ব্যস্ত জীবনে বিশ্রামের গুরুত্ব

শাব্বাথ অপরাহ্ণ

শাস্ত্রপাঠ: আদি ২:১-৩; যিরমিয় ৪৫:১-৫; দ্বিতীয় বিবরণ ৩১:১৬; মার্ক ৬:৩০-৩২; আদি ৪:১-১২।

মুখস্থপদ: "আমার প্রাণ সদাপ্রভুর প্রাঙ্গণের জন্য আকাঙ্ক্ষা করে, এমন কি, মূর্চ্ছিত হয়, আমার হৃদয় ও আমার মাংস জীবন্ত ঈশ্বরের উদ্দেশে উচ্চধ্বনি করে" (গীত ৮৪:২)।

মেরি দেয়াল ঘড়ির দিকে তাকালেন। বিশ্রামদিন শুরু হতে মাত্র দুই ঘণ্টা বাকি। পরে, মেরি হতাশ চোখে ছোট ঘরটির চারিদিকে তাকালেন। ঘরের সর্বত্র বিভিন্ন ধরণের খেলনাগুলো ছড়িয়ে ছিটিয়ে আছে। রান্না ঘরটি এলোমেলো। মেরি ও যোশের শিশু কন্যা সারাহ্ জ্বর নিয়ে বিছানায় শুয়ে আছে। আগামী দিন গির্জায় দরজায় দাঁড়িয়ে সভ্য-সভ্যাদের স্বাগতম জানানোর কাজে মেরি সম্মতি দিয়েছিলেন। সেহেতু, মেরি ও তার পরিবারকে আগামী দিন সকালে গির্জা শুরুর অন্তত ৩০ মিনিট আগে গির্জা ঘরের প্রাঙ্গণে পৌঁছাতে হবে। মেরি মনে মনে ভাবলেন, "আমি চাই, আমি যেন আগামী দিন কিছুটা সময় একান্তে কাটাতে পারি।"

একই সময়ে, শহরের অপর দিকে যোশ মুদি দোকানের সামনে লাইনে দাঁড়িয়ে আছেন। দোকানে অনেক ভীড় এবং দোকানের মূল বিক্রয় কেন্দ্র থেকে তার অবস্থান অনেক দূরে। সারিটি দীর্ঘ। সবার কেনাকাটা কেন একই সঙ্গে পড়ল? যোশ মনে মনে ভাবলেন। তিনি মনে মনে বিরক্ত হয়ে বললেন, "আমার কিছুটা বিশ্রাম দরকার। এই ভীড় ঠেলে আমি আর এগোতে পারছি না। এই জীবনে বিশেষ কিছু দরকার!"

আমাদের জীবন অত্যন্ত ব্যস্ত। ছোটাছুটি, কর্মব্যস্ততা, ভ্রমণ ও সাক্ষাৎ, ডাক্তার দেখানো, স্কাইপ ও হোয়াটস অ্যাপে আলাপচারিতা, বিদ্যালয়ে যাওয়া-আসা ও বিভিন্ন বিষয় নিয়ে আমাদের জীবন ব্যস্ত। অনেক বিষয় আমাদের আনন্দ দেয় এবং জীবনকে গুরুত্বপূর্ণ করে তোলে। একই

সঙ্গে, আমাদের সতর্ক থাকতে হবে যেন আমরা আমাদের জীবনে অপরিহার্য বিশ্রামের কথা ভুলে না যাই।

তাহলে, কিভাবে আমরা আমাদের ব্যস্ত জীবনে বিশ্রাম লাভ করতে পারি?

রবিবার **জুন ২৭**

জরাগ্রস্ত ও ক্লান্ত (আদি ২:১-৩)

এই পৃথিবীর সর্ব-যুগের ক্লান্ত-জনের সামনে ঈশ্বর কেন একটি বিশ্রামের দিন রাখছেন? উত্তরের জন্য আদি ২:১-৩ পদ পড়ুন।

