WWW.ASKNETWORK.NET

Bengali

/ASKing WITH FASTING/

রোজা রেখে চাওয়া

তোমরা যখন মুনাজাত কর... তোমরা যখন রোজা রাখ... **মথি ৬:৫,১৬**

ঈসা মুনাজাত ও রোজাকে পরস্পর সম্পর্কিত বিষয় হিসাবে শিক্ষা দিয়েছেন। পাক-কিতাবে কখনও কখনও এই দু'টিকে একসংগে করা কাজ হিসাবেও বর্ণনা করা হয়েছে। **(যেমন: মথি ১৭:২১, প্রেরিত ১৪:২৩)** ASK Network-এ মাবুদ যেমন পরিচালনা দেন, সেইমত আমরা রোজা রেখে যাঞ্চা করি। আমরা যা কিছু চাইব তা তাঁর কাছ থেকে পাব, কারণ তিনি যে সব হুকুম দিয়েছেন সেগুলো আমরা পালন করি এবং তিনি যে সব কাজে সন্তুষ্ট হন আমরা তা-ই করি। **১ ইউহোন্না ৩:২২**

খাবার ও পানীয় থেকে বিরত থাকলে খুব তাড়াতাড়ি আমাদের মনে পড়ে যায় যে আমরা কেবল মানুষ। তাই রোজা আমাদের আল্লাহ্‌র উপর মনোযোগ দিতে সাহায্য করে। চিকিৎসাবিজ্ঞান অনুসারে, শরীরের তিন দিনের বেশি পানি ছাড়া বা চল্লিশ দিনের বেশি খাবার ছাড়া থাকা উচিত নয়। কিতাবুল মোকাদ্দসে উল্লেখিত বেশির ভাগ রোজার এটাই স্বাভাবিক সীমা।

এর মাত্র তিনটি ব্যতিক্রম আছে: ঈসা, ইলিয়াস ও মূসার অলৌকিক রোজা; তাঁরা সবাই খাবার ও পানি ছাড়া চল্লিশ দিন রোজা রেখেছিলেন, আর মূসা তা দু'বার করেছিলেন। মজার বিষয় হল, যে পাহাড়ের উপরে ঈসার চেহারা বদলে গিয়েছিল, সেখানে ইলিয়াস ও মূসা ঈসার সংগে দেখা দিয়েছিলেন; তাঁরা ছিলেন তৌরাত শরীফ ও নবীদের কিতাবের প্রতিনিধি।

এখানে আমরা মূলত খাবার, কিংবা হয়তো পানীয় থেকে বিরত থাকার এবাদতমূলক অভ্যাস নিয়ে আলোচনা করছি; কিন্তু আল্লাহ্‌ আমাদের কাছে যেকোন ধরনের রোজা চাইতে পারেন, যেমন তিনি **ইশাইয়া ৫৮** অধ্যায়ে চেয়েছেন, যেখানে বিভিন্ন গুনাহ্‌পূর্ণ আচরণ থেকে বিরত থাকার মধ্য দিয়ে অন্যায়ের প্রভাব ভেঙে দেওয়া যায়।

জামাত, সমাজ ও সব জাতির পক্ষে মুনাজাতের সময় রোজা রাখার কারণ:

নম্র হবার জন্য আমার কান্না আর আমার রোজার কষ্ট আমার দুর্নামের ব্যাপার হয়ে দাঁড়িয়েছে। জবুর ৬৯:১০ আমি ... রোজা রাখবার কথা ঘোষণা করলাম যেন আমরা আমাদের আল্লাহ্‌র সামনে নিজেদের নত করতে পারি... **উযায়ের ৮:২১**

পাক্‌ পবিত্র হবার জন্য তারা দাঁড়িয়ে নিজেদের গুনাহ্‌ ও তাদের পূর্বপুরুষদের অন্যায় স্বীকার করল। নহিমিয়া ৯:১-৩ তাহলে ... তোমাদের সততা তোমাদের সামনে সামনে যাবে... **ইশাইয়া ৫৮:৮**

আল্লাহ্‌ যেন শোনেন সেজন্য আমরা রোজা রাখলাম এবং এই বিষয় নিয়ে আল্লাহ্‌র কাছে অনুরোধজানালাম, আর তিনি আমাদের মুনাজাতের জবাব দিলেন। **উযায়ের ৮:২৩** তাই তারা রোজা ঘোষণা করল এবং বড় থেকে ছোট পর্যন্ত সকলেই... তারা যা করেছিল এবং কেমন করে তাদের খারাপ পথ থেকে ফিরেছিল তা যখন আল্লাহ্‌ দেখলেন তখন তিনি তাঁর মন ফিরালেন। তিনি যে শাস্তি দেবেন বলেছিলেন তা করলেন না। **ইউনুস ৩:৫,১০**

