Edit with WPS Office

১| আহার কত প্রকার ও কি কি? তাদের প্রকৃতি ও গুণাগুণ শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার অনুসরণে বর্ণনা কর |

ত্রিগুণাত্মিকা প্রকৃতির বিকার পঞ্চ মহাভূত এবং পঞ্চভূত নির্মিত জীবদেহ | অতএব সকল জীবদেহেই তিন গুণের অবস্থান লক্ষণীয় | এই গুণত্রয়ের তারতম্যই জীববৈচিত্রের ধারক | এর দ্বারা প্রভাবিত হয়েই নিয়ন্ত্রিত হয় জীবের সমস্ত বৃত্তি | শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার সপ্তদশ অধ্যায়ে ভগবান শ্রীকৃষ্ণ গুণত্রযের তারতম্য বশত মানুষের বিভিন্ন ক্ষেত্রে বৈচিত্রের উল্লেখ করেছেন | মূলতঃ, অর্জুন কর্তৃক পৃষ্ঠ শ্রদ্ধার বিভাগ নির্দেশ প্রসঙ্গে ভগবান আহার, যজ্ঞ, তপস্যা এবং দানের ও বিভাগ উল্লেখ করেছেন | ভগবানের মতে মানুষের অন্তর্নিহিত গুণাবলীর আধিক্য বা ন্যূনতা বশত তাদের আহার নিরূপিত হয় | আবার, অপরপক্ষে মনুষ্যকর্তৃক গৃহীত আহার অনুসারেই তাদের মধ্যে বিভিন্ন গুণের ন্যূনতাধিক্য সৃষ্টি হয় | অতএব শ্রীধরস্বামিকৃত সুবোধিনী টীকায় বলা হয়েছে – "আহারাদিভেদাদপিসাত্ত্বিকাদিভেদং দর্শযিতুমাহ – আহারসত্বিত্যাদিত্রয়োদশভিঃ" ইতি | সত্ত্ব, রজঃ এবং তমঃ ভেদে গুণ তিন প্রকার | অতএব তত্তৎ গুণাসারী আহারও তিন প্রকার – সাত্ত্বিক, রাজসিক এবং তামসিক | অতএব গীতায় শ্রীভগবান বলেছেন –

" আহারস্ত্বপি সর্বস্য ত্রিবিধো ভবতি মে প্রিয়ঃ" | ১৭/৭

<u>সাত্ত্বিক আহার</u>

ভগবান শ্রীকৃষ্ণ সাত্ত্বিক আহারের প্রকৃতি উল্লেখ করতে গিয়ে তাদের কয়েকটি বৈশিষ্ট্যের উল্লেখ করেছেন –

"রস্যাঃ স্নিগ্ধাঃ স্থিরা হৃদ্যা আহারাঃ সাত্ত্বিকপ্রিযাঃ" | ১৭/৮

"রস্যাঃ"-শব্দের অর্থ রসযুক্ত | মধুরাদিভেদে রস ছয় প্রকার | ছয় প্রকার রসের মধ্যে মধুর রসই এখানে ভগবানের অভিপ্রেত | অর্থাৎ মধুররসযুক্ত ভোজন সাত্ত্বিক আহারের অন্যতম লক্ষণ | "স্নিগ্ধা:"- শব্দের অর্থ স্নেহযুক্ত | স্নেহ অর্থাৎ জলীয় পদার্থ | স্বভাবত স্নেহযুক্ত বা কৃত্রিমভাবে স্নেহযুক্ত ভোজন সাত্ত্বিক আহাররূপে পরিগণিত হয় | "স্থিরাঃ"- শব্দের অর্থ চিরকালস্থায়ী | অর্থাৎ, যে সকল ভোজন গ্রহণ করলে দির্ঘকালীন পুষ্টি লাভ করে সেইসকল আহার সাত্ত্বিক আহার | "হৃদ্যা:"- শব্দের অর্থ হৃদয়ানুরূপ বা পছন্দসই | অর্থাৎ যে সমস্ত ভোজন দুর্গন্ধ, অশুচি প্রভৃতি দোষবিনির্মুক্ত সেই সমস্ত ভোজনই হল সাত্ত্বিক আহার | তবে একথা স্মর্তব্য যে, উপর্যুক্ত বৈশিষ্ট্যগুলি এককভাবে নয়, সমষ্টিগতভাবে সাত্ত্বিক আহারের প্রকৃতি |

নিয়মিত সাত্ত্বিক আহার গ্রহণের ফলে ভোজন কর্তার আয়ু, সত্ত্ব, বল, আরোগ্য, সুখ এবং প্রীতি বর্ধিত হয় | আযু পদের দ্বারা দীর্ঘজীবন, সত্ত্ব পদের দ্বারা চিত্তস্থৈর্য অথবা বীর্য, বল পদের দ্বারা দৈহিক শক্তি, আরোগ্য পদের দ্বারা নীরোগ শরীর, সুখ পদের দ্বারা রসনাতৃপ্তি এবং প্রীতি পদের দ্বারা ভোজনকালে অভিরুচি বশত ভোজন গ্রহণেচ্ছাকে বোঝানো হয়েছে | অর্থাৎ সাত্ত্বিক আহার ভোক্তার উপর্যুক্ত গুণগুলিকে বৃদ্ধি করায় এবং পক্ষান্তরে মানুষের মধ্যে সত্ত্বগুণের আধিক্য ঘটাতে সহায়তা করে | সাত্ত্বিক আহারের গুণাবলী বর্ণনা করতে গিয়ে তাই ভগবান বলেছেন –

