COMPILED & CIRCULATED BY
TUMPA JANA(ASSISTANT PROFESSOR)
DEPT. OF SANSKRIT
NARAJOLE RAJ COLLEGE

যোগ দর্শনের সংক্ষিপ্ত পরিচয়

যোগদর্শন জীবনকে নিয়ন্ত্রিত করে । তাই যোগদর্শন ভারতীয় দর্শনের ব্যবহারিক(practical) দিক । যোগ পরমতত্বকে উপলব্ধি করার পথ । সাংখ্য ও যোগ সমানতন্ত্র । উভয়দর্শনই পঞ্চবিংশতি তত্ব স্বীকার করে । যোগদর্শন অতিরিক্ত ঈশ্বরতত্ব স্বীকার করে । তাই সাংখ্য নিরীশ্বরবাদী কিন্তু যোগ সেশ্বর । সাংখ্যমতে তামস্ অহংকার থেকে পঞ্চতন্মাত্রের আবির্ভাব , কিন্তু যোগমতে বুদ্ধিতত্ব থেকেই পঞ্চতন্মাত্রের সৃষ্টি ।

মহর্ষি পতঞ্জলি মহাযোগী ছিলেন । তিনিই যোগদর্শনের প্রতিষ্ঠাতা । তার রচিত যোগসূত্র চারটি পাদে বিভক্ত । যথা - সমাধিপাদ , সাধনপাদ , বিভূতিপাদ ও কৈবল্যপাদ । যোগসূত্রকার মহর্ষি পতঞ্জলি পাণিনির মহাভাষ্যকার - পতঞ্জলি এবং যুক্তিদীপিকায় উল্লিখিত সাংখ্যাচার্য পতঞ্জলি একই ব্যক্তি কিনা এ বিষয়ে বহু মতভেদ আছে।

যোগসূত্রের উপর ব্যাসদেবের যোগভাষ্য বা ব্যাসভাষ্য অতি প্রসিদ্ধ । ব্যাসভাষ্যের উপর বাচস্পতি মিশ্রের তত্ববৈশারদী ও বিজ্ঞানভিক্ষুর যোগবার্ত্তিক টীকা সুবিখ্যাত । এছাড়া ভোজরাজের ভোজবৃত্তি , বিজ্ঞানভিক্ষুর যোগসারাদি বহু গ্রন্থ যোগশাস্ত্রের মহিমা কীর্ত্তন করছে ।

'যোগ' কথাটি যুজ + ঘঞ্ করে এসেছে । যুজ্ ধাতুর সাধারণ অর্থ সংযোগ হলেও যোগদর্শনে 'ধাতুনামনেকার্থত্বাৎ' নিয়মানুযায়ী যোগ শব্দের অর্থ " চিত্তবৃত্তিনিরোধ ' এবং সমাধি অর্থে ব্যবহৃত । ভোজরাজের মতে পুরুষ ও প্রকৃতির বিয়োগই যোগ । যাইহোক , যোগের দ্বারা চিত্তবৃত্তিনিরোধই পতঞ্জলির তাৎপর্য ।

চিত্ত -সাংখ্যযোগ দর্শনমতে বুদ্ধি , অহংকার ও মন এই তিনটি অন্তঃকরণকেই চিত্ত বলা হয় । চিত্ত প্রকৃতির প্রথম অভিব্যক্তি বলে সত্বপ্রধান । পুরুষের প্রতিবিম্ব চিত্তে পড়ে বলে অচেতন হওয়া সত্ত্বেও চিত্ত চেতনায়মান অর্থাৎ চেতনের মত হয় । যখন চিত্ত ইন্দ্রিয়ের মাধ্যমে বস্তুর সংগে সংযুক্ত হয় তখন চিত্ত বস্তুর আকার ধারণ করে । এরই নাম চিত্তবৃত্তি । চিত্তবৃত্তিতে চৈতন্য পুরুষের প্রতিফলনে বস্তুজ্ঞান হয় বুদ্ধির কিন্তু ঐ জ্ঞান পুরুষের জ্ঞানরূপে আরোপিত হয় ।

