

সদ্বিধবদ্বিযা প্ৰাণায়াম / কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণায়াম

সদ্বিধবদ্বিযা প্ৰাণায়াম / কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণায়াম

আমাদৰে দুটি ফুসফুসে মোট মটোচাক এৰ জালৰি মতন শ্বাস যন্ত্ৰৰে বাতাস থকে অক্সিজিনে পৰিশোধন কৰী মোট সাত কোটি তিৰিশি লক্ষ জালকি আছে। সাধাৰণ মানুহ কৰ্ম ভেদে— আস্তে শ্বাস অথবা জোৰে শ্বাস নকি না কেনে তাতে দু কোটি থকে সৰ্বোচ্চ দু কোটি তিৰিশি লক্ষ শ্বাস জালকি পূৰ্ণ হয়. তাৰ বশে কনো কাৰণেই হয়না, এবং এই শ্বাস এৰ দ্বাৰাই প্ৰতিটি সাধাৰণ মানুহৰে জীৱন যাত্ৰা দু কোটি থকে সৰ্বোচ্চ দু কোটি তিৰিশি লক্ষ মধ্য য়ে বাতাসৰে পূৰ্ণতা তাঁহাৰ দ্বাৰাই পৰিচালিত হয়. | ইহাকই সাধাৰণ মানুহৰে জীৱন যাপন বলে বা ইহাকই সাধাৰণ মানুহৰে শ্বাস পৰ্য্যায় বলে। | ইহাই জীৱন ধাৰণ এৰ জন্ম এবং সৰ্ব সাধাৰণ এৰ জন্ম সৰ্বদা প্ৰযোজ্য।

গুৰুমুখী অতি গোপন য়ে যোগ বদ্বিযাৰ সাহায্যে বা য়েগুৰুমুখী অতি গোপনযোগ কৰ্ম্ম পদ্ধতিৰ মাধ্যমে সাধাৰণ মানুহৰে শ্বাসকৰ্ম্মৰ পৰিৱৰ্তন কৰে —বৈদিক সনাতন শাস্ত্ৰীয়, পদ্ধতিৰ শ্বাসকৰ্ম্মকে প্ৰাণায়াম বলে। এটি কোন আধুনিক জগতৰে যুগশক্তিৰ প্ৰাণায়াম কেন্দ্ৰৰে প্ৰাণায়াম নয়. বা যোগী বাবাদৰে মতন শেখোনো কোন প্ৰাণায়াম নয়. | ইহা অত্যন্ত গোপন এবং সম্পূৰ্ণ গুৰুমুখী বদ্বিযা -ইহা বৈদিক সনাতন শাস্ত্ৰীয়, পদ্ধতিৰ শ্বাসকৰ্ম্মৰ প্ৰাণায়ামকে সদ্বিধ বদ্বিযা প্ৰাণায়াম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণায়াম বলা হয়. | ইহা লাভ কৰাৰ জন্ম বশে কিছু যোগ্যতা অৰ্জন অতি আবশ্যক। বনি যোগ্যতায়, কটে ইহা কৰাৰ চেষ্টা কৰলে তাৰ সদ্বিধিলাভ তো দূৰৰে কথা বহু ৰকম বক্ৰিয়া এবং প্ৰতিক্ৰিয়া জনতি কুফল ইহজীৱন এবং পৰকালও দূৰৰ্ভোগ কৰতে হয়।

1. অধম প্ৰাণায়াম:-

প্ৰথম প্ৰজনীয়াতা বা আবশ্যক যোগ্যতা:-

1. অহোৰাত্ৰে কবেলমাত্ৰ শাস্ত্ৰীয়, বধি সম্মত দ্বিআহাৰ।
2. কমপক্ষে দুই ঘণ্টা আসন সদ্বিধি।
3. খচেরী মুদ্ৰা দ্বিতীয়, স্তৰ সদ্বিধি।
4. নতিয় অনতিয় বচিাৰ সহকাৰে কমপক্ষে 12 বছৰ অনুশাসনে অখণ্ড বা মনুষ্যভাবে স্থিতি।
5. মহামুদ্ৰা, মূলবদ্ধমুদ্ৰা, যোনিমুদ্ৰা, সহতিকৰ্ম্ম, বপীৰীতকৰোনী মুদ্ৰা, শাম্ভাব্যি মুদ্ৰা-এই সব মুদ্ৰাৰ প্ৰথম স্তৰ সদ্বিধি।
6. গুৰু বাক্যৰে প্ৰতিপালন ও গুৰু সৰ্বো।
7. সম্পূৰ্ণৰূপে স্ত্ৰী বা মহিলা কামনা বা বুদ্ধিপৰিত্যাগ এবং ধন তৃষ্ণা পৰিত্যাগ এবং প্ৰতিষ্ঠা তৃষ্ণা পৰিত্যাগ।

