সাধনা জীবনের উপলব্ধি- রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর

আত্মচেতনা ' প্রবন্ধের সংক্ষিপ্ত সার।(ষষ্ঠ সেমেষ্টারের ছাত্রীদের জন্য)

চৈতালী ঘোষ-দর্শন বিভাগ,রাণীগঞ্জ গার্লস কলেজ

ব্যাক্তি ও বিশ্বের সমন্বয়ে ভারতবাসী সমধিক গুরুত্ব আরোপ করেছিল। তার চেতনায় মানুষের সঙ্গে সঙ্গে জগৎ ও ছিল এক মহান সত্যের অংশ। ভারতবাসীর আগ্রহ ছিল তার চেতনার ক্ষেত্র বিশ্বব্যাপী বিস্তারের মাধ্যমে ব্রহ্মের মধ্যে জীবিত থাকা, ও আনন্দ আস্বাদন করা। এই ব্রহ্ম সর্বজ্ঞ ও সর্বব্যাপী আত্মা। কিন্তু মানুষের পক্ষে এইকাজে সাফল্য লাভ যথেষ্ট কঠিন। কিন্তু তা বলে তা একেবারেই অর্জনযোগ্য নয় এমনটি ভাবার কোনো কারণ নেই। মানুষ প্রাত্যহিক জীবনে অনেক দায়িত্ব পালন করে কিন্তু সঠিক নিয়মটির খোঁজ পেলে তার পক্ষে এই সমস্ত কাজ সুচারূভাবে করা সম্ভব। নিয়মের এই অনুসন্ধান আসলে ঐক্যের ও সামঞ্জস্যের অনুসন্ধান। এই অনুসন্ধানের পথে আমরা এই উপলব্ধি করি যে এককে পেতে হলে সর্বময়কে পেতে হবে। এ আমাদের চরম ও সর্ব্বোচ্চ অধিকার যা ঐক্যের সেই নিয়মের উপর প্রতিষ্ঠিত যা আমাদের অবিরাম শক্তি যোগায় যখন আমরা তা জানি। এই সক্রিয় নিয়মের শক্তি রয়েছে সত্যের মধ্যে। সত্য এক তথ্য অনেক। সত্য অর্জন তথ্য সংগ্রহের বাধ্যবাধকতা থেকে আমাদের মুক্তি দেয়, সত্যের আলো তথ্যসামগ্রীর বেড়া অতিক্রম করে আমাদের অনন্ত সত্যের দিকে চালিত করে।

জ্ঞানের ক্ষেত্রে যেমন চেতনার ক্ষেত্রেও আমাদের একটি মূল সত্যকে স্পষ্টভাবে উপলব্ধি করতে হবে। তা হল নিজের আত্মাকে জানা। প্রত্যেক মানুষের মধ্যে যে মহান ঐক্যের সত্য রয়েছে তা উপলব্ধি করা।আমাদের আমিত্ব আমাদের সঠিক দৃষ্টিকে আচ্ছন্ন করে দিয়ে আমাদের অর্ন্তদৃষ্টির পথে বাধা হয়ে দাঁড়ায়। যখন আমরা আমাদের অহং বর্জন করতে পারি তখন আমাদের আন্তরসত্তা প্রত্যক্ষ করি।এইভাবে নিজেদের সংকীর্ণ গন্ডি অতিক্রম করে অন্যের সঙ্গে নিজেকে ঐক্যের বন্ধনে আবদ্ধ করতে পারি তখন প্রকৃত আনন্দ লাভ করতে পারি। এই ভাবে নিজেকে সবকিছুর সঙ্গে সমপৃক্ত করা সম্ভব প্রেমের মাধ্যমে। প্রেমই ভেদের অনুভূতি লুপ্ত করে আমাদের নিজস্ব সীমা অতিক্রম করে অসীমের সঙ্গে আমাদের সংযুক্ত করে আমাদের পরমানন্দ দেয়। প্রেমের মাধ্যমেই মানুষ জানতে পারে যে নিজের থেকে সে অনেক বড় ও সর্বময়ের সঙ্গে যুক্ত।

ঐক্যের এই নীতি যা মানুষের আত্মায় আছে তা সাহিত্য, বিজ্ঞান , রাষ্ট্র পরিচালনা , ধর্মের মধ্য দিয়ে দূর ও নিকটের মধ্যে সম্বন্ধ স্থাপন করে সবসময় সক্রিয় থাকে। মানবপ্রেমের আর্দশে যারা ব্যক্তিসত্তা বির্সজন দিয়ে আত্মার প্রকৃত অর্থ প্রকাশ করেন তারাই মহান দ্রষ্টা ,তারাই আমাদের কাছে বরেণ্য। উপনিষদে বলা হয়েছে পুত্র আমাদের কাছে প্রিয় কারণ পুত্রের মধ্যেই আমরা নিজেদের আত্মাকে খুঁজে পাই। পরমাত্মা আমি এবং আমার পুত্র উভয়েই বিরাজমান এই সত্যের উপলব্ধিই পুত্রে আমাদের আনন্দের কারণ।ব্যক্তি সত্তার বাইরে উঠতে পারলেই,ব্যক্তি সত্তার উপর প্রভূত্ব বিস্তার করতে পারলেই আমাদের নিজেদের নিজেকে জানা, নিজের আত্মাকে জানার পথ সুগম হয়। তখনই সর্বময়ের সঙ্গে নিজেদের আমরা একাত্ম করতে পারি।

বুদ্ধদেব মুক্তির যে মতবাদ প্রচার করেছিলেন তা হল অবিদ্যার নাগপাশ থেকে মুক্তি। অবিদ্যা হল অজ্ঞান যা আমাদের চেতনাকে রুদ্ধ করে আমাদের ব্যাক্তিসত্তার সীমিত গন্ডীর মধ্যে আবদ্ধ করে রাখে। এ হলো আধ্যাত্মিক নিদ্রা। যে পরম সত্য তাকে ঘিরে রেখেছে সে সম্বন্ধে তার চেতনা সম্পূর্ণ জাগ্রত থাকেনা , এইজন্য নিজের আত্মার সত্যতা ও সে জানেনা। যখন মানুষ ব্যাক্তি সত্তার সুপ্ত অবস্থা থেকে পূর্ণজাগ্রত হয় তখন সে বোধি লাভ করে। আত্মাকে জানার এই প্রয়াস ভারতবাসীর আত্মার উপলব্ধির অনুসন্ধানে অজানার দিকে যাত্রার ইতিহাস। আত্মাকে উপলব্ধির জন্য আমাদের আত্মসংমের মাধ্যমে সমস্ত চিত্ত বিভ্রমকারী শক্তিকে পরাভূত করে আমাদের সমস্ত চিন্তা ও কর্মকে এক অবিচ্ছিন্ন ঐক্য সুত্রে আবদ্ধ করতে হবে। এই আত্মাকে জানা, আত্মাকে উপলব্ধি করাই মানবজীবনের চূড়ান্ত লক্ষ্য। মানুষের মধ্যে যে এক রয়েছেন তাঁর সাক্ষাৎ পাওয়া তার একমাত্রসাধনা। কারণ মানূষের মধ্যে যে এক রয়েছেন তিনি সর্বদা ঐক্যের সন্ধানে ব্রতী। উপনিষদে বলা হয়েছে এক রূপকে যিনি বহুধা করেছেন তাঁকে নিজেদের আত্মার মধ্যে উপলব্ধি করে ধীর ব্যাক্তিরা শাশ্বত সুখ লাভ করেন। আমাদের নিজেদের আত্মায় এই এক বা পরমাত্মার অনুভূতি, পরমাত্মার দর্শন ই আমাদের অন্যতম লক্ষ্য। আমাদের আত্মচেতনার দৃষ্টি উন্মিলনের মাধ্যমে আমরা এই পরম একের সঙ্গে ঐক্য উপলব্ধি করি। সম্পুর্ণ স্বার্থ ত্যাগ ও প্রেমের মাধ্যমেই এই পরমাত্মাকে লাভ করা সম্ভব।

সুপ্রাচীন কাল থেকেই মানুষের সকরুণ প্রার্থনা জগদীশ্বর যেন তাকে অসৎ থেকে সৎ স্বরূপে, অন্ধকার থেকে জ্যোতিঃ স্বরূপে, ও মৃত্যু থেকে অমৃত স্বরূপে নিয়ে যান। কিন্তু এই প্রার্থনা তারই গ্রাহ্য হয় যিনি সমস্ত আমি ,সমস্ত অহং পরিত্যাগ করে চেতনার আলো প্রজ্জ্বলনের মাধ্যমে সেই এক সেই সর্বানুভবের সঙ্গে নিজের ঐক্য স্থাপন করতে পারেন। যিনি নিজের আত্মাকে পরমাত্মার মধ্যে উপলব্ধি করতে পারেন। আর এই সমস্ত মানুষেরাই আমাদের কাছে মনুষ্যত্বের শ্রেষ্ঠ নির্দশন হয়ে দাঁড়ান। ঈশ্বরকে যিনি আন্তরিক ভাবে ভালবাসেন তিনি আমাদের কাছে পরম শ্রদ্ধা লাভ করেন। ঈশ্বর প্রেমে প্রদীপ্ত তাঁর জীবন আমাদের সমস্ত পার্থিব প্রেমকে ঊজ্জ্বল করে তোলে। সেই সত্য সুন্দর কে উপলব্ধির অভিপ্রায়ে আমরা ব্যাকুল হই। আমাদের অন্তরের সেই এককে উপলব্ধি করে পরম একের সঙ্গে ঐক্য স্থাপনে সচেষ্ট হই। যতদিন আমরা আমাদের অন্তরের সামঞ্জস্য, অস্তিত্বের পরিপূর্ণতা লাভ না করি ততক্ষণ এই চেষ্টা সফলকাম হয়না।

<u>তথ্যসূত্র</u>

1.Tagore,Rabindranath(2013): Sadhana-The Realization of Life. Createspace Independent Publisher.

3.সাধনা-জীবনের উপলব্ধি:রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর। অনুবাদ নীলা দাস(২০১৯), সিগনেট প্রেস।

চৈতালী ঘোষ-দর্শন বিভাগ,রাণীগঞ্জ গার্লস কলেজ