

পঞ্চম অধ্যায়

॥ নির্জরা ॥

॥ निर्जरा ॥

जैनमते 'निर्जरा' षष्ठं तत्त्वम् । निर्जरार अर्थं पूर्वसंश्लिष्टं कर्मणः क्षयः, विनष्टिसाधनं वा ध्वंसः । एतद् प्रसङ्गे श्रीपूरुषोत्तमसुखार एकस्मिन् सहजसरले व्याख्या उद्धृतिरूपे उपस्थापिता कृता ह्ये —

“पूर्ववद् कर्मके आत्मा ह्येते पृथक् करारुके निर्जरा वले । इतिपूर्वे उक्तं ह्येयाच्चे ये, वद् कर्म यथासमये उदये आसिया, फलं प्रदानं करिया क्षरितं वा निर्जरितं ह्येया याय; किन्तु संश्लिष्टं कर्मके फलप्रदाने उन्मुक्तं ह्येवारं पूर्वेहं क्षयं करिते ना पारिले मुक्तिं प्राप्नुवतु इत्युक्त्वा, कारणं फलप्रदानं काले आवारं नूतनं कर्मणः वद् ह्येते थाके; तज्जन्यं मुक्तिरं अभिमुखे गमनकारी जीवेरं पक्षे प्रशस्तं ध्यानादिरं द्वारा कर्मक्षयं करा आवश्यकं ह्येया पडे । एतद्भावे कर्मक्षयं करारुके निर्जरा कहे । तपस्यारं द्वारा निर्जरा साधिता ह्ये ।”^{१०}

निर्जरा दुइ प्रकार — अकाम निर्जरा एवं सकाम निर्जरा ।

(१) अकाम निर्जरा : एतद् निर्जराय स्वाभाविकभावे कालप्रवाहे फलप्रदाने मध्यं दिये कर्मपुद्गलं विनष्टं ह्ये याय । एरं जन्यं कोन उद्योगं निते ह्ये ना ।

(२) सकाम निर्जरा : सकाम निर्जरा चेष्टाश्रितं । एतद् निर्जरारं जन्यं जीवके सचेष्टं ह्येते ह्ये । कर्मविनष्टिकरणे एकमात्रं लक्ष्यं यथं कोनं व्यक्तिं उपवासं, ध्यानं प्रभृति कृच्छ्रसाधनेरं विभिन्नं पद्धतिरं अनुशीलनं करेन, तथं ता सकाम निर्जरा । जैनदर्शने सकाम निर्जरारं अङ्गरूपे छयति बाह्यं एवं छयति आभ्यन्तरं सह मोटं वारोति तपे उल्लेखं करा ह्येयेच्चे । तपे देह-संश्लिष्टं ये संयमं ताके वला ह्ये बाह्यतपः एवं मानसिकं संयमं आभ्यन्तरं तपः रूपे अभिहितं ह्येयेच्चे । पूज्यपादेरं मते बाह्यं तपः ह्ये शारीरिकं सहिष्णुता एवं प्रत्यक्षग्राह्यं वस्तु वर्जनं संक्रान्तं एवं आभ्यन्तरं तपः ह्ये मानसिकं संयमं ।^{११}

॥ बाह्यतपः ॥

उत्तराध्यायनं सूत्रे छयप्रकारं बाह्यं तपश्चर्या उल्लेखं पाव्या याय ।^{१०} एतद् छयं प्रकारं बाह्यं तपश्चर्या क्रमानुसारे —

- ১) অনসন,
- ২) অবমোদরিকা,
- ৩) ভিক্ষাচার্যা,
- ৪) রসপরিত্যাগ,
- ৫) কায়ক্লেশ,
- ৬) সংলীনতা।

তত্ত্বার্থসূত্রেও ছয়প্রকার বাহ্য তপশ্চার্যার কথা বলা হয়েছে তবে এর ক্রমটি একটু ভিন্ন। এটি যথাক্রমে —

- ১) অনসন,
- ২) অবমৌদর্য,
- ৩) বৃত্তিপারিসংখ্যান,
- ৪) রসপরিত্যাগ,
- ৫) বিবিদ্ধ শয্যাসন,
- ৬) কায়ক্লেশ।^৪

(১) অনসন : অনসনের অর্থ, নিজ সামর্থ্যানুসারে খাদ্য বা খাদ্য-পানীয় উভয় থেকে নির্ধারিত সময়সীমা পর্যন্ত বিরত থাকা। অনসন আত্ম সংযমকে রক্ষা করে এবং কর্ম পুঙ্গল অপসারণ করে। পূজ্যপাদের মতে, কৃচ্ছ্রসাধন কোন জাগতিক উদ্দেশ্য সিদ্ধির নিমিত্ত নয়; আত্ম-সংযম, আসক্তির মূলোচ্ছেদন, কর্মের ধ্বংসসাধন, যোগ-অনুশীলন এবং শাস্ত্রজ্ঞানাহরণের জন্যই কৃচ্ছ্রসাধন প্রয়োজন।^৫

উত্তরাধ্যয়নসূত্রে দুইপ্রকার অনসনের উল্লেখ রয়েছে — (ক) ইত্বর বা সাময়িক অনসন এবং (খ) মরণকাল অনসন অর্থাৎ আ-মৃত্যু অনসন।^৬

(ক) ইত্বর অনসন : এই অনসন সাময়িক এবং এই প্রকার অনসনে খাদ্যগ্রহণের বাসনা থাকতেও পারে, আবার না থাকতেও পারে। এই সাময়িক অনসন ছয় প্রকার —

- (১) রৈখিক আকারে,

- (২) বর্গমূলাকারে,
- (৩) ঘনমূলাকারে,
- (৪) ষষ্ঠ শক্তিরূপে,
- (৫) দ্বাদশ শক্তিরূপে,
- (৬) যে কোন বিন্যাসে।

এর অর্থ এই রকম যে, এই নিয়মে যদি দ্বিতীয়, তৃতীয়, চতুর্থ এবং পঞ্চম দিনে চারটি অনসন অনুশীলন করা হয় তবে তা একটি রেখা গঠন করে। এই অনসনের সন্নিবেশ যদি চারবার পুনরাবৃত্ত হয় এবং পৃথক পৃথক সংখ্যা দিয়ে শুরু হয়, তাহলে ষোলটি অনসন হয় বেং তারা একটি বর্গক্ষেত্র তৈরী করে। যেমন —

১	২	৩	৪	
২	৩	৪	১	
৩	৪	১	২	
৪	১	২	৩	

এরপর পরবর্তী স্তরের অনসন সংখ্যা হয় ৬৪ (৪X৪|X৪), চতুর্থ স্তরে অনসন সংখ্যা ৪০৯৬, পঞ্চম স্তরে ১৬, ৭৭৭, ২১৬ অনসন এবং শেষ পর্যায়ের অনসনটি সাত লক্ষ (৭,০০,০০০) বছরে পূরণ হওয়া সম্ভব। এজন্য অবশ্যই ধরে নিতে হবে যে, এই প্রকার অনসন শুধুমাত্র পূর্ববর্তী তীর্থঙ্করদের ক্ষেত্রেই সীমাবদ্ধ ছিল যাঁরা অতি দীর্ঘকাল জীবনধারণ করেছিলেন।

(খ) মরণকাল অনসন : মরণকাল অনসন দুই প্রকার এবং এই প্রকারদুটি শারীরিক ভঙ্গিমা সংক্রান্ত। প্রথম প্রকার মরণকাল অনসন শারীরিক ভঙ্গিমার পরিবর্তনযুক্ত এবং দ্বিতীয় প্রকারটি শারীরিক পরিবর্তনবিযুক্ত।

মরণকাল অনসনের আরো দুটি প্রকার রয়েছে — সপরি কর্ম এবং অপরি কর্ম। সপরি কর্ম অর্থে স্বাচ্ছন্দ্যের জন্য অনুমতিপ্রদান এবং অপরি কর্ম অর্থে অনুমতি অপ্রদান। মরণকাল উপস্থিত হলে কেউ পছন্দের স্থান পরিত্যাগ করতে পারেন আবার কেউ

পরিত্যাগ না করতেও পারেন। এই উভয় ক্ষেত্রেই কেউ খাদ্যগ্রহণ না করতে পারেন।

(২) অবমোদরিকা : তত্ত্বার্থসূত্রে একে অবমৌদর্য বলা হয়েছে। অবমৌদর্য হ'ল অর্ধাহারে বা স্বাভাবিকের তুলনায় স্বল্পাহার যা ধীরে ধীরে আরো কমিয়ে আনা হয়।

উত্তরাধ্যায়ন সূত্রে অবমোদরিকা হ'ল আহার-বিহারের সংযম। এই সংযম পঞ্চবিধ —

- (ক) দ্রব্য সম্পর্কিত,
- (খ) স্থান সম্পর্কিত,
- (গ) সময় সম্পর্কিত,
- (ঘ) মানসিক অবস্থা সম্পর্কিত,
- (ঙ) উন্নতি সম্পর্কিত।

(ক) দ্রব্য সম্পর্কিত সংযম : স্বাভাবিক খাদ্য গ্রহণের তুলনায় যিনি কম খাদ্য গ্রহণ করেন এবং চরম পর্যায়ে যিনি এক গ্রাস মাত্র খাদ্য গ্রহণ করেন, তিনি দ্রব্য সংক্রান্ত সংযম পালন করেন। প্রসঙ্গতঃ উল্লেখযোগ্য যে, স্বাভাবিক খাদ্যগ্রহণের পরিমাণ একজন শ্রমণের ক্ষেত্রে বত্রিশ গ্রাস এবং একজন শ্রমণা বা সাধবীর ক্ষেত্রে আটশ গ্রাস। মুখের এক গ্রাসের পরিমাপ একটি ডিমের মাপের তুল্য।

(খ) স্থান সম্পর্কিত সংযম : স্থান অর্থে গ্রাম, নগর (যেখানে কর প্রদান করতে হয় না এমন স্থান), রাজধানী, নিগম (যেখানে বহু ব্যবসায়ী বাস করেন), খনি, পল্লী (যেখানে বন্য উপজাতি বাস করে), খেত (মাটির প্রচীর যুক্ত স্থান), কর্বত (কর্বতদের বাসস্থান), দ্রোণমুখ (এমনস্থান যেখানে জলপথ ও স্থলপথে গমন করা যায়), পত্তন (বৃহৎ নগর), মতস্ব (এমন নগর যা তার নিকটবর্তী গ্রাম থেকে সাড়ে তিন যোজনেরও বেশি দূরত্বে অবস্থিত) এবং সম্বাধ (উন্মুক্ত নগরী); তপোবন, বিহার (ভিক্ষুদের বাসস্থান), সন্নিবেশ (শোভাযাত্রার বিরতির স্থান), সমাজ (ভ্রমণকারীদের বিশ্রামের স্থান), রাখালদের আবাসস্থল, উচ্চভূমিতে অবস্থিত শিবির, মরুযাত্রীদের শিবির, পরিত্যক্ত দুর্গ; বাগান, রাস্তা, গৃহ — এ সমস্তই 'স্থান' শব্দবোধক। এই সব স্থানে এবং এই স্থানাদির তুল্য অন্যান্য স্থানে গমনাগমন করা যেতে পারে। এইভাবে একজন স্থান-সম্পর্কিত সংযম পালন করে থাকেন।