বিশ্রামের বিষয়টা স্মরণে রাখতে ঈশ্বর মানুষের জন্য একটি বিশেষ দিন দিয়েছেন: বিশ্রামদিন/শাব্বাথ। এটি হচ্ছে থামার ও জীবনকে উপভোগ করার দিন। বিশ্রামদিন হচ্ছে আমাদের জন্য একটি সময় যখন আমরা ঘাসের, বাতাসের, জীবজন্তুর, প্রকৃতির, জলরাশির, ও সহমানবের উপহার উপভোগ করতে পারি। সর্বোপরি, বিশ্রামদিন হচ্ছে আমাদের জন্য একটি সময় যখন আমরা ঈশ্বরকে স্মরণ করতে পারি। তিনি হচ্ছেন সেই যিনি প্রতিটি উত্তম উপহার সৃষ্টি করলেন।

কিন্তু পরে আদম ও হবা পাপ করলেন। ঈশ্বর আদম ও হবাকে বললেন যে, তাদেরকে অবশ্যই এদন উদ্যান পরিত্যাগ করতে হবে। ঈশ্বর লোকদেরকে বিশ্রামদিনে বিশ্রাম করার যে আহ্বান করেছিলেন, সেটির মেয়াদ কি এখন ফুরিয়ে গেল? না। ঈশ্বর মানুষকে সুনিশ্চিতভাবে জানাতে চাচ্ছিলেন যে, বিশ্রামদিন চিরস্থায়ী। তাই, ঈশ্বর পৃথিবীতে প্রাণের উৎপত্তি করার সূচনালগ্নে বিশ্রামদিনকে তাদের জীবনের একটি অংশে পরিণত করেন। প্রতিটি সপ্তম দিনে বিশ্রাম করার জন্য আমাদের প্রতি ঈশ্বরের এই আহ্বান সর্বদা অখণ্ড থাকবে।

সময় বাঁচানোর সাহায্যার্থে বিজ্ঞান আমাদের অনেক পন্থা দিয়েছে। সুতরাং, আপনি হয়ত ভাবতে পারেন যে, ২০০ বছর আগের লোকদের থেকে আমরা অনেক কম ক্লান্ত হই, ঠিক? তথাপি, বর্তমানে, আমাদের অনেকের মনে হয় যে, বিশ্রামের জন্য আমাদের পর্যপ্ত সময় নেই। যখন আমরা কাজ না

করি, তখন আমরা অনেক কিছু করার জন্য এখানে সেখানে ছোটাছুটি করি। কিন্তু আমরা কতটুকু করতে পারি সেটা কোন বিষয় নয়, বরং আমরা সর্বদা মনে করি যে, আমরা পিছনে পড়ে গেছি। আরও কিছু করার রয়েছে!

গবেষণা দেখায় যে, আমরা অনেক কম ঘুমাচ্ছি। পরিতাপের বিষয় হল, সতেজ থাকার জন্য অনেকে কফি পান করে থাকে। এটা ঠিক যে, বর্তমানে আপনার দ্রুত গতির ফোন, দ্রুত গতির কম্পিউটার ও দ্রুত গতির ইন্টারনেট সংযোগ রয়েছে। তথাপিও আমাদের মনে হয় যে, সব কিছু করার জন্য আমাদের পর্যাপ্ত সময় নেই।

মার্ক ৬:৩১; গীত ৪:৮; যাত্রা ২৩:১২; দ্বিতীয় বিবরণ ৫:১৪ ও মথি ১১:২৮ পদ পড়ুন। বিশ্রাম আমাদের কেন দরকার, এ বিষয়ে পদগুলো আমাদের কি শিক্ষা দেয়?

ঈশ্বর, যিনি আমাদের সৃষ্টি করেছেন, তিনি জানতেন যে, আমাদের বিশ্রাম দরকার হবে। আমাদের কাজ থেকে বিশ্রাম নেবার জন্য ও ঘুমাবার জন্য ঈশ্বর রাত সৃষ্টি করেছেন এবং বিশ্রামদিন দিয়েছেন। আপনি কি জানতেন যে, আপনার জীবনে যীশুকে প্রভু হিসেবে গ্রহণ করার মাঝে বিশ্রামের জন্য সময় করে নেবার বিষয়টিও অন্তর্ভুক্ত রয়েছে? এটা নিয়ে ভাবুন: বিশ্রামদিন কেবল একটি উত্তম ধারণা কিংবা পরামর্শ নয়। বিশ্রামদিন হচ্ছে একটি আদেশ!

আপনার জীবন কতটা ব্যস্ত? যে-বিশ্রাম আমরা লাভ করি বলে ঈশ্বর চান, সেটা উপভোগ করার জন্য আপনি কি করতে পারেন?

