



## **International Journal of Humanities & Social Science Studies (IJHSSS)**

A Peer-Reviewed Bi-monthly Bi-lingual Research Journal

ISSN: 2349-6959 (Online), ISSN: 2349-6711 (Print)

ISJN: A4372-3142 (Online) ISJN: A4372-3143 (Print)

Volume-VII, Issue-VI, November 2021, Page No. 01-08

Published by Scholar Publications, Karimganj, Assam, India, 788711

Website: <http://www.ijhsss.com>

DOI: 10.29032/ijhsss.v7.i6.2021.01-08

### **পাতঞ্জল দর্শনে শ্রীমদ্ভগবদ-গীতা ও উপনিষদীয় ধারণা**

**চন্দন কুমার মণ্ডল**

সহকারী শিক্ষক, শাকনারা হাইস্কুল (হাইয়ার সেকেন্ডারি) পূর্ব বর্ধমান, পশ্চিমবঙ্গ, ভারত

#### **Abstract**

*The great sage Maharishi Patañjali is the traditional founder of the Yoga system. Patanjali Yoga is also known as Rāj Yoga. The word 'Yoga' literally means union. Yoga in the philosophy of patanjali does not mean union with God (Ishvara) or anything but effort(udyoga). Yoga is defined as the cessation of the modification of chitta or mind, which is also called 'Yogah Samādhi'. When the state of meditation becomes so deep that only the object stands by itself, obliterating, as it were, all traces of reflective thought, it is known as samādhi. The yoga philosophy is theistic, it admits the existence of God. God is a special purusa because he is unaffected by the Kleshas, karma and its fruition and by stores samskaras. We have clear evidence of the recognition of yoga practices even in the Upaniṣads and Gītā. Yoga is rooted in Shvetāshvatara, Kāṭha speaks of dhāranā and Mundaka speaks of the soul as a mere onlookers. When the yogī, by practice of yoga, disciplines his mental activities and becomes situated in transcendence- devoid of all material desires and yoga free from sorrow-according to Gītā. So I would like to exhibit in this paper is mainly about the predominance of discussion of Upanisads and Bhagavad Gītā in Patañjali philosophy.*

**Keywords: udyoga, chittavrittinirodhah, Astanga yoga, Ishvara(God), kaivalya.**

ভারতীয় দর্শনে যে ছয়টি আস্তিক দর্শন সম্প্রদায় রয়েছে তার মধ্যে অন্যতম হল যোগ দর্শন। এই দর্শন অত্যন্ত অসীম বারিধিতুল্য। যোগিগণের মতে বহু প্রকার যোগ থাকলেও প্রধানত যোগ চার প্রকার, যথা- হঠযোগ, মন্ত্রযোগ, লয়যোগ ও রাজযোগ। রাজযোগ বলতে মূলত মহর্ষি পতঞ্জলির পাতঞ্জল দর্শন বা যোগদর্শনকে বোঝায়। এই দর্শনকে 'সাংখ্য প্রবচন' বলা হয়। কারণ সাংখ্য দর্শনে দার্শনিক সিদ্ধান্ত সমূহ (পঞ্চবিংশতি তত্ত্ব) পাতঞ্জল দর্শনও স্বীকার করে। আবার পঞ্চবিংশতি তত্ত্বের অতিরিক্ত একটি তত্ত্ব, অর্থাৎ 'ঈশ্বর' পাতঞ্জল দর্শনে স্বীকার করা হয় বলে এই দর্শনকে 'সেশ্বরসাংখ্য' বলা হয়ে থাকে। যোগদর্শনের মূল বা আকরগ্রন্থ হল 'যোগসূত্র'। 'যোগসূত্র' চারটি পাদে-এ বিভক্ত, যথা- সমাধিপাদ, সাধনপাদ, বিভূতিপাদ ও কৈবল্যপাদ। এই চারটি পাদে মোট ১৯৫ টি সূত্র আছে। এই সমস্ত সূত্রের উপর বেদব্যাস 'যোগভাষ্য' রচনা করেন। এছাড়া বাচস্পতি মিশ্রের 'তত্ত্ববৈশারদী', বিজ্ঞানভিক্ষুর 'যোগবার্তিক' ও 'যোগসার', যাজ্ঞবল্ক্যকৃত 'যোগিযাজ্ঞবল্ক্য', ভোজরাজকৃত 'যোগসূত্র ভোজবৃত্তি' প্রভৃতি গ্রন্থে যোগের বর্ণনা পাওয়া যায়। এমনকি

উপনিষদ, শ্রীমদ্ভগবদ্-গীতা, শ্রীমদ্-ভাগবত, মহাভারত, সংহিতা, পুরাণ প্রভৃতি শাস্ত্রেও যোগের উল্লেখ আছে। আমার এই প্রবন্ধটি মূলত যোগদর্শন বা পাতঞ্জল দর্শনে উপনিষদ ও শ্রীমদ্ভগবদ্-গীতার আলোচনা কতটা প্রাধান্য পেয়েছে- সেই বিষয়ক।

