WWW.ASKNETWORK.NET

Bengali

/MEDITATING ON THE WORD OF GOD/

আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান

গভীর তাৎপর্য ও প্রয়োগসহ একটি এবাদতমূলক অভ্যাস

হে মাবুদ, আমার আশ্রয়-পাহাড়, আমার নাজাতদাতা, আমার মুখের কথা
ও আমার দিলের চিন্তা তোমাকে যেন খুশী করে। জবুর ১৯:১৪

ASK NETWORK আল্লাহ্‌র কালামের উপর প্রতিষ্ঠিত। ইফিষীয় ৬ অধ্যায়ে আল্লাহ্‌র দেওয়া যুদ্ধের পোশাকের যে বর্ণনা আছে, তা এই আয়াতগুলো দিয়ে শেষ হয়েছে: মাথা রক্ষার জন্য আল্লাহ্‌র দেওয়া নাজাত মাথায় দিয়ে পাক-রূহের ছোরা, অর্থাৎ আল্লাহ্‌র কালাম গ্রহণ কর। পাক-রূহের দ্বারা পরিচালিত হয়ে মনেপ্রাণে সব সময় মুনাজাত কর। এইজন্য সজাগ থেকে আল্লাহ্‌র সমস্ত বান্দাদের জন্য সব সময় মুনাজাত করতে থাক। (ইফিষীয় ৬:১৭-১৮) মাথা রক্ষার জন্য নাজাত বলতে বোঝায় যে, ঈসায়ীদের মধ্যে মসীহের মন রয়েছে। পাক-রূহের ছোরা, অর্থাৎ আল্লাহ্‌র কালাম হল পাক-কিতাবের সম্পূর্ণ শিক্ষা। পাক-রূহের দ্বারা মুনাজাত করার অর্থ হল, অন্যদের জন্য মুনাজাত করার সময় আমরা আলো, শক্তি ও যোগ্যতা লাভ করি। ASK Network-এ হযরত ঈসা মসীহের উপর ঈমানদার হিসাবে আমরা বিশ্বাস করি যে, কালাম খোলা রেখে পাক-রূহের উপর নির্ভর করে যখন আমরা তাঁর অপেক্ষায় থাকি, তখন আমাদের মধ্যে তাঁর মন থাকে।

এই পুস্তিকার উদ্দেশ্য হল আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান করার ব্যক্তিগত এবাদতমূলক অভ্যাস সম্পর্কে শিক্ষা দেওয়া; সেই সংগে কীভাবে আপনার ধ্যানের সময়গুলোকে আরও সমৃদ্ধ করা যায় এবং কীভাবে আপনার ধ্যানকে ফরিয়াদের কাজে প্রয়োগ করা যায়, সেই বিষয়ে কিছু বাস্তব পরামর্শ দেওয়া।

পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানের এবাদতমূলক অভ্যাস

পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানের এবাদতমূলক অভ্যাস

কেউ যদি তার এবাদতের জীবনে ব্যক্তিগত নিয়মানুবর্তিতা হিসাবে কালাম নিয়ে ধ্যান করার অভ্যাস গড়ে তোলে, তবে আল্লাহ্‌র কালামের মধ্য দিয়ে তাঁর গলার আওয়াজ শুনতে সে অভ্যস্ত হয়ে উঠবে। ডানকান ক্যাম্পবেল শিক্ষা দিয়েছিলেন যে, আমরা কালামের মধ্য দিয়ে যাই—এটা ভাল, কিন্তু কালাম আমাদের মধ্য দিয়ে যায়—এটা আরও বেশি গুরুত্বপূর্ণ; আর পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানে সময় দিলে ঠিক তা-ই ঘটে। একে রূহের হজম-শক্তি বলে বর্ণনা করা হয়েছে; এতে আমরা বুঝতে পারি কালাম কীভাবে আমাদের অংশ হয়ে উঠতে পারে। এটা বোঝার একটি উপায় হল নিজের হাতের কথা কল্পনা করা। মনে করুন, আপনার আংগুলগুলো আল্লাহ্‌র কালাম থেকে শেখার বিভিন্ন উপায়ের প্রতীক: হয়তো কিতাবুল মোকাদ্দস অধ্যয়ন, শিক্ষা, মুখস্থ করা ও গান গাওয়া। চারটি আংগুলের উপর আপনি একটি কিতাবুল মোকাদ্দস বেশ ভালভাবেই ভারসাম্য রেখে রাখতে পারেন। কিন্তু শক্ত করে ধরতে হলে আপনার বুড়ো আংগুল দরকার, যা পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানের মধ্য দিয়ে পাওয়া গভীর বুঝের প্রতীক হতে পারে।

