

॥ ৩ ॥ মন ও চেতনা কি সমব্যাপক? (Are mind and consciousness co-extensive) :

দার্শনিক ডেকার্ট (Descartes)-এর মতে 'মন' ও 'চেতনা' অভিন্ন ও সমব্যাপক। অর্থাৎ মনের ক্ষেত্র যতটা, চেতনার ক্ষেত্রও ঠিক ততটাই। কারণ, ডেকার্টের মতে চেতনা হল মনের সারধর্ম (essence)। কাজেই, যা মনের মধ্যে আছে তা চেতনায় আছে, আর যা চেতনার বাইরে তা মনেরও বাইরে। কিন্তু ডেকার্টের এই অভিমত গ্রহণযোগ্য নয়। চেতনার কেন্দ্র ও চেতনার প্রান্তদেশ—এ দুটিকে জুড়লে চেতনার ক্ষেত্র পাওয়া যায়। যাকে আমরা 'মন' বলি, তার মধ্যে চেতনার ক্ষেত্র ছাড়াও রয়েছে 'অচেতন' বা 'নির্জ্ঞান' স্তর। চেতন স্তর এবং নির্জ্ঞান স্তরকে যুক্ত করে মনের ক্ষেত্র পাওয়া যাবে। এই নির্জ্ঞান স্তর চেতনার স্তরের বাইরে হলেও তা মনের ক্ষেত্রের বাইরে নয়। তাহলে দেখা যাচ্ছে যে, চেতনার ক্ষেত্র = চেতনার কেন্দ্র + চেতনার প্রান্ত। আর মনের ক্ষেত্র = চেতনার কেন্দ্র + চেতনার প্রান্ত + নির্জ্ঞান। কাজেই, মন চেতনা অপেক্ষা অনেক বেশি ব্যাপক, কেননা নির্জ্ঞান স্তরের ব্যাপকতা চেতনস্তরের অপেক্ষা অনেক বেশি। একটি উপমার সাহায্যে একথাটি বুঝে নেওয়া যেতে পারে। সমুদ্রে ভাসমান তুষার শৈল, যাকে সাধারণ ভাষায় বরফের পাহাড় বলা হয়, তাবু একটা ক্ষুদ্র অংশ জলের উপরে থাকার দরুন তা আমরা প্রত্যক্ষ করতে পারি এবং এর বৃহত্তর অংশ জলের নীচে ডুবে থাকার দরুন তা আমাদের দৃষ্টিগোচর হয় না। ঠিক সেইরকম, মনের যেটি চেতন স্তর, সেটি সম্পর্কে আমরা সচেতন, কিন্তু সেটি ছাড়াও মনের একটি বৃহত্তর অংশ আছে যার নাম নির্জ্ঞান স্তর। চেতন স্তর, যার মধ্যে চেতনার কেন্দ্র ও চেতনার প্রান্তদেশ আছে, এবং নির্জ্ঞান স্তর মিলে মনের ক্ষেত্র রচিত হয়। সুতরাং, মন ও চেতনা বা চেতনার ক্ষেত্র সমব্যাপক নয়। মন চেতনা অপেক্ষা বেশি ব্যাপক।

॥ ৪ ॥ চেতনার স্তর (Levels of Consciousness) :

চেতনা যদিও মনের ধর্ম, তবু মন ও চেতনা সমব্যাপক নয়। আমরা অনেক সময় দেখি, কোন নাম এখন মনে করতে পারছি না, কিন্তু চেষ্টা করলে তা মনে আসতে পারে। এক্ষেত্রে নামটি নিশ্চয় আমার মনের মধ্যেই আছে, তবে তা আমার চেতনার মধ্যে ছিল না। আবার যখন আমরা ঘুমিয়ে পড়ি, তখন সাধারণতঃ আমরা অচেতন থাকি। কিন্তু সম্পূর্ণভাবে অচেতন থাকি না, কেননা ঘুম থেকে জেগে উঠে আমরা পূর্বদিনের ঘটনাবলী মনে করতে পারি। এসব ব্যাপার থেকে স্পষ্ট বোঝা যাচ্ছে, চেতনা বলতে যদি স্পষ্ট চেতনা বোঝায় তবে মন সবসময় চেতন নয়। অর্থাৎ চেতনা অপেক্ষা মন অনেক বেশি ব্যাপক।

