চিত্তভূমি ঃ

যোগ দার্শনিকদের মতে, প্রকৃতির পরিণাম চিত্ত (একত্রে মন, বুদ্ধি ও অহঙ্কার) সত্ত্ব, রজঃ ও তমঃ - এই তিন গুণের সৃষ্টি। প্রকাশ, প্রবৃত্তি ও স্থিতিশীলতা এই তিন প্রকার স্বভাব আছে বলে চিত্তকে ত্রিগুণাত্মক বলা হয়। এদের প্রাধান্য ও কার্যকারিতা অনুসারে চিত্তের স্তরভেদ করা হয়েছে। চিত্তের এক একটি স্তরকে যোগ দর্শনে চিত্তভূমি বলা হয়েছে। যোগসূত্রকার মহর্ষি পতঞ্জলির মতে, চিত্তভূমি পাঁচ প্রকার। যথা ঃ ১) ক্ষিপ্ত, ২) মূঢ, ৩) বিক্ষিপ্ত, ৪) একাগ্র ও ৫) নিরুদ্ধ। আমরা নিম্নে প্রতিটি চিত্তভূমির বিস্তারিত আলোচনা করছি।

১) ক্ষিপ্তভূমি ঃ ক্ষিপ্ত অবস্থায় চিত্তে রজঃ ও তম গুণের প্রাদুর্ভাব ঘটে থাকে। ফলে ঐ সকল গুণের কারকতা অনুসারে চিত্ত কোন এক বিষয়ে স্থির থাকে না। বিষয় থেকে বিষয়ান্তরে দ্রুত ধাবিত হয়। ফলে চিত্ত কোন অতীন্দ্রিয় বিষয়ের ধারাবাহিক চিন্তা করতে পারে না। তাই এই অবস্থা যোগ লাভের পক্ষে একেবারেই উপযুক্ত নয়।

২) মূঢ়ভূমি ঃ চিত্তে যখন তমোগুণের প্রাদুর্ভাব হয়, তখন মূঢ় অবস্থার সৃষ্টি হয়। 'নিদ্রারূপ বৃত্তিতে তমঃ সমুদ্রে মগ্ন চিত্তের অবস্থাই মূঢ় অবস্থা' - (সর্বদর্শন সংগ্রহ)। তমোগুণের আধিক্যহেতু চিত্ত মোহাচ্ছন্ন থাকে। এই অবস্থায় অধর্ম, অজ্ঞান, নিদ্রা, তন্দ্রা, আলস্য প্রভৃতিতে চিত্ত মগ্ন থাকে। এই অবস্থায় চিত্ত ইন্দ্রিয়ের বিষয় সমূহে এতই মুগ্ধ থাকে যে, তত্ত্বচিন্তা করা তার পক্ষে সম্ভব হয় না। প্রথম অবস্থার ন্যায় এই অবস্থাও যোগলাভের সহায়ক নয়। এই বিশ্বসংসারে অধিকাংশ চিত্তই হয় ক্ষিপ্তভূমিক, নয় মূঢ়ভূমিক।

৩) বিক্ষিপ্তভূমি ঃ বিক্ষিপ্ত অবস্থায় চিত্ত তমঃ প্রভাব থেকে মুক্ত হলেও রজঃ গুণের প্রাদুর্ভাব তখনও থেকে যায়। বিক্ষিপ্ত চিত্ত সকল বস্তুই প্রকাশ করতে পারে এবং ধর্ম, জ্ঞান প্রভৃতি তাত্ত্বিক বিষয়ের প্রতি আকৃষ্ট হয়। এই অবস্থায় চিত্ত সাময়িকভাবে কোন একটি বিষয়ে স্থির থাকলেও পরক্ষণেই তা অন্য বিষয়ে ধাবিত হয়। এই অবস্থা পূর্ববর্তী দুটি অবস্থা থেকে কিছুটা উন্নত হলেও স্থায়ী চিত্ত সংযম ও মনঃসংযোগের অভাবহেতু ইহা যোগ সাধনার অনুকূল নয়।

