

✓ সত্যতা — সক্তিদানন্দ (Reality - Saccidananda):

শ্রীঅরবিন্দের অধিবিদ্যার মূল চালিকা শক্তি হল চিৎশক্তি। সত্যতাকে তিনি চরম আধ্যাত্মিকতা রূপে দেখলেও তার মধ্যে জড়কেও স্থাপন করেছেন। তাই তিনি 'দিব্য জীবন' গ্রন্থের (পৃ. ২৩) চতুর্থ অধ্যায়ে বলেছেন : 'শুদ্ধচিৎ তার পরিপূর্ণ স্বাতন্ত্র্য ফেটিতে চায় আমাদের মধ্যে। আবার বিশ্বজড় হতে চায় আমাদেরই বিসৃষ্টির নিমিত্ত এবং আধার। দুটি দাবির কোনটিকেই উপেক্ষা করতে পারি না যখন, তখন সত্যের এমন একটা পরিপূর্ণ রূপ আমাদের আবিষ্কার করতে হবে, যার মধ্যে চিৎ এবং জড়ের ঘটে নিখুঁত সমন্বয়। যার মিলনমস্ত্রে মানুষের জীবনে পায় তারা স্বাধিকারের মর্যাদা এবং তার চিন্তায় পায় যথাযোগ্য সমর্থক। কোথাও তাদের মূল্য ক্ষুণ্ণ হবে না, তাদের অন্তর্নিহিত সত্যের গৌরব কোথাও ম্লান হবেনা। স্বীকার করতে হবে, দুয়েরই মূলে আছে এক মর্ম সত্যের অবিচল প্রতিষ্ঠা।'

শ্রীঅরবিন্দ ব্রহ্মের বৈদাস্তিক ধারণার এক অপেক্ষকৃত কম আলোচিত দিককে তুলে

প্রশ্ন থাকবে না। সেখানে বাধাবিঘ্ন এসব থাকবে না। সকলই আনন্দের অভিব্যক্তি। সুতরাং ন্যায়-
 অন্যায়ও থাকবে না। কিন্তু এই আনন্দ মানব অভিজ্ঞতার সুখ নয়। যেমন চিং বলতে শুধু মানব
 চেতনা বোঝায় না, সেইরকম আনন্দের অর্থ মানবীয় সুখ বোধের থেকেও ব্যাপক। এই আনন্দ
 কোন কিছুর ওপর নির্ভরশীল নয়। এ সার্বিক, অসীম ও স্বয়ংস্থ। জড়, প্রাণ ও মনের মধ্য দিয়ে
 আনন্দের অভিব্যক্তি হচ্ছে। মানব চেতনাতে এই অভিব্যক্তি আংশিক মাত্র, কামনা বাসনা দুষ্ট ও
 বিষয়ের উপর নির্ভরশীল। দিব্য চিৎশক্তির প্রভাবে অহমাত্মক কামনা বাসনা দূর হলেই পূর্ণ দিব্য
 আনন্দের আবির্ভাব হবে। সত্য সুখের পরিবর্তে আসবে অমৃতময় আনন্দ।

(The World-Process):

✓ আরোহণ অথবা বিবর্তন (Ascent or Evolution):

শ্রী অরবিন্দ মনে করেন, বিবর্তনের প্রাক-অবস্থা 'কুণ্ডলীকরণ' (involution)। বস্তুতঃ বিবর্তন সম্ভব হয় কারণ কুণ্ডলীকরণ ইতিমধ্যেই ঘটেছে। এই দুই পদ্ধতির মধ্যেই যুক্ত আছে সত্তার আটটি স্তর। আধাত্ম শক্তি প্রথমে জড়, প্রাণ এবং মনে অববোহণ (discent) করেছে তারপর আবার আরোহণ করবে উচ্চ স্তরে। জড় থেকে প্রাণের উদ্ভব হয়েছে, কেননা প্রাণ,

সাবলীল করে নূতন নূতন বিষয়ে প্রয়োগ করেছে। চিন্তা ও ভাবের উৎকর্ষে সে হয়তো মহান পূর্বসূরীদের সব সময় অতিক্রম করতে পারেনি। কিন্তু বুদ্ধি ও শক্তিদ্বারা সে প্রাচীন যুগ অপেক্ষা বর্তমান যুগে রাষ্ট্র, সমাজ, বিজ্ঞান, কলা, সাহিত্য, জীবনধারা প্রভৃতি বিষয়ে নানা ভাবনার অগ্রগতি ঘটিয়েছে।

শ্রীঅরবিন্দের বিবর্তন তত্ত্বে আমরা দেখতে পাই যেমন মহাজাগতিক বিবর্তন তেমনি ব্যক্তির বিবর্তন। বিবর্তন, তাঁর মতে, যেমন জাগতিক, তেমনি ব্যক্তির হবেই। তিনি বিশ্বাস করতেন, ব্যক্তিই হল আধার, যার মাধ্যমে চিৎশক্তি তার সত্তাকে প্রকাশ করবে। সুতরাং ব্যক্তির আরোহণ কেবল প্রতীকী নয় বরং তা জাগতিক বিবর্তনকে সাহায্য করে, দ্রুত করে। এটাই শ্রীঅরবিন্দের অষ্টম বিবর্তনের মূল কথা।

মানব প্রকৃতি (Nature of Man):

অখণ্ড যোগ (Integral Yoga):

দিব্য জীবন হল বিবর্তনের চরম লক্ষ্য। কিন্তু এই দিব্য জীবনকে কিভাবে আমরা পৃথিবীতে নিয়ে আসবো? শ্রীঅরবিন্দ অনুভব করেছিলেন জগতের বুকে একদিন দিব্য জীবন নেমে আসবেই, হয় দ্রুত অথবা বিলম্বিত হতে পারে, তবে আধ্যাত্মিক কার্যক্রম এই অবতরণকে দ্রুত কার্যকরী করতে সমর্থ। কিন্তু কিভাবে কত নির্দিষ্ট ও দ্রুতভাবে এটা সম্ভব?

শ্রীঅরবিন্দের উত্তর হল এটা করা সম্ভব 'যোগ'এর মাধ্যমে। শ্রীঅরবিন্দ যেভাবে যোগের

প্রকৃতিকে বুঝেছেন তার 'বিস্তারিত ও সম্পূর্ণ ব্যাখ্যা এখানে দেওয়া সম্ভব নয় এ জনাই যে প্রথমতঃ এই ব্যাখ্যা বিশাল হবে, এবং দ্বিতীয়তঃ এই যোগ অনিবার্যভাবে 'তত্ত্বে'র ওপর নির্ভরশীল। যা এই দার্শনিক আলোচনা পরিসরের বাইরে। এখানে কেবল শ্রীঅরবিন্দের অখণ্ড যোগের দার্শনিক নিকটের আলোচনা করা যেতে পারে।

অখণ্ড যোগের লক্ষ্য:

'যোগ' শব্দের সাধারণ অর্থ 'যুক্ত হওয়া'। পতঞ্জল যোগ শব্দটিকে সাধারণ অর্থে ব্যবহার করেননি। পতঞ্জল ঈশ্বরকে স্বীকার করলেও তার যোগসূত্রে 'ঈশ্বরের সঙ্গে যুক্ত হওয়াকে' যোগ বলেননি। যোগের লক্ষ্য প্রসঙ্গে পতঞ্জল বলেছেন 'যোগশ্চিন্তবৃত্তিনিরোধঃ' অর্থাৎ যোগ চিন্তবৃত্তির নিরোধ। বুদ্ধি, অহংকার ও মন - এই তিনটি তত্ত্বকে একত্রে যোগদর্শনে 'চিন্ত' বলা হয়েছে। এই চিন্ত যখন কোন বিষয়ের সঙ্গে যুক্ত হয়, তখন চিন্ত সেই বিষয়ের আকার গ্রহণ করে। চিন্তের বিষয়াকার গ্রহণই চিন্তবৃত্তি। যেমন ইন্দ্রিয় ও মনের মাধ্যমে চিন্ত যখন ঘটের সঙ্গে সংযুক্ত হয়, তখন চিন্ত ঘটের আকার গ্রহণ করে অর্থাৎ চিন্তের ঘটাকারবৃত্তি হয়। চিন্তের বৃত্তি হল এই প্রকার জ্ঞানরূপ অবস্থাসকল। আত্মা স্বরূপতঃ বিগুহ্ব চেতন্য, তাহ চেতন্যের বিকার সম্ভব নয়। সুতরাং চিন্তে প্রতিবিম্বিত আত্মারই বিকার হয়। চিন্তে প্রতিবিম্বিত আত্মাই অবিদ্যাবশত নিজেকে এসব বৃত্তিজ্ঞানের জ্ঞাতা, কর্তা ও ভোক্তা বলে মনে করে। এই অবস্থাই হচ্ছে আত্মার বন্ধাবস্থা। বন্ধাবস্থায় আত্মা পঞ্চক্রমশে ক্লিষ্ট হয়, একরূপ বন্ধনমুক্তির জন্যই চিন্তবৃত্তি নিরোধের প্রয়োজন। চিন্তবৃত্তি নিরুহ্ব হলে চিন্ত সম্পূর্ণরূপে বৃত্তিহীনরূপে অবস্থান করে। চিন্তের এই অবস্থাই 'সমাধি' বা যোগ। কারণ চিন্তবৃত্তি সম্পূর্ণরূপে নিরুহ্ব হলে প্রকৃতির সঙ্গে পুরুষের বা আত্মার সম্পর্ক ছিন্ন হয় এবং আত্মা স্বরূপে অবস্থান করে। এই অবস্থাই হচ্ছে মুক্তি বা কৈবল্যের অবস্থা।

শ্রীঅরবিন্দের 'অখণ্ড যোগ' কিন্তু পতঞ্জলের 'যোগ' থেকে নানাদিক থেকে পৃথক। এই পার্থক্যগুলি হল:—

প্রথমতঃ আমরা বলতে পারি শ্রীঅরবিন্দের যোগ সমন্বয় হল ফলের সমন্বয়। আর পতঞ্জলের যোগ সমন্বয় হল পদ্ধতির সমন্বয়। শ্রীঅরবিন্দ হটযোগের অভ্যাস বাধাতামূলক করেননি তার পদ্ধতিতে - যদিও তার ফলাফল পাওয়া যায় তার পদ্ধতিতে।

দ্বিতীয়তঃ পতঞ্জলির মতে ঈশ্বর উপলব্ধির একমাত্র উপায় আত্ম-উপলব্ধি— এটাই চরম লক্ষ্য। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দের মতে ব্যক্তির আত্ম-উপলব্ধি বিশ্বচেতনার উপলব্ধির থেকে নিম্নমানের।

তৃতীয়তঃ পতঞ্জলের মতে, আত্ম উপলব্ধিতে তুরীয় অবস্থায় কোন বিষয়ের চেতনা থাকে না। এটি অন্য তিনটি চেতনার নিম্ন অবস্থা, যথাক্রমে জাগ্রত, স্বপ্নময় এবং স্বপ্নহীন অবস্থা থেকে পৃথক। যখন কোন ব্যক্তি তুরীয় চেতনার অবস্থা থেকে জেগে ওঠে এবং ফিরে আসে জাগ্রত অবস্থায়, তার সমাধি ভেঙ্গে যায়। তখন আত্মা মানসিক অবস্থার দ্বারা নিজেকে চিহ্নিত করে। তাই আত্ম-উপলব্ধি কেবল সম্ভব সমাধির অবস্থাতেই।

কিন্তু শ্রীঅরবিন্দের মতে সমাধি চরম লক্ষ্যে পৌছানোর জন্য অপরিহার্য নয়। যেটা অত্যন্ত প্রয়োজন, তাহল জাগ্রত চেতন্যের রূপান্তর। এটা ছাড়া যোগ কখনও চরম ফল প্রদান করতে পারে না।

