International Journal of Multidisciplinary Horizon

ISSN: **3049-2017**
IJMH 2025; 2(2): 47-50
© 2025 IJMH
www.themultijournal.com

Received: 22-04-2025
Accepted: 28-04-2025
Publish : 30-04-2025

Dipanwita Das Paria
Research Scholar,
Department of Sanskrit,
Seacom Skills University,
Kendradangal, Bolpur,
Birbhum, West Bengal

Under the guidance of
Prof.Dr.Hemanta Bhattacharyya
Department Of Sanskrit
Seacom Skills University,
Kendradangal, Bolpur,
Birbhum, West Bengal

Correspondence:
Dipanwita Das Paria
Research Scholar,
Department of Sanskrit,
Seacom Skills University,
Kendradangal, Bolpur,
Birbhum, West Bengal

মানসিক স্বাস্থ্য হানির কারণ বিশ্লেষণ

Dipanwita Das Paria, Prof.Dr.Hemanta Bhattacharyya

মানসিক স্বাস্থ্য হানির প্রচলন বর্তমানে বহু পরিলক্ষিত হয়। মানসিক অবসাদ বালক থেকে আরম্ভ করে বৃদ্ধয় পর্যন্ত প্রায় সর্বস্তরের মানুষের মধ্যে দেখা যায়। মানসিক স্বাস্থ্য যদি ঠিক না থাকে তাহলে জীবনে শান্তি ও থাকে না। সমাজে বিভিন্ন ধরণের মানুষ বসবাস করে। যেমন এদের মধ্যে কিছু কিছু মানুষ আছে যারা ড্রাগ্ নামে একপ্রকার নেশাগ্রস্ত দ্রব্য সেবন করে। আবার কেউ কেউ মানসিক দুঃখ ভোলার জন্য অপরিমিত মদ্যপান করে থাকে। অধিক নেশাগ্রস্ত দ্রব্য সেবনের ফলে মানুষের মানসিক স্বাস্থ্য নষ্ট হয়। শুধু তাই নয় নেশা দ্রব্য সেবনের ফলে তাদের মস্তিষ্কের বিকৃতি ও ঘটে এবং ধীরে ধীরে তারা আত্মহত্যা করতে বাধ্য হয়।

মানুষের মনে আবসাদ কিভাবে উৎপন্ন হয় এই প্রশ্নের উত্তরে বলা হয় যে লৌকিকরূপে অবসাদের অনেক কারণ হতে পারে। যেমন দারিদ্র্যের জন্য মানুষের মনে অবসাদের সৃষ্টি হয়। আবার কেউ কেউ ঋণ গ্রহণ করার পর যদি যথাসময়ে ঋণ শোধ করতে না পারে তাহলে তাদের মনে হতাশার উৎপন্ন হয়। কৃষকদের ক্ষেত্রে উৎপন্ন সশ্য যদি মনঃপূত না হয় তাহলে সেখান থেকেও অবশ্যই তাদের মনে অবসাদের সৃষ্টি হয়।

শুধু তাই নয় প্রৌঢ় এমনকি যুবক, যুবতি, ছেলে, মেয়ে, এবং ছাত্র, ছাত্রী প্রায় সকলের মধ্যেই মানসিক অবসাদ পরিলক্ষিত হয়। তাদের মধ্যে কেউ কেউ প্রমে বিষয়ে প্রত্যাখ্যানের ফলে মানসিক অবসাদগ্রস্ত হয়ে পড়ে। বর্তমান দিনে এটি একটি খুব গুরুত্ব পূর্ণ বিষয়। মানুষ হল সমাজ বদ্ধ জীব। আমাদের ভারতীয় সমাজে ধনী, মধ্যবিত্ত, গরীব ইত্যাদি বিভিন্নস্তরের মানুষ বসবাস করে। বর্তমানে সমস্ত স্তরের পরিবারে শিক্ষিত বেকার ছেলে মেয়েদের সংখ্যা খুব লক্ষ্য করা যায়। তারা সকলেই তাদের অভিভাবকদের প্রত্যাশার বহু Pressure অনুভব করতে পারে। ফলে তারা হতাশায় ভুগতে থাকে। আবার ছাত্রছাত্রীদের কাছে মানসিক অবসাদের মূল কারণ হল পরীক্ষায় আশানুরূপ ফল না পাওয়া। এর ফলে তারা হতাশাগ্রস্ত হয়ে আত্মহত্যা করতে উদ্যোত হয়। আধুনিক মানসিক বিজ্ঞান সেই বিষয়ে গবেষণা কার্যে অগ্রসর হয়েছে।
এর মূল কারণ কি এই প্রশ্নের উত্তরে কিছু কিছু বিষয় আমাদের দৃষ্টি গোচরীভূত হয়। মনের সংযম কে না করতে পারে। এই মনের সংযম না করতে পারলে আমাদের সকলকে উক্ত সমস্ত বিষয় সম্পর্কিত সমস্যা ভোগ করতে হয়। আর এই মনের অসংযমই হল বিনাশের মূল কারণ। প্রাচীনকালে বহু সাত্ত্বিক গুণ সম্পন্ন মানুষ অর্থাৎ সাত্ত্বিক ছিলেন। তারা তাদের সত্ত্বিকগুণাবলী বৃদ্ধির জন্য খুই প্রচেষ্টা করতেন। পরন্তু আধুনিক যুগে সেই দশা একেবারেই ভিন্ন। সকলেই যথেচ্ছা ব্যবহার করে। ফলে তাদের মনে কোন সংযমভাব দর্শিত হয় না। সমস্ত জায়গায় মানুষ ভোগলালসার বাসনায় মত্ত থাকে। অত এব উক্ত হয়েছে যে-"ধ্যায়তো বিষয়ান্ পুংসঃ" ইতি। তারা তাদের নিজেদের স্বার্থ ছাড়া কিছুই বোঝে না। ফলে পরস্পরের প্রতি ক্রোধ, হিংসা, বিদ্বেষ ইত্যাদি নিষিদ্ধ গুণাবলীর প্রভাবও লক্ষ্য করা যায়। আর এই অনন্ত বাসনার ইচ্ছাই হল মানুষের সর্বনাশের মূল কারণ।

