

অজপা গায়ত্রী

নঃশ্বাস প্রশ্বাসের সময়ে 'হং' শব্দের সঙ্গে বায়ু বাইরে আসে এবং 'স' শব্দের সঙ্গে পুনরায় প্রবেশ করে। জীব স্বভাবতঃ সর্বদাই হংস মন্ত্র জপ করছে। দ্বি-রাত্রিতে 21600 বার প্রত্যেকেই এই মন্ত্র জপ করে। (প্রতিমিনিটে 15 বার শ্বাস-প্রশ্বাস হয়, এই হিসাবে $24 \times 60 \times 15 = 21600$ বার) প্রত্যেকে শ্বাস-প্রশ্বাসের সঙ্গে যে হংস জপ চলছে, তা যদি মনোযোগের সঙ্গে শ্বাস প্রশ্বাসের গতি লক্ষ্য করে অনুভব করতে অভ্যাস করা যায়, তবে অজপা সাধন হয়। ঠোঁট, জিহ্বা বা মনের সাহায্যে বিশেষ কোন বীজমন্ত্রকে বারবার উচ্চারণ করে এই জপ করা হচ্ছে না, তাই এর নাম অজপা। অজপা গায়ত্রী যোগীগণের মোক্ষদায়িনী। সদ্ধি মহাপুরুষ ছাড়া আর কারও পক্ষে এই কৌশল ধরবার এবং সেই পথে চালনা করবার ক্ষমতা নাই।

হন্তি গচ্ছন্তি কৃৎস্ন - শরীরং ব্যাপ্য বর্ততে ইতি হংসঃ প্রাণঃ জীবচৈতন্যম্' অর্থাৎ সমস্ত শরীর ব্যপে বর্তমান থাকনে এবং এক শরীর হতে অন্য শরীরে সংসরণ করে এই ব্যুৎপত্তিগত অর্থও জীব চৈতন্য হংস নামে সংজ্ঞা হয়।

হংস যোগের সাধনায়, সদ্ধিলাভ করতে হলে "হংসবতী ঋক" এবং "শরীরূদ্রহৃদয়োপনষিৎ" এর মন্ত্রগুলিকে নতিষপাঠ করতে হয়, মন্ত্রের মর্মার্থ ও প্রতিদিন মনন করতে হয়। যোগশাস্ত্রে এবং শৈবগমতন্ত্রে হংস মন্ত্রকেই অজপা বলা হয়। হংসবতী ঋক মন্ত্রে 'হংস' পদ এবং আথর্বণী শ্রুতি এবং শ্বতোশ্বতর উপনিষদের 'হংস' পদ হল বৈদিক মূল।

