সাধারণত চিত্তের ভূমি বা অবস্থাকে বলে চিত্তভূমি। কিন্তু যোগমতে চিত্তের সহজ ও স্বাভাবিক অবস্থাই হ'ল চিত্তভূমি (চিত্তস্য সহজাবস্থাঃ)।

চিত্তভূমি

চিত্তের স্বাভাবিক অবস্থা পঞ্চবিধঃ (১) ক্ষিপ্ত, (২) মূঢ়, (৩) বিক্ষিপ্ত, (৪) একাগ্র ও (৫) নিরুদ্ধ। যে ভূমিতে চিত্ত স্বভাবতই অত্যন্ত অস্থির,

ক্ষিপ্ত, মূঢ়, বিক্ষিপ্ত, একাগ্র ও নিরুদ্ধ এই পঞ্চবিধ চিত্তভূমির শেষোক্ত দুটি ভূমি যোগানুকূল। তবে এই দুই ভূমি যোগানুকূল হলেও যোগপ্রক্রিয়া অতি জটিল।

যোগের পর্যায়

একাগ্র অবস্থায় বিষয়মাত্র অবশিষ্ট থাকায় চিত্তের পরিপূর্ণ লয় সম্ভব হয় না। নিরুদ্ধ অবস্থায় চিত্তের পরিপূর্ণ লয় হয় এবং পুরুষ স্বস্বরূপে অবস্থান করে। একাগ্র অবস্থা থেকে চিত্তের পূর্ণ লয়ের অবস্থা পর্যন্ত যোগের অনেকগুলি পর্যায় বর্তমান। যোগের বিভিন্ন পর্যায় অনুযায়ী যোগের নানা প্রকারভেদ যোগ দর্শনে স্বীকৃত হয়েছে। প্রাথমিকভাবে যোগ দ্বিবিধ : **সম্প্রজ্ঞাত** ও **অসম্প্রজ্ঞাত**।

সম্প্রজ্ঞাত সমাধি

যোগমতে অভ্যাস ও বৈরাগ্যের দ্বারা চিত্তবৃত্তির নিরোধ হয়। অন্য সব উপায় এই উপায়দ্বয়ের অন্তর্গত। গীতাতেও বলা হয়েছে, "অভ্যাসেন হি কৌন্তেয় বৈরাগ্যেন চ গৃহ্যতে" (৬/৩৫)। বৈরাগ্যের দ্বারা বিষয়স্রোত মন্দীভূত হয় এবং অভ্যাসের দ্বারা বিবেকস্রোত উদ্‌ঘাটিত হয়। এই উপায়দ্বয়ের দ্বারা যে প্রথম যোগ বা সমাধিপ্রাপ্তি ঘটে তাকেই সম্প্রজ্ঞাত সমাধি বলা হয়। যোগসূত্রে বলা হয়েছে, "বিতর্কবিচারানন্দাস্মিতারূপানুগমাৎ সম্প্রজ্ঞাতঃ"—(সমাধিপাদ-১৭)। অর্থাৎ বিতর্ক, বিচার, আনন্দ ও অস্মিতা এই ভাবচতুষ্টয়ানুগত সমাধি হ'ল সম্প্রজ্ঞাত সমাধি।

সম্প্রজ্ঞাত সমাধি

'সম্প্রজ্ঞাত' শব্দের ব্যুৎপত্তিগত অর্থ হ'ল সম্যক্ বা প্রকৃষ্টরূপে জ্ঞাত। এই অবস্থায় ধ্যেয় বস্তুকে সম্যক্‌ভাবে জানা যায় বলে এই সমাধিকে সম্প্রজ্ঞাত বলে।

সমাধির বিষয়

যোগাভ্যাসের প্রাথমিক স্তরে কোন স্থূল দেবমূর্তি বা ভৌতিক পদার্থকে অবলম্বন করে অগ্রসর হতে হয়। স্থূলবস্তু থেকেই ক্রমশ সূক্ষ্ম বস্তুর দিকে চিত্ত প্রবাহিত হয়। তাই যোগমতে ধ্যেয় বা ভাব্য বস্তু দ্বিবিধ : স্থূল ও সূক্ষ্ম। এই দ্বিবিধ বস্তুই আবার বাহ্য ও আন্তর ভেদে দ্বিবিধ। সুতরাং মোট চারপ্রকার ধ্যেয় বস্তু বর্তমান : (১) স্থূল বাহ্যবস্তু, যেমন, ক্ষিত্যাদি পঞ্চভূত, (২) স্থূল আন্তরবস্তু, যেমন ইন্দ্রিয়সমূহ, (৩) সূক্ষ্ম বাহ্যবস্তু, যেমন, তন্মাত্রসকল ও