সংস্কৃত 'যুজ্' ধাতুর উত্তর 'ঘঙ' প্রত্যয় যোগে 'যোগ' শব্দের উৎপত্তি। এই 'যুজ্' ধাতুর অর্থ সংযোগ, সমাধি প্রভৃতি বোঝায়। সাধারণ অর্থে যোগ অর্থ যুক্ত করা, একটি বস্তুর সঙ্গে আর একটি বস্তুর মিলন বা সংযোগ স্থাপন করাই হল যোগ। যাজ্ঞবল্কের মতে, জীবাত্তা ও পরমাত্মার যে সংযোগ তাই হল যোগ।<sup>১</sup> কিন্তু যোগদর্শনে 'যোগ' শব্দের যুক্ত করা নয়, যোগ অর্থ প্রচেষ্টা। পুরুষ ও প্রকৃতি মিলিত হয়ে একাকার হয়েছে, তাদের বিযুক্ত করার প্রয়াস বা প্রচেষ্টাই হল যোগ। যোগভাষ্যকার 'যোগ' শব্দটি 'সমাধি' অর্থে-গ্রহণ করেছেন (যোগ: সমাধি:। ১/১- যোগভাষ্য)। পাতঞ্জল দর্শনের উদ্দেশ্য প্রকৃতপক্ষে সংযোগ নয়, বরং বিয়োগ বা উদ্-যোগ। অর্থাৎ প্রকৃতি- পুরুষের বিয়োগ। এই বিয়োগেরই আত্যন্তিক দুঃখ নিবৃত্তি হল কৈবল্যলাভ। এই মতের সমর্থনে ভোজরাজ বলেছেন, প্রকৃতি-পুরুষের যে বিয়োগ বা পার্থক্য জ্ঞান, পাতঞ্জল শাস্ত্রে তাকেই যোগ বলা হয়ে থাকে। স্বর্গীয় রাজেন্দ্রলাল মিত্র এপ্রসঙ্গে বলেছেন যে, পাতঞ্জল শাস্ত্রে যোগ শব্দে ঈশ্বরের সঙ্গে জীবের সংযোগ বোঝায় না, কিন্তু চিত্ত নিরোধের উদ্-যোগ বা ব্যাপার মাত্র বোঝায়।<sup>২</sup> প্রকৃতি পুরুষের নিশ্চল ভেদজ্ঞান অর্জন করার উপায় হিসাবে সাংখ্যেরা পঞ্চবিংশতিতত্ত্বের উল্লেখ করলেও পাতঞ্জল মতে সেই জ্ঞান কিন্তু অপরিহার্য নয়। এই জন্যই যোগ দর্শনের অবতারণা করা হয়েছে। কেননা পাতঞ্জলি মতে প্রকৃতি-পুরুষের নিশ্চল ভেদজ্ঞান লাভের উপায় হল যোগ। মহর্ষি পতঞ্জলির মতে, চিত্তবৃত্তি নিরোধই হল যোগ।<sup>৩</sup>

ভগবদ্-গীতার ১৮ টি অধ্যায়ই 'যোগ' শব্দের দ্বারা অভিহিত। গীতায় 'যোগ' শব্দটি বিভিন্ন স্থানে ভিন্ন অর্থে প্রযুক্ত হয়েছে। যেমন- কর্মের কৌশলকে যোগ বলা হয়েছে ('যোগ: কর্মসু কৌশলম-২/৫০ গীতা)। আবার 'সমত্বং যোগ উচ্চতে' (২/৪৮- গীতা)- সিদ্ধি ও অসিদ্ধিতে যে সমত্ববুদ্ধি তাই হল যোগ। এই সমত্ববুদ্ধি-রূপ যোগকেই এখানে বুদ্ধিযোগ বলা হয়েছে। ভগবান শ্রীকৃষ্ণ অর্জুনকে যোগী হওয়ার নির্দেশ দিয়েছেন। কেননা যোগি জ্ঞানী, তপস্বী ও কর্মী অপেক্ষা শ্রেষ্ঠ (৬/৪৬, গীতা)। শ্রী ভগবান বলেছেন, কর্মফলের অপেক্ষা না করে যিনি কর্তব্য কর্ম করেন, তিনিই সন্ন্যাসী, তিনিই যোগী (গীতা-৬/১)। এই জন্যই গীতায় যোগীকে মন: সংযম করে চিত্ত ঈশ্বরে নিহিত করে বলেছেন যে, যোগ সাধন করার ফলে যে শান্তিলাভ করা যায়, তা ভগবানেরই স্থিতির ফল (গীতা-৬/১৪-১৫)। এই কারণে ভগবানের অভিমত হল সুখই হোক, আর দুঃখ হোক, যে ব্যক্তি আত্ম-সাদৃশ্যে সর্বত্র সমদর্শী, সেই যোগীই সর্বশ্রেষ্ঠ।<sup>৪</sup> কঠোপনিষদ- এ বলা হয়েছে ইন্দ্রিয় সমূহের স্থিরভাবে অবস্থানই হল যোগ।<sup>৫</sup> এই যোগাভ্যাসের সফলতা প্রসঙ্গে শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ- এ বলা হয়েছে যোগিগণ যখন যোগাভ্যাস করেন, সেই সময় ব্রহ্মের লক্ষণ সূচক তুষার, ধূম, চন্দ্র প্রভৃতির ন্যায় রূপ সমূহ প্রকাশিত হয়। এই সকল চিহ্ন ব্রহ্মজ্ঞানের পূর্বরূপ। এই লক্ষণগুলি প্রকাশিত হলেই বোঝায় যে, যোগির যোগাভ্যাস সিদ্ধি হয়েছে।<sup>৬</sup>

মহর্ষি পতঞ্জলি চিত্তবৃত্তি নিরোধকে যোগ বলেছেন। কিন্তু প্রশ্ন হল এই চিত্তবৃত্তি নিরোধ কিভাবে সম্ভব? এর উত্তরে তিনি বলেছেন যে, অভ্যাস ও বৈরাগ্যের দ্বারা চিত্তবৃত্তির নিরোধ সম্ভব হয়। গীতাতেও উল্লেখ আছে 'অভ্যাসেন তু কৌশ্লেয় বৈরাগ্যেণ চ গৃহতে'- ৬ /৩৫ গীতা। অর্থাৎ মন স্বভাবত চঞ্চল হলে অভ্যাস ও বৈরাগ্যের দ্বারা মনকে বশীভূত করা যায়। কিন্তু এই অভ্যাস ও বৈরাগ্য একদিনে সম্ভব হয় না। এর জন্য

দরকার অষ্টাঙ্গযোগ অনুশীলন। এই অষ্টাঙ্গযোগের দ্বারা চিত্তের মলিনতা ধ্বংস হলে কিভাবে মোক্ষসাধক উৎকৃষ্ট জ্ঞান জন্মে তার বর্ণনা পতঞ্জলি তাঁর ‘যোগসূত্র’ গ্রন্থে অষ্টাঙ্গযোগ অনুশীলনের উপদেশ দিয়েছেন। যোগের এই আটটি অঙ্গ হল, যথা: যম, নিয়ম, আসন, প্রাণায়াম, প্রত্যাহার, ধারণা, ধ্যান ও সমাধি।<sup>১</sup>