সোমবার **জুন ২৮**

যখন আমাদের 'ট্যাংকি' খালি হয় (যিরমিয় ৪৫:১-৫)

বর্তমানে অনেক লোক আছে যাদের পর্যাপ্ত ঘুম হয় না। তারা খুব ক্লান্তি ও অবসাদে ভোগে। আরও খারাপ কথা হচ্ছে, আমরা অনেকেই উপলব্ধি করি যে, আমাদের হৃদয় গ্যাস-ট্যাংকির মতই খালি। কিন্তু তারপরও আমরা কোনভাবে এগিয়ে যাই। এই কঠিন সময়গুলোতে যখন আমরা ক্লান্ত বোধ করি,

তখন কি হয়? আমরা অধিকন্তু হতাশা বোধ করি, এবং মনে হয় যে, আমরা হারিয়ে গিয়েছি।

বারূকের নিঃসন্দেহে সেই উপলব্ধি হয়েছিল। বারূক ছিলেন যিরমিয়ের সাহায্যকারী। যিরমিয় ঈশ্বরের কাছ থেকে যে বার্তা পেয়েছিলেন, বারূক তা লিখেছিলেন। নিশ্চিতভাবে বারূক ব্যথিত হয়েছিলেন এবং বাবিল কর্তৃক যিরূশালেম বিনষ্ট হবার চূড়ান্ত বছরগুলিতে তিনি ক্লান্ত হয়ে পড়েছিলেন।

যিরমিয় ৪৫:১-৫ পদ পড়ুন। এই পদগুলো বারূকের উপলব্ধি সম্পর্কে কি বলে?

বারূক ঈশ্বরের সিংহাসন কক্ষ থেকে একটি বার্তা পান (যিরমিয় ৪৫:২)। কী চমৎকার! যেমনিভাবে তিনি বারূককে একটি ব্যক্তিগত বার্তা পাঠিয়েছিলেন, তিনি যদি আপনাকে তেমনিভাবে বার্তা পাঠান, তাহলে কেমন হবে? কি মনে হয়, আপনার কেমন লাগবে? যিহূদায় যিহোয়াকীমের রাজত্বের চতুর্থ বছরে ঈশ্বর বারূককে একটি ব্যক্তিগত বার্তা পাঠান। ৬০৫ কিংবা ৬০৪ খ্রীষ্টপূর্বে এ-ঘটনা ঘটে। যিরমিয় ৪৫:৩ পদ আমাদের একটি বাস্তব চিত্র দেখায় যে, যখন কোন ব্যক্তির 'গ্যাস ট্যাংকি' খালি হয়ে যায়, তখন ঐ ব্যক্তির কি উপলব্ধি হয়।

আমরা সেই সময়ের ইতিহাস জানি। সুতরাং, বারূক একজন কাদুনে শিশু নন কিংবা অহেতুক হৈ চৈ বাধানোর পাত্র নন। হতাশ ও অবসন্ন হবার তার উত্তম কারণ ছিল। বহু অমঙ্গল ঘটে চলেছে। সামনে আরও অমঙ্গল রয়েছে।

ঈশ্বর বারূককে কিভাবে উত্তর দিলেন? প্রশ্নের উত্তর পেতে যিরমিয় ৪৫:৪, ৫ পদ পড়ুন।

বারূক গভীর যাতনা বোধ করেন। ঈশ্বরও করেন। ঈশ্বর বারূককে যে উত্তর দিলেন, তাতে আমরা তাঁর ব্যথা দেখতে পাই। বারূকের অনুভূত ব্যথা অপেক্ষা ঈশ্বরের ব্যথা ছিল গভীরতর। ঈশ্বর যিরূশালেম তৈরি করেন। শীঘ্রই তিনি বাবিলকে যিরূশালেম বিনষ্টের অনুমোদন দিবেন। একটি আঙ্গুর ক্ষেতের মত ঈশ্বর ইস্রায়েল-জাতিকে রোপণ করেছিলেন (যিশাইয় ৫:১-৭)। এখন, শিকড়ের ন্যায় ইস্রায়েল-জাতিকে উপড়ে ফেলার জন্য বাবিলকে ঈশ্বর

