International Journal of Multidisciplinary Horizon

ISSN: **3049-2017**
IJMH 2026; 3(2): 183-185
© 2026 IJMH
www.themultijournal.com

Received: 25-03-2026
Accepted: 06-04-2026
Publish : 07-04-2026

Sangita Roy
M. A in philosophy,
Rabindra Bharati university

Correspondence:
Sangita Roy
M. A in philosophy,
Rabindra Bharati university

স্থূল সুখ থেকে বৌদ্ধিক তৃপ্তি : ভারতীয় ও পাশ্চাত্য দর্শনের নিরিখে একটি আলোচনা

Sangita Roy

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.19547296

প্রতিপাদ্যসার :

মানুষ নিরন্তর সুখের সন্ধান করে চলেছে। কিন্তু সুখের স্বরূপ সম্পর্কে কোন নির্ভরযোগ্য সিদ্ধান্তে পৌঁছানো সম্ভব হয়না । কারণ সুখের প্রকৃতি বৈচিত্র্যময় । সুখের অর্থ বদল ঘটে সামাজিক, মানসিক, পারিপার্শ্বিক পরিস্থিতি অনুসারে। সুখবাদীরা সুখের নিরিখে নৈতিকতার বিচার করেন। আলোচ্য প্রবন্ধে সুখের মনস্তাত্ত্বিক ও নৈতিক আলোচনার পাশাপাশি প্রাচ্য ও পাশ্চাত্য দর্শনের নিরিখে সুখের স্থূল থেকে বৌদ্ধিক বিবর্তনের আলোচনা করা হলো।

মূল শব্দ : সুখ, আনন্দ, স্থূল সুখ, বৌদ্ধিক সুখ, শ্রেয়, প্রেয়

ভূমিকা :

মানুষের যে কোন আচরণের নৈতিক মূল্য নির্ধারণের মধ্য দিয়েই তা গ্রহনীয় অথবা বর্জনীয় হয়ে ওঠে। নৈতিক মূল্যায়নের মানদণ্ড কি? এই প্রশ্নকে কেন্দ্র করে নীতিবিদদের মধ্যে মতানৈক্য দেখা যায়। অনেক নীতিবিদ সুখকে নৈতিক মূল্যায়নের মানদন্ড মনে করেন। সুখ বা pleasure শব্দটি এসেছে গ্রিক শব্দ Hedone থেকে। Hedone শব্দের অর্থ হলো সুখ। যে মতবাদ অনুসারে সুখই মানব জীবনের পরম অভীষ্ট তাকেই বলা হয় সুখবাদ। সুখবাদীরা বলেন কেবলমাত্র সুখই স্বতঃমূল্যবান।অন্য যা কিছু মানুষ কামনা করে তা প্রকৃতপক্ষে সুখ পাওয়ার জন্যই। তাই সেসব পরতঃ মূল্যবান। সুখবাদীরা বলেন,যে কাজ সুখ উৎপাদন করে তাই নৈতিক। অন্যদিকে যে কাজ সুখের প্রতিবন্ধক তাই অনৈতিক কর্ম। কিন্তু সুখের স্বরূপ কি?কোন কাজ আমাদের প্রকৃত সুখ এনে দিতে পারে?এই প্রশ্নের উত্তর সহজ নয়।সুখবাদীরা ভিন্ন ভিন্ন দৃষ্টিভঙ্গিতে এর ব্যাখ্যা দিয়েছেন অনেকের মতে দৈহিক কামনা-বাসনার পরিতৃপ্তি সুখ,কেউ আবার বলেন দৈহিক সুখের প্রতি মাত্রাতিরিক্ত ঝোঁক সুখের পরিবর্তে দুঃখই বয়ে আনে।বিবেক বুদ্ধির সাহায্যে নিয়ন্ত্রিত জীবনই সুখী জীবন।কোন কোন সুখবাদী বলেন মানুষের নৈতিক কর্তব্য হলো নিজের জন্য সর্বোচ্চ সুখ কামনা করা। আবার অন্য আরেক দল সুখবাদী মনে করেন সর্বাধিক লোকের সর্বাধিক সুখ কামনা করাই মানুষের লক্ষ্য হওয়া উচিত সুতরাং দেখা যাচ্ছে প্রকৃত সুখ কি তা নিয়ে সুখবাদীদের মধ্যে মতের অভিন্নতা নেই। যদিও সুখ কে সকলেই পরম ধ্যেয় বস্তু বলে মনে করেছেন। আলোচ্য প্রবন্ধে যে সকল প্রশ্নের উত্তর খোঁজার চেষ্টা করব তা হল **প্রথমত,সুখের প্রকৃত স্বরূপ কি? দ্বিতীয়ত, আত্মসুখ বিসর্জন দেওয়া কি যুক্তিযুক্ত? তৃতীয়ত, সুখী জীবনকে সার্থক জীবন বলা যাবে কি?**

