

স্বয়ংক্রিয়তা

প্রিয় বন্ধুগণ,

বাবুজি মহারাজ তার বাণীর মাধ্যমে অনুশীলনে স্বয়ংক্রিয়তা প্রতিষ্ঠা করতে আমাদের অনুপ্রাণিত করেন। প্রাথমিকভাবে বলা যায়, তিনি আসলে আমাদের প্রতিদিন নিয়ম করে একই সময়ে সাধনা অনুশীলন করার জন্য আহ্বান করছেন। নিয়মিত সময়সূচী মেনে চলা আমাদের স্বাস্থ্যের জন্যও ভালো; খাওয়া এবং ঘুমানোর সময়ও এর মধ্যে পড়ে। কোন কাজ রোজ একই সময়ে করলে সেই কাজটি স্বাভাবিক ও স্বয়ংক্রিয়ভাবে প্রতিদিন সেই একসময়েই করা হয়। এভাবে আমাদের শারীরতন্ত্রে একটি জৈব ঘড়ি কাজ করতে শুরু করে। এটি একটি খুব সাধারণ প্রাকৃতিক ঘটনা।

প্রথম পদক্ষেপ

যখন তুমি কোন কাজ নিয়মিতভাবে করো, তোমার তন্ত্র বা স্বভাব তার জন্য প্রস্তুত হয়ে যায়, তোমার মন তার জন্য তৈরি হয়ে যায়। তুমি নিয়মিত ধ্যান করলে তোমাকে খুব বেশি কষ্ট করতে হয় না। প্রতিদিন সকালে ধ্যানে বসার অভ্যাস তৈরি করে ফেললে তুমি ঠিক ওই সময়ে নিজে থেকেই ধ্যানের মধ্যে ঢুকে পড়বে, তোমাকে বেশি চেষ্টা করতে হবে না। আর যদি তুমি তোমার ধ্যান ভোরের আগে শেষ করো, বাবুজির প্রথম প্রবচন অনুযায়ী তোমার কাছে এই পদ্ধতি আরো বেশি স্বাভাবিক হয়ে যাবে।

বস্তুতঃ নিয়মিতভাবে সময়মতো বসার পদ্ধতিগত বিষয়টি কেবল প্রথম ধাপ। এটা কিন্তু বাবুজি মহারাজ স্বয়ংক্রিয়তা বলতে যা বোঝাতে চেয়েছেন তার ধারেপাশে এখনো পৌঁছয়নি। তবু আমাদের অনেকেই এটিকে প্রথম ধাপ মেনে নেওয়ার আগে তার ব্যাখ্যা চায়, কারণ স্বয়ংক্রিয়তা শব্দটির প্রায়শই ভুল মানে করা হয়। স্বয়ংক্রিয় কাজ মানে যান্ত্রিক স্বয়ংক্রিয়তা, রোবটের কাজ, যান্ত্রিক কাজ বা জীবনহীন কাজ নয়। এটি স্বাধীনতা কমিয়ে দেয় না, বরং আমাদের বৃহত্তর স্বাধীনতার জন্য প্রস্তুত করে। উদাহরণস্বরূপ, যদি তুমি প্রকৃতি কিভাবে কাজ করে খেয়াল করো, সহজেই দেখতে পাবে যে প্রকৃতির গতিপ্রকৃতি স্বয়ংক্রিয়। মেঘ বৃষ্টি ধরে রাখবে নাকি বৃষ্টি হয়ে ঝড়ে পড়বে তা সে ঠিক করে না। প্রকৃতির মধ্যে এই পছন্দ-অপছন্দের বিষয়টি নেই। সবকিছু ঘটে যায় নিজের থেকে, তার নিজস্ব স্বাভাবিকতা নিয়ে।