বুদ্ধি বলতে মনকে বোঝানো হয়েছে। আর এই মনকে নিজের বশে বা সংযত করাই হল আমাদের সকলের প্রধান কর্তব্য। এখন প্রশ্ন হল সংযমন কেবল ইন্দ্রিয় সকলের সম্ভব তাহলে মনের সংযম কিভাবে সম্ভব ? তাহলে মন ইন্দ্রিয় কি ইন্দ্রিয় নয় এই প্রসঙ্গে শাস্ত্রে কি রকম আলোচিত হয়েছে তা জানা অবশ্যই দরকার।[১]

বেদান্তদর্শনে মনের ইন্দ্রিয়ত্ব স্বীকারে ভিন্ন ভিন্ন অভিপ্রায় লক্ষ্য করা যায়। শ্রীমৎশঙ্করাচার্যও এই মনের ইন্দ্রিয়ত্ব স্বীকার করেছেন। আবার বিদ্যারণ্যমুনি রচিত পঞ্চদশী নামক প্রকরণ গ্রন্থে মনের ইন্দ্রিয়ত্ব স্বীকারের উল্লেখ রয়েছে। অত এব "মনো দশেন্দ্রিয়াধ্যক্ষং হৃদপদ্মগোলকে স্থিতম্"[২] এই কারিকা থেকে জানা যায় যে মনই হল পঞ্চ জ্ঞানেন্দ্রিয় এবং পঞ্চ কর্মেন্দ্রিয়ের অধিপতি। আবার "একাদশেন্দ্রিয়ৈঃ"[৩] এই পদটি থেকে পঞ্চ জ্ঞানেন্দ্রিয় এবং পঞ্চকর্মেন্দ্রিয় এই দশ প্রকার ইন্দ্রিয়ের সঙ্গে মিলিয়ে মনকে একাদশেন্দ্রিয় রূপে স্বীকার করা হয়েছে। আবার অন্নংভট্টের মিতাক্ষরা বৃত্তির পরিশীলনাত্মক

শোধগ্রন্থে মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে স্বীকার করেছন।

