SANATANODAYA सनातनोदय
ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
*Available Online : https://sanatanodaya.com/*

# শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার আলোকে অহংকার ও স্থিতপ্রজ্ঞের দার্শনিক মূল্যায়ন

**সুমিত মাহাত,**
গবেষক, দর্শন বিভাগ,
বি. বি. এম. কে. বিশ্ববিদ্যালয়, ধানবাদ, ঝাড়খন্ড।

**সংক্ষিপ্তসার :**

অহংকার মানব জীবনের একটি বিষাক্ত স্বভাব যা আমাদের মানসিকতা ও সমাজের উপর ক্ষতিকর প্রভাব ফেলে। অহংকার আমাদের নিজস্ব মূল্যবোধ ও মানুষের প্রতি সঠিক আচরণকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। অহংকার আমাদের বিবেককে নষ্ট করে এবং আমরা ভুল সিদ্ধান্ত গ্রহণে প্ররোচিত হই। গীতা আমাদের অহংকারের প্রকৃত প্রকৃতি সম্পর্কে সতর্ক করে। মায়া বা অহং-আবরণ গেলেই মুক্তিলাভ সম্ভব।

ভগবান শ্রীকৃষ্ণ শ্রীমদ্ভগবদ্গীতায় অহংকার থেকে মুক্ত হয়ে জীবনযাপনের উপদেশ দিয়েছেন। এ প্রসঙ্গে স্থিতপ্রজ্ঞের ধারণাটি বিশেষ উল্লেখযোগ্য। যে ব্যক্তি সমস্ত কামনা পরিত্যাগ করে মমতাবর্জিত, অহংকাররহিত এবং নিস্পৃহ হয়ে বিচরণ করেন, তিনিই পরম শান্তি লাভ করেন।

গীতার কর্মযোগসম্মত ধর্মের পথ ধরেই ব্যক্তি তার জীবনে প্রতিষ্ঠা পেতে পারে এবং মানব সমাজেও কল্যাণ প্রতিষ্ঠিত হতে পারে। ইতিহাস পর্যালোচনায় জানা যায়, ভগবান শ্রীকৃষ্ণ কথিত এই ধর্মোপদেশ অনুসরণ করেই প্রাচীন ভারত শৌর্যবীর্যে, জ্ঞান-বিজ্ঞানে, শিল্প-সাহিত্যে, শিক্ষা-সংস্কৃতিতে এক অতি উল্লেখযোগ্য স্থান অধিকার করতে সমর্থ হয়েছিল। গীতার বাণীগুলি মানুষকে জীবনযাপনের সঠিক পথ নির্দেশ করে। গীতার বাণী জীবনে গ্রহণ করলে উন্নতিসাধন সম্ভব। তাই গীতার মহৎ শিক্ষাগুলি আজও সমানভাবে প্রাসঙ্গিক।

**মুখ্যশব্দাবলী :** শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা, অহংকার, বন্ধন, ধর্ম, মুক্তি, স্থিতপ্রজ্ঞ।

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
*Available Online : https://sanatanodaya.com/*

**ভূমিকা :**

অহংকার মানব জীবনের একটি সাধারণ প্রবৃত্তি। এই প্রবৃত্তি সাধারনত আমাদের উন্নতির পথে বাধা সৃষ্টি করে। এটি আমাদের নিজস্ব মূল্যবোধ ও মানুষের প্রতি সঠিক আচরণকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। অহংকার আমাদের বিবেককে নষ্ট করে এবং আমরা ভুল সিদ্ধান্ত গ্রহণে প্ররোচিত হই। যখন আমরা নিজেকে সবার উপরে মনে করি, তখন আমরা অন্যদের সম্মান করতে ভুলে যাই এবং এর ফলে সমাজে আমাদের অবস্থান খারাপ হয়ে যায়। প্রাচীন ভারতীয় ধর্মগ্রন্থ গীতা আমাদের অহংকারের ক্ষতিকর প্রভাব সম্পর্কে অবগত করে।

সনাতন ধর্মাবলম্বীরা গীতাকে ভগবানের মুখনিঃসৃত বাণী মনে করেন। মানবধর্ম, দর্শন ও সাহিত্যের ইতিহাসে গীতা এক বিশেষ স্থানের অধিকারী। গীতা মহাভারতের একটি অংশ হওয়া সত্ত্বেও একটি পৃথক তথা স্বতন্ত্র ধর্মগ্রন্থের মর্যাদা পেয়ে থাকে। মহাভারতের ভীষ্ম-পর্বে কুরুক্ষেত্র যুদ্ধের প্রাক্কালে অর্জুন স্বজন হত্যার পাপ থেকে নিবৃত্ত হবার জন্য অস্ত্রত্যাগ করলে ভগবান শ্রীকৃষ্ণ তাঁর একান্ত অনুগত অর্জুনকে যুদ্ধে উদ্বুদ্ধ করার জন্য জ্ঞানগর্ভ যেসব উপদেশ দেন সেইসব উপদেশমূলক কথা নিয়েই ভগবদ্গীতা। প্রকৃতপক্ষে, 'গীতা' হল ভগবান শ্রীকৃষ্ণের নীতিসম্মত ধর্মোপদেশ, যে উপদেশ কেবল যুদ্ধক্ষেত্রে অবতীর্ণ যোদ্ধার (অর্জুনের) কাছেই অনুসরণীয় নয়, সংসাররূপ যুদ্ধক্ষেত্রেও প্রতি মানুষের কাছে অনুসরণীয়। মানুষ অনেক সময় তার অজ্ঞতার জন্য, প্রকৃতির তাড়না বশত, কোনটা হিত আর কোনটা অহিত, কোনটা শুভ আর কোনটা অশুভ তা নির্ধারণ করতে পারে না। এমন দোলায়িত বা বিভ্রান্ত অবস্থাতেই গীতায় উল্লিখিত কর্মজ্ঞানের প্রয়োজন হয়, গীতার ধর্মোপদেশ অনুসরণ করতে হয়। গীতা হল, কর্তব্য-অকর্তব্য সম্পর্কে বিমূঢ় মানুষের কাছে নীতিসম্মত ধর্মোপদেশ।