(গ) সময় সম্পর্কিত সংযম : দিনের চারটি পৌরুশীতে (তিন ঘন্টা) যিনি গমনাগমন করেন অথবা যিনি দিনের তৃতীয় পৌরুশী বা তার শেষ এক-চতুর্থাংশ সময়ে ভিক্ষা সংগ্রহ করেন, তিনি সময় সম্পর্কিত সংযম পালন করেন।

(ঘ) মানসিক অবস্থা সম্পর্কিত সংযম : যিনি পুরুষ বা নারীর কাছ থেকে, অলংকার দ্বারা সুসজ্জিত অথবা অলংকার বিবর্জিত ব্যক্তির কাছ থেকে, যে কোন বয়স-পোষাক-মেজাজ অথবা বর্ণের ব্যক্তির কাছ থেকে ভিক্ষা গ্রহণ করেন, যাঁর মানসিক প্রবণতা ও শর্তাদি পরিবর্তিত হয়নি — তিনি মানসিক অবস্থা সম্পর্কিত সংযম পালন করেন।

(ঙ) উন্নতি সম্পর্কিত সংযম : একজন সন্ন্যাসী যিনি দ্রব্য-সম্পর্কিত, স্থান-সম্পর্কিত, সময়-সম্পর্কিত এবং মানসিক অবস্থা সম্পর্কিত সংযম পালন করেন, তিনি উন্নতি সম্পর্কিত সংযম ও পালন করেন।

(৩) ভিক্ষাচর্যা : ভিক্ষাচর্যা সংক্রান্ত সংযমের মধ্যে পড়ে ভিক্ষা সংগ্রহের আটটি নিয়ম, সাতটি এষণা (ভিক্ষার প্রকার) এবং অন্যান্য স্ব-আরোপিত বিধি-নিষেধ। ভিক্ষা সংগ্রহের আটটি নিয়ম হ'ল — পেটা, অর্ধপেটা, গোমূত্রিকা, পতঙ্গবীথিকা, শম্বুকাবর্ত (এর দুটি প্রকার), আয়তং-গত্বা-প্রত্যাগত এবং রিজ্জী। সাতটি এষণা খাদ্যের গুণমান এবং পরিমাণ নির্দেশ করে।^৭

দশবৈকালিক সূত্রের পঞ্চম অধ্যয়নে ভিক্ষাকার্য সংক্রান্ত নিয়মের বিস্তৃত বিবরণ লক্ষ্য করা যায়। ভিক্ষুগণ কোন্ সময়ে ভিক্ষাগ্রহণ করতে যাবেন, পথিমধ্যে তিনি কি কি সাবধানতা অবলম্বন করবেন, কি ধরনের খাদ্য তিনি গ্রহণ করবেন, কোন্ প্রকার খাদ্য তিনি ত্যাগ করবেন, দাতার যোগ্যতা প্রভৃতি বিষয়ে বহু সূত্র দশ-বৈকালিক সূত্রে সন্নিবেশিত হয়েছে। যেমন বলা হয়েছে, একজন মুনি ভিক্ষার উদ্দেশ্যে কোনো নিষিদ্ধ গৃহ বা স্থানে প্রবেশ করবেন না, অথবা এমন গৃহে গমন করবেন না যেখানে তাঁর অনাদর-অভ্যর্থনা হয়, বরং এমন গৃহে গমন করবেন যেখানে তাঁকে সাদরে গ্রহণ করা হয়। ভিক্ষাকালে যাতে আসক্তি না জন্মে সেজন্য বলা হয়েছে — একজন মুনি কখনো (নারীর প্রতি)

আসক্তিয়ুক্ত দৃষ্টি নিক্ষেপ করবেন না, তাঁর দৃষ্টিকে বিস্তারিত করবেন না, মোহবিষ্ট হ'য়ে কোনকিছুতে দৃষ্টিনিক্ষেপ করবেন না এবং যদি ভিক্ষা না পান তবে একটি বাক্যও ব্যয় না ক'রে নিষ্ক্রান্ত হবেন।

একজন মুনি (শ্রমণ) শুধুমাত্র কল্লিক বা অনুমোদিত খাদ্যই গ্রহণ করতে পারেন। অকল্লিক বা অননুমোদিত খাদ্য নয়। যদি কোন মুনি অবগত হ'ন যে, তাঁকে পরিবেশন করার জন্যই খাদ্যদ্রব্যাদি প্রস্তুত করা হয়েছে, তবে তিনি তা প্রত্যাখান করবেন। সেজন্য একজন সংযমী সাধু খাদ্যের উৎস সম্পর্কে প্রশ্ন করেন অর্থাৎ ঐ খাদ্য কেন প্রস্তুত করা হয়েছে বা কে প্রস্তুত করেছেন, যদি শোনেন সেটি বিশুদ্ধ, তবে তিনি তা গ্রহণ করেন। প্রসঙ্গতঃ উল্লেখযোগ্য যে, শুধুমাত্র খাদ্য, পানীয় বা পরিবেশনের পাত্র প্রভৃতি বিশুদ্ধ হ'লেই ভিক্ষা গ্রহণযোগ্য হয় না; যিনি দাতা তাঁর যোগতাও এক্ষেত্রে বিবেচ্য। যদি একজন মুনি অবগত হন যে ভিক্ষাদাত্রী এমন একজন নারী যিনি আত্মসংযম বিবর্জিত, যিনি সজীববস্তু, বীজ বা শৈবাল পদদলিত করেন, এমন নারীর নিকট তিনি কোন খাদ্য বা পানীয় ভিক্ষারূপে গ্রহণ করেন না। একজন ভিক্ষু সঠিক সময়ে ভিক্ষাকার্যে নিগম্ন করেন, খাদ্যের জন্য সচেষ্টি হন কিন্তু তা না পেলে ব্যথিত হ'ন না এই ভেবে যে, তিনি এই কৃচ্ছ সাধনে অবিচলিত থাকবেন এবং খাদ্যাভাবের কষ্ট সহ্য করবেন।

তত্ত্বার্থসূত্রে তৃতীয় বাহ্য তপশ্চর্যাটি বৃত্তিপারিসংখ্যান। প্রথম দুই প্রকার খাদ্য সম্বন্ধীয় সংযমের (অনসন এবং অবমৌদর্য) ন্যায় এটিও খাদ্য সম্পর্কিত সংযম। কি ধরণের খাদ্য গ্রহণ করা যাবে এবং কিভাবে তা সংগৃহীত হবে — উভয়ই নিয়ন্ত্রিত হবে।

(৪) রসপরিত্যাগ : রসপরিত্যাগ হ'ল সুখাদ্য গ্রহণ থেকে বিরত থাকা এবং পানীয় যেমন দুধ, দই, ঘি প্রভৃতি থেকে বিরত থাকা। অর্থাৎ এই সংযমটিও খাদ্য-সংক্রান্ত। মুমুক্শু ব্যক্তি মদ্য, মাংস, মধু, মাখন এবং অন্যান্য উত্তেজক খাদ্য এবং পানীয় বর্জন করবেন। এই তপশ্চার্যার উদ্দেশ্য হ'ল ইন্দ্রিয়সমূহকে বশীভূত করা, নিদ্রাকে দমন করা এবং অপ্রতিহত অনুধ্যান।

(৫) কায়ক্লেশ : কায়ক্লেশ হ'ল দৈহিক সংযম। বিভিন্ন শারীরিক ভঙ্গিমা, যেমন বীরাসন

প্রভৃতি এর অন্তর্ভুক্ত, যা আত্মিক উন্নতির সহায়ক এবং অনুশীলন করা কষ্টসাধ্য।

তত্ত্বার্থসূত্রানুসারে কায়ক্লেশ ষষ্ঠ তথা শেষ বাহ্য তপশ্চর্যা। কায়ক্লেশ অনুশীলনের নিমিত্ত একজন মুমুক্শু ব্যক্তি বিভিন্ন শারীরিক মুদ্রা বা ভঙ্গী — যেমন দণ্ডায়মান ভঙ্গিমা, পদ্মাসন প্রভৃতি অভ্যাস করতে পারেন। বৃক্ষতলে অথবা উন্মুক্ত স্থানে শীতোষ্ণ সহনশীলতার অধ্যবসায়ও এই তপশ্চর্যার অংশ রূপে বিবেচিত হয়। এই তপশ্চর্যার লক্ষ্য হ'ল শারীরিক ক্লেশ সহ্য করা এবং সুখের প্রতি আসক্তি হ্রাস করা।

তত্ত্বার্থসূত্রানুসারে পঞ্চম বাহ্য তপস্ হ'ল বিবিদ্ধশয্যাসন। একজন সাধু তাঁর তপশ্চর্যার জন্য নির্জন স্থান নির্বাচন করবেন যেমন পরিত্যক্ত গৃহ, মন্দির, গুহা প্রভৃতি। এই তপশ্চর্যা ব্রহ্মচর্য, আত্মোপলব্ধি ও ধ্যানের পক্ষে সহায়ক।

(৬) সংলীনতা : সংলীনতার অর্থ অস্থায়ী আবাস এবং শয্যা ব্যবহার; নারী এবং গবাদি-পশু বর্জিত শয্যায় শয়ন।

॥ আভ্যন্তর তপঃ ॥

যোগশাস্ত্রে আচার্য হেমচন্দ্র উল্লেখ করেছেন যে, আত্মা থেকে কর্মকে বিচ্ছিন্ন করার ক্ষেত্রে বাহ্য তপশ্চর্যার তুলনায় আভ্যন্তর তপশ্চর্যা শ্রেয়তর।^{১৮} বাহ্যতপের ন্যায় আভ্যন্তর তপশ্চর্যাও ছয়ভাগে বিভক্ত^{১৯} —

- (১) প্রায়শ্চিত্ত,
- (২) বিনয়,
- (৩) বৈয়াবৃত্ত,
- (৪) স্বাধ্যায়,
- (৫) ব্যুৎসর্গ,
- (৬) ধ্যান।