"আযুঃসত্ত্ববলারোগ্যসুখপ্রীতিবিবর্ধনাঃ" | ১৭/৮ |

<u>রাজসিক আহার</u>

রজোগুণের বর্ধনকারি ভোজনই হল রাজসিক আহার | অথবা রজোগুণের প্রাবল্য পরিলক্ষিত হয় যাদের মধ্যে তাদের অভীষ্ট ভোজনই হল রাজসিক আহার | এর প্রকৃতি বর্ণনা করতে গিয়ে ভগবান বলেছেন –

"কট্বম্ললবণাত্যুষ্ণতীক্ষ্ণরুক্ষবিদাহিনঃ |

আহারা রাজসস্যেষ্টাঃ" ১৭/৯ ||

"অত্যুষ্ণ" পদে প্রযুক্ত অতিশব্দ কট্বম্ললবণোষ্ণ পদগুলির সাথে যোগ করতে হবে | অর্থাৎ অতিকটু, অতি অম্ল, অতি লবণাক্ত, অতি উষ্ণ, তীক্ষ্ণ, রুক্ষ এবং বিদাহী আহার হল রাজসিক ভোজন | এখানে কটু শব্দের অর্থ তিক্ত | যা অতিরিক্ত তিক্ত তা রাজসিক আহার | অম্ল অর্থাৎ টক | যে আহার অতিরিক্ত টক, তা রাজসিক আহার | তীক্ষ্ণ শব্দের দ্বারা এখানে ঝালরূপ অর্থ প্রকাশিত হয়েছে | রুক্ষ শব্দের অর্থ স্নেহহীন খাদ্য | বিদাহী অর্থাৎ সন্তাপক | অর্থাৎ যেসকল ভোজন সহজপাচ্য নয় তাই রাজসিক ভোজন | রাজসিক ব্যক্তিবর্গের প্রিয় আহার উপরোক্ত প্রকার ভোজনগুলি |

রাজসিক ভোজনের অপগুণ উল্লেখ করতে গিয়ে শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন – "দুঃখশোকাময়প্রদাঃ" (১৭/৯) | রাজসিক ভোজন দুঃখ, শোক এবং আময় প্রদান করে থাকে | এখানে দুঃখ বলতে ভোজনকালীন সন্তাপকে বোঝানো হয়েছে | অর্থাৎ ভোজনকালে মানসিক তৃপ্তিহীনতা ভোক্তার ভোজনকে অপচনশীল করে তোলে | শোক শব্দের অর্থ ভোজনের অনন্তর জায়মান

Edit with WPS Office
অপচনশীলতাজন্য উচাটনাদি | আময় শব্দের অর্থ ব্যাধি | রাজসিক ভোজন গ্রহণের দ্বারা দেহে রজোগুণের উদ্রেক হয়ে থাকে |

তামসিক আহার

তামসিক ভোজনের প্রকৃতি নির্ণয়কল্পে ভগবান বলেছেন –

"যাতযামং গতরসং পূতি পর্যুষিতঞ্চ যৎ |

উচ্ছিষ্টমপি চামেধ্যং ভোজনং তামসপ্রিযম্ || ১৭/১০

যাতযামং অর্থাৎ অর্ধপক্ব ভোজন অথবা প্রহর অতীত হওয়ায় শীতলতা প্রাপ্ত হয়েছে এরূপ ভোজন তামসিক ভোজনরূপে পরিগণিত হতে পারে | গতরসং অর্থাৎ সম্পূর্ণ শুষ্ক ভোজন অথবা যে ভোজনের সার অপহৃত হয়েছে তাও তামসিক ভোজনের লক্ষণাক্রান্ত | পূতি অর্থাৎদুর্গন্ধযুক্ত ভোজন, পর্যুষিত অর্থাৎ গতরাত্রে পক্ব অন্ন, উচ্ছিষ্ট অর্থাৎ ভুক্তাবশিষ্ট এবং অমেধ্য অর্থাৎ যজ্ঞে অপ্রয়োগযোগ্য ভোজন তামসিক আহাররূপে প্রতিপাদিত হয়ে থাকে | যে সকল ব্যক্তির মধ্যে তমোগুণের প্রাবল্য পরিলক্ষিত হয় তারা এই তামসিক ভোজন গ্রহণ করে থাকে অথবা যারা এই তামসিক ভোজন গ্রহণ করেন তারা অধিক পরিমাণে তমোগুণের দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয় | রাজসিক আহারের ন্যায় তামসিক আহারও দুঃখ, শোক এবং আময় প্রদান করে থাকে |

২| মুমুক্ষু ব্যক্তির আত্মসংযমের পদ্ধতি এবং কৌশল গীতার ষষ্ঠাধ্যায় অনুসরণে উল্লেখ কর |

সকল শাস্ত্রার্থসার গীতায় যোগের বিভিন্ন কৌশল বর্ণিত হয়েছে | সাংখ্যযোগ, কর্মযোগ, জ্ঞানযোগ এবং ভক্তিযোগের আলোচনায় সমৃদ্ধ গীতাশাস্ত্র | মুমুক্ষু ব্যক্তিগণ নিজ নিজ আধার অনুসারে যোকোনো প্রকার যোগের অবলম্বনের দ্বারা মুক্তির পথে অগ্রসর হতে পারেন | তবুও কর্মযোগের আলোচনায় ভাস্বর এই গীতাশাস্ত্র | নিষ্কাম কর্মই মুমুক্ষুর মুক্তির সোপান | গীতার ষষ্ঠাধ্যায়ে প্রারম্ভে নিষ্কাম কর্মাচরণকে সন্ন্যাসের সঙ্গে তুলনা করে ভগবান শ্রীকৃষ্ণ উত্তরবর্তি পর্যায়ে অর্জুনকে নিষ্কাম কর্মাচরণের জন্য নিজেকে প্রস্তুত করার সোপানরূপে আত্মসংযমের কৌশল উপদেশ করেছেন | আত্মার সংযমন ব্যতিরেকে মুমুক্ষু ব্যক্তির পক্ষে কখনই নিষ্কাম কর্মাচরণ সম্ভবপর হয় না | এখানে আত্মাশব্দের দ্বারা "অন্তঃকরণ" বা "চিত্ত"-রূপ অর্থ বোদ্ধব্য | অর্থাৎ চিত্তসংযন মোক্ষার্থী ব্যক্তির অবশ্য কর্তব্য |