গীতার ধর্ম কোনো জাত-পাত বিশেষের ধর্ম নয়, সম্প্রদায় বিশেষের ধর্ম নয়, তা হল জাতপাত-সম্প্রদায় নির্বিশেষে ধর্ম, মানবধর্ম। এই ধর্ম কেবল ব্রাহ্মণের অথবা চণ্ডালের নয়, কেবল হিন্দু অথবা অহিন্দুর (খ্রিস্টান, মুসলমান) ধর্ম নয়। এই ধর্ম হল-আত্মজ্ঞানে বলীয়ান হয়ে নিষ্কামভাবে, নিজ নিজ স্বভাবধর্ম (স্বধর্ম) অনুসারে কর্ম সাধনের ধর্ম, যা জাতি-ধর্ম-বর্ণ-নির্বিশেষে সব মানুষের কাছে অনুসরণীয় হতে পারে।

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
Available Online : https://sanatanodaya.com/

**প্রবন্ধের মুখ্য উদ্দেশ্যাবলী:**

আলোচ্য প্রবন্ধটিতে যে বিষয়গুলি দেখানোর প্রচেষ্টা করা হয়েছে সেগুলি হল -

১। ভগবদ্গীতায় বর্ণিত অহংকারের প্রকৃত স্বরূপ ও তার প্রকার।

২। ভগবদ্গীতার আলোকে অহংকারের ক্ষতিকর দিকসমূহ।

৩। অহংকার ত্যাগ করার উপায় সমূহ প্রকৃত স্বরূপ।

৪। অহংকারমুক্ত জীবরূপে স্থিতপ্রজ্ঞের স্বরূপ।

৫। মানব জীবনে গীতার বাণীর প্রভাব ও প্রয়োজনীয়তা।

**গবেষণা পদ্ধতি:**

এই গবেষণামূলক প্রবন্ধটিতে মূলত ভগবদ্গীতার মূল শ্লোকগুলির উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে যা অহংকারের স্বরূপ, অহংকারের বিনাশ, স্থিতপ্রজ্ঞের প্রত্যয় এবং সেইসাথে নৈতিকতাকে সম্বোধন করে। এই গবেষণায় ব্যবহৃত সেকেন্ডারি ডেটা বিভিন্ন ওয়েবসাইট, ই-বুক, জার্নাল প্রভৃতি উৎস থেকে নেওয়া হয়েছে। এই গবেষণাপত্রটি সমসাময়িক চ্যালেঞ্জ মোকাবেলায় শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার শিক্ষার প্রাসঙ্গিকতা অন্বেষণ করার পদ্ধতিটি গীতার প্রযোজ্যতা সম্পর্কে ব্যাপক বোঝার জন্য পাঠ্য বিশ্লেষণমূলক, বর্ণনামূলক এবং তুলনামূলক মূল্যায়নকে একীভূত করে।

**প্রতিপাদ্য বিষয় :**

ভগবদ্গীতায় বলা হয়েছে জীবের বন্ধনের মূল কারণ হল অহংকার। অহংকার দু প্রকারের- (১) অপরা (জড়) প্রকৃতির ধাতুরূপ অহংকার। (২) চেতনের দ্বারা অপরা প্রকৃতির সঙ্গে স্বীকৃত সম্বন্ধের দ্বারা সৃষ্ট তাদাত্ম্যরূপ অহংকার। একে ব্যষ্টি অহংকারও বলা হয়।

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
Available Online : https://sanatanodaya.com/

ধাতুরূপ অহংকারে কোনো দোষ নেই। কেননা এই অহংকার মন, বুদ্ধি, ইন্দ্রিয় প্রভৃতির মতো একটি করণমাত্র। এইজন্য সমস্ত দোষ তাদাত্ম্যরূপ অহংকারে অর্থাৎ দেহাভিমানেই আছে -'দেহাভিমানিনি সর্বে দোষাঃ প্রাদুর্ভবন্তি'। জীবন্মুক্ত তত্ত্বজ্ঞ মহাপুরুষদের মধ্যে তাদাত্ম্যরূপ অহংকার সম্পূর্ণরূপে অবিদ্যমান থাকে। তাই তাঁদের দ্বারা অনুষ্ঠিত সকল ক্রিয়া ধাতুরূপ অহংকারের দ্বারাই হয়ে থাকে। কিন্তু জড় প্রকৃতির কার্যরূপ শরীরকে নিজের স্বরূপ মেনে নেওয়ায় মানুষ অজ্ঞানতাবশত নিজেকে ওইসব ক্রিয়ার কর্তা বলে মনে করে এবং বন্ধনে পড়ে যায় -