কেবল বুড়ো আংগুল দিয়ে আপনি কখনও কিতাবুল মোকাদ্দস ধরে রাখতে পারবেন না, কিন্তু আংগুল ও বুড়ো আংগুল একসংগে থাকলে আপনি আল্লাহ্‌র কালামকে এমনভাবে ধরে রাখতে পারেন যে, কেউ তা সহজে আপনার কাছ থেকে কেড়ে নিতে পারে না।

পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানের একটি সংজ্ঞা হল, "পাক-কিতাব নিয়ে গভীরভাবে ভাবা, বিবেচনা করা ও চিন্তা করার অভ্যাস।"

জিম প্যাকার এ বিষয়ে বলেছেন: ধ্যান হল আল্লাহ্‌র কাজ, পথ, উদ্দেশ্য ও ওয়াদা সম্পর্কে কেউ যা কিছু জানে, সেগুলো মনে আনা, সেগুলো নিয়ে চিন্তা করা, সেগুলোর উপর মন স্থির রাখা এবং নিজের জীবনে সেগুলো প্রয়োগ করা। এটি পবিত্র চিন্তার একটি কাজ, যা আল্লাহ্‌র সামনে, আল্লাহ্‌র দৃষ্টির নিচে, আল্লাহ্‌র সাহায্যে, আল্লাহ্‌র সংগে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগের উপায় হিসাবে সচেতনভাবে করা হয়। এর উদ্দেশ্য হল আল্লাহ্‌ সম্পর্কে মানুষের মানসিক ও রূহানী দৃষ্টি পরিষ্কার করা এবং তাঁর সত্যকে মানুষের মন ও দিলের উপর পুরোপুরি ও যথাযথ প্রভাব ফেলতে দেওয়া।

এ. ডব্লিউ. টোজার পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানের এবাদতমূলক অভ্যাসকে এভাবে বর্ণনা করেছেন: আল্লাহ্‌র অপেক্ষায় থাকার জন্য আমাদের স্থির হওয়া জরুরী। আর সবচেয়ে ভাল হয় যদি আমরা আল্লাহ্‌র সংগে একা থাকি, সম্ভব হলে আমাদের সামনে কিতাবুল মোকাদ্দস খুলে রেখে। তখন আমরা চাইলে আল্লাহ্‌র কাছে এগিয়ে যেতে পারি, যাতে আমাদের দিলে তাঁর কথা শুনতে শুরু করি। আমার মনে হয়, সাধারণ মানুষের ক্ষেত্রে ধাপগুলো অনেকটা এই রকম হবে: প্রথমে একটি শব্দ, যেন বাগানে হেঁটে বেড়ানো কোন উপস্থিতির শব্দ। তারপর একটি কণ্ঠস্বর, আগের চেয়ে বেশি বোধগম্য, কিন্তু তখনও স্পষ্ট নয়। তারপর আসে সেই আনন্দের মুহূর্ত, যখন পাক-রূহ্‌ পাক-কিতাবকে আলোকিত করতে শুরু করেন, আর যা ছিল কেবল একটি শব্দ, বা বড়জোর একটি কণ্ঠস্বর, তা এখন বোধগম্য কথা হয়ে ওঠে—প্রিয় বন্ধুর কথার মত উষ্ণ, ঘনিষ্ঠ ও স্পষ্ট। তারপর আসবে জীবন ও নূর, আর সবচেয়ে বড় বিষয় হল, ঈসা মসীহ্‌কে সকলের নাজাতদাতা ও প্রভু হিসাবে দেখার, তাঁর মধ্যে বিশ্রাম পাবার এবং তাঁকে আঁকড়ে ধরার ক্ষমতা।

এটা স্পষ্ট যে, যারা পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানকে নিয়মিত অভ্যাসে পরিণত করে, তারা মাবুদের সংগে গভীর ও ফলপ্রসূ অভিজ্ঞতা লাভ করে। ASK Network-এ আমাদের আকাংক্ষা হল মাবুদের কাছাকাছি আসা এবং তাঁর কালামের মধ্য দিয়ে ও পাক-রূহের দ্বারা তাঁর গলার আওয়াজ শোনা—চাওয়ার প্রস্তুতি হিসাবে, আবার সেই চাওয়ার সময় পাক-রূহের পরিচালনায় চলার উপায় হিসাবেও।

