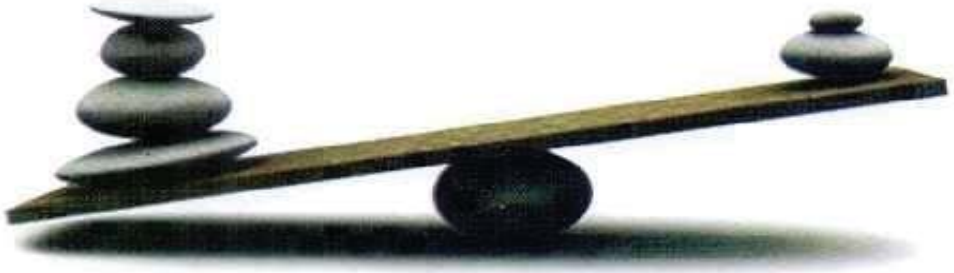
ভালো? মন্দ? কে জানে?

অজন ব্রহ্ম



বাংলা রূপান্তর
সুব্রত বড়ুয়া

www.kalpataruboi.org

ভালো? মন্দ?
কে জানে?

আপনার হৃদয়ের দ্বার উন্মুক্ত করার পরিণতি

www.kalpataruboi.org

ভালো? মন্দ?
কে জানে?

Ajahn Brahm রচিত
Good? Bad? Who Knows?
গ্রন্থের বঙ্গানুবাদ

অজন ব্রহ্ম

বাংলা রূপান্তর
সুব্রত বড়ুয়া

কল্পতরু
রাঙামাটি ৪৫০০, বাংলাদেশ

www.kalpataruboi.org

ভালো? মন্দ? কে জানে?
অজন ব্রহ্ম
অনুবাদ : সুব্রত বড়ুয়া
প্রথম প্রকাশ : ডিসেম্বর ২০১৪
প্রথম প্রকাশক : প্রান্তিক ওয়েলফেয়ার ট্রাস্ট
৬৬/১ কদমতলা, সবুজবাগ, ঢাকা-১২১৪
দ্বিতীয় প্রকাশ : ২৬ অক্টোবর ২০১৫
দ্বিতীয় প্রকাশক : কল্পতরু, রাঙামাটি ৪৫০০, বাংলাদেশ
প্রচ্ছদ : ধ্রুব এষ
মুদ্রণ : এ্যাড-আর্ট
২৩১, ফকিরপুল (গরম পানির গলি)
মতিঝিল, ঢাকা-১০০০
ফোন : ০১৮৪৫-৭৪৫২২১

শ্রদ্ধাদান : ১৫০ টাকা

Good? Bad? Who Knows?
by Ajahn Brahm. Translated by Subrata Barua
Published in Bangladesh by Kalpataru
Rangamati 4500, Bangladesh
e-mail : kbangsharg@gmail.com
ISBN 978-984-33-8289-4

Price : Taka 150 only

www.kalpataruboi.org

অনুবাদকের উৎসর্গ

লতিকা বড়ুয়া (পটলদি)
অধ্যাপক সরোজ বড়ুয়া (সরোজদা)

জীবন কোনো সরলরেখা নয়, কোনো জ্যামিতিক চিত্রও নয়—হয়তো সুখ-দুঃখ, আনন্দ-বেদনা ও সাফল্য-ব্যর্থতায় ভরা একটি পূর্বনির্দিষ্ট সময়কাল মাত্র।

www.kalpataruboi.org

দ্বিতীয় প্রকাশনা প্রসঙ্গে

বিগত মাস পাঁচেক আগে প্রান্তিক ওয়েলফেয়ার ট্রাস্টের চেয়ারম্যান উপাসক মি. উদয়ন বড়ুয়ার সাথে আমার আকস্মিক পরিচয় হয়। তারা কয়েকজন মিলে আমার কাছে এসেছিল মূলত বাংলায় ত্রিপিটক প্রকাশনার ব্যাপারে কথা বলার জন্য। তারা আমাকে বললেন, আজান সুজাতো ভন্তে তাঁর SuttaCentral নামে ওয়েবসাইটে ইংরেজিসহ অন্যান্য ভাষার সাথে বাংলা ভাষায়ও মূল সূত্রপিটকীয় বইগুলোর বাংলা অনুবাদ দিতে চান। আমি সে ব্যাপারে তাকে সহযোগিতা করতে পারবো কি না। আমি প্রস্তাব শুনে এক কথায় রাজি হয়ে গেলাম এবং সাধ্যমতো সহযোগিতা করবো বলে প্রতিশ্রুতি দিলাম।

সেদিন আজান ব্রহ্মবংশ ভন্তের সম্পর্কেও বেশ কথাবার্তা হলো। কথায় কথায় তিনি আমাকে জানালেন যে তারা আজান ব্রহ্মবংশ ভন্তের *ভালো? মন্দ? কে জানে?* নামে নতুন একটি বই প্রকাশ করেছে গত বছর ২০১৪ সালে। বইটি সংগ্রহ করে আমি বেশ আগ্রহের সঙ্গে পড়লাম। পড়ে ভালোও লাগল। অনেকটা স্নেহভাজন জ্ঞানশান্ত ভিক্ষুর অনূদিত *হৃদয়ের দরজা খুলে দিন* বইটির মতো এখানেও তিনি উপভোগ্য ১০৮টি গল্পের সমাহারে বইটি সাজিয়েছেন।

এদিকে আমি যখন ২০১৩ সালে আমার **কল্পতরু** প্রকাশনা সংস্থা হতে প্রথম *হৃদয়ের দরজা খুলে দিন* নামে বইটি ছাপাই তখন থেকেই এদেশের পাঠকদের কাছে আজান ব্রহ্মবংশ ভন্তে ব্যাপক পরিচিতি লাভ করেন। আমরা দেখেছি বইটি প্রকাশের পরপরই আমাদের পাঠকসমাজে ব্যাপক সাড়া পড়ে যায়। অনেকে উচ্ছ্বসিত প্রশংসা করেন আজান ব্রহ্মবংশ ভন্তের গল্প বলার ধরণ ও উপস্থাপনারীতিকে এবং সেই সাথে অনুবাদক জ্ঞানশান্ত ভিক্ষুকেও অত্যন্ত দক্ষতার সাথে প্রাঞ্জল বাংলায় অনুবাদ করার জন্য। মূলত *হৃদয়ের দরজা খুলে দিন* বইটিতে পরিবেশিত গল্পগুলোর মধ্যে কিছু নিজের বাস্তব জীবন থেকে নেওয়া, কিছু পরিচিত কারো কাছ থেকে শোনা, কিছু আছে প্রাচীন বৌদ্ধশাস্ত্র থেকে নেওয়া, আর কিছু একদম রূপকধর্মী—যাকে ইংরেজিতে বলা হয় 'allegory'। কিন্তু একটা কথা অবশ্য স্বীকার্য যে, তাঁর প্রত্যেকটি গল্প অত্যন্ত বাস্তবধর্মী ও জীবনঘনিষ্ঠ। তাঁর সরল ভাষা ও রসালো

www.kalpataruboi.org

উপস্থাপনা এক কথায় চমৎকার। তাঁর গল্পগুলো পড়ে এখানকার পাঠকদের অনেকের মন ও জীবন দুটোই ছুঁয়ে গেছে এ কথা বলার অপেক্ষা রাখে না।

বর্ষাবাসের মাঝামাঝিতে হঠাৎ একদিন উপাসক মি. উদয়ন বড়ুয়ার সাথে ফোনে যোগাযোগ হলে কথা প্রসঙ্গে আমি তাকে অনুরোধ করে বললাম যে, আজান ব্রহ্মবংশ ভন্তের এখানে বেশ কিছু পাঠক তৈরি হয়েছে। তারা আজান ব্রহ্মবংশ ভন্তের বই পড়তে চান। তাই আপনি যদি অনুমতি দেন তাহলে আমি এখানকার পাঠকদের জন্য আমার **কল্পতরু** প্রকাশনা সংস্থা হতে *ভালো? মন্দ? কে জানে?* বইটি পুনঃপ্রকাশ করতে চাই। এক কথায় তিনি আমায় অনুমতি দিলেন। সেজন্য আমি ধর্মপ্রাণ উপাসক মি. উদয়ন বড়ুয়াকে অশেষ কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি।

ভালো? মন্দ? কে জানে? এই বইটি অনেকটা *হৃদয়ের দরজা খুলে দিন* বইটির মতোই। এখানেও মোট ১০৮টি গল্পের সন্নিবেশ আছে। প্রত্যেকটি গল্পই সম্পূর্ণ বাস্তবধর্মী ও জীবনঘনিষ্ঠ। বইটির প্রত্যেকটি গল্পের পরতে পরতে গভীর অন্তর্দৃষ্টি ও সম্পূর্ণ ভিন্ন এক স্বাদ লক্ষ করার মতো। কোনো পাঠক একবার পড়তে শুরু করলে পুরো বইটি পড়া শেষ না করা পর্যন্ত ছাড়তে ইচ্ছে করবেন বলে আমার মনে হয় না। বইটির গল্পগুলো তার পাঠককে মন্ত্রমুগ্ধের মতো মোহাবিষ্ট করে রাখবে। আমার মনে হয় মনোযোগী পাঠকমাত্রই এই বইটির ভিন্ন এক স্বাদ খুঁজে পাবেন, আর জীবন সম্পর্কে গভীর অন্তর্দৃষ্টির অবারিত দ্বার উন্মোচিত করতে পারবেন—যা আপনার জীবনকে করবে আরও মহিমান্বিত ও অর্থবহ। জাতি-ধর্ম-বর্ণ-নির্বিশেষে সকল পাঠককে এই বইটি পড়ার আমন্ত্রণ জানাই। শেষে বলতে ইচ্ছে হয়, *যদিও দেখ ছাই, উড়াইয়া দেখ ভাই, পাইলেও পাইতে পার অমৃত রতন।* ভালো? মন্দ? কে জানে?

ভদন্ত করুণাবংশ ভিক্ষু
রাজবন বিহার, রাঙামাটি
১১ অক্টোবর, ২০১৫

www.kalpataruboi.org

অজন ব্রহ্মের পরিচিতি

অজন ব্রহ্মবংশ মহাথেরোর (জনসাধারণের কাছে ব্যাপকভাবে পরিচিত অজন ব্রহ্ম নামে) জন্ম যুক্তরাজ্যের লন্ডনে, ১৯৫১ খ্রিষ্টাব্দের ৭ আগস্ট। তাঁর গৃহী নাম পিটার বেটস। তাঁর জন্ম একটি শ্রমজীবী পরিবারে। ১৯৬০-এর দশকের শেষের দিকে কেমব্রিজ বিশ্ববিদ্যালয়ে তত্ত্বীয় পদার্থবিজ্ঞান (Theoretical Physics) পড়ার জন্য তিনি একটি বৃত্তি লাভ করেন। কেমব্রিজ থেকে স্নাতক ডিগ্রি অর্জনের পর তিনি এক বছর একটি হাই স্কুলে শিক্ষকতা করেন। এরপর বৌদ্ধভিক্ষু হওয়ার জন্য তিনি থাইল্যান্ডে চলে যান। সেখানে শ্রদ্ধেয় অজন চাহ্ বোধিন্যান মহাথেরোর নিকট ভিক্ষুজীবনের প্রথম দিকেই তাঁকে বৌদ্ধভিক্ষুদের আচার-আচরণ ও জীবনযাপনের পদ্ধতি তথা বিনয় বিষয়ে ইংরেজি ভাষায় একটি নির্দেশিকা বই (guide) সংকলনের দায়িত্ব প্রদান করা হয়। তাঁর সংকলিত সেই গাইড বইটিই পরে পাশ্চাত্যের দেশগুলির বহু থেরবাদী বৌদ্ধমন্দিরে ভিক্ষুদের আচরণীয় বিধানের ভিত্তিগ্রন্থ হিসেবে অনুসৃত হয়েছে।

শ্রদ্ধেয় ব্রহ্মকে এর পর পশ্চিম অস্ট্রেলিয়ার বৌদ্ধ সমিতি (Buddhist Society of Western Australia) বৌদ্ধ আচরণবিধি ও জীবনযাপন সম্পর্কে প্রশিক্ষণ দেওয়ার কাজে অজন জাগারোকে সাহায্য করার জন্য অস্ট্রেলিয়ার পার্থে যাওয়ার আমন্ত্রণ জানায়। প্রথম দিকে তাঁরা দুজনেই থাকতেন উত্তর পার্থ-এর শহরতলির একটি পুরোনো বাড়িতে। পরে ১৯৮৩ সালের শেষের দিকে পার্থ-এর পশ্চিমের সার্পেন্টাইন পাহাড়শ্রেণির গ্রামীণ এলাকায় ৯৭ একর জমি কেনা হয়, যেখানে ছিল পুরোপুরি জঙ্গলাকীর্ণ পরিবেশ। এই এলাকাটি পরিচিত হয় বোধিন্যান [বোধিজ্ঞান] বৌদ্ধমন্দির হিসেবে (তাঁদের দুজনেরই উপসম্পদাদানকারী গুরু অজন চাহ্ বোধিন্যান-এর নামানুসারে)। ধীরে ধীরে বোধিন্যান হয়ে ওঠে দক্ষিণ গোলার্ধে বুদ্ধবাণী প্রচারের প্রথম বৌদ্ধমন্দির। বর্তমানে এখানে বাস করছেন অস্ট্রেলিয়ার থেরবাদী বৌদ্ধভিক্ষুদের সর্ববৃহৎ এক ভিক্ষুসংঘ।

প্রথম দিকে এখানে কোনো ভবন ছিল না। আর পার্থে যেহেতু ছিলেন তখন অল্পসংখ্যক বৌদ্ধ এবং অর্থের সংস্থানও ছিল খুবই সামান্য, তাই খরচ বাঁচাতে ভিক্ষুরা নিজেরাই ভবন নির্মাণের কাজে আত্মনিয়োগ করেন। এই সময়েই অজন ব্রহ্ম কাঠের কাজ ও ইট বসানোর কাজ শিখে নেন। সেখানকার বর্তমান

www.kalpataruboi.org

ভবনগুলির মধ্যে অনেক ভবনই তাঁর নিজের হাতে তৈরি।

১৯৯৪ সালে অজন জাগারো পশ্চিম অস্ট্রেলিয়া থেকে স্যাবাটিক্যাল ছুটি নেন এবং এক বছর পর আকস্মিকভাবে সম্পূর্ণ মন্দির ব্যবস্থাপনার একক দায়িত্ব এসে পড়ে অজন ব্রহ্মের ওপর। প্রথম দিকে কিছুটা অসুবিধার সম্মুখীন হলেও অচিরেই অজন ব্রহ্ম সম্পূর্ণ দায়িত্বের সঙ্গে তাঁর ভূমিকা পালন করতে থাকেন এবং তাঁর হাস্যরসাত্মক সরস উপস্থাপনায় উদ্দীপনামূলক ধর্মশিক্ষা প্রদানের জন্য অস্ট্রেলিয়ার অন্যান্য অংশে ও দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ায় সাদরে আমন্ত্রিত হতে শুরু করেন। তিনি ২০০২ সালে নমপেনে অনুষ্ঠিত আন্তর্জাতিক বৌদ্ধ শীর্ষ সম্মেলন এবং আরো চারটি বিশ্ব-সম্মেলনে বৌদ্ধধর্ম বিষয়ে বক্তৃতা প্রদান করেন। ২০০৬ খ্রিস্টাব্দের জুন মাসে পার্থে অনুষ্ঠিত বৌদ্ধধর্ম বিষয়ক চতুর্থ বৈশ্বিক সম্মেলনের তিনিই আহ্বায়ক ছিলেন। কিন্তু এ ধরনের আন্তর্জাতিক স্বীকৃতি পাওয়া সত্ত্বেও অসুস্থ ও মুমূর্ষ মানুষদের, জেলের বন্দীদের বা ক্যান্সারে আক্রান্ত রোগীদের, ভাবনা ও ধ্যানশিক্ষায় আগ্রহী ব্যক্তিদের এবং অবশ্যই বোধিন্যানে তাঁর নিজের সংঘের সদস্যদের প্রতি কর্তব্যপালনে তিনি কখনো বিরত থাকেননি।

অজন ব্রহ্ম বর্তমানে পশ্চিম অস্ট্রেলিয়ার সার্পেন্টাইনের বোধিন্যান বিহারের বিহারাধ্যক্ষ, পশ্চিম অস্ট্রেলিয়ার বৌদ্ধ সমিতির আধ্যাত্মিক পরিচালক, ভিক্টোরিয়ার বৌদ্ধ সমিতির আধ্যাত্মিক উপদেষ্টা, দক্ষিণ অস্ট্রেলিয়ার বৌদ্ধ সমিতির আধ্যাত্মিক উপদেষ্টা এবং সিঙ্গাপুরের বুডিস্ট ফেলোশিপের আধ্যাত্মিক পৃষ্ঠপোষক। এ ছাড়াও বর্তমানে তিনি অস্ট্রেলিয়ান সংঘ এসোসিয়েশন প্রতিষ্ঠার জন্য সর্বমতাবলম্বী বৌদ্ধ ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীদের নিয়ে একযোগে কাজ করে চলেছেন।

২০০৪ সালের অক্টোবর মাসে অজন ব্রহ্মকে তাঁর পরাদৃষ্টি (vision), নেতৃত্ব এবং অস্ট্রেলিয়ার জনসমাজের প্রতি সেবার জন্য কার্টিন বিশ্ববিদ্যালয় (Curtin University) কর্তৃক জন কার্টিন পদক (John Curtin Medal) প্রদান করা হয়।

অজন ব্রহ্ম অনেক বই লিখেছেন যার মধ্যে কয়েকটি হলো : 'Opening the Door of Your Heart', 'The Art of Disappearing', 'Happiess Through Meditation.' ধর্ম বিষয়ে তাঁর শত শত বক্তব্য বর্তমানে ডিজিট্যাল অডিও এবং ভিডিও ফরম্যাটে পাওয়া যায়। কোনো রকম অর্থ প্রদান ছাড়াই সেগুলি ডাউনলোড করা যায়। বছরে লক্ষ লক্ষ বার সেগুলি ডাউনলোড করা হচ্ছে, এবং বলা যায়, এমন একটি সেকেন্ডও অতিক্রান্ত হয় না যখন অজন ব্রহ্মের ধর্মকথা বিশ্বের কোথাও না কোথাও কেউ না কেউ ডাউনলোড করছেন।

www.kalpataruboi.org

অজন ব্রহ্ম রচিত ভূমিকা

কলা সর্বত্র প্রচুর পাওয়া যায়।

সেগুলো সবখানে এতো বেশি দেখা যায় যে, আমরা মনে করি—কলা সম্পর্কে আমরা সবকিছু জানি। বাস্তবে, একটি কলার খোসা কিভাবে ছাড়াতে হয় তা-ও আমরা সঠিকভাবে জানি না। অধিকাংশ মানুষই কলার খোসা ছাড়ানো শুরু করে এর আগা বা মাথার দিক থেকে এবং শেষ করে এর গোড়ার দিকে এসে। অবশ্য কলার ব্যাপারে যাদের বিশেষজ্ঞ মানতে হয় সেই বানরেরা কিন্তু খোসা ছাড়াতে শুরু করে বিপরীত দিক থেকে। আপনি নিজেই একবার সেভাবে কাজটা করে দেখুন। বানরের পদ্ধতি অনুসরণ করলে দেখবেন কাজটা কত বেশি সহজ।

একইভাবে ধ্যান অনুশীলনকারী বৌদ্ধ ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীরাই ঠিকভাবে জানেন—মনকে কিভাবে চারপাশের নানা বাধাবিঘ্ন থেকে বিচ্ছিন্ন করে রাখা যায়। তাই আমি আপনাদের আমন্ত্রণ জানাই জীবনের সমস্যাগুলো মোকাবেলা করার ব্যাপারে ভিক্ষুরা যে পদ্ধতি মেনে চলেন সে পদ্ধতি অনুসরণ করার জন্যে। তাহলে জীবনের সমস্যা অনেক কমে যাবে—ঠিক যেমনটি ঘটে একটি কলার খোসা ছাড়ানোর সময়।

www.kalpataruboi.org

অনুবাদকের নিবেদন

যদি একেবারে প্রথমেই স্বীকার করে নিই যে, এই বইটি একটি অন্যরকম বই তাহলে সত্য কথা বলা হয় বটে, কিন্তু বইয়ের পরিচয় তাতে পাওয়া যায় না। ভালো? মন্দ? কে জানে?—বইটিকে গ্রন্থবিচারের মানদণ্ডে ঠিক কোন শ্রেণিতে ফেলা যায় সেটিও আমার কাছে স্পষ্ট নয়। এটি কোনো প্রবন্ধের বই নয়, নয় কোনো গল্পগ্রন্থ কিংবা উপন্যাস। এতে মোট ১০৮টি নিবন্ধ আছে বটে; এবং সেগুলো লেখা হয়েছে প্রধানত গল্প বলার ঢংয়ে, তবু এ বইটিকে গল্পের বই বলা যাবে বলে আমার মনে হয় না। লেখাগুলোতে লেখক যেমন গল্প বলেছেন কোথাও কোথাও, তেমনি কোনো কোনো লেখায় আছে তাঁর নিজের অভিজ্ঞতার বর্ণনা এবং কয়েকটি রচনায় অতিপ্রাকৃত ঘটনার অভিজ্ঞতাও বর্ণিত হয়েছে। তবে সবচেয়ে বড় কথা, এ বইয়ের লেখাগুলোর প্রত্যেকটিরই একটি সারকথা আছে, কিন্তু তা উপদেশ নয়, ধর্মকথাও নয়—বাস্তব জীবনের নানা সমস্যা মোকাবেলার বর্ণনা।

এ বইটির মূল লেখক অজন ব্রহ্ম জন্মসূত্রে একজন ব্রিটিশ নাগরিক। তিনি উচ্চশিক্ষা গ্রহণ করেছেন তত্ত্বীয় পদার্থবিজ্ঞানে এবং কর্মজীবনের শুরুতে হাই স্কুলে গণিত পড়িয়েছেন। তাঁর উচ্চশিক্ষার বিষয় এবং হাই স্কুলে গণিত পড়ানোর সঙ্গে আমার নিজের জীবনের কিছুটা মিল রয়েছে বলে বইটির প্রতি আমার আকর্ষণ বৃদ্ধি পেয়েছে—এমন অবশ্য বলা যাবে না। অজন ব্রহ্মের গৃহী নাম পিটার বেটস। বৌদ্ধধর্ম গ্রহণ করার পর তিনি একজন বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে জীবন শুরু করেন। তখনই অজন ব্রহ্মবংশ নামটি তিনি গ্রহণ করেন এবং কালক্রমে অজন ব্রহ্ম নামেই সকলের কাছে পরিচিত হন। পরবর্তীকালে অস্ট্রেলিয়ার পার্থে বৌদ্ধমন্দির নির্মাণ করে একটি বিদর্শন ভাবনা কেন্দ্র গড়ে তোলেন।

অজন ব্রহ্ম নিজে একজন সাধক বৌদ্ধভিক্ষু হলেও তাঁর রচনা কোনো ধর্মীয় উপদেশমূলক রচনা নয়। তিনি সংস্কারমুক্ত, আধুনিক ও যুক্তিবাদী মানুষ। তার পরিচয় এ বইটির ১০৮টি রচনার প্রত্যেকটিতে বিধৃত, যা বারবার পড়লেও কখনো পুরোনো বা একঘেঁয়ে মনে হবে না এবং গূঢ়ার্থ উদ্ধার করার

www.kalpataruboi.org

পর মনে হবে—প্রত্যেক মানুষের জীবনেই এর প্রয়োজন রয়েছে।

প্রান্তিক ওয়েলফেয়ার ট্রাস্ট-এর চেয়ারম্যান মি. উদয়ন বড়ুয়া আমাকে এ বইটি বাংলায় রূপান্তরের প্রস্তাব দেওয়ার পর আমি তিন মাস সময়ের মধ্যে অনুবাদ কর্ম শেষ করেছি। আমার যথাসাধ্য চেষ্টা সত্ত্বেও অনুবাদ সর্বাঙ্গীন সুন্দর হয়েছে—এমন দাবি আমি করতে পারি না। যেকোনো অনুবাদের কাজই বারবার সংশোদন ও পরিমার্জনা দাবি করে। প্রুফ সংশোধনের সময় কিছু কিছু সংশোধন ও পরিমার্জন করার চেষ্টা করেছি। তবে সদ্যসমাপ্ত কাজের পরিমার্জনার মধ্যেও কিছুটা ত্রুটিবিচ্যুতি থেকে যায় বলে আমার বিশ্বাস। বেশ কিছুটা সময় পেরিয়ে যাওয়ার পরই কেবল যথার্থ সংশোধন ও পরিমার্জনা সম্ভব।

অনুবাদ তথা ভাষান্তরিত করার সময় আমি মূল রচনার ভাবাদর্শ যাতে অক্ষুণ্ন থাকে সে বিষয়ে যথেষ্ট সতর্ক ছিলাম। আশা করি, এ বইটির পাঠক-পাঠিকারা যথেষ্ট আনন্দের সঙ্গে বইটি পড়তে পারবেন এবং লেখকের মূল বক্তব্য সহজেই উপলব্ধি করবেন। ভুলত্রুটি চোখে পড়লে আমাকে জানালে বাধিত হব। চেষ্টা করব ভবিষ্যতে তা সংশোধন করতে।

ঢাকা
১০-১০-২০১৩

সুব্রত বড়ুয়া

www.kalpataruboi.org

সূ চি প ত্র

১. আধার ও আধেয়—*জ্ঞান* ১৭
২. আমরা আসলে কী চাই—*করুণা* ১৮
৩. উহ্! নোংরা!—*জ্ঞান* ২০
৪. সেই নোংরা থেকেই শক্তি আহরণ—*অনুশীলন* ২১
৫. ময়লার ব্যবস্থাপনা—*জ্ঞান* ২২
৬. রাগ হচ্ছে সাময়িক পাগলামি—*মানসিক সাম্য* ২৩
৭. মৃত্যুকে বুঝতে পারা শেখায় নিকটজনের যত্ন—*জ্ঞান* ২৬
৮. কিভাবে মুরগির খামারি হওয়া যায়—*অনুশীলন* ২৭
৯. ফটো অ্যালবাম—*যেতে দেওয়া* ২৮
১০. 'মুছে ফেলুন' বোতামটিতে চাপ দেওয়া—*যেতে দিন* ২৯
১১. ভালো? মন্দ? কে জানে?—*ধ্যান* ৩০
১২. ট্যাক্সি ড্রাইভার—*ধ্যান* ৩২
১৩. অপরাধী বলতে কেউ নেই—*করুণা* ৩৩
১৪. মানসিক অসুস্থতার অপবাদ—*জ্ঞান* ৩৪
১৫. মৃত্যুর জন্য অনুমতিদান—*যেতে দেওয়া* ৩৪
১৬. একটি বৌদ্ধ কৌতুক—*চর্চা* ৩৬
১৭. প্রবীণ ভিক্ষুরা মিথ্যা বলেন না—*জ্ঞান* ৩৬
১৮. সবচেয়ে বেশি প্রয়োজনীয় আঙুল—*চর্চা* ৪১
১৯. উদ্বেগ কিভাবে দূর করবেন—*মমতাপূর্ণ দয়াশীলতা* ৪২
২০. চুম্বনে ব্যথার লাঘব—*প্রেমাকুল-দয়াশীলতা* ৪৪
২১. সুনামি কুমির—*প্রেমাকুল দয়াশীলতা* ৪৫
২২. প্রিয়তম, আমি বাচ্চাদের খুঁজে পাচ্ছি না—*জ্ঞান* ৪৬
২৩. ইঁদুর ধরার একটি কল কিভাবে একটি মুরগি, একটি শূকরছানা ও একটি গরু মেরে ফেলল—*চর্চা* ৪৭
২৪. প্রশংসা কিভাবে নেবেন—*অনাত্ম* ৪৯
২৫. প্রশংসা বিধির পনেরো সেকেন্ড—*চর্চা* ৫১

www.kalpataruboi.org

২৬. স্যান্ডউইচ পদ্ধতি—*অনুশীলন* ৫১
২৭. ৭০% নিয়ম—*মনশ্চক্ষে দর্শন* ৫২
২৮. আপনার প্রত্যাশাগুলো নিচে নামিয়ে আনা—*গভীর চিন্তা* ৫৩
২৯. আমার স্মরণীয় ভুলগুলোর মধ্যে তিনটি—*অনাত্ম* ৫৪
৩০. আত্মঘাতী কোথায় যায়?—*ক্ষমা* ৫৬
৩১. একটি উড়োজাহাজে বিস্ফোরণে উড়ে যাওয়ার তিনটি সুবিধা—*অনুশীলন* ৫৮
৩২. আমার কী করা উচিত? আমার কী করা উচিত নয়?—*ভাবনাচিন্তা* ৫৯
৩৩. আপনার কুকুরকে কিছু জিজ্ঞেস করা—*আদরযত্ন* ৬০
৩৪. একজন চিকিৎসকের দায়িত্ব হচ্ছে পরিচর্যা করা, আরোগ্য করা নয়—*করুণা* ৬১
৩৫. দয়াশীলতার ছোট ছোট কাজ—*মায়ামমতা* ৬৩
৩৬. দরজায় দরজায় ঘুরে-বেড়ানো বিক্রেতার অপরাধ—*ক্ষমা* ৬৪
৩৭. আত্মঘাতী মাকড়সার করুণ গাথা—*দানশীলতা* ৬৬
৩৮. বিবাহের গোপন কথা—*অনাত্ম* ৬৮
৩৯. পবিত্র বারি—*ধ্যান* ৭০
৪০. মাতাল অবস্থায় গাড়ি চালানোর বিপদ—*অনুশীলন* ৭১
৪১. পবিত্র জলের আরো এক কাহিনী—*গভীর চিন্তা* ৭২
৪২. ভোগবাদের উৎস—*যেতে দাও* ৭৪
৪৩. চতুর বিড়াল—*গভীর চিন্তা* ৭৬
৪৪. একটি কুকুরের জীবন—*দয়াশীলতা* ৭৮
৪৫. অতিপ্রাকৃত বিষয়ে একটি চমকপ্রদ কাহিনী—*গভীর চিন্তা* ৭৯
৪৬. আমার নিজের হিমালয় ভ্রমণ—*যেতে দেওয়া* ৮৩
৪৭. কেউ একজন আপনাকে দেখছে—*অনুশীলন* ৮৪
৪৮. কিভাবে আরেকজন ছাত্র গালাগালিকে হেসে উড়িয়ে দিতে শিখল—*জ্ঞান* ৮৭
৪৯. বিশেষজ্ঞদের কাছ থেকে আবেগমূলক বুদ্ধিমত্তা শেখা—*গভীর চিন্তা* ৮৮
৫০. বিমর্ষতা কাটিয়ে ওঠার একটি সহায়ক উপায়—*বদান্যতা* ৮৯
৫১. গভীর গর্ত—*জ্ঞান* ৯১
৫২. মিথ্যা বলা কি ঠিক কাজ?—*জ্ঞান* ৯২

www.kalpataruboi.org

৫৩. আমরা কেন মিথ্যা বলি—*ক্ষমাশীলতা* ৯৩
৫৪. আমি প্রথমে এটাই আমার পথ থেকে সরিয়ে ফেলব—*অনুশীলন* ৯৫
৫৫. কলা—*যেতে দেওয়া* ৯৯
৫৬. মা, আমি বাড়ি ছেড়ে চলে যাচ্ছি—*যেতে দেওয়া* ১০০
৫৭. মৃত্যুর রাজ্যে চলে যেতে দেওয়া—*যেতে দেওয়া* ১০২
৫৮. যখন আপনি চলে যেতে দেন না তখন কী ঘটে—*যেতে দেওয়া* ১০৩
৫৯. হারলি ডেভিসন—*যেতে দেওয়া* ১০৪
৬০. খাদের কিনারায়—*অনুশীলন* ১০৬
৬১. আমার মায়ের শেলফ্—*যেতে দেওয়া* ১০৭
৬২. বিড়ালের গায়ে সাতবার হাত বুলানো—*ক্ষমাশীলতা* ১০৮
৬৩. সামরিক বাহিনীতে সর্বোত্তম শৃঙ্খলার জেনারেল—*অনুশীলন* ১১০
৬৪. মেয়েবন্ধুর ক্ষমতা—*জ্ঞান* ১১১
৬৫. প্রতিদিন সকালে বিশ বার ঊর্ধ্ব-প্রেরণ—*অনাত্ম* ১১২
৬৬. যাদের ওজন অত্যধিক তাদের জন্য—*চিন্তন* ১১৩
৬৭. মানসিক চাপের উৎস—*যেতে দেওয়া* ১১৪
৬৮. আধা-শিট কাগজ—*করুণা* ১১৬
৬৯. বড় ঝামেলা মোকাবেলা—*অনাত্ম* ১১৭
৭০. কুৎসিত ব্যাঙকে চুম্বন করা—*অনুশীলন* ১১৯
৭১. কিভাবে প্রার্থনা না করা যায়—*চিন্তন* ১২০
৭২. অন্ধই পথ দেখাচ্ছে অন্ধকে—*চিন্তন* ১২২
৭৩. দুষ্ট হাতি—*অনুশীলন* ১২৪
৭৪. জুয়া—*অনুশীলন* ১২৬
৭৫. ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীরাই অসম্ভবকে হারাতে পারেন—*অনুশীলন* ১২৭
৭৬. অত্যাশ্চর্য ঘটনা—*আকাঙ্ক্ষা* ১২৯
৭৭. স্বর্গীয় উপস্থিত—*আকাঙ্ক্ষা* ১৩০
৭৮. সবজান্তা—*জ্ঞান* ১৩৩
৭৯. এক রাজার সর্বজ্ঞতা—*জ্ঞান* ১৩৪
৮০. কিভাবে জ্ঞানালোক গ্রহণ করবেন—*জ্ঞান* ১৩৫
৮১. নিষিদ্ধ ফল—*জ্ঞান* ১৩৬
৮২. বলদর্পী—*অনাত্ম* ১৩৭

www.kalpataruboi.org

৮৩. প্রাতিষ্ঠানিক বলদর্পী—*অনাত্ম* ১৩৮
৮৪. আমি খুব একটা ভালো নই—*অনাত্ম* ১৪০
৮৫. আমি যথেষ্ট ভালো—*অনাত্ম* ১৪১
৮৬. মন্দিরের উত্তর দেওয়ার মেশিন—*করুণা* ১৪২
৮৭. আপনার অসুখী হওয়ার অধিকার আছে—*করুণা* ১৪২
৮৮. সুখের লাইসেন্স—*করুণা* ১৪৩
৮৯. আপনার মূল্য কত?—*গভীর পর্যবেক্ষণ* ১৪৪
৯০. নিস্তব্ধতার শক্তি—*জ্ঞান* ১৪৫
৯১. অন্তর্গত নীরবতা—*জ্ঞান* ১৪৮
৯২. যখন কোনো নিস্তব্ধতা থাকে না—*জ্ঞান* ১৪৯
৯৩. আপনার জীবনের দুয়ের মাঝখানে মুহূর্তগুলি—*আত্মস্থতা* ১৫১
৯৪. আপনি কি একজন মানবসত্তা অথবা একজন মানবযাত্রী?—*আত্মস্থতা* ১৫২
৯৫. চিন্তা কোরো না—আশাবাদী হও!—*আকাঙ্ক্ষা* ১৫৩
৯৬. মালিক নয়, অতিথি হওয়া—*যেতে দেওয়া* ১৫৪
৯৭. শুধু মনোযোগী হবেন না, দয়ালুও হন—*দয়াশীলতা* ১৫৫
৯৮. দয়াশীলতা যখন আপনি বিপর্যস্ত—*দয়াশীলতা* ১৫৭
৯৯. দয়াশীলতা এবং অচঞ্চলতা—*দয়াশীলতা* ১৫৮
১০০. কোনো ভয় নয়—*অনুশীলন* ১৬০
১০১. ভূতপ্রেত—*অনুশীলন* ১৬১
১০২. দয়ালু ভূত—*ভালোবাসার দয়াশীলতা* ১৬৩
১০৩. একটি গাছ ও একটি শিশু—*প্রেমপূর্ণ দয়াশীলতা* ১৬৫
১০৪. স্কটল্যান্ডের পাতলা কুয়াশা—*দয়াশীলতা* ১৬৮
১০৫. প্রণত হওয়া—*জ্ঞান* ১৬৯
১০৬. বৌদ্ধধর্ম ও ঈশ্বর—*জ্ঞান* ১৭১
১০৭. বৌদ্ধধর্ম এবং জ্ঞানালোক—*জ্ঞান* ১৭২
১০৮. খাদ্যতালিকা—*জ্ঞান* ১৭৪

---

www.kalpataruboi.org

১. আধার ও আধেয়—*জ্ঞান*

একবার স্থানীয় একজন সাংবাদিক আমার সঙ্গে দেখা করতে আসেন। তিনি আমাকে জিজ্ঞেস করেন, 'অজন ব্রহ্ম, কেউ যদি বৌদ্ধধর্মের একটি পবিত্র গ্রন্থ নিয়ে আপনার টয়লেটে ফেলে ফ্লাশ করেন, তাহলে আপনি কি করবেন?'

বিন্দুমাত্র ইতস্তত না করে আমি জবাব দিয়েছিলাম, 'স্যার, কেউ যদি বৌদ্ধধর্মের একটি পবিত্র বই নিয়ে আমার টয়লেটে ফেলে ক্লাশ করেন, তাহলে প্রথমে যে কাজটি আমি করব তা হলো—একজন প্লাম্বার মিস্ত্রিকে ডেকে আনব!'

সাংবাদিক তাঁর হাসি থামানোর পর চুপিসারে আমাকে বলেছিলেন যে, এই প্রথমবারের মতো তিনি একটি যুক্তিযুক্ত জবাব পেলেন।

এরপর তাঁকে আমি আরো কিছু বললাম। আমি ব্যাখ্যা করে বললাম যে, কেউ বুদ্ধের অনেক মূর্তি বিস্ফোরণ ঘটিয়ে উড়িয়ে দিতে পারে, বৌদ্ধমন্দির পুড়িয়ে দিতে পারে অথবা বৌদ্ধ ভিক্ষু বা ভিক্ষুণীদের হত্যা করতে পারে; তারা এগুলো ধ্বংস করতে পারবে, কিন্তু আমি কিছুতেই তাদের বৌদ্ধধর্ম ধ্বংস করতে দেব না। আপনি একটি ধর্মগ্রন্থ টয়লেটে ফেলে ফ্লাশ করতে পারেন, কিন্তু আমি আপনাকে কখনো ক্ষমা, শান্তি ও সহানুভূতি টয়লেটে ফ্লাশ করতে দেব না।

ধর্মগ্রন্থ ধর্ম নয়, মূর্তিও ধর্ম নয়, ইমারত বা ধর্মযাজকও ধর্ম নয়। এগুলো 'আধার' মাত্র।

বই আমাদের কী শিক্ষা দেয়? মূর্তি আমাদের কাছে কিসের প্রতীক? ধর্মযাজকদের কোন কোন গুণ থাকা উচিত? এগুলোই হচ্ছে 'আধেয়'।

আমরা যখন আধার এবং আধেয়র মধ্যেকার পার্থক্য চিহ্নিত করতে পারব, তখনই আমরা আধেয় সংরক্ষণ করতে পারব, এমনকি আধার যদি ধ্বংসও করে ফেলা হতে থাকে।

www.kalpataruboi.org

আমরা আরো বেশি বই ছাপাতে পারি, আরো অনেক মন্দির ও মূর্তি তৈরি করতে পারি, এবং এমনকি আরো অনেক ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীকে প্রশিক্ষণ দিতে পারব। কিন্তু যখন আমরা অন্যদের প্রতি ও আমাদের নিজেদের প্রতি ভালোবাসা ও শ্রদ্ধা হারিয়ে ফেলব এবং তার বদলে আমাদের মনে হিংসা ও বিদ্বেষের ভাব পোষণ করতে থাকব, তখন সমস্ত ধর্মটাই টয়লেটের ভেতর তলিয়ে যাবে।

২. আমরা আসলে কী চাই—*করুণা*

বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় খুব ভোরে ঘুম থেকে জেগে উঠলেন। এটি কোনো নতুন ঘটনা নয়, তিনি প্রতিদিনই খুব ভোরে ঘুম থেকে উঠে যান। কিন্তু আজ সকালে তাঁর মনে হলো—কিছু একটা যেন বেদিকক্ষে ঘুরে বেড়াচ্ছে। এটি তাঁর কাছে অস্বাভাবিক মনে হলো, কারণ তাঁর মঠের অধিকাংশ অলস ভিক্ষুরই তখন য য য য... য য য য... য য য য... অথবা ঘর্ ঘর্ ঘর্ শব্দ করে ঘুমের মধ্যে সকালের প্রার্থনা অভ্যাস করার কথা। অতএব তিনি উঠে দেখতে গেলেন সেখানে কী হচ্ছে।

অন্ধকারে তিনি মাথায় হুড লাগানো একজনের ছায়া দেখতে পেলেন। এই লোকটি ছিল একজন সিঁধেল চোর।

'তুমি কী চাও, বন্ধু,' বিহারাধ্যক্ষ শান্তভাবে জিজ্ঞেস করলেন।

'দানবাক্সের চাবিটা আমাকে দিয়ে দাও, তা না হলে ছুরি ঢুকিয়ে দেবো তোমার পেটে!' গালাগাল দিয়ে কথাটা বলতে বলতে ভয় দেখানোর জন্য একটা লম্বা ধারালো ছুরি সে বাগিয়ে ধরল বিহারাধ্যক্ষের দিকে।

বিহারাধ্যক্ষ দেখলেন, ছুরিটা তাঁর দিকে এগিয়ে ধরা। তিনি ভয় পেলেন না, শুধু করুণা হলো লোকটির প্রতি।

'নিশ্চয়ই,' চাবিটা এগিয়ে দিতে দিতে বললেন তিনি।

চোরটি যখন দানবাক্স থেকে টাকা-পয়সা তুলে নিচ্ছিল, তখন বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় তার ছেঁড়া জ্যাকেট আর শুকনো মুখটা লক্ষ করছিলেন। সহজেই বুঝতে পারা যাচ্ছিল যে—সে খুবই গরিব।

'শেষবার তুমি কখন খাবার খেয়েছো, বাছা?' সত্যিকারের সহানুভূতি নিয়ে বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় জিজ্ঞেস করলেন তাকে।

'আপনার তাতে কী প্রয়োজন? চুপ করে থাকুন!' চিৎকার করে বলল চোরটি।

'দানবাক্সের পাশে কাপবোর্ডের ওপর কিছু খাবার আছে। ওখান থেকে

www.kalpataruboi.org

কিছু নিতে পারো তুমি!'

তার নিজের ব্যাপারে বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের কথা শুনে চোরটি কিছুটা থতমত খেয়ে গেল। তারপর বিহারাধ্যক্ষের দিকে ছুরিটা বাগিয়ে ধরে রেখে দানবাক্স থেকে নগদ টাকা-পয়সা এবং কাপবোর্ড থেকে খাবার নিয়ে তার পকেটে ভরল।

'পুলিশকে খবর দেবেন না অথবা অন্য কাউকেও ডাকবেন না!' চেঁচিয়ে বলল সে। 'পুলিশকে কেন খবর দেব আমি?' বেশ শান্তভাবে বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় বললেন। 'ওই দানের টাকাগুলো তোমার মতো গরিবদের সাহায্য করার জন্যই। আর আমি নিজে থেকেই খাবারগুলো তোমাকে দিয়েছি। তুমি কিছুই চুরি করোনি। এবার যাও, শান্তিতে থাকো।'

পরদিন বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় বিহারের অন্য ভিক্ষুদেরও বিহার কমিটির লোকদের এই ঘটনার কথা বর্ণনা করলেন। সবকিছু শোনার পর বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের জন্য গর্ব অনুভব করলেন তাঁরা সবাই।

কয়েকদিন পর বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় পত্রিকায় পড়লেন যে, অন্য একটি বাড়িতে চুরি করার সময় চোরটি ধরা পড়েছে। এবারে তার দশ বছরের জেল হয়েছে।

ঠিক দশ বছর পর আমাদের সেই পুরোনো বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের আবারো খুব ভোরে ঘুম ভেঙে গেল। বেদিকক্ষ থেকে তিনি কিছু একটা শব্দ শুনতে পেলেন। সেখানে কী ঘটছে তা জানার জন্যে তিনি উঠে পড়লেন এবং হ্যাঁ, আপনারা ঠিকই অনুমান করেছেন—তিনি দেখলেন, সেই পুরোনো চোরটাই দাঁড়িয়ে আছে দানবাক্সের পাশে। তার হাতে একটা ধারালো ছুরি।

'আমাকে চিনতে পারছেন?' চিৎকার করে বলল চোরটি।

'হ্যাঁ,' কিছুটা আহতস্বরে কথাটি বলতে বলতে পকেটে হাত ঢুকিয়ে দিলেন বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়। 'এই যে তোমার চাবি।'

তখন চোর লোকটি হেসে উঠে ছুরিটা নামিয়ে রাখল। তারপর শান্তভাবে বলল, 'ভন্তে, চাবিটা আপনি রেখে দিন। জেলখানায় এই দীর্ঘ সময় ধরে আপনার কথা না ভেবে আমি থাকতে পারিনি। আমার জীবনে আপনিই একমাত্র ব্যক্তি যিনি আমাকে এমন দয়া দেখিয়েছেন, আপনিই প্রকৃতপক্ষে আমার ভালোমন্দের কথাটি ভেবেছেন। হ্যাঁ, আমি আবারো চুরি করতেই আপনার এখানে এসেছি। তবে আমি বুঝতে পেরেছি যে গতবার আমি ভুল জিনিসটাই নিয়ে গিয়েছিলাম। এবার আমি এসেছি আপনার মৈত্রীপূর্ণ মনোভাব আর হৃদয়ের গভীর প্রশান্তির গোপন কথাটি জেনে নিতে। এই জিনিসটাই

www.kalpataruboi.org

আমি সবার আগে চেয়েছি। আপনি আমাকে আপনার করুণার চাবিটি দিয়ে দিন। আমাকে আপনার শিষ্য করে নিন।'

অল্প কিছুদিনের মধ্যেই সেই চোরটি বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের কাছে উপসম্পদা গ্রহণ করে ভিক্ষুত্ব বরণ করল এবং সে জীবনে যা কল্পনাও করতে পারেনি সেরূপ ঐশ্বর্যের অধিকারী হয়ে উঠল। এ ঐশ্বর্য কোনো টাকা-পয়সা নয়, এ হচ্ছে করুণাধারায় সিক্ত হৃদয়ের ঐশ্বর্য এবং মনের গভীর প্রশান্তি। এই ঐশ্বর্যই তো আসলে আমরা চাই। কী অসাধারণ এক চুরি!

৩. উহ্! নোংরা!—*জ্ঞান*

উত্তর আমেরিকায় শিক্ষাদানমূলক এক সফরকালে আমি নিচের উদ্দীপনামূলক উপমাটি শিখিয়েছি :

তুমি যদি কোথাও কুকুরের মল মাড়িয়ে ফেল, তাহলে বিরক্ত না হয়ে সেই নোংরা বস্তুটা তোমার জুতো থেকে মুছে ফেলবে। তোমার বাড়ির বাগানের আপেল গাছের তলায় সেই কাজটা তুমি করতে পার। পরের বছর তোমার সেই আপেল গাছটির আপেল হবে আগের চেয়ে বেশি, অধিক রসালো ও মিষ্টি। কিন্তু তোমাকে অবশ্যই মনে রাখতে হবে যে, যখন তুমি সে সুস্বাদু আপেলে কামড় দিয়েছ তখন তুমি কুকুরের সেই নোংরা বস্তুটিই খাচ্ছ। তফাৎ এইটুকু যে, সেই বস্তুটা এখন রসালো মিষ্টি আপেলে রূপান্তরিত হয়েছে।

একইভাবে, যখন তুমি জীবনে কোনো সমস্যায় জড়িয়ে পড়ো, সেটাও কুকুরের মল মাড়িয়ে দেওয়ার মতো ব্যাপার। কিন্তু রেগে যাওয়া, ত্যক্তবিরক্ত হওয়া কিংবা বিমর্ষ হয়ে যাওয়ার পরিবর্তে, তুমি বরং সেই ব্যাপারটি বাড়িতে নিয়ে যাও এবং তোমার হৃদয়ের মধ্যে তা রেখে দাও। শিগগিরই তুমি আরো বেশি জ্ঞানী ও করুণার আধার হয়ে উঠবে। তবে মনে রাখবে, সেইসব রসালো জ্ঞান আর সুমধুর ভালোবাসা কী? এ হচ্ছে আসলে জীবনের নোংরা জিনিসেরই রূপান্তরিত রূপ।

এই বিস্ময় উদ্রেককর উপদেশবাণী প্রদানের কয়েক ঘণ্টা পর, মোটরগাড়িতে ভ্রমণের সময় একটি বিশ্রামস্থলে, আমি সত্যিই আসল কুকুরের মলই মাড়িয়ে ফেলেছিলাম। আমার গাড়ির চালক, যিনি মাত্র কয়েক ঘণ্টা আগে কুকুরের পরিত্যক্ত নোংরা বস্তুটির উপমা শুনেছিলেন তিনি কিন্তু আমার দুই পায়ের স্যান্ডেল থেকে অই নোংরা জিনিসটা পুরোপুরি সাফ না করা পর্যন্ত আমাকে কিছুতেই আবার গাড়িতে উঠতে দিতে রাজি হলেন না। বস্তুতপক্ষে আমার উপদেশে কুকুরের মল নিয়ে যে উপমাটি আমি দিয়েছিলাম তিনি

www.kalpataruboi.org

সেটিকে প্রায় ফুৎকারেই উড়িয়ে দিলেন। আজকালকার দিনে অনেক মানুষের ক্ষেত্রে এটিই এক বড় সমস্যা। তারা প্রকৃতি থেকে আলাদা করে দেওয়া এপার্টমেন্টে বাস করে এবং সেখানে একটি নোংরা বস্তুকে রসালো ফলে রূপান্তরিত করার মতো কোনো বাগান নেই।

৪. সেই নোংরা থেকেই শক্তি আহরণ—*অনুশীলন*

পরবর্তীকালে উত্তর আমেরিকা ভ্রমণের সময় একজন আমাকে বলেছিলেন—কুকুরের সেই নোংরা বস্তু কোথা থেকে আসার সম্ভাবনা ছিল। শহরের এপার্টমেন্টে বসবাসকারী কুকুর-মালিকদের কুকুরগুলিকে মলমূত্র ত্যাগের প্রশিক্ষণ দেওয়ার ব্যবস্থা করছিলেন একজন চতুর ব্যবসায়ী। যাদের বাসায় নতুন একটি কুকুরছানা ছিল তারাই জানত, বাসার দামি কার্পেটের ওপর মলমূত্র ত্যাগের মতো বদকর্ম করা থেকে ওই কুকুরছানাকে বিরত রাখার কাজটা কত কঠিন। এই ব্যবসায়ী নিশ্চয়তা দিলেন যে, তিনি প্রতিটি কুকুরকে শুধু ঘরের বাইরে মলমূত্র ত্যাগের ব্যাপারে মাত্র তিন দিনের মধ্যে প্রশিক্ষণ দিতে পারবেন। এ ক্ষেত্রে তিনি ব্যবহার করলেন ইতিবাচক শক্তিবৃদ্ধিমূলক মনস্তত্ত্ব (পজিটিভ রিইনফোর্সমেন্ট সাইকোলজি)।

তিনি, অথবা তাঁর কর্মচারীরা, কুকুরছানাটিকে রাস্তায় বের করে এনে কোনো গাছের নিকটে বা ছোট কোনো বাগানে নিয়ে যেতেন এবং কুকুরছানাটি মলত্যাগ বা মূত্রত্যাগ না করা পর্যন্ত অপেক্ষা করতেন। কর্মটি সমাধা করার পর লোকটি আনন্দে চিৎকার করতে করতে, বাতাসে ঘুসি মারতে মারতে, আনন্দের নৃত্য করতে করতে ও সুখের গান গাইতে গাইতে ওপর দিকে লাফ দিতেন। কখনো কখনো এই প্রশিক্ষক নিজেকে চরকির মতো পাক খাওয়াতেন। তিনি কুকুরের এই ত্যাগকর্মের জন্য আনন্দের প্রকাশ করতেন চরমভাবে। আর এতে কাজও হতো। কুকুরটি বুঝতে পারত যে, সে কাউকে খুবই খুশি করতে পেরেছে। এভাবে কুকুরটি শুধু ঘরের বাইরে মলত্যাগের ব্যাপারে অভ্যস্ত হয়ে যেত। পজিটিভ রিইনফোর্সমেন্টের এমনই শক্তি, এমনকি জন্তুজানোয়ারের উপরও।

তবে কুকুর প্রশিক্ষণদানকারী এই ব্যক্তি পরে এক মহা ঝামেলায় পড়ে গিয়েছিলেন। তাঁর সেবা-গ্রহীতাদের মধ্যে কেউ কেউ তাঁদের নিজ নিজ কুকুরকে পাশে নিয়ে সোফায় বাস একসঙ্গে হয়তো টেলিভিশন দেখছিলেন। হতে পারে তাঁরা হয়তো ফুটবল খেলাই দেখছিলেন। হয়তো তাঁদের দল (টিম) দারুণ এক গোলই করে ফেলল। আনন্দে লাফিয়ে উঠলেন হয়তো

www.kalpataruboi.org

কেউ, বাতাসে ঘুসি বাগিয়ে ধরলেন, নেচেও উঠলেন কিছুটা এবং গাইতে শুরু করলেন আনন্দের একটা গান!! এবার অনুমান করার চেষ্টা করুন—তাঁর প্রিয় কুকুরটা কোন কাজটি করল অতঃপর!!!

৫. ময়লার ব্যবস্থাপনা—*জ্ঞান*

জীবনে কখনো কখনো আপনি নিজে কুকুরের বর্জ্য মাড়িয়ে দেন না, বরং অন্য কেউ তা আপনার মাথার ওপর ফেলে! এখানে যে কাহিনীটা বলা হচ্ছে তা থেকে আপনি উপদেশ পাবেন এমন পরিস্থিতিতে কী আপনাকে করতে হবে :

এক রাজনীতিক একবার বনের ভেতর দিয়ে হেঁটে যাচ্ছিলেন। সে সময় তিনি একটি পরিত্যক্ত কূপে পড়ে যান। সৌভাগ্যবশত কূপটি ছিল শুকনো আর তাঁর মাথার খুলিটা এমন শক্ত ও পুরু ছিল যে তিনি মাথায় কোনো আঘাত পেলেন না। আবার, দুর্ভাগ্যবশত কূপটা এতো গভীর ছিল যে সেখান থেকে নিজে নিজে উঠে আসা তাঁর পক্ষে সম্ভব ছিল না। সাধারণত, কোনো মানুষ যদি কয়েক ঘণ্টা ধরে চিৎকার করে তাহলে তার গলা ভেঙে যায়। কিন্তু রাজনীতিকের এভাবে চিৎকার করার অভ্যাস ছিল বলে তিন ঘণ্টা পরও তাঁর গলাটা একটু ধরে আসছিল কেবল। তখন একজন চাষি সেদিকে আসছিলেন। তিনি সে চিৎকার শুনে এগিয়ে এসে কূপের ভেতরে রাজনীতিককে দেখতে পেলেন।

'সাহায্য করুন আমাকে!' রাজনীতিক বললেন।

'তার কোনো উপায় নেই!' তাঁকে চিনতে পেরে চাষি বললেন।

এই চাষি রাজনীতিকদের ঘৃণা করতেন, বিশেষ করে এই লোকটির মতো যারা অত্যধিক নীতিজ্ঞানবিবর্জিত। তা ছাড়া, তিনি সব সময় এই বিপজ্জনক কূপটা ভরাট করতে চেয়েছিলেন। এবার তিনি একটি কোদাল নিয়ে এসে আশপাশ থেকে মাটি তুলে এনে সেখানে ফেলতে লাগলেন। রাজনীতিককে তিনি সেখানে কবর দেবেন এবং একই সঙ্গে কূপটিও ভরাট করে ফেলবেন!

রাজনীতিক যখন বুঝতে পারলেন যে তাঁর মাথার ওপর ময়লা মাটি ফেল হচ্ছে, তখন তিনি ভাবলেন, এটি তাঁর কাছে নতুন কোনো ঘটনা নয়। তা সত্ত্বেও, যখন তিনি বুঝতে পারলেন যে, চাষিটির অভিপ্রায় হচ্ছে তাঁকে জীবন্ত কবর দেওয়া, তখনি তিনি আরো জোরে এমনভাবে চিৎকার করতে লাগলেন যা স্বাভাবিকভাবে কেবল নির্বাচনের সময়েই শোনা যায়।

'আমি কথা দিচ্ছি যে আপনাদের ট্যাক্স আমি কমিয়ে আনব! আমি নিশ্চয়তা দিচ্ছি যে কৃষিতে ভর্তুকির পরিমাণ বাড়াব! আমি শপথ করছি যে

www.kalpataruboi.org

বিনামূল্যে গরুর সব রকম স্বাস্থ্য পরিচর্যার ব্যবস্থা আমি করব! আমার কথা বিশ্বাস করুন!'

এসব কথা এবং 'আমার কথা বিশ্বাস করুন' শুনে চাষি লোকটি কূপের মধ্যে ময়লা আর মাটি ফেলার কাজটি আরো জোরেশোরে করতে শুরু করে দিলেন। রাজনীতিক নিরুপায় হয়ে আরো জোরে চিৎকার করতে লাগলেন। তারপর তিনি চুপ করে গেলেন।

চাষি ভাবলেন, তিনি রাজনীতিককে কবর দিতে পেরেছেন। এবার তিনি কূপে মাটি ফেলার গতি কমিয়ে আনলেন। কিন্তু, এরপর, তিনি একটা আশ্চর্য জিনিস দেখতে পেলেন। প্রথমে তিনি কূপের উপরে এক গোছা চুল দেখলেন। এরপর যতই তিনি মাটি ফেলে চললেন, মাথার উপরিভাগ দেখা গেল একটুখানি। তারপর, কূপে আরো কিছু ময়লা আর মাটি ফেলার পর তিনি দেখতে পেলেন রাজনীতিকের হাসি হাসি মুখখানি...

রাজনীতিক সিদ্ধান্ত নিয়েছিলেন যে, তাঁর ওপর ময়লা আর মাটি ফেলার ব্যাপারে কোনো অভিযোগ তিনি করবেন না। এর বদলে, তিনি তাঁর মাথা থেকে মাটি ঝেড়ে ফেলবেন এবং তা পায়ের নিচে ফেলে ভালোভাবে দাবিয়ে দেবেন। এভাবে প্রতিটি কোদালের মাটি তাঁর কাঁধ বেয়ে নিচে পড়বে, পায়ের নিচে চলে যাবে, এবং তিনি কয়েক সেন্টিমিটার ওপরে উঠে আসবেন। অল্পক্ষণের মধ্যেই তাঁর পায়ের নিচের মাটি এমন উঁচু হয়ে পড়ল যে তিনি লাফ দিয়ে কূপের বাইরে চলে আসতে পারলেন। চাষির কাজের জন্য তাঁকে পুরস্কৃতও করলেন তিনি। সে পুরস্কার হলো স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তা বিভাগ এবং সেই সঙ্গে ট্যাক্স বিভাগ থেকেও নিয়মিত পরিদর্শন।

এই কাহিনীর সারকথা হচ্ছে—জীবন যখন আপনার মাথার ওপর কাদামাটি ফেলবে তখন মাথা ও কাঁধ থেকে তা ঝেড়ে ফেলে দেবেন, তারপর তা মাড়িয়ে যাবেন। তাহলেই আপনি সব সময় সেই কাদা-ময়লার ওপর আরো উঁচু হয়ে দাঁড়াতে পারবেন।

৬. রাগ হচ্ছে সাময়িক পাগলামি—*মানসিক সাম্য*

অন্য লোকেরা আপনার ওপর মাঝেমধ্যে রেগে যেতে পারে, এমনকি আপনার প্রিয়জনরাও। এটি আমাদের সবার ক্ষেত্রেই ঘটে। কিছু মানুষ এমনকি বুদ্ধের ওপরও রেগে যান। তাহলে, অন্যজনের রাগের লক্ষ্য যদি আপনি হন তখন আপনি কী করতে পারেন? এই প্রশ্নের উত্তর নিচের গল্পটিতে পাওয়া যাবে।

এক মহিলার স্বামী একদিন কাজের শেষে বিকেলে বাড়িতে এসে বিশ্রাম

www.kalpataruboi.org

নিচ্ছিলেন। তাঁর স্ত্রী ব্যস্ত ছিলেন রাতের খাবার তৈরি করার কাজে। তিনি দেখলেন যে, রান্নার জন্য যা দরকার সে পরিমাণ ডিম বাড়িতে নেই।

'ওগো শুনছো,' তিনি বললেন, 'তুমি কি বাজারে গিয়ে আমাকে আর কয়েকটা ডিম এনে দেবে?'

'নিশ্চয়, সোনা বউ আমার,' তিনি বেশ সুখী সুখী ভাব নিয়ে বললেন।

এদিকে হয়েছে কি, মহিলার স্বামী এর আগে কোনোদিন বাজারে যাননি। তাই তাঁর বউ তাঁকে কিছু টাকা আর একটা থলে দিয়ে বাজারের মাঝামাঝি জায়গায় যে ডিমের দোকান আছে সেখানে কিভাবে যেতে হবে তা বুঝিয়ে দিলেন। খুব একটা দূরে নয় সে জায়গাটা।

স্বামী লোকটি যখন বাজারে ঢুকলেন, তখন একটি যুবক সরাসরি তাঁর কাছে এসে চিৎকার করে বলল, 'এই যে উটমুখো!'

'কী!' চমকে গিয়ে বলে উঠলেন লোকটি। 'আমি তোমাকে মোটেই চিনি না! তুমি কাকে উটমুখো বলছ?'

কিন্তু তাঁর কথাগুলো উল্টো যুবকটিকে যেন আরো উৎসাহিত করে তুলল। সে আরো বেশি খারাপ খারাপ গালাগাল দিতে লাগল, 'এই যে তুমি, দুর্গন্ধওয়ালা মুখের মানুষ! আজ সকালে দাঁড়ি কাটার পর তুমি কী আফটার শেভ হিসেবে কুকুরের মল মেখেছো মুখে? তোমার বগলে বুঝি রাস্তার কুকুরের গায়ের পোকাগুলো আস্তানা গেড়েছে!...' সবচেয়ে খারাপ ব্যাপার হলো, বাজারের মাঝখানে চিৎকার করে একগাদা লোকের সামনে এসব গালাগাল দেওয়া হচ্ছিল তাঁকে। অথচ তিনি কোনো অন্যায়ই করেননি। তিনি এতটাই হতবিহ্বল আর লজ্জিত হয়ে পড়লেন যে তক্ষুণি যতটা তাড়াতাড়ি সম্ভব বাজার থেকে বেরিয়ে গেলেন।

'তুমি তাড়াতাড়িই ফিরে এসেছো,' লোকটিকে ফিরতে দেখে তাঁর স্ত্রী বললেন, 'ডিম এনেছো তো?'

'না' রাগান্বিত স্বরে বললেন মহিলার স্বামী, 'আর, মনে রেখো, ভবিষ্যতে আমাকে কখনো ওই অসভ্য ইতর, অভদ্র লোকদের বাজারে পাঠাবে না!'

এখন কথা হলো, সুখী ও স্থায়ী দাম্পত্য জীবনের গোপন কথাটি হচ্ছে—আপনার স্বামী/স্ত্রীর সঙ্গে খুব বাজে একটা ব্যাপার ঘটে যাওয়ার পর, তাকে কিভাবে শান্ত করতে হবে সে ব্যাপারটা জানা থাকা। এবার মহিলাটি তাঁর স্বামীকে রাগ প্রশমিত না হওয়া পর্যন্ত তাঁকে সান্ত্বনা দিতে লাগলেন। তারপর তিনি ধীরে ধীরে জিজ্ঞেস করলেন সেই যুবকটি দেখতে কেমন ছিল।

তাঁর স্বামীর মুখটা বিরক্তিতে বাঁকা হয়ে গেল। বার কয়েক থুথু ফেলতে

www.kalpataruboi.org

ফেলতে তিনি সেই যুবকটির চেহারার একটা বর্ণনা দিলেন।

'ও! সেই ছেলেটা!' যুবকটিকে চিনতে পেরে স্ত্রী বললেন। 'সে তো সবার সঙ্গেই এমনটা করে। ছেলেবেলায়ও পড়ে গিয়ে মাথায় আঘাত পেয়েছিল। এতে ওর মগজের বেশ ক্ষতি হয়ে যায়। আর তখন থেকেই ও এরকম পাগলামি করছে। বেচারা, ও কখনো স্কুলে যেতে পারেনি, বন্ধুদের সঙ্গে কোনো সময় খেলতেও পারেনি। কোথাও কোনো কাজও পায়নি সে। কখনো কোনো সুন্দরী একটি মেয়েকে বিয়ে করে একটি সুখের সংসারও করতে পারবে না সে। এই দুর্ভাগা যুবকটি আসলে একটা পাগল। সে যে-কাউকে এভাবে গালাগাল করে, বলতে পারো সবাইকে। তুমি ওর ব্যবহারে কিছু মনে করবে না। ওই ছেলেটির তো মাথা খারাপ।'

মহিলার স্বামী এসব কথা শোনার পর, তাঁর মনের মধ্যে যে রাগটা ছিল তা গলে পানি হয়ে গেল। এখন তাঁর মনে ছেলেটির জন্য করুণার উদ্রেক হলো।

স্বামীর মনের এই পরিবর্তনটা স্ত্রী লক্ষ করলেন। তিনি বললেন, 'শোনো, ডিম কিন্তু আমার লাগবে। তুমি কি আবার...?'

'হ্যাঁ, অবশ্যই যাব,' বলে মহিলার স্বামী তক্ষুণি আবার বাজারে ফিরে গেলেন।

সেই যুবকটি এবারও তাঁকে দেখতে পেয়ে চিৎকার করে বলতে লাগল, 'এই যে দেখো কে আসছে! সেই উটমুখো মানুষটা আবার এসেছে। ওর মুখে কী গন্ধ! তোমরা সবাই নাক চেপে ধরো। ওর পায়ে লেগে আছে কুকুরের পায়খানা আর সেটা চলে এসেছে আমাদের বাজারে।...'

এবার কিন্তু মহিলার স্বামী বিরক্ত হলেন না। তিনি সোজা চলে গেলেন ডিমের দোকানে। তাঁর পেছন পেছন এলো সেই যুবকটা। আর সারাক্ষণ নানান খারাপ খারাপ কথা বলছিল সে।

'ওর কথায় কান দিও না,' যে মহিলাটি ডিম বিক্রি করছিলেন তিনি বললেন। 'ও সবার সঙ্গে এই রকমই করে। পাগল আর কি। ছেলেবেলায় ওর একটা অ্যাকসিডেন্ট হয়েছিল।'

'হ্যাঁ। আমি জানি। বেচারা,' ডিমের দাম মিটিয়ে দিতে দিতে স্বামী ভদ্রলোকটি বললেন। তাঁর কণ্ঠে সত্যিকারের করুণা।

বাজার থেকে ফেরার সময় সেই যুবকটি খারাপ খারাপ কথা বলতে বলতে লোকটির পেছন পেছন বাজারের শেষ মাথা পর্যন্ত এলো, কিন্তু মহিলার স্বামী এবার মোটেই রেগে গেলেন না, বিরক্তও হলেন না। যুবকটি তো আসলে পাগল।

www.kalpataruboi.org

এই গল্পটা যদি আপনি বুঝতে পেরে থাকেন, তাহলে এবার থেকে কেউ যদি আপনাকে খারাপ খারাপ নাম ধরে কিছু বলে, কিংবা আপনার সঙ্গী যদি আপনার ওপর রেগে যান, তাহলে আপনি ভাববেন, ওদের মাথায় নিশ্চয় আজ গণ্ডগোল দেখা দিয়েছে অথবা সাময়িকভাবে মাথার মগজটা বিগড়ে গেছে। কারণ, বৌদ্ধধর্মে বলা হয়, অন্যের ওপর রেগে যাওয়া ও তাদের অপমান করা হলো, 'সাময়িক উন্মাদনা'।

অতএব, আপনি যখন বুঝতে পারবেন যে, আপনার ওপর রেগে যাওয়া হচ্ছে সাময়িক পাগলামি, তাহলে আপনি শান্তভাবে ও এমনকি করুণার সঙ্গে তার মোকাবেলা করতে পারবেন... 'আহা বেচারা!'

