পবিত্রতা

স্বামী অলোকানন্দ

আজকাল সর্বত্র একটি কথা শোনা যায়—শুদ্ধ বা pure। বাজারে কোনও জিনিস কিনতে গেলে সব বিক্রেতাই দাবি করে তার বস্তুটি pure বা বিশুদ্ধ। তেমনই কোনও ব্যক্তির মহত্ত্বের পরিচয় দিতে গেলে বলতে হয় মানুষটি খুব pure বা শুদ্ধ। শুদ্ধ বা পবিত্রের ভাবই হল শুদ্ধতা বা পবিত্রতা বা purity—যেটি অবলম্বন করে কোনও বস্তু বা ব্যক্তি পবিত্র বা শুদ্ধ হয়। পবিত্র ও পবিত্রতা অঙ্গাঙ্গীভাবে জড়িত। তবে ইংরেজি pure বা purity শব্দ অপেক্ষা সংস্কৃত ভাষায় শুদ্ধতা বা পবিত্রতা শব্দের দ্যোতনা অনেক বেশি গভীর ও তাৎপর্যপূর্ণ।

শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতায় অন্তত চারটি জায়গায় পবিত্র শব্দটি পাই। শব্দটির অর্থ আচার্য শংকর সর্বত্রই 'পাবনম্' বলেছেন। পাবন অর্থাৎ শুদ্ধিকর।

নৈতিক দিক থেকে অনেকে সদ্‌গুণযুক্ত হতে পারেন। আমরা কতকগুলি সুনীতিকে জীবনে রূপায়িত করার চেষ্টা করি। সত্যভাষণ, ন্যায়পথে চলা, প্রাত্যহিক জীবনচর্যায় নির্দিষ্ট নিয়মিত ভাব, গুরুজনদের প্রতি শ্রদ্ধা ইত্যাদি নীতিগত সুকুমার বৃত্তিগুলি অনুশীলন করে কোনও ব্যক্তি নীতিপরায়ণ হতে পারেন। এর দ্বারা ব্যক্তিজীবনের ভিত্তি সুগঠিত হয় অবশ্যই, কিন্তু আধ্যাত্মিক জীবনের চরম পরিণতি ঈশ্বরানুভূতির জন্য আরও কিছু সম্পদের প্রয়োজন।

ঈশ্বর স্বয়ং পবিত্রতা। নিজে পবিত্র না হলে পবিত্রতাস্বরূপ ঈশ্বরের অনুভব কী করে সম্ভব? বাইবেলে যিশুখ্রিস্ট বলেছেন, ''পবিত্র আত্মারাই ধন্য—কারণ তারাই ঈশ্বরকে দর্শন করবে।'' শাস্ত্রে অধ্যাত্মজিজ্ঞাসুকে কায়মনোবাক্যে পবিত্র হতে বলা হয়েছে।

ধর্মীয় জীবনের উদ্দেশ্য লক্ষ্যে স্থিতিলাভ, ইষ্টবস্তুতে মনকে একাগ্র করা। সারাদিন আমাদের মনে নানা বৃত্তি উদিত হয়। কোনও কিছু দেখার বা পাওয়ার, কোথাও যাওয়ার ইচ্ছা—এমন নানা বৃত্তি মনে আসে। এই চঞ্চল মনকে একাগ্র করার জন্য, চিত্তকে লক্ষ্যে স্থির করার জন্য অধ্যাত্মপিপাসু পরম তত্ত্বের ধ্যানে বসেন। গুরুনির্দিষ্ট ইষ্টরূপকে হৃদয়ে চিন্তা করতে সচেষ্ট হন। প্রথম প্রথম ইষ্টচিন্তা মনে স্থায়িত্বলাভ করে না, কারণ চিত্তে বিপরীত ভাবনাগুলি অনেক দূর পর্যন্ত শিকড় ছড়িয়েছে। সেখানে তো ''চামচিকে এগারো জনা, দিবানিশি দিচ্ছে থানা''—ইন্দ্রিয়গুলি অত্যন্ত চঞ্চল। পাঁচটি জ্ঞানেন্দ্রিয়, পাঁচটি কর্মেন্দ্রিয় ও মন—এই হিসেবে ইন্দ্রিয়ের সংখ্যা এগারো ধরা হয়েছে। এই মনকে

