

গ্রীক নীতিদর্শনের প্রেক্ষিতে সুখের স্বরূপ বিশ্লেষণ

যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয়ে কলা বিভাগে দর্শন শাস্ত্রে

পিএইচ.ডি উপাধির জন্য প্রদত্ত গবেষণা সন্দর্ভ

গবেষক

সুদর্শন দাস

নিবন্ধন ক্রম - A00PH1201017

তত্ত্বাবধায়ক

অধ্যাপিকা অতসী চ্যাটার্জী সিন্হা

দর্শন বিভাগ, যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয়

দর্শন বিভাগ

যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয়, কলকাতা-৩২

২০২৫

সংক্ষিপ্তসার

মানব জীবনের এক প্রাথমিক/সাধারণ লক্ষ্য হল সুখ। সুখের তাগিদে মানুষ বাঁচে, বিভিন্ন রকম কাজ করে, প্রকল্প গঠন করে, বন্ধুত্ব করে, অপরকে সাহায্য করে, সম্পর্ক তৈরি করে। দার্শনিক প্রেক্ষিতে সুখের অস্তিত্ব, স্বরূপ ও সুখ লাভের উপায়কে কেন্দ্র করে নানা অভিমত পাওয়া যায়। কেউ কেউ মনে করেন সুখ এক মানসিক অবস্থা; কেউ কেউ আবার যাপনের গুণে ব্যক্তির সুখী জীবনকে নির্দেশ করেন। অনেক দার্শনিক মানুষের নৈতিক লক্ষ্য রূপে সুখকে বর্ণনা করেছেন। এই গবেষণা সন্দর্ভে আমাদের আলোচনার কেন্দ্রীয় বিষয় হল সুখের স্বরূপ বিশ্লেষণ। এই কাজের জন্য যে পরিধি নির্বাচন করা হয়েছে, তা হল গ্রীক নীতিদর্শন। গবেষণা পরিসরকে চার জন বিশিষ্ট সুখবাদী গ্রীক দার্শনিকের ভাবনার মধ্যে সীমায়িত রাখা হয়েছে। সেই চার জন দার্শনিক যথাক্রমে অ্যারিস্টিপাস, প্লেটো, অ্যারিস্টটল ও এপিকিউরাস। এই গবেষণা সন্দর্ভের লক্ষ্য এবং পদ্ধতি: গ্রীক নীতি দর্শনের আঙ্গিকে সুখ বিষয়ক মতবাদগুলির নৈতিক তাৎপর্য কি তা দেখা এবং বর্তমান সময়ের প্রেক্ষিতে তার প্রাসঙ্গিকতা বিচার করাই হল এই গবেষণা সন্দর্ভের লক্ষ্য।

এক্ষেত্রে বিশ্লেষণ এবং বিচারমূলক পদ্ধতি অবলম্বন করে এই গবেষণা কার্যটি সম্পাদিত হয়েছে।

গবেষণা প্রশ্ন: মূলত তিনটি প্রশ্নকে কেন্দ্র করে এই গবেষণা কার্যটি সম্পাদনের প্রচেষ্টা হয়েছে। প্রশ্ন তিনটি হল –

১) গ্রীক নীতি দর্শনের প্রেক্ষিতে সুখের স্বরূপ কি ?

২) সুখ এবং সদগুণের মধ্যে সম্বন্ধ কি ?

৩) বর্তমান সমাজ ও নৈতিকতার আঙ্গিকে গ্রীক নীতিদর্শনের সুখ বিষয়ক মতবাদগুলির প্রাসঙ্গিকতা কি?

এই তিনটি প্রশ্নের উত্তর অনুসন্ধানের উদ্দেশ্যে গবেষণা সন্দর্ভটিকে পাঁচটি অধ্যায়ে সাজানো হয়েছে। প্রথম অধ্যায়ে গ্রীক নীতিবিদ অ্যারিস্টিপাস (c. 435—356 B.C.E.) অনুসরণে সুখ ও শুভ জীবন বিষয়ে বিচারমূলক আলোচনা করা হয়েছে। যেসকল ব্যক্তিগণ অ্যারিস্টিপাসের জীবন শৈলী অনুসরণ করতেন তাদেরকে সাইরেনাইক নামে অভিহিত করা হত। তাঁরা দু'রকম সক্রিয় অবস্থাকে বিশেষ গুরুত্ব দিয়েছেন - সুখ এবং ব্যথা-বেদনা। সুখ হল 'smooth motion' আর ব্যথা-বেদনা হল 'rough motion'। অ্যারিস্টিপাস ও তাঁর অনুগামীগণ সুখ ও ব্যথা-বেদনাকে আত্মার 'motion' রূপে বর্ণনা করেছেন। সাইরেনাইক মনে করেন সুখ হল সর্বোচ্চ শুভ বা সবচেয়ে উৎকৃষ্ট বিষয়, তাই সুখ অনুভব করাই আমাদের জীবনের মূল লক্ষ্য। দৈহিক সুখ এবং ব্যথা-বেদনাকে তাঁরা সর্বাধিক গুরুত্ব সহকারে বিবেচনা করতেন, কারণ সেগুলি গুরুত্বপূর্ণ ও প্রাণবন্ত অনুভূতি। অতীত সুখস্মৃতি তাদের কাছে গুরুত্বপূর্ণ নয় এবং ভবিষ্যতে সুখ অনুভবের আশাও তাঁরা করতেন না। অতীত বিগত বলেই বর্তমানে তা অস্তিত্বশীল নয়; ভবিষ্যৎ অনাগত বলেই সম্পূর্ণভাবে অনিশ্চিত। এই কারণে মানব জীবনের লক্ষ্য বা উদ্দেশ্য শুধুমাত্র বর্তমান সময়ে বিশেষ সুখ অনুভব করা। এক অর্থে সাইরেনাইকদের সুখবাদীও বলা হত, কারণ তারা আশু বা বিলম্বহীন সুখ অন্বেষণকেই প্রাধান্য দিতেন।

সাইরেনাইক বলেন আমরা প্রবৃতিগতভাবেই সুখের প্রতি আকৃষ্ট হয়ে থাকি। সুখ আমাদের সন্তোষ প্রদান করে তা জানার জন্য অন্য কোনো প্রমাণের প্রয়োজন হয় না, তাই তা স্বতঃপ্রমাণ। সুখ আমরা কামনা করে থাকি সুখ অনুভবের জন্যই, অন্য কোনো বিষয় প্রাপ্তির জন্য নয়; এই অর্থে সুখ হল স্বতঃসিদ্ধ। তাঁদের মতে কোনও সুখই প্রকৃতিগতভাবে মন্দ বা অশুভ নয়। সুখের উৎস যেমনই হোক না কেন, সকল রকম সুখই শুভ বা মঙ্গলজনক।

অ্যারিস্টিপিয়ান সাইরেনাইক দর্শনের লক্ষ্য ছিল তাঁর অনুগামীদের ভ্রান্ত বিশ্বাস ও বিচারহীন দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন করা যাতে তারা অনিদ্রা, দুশ্চিন্তা ইত্যাদি বিষয়গুলিকে সমূলে দমন করে সুখী জীবন যাপন করতে সক্ষম হয়। তাঁদের মতে (মানুষের) জীবনের লক্ষ্য হওয়া উচিত সুখ অন্বেষণ করা এবং এর জন্য আবশ্যিক পরিস্থিতি ও পরিবেশের সঙ্গে নিজেকে মানিয়ে নেওয়া, প্রতিকূলতা এবং সমৃদ্ধি উভয়ের মধ্যে সামঞ্জস্য তৈরী করে প্রয়োজনীয় নিয়ন্ত্রণ ও ভারসাম্য রক্ষা করা।