৭. মৃত্যুকে বুঝতে পারা শেখায় নিকটজনের যত্ন—*জ্ঞান*

প্রিয়জনের মৃত্যু আমাদের জীবনকে পুরোপুরি বদলে দেয়। এমনকি যাদের আমরা চিনি না জানি না সেই রকম হাজার হাজার মানুষ যারা প্রাকৃতিক দুর্যোগে প্রাণ হারায় তাদের মৃত্যুও আমাদের চিন্তাধারার অনেক পরিবর্তন ঘটায়। মৃত্যু জীবনের এক বাস্তব সত্য। এই সত্যটা যখন আমরা উপলব্ধি করতে পারি, তখন যত্ন নেওয়ার বিষয়টি আমরা তা থেকে শিখতে পারি।

বহু বছর আগে থাইল্যান্ডে আমার শিক্ষক অজন চাহ্ তাঁর হাতের সিরামিকের মগটি তুলে ধরে আমাকে দেখিয়েছিলেন, 'এটার দিকে চেয়ে দেখো!' তিনি বলেছিলেন, 'এটার মধ্যে একটা চিড় আছে।'

আমি খুব কাছ থেকে ভালোভাবে কাপটির দিকে দেখেছিলাম, কিন্তু কোনো চিড় দেখতে পাইনি।

'ওই চিড়টা এখন অদৃশ্য,' অজন চাহ্ বললেন, 'কিন্তু সেটা ওখানে রয়েছে। কোনো এক দিন কেউ ওটা হাত থেকে ফেলে দেবে আর চিড়টা তখন বেরিয়ে আসবে এবং আমার কাপটা ভেঙে যাবে। এটাই ওর নিয়তি।'

'কিন্তু আমার মগটা যদি প্লাস্টিকের তৈরি হতো,' আমার গুরু ব্যাখ্যা করে বললেন, 'তাহলে সেটির নিয়তি এমনটি হতো না, এবং সেটি ভেঙেও যেত না। তুমি মনোযোগী না হলেও চলবে, কারণ সেটি ভঙ্গুর নয়। কিন্তু আমার কাপটা যেহেতু ভঙ্গুর, তাই সেটাকে অবশ্যই যত্ন করতে হবে।

'ঠিক তেমনি,' অজন চাহ্ জোর দিয়ে বলতে শুরু করলেন, 'তোমার শরীরের মধ্যেও একটা চিড় আছে। সেই চিড়টা এখন দেখা যাচ্ছে না, কিন্তু সেটা আছে সেখানে। একে বলা হয় ভবিষ্যতের মৃত্যু। একদিন একটা দুর্ঘটনা ঘটবে, কোনো রোগ কিংবা বার্ধক্য, তখন সেই চিড়টা বেরিয়ে আসবে এবং

www.kalpataruboi.org

তুমি মারা যাবে। এটিই তোমার নিয়তি। কিন্তু তোমার জীবন যদি চিরস্থায়ী হতো,' অজন চাহ্ শেষে বললেন, 'তোমার জীবন যদি প্লাস্টিকের একটা মগের মতো অভঙ্গুর হতো, তাহলে তুমি অমনোযোগী হতে পারতে। আমাদের জীবন ভঙ্গুর বলে মৃত্যুই হচ্ছে আমাদের নিয়তি। আর এজন্যই জীবন সম্পর্কে অবশ্যই আমাদের মনোযোগী হতে হবে।'

সম্পর্কের ব্যাপারটা যেহেতু সিরামিক মগের মতোই ভঙ্গুর, তাহলে একে অপরের প্রতি এতো মনোযোগই বা আমরা কেন দেব। সুখের মধ্যে চিড় আছে বলেই, আমাদের কখনো ভাবা উচিত নয় যে আনন্দটাই চিরস্থায়ী। আমাদের জীবন একদিন শেষ হয়ে যাবে—এ কথা বুঝতে পারি বলেই জীবনের প্রতিটা মুহূর্ত আমাদের কাছে এতো মূল্যবান।

৮. কিভাবে মুরগির খামারি হওয়া যায়—*অনুশীলন*

একদা ছিলেন দুজন মুরগির খামারি। প্রথমজন প্রতিদিন খুব ভোরে ঘুম থেকে উঠে হাতে একটা বালতি নিয়ে মুরগি রাখার ঘরটিতে চলে যেতেন আগের রাতে মুরগির পেট থেকে বেরুনো জিনিসগুলো সংগ্রহ করার জন্য। ডিমগুলো মেঝের ওপর ফেলে রেখে মুরগির বিষ্ঠা তুলে নিতেন তিনি তাঁর বালতিতে। তারপর সেই বিষ্ঠাভরা বালতি নিয়ে আসতেন তাঁর বাড়িতে। আর সেখানে ছড়িয়ে পড়ত ভয়ানক দুর্গন্ধ। তাঁর পরিবারের লোকেরা সেই দুর্গন্ধে একেবারে অতিষ্ঠ হয়ে উঠত।

দ্বিতীয়জনও বালতি নিয়ে মুরগির ছাউনিতে যেতেন আগের রাতে মুরগির পেট থেকে বেরুনো জিনিসগুলো সংগ্রহ করতে। তবে তিনি তাঁর বালতিতে শুধু ডিমগুলো তুলে নিতেন আর বিষ্ঠা পড়ে থাকত ছাউনিতে। এই পড়ে থাকা বিষ্ঠা হয়ে উঠতে পারে মূল্যবান সার, কিন্তু আপনি নিশ্চয়ই তা আপনার বাড়িতে নিয়ে আসতেন না। ডিমগুলো বাড়িতে নিয়ে আসার পর তিনি তাঁর পরিবারের লোকদের জন্য সুস্বাদু ওমলেট বানাতেন। পরে অন্য ডিমগুলো বাজারে নিয়ে গিয়ে নগর টাকায় বিক্রি করে নিতেন। এই বুদ্ধিমান খামারির কাজে তাঁর পরিবার খুব খুশি ছিল।

এই উপদেশমূলক ছোট কাহিনীটির সারকথা হচ্ছে—আপনি যদি আপনার অতীতের কাজগুলি সংগ্রহ করেন, তাহলে আপনার 'ঝুড়িটি'তে কি রেখে আপনি তা আপনার ঘরে নিয়ে যাবেন? আপনি কি সেই লোকদেরই একজন হবেন যাঁরা আজকের (অথবা জীবনের) সব বাজে অভিজ্ঞতা সংগ্রহ করে তা ঘরে নিয়ে যান... 'প্রিয়তমা আজ আমি স্পিড ক্যামেরায় ধরা পড়ে গেছি!'

www.kalpataruboi.org

'বস আজ আমার কাজ দেখে সত্যিই রেগে গেছেন!'... অথবা আপনি কি তেমন একজন যিনি তাঁর অতীতের সব নেতিবাচক অভিজ্ঞতা অতীতেই রেখে আসেন এবং শুধু সুখের মুহূর্তগুলোই সঞ্চয় করেন? আপনি কি মুরগির বিষ্ঠা সংগ্রাহক অথবা ডিম সংগ্রাহক?'

৯. ফটো অ্যালবাম—*যেতে দেওয়া*

অনেক মানুষেরই ফটো অ্যালবাম আছে। এতে তারা তাদের জীবনের সবচেয়ে বেশি সুখের সময়টাই ধরে রাখে। সেখানে হয়তো ছেলেবেলায় সাগরসৈকতে তাদের খেলার ফটোও থাকে। অথবা থাকতে পারে তাদের গর্বিত পিতামাতার সাতে গ্র্যাজুয়েশন অনুষ্ঠানের ছবি। সেখানে তাদের বিয়ের অনুষ্ঠানের অনেক ছবিও থাকতে পারে যা সত্যিকারভাবে তাদের ভালোবাসার মধুরতম মুহূর্তগুলোকে তুলে ধরে। আবার ছুটির সময়ের মজার মজার ছবিও সেখানে থাকতে পারে।

কিন্তু আপনার অ্যালবামে আপনি আপনার জীবনের দুঃখজনক সময়গুলোর কোনো ছবি খুঁজে পাবেন না। স্কুলে অধ্যক্ষের অফিস কক্ষের বাইরের জায়গাটির কোনো ছবিও সেখানে নেই। আবার পরীক্ষার প্রস্তুতির জন্য গভীর রাত পর্যন্ত জেগে আপনি যে কষ্টের সাথে পড়াশুনা করেছিলেন তার কোনো ছবিও সেখানে পাওয়া যাবে না। আমি যাদের চিনি তাঁদের মধ্যে কারো বিবাহবিচ্ছেদ ঘটনার কোনো ছবিও অ্যালবামে থাকবে না। অথবা গুরুতর অসুস্থ অবস্থায় হাসপাতালে শুয়ে থাকার ছবি কিংবা সোমবার (সপ্তাহ শুরুর দিন) সকালে কর্মস্থলে যাওয়ার সময় যানজটে আটকে পড়ার ছবিও সেখানে নেই। এ ধরনের মন খারাপ করে দেওয়ার মতো ছবি কারো অ্যালবামেই ঠাঁই পাবে না।

তবে আমাদের সবারই আরো একটি 'ফটো অ্যালমাব' আছে যাকে আমরা বলি স্মৃতি। সেই অ্যালবামে আমরা বহু নেগেটিভ ফটোগ্রাফ রেখে দিই। সেখানেই আপনি পাবেন আপনার জীবনের অপমানজনক বাদানুবাদের বহু চকিতচিত্র বা স্ন্যাপশট। অন্যের কাছে আপনার একেবারে গো-হারা হেরে যাওয়ার ঘটনার অনেক ছবি, এবং আপনার সঙ্গে নির্দয় ব্যবহারের যেসব ঘটনা রয়েছে তার অনেক ফটো মন্তাজ। আশ্চর্যের বিষয় হলো, সেই অ্যালবামে সুখের মুহূর্তগুলোর ফটো অনেক কম। এটা সত্যিই একটা অদ্ভুত ব্যাপার।

অতএব, চলুন, আমরা একবার আমাদের মাথার ভেতরকার ফটো

www.kalpataruboi.org

অ্যালবামটির কিছু ঝাড়াই-বাছাই করি। স্মৃতির যেসব ঘটনা বা চিত্র আমাদের মনে কোনো প্রণোদনা সৃষ্টি করে না সেগুলো বের করে নিয়ে আসুন ও ফেলে দিন, অথবা মুছে ফেলুন। সেগুলো এই অ্যালবামে রাখার যোগ্য নয়। সেগুলোর জায়গায় আপনার বাস্তব ফটো অ্যালবামে যা আছে সেই ধরনের স্মৃতিগুলোই রাখুন। আপনার জীবনসঙ্গী বা সঙ্গিনীর সঙ্গে যেসব সুখের মুহূর্ত ছিল তার অপ্রত্যাশিত আনন্দের মুহূর্ত অথবা যখনই মেঘ সরে গিয়ে অপরূপ সৌন্দর্য নিয়ে সূর্য দেখা দিয়েছে সেই মুহূর্তগুলোর স্মৃতি সেখানে ধরে রাখুন। এই ছবিগুলো রাখুন আপনার স্মৃতিতে। তাহলে, যখনই আপনি অবসরের কিছু মুহূর্ত পাবেন সেই সময়ে মৃদু হেসে অথবা এমনকি প্রাণখুলে হেসে এই অ্যালবামের পৃষ্ঠাগুলি উল্টিয়ে যেতে দেখবেন আপনি নিজেকে।

১০. 'মুছে ফেলুন' বোতামটিতে চাপ দেওয়া—*যেতে দিন*

আপনার অতীতের খারাপ স্মৃতিগুলো আপনি কিভাবে মুছে ফেলেন?

সে প্রায় অনেক বছর আগে থাইল্যান্ডে ভোর সকালে ভিক্ষান্ন সংগ্রহ শেষে ফেরার পথে অজন চাহ্ পথের পাশ থেকে একটি লাঠি তুলে নিয়ে জিজ্ঞেস করলেন, 'এই লাঠিটা কতটা ভারী?' তারপর কেউ কোনো উত্তর দেওয়ার আগেই লাঠিটা পাশের ঝোপে ছুঁড়ে ফেলে দিয়ে বললেন, 'একটি লাঠি কেবল তখনই ভারী যখন তুমি তা হাতে নাও। যখন তুমি তা ছুঁড়ে ফেলে দাও, তখন তার ভার চলে যায়।'

এই নীতি গ্রহণ করে আমি আমার শিষ্যদের বলি, তাদের মনোকষ্টকর খারাপ স্মৃতিগুলো যতটা সম্ভব একটি কাজগে লিখে ফেলতে। এর পর একটি লাঠি খুঁজে নিয়ে সেটির এক মাথায় কাগজটি মুড়ে একটি ইলাস্টিক ব্যান্ড অথবা আঠালাগানো টেপ দিয়ে শক্ত করে লাগিয়ে নিতে হবে। এবার বনের মাঝে একটি জনমানবহীন জায়গা খুঁজে নাও, লাঠিটা হাতে নাও এবং তোমার খারাপ স্মৃতিগুলোর ওজনটা অনুভব করো। অতঃপর যখন তুমি প্রস্তুত হবে তখন তোমার সমস্ত শক্তি দিয়ে সেই লাঠিটা যতটা দূরে সম্ভব ছুঁড়ে দাও।

খারাপ স্মৃতিগুলোর হাত থেকে রেহাই পেতে গেলে আপনাকে প্রথমে সেগুলো চিনতে হবে। নিষ্ঠার সঙ্গে সেগুলি স্মরণ করতে হবে। সেজন্য প্রথমে সেগুলি কাগজে লিখে নিতে হবে। এরপর, সেগুলোর বিদায় পর্ব জোরদার করার জন্য কিছু শারীরিক কাজ বা অনুষ্ঠান প্রয়োজন। 'আমি এখন এটি ভুলে যেতে চাই,'—শুধু এমন চিন্তা করলেই কাজটি হয়ে যাবে না। এজন্যই আমরা লাঠিতে কাগজ বাঁধার সে কাজটি করি। লাঠিতে কাগজ জড়িয়ে দেওয়া;

www.kalpataruboi.org

খারাপ স্মৃতিগুলোর হাত থেকে রেহাই পাওয়ার জন্য বনে ঘুরতে যাওয়া; এবং এর পর লাঠিটা যতটা সম্ভব দূরে ছুঁড়ে ফেলা; একটির পর একটি এসব কাজের পর্ব মনের ইচ্ছেটাকে আরো জোরদার করে তোলে। সেটিকে শক্তি যোগায়। এতে কাজ হয়। আপনি 'মুছে ফেলুন' বোতামটি ঠিকই টিপেছেন।

এবার কেউ একজন অভিযোগ করলেন যে, আমি বনের শৃঙ্খলা নষ্ট করার জন্য দায়ী। আমি পরিবেশের বিপর্যয় ঘটানোর কাজে উৎসাহ যোগাচ্ছি! এজন্যই আমি নিচের কৌশলটা গ্রহণ করেছি :

আগের মতোই আপনার খারাপ স্মৃতিগুলো একটি কাগজে লিখে ফেলুন। মুছে ফেলার আগে সেগুলি প্রকাশ পাওয়া উচিত। তবে এবার শুধু বিশেষ এক ধরনের কাগজ ব্যবহার করুন। নেতিবাচক স্মৃতিগুলোর জন্য এটিই সবচেয়ে উপযুক্ত জিনিস। সেগুলো লিখুন টয়লেট পেপারের রোল-এ। লেখা শেষ হয়ে গেলে রোলটি বাথরুমে নিয়ে যান, তারপর সেই অপ্রীতিকর লেখাগুলোসহ রোলটি টয়লেটের পাত্রে রাখুন, যেটি তার আসল জায়গা। এবার ফ্লাশ করুন।

১১. ভালো? মন্দ? কে জানে?—*ধ্যান*

সে অনেক দিন আগের কথা। এক রাজা একবার শিকার করার সময় তাঁর একটি আঙুল কেটে ফেলেন। চিকিৎসক তাঁর শিকার যাত্রায় সঙ্গেই ছিলেন। তাঁকে ডেকে পাঠানো হলো। তিনি রাজার আঙুল ব্যান্ডেজ করে দিলেন।

'আমার আঙুল কি ঠিক হবে যাবে?' রাজা জিজ্ঞেস করলেন।

'ভালো? মন্দ? কে জানে?' চিকিৎসক উত্তর দিলেন! তারপর তিনি চলে গেলেন শিকার করতে।

এদিকে শিকার শেষ করে প্রাসাদে ফিরে এলেন রাজা। ইতোমধ্যে তাঁর আঙুলে সংক্রমণ ঘটেছে। রাজা আবার তাঁর চিকিৎসককে ডেকে পাঠালেন। চিকিৎসক এসে ক্ষতটি পরিষ্কার করলেন, সযত্নে সেখানে কিছু মলম লাগালেন, তারপর আবার ব্যান্ডেজ করে দিলেন।

'আপনি কি নিশ্চিত যে এবার এটি ঠিক হয়ে যাবে?' উদ্বেগের সঙ্গে রাজা জিজ্ঞেস করলেন।

'ভালো? মন্দ? কে জানে?' চিকিৎসক আবারো সেই একই উত্তর দিলেন। এই উত্তর শুনে রাজা উদ্বিগ্ন হয়ে থাকলেন।

রাজার উদ্বেগের সত্যিই কারণ ছিল। অল্প কয়েকদিনের মধ্যেই আঙুলের সংক্রমণ এমন হয়ে উঠল যে শেষ পর্যন্ত চিকিৎসককে সেটি কেটে ফেলতে হলো! রাজা এবার তাঁর অযোগ্য চিকিৎসকের ওপর এতই রেগে গেলেন যে

www.kalpataruboi.org

তিনি নিজেই তাঁকে ভূগর্ভস্থ অন্ধকার কারাগারে নিয়ে একটি কক্ষে ঢুকিয়ে দিলেন।

'এবার, ডাক্তার, কারাগারে থাকতে আপনার কেমন লাগছে?'

'কারাগারে থাকতে, স্যার... ভালো? মন্দ? কে জানে?' চিকিৎসক তাঁর কাঁধ ঝাঁকিয়ে উত্তর দিলেন।

'আপনি শুধু অযোগ্য নন, পাগলও!' এ কথা বলে রাজা সেখান থেকে চলে গেলেন।

কয়েক সপ্তাহ পর, আঙুলের ক্ষতটা যখন সেরে উঠল, তখন রাজা আবার শিকারে বেরিয়ে পড়লেন। শিকারের একটি জন্তুর পেছন ধাওয়া করতে করতে তিনি একসময় তাঁর সঙ্গীসাথীদের থেকে আলাদা হয়ে পড়লেন এবং বনের মধ্যে পথ হারিয়ে ফেললেন। তারপর বনের মধ্যে ঘোরাঘুরি করার সময় তিনি বনের আদিবাসীদের হাতে বন্দী হলেন। এটি ছিল তাদের একটি পবিত্র দিন আর তারা বনদেবতার সামনে বলি দেওয়ার জন্য একজন মানুষও পেয়ে গেল। তারা একটি বড় গাছের সঙ্গে রাজাকে বেঁধে রাখল। তাদের পুরোহিত যখন নেচে নেচে মন্ত্র পড়ছিলেন তখন বনের আদিবাসীরা তাদের বলি দেওয়ার ছুরিটাতে ধার দিচ্ছিল। এরপর পুরোহিত ছুরিটা হাতে নিয়ে রাজার গলায় বসানোর জন্য এগিয়ে যাওয়ার পর হঠাৎ চিৎকার করে উঠলেন। 'থামো! এই লোকটার হাতে মাত্র নয়টা আঙুল। আমাদের দেবতার সামনে বলি দেওয়ার উপযুক্ত সে নয়। ওকে ছেড়ে দাও।'

কয়েকদিনের মধ্যেই রাজা তাঁর প্রাসাদে ফিরে যাওয়ার পথটি খুঁজে পেলেন। প্রাসাদে ফিরে এসেই রাজা তাঁর সেই জ্ঞানী চিকিৎসককে ধন্যবাদ দেওয়ার জন্য ভূগর্ভস্থ অন্ধকার কারাকক্ষে চলে গেলেন।

'আমি ভেবেছিলাম আপনার ওই 'ভালো? মন্দ? কে জানে? কথাগুলো পাগলের প্রলাপ ছাড়া আর কিছু নয়। কিন্তু এখন আমি জানি যে, আপনিই ঠিক। আমার হাতের একটা আঙুল হারানোর ব্যাপারটা ভালোর জন্যই ঘটেছিল। এতে আমার জীবন রক্ষা পেয়েছে। তবে আপনাকে কারাগারে ঢোকানোর কাজটা ছিল একটা খারাপ কাজ, আমি দুঃখিত।'

'আপনি কী বললেন, স্যার? আমাকে কারাগারে ঢোকানোটা খারাপ হয়েছে? আপনি যে আমাকে কারাগারে ঢুকিয়ে দিয়েছিলেন সেটা তো খুবই ভালো একটা কাজ। তা না করলে শিকারে যাওয়ার সময় তো আমি আপনার সঙ্গে যেতাম। আমিও ওদের হাতে বন্দী হতাম। আর আমার হাতে তো দশটি আঙুলই রয়েছে।'

www.kalpataruboi.org

১২. ট্যাক্সি ড্রাইভার—*ধ্যান*

এক ব্যক্তি আমাকে বলেন যে, তিনি ১৯৭৭ সালে ব্যবসার কাজে ভারতের মুম্বাই শহরে গিয়েছিলেন। তাঁর সেই সফর বেশ ভালোভাবেই সম্পন্ন হয়েছিল এবং ফেরার দিন তিনি চেক-ইনের জন্য হাতে বেশ কিছুটা সময় নিয়েই বিমানবন্দরে যাওয়ার ট্যাক্সিতে উঠেছিলেন। কিন্তু ট্যাক্সিটি পথ হারিয়ে ফেলল। ট্যাক্সির চালক যদিও স্থানীয় লোকই ছিলেন, কিন্তু তিনি পথ খুঁজে পেলেন না। সময় যতই গড়িয়ে চলল, ব্যবসায়ী লোকটি ততই উদ্বেগে অধীর হয়ে পড়লেন এই ভেবে যে—তিনি বুঝি ফ্লাইট ধরতে পারবেন না। তিনি ট্যাক্সি ড্রাইভারের সাথে রাগারাগি করতে লাগলেন। এতে সেই ট্যাক্সিচালক আরো বেশি দিকভ্রান্ত হয়ে পড়তে লাগল।

কিছুক্ষণের মধ্যেই ব্যবসায়ী লোকটি বুঝতে পারলেন যে, তাঁর ফ্লাইট ধরার একটি মাত্র উপায় হলো ফ্লাইটের যদি বিলম্ব ঘটে। তখনকার দিনে এ ধরনের বিলম্বের ব্যাপার প্রায়ই ঘটত। কিন্তু, শেষ পর্যন্ত, তাঁরা যখন আন্তর্জাতিক বিমানবন্দরের কাছে পৌঁছলেন, তখন তাঁর শেষ আশাটির সলিল সমাধি হলো। আরো একবার ফ্লাইট যথাসময়েই আকাশে উড়াল দিল। তিনি দেখলেন, তাঁর বিমানটি মাটি ছেড়ে আকাশে উঠে যাচ্ছে।

'তুমি একটা বেওকুফ ট্যাক্সি ড্রাইভার। তোমারই তো সবার আগে বিমানবন্দরের পথটা জানা থাকা উচিত। তোমাকে আর কখনো ট্যাক্সি চালানোর অনুমতি দেওয়া উচিত নয়। বেটা বেওকুফ! তোমার জন্যই ফ্লাইটটা ধরতে পারলাম না আমি।' রাগে চিৎকার করে ট্যাক্সিচালককে বলতে লাগলেন ব্যবসায়ী লোকটি।

এরপর তিনি দেখলেন, উড়োজাহাজটা আকাশ থেকে পড়ে গেল। উড়োজাহাজে যাঁরা ছিলেন সবাই নিহত হলেন।

'তুমি খুব চমৎকার একজন ট্যাক্সিচালক! তুমি আমার বন্ধু। এই নাও তোমার বখশিস!...'

সেই লোকটি আমাকে বলেছিলেন যে, এই অভিজ্ঞতা তাঁর পুরো জীবনটাকেই বদলে দিয়েছে, যখন কাজ পরিকল্পনা মাফিক হয় না, তখনো তিনি আর তত বেশি রেগে যান না। পরিবর্তে তিনি মনে মনে বলেন, 'ভালো? মন্দ? কে জানে?'

www.kalpataruboi.org

১৩. অপরাধী বলতে কেউ নেই—*করুণা*

স্থানীয় জেলখানার তত্ত্বাবধায়কের কাছ থেকে একটি ফোন পেলাম। তাঁর জেলে শিক্ষা দেওয়ার কাজে ফিরে যেতে আমন্ত্রণ জানানোর ব্যাপারে তিনি আমার সাথে ব্যক্তিগতভাবে কথা বলতে চান। আমি উত্তরে তাঁকে জানালাম যে, আগে যখন নিয়মিতভাবে তাঁর জেল পরিদর্শনে যেতাম সে সময়কার চেয়ে অনেক বেশি কর্তব্যকাজে আমি এখন ব্যস্ত। আমি তাঁকে কথা দিলাম যে অন্য একজন বৌদ্ধভিক্ষুকে আমি সেখানে পাঠিয়ে দেব।

'না!' তিনি জবাব দিলেন, 'আমরা আপনাকেই চাই।'

'আমাকে কেন?' আমি বললাম।

'আমার জীবনের অধিকাংশ সময় আমি জেলখানায় চাকরিতে কাটিয়েছি,' তিনি আমাকে ব্যাখ্যা করে বললেন, 'এবং আপনার ক্ষেত্রে আমি একটা অত্যন্ত বিশেষ ব্যাপার লক্ষ করছি। যে বন্দীরা আপনার ক্লাশে যোগ দিয়েছিল তাদের কেউই মুক্তি পাওয়ার পর আবার কখনো জেলখানায় ফিরে আসেনি। দয়া করে আপনিই আসুন।'

আমি জীবনে যেসব প্রশংসা পেয়েছি তার মধ্যে একটি সবচেয়ে মূল্যবানগুলোর একটি। তাই আমি পরেও সেটা নিয়ে ভাবলাম। কী আমি করেছি যা অন্যরা করেনি এবং জেলের লোকগুলোর মধ্যে এমন মৌলিক পরিবর্তন নিয়ে এলো। আমি সেটি চিহ্নিত করলাম। এই কারণটি হলো, জেলখানায় যে ক'বছর আমি পড়ানোর কাজ করেছি সে সময় আমি কোনো অপরাধী সেখানে দেখিনি।

আমি বহু মানুষ দেখেছি যারা খুন করেছে, কিন্তু আমি কখনো কোনো হত্যাকারী দেখিনি। আমি এমন বহু মানুষ দেখেছি যারা অন্যের জিনিস চুরি করেছে, কিন্তু আমি কখনো কোনো চোর দেখিনি। এমনকি আমি তেমন কিছু লোকও দেখেছি যারা সাংঘাতিক ধরনের যৌন অপরাধ করেছে, কিন্তু আমি কোনো যৌনাপরাধী দেখিনি। আমি দেখেছি সেই মানুষ যার মূল্য অপরাধের চাইতে অধিক।

কোনো মানুষকে তার কৃত একটি বা দুটি, অথবা এমনকি বেশ কয়েকটি ভয়াবহ কাজের আলোকে সংজ্ঞায়িত করা অযৌক্তিক। এটি তাদের অন্য সব কাজ, তাদের অনেক মহৎ কর্মের অস্তিত্বকে অস্বীকার করে। আমি সেই সব অন্যান্য কাজকে স্বীকৃতি দিয়েছি। আমি এমন লোক দেখেছি, যিনি একটি অপরাধ করেছেন, কিন্তু অপরাধী নন। তাঁদের মূল্য যে অপরাধের জন্য তাঁরা জেল খাটছিলেন তার চেয়ে অনেক অনেক বেশি।

www.kalpataruboi.org

আমি যখন অপরাধের পরিবর্তে একজন ব্যক্তিকে দেখেছি, তখন তাঁরাও তাঁদের নিজেদের অন্যান্য সদ্‌গুণকে দেখেছেন। অপরাধকে অস্বীকার না করেও তাঁদের মধ্যে আত্মসম্মানবোধ আগতে শুরু করে। তাঁদের আত্মসম্মানবোধ বেড়ে যায়। তাঁরা যখন জেল থেকে ফিরে গেলেন তখন একেবারেই গেলেন।

১৪. মানসিক অসুস্থতার অপবাদ—*জ্ঞান*

উপরের কাহিনীটি আমি কয়েক বছর আগে মানসিক স্বাস্থ্য বিষয়ক এক সম্মেলনে বলেছি। একটি সুখ্যাত মানসিক স্বাস্থ্য ক্যাম্পাসের একজন বিভাগীয় প্রধান এটি শুনে বেশ অভিভূত হয়েছিলেন। তাঁর ভবনকে 'আশীর্বাদ' করার জন্য তিনি আমাকে আমন্ত্রণ জানিয়েছিলেন।

'আপনারা কোন ধরনের মানসিক অসুস্থতার চিকিৎসা করেন?' আমি জিজ্ঞেস করলাম।

'স্কিৎসোফ্রেনিয়া,' তিনি উত্তর দিলেন।

'আপনার কাহিনীতে যেমন আপনি ব্যাখ্যা করেছেন,' তিনি বললেন, 'তেমনিভাবে আমিও স্কিৎসোফ্রেনিয়ার চিকিৎসা করি না। আমি রোগীর অন্য দিকগুলোর চিকিৎসা করি। আমি এবার বৌদ্ধরা যেভাবে শ্রদ্ধা নিবেদন করে তেমনিভাবে হাত দুটি তুলে তাঁকে সম্মান জানালাম। তিনি বুঝলেন।

'আপনার চিকিৎসায় আপনি কিরূপ ফল পেয়েছেন?' আমি তাঁকে জিজ্ঞেস করলাম, যদিও আমি জানতাম তার উত্তর কী হতে পারে।

'অসাধারণ! অন্য যে কোনো চিকিৎসার চেয়ে অনেক ভালো,' তিনি উত্তর দিলেন।

আপনি যখন কাউকে স্কিৎসোফ্রেনিক বলেন তখন আপনি তাঁকে যে পরিচিতি দিয়েছেন তিনি সে অনুযায়ীই বেঁচে থাকার আশা করেন। আপনি তাঁদের কপালে কালিমাচিহ্ন এঁকে দিয়েছেন। আপনি যখন তাদেরকে এমন ব্যক্তি হিসেবে মেনে নেন যাঁরা স্কিৎসোফ্রেনিয়ার ঘটনা দ্বারা আক্রান্ত হন এবং তাঁদের অসুস্থতার চেয়েও বড় তাঁদের অস্তিত্ব, তখন তাঁদের জীবনের সুস্থতর অংশটিকে বিকাশেরই সুযোগ দেন আপনি।

১৫. মৃত্যুর জন্য অনুমতিদান—*যেতে দেওয়া*

'আপনার আসন্ন মৃত্যুর কথা ভেবে কি আপনি শান্তি পান?' আমি প্রায়ই মৃত্যুর কাছাকাছি পৌঁছে যাওয়া মানুষদের এ প্রশ্নটা করেছি। আমার উদ্দেশ্য ছিল

www.kalpataruboi.org

তাঁদের বোঝানো যে মৃত্যুটা স্বাভাবিক, এর মধ্যে অস্বাভাবিক কিছু নেই। তাহলে তাঁরা মর্যাদার সঙ্গে মৃত্যুবরণ করতে পারবেন।

এই লোকদের মধ্যে অনেকেই আমাকে বলেন যে, তাঁরা ইতোমধ্যেই তাঁদের আসন্ন মৃত্যুর সঙ্গে শান্তির সম্পর্ক গড়ে তুলেছেন। কিন্তু সমস্যাটা হচ্ছে, তাঁরা বলেন, তাঁদের আত্মীয় ও ঘনিষ্ঠ বন্ধুদের নিয়ে যাঁরা তাঁদের যেতে দেবেন না। 'মা, মা, মরে যেও না! ভালো হয়ে ওঠো। প্লিজ!' এটিই তাঁদের কষ্ট পাওয়ার সবচেয়ে বড় কারণ হয়ে ওঠে।

স্টিভ ছিল একজন যুবকবয়সী বৌদ্ধ। তার বয়স ত্রিশের ঘরে। তার ছিল ব্যবসাসফল একটি পর্যটন কোম্পানি। কোম্পানিটি এর সেবা-গ্রাহকদের 'হোয়াইট ওয়াটার র‍্যাফটিং' অর্থাৎ স্বচ্ছ জলরাশিতে কাঠের টুকরো জোড়া দিয়ে তৈরি ভেলার মতো নৌকা চালানোর আনন্দ উপভোগ করার জন্য বিশ্বের সবচেয়ে সুন্দর কয়েকটি জায়গায় নিয়ে যেত। দুর্ভাগ্যবশত সে দুরারোগ্য এক ক্যান্সার রোগে আক্রান্ত হয়ে মৃত্যুর পথে এগিয়ে চলছিল।

আমি অনেকবার স্টিভ এবং তার স্ত্রী জেনির সাথে দেখা করতে গিয়েছিলাম। আর, সত্যি বলতে কি, আমি প্রত্যেকবারই আশ্চর্য হতাম এই দেখে যে—সে এখনো মারা যায়নি। সে তো কষ্ট পাচ্ছিল। কেন সে এভাবে মৃত্যুযন্ত্রণা ভোগ করে বেঁচে আছে?

আমি স্টিভের কাছ থেকে উঠে এসে জেনির সামনে দাঁড়ালাম। তারপর ওকে বললাম, 'তুমি কি স্টিভকে মৃত্যুর অনুমতি দিয়েছ?'

এরপর যা ঘটল তা জীবনে বিরাটভাবে আলোড়িত হওয়ার মতো একটি ঘটনা, যা দেখে যে কেউ নিজেকে সৌভাগ্যবান মনে করতে পারে। জেনি হামাগুড়ি দিয়ে বিছানায় উঠে গিয়ে পরম আদরের সঙ্গে তার বাহু দিয়ে জড়িয়ে ধরল রোগজীর্ণ শীর্ণকায় স্বামীর দেহটিকে এবং গভীর ভালোবাসার সঙ্গে তাকে বলল, 'স্টিভ, আমি তোমাকে মৃত্যুর অনুমতি দিচ্ছি। সব ঠিক আছে স্টিভ। তুমি এবার চলে যেতে পারো।' ওরা দুজন দুজনকে জড়িয়ে ধরে কাঁদতে লাগল। দুদিনের মধ্যেই মারা গেল স্টিভ। প্রায়ই আমি কোনো মৃত্যুপথযাত্রীর বন্ধুবান্ধব ও আত্মীয়দের একপাশে ডেকে নিয়ে বলি, তারা যে লোকটিকে এতো ভালোবাসে তাকে ভালোবাসার শ্রেষ্ঠ উপহারটি দিতে। সেটি হলো : *মৃত্যুবরণের অনুমতি*। মুক্তির সে উপহার আপনি দিতে পারেন কেবল আপনার নিজস্ব সময়ে ও নিজের মতো করে। এটি সেই উপহার যা আপনার প্রিয়জনদের মুক্তি এনে দেয়।

www.kalpataruboi.org

১৬. একটি বৌদ্ধ কৌতুক—*চর্চা*

একজন বৌদ্ধভিক্ষু একবার তাঁর মন্দিরের একজন উপাসকের কাছ থেকে ফোনে আমন্ত্রণ পেলেন।

'আপনি কি দয়া করে আজ আমার বাড়িতে এসে সূত্রপাঠ করবেন?' ফোনকারী উপাসক বললেন।

'আমি দুঃখিত,' বৌদ্ধভিক্ষু উত্তর দিলেন। 'আমি আসতে পারব না, কারণ আমি ব্যস্ত।'

'আপনি কী করছেন?' উপাসক জানতে চাইলেন।

'কিছু না,' ভিক্ষু উত্তর দিলেন। 'সেটাই ভিক্ষুদের কাজ বলে মনে করা হয়।'

'ঠিক আছে,' এ কথা বলে উপাসক ফোন রেখে দিলেন। এই গৃহী বৌদ্ধ পরদিন আবার ফোন করলেন। 'আপনি কি দয়া করে আজ সূত্রপাঠ করার জন্য আমার বাড়িতে আসবেন?'

'দুঃখিত,' বৌদ্ধভিক্ষু বললেন। 'আমি আসতে পারব না, কারণ আমি ব্যস্ত আছি।'

'আপনি কী করছেন?' ফোনকারী গৃহী বৌদ্ধ জানতে চাইলেন।

'কিছু না,' উত্তরে বৌদ্ধভিক্ষু বললেন।

'কিন্তু সে কাজটাই তো আপনি গতকাল করছিলেন।' উপাসক বৌদ্ধ কিছুটা অনুযোগের সুরে বললেন।

'হ্যাঁ,' বৌদ্ধভিক্ষু উত্তর দিলেন। 'কিন্তু কাজটা এখনো আমি শেষ করতে পারিনি।'

১৭. প্রবীণ ভিক্ষুরা মিথ্যা বলেন না—*জ্ঞান*

প্রত্যেক বছর আমার মতো বৌদ্ধভিক্ষুরা বিভিন্ন স্থানে ভ্রমণ বন্ধ করে কোনো একটি নির্দিষ্ট স্থানে তিন মাস দীর্ঘ বর্ষাবাস পালন করেন।

একবার 'বর্ষাবাস' শুরুর কয়েকদিন আগে একজন প্রবীণ ভ্রমণকারী ভিক্ষু এক গরিব চাষির কুঁড়েঘরে এসে উপস্থিত হলেন। গৃহস্বামী নিজে গরিব হলেও মনের দিক থেকে ছিলেন একজন শ্রদ্ধাবান বৌদ্ধ। তিনি ভিক্ষুকে কিছু খাবার দিয়ে কাছে কোথাও বর্ষাবাস পালনের জন্য অনুরোধ জানালেন। 'পূজনীয় ভন্তে, নদীর ওপারে ওই নিরিবিলি ঘাসে ঢাকা মাঠে আপনার জন্য ছোট একটা ঘর আমি তৈরি করে দিতে পারব। আর আমার স্ত্রী আপনাকে খাবার দিতে পারলে খুব খুশি হবে। আমরা শুধু বলব মাঝে মাঝে আপনি আমাদের ধ্যান

www.kalpataruboi.org

করতে শেখাবেন।'

প্রবীণ ভিক্ষু চাষির কথায় রাজি হলেন।

পরবর্তী তিন মাসে চাষি, তাঁর স্ত্রী ও এমনকি ছেলেমেয়েরাও সেই জ্ঞানী ও সহৃদয় প্রবীণ ভিক্ষুকে ভালোবেসে ফেললেন। সে ভালোবাসা এমনই গভীর হলো যে, তিন মাস বর্ষাবাসের পর সেই প্রবীণ ভিক্ষু যখন বললেন যে, তিনি চলে যাবেন তখন চাষির পরিবারের সবাই কাঁদতে লাগলেন ও প্রবীণ ভিক্ষুকে সেখানে থেকে যেতে বললেন।

'আমি আর এখানে থাকতে পারব না,' প্রবীণ ভিক্ষু বললেন, 'তবে আপনারা যেহেতু আমাকে এত যত্ন করেছেন, সেজন্য আমি আপনাদের সাহায্য করতে চাই। কয়েকদিন আগে আমি যখন খুব গভীর ধ্যানে নিমগ্ন ছিলাম, তখন আমি দেখলাম—কাছাকাছি কোনো জায়গায় মাটির নিচে বিপুল গুপ্তধন রয়েছে। আমি চাই সে ধনসম্পদ আপনারা লাভ করুন। এবার আমার কথা মন দিয়ে শুনুন, আমি যা বলব সে অনুযায়ী কাজ করবেন, এবং আপনারা আর কখনো অভাবে পরবেন না।'

চাষির পরিবারের সবাই এবার কান্না বন্ধ করলেন। তাঁরা তাঁর কথা মনোযোগ দিয়ে শুনলেন। তাঁরা বিশ্বাস করতেন—ভিক্ষুরা, বিশেষত প্রবীণ ভিক্ষুরা কখনো মিথ্যা বলেন না।

'ভোরে আপনাদের এই ছোট বাড়িটার চৌকাঠে দাঁড়াবেন। হাতে তুলে নেবেন তীর আর ধনুক। ধনুকটার লক্ষ্য স্থির করবেন উদীয়মান সূর্যের দিকে এবং সূর্য যখন দিগন্তের উপরে উঠে আসবে, তখন তীরটা ছেড়ে দেবেন। যেখানে তীরটি পড়বে, সেখানেই আপনারা গুপ্তধন পাবেন।'

সেদিন সন্ধ্যায় প্রবীণ ভিক্ষু চলে গেলেন। পরদিন ভোরে, পরিবারের সবাই এত বেশি উত্তেজনা বোধ করছিলেন যে তাঁরা সকাল হবার অনেক আগেই ঘুম থেকে উঠে গেলেন। চাষি তাঁর ধনুক ও একটি তীর নিয়ে ঘরের চৌকাঠে দাঁড়ালেন। তাঁর স্ত্রীর হাতে ছিল কোদাল। সেদিন ভোরে, তাঁদের মনে হচ্ছিল, সূর্য বুঝি অনেক দেরি করেই দিগন্তের উপরে উঠছিল। তারপর সেটি যখন উঠল তখন চাষি সূর্যের দিকে তাঁর তীরটি ছুঁড়ে দিলেন। আর সবাই দৌড়াতে লাগলেন তার পিছু পিছু। সেটি যেখানে পড়েছিল, চাষি তাঁর স্ত্রীকে সেখানে গর্ত খুঁড়তে বললেন। চাষির স্ত্রীও অনেক গভীর একটি গর্ত খুঁড়লেন সেখানে।

তিনি কী পেলেন? কিছুই না! শুধুই ঝামেলা আর কষ্ট। তীরটি গিয়ে পড়েছিল এক ধনী ব্যক্তির জমিতে। তিনি তাঁদের হাতেনাতে ধরে ফেললেন।

'আরেকজনের জায়গায় তোমরা গর্ত খুঁড়তে পার না!' গরিব লোকটির স্ত্রীর

www.kalpataruboi.org

দিকে তাকিয়ে তিনি চিৎকার করে বললেন। 'আমি তোমার নামে মামলা করব! তোমাকে জেলে ঢুকাব!'

'এটা ওর দোষ,' স্বামীকে দেখিয়ে দিয়ে চাষির স্ত্রী মিনতি করে বললেন। 'ও-ই তো আমাকে এখানে গর্ত খুঁড়তে বলেছিল।'

'এটা প্রবীণ ভিক্ষুরই দোষ,' স্বামী বললেন। 'তিনি বলেছিলেন যে আমরা এখানে গুপ্তধন পাব।'

'প্রবীণ ভিক্ষু?' জিজ্ঞাসার সুর বললেন ধনী লোকটি। 'অদ্ভুত ব্যাপার তো। আমিও একজন বৌদ্ধ। প্রবীণ ভিক্ষুরা তো কখনো মিথ্যা বলেন না। তিনি তোমাদের কী করতে বলেছিলেন?'

প্রবীণ ভিক্ষু কী নির্দেশ দিয়েছিলেন সে কথা ধনী লোকটিকে বলা হলে তিনি জোরে চেঁচিয়ে বললেন, 'ওহ! আমি বুঝতে পেরেছি তোমরা কোথায় ভুল করেছো। চাষি, তুমি নিজের চেহারাটা একবার দেখো। তুমি এতো কম খেতে পাও যে একটি তীর ঠিকভাবে ছোঁড়ার শক্তিও তোমার শরীরে নেই। তোমার সঙ্গে আমি একটা চুক্তি করব। আগামীকাল তোমার বাড়ি থেকে আমিই তীর ছুঁড়ব আর গুপ্তধন পেলে সেটা আমাদের মধ্যে আধাআধি ভাগ হবে।'

এ কথায় সায় না দিয়ে চাষির কোনো উপায় ছিল না। তিনি রাজি হলেন। পরদিন ভোরে ধনী লোকটি হাতে তীর-ধনুক নিয়ে চাষির বাড়ির চৌকাঠে দাঁড়িয়ে সূর্যোদয়ের জন্য অপেক্ষা করছিলেন আর চাষির হাতে ছিল কোদাল। আজ গর্ত খোঁড়াই তাঁর 'কর্ম' (কপাল), কারণ আগের দিন তিনি তাঁর স্ত্রীকে দিয়ে গর্ত খুঁড়িয়েছিলেন। সূর্য যখন দিগন্তের উপরে উঠল, তখন ধনী লোকটি তাঁর তীর ছুঁড়লেন। এবার তীর অনেক দূর গেল। তীরের পেছন পেছন তাঁরাও দৌড়ে গেলেন। যেখানে পড়ল সেখানে গর্ত খুঁড়তে হলো চাষিকে।

কী পেলেন তিনি? কিছুই না! কেবল আরো বেশি ঝামেলা! তীরটা গিয়ে পড়েছিল এক সেনাপতির মালিকানাধীন জমিতে। তিনি তাদের সবাইকে বন্দি করলেন।

'তোমরা আমার জমি নষ্ট করতে পারো না!' চিৎকার করে বললেন সেনাপতি। 'আমি আমার সৈন্যদের আদেশ দেব তোমাদের মাথা কেটে ফেলতে!'

'এটা ওঁর দোষ,' ধনী লোকটিকে দেখিয়ে মিনতির সুরে বললেন চাষি, 'উনিই আমাকে এখানে গর্ত খুঁড়তে বলেছিলেন।'

'এটা প্রবীণ ভিক্ষুরই দোষ,' ধনী লোকটি বললেন, 'তিনি বলেছিলেন যে

www.kalpataruboi.org

আমরা এখানে গুপ্তধন পাবো।'

'প্রবীণ ভিক্ষু?' জিজ্ঞাসার কণ্ঠে বললেন সেনাপতি। 'একটা অদ্ভুত ব্যাপার ঘটছে এখানে। আমিও একজন বৌদ্ধ। প্রবীণ ভিক্ষুরা তো মিথ্যা বলেন না। তিনি আপনাদের কী নির্দেশ দিয়েছিলেন?'

প্রবীণ ভিক্ষু কী বলেছিলেন সেটা শোনার পর সেনাপতি ঘোষণা দিলেন, 'ওহ! আমি জানি, তোমরা সবাই কোথায় ভুল করেছো। একজন সাধারণ মানুষ তীর ছোঁড়ার কী জানে? আমার মতো একজন প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সৈন্যই জানে কিভাবে ধনুক ব্যবহার করতে হয়। আমি তোমাদের সাথে একটা চুক্তি করব। আগামীকাল তোমার বাড়ি থেকে তীরটি আমিই ছুঁড়ব। আর যখন আমরা গুপ্তধন পাবো, তখন সেটা সমান তিন ভাগে ভাগ হবে।'

অতএব, পরদিন ভোরে তীর-ধনুক হাতে নিয়ে চাষির বাড়ির চৌকাঠে দাঁড়িয়ে সূর্যোদয়ের জন্য অপেক্ষা করতে লাগলেন সেনাপতি। আর ধনী লোকটির হাতে ছিল কোদাল। আজ গর্ত খোঁড়ার কর্মফল তাঁর। সূর্য যখন দিগন্তের উপরে উঠে এলো, সেনাপতি তাঁর দক্ষ হাতে তীরটি ছুঁড়ে দিলেন। সেটি অনেক অনেক দূর চলে গেল। তীরের পেছন পেছন ছুটে গেলেন তাঁরা সবাই, এবং যেখানে সেটি গিয়ে মাটিতে পড়ল সেখানেই বিরাট এক গর্ত খুঁড়লেন ধনী লোকটি।

তিনি কী পেলেন? কিছুই না! কেবল আরো বেশি ঝামেলা। তীরটি গিয়ে পড়েছে রাজপ্রাসাদের বাগানে আর রাজার প্রহরীরা তাঁদের সবাইকে বন্দি করলেন। আর শিগগিরই শিকল দিয়ে বেঁধে তাঁদের নিয়ে যাওয়া হলো রাজার কাছে।

'রাজার বাগান নষ্ট করা মৃত্যুদণ্ডাদেশযোগ্য অপরাধ। কেন তুমি সেটা করেছ?'

'এটা ওর দোষ, হুজুর,' ধনী লোকটির দিকে নির্দেশ করে সেনাপতি বললেন।

'মহারাজ! এটা ওর দোষ,' চাষির দিকে নির্দেশ করে ধনী লোকটি বললেন।

'এটা সেই প্রবীণ ভিক্ষুরই দোষ, মহারাজ,' মিনতি জানিয়ে বললেন চাষি। 'তিনি বলেছিলেন যে আমরা গুপ্তধন পাবো।'

'প্রবীণ ভিক্ষু?' রাজা জিজ্ঞেস করলেন। 'এখানে তো একটা অদ্ভুত ব্যাপার ঘটছে। আমিও একজন বৌদ্ধ আর প্রবীণ ভিক্ষুরা তো মিথ্যা বলেন না। তিনি তোমাদের কী নির্দেশ দিয়েছিলেন?'

www.kalpataruboi.org

রাজা যখন প্রবীণ ভিক্ষুর নির্দেশের কথা শুনলেন, তিনি বুঝতে পারলেন না, ভুলটা কোথায় হয়েছে। এবার তিনি তাঁর সৈন্যদের পাঠালেন সেই প্রবীণ ভিক্ষুকে খুঁজে বের করে রাজপ্রাসাদে নিয়ে আসতে যাতে তিনি তাঁর নির্দেশের ব্যাখ্যা দিতে পারেন। ভিক্ষুকে শিগগিরই খুঁজে পাওয়া গেল এবং রাজার সামনে নিয়ে আসা হলো।

'পূজনীয় ভন্তে,' শ্রদ্ধামিশ্রিত কণ্ঠে রাজা বললেন। 'আপনার মাটির নিচে লুকোনো গুপ্তধনের কাহিনী বলে আপনি এই লোকদের সবাইকে এক বড় ঝামেলার মধ্যে ফেলে দিয়েছেন। কেন?'

'মহারাজ, এটি কোনো মিথ্যা গল্প নয়। প্রবীণ ভিক্ষুরা কখনো মিথ্যা বলেন না,' ব্যাখ্যা দিয়ে বললেন প্রবীণ ভিক্ষু। 'ওঁরা গুপ্তধন খুঁজে পাননি, কারণ তাঁরা আমার নির্দেশ অনুসরণ করেননি।'

'কোন নির্দেশ তাঁরা অনুসরণ করেননি?' রাজা জিজ্ঞেস করলেন। সত্যিই তাঁর মনে কৌতূহল জেগে উঠল।

'মহারাজ! আপনি আগামীকাল গরিব চাষির বাড়িতে আসুন। আমি আপনাকে সেই নির্দেশ জানিয়ে দেব। আপনাকে আমি নিশ্চয়তা দিচ্ছি যে, আপনি গুপ্তধন খুঁজে পাবেন। তবে আমি আপনাকে অনুরোধ জানাব, তা যেন আপনি, সেনাপতি, ধনী লোকটি ও চাষির মধ্যে সমান চার ভাগে ভাগ করা হয়।'

রাজা এতে সম্মতি দিলেন।

পরদিন ভোরে চাষি ও তাঁর পরিবার, ধনী লোকটি, সেনাপতি, প্রবীণ ভিক্ষু এবং রাজা—সবাই চাষির কুটিরে হাজির হলেন। সূর্যোদয়ের মুহূর্তে চাষির সেই ছোট কুটিরের প্রবেশদ্বারে গিয়ে দাঁড়ালেন রাজা। এরপর তিনি তাঁর দাঁড়ানোটা ঠিক হয়েছে কি না তা জানার জন্য প্রবীণ ভিক্ষুর দিকে তাকালেন।

'ঠিক আছে, মহারাজ,' প্রবীণ ভিক্ষু বললেন।

রাজা এবার একটি তীরসহ ধনুকটি তুলে নিলেন।

'ঠিক আছে, মহারাজ।'

রাজা এবার উদীয়মান সূর্যের দিকে ধনুকের নিশানা করলেন।

'এবারও ঠিক আছে, মহারাজ!'

সূর্য যখন দিগন্তের উপরে উঠে এলো, রাজা তীর ছুঁড়তে উদ্যত হলেন। ঠিক তখনই প্রবীণ ভিক্ষু চিৎকার করে বললেন, 'থামুন!'

'ঠিক হয়নি, মহারাজ! আমি বলেছিলাম তীরটি ছেড়ে দিতে, ছুঁড়তে নয়।'

রাজা সঙ্গে সঙ্গে ব্যাপারটা বুঝতে পারলেন। রাজা তীরটি ছেড়ে দিলেন

www.kalpataruboi.org

এবং সেটি উড়তে উড়তে সরাসরি নিচে পড়ল, তাঁর দু'পায়ের মাঝখানে, ঠিক যেখানে তিনি দাঁড়িয়েছিলেন।

সেখানে একটি সরু গর্ত খনন করা হলো। আর সেই গর্তে এতো গুপ্তধন পাওয়া গেল যে, তার চার ভাগের এক ভাগই রাজার সন্তুষ্ট হওয়ার জন্য যথেষ্ট ছিল। গরিব চাষি ও তাঁর পরিবারের সন্তুষ্টির জন্য তা যে কত বেশি সে কথা বলাই বাহুল্য।

প্রবীণ ভিক্ষু আরো ব্যাখ্যা করে বললেন, আপনি যখন কিছু সুখ পাওয়ার আশায় আপনার 'কামনার তীরটি' এখানে সেখানে ছুঁড়ে মারেন তখন সাধারণত আপনি কিছুই পান না, কেবল আরো বেশি ঝামেলাই জোটে। কিন্তু আপনি যদি কামনার তীরটিকে পড়ে যেতে দেন, তাহলে আপনি যেখানে দাঁড়িয়েছেন সেখানেই তা পড়বে। এখানে আপনি যে সম্পদ ও সন্তুষ্টি এখন পাবেন, তা এমন কি একজন রাজার সন্তোষ বিধানের জন্যও যথেষ্ট।

এর নিশ্চয়তা আমি দিতে পারি, কারণ আমিও একজন প্রবীণ ভিক্ষু। আর প্রবীণ ভিক্ষুরা মিথ্যা বলেন না।

১৮. সবচেয়ে বেশি প্রয়োজনীয় আঙুল—*চর্চা*

পাঁচ আঙুলের মধ্যে একবার তর্ক হচ্ছিল কোন আঙুলটি সবচেয়ে বেশি প্রয়োজনীয় সে বিষয়ে।

'আমিই সবচেয়ে বেশি প্রয়োজনীয়,' বুড়ো আঙুল বলল, 'কারণ আমি সবচেয়ে বেশি শক্ত। এ ছাড়াও মানুষ যখন কোনো কিছু অনুমোদন করে তখন তারা আমাকে ব্যবহার করে। আমিই সেই আঙুল।'

'মোটেই না!' তর্জনী বলল। 'আমিই সবচেয়ে প্রয়োজনীয়। আমি হচ্ছি জ্ঞানের আঙুল, কারণ যেকোনো জিনিস নির্দেশ করার জন্য আমাকেই ব্যবহার করা হয়। তা ছাড়া, মানুষ যখন 'এক নম্বর' বোঝাতে চায়, তখন তারা আমাকেই ব্যবহার করে।'

'হাস্যকর!' অবজ্ঞার সঙ্গে বলল মধ্যমা। 'আমিই সবচেয়ে বড় আঙুল। সেজন্য বেশিদূর দেখতে পারি। আমি এত বেশি ক্ষমতাবান যে লোকেরা যখন আমাকে তুলে ধরে, তখন অন্যেরা বিচলিত হয়ে যায়। তা ছাড়া, বুদ্ধের শিক্ষা হচ্ছে, বোধিজ্ঞান লাভের পথ হলো মধ্যম পন্থা এবং আমি হচ্ছি মাঝখানের আঙুল।'

'দুঃখের সঙ্গে বলতে হচ্ছে যে, তোমার কথাটা ঠিক নয়,' দয়ার্দ্র কণ্ঠে বলল অনামিকা। 'আমিই সবচেয়ে প্রয়োজনীয়, কারণ আমি হচ্ছি ভালোবাসার

www.kalpataruboi.org

আঙুল। কোনো মানুষ যখন প্রেমে পড়ে এবং বিয়ের বাগদান করে, তখন তারা আমাকেই আংটি পরিয়ে দেয়। যখন তারা বৈবাহিক জীবনে একে অন্যকে ভালোবাসার প্রতিশ্রুতি দেয়, তখন আবার তারা আমাকেই আংটি পরায়। আমি প্রেমের আঙুল, প্রেম হচ্ছে এই পৃথিবীতে সবচেয়ে বড় শক্তি। আর সেজন্যই আমি সবচেয়ে প্রয়োজনীয় আঙুল।'

'ক্ষমা করো আমাকে,' অনামিকার কথায় বাধা দিয়ে বলল কনিষ্ঠ আঙুল। আমি জানি, আমি লম্বা নই বা শক্তও নই এবং আমাকে প্রায়ই উপেক্ষা করা হয়। কিন্তু আমি বিশ্বাস করি যে, আমিই সবচেয়ে প্রয়োজনীয় আঙুল। যদিও লোকেরা বুদ্ধের উপাসনা করার সময় কানের ময়লা বের করে আনার মতো নোংরা কাজগুলো করার জন্য আমাকে ব্যবহার করে, তবু আমিই সব সময় বুদ্ধের কাছাকাছি থাকি! আপনার হাত দুটি তুলুন, উপাসনা করুন। এবার আপনিই তো দেখবেন।'

অতএব, যেকোনো সমাজে, পরিবারে বা মন্দিরে নিচু স্তরের যেসব মানুষ পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন করার কাজগুলি করেন, তাঁরাই সবচেয়ে প্রয়োজনীয় মানুষ, কনিষ্ঠ আঙুলের মতো তাঁরাই বুদ্ধের সবচেয়ে কাছের লোক।

১৯. উদ্বেগ কিভাবে দূর করবেন—*মমতাপূর্ণ দয়াশীলতা*

অ্যাডেলেইডে বিশ্ববিদ্যালয়ের একটি মেয়ের কাছ থেকে ফোন পেলাম। তীব্র মানসিক উদ্বেগ ছিল তার মধ্যে। অবস্থা এতই খারাপ ছিল যে, সে শয্যাশায়ী হয়ে পড়েছিল এবং বাইরে যেতে সে ভয় পেত। বিশ্ববিদ্যালয়ের চিকিৎসক ও মনোবিদরা তাকে কোনো সাহায্য করতে পারেনি। তার বাবা ছিলেন আমাদের বৌদ্ধ মাঠের একজন নিয়মিত সহায়তাকারী। তিনিই তাকে বলেছিলেন, আমাকে ফোন করার জন্য।

সে আমাকে ফোনে জানাল যে, অনেক সপ্তাহ ধরে সে শয্যাশায়ী হয়েছে। তার ছেলেবন্ধু (বয়ফ্রেন্ড) তার জন্য রান্না করত, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতার কাজগুলো করে দিত এবং অন্যান্য কাজও করত। এজন্য সে তার বয়ফ্রেন্ডকে ধন্যবাদ জানাল। এ ধরনের বয়ফ্রেন্ড পাওয়া সত্যিই কঠিন! এবার আমি জিজ্ঞেস করলাম, 'উদ্বেগের ব্যাপারটি যখন ঘটে তখন তোমার শরীরের কোন অংশে তা অনুভূত হয়?'