উত্তরাধ্যায়ন সূত্রেও আভ্যন্তর তপশ্চর্যাকে ছয়ভাগে বিভক্ত করা হয়েছে। তবে এর ক্রমটি কিছুটা পৃথক। তত্ত্বার্থসূত্রানুযায়ী আভ্যন্তর তপশ্চর্যার পঞ্চম প্রকারটি ব্যুৎসর্গ

এবং ষষ্ঠ প্রকারটি ধ্যান, তুলনায় উত্তরাধ্যায়ন সূত্রে আভ্যন্তর তপশ্চর্যার পঞ্চম প্রকারটি ধ্যান এবং ষষ্ঠ প্রকারটি ব্যুৎসর্গ। অর্থাৎ উত্তরাধ্যায়ন সূত্রোল্লিখিত আভ্যন্তর তপশ্চর্যার ক্রমটি এইরূপ :

- (১) প্রায়শ্চিত্ত,
- (২) বিনয়,
- (৩) বৈয়াবৃত্ত্য,
- (৪) স্বাধ্যায়,
- (৫) ধ্যান,
- (৬) ব্যুৎসর্গ।^{১০}

নিম্নে তত্ত্বার্থসূত্র অনুসরণ করে আভ্যন্তর তপের ক্রমটি আলোচনা করা হল।

(১) প্রায়শ্চিত্ত : প্রায়শ্চিত্তের অর্থ পাপের প্রায়শ্চিত্ত। পাপ হল ব্রতস্থলন। প্রায়শ্চিত্ত দশপ্রকার। একজন মুমুক্শুব্যক্তিকে কঠোরভাবে এই বিবিধ প্রায়শ্চিত্ত করতে হয়। দশপ্রকার প্রায়শ্চিত্ত নিম্নরূপ —

- (ক) আলোচনা,
- (খ) প্রতিক্রমণ,
- (গ) তদুভয়,
- (ঘ) বিবেক,
- (ঙ) কায়োৎসর্গ,
- (চ) তপস্ ,
- (ছ) ছেদ,
- (জ) মূল,
- (ঝ) পরিহার,
- (ঞ) শ্রদ্ধান।

তত্ত্বার্থসূত্রে নয় প্রকার প্রায়শ্চিত্তের কথা বলা হয়েছে। এগুলি যথাক্রমে —

- (১) আলোচনা,
- (২) প্রতিক্রমণ,
- (৩) তদুভয়,
- (৪) বিবেক,
- (৫) ব্যুৎসর্গ,
- (৬) তপস্,
- (৭) ছেদ,
- (৮) পরিহার,
- (৯) উপস্থাপন।

(ক) আলোচনা : আলোচনার অর্থ আত্ম-সমালোচনা। আলোচনার নিহিতার্থ হ'ল গুরুর কাছে অপরাধ স্বীকার করা। এই অপরাধ স্বীকার করার ক্ষেত্রে দশটি দোষ পরিহার করতে হয় —

(১) অকম্পিত দোষ : লঘু প্রায়শ্চিত্ত করণের জন্য গুরুর সেবা করা বা তাঁকে কিছু প্রদান করা — এর নাম অকম্পিত দোষ।

(২) অনুকম্পিত বা অনুমানিত দোষ : শারীরিক অসুস্থতার কারণ দর্শানো, যাতে গুরু অনুকম্পা বশতঃ প্রায়শ্চিত্ত লাঘব করেন — এটি অনুকম্পিত দোষ। গুরু লঘু প্রায়শ্চিত্তের বিধান দেবেন — এমন অনুমান করা হ'ল অনুমানিত দোষ।

(৩) যদৃষ্ট : এর অর্থ, শুধুমাত্র এমন দোষগুলি ব্যক্ত করা যেগুলি অন্যেরা প্রত্যক্ষ করেছে।

(৪) বাদর দোষ : এর অর্থ গৌণ দোষগুলিকে গোপন করা এবং কেবলমাত্র মুখ্যদোষগুলি প্রকাশ করা।

(৫) সূক্ষ্ম দোষ : এটি বাদরদোষের ঠিক বিপরীত। এর অর্থ, শুধুমাত্র গৌণ দোষগুলি প্রকাশ করা এবং মুখ্যদোষগুলি গোপন করা।

(৬) চন্ন দোষ : যদি কোন সাধু, কল্পনামূলক কোন ঘটনার প্রায়শ্চিত্ত সম্পর্কে জানতে চান এবং তারপর তাঁর নিজদোষ স্বীকার করেন, তাকে বলা হয় চন্নদোষ।

(৭) শব্দাফুলিত দোষ : সাধুটি যদি অত্যন্ত গোলমালের মধ্যে অস্পষ্টভাবে তাঁর দোষ ব্যক্ত করেন তবে সেটি শব্দাকুলিত দোষ।

(৮) ভূরীসূরী দোষ : গুরু যে প্রায়শ্চিত্তের বিধান দিয়েছেন তার যথার্থ সম্বন্ধে যখন অন্যান্যদের মতামত জানতে চাওয়া হয় তখন ভূরীসূরী দোষ ঘটে।

(৯) অব্যক্ত দোষ : কোন দোষ বা অপরাধ এমন কোন ব্যক্তির কাছে প্রকাশ করা যিনি নিজে ত্রিরত্ন (সম্যক দর্শন-জ্ঞান-চারিত্র) বর্জিত।

(১০) তৎসেবিত দোষ : এর অর্থ, এমন কোন ব্যক্তির কাছে প্রায়শ্চিত্ত চাওয়া যিনি নিজে ঐ একই দোষে দোষী এবং যার জন্য প্রায়শ্চিত্তের প্রয়োজন।

(২) প্রতিক্রমণ : প্রতিক্রমণের অর্থ হ'ল কৃত অপরাধের জন্য আত্ম-নিন্দা বা নিজেকে দোষারোপ করা। এই অপরাধ বিভিন্ন ধরনের হ'তে পারে। যেমন - কামজ প্রভাবে প্রভাবিত হ'য়ে মিথ্যা বলা, নিষিদ্ধ স্থানে মলত্যাগ, সাধুদের সেবাকার্য প্রদান থেকে বিস্মৃত হওয়া এবং যৌন উত্তেজনা।

(৩) তদুভয় : তদুভয়-এর অর্থ, অনিচ্ছাকৃত দোষ-ক্রটির জন্য, যেমন - কুস্বপ্ন ইত্যাদি -আলোচনা এবং প্রতিক্রমণ - উভয়ের অনুশীলন করা।

(৪) বিবেক : এর অর্থ আপত্তিকর বা অশুদ্ধ দ্রব্য ত্যাগ করা। নিম্নলিখিত ক্ষেত্রে বস্তুসমূহ ত্যাগ করা আবশ্যিক —

- (ক) দ্রব্যটি যখন আপত্তিকর বা অগ্রহণযোগ্য;
- (খ) দ্রব্যটি বিশুদ্ধ কি না — এ সম্বন্ধে যদি সন্দেহ থাকে;
- (গ) দ্রব্যটির কোন একাংশ যদি আপত্তিকর হয়;
- (ঘ) যদি এমন হয় যে, দ্রব্যটি বিশুদ্ধ কিন্তু তার সঙ্গে অশুদ্ধ ধারণা জড়িত আছে;
- (ঙ) যখন কেউ দুর্ভিক্ষ বা রোগের ভয়ে রাত্রিকালে খাদ্যগ্রহণ করে;
- (চ) যখন আপত্তিকর খাদ্য পরিবেশিত হয় অথবা তার একাংশ ও মুখগহুরে প্রবেশ করে।

(৫) কায়োৎসর্গ : তত্ত্বার্থসূত্রে এটি ব্যুৎসর্গ। একজন সন্ন্যাসী অবশ্যই ভুলক্রমে গৃহীত অযোগ্য বস্তু পরিত্যাগ করবেন। প্রায়শ্চিত্ত সমুচ্চয় অনুসারে, হাঁটা-চলা, খাওয়া-দাওয়া প্রভৃতি সাধারণ, মৃদু অথচ যা এড়িয়ে যাওয়া যায় না এমন দোষের জন্য; অঙ্গের সঙ্গে অপর অঙ্গ বা কাদা-মাটি, বীজ, সবুজ ঘাস বা কীট-পতঙ্গের সঙ্গে ঘর্ষণের কারণে যে দোষ বা অপরাধ ঘটে, তার ক্ষলনের নিমিত্ত এই প্রায়শ্চিত্ত করতে হয়।

(৬) তপস্: এর অর্থ উপবাস অথবা বিশেষ ধরনের খাদ্য গ্রহণ। মুমুক্শু ব্যক্তির পক্ষে সর্বপেক্ষা গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হ'ল খাদ্য তথা স্বাদ বিষয়ক সংযম এবং এজন্যই উপবাস বা অনসনের উপর এত গুরুত্ব আরোপ করা হয়েছে।

(৭) ছেদ : এর অর্থ সন্ন্যাসী জীবনের প্রচলিত ক্রমে ছেদ পড়া। ছেদ -এর নির্দেশ দেওয়া হয় যখন —

(ক) কোন সাধু সংঘ ত্যাগ করে একাকী পরিভ্রমণ করেন;

(খ) চরিত্রে যদি শিথিলতা আসে;

(গ) কোন অপরাধের জন্য যদি ক্ষমাপ্রার্থী না হন;

(ঘ) নিজ-কৃত অপরাধের জন্য ক্ষমা প্রার্থনা না ক'রেই যদি কেউ সংঘ পরিত্যাগ করেন।

এই প্রসঙ্গে উল্লেখযোগ্য যে, ছেদের সময়কাল একজন সাধারণ সাধুর তুলনায় একজন জ্ঞানী সাধুর দ্বিগুণ এবং একজন আচার্যের তিনগুণ।

(৮) মূল : মূল হ'ল এমন প্রায়শ্চিত্ত যা ছেদের তুলনায় অধিক অথচ পরিহারের মত কঠোর নয়। গুরুতর দোষ যা 'ছেদ' -দ্বারা সংশোধন করা সম্ভবপর নয়, সেক্ষেত্রে মূল প্রায়শ্চিত্ত প্রয়োজন। এক্ষেত্রে সাধুটিকে তাঁর নিজ পদমর্যাদা হারিয়ে শিক্ষানবিসরূপে অনুশীলন আরম্ভ করতে হয়। যে যে কারণজন্য এই প্রায়শ্চিত্তের প্রয়োজন হয় তা হ'ল —

(ক) সাধুটি যদি বিশ্বাস, আচরণ এবং মহাব্রত থেকে বিচ্যুত হন; সন্ন্যাসীদের জন্য নির্দিষ্ট ছয়টি অবশ্যকর্তব্য যদি পালন না করেন এবং একজন গর্ভবতী নারী বা গুরুত্বপূর্ণ ব্যক্তিকে যদি সাধুধর্মে নিয়োজিত করেন;