মনোবিদগণ চেতনার বিভিন্ন স্তর (level) স্বীকার করেছেন। যখন আমরা জেগে আছি এবং কোন বিষয়ে মনোযোগ দিচ্ছি, তখন তা 'স্পষ্ট চেতনা'র অবস্থা (Level of clear

consciousness)। একে অনেক সময় 'চেতন স্তর' বা সংজ্ঞান (conscious) বলা হয়। চেতন স্তর বা সংজ্ঞান বলতে আমরা যে বিষয় সম্পর্কে সুস্পষ্টভাবে সচেতন, অর্থাৎ যা চেতনার কেন্দ্রস্থলে থাকে তাকে বুঝি। স্টাউট (Stout), এঞ্জেল (Angell) প্রমুখ মনোবিদগণ

চেতনার কেন্দ্রের পর থেকে শুরু করে চেতনার পরিধি পর্যন্ত ক্ষেত্রকে চেতনার স্তর : স্পষ্ট অস্তর্জ্ঞান (subconscious) আখ্যা দিয়েছেন। একেই জেমস্ (James) চেতনা বা সংজ্ঞান এবং 'চেতনার প্রান্ত' বলে অভিহিত করেছেন। যে বিষয়টি চেতনার কেন্দ্রে অস্তর্জ্ঞান বা অবচেতন নেই অথচ যা চেতনার ক্ষেত্রের বাইরে নয়, তা অস্তর্জ্ঞানে আছে বা চেতনার প্রান্তদেশ বলতে হবে। এর অর্থ হল, চেতনার কেন্দ্রকে ঘিরে আছে যে অস্পষ্ট চেতনার স্তর তাকেই অস্তর্জ্ঞান স্তর বা চেতনার প্রান্তদেশ (fringe or margin of consciousness) বলা হয়।

স্পষ্ট চেতনার স্তর অপেক্ষা অস্তর্জ্ঞান বা অস্পষ্ট চেতনার স্তরের পরিধি বেশী বিস্তৃত। অস্তর্জ্ঞান স্পষ্ট চেতনা নয়, আবার চেতনাবিহীনও নয়। অস্তর্জ্ঞানে স্বপ্ন চেতনা থাকে। এই অবচেতন সম্বন্ধে আমরা সবসময় পূর্ণমাত্রায় সচেতন নই, কিন্তু সচেতন হতে পারি। স্টাউট বলেছেন, সংজ্ঞান ও অস্তর্জ্ঞান মনের পার্থক্য শুধু চেতনার পরিমাণে বা মাত্রায়। চেতন স্তরে অর্থাৎ সংজ্ঞানে চেতনা থাকে সুস্পষ্টভাবে, আর অস্তর্জ্ঞান মনে চেতনা থাকে অস্পষ্টভাবে।

সংজ্ঞান ও অস্তর্জ্ঞান ছাড়াও তৃতীয় একটি স্তরের কথা স্বীকার করা হয়েছে। এর নাম আসংজ্ঞান (pre-conscious)। আমরা অনেক সময় অনেক বিষয়ের কথা ভুলে যাই, আসংজ্ঞান স্তর আবার একটু চেষ্টা করলেই এসব বিষয় স্মরণ করতে পারি। আবার, কোন লোককে দেখে তাকে পূর্ব-পরিচিত বলে চিনতে পারি। তাহলে এসব বিস্মৃত জিনিস কোথায় ছিল? এগুলি নিশ্চয় চেতনার কেন্দ্রে ছিল না, কেননা তাহলে এদের সম্বন্ধে সর্বদাই একটা সুস্পষ্ট চেতনা থাকতো। এরা অস্তর্জ্ঞানে অর্থাৎ চেতনার প্রান্তেও থাকতে পারে না, কেননা সেক্ষেত্রে এদের সম্বন্ধে একটা অস্পষ্ট চেতনা থাকতো। আবার, এরা যে নির্জ্ঞান স্তরে ছিল তাও নয়। নির্জ্ঞান স্তরে যা থাকে তা নিজ রূপে কখনই স্পষ্ট চেতনার অর্থাৎ সংজ্ঞান স্তরে আসতে পারে না। সুতরাং, অস্তর্জ্ঞান এবং নির্জ্ঞানের মাঝে একটি স্তর স্বীকার করতে হয়। ফ্রয়েড (Freud) এই স্তরকে 'আসংজ্ঞান' (pre-conscious) বলেছেন। আসংজ্ঞান হল চেতনার ক্ষেত্রের বাইরে চেতনাবিহীন একটি স্তর। আসংজ্ঞানে স্মৃতির উপাদানগুলি থাকে।

আসংজ্ঞানের গভীরে গভীরতর আরও একটি স্তর আছে, যার সম্পর্কে জাগ্রত অবস্থায় আমরা সম্পূর্ণভাবে অস্পষ্ট এবং জাগ্রত অবস্থায় যার অস্তিত্ব সম্পর্কে কোন ধারণাই আমাদের নেই। মনকে একটি ভাসমান বরফের পাহাড়ের সাথে তুলনা করা নির্জ্ঞান স্তর যেতে পারে। এই ভাসমান বরফের পাহাড়ের এক-দশমাংশ জলের উপরে প্রত্যক্ষগোচর হয়, বাকী নয়-দশমাংশ জলের বহু নীচে পর্যন্ত বিস্তৃত থাকে।

অনুরূপভাবে, আমাদের মনের চেতনলোকের নীচে একটি গভীরতম অচেতন স্তর আছে, যা লোকচক্ষুর অন্তরালে থেকে আমাদের চেতনলোককে প্রভাবিত করে। মনের এই অঙ্গকার তলকে ফ্রয়েড নিরুজান (unconscious) আখ্যা দিয়েছেন। নিরুজান সম্পর্কে আমরা সচেতন নই কিংবা অস্পষ্ট ভাবেও চেতন নই। শুধু তাই নয়, নিরুজান স্তরে যেসব ভাবনা বা ইচ্ছা থাকে সেগুলিকে আমরা আমাদের স্মৃতিপটে পুনরুজ্জীবিত করতেও পারি না। এ সম্বন্ধে নিরুজানকে স্বীকার করে নিতে হয়েছে, কেননা নিরুজানের প্রকল্প ছাড়া কতকগুলি ঘটনার সম্ভাব্যজনক ব্যাখ্যা দেওয়া যায় না। এখানে মনে রাখা প্রয়োজন, এই নিরুজান স্তর চেতনার ক্ষেত্র-বহির্ভূত, কিন্তু মনের অন্তর্ভুক্ত।

ফ্রয়েড অন্তরুজান স্তরকে স্বীকার করেননি। তিনি সংজ্ঞান এবং নিরুজান স্তরের মধ্যবর্তী একটি চেতনাবিহীন স্তর স্বীকার করেছেন, যার নাম তিনি দিয়েছেন 'আসংজ্ঞান'। তাহলে, ফ্রয়েডের মতে চেতনার স্তর হল তিনটি, যথা—সংজ্ঞান বা চেতন স্তর, আসংজ্ঞান এবং নিরুজান।

আমরা অবশ্য এসব স্তরভেদকে মেনে নিয়ে বলবো যে, চেতনার মোট চারটি স্তর আছে, যথা—

(১) সংজ্ঞান (সুস্পষ্ট চেতনা), (২) অন্তরুজান (অস্পষ্ট চেতনা), (৩) আসংজ্ঞান, (চেতনার বাইরে কিন্তু চেপ্টা করলেই চেতনলোকে উঠে আসতে পারে) এবং (৪) নিরুজান বা অজ্ঞাত (ইচ্ছামতো কখনই চেতনলোকে আনা যায় না)।