আল্লাহ্‌র কথা শোনার জন্য আমি রোজা রেখে, চট পরে এবং ছাই মেখে অনুরোধ ও মিনতির সংগে আল্লাহ্‌ মালিকের কাছে মুনাজাত করলাম... "দানিয়াল, আমি এখন তোমাকে বুঝবার ক্ষমতাও বুদ্ধি দিতে এসেছি।" **দানিয়াল ৯:৩,২২**

রোজার ধরন:

সম্পূর্ণ রোজা: ইষ্টের খাবার ও পানি ছাড়া তিন দিন রোজা রেখেছিলেন। (স্বাভাবিকভাবে শরীর সর্বোচ্চ এতটুকুই সহ্য করতে পারে।) আপনারা তিন দিন ধরে রাতে কি দিনে কোন কিছু খাওয়া-দাওয়া করবেন না। আপনারা যেমন রোজা রাখবেন তেমনি আমি ও আমার দাসেরা রোজা রাখব। **ইষ্টের ৪:১৬** এর ফলে ইষ্টেরের মধ্য দিয়ে একটি গোটা জাতি উদ্ধার পেয়েছিল। পৌলও (শৌল) তিন দিন সম্পূর্ণ রোজা রেখেছিলেন। তিন দিন পর্যন্ত শৌল চোখে দেখতে পেলেন না এবং কিছুই খেলেন না। প্রেরিত ৯:৯ এটা ছিল তাঁর খেদমতের প্রস্তুতি।

খাবার থেকে বিরত থাকা: কিতাবুল মোকাদ্দসে রোজার বেশির ভাগ উল্লেখ বলতে এটাই বোঝানো হয়েছে। যেমন: **উযায়ের — ৯:৫, ১০:৬;** নিনেভের লোকেরা — **ইউনুস ৩:৫-৯;** হান্না — **লূক ২:৩৭;** এণ্টিয়কের জামাত — **প্রেরিত ১৩:২-৩,** ইত্যাদি।

আংশিক রোজা: এটি খুব উপকারীএক ধরনের রোজা, কারণ এতে প্রতিদিনের জীবনযাপনে কোন ব্যাঘাত ঘটে না। দানিয়াল তিন সপ্তা আংশিক রোজা রেখেছিলেন: সেই তিন সপ্তা শেষ না হওয়া পর্যন্ত কোন ভাল খাবার আমি খাই নি, গোশ্তবা আংগুর-রস মুখে দিই নি এবং তেলও মাখি নি। **দানিয়াল ১০:৩**

রোজা রাখার আগে:

রোজার রূহানীউদ্দেশ্য সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা রাখুন।

কত দিন রোজা রাখবেন, সেই বিষয়ে মাবুদের ইচ্ছা জানতে চান (সূর্যাস্ত থেকে সূর্যাস্ত, এক, তিন, দশ, একুশ ও চল্লিশ দিন— এগুলোরসবই পাক-কিতাবে উল্লেখ আছে।) যদি বেশী দিন রোজা রাখতে হয়, তবে মুনাজাত সহকারে যত্নপূর্বক প্রস্তুতি নিন এবং বুদ্ধিপূর্বক রোজা রাখুন।

কোন্ ধরনের রোজা রাখবেন (সম্পূর্ণ, খাবার থেকে বিরত থাকা, আংশিক বা অন্য কোন ধরন), সেই বিষয়েমুনাজাত করুন।

মাবুদের কাছে যাঞ্চা করুণ যেন তিনি আপনার উদ্দেশ্য খাঁটি করেন এবং আপনার দিল নম্র করেন।

এটি কি অন্যদের সংগে প্রকাশ্য রোজা (যেমন: **জাকারিয়া ৭:৫**), নাকি ব্যক্তিগত রোজা **(প্রেরিত ১৩:২)**, তা ঠিক করুন।

নিজেকে কারো কাছে জবাবদিহি করুন।

আপনার যদি কোন শারীরিক জটিলতার সম্ভাবনা থাকে, তবে একজন ডাক্তারের পরামর্শ নিন।

তিনি আমাদের মহব্বত করেন এবং নিজের রক্ত দিয়ে গুনাহ্ থেকে আমাদের মুক্ত করেছেন। তিনি আমাদের নিয়ে একটা রাজ্য গড়ে তুলেছেন এবং তাঁর পিতা ও আল্লাহ্‌র এবাদত-কাজের জন্য ইমাম করেছেন। চিরকাল ধরে ঈসা মসীহের গৌরব হোক এবং চিরকাল ধরে তাঁর শক্তি থাকুক। আমিন।

প্রকাশিত কালাম ১:৫-৬