'আপনি কী বলছেন?' কিছুটা বিভ্রান্ত হয়ে সে উত্তর দিল।

'প্রত্যেক আবেগেরই শরীরে একটি প্রতিষঙ্গী অনুভূতি রয়েছে। তাহলে তুমি বলো, কোথায় তুমি তোমার এই উদ্বেগ অনুভব কর?' বিষয়টা ব্যাখ্যা

www.kalpataruboi.org

করে আমি তাকে বললাম।

'আমি জানি না,' উত্তরে সে বলল।

'ঠিক আছে, সেটা খুঁজে বের করে যখন বলতে পারবে তখন আমাকে আবার ফোন করো।'

কয়েকদিন পর সে আমাকে ফোন করে বলল যে, তার বুকের মাঝ বরাবর স্তনের ঠিক নিচে এই অনুভূতি সে টের পেয়েছে।

'আমার কাছে এই অনুভূতির বর্ণনা দাও,' আমি ওকে বললাম।

'আমি পারব না,' উত্তর দিল সে।

'ঠিক আছে, যখন তুমি সেটা বর্ণনা করতে পারবে তখন আমাকে আবার ফোন করো।'

তিন-চার দিন পর সে আমাকে ফোন করল এবং আমাকে অবাক করে দিয়ে, যখনই তার মনে উদ্বেগের ভাব দেখা দেয় তখন তার বুকে যে অনুভূতিটা হয় সে অনুভূতির বিস্তারিত বর্ণনা প্রদান করল।

'খুব ভালো' আমি ওকে অভিনন্দন জানালাম। 'এবার, যখনই তোমার সেই শারীরিক অনুভূতিটা লক্ষ করবে তখনই তোমার হাতটা বুকে রাখবে এবং যত হালকাভাবে ও যতক্ষণ সম্ভব সেখানে মালিশ করতে থাকবে। তোমার বর্তমান অবস্থায় তুমি যদি তা করতে না পার, তাহলে তোমার বয়ফ্রেন্ডকে বলবে তোমার পক্ষ হয়ে সেখানে মালিশ করে দিতে। বয়ফ্রেন্ডরা তো এজন্যই! এবং কয়েকদিনের মধ্যে আমাকে আবার ফোন করবে।'

যখন সে আবার ফোন করল, আমি তাকে জিজ্ঞেস করলাম, যত্নের সঙ্গে মালিশ করার পর তার শারীরিক অনুভূতির অবস্থা এখন কেমন।

'শারীরিক অনুভূতি এখন আর নেই,' সে আমাকে উত্তরে জানাল।

'আর উদ্বেগের সেই অনুভূতি?' আমি তাকে আরো জিজ্ঞেস করলাম।

সে একটু চুপ করে রইল। যেন অন্ধকার থেকে আলোর জগতে আসার মুহূর্ত তার। তারপর সে চেঁচিয়ে বলল, 'সেটিও চলে গেছে।'

নিজের উদ্বেগজনিত আক্রমণকে অতিক্রম করে যাওয়ার উপায় এখন সে আয়ত্ত করেছে। ওর উদ্বেগের শারীরিক পরিপূরক স্থানটি খুঁজে বের করতে এবং তা আমাকে বর্ণনা করতে বলার ব্যাপারটা ছিল শুধু তার সে অনুভূতির প্রতি তাকে মনোযোগী করার একটা উপায়। সেই অনুভূতির ব্যাপারে সচেতনতা সৃষ্টি হওয়ার পর করুণার সাহায্যে তা থেকে পরিত্রাণ লাভ করা এবং উদ্বেগের আবেগ কমিয়ে আনা একটি সহজ কাজ। আমি তাকে এই চিকিৎসার দায়িত্ব দিয়ে তার আত্মবিশ্বাস ফিরিয়ে এনেছিলাম।

www.kalpataruboi.org

প্রত্যেক আবেগেরই যে একটি পরিপূরক শারীরিক অনুভূতি আছে, আমরা প্রায়শ সে সম্পর্কে অবহিত থাকি না। মানসিক স্তরে আবেগজনিত সমস্যার চিকিৎসা করার কাজটি অতিমাত্রায় বিভ্রান্তিমূলক, সেজন্যই আমরা শারীরিক পরিপূরক অংশটির চিকিৎসা করি। শারীরিক অংশটির সমস্যা চলে গেলে, এর আবেগমূলক উৎসটিরও অন্তর্ধান ঘটে।

অল্প সময়ের মধ্যেই মেয়েটি কাজে চলে যায়। তখন সে বিশ্ববিদ্যালয়ে ফিরে যায়। সে ছিল বুদ্ধিমতি এক মেয়ে। কঠোর পরিশ্রম করে সে প্রথম শ্রেণিতে অনার্স স্নাতক হয়। সে আমার কাজে খুবই অভিভূত হয় এবং আমাকে 'বছরের সেরা অস্ট্রেলীয়'-এর মনোনয়ন দেয়। আমি জয়ী হইনি। কিন্তু মনোনয়ন দেওয়ার জন্য তাকে ধন্যবাদ জানিয়েছিলাম। তবে আমি তাকে আরো বেশি অভিনন্দন জানিয়েছিলাম ২০০৯ সালের ডিসেম্বরে, যখন তার পীড়াপিড়িতে ওর ও ওর বরের বিবাহের আশীর্বাদ অনুষ্ঠান আমি সম্পাদন করেছিলাম। ওর বর ছিল ওর সেই বয়ফ্রেন্ড যে অসুস্থ অবস্থায় শয্যাশায়ী থাকার সময় মেয়েটির যত্ন নিয়েছিল।

২০. চুম্বনে ব্যথার লাঘব—*প্রেমাকুল-দয়াশীলতা*

আমার মা-বাবা ছিলেন গরীব কিন্তু দয়াশীল। আমি বড় হয়েছিলাম সরকারের ভর্তুকি দেওয়া একটি এপার্টমেন্টে। এগুলোকে বলা হতো সরকারি ফ্ল্যাট। চোরদের ভয়ে আমরা ভীত ছিলাম না। আসল কথা হলো, সামনের দরজাটিতে তালা না মেরেই আমরা বাইরে বেরুতাম। আমরা আশা করতাম, চোর আমাদের ফ্ল্যাটে ঢুকে আমাদের অবস্থা দেখে বরং দয়াপরবশ হয়ে আমাদের জন্য কিছু রেখে যাবে।

আমার কৈশোর, তারুণ্য ও যৌবনের অনেক ক'টি বছর আমি কাটিয়েছি আমার বন্ধুদের সঙ্গে রাস্তায় ফুটবল খেলে। যখন কোনো খারাপ ধরনের ট্যাকল করতে হতো, তখন ফুটপাতের পাথর অথবা রাস্তার শক্ত বিটুমিনের সঙ্গে আমার হাঁটুর ঘষাঘষি হতো। রক্তপাত ও ব্যথা হতো বলে আমি কাঁদতে কাঁদতে মায়ের কাছে ছুটে যেতাম। তিনি শুধু হাঁটু গেড়ে বসতেন এবং 'চুম্বনের দ্বারা যন্ত্রণার উপশমের' জন্য তাঁর ঠোঁট দুটি আমার ক্ষতস্থানে চেপে ধরতেন। আর এতে সব সময় ব্যথার অবসান ঘটত। এরপর তাড়াতাড়ি একটা ব্যান্ডেজ বেঁধে আমি আবার অনতিবিলম্বেই ফুটবল খেলতে চলে যেতাম।

এর অনেক বছর পর, আমি আশ্চর্য হয়ে ভেবেছি, একটি অনাবৃত

www.kalpataruboi.org

ক্ষতস্থানে জীবাণুভর্তি একটি মুখ চেপে ধরা স্বাস্থ্যের জন্য কত না খারাপ, তবে আমার ক্ষেত্রে এর দ্বারা কোনো সংক্রমণ ঘটেনি। তা ছাড়া, এটি ছিল তাৎক্ষণিকভাবে যন্ত্রণার অবসান ঘটানো।

এই ধরনের ঘটনাবলির ভেতর দিয়েই আমার মায়ের কাছ থেকে আমি দয়াশীলতার মাধ্যমে আরোগ্য সাধনের ক্ষমতা সম্পর্কে জেনেছি।

২১. সুনামি কুমির—*প্রেমাকুল দয়াশীলতা*

২০০৪ সালের বক্সিং ডে সুনামির সময় অলৌকিকভাবে বেঁচে যাওয়ার অনেক গল্প আমরা পরে শুনেছি। এর একটি হচ্ছে—কিভাবে দয়াশীলতা এক শ্রীলংকাবাসীর প্রাণ বাঁচিয়েছিল।

এই লোকটি প্রতিদিন সকালে মাছকে টুকরো করা পাউরুটি খাওয়ানোর জন্য সমুদ্রের সঙ্গে সংযুক্ত একটি লেগুনের তীরে যেতেন। একদিন সকালে বড় একটি কুমির হাজির হলো সেখানে। শ্রীলংকার কুমিরগুলো ভয়ানক হিংস্র! ওরা মানুষ খেয়ে ফেলে।

কুমির দেখে ভীত না হয়ে এই দয়াবান লোকটি রুটির কয়েকটি টুকরো কুমিরটির দিকে ছুঁড়ে দিলেন। কুমিরটি সেগুলি খেয়ে ফেলে সাঁতার কেটে চলে গেল।

সেদিনের পর থেকে কুমিরটি প্রতিদিন সকালে তার পাউরুটির টুকরার প্রাতঃরাশের জন্য আসত এবং খাওয়ার পর শান্তভাবে সাঁতার কেটে চলে যেত।

যেদিন সকালে সুনামি এলো সেদিনও সেই লোকটি মাছগুলিকে খাওয়াচ্ছিলেন। পানির খুব কাছে ছিলেন বলেই প্রবল স্রোতের টানে ভেসে গিয়ে সমুদ্রে পড়লেন। প্রথমে তিনি একটি কাঠের টুকরো আঁকড়ে ধরে থাকতে চাইলেন। কিন্তু সুনামির শক্তি এত প্রবল ছিল যে সেটি তাঁর হাত থেকে ছুটে গেল। এবার তিনি আর একটি কাঠের টুকরা আঁকড়ে ধরলেন, কিন্তু স্রোতের টানে সেটিও চলে গেল। ডুবে যাওয়ার মতো অবস্থায় এবার তিনি তাঁর নিকটে ভাসমান আর একটি কাঠের টুকরা আঁকড়ে ধরলেন। অনেক চেষ্টায় তিনি তা ধরে রইলেন এবং বুক ভরে নিশ্বাস নেওয়ার সুযোগ পেলেন।

এবারে কিছুটা হুঁশ ফিরে এলে তিনি অস্বাভাবিক কিছু একটা লক্ষ করলেন। অন্য সব বস্তুই যখন স্রোতের টানে সাগরের দিকে যাচ্ছে, তখন তাঁর ধরে থাকা কাষ্ঠখণ্ডটি যাচ্ছে এর বিপরীতে তীরের দিকে। যখন তিনি শুকনো মাটির খুব কাছে চলে এলেন তখন কাঠের টুকরাটি ছেড়ে লাফ দিলেন

www.kalpataruboi.org

এবং হামাগুড়ি দিয়ে তীরের নিরাপদ জায়গায় উঠে এলেন। কেবল তখনই তিনি লক্ষ করলেন যে তাঁর ধরে থাকা কাষ্ঠখণ্ডটির একটি লেজও রয়েছে। এটি সেই কুমির।

সন্দেহবাতিকগ্রস্ত লোকেরা বলে, কুমিরটি সেই লোককে এজন্যই বাঁচিয়েছিল যে পরদিন সকালে সে যেন কিছুটা বেশি পাউরুটি পায়! কিন্তু জ্ঞানী ব্যক্তিরা জানেন, কুমিরটি শুধু তার প্রতি বহুবার যে দয়া দেখানো হয়েছে সে ঋণ পরিশোধ করেছে তার নিজস্ব করুণাঘন কর্মের মাধ্যমে।

২২. প্রিয়তম, আমি বাচ্চাদের খুঁজে পাচ্ছি না—*জ্ঞান*

আমার সৌভাগ্য যে আমি একটি ছোট এপার্টমেন্টে বড় হয়েছিলাম। এর অর্থ হলো—আমার বাবা-মা, ভাই ও আমি—আমরা কেউই একে অপরের কাছ থেকে পালাতে পারি না। অন্য সব দম্পতির মতোই আমার মা-বাবা একে অপরের সঙ্গে ঝগড়া করতেন, কিন্তু যখন তাঁদের ঝগড়া শেষ হয়ে যেত, তখন তা দেখতে আমি সেখানে থাকতাম। আমি শিখেছিলাম যে, তর্কাতর্কি ও ঝগড়া মানুষের জীবনেরই অংশ এবং যেকোনো খারাপ মনোভাবই 'মানিয়ে নেওয়া' নামক ক্ষমাসুন্দর একটি কাজের মাধ্যমে সহজেই বিদূরিত করা যায়।

আমার বড়ভাইয়ের সঙ্গে ছোট একটি শোবার ঘরে আমি থাকতাম। আমরা একসঙ্গে মারামারি করতাম, ঝামেলায়ও জড়িয়ে পড়তাম দুজনে একসঙ্গে, এবং দুজন দুজনকে ছোট ছোট সব ব্যাপারে ভালোবাসতে বাসতে বড় হয়ে উঠেছিলাম। আমার যদি নিজের একটা আলাদা কক্ষ থাকত, তাহলে আমি কখনো এগুলো শিখতে পারতাম না।

পত্রিকায় আমি পড়েছিলাম ইংল্যান্ডের এক মহিলার কথা যিনি ইউ.কে. লটারিতে বহু লক্ষ পাউন্ড জিতেছিলেন। তিনি তখন ইংল্যান্ডের গ্রাম এলাকার দিকে একটি সুন্দর প্রাসাদ কিনেছিলেন। কিন্তু এক বছর পর তিনি সেই সুন্দর প্রাসাদটি অনেক কম দামে বিক্রি করে দিয়ে ছোট একটি বাড়ি কিনে নেন।

এর কারণ ব্যাখ্যা করে তিনি বলেন, সেই বিরাট প্রাসাদে বাস করার সময় তিনি তাঁর বাচ্চাদের বা তাঁর স্বামীকে খুঁজে পেতেন না। তাঁর ছেলে থাকত সেই ছড়িয়ে থাকা বাড়িটির এক অংশে, মেয়ে থাকত আর একটি অংশে এবং তাঁর স্বামী থাকতেন অন্য এক সেট কক্ষে। তাঁরা কদাচিৎ একে অপরের দেখা পেতেন। তিনি একাকী হয়ে যাচ্ছিলেন। প্রাসাদটির আকারই তাঁকে তাঁর প্রিয়জনদের কাছ থেকে বিচ্ছিন্ন করে ফেলছিল।

এখন ছোট এই বাড়িটিতে ফিরে এসে তিনি সব সময় তাঁর স্বামী ও

www.kalpataruboi.org

বাচ্চাদের দেখা পাচ্ছিলেন। তিনি প্রাসাদটির জায়গাগুলো হারিয়েছেন, কিন্তু পুনরাবিষ্কার করেছেন তাঁর পরিবারকে। হয়তো আমাদের এই সমৃদ্ধ আধুনিক বিশ্বের সমস্যার একটি অংশ হচ্ছে, আমরা খুব বড় বাড়িতে বাস করি। প্রতিটি বাচ্চারই আছে নিজের একটি কক্ষ। বড় বাড়িগুলোতে একজন আরেকজনের কাছ থেকে খুব সহজেই পালিয়ে যেতে পারে। আমাদের নিজ নিজ পছন্দমতো বাস করার ব্যাপারটিকে আমরা খুব মানিয়ে নিতে পারি, কিন্তু একে অপরের সঙ্গে একসাথে বাস করার সামাজিক দক্ষতাগুলি আমরা শিখতে পারি না। আমরা প্রত্যেকে হয়ে পড়েছি এক একটি একাকী গ্রহ।

২৩. ইঁদুর ধরার একটি কল কিভাবে একটি মুরগি, একটি শূকরছানা ও একটি গরু মেরে ফেলল—*চর্চা*

পাঁচটি ইঁদুর একটি মুরগি, একটি শূকর ও একটি গরু ছিল একে অপরের বন্ধু; আর তারা থাকত যেকোনো জায়গা থেকে অনেক দূরে একটি খামারে। ইঁদুরগুলি থাকত খামারবাড়ির ভেতরে, তারা সব সময় তাদের বন্ধুদের লুকিয়ে পড়তে বলত যখন চাষিটি আগুনে ঝলসানো মুরগি খেতে চাইত, অসুস্থ হওয়ার ভান করতে বলত যখন চাষি শূকরের মাংসের সসেজ খেতে চাইত, এবং অন্য আর একটি মাঠে চলে যেতে বলত যখন চাষি আগুনে ঝলসানো গরুর মাংস খেতে চাইত। মুরগি, শূকর ও গরু তাদের পাঁচ বন্ধুকে বলত এম আই ফাইভ অর্থাৎ মাউজ ইনটেলিজেন্স ফাইভ।

একদিন বিকেলে পাঁচ ইঁদুরের মধ্যে এক ইঁদুর দেয়ালের ফাটল দিয়ে দেখতে পেল, চাষি একটি পার্সেল খুলছে। যখন সে দেখতে পেল যে, পার্সেলটিতে রয়েছে একটি ইঁদুর ধরার কল তখন কিচ কিচ শব্দ করতে করতে তার নিশ্বাসই বন্ধ হওয়ার অবস্থা হলো।

'ওহ্ না! আমরা ভাজা হয়ে যাব! আমাদের সর্বনাশ হয়ে যাবে!' সে অন্য ইঁদুরগুলিকে বলল।

'আমরা কি করব এখন?'

তারা সবাই সিদ্ধান্ত নিল যে, বন্ধুদের কাছে গিয়ে তারা সাহায্য করার জন্য বলবে।

'কক্! কক্! কক্!' মুরগি বলল। 'ছোট একটি ইঁদুর ধরার কল আমার কী ক্ষতি করবে?'

'ওয়িংক!' শূকর বলল, 'আমি এখন একটু ব্যস্ত আছি। পরে আমি তোমার সাথে কথা বলব। যাই বল না কেন, একটি ইঁদুর ধরার কল আমার কী ক্ষতি

www.kalpataruboi.org

করবে?'

গরুটি ঘাস খাওয়ার কাজে এতই ব্যস্ত ছিল যে সে এমনকি 'মু-উ-উ' ও বলতে পারল না। পরে, উদ্বিগ্ন ইঁদুরটির অনেক অনুরোধের পর সে বলল, 'ঠিক আছে, আমি ব্যাপারটা ভেবে দেখব, যদিও ওটা আমার কোনো সমস্যা নয়।'

সে রাতে ইঁদুরগুলির মধ্যে একটি মাঝরাতের খাবারের সন্ধান করতে গিয়ে ইঁদুর ধরার কলে পা দিয়ে বসল। 'হোয়াক!' এবং ইঁদুরটির স্বর্গলাভ হলো সঙ্গে সঙ্গে।

অপর চার ইঁদুর এই শব্দ শুনতে পেল। তারা সঙ্গে সঙ্গে ছুটে গেল তাকে সাহায্য করতে। চাষির বৌ-ও এই শব্দ শুনেছিল। সে গেল কী ঘটেছে তা দেখতে। সে দেখল, মরা ইঁদুরটাকে ঘিরে অপর চার ইঁদুর শোকে কাঁদছে এবং নিজেরা একে অপরকে তাদের ক্ষুদ্র বাহু দিয়ে জড়িয়ে ধরছে। এই দৃশ্য দেখে চাষির বৌ চিৎকার দিয়ে মূর্ছা গেল।

পরদিন সকালেও তার আকস্মিক মানসিক আঘাতের এই অসুস্থতা কাটল না। সে বিছানায় পড়ে রইল। চাষি চিন্তা করতে লাগল, তার বউকে সুস্থ করে তোলার জন্য কী সে তাকে খাওয়াতে পারে। আর তখনই কথাটা তার মনে এলো, 'মুরগির স্যুপ!' এবার সে মুরগিটাকে ধরে ফেলল, তারপর মাথাটা কেটে ফেলে একটি পাত্রে পানিতে কিছু লবণ আর রসুন দিয়ে সেদ্ধ করতে লাগল।

চাষি বউয়ের বান্ধবীরা যখন শুনল যে চাষি-বউ অসুস্থ তখন স্বাভাবিকভাবেই তারা ওকে দেখতে এলো। অতিথিদের খাওয়াতে হলো চাষিকে। তাই সে শূকরটাকে জবাই করল, তারপর তার অতিথিদের জন্য গ্রিল করা শূকরের মাংসের চপ তৈরি করল।

দুর্ভাগ্যের বিষয় হলো, চাষি বউ আর কখনো চার ইঁদুরের এই শোক বিসর্জনের দৃশ্য দেখার আকস্মিক মানসিক আঘাত থেকে সেরে উঠতে পারেনি। সে মারা গেল। তার অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ায় বহু মানুষ এসেছিল। এই শোক প্রকাশকারীদের খাওয়ানোর জন্য গরুর মাংসের অনেকগুলি স্যান্ডউইচ তৈরি করতে হলো চাষিকে। এখন আপনারাই অনুমান করুন, গরুর মাংসটা এসেছিল কোথা থেকে? খামারের সেই গরুটি থেকে!

এটাই হলো, একটি ছোট ইঁদুর ধরার কল কিভাবে একটি মুরগি, একটি শূকর ও একটি গরুকে মেরে ফেলেছিল তার কাহিনী।

অতএব, কখনো এমন ভাববেন না যে, 'এটি আমার সমস্যা নয়'। যদি

www.kalpataruboi.org

আপনার বন্ধু আপনার সাহায্য চান, তাহলে সেটি আপনারও সমস্যা। বন্ধুর প্রয়োজন হয় এর জন্যই।

২৪. প্রশংসা কিভাবে নেবেন—*অনাত্ম*

২০০৪ সালে, অস্ট্রেলিয়ায় দূরদৃষ্টি, নেতৃত্ব ও জনসমাজকে সেবা প্রদানের জন্য আমাকে অস্ট্রেলিয়ার যুদ্ধপরবর্তী প্রধানমন্ত্রীর নামে প্রবর্তিত সুখ্যাত জন কার্টিন পদক (John Curtin Medal) প্রদান করা হয়। এই পদকটি আমার হাতে তুলে দেওয়া হয় পার্থের কার্টিন বিশ্ববিদ্যালয়ে বিশিষ্টজনদের উপস্থিতিতে এক অনুষ্ঠানে।

পদক গ্রহণের পর আমাকে যখন পদক গ্রহণোপলক্ষে একটি বক্তৃতা দিতে বলা হয়, তখন আমি বলেছিলাম, এটি আমার জন্য একটি খুব বড় সম্মান ও বিস্ময়ের ব্যাপার, কারণ অস্ট্রেলিয় জনসমাজে এমন অনেকে আছেন যাঁরা আমার চেয়ে অনেক বেশি সেবামূলক কাজ করছেন। আমি এ বিষয়েও জোর দিয়ে বলেছিলাম যে, অন্য অনেকের অনেক বড় সমর্থন না পেলে আমি আমার সেবাকর্মে এরূপ সাফল্য অর্জন করতে পারতাম না।

পরের বছর, ২০০৫ সালের জন কার্টিন পদক বিজয়ীর পদক প্রদান অনুষ্ঠানে যোগ দেওয়ার জন্য আমি আমন্ত্রণ পাই। অন্যেরা যদি আমার পদকপ্রাপ্তি অনুষ্ঠানে যদি যোগ দিতে থাকেন তাহলে আমারও তাঁদের অনুষ্ঠানে যাওয়া উচিত। আমি গেলাম।

সে বছর পদক দেওয়া হয়েছিল পার্থের প্রধান হাসপাতালগুলির মধ্যে অন্যতম এক হাসপাতালের রক্ততত্ত্ব (haematology) বিভাগের তৎকালীন প্রধান ড. জোসকে-কে। ক্যান্সারে আক্রান্ত রোগীদের নিয়ে কাজ করার সময় তিনি লক্ষ করেছিলেন যে, এই রোগীরা শল্যচিকিৎসা, কেমোথেরাপি ও রেডিয়েশান থেরাপির ক্ষেত্রে বিশ্বের শ্রেষ্ঠ চিকিৎসা লাভ করেছে, কিন্তু চিকিৎসা-পরবর্তী সেবাযত্ন পর্যাপ্ত ছিল না। সেজন্য তিনি সেই হাসপাতালে একটি বিকল্প ও পরিপূরক থেরাপি সেন্টার প্রতিষ্ঠার জন্য কয়েকটি কক্ষ পেতে তাঁর উল্লেখযোগ্য প্রভাব ব্যবহার করেছিলেন। সেখানে ক্যান্সারের প্রচলিত চিকিৎসা গ্রহণ করার সময় যে-কেউ বিনামূল্যে সাধারণত অবৈজ্ঞানিক বলে বিবেচিত আকুপাংকচার, মাসাজ, রাইকি ও অন্যান্য অনুরূপ চিকিৎসা গ্রহণ করতে পারতেন। তিনি এই যুক্তি উপস্থাপন করেন যে, অন্তত যদি কেউ ত্রিশ নিমিট ধরে তাঁদের পা মালিশ করে দিতেন তাহলে রোগীরা স্বস্তি ও কষ্টের উপশম এবং তাঁদের জন্য অন্যরা চিন্তা করছেন এই সুখ লাভ করতে

www.kalpataruboi.org

পারতেন। তাঁর সহকর্মী চিকিৎসকরা তাঁকে উপহাস করতেন, কিন্তু সেসব গায়ে না মেখে তিনি তাঁর কাজ করে গিয়েছিলেন এবং এর ইতিবাচক ফলও পেয়েছিলেন। তাঁর এই কাহিনী শুনে আমি অত্যন্ত অনুপ্রাণিত হয়েছিলাম।

এরপর ড. জোসকে-কে তাঁর পদক গ্রহণ উপলক্ষে রেওয়াজ অনুযায়ী বক্তৃতা দিতে বলা হয়। তিনি বলেন, এটি একটি খুব বড় সম্মান ও বিস্ময়ের ব্যাপার, কারণ অস্ট্রেলিয় জনসমাজে এমন অনেকে আছেন যাঁরা তিনি যা করেছেন তার চেয়ে অনেক বেশি সেবা প্রদান করেন। তিনি এ বিষয়টিও উল্লেখ করেন যে, অন্য অনেকের অনেক বড় সমর্থন না পেলে তিনি এত বেশি কিছু অর্জন করতে পারতেন না।

দর্শকদের মধ্যে বসে আমি ভাবছিলাম, 'আরে! এটি তো গত বছর আমি যে বক্তৃতা দিয়েছিলাম সেটিই।' আসলে তাই-ই ছিল। এটি অধিকাংশ লোকেরই বক্তৃতা যখন তাঁদের জনসম্মুখে সংবর্ধনা প্রদান করা হয়। ড. জোসকে-এর ক্ষেত্রে আমি পুরোপুরি বিশ্বাস করেছিলাম যে, জন কার্টিন পদক যে স্বীকৃতি প্রদান করে তিনি তা পাওয়ার উপযুক্ত। এই ভাবনা আমার মধ্যে এরূপ চিন্তা তৈরি করেছিল যে, আমিও উপযুক্ত ব্যক্তি হিসেবেই আগের বছরের পুরস্কারটি পেয়েছিলাম। অনেক বিশিষ্ট বিদ্বান ও গুণীব্যক্তি আমার কাজগুলো ও এসবের ফলাফল তন্ন তন্ন করে বিচার করেছিলেন এবং তারপর সিদ্ধান্ত দিয়েছিলেন যে, আমি এর উপযুক্ত। তাঁদের জ্ঞান ও বিচারকার্যের বিষয়ে প্রশ্ন তোলার কী অধিকার আছে? এ ভাবেই আমি সিদ্ধান্তে এসেছিলাম যে, হ্যাঁ, ড. জোসকে যেভাবে তাঁর পুরস্কারের যোগ্য, আমিও তেমনি আমার পদকের যোগ্য। কেবল তখনই আমি আমাকে প্রদত্ত প্রশংসা গ্রহণ করতে পেরেছিলাম, যদিও তা এক বছর পর।

এখন, যখন বুদ্ধিমান লোকেরা আমার প্রশংসা করেন, সে প্রশংসা গ্রহণ করে আমি তাঁদের জ্ঞানকে যথাযথ সম্মান জানাই, এবং বলি, 'ধন্যবাদ, আমি এ প্রশংসা পাওয়ার যোগ্য!'

আমার এ ধরনের প্রতিক্রিয়ায় লোকেরা হাসে, কারণ এটি স্বাভাবিক ঘটনা নয়। তবে তাঁরা এর মর্মার্থটি বুঝতে পারেন এবং নিজেদেরকে যে প্রশংসা করা হয়েছে তা গ্রহণ করতে শুরু করেন। তাঁদের আবেগমূলক কল্যাণের প্রতি এটি অনেক বড় এক পার্থক্য সৃষ্টি করে।

পুনশ্চ, আমি পূর্বে প্রশংসা ফিরিয়ে দিতাম কারণ, আমাকে শেখানো হয়েছিল যে, এটি আমার মধ্যে আত্মম্ভরিতা সৃষ্টি করবে। বস্তুত তা নয়। বরং প্রশংসা পেলে আপনার হৃদয়ও বড় হয়ে যাবে।

www.kalpataruboi.org

২৫. প্রশংসা বিধির পনেরো সেকেন্ড—*চর্চা*

মনোবিদ্যার পরীক্ষাগুলি থেকে দেখা গেছে যে, অনবরত প্রশংসা শুনতে পাওয়ার জন্য গড়ে পনেরো সেকেন্ডের প্রয়োজন হয়। কিন্তু সমালোচনা শুনতে পাওয়া যায় সঙ্গে সঙ্গে!

প্রশংসা গ্রহণ করার ব্যাপারে আমাদের অশ্বস্তি এমন যে, আমরা সচরাচর তা প্রত্যাখ্যান করি এরূপ ভাবনা থেকে যে,

'সে কী বলতে চায়?"

'ও কি মাতাল অথবা মাথাপাগলা?'

'ঠিক আছে, এসব বলার পেছনে ওর কোনো একটা মতলব আছে।'

অতএব, আপনি যদি আপনার স্ত্রীকে বলতে চান কী চমৎকার এক মহিলা তিনি, অথবা আপনার স্বামীকে বলতে চান, আপনি তাঁকে কত বেশি পছন্দ করেন, তাহলে একটি স্টপ-ওয়াচ নিন অথবা ঘড়ির দিকে চেয়ে থাকুন এবং চেয়েই থাকুন। কেবল পনেরো সেকেন্ড পরই তাঁরা এই প্রশংসাকে গুরুত্বের সঙ্গে গ্রহণ করবেন।

২৬. স্যান্ডউইচ পদ্ধতি—*অনুশীলন*

যখন আমাদের কাউকে সমালোচনা করার প্রয়োজন হয়, তখন প্রায়শ যা ঘটে তা হলো, আমরা সে কাজটা করি যদি এমন অদক্ষতার সঙ্গে যে, তাঁরা আহত বোধ করেন। আমাদের খারাপ লাগে এবং পরবর্তীকালে আমরা আর কিছুই বলি না। এর ফলে মূল সমস্যাটির আরো অবনতি ঘটে।

এমন একটা ব্যবসা প্রতিষ্ঠানের কথা চিন্তা করুন যেখানে ম্যানেজার তাঁর কোনো কর্মীর কাজের দোষ ধরতে চান না এজন্য যে, তিনি কারো সাথে বিবাদ বা বিরোধ পছন্দ করেন না। এতে ব্যবসা প্রতিষ্ঠানটি ক্ষতিগ্রস্ত হবে। ধরে নিন, কোনো একটি খেলার দলের কোচ একজন খেলোয়াড়ের ত্রুটি বা অদক্ষতার সমালোচনা করতে দেরি করেন এজন্য যে, তিনি মতভেদ তৈরির ব্যাপারে ভীত। তাহলে দলটি পরাজিত হবে। সময়মতো সমালোচনা করাই আমাদের কর্তব্য। এখানে আমি বলছি, কীভাবে তা করা যায় :

প্রথমত, যে লোকটির সমালোচনা আপনি করতে চান তাকে প্রশংসা করুন। সেটি বেশিই করুন, তবে তা করবেন অকপটে। এই প্রশংসার উদ্দেশ্য হলো, এমন বিশ্বাস তাঁর মধ্যে সৃষ্টি করা যে—আমরা তাঁকে সম্মান করি, তাঁর অবদানের মূল্য দিই এবং আমরা শুধু তাঁকে অবমাননাই করছি না।

প্রশংসা মানুষের শ্রবণযন্ত্রকেও খুলে যেতে সাহায্য করে। অন্য একজন

www.kalpataruboi.org

মানুষ আমাদের কী বলছেন সে বিষয়ে আমরা খুব সামান্য মনোযোগ দিই, তাঁরা কী বলছেন সেটা শোনার পরিবর্তে আমরা বরং আমাদের চিন্তাভাবনা সম্পর্কে তাঁরা কী বলছেন সেটি শুনতেই বেশি পছন্দ করি। প্রশংসা হচ্ছে সেই টোপ যা আমাদেরকে আমাদের আত্মরক্ষামূলক অভ্যন্তরীণ নিরাপত্তা কক্ষ হতে বের হয়ে যেতে প্ররোচিত করে, যাতে আমাদের সম্পর্কে কী বলা হচ্ছে তা আমরা পুরোটাই শুনতে পাই। প্রশংসা আমরা পছন্দ করি, সেজন্য আরো বেশি প্রশংসা শোনার জন্য আমাদের কান আরো অধিক খুলে যায়।

তখন আমরা তাঁদের আক্রমণ করতে শুরু করব, অবশ্য তা হবে রূপকার্থে সমালোচনা সহযোগে। 'কিন্তু' এবং কঠোর তিরস্কারটি তাঁদের খোলা কান দিয়ে ঢুকে যাবে ভেতরে।

সবশেষে আমরা যোগ করব প্রশংসার আরো এক স্তরের ঘন প্রলেপ, এই কথা তাঁদের মনে করিয়ে দিয়ে যে, কোনো ব্যক্তি হিসেবে আমরা তাঁদের বাতিল করে দিচ্ছি না, কেবল তাঁদের অনেকগুলো ভালো গুণের মধ্যে যে একটি বা দুটি ত্রুটি আছে সেগুলিই নির্দেশ করছি যা আমরা এখন চিহ্নিত করতে পেরেছি।

এর ফল হবে এই যে, অপরাধী নিজে আহত বোধ না করেই সমালোচনা গ্রহণ করবেন, ম্যানেজার পরে কোনোরকম অপ্রীতিকর পরিস্থিতির সম্মুখীন না হয়েই তাঁর কাজটি করতে পারবেন, এবং সমস্যাটিরও সমাধান হবে।

প্রশংসার প্রথম পুরিয়াটি হচ্ছে স্যান্ডউইচে পাউরুটির প্রথম টুকরোটি। সমালোচনা হচ্ছে মাঝখানে ঢোকানো খাবারগুলো। আর প্রশংসার শেষ প্রলেপটি হচ্ছে নিচের পাউরুটির টুকরোটি। একেই বলা হয়, স্যান্ডউইচ পদ্ধতি।

২৭. ৭০% নিয়ম—*মনশ্চক্ষে দর্শন*

বৌদ্ধভিক্ষু হওয়ার আগে আমি ছিলাম একটি ব্রিটিশ হাই স্কুলের শিক্ষক। কিশোর বয়সী ছেলেমেয়েদের পড়ানোর কাজে যে চাপ পড়ে তা যেকোনো ব্যক্তির জন্য ধরাধাম ত্যাগ ও ভিক্ষুত্ব গ্রহণের চিন্তার পক্ষে যথেষ্ট!

আমি যখন আমার প্রথম প্রশ্নপত্র, যা ছিল গণিতবিষয়ক, তৈরির কাজ করছিলাম তখন একজন সিনিয়র শিক্ষকের কাছে পরামর্শ চেয়েছিলাম। তিনি আমাকে বলেছিলেন প্রশ্নপত্রটি খুব বেশি কঠিন না করতে, কারণ ছাত্রছাত্রীদের প্রাপ্ত গড় নম্বর যদি ৩০-৪০% হয়, তাহলে তারা হতাশ হয়ে পড়বে। তারা চিন্তা করতে শুরু করবে যে, গণিত খুবই কঠিন একটা বিষয়। তখন তারা

www.kalpataruboi.org

গণিত পড়া ছেড়ে দেবে। আবার প্রশ্নপত্র যদি খুব সহজ হয়, তাহলে গড় নম্বর হবে ৯০-১০০%। তখন পরীক্ষার উদ্দেশ্যই ব্যর্থ হবে।

সেজন্য তিনি আমাকে পরামর্শ দেন যে, আমি যেন ৭০% নম্বর পাওয়ার লক্ষ্য রেখে প্রশ্নপত্র তৈরি করি। এভাবে প্রশ্নপত্র তৈরি করা হলে ছাত্ররা তাদের নিজ নিজ যোগ্যতাতেই গণিতে ভালো করার ব্যাপারে উৎসাহিত হবে এবং পরীক্ষার বাকি ৩০% এর ক্ষেত্রে, যেখানে তারা ভুল করবে সেখানে তাদের শিক্ষক, অর্থাৎ আমি, তাদের দুর্বলতার জায়গাগুলো চিহ্নিত করতে ও পরের ক্লাশগুলোতে সেগুলো শুধরে দিতে পারবেন। পরীক্ষার ৭০% হচ্ছে উৎসাহ প্রদানের জন্য এবং ৩০% শেখার জন্য।

পরবর্তীকালে আমি উপলব্ধি করেছি যে, একই নিয়ম জীবনের ক্ষেত্রেও প্রযোজ্য। যদি জীবনের পরীক্ষাগুলিতে আপনার গড় অর্জিত মান শুধু ৩০%-৪০% হয়, তাহলে আপনি হতাশ হয়ে পড়বেন, এমনকি ভগ্নোদ্যমও হবেন, এবং সব আশা ছেড়ে দেবেন। আবার আপনি যদি জীবনে সব সময় ৯৫-১০০% মান অর্জন করতে থাকেন, তাহলে আপনি খুব কমই শিখবেন এবং স্থবির হয়ে পড়বেন। কিন্তু আপনার জীবনের অর্জিত মান যদি ম্যাজিক মান ৭০% হয় তাহলে আপনার অনুপ্রেরণা ধরে রাখার জন্য যথেষ্ট সাফল্য এবং নতুন করে শেখার ও একজন মানুষ হিসেবে বেড়ে ওঠার জন্য যথেষ্ট ব্যর্থতা আপনার থাকবে।

২৮. আপনার প্রত্যাশাগুলো নিচে নামিয়ে আনা—*গভীর চিন্তা*

৭০% নিয়ম থেকে দেখা যায়, কেন জীবনে কখনো আমাদের ১০০% আশা করা উচিত নয়। এটি থেকে আমরা দেখতে পাই—কেন কখনো কখনো ব্যর্থ হওয়াও সঠিক কাজ। জীবনে ৩০% ব্যর্থ হওয়ার লক্ষ্য স্থির করুন। তাহলেই একটি সমৃদ্ধ জীবন আপনি পাবেন। আপনি যদি জীবনে কখনো ব্যর্থ না হওয়ার লক্ষ্য স্থির করেন, তাহলে আপনি এত বেশি চাপযুক্ত, ভীত ও নিয়ন্ত্রণমুখী হবেন যে, জীবনে আনন্দ বলতে কিছুই আপনার থাকবে না। অতএব আপনার প্রত্যাশাগুলো ৭০%-এ নামিয়ে আনুন এবং জীবনকে উপভোগ করতে শুরু করুন।

আমাদের সকলের মনে আমাদের স্বামী বা স্ত্রীদের সম্পর্কে এমন উচ্চ প্রত্যাশা থাকে যে, যেখানে আমরা উভয়ে আশা করি আমাদের মধ্যেকার সম্পর্ক আরো বৃদ্ধি পাবে সেখানেও নিজেদের মধ্যে দীর্ঘস্থায়ী সম্পর্ক উপভোগ করা কঠিন হয়ে পড়ে।

www.kalpataruboi.org

অতএব, আপনার স্বামীর অর্জিত মান যদি কেবল ৭০% হয়, তাহলে তাঁকে ধরে রাখুন। অন্যদিকে আপনার স্ত্রীর অর্জিত মান যদি ৯৮% হয়, তাহলে তাঁকে বলুন, আরো বেশি শিথিল বা চাপমুক্ত হতে ও কিছু কিছু ভুল করতে, অন্যথায় আপনি তাঁকে ছেড়ে যাবেন।

মা-বাবার উচিত তাঁদের শিশুদের ব্যাপারে তাঁদের প্রত্যাশা কমিয়ে আনা। সব শিশুর মধ্যে মাত্র ৫০% শিশুই স্কুলে শীর্ষ অবস্থানে থাকতে পারে। আর শিশুদেরও তাদের বাবা-মা সম্পর্কে প্রত্যাশা কমিয়ে আনা উচিত। আমরা কেউই এখনো আমাদের বেড়ে ওঠা শেষ করিনি।

বস্তুত, বৌদ্ধ মা-বাবাদের আমি প্রায়শ এই উপদেশ দিই যে, তাঁদের সন্তানেরা যদি স্কুলে বা কলেজে শীর্ষ ১০% বা তলার ১০% এর মধ্যে থাকে, তাহলে তাঁরা কেউ ধর্মানুশীলনকারী ভালো বৌদ্ধ নন। এর কারণ হলো, ভালো বৌদ্ধদের অবশ্যই 'মধ্যম পন্থা'র মূল শিক্ষাগুলি অনুসরণ করা উচিত। অতএব, আপনার ছেলেমেয়েরা যদি কোথাও মাঝামাঝি অবস্থানে থাকে তাহলে তারা ভালো বৌদ্ধ।

ছেলেরা সুন্দরী মেয়েবন্ধু খোঁজে। মেয়েরা চায় ধনী স্বামী। সুখী জীবন যাপনের জন্য তাদের উচিত প্রত্যাশা কমিয়ে আনা। যখন কোনো ছেলে সুন্দরী একটি মেয়েকে বিয়ে করে, তখন জীবনের বাকি দিনগুলোর জন্য সে হিংসুক হয়ে থাকবে। তার মনে সব সময় এই ভয় থাকবে যে, তার বউকে অন্য কোনো দুশ্চরিত্র ব্যক্তি ভাগিয়ে নিয়ে যেতে পারে। কিন্তু সে যদি কোনো অসুন্দরী মেয়েকে বিয়ে করে তাহলে তার শঙ্কার কোনো কারণ থাকবে না। যদি কোনো মেয়ে কোনো ধনী ব্যক্তিকে বিয়ে করে তাহলে তার মনে সব সময় সন্দেহ থাকবে যে, তার স্বামী হয়তো অন্য কোনো মহিলার সঙ্গে প্রণয়ে লিপ্ত। কিন্তু সে যদি কোনো গরিব মানুষকে বিয়ে করে, তাহলে সেই লোকটি কখনো কোনো প্রণয়িনী রাখতে পারবে না। ফলে তার বিয়ে ভেঙে যাবে না এবং সেও বেশ চাপমুক্ত মন নিয়ে থাকতে পারবে। এটিও তেমন অবস্থার একটি দৃষ্টান্ত যেখানে প্রত্যাশা কমিয়ে আনলে জীবন আরো সহজ হয় এবং বেশ মজাও তাতে থাকে।

২৯. আমার স্মরণীয় ভুলগুলোর মধ্যে তিনটি—*অনাত্ম*

আমি নিখুঁত হওয়ার আশা করি না। বস্তুত, আমি ভুল করতে পছন্দ করি। কারণ, আমার বন্ধুদের যখনই আমি আমার কিছু বোকামির কথা বলি, তখনই তারা হাসতে থাকে। অতএব, আমার বোকামি জগতে সুখ বৃদ্ধি করে। আমি

www.kalpataruboi.org

তখন পেনাং-এ ভাবনা শেখানোর নয় দিনের একটি কাজ মাত্র শেষ করেছি এবং আমাকে যাঁরা আমন্ত্রণ জানিয়েছিলেন তাঁরা বিদায় জানানোর জন্য বিমানবন্দরে এসেছিলেন। উড়োজাহাজে ওঠার আগে তাঁরা আমাকে একটি ইয়াস্মি কফি ড্রিংক কিনে দিয়েছিলেন। এটি বেশ জোরালো, ঘন ও আইসক্রিম দ্বারা সুমিষ্ট করা ছিল।

এই সুস্বাদু পানীয়টিতে স্ট্র-নল থাকা যখন আমি টানতে শুরু করলাম তখন স্ট্র-র ভেতর দিয়ে কিছুই এলো না। আমি আরো জোরে টানতে শুরু করলাম। তবুও কিছুই এলো না। স্ট্র-নলটির ভেতরের পথটা বোধ হয় বন্ধ হয়ে গিয়েছিল। সেটা ভেবে আমি আরো বেশি জোরে চুষতে লাগলাম। তখন আমি লক্ষ করলাম, আমার আমন্ত্রণকর্তাদের মধ্যে কয়েকজন খিক খিক করে হাসছিলেন আর অন্যেরা মুখে হাত চেপে ধরে, সৌজন্যবশত, হাসি চেপে রাখার চেষ্টা করছিলেন। এবার আমি গ্লাস থেকে স্ট্র-নলটি সরিয়ে নিলাম আর তখনই লক্ষ করলাম যে সেটি আসলে একটি প্লাস্টিকের চামচ।

আমার জন্ম যেখানে, সেখানে চামচগুলো ধাতুর তৈরি এবং চামচের হাতলগুলো চওড়া, আধুনিক কফি-শপগুলির মতো পাতলা, গোল ও প্লাস্টিকের তৈরি নয়। অন্য দিকে কফি এতো ঘন ছিল যে প্লাস্টিকের তৈরি জিনিসটির শেষ প্রান্তে কি আছে তা বোঝা যাচ্ছিল না। এতসব কাণ্ড সত্ত্বেও আমি হাসিতে ফেটে পড়লাম এবং আমার আমন্ত্রণকারীরাও এতে যোগ দেওয়ার সুযোগ পেলেন। আমি অনেক মানুষকে সুখী করতে পেরেছিলাম।

(২)

বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে আমার প্রথমদিককার প্রশিক্ষণ হয়েছিল উত্তর-পূর্ব থাইল্যান্ডের সুপ্রসিদ্ধ বিদর্শন ভাবনাশিক্ষক অজন চাহ্-এর কাছে। আমি যখন থাইল্যান্ডে গিয়েছিলাম তখন আমি থাই ভাষায় কথা বলতে জানতাম না। সেজন্য প্রশিক্ষণ গ্রহণের সঙ্গে সঙ্গেই আমাকে থাই ভাষা শিখতে হয়েছিল।

একদিন আমার সাবানের প্রয়োজন হয়েছিল। নিয়ম ছিল গুরু ভন্তেকে গিয়ে প্রয়োজনের কথা বলা, এবং অবশ্যই প্রয়োজনের কথা বলা। থাই ভাষায় সাবানকে বলা হয় 'সাবু'। আমি বললাম 'সাপো', যার অর্থ আনারস।

অজন চাহ্ জানতে চাইলেন, কেন আমার আনারসের প্রয়োজন। উত্তরে আমি বললাম, 'গা-হাত-পা ধোওয়ার জন্য।' আমার কথা শুনে অজন চাহ্ হাসতে হাসতে প্রায় তাঁর চেয়ার থেকে পড়ে যাচ্ছিলেন আর কি! এ ঘটনা তাঁর জন্য আনন্দের ব্যাপার হয়েছিল এবং এর পর বেশ কিছু দিন ধরে তিনি তাঁর কাছে আগত থাই সাক্ষাৎপ্রার্থীদের এ ব্যাপারটি বলে বেশ আনন্দ পেতেন।

www.kalpataruboi.org

তিনি বলতেন, এই পশ্চিমারা আনারস দিয়ে গা-হাত-পা ধোয়, কী অদ্ভুত ব্যাপার, তাই না?

থাই ভাষায় কথা বলার চেষ্টার সময় আমার এ ধরনের ভুলগুলো আমার গুরুদেবের জন্য অনেক সুখী মুহূর্তের জন্ম দিয়েছিল।

(৩)

অন্য একবার, আমার বৌদ্ধমন্দিরের এক শ্রীলংকান উপাসকের মাতা-পিতার অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া সম্পাদনের জন্য আমাকে অনুরোধ করা হয়েছিল। এই পবিত্র বৌদ্ধ অনুষ্ঠানে সমাগত শোকাকুল মানুষজনকে স্বাগত জানানোর জন্য আমি অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া কক্ষের বেদিতে দাঁড়িয়েছিলাম। আমার বক্তব্য শুরু করেছিলাম আমি এইভাবে : 'আমরা আজ এখানে সমবেত হয়েছি আমাদের এক আপনজনের মায়ের কথা শ্রদ্ধার সঙ্গে স্মরণ করতে, যিনি সম্প্রতি দেহান্তরিত হয়েছেন।'

শ্রীলংকান নামগুলি পাশ্চাত্যের লোকদের উচ্চারণের পক্ষে এতো লম্বা আর কঠিন যে, আমি তাঁকে 'আমার বন্ধুর মা' বলেছিলাম।

ঠিক তখনই সামনে বসা এক বৃদ্ধা মহিলা উঠে দাঁড়িয়ে আমার স্বাগত বক্তব্যের মাঝখানে বিরক্তির সঙ্গে বলেছিলেন, 'আমি মারা যাইনি, মারা গেছেন আমার স্বামী।'

সেখানে সমাগত সবাই তখন হেসে উঠেছিলেন। আমার মনে হয়েছিল, এমনকি কফিনটিও যেন একটু নড়ে উঠেছিল! এই অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া অনুষ্ঠানটি তখন হয়ে উঠেছিল মৃতব্যক্তির জীবনের একটি প্রকৃত অনুষ্ঠান, যা তাঁর স্মরণের সুখস্মৃতিতে পূর্ণ ছিল শেষ মুহূর্তটি পর্যন্ত।

৩০. আত্মঘাতী কোথায় যায়?—*ক্ষমা*

শেষ বিকেলের দিকে আমি একটা ফোন পেলাম যে, একটি বৌদ্ধ পরিবার পুলিশের সঙ্গে তাঁদের সাক্ষাৎকার শেষে আমার সঙ্গে দেখা করার জন্য আসছেন। সেদিন সকালে তাঁরা ঘুম থেকে জেগে উঠে দেখেছিলেন যেকোনো পিতা-মাতার জন্য যা সবচেয়ে চরম দুঃস্বপ্ন সেই দুঃস্বপ্নই। তাঁরা দেখতে পেলেন তাঁদের সতেরো বছর বয়সী পুত্রসন্তান একটি দড়ির মাথায় ঝুলছে।

তরুণ ও যুবকদের আত্মহত্যার মধ্যে অধিকাংশই আগে থেকে কিছুতেই বুঝতে পারা যায় না। এই ছেলেটির বহু বন্ধু ছিল এবং তার মধ্যে বিমর্ষতার কোনো চিহ্ন দেখা যায়নি। স্কুলে সে বেশ হাসিখুশিই থাকত। সে বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তির পরীক্ষায় অংশগ্রহণ করতে যাচ্ছিল। সবারই আশা ছিল,

www.kalpataruboi.org

পরীক্ষায় সে অত্যন্ত ভালো করবে। এমনকি সে কী করতে যাচ্ছে সে বিষয়ে সামান্যতম পূর্বাভাসও দেখা যায়নি তার মধ্যে।

ছেলেটির মা-বাবার মনের মধ্যে যুদ্ধ চলছিল তাঁদের অপরাধবোধ নিয়ে, নিজেরাই নিজেদের বারবার প্রশ্ন করছিলেন এই ঘটনা ঠেকাবার জন্য কী তাঁরা করতে পারেন অথবা কী তাঁরা করতে পারতেন।

সৌভাগ্যবশত বৌদ্ধধর্মে ব্যক্তিগত ভুলকে খুব বড় করে তুলতে দেওয়ার সুযোগ নেই, এবং সেগুলোকে পরিচর্যা করে আগ্রাসী দানব তথা অপরাধবোধ সৃষ্টি বৌদ্ধধর্ম অনুমোদন করে না। আমি সহজেই আশ্বস্ত করতে পেরেছিলাম যে, এই ঘটনার জন্য তাঁদের কোনো দোষ নেই। এ ধরনের আত্মহত্যাগুলো ঘটে সবচেয়ে বেশি যত্নকারী ও উদ্যোগশীল পিতামাতার ক্ষেত্রে। তাঁরা সেটি মেনে নিলেন।

এরপর তাঁরা বিশেষ উদ্বেগ প্রকাশ করে বললেন যে, এ ধরনের মৃত্যুর পর তাঁদের সন্তানের কপালে কী ঘটবে সে নিয়ে তাঁরা ভীত আছেন।

তাঁরা বৌদ্ধ, তাই পুনর্জন্মে তাঁরা বিশ্বাস করেন। তাঁরা এও শুনেছেন যে, আত্মহত্যাকারীর পুনর্জন্ম হয় নরকে।

তাঁদের নিজেদের কাছে সন্তানের আত্মহত্যা দেখাই বেশ বড় একটা আঘাত। কিন্তু মৃত্যুর পর সে এই ধরনের যন্ত্রণা ভোগ করবে এই চিন্তা তাঁদের মানসিক নিগ্রহের ওপর নির্যাতন আরো বাড়িয়ে দিয়েছিল। মৃত্যুর পর জীবন আছে কি নেই তাতে আমরা বিশ্বাস করি বা না করি, আমরা সকলেই কিন্তু এ কথা শুনতে চাই যে, সম্প্রতি মৃত্যুবরণকারী আমাদের প্রিয়জন 'আরো অনেক বেশি সুখের স্থানে চলে গেছে।' কল্পনা করুন, তারা এখন আরো খারাপ জায়গায়, অনেক বেশি খারাপ জায়গায় আছে—এ কথা বিশ্বাস করা কত বেশি কষ্টদায়ক হবে।

তাঁদের ছেলে এ বছর শীঘ্রই বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তির পরীক্ষায় অংশ নিত—এ কথা জানার পর আমি জানতে চাইলাম, কয়টি বিষয় তাকে নিতে হতো এবং প্রতিটি বিষয়ে কয়টি পেপার থাকত। এ সময়ে এ ধরনের প্রশ্ন আমি জিজ্ঞেস করছি বলে পিতা-মাতা দুজনেই বিভ্রান্ত হয়ে গেলেন। তবে আমার প্রতি শ্রদ্ধার কারণে তাঁরা বললেন, চারটি বিষয় এবার সে নিত আর প্রতিটি বিষয়ে দুটি করে পেপার থাকত। এবার আমি জিজ্ঞেস করলাম। প্রতিটি পেপারে গড়ে কতগুলি প্রশ্ন। তাঁরা বললেন, প্রতিটি পেপারে প্রায় আটটি করে প্রশ্ন থাকার কথা।

'এর অর্থ হলো, অস্ট্রেলিয়ার একটি বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তি হওয়ার জন্য মোট

www.kalpataruboi.org

চোষট্টিটি প্রশ্ন,' আমি করলাম। 'একটি ছাত্র যদি এই প্রশ্নগুলির মধ্যে তেষট্টিটি প্রশ্নের উত্তর একেবারে নিখুঁত ও সঠিকভাবে দেয়, কিন্তু শেষ প্রশ্নটির উত্তরে একেবারে তালগোল পাকিয়ে ফেলে, তাহলে কী হবে? সে কি বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তি হতে পারবে?'

ছেলেটির মা-বাবা হেসে উত্তর দিলেন, 'হ্যাঁ, নিশ্চয়ই!' তাঁরা আমার এই পরোক্ষ উপমাটি বুঝতে পেরেছেন।

তাঁদের ছেলে শুধুমাত্র তার আত্মহত্যার কারণে সুখী পুনর্জন্মের অধিকার থেকে বঞ্চিত হবে না, যেমন বঞ্চিত হয় না কোনো ছাত্র একটি বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তি হওয়ার সুযোগ থেকে শুধু তার শেষ পরীক্ষায় একটি ভুল উত্তর দেওয়ার কারণে। তাঁদের সন্তান ছিল একজন দয়ালু ও ভালো ছেলে। সে জীবনের পরীক্ষাগুলিতে এমন অনেক চমৎকার উত্তর দিয়েছে যে একটি সুখী পুনর্জন্মের অধিকার সে অর্জন করেছে।

৩১. একটি উড়োজাহাজে বিস্ফোরণে উড়ে যাওয়ার তিনটি সুবিধা—*অনুশীলন*

আমি প্রায়ই এতো ঘন ঘন এদেশ-ওদেশ ঘুরে বেড়াই যে, আমার বন্ধুদের মধ্যে অনেকেই আকাশে উড়ন্ত উড়োজাহাজে আমার নিরাপত্তা নিয়ে উদ্বিগ্ন থাকেন। উড়োজাহাজ সন্ত্রাসবাদীদের প্রধান লক্ষ্যস্থল। সেজন্য আমি যত বেশি বার উড়োজাহাজে পা রাখি, তত বেশি সম্ভাবনা তৈরি হয় যে আমি একটি আত্মঘাতী বোমার বিস্ফোরণে উড়ে যাব।

আমার বন্ধুদের আশ্বস্ত করার জন্য আমি এখানে ৩০,০০০ ফুট উপরে উড়োজাহাজের বিস্ফোরণে মৃত্যুবরণের তিনটি সুবিধার কথা বর্ণনা করছি :

১. তাৎক্ষণিক সৎকার : আপনি যদি কখনো আপনার কোনো নিকটাত্মীয়ের শবদাহ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে থেকে থাকেন, তাহলে আপনি জানবেন কাজটি কত কঠিন। আপনাকে শবদাহ অনুষ্ঠানে যাঁরা সঙ্গী হবেন তাঁদের সংগঠিত করতে হবে, শবাধার বা কফিন বাছাই করতে হবে, সব বন্ধু ও আত্মীয়কে খবর দিতে হবে, অনুষ্ঠানের প্রয়োজনে নিজের কাজ থেকে সময় বের করে নিতে হবে। এবং সচরাচর যা হয়ে থাকে, অনুষ্ঠান শেষ হওয়ার পর আপনার অতিথিদের খাওয়াতে হবে। কিন্তু আপনার ঠাকুরমা, দৃষ্টান্ত হিসেবে, যদি বিমানযাত্রার মাঝপথে কোনো বোমা বিস্ফোরণে মারা যান তাহলে সব কিছুর ব্যবস্থা আপনা-আপনি হয়ে যাবে। সৎকার অনুষ্ঠানের পরিচালকবৃন্দ, কফিন বা কাজ থেকে ছুটি নেওয়ার কোনো প্রয়োজন হবে না। এমনকি মৃতদেহ পোড়ানোর পর ছাই ছড়ানোর কাজটিও সমাধা হবে। এটিই

www.kalpataruboi.org

প্রথম সুবিধা, তাৎক্ষণিক ও ঝামেলাবিহীন সৎকার।

২. ব্যয়সাশ্রয়ী : সবাই বলে, সৎকার অনুষ্ঠানের জন্য খরচ হয়ে যায় শরীরের একটি বাহু ও একটি পা (এবং শরীরের বাকি অংশ বাক্সের ভেতরের লোকটির জন্য)। আচার অনুষ্ঠানাদির আয়োজনকারী স্বজনেরা, বোধগম্য কারণেই, খরচ কমিয়ে এসবের ব্যবস্থা করতে পারেন না, যেমনটা হতে পারত—মাত্র এই সপ্তাহের জন্য বিশেষ মূল্য হ্রাসে তাঁদের প্রিয় বৃদ্ধা ঠাকুরমার জন্য সৎকার অনুষ্ঠান। কিন্তু ঠাকুরমা যদি সন্ত্রাসবাদীদের আক্রমণে কোনো উড়োজাহাজে বিস্ফোরণে মারা যেতেন, তাহলে সৎকারের অনুষ্ঠানাদির জন্য শুধু যে কোনো খরচই লাগত না তা নয়, বরং আত্মীয়রা এয়ারলাইন কোম্পানির কাছ থেকে যথেষ্ট পরিমাণে বীমার অর্থও পেতেন। দিনের শেষে ঠাকুরমার মৃত্যুর বিষয়টি থেকে তাঁরা অনেক আগেই বেরিয়ে আসতে পারতেন।

৩. সৌভাগ্যমূলক পরবর্তী জীবন : সবচেয়ে বড় সুবিধা হচ্ছে শেষটি। ঠাকুরমা যদি বিমান বিস্ফোরণে ৩০,০০০ ফুট উপরে মারা যেতেন, তাহলে তাঁর মৃত্যু স্বর্গের এতো কাছাকাছি ঘটত যে, বাকি পথটা পাড়ি দিতে তাঁর বিশেষ সুবিধা হতো।

বিমানে চড়ে নানা দেশে যাওয়া-আসা করার ব্যাপারে আমি যে ভীত নই, এসবই হচ্ছে তার কারণ। ইতিবাচক চিন্তার মাধ্যমে উদ্বেগ-উৎকণ্ঠা জয় করার এটি আরো এক দৃষ্টান্ত।

৩২. আমার কী করা উচিত? আমার কী করা উচিত নয়?—*ভাবনাচিন্তা*

অসলোয় আমার বৌদ্ধধর্ম বিষয়ে একটি বক্তৃতার শেষে একটি অল্পবয়সী মেয়ে এলো আমার কাছে, যাকে আমি এর আগে কখনো দেখিনি। কীভাবে একজন মানুষের তাঁর জীবনের গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্তগুলি গ্রহণ করা উচিত সে প্রশ্নটি জিজ্ঞেস করল মেয়েটি আমাকে।

তার প্রশ্নটিকে বাস্তবতার মাটিতে নামিয়ে আনার জন্য আমি উত্তর দিলাম, 'ঠিক আছে, ধরো কেউ সিদ্ধান্ত নেওয়ার চেষ্টা করছে নিজের ছেলেবন্ধুটিকে তার বিয়ে করা উচিত কি উচিত নয়!'

বেচারা মেয়েটির গণ্ডদেশ লাল হয়ে উঠল, মাথাটি দু'হাতের মধ্যে ধরে রাখল সে, এবং অত্যন্ত লজ্জা পাওয়ার ভঙ্গিতে পাশে-বসা ছেলেবন্ধুর দিকে তাকাল। এদিকে, সেখানে আর যাঁরা ছিলেন তাঁরা সবাই যখন আমার কথা শুনে হাসিতে ফেটে পড়লেন তা-ও মেয়েটির কোনো সাহায্যে এলো না।

www.kalpataruboi.org

এবার আমি মেয়েটির কাছে ক্ষমা চেয়ে সিদ্ধান্ত নেওয়ার পুরোনো এক পদ্ধতির কথা বললাম। সঙ্গে অবশ্য নতুন কিছু কথাও জুড়ে দিলাম :

একটি কয়েন নিয়ে টস করো! হেড পড়লে আমি ওকে বিয়ে করব! টেইল পড়লে করব না!

এই নতুন কথাগুলি আমি মাত্র কিছুকাল আগে শুনেছিলাম। এতে টসের ফলাফলের ব্যাপারে তোমার আবেগমূলক প্রতিক্রিয়ার প্রতি বিশেষ মনোযোগ দেওয়ার কথা বলা হয়েছে।

ধরা যাক, টসের ফল হলো হেড, যার অর্থ, 'আমি ওকে বিয়ে করব'। তুমি কি 'ইয়াহু!' বলে প্রতিক্রিয়া দেখাও এবং দাঁত বের করে সুখের হাসি হাসো, অথবা 'হুম!' আমার হয়তো তিনবার টস করে তার মধ্যে দু'বার যা পড়বে তা নেওয়া উচিত' এবং নৈরাশ্যের সঙ্গে ভুরু কোঁচকাও? এই প্রতিক্রিয়া তোমাকে অত্যন্ত স্পষ্টভাবে জানিয়ে দেয় তুমি আসলে কী চাও। সেটি যা-ই হোক না, তুমি তা মেনে নেবে।

সাধারণভাবে তোমার হৃদয় তোমার মাথার চেয়ে অধিক নির্ভরযোগ্য। একটি কয়েন নিয়ে টস করার ব্যাপারটি তোমার হৃদয় তোমাদের কী বলছে তা জানার অত্যন্ত ফলপ্রসূ একটি উপায়।

৩৩. আপনার কুকুরকে কিছু জিজ্ঞেস করা—*আদরযত্ন*

আমাদের পোষা প্রাণীদের আমরা খুব ভালোবাসি। সেজন্য পশুচিকিৎসক যখন একদিন অসুস্থ পোষা প্রাণীটির যন্ত্রণাহীন প্রতিকার মৃত্যুর অনুমোদন কামনা করেন, সে দিনটিতে পোষা প্রাণীর মালিককে জীবনের অন্যতম কঠিন সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে হয়।

অতি আদরের পোষা প্রাণীটিকে মেরে ফেলার ব্যাপারে সম্মতি প্রদান একটি হৃদয়হীন ব্যাপার বলে মনে হয়, এবং একজন বৌদ্ধধর্মাবলম্বীর জন্য এটি মূলত নৈতিক অনুশাসনের ব্যত্যয় ঘটানোর মতো একটি বিষয়। এতদসত্ত্বেও পশুচিকিৎসককে বাধা দেওয়া আরো বেশি নিষ্ঠুরতা বলে মনে হয়। এই নৈতিক উভয় সংকট কিভাবে সমাধান করব আমরা? খুব সহজে, আপনার কুকুরকে জিজ্ঞেস করুন।

এরপরও জুডি আবার তাঁর ক্যান্সারাক্রান্ত পোষা কুকুরটিকে পশুচিকিৎসকের কাছে নিয়ে গেলেন। ডাক্তার বললেন, তাঁর আর কিছু করার নেই, শুধু অসুস্থ কুকুরটার শরীরে শেষ সূঁচটি ঢুকানো ছাড়া। জুডি তাঁর কুকুরটির সঙ্গে কয়েকটি মুহূর্ত একা থাকতে দেওয়ার জন্য ডাক্তারকে অনুরোধ

www.kalpataruboi.org

জানালেন। তিনি বহুবার 'আপনার কুকুরকে জিজ্ঞেস করুন' এই পরামর্শটি আমার কাছে শুনেছেন। তাই তিনি তাঁর আদরের সঙ্গীটিকে দুই বাহুর মধ্যে তুলে নিলেন, গভীর দৃষ্টিতে চেয়ে রইলেন ওর চোখের দিকে, এবং ওকে জিজ্ঞেস করলেন, 'তুমি কি এখন মরতে চাও? এই ক্যান্সারের কষ্ট কি তুমি অনেক সহ্য করেছ? নাকি আরো কিছুদিন তুমি এভাবে বেঁচে থাকতে চাও?'

আপনি যখন আপনার কোনো পোষা প্রাণীকে সঙ্গে নিয়ে দীর্ঘদিন ধরে জীবনযাপন করে সেটির সঙ্গে একটি ভালোবাসার সম্পর্ক গড়ে তুলেছেন, তখন আপনি জানবেন আপনার পোষা প্রাণীটি কী চায়। জুডি প্রবলভাবে অনুভব করলেন যে, তাঁর বিশ্বাসী ছোট্ট কুকুরটি তখনই তার জীবনাবসান ঘটাতে চায় না। অতএব তিনি পশুচিকিৎসককে বললেন, 'না!'

পশুচিকিৎসক মহোদয় এতে খুব রেগে গেলেন। 'আপনারা বৌদ্ধরা, আপনারা খুব নিষ্ঠুর এবং নির্বোধ!' কিন্তু পশুচিকিৎসকের আর কিছু করার ছিল না। জুডি তাঁর কুকুরটিকে নিয়ে ঘরে ফিরলেন।

কয়েকমাস পর জুডি আবার তাঁর সেই ছোট্ট কুকুরটিকে নিয়ে পশুচিকিৎসকের কাছে গেলেন। এটি নিজে থেকেই পুরোপুরি সুস্থ হয়ে উঠেছে। এমনকি মানবদেহে ক্যান্সারের মতো রোগও কখনো কখনো অপ্রত্যাশিতভাবে সেরে যায়। কুকুরটিকে দেখে পশুচিকিৎসক আশ্চর্য হয়ে গেলেন এবং তাকে আগাগোড়া পরীক্ষা করে মত দিলেন যে, সে পুরোপুরি সুস্থ। এবার তিনি বললেন, 'আপনারা বৌদ্ধরা, আপনারা এতো বেশি করুণাঘন এবং জ্ঞানী!'

অন্য কোনো ব্যক্তির জীবন বা মৃত্যু সম্পর্কে সিদ্ধান্ত গ্রহণের দায়িত্ব আমাদের নয়, এমনকি কোনো জন্তুজানোয়ারেরও। আমাদের ভূমিকা হচ্ছে আমাদের পোষা প্রাণীটিকে জিজ্ঞেস করা। প্রশ্নটি একবার করা হলে নিজের পোষা প্রাণীকে ভালোবাসেন এমন যেকোনো ব্যক্তি এর উত্তরটি জানতে পারবেন। এরপর আমরা বার্তাটি পশুচিকিৎসককে জানাব। এটি আপনার কুকুরের সিদ্ধান্ত অথবা আপনার বিড়ালের। আপনার নয়। তারা জানে।

৩৪. একজন চিকিৎসকের দায়িত্ব হচ্ছে পরিচর্যা করা, আরোগ্য করা নয়—*করুণা*

আমি ১৯৮৩ সাল থেকে একজন বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে পার্থে বসবাস করছি। এই বছরগুলোতে আমি স্থানীয় বৌদ্ধ পরিবারগুলির আস্থা ও শ্রদ্ধা এতটাই অর্জন করেছি যে, আমাকে অনেক তরুণ-তরুণী তাদের রক্তের সম্পর্কবিহীন

www.kalpataruboi.org

দাদু হিসেবে গণ্য করে। তারা আমার মন্দিরে আসতে আসতেই বড় হয়ে উঠেছে এবং আমার সঙ্গে তাদের অনেক গোপন বিষয় নিয়ে কথা বলে যা তারা তাদের মা-বাবাকেও কখনো বলবে না। এমনই একজন ছিলেন ভীষণভাবে মুষড়ে-পড়া এক চিকিৎসক যিনি আমার কাছে এসেছিলেন। তিনি কিছুদিন আগে পার্থের বড় হাসপাতালগুলির একটিতে ইন্টার্নি চিকিৎসক হিসেবে কাজ শুরু করেছেন। আগের দিন তিনি এক মর্মান্তিক পরিস্থিতিতে তাঁর প্রথম রোগীকে হারিয়েছেন। তাঁর একজন অল্পবয়স্কা রোগিনী মারা গেছেন। এই মহিলার সান্ত্বনা দেওয়ার অতীত স্বামীকে তাঁকে বলতে হয়েছিল যে, তাঁর তরুণী স্ত্রী মারা গেছেন এবং তাঁদের বাচ্চা দুটির কোনো 'মাম' (মা) এখন থেকে আর রইল না। চিকিৎসকটি এই ঘটনায় নিজেকে এতো বেশি অপরাধী ভাবছিলেন যে, তাঁর মনে হচ্ছিল তিনি পরিবারটির প্রতি তাঁর দায়িত্ব পালনে ব্যর্থ হয়েছেন।

অবশ্যই ঘটনাটির জন্য তিনি দায়ী ছিলেন না। চিকিৎসার মাধ্যমে যা কিছু করা সম্ভব তার সবই তিনি তাঁর রোগীর জন্য করেছেন। তিনি ব্যর্থ হয়েছেন এমন ভাবনার ছিল অন্য কারণ, এবং সেটি সম্পর্কেই আমি তাঁর সঙ্গে কথা বলেছিলাম।

'আপনি যদি বিশ্বাস করেন যে, ডাক্তার হিসেবে আপনার কর্তব্য হচ্ছে রোগীকে আরোগ্য করে তোলা, তাহলে এই রকম ব্যর্থতার জন্য আপনি বারবার কষ্ট পাবেন। আপনার চিকিৎসক জীবনে আপনার রোগীদের মধ্যে অনেকেই মারা যাবেন। কিন্তু আপনি যদি মেনে নেন যে, আপনার প্রধান কর্তব্য হচ্ছে রোগীদের পরিচর্যা করা, তাহলে আপনি কখনো ব্যর্থ বোধ করবেন না। এমনকি আপনি যদি তাঁদের আরোগ্যসাধন করতে নাও পারেন, তবুও আপনি সব সময় তাঁদের পরিচর্যা করতে পারবেন।'

চিকিৎসকটি ছিলেন একজন বুদ্ধিমান তরুণ। তিনি অনতিবিলম্বে আমার কথা বুঝতে পারলেন এবং শীঘ্রই আরো অনেক ভালো একজন ডাক্তার হয়ে উঠলেন। তাঁর প্রধান লক্ষ্য হয়ে উঠল রোগীদের পরিচর্যা করা। তাঁর রোগী যদি তখন ভালো হয়ে ওঠেন, তাহলে সেটি হবে একটি চমৎকার উপরি পাওনা। কিন্তু যদি তাঁরা মারা যান, তাহলেও তাঁরা মৃত্যুবরণ করবেন পরিচর্যার উষ্ণতার মধ্যে।

স্বাস্থ্য পেশাজীবীরা তাঁদের রোগীদের ওপর যেসব চিকিৎসামূলক ব্যবস্থা প্রয়োগ করেন তার মধ্যে অনেক কষ্টদায়ক পদ্ধতি তাঁরা ব্যবহার করেন মৃত্যু যখন অবধারিত তখন রোগীকে যেকোনোভাবে বাঁচিয়ে রাখার জন্য। এসব

www.kalpataruboi.org

ব্যবস্থা অবলম্বন করা হয় আমাদের সমাজ 'আরোগ্যকরণ'কে 'পরিচর্যাকরণে'র চেয়ে অধিক মূল্য দেয় বলেই। আমরা যদি আরোগ্যকরণের চেয়ে পরিচর্যার ওপর বেশি জোর দিতাম, তাহলে অনেক মানুষের জীবনের শেষ মুহূর্তগুলো যে আরো বেশি স্বস্তিদায়ক ও শান্তিপূর্ণ হতো শুধু তা নয়, আমি মনে করি, আরো বেশি রোগী আরোগ্যলাভও করত।

৩৫. দয়াশীলতার ছোট ছোট কাজ—*মায়ামমতা*

আমেরিকা যুক্তরাষ্ট্রের একটি সুবিখ্যাত হাসপাতালে একজন সিনিয়র সার্জন একজন রেফার করা মহিলা রোগীর মেডিক্যাল রেকর্ড পরীক্ষা করে দেখলেন যে, তাঁর ক্যান্সার অনেক দূর এগিয়ে গেছে এবং সে অঞ্চলের প্রতিটি হাসপাতাল তাঁর আরোগ্যের আশা ত্যাগ করেছে। যেকোনো চিকিৎসাই হবে জটিল, প্রচুর ব্যয়সাপেক্ষ, এবং তিনি যে বেঁচে উঠবেন তার সম্ভাবনা ছিল অত্যন্ত ক্ষীণ। রোগিনীর রোগ ও চিকিৎসার ব্যাপারে বিস্তারিত জানার পর, এবং আরো কিছু তথ্য জেনে নেওয়ার পর তিনি এই কঠিন কেসটি গ্রহণ করলেন।

তাঁর সহকর্মী চিকিৎসকেরা আশ্চর্য হয়ে গেলেন এই মহিলার চিকিৎসার জন্য তিনি যে পরিমাণ অর্থসম্পদ ও উদ্যোগ নিয়োগের জন্য ব্যবস্থা নিতে তৈরি হলেন তা দেখে। আমেরিকা যুক্তরাষ্ট্রের অন্যান্য অংশ থেকে শীর্ষস্থানীয় বিশেষজ্ঞদের জড়ো করার জন্য তিনি সকলের পরামর্শ চাইলেন, এবং এই একজন রোগীকে সাহায্য করার জন্য তাঁর সীমিত সময় ও শক্তির প্রায় সবটাই নিয়োজিত করলেন।

চিকিৎসকটির অসাধারণ প্রয়াসের ফল পাওয়া গেল। অনেক কটি মাস শেষে, তিনি রোগিনীকে বলতে পারলেন যে, ক্যান্সারের পূর্ণ উপশম ঘটেছে এবং তিনি আরো বহু বছর সুখে বেঁচে থাকার আশা করতে পারেন।

এর কয়েকদিন পর সেই মহিলা রোগী মেইলযোগে হাসপাতাল থেকে বিল পেলেন। তিনি ভয়ে ভয়ে এনভেলাপটি খুললেন এই ভেবে যে, বিলের পরিমাণ বহু লক্ষ ডলার। এর পরিবর্তে তিনি সেখানে তাঁর চিকিৎসকের নিজের হাতে লেখা এই কথাটি দেখতে পেলেন :

২৫ বছর আগে এক গ্লাশ দুধ ও দুটি কুকি বিস্কুটের মাধ্যমে পরিশোধিত।

পঁচিশ বছর আগে ওই ডাক্তার ছিলেন একজন মেডিক্যাল ছাত্র। নানা ধরনের ছুটা-ছাটা কাজ করে তিনি তখন তাঁর কলেজে পড়ার খরচ নির্বাহ করার চেষ্টা করছিলেন। এ ধরনের একটি কাজ ছিল মানুষের দরজায় দরজায়

www.kalpataruboi.org

গিয়ে কিছু একটি বিক্রি করা। এমনি এক দিনে, গরমকালের এক বিকেলে, সারা দিন কিছুই বিক্রি হয়নি তাঁর, তিনি গিয়ে হাজির হলেন আরো একটি দরজায়। এক মহিলা দরজাটি খুললেন। তিনি বিক্রেতার ক্লান্ত কণ্ঠের বক্তব্য শুনলেন, কিন্তু কিছুই কিনতে রাজি হলেন না। কিন্তু এরপর তিনি সেই ক্লান্ত অবসন্ন তরুণটিকে জিজ্ঞেস করলেন, 'কিছু খাওয়া হয়েছে আপনার?'