চিত্তসংযমনের প্রথম পদ্ধতি হিসাবে শ্রীকৃষ্ণের উপদেশ হল যিনি মোক্ষার্থী তিনি সমস্ত কিছু ত্যাগ করে একান্তে এবং অসহায়ভাবে বাস করবেন | একান্ত নির্জন স্থানরূপে গিরিকন্দরাদি বিজন স্থানই এই স্থলে অভিপ্রেত | অসহায়ভাবে অর্থাৎ জীবনধারণের নিমিত্ত ন্যূনতম যে প্রযোজন তারও সন্ন্যাস এখানে বিবক্ষিত | এইরূপ স্থলে ববাসকালে মুমুক্ষু ব্যক্তি সর্বতোভাবে আশা-আকাঙ্খা থেকে মুক্ত থাকবেন এবং সমস্ত কিছুর সন্ন্যাসের দ্বারা নিজের বুদ্ধি এবং চিত্তকে সংযমিত করবেন | অতঃপর যোগাভ্যাসের অনুকূল আসন রচনার উপদেশকল্পে ভগবান বলেন –

"শুচৌ দেশে প্রতিষ্ঠাপ্য স্থিরমাসনমাত্মনঃ |

নাত্যুচ্ছ্রিতং নাতিনীচং চৈলাজিনকুশোত্তরম ||"

মুমুক্ষু ব্যক্তির ধ্যানাভ্যাসের আসন প্রতিষ্ঠা করতে হবে গোময়াদি লেপ দ্বারা পবিত্রকৃত স্থলে | প্রতিষ্ঠিত আসনটিকে সম্পূর্ণরূপে স্থির হতে হবে অর্থাৎ কিঞ্চিন্মাত্র দোদুল্যমানতা এক্ষেত্রে অনভিপ্রেত | আসনটির স্থিতি না হবে অতিরিক্ত উচু কোন স্থানে বা অত্যধিক নীচু স্থানে | যথোক্ত স্থানে ধ্যাতা কুশ, চর্ম এবং বস্ত্র ক্রমানুসারে স্থাপন করে আসনটির নির্মাণ করবেন | এইরূপ আসনে উপবেশনপূর্বক চিত্ত এবং ইন্দ্রিয়ের সকল কার্যসমূহ নিয়ন্ত্রণ করে ধ্যাতা ধ্যানাভ্যাস করবেন | ধ্যানের নিমিত্ত উপবেশন বিধিও এতদনন্তর উল্লেখপূর্বক ভগবান বলেছেন –

"সমং কাযশিরোগ্রীবং ধারযন্নচলং স্থিরঃ |

সংপ্রেক্ষ্য নাসিকাগ্রং স্বং দিশশ্চানবলোকযন্ ||"

অর্থাৎ, ধ্যাতা নিজের মস্তক, গ্রীবা এবং শরীরকে একই সরলরেখায় বা সমানভাবে ধারণ করে নিশ্চলভাবে অবস্থান করবেন | অতঃপর চিত্তের স্থিরতা বিধানের জন্য চারিদিক থেকে দৃষ্টি নিরোধ পূর্বক নিজের নাসিকার অগ্রভাগে তা স্থাপন করবেন | বস্তুত চিত্তের চঞ্চলতা নিরাকরণের উদ্দেশ্যেই এই উপায় বর্ণিত হয়েছে বলে বোঝা যায় | উক্তপ্রকারে উপবেশনকালে ধ্যাতার চিত্ত সম্পূর্ণভাবে শান্ত রাখতে হবে | তাকে সম্পূর্ণ ভয়মুক্ত অবস্থায় থাকতে হবে | অর্থাৎ কর্মসন্ন্যাস তার জন্য উচিত অথবা অনুচিত তা নিয়ে দুশ্চিন্তাগ্রস্ত সে হবে না | এসময় তাকে ব্রহ্মচর্য, গুরুশ্রুশ্রূষা, ভিক্ষান্নগ্রহণ প্রভৃতির দ্বারা জীবন অতিবাহিত করতে হবে

Edit with WPS Office
এবং সর্বদা ভগবচ্চিন্তায় নিমগ্ন থাকতে হবে।

অতঃপর ভগবান শ্রীকৃষ্ণ মুমুক্ষু ব্যক্তির আহারাদি নিয়ম সম্পর্কে উপদেশ দিয়েছেন অর্জুনকে। যেমন, মুমুক্ষু ব্যক্তি অতিরিক্ত ভোজন করবেন না। আবার, অতিশয় কম ভোজনও করবেন না। উভয় ক্ষেত্রেই মুমুক্ষু ব্যক্তির যোগ সিদ্ধ হয় না। বস্তুত আত্মপরিমিত ভোজনই যোগের সহায়ক হয়ে থাকে। শ্রুতিতে এতদনুরূপ উপদেশই প্রদত্ত হয়েছে। তদ্যথা – "যদু হ বা আত্মসংমিতমন্নং তদবতি তন্ন হিনস্তি, যদ্ভূয়ো হিনস্তি তদ্ যৎ কনীয়ো ন তদবতি" ইত্যাদি। শাস্ত্রে আত্মপরিমিত অন্নের বিবরণ প্রসঙ্গে বলা হয়েছে - "পূরযেদশনেনার্ধং তৃতীযমুদকেন তু।

