

## ষোড়শ অধ্যায়

### নিজ্ঞান মন ( The Unconscious Mind )

১. মনোবিজ্ঞানের ইতিহাসের প্রথম দিকে ডেকার্ট চেতনাকে মনের স্বরূপধর্ম বলে মনে করেছিলেন। যেমন—মন ও চেতনা সমব্যাপক ; যেমন—চিন্তা অনুভূতি ও ইচ্ছা—সব রকম মানসিক প্রক্রিয়াই ব্যক্তি সচেতনভাবে করে থাকে। দার্শনিক লাইবনিৎজ্ অবশ্য অচেতন মনের দিকে ( তার *petite perception* বা মৃদু উদ্দীপকের ধারণায় ) অঙ্গুলি নির্দেশ করেন। কিন্তু লক প্রভৃতি দৃষ্টিবাদী দার্শনিকরাও এ বিশ্বাস ছাড়তে পারেননি যে, চেতনাই হ'ল মনের সারধর্ম, যা দিয়ে অচেতন জড় থেকে মনকে পৃথক করা যায়। তাঁরা মনে করতেন অচেতন মন শব্দটি 'গোলাকার চতুষ্কোণ' বা "অননুভূত-ব্যথা" কিংবা "নিঃশব্দ গোলমালের" মত আত্মবিরোধী, যার কোনো ধারণা গঠন করা অসম্ভব।

মনোবিজ্ঞানের তাত্ত্বিক আলোচনা যখন থেকে ব্যবহারিক রূপ নিল, তখন থেকেই মনোবিজ্ঞানী ও দার্শনিকরা মনে নিতে শুরু করলেন যে সচেতন মনই মনের সবটুকু নয়। মন ও চেতনা সমব্যাপক নয়। উনবিংশ শতাব্দীর শেষভাগে শারকৌ, জ্যানে, প্রিন্স প্রভৃতি মনোবিজ্ঞানী মনোরোগের চিকিৎসা করতে গিয়ে অচেতন বা নিজ্ঞান মনের সম্মান পান। পরবর্তীকালে ফ্রয়েড নিজ্ঞান মন সম্বন্ধে নানা তথ্য আবিষ্কার করে, মনোবিজ্ঞানের ক্ষেত্রে বৃহত্তর পরিবর্তন এনেছেন।

### ২. নিজ্ঞান মন কীভাবে জানা যায় ?

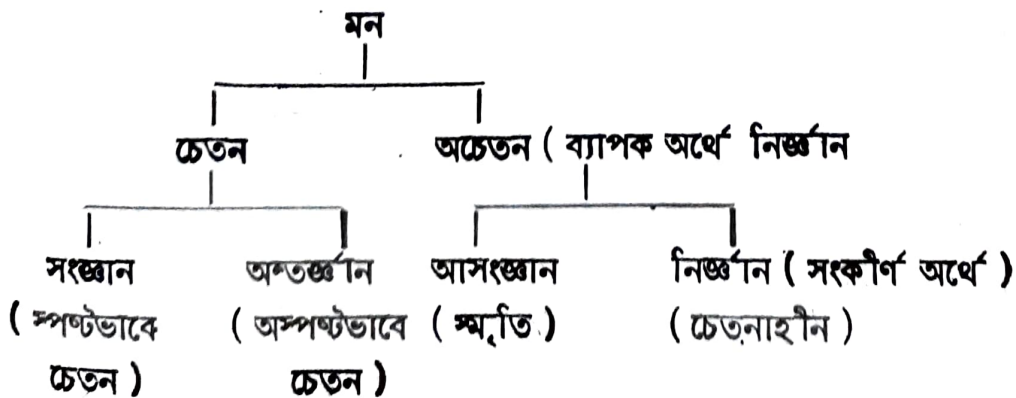
প্রশ্ন হ'ল মন যদি অচেতন বা নিজ্ঞান হয়, তবে তার সম্বন্ধে জ্ঞান লাভ করা যায় কীভাবে? এইরকম মন যে আছে তার প্রমাণই বা কী? অন্তর্দর্শনে যে মনকে পাওয়া যায় তাকে অচেতন বলা চলে না। অন্তর্দর্শনেও মনের যে অবস্থাকে পাওয়া যায় না, তার অস্তিত্ব কীভাবে প্রমাণ করা যাবে? এর উত্তর হ'ল এই যে, নিজ্ঞান মনের ধারণা গ্রহণ করলে এমন অনেক মানসিক ও দৈহিক ঘটনার সূচক ব্যাখ্যা দেওয়া সম্ভবপর হয়, যা নিজ্ঞান মনের ধারণা ব্যতিরেকে দেওয়া কোনোমতেই সম্ভব নয়। পদার্থবিদ্যায় যেমন ইলেকট্রন পর্যবেক্ষণযোগ্য নয় তবু এই ধারণা মেনে নিলে পদার্থের স্বরূপ ও ক্রিয়ার সূচক ব্যাখ্যা দেওয়া সম্ভবপর হয় তেমনি মনোবিজ্ঞানেও নিজ্ঞান মনের মতবাদ গ্রহণ করলে বিভিন্ন মানসিক ক্রিয়ার সূচক ব্যাখ্যা পাওয়া যায়। সূত্রাৎ একটি যথার্থ প্রকল্প বা *valid hypothesis* হিসাবে নিজ্ঞান মনকে আধুনিক মনোবিজ্ঞান গ্রহণ করেছে। এই মনকে সোজাসুজিভাবে জানা যায় না, তাই অন্য কোনো পরোক্ষ পদ্ধতির সাহায্যেই জানবার চেষ্টা করতে হবে। উপমার সাহায্য নিয়ে বলা যায়, মন যেন একটি গোলাকৃতি বড় হলঘর। সে ঘরে বহু বিচিত্র দ্রব্যসম্ভার সাজানো আছে। কিন্তু ঘরে মাত্র ছোট একটি বাতিদান জ্বালানো আছে তাতেও আবার

