মনরে অবস্থা কত প্রকার ও কি কি?

প্রশ্ন :- মনরে অবস্থা কত প্রকার ও কি কি?
উত্তর :- যোগশাস্ত্রে বলা হয়ছে যে মানুষরে সবচয়ে বড় সমস্যা হল 'মনরে বৃত্তি'। তাই যোগসূত্ররে প্রথম সূত্র হল – যোগস্য চত্তিবৃত্তি নরিোধ।
এই মনে হাজারো জন্মরে আসক্তি, অহংকার, কাম, কাম, ক্রোধ, লোভ, ইত্যাদি সঞ্চতি থাকে, যাকে সঞ্চতি কর্ম বলে। এই সঞ্চতি কর্মও আমাদরে নয়িতি এবং এর থকেে সামনরে দকিও নর্িধারতি হয়।
এই মনরে পাঁচটি অবস্থা আছে ।
এই চত্তি বা মানসকি অবস্থার পাঁচটি রূপ হল::-- 1. ক্ষপ্তি 2. মূর্খ 3. বক্ষিপ্তি 4. একাগ্র 5. নরিুদ্ধ
1. ক্ষপ্তি :- ক্ষপ্তি অবস্থায় মন ক্রমাগত এক বষিয় থকেে অন্য বষিয়ে ধাবতি হয়। এই জাতীয় ব্যক্তি চন্তিাভাবনা এবং কল্পনায় পূর্ণ।
2. মূর্খ:- মূর্খতাপূর্ণ অবস্থায় ঘুম, অলসতা, বষিাদ, নরিুৎসাহ প্রভৃতি প্রবণতা বা অভ্যাস প্রাধান্য পায়।
3. বক্ষিপ্তি:--- বক্ষিপ্তি অবস্থায়, মন কছিুক্ষণরে জন্য একটি বষিয়ে নযিুক্ত থাকে, কন্তিু মুহূর্তরে মধ্যে এটি অন্য দকিে চলে যায়। মানসকি অবস্থা ক্ষণে ক্ষণে পরবির্ততি হয়।
4. একাগ্র:--একাগ্র অবস্থায় মন একটি বষিয়ে দীর্ঘ সময় নবিদ্ধ থাকে। এই পর্যায়টি যোগরে অবস্থতি হওয়ার দকিরে প্রথম ধাপ।
5. নরিুদ্ধ :--- নরিুদ্ধ অবস্থায় মনরে সমস্ত প্রবৃত্তি বলিীন হয়ে যায় এবং মন তার স্বাভাবকি স্থতিশিীল, শান্ত অবস্থায় ফরিে আসে। অর্থাৎ, একজন ব্যক্তরি নজিকেে হওয়ার সম্পূর্ণ অনুভূতি রয়ছে। তার উপর থকেে মন-মগজে ঘোরাফরো করা মঘে দূর হয়ে যায় এবং সে সম্পূর্ণ জাগ্রত হয়ে দ্রষ্টা হয়। এটাকে যোগরে সমাধি অবস্থাও বলা হয়।

Published on: Jul, 27 2023 08:42