"অহঙ্কারবিমূঢ়াত্মা কর্তাহমিতি মন্যতে"[১] (গীতা ৩।২৭)।

তাদাত্ম্যরূপ অহংকার ('আমি আছি') থেকে পরিচ্ছিন্নতা (একদেশীয়তা) আসে। পরিচ্ছিন্নতা আসা মাত্র এই অহংকারের অনেক প্রকারের ভেদ হয়ে যায়। বর্ণ, আশ্রম, শরীর, অবস্থা, যোগ্যতা, সম্বন্ধ, পেশা, ধর্ম, উপাসনা প্রভৃতিকে নিয়ে অহংকারের হাজার হাজার প্রকার হয়ে থাকে। যেমন, বর্ণকে নিয়ে- 'আমি হলাম ব্রাহ্মণ', 'আমি ক্ষত্রিয়' প্রভৃতি; আশ্রমকে নিয়ে- 'আমি হলাম ব্রহ্মচারী', 'আমি গৃহস্থ' প্রভৃতি; পেশাকে নিয়ে- 'আমি অধ্যাপক', 'আমি ব্যবসায়ী' প্রভৃতি; ধর্মকে নিয়ে- 'আমি হিন্দু', 'আমি মুসলমান', 'আমি খ্রিস্টান' প্রভৃতি। এই সকল ভেদ কেবল অহং-কে নিয়ে হয়, তত্ত্বকে নিয়ে নয়। এইসবগুলিতে 'আমি' তো অনেক, কিন্তু 'হলাম' (সত্ত্বা) একটিই।

যতক্ষণ পর্যন্ত ব্যষ্টি-অহংকার থাকে ততক্ষণ পর্যন্ত সাধকদের মধ্যে এবং তাঁদের সাধনাগুলির মধ্যে ভেদ থাকে। কিন্তু তত্ত্বের প্রাপ্তি হয়ে গেলে আর ভেদ থাকে না, যতক্ষণ পর্যন্ত দার্শনিকদের মধ্যে এবং দর্শন শাস্ত্র অধ্যয়নকারীদের মধ্যে সামান্যতম ব্যষ্টি-অহংকার থাকে ততক্ষণ পর্যন্ত দর্শনগুলির মধ্যেও ভেদ থাকে। অহং-এর জন্যই দার্শনিকদের মধ্যে পারস্পরিক বিরোধ এবং নিজের নিজের মতের প্রতি পক্ষপাত থাকে। তার ফলে তাঁরা নিজেদের মতকে সমর্থন এবং অপরের মত খণ্ডন করেন। সুতরাং, আংশিক অহং থাকলেই মতভেদ হয়, তত্ত্বে মতভেদ হয় না। অহং একেবারেই অবিদ্যমান হয়ে গেলে ভেদ থাকে না। তখন তত্ত্বই থাকে। তত্ত্বে অহং নেই এবং অহং-এ তত্ত্ব নেই। যেখানে পার্থক্য থাকে সেখানে বোধ থাকে না এবং যেখানে বোধ থাকে সেখানে পার্থক্য থাকে না।

'আমি আছি'-এতে 'আমি' জড় এবং 'আছি' চেতন। জড়ের প্রাধান্যে সংসারের ইচ্ছা এবং চেতনার প্রাধান্যে পরমাত্মার ইচ্ছা উৎপন্ন হয়। সংসারের ইচ্ছায় 'আমি'-র প্রাধান্য এবং পরমাত্মার ইচ্ছায় 'আছি' - এর প্রাধান্য থাকে। 'আমি' (জড়)-এর প্রাধান্য থাকলে জীব সংসারী হয় এবং 'আছি' (চেতন) - এর প্রাধান্য থাকলে জীব সাধক হয়। অতএব মুখ্যত তাদাত্মরূপ অহংকারের দুটি ভেদ - ১। লৌকিক অহংকার, যথা, আমি সংসারী এবং ২। পারমার্থিক অহংকার, যথা, আমি সাধক।

**লৌকিক অহংকার:** অসৎকে ভোগ এবং সংগ্রহ করা যখন মানুষের উদ্দেশ্য হয় তখন 'আমি সংসারী' এই লৌকিক অহংকার তার হয়ে যায়। এটি দৃঢ় হয়ে গেলে মানুষ নিরন্তর সংসারী থাকে। সাংসারিক কাজকর্ম করার সময় যেমন তারা সংসারিক থাকে, তেমনি সাধনা করার সময়েও তারা তাই থাকে। সেজন্য যে কোনো সাধনাই তারা করুক তা কামনাকে নিয়েই করে এবং সেই সাধনা তাদের মধ্যে সাধকভাবের অভিমান বৃদ্ধিকারক হয়ে যায়। অভিমান হল অহংকারেরই স্থূল রূপ।

যখন মানুষের মধ্যে ভোগের প্রবৃত্তি এবং সংগ্রহ করার আকাঙ্ক্ষা অধিক হয়ে যায় তখন তাদের মধ্যে স্বার্থ ও অভিমান এসে যায়। এগুলি হল আসুরী সম্পত্তি। স্বার্থ এবং অভিমান এসে গেলে তাদের অহংকার আসুরী সম্পদসম্পন্ন হয়ে যায়- "অহঙ্কারং বলং দর্পং কামং ক্রোধং চ সংশ্রিতাঃ" (গীতা ১৬।১৮)। আসুরী সম্পদসম্পন্ন অহংকার ভয়ংকর নরকগুলিতে নিয়ে যায়-"পতন্তি নরকেহশুচৌ" (গীতা ১৬।১৬)।