'ব্রেকফাস্টের পর আর কিছু খাইনি, ম্যাম।'

'তাহলে এখানে অপেক্ষা করুন,' এ কথা বলে তিনি দ্রুত ভেতরে গিয়ে এক গ্লাস দুধ ও দুটি কুকি বিস্কুট নিয়ে এলেন সেই শ্রান্ত অবসন্ন মেডিক্যাল ছাত্রটির জন্য।

পঁচিশ বছর পর সেই ছাত্রটি এখন আমেরিকা যুক্তরাষ্ট্রের একটি সুবিখ্যাত হাসপাতালের একজন সিনিয়র সার্জন। যখন তিনি রেফারকৃত মহিলাটির মেডিক্যাল রেকর্ড পরীক্ষা করছিলেন, তখন তাঁর নামটি যেন এক ঘণ্টাধ্বনির মতো বেজে উঠেছিল তাঁর মস্তিষ্কে। তারপর কয়েকটি ফোনকল থেকে তিনি নিশ্চিত হলেন, ইনিই সেই দয়াবতী মহিলা যিনি তাঁকে একদিন পরম প্রার্থিত খাবার খেতে দিয়েছিলেন মানুষের দরজায় দরজায় জিনিস বিক্রি করার সময়।

বহু বছর আগেকার সামান্য একটু দয়াশীলতার জন্যে কৃতজ্ঞতার প্রকাশ হিসেবে, যা তিনি কখনো ভুলে যাননি, এই চিকিৎসক শুধু যে মহিলাটিকে ক্যান্সার থেকে বাঁচানোর জন্যে অনেক কিছু করেছেন তা নয়, বরং তাঁর চিকিৎসার বিলটাও তিনি নিজেই পরিশোধ করেছিলেন।

৩৬. দরজায় দরজায় ঘুরে-বেড়ানো বিক্রেতার অপরাধ—*ক্ষমা*

আমি যখন ছাত্র ছিলাম এবং আমার মাথার চুল যখন এখনকার চেয়ে অনেক অনেক বেশি লম্বা ছিল, তখন বিশ্ববিদ্যালয় বন্ধ থাকার সময় আমার খরচ যোগাড়ের জন্য আমিও নানা ধরনের কাজকর্ম করতাম। এ ধরনের একটি কাজ ছিল বাড়ি বাড়ি ঘুরে ঘুরে শিশুদের বিশ্বকোষ (Children's Encyclopaedia) বিক্রি করা।

প্রথমে আমাকে শিখতে হয়েছিল বিক্রি করার সময় কীভাবে কথা বলতে হবে তার কৌশল। এটা ছিল একটা সংক্ষিপ্ত বক্তৃতা যা আমাকে মুখস্থ করতে হয়েছিল। এ বক্তৃতার বিষয় ছিল সবাইকে এমন প্ররোচক সুরে বোঝানো যে, জ্ঞানের এই বিস্ময়কর উৎসটি না কেনার অর্থ হলো আপনার শিশুকে প্রকৃত শিক্ষা থেকে বঞ্চিত করা। আমাকে নির্দেশনা দেওয়া হয়েছিল যে, যদি মা-বাবারা শিক্ষামূলক বইয়ের এই সেটটি পছন্দ না করার মতো দায়িত্বহীন কাজ

www.kalpataruboi.org

করেন, তাহলে তাঁদের ওপর এমন মানসিক চাপ সৃষ্টি করা যেন তাঁরা তাঁদের বাচ্চাদের সঙ্গে প্রায় দুর্ব্যবহারের মতো অপরাধবোধের পীড়ন অনুভব করেন।

এ ধরনের চাপাচাপিমূলক বিক্রির কাজটি অনৈতিক। আমি তা জানতাম। কিন্তু আমার বয়স ছিল কম এবং আমি বেপরোয়া ছিলাম।

প্রথম দিন আমি একটি সেট বিক্রি করলাম এক মিষ্টি অল্পবয়সী দম্পতির কাছে। ওঁরা সম্প্রতি একটি নতুন বাড়িতে উঠে এসেছিলেন এবং ওঁদের ছিল দুটি ছোট বাচ্চা। সে রাতে আমি একেবারেই ঘুমাতে পারিনি। আমি কেবলই চিন্তা করছিলাম সেই তরুণ দম্পতির কথা। তাঁদের ঘাড়ে আরো একটি বিলের বোঝা চেপেছে আর সেটা হয়েছে আমি ওই বাজে, রাবিশ বিশ্বকোষ ওঁদের নিকট বিক্রি করেছি বলেই। আমি এতোই অপরাধবোধ অনুভব করছিলাম যে পরদিন আমি সে চাকরি ছেড়ে দিলাম।

এই বিক্রির ব্যাপারটায় বহুদিন আমার মন খারাপ হয়েছিল। পরে, বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে আমি নিজেকে ক্ষমা করতে শিখলাম এবং ব্যাপারটা ভুলে গেলাম। সে যাই হোক, আমার লম্বা চুলের দিনগুলোয় আমি ছিলাম এমনই অপরিণত।

আমি একবার পার্থে শুক্রবার রাতের আলোচনায় আমার এই কাহিনীর কথা বলেছিলাম ক্ষমাশীলতার একটি দৃষ্টান্ত হিসেবে। এরপর, আটাশ-উনত্রিশ বছর বয়সী একজন মহিলা আমার সঙ্গে কথা বলতে এসেছিলেন।

'আপনি হয়তো আমার কথা বিশ্বাস করবেন না, কিন্তু আমি যা বলব তা পুরোপুরি সত্য।' তিনি বলতে শুরু করলেন। 'অত্যন্ত অল্পবয়সী একটি মেয়ে হিসেবে আমি যখন লন্ডনে বড় হয়ে উঠছিলাম, তখন লম্বা চুলের একটি ছাত্র আমাদের বাড়িতে আসেন এবং আমার মা-বাবার কাছে একটি শিশু বিশ্বকোষ বিক্রি করেন। এই বইগুলো আমার খুব ভালো লাগত।' উৎসাহের সঙ্গে তিনি বলে চললেন। 'সবগুলো বইয়ের মধ্যে এগুলোই ছিল আমার প্রিয় বই। আপনি হয়তো সেই লোকটি ছিলেন না। তবে, যাই হোক, আপনাকে অনেক ধন্যবাদ।' আমি বাক্যহারা হয়ে বসে রইলাম।

এই বিশ্বের সবকিছু কীভাবে চলছে—আমি এখন তা যেভাবে বুঝতে পারি, তাতে আমি যথেষ্ট নিশ্চিত যে, আমিই সেই লোক যে মহিলাটির প্রিয় বইগুলো ওঁদের বাড়িতে বিক্রি করেছিল।

www.kalpataruboi.org

৩৭. আত্মঘাতী মাকড়সার করুণ গাথা—*দানশীলতা*

একটি তরুণী সুখী মাকড়সা একটি নির্জন ঘরের চমৎকার এক কোণ খুঁজে পেল তার প্রথম বাসা বানানোর জন্য। খুব খুশির সঙ্গে সে টানা দিয়ে বয়ন করল সুন্দর একটি জাল, যা মাকড়সা জগতের বাড়ি ও উদ্যান বিষয়ক পত্রিকায় জায়গা পাওয়ার মতো যথেষ্ট শিল্পসম্মত ছিল। এই প্রয়াসে ক্লান্ত কিন্তু একই সঙ্গে গর্বিত তরুণী মাকড়সাটি বিশ্রাম নিচ্ছিল তার জালের কেন্দ্রে। সে অপেক্ষা করছিল দুপুরের খাবারের জন্য।

বয়স্কা এক মহিলা সে কক্ষে ঢুকলেন, তিনি মাকড়সাটিকে দেখতে পেলেন এবং জোরে চিৎকার দিয়ে উঠলেন। তাঁর স্বামী দ্রুত সেখানে হাজির হলেন এবং মাকড়সার প্রথম বাড়িটি ছিঁড়ে টুকরো টুকরো করে ফেললেন। বরাত জোরে মাকড়সাটি তার প্রাণ নিয়ে পালিয়ে যেতে সক্ষম হলো।

এতে অবশ্য মাকড়সাটি ভয় পেল না। হামাগুড়ি দিয়ে চলতে চলতে সে গেল আরেকটি বাড়িতে এবং সেখানে তৈরি করল তার দ্বিতীয় নিবাস। তবে এবার অবশ্য তার নিবাসটি প্রথমটির মতো এতো শিল্পসম্মত হলো না, তবে এটিও বেশ শান্ত সমাহিত ছিল। বায়ুতে ভর দিয়ে মাকড়সাটির প্রথম খাবার পৌঁছানোর আগেই, বাড়ির কাজের মেয়েটি মাকড়সার জালটি দেখে ফেলল এবং সঙ্গে সঙ্গে হাতের ঝাঁটা দিয়ে সেটি ধ্বংস করে ফেলল। বেচারা মাকড়সা আবারও প্রাণ নিয়ে পালিয়ে বাঁচল।

পরের বাড়িটির ক্ষেত্রেও ঘটল একই ঘটনা, এবং পরের বাড়িটির ক্ষেত্রে, এবং তার পরের বাড়িটির ক্ষেত্রে। মাকড়সাটির ষষ্ঠ জালটি ভয়ানকভাবে ধ্বংস হওয়ার পর, সে স্পষ্টতই আঘাতোত্তর পীড়ন-বিভ্রান্তিজনিত লক্ষণে (Symptoms of Post-traumatic Stress Disorder) ভুগতে শুরু করল। সে বাড়িগুলোতে কোণসমূহের ভ্রম-বাতুলতার রোগে আক্রান্ত হলো এবং আর কোনো জাল বয়নের ব্যাপারে অতিশয় উদ্বেগগ্রস্ত হয়ে পড়ল।

এদিকে ক্লান্ত ও ক্ষুধার্ত অবস্থায় রাস্তা ধরে হামাগুড়ি দিয়ে চলতে চলতে সে নেতিবাচক ভাবনায় আক্রান্ত হলো। আমাকে কেউ পছন্দ করে না। আমি শুধু কোথাও একটু শান্তিতে থাকার মতো নিবাস গড়তে চেয়েছি, আমি কোনো মানুষের কোনো ক্ষতি করব না; ওদের পক্ষ হয়ে শুধু মাছি আর ক্ষুদ্র পতঙ্গসমূহ ধরব যেগুলো তারা মোটেই চায় না। মাকড়সার জীবন কত কঠিন। আমি এতো ক্ষুধার্ত, এতো ক্লান্ত এবং এতো একা।

এবার মাকড়সাটি কাঁদতে শুরু করল। অল্প কিছুক্ষণের মধ্যেই বিমর্ষ মাকড়সাটি আত্মহত্যার কথা ভাবতে শুরু করল। 'কেউ আমাকে ভালোবাসে

www.kalpataruboi.org

না। তাহলে বেঁচে থেকে কী লাভ! আমি কখনো একটি ঘর কিংবা কোনো খাবার খুঁজে পাব না। আমি তো এখন নিজেকে এখানে মেরে ফেলতে পারি।'

আত্মহননকারী মাকড়সা এবার ইচ্ছে করেই রাস্তা দিয়ে হেঁটে যাওয়া পথচারীদের জুতার নিচে হামাগুড়ি দিতে লাগল। কিন্তু সব সময়ে সে নিজেকে আবিষ্কার করল জুতার তলা ও গোড়ালির মাঝখানে নিরাপদ স্থানটিতে। এরপর সে ব্যস্ত সড়কটির ওপর হামাগুড়ি দিতে লাগল। কিন্তু প্রত্যেকবারই সে পড়ল দুই চাকার মাঝখানে। কখনো সেগুলোর নিচে নয়। আপনি যখন বিমর্ষ হয়ে পড়বেন, তখন কোনো কাজই আপনি ঠিকভাবে করতে পারবেন না, এমনকি আত্মহত্যাও নয়।

আত্মহননোদ্যত মাকড়সাটি শীঘ্রই এমনকি নিজেকে মেরে ফেলার চেষ্টা থেকেও বিরত হলো। ফুঁপিয়ে ও নাক টেনে কাঁদতে কাঁদতে মাকড়সাটি এবার একজন মাতাল মানুষের মতো রাস্তা দিয়ে চলতে শুরু করল। সে জানত না কোথায় সে যাচ্ছে। কিছুক্ষণের মধ্যেই তার মনে হলো কেউ যেন তার দিকে তাকিয়ে আছে। সে চট করে ঘুরে দেখল, একটা বেশ সুখী সুখী চেহারার মোটা মাকড়সা তার দিকে চেয়ে হাসছে।

'তুমি কাঁদছ কেন?' মোটা ও সুখী মাকড়সাটি তাকে জিজ্ঞেস করল। তখন আত্মহননোদ্যত মাকড়সাটি একটি টিস্যু দিয়ে নাক মুছতে মুছতে তার জীবনের সংক্ষিপ্ত কিন্তু করুণ কাহিনীটি বলল।

আত্মহনন করতে যাওয়া মাকড়সাটি তার দুঃখের কাহিনীটি বলার পর হঠাৎ বুঝতে পারল যে, সব মাকড়সা ক্ষীণকায় ও বিমর্ষ নয়। যে মাকড়সাটিকে সে দেখছে সেটি বেশ মোটা এবং তার চেহারাও বেশ সুখী সুখী।

'হেই! তুমি কিভাবে এমন মোটা আর সুখী চেহারার হলে?' আত্মহননোদ্যত মাকড়সাটি বলল।

'তুমি যখন তোমার জাল বানিয়েছিলে তখন কি কেউ সেটা ধ্বংস করে দেয়নি?'

'ওহ, না,' সুখী মাকড়সাটি উত্তর দিল। 'আমার এই দীর্ঘ জীবনে আমি মাত্র একটি জালই তৈরি করেছি, আর সেটি এখনো আছে। আমি প্রতিদিন অনেক খাবার ধরতে পারি। সত্যি বলতে কি,' সুখী মাকড়সাটি বেশ সহৃদয়ভাবে বলতে লাগল, 'সেখানে আমাদের দুজনের জন্যে যা দরকার তার চেয়েও বেশি খাবার আছে। এসো, আমার সঙ্গে থাকবে তুমি।'

'দাঁড়াও! দাঁড়াও এক মিনিট! আত্মহননোদ্যত মাকড়সাটি বলল। 'আমি

www.kalpataruboi.org

কিছুই বুঝতে পারছি না। তুমি কোথায় তোমার জাল বুনেছো যে, এতো দীর্ঘ সময় পার হয়ে গেলেও কেউ সেটা ধ্বংস করেনি?'

'ওহ!' সুখী মাকড়সাটি বলল। 'আমি আমার জালটি তৈরি করেছি অজন ব্রহ্মের মন্দিরের দানবাক্সে। কেউ সেখানে আমাকে ঝামেলা করে না!'

বি.দ্র. উভয় মাকড়সাই এখন স্বাস্থ্যবান, মোটা ও সুখী এবং তারা আমাকে বলে যে, আপনার টাকা-পয়সার জন্যও দানবাক্সে প্রচুর জায়গা আছে!

৩৮. বিবাহের গোপন কথা—*অনাত্ম*

পুরোহিত ও ভিক্ষুরা নিজেরা অবিবাহিত হলেও তবু কেন তাঁদের মধ্যে অনেকে বিবাহের আচার-অনুষ্ঠানাদি সম্পাদন করেন?

আমার সময়ে আমিও অনেক বিবাহ অনুষ্ঠান পরিচালনা করেছি। একবার, আমি এমনকি বিখ্যাত ব্যক্তিদের বিবাহ অনুষ্ঠানও সম্পাদন করেছি এবং বিনোদন সাময়িকী 'হ্যালো'-এর মালয়েশীর সংস্করণে আমার ছবিও ছাপা হয়েছিল।

অনুষ্ঠান চলাকালে, শিশির-সদৃশ আঁখির তরুণ দম্পতিকে কিছু জ্ঞানসমৃদ্ধ উপদেশও আমাকে দিতে হয়। এই কাজটা আমি করি আমার স্বার্থপরতার কারণে। আমি চাই না, যে দম্পতির বিবাহ আমি এইমাত্র সম্পাদন করেছি তারা পরে তাদের দাম্পত্য সমস্যাদি নিয়ে আমাকে বিরক্ত করুক। সেজন্য এই অনুষ্ঠান চলাকালেই আমি তাদের বলি, সুখী বিবাহের 'গোপন কথা' এবং এরপর তারা আমাকে কাছ থেকে বিদায় নেয়। আমি খুশি হই। তারাও খুশি। আমরা উভয়েই জিতি।

অতএব, সুখী বিবাহের 'গোপন কথা' কী?

বিবাহের অনুষ্ঠানাদি চলার সময় যথার্থ একটি মুহূর্তে, সাধারণত আংটি বিনিময় হওয়ার পর, আমি নববধূর চোখের দিকে তাকিয়ে তাকে বলি, 'তুমি এখন একজন বিবাহিতা মহিলা। এই মুহূর্ত থেকে তুমি আর কখনো নিজের কথা ভাববে না।' সে সঙ্গে সঙ্গে মাথা নিচু করে সায় দেয় এবং মধুরভাবে হাসে।

এরপর আমি বরের দিকে তাকাই এবং বলি, 'তুমি এখন একজন বিবাহিত মানুষ। তোমারও এখন থেকে নিজের কথা ভাবা উচিত হবে না।' আমি জানি না, ছেলেদের ক্ষেত্রে কী হয়, তবে বর সাধারণত 'হ্যাঁ' বলার আগে কয়েক সেকেন্ড চুপ করে থাকে।

এরপরও বরের দিকে তাকিয়ে আমি বলতে থাকি, 'এবং এখন থেকে

www.kalpataruboi.org

তোমার আর কখনো তোমার স্ত্রীর কথাও ভাবা উচিত নয়!' অতঃপর দ্রুত নববধূর দিকে ফিরে আমি তাকে বলি, 'এবং এখন থেকে তোমারও আর তোমার স্বামীর কথা ভাবা উচিত নয়।'

আমার কথায় নবদম্পতির মুখে বিভ্রান্তির যে ভাব ফুটে ওঠে তা আমি উপভোগ করি। ওরা কী চিন্তা করছে তা জানার জন্যে আপনার অবশ্যই চিন্তার অনুসরণকারী (mind reader) হওয়ার প্রয়োজন নেই। তারা ভাবে : এই ক্ষ্যাপাটে ভিক্ষু কী বলছেন!

বিভ্রান্তি একটি খুব ভালো শিক্ষণ-কৌশল। কেউ যদি কখনো কোনো ধাঁধার সমাধান বের করার কাজে মনোযোগ দেয়, তাহলে আপনি তাদের উত্তর শেখাতে পারবেন এবং তারা মনোযোগ দেবে।

'তোমাদের বিয়ে হয়ে যাবার পর,' আমি ব্যাখ্যা করলাম, 'তোমাদের শুধু নিজেদের কথা চিন্তা করা উচিত হবে না, তাহলে বিয়েতে তোমরা কোনো অবদান রাখতে পারবে না। এ ছাড়াও, তোমাদের বিয়ে হয়ে যাবার পর তোমাদের উচিত হবে না শুধু তোমাদের সঙ্গীর কথা চিন্তা করা। তাহলে তোমরা শুধু দিতে থাকবে, দিতে থাকবে, দিতেই থাকবে, যতক্ষণ পর্যন্ত না তোমাদের বিয়েতে আর কিছু অবশিষ্ট থাকে।'

'এর পরিবর্তে বরং, তোমাদের বিয়ে হয়ে যাবার পর, তোমরা চিন্তা করবে 'আমাদের'—এইভাবে। তাহলে তোমরা এতে একসঙ্গে থাকবে।'

অনিবার্যভাবে, বর-বধূ তখন একে অপরের দিকে তাকাবে এবং হাসবে। তারা বিষয়টি বুঝতে পেরেছে। বিয়ে হচ্ছে 'আমাদের' নিয়ে, 'আমাকে' নিয়ে নয়; শুধু বরকে নিয়ে নয়, শুধু বধূকে নিয়েও নয়।

এই গোপন কথাটি তারা ঠিকভাবে অনুধাবন করতে পেরেছে কি না তা জানার জন্য আমি এবার ওদের জিজ্ঞেস করি, 'যখন তোমাদের বিবাহিত জীবনে কোনো সমস্যা দেখা দেবে, তখন সেটি কার সমস্যা?'

'আমাদের সমস্যা' দুজনে সমস্বরে উত্তর দেয়।

একটি সম্পর্কের ক্ষেত্রে, যদি কোনো সমস্যা দেখা দেয় এবং আপনি যদি চিন্তা করেন যে, সেটি আপনার সঙ্গীর সমস্যা, তাহলে আপনি অবদানই রাখছেন না। যখন আপনি ভাববেন যে, সেটি আপনার নিজের সমস্যা, তখন আপনি সমাধানের অর্ধেকটা অংশ এড়িয়ে যাবেন। কিন্তু যখন প্রতিটি বাধাকে মনে করা হয় 'আমাদের' সমস্যারূপে তখন আপনারা মিলিতভাবে সমাধানটি পাবেন। এভাবেই একটি সুখী ও সমৃদ্ধ বিবাহের সৃষ্টি হয়।

www.kalpataruboi.org

৩৯. পবিত্র বারি—*ধ্যান*

বৌদ্ধ বিবাহ অনুষ্ঠানের আরেকটি অংশ হচ্ছে সৌভাগ্যের সূচক হিসেবে সুখী নবদম্পতির গায়ে পবিত্র জল ছিটিয়ে দেওয়া। প্রকৃতপক্ষে, আজকালকার দিনে বিয়েতে সম্ভাব্য সর্বপ্রকার ভাগ্যের প্রয়োজন হয়, এবং সেজন্য আমি সাধারণত মন্ত্রাদি দ্বারা পূত জল দিয়ে ওদের ভিজিয়ে দিই। যখন নববধূর প্রসাধন সেই পানিতে গলে যেতে শুরু করে, ম্যাসকারা চিবুক বেয়ে নেমে যাওয়ার সাথে সাথে, আমি বরকে ব্যাখ্যা করে বলি, 'এখন তুমি দেখতে পাবে তোমার বধূর আসল চেহারা!' ওর এখনই সেটি জানতে পারা ভালো, পরে জানার চেয়ে—আমি বলি।

বিদেশ থেকে ফেরার সময় একদিন পার্থ বিমানবন্দরে আমি অস্ট্রেলিয়ার শুষ্ক প্রবিধানমালা পুরোটাই পড়ে ফেলেছিলাম। আমি পড়তে গিয়ে আশ্চর্য হয়েছিলাম যে, অস্ট্রেলিয়ায় আমদানি নিষিদ্ধ দ্রব্যসমূহের মধ্যে একটি হচ্ছে পবিত্র জল। এটি নিষিদ্ধ। এ ধরনের নিষেধাজ্ঞার পেছনে যে কারণ রয়েছে তা সম্ভবত এই :

আগেকার সেই ভালো দিনগুলোয়, যখন অস্ট্রেলিয়ার বিমানবন্দরগুলোতে 'গ্রীন চ্যানেল' ছিল এবং যেকোনো অস্ট্রেলীয় ভ্রমণকারী গ্রীন চ্যানেল দিয়ে বেরিয়ে আসতে পারতেন, সেই সময় একজন অস্ট্রেলীয়কে সেখানে থামানো হলো দৈবচয়িতভাবে। কাস্টমস্ কর্মকর্তা যখন সেই ব্যক্তির স্যুটকেস খুললেন। তখন তিনি সেখানে জ্যাকেট ও ট্রাউজারগুলির নিচে দু বোতল অঘোষিত হুইস্কি পেলেন।

'এগুলো কী?' কাস্টমস্ কর্মকর্তা জিজ্ঞেস করলেন।

'আমি একজন ধর্মপ্রাণ মানুষ', চটজলদি চিন্তা করে বললেন সেই ভ্রমণকারী। 'আমি ফ্রান্সের পবিত্র শহর লুর্দে-তে তীর্থভ্রমণ শেষে সবেমাত্র ফিরে এসেছি। এগুলো শুধু 'পবিত্র জল'।'

'হুম,' কাস্টমস্ কর্মকর্তা উত্তর দিলেন। 'তাহলে এর গায়ে জনি ওয়াকার-এর লেবেল আঁটা কেন?'

'কারণ, সেই পবিত্র জল আমাকে কোনো-না-কোনো বোতলে তো রাখতে হতো। এই দুটি খালি বোতল আমি সে কাজে ব্যবহার করেছি। ঠিক আছে? আমি কী এখন যেতে পারি?'

সন্দেহপ্রবণ কাস্টমস্ কর্মকর্তা বোতল দুটির মধ্যে একটি খুলে পরীক্ষা করে দেখার সিদ্ধান্ত নিলেন। তিনি বোতলটি তাঁর নাকের কাছে ধরলেন। তারপর বললেন, 'এটা তো পবিত্র জল নয়, এটা হুইস্কি! আপনি নিজে গন্ধটা

www.kalpataruboi.org

শুঁকে দেখুন।'

সেই ভ্রমণকারী বোতলটা তুলে তাঁর নাকের কাছে ধরলেন, গন্ধ শুঁকলেন। তারপর চিৎকার করে বলে উঠলেন, 'মাই গড! আপনি ঠিকই বলেছেন। এটা নিশ্চয়ই আরো একটি আশ্চর্যজনক ঘটনা। হাল্লেলুইয়াহ।'

এবং সম্ভবত, এই ঘটনার পর থেকেই পবিত্র জলও অস্ট্রেলিয়ায় আনার ওপর নিষেধাজ্ঞা জারি হয়েছিল।

৪০. মাতাল অবস্থায় গাড়ি চালানোর বিপদ—*অনুশীলন*

বৌদ্ধভিক্ষুরা পানিকে মদ্যে রূপান্তরিত করতে দেন না, সেজন্যই অস্ট্রেলিয়ায় বৌদ্ধদের চেয়ে খ্রিস্টানদের সংখ্যা বেশি।

অনেক বছর আগে, আমি পড়েছিলাম যে, সিডনিতে এক ব্যক্তি অফিস পার্টিতে অত্যধিক বীয়ার খাওয়ার পর নিজে গাড়ি চালিয়ে বাড়িতে আসার সিদ্ধান্ত নিয়েছিলেন। তিনি হিসেব করে দেখেছিলেন, তাঁর ধরা না পড়ার বেশ ভালো চান্স রয়েছে।

সেই সন্ধ্যায় সিডনির পুলিশ প্রত্যেকটি গাড়ি চালকের অ্যালকোহল লেভেল পরীক্ষা করার জন্য একটি বেশ অধিক ব্যবহৃত রাস্তায় সড়ক প্রতিবন্ধক বসিয়েছিল। এই সড়ক প্রতিবন্ধক ছিল লোকটির বাড়ি ফেরার রাস্তায়; অতএব, তিনি ফাঁদে পড়ে গেলেন। এই ফাঁদ থেকে বেরুনোর কোনো পথও ছিল না। লাইনে দাঁড়িয়ে পরীক্ষার জন্য অপেক্ষা করতে করতে তিনি নিজের মনে ভাবলেন, এবার তাঁর অনেক জরিমানা হয়ে যাবে, এমনকি তাঁর ড্রাইভিং লাইসেন্সও তিনি হারাতে পারেন।

অ্যালকোহল লেভেল পরীক্ষার জন্য তাঁর পালা যখন এলো, তিনি গাড়ি থেকে বেরিয়ে এলেন। পুলিশ অফিসার তাঁকে ছোট একটি যন্ত্র দিলেন। সেটির সঙ্গে একটি টিউব লাগানো ছিল। তাঁকে বলা হলো সেই টিউবের মধ্যে ফুঁ দিতে।

ঠিক সেই মুহূর্তে একটি গাড়ি ধাক্কা খাওয়ার শব্দ পাওয়া গেল। একটি গাড়ি রাস্তার প্রতিবন্ধকে হঠাৎ করে গতি কমিয়ে ফেলায় পেছনের একটি গাড়ি সেটিকে ধাক্কা মেরেছে। পুলিশ অফিসারটি সেই ধাক্কা খাওয়ার শব্দ শুনতে পেলেন এবং অ্যালকোহল লেভেল পরীক্ষার যন্ত্রটি ফিরিয়ে নিয়ে বললেন, 'আপনার অ্যালকোহল লেভেল পরীক্ষার চেয়ে ঐ দুর্ঘটনার ব্যাপারটি দেখা আমার জন্য বেশি গুরুত্বপূর্ণ। যান আপনি, আপনার গাড়ি নিয়ে বাড়ি চলে যান।'

www.kalpataruboi.org

সেই ভদ্রলোক ধরা পড়তে পড়তে বেঁচে গেলেন। তিনি ভাবলেন, খুব সৌভাগ্যবান ব্যক্তি তিনি। অবশ্য তাঁর 'সৌভাগ্য' আর একটু হলেই তাঁর হাতছাড়া হয়ে যেত।

পরদিন সকালে বাড়িতে তাঁর ঘুম ভাঙল ডোরবেল ক্রমাগত বেজে যাওয়ার শব্দে। পোশাক পরার জন্য বিছানা থেকে হামাগুড়ি দিয়ে নামার সময় তিনি তাঁর দবদব করতে থাকা মাথাটি হাত দিয়ে চেপে ধরলেন। আগের রাতে অফিস পার্টির কারণে তাঁর মাথাটি তীব্রভাবে ধরে আছে। কয়েক মিনিট পর তাঁর বাড়ির দরজাটি খুলে তিনি দেখলেন, দুজন সিডনি পুলিশম্যান দাঁড়িয়ে আছেন তাঁর সামনে।

প্রথমে তিনি কিছুটা ভয় পেয়ে গেলেন। তারপর ভাবলেন, 'ওরা আমাকে এখন গ্রেপ্তার করতে পারবে না। আমি তো গাড়ি চালাচ্ছি না এখন।' তাই, পুলিশ দুজন যখন বললেন যে, তাঁরা তাঁর গ্যারেজটা একবার দেখতে চান, তখন তাঁর উদ্বেগ প্রশমিত হয়ে গেল। তিনি তাঁদের গ্যারেজ দেখাতে রাজি হলেন। গ্যারেজে তো শুধু আমার গাড়িটাই আছে, তিনি ভাবলেন।

যখন তিনি গ্যারেজের দরজাটি খুললেন, তখন তাঁর প্রায় হার্ট অ্যাটাক হওয়ার দশা। গ্যারেজের ভেতরে শুধু একটা পুলিশ কার!

আগের রাতে তিনি এতো বেশি মাতাল হয়ে পড়েছিলেন যে, যখন তাঁরা তাঁকে গাড়িতে ফিরে গিয়ে বাড়ি চলে যেতে বলেন, তখন তিনি উঠেছিলেন ভুল গাড়িতে এবং সেটি চালিয়েই বাড়ি চলে এসেছিলেন। পুলিশের একটা গাড়ি পাওয়া যাচ্ছিল না। আর সড়ক প্রতিবন্ধকে ছিল একটা অতিরিক্ত গাড়ি। তাঁরা অল্পসময়ের মধ্যেই লোকটিকে চিহ্নিত করতে সমর্থ হন।

মাতাল অবস্থায় গাড়ি চালানোর এটিও একটা ঘটনা।

৪১. পবিত্র জলের আরো এক কাহিনী—*গভীর চিন্তা*

আজকের দিনে মানুষ মনে করে যে, অতীতের চেয়ে জীবন অনেক বদলে গেছে। তবে, ২৫০০ বছর আগে ভারতে বৌদ্ধ ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীদের কিছু পুরোনো কাহিনীর দিকে তাকালে স্পষ্টত মনে হয়, কিছু জিনিসের কখনো পরিবর্তন হয় না।

বুদ্ধের সময়ে, পয়ঃপ্রণালী পাইপ ব্যবহারের অনেক আগে, ভিক্ষুণীদের একটি বিহারে একজন ভিক্ষুণীর দায়িত্ব ছিল বিহারের শৌচাগারগুলি থেকে মল ও অন্যান্য বর্জ্যের বালতিগুলো খালি করা। একদিন খুব ভোরে, এইসব বর্জ্য নির্দিষ্ট স্থানে ফেলার পরিবর্তে সেই অসাবধানী ভিক্ষুণী আলস্যভরে

www.kalpataruboi.org

সেগুলো বিহারের দেয়ালের ওপর দিয়ে বাইরে নিক্ষেপ করে।

এদিকে হয়েছে কি, সেই সময়ে একজন সুবেশধারী ব্যবসায়ী রাজার সঙ্গে দেখা করার জন্য রাজপ্রাসাদে যাচ্ছিলেন দেয়ালের অপর পাশ দিয়ে। সেই ব্যক্তি আগে যা চিন্তা করছিলেন তা যাই হোক না কেন, সেই চিন্তা সম্পূর্ণ বদলে গেল তাঁর মাথায় মলমূত্রাদিপূর্ণ বালতিটি পড়ার পর।

তিনি ধৈর্যচ্যুত হলেন। ভয়ানক বিরক্ত হলেন। ক্রোধান্বিত হয়ে পড়লেন।

মলমূত্রাদিপূর্ণ সে বালতি কোথা থেকে এসেছে তা জানার পর তিনি চিৎকার করে বলতে লাগলেন, 'এই ভিক্ষুণীরা প্রকৃত ভিক্ষুণী নয়। এরা হচ্ছে বুড়ি ভেড়ী এবং বেশ্যা! আমি ওদের বিহার পুড়িয়ে দেব!'

ভোর সকালে রাস্তা আলোকিত করার জন্য রাখা জ্বলন্ত মশাল হাতে নিয়ে তিনি ভিক্ষুণীদের বিহারে ঢুকে পড়লেন, অভিশাপ দিতে দিতে ও চিৎকার করতে করতে। তাঁর মাথার পুরোটা জুড়ে মল।

একজন ধর্মপ্রাণ বৌদ্ধ সেই ক্রুদ্ধ লোকটিকে দেখে শান্তভাবে তাঁর কাছ থেকে জানতে চাইলেন কী ঘটেছে। তিনি যখন শুনতে পেলেন যে, একজন ভিক্ষুণী লোকটির মাথায় এক বালতি মল ফেলেছেন, তখন তিনি বিস্ময়ের সুরে চিৎকার করে বললেন, 'কী সাংঘাতিক! কী শয়তানি! আপনি তো একজন ভাগ্যবান মানুষ! একজন ভিক্ষুণীর কাছ থেকে এভাবে ব্যক্তিগত আশীর্বাদ পাওয়া তো একটা সাংঘাতিক ব্যাপার!'

'সত্যি!' অতিসরল ব্যবসায়ীটি বললেন।

'অবশ্যই! আপনি এখন বাড়ি যান, স্নান করে কাপড়-চোপড় পরুন, তারপর রাজপ্রাসাদে যান। আজ আপনার জীবনে একটা বিশেষ ভালো কিছু ঘটবে।'

ব্যবসায়ী লোকটি দ্রুত বাড়ি ফিরে গেলেন। ভিক্ষুণীদের বিহারটি জ্বালিয়ে দেওয়ার সময় তাঁর কাছে ছিল না। স্নান করে, নতুন কাপড় পরে রাজপ্রাসাদে গেলেন। সেদিন সকালে রাজা সেই ব্যবসায়ীকে একটি লোভনীয় সরকারি কাজ দিলেন।

আনন্দোৎফুল্ল ব্যবসায়ীটি তাঁর সব বন্ধুকে বললেন, 'তোমরা যদি তোমাদের ব্যবসায় সত্যিই সৌভাগ্য নিয়ে আসতে চাও, তাহলে ভিক্ষুণীদের অনুরোধ জানাও সবচেয়ে শুভ আশীর্বাদ তোমাদের দিতে—সেটা হলো পবিত্র মলাদি। আমার ক্ষেত্রে এতে কাজ হয়েছিল।'

এই ঘটনাটি বিস্তার লাভ করার পর বুদ্ধ যখন তা শুনলেন তখন তিনি ভিক্ষুণীদের মৃদু ভর্ৎসনা করে বললেন, সেদিন তাঁরা ভাগ্যের বিশেষ সহায়তা

www.kalpataruboi.org

পেয়েছেন এজন্য যে, একজন উপস্থিত বুদ্ধিসম্পন্ন লোক কুসংস্কারাচ্ছন্ন ব্যবসায়ীকে মাথায় মল পড়ার মাহাত্ম্য বুঝাতে পেরেছিলেন। এমন কিছু মানুষ আছে যারা যেকোনো কিছু বিশ্বাস করে।

৪২. ভোগবাদের উৎস—*যেতে দাও*

একজন ভিক্ষুণী তাঁর সামান্য কিছু জিনিসপত্র নিয়ে একটি গুহায় খুব সরলভাবে দিন কাটাতেন। প্রতিদিন সকালে তাঁর ভিক্ষাপাত্র নিয়ে দিনে একবার আহারের জন্য খাদ্যদ্রব্য সংগ্রহ করতে তিনি কাছের গ্রামটিতে যেতেন। প্রতিদিন ধ্যান করতে, পড়াশুনা করতে ও স্থানীয় গ্রামগুলোর লোকজনকে তিনি যা জানেন তা শেখাতে ভিক্ষুণী প্রচুর সময় পেতেন।

একদিন ভিক্ষা শেষ করে গুহায় ফিরে তিনি দেখলেন, একটি ইঁদুর তাঁর চীবর কেটে আবার ছিদ্র করে দিয়েছে। আরও একবার তিনি ছোট একটি কাপড়ের টুকরা খুঁজে নিয়ে সেটি চীবরের ওপর রেখে হাতে সেলাই করে নিলেন। সেলাই করার সময় তিনি ভাবলেন, যদি একটি বিড়াল তাঁর থাকত তাহলে সেখানে কোনো ইঁদুর থাকত না এবং তাঁকেও চীবরে তালি লাগানোর জন্য এতো সময় ব্যয় করতে হতো না। অতএব পরদিন তিনি গ্রামবাসীদের বললেন তাঁকে একটি বিড়াল দিতে। তাঁরাও তাঁকে একটি বেশ ভালো স্বভাবের বাদামি রঙের বিড়াল দিলেন। বিড়ালের গায়ের রঙটি তাঁর চীবরের রঙের সঙ্গে মিলেও গিয়েছিল।

বিড়াল দুধ খায়, মাছ খায়। অতএব ভিক্ষুণীকে প্রতিদিন ভিক্ষা করার সময় গ্রামবাসীকে এসব অতিরিক্ত জিনিসের কথাও বলতে হচ্ছিল। একদিন সকালে তিনি ভাবলেন, যদি তাঁর নিজের একটা গরু থাকে তাহলে গ্রামবাসীর কাছ থেকে তাঁকে আর দুধ চাইতে হবে না। অতএব তিনি তাঁর একজন ধনী অনুসারীকে বললেন তাঁকে একটি গরু দেওয়ার জন্য।

ভিক্ষুণী তাঁর চীবর কেটে খাওয়া ইঁদুরের হাত থেকে রক্ষা পেতে পুষতে থাকা বিড়ালের খাওয়ার জন্য দুধের যোগান পেতে একটি গরু পাওয়ার পর, এবার তাঁর প্রয়োজন হলো গরুর জন্য ঘাসের। অতএব তিনি গ্রামবাসীদের বললেন তাঁকে ঘাস দিতে। কিছু দিন পর ভিক্ষুণী ভাবলেন, যদি তাঁর নিজের একটা জমি থাকে তাহলে প্রতিদিন ঘাসের জন্য গরিব গ্রামবাসীদের বিরক্ত করার প্রয়োজন হবে না। অতএব তাঁর গরুর জন্য একটা তৃণভূমি ক্রয়ের উদ্দেশ্যে গ্রামবাসীদের কাছ থেকে চাঁদা ওঠানোর ব্যবস্থা করলেন তিনি।

প্রতিদিন সকালে গরুটিকে ধরে এনে দুধ দোওয়ানো অনেক ঝামেলার

www.kalpataruboi.org

কাজ। তাই ভিক্ষুণী এবার ভাবলেন, যদি একটা ছেলে অর্থাৎ কমবয়সী একজন পরিচারক থাকে তাহলে তাঁর কাজে বেশ সহায় হয়। ছেলেটি তাঁর জন্য এসব কাজ করবে। বিনিময়ে ভিক্ষুণী তাকে নৈতিক নির্দেশনা ও শিক্ষা দেবেন। গ্রামবাসীরা কিছুটা নৈতিক নির্দেশনা পাওয়া প্রয়োজন এমন একটি গরিব পরিবার থেকে একটি ছেলেকে ভিক্ষুণীর কাজের জন্য নির্বাচন করলেন।

এখন থেকে ভিক্ষুণী প্রতিদিন সকালে ভিক্ষায় বেরিয়ে যে খাবার আগে সংগ্রহ করতেন তার দ্বিগুণ সংগ্রহ করতে হচ্ছে। ছেলেটি খায়ও প্রচুর। এ ছাড়া ছেলেটির থাকার জন্য গুহার কাছে একটি কুঁড়েঘরও তৈরি করতে হবে তাঁকে, কারণ ভিক্ষুণীর সঙ্গে ছেলেটির একই গুহায় থাকা নিয়মবিরুদ্ধ। তাই তিনি ছেলেটির থাকার জন্য একটি কুঁড়েঘর তৈরি করে দিতে গ্রামবাসীদের অনুরোধ জানালেন।

ইতোমধ্যে, তিনি লক্ষ করতে শুরু করলেন যে, গ্রামবাসীরা তাঁকে এড়িয়ে যেতে শুরু করেছেন। তাঁরা এই ভয়ে ভীত ছিলেন যে, তিনি বোধ হয় আবার কিছু একটা তাঁদের কাছে চাইবেন। এমনকি যদি তাঁরা কোনো বাদামি গরুও দূর থেকে তাঁদের দিকে এগিয়ে আসতে দেখতেন, তখনও তাঁরা ভিক্ষুণী আসছেন এই ভেবে পালিয়ে যেতেন অথবা ঘরের ভেতর গিয়ে লুকিয়ে পড়তেন। তার আগে তাঁরা দরজার খিল ভালোভাবে আটকে দিতেন এবং জানালার পর্দাগুলো নামিয়ে দিতেন।

এদিকে, কোনো গ্রামবাসী যদি বিদর্শন ভাবনা বিষয়ে, কোনো কিছু জানার জন্য ভিক্ষুণীর কাছে আসতেন, তখন তিনি বলতেন, 'দুঃখিত। এখন নয়। আমি এখন খুবই ব্যস্ত। আমাকে এখন সেই ছেলেটির জন্য যে কুঁড়েঘরটি তৈরি করা হচ্ছে তা দেখতে হবে, যে ছেলেটিকে আমি রেখেছি আমার কাপড় কেটে দেওয়া যে ইঁদুর তাকে তাড়ানোর জন্য যে বাদামি বিড়াল আমি রেখেছি তাকে দুধ খাওয়ানোর জন্য যে গরু পুষছি তাকে ঘাস খাওয়াতে।

তিনি লক্ষ করলেন, কী তিনি বলছিলেন। বুঝতে পারলেন, ভোগবাদের সূচনা ঘটে এভাবেই।

তখন তিনি গ্রামবাসীদের বললেন, কুঁড়েঘরটি ভেঙে দিতে। তারপর ছেলেটিকে পাঠিয়ে দিলেন তার পরিবারের কাছে, গরু আর জমি দিয়ে দিলেন এবং তাঁর বিড়ালটিকে দিয়ে দিলেন একজন গ্রামবাসীর কাছে।

এর কয়েকদিন পর, তিনি সামান্য কিছু সামগ্রী নিয়ে তাঁর সরল জীবনযাপনে ফিরে গেলেন এবং গুহায় বাস করতে লাগলেন আগের মতো। এভাবে থাকতে থাকতে একদিন তাঁর একার একবেলার খাবারের অনেক বেশি

www.kalpataruboi.org

ভিক্ষান্ন নিয়ে গ্রাম থেকে ফেরার পর তিনি দেখলেন যে, একটি ইঁদুর তাঁর চীবর দাঁত দিয়ে কেটে আরো একটি ছিদ্র করে দিয়েছে।

একটু হেসে এবারও তিনি এক টুকরা কাপড় নিয়ে সেখানে তালি লাগিয়ে দিলেন সুঁই-সুতো হাতে নিয়ে।

৪৩. চতুর বিড়াল—*গভীর চিন্তা*

এটি পার্থের ৬৫ কিলোমিটার দক্ষিণে সার্পেন্টাইনস্থ বোধিন্যান [বোধিজ্ঞান] বিহারের, যেখানে আমিও থাকি, একটি বিশেষ বিড়ালের সত্যিকারের গল্প।

কিট-ক্যাটের জন্ম হয়েছিল আমাদের বিহারে। তার মা ছিল পার্শ্ববর্তী স্টেট ফরেস্ট-এর এক বন্য বিড়াল। আমরা কিট-ক্যাটকে পেয়েছিলাম গাছের কোটরে ফেলে যাওয়া অবস্থায়। সে ছিল তখন ছোট এক বিড়ালছানা আর খুব ক্ষুধার্ত।

কিট-ক্যাট বড় হওয়ার সঙ্গে সঙ্গে আরো বেশি ছোট ছোট পাখি ধরতে লাগল। তার গলায় যে ঘণ্টা লাগিয়ে দেওয়া হয়েছিল সেটি সহায় হয়েছিল তার আরো নিঃশব্দে চলাফেরার কাজে, কারণ ঘণ্টাটি থেকে কোনো শব্দই বেরুতো না। এদিকে বৌদ্ধভিক্ষুরা যদিও সবাই কিট-ক্যাটকে ভালোবাসত তবুও দুঃখের বিষয় হলো এই যে, তাকে এখান থেকে চলে যেতে হবে। অস্ট্রেলিয়ার জঙ্গল, পরিবেশের দিক থেকে কোনো গৃহপালিত বিড়ালের জন্য উপযোগী নয়।

কিট-ক্যাটের জন্য আমি পার্থ-এর উত্তরে ওয়াটারম্যানস্ বে-এর সমুদ্র তীরবর্তী উপশহরে একটি চমৎকার বাড়ি পেয়ে গেলাম। কিট-ক্যাট যেদিন চলে গেল সেদিন আমি ওকে তুলে নিলাম, তারপর একটি থলের ভেতর ঢুকিয়ে ওর নতুন মালিকের পেছনের সিটের নিচে রাখলাম, যেখানে সাধারণত পা রাখা হয়ে থাকে। যে বিড়ালটা আমাকে বিশ্বাস করত তার সঙ্গে এমন ব্যবহার করতে আমার সত্যিই নিজেকে কেমন অপরাধী বলে মনে হচ্ছিল।

কিট-ক্যাটের নতুন মালেকিন ক্রিস এবার গাড়ি চালিয়ে সোজা ওয়াটারম্যানস্ বে-তে তাঁর বাড়িতে চলে গেলেন; তারপর থলেটি বাড়ির ভেতরে নিয়ে গিয়ে বাড়ির দরজাগুলি সব বন্ধ করার পরই কেবল থলে থেকে কিট-ক্যাটকে বের করলেন। তিনি চেয়েছিলেন বাইরে বাগানে যেতে দেওয়ার আগে কিট-ক্যাট যেন তার নতুন পরিবারের সঙ্গে অভ্যস্ত হয়ে উঠতে পারে।

তিন দিন পর, শনিবারের এক উষ্ণ অপরাহ্নে তিনি কিট-ক্যাটকে বাগানে নিয়ে গেলেন। আর তখনই কিট-ক্যাট গেটের দিকে দৌড় লাগাল। ক্রিসও

www.kalpataruboi.org

তার পেছন পেছন ছুটলেন, কিন্তু বিড়ালটি ছিল অতিশয় দ্রুতগামী। অতএব ক্রিস তাঁর গাড়িতে উঠে আশপাশের এলাকাগুলোতে কিট-ক্যাটের খোঁজ নিতে লাগলেন। কিন্তু কোনো খোঁজ পাওয়া গেল না। কিট-ক্যাট একেবারে অদৃশ্য হয়ে গেছে।

আপনারা হয়তো ভাবছেন যে, কিট-ক্যাট হয়তো ৮৫ কিলোমিটার দূরে তার বাড়িতে অর্থাৎ আমার বিহারে চলে এসেছিল। যদি তা ভেবে থাকেন, তাহলে আপনারা ভুল করছেন। এতো বড় দূরত্ব পাড়ি দেবার মতো বুদ্ধি কিট-ক্যাটের ছিল না।

সেই শনিবার আমি আমার বিহার থেকে ৭৮ কিলোমিটার উত্তরে এবং ওয়াটারম্যানস্ বে থেকে ১২ কিলোমিটার দক্ষিণ-পশ্চিমে নোলামারায় অবস্থিত আমাদের সিটি সেন্টারে পড়ানোর কাজে যাচ্ছিলাম। সেই সময় আমাদের পার্থ বৌদ্ধবিহারের ভারী ও বন্ধ কাঠের দরজার পাশ দিয়ে যাওয়ার সময় আমি বাইরে একটা অদ্ভুত আওয়াজ শুনতে পেলাম। আমি যখন দরজাটি খুললাম, তখন দেখতে পেলাম ছোট্ট কিট-ক্যাট আমার দিকে তাকিয়ে আছে এবং মিউ মিউ করছে। যখন ভেতরে আনার জন্য ওকে কোলে তুলে নিলাম, তখন লক্ষ করলাম যে ওর পায়ের থাবাগুলি ভীষণ গরম। সেদিন বাইরের তাপমাত্রা ছিল ৮০° সেলসিয়াসের ওপরে। আমি পিরিচের পর পিরিচ দুধ খাওয়ালাম ওকে। ওর শরীর একেবারে জলশূন্য হয়ে গিয়েছিল। এর পর আমি ওকে সেটাই করতে দিলাম যা বিড়ালেরা সবচেয়ে বেশি করে থাকে অর্থাৎ কুণ্ডলী পাকিয়ে গুটিসুটি হয়ে বিশ্রাম করা।

কিট-ক্যাট আসার অল্প কিছুক্ষণের মধ্যেই ক্ষমাপ্রার্থিনী ক্রিস-এর ফোন পেলাম। 'আমি খুব দুঃখিত, অজন ব্রহ্ম। আমি আপনার বিড়ালটিকে একটু বাইরে নিয়ে গিয়েছিলাম এবং সেটি পালিয়ে গেছে। ওর খোঁজে আমি গাড়ি নিয়ে বেরিয়েছি। বিগত প্রায় দু'ঘণ্টা ধরে খুঁজছি। আমি খুব দুঃখিত। হয়তো সে সার্পেন্টাইনে আপনার বিহারে ফিরে যেতে পারে।'

'চিন্তা করবেন না, ক্রিস', আমি বললাম। 'কিট-ক্যাট এখন নোলামারায় আমার সঙ্গে আছে।'

মনে পড়ছে, আমার কথায় ক্রিস খুবই বিস্মিত হয়েছিলেন। তিনি বিশ্বাস করতে পারেননি। পরে স্বচক্ষে যাচাই করার জন্য তিনি নিজেই এসেছিলেন। কিট-ক্যাট আমাকে খুঁজে পেয়েছে একটি বড় শহরে যেখানে সে নিজে আগে কখনো আসেনি। দুই ঘণ্টারও কম সময়ের মধ্যে সে কমপক্ষে ১২ কিলোমিটার পথ দৌড়ে এসেছে। আসার সময় তাকে পার হতে হয়েছে একটি

www.kalpataruboi.org

প্রধান মোটরওয়ে এবং অন্যান্য ব্যস্ত সড়ক। কোনো ম্যাপ ছিল না ওর কাছে, কাউকে কিছু জিজ্ঞেসও করতে পারেনি। সে চলে এসেছে দশ লাখের বেশি মানুষের শহরে তাকে ভালোবাসে যে মানুষটি তার কাছে।

কিট-ক্যাট আমাদের বিহার ছেড়ে বাইরে গিয়েছিল মাত্র একবার, স্থানীয় পশুচিকিৎসকের কাছে, আশ্রমিক হওয়ার জন্য, যাতে তার কোনো বাচ্চাকাচ্চা না হয়। সে আগে কখনো বিক্ষিপ্তভাবে ছড়িয়ে ছিটিয়ে থাকা পার্থ-এর মেট্রোপলিটন এলাকার কাছাকাছি কোথাও যায়নি। সে ছিল একটা গ্রাম্য বিড়াল। আমার বিহার যখন ছেড়েছিল তখন সে ছিল একটা থলের মধ্যে যা রাখা হয়েছিল পেছনের আসনের পদতল স্থানে। কোথায় সে যাচ্ছিল তা দেখার কোনো উপায়ই তার ছিল না। তা সত্ত্বেও চতুর বিড়ালটি এতো শিগগির আমাকে খুঁজে পেয়েছিল।

অবশ্যই, এ ঘটনার পর কিট-ক্যাট আমার বিহারে ফিরে এসেছিল এবং সুখের সঙ্গে অনেকদিন বেঁচেছিল। ২২ বছরের বিড়াল জীবনের পর কিট-ক্যাট এখানে মারা গিয়েছিল এবং আমাদের মূল হলঘরটির পাশে পবিত্র বোধিবৃক্ষের নিচে তাকে সমাহিত করা হয়েছিল।

৪৪. একটি কুকুরের জীবন—*দয়াশীলতা*

সকল পোষা প্রাণীর প্রতি সমদর্শী হওয়ার জন্য আমি এখন একটি গল্প শোনাব যেটি সম্প্রতি আমার কাছে পাঠানো হয়েছে। এটি হচ্ছে একটি অত্যন্ত চটপটে কুকুরকে নিয়ে যে আধুনিক জীবনের পীড়ন দ্বারা স্পৃষ্ট।

এক ভদ্রমহিলা একদিন দোকানে কেনাকাটা শেষ করে তাঁর শহরতলির বাড়িতে ফিরে ঘরে ঢোকার জন্য যেই মাত্র দরজাটি খুললেন, অমনি, কোথা থেকে কে জানে, একটি বেশ বড় আকারের কুকুর তাঁকে পাশ কাটিয়ে ঘরে ঢুকে পড়ল। মহিলাটি তাঁর কিনে আনা জিনিসগুলো রাখার কাজে ব্যস্ত থাকতেই সেটি নিরিবিলি কক্ষের একটি কোনায় কুণ্ডলী পাকিয়ে দ্রুত ঘুমিয়ে পড়ল। কুকুরটি ছিল ল্যাব্রাডর জাতের, গলায় একটি কলার ছিল এবং তাঁর মনে হচ্ছিল সেটিকে বেশ ভালোভাবেই বড় করে তোলা হয়েছে। তাই, এটি অবশ্যই কোনো রাস্তার কুকুর ছিল না। দয়াবতী মহিলাটি কুকুর পছন্দ করতেন। এই কুকুরটিকেও তাঁর পছন্দ হয়েছিল, তাই তিনি সেটিকে তাঁর বাড়িতে থাকতে দিলেন। প্রায় দু'ঘণ্টা পর কুকুরটি ঘুম থেকে জেগে উঠল, মহিলা তাকে বেরিয়ে যেতে দিলেন। কুকুরটি অদৃশ্য হয়ে গেল।

পরদিন কুকুরটি তাঁর বাড়িতে আবার ফিরে এলো। তাই তিনিও ওকে

www.kalpataruboi.org

ভেতরে আসতে দিলেন। কুকুরটি এবারও সেই আগের কোনাটিতে গিয়েই কুণ্ডলী পাকিয়ে আবার দু'ঘণ্টার জন্য ঘুমিয়ে পড়ল।

এরপর এই ঘটনা আরো দুই কি তিনবার ঘটল। মহিলা আশ্চর্য হয়ে ভাবতে লাগলেন, এই আদুরে কুকুরটি কোথায় থাকে এবং কেন সে তাঁর বাড়িতে ফিরে আসে। তাই তিনি একটি কাগজে কিছু লিখলেন, তারপর কাগজটি ভাঁজ করে ল্যাব্রাডরের কলারের নিচে ঢুকিয়ে দিলেন। কাগজে যা লেখা ছিল তা অনেকটা এইরূপ :

আপনার কুকুরটি বিগত পাঁচ দিন ধরে প্রতিদিন বিকেলে আমার বাড়িতে আসছে। তবে এটি শুধু শান্তভাবে ঘুমায়। এটি এমন চমৎকার একটি কুকুর যে আমি এতে কিছু মনে করছি না। আমি শুধু ভাবছি, এটি কোথায় থাকে এবং কেন আমার বাড়িতে আসছে।

পরদিন কুকুরটি যথারীতি এলো আবার মহিলার বাড়ির কোনায় ঘুমাতে। তবে এবার তার কলারের সঙ্গে একটি কাগজ ভাঁজ করে বাঁধা। সেটি তাঁর চিরকুটের জবাব। তাতে লেখা :

আমার কুকুরটা থাকে একটি হৈহট্টগোলে পরিপূর্ণ কোলাহলমুখর বাড়িতে। সেখানে আছেন সারাক্ষণ ঘ্যান ঘ্যান করতে থাকা আমার স্ত্রী আর চার ছেলেমেয়ে। ওদের মধ্যে দুটির বয়স আবার পাঁচ বছরের কম। সে আপনার বাড়িতে আসে একটু শান্তি আর নিরিবিলিতে থাকার জন্য। সেই সঙ্গে চায় ঘুমাতে। আমিও কি ওর সঙ্গে আসতে পারি?

৪৫. অতিপ্রাকৃত বিষয়ে একটি চমকপ্রদ কাহিনী—*গভীর চিন্তা*

একজন অস্ট্রেলীয় একবার তিব্বতের পশ্চিমে লাদাখ নামে পরিচিত অঞ্চলে হিমালয় পর্বতমালার পাদদেশের ছোট পাহাড়গুলিতে একটি দলের সঙ্গে ট্রেকিংয়ে গিয়েছিলেন। এই অঞ্চলের প্রাকৃতিক দৃশ্য এত সুন্দর ছিল যে, তিনি ছবির পর ছবি তুলতে গিয়ে অন্যদের পিছনে পড়ে গেলেন। দুর্ভাগ্যবশত, সংক্ষিপ্ত পথে দলের অন্যদের কাছে পৌঁছাতে গিয়ে তিনি ভুল পথে চলে গিয়েছিলেন। অন্যরা তাঁর দৃষ্টির আড়ালে পড়ে গেলে তিনি পুরোপুরিই পথ হারিয়ে ফেলেন।

সেই বন্য পরিবেশে কোনো ম্যাপ ছাড়া কয়েক ঘণ্টা হাঁটার পর তিনি উদ্বিগ্ন হয়ে পড়েন। সূর্য পাহাড়ের চূড়াগুলোর আড়ালে চলে গেছে, নেমে আসছে ঠাণ্ডা ও বিপজ্জনক অন্ধকার, এবং তিনি তখনো জানেন না কোথায় তিনি যাবেন। এই অবস্থায় সামান্য কিছুটা দূরে আলো জ্বলছে দেখতে পেয়ে তিনি

www.kalpataruboi.org

সেদিকেই যেতে লাগলেন। এটি একটি পুরোনো বৌদ্ধবিহার; গভীর নির্জনতার মধ্যে পাহাড়শ্রেণি দ্বারা অন্যগুলি থেকে সম্পূর্ণ বিচ্ছিন্ন। বিহারের অধ্যক্ষ তাঁর কাহিনী শুনলেন এবং তাঁকে তাঁর নিজের ঘরে রাতটি কাটানোর জন্য আমন্ত্রণ জানালেন। সেটি ছিল বিহারের মধ্যে একমাত্র কক্ষ এবং সেখানে পাশ্চাত্যদেশীয় একটি বিছানাও ছিল। দয়াশীল ভিক্ষু নিজে ঘুমাবেন অন্য কোথাও। তিনি জানতেন অন্য ট্রেকাররা কোথায় গেছেন। বললেন, পরদিন সকালে একজন ভিক্ষুকে তাঁর সঙ্গে দেবেন, যিনি তাঁকে তাঁর ট্রেকিং গ্রুপের কাছে নিয়ে যাবেন।

রাতে সামান্য কিছু খেয়ে ক্লান্ত অস্ট্রেলীয়টি বিহারাধ্যক্ষ ভিক্ষুর আরামদায়ক বিছানায় খুব তাড়াতাড়ি ঘুমিয়ে পড়লেন। মাঝরাতের ঠিক পরেই অপূর্ব মধুর এক সুরের শব্দে তাঁর ঘুম ভাঙল। এমন মধুর সঙ্গীত জীবনে তিনি আগে আর কখনো শোনেননি। তিনি সিডনি অপেরা হাউসের বহু কনসার্ট শুনেছেন, কিন্তু না, এমন অপূর্ব সুন্দর সঙ্গীত তিনি আগে কখনো শোনেননি, গভীর এক প্রশান্তিতে তাঁর দেহমন ভরে উঠল। বিছানায় শুয়ে শুয়ে এই অসাধারণ সুর শুনতে শুনতে পরম আনন্দে তাঁর দু'চোখ থেকে অশ্রুধারা গড়িয়ে পড়ছিল চিবুক বেয়ে। তিনি বুঝতে পারেননি, কখন এই স্বর্গীয় সুর তাঁকে আবার তাঁর জীবনের সবচেয়ে বেশি প্রশান্তির নিদ্রায় নিয়ে গেল। পরদিন যখন ঘুম ভাঙল তখন তাঁর মনে হলো, জীবনে এই প্রথম পরিপূর্ণ বিশ্রাম ও সুখানুভূতি বহু বছর পর তাঁর জীবনে এসেছে।

প্রাতঃরাশের পর তিনি বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়কে ধন্যবাদ জানাতে গেলেন তাঁর নিজের বিছানা তাঁকে ছেড়ে দেওয়ার জন্যে। সঙ্গে রাতের সেই অপূর্ব সুরের কথাও বললেন। জানতে চাইলেন, এই সুর কিসের!

'ওহ্ সেটা,' বিহারাধ্যক্ষ বললেন, 'আপনিও তা শুনেছেন?'

'হ্যাঁ, অসাধারণ সেই সুর। এর মতো মধুর সুর আমি কখনো আগে আর শুনিনি।'

'সেটি কিছুটা অতিপ্রাকৃত। আমাদের বিহারের নিয়মানুসারে আমি আপনাকে তা বলতে পারব না, কারণ আপনি একজন ভিক্ষু নন।'

অস্ট্রেলীয় লোকটি এবার ভ্রূকুঞ্চিত করে পকেট থেকে তাঁর ওয়ালেট বের করলেন এবং বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের দিকে ১০০ ডলারের একটি নোট বাড়িয়ে ধরলেন।

'না! না!' বিহারাধ্যক্ষ বললেন।

'তাহলে বলুন, কত চান আপনি?' এবার অস্ট্রেলীয় লোকটি বললেন।

www.kalpataruboi.org

'দেখুন', দৃঢ়স্বরে বললেন বিহারাধ্যক্ষ, 'আপনি যদি এমনকি এক কোটি ডলারও দিতেন, তবুও আমি আপনাকে বলতে পারতাম না। শুধু ভিক্ষুরাই এটি জানতে পারবেন!'

বিহারাধ্যক্ষকে ঘুষ দিতে না পেরে অস্ট্রেলীয় লোকটি চলে গেলেন। শিগ্‌গিরই তিনি তাঁর দলের সঙ্গে মিলিত হলেন, সাফল্যের সঙ্গে তাঁদের পর্বতারোহণ শেষ করলেন এবং অস্ট্রেলিয়ায় ফিরে গেলেন। বাড়িতে ফিরে আসার পরও তিনি সেই অপার্থিব সুরধ্বনির কথা ভাবতে লাগলেন। তিনি এতে এতো বেশি আচ্ছন্ন হয়ে পড়লেন যে, নিদ্রা তাঁকে পরিত্যাগ করে গেল এবং কোনো কাজের প্রতিই তাঁর আর কোনো আকর্ষণ রইল না। সিডনির অন্যতম সেরা মনোবিদের সঙ্গে দেখা করলেন তিনি, কিন্তু তাতেও সঙ্গীতের সেই সুর তাঁর মাথা থেকে বের হলো না। সত্যিকার অর্থে, বলতে গেলে, এটি যেন তাঁকে তাড়িয়ে নিয়ে বেড়াচ্ছিল। অতএব, একটি কাজই তাঁর তখন করার বাকি ছিল।

আগের বার আসার প্রায় এক বছর পর তিনি লাদাখের সেই বৌদ্ধবিহারের সদর দরজায় গিয়ে উপস্থিত হলেন এবং বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের সঙ্গে দেখা করতে চাইলেন। বিহারাধ্যক্ষ তাঁকে চিনতে পারলেন। অস্ট্রেলীয় লোকটি এবার বিহারাধ্যক্ষকে ব্যাখ্যা করে বললেন যে, সঙ্গীতের ঐ সুর কোথা থেকে আসছে সেটা তাঁকে জানতে হবে, নইলে তিনি পাগল হয়ে যাবেন।

'আমি দুঃখিত,' আন্তরিক সহানুভূতির সঙ্গে বিহারাধ্যক্ষ বললেন। 'গতবার আমি আপনাকে যেমন বলেছি, আমি বলতে পারব না, কারণ আপনি একজন বৌদ্ধভিক্ষু নন।'

'নিশ্চয়ই!' অস্ট্রেলীয় লোকটি বললেন, 'তাহলে আমাকে বৌদ্ধভিক্ষুর দীক্ষা দিন।'

একটি কঠোর নিয়মনিষ্ঠ বৌদ্ধমন্দিরে ভিক্ষুত্ব গ্রহণ করতে হলে দু'বছর ধরে প্রশিক্ষণ গ্রহণ, অধ্যয়ন ও সকল প্রয়োজনীয় সূত্র শেখার প্রয়োজন হয়। অস্ট্রেলীয় লোকটি এই কঠোর নিয়মসিদ্ধ পদ্ধতি মেনে নিলেন। দু'বছর পর বিহারাধ্যক্ষ তাঁকে ভিক্ষুত্বে দীক্ষা দিলেন।

দীক্ষা গ্রহণ সম্পন্ন হবার সঙ্গে সঙ্গেই অস্ট্রেলীয় লোকটি বিহারাধ্যক্ষকে বললেন, 'এখন আমি একজন বৌদ্ধভিক্ষু, আপনি আমাকে বলতে পারেন, সেই স্বর্গীয় সুর কী?'