সুখবাদের শ্রেণীবিভাগ :

দৃষ্টিভঙ্গিগত পার্থক্যের দিক থেকে সুখবাদকে মূলত দুটি ভাগে ভাগ করা হয়। মনস্তাত্ত্বিক সুখবাদ এবং নৈতিক সুখবাদ। অনেক সুখবাদীরা বলেন, মানুষ তার সকল কর্মের মধ্য দিয়েই সুখ পেতে চায় অর্থাৎ সুখ মানুষের স্বাভাবিক কামনার বস্তু। একেই বলা হয় **মনস্তাত্ত্বিক সুখবাদ।** এই মতবাদের সমর্থকদের মধ্যে রয়েছে, দার্শনিক ডেভিড হিউম,হবস, বেন্থাম, জন স্টুয়ার্ট মিল এবং প্রাচীন গ্রিসের সিরেনাইক সম্প্রদায়।

নৈতিক সুখবাদ এর বক্তব্য হল সকল মানুষেরই উচিত সুখ কামনা করা। অর্থাৎ এখানে সুখকে ওচিত্যবোধের সঙ্গে যুক্ত করা হয়। নৈতিক সুখবাদ আবার দুই প্রকার।আত্মসুখ বাদ এবং পরসুখবাদ। এদের প্রতিটি কে আবার স্থূল ও মার্জিত এই দুই ভাগে ভাগ করা হয়।

মনস্তাত্ত্বিক সুখবাদ

মনস্তাত্ত্বিক সুখবাদীরা মনে করেন মানুষ বুদ্ধিবৃত্তি সম্পন্ন জীব হলেও বুদ্ধি মূলত পরিচালিত হয় ইন্দ্রিয়ের নির্দেশেই। দার্শনিক বেন্থাম বলেন 'মানুষের একমাত্র লক্ষ্য হলো দুঃখকে পরিহার করে সুখের অন্বেষণ করা'। অর্থ, বিত্ত, মান, যশ

হোক বা অপরের কল্যাণ সাধন সমস্ত কিছুর উদ্দেশ্য সুখ লাভ করা।দার্শনিক মিলের মতে মানুষ কোন কিছুকে তখনই কামনা করে যখন সে মনে করে বস্তুটি তাকে সুখ এনে দিতে পারে। Sidwick বিরোধিতা করে বলেন মানুষ সচেতনভাবে সুখ কামনা করে না। কামনা করে সুখকর বস্তুকে। মনস্তাত্ত্বিক সুখবাদ কোন আশানুরূপ মতবাদ নয়। সুখ যদি আমাদের সামনে কোনো আদর্শকে উপস্থাপন না করে, কেবল কামনার বিষয় হয়ে ওঠে তাহলে তা কেবল এক প্রকার বিকৃত মতবাদে পরিণত হয়।

নৈতিক সুখবাদ :