শ্রীমভগবদগীতায় ইন্দ্রিয় সমূহ থেকে মনকে পৃথকরূপে বিবেচনা করা হয়েছে। এই জন্য কেউ কেউ মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে অস্বীকার করেছেন। একাদশ ইন্দ্রিয়ের মধ্যে মন হল অন্যতম।[৪] গীতোক্ত "ইন্দ্রিয়াণাং মনশ্চাস্মি"[৫] এই বাক্যে মূলত মনকেই বোঝানো হয়েছে। বেদান্তপরিভাষায় শ্রীধর্মরাজধ্বরীন্দ্রঃ মনের অনিন্দ্রিয়ত্বের প্রতিপাদন করেছেন। অন্তঃকরণ হল ইন্দ্রিয়। তাই তাকে অতীন্দ্রিয় বলা হয়। সুতরাং তাকে প্রত্যক্ষের বিষয়রূপে কিভাবে গ্রহণ করা সম্ভব ? এর উত্তরে বলা হয়েছে "ন তাবদন্তঃকরণং ইন্দ্রিয়মিত্যত্র মানমস্তি" ইতি। অর্থাৎ এই বাক্যের দ্বারা প্রমাণের অভাবজনিত কারণে মনের ইন্দ্রিয়ত্বের নিষিদ্ধ উদ্ঘোষিত হয়েছে। আবার গীতোক্ত "মনঃষষ্ঠানীন্দ্রিয়াণি"[৬] এই বচনকে ও মনের ইন্দ্রিয়ত্বের প্রমাণ রূপে ধরে নেওয়া যায় না। তার মূল কারণ হল অনিন্দ্রিয় মনের দ্বারা ইন্দ্রিয়গত ষটত্ব সংখ্যার পূরণে কোনো বিরোধ নেই। কিন্তু ইন্দ্রিয়গত সংখ্যা পূরণ কেবল ইন্দ্রিয়ের দ্বারাই করতে হবে এই রকম কোনো নিয়ম নেই। "যজমানপঞ্চমা ইডাং ভক্ষয়ন্তি"[৭] এই শ্রুতি বাক্যে অ-ঋত্বিক্ যজমানের দ্বারা ও ঋত্বিক্ গত পঞ্চত্ব সংখ্যার পূরণ হতে দেখা যায়। অর্থাৎ যে বস্তু যে জাতীয় বস্তুর সংখ্যার পূরক হয়, সে বস্তু সেই জাতীয় হয় এটাই হল প্রকৃত নিয়ম। বেদে ও গীতাতে মন ইন্দ্রিয়ের সংখ্যাপূরক বলে উদ্ধৃত হয়েছে। সুতরাং অনুমান করে বলা যায় যে- "মনঃ ইন্দ্রিয়ম্ ইন্দ্রিয় গত-সংখ্যা-পূরকত্বাৎ, যৎ নৈবং তৎ নৈবম্"[৮] ইতি। অর্থাৎ মন হল ইন্দ্রিয়, যেহেতু তাতে ইন্দ্রিয়গত সংখ্যার পূরক বিদ্যমান। যে ইন্দ্রিয় নয়, সে ইন্দ্রিয়গত সংখ্যার পূরকও নয়। সুতরাং উপরোক্ত নিয়মানুসারে মন ইন্দ্রিয়জাতীয় ইন্দ্রিয়ই হবে। সুতরাং "মনঃষষ্ঠানীন্দ্রিয়াণি" এই বচনটি মনের ইন্দ্রিয়ত্ব সাধনের জন্য কখনই উপযুক্ত প্রমাণ হতে পারে না। কেবল অনুমানই হল মনের ইন্দ্রিয়ত্বের প্রমাণ। এছাড়া মনের ইন্দ্রিয়ত্বের অন্য কোনো প্রমাণ নেই। তাই বলা হয়েছে- "অনিন্দ্রিয়েণাপি" ইত্যাদি।

আবার মনের অনিন্দ্রিয়ত্বে বাধক প্রমাণ রূপকে বোঝানোর জন্য ধর্মরাজধ্বরিন্দ্র মহাশয় "ইন্দ্রিয়েভ্যঃ পরাহ্যর্থাঃ অর্থেভ্যশ্চ পরং মনঃ" এই বাক্যটির উল্লেখ করেছেন। যে পদার্থগুলি দ্বারা স্থূল ইন্দ্রিয়গুলি আরব্ধ, সেই পদার্থগুলি ইন্দ্রিয়সমূহ থেকে সূক্ষ্ম ও মহৎ। পুনরায় সেই পদার্থগুলি থেকে ও মনের আরম্ভক ভূতসূক্ষ্ম আরও সূক্ষ্মতর ও মহৎ এটাই হল শ্রুতির মুখ্যার্থ। এই শ্রুতি বা অন্যান্য শ্রুতির দ্বারা মনকে সাক্ষাৎ অনিন্দ্রিয় বলে ঘোষিত হয়নি। কেবল ইন্দ্রিয় ও মনের পৃথক নির্দেশবশতঃ মনকে অনিন্দ্রিয় বলে ধরা হয়। এখানে প্রমাণিত শ্রুতিগুলি হল-"আত্মানং রথিনং বিদ্ধি শরীরং রথমেব তু। বুদ্ধিস্তু সারথিং বিদ্ধি মনঃ গ্রহণমেব চ। ইন্দ্রিয়াণি হয়ানাহুঃ"[৯], "এতস্মাজ্জায়তে প্রাণো মনঃ সর্বেন্দ্রিয়াণি চ"[১০] ইত্যাদি। মনের বৈশিষ্ট্য প্রতিপাদনের জন্য ইন্দ্রিয় হতে মনের পৃথকভাবে উপদেশ রয়েছে। কিন্তু মনের অনিন্দ্রিয়ত্ব প্রতিপাদনের জন্য কোনো পৃথক্ উপদেশ নেই। সমস্ত ইন্দ্রিয়েরই বৈশিষ্ট্য আছে। বৈশিষ্ট্য পৃথক উপদেশের কারণ হলে সমস্ত ইন্দ্রিয়ই পৃথক পৃথকভাবে উপদিষ্ট হত। কিন্তু এখানে তা হয়নি। সুতরাং বলা যেতে পারে বৈশিষ্ট্য কখনই পৃথক্ উপদেশের কারণ হতে পারে না কেবল অনিন্দ্রিয়ত্বই হল পৃথক্ উপদেশের হেতু। অত এব এখানে অন্তঃকরণ ইন্দ্রিয় নয় এই সিদ্ধান্তই প্রতিপাদিত হয়েছ।