কেউ যখন আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান করে, তখন নিজের কথা ভুলে গিয়ে তার মন আল্লাহ্‌, তাঁর স্বভাব ও তাঁর পথ সম্পর্কে গভীর চিন্তায় পূর্ণ হয়ে ওঠে। এটা ট্রান্সেনডেন্টাল মেডিটেশন থেকে একেবারে আলাদা; সেখানে মন থেকে সব চিন্তা খালি করে ফেলতে উৎসাহ দেওয়া হয়, কিন্তু তা অনিবার্যভাবে আত্মকেন্দ্রিক।

ধ্যান সম্পর্কে পাক-কিতাবের উল্লেখ

পাক-কিতাবে (NIV ইংরেজী অনুবাদে) ধ্যান করা বা ধ্যান শব্দগুলো স্পষ্টভাবে মাত্র ২১ বার ব্যবহার করা হয়েছে। এখানে কয়েকটি প্রধান উল্লেখ দেওয়া হল:

- এই তৌরাত কিতাবের মধ্যে যা লেখা আছে তা যেন সব সময় তোমার মুখে থাকে। এর মধ্যে যা লেখা আছে তা যাতে তুমি পালন করবার দিকে মন দিতে পার সেইজন্য দিনরাত তা নিয়ে তুমি গভীরভাবে চিন্তা করবে। তাতে সব কিছুতে তুমি সফল হবে এবং তোমার উন্নতি হবে। ইউসা ১:৮

- ধন্য সেই লোক,... বরং মাবুদের শরীয়তেই তার আনন্দ, আর সেটিই তার দিনরাতের ধ্যান। জবুর ১:১-২

- হে আল্লাহ্‌, তোমার ঘরের মধ্যে তোমার অটল মহব্বতের কথা আমরা ধ্যান করেছি। জবুর ৪৮:৯

- আমার মুখ থেকে জ্ঞানের কথা বেরিয়ে আসবে; আমার অন্তরের গভীর চিন্তা বুঝবার ক্ষমতা দেবে। জবুর ৪৯:৩

- আমার সব ধ্যান তাঁর কাছে মধুর হোক; আমি মাবুদের সংগে যুক্ত হয়ে আনন্দ করব। জবুর ১০৪:৩৪

- আমি তোমার নির্দেশ কত ভালবাসি! সারা দিন আমি তা ধ্যান করি। তোমার সব হুকুম আমার শত্রুদের চেয়ে আমাকে বুদ্ধিমান করে তোলে, কারণ সেগুলো সব সময়েই আমার সংগে সংগে থাকে। আমার সব শিক্ষকদের চেয়ে আমি জ্ঞানবান, কারণ তোমার সমস্ত কথা আমি ধ্যান করি। জবুর ১১৯:৯৭-৯৯

- প্রয়োজন অনুসারে প্রতিদিন মান্না সংগ্রহ করা। হিজরত ১৬ আমি তাঁর ছায়াতে বসে আনন্দ পাই, আমার মুখে তাঁর ফল মিষ্টি লাগে। তিনি আমাকে মেজবানীর ঘরে নিয়ে গেলেন, আর নিশান টাংগাবার মত করে আমার প্রতি তাঁর ভালবাসা ঘোষণা করলেন। সোলায়মানের শীর ২:৩-৪ তিনি আমাকে বললেন, “হে মানুষের সন্তান,

- তোমার সামনে যা আছে তা তুমি খাও; এই গুটিয়ে রাখা কিতাবটা খেয়ে ফেল, তারপর বনি-ইসরাইলদের কাছে গিয়ে কথা বল।” তখন আমি মুখ খুললাম, আর তিনি আমাকে সেই কিতাবটা খাইয়ে দিলেন। তারপর তিনি আমাকে বললেন, “হে মানুষের সন্তান, আমার দেওয়া এই কিতাবটা খেয়ে তোমার পেট ভর।” কাজেই আমি তা খেয়ে ফেললাম, আর তা আমার মুখে মধুর মত মিষ্টি লাগল। ইহিস্কেল ৩:১-৩

