জার্মানিতে মহাঋষির নিরাময় কেন্দ্রের লবি

আধুনিক মহাঋষি মহেশযোগী

মহেশযোগী আধুনিক মহাঋষি। ষাট বছর বয়সে ইউরোপে এসে আধুনিক প্রযুক্তির সঙ্গে প্রাচীন ভারতীয় নিরাময় পদ্ধতির মিশ্রণ ঘটিয়ে আলোড়ন তুলেছেন বিশ্বব্যাপী। পশ্চিমা বিশ্বের উদ্ভট পদ্ধতি প্রীতিকে পুঁজি করে বিশাল সাম্রাজ্য পেতে বসেছেন মহাঋষি। মহাঋষির অদ্ভুদ উত্থান সম্পর্কে লিখেছেন **রীতা নাহার**

মহাঋষি উদ্ভাবিত থেরাপী

ঋষি, মুনির কথা ভাবলে প্রথমেই চোখে ভেসে ওঠে গলায় রুদ্রাক্ষের মালা জড়ানো, জটাধারী, স্বল্পবসনের ছিপছিপে কোনো যোগীর মুখ। যিনি নিবিষ্ট মনে ধ্যানরত কোনো গাছের তলায় কিংবা পাহাড়ের গুহার নির্জনতায়। বর্তমান দৃশ্যপট একেবারেই ভিন্ন। আমস্টার্ডাম থেকে তিনশ' কিলোমিটার দক্ষিণে ফ্লোড্রপ-এর অত্যাধুনিক বিলাসবহুল, প্রাসাদোপম বাড়ি। এ বাড়িটিই একুশ শতকের আধুনিক মহাঋষি মহেশ যোগীর আবাস। এখান থেকেই পরিচালনা করেন তিনি বিশ্বব্যাপী বিস্তৃত তার বিশাল সাম্রাজ্য।

মহাঋষির বাড়িটি ফ্লোড্রপ-এর অন্যতম আকর্ষণ। কেননা সমগ্র নেদারল্যান্ডসে এটিই কাঠের তৈরি সবচে' বড় বাড়ি। কাঠের পাটাতন, কাঠের পেরেক, কিলক দিয়ে তৈরি বাড়িটিতে কোনো ধাতব পিন, পেরেক, স্ক্রু ব্যবহার করা হয়নি। দক্ষ কারুশিল্পীর নিপুণ কারুকাজখচিত বাড়িটির বাহ্যিক সৌন্দর্য এক কথায় অসাধারণ।