আবার নৈয়ায়িক মতে চক্ষুঃ, কর্ণ প্রভৃতি ইন্দ্রিয়বর্গের ভিন্ন ভিন্ন গ্রহণীয় বিষয় আছে। কিন্তু মনের কোনো গ্রহণীয় বিষয় নেই। সুখ, দুঃখ প্রভৃতি যে সমস্ত মনের বিষয় বলে নৈয়ায়িক সমাজে প্রসিদ্ধ আছে, বেদান্তী মতে সেগুলি মনের বিষয় নয়। সেগুলি হল সাক্ষাৎ সাক্ষিজ্ঞানের বিষয়। সুতরাং মনের গ্রহণীয় বিষয় না থাকায় তাকে ইন্দ্রিয় বলা যায় না। আবার বৌদ্ধদিঙনাগগণ মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে অস্বীকার করেন। এই বিষয়ে প্রমাণিত শ্লোকটি হল- "ন সুখাদি প্রমেয়ং বা মনো বাস্তোন্দ্রিয়ান্তরম্। অনিষেধাদুপাত্ত..স্যেন্দ্রিয়রুতং বৃথা"[১১] ইতি। কিন্তু বাচস্পতিমিশ্র মহাশয় ভামতীতে মনকে ইন্দ্রিয় বলে মান্যতা দিয়েছেন। সেখানে উক্ত শ্লোকটি হল- "তস্মান্নির্বিচিকৎস-বাক্যার্থ-ভাবনা-পরিপাক-সহিতমন্তকরণং ত্বংপদার্থস্যাপ-রোক্ষস্য তত্তদুপাধ্যাকার-নিষেধেণ তৎপদার্থতামনুভাবয়তীতি যুক্তম্"[১২] ইতি। উক্ত বিষয়ে কল্পতরু পরিমলকার অপ্যয়দীক্ষিত শব্দাপরোক্ষবাদ খণ্ডন পূর্বক "স্বাবিষয়-বিষয়ক-জ্ঞানাজন্য-জ্ঞানত্বং জ্ঞানাপরোক্ষ্যম্"[১৩] এই রূপ প্রক্ষের লক্ষণ অঙ্গীকার করে মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে সমর্থন করেছেন।

বেদান্তপরিভাষায় ধর্মরাজধ্বরিন্দ্র পূর্বোক্ত বচন অনুসারে ইন্দ্রিয়ত্বের অভাবকে প্রতিপাদন করেছেন। ফলে তিনি তার্কিকদের ইন্দ্রিয়ত্বসাধন বিষয়ক মতের অস্বীকার করেছেন। তার্কিকদের মতে প্রত্যেক্ষের লক্ষণ হল- "ইন্দ্রিয়জন্যং জ্ঞানং প্রত্যক্ষম্" ইতি। বেদান্তীর মতে যদি মন ইন্দ্রিয় না হয় তাহলে তৎ জনিত সুখ, দুঃখাদি প্রত্যক্ষের সাক্ষাৎ ও সম্ভব নয়। তার মূল কারণ হল সুখ, দুঃখাদির জ্ঞানোৎপাদনে ইন্দ্রিয়ের অভাব। কিন্তু অহং সুখী, অহং দুঃখী ইত্যাদি ক্ষেত্রে ইন্দ্রিয়ের প্রত্যক্ষত্ব সকলেই অনুভব করে। সুতরাং তার্কিক মতানুসারে মনের ইন্দ্রিয়ত্ব অবশ্যই অঙ্গীকার্য।

