଇଲ, ଅଙ୍କ କସିଲ, ବ୍ୟାକରଣ ବିଦ୍ୟାର ପରି-  
ଚଯ ଦିଲ, କେବଳ ଇହା ଦେଖିଯା ସନ୍ତୋଷ-ସାଗରେ ମଞ୍ଚ  
ହିଁଓ ନା । ଦେଖ, ଅନୁଧାବନ କର, କ୍ଲେଶ ଶୌକାର  
କରିଯା ମନୋଯୋଗୀ ହିଁଯା ଅନୁସନ୍ଧାନ କର ସେ, ବାଲକ  
ଗୋପନେ ଅନର୍ଥ ବୀର୍ଯ୍ୟପାତ ଅଭ୍ୟାସ କରିତେଛେ କି ନା ।  
ତାହାର ଭବିଷ୍ୟତେର ସର୍ବନାଶେର ସୋଗାନ ପ୍ରତ୍ତତ  
ହିଁତେଛେ କି ନା । ଯଦି ଜାନିତେ ପାର ସେ ଛର୍ଟନୀ  
ଘଟିଯାଛେ, ତବେ ତାହାକେ ପ୍ରାଣପଂଗେ ଉପଦେଶ ଦେଓ  
ଆର ବୁଥା ଲଜ୍ଜା କରିଓ ନା । ସାବଧାନ କର, ଛୁଃସଙ୍ଗ  
ହିଁତେ ରଙ୍ଗ କର । ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ଉପବୋଗୀ ଉପାୟ  
ଅବଲମ୍ବନ କର, କଦାଚ କୋନ ଥାନେ ଏକାକୀ ଯାଇତେ,

ଏକାକୀ ବସିଯା ବା ଶୁଣନ କରିଯା ଥାକିତେ ଆର ଦିଓ  
ନା । ଅନର୍ଥକ ବୀର୍ଯ୍ୟ ପାତେର ଅବସର ଦିଓ ନା । ତାହାର  
ପିଛେ ୧ ଥାକ, ଚକ୍ରେ ୨ ଦେଖ, ସର୍ବଦା ସାବଧାନ କର, ତାହା  
ହଇଲେଇ ତାହାର ମନ୍ଦ ଅଭ୍ୟାସ ଦୂର ହଇବେ, ତାହା ହଇଲେଇ  
ପୁନର୍ଜୀବିତ ହଇଯା ସେ ସଂସାରେ ଉପରୋଗୀ ହଇବେ ।

କେନ ଆମାଦେର ଏକ ନାହିଁ ? କେନ ଆମରା  
ସ୍ଵାଧୀନତା ହାରାଇଲାମ ? କେନ ଆମରା କୋନ ପ୍ରକାର  
ହିତକର କାର୍ଯ୍ୟ ନିଯୁକ୍ତ ହଇଯା ଦୌର୍ଘକାଳ ଉତ୍ସାହବାନ  
ଥାକିତେ ପାରି ନା ? କେନ ଆମାଦେର ବନ୍ଦୁର ପ୍ରତିଓ  
ସଂପରୋନାତ୍ମି ଅନୁରାଗ ଏବଂ ଶକ୍ତର ପ୍ରତିଓ ବିଶେଷ  
ବିରତି ନାହିଁ ? କେନ ଆମାଦେର କୋନ ହିତକର  
ଅତେ ସାଫଲ୍ୟ ଲାଭ ହୁଯ ନା ? କେନଇ ବା ଆମାଦିଗେର  
ବିଦ୍ଧା, ଧର୍ମ ବା' ସଂକର୍ମେ ଅଧ୍ୟବସାୟ ନାହିଁ ? କେନ  
ଆମାଦିଗେର ଇତର ପ୍ରବୃତ୍ତିର ଅଧିକ କ୍ଷୁଣ୍ଡିଯୁକ୍ତ ଓ  
ଉତ୍ସତ ପ୍ରବୃତ୍ତିମୂଳ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ନିଷ୍ଠେଜ ହୁଯ ? ଏ  
সମ୍ମତ ତୁର୍ଘଟନାର ମୂଳେ ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ଅସାନ୍ୟାଇ

ଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ତମୁଲେ ଅସ୍ଥାଭାବିକ ଉପାୟେ ଅପରିମିତ  
ରେତଃପାତ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟସଂୟମ କରିତେ ପାରିଲେ ଶରୀର  
ଓ ମନ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟବାନ୍ ହଇବେ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟସଂୟମ କେବଳ ରାଜ-  
ଭୟେ ବା ଧର୍ମଭୟେ ହୁଏ ନା । ପ୍ରଗାଲୀପୁର୍ବକ କତକ  
ଞ୍ଚଲି କାର୍ଯ୍ୟ ଅଭ୍ୟାସ୍ୟ କରିତେ ହଇବେ, କତକଞ୍ଚଲି  
ଦ୍ରବ୍ୟ ଆହାର ତ୍ୟାଗ କରିତେ ହଇବେ ଏବଂ ଶରୀର  
ଓ ମନକେ କତକଞ୍ଚଲି ହିତକର ନିଯମେର ଅଧିନ  
କରିତେ ହଇବେ, ତବେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟସଂୟମ କରା ଯାଇବେ । ”

-\*:-

## অষ্টম পরিচ্ছেদ

সিক্ষের সাধক শ্রদ্ধেয় টি, এল, ভাস্বনী  
তাহার প্রেরণাময়ী বাণীর ভিতর বহুবার ব্রহ্মচর্যের  
মহিয়া কীর্তন করিয়াছেন। :—

“আমার মতে ব্রহ্মচর্যই আমাদের নৃতন  
শিক্ষা, নৃতন সমাজ ও নৃতন সভ্যতার ভিত্তি হইবে।  
প্রাচীন ভারতের ইহাই ছিল মাহাত্ম্য। ব্রহ্মচর্যের  
শক্তিতে ভারত প্রগাঢ় বিশ্বাসী ছিল। ব্রহ্মচর্যের  
অর্থে সংক্ষেপেতৎ ইন্দ্রিয়সংযম ও সরল আড়ম্বরহীন  
জীবন যাপন বুবায়। ইহাকে বাঁধি দিয়া কোন  
জাতিই উন্নতির পথে অগ্রসর হইতে পারে না।  
প্রাচীন ভারত আত্মসংযম ও সরল জীবন যাপনদ্বারা

ଭଗନକ୍ଷରଣେ ଏକ ଅପୂର୍ବ ସଭ୍ୟତା ଓ ସାଧନାର ଅବଦାନ ନିବେଦନ କରିତେ ପାରିଯାଇଲି । ଆର ଆଜ ସକଳ ଜାତିଇ,—ଏବଂ ଭାରତ ବୋଧ ହୁଯ ଅନ୍ତା ଅନେକ ଜାତି ଅପେକ୍ଷାଇ,—ଇଞ୍ଜିଯ ପୂରତସ୍ତତାଯ ଡୁବିତେଛେ । ସଭ୍ୟତାର ଉଜ୍ଜ୍ଵଳ ତବିତ୍ୱତ ଇଞ୍ଜିୟେର ଭୋଗେ ନିବଦ୍ଧ ନାଇ । ଆଜ୍ଞାର ଶକ୍ତି—ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନେର ସରଳ ଅପରାଜ୍ୟେ ଶକ୍ତିଇ ଆଦର୍ଶ ସଭ୍ୟତା ସ୍ଥାପନ କରିବେ ।

ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟେ ଭାବେ ଉଦ୍‌ବୃଦ୍ଧ ହିତେ ଆମି ଯୁବକ ଗଣକେ ଆହ୍ସାନ କରିତେଛି । ଭାରତେର ଇତିହାସେ ଆଜ ଏକ ମହାସନ୍ଧିକ୍ଷଣ ଉପଶିତ । ଆର୍ଯ୍ୟାବର୍ତ୍ତେର ଖରିଗଣ ଆମାଦେର ଆୟୁତକ୍ଷଣ ଓ ଆୟସଂରମ୍ଭେର ପଥେ ଆହ୍ସାନ କରିତେଛେନ, ସେନ ଆମରା ଆଜ୍ଞାର ମହା ଶକ୍ତି-ବିକାଶେ ଭାରତେର ମୁକ୍ତି ଆନିତେ ପାରି । ମହାଭାରତେର ଏକଟୀ ଉଲ୍ଲେଖବୋଗ୍ୟ ହ୍ଲେ ଉର୍ଧ୍ଵରେତା ବୌର ଭୌମ ଧର୍ମପ୍ରାଣ ଯୁଧିତ୍ତିରକେ ବଲିତେହେନ,—

‘ରାଜନ, ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟେ ମହିମା ଶ୍ରବଣ କରନ । ଜଗତେ ଏଗନ କିଛୁଇ ନାଇ ଯାହା ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟେର ବଳେ ଲାଭ

করা যায় না। ব্রহ্মচর্য অভ্যাসে কত ঘোগী ও  
সাধায়নিরত মণীষি ব্রহ্মলোক লাভ করিয়াছিন আরও  
কতদুন এই মন্ত্রেই সুখশান্তি লাভ করিয়াছেন।'

ব্রহ্মচর্যের এত মহিমা কেন? যে শরীরে  
রক্ত কোষগুলি সুরক্ষিত শুক্রের বৈচ্ছিক জীবনী  
শক্তিতে সঞ্চীবিত, তাহা বিংকৃত রোগচুষ্ট জীবানু-  
সমূহের সহিত সংগ্রামে সক্রম। অধিকাংশ লোক  
এখনও বুঝিতে পারে নাই ব্রহ্মচর্য বা পরিত্রায়  
যে স্বাস্থ্য বা আরোগ্যলাভ করা যায় ঔষধালয়  
সমূহের সমস্ত ঔষধ একত্র করিলেও তাহা পাওয়া  
যায় না। বল বা শারীরিক বীর্যক্ষয় করিয়া  
ভারত কথনও মহান হইতে পারিবে না। ধর্মকে  
পুরুষত্ব গঠিত করিতেই হইবে।

কদাচ বীর্যক্ষয় করিও না। স্বীয় স্বাস্থ্য ও  
প্রাণশক্তির উৎকর্ষ সাধন করিয়া মানব-কল্যাণে  
নিয়োগ কর। তখন তোমার জীবন, জীবনের

ଆନନ୍ଦେ ଡରପୁର ଉଜ୍ଜଳ ତୃଣଗୁଚ୍ଛର ମତ ବିନୟୀ  
ଅଥଚ ଶକ୍ତିମାନ ହେଇୟା ଉଠିବେ । ଏକେ ଏକେ ଇତ୍ତିଯି  
ନିଚୟ ମନ ଓ ହଦୟ ସ୍ଵତିଗୁଲି ପରିଶୁଦ୍ଧ ହେଇୟା  
ଉଠିବେ । ଏବଂ ତୁମି ତଥନ ଜାନିବେ ଯେ ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟ  
ଅଭ୍ୟାସ କରିଯା ସୃଷ୍ଟିର ନିତ୍ୟ ବିକଶିତ ବିଶ୍ୱାସପୁଲକେ  
ଅନ୍ତରଖାନି ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବେ ଶିଖିଯାଇ । ପୂର୍ବ ଚରିତ  
ମହାତ୍ମାଗଣଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିର ଅପୂର୍ବ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରାଣକ କରିବେ  
ସମର୍ଥ ହୁନ । ଜୀବନେର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ସତ୍ୟ ତାହାଦେର  
ନିକଟଟି ପ୍ରତିଭାତ ହେଇୟା ଥାକେ । ଆଧିଗନ ବଲେନ  
ନୈତିକ ନିମୟ—ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟାନୁଶୀଳନେର ପଥ—ଆର୍ଯ୍ୟସାଧନ  
ଓ ସଭ୍ୟତାର ପ୍ରାଣ । ଜୀବନେର ଚରମ ସତ୍ୟ ହେଇତେହେ  
ପବିତ୍ରତାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକାଶୋଭୁତ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟେର ଲହରୀ ।  
ପବିତ୍ରତାଇ ଜୀବନେର ହଦୟ । ବ୍ରଙ୍ଗଚର୍ଯ୍ୟାନୁଶୀଳନ  
ମୂଳଶକ୍ତି ! ପବିତ୍ରଚେତାଗଣଙ୍କ କଲ୍ୟାଣେର ଅଧିକାରୀ ;  
କାରଣ ତାହାରାଇ ମହାନ ଜାତି ଗଡ଼ିଯା ତୁଲେନ । ”