বাযোঃ সঞ্চরণার্থায চতুর্থমবশেষযেৎ ||" - অর্থাৎ অন্নব্যঞ্জনাদির দ্বারা উদরের অর্ধাংশ পূরণ করতে হবে, বাকি অর্ধেকের অর্ধাংশ জলের দ্বারা এবং অবশিষ্ঠাংশ রিক্ত রাখতে হবে বায়ুর সঞ্চরণের জন্য। যোগীর এই প্রকারেই অন্নগ্রহণ কর্তব্য। সেইরূপ অতিরিক্ত শয়নকারীর বা সর্বথা নিদ্রাহীনেরও যোগ হয় না। শাস্ত্রে নিদ্রার পরিমাণ সম্যকভাবে বর্ণিত হয়েছে। তদ্যথা রাত্রিকালকে তিনভাগে ভাগ করে প্রথম এবং তৃতীয়ভাগে জাগরণ তথা মধ্যভাগে শয়নের উপদেশ লক্ষ্য করা যায়। অন্যথা উভয় ক্ষেত্রেই আলস্য অনিদ্রা প্রভৃতি যোগের বিঘাতকরূপে উপস্থিত হয়। একমাত্র সেই ব্যক্তিই যথাযথ যোগাভ্যাসের দ্বারা ব্রহ্মপদ প্রাপ্ত হতে পারেন যিনি শাস্ত্রসিদ্ধ উপায়ে আহার, বিহার প্রভৃতি সম্পন্ন করেন, প্রণবজপ বেদান্তশাস্ত্রাধ্যয়নরূপাদি কর্মসমূহ যথাবিধি অনুষ্ঠান করেন, পরিমিত শয়ন তথা জাগরণ করেন। যোগাভ্যাসের উক্ত প্রকার বর্ণনা করে শ্রীকৃষ্ণ বস্তুত নিজ সখা অর্জুনকে সাবধান করেছেন এবং বিপরীতাচরণ থেকে বিরত করেছেন।

৩| যোগ বলতে কী বোঝ ?

গীতার ষষ্ঠাধ্যায়ে আত্মসংযমনের মাধ্যমে যোগাভ্যাসের পদ্ধতি বিস্তারিতভাবে বর্ণিত হয়েছে। আত্মার সংযমনের ফলে যোগীর চিত্ত সম্পূর্ণভাবে নিশ্চল হয়। নিশ্চল চিত্তে যোগের অভ্যাস সুকর এবং সুষ্ঠুভাবে সম্পন্ন হয়। কিন্তু কি এই যোগ? যোগাভ্যাসের পদ্ধিতি বর্ণনার অনন্তর এই যোগের স্বরূপ বর্ণনায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন –

"তং বিদ্যাদ্ দুঃখসংযোগবিযোগং যোগসংজ্ঞিতম্"।

যোগ শব্দটির আক্ষরিক অর্থ "সংযোগ"। কিন্তু এস্থলে বিপরীত লক্ষণার দ্বারা যোগ শব্দের অর্থ অনুধাবন করতে হবে। কারণ, এখানে যোগ বলতে "বিয়োগ"কেই বোঝানো হয়েছে। শ্রোত্রাদি ইন্দ্রিয়সমূহ শব্দাদি নিজ নিজ বিষয়কে গ্রহণ করে থাকে। এই বিষয়গ্রহণ সাধারণ মানুষের ক্ষেত্রে অনিয়ন্ত্রিতভাবে হয়ে থাকে। কিন্তু মুমুক্ষুর ক্ষেত্রে এই বিষয়গ্রহণ অত্যাবশ্যকভাবে নিয়ন্ত্রিত হওয়া বাঞ্ছনীয়। অতএব মুমুক্ষুর ইন্দ্রিয় নিয়মন একান্ত কর্তব্য। ইন্দ্রিয় নিয়মিত হলে বিষয়গ্রহণ বারিত হবে। বিষয়গ্রহণ বারিত হলে বিষয়ের ভোগ বারিত হবে। বিষয়ভোগ নিবারণের ফলে ভোগজন্য কর্মফল উৎপন্ন হবে না এবং কর্মফলের অনুৎপত্তিতে কর্মফলভোগের ভোগনিমিত্ত জন্মমরণচক্ররূপ দুঃখ নিবারিত হবে। এই সম্পূর্ণ প্রক্রিয়াটির মাধ্যমে জন্মমরণচক্ররূপদুঃখের বিয়োগ হয় বলেই এখানে যোগ শব্দের বিপরীত লক্ষণা দ্বারা অর্থ করতে হবে। দুঃখের সংযোগ হয় বিষয়ভোগের দ্বারা। অর্থাৎ বিষয়ভোগের দ্বারা জায়মান কর্মফল জন্মমরণচক্ররূপ দুঃখের জন্ম দেয়। এই চক্রের অবসান বা বিয়োগ হয় যার মাধ্যমে তাই হল যোগ। মহর্ষি পতঞ্জলিও যোগসূত্রে যোগের স্বরূপ নির্ণয়ে অনুরূপ মন্তব্যই করেছেন – "যোগশ্চিত্তবৃত্তিনিরোধঃ"। নিরোধাত্মক বা নিষেধাত্মক বা বিয়োগাত্মকই হল যোগস্বরূপ। গীতাভাষ্যে আচার্য শঙ্কর বলেছেন- "তং বিদ্যাদ্ বিজানীযাদ্ দুঃখসংযোগবিযোগং দুঃখৈঃ সংযোগো দুঃখসংযোগঃ তেন বিযোগঃ দুঃখসংযোগবিযোগঃ তং দুঃখসংযোগবিযোগং যোগ ইত্যেবসংজ্ঞিতং বিপরীতলক্ষণেন বিদ্যাদ্ বিজানীযাৎ ইত্যর্থঃ"। অনুরূপভাবে আনন্দগিরিটীকায় বলা হয়েছে – "ইযং হি যোগাবস্থা সমুত্খাতনিখিলদুঃখভেদেতি দুঃখসংযোগাভাবো যোগসংজ্ঞার্হমিত্যর্থঃ"।