(খ) যদি জৈন শাস্ত্রবিরোধী বক্তব্য প্রচার করেন;

(গ) ভণ্ড সন্ন্যাসীর জীবন যাপন করেন;

(ঘ) মূলগুণ-বিরোধী পাপকার্য করেন।

(৯) পরিহার : এর অর্থ সংঘ থেকে বিতাড়ন। পরিহার দুই প্রকার — অনুপস্থান এবং পারাধিক। প্রথম প্রকার পরিহারে, একজন সাধুকে তাঁর নিজ গণ-এ থাকার অনুমতি প্রদান করা হয়, যদিও সর্বকনিষ্ঠ সাধুটিকেও তাঁকে সম্মান প্রদর্শন করতে হয়। তাঁকে কঠোর খাদ্যগ্রহণের নিয়ম পালন করতে হয়। লঘু অপরাধের জন্য পাঁচদিন পর পর খাদ্য গ্রহণের নিয়ম এবং অপরাধ গুরুতর হলে এই পাঁচদিনের বিরতিটি ছয় মাসেও পৌঁছতে পারে, যদিও এই ধরনের দণ্ড আধুনিক যুগে বিরল কারণ মানুষের সামর্থ সীমিত।

পারাধিক পরিহার : এই দ্বিতীয় প্রকার পরিহারে সাধুটিকে সংঘের বাইরে বসবাস করতে হয় এবং প্রথম প্রকারের ন্যায় কঠোর অনসন পালন করতে হয়। এই ধরনের দণ্ড বিধান করা হয় কেবলমাত্র জঘন্যতম অপরাধ যেমন — ভিন্ন মতবাদে বিশ্বাসী সাধু, একজন সাধারণ মানুষ, একজন নারী, শিশু, কোনো সাধুর শিষ্যকে প্রতারণা করা এবং কোনো সাধুকে লাঠি দিয়ে নিগ্রহ করা।

তত্ত্বার্থসূত্রে নবম প্রায়শ্চিত্ত হ'ল উপস্থাপন। কোনো সাধুকে যখন সংঘ থেকে বিতাড়িত করা হয়, তখন পুনর্নিয়োগের প্রয়োজন হয়। পুনর্নিয়োগের জন্যও দুটি পর্যায়ের প্রয়োজন হয় —

(ক) পুনর্বহালে অযোগ্যতা এবং

(খ) তৎপরবর্তী পুনর্বহালের জন্য আহত যোগ্যতা যা প্রয়োজনীয় তপশ্চর্যার দ্বারা প্রাপ্ত।

(১০) শ্রদ্ধান : এর অর্থ বিপথগামী সাধুর পুনরায় সংঘে যোগদান।

(২) বিনয় : বিনয় অর্থে শিষ্টতা, ভদ্রতা, সৌজন্য এবং শ্রদ্ধা প্রদর্শন। বিনয় ব্যতিরেকে সকল প্রকার জ্ঞানই নিরর্থক। বিনয় হ'ল আসন থেকে উঠে দাঁড়ানো, জোড়হাত করা, অপরকে আসন প্রদান করা, গুরুর প্রতি শ্রদ্ধা এবং আন্তরিক আনুগত্য। দশবৈকালিকসূত্রে বলা হয়েছে যে, একজন মুনি যিনি অহংকার, ক্রোধ, আসক্তি এবং ভ্রান্তির বশবর্তী হ'য়ে গুরুর কাছ থেকে বিনয়-শিক্ষা গ্রহণ করেন না, তিনি নিজেই নিজের ধ্বংসের কারণ হ'ন, ঠিক যেমন বাঁশগাছের ফুল বাঁশগাছের ধ্বংসের কারণ হয়।^{১৭} আরো বলা হয়েছে যে, ক্রোধে প্রজ্জ্বলিত একটি বিষাক্ত সাপ খুব বেশি হলে একজনের প্রাণ নিতে পারে। কিন্তু একজন আচার্য যদি অসন্তুষ্ট হন হবে প্রকৃত শিক্ষাদান বাধাপ্রাপ্ত হয়, সুতরাং তাঁকে অশ্রদ্ধা প্রদর্শনের অর্থ নিজেকে মোক্ষলাভ থেকে বঞ্চিত করা। অর্থাৎ এর নিহিতার্থ হ'ল মোক্ষলাভ করতে হ'লে বিনয়-শিক্ষা প্রয়োজন। এজন্য একজন মুনি যাঁর কাছ থেকে আধ্যাত্মিক জ্ঞান লাভ করেন, নতমস্তকে, জোড়হস্তে, কায়-মন-বাক্যে তাঁর প্রতি শ্রদ্ধা প্রদর্শন করেন। একজন মুনি যিনি আচার্য এবং উপাধ্যায়গণের কথা যত্নসহকারে শ্রবণ করেন এবং তা পালন করেন, তিনি জ্ঞানে বর্ধিত হ'ল ঠিক যেমন উপযুক্ত জলসিঞ্চন দ্বারা একটি গাছ বর্ধিত হয়। একজন মুনি যিনি সর্বোচ্চ জ্ঞান লাভ করতে ইচ্ছুক এবং নির্জরার অনুসন্ধান করেন, তিনি গুরুর পূজা করেন। যিনি গুরুর আজ্ঞাবহ এবং যিনি ধর্মের তাৎপর্য শ্রবণ করেছেন এবং যিনি বিনয়গুণে গুণান্বিত তিনি এই জগত পারাবার — যা পার হওয়া দুষ্কর — তা পার হ'য়ে যান, কর্মের ধ্বংস-সাধন করেন এবং মোক্ষলাভ করেন।

দশবৈকালিকসূত্রে বিনয়-এর চারটি প্রকারের উল্লেখ করা হয়েছে^{১৮} :

- (ক) বিনয় সমাধি,
- (খ) শ্রুত সমাধি,
- (গ) তপঃ সমাধি,
- (ঘ) আচার সমাধি।

বলা হয়েছে, জ্ঞানী ব্যক্তিবর্গ, যাঁরা আত্মসংযমী, যাঁরা তাঁদের ইন্দ্রিয় ও অনুভূতিকে নিয়ন্ত্রণ করতে সমর্থ হয়েছেন, তাঁরা তাঁদের আত্মাকে সর্বদা বিনয়, শাস্ত্র, তপশ্চর্যা এবং আচারের উপর নিবন্ধ ক'রে রাখেন।

(ক) বিনয় সমাধি : বিনয় সমাধি হ'ল বিনয়ের উপর একাগ্রতা। বিনয় সমাধি আবার চতুর্বিধ —

- (১) শিষ্যটি গুরুর উপদেশাবলী শ্রবণে আগ্রহী;
- (২) শিষ্যটি গুরুর এই উপদেশাবলী গ্রহণ করেন;
- (৩) শিষ্যটি শ্রুত কে শ্রদ্ধা করেন এবং
- (৪) শিষ্যটি কখনো নিজ প্রাপ্তি সম্পর্কে প্রশংসা করে না। অর্থাৎ একজন মুনি যিনি মোক্ষাকাঙ্ক্ষী, তিনি মোক্ষের নিদান পেতে আগ্রহী, তিনি এই নিদান গ্রহণ করেন, সেই অনুযায়ী কাজ করেন এবং কদাপি আত্ম-অহংকারে গর্বিত হন না এই ভেবে যে, তিনি বিনয়সমাধিতে সুদক্ষ বা পারদর্শী।

(খ) শ্রুত সমাধি : শ্রুত সমাধির অর্থ ধর্মীয় শাস্ত্রের উপর একাগ্রতা। শ্রুত সমাধিও চারভাগে বিভক্ত।

- (১) আমি শ্রুত লাভেচ্ছু; অতএব আমি পাঠ করব,
- (২) আমার একাগ্র মন প্রয়োজন; অতএব আমি পড়ব,
- (৩) আমি আত্মাকে ধর্মের সঙ্গে যুক্ত করতে চাই; সেজন্য আমি পড়ব
- (৪) আমি আধ্যাত্মিকতাকে লক্ষ্য করতে চাই এবং অন্যদের ও একই কাজে সাহায্য করতে চাই — সেজন্য আমি পড়ব। অর্থাৎ অধ্যয়ন দ্বারা একজন জ্ঞান আহরণ করে, তার দ্বারা মন একাগ্র হয়, ফলে ধর্মে চিন্তা স্থির হয় এবং অপরকেও এরূপ হ'তে সাহায্য করে। অতএব বিভিন্ন শ্রুত অধ্যয়নের দ্বারা ব্যক্তি শ্রুত সমাধিতে নিমগ্ন হয়।

(গ) তপঃ সমাধি : তপঃ সমাধির অর্থ কৃচ্ছ সাধনার উপর একাগ্রতা। তপঃ সমাধির চারটি বিভাগ হ'ল —

- (১) ইহ জাগতিক লক্ষ্য পূরণের জন্য তপশ্চর্যা অনুচিত
- (২) পারলৌকিক লক্ষ্য পূরণের জন্য তপশ্চর্যা অনুচিত

(৩) প্রশংসা, নাম খ্যাতি প্রভৃতির জন্য তপশ্চর্যা অনুচিত

(৪) নির্জরা ব্যতীত অপর কোন কিছুর জন্য তপশ্চর্যা অনুচিত।

(ঘ) আচার সমাধি : আচার সমাধিও চতুর্ভাগে বিভক্ত —

(১) ইহ জগতের নিমিত্তি আচার-অনুশীলন কাম্য নয়;

(২) পরলোকের জন্য আচার-অনুশীলন কাম্য নয়;

(৩) প্রশংসা, খ্যাতি, নাম, যশের জন্য আচার-অনুশীলন বাঞ্ছনীয় নয় এবং

(৪) কেবলমাত্র অর্হৎ অবস্থাপ্রাপ্তির নিমিত্ত আচার-অনুশীলন কাম্য। এতদ্ব্যতীত অপর কোন উদ্দেশ্য সাধনের জন্য আচার-অনুশীলন কাম্য নয়।

যিনি জিনের বাক্যের প্রতি শ্রদ্ধা জ্ঞাপন করেন, যিনি তর্ক করেন না, যিনি শ্রুতর মর্মার্থ অনুধাবন করেছেন, যিনি মোক্ষপ্রাপ্তির খুব কাছাকাছি অবস্থান করেন তিনি আচার সমাধিতে দক্ষ এবং তিনি নিজ মন এবং ইন্দ্রিয় সমূহকে নিয়ন্ত্রণ করে মোক্ষপ্রাপ্তির আরো কাছাকাছি পৌঁছে যান।