১) **যম:** অহিংসা, সত্য, অস্তেয়, ব্রহ্মচর্য ও অপরিগ্রহ- এই পাঁচটিকে একত্রে পতঞ্জলি যম বলেছেন (যোগসূত্র-২/৩০)। কায়িক, বাচিক ও মানসিক-এই তিন প্রকার হিংসা থেকে বিরত থাকাই হল অহিংসা। কোনো প্রকারে কোনোও প্রাণীর পীড়নই বর্জনই হল অহিংসার প্রকৃত অর্থ। ছান্দোগ্যোপনিষদে বলা হয়েছে তপস্যা, দান, আর্জব (সরলতা) অহিংসা ও সত্য বচন- এই সমস্ত যম গুলি হল পুরুষ যজ্ঞের দক্ষিণা সমূহ।<sup>২</sup> চিন্তায় ও বাক্যে কোনো প্রকার মিথ্যাচারণ না করাই হল সত্য। মুণ্ডকোপনিষদ্ এর শঙ্করভাষ্যে উল্লেখ আছে যে- সত্যবানই জয়লাভ করে, মিথ্যাবলম্বীরা জয়লাভ করে না। কেননা সত্যবাদীর দ্বারা মিথ্যাবাদীরা পরাজয় গ্রহণ করে।<sup>৩</sup> প্রশ্নোপনিষদ্ - এ বলা হয়েছে- যাদের তপস্যা ও ব্রহ্মচর্য আছে, তাদের মধ্যেই সত্য অব্যভিচাররূপে সুপ্রতিষ্ঠিত।<sup>৪</sup> সকল প্রকার চৌর্যবৃত্তি ত্যাগ হল অস্তেয়। যোগভাষ্যকারের মতে, পরের দ্রব্যে অস্পৃহারূপে মানসিক ভাবই অস্তেয়। ঈশোপনিষদ্ -এর শঙ্করভাষ্যে অস্তেয়ের বিধান পাওয়া যায়। বাসনা পরিত্যাগ পূর্বক নিজের বা অন্যের ধনের প্রতি আকাঙ্ক্ষা করিও না। ধন কাহারও নয়, যে তুমি আকাঙ্ক্ষা করতে পার।<sup>৫</sup> সমস্ত রকমের কাম আচরণ ও কাম চিন্তা থেকে নিবৃত্ত বা ক্ষান্ত থাকাই হল ব্রহ্মচর্য। যোগিয়াজ্ঞবন্ধের মতে সর্বত্র সবসময় সকল অবস্থাতেই কায়মনোবাক্যে মৈথুন বর্জনকে ব্রহ্মচর্য বলে।<sup>৬</sup> মহর্ষি পিপ্পলাদ সুকেশ, সত্যকাম প্রমুখদের বলেছিলেন যে- তোমরা আবার ইন্দ্রিয় সংযম, ব্রহ্মচর্য ও আস্তিক্য বুদ্ধি নিয়ে এখানে এক বছর বাস কর (প্রশ্নোপনিষদ্- ১/২)। প্রয়োজনীয় বিষয় ছাড়া অপ্রয়োজনীয় বিষয়ে ভোগবৃত্তি ত্যাগ হল অপরিগ্রহ।

২) **নিয়ম :** শৌচ, সন্তোষ, তপস্যা, স্বাধ্যায় ও ঈশ্বর প্রণিধান- এই পাঁচটিকে একত্রে মহর্ষি পতঞ্জলি নিয়ম বলেছেন।<sup>৭</sup> দেহ ও মনের শুদ্ধতাই হল শৌচ। বাহ্য ও আন্তর ভেদে শৌচ দুই প্রকার। পবিত্র বা শুদ্ধ স্থানে আসন করার উপদেশ গীতায় উল্লেখ আছে।<sup>৮</sup> গীতার উপদেশ ছান্দোগ্যোপনিষদেও উল্লেখ আছে- পবিত্র স্থানে বেদ অধ্যয়ন বা শাস্ত্রপাঠ করা (ছান্দোগ্যোপনিষদ্ ৮/১৫/১)। সন্তোষ হল তৃপ্তি। এই সন্তোষ থেকে নিরতিশয় আনন্দ (এর চেয়ে আর উত্তম হয় না এমন সুখলাভ) লাভ হয়। মধুসূদন সরস্বতীর টীকা অনুসারে, নিজের যা আছে, তা যতই অল্প হোক না কেন, তাতেই অস্পৃহা বা সন্তোষ লাভ করা কর্তব্য এবং অন্যের অর্থের আধিক্যের বিষয় চিন্তা করা উচিত নয়।<sup>৯</sup> যোগভাষ্যকারের মতে ক্ষুধাতৃষ্ণা, শীতউষ্ণ, মৌনাবল্বন প্রভৃতি দ্বন্দ্ব বিষয়কে সহ্য করাই হল তপস্যা। ‘গূঢ়ার্থদীপিকা’য় বলা হয়েছে ব্রত, উপবাস এবং নিয়মের দ্বারা শরীরকে উত্তাপিত করাই হল তপস্যা।<sup>১০</sup> গীতায় সাত্ত্বিক, রাজসিক ও তামসিক - এই তিন ধরণের তপস্যার উল্লেখ আছে। শরীর, বাচিক ও মানসিক তপস্যা যদি ফলাকাঙ্ক্ষাশূন্য, ঈশ্বরে একাগ্রচিত্ত ব্যক্তিগণ দ্বারা পরম শ্রদ্ধাকারে অনুষ্ঠিত হয়, সেটি হল সাত্ত্বিক তপস্যা (গীতা-১৭/১৭)। এই সাত্ত্বিক তপস্যাই যোগে অনুমোদিত হয়েছে। মন্ত্রজপ, বেদপাঠ বা ধর্মশাস্ত্রাদির (গীতা, উপনিষদ্) অধ্যয়নকে স্বাধ্যায় বলে। সকল কর্ম ও কর্মফলকে পূজারূপে ঈশ্বরে সমর্পণকে ঈশ্বর প্রণিধান বলা হয়। তপস্যা, স্বাধ্যায় ও ঈশ্বর প্রণিধান এই তিন প্রকার ক্রিয়াকে যোগ শাস্ত্রে ‘ক্রিয়াযোগ’ বলা হয়েছে। এই ত্রিবিধ উপায় অবলম্বন করলে, যে ব্যক্তি মনের দ্বারা জ্ঞানেন্দ্রিয় গুলিকে সংযত করে অনাশক্ত হয়ে কর্মেন্দ্রিয় দ্বারা সমস্ত কর্ম যোগের অনুষ্ঠানে প্রবৃত্ত হলে তিনিই শ্রেষ্ঠ বলে গণ্য হন (গীতা- ৩/৭)।