উক্ত প্রকার যোগের কয়েকটি বিশেষণও ভগবান কর্তৃক এখানে আলোচিত হয়েছে। নিবাত প্রদেশে দীপ যথা নিশ্চলভাবে অবস্থান করে সেরূপ যোগাভ্যাসরত মুমুক্ষুর চিত্তও নিশ্চলভাবে পরমাত্মচিন্তনে ব্যাপৃত থাকে। এইভাবে যোগাভ্যাসের দ্বারা চিত্ত সমাহিত হয়। বস্তুত নিশ্চল চিত্তে নিরবচ্ছিন্ন পরমাত্মচিন্তন সম্প্রজ্ঞাত সমাধি। উক্ত প্রকার চিন্তনের ফলে চিত্ত যখন ধ্যাতা এবং ধ্যেয়ের পার্থক্য বিস্মৃত হয় তখন তাকে বলা হয় অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি। এইরূপ সমাধি উক্ত যোগের স্বরূপ। এমতাবস্থায় চিত্ত পরিশুদ্ধ হওয়ায় সেখানে পরমজ্যোতি স্বরূপ চৈতন্যাত্মক পরমাত্মার উদ্ভাস হয়। চৈতন্যাত্মক পরমাত্মার জ্ঞান হলে জ্ঞাতা আত্যন্তিক সুখ লাভ করে থাকেন। অত্যন্তের ভাব আত্যন্তিক। অন্ত অতিক্রম করেছে যা তাই অত্যন্ত। অর্থাৎ পরমাত্মজ্ঞানজন্য যে সুখ তা অবিনাশি। তবে এই সুখ কখনই ইন্দ্রিয় দ্বারা গ্রাহ্য নয়। একমাত্র বুদ্ধির দ্বারাই এই উপলব্ধি সম্ভব। যোগী এই অবস্থা সকৃদ প্রাপ্ত হলে পুনরায় তার সংসারে আসক্তির আর কোন সম্ভাবনা থাকে না। চিরতরে সে ব্রহ্মপদে লীন হয়ে যায়। বস্তুত ব্রহ্মপদ পরম আকাঙ্খিত হওয়ায় তা লাভ করে তদ্ভিন্ন অপর বস্তুতে যোগীর আর কোন আকাঙ্খা থাকে না। এছাড়া ব্রহ্ম আনন্দস্বরূপ হওয়ায় তার স্বরূপ উপলব্ধি হলে যোগীর আর দুঃখের কোন অবকাশ থাকে না। এই সকল বিশেষণোপেত যোগ প্রকৃত অর্থেই দুঃখবিনাশকারী।

Edit with WPS Office

৪| গীতায় উপদিষ্ট কর্মতত্ত্ব নিজের ভাষায় বিবৃত কর | অথবা, কিরূপ কর্ম মুক্তির সহায়ক তদ্বিষয়ে একটি নাতিদীর্ঘ প্রবন্ধ রচনা কর |

শ্রীমদ্ভগবদ্গীতায় ভগবান কর্তৃক সাংখ্য, কর্ম, জ্ঞান এবং ভক্তিভেদে চতুর্বিধ যোগ বর্ণিত হয়েছে | গীতাশাস্ত্রে "যোগ"শব্দের অর্থ করা হয়েছে "দুঃখসংযোগবিযোগঃ" | অর্থাৎ দুঃখসর্জনকারি বস্তুসমূহ থেকে বিয়োগই হল যোগ | সাংখ্যশাস্ত্র, কর্ম, জ্ঞান এবং ভক্তির দ্বারা তা সম্ভব বলে ভগবান এতচ্চতুষ্টয়ের যোগত্ব প্রতিপাদন করেছেন | য়দিও গীতাশাস্ত্রে চতুর্বিধ যোগ বর্ণিত হযেছে তথাপি অধিক গুরুত্ব কর্মের উপরই আরোপিত হয়েছে | দেহধারণকালে জীব নানাবিধ কর্ম সম্পাদন করে থাকেন | কর্মের আচরণ বিনা জীবদেহ ধারণ সম্ভব নয় | কৃত কর্ম অবশ্যম্ভাবিরূপে কর্মফলেরজন্ম দেয় এবং কর্মফল জীবকে বন্ধনে আবদ্ধ করে | কর্ম বন্ধনের কারণ হলে কিভাবে তা আবার কর্মবন্ধনের বিনাশকরূপে যোগ অভিধায় অভিহিত হতে পারে ? গীতাশাস্ত্রে কর্মের এই দ্বৈত চরিত্র সম্যকভাবে উপদিষ্ট হয়েছে | কর্ম একাধারে বন্ধনের কারণ এবং পৃথগবুদ্ধিতে আচরিত হলে বন্ধনের বিনাশকরূপে বিবেচিত হতে পারে | তাই গীতায় কর্মতত্ত্বকে "গহন" বিশেষণে আখ্যায়িত করা হয়েছে – "গহনা কর্মণো গতিঃ" ইতি |