বিহারাধ্যক্ষ হেসে উত্তর দিলেন, 'মধ্যরাতে আমার কক্ষে আসুন। আমি আপনাকে দেখাব।'

www.kalpataruboi.org

নবদীক্ষিত ভিক্ষু এতোই উত্তেজিত ছিলেন যে, নির্ধারিত সময়ের এক ঘণ্টা আগেই তিনি সেখানে চলে গেলেন। তিনি তিন বছর ধরে এই মুহূর্তটির জন্য অপেক্ষা করেছেন ও জীবনের সবকিছু ত্যাগ করেছেন, এমনকি ভিক্ষুত্বও বরণ করেছেন। মধ্যরাত্রির ঠিক আগে বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় তাঁর ডেস্ক থেকে পুরোনো এক গোছা চাবি বের করলেন এবং তাঁর কক্ষের একটি পর্দা সরিয়ে দিলেন। দেখা গেল, সেখানে একটি লুকোনো কাঠের দরজা রয়েছে। বিহারাধ্যক্ষ তাঁর কাঠের চাবি দিয়ে দরজাটি খুললেন। দরজার ক্যাঁচ ক্যাঁচ শব্দের তীব্রতা বুঝিয়ে দিল যে সেটি বহু বছর ধরে খোলা হয়নি, এমনকি কয়েক দশকও হতে পারে।

সেখানে ছিল একটি লম্বা টানা বারান্দা। আর সেই বারান্দার শেষ প্রান্তে ছিল লোহার তৈরি আরেকটি দরজা। তাঁরা দুজন যখন সেই বারান্দা ধরে দরজাটির দিকে এগিয়ে যাচ্ছিলেন, তখন মন্দিরের একটি পুরোনো ঘড়িতে বারোটি শব্দের সুরেলা ঘণ্টাধ্বনি বেজে উঠল মধ্যরাতের সময়সঙ্কেত হিসেবে। দ্বিতীয় ভারী দরজাটি খোলার জন্য বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় লোহার একটি চাবি ব্যবহার করলেন। তাঁরা দু'জন সে দরজাটি পার হওয়ার পর সেই স্বর্গীয় সঙ্গীতধ্বনির সুর শুরু হলো। তাঁরা যেহেতু অনেক কাছে ছিলেন, তাই সেটি তাঁরা শুনলেন আরো স্পষ্ট ও সুমধুরভাবে। অস্ট্রেলীয় লোকটির সারা শরীর জুড়ে বয়ে গেল আনন্দের ঢেউ। এর সঙ্গে তাঁর জীবনের অন্য কোনো কিছুরই তুলনা হতে পারে না। তাঁরা হেঁটে গেলেন আরেকটি দরজার দিকে। এটি তৈরি পর্বতের গায়ের রূপা কেটে কেটে। অস্ট্রেলিয়ায় এর মূল্য অনেক, কিন্তু আপনি যখন এমন একটি সঙ্গীতধ্বনির সুর শুনছেন যা শব্দ দিয়ে বর্ণনা করা যায় না, তখন রূপার মূল্যের কথা আপনার চিন্তায় আসবে না। রূপার তৈরি একটি চাবি দিয়ে রূপালি দরজাটি খোলার পর তিনি দেখতে পেলেন সেই দরজাটি, যেটি স্পষ্টতই শেষ দরজা, এটি তৈরি ছয় ইঞ্চি পুরু সোনা দিয়ে এবং তাতে বসানো রয়েছে অমূল্য সব মণিমুক্তা। বিহারাধ্যক্ষ এবার একটি সোনার চাবি বের করলেন এবং দরজাটির সামনে একটু দাঁড়ালেন। অস্ট্রেলীয় লোকটির দিকে ফিরে যেকোনো মানুষের সম্পূর্ণ মনোযোগ আকর্ষণ করার মতো গাম্ভীর্য নিয়ে তিনি বললেন, 'আপনি কি নিশ্চিত যে আপনি এর জন্য প্রস্তুত? এটি এক অতিপ্রাকৃত জিনিস। এটি আপনাকে পুরোপুরি বদলে দেবে। আপনি কি তার জন্য প্রস্তুত?' সেই সময় উত্তেজনা ও ভয়—একসঙ্গে দুটিই কাজ করছিল অস্ট্রেলীয়টির মনে। জীবনে এর আগে এতো বড় কোনো সিদ্ধান্ত তিনি নেননি। সোনার তৈরি দরজাটির ওপারে যা আছে তা দেখে তিনি

www.kalpataruboi.org

হয়তো পাগল হয়ে যেতে পারেন! কিন্তু তা না দেখলে তিনি উন্মাদ হয়ে যাবেন। তাই তিনি বললেন, 'চলুন, আমরা তা দেখি।'

বিহারাধ্যক্ষ দরজার তালায় হাতের সোনার চাবিটি ঢোকালেন। অস্ট্রেলীয় লোকটির সমস্ত শরীর আতঙ্কে তাঁর অজ্ঞাতসারেই কেঁপে উঠল। বিহারাধ্যক্ষ ধীরে ধীরে সেই বহু পুরোনো দরজাটি খুললেন।

এবং সেখানেই তা ছিল! হায় ঈশ্বর! মরলোকের কোনো মানুষের পক্ষে তা ছিল কল্পনারও অতীত! এটি এই পৃথিবীর বাইরের কোনো কিছু! মানুষের সমস্ত ইন্দ্রিয়ানুভূতির অতীত।

এবং তা আসলে কী ছিল?

আমি দুঃখিত, কিন্তু আপনাদের তা বলার অনুমতি আমার নেই, কারণ আপনারা তো বৌদ্ধভিক্ষু নন!

৪৬. আমার নিজের হিমালয় ভ্রমণ—*যেতে দেওয়া*

হিমালয়ের প্রথম ছবিগুলো আমি দেখেছিলাম লন্ডনে স্কুলে পড়ার সময়। সেগুলো এতো বিশাল, বন্য আর লোভনীয় ছিল যে, সেদিনই আমি সিদ্ধান্ত নিয়েছিলাম—একদিন ওখানে আমি যাবই।

১৯৭৩ সালে উত্তর গোলার্ধের গ্রীষ্মকালে, বিশ্ববিদ্যালয়ে আমার পড়া শেষ করার পর স্কুল শিক্ষক হিসেবে আমার কর্মজীবন শুরু করার আগে লন্ডনের ভিক্টোরিয়া স্টেশন থেকে আমি যাত্রা শুরু করলাম ভারত এবং সেই মহীয়ান হিমালয়ের উদ্দেশে। দু'সপ্তাহ পর আমি ভারতে পৌঁছলাম। তখন প্রতিদিন বৃষ্টি হচ্ছিল। আমার ভ্রমণ পরিকল্পনা করার আগে আমি যদি আবহাওয়া বিষয়ে একটু খোঁজখবর নিতাম, তাহলে আমি জানতে পারতাম যে, এই সময়টা উপমহাদেশের বর্ষাকাল। এমনকি কাঠমান্ডুর মতো উত্তরে যাওয়ার সময়ও আমি শুধু বৃষ্টিঝরানো গুচ্ছ গুচ্ছ মেঘই দেখতে পেয়েছিলাম, হিমালয় নয়। আমি দ্রুতই বিশ্বের সবচেয়ে বড় পর্বতমালা দেখার আশা ত্যাগ করলাম। তবে সৌভাগ্যের বিষয় হলো, সেই বিচিত্র সুন্দর দেশে করার মতো আরো অনেক কাজ ছিল।

কাঠমান্ডুতে থাকার সময় একদিন এক আমেরিকান দম্পতি আমাদের বললেন যে, মেইল নিয়ে একটি গাড়ি উত্তরে তিব্বত সীমান্তের দিকে যাবে। সেটি অল্প কিছু টাকার বিনিময়ে পর্যটকদেরও নিয়ে যাবে। আমার জন্য এটি ছিল আকর্ষণীয় একটা ভ্রমণ। তাই পরদিন খুব ভোরে আমিও মেইল ভ্যানে চড়ে উত্তরের পথে রওনা হলাম।

www.kalpataruboi.org

বেলা ১টার দিকে মেইল ভ্যানের চালক তাঁর দুপুরের খাবার খাওয়ার জন্য একটি ছোট পাহাড়ি গ্রামে গাড়ি থামালেন। সেই দুই আমেরিকান প্রস্তাব দিলেন, আমাদের ড্রাইভার তাঁর খাবার খেতে খেতে আমরা কাছের একটি ছোট পাহাড়ে উঠতে পারি। পনেরো মিনিট পর, আমরা যখন পাহাড়টির চূড়ায় উঠলাম তখন উত্তরের মেঘগুলো ভাগ হয়ে গেল। এই প্রথমবারের মতো আমি বৃষ্টিবিধৌত বাতাসের মধ্যে হিমালয়ের বিশাল ব্যাপ্তি দেখতে পেলাম। এই দৃশ্য ছিল পাহাড়ের চূড়ায় ওঠার চেয়েও অনেক বেশি বিস্ময়কর।

আমি অবশ্য আমার ক্যামেরা মেইল ভ্যানে রেখে এসেছিলাম। দ্রুত পাহাড় থেকে নেমে গেলাম, ক্যামেরাটি নিয়ে আবার পাহাড়ে ওঠার জন্য ছুট লাগালাম আমার পক্ষে যতটা দ্রুত সম্ভব। যে মুহূর্তে আমি চূড়ায় পৌছলাম, এবং এটা কোনো অতিশয়োক্তি নয়, ঠিক সেই মুহূর্তেই মেঘগুলো আবার একত্র হয়ে গেল এবং পর্বতমালা আমি আর দেখতে পেলাম না। আমেরিকানদ্বয় সেই অপরূপ দৃশ্য উপভোগ করার জন্য সেখানেই বসেছিলেন। তাঁরা আমার দিকে ফিরে তাকিয়ে জানতে চাইলেন, আমি কোথায় গিয়েছিলাম। আমার জন্য যা আরো বেদনাদায়ক ছিল তা হলো, এরপর তাঁরা বর্ণনা করলেন সেই অসাধারণ সৌন্দর্যের কথা যা আমি দেখতে পাইনি।

নিজেকে একটা পুতুল বলে মনে হচ্ছিল আমার। ক্যামেরা আনতে গিয়ে আমি অসাধারণ এক নিসর্গচিত্র দেখা থেকে বঞ্চিত হয়েছি। কিন্তু সেদিন আমি যা শিখেছিলাম তা হলো, আপনি যখন কোনো মুহূর্তকে ক্যামেরায় ধারণ করার অথবা সেটি লিখে রাখার চেষ্টা করেন, তখন প্রায়শই তা আপনার কাছ থেকে হারিয়ে যায় এবং আপনি সেই বিস্ময় থেকে বঞ্চিত হন।

মহিমাময় হিমালয়ের মতো, আমাদের জীবনের অনেক অপরূপ মুহূর্তও আমাদের উপভোগের জন্য, ক্যামেরাবন্দি করার জন্য নয়। সেগুলো কখনো ভুলে যাওয়ার মতো নয়। তাহলে, সেসব মুহূর্তকে আলোকচিত্রের মধ্যে ধরে রাখার কী প্রয়োজন?

৪৭. কেউ একজন আপনাকে দেখছে—*অনুশীলন*

প্রাচীনকালে একজন জ্ঞানী শিক্ষকই একদল ছাত্রকে জীবন সম্পর্কে তাদের যা যা জানা দরকার তার সবকিছু শেখাতেন। এরূপ একজন শিক্ষকের (গুরু) এক ডজন ছাত্র তাদের স্নাতক উপাধি অর্জনের কাছাকাছি পৌঁছে গিয়েছিল। এই গুরুর ছিল একটি কন্যা এবং সব ছাত্রই তাকে কামনা করত।

www.kalpataruboi.org

একদিন গুরুদেব তাঁর ছাত্রদের ডেকে বললেন যে তাঁর দুটি সমস্যা আছে। প্রথমটি হলো, তাঁর কন্যার জন্য একজন স্বামী তাঁকে খুঁজতে হবে, এবং সেকালের রীতি অনুযায়ী এই স্বামী হবে তাঁর বারোজন ছাত্রের মধ্যেই একজন। সমস্যা হলো, তিনি সিদ্ধান্ত নিতে পারছেন না কোন ছাত্রটি তাঁর কন্যার জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত স্বামী হবে।

দ্বিতীয় সমস্যাটি হচ্ছে, কন্যার পিতা হিসেবে মেয়ের বিবাহের আয়োজনে তাঁকে অনেক অর্থ ব্যয় করতে হবে এবং নবদম্পতিকে সকল প্রয়োজনীয় সামগ্রীসহ একটি নতুন বাড়িতে সুপ্রতিষ্ঠিত করতে হবে। কিন্তু সমস্যা হলো, এর জন্য তাঁর অনেক অর্থের প্রয়োজন হবে।

এই দুটি সমস্যার সমাধানের জন্য গুরু একটি প্রতিযোগিতার কথা তাঁর শিষ্যদের বললেন। তিনি তাঁর ছাত্রদের নির্দেশ দিলেন, রাতের অন্ধকারে চুপি চুপি স্থানীয় গ্রামে গিয়ে যা তারা পারবে তা চুরি করে আনতে। তবে এই চুরির সময় কেউ যেন তাদের দেখতে না পায়। এরপর তারা তাদের চুরি করা জিনিসগুলো এনে গুরুদেবকে দেবে। যে ছাত্রটি এই নির্দেশ মেনে সবচেয়ে বেশি জিনিস চুরি করতে পারবে তার কাছেই তিনি তাঁর মেয়ের বিয়ে দেবেন এবং চুরি করা সব মূল্যবান জিনিস এই নবদম্পতিই পাবে।

ছাত্ররা তাদের গুরুর এই চুরি করার নির্দেশে মর্মাহত হলো। তিনি সব সময় একজন খুব নীতিবান মানুষ ছিলেন। সেকালে গুরুর প্রতি আনুগত্যের শপথ অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ ছিল, তাই তারা এই প্রতিযোগিতায় অংশ নিতে রাজি হলো। অথবা সব তরুণ ছাত্রই কি রূপসী গুরুকন্যার গভীর প্রেমে হাবুডুবু খাচ্ছিল?

পরবর্তী সাত দিন ধরে চতুর ছাত্ররা গভীর রাতে লুকিয়ে গ্রামে গিয়ে চুরি করে আনল যা তারা পারল। তারপর সেসব চোরাই জিনিস নিয়ে গেল তাদের গুরুর কাছে। গুরুদেব সাবধানতার সঙ্গে লিখে রাখলেন কে কোন জিনিস এনেছে এবং কোন বাড়ি থেকে এনেছে। আশ্চর্যের ব্যাপার হলো, চুরি করার সময় কোনো ছাত্রই ধরা পড়েনি।

সপ্তাহের শেষে, গুরুদেব তাঁর শিষ্যদের সমবেত করলেন কাজের ফলাফল কী হয়েছে তা জানানোর জন্য।

'তোমরা এতো বেশি জিনিস চুরি করে এনেছো যে,' গুরু বলতে শুরু করলেন, 'তা যেকোনো নবদম্পতির জন্য তাদের জীবন শুরু করার পক্ষে যথেষ্ট। তোমাদের মধ্যে একজনই শুধু কিছুই নিয়ে আসতে পারেনি। কেন পারেনি!'

www.kalpataruboi.org

লাজুক তরুণ ছাত্রটি এগিয়ে এসে বলল, 'কারণ আমাকে আপনার নির্দেশ পালন করতে হয়েছে, মহাত্মন।'

'কী বলতে চাইছ তুমি? আমি কি তোমাকে চুরি করতে এবং চুরি করা জিনিসগুলি আমার কাছে নিয়ে আসতে বলিনি?'

'হ্যাঁ, মহাত্মন', নতনেত্র ছাত্রটি বলল। 'কিন্তু আপনি এও বলেছিলেন আমাদের তখন চুরি করতে যখন কেউ আমাদের দেখছে না। রাত ২টার সময় যখন বাড়ির সবাই ঘুমে অচেতন তখন আমি অনেকগুলো বাড়িতে গিয়েছি। কিন্তু প্রত্যেকবারই আমি যখন কিছু একটা চুরি করতে উদ্যত হয়েছি, তখনই আমি লক্ষ করেছি যে, কেউ একজন আমাকে দেখছে। সেজন্যই আমাকে খালি হাতে ফিরে আসতে হয়েছে, মহাত্মন।'

'যদি বাড়ির সবাই তখন ঘুমাচ্ছিল, তাহলে কে তোমাকে দেখছিল?' গুরু জিজ্ঞেস করলেন।

'আমিই আমাকে দেখছিলাম, গুরুদেব। আমি দেখতে পাচ্ছিলাম যে, আমি চুরি করতে যাচ্ছি। সেজন্যই আমি কিছু নিতে পারিনি। আপনি আমাদের বলেছিলেন শুধু তখনই চুরি করতে যখন কেউ আমাদের দেখছে না।'

'উত্তম! উত্তম!' আনন্দে চিৎকার করে বললেন গুরুদেব। 'তাহলে আমি অন্তত একজন জ্ঞানী ছাত্র পেয়েছি যে এই ক'বছর ধরে আমার কথা শুনে আসছে। আর সবাই আকাটমূর্খ তোমরা। যাও, তোমাদের চুরি করা জিনিসগুলো আসল মালিকদের ফিরিয়ে দিয়ে আসো। ওঁরা কেউ তোমাদের শাস্তি দেবেন না। এই প্রতিযোগিতার কথা আমি ওঁদের দু'সপ্তাহ আগেই বলে রেখেছিলাম। তাঁরা তোমাদের জন্য অপেক্ষা করছিলেন। সেজন্যই তোমরা কেউ ধরা পড়োনি। আর মনে রেখো, তোমরা যেকোনো অনৈতিক কাজই করো না কেন, কেউ একজন তোমাদের দেখছে। এই কেউ একজন হলো তুমি নিজে। যেহেতু তুমি তা দেখছ, সেজন্য তোমার খারাপ লাগবে এবং তুমি কষ্ট পাবে।'

তারপর অবশ্যই সেই জ্ঞানী ছাত্রটির সঙ্গে গুরুকন্যার বিয়ে হলো। গুরুদেব নিজেই তাঁর কন্যার বিয়ে যথেষ্ট আড়ম্বরের সঙ্গেই দিলেন এবং নবদম্পতিকে সুসজ্জিত একটি বাড়িও তৈরি করে দিলেন। এসব ব্যয়ের সঙ্গতি তাঁর ছিল। অতঃপর, গুরুকন্যার স্বামী যেহেতু সত্যিই একজন জ্ঞানী ব্যক্তি ছিলেন, অতএব ব্যক্তিজীবন তাঁদের সুখেই কেটে গেল।

www.kalpataruboi.org

৪৮. কিভাবে আরেকজন ছাত্র গালাগালিকে হেসে উড়িয়ে দিতে শিখল—*জ্ঞান*

আগের গল্পটি প্রাচীন ভারতের একটি কাহিনী। নিচেরটি প্রাচীন গ্রীসের যেখানে শিক্ষার পদ্ধতি একেবারে একই রকম ছিল। একজন শিক্ষকই তাঁর ছাত্রদের সর্ববিষয়ে শিক্ষা দিতেন।

একজন শিক্ষক ছিলেন খুবই বদমেজাজি এবং খুব ছোট একটা ভুলের জন্যও তিনি তাঁর ছাত্রদের বকাঝকা করতেন। ছাত্রকে বকাঝকা করার পরও সেই শিক্ষক তাকে আবার জরিমানাও করতেন। এটা ছিল শিক্ষকের অতিরিক্ত পাওনা।

এই শিক্ষকের একজন ছাত্র গুরুর কাছে পড়াশুনা শেষ করার পর কাজ করতে গেল এথেন্সে। যখনই তার উপরওয়ালা বা অন্য কেউ তাকে বকাঝকা করত, সে আনন্দের সঙ্গে হাসত।

সেকালে সবচেয়ে খারাপ যে অভিশাপ ছিল সেটি এসেছিল মধ্যপ্রাচ্য থেকে। এটি ছিল :

হাজারটা উটের গায়ের নীলমাছি তোমার বগলে গিয়ে বাসা বাঁধুক!

সে এতেও হাসত। কোনো অপমানেই সে বেসামাল হয়ে যেত না। তার বন্ধু ও সহকর্মীরা ভাবত—সে হচ্ছে কয়েকটা স্তম্ভ নেই এমন এক গ্রীক মন্দিরের মতো। কিন্তু অন্য সব ব্যাপারে সে ছিল খুবই বিবেচক একজন মানুষ। তাই তারা একদিন তাকে জিজ্ঞেস করল, ওকে যখন বকাবকি করা হয় তখন সে হাসে কেন!'

'আমি যখন ছাত্র ছিলাম,' উত্তরে সে বলল, 'তখন বকাঝকা করা হলে তার জন্য আমাকে জরিমানাও দিতে হতো। এখন বকাঝকাটা বিনা জরিমানাতেই পাচ্ছি আমি। সেজন্যই এতো খুশি।'

সম্ভবত আমাদের ছেলেমেয়েদের তাদের ঘর পরিষ্কার না করার জন্য, অথবা বাড়ির কাজ না করার জন্য আমরা যে বকাবকি করি তার প্রত্যেকবারের জন্য তাদের জরিমানাও করা উচিত। তাহলে তাদের পরবর্তী জীবনে যখন জীবনসঙ্গী বা সঙ্গিনী কিংবা উপরওয়ালা তাদের তিরস্কার করবে তখন তারা আর রাগান্বিত হবে না; তারা কেবলই হাসবে আনন্দের সঙ্গে প্রাচীন গ্রীসের সেই ছাত্রটির মতো। এখন তো আর বকাঝকা খাওয়ার জন্য জরিমানা গুণতে হচ্ছে না!

www.kalpataruboi.org

৪৯. বিশেষজ্ঞদের কাছ থেকে আবেগমূলক বুদ্ধিমত্তা শেখা—*গভীর চিন্তা*

কেমব্রিজে আমার খ্রিস্টান বন্ধুরা আমাকে বলেছিল যে, তারা স্থানীয় হাসপাতালে মানসিক প্রতিবন্ধীদের জন্য কিছু স্বেচ্ছাসেবামূলক কাজ করতে যাচ্ছে। আমি ভাবলাম, বৌদ্ধ হিসেবে আমারও তাদের সঙ্গে যাওয়া উচিত, যেমনটি তারা বলে 'সবার সঙ্গে থাকা'। ওদের সঙ্গে যাওয়ার পেছনে আমার কারণটা ছিল ধর্মীয় গৌরব রক্ষা করা, অন্য কিছু নয়।

প্রত্যেক বৃহস্পতিবার বিকেলে, 'ডাউনিজ সিনড্রোম'-এ আক্রান্ত যেসব রোগী অকুপেশনাল থেরাপি বিভাগে আছে তাদের সাহায্য করার জন্য আমরা বাসে করে কেমব্রিজ থেকে ফুলবোর্ন হসপিটালে যেতাম। আমার খ্রিস্টান বন্ধুরা কয়েক সপ্তাহ পর যাওয়া বন্ধ করে দিল, কিন্তু আমি দু'বছর সেভাবে গিয়েছিলাম। যদিও ছাত্রের ব্যস্ত সামাজিক জীবনকে অগ্রাধিকার দেওয়ার পর তত্ত্বীয় পদার্থবিজ্ঞান নিয়ে পড়াশুনাই আমার বাকি সময়ের অধিকাংশ দখল করে নিয়েছিল, তবুও ডাউনিজ সিনড্রোমে আক্রান্ত বন্ধুদের দেখতে যাওয়ার কোনো সুযোগই আমি হাতছাড়া করিনি। আমি সত্যিকারভাবেই প্রত্যেক বৃহস্পতিবারের বিকেলটা উপভোগ করেছি।

আমাকে যা আশ্চর্য করেছে তা হলো, আমার সেই বন্ধুদের আবেগমূলক বুদ্ধিমত্তা। আমি যদি সেখানে উপস্থিত হতাম আগের রাতের পার্টির পরে ক্লান্ত অবস্থায় অথবা মেয়েবন্ধুর সঙ্গে সম্পর্কছেদের পর বিমর্ষ অবস্থায় তাহলে তারা সঙ্গে সঙ্গে সেটা বুঝতে পারত। তারা আমাকে জড়িয়ে ধরত অথবা সরল একটা হাসি উপহার দিত আর তাতেই আমার ক্লান্তি ও বিমর্ষতা হাওয়া হয়ে যেত। তাদের হৃদয় ছিল উন্মুক্ত ও সরল, যা মোটেও আমার মতো নয়!

সত্তরের দশকের প্রথম দিকে আমার মতো একজন ভিন্নলিঙ্গকামী মানুষের ক্ষেত্রে প্রকাশ্যে আর একজন পুরুষ কর্তৃক আদরের সঙ্গে আলিঙ্গনাবদ্ধ হওয়া বিসদৃশ ব্যাপার ছিল। কিন্তু আমাকে জড়িয়ে ধরার সময় আমার বন্ধুর সারা মুখে যে অমলিন হাসি দেখা দিত তা আমাকে শিখিয়েছিল নিজেকে উদ্বেগমুক্ত করতে ও এই আনন্দ উপভোগ করতে। ফুলবোর্ন হসপিটালে যে মানুষেরা আবেগের জগৎকে এতো ভালেভাবে উপলব্ধি করতে পারত তাদের মাঝে আমার জীবনটাও ছিল সহজ-সরল। কেমব্রিজে পড়ার সময় যাদের সঙ্গে আমি থাকতাম তারা ছিল সব বিষয়ে বিশেষজ্ঞ, একমাত্র নিজেদের অনুভূতি ছাড়া। হাসপাতালের সময়টা ছিল এ থেকে একেবারেই আলাদা।

ফুলবোর্ন হসপিটালে দু'বছর অতিবাহিত হওয়ার পর আমি এতোটাই অভিজ্ঞ হয়ে পড়েছিলাম যে এক বৃহস্পতিবার ও.টি. বিভাগের প্রধান

www.kalpataruboi.org

বিকেলের একটি অংশের জন্য একটি গ্রুপকে যেমন সম্পূর্ণরূপে আমার হাতে ছেড়ে দিলেন, তেমনি বিকেলের অপর অংশের জন্য আর একটি গ্রুপকেও একইভাবে আমার দায়িত্বে দিলেন। আমি কখনো কিছুই সন্দেহ করিনি। আমার 'ডাউনিজ সিনড্রোম' বন্ধুরা অবশ্যই গোপন কথাটা গোপন রাখতে পারত।

আমি যখন হাসপাতাল ছেড়ে চলে আসতে যাচ্ছি, তখন আসল ও.টি. কর্মীরা, যাঁরা তাঁদের কাজের জন্য বেতন পেতেন, আমাকে বড় ঘরটিতে ডেকে নিয়ে গেলেন। সেখানে দাঁড়িয়ে আমার সব ডাউনিজ সিনড্রোম বন্ধু হাসপাতালের কর্মীদের সঙ্গে দাঁত বের করে হাসছিল। তারা সবাই সেখানে সমবেত হয়েছিল সবচেয়ে দীর্ঘ সময় ধরে স্বেচ্ছাসেবী ছাত্র হিসেবে আমাকে একটি উপহার দেওয়ার জন্য।

আমি যখন একটি গ্রুপের সঙ্গে কাজ করছিলাম তখন অন্য গ্রুপ কর্মীদের সঙ্গে মিলে আমার জন্য উপহার তৈরি করছিল। এখন তারা সবাই আমাকে সেই উপহার দেবে।

উপহারগুলি অবশ্যই দোকানে যেগুলি বিক্রি হয় সেগুলির মতো সর্বাঙ্গসুন্দর ছিল না, কিন্তু সেগুলি পেয়ে আমার কান্না এসেছিল। ইতোমধ্যে, আমার ডাউনিজ সিনড্রোম শিক্ষকদের কাছে আমি শিখেছিলাম, কিভাবে সবার সামনে কাঁদতে পারা যায়। ও.টি. বিভাগের প্রধান বললেন, তিনি জানেন যে আমার চূড়ান্ত পরীক্ষা পরবর্তী সপ্তাহে শুরু হতে যাচ্ছে এবং আজকের দিনটিই হাসপাতালে আমার শেষ দিন। সেজন্যই কৃতজ্ঞতা প্রকাশের জন্য এই অপূর্ব অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়েছে। অশ্রুসজল নেত্রে উত্তর দিয়ে আমি বললাম, আসলে আরো দশ দিনের মধ্যে আমার পরীক্ষা শুরু হচ্ছে না। 'আগামী সপ্তাহে কি আমি আসতে পারি, প্লিজ?' তাঁরা দয়া করে আমাকে অতিরিক্ত একটি সপ্তাহ বরাদ্দ করলেন।

পেছন পানে তাকিয়ে আমি বুঝতে পারি, বর্তমানে যাকে আমরা 'আবেগমূলক বুদ্ধিমত্তা' বলি তার বেশিরভাগই আমি শিখেছি আমার ডাউনিজ সিনড্রোমে আক্রান্ত বন্ধুদের কাছ থেকে। আজ পর্যন্ত আমি তাঁদের শ্রদ্ধা করি বিশেষজ্ঞ ও আমার শিক্ষক হিসেবে।

৫০. বিমর্ষতা কাটিয়ে ওঠার একটি সহায়ক উপায়—*বদান্যতা*

যেসব লোক স্বেচ্ছাসেবামূলকভাবে সমাজের জন্য কোনো কাজ করেন তাঁরা কাজ শুরু করেন সাধারণত এই ভাবনা নিয়ে যে, তাঁরা সমাজকে কিছু একটা

www.kalpataruboi.org

ফিরিয়ে দিচ্ছেন। অবশ্য, তাঁরা সচরাচর কাজ শেষ করেন এই উপলব্ধি নিয়ে যে, সমাজকে তাঁরা যা ফেরত দিচ্ছেন সমাজের কাছ থেকে তার চেয়ে অনেক বেশি পেয়েছেন। অভিজ্ঞতা তাঁদের জানিয়ে দেয় যে, কোনো ভালো কাজের জন্য সময় দেওয়া আসলে খরচ নয় বরং এক ধরনের বিনিয়োগ, যা ফিরে আসে উচ্চ হারের লভ্যাংশসহ।

যেসব লোক বিমর্ষতায় আক্রান্ত তাঁদের প্রায়শ আমি কোনো বৃদ্ধাশ্রম, হাসপাতাল অথবা অন্য কোনো দাতব্য প্রতিষ্ঠান খুঁজে নিয়ে সেখানে স্বেচ্ছাসেবী হিসেবে কোনো কাজ করতে বলি। অন্যদের জন্য কিছু করতে পারলে তাঁদের জীবন অর্থবহ হবে। তাঁরা যা হারিয়েছেন তা অর্থাৎ জীবনের অর্থ তাঁরা স্বেচ্ছাসেবামূলক কাজে খুঁজে পাবেন।

যখন আমরা কোনো সেবামূলক কাজ করি, তখন পুষ্টিমূলক পুনর্নিবেশ (feedback) আমরা পেয়ে যাই, যেমনটি আমি পেয়েছিলাম আমার ডাউনিজ সিনড্রোমে আক্রান্ত বন্ধুদের সেবা করার মাধ্যমে। আমরা তাদেরই সাহায্য পেয়ে থাকি যাদের আমরা সাহায্য করছি বলে মনে করি। এর ফলে আমাদের আত্মসম্মানবোধ বেড়ে যায় এবং আমরা প্রকৃতভাবেই আমাদের নিজেদের ও আমাদের জীবনকে পছন্দ করতে শুরু করি। এখানেই আমাদের বিমর্ষতার ইতি ঘটে।

এর দ্বারা কেউ কেউ ধনীও হতে পারে, যেমনটি আমরা দেখতে পাই নিচের গল্পে :

আমার এক বন্ধু সম্প্রতি বিবাহবিচ্ছেদজনিত কারণে ছোট একটি এপার্টমেন্টে চলে এসেছেন। এ ধরনের ছোট একটি আবাসনে তিনি তাঁর উচ্চকুলোদ্ভূত কুকুরটিকে রাখতে পারছিলেন না। তবে তিনি তাঁর কুকুরটিকে একজন দয়াশীলা বয়স্কা মহিলার বাড়িতে রাখার ব্যবস্থা করতে সমর্থ হলেন। ঐ মহিলারও একই জাতের একটি কুকুর ছিল।

একদিন সেই মহিলা আমার বন্ধুটিকে তাঁর কর্মস্থলে ফোন করে জানতে চাইলেন, তাঁর পক্ষে মহিলাকে তাঁর শহরতলির বাড়ি থেকে গাড়িতে করে শহরে ডাক্তারের সঙ্গে নির্ধারিত সাক্ষাৎকারের জন্য নিয়ে যাওয়া সম্ভব হবে কি না। তিনি একেবারে নিরুপায় হয়েই এই ফোনটা করেছিলেন, কারণ অন্য কোনো যানবাহনের ব্যবস্থা তিনি করতে পারছিলেন না।

সে সময় আমার বন্ধুটি একা একটি বিজ্ঞাপনী সংস্থা চালাচ্ছিলেন এবং কোনোমতে টেনেটুনে তাঁর চলছিল। যেহেতু বন্ধুটি নিজেই ছিলেন তাঁর নিজের

www.kalpataruboi.org

উপরওয়ালা, অতএব মহিলাকে তাঁর গাড়িতে করে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যাওয়ার সময় তিনি করে নিতে পেরেছিলেন। এ থেকেই সেই বয়স্কা মহিলার নিয়মিত কারো ব্যক্তিগত গাড়িতে ট্যাক্সি সার্ভিসের সূচনা ঘটল। আমার বন্ধু সেই মহিলাকে দন্তচিকিৎসক অথবা অন্য কোনো চিকিৎসকের কাছে কিংবা অন্যত্র নিয়ে যাওয়ার ব্যাপারে মোটেই বিরক্ত বোধ করতেন না, কারণ সেই মহিলাকে সাহায্য করতে তাঁর আনন্দই হতো এবং এটা ছিল তাঁর নিজের কাজ থেকে কিছুটা বাইরে বেরুনোর আনন্দদায়ক অভিজ্ঞতা।

একদিন সেই মহিলা আমার বন্ধুকে ফোন করে জানতে চাইলেন তিনি মহিলাকে একটি জরুরি কাজে তাঁর আইনজীবীর কাছে নিয়ে যেতে পারবেন কি না। আমার বন্ধুটি যথারীতি রাজি হলেন এবং শহরে মহিলার আইনজীবীর অফিসের সামনে নামিয়ে দিলেন। মহিলা বেশ বিনয়ের সঙ্গে জিজ্ঞেস করলেন, তিনি তাঁর সঙ্গে ভেতরে গিয়ে কিছুটা সময় দিতে পারবেন কি না। বন্ধুটি আনন্দের সঙ্গে তাতে সম্মতি জানালেন। সেখানে মহিলার আইনজীবীর সামনে, চরম বিস্ময়ের সঙ্গে তিনি দেখলেন যে মহিলাটি তাঁর বিষয়-সম্পত্তির উত্তরাধিকারী মনোনীত করেছেন তাঁকে। এই সম্পত্তির পরিমাণ মোটেও কম ছিল না। এই ঘটনার কিছুকাল পর সেই বয়স্কা মহিলা মারা যান।

আমার বন্ধু তাঁর নিজের সৌভাগ্যে বিস্ময়ে হতবাক হয়ে গেলেন। তিনি শুধু কিছুটা দয়া দেখানোর জন্যই মহিলাকে সাহায্য করতে গিয়েছিলেন। তবে এই কাজটা তিনি উপভোগও করতেন। কিন্তু এরূপ সম্পত্তির উত্তরাধিকারী হওয়ার আশা তিনি কখনো করেননি। কিন্তু আমরা যখন অন্যদের সাহায্য করার জন্য আমাদের সময় ব্যয় করি তখন এমনটাই ঘটে। সবচেয়ে কম যা হয় তা হলো, নিজেদের কাজের বিষয়টি আমাদের ভালো লাগে এবং কখনো কখনো অন্যান্য বিস্ময়ও আমাদের জন্য অপেক্ষা করে।

৫১. গভীর গর্ত—*জ্ঞান*

একবার একজন লোক বনের ভেতর দিয়ে যাওয়ার সময় একটি গর্ত দেখতে পেলেন। তিনি গর্তের ভেতরটা দেখার জন্য সেখানে দাঁড়ালেন। তারপর দেখতে পেলেন, গর্তের একেবারে তলায় সোনাভর্তি একটা বড় ব্যাগ পড়ে আছে। তিনি ঝুঁকে পড়ে সে ব্যাগটি হাত দিয়ে তুলতে চাইলেন, কিন্তু গর্তটা ছিল বেশ গভীর। অনেক চেষ্টা করেও তিনি স্বর্ণের নাগাল পেলেন না। অতএব সে চেষ্টা তিনি পরিত্যাগ করলেন।

তখন আবার বনের ভেতর দিয়ে হাঁটতে লাগলেন তিনি। পথে একজন

www.kalpataruboi.org

লোকের দেখা পেলেন। লোকটিকে তিনি গর্তের নিচে পড়ে থাকা সোনার কথা বললেন। সেই সঙ্গে এও বললেন যে, ঝুঁকে পড়ে অনেক চেষ্টা করেও সেই স্বর্ণের নাগাল পাওয়া যায়নি। দ্বিতীয় লোকটি এক প্রান্ত বড়শির মতো বাঁকা একটি লাঠি খুঁজে নিলেন, তারপর সেই গর্তের কাছে গিয়ে লাঠির বাঁকানো আগায় লাগিয়ে সোনার ব্যাগটি উপরে তুলে আনলেন।

সমস্যাটা এই নয় যে, গর্তটা অনেক গভীর ছিল। আসলে সমস্যা হলো, প্রথম লোকটির হাতটা ছিল ছোট।

দ্বিতীয় লোকটি হুকের মতো বাঁকানো মাথার একটি লাঠির সাহায্যে তাঁর হাতটি লম্বা করে নিয়েছিলেন। সেজন্যই তিনি সহজেই সেই সোনা তুলে আনতে পেরেছিলেন।

সুখ কখনো খুব দূরে থাকে না। আমাদের যা করা প্রয়োজন তা হলো আমাদের জ্ঞান ও করুণা বৃদ্ধি করা। তাহলেই আমরা যেকোনো লক্ষ্যে পৌঁছে যেতে পারব।

৫২. মিথ্যা বলা কি ঠিক কাজ?—*জ্ঞান*

একজন বয়স্কা বৌদ্ধ মহিলা এক সন্ধ্যায় অত্যন্ত কষ্টের মধ্যে আমাকে ফোন করলেন। তিনি বললেন যে, সেদিন বিকেলে তাঁর স্বামীকে তিনি একটি মিথ্যা কথা বলেছেন এবং তাঁদের চল্লিশ বছরের দাম্পত্য জীবনে তিনি এই প্রথমবার স্বামীকে মিথ্যা বলেছেন। তিনি বললেন যে, তাঁর ভীষণ খারাপ লাগছে।

তাঁর স্বামী ডন-এর হার্ট অ্যাটাক হয়েছে এবং তিনি সে ধকল কাটিয়ে উঠেছেন। তবে তাঁর জরুরি হার্ট বাইপাসের প্রয়োজন হয়েছিল। সেজন্য তাঁকে হাসপাতালের একটি ওয়ার্ডে রাখা হয়েছিল যাতে তিনি অস্ত্রোপচারের জন্য শারীরিকভাবে সমর্থ হয়ে উঠতে পারেন।

সেই কক্ষে আরো তিনজন পুরুষ রোগী ছিলেন এবং তাঁরাও বাইপাসের জন্য অপেক্ষা করছিলেন। ডন তাঁর পাশের শয্যার জ্যাক-এর সঙ্গে বেশ অন্তরঙ্গ হয়ে উঠলেন। এই অন্তরঙ্গতা এমন হলো যে, একদিন সন্ধ্যায় ডন-এর স্ত্রী তাঁর সঙ্গে দেখা করতে গেলে তিনি জানতে চাইলেন, সেদিন সকালে জ্যাক-এর যে বাইপাস অপারেশন হয়েছে, তিনি এখন কেমন আছেন।

'ওহ্, জ্যাক খুব ভালো আছেন,' তাঁর স্ত্রী বলেন, 'উনি এখন আইসিইউ-তে সেরে উঠছেন।'

সত্য হলো, মাত্র একটু আগেই জ্যাক-এর শোকাচ্ছন্ন পরিবারের সঙ্গে হাসপাতালের প্রধান হলঘরে তাঁর দেখা হয়েছে। জ্যাক মারা গেছেন। তিনি

www.kalpataruboi.org

তাঁর স্বামীকে বলতে পারেননি যে, তাঁর নতুন বন্ধু সেই অপারেশনের পরই মারা গেছেন যে অপারেশন তাঁর স্বামী পরদিন করাতে যাচ্ছেন। এজন্যই তিনি মিথ্যা বলেছেন।

ডন তাঁর নিজের বাইপাস অপারেশনের পর এখন মাত্র সেরে উঠছেন। তিন দিন জীবন-মৃত্যুর মাঝখানে দোলায়মান ছিলেন তিনি, তবে এখন ধকল কাটিয়ে উঠছেন। আমি প্রায়শ ভাবি যে, যদি তাঁর স্ত্রী তাঁকে সত্য কথা বলতেন তাহলে যে অতিরিক্ত উদ্বেগ তাঁর মনে সৃষ্টি হতো তার আঘাতও তাঁর মৃত্যুর কারণের পক্ষে অনুকূল হওয়ার যথেষ্ট সম্ভাবনা ছিল। ওই মিথ্যা তাঁকে বাঁচিয়ে রেখেছে।

অতএব, আমার অনুগামীদের আমি বলি যে, মাঝে মাঝে মিথ্যা বলা যেতে পারে। তবে, প্রতি চল্লিশ বছরে মাত্র একবার!

৫৩. আমরা কেন মিথ্যা বলি—*ক্ষমাশীলতা*

'তুমি কি বুঝতে পারছ না,' হত্যা মামলার আসামিকে বললেন বিচারক, 'মিথ্যা সাক্ষ্যদানের শাস্তি অত্যন্ত কঠোর?'

'হ্যাঁ,' আসামি উত্তর দিল।

'কিন্তু তা হত্যা মামলার দণ্ড থেকে অনেক কম।'

এ থেকে বুঝা যায়, কেন লোকে এত মিথ্যা কথা বলে। সত্য বলার চেয়ে মিথ্যা বলার শাস্তি সচরাচর অনেক কম হয়ে থাকে।

দৃষ্টান্তস্বরূপ, কয়েক বছর আগে, একটি তরুণী আমার কাছে এসেছিল তার ছেলে বন্ধু দ্বারা গর্ভবতী হওয়ার পর।

'তোমার মা-বাবাকে তুমি বলছ না কেন?' আমি তাকে জিজ্ঞেস করেছিলাম।

'আপনি কি ঠাট্টা করছেন?' সে বলেছিল। 'ওরা আমাকে মেরে ফেলবে!' অতএব সে তার বাবা-মার কাছে মিথ্যা বলেছিল। যদি সত্য বলার জন্য আরোপণীয় দণ্ড মিথ্যা বলার জন্য আরোপণীয় দণ্ডের চেয়ে সব সময় অনেক কম হতো অর্থাৎ সততার মূল্য অনেক বেশি হতো, তাহলে আমাদের এই পৃথিবী অনেক বেশি সুখের ও সুস্থতার স্থান হতো। এই অবস্থা অর্জনের একমাত্র উপায় হলো, সত্য বলার জন্য সর্বজনীন মার্জনার বিধান থাকা—সেটা যে অপরাধের জন্যই হোক না কেন।

তাহলে, যেকোনো ছেলে বা মেয়ে তাদের মা-বাবার কাছে, এমনকি সবচেয়ে বেশি লজ্জাজনক কাজের কথাও স্বীকার করতে পারত, যদি তারা

www.kalpataruboi.org

জানত যে এর জন্য তাদের শাস্তি হবে না, এমনকি তারা তিরস্কৃতও হবে না, বরং তাদের সাহায্য করা হবে। যখন ছেলে-মেয়েরা বড় কোনো সমস্যায় পড়ে তখনই মা-বাবার সাহায্য তাদের সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন হয়। সচরাচর সমস্যার কথা স্বীকার ও সাহায্য পাওয়ার ব্যাপারে তারা খুব ভয়ের মধ্যে থাকে। আবার, বিবাহিত যুগলরাও তাদের বিবাহিত জীবনের যেকোনো সমস্যার ক্ষেত্রেও তা পরস্পরের কাছে লুকিয়ে রাখার পরিবর্তে পরস্পরের প্রতি পুরোপুরি সৎ হতে পারে।

এ বইটি যাঁরা পড়ছেন তেমন সব মা-বাবার কাছে নিবেদন, দয়া করে আপনারা আপনাদের সন্তানদের বলুন যে, তারা যা-ই করুক না কেন, যখন তারা সত্য কথা বলবে তখন তাদের কখনো শাস্তি দেওয়া বা তিরস্কার করা হবে না, বরং তারা সাহায্য পাবে এবং তাদের সমস্যা বোঝার চেষ্টা করা হবে।

সব দম্পতি যুগলের ক্ষেত্রে, একে অন্যের কাছে প্রতিজ্ঞা করুন যে, আপনাদের সম্পর্কের মধ্যে অন্য যেকোনো কিছুর চেয়ে সততাকেই মনে করা হবে সবচেয়ে মূল্যবান। আর কোনো শাস্তি কেউ কাউকে দেবেন না, এমনকি যদি অবিশ্বাসের আচরণও কেউ করে। এর পরিবর্তে একে অপরের দুর্বলতাকে দেখবেন ক্ষমাসুন্দর দৃষ্টিতে এবং দুজনে একসঙ্গে সবকিছু করার অঙ্গীকার করবেন যাতে পরস্পরের মধ্যে কোনো ভুল বুঝাবুঝি ভবিষ্যতে আর কখনো না ঘটে।

তাঁরা যদি এভাবে প্রতিজ্ঞা করেন, তাহলে সে প্রতিজ্ঞা তাঁরা রাখবেন। যেখানে শাস্তি আছে, সেখানে, এমনকি যদি তিরস্কারও করা হয়, তাহলে, সত্য লুকায়িত থেকে যায়।

সেজন্যই বৌদ্ধধর্মে আমরা শাস্তি দিই না।

দক্ষিণ আফ্রিকার বর্ণবাদের বছরগুলো শেষ হওয়ার পর নেলসন মান্ডেলা এবং আর্চবিশপ টুটুর মতো নেতাদের নৈতিক সাহস ও প্রজ্ঞার দ্বারাই প্রথম 'ট্রুথ অ্যান্ড রিকনসিলিয়েশন কমিশন' প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল।

তাঁরা বুঝতে পেরেছিলেন যে, সেই বর্বরতার বছরগুলিতে যা ঘটেছিল তার সত্য উদ্ঘাটন শাস্তি প্রদানের চেয়ে অধিক গুরুত্বপূর্ণ।

'ট্রুথ অ্যান্ড রিকনসিলিয়েশন কমিশনে'র একটি ঘটনা আমাকে অনুপ্রেরণা যুগিয়ে চলেছে আজও। সেটি হচ্ছে—একজন শ্বেতাঙ্গ পুলিশ অফিসারের স্বীকারোক্তিমূলক বিবৃতি, যেখানে তিনি বিস্তারিতভাবে বলেছেন, কীভাবে একজন কৃষ্ণাঙ্গ সক্রিয়তাবাদী রাজনৈতিক কর্মীর ওপর তিনি অত্যাচার

www.kalpataruboi.org

করেছিলেন এবং শেষ পর্যন্ত তাকে মেরে ফেলেছিলেন। এই স্বীকারোক্তি দেওয়া হয় উক্ত অত্যাচারিত রাজনৈতিক কর্মীর বিধবা পত্নীর উপস্থিতিতে।

মহিলার স্বামী ছিলেন সেই অসংখ্য মানুষদেরই একজন যাঁরা হঠাৎ করেই এক একজন অদৃশ্য হয়ে গিয়েছিলেন। এখন, এই প্রথমবারের মতো, তিনি শুনছিলেন সেই মানুষটির জীবনে কী ঘটেছিল যাঁকে তিনি অন্যদের চেয়ে আলাদা করে ভালোবেসেছিলেন এবং যিনি ছিলেন তাঁর ছেলেমেয়েদের পিতা।

নিজের অপরিমেয় অপরাধের কথা, যা তিনি করেছিলেন, বলতে গিয়ে পুলিশ অফিসারটি কাঁপছিলেন এবং সেই সঙ্গে কাঁদছিলেন। এই নিষ্ঠুরতার বর্ণনা তিনি দিচ্ছিলেন নিজেই নিজেকে চাপ দিতে দিতে। স্বীকারোক্তি যখন শেষ হলো, বিধবা মহিলাটি সাক্ষীদের রক্ষা করার জন্য যে ঘের দেওয়া ছিল সেটি লাফ দিয়ে পার হলেন এবং সরাসরি ছুটে গেলেন তাঁর স্বামীর হত্যাকারীর দিকে। নিরাপত্তারক্ষীরাও এতে এত বেশি স্তম্ভিত হয়েছিল যে তারা তাঁকে বাধাও দিতে পারল না।

দোষী পুলিশ অফিসারটি ভেবেছিলেন, সেই বিধবা মহিলা তাঁর ওপর ভয়ঙ্কর প্রতিশোধ নেবেন। কিন্তু মহিলা তাঁকে কখনো আক্রমণ করেননি। এর পরিবর্তে, তিনি তাঁর বিশাল ও সরল কালো বাহু নিয়ে তাঁর স্বামীর হত্যাকারীকে জড়িয়ে ধরলেন। তিনি বললেন, 'আমি আপনাকে ক্ষমা করছি।' তাঁরা দুজন সেখানে দাঁড়িয়ে রইলেন পুনর্মিলনের বাহুবন্ধনে একে অপরকে জড়িয়ে।

আপনি যাকে ভালোবাসেন সেই প্রিয়জনের ওপর নৃশংস অত্যাচার ও বিচারবহির্ভূত হত্যাকাণ্ডের বেশিরভাগই যদি ক্ষমা করে দেওয়া যায়, তাহলে বাকি আর কী থাকে যা ক্ষমা করা যায় না?

যদি ক্ষমাশীলতা জাগ্রত হয়, কেবল তাহলেই সেখানে সত্য টিকে থাকবে।

৫৪. আমি প্রথমে এটাই আমার পথ থেকে সরিয়ে ফেলব—*অনুশীলন*

বৌদ্ধদের এক পবিত্র দিনে একটি বানর একবার এক বৌদ্ধবিহারে গিয়েছিল। বানরটি ভেবেছিল, এই দিনে অনেক পুণ্যার্থী আসবেন এবং দানীয় সামগ্রী হিসেবে তাঁরা অনেক খাবারও নিয়ে আসবেন। এত লোকের মধ্যে নিশ্চয়ই কোনো একজনের হাত থেকে একটি আম পড়ে যাবে অথবা অন্য কেউ একটি আপেল অন্যমনস্কভাবে ফেলে রেখে যাবেন এবং এতেই বানরটির দুপুরের খাবার হয়ে যাবে।

বানরটি যখন বিহারের বাইরের বড় হলঘরটিতে এদিক-ওদিক পায়চারি

www.kalpataruboi.org

করে বেড়াচ্ছিল, তখন সে শুনতে পেল বিহারের বৃদ্ধ ভিক্ষু বানরের মন বিষয়ে উপদেশ দিচ্ছেন। সে ভাবল, এই উপদেশ একটি বানরের কাজে আসতে পারে। অতএব সে বৃদ্ধ ভিক্ষুর উপদেশবাণী শুনল।

বিদর্শন ভাবনার ক্ষেত্রে, 'বানরের মন' কথাটি হচ্ছে চঞ্চল অস্থিরচিত্ত মনের আলংকারিক প্রকাশ। অর্থাৎ বানর যেমন জঙ্গলে গাছের এক ডাল থেকে আরেক ডালে লাফিয়ে চলে যায়, তেমনি চঞ্চল মনও সব সময় লাফিয়ে এক বিষয় থেকে আরেক বিষয়ে চলে যায়। এরপ মন হচ্ছে খারাপ মন। সেজন্য শান্তি পেতে হলে এমন মনের সংশোধন প্রয়োজন।

এদিকে বানরটি যখন শুনল যে, 'বানরের মন' বলা হয় একটি খারাপ মনকে, তখন সে খুবই রেগে গেল। 'বানরের মনকে খারাপ মন বলে ওরা কী বুঝাতে চায়! আমি একটি বানর এবং বানরের মন ঠিকই আছে। এই মানুষেরা আমাদের বিরুদ্ধে অপপ্রচার চালাচ্ছে। এটা অন্যায়। এটা মোটেও ঠিক নয়। এই চরম অপবাদের বিরুদ্ধে কিছু একটা আমাকে করতে হবে।' এরপর বানরটি গাছের ডালে দোল খেতে খেতে তার বন্ধুদের নিকট নালিশ করার জন্য গভীর জঙ্গলে তার বাসস্থানে ফিরে গেল।

শিগ্‌গিরই বানরদের বেশ বড় একটা দল উপর-নিচে লাফাতে লাফাতে কিঁচকিঁচ শব্দ করে বলতে লাগল, 'আমাদের নামে অপবাদ দিয়ে তারা পার পেতে পারে না। এটি প্রজাতি-বৈষম্য। ওদের এতো সাহস কী করে হয়! বিশ্ব বন্যপ্রাণী তহবিল থেকে আমরা একজন উকিল ঠিক করব। বানরদেরও নিজস্ব অধিকার আছে!'

'থামো!' বানর দলের নেতা আদেশ দিল। 'তোমরা কি দেখছ না, সেই ভিক্ষু ঠিক কথাই বলেছেন। নিজেদের দিকে চেয়ে দেখো। সারাক্ষণ লাফালাফি করছ আর গোলমাল করছ। এটাই হচ্ছে বানরের মনের ফল। তোমরা বানরেরা, তোমরা কিছুতেই স্থির হয়ে বসে থাকতে পার না।'

বানরেরা বুঝতে পারল যে তাদের নেতা ঠিক কথাই বলছে। তারা সবাই বানরের মনের অধিকারী, তাই অভিশপ্ত এবং কখনো কোনো শান্তি পাবে না। তারা সবাই মাথা নুইয়ে চুপচাপ বসে থাকল।

'এই যে ভাইসব!' যে বানরটি মন্দিরে গিয়েছিল সে বলল, 'আমার মাথায় একটা চিন্তা এসেছে। আমি সেই ভিক্ষুকে বলতে শুনেছি, আপনারা যদি ধ্যান করেন তাহলে বানরের মনকে আপনারা জয় করতে পারবেন এবং শান্তি পাবেন।'

এ কথা শুনে খুশিতে বানরগুলি আবার লাফাতে শুরু করল আর কিঁচকিঁচ

www.kalpataruboi.org

করে বলতে লাগল, 'এই যে ভাইসব! আপনারা শান্ত হোন! চলুন আমরা সবাই ধ্যান করি। তাহলেই আমরা মনের শান্তি খুঁজে পাব।'

এবার আরো অনেকক্ষণ লাফালাফি করার পর একটি বানর বলল, 'আমরা কিভাবে ধ্যান করব?'

'প্রথমে আমাদেরকে বসার জন্য একটা কুশন খুঁজে পেতে হবে,' একটি বানর বলল।

'হ্যাঁ, ভাইসব! শান্ত হোন আপনারা! চলুন আমরা কুশন খুঁজে আনি।' আবারও অনেকক্ষণ এদিক-ওদিক লাফালাফি ও চেঁচামেচি করার পর তারা চলে গেল বনের ভেতর। তারপর অনেক ঘাস ও নরম পাতা সংগ্রহ করে 'জেফাস'-এর মতো একটা কিছু তৈরি করল। 'জেফাস' হচ্ছে ধ্যান করার আসনের বৌদ্ধ নাম।

'এবার আমরা কী করব?'

'কুশনের ওপর বসে পড়ো,' যে বানরটি বৌদ্ধবিহারে গিয়েছিল সে বলল, 'পা-দুটি আড়াআড়ি কর। ডান হাতের থাবা বাম থাবার ওপর রাখ, বুড়ো আঙুলগুলো যেন সামান্য স্পর্শ করে থাকে। শিরদাঁড়া সোজা করে রাখ। চোখ দুটো বন্ধ কর এবং শ্বাসপ্রশ্বাস নিতে থাক।'

ইতিহাসে এই প্রথমবার এমন ঘটনা ঘটল যে বানরেরা ধ্যান করতে বসেছে। বন কখনো এতো শান্ত ছিল না। কিন্তু দুর্ভাগ্যের বিষয় হলো, এই অবস্থা বেশিক্ষণ রইল না।

'ক্ষমা করো আমাকে! ক্ষমা করো!' একটি বানর এই নীরবতা ভেঙে বলে উঠল, 'আমি চিন্তা করছিলাম। তোমাদের কি মনে নেই আজ দুপুরের খাবারের জন্য আমরা কলাবাগানে হামলা চালাবার পরিকল্পনা করেছিলাম? আমি সে কথা চিন্তা না করে পারছি না। তাহলে আমরা কেন প্রথমে কলাবাগানে হামলা করছি না। প্রথমে কলাগুলি সাবাড় করি, তারপর আমরা ধ্যান করতে বসি। কি বলো তোমরা?'

'হ্যাঁ, ভাইসব। শান্ত হোন! এটি একটা ভালো চিন্তা,' অন্য বানরেরা লাফালাফি করতে করতে চিৎকার করে বলতে লাগল এবং একটু পরই তারা কলাবাগানে হামলা চালানোর জন্য ছুটল।

অনেক কলা তারা চুরি করল, সেগুলো সব স্তূপাকারে রাখল এবং সে কাজটি শেষ করার পর তারা সবাই আবার গিয়ে ধ্যান করার কুশনে গিয়ে বসল। তারা বসল পা-দুটো আড়াআড়ি করে, বাম হাতের থাবার ওপর সাবধানে ডান হাতের থাবা রাখল, শিরদাঁড়া সোজা করল, চোখ বন্ধ করল

www.kalpataruboi.org

এবং আবার ধ্যান করতে শুরু করল।

দু'মিনিট পর, আর একটি বানর হাত উঁচু করে বলল, 'ক্ষমা করো আমাকে। ক্ষমা করো! আমিও একটা কথা চিন্তা করছিলাম। এই কথাগুলি খাওয়ার আগে আমাদের তো প্রথমে ওগুলোর খোসা ছাড়াতে হবে। চলো আমরা প্রথমে সে কাজটি করি। তাহলেই কেবল ওই চিন্তাটা বাদ দিয়ে আমি ধ্যান করতে পারব।'

'হ্যাঁ, ভাইসব! শান্ত হও! আমরাও সেই একই কথা চিন্তা করছিলাম,' চিৎকার করে বলল অন্য বানরেরা। অতএব বানরগুলি আবার চিৎকার করতে করতে ও সবগুলি কলার খোসা ছাড়াতে ছাড়াতে লাফালাফি শুরু করে দিল।

সব কলার খোসা ছাড়ানো হয়ে গেলেও সেগুলি স্তূপ করে রাখার পরে তারা সবাই আবার তাদের কুশনে ফিরে গেল। আবার তারা সেখানে বসল, আড়াআড়ি পা ভাঁজ করল, বাম থাবার ওপর সাবধানে ডান থাবাটি রাখল, শিরদাঁড়া সোজা করল, চোখ বন্ধ করে স্বাভাবিক শ্বাসপ্রশ্বাস নিতে লাগল।

'ক্ষমা করো আমাকে! ক্ষমা করো! মাত্র এক মিনিট পরই আরেকটি বানর কিঁচকিঁচ করে উঠল। 'আমিও একটা কথা চিন্তা করছিলাম। ওই কলাগুলো খাওয়ার আগে সেগুলি তো আমাদের মুখে রাখতে হবে। চলো, আগে সে কাজটাই আমরা করে ফেলি। এরপর কোনো রকম চিন্তা ছাড়াই আমরা ধ্যান করতে পারব।'

'হ্যাঁ, ভাইসব! শান্ত হও তোমরা সবাই! কী চমৎকার একটা চিন্তা!' সব বানরই লাফাতে শুরু করল, শোরগোল করতে করতে সবাই মুখে কলা পুরতে লাগল। কয়েকটি বানর একসঙ্গে দুটি কলা তাদের মুখে পুরে ফেলল। একটি বানর তো পুরল তিনটা। কিছু বানর কিছু মানুষের চেয়ে মোটেই আলাদা নয়। কিন্তু তারা কেউই সেগুলি খেয়ে ফেলল না। এই কাজটা ছিল তাদের ধ্যানের পথে যে বাধা তা প্রথমে দূর করা যাতে এ নিয়ে তাদের আর চিন্তা করতে না হয়। এবং তারা চিন্তামুক্তভাবে ধ্যান করতে পারে।

তারা আবার তাদের কুশনে বসল, পা দুটো আড়াআড়ি করল, ডান থাবাটি সাবধানে বাম থাবাটির ওপর রাখল, শিরদাঁড়া সোজা করে নিল, চোখ দুটো বন্ধ করল এবং সেই কলা মুখে নিয়ে আবার ধ্যান করতে লাগল।

অবশ্য, সব চোখ বন্ধ হয়ে যাওয়ার পর বানেররা তাদের মুখে কলা খেয়ে ফেলল, তারপর উঠে দাঁড়িয়ে সে স্থান ত্যাগ করল, এভাবেই সমাপ্ত হলো তাদের একদিনের এবং একমাত্র ধ্যানানুশীলন।

এখন আপনারা জেনে গেলেন, আমরা মানুষেরা কেন মনের শান্তি খোঁজার

www.kalpataruboi.org

ক্ষেত্রে নানা বাধার সম্মুখীন হই। আমাদের মধ্যে অধিকাংশেরই রয়েছে বানরের মন, যার অর্থ :

আমি প্রথমে এই কাজটি করব আমার পথের বাধা দূর করার জন্য, এবং এর পর আমি বিশ্রাম নেব।

সেজন্যই আমি আমার আগের বইতে বলেছি যে, আজকাল যে একমাত্র স্থানে আপনি মানুষকে শান্তিতে বিশ্রাম করতে দেখবেন তা হলো সমাধিক্ষেত্র। হ্যাঁ, আর তা হলো অবশ্যই বৌদ্ধদের সমাধিক্ষেত্র।

৫৫. কলা—যেতে দেওয়া

প্রাচীনকালে বানর ধরা ছিল একটি সহজ কাজ। শিকারি যেত বনে, খুঁজে বের করতে একটা পাকা নারকেল এবং তাতে ছোট একটা গর্ত তৈরি করত যার আকার ঠিক একটা বানরের মুঠোর মতো। তারপর সে নারকেলের মিষ্টি পানি এবং ভেতরকার নরম শাঁসও কিছুটা খেয়ে নিত।

পানি আর শাঁস খাওয়ার পর একটা মোটা দড়ি বা চামড়ার ফিতা দিয়ে খালি নারকেলটা সে শক্ত করে একটা গাছের সঙ্গে বেঁধে দিত। তারপর নারকেলের ভেতর একটা কলা রেখে শিকারি বাড়ি চলে আসত।

এটা একেবারে নিশ্চিত ছিল যে, কোনো বানর ভেতরে কলাসহ সেই নারকেলের খোঁজ পেয়ে যেত। তখন সে কলাটা টেনে বের করার চেষ্টা করত। কিন্তু সেই গর্তটার আকার থাকত একটা বানরের খালি মুঠোর সমান। যখন মুঠোয় থাকত কলা, তখন সে মুঠটা বের করে আনতে পারত না।

শিকারী যখন ফিরে আসত, তখন মুঠোর ভেতর কলা নিয়া মুঠটা নারকেলের ভেতর থেকে বের করার জন্য বানরের সংগ্রাম কয়েক ঘণ্টা হয়ে গেছে। শিকারিকে দেখে বানর আরো জোরে টানাটানি করত তার মুঠ আর কলাটা বের করে আনতে।

আসলে বানরের পক্ষে পলায়নের যে উপায় ছিল তা হলো কলাটা মুঠ থেকে ছেড়ে দেওয়া। তাহলেই তার হাতটা বের করে এনে সে পালিয়ে যেতে পারত। কিন্তু বানর কি কলাটা ছাড়বে?

না, মোটেই নয়। কেন সে ছাড়বে? কারণ, বানরেরা সব সময় এ কথাই ভাবে যে, 'এটা আমার কলা। আমিই এটা পেয়েছি। এটা আমার।'

আর এভাবেই প্রত্যেকবার বানরগুলি ধরা পড়ে। মানুষেরাও কিন্তু ধরা পড়ে এভাবেই।

দৃষ্টান্তস্বরূপ, আপনার প্রিয় ছেলেটি মারা গেছে এবং তার জন্য আপনার

www.kalpataruboi.org

শোক কিছুতেই শেষ হচ্ছে না। সব সময় আপনি তার কথা ভাবছেন। আপনি ঘুমাতে বা কোনো কাজ করতে পারছেন না। কেন?

আপনার যে কাজটি করা প্রয়োজন তা হচ্ছে 'কলাটি ছেড়ে দেওয়া'। তাহলেই আপনি অতো বেশি কষ্ট না পেয়ে আপনার জীবনটি অতিবাহিত করতে পারবেন।

কিন্তু আপনি সেটি করতে পারবেন না। কারণ আপনি চিন্তা করেন, 'ও আমার ছেলে। আমি ওকে জন্ম দিয়েছি। ও আমার।'

মায়েরা আমাকে বলেন যে, যখন তাঁরা প্রথমবারের মতো তাঁদের নবজাতক সন্তানটি চোখের দিকে তাকান, তখন আপনা থেকেই তাঁরা জেনে যান, এই নবজাতকটি পুরোপুরি বাবা-মায়ের নয়। এ হচ্ছে এমন এক সত্তা যার অতীত আছে এবং নিজস্ব স্বতন্ত্রতা আছে, অজানা জগতের এক অতিথি যে এখন তাঁদের জীবনে প্রবেশ করেছে। তাঁদের দায়িত্ব হচ্ছে ওকে যত্ন করা, লালনপালন করা এবং ভালোবাসা, ওকে অধিকার করা নয়। দুর্ভাগ্যবশত, বছরের পর বছর ধরে লালনপালন করতে করতে বহু মা-বাবাই এ কথাটা ভুলে যান এবং সন্তানদের উপর নিজের মালিকানা আরোপ করতে শুরু করেন। অতএব, যখন তাদের যেতে দেওয়ার সময় হয়, তখন তাঁরা তা করতে পারেন না। যদি তাঁরা শুধু এই কথাটা মনে রাখতেন যে, একজন মানুষ কখনো অপর একজন মানুষের উপর তার মালিকানা কায়েম করতে পারেন না, এমনকি তাঁর নিজের সন্তান হলেও নয়, তাহলে তাঁরা কখনো বানরের মতো ধরা পড়তেন না এবং দুঃখশোকে কাতরও হতেন না।

কাউকে ভালোবাসার অর্থ হলো, একদিন তাদের যেতে হবে।

৫৬. মা, আমি বাড়ি ছেড়ে চলে যাচ্ছি—*যেতে দেওয়া*

আমরা প্রায়শ এই ভয় করি যে, যদি আমরা কাউকে চলে যেতে দিই, তাহলে তারা আর কখনো ফিরে আসবে না। কিন্তু প্রায়শ বাস্তবে তার উল্টোটাই ঘটে।

আপনি যদি একটি পাখিকে খাঁচার মধ্যে বন্ধ করে রাখেন, তাহলে একদিন যখন আপনি ভুলক্রমে খাঁচার দরজাটি খোলা রাখবেন সেদিন পাখিটি উড়ে চলে যাবে এবং আর কখনো ফিরে আসবে না। পক্ষান্তরে আপনি যদি খাঁচার দরজাটি খোলা রাখেন এবং খাঁচাটি যদি আরামদায়ক হয় ও সেখানে ভালো খাদ্যদ্রব্যের যথেষ্ট সরবরাহ থাকে, তাহলে পাখিটি খাঁচা থেকে বেরিয়ে উড়ে যাবে সত্য, কিন্তু আবার খাঁচাতেই ফিরে আসবে।

একজন তরুণী অস্ট্রেলীয় বৌদ্ধ মা বলেছিলেন, তাঁর ছয় বছর বয়সী ছেলে

www.kalpataruboi.org

একদিন বিকেলে এতোই ত্যক্তবিরক্ত হয়ে পড়ে যে, সে খুব গাম্ভীর্যের সঙ্গে তখন বলেছিল, "মা, আমি তোমাকে আর ভালোবাসি না এবং আমি বাড়ি ছেড়ে চলে যাচ্ছি!"