আমাদের কাজকর্মের ক্ষেত্রেও এটি সত্য। এর এক চরম উদাহরণ হল এক নভোশ্চর, যার মধ্যে মহাকাশে যাত্রা করার স্বাধীনতা উপভোগ করার অভ্যাসে গভীর স্বয়ংক্রিয়তা থাকা প্রয়োজন। গাড়ি চালানোর সময় যে স্বয়ংক্রিয়তা দরকার, তার সঙ্গেও আমাদের অনেকে এর মিল পাবেন। অনুশীলন ছাড়া কারো পক্ষে বেশ কঠিন হয়ে পড়ে একসঙ্গে বহু কাজ করা - স্টিয়ারিং, এক্সেলেরেটর এবং ব্রেক ব্যবহার করা। স্ক্যাচ ব্যবহার করা ও গিয়ার পরিবর্তন করা, সামনে দেখা, পার্শ্ববর্তী ও পশ্চাদ্দৃশ্য দেখার আয়না, ইভিকিটর ব্যবহার করা, নেভিগেট করা এবং প্রায়শই কথাবার্তা চালানো বা গান বা পডকাস্ট শোনা। স্বাধীনভাবে যেখানে খুশি গাড়ি চালাতে হলে আমাদের স্বয়ংক্রিয়তার উপর নির্ভর করতে হবে।

অনায়াসসাধ্যতা অর্জন করতে গেলে প্রচুর প্রয়াস প্রয়োজন

আমরা এই অবস্থাকে উৎকর্ষতার শিখরে নিয়ে যেতে পারি যা পতঞ্জলি যোগসূত্রের শুরুতে যোগের সংজ্ঞা দিতে গিয়ে অত্যন্ত সহজ এবং সুন্দরভাবে উপস্থাপিত করেছেন:

যোগ : চিত্ত-বৃত্তি নিরোধ
যোগশ্চিত্তবৃত্তিনিরোধ

যোগ হলো আমাদের অস্তিত্বের এমন এক অবস্থা যাতে মনের ধারণাগত ও আদর্শগত বাসনা বা পছন্দ করার গতি কমে যায় এবং মন স্থির অবস্থায় আসে।

আদর্শ পরিপূর্ণতার অবস্থায় কোনো সচেতন সংশোধনীর প্রয়োজন পড়ে না। যত বেশি মানসিক স্থায়ীত্ব বাইরে থেকে আসবে, পূর্ণতা তত কম হবে। একজন দক্ষ বাঁশিওয়ালাকে ঘুম থেকে তুলে বাঁশি বাজাতে দিলেও সে দক্ষতার সঙ্গে বাঁশি বাজিয়ে দেবে। বাঁশিওয়ালা পুরো সজাগ না থাকলেও, তার মন সম্পূর্ণ সায় না দিলেও তার হাতে ধরা বাঁশিতে ফুঁ দিলেই তার হাতের আঙ্গুল ঠিক জায়গাতে পড়তে থাকবে অর্থাৎ সে সুরে বাজাবে। হয়তো সে কোন রাগ বাজাচ্ছে সে বিষয়ে সম্পূর্ণ সচেতন নাও থাকতে পারে; কিন্তু তা শিল্পের মধ্যেই থাকবে, তার সংগীতবোধ স্বতঃস্ফূর্ত হয়ে উঠবে এবং তার মানসিক ইচ্ছার দরকার পড়বে না।

একটি নির্দিষ্ট অবস্থায় যখন চিন্তার কোনো জায়গায় থাকে না, স্বভাবতই চিন্তাকারীও অদৃশ্য হয়ে যায়। মনোবিজ্ঞানে একে বলা হয় ‘প্রবাহের অবস্থা বা তদাবস্থা’। সেই অবস্থায় একজন বিশেষত ততটাই মগ্ন হয়ে যায় যে তার অহংবোধই লোপ পেয়ে যায়। কোথায় যান তাঁরা? তাঁরা তাঁদের সৃষ্টির মধ্যেই লীন হয়ে যান।

একজন বাস্কেটবল খেলোয়াড়ের কাছে সেই সময় থাকে না যে সে ভাববে “বলটা এইভাবে ছুঁড়বো না ঐভাবে ছুঁড়বো?” যতক্ষণ সে ভাববে ততক্ষণে তার সুযোগ হাতছাড়া হয়ে যাবে। তাদের প্রতিক্রিয়া হতে হবে তাৎক্ষণিক ও স্বতঃস্ফূর্ত। এই স্বতঃস্ফূর্ত অবস্থায় তারা পৌঁছাবে কি করে? এই অবস্থায় পৌঁছানোর পিছনে তাদের প্রস্তুতির