(৩) বৈয়াবৃত্ত্য : তৃতীয় প্রকার আভ্যন্তর তপঃ হ'ল বৈয়াবৃত্ত্য। বৈয়াবৃত্ত্যের অর্থ সেবা প্রদান। দশ প্রকার সেবার কথা বলা হয়েছে। যেমন - আচার্য, উপাধ্যায়, স্তবির, তপস্বী, গ্লান, শৈক্ষ, সাধর্মিক, কুল, গণ এবং সংঘকে সেবা প্রদান। তত্ত্বার্থসূত্রে উক্ত ক্রমটি একটু ভিন্নাকারে এইরূপ : আচার্য, উপাধ্যায়, তপস্বী, শৈক্ষক, গ্লান, গণ, কুল, সংঘ, সাধু এবং সমনোজ্ঞান।^{১৩} পূজ্যপাদ, আচার্য অর্থে সংঘের প্রধান, উপাধ্যায় অর্থে আচার্যে সহকারী, তপস্বী অর্থে যিনি কঠোরভাবে কৃচ্ছ সাধন করেন, শৈক্ষক অর্থে শিক্ষক, গ্লান অর্থে পীড়িত শ্রমণ, গণ অর্থে বৃদ্ধ সাধু বা সন্ন্যাসী, কুল অর্থে একত্ব আচার্যের শিষ্য, সংঘ অর্থে সাধুদের সংঘ, সাধু অর্থে আত্মসংযমী এবং সমনোজ্ঞান অর্থে লোকপ্রিয় সন্ন্যাসী — এরূপ অর্থগ্রহণ করেছেন।^{১৪}

(৪) স্বাধ্যায় : স্বাধ্যায় -এর অর্থ শাস্ত্র - অধ্যয়ন। বৌদ্ধিক উৎকর্ষ, সৎসঙ্গ, অনাসক্তি, তপশ্চর্যা এবং ব্রত-লঙ্ঘনজনিত ক্রটির শুদ্ধিকরণের নিমিত্ত স্বাধ্যায় প্রয়োজন। স্বাধ্যায় পঞ্চপ্রকার —

- (ক) বাচনা,
- (খ) প্রচ্ছনা ,
- (গ) অনুপ্রেক্ষা ,
- (ঘ) আমনায় ,
- (ঙ) ধর্মোপদেশ।^{১৫}

(ক) বাচনা : বাচনার এই শাস্ত্র সম্পর্কে শিক্ষাদান করা এবং যথাযথ অর্থ জ্ঞাপন করা।

(খ) প্রচ্ছনা : এর অর্থ সন্দেহ নিরসনের জন্য বা যথার্থ অর্থ সুনিশ্চিত করার জন্য প্রশ্ন উত্থাপন।

(গ) অনুপ্রেক্ষা : অনুপ্রেক্ষার অর্থ অধীত বিষয়ে গভীরভাবে চিন্তা বা ধ্যান।

(ঘ) আমনায় : এর অর্থ নির্ভুলভাবে শাস্ত্রটি পুনরায় পাঠ করা।

(ঙ) ধর্মোপদেশ : এর অর্থ ধর্মীয় উপদেশ প্রদান।

(৫) ব্যুৎসর্গ : তত্ত্বার্থসূত্রীয় ক্রমানুসারে ব্যুৎসর্গ আভ্যন্তর তপের পঞ্চম প্রকার। তত্ত্বার্থসূত্রে ব্যুৎসর্গের অর্থ বাহ্যিক এবং আভ্যন্তরীণ অধিকার সমূহ পরিত্যাগ। সম্পদাদি হ'ল বাহ্যিক অধিকার সমূহ পরিত্যাগ। সম্পদাদি হ'ল বাহ্যিক অধিকার বা অধিকৃত বিষয় এবং ক্রোধাদি আন্তর অধিকৃত বিষয়। এই তপের অনুশীলন অনাসক্তি, নির্ভয়তা এবং জীবনের প্রতি উদাসীনতা বৃদ্ধি করে। তপের উদ্দেশ্যই হ'ল সমস্ত প্রকার বিষয়-বাসনা এমনকি শরীরও ত্যাগ করা। তপস্বীকে 'আমার' বোধ (মমবোধ) পরিত্যাগ করতে হবে। যা কিছু এই নশ্বর শরীর ধারণের জন্য প্রয়োজন তা অত্যন্ত অনাসক্তি সহকারে ব্যবহার করতে হবে।

উত্রাধ্যায়নসূত্রীয় ক্রমানুসারে ব্যুৎসর্গ আভ্যন্তর তপের ষষ্ঠ তথা সর্বশেষ ক্রম। ব্যুৎসর্গের অর্থ শরীর পরিত্যাগ। একজন সন্ন্যাসী যখন শায়িত অবস্থায়, উপবেশিত অবস্থায় অথবা দণ্ডায়মান অবস্থায় নিশ্চলভাবে অবস্থান করেন, তাকে বলা হয় ব্যুৎসর্গ। 'ব্যুৎসর্গ' পরিভাষার স্থলে 'উৎসর্গ' শব্দটিও জৈনশাস্ত্রে গৃহীত হয়েছে। Mrs. Stevenson

এর মতে, উৎসর্গ হ'ল, শরীর এবং শারীরিক চাহিদার প্রতি চরম উদাসীনতার মনোভাব। একমাত্র শ্রমণগণই চূড়ান্ত পর্যায়ের উৎসর্গ অনুশীলন করেন, যা তাঁকে মৃত্যুর দিকে চালিত করে। এই অবস্থায় একজন সাধু কোন পবিত্র পর্বতে (যেমন পার্শ্বনাথ, গিরনার বা শক্রঞ্জয় পর্বত) আরোহন করেন; এবং সেখানে যাতে কোনভাবে পুনরায় কর্ম-সংযুক্তি না ঘটে সেজন্য (একেবারে) কোন কর্ম করেন না, হাত-পা, মাথা বা শরীরিক নড়াচড়া বন্ধ করে নিশ্চলভাবে মৃত্যুর প্রতীক্ষা করেন।^{১৫}

লক্ষণীয় যে আভ্যন্তর তপের এই দ্বিবিধ ক্রমে (উত্তরাধ্যায়নসূত্রীয় এবং তত্ত্বার্থসূত্রীয়) যেটি ষষ্ঠ তথা শেষ প্রকার আভ্যন্তর তপঃ, তারপরই আত্মা দেহ থেকে বিনির্মুক্ত হয়। সেক্ষেত্রে উত্তরাধ্যায়নসূত্রানুসারে ব্যুৎসর্গের পর এবং তত্ত্বার্থসূত্রের ক্রম অনুসারে শেষ প্রকার শুদ্ধধ্যানের পর জীবের সঙ্গে অজীবের সংযুক্তি বিচ্ছিন্ন হয়।

(৬) ধ্যান : উত্তরাধ্যায়ন সূত্রানুসারে পঞ্চম প্রকার আভ্যন্তর তপঃ এবং তত্ত্বার্থসূত্রানুসারে ষষ্ঠ তথা শেষ প্রকার আভ্যন্তর তপঃ হ'ল ধ্যান। জৈন নীতিতত্ত্বে ধ্যান একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়রূপে বিবেচিত হয়েছে। বলাই বাহুল্য যে, শুধুমাত্র জৈননীতিতত্ত্বেই নয়, সমগ্র ভারতীয় দর্শনেই ধ্যানের একটি স্বতন্ত্র স্থান তথা গুরুত্ব রয়েছে।

আত্মোপলব্ধির উপায়রূপে ধ্যান সর্বোৎকৃষ্ট পন্থারূপে বিবেচিত হয়। গৌতমবুদ্ধের মতে, যাঁদের মধ্যে জ্ঞান এবং ধ্যান মিলিত হয়েছে, তাঁরা মুক্তি থেকে খুব বেশি দূরে নেই।^{১৬} পতঞ্জলির মতে ধ্যান দ্বারা কর্মসংস্কার রহিত হয়।^{১৭}

তত্ত্বার্থসূত্রানুসারে ধ্যান হ'ল নির্দিষ্ট বিষয়বস্তুতে মন বা চিন্তাকে কেন্দ্রীভূত করা।^{১৮} অস্থির মন বিষয় থেকে বিষয়ান্তরে ধাবিত হয়। এই অস্থির মন যখন একটি বিষয়ে বা বস্তুতে কেন্দ্রীভূত হয় তখন তা ধ্যান। ধ্যান একপ্রকার নিয়ন্ত্রণ যা মনের উপর আরোপ করা হয়, যাতে মন স্থির নিশ্চল থাকে। পূজ্যপাদের মতে, মন বা চিন্তন অবিরাম আন্দোলিত হয় কারণ খুব দ্রুত পরম্পরায় একের পর এক বিষয়ে তা কেন্দ্রীভূত হয়। একটি নির্দিষ্ট বিষয়ে মনোঃসংযোগের অর্থ অন্যান্য সকল বিষয়বস্তু থেকে চিন্তনকে প্রত্যাহার ক'রে ঐ নির্দিষ্ট বিষয়ে স্থির রাখা।

॥ ध्यानेर प्रकार भेद ॥

ध्यानेर प्रकारभेद : तत्रार्थसूत्रे चतुर्विध ध्यानेर उल्लेख रयेछे ।^{२०} एर क्रमटि एइरूप —

- (१) आर्तध्यान,
- (२) रौद्रध्यान,
- (३) धर्मध्यान,
- (४) शुक्रध्यान ।

उपर्युक्त प्रथम दुइप्रकार ध्यानके बला हय अशुभ वा पाप ध्यान कारण ता मोक्षार्थीके मोक्षपथे चालित करे ना । केवलमात्र शेषोक्त दुइ प्रकार ध्यान धर्मध्यान एवं शुक्रध्यान मोक्षार्थीके मोक्षेण पथे चालित करे ।^{२१} एइ दुटि ह'ल शुभ वा पुण्यध्यान ।

॥ आर्तध्यान ॥

आर्तध्यान ह'ल सेइ प्रकार मानसिक एकाग्रता या कोन वास्तव वा काल्पनिक यन्त्रणा थेके उद्भूत हय । 'आर्ति' — शब्देर अर्थ यन्त्रणा वा कष्ट । कोन व्यक्तिर निज कष्टेण प्रति मानसिक एकाग्रताइ आर्तध्यान । आर्तध्यान चतुर्विध :

- (१) अनिष्टसंयोगज ,
- (२) इष्टवियोगज ,
- (३) वेदनाजनित ,
- (४) निदानजनित ।

(१) अनिष्टसंयोगज : अनिष्ट संयोगज आर्तध्यान अवाङ्गीय विषयवस्तु येमन विष, काँटा, शक्र, अस्त्र इत्यादि थेके परिव्राणजनित उद्देगेण सङ्गे संश्लिष्ट । अर्थात् यखन कोन व्यक्ति कोन अवाङ्गीत वस्तु वा परिस्थितिर सम्मुखीन हय तखन तार समस्त मनोयोग ए अवाङ्गीत विषय वा परिस्थिति थेके निष्क्रान्त होयार विषये केन्द्रीभूत हय ।