ঘেরাটোপ পরানো। বাতিদানের ঠিক নীচের অংশটিতে প্রচুর আলো, সেখানকার সব জিনিস স্পষ্টভাবে দেখা যাচ্ছে। তার বাইরের অংশটিতে আধা অন্ধকার, সেখানকার বস্তুগুলিকে অস্পষ্টভাবে দেখা যাচ্ছে। তারও বাইরে সম্পূর্ণ অন্ধকার, এখানে যে-সব বস্তু আছে, তাদের জ্ঞান পেতে হলে দৃষ্টিশক্তি ব্যবহার করলে চলবে না, অন্য কোনো ভাবে,—হয় স্পর্শ করে জানতে হবে, নয়তো অনুমানের সাহায্যে জানতে হবে, না হয়তো, অন্য আর কিছুর মাধ্যমে জানতে হবে। সেই রকম, মনের অন্তস্তলের খবর জানতে হলে অন্তর্দর্শন দিয়ে হবে না, অন্য পদ্ধতির আশ্রয় নিতে হবে—আচরণ থেকে অনুমান, কিংবা পরোক্ষভাবে মনঃসমীক্ষণ বা স্বপ্ন বিশ্লেষণ পদ্ধতির মাধ্যমে জানতে হবে।

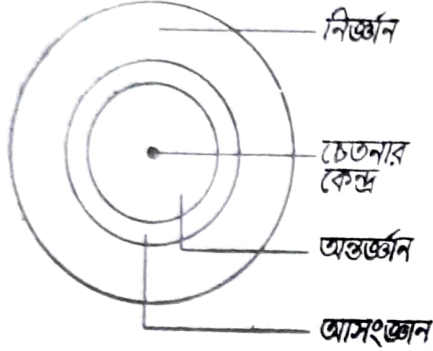
### ৩. মনের ক্ষেত্র : মনের বিভিন্ন স্তর

মনকে মোটামুটিভাবে দু'টি স্তরে বিভক্ত করা যায়। সংজ্ঞান বা সচেতন ও নিজ্ঞান বা অচেতন। এই দুই স্তরের মধ্যবর্তী আর একটি স্তরের কথা স্টাউট মাস্কী প্রভৃতি মনোবিদগণ মনেছেন—সেটি হ'ল অন্তজ্ঞান বা অচেতন বা Subconscious. যে-সব চিন্তা অনুভূতি ও ইচ্ছা সম্বন্ধে মন স্পষ্টভাবে সচেতন নয়, আবার একেবারে চেতনাহীনও নয়, এইরকম অস্পষ্টভাবে সচেতন অভিজ্ঞতাগুলি অন্তজ্ঞানের অন্তর্ভুক্ত। সংজ্ঞান ও অন্তজ্ঞান নিয়ে চেতনার ক্ষেত্র। বইটি পড়ার সময় চেতনার কেন্দ্রবিন্দুতে আছে বইটির বিষয়বস্তু, অন্তজ্ঞানে আছে, বইটির ওজন, যে আলোয় বসে পড়াছ তার অনুভব, ঘাড়ের টিকটিক শব্দ, পাখার হাওয়া—ইত্যাদি। চেতনার কেন্দ্রবিন্দুকে, ঘিরে থাকে এই অন্তজ্ঞানের রাজ্য, যে কোন মনুহুতে চেতনার কেন্দ্রবিন্দুকে অধিকার করার প্রবণতা নিয়ে। চেতনার ক্ষেত্রের বাইরে নিজ্ঞান মনের ক্ষেত্র। ফ্রয়েড অন্তজ্ঞান মানেনি। তিনি সংজ্ঞান ও নিজ্ঞান মনের মধ্যবর্তী একটি স্তরের কথা বলেছেন—যার নাম দিয়েছেন আসংজ্ঞান বা preconscious। মন এই অভিজ্ঞতাগুলি সম্বন্ধে পূর্বে চেতন ছিল, বর্তমানে অচেতন, কিন্তু ইচ্ছামত এইখান থেকে সচেতন মনে যে কোনো অভিজ্ঞতাকে টেনে নিয়ে আসতে সক্ষম। স্মৃতির সমস্ত অভিজ্ঞতা এই আসংজ্ঞান স্তরের অন্তর্ভুক্ত।