- ইম্মায়ূর পথে দুই সাহাবী: যখন তিনি তাঁদের সংগে খেতে বসলেন তখন রুটি নিয়ে আল্লাহ্‌কে শুকরিয়া জানালেন এবং তা টুকরা করে তাঁদের দিলেন। তখন তাঁদের চোখ খুলে গেল; তাঁরা ঈসাকে চিনতে পারলেন, কিন্তু তার সংগে সংগেই তাঁকে আর দেখা গেল না। তখন তাঁরা একে অন্যকে বললেন, “রাস্তায় যখন তিনি আমাদের সংগে কথা বলছিলেন এবং পাক-কিতাব বুঝিয়ে দিচ্ছিলেন তখন আমাদের অন্তর কি জ্বলে জ্বলে উঠছিল না?” লূক ২৪:৩০-৩২

- দেখ, আমি দরজার কাছে দাঁড়িয়ে আঘাত করছি। কেউ যদি আমার গলার আওয়াজ শুনে দরজা খুলে দেয় তবে আমি ভিতরে তার কাছে যাব এবং তার সংগে খাওয়া-দাওয়া করব, আর সে-ও আমার সংগে খাওয়া-দাওয়া করবে। প্রকাশিত কালাম ৩:২০

তবে মাবুদের অপেক্ষায় থাকা, তাঁর খোঁজ করা, তাঁর উপস্থিতিতে বিশ্রাম নেওয়া, তাঁর সংগে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ রাখা, তাঁকে ও তাঁর কথাকে বিবেচনা করা, সংগ্রহ করা, খোঁজ করা, ভোজে অংশ নেওয়া ইত্যাদি ধারণা গোটা পাক-কিতাবেই বোনা আছে। এখানে এর মাত্র কয়েকটি উদাহরণ বা ছবি দেওয়া হল:

এর চেয়ে আরও অনেক উদাহরণ আছে। কিতাবুল মোকাদ্দস পড়ার সময় আপনি নিজেই সেগুলো খুঁজে বের করে আনন্দ পেতে পারেন। নিশ্চয়ই আপনি দেখতে পাবেন যে, আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান করা পুরোপুরি পাক-কিতাবসম্মত!

কীভাবে আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান করবেন

এখানে আমাদের উদ্দেশ্য হল কয়েকটি ধাপ তুলে ধরা, যেগুলো অনুসরণ করে আল্লাহ্‌র কালাম থেকে গ্রহণ করা যায়। এই নির্দেশনাগুলো কোনভাবেই এমন বাঁধাধরা নিয়ম নয় যা শরীয়তের মত কঠোরভাবে মানতে হবে; বরং মাবুদ যেমন পরিচালনা দেন, সেইমত এগুলো অনুসরণ করুন, তাহলে কালামে আপনার ধ্যানের সময়গুলো দিন দিন আরও সমৃদ্ধ ও ফলপ্রসূ হয়ে উঠবে।

আপনার ধ্যানের সময় যদি ব্যক্তিগত হয় এবং নিয়মিত এবাদতমূলক অভ্যাসের অংশ হয়, তবে খুব সম্ভব আপনি কোন নির্দিষ্ট বিষয়সূচি নিয়ে কালামের কাছে আসবেন না; বরং এই আশা নিয়ে আসবেন যে, মাবুদ তাঁর ইচ্ছামত কথা বলবেন। কোন নির্দিষ্ট বিষয়ে মুনাজাত করার জন্য যখন আপনি কালামের কাছে আসেন, তখন একমাত্র সামান্য পার্থক্য হল, আপনি পাক-রূহের উপর ভরসা রাখবেন যেন তিনি আপনাকে পাক-কিতাবের এমন একটি অংশ বেছে নিতে সাহায্য করেন, যাতে এই মুনাজাতের বিষয়ে প্রয়োগ করার মত সত্য আছে। যেমন, ইফিষীয়দের কাছে লেখা চিঠিটি মসীহের কনে সম্পর্কে পাক-কিতাবের এত সমৃদ্ধ একটি অংশ যে, আশা করা যায় সেই অধ্যায়গুলো নিয়ে ধ্যান করলে জামাতের জন্য মুনাজাতে প্রয়োগ করার মত নানা রকম আশ্চর্য সত্য প্রকাশিত হবে। আসলে, মসীহ্‌ নিজেই জামাতের উপর কালাম প্রয়োগ করছেন বলে বর্ণনা করা হয়েছে: মসীহের উদ্দেশ্য হল যেন তিনি জামাতকে পবিত্র করবার জন্য তাঁর কালামের মধ্য দিয়ে পানিতে ধুয়ে মহিমাপূর্ণ অবস্থায় নিজের সামনে উপস্থিত করতে পারেন। সেই সময় জামাতের মধ্যে কোন কলংকের দাগ, খুঁত বা ঐরকম কোন কিছু থাকবে না, বরং তা পবিত্র ও নিখুঁত হবে। (ইফিষীয় ৫:২৬-২৭) তাই ধ্যান করার সময় মুনাজাতের বিষয় বা লক্ষ্য সব সময় আমাদের মনে থাকবে; প্রথমে ধ্যানের মধ্য দিয়ে, তারপর আমাদের চাওয়ার মধ্য দিয়ে আমরা সেই বিষয়ে কালাম প্রয়োগ করব।