(२) इष्ट वियोगज आर्तध्यान : यखन कोन व्यक्ति कामनार विषयवस्तु, येमन पुत्र, स्त्री अथवा धनेर अभावकाले सेगुलि पाओयार चिन्ता करे, तखन ता इष्टवियोगज आर्तध्यान ।

(৩) বেদনা জনিত আতর্ধ্যান : যখন কোন ব্যক্তি শারীরিক পীড়া ভোগ করে, তখন তার সমগ্র চিন্তা কেন্দ্রীভূত হয় পীড়া থেকে মুক্ত হওয়ার বিষয়ে — এটিই বেদনাজনিত আতর্ধ্যান।

(৪) নিদানজনিত আতর্ধ্যান : নিদানজনিত আতর্ধ্যানের অর্থ, কাঙ্ক্ষিত জাগতিক সুখ প্রাপ্তির উপায় বিষয়ে একাগ্র হওয়া।

আতর্ধ্যান আধ্যাত্মিক উন্নতির ষষ্ঠস্তর পর্যন্ত থাকে। তবে নিদানজনিত ধ্যান শুধুমাত্র পঞ্চম স্তর পর্যন্ত থাকে। আতর্ধ্যানের চিহ্ন হ'ল — সন্দেহ, দুঃখ, ভয়, ঔদাসীন্য, বাদানুবাদ, ধৈর্য্যচ্যুতি, উত্তেজনা, জাগতিক সুখভোগের ইচ্ছা, নিদ্রা, ক্লান্তি এবং অচেতনতা।

॥ রৌদ্রধ্যান ॥

‘রৌদ্র’ শব্দের অর্থ নিষ্ঠুর বা উদাসীন। এই নিষ্ঠুর বা ঔদাসীন্যযুক্ত মানুষ বা মন যে ধ্যান করে তাই রৌদ্রধ্যান। রৌদ্রধ্যান, আতর্ধ্যান অপেক্ষা ও নিম্নতর। অহিংসা, অনৃত, স্তেয় এবং বিষয় সংরক্ষণের ধারণা থেকে এই ধ্যানের উৎপত্তি হয় এবং এই ধ্যান আধ্যাত্মিক উন্নতির পঞ্চম স্তর পর্যন্ত লক্ষ্য করা যায়।

রৌদ্রধ্যান চার প্রকার —

- (১) হিংসানন্দী,
- (২) মৃষানন্দী,
- (৩) চৌর্যানন্দী,
- (৪) বিষয়ানন্দী।

(১) হিংসানন্দী : প্রথম প্রকার রৌদ্রধ্যান হিংসানন্দী। এর অর্থ, নিজে বা অপর কাউকে দিয়ে জীবের হত্যা বা ধ্বংস সাধন করা এবং তা থেকে আনন্দিত হওয়া। হিংসাত্মক কার্যকলাপে দক্ষতা, পাপকর্মে পরামর্শদান এবং নিষ্ঠুর মানুষজনের সঙ্গে সংস্রব রক্ষা করা — হিংসানন্দী ধ্যানের অন্তর্ভুক্ত। যুদ্ধক্ষেত্রে হত্যাকরার বাসনা; সচেতন জীবের যন্ত্রণা শ্রবণ, দর্শন বা স্মরণে আনন্দ লাভ করা; অপরের সম্পদে হিংসা, করা — এসবই হিংসানন্দী ধ্যানের অন্তর্ভুক্ত।

(২) মৃষানন্দী রৌদ্রধ্যান : মৃষানন্দী রৌদ্রধ্যান হ'ল অপরকে প্রতারণার উদ্দেশে মিথ্যার আশ্রয় গ্রহণ। এছাড়াও নিজসুখের জন্য ভ্রান্তিমূলক সাহিত্য রচনা, প্রবঞ্চনা দ্বারা সম্পদ আহরণ, এবং সরল মানুষকে প্রবঞ্চনা করা — এগুলিও এই ধ্যানের অন্তর্ভুক্ত।

(৩) চৌর্যানন্দী রৌদ্রধ্যান : চৌর্যানন্দী রৌদ্রধ্যান হ'ল চৌর্যবৃত্তির দ্বারা মানসিক আনন্দ লাভ করা। শুধুমাত্র চৌর্যকার্যই নয়, অপরকে চৌর্যবৃত্তির কৌশল সম্পর্কে শিক্ষাদান ও এই ধ্যানের অন্তর্ভুক্ত।

(৪) বিষয়ানন্দী রৌদ্রধ্যান : পৃথিবীর সকল ভালো জিনিস ভোগ করার এবং অধিকার করার যে বাসনা তাই বিষয়ানন্দী রৌদ্রধ্যান। এর অতিরিক্ত, ভোগ্যবস্তু অধিগ্রহণের নিমিত্ত হিংসাত্মক যুদ্ধ-বিবাদের চিন্তাও এর অন্তর্ভুক্ত। একজন মানুষ যিনি অত্যন্ত সুশৃঙ্খল তিনি এই রৌদ্রধ্যান থেকে নিষ্কৃতি পেতে পারেন যা আধ্যাত্মিক উন্নতির পঞ্চম স্তর পর্যন্ত থাকে। কখনো কখনো পূর্বসঞ্চিত কর্মের প্রভাবেও সাধুদের জীবনে এই ধ্যান উদ্ভূত হয়। রৌদ্রধ্যানের বৈশিষ্ট্য হ'ল নির্ভুরতা, কর্কশতা, প্রবঞ্চনা, কঠোর-হৃদয়তা এবং নির্দয়তা। রৌদ্রধ্যানের বাহ্যিক লক্ষণ হ'ল রক্তচক্ষু, বক্র ভ্রু, সন্ত্রস্ত হাবভাব, শারীরিক কম্পন এবং ঘাম।

॥ পুণ্যধ্যান ॥

পূর্বোল্লিখিত আর্তধ্যান এবং রৌদ্রধ্যান মোক্ষকামীকে মোক্ষের পথে চালনা করে না। কেবলমাত্র ধর্মধ্যান এবং শুরুধ্যান মোক্ষপ্রার্থীকে মোক্ষের পথে চালনা করে। এজন্য এই দুটি ধ্যানকে পুণ্যধ্যান বলা হয়।

॥ ধর্মধ্যান ॥

সকল প্রকার উপকারী এবং গভীর নৈতিক চিন্তনই ধর্মধ্যান। যাঁরা আধ্যাত্মিক উন্নয়নের পথে সম্পূর্ণ আত্ম-সংযম এবং শৈথিল্যবিনির্মুক্ত স্তরে রয়েছেন (সপ্তস্বর - অপ্রমত্ত বিরত) তাঁরাই এই ধ্যানের যোগ্য। এতদতিরিক্ত যাঁরা আধ্যাত্মিক উন্নয়নের একাদশ এবং

দ্বাদশ স্তরে (উপশান্ত মোহনীয় এবং ক্ষীণকষায় গুণস্থান) রয়েছেন, তাঁদের ক্ষেত্রেও এই ধ্যান সম্ভব।

॥ ধর্মধ্যানের স্থান ॥

জনবহুল অথবা নির্জন যে কোন স্থানই হোক তা ধ্যানের উপযোগী যদি মন দৃঢ় সংবদ্ধ থাকে। তবে পারিপার্শ্বিক অবস্থাও মনের উপর প্রভাব ফেলে। সেজন্য যে সব অঞ্চলে নিম্নস্তরীয় লোকজনের বাস, দুষ্ক রাজার শাসনাধীন অঞ্চল এবং সমালোচনাকারীদের দ্বারা পরিবেষ্টিত, বিকৃতমনস্কদের দ্বারা পরিবেষ্টিত, কৌল-কাপালিকদের দ্বারা পরিবেষ্টিত এবং জুয়াড়ী-মদ্যপদের দ্বারা পরিবেষ্টিত স্থান পরিহার করাই কর্তব্য। সকল প্রকার স্থান যেখানে নিন্দনীয় পেশার লোকজন, কুচরিত্রের লোক, নারী অথবা পশুর কারণে বাধার সৃষ্টি হ'তে পারে, সেই স্থান পরিত্যাজ্য।

অপরদিকে, যে স্থান মহৎ ব্যক্তিবর্গের অনুযজ্ঞ দ্বারা পবিত্র এবং সমুদ্র-সৈকত, অরণ্য, পর্বত, দ্বীপ প্রভৃতির ন্যায় নির্জন সেই স্থানই ধ্যানের উপযুক্ত। ধ্যানের স্থানটিতে কোলাহল, বর্ষণ অথবা বায়ুর প্রতিবন্ধকতা থাকা বাঞ্ছনীয় নয়।

॥ ধর্মধ্যানের ভঙ্গী ॥

যিনি নিরাসক্ত, দৃঢ়সংকল্প এবং সচ্চরিত্র, ধ্যানের পক্ষে যে কোন স্থান এবং যে কোন শারীরিক ভঙ্গীই তাঁর পক্ষে উপযোগী। তথাপি শারীরিক ভঙ্গীর নিজস্ব গুরুত্ব আছে। শুভচন্দ্র জ্ঞানার্ণবে সাতটি শারীরিক ভঙ্গীর উল্লেখ করেছেন ২৫ —

- (১) পর্যঙ্কাসন,
- (২) অর্ধপর্যঙ্কাসন,
- (৩) বজ্রাসন,
- (৪) বীরাসন,
- (৫) সুখাসন,

(৬) কমলাসন,

(৭) কায়োৎসর্গ।

এই সাতটি আসনের মধ্যে প্রথমটি এবং সর্বশেষটি অর্থাৎ পর্যঙ্কাসন এবং কায়োৎসর্গ, আধুনিক সময়ের উপযোগী। এইসময়ে মানুষের মধ্যে কর্মশক্তি ও উদ্যমের অভাব লক্ষ করা যায়। যদিও কোন স্থির নিয়ম নেই, তথাপি মুমুক্শু ব্যক্তি পূর্ব অথবা উত্তরমুখী হ'য়ে ধ্যান করবেন। যিনি এইভাবে নিজের শারীরিক ভঙ্গী নিয়ন্ত্রণ করেন, তিনি প্রকৃতির শীতোষ্ণাদি প্রকোপ থেকে মুক্ত হন।