গীতায় বহুত্র ভগবান শ্রীকৃষ্ণ অর্জুনকে কর্মতত্ত্বের উপদেশ করেছেন | কিন্তু এস্থলে গীতার চতুর্থাধ্যায় অনুসরণে দুর্জ্ঞেয় কর্মতত্ত্ব আলোচনা করা হচ্ছে | ভগবান সকল কর্মের কর্তারূপে বিবেচিত হলেও তিনি নিত্য, মুক্ত এবং বুদ্ধস্বভাব | জীব আচরিত কর্মজন্য ফলের দ্বারা আবদ্ধ হয় | কিন্তু ভগবান সকল কর্মের অনুষ্ঠাতা হলেও কর্মফলের দ্বারা আবদ্ধ হননা | কারণ ভগবান কর্মসমূহের অনুষ্ঠাতা হলেও কর্মের কর্তৃত্বাভিমান তার থাকে না | নিয়মানুসারে ফল সর্বদা কর্তৃগামি হয়ে থাকে | জীব কর্মের অনুষ্ঠাতকালে অহঙ্কারবশত "আমি এই কর্মের কর্তা" এইরূপ অভিমান করে থাকে | ফলে জীব দ্বারা কৃত কর্মের ফল জীবগামি হয়ে থাকে | কিছু কিছু কর্মফলের নাশ একমাত্র ভোগের দ্বারাই সম্ভব | অতএব কর্মফল ভোগের নিমিত্ত জীবের দেহধারণ আবশ্যক | এর দ্বারাই জীব জন্মমরণরূপ দুঃখচক্রে নিপতিত হয় | কিন্তু ভগবানের কর্তৃত্বাভিমানের অভাববশতঃ কর্মফল ভগবানকে আবদ্ধ করতে পারে না | ফলত তিনি সকল কর্মের অনুষ্ঠাতা হয়েও নিত্য, মুক্ত, বুদ্ধস্বভাব হয়ে থাকেন | মুমুক্ষু ব্যক্তিগণেরও উক্ত প্রকারেই কর্মের অনুষ্ঠান কর্তব্য | কর্ম বন্ধনের জনক এই কারণে জীব কর্মের আচরণ থেকে বিরতও থাকতে পারেন না | কারণ, শাস্ত্রসম্মত নিত্যকর্মের অননুষ্ঠানে নিশ্চিতভাবে প্রত্যবায়ের জন্ম হয় | পুনরায় মুমুক্ষুর পক্ষে কোন কর্মটি কর্তব্য, কোনটি অকর্তব্য এবং কোনটি প্রতিষিদ্ধ তারও জ্ঞান ও আবশ্যিক | অন্যথা বিপরীত আচরণের ফলে প্রত্যবায়ের উৎপত্তি হতে পারে | তাই ভগবান কর্ম, অকর্ম এবং বিকর্মের কথা প্রসঙ্গত উল্লেখ করে কর্ম আচরণের পদ্ধতি ব্যাখ্যা করেছেন –

"কর্মণো হ্যপি বোদ্ধব্যং বোদ্ধব্যঞ্চ বিকর্মণঃ |

অকর্মণশ্চ বোদ্ধবয়ং গহনা কর্মণ গতিঃ ||"

সাধারণত দেহেন্দ্রিয়াদির চেষ্টাই কর্মপদবাচ্য এবং তুষ্ণীম্ভাব অবলম্বনই অকর্ম এরূপ বোধ হয়ে থাকে | কিন্তু প্রকৃত কর্মতত্ত্ব দুর্জ্ঞেয় | কারণ, সাধারণ জীবের কাছে যা কর্মরূপে স্বীকৃত তা বস্তুত মুমুক্ষুর অকর্তব্য | জীব ইন্দ্রিয়প্রীতি সাধক যা তাকেই কর্ম বলে বিবেচনা করে থাকে | কিন্তু এতাদৃশ কর্ম আপতরমণীয় হলেও জন্মমরণচক্রে পাতনকারিরূপে অন্তত দুঃখপরিণামি হয়ে থাকে | অতএব মুমুক্ষুর কাছে এতাদৃশ কর্ম অকর্তব্য | আবার, মুমুক্ষুগণ ব্রহ্মচর্যপালন, কর্মসন্ন্যাস প্রভৃতি যা কিছু কর্মরূপে অনুষ্ঠান করে থাকেন জীবের কাচে তা আয়াসসাধ্যরূপে পরিহেয় | অথবা ঈশ্বরের নিমিত অনুষ্ঠীয়মান নিত্যকর্মসমূহকেও অনেক অকর্ম বলে বিবেচনা করে থাকেন | কারণ, শাস্ত্রে নিত্যকর্মের অনুষ্ঠানে কোন ফল সূচিত হয়নি | কিন্তু নিত্যকর্মের অননুষ্ঠানে প্রত্যবায়ের উল্লেখ থাকায তা অবশ্য কর্তব্য | অতএব মুমুক্ষুগণ সাধরণ জীবের কাছে যা অকর্তব্য তাই কর্মরূপে গ্রহণ করে থাকেন | নৌস্থ ব্যক্তি যেমন তটস্থ স্থির বৃক্ষাদিকে চলমান তথা নিজেকে স্থির বলে মনে করেন, সেইরূপ মুমুক্ষু ব্যক্তি সাধারণকর্তৃক স্বীকৃত কর্মকে অকর্মরূপে এবং অকর্মকে কর্মরূপে মনে করে থাকেন | এপ্রসঙ্গে ভগবানের উপদেশ-