প্রস্তাবিত নির্দেশনা:

- নীরব স্থান খুঁজে নিন। সত্যিই নীরব এমন একটি জায়গায় থাকা সহায়ক, কিন্তু মাবুদের কাছে চাওয়াও দরকার যেন তিনি আমাদের মন থেকে মনোযোগ নষ্ট করে এমন সব কিছু দূর করেন। দুনিয়া, গুনাহ্‌-স্বভাব বা শয়তানের কাছ থেকে আসা যে কোন অনাকাংক্ষিত চিন্তা যেন দূর হয়, সেজন্য মুনাজাত করুন, এবং পাক-রূহের কাছ থেকে পবিত্র চিন্তা গ্রহণ করার জন্য আপনার মনকে আল্লাহ্‌র উদ্দেশে উৎসর্গ করুন।
- এবাদত দিয়ে শুরু করুন। আল্লাহ্‌ কে, তা স্বীকার করার মত সহজ বিষয় দিয়ে (নিচে আল্লাহ্‌র নামগুলো দেখুন) কিংবা অন্যদের সংগে একসংগে গান গেয়ে এটা শুরু হতে পারে। এর মধ্যে পরিচিত গান বা প্রশংসা-কাওয়ালী গাওয়া থাকতে পারে, কিন্তু আপনি পাক-কিতাবের বিভিন্ন অংশ বা জবুর শরীফের কাওয়ালী নিয়ে পাক-রূহের পরিচালনা অনুসারে নিজের মত সুরেও গাইতে পারেন। যে আল্লাহ্‌র কাছে আমরা মহান মহান কাজ করবার জন্য যাঞ্চা করতে যাচ্ছি, তিনি কে—তা ঘোষণা করার মধ্যে কুদরত আছে। এটা চাইবার জন্য আমাদের দিলকেও প্রস্তুত করে এবং আমাদের ঈমানকে সজীব করে।
- চাওয়ার লক্ষ্য। আপনি একা মুনাজাত করুন বা অন্যদের সংগে, যদি আপনার মনে মুনাজাতের কোন বিষয় না থাকে, তবে উদ্দেশ্য নিয়ে মাবুদের কাছে যাঞ্চা করুন যেন তিনি দেখিয়ে দেন কোন বিষয়ে তিনি আপনাকে চাইতে বলছেন। ধ্যান করার সময় সেই লক্ষ্য আপনার মনে থাকবে এবং আপনি তাতে কালামের সত্য প্রয়োগ করবেন।
- পাক-কিতাবের অংশ। একটি অংশ বেছে নিন; তা হয়তো একটি আয়াতের মত ছোট হতে পারে, কিন্তু সম্ভবত একটি অধ্যায়ের চেয়ে বড় নয়। প্রসংগটি দেখুন, কারণ তা আপনাকে বুঝতে সাহায্য করবে। ধীরে ধীরে পড়ুন, আর দরকার হলে বার বার পড়ুন। পাক-রূহের কাছে যাঞ্চা করুন যেন তিনি তুলে ধরতে শুরু করেন মাবুদ আপনাকে কী দেখাতে যাঞ্চা করুন, কোন্‌ বুঝ তিনি আপনাকে দিতে যাঞ্চা করুন। হয়তো দেখবেন একটি শব্দ, একটি ধারণা বা নির্দিষ্ট কোন আয়াত, ক্রিয়াপদগুলো, কিংবা কারও নাম ইত্যাদি আপনার মনোযোগ আকর্ষণ করছে। থামুন এবং সেই একটি বিষয় নিয়ে গভীরভাবে ভাবুন। সৃজনশীলভাবে তা নিয়ে চিন্তা করার সুযোগ নিজেকে দিন। এর সংগে সম্পর্কিত অন্য আয়াতও হয়তো মনে আসবে। ধ্যান করার সময় নানা রকম আশ্চর্য চিন্তা, বুঝ ও প্রকাশ আপনার মনে আসবে। আপনাকে বিশ্বাস রাখতে হবে যে মাবুদ কথা বলছেন, আর আপনি বুঝতে শুরু করবেন কেন তা আপনার মুনাজাতের লক্ষ্যের সংগে মিলে যায়।