নৈতিক সুখবাদ অনুসারে সুখ মানব জীবনের আদর্শ স্বরূপ। নিছক কামনা নয়। মানুষের উচিত সচেতন ভাবে সুখ চাওয়া। নৈতিক সুখবাদকে দুটি ভাগে ভাগ করা হয়। আত্মসুখ এবং পরসুখবাদ। **আত্ম সুখবাদ** অনুসারে মানুষের উচিত নিজের জন্য সর্বাধিক সুখ চাওয়া। এই মতের সমর্থক হলেন অ্যারিস্টিপাস, এপিকিউরিয়াস, হবস, গেসেন্ডি প্রমুখ। আত্মসুখবাদ আবার দুই ধরণের। স্থূল এবং সংযত। অ্যারিস্টিপাস স্থূল আত্মসুখ বাদের সর্মথক। এই মতবাদের সমর্থকেরা দৈহিক উত্তেজনা মূলক সুখকে প্রাধান্য দিয়েছেন। ভারতীয় দর্শনে ধূর্ত চার্বাক সম্প্রদায়ও এই মতবাদে বিশ্বাসী। অন্যদিকে সংযত আত্মসুখবাদীরা দৈহিক সুখের ওপর মানসিক সুখ কে স্থান দিয়েছেন। এই মতের সমর্থক হলেন এপিকিউরাস। তার মতে বিচার বুদ্ধির দ্বারা নিয়ন্ত্রিত জীবনই সুখী জীবন। শারীরিক উত্তেজনা ও মানসিক উদ্বেগ উভয়ই দুঃখ উৎপন্ন করে। তাই মানুষের উচিত সুখ দুঃখের প্রতি সমভাবাপন্ন মানসিকতা নিয়ে আসে। এই ঔদাসিন্যই ব্যক্তিকে দুঃখ থেকেই মুক্তি দিতে পারে। **কিন্তু প্রশ্ন ওঠে এভাবে দুঃখ মুক্তি সম্ভব হলেও সুখ প্রাপ্তি কি আদৌ সম্ভব? তাছাড়া মানুষ কি সুখ দুঃখের প্রতি সম্পূর্ণ উদাসীন হতে পারে?** উত্তর হলো 'না'। বরং এই চেষ্টা আমাদের আরো তীব্র ভাবে সুখদায়ক বস্তুর প্রতি আকৃষ্ট করে। **পরসুখবাদ** অনুসারে বলা হয় যে মানুষ তার স্বাভাবিক ঔদার্য্য থেকেই অন্যের সুখের কামনা করে। এই মতের সমর্থকদের মধ্যে হলেন হাচিসন, জন স্টুয়ার্ট মিল, জেরেমি বেন্থাম, বাটলার,শ্যাফটসবারী। জেরেমি বেন্থাম এবং জন স্টুয়ার্ট মিল এই মতবাদের মূল প্রবক্তা। তাদের মূল বক্তব্য হলো যদি কোনো কাজ দুঃখ অপেক্ষা বেশি সুখ উৎপন্ন করতে পারে এবং সেই সুখ যদি অধিক সংখ্যক লোকের কাছে উপভোগ্য হয় তাহলে সেই কাজ নৈতিক। কিন্তু এখানে প্রশ্ন ওঠে যদি সর্বাধিক ব্যক্তির উপভোগ্য সুখ কিছু সংখ্যক ব্যক্তির দুঃখ বিধায়ক হয় তবে সেই কাজ কে কি নৈতিক বলা যাবে? এই প্রশ্নের উত্থাপন করেছেন জন রলস। তিনি বলেন কোন কাজ বেশি সংখ্যক মানুষের সমর্থন পুষ্ট হলেই তাকে নৈতিক বলা যায় না। উপযোগিতাবাদে সংখ্যালঘুর স্বার্থ সম্পূর্ণ উপেক্ষিত হয়। উপযোগীতাবাদের বিকল্প হিসেবে তিনি তার **'Principle Of Justice'** গ্রন্থে ন্যায়বিচারের দুটি নীতির কথা বলছেন। Principle of equal liberty এবং The difference principle। প্রথম নীতি অনুসারে বলা সমাজের প্রতিটি মানুষকে তার সামাজিক অবস্থান নির্বিশেষে মৌলিক স্বাধীনতার অধিকার দিতে হবে। এবং দ্বিতীয় নীতি অনুসারে সমাজের পিছিয়ে পড়া মানুষকে অতিরিক্ত সুযোগ-সুবিধা দিয়ে তাদের অবস্থানগত উন্নয়ন ঘটাতে হবে। কারণ অবস্থানগত সমতা তৈরী হলে তবেই সমান সুযোগ প্রদান ফলপ্রসূ হতে পারে। Rawls মনে করেন একজন সুখী ব্যক্তি তিনি যিনি আত্মবিশ্বাসের সাথে নিজের সুপ্ত প্রতিভাকে কাজে লাগিয়ে বৃহত্তর কোনো লক্ষ্যে নিরন্তর যুক্ত থাকেন।