যদি এই কথা মনে করা হয় যে জ্ঞান (মুক্তি) হলে আসুরী সম্পদসম্পন্ন অহংকারই দূর হয়ে যায়, কিন্তু মুক্তি হয় না। মুক্তি তাদাত্ম্যরূপ অহংকার দূর হলেই হয়। আসুরী সম্পদসম্পন্ন অহংকার তাদাত্ম্যরূপ অহংকারেরই স্থূল রূপ, এটি প্রত্যেক জীবের মধ্যেই থাকে। এই তাদাত্ম্যরূপ অহংকারের প্রতি লক্ষ্য রেখে ভগবান অর্জুনকে বলেছেন- "অথ চেত্তমহঙ্কারান্ন শ্রোষ্যসি বিনঙ্ক্ষ্যসি" (গীতা ১৮।৫৮), অর্থাৎ "সমস্ত কর্মফল যদি ঈশ্বরে সমর্পণ করলে সমস্ত সংকট দূর হয় এবং এরূপ যদি না করা হয় তাহলে বিনাশ প্রাপ্ত হয়।"[২] ভগবান আবার বলেন "যদহঙ্কারমাশ্রিত্য ন যোৎস্য ইতি মন্যসে" (গীতা ১৮।৫৯) অর্থাৎ অহংকারকে আশ্রয় করে করা সমস্ত কর্ম বা সংকল্প মিথ্যা হয়ে যায়। যদি তাদাত্ম্যরূপ অবিদ্যা দূর না হয়

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
Available Online : https://sanatanodaya.com/

তাহলে বীজ থেকে যেমন বৃক্ষ জন্মায় তেমনই প্রাকৃত পদার্থ, ব্যক্তি, ক্রিয়া, পরিস্থিতি প্রভৃতির সঙ্গ লাভ করে সে অহংকারও আসুরীসম্পন্ন হয়ে যায়।

**পারমার্থিক অহংকার :** মানুষের উদ্দেশ্য যখন কেবল সৎ-তত্ত্ব প্রাপ্ত করাই হয় তখন তারা তার প্রাপ্তির জন্য 'আমরা হলাম সাধক'-এই পারমার্থিক অহংকারকে নিয়ে সাধনা করে। 'আমরা হলাম সাধক'-এই রকম অহংকার দৃঢ় হয়ে গেলে সাধকদের দ্বারা সাধনা নিরন্তর হয়ে থাকে। সাধনা করবার সময় তাঁরা তো সাধকই থাকেন, এমনকি সাংসারিক কাজ-কর্ম করা কালেও তাঁদের মধ্যে নিরন্তর 'আমি সাধক' এই ভাব বজায় থাকে। সেজন্য তাঁরা যা কিছু সাংসারিক কাজকর্ম করেন সেগুলি সবই তাঁদের সাধনার অনুরূপ হয়ে থাকে। যেমন লোভী মানুষ এমন কাজ কখনোই করে না যার দ্বারা ধন নাশ হবে, তেমনই সেই সাধকেরা তাঁদের সাধনার বিরোধী কোনো কাজই করতে পারেন না।

সাধকের সাধনার সঙ্গে এবং সাধনার সাধ্যের সঙ্গে ঐক্য থাকে। সেইজন্য যতক্ষণ না সাধক সাধনায় নিমগ্ন হচ্ছেন ততক্ষণ পর্যন্ত পরমাত্মতত্ত্ব প্রাপ্ত হয় না। সেইজন্য যতক্ষণ সাধকদের মধ্যে অহংকার থাকে ততক্ষণ তাঁরা সাধনায় নিমগ্ন হতে পারেন না। অহংকার দূর হলে সাধকরা সাধনায় নিমগ্ন হয়ে যান। তখন আর সাধক থাকেন না, কেবল সাধনাই থেকে যায় এবং সাধনা সাধ্যে পরিণত হয়ে যায় অর্থাৎ পরমাত্মতত্ত্ব প্রাপ্ত হয়ে যায়।

সাধনাভেদে কর্মযোগ, জ্ঞানযোগ এবং ভক্তিযোগ-এই তিনটি ভেদও অহংকারের কারণে হয়ে থাকে। সাধক সাধনায় যেমন যেমন অগ্রসর হন অহংকারও সেইভাবে দূর হতে থাকে। আর অহংকারও যেমন যেমন দূর হয়ে যায় তেমনভাবে কর্মযোগ, জ্ঞানযোগ এবং ভক্তিযোগের বিভেদও দূর হতে থাকে। কর্মযোগে অহং শুদ্ধ হয়, জ্ঞানযোগে অহং দূর হয় এবং ভক্তিযোগে অহং পরিবর্তিত হয়। অহং-এর শুদ্ধ হওয়া, দূর হওয়া এবং বদলে যাওয়া - এই তিনটিই পরিণামে এক হয়ে যায়।

কর্মযোগ হল ঐহিক সাধনা, জ্ঞানযোগ আধ্যাত্মিক সাধনা এবং ভক্তিযোগ হল আস্তিক সাধনা। ঐহিক সাধনায় 'অকর্ম'-এর প্রাধান্য থাকে, আধ্যাত্মিক সাধনায় 'আত্মা'-র প্রাধান্য থাকে এবং আস্তিক সাধনায় 'পরমাত্মার'-র প্রাধান্য থাকে। এইজন্য কর্মযোগী সকল কর্মে এক অকর্মকেই দেখেন- "কর্মণ্যকর্ম যঃ

পশ্যেদকর্মণি চ কর্ম যঃ" (গীতা ৪।১৮), জ্ঞানযোগী সকল প্রাণীর মধ্যে এক আত্মাকে দেখেন-"সর্বভূতস্থমাত্মনাং সর্বভূতানি চাত্মনি" (গীতা ৬।২৯) এবং ভক্তিযোগী সব কিছুতে এক পরমাত্মাকেই দেখেন অর্থাৎ অনুভব করেন-"যো মাং পশ্যতি সর্বত্র সর্বং চ ময়ি পশ্যতি" (গীতা ৬।৩০)। অকর্ম, আত্মা এবং পরমাত্মা-তত্ত্বগতভাবে তিনটিই এক। অতএব 'অকর্ম'-এ আত্মাও আছে এবং পরমাত্মাও আছেন, 'আত্মায়' অকর্ম আছে এবং পরমাত্মাও আছেন আর 'পরমাত্মায়' অকর্মও আছে, আত্মাও আছে। তাৎপর্য হল অহংকারের কারণেই অকর্ম, আত্মা এবং পরমাত্মা-এই তিনটি ভেদ হয়ে থাকে। তত্ত্বে এই তিনটি ভেদ নেই।