শারীরিক নিয়ন্ত্রণের সঙ্গে সঙ্গে মানসিক নিয়ন্ত্রণের প্রসঙ্গও স্বাভাবিকভাবেই এসে পড়ে। এ প্রসঙ্গে পতঞ্জলির যোগদর্শন উল্লেখযোগ্য। যোগদর্শনে শারীরিক নিয়ন্ত্রণের জন্য আসনের অনুশীলনের পরেই মানসিক নিয়ন্ত্রণের জন্য প্রাণায়ামের উল্লেখ করা হয়েছে। জৈনদর্শনেও আমরা এর উল্লেখ পাই। জ্ঞানার্ণবে বলা হয়েছে, মনের উপর নিয়ন্ত্রণের জন্য শ্বাস-প্রশ্বাসের নিয়ন্ত্রণ করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। শুভচন্দ্র একটি পুরো অধ্যায়ে এই তিনধরনের প্রাণায়ামের — পূরক, কুম্ভক ও রেচকের বর্ণনা করেছেন, কারণ এর দ্বারা মনকে নিয়ন্ত্রণ করা সম্ভব, যার ফলে সমগ্র বিশ্বকে জানা যায়।^{২০}

প্রাণায়ামের ও উচ্চস্তরে রয়েছে প্রত্যাহার, যার অর্থ ইন্দ্রিয়সমূহকে অন্যান্য বিষয় থেকে সরিয়ে এনে কপালে একাগ্র করা। এছাড়াও চক্ষু, কর্ণ, নাসিকাগ্র, মুখ, নাভি, মস্তক, হৃদয় এবং ভ্রু-যুগলের মধ্যবর্তী স্থান একাগ্রতার বিষয় হ'তে পারে।

॥ ধর্ম ধ্যানের প্রকার ॥

তত্ত্বার্থসূত্রে চার প্রকার ধর্মধ্যানের কথা বলা হয়েছে —

(১) ভ্যাসবিচয় ধর্ম ধ্যান।

(২) অপায় বিচয় ধর্ম ধ্যান।

(৩) বিপাক বিচয় ধর্ম ধ্যান এবং

(৪) সংস্থানবিচয় ধর্ম ধ্যান।^{২১}

(১) অজ্ঞানবিচয় ধর্মধ্যান : অজ্ঞানবিচয় ধর্মধ্যানের অর্থ, কেবলজ্ঞানীগণ বস্তুর স্বরূপ সম্বন্ধে শাস্ত্রে যে শিক্ষা প্রদান করেছেন তাতে দৃঢ় বিশ্বাস স্থাপন। যখন কোন শিক্ষক থাকেন না, নিজ বুদ্ধিমত্তা তীক্ষ্ণ নয়, যখন কর্ম উদ্ভূত হয় এবং বিষয়সমূহ সূক্ষ্ম এবং যখন কেউ যথার্থ কারণ এবং ব্যাখ্যা খুঁজে পান না, তখন এই ধ্যান অত্যন্ত প্রয়োজন। অথবা যখন, কোন ব্যক্তি যিনি স্বয়ং বস্তুর স্বরূপ উপলব্ধি করেছেন, তিনি সেই তত্ত্বকে সমর্থন করার জন্য যখন 'নয়' এবং 'প্রমাণ' প্রয়োগ করেন, তিনি অজ্ঞান বিচয় ধর্মধ্যান অনুশীলন করেন। শাস্ত্রবিষয়ক সকল প্রকার জ্ঞানই এই প্রকার ধর্মধ্যানের অন্তর্ভুক্ত।

(২) অপায়বিচয় ধর্মধ্যান : বিপথগামী জীব সর্বজ্ঞের পথের বিরোধী — এরূপ ভাবনা অথবা ধর্মোপদেশকদের অযথার্থ দর্শন, জ্ঞান ও চারিত্র থেকে মুক্ত করার উপায় সম্বন্ধে গভীরভাবে চিন্তা — অপায়বিচয় ধর্মধ্যানের অন্তর্ভুক্ত। সপ্ত তত্ত্বের ধ্যান করাও অপায় বিচয় ধর্ম-ধ্যান।

(৩) বিপাকবিচয় ধর্মধ্যান : বিপাক বিষয় ধর্মধ্যানের অর্থ, জীবের উপর কর্মের বিভিন্ন প্রভাব বিষয়ে চিন্তা করা। সুখ-দুঃখ উভয়ই নিজ নিজ কর্মের ফলশ্রুতি। এই বিষয়ে সমস্ত প্রকার চিন্তনই এই প্রকার ধর্মধ্যানের অন্তর্ভুক্ত।

(৪) সংস্থানবিচয় ধর্মধ্যান : সংস্থান বিচয় : ধর্মধ্যানের অর্থ, নিরাসক্ত হবার লক্ষ্যে জগতের স্বরূপ এবং আকার বিষয়ে চিন্তন। জগতের গঠন, সপ্ত নরক এবং সেখানকার দুঃখ-যন্ত্রণা, মধ্যলোকাস্থিত ভূভাগ, ষোড়শ স্বর্গ এবং তাদের সুখ এবং সিদ্ধশীলা — যেখানে মুক্ত জীবগণ বাস করেন — এই সকল বিষয় সংক্রান্ত চিন্তন সংস্থানবিচয় ধর্মধ্যানের অন্তর্ভুক্ত।

সংস্থান বিচয় ধর্মধ্যান পুনরায় চার প্রকারে বিভক্ত —

(১) পিণ্ডস্থ,

(২) পদস্থ,

(৩) রূপস্থ

(৪) রূপাতীত।

(১) পিণ্ডস্থ ধ্যান : পিণ্ডস্থ ধ্যানের অর্থ শরীর নির্ভর একাগ্রতা। এই ধ্যান পাঁচ প্রকারে সম্ভব —

(ক) পার্থিবী ধারণা : ধ্যানের এই অবস্থায় একটি শাস্ত্র, কোলাহল বিহীন শ্বেত সমুদ্রের কল্পনা করতে হয়। এই সমুদ্রের মাঝখানে জম্বুদ্বীপের ন্যায় প্রশস্ত, শত পাপড়ি যুক্ত একটি স্বর্ণালী (সোনালী রঙের) পদ্মের কল্পনা করতে হয়। এই পদ্মের পরাগ মন-ভ্রমরকে আকৃষ্ট করে। এই পদ্মের মধ্যে একটি রাজকীয় আসন রয়েছে। যিনি ধ্যান করবেন তাঁকে কল্পনা করতে হবে যে তিনি ঐ আসনে উপবিষ্ট এবং বিশ্বাস করতে হবে যে, তিনি তাঁর সমস্ত কর্মবিনষ্ট করতে সক্ষম।

(খ) আগ্নেয়ী ধারণা : পার্থিবী ধারণার পর, মুমুক্শু ব্যক্তিকে তাঁর নাভিতে একটি ষোড়শ পুষ্পদল বিশিষ্ট পদ্মের কল্পনা করতে হবে, যার প্রতিটি পাপড়িতে অ থেকে অঃ — এই ষোলটি স্বর (দেবনাগরী স্বরবর্ণ সমূহ) সংযুক্ত রয়েছে। কল্পনা করতে হবে যে, পদ্মটির পুষ্পত্বকে 'স্নিঃ' মন্ত্রটি উৎকীর্ণ আছে। চিন্তা করতে হবে যে, একটি ধূসরখা 'র' থেকে শুরু হয়ে 'হ' -এর উপরে উঠছে। কল্পনা করতে হবে যে, এই অগ্নি হৃদয়ের অষ্টদল বিশিষ্ট পদ্মটিকে দাহ করছে। এই পদ্মটি আটপ্রকার কর্মকে চিহ্নিত করে। মনে করতে হবে, ঐ অগ্নি এই পদ্মকে পুড়িয়ে ছাই করে ফেলছে। এই অগ্নি সব কিছুকে পুড়িয়ে, এমনকি শরীরকেও পুড়িয়ে, ছাই করে দেয় এবং তারপর নিজেও নির্বাপিত হয়।

(গ) মারুতী ধারণা : আগ্নেয়ী ধারণার পরের স্তর হ'ল মারুতী ধারণা। এই ধারণায় কল্পনা করতে হবে এমন এক শক্তিশালী বাতাসকে যা এই ছাই সহ সবকিছুকে — দেবতাদের সেনা, মেরু পর্বত, মেঘ, সমুদ্র — উড়িয়ে নিয়ে যাবে। এরপর কল্পনা করতে হবে যে এই বাতাস শাস্ত্র হয়েছে।

(ঘ) বারুণী ধারণা : এরপর মুমুক্শু ব্যক্তিকে কল্পনা করতে হবে, রামধনু, বজ্র ও বিদ্যুৎসহ মেঘাচ্ছন্ন এক আকাশ। এরপর কল্পনা করতে হবে মুক্তোর মত বড় বড় ফোঁটার বৃষ্টিধারা। এই বর্ষণ অবশিষ্ট ভস্মকে ধুয়ে মুছে পরিষ্কার করে দেয় — এই কল্পনা করতে হবে।

(ঙ) তত্ত্বরূপাবতী ধারণা : কল্পনা করতে হবে যে, তিনি নিজেই সর্বজ্ঞ, সপ্ত শারীরিক

উপাদান থেকে মুক্ত, একজন 'সিদ্ধ'-র গৌরবযুক্ত। তাঁকে ভাবতে হবে যে তাঁর সব কর্ম ক্ষয়প্রাপ্ত হয়েছে।

(২) পদস্থ ধ্যান : পদস্থ ধ্যানের অর্থ নির্দিষ্ট কিছু মন্ত্রের অংশের উপর মনোযোগ দেওয়া। কল্পনা করতে হবে যে, একটি পদমের বিভিন্ন পুষ্পদলে মন্ত্রের বিভিন্ন অক্ষর উৎকীর্ণ রয়েছে এবং তাতে মনোনিবেশ করতে হবে। জ্ঞানার্গবে শুভচন্দ্র বিশেষ বীজমন্ত্র 'হ্র'-র উপর বিশেষ গুরুত্ব আরোপ করেছেন এবং এর উপর ধ্যান করার পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত বর্ণনা দিয়েছেন।^{২৫} একইভাবে, প্রণবমন্ত্র, নমোকারমন্ত্র, ষোড়শাক্ষর মন্ত্র এবং অন্যান্য বিভিন্ন শব্দাংশ যুক্ত মন্ত্রের নির্দেশ প্রদান করা হয়েছে। এই মন্ত্রের জপ যেমন অলৌকিক ক্ষমতা প্রদান করতে পারে, তেমনি সর্বজ্ঞতা লাভের পথে চালিত করতে পারে।

(৩) রূপস্থ ধ্যান : রূপস্থ ধ্যানের অর্থ, অর্হতের আধ্যাত্মিক গুণাবলীর প্রতি মনকে কেন্দ্রীভূত করা। এই প্রকার ধ্যানে, যে বিষয়ে মনোনিবেশ করা হয়, সেই বিষয়ের সম্যক উপলব্ধি হয়।