ভারতীয় দর্শনের দৃষ্টিভঙ্গিতে সুখ :

ভারতীয় দর্শন কি সুখবিমুখতার দর্শন? আপাত দৃষ্টিতে এ কথা মনে হলো তা একেবারেই সত্য নয়। তবে ভারতীয় দর্শনে সুখের ধারণা টি অত্যন্ত গভীর। চার্বাক ব্যাতীত অন্য কোনো দর্শনেই স্থূল দৈহিক সুখ কে প্রাধান্য দেওয়া হয়নি। যদিও সুশিক্ষিত চার্বাক সম্প্রদায় দৈহিক সুখ অপেক্ষা মানসিক সুখকে প্রাধান্য দিচ্ছেন। বেদ ও উপনিষদে সুখ কে দুই ভাগে ভাগ করা হয়েছে। ইহলোক ও পরলোকের ক্ষণস্থায়ী সুখ কে বলা হয় প্রেয়। এবং আত্মপলব্ধির দ্বারা নির্বাণ বা মোক্ষপ্রাপ্তি হলো শ্রেয়। ইহলৌকিক কিংবা পারলৌকিক সুখ মানুষের পরম কাম্য বস্তু হতে পারে না কারণ তা অনিত্য, জীবন কে পূর্ণতা দিতে সক্ষম নয়। ছান্দোগ্য উপনিষদের সপ্তম অধ্যায় বলা হয় **"নাল্পে সুখম অস্তি, ভূমৈব সুখম"** — ছান্দোগ্য উপনিষদ (৭.২৩.১)

অর্থাৎ জাগতিক সসীম বস্তু প্রকৃত সুখ দিতে পারে না, যা অসীম, কালের অতীত তাই সুখ। অসীম কে জানলেই সমস্ত দুঃখের অবসান হয়। **'মুন্ডক উপনিষদে'** দুই পাখির রূপকের মাধ্যমে বোঝানো হয়েছে যতক্ষণ মানুষ পার্থিব বস্তু প্রাপ্তির মোহে আচ্ছন্ন থাকে ততক্ষণ তাকে সুখ দুঃখের চক্রে ঘুরতে হয়। নিজের স্বরূপ কে জানতে পারলে পরমানন্দ প্রাপ্তি হয়। তৈত্তিরীয় উপনিষদের আনন্দ মীমাংসা অংশে বলা হয় যিনি বেদ জ্ঞানের অধিকারী, অকামহত তিনি সর্বসুখের অধিকারী। **"অকামহতস্য চ শ্রোত্রিয়স্য।"** –(তৈত্তিরীয় উপনিষদ ২.৮.১০)

বেদের প্রামান্যে বিশ্বাসকে কেন্দ্র করে ভারতীয় দর্শনকে দুটি ভাগে ভাগ করা হয়। আস্তিক এবং নাস্তিক। চার্বাক বৌদ্ধ জৈন নাস্তিক দর্শন। আর ন্যায় বৈশেষিক সাংখ্য যোগ মীমাংসা ও বেদান্ত আস্তিক দর্শন। মীমাংসা ও বেদান্ত সরাসরি বেদের ওপর প্রতিষ্ঠিত।