চিত্তবৃত্তি পাঁচপ্রকার - প্রমাণ , বিপর্যয় , বিকল্প , নিদ্রা ও স্মৃতি । প্রমাণ যোগমতে প্রমাণ তিনটি- -প্রত্যক্ষ , অনুমান ও শব্দ বা আগম । সাংখ্যমত প্রত্যক্ষাদি প্রমাণ প্রক্রিয়া যোগদর্শন সম্মত ।

যোগমতে বিপর্যয় হল – ভ্রান্তজ্ঞান অর্থাৎ যে জ্ঞান বা বৃত্তি যথাযথভাবে থাকে না । যেমন শুক্তিরজত জ্ঞান । অবিদ্যা , অস্মিতা , রাগ , দ্বেষ ও অভিনিবেশ এই পাঁচটি ক্লেশকে ভ্রান্ত জ্ঞান বা মিথ্যাজ্ঞান এবং দুঃখের মূল বলা হয়েছে । অনিত্য পদার্থকে নিত্য জ্ঞান , অনাত্মাতে আত্মজ্ঞান , অশুচি শরীরকে শুচিজ্ঞান , দুঃখজনক বস্তুকে সুখজনক জ্ঞানই মিথ্যাজ্ঞান , বিপর্যয় বা অবিদ্যা । অস্মিতা হলো অহংবোধ । অস্মিতার ফলে আসক্তি ও বিদ্বেষ উৎপন্ন হয় । বিকল্প হলো অবাস্তব বা অস্তিত্ব বোধক শব্দ শুনে যে জ্ঞান উৎপন্ন হয় । যেমন পুরুষের চৈতন্য বা শশশৃঙ্গ ইত্যাদি । তাই বলা হয়েছে 'বস্তুশূন্যো বিকল্পঃ ' । সুষুপ্তির সময়ে যে অজ্ঞতা তমোপ্রাধান্যের ফলে থাকে তাকে নিদ্রাবৃত্তি বলে । গাঢ় ঘুমে থাকায় আমি কিছু জানতে পারিনি । এভাবে আমাদের সুষুপ্তিকালীন অজ্ঞতার স্মরণ হয় । কোন বিষয় অনুভূত হওয়ার পর তার যে স্মরণ তাকে স্মৃতি বলে । সমস্ত প্রকার চিত্তবৃত্তিই উক্ত পাঁচ প্রকার চিত্তবৃত্তির অন্তর্গত । চিত্ত যখন যে কোন বৃত্তিতে রূপান্তরিত হয় তখন আত্মার চৈতন্য তাতে প্রতিবিম্বিত হয় এবং ঐ প্রতিফলিত চিত্তবৃত্তিকে আত্মা তখন নিজের বিকার মনে করে । তাই যতদিন চিত্তবৃত্তি থাকবে আত্মা তাতে প্রতিবিম্বিত হতে থাকবে । ফলে আত্মার দুঃখভোগ চলতে থাকবে । এরই নাম বন্ধন । চিত্তবৃত্তি নিরোধ হলে আত্মার প্রতিফলন হবে না । আত্মা তখন মুক্ত হয়ে স্বরূপে অবস্থান করে ।

