

## মেনথল জীবন

Shamsul Arefin Shakti

August 18, 2019

9 MIN READ

খুব বেশি ঠেলায় না পড়লে ব্যাংকে যাই না। একটা একাউন্ট আছে সোনালী ব্যাংকে, সরকারি ব্যাংক। আর দশটা সরকারি প্রতিষ্ঠানের মতই কারামতের মাধ্যমে চলছে। ঈদের আগে আগে এমনিতেই ভিড় হয়, এমনই এক ঈদের আগে খুশিতে-ঠেলায়-ঘোরতে সন্ধ্যা সাড়ে দশটায় পদধূলি দিলাম। ‘নগদ প্রদান’ সাঁটা কাউন্টারে প্রায় ৩৫ জনের পিছনে দাঁড়িলাম। মিনিট চল্লিশেক তাসবীহ পড়ার পর একজন এসে ‘খুশখবর’ দিল, যাদের চেক ‘নিজ’এর তাদের জন্য অন্য লাইনের সুব্যবস্থা করেছে কর্তৃপক্ষ, তবে সেটা একটু স্লো এগুচ্ছে। তাতে কী, রিস্কের নামই তো জীবন, এবার ১৫ জনার পিছনে জায়গা হল। ১২ টার দিকে ঠাণ্ডা গলায় নারী কর্মকর্তা দুঃসংবাদটা দিলেন: ৬ মাসের বেশি অব্যবহৃত থাকায় আপনার একাউন্টটি ডার্মেন্ট হয়ে গেছে, দরখাস্ত করে তাকে পুনরুজ্জীবিত করুন। হতাশা নিয়ে বাড়িই চলে যাচ্ছিলাম, মনের মধ্যে কে যেন বলে উঠল: বাড়িতে তোমার কাজটা কি হে? দরখাস্তটা এখনই করে ফেলো না বাপু?

গেলাম একটা ফটোকপির দোকানে, ভাই একটা সাদা কাগজ দিন, আমি টাকা দিয়েই নিব। সাদা কাগজ নেই (?), পাশের দোকানে যান। যে দোকানটা সে দেখালো, সেটা ফটোকপির না, কাগজেরই পাইকারী দোকান, এক পিস কাগজ পাবার সম্ভাবনা আরও কম। আগের দোকানে ফিরে গেলাম, কী সমস্যা ভাই? বললাম তো টাকা দিয়েই নিব। এবার তিনার মনে দয়া হল, দিলেন। ব্যাংকে ফিরে এগ্লাই করলাম, ম্যানেজার সাহেবের রুমে গেলাম, আরেকজন অফিসারকে রেফার করে দিলেন। খুব অমায়িক লোক তিনি, বললেন ওখান থেকে জমা স্লিপ নিয়ে ৫০০ টাকা জমা দিয়ে আসুন, এটাই নিয়ম। জমার কাউন্টারে এবার জনাদশেকের পিছনে ঠাঁই হল। আল্লাহুমা জাআলনী সবুরওঁ ওয়া শাকুরা, ওয়া জাআলনী ফী আইনী সগীরা ওয়া ফী আইনিন নাসি কাবির। জমা দিয়ে অফিসারকে জানাতেই তিনি কম্পিউটারে কিছু কাজ করে জানালেন, একাউন্ট পুনর্জন্ম লাভ করেছে, আপনি টাকা তোলায় লাইনটিতে ফেরত যান।

একটা বেজে গেছে, চেয়ার ছেড়ে উঠতে উঠতে নারী কর্মকর্তা বললেন, ভাই, কম্পিউটার ক্লোজ করে দিয়েছি, নামায পড়ব, খাব। মাশাআল্লাহ, বারকাল্লাহ। আমিও নামায সেরে ১:৪৫ এ ফের ব্যাংকে দাখেল হলাম। এবার প্রথম স্থান অধিকার করে স্ট্যান্ড করলাম। ২০ মিনিট পর যথাসময়ে ভদ্রমহিলা এসে আবার জানালেন, আপনার একাউন্ট তো এক্টিভেট হয়নি। আবার গেলাম সেই অমায়িক পুরুষ অফিসারের কাছে, ফের লাইনের পিছনে দাঁড়ানোর অসহায়তা প্রকাশ করলাম। নিজে উঠে গিয়ে আরেক ডেস্কে জানালেন ভদ্রলোক, আর আমি দাঁড়িলাম বাইরে টাকা গ্রহণের লাইনে। বেলা তিনটায় আলহামদুলিল্লাহ নোট গুনে বেরিয়ে এলাম সুস্থ মনে সুস্থ মেজাজে।