ন্যায় ও বৈশেষিক দর্শন : ন্যায় দর্শনে সুখ কে আত্মার একটি আকস্মিক গুন বলা হয়। ন্যায় দর্শনে সুখ এবং দুঃখ একে অপরের বিরোধী নয়। ন্যায় মতে যা সকলের অনুকূল বেদনার বিষয় তাই সুখ। বেদনা অর্থে জ্ঞান। অর্থাৎ যা সকলের ইচ্ছার বিষয় তাই সুখ। **গোবর্ধন মিশ্র** তার **ন্যায়বোধিনী টিকায়** বলেন **"ইতরেচ্ছানধীন-ইচ্ছা-বিষয়ত্বম্ সুখম্"** অর্থাৎ সুখ হলো প্রতিটি মানুষের ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা। একজনের কাছে যা সুখ অন্যের কাছে তা দুঃখ। **বৈশেষিক দর্শনে** বলা হয় সুখ একপ্রকার ইতিবাচক গুন যা স্মৃতি ও কল্পনা থেকে উৎপন্ন। অর্থাৎ অতীতের আনন্দ দায়ক অনুভূতি এবং ভবিষ্যতে কোন কিছু লাভ করার প্রত্যাশা থেকে সুখ উৎপন্ন হয়।

সংখ্যা ও যোগ দর্শন :সাংখ্য মতে জীবন সুখ দুঃখের মেলবন্ধন।সুখ এবং দুঃখ একে অপরের সহচর। জগতে সুখ অপেক্ষা দুঃখের পরিমান বেশি হলেও মানুষ নিরন্তর সুখ লাভের চেষ্টা করে।তবে জাগতিক সুখ ক্ষণিক দুঃখের হানি ঘটালেও চির চিরকালীন সুখ দিতে পারেনা। তত্ত্ব জ্ঞানই দুঃখ মুক্তির সহায়ক। তত্ত্ব জ্ঞানের মাধ্যমে আত্মস্বরূপকে উপলব্ধি করতে পারলেই সুখ দুঃখ উভয়েরই অবসান হয়।

বৌদ্ধ দর্শন :বৌদ্ধ দর্শন কে দুঃখবাদী দর্শন বলা হয় কারণ গৌতম বুদ্ধ জাগতিক সমস্ত বিষয় কে দুঃখময় বলেছেন। বুদ্ধদেব তার **অনণ সুত্তে(Ānaṉyasutta)** গৃহীদের সাধারণ জীবনের চার ধরণের সুখের কথা বলেছেন ।এগুলি হলো **আনাণ্য সুখ(Ānaṉya sukha) ,অত্থিসুখ (Atthi sukha) ,ভোগ সুখ(Bhoga sukha), অনবজ্জ সুখ (Anavajjasukha)। আনাণ্য সুখ** বলতে বোঝায় সকল রকম ঋণ থেকেই মুক্ত থাকা, ঋণমুক্ত জীবন সংসারী মানুষকে সুখী করে। **অত্থি সুখ** বলতে বোঝায় সম্পদ জনিত সুখ।মানুষ তার বিষয়আশয় বর্ধনের মধ্য দিয়ে আনন্দ লাভ করে। **ভোগ সুখ** বলতে বোঝায় পার্থিব সকল ভোগ্য বস্তুর আনন্দ লাভ করা। অনবজ্জ ***সুখ হলো*** *উপরিউক্ত* সকল সুখের থেকেই উন্নত। এবং একজন বিচারশীল সংসারী মানুষের পরম কর্তব্য। একজন ব্যক্তি যিনি সৎ ভাবে জীবন যাপন করেন, সেই সমস্ত কিছু এড়িয়ে চলেন যা সত্যের পথ থেকে আলাদা তিনিই প্রকৃত সুখী ব্যক্তি হন । তিনি জীবন নির্বাহের জন্য কোন অসৎ উপায় অবলম্বন করেন না। নিজের বাক্য,চিন্তা ও কর্মের মাধ্যমে কোন জীবকে আহত করেন না। সুখী ব্যক্তি সকল প্রকার ভয় থেকেই মুক্ত, সদাসুখী।এছাড়া গৌতম বুদ্ধ আরো কয়েকটি সুখের উল্লেখ করে একটিকে অন্যটি অপেক্ষা উন্নত বলেছেন। যেমন গৃহত্যাগী