  যে কখনও এই অভিজ্ঞতা পায় নি, তাকে এর আশ্চর্যতা বুঝিয়ে বলা কঠিন, কিন্তু সত্যিই আপনি আল্লাহ্‌র কালামে এমন সব বিষয় দেখতে পাবেন যা আগে কখনও দেখেন নি, এমন কি যে অংশগুলো আপনার খুবই পরিচিত সেগুলোতেও।
- আপনার ধ্যান লিখে রাখুন। সম্ভব হলে আপনার মনে আসা সব চিন্তা লিখে রাখা সহায়ক হতে পারে। এর অনেক উপকার আছে: এটা আপনার চিন্তাকে গুছিয়ে নিতে সাহায্য করে, আপনি যা কিছু পেয়েছেন সেই সব বিষয়ে মুনাজাত করা সহজ করে, আর আপনার কাছে একটি লিখিত রেকর্ড থাকে, যাতে আপনি পরে দেখতে পারেন আল্লাহ্‌ কীভাবে আপনার মুনাজাতের জবাব দিয়েছেন।
- ধ্যান থেকে পাওয়া বুঝ।যখন আপনি বুঝবেন যে আপনার ধ্যান শেষ হয়েছে এবং মুনাজাত করার মত কিছু নির্দিষ্ট বিষয় পেয়েছেন, তখন মুনাজাত শুরু করতে পারেন। আপনি যদি অন্যদের সংগে মুনাজাত করেন, তবে প্রত্যেকে কী বুঝ পেয়েছেন তা সংক্ষেপে সবাইকে জানানো উচিত। সবার ধ্যান কীভাবে একসংগে মিলে গিয়ে আপনাদের সবাইকে আরও পূর্ণ একটি ছবি দেয়, তা দেখে আপনি অবাক হবেন।
- ধ্যানের প্রয়োগ। ধ্যানের মধ্য দিয়ে আপনি যে সত্যগুলো পান, সেগুলো প্রথমে আপনার নিজের জীবনে প্রয়োগ করতে হবে। নিজের জন্য সেই বুঝ পাওয়ার পর আপনি যে লক্ষ্যের জন্য চাইছেন, তাতে তা প্রয়োগ করার জন্য প্রস্তুত হবেন। এটা যেন কীভাবে মুনাজাত করা উচিত সেই বিষয়ে একটি কৌশল পাওয়ার মত। আপনি যা পেয়েছেন তা ক্ষমতার সংগে মুনাজাতে বলুন, এই নিশ্চয়তা নিয়ে যে আল্লাহ্‌ই এই বিষয়গুলো আপনাকে দেখিয়েছেন এবং তিনি আপনার যাঞ্চার জবাব দিতে যাঞ্চা করুন।
- শুকরিয়া। আল্লাহ্‌. আপনাকে তাঁর কালাম থেকে টাটকা রুটির মত নতুন নতুন বিষয় দেখতে দিয়েছেন বলে তাঁকে শুকরিয়া জানিয়ে আপনার ধ্যান ও মুনাজাতের সময় শেষ করুন। সেই সংগে তাঁকে শুকরিয়া জানান যে, তিনি তাঁর রহমতপূর্ণ বিশ্বস্ততায় আপনার যাঞ্চার জবাব দেবেন।