৩) আসন : মহর্ষি পতঞ্জলির মতে, যে প্রণালীতে নিশ্চল ভাবে সুখে আসীন থাকা হয়, তাই হল আসন।<sup>১৭</sup> গীতায় বলা হয়েছে এই আসন যেন অতি উচ্চ বা অতি নিম্ন না হয়, পবিত্র স্থানে স্থিরভাবে আসন করতে হবে এবং কুশের উপর বাঘের চামড়া ও তার উপর বস্ত্র আবৃত্ত করে, মন ও ইন্দ্রিয়ের ক্রিয়া সংযত করে চিত্তশুদ্ধির জন্য যোগ অভ্যাস করতে হবে। এই যোগ অভ্যাস করার সময় মেরুদণ্ডকে (শরীর) সোজা রেখে গ্রীবা ও শির সরল ও নিশ্চলভাবে রেখে আসনে বসতে হবে।<sup>১৮</sup> শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্- এ বলা হয়েছে মাথা, গ্রীবা ও বুক- এই তিনটিকে সমানভাবে উন্নত রেখে শরীরকে সমান্তরাল রাখতে হবে এবং ইন্দ্রিয় গুলিকে মনের সাহায্যে হৃদয়ে সম্যক ভাবে নিয়মিত করতে হবে।<sup>১৯</sup> মধুসূদন সরস্বতী তাঁর ‘গূঢ়ার্থদীপিকা’য় বলেছেন যে, উপবেশন করে যোগানুষ্ঠান করতে হয়, শয়ন বা দাঁড়িয়ে আসন করা অনুচিত। কেননা শয়ন করার সময় যদি হঠাৎ নিদ্রাদিবশে চিত্ত অভিভূত হয়ে পড়ে। কিংবা দাঁড়িয়ে আসন করার সময় শরীরকে ঠিক করার জন্য পৃথক ভাবে চেষ্টা করার সময় সেই দিকে একনিষ্ট হলে আসন সম্ভব হয় না। এই জন্যই উপবেশনই আসনের শ্রেষ্ঠ উপায়।

৪) প্রাণায়াম : আসন জয় করার পর শ্বাস-প্রশ্বাসের গতি সংযত করাকে পতঞ্জলি প্রাণায়াম বলেছেন (যোগসূত্র-২/৪৯)। যোগিযাজ্ঞবল্ক্যের মতে, প্রাণ ও অপান বায়ুর পরস্পর সংযোগকে প্রাণায়াম বলা হয়।<sup>২০</sup> রেচক, পূরক ও কুম্ভক-ভেদে প্রাণায়াম তিন প্রকার। শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্- এর শঙ্করভাষ্যে বলা হয়েছে বিদ্বান ব্যক্তি অপ্রমত্ত (শান্ত) হয়ে প্রাণবায়ু সংযম করবে। এরপর সেই বায়ু ক্ষীণ হলে নাসিকামধ্যে অল্প অল্প বায়ু পরিত্যাগ করবে। এইভাবে অভ্যাসের দ্বারা বায়ু ধারণ করলে মন নিশ্চল ও স্থির ভাবে অবস্থান করে।<sup>২১</sup> গীতার ব্যাখ্যা অনুযায়ী প্রাণাপান বায়ুকে নাসাভ্যন্তরে সমানভাবে স্থির করাই হল কুম্ভক প্রাণায়াম (গীতা-৫/২৭)। এর ফলে ইন্দ্রিয়, মন ও বুদ্ধি সংযত হয়ে সমস্ত বিষয় সম্পর্কে মননশীল হয়।

৫) প্রত্যাহার : ইন্দ্রিয়গুলিকে তাদের নিজের নিজের বিষয় থেকে চিত্তের অনুগত করাকে পতঞ্জলি প্রত্যাহার বলেছেন (যোগসূত্র-২/৫৪)। অর্থাৎ যোগের জন্য ইন্দ্রিয় সকলকে প্রত্যাহার করতে হয়। এপ্রসঙ্গে গীতায় বলা হয়েছে বাহ্য বিষয় সমূহ থেকে মনকে প্রত্যাহার করতে হবে, যেহেতু মন স্বভাবত চঞ্চল। অতএব অস্থির হয়ে মন যে যে বিষয়ে ধাবিত হয়, সেই সেই বিষয় থেকে মনকে প্রত্যাহার করে আত্মাতেই স্থির করে রাখবে।<sup>২২</sup> কচ্ছপ (কূর্ম) যেমন একবার তার সকল অঙ্গগুলিকে সঙ্কুচিত করে নিলে, সেগুলি আর দেহ মধ্য থেকে বাইরে বের করে না, তেমনি স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি ইন্দ্রিয় গুলিকে এমন ভাবেই প্রত্যাহার করে নেন।

৬) ধারণা : দেশ বিশেষে চিত্তের স্থিতি হল ধারণা। যোগভাস্যকারের মতে নাভিচক্রে, হৃদপদ্মে, মস্তকস্থ-জ্যোতি, নাসাগ্রে, জিহ্বাগ্রে প্রভৃতি দেশে বা বাহ্য বিষয়ে চিত্তের যে বৃত্তিমাত্রের দ্বারা বদ্ধ তাই হল ধারণা।<sup>২৩</sup> নিজের নাসিকার অগ্রভাগে দৃষ্টি রেখে (‘স্বং নাসিকাগ্রাং সংশ্রেক্ষ’ গীতা-২/২৩) মনকে আত্মাতে স্থাপনের মাধ্যমে ধারণার উপদেশ গীতায় বর্ণিত হয়েছে। কঠোপনিষদ্ এর শঙ্করভাষ্যে বলা হয়েছে ইন্দ্রিয় সমূহ যখন বিষয় থেকে নিবৃত্ত হয়ে স্থির ভাবে অবস্থান করে তখন যোগীর সর্বপ্রকার অনর্থ সম্বন্ধের বিয়োগাত্মক এবং আত্মা অবিদ্যার আরোপ থেকে মুক্ত হয়ে স্বরূপে অবস্থান করে।<sup>২৪</sup>