এত বড় একটা ঘটনা শুনানোর উদ্দেশ্য হল আপনারা যেন মিলিয়ে নেন। এমন দিন আমাদের সবারই যায় মাঝেসাজে। কোনো কিছুই যেভাবে চাই সেভাবে হয় না, যেমনটা ভাবি তেমনটা হয় না, একটা বলও লাগে না ব্যাটে। মেজাজ খিঁচড়ে যায়, হতাশ লাগে, অসহায়তার প্রকাশ ঘটে দীর্ঘশ্বাসে বা গালিতে বা শক্ত কথায় বা ঝগড়ায়। বড় ধরনের সিনক্রিয়েট বা হাতাহাতির পর্যায়েও যায় প্রায়শই। ঐদিন অলরেডি সাড়ে দশটা থেকে তিনটার মধ্যে বেশ কিছু বাকবিতণ্ডা হয়ে গেছে অফিসার-ক্লায়েন্ট, ক্লায়েন্ট-ক্লায়েন্ট। আলহামদুলিল্লাহ ঐ ফটোকপির দোকানে একবার রাগ হবে হবে মনে হচ্ছিল। আর ব্যাংকের মধ্যে এক হাফপ্যান্ট পরা ক্লায়েন্ট দেখে একটু রাগ হচ্ছিল, সরকারি অফিসে এসেছেন গেঞ্জির কাপড়ের হাফপ্যান্ট পরে, থ্রি কোয়ার্টারও না। বাকি সময়টা একেবারে খারাপ কাটেনি। হাশরের মাঠে পঞ্চাশ হাজার বছর ঠায় দাঁড়িয়ে থাকতে হবে, আর এখানে দুয়েক ঘণ্টা পারব না? এটা ভাবলে আর গায়েই লাগে না।

জীবন এক বিক্ষুব্ধ সাগর। উত্থান-পতনের প্যারডক্সশংকুল এক যাত্রা। পজেটিভ-নেগেটিভ অনুভূতির মিশেলে এক পুঁতির মালা। পজেটিভ ফীলিংসগুলো যেমন আপনাকে সতেজ করে, নেগেটিভগুলো আপনাকে দমিয়ে দেয়, হতাশ করে, রাগিয়ে

দেয়। কারও কথা, কারও কমেণ্ট, কারও সাথে ঝগড়া, কারও মুখতা, কারও হঠকারিতা, কারও প্রতারণা, হয়রানি, অপেক্ষার প্রহর, কিছু না পাওয়ার বেদনা— এগুলো আপনার ভিতর জমে। একটা নেগেটিভ অনুভূতি, যেন বুক চেপে আসে, যেন মনটা তিতে তিতে। এই অনুভূতিটা আমাদের ভিতর জমে। জমতেই থাকে। পরে একটা মানসিক বা শারীরিক ফলাফল হিসেবে প্রকাশ পায়।

জীবনযাত্রায় এই শত্রুগুলোর সাথে লড়াইয়ের জন্য, লড়াইয়ে জেতার জন্য এবং তিতকুটে মনকে ফ্রেশনেস দেবার জন্য আল্লাহ আমাদেরকে ঝাঁটার মত কয়েকটা অস্ত্র দিয়েছেন। একটা ঝাঁটা হল 'তাকদীর' এর কনসেপ্ট। জীবন প্রতিনিয়ত যে পাওয়ার ছুঁড়ে দেয় সেগুলো ঠেকাতে একজন মুসলিমের জন্য এটা অনেক বড় ঢাল। এবং এটা একজন মুসলিমের কাছে থাকতেই হবে, মাস্ট। তাকদীরের ভালোমন্দের উপর ঈমান আবশ্যিক, এতে অবিশ্বাসী কাফির। যা হয়েছে তা হতোই, যা হয়নি তা কখনোই হতো না, তা হওয়ারই ছিলো না— এটাই ঈমানের বাস্তবতা [1]। যা পেয়েছি তা আসতো, যেটুকু পাব, সেটুকু আসবেই, কেউ আটকাতে পারবে না। আর যেটুকু হাতছাড়া হলো, তা কখনোই পেতাম না, লেখাই ছিলো না, পাব কোথেকে। আসমান যমীন সৃষ্টির ৫০ হাজার বছর পূর্বেই তো সব লেখা [2], আমার নামে ওটা লেখাই ছিলো না। সব প্রতারণার কষ্ট, লোকসানের কষ্ট, না পাওয়ার বেদনা সব গলে পানি। সব স্ট্রেস, বুকচাপা কষ্ট শেষ।