সন্ন্যাসী গৃহী অপেক্ষা সুখী। ইন্দ্রিয় সুখের তুলনায় নির্বাণ লাভের সুখ উচ্চতর। মানসিক সুখ শারীরিক সুখ অপেক্ষা উন্নত। একাগ্র মন(jhāna) বিক্ষিপ্ত মন অপেক্ষা বেশি সুখী। স্থিতধি মনের সুখ উত্তেজনাপূর্ণ দৈহিক সুখ (pīti) এর তুলনায় বেশি।

বৌদ্ধ মতে ইন্দ্রিয় ভোগ সুখে মত্ত থাকা অথবা ইন্দ্রিয়কে পীড়িত করা কোনোটিও উচিত নয়। উভয়ের মধ্যপন্থা হিসেবে বৌদ্ধ দর্শনে অষ্টাঙ্গিক মার্গের কথা বলা হয়েছে। অষ্টাঙ্গিক মার্গের আটটি ধাপকে যথাক্রমে তিনটি ভাগে ভাগ করা হয়। প্রজ্ঞা, শীল ও সমাধি। প্রজ্ঞা বলতে যথার্থ জ্ঞান, শীল বলতে যথার্থ আচরণ এবং সমাধি মৈত্রী, করুনা, মুদিতা ও উপেক্ষার মানসিকতা জাগ্রত করে সাধককে দুঃখ পরিহার করে মুক্তির আনন্দ উপভোগ করতে সাহায্য করে।

জৈন দর্শন :জৈন দর্শনে সুখ বলতে অনন্ত আনন্দ কে বোঝানো হয়েছে। জাগতিক সুখ সম্ভোগ ব্যক্তিকে সাময়িক সুখপোলব্ধি দিলেও পুদগল বন্ধনে আবদ্ধ করে অশেষ দুঃখ কষ্ট ভোগ করায়। ত্রিরত্ন অর্থাৎ সম্মক দর্শন সম্যক জ্ঞান ও সম্মক চরিত্র চিত্তশুদ্ধি ঘটিয়ে ব্যক্তিকে অনন্ত আনন্দ লাভের পথে পরিচালিত করে।

সমকালীন ভারতীয় দর্শনে সুখ :

স্বামী বিবেকানন্দ : স্বামীজী বলেন সুখ সর্বদা দুঃখের সহচর। সুখ দুঃখকে সাথে নিয়ে আসে। নিজেকে জানলেই প্রকৃত সুখ আসে। সুখ দুঃখ উভয়ই শেকল। একটি সোনার অন্যটি লোহার। দুটি কে কেটেই বেরিয়ে আসতে হয়। কারণ সুখ দুঃখের প্রকৃত স্বরূপ আমরা জানি না। আজ যা সুখকর আগামীতে তা বিষবৎ হয়ে উঠতে পারে। প্রকৃত সুখ তাই যা সকল সময়ই একই রকম। সুখকে খুঁজতে আমাদের বাইরের দিকে তাকাতে হয় না বরং নিজের ভেতরে তাকাতে হয়।

রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর :রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর বলেন "সুখী হওয়া সহজ কিন্তু সহজ হওয়া কঠিন"। অর্থাৎ মানুষ নিজের প্রকৃত সত্তাকে জানলেই সুখী হতে পারে। কিন্তু এই চেষ্টাই মানুষ করতে রাজি নয়। যেমন অংকের সূত্র কে আয়ত্ত করতে পারলেই সমস্ত অংক করে ফেলা যায় কিন্তু সূত্রটি যদি কোন ছাত্র শিখতে না চায় তবে সঠিক সমাধান করা তার পক্ষে সম্ভব হয় না। তেমন সুখ সূত্র না জেনেই জীবনকে দুঃখময় বলা যায় না। সহজ সরল জীবন যাপন,পরোপকার, আত্ম বিশ্বাস, সৎ জীবনযাপন,সৃষ্টিকর্তার প্রতি কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন জাগতিক সুখ প্রাপ্তির চাবিকাঠি। কারণ নৈতিক জীবনই সুখী জীবন। এভাবে নিরন্তর কর্ম করতে থাকলে ব্যক্তির মধ্যে আর কোনো কিছু প্রাপ্তির প্রবল আকাঙ্খা থাকে। আকাঙ্খাশূন্য ব্যক্তিই প্রকৃত সুখী।