চতুর্থতঃ পতঞ্জল ও অন্যান্য যোগ শিক্ষাওকরা শ্রীঅরবিন্দের আগে একথাই বলে আসছেন শুধু চেতনার অবস্থায় উত্তরণই বা — লক্ষ্য। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দ বলছেন, যোগ ব্যক্তিকে

তৈরী করে উপরের দিবা চিৎ শক্তিকে গ্রহণের উপযোগী করে, মানুষকে হতে হবে দিবা শক্তিকে গ্রহণের আধার মাত্র। এর জন্য নিজের 'আমিত্ব'কে সম্পূর্ণ বর্জন করাই প্রাথমিক পদক্ষেপ। যদি এই পদক্ষেপ গ্রহণ করা হয়, তবেই এই পৃথিবীতে অতিমানসের অবতরণ ঘটবে, এবং ক্রমে এক দিবা মানব সমাজের উদ্ভব ঘটবে।

অখণ্ড যোগের বা পূর্ণযোগের প্রকৃতি (Nature of Integral Yoga):

শ্রীঅরবিন্দ তাঁর যোগের প্রকৃতি প্রসঙ্গে বলেছেন, 'যোগ' এর অর্থ ঐশ্বরিক সত্তার সঙ্গে যুক্ত হওয়া, এই সংযুক্ত হওয়া - হতে পারে অতিজাগতিক, অথবা জাগতিক অথবা একক ব্যক্তিগত অথবা তিনটিই একসঙ্গে। আর এই কারণেই তাঁর 'যোগ'কে বলা হয় অখণ্ড। এই যোগ আরোহণের পদ্ধতিকে তরায়িত করে, এই যোগের কয়েকটি মৌলিক চরিত্র হল এরকম :

ক) ভারতীয় যোগের বিভিন্ন আকৃতিগুলি কিছু বিশেষ ক্ষমতার কর্ষণ করে চলে, অর্থাৎ যোগচর্চা মানেই কিছু অলৌকিক ক্ষমতার অধিকারী হওয়ার প্রচেষ্টা। আর তাই সকলের কাছে যোগচর্চা সহজ ব্যাপার নয়। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দ অন্তর যোগের যে রূপরেখা এঁকেছেন তাকে সকলেই অনুসরণ করতে পারে। আর একারণেই তিনি পতঞ্জল যোগের হটযোগ, প্রাণায়াম এবং আসন এর ছাটিল শ্বাসপ্রশ্বাস ও দেহের অন্যান্য ক্রিয়াদির ব্যায়াম সংক্রান্ত বিষয় নিয়ন্ত্রিত হয়, সে বিষয়ে বিশেষ গুরুত্ব দেননি। এমনকি তিনি প্রার্থনা মন্ত্রের আবৃত্তি করাকেও সুপারিশ করেননি। তাঁর পূর্ণ যোগ হল অন্তরের যোগ, যেখানে প্রয়োজন কিছু নিয়মশৃঙ্খলা ও পবিত্রতা এবং আধ্যাত্মিকতা বোধ, যাকে সকলেই অভ্যাস করতে পারে।

খ) অধিকাংশ যৌগিক পদ্ধতি প্রয়োগ করে জগৎ সম্পর্কে নঞার্থক দৃষ্টিভঙ্গি। পতঞ্জলের যোগের লক্ষ্য বিবেকজ্ঞান অর্জন করা। তার মাধ্যমে কেবল আত্মা থেকে অনাত্মাকে পৃথক করা যায়। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দ বিশ্বাস করেন, যোগের লক্ষ্য জ্ঞানের মধ্যে পৃথকীকরণ নয়, বরং অনাত্মাকে আধ্যাত্মিকতায় উন্নীত করা।

গ) অধিকাংশ যৌগিক দার্শনিক বিশ্বাস করেন, যোগে যা প্রয়োজন হয় তাহল স্থূল দেহের ওপরে ওঠা। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দ একথা কখনও বলেননি যে দেহকে সম্পূর্ণ বাতিল করতে হবে বা দমন করতে হবে। বরং তিনি বিশ্বাস করতেন যোগের লক্ষ্য হল দেহকে অতিমানসিক আলোক দ্বারা উদ্দীপিত করা।

ঘ) অন্যান্য যোগীরা বলেন, ঐশ্বরিক সত্তার সঙ্গে মানুষ যোগের মাধ্যমে যুক্ত হয় সমাধির অবস্থায়, তখন জাগ্রত চেতনা সম্পূর্ণ বিলুপ্ত হয়ে যায় এবং চারপাশের সাধারণ জগতের সঙ্গে সমস্ত সম্পর্ক ছিন্ন হয়ে যায়। বিপরীত দিকে শ্রীঅরবিন্দ বলেছেন, ঐশ্বরিক সত্তার সঙ্গে আধ্যাত্মিক সংযুক্তিকরণ হওয়া সম্ভব এই দেহেই এবং আমাদের জাগ্রত চেতনার মাধ্যমেই।

ঙ) অন্যান্য যৌগিক দার্শনিকরা বলেছেন, যোগের লক্ষ্য হল একক ব্যক্তির মুক্তি। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দ বলেছেন, এটাই যোগের একমাত্র লক্ষ্য নয়। বস্তুতঃ যোগের চরম লক্ষ্যের একটি দিকমাত্র একক ব্যক্তির মোক্ষ, যোগের চরম লক্ষ্য হল সমগ্র মানবজাতির পুনরুদ্ধার করা এবং এই পৃথিবীতে দিব্যজীবনের উন্মেষ ঘটানো।

কিভাবে যোগ অখণ্ড (How is Yoga Integral)?

শ্রীঅরবিন্দ দাবি করেছেন তাঁর যোগ অখণ্ড বা সমন্বয়ী যোগ। কারণ প্রথমতঃ এই যোগে সবরকমের যোগের সমন্বয় ঘটানো হয়েছে। দ্বিতীয়তঃ এই যোগের পদ্ধতিতে যে দিকটির ওপর

গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে, তা অন্যান্য যোগে উপেক্ষিত হয়েছে। যেমন, হটযোগে দেহের নানা শৃঙ্খলার ওপর গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে, রাজযোগে গুরুত্ব কেন্দ্রীভূত হয়েছে 'মন'এ, জ্ঞানযোগে জ্ঞানের পথ, ভক্তিয়োগে ভক্তির পথ, আর কর্মযোগে কর্মের ওপর গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে। বিভিন্ন ধর্ম সম্প্রদায় এগুলির কোন একটিকে অথবা অপরটিকে গুরুত্ব দিয়েছে। কিন্তু শ্রীঅরবিন্দ অনুভব করেছিলেন, এই সমস্ত যোগে কেবল এক একটি দিকের ওপর গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে, কিন্তু সমগ্র পদ্ধতি উপেক্ষিত হয়েছে। যেমন, জ্ঞান এবং ভক্তি, এরা একে অপরের বিরোধী নয়, অথচ জ্ঞান মার্গ এবং ভক্তিমাৰ্গ এমনভাবে নিজের নিজের মার্গ বা পথ সম্পর্কে বলে যেন অন্যটা অকিঞ্চিৎকর।

তাই তিনি মনে করতেন, 'সামগ্রিক বিকাশ এবং সম্পূর্ণ বিকাশ, শুধু জ্ঞানের বিকাশ, কিম্বা শুধু দেহের সম্পূর্ণ নিয়ন্ত্রণ কিম্বা কেবল গভীর ভক্তি আমাদের সমগ্র সত্তার আমূল পরিবর্তন আনতে সক্ষম নয়। প্রয়োজন হল দৈহিক, মানসিক এবং সত্তাগত পরিবর্তন। আর এই পরিবর্তন করা সম্ভব পূর্ণ যোগের দ্বারাই। আর এ কারণেই তাঁর যোগকে 'অখণ্ড যোগ' (Integral Yoga) বলা হয়।