(৪) রূপাতীত ধ্যান : রূপস্থ ধ্যানে মনোনিবেশ করা হয় দেহধারী মুক্ত জীব অর্হতের উপর; রূপাতীত ধ্যানে মনোনিবেশ করা হয় দেহবিযুক্ত মুক্ত জীব সিদ্ধ-র উপর।

ধর্মধ্যান প্রত্যক্ষভাবে স্বর্গীয় সুখের পথে এবং পরোক্ষভাবে মুক্তির পথে চালনা করে।

॥ শুরুধ্যান ॥

শুরুধ্যান একপ্রকার অতি সূক্ষ্ম, শুভ ধ্যান। ধর্মধ্যানে বিষয় এবং বিষয়ীর পার্থক্য বর্তমানে থাকে, কিন্তু শুরুধ্যানে এই বিষয়ভিত্তিক চিন্তন ধীরে ধীরে হ্রাস পায়। শুরুধ্যানের নামকরণ এরূপ হয়েছে কারণ, এই ধ্যান তখনই সম্ভব যখন কষায় এর আবর্জনা সমূহ ধবংস হয় অথবা প্রশমিত হয়। শুরুধ্যান তাঁর পক্ষেই সম্ভব যাঁর অত্যন্ত শক্তিশালী হাড়ের গঠন রয়েছে (বজ্রবৃষভ নারাচ সংহনন) এবং যাঁর একাদশাঙ্গ এবং চতুর্দশ পূর্বের জ্ঞান রয়েছে। এই প্রসঙ্গে যোগশাস্ত্রে আচার্য হেমচন্দ্র প্রশ্ন তুলেছেন যে, যদি শুরুধ্যান কেবলমাত্র বজ্র-

বৃষভ-নারাচ দ্বারাই সম্ভব পর হয়, তবে এ যুগের মানুষ, যাঁরা দুর্বল অস্থি-সংস্থানযুক্ত সেবার্ত, তাঁদের কাছে শুরুধ্যানের উপদেশ দানের অর্থ কী?^{২৬} এর উত্তরে বলা হয়েছে যে, যদিও এ যুগের মানুষেরা শুরুধ্যানের যোগ্য নয়, তবুও জৈনতাত্ত্বিকেরা অবিরাম এই শুরুধ্যানের উপদেশ প্রাদান ক'রে গেছেন এই দৃষ্টিভঙ্গী নিয়ে, যাতে এই জ্ঞানের ঐতিহ্য ভেঙে না যায়, যাতে এই জ্ঞান বিস্মৃতির অতলে তলিয়ে না যায়। যোগশাস্ত্র শেষ করার সময় হেমচন্দ্র উল্লেখ করেছেন যে, মোক্ষপ্রাপ্তি হোক বা না হোক এটা নিশ্চিত যে, উদ্বৈগহীন মানসিক অবস্থায় আমরা যে সর্বোচ্চ সুখ অনুভব করি তার তুলনায় সকল একত্রিত সুখও মূল্যহীন হ'য়ে যায়।

॥ শুরুধ্যানের প্রকার ॥

শুরুধ্যান চার প্রকার —

- (১) পৃথকত্ব বিতর্ক সবিচার,
- (২) একত্ববিতর্ক বিচার,
- (৩) সূক্ষ্মক্রিয়া প্রতিপাদী ,
- (৪) ব্যুপরতক্রিয়া নিবৃত্তি।

প্রথম দুই প্রকার শুরুধ্যান প্রাচীন শাস্ত্র সম্পর্কে অভিজ্ঞ ব্যক্তির ক্ষেত্রে প্রযোজ্য। শেষোক্ত দুইপ্রকার শুরুধ্যান সর্বজ্ঞের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য।

(১) পৃথকত্ব বিতর্ক সবিচার : পৃথকত্ব শব্দের অর্থ পার্থক্য, বিতর্ক শব্দের অর্থ বিষয়গত চিন্তন। অতএব পৃথকত্ববিতর্কের অর্থ, পার্থক্যের প্রাধান্যযুক্ত বিষয়গত চিন্তন। 'বিচার'-এর অর্থ এক অবস্থা থেকে অন্য অবস্থায় গমন। অর্থাৎ পৃথকত্ব বিতর্ক সবিচার ধ্যানে পার্থক্যের প্রাধান্যযুক্ত চিন্তন এক বিষয় থেকে অন্য বিষয়ে স্থানান্তরিত হয়। ধ্যানের এই স্তরে ধ্যানকর্তার একাগ্রতা কায়, মন এবং বাক্যের বিভিন্ন কর্মের একটি থেকে অপরটিতে পরিবর্তিত হয়, এর বিষয় থেকে অপর বিষয়ে, এক প্রকার থেকে অপর প্রকারে স্থানান্তরিত হয়। চিন্তনের এই স্তরগুলি নির্ভর করে শাস্ত্রীয় জ্ঞানের উপর। ধ্যানের এই স্তরে ধ্যানের

বিষয় পরিবর্তিত হ'লেও এই প্রক্রিয়াকে ধ্যানের অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে কারণ বিভিন্ন ধ্যান একত্রিত হ'য়ে ধ্যানই গঠন করে।

(২) একত্ববিতর্ক বিচার : ধ্যানের এই স্তরে তিনটি যোগের একটি মাত্র অবস্থান করে এবং এই স্তরে একবিষয় থেকে অন্য বিষয়ে চিন্তনের পরিবর্তন, যা পূর্ব স্তরে ছিল — তা থাকে না। এই স্তরেও চিন্তন শাস্ত্রীয়জ্ঞানের উপর নির্ভর করে। ধ্যানের এই স্তরের পর, মুমুক্শু ব্যক্তি সর্বজ্ঞত্ব লাভ করেন এবং সকল আবরণীয় কর্ম বিনষ্ট হয়।

(৩) সূক্ষ্মক্রিয়াপ্রতিপাতী : ধ্যানের এই স্তরে কেবলমাত্র সূক্ষ্ম শারীরিক কার্য থাকে, এছাড়া সমস্ত প্রকার বাচিক, মানসিক এবং স্থূল শারীরিক কর্ম রহিত হ'য়ে যায়। এই প্রকার ধ্যান শুধুমাত্র কেবলজ্ঞানীদের ক্ষেত্রেই সম্ভব। মোক্ষলাভের কয়েক মূহুর্ত পূর্বে-স্থূল-সূক্ষ্ম সকল প্রকার বাচিক এবং মানসিক কর্ম সম্পূর্ণভাবে বন্ধ হ'য়ে যায়। শুধুমাত্র শ্বাস-প্রশ্বাস ক্রিয়ার মত সূক্ষ্ম কিছু শারীরিক ক্রিয়া তখনও থাকে। এই ধ্যান থেকে অধঃপতন হয় না, বরং এই ধ্যানের শেষে ধ্যানকর্তা চূড়ান্ত পর্যায়ের শুক্লধ্যানে অবতীর্ণ হন।

এই প্রকার শুক্লধ্যানটি প্রকৃতপক্ষে মানসিক একাগ্রতার পর্যায়ভুক্ত নয়। সেজন্য এটিকে 'ধ্যান' আখ্যা দেওয়া শুধুমাত্র প্রচলিত রীতি। এই ধ্যান সম্পর্কে বলা যেতে পারে যে, মানসিক স্থিরতা বা একাগ্রতাকে যেমন 'ধ্যান' আখ্যা দেওয়া হয়, তেমনি শারীরিক স্থিরতাকেও 'ধ্যান' বলা যেতে পারে।

(৪) ব্যুৎপন্নক্রিয়া নিবৃত্তি : শুক্লধ্যানের চতুর্থ এবং চূড়ান্ত স্তর হ'ল ব্যুৎপন্ন ক্রিয়া নিবৃত্তি। এই স্তরে সর্বপ্রকার ক্রিয়া সম্পূর্ণরূপে বন্ধ হ'য়ে যায়। এবং এই স্তর থেকে নিম্ন গুণশ্রেণীতে অবতরণের কোন সম্ভাবনা থাকে না কারণ এই চূড়ান্ত পর্যায়ের ধ্যানের পরেই আত্মা দেহ থেকে বিনির্মুক্ত হয়ে যায়। এই স্তরের শুক্ল ধ্যান কেবলমাত্র এক মুহুর্তকাল স্থায়ী হয়।

॥ तथ्यसूत्र ॥

१. श्यामसूखा, पूरणचांद, भगवान महावीर ओ जैनधर्म, पृः ५४
२. Pujiyapāda on Tattvārthasūtra, 9.19-20 (Bhargava, D., Jaina Ethics, p. 182
थेके संगृहीत)
३. उतुराधयनसूत्र, ३०.८; S.B.E, Vol. 45, p.
४. तत्रार्थसूत्र, ९.१९
५. Bhargava, D., Jaina Ethics, p. 183
६. उतुराधयनसूत्र, ३०.९; S.B.E, Vol. 45, p.175
७. ँ, ३०.१९; S.B.E, Vol. 45, p. 178, F.N.-2
८. योगशास्त्र, हेमचन्द्र, ४.९१ (Shah, N. J., Jaina Philosophy and Religion, p. 31)
९. तत्रार्थसूत्र, ९.२०
१०. उतुराधयनसूत्र, ३०.३० (S.B.E, Vol. 45, p.179)
११. दशबैकालिक सूत्र, ९.१ (Trans. Lalwani, K.C., p. 174)
१२. दशबैकालिक सूत्र, ९.२ (Trans. Lalwani, K.C., p. 195)
१३. तत्रार्थसूत्र, ९.२४
१४. Umāsvāti/Umāsvāmī's Tattvārtha Sūtra, That Which Is, Trans. Tatia
Nathmal, p. 234
१५. तत्रार्थसूत्र, ९.२५
१६. Stevenson, S., The Heart of Jainism, p. 168
१७. धम्मपद, २५.१३
१८. योगसूत्र, ४.६

১৯. তত্ত্বার্থসূত্র, ৯.২৭
২০. ঐ, ৯.২৯
২১. ঐ, ৯.৩০
২২. জ্ঞানার্ণব, ২৮.১০ (Bhargava, D., Jaina Ethics, p. 197 থেকে গৃহীত)
২৩. জ্ঞানার্ণব, ২৯.২৮-৯৮ (Bhargava, D., Jaina Ethics, p. 197 থেকে গৃহীত)
২৪. তত্ত্বার্থসূত্র, ৯.৩৭
২৫. জ্ঞানার্ণব, ৩৮.৭-৩০ (Bhargava, D., Jaina Ethics, p. 201 থেকে গৃহীত)
২৬. যোগশাস্ত্র, হেমচন্দ্র, ১১.৩ (Shah, M.J., Jaina Philosophy & Religion, p. 136 F.N)