মা উত্তর দিয়েছিলেন, "ঠিক আছে, সোনামণি, আমি তোমার জিনিসপত্তর ব্যাগের মধ্যে দিয়ে দেব।" এরপর তিনি তাঁর বাচ্চা ছেলেটিকে সঙ্গে নিয়ে তার শোবার ঘরে গিয়েছিলেন এবং তার নিত্যপ্রয়োজনীয় জিনিসগুলি যেমন টেডি বীয়ার ইত্যাদি তার ছোট্ট স্যুকেসটির মধ্যে ঢোকাতে সাহায্য করেছিলেন। স্যুটকেস বাঁধাছাঁদা হয়ে গেলে তিনি তাঁর রান্নাঘরে ঢুকেছিলেন এবং ছেলের জন্য তার প্রিয় স্যান্ডউইচ তৈরি করে সেটি বাদামি ব্যাগে পুরে তাঁর ৬ বছর বয়সী ছেলেকে দিয়েছিলেন, যাতে সে বাড়ি ছেড়ে যাওয়ার পর ক্ষুধায় কাতর না হয়।

তাঁদের বাড়ির সামনের খোলা দরজায় দাঁড়িয়ে মা ছেলেকে বিদায় জানালেন, "বিদায়, সোনামণি! আমাদের সঙ্গে যোগাযোগ রাখতে ভুলে যেও না।" বাচ্চা ছেলেটি তার এক হাতে স্যুটকেস ও অপর হাতে স্যান্ডউইচ নিয়ে বাগানের সংক্ষিপ্ত পথটা পার হয়ে সদর গেটটা খুলল, তারপর বামদিকে ঘুরে তার ভবিষ্যতের দিকে হেঁটে চলে গেল।

আর মাত্র পনেরো মিনিট পরই ছয় বছরের ছেলেটির মন বাড়ির জন্য যেন কেমন করে উঠল। সে ঘুরে দাঁড়িয়ে আবার সদর গেটের দিকে হাঁটতে শুরু করল, গেট পেরিয়ে ভেতর ঢুকল, তারপর সংক্ষিপ্ত পথটা দৌড়ে পার হয়ে সরাসরি এসে ঝাঁপিয়ে পড়ল মায়ের প্রসারিত দুই বাহুর মধ্যে। তিনি এতক্ষণ সেখানেই দাঁড়িয়ে ছিলেন।

এই মা ছিলেন খুব বুদ্ধিমতী। তিনি জানতেন, তাঁর ছোট ৬ বছরের ছেলেটি তার ভালোবাসার বাড়ি ছেড়ে খুব দূরে কোথাও যাবে না।

এই কাহিনী যখন আমি সিংগাপুর থেকে আসা একজন মনোবিদকে বললাম, সেই মহিলা তখন তাঁর হাসি চেপে রাখতে পারলেন না। তারপর হাস্য সংবরণ করে তিনি আমাকে বললেন যে, প্রায় হুবহু একই রকম ঘটনা ঘটেছিল তাঁর ক্ষেত্রেও, যখন তিনি খুব ছোট একটি বালিকা ছিলেন। তাঁর বয়স যখন ছয় বছর তখন তাঁর মার সঙ্গে তাঁর তর্ক হয়েছিল এবং তিনি বাড়ি ছেড়ে যাবার কথা বলেছিলেন। তাঁর কথায় মা সঙ্গে সঙ্গে রাজি হয়েছিলেন এবং তাঁর ব্যাগ গোছাতে সাহায্য করেছিলেন। সেদিন অবশ্য সেই ছোট মেয়েটি ভাগ্যে কোনো স্যান্ডউইচ জোটেনি, তবে দুপুরের খাবার কিনে খাওয়ার জন্য তাঁর মা তাঁকে ১০ ডলার দিয়েছিলেন। এরপর মা তাঁকে সঙ্গে

www.kalpataruboi.org

করে এলিভেটর পর্যন্ত নিয়ে গিয়েছিলেন। তাঁরা থাকতেন একটি এপার্টমেন্ট ব্লকে। এলিভেটর এলে ছয় বছরের বালিকাটি এলিভেটরে ঢুকেছিল আর এলিভেটরের দরজা বন্ধ হওয়ার সময় মা তাকে 'গুড বাই' বলে হাত নেড়েছিলেন।

সিংগাপুরের এই বালিকাটি এমনকি এলিভেটর থেকে নামতেও পারেনি। তার আগেই বাড়ির জন্য তার মনটা কেঁদে উঠেছিল। এলিভেটর সর্বনিম্ন তলায় পৌঁছতে পৌঁছতে তার ভীষণভাবে মা আর বাড়ির কথা মনে পড়েছিল। সে তখন তারা যে তলায় থাকে সেই তলার বোতাম টিপেছিল। এলিভেটরের দরজা খুলতেই সে দেখল মা ওখানে দাঁড়িয়ে দুই বাহু প্রসারিত করে, 'বাড়িতে স্বাগতম, সোনা আমার।'

ভালোবাসার বন্ধন যখন সুদৃঢ় হয়, তখন আপনি আপনার প্রিয়জনদের যেতে দিতে পারেন, কারণ আপনি নিশ্চিতভাবে জানেন যে, তারা ফিরে আসবে।

৫৭. মৃত্যুর রাজ্যে চলে যেতে দেওয়া—*যেতে দেওয়া*

আপনি যাকে খুবই ভালোবাসেন তেমন কাউকে মৃত্যুর রাজ্যে চলে যেতে দেওয়া যেকোনো ব্যক্তির জন্য সবচেয়ে কঠিন কাজের মধ্যে একটি। নিচের গল্পটা এ ব্যাপারে আপনাদের সাহায্যে আসতে পারে।

আস্থার উপযুক্ত উড়োজাহাজ তৈরি হওয়ার আগে অধিকাংশ মানুষই এক মহাদেশ থেকে আরেক মহাদেশে যেত বিশালাকার সমুদ্রগামী যাত্রীবাহী জাহাজে চড়ে। জাহাজটি ছাড়ার মুহূর্তে জাহাজের যাত্রীরা লাইন ধরে জেটির পাশের ডেকগুলিতে দাঁড়িয়ে থাকত, যখন তাদের বন্ধু ও আত্মীয়স্বজনেরা দাঁড়িয়ে থাকত ওই জেটিতে। জাহাজের বাষ্পীয় ভেঁপুটি যখন জাহাজ ছাড়ার বার্তা হিসেবে বেজে উঠত, তখন জাহাজের ডেকে ও জেটিতে দাঁড়ানো লোকগুলি, জাহাজ ধীরে ধীরে চলতে শুরু করলে, পরস্পরের দিকে হাত নাড়াত, চুম্বন ছুঁড়ে দিত এবং তাদের শেষ 'গুডবাই' জানাত। শিগগিরই জাহাজ অনেক দূরে চলে গেলে যারা জেটিতে দাঁড়িয়ে থাকত তারা আর তখনো ডেকে দাঁড়ানো যাত্রীদের ধূসর মিশ্রণের মধ্যে আলাদা করে কাউকে চিনতে পারত না, কিন্তু তবু তারা হাত নেড়ে যেত এবং সেদিকে একদৃষ্টিতে তাকিয়ে থাকত। কয়েক মিনিট পর জাহাজ আরো দূরে চলে গেলে মিলেমিশে যাওয়া যাত্রীদেরও এমনকি আর জেটি থেকে দেখা যেত না। কিন্তু তবুও জেটিতে দাঁড়ানো প্রিয়জনেরা একদৃষ্টিতে তাকিয়ে থাকত সেই অপসৃয়মাণ

www.kalpataruboi.org

জাহাজটির দিকে, যেখানে আছে তাদের প্রিয় মানুষেরা।

অতঃপর জাহাজ পৌঁছে যেত দিগন্তরেখায় আর অদৃশ্য হয়ে যেত পুরোপুরি। তবু, এমনকি যদিও ডাঙ্গায় থাকা আত্মীয়স্বজন আর বন্ধু-বান্ধবরা তাদের প্রিয়জনকে আর দেখতে পেত না, তাদের সঙ্গে কথা বলা বা তাদের স্পর্শ করা তো দূরে থাক, তারা জানত যে তাদের প্রিয়জনেরা একেবারে হারিয়ে যায়নি। তারা শুধু একটি রেখা, দিগন্তরেখার ওপারে চলে গেছে, যে রেখাটি আমাদেরকে এর অন্যদিকে যা আছে তা থেকে বিচ্ছিন্ন করে রেখেছে। আমরা জানি, আবার আমাদের একে অপরের সঙ্গে দেখা হবে।

এই একই ব্যাপার ঘটে যখন আমাদের কোনো প্রিয়জন মারা যায়। আমরা যদি ভাগ্যবান হই, তাহলে আমরা তাদের পাশে থাকি, তাদের আলিঙ্গন করি এবং শেষ বিদায় সম্ভাষণ জানাই। তারপর তারা মৃত্যুসমুদ্রে পাড়ি জমায়। আমাদের কাছ থেকে তারা অপসৃত হয়ে যায়। সর্বশেষ তারা পৌঁছে যায় সেই দিগন্তরেখায়, যে রেখাটি এই জীবনকে রেখার পেছনে যা আছে তা থেকে আলাদা করে ফেলেছে। এই রেখাটি অতিক্রম করার পর, আমরা তাদের আর কখনো দেখতে পাই না, তাদের সঙ্গে কথা বলা বা তাদের স্পর্শ করা তো দূরের কথা। কিন্তু আমরা জানি যে, তারা পুরোপুরি অদৃশ্য হয়ে যায়নি। তারা শুধু গেছে একটি রেখার অপর পাশে। আর সে রেখাটি হচ্ছে মৃত্যু যা আমাদেরকে সেটির ওপাশে যা আছে তা থেকে বিচ্ছিন্ন করে রাখে। আমরা অপরকে আবার একদিন দেখতে পাব।

৫৮. যখন আপনি চলে যেতে দেন না তখন কী ঘটে—*যেতে দেওয়া*

প্রাচীন থাইল্যান্ডে মহিষ ছিল পরিবারেরই একটি অংশ। তারা থাকত গ্রামের মানুষের বাড়ির নিচের জায়গায়। এরা সচরাচর এত বেশি শান্ত ছিল যে, এমনকি বাচ্চারাও এদের পিঠে নিরাপদে ঘুমাতে পারত যখন এই মহিষ থাইল্যান্ডের গ্রীষ্মকালের উষ্ণ, অলস মাসগুলোয় বেশ ধীরে সুস্থে ঘাস খেতে থাকত।

কখনো কখনো, যদি একটি মহিষ ভয় পেত কোনো কারণে, যা শুধু জানা ছিল তাদের নিজেদের কাছেই, তখন সেটি মাথা তুলত এবং নাক দিয়ে জোরে ঘোড়ার মতো শব্দ করত। পরমুহূর্তেই এটি অন্য যেকোনো দিকে ছুটে চলে যেত।

একদিন সকালে একজন স্থানীয় গ্রামবাসী তার মহিষটিকে ঘাস খাওয়ানোর জন্য তার মাঠে নিয়ে যাচ্ছিল। সে যখন আমাদের বনের বৌদ্ধবিহারের পাশ

www.kalpataruboi.org

দিয়ে যাচ্ছিল, তখন বনের ভেতরের কোনো একটা কিছু মহিষটিকে ভীত করে তুলল। সেটি মাথা তুলল, তারপর নাক দিয়ে ঘোড়ার মতো জোরে শব্দ করল। গ্রামবাসীটি মহিষের গলায় হালকা করে বাঁধা চিকন দড়িটা দিয়ে ওকে ধরে রাখার চেষ্টা করল। দড়িটা দ্রুত লোকটির আঙুলে জড়িয়ে গেল এবং মহিষটি ছুট লাগাতেই সেই লোকটির আঙুলের উপরের অংশসহ দড়িটা বেরিয়ে গেল। সেই বেচারা তখন সাহায্যের জন্য সোজা আমাদের বিহারে এলো। তার হাত তখন রক্তে ভেসে যাচ্ছে এবং আঙুলের অর্ধেকটা হাওয়া হয়ে গেছে। ক্ষতস্থানে ব্যান্ডেজ লাগানো হলো এবং শিগগিরই সুস্থ হয়ে উঠল।

আমি প্রায়শ সেই দুর্ভাগ্যজনক ঘটনাকে, যখন আমরা যেতে দিই না তখন কী ঘটে তার একটি দৃষ্টান্ত হিসেবে ব্যবহার করি। ভেবে দেখুন, কে বেশি বলবান, একজন মানুষ অথবা একটা মহিষ? একটি মহিষ যখন ছুট লাগাতে শুরু করে তখন সেটিকে ধরে রাখার চেষ্টা করা বুদ্ধিমানের কাজ নয়। ওকে যেতে দিন। মহিষটি মাত্র কয়েকশ মিটার দৌড়ে গিয়ে তাপর নিজে নিজেই থেমে যাবে। তখন চাষি শান্তভাবে তার কাছে গিয়ে আবার দড়িটা তুলে নেবেন এবং ঘাস খাওয়ানোর জন্য তাকে মাঠে নিয়ে যেতে পারবেন।

বহু মানুষ যাকে যেতে দেওয়া উচিত তাকে ধরে রাখার চেষ্টা করে এবং এর ফলে অনেকে আঙুলও হারিয়ে ফেলে।

৫৯. হারলি ডেভিসন—*যেতে দেওয়া*

আমার বৌদ্ধবিহারের প্রথমদিকের বসবাসকারীদের মধ্যে একজন ছিলেন পেট্রিক। তিনি ছিলেন একজন খুবই আধ্যাত্মিক মানুষ। তাঁর কোনো পরিবার বা স্থায়ী ঠিকানা ছিল না। তিনি একটি বিহার থেকে আরেকটি বিহারে এবং একটি আধ্যাত্মিক কেন্দ্র থেকে আরেকটি আধ্যাত্মিক কেন্দ্রে ঘুরে বেড়াতেন। তিনি ছিলেন এক বিহার থেকে আরেক বিহারে ছুটে চলা একজন মানুষ। এভাবে তিনি আমার বিহারে থাকতে এসেছিলেন সেটি নির্মাণের প্রথমদিকের বছরগুলিতে বিহারভবনের মূল কাঠামোগুলো তৈরির কঠিন শারীরিক কাজে আমাকে সাহায্য করার জন্য।

তাঁর কোনো বাড়ি বা সঞ্চয় ছিল না। যে একটি মূল্যবান জিনিস তাঁর কাছে ছিল তা হলো তাঁর অতি সুন্দর দর্শনীয় হারলি ডেভিসন মোটর বাইক। আর সেটি ছিল তাঁর খুব পছন্দের জিনিস। এই মোটর বাইকে চড়ে তিনি সারা অস্ট্রেলিয়া ঘুরে বেড়াতেন এবং কোনো ব্যক্তি বা স্থানের প্রতি বন্ধনহীন এই

www.kalpataruboi.org

স্বাধীনতা তিনি খুব উপভোগ করতেন। সিডনিতে খুব বড় এক শপিং মলের অভিজ্ঞতার কথা তিনি আমাকে লিখে জানিয়েছিলেন। সেখানকার বহুতল কার পার্কে তাঁর হারলিকে পার্ক করে রাখার পর তিনি কয়েকটি জিনিস কিনতে যান এবং সেগুলি কেনার পর তাঁর মোটর বাইকটি যেখানে রেখেছিলেন সেখানে ফিরে আসেন। দুঃখ ও হতাশার সঙ্গে বিস্মিত হয়ে তিনি দেখলেন, মোটর বাইকের জায়গাটি শূন্য। কেউ একজন তাঁর হারলি ডেভিসন চুরি করে নিয়ে গেছে।

এটিই ছিল তাঁর নিজের একমাত্র মূল্যবান জিনিস। এটি কেনার জন্য তাঁকে বহুদিন ধরে সঞ্চয় করতে হয়েছে। এটি সেই যন্ত্র যা তাঁকে যেখানে ইচ্ছে সেখানে ঘুরে বেড়াবার স্বাধীনতা এনে দিয়েছিল। এখন কোনো এক নীচাশয়, সম্ভবত মাদকের জন্য বিক্রি করে দেবে বলে, সেটি নিয়ে চলে গেছে।

তিনি বহুদিন ধরে বুদ্ধবাণী শুনে আসছেন এবং আসক্তি কী তা জানেন। তিনি বুদ্ধের উপদেশ স্মরণ করলেন :

'আমার যা আছে, প্রিয় ও সন্তোষজনক, একদিন তা সব আমার থেকে চলে যাবে।'

এভাবে তিনি খুব তাড়াতাড়ি তাঁর ক্ষতির বিষয়টি মানিয়ে নিলেন। তিনি চিন্তা করলেন :

'হ্যাঁ, এ কথা তো সত্য, আগে বা পরে একদিন আমাদের সবকিছুই ছেড়ে দিতে হবে। আপনি যা বদলাতে পারেন না সেটা নিয়ে দুঃখ করার কোনো অর্থ হয় না। হারলিকে নিয়ে আমি এই বিশাল দেশটির সর্বত্র ঘুরে বেড়ানোর আনন্দময় সময় উপভোগ করেছি। এখন আমি আশা করব যে, সেটি তার নতুন মালিককে সে আনন্দ দেবে।'

তিনি অত্যন্ত খুশি হয়েছিলেন এই ভেবে যে, চোর শুধু তাঁর মোটর বাইকটাই চুরি করেছে, তাঁর মনের শান্তি নয়। চলে যেতে দেওয়ার ব্যাপারে তিনি সফলভাবে একটি কঠিন পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হয়েছেন।

নিজের আধ্যাত্মিক অর্জনের কথা চিন্তা করে নিজের মনে হাসতে হাসতে যখন তিনি গণপরিবহণ ধরার জন্য চলে যাচ্ছিলেন, তখন হঠাৎ তিনি বুঝতে পারলেন যে, বহুতল কার পার্কের ভুল লেভেলে তিনি দাঁড়িয়ে আছেন।

এরপর হেঁটে যখন তিনি সঠিক লেভেলটিতে নেমে গেলেন, তখন তিনি দেখলেন, তাঁর হারলি ডেভিসন যেমনটি ছিল তেমনটি আছে এবং তাঁর দিকে চেয়ে হাসছে। তিনি কেবল তাঁর চলে যেতে দেওয়ার পরীক্ষাতেই উত্তীর্ণ

www.kalpataruboi.org

হননি, তাঁর মোটর বাইকটিও এখনো তাঁরই আছে। তিনি দু'বার জিতলেন।

বেশ ভালোই করেছো, পেট্রিক।

৬০. খাদের কিনারায়—*অনুশীলন*

একজন বিখ্যাত চিত্রকর একবার তাঁর হারলি ডেভিসন বাইকে দুর্ঘটনায় পতিত হয়েছিলেন। যখন হাসপাতালে তাঁর জ্ঞান ফিরে এলো, তখন সার্জন তাঁকে দুঃসংবাদ দিয়ে বলেছিলেন, তাঁর হাতটি কেটে বাদ দিতে হয়েছে। এ হচ্ছে সেই হাত যে হাত তিনি ছবি আঁকার জন্য ব্যবহার করতেন। তাঁর শরীর-মন একেবারে বিধ্বস্ত হয়ে গেল। যে একটি কাজ করতে তিনি পৃথিবীতে সবচেয়ে বেশি ভালোবাসতেন সেটি করার ক্ষমতা তিনি হারিয়ে ফেললেন। আর এর সঙ্গে তাঁর বেঁচে থাকার উদ্দেশ্যও তিনি হারালেন।

হাসপাতাল থেকে ছাড়া পাওয়ার পর তিনি শহরের একটি উঁচু অফিস ব্লকে ঢুকলেন, এলিভেটরে চড়ে বেশ উপরের একটি তলায় উঠে গেলেন। সেখানে একটি খালি অফিস পেয়ে তাতে ঢুকে ভবনের কিনারায় উঠে গেলেন। নিজেকে তিনি শেষ করে দেবেন এবার।

এরপর যখন তিনি নিচে অনেক দূর পর্যন্ত তাকালেন, তখন একটি অপরূপ দৃশ্য দেখতে পেলেন। সেখানে রাস্তার পাশে হেঁটে চলার পথটিতে একটি লোক, যার দু'হাতই নেই, আনন্দের সঙ্গে নেচে চলেছে! 'হায় ভগবান! আমি মাত্র একটা হাত হারিয়েছি আর ওখানে ওই লোকটার কোনো হাতই নেই। এবং সে আনন্দে নেচে চলেছে! তাহলে আমি কেন নিজেকে মেরে ফেলতে চাইছি?'

এভাবে তাঁর মনের ভাব পুরোপুরি পরিবর্তিত হলো এবং তিনি বেঁচে থাকার সিদ্ধান্ত নিলেন। তিনি সেই হাতহীন লোকটার গোপন অনুপ্রেরণা কোথায় তা জানতে চাইলেন। যে লোকটির কোনো হাতই নেই সেই লোকটা কীভাবে এত সুখী হতে পারে! তাঁর নিজের জীবন বাঁচানোর জন্য সেই লোকটাকে তিনি ধন্যবাদও দিতে চাইলেন।

তিনি এলিভেটরের দিকে ছুটে গেলেন, দ্রুত নিচের তলায় পৌঁছলেন এবং লোকটার খোঁজে রাস্তা ধরে দৌড়াতে লাগলেন। সেই হাতহীন মানুষটাকে খুঁজে পেতে তেমন কষ্ট হলো না তাঁর।

'ধন্যবাদ! ধন্যবাদ! ধন্যবাদ, স্যার! আপনি এইমাত্র আমার জীবন রক্ষা করেছেন। আমি একজন চিত্রকর এবং এক মোটর বাইক দুর্ঘটনায় যে হাত দিয়ে আমি ছবি আঁকি সে হাতটাই আমি হারিয়ে ফেলেছি। আমি এতটাই

www.kalpataruboi.org

হতাশ হয়ে পড়েছিলাম যে প্রায় আত্মহত্যা করতেই যাচ্ছিলাম। তখন আমি আপনাকে দেখলাম। কোনো হাতই যার নেই সে লোকটি আনন্দে নৃত্য করছে! দয়া করে, স্যার, আপনার গোপন কথাটি আমাকে বলুন।'

হাতহীন লোকটি বললেন, 'ভালো কথা, শিল্পী মহোদয়, আসলে আমি আনন্দে নাচছিলাম না। আমি শুধু আমার পাছাটা চুলকানোর চেষ্টা করেছিলাম। যে লোকের দুটি হাতই নেই তার দরকার হলে সে আর কিভাবে সেটা করবে?'

৬১. আমার মায়ের শেলফ্—*যেতে দেওয়া*

অস্ট্রেলিয়ায় চলে আসার দু'বছর পর আমি আমার মাকে দেখতে লন্ডনে যাই। আমার একজন উপাসক অস্ট্রেলিয়া থেকে পাঠানো উপহার হিসেবে আমার মাকে দেওয়ার জন্য দয়া করে একটি নরম খেলনা ক্যাঙারু আমাকে দান করেছিলেন।

সে উপহারটি আমার মায়ের পছন্দ হয়েছিল। তিনি সেটি তাঁর বসার ঘরে বেশ চোখে পড়ার মতো একটি তাকের ওপর রেখেছিলেন। এই ঘরটিতেই তিনি তাঁর বেশির ভাগ সময় কাটাতেন। তিনি আমাকে বলেছিলেন যে, আমি অস্ট্রেলিয়ায় চলে গেলে সেটি তাঁকে তাঁর ছেলের কথা মনে করিয়ে দেবে। আমিও এতে সুখী হয়েছিলাম। আমার মায়ের পছন্দ হবে এমন একটি উপহার আমি তাঁর জন্য খুঁজে পেয়েছি।

কয়েক বছর পর আবার যখন আমি লন্ডনে যাই, আমি আমার মাকে একটি নরম কোয়ালা ভালুক কিনে দিয়েছিলাম, যাতে তিনি সেটি খেলনা ক্যাঙারুর সাথে রাখতে পারেন। এটিও তাঁর পছন্দ হয়েছিল এবং তিনি সেটি তাঁর তাকে ক্যাঙারুর পাশে রেখেছিলেন।

পরের বার যখন যাই, আমি তাঁকে একটি নরম খেলনা কুকাবুরা, এবং তার পরের বার একটি খেলনা প্লেটিপাস দিয়েছিলাম। তাঁর শেল্‌ফটি অস্ট্রেলিয়া থেকে নিয়ে আসা স্মারকসমূহ দ্বারা ভরে উঠেছিল।

আমি মাকে দেখতে যেতাম প্রতি তিন কি চার বছর পর। পঞ্চমবার যখন যাই, আমি তাঁকে একটি বড়, নরম ও আদর-কাড়া খেলনা উমবাটি দিয়েছিলাম। সেটিও তাঁর পছন্দ হয়েছিল। কিন্তু যখন তিনি সেটি তাঁর ক্যাঙারু, কোয়ালা, কুকাবুরা ও প্লেটিপাসের সঙ্গে শেল্‌ফে রাখতে গেলেন, সেখানে জায়গা হচ্ছিল না। দেখা যাচ্ছিল, জিনিসগুলো সব পড়ে যাবে। তখন মা চেষ্টা করলেন সেগুলো ঠেলে-ঠুলে চাপাচাপি করে রাখতে। তাতে আরো

www.kalpataruboi.org

বেশি জিনিস পড়ে গেল।

আমি বললাম, 'মা, এখান থেকে কয়েকটা পুরোনো নরম খেলনা জীবজন্তু সরিয়ে অন্য কোথাও রাখো না কেন? তাহলে নতুন জন্তুগুলোর জন্য আরো কিছু বেশি জায়গা পাওয়া যাবে।'

'না-আআআ!' মা কাতর স্বরে বললেন। 'সেগুলো সবই অত্যন্ত মূল্যবান!' এরপর তিনি ঘণ্টার পর ঘণ্টা ধরে তাঁর শেল্‌ফে প্রত্যেকটি জিনিস ঠিকঠাক করে রাখার জন্য কাজ করে গেলেন।

একেই বলে চাপ। অনেক সময় আমরা সবকিছু আমাদের মস্তিষ্কে ঠিকভাবে রাখতে পারি না। আমরা আরো একটা জিনিস সেখানে রাখার চেষ্টা করি, এবং অন্যগুলো ছড়িয়ে ছিটিয়ে পড়ে যায়, যেমনটা ঘটে আমার মায়ের শেল্‌ফে। শীঘ্রই শেল্‌ফটির ওপর এভাবে ভার অধিক হয়ে যায় এবং সেটি ভেঙে পড়ে। মস্তিষ্কের ক্ষেত্রে, একেই বলে মানসিক ভারসাম্যচ্যুতি। আমরা যদি বুঝতে পারি যে, কী ঘটতে যাচ্ছে, তাহলে এ ধরনের যন্ত্রণা সহজেও এড়িয়ে যাওয়া যায়।

আমার মা যখন একটি নতুন উপহার পেতেন, তখন তাঁর জন্য ভালো হতো যদি তিনি পুরোনোটি কোনো বন্ধুকে অথবা দাতব্য প্রতিষ্ঠানকে দিয়ে দিতেন। তাহলে তাঁর শেল্‌ফেই যে যথেষ্ট জায়গা হতো শুধু তা নয়, নতুন উপহারটিকে তাঁর মনোযোগ আকর্ষণের জন্য প্রতিযোগিতায় নামতে হতো না এবং তিনিও অধিক আনন্দ উপভোগ করতে পারতেন।

আমাদের জীবনে যখন কোনো নতুন অভিজ্ঞতার সূচনা ঘটে, তখন পুরোনো স্মৃতিগুলোকে যেতে দেওয়াই ভালো। কখনো বলবেন না, 'না-আআআ! সেগুলো অনেক বেশি মূল্যবান!' যেমন আমার মা বলতেন। আপনার মস্তিষ্কের শেল্‌ফ পরিষ্কার করে ফেলুন। তাহলে আমাদের মাথায় আর কোনো চাপ থাকবে না। নতুন কাজটিকে আমাদের মনোযোগ পাওয়ার জন্য প্রতিযোগিতায় নামতে হবে না এবং সেটি আমরা আরো বেশি উপভোগ করতে পারব।

আমাদের মন হওয়া উচিত একটি খালি শেল্‌ফের মতো। তাতে সব সময় বর্তমান নামে অভিহিত নতুন উপহারটির জন্য যথেষ্ট জয়গা থাকা উচিত।

৬২. বিড়ালের গায়ে সাতবার হাত বুলানো—*ক্ষমাশীলতা*

আমাদের বিহারের নিয়মকানুন কড়া। বৌদ্ধভিক্ষু হওয়ার জন্য এখানে দু'বছরের নিয়মতান্ত্রিক প্রশিক্ষণের প্রয়োজন হয়। আমি একে বলি, 'মন

www.kalpataruboi.org

নিয়ন্ত্রণ।' এমনকি প্রশিক্ষণের প্রথম বছরেও শিক্ষানবিশ ভিক্ষুকে প্রতিদিন দুপুর থেকে পরদিন ভোর পর্যন্ত কোনো চর্ব্যজাতীয় খাবার না খাওয়ার নিয়ম পালন করতে হয়।

একদিন সকালে এ রকম একজন প্রশিক্ষণাধীন শ্রামণ আমার সঙ্গে দেখা করতে এলেন। তিনি ছিলেন একজন ইংরেজ। তিনি ছিলেন মধ্যবিংশতি বৎসর বয়সের যুবক। তিনি আমাকে বললেন যে, আগের দিন তিনি একটি খুবই গর্হিত কাজ করেছেন। সেজন্য আগের রাতে তিনি ঘুমাতে পারেননি। তিনি আমার কাছে এসেছেন তাঁর এই অপরাধের কথা স্বীকার করতে।

তিনি যেহেতু আমার চোখের দিকে তাকাতে লজ্জা বোধ করছিলেন সেজন্য মাথা নিচু করা অবস্থাতেই স্বীকার করলেন যে, আগের দিন বিকেল বেলা তিনি ক্ষুধার্ত বোধ করছিলেন। তাই তিনি সবার অলক্ষ্যে বিহারের রান্নাঘরে ঢুকে একটি স্যান্ডউইচ তৈরি করে সেটি খেয়েছিলেন। তাঁর প্রশিক্ষণকালের একটি নিয়ম তিনি ভেঙেছেন।

"খুব ভালো," আমি তাঁকে বললাম, "এটা খুব ভালো যে, আপনি সৎ থাকছেন এবং আমার কাছে আপনার অপরাধ স্বীকার করেছেন। এখন থেকে, আমাদের সকাল এগারোটার দুপুরের খাবারের সময় আপনি একটু বেশি খাওয়ার চেষ্টা করবেন, এবং এরপরও যদি আপনি ক্ষুধার্ত বোধ করেন তাহলে আপনি তখন ফলের রস খেতে পারেন অথবা মধু দ্বারা তৈরি পানীয় খেতে পারেন। এগুলো সবই খাওয়া যায়। আপনি এমনকি কিছু কালো চকলেটও খেতে পারেন। আমাদের নিয়মে সেটিও খেতে পারেন আপনার যত ইচ্ছা। এখন আপনি আসুন।"

"কি?" তিনি উত্তর দিলেন। "আপনি কি আমাকে কোনো শাস্তি দেবেন না?"

"না," আমি বললাম। "বৌদ্ধ বিহারগুলিতে আমরা কাউকে কোনো শাস্তি দিই না।"

"সেটা খুব ভালো কথা নয়," তিনি বলতে লাগলেন, "আমি আমাকে চিনি। আপনি যদি আমাকে কিছু প্রায়শ্চিত্ত করতে না দেন, তাহলে আমি মোটামুটি নিশ্চিত যে, একই অপরাধ আমি আবার করব।"

তিনি আমাকে বিব্রত অবস্থায় ফেলছিলেন। যে ব্যক্তি বিশ্বাস করেন যে, কেবল শাস্তিই একজন মানুষকে সুশৃঙ্খলপরায়ণ হওয়ার প্রশিক্ষণ দিতে পারে, তার সঙ্গে আপনি কিভাবে ব্যবহার করবেন? তখন আমার মাথায় একটি ভাবনা এলো।

www.kalpataruboi.org

আগের দিন আমি অস্ট্রেলিয়ার প্রথমদিকের জীবন নিয়ে লেখা রবার্ট হিউজের (Robert Hughes) ঐতিহাসিক উপন্যাস *দি ফ্যাটাল শোর* (The Fatal Shore) পড়ছিলাম। সে বইতে, দণ্ডিত ব্যক্তিদের দি ক্যাট অব নাইন টেইলস (The Cat of Nine Tails) অথবা সংক্ষেপে 'দি ক্যাট' (The Cat) নামে একটি ভয়ানক চাবুক ব্যবহার করে অত্যন্ত নির্মম শাস্তি দেওয়ার বর্ণনা রয়েছে।

"ঠিক আছে," আমি সেই দোষী শ্রামণকে বললাম, "আমি আপনাকে শাস্তি দেব, অস্ট্রেলিয়ার ঐতিহ্যবাহী একটি শাস্তি। আমি আপনাকে বিড়ালের পঞ্চাশটি মৃদু আঘাতের শাস্তি দেব।" বেচারা শ্রামণের মুখের রঙ কালো হয়ে গেল। তাঁর ঠোঁটগুলি কাঁপতে লাগল (বলা যায়, ইংরেজের শক্ত উপরের ঠোঁট)। তিনি চিন্তা করছিলেন, "ওহ্, না! ভিক্ষু মহোদয় আমাকে চাবুক দিয়ে মারবেন। প্রায়শ্চিত্ত বলতে আমি তা বলতে চাইনি।"

তিনি যেহেতু বৌদ্ধধর্মে নতুন দীক্ষিত হয়েছেন, সেজন্য তিনি সত্য সত্যই বিশ্বাস করেছিলেন যে, স্যান্ডউইচ চুরির অপরাধে তাঁকে চাবুক দিয়ে মারা হবে। তখন আমি তাঁকে ব্যাখ্যা করে বললাম, বৌদ্ধবিহারে বিড়ালের পঞ্চাশটি টোকা বলতে কী বুঝায়।

সে সময়ে আমাদের দুটি বিড়াল ছিল। "ঐ দুটি বিড়ালের মধ্যে একটি খুঁজে বের করুন এবং তার গায়ে পঞ্চাশটি আদরের টোকা দিন," আমি তাঁকে বললাম। "বিড়ালের গায়ে আদরের টোকা দিতে দিতে করুণার কিছু শিখে নিন। তাহলেই আপনি হয়তো শিখে যাবেন কী করে নিজেকে ক্ষমা করতে হয়।"

তিনি তাঁর শাস্তি অত্যন্ত ভালোভাবে গ্রহণ করেছিলেন। আমাদের বিড়ালটিও তাই।

৬৩. সামরিক বাহিনীতে সর্বোত্তম শৃঙ্খলার জেনারেল—*অনুশীলন*

চাইনিজ আর্ট অব ওয়ার নামক ধ্রুপদী গ্রন্থটিতে চীনের রাজকীয় বাহিনীতে সর্বোত্তম শৃঙ্খলার সেনাদলের নায়ক এক জেনারেল সম্পর্কে একটি গল্প আছে। সম্রাট তাঁকে ডেকে পাঠিয়ে জানতে চাইলেন, তাঁর সৈন্যরা কেন সব সময় তাঁর আদেশ পালন করে।

"তারা সব সময় আমার আদেশ মেনে চল," তিনি বললেন, "কারণ আমি তাদের সব সময় সেই কাজটিই করতে বলি যেটি তারা ইতোমধ্যেই করতে চেয়েছে।"

www.kalpataruboi.org

কি করে একটি সৈনিক সকালে এত ভোরে ঘুম থেকে উঠতে চায়? কি করে তারা প্রচণ্ড পরিশ্রমের প্রশিক্ষণ সেশনের জন্য আগ্রহ নিয়ে অপেক্ষা করতে পারে? এবং তারা কি করে সেই যুদ্ধের জন্য ব্যগ্র হতে পারে যে যুদ্ধে তারা আহত হবে অথবা মারা যাবে?

এর উত্তর হলো, জেনারেল এমন একজন দক্ষ উপদেশক ছিলেন যে, এমনকি তিনি আদেশ দেওয়ার আগেই তাঁর সৈন্যরা সে আদেশ সম্পর্কে নিশ্চিত প্রত্যয়ী থাকত।

তারা খুব ভোরে উঠতে ও প্রশিক্ষণ নিতে চাইত। বীরত্ব ও দেশপ্রেম বিষয়ে উদ্দীপনামূলক বর্ণনার দ্বারা তাদের মন এমনভাবে তৈরি করা হয়েছিল যেন তারা সে কারণে যুদ্ধে যেতে চায়। এটাই ছিল তাদের নিখুঁত শৃঙ্খলার গোপন কথা। তাদের ছিলেন একজন প্রেরণা সঞ্চারকারী নেতা যিনি তাদের যেকোনো কিছু বোঝাতে ও বিশ্বাস করাতে পারতেন।

এজন্যই, শাস্তি দ্বারা কদাচিৎ শৃঙ্খলাপরায়ণ করা যায়। বরং এর দ্বারা মানুষ এমন চাতুর্য শিখতে পারে যাতে তারা ধরা না পড়ে। কিন্তু আপনি যখন আপনার ছেলেকে শাস্তির পরিবর্তে বরং বুঝিয়ে বলতে পারেন যে তার রাতে তাড়াতাড়ি বাড়ি ফেরা উচিত যাতে লেখাপড়ার ব্যাঘাত না ঘটে তাহলে আপনি তাকে শৃঙ্খলাপরায়ণ করতে পারবেন।

৬৪. মেয়েবন্ধুর ক্ষমতা—*জ্ঞান*

আমার এক বন্ধুর ছেলে সপ্তাহের মধ্যে বেশির ভাগ সময়ই তার বান্ধবীর সঙ্গে অনেক রাত পর্যন্ত বাইরে থাকত। এর ফলে বিশ্ববিদ্যালয়ে তার গ্রেডগুলো নিচে নেমে যাচ্ছিল। তার বয়সী অধিকাংশ ছেলের মতো সেও তার মা-বাবার কথায় মোটেই কান দিত না। তার বাবা ছিলেন একজন চতুর লোক। তাই তিনি তাঁর ছেলেকে শৃঙ্খলাপরায়ণ করতে অন্য একটি উপায় খুঁজে বের করলেন।

একদিন খুব ভোরে যখন তাঁর ছেলে তার বান্ধবীকে নিয়ে সারা রাত ক্লাবে কাটাবার পর বাড়িতে ফিরে এলো, তখন তিনি তাদের অপেক্ষায় বাড়ির বাইরে দাঁড়িয়ে ছিলেন।

"ভেতরে এসো," তিনি তাদের দুজনকে বললেন। তাঁর ছেলে ভাবল, বাবা খুব বড় কোনো সমস্যায় পড়েছেন। কিন্তু তিনি তাঁর ছেলের সঙ্গে কোনো কথাই বললেন না। এর পরিবর্তে তিনি ছেলের বান্ধবীর সঙ্গে কথা বললেন। সেটা অনেকটা এ রকম :

www.kalpataruboi.org

"তুমি অনেকদিন ধরে আমার ছেলের সঙ্গে বাইরে ঘুরে বেড়াচ্ছ। আমি জানি না, তোমাদের মনে কী পরিকল্পনা আছে। তবে তোমরা হয়তো একদিন বিয়ে করার সিদ্ধান্তও নিতে পার। যদি তা হয়, তাহলে, আমি ঠিক নিশ্চিত নই, তুমি হয়তো এমন কাউকে স্বামী হিসেবে চাইবে না যে তার স্নাতক ডিগ্রি অর্জনে ব্যর্থ হয়েছে এবং সেজন্য ভালো কোনো চাকরিও পাবে না। আমার ছেলে যদি এভাবে অনেক রাত পর্যন্ত বাইরে থাকে, তাহলে সে রকম ঘটার সম্ভাবনাই বেশি। সে কি তোমাকে বলেছে যে, তোমার সঙ্গে বাইরে যাওয়া শুরু করার পর থেকে তার গ্রেড সাংঘাতিকভাবে নিচে নেমে আসছে, যা ফেল করার প্রায় কাছাকাছি?"

"না," মেয়েটি তার বন্ধুর দিকে দোষারোপ করার ভঙ্গিতে তাকিয়ে বলল। "আমি জানতাম না।"

"আমি ভেবেছি যে এসব কথা আমার তোমাকে বলা উচিত," ছেলেটির বাবা বললেন। "শুভরাত্রি" বলে তিনি তাদের দুজনকে সেখানে একা রেখে চলে এলেন।

সে রাতের পর থেকে, ছেলের বান্ধবী তাদের দুজনের তাড়াতাড়ি বাড়িতে ফিরে আসার ব্যাপারটি নিশ্চিত করল এবং সে তার ছেলেবন্ধুর গ্রেডের ওপরও কড়া দৃষ্টি রাখল। সেগুলোর নাটকীয় উন্নতি ঘটল। এর ফলে ছেলেটি তার ডিগ্রিও শেষ করতে পারল। এখন সে ভালো একটা চাকরি পেয়েছে।

অতএব, আপনার যদি এমন কোনো উচ্ছৃঙ্খল ছেলে থাকে যে তার বাবা-মায়ের কথা শোনে না, তাহলে তার বান্ধবীর ক্ষমতা ব্যবহারের চেষ্টা করুন। তাকে আপনার আস্থায় নিন এবং আপনার উদ্দেশ্যসাধনে তাকে হাতিয়ার হিসেবে ব্যবহার করুন। অথবা আপনার মেয়ের ছেলেবন্ধুকে ব্যবহার করুন তাকে ঠিক পথে চালানোর জন্য।

৬৫. প্রতিদিন সকালে বিশ বার ঊর্ধ্ব-প্রেরণ—*অনাত্ম*

আজকালকার দিনে লোকেরা বাস্তবিকই শারীরিক সুস্থতা ও সক্ষমতা রাখার ব্যাপারে তৎপর থাকে। শরীর সুস্থ সবল রাখার জন্য তারা তাদের অবসর সময়ের বেশ বড় একটা অংশ জিমন্যাসিয়ামে কাটায়, অথবা খেলাধুলা করে ব্যয় করে। তবুও তাদের মধ্যে অস্বাস্থ্যকর আবেগগুলি রয়ে গেছে। খুব সহজেই তারা রেগে যায় অথবা বিমর্ষ হয়ে পড়েন।

তাই, সুস্থ আবেগের বিকাশসাধনের জন্য আমি একটি সরল অনুশীলন তৈরি করেছি এবং সেটা আমি শিখিয়ে যাচ্ছি।

www.kalpataruboi.org

প্রতিদিন সকালে বিশবার উর্ধ্ব-প্রেরণ

সকালে টয়লেটের কাজ ও দাঁত ব্রাশ করা শেষ করার পর উষ্ণ, নরম ম্যাটের ওপর একটি আয়নার সম্মুখে পা দুটি ১৫ ইঞ্চি ফাঁক করে দাঁড়ান। শরীরের টান টান ভাবটা ঝেড়ে ফেলার জন্য তিন কি চারবার গভীরভাবে নিশ্বাস নিন ও সে নিশ্বাস বের করে দিন। এবার আপনার হাত দুটি আপনার মুখ বরাবর তুলুন। আপনার দুই হাতের দুই তর্জনী আপনার মুখের দুই কোনায় রাখুন। এরপর আপনার দিকে তাকিয়ে উপরের দিকে ঠেলে ধরুন—এক।

এবার তিন সেকেন্ডের জন্য আপনার মুখটিকে স্বাভাবিক অবস্থানে ফিরে আসতে দিন। তারপর আবার উপরের দিকে ঠেলে ধরুন—দুই।

এভাবে বিশবার উপরের দিকে ঠেলে ধরুন। এ সংখ্যা কমাবেন না।

এতে প্রতিদিন সকালে আপনি যে শুধু নিজের দিকে তাকিয়ে হাসবেন তা নয়, বরং আপনার মুখের কোনার দিকের মাংসপেশিগুলোরও এতো কার্যকর ব্যায়াম হবে যে, জীবনের প্রতি তাকিয়ে হাসাটা সহজ হবে, এবং আগের চেয়ে বেশিক্ষণ হাসতে পারবেন। আপনার মুখের মাংসপেশিগুলোও ক্লান্ত হবে না।

এটা প্রশিক্ষণ, আর কিছু নয়।

৬৬. যাদের ওজন অত্যধিক তাদের জন্য—*চিন্তন*

আমি যখন বালক ছিলাম, তখন সামান্য একটু গোলমাল হওয়াকে স্বাস্থ্য ও নিরুদ্বেগ সুখের পরিচয় বলে গণ্য করা হতো। এ ছাড়াও যে আধ্যাত্মিক আইকন সে সময় আমাকে তাঁর দয়াশীলতা ও সামাজিক সচেতনতার দ্বারা উদ্বুদ্ধ করেছিলেন তিনি হলেন রবিন হুড টিভি সিরিজের ফ্রায়ার টাক। তিনি যেমন মোটা ছিলেন, তেমনি ছিলেন জ্ঞানী ও খুব হাসিখুশি। এ ধরনের সাধুসন্তের অনুসরণই আমার আকাঙ্ক্ষা ছিল।

আজকালকার দিনে আমরা সবাই রোগা-পাতলা এবং গুরুগম্ভীর হতে চাই।

আমি তখন আমার বড়োসড়ো পেটটির আকার নিয়ে উদ্বিগ্ন হতে শুরু করেছি। সে সময় এক সন্ধ্যায় পার্থে আমার বিহারে একজন চীনা মহিলা এলেন এবং সৌভাগ্যের জন্য আমার পেট মালিশ করতে শুরু করে দিলেন! তখন আমি জরুরি কিছু গবেষণার কাজ করলাম।

আমি দেখলাম, বৈজ্ঞানিক পরীক্ষা-নিরীক্ষা সন্দেহাতীতভাবে দেখিয়েছে যে, যখন কেউ সুখী থাকে, বিশেষত হাসে, তখন শরীরের রক্তনালিগুলো উল্লেখযোগ্যভাবে প্রসারিত হয়। কিন্তু যখন কেউ দুঃখ ও দুশ্চিন্তার মধ্যে

www.kalpataruboi.org

থাকে, তখন সে অত্যন্ত কৃশকায় হয়ে পড়ে।

এ থেকে অনেক ব্যাখ্যা পাওয়া গেল। আপনারা কি লক্ষ করেননি যে, অধিকাংশ মোটা মানুষ সান্তা ক্লজ-এর মতো বেশ হাসিখুশি ও দয়ালু? এটা নিশ্চয়ই তাঁরা সহজেই ও প্রায়শ হাসতে পারেন বলে। তার কারণ হলো, তাঁদের শরীরের রক্তনালিগুলো সুপার-হাইওয়ের মতো প্রসারিত হয়ে গেছে, যাতে সব মন্দ কোলেস্টেরোল ও অন্যান্য খারাপ জিনিস সহজেই পার হয়ে যেতে পারে। কিন্তু মোটা লোকদের মধ্যে যারা দুঃখী তাদের রক্তনালিগুলো সঙ্কীর্ণ, এবং এজন্যই সেগুলি সহজে রুদ্ধ হয়ে পড়ে ও তারা সবাই অনেক আগেই মারা যায়। বেঁচে থাকে কেবল মোটাসোটা সুখী মানুষগুলো।

অতএব এই বইয়ের লেখকের মতো যাঁরা অধিক ওজনসম্পন্ন তাঁদের উচিত অনেক বেশি হাসাহাসি করা। আপনার ধমনিগুলোর ওপর এর প্রসারণমূলক প্রভাব হয়তো আপনার জীবন রক্ষা করবে।

দৃষ্টান্ত হিসেবে, বিখ্যাত আমেরিকান কমেডিয়ান জর্জ বার্নসকে তাঁর নবতিপর বয়সের কোনো এক জন্মদিনে এক সাক্ষাৎকারে যখন প্রশ্ন করা হয় তাঁর জীবনযাপনের ধরন সম্পর্কে, তখন তিনি যে উত্তর দিয়েছিলেন তা এই রকম :

"জর্জ, আপনার বয়স এখন নব্বইয়ের ঘরের শেষের দিকে এবং আপনি এখনো শেষ রাত পর্যন্ত নাইক্লাবে থাকেন, মোটামুটি উল্লেখযোগ্য পরিমাণ স্কচ হুইস্কি খান, বাক্সভর্তি সিগার ফুঁকে চলেন এবং চর্বিযুক্ত খাবার খান। আপনার স্বাস্থ্যের ব্যাপারে কি আপনার কোনো চিন্তা নেই?"

"মোটেই না," উত্তর দিয়েছিলেন জর্জ। "আমার স্ত্রী সব সময় আমার স্বাস্থ্য আর জীবনযাপন নিয়ে উদ্বিগ্ন থাকতেন। সেজন্যই তিনি অনেক বছর আগে মারা গেছেন!"

৬৭. মানসিক চাপের উৎস—*যেতে দেওয়া*

২০১০ সালে ব্রিসবেনে ওয়ার্ল্ড কম্পিউটার কংগ্রেসে মূল বক্তৃতা দেওয়ার জন্য আমাকে আমন্ত্রণ জানানো হয়েছিল। কম্পিউটার বিষয়ে আমি কিছুই জানতাম না। কিন্তু 'আমি যা বলছি সে বিষয়ে আমি জানি না'-এর মতো তুচ্ছ বিবরণ আমাকে এই দাওয়াত গ্রহণ থেকে বিরত রাখতে পারেনি।

আমার বক্তৃতার সময় আমি আমার পানির গ্লাস তুলে ধরে আমার শ্রোতা-দর্শকদের জিজ্ঞেস করেছিলাম, "এই গ্লাসটা কত ভারী?"

তাঁরা কোনো উত্তর দেওয়ার আগেই আমি আমার বক্তৃতা অব্যাহত রেখে

www.kalpataruboi.org

বলেছিলাম, "আমি যদি এভাবে আমার গ্লাসটা ধরে রাখি, তাহলে পাঁচ মিনিট পর আমার বাহুর ব্যথাটা উল্লেখযোগ্য পরিমাণ হয়ে উঠবে আর আমি হয়ে যাব একজন অত্যন্ত নির্বোধ বৌদ্ধভিক্ষু!"

"তাহলে আমার কী করা উচিত?"

"যখন পানির গ্লাসটা আমার কাছে আরামে ধরে রাখার পক্ষে বেশ ভারী মনে হবে, তখন এক মিনিটের জন্য তা নামিয়ে রাখা উচিত হবে। আমার হাতকে ষাট সেকেন্ড বিশ্রাম দিয়ে আমি গ্লাসটি আবার তুলে নিতে পারি এবং সহজভাবে তা আবার বহন করতে পারি। আপনারা যদি আমার কথা বিশ্বাস না করেন, তাহলে বাড়িতে এটা আপনারা নিজেরা করে দেখতে পারেন।

"আপনার কাজের জায়গার মানসিক চাপের উৎসও এখানেই। এক সঙ্গে কত কাজ আপনাকে করতে হয় অথবা আপনার দায়িত্ব কত গুরুভার অর্থাৎ আপনার পানির গ্লাস কত ভারী—এর সঙ্গে কোনো সম্পর্ক নেই। এর সঙ্গে পুরোপুরি সম্পর্ক রয়েছে গ্লাসটি যখন অত্যন্ত ভারী বোধ হবে তখন সেটি কীভাবে নামিয়ে রাখতে হবে এবং আবার সেই বোঝা তুলে নেওয়ার আগে একটুখানি বিশ্রাম নেওয়ার বিষয়টি না জানা।"

আমার এই পরামর্শ এত বেশি সমাদৃত হয়েছিল যে, অস্ট্রেলিয়ার একমাত্র জাতীয় দৈনিক দ্য অস্ট্রেলিয়ান-এ সেটি ছাপা হয়েছিল এবং সেখান থেকে তা চলে গিয়েছিল দ্য অস্ট্রেলিয়ান স্টক এক্সচেঞ্জ ওয়েবসাইটে।

যখন আপনি চাপ অনুভব করবেন তখন 'বোঝাটি নামিয়ে রেখে' একটু বিশ্রাম গ্রহণের বিষয়টি যদি না শেখেন, তাহলে আপনার কাজের মান নেমে যাবে, কাজের পরিমাণ অনেক কমে যাবে এবং আপনার চাপের লেভেলগুলি বাড়বে। কিন্তু, আপনি যদি দিনের মধ্যভাগে আধঘণ্টার কর্মবিরতি নেন, তাহলে এভাবে হারানো ত্রিশ মিনিট আপনি শিগগিরই ফিরে পাবেন স্বল্পতর সময়ে অধিকতর উচ্চ মানের কাজ সম্পূর্ণ করার মাধ্যমে। দৃষ্টান্ত হিসেবে বলা যায়, চার ঘণ্টার কাজ আপনি শেষ করবেন তিন ঘণ্টায় এবং আপনার কাজের মান ভালো হবে। পানির গ্লাস নামিয়ে রাখা, অতএব, মূল্যবান সময় নষ্ট করার মতো কোনো ব্যাপার নয়, বরং এটি হচ্ছে বিনিয়োগ যা পরে ফেরত আসে আপনার মস্তিষ্কের বর্ধিত দক্ষতার মাধ্যমে।

আমার এই পরামর্শ পরে হার্বার্ড বিজনেস স্কুল ব্লগ-এ বেরোয়। অতএব, যে বিষয়ে আমি বলছি সে বিষয়ে হয়তো আমি কিছু জানি।

www.kalpataruboi.org

৬৮. আধা-শিট কাগজ—*করুণা*

বহু বছর আগে, আমি নিচের এই অনুপ্রেরণামূলক গল্পটি শুনেছিলাম, যে গল্পে বর্ণিত হয়েছে কীভাবে এক ব্যক্তি তাঁর ক্রোধ এবং আত্মসম্মানবোধের অভাবকে জয় করেছিলেন।

এক বিধবা তাঁর স্বামীর শেষকৃত্যানুষ্ঠানের সময় তাঁর প্রশংসাসূচক বর্ণনা প্রদান করছিলেন। তিনি কুকুরের কানের আকৃতিতূল্য আধা-শিট ওয়ালেটে এই কাগজটি রাখতেন এবং এটি তাঁকে অন্যের প্রতি ক্রুদ্ধ হওয়া অথবা নিজের প্রতি নেটিবাচক হওয়া থেকে রক্ষা করে এসেছে।

তাঁর স্বামী তাঁকে বলেছেন, তরুণ বয়সে যখন তিনি শুধু বালকদের জন্য পরিচালিত একটি হাই স্কুলের ছাত্র ছিলেন, তখন তাঁদের ক্লাসরুমে বড় ধরনের একটি মারামারি শুরু হওয়ার উপক্রম হয়েছিল। বেশ কদিন ধরে এটি ঘনিয়ে উঠছিল। শিক্ষয়িত্রী মহোদয়া তাঁর কর্তৃত্ব আরোপের শেষ সুযোগ ব্যবহার করে প্রতিটি ছেলেকে তাদের ডেস্কে বসে থাকতে এবং তাদের একসারসাইজ বুক থেকে একটি করে পাতা সাবধানে ছিঁড়ে নিতে বলেছিলেন। এরপর তিনি তাদের বলেছিলেন, কাগজটি একেবারে মাথায় সেই ছেলেটির নাম লিখতে ক্লাসে যাকে সে সবচাইতে বেশি ঘৃণা করে। তারা সবাই তাঁর আদেশ মেনে তা করেছিল। এরপর তিনি তাদের বলেছিলেন, কাগজটির মাঝখানে পরিষ্কারভাবে উপর থেকে নিচে একটি লাইন টানতে এবং লাইনটির বাম দিকে সেই ছেলেটিকে কেন সে এত বেশি ঘৃণা করে তার কারণগুলি লিখতে। তাঁর ক্লাসের ছেলেরা সবাই আনন্দের সাথে তাঁর সে নির্দেশও অনুসরণ করেছিল।

"এখন!" তিনি দিয়েছিলেন, "লাইনটির ডান পাশে তুমি যে ছেলেটিকে সবচেয়ে বেশি ঘৃণা কর তার যেসব গুণের তুমি তারিফ ও সম্মান কর সে গুণগুলির কথা লেখ।"

সে কাজটি ছেলেগুলির জন্য ছিল খুব কঠিন একটা কাজ। কাজটি শেষ করার জন্য তাঁকে ওদের চাপ দিতে হয়েছিল।

"তোমার কাগজটি উপর-নিচ লাইন বরাবর ভাঁজ কর," শিক্ষিকা তাঁর পরবর্তী নির্দেশে বলেছিলেন, "এবং সে ভাঁজ বরাবর ছিঁড়ে ফেল। ময়লা ফেলার ঝুড়ি নিয়ে আমি তোমাদের সবার কাছে আসব। বামদিকের যে কাগজে তোমরা তোমাদের শত্রুকে যেজন্য ঘৃণা কর তা লিখেছ, সেটি তোমরা ময়লা ফেলার ঝুড়িতে ফেলবে। আর ডানদিকের যে কাগজে তোমরা তোমাদের শত্রুকে যেজন্য প্রশংসা ও সম্মান কর তা লিখেছ; সেটি খুব

www.kalpataruboi.org

বিনয়ের সঙ্গে সেই শত্রু ছেলেটিকে দেবে। এবার সে কাজটি কর।"

বিধবা মহিলাটি বলেছিলেন, যে পুরোনো আধা-শিট কাগজটি তিনি তুলে ধরেছেন সেটি হচ্ছে সেই ডানদিকের কাগজ যেটি তাঁর স্বামীর হাই স্কুলের সবচেয়ে বড় শত্রু ছেলেটি তাঁকে দিয়েছিল। এই কাগজে ছিল তাঁর স্বামীর তরুণ বয়সে সেসব গুণের কথা যেসব গুণের জন্য তাঁকে প্রশংসা ও সম্মান করার কথা তাঁর শত্রু ছেলেটি লিখেছিল।

তাঁর স্বামীর যখন রেগে যাওয়ার উপক্রম হতো তখন তিনি এই আধা-শিট কাগজটির কথা বলতেন। এটি যদি তাঁর সবচেয়ে বড় শত্রুর দৃষ্টিতে তাঁর কথা হয়, তাহলে তিনি নিজেও তাঁর শত্রুদের মধ্যে কিছু গুণ উদ্ধার করতে পারেন। এরপর যখন তিনি বিমর্ষ হওয়ার কাছাকাছি চলে যেতেন, তখন তিনি ভাবতেন, যদি আমার শত্রু প্রশংসা করার মতো এমন চমৎকার কিছু বৈশিষ্ট্য আমার মধ্যে দেখতে পায়, তাহলে হয়তো আমিও সেগুলি দেখতে পাব। এজন্যই তিনি সারাজীবন সেই আধা-শিট কাগজটি তাঁর সঙ্গে রেখেছিলেন। এটি তাঁকে একজন পরিতুষ্ট মানুষে পরিণত করেছিল।

অতএব, আপনি যদি নিজেকে পছন্দ না করেন, তাহলে এক শিট কাগজ বের করুন, এক মাঝ বরাবর উপর-নিচ একটি রেখা টানুন, বামদিকে লিখুন আপনার নিজের যেসব বিষয় আপনি পছন্দ করেন না এবং ডান দিকের বিষয়গুলো আপনাকে অবশ্যই লিখতে হবে। এরপর কাগজটি মাঝ বরাবর দু'ভাগে ছিঁড়ে ফেলুন। বামদিকেরটা ফেলে দিন এবং ডানদিকের অংশটা রেখে দিন। এর কথা নিয়মিত স্মরণ করবেন। এটি আপনাকে আত্মসম্মানবোধ যোগাবে এবং মনোবিদদের কাছে না গিয়ে অনেক টাকাও আপনি বাঁচাতে পারবেন।

৬৯. বড় ঝামেলা মোকাবেলা—*অনাত্ম*

মালয়েশিয়ায় শিক্ষকতা করার সময় আমার আমন্ত্রণকর্তারা একবার আমার কাছে জানতে চাইলেন, তাঁদের এক বন্ধু একটা বেশ বড় ঝামেলায় পড়েছেন এবং আমি তাঁকে দেখব কি না। সেই ভদ্রমহিলা মনোবিদ ও বিশেষ ধরনের চিকিৎসকদের কাছে গেছেন, কিন্তু তাঁদের কেউই তাঁকে সাহায্য করতে পারেননি। তাঁরা ভেবেছেন, সম্ভবত আমি তাঁকে সাহায্য করতে পারব।

তাঁর সমস্য কী তা আমি জানতাম না, কিন্তু আমি জানতাম, যদি সবচেয়ে ভালো পেশাজীবী চিকিৎসকরা তাঁকে সাহায্যে করতে সমর্থ না হয়ে থাকেন, তাহলে আমাকে ভিন্ন ধরনের কিছু একটা করতে হবে। বস্তুত, একজন

www.kalpataruboi.org

বৌদ্ধভিক্ষুর পক্ষে 'বাক্সের বাইরে' ধরনের চিন্তা করা কঠিন কিছু নয়, কারণ আসলে আমরা বাক্সের বাইরেই বাস করে থাকি।

যখন সেই মহিলা আমার সঙ্গে দেখা করতে এলেন, তখন আমার মনকে আমি সকল প্রকার চিন্তা থেকে মুক্ত করে নিলাম। একজন পেশাদার মীমাংসক হিসেবে সে কাজটি করা আমার পক্ষে সহজ ছিল। এরপর তিনি আমাকে বলতে শুরু করলেন, কীভাবে তিনি নির্মমভাবে নির্যাতিত হয়েছেন।

তিনি তাঁর মর্মান্তিক কাহিনী শেষ করার পর, আমি শুনতে পেলাম, আমার শূন্য মন থেকে আমার মুখের মাধ্যমে এই কথাগুলি বেরিয়ে এলো :

"আপনি অত্যন্ত সৌভাগ্যবতী যে এভাবে আপনি নির্যাতিত হয়েছেন।"

আমি যা বললাম তাতে আমি নিজেই মর্মাহত হলাম। আমার সামনে বসে-থাকা মহিলা এমনকি আরো বেশি স্তম্ভিত হলেন। এই শব্দগুলি পূর্বচিন্তিত ছিল না। এগুলো আমার মনের অত্যন্ত শান্ত একটি জায়গা থেকে নিজেরাই বেরিয়ে এসেছে। শিগগিরই আমি সেগুলোর অর্থ বুঝতে পারলাম। আমি মহিলাকে বললাম :

"আপনার ওপর যে নির্যাতন হয়েছে এবং আপনার অনুভূতি কী হচ্ছে তা হলো কখনো ধারণা করতে পারব না। কিন্তু আমি যা দেখতে পেলাম তা হলো, আপনার ভেতরে যথেষ্ট পরিমাণে আধ্যাত্মিক শক্তি রয়েছে। আপনি আপনার এই মর্মান্তিক অনুভূতির ভেতর থেকে বেরিয়ে আসার পথ খুঁজে পাবেন, এবং যখন আপনি তা পাবেন, তখন আপনি এমন কিছু বলতে সমর্থ হবেন যা আমি এখন বলতে অসমর্থ। আপনি অন্য আরেকজন যিনি নির্যাতনের শিকার হয়েছেন তাঁর চোখের দিকে গভীরভাবে তাকাতে পারবেন এবং তাঁকে বলতে পারবেন, 'আমি বুঝতে পারছি আপনার অনুভূতি কেমন, কারণ আমিও এরূপ অবস্থার শিকার হয়েছি।' এরপর আপনি এমনকি আরো বেশি কিছু করতে পারবেন। আপনি তাঁকে এ থেকে বেরিয়ে আসার কথা বলতে পারবেন এই বলে যে, 'আমার হাত ধরুন। আমি জানি কীভাবে এই ভয়াবহ গহ্বর থেকে বেরিয়ে আসা যায়।' এ কাজটি আমি কখনো করতে পারব না। সে কথাই আমি বুঝাতে চেয়েছি, যখন আমি বলেছিলাম, 'আপনি সৌভাগ্যবতী যে আপনি নির্যাতিত হয়েছেন।' পরবর্তীকালে আপনি অনেককে সাহায্য করতে পারবেন।"

নির্যাতিতা মহিলাটি আমার কথা অনুধাবন করতে পারলেন। যেভাবেই হোক না কেন, আমার কথাগুলি সেই ভয়ঙ্কর অভিজ্ঞতাকে একটি অর্থ দিতে পেরেছে এবং তাঁকে একটি গুরুত্বপূর্ণ কাজও দিয়েছে। সে কাজ কেবল তাঁর

www.kalpataruboi.org

নিজের জন্য নয়, বরং তা আরো অনেককে সান্ত্বনা দেওয়ার জন্য।

৭০. কুৎসিত ব্যাঙকে চুম্বন করা—*অনুশীলন*

একবার শীতের সময় একটি গরিব মেয়ে, গায়ে ছিল ছেঁড়া মলিন পোশাক, তার হাওয়ার দাপটে জীর্ণশীর্ণ ছোট কুঁড়েটিকে গরম করার জন্য বরফাবৃত বনে আগুন জ্বালানোর কাঠ সংগ্রহ করছিল। সেখানে পড়ে-থাকা কাঠের মধ্যে সে সবচেয়ে কুৎসিত একটা ব্যাঙ দেখতে পেল। "উফ্!" চিৎকার দিয়ে বলল মেয়েটি, "আমি তোমাকে ছুঁড়ে ফেলে দেব।"

তখন সেই বিদঘুটে ব্যাঙটি বলল, "দয়া করে আমাকে ছুঁড়ে ফেলে দিও না। এর বদলে আমাকে সাহায্য করো। আমি আসলে এক দুর্ভাগা ছেলে। একটি ডায়নীর জাদুর মায়ায় আমার এমন অবস্থা হয়েছে। এই ডায়নীটা আমার সঙ্গীত পছন্দ করত না। আমাকে একবার চুমু খাও, তাহলে ডায়নীর জাদুর মায়া কেটে যাবে। এর পরিবর্তে আমি তোমাকে অনেক ধনসম্পদ দেব এবং তোমার চাকর হয়ে থাকব।"

সেই গরিব মেয়েটি তখন রূপান্তরিত হলো না। কারণ আজকালকার দিনে রাজা-রাজড়াদের আশেপাশে অনেক দেহরক্ষী থাকে, যাতে দুষ্ট ডাইনীরা তাদের জাদুর মায়ার পরশ দিতে পারার মতো কাছাকাছি না আসতে পারে। তবে, ঘটনাটি হলো তার চেয়েও ভালো। ব্যাঙটি পরিবর্তিত হলো বিখ্যাত এক পপ-গায়কে, দেখতে জাস্টিন বিবারের চেয়েও সুন্দর এবং তেমনি ধনী। তারা দুজন দুজনকে ভালোবাসল এবং বর্তমানে তারা মালিবুতে একটি বিরাট প্রাসাদে সুখে বসবাস করছে।

এটি প্রাচীনকালের সেই রূপকথার গল্পের মতোই, তবে একটু পরিবর্তিত। কিন্তু এর অর্থ কী?