এখন প্রশ্ন হল - আমাদের স্বরূপ অহং (আমিত্ব) থেকে মুক্ত-এটি কেমন করে অনুভব করব? এর উত্তরে বলা যায় - শুধুই সত্তা অর্থাৎ স্ব-অস্তিত্বই হল আমাদের স্বরূপ। এই সত্তাটুকু ছাড়া আর সব কিছুই অবিদ্যমান। সুষুপ্তি (গভীর নিদ্রা) থেকে উঠে আমরা বলি যে আমরা এমন ঘুমিয়েছিলাম যে কোনো জ্ঞানই ছিল না। জ্ঞান এইজন্যই ছিল না যে তখন অহং ছিল না অর্থাৎ অহং অবিদ্যায় লীন হয়ে গিয়েছিল। কিন্তু আমরা তো সেই সময় ছিলাম। যদি আমরা না থাকতাম তাহলে 'কোনো জ্ঞানই ছিল না'-এই জ্ঞানটাই বা কার হত। জেগে ওঠার পর কে বলত যে আমার কোনো জ্ঞান ছিল না। যেমন, কোনো বাড়িতে একটি লোক আছে। বাইরে থেকে কেউ জিজ্ঞাসা করছে, অমুক লোক কি বাড়িতে আছে? সে বাড়ির ভিতর থেকে উত্তর দিল যে লোকটি বাড়িতে নেই। 'বাড়িতে নেই' একথা যে বলছে সেও কি বাড়িতে নেই? বাড়িতে যদি কেউ নাই থাকত তাহলে কে বলত যে, সে বাড়িতে নেই? যে বলছে সে তো রয়েছে। এই ভাবে সুষুপ্তিতে 'আমার কিছুই মনে নেই'-এই কথা যে জানে সে তো ছিল। অর্থাৎ, সুষুপ্তিতে আমিত্ব থাকে না, কিন্তু আমাদের স্বরূপ থাকে অর্থাৎ সুষুপ্তিতে আমিত্ব-রহিত নিজ সত্তা প্রকাশিত হয়।

মহাভারতের যুদ্ধে, শ্রীকৃষ্ণ অর্জুনকে শিক্ষা দেন যে অহংকার এবং আত্ম-গরিমা আমাদের সর্বনাশের দিকে নিয়ে যেতে পারে। গীতার তৃতীয় অধ্যায়ের ২৭তম শ্লোকে বলা হয়েছে,

"প্রকৃতেঃ ক্রিয়মানানি গুণৈঃ কর্মাণি সর্বশঃ।

অহঙ্কারবিমূঢাত্মা কর্তাহমিতি মন্যতে।।"

অর্থাৎ, প্রকৃতির গুণাবলী অনুযায়ী সব কাজ সম্পন্ন হয়; কিন্তু অহংকারবিমূঢ় ব্যক্তি নিজেকে কর্তা মনে করে।

গীতার দ্বিতীয় অধ্যায়ের ৬৩তম শ্লোকে বলা হয়েছে, গীতায় বলা হয়েছে-

"ক্রোধাদ্ভবতি সম্মোহঃ সম্মোহাৎ স্মৃতিবিভ্রমঃ।

স্মৃতিভ্রংশাদ্ বুদ্ধিনাশো বুদ্ধিনাশাৎ প্রণশ্যতি।। "

ক্রোধ থেকে মূঢ়ভাব উৎপন্ন হয়, মূঢ়ভাব থেকে স্মৃতিভ্রংশ হয়, স্মৃতিভ্রংশে বুদ্ধিনাশ বা জ্ঞানশক্তির নাশ এবং বুদ্ধিনাশ হলে সেই ব্যক্তি নিজ স্থিতি থেকে পতিত হয়। মানুষের হৃদয়ে যখন ক্রোধের বৃত্তি জাগ্রত হয়, সেই সময় তার চিত্তে বিবেক-শক্তি থাকে না। সে তখন অগ্র-পশ্চাৎ কিছু ভাবতে পারে না, ক্রোধবশে যে কার্যে সে প্রবৃত্ত হয়, তার পরিণামের দিকে তার কোনো খেয়াল থাকে না। একেই বলা হয় ক্রোধ থেকে উৎপন্ন সম্মোহ অর্থাৎ অত্যন্ত মূঢ়ভাব।

এছাড়া গীতার দৈবাসুর-সম্পদ-বিভাগযোগে বলা হয়েছে মানুষ অহংকারবোধ বশত ধর্ম বিষয়ে প্রবৃত্ত এবং অধর্ম বিষয় থেকে নিবৃত্ত হতে জানে না। তাদের মধ্যে শৌচ, সদাচার ও সত্যতা বিদ্যমান নেই। তারা মনে করেন এই জগৎ মিথ্যা, অবলম্বনহীন ও ঈশ্বরশূন্য। কামবশত এই জগৎ উৎপন্ন হয়েছে এবং কাম ছাড়া আর অন্য কোন কারণ নেই। এইরূপ ব্যক্তিগণ দুষ্পূরণীয় কামকে আশ্রয় করে দম্ভ, মান ও মদমত্ত হয়ে অশুচি কার্যে ব্রতী হয় এবং মোহবশত অসৎ বিষয়ে প্রবৃত্ত হয়। মৃত্যুকাল পর্যন্ত ইন্দ্রিয়সুখ ভোগকেই তারা তাদের জীবনের চরম উদ্দেশ্য বলে মনে করে। যদিও এই ধরনের আসুরিক ভাবাপন্ন মানুষেরা নরকের দিকে এগিয়ে চলেছে, তবুও তারা নিজেদের খুব উন্নত বলে মনে করে এবং এই জগৎ তাদের জন্য মিথ্যা সম্মান তৈরি করেছে। "শ্রীকৃষ্ণ অহংকারের স্থূল রূপ কাম, ক্রোধ ও লোভ - এই তিনটিকে নরকের দ্বার বলেছেন"[৩] এবং ঐ তিনটি পরিত্যাগ করার উপদেশ দেন।

