সেমিস্টার - ২

যোগ দর্শনে চিত্তভূমি

যোগ দর্শন মতে চিত্ত হল প্রকৃতির প্রথম কার্য। সাংখ্যের বুদ্ধি, অহংকার ও মন এই তিনটি তত্ত্বকে একত্রে যোগ দর্শনে চিত্ত বলা হয়। চিত্তের মধ্যে তিনটি গুণ থাকে এবং তিনটি গুণের প্রাধান্য অনুযায়ী চিত্ত ভিন্ন ভিন্ন ও পরিবর্তিত রূপ ধারণ করে। তিন গুণের তারতম্য অনুযায়ী চিত্তের স্তরভেদ হয়। চিত্তের এই স্তর হল চিত্তভূমি। চিত্তে ৫ প্রকার স্তর আছে।

১। ক্ষিপ্ত
২। মূঢ়
৩। বিক্ষিপ্ত
৪। একাগ্র
৫। নিরুদ্ধ

১। ক্ষিপ্তভূমি :

যে চিত্ত অস্থির চঞ্চল, অতিন্দ্রিয় বিষয়ে চিন্তা করার মত স্থৈর্য নেই সেই চিত্ত ক্ষিপ্তভূমি। এই অবস্থায় রজ গুণের প্রাধান্য থাকে। চিত্ত এক বিষয় থেকে অন্য বিষয়ে পাগলের মত ধাবিত হয়। কোন বিষয়েই অল্প সময়ের জন্য নিবিষ্ট হতে পারেনা। এই অবস্থায় কোন ব্যক্তি সত্যর প্রতি আকৃষ্ট হয়না। এই অবস্থা যোগের পক্ষে একেবারেই অনুকূল নয়।

২। মূঢ়ভূমি :

যে চিত্ত ইন্দ্রিয় বিষয়ে এতি মুগ্ধ যে, সে তত্ত্বচিন্তায় একেবারেই অক্ষম, এরূপ চিত্তকে মূঢ়ভূমি বলে। এই স্তরে মনে তম গুণের প্রাধান্য থাকে। চম গুণের জন্য ব্যক্ত সকল প্রকার অজ্ঞানতা ও অসুন্দরের প্রতি আকৃষ্ট হয়। তন্দ্রা আলস্য ও অধর্মের প্রতি চিত্ত আকৃষ্ট হয়। ইন্দ্রিয়াসক্তি বেড়ে যায়। এই অবস্থা যোগের পক্ষে অনুকূল নয়।

৩। বিক্ষিপ্তভূমি :

এই তৃতীয় স্তরে তম গুণের আধিক্য থাকেনা। রজ গুণের আংশিক প্রভাব থাকে। এই অবস্থায় মন কোন বিশেষ কারণে চঞ্চল হয়। চিত্ত সুখ-অসুখ , ভালো-মন্দের পার্থক্য অনুভব করতে পারে। চিত্ত কোন সুখপ্রদ বস্তুর প্রতি কিছুক্ষণের জন্য নিবিষ্ট হতে পারে। ক্ষিপ্তর সঙ্গে বিক্ষিপ্তের ভেদ এই যে- ক্ষিপ্ত সদাই অস্থির ও চঞ্চল কিন্তু বিক্ষিপ্ত কোন কোন সময়ে স্থির কোন কোন সময়ে চঞ্চল। বিক্ষিপ্ত চিত্ত কিছু সময়ের জন্য হলেও সমাহিত হতে পারে।

চিত্তের উক্ত তিন অবস্থা আধ্যাত্মিক পথের একেবারেই সহায়ক নয়।

৪। একাগ্রভুমি :

চিত্তের চতুর্থ স্তরকে বলা হয় একাগ্রভূমি। যে চিত্তে অগ্র বা অবলম্বন এক তাই একাগ্রচিত্ত। এই অবসথায় চিত্তে সত্ত্বগুণের প্রাধান্য হয়। রজ ও তম গুণের প্রভাব দূর হয়। একটিমাত্র বাহ্য বা আভ্যন্তরীণ বিষয়ে চিত্ত স্থায়ীভাবে নিবিষ্ট হয়। চিত্তে বিষয়াকার বৃত্তি থাকে। বিষয়ের সান্নিধ্যে গমন করে চিত্ত বিষয়াকারে আকারিত হয়। এইভাবে পরম্পরাক্রমে এক ই বিষয়াকারের বৃত্তি দীর্ঘকাল ধরে থাকে। তাহলে বলা হয় যে চিত্ত একাগ্র হয়েছে। এই অবস্থায় চিত্তবৃত্তি সম্পূর্ণ নিরুদ্ধ হয়না। চিত্তের একাগ্রভূমিকে বলা হয় সম্প্রজ্ঞাত যোগ বা সম্প্রজ্ঞাত সমাধি।

৫। নিরুদ্ধভূমি :

অভ্যাস দ্বারা চিত্তের সকল বৃত্তিকে নিরুদ্ধ করে যখন চিত্ত স্থির হয় তখন চিত্তের নিরুদ্ধভূমি অবস্থা। এই অবস্থায় চিত্তবৃত্তি সথায়ীভাবে বিলুপ্ত হয়। চিত্ত সকল প্রকার চাঞ্চল্যমুক্ত ও শান্ত হয়। চিত্তের মধ্যে কোন বিষয়ের আকার থাকেনা। এই নিরুদ্ধভূমিতে অবস্থিত চিত্ত ই কৈবল্য লাভে সক্ষম হয়। চিত্তের এই অবস্থাকে বলা হয় অসম্প্রজ্ঞাত যোগ বা অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি।

এই ৫ প্রকার চিত্তভূমির মধ্যে প্রথম তিনটির সঙ্গে যোগের কোন সম্পর্ক নেই। একাগ্র ও নিরুদ্ধ এই দুটি স্তর ই যোগের সহায়ক। নিরুদ্ধ অবস্থাই যোগ শব্দের প্রকৃত অর্থ। এই অবস্থায় মন কোনকিছুর কথাই চিন্তা করেনা। চিত্ত এক প্রশান্তির ভাব ধারণ করে। এই অবস্থায় আত্মা বা পুরুষ স্বস্বরূপে অবস্থান করে।