আমাদের আধুনিক জীবনেও অনেক 'কদাকার ব্যাঙ' আছে। আপনার শাশুড়িও তাদের মধ্যে একজন হতে পারেন। আপনি যদি 'mother in low' শব্দটির অক্ষরগুলোকে একটু এদিক-ওদিক করে সাজিয়ে নেন তাহলে সেটি হয়ে যাবে 'Hitler-woman'।

অতএব, চিরাচরিত শাশুড়ির মতো এক কদাকার ব্যাঙকে আপনি কিভাবে 'চুম্বন' করবেন?

একটি অল্পবয়সী বৌদ্ধ গৃহবধু অনেক চেষ্টা করার পরও তাঁর স্বামীর মায়ের সঙ্গে মানিয়ে নিতে পারছিলেন না। পুত্রবধূটি যা কিছুই বলতেন বা করতেন না কেন, সেটি কখনোই যথেষ্ট ভালো হতো না। শাশুড়ি সব সময়

www.kalpataruboi.org

তাঁর কাজের খুঁত ধরতেন। এই ঘটনা তরুণী বধূটিকে ক্রমশ খেপিয়ে তুলছিল।

বধূটি আপোস করার চেষ্টা করলেন। কিন্তু তাতে কোনো কাজ হলো না।

অতঃপর তিনি প্রতিদিন সকাল-বিকাল শাশুড়ি মাকে আদরযত্ন করার চেষ্টা করলেন। কিন্তু তাতেও কোনো কাজ হলো না।

এরপর তিনি বুদ্ধের উপদেশের উল্লেখ দ্বারা চেষ্টা করলেন। কিন্তু তাতেও কাজ হলো না। তাঁর শাশুড়ি তাঁর ব্যাপারে আগের মতোই সমালোচনামুখর রয়ে গেলেন।

তরুণী গৃহবধূটি ছিলেন মহাযান ধর্মমতের অনুসারী। তাই তিনি প্রায়ই করুণার দেবী কুয়ান ইন-এর কাছে প্রার্থনা করতেন। সেজন্য একদিন খুব ভোরে তিনি প্রার্থনা করার মাধ্যমেও চেষ্টা করলেন।

তিনি নিশ্চয়ই তাঁর শাশুড়ির ব্যাপারে যাবতীয় চিন্তা নিয়ে খুব ক্লান্ত ছিলেন, তাই প্রার্থনা করতে করতে ঘুমিয়ে পড়লেন এবং ঘুমের মধ্যে দেবী কুয়ান ইনকে স্বপ্ন দেখলেন। করুণার বৌদ্ধ দেবীকে তিনি দেখলেন তাঁর শ্বেতশুভ্র পোশাকে দয়াশীলতার পাত্র হাতে নিয়ে। কিন্তু যখন তিনি কুয়ান ইন-এর মুখের দিকে তাকালেন, তখন তিনি আঁতকে উঠলেন। তাঁর মুখটি তো মন্দিরে কুয়ান ইন-এর সব মূর্তিতে সচরাচর যে মুখটি দেখা যায় তার মতো নয়। তার বদলে, কুয়ান ইন-এর মুখটি হচ্ছে তাঁর শাশুড়ির মুখের মতো।

এটি ছিল একটি ইঙ্গিত। এর পর থেকে, সেই তরুণী বধূটি তাঁর কঠিনহৃদয় শাশুড়িকে দেখতেন করুণার দেবীর মূর্তপ্রকাশ হিসেবে।

শাশুড়ির প্রতি বধূটির মনোভাবের এরূপ মৌলিক পরিবর্তনের ফলে, তিনি পাচ্ছিলেন আগের চেয়ে কম নেতিবাচকতা। শাশুড়ি তাঁর পুত্রবধূকে পছন্দ করতে শুরু করলেন এবং অল্প দিনের মধ্যেই তাঁরা হয়ে উঠলেন পরস্পর পরস্পরের সবচেয়ে বড় বন্ধু।

এটি হচ্ছে, খারাপ প্রভাব অপসারণের জন্য কদাকার ব্যাঙটিকে চুম্বনের একটি উপায়। আপনি অন্যদের প্রতি কী মনোভাব পোষণ করবেন তা নির্ভর করবে অন্যরা আপনার প্রতি কী মনোভাব পোষণ করেন তার উপর।

৭১. কিভাবে প্রার্থনা না করা যায়—*চিন্তন*

কয়েক বছর আগে, কুইনসল্যান্ডে যখন বন্যা হয়, তখন একজন বৌদ্ধভিক্ষু তাঁর মন্দিরের ছাদে আটকা পড়েছিল। যখন উদ্ধার করার নৌকা এলো তখনো পানি বাড়ছিল।

www.kalpataruboi.org

"নৌকায় লাফিয়ে পড়ুন, শ্রদ্ধেয় ভন্তে," নৌকার চালক সম্মান জানিয়ে বললেন। "আমরা আপনাকে উদ্ধার করার জন্য এসেছি।"

"এর কোনো প্রয়োজন নেই!" বৌদ্ধভিক্ষুটি উত্তর দিলেন। "আমি করুণার দেবী কুয়ান ইন-এর অনুসারী। কুয়ান ইন আমাকে রক্ষা করবেন। আপনারা চলে যেতে পারেন।"

বৌদ্ধভিক্ষুটিকে এর পরও অনেক অনুরোধ করা হলো নৌকায় ওঠার জন্য। কিন্তু তিনি উঠলেন না। তখন উদ্ধারকর্মে নিয়োজিত নৌকাটি আর সময় নষ্ট না করে অন্যদের উদ্ধার করার জন্য চলে গেল।

বন্যায় পানি বাড়তে লাগল। বৌদ্ধভিক্ষুটি মন্দিরের ছাদের কিনারার প্রান্তগুলির ওপর নির্মিত বাঁকানো অলঙ্করণগুলি আঁকড়ে ধরে রইলেন। এ ধরনের অলঙ্করণ সব বৌদ্ধমন্দিরেই থাকতে হয়। এই সময়ে দ্বিতীয় নৌকাটি এলো।

"শ্রদ্ধেয় ভন্তে," তাঁরা চিৎকার করে বললেন, "আপনার কথা সবাই জানে। আপনার বিশ্বাস দেখে আমরা মুগ্ধ হয়েছি। এখন আপনি লাফ দিয়ে নৌকায় উঠে পড়ুন। বন্যার পানি এখনো বাড়ছে।"

"না, কখনো নয়!" ভিক্ষু উত্তর দিলেন। "এটা আমার বিশ্বাসের একটা পরীক্ষা। আমার এই দীর্ঘ জীবন ধরে সব সময় আমি কুয়ান ইন-এর নিকট প্রার্থনা করেছি। তিনি আমাকে বিমুখ করবেন না। কুয়ান ইন আমাকে রক্ষা করবেন। আপনারা সবাই চলে যেতে পারেন।"

উদ্ধারকারী নৌকার কর্মীরা, এর পরও, তাঁকে অনেক অনুরোধ করলেন, কিন্তু ভিক্ষু মহোদয় কিছুতেই লাফ দিয়ে নৌকায় উঠলেন না। তখন তাঁরা চলে গেলেন।

বন্যার পানি আরো বেড়ে গেল। বৌদ্ধভিক্ষুটি এবার মন্দিরের টিভি এরিয়াল আঁকড়ে ধরেছিলেন। তখন একটি হেলিকপ্টার এলো এবং সেটি থেকে একটা সিঁড়ি নামিয়ে দেওয়া হলো।

"শ্রদ্ধেয় ভন্তে!" তাঁরা মেগাফোন থেকে নিচের দিকে চিৎকার করে বললেন। "এটা আপনার শেষ সুযোগ। আপনার বিশ্বাস আপনি প্রমাণ করেছেন। এখন সিঁড়িটা আঁকড়ে ধরুন, আমরা আপনাকে টেনে তুলে নিরাপদ জায়গায় নিয়ে যাব। বন্যার পানি এখনো বাড়ছে।"

"আপনাদের কতবার আমাকে বলতে হবে?" সচরাচর যিনি শান্ত থাকেন সেই ভিক্ষু চিৎকার করে বললেন। তিনি বিরক্ত হতে শুরু করেছেন। "কুয়ান ইন আমাকে রক্ষা করবেন। তাঁর ওপর আমার বিশ্বাস আছে। আপনারা চলে

www.kalpataruboi.org

যেতে পারেন।"

সাহসী ভিক্ষুটি তাঁকে উদ্ধারের জন্য নামিয়ে দেওয়া সিঁড়িটি আঁকড়ে ধরতে অস্বীকার করলেন। আপনারা কি জানেন এর পর কী ঘটেছিল? পানি আরো বাড়তে থাকল এবং ভিক্ষু মহোদয় সলিলসমাধি প্রাপ্ত হলেন।

এই ভিক্ষু যখন স্বর্গে আবির্ভূত হলেন তখন তিনি অত্যন্ত ক্রুদ্ধ। তিনি করুণার দেবী কুয়ান ইন-এর খোঁজে গেলেন। তারপর যখন তাঁর দেখা পেলেন, তখন তাঁর উপর রাগে ফেটে পড়ে বললেন :

"আপনার ওপর আমার এমন বিশ্বাস ছিল, আর আপনি আমাকে এমনভাবে হতাশ করলেন। আমি ওইসব অবিশ্বাসীকে বলেছিলাম যে, আপনি আমাকে রক্ষা করবেন। কিন্তু আপনি তা করেননি। আমি এত অপমানিত, এত নিরাশ হয়েছি! সেজন্যই আমি মারা গেছি। আমাকে রক্ষার জন্য কেন আপনি কিছু করেননি?

কুয়ান ইন সেই নবনিমজ্জিত ভিক্ষুর দিকে তাকিয়ে মধুর হাসলেন এবং কোমল স্বরে বললেন, "কী বলতে চাইছ তুমি? তোমাকে রক্ষা করার জন্য আমি কিছুই করিনি? তোমার জন্য কি আমি দুটি নৌকা আর একটি হেলিকপ্টার পাঠাইনি?"

তাহলে এখন আপনি বুঝতে পারছেন, কীভাবে প্রার্থনা না করা যায়।

৭২. অন্ধই পথ দেখাচ্ছে অন্ধকে—*চিন্তন*

উত্তর ভারতের পার্বত্য এলাকার একটি বিখ্যাত বৌদ্ধবিহারে, যা সুখ্যাত এর সুবিজ্ঞ শাস্ত্রবিদ ভিক্ষুদের জন্য, সম্প্রতি একজন নতুন বিহারাধ্যক্ষ নির্বাচিত হয়েছেন। এই ভিক্ষু তাঁদের আধ্যাত্মিক নেতাও ছিলেন। শীত মৌসুম আসন্ন হলে বিহারের তরুণ ভিক্ষুরা তাঁদের নতুন আচার্যকে জিজ্ঞেস করলেন, এবারে কি তীব্র শীত পড়বে, না মৃদু শীত অনুভূত হবে।

নতুন নেতার ভাবনাজ্ঞান তখনো ভবিষ্যতের আবহাওয়ার ধরণ সম্পর্কে ভবিষ্যদ্বাণী করার মতো যথেষ্ট উন্নত হয়নি। তবে নিজের অবস্থান নিরাপদ রাখা ও শিষ্যদের ওপর প্রভাব সৃষ্টির জন্য তিনি বললেন, এবার শীতকালে ভালো ঠান্ডা পড়বে। তাই ভিক্ষুদের উচিত হবে অনেক জ্বালানি কাঠ সংগ্রহ করা।

কয়েকদিন পর তাঁর মনে হলো, স্থানীয় আবহাওয়া কেন্দ্রে টেলিফোন করে আবহাওয়াবিজ্ঞানের অধ্যাপককে এ বিষয়ে জিজ্ঞেস করা যায়। এই অধ্যাপক তাঁর বিষয়ে অক্সফোর্ড বিশ্ববিদ্যালয় থেকে সর্বোচ্চ ডিগ্রি নিয়েছেন। নিজের

www.kalpataruboi.org

পরিচয় না দিয়ে তিনি ফোনে জিজ্ঞেস করলেন "অধ্যাপক মহোদয়, কী ধরনের শীত এ বছর আমরা আশা করতে পারি?"

"যেসব ইঙ্গিত পাওয়া যাচ্ছে, তাতে মনে হয়, এবার শীতে ঠান্ডা বেশি পড়বে," আবহাওয়াবিদ্যার অধ্যাপক বললেন।

অতএব পরদিন বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় তাঁর ভিক্ষুদের বললেন আরো বেশি করে জ্বালানি কাঠ সংগ্রহ করতে।

এক সপ্তাহ পর, বিহারাধ্যক্ষ ভিক্ষু তাঁর পরিচয় প্রকাশ না করে আবার আবহাওয়া কেন্দ্রে ফোন করে বললেন, "অধ্যাপক মহোদয়, আপনি গতবার যেমন বলেছিলেন, এখনো কি আপনার তেমন মনে হচ্ছে যে এবারের শীতকাল ঠান্ডা হবে?"

"অবস্থা দেখে মনে হচ্ছে আরো খারাপ, মহোদয়," অধ্যাপক উত্তরে বললেন। "সবকিছু দেখে মনে হচ্ছে, এবার শীতকালটা অত্যন্ত ঠান্ডা হবে।"

পরদিন সকালে বিহারাধ্যক্ষ তাঁর ভিক্ষুদের ডেকে বললেন, তাঁদের উচিত যেখানে যে কাঠ তাঁরা পাবেন তার প্রত্যেকটি সংগ্রহ করা, কারণ তিনি ভবিষ্যৎ-দর্শনে দেখতে পেয়েছেন যে, এবারের শীতকাল হবে পাহাড়ি এলাকাগুলোর মধ্যে এ যাবতকালের সবচেয়ে ঠান্ডা শীতকাল।

বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় এবার ভাবলেন যে, তিনি বোধ হয় একটু বেশিদূর এগিয়ে গেছেন এবং তিনি যদি ভুল প্রমাণিত হন তাহলে তাঁর খ্যাতি নষ্ট হতে পারে। তাই তিনি আবার স্থানীয় আবহাওয়া কেন্দ্রের প্রধানকে ফোন করলেন। "অধ্যাপক মহোদয়, আপনি কি একেবারে নিশ্চিত যে, যেসব ইঙ্গিত পাওয়া যাচ্ছে তাতে অত্যন্ত ঠান্ডা শীলকাল আসছে বলে মনে হয়?"

"অবশ্যই!" অধ্যাপক উত্তর দিলেন। "বস্তুত এসব ইঙ্গিত প্রতিদিন আরো খারাপ সম্ভাবনার কথা বলছে। মনে হচ্ছে, এবার অত্যন্ত ঠান্ডা শীতকাল আসছে।"

"আপনি এতটা নিশ্চিত হচ্ছেন কী করে?" নামপরিচয়হীন টেলিফোনকারী এবার জিজ্ঞেস করলেন।

"কারণ," উত্তর দিলেন বিজ্ঞ অধ্যাপক, "আমাদের স্থানীয় মঠের ভিক্ষুরা পাগলের মতো জ্বালানি কাঠ সংগ্রহ করছেন।"

আমার যে বন্ধু আমাকে এ গল্পটি পাঠিয়েছেন তিনি বলেছেন, এটি স্টক মার্কেট কীভাবে কাজ করছে তার একটি উপমামূলক উদাহরণ। তিনি হয়তো ঠিক কথাই বলেছেন।

www.kalpataruboi.org

৭৩. দুষ্ট হাতি—*অনুশীলন*

স্থানীয় চিড়িয়াখানায় এলি নামে একটি শান্ত হাতি ছিল। বাচ্চারা তার লম্বা শুঁড় ধরে খেলা করলে যেমন তার কোনো আপত্তি ছিল না তেমনি তার শক্ত পিঠে বাচ্চাদের চড়িয়ে একটু ঘুরে আসতেও সে ভালোবাসত। বলতে গেলে, তার প্রতি বাচ্চাদের এই আকর্ষণ সে পছন্দ করত। যদিও সে কখনো কখনো যে ঘন জঙ্গলগুলিতে সে বড় হয়েছে ও স্বাধীনভাবে বিচরণ করেছে সেই জঙ্গলগুলির স্বপ্ন দেখত, তেমনি আবার সে স্মরণ করত সেই সময়গুলোর কথা যখন সে শিকারিদের হাতে প্রায় মারা পড়তে যাচ্ছিল এবং কোনো খাবার পাওয়া যায়নি বলে সে ক্ষুধার্ত হয়ে পড়ত। চিড়িয়াখানার জীবনটা বেশ সুখের। এখানে পাওয়া যায় প্রচুর সুস্বাদু খাবার, বিনা খরচে চিকিৎসা সেবা এবং শীতাতাপ-নিয়ন্ত্রিত আলাদা একটি জায়গা। সেখানে সে দিনের গরম থেকে নিজেকে বাঁচিয়ে রাখতে পারে। সে ছিল একটি সুখী হাতি।

একদিন কয়েকটি স্কুলের বাচ্চা তার কান ধরে টানাটানি করে তাকে বিরক্ত করছিল, তখন সে তার শুঁড় দিয়ে তাদের ওপর পানি ছিটিয়ে দিয়েছিল। এতে ওদের শিক্ষিকাসহ বাচ্চাগুলি সবাই ভিজে গিয়েছিল। পরে তার রক্ষক যখন খাঁচা থেকে হাতির মল পরিষ্কার করছিলেন, তখন এলি সেই রক্ষককে মলের স্তূপের মধ্যে ঠেলে ধরেছিল। সেখানে মলের পরিমাণও ছিল অনেক। এলি ক্রমশ মন্দ হয়ে যাচ্ছিল। শিগগিরই সে তার দর্শকদের দিকে পচা ফল ছুঁড়ে মারতে এবং বাচ্চাগুলোকে তার কাছাকাছি না আসতে দিতে শুরু করল।

চিড়িয়াখানার কীপাররা পশুচিকিৎসককে ডেকে পাঠালেন খুঁজে দেখতে কোনো অসুস্থতার কারণে এলি এমন মন্দ হয়ে যাচ্ছে কি না। কিন্তু হাতির ডাক্তার এলির মধ্যে অসুস্থতার কিছু দেখলেন না। তখন তাঁরা বললেন যে, হাতিটির রজঃস্রাব বন্ধ হওয়ার কারণেই এমন আচরণ সে করছে। এলি ছিল একটি মাদী হাতি। কিন্তু হাতির ডাক্তার শিগগিরই বললেন যে, কারণ তা নয়। ইতোমধ্যে দিন দিন এলি আরো অধিক খারাপ মেজাজ দেখাতে শুরু করল।

তখন কেউ একজন পরামর্শ দিলেন যে, এটি একটি আধ্যাত্মিক সমস্য। সম্ভবত আত্মার হাতি বিষয়ক অন্ধকার রাত্রির কোনো সমস্যা। তখন তাঁরা একজন বৌদ্ধভিক্ষুকে ডেকে পাঠালেন।

এই সম্মানীয় ভিক্ষু তাঁর নিজের কর্তব্যকর্ম সমাপ্ত করে চিড়িয়াখানায় আসতে পারলেন সন্ধ্যার অনেক পরে। অতএব, একদিন বেশ রাতে, চিড়িয়াখানা যখন দর্শনার্থীদের জন্য বন্ধ হয়ে গেছে সেই ভিক্ষু এলির জন্য নির্ধারিত ঘেরা জায়গাটির ঠিক বাইরে একাকী ভাবনা করতে বসলেন।

www.kalpataruboi.org

রাত ১১টার দিকে ভিক্ষু মহোদয়ের ধ্যান ভেঙে গেল চাপাকণ্ঠের ফিসফাস কথাবার্তা ও উচ্চকণ্ঠ দানবীর হাসিতে। এটা কি তাহলে একটা ভূত? নাকি এগুলো রক্তচোষা পিশাচদের শব্দ? এসব শব্দ আসছিল এলির জন্য নির্ধারিত ঘেরা জায়গাটির ঠিক পেছন থেকে।

ভিক্ষু তাঁর ধ্যানাসন থেকে উঠে দেখতে গেলেন সেখানে। তিনি দেখলেন, সেখানে চিড়িয়াখানার গা ঘেঁষে একটি ফুলের চাড়া ও বাগান করার সরঞ্জামাদির দোকান রয়েছে এবং দোকানটির পেছনের আঙিনায় এলি যেখানে ঘুমায় তার ঠিক পেছনটায়, কতকগুলি শঠ ধরনের পুরুষ ও স্ত্রীলোক গোপন শলাপরামর্শে রত। চুপিসারে নিঃশব্দে তাদের খুব কাছাকাছি গিয়ে ভিক্ষু তাদের কথাবার্তা শুনে বুঝলেন যে, ওরা মাদক ব্যবসায়ী এবং সেদিন সন্ধ্যায় তাদের ঘৃণ্য ব্যবসার বিষয় নিয়ে তারা আলাপ করছে। সেই দোকানে ফুলের টবই শুধু বিক্রি হয় না। এই ব্যবসায়ীরা তাদের কাছ থেকে মাদক নিয়ে তারা তার দাম পরিশোধ করেনি তাদের কীভাবে শাস্তি দেওয়া হবে সে বিষয়ে আলোচনা করছিল। এলির আচরণে পরিবর্তনের বিষয়টি এবার তাঁর কাছে পরিষ্কার হয়ে গেল।

পরদিন সন্ধ্যায় পুলিশ অপেক্ষা করছিল সেই মাদক ব্যবসায়ীদের জন্য। পরে তাদের সবাইকে পুলিশ গ্রেপ্তার করল। তাদের সেই জায়গাটিতে ভিক্ষু মহোদয় তাঁর কয়েকজন বন্ধুকে ধ্যান করার এবং যেসব দয়া ও মহত্ত্বের কাজ তাঁরা করেছেন অথবা করার পরিকল্পনা করেছেন এবং তাঁদের প্রতি যারা অন্যায় করেছে ও করবে কীভাবে তাদের ক্ষমা করবেন সেসব বিষয়ে আলোচনা করার ব্যবস্থা করলেন। তাঁরা খুব সুমিষ্ট স্বরে সারা বিশ্বের প্রতি ও সকল প্রাণীর বিশেষত হাতির প্রতি মৈত্রী ভাবনার সূত্রগুলিও আবৃত্তি করলেন।

এলি ধীরে ধীরে আরো বেশি দয়াপ্রবণ ও শান্ত হয়ে এলো। কয়েকদিন পর সে সকলের প্রতি তার মৈত্রীভাবাপন্ন পুরোনো স্বভাব ফিরে পেল এবং এমনকি সবচেয়ে বেশি দুষ্ট ছেলেমেয়েদের সঙ্গেও সুখী মনে খেলতে লাগল।

এ গল্পটি তথাগত বুদ্ধ-কথিত একটি পুরোনো কাহিনী থেকে নেওয়া হয়েছে। এতে দেখানো হয়েছে, এমনকি জন্তুজানোয়াররাও অন্যদের আচরণ দ্বারা প্রভাবিত হয়ে থাকে। অতএব আপনার যদি এমন কোনো সঙ্গী বা সঙ্গিনী থাকেন যিনি দিন দিন আরো বেশি বদমেজাজি হয়ে উঠেছেন, অথবা কোনো তরুণ ছেলে বা তরুণী মেয়ে থাকে, যে আপনাকে অতিষ্ঠ করে তুলেছে, তাহলে কিছুদিনের জন্য তাকে কোনো বৌদ্ধবিহারে রেখে দিন। হয় তারা

www.kalpataruboi.org

বৌদ্ধভিক্ষুদের মতো কোমল স্বভাব ও দয়ালু হয়ে উঠবে, অথবা বৌদ্ধভিক্ষুরাই হয়তো তাদের মতো বদমেজাজি হয়ে যাবে।

৭৪. জুয়া—*অনুশীলন*

আমার এক বন্ধু বাড়িতে বসে বিশ্রাম নিচ্ছিলেন। তিনি একটি অদ্ভুত শব্দ শুনলেন, "এই যে! এই! তিনি চারপাশে তাকালেন। কেউ কোথাও নেই।

"এই যে! এই!" তিনি আবার শুনলেন। দরজা বন্ধ। জানালাগুলিও আটকানো। তাই তিনি ভাবলেন যে, তিনি বোধ হয় এটা কল্পনা করছিলেন।

"এই যে! এই!" তিনি তৃতীয়বার শুনলেন। এবার তা এতো জোড়ালো ও পরিষ্কার ছিল যে, তিনি বুঝলেন, এটা তাঁর কল্পনা নয়।

"এই যে! ক্যাসিনোয় যাও," সেই কণ্ঠটি বলল।

প্রতিদিন আপনি আপনার অর্থপ্রাপ্তির ব্যাপারে অলৌকিক সাহায্য পান না, অতএব আপনি পোশাক পরে নিলেন, কিছু নগদ টাকাও নিলেন সঙ্গে, তারপর ক্যাসিনোয় চলে গেলেন। আলো-ঝলমল জুয়ার জায়গাগুলির পাশ দিয়ে যাওয়ার সময় তিনি আবার সেই অলৌকিক স্বর শুনতে পেলেন। "রুলেত টেবিলে যাও! রুলেত টেবিলে যাও!" অতএব তিনি রুলেত টেবিলেই গেলেন।

"৬ নম্বরে একশো ডলার রাখ! ৬ নম্বরে একশো ডলার রাখ!" তিনি ৬ নম্বরে একশো ডলার রাখলেন।

ক্রুপিয়ের চাকতিটি ঘুরিয়ে দিয়ে বলটি সেখানে ছুঁড়ে মারলেন। সেটি গিয়ে পড়ল ৬ নম্বরে।" ইয়াহু!" তিনি অলৌকিক কণ্ঠটি শুনলেন।

"জিতে যাওয়া সব টাকা ১৭ নম্বরে রাখ! জিতে যাওয়া সব টাকা ১৭ নম্বরে রাখ!" সেই কণ্ঠটি বলল। তিনি সব টাকা ১৭ নম্বরে রাখলেন।

ক্রুপিয়ের চাকতিটি ঘুরিয়ে দিলেন, বলটি ফেললেন সেখানে। সেটি গিয়ে স্থির হলো ১৭ নম্বরে। "উহু হু!" তিনি খুশিতে উচ্ছল কণ্ঠটি শুনলেন।

"সবকিছু ২৩ নম্বরে রাখ! সবকিছু ২৩ নম্বরে রাখ!" তিনি এক লাখ ডলার ২৩ নম্বরে রাখলেন।

ক্রুপিয়ের আরো একবার চাকতিটি ঘুরিয়ে দিলেন, তারপর বলটি ছুঁড়ে মারলেন। সেটি গিয়ে প্রথমে থামল ২৩ নম্বরে। তারপর লাফিয়ে চলে গেল ২৪ নম্বরে এবং সেখানে স্থির হয়ে রইল। আমার বন্ধুটি সবকিছু হারালেন। তখন তিনি অলৌকিক কণ্ঠটিকে পরিষ্কার বলতে শুনলেন, "ওহ না! দুঃখিত। ওহ না!"

www.kalpataruboi.org

এমনকি অলৌকিক কণ্ঠস্বরও ভুল করে। অতএব ওদের বিশ্বাস করবেন না। মানুষ জুয়া খেলে কারণ তারা অলৌকিক কণ্ঠের কথা শোনে, চার্চ বা মন্দিরে প্রার্থনা করে, অথবা "আমি যদি জিতি তাহলে আমি ধুমপান ছেড়ে দেব"—এরূপ প্রতিজ্ঞা করে। তারা বোকার মতো ভাবে যে, সিস্টেমকে তারা হারিয়ে দিতে পারবে। আপনিও অন্যদের চেয়ে আলাদা নন। আপনি সিস্টেমকে হারাতে পারবেন না। সিস্টেম আপনাকে হারিয়ে দেবে।

এটা ঠিক ফুটবল খেলায় কোনো দলের সমর্থক একজন লোকের মতো যিনি বাড়িতে তাঁদের টেলিভিশনে খেলা দেখতে দেখতে চিৎকার করতে থাকেন, "বলটা পাস দিয়ে দাও। শুট! জলদি করো!" তাঁরা সত্যি সত্যিই মনে করেন যে, তাঁদের এসব চিৎকার ও উৎসাহপ্রদান দ্বারা তাঁরা খেলাটিকে প্রভাবিত করতে পারবেন। বিষয়টাকে যুক্তি দিয়ে বিবেচনা করুন। আপনি চিৎকার করছেন একটা টিভি সেটকে লক্ষ্য করে। খেলোয়াড়রা শত শত মাইল দূরে এবং তাঁরা আপনার কোনো কথাই শুনতে পাচ্ছেন না। আপনার ওই খেলায় কোনো ভূমিকা নেই। অতএব বসে থাকুন, খেলা দেখুন এবং চুপ থাকুন।

এটা ঠিক সেই জুয়াড়ির মতো যিনি শ্লট মেশিনের দিকে তাকিয়ে চিৎকার করে বলেন, "কাম অন! কাম অন!" শ্লট মেশিনগুলোর কোনো কান হারানোর কোনো শক্তি আপনার নেই। আপনি যখন আপনার এই ধারণাটি ত্যাগ করবেন যে, আপনি অন্যদের থেকে আলাদা, যখন আপনি বুঝতে পারবেন যে, কেউই ওই অসম্ভবকে হারাতে পারে না, কেবল তখনই আপনি জুয়াখেলা ছেড়ে দেবেন।

৭৫. ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীরাই অসম্ভবকে হারাতে পারেন—*অনুশীলন*

আমি জানি না কেন, তবে বৌদ্ধ ভিক্ষু ও ভিক্ষুণীরা মনে হয় অসম্ভবকে হারাতে পারেন। সেজন্যই হয়তো তাঁদের জুয়া খেলার অনুমতি দেওয়া হয় না।

একজন সুখ্যাতিসম্পন্ন বৌদ্ধ ভিক্ষুণী একবার যুক্তরাজ্যে একটি বিদর্শন ভাবনা কেন্দ্রে তাঁর শিক্ষাদান শেষ করে ফেরার সময় হিথরো বিমানবন্দরে যাওয়ার পথে দুপুরের খাবার খাওয়ার জন্য এক জায়গায় থেমেছিলেন। যে রেস্তোরাঁটি তাঁরা পছন্দ করেছিলেন তার সংলগ্ন ছিল একটি পানশালা এবং খাওয়ার জায়গায় ঢোকার সময় যেতে হয় পানশালার ভেতর দিয়ে। দ্বিপ্রহরের ভোজন শেষ হওয়ার পর তাঁদের গাড়ির চালক মহিলাটি ঠিক করলেন, তাঁর

www.kalpataruboi.org

কাছে যে অল্প কয়েকটি ব্রিটিশ মুদ্রা আছে সেগুলি তিনি পানশালার জ্যাকপট মেশিনে ঢুকিয়ে দেবেন। তিনি মাত্র একটি দুই পাউন্ডের মুদ্রা মেশিনে ঢুকিয়েছেন, তখন ভিক্ষুণী তাঁর পাশ দিয়ে যাচ্ছিলেন।

"সিস্টার, আপনার সমস্তই সংকর্ম। আপনিই হ্যান্ডেলটা টান দিন," চালক মহিলাটি বললেন।

এক মুহূর্তের অসচেতনতায় ভিক্ষুণী হ্যান্ডেলটায় টান দিলেন। চাকাগুলি ঘুরে গিয়ে একটার পর একটা বন্ধ হয়ে গেল। জ্যাকপট। জ্যাকপট। জ্যাকপট। জ্যাকপট। মেশিনের ঘণ্টাগুলি জোরে বেজে উঠল আর আলোগুলি ফ্ল্যাশ করল। সেই সঙ্গে মেশিন থেকে হাজার হাজার পাউন্ড বেরিয়ে পড়তে লাগল ভিক্ষুণীর হলুদ চীবরে।

পানশালার অনেক লোক চুপ করে গেলেন ও সেদিকে তাকিয়ে রইলেন। বারম্যান একটি ছোট ঘণ্টা তুলে নিয়ে সেটি বাজাতে লাগলেন। এরপর তিনি স্তম্ভিত ভিক্ষুণীকে উদ্দেশ করে ঘোষণা করলেন যে, দীর্ঘদিনের ঐতিহ্য অনুসারে, যিনি জ্যাকপট জিতবেন তাঁকে অবশ্যই পানশালায় উপস্থিত প্রত্যেককে বিনা পয়সায় এক রাউন্ড করে পানীয় কিনে খাওয়াতে হবে।

অতএব, বুদ্ধের জীবনকালের সময়ের পর থেকে বিগত ২৫০০ বছরের মধ্যে এই প্রথমবার একজন বৌদ্ধ ভিক্ষুণী কোনো পানশালার কয়েক ডজন আনন্দোৎফুল্ল খরিদ্দারের জন্য হুইস্কি, জিন ও বিভিন্ন টনিক এবং বিয়ার কিনলেন।

একদিন খুব সকালে আশীর্বাদ অনুষ্ঠানের জন্য আমি যখন শপিং মলে গিয়ে উপস্থিত হলাম তখন আমি দেখলাম যে সেটি একটি মাত্র জিনিস বিক্রয়ের দোকান আর সে জিনিসটি হলো লটারীর টিকিট। সেই অনুষ্ঠান থেকে বেরিয়ে আসার পক্ষে তখন অনেক দেরি হয়ে গেছে, তাই আমি সেই লটারীর দোকানটিকে ঠিক ততটুকু আশীর্বাদ করলাম যতটুকু আমি করতাম একটি ডাক্তারের ক্লিনিককে।

এর বছর দুয়েক পর আমি একদিন সপ্তাহান্তিক সংবাদপত্র পড়ছিলাম। সেখানে আমি লটারীর সেই দোকানটির ওপর একটি ফিচার দেখতে পেলাম। ফিচারটির নাম 'অস্ট্রেলিয়ার সবচেয়ে বেশি সৌভাগ্যবাহী লটারী শপ'। এবং সেই দোকানটি কোথায়? আমি তা বলব না। তা ছাড়া, আমি আর কোনো লটারীর দোকানকেও আশীর্বাদ করতে যাব না।

www.kalpataruboi.org

৭৬. অত্যাশ্চর্য ঘটনা—*আকাঙ্ক্ষা*

কেমব্রিজ বিশ্ববিদ্যালয়ে তত্ত্বীয় পদার্থবিজ্ঞান পড়া একজন মানুষ হিসেবে আমি অত্যাশ্চর্য ঘটনায় বিশ্বাস স্থাপনকারী কেউ নেই। তবে আমার জানা একটি ঘটনা আছে যার অন্য কোনো ব্যাখ্যা হয় না।

সেদিন ছিল আমাদের বুড্ডিস্ট সোসাইটি অব ওয়েস্টার্ন অস্ট্রেলিয়ার ত্রিংশতিতম প্রতিষ্ঠাবার্ষিকী। খুব সামান্যভাবে শুরু করে আমরা দীর্ঘ এক পথ পাড়ি দিয়েছি এবং এখন সময় হয়েছে আমাদের সাফল্য উদ্‌যাপন করার এবং দেখিয়ে দেওয়ার যে, বৌদ্ধধর্ম পশ্চিম অস্ট্রেলিয়ায় এসে গেছে। আমরা সবচেয়ে কেন্দ্রীয় স্থান পার্থ সিবিডি-তে একটি উন্মুক্ত চত্বর সুপ্রিম কোর্ট গার্ডেনস্ ভাড়া করেছিলাম এবং আনন্দের বিষয় হলো, সেদিন সেখানে অন্য কোনো অনুষ্ঠান নির্ধারিত ছিল না। এই অনুষ্ঠানের জন্য আমরা থাইল্যাণ্ড থেকে একটি বিরাট নতুন সোনালি বুদ্ধমূর্তি আনিয়েছিলাম। মঞ্চ, সামিয়ানা, খাবারদাবার এবং আপ্যায়ন—কোনো কিছুর জন্যই খরচ করতে একটুও কার্পণ্য করিনি। আমরা পশ্চিম অস্ট্রেলিয়ার প্রধানমন্ত্রী মাননীয় ড. জিওফ গ্যালপ্, রাষ্ট্রদূতবর্গ এবং অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ ব্যক্তিকে এতে যোগদান করতে সম্মত করিয়েছিলাম। অনুষ্ঠানটি হওয়ার কথা ছিল রবিবার সন্ধ্যায়। সেটি ছিল মে মাসের পূর্ণিমা রাত্রি, বৌদ্ধ পঞ্জিকার সবচেয়ে পবিত্র রাত। এই আয়োজনের কাজটি ছিল ব্যাপক ও অনেক পরিশ্রমের কাজ, কিন্তু সব কাজই সুসমন্বিতভাবে হচ্ছিল।

অনুষ্ঠানের দিন সকালে আমার যখন ঘুম ভাঙল তখন খুব ভারী বৃষ্টি হচ্ছিল। আবহাওয়ার পূর্বাভাসে বলা হয়েছিল যে, বৃষ্টি আরো বাড়বে। পার্থে ঝড়ের সতর্কতাও জারি করা হয়েছিল আর এতে বলা হয় যে, ঝড়ের মূল অংশটি পার্থে আঘাত হানবে সন্ধ্যা সাতটার সময়। এই সময়টাই ছিল আমাদের অনুষ্ঠান শুরুর জন্য নির্ধারিত সময়।

সারাদিন ধরে বিভিন্ন কাজ যখন আমরা করছিলাম, তখন ক্রমাগত ভারী বৃষ্টির মধ্যে আমরা পুরোপুরি ভিজে গিয়েছিলাম। প্রধানমন্ত্রীর দপ্তর থেকে তিনবার ফোন করে আমাদের জিজ্ঞেস করেছিল, "আপনারা কি অনুষ্ঠান বাতিল করছেন? পূর্বাভাসে বলা হয়েছে, ঝড়ের পরিস্থিতি আরো খারাপ হতে পারে।" তিনবারই আমি উত্তর দিয়েছিলাম, "না, বাতিল করছি না।" আমার এক খুব ভালো বন্ধু, যিনি তাঁর পুরো কর্মজীবন মার্চেন্ট জাহাজের নাবিক হিসেবে কাটিয়েছেন, ব্যারোমিটারের চাপ কমে যাওয়ার দিকে নির্দেশ করে বললেন, সমুদ্রে তাঁর সারা জীবনের অভিজ্ঞতা বলছে যে অবশ্যই খারাপ

www.kalpataruboi.org

ধরনের ঝড় আসছে। এমনকি আমার একজন ভিক্ষুও আমাকে একদিকে ডেকে নিয়ে গিয়ে উপদেশ দিলেন, নিজেকে হাস্যস্পদ না করে অনুষ্ঠান বাতিল করে দিতে। আমি আবারো তা প্রত্যাখ্যান করলাম।

অনুষ্ঠান শুরুর পঁয়তাল্লিশ মিনিট আগে আশ্চর্যজনকভাবে বৃষ্টি থেমে গেল। প্রথম গুরুত্বপূর্ণ অতিথিটি আসার পনেরো মিনিট আগে একজন কর্মী এলেন সামিয়ানা খাটানো স্থানটির যেখানে আমি শেষ মুহূর্তের কিছু সমন্বয়ের কাজ করছিলাম। তিনি কাঁদতে কাঁদতে বললেন, "বাইরে আসুন! বাইরে আসুন!" আমি ভাবলাম, কোথাও কোনো কিছুর বড় গোলমাল হয়ে গেছে। কিন্তু তিনি আমাকে আকাশের দিকে তাকানোর ইঙ্গিত করলেন। সেদিন সেই প্রথমবারের মতো মেঘগুলি ছাড়া ছাড়া হয়ে গেছে এবং পূর্ণিমার চাঁদ রয়েছে আকাশ জুড়ে।

অল্পক্ষণের মধ্যেই অন্যান্য বিশিষ্টজনসহ প্রধানমন্ত্রী এলেন। একজন ফিল্ম ক্রু আমাকে অনুসরণ করছিলেন এবং তিনি বারবার বলছিলেন, "এটা অলৌকিক ব্যাপার! সত্যিই অলৌকিক ব্যাপার!" আমরা অনুষ্ঠানটি শেষ করলাম উজ্জ্বল পূর্ণিমার আলোয় পুরোপুরি শুষ্ক আবহাওয়ায়।

অনুষ্ঠানটি শেষ হওয়ার পর মেঘেরা আবার একে অপরের সঙ্গে জুড়ে গেল। সারা রাত ধরে পড়ল বৃষ্টি। পরদিন সকালে অনুষ্ঠানস্থলে দুই ইঞ্চি পানি জমে গেল আর কাছের খোলা জায়গাও তখন তলিয়ে গেছে পানির নিচে। আমরা যাঁদের আমন্ত্রণ জানিয়েছিলাম তাঁদের মধ্যে অনেকেই অনুষ্ঠানে আসতে পারেননি, কারণ উত্তর, দক্ষিণ, পূর্ব ও পশ্চিমের শহরতলিগুলোয় বৃষ্টি পড়েছিল কোনো বিরতি ছাড়াই এবং বহু গাছ উপড়ে পড়েছিল। তাঁরা বিশ্বাসই করেননি যে, আমরা পুরোপুরি শুষ্ক আবহাওয়ায় অনুষ্ঠান করতে পেরেছিলাম। যে কোম্পানি মঞ্চ এবং সামিয়ানাগুলো ভাড়া দিয়েছিল, তারা ই-মেইলে লিখেছিল, "আমরা জানি না, কে এই অজন ব্রহ্ম, তবে আমরা তাঁকে জিজ্ঞেস করতে চাই, আজকের ট্র্যাকে ঘোড়দৌড়ে কে জিতবে।"

সেদিন কেবল যে বৃষ্টি বন্ধ হয়েছিল তা নয়, সেই সঙ্গে এক প্রবল ঝড়ও বন্ধ হয়েছিল এবং তা কেবল আমাদের অনুষ্ঠানস্থলের ওপরই। এর অন্য কোনো ব্যাখ্যা নেই—এ সত্যিই এক অলৌকিক ঘটনা!

৭৭. স্বর্গীয় উপস্থিত—*আকাঙ্ক্ষা*

একজন অল্পবয়সী আমেরিকান থাইল্যাণ্ডে তাঁর 'পীস কর্পস'-এর কাজ শেষ হওয়ার পর সিদ্ধান্ত নিলেন যে, তিনি আরো কিছুদিন সেখানে থাকবেন এবং

www.kalpataruboi.org

বৌদ্ধভিক্ষুদের জীবনযাপন পরখ করে দেখবেন। তিনি থাকতেন ব্যাংককের একটি হোটেলে। বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে দীক্ষিত হওয়ার জন্য তাঁকে কোথায় যেতে হবে তা তিনি জানতেন না, তাই তিনি হোটেলের দ্বাররক্ষীকে তার হদিশ জিজ্ঞেস করলেন। সাধারণত ব্যাংককের কোনো হোটেলের দ্বাররক্ষীর কাছ থেকে কেউ কোনো পরামর্শ চায় না। তাই তিনি দ্বাররক্ষীর কাছ থেকে যে পরামর্শ পেলেন তা তেমন সঠিক ছিল না।

আমেরিকান যুবকটিকে বলা হলো, মধ্য ব্যাংককের ওয়াট বোভোরনাইভস্ নামে পরিচিত বৌদ্ধমন্দিরে যেতে। সেখানে মাঝে মাঝে পাশ্চাত্যদেশীয় কয়েকজন বৌদ্ধভিক্ষু অবস্থান করেন। তাঁকে বলা হলো সঙ্গে কিছু খাবার নিয়ে যেতে, যাতে তিনি ভিক্ষুরা যখন প্রভাতে ভিক্ষায় বেরুবেন তখন তাঁদের দিতে পারেন। এরপর তিনি ভিক্ষুদের তাঁকে দীক্ষা দেওয়ার জন্য অনুরোধ জানাতে পারবেন।

এই পরামর্শ অনুসরণ করে তিনি রাত ৪টার সময় তালাবদ্ধ মন্দিরের সামনে উপস্থিত হলেন। রাস্তা জনমানবশূন্য। তিনি যখন সেখানে এদিক-ওদিক পায়চারি করছিলেন ও ভাবছিলেন কী করবেন, তখন একজন বর্ষীয়ান থাই ভদ্রলোক তাঁর দিকে এগিয়ে এসে নিখুঁত ইংরেজিতে তাঁকে জিজ্ঞেস করলেন, তিনি কোনো সাহায্য করতে পারেন কি না। আমেরিকান যুবকটি যখন তাঁকে বুঝিয়ে বললেন, কী উদ্দেশ্যে তিনি সেখানে এসেছেন; তখন থাই ভদ্রলোকটি তাঁকে জানালেন, সাড়ে ৫টার আগে মন্দিরের গেট খোলা হবে না, তবে তাঁর কাছে একটি চাবি আছে এবং বৌদ্ধভিক্ষুরা বেরিয়ে না আসা পর্যন্ত তিনি তাঁকে মন্দিরের চারপাশ ঘুরিয়ে দেখাবেন।

এবার থাই ভদ্রলোকটি লোহার একটি গেট খুললেন। সেখান থেকে পথটি চলে গেছে একেবারে উপসম্পদা প্রদানের মূল হলঘরটি পর্যন্ত। তিনি আলোগুলি জ্বালিয়ে দিলেন, সুন্দর নকশা-কাটা দরজাগুলো খুললেন এবং যুবকটিকে ভেতরে নিয়ে গেলেন। পরবর্তী এক ঘণ্টা ধরে, সেই থাই ভদ্রলোকটি ভবনটির দেয়ালগুলিতে অঙ্কিত ঐতিহ্যবাহী থাই চিত্রগুলির বিস্তারিত ও মনোমুগ্ধকর বর্ণনা দিলেন। সেই সঙ্গে তিনি বললেন, কারা সে কাজের ব্যয়ভার বহন করেছিলেন এবং কেন। কেউ কেউ সেগুলি দান করেছিলেন তাঁদের পরলোগত পিতামাতার স্মৃতির উদ্দেশে অথবা একটি অসুস্থ শিশুকে পুনরায় সুস্থ ও সবল করে তোলার জন্যে। এক ঘণ্টা সময় শেষ হয়ে গেল কখন তা আমেরিকান যুবকটি বুঝতেও পারলেন না। এদিকে থাই ভদ্রলোকটি শেষ দেয়ালচিত্রটির বর্ণনা শেষ করে আমেরিকান যুবকটিকে

www.kalpataruboi.org

বললেন, বাইরে গিয়ে অপেক্ষা করতে, যেহেতু জ্যেষ্ঠ থাই বৌদ্ধভিক্ষু মহোদয় শিগগিরই বাইরে আসবেন। তিনি তখন সেই ভিক্ষুর ভিক্ষাপাত্রে তাঁর আনা খাবারগুলি রেখে তাঁকে উপসম্পদা দানের অনুরোধ জানাবেন। আর ইতোমধ্যে থাই ভদ্রলোকটি আবার গেটটি তালাবদ্ধ করবেন।

আমেরিকান যুবকটি তাঁকে যা বলা হলো তা করলেন। পরে জ্যেষ্ঠ ভিক্ষু মহোদয় বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে উপসম্পদা গ্রহণের পূর্বে মৌলিক প্রশিক্ষণ শুরু করার জন্য তাঁকে বিহারের ভেতরে নিয়ে গেলেন।

কিন্তু সেখানে একটি সমস্যা দেখা দিল। আমেরিকান যুবকটি তাঁকে প্রশিক্ষণ দেওয়ার জন্য নিযুক্ত থাই ভিক্ষুটির ইংরেজি বুঝতে পারছিলেন না। তখন তিনি বললেন, "আমাকে শেখানোর জন্য আরেকজন বৌদ্ধভিক্ষুকে কি দেওয়া যায়?"

তাঁকে বলা হলো, "যিনি আপনাকে প্রশিক্ষণ দিচ্ছেন তিনিই এই মন্দিরের মধ্যে সবচেয়ে ভালো ইংরেজি বলিয়ে লোক।"

"তাহলে প্রথম দিন আমি যাঁর দেখা পেয়েছিলাম সেই প্রবীণ থাই ভদ্রলোককে কি পাওয়া যাবে না? তিনি লোহার গেটটি খুলে আমাকে উপসম্পদা গ্রহণের হলঘরটিতে নিয়ে গিয়েছিলেন। তিনি নিখুঁত ইংরেজি বলেছিলেন," আমেরিকান যুবকটি বললেন।

বৌদ্ধভিক্ষুরা সঙ্গে সঙ্গে তাঁকে বর্ষীয়ান বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের কাছে নিয়ে গেলেন। আমেরিকান যুবকটি যখন তার কাহিনী বললেন তখন বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় তাঁকে থামিয়ে দিলেন এবং তাঁর সচিবকে ডেকে পাঠালেন সে বর্ণনা সম্পূর্ণ লিখে রাখার জন্য।

"দেখুন, সেই গেটের চাবি কোনো সাধারণ গৃহস্থ মানুষের কাছে থাকে না। প্রকৃতপক্ষে, সে গেটটিকে বলা হয় 'রয়েল গেট' এবং কেবল থাইল্যাণ্ডের রাজা ও রাজপুত্ররাই সে প্রবেশদ্বার ব্যবহার করতে পারেন। এই মন্দিরে থাইল্যাণ্ডের রাজারা সাময়িক কালের জন্য উপসম্পদা গ্রহণ করেন। আমেরিকান যুবকটি যে জায়গার কথা বলেছেন সেখানকার বাতিগুলো সে জায়গা থেকে জ্বালানো যায় না। সমস্ত মন্দিরের মধ্যে সবচেয়ে পবিত্র ভবনটির চাবি কোনো সাধারণ মানুষের কাছে থাকতে পারে না। এবং এমনকি বর্ষীয়ান বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ও মন্দিরের দেয়ালগাত্রের ছবিগুলি সম্পর্কে এত কিছু জানেন না।

তখন বিহারাধ্যক্ষ মহোদয় আমেরিকান যুবকটিকে বললেন তাঁর দেখা সেই প্রবীন থাই ভদ্রলোকের চেহারার বর্ণনা দিতে। আমেরিকান যুবকটি তাঁর পুরো

www.kalpataruboi.org

বর্ণনার মধ্যে প্রথমে যা বর্ণনা করতে পারলেন তা হলো, তিনি ঐতিহ্যবাহী থাই পোশাক পরিহিত ছিলেন, যা আজকাল সচরাচর কাউকে পরতে দেখা যায় না। এরপর যখন তাঁকে আরো বিস্তারিত বর্ণনা দেওয়ার জন্য চাপ দেওয়া হলো, তখন আমেরিকান যুবকটি উপরের দিকে তাকালেন এবং বিস্ময়ের সঙ্গে একাগ্রদৃষ্টিতে সেদিকে চেয়ে রইলেন। বিহারাধ্যক্ষ মহোদয়ের অফিসের দেয়ালে সেই বর্ষীয়ান থাই ভদ্রলোকের ছবি।

"এই তো তিনি!" চিৎকার করে বললেন আমেরিকান যুবকটি। "এর সঙ্গেই তো আমার দেখা হয়েছিল।"

সেটি ছিল পরম সম্মানীয় রাজা রামা ৫-এর প্রতিকৃতি। তিনি রাজা চুলালোংগকর্ণ নামে পরিচিত ছিলেন। ১৯১০ সালের ২৩ শে অক্টোবর তিনি মৃত্যুবরণ করেন।

তিনি রয়েল গেট দিয়ে প্রবেশ করতে পেরেছিলেন, যেহেতু তিনি ছিলেন একজন রাজা। তিনি মন্দিরের দেয়ালচিত্রের সব বিবরণ জানতেন, কারণ এর ব্যয়ের সিংহভাগ বহন করেছিলেন তাঁর পরিবার। একজন প্রাক্তন থাই রাজা, যিনি অবশ্যই এখন স্বর্গের অধিবাসী, একজন যুবককে সাহায্য করেছেন তাঁর বৌদ্ধভিক্ষু হওয়ার বাসনা চরিতার্থ করার জন্য।

৭৮. সবজান্তা—*জ্ঞান*

থাইল্যান্ডের আগেকার দিনের রাজারা দেশের সবচেয়ে বুদ্ধিমান লোকদের দ্বারা নিজেদের পরিবৃত রাখতেন। এমনি একজন সভাসদ ছিলেন যেমন ক্ষুরধার বুদ্ধিমান তেমনি উপস্থিতবুদ্ধিসম্পন্ন। তাঁর সহযোগী সভাসদরা পরিকল্পনা করলেন রাজার সামনে তাঁর উপস্থিতবুদ্ধির পরীক্ষা নিয়ে তাঁকে অপমান করার।

তাঁদের পরিকল্পনা ছিল, রাজার সামনে এই সভাসদের বিভিন্ন গুণের প্রশংসা করে তাঁর অহংবোধকে এমন উত্তেজিত করা যাতে তিনি অগ্রপশ্চাৎ না ভেবে স্বীকার করেন যে, অন্যের মনের কথা বুঝতে পারার সামর্থ্য তাঁর আছে। তখন তাঁরা তাঁকে চ্যালেঞ্জ দেবেন, তাঁরা মনে মনে কী ভাবছেন সেটা তাঁকে প্রকাশ করতে হবে। এমনকি যদি সেই বুদ্ধিমান সভাসদ ধারণা করতে পারেন যে, তাঁরা সত্যিই কী ভাবছেন, তাহলেও তাঁরা দৃঢ়ভাবে বলবেন—তা ঠিক নয়। কারণ, কে প্রমাণ করতে পারে যে, অন্য কেউ কী ভাবছে?

অতএব একদিন সকালে রাজসভায় মন্ত্রীর পর মন্ত্রীরা রাজার সামনে সেই সভাসদের অনেক জ্ঞান ও ক্ষমতার প্রশংসা করতে লাগলেন। যখন তাঁরা

www.kalpataruboi.org

ভাবলেন যে, তাঁর গর্ব তাঁর অগ্রপশ্চাৎ বিবেচনার সীমা অতিক্রম করেছে, তখন একজন মন্ত্রী উচ্চকণ্ঠে বললেন, "এই ব্যক্তির এমন গুণ যে ইনি সম্ভবত অন্য কেউ কী ভাবছেন তা বুঝতে পারেন। এটা কি সত্য?"

"অবশ্যই আমি তা পারি," সভাসদটি গর্বের সঙ্গে বললেন।

তখন অন্য সভাসদরা একে অপরের দিকে চেয়ে হাসলেন। তিনি তাঁদের কৌশলী ফাঁদে পা দিয়েছেন।

"ঠিক আছে। তাহলে দয়া করে মহারাজকে বলুন আমরা সবাই এখন কী ভাবছি।" এমনকি তিনি যদি তাঁদের চিন্তা বুঝতেও পারেন তাহলে তাঁরা বলবেন যে, তাঁরা অন্য কিছু ভাবছিলেন। তাঁরা ওকে ধরে ফেলেছেন। সবজান্তা মহোদয়ের আর পালাবার কোনো উপায় নেই।

"মহারাজ," সেই সভাসদ বললেন, "আমি আপনাকে বলল আপনার সব মন্ত্রী এই মুহূর্তে কী ভাবছেন। তাঁরা সবাই এখন মহারাজের প্রতি সহৃদয় মনোভাব নিয়ে শ্রদ্ধামূলক ভাবনা ভাবছেন।"

মন্ত্রীরা সবাই কয়েক সেকেন্ড ভাবলেন। তারপর তাঁরা সভাসদের সঙ্গে একমত হয়ে বললেন, "হ্যাঁ, মহারাজ, আমরা সেটাই ভাবছিলাম।"

এটিই সবজান্তা।

৭৯. এক রাজার সর্বজ্ঞতা—*জ্ঞান*

বুদ্ধ এক রাজার এই গল্পটি বলেছিলেন। রাজা একদিন তাঁর সৈন্যদের প্রশিক্ষণ কার্যক্রম তত্ত্বাবধান করার পর তাঁর প্রাসাদে ফিরে আসছিলেন। তিনি আসার সময় দুটি আমগাছ পার হয়ে এলেন। একটি গাঠ ছেয়ে আছে সুগন্ধ পাকা আমে। অন্য গাছে কোনো ফলই নেই। প্রাসাদে ফিরে আসার পর সামরিক পোশাক ছেড়ে রাজা ভাবলেন, পাকা আমে যে গাছটি ছেয়ে আছে সে গাছটির কাছে তিনি ফিরে যাবেন সুমিষ্ট পাকা আমের স্বাদ আস্বাদনের জন্য। অন্য গাছটির কথা তাঁর মনেই এলো না।

রাজা যখন গাছটির কাছে ফিরে গেলেন, তখন তিনি দেখলেন, যে সুন্দর সবল গাছটি কিছুক্ষণ আগেও অনেক পাকা আমে ছেয়ে ছিল, তার কোনো আমই আর অবশিষ্ট নেই, সজোরে নির্দয়ভাবে সে আমগুলি ছিঁড়ে ফেলা হয়েছে। সুস্বাদু ফলগুলির স্বাদ গ্রহণের জন্য তাঁর সৈন্যরা পোশাক পরিবর্তনের জন্য অপেক্ষা করেনি। আরো খারাপ ব্যাপার হলো, গাছটির অনেক ডাল ভেঙে ফেলা হয়েছে এবং অনেক পাতা ছিঁড়ে গেছে। এই গাছটিকে এখন আহত ও অসুস্থ মনে হচ্ছে। অন্যদিকে যে আমগাছটিকে কোনো ফল ছিল না,

www.kalpataruboi.org

সৈন্যরা তার গায়ে হাত দেয়নি। সেটিকে এখনো স্বাস্থ্যবান ও সবল দেখাচ্ছে।

জ্ঞানী রাজা পরদিনই সিংহাসন ত্যাগ করে প্রব্রজ্যা গ্রহণ করলেন। একজন ধনবান রাজা হওয়ার অর্থ অনেক সুস্বাদু ফলবিশিষ্ট একটি গাছ হওয়া। মতলববাজ মন্ত্রী ও রাজকুমারগণ, এবং এমনকি পার্শ্ববর্তী দেশগুলিও তাঁর ধনসম্পদ পাওয়ার বাসনা পোষণ করে। তাঁর আক্রান্ত হওয়া এবং আহত বা নিহত হওয়ার ব্যাপারটি সময়ের ব্যাপার মাত্র। তিনি হচ্ছেন একদা ফলবান সেই গাছটির মতো, যেটি গুরুতর আহত হয়েছিল। এর চেয়ে ভালো একজন বৌদ্ধভিক্ষুর মতো সামান্য কিছু নিজের জিনিস থাকা। তাহলে তিনি বাঁচতে পারবেন সেই আম্রফলবিহীন গাছটির মতো সুস্থ ও সবলভাবে এবং সব সময় অন্যদের নিজের শান্ত ছায়ায় আশ্রয় দিতে পারবেন।

৮০. কিভাবে জ্ঞানালোক গ্রহণ করবেন—*জ্ঞান*

আমার গুরুদেব অজন চাহ্-এর সঙ্গে থাকার সময় প্রথম কয়েক মাস তিনি নিচের কাহিনীটি বারবার আমাকে বলতেন। এটা খুবই বোকামির ব্যাপার যে, আমি এই কাহিনীটিকে কিছু সাংস্কৃতিক অস্বাভাবিকতা বলে মনে করেছিলাম। তবু, যেভাবেই হোক না কেন, সেটি আমার মনে আছে। পরবর্তী সময়ে একজন বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে জীবনযাপনকালে আমি এই পরোক্ষ উপমাটি বুঝতে পেরেছি যে, এটি হচ্ছে আমার জীবনের সবচেয়ে অসাধারণ শিক্ষকের কাছ থেকে আসলে কীভাবে আমি জ্ঞানালোক অর্জন করেছি তার একটি সবচেয়ে নিখুঁত বিবরণ।

"ওয়ার্ট পাহ্ পং (অজন চাহ্র বৌদ্ধবিহার একটি আমবাগান)-এর গাছগুলি রোপণ করেছিলেন বুদ্ধ। সেই গাছগুলি এখন বড় হয়েছে এবং সেগুলিতে খাওয়ার জন্য অপেক্ষমাণ হাজার হাজার আম ধরে আছে। বুদ্ধের মহাজ্ঞান ও করুণার কারণে, আজ বৌদ্ধভিক্ষু ও ভিক্ষুণীদের এবং সাধারণ উপাসক-উপাসিকাদেরও সেই আম পাওয়ার জন্য গাছে উঠতে হয় না। এই গাছ থেকে আম পারার জন্য কোনো লাঠি ছুঁড়ে মারতে হয় না অথবা গাছটি নাড়াতেও হয় না।

কাউকে যা করতে হয় তা হলো, আমগাছটির নিচে পরিপূর্ণ স্থিরভাবে বসে একটি হাত বাড়িয়ে দেওয়া। আমটি সে হাতে এসে পড়বে।

বুদ্ধের জ্ঞান ও করুণা এমন।

আমগাছ আমি চিনতাম। আপনি যদি কোনো আমগাছের নিচে বসে থাকেন, সে গাছিটি থেকে আম পরার জন্য আপনাকে অনেকদিন অপেক্ষা

www.kalpataruboi.org

করতে হবে। পাখিরাই সম্ভবত সেগুলি আগে খেয়ে ফেলবে। তা ছাড়া, যদি কোনো আম সত্যি সত্যি পড়েও, সেটি আমার হাতের বদলে ন্যাড়া মাথায় পড়ার সম্ভাবনাই বেশি। আমার ভাগ্য কেমন তা তো আমার জানা। এটি একটি বোকামিসুলভ উপমা।

কিন্তু এখন আমি বুঝতে পেরেছি, নির্বোধ ছিলাম আসলে আমি নিজেই। আধ্যাত্মিক জীবনে 'গাছ ঝাঁকিয়ে' বা 'লাঠি ছুঁড়ে মেরে' অথবা 'গাছে আরোহণ করে' কোনো কিছু লাভ করা যায় না। আপনি যখন পার্থিব জীবনের কোনো কিছু পাওয়ার আকাঙ্ক্ষাকে অতিক্রম করে সম্পূর্ণ নিখুঁটভাবে স্থির হতে শিখবেন এবং নিঃশর্ত ভালোবাসায় আপনার হৃদয়কে উন্মুক্ত করে দেবেন, কেবল তখনই জ্ঞানালোকের আমগুলি অত্যন্ত ধীরে ধীরে আপনার হাতে এসে পড়বে।

৮১. নিষিদ্ধ ফল—*জ্ঞান*

এক গরিব চাষির কাছে অনেক ছাতাপড়া খড় ছিল। এগুলো ফেলে দেওয়ার বদলে তিনি তাঁর গরুগুলোকে খাওয়ানোর চেষ্টা করলেন। কিন্তু গরুগুলি সেসব বাজে স্বাদের খড় খাওয়ার চেয়ে বরং ক্ষুধার্ত থাকতেই বেশি পছন্দ করল।

অতএব চাষি সেই ছাতাপড়া খড়গুলির সঙ্গে কিছু নতুন তাজা খড় মিশিয়ে তাঁর গরুগুলিকে খেতে দিলেন। তিন্তু গরুগুলি সেই মেশানো খড় থেকে তাজা খড়গুলি আলাদা করে শুধু সেইগুলোই খেল। ছাতাপড়া খড়গুলি পড়ে রইল।

তখন চাষি একটা অদ্ভুত ব্যাপার লক্ষ করলেন। যদিও গোয়াল ঘরের সঙ্গে লাগোয়া ছোট আঙিনাতেও অনেক ঘাস থাকত, তবুও প্রায়ই দেখা যেত গরুগুলি তারের বেড়ার বাইরের ঘাস খাওয়ার জন্য সেই বেড়ার ফাঁক দিয়ে মাথা গলিয়ে দিচ্ছে।

অতএব চাষি এবার তাঁর ছাড়াপড়া খড়গুলি রেখে দিলেন তারের ঘেরার ঠিক বাইরে, কিন্তু একটি গরু যাতে মাথা গলিয়ে তা খেতে পারে সে রকম কাছে। কয়েকদিনের মধ্যে গরুগুলি সেই ছাতাপড়া সব খড় খেয়ে ফেলল।

নিষিদ্ধ খড়, এমনকি তা ছাতাপড়া হলেও খেতে সুস্বাদু।

আমি এই ঘটনাটির অনুরূপ একটি কাজ করেছিলাম আমার একজন ভালো বন্ধুকে সাহায্য করতে, যাঁর সঙ্গে তাঁর স্বামীর সমস্যা চলছিল। তাঁর স্বামী ভদ্রলোকটি ছিলেন বেশ ভালো মানুষ, তবে ধর্মের প্রতি তাঁর কোনো অনুরাগ

www.kalpataruboi.org

ছিল না, এমনকি বিদর্শন ভাবনার প্রতিও নয়।

আমার বন্ধু আমাকে বলেছিলেন, তাঁর স্বামী অবশ্যই বুদ্ধের বাস্তবধর্মী উপদেশাবলি থেকে উপকৃত হতেন, যদি তিনি সেগুলো শোনার জন্য সময় দিতেন। কিন্তু এ বিষয়ে তাঁর কোনো আগ্রহ নেই। সেজন্যই মহিলা আমার সাহায্য চাইছেন।

"খুব সহজ," আমি বললাম, "শুধু আমার একটা বই কিনুন। সেটি বাড়ি নিয়ে যান এবং যখন আপনার স্বামীকে দেখবেন, তখন তাঁকে বলবেন আপনার বইতে যেন হাত না দেন। তাঁকে জোর দিয়ে বলবেন যেন তিনি সেটি না পড়েন।"

আমার কথামতো কাজ তিনি করেছিলেন।

এর অল্প কিছু দিন পর একদিন সেই মহিলা যখন কেনাকাটা করার জন্য বাইরে গিয়েছিলেন এবং তাঁর স্বামী বাসায় ছিলেন, তখন স্বামী ভদ্রলোকটি ভেবেছিলেন, "সে আমাকে তার বইটা না পড়ার জন্য কেন বলেছে!"

তখন তিনি নিষিদ্ধ বইটি হাতে তুলে নিলেন, প্রথম গল্পটি পড়লেন এবং শেষ গল্পটি পড়া শেষ না হওয়া পর্যন্ত সেটি আর হাত থেকে নামালেন না। এখন সপ্তাহে তিনি আমার মন্দিরে আসেন।

৮২. বলদর্পী—*অনাত্ম*

যেখানে শ্রেণিকাঠামো থাকবে, সেখানেই কিছু লোক থাকবে যারা দুর্বল লোকদের উদ্দেশ্যমূলকভাবে ভয় দেখানোর বা নির্যাতন করার চেষ্টা করবে। বলদর্পী লোক আছে বিদ্যালয়ের অঙ্গনে, কাজের জায়গায় এবং এমনকি ধর্মীয় মন্দিরেও। নিচের গল্পে তারই একটি বর্ণনা পাওয়া যাবে :

বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে জীবনযাপনের প্রথম বছরে দুপুরের ভোজনের পর উবু হয়ে বসে আমি যখন আমার ভিক্ষাপাত্র এবং বর্জ্য রাখার পাত্র ধুয়ে নিচ্ছিলাম, তখন একজন জ্যেষ্ঠ ভিক্ষু ধীরে ধীরে হেঁটে আমি যেখানে বসেছিলাম সেখানে এলেন, রোষকষায়িত দৃষ্টিতে আমার দিকে তাকালেন এবং উচ্চকণ্ঠে বললেন :

"ব্রহ্মবংশ! এটা খুব নোংরা অভ্যাস। তোমার বর্জ্য রাখার পাত্র যে কাপড় দিয়ে মুছতেছ সে কাপড় দিয়ে ভিক্ষাপাত্র মুছবে না! এক্ষুণি বন্ধ কর!"