৭) ধ্যান : মহর্ষি পতঞ্জলির মতে, ধারণা জনিত পদার্থে জ্ঞানবৃত্তির বা চিত্তবৃত্তির একতানতাই হল ধ্যান (যোগসূত্র- ৩/ ২)। ধারণার পরিণাম হল ধ্যান। অর্থাৎ ধারণার ক্ষেত্রে চিন্তার বিচ্ছেদ ঘটলেও ধ্যান কিন্তু অবিচ্ছিন্ন চিন্তাপ্রবাহ। শঙ্করচার্য বলেছেন- ‘অচিন্ত্যেব পরং ধ্যানম্’। অর্থাৎ চিন্তাশূন্যতাই শ্রেষ্ঠ ধ্যান।

৮) সমাধি : ধারণা সিদ্ধি হলে ধ্যান হয় এবং ধ্যান হলে সমাধি হয়। অর্থাৎ ধ্যান পরিপক্ব হলে যখন ধোয়াকারে পরিণত হয়, তখন চিত্তবৃত্তি বা জ্ঞানবৃত্তি থেকেও না থাকার মতো ভাসমান হয়- পতঞ্জলির মতে

এই অবস্থান নাম সমাধি।<sup>২৬</sup> ধ্যানের সময় ধ্যান, ধ্যান ও ধ্যেয় বিষয় (আলম্বন) প্রকাশিত হলেও সমাধিতে ধ্যান ও ধ্যানের কোনোও প্রত্যয় থাকে না, শুধুমাত্র ধ্যেয় অর্থেই প্রকাশ হয়ে থাকে। ‘সবীজ’ ও ‘নিবীজ’-ভেদে সমাধি দ্বিবিধ। সবীজ সমাধিতে চিত্তের অবলম্বন থাকে বলে এই সমাধিকে সম্প্রজ্ঞাত সমাধি বলা হয়। বিতর্ক, বিচার ও আনন্দ ও অস্মিতা- এই চারটি অবস্থা ভেদে সম্প্রজ্ঞাত সমাধিও চার প্রকার- সবিতর্ক, সবিচার, সানন্দ ও সাস্মিতা। অন্যদিকে নিবীজ সমাধিতে চিত্তের কোনো বৃত্তিই থাকে না, সমস্ত বৃত্তি তিরোহিত হয়, শুধুমাত্র সংস্কার অবশিষ্ট থাকে বলে এই সমাধিকে অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি বলা হয়।<sup>২৬(ক,খ)</sup> সম্প্রজ্ঞাত সমাধি বীজের ন্যায় অঙ্কুরের উৎপাদক বা জনক হলেও অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি অবস্থায় চিত্ত দক্ষবীজের ন্যায় কার্যক্ষম আলম্বনবিহীন হয়ে পড়ে। এই অবস্থায় চিত্তের কোনো চেষ্টা, কোন ক্লেশ, কোন ক্রিয়া কিছুই থাকে না। এই যোগ আয়ত্ত হলে পুরুষ, প্রকৃতির সকল প্রকার বন্ধন ছিন্ন করে নিজ স্বরূপ অবস্থান করে (তদা-দ্রষ্টুঃ স্বরূপেহবস্থানম্। যোগসূত্র- ১ /৩) এবং জন্ম মরণ সুখ-দুঃখকে অতিক্রম করে কৈবল্যপ্রাপ্ত হয়। এই কৈবল্যপ্রাপ্তিই হল পাতঞ্জল দর্শনে মুক্তি বা মোক্ষ।

যোগ দর্শনে পুরুষের স্বরূপে অবস্থানকে বা বুদ্ধিবৃত্তির প্রতিবিম্ব গ্রহণ না হওয়ার নিজ স্বচ্ছভাবে অবস্থাকে কৈবল্য বা মুক্তি বলা হয়েছে। এই কৈবল্য আরোপিত নয়, তা পুরুষের স্বভাব। এর ফলে দুঃখের বিনাশ হলেও সুখের প্রাপ্তি হয় না। কিন্তু ভগবদ্-গীতা অনুযায়ী যোগের ফল হল পরম সুখপ্রাপ্তি-এটি সম্ভব হয় ভগবানের সাক্ষাৎ লাভের মাধ্যমে। এই জন্যই গীতায় বলা হয়েছে বাহ্য বিষয়ে অনাসক্ত, ব্রহ্ম সমাহিতচিত্ত পুরুষ আত্মার আনন্দ অনুভব করেন এবং যিনি দেহত্যাগ করার পূর্বে সংসারে থেকেই কামক্রোধ জাত বেগ প্রতিরোধ করতে পারেন, তিনিই যোগী এবং তিনিই সুখী পুরুষ।<sup>২৭(ক,খ)</sup> আবার যে অবস্থা লাভ করলে যোগী অন্য কোনো লাভকে অতিরিক্ত সুখকর বলে অনুভব করে না এবং যে অবস্থায় স্থিতি লাভ করলে মহাদুঃখেও বিচলিত হন না- এই অবস্থার নামই যোগ (গীতা-৬ /২২)।