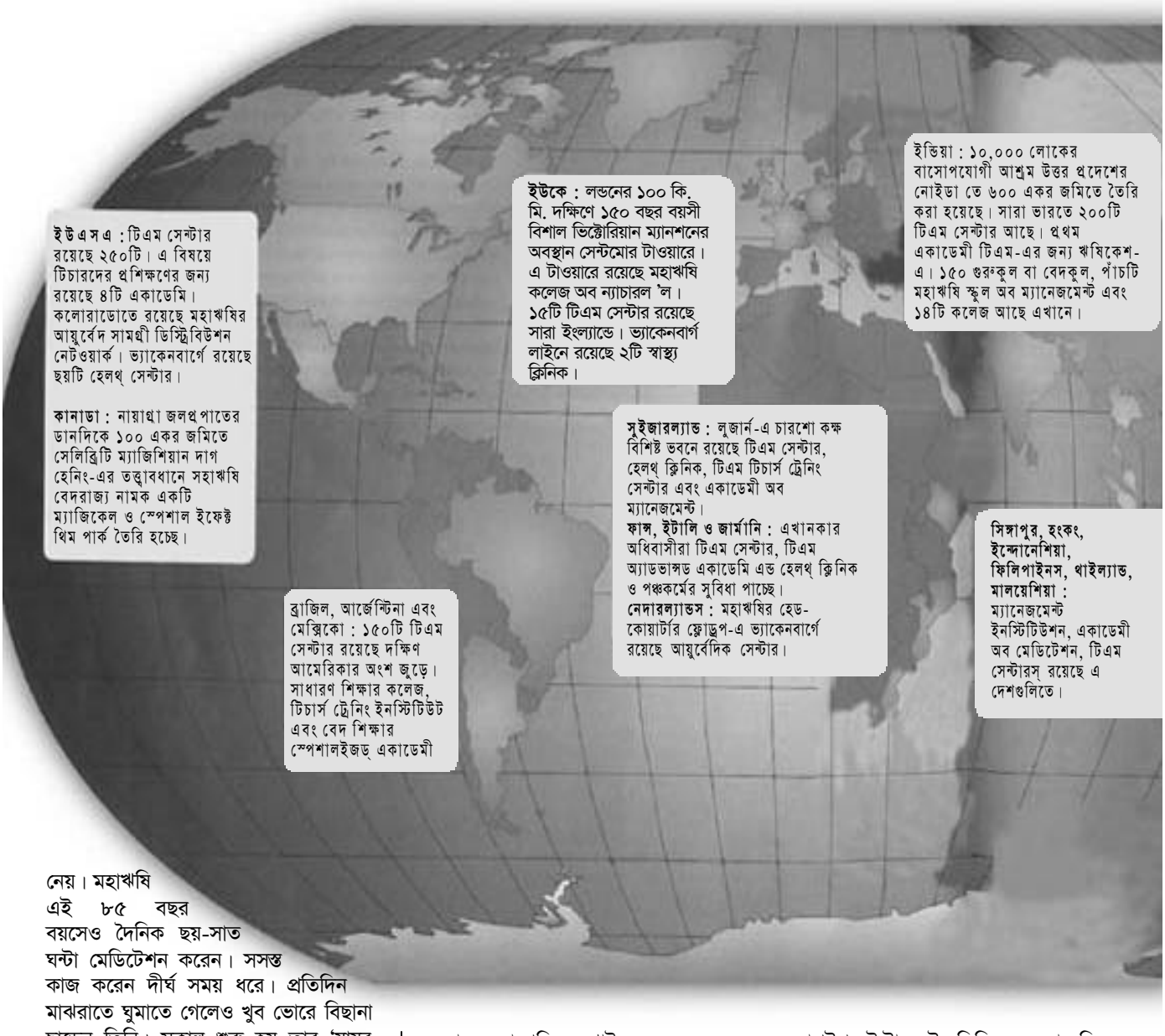
উঁই পোকার উপদ্রব হতে রক্ষা পেতে সমস্ত বাড়িই কোট্ করা হয়েছে নিমের তেলে। বিকেলের পড়ন্ত রোদের লাল আভা যখন ঠিকরে পড়ে, সোনালী বার্নিশড্ বাড়িটি জ্বল জ্বল করতে থাকে। দেখে মনে হয় যেন বিশাল কোনো পাত্রের গা বেয়ে উপচে পড়ছে তরল সোনা। এ বাড়ির ডিজাইনার বিখ্যাত জার্মান আর্কিটেক্ট ইক্ হার্টম্যান। অবশ্য এর জন্য হার্টম্যানকে স্থাপত্য-বেদ ও বাস্তুবিদ্যা বিষয়ে রীতিমত গবেষণা করতে হয়েছে বলা যায়।

মহাঋষি ইউরোপে আসেন ৬০ বছর বয়সে। ইয়ং হিপ্পি কালচার, বিবাহ বিচ্ছেদ, মাদকাসক্তি, নৈতিক অবক্ষয়, পরস্পরের প্রতি অবিশ্বাস সব মিলিয়ে চরম অস্থিরতা ও হতাশার মধ্য দিয়ে যাচ্ছিল ইউরোপ। এ সময় শান্তির বারতা নিয়ে এলেন মহাঋষি। বেঁটে, কালো চামড়ার, ভাঙা ভাঙা ইংরেজি বোলের এই প্রাচ্য ঋষির কথা প্রথমটায় না বুঝতে পারলেও বেশ অল্প সময়েই সাধিত হয় এক বৈপ্লবিক পরিবর্তন। এর ফলশ্রুতিতেই আজ বিশ্বের ৮০টি দেশে রয়েছে মহাঋষির সংগঠনের কার্যক্রম। এসব দেশের মোট এক মিলিয়ন সদস্য প্রতিদিন দু'বার টিএম করে নিয়মিত। প্রতিদিন দাঁত ব্রাশ করার মতই জরুরি ও অবশ্যকরণীয় এটি। টিএম হল ট্রান্সস্যান্ ডেন্টাল মেডিটেশন-এর সংক্ষিপ্ত রূপ। টিএম করার ব্যাপারে সময়ের কোনো বাধ্যবাধকতা নেই। ব্যক্তি সুযোগ-সুবিধা মতো টিএম করে