শুদ্ধ বলা যায় না। অথচ মন শুদ্ধ না হলে ভগবানলাভ সুদূরপরাহত। শ্রীরামকৃষ্ণ বলেছেন, ''যদি হৃদয়মন্দিরে মাধব প্রতিষ্ঠা করতে চাও, যদি ভগবানলাভ করতে চাও, শুধু ভোঁ ভোঁ করে শাঁখ ফুঁকলে কী হবে! আগে চিত্তশুদ্ধি। মন শুদ্ধ হলে ভগবান পবিত্র আসনে এসে বসবেন।''

মনের পবিত্রীকরণ বা শুদ্ধীকরণের জন্য শাস্ত্র নানা উপায় বলেছেন। চিত্তবৃত্তিনিরোধ, আবৃত্তচক্ষু হয়ে ইন্দ্রিয়সমূহকে ইষ্টাভিমুখী করা, অধ্যাত্মযোগাধিগম, জ্ঞান, ভক্তি, যোগ প্রভৃতি নানা উপায় বলা হয়েছে। গীতায় শ্রীভগবানও স্পষ্ট বলেছেন, ''যতো যতো নিশ্চরতি মনশ্চঞ্চলম-স্থিরম্।/ ততস্ততো নিয়ম্যৈতদাত্মন্যেব বশং নয়েৎ॥'' (৬।২৬)—চঞ্চল মন যে-যে-শব্দাদি বিষয়ে ধাবিত হয় সেখান থেকে তাকে সরিয়ে এনে পরমাত্মাতেই স্থির করো। এই মনের চাঞ্চল্য নিবারণের উপায় অতীব কঠিন একথা স্বীকার করেও শ্রীভগবান অর্জুনকে বলেছেন, ''অভ্যাসেন তু কৌন্তেয় বৈরাগ্যেণ চ গৃহ্যতে (৬।৩৫)।''

মহর্ষি পতঞ্জলি চিত্তবৃত্তি নিরোধের উপায় নির্দেশ করেছেন—শৌচ, সন্তোষ, তপঃ, স্বাধ্যায়, ঈশ্বরপ্রণিধান। প্রথমটিই শৌচ অর্থাৎ পবিত্রতা। শৌচ দুপ্রকার—বাহ্য ও আন্তর। বাহ্য শৌচ শারীরিক সংস্কার। শরীরের মলিনতা মৃত্তিকা, জল, সাবান প্রভৃতি দ্বারা দূর করা যায়। একে আমরা কায়িক পবিত্রতা বলতে পারি। এই পবিত্রতা সম্পাদন আমরা সহজেই করতে পারি। জগতে বহু মানুষকেই দেখা যায় নানাবিধ প্রসাধনদ্রব্যের সাহায্যে বাহ্যিক শুদ্ধতা সম্পাদন করে থাকে। লোকে তাদের বাইরের রূপ, পোশাক, চাকচিক্য দেখে আকৃষ্ট হয়। কিন্তু অন্তরে হয়তো সে-ব্যক্তি চরম নিষ্ঠুর, হত্যাকারী, নানাবিধ অসৎ কাজে লিপ্ত। সে যতক্ষণ বাহ্য শৌচের সঙ্গে আন্তর শৌচকে যুক্ত করতে না পারে, ততক্ষণ সে কোনওমতেই পরমাত্মার সঙ্গে মিলিত হতে পারে না। তাই কায়িক পবিত্রতার সঙ্গে সঙ্গে বাচিক ও মানসিক পবিত্রতারও প্রয়োজন।