"কর্মণ্যকর্ম যঃ পশ্যেদকর্মণি চ কর্ম যঃ |

স বুদ্ধিমান মনুষ্যেষু স যুক্তঃ কৃত্স্নকর্মকৃৎ ||"

এইরূপ কর্মাকর্মের স্বরূপ ব্যাখ্যা করে ভগবান মুমুক্ষুর কর্মাচরণ পদ্ধতি উপদেশ করেছেন | কর্মাকর্মের অনুষ্ঠানের প্রাক্কালে জীব কর্মাকর্মের অনুষ্ঠান বা অননুষ্ঠান বিষয়ে সঙ্কল্প করে লাভালাভ বিচার করে থাকেন | এরফলে তাদৃশ বাসনাপ্রসূত কর্ম ফলের জন্ম দেয় | কিন্তু মুমুক্ষু ব্যক্তির কর্মাকর্ম হবে সর্বৈব সঙ্কল্প এবং কামনাবিবর্জিত | এইরূপে আচরিত কর্ম কোনভাবেই মুমুক্ষুকে কর্মবন্ধনের আবদ্ধ করতে পারে না | মুমুক্ষু হবেন সর্বাদাই তৃপ্ত | ইহলৌকিক বা পারলৌকিক কোন বিষয়েই তার কোন মোহ থাকবে না | অযাচিত বস্তুর লাভেই তিনি সন্তুষ্ট থাকেন | সুখদুঃখ, শীতোষ্ণাদি বিপরীত অনুভূতির দ্বারা তিনি বিচলিত হবেন | আশানুরূপ কর্মফলের অপ্রাপ্তিতে তিনি অপরের প্রতি বৈরিতা অনুভব করবেন না | কর্মের সিদ্ধি বা অসিদ্ধিতেও তিনি নির্লিপ্ত

Edit with WPS Office
থাকবেন | এইরূপ আচরণকারী ব্যক্তির দ্বারা কৃত কর্ম বন্ধনের কারণ হয় না | কারণ, এতদ্বৈশিষ্ট্যোপেত ব্যক্তি য়জ্ঞবুদ্ধিতে সমস্ত কর্মের অনুষ্ঠান করেন | ফলতঃ এরূপ কর্ম বন্ধনের পরিবর্তে অনুষ্ঠাতার সমস্ত কর্মফলের নাশপূর্বক তাকে মোক্ষেরপ্রতি অগ্রসর করায় | তাই কর্মতত্ত্ব ভগবত্কণ্ঠে ধ্বনিত হয়েছে –

"গতসঙ্গস্য মুক্তস্য জ্ঞানাবস্থিতচেতসঃ |

যজ্ঞাযাচরতঃ কর্ম সমগ্রং প্রবিলীযতে ||"

৫| গীতায় বর্ণিত জ্ঞানমাহাত্ম্য নিজের ভাষায় ব্যক্ত কর |

গীতায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণ মোক্ষ প্রাপ্তির সোপানরূপে সাংখ্য, কর্ম, জ্ঞান এবং ভক্তিভেদে চারটি পন্থার উল্লেখ করেছেন | চারটি পন্থার অন্যতম জ্ঞানমার্গের আলোচনা গীতার চতুর্থাধ্যায়ে বিধৃত হয়েছে | কর্মতত্ত্বের উপদেশকল্পে ভগবান অর্জুনকে বলেন যে মুমুক্ষু যদি যজ্ঞবুদ্ধিতে বা যজ্ঞের নিমিত্ত কর্মসমূহের অনুষ্ঠান করেন তাহলে সেই সকল কর্ম বন্ধনের কারণ হয় না | এপ্রসঙ্গে ভগবান ১৩ প্রকার যজ্ঞের উল্লেখ করেছেন | সেই সমস্ত যজ্ঞের মধ্যে জ্ঞানযজ্ঞের শ্রেষ্ঠত্বই অন্ততঃ ভগবত্কণ্ঠে ধ্বনিত হয়েছে | জ্ঞানযজ্ঞের শ্রেষ্ঠত্ব প্রতিপাদনাবসরে ভগবান উদাত্ত কণ্ঠে জ্ঞানের মাহাত্ম্য বর্ণনা করেছেন |

"ব্রহ্মার্পণং ব্রহ্ম হবিঃ ব্রহ্মাগ্নৌ ব্রহ্মণা হুতম্ |

ব্রহ্মৈব তেন গন্তব্যং ব্রহ্মকর্মসমাধিনা ||"- এই উপদেশের মাধ্যমে ভগবান জ্ঞানযজ্ঞের স্বরূপ উল্লেখ করেছেন | উক্ত শ্লোকে ভগবান সকল বস্তুর ব্রহ্মরূপতা প্রতিপাদন করেছেন | একমাত্র আত্মজ্ঞ ব্যক্তির সকল বস্তুতে ব্রহ্মদর্শন হয়ে থাকে | সুতরাং আত্মজ্ঞানই এখানে যজ্ঞ পদবাচ্য | এই জ্ঞানই অপরাপর সমস্ত বিষয় থেকে উত্কৃষ্ট হওয়ায় অন্যান্য সমস্ত যজ্ঞ অপেক্ষা জ্ঞানযজ্ঞের শ্রেষ্ঠত্ব প্রতিপাদিত হয়েছে | জ্ঞানের শ্রেষ্ঠত্বের কারণ নির্ণয়ে ভগবান বলেছেন সমস্ত কর্ম জ্ঞানেই পরিসমাপ্ত হয় | শ্রুতি অনুসারে যিনি সমস্ত সাধন সহ সোমাদিযাগের অনুষ্ঠান করেন অথবা, স্মৃতি অনুসারে জপোপাসনাদির অনুষ্ঠান করে থাকেন তিনি আত্মজ্ঞান লাভ করলে পুনরায় তার এসমস্ত শ্রুতি বা স্মৃতি বিহিত কর্মের অনুষ্ঠানের প্রয়োজন হয় না | তার সমস্ত কর্ম এবং কর্মফল পরিসমাপ্ত হয় | তাই ভগবান শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন –

"সর্বং কর্মাখিলং পার্থ জ্ঞানে পরিসমাপ্যতে |" – উক্ত শ্লোকের ব্যাখ্যায় মধুসূদন সরস্বতী বলেছেন – "কস্মাদেবং যস্মাত্সর্বং কর্মেষ্টিপশুসোমচযনরূপং শ্রৌতমখিলং নিরবশেষং স্মার্তমুপাসনাদিরূপং চ যত্কর্ম তজ্জ্ঞানে ব্রহ্মাত্মৈক্যসাক্ষাত্কারে সমাপ্যতে প্রতিবন্ধক্ষযদ্বারেণ পর্যবস্যতি " |

জ্ঞানের এমনই মাহাত্ম্য যে আজীবন আকন্ঠ পাপে লিপ্ত থাকলেও কোনভাবে যদি সেই ব্যক্তি আত্মজ্ঞান লাভ করতে পারতেন, তাহলে তার সমস্ত পাপের অবসান হয় এবং সে ব্রহ্ম সাযুজ্য লাভে সমর্থ হয় | অর্থাৎ এই দুঃখরূপ সংসার সমুদ্রকে সে সহজেই অতিক্রম করতে পারে | কিন্তু জ্ঞান কিভাবে পাপীর পাপকে বিনাশ করে ? যেমন শুষ্ক কাঠকে অনায়াসেই বহ্নি দাহ করে থাকে সেইরূপ জ্ঞানও জীবের সমস্ত পাপ-পুণ্যাদি কর্মসমূহকে বিনাশ করে থাকে | যদিও জ্ঞানের সাক্ষাৎ কর্মনাশের ক্ষমতা নেই তথাপি কর্মজন্য ফলের উত্পত্তিতে তা প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে | জ্ঞান অজ্ঞানরূপ কর্মফলোত্পাদক শক্তিকে বিনাশ করে | অজ্ঞান বিনষ্ট হলে জীব যেহেতু সকাম কর্ম থেকে বিরত হয় তাই আচরিত কর্ম সেক্ষেত্রে কর্মফলের জনক হয় না | বরং জ্ঞানানুসারি কৃত কর্ম বর্তমান এবং পূর্ব পূর্ব জন্মকৃত কর্মসমূহকে নাশ করে | এই জ্ঞান অবিনাশি | সুতরাং মুমুক্ষু আত্মজ্ঞান লাভ করলে তার আর পুনরায় সেই জ্ঞান থেকে বিচ্যুতির কোন সম্ভাবনা থাকে না | জ্ঞান লাভের দ্বারা জীব মোহমুক্ত হয় | তার ভেদাভেদ জ্ঞান অবলুপ্ত হয় | জীব সমস্তকে নিজেকে এবং নিজেতে সমস্ত কিছুকে লক্ষ্য করে | অর্থাৎ জ্ঞান জীব ও ব্রহ্মের ঐক্য সাধন করে থাকে |

গীতায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণ এই জ্ঞানলাভের উপায়ও সুনির্দিষ্টভাবে উল্লেখ করেছেন –

"তদ্বিদ্ধি প্রণিপাতেন পরিপ্রশ্নেন সেবযা |

উপদেক্ষ্যন্তি তে জ্ঞানং জ্ঞানিনস্তত্ত্বদর্শিনঃ ||"

অর্থাৎ, জ্ঞানলাভের উপায় তিনটি – প্রণিপাত, পরিপ্রশ্ন এবং সেবা | প্রণিপাত শব্দের অর্থ "দীর্ঘনমস্কার" | পরিপ্রশ্ন অর্থাৎ বিবিধ প্রশ্ন, যথা বন্ধন কি ? মুক্তি কি ? বিদ্যা কি ? অবিদ্যা কি ? প্রভৃতি | সেবা শব্দের দ্বারা গুরুশুশ্রূষাকে বোঝানো হয়েছে | বিনীত আচরণে সন্তুষ্ট হয়ে জ্ঞানী জ্ঞানের উপদেশ করে থাকেন | তবে জ্ঞান তখনই জ্ঞাতাকে মুক্তিপ্রদানে সহায়ক হয় যদি সেই জ্ঞান জ্ঞানী এবং তত্ত্বদর্শী কর্তৃক উপদিষ্ট হয় | কেবল জ্ঞানীর উপদিষ্ট জ্ঞান কখনওই তত্ত্বজ্ঞানে সহায়ক বা কর্ম ক্ষয়কারি হয় না | সুতরাং জ্ঞানের মতো পবিত্র বস্তু দ্বিতীয় নেই | যোগসিদ্ধ পুরুষ জ্ঞানের দ্বারাই অজ্ঞান নাশ করে পরমাত্মপদ লাভ করে থাকেন |

Edit with WPS Office
তাই উদাত্ত কণ্ঠে ধ্বনিত হয়েছে জ্ঞানের মাহাত্ম্য –

“ন হি জ্ঞানেন সদৃশং পবিত্রমিহ বিদ্যতে।

তত্স্বযং যোগসংসিদ্ধং কালেনাত্মনি বিন্দতি ॥”