শ্রীমদ্ভগবদগীতা অনুসারে আত্মার স্বরূপ ও কর্ম বর্ণনা কর ।

অত্ + মনিন্ = আত্মা । আত্মাশব্দের নির্বচনে বলা হয় – 'অতি সন্ততভাবেন জাগ্রদাদিসর্বাবস্থাসু অনুবর্ততে ইতি আত্মা'। অৎ ধাতুর অর্থ 'অত সাতত্যগমনে' । যিনি সর্বত্র সমভাবে অবস্থান করে সর্বভূতে বিরাজমান তিনিই আত্মা –

স সর্বগঃ সর্বশরীরভৃচ্চ স বিশ্বকর্মা স চ বিশ্বরূপঃ ।

স চেতনাধাতুরতীন্দ্রিয়শ্চ স নিত্যযুক্ সানুশয়ঃ স এব ।।

এই আত্মা পাঞ্চভৌতিক জীবশরীরে অবস্থান করেন। জীবশরীরে একাদশ ইন্দ্রিয়, মন ও বুদ্ধি অবস্থান করে । জীবের পার্থিব শরীর স্থূল শরীর । এই স্থূল শরীরে চক্ষু প্রভৃতি কর্মেন্দ্রিয়ও প্রত্যক্ষ যোগ্য আর মন অপ্রত্যক্ষ । কিন্তু এই দশবিধ ইন্দ্রিয় স্থূলদেহকে পরিচালনা করে । তাই স্থূলদেহ ইন্দ্রিয় সমূহ শ্রেষ্ঠ – **ইন্দ্রিয়ানি পরাণ্যহুঃ** ।

ইন্দ্রিয় – **ইন্দ্রস্য আত্মনঃ লিঙ্গম্ অনুমাপকম্** । ইন্দ্রিয় জ্ঞান ও কর্মের সাধন । ইন্দ্রিয় একাদশসংখ্যক – পঞ্চ জ্ঞানেন্দ্রিয় , পঞ্চকর্মেন্দ্রিয় এবং মন । মন ইন্দ্রিয় সমূহের নিয়ামক । ফলে একাদশ ইন্দ্রিয়ের মধ্যে মন প্রধানতম্ ।

এই মন থেকে আবার বুদ্ধি শ্রেষ্ঠ। বুদ্ধি নিশ্চয়াত্মিকা অন্তঃকরণবৃত্তি । ব্রহ্মবৈবর্ত পুরাণে বুদ্ধিকে জ্ঞান জননী বলে বর্ণনা করা হয়েছে । বুদ্ধির্বিবেকচনারূপা সা জ্ঞানজননী শ্রুতৌ । বুদ্ধি সাত্ত্বিক , রাজসিক ও তামসিক এই তিন প্রকারের হয় । এর মধ্যে সাত্ত্বিকী বুদ্ধি হলো –

প্রবৃত্তিশ্চ নিবৃত্তিশ্চ কার্যাকার্যে ভয়াভয়ে।

বন্ধং মোক্ষঞ্চ যা বেত্তি বুদ্ধিঃ সা পার্থ ! সাত্ত্বিকী ।

সাত্ত্বিক বুদ্ধির দ্বারাই কেবল কার্য , অকার্য, ভয় , অভয় , বন্ধ এবং মোক্ষকে জানা যায়। অপরপক্ষে রাজসিক বুদ্ধি ধর্ম ও অধর্ম , কার্য ও অকার্যকে যাথাযথভাবে জানতে দেয় না এবং তামসী বুদ্ধি অধর্মকে ধর্ম , অকার্যকে কার্য বলে প্রতিপন্ন করে । সাত্ত্বিকী বুদ্ধি সুশ্রুষা , শ্রবণ , গ্রহণ , ধারণ , অর্থজ্ঞান ও তত্ত্বজ্ঞান - এই বিশেষ গুণ যুক্ত । এই সপ্তগুণযুক্ত নিশ্চয়াত্মিকা সাত্ত্বিকী বুদ্ধি মন থেকে শ্রেষ্ঠ ।

শ্রেষ্ঠতরা সাত্ত্বিকী বুদ্ধি থেকে যিনি শ্রেষ্ঠ তিনিই আত্মা । কঠোপনিষদ্ ও আত্মার মহত্ত্ব প্রতিপাদন করে বলেছে -

ইন্দ্রিয়েভ্যঃ পরা হ্যর্থা অর্থেভ্যশ্চ পরং মনঃ ।

মনসস্তু পরা বুদ্ধির্বুদ্ধেরাত্মা মহান্ পরঃ ।।

আত্মাই পুরুষ। আত্মা বা পুরুষ থেকে শ্রেষ্ঠ আর কিছুই নেই –

পুরুষান্ন পরং কিঞ্চিত্ সা কাষ্ঠা পরা গতিঃ ।

এই পুরুষ বা জীবাত্মা পরমাত্মারই অংশ । আত্মার দুটি স্বরূপ – পরমাত্মা ও জীবাত্মা । পরমাত্মা এক ও অভিন্ন কিন্তু জীবাত্মা প্রতি দেহে ভিন্ন। প্রতিটি জীব পরমাত্মারই অংশ - **মমৈবাংশো জীবলোক জীবভূতঃ সনাতনঃ** ।

সকল মানুষই ঈশ্বরের সন্তান । **একঃ অহং বহু স্যাম্ প্রজায়েয়** – আমি এক , আমিই বহু হব- পরমাত্মার এই ইচ্ছাই প্রকাশ জীবলোক । আধুনিক কবিও তাই বলেছেন – **মানুষে মানুষে নাইরে তফাত্ , নিখিল জগৎ ব্রহ্মময়।**

পরমাত্মা ও ব্রহ্ম সাদৃশ্যবাচক শব্দ। পরমাত্মা জীবলোক আশ্রয় করেন । জীবলোক জীবশরীরের বাচক। জীবশরীর স্থূল সূক্ষ্ম কারণ এই ত্রিবিধ শরীরের সমষ্টি । পরমাত্মা কারণ শরীর। ইন্দ্রিয়, বুদ্ধি ও পঞ্চপ্রাণ সূক্ষ্ম শরীর। জীবদেহ স্থূল শরীর । পরমাত্মা সূক্ষ্ম ও স্থূলশরীরের সাথে সম্বন্ধযুক্ত হয়ে উৎপত্তি, স্থিতি ও পালন কার্য করেন।

মম যোনির্মহদ্ ব্রহ্ম তস্মিন্ গর্ভং দধাম্যহম্ ।

সম্ভবঃ সর্বভূতানাং ততো ভবতি ভারত ।।

পরমাত্মা জীবাত্মরূপে প্রকৃতিস্থানি অর্থাত্ পঞ্চজ্ঞানেন্দ্রিয় ও পঞ্চপ্রাণের ও গ্রহণ এখানে বিবক্ষিত ।

কর্ণ , চক্ষু , ত্বক্, জিহ্বা ও নাসিকা এই পঞ্চজ্ঞানেন্দ্রিয়ের বিষয় হল যথাক্রমে শব্দ, রূপ, স্পর্শ, রস ও গন্ধ । ইন্দ্রিয়সমূহের স্বাধীনভাবে ভোগে অধিকার নেই । তারা ষষ্ঠ ইন্দ্রিয় মনের সাহায্যে বিষয় ভোগে প্রবর্তিত হয় ।

জীবাত্মা স্বরূপতঃ মুক্ত হয়েও অহংকার মমত্ব ও বাসনা যুক্ত হয়ে প্রকৃতি ও তারা কার্যের সাথে যুক্ত হয় এবং বিষয়ভোগে প্রবর্তিত হয়।

পুরুষঃ প্রকৃতিস্থো হি ভুঙ্ক্তে প্রকৃতিজান্ গুণে ।

কারণং গুণসঙ্গোহস্য সদসদ্-যোনি জন্মসু ।।

****

শ্রীমদ্ভগবদগীতানুসারে মন ও তার প্রকৃতি :