তার্কিকদের এই মতের খণ্ডন করতে গিয়ে ধর্মরাজধ্বরিন্দ্র বলেছেন ইন্দ্রিয়জন্যত্ব মাত্রেই জ্ঞানের প্রত্যক্ষত্বের সিদ্ধি সম্ভব নয়। তার কারণ হল "ন হীন্দ্রিয়জন্যত্বেন জ্ঞানস্য সাক্ষাত্বম্ ইতি।"[১৪] ইন্দ্রিয়জন্যত্ব নিবন্ধন জ্ঞানের প্রত্যক্ষত্ব নয় অর্থাৎ প্রত্যক্ষত্বের প্রতি ইন্দ্রিয়জন্যত্ব প্রত্যক্ষত্ব নয়। এর উত্তরে বলা হয়েছে "অনুমিত্যাদেরপি"[১৫] ইত্যাদি। মন সমস্ত জ্ঞানের প্রতি কারণ হওয়ায় সমস্ত জ্ঞানই মনোজন্য। তাই ইন্দ্রিয়জন্যত্ব প্রত্যক্ষত্বের প্রয়োজক হলে অনুমিতি প্রভৃতি জ্ঞানের প্রত্যক্ষত্বের আপত্তি হয়। নৈয়ায়িক মতে মন হল ইন্দ্রিয়। তাই অনুমিতি প্রভৃতি সমস্ত জ্ঞান ইন্দ্রিয় জন্য হওয়ায় তাতে ইন্দ্রিয়জন্যত্ব অবশ্যই থাকবে। আবার ইন্দ্রিয়জন্যত্ব থাকলেই প্রত্যক্ষত্বের আপত্তি থাকে। অথচ অনুমিতি প্রভৃতি জ্ঞান প্রত্যক্ষ নয়। অত এব প্রত্যক্ষত্বের প্রতি ইন্দ্রিয় জন্যত্ব প্রয়োজক নয়।

ইন্দ্রিয় জন্যত্ব প্রয়োজক না হয়েও ইন্দ্রিয়ত্বাবচ্ছিন্ন ইন্দ্রিয়জন্যত্ব প্রয়োজক থেকে জ্ঞানের মনোরূপ ইন্দ্রিয়জন্যত্বের কারণে প্রত্যক্ষত্বের প্রসক্তি হয়। আবার ঈশ্বর জ্ঞানে ইন্দ্রিয়জন্যত্বের অভাবে প্রত্যক্ষত্বাভাবের প্রসক্তি হয়। অত এব মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে বর্জন করাই হল ধর্মরাজধ্বরিন্দ্রের মুখ্য সিদ্ধান্ত।

বৃত্তিরূপ মনোধর্মত্বে "কামঃসংকল্পোবিচিকিৎসাশ্রদ্ধাশ্রদ্ধাধৃতিরধৃতিহ্রীর্ধীর্ভী-রিত্যেৎসর্বং মন এব"[১৬] এই শ্রুতি বাক্যানুসারেণ "ধীঃ" শব্দের দ্বারা বৃত্তিরূপ জ্ঞানকে বোঝানো হয়েছে। অত এব কাম প্রভৃতি ও মনের ধর্ম। সুতরাং বৃত্তির মনোধর্মত্বে প্রমাণিত শ্রুতিটি হল- "অন্নমসিতং ত্রেধা বিধীয়তে, তস্য য স্থবিষ্টো ধাতুস্তৎ পুরীষং ভবতি, যো মধ্যমস্তন্মাংসং যোঽণিষ্টস্তন্মনঃ"[১৭] ইতি।

কাম প্রভৃতি অন্তঃকরণের ধর্ম হলে অহং গচ্ছামি, অহং জানামি এই সকল অনুভব আত্মার ধর্ম হয় তাহলে তা মনের ধর্ম কিভাবে সম্ভব? এই প্রশ্নের উত্তরে বলা হয়েছে-লৌহপিণ্ডের দগ্ধৃত্ব না থাকলেও লৌহপিণ্ডে দগ্ধৃত্বের আশ্রয় বহ্নির তাদাত্ম্যাধ্যাসের কারণে যেমন লৌহ দাহ করে এই ব্যবহার হয়। ঠিক একই

রকমভাবে সুখাদির আকারে পরিণামশীল অন্তঃকরণের আত্মাতে ঐক্যাধ্যাস হেতু "অহং সুখী, অহং দুঃখী" ইত্যাদি ব্যবহার জন্মে। এবং অন্তঃকরণ যদি ইন্দ্রিয় হয় তাহলে "অন্তঃকরণমতীন্দ্রিয়ং ইন্দ্রিয়ত্বাৎ চক্ষুরাদিবৎ" এই রকম বিচারের দ্বারা অতীন্দ্রিয় মনের প্রত্যক্ষানুভব বিষয়ত্বের সম্ভব হয় না। সুতরাং প্রত্যক্ষে ইন্দ্রিয়ত্বের প্রয়োজক হয় না। মনের অনিন্দ্রিয়ত্বেও একই রকম চিন্তনের ফলে বেদান্ত পরিভাষাকার মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে অনধীকার করেছেন।