পাক-কিতাবভিত্তিক ধ্যানের উপকারিতা

আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান করার অনেক উপকার আছে। এতে যে কত দোয়া রয়েছে, তা বোঝার একটি উপায় হল জবুর ১১৯ পড়া, যেখানে এর অনেকগুলোর উল্লেখ আছে। ইয়াকুব ১:২১ আয়াতে বলা হয়েছে: আল্লাহ্‌র কালামের বীজ যা তোমাদের দিলের মধ্যে বোনা হয়েছে তা নম্রভাবে গ্রহণ কর। তোমাদের নাজাত করবার ক্ষমতা এই কালামেরই আছে। এটা এক আশ্চর্য সত্য। কালাম যখন আমাদের সত্তার অংশ হয়ে আমাদের গড়ে তোলে, তখন আমরা সত্যিই নিজেদের পথ থেকে উদ্ধার পেয়ে মসীহের ধার্মিকতায় পৌঁছাতে পারি। ইবরানী ৪:১২ আয়াত নিশ্চিত করে যে, আল্লাহ্‌র কালাম জীবন্ত ও কার্যকর এবং দু'দিকেই ধার আছে এমন ছোরার চেয়েও ধারালো। এই কালাম মানুষের দিল-রূহ্‌ ও অস্থি-মজ্জার গভীরে কেটে বসে। সবচেয়ে বড় উপকার হল, তাঁর কালামের মধ্য দিয়ে আমরা আল্লাহ্‌কে আরও ভালভাবে জানতে পারি এবং তাঁর সংগে দিন দিন আরও ঘনিষ্ঠ সম্পর্কে যুক্ত থাকতে পারি।

কালাম দিয়ে চাওয়া

তোমার কালাম প্রকাশিত হলে তা আলো দান করে; তা সরলমনা লোকদের বুঝবার শক্তি দেয়। জবুর ১১৯:১৩০

এই আয়াতটি নিশ্চিত করে যে, আল্লাহ্‌র কালাম নিয়ে ধ্যান করলে আলো ও প্রকাশ পাওয়া যায়। আমরা যদি মাবুদের অপেক্ষায় থাকি এবং পাক-রূহ্‌কে আমাদের ধ্যান পরিচালনা করতে দিই, তবে দেখব যে আল্লাহ্‌র ইচ্ছা অনুসারে মুনাজাত করার জন্য আমরা ভালভাবে প্রস্তুত হয়েছি। আল্লাহ্‌র কালাম আবার তাঁর কাছেই মুনাজাতে তুলে ধরা হল তা করার একটি নিশ্চিত উপায়। ইশাইয়া ৫৫:১১ আয়াতে আল্লাহ্‌ ঘোষণা করেন: আমার মুখ থেকে বের হওয়া কালাম নিষ্ফল হয়ে আমার কাছে ফিরে আসবে না, বরং তা আমার ইচ্ছামত কাজ করবে আর যে উদ্দেশ্যে আমি পাঠিয়েছি তা সফল করবে।

গভীর বুঝ নিয়ে তাঁর কালাম দিয়ে মুনাজাত করলে তা আরও বেশি লক্ষ্যভেদী হতে পারে। এইজন্য ASK Network তার সব কাজে পাক-কিতাবের নীতি অনুসরণ করতে চেষ্টা করে, আর সেই সংগে আল্লাহ্‌ তাঁর কালাম থেকে যা বলেন, তার উপর ভিত্তি করেই মুনাজাত করে। যেমন জবুর ২৯ এই সত্যের সাক্ষ্য দেয়: মাবুদের গলার আওয়াজ কুদরতে পূর্ণ, মহিমায় পূর্ণ সেই আওয়াজ। (আয়াত ৪)

অন্যদের কাছ থেকে শেখা

এখানে এমন কয়েকজনের উদাহরণ দেওয়া হল, যাঁরা আল্লাহ্‌র কালামে আগে থেকেই যা লেখা ছিল, সরাসরি উদ্ধৃতি বা ইংগিতের মাধ্যমে পাক-কিতাবের সেই কথাগুলোই আবার আল্লাহ্‌র কাছে তুলে ধরেছিলেন।

- দাউদ ~ ২ শামুয়েল ২২
- ইউনুস ~ ইউনুস ২
- পিতর ~ প্রেরিত ২
- পৌল ~ রোমীয় ৯
- ঈসা ~ মথি ২৭