আরেকটা ঝাঁটা হল 'রিযক' এর কনসেপ্ট। এই দুই ঝাঁটার বাড়িতে সাপটে দূর হয়ে যায় সব না পাওয়ার বেদনা আর ভবিষ্যতের উদ্বেগ। রিযক অবশ্য তাকদীরেরই অংশ। বিস্তারিতভাবে রিযক, বয়স, লিঙ্গ ও চরিত্র মাতৃগর্ভে লিখে দেয়া হয় [3]। আমার নামে বরাদ্দ রিযক কেউ নিতে পারবে না। দোকানদার ঠকিয়ে দিল বলে মন খারাপ? যাহ, ওর রিযিক ও নিয়েছে, আমার থেকে তো যায়নি। আল্লাহ আমার মাধ্যমে ওকে ওর রিযক ওকে পৌঁছে দিলেন, বাহ। আমার রিযক যতক্ষণ না আমি পুরা করছি, আমার মৃত্যু হবে না, হতেই পারে না [4]। আমার একটা ভাতের দানা, এক ঢোক পানি আমি না খেয়ে দুনিয়া থেকে যেতে পারব না। রিযক ব্যক্তিকে অভাবেই খুঁজে নেয় যেভাবে মৃত্যু তালাশ করে। অতএব রিযক নিয়েও এতো টেনশানের কিছু নেই। সুন্নাহ হিসেবে রিযক আসার রাস্তা খুঁজে নেব, কিন্তু রাস্তা পাওয়া যাচ্ছে না বলে পেরেশান হওয়ার কিছু নেই। রাস্তা খুঁজার নামে হারামের দিকে যাওয়াটা তো আরও বোকামি। তাই টেনশানফ্রী নয়নজুড়ানো জীবনের জন্য তাকদীর আর রিযক সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা রাখুন। ধারণার চেয়েও জরুরি হল, শক্ত ঈমান রাখুন। আর ঈমান শক্ত করার উপায় হল, কথায় কথায় তাকদীর আর রিযকের কথা আরেকজনকে বলুন। বলতে থাকুন, নিজের ঈমান বাড়বে।

আরেকটা অস্ত্র হলো, সামান্য সামান্য এইসব ক্ষতি-কষ্টে মুমিনসের গুনাহ গাছের ঝরাপাতার মত ঝরে যায় [5], বিপদ উঠিয়ে নেয়া হয়। মুসলমানের যেকোন ক্লাস্তি-কষ্ট-রোগ-দুশ্চিন্তা-পেরেশানিতে, এমনকি সামান্য কাঁটা বিঁধে গেলেও, তার গুনাহগুলো মাফ হয়ে যায় [6]।

এর চেয়ে কম কষ্টেও আল্লাহর কাছে তার মর্যাদা বাড়তে থাকে [7]।

আল্লাহ আগেই আমার আপনার জন্য একটা মর্যাদা ঠিক করে রাখেন, যদি আমার আমল কম হয় যার দ্বারা ঐ মর্যাদা অর্জন সম্ভব না, তখন আল্লাহ অপছন্দনীয় ও কষ্টকর বিষয় পাঠান, যাতে এসবের উসীলায় আমি আমার ঐ অবস্থানে পৌঁছে যাই, সুবহানাল্লাহ [8]। যেকোন নেগেটিভ ঘটনায় আপনি পাচ্ছেন পজিটিভ ফীলিংস।