অতএব সাধারণভাবে মনের স্তরগুলিকে আমরা এইভাবে বিশ্লেষণ করতে পারি—



মনকে বৃত্তের সংগে তুলনা করলে বুদ্ধিতে আরো সুবিধে হবে। সমগ্র মনের কেন্দ্রবিন্দুস্বরূপ হ'ল চেতন মন বা সংজ্ঞান মন। তাকে ঘিরে যে প্রথম বৃত্তটি সেটি অন্তর্জ্ঞান বা অস্পষ্ট চেতনা। অস্পষ্ট চেতনাকে ঘিরে আছে আসংজ্ঞান বা স্মৃতি। এর পরে মনের যে অংশ তা হ'ল নির্জ্ঞান মন। (চিত্র ১৬.১ দ্রষ্টব্য)



চিত্র ১৬.১ : মনের বিভিন্ন স্তর

ফ্রয়েডের মতে চেতন মন সমগ্র মনের একটি ক্ষুদ্র ভগ্নাংশ মাত্র। মনকে ফ্রয়েড অনেক সময় হিমবাহের (Iceberg) সংগে তুলনা করেছেন। হিমবাহ হ'ল সমুদ্রের (উত্তরমেরুর) উপরে ভাসমান বরফের পাহাড়, এর ঠিক ভাগ থাকে জলের নীচে আর বাকী ঠিক ভাগ থাকে জলের উপরে। উপর থেকে যতটুকু দেখা যায়, তা থেকে কোনো মতেই ধারণা করা যায় না যে জলের নীচে আর কতটা নিমজ্জিত আছে। ফ্রয়েড বলতে চান, সচেতন

মন 'দেখে' কল্পনাও করা যায় না আমাদের অচেতন মন কত বড়। বস্তুতঃ, মনের বেশীর ভাগ অংশ জুড়ে আছে নির্জ্ঞান মন। সচেতন মনের উপরে নির্জ্ঞান প্রভাবও অপারিসীম।

#### ৪. নির্জ্ঞান মনের অস্তিত্বের সপক্ষে প্রমাণ

নানাভাবে নির্জ্ঞান মনের অস্তিত্ব আজ প্রমাণিত হয়েছে। সবচেয়ে বড় প্রমাণ হ'ল স্মৃতি। আমাদের অতীত অভিজ্ঞতাকে আমরা সচেতন মন থেকে সরিয়ে দিই, অথচ মনের মধ্যেই ধরে রাখি (সংরক্ষণ করি)। মনের যে স্তরে এগুনি সংরক্ষিত থাকে সেটিই নির্জ্ঞান (ব্যাপক অর্থে) মন।<sup>১</sup>

আমাদের অভ্যাসজাত ক্রিয়া ও সহজাত ক্রিয়াগুলি নির্জ্ঞান মনের দ্বারাই প্রেরিত হয়।<sup>২</sup>

তাছাড়া যে-সব সচেতন প্রত্যক্ষণের ক্রিয়াগুলিকে অতিশয় সরল বলে মনে হয়, বিশ্লেষণের ফলে দেখা যায়, তাদের পিছনে নির্জ্ঞান অনুমান লুক্কায়িত আছে। যেমন—চোখ দিয়ে আমরা যখন দ্রব্য অনুমান করি, তখন এই অনুমান ক্রিয়াটি সচেতনভাবে করি না। আবার অনেক সময়ই আমরা কোনো কিছু মনে করবার চেষ্টা করে মনে আনতে পারি না। তখনকার মত ব্যাপারটিকে সচেতন মন থেকে সরিয়ে দিলে, পরে এক সময় হঠাৎ সেই বিষয়টি মনে পড়ে যায়। যেমন—পরীক্ষার খাতার লিখতে লিখতে