ASK Network যেন এই সমৃদ্ধ ও শক্তিশালী ইতিহাসের ধারা বজায় রেখে চলে।

আল্লাহ্‌র নামগুলো

কারণ তোমার ওয়াদার পূর্ণতার মধ্য দিয়ে তুমি নিজেকে যেভাবে প্রকাশ করেছ তা তোমার সুনামের চেয়েও মহান। জবুর ১৩৮:২ এই পুস্তিকায় দেখানোর চেষ্টা করা হয়েছে যে, আল্লাহ্‌র কালাম একটি জীবন্ত কালাম। ইবরানী ৪:১২ আয়াতে একে এভাবে বর্ণনা করা হয়েছে: আল্লাহ্‌র কালাম জীবন্ত ও কার্যকর এবং দু'দিকেই ধার আছে এমন ছোরার চেয়েও ধারালো। কিন্তু তাঁর কালাম নিয়ে ধ্যানের মধ্য দিয়ে আল্লাহ্‌র সত্যের খোঁজ করার সময় আমরা যেন আল্লাহ্‌র স্বভাবকে অবহেলা না করি; তিনিই আমাদের যাঞ্চার বিশ্বস্ত জবাবদাতা। পাক-কিতাবের শুরুর অংশে তিনি তাঁর স্বভাব প্রকাশ করার জন্য যে নামগুলো ব্যবহার করেছেন, সেগুলো এখানে দেওয়া হল; তবে সারা কিতাবুল মোকাদ্দসে তাঁর আরও অনেক নাম ও বর্ণনা আছে। আপনার যাঞ্চার সময় এর যে কোনটি ঘোষণা করতে এবং সেই নামে তাঁকে ডাকতে দ্বিধা করবেন না।

ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ সাবায়োত יהוה צבאות আল্লাহ্‌ রাব্বুল আলামীন ১ শামুয়েল ১৭:৪৫
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ এলিয়োন יהוה עליון মহান মাবুদ জবুর ৭:১৭
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ রোয়ী יהוה רעי মাবুদ আমার পালক জবুর ২৩:১
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌-যিরি יהוה יראה মাবুদ যোগান পয়দায়েশ ২২:১৪
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌-নিঃষি יהוה נסי মাবুদই আমার পতাকা হিজরত ১৭:১৫
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌-শালোম יהוה שלום মাবুদই শান্তি কাজীগণ ৬:২৪
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ শাম্মা יהוה שמה মাবুদ এখানে আছেন ইহিস্কেল ৪৮:৩৫
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ সিদ্‌কেনু יהוה צדקנו মাবুদ আমাদের ধার্মিকতা ইয়ারমিয়া ২৩:৬
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ মেকাদ্দিশ্‌খেম יהוה מקדשכם মাবুদ পাক-পবিত্রকারী লেবীয় ২০:৮
ইয়াহ্‌ওয়েহ্‌ রোফেখা יהוה ררפאך মাবুদ সুস্থতা দানকারী হিজরত ১৫:২৬
এলোহিম אלוהים আল্লাহ্‌ পয়দায়েশ ১:১
এল্‌-ইলাহী-ইসরাইল אל אלוהי ישראל ইসরাইলের আল্লাহ্‌ই আল্লাহ্‌ পয়দায়েশ ৩৩:২০
আদোনাই אדני মালিক পয়দায়েশ ১৫:২
এল্‌-শাদ্দাই אל שדי সর্বশক্তিমান আল্লাহ্‌ পয়দায়েশ ১৭:১
এল্‌-ওলাম אך עולם চিরস্থায়ী আল্লাহ্‌ পয়দায়েশ ২১:৩৩
এল্‌-গিব্বোর אל גיבור শক্তিশালী আল্লাহ্‌ ইশাইয়া ৯:৬-৭
এল্‌-এলিয়োন אל עליון আল্লাহ্‌তা'লা (সর্বোচ্চ আল্লাহ্‌) পয়দায়েশ ১৪:১৮

ঈসা মসীহের বিষয়ে যে সুখবর আমি তবলিগ করি সেই সুসংবাদের মধ্য দিয়ে তোমাদের স্থির রাখবার ক্ষমতা আল্লাহ্‌র আছে। অনেক যুগ ধরে আল্লাহ্‌ তাঁর গোপন উদ্দেশ্যের বিষয় কাউকে বলেন নি, কিন্তু এখন সুসংবাদের মধ্য দিয়ে তা প্রকাশিত হয়েছে এবং সেইমত আমি তবলিগ করছি। অনন্ত আল্লাহ্‌র হুকুম মত নবীদের লেখার মধ্য দিয়ে সব জাতির লোকদের কাছে তা জানানো হয়েছে...— একমাত্র তিনিই আল্লাহ্‌, তিনিই জ্ঞানী। ঈসা মসীহের মধ্য দিয়ে চিরকাল তাঁরই প্রশংসা হোক। আমিন। রোমীয় ১৬:২৫-২৭