নবীজী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম এজন্যই আশ্চর্য হয়ে বলেছেন: মুমিনের ব্যাপারস্যাপার কী আশ্চর্যের! তার সবকিছুতেই কল্যাণ আর কল্যাণ। আর এমনটা কেবল ঈমানওয়ালার ক্ষেত্রেই হয়। সচ্ছলতায় যখন সে শুকরিয়া আদায় করে, তাও তার জন্য কল্যাণ বয়ে আনে; আবার বিপদে আপদে সে যখন সবার করে, তাও তার জন্য কল্যাণকরই হয়। [9]

শহীদের হিসাব হবে, দানশীলেরও হিসাব হবে। এরপর তাদের আনা হবে যাদের দুনিয়া কেটেছে বিপদে আপদে। তাদের কোন মীযানও নেই, বিচারও নেই। এরপর তাদের উপর এতো নিয়ামত বর্ষণ করা হবে যা দেখে যারা নিরাপদে দুনিয়া কাটিয়েছে তারা আফসোস করবে [10]।

আমার এখন এইটুকুকষ্ট সহ্য করার কারণে যদি গুনাহ মাফ হয়, বড় বিপদ কেটে যায়, আল্লাহর কাছে প্রিয়তর হই, হিসাব কমে যায়, তাহলে ক্ষতিটা কোথায়? যেদিকে তাকাই শুধু লাভই লাভ।

আরেকটা অস্ত্র হল, সিজদাহ্। সব কষ্টের কথা এমন একজনকে বলা, যার ব্যাপারে আপনি নিশ্চিত যে তিনি আপনাকে সমাধান করে দেবেন, সে ক্ষমতা তার আছে। আল্লাহর পরিচয়ের অনুভূতি খুব ধারালো হতে হবে। শান দিতে হয়, নইলে ধার নষ্ট হয়ে যায়। আল্লাহর শক্তি-ক্ষমতা, রাজত্বের ব্যাপ্তি, আদেশের ওজন, আল্লাহ আমার পক্ষে এলে আমার সমস্যাটা কী দাঁড়াবে, আর আল্লাহ আমার বিপক্ষে গেলে আমার কী হাল হবে— এই মোটা মোটা কথাগুলো প্রতিদিন আলোচনা করা দরকার। নবীদের আল্লাহ কোনো মাধ্যম ছাড়া সাহায্য করেছেন, সাহাবীদেরকেও করেছেন, আমাকেও করতে পারেন। আমার এই সমস্যা থেকে উত্তরণ আমার কাছে কষ্টসাধ্য, আল্লাহর কাছে স্বেচ্ছা একটা ‘কুন ফাইয়াকুন’-ই তো। আমার চোখে কোনো উপায় আমি দেখি না, আল্লাহর কাছে এই কাজ হাসিলের উপায়ের অভাব আছে? মানুষের অন্তর তাঁর দুই আঙুলের ফাঁকে, তিনি মুকল্লিবুল কুলুব। হৃদয়সমূহের রাজাধিরাজ। নবী-সাহাবীদের সাথে কুদরতের কারিশমাগুলোর কথা যত আওড়াবেন, তত আল্লাহ সম্পর্কধারণা স্পষ্ট ও পোক্ত হবে, আস্থা বাড়বে। এই আস্থার লেভেল নিয়ে সিজদায় লুটিয়ে আপনার সমস্যার কথা বলবেন, বিচার দিবেন, হাউমাউ করবেন। মন ফ্রেশ তো হবেই, কুদরতের খেলও দেখতে পাবেন ইনশাআল্লাহ।

আরেকটা হল, সবাইকে মাফ করে দেয়া। আল্লাহও তাহলে আমাকে মাফ করে দেবেন, ওয়াও। এক সাহাবীকে পরপর ৩ দিন নবীজী জান্নাতী আখ্যা দিলেন। জান্নাতের লোভে লোভে আরেক সাহাবী গিয়ে উঠলেন তাঁর বাসায়, কী আমল করে জান্নাত পেয়ে গেল দেখি। আমরা খালি দুনিয়ার লোভে ছুটি, দুনিয়া তো লোভ করার জিনিসই না। মশার পাখার জন্য লোভ, পচাগলা বকরীর জন্য আমাদের লালচ। আর সাহাবীরা অনন্ত-অব্যয়-অক্ষয় জান্নাতের জন্য লোভ করতেন, যার প্রস্থ-ই আসমান-যমীনের দূরত্ব; না জানি দৈর্ঘ্য কত ! তো তিন দিন মেহমান হয়ে দেখলেন, তেমন কোনো বিশেষ আমল তো নজরে এলো না, জান্নাত পেলো কীভাবে? জিজ্ঞেস করলেন, জবাব এলো: আমি শোবার আগে সবাইকে মাফ করে দিয়ে শুই। কারো ব্যাপারে কোনো অভিযোগ রাখি না। আহ, শান্তি! তাওহীদ মেনে নিলে আপনার সমাধানের অভাব নাই। সুবহানাল্লাহ।

সবচেয়ে বড় মোটিভেশন হল আখিরাত। আখিরাতে আমি বেঁচে গেলাম তো হয়ে গেল আমার, মানুষ আমাকে দুনিয়ায় কিছু বললেই বা কী, না বললেই বা কী? এক তাবেঈকে কেউ ‘কুকুর’ বলে গালি দিল। উনি বললেন: যদি আখিরাতে আমি বেঁচে যাই, তাহলে তোমার এই গালিতে আমার কী আসে-যায়। আর যদি না উতরে যাই, তবে তো আমি তোমার গালির চেয়েও খারাপ। ইন্নালিল্লাহি ওয়া ইন্না ইলাইহি রাজিউন— এটা কিন্তু শুধু মৃত্যুসংবাদেই দুয়া না। এটা সব মুসিবতের দুয়া, যা কিছু আপনাকে কষ্ট দেবে, বিপদ মনে হবে, অর্থের দিকে খেয়াল করে দুয়াটা পড়া চাই। অবশ্যই আমরা আল্লাহর জন্যই এবং আল্লাহর কাছে আমরা ফিরে যাবোই যাবো। আমি নিজেই থাকবো না, আমার এই বিপদ-সমস্যা-কষ্ট তো আমার চেয়েও ক্ষণস্থায়ী, এটাও থাকবে না। বরং আমি সবর করি, এই অবস্থাতেই আল্লাহর শোকর করি, আমার আখিরাত বনবে। এটা তো আল্লাহর কাছে থেকেই এসেছে। আমার আল্লাহ যদি আমাকে এই অবস্থায় দেখে খুশি হন, আমি কেন খুশি হব না। আমিও খুশি আল্লাহ তোমার ফয়সালার উপর। কেল্লা ফতেহ।

মানসিক এবং আত্মিক প্রশান্তি (ইতমিনান) এবং স্থিরতা (সুকুন)কে আমি 'মেনথল ফীলিংস' হিসেবে কল্পনা করি। বুকের ভেতরটা মেনথল দিয়ে কেউ ধুয়ে দিসে, এমন। তৃপ্তি + প্রশান্তি+ স্বস্তি+ স্থিরতা।  
যে জীবন জুড়ায় প্রাণ, মেনথল জীবন।

\*\*\*

[1] মুসনাদে আহমাদ, তাবারানী, মাজমাউয যাওয়ায়েদ এর সূত্রে মুত্তাখাব আহাদীস পৃষ্ঠা ৯৩, দারুল কিতাব। রাবীগণ ছিকাহ। আবু দাউদ ৪৮০০

[2] মুসলিম

[3] বুখারী, কিতাবুল কদর

- [4] শারহুস সুন্নাহ ৩০৫/১৪, ইমাম বাগভী, হাদিসটি মুরসাল, রাবীগণ ছিকাহ।
- [5] বুখারী ৫৭৫/১১৮
- [6] বুখারী
- [7] মুসলিম
- [8] আবু ইয়ালা, রাবীগণ ছিকাহ
- [9] মুসলিম ২৯৯৯
- [10] তাবারানী কাবীর, একজন রাবী মুজাআহ বিন জাবীরকে ইমাম আহমাদ বলেছেন ছিকাহ, দারা কুতনী বলেছেন যয়ীফ।