গুরুর কাছে বিশেষ বৈদিক সনাতন শাস্ত্রীয় পদ্ধতির শ্বাসক্রিয়ার-প্রাণায়াম যোগ দীক্ষার পর , যোগ বদ্যার সাধনার ফলে দু কোট তিরিশ লক্ষ থেকে চার কোটি শ্বাস জালকিতে বাতাস কে পরিপূর্ণ রূপে পূর্ণ করার যে শাস্ত্রীয় অতি গুপ্ত পদ্ধতি তাকে অধম প্রাণায়াম বলে ।

2. মধ্যম প্রাণায়াম:-

প্রথম প্রজনীয়তা বা আবশ্যক যোগ্যতা:-

1. অহোরাত্রে কেবলমাত্র শাস্ত্রীয় বধি সম্মত একাহার ।
2. কমপক্ষে তিন ঘণ্টা আসন সদিধি ।
3. খেচরী মুদ্রা তৃতীয় স্তর সদিধি ।
4. নতিয় অনতিয় বচার সহকারে কমপক্ষে 24 বছর অনুশাসনে অখণ্ড বা দবেভাবে স্থিতি ।
5. মহামুদ্রা, মূলবদ্ধমুদ্রা, যোনিমুদ্রা, সহতিক্রিয়া, বপিরীতকরোনি মুদ্রা, শাম্ভাব্যি মুদ্রা-এই সব মুদ্রার দ্বিতীয় স্তর সদিধি ।
6. সর্বথা রূপে অসৎ সঙ্গ পরতিজেজ ও নরিজন বাস ।
7. গুরু বাক্যের প্রতপালন ও গুরু সবা ।
8. সম্পূর্ণরূপে স্ত্রী বা মহিলা কামনা বা বুদ্ধি পরতিয়াগ এবং ধন তৃণা পরতিয়াগ এবং প্রতষ্টিতা তৃণা পরতিয়াগ ।

গুরুর কাছে বিশেষ বৈদিক সনাতন শাস্ত্রীয় পদ্ধতির শ্বাসক্রিয়ার-প্রাণায়াম যোগ দীক্ষার পর , যোগ বদ্যার সাধনার ফলে 4 কোটি থেকে 5.5 কোটি শ্বাস জালকিতে বাতাস কে পরিপূর্ণ রূপে পূর্ণ করার যে শাস্ত্রীয় অতি গুপ্ত পদ্ধতি তাকে মধ্যম প্রাণায়াম বলে ।

3. উত্তম প্রাণায়াম:-

প্রথম প্রজনীয়তা বা আবশ্যক যোগ্যতা:-

1. অহোরাত্রে কেবলমাত্র শাস্ত্রীয় বধি সম্মত একাহার ।
2. কমপক্ষে ছয় ঘণ্টা আসন সদিধি ।
3. খেচরী মুদ্রা চতুর্থ স্তর বা সম্পূর্ণ সদিধি ।
4. মহামুদ্রা, মূলবদ্ধমুদ্রা, যোনিমুদ্রা, সহতিক্রিয়া, বপিরীতকরোনি মুদ্রা, শাম্ভাব্যি মুদ্রা-এই সব মুদ্রার তৃতীয় স্তর সদিধি ।
5. নতিয় অনতিয় বচার সহকারে 30 বছর অনুশাসনে অখণ্ড বা দবেভাবে স্থিতি ।
6. সর্বথা রূপে অসৎ সঙ্গ পরতিজেজ ও নরিজন বাস ।
7. সর্ব আত্মীয়তা এবং সর্ব সামাজিক অনুষ্ঠান সম্পূর্ণ রূপে পরতিয়াগ ।
8. গুরু বাক্যের প্রতপালন ও গুরু সবা ।
9. জ্ঞানকাণ্ডের সম্পূর্ণ শাস্ত্রজ্ঞান ধর্ম জ্ঞান এবং জড়জাগতিক সংসার পরিচালনকারী জ্ঞান এর পূর্ণবিকাশ ।
- 10.. সম্পূর্ণরূপে স্ত্রী বা মহিলা কামনা বা বুদ্ধি পরতিয়াগ এবং ধন তৃণা পরতিয়াগ এবং প্রতষ্টিতা তৃণা পরতিয়াগ ।

গুরুর কাছে বিশেষ বৈদিক সনাতন শাস্ত্রীয় পদ্ধতির শ্বাসক্রিয়ার-প্রাণায়াম যোগ দীক্ষার পর , যোগ বদ্যার সাধনার ফলে 5.5 কোটি থেকে 6.5 কোটি শ্বাস জালকিতে

বাতাস কৰে পৰিপূৰ্ণ ৰূপে পূৰ্ণ কৰাৰ যো শাস্ত্ৰীয়, অতি গুপ্ত পদ্ধতি তাকে উত্তম প্ৰাণাযাম বুলে ।

4. উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম :-

প্ৰথম প্ৰজনীয়াতা বা আবশ্যক যোগ্যতা:-:-

1. অহোৰাত্ৰে কবেলমাত্ৰ শাস্ত্ৰীয়, বধি সম্মত একাহাৰ ।
2. কমপক্ষে আট+ ঘণ্টা আসন সদ্ধি ।
3. খেচৰী মুদ্ৰা চতুৰ্থ স্তৰ বা সম্পূৰ্ণ সদ্ধি ।
4. মহামুদ্ৰা, মূলবদ্ধমুদ্ৰা, যোনিমুদ্ৰা, সহিতিক্ৰিয়া, বপীৰীতকৰোনি মুদ্ৰা, শাম্ভাব্যি মুদ্ৰা-এই সব মুদ্ৰাৰ চতুৰ্থ স্তৰ সদ্ধি ।
5. নতিয় অনতিয় বচিাৰ সহকাৰে 36 বছৰ অনুশাসনে অখণ্ড বা ব্ৰহ্মভাবে স্থিতি ।
6. সৰ্বথা ৰূপে অসং সঙ্গ পৰতিজেজ ও নৰিজন বাস ।
7. সৰ্ব আত্মীয়তা এবং সৰ্ব সামাজিক অনুষ্ঠান সম্পূৰ্ণ ৰূপে পৰতিয়াগ ।
8. গুৰু বাক্যৰে প্ৰতাপালন ও গুৰু সৰ্বো ।
9. জ্ঞানকাণ্ডৰে সম্পূৰ্ণ শাস্ত্ৰজ্ঞান ধৰ্ম জ্ঞান এবং জডজাগতিক সংসাৰ পৰিচালনিকারী জ্ঞান এর পূৰ্ণবিকাশ ।
10. সম্পূৰ্ণৰূপে স্ত্ৰী বা মহিলা কামনা বা বুদ্ধি পৰতিয়াগ এবং ধন তৃণা পৰতিয়াগ এবং প্ৰতিষ্ঠা তৃণা পৰতিয়াগ ।
11. জ্ঞানময়, প্ৰজ্ঞাব এবং সৰ্ববভিতি পৰতিয়াগ ।
12. শাস্ত্ৰীয়, ববিকে এবং বৈৰাগ্য পূৰ্ণ স্থিতি লাভ
13. উন্মনি অবস্থায়, স্থিতি লাভ ।

গুৰুৰ কাছৰে বশিষে বৈদিক সনাতন শাস্ত্ৰীয়, পদ্ধতিৰি শ্বাসক্ৰিয়াৰ-প্ৰাণাযাম যোগ দীক্ষাৰ পৰ , যোগ বদ্ধিৰ সাধনাৰ ফলে 6.5 কোটিথেকে 7.3 কোটি শ্বাস জালকিতাৰে বাতাস কৰে পৰিপূৰ্ণ ৰূপে পূৰ্ণ কৰাৰ যো শাস্ত্ৰীয়, অতি গুপ্ত পদ্ধতি তাকে উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম বুলে ।

এই উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম কৰে গীতাতো বা বদে বা দৰ্শন শাস্ত্ৰৰে রাজ বদ্ধিৰাজ গুপ্ত যোগ বলিয়াছে।

এই উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম এক আসনে

12 বার করলে প্ৰতিযাহাৰ যোগ আপনা আপনি উপস্থিতি হয়, ।

এই উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম এক আসনে

144 বার করলে ধাৰণা যোগ আপনা আপনি উপস্থিতি হয়, ।

এই উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম এক আসনে

1728 বার করলে ধ্যান যোগ আপনা আপনি উপস্থিতি হয়, ।

এই উৰ্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্ৰাণাযাম/ সদ্ধি বদ্ধি প্ৰাণাযাম/ কবৈল্য বা কবেলি প্ৰাণাযাম এক আসনে

1728 বার করলে ধ্যান যোগ আপনা আপনি উপস্থিতি হয়।

এই উর্ধ্বমুখ অতিউত্তম প্রাণায়াম/ সদ্ধি বদ্বিযা প্রাণায়াম/ কবৈল্য বা কবেলি
প্রাণায়াম এক আসনে

20736 বার করলে প্রাথমিকি সমাধি যোগ আপনা আপনি উপস্থিতি হয়।

এই সমাধি বারবার অভ্যাসে দ্বারা সবকিল্প সমাধি লাভ হয়, , এবং এইসব বকিল্প
সমাধি বহুবার অভ্যাসে কখনো কভু নরিকিল্প সমাধি লাভ হয়, , এবং নরিকিল্প
সমাধি বহু অভ্যাসে কখনো কভু একবার নরিকিল্প সমাধি অর্থাৎ পূর্ণ ব্রহ্ম জ্ঞান
স্থিতি লাভ হয়। / সম্পূর্ণ মোক্ষলাভ সম্ভব হয়।

যা সম্পূর্ণরূপে বৈদিক সনাতন শাস্ত্রীয়, বজ্জ্ঞানসম্মত পথ ।