এর প্রত্যুত্তরে আঞ্জনেয় কুমারস্বামির মতে ঘটমহং জানামি, অমিচ্ছামি ইত্যাদি হল সাক্ষিভাস্য জ্ঞান। মনই মনের প্রত্যক্ষের কল্পনা করে না। ইন্দ্রিয় মন নিজেই প্রত্যক্ষের বিষয় হয় না। অত এব "মনসঃ ইন্দ্রিয়ত্বনিরাসায়াসো বৃথা"[১৮]- ইত্যাদি বাক্যের দ্বারা সবিমর্শ মনের ইন্দ্রিয়ত্বের উপস্থাপনা করেন। আবার "রাগদ্বেষবিযুক্তৈঃ ইন্দ্রিয়ৈঃ" ইত্যাদি শব্দের দ্বারা পরিষ্কারভাবে মনের ইন্দ্রিয়ত্বকে বোঝানো হয়েছে।[১৯] বেদান্ত আঞ্জনেয় কুমারস্বামির পরম সিদ্ধান্তটি হল- "বিনা খলু মনঃ চক্ষুরাদীনামিন্দ্রিয়াণাং মনশ্চাস্মি" ইত্যাদীনি বচনানি সঙ্গতানি ভবন্তীতি, সর্বৈরপিপ্রকারৈ মনসঃ ইন্দ্রিয়ত্বমনপাস্যমিতি।"[২০] "ইন্দ্রিয়েভ্যঃ পরাহ্যার্থাঃ" ইত্যাদি শ্রুতিবাক্যে মনের পৃথক নির্দেশানুসারে মনের ইন্দ্রিয়ত্ব থাকে না এই আশঙ্কার উৎপন্ন হয়। "মন°ষষ্ঠানীন্দ্রিয়াণি" প্রভৃতি বাক্যের দ্বারা মনের ইন্দ্রিয়ত্ব প্রসিদ্ধ পূর্বোক্ত শ্রুতিবাক্যে মনের পৃথক ব্যবহার "ব্রাহ্মণপরিব্রাজকন্যায়েন স্বীকরণীয়ম্" বা ব্রাহ্মণ পরিব্রাজকের ন্যায় স্বীকার্য। এই ভাবে অন্নংভট্ট মহাশয় মিতাক্ষরা ব্যাখ্যাতে মনের ইন্দ্রিয়ত্বের উপস্থাপনা করেছেন।

আবার ভট্টজীদিক্ষত মহাশয়ও স্বরচিত তত্ত্বকৌস্তভ গ্রন্থের অনেক জায়গায় মনের ইন্দ্রিয়ত্ব সম্পর্কে উল্লেখ করেছেন।[২১]

নৃসিংহ সংহিতাতেও প্রমাণত্বরূপে প্রদর্শিত হয়েছে। এই সমস্ত ইন্দ্রিয় ও মুখ্যপ্রাণের প্রবৃত্তি দেবতাধীন। জীবের সঙ্গে ইন্দ্রিয় সমূহের ভোগ্য-ভোক্তৃভাবরূপ সম্বন্ধ বর্তমান। সেই জন্য ইন্দ্রিয়সাধ্য ভোগের ভোক্তা কেবল জীবই, ইন্দ্রিয়াধিষ্ঠাত্রী দেবতাগণ নন।

এবং ভট্টোজীদীক্ষিত মহাশয়ের মতানুসারে মনের ইন্দ্রিত্ব বিদ্যমান। শঙ্করাচার্যও প্রাণ থেকে ইন্দ্রিয়সমূহের ভেদ প্রদর্শনের দ্বারা মনের ইন্দ্রিয়ত্বের উপস্থাপন করেছেন। "তথা প্রাণাঃ" এই সূত্রভাষ্যে মনের প্রাণ শব্দবাচ্যত্ব নিরুপণ করে "ত ইন্দ্রিয়াণি তদ্ব্যপদেশাদন্যত্র শ্রেষ্ঠাৎ"[২২] এই সূত্রের ভাষ্যে ইন্দ্রিয়সমূহ থেকে প্রাণের ভিন্নত্ব বিষয়ে ব্যাখ্যা করেছেন। "এতস্মাজ্জায়তে প্রাণঃ মনঃ সর্বেন্দ্রিয়াণি চ"[২৩] এই শ্রুতি বাক্যের দ্বারা মুখ্য প্রাণ থেকে ইন্দ্রিয়গুলির পরস্পরের ভেদ সম্পর্কে বোঝানো হয়েছে। এই শ্রুতিতে মনরে প্রাণের এবং ইন্দ্রিয়ের থেকে ভিন্নত্ব প্রদর্শিত হয়েছে। আবার এই মনের প্রাণের থেকে না ইন্দ্রিয়ের থেকে পৃথক নির্দেশিত হয়েছে এই সংশয়ের উত্তরে ভগবান শঙ্করাচার্য বলেছেন মনের ইন্দ্রিয়ত্বকেই বুঝিয়েছেন।