কনিষ্ঠ বৌদ্ধভিক্ষুরা তাঁদের জ্যেষ্ঠ ভিক্ষুদের প্রতি শ্রদ্ধাবিজড়িত আনুগত্য প্রদর্শন করবেন—এটিই প্রত্যাশিত। কিন্তু এ ধরনের আচরণ ছিল অত্যন্ত বেশি শাসনমূলক। জ্যেষ্ঠ ভিক্ষু আমাকে ভয় দেখানোর চেষ্টা করেছিলেন। তা ছাড়া যে কাজের জন্য আমাকে তিরস্কার করা হচ্ছিল অন্য সকলেও সেই

www.kalpataruboi.org

একই কাজ করছিলেন। সবার মধ্যে থেকে আমাকে আলাদা করে বেছে নেওয়া অন্যায়।

সৌভাগ্যবশত, এই বলদর্পী ভিক্ষুর জন্য উত্তর আমার কাছে ছিল। তিনি আমাকে যা বলেছিলেন আমি শান্তভাবে তা করলাম। যদিও ভেতরে ভেতরে আমি জ্বলে যাচ্ছিলাম, তবু আমার মুখ বন্ধ রাখার জন্য আমি নিজেকে নিয়ন্ত্রণের সব ক্ষমতা প্রয়োগ করলাম। যেখানে কিছু ছেঁড়া কাপড় ছিল ধীর পদক্ষেপে সেখানে গেলাম। সেখান থেকে একটি কাপড় তুলে নিলাম, আরো ধীরে আমার জায়গায় ফিরে এলাম এবং সে কাপড়টা দিয়ে বর্জ্য রাখার পাত্রটা মুছলাম। এই কাজটুকু করার সময় আমি অনুভব করলাম, অন্য ভিক্ষুদের মধ্যে অনেকের চোখই আমাকে অনুসরণ করছিল। এর পর আমি এই বলদর্পী ভিক্ষুটির দিকে তাকালাম। অন্য ভিক্ষুরাও আমার সঙ্গে সঙ্গে তাঁর দিকে তাকালেন। তাঁর মুখটা একটি আগুনের ইঞ্জিনের চেয়েও বেশি লাল হয়ে গিয়েছিল। এর পর তিনি ফিরে গেলেন। তিনি আর কখনো আমার সঙ্গে এমন ব্যবহার করার চেষ্টা করেননি।

বলদর্পী মানুষেরা প্রমাণ করতে চায় যে তারা আপনার চেয়ে উঁচুদরের মানুষ। এই বলদর্পীদের প্রতি আপনি কীভাবে প্রতিক্রিয়া দেখাবেন তা থেকেই বুঝতে পারা যাবে, কে শ্রেয়তর।

মন্দিরের মতো কোনো আধ্যাত্মিক সমাজে উপরের পদ্ধতিটি সফল হবে কেবল বলদর্পিতা যখন সবার সামনে প্রদর্শিত হয়। কোনো অফিসে বা বিদ্যালয়ে কিংবা কোনো ব্যক্তিগত স্থানে এমন ধারণা তৈরি হতে পারে যে, আপনি দুর্বল এবং প্রভাব খাটানোর পাত্র হিসেবে উপযুক্ত। অতএব আপনি যদি কোনো বলদর্পী মানুষকে বেকায়দায় ফেলতে না পারেন অথবা তাঁর মুখোমুখি হতে না পারেন, তাহলে বিষয়টি তাঁদের ঊর্ধ্বতনদের জানান।

আপনার লক্ষ্য হওয়া উচিত এ কথাটি প্রমাণ করা যে, জ্ঞান ও সাহসে আপনি অন্তত তাঁদের সমকক্ষ, যদি তাঁদের চেয়ে শ্রেয়তর নাও হয়ে থাকেন।

৮৩. প্রাতিষ্ঠানিক বলদর্পী—*অনাত্ম*

সরকারি বিভাগগুলি হচ্ছে কুখ্যাত প্রাতিষ্ঠানিক বলদর্পী। তাদের হাতে ক্ষমতা আছে এবং তারা প্রায়শ অনুভব করে যে, সে ক্ষমতা দেখানোর প্রয়োজন আছে।

একজন অস্ট্রেলীয় বৌদ্ধ, যিনি পশ্চিম অস্ট্রেলীয় পুলিশ বাহিনীর ট্যাকটিক্যাল রেসপন্স গ্রুপের (সোয়াট টীম) একজন সদস্য ছিলেন, একবার

www.kalpataruboi.org

এশিয়ায় একটি অস্ট্রেলিয়ান কনসুলেটে তাঁর স্ত্রীর জন্য ভিসা নেওয়ার চেষ্টা করছিলেন। সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তাটির আচরণ এতোই অসহযোগিতামূলক ছিল যে, তিনি বিনয়ের সঙ্গে সে বিষয়ে অনুযোগ করেন। তখন সেই কর্মকর্তা ভদ্রমহিলা উত্তর দিয়েছিলেন, "এখানে দাঁড়ানো নিরাপত্তারক্ষীকে দেখতে পাচ্ছেন? আর একবার অভিযোগ করলে আমি তাকে বলব আপনাকে গুলি করতে।"

পণবন্দি পরিস্থিতি বিষয়ে অভিজ্ঞ হওয়ার ফলে তিনি সেদিন সফলভাবে সেই ঝামেলা মোকাবেলা করতে পেরেছিলেন। পরে তিনি আমাকে বলেছিলেন, তিনি কখনো আশা করেননি যে একজন অস্ট্রেলীয় হিসেবে একটি অস্ট্রেলিয়ান কনসুলেটে সে দক্ষতা তাঁকে ব্যবহার করতে হবে।

এর দ্বিতীয় দৃষ্টান্তের সঙ্গে জড়িত আমার এক বন্ধু। পার্থে তাঁর একটি গাড়ি মেরামত করার দোকান ছিল। একদিন সকালে তাঁর কারখানায় পৌঁছে তিনি দেখলেন, তাঁর ড্রাইভওয়েতে কারখানায় ঢোকার সমস্ত পথ বন্ধ করে বেআইনিভাবে একটি গাড়ি পার্ক করে রাখা হয়েছে। তিনি নিজেও কারখানার ভেতরে ঢুকতে পারছেন না। অতএব তিনি ফোন করে সেই পথ বন্ধ করে রাখা গাড়িটি সরিয়ে নেওয়ার জন্য কাউন্সিল অফিসকে বললেন।

কাউন্সিলে যে অফিসার তখন কাজ করছিলেন তিনি তাঁকে বললেন যে, তিনি কাউন্সিলের একজন লোককে পাঠাবেন সেই গাড়িটিতে একটি স্টিকার লাগিয়ে দিতে, তবে আইন অনুযায়ী তাঁরা গাড়িটি সেখান থেকে টেনে সরিয়ে ফেলতে পারবেন এক সপ্তাহ পর।

"এর অর্থ হলো, আমার কাছে যাঁরা গাড়ি মেরামত করতে দেন তাঁরা গাড়ি নিয়ে কারখানায় ঢুকতে পারবেন না অথবা যাঁদের গাড়ি মেরামত করা হয়ে গেছে তাঁরা গাড়ি বাইরে নিয়ে যেতে পারবেন না। আগামী সাত দিন আমার ব্যবসা বন্ধ রাখতে হবে!" তিনি অভিযোগ করে বললেন।

"আমি দুঃখিত, কিন্তু আইন তো আইনই," স্থানীয় সরকার কর্মীটি বললেন।

সৌভাগ্যক্রমে, আমার বন্ধুটি ছিলেন সুচতুর ও সাহসী। তিনি তাঁর ভ্যান গাড়িটি চালিয়ে কাউন্সিল অফিসের সামনে নিয়ে গেলেন এবং সাবধানতার সঙ্গে সেটি কাউন্সিল থেকে গাড়ি বেরুবার রাস্তায় আড়াআড়ি এমনভাবে রাখলেন যাতে কাউন্সিলের অফিসারদের কোনো গাড়ি, অথবা কোনো ডেলিভারি ভ্যান এবং সেখানে আগত ব্যক্তিদের কোনো গাড়ি আর বেরিয়ে আসতে না পারে। যখন কাউন্সিলের কর্মীরা তাঁর বড় ভ্যান গাড়িটা সরাতে

www.kalpataruboi.org

বললেন, তখন তিনি উত্তর দিলেন, "আপনারা ওতে কেবল একটা স্টিকার লাগিয়ে দিন, সেটি ওখান থেকে চলে যাবে, আপনাদের আইন অনুযায়ী সাত দিন পর।"

এরপর সংক্ষিপ্ত আলাপ-আলোচনা শেষে, তাঁর ব্যবসা প্রতিষ্ঠানের সামনে রাখা গাড়িটি দ্রুত অন্যত্র নিয়ে যাওয়া হলো এবং অতঃপর কাউন্সিল অফিসের গাড়ি বেরুনোর রাস্তা জুড়ে থাকা তাঁর ভ্যান গাড়িটিও।

এভাবেই মোকাবেলা করতে হয় প্রাতিষ্ঠানিক বলদর্পীদের সঙ্গে।

৮৪. আমি খুব একটা ভালো নই—*অনাত্ম*

অধিকাংশ বলদর্পী লোকের আত্মসম্মানবোধ নিম্নমানের। অন্যদের ওপর প্রভাব খাটিয়ে তারা নিজেদের এই আত্মসম্মান জ্ঞানের অভাবটুকু পূরণ করার চেষ্টা করে। যখন তারা অন্য কাউকে ভয়ভীতি প্রদর্শন করে তখন তা তাদের নিজেদের উচ্চতর জ্ঞান প্রদর্শন করার অনুভূতি যোগান দেয়।

বুদ্ধ বলেছিলেন, জগতে তিন প্রকার আত্মচিন্তামূলক ধারণা আছে :

১. নিজেদের অন্য কারো চেয়ে শ্রেয়তর জ্ঞান করা
২. নিজেদের অন্য কারো চেয়ে হীনতর জ্ঞান করা
৩. নিজেদের অন্য কারো সমান জ্ঞান করা

দ্বিতীয় প্রকারের ধারণাকে প্রায়শ 'আত্মজ্ঞানমূলক ধারণা' বলে বিবেচনা করা হয় না প্রধানত বলদর্পিতার কারণে। আমরা যদি কেবল একে অন্যকে বিচার করা বন্ধ করতে পারতাম, তাহলে হয়তো নিজেদের বিচার করাটাও বন্ধ করতে সমর্থ হতাম। এর ফলে, মৌখিকভাবে বা শারীরিকভাবে বলদর্পিতা দেখানোর প্রয়োজন অনেক কমে যেত।

একটি সংবর্ধনা অনুষ্ঠানে একজন সুবেশ ভদ্রলোক গর্বের সঙ্গে আমন্ত্রণকর্তাকে তাঁর নিজের পরিচয় দিয়ে বললেন যে, তিনি একজন ডাক্তার।

"আমি একজন ডাক্তার," আমন্ত্রণকর্তা আন্তরিকভাবে বললেন, "আমি জেনারেল প্র্যাকটিস করি।"

"শুধু একজন জিপি? আমি ব্রেইন সার্জন", সেই সুবেশ ভদ্রলোক অহমিকার সুরে বললেন, "একজন জিপি'র পক্ষে ব্রেইন সার্জারি জানা সম্ভব নয়!"

"আমিও একজন ডাক্তার," আমন্ত্রণকর্তা ভদ্রলোকের স্ত্রী বললেন, "আমি Medicines sans Frontiers-এর সঙ্গে কাজ করি এবং মাত্র কিছুদিন আগে মধ্যপ্রাচ্যের যুদ্ধবিধ্বস্ত অঞ্চলে ৬ মাস ধরে আহত শিশুদের চিকিৎসার কাজ

www.kalpataruboi.org

করে ফিরে এসেছি। এটা ছিল অত্যন্ত বিপজ্জনক একটা কাজ, কিন্তু কাউকে না কাউকে তো ওই অসহায় শিশুদের সাহায্য করতে হবে।"

"এ ধরনের দাতব্য কাজ করা অবশ্যই কঠিন", স্ব-ঘোষিত গুরুত্বপূর্ণ অতিথি মহোদয় বললেন তাঁর অহমিকার ভাব আরো একটু উঁচু করে।

"কিন্তু আপনি নিশ্চয়ই স্বীকার করবেন যে তা মোটেই ব্রেইন সার্জন হওয়ার মতো কঠিন নয়!"

"আমিও একজন ডক্টর", আমন্ত্রণকর্তা ভদ্রলোকের ছেলে তাঁদের কথার মধ্যে ঢুকে পড়লেন, "আমার পদার্থবিজ্ঞানে পিএইচডি ডিগ্রি আছে এবং আমি 'নাসা'য় রকেট নির্মাণের কাজ করি। ডক্টর, আপনি নিশ্চয়ই স্বীকার করবেন যে ব্রেইন সার্জারি কদাচিৎ রকেট সায়েন্স-এর তুল্য!"

তখন সেই সুবেশ ভদ্রলোকের উঁচু নাকটি নিচে নেমে এলো এবং সেই সঙ্গে তাঁর আত্মজ্ঞানমূলক ধারণাটিও।

৮৫. আমি যথেষ্ট ভালো—*অনাত্ম*

আপনার যখন নিজের মূল্য সম্পর্কে একটি সুস্থ ধারণা থাকবে, তখন 'আমি তোমার চেয়ে ভালো' খেলাটি খেলার কোনো প্রয়োজন পড়বে না। নিজের যোগ্যতা বা মূল্য প্রমাণের দরকার আপনার হবে না। আত্মমূল্য সম্পর্কে সুস্থ ধারণাটি আসে যথার্থই নিখুঁত হওয়ার প্রকৃত উপলব্ধি থেকে।

এক মহিলা একবার একটি নিখুঁত বৃক্ষের সন্ধানে বনের মধ্যে হাঁটছিলেন। তিনি যা দেখতে পাচ্ছিলেন তার সবই বাঁকাচোরা, কোনোটার ডালপালা ভাঙ্গা, আবার কোনোটার ছাল উঠে গেছে। তখন তিনি সরকারি ব্যবস্থাপনায় পরিচালিত একটি উদ্ভিদ-উদ্যানে গেলেন। সেখানে তিনি দেখলেন, সব গাছ সারি ও লাইনে নিখুঁতভাবে বিন্যস্ত, সব গাছ সোজা এবং সব ডালপালা নিখুঁতভাবে যথাস্থানে রয়েছে।

মহিলা উপলব্ধি করলেন, প্রাকৃতিক বনের বাঁকাচোরা ডালপালা-ভাঙ্গা ও ছাল-ছাড়ানো গাছগুলো কৃত্রিম উদ্ভিদ-উদ্যানের নিখুঁত গাছগুলির চেয়ে বেশি সুন্দর ও শান্তশ্রীসম্পন্ন। এরপর তিনি এও বুঝতে পারলেন যে, তথাকথিত ক্ষতযুক্ত মানুষেরাও কৃত্রিম মানুষদের চেয়ে অনেক অনেক বেশি সুন্দর।

এবার তিনি নিজেকে নিয়ে স্বস্তি অনুভব করলেন যেমনটি তিনি অনুভব করেছিলেন প্রাকৃতিক বনের গাঁটযুক্ত ও আঁকাবাঁকা গাছগুলোর মধ্যে।

তিনি বুঝতে পারলেন, নিখুঁট কথাটির আসল অর্থ। তিনি বহুদিন ধরে 'যথেষ্ট ভালো' ছিলেন। শুধু বনে যাওয়ার পরই এই সত্যটা অনুধাবন করলেন

www.kalpataruboi.org

তিনি।

৮৬. মন্দিরের উত্তর দেওয়ার মেশিন—*করুণা*

বৌদ্ধভিক্ষুরা ফোনে নানা প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার চেয়ে বরং ধ্যানকর্মেই তাঁদের সময় কাটাতে বেশি পছন্দ করেন। কিছু মানুষ মনে করেন, যাঁরা বৌদ্ধভিক্ষুদের নিকট ফোন করেন তাঁদের বিবাহ, মানসিক স্বাস্থ্য ইত্যাদি সমস্যার সমাধান এবং ভিক্ষুদের আশীর্বাদ কামনা করে তাঁদের ফোনের উত্তর দেওয়া ছাড়া ভিক্ষুদের করার মতো আর কাজ নেই। আমি এটাকে বলি, 'একজন ভিক্ষুকে ফোন করা সার্ভিস' (Dial-a-Monk-Serice)।

তাই আমাদের মন্দিরে আমরা উত্তরপ্রদান সেবা চালু করেছি :

"আপনি যদি রেকর্ডকৃত সৌভাগ্যসূচক মঙ্গলসূত্র বয়ান শুনতে চান তাহলে—১নং বোতামে চাপ দিন।

আপনি যদি আপনার দুঃসময় নিয়ে যেকোনো একজন ভিক্ষুর সঙ্গে কথা বলতে চান তাহলেও—১নং বোতামে চাপ দিন।"

এখন আমরা শান্তিতে আমাদের ধ্যানকর্ম করতে পারি।

৮৭. আপনার অসুখী হওয়ার অধিকার আছে—*করুণা*

আজকের জগতে, আপনি যদি সুখী না হন, তাহলে কিছু মানুষ ধরে নেয় যে, এক্ষেত্রে আপনার নিজের কোনো বড় সমস্যা আছে। আপনার চিকিৎসা দরকার। আপনাকে হয়তো হ্যাপিনেস ক্লিনিক-এ যাওয়ার জন্য উৎসাহ দেওয়া হবে। কোনো কোনো কোম্পানি এমনকি চীফ হ্যাপিনেস অফিসারও আছেন যিনি তাঁদের কর্মচারীদের বোধগম্য সমস্যা থেকে মুক্ত করার কাজে নিয়োজিত থাকেন। সুখ আধুনিক যুগের 'অবশ্যই থাকতে হবে' জাতীয় পণ্য। শিগগিরই যেসব লোক জনসমক্ষে অসুখী হয়ে অন্যদের নিরাশ করবেন তাঁদের জরিমানা বিধান করা হবে, এবং যাঁরা ক্রমাগত দুঃখী হওয়ার মতো ধারাবাহিক অপরাধ করবেন তাঁদের জেলখানায় পাঠানো হবে।

সম্প্রতি আমি যখন অত্যন্ত সুস্বাদু খাবার ও সুন্দর পরিবেশ-সমৃদ্ধ একটি নিভৃতনিবাসে কিছু শিক্ষা দেওয়ার কাজে নিয়োজিত ছিলাম, তখন একজন অল্পবয়সী মহিলা আমার কাছে স্বীকার করেন যে, কোনো কারণ ছাড়াই তিনি খুব তিরিক্ষিভাব অনুভব করেন।

"আমি জানি, আমার অসুখী হওয়া উচিত নয়, কারণ এর দ্বারা আমি

www.kalpataruboi.org

অন্যদেরও বিচলিত করছি। কিন্তু আমি এটা ছাড়তে পারছি না। আমার নিজেকে খুবই দুঃখী মনে হয়," মহিলা অপরাধী মনোভাবের সঙ্গে স্বীকার করলেন।

তখন আমি আমার অফিসে চলে গেলাম এবং নিচের তিরিক্ষি মেজাজের লাইসেন্স লেখাটি কম্পোজ করে প্রিন্টআউট বের করলাম :

তিরিক্ষি মেজাজের লাইসেন্স

এই দলিল যথাযথ নিয়মের সাথে এর বাহককে তিরিক্ষি মেজাজের অধিকারী হওয়ার চিরপ্রযোজ্য লাইসেন্স দিচ্ছে, যেকোনো কারণের জন্য অথবা কোনো কারণ ছাড়াই, কোনোরকম বাধাবিঘ্ন ছাড়াই।

কেউ যেন এই অধিকারে হস্তক্ষেপ না করে।

স্বাক্ষর অজন ব্রহ্ম

আমি যখন তাঁকে তিরিক্ষি মেজাজের লাইসেন্স হাতে দিলাম, তখন তিনি হাসতে শুরু করলেন। "আপনি এর অর্থটা কিন্তু এড়িয়ে গেলেন," আমি প্রতিবাদ জানালাম।

৮৮. সুখের লাইসেন্স—*করুণা*

আমাকে অনেক সুখী লাইসেন্সও এভাবে প্রিন্ট করতে হয়েছে। আধুনিক জগতে আমাদের যেমন গাড়ি চালাতে, বিয়ে করতে, একটি কুকুর পুষতে এবং অন্যান্য জিনিসের জন্য লাইসেন্সের দরকার হয়—তেমনি সুখী হওয়ার জন্য একটি লাইসেন্স নয় কেন?

এমন বহু মানুষ অছেন যাঁরা মনে করেন যে, তাঁরা সুখী হওয়ার অধিকারী নন। সম্ভবত অতীতে তাঁরা কিছু সাংঘাতিক কাজ করেছেন, যার জন্য তাঁরা নিজেদের ক্ষমা করতে পারেন না। অথবা, হয়তো তাঁরা অন্যের কাছ থেকে দুর্ব্যবহার পেয়েছেন এবং তাঁদের আত্মমূল্যজ্ঞান তাঁরা হারিয়ে ফেলেছেন।

জার্মানিতে একটি নিভৃতনিবাসে আমি যখন শিক্ষাদান করছিলাম তখন একজন যুবকের ধ্যান করার ক্ষেত্রে সমস্যা হচ্ছিল। তিনি আমাকে বলেন যে, জীবনে তাঁর আরো বহু সমস্যা রয়েছে। তিনি কোনো অবিচল সম্পর্ক রাখতে পারেন না। তাঁর কর্মজীবন লক্ষ্যহীন হয়ে পড়েছে। এবং তাঁর অনুভূতি এমন হচ্ছে যে, তিনি যেন বিমর্ষতার এক অন্তহীন শৈত্যের মধ্যে রয়েছেন। যখনই সুখের কোনো সুযোগ তাঁর জীবনে এসেছে, তিনি অভ্যেসবশত তাড়িয়ে তা বিদায় করে দিয়েছিলেন। তিনি অবচেতন মনে বিশ্বাস করেন যে, সুখী হওয়ার অধিকার তাঁর নেই। তাঁর মতো এমন আরো বহু মানুষ আছে।

www.kalpataruboi.org

আমি লক্ষ করেছিলাম যে, আমার প্রতি তাঁর গভীর শ্রদ্ধা রয়েছে। তাঁর বন্ধুরা আমাকে বলেছিলেন, তিনি আমাকে সর্বজ্ঞ, সর্বপ্রেমী, আধ্যাত্মিক গুরু হিসেবে শ্রদ্ধা করেন। সেটা অতিশয়োক্তি, তবে এর একটা সুবিধা আছে। আমি তাঁকে একটা 'সুখী লাইসেন্স' দিয়েছিলাম। সেখানে এমন একজনের স্বাক্ষর ছিল যাঁকে তিনি চির-অভ্রান্ত মনে করেন। এই স্বাক্ষরকারী ছিলাম আমি।

তিনি সেই লাইসেন্সটিকে এত শ্রদ্ধা করেছিলেন যে তিনি একে গুরুত্বের সঙ্গে নিয়েছিলেন। তিনি সেটি ফ্রেমে বাঁধিয়ে দেয়ালে ঝুলিয়ে রেখেছিলেন। এটা নিরন্তর তাঁকে মনে করিয়ে দিত যে, কর্তৃত্বসম্পন্ন একজন লোক তাঁকে সুখী হওয়ার অনুমতি দিয়েছেন। এর ফলে, তিনি আনন্দের মুহূর্তগুলোকে প্রত্যাখ্যান করা থেকে বিরত হলেন এবং নিজেকে সুখী করতে চাইলেন। ধ্যানকর্মে বিঘ্নসহ তাঁর অনেক সমস্যা অচিরেই অন্তর্হিত হয়েছিল।

যে একমাত্র সমস্যা হয়েছিল তা এই যে, তিনি তাঁর এক বন্ধুকে এই কথা বলেছিলেন এবং তাঁর সেই বন্ধু সুখের লাইসেন্সের একটি কপি ফেসবুকে পোস্ট করেছিলেন। শিগগিরই আমার স্বাক্ষরিত সুখের লাইসেন্সের জন্য এত অনুরোধ আমার কাছে আসতে লাগল যে, ধ্যানের জন্য সময় না পেয়ে আমি আমার নিজের সুখই কিছুকালের জন্য হারিয়ে ফেলেছিলাম।

৮৯. আপনার মূল্য কত?—*গভীর পর্যবেক্ষণ*

কয়েক বছর আগে, লন্ডনের ডকল্যান্ডস-এ একটি বেশ উঁচুদরের মানব সম্পদ সম্মেলনে মূল বক্তৃতা দেওয়ার জন্য আমাদের বিমানে অস্ট্রেলিয়া থেকে ইংল্যান্ডে নিয়ে যাওয়া হয়। সম্পূর্ণভাবে আয়োজকদের দ্বারা ভ্রমণব্যয় নির্বাহকৃত এই ভ্রমণে আরো সুবিধা ছিল এই যে, বক্তৃতা দেওয়ার পর আমি আমার পরিবার ও বন্ধুদের সঙ্গে দেখা করতে পারব।

আমার এক ঘণ্টার বক্তব্য উপস্থাপনের জন্য মঞ্চে ওঠার পনেরো মিনিট পূর্বে, আরোজকদের একজন আমাকে বললেন, কনভেনশন সেন্টারের প্রবেশপথে দুজন লোক দাবি করছেন যে—তাঁরা আত্মীয় এবং তাঁরা বিনা টিকিটে ভেতরে ঢোকার চেষ্টা করছেন। বিষয়টা স্বচক্ষে দেখার জন্য ম্যানেজারের সঙ্গে আমি গেলাম এবং দেখে নিশ্চিত হলাম যে, ওরা দুজন হচ্ছে আমার ভাই এবং তার মেয়ে। এক মিনিট মুধুরভাবে কথা বলার পর, যাতে আমি বেশ অভ্যস্ত, ইভেন্ট ম্যানেজারকে আমি সম্মত করলাম ওদের বিনা টিকিটে ভেতরে ঢুকতে দিতে।

www.kalpataruboi.org

আমার বক্তৃতা ও আনুষঙ্গিক পর্ব শেষ হওয়ার পর আমার ভাই ও ভাইঝিকে মৃদু তিরস্কার করলাম আমাকে লজ্জাজনক অবস্থায় ফেলার জন্য।

"ভাই, তুমি একজন ব্যাংক ম্যানেজার! আর আমার প্রিয় ভাইঝি, তুমিও ভালো চাকরি করছ! তোমরা কেন প্রবেশমূল্য দিয়ে ঢুকল না?"

তখন ওরা আমাকে বলল যে, শুধু ৬০ মিনিট আমার বক্তৃতা শোনার জন্য জনপ্রতি প্রবেশমূল্য হচ্ছে ৩০০ পাউন্ড।

আমার বিরক্তি উবে গেল যখন আমি শুনলাম আমার মূল্য কত। এর পরিবর্তে আমার মধ্যে বেশ অনেকখানি আত্মমর্যাদার ভাব সৃষ্টি হলো।

অস্ট্রেলিয়ায় আমার নিবাসে ফিরে আসার পর আমি আমার কথা শোনার জন্য নব-আবিষ্কৃত 'বাজার দর' সম্পর্কে আমার মন্দিরের কমিটিকে বললাম। তাঁরা কূটনৈতিক পদ্ধতিতে উত্তর দিলেন যে, জনপ্রতি প্রতি ঘণ্টায় ৩০০ পাউন্ডের চেয়ে আমার মূল্য অনেক অনেক বেশি। 'আপনি অমূল্য', কমিটি প্রস্তাব করলেন, সমর্থন করলেন এবং সর্বসম্মতিক্রমে একমত হলেন। এর অর্থ হলো, আমার কথা শোনার জন্য তাঁরা এখানে কারো কাছ থেকে কোন অর্থ দাবি করেন না।

অতএব আপনার মূল্য কত? আমার মতোই, আপনিও অমূল্য।

এক সপ্তাহ পর আমি মূল্য বক্তৃতা দেওয়ার জন্য আবারও একটি আমন্ত্রণ পেলাম। এবার বক্তৃতা দিতে হবে যুক্তরাজ্যের ব্রিটিশ ন্যাশনাল হেল্‌থ সার্ভিস-এর বার্ষিক সম্মেলনে। এবারেও আয়োজকরা জানালেন যে, আমার সব খরচ তাঁরাই বহন করবেন। আমি তাঁদের প্রস্তাবে রাজি হলাম না। আমার যুক্তি ছিল, ঘন ঘন এ ধরনের লম্বা ভ্রমণ স্বাস্থ্যের জন্য খুবই খারাপ এবং তাঁরা যেহেতু ব্রিটিশ ন্যাশনাল হেল্‌থ সার্ভিস-এর লোক, অতএব ও সম্মেলনে যোগ দেওয়া আমার জন্য কপটতার তুল্য।

৯০. নিস্তব্ধতার শক্তি—*জ্ঞান*

বিগত কয়েক বছরের মধ্যে স্বর্ণের মূল্য অনেক বেশি বৃদ্ধি পেয়েছে। যেহেতু নিস্তব্ধতা স্বর্ণালি, অতএব বর্তমানে নিস্তব্ধতার মূল্যও নিশ্চয়ই আগের যেকোনো সময়ের চেয়ে বেশি। কোনো জিনিস দুর্লভ হয়ে উঠলে এর মূল্যও বৃদ্ধি পায়।

আজকের পৃথিবীতে নিঃশব্দ স্থান খুবই কম। লন্ডনে আমার যুবা বয়সে, আমি প্রায়ই অনেক গির্জা বা ক্যালিড্রেল-এর যেকোনো একটিতে চলে

www.kalpataruboi.org

যেতাম। সেটি এ কারণে নয় যে বৃষ্টি পড়া বন্ধ করা অথবা অনুরূপ কোনো ব্যাপারে প্রার্থনা করার জন্য, বরং শুধু এমন একটি নির্জন আশ্রয় খুঁজে পেতে যেখানে আমার অতিসক্রিয় মস্তিষ্কটাকে শান্ত করতে এবং মনের কিছুটা শান্তি ফিরে পেতে পারি।

শেষবার আমি শহরে ব্যস্ত একটি দিনের পর এ ধরনের স্বস্তি খুঁজেছিলাম যখন আমি বিশাল ওয়েস্টমিনস্টার অ্যাবিতে ঢুকেছিলাম শুধু আধ ঘণ্টা শান্তভাবে নির্জনে বসে ধ্যান করতে। ঢোকার পর পরই আমি খুবই হতাশ হয়েছিলাম। এক অথবা দু'সপ্তাহ আগে রেকর্ডকৃত ধর্মোপদেশ ও ঘোষণাবলি বিরতিহীনভাবে প্রচার করার জন্য একটি পাবলিক অ্যাড্রেস সিস্টেম সেখানে বসানো হয়েছিল। সেখানে কোনো নিস্তব্ধতা ছিল না। তখন এটাকে আমি একটি ধর্মীয় স্থানের প্রতি অশ্রদ্ধা গণ্য করে সেখান থেকে চলে এসেছিলাম।

ওয়েস্টমিনস্টার অ্যাবির সেই অভিজ্ঞতার ফলে আমি নিস্তব্ধতাকে এতটা উচ্চমূল্য দিয়েছি যে, যেসব বিহার ও মন্দিরের ওপর আমার প্রভাব আছে সেখানে আমি নিস্তব্ধতার স্বর্গ তৈরি করার চেষ্টা করেছি এবং সেসব নিবিড় শান্ত আশ্রয়স্থলকে অভিনিবিষ্টভাবে সংরক্ষণ করেছি।

আমাদের স্থানীয় সরকার কর্তৃপক্ষের বিল্ডিং সার্ভেয়ার আমার সঙ্গে দেখা করার জন্য একটি তারিখ ঠিক করেছিলেন। আমি ভেবেছিলাম, হয়তো আমাদের বিহারের কাঠামোগুলির ব্যাপারে কোনো সমস্যা আছে। কিন্তু অল্পক্ষণের মধ্যেই তিনি সে সন্দেহ নিরসন করে দিলেন। তিনি এসেছেন শুধু আমাকে ধন্যবাদ জানানোর জন্য।

তিনি আমাকে বললেন যে, তিনি বহু বছর ধরে আমাদের স্থানীয় সরকারের এমন একজন কর্মকর্তা হিসেবে কাজ করছেন তিনি সব নতুন ভবন প্রকল্প এবং পুরোনো ভবনের সংস্কার করে নবরূপ দানের চূড়ান্ত অনুমোদন প্রদান করেন। এ চাকরির একটা চাপ আছে, যেহেতু ভবন নির্মাতারা নির্মাণ ব্যয় কমাতে চান অথবা তাঁকে নিরাপত্তা ও মানের দিকটি অক্ষুণ্ন রাখার ওপর জোর দিতে হয়। যখনই তাঁর মনে হয় যে, চাপ সীমা অতিক্রম করে গেছে তখন তিনি তাঁর গাড়িতে উঠে সেটি চালিয়ে আমাদের মন্দিরের কার-পার্কে চলে আসেন। তাঁকে গাড়ি থেকে নামতে হয় না। গাড়িতে বসে থেকে নিস্তব্ধতার সুখ উপভোগ করতেই তিনি তাঁর ক্লান্তি ও চাপ ঝেড়ে ফেলতে পারেন।

তিনি আমাদের মন্দিরের কার-পার্কে এভাবে নিজেকে হালকা করে নিতে নিতে বহু ঘণ্টা কাটিয়েছেন। এটি তাঁর চাকরির চাপ থেকে বেরিয়ে আসার

www.kalpataruboi.org

একটি আশ্রয়স্থল। এরপর তিনি আমাকে বললেন, তাঁর অবসর নেওয়ার সময় এসে গেছে। তাই অবসরগ্রহণের পূর্বে তিনি এসেছেন আমাদের কার-পার্কের নিস্তব্ধতার জন্য তাঁর কৃতজ্ঞতা জানিয়ে যেতে।

যেসব মন্দিরে বৌদ্ধভিক্ষুরা প্রতিদিন অনেকবার ড্রাম ও বিশাল ঘণ্টা বাজান সেসব মন্দিরের বিপরীতে যেসব মন্দিরে ভিক্ষুরা শান্তভাবে ধ্যান করেন সেখানে শান্তির অনুভূতিগ্রাহ্য বাতাবরণ গড়ে ওঠে। বহু বছর পর, ধরা যাক শতবর্ষ পরে, সেই নিস্তব্ধতা মন্দিরগাত্রের ইটের মতো কঠিন হয়ে যায় যা দিনের পর দিন শীতের রাতে আরামপ্রদায়ক গরম এক মগ স্যুপের মতো এবং ভালোবাসার স্পর্শ জড়ানো আলিঙ্গনের মতো সেই নিস্তব্ধতাকে নিতে থাকে। তখন উপদেশামৃত এবং জ্ঞানঋদ্ধ বাণীর কোনো প্রয়োজন পড়ে না। নিস্তব্ধতাই হচ্ছে শিক্ষক ও উপশমকারক।

আমার এক বন্ধু আমাকে ব্যাংককে একটি শান্ত নিরিবিলি মন্দির পরিদর্শনের সময়টুকুর কথা বলেছিলেন। মন্দিরের চৌহদ্দির মধ্যে ঢুকেই তিনি একাকী এক মহিলাকে বেঞ্চিতে বসে কাঁদতে দেখেছিলেন। যেহেতু থাইল্যাণ্ডের সংস্কৃতির সঙ্গে তাঁর পরিচয় ছিল না, তাই তিনি বুঝতে পারছিলেন না কীভাবে সেই মহিলাকে তিনি সাহায্য করার কথা বলতে পারেন। তাই তিনি নিজের কাজ সমাধা করার জন্য সেখানকার একটি ভবনের ভেতরে চলে যান। আধঘণ্টা পর বেরিয়ে এসে তিনি দেখলেন, সেই মহিলা তখনো বেঞ্চিতে বসে আছেন, কিন্তু তখন তিনি আর কাঁদছিলেন না। এবার তিনি সেই মহিলার কাছে গিয়ে তাঁকে জিজ্ঞেস করলেন, তাঁর কোনো সাহায্যের প্রয়োজন আছে কি না।

মহিলা ভালো ইংরেজি বলতে পারেন। তিনি আমার বন্ধুকে বুঝিয়ে বললেন যে, মাত্র কিছুক্ষণ আগে তাঁর জীবনে একটি দুঃখজনক ঘটনা ঘটেছে। তাই তিনি দুঃখকাতর হয়ে মন্দিরে এসেছেন নিজেকে একটু শান্ত করে নিতে। তাঁর কোনো ভিক্ষুর কাছ থেকে উপদেশ নিতে হয়নি, কিংবা কোনো অচেনা মানুষের কাছ থেকে সাহায্য নেওয়ারও তাঁর কোনো প্রয়োজন নেই। তিনি এই নিরিবিলি বেঞ্চটি খুঁজে পেয়েছেন এবং এখানে বসে তাঁর যতক্ষণ ইচ্ছে একাকী নির্বিঘ্নে কাঁদতে পেরেছেন, কেউ তাঁর কোনো বাধা দেয়নি। এখন তিনি আগের চেয়ে অনেক ভালো অনুভব করছেন। এর পর তিনি একটু হেসে চলে যাওয়ার জন্য উঠে দাঁড়ালেন।

"আপনার সেই দুঃখজনক ঘটনা কী ছিল?" আমার বন্ধু জিজ্ঞেস না করে পারলেন না।

www.kalpataruboi.org

"ওহ্," তিনি উত্তর দিলেন, "আমি আমার গাড়ির চাবি হারিয়ে ফেলেছিলাম।"

৯১. অন্তর্গত নীরবতা—*জ্ঞান*

তাও দর্শনের প্রতিষ্ঠাতা সুবিখ্যাত দার্শনিক লাওৎসু প্রতিদিন বিকেলে তাঁর একজন শিষ্যকে সঙ্গে নিয়ে হাঁটতে বের হতেন। এই সময়ের জন্য কঠোর একটা নিয়ম ছিল যে, হাঁটার সময় তাঁরা কোনো কথা বলবেন না।

একবার নতুন একজন শিষ্য হাঁটার সময় লাওৎসুর সঙ্গী হবার সুযোগ পেলেন। সেদিন গুরু-শিষ্য সূর্য দিগন্তের ওপারে অদৃশ্য হবার পর পরই পাহাড়গুলির শৈলশিরায় উপস্থিত হলেন। পশ্চিমাকাশ গাঢ় লাল, সোনালি ও হলুদ রঙে রঙিন, স্বর্গীয় কোনো অনুষ্ঠানের জন্য সাজানো উড্ডীয়মান পতাকার মতো।

তরুণ শিষ্যটি প্রাকৃতিক সৌন্দর্যের এই চমৎকারিত্বে আত্মহারা হয়ে উত্তেজনায় চিৎকার করে বলে উঠলেন, "ওয়াও! কী সুন্দর সূর্যাস্ত।" তিনি নীরবতার কঠিন নিয়মটি ভঙ্গ করলেন।

গুরুদেব শান্তভাবে ঘুরে আবার মন্দিরের দিকে ফিরে চললেন। মন্দিরে পৌঁছার পর তিনি আদর্শ জারি করলেন যে, এই শিষ্যটি আর কখনো তাঁর হাঁটার সঙ্গী হতে পারবে না। সে নিয়ম ভঙ্গ করেছে।

তরুণ শিষ্যটির বন্ধুরা তাঁর পক্ষে অনুরোধ করার চেষ্টা করলেন। যাই হোক না কেন, এটা তো ছিল শুধু একটি বাক্য। এরূপ অসাধারণ সুন্দর সূর্যাস্ত নিয়ে মন্তব্য করার মধ্যে অন্যায়টা কোথায়?

লাওৎসুক তাঁদের ব্যাখ্যা করে বললেন :

আমার শিষ্য যখন বলেছিল, "ওয়াও! কী সুন্দর সূর্যাস্ত," তখন সে আর সূর্যাস্ত দেখছিল না। সে দেখছিল কেবল কয়েকটি শব্দ।

কোনো কিছুর বর্ণনার সাহায্যে ধারণা গঠন করা এবং সেই জিনিসটিকে নিজের অভিজ্ঞতার মধ্যে পাওয়ার মধ্যে মৌলিক পার্থক্য রয়েছে। এটা অনেকটা দিকনির্দেশনামূলক ও দূরত্বজ্ঞাপক নির্দেশনা বোর্ড এবং যে জায়গাটির কথা সেটি নির্দেশ করছে এ দুয়ের মধ্যে পার্থক্যের মতো। চিন্তার মাধ্যমে ধারণা করার অর্থ সেটি জানা নয়।

অতএব আমরা কিভাবে অন্তর্গত নীরবতা অর্জন করতে পারি? অধিকাংশ মানুষ ভাবনাক্রিয়ার প্রতি এত বেশি আসক্ত হয়ে পড়ে যে তারা চিন্তা করা বন্ধ করতে পারে না। নিজের অনুশীলন প্রক্রিয়া থেকে দেখা যাবে, অন্তর্গত

www.kalpataruboi.org

নীরবতা অর্জন করা কত সহজ, এবং এর অনুভূতি কত আনন্দদায়ক :

১. আরামে উপবেশন করুন, আপনার চোখ দুটি বন্ধ করুন এবং এক বা দু'মিনিটের জন্য শরীরটাকে শিথিল করে রাখুন।
২. কোনো রকম ভাবনায় যাওয়ার পরিবর্তে, নীরবে নিজে নিজে এক মিনিট ধরে 'নমো তস্‌স' বাক্যাংশটি বারবার উচ্চারণ করুন।
৩. এবার শব্দাংশগুলির মধ্যে বিরতি দিতে শুরু করুন : ন... মো... তস... স... ন... মো... তস... স ইত্যাদি।
৪. ধীরে ধীরে বিরতি প্রদানের কাল বৃদ্ধি করুন :
ন..... মো..... তস..... স
৫. যদি বিরতিকালের মধ্যে কোনো ভাবনার উদয় হয়, তাহলে বিরতি সংক্ষিপ্ত করুন : ন ... মো... তস... স...। এতে ভাবনা চলে যাবে। তখন আবার বিরতিকাল দীর্ঘ করার চেষ্টা করুন।
৬. শিগগিরই শব্দাংশের মধ্যেকার বিরতিকাল দীর্ঘ হবে এবং আপনি নিজেই নিজের মধ্যে বর্ণনাতীত অন্তর্গত নীরবতার রূপ অনুভব করবেন।

'নমো তস্‌স'-এর অর্থ কী তা জানার কোনো প্রয়োজন নেই। এর অর্থ আপনার জানা না থাকাই ভালো। তা না হলে আপনি আবার কোনো কিছু চিন্তা করতে শুরু করবেন।

৯২. যখন কোনো নিস্তব্ধতা থাকে না—*জ্ঞান*

উত্তর-পূর্ব থাইল্যাণ্ডে বৌদ্ধভিক্ষু হিসেবে জীবনযাপনের প্রথম বছরে স্থানীয় গ্রামে তিন দিন ধরে একটি উৎসবানুষ্ঠান হয়েছিল। যদিও সেখানে কোনো বিদ্যুৎ সরবরাহ ব্যবস্থা ছিল না, তবুও সেই গ্রামে পেট্রোল-চালিত জেনারেটর, অ্যামপ্লিফায়ার, বড় বড় লাউডস্পিকার নিয়ে আসা হয়। গ্রাম ছিল এক কিলোমিটারেরও দূরে, কিন্তু উৎসবানুষ্ঠানের শব্দের ঘনঘটা আমাদের মন্দিরেও এসে পৌঁছে যাচ্ছিল বেশ জোরেশোরে।

বৌদ্ধধর্ম সব সময় 'নিজে বাঁচো এবং অন্যকেও বাঁচতে দাও'—দর্শনের শিক্ষা দিয়েছে, কিন্তু উৎসব যখন রাত ২টার সময়ও পুরোদমে চলছিল তখন আমাদের সিদ্ধান্ত নিতে হল, 'নিজে ঘুমাও এবং অন্যকেও ঘুমাতে দাও' সমঝোতার জন্য অনুরোধ করার। সে যাই হোক না কেন, আমরা

www.kalpataruboi.org

বৌদ্ধভিক্ষুদেরও মন্দিরে আমাদের দৈনন্দিন কাজকর্ম শুরু করার জন্য ভোর রাত ৩টায় ঘুম থেকে উঠতে হয়।

আমরা হেডম্যানকে বললাম, তাঁরা তাঁদের উৎসবানুষ্ঠান রাত ১টায় বন্ধ করতে পারবেন কি না, যাতে আমরা রাতে দু'ঘণ্টা ঘুমাতে পারি। তিনি বিনয়ের সঙ্গে বললেন, "না।" তখন আমরা আমাদের কয়েকজন প্রতিনিধিকে পাঠালাম আমাদের পরম শ্রদ্ধেয় গুরু অজন চাহ্-এর কাছে এবং তাঁকে অনুরোধ জানালাম গ্রামবাসীদের বলতে যাতে তাঁরা তাঁদের শব্দের কাজকর্ম রাত ১টায় বন্ধ করে দেন। আমরা জানতাম অজন চাহ্ যা বলবেন হেডম্যান তা মানবেন।

এই উপলক্ষেই অজন চাহ্ আমাদের শেখালেন :

শব্দ তোমাদের শান্তি নষ্ট করছে না, বরং তোমরাই শব্দের শৃঙ্খলা নষ্ট করছ।

এটা আমরা আশা করিনি, কিন্তু এতে কাজ হয়েছিল। শব্দের শোর তখনো আমাদের কানের পর্দায় আছড়ে পড়ছিল, কিন্তু মোটেই আর আমাদের মনে নয়। এই অসুবিধার সঙ্গে আমরা সন্ধি করে নিয়েছিলাম। মাত্র তিন দিন এবং সেই তিন দিন শিগগিরই শেষ হয়ে গেল।

এর অনেক বছর পর, অস্ট্রেলিয়ায় আমাদের বৌদ্ধমন্দিরের একজন বৌদ্ধভিক্ষুর ভাই আমাদের মন্দিরে বেড়াতে এসেছিলেন। দুর্ভাগ্যক্রমে সে সময় আমাদের অতিথিকক্ষগুলির কোনোটিই খালি ছিল না। তাই সেই বৌদ্ধভিক্ষু আমাকে জিজ্ঞেস করেছিলেন, তাঁর ভাই এক রাতের জন্য তাঁর সঙ্গে তাঁর কক্ষে থাকতে পারবে কি না। যাই হোক না কেন, তাঁরা দুজনে তো একটি কক্ষে একসঙ্গে বড় হয়েছেন।

"হ্যাঁ, কিন্তু আপনারা দুজনই এখন অনেক বড় হয়েছেন," আমি বললাম, "সম্ভবত আপনাদের দুজনেরই ঘুমের মধ্যে নাক ডাকে।"

তখন ভিক্ষুটি জোর দিয়ে বললেন যে, এতে কোনো সমস্যা হবে না। অতএব অনুমতি দেওয়া হলো।

ভিক্ষুর ভাইটি আগে ঘুমিয়ে পড়লেন এবং যেমনটি ভবিষ্যদ্বাণী করা হয়েছিল, তিনি এত প্রবলভাবে নাম ডাকাচ্ছিলেন যে ভিক্ষু আর ঘুমাতেই পারলেন না। ক্লান্ত ও নির্ঘুম অবস্থায় সেই ভিক্ষু তাঁকে যে পরামর্শ দেওয়া হয়েছিল তার কথা স্মরণ করলেন।

শব্দ তোমাদের শান্তি নষ্ট করছে না, বরং তোমরাই শব্দের শৃঙ্খলা নষ্ট করছ!

www.kalpataruboi.org

অতএব তিনি নাসিকাগর্জন নিয়ে তাঁর ইন্দ্রিয়ানুভূতির সঙ্গে খেলতে শুরু করলেন। শব্দকে চাপা দিয়ে তিনি কল্পনা করতে শুরু করলেন যে, সেটি আসলে কোনো একজন বিখ্যাত ধ্রুপদী সঙ্গীতকারের রচিত একটি সুমধুর সঙ্গীতধ্বনি। তিনি নাসিকাগর্জনের শব্দ পরিবর্তিত করতে পারলেন না, কিন্তু সেই গর্জন তাঁর যে ইন্দ্রিয়ানুভূতি সৃষ্টি করছে তাকে বদলে দিতে পারলেন।

পরদিন সকালে যখন তিনি ঘুম থেকে জেগে উঠলেন, আগের রাতের সর্বশেষ যে কথাটি তাঁর মনে পড়ল, তা হলো, ঘুমিয়ে পড়ার আগে তাঁর ভাইয়ের নাসিকাগর্জন কেমন সুমধুর মনে হয়েছিল তাঁর কাছে।

অতএব আপনার স্বামীর যদি নাক ডাকে, তাহলে কল্পনা করুন আপনি 'গ্রেডফুল ডেড' অথবা অন্য যে সঙ্গীত পছন্দ করেন তা শুনছেন। মাঝরাতে যখন কুকুর ডাকে তখন তাকে মনে করুন তা চাইকোভস্কির ১৮১২ সূচনাসুরের একটি গৎ (an interpretation of Tchaikovsky's 1812 overture) অথবা তেমন একটা কিছু। যখন আপনি শোরগোল এড়াতে পারবেন না তখন একে আপনার ইন্দ্রিয়ানুভূতিতে পরিবর্তন করার চেষ্টা করে দেখুন।

৯৩. আপনার জীবনের দুয়ের মাঝখানে মুহূর্তগুলি—*আত্মস্থতা*

জীবনের অধিকাংশই ব্যয় হয় এমন অনুভূতি নিয়ে যেন কোথাও তা রেখে এসেছি, কিন্তু এখনো এসে পৌঁছায়নি। এগুলিই হচ্ছে 'আপনার জীবনের দুয়ের মাঝখানের মুহূর্ত'। এসব মুহূর্ত প্রায়শই অপব্যয়িত হয়।

ভিক্ষুজীবন গ্রহণের আগে, আমি যখন একটি হাই স্কুলে শিক্ষকতা করছিলাম তখন আমার এক সহকর্মী শিক্ষক আমাকে বলেন যে, তিনি আরো অনেক ভালো একটি চাকরির জন্য দরখাস্ত পাঠিয়েছিলেন। তিনি চাকরিটি পেয়েছেন, কিন্তু এখন সেই স্বপ্নের চাকরি শুরু করার আগে তাঁকে ছয় মাস অপেক্ষা করতে হচ্ছে তাঁর শিক্ষকতার চুক্তিকাল শেষ হওয়ার জন্য। তিনি বলেছিলেন, তিনি বিস্মিত ও ব্যথিত এ কারণে যে তাঁকে তাঁর জীবনের ছয় মাসকাল সময় এভাবে অপচয় করতে হচ্ছে।

"নতুন চাকরি শুরু না করা পর্যন্ত পরবর্তী ছয় মাস জীবন থেকে ছেঁটে ফেলার পক্ষে আমার জীবন খুবই ছোট, কিন্তু এখন আমাকে সেটাই করতে হচ্ছে।"

আপনার জীবনের কত ঘণ্টা, দিন ও মাস উড়ে চলে গিয়ে নষ্ট হয়েছে কোনো কিছুর জন্য অপেক্ষা করতে গিয়ে, যেমন উড়োজাহাজ ছাড়ার জন্য

www.kalpataruboi.org

কর্মদিবস শেষ হওয়ার জন্য অথবা বাচ্চার জন্ম হওয়ার জন্য? দুর্ভাগ্যক্রমে আমাদের জীবনের বেশির ভাগ সময়ই খরচ হয় এ ধরনের মাঝখানের মুহূর্তগুলোর মধ্যে।

যদি একবার চিহ্নিত করা যায়, জীবনের কত বেশি সময় এভাবে অপচয়িত হয় তাহলে নিজেকে শিথিল করে দিতে পারব, ট্রেনে নিত্যযাত্রীদের সঙ্গে কথা বলতে আগ্রহী হব এবং এমন বহু অ্যাডভেঞ্চার আবিষ্কার করব যা কেবল ঘটে আমাদের জীবনের মাঝখানের মুহূর্তগুলোতেই। তখন গন্তব্যে পৌঁছে যাওয়ার জন্য সমস্ত চিন্তা পৌঁছানোর মধ্যেই আবদ্ধ করে রাখব না।

৯৪. আপনি কি একজন মানবসত্তা অথবা একজন মানবযাত্রী?—*আত্মস্থতা*

আজকালকার দিনে একজন মানবসত্তা খুঁজে পাওয়ার ঘটনা খুব বিরল। তারা সব সময় কোথাও না কোথাও যাচ্ছে, কদাচিৎ কোনো স্থানে স্থির হয়ে থাকছে। সেজন্য আমি তাদের নাম দিয়েছি 'মানবযাত্রী'। আমরা একটি সত্তা হয়ে থাকার শৈল্পিক নান্দনিকতা হারিয়ে ফেলেছি। আমার বৌদ্ধমন্দিরে এক সন্ধ্যায় আমি ব্যস্ত ছিলাম ব্যবস্থাপনাগত প্রশাসনিক কাজকর্ম নিয়ে। সে সময় আমার এক পুরোনো বন্ধু আমাকে জিজ্ঞেস করলেন, আমার জীবন কেমন যাচ্ছে।

"আমি সেখানে যাচ্ছি?" উত্তরে আমি বললাম।

'তুমি কোথায় যাচ্ছ?' আমার বন্ধু বিজ্ঞভাবে আবার জানতে চাইলেন।

সঙ্গে সঙ্গে আমি বিষয়টি বুঝতে পারলাম এবং এলোমেলো উত্তর দেওয়া বন্ধ করলাম।

"তুমি আমাকে ধরে ফেলেছ," আমি কিঞ্চিৎ লজ্জিতস্বরে উত্তর দিলাম, "আমার মনে হয় এভাবে এদিক-ওদিক ছুটাছুটি করার সঙ্গে সঙ্গে যে একমাত্র জায়গাটির দিকে আমি দ্রুত চলেছি সেটি আমার সমাধি!" এবার আমরা দুজন হাসলাম।

আপনি যদি সেসব মানবযাত্রীর একজন হন, তাহলে নিজেকে প্রশ্ন করুন, "আমি কোথায় চলেছি? এবং কখন আমি সেখানে পৌঁছব, যদি আমি পৌঁছি?"

আমার নিজের কথা যদি বলি, তাহলে বলব যে, আমি পৌঁছে গেছি। আমি এখানে পৌঁছতে পেরেছি এবং এখন আমি নিজেকে একজন মানবসত্তা বলতে পারি। 'এখানে' একটি খুব আরামদায়ক জায়গা। আমি বলি যে, সব সময় এখান থেকে ছুটে চলে যাওয়ার চেয়ে তথা চিরকাল অন্যত্র যাওয়ার বদলে বরং প্রত্যেকের উচিত এখানে আসা এবং অবস্থান করা।

www.kalpataruboi.org

এখন, আমার বন্ধুরা যখন আমাকে জিজ্ঞেস করেন, "তুমি কেমন আছ?" আমি তখন উত্তর দিই, "আমি এইখানেই বর্তমান!"

৯৫. চিন্তা কোরো না—আশাবাদী হও!—*আকাঙ্ক্ষা*

উদ্বেগ হচ্ছে এমন দৃষ্টিতে ভবিষ্যতের দিকে তাকানো যে সবকিছুই উল্টো হবে। এ ধরনের অপ্রয়োজনীয় দুশ্চিন্তা আমাদের আধুনিক জগতে সংক্রামক প্রকৃতি জ্ঞানভিত্তিক অসুস্থতা।

এ থেকে বাঁচার উপায় হলো, ভবিষ্যৎ সম্পর্কে এমনভাবে চিন্তা করা যে, সবকিছু ঠিকভাবেই চলবে। এরূপ ইতিবাচক চিন্তা বস্তুত সাফল্যের সম্ভাবনাও বাড়িয়ে দেয়। এটি হচ্ছে ভবিষ্যৎ সম্পর্কে নেতিবাচকতার পরিবর্তে বরং আশার যোগান দেওয়া। অতএব :

চিন্তা করো না—আশাবাদী হও!

বহুদিন আগে একজন জ্ঞানী অথচ গোঁড়ামিমুক্ত আধ্যাত্মিক নেতা শিক্ষা দিয়েছিলেন যে, জগতে শুধু দুই ধরনের ধর্মই আছে :

১. সেইসব ধর্ম যা তাদের ধর্মবিশ্বাসের উপযোগী করার জন্য সত্যকে বাঁকিয়ে নেয়, এবং

২. সেইসব ধর্ম যা সত্যের উপযোগী করার জন্য তাদের ধর্মবিশ্বাসকে বাঁকিয়ে নেয়।

তিনি ছিলেন দ্বিতীয় প্রকার ধর্মের অনুসারী, যদি সুপ্রতিষ্ঠিত ঘটনাগুলি সমর্থন না করে তাহলে যেকোনো অন্ধভাবে অনুসৃত বিশ্বাস অথবা শাস্ত্রাচারকে, সেটি যতই আকাঙ্ক্ষিত হোক না কেন, পরিত্যাগ করতে সদাপ্রস্তুত।

এই নীতির ফলে ঐতিহ্যবাদীদের মধ্যে তাঁর অনেক শত্রু সৃষ্টি হয়েছিল। শিগগিরই তাঁর শত্রুরা তাকে ধ্বংস করার উপায় খুঁজে পেলেন। তিনি প্রকাশ্যে বহু কথা বলতেন। তাঁর শত্রুরা প্রসঙ্গ থেকে আলাদা করে সহজেই তাঁর বিবৃতিগুলি একত্র করে তাঁকে ধর্মবিরোধিতার দায়ে অভিযুক্ত করলেন। বিচারে তিনি দোষী সাব্যস্ত হলেন এবং তাঁকে মৃত্যুদণ্ড দেওয়া হলো।

মৃত্যুদণ্ডাদেশ তাঁকে শোনানোর পর তিনি দীর্ঘশ্বাস ছেড়ে বললেন, "ভাগ্যের কী পরিহাস! আমি পরিকল্পনা করছিলাম মাননীয় বিচারকের স্ত্রীকে একটি সহজ ধ্যান শিখিয়ে দেওয়ার যাতে তিনি তাঁর স্বামীর সঙ্গে আর কখনো বাদানুবাদ না করেন। এখন আমি আর তাঁকে বাধ্য থাকার শিক্ষাটা দিতে পারব না। কী দুর্ভাগ্য আমার!"

www.kalpataruboi.org

"আপনি কি তেমন কোনো ধ্যানের পদ্ধতি জানেন যা আমার স্ত্রীকে আমার সঙ্গে তর্কাতর্কি করা থেকে বিরত রাখবে?" উৎসুক হয়ে বিচারক জিজ্ঞেস করলেন।

"আমি সব ধরনের ধ্যানই জানি, ধর্মাবতার," তিনি উত্তর দিলেন।

"হুম," বিচারক একটু ভাবলেন। "ঠিক আছে, আমি বারো মাসের জন্য দণ্ডাদেশ কার্যকর করা বন্ধ রাখব, যাতে আপনি আমার স্ত্রীকে আমার সঙ্গে তর্ক না করার ব্যাপারটা শেখাতে পারেন। কিন্তু এক বছর পরও যদি তিনি আমার সঙ্গে তর্ক করতে থাকেন, তাহলে আপনার মৃত্যুদণ্ডাদেশ কার্যকর করার সময় আমি নিজে উপস্থিত থাকব। আদালত মুলতবি করা হলো।"

বারো মাসের জন্য একজন মুক্ত মানুষ হিসেবে সেই আধ্যাত্মিক নেতা বিচারালয় থেকে বেরিয়ে এলেন। তাঁর শিষ্যরা তাঁকে জিজ্ঞেস করলেন, স্ত্রীরা যাতে স্বামীদের সঙ্গে তর্ক করা বন্ধ করেন তার জন্য শক্তিশালী ধ্যানের পদ্ধতিটি কী।

"আমি জানি না," উত্তরে আধ্যাত্মিক নেতা বললেন। "সে ধরনের কোনো পদ্ধতি আমি এখনো খুঁজে পাইনি, তবে হয়তো তা আমি খুঁজে পেতে পারি। তবে সে যাই হোক, আগামী এক বছরের মধ্যে কী ঘটবে কে জানে! বিচারকের স্ত্রী মারা যেতে পারেন। তাহলে তো তাঁর বিচারকের সঙ্গে তর্ক করা এমনিতেই বন্ধ হয়ে যাবে—হা! হা! অথবা আমার নিজেরও স্বাভাবিক মৃত্যু হতে পারে। যাই হোক না কেন, আমি এখন বারো মাসের জন্য স্বাধীন।"

আপনারা মনে রাখুন সেই কথাটি :

"চিন্তা কোনো না—আশাবাদী হও।"

৯৬. মালিক নয়, অতিথি হওয়া—*যেতে দেওয়া*

আমার বৌদ্ধমন্দিরে যাঁরা অতিথি হয়ে আসেন তাঁরা প্রায়শ আমাকে বলতেন—কী রকম শান্ত-নিরিবিলি ও সুন্দর ছিল আমাদের এই মন্দির। আমি ভাবতাম, তাঁরা নিশ্চয়ই ক্ষেপে গেছেন।

তাঁরা কি দেখতে পেতেন না, আরো কত কী কাজ করার প্রয়োজন রয়েছে? ইমরাত ও অঙ্গনগুলি সংরক্ষণ করতে হবে। তরুণ ভিক্ষুদের প্রশিক্ষণ দিতে হবে। এবং সেই অতিথিদের অন্তহীন প্রশ্নগুলির জবাব দিতে হবে। আমার কাছে আমার মন্দির ছিল একটি ব্যস্ত কাজের জায়গা। কিছু একটা ভুল ছিল আমার। শিগগিরই আমি বুঝতে পারলাম, সেই ভুলটা ছিল আমার দৃষ্টিভঙ্গি।

www.kalpataruboi.org

সেজন্য আমি আমার দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন ঘটিয়েছি। প্রত্যেক সপ্তাহের এক সকালে, সাধারণত সোমবার সকালে, যে মন্দিরে আমি ৩০ বছর ধরে বাস করছি সেখানে আমি নিজেকে মালিক নয়, একজন অতিথি মনে করার ভান করি। অতএব দর্শনার্থী অতিথি হিসেবে ভবন ও অঙ্গনগুলি সংরক্ষণ করার ব্যাপারে আমার মনে কোনো দুশ্চিন্তা থাকে না। ভিক্ষুদের শিক্ষাদানও আমার কোনো কাজ নয়। এবং একজন দর্শনার্থী অতিথি হিসেবে নানা প্রশ্নের জবাবও আমাকে দিতে হয় না। এ ধরনের সকালগুলিতে, একজন দর্শনার্থী যেমন করতে পারেন আমিও সেভাবে এই মন্দিরের তারিফ করতে পারি। আমি বুঝতে পেরেছি যে, দর্শনার্থীরাই সঠিক। এটি সত্যিই একটি সুন্দর ও শান্ত-নিরিবিলি মন্দির, তবে যখন আপনি এর মালিক থাকেন না।

আমার বন্ধুদেরও আমি এই একই পদ্ধতি শেখাই। প্রত্যেক সপ্তাহে কয়েক ঘণ্টার জন্য, হতে পারে সপ্তাহান্তে, যে বাড়িতে আপনি থাকেন—ভান করুন সে বাড়িতে আপনি একজন অতিথি মাত্র।

আপনি যখন কারো বাড়িতে যান তখন কি ওদের বাসন-কোসন আপনি ধুয়ে দেন? না! আপনি কি ভ্যাকুয়াম ক্লিনার দিয়ে ওদের কার্পেট পরিষ্কার করেন? না! ঘাস কাটার যন্ত্র দিয়ে কি ওদের বাগানের ঘাস কেটে দেন? না! এবং এই কাজগুলোর কোনোটিই না করার জন্য আপনি নিজেকে অপরাধী মনে করেন না, কারণ সেখানে আপনি একজন অতিথি, বাড়ির মালিক নন।

অতএব আপনি যখন আপনার বাড়িতে মালিক না হয়ে একজন অতিথি হওয়ার ভান করবেন, তখনই আপনি এর সৌন্দর্য ও প্রশান্তি উপভোগ করতে পারবেন। কোনো কিছু না করেই বাড়ির আনন্দ উপভোগ করবেন। আপনি সেখানে একজন অভ্যাগত মাত্র।

একজন অভ্যাগতই কেবল যেতে দিতে পারেন। মালিককে তো নিয়ন্ত্রণ করতে হয়।

৯৭. শুধু মনোযোগী হবেন না, দয়ালুও হন—*দয়াশীলতা*

এক ধনী মহিলা একদিন সন্ধ্যায় তাঁর ধ্যান শেখার ক্লাশে গিয়েছিলেন। তাঁর বাড়ির গেটের দারোয়ানকে তিনি বলে গিয়েছিলেন সতর্ক থাকতে। তাঁর প্রতিবেশী অনেকের বাড়িতেই চুরি হয়েছে, সেজন্য তাঁর দারোয়ানকে তিনি বলে গিয়েছিলেন সব সময় মনোযোগী থাকতে।

যখন তিনি বাড়িতে ফিরে এলেন তখন তিনি দেখতে পেলেন যে, তাঁর বাড়িতে চুরি সংঘটিত হয়েছে। তিনি তাঁর দারোয়ানকে ভর্ৎসনা করে বললেন,

www.kalpataruboi.org

"আমি তোমাকে বলেছিলাম চোরের ব্যাপারে মনোযোগী থাকতে। তুমি তা করতে পারনি। আমার সবকিছু চুরি হয়ে গেছে!"

"কিন্তু আমি তো মনোযোগী ছিলাম, ম্যাডাম," দারোয়ান উত্তরে বলল। "আমি চোরদের আপনার বাড়ির দিকে যেতে দেখেছি। সেটা আমি নোট করে রেখেছি, 'চোর ভেতরে যাচ্ছে, চোর ভেতরে যাচ্ছে।' এরপর আমি তাদের আপনার সব অলঙ্কারসহ বেরিয়ে আসতে দেখেছি, 'অলঙ্কার বাইরে চলে যাচ্ছে। অলঙ্কার বাইরে চলে যাচ্ছে।' এরপর আমি তাদের দেখেছি ভেতরে ঢুকতে এবং আপনার সিন্দুক নিয়ে বেরিয়ে আসতে। আমি মনোযোগ দিয়ে আবার লিখেছি, 'সিন্দুক চুরি হয়ে যাচ্ছে। সিন্দুক চুরি হয়ে যাচ্ছে।' আমি মনোযোগী ছিলাম, ম্যাডাম।"

স্পষ্টতই, মনোযোগ দেওয়াই যথেষ্ট নয়। এর সঙ্গে কিছু দয়ালুতাও যোগ করা প্রয়োজন। উপরের কাহিনীতে, দারোয়ানটির উচিত ছিল পুলিশ ডাকার মাধ্যমে তার নিয়োগকর্ত্রীর প্রতি দয়ালু হওয়া। আমরা যখন মনোযোগিতার সঙ্গে দয়ালুতা যোগ করি তখন 'দয়াশীলতা' পাই।

কয়েক বছর আগে আমি খাদ্যে বিষক্রিয়ায় আক্রান্ত হয়েছিলাম। আমি যে ধরনের বৌদ্ধভিক্ষু সে ধরনের ভিক্ষুরা প্রতিদিন তাঁদের উপাসক-উপাসিকারা যে খাবার দান করেন সেই ভিক্ষালব্ধ খাবারই গ্রহণ করে থাকেন। আসলে আমরা কখনো জানতে পারি না কী আমরা খাচ্ছি। সেজন্য প্রায়শ আমরা এমন কিছু আহার করি, যার সঙ্গে পরে আমাদের উদরের বিরোধ সৃষ্টি হয়। এজন্য মাঝেমধ্যেই পেটবেদনা ভিক্ষুদের পেশাগত বিড়ম্বনা বলা যেতে পারে। কিন্তু এবার যা ঘটল তা বদহজমের চেয়ে খিচুনি ধরনের ব্যাথা।

এ অবস্থায় একজন কাণ্ডজ্ঞানসম্পন্ন ভিক্ষু যা করত তা না করে অর্থাৎ হাসপাতালে যাওয়ার পরিবর্তে আমি ব্যবহার করলাম দয়াশীলতা।

ব্যথা থেকে পরিত্রাণ পাওয়ার চেষ্টার যে স্বাভাবিক প্রবণতা তা না করে বরং সেই সংবেদ যথাসম্ভব পূর্ণভাবে অনুