Pratidhwani the Echo
A Peer-Reviewed International Journal of Humanities & Social Science
ISSN: 2278-5264 (Online) 2321-9319 (Print)
Impact Factor: 6.28 (Index Copernicus International)
Volume-XIII, Issue-IV, July 2025, Page No. 1-7
Published by Dept. of Bengali, Karimganj College, Sribhumi, Assam, India
Website: http://www.thecho.in
DOI: 10.64031/pratidhwanitheecho.vol.13.issue.04W.001

স্বামী বিবেকানন্দের মননে যোগদর্শন ও শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্

ড. স্বপন মাল, *সহকারী অধ্যাপক, সংস্কৃত বিভাগ, রায়গঞ্জ বিশ্ববিদ্যালয়, উত্তর দিনাজপুর, পশ্চিমবঙ্গ, ভারত*

Received: 30.05.2025; Accepted: 26.06.2025; Available online: 31.07.2025
©2025 The Author(s). Published by Dept. of Bengali, Karimganj College, Sribhumi. This is an open access article under the CC BY license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Abstract

The Vedas are the world's most revered texts. The greatest Seer Vyasadeva divided this Veda into four groups. They are the Samaveda, Yajurveda, Atharvaveda, and Rigveda. There are four divisions in each Veda. These are the Upanisad, Samhita, Brahmana, and Aranyaka. Vedanta, which is the pinnacle of the entire Veda, is another term for the Upanisad or Brahmavidya. The commentary on the ten main Upanisads was written by Samkaracharya. According to many academics, Samkaracharya wrote the Svetasvataropanisad's commentary, which is why it is considered the most important Upanisad. In the first chapter of this six-chapter Svetasvataropanisad, the students query their master or Guru about the universe's creation theory. From the second mantra of the first chapter to the final mantra of the last chapter, the Guru then responds to his followers regarding the universe. In order to ensure the ultimate emancipation of human life, the Svetasvataropanisad is the source of Jnanamarga, Karmamarga, Dhyanamarga, and Bhaktimarga. Swami Vivekananda appeared during the nineteenth century of the Indian religious and spiritual movement, and he made the world aware of the significance of Indian ideas on Purushartha. In his brief life, he also authored numerous books and letters, and throughout his studies and analyses of Indian heritage and culture, particularly yoga philosophy, he frequently cited the Svetasvataropanisad. Therefore, it can be said that Swami Vivekananda was greatly affected by the Svetasvataropanisad, and that he used this significant work to describe the philosophy of yoga.

Keywords: Veda, Upanisad, Swami Vivekananda, Yoga Philosophy, Astangayoga

সভ্যতা সৃষ্টির সূচনা লগ্ন হতেই মানুষের মনে প্রশ্ন উঠেছিল জগতের কারণত্ব নিয়ে। মননশীলতার পরিচয় হল মানবমনে উদিত অনন্তকালীন চিরন্তন জিজ্ঞাসা। সে জিজ্ঞাসা পার্থিব ও অপার্থিব বিষয়ের উপর তপোবনস্থ ঋষিদের অন্তরের আকুল অনুরণনের প্রতিফলন। তপোবন হল সমৃদ্ধশীলতার প্রাচীনতম প্রথম পীঠস্থান। সেই পীঠস্থানে কার্য-কারণতত্ত্বের ব্যাখ্যার অন্তরালে মানবের জীবনের প্রাথমিক ও প্রধান সমস্যাসমূহের যুক্তিসম্মত ব্যাখ্যার মাধ্যমে সমাধান করার চেষ্টা হয়েছে আবহমান কাল ধরে। কোনো ঋষি সম্প্রদায় জাগতিকতত্ত্বের সঙ্গে অতি জাগতিক তত্ত্বের মেলবন্ধন ঘটিয়ে সেই চিরন্তন জিজ্ঞাসার যুক্তিনিষ্ঠ সমাধানসূত্র খোঁজার চেষ্টা করেছেন। কালের বহমানতায় এই সকল সম্প্রদায় স্বস্বপক্ষের অর্থাৎ স্বমত প্রতিষ্ঠার জন্য পূর্বপক্ষীর মত খণ্ডন করে উত্তরপক্ষীরূপে নিজেকে উপস্থাপন করেছেন। নেতি নেতি করে অর্থাৎ নেতিবাচক মার্গকে অবলম্বন করে নিত্য শাশ্বত সনাতন চিরন্তন ধ্রুব সত্যে তথা মোক্ষ বা মুক্তিতে উত্তীর্ণের তত্ত্ব ও তথ্য বহুকাল ধরে এই মহান ভারতবর্ষে চর্চা ও চর্যার মাধ্যমে প্রতিষ্ঠিত ও সুব্যাখ্যাত হয়ে এসেছে। চর্চা ও চর্যার সমন্বয় ভারতীয়দের তথা ভারতবর্ষীয় ঋষিদের মূল বৈশিষ্ট্য। এর জন্য সত্যজিজ্ঞাসা প্রধানতম উপায় বলে সকল চিন্তাশীলেরা স্বীকার করেন। বাস্তবিক সত্য ও সমস্যাসমূহের সুষ্ঠু আলোচনার মধ্যে দিয়ে সমাধানের প্রচেষ্টা ভারতীয়দের চিরন্তন বৈশিষ্ট্য। এই তত্ত্বগত ও তথ্যগত বিচারণার অপূর্ব

মেলবন্ধন ঘটেছে শ্বেতাশ্বতরোপনিষদের প্রতিটি মহত্ত্বপূর্ণ মন্ত্রে। শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্ হল কৃষ্ণযজুর্বেদীয় শাখার অন্তর্গত। সম্পূর্ণ পদ্যে রচিত এই উপনিষদে সর্বসমেত **১১৩**টি মন্ত্র ও ছয়টি অধ্যায় বিদ্যমান। প্রথম অধ্যায়ের প্রারম্ভে ব্রহ্মবাদী অন্তেবাসীদের প্রশ্ন উত্থাপিত হয় ব্রহ্মবিদ্ আচার্যদেবের নিকট-

কিং কারণং ব্রহ্ম কুতঃ স্ম জাতা
জীবাম কেন ক্ব চ সম্প্রতিষ্ঠাঃ।
অধিষ্ঠিতাঃ কেন সুখতরেষু
বর্তামহে ব্রহ্মবিদো ব্যবস্থাম্।।[১]

অর্থাৎ হে ব্রহ্মজ্ঞগণ, ব্রহ্ম কি জগৎ কারণ? আমরা কোথা থেকে উৎপন্ন হয়েছি? কার দ্বারা জীবিত আছি? এবং অবশেষে কোথায় অবস্থান করি? কার পরিচালনাধীনে আমাদের সুখ-দুঃখভোগের ব্যবস্থা হয়ে থাকে? ব্রহ্মবাদী অন্তেবাসীগণের এরূপ চিরন্তন জিজ্ঞাসার উত্তর ঋষি শ্বেতাশ্বতর অত্যন্ত নিপুণতার সঙ্গে বিভিন্ন মার্গের উল্লেখপূর্বক সেই মহান তত্ত্ব অর্থাৎ মোক্ষের প্রতি দিশা নির্দেশ করেছেন -

তপঃ প্রভাবাদ্দেবপ্রসাদাচ্চ
ব্রহ্ম হ শ্বেতাশ্বতরোঽথ বিদ্বান্।
অত্যাশ্রমিভ্যঃ পরমং পবিত্রং
প্রোবাচ সম্যগৃষিসংঘজুষ্টম্।।[২]

তপস্যার প্রভাবে এবং দেবতার প্রসাদে অর্থাৎ ঈশ্বরের পরম করুণায় শ্বেতাশ্বতর সেই ব্রহ্মকে জানার পর ঋষিসংঘ দ্বারা সম্যক্ভাবে পরিসেবিত এই পরম পবিত্র তত্ত্ব সন্ন্যাসীদের নিকট বলেছিলেন। এই মন্ত্র হতে আমরা জানতে পারি যে শ্বেতাশ্বতরোপনিষদের প্রবক্তা বা ঋষি হলেন শ্বেতাশ্বতর। পরন্তু শ্বেতাশ্বতর কোনো ঋষির নাম কিনা, এই নিয়ে গবেষকমহলে যথেষ্ট বিতর্ক বিদ্যমান। আলোচ্য উপনিষদের বিখ্যাত টীকাকার আচার্য শঙ্করানন্দ অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণভাবে বলেছেন- শ্বেতা অবদাতাঃ সদাঽন্তর্মুখত্বেন বিপরীতপ্রবৃত্তিরহিতা অশ্বা ইন্দ্রিয়াণি যস্য স শ্বেতাশ্বঃ। অতিশয়েন শ্বেতাশ্বঃ শ্বেতাশ্বতরঃ। অষ্টাঙ্গযোগনিরত ইত্যর্থঃ।[৩] শ্বেতাশ্বতরোপনিষদের প্রখ্যাত ভাষ্যকার শ্রীমৎ অনির্বাণের মতে - শ্বেতাশ্বতর শব্দের অর্থ সাদা খচ্চর White mule. অশ্বিদ্বয়ের বাহন হল গাধা। সূর্যের বাহন অশ্ব। দ্বয়ের মিলনে অশ্বতর।[৪] শ্বেতাশ্বতরোপনিষদে জ্ঞান, কর্ম, ভক্তি ও যোগের আলোচনার সমন্বয়সাধন লক্ষ্য করা যায়। বিশেষতঃ আলোচ্য উপনিষদের দ্বিতীয়াধ্যায়ে যোগদর্শনের মূলতত্ত্বসমূহ অত্যন্ত নিপুণভাবে দার্শনিকতার কৌশলে প্রতিফলিত হয়েছে। এই প্রসঙ্গে শ্রীমৎ অনির্বাণের মত প্রণিধানযোগ্য। তিনি বলেছেন - শ্বেতাশ্বতর প্রাণের, যোগের উপনিষদ।[৫] শ্বেতাশ্বতর উপনিষদ্ চিন্তন, যুক্তি ও গঠন- এর দিক থেকে উপনিষদ্গুলোর মধ্যে অর্বাচীনতম। Purely, পুরোপুরি যৌগিক Cult এর, যোগধারার উপনিষদও বলা যায়। বৈদিক ধীযোগ থেকে আলাদা। পাতঞ্জলযোগের যেন ভূমিকা।[৬] মহামুনি পতঞ্জলির যোগদর্শন চারটি অধ্যায়ে বিভক্ত। যথা- সমাধিপাদ, সাধনপাদ, বিভূতিপাদ ও কৈবল্যপাদ। সূত্রাকারে রচিত এই যোগশাস্ত্রের প্রথমসূত্র- অথ যোগানুশাসনম্।[৭] এই সূত্রেই যোগ শব্দের অর্থ ব্যাখ্যাত হয়েছে। যোগসূত্রের প্রসিদ্ধ ভাষ্যকার আচার্য ব্যাসদেব উল্লেখ করেছেন- যোগঃ সমাধিঃ। স চ সার্বভৌমশ্চিত্তস্য ধর্মঃ।[৮] অর্থাৎ যোগ শব্দের অর্থ হল সমাধি। তা চিত্তের সার্বভৌম ধর্ম। সুতরাং যুজ্ ধাতুর উত্তর ঘঞ্ প্রত্যয় যোগে নিষ্পন্ন যোগ শব্দের অর্থ একের সাথে অন্যের যোগ অর্থাৎ জীবাত্মা ও পরমাত্মার মিলন। মহানাচার্য গোবিন্দগোপাল মুখোপাধ্যায় যোগ সম্বন্ধে বলেছেন- যোগ হল যুক্ত করে রাখা। একই বিষয় মনকে সুস্থির করে বেঁধে রাখা। সেটি সম্ভব হয় না একাগ্র ভূমিতে না যাওয়া পর্যন্ত বা একাগ্র ভূমিটি লাভ না করা পর্যন্ত। এখন আমাদের চিত্তের বহু অগ্র বা বহু মুখ। এই বহুমুখী চিত্তকে একমুখী করার নামই যোগ।[৯] শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার শ্রীকৃষ্ণের অমৃতবচন এই প্রসঙ্গে প্রণিধানযোগ্য –

যোগস্থঃ কুরু কর্মাণি সঙ্গং ত্যক্ত্বা ধনঞ্জয়।
সিদ্ধ্যসিদ্ধ্যোঃ সমো ভূত্বা সমত্বং যোগ উচ্যতে।।[১০]

হে ধনঞ্জয়, যোগস্থ হয়ে ফলাসক্তি বর্জন করে সিদ্ধি ও অসিদ্ধি তুল্যজ্ঞান করে তুমি কর্ম কর। এইরূপ সমত্ববুদ্ধিকেই যোগ বলে। স্বামী রঙ্গনাথানন্দ মন্তব্য করেছেন যে, সমচিত্তের বহিঃপ্রকাশ কর্মে কুশলতা। চঞ্চল মন কখনই কুশল হতে পারে না। দেবত্বের সামান্যমাত্র প্রকাশ ঘটলেই অনুভব করা যায় দেহ মনে এক অফুরন্ত প্রাণশক্তি, যা কঠোর

পরিশ্রমে ক্লান্তি বা অবসাদ দূর করে চিত্তকে প্রশান্ত রাখে। সমচিত্ত হলে শান্ত ও প্রফুল্ল চিত্তে কঠোর পরিশ্রমের মধ্য দিয়ে এক কর্মব্যস্ত জীবন যাপন করা সম্ভব। এভাবেই গীতা একটির পর একটি অধ্যায়ে জ্ঞান, ভক্তি, ধ্যান এবং কর্মযোগের সমন্বয়ের মধ্য দিয়ে একটি জীবন-দর্শনকে বিকশিত করেছে। গীতার যোগতত্ত্ব ব্যবহারিক বেদান্তের সারাংশ। অর্জুনকে নিমিত্ত করে ভগবান যেন সকল রকম কর্মী, রাজনীতিবিদ্, শাসনকর্তা, শিল্প অধিকর্তাদের লক্ষ্য করে বলেছেন –

তপস্বিভ্যোঽধিকো যোগী
জ্ঞানিভ্যোঽপি মতোঽধিকঃ।
কর্মিভ্যশ্চাধিকো যোগী
তস্মাদ্ যোগী ভবার্জুন।।[১১]

অর্থাৎ তপস্বিগণ অপেক্ষা যাঁরা কৃচ্ছ্রসাধ্য চান্দ্রায়ণাদি ব্রতে নিষ্ঠ তাদের অপেক্ষা যোগী শ্রেষ্ঠ, কেবল শাস্ত্রজ্ঞানী ব্যক্তি অপেক্ষাও যোগীগণ শ্রেষ্ঠ। কর্মিগণ অপেক্ষা অর্থাৎ যাঁরা স্বর্গাদি ফল কামনায় যা-যজ্ঞাদি কর্ম সম্পাদন করে থাকেন, এমন কর্মিদের অপেক্ষা যোগিগণ শ্রেষ্ঠ। কেননা, যাঁরা তত্ত্বজ্ঞানী নন, আত্মনিষ্ঠ নন, তাঁরা সমদর্শীও নন। জ্ঞানী অপেক্ষাও যোগী কিভাবে শ্রেষ্ঠ? এর উত্তরে শাস্ত্রকারেরা বলেন যে, জ্ঞানী দ্বিবিধ। যেমন- পরোক্ষ জ্ঞানী এবং অপরোক্ষ জ্ঞানী। এদের মধ্যে যাঁদের কেবল শাস্ত্রজ্ঞান আছে, আত্মা, জীব, জগৎ এসবের তত্ত্বকথা শাস্ত্র অনুশীলনের মধ্য দিয়ে জেনেছেন, কিন্তু আত্মানুভব নাই, তিনি পরোক্ষ জ্ঞানী। কিন্তু যাঁর প্রত্যক্ষ আত্মদর্শন হয়েছে, তিনি অপরোক্ষ জ্ঞানী। অর্থাৎ জ্ঞানী অপেক্ষা যোগীকে শ্রেষ্ঠ বলার ক্ষেত্রে শাস্ত্রজ্ঞানী বা পরোক্ষ জ্ঞানীকেই লক্ষ্য করে বলা হয়েছে। তবে শাস্ত্রজ্ঞানী বা শব্দজ্ঞানীর থেকেও যোগী শ্রেষ্ঠ- এই মত প্রায় সকলেরই। এককথায় বলা যায়, সকল প্রকার সাধকের মধ্যে আত্মজ্ঞানীকেই সর্বশ্রেষ্ঠ বলা হয়। কেননা, আত্মজ্ঞানী মুক্ত পুরুষ। কিন্তু স্বয়ং ভগবানের মতে, যোগী আত্মজ্ঞানী অপেক্ষাও শ্রেষ্ঠ। কারণ, শ্রীমদ্ভগবদ্গীতায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণের দ্বারা কথিত যোগী কেবল আত্মজ্ঞানী নন, তিনি আত্মারাম নন, তিনি তার অপেক্ষাও শ্রেষ্ঠ, তিনি সর্বভূতের প্রতি অনুকম্পাপ্রবণ, সকল ভূতের হিতে রত, নিষ্কাম কর্মী এবং সাক্ষাৎ ভাবে তিনি ভগবানের সঙ্গে যুক্ত। তাই, ভগবান যথার্থভাবেই বিশ্বের সকল অর্জুন গোত্রীয় মানুষদের উদ্দেশ্যে বলেছেন যে, হে অর্জুন, যোগী হও।[১২] মনকে নির্দিষ্ট বিষয়ে একাগ্র করা এবং মনকে মালিন্যমুক্ত করাই হল যোগ দর্শনের মূল ভিত্তি। কেননা, মন অতীব চঞ্চল, বিক্ষোভকারী, দৃঢ় ও শক্তিশালী। তাই একে বশে রাখা বায়ুর গতিকে বশে রাখার মতোই দুষ্কর। গীতাতে অর্জুন বললেন–

চঞ্চলং হি মনঃ কৃষ্ণ প্রমাথি বলবৎ দৃঢ়ম্।
তস্যাহং নিগ্রহং মন্যে বায়োরিব সুদুষ্করম্।।[১৩]

মনের কারণেই মানুষের বন্ধন ও মুক্তি হয়ে থাকে। শাস্ত্রে তাই বলা হয়েছে-

মন এব মনুষ্যাণাং কারণং বন্ধমোক্ষয়োঃ।
বন্ধায় বিষয়াসক্তং মুক্ত্যৈ নির্বিষয়ং স্মৃতম্।।[১৪]

অর্থাৎ মানুষের বন্ধন ও মোচন বা মুক্তি-এই দুইয়েরই মূলে আছে একমাত্র মন। মলিন মনের ফলে হয় বন্ধন। ইষ্টবস্তুতে মনকে নিরন্তর ধ্যানস্থ করার অভ্যাস এবং অনীষ্ট বস্তুতে বিরাগ প্রদর্শন করা হলে মনের মলিনতা দূরীভূত হয়। গীতায় কথিত হয়েছে–

অসংশয়ং মহাবাহো মনো দুর্নিগ্রহং চলম্।
অভ্যাসেন তু কৌন্তেয় বৈরাগ্যেণ চ গৃহ্যতে।।[১৫]

স্বচ্ছ বা উজ্জ্বল মন এনে দেয় মুক্তি। স্বামীজী বললেন- ... তৃতীয় সোপান মনের পূর্ণ নিয়ন্ত্রণ। সদসদ্ বিচার। অনুভব কর ঈশ্বরই একমাত্র সত্য। যদি ক্ষণেকের জন্যও মনে কর, তুমি ঈশ্বর নও, তবে 'মহদ্ভয়'- এ আক্রান্ত হইবে। যখনই চিন্তা করিবে 'সোঽহং', তখনই অফুরন্ত শান্তি ও আনন্দে ভরিয়া উঠিবে। ইন্দ্রিয়গুলি বশীভূত কর।[১৬] মনের এই মালিন্য বা ঔজ্জ্বল্য ঘটে তার উপাদানের তারতম্যে। মনের উপাদান তিনটি গুণ- সত্ত্ব, রজঃ তমঃ।[১৭] ত্রিগুণের নিয়ন্ত্রণাধীন মন সার্বভৌম অবস্থা প্রাপ্ত হলে সমাধিতে উত্তীর্ণ হয়। স্বামীজী বিশ্ববাসীকে শোনালেন সেই অমোঘ বাণী- উপাসকের মনে সত্ত্ব, রজঃ ও তমঃ- এই তিনটি গুণের যখন যেটি প্রবল থাকে, তখন তাহার মনে ঈশ্বর সম্বন্ধে তদনুযায়ী ভাবই উদিত হয়। ইহার ফল এই- একই ব্রহ্ম ভিন্ন ভিন্ন গুণপ্রাধান্যে ভিন্ন ভিন্ন রূপে দৃষ্ট হইবেন,

আর সেই এক জগৎই ভিন্ন ভিন্ন রূপে প্রতিভাত হইবে। ... সার্বভৌম বাচক ওঙ্কারে যেন বাচ্য-বাচক ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধে সম্বন্ধ, তেমনি এই বাচ্য-বাচকের অবিচ্ছিন্ন সম্বন্ধ ভগবানের ও জগতের বিশেষ বিশেষ খণ্ডভাব সম্বন্ধেও খাটিবে। ... ওঙ্কার যেমন অখণ্ড ব্রহ্মের বাচক, অন্যান্য মন্ত্রগুলিও সেইরূপ সেই পরমপুরুষের খণ্ডভাবগুলির বাচক। ঐ সবগুলিই ঈশ্বরধ্যানের ও প্রকৃত জ্ঞানলাভের সহায়ক।[১৮] এই ওঙ্কারজপপূর্বক ঈশ্বরধ্যানের দ্বারা সমাধিলাভ যোগদর্শনের মূল লক্ষ্য। স্বামী সুন্দরানন্দের মতে - ধ্যান গভীর হইলে যখন ধ্যানজ্ঞান পর্যন্ত থাকে না এবং চিত্ত ধ্যেয় বস্তুতে লীন হইয়া ধ্যেয়াকার প্রাপ্ত হয়, লখন সমাধি লাভ হইয়া থাকে।[১৯] মহর্ষি পতঞ্জলির মতে- তদেবার্থমাত্রনির্ভাসং স্বরূপশূন্যমিব সমাধিঃ।[২০] স্বামী বিবেকানন্দের বাণী এপ্রসঙ্গে প্রণিধানযোগ্য- জগতে সকল ধর্মই জ্ঞানের সার্বভৌম ও সুদৃঢ় ভিত্তি- প্রত্যক্ষানুভূতির উপর স্থাপিত। ... ধর্ম কেবল পূর্বকালীন অনুভূতির উপর স্থাপিত নয় পরন্তু স্বয়ং এই সকল অনুভূতি সম্পন্ন না হইলে কেহই ধার্মিক হইতে পারে না। যে বিজ্ঞানের দ্বারা এই সকল অনুভূতি হয়, তাহার নাম যোগ।[২১] যোগমার্গ দুটি ভাগে আপাতভাবে বিভক্ত। প্রথমটি রাজযোগ ও দ্বিতীয়টি হঠযোগ। রাজযোগে মনোবৈজ্ঞানিক দিকটি প্রধান এবং হঠযোগে দেহপ্রাণের দিকটি প্রধান। রাজযোগের সুউচ্চ প্রামাণিক শাস্ত্র পতঞ্জলির যোগদর্শন তথা যোগসূত্র। রাজযোগ বা যোগসূত্রোক্ত যোগাঙ্গ সাধনার দ্বারা তমসার পরপারে অবস্থিত সেই জ্যোতির্ময় পরমসত্তাকে নিজের অন্তরাত্মায় উপলব্ধি করতে পারলেই চিরতরে মুক্তি লাভ হয়। তদ্‌ভিন্ন অন্য কোনো পথ নাই। দিব্যবাসীর বিশ্বের যত সন্তান সন্ততিকে এরূপ মার্গ বা পথ অবলম্বন করে মুক্তির সন্ধান করতে বলেছেন স্বামীজী। তাঁর নির্দেশ- হে অমৃতের পুত্রগণ, হে দিব্যধামনিবাসীগণ, শ্রবণ কর- আমি এই অজ্ঞানান্ধকার হইতে আলোকে যাইবার পথ পাইয়াছি। যিনি সকল তমসার পারে, তাঁহাকে জানিতে পারিলেই সেখানে যাওয়া যায়- মুক্তির আর কোন উপায় নাই।[২২] স্বামীজীর এই বাণীর অনুরণন লক্ষ্য করা যায় শ্বেতাশ্বতরোপনিষদেও। সেখানে উদ্‌ঘোষিত হয়েছে-

শৃণ্বন্তু বিশ্বে অমৃতস্য পুত্রা
আ যে ধামানি দিব্যানি তস্থুঃ।।
বেদাহমেতং পুরুষং মহান্তম্
আদিত্যবর্ণং তমসঃ পরস্তাৎ।
তমেব বিদিত্বাঽতিমৃত্যুমেতি
নান্যঃ পন্থা বিদ্যতেঽয়নায়।।[২৩]

অর্থাৎ হে ইন্দ্রিয় ও তার অনুগ্রাহক দেবতাগণ, আমি চিত্তকে প্রণিধানাদির দ্বারাআপনাদের দ্বারা প্রকাশযোগ্য সনাতন ব্রহ্মে সমাহিত হতে যাচ্ছি। সবিতা দেবেরই সন্মার্গে স্থিত আমার এই স্তুতি বিস্তৃতি লাভ করুক। এবং হিরণ্যগর্ভের যে সকল সন্তানগণ দিব্যধামে অবস্থিত আছেন. তাঁরা এই শ্রবণ করুন। স্বপ্রকাশ ও জ্ঞানাতীত এই সর্বব্যাপী পুরুষকে আমি জানি। তাঁকে জানলেই লোকসমূহ মৃত্যুকে করতে পারে। এছাড়া পরমার্থ লাভের আর কোনো পন্থা নাই।

ঋষি শ্বেতাশ্বতরের উপলব্ধির অনুরূপ প্রতিফলন লক্ষ্য করা যায় স্বামীজীর চেতনাতেও। স্বামীজী যোগীর কর্তব্যরূপে নির্দেশ করেছেন- যোগী অধিক বিলাস ও কঠোরতা- দুই-ই পরিত্যাগ করিবেন। তাঁহার উপবাস করা অথবা শরীরকে ক্লেশ দেওয়া উচিত নয়। গীতাকার বলেন, যিনি নিজেকে অনর্থক ক্লেশ দেন, তিনি কখনও যোগী হইতে পারেন না। অতিভোজনকারী, একান্ত উপবাসী, অধিক জাগরণশীল, অধিক নিদ্রালু, অতিরিক্ত কর্মপরায়ণ, অথবা একেবারে নিষ্কর্মা - ইহাদের মধ্যে কেহই যোগী হইতে পারে না।[২৪] শ্রীমদ্ভগবদ্গীতাতে একথা স্পষ্টভাবে প্রতিফলিত হয়েছে -

নাত্যশ্নতস্তু যোগোঽস্তি ন চৈকান্তমনশ্নতঃ।
ন চাতিস্বপ্নশীলস্য জাগ্রতো নৈব চার্জুন।।[২৫]

অর্থাৎ হে অর্জুন, যিনি খুব বেশি ভোজনপ্রিয় এবং যিনি খুব বেশি উপবাসী থাকেন তাঁর যোগ হয় না। অতিশয় নিদ্রালু বা একেবারে যাঁর ঘুম হয় না, তাঁরও যোগসমাধি হওয়া সম্ভব হয় না।

স্বামীজীর দৃষ্টিতে রাজযোগ ও পাতঞ্জল যোগদর্শন সমার্থক- একথা পূর্বেই উল্লিখিত হয়েছে। স্বামীজীর সাধনার প্রথম সোপান শীর্ষক আলোচনায় রাজযোগ অষ্টাঙ্গযুক্ত। পাতঞ্জল যোগদর্শনেরও মূল ভিত্তি অষ্টাঙ্গযোগ। যোগসূত্রে উল্লিখিত হয়েছে- যম-নিয়মাসন প্রাণায়াম-প্রত্যাহার-ধারণা-ধ্যান-সমাধয়োঽষ্টবঙ্গানি।[২৬] যম, নিয়মাদি আটটি

যোগের অর্থাৎ অসম্প্রজ্ঞাতরূপ নিরোধ সমাধির কারণ। অভ্যাস, বৈরাগ্য, শ্রদ্ধা এবং বীর্য প্রভৃতি উপায় সমস্ত আটটি যোগাঙ্গের অন্তর্গত। অষ্ট যোগাঙ্গের মধ্যে প্রাথমিক অঙ্গ যম। যোগসূত্রে কথিত হয়েছে-

অহিংসাসত্যাস্তেয়ব্রহ্মচর্য্যাপরিগ্রহাঃ যমাঃ।[২৭]

অহিংসা, সত্য, অস্তেয়, ব্রহ্মচর্য্য ও অপরিগ্রহ যদি জাতি, দেশ, কাল ও শপথ দ্বারা সীমাবদ্ধ না হয় এবং সমস্ত সর্বথা অনুগত হয় তবে তাকে মহাব্রত বলা হয়। যমের পরবর্তী যোগাঙ্গ নিয়ম। নিয়মের লক্ষণে পতঞ্জলি ঘোষণা করেছেন- শৌচ-সন্তোষ-তপঃ-স্বাধ্যায়েশ্বর-প্রণিধানানি নিয়মাঃ।[২৮] অর্থাৎ নিয়ম হল শুচিতা, সন্তুষ্ট থাকা, তপস্যা, স্বাধ্যায় ও ঈশ্বর প্রণিধান। আচার্য ব্যাসদেব এই সূত্রের ভাষ্যের বলেছেন-

শয্যাসনস্থোঽথ পথি ব্রজন্ বা স্বস্থঃ পরিক্ষীণবিতর্কজালঃ। সংসারবীজক্ষয়মীক্ষমাণঃ স্যান্নিত্যমুক্তোঽমৃতভোগ ভাগী। যত্রেদমুক্তং "ততঃ প্রত্যকচেতনাধিগমোঽপ্যন্তরায়াভাবশ্চ" ইতি।[২৯]

অর্থাৎ যোগী শয়নে, উপবেশনে কিংবা পথিমধ্যে ভ্রমণে থাকাকালীন তিনি স্বস্থ অর্থাৎ ব্রহ্মনিষ্ঠ এবং সমস্ত বিতর্ক অর্থাৎ হিংসাদি বিনষ্টসম্পন্ন, তিনি অবিদ্যা, সংস্কার প্রভৃতি সংসারের বীজসমূহের ক্ষয় অনুভব করে নিত্যমুক্ত অবস্থায় ব্রহ্মাস্বাদ গ্রহণ করেন। এই বিষয়ে সূত্রকার বলেছেন- ঈশ্বরের প্রণিধান করলে আত্মজ্ঞান হয় এবং ব্যাধি প্রভৃতি অন্তরায়ের বিনাশ হয়। শ্বেতাশ্বতরোপনিষদেও অনুরূপ মননের ঝংকার পরিলক্ষিত হয়-

জ্ঞাত্বা দেবং সর্বপাশাপহানিঃ
ক্ষীণৈঃ ক্লেশৈর্জন্মমৃত্যুপ্রহাণিঃ।
তস্যাভিধ্যানাত্তৃতীয়ং দেহভেদে
বিশ্বৈশ্বর্যং কেবলং আপ্তকামঃ।।[৩০]

অর্থাৎ পরমেশ্বরকে জানলে সমস্ত বন্ধন ক্ষীণ হয় এবং অবিদ্যা, অস্মিতা, রাগ, দ্বেষ ও অভিনিবেশ প্রভৃতি পঞ্চ ক্লেশ ক্ষীণ হলে জন্ম ও মৃত্যুর সমস্ত কারণ বিনষ্ট হয়ে তা চিরকালের জন্য নির্বাপিত হয়। সেই পরমেশ্বরকে একাগ্রচিত্তে আত্মস্বরূপে অবিরত ধ্যান করলে অণিমা, মহিমা, লঘিমা, প্রাকাম্য, ঈশিত্ব, বশিত্ব ইত্যাদি সকল প্রকার ঐশ্বর্য্য লাভ হয় এবং অবশেষে ঐশ্বর্য্যের অতীত হয়ে পূর্ণানন্দে পরব্রহ্মে অবস্থিতি হয়।

অষ্ট যোগাঙ্গের মধ্যে যম-নিয়ম সম্বন্ধে স্বামীজী অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ উপলব্ধির প্রকাশ ঘটিয়েছেন। তিনি স্বশৈলীতে উত্থাপন করেছেন যে, যম ও নিয়ম চরিত্র গঠনের সাধন; ইহাদিগকে ভিত্তিস্বরূপ না রাখিলে কোনরূপ যোগ-সাধনই সিদ্ধ হইবে না। যম ও নিয়ম দৃঢ়প্রতিষ্ঠ হইলে যোগী তাঁহার সাধনের ছল অনুভব করতে আরম্ভ করেন। এগুলির অভাবে সাধনে কোনো ফলই ফলিবে না। যোগী কায়মনোবাক্যে কাহারও প্রতি কখনও অনিষ্টভাব পোষণ করিবেন না। করুণার ভাব কেবল মানুষ জাতিতেই আবদ্ধ থাকিবে না, উহা যেন আরও অগ্রসর হইয়া সমগ্র জগৎকে আলিঙ্গন করে।[৩১] আসন, প্রাণায়াম, প্রত্যাহার, ধারণা ও ধ্যান এগুলি সাধনার অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ সোপান বা স্তররূপে চিত্রিত হয়েছে শ্বেতাশ্বতরোপনিষদে ও বিবেকানন্দ মননে। কোনো যোগী বা সাধক যম থেকে ধ্যানে উন্নীত হবার দ্বারা সাধনার উৎকৃষ্ট সোপান সমাধিতে প্রবেশ করে। সমাধি হল যোগীর মূল লক্ষ্য। যোগদর্শনে সমাধি দুইপ্রকার- সম্প্রজ্ঞাত ও অসম্প্রজ্ঞাত। এদের যথাক্রমে সবীজ ও নির্বীজ সমাধিও বলা হয়। যোগ শব্দের অর্থরূপে প্রথম সূত্রের ব্যাসভাষ্যে বিধৃত হয়েছে- যোগঃ সমাধিঃ। ...যস্তেকাগ্রে চেতসি সদ্ভূতমর্থং প্রদ্যোতয়তি, ক্ষিণোতি চ ক্লেশান্, কর্মবন্ধনানি শ্লথয়তি, নিরোধমভিমুখং করোতি স সম্প্রজ্ঞাতো যোগ ইত্যাখ্যায়তে। স চ বিতর্কানুগতঃ, বিচারানুগতঃ, আনন্দানুগতঃ, অস্মিতানুগতঃ ইত্যুপরিষ্টাৎ প্রবেদয়িষ্যামঃ। সর্ব্ববৃত্তিনিরোধে ত্বসম্প্রজ্ঞাতঃ সমাধিঃ।[৩২] স্বামীজীর কণ্ঠেও ধ্বনিত হয়েছে সমাধিতত্ত্বের সরল কথা। তাঁর মতে সমাধি অবস্থায় লব্ধ এই জ্ঞানালোক যেহেতু নির্জ্ঞান অবস্থার অপেক্ষা অনেক উচ্চতর, তখন উহা অবশ্যই জ্ঞানাতীত ভূমি হইতে আসিয়াছে। সেই জন্যই সমাধি 'জ্ঞানাতীত অবস্থা' নামে অভিহিত হইয়াছে। সংক্ষেপে ইহাই সমাধিতত্ত্ব।[৩৩] এইভাবে জীবাত্মার সাথে পরমাত্মার সাযুজ্য স্থাপনের ফলে উভয় আত্মা অভিন্নরূপে যোগীর নিকট প্রতিভাত হয় এবং যোগী বা সাধক সর্ব দুঃখ হতে মুক্ত হন। এ প্রসঙ্গে শ্বেতাশ্বতরোপনিষদের সেই বিখ্যাত মন্ত্র উত্থাপন করা যেতে পারে-

যদাত্মতত্ত্বেন তু ব্রহ্মতত্ত্বং
দীপোপমেনেহ যুক্তঃ প্রপশ্যেৎ।

অজং ধ্রুবং সর্বতত্ত্বৈর্বিশুদ্ধং
জ্ঞাত্বা দেবমুচ্যতে সর্বপাশৈঃ।।[৩৪]

অর্থাৎ যে অবস্থায় যোগযুক্ত যোগী এই হৃদয়গুহাতে দীপস্থানীয় নিজ আত্মাতে আত্মরূপ ব্রহ্মতত্ত্বকে সাক্ষাৎ করেন, সেই অবস্থাতেই তিনি জন্ম-মৃত্যুরহিত সর্বদাই একস্বরূপ এবং অবিদ্যা পঞ্চ ক্লেশের সঙ্গে সম্বন্ধশূন্য পরমাত্মাকে জেনে চিরতরে মুক্ত হয়ে যান।

কালের বহমানতায় প্রাচীন ঔপনিষদিকতত্ত্ব তপোবনের শান্ত, স্নিগ্ধ পরিবেশে উচ্চারিত হয়েছিল ঋষিদের মননশীল হৃদ্‌কন্দরে। প্রাথমিকভাবে জ্ঞান, কর্ম, যোগ ও ভক্তিমার্গ মুক্তির উপায়রূপে পৃথক্‌ভাবে স্বীকৃত হলে ক্রমে ক্রমে মননশীল ও চিন্তাশীল বিবুধগণ উপলব্ধি করেছেন যে, জ্ঞানাদি সাধনমার্গ প্রকৃতপক্ষে অঙ্গাঙ্গীভাবসম্বন্ধযুক্ত। যার নিদর্শনরূপে আমরা দেখতে পাই আলোচ্য শ্বেতাশ্বতরোপনিষদে জ্ঞান, কর্ম, যোগ ও ভক্তির অপূর্ব মেলবন্ধন ঘটেছে। জ্ঞানাদি মার্গ চতুষ্টয়ের সুসমন্বয় পরিলক্ষিত হয় পতঞ্জলি বিরচিত যোগসূত্রে ও ব্যাসভাষ্যে। বহুবছর পরে আবির্ভূত বীর সন্ন্যাসী বিবেকানন্দ ও গভীর অধ্যবসায়ের দ্বারা উপলব্ধি করলেন বেদ-উপনিষদুক্ত বিভিন্ন মত ও পথের সমন্বয়-সূত্রকে। প্রত্যক্ষ করলেন দর্শনশাস্ত্রের সারতত্ত্বকে। সনাতন ভারতবর্ষের শাশ্বত চিরন্তন সত্যকে তিনি নবরূপে প্রচার করলেন এই ভুবনের প্রতিটি ভবনের কোণে। আঘাত করে চূর্ণ-বিচূর্ণ করলেন বিশ্ববাসীর কুসংস্কারাচ্ছন্ন অন্ধকারে পরিপূর্ণ হৃদয়কে।

তথ্যসূত্র:

১. উপনিষদ্ গ্রন্থাবলী(১), স্বামী গম্ভীরানন্দ, উদ্বোধন কার্যালয়, কলিকাতা, ৭ম সংস্করণ ১৯৬২, পুনর্মুদ্রণ ২০১৩, শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্ - ১/১
২. তদেব - ৬/২১
৩. শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্, বিনায়ক গণেশ আপটে, আনন্দাশ্রম মুদ্রণালয়, পুণা, ১৯২৭ খ্রীষ্টাব্দ, শঙ্করানন্দকৃতা দীপিকাটীকা, শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্ - ৬/২১
৪. উপনিষৎ-প্রসঙ্গ (৭ম খণ্ড)শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্, শ্রীমৎ অনির্বাণ, বর্ধমান বিশ্ববিদ্যালয়, বর্ধমান, ১ম প্রকাশ ২০১১, ভূমিকাংশ, পৃষ্ঠা - চ
৫. তদেব, পৃষ্ঠা - ছ
৬. তদেব, পৃষ্ঠা - ঝ
৭. পাতঞ্জল যোগদর্শন, স্বামী ভর্গানন্দ, উদ্বোধন কার্যালয়, কলকাতা, ২য় পুনর্মুদ্রণ ২০০৫, যোগসূত্র - ১/১
৮. তদেব, যোগসূত্রব্যাসভাষ্য - ১/১
৯. যোগের কথা পতঞ্জলির দৃষ্টিতে, গোবিন্দগোপাল মুখোপাধ্যায়, শ্রী সারদা মঠ, কলকাতা, ১ম সংস্করণ ২০১১, পৃষ্ঠা - ২১
১০. শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা, জগদীশচন্দ্র ঘোষ, প্রেসিডেন্সী লাইব্রেরী, কলকাতা, ৪৬তম সংস্করণ ১৪২৪ বঙ্গাব্দ, শ্লোকসংখ্যা - ২/৪৮
১১. তদেব – ৬/৪৬
১২. ব্যবহারিক বেদান্ত ও মূল্যবোধ-বিজ্ঞান, স্বামী রঙ্গনাথানন্দ, উদ্বোধন কার্যালয়, কলকাতা, ৩য় পুনর্মুদ্রণ ২০১৪, পৃষ্ঠা - ৫১
১৩. শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা - ৬/৩৪
১৪. অমৃতবিন্দূপনিষদ্ – ৬/৩৪
১৫. শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা - ৬/৩৫
১৬. কর্মযোগ, স্বামী বিবেকানন্দ, উদ্বোধন কার্যালয়, কলকাতা, ৭৫তম পুনর্মুদ্রণ ২০১৮, পৃষ্ঠা - ১১৮
১৭. যোগের কথা পতঞ্জলির দৃষ্টিতে, গোবিন্দগোপাল মুখোপাধ্যায়, পৃষ্ঠা - ১৩

১৮. ভক্তিযোগ, স্বামী বিবেকানন্দ, উদ্বোধন কার্যালয়, কলকাতা, ৫৭তম পুনর্মুদ্রণ ২০১৮, পৃষ্ঠা - ২৮
১৯. যোগচতুষ্টয়, স্বামী সুন্দরানন্দ, উদ্বোধন কার্যালয়, কলকাতা, ৫ম পুনর্মুদ্রণ ২০০৬, পৃষ্ঠা - ১৩০
২০. বেদান্তচুঞ্চু, পূর্ণচন্দ্র, পাতঞ্জল দর্শন, পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য পুস্তক পর্ষদ্, কলকাতা, ২য় মুদ্রণ ২০০৫, যোগসূত্র – ৩/৩
২১. স্বামী বিবেকানন্দের বাণী ও রচনা, ১ম খণ্ড, উদ্বোধন কার্যালয়, কলকাতা, ১ম সংস্করণ ১৩৬৯ বঙ্গাব্দ, পৃঃ ২১৩
২২. তদেব, পৃষ্ঠা - ২১৪
২৩. উপনিষদ্ গ্রন্থাবলী(১), স্বামী গম্ভীরানন্দ, শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্ - ২/৫, ৩/৮
২৪. স্বামী বিবেকানন্দের বাণী ও রচনা, ১ম খণ্ড, পৃষ্ঠা - ২২৩-২২৪
২৫. শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা – ৬/১৬
২৬. বেদান্তচুঞ্চু, পূর্ণচন্দ্র, পাতঞ্জল দর্শন, যোগসূত্র - ২/২৯
২৭. তদেব - ২/৩০
২৮. তদেব - ২/৩২
২৯. পাতঞ্জল যোগদর্শন, স্বামী ভর্গানন্দ, যোগসূত্রব্যাসভাষ্য - ২/৩২
৩০. উপনিষদ্ গ্রন্থাবলী(১), স্বামী গম্ভীরানন্দ, শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্ - ১/১১
৩১. স্বামী বিবেকানন্দের বাণী ও রচনা, প্রথম খণ্ড, পৃষ্ঠা-২২৫
৩২. পাতঞ্জল যোগদর্শন, স্বামী ভর্গানন্দ, যোগসূত্রব্যাসভাষ্য - ১/১
৩৩. স্বামী বিবেকানন্দের বাণী ও রচনা, প্রথম খণ্ড, পৃষ্ঠা - ২৭৫
৩৪. উপনিষদ্ গ্রন্থাবলী(১), স্বামী গম্ভীরানন্দ, শ্বেতাশ্বতরোপনিষদ্ - ২/১৫