সাইরেনাইক তাঁদের জ্ঞানতাত্ত্বিক ধারণার মাধ্যমে সুখবাদ উপস্থাপনের চেষ্টা করেছেন। তাঁরা বলেন আমরা আমাদের মানসিক অবস্থা, আবেগ-অনুভূতি, সংবেদন জানতে পারি, কিন্তু বাহ্যবস্তুর বিষয়ে আমরা তেমন কিছুই জানতে পারি না। অর্থাৎ বাহ্য বিষয়টি কোথা থেকে এসেছে, কিভাবে তার উৎপত্তি- সে সম্পর্কে আমরা নিশ্চিতভাবে কিছু বলতে পারি না। বাহ্য বস্তু বিষয়ে এঁরা সংশয়বাদী। সাইরেনাইক বলেন অভিজ্ঞতা-ই হল আমাদের জ্ঞানের একমাত্র মানদণ্ড। কেননা অভিজ্ঞতাই শুধুমাত্র আমাদের ধরা-ছোঁয়ার বিষয়। ইন্দ্রিয়ানুভূতির অতিরিক্ত যা কিছু, সেসকল বিষয়ের অস্তিত্ব নিয়ে তাঁরা সংশয় প্রকাশ করেছেন।

সুখ লাভের ক্ষেত্রে যে সকল বিষয়কে সাইরেনাইক গুরুত্ব সহকারে বিচার করতেন তা হল-
আত্ম-নিয়ন্ত্রণ, সহানুভূতি, পরিমাপ বোধ/মাত্রা বোধ, মনস্তাত্ত্বিক সুস্থতা/কল্যাণ, স্বাধীনতা ও
স্বতন্ত্র্য, অভিযোজ্যতা, দূরদর্শিতা, ব্যবহারিক প্রজ্ঞা, ধন-সম্পদ ও শিক্ষা।

দ্বিতীয় অধ্যায়ে প্লেটোর (427—347 B.C.E.) *প্রোটাগোরাস*, *রিপাবলিক* এবং *ফিলেবাস* –
এই তিনটি সংলাপ অনুসরণে তাঁর সুখ বিষয়ক ভাবনা উপস্থাপনের চেষ্টা করা হয়েছে।

প্রোটাগোরাস - শুরুতেই যে অনুমানের ওপর ভিত্তি করে এই সংলাপের রচনা হয়েছে তা
হল- সুখ আমরা সকলেই পেতে চাই, তাই সুখ শুভ বা মঙ্গলজনক। কিছু সুখ আছে যা অশুভ
আবার কিছু ব্যথা বেদনাও আছে যা শুভ বলে বিবেচিত হয়ে থাকে। তাই একথা স্পষ্ট করে
বলা যায় না যে, সকল সুখদায়ক বিষয়েই শুভ বা সকল বেদনাদায়ক বিষয়েই মন্দ। কোনো
কোনো সুখ বা সুখদায়ক বিষয়কে আমরা অশুভ বা অমঙ্গল বলে থাকি, যেহেতু পরবর্তীতে
তা বিভিন্ন প্রকার অসুস্থতা, দীনতা বা সমজাতীয় প্রতিকূল অবস্থার কারণ হয়ে থাকে। আবার
কিছু কিছু বেদনাদায়ক বিষয় আছে যেগুলি শুভ বা মঙ্গলজনক - যেমন শরীর চর্চা, সামরিক
প্রশিক্ষণ, চিকিৎসায় অস্ত্রোপচার, উপবাস, ইত্যাদি বিষয়গুলি বেদনাদায়ক হওয়া সত্ত্বেও
সেগুলি মঙ্গলজনক। কারণ এই বিষয়গুলি সাময়িক ব্যথা-বেদনার উদ্রেক ঘটালেও পরবর্তীতে
ব্যক্তিকে সুস্বাস্থ্য বজায় রাখতে ও সম্পদশালী হতে সাহায্য করে।

সক্রেটিস বলেন সঠিক সুখ চিহ্নিতকরণ অথবা ব্যথা-বেদনা নির্বাচন ও পরিহারের
মাধ্যমেই ব্যক্তি অশুভ থেকে নিস্তার বা পরিত্রাণ পেতে পারে। আর সেক্ষেত্রে সুখ-দুঃখের
মাত্রা জ্ঞান (measurement) থাকা প্রয়োজন এবং তার পরিণাম বিষয়েও জ্ঞাত হওয়া
প্রয়োজন। প্রজ্ঞা ও জ্ঞান এক্ষেত্রে নানা ভাবে সহায়তা করে থাকে। প্রজ্ঞা ও জ্ঞানকে তিনি

মানবীয় কার্যকলাপের সর্বাধিক শক্তিশালী বিষয় রূপে বিবেচনা করেছেন। জ্ঞানের তুলনায় অধিক উত্তম বা বলশালী আর অন্য কিছু নেই বলে তিনি মনে করেন। অনেক ক্ষেত্রে ব্যক্তি ভালো-মন্দ বিষয়গুলি জানা সত্ত্বেও সঠিক পথ নির্বাচনে সমর্থ হন না। ক্ষণিক সুখ লাভের আশায় ব্যক্তি কখনো কখনো ভুল পথ নির্বাচন করেন। সক্রোটাস বলেন তার কারণ জ্ঞানের অভাব অর্থাৎ মাত্রাজ্ঞান বিষয়ে অজ্ঞতা।

ব্যক্তির ভালো থাকা বা মন্দ থাকা নির্ভর করে তার সঠিক নির্বাচনের ওপর। ব্যক্তি যখন অল্প পরিমাণ ব্যথা-বেদনার পরিবর্তে অধিকতর ব্যথা-বেদনায় গ্রহণ করে বা অধিকতর সুখের পরিবর্তে অল্প সুখ লাভেই খুশি হয়, তখন ব্যক্তির অজ্ঞতাই দায়ী হয়। কোন বিষয়টিকে আমরা অধিকতর গুরুত্ব প্রদান করব এবং কোনটিকে স্বল্প গুরুত্ব দেব, সে বিষয়ে সঠিক সিদ্ধান্তের উপর নির্ভর করে আমাদের বাস্তব জীবনের মান। অর্থাৎ কোনটা সুখদায়ক বা বেদনাদায়ক সে বিষয়ে জ্ঞাত হয়ে যদি সেটা নির্বাচন করা সম্ভব হয় তবেই সুখী জীবনের পথ প্রশস্ত হয়। আর এই পরিমাপ বোধ হল এক বিশেষ ধরনের দক্ষতা।

রিপাবলিক - প্লেটো তাঁর *রিপাবলিক* গ্রন্থে ন্যায় (Justice) সম্পর্কিত আলোচনা করতে গিয়ে প্রকৃত সুখী ব্যক্তি কে হতে পারেন, তা বর্ণনা করেছেন। তিন প্রকার সুখ-এর সন্ধানী ব্যক্তিকে প্লেটো তিন শ্রেণীতে বিভক্ত করেছেন যথা- জ্ঞান অনুরাগী, সম্মান আকাঙ্ক্ষী ও অর্থপ্রেমী। আর এই তিন শ্রেণীর ব্যক্তির মধ্যে জ্ঞানানুরাগী শ্রেণী অর্থাৎ দার্শনিককে প্রকৃত জ্ঞানের অধিকারী ও যথার্থ সুখী ব্যক্তি বলে তিনি দাবী করেন। দ্বিতীয় শ্রেণীর সুখী জীবন হল সামরিক জীবন এবং সম্মানীয় জীবন। অর্থলাভের সুখানুভবকে তিনি সর্বনিম্নে স্থান দিয়েছেন।