আধুনিক যান্ত্রিক পদ্ধতির সঙ্গে প্রাচীন ভারতীয় পদ্ধতির মিশ্রণে মহাঋষির রোগ নিরাময় পদ্ধতি

মহাঋষির আয়ুর্বেদিক ফেসিয়াল

মহাঋষির বিশ্বব্যাপী কার্যক্রম



নেয়। মহাঋষি এই ৮৫ বছর বয়সেও দৈনিক ছয়-সাত ঘন্টা মেডিটেশন করেন। সসস্ত কাজ করেন দীর্ঘ সময় ধরে। প্রতিদিন মাঝরাতে ঘুমাতে গেলেও খুব ভোরে বিছানা ছাড়েন তিনি। সকাল শুরু হয় তার 'য়ায়ুর ভজন' শুনে আধুনিক মিউজিক সিস্টেমে। এ সময় বাইরে শোনা যায় তার অনুসারীদের একে অন্যের প্রতি কপালে হাত ঠেকিয়ে নমস্কারের ভঙ্গিতে জয় গুরুদেব বলে অভিবাদন জানাতে। অনুসারীদের মধ্যে রয়েছে ভারতীয়, ইউরোপীয় ও আমেরিকান। মহাঋষি মূলত তার গুরু স্বামী ব্রহ্মানন্দ সরস্বতী, জ্যোর্তিময়ের শংকরাচার্য-এর স্মরণে জয় গুরুদেব বলে অভিবাদন জানানোর প্রথা চালু করেন।

সকাল ন'টার মাঝামাঝি একজন য়ায়ুর বেদ-পন্ডিত ব্রহ্মস্থানে আসনগ্রহণ করেন। ব্রহ্মস্থান হল মহাঋষির বাড়ির সবচাইতে গুরুত্বপূর্ণ স্থান। পরবর্তী তিন ঘন্টা পর্যন্ত চলে ব্রহ্মস্থানে বসা পন্ডিত মশাইর বেদ-এর ভজন। এই ভজন শুনতে শুনতেই মহাঋষি শুরু করেন তার দৈনন্দিন কাজ। আদিম কাল থেকেই বিশ্বাস করা হয় এই ধরনের সুরধ্বনি আরোগ্যলাভ ও অন্তরের শুদ্ধতায় ইতিবাচক প্রভাব রাখে। এ কারণেই মন্ত্র চিকিৎসা বা মন্ত্র থেরাপি আয়ুর্বেদ-এর এক উল্লেখযোগ্য অংশ। মনে হতে পারে সভ্যতার সব রকম সুবিধা বির্বজিত, বেদকেন্দ্রিক কোনো হুজুগে ব্যক্তির লাইফস্টাইল এটা। কিন্তু তা নয়, আধুনিক মহাঋষি চলতি হাওয়ার পন্থিই বটে। আধুনিক তথ্যপ্রযুক্তির সব সুযোগ-সুবিধাই তার আয়ত্তে। বেড রুমে টেলিভিশনে ডিশ অ্যান্টেনার মাধ্যমে চব্বিশ ঘন্টার স্যাটেলাইট চ্যানেল, সেলফোন, ল্যাপটপ, ইন্টারনেট, ভিডিও কনফারেন্সিংসহ সময়ের সব সুযোগ সুবিধাই ভোগ করছেন তিনি। এ ব্যাপারে মহাঋষির পক্ষ হতে বলা হয়, যুগটাই তথ্য প্রযুক্তির। প্রযুক্তির সঠিক ব্যবহার না করলে নিজের ম্যাসেজটাই বা কিভাবে বিশ্বব্যাপী পৌঁছে দেয়া যাবে? এর চেয়ে বড় মাধ্যম তো আর নেই।

মহাঋষির ম্যাসেজ হল প্রকৃতির নিয়মে সহজ সরল জীবনযাপন। বেদশাস্ত্র এজন্য আত্মস্থ করতে হবে, প্র্যাকটিস করতে হবে দৈনন্দিন জীবনে। সেই সাথে প্রয়োজন মেডিটেশন ও শুদ্ধ জীবনযাপন। আয়ুর্বেদ চিকিৎসা গ্রহণ করার মাধ্যমে শুধু আরোগ্যলাভ নয়, রোগ প্রতিরোধ করা সহজ হবে। আর