চিত্তভূমি –চিত্তের সহজ ও স্বাভাবিক অবলম্বনের নাম চিত্তভূমি । সত্ত্ব , রজঃ ও তমোভেদে চিত্তের স্তর ভেদ হয় । চিত্তের এই স্তরভেদ বা চিত্তভূমি পাঁচপ্রকার – ক্ষিপ্ত , মূঢ় , বিক্ষিপ্ত , একাগ্র ও নিরুদ্ধ । ক্ষিপ্ত অবস্থায় রজঃ ও তমো গুণের প্রাধান্যে চিত্ত চঞ্চল হয়ে বিষয় থেকে বিষয়ান্তরে ধাবিত হয় । তাই এই অবস্থায় চিত্ত স্থির হয় না । মূঢ় ভূমিতে তমোগুণের প্রাধান্য থাকায় তমাচ্ছন্ন মূঢ় ভূমিতে ও চিত্ত স্থির থাকে । বিক্ষিপ্ত ভূমিতে তমো কিছুটা হ্রাস হলেও রজের প্রাবল্যহেতু একস্থানে ক্ষণকাল স্থির থেকে চিত্ত অন্য স্থানে চলে যায় । তাই এই ভূমিতে ও যোগ সম্ভব নয় । একাগ্র ভূমিতে সত্ত্বাধিক্যের কারণে চিত্ত স্থায়ীভাবে স্থির থাকতে পারে । চিত্তের এই ভূমিতে ধ্যেয় বৃত্তি ছাড়া অন্যসব বৃত্তির নিরোধ হয় । কিন্তু ধ্যেয় বস্তুতে চিত্ত নিবদ্ধ থাকায় চিত্তের সম্পূর্ণ নিরুদ্ধাবস্থা হয় না । এর নাম সম্প্রজ্ঞাত যোগ । নিরুদ্ধাবস্থায় চিত্তের সকল প্রকার বৃত্তিনিরোধ হয়ে যায় । কোন বিষয় না থাকায় চিত্ত তখন শান্ত ও সমাহিত অবস্থায় থাকে । নিরুদ্ধচিত্তবৃত্তিতে কেবল সংস্কার মাত্র থাকে । এর নাম অসম্প্রজ্ঞাত যোগ ।

যোগ বা সমাধি দু'প্রকার– সম্প্রজ্ঞাত ও অসম্প্রজ্ঞাত । ধ্যেয় বিষয়ের তারতম্যানুসারে সম্প্রজ্ঞাত সমাধি চার প্রকারের হয়– সবিতর্ক , সবিচার , সানন্দ ও সাস্মিত । কোন দেবদেবীর স্থূল মূর্তিতে চিত্তের স্থিরতাকে সবিতর্ক সমাধি বলে । তন্মাত্রের মত সূক্ষ্ম বিষয়ে মনঃস্থির হলে সবিচার সমাধি হয় । ইন্দ্রিয়ের মত আরও সূক্ষ্ম বিষয়ে চিত্ত স্থির হলে সানন্দ সমাধি এবং অস্মিতা বা অহং এ

চিত্তস্থির হলে সাস্মিত সম্প্রজ্ঞাত সমাধি হয় । সাস্মিত সমাধিতে আত্মসাক্ষাৎকার হয় বলে এর নাম ধর্মমেঘ সমাধি ।

চিত্ত থেকে যখন সর্বপ্রকার বিষয়ের চিন্তা দূরীভূত হয়ে যায় তখনই হয় অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি । এই অবস্থায় চিত্তের সম্পূর্ণ বৃত্তিনিরোধ হয় এবং যোগীর কাছে বিশ্বসংসার লুপ্ত হয়ে যায় ।

যোগদর্শনে সমাধি লাভের প্রক্রিয়া বা সাধনপ্রণালীকে অষ্টাঙ্গিক যোগাঙ্গ বা অষ্টাঙ্গিক মার্গ বলে । যোগদর্শন যেহেতু প্রয়োগবিদ্যা তাই আটটি যোগাঙ্গ প্রয়োগের দ্বারা যোগসিদ্ধি বা ধর্মমেদ সমাধি লাভ হয় । অষ্টাঙ্গ যোগ হলো- যম , নিয়ম , আসন , প্রাণায়াম , প্রত্যাহার , ধারণা , ধ্যান ও সমাধি ।

অহিংসা , সত্য , অস্তেয় , ব্রহ্মচর্য ও অপরিগ্রহকে যম বলে । যমহলো নিষেধাত্মক বিধি । যেমন হিংসা করবে না , মিথ্যা কথা বলবে না , অন্যের দ্রব্য বলপূর্বক নেবে না, কামভোগাদিতে সংযম নষ্ট করবে না এবং অপরিগ্রহ অর্থাৎ অপরের কাছ থেকে কোন কিছু গ্রহণ করবে না । নিয়ম হলো অভ্যাস ও ব্রতপালন । শৌচসন্তোষতপঃ স্বাধ্যায়স্য প্রণিধানানি নিয়মানি ' -সর্বদাই শুদ্ধ মনে , সন্তুষ্ট থেকে প্রণব মন্ত্র ওঁকার জপ করে ঈশ্বরে আত্মসমর্পণ করবে । পদ্মাসন , ভদ্রাসনাদি আসনের অভ্যাসে দেহ স্থির হয় ও চিত্ত মল বিনষ্ট হয় । ইন্দ্রিয়সমূহকে নিজ নিজ বিষয় থেকে সরিয়ে এনে অন্তর্মুখী করাই প্রত্যাহার । প্রত্যাহারের দ্বারা আসক্তি দূর হয় । চিত্তকে নির্দিষ্ট একটি বিষয়ে ধরে রাখাই ধারণা । নাভি , নাসিকাগ্র ও ভ্রুযুগল মধ্যবর্তী স্থানে চিত্ত স্থির করলে ধারণা সিদ্ধি হয় । নিরবচ্ছিন্নভাবে ধারণার বিষয়ই ধ্যান । ধ্যান অবিচ্ছিন্ন হলে ধ্যেয় বস্তু গভীর হয়ে সমাধি লাভ হয় । সমাধিতে চিত্তের কোন পৃথক্ সত্তা অনুভূত হয় না । চিত্তের স্বরূপশূন্য অবস্থা থাকে ।

অষ্টাঙ্গ যোগের মধ্যে প্রথম পাঁচটি যোগের বহিরঙ্গ এবং শেষের তিনটি যোগের অন্তরঙ্গ।অম্প্রজ্ঞাত সমাধি নির্বীজ সমাধি ।

যোগদর্শনে ঈশ্বরের স্থান –যোগদর্শনে ঈশ্বর স্বীকৃত । তাই যোগকে সেশ্বর সাংখ্য বলে । যোগমতে 'ক্লেশকর্মবিপাকাশয়েরপরামৃষ্টঃ পুরুষ বিশেষ ঈশ্বরঃ ' অর্থাৎ ক্লেশ, কর্মবিপাক ও আশয়ের সংগে সম্পূর্ণরূপে সম্বন্ধবিহীন পুরুষ বিশেষই ঈশ্বর । যোগদর্শন বেদ স্বীকার করে এবং বেদে ঈশ্বর স্বীকৃত । অচেতন প্রকৃতির প্রবৃত্তি ও চেতন নিষ্ক্রিয় পুরুষের সংযোগ ঘটানোর পশ্চাতে কোন চেতন সত্তা অবশ্যই স্বীকার্য । তিনিই ঈশ্বর । ঈশ্বর জগতের নিয়ন্ত্রক , নীতির রক্ষক ও অনন্ত জ্ঞান ও শক্তির আধার । ঈশ্বর নিত্য , মুক্ত , অজর , অমর , পূর্ণ ও পুরুষোত্তম । পুরুষের বিবেকজ্ঞান বা আত্মসাক্ষাৎকার অর্থাৎ প্রকৃতি ও পুরুষ ভিন্ন এরূপ বোধই মুক্তির কারণ । মুক্ত পুরুষ স্বরূপে অবস্থান করেন । তখন সেখানে সুখদুঃখাদি বোধের লেশ মাত্রও থাকে না ।

COMPILED & CIRCULATED BY
TUMPA JANA(ASSISTANT PROFESSOR)
DEPT. OF SANSKRIT
NARAJOLE RAJ COLLEGE

Ref.

(1)ভারতীয় দর্শনের সংক্ষিপ্ত পরিচয়।

(২)योग दर्शन।

(३)भारतीय दर्शन और उसका विचार।