স্বয়ংক্রিয় কাজ মানে যান্ত্রিক স্বয়ংক্রিয়তা, রোবটের কাজ, যান্ত্রিক কাজ বা জীবনহীন কাজ নয়। এটি স্বাধীনতা কমিয়ে দেয় না, বরং আমাদের বৃহত্তর স্বাধীনতার জন্য প্রস্তুত করে। উদাহরণস্বরূপ, যদি তুমি প্রকৃতি কিভাবে কাজ করে খেয়াল করো, সহজেই দেখতে পাবে যে প্রকৃতির গতিপ্রকৃতি স্বয়ংক্রিয়। মেঘ বৃষ্টি ধরে রাখবে নাকি বৃষ্টি হয়ে ঝড়ে পড়বে তা সে ঠিক করে না। প্রকৃতির মধ্যে এই পছন্দ-অপছন্দের বিষয়টি নেই। সবকিছু ঘটে যায় নিজের থেকে, তার নিজস্ব স্বাভাবিকতা নিয়ে।

মেধার কথা আমাদের স্বীকার করতে হবে। একজন বাঁশিওয়ালাকে তার শিল্পের নানাদিক সম্বন্ধে দক্ষতা অর্জন করতে বছরের পর বছর চর্চা করতে হয় বা একজন বাস্কেটবল খেলোয়াড়কে বিভিন্ন কোণ থেকে বারংবার বল ছুড়ে অভ্যাস করতে হয়েছে, যাতে দরকারের সময়ে সে স্বতস্ফুর্ততার সঙ্গে বেরিয়ে আসে।

চেতনায় প্রভুত্ব

আধ্যাত্মিকতায় আমাদের আগ্রহ হল চেতনার উপরে প্রভুত্ব স্থাপন করা। চেতনার পরিসরকে একটি রামধনুর সঙ্গে তুলনা করা যাক; যেখানে প্রতিটি পৃথক রঙ একটি স্বতন্ত্র চেতনার কম্পাঙ্কে চিত্রিত বা নির্দেশ করে। আধ্যাত্মিক অনুশীলনকে বস্তুগত জীবনের সঙ্গে সংযুক্তিকরণ আমাদের এমন একটি স্তরে পৌঁছতে সাহায্য করে, যেখান থেকে চেতনার যেকোনও কম্পাঙ্কে সেই সময়ের প্রয়োজন অনুসারে স্বয়ংক্রিয়ভাবে আমরা প্রবেশ করতে পারি। বাবুজি মহারাজ এর দৃষ্টান্তস্বরূপ ছিলেন। কোনও এক মুহূর্তে কেন্দ্রের সঙ্গে একাত্ম হয়ে তিনি বিস্মৃত হয়ে যেতেন। আবার পরমুহূর্তে তাঁকে অত্যন্ত প্রাণবন্তভাবে অভ্যাসীদের আপ্যায়নে মেতে উঠতে দেখা যেতো। প্রতিনিয়ত ওনার চেতনার কম্পাঙ্ক কাজের প্রয়োজনীয়তা অনুযায়ী সামঞ্জস্য রেখে বিন্যস্ত হতো। ফলস্বরূপ, আমরা কল্পনা করতে পারি যে তিনি কর্মস্থলে তাঁর উর্দ্ধতন বা অধস্তন সহকর্মীদের সঙ্গে কি প্রকার ভাবের আদানপ্রদান করতেন। এই সমস্ত প্রক্রিয়াই খুব স্বয়ংক্রিয়ভাবে হতো। এমনই ছিল ওনার সহজাত ক্ষমতা।

চেতনার কোন নির্দিষ্ট কম্পাঙ্কে স্বয়ংক্রিয়ভাবে পৌঁছতে গেলে আমাদের তার উপর প্রভুত্ব অর্জন করতে হবে। যতক্ষণ পর্যন্ত না আমরা চেতনার কোন নির্দিষ্ট কম্পাঙ্কে পৌঁছছি ও তাকে অতিক্রম করে যাচ্ছি, পুনরায় পূর্ণ কর্তৃত্বের সঙ্গে সেখানে পৌঁছনো সম্ভব নয়। ঠিক যেমন করে একজন বাস্কেটবল খেলোয়াড় তার প্রতিটি দান বা চাল এমনভাবে অভ্যাস করে, যার ফলে সে সঠিক সময়ে উপযুক্ত চাল গ্রহণ করতে পারে; আমাদেরকেও প্রয়োজনীয় কম্পাঙ্কে পৌঁছতে চেতনার সব স্তরের উপর সেইভাবে প্রভুত্ব স্থাপন করতে হবে।