বাড়িঘর তৈরিতেও জরুরি বাস্তুবিদ্যার অনুসরণ। মহাঋষির অন্যতম সঙ্গী ডা. মরিস বেভান কাজ করছেন বিশ্বের আয়ুর্বেদ বিষয়ে। তিনি বলেন, কাজটার প্রচারণা তেমন দুরূহ ছিল না। পশ্চিমারা ইতিমধ্যে নিজস্ব চিকিৎসা পদ্ধতির মোহমুক্ত হয়েছে।

রাশিয়া : মস্কোতে আছে টিএম সেন্টার। মস্কো হতে ৪০০ কি.মি. দূরে চেলনিতে রয়েছে আয়ুর্বেদিক হেলথ্ ক্লিনিক।

জাপান : কিয়োটোতে ১০০ একর জায়গা জুড়ে রয়েছে টিএম ও ম্যানেজমেন্ট টেকনিকের ইনস্টিটিউট। ডজন খানেক টিএম সেন্টার এবং টিএম টিচার্স ট্রেনিং একাডেমী রয়েছে।

অস্ট্রেলিয়া, নিউজিল্যান্ড : জেনারেল এডুকেশনের জন্য রয়েছে কলেজ, বিশ্ববিদ্যালয়, টিএম সেন্টার এবং এ বিষয়ে অ্যাডভান্সড ট্রেনিং-এর জন্য একাডেমী রয়েছে।

এ ছাড়াও এস্তোনিয়া, লাটভিয়া, লিথুনিয়া, গ্রিনল্যান্ড, লেবানন, মোজাম্বিক, কেনিয়া প্রভৃতি দেশে টিএম সেন্টার, টিচিং অ্যাডভান্সড টেকনিক অব টিএম, ইন্ডাস্ট্রি এন্ড এডুকেশন অব বেদিক প্রিন্সিপল ও হেলথ ক্লিনিক রয়েছে।

মাল্টিমিলিয়ন ডলার গ্লোবাল ফার্মাসিউটিক্যাল এন্টারপ্রাইজ, মহাঋষি আয়ুর্বেদ-এর চেয়ারম্যান আনন্দ শ্রীবাস্তব বলেন, অ্যালোপ্যাথ-এর চেয়ে আয়ুর্বেদ অনেক বেশি নির্ভরযোগ্য ও স্বয়ংসম্পূর্ণ।

দি মাইন্ড বডি কম্-প্লেক্সের চিকিৎসকদের হিউম্যান সাইকো ফিজিওলজি এবং আর্য়ুবেদ বিষয়ে নিজেই প্রশিক্ষণ দিয়ে থাকেন। মন নিয়ন্ত্রণ করে শারীরকে। শরীর-মনের চমৎকার সহাবস্থান হৃদস্পন্দনকে স্বাভাবিক রেখে সক্রিয় রাখে মানুষকে। এই যান্ত্রিক জীবনে মন প্রফুল্ল রাখতে ও দৃঢ় কন্শাস্নেস-এর জন্য বেদশাস্ত্র ও টিএম দুইই কার্যকরী।

মহাঋষির বাড়ি মূলত একটা আশ্রম। এখানে প্রত্যেকে দিনে অন্তত দু'বার মেডিটেশন করে। এদের মধ্যে কেউ কেউ অবিবাহিত সাধু পুরুষ। এরা ঘুম ও খাওয়া ছাড়া বাকি সময়টা ধ্যানমগ্ন থাকেন। অনেকেই দিনে টানা ১৫ ঘন্টা পর্যন্ত মেডিটেশন করেন। মহাঋষি আর্য়ুবেদ ব্রান্ড, টিএম এবং মেডিসিনস আজ দারুণ পরিচিত ও জনপ্রিয়। মহাঋষির সাথে ২০ বছরের বেশি সময় ধরে কাজ করছেন ডাক্তার রাজু, পালস্ ডায়াগনোসিস-এর ব্যাখ্যাকারী পুরো ইউরোপ ঘুরেছেন রোগী দেখার সুবাদে। ডাক্তার রাজু বলেন, প্রথমটায় নিছক কৌতূহলের বসে কিছু কিছু লোক আসতে শুরু করে। এরপর দু'দশক পার হলো শুরু হয়েছে নতুন আরেকটি প্রজন্ম। এতদিনে তাদের দৃষ্টিভঙ্গিও পরিবর্তিত হয়েছে। এখন তারা শুধু কৌতূহল নয়, বিশ্বাস করেই আসে।