বাচিক পবিত্রতার ক্ষেত্রে, উচ্চারিত বাক্য যেন পবিত্র ও শুদ্ধ হয় তা অভ্যাস করতে হবে। এখানে ব্যাকরণগত শুদ্ধতার কথা বলা হচ্ছে না, ভাবগত শুদ্ধতার দিকেই দৃষ্টি আকর্ষণ করা হচ্ছে। শ্রীভগবানের নাম, মহিমাবাচক স্তোত্রাদি নিত্যপাঠ করলে বাক্য-মন শুদ্ধ হয়। এই নামগুণকীর্তনের ফলে মনেও সেইরকম একটি সংস্কার উৎপন্ন হয়, ক্রমে তা দৃঢ়তা লাভ করে। সত্যভাষণ, সৎস্বরূপের বিষয়ে পঠনপাঠন বাচিক পবিত্রতা সাধনের সহায়ক।

এরপর মানসিক পবিত্রতা এবং সেটিই হল মানুষের দেবত্বলাভের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সাধন। জন্মান্তরীণ সংস্কারসমূহ মনেই থাকে। মনই জগৎসংসারের স্রষ্টা। নানা কল্পনা বীজাকারে মনে উদিত হয়ে ক্রমশ বিস্তারলাভ করে, নানারকম কর্মের প্রেরণা দেয়। তা থেকে কর্মের সূচনা, ফলভোগ, পুনঃকর্মপ্রবৃত্তি—এভাবে চক্রাকারে জীব বন্ধনে পড়ে। তাই মনের সংস্কার একান্ত প্রয়োজন। উপনিষদের 'নৈব বাচা ন মনসা' এবং 'মনসৈবেদমাপ্তব্যম্'—অর্থাৎ 'বাক্যমনের দ্বারা তাঁকে লাভ করা যায় না' এবং 'মনের দ্বারাই তাঁকে লাভ করা যায়'—এই আপাত স্ববিরোধী বাক্যদ্বয়ের অর্থসামঞ্জস্য করে ভাষ্যকারও বলেছেন, 'আহার্যগ্রহণসংস্কৃতেন মনসা' তাঁকে লাভ করা সম্ভব।

উপনিষদ বলছেন, ''আহারশুদ্ধৌ সত্ত্বশুদ্ধিঃ সত্ত্বশুদ্ধৌ ধ্রুবা স্মৃতিঃ'' (ছান্দোগ্য ৭।২৬।২)। আহার শুদ্ধ হলে অন্তঃকরণ শুদ্ধ হয়; অন্তঃকরণ শুদ্ধ হলে ধ্রুবাস্মৃতি অর্থাৎ পরমাত্মা সম্বন্ধে নিশ্চলা স্মৃতি জাগ্রত হয়। আহার শব্দের সাধারণ অর্থ খাদ্যবস্তু গ্রহণ। খাদ্যবস্তুর গুণাবলির প্রভাব আমাদের মনেও প্রতিফলিত হয়। উপনিষদ

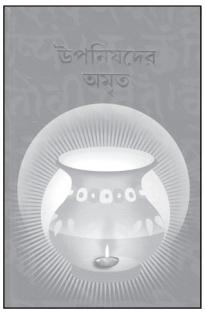
বলেছেন, ''অন্নমশিতং ত্রেধা বিধীয়তে তস্য যঃ স্থবিষ্ঠো ধাতুস্তৎ পুরীষং ভবতি যো মধ্যমস্তন্মাংসং যোঽণিষ্ঠস্তন্মনঃ''—অন্ন ভক্ষিত হয়ে ত্রিবিধাকারে পরিণত হয়। স্থূলতমটি মলে, মধ্যম মাংসে ও সূক্ষ্মতম অংশ মনে পরিণত হয় (ছান্দোগ্য ৬।৫।১)। গীতায় শ্রীভগবানও সত্ত্বাদি ভেদে ত্রিবিধ আহারের কথা ও ফলের কথা বলেছেন। সুতরাং মনের গঠনে অন্নের বা আহারের ভূমিকা রয়েছে। তাই অধ্যাত্মপিপাসুর সাত্ত্বিক আহার মনের পবিত্রতা সম্পাদনে সহায়ক।

ব্যাপক অর্থে আমরা ইন্দ্রিয়সমূহ দ্বারা যা আহরণ করে থাকি তাই 'আহার'। সুতরাং ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য বস্তুসমূহ সাত্ত্বিক হলেই মনের পবিত্রতা সম্ভব হবে। ''মন এব মনুষ্যাণাং কারণং বন্ধমোক্ষয়োঃ''—মনই মানুষের বন্ধন ও মোক্ষের কারণ। তাই মনের শুদ্ধীকরণ আমাদের আধ্যাত্মিক জীবনের চরম লক্ষ্যে পৌঁছনোর জন্য একান্ত আবশ্যক।

আমাদের সর্বদা নিজেকে শুদ্ধ, পবিত্র, জ্ঞানস্বরূপ, আত্মস্বরূপ, আনন্দস্বরূপ বলে ভাবতে হবে। কারণ স্বরূপত আমরা ব্রহ্ম, অজ্ঞানাচ্ছন্ন হয়ে স্বরূপ ভুলে গিয়েছি। মেষপালের মধ্যে পালিত হয়ে ব্যাঘ্রশিশু যেন ঘাস চিবুচ্ছে। এখন শ্রীগুরু ও শাস্ত্রমুখে স্বরূপ সম্বন্ধে অবহিত হয়ে তা অনুভব করার জন্য সাধন করতে হবে। অনুক্ষণ স্বরূপের চিন্তন মনকে তদাকার-আকারিত করে তোলে। আমরা নিজেদের দীন, হীন, অপবিত্র ভাবতে ভাবতে এ-অবস্থায় পৌঁছেছি, এখন আবার স্বরূপচিন্তনের দ্বারা পবিত্রতা লাভ করব। স্বামী ব্রহ্মানন্দজী বলতেন, ''আমরা পবিত্র ও দৈবী সম্পদে ভূষিত—এরূপ ভাবনা মনকে শান্ত ও পবিত্র করবার একটা উপায়। এ ধারণা ভ্রান্ত নয়। ভগবান আমাদের সৃষ্টি করেছেন তাঁর নিজের আকৃতির অনুরূপ করে; সুতরাং পবিত্রতা ও দেবত্বে আমাদের জন্মগত অধিকার।'' শ্রীরামকৃষ্ণদেব বলেছেন, ''যে রাতদিন 'আমি পাপী' 'আমি পাপী' এই করে, সে তাই হয়ে যায়। ঈশ্বরের নামে এমন বিশ্বাস হওয়া চাই—'কি, আমি তাঁর নাম করেছি, আমার এখনও পাপ থাকবে! আমার আবার পাপ কি!'... '' তিনি আরও বলেছেন, ''... ভগবানের নাম করলে মানুষের দেহ-মন সব শুদ্ধ হয়ে যায়।... একবার বল যে, অন্যায় কর্ম যা করেছি আর করব না। আর তাঁর নামে বিশ্বাস কর।'' ✠

শ্রীসারদা মঠ থেকে প্রকাশিত

উপনিষদের অমৃত



স্বামী বিবেকানন্দ বেদ-উপনিষদের শাশ্বত ভাবধারাকে সাধারণ মানুষের মধ্যে ছড়িয়ে দিতে চেয়েছিলেন, চেয়েছিলেন বনের বেদান্তকে ঘরে আনতে। তাঁরই চিন্তাধারার অনুবর্তনে নিবোধত পত্রিকায় মহামহোপাধ্যায় গোবিন্দগোপাল মুখোপাধ্যায়ের উপনিষদীয় আলোচনার সূত্রপাত। 'উপনিষদের অমৃত' নামে দশবছর ধরে ধারাবাহিকভাবে প্রকাশিত এই মনোজ্ঞ উপনিষদচিন্তন বহুজনের অনুরোধে গ্রন্থাকারে প্রকাশিত হল। মূল্য ১৫০ টাকা।

যোগাযোগ : saradamath.books@gmail.com; Phone: (033) 2564-5411, 8582954753 (Office Hours: 8 to 11.30 am & 4 to 6 pm. Wednesday Closed.)