মন ষষ্ঠ ইন্দ্রিয় । মন্যতে বুদ্ধ্যতে অনেন – এই ব্যুৎপত্তিতে মন্ + অসুন্ প্রত্যয়নিষ্পণ্ন মন শব্দ । সপ্তদশ লিঙ্গশরীরের অন্যতম উপাদান মন । মন সঙ্কল্প ও বিকল্পাত্মক অন্তঃকরণবৃত্তি । মন পঞ্চকর্মেন্দ্রিয়ের সাথে মনোময় কোশ রচনা করে । ষট্ জ্ঞানেন্দ্রিয়ের মধ্যে মনই প্রধান । শ্রীমান অর্জুনের আত্মপরিচয় দিতে গিয়ে ভগবান বলেছেন- **'ইন্দ্রিয়াণাং মনশ্চাস্মি ভূতানামস্মি চেতনা'** । অমরকোষ অনুসারে চিত্ত , চেত , হৃদয় , স্বান্তঃ, হৃৎ, মানসপ্রভৃতি মনের পর্যায় শব্দ । সুখ, দুঃখ, ইচ্ছা, দ্বেষ, মতি ,যত্ন প্রভৃতি অনুভূতি মনসাধ্য । মহাভারতে মনের নয়টি গুণ বর্ণনা করে বলা হয়েছে-

ধৈর্যোপপত্তিব্যক্তিশ্চ বিসর্গঃ কল্পনা ক্ষমা ।

সদসচ্চাশুতা চৈব মনসো নব বৈ গুণাঃ ।।

পাঞ্চভৌতিক উপাদানে নির্মিত জীবশরীর । পঞ্চমহাভূত ,পঞ্চজ্ঞানেন্দ্রিয় , পঞ্চকর্মেন্দ্রিয়, মহৎ , বুদ্ধি , অহংকার , - এই তেইশটি তত্ত্বে জীবদেহ গঠিত । সাংখ্যবর্ণিত পঞ্চবিংশতি তত্ত্বের অন্যতম প্রকৃতির কার্য এই চতুর্বিংশতি উপাদান । পুরুষ অসঙ্গ – ন প্রকৃতির্ন বিকৃতিঃ পুরুষঃ । শ্রীকৃষ্ণ তাঁর যে অষ্ট প্রকৃতির কথা বলেছেন, সেগুলি উক্ত উপাদানের সমষ্টি –

মহাভূতান্যহঙ্কারো বুদ্ধিরব্যক্তমেব চ ।

ইন্দ্রিয়াণি দশৈকঞ্চ পঞ্চ চেন্দ্রিয়গোচরাঃ ।।

আচার্য ঈশ্বরকৃষ্ণের সাংখ্যকারিকা ও পাতঞ্জল দর্শনেও জীবসৃষ্টির অনুরূপ বর্ণনা দেখা যায় –

মূলপ্রকৃতিরবিকৃতির্মহদাদ্যাঃ প্রকৃতিবিকৃতিয়ঃ সপ্ত ।

ষোড়শকস্তু বিকারো ন প্রকৃতির্ন বিকৃতিঃ পুরুষঃ ।।

মহর্ষি পতঞ্জলির যোগদর্শনে বলা হয়েছে – **বিশেষাবিশেষলিঙ্গমাত্রলিঙ্গানি গুণপর্বণি**। বিশেষ অর্থাৎ পঞ্চজ্ঞানেন্দ্রিয়, পঞ্চ কর্মেন্দ্রিয় , মন এবং পঞ্চ স্থূল ভূত , অবিশেষ অর্থাৎ অহঙ্কার এ পঞ্চ তন্মাত্রসমূহ, লিঙ্গমাত্র অর্থাৎ মহৎতত্ত্ব এবং অলিঙ্গ

অর্থাৎ মূলাপ্রকৃতি – এই চতুরবিশংতি তত্ত্ব , গুণ রাশির অবস্থা বিশেষ । যোগদর্শনে এই চতুর্বিশংতি তত্ত্ব **'দৃশ্য'** নামে অভিহিত । শ্রীমদ্ভগবতগীতায় এই চতুর্বিশংতি তত্ত্বে রচিত জীবশরীর **'ক্ষেত্র'** নামে অভিহিত ।

মন এই জীবশরীর বা ক্ষেত্রের অন্যতম উপাদান । ইন্দ্রিয় সমূহই মনের সাহায্যেই বিষয় ভোগে প্রবর্তিত হয় । আবার এই মনের সাহায্যেই মানুষ বিষয়ভোগ ত্যাগ করে আত্মজ্ঞান লাভে তৎপর হয় । বিষ্ণুপুরাণে তাই বলা হয়েছে -

মন এব মনুষ্যাণাং কারণং বন্ধমোক্ষয়োঃ ।

বন্ধস্য বিষয়াসঙ্গি মুক্তের্নিবিষয়ং তথা ।।

একাদশ ইন্দ্রিয়ের অন্তর্গত হলেও মন অতীন্দ্রিয় এবং অণুপরিমাণ । ব্রহ্মবৈর্বতপুরাণেও মনের সংজ্ঞায় বলা হয়েছে - **অনিরূপ্যমদৃশ্ঞ জ্ঞানভেদং মনঃ স্মৃতম্ ।**

সাংখ্যদর্শনে মনকে উভয়াত্মক বলা হয়েছে । মন ইন্দ্রিয় । কিন্তু অন্যান্য ইন্দ্রিয়ের মতো মন প্রত্যক্ষযোগ্য নয়, মন অন্যান্য ইন্দ্রিয়ের নিয়ন্ত্রক হলেও ইন্দ্রিয়ধর্মবিশিষ্ট । মনকে যুগপৎ জ্ঞানেন্দ্রিয় ও কর্মেন্দ্রিয় বলা হয় । মন জ্ঞানেন্দ্রিয়ে আরূঢ় হয়ে কার্য করে বলে জ্ঞানেন্দ্রিয় , আবার কর্মেন্দ্রিয়ের অধ্যক্ষ হয় বলে মন কর্মেন্দ্রিয় ।

মন সঙ্কল্পাত্মক । সঙ্কল্প অর্থাৎ বিচার – বিবেচনা মনের অসাধারণ ধর্ম । চক্ষু প্রভৃতি ইন্দ্রিয় বস্তুর সামান্য আকার গ্রহণে কেবল সক্ষম । কিন্তু মনের মাধ্যমেই বস্তুর বিশেষ আকারের বোধ জন্মায় ।

সত্ত্বগুণের এক বিশেষ পরিণামে মনের উৎপত্তি । সাংখ্যসূত্রে বলা হয়েছে – **মহদাখ্যমাদ্যং কার্যং তন্মনঃ** । প্রকৃতির আদি কার্য বা প্রথম বিকার মহৎ । মন ইহারই কার্য । অর্থাৎ মহত্তত্ত্ব থেকেই মনের উৎপত্তি।

কঠোপনিষদে মনকে প্রগ্রহ বলা হয়েছে – **মনঃ প্রগ্রহমেব চ** । বল্গার সাহায্যে সারথি রথের গতি নিয়ন্ত্রণ করে । বুদ্ধি ও তেমনি মনের সাহায্যেই ইন্দ্রিয়সমূহকে নিয়ন্ত্রণ করে । প্রকৃতির ও গুণত্রয় সত্ত্ব , রজঃ ও তমোগুণের দ্বারা মন প্রভাবিত হয় । সত্ত্বগুণ তৃষ্ণা ও মোহকারক । রজোগুণের প্রভাবে মন কামনা বাসনা ও আসক্তি যুক্ত হয়ে বিষয়ভোগে লিপ্ত হয় । আর তমোগুণ অজ্ঞান জাত । তমোগুণের প্রভাবে

প্রভাবিত মন জীবাত্মাকে প্রমাদ, আলস্য ও নিদ্রার দ্বারা মোহিত করে রাখে । পরমকল্যাণ তথা ঈশ্বর সান্নিধ্য প্রাপ্তির জন্য মনের সাত্ত্বিক ভাব একান্ত প্রয়োজন । সাত্ত্বিক ভাবের উদয়ে মন প্রশান্ত ও নির্মল হয় । তখন ভোগ , কামনা , বাসনার আবিলতা মনকে স্পর্শ করতে পারে না । উদারতা , বিশ্বভ্রাতৃত্ব , ঈশ্বরমুখীনতা প্রভৃতি সৎগুণে মানুষ ভূষিত হয় । প্রমথনশীল ইন্দ্রিয় সমূহ তখন আর মনকে কুপথে নিতে পারে না । মানুষ তখন এক উত্তম সুখ অনুভব করে -

প্রশান্ত মনসং হ্যেনং যোগিনং সুখমুত্তমম্ ।

উপৈতি শান্তরজসং ব্রহ্মাভূতমকল্মষম্ ।।

****