নেদারল্যান্ডের ফল-কেন-বার্গ-এ মহাঋষির ব্যয়বহুল ও বিলাসবহুল আয়ুর্বেদিক হিলিং সেন্টার অবস্থিত। এখানে সন্ন্যাসীদের আবাস ছাড়াও আছে আয়ুর্বেদ পালস্ ডায়াগনোসিস-এর চমৎকার সমন্বিত চিকিৎসা পদ্ধতি, প্রাকৃতিক ওষুধ, মেডিটেশন এবং পঞ্চকর্মা। ধনী আমেরিকান ও ইউরোপিয়ানরা সপ্তাহান্তে চলে আসেন এ হিলিং সেন্টারে, শরীর ও মনের সমস্ত ক্লান্তি ঝেড়ে ফ্রেশ হওয়ার জন্য। এ সেন্টারে আছে কন্সাল্টেশন রুম, ট্রিটমেন্ট এন্ড ম্যাসাজ ফ্যাসিলিটিজ, মেডিটেশন হলস্, ডাইনিং হল এবং অতিথিদের থাকার সুব্যবস্থা।

পালস্ ডায়াগনোসিস-এ কমপ্লিট থেরাপির ব্যবস্থা রয়েছে। হার্বাল ট্রিটমেন্ট, টিএম ও পঞ্চকর্ম করা হয় দু'সপ্তাহের জন্য। খরচ পড়বে দশ হাজার ইউএস ডলার (প্রায়)। ইউরোপের দেশগুলোর প্রেক্ষিতে স্ট্যান্ডার্ড চার্জ নির্ধারণ করেছেন পঞ্চকর্মের জন্য। এর চার্জ একেক জায়গায় একেক রকম। দু'সপ্তাহের আয়ুর্বেদ ট্রিটমেন্টে খরচ পড়বে ২.২ লাখ রুপি। পঞ্চকর্ম মূলত প্রাচীন ভারতীয় আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা পদ্ধতি। এটি মনোদৈহিক সুস্থতায় কার্যকরী। চিকিৎসা পর্ব চলে দু'সপ্তাহ। এটি সম্পূর্ণ ম্যাসাজভিত্তিক চিকিৎসা পদ্ধতি।

প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত ট্র্যাডিশনাল আয়ুর্বেদ চর্চাকারী অভিজ্ঞ ব্যক্তিই শুধু জানেন পঞ্চকর্মের সঠিক প্রয়োগ পদ্ধতি— বলেন শ্রী বাস্তব। নির্দিষ্ট ডিজাইনকৃত ছকে চলে এ চিকিৎসাপদ্ধতির বিভিন্ন পর্যায়।

দু'সপ্তাহের জন্য কাপড়ের পট্টি বেঁধে শরীরের উষ্ণতা বাড়ানো হয়। ট্রেইনড্ টেকনিশিয়ান মেডিকেটেড অয়েল হালকাভাবে ত্বকের ওপর ম্যাসাজ করেন। শরীরের সমস্যাযুক্ত অঙ্গে এ ম্যাসাজ করা হয়। এ ম্যাসাজের পক্ষে রয়েছে অভ্যন্তরীণ যুক্তি। এ সময় খাবার হজম হয় সহজে, তাপ সামান্য বাড়ে, ফ্যাট কমে। পঞ্চকর্মের প্রয়োগ সহজ নয়। এরজন্য ট্রেনিং ও প্র্যাকটিসের প্রয়োজন। ভারতীয় তেল ও হার্বাল সামগ্রী একজন ইউরোপিয়ানের হাতে ম্যাসাজ হবে, হয়ত ম্যাসাজ গ্রহণকারী এ উপমহাদেশের একজন। ভাবতেই ভাল লাগে। মহাঋষি জার্মান ডাক্তার উলরিখ বহোফরসহ ১০০ জন ফরেনারকে এ প্রশিক্ষণ দিয়েছেন। দুই বছর আগে জার্মানে খোলা হয়েছে পঞ্চকর্মের সেবাদানের সেন্টার।