এখানে আবার কেউ কেউ আত্মার মত মনের অনিন্দ্রিয়ত্বকে স্বীকার করেছেন। মুখ্য প্রাণের শ্রেষ্ঠত্বকে বর্জন করে অবশিষ্ট সেই প্রস্তাবিত প্রাণসমূহকে একাদশ ইন্দ্রিয় রূপে গ্রহণ করা হয়েছে। যেহেতু শ্রুতিতে বলা হয়েছে-"এতস্মাজ্জায়তে প্রাণঃ মনঃ সর্বেন্দ্রিয়াণি চ।"

"মন°ষষ্ঠানীন্দ্রিয়াণি" এইরূপ স্মৃতি বাক্যে মনের যে ইন্দ্রিয়ত্বকে গ্রহণ করা হয়েছে মূলত তাকেই গ্রহণ করা উচিৎ এবং এটিই হল ভগবান শ্রীশঙ্করাচার্যের অভিপ্রায়। উপরোক্ত শ্রুতি অনুসারে একাদশটি ইন্দ্রিয়ের গ্রহণ করায় শ্রোত্রাদি প্রভৃতির ন্যায় মনও ইন্দ্রিয়রূপে সংগৃহীত হয়েছে। মুখ্যপ্রাণবিষয়ক প্রাণশব্দের ইন্দ্রিয় সকলে লাক্ষণিক বৃত্তির প্রয়োগ প্রদর্শিত হয়েছে। অতএব তদ্বিষয়ে শ্রুতি বাক্যটি হল- "তে এতস্য এব সর্বে রূপম্ অভবন্, তস্মাৎ এতে এতেন আখ্যায়ন্তে প্রাণাঃ"[২৪] ইতি। এবং ভাষ্য বচনটি হল- "ইতি মুখ্যপ্রাণবিষয়স্যৈব প্রাণশব্দস্য ইন্দ্রিয়েষু লাক্ষণিকীং বৃত্তিং দর্শয়তি"[২৫] ইতি। অন্যান্য দর্শনানুসারে স্বীকৃত মনের ইন্দ্রিয়ত্বই যে অদ্বৈতবাদীদের ও মূল অভিপ্রায় তা উপরোক্ত সিদ্ধান্ত থেকে স্পষ্ট অবগত হয়।

ভারতীয়দর্শন অনুসারে এই সমস্ত কারণগুলি জানতে পারা যায়। এদের উপচার সম্পর্কে আমরা অন্তিম ভাগে আলোচনা করবো। উক্ত সমস্যাগুলির কারণ জানতে পারলেই তার উপচার সহজেই করা সম্ভব। আধুনিক যুগে মানসিক চিকিৎসা পদ্ধতির মধ্যে বহু পরিবর্তন লক্ষ্য করা যায়। আমরা প্রাচীনযুগের চিকিৎসা পদ্ধতির আলোচনা করার সঙ্গে সঙ্গে আধুনিযুগের মানসিক চিকিৎসা পদ্ধতি সম্পর্কেও আলোচনা করবো।

