



**বুলেটিন / শুক্রবার / এপ্রিল ১০, ২০২২**

আপনি কি পড়তে ভালোবাসেন, কিন্তু জীবনের ব্যস্ততার কারণে আপনার পড়ার সময় নাই।

এই বাস্তবতাকে সামনে রেখে আমাদের এই ই-মেইল সিরিজ 'পাঁচ মিনিটের পড়া'।

**'পাঁচ মিনিটের পড়া' ই-মেইলের উদ্দেশ্যঃ**

- বিভিন্ন আন্তর্জাতিক ইসলামী লেখকের সাথে পরিচয় করানো।
- ব্যস্ততাকে সামনে রেখে বিভিন্ন পুস্তক ও প্রবন্ধ থেকে চুপক কিছু অংশ সদস্যদের কাছে নিয়মিত পাঠানো যা পড়তে পাঁচ মিনিটের বেশী সময় লাগবে না।
- এর মাধ্যমে, ইনশাল্লাহ, আপনি পরিচিত হবেন নতুন লেখক, তাদের বই ও লেখার সূত্রগুলোর সাথে।

**'পাঁচ মিনিটের পড়া' এই ইমেইলগুলো আশাকরি সকলের ভাল লাগবে।**

**আমাদের সাথে থাকুন!**

**ইমেইলগুলো ভাল লাগলে আপনার পরিচিতদের কাছে পাঠান এবং "পাঁচ মিনিটের পড়া" ই-মেইল গ্রুপে 'সাইন-আপ' করতে উৎসাহিত করুন।**

**'সাইন-আপ' ফরমের লিংকঃ**

**<https://conta.cc/3L8sV0k>**

*Probash-e-Publication / Sundorjibon.net*

*ভাবানুবাদঃ ফাতেমা বিনতে আযাদ / সার্বিক সম্পাদনায়ঃ মাসুদ আলী*



## উপকারী এবং যুক্তিপূর্ণ জ্ঞান

“তারা শুধু পৃথিবীর উপরি ভাগ সম্পর্কে জানে, কিন্তু

ভবিষ্যত জীবনের চরম বাস্তবতা সম্পর্কে তারা অবগত নয়।”

আল-রুম/ আয়াত ৭

উপরের আয়াতটি “জ্ঞানের” দুই অপরিহার্য পার্থক্য তুলে ধরেছে - কেউ জ্ঞানকে শুধুমাত্র সংবেদনশীল তথ্য এবং অভিজ্ঞতার মধ্যে সীমাবদ্ধ রাখে, আবার কেউ জ্ঞান চর্চার ক্ষেত্রে যুক্তি ও শিল্পের পাশাপাশি দর্শন ও ধর্মের ভূমিকা রাখতে উচ্চতর বুদ্ধি চর্চার জন্য নিজেদের দুয়ার খোলা রাখে।

অন্তর্দৃষ্টি হচ্ছে বিভিন্ন ক্ষেত্রে সংবেদনশীলতাকে অনুপ্রাণিত করে। “সৃজনশীলতা” একজন প্রকৃত শিল্পীর জন্য অপরিহার্য প্রয়োজন। বর্তমানে বিজ্ঞানের আপেক্ষিকতা এবং সম্ভাবনা (relativity and potentiality) বস্তুগত জগতের অস্তিত্বকে পুরোপুরিভাবে শুষ্ক সংকীর্ণতাবাদে পরিণত করেছে। অথচ অতীতে মানুষের কল্পনা, দূরদৃষ্টি এবং কার্যকর ধারণা সবসময় বৈজ্ঞানিক অগ্রগতিকে অনুপ্রাণিত করেছে।

আধ্যাত্মিকতা মানব প্রকৃতি এবং ইতিহাসের একটি অবিচ্ছিন্ন চরিত্র, যা অপরিহার্য হিসেবে প্রমাণিত হয়েছে।

বস্তুবাদ ব্যক্তি ও সমাজের মানুষের চাহিদা ও আকাঙ্ক্ষা পূরণে ব্যর্থ হয়েছে এবং সেই সাথে ব্যক্তি এবং সমাজের উৎপাদনশীলতা স্পষ্টতই কিছু মনগড়া সামাজিক সীমাবদ্ধতা এবং ত্রুটিগুলির দ্বারা বাধাগ্রস্ত হয়েছে।

এক আল্লাহ এবং অনন্ত জীবনের উপর বিশ্বাস ব্যক্তি জীবনে এবং সমাজে ভারসাম্য এবং স্থিতিশীলতা বয়ে আনে, অন্যদিকে পার্থিব জীবনের আকাঙ্ক্ষা এবং স্বার্থপরতা ‘বেপরোয়া সাফল্য’ এবং ‘চরম ব্যর্থতার’ মাঝখানে ফেলে একজনের জীবন ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। সুতরাং বিশ্বাসই হচ্ছে উপকারী এবং যুক্তিযুক্ত।

সূত্রঃ "Concepts of the Quran" - Fathi Osman, p. 272

Probash-e-Publication / Sundorjibon.net

ভাবানুবাদঃ ফাতেমা বিনতে আযাদ/ সার্বিক সম্পাদনায়ঃ মাসুদ আলী



## রসূলের (সাঃ) উম্মত

রসূল (সাঃ) কয়েকটি কাজের উপর বিশেষভাবে গুরুত্ব দিয়েছেন এবং এটা পরিষ্কার করে বলে দিয়েছেন যে কেউ যদি এই কাজগুলো করে তাহলে সে মুসলিম সম্প্রদায়ের অন্তর্ভুক্ত নয়। সেগুলো হচ্ছে বিশ্বাসঘাতকতা, শত্রুতাপূর্ণ আচরন বা অপ্ৰীতিকর কাজ।

আরও একটি কাজ যা সর্বজনীনভাবে “প্রতারণা সে সম্পর্কে রসূল (সাঃ) বলেছেনঃ

**‘যে আমাদের সাথে প্রতারণা করলো সে আমাদের অন্তর্ভুক্ত নয়।’**[মুসলিম]

রসূল (সাঃ) আরো পরিষ্কার করেছেন যে যদি কোন ব্যক্তি বিশ্বাসীদের দলের মধ্যে থেকে কোন একজনকে অথবা ঐ বিশ্বাসীদের দলকে আঘাত করার মনোভাব রাখে তাহলে সেই ব্যক্তি ঐ মুসলমান দলের অন্তর্ভুক্ত নয়।

আবু হুরায়রা বর্ণনা করেছেন রসূল (সাঃ) বলেছেনঃ

**‘যে আমাদের বিরুদ্ধে অস্ত্র বহন করে সে আমাদের নয়।’**[বুখারী]

এটা সহজেই বোঝা যায় সেই ব্যক্তির দলের প্রতি কোন ভালবাসা নেই যে দলে থেকেও দলের ক্ষতি করতে অস্ত্র নিয়ে ঘুড়ে বেড়ায়। এমন ব্যক্তি দলের সাথে সংযুক্ত বলে নিজেও ভাবে না যদিও সে রক্তের বন্ধনে আবদ্ধ। বৃহৎ আকারে ভাবতে গেলে আমরা বুঝতে পারি যে সে মুসলমান নয়। লড়াই যদি করবে তাহলে সে কিভাবে তাদের সাথে সংযুক্ত থাকবে।

এই সমস্ত হাদিস যা কোন নির্দিষ্ট ব্যক্তিকে মুসলিম সম্প্রদায়ের বাইরে রাখে সেগুলি এমন কিছু ঘনিত বা মন্দ অভ্যাসকে নির্দেশ করে যা রসূলের (সাঃ) সাথে, তাঁর বাণীর সাথে বা আল্লাহ প্রদত্ত বিশ্বাস ও শিক্ষার সাথে যুক্ত করা যায় না।

তাই রসূল (সাঃ) সবসময় কোন বাজে অভ্যাসের জড়িত তার সম্প্রদায়ের অন্তর্ভুক্ত নয় বলে বর্ণনা করেছেন। কেবলমাত্র যা কিছু ভাল, সম্মানজনক এবং সুন্দর তাই রসূল (সাঃ) এর শিক্ষার অন্তর্ভুক্ত।

সূত্রঃ "Al-Adab al-Mufrad with Full Commentary: A Perfect Code of Manners and Morality" - Adil Salahi

# ক্ষমতার সংব্যবহার



ক্ষমতার অপব্যবহার সব দিক দিয়ে অকল্পনীয় ক্ষতিকর, সমাজে আস্থা হারানো থেকে শুরু করে কর্মক্ষেত্রে দুর্বলতা এমনকি স্বাস্থ্যেরও ক্ষতি হতে পারে। এর বিপরীতে যখন একজন তার ক্ষমতাকে ব্যবহার করে থাকে উন্নতির জন্য, তখন সে নিজে এবং যাদের উপর ক্ষমতা ব্যবহার করেছে তারাও খুশি থাকে, সুস্থাস্থ্যের অধিকারি হয় এবং আরো বেশী উৎপাদনশীল হয়।

কিভাবে আমরা আমাদের ক্ষমতার অপব্যবহারকে বন্ধ করতে পারি?

নীচে কিছু নৈতিক নীতিমালা দেওয়া হলো যেগুলো অনুসরণ করলে আশা করা যায় যে কেউ ক্ষমতার অপব্যবহার থেকে মুক্ত থাকবে।

## ১। আপনার ক্ষমতার অনুভূতির ব্যাপারে সাবধান হোন।

নিজের মধ্যে ক্ষমতার অনুভূতি একটা জীবন্ত শক্তির মতো যেটা আমাদের শরীর ও মনে ছড়িয়ে পরে আর এই তীব্র অনুভূতি আমাদেরকে অন্যদের উপর প্রভাব বিস্তার করতে উদ্বুদ্ধ করে। এই অনুভূতি আপনাকে একটি রোমাঞ্চকর পরিবর্তন আনতেও উৎসাহিত করে।

যারা তাদের এই ক্ষমতার শক্তিকে আরো কার্যকর করতে চান তারাই সফলকাম- তারা হলেন সেই চিকিৎসক যিনি কয়েক ডজন মানুষকে একদিনে সুস্থ করে তোলেন, উচ্চ-বিদ্যালয়ের সেই শিক্ষক যিনি তার ছাত্রদের একাডেমিক সাফল্যের দিকে এগিয়ে নিয়ে যান, সেই লেখক যার কথাসাহিত্যের টুকরোগুলো অন্যদের কল্পনাকে আলোড়িত করে। তারা অন্যদের প্রেরণা জোগান এবং বৃহত্তর উন্নতির দিকে এগিয়ে নিয়ে যান।

আপনি যদি এ ধরনের অনুভূতির সাথে পরিচিত থাকেন তাহলে আপনাকে কখনো এ ধরনের চিন্তা বিব্রত করতে পারবেনা যে টাকাই হচ্ছে সকল ক্ষমতা, খ্যাতি, সামাজিক মর্যদা, অথবা একটি অভিনব পদবী।

সত্যিকারের ক্ষমতা হচ্ছে ভালোকে বৃদ্ধি করা, এবং আপনার ক্ষমতার অনুভূতি আপনাকে পরিচালিত করবে যথাযথ রাস্তায় যার সাথে আপনি খাপ খাওয়াতে পারবেন।

## ২। নম্রতা অনুশীলন করুন

ক্ষমতা হচ্ছে একটি উপহার- সমাজ বদলে দেওয়ার একটি অপূর্ব সুযোগ। যে লোকেরা নম্রতার সাথে তাদের ক্ষমতা প্রয়োগ করে তারা আরও স্থায়ী শক্তি উপভোগ করে।

খুশির সংবাদ হোল, আমরা যত বেশি নম্রতার সাথে আমাদের ক্ষমতার দিকে অগ্রসর হবো, অন্যদের প্রভাবিত করতে ততবেশি শক্তিশালী হবো। নিজের কাজে নিজেই মুগ্ধ হওয়া যাবে না- নিজের কাজের

সমালোচনা করুন। অন্যের সমালোচনা গ্রহণ করুন। মনে রাখবেন যে, অন্যেরাও আপনাকে পৃথিবীতে পরিবর্তন আনতে সাহায্য করেছে, এবং আরো অনেক কাজ এখনো বাকি আছে।

### ৩। অন্যদের দিকে খেয়াল রাখুন, এবং দিন

ক্ষমতা পেয়েও সবথেকে বেশি ধৈর্যের সাথে সোজা পথে হাটা হলো উদারতা। অন্যকে প্রয়োজন অনুযায়ী সম্পদ দিন, টাকা দিন, সময়, সম্মান এবং ক্ষমতা দিন। দেওয়ার এই কাজগুলির মাধ্যমে আমরা আমাদের সামাজিক নেটওয়ার্কগুলিতে অন্যদের এগিয়ে দিতে পারি, সমাজে পরিবর্তন আনতে আমাদের নিজস্ব ক্ষমতা বৃদ্ধি করতে পারি। এই ধরনের উদারতার কাজগুলি শক্তিশালী সমাজের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। আমরা যত বেশি অন্যদের ক্ষমতাবান করবো, ভালো কাজ তত বৃদ্ধি পাবে।

### ৪। অন্যকে সম্মান দিন

আসুন, অন্যদের সম্মান করে আমরা তাদের মর্যাদাকে আরো বাড়িয়ে দেই। আমরা তাদের অবস্থান উন্নত করি। আমরা তাদের ক্ষমতাবান করি। সম্মান পাওয়ার ব্যাপারে একটি সামাজিক সমষ্টির সকল সদস্যের মৌলিক কিছু প্রাপ্য আছে যা সামাজিক সমতার একটি প্রাচীন ভিত্তি, এবং প্রতিদিন একে অপরকে সম্মান দেওয়া থেকে তা প্রকাশ পায়। সম্মান অনুশীলনের জন্য কাজ প্রয়োজন আত্মসম্মান বোধ। এবং সম্মানিত হওয়ার চাইতে বেশি মূল্যবান আর কোন পুরস্কার নেই। প্রশ্ন করুন। মনোযোগ দিয়ে শুনুন। অন্যের ব্যাপারে কৌতুহলী হোন। উচ্ছ্বাসের সাথে অভিনন্দন এবং প্রশংসা করুন। কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করুন।

### ৫। ক্ষমতাহীনতার মনস্তাত্ত্বিক প্রেক্ষাপট পরিবর্তন করুন

যে সব মানুষ অন্যদের চেয়ে নিজেকে কম শক্তিশালী মনে করে, তাদের স্বাস্থ্যের ক্ষতি হয় এবং তারা সুস্থ থাকতে পারে না, তাই তারা যদি উপরের এই চারটি তালিকাভুক্ত নীতি অনুসরণ করে তাহলে তারা ভালো থাকতে পারবে।

**আমরা এর থেকেও বেশি কিছু করতে পারি।** সমাজের অবাঞ্ছিত গরীব ব্যক্তিদের ক্ষমতাহীনতার একটা দিক বেছে নিন এবং এটা পরিবর্তন করে বিশ্বের ভালো করুন। সমাজের মধ্যে বৈষম্য এবং দারিদ্র্য দূর করা এই ধরনের কিছু কাজে এগিয়ে আসুন। নারীর অবমূল্যায়ন নিয়ে কথা বলুন, যা নারীজাতিকে অবমানিত করে। বর্ণবাদের মোকাবিলা করুন। সমাজের প্রশ্নবিদ্ধ দিগগুলোর দিকে অন্যকে আহ্বান করুন- নির্জন কারাবাস, স্কুলের অনুদান, পুলিশের বর্বরতা- যা মানুষকে অবমূল্যায়ন করে। আপনার সম্প্রদায় এবং কর্মক্ষেত্রের মধ্যে এমন সুযোগ তৈরি করুন যা অতীতের নৈতিক ভুলের কারণে যারা ক্ষমতাহীনতার শিকার হয়েছে তাদের ক্ষমতায়ন করে।

**এই ধরনের পদক্ষেপগুলি সময়ের পরিবর্তনকারী সামাজিক বিপ্লবগুলির মতো মনে নাও হতে পারে, তবে এগুলোও বিপ্লব - শান্ত বিপ্লব!**

সামাজিক কাজ করার প্রতিটি মুহূর্তে আমাদের সহানুভূতি অনুশীলন করার, দেওয়ার, কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করার এবং ঐক্যবদ্ধ হয়ে মত বিনিময়ের সুযোগ রয়েছে। এই অভ্যাসগুলি অপরিচিতজন, বন্ধু-বান্ধব, কাজের সহকর্মী, পরিবার এবং সম্প্রদায়ের সদস্যদের মধ্যে সামাজিক যোগাযোগ তৈরি করে যায়, যেখানে লোকেরা একে অপরকে সুযোগ সুবিধা দিয়ে সমাজকে ক্ষতি থেকে বাচিয়ে নেয়।

সূত্রঃ "[How to Find Your Power—and Avoid Abusing It](#)" - Dacher Keltner