

## বাণী সংখ্যা 278

## মানসিক অনুবন্ধন : তৃতীয়।

অভ্যাস-নির্মানের দ্বারা সুরক্ষার কামনাকে তৃতীয় অনুবন্ধনের রূপে দেখা যেতে পারে। বস্তুতঃ ‘আমি’-ই অভ্যাস, না কি ‘আমি’-র অভ্যাস অথবা “আমি”-র অভ্যাস নয়। আমাদের অভ্যাস আমাদের “যা আছে” অর্থাৎ যথার্থতা থেকে পালাতে সাহায্য করে তথা ‘এই রকম হওয়া উচিত’ এই রকম ধারণাতে খুশী করে রাখে।

অভ্যাসের অর্থ কেবল ধূমপান করা, মদ্যপান করা, গাঁজা-আফীম এই সব খাওয়া, তামাক চিবানো এবং অন্য অনেক বিচিত্র অভ্যাসেই সীমাবদ্ধ নয়। নিজেকে ব্রিটিশ, ফরাসী, জার্মান, ইহুদী, খৃষ্টান বা মুসলমান বলাও অভ্যাসই, কেননা ব্যক্তি কোন বিশিষ্ট ধার্মিক চম্প্রদায় বা দেশের সঙ্গে জুড়ে নিজেকে সুরক্ষিত করতে চায়। হাঁ, কেবল পরিচিতির উল্লেখের জন্য এই শব্দের প্রয়োগ অভ্যাস নয়। বস্তুতঃ আমাদের অখন্ড সজাগতার মূলভিত্তি একদম এক আর আমাদের বিভেদকারী চিত্তবৃত্তিও একইরকম অর্থাৎ অনেকাংশে মিলে যায়। এই ভাবে আমরা পৃথক ব্যক্তি হলেও বস্তুতঃ আমরা সার্বভৌমিক মানুষ। এই সত্যের অনুভূতি থেকে আমাদের ভেতরে একটা প্রচলিত সুরক্ষা-ভাব উৎপন্ন হয়। অভ্যাস তৈরির দ্বারা এই সুরক্ষা কামনা করলে তা পাওয়া যায়না। বিচারের সাথে সম্বন্ধ থাক বা বিরোধ, অনুমান, চিন্তাকরা হোক বা লাগাতার কথা বলে যাওয়া হোক - এই সবই অভ্যাসকে তৈরী করে আর এর দ্বারা মানুষ কোন-না-কোন ভাবে সুরক্ষার অনুভব করে। সুরক্ষার অনুভবের জন্য আমরা অন্যকোন অভ্যাসের অনুকরণ করি। এই জন্য আমরা অন্যদের বিচার এবং শিষ্টাচারও চুরি করি এবং তাও আন্তে-আন্তে অভ্যাসে পরিনত হয়ে যায়। পরিচ্ছন্নতা ভাল জিনিস কিন্তু মানুষ যদি তাই নিয়ে বাতিকগ্রস্ত হয়ে পড়ে তাহলে এটাও একটা যন্ত্রনাদায়ক অভ্যাসে পরিণত হয়। তৃপ্ত হওয়া ভালো কিন্তু কৃত্রিম তৃপ্তিও অভ্যাস তৈরী করে। সরল হওয়া ভালো কিন্তু কৃত্রিম সরলতাও অভ্যাস। সহজাবস্থা যা ক্রিয়ার পরাবস্থা, খুবই গুরুত্বপূর্ণ, এই জন্য ক্রিয়াযোগও যেন অভ্যাসে পরিনত না হয়। এটা খুবই দুঃখের হবে যদি ধ্যান মনের অভ্যাসে পরিনত হয়। নির্মানার অর্থ হোল অহংকার মুক্ত হয়ে অসীম শূণ্যতায় উপলব্ধ হওয়া। ধ্যান বস্তুতঃ এই নির্মান-এ যাত্রা করা।

আমাদের পুরানো মস্তিষ্কে থাকার অভ্যাস হয়ে গিয়েছে। এটা অতীতের চাপ এবং পূর্বাগ্রহ তথা ভবিষ্যতের কল্পনায় “আমিত্ব”-র মাধ্যমে সর্বদা সুরক্ষার খোঁজে লেগে থাকা।

প্রয়োজনীয় ব্যবহারিক কাজ যেমন দাঁতমাজা, স্নান করা ইত্যাদি ছাড়া নূতন-মস্তিষ্কের কোন অভ্যাস হয়না। আর এই হল অস্তিত্ব বা বর্তমানে থাকা। এ হল দুটি বিচারের মধ্যকার শূন্যতা যেখানে গভীর অন্তর্দৃষ্টির অবস্থান।

।। জয় নূতন মস্তিষ্ক ।।