মহাত্মা গান্ধী :গান্ধী বলেন "যখন ব্যক্তির চিন্তা, কর্ম ও বাক্যের মধ্যে সামঞ্জস্য থাকে তখন তাকে সুখ বলা যাবে"। অর্থাৎ সুখ বলতে কখনোই স্থূল দৈহিক সুখ নয়। অর্থ বিত্ত মান যশ খ্যাতি অর্জন করেও ব্যক্তি সুখী নাও হতে পারে আবার কঠোর পরিশ্রম,লক্ষ্যের প্রতি অবিচল থেকে সুখ অনুভব করতে পারে। শান্তি থেকেই সুখ আসে। কর্ম ও বাক্য যদি নিজস্ব চিন্তাভাবনার সঙ্গে সামঞ্জস্যবিহীন হয় তবে তা কেবল দুঃখেরই জন্ম দিতে পারে।

পাশ্চাত্য দর্শনে সুখ:

প্লেটো সুখ বলতে **আনন্দ** কে বুঝিয়েছেন। গ্রিসের তৎকালীন সমাজে মনে করা হতো সুখী জীবনই সৎ জীবন।প্লেটো বলেন সুখী জীবন হলো ন্যায়পরায়ণ জীবন। প্রজ্ঞা, সাহস,এবং আত্মসংযম সমাজে ন্যায় প্রতিষ্ঠা করে ব্যক্তির জীবন কে আনন্দময় করে তোলে। **অ্যারিস্টটল বলেন** কোন কাজ সুখ উৎপাদন করলেই তাকে ভালো কাজ বলা যায় না। সুখ ও আনন্দ এর মধ্যে পার্থক্য নিরূপণ করতে গিয়ে তিনি বলেন সুখ ক্ষণস্থায়ী,সাময়িক। একটি সুখ অন্য সুখের পথে বাধা হতে পারে যেমন পানভোজনের সুখ সুস্থতার সুখ কে নষ্ট করতে পারে কিন্তু আনন্দ এমন নয়। আনন্দ বিভিন্ন সুখের মধ্যে সংযোগ রক্ষা করে। আনন্দবাদ প্রকৃত পক্ষে এক মধ্যমপন্থা। নিয়ন্ত্রণহীন ভোগবিলাস ও কঠোর কৃচ্ছতাবাদের মধ্যবর্তী পথ। **দেকার্ত** তার "Discourse on the Method" গ্রন্থে বলেন অবিমিশ্র সুখ পাওয়া সম্ভব না হলেও মানুষ নিজের কামনা বাসনা কে নিয়ন্ত্রণ করে সীমিত সুখ লাভ করতে পারে। **স্পিনোজা** সুখী জীবন বলতে জ্ঞানের আলোকে আলোকিত জীবন কে বুঝিয়েছেন। জ্ঞানের পথেই আবেগের দাসত্ব থেকে মুক্তি লাভ করলেই আনন্দ লাভ হয়। **জন লক** বলেন সুখ মানব জীবনের এক অনুপ্রেরণা যা তাকে কোনো কাজ করতে উৎসাহিত করে। এখানে মনস্তাত্ত্বিক সুখবাদের আভাস পাওয়া যায়। সুখ এবং আনন্দ শব্দ টি লক একই অর্থে ব্যবহার করেছেন। তিনি বলেন যতক্ষণ এক ব্যক্তির সুখ অন্য ব্যক্তির দুঃখের কারণ না হচ্ছে ততক্ষন তা নৈতিক। তবে তিনি ক্ষণস্থায়ী সুখ কে পরিহার করে দীর্ঘমেয়াদি সুখকে প্রাধান্য দিয়েছেন। **হেগেল** তার পূর্ণতাবাদে জৈবপ্রবৃত্তির নিয়ন্ত্রনের মাধ্যমে সদগুনের পরিচর্যার কথা বলেন। হেগেল বলেন নৈতিক জীবন মানে আত্মসুখ কে বিসর্জন দেওয়া নয়। আত্ম কল্যাণ ও পরকল্যানের মধ্যে কোন বিরোধ নেই। আত্মপলব্ধি করতে পারলে পরকল্যান ও আত্মকল্যাণের মধ্যে আর কোনো প্রভেদ থাকে না।