কোনও নির্দিষ্ট কম্পাঙ্কে আকস্মিক উন্নতি কেবলমাত্র তার জন্য শুভ কামনা বা প্রার্থনা দ্বারা ঘটবে না। আমরা বারংবার অনুশীলনের সমস্ত গুরুত্বপূর্ণ দিকটিতে ফিরে আসি। অনুশীলন ব্যতীত আমরা প্রতিবর্ত

ক্রিয়া তৈরি করতে পারি না। অনুশীলনই মূলমন্ত্র; ঠিক যেমন নিত্য সাইকেল চালানো বা ফুটবল খেলা বা বাদ্যযন্ত্র বাজানো। অনুশীলন কি? অনায়াসের প্রয়োজনে প্রচেষ্টা প্রয়োগ করা।

প্রচেষ্টা, প্রয়াসহীনতা এবং কতৃৎস্ব-ভাব

সচেতনতাকে আয়ত্ত্ব করার জন্য আমাদের যে প্রচেষ্টা, তাতে আমাদের মনে হতে পারে, “আমিই কর্তা”। এই ভাবপ্রবণতা, যে প্রচেষ্টায় সম্ভব হলো তা একধরনের অহংকার। সংস্কৃত শব্দ “অহংকার”-এর অর্থ হলো “অহং” অর্থাৎ আমি এবং “কার” মানে করা। অর্থাৎ এর অর্থ “আমিই কর্তা”। ধ্যানের ফলে, এই অবস্থা থেকে আমরা মুক্তি পেতে পারি।

প্রচেষ্টার ক্ষেত্রে, স্বয়ংক্রিয়তার অর্থ হলো অহংকারকে রূপান্তরিত করা। এটা তখনই সম্ভব হবে, যখন আপনি ভাবেন যে কোনো একটি কাজ আপনি নন, অন্য কেউ সেটা করছে।

ঋষিরা “সাক্ষী ভব”-কে মানতেন। এটি এমন একটা অবস্থা যেখানে আমরা নিজেরা কিছু করছি বলে মনে হয় না, মনে হয় আমরা শুধু প্রত্যক্ষ দর্শন করছি। শ্রীকৃষ্ণ, ঋষি অষ্টবক্র এবং উপনিষদ, সকলেই এই প্রত্যক্ষদর্শনকে প্রাধান্য দিয়েছেন। একটি প্রত্যক্ষদর্শন সময়ের সঙ্গে সঙ্গে বিচ্ছিন্ন, অবিচল ও অজ্ঞাত। আপনি আপনার নিজের পরিবারের থেকে আলাদা হতে পারবেন? তাই বাবুজি মহারাজ বিষয়গুলোকে সরল করেছেন একটি সহজ উপায়ের মাধ্যমে যাতে কার্যকারিতার অসুবিধাগুলি অতিক্রম করতে পারি। এই উপায়ে আমরা নিজের কাজগুলোকে নিঃস্বার্থতার সঙ্গে অনুপ্রেরণা দিতে পারি। আর এইভাবে আমরা আমাদের প্রচেষ্টাকে সাধনার জগতে অহংকার ছাড়াই প্রয়োগ করতে পারি। এটাই ভক্তিবাদের কার্যকারিতা।

বাবুজি মহারাজ বিষয়গুলোকে সরল করেছেন একটি সহজ উপায়ের মাধ্যমে যাতে কার্যকারিতার অসুবিধাগুলি অতিক্রম করতে পারি। এই উপায়ে আমরা নিজের কাজগুলোকে নিঃস্বার্থতার সঙ্গে অনুপ্রেরণা দিতে পারি। আর এইভাবে আমরা আমাদের প্রচেষ্টাকে সাধনার জগতে অহংকার ছাড়াই প্রয়োগ করতে পারি। এটাই ভক্তিবাদের কার্যকারিতা।