১. শব্দ শারীরবৃত্তীয় ব্যাখ্যার দ্বারা স্মৃতির সংরক্ষণ ক্রিয়া সম্পূর্ণ বোঝা যায় না।

২. 'মনোবোপ' অধ্যায় দ্রষ্টব্য। পৃঃ ৮৮

ছাত্রের হয়ত একটি বিশেষ অংশ মনে পড়লো না, সেক্ষেত্রে খানিকটা জায়গা ছেড়ে দিয়ে ছাত্রটি তার লেখার বাকী কাজটুকু সারতে থাকে। হঠাৎ একসময় তার ঐ অংশটি মনে পড়ে যায়। সচেতন মন এক্ষেত্রে অন্য কাজ নিয়ে ব্যস্ত থাকে কিন্তু নির্জ্ঞান মন 'মনে করা'র চেষ্টা চালিয়ে যায়। তাই হঠাৎ মনে পড়ে।

১৮৮০ সালে জ্যানে<sup>১</sup> ও শারকো<sup>২</sup> সংবেশনোত্তর অভিব্যবহনের কথা বলেন। এঁরা সংবেশন (hypnosis)-এর সাহায্যে মনোরোগের চিকিৎসায় ব্যাপৃত ছিলেন। কোনো পরীক্ষণপাত্রকে সংবিষ্ট করে বলা হ'ল, প্রায় ঘণ্টাখানেক পরে তাকে কয়েকটি কাজ করতে হবে, যেমন—উপরের তলায় উঠে গিয়ে নিজের টুপিটি খুঁজে আনবে, সেটিকে টেবিলের উপরে রেখে, টেবিলটিকে তিনবার প্রদক্ষিণ করবে। সংবিষ্ট অবস্থা কেটে যাবার পর ব্যক্তির আর এসব কথা মনে পড়ে না। কিন্তু যথাসময়ে সে কাজ-গড়ল করে যায়। এবং প্রশ্ন করলে সন্তোষজনক কোনো উত্তর দিতে পারে না। এ থেকে প্রমাণিত হয় যে ব্যক্তির নির্জ্ঞান মন সমস্ত আদেশ গ্রহণ করেছিল, সময়মত সচেতন মনকে দিয়ে কাজগড়ল করিয়েও নিয়েছিল।

আবার অনেক মানসিক রোগের উপসর্গ অভিব্যবহনের (সাইকোথেরাপী) ফলে দূর হতে দেখা গেছে। কোনো রোগীর মনোবিকার থেকে শারীরিক অসাড়তা রোগ দেখা দিলে তাকে সংবিষ্ট (hypnotised) করে সেই অবস্থায় বলা হয়, সে অসাড় হাত-পা নাড়তে সক্ষম। অনেক ক্ষেত্রেই দেখা গেছে, রোগী এই অভিব্যবহনটি গ্রহণ করে হাত-পা নাড়তে পারে।

ফ্রয়েডের মনঃসমীক্ষণবাদ প্রচার হবার পর থেকেই মনোবিদ্যায় নির্জ্ঞান মনের গুরুত্ব বেড়ে যায়। তিনি বলেন আমাদের দৈনন্দিন জীবনের ভুলভ্রান্তি, ঠাট্টা-বিদ্রূপ সবকিছুর পিছনেই নির্জ্ঞান প্রেষণা কাজ করে। আমরা ভুল করে এক কথা বলতে অন্য কথা বলি। আমাদের দরকারী কাজের কথা মনে থাকে না—এর কারণ হ'ল নির্জ্ঞান মন এগড়ল চায় না। স্বপ্ন, নানারকম মানসিক রোগ—এগড়লিও যে নির্জ্ঞান মনের ক্রিয়া তা তিনি প্রমাণ করেন। নির্জ্ঞান মন হ'ল আধার যার মধ্যে আমাদের অপূর্ণিত বাসনা-কামনাগড়লি সঞ্চিত থাকে। তিনি আরো বলেন যে আমাদের সচেতন চিন্তা-ভাবনা ও ব্যবহার সর্বদাই নির্জ্ঞান মানসিক প্রবণতা দ্বারা প্রভাবিত হয়। বস্তুতঃ, 'নির্জ্ঞান মনের' ধারণা ছাড়া বেশীর ভাগ মানসিক ক্রিয়ারই ব্যাখ্যা পাওয়া যায় না।