মহর্ষি পতঞ্জলি চিত্তবৃত্তি নিরোধের যেসব উপায়ের উল্লেখ করেছেন তার মধ্যে অন্যতম হল ‘ঈশ্বর প্রণিধানাৎ বা’।<sup>২৮</sup> অর্থাৎ বিশেষ ভক্তি সহকারে ঈশ্বরের উপাসনা করলে সমাধি লাভ হয়। এই ঈশ্বরের লক্ষণ প্রসঙ্গে মহর্ষি পতঞ্জলি বলেছেন অবিদ্যা প্রভৃতি পঞ্চবিধ ক্লেশ, ধর্মাধর্ম, জাতি, আয়ু ও ভোগ এবং সংস্কার এই সমস্ত যাতে নেই- এরূপ পুরুষ বিশেষই ঈশ্বর।<sup>২৯</sup> ঐতরোয়োপনিষদ্-এ বলা হয়েছে সৃষ্টির পূর্বে এই সমগ্র জগত আত্মাস্বরূপেই (ঈশ্বর) বর্তমান ছিল এবং নিমেষাদি ক্রিয়াশীল অন্য কিছু ছিল না।<sup>৩০</sup> এই ঈশ্বর সর্বজ্ঞ, যেহেতু তার জ্ঞান নিরতিশয়। অর্থাৎ ঈশ্বরের অতিরিক্ত জ্ঞান অন্য কেউই অধিকারী নন, কোনো কালের দ্বারা তিনি পরিচ্ছেদ্য নন। অর্থাৎ সমস্ত কালেই তাঁর অস্তিত্ব আছে, তিনি অনাদি ও অনন্ত। মুণ্ডকোপনিষদ্-এ ব্রহ্মাকে জগতের কর্তা ও রক্ষক হিসাবে দেবতাদের মধ্যে প্রধান ও সমস্ত আকর বা মূল বিদ্যার উপদেশক হিসাবে গণ্য করা হয়েছে (১ / ১/ ১- মুণ্ডকোপনিষদ্)। যোগদর্শনে ঈশ্বরের বোধক শব্দ হল প্রণব অর্থাৎ ওঁ কার। এই প্রণব মন্ত্রের জপ ও তাঁর অর্থ ধ্যান করাই হল উপাসনা এবং এইরূপ প্রণবার্থ জপ ও ধ্যান করতে চিত্ত নির্মল হয়ে আসে, তখন আর কোনো বিঘ্নই থাকে না, নির্বিঘ্নে সমাধি বা যোগ সম্ভব হয় বলে পতঞ্জলি মনে করেন।

মহর্ষি পতঞ্জলি ‘ঈশ্বর প্রণিধান’ কে চিত্তবৃত্তি নিরোধ বা যোগসিদ্ধি বা সমাধি লাভের অন্যতম উপায় হিসাবে গণ্য করলেও মুখ্য উপায় হিসাবে গণ্য করেন নি। কেননা যোগসিদ্ধির উপায় স্বরূপ অষ্টাঙ্গযোগের অঙ্গ হিসাবে (তপঃ, স্বাধ্যায় ও ঈশ্বর প্রণিধান)- এই ক্রিয়াযোগের উল্লেখ পাওয়া যায়। অর্থাৎ এই

ক্রিয়াযোগও অষ্টাঙ্গ যোগের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হওয়ায় যোগশাস্ত্রে ঈশ্বরের স্থান গৌণ। সুতরাং ঈশ্বরকে বাদ দিয়েও যে সমাধি লাভ সম্ভব- তা অষ্টাঙ্গযোগের দ্বারাই প্রমাণিত। ঈশ্বর প্রণিধানের উপদেশ দিয়ে পতঞ্জলি যোগিকে ভগবানের ধ্যান করতে বলেন নি, কর্ম সন্ন্যাস করার উপদেশ দিয়েছেন। গীতায় বলা হয়েছে- ‘কর্মণ্যেবাধিকারস্তে মা ফলেষু কদাচন’- (গীতা-২/৪৭)। অর্থাৎ কর্মেই তোমার অধিকার, ফলে নয়। কর্ম করতে হলে ফলাকাঙ্ক্ষা বর্জন, কর্তৃত্বাভিমান ত্যাগ এবং ঈশ্বরে সর্বকর্ম সমর্পন - এই তিনটি উপায় অবলম্বন করা দরকার। কারণ গীতায় যেখানে যোগের উল্লেখ, সেখানেই ঈশ্বরের উল্লেখ আছে। এই কারণে ভগবান শ্রীকৃষ্ণ অর্জুনকে বলেছেন- ‘তুমি যা কিছু করো- ভোজন কর, হোম কর, দান কর, তপস্যা কর- সে সমস্তই আমাকে অর্পন করিও।’<sup>১১</sup>

তবে একথা অস্বীকার করা যায় না যে, যোগি যদি ভক্তি সহকারে ঈশ্বর প্রণিধান করে, তা হলে ঈশ্বর প্রসন্ন হয়ে প্রকৃতি-পুরুষের ভেদজ্ঞান বা বিবেকজ্ঞান নিশ্চিত ভাবে সম্ভব করে। যার ফলে যোগ বা সমাধির দ্বারা ঈশ্বর সাক্ষাৎকার বা ঈশ্বর প্রাপ্তি হয় না ঠিকই, কিন্তু আত্মসাক্ষাৎকার হয় মাত্র। শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন- তুমি (অর্জুন) সর্বদা মনকে আমার চিন্তায় যুক্ত কর, আমাতে ভক্তিমান হও, আমার পূজা কর, আমাকেই নমস্কার কর। এইভাবে আমার শরণাপন্ন হয়ে আমাতে মন সম্পূর্ণরূপে নিবেশিত করলে আমাকেই প্রাপ্ত হইবে।<sup>১২</sup> অতএব গীতার মতে যোগের ফল আত্ম- সাক্ষাৎকার নয়, তা হল ভগবানের সঙ্গলাভ।

পাতঞ্জল দর্শনে বর্ণিত যোগ এবং ভগবদ্-গীতায় বর্ণিত যোগ কিন্তু এক নয়। অর্থাৎ উভয়ের উদ্দেশ্য ভিন্ন। পাতঞ্জল যোগের উদ্দেশ্য যোগ নয়, বিয়োগ। প্রকৃতি ও পুরুষের বিয়োগ। এই বিয়োগই আত্যন্তিক দুঃখ নিবৃত্তি- কৈবল্যলাভ। কিন্তু গীতোক্ত যোগের উদ্দেশ্য বিয়োগের পর আবার যোগ। অর্থাৎ প্রকৃতি থেকে মুক্ত হয়ে ভগবানে চিত্তসংযোগ। এই চিত্তসংযোগ কেবল আত্যন্তিক দুঃখ নিবৃত্তি নয়, তা হল আত্যন্তিক সুখেরও অবস্থা। এই সুখ ভগবানে স্থিতিলাভ জনিত।