## পরিশিষ্ট ।

অঙ্গাচার্যকামী প্রত্যেকের সাধারণ স্বাস্থ্যরক্ষার  
নিয়মগুলি পালন করা কর্তব্য। শরীর ও মন  
সবল ও সুস্থ রাখিলে চিত্তবিক্ষেপ কম হয়।

রাত্রিকালে স্ফুলিঙ্গ যেমন একদিকে স্বাস্থ্যের  
পক্ষে উপযোগী অপর দিকে অঙ্গাচার্য পালনের পক্ষে  
অহুকূল। ভাল ঘূম না হইলে অর্ক নিদিতাবস্থায়  
কাম চিন্তা মনের উপর প্রভাব বিস্তার করার  
অবসর পায়; কারণ সম্পূর্ণ জাগ্রতাবস্থায় মনকে  
বশে রাখা যত সহজ কর্মবিহীন শয়নের অবসরে  
অর্ক নিদিতাবস্থায় সেরূপ নহে। যাহাতে ঘুমের  
কোনরূপ ব্যাঘাত না হয়, এজন্ত সকলেরই নিজের  
নিজের পৃথক শয়্যা থাকা উচিত। শয়্যা বেশ

ପରିଷାର ପରିଚନ ଏବଂ ଛାରପୋକା ପ୍ରଭୃତି କୌଟି-  
ବର୍ଜିତ ହୋଇ ଦରକାର । ପ୍ରତ୍ୟହ ମଶାରି ଟାଙ୍ଗାଇୟା  
ପ୍ରସରଚିତ୍ରେ ଶୟନ କରିତେ ହିଁବେ ।

ବାସଗୃହ ଏବଂ ଆଶେ ପାଶେ ଚାରିଦିକ ବେଶ  
ପରିଷାର ପରିଚନ ରାଖା ଦରକାର । ବିଶୁଦ୍ଧ ଓ ନିର୍ମଳ  
ବାୟୁ ଯାହାତେ ଅବାଧେ ସଞ୍ଚାଲିତ ହିଁତେ ପାରେ ତାହାର  
ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିତେ ହିଁବେ । ଶରୀର ସ୍ଵସ୍ଥ ଥାକିଲେ  
ପରିଷାର ଜଳେ ଉତ୍ତମରୂପେ ଗାତ୍ରମାର୍ଜନା କରିଯା ପ୍ରତ୍ୟହ  
ଶାନ କରା ଉଚିତ । କାପଡ଼ ଜାମା ପରିଷାର ରାଖା  
ପ୍ରୟୋଜନ । ସର୍ବଦା ପରିଷାର ପରିଚନ ଥାକିଲେ ଯାହା  
କିଛୁ କୁୱସିତ ତାହାର ଉପର ସ୍ଵଭାବତହି ମନ ବିରୂପ  
ହିଁବେ । ଇଂରାଜେରା ସେଇଜନ୍ୟ ବଲେନ୍ �Clear lines  
is next to godliness.

ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରାଖିତେ ହିଁଲେ ଅତ୍ୟାହାର ଏବଂ  
ଅନାହାର ପରିହାର କରିଯା ପ୍ରତ୍ୟହ ନିୟମିତ ସମୟେ  
ପୁଣ୍ଡିକର ଏବଂ ଟାଟିକା ଖାଦ୍ୟ ହୃଷ୍ଟଚିତ୍ରେ ଭୋଜନ କରିବେ ।

প্রত্যহ অনুতঃ আধ ষণ্টা রিভিমত ব্যায়াম  
বা অঙ্গ চালনা করিয়া শরীর ও মনের জড়তা  
নষ্ট করা উচিত। সন্তুরণ, নৌকাচালনা, লাঠিখেলা  
মাটিকোপান, খড়িফাড়া, মুগ্ধর কুস্তি বা শাঙ্গের  
ডাখেল যাহার ঘেরপ সুবিধা বা অভিজ্ঞ তাহাতে  
অনুতঃ আধ ষণ্টা লিপ্ত থাকা দরকার। শক্তির  
অনুশীলন ব্যক্তিত শক্তি এবং বীর্য লাভ সম্ভব নয়।  
জীবন-যুদ্ধে এই শক্তি যে কত দরকার তাহা আর  
কাহাকেও বলিয়া দিতে হইবে না। যে দুর্বল  
তাহাকে পদে পদে প্রতিহত হইতে হইবে ইহাই  
প্রাকৃতিক নিয়ম।

ব্রহ্মচর্যানুশীলন এবং সর্ববিধ উন্নতির জন্য  
সৎসংসর্গ দরকার। কত ভাল ছেলে যে কুসংসর্গে  
পড়িয়া নষ্ট হয় তাহা ভাবিলে শরীর শিহরিয়া উঠে।  
পিতা মাতার নয়নের মণি, বার্দ্ধক্যের ঘষ্টি, প্রাণ  
নিংড়ান আশা, লাঞ্ছিতা দেশ জননীর একমাত্র

ভরসা, সুকুমার মতি বালক ও যুবকগণকে দলে  
দলে নিত্য কুসংসর্গে পড়িয়া অধঃপতিত হইতে  
দেখিলে কাহার না প্রাণ ব্যাকুল হয়? শিক্ষক ও  
অভিভাবকগণের এদিকে তীক্ষ্ণ দৃষ্টি রাখা আবশ্যক  
হইয়া পড়িয়াছে। ছাত্র ও যুবকগণকেও আজ  
অবহিত হইতে হইবে।

ছাত্র ও যুবকগণের সতত স্মরণ রাখিতে  
হইবে ভারতের এই মহাযুগসন্ধিকালে তাহাদের  
অমূল্য জীবন শুধু ব্যক্তিগত সুখ ছাঁচে লিপ্ত  
রাখিলেই চলিবে না। দেশে আজ শক্তির আহ্বান,  
সাধনার আহ্বান অমোদ। এক বৌর বরেণ্য দেশ  
জাতির অভ্যর্থন কামনায় বাংলার ঋষি আজ  
দৌর্ঘ্যদিন তপ্তোরত।

হে বাংলার তরুণ! বৌরশ্রেষ্ঠ ভৌগোল অমল  
ধৰ্ম মহান চরিত্রবল তোমার মধ্যে দেখা দিবে,  
মহর্ষি দধিচীর ত্যাগ তোমাকে বিশ্বে আবার বরণীয়

করিবে, তগবান শ্রীকৃষ্ণের বিশ্ব-বিজয়ী প্রতিভা  
তোমার মাঝে নবজন্ম লইতে উন্মুখ। শিবাজী  
প্রতাপ শুরুগোবিন্দের মহতী সাধনা কি ভারতের  
তপোক্ষেত্রে ব্যর্থ হইবে? সৌতা, সাবিত্রী, পদ্মিনীর  
পদরেণুপূত পূণ্যভূমি ভারতে বৌরজাতি কি আবার  
দেখা দিবে না? তোমারই মাঝে জন্ম লইবে  
মহান সেই জাতি তাই দেশ-জননীর এই  
গর্ভবেদনা! দিকে দিকে নবজাগরণের 'মঙ্গল শৰ্মা'  
ধ্বনিত হইতেছে। ঐ শুন স্বামীজীর বঙ্গ নির্ঘোষ,—  
'হে ভারত, তুলিও না—তুমি জন্ম হইতেই  
মায়ের জন্ম বলি প্রদত্ত।'