৪) একাগ্রভূমি ঃ চিত্তের একাগ্রভূমিতে রজঃ ও তমঃ গুণের প্রাদুর্ভাব দূরীভূত হয়ে সত্ত্ব গুণের পরিপূর্ণ প্রকাশ লক্ষ্য করা যায়। কোন বস্তুর যথার্থ উপলব্ধির জন্য সেই বস্তুতে দীর্ঘকাল মনঃসংযোগের প্রয়োজন হয়, যা চিত্তের এই অবস্থায় সম্ভব হতে পারে। নিরবচ্ছিন্নভাবে একটিমাত্র বিষয়ে চিত্তের স্থিতিই একাগ্র অবস্থা। একাগ্রভূমিতে ধ্যেয়বিষয়কবৃত্তি ছাড়া অন্য সকল বৃত্তি নিরুদ্ধ হয়। কিন্তু এই অবস্থায়ও চিত্তবৃত্তির সম্পূর্ণ নিরোধ হয় না। বিষয়ের সান্নিধ্যে থাকায় চিত্তে বিষয়াকার বৃত্তি থাকে।

একাগ্রভূমিতে চিত্ত নিজেকে অন্যান্য বিষয় থেকে মুক্ত করে কেবল একটি বিষয়ে ধ্যানমগ্ন থাকে এবং ধ্যানের বিষয়ের আকারে আকারিত হয়। এই স্তরে চিত্তবৃত্তির সম্পূর্ণ নিরোধ না হলেও এই স্তর যোগের অনুকূল। এই স্তরের যোগ বা সমাধিকে সম্প্রজ্ঞাত যোগ বা সমাধি বলে। 'সম্প্রজ্ঞাত' বলতে 'বিশেষভাবে জ্ঞাত'। সম্প্রজ্ঞাত সমাধিতে যোগী তার ধ্যানের বিষয় সম্পর্কে বিশেষরূপে জ্ঞাত হন। একাগ্রভূমিতে যোগীর চিত্তে জগৎ সম্বন্ধে, নিজের সম্বন্ধে, এমনকি ধ্যান সম্বন্ধেও কোন জ্ঞান থাকে না। ধ্যানের বিষয়টির আকারই কেবল উদ্ভাসিত হয়। ফলে সম্পূর্ণ চিত্তবৃত্তি নিরোধ হয় না এই ভূমিতে।

৫) নিরুদ্ধভূমি ঃ

এটাই যোগ দর্শনে স্বীকৃত সর্বশেষ চিত্তভূমি। নিরুদ্ধ অবস্থায় মনের সকল বিকার বিনষ্ট হয়ে যায়, কোন বিষয়ে মনঃসংযোগ পর্যন্ত না থাকায় সকল চিত্তবৃত্তির নিরোধ ঘটে। চিত্ত এই অবস্থায় শান্ত সমাহিত হয়ে অবস্থান করে। এই অবস্থায় চিত্তে সত্ত্ব গুণের আধিক্য লক্ষ্য করা যায়। যোগ দার্শনিকদের মতে, নিরুদ্ধভুমিতেই পূর্ণ সমাধি সম্ভব। এই অবস্থায় চিত্তবৃত্তির সম্পূর্ণ নিরোধ ঘটায় পুরুষ বা আত্মা স্বরূপে অবস্থান করে। জ্ঞাতা জ্ঞেয় ভেদ সম্পূর্ণ লুপ্ত হয়ে যায়। যোগদার্শনিকগণ এই সমাধিকে অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি নামে অভিহিত করেছেন।

আত্মা বা পুরুষ যখন একান্তভাবে স্বরূপে অবস্থান করে, বা যে অবস্থায় ক্লেশ, কর্ম, বিপাক ও আশয়ের সম্পূর্ণ বিনাশ ঘটে; সেই অবস্থা যোগের অবস্থা। ক্ষিপ্ত, মূঢ়, বিক্ষিপ্ত ভূমিতে ঐ রকম একান্তভাবে আত্মার স্বরূপে অবস্থান হয় না বা ক্লেশাদির বিনাশও হয় না। তাই ঐ ভূমিগুলিকে চিত্তবৃত্তি নিরোধরূপ যোগের অবস্থা বলা যায় না। কেবলমাত্র একাগ্র ও নিরুদ্ধ ভূমিতে আত্মা বা পুরুষের নিজরূপে অবস্থান সম্ভব হয়, আবার এই দুই ভূমিতে সত্ত্ব গুণের প্রাধান্য থাকার জন্য এই দুটি ভূমি যোগ সাধনার একান্ত উপযোগী।

অধ্যাপক বিবেকানন্দ সাউ
দর্শন বিভাগ
বিদ্যানগর কলেজ