পাদটীকা

১. ক্রোধাৎ ভবতি সম্মোহঃ সম্মোহাৎ স্মৃতিবিভ্রমঃ।
স্মৃতিভ্রংশাৎ বুদ্ধিনাশো বুদ্ধিনাশাৎ প্রণশ্যতি।। শ্রী.ভ.গী.- ২/১৬
২.পঞ্চ.দ.কা.-১২.পৃ.-১১০
৩.পঞ্চ.দ.কা.-১৮,পৃ.-১১৭
৪. "ইন্দ্রিয়াণি পরাণ্যাহুঃ ইন্দ্রিয়েভ্যঃ পরং মনঃ।
মনসস্তু পরা বুদ্ধিঃ যো বুদ্ধেঃ পরতস্তু সঃ।।" ইতি। শ্রী.ভ.গী.-৩-৪২,পৃ.সং.-১৭৯
৫.শ্রী.ভ.গী.-১০-২২,পৃ.-৪-৫৬
৬.শ্রী.ভ.গী.-১৫-৭,পৃ.সং.-৬১৯
৭.বে.প.-প্রত্যক্ষখণ্ডঃ,পৃ.-২৩
৮.বে.প.-প্রত্যক্ষখণ্ডঃ,পৃ.-২৩
৯.কঠ.উ.-১/৩/৩
১০.মুণ্ড.উ.২/১/৩
১১.প্র.স.১ পৃ.
১২.নি.ভা.পৃ.-৫৭
১৩.কল্পতরু পরিমল-বিঃ,পৃ.-৫৬
১৪.বে.প. প্রত্যক্ষখণ্ডঃ,পৃ.-২৬
১৫.বে.প. প্রত্যক্ষখণ্ডঃ,পৃ.-২৬
১৬.বে.প.প্রত্যক্ষখণ্ডঃ,পৃ.-২০
১৭.ছা.উ.৬/৫/১
১৮.আত্মদর্শনম্,পৃ.সং.-১১৩
১৯."রাগদ্বেষবিযুক্তৈস্তু বিষয়ানিন্দ্রিয়ৈশ্চরন্।
আত্মবশ্যৈর্বিধেয়াত্মা প্রসাদমধিগচ্ছতি।।" ভ.গী.-২-৬৪,পৃ.-১২৩
২০.আত্মদর্শনম্, পৃ.সং.-১১৩
২১. "শ্রোত্রাদীনি তু পঞ্চৈব তথা বাগাদিপঞ্চকম্।
মনোবুদ্ধিসহায়ানি দ্বাদশৈবেন্দ্রিয়াণি তু।।
বিষয়দ্রবণাৎ তেষাং ইন্দ্রিয়ত্বমুদাহৃতম্।
তেষাং নিয়ামকঃ প্রাণঃ স্থিত এবাখিলপ্রভুঃ।।" ত.কৌ.-২-৪-১৭,পৃ.সং.-২৩
২২.ব্র.সূ.শাং.ভা.-অ.-২.পা.-৪,সূ.-১৭,পৃ.-৭৯৪
২৩.মু.উ.২/১/৩
২৪.বৃ.উ.-১/৫/২১
২৫.বে.দ.ব্র.সূ.শাং.ভা.-অ.-২, পা.-৪,সূ.-১৯, পৃ.-৮০১

অনুশীলিতগ্রন্থপঞ্জী

(Bibliography)

১.উপনিষদ্ গ্রন্থাবলী সম্পা.স্বামী গম্ভীরানন্দ, (প্রথম-দ্বিতীয়-তৃতীয়ভাগ) চতুর্থ সংস্করণ, কলকাতা, উদ্বোধন কার্যালয়, ২০১৮

২.উপনিষদ্-রহস্য (কঠোপনিষদ্) শ্রীমৎ স্বামী শিবানন্দ, তৃতীয় সংস্করণ, গুয়াহাটী, উমাচল প্রকাশনী, ১৪১৪

৩.ছান্দোগ্যোপনিষদ্ (প্রথম ভাগ-দ্বিতীয় ভাগ) সম্পা.-মহামহোপাধ্যায় দুর্গাচরণ সাংখ্যবেদান্ততীর্থ, প্রথম সংস্করণ, কলকাতা, দেব সাহিত্য কুটির প্রাইভেট লিমিটেড, ২০১৪

৪.বিদ্যারন্য স্বামিকৃত **পঞ্চদশী** অনুবাদক-স্বামী বানেশানন্দ, দ্বিতীয় সংস্করণ, কলকাতা, উদ্বোধন কার্যালয়, ২০০১

৫.**বেদান্তদর্শনম্** অনু.-স্বামী বিশ্বরূপানন্দ, ভাগ-১-৪, দ্বিতীয় সংস্করণ, কলকাতা, উদ্বোধন কার্যালয়, ২০১৪

৬.বৃহদারণ্যকোপনিষদ্ সম্পা.-মহামহোপাধ্যায় দুর্গাচরণ সাংখ্যবেদান্ততীর্থ, প্রথম সংস্করণ, কলকাতা, দেব সাহিত্য কুটির প্রাইভেট লিমিটেড, ২০১৬

৭.**বেদান্তপরিভাষা** গৌরীনাথ ভট্টাচার্য্য, প্রথম সংস্করণ, কলিকাতা, শ্রীফণিভূষণ হাজরা গুপ্তপ্রেস, ১৩৬৭

৮.শ্রীমদ্ভগবদগীতা শঙ্করভাষ্যসমেতা, পঞ্চমসংস্করণ, বারাণসী, মোতীলাল বনারসীদাস, ২০০৪