সচেতনতার তরঙ্গের সঙ্গে কাজ করা

যখন আমরা মাস্টারের কাছ থেকে বুঝছি এবং কোনো একটি নির্দিষ্ট তরঙ্গে সচেতনতার সঙ্গে একত্রিত হচ্ছি তখন আমাদের কীভাবে প্রচেষ্টা করতে হবে? সাধারণত আমরা একটি পদ্ধতি অবলম্বন করে থাকি, যাকে বলা হয় “AEIOU”; অর্থাৎ, ১) অবস্থাকে অধিগ্রহণ করা ২) অবস্থাকে আলোকিত করা ৩) অবস্থাকে আত্মভূত করা ৪) অবস্থার সঙ্গে একাত্ম হওয়া ৫) অবস্থার সঙ্গে একত্রিত হওয়া। আরেকটি গুরুত্বপূর্ণ প্রচেষ্টা হলো রোজ পরিষ্করণ বা সাফাই করা, কারণ চেতনার পবিত্রতা ছাড়া, বাকি সব প্রচেষ্টা জীবনে কঠিন হয়ে পড়ে। আমরা সাফাই না করলে, কম্পনের বিভিন্ন তারতম্য পবিত্রতার অভাবে অনুভব করতে পারব না।

যে কোনও নতুন ক্ষেত্রে আমাদের কর্মপ্রণালীটি অবশ্যই সামগ্রিক হতে হবে। যদি আমরা এটিকে গতিশীল করে তুলতে চাই, তবে অবশ্যই শারীরিক স্তরসহ প্রতিটি স্তরে সেটিকে প্রকাশ করতে হবে। আমাদের শারীরবৃত্তীয় অবস্থাকে অভ্যন্তরীণ অবস্থার সঙ্গে সামঞ্জস্য সাধনের মাধ্যমে আমরা শর্তটির কার্যকারিতা বাড়িয়ে তুলতে পারি। উদাহরণস্বরূপ, যদি আপনি আপনার শ্বাসের ধরণটি ধীর করে আপনার অভ্যন্তরের অবস্থার সঙ্গে মানিয়ে নেন, তবে আপনার অভ্যন্তরীণ অবস্থা আরও তীব্র হবে। বিপরীতভাবে, একটি উত্তেজনাপূর্ণ শ্বাসের ধরণ একটি আগ্রাসনের আবেগ তৈরি করতে পারে, যা আপনার অভ্যন্তরের অবস্থার সঙ্গে আপোস করে।

বাবুজি মহারাজ ব্যাহ্যিক সুর অনুযায়ী অন্তরের সুরের সমন্বয় সাধনে অভ্যস্ত ছিলেন। বস্তুতঃ এটিই ভালবাসা এবং আকাঙ্ক্ষা তৈরির জন্য তাঁর পদ্ধতির ভিত্তি। বাবুজি মহারাজ উপলব্ধি করেছিলেন আমরা তাদেরকেই স্মরণ করি যাদের আমরা ভালোবাসি ; এই প্রক্রিয়াটিকে উল্টো করে যাদের আমরা ভালোবাসতে চাই তাদের স্মরণ করে ভালোবাসা উৎপন্ন করার পরামর্শ দেন তিনি। ১৯৮২ সালে সুরাটে

যদি আপনি আপনার শ্বাসের ধরণটি ধীর করে আপনার অভ্যন্তরের অবস্থার সঙ্গে মানিয়ে নেন, তবে আপনার অভ্যন্তরীণ অবস্থা আরও তীব্র হবে। বিপরীতভাবে, একটি উত্তেজনাপূর্ণ শ্বাসের ধরণ একটি আগ্রাসনের আবেগ তৈরি করতে পারে, যা আপনার অভ্যন্তরের অবস্থার সঙ্গে আপোস করে।

অভ্যন্তরীণ সুরের সঙ্গে বাহ্যিক সুরের সঙ্গতি জীবনের নানা স্তরে ঘটে পারে। আপনার বার্তালাপের পদ্ধতি , বাহ্যিক জিনিসের প্রতি আপনার দৃষ্টিভঙ্গি এবং চিন্তাভাবনা, আপনার আচরণ এবং ক্রিয়া, আপনি কীভাবে খাবার গ্রহণ করেন, আপনার ঘুমের উপায়, শ্বাসের উপায় বা আপনি যেভাবে দেখেন তা যাই হোক না কেন এগুলি আপনার অভ্যন্তরীণ অবস্থাকে প্রভাবিত করে এবং এর বৃদ্ধিতে অবদান রাখতে পারে।

তঁর বার্তায় তিনি প্রস্তাব দিয়েছিলেন যে একজন অভ্যাসীর মধ্যে যদি প্রকৃত তৃষ্ণা না থাকে তবে সে কেবল তৃষ্ণার সেই অবস্থাটির অনুকরণ করে এটি তৈরি করতে পারে। কৃত্রিম হলেও এটি যথাসময়ে বাস্তব হয়ে উঠবে।

অভ্যন্তরীণ সুরের সঙ্গে বাহ্যিক সুরের সঙ্গতি জীবনের নানা স্তরে ঘটে পারে। আপনার বার্তালাপের পদ্ধতি , বাহ্যিক জিনিসের প্রতি আপনার দৃষ্টিভঙ্গি এবং চিন্তাভাবনা, আপনার আচরণ এবং ক্রিয়া, আপনি কীভাবে খাবার গ্রহণ করেন, আপনার ঘুমের উপায়, শ্বাসের উপায় বা আপনি যেভাবে দেখেন তা যাই হোক না কেন এগুলি আপনার অভ্যন্তরীণ অবস্থাকে প্রভাবিত করে এবং এর বৃদ্ধিতে অবদান রাখতে পারে।

প্রতিটি নতুন অবস্থা আপনার অস্তিত্বের সঙ্গে সংহত হবার সাথে সাথেই আপনার প্রচেষ্টাগুলিকে সূক্ষ্ম করে তুলবে। সময়ের সাথে সাথে প্রিয় জীবনের শর্তটি ধরে রাখার পরিবর্তে উপলব্ধি করবেন যে আপনি আঞ্জিত এবং আপনার ক্রিয়াকলাপগুলি পরিচালিত। মনে হবে আপনি নন , কোনো উচ্চতর প্রতিনিধি কাজগুলি সম্পাদন করছেন। যখন এটি স্বাভাবিকভাবে ঘটে তখন সেই উচ্চতর প্রতিনিধিটিকে আপনি বাবুজি মহারাজের পদ্ধতি অনুযায়ী আপনার গুরু হিসাবে চিহ্নিত করেন— এই ভেবে তা ঠিক করেন যে, “তিনিই কার্যকর্তা।” এই মনোভাব নিয়ে আপনি আপনার কার্যকলাপ , আপনার অহংকে আপনার মাস্টারের কাছে স্থানান্তরিত করছেন এবং উদ্ভূত উচ্চতর কাজের পথে এক নিছক সাক্ষী হয়ে উঠছেন। এটাই ছিল অতীত অগ্রজদের প্রত্যক্ষজ্ঞান। “আমিই কার্যকর্তা” এই বোধটি এখন অনেক দূরে মনে হচ্ছে তবুও স্বয়ংক্রিয়তা এখনও সম্পূর্ণ হয়নি।

স্বয়ংক্রিয় শক্তির সূক্ষ্ম প্রকাশ - তুর্যাতিত

অবশেষে দ্রষ্টার অস্তিত্বও বিলীন হয় এবং কোনো কার্যকর্তা এমনকি মাস্টারও থাকেন না। কিছু না থাকলেও ক্রিয়া স্বয়ংক্রিয়ভাবে এগিয়ে চলে। এই অবস্থাটিকে বলা হয় তুর্যাতিত, যে স্থিতিতে আপনি নিমজ্জিত থাকেন এবং অনর্গলভাবে কাজগুলি প্রবাহিত হতে থাকে। উচ্চতর তরঙ্গস্রোতে তারা বার বার সম্মিলিত হয় এবং আপনি সেই যাত্রাপথে এগিয়ে চলেন।

কেউ কেউ পানপাত্রে ডুবে গেছে,
কেউ কেউ বালতিতে ডুবে আছে,
কেউ কেউ বাথটাবে ডুবে আছে,
কেউ কেউ পুকুরে ডুবে গেছে,
কেউ কেউ নদীতে ডুবে আছে,
কেউ কেউ সাগরে ডুবে আছে,
কেউ কেউ মহাসমুদ্রে ডুবে আছে।

ভালবাসা ও শ্রদ্ধাসহ,

কমলেশ

পূজ্য শ্রী বাবুজি মহারাজের
১২২তম জন্মবার্ষিকী উপলক্ষে প্রকাশিত
৩০শে এপ্রিল ২০২১

heartfulness
purity weaves destiny