স্বৈরাচারী ব্যক্তির সঙ্গে দার্শনিক-এর তুলনা করে তিনি দার্শনিককেই প্রকৃত জ্ঞানী ও সুখী ব্যক্তি রূপে উপস্থাপন করেছেন। সুখী ব্যক্তির চরিত্র নির্ধারণের জন্য তিনি কিছু যুক্তি প্রদর্শন করেছেন। যথা- ১) স্বৈরাচারী ব্যক্তি বা শাসকের পর্যাপ্ত সম্পদ- অর্থ, সাহস এবং ইচ্ছা অনুসারে কর্মের স্বাধীনতা থাকলেও তিনি প্রকৃত সুখী নন। তার ইচ্ছা অনুসারে কর্মের স্বাধীনতা থাকলেও বাস্তবে সে প্রবৃত্তির দাস। আপাতদৃষ্টিতে তাকে সর্বোচ্চভাবে স্বাধীন মনে হলেও প্রকৃতপক্ষে তিনি স্বাধীন নন, তিনি তার কামনা-বাসনা নিয়ন্ত্রণে ব্যর্থ। ২) অভিজ্ঞতার দিক থেকে বিচার করলেও স্বৈরাচারী ব্যক্তির তুলনায় দার্শনিক এগিয়ে, কারণ যে তিনটি বিষয়ের কথা তিনি বলেছেন- সম্পদ, সম্মান এবং জ্ঞান- এই তিন বিষয়ে দার্শনিকের যথার্থ জ্ঞান আছে। সম্পদ এবং সম্মানের অভিজ্ঞতা সাধারণ ব্যক্তির থাকলেও জ্ঞানের দিক থেকে দার্শনিকের অধিকার প্রবল। সকল বিষয়ের অভিজ্ঞতা একমাত্র দার্শনিকেরই থাকা সম্ভব বলে প্লেটো মনে করেন। ৩) একমাত্র দার্শনিকই প্রকৃত সুখ এবং আপাত সুখের মধ্যে ভেদ বুঝতে সক্ষম। সাধারণ ব্যক্তির কাছে এই পার্থক্য স্পষ্ট নয়। যেমন, ক্ষুধার্ত ব্যক্তি ক্ষুধা নিবারণের পর যে সুখ অনুভব করে, তাকেই সে সর্বাধিক সুখ বলে মনে করে। কিন্তু সেটি প্রকৃতপক্ষে আপেক্ষিক সুখ। প্লেটো বলেন এই ধরনের সুখ অন্য কিছুর উপর (এক্ষেত্রে খাদ্য গ্রহণের উপর) নির্ভর করে। প্রকৃত সুখ অপর কোনো কিছুর উপর নির্ভর করে না, যেমনটা আমরা দার্শনিকের সুখের ক্ষেত্রে বলতে পারি।

প্লেটো আত্মার তিনটি অংশ বা উপাদানের উল্লেখ করেছেন- যে তিনটি অংশ আবার তিন প্রকার সুখের সঙ্গে বিশেষভাবে সম্পর্কযুক্ত। প্রথম অংশটি যুক্তি-বুদ্ধি, জ্ঞানের সঙ্গে সম্পর্কিত। দ্বিতীয়টি আবেগ-অনুভূতি ইত্যাদি বিষয় যা ব্যক্তির ক্রোধ, সাহস বা উত্তেজনার

সঙ্গে সম্পর্কিত। আর তৃতীয়টির বিশেষ নাম নেই, তবে আমরা সাধারণ পরিভাষায় তাকে প্রবৃত্তি বলে থাকি- এটি আমাদের খাদ্য গ্রহণ, জৈবিক চাহিদা, কামনা-বাসনার সঙ্গে বিশেষ ভাবে সম্পর্কিত। অর্থের সঙ্গে এর বিশেষ যোগ প্লেটো স্বীকার করেছেন, কারণ অর্থ দ্বারাই আমাদের কামনা-বাসনার পূরণ সম্ভব হয়। আর তিন প্রকার অংশের মধ্যে আত্মার বৌদ্ধিক অংশের (intelligent part of the soul) সুখানুভবকেই সর্বোচ্চ সুখানুভব বলে তিনি বলেন। ন্যায়পরায়ণ ব্যক্তিকেই প্লেটো প্রকৃত সুখী ব্যক্তি বলে বিবেচনা করেছেন। অন্য ভাষায় বলতে গেলে যিনি নিজেই নিজের উপর কর্তৃত্ব করতে সক্ষম, অর্থাৎ যিনি আত্মসংযমী তিনি সর্বোচ্চ সুখী ব্যক্তি। অন্যদিকে বিচারহীন অনৈতিক ব্যক্তি হলেন সর্বোচ্চ মন্দ ও অবজ্ঞেয় ব্যক্তি।

ফিলেবাস - এই সংলাপ-এর শুরুতে দু-ধরনের জীবনের উল্লেখ করা হয়েছে, একদিকে ফিলেবাস মনে করেন - সমস্ত প্রাণীর কাছে সুখ শুভ বিষয় এবং সেক্ষেত্রে সুখে ও আনন্দে জীবনযাপন করাই আমাদের মূল লক্ষ্য হওয়া উচিত। অন্যদিকে সক্রোটিস মনে করেন- জ্ঞান, বুদ্ধিমত্তা (intelligence), স্মৃতি (memory), সঠিক মতামত (right opinion), বিচারবোধ (true reasoning) সম্পর্কিত সমস্ত বিষয় সুখলাভের তুলনায় অধিক মূল্যবান।

প্লেটো সুখকে (pleasure) বিচ্ছিন্নরূপে শুভ (good) বা শ্রেষ্ঠত্বের নিরিখে ব্যাখ্যা করেননি। তিনি মনে করেন কেবল সুখ অথবা কেবল বুদ্ধিমত্তা দ্বারা কখনোই শুভ জীবনলাভ সম্ভব নয়, বরং এই দুইয়ের ভারসাম্যময় জীবন অর্থাৎ বিচারবুদ্ধি যুক্ত সুখের জীবনই আমাদের কাম্য হতে পারে। ব্যথা-বেদনা থেকে পৃথক করে সুখের পরীক্ষণ সম্ভব নয় বলে তিনি মনে করেন। সুখ ও ব্যথা-বেদনা আসলে আমাদের স্বাভাবিক অভিজ্ঞতার বিষয় এবং এগুলি প্রত্যেকের জীবনে মিলিতভাবেই উপস্থিত থাকে। তিনি সুখের নানা প্রকারভেদ করিবনে,

যেমন— প্রত্যাশা বা পূর্বানুমান (anticipation) থেকে প্রাপ্ত সুখ, অপচয়ের পরিপূরক রূপে সুখ (pleasure as replenishment of wastage) ইত্যাদি। যখন কোনো কিছুর অভাব বোধ হয় তখন আমরা ব্যথা-বেদনা অনুভব করি, আর যখন সেই অভাব পূরণ হয় তখন আমরা সুখ অনুভব করি। যেমন আমরা ক্ষুধা প্রবৃত্তিকে ব্যথা-বেদনা বা শান্তিভঙ্গের অবস্থা রূপে বিবেচনা করতে পারি, আর তদনুসারে খাদ্যগ্রহণ হল পুনরায় স্বাভাবিক অবস্থায় প্রত্যাবর্তন, আর সেটাই হল সুখ।

শুভ জীবনের ক্ষেত্রে তিনি সত্য, বিশুদ্ধ সুখ ও যথার্থ জ্ঞান-কেই প্রাধান্য দিয়েছেন এবং এদের মধ্যে বিশেষ সম্বন্ধ স্থাপন করেছেন। এর পাশাপাশি স্বাস্থ্য, আত্ম-সংযম ও বিভিন্ন সংগুনাবলির সম্বন্ধও স্বীকার করেছেন। তিনি বলেন বিচারবুদ্ধি যুক্ত সুখী জীবনে শুভত্বের প্রকাশ তিন প্রকারে হয়ে থাকে- সৌন্দর্য, সুসমতা এবং সত্যতা রূপে। প্রত্যেকটিই সুখের তুলনায় বুদ্ধিমত্তার সঙ্গে বিশেষভাবে সম্পর্কিত।

শুভ-এর পাঁচটি শ্রেণীবিভাগ করে তিনি বলেন প্রথম স্থানে আছে পরিমাপ সম্বন্ধিত বিষয় (the region of measure)- যা কিছু পরিমিত, আধিক্যহীন (moderation), যথাযথ (appropriateness) সেই সকল বিষয়সমূহ। দ্বিতীয় স্থানে- সমানুপাতিক (proportioned), সামঞ্জস্যপূর্ণ, সুন্দর, সম্পূর্ণ, ত্রুটিহীন বিষয়সকল। তৃতীয় স্থানে প্রজ্ঞা ও বুদ্ধিমত্তা। চতুর্থ স্থানে বিজ্ঞান, শিল্পকলা, সঠিক মতামত প্রভৃতি। পঞ্চম স্থানে আত্মার বিশুদ্ধ সুখ, যা প্রকৃতপক্ষে ব্যথা-বেদনাহীন এক অবস্থা।

তৃতীয় অধ্যায়ে অ্যারিস্টটল (384 B.C.E. –322 B.C.E.)-এর *নিকোমেকিয়ান এথিক্স* অবলম্বনে ইউডিমোনিয়া'র স্বরূপ ব্যাখ্যার চেষ্টা করা হয়েছে। তিনি শুভ বিষয়কে দু-ভাগে

বিভক্ত করেছেন- স্বতঃপূর্বে শুভ অথবা অন্যকোন শুভ-এর উপায় রূপে শুভ। যা স্বতঃই শুভ তা চরম শুভ (Final Good), যাকে ‘*eudaimonia*’ বা আনন্দময় অবস্থা বলা হয়ে থাকে। প্রত্যেক ব্যক্তির কর্মের চরম বা অন্তিম উদ্দেশ্য হল এই চরম শুভ। শুধুমাত্র আনন্দময় অবস্থাই মানব জীবনের চরম লক্ষ্য বা উদ্দেশ্য, এছাড়া আর সকল শুভ হল এই আনন্দময় অবস্থায় পৌঁছানোর উপায়।

তিনি তিন প্রকার জীবনের উল্লেখ করেছেন- উপভোগের জীবন, রাজনৈতিক জীবন এবং চিন্তা বা মননশীল জীবন। এর মধ্যে চিন্তাশীল বা মননশীল জীবন হল সর্বোচ্চ আনন্দময় অবস্থা। সুখী বা আনন্দময় অবস্থা নির্ভর করে চিন্তা বা মনন-এর উপর। মননের সময়কাল বৃদ্ধি পেলে আনন্দময় অবস্থাও বৃদ্ধি পাবে বলে অ্যারিস্টটল মনে করেন। আর যিনি যত বেশি মননে সক্ষম তিনি প্রকৃতপক্ষে তত বেশি সুখী। সুখী বা আনন্দময় অবস্থা আসলে সঠিক চিন্তন বা মননের কোনো না কোনো আকার।

এই আনন্দময় অবস্থায় পৌঁছানোর জন্য তিনি প্রথমে নৈতিক সদগুণের উল্লেখ করেছেন। নৈতিক সদগুণ একটি চারিত্রিক অবস্থা যা ব্যক্তির পছন্দের সঙ্গে সম্পর্কিত এবং দুটি চরম অবস্থার মাঝে “সম” অবস্থাটি সন্ধান করে ব্যক্তিকে তা অবলম্বন করতে হবে। প্রত্যেক ব্যক্তির ক্ষেত্রে এই মাত্রা, পরিমিতি বা সম-এর অবস্থাটি ভিন্ন এবং তা ব্যক্তিকেই নিজ ক্ষমতা, সম্ভাবনা ও সীমাবদ্ধতার নিরিখে বুঝে নিতে হবে। সঠিক সময়ে, সঠিক বিষয়ের প্রেক্ষিতে, সঠিক উদ্দেশ্য নিয়ে, সঠিক পথে এই পরিমিত মানটি বুঝে সেই অনুযায়ী কাজ করাই আসলে নৈতিক সদগুণ-এর বৈশিষ্ট্য।

ব্যক্তি সুখে থাকবে না দুঃখে থাকবে তা নির্ধারণ হয়ে থাকে তার সৎ অথবা অসৎ কর্ম দ্বারা। এপ্রসঙ্গে অ্যারিস্টটল বলেন, ব্যক্তির এমন কোনো কর্ম নেই যেটি সদগুণসম্পন্ন কর্মকাণ্ডের তুলনায় অধিক স্থায়ী। তিনি বলেন যদি ব্যক্তির কর্ম দ্বারাই ব্যক্তির চরিত্র নির্ধারিত হয়, কোনো সুখী ব্যক্তি অবজ্ঞেয় হতে পারে না। কেননা তার পক্ষে কখনোই কোনো ঘণ্য এবং অবমাননাকর কর্ম সম্পাদন করা সম্ভব নয়। ওই ব্যক্তিকে প্রকৃত সৎ ও জ্ঞানী হওয়ায় তার জীবনের সমস্ত ক্ষেত্রেই (চিন্তা, আদান-প্রদান, সিদ্ধান্ত, কাজ-এ) শুভ-র অভিব্যক্তি ঘটে, যেমনটা কোনো শ্রেষ্ঠ শিল্পী তার শিল্পকলার মাধ্যমে প্রকাশ করে থাকেন।

একজন শুভ বুদ্ধি সম্পন্ন মানুষ তিনি অত্যন্ত নিপুণভাবে তার কার্য সম্পাদন করে থাকেন। তার আত্মার ক্রিয়াকলাপে সদগুণ চর্চার মাধ্যমেই এটি সম্ভব হয়। যদি একাধিক সদগুণ থেকে থাকে তবে তাদের মধ্যে শ্রেষ্ঠ এবং স্বয়ংসম্পূর্ণ সদগুণ চর্চার মাধ্যমেই মানবীয় শুভত্বের প্রকাশ হয়ে থাকে। অ্যারিস্টটলের মতে কিছু সদগুণ বৌদ্ধিক এবং কিছু নৈতিক হয়ে থাকে। দার্শনিক জ্ঞান (Philosophic Wisdom), বিচারবোধ (Understanding) এবং বাস্তব জ্ঞান (Practical Wisdom) ইত্যাদি বৌদ্ধিক সদগুণ। অন্যদিকে উদারতা (liberality) এবং মিতাচার (temperance) নৈতিক সৎগুণের অন্তর্ভুক্ত। কোনো ব্যক্তির চরিত্র সম্পর্কে বলতে গেলে তার জ্ঞান বা বোধশক্তির তুলনায় সু-স্বভাব বা মিতাচারকেই প্রাধান্য দেওয়া হয়। বৌদ্ধিক সদগুণের উৎপত্তি ও বিকাশের জন্য শিক্ষণের প্রয়োজন হয়। তাই এক্ষেত্রে সময় এবং অভিজ্ঞতার প্রয়োজন হয়। অন্যদিকে নৈতিক সদগুণ নিরন্তর অভ্যাসের মাধ্যমেই অর্জন করা সম্ভব; এটি প্রকৃতিগতভাবে আমাদের মধ্যে উদ্ভিত হয় না। কেননা যেটি প্রকৃতিগতভাবে অস্তিত্বশীল হয় তার অভ্যাসের প্রয়োজন হয় না, আর তার

বিরুদ্ধ গিয়ে বিপরীত কোনো অভ্যাস করাও অসম্ভব। যেমন কোন পাথরখন্ড যদি প্রকৃতিগতভাবেই নিম্ন দিকে চালিত হয় সেটাকে বারংবার অভ্যাসের মাধ্যমেও উর্ধ্ব দিকে চালিত করা সম্ভব হয় না।

অ্যারিস্টটল তিন প্রকার নৈতিক অবস্থাকে এড়িয়ে যাওয়ার কথা বলেছেন- অসৎ অভ্যাস (vice), অসংযম (incontinence), পশুত্ব বা পাশবিকতা (brutishness)। এগুলি সদগুণ এবং সংযমের বিপরীত। পশুর ক্ষেত্রে যেমন সদগুণ বা অসদগুণ কোনোটাই প্রযোজ্য নয় তেমনি ঈশ্বরের ক্ষেত্রেও সদ বা অসদগুণ কোনোটাই প্রযোজ্য নয়। ঈশ্বর সদগুণের উর্ধ্ব আর পশুর চারিত্রিক অবস্থা অ-সংযমের থেকে ভিন্ন প্রকারের হয়ে থাকে।

অ্যারিস্টটল-এর মতে সুখ একটি পরিপূর্ণ বিষয়। কোন বস্তুর প্রত্যক্ষ দর্শন যেমন যেকোনো সময়েই পূর্ণ, সুখও তেমন পূর্ণ। এমন হওয়া সম্ভব নয় যে সুখের সময়কাল দীর্ঘ হলে তবে সুখের আকার পূর্ণতা লাভ করবে। সুখ কোন গতিবিধি নয় - এটি একটি অনুভূত অবস্থা। যেকোনো গতিবিধি অসম্পূর্ণ এবং সেগুলি নানা প্রকার। সুখ এর আকার হল— তা সমগ্র এবং পূর্ণ। প্রতিটি ইন্দ্রিয়ের ক্ষেত্রে, তার নিরিখে সর্বোত্তম বিষয়ের সঙ্গে সম্বন্ধ রচিত হলে, সেই ইন্দ্রিয়ের গতিবিধি পূর্ণ এবং সুখস্বরূপ হয়। চিন্তন মনন এবং পরিতৃপ্তির ক্ষেত্রে সবথেকে পূর্ণ অবস্থা হল সুখ। সুখ যদিও গতিবিধিগুলির সমাপ্তি ঘটায় কিন্তু তা অন্তর্নিহিত অর্থে নয়। যতক্ষণ পর্যন্ত আমাদের বোধগম্য অথবা সংবেদ্য বিষয়সকল উপস্থিত থাকে এবং প্রভেদকারী বা মননশীল বৃত্তিগুলি আদর্শ রূপে স্থিত হয়, ততক্ষণ তাদের গতিবিধি অবশ্যই সুখের সঙ্গে সম্পর্কিত থাকে। যেহেতু মানুষের কোনো কার্যকলাপই পূর্ণ ধারাবাহিক বিষয়ক নয় তাই সুখও ধারাবাহিক নয়। সুখ আমাদের কাজকর্ম বা গতিবিধির সহগামী হয়- একই বিষয়

কখনো সুখকর কখনো নয়, কখনো উদ্দীপনার উৎস, আবার কখনো নিরুৎসাহের বিষয়। যখন কোনো কিছু নতুন থাকে তখন আমরা খুশী হই কিন্তু তা পুরনো হয়ে গেলে সেই সুখ অনেক কমে যায়। একথা মনে রাখা প্রয়োজন যে সুখ ও জীবন পরস্পর সম্পৃক্ত কারণ গতিময়তা (জীবন) ব্যতীত সুখ উৎপন্ন হয় না আবার যেকোনো গতিবিধি/ক্রিয়া তার অনুসঙ্গী কোনো সুখে এসে সমাপ্ত হয় তথা পূর্ণ হয়। যে ব্যক্তি যে বিদ্যা বা বিষয় নিয়ে সুখের সঙ্গে মনন ক্রিয়ায় যুক্ত হন সেই ব্যক্তি দ্বারা কৃত কর্মের মাধ্যমে বিদ্যা বা বিষয়টির অগ্রগতি/উন্নতি ঘটে। শুভ এবং অশুভ-র নিরিখে মানুষের ক্রিয়ার গুণগত ভেদ দেখা যায় এবং কোনও কোনও কাজ নির্বাচনের/সম্পাদনের উপযুক্ত হয়, কোনও কোনও কাজ অযোগ্য হয়, আর কিছু উপেক্ষণীয় হয়। কর্মের ভিন্নতার সঙ্গে সঙ্গে সুখেরও ভিন্নতা দেখা যায়। দর্শন ক্রিয়া যেমন শ্রবণ, স্রাণ ও ত্বাচ প্রত্যক্ষের তুলনায় উচ্চস্তরীয়, তাদের সঙ্গে সম্পৃক্ত সুখের মধ্যে এই স্তরভেদ লক্ষ্য করা যায়। আবার যখন আমরা একই সঙ্গে দুটিকর্মে যুক্ত থাকি তখন সেই দুটি কর্মের মধ্যে যেটি বেশি সুখদায়ক সেটি অপরটিকে স্থগিত করে বা সমাপ্ত করে। যেমন যুক্তি-চর্চা চলাকালীন বাঁশির আওয়াজ আমাদের মনোযোগকে আকৃষ্ট করে এবং যুক্তি-চর্চা থেকে বিরত করে।

আমাদের কর্মকাণ্ডগুলিও ভিন্ন ভিন্ন হয়ে থাকে ভালোত্ব বা মন্দত্বের বিচারে। তার মধ্যে কিছু নির্বাচনযোগ্য, কিছু বর্জনীয় আর কিছু নিরপেক্ষ। সুখের ক্ষেত্রেও এমনটি হয়ে থাকে। প্রতিটি ক্রিয়াকর্মের সঙ্গে যথোপযুক্ত সুখ যুক্ত আছে। যথোপযুক্ত ভালো কর্মের সঙ্গে যে সুখ যুক্ত তা শুভ; আবার অযোগ্য বা মূল্যহীন কর্মকাণ্ডের সঙ্গে যে সুখ যুক্ত তা অশুভ। কোন প্রকার সুখ মানুষের জন্য যথাযথ- এ প্রসঙ্গে অ্যারিস্টটল বলেন, যদি মানদণ্ডের কথা

বলতে হয় তবে যিনি সদগুণী ব্যক্তি এবং প্রজ্ঞাবান তিনি যে বিষয়কে সুখদায়ক বলে মনে করবেন সেটাই আসলে শুভ সর্বোচ্চ সুখী ব্যক্তির এক বা একাধিক কার্যকলাপ থাকতে পারে এবং তদনুসারে তিনি যে সুখ প্রাপ্ত হন তা যথাযথ। আর বাকিরা যে সুখ উপভোগ করেন তা গৌণ। মানুষের ক্ষেত্রে যুক্তি বা প্রজ্ঞা অনুসারী জীবনকে তিনি সর্বশ্রেষ্ঠ ও সর্বাধিক সুখদায়ক বলে মনে করেন। মানুষকে মানুষ রূপে গড়ে ওঠার ক্ষেত্রে প্রজ্ঞাই অন্য সকল কিছুর থেকে অধিক গুরুত্বপূর্ণ। আর এই জীবন হল সর্বোচ্চ সুখী বা আনন্দময় জীবন। অন্যান্য সদগুণ অনুসারী জীবন-ও সুখী হতে পারে তবে তা গৌণ মাত্রায়।

চতুর্থ অধ্যায়ে এপিকিউরাসের সুখ বিষয়ক ধারণার স্বরূপ বিশ্লেষণের প্রয়াস করা হয়েছে। এপিকিউরাস (341-270 B.C.) ছিলেন খ্রিস্টপূর্ব তৃতীয় শতাব্দীর গ্রীক দার্শনিক। তিনি দৈহিক ও মানসিক ব্যথা-বেদনামুক্ত অবস্থাকে ব্যক্তির সর্বোচ্চ আনন্দময় অবস্থা রূপে গণ্য করেছেন। এমন অবস্থা প্রাপ্ত হওয়াই জীবনের মূল লক্ষ্য বলে তিনি মনে করেন। তিনি দু-প্রকার সুখের উল্লেখ করেছেন- *katastematic pleasure* এবং *kinetic pleasure*। দৈহিক ও মানসিক ব্যথা-বেদনামুক্ত অবস্থা হল *katastematic pleasure*। ব্যক্তির স্বাভাবিক চাহিদা, কামনা-বাসনা পরিপূরণের সঙ্গে সম্পর্কিত হল *kinetic pleasure*, যেমন খাদ্য গ্রহণ, তৃষ্ণা নিবারণ ইত্যাদি। *katastematic pleasure* গঠিত হয় ব্যক্তির শরীরের তৃপ্ত অবস্থার মাধ্যমে, অর্থাৎ এটি কামনা-বাসনা মুক্ত অবস্থা। যখন কোনো ব্যক্তির খাদ্যগ্রহণ সমাপ্ত হয়েছে অর্থাৎ ক্ষুধার বেদনা নিরসন হয়েছে এবং সেই ঘাটতি পূরণ হয়েছে, তখন ঐ অবস্থাকে *katastematic pleasure* বলা যায়। আর খাদ্য গ্রহণ প্রক্রিয়া, যা একপ্রকার ক্রিয়া বা চলমানতা, তাকে বলা হয় *kinetic pleasure*।

এপিকিউরাস বলেন, এক বিশেষ পদ্ধতিতে আমাদের মন বিশ্বাস ও কামনা-বাসনা দ্বারা অনুপ্রাণিত হয়ে সুখ নির্বাচন করে। তিনি কামনা-বাসনাকে তিনটি শ্রেণীতে বিভক্ত করেছেন—

- ১) প্রাকৃতিক এবং অত্যাবশ্যিক
- ২) প্রাকৃতিক কিন্তু (অত্যাবশ্যিক নয়) অনাবশ্যিক
- ৩) অপ্রাকৃতিক এবং অনাবশ্যিক।

প্রাকৃতিক এবং অত্যাবশ্যিক কামনাগুলি পূরণের মাধ্যমে আমরা বেদনা মুক্ত অবস্থায় পৌঁছই। এই কামনাগুলি পূরণ না হলে আমাদের পক্ষে সুস্থ এবং সুখী হওয়া সম্ভব হয় না। এমনকি আমাদের জীবিত থাকার জন্য এগুলির তৃপ্তি সাধন প্রয়োজন। যেমন-খাদ্য, পানীয়, আশ্রয় এবং মানুষ বা অন্যান্য প্রাণী দ্বারা আঘাত প্রাপ্ত হওয়া থেকে সুরক্ষা আমাদের বিশেষ প্রয়োজন হয়। আর এক্ষেত্রে তিনি মনে করেন ব্যক্তির এই মৌলিক প্রয়োজনগুলি পরিপূরণ আদৌ অসাধ্য বিষয় নয়।

আবার কিছু প্রাকৃতিক কামনা আছে যা পূরণ না হলেও আমাদের তেমন কোনো ব্যথা-বেদনা অনুভূত হয় না। সেগুলিকে অনাবশ্যিক কামনা বলেছেন। যেমন- সুস্বাদু অথচ ব্যয়সাপেক্ষ খাবার গ্রহণের ইচ্ছা।

অপ্রাকৃতিক এবং অনাবশ্যিক কামনার উদাহরণ দিয়ে বলেন— সম্মান প্রাপ্তির বা পুরস্কার প্রাপ্তির আকাঙ্ক্ষা হল অপ্রাকৃতিক এবং অনাবশ্যিক কামনা। এই ইচ্ছা বা কামনাগুলি ব্যক্তির স্বয়ংসম্পূর্ণতাকে সীমিত করে এবং এক্ষেত্রে অসুখী হওয়ার সম্ভাবনা অনেক বেশি থাকে। এই কামনাগুলির পরিপূরণ করার জন্য ব্যক্তির অতিরিক্ত বিচল হওয়াকে তিনি নিষেধ করেছেন। কারণ এগুলি অনেক সময় সুখ প্রদানের পরিবর্তে ব্যক্তিকে অনাবশ্যিক উদ্বেগের সম্মুখীন করে। এ প্রসঙ্গে তিনি বলেন আমাদের স্বাভাবিক জীবনযাপন দ্বিধাহীনভাবে আমাদের

আবশ্যিক কর্তব্য পালনে সহায়তা করে এবং সময়ের অপব্যয় না করে সুখী জীবন প্রদান করে।

এপিকিউরাস চারটি মূল মন্ত্রের কথা তাঁর তত্ত্বে উল্লেখ করেছেন এবং তা পালনে অনুগামীদের উপদেশ দিতেন। জীবন, মৃত্যু, সুখ, দুঃখ এবং ঈশ্বর সম্বন্ধে তাঁর মূল বক্তব্য অর্থাৎ চারটি মন্ত্র (*tetrapharmakos*) অবশ্যই উল্লেখ্য।

১) ‘ঈশ্বরকে ভয় না পাওয়া’ - এপিকিউরাসের মতে ঈশ্বর যদি থেকে থাকেন, মানুষের কোনো ব্যাপারে তাঁর আগ্রহ নেই। তিনি পরিপূর্ণ এবং আনন্দময় সত্তা, তাই আমাদের জীবনে হস্তক্ষেপ করার অভিপ্রায় তাঁর থাকে না। সুতরাং, ঈশ্বরের শাস্তি বা হস্তক্ষেপের ভয়ে ভীত হয়ে বাঁচার প্রয়োজন নেই।

২) ‘মৃত্যু সম্বন্ধে অযথা চিন্তা না করা’ - মৃত্যু আমাদের কাছে কোনো কিছুই নয় কারণ সমস্ত শুভ এবং অশুভ কিছু আমরা ইন্দ্রিয় অনুভূতি দ্বারাই বুঝে থাকি। আর দেহত্যাগ হলে আমাদের ইন্দ্রিয়ানুভূতি লাভ সম্ভব হয় না। আর যার অনুভূতি সম্ভব নয় তা আমাদের কাছে কিছুই নয়।

৩) ‘যা শুভ বা ভালো তা সহজেই লাভ করা সম্ভব’ - প্রকৃত সুখ পাওয়ার জন্য আমাদের সীমিত চাহিদাগুলো পূরণ করাই যথেষ্ট। খাদ্য, আশ্রয়, এবং বন্ধুর সান্নিধ্যই সুখী জীবনের জন্য প্রধান প্রয়োজন। বিলাসিতা এবং অতিরিক্ত চাহিদা দুশ্চিন্তার বুকি বাড়ায়।

৪) ‘যা অশুভ বা ভয়ানক তাকে সহন করা সহজ - শারীরিক বা মানসিক যন্ত্রণা সাধারণত অস্থায়ী এবং সহনীয় হয়। যদি যন্ত্রণা দীর্ঘস্থায়ী হয়, তাও তা সহ্য করার মতো উপায় আছে। সুখের স্মৃতি এবং মানসিক শক্তি এটি মোকাবিলা করতে সহায়তা করে।

যদি এই চারটি নীতি অনুসরণে জীবনযাপন করা সম্ভব হয় তাহলে ব্যক্তি আনন্দময় অবস্থা লাভ করতে সক্ষম হবে বলে তিনি মনে করেন।

ডায়োজেনেস (Diogenes Laertius-3rd century C.E.) এপিকিউরিয়ান দর্শনের চারটি মূল ধারণার কথা উল্লেখ করেছেন। প্রথমত, katastematic pleasure ও kinetic pleasure; দ্বিতীয়তঃ, মানসিক সুখ-দুঃখ দৈহিক সুখ-দুঃখের তুলনায় অধিক ক্ষমতা সম্পন্ন; তৃতীয়তঃ, সুখলাভ করাই সকল প্রাণীর মূল উদ্দেশ্য এবং তা জীবের স্বাভাবিক প্রবৃত্তির মাধ্যমেই আহরিত হবে এবং চতুর্থত, নৈতিকতা বা নৈতিক সদগুণ (virtue) আমাদের সুখ লাভে সহায়তা করে থাকে বলেই আমরা তা অনুশীলন করি। অর্থাৎ সদগুণ হল সেই চরম লক্ষ্যে পৌঁছানোর উপায়। যেমন আমরা ঔষধ সেবন করি স্বাস্থ্য বজায় রাখার উদ্দেশ্যে, তেমনই সদগুণ চর্চা করি আনন্দলাভের উদ্দেশ্যে। তবে এই নৈতিক সদগুণকে আনন্দ থেকে কোনো ভাবেই পৃথক করা যায় না।

এপিকিউরাস মনে করেন কেবলমাত্র জ্ঞান লাভের উদ্দেশ্যে দর্শন চর্চা আবশ্যিক নয়, দৈহিক ও মানসিক শান্তি রক্ষার্থে তা চর্চা করা প্রয়োজন। দর্শন আমাদের দুটি ঈশ্বর-এ ভয় এবং মৃত্যু ভয় থেকে মুক্তি পেতে সাহায্য করে। সুখী জীবনের জন্য সদগুণাবলী (virtue) এবং সুখ-এর মধ্যে কোনো একটিকে বাদ দেওয়া সম্ভব নয়। উভয়ের অবিচ্ছেদ্যতার মাধ্যমেই সুখী জীবন লাভ সম্ভব।

শেষ অধ্যায়ে (সিদ্ধান্ত) অ্যারিস্টিপাস, প্লেটো, অ্যারিস্টটল এবং এপিকিউরাস – এই বিশিষ্ট চারজন দার্শনিকের সুখ সম্বন্ধীয় মতগুলির ভিত্তিতে তাঁদের প্রধান সিদ্ধান্তগুলির বিশ্লেষণপূর্বক এক প্রকার সমন্বয় সাধনের চেষ্টা করা হয়েছে। এরপর এই মতগুলির দার্শনিক

মূল্যায়ন এবং বর্তমানকালে মানুষের জীবনে এই প্রকার সিদ্ধান্তগুলির প্রাসঙ্গিকতা বিচার করা হয়েছে।

গ্রীক দার্শনিক তথা সুখবাদের প্রবক্তা অ্যারিস্টিপাস সুখ লাভ ও সুখী জীবনের জন্য তাঁর অনুগামীদের কতগুলি বিষয়কে গুরুত্বপূর্ণ রূপে বিবেচনার কথা বলেছেন, তার মধ্যে উল্লেখ্য হল- আত্মনিয়ন্ত্রণ, দূরদর্শিতা, মাত্রাবোধ, স্বাধীনতা, স্বশাসন, ব্যবহারিক প্রজ্ঞা, সহানুভূতি, অভিযোজন যোগ্যতা, ধন-সম্পদ, শরীর চর্চা ও মনস্তাত্ত্বিক সুস্থতা/কল্যাণ। যেহেতু সুখ লাভ করাকে তিনি জীবনের মূল লক্ষ্য রূপে গণ্য করেছেন তাই এই সকল বিষয়কে তিনি সুখ লাভের সহায়ক সদগুণ বলে আখ্যায়িত করেছেন। অপরদিকে প্লেটোর দর্শনে আমরা যেসকল সদগুণের আলোচনা পেয়ে থাকি তার মধ্যে উল্লেখযোগ্য হল - প্রজ্ঞা, ন্যায়/ন্যায়বিচার, সাহস, আত্মনিয়ন্ত্রণ, মাত্রাবোধ বা আধিক্যহীনতা (moderation), ইত্যাদি। একইরকমভাবে অ্যারিস্টটল তাঁর *নিকোমেকিয়ান এথিক্স* গ্রন্থে সদগুণের দুটি বিভাগ করেছেন - বৌদ্ধিক সদগুণ এবং নৈতিক সদগুণ। দার্শনিক জ্ঞান, বিচারবোধ, এবং বাস্তব জ্ঞান ইত্যাদি বৌদ্ধিক সদগুণ, আর উদারতা, মিতাচার, সম (mean) নৈতিক সদগুণ। অন্যদিকে এপিকিউরাস-এর দর্শনে আমরা যেসকল সদগুণের উল্লেখ পাই তার মধ্যে অন্যতম হল- দূরদর্শিতা, মিতাচার, সাহস, ন্যায়বিচার এবং সেই সঙ্গে তিনি বন্ধুত্বকে সুখী জীবন লাভের ক্ষেত্রে বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ উপাদান রূপে গণ্য করেছেন।

কিভাবে শুভ জীবন লাভ করা যাবে এবং কোন কাজগুলিকে সদগুণসম্পন্ন বলে বিবেচনা করা হবে, সে বিষয়ে এই নীতিবীদগণের মধ্যে সম্পূর্ণ মিল বা ঐক্যমত নেই। তবে প্রায়

সকলেই কিছু সাধারণ সদগুণের উল্লেখ করেছেন যেমন- ন্যায়/ন্যায্যতা/সাম্য, মাত্রাজ্ঞান/ভারসাম্য/সম বা গড়, আত্মনিয়ন্ত্রণ/সংযম, সাহস ইত্যাদি।

সদগুণ বিষয়ে চার জন দার্শনিকেরই নিজস্ব বক্তব্য আছে। তাঁরা প্রত্যেকেই এক বা একাধিক সদগুণের উল্লেখ করেছেন এবং সুখের সঙ্গে সদগুণের সম্বন্ধ স্বীকার করেছেন। যেমন- অ্যারিস্টটল তাঁর যে নৈতিক সদগুণ mean-এর মাধ্যমে আনন্দময় অবস্থায় পৌঁছানোর কথা বলেছেন। তেমনই অ্যারিস্টিপাস তাঁর দর্শনে সংযম বা আত্ম-নিয়ন্ত্রণকে সদগুণ বলে উল্লেখ করেছেন। বর্তমান সুখকে তিনি সর্বোচ্চ গুরুত্ব দিলেও বর্তমানে অনুপস্থিত কোনও বিষয়ের জন্য বিচলিত বা উদ্বিগ্ন না হওয়ার নির্দেশ দিয়েছেন। প্লেটোর দর্শনে ন্যায়পরায়ণ ব্যক্তিকে প্রকৃত সুখী ব্যক্তি বলে উল্লেখ করা হয়েছে। অর্থাৎ তিনি ন্যায়ের সঙ্গে সুখের একটা সম্বন্ধ স্থাপন করেছেন। সমাজে প্রত্যেক ব্যক্তি যদি ন্যায় পথ অবলম্বন করে তবে একটা সুন্দর সমাজ গড়ে ওঠা সম্ভব হয়।

এপিকিউরাস সদগুণকে সুখী জীবন লাভের উপায় বলে মনে করেন। তাঁর দর্শনের অন্যতম বৈশিষ্ট্য হল, তিনি ভয় থেকে মুক্তি পাওয়াকে বিশেষ গুরুত্ব দিয়েছেন এবং এই ভয় থেকে মুক্তির জন্য নানা উপায়ের কথা বলেছেন। ব্যক্তির সুখী জীবনের প্রতিবন্ধক হল তার ভয়। সুখী জীবনের জন্য ব্যক্তির মানসিক সুস্থতা বিশেষভাবে প্রয়োজন তা আমরা এপিকিউরাস এর দর্শনে পাই। আজকের যুগে দাঁড়িয়ে নৈতিকতায় প্রাসঙ্গিকতার কথা বলতে গেলে মানসিক স্বাস্থ্যকে কখনোই এড়িয়ে যাওয়া যায় না। আমাদের ভাবনা চিন্তা বা কর্মের মধ্যে যে সংকীর্ণতা আমরা লক্ষ্য করি সেক্ষেত্রে মানসিক পরিবর্তন বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ। ব্যক্তি যদি নিজেই মানসিকভাবে সুস্থ না থাকে তবে তার পক্ষে অন্যকে বোঝা বা অন্যের কথা