গীতা আমাদের অহংকার ত্যাগ করার বিভিন্ন উপায় শেখায়। প্রথমত, আমাদের নিজেদের সীমাবদ্ধতা ও দুর্বলতাকে স্বীকার করতে হবে। আমরা যখন নিজেদের দুর্বলতা উপলব্ধি করতে পারি, তখন আমাদের

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
Available Online : https://sanatanodaya.com/

মধ্যে অহংকার জন্ম নেয় না। দ্বিতীয়ত, আমাদেরকে অহংকারহীন ভাবে কাজ করতে হবে। সব কাজ সৃষ্টিকর্তার উদ্দেশ্যে করতে হবে। তৃতীয়ত, আমাদেরকে নম্রতা ও বিনয়তা চর্চা করতে হবে। অন্যের প্রতি শ্রদ্ধাশীল হওয়া এবং তাদের মতামতকে মূল্য দেওয়া আমাদের অহংকারহীন করতে সাহায্য করবে।

অহংকারহীন জীবনযাপন আমাদের মানসিক শান্তি এবং আত্মতুষ্টি প্রদান করে। এটি আমাদেরকে সঠিক পথে পরিচালিত করে এবং আমরা জীবনে প্রকৃত সফলতা অর্জন করতে পারি। অহংকারহীন মানুষ সবসময় অন্যদের সাহায্য করে এবং সমাজে একটি ইতিবাচক প্রভাব ফেলে। গীতায় এইরূপ অহংকারহীন মানুষের ধারণা পাওয়া যায় স্থিতপ্রজ্ঞের স্বরূপের মধ্যে। ভগবদ্গীতার দ্বিতীয় অধ্যায়ে- 'সাংখ্যযোগ' অধ্যায়ে- শ্রীকৃষ্ণ গীতায় অর্জুনের সাথে প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে স্থিতপ্রজ্ঞের লক্ষণগুলি উল্লেখপূর্বক ব্যাখ্যা করেন। তিনি বলেন, স্থিত প্রজ্ঞের সমস্ত লক্ষণই আন্তরিক, বাহ্যিক কোন লক্ষণের দ্বারা স্থিতপ্রজ্ঞের লক্ষণ দেওয়া যায় না। স্থিতপ্রজ্ঞের প্রথম এবং প্রধান লক্ষণ হল- "যিনি সর্ববিধ মনোগত কামনা-বাসনা বর্জন করে আপনাতে (আত্মাতে) আপনি সন্তুষ্ট থাকেন, তিনি স্থিতপ্রজ্ঞ। স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তির আনন্দ বাহ্যবিষয় থেকে উৎপন্ন হয় না, তাঁর আনন্দের উৎস নিজমধ্যে, আত্মজ্ঞানে নিহিত থাকে। স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি কামনাজয়ী। নিজের আত্মাতেই (আত্মজ্ঞানে) তিনি তৃপ্ত।

শ্রীকৃষ্ণ স্থিতপ্রজ্ঞের অপর একটি লক্ষণে বলেছেন-

"দুঃখেষ্বনুদ্বিগ্নমনাঃ সুখেষু বিগতস্পৃহঃ।

বীতরাগভয়ক্রোধঃ স্থিতধীর্মুনিরুচ্যতে।।" (গীতা ২।৫৬)

অর্থাৎ "যিনি দুঃখে নিরুদ্বিগ্ন, সুখে নিস্পৃহ, রাগ (অনুরাগ), ভয় ও ক্রোধ যাঁর চিত্তকে স্পর্শ করে না তিনিই স্থিতধী মুনি বা স্থিতপ্রজ্ঞ।"[৪] অনুরাগ বা ভয়, ক্রোধ ইত্যাদি চিত্তবিকারের মূলে হল বিষয়ের প্রতি আসক্তি বা কামনা। স্থিতধী ব্যক্তি সুখ ও দুঃখে উদাসীন থাকার জন্যই, তাদের তুল্যজ্ঞানে গ্রহণ করার জন্যই, তিনি সর্বপ্রকার আশঙ্কা, ভয়, ক্রোধ ইত্যাদি জ্বালাময়ী চিত্তবৃত্তি এ থেকে মুক্ত থাকেন। স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি প্রিয় বস্তু (শুভবস্তু) লাভ করে যেমন সন্তোষ প্রকাশ করেন না, তেমনি অপ্রিয় বস্তু (অশুভ বস্তু) লাভ করলেও অসন্তোষ প্রকাশ করেন না; তিনি সব কিছুকেই মোহমুক্ত মনে সমভাবে গ্রহণ করেন। স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তির

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
Available Online : https://sanatanodaya.com/

মমত্ববোধ না থাকায় তিনি নিজ সুখ যেমন কামনা করেন না, স্বজনদের সুখও তেমনি কামনা করেন না। তবে, তিনি স্বজনদের, স্ত্রী-পুত্র কন্যা ইত্যাদিদের ত্যাগ করেন না। স্থিতধী ব্যক্তি সংসারে বসবাস করেও নির্লিপ্তভাবে অবস্থান করে।

শ্রীকৃষ্ণ ভগবদগীতায় স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তির অপর একটি লক্ষণে বলেছেন- এইরূপ ব্যক্তির আত্মা বা মন তাঁর বশবর্তী, তিনি অনুরাগ, বিরাগ (বিদ্বেষ) থেকে মুক্ত এবং নিজ-বশ্য ইন্দ্রিয়াদির দ্বারা বিষয়ের উপভোগ করে।' স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি সংসারে অবস্থান করেও বিষয়-চিন্তার উর্ধ্বে থাকেন। তিনি সন্ন্যাসী না হয়েও এই সংসারে কামনাশূন্যভাবে, নির্লিপ্তভাবে জীবনযাপন করেন। তিনি বিষয়ভোগ থেকে বিরত না হয়েও বিষয়ভোগের প্রতি অনাসক্ত থাকেন।

স্থিতপ্রজ্ঞব্যক্তি নির্বিকার নিষ্কম্প প্রদীপের মতো ধীর ও স্থির থাকেন এবং বুদ্ধি দ্বারা মন ও ইন্দ্রিয়কে সর্বদা সংযত রাখেন। অজ্ঞ মানুষ যেখানে বিষয় চিন্তায় ব্যাপৃত ও আত্মচিন্তায় বিরত থাকে, স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি সেখানে বিষয়-চিন্তায় বিরত ও আত্মচিন্তায় নিযুক্ত থাকেন। স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তির চিত্ত সমুদ্রবক্ষের মতো প্রশান্ত ও স্থির। তিনি সর্বাবস্থায় শান্ত সমাহিত থাকেন।

শ্রীকৃষ্ণ স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তির অপর এক লক্ষণের উল্লেখ করে বলেছেন যে:

নির্মমো নিরহঙ্কারঃ স শান্তিমধিগচ্ছতি। (গীতা ২।৭১)

অর্থাৎ- "স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি সমস্ত কামনা-বাসনা পরিত্যাগপূর্বক নিস্পৃহভাবে, মমতাশূন্যভাবে, অহংকারশূন্যভাবে বিচরণ ক'রে পরমশান্তি লাভ করেন।"[৫]

শ্রীকৃষ্ণ স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তির স্বরূপ ব্যাখ্যা করেছেন একটি কচ্ছপের উপমা ব্যবহার করে। তিনি বলেন – "কচ্ছপ যেমন সকল বস্তু থেকে তার হস্ত পদাদি অঙ্গসকলকে সঙ্কুচিত করে রাখে, তেমনি যিনি তাঁর ইন্দ্রিয়গুলিকে বিষয় থেকে প্রত্যাহার করেন, তিনিই স্থিতপ্রজ্ঞ।"[৬] কচ্ছপ যেমন তার অঙ্গসমূহকে সঙ্কুচিত করে কিন্তু বিনষ্ট করে না, স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তিও তেমনি তাঁর ইন্দ্রিয় সমূহকে ভোগ্যবিষয় থেকে প্রত্যাহার করেন, তাদের ধ্বংস বা বিনাশ করেন না। ইন্দ্রিয় সংযমই মানুষের ধর্ম, ধ্বংস ধর্ম নয়। তবে,

ISSN (O) : 3048-9318
Vol. 1, No. 1, Year 2024
Available Online : https://sanatanodaya.com/

বিষয়ভোগকে সংযত করলেই স্থিতপ্রজ্ঞ হওয়া যায় না, বিষয়-কামনাকে সংযত করতে হয়। বিষয়ভোগ সংযত করলেই বিষয়কামনা সংযত হয় না। পরমেশ্বরে চিত্ত সমাহিত হলে বিষয়-বাসনা নিবৃত্ত হয়। স্থিতপ্রজ্ঞ ব্যক্তি পরমেশ্বরে চিত্ত সমাহিত করেন বলেই তাঁর বিষয়-বাসনা থাকে না।

স্থিতপ্রজ্ঞ যেমন অসংযত ভোগবাদকে অনুসরণ করেন না, তেমনি সংসারত্যাগী সন্ন্যাসীর কৃচ্ছতাবাদকেও অনুসরণ করেন না। এইরূপ ব্যক্তি নিরাসক্ত ভাবে ভোগ এবং ভোগান্তিকে, সুখ এবং দুঃখকে সমত্ববুদ্ধিতে গ্রহণ কারে নিরুদ্বেগ, নির্মোহ, নিরহঙ্কার ও নিস্পৃহভাবে সংসারের সমস্ত কর্ম সম্পাদন ক'রে শান্তিলাভ করেন। এমন জীবনই প্রত্যেক মানুষের কাছে আদর্শ ও অনুসরণীয় জীবন।

**উপসংহার:**

অহংকার আমাদের মন ও মনের কার্যক্ষমতা দখল করে আমাদের নৈতিকতা এবং ন্যায়বিচারের ধারণাকে ধ্বংস করে। অহংকারের কারণে আমরা নিজের এবং অন্যের সঠিক মূল্যায়ন করতে অক্ষম হই। এতে পারিবারিক এবং সামাজিক সম্পর্ক নষ্ট হয়ে যায়। মানুষ একা হয়ে পড়ে এবং তাদের জীবনে সাফল্য অর্জন করাও কঠিন হয়ে যায়। অহংকারের স্বরূপ প্রসঙ্গে শ্রীরামকৃষ্ণ বলেছেন — "জীবের অহংকারই মায়া। এই অহংকার সব আবরণ করে রেখেছে। এই মায়া বা অহং যেন মেঘের স্বরূপ। সামান্য মেঘের জন্য সূর্যকে দেখা যায় না, মেঘ সরে গেলেই সূর্যকে দেখা যায়। সেইভাবে যদি একবার অহংবুদ্ধি যায়, তাহলে মুক্তি সম্ভব হয়।" অহংকারের উৎপত্তি অবিদ্যা থেকে হয়। জ্ঞান হয়ে গেলে অবিদ্যা বিনষ্ট হয়। অবিদ্যা না থাকাই অহংকার উৎপন্ন হয় না।

গীতা আমাদের অহংকারের প্রকৃতি ও তার ক্ষতিকর প্রভাব সম্পর্কে শিক্ষা দেয়। গীতার কর্মসূত্রের মূল নিরভিমানিতা, অহংত্যাগ, এবং জগতে সচ্চিদানন্দ প্রতিষ্ঠা'। পাশ্চাত্যের কর্ম-আদর্শের সঙ্গে আত্মপ্রতিষ্ঠা বা স্বার্থবুদ্ধি যুক্ত থাকায় সেই কর্মে বিশেষ কোনো ব্যক্তি বা জাতি লাভবান হলেও সমগ্র মনুষ্যজাতি লাভবান হয় না। গীতার কর্ম-আদর্শের সঙ্গে আত্মজ্ঞান বা ব্রহ্মজ্ঞান যুক্ত থাকায় তা সমগ্র মানবজাতির কল্যাণ সাধিত হতে পারে। গীতার ধর্মোপদেশ অনুসরণ করলে সমগ্র মানব সমাজের, এমনকি সমগ্র জীবজগতের কল্যাণ সাধন হয়। নিষ্কামভাবে, আমিত্ববোধ ত্যাগ করে, কর্মফল ঈশ্বরকে অর্পণ করে, আত্মজ্ঞানের দ্বারা

উদ্বুদ্ধ হয়ে যে কর্ম সেটাই হবে বিশ্ববাসীর জন্য কল্যাণসাধক কর্ম এবং সেটাই হবে মানুষের সর্বোত্তম ধর্ম। এছাড়া মানুষের অন্য কোনো ধর্ম নেই।

গীতা আমাদের অহংকারহীন জীবনযাপনের জন্য নির্দেশনা দেয়। গীতার বাণী আমাদের অহংকার ত্যাগ করে নম্রতা ও বিনয়তা চর্চা করতে অনুপ্রাণিত করে। অহংকারহীন জীবনযাপন আমাদের মানসিক শান্তি ও প্রকৃত সফলতা প্রদান করে। গীতার শিক্ষাগুলি অনুসরণ করে আমরা আমাদের জীবনে সঠিক পথ খুঁজে পেতে পারি এবং অহংকারমুক্ত সমাজ গড়ে তুলতে পারি। অহংকারহীন জীবনযাপন আমাদের ব্যক্তিগত উন্নতি ও সমাজের কল্যাণে সহায়ক হবে। তাই আমরা সবাই যদি গীতার বাণীকে হৃদয়ে ধারণ করি তাহলে আশা রাখি এক অহংকারমুক্ত উচ্চ মানবচেতনা সম্পন্ন গঠন করতে আমরা সক্ষম হব।

**তথ্যসূত্র :**

১। ঘোষ, শ্রী জগদীশ চন্দ্র, শ্রীগীতা, প্রেসিডেন্সি লাইব্রেরী, ১৯৮৭, কলিকাতা, পৃষ্ঠা- ১১১।

২। ঘোষ, শ্রী জগদীশ চন্দ্র, শ্রীগীতা, প্রেসিডেন্সি লাইব্রেরী, ১৯৮৭, কলিকাতা, পৃষ্ঠা- ৫৩৫।

৩। স্বামী, শ্রীমৎ ভক্তিচারু, "শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা যথাযথ", ভক্তিবেদান্ত বুকট্রাস্ট, ২০১৫, নদীয়া , পৃষ্ঠা- ৫১৫।

৪। ঘোষ, শ্রী জগদীশ চন্দ্র, শ্রীগীতা, প্রেসিডেন্সি লাইব্রেরী, ১৯৮৭, কলিকাতা, পৃষ্ঠা- ৬৭।

৫। স্বামী, শ্রীমৎ ভক্তিচারু, "শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা যথাযথ", ভক্তিবেদান্ত বুকট্রাস্ট, ২০১৫, নদীয়া, পৃষ্ঠা- ১১৭।

৬। মহারাজ, শ্রীধর দেবগোস্মামী, শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা, পৃষ্ঠা- ৭০।

**সহায়ক গ্রন্থপঞ্জী -**

১) শ্রীমদ্ভগবদগীতা - স্বামী রামসুখদাস – গীতাপ্রেস – গোরখপুর – ২০১৭।

২) স্বামী জগদীশ্বরানন্দ এবং স্বামী জগদানন্দ – শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা - উদ্বোধন কার্যালয় – কলকাতা - ২০১৩।

৩) রাধেশ্যাম দাস - ভগবদগীতার সারতত্ব - ভক্তিবেদান্ত গীতা অ্যাকাডেমি - ২০০৫।

৪) শ্রী জগদীশ চন্দ্র ঘোষ – শ্রীগীতা - প্রেসিডেন্সি লাইব্রেরী – কলিকাতা – ১৯৮৭।

৫) শ্রীমৎ ভক্তিচারু স্বামী - "শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা যথাযথ"- ভক্তিবেদান্ত বুকট্রাস্ট – নদীয়া – ২০১৫।