উপসংহার :

সুতরাং উপরিউক্ত আলোচনা থেকে সুখের কোনো সংজ্ঞা উঠে না এলেও **সুখের স্বরূপ সম্পর্কে একটা ধারণা পাওয়া যায়। দ্বিতীয়ত, এটা বোঝা যায় আত্মসুখ ও পরসুখের মধ্যে কোনো বিরোধ নেই।** আত্মপলব্ধি ঘটলে আত্ম পর মিলেমিশে একাকার হয়ে যায়। **তৃতীয়ত, বলা যায় সুখী জীবন সার্থক জীবন হবে কিনা তা নির্ভর করছে সুখ শব্দটিকে কোন অর্থে ব্যবহার করা হচ্ছে তার ওপর।** যদি সুখ বলতে আত্মস্বার্থে নিমগ্নতা বোঝায় তবে একজন বিবেকবান মানুষের কাছে তা কখনোই সার্থক জীবন হয়ে উঠতে পারে না। তবে যদি সুখ বলতে মানবিক গুনাবলীর উৎকর্ষসাধন কে বোঝায় তবে নিঃসন্দেহে সুখী জীবন কে সার্থক জীবন বলা যেতে পারে।

তথ্য সূত্র :

Vipassana Research Institute. (2006, September 7). Words of Dhamma. Vridhama, 16(9). https://www.vridhama.org

গ্রন্থপঞ্জী :

১. অন্নম্ভট্ট. (১৯৩২). তর্কসংগ্রহ: দীপিকা-সহ (র. ঘোষ, অনুবাদক). ক্ষেত্র গোপাল ঘোষ; কমার্শিয়াল গেজেট প্রেস. (মূল কাজ আনুমানিক সপ্তদশ শতাব্দীতে রচিত).

২.Sen, D. (1955). ভারতীয় দর্শন [Bharatiya darshan]. Banerjee Publishers.

৩.Bhattacharyya, S. (2020). স্নাতক নীতিবিদ্যা [Snatak nitibidya]. Book Syndicate Pvt. Ltd.

৪. ভট্টাচার্য, স. (২০১৮). *পাশ্চাত্য দর্শনের ইতিহাস.* বুকস সিন্ডিকেট পি. লিমিটেড.

৫. Rawls, J. (2005). A theory of justice (Original ed.). Belknap Press.

৬.Vivekananda, S. (2015). Karma Yoga (Original work published 1896). Advaita Ashrama.

৭.Gandhi, M. K. (1927). An autobiography: The story of my experiments with truth. Navajivan Publishing House.

৮.Tagore, R. (1986). Sukha o duhkha [Happiness and sorrow]. In Rabindra rachanavali [Collected works of Rabindranath Tagore] (Vol. 12, pp. 535–543). Visva-Bharati. (Original work published 1909).

৯. Locke, J. (1997). An essay concerning human understanding (R. Woolhouse, Ed.). Penguin Books. (Original work published 1689).

৯.Annambhatta. (2010). Tarkasamgraha: With Nyayabodhini and Padakritya commentaries (P. Shastri, Ed. & Trans.). Sanskrit Book Depot. (Original work published ca. 17th century).

১০.প্রশস্তপাদ। (১৯৯৯)। প্রশস্তপাদভাষ্য (পদার্থধর্মসংগ্রহ): শ্রীধর ভট্ট রচিত 'ন্যায়কন্দলী' টীকাসহ (দ. চট্টোপাধ্যায় ও ক. গোস্বামী, সম্পা. ও অনু.)। পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য পুস্তক পর্ষদ। (মূল কাজ প্রকাশিত আনুমানিক ষষ্ঠ শতাব্দী)