অনুমোদন দিবেন। ঈশ্বর তাঁর লোকদের প্রতি এটা ঘটতে দিতে চান না। কিন্তু তারা তাঁর বিরুদ্ধাচারণ করল। সুতরাং, তাদেরকে রক্ষা করার জন্য এটা হল ঈশ্বরের একমাত্র উপায়।

কিন্তু বারূকের জন্য আশা রয়েছে। যিরূশালেম যখন বিনষ্ট হবে, তখন ঈশ্বর বারূককে ভয়াবহ ক্ষতি থেকে রক্ষা করবেন।

বারূকের প্রতি ঈশ্বরের বাক্য আপনাকে কি আশা ও কি সান্ত্বনা দেয়? এই কথাগুলো কিভাবে দেখায় যে, এমনকি, আমাদের জীবনে যখন কোন অমঙ্গল ঘটে, তখনও ঈশ্বর আমাদের পক্ষে রয়েছেন?

.....

.....

মঙ্গলবার **জুন ২৯**

বিশ্রাম সম্পর্কে পুরাতন নিয়ম যা বলে (দ্বিতীয় বিবরণ ৩১:১৬)

নিঃসন্দেহে, আমাদের সবার বিশ্রাম দরকার। সে-কারণে, গোটা বাইবেল আমাদের এই ধারণা সম্পর্কে বলে। হ্যাঁ, ঈশ্বর আমাদের করণীয় কাজ দেন। কিন্তু ঈশ্বর চান, বিশ্রাম আমাদের সমস্ত করণীয় কাজের একটি অংশ হোক।

পুরাতন নিয়মে বিশ্রামের অনেক ক্রিয়াপদ ব্যবহার করা হয়েছে। আদি ২:২, ৩ পদে, ঈশ্বর সপ্তম দিন বিশ্রাম করেছিলেন। এই পদগুলোয় ইব্রীয় শাব্বাট (Shabbat) শব্দটি ব্যবহার করা হয়েছে। শাব্বাট কথাটির অর্থ হল 'কর্ম-বিরতি দেওয়া, বিশ্রাম করা, ছুটি নেওয়া। ইব্রীয় ৫:৫ পদে শাব্বাট কথাটি ব্যবহার করা হয়েছে; এখানে কথাটির মানে হল- কাজ থেকে কাউকে 'বিশ্রাম দেওয়া।' মিসরের রাজা ক্রোধান্বিত হন, কারণ মোশি লোকদেরকে তাদের কাজ থেকে বিশ্রাম দেন।

চতুর্থ আজ্ঞা বলে যে, ঈশ্বর সপ্তম দিন বিশ্রাম নেন। বিশ্রামের ইব্রীয় শব্দ হল- 'নুয়াখ (nuakh)' (যাত্রা ২০:১১; দ্বিতীয় বিবরণ ৫:১৪)। ইয়োব ৩:১৩ পদে 'নুয়াখ' কথাটি 'বিশ্রাম' হিসেবে প্রয়োগ করা হয়েছে। কিন্তু গণনা ১০:৩৬ পদে 'নুয়াখ' কথাটি 'যথা স্থানে রাখা' এবং 'থামা' বোঝাতে ব্যবহার

করা হয়েছে। এই পদ অনুসারে ইস্রায়েল জাতির ধার্মিক লোকেরা শিবিরের মধ্যে সদাপ্রভুর নিয়ম সিন্দুক বা ব্যবস্থা সিন্দুক রেখেছিলেন। ২ রাজাবলি ২:১৫ পদ আমাদের দেখায় যে, এলিয়ের আত্মা ইলীয়াশের উপরে আশ্রয় নিয়েছিল।

বিশ্রামের আরেকটি ইব্রীয় শব্দ হল 'শাকাট (Shaqat)।' শাকাট কথার অর্থ হল 'বিশ্রামে থাকা; কাউকে সাহায্য করা; স্থিতিশীল থাকা।' যিহোশূয় ১১:২৩ পদে 'শাকাট' কথাটি 'বিশ্রাম' হিসেবে লিখিত হয়েছে। এখানে দেখানো হয়েছে যে, যিহোশূয় অনেকগুলো যুদ্ধে জয়ী হবার পর তার দেশটি বিশ্রামে ছিল। যিহোশূয় ও বিচারকর্তৃগণের পুস্তকে 'শাকাট' কথাটি 'শান্তি' হিসেবে প্রয়োগ করা হয়েছে।