এই আলোচনা থেকে বলা যায় যে পাতঞ্জল দর্শনে ভগবদ্-গীতা, উপনিষদ্ প্রভৃতি শাস্ত্রের যে প্রাধান্য বা অবদান রয়েছে তা কোনো ভাবেই অস্বীকার করা যায় না।

### সূত্রনির্দেশ:

- ১) সংযোগা যোগ ইত্যুক্তো জীবাত্মাপরমাত্মনো:। যোগিযাজ্ঞবল্ক্যম্-১/৪৩, পৃ:০৯
- ২) Yoga, in the philosophy of Patanjali and kapila, did not mean union of God, or anything but effort (Udyoga, not Samyoga), pulling oneself together, exertion, concentration-according to Rajendralal Mitra. F. Max Muller- Six System of Indian Philosophy, p-310.
- ৩) যোগশ্চিন্ত্ত্বিত্ত্বিনিরোধ:। যোগসূত্র-১/২, পৃ:৩৮
- ৪) আত্মোপম্যেন সর্বত্র সমং পশ্যতি যো হর্জুন। সুখং বা যদি বা দুঃখং সংযোগী পরমো মত:। গীতা-৬/৩২, পৃ:২২৫
- ৫) তাং যোগমিতমন্যতে স্থিরামিন্দ্রিয়ধারণাম। কঠোপনিষদ্-২/৩/১১, পৃ:-১২৩
- ৬) নীহারধুমার্কানি লালনাং... ব্রহ্মণ্যভিব্যক্তিকরণি যোগে। শ্বেতাশ্বতরোপনিষৎ-২/১১, পৃ:-৫৫-৫৬
- ৭) যমনিয়মাসনপ্রাণায়ামপ্রত্যাহারধারণাধ্যানসমাধয়োহষ্টাবঙ্গানি। যোগসূত্র-২/২৯, পৃ:-১০২
- ৮) অথ যত্ত্বপোদানমার্জবমহিংসাসত্যবচনমিতিতা অস্যদক্ষিণা:। ছান্দোগ্যোপনিষদ্-৩/১৭/৪, পৃ:১৮৭
- ৯) সত্যমেব সত্যবানেব জয়তে জয়তি, নানৃতং নানৃতবাদীতর্থ:। মুণ্ডকোপনিষদ্, শঙ্করভাষ্য-৫১/৬, পৃ:-৯৬

- ১০) তেষামেবৈষব্রহ্মলোকোযেষাংতপোব্রহ্মচর্যংযেষুসত্যংপ্রতিষ্ঠিতম্।প্রশ্নোপনিষদ-১/১৫,পৃ:১৪২
- ১১) ত্যক্তৈষণস্তংমাগৃধ: গৃধীমাকাঙখাং....  
নকস্যচিৎখনমস্তি,যদা্ধ্যোত।ঈশোপনিষদ, শঙ্করভাষ্য-০১,পৃ:-০৬
- ১২) কর্মণামনসাবাচাসর্ক্বাবস্থা সুসর্বাদা।সর্বত্রমৈথুনত্যাগোব্রহ্মচর্যংপ্রচক্ষ্যতে।যোগিযাজ্ঞবল্ক্যম্-৫৪,পৃ:-১১
- ১৩) শৌচসন্তোষতপঃস্বাধ্যায়ৈশ্বরপ্রণিধানানিনিয়মা: যোগসূত্র-২/৩২,পৃ:-১০৫
- ১৪) শুচৌদেশেপ্রতিষ্ঠাপ্যস্থিরমাসনমাত্মন:।গীতা-৬/১১,পৃ:-২০৭
- ১৫) যথোৎপল্লেনসন্তোষ:  
কর্তব্যোহথবস্তনা।পরস্যচিন্তয়িত্বার্থংসাহস্পৃহাপরিকীর্ণিতা।গীতা,গূঢ়ার্থদীপিকা-১৮/৪২/১১,পৃ:-১১৯১
- ১৬) ব্রতোপবাসনিয়মৈ: শরীরোত্তাপনংতপঃ।তদেব,১৮/৪২/১৫,পৃ:-১১৯১
- ১৭) স্থিরসুখমাসনম্।যোগসূত্র-২/৪৬,পৃ:-১১৩
- ১৮) শুচৌদেশেপ্রতিষ্ঠাপ্যস্থিরমাসনমাত্মন:.....সমংকায়শিরোগ্রীবংধারয়ন্নচলংস্থিরঃ।গীতা-৬/১১-  
১৩,পৃ:-২০৭
- ১৯) ত্রিরুন্নতংস্থাপ্যসমংশরীরংহৃদীন্দ্রিয়াণিমনসাসন্নিবেশ্য।শ্বেতাশ্বতরোপনিষৎ-২/৮,পৃ:-৫১-৫২
- ২০) প্রাণাপানসমায়োগ: প্রাণায়ামইতীরিত:।যোগিযাজ্ঞবল্ক্যম্-৬/২,পৃ:-৪০
- ২১) প্রাণাপ্রণীড়্যদেহযুক্তনাতশুতইতিশ্লোকাক্তাশ্চেষ্টাযস্যসংযুক্তচেষ্ট:।  
ক্ষীণেশক্তিহান্যেতনুত্তংগতেমনসিনাসিকায়্যা: পুটাভ্যাংশনৈ: শনৈরুৎসৃজেন্নমুখেন।  
মুখেনমুক্তাভ্যাংবায়ুংপ্রতিষ্ঠাপ্যশনৈনাসিকয়োৎসৃজেদিতি।শ্বেতাশ্বতরোপনিষৎ,শঙ্করভাষ্য -২/৯,পৃ:-৫৪
- ২২) যতোযতোনিশ্চরতিমনশ্চএঃচলমস্থিরম্।ততস্ততোনিয়ম্যেতদাত্মন্যেববশংনয়েৎ।গীতা-৬/২৬,পৃ:-  
২১৯
- ২৩) নাভিচক্রে, হৃদয়পুণ্ডরীকে, মূদ্ধিজ্যোতিষি,নাসিকাগ্রে, জিহ্বাগ্রে, ইত্যেবমাদিষুদেশেষু,  
বাহ্যেবাবিষয়েচিত্তস্যবৃত্তিমাৎপ্রবন্ধইতিধারণা।যোগভাষ্য-৩/১,পৃ:১৭৪
- ২৪) তামীদৃশীংতদবস্থাংযোগমিতিমন্যন্তেবিয়োগমেবসন্তম্।সর্ক্বানর্থসংযোগ-  
বিয়োগলক্ষণাহিইয়মবস্থাযোগিন:।এতস্যাংহব্যস্থায়াম্অবিদ্যাধ্যারোপণবর্জিতস্বরূপ-  
প্রতিষ্ঠাত্মা।কঠোপনিষদ, শঙ্করভাষ্য-১২০/১১,পৃ:-১৭৭
- ২৫) তদেবার্থমাত্রনির্ভাসংস্বরূপশূন্যমিবসমাধি:।যোগসূত্র -৩/৩,পৃ:-১২৩
- ২৬) ক-বিতর্কবিচারানন্দস্মিতারূপানুগমাৎসম্প্রজ্ঞাত:।তদেব,১/১৭,পৃ:-৪৯
- খ-বিরামপ্রত্যয়াভ্যাসপূর্বব: সংস্কারশেষোহন্য:।তদেব,১/১৮,পৃ:-৫২
- ২৭) ক-বাহস্পশেষসুক্তাত্মাবিন্দিত্যাভ্নিযৎসুখম্।সব্রহ্মযোগযুক্তাত্মাসুখমক্ষয়মশুতে।।গীতা-৫/২১,পৃ:-  
১৮৮
- খ-শকুতীহৈবযঃসোঢুংপ্রাকশরীরবিমোক্ষণাৎ।কামক্রোধোদ্ভবংবেগংসযুক্তঃসসুখীনরঃ।।তদেব,৫/২৩,পৃ:-  
১৮৯
- ২৮) যোগসূত্র-১/২৩,পৃ:-৫৭
- ২৯) ক্লেশকর্মেবিপাকশয়ৈরপরামৃষ্ট: পুরুষবিশেষঈশ্বর:।।তদেব-১/২৪,পৃ:-৫৭
- ৩০) আত্মাবাইদমেকএবাগ্রাসীৎ।নানাথকিঞ্চনমিষৎ।ঐতরেয়োপনিষদ-১/১/১,পৃ:-৩৩১

- ৩১) যৎকরোষিযদশাসিযজ্জুহোষিদদাসিযৎ। যৎতপস্যসিকৌন্তেয়তৎকুরুম্বমর্ধপণম্। গীতা-৯/২৭, পৃ:-  
৩২৭
- ৩২) মন্মনাভবমভক্তোমদ্যাজীমাংনমস্কুরু। মামেবৈষ্যসিযুত্বেবমাত্মানংমৎপরায়ণঃ। তদেব, ৯/৩৪, পৃ:-  
৩৩৫।

### গ্রন্থপঞ্জী:

- শর্মা, শ্রীপূর্ণচন্দ্র। পাতঞ্জলদর্শন। কলকাতা: পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য পুস্তক পর্ষৎ, ২০০৫
- দেবশর্মা, শ্রীকালীবর। পাতঞ্জলদর্শন। কলিকাতা: শ্রীহীরালাল ঢোল দ্বারা প্রকাশিত, ১২৯১বঙ্গাব্দ
- আরণ্য, শ্রীমহেশ্বরানন্দ। পাতঞ্জলযোগদর্শন। কলকাতা: পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য পুস্তক পর্ষৎ, ২০১৫
- ভট্টাচার্য, শ্রীদীনেশচন্দ্র। ষড়দর্শন: যোগ। কলকাতা: পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য পুস্তক পর্ষৎ, ২০০৬
- স্বামীভর্গানন্দ। পাতঞ্জলযোগদর্শন। কলকাতা: উদ্বোধন কার্যালয়, ২০১০
- মুখোপাধ্যায়, শ্রীউপেন্দ্রনাথ। যোগিযাজ্ঞবলক্যম্। কলিকাতা: বঙ্গীয় সাহিত্য পরিষদ গ্রন্থাগার, ১৩১৮
- দত্ত, হীরেন্দ্রনাথ। গীতায়ত্নশ্বরবাদ। কলিকাতা: বঙ্গীয় সভাতত্ত্ব, ১৩৩৩
- মুখোপাধ্যায়, সতীশচন্দ্র। উপনিষদ্-গ্রন্থাবলী (২য়খণ্ড)। কলিকাতা: বসুমতী সাহিত্য মন্দির, ১৩৬০
- পাল, মহেশচন্দ্র। কঠোপনিষৎ এবং শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্। কলিকাতা: রামকৃষ্ণমিশন ইন্সটিটিউট অফ কলেজ, ১৮০৫শঙ্গাব্দ
- চট্টোপাধ্যায়, শ্রীযুক্তভুতনাথ। শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা। কলকাতা: নবভারত পাবলিশার্স, ২০০৬
- ঘোষ, শ্রীজগদীশচন্দ্র। শ্রীগীতা। কলকাতা: প্রেসিডেন্সী লাইব্রেরী, ২০১৮
- শ্রীযুক্তদূর্গাচরণ সাংখ্যবেদান্ততীর্থ। উপনিষদ্। কলিকাতা: লোটাস লাইব্রেরী,
- স্বামীগম্ভীরানন্দ। উপনিষদ্গ্রন্থাবলী (১ম, ২য় ও ৩য় খণ্ড)। কলকাতা: উদ্বোধন কার্যালয়, ১০১৮
- Sarkar, kaliprasanna. Srimathbhagabath Gita (vol-i). Faridpur: The Shina press, 1894
- Sharma, Chandrdhar. A Critical Survey of Indian philosophy. Delhi: Motilal Banarasidass publishers Private Limited, 2016
- Muller, Friedrich Max. The Six System of Indian Philosophy. New York, London : Longmans, Green and Co, 1919