মহাঋষির বিশ্বস্ত তিন ডেপুটি

এক্সএমআইটি, এক্স-হার্ভার্ড টনি নাদের দীর্ঘদিন ধরে এসোসিয়েট ও ভিশনারি হিসাবে আছেন। ড: বেভান মরিস (৫০) দীর্ঘদিন সম্পৃক্ত ইন্ডিয়ান ফাংশনারির সাথে। আনন্দ শ্রীবাস্তব (৪৫) উচ্চ পর্যায়ের আধ্যাত্ম ক্ষমতার অধিকারী হয়েছেন। মহাঋষির নির্দেশ অনুযায়ী আধ্যাত্মিক কার্যক্রম পরিচালনা করেন। ইন্ডিয়ান মাইথোলজি এবং হিউম্যান ফিজিওলজির সাথে টিএমকে সম্পৃক্ত করা, টিএম প্রশিক্ষণ ও প্র্যাকটিস কেন্দ্র, পরিচালনা বিশ্বব্যাপী; মহাঋষি আয়ুর্বেদ প্রতিষ্ঠান ও গ্লোবালাইজ, আধুনিক প্রযুক্তির ব্যবহার করে মন্ত্র, ধ্যানের মাধ্যমে নতুন চিকিৎসা ও থেরাপির উদ্ভাবনা ও প্রচারণা, বিশ্বের ৭৫টি দেশের ১০০ ধরনের মহাঋষির হার্বাল ও আয়ুর্বেদ সামগ্রী পৌঁছে দেয়াসহ মহাঋষিকে বিভিন্ন সময় পরামর্শ দিয়ে সাহায্য করা এবং তার পরিকল্পনাগুলো বাস্তবায়িত করার দায়িত্ব পালন করেন এই তিন বিশ্বস্ত ডেপুটি।

এবার একটু অন্য প্রসঙ্গ। বিষয় মহাঋষির বর্তমান ব্যস্ততা। মেডিটেশন, আয়ুর্বেদসহ জীবনের নানাদিক নিয়ে স্যাটেলাইট টিভি চ্যানেলের মুখোমুখি হন মহাঋষি মাঝেমধ্যেই। তবে সব বিষয় ছাপিয়ে নতুন একটা বিষয়ে তাকে খুব বেশি আগ্রহী মনে হয় ইদানীং। তা হলো বাস্তুবিদ্যা। এ তার লেটেস্ট প্যাশন। এ বিষয়ে বাস্তুবিদ্যার ভিত্তিতে গ্লোবাল রিকন্স্ট্রাকশনের প্রচুর এবং অসম্ভব সব পরিকল্পনা রয়েছে যা আদৌ বাস্তবায়িত হবে কিনা সন্দেহ। মহাঋষির বিশ্বাস, বাস্তুবিদ্যার যৎসামান্য প্রয়োগ এবং একেবারেই এর ব্যবহার না করা আমাদের অনেক সমস্যার উৎস। বাড়ির মুখ কিংবা রাস্তার অবস্থান অথবা আমাদের বেডরুম, কিচেন, বাথরুম, লিভিংরুম, স্টোররুম যেটা যেখানে হওয়া উচিত, সুষ্ঠু স্থানে করা হচ্ছে না। আসলে বাস্তবে স্থাপত্য বিদ্যা ও বাস্তুবিদ্যার মধ্যে সামান্য সঙ্গতিও নেই আমাদের।

দৃঢ় আত্মপ্রত্যয় স্বপ্ন পূরণে সহায়ক শক্তি। বাস্তুবিদ্যার ভিত্তিতে এলাকা তৈরির একটা সুযোগ ইতিমধ্যে পেয়েছেন মহাঋষি। নর্থ ক্যালিফোর্নিয়ার ব্লুরিজ মাউন্টেন এলাকায় দশ হাজার একর জমি দেয়া হয়েছে বাসযোগ্য করে তোলার জন্য। সম্পূর্ণ বাস্তুবিদ্যার ভিত্তিতে পরিকল্পিত উপায়ে সবকিছু গড়ে তোলা হবে এখানে। এ পরিকল্পনা বাস্তবায়নে সময় লাগবে প্রায় বিশ বছর। এ গ্লোবাল রিকন্স্ট্রাকশন প্রোজেক্টের বাজেট একশ' বিলিয়ন ডলার। ইতিমধ্যে সংগৃহীত হয়েছে মাত্র এক বিলিয়ন ডলার। প্রাপ্ত অর্থের কথা ভাবলে মহাঋষির স্বপ্ন কিছুটা অসম্ভব ও উচ্চাশা বলে মনে হতেই পারে। তবু একদিন মহাঋষির ইচ্ছে বাস্তবায়িত হবে এ প্রত্যাশা রইল।