'রাগা (raga)' ক্রিয়াপদটিও বিশ্রাম দেখায়। দ্বিতীয় বিবরণ পুস্তকে ঈশ্বর তাঁর লোকদেরকে তাঁর অবাধ্য না হতে সাবধান করছেন। ঈশ্বর ইস্রায়েলদের বলছেন যে, তাদের শত্রুরা যখন তাদের বন্দি করে দেশ থেকে নিয়ে যাবে, তখন তারা বিশ্রাম খুঁজে পাবে না (দ্বিতীয় বিবরণ ২৮:৬৫)। যিরমিয় ৫০:৩৪ পদে 'রাগা' কথাটি প্রয়োগ করা হয়েছে; কথাটি দেখাচ্ছে যে, বাবিলে ঈশ্বরের লোকেরা বিশ্রাম পাবে না।

দ্বিতীয় বিবরণ ৩১:১৬ ও ২ শমূয়েল ৭:১২ পদ পড়ুন। এই পদগুলো কোন্ বিশ্রামের কথা বলছে?

.....

.....

এই পদে ব্যবহৃত বিশ্রাম কিংবা শয়ন হচ্ছে মৃত্যুর রূপক। ঈশ্বর ২ শমূয়েল ৭:১২ পদে দায়ূদের কাছে একটি প্রতিজ্ঞা করেছিলেন: "তোমার দিন সম্পূর্ণ হইলে যখন তুমি আপন পিতৃলোকদের সহিত নিদ্রাগত হইবে, তখন আমি তোমার পরে তোমার বংশকে, যে তোমার ঔরসে জন্মিবে তাহাকে স্থাপন করিব, এবং তাহার রাজ্য সুস্থির করিব।"

এই সব ইব্রীয় ক্রিয়াপদগুলো আমাদের কি দেখাচ্ছে? এই পদগুলো আমাদেরকে বাইবেলে ব্যবহৃত বিশ্রামের অর্থ বুঝতে সাহায্য করছে। বিশ্রাম

কেবল বিশ্রামদিনের মাঝে সীমাবদ্ধ নয়। আমাদের দেহ, মন ও আত্মা, সমস্তেরই বিশ্রাম দরকার।

বুধবার **জুন ৩০**

নূতন নিয়মে বিশ্রাম (মার্ক ৬:৩০-৩২)

নূতন নিয়মে লেখকেরা অধিকন্তু 'আনাপাউও' শব্দটি প্রয়োগ করেছেন। 'আনাপাউও' অর্থ হল 'বিশ্রাম, আয়েশ, এবং কোন কিছুকে সতেজ ও নবায়ন করা।' মথি ১১:২৮ পদে আমরা এই কথাটি 'বিশ্রাম' হিসেবে প্রয়োগ হতে দেখি। এখানে যীশু বলেন, "হে পরিশ্রান্ত ও ভারাক্রান্ত লোক সকল, আমার নিকটে আইস, আমি তোমাদিগকে বিশ্রাম দিব।" 'আনাপাউও' কথাটি 'দেহের বিশ্রাম' ও বোঝাতে পারে (মথি ২৬:৪৫)। পৌল তার বন্ধুদের পুনরায় নতুন জীবনে পূর্ণ হতে দেখে 'আনাপাউও' কথাটি ব্যবহার করেন (১ করিন্থীয় ১৬:১৮)।

লূক ২৩:৫৬ পদে ব্যবহৃত 'বিশ্রাম' শব্দটি গ্রিক 'হেসিকাজো' শব্দ থেকে এসেছে। এই পদে লূক বিশ্রামদিনের বিশ্রাম বোঝাতে 'হেসিকাজো' শব্দটি প্রয়োগ করেছেন। লূক বলেন যে, যীশু যখন কবরে বিশ্রাম করছিলেন, তখন তাঁর শিষ্য/অনুসারীরা বিশ্রামদিনের বিশ্রাম করছিলেন (লূক ২৩:৫৬)। 'হোসিকাজো' কথাটি শান্ত জীবন যাপনের অর্থও বুঝিয়ে থাকে (১ থিষলনীকীয় ৪:১১)। ক্রিয়াপদ এমন কাউকে দেখায় যে কিনা বিমত পোষণ করে না এবং শান্ত থাকে (প্রেরিত ১১:১৮)।