(৪) সূক্ষ্ম আন্তরবস্তু, যেমন, অহং ও বুদ্ধি। এই চারপ্রকার বিষয় তথা অবলম্বন ভেদে যোগ বা সমাধিও চারপ্রকার ঃ (১) **সবিতর্ক**, (২) **সবিচার**, (৩) **সানন্দ** ও (৪) **সাস্মিত**। সবিতর্ক সমাধি যখন নামজ্ঞান ও সংকেতজ্ঞানশূন্য হয়, তখন তাকে **নির্বিতর্ক** সমাধি বলে। অনুরূপভাবে সবিচার সমাধিতে যখন তন্ময়তা ঘনীভূত হয় তখন তাকে **নির্বিচার** সমাধি বলে। সানন্দ সমাধি যখন তন্ময়ীভাবাপন্ন হয় তখন তাকে **বিধেয়লয়** বলে এবং সাস্মিত সমাধি তন্ময়ীভাবাপন্ন হ'লে তাকে **প্রকৃতিলয়** বলে।

চতুর্বিধ সম্প্রজ্ঞাত সমাধি

উপরিউক্ত সকল প্রকার সমাধিই সবীজ সমাধি। এই সকল সমাধিতে সংসার বীজ সম্পূর্ণ বিনষ্ট হয় না, সুপ্ত অবস্থাপ্রাপ্ত হয়। তবে সবিতর্কের অপেক্ষায় নির্বিতর্ক সবিচারের অপেক্ষায় নির্বিচার সমাধি উৎকৃষ্ট।

অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি

সম্প্রজ্ঞাত সমাধির দ্বারা চিত্ত যখন বিষয় চিন্তা থেকে মুক্ত হয় তখন অসম্প্রজ্ঞাত সমাধির উদয় হয়। অসম্প্রজ্ঞাত সমাধির বর্ণনায় যোগসূত্রে বলা হয়েছে—"বিরামপ্রত্যয়াভ্যাসপূর্ব্বঃ সংস্কারশেষোঽন্যাঃ"—(সমাধিপাদ-১৮) অর্থাৎ অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি হ'ল পরাবৈরাগ্যের অভ্যাসের দ্বারা সংস্কার শেষ স্বরূপ সমাধি। সকলপ্রকার চিত্তবৃত্তির নিরোধকে বলা হয় বিরাম। এই বিরাম লাভের উপায় হ'ল বৈরাগ্য। বৈরাগ্যের দ্বারা চিত্তবৃত্তিসমূহ নিরুদ্ধ হয়। অভ্যাসের দ্বারা এই বৈরাগ্য দৃঢ় হয়। বৈরাগ্য দৃঢ় হ'লে চিত্তবৃত্তির পুনরুৎপত্তির সম্ভাবনা থাকে না। চিত্ত তখন দগ্ধবীজের ন্যায় শক্তিশূন্য হয়ে পড়ে। 'অসম্প্রজ্ঞাত' শব্দের অর্থ হ'ল যে অবস্থায় বিষয়ের কোন অস্তিত্ব থাকে না। (ন কিঞ্চিৎ প্রজ্ঞায়তে ইতি অসম্প্রজ্ঞাতঃ)। এইরূপ নিরালম্ব ও নির্বীজ সমাধিকে বলা হয় অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি।

অসম্প্রজ্ঞাত সমাধি

অসম্প্রজ্ঞাত সমাধিতে পুরুষ প্রকৃতির সকল প্রকার সংযোগ ছিন্ন করে স্ব স্ব রূপে অবস্থান করে। প্রকৃতির বন্ধন থেকে মুক্ত হয়ে পুরুষ জন্ম-মরণ ও সুখ-দুঃখকে অতিক্রম করে কৈবল্যপ্রাপ্ত হয়। এইরূপ কৈবল্য-প্রাপ্তিকে যোগ দর্শনে মোক্ষ বলা হয়।