ভাবাটাও সম্ভব হয়ে ওঠে না। ব্যক্তির যেমন নিজে ভালো থাকা প্রয়োজন, তেমনই অপরকে বোঝা বা অপরের কথা ভাবা, অপরের সঙ্গে মিলেমিশে থেকে কাজ করা কাম্য। এই সমস্ত কিছুর জন্য ব্যক্তির মানসিক ভাবে সুস্থ থাকা বিশেষভাবে প্রয়োজন। আর যখন আমরা স্বাধীন বা মুক্ত মনে চিন্তা করতে পারি তখনই আমাদের দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন আনা সম্ভব হতে পারে এবং ভাবনার মধ্যেও শুভ বিষয়ের উদ্রেক হতে পারে যেমনটা অ্যারিস্টটল বলেছেন – যিনি যত বেশি মননে সক্ষম তিনি তত বেশি সুখী। অর্থাৎ শুভ জীবন লাভের ক্ষেত্রে যে সকল বিষয়কে গুরুত্ব সহকারে বিশ্লেষণ করা হয়েছে, তার মধ্যে যেগুলি আজকের যুগে নৈতিকতার পরিধিতে বিশেষ স্থান পেতে পারে সেই গুণগুলি হল – আত্মনিয়ন্ত্রণ, সংযম, স্বাধীনতা, ভয় থেকে মুক্তি/সাহস, ন্যায়, সম (mean), বন্ধুত্ব, মানসিক স্বাস্থ্য, শিক্ষা, বুদ্ধিমত্তা ও নৈতিক আবেগ।

নৈতিক শুভ কাজ করার প্রেরণা সদগুণের মাধ্যমেই আসা সম্ভব। ব্যক্তি যদি সদগুণ চর্চা করেন এবং সং ও ন্যায়পরায়ণ হন তবেই তার মধ্যে ভালো কাজ করার প্রেরণা তৈরি হতে পারে, কাজেই নৈতিকতার তথা শুভ জীবনের খাতিরে সদগুণের অনুশীলন করা বিশেষভাবে জরুরী।

পরিশেষে এপিকিউরাস-এর মত অনুসরণ করে বলা যায়, প্রশান্তি ও আনন্দ সন্ধানের সঙ্গে সঙ্গে আমাদের চিন্তার পুনর্গঠন, ভয়ের মোকাবিলা এবং নতুন দৃষ্টিভঙ্গি তৈরি করা আবশ্যিক। জাগ্রত বা স্বপ্নাবস্থায় বিক্ষুব্ধ/অশান্ত হওয়া থেকে বিরত থাকার জন্য আমাদের প্রত্যেককে প্রস্তুত হতে হবে। দুঃখ সম্পূর্ণরূপে পরিহার করা না গেলেও তাকে সহনীয় করে তোলা সম্ভব বলে উনি দাবি করেন। শারীরিক বেদনার মধ্যেও সুখ অনুভব করার প্রচেষ্টা

করা সম্ভব- এই আশ্বাস তিনি দিয়েছেন। তাঁর নীতি ভাবনায় সুখ ও শুভ জীবনের সঙ্গে সদগুণের গভীর সম্বন্ধ রচনা করে এমন একটি আদর্শ যাপনের ইঙ্গিত দিয়েছেন, যা বর্তমান প্রেক্ষাপটে আমাদের জীবন দর্শন হয়ে উঠতে পারে। তাঁর দর্শনে জীবনকে সুখী ও চিন্তামুক্ত করার উপায়রূপে যে চারটি মূল মন্ত্রের (*tetrapharmakos*) উল্লেখ করা হয়েছে, তা আজকের যুগেও বিশেষভাবে প্রাসঙ্গিক।

গ্রন্থপঞ্জি

- Annas, Julia. *An Introduction to Plato's Republic*. Oxford University Press, 1981.
- Aristotle. *The Nicomachean Ethics*. Translated by David Ross, Oxford University Press, 2009.
- Baldry, H. C. *The Unity of Mankind in Greek Thought*. Cambridge University Press, 1965.
- Barclay, William. "Hellenistic Thought in New Testament Times." *Expository Times*, Sage Publishing, 1960, p. 29. <https://doi.org/10.1177/001452466007200106>.
- Bergsma, Ad, et al. "Happiness in the Garden of Epicurus." *Journal of Happiness Studies*, Vol. 9, No. 3, 2007, pp. 397–423. *Crossref*, doi:10.1007/s10902-006-9036-z.
- Cicero, Marcus Tullius. *Cicero: On Moral Ends*. Edited by Julia Annas, Cambridge University Press, 2001.
- Davidson, Donald. *Plato's Philebus (RLE: Plato)*. Routledge, 2012.
- Dimitriadis, Haris. *Epicurus And The Pleasant Life: A Philosophy of Nature*. 1st ed., Haris Dimitriadis, 2017.
- Edel, A. *Aristotle and his Philosophy*. University of North Carolina Press, 1982.
- Epicurus. *The Epicurus Reader: Selected Writings and Testimonia*. Translated and edited by Brad Inwood and Lloyd P. Gerson, Hackett Publishing Company, 1994.
- Epicurus. *The Essential Epicurus: Letters, Principal Doctrines, Vatican Sayings, and Fragments*. Translated with an introduction by Eugene O'Connor, Great Books in Philosophy, 1993.
- Goodell, T. D. "Plato's Hedonism." *The American Journal of Philology*, Vol. 42, No. 1, 1921, pp. 25-39. <https://doi.org/10.2307/289396>.
- Gosling, J. C. B., & C. C. W. Taylor. *The Greeks on Pleasure*. Oxford University Press, 1982.
- Irwin, T. H. "Aristippus Against Happiness." *The Monist*, Vol. 74, No. 1, 1991, pp. 55–82. <https://doi.org/10.5840/monist19917412>.
- Konstan, David. "Epicurean Happiness: A Pig's Life?" *Journal of Ancient Philosophy*, Vol. 6, No. 1, 2012, pp. 1–24, <https://doi.org/10.11606/issn.1981-9471.v6i1p1-22>.
- Laertius Diogenes: *Lives of Eminent Philosophers*. Vol. 2, Translated by R. D. Hicks, Harvard University Press, 1925.

- Laertius, Diogenes. *Lives of the Eminent Philosophers: Compact Edition*. Edited by James Miller, Oxford University Press, 2020.
- Lampe, Kurt. *The Birth of Hedonism: The Cyrenaic Philosophers and Pleasure as a Way of Life*. Princeton University Press, 2015.
- Nikolsky, Boris. "Epicurus On Pleasure." *Phronesis*, Vol. 46, No. 4, 2001, pp. 440–65. *Crossref*, doi:10.1163/156852801753736490.
- O’Keefe, Tim. "The Cyrenaics on Pleasure, Happiness, and Future-Concern." *Ancient Philosophy*, Vol. 47, No. 4, 2002, pp. 395–416.
- Plato. *Plato’s Examination of Pleasure: A Translation of the Philebus, with Introduction and Commentary*. Translated by R. Hackforth, Cambridge University Press, 1945.
- Plato. *Protagoras*. Translated with notes by C. C. W. Taylor, Clarendon Press, 2002.
- Plato. *The Republic of Plato*. Translated by B. Jowett, 3rd ed., revised and corrected, Oxford Clarendon Press, 1888.
- Polansky, Ronald. *Cambridge Companion to Aristotle’s Nicomachean Ethics*. Cambridge University Press, 2014.
- Russell, Daniel. *Plato on Pleasure and the Good Life*. Oxford University Press, 2005.
- Sedley, David N. "Epicurean versus Cyrenaic Happiness." *On the Psyche: Studies in Literature, Health, and Psychology*, edited by R. Seaford, J. Wilkins, and M. Wright, Oxford University Press, 2015.
- Tsouna, V. *The Epistemology of the Cyrenaic School*. Cambridge University Press, 1998.
- Tsouna, Voula. "Epicureanism and Hedonism." *Cambridge University Press eBooks*, 2017, pp. 57-74. <https://doi.org/10.1017/9781139519267.006>.
- Warren, James. "Epicurus and the Pleasures of the Future." *Oxford studies in ancient philosophy*, 2001, pp. 135–79. <https://doi.org/10.1093/oso/9780199248780.003.0005>.
- Xenophon. *Memorabilia*. Translated and annotated by Amy L. Bonnette, Cornell University Press, 1994.
- Zilioli, Ugo. *The Cyrenaics*. Routledge, 2014.