ইব্রীয় ৪:৪ পদ বলে যে, আকাশ ও পৃথিবী নির্মাণ করার পর ঈশ্বর সপ্তমদিনে বিশ্রাম করলেন। ইব্রীয় ৪:৪ পদে ব্যবহৃত 'বিশ্রাম' শব্দটি 'শাটাপাউও (katapauo)' শব্দটি থেকে এসেছে। এই ক্রিয়াপদটির অর্থ হল 'কোন কিছু থামানো; স্থিতিশীল রাখা।'

মার্ক ৬:৩০-৩২ পদে, যীশু তাঁর শিষ্যদের আসতে ও বিশ্রাম করতে বলেন। তাঁর শিষ্যদের ঈশ্বরের পক্ষে অনেক করণীয় কাজ ছিল, ঠিক? তাহলে, যীশু কেন তাঁর শিষ্যদের এই কাজ করা থেকে থামতে বললেন? যীশুর বক্তব্যের নিহিতার্থ বোঝার সাহায্যার্থে ৩০-৩২ পদ পর্যন্ত দেখুন।

"বিরলে এক নির্জন স্থানে আসিয়া কিছু কাল বিশ্রাম কর" (মার্ক ৬:৩১)। আপনি কি দেখছেন যে, যীশুর বলা কথাগুলো একটি আহ্বান নয়? কথাগুলো একটি আদেশ! যীশু তাঁর শিষ্যদের ব্যাপারে এবং তাদের স্বাস্থ্যের ব্যাপারে যত্নশীল। তাঁর শিষ্যেরা সম্প্রতি একটি দীর্ঘ ভ্রমণ থেকে ফিরেছেন। যীশু তাদেরকে দুই জন দুই জন করে ঈশ্বরের পক্ষে কাজ করতে প্রেরণ করেছিলেন (মার্ক ৬:৭)। মার্ক ৬:৩০ পদ আমাদের বলে যে, যীশুর শিষ্যরা যখন ফিরে আসেন, তখন তারা খুব শিহরিত ছিলেন। তাদের হৃদয় নিঃসন্দেহে পূর্ণ ছিল! তারা সমস্ত কিছু যীশুর সঙ্গে সহভাগ করার জন্য ব্যাকুল ছিলেন। কিন্তু যীশু তাদেরকে প্রথমে বিশ্রাম করতে নির্দেশ দিলেন। যীশু কেন একথা বললেন, মার্ক সে-বিষয়ে একটি বর্ণনা দিচ্ছেন: "কারণ অনেক লোক আসা যাওয়া করিতেছিল, তাই তাঁহাদের আহার করিবারও অবকাশ ছিল না" (মার্ক ৬:৩১)। বর্তমানে যীশুর আধুনিক শিষ্যরাও সেই একই সমস্যায় রয়েছেন। যীশু আমাদের স্মরণ করতে সাহায্য করছেন যে, বিশ্রামে সময় যাপন করার মাধ্যমে আমাদেরকে আমাদের স্বাস্থ্য ও আত্মার সুরক্ষা করতে হবে।

বৃহস্পতিবার **জুলাই ১**

কয়িন: ভ্রমণকারী, কিন্তু অশান্ত (আদি ৪:১-১২)

আদি ৪:১-১২ পদ পড়ুন। কয়িন কেন পৃথিবীতে 'এক স্থান থেকে অন্য স্থান' ভ্রমণ করেন (আদি ৪:১২)?

ঈশ্বর হেবল ও তার উৎসর্গ গ্রহণ করেন, এবং কয়িনের উৎসর্গ অগ্রাহ্য করেন (আদি ৪:৪, ৫)। বাইবেল সঠিক কারণ দর্শায় না। কিন্তু আমরা কারণ জানি। "কয়িন ঈশ্বরের সামনে তার হৃদয়ের অভিযোগ ও ক্রোধ নিয়ে উপস্থিত হল। তার উপহারে কোনো অনুতাপের প্রকাশ ছিল না, কেননা (তার মনে হল) যে প্রতিজ্ঞাত উপহারদাতার দানের মাধ্যমে পরিত্রাণের ঈশ্বর প্রদত্ত পরিকল্পনাকে প্রকৃত অনুসরণ করা দুর্বলতার স্বীকার করা। সে তার নিজের যোগ্যতা নিয়েই উপস্থিত হবে সে কোনো মেষশাবক এনে তার উপহারের সঙ্গে মেশাবে না, কিন্তু তার পরিশ্রমের ফল ঐ ফলগুলোকেই ঈশ্বরের প্রতি অনুগ্রহ করে তাকে দিয়ে দেবে। কয়িন বলির বেদী নির্মাণে ঈশ্বরের প্রতি বাধ্যতা প্রদর্শন করল, একটি উপহার স্থাপন করায়ও সদাপ্রভুর প্রতি বাধ্যতা প্রদর্শন

করল। একজন পরিত্রাণকর্তার প্রয়োজনকে স্বীকার করা এর মধ্যে ছিল না।" *–পিতৃকুলপতিগণ ও ভাববাদীগণ*,পৃষ্ঠা: ৩৯।

ঈশ্বর ঘোষণা করলেন যে, কয়িন "তুমি পৃথিবীতে পলাতক ও ভ্রমণকারী হইবে" (আদি ৪:১২)। ঈশ্বর কি পলায়ন ও ভ্রমণ করার জন্য কয়িনকে বাধ্য করেছিলেন? না। কয়িন নিজেই তার নিজ দুঃখভোগের কারণ ছিল। সে তার নিজ অবধ্যতার কারণে পলায়ন ও ভ্রমণ করেছিল। কয়িনের কোন বিশ্রাম ছিল না। তাই, কয়িন পৃথিবীতে কোন বিশ্রাম খুঁজে পায়নি।

'গ্রাহ্য' (আদি ৪:৪) কথাটির ইব্রীয় পরিশব্দের অর্থ হল- 'কিছু নিবিড়ভাবে দেখা; গুরুত্বের সঙ্গে বিবেচনা করা।' এই পদে ঈশ্বর যা দেখেন তা হল- অন্তঃকরণ/হৃদয়। ঈশ্বর কয়িনের ফল গ্রাহ্য করেননি, কারণ ঈশ্বর কয়িনের হৃদয়ের গভীরে দেখেছিলেন। উপহার হিসেবে ফল আনার আসল কারণ ঈশ্বর দেখেছেন। এই পদ হচ্ছে একটি উত্তম দৃষ্টান্ত যে, শেষবিচারে ঈশ্বর একজন বিচারক হিসেবে কীভাবে সর্বকালের সকল মানুষের হৃদয় অনুসন্ধান করেন।

ঈশ্বর যখন কয়িনের হৃদয়ের পাপ বিচার করলেন, তখন তার কি উপলব্ধি হয়েছিল? উত্তরের জন্য আদি ৪:১৩-১৭ পদ পড়ুন।

যখন আমরা ঈশ্বরের নিকট হতে পলায়ন করি, তখন আমরা কোনো বিশ্রাম পাই না। তখন আমরা ঈশ্বরের স্থানটি অন্য কিছু, মানুষ-জন ও ব্যস্ত জীবনের দ্বারা পূরণ করার চেষ্টা করি। কয়িন একটি নগর স্থাপন করেছিল এবং তার বহু উত্তরসূরী ছিল। এটা করা কোন খারাপ বিষয় ছিল না। কিন্তু আমরা যদি ঈশ্বরের পক্ষে কাজ না করি, তাহলে আমাদের কঠোর পরিশ্রমের কোন দাম নেই।

আমরা অধিকন্তু আমাদের কারণে ভুগে থাকি। যীশুর সাধা ক্ষমা কিভাবে নিরাময় লাভ করতে সাহায্য করে?

.....

.....

শুক্রবার **জুলাই ২**

অতিরিক্ত আলোচনা: "রব্বিদের বিবেচনায় সর্বদা কর্মব্যস্ততাই ছিল ধর্মের সারবস্তু। তাহাদের উৎকৃষ্টতার ধার্মিকতা প্রদর্শনার্থে তাহারা বাহ্যিক আচারানুষ্ঠানিকতার উপর নির্ভর করিত। এইরূপে তাহারা ঈশ্বর হইতে তাহদের প্রাণ বিচ্ছিন্ন করিয়াছিল এবং আপনাদিগকে আত্ম নির্ভরশীলতায় গড়িয়া তুলিয়াছিল। সেই একই প্রকার বিপদসমূহ এখনও বিরাজমান। যেমনভাবে কার্য তৎপরতা বৃদ্ধি লাভ করিতেছে, মানবিক পরিকল্পনা ও পদ্ধতিসমূহে নির্ভর করিবার বিপদ রহিয়াছে। অল্প প্রার্থনা করিবার এবং অল্প বিশ্বাস ধারণের প্রবণতা পরিলক্ষিত হইতেছে। শিষ্যদের ন্যায় আমরা ঈশ্বরের উপরে আমাদের নির্ভরশীলতার সংযোগ হারাইবার বিপদের মধ্যে রহিয়াছি, এবং আমাদের কার্যকলাপকে রক্ষকর্ত্তা স্বরূপ করিবার নিমিত্ত প্রয়াস পাইতেছি। আমাদের নিয়ত যীশুর প্রতি দৃষ্টি নিবদ্ধ রাখা প্রয়োজন, ইহা উপলব্ধি করা প্রয়োজন যে, ইহা তাঁহারই শক্তি যাহা কার্য সাধন করিয়া থাকে। হারানোদিগের পরিত্রাণের নিমিত্ত যেমন আমাদের শ্রম করা কর্ত্তব্য, তেমনি ইহাও আবশ্যক যে আমরা প্রার্থনার নিমিত্ত, এবং ঈশ্বরের বাক্য অধ্যয়নের নিমিত্ত কিছু সময় যাপন করি। যে কার্য অনেক প্রার্থনা সহকারে সম্পাদিত হইয়া থাকে, এবং খ্রীষ্টের উপযুক্ততা দ্বারা পবিত্রীকৃত হইয়া থাকে, কেবলমাত্র সেই সেই কার্যই পরিণামে চিরকালের নিমিত্ত কার্যকর বলিয়া প্রমাণিত হইবে।" –*সর্ব-যুগের বাসনা*,পৃষ্ঠা: ৩৭৭।

আলোচ্য প্রশ্নাবলী:

১। আপনি কি সর্বদা আপনার জীবনে সমস্তকিছুর উর্ধ্বে অসীম চাপ উপলব্ধি করে থাকেন? আপনি কি উপলব্ধি করেন যে, আপনাকে যখন কারও প্রয়োজন পড়ে, আপনি সেই ব্যক্তির জন্য সর্বদা প্রস্তুত আছেন? যখন আমরা মিথ্যা ধারণা নিয়ে বাঁচতে চেষ্টা করি, তখন আমরা আমাদের হৃদয়, মন, দেহ ও আত্মাকে ক্লান্ত ও পীড়িত করে তুলি। যারা ক্লান্ত ও অবসন্ন, যারা বিশ্রাম পেতে ইচ্ছা করে, তাদের জন্য আপনার মণ্ডলী কিভাবে একটি স্বাগত-স্থান হতে পারে?

২। আমাদের সবার জীবন ব্যস্ত। অনেক অনেক ভালো কাজ নিয়ে ব্যস্ত থাকা কি আমাদের পক্ষে সম্ভব, এমনকি ঈশ্বরের জন্যও? যীশু ও তাঁর শিষ্যদের বিষয়ে মার্ক ৬:৩০-৩২ পদের ঘটনা পড়ুন। এই ঘটনায় আমাদের বর্তমান সময়ের জন্য কি শিক্ষা রয়েছে?

৩। অতীত অপেক্ষা বর্তমান সময় অনেক বেশি দ্রুত: বিমান ভ্রমণ, সেল ফোন, যানবাহন ও কম্পিউটর। তাহলে, কেন আমরা এত তাড়াহুড়ো করি ও ক্লান্ত হই? আপনার উত্তর আপনাকে এ-বিষয়ে কি বলে, ঈশ্বর কেন তাঁর দশ আজ্ঞার একটিকে 'বিশ্রাম' বিষয়ক আজ্ঞায় পরিণত করেছেন?

৪। মানুষ পাপ করার আগে, ঈশ্বর এদনে বিশ্রামদিন সৃষ্টি করেন। এমনকি, একটি বিশুদ্ধ পৃথিবীতে, পাপ সংঘটিত হবার পূর্বে, মানুষের কেন বিশ্রাম দরকার হল, সে-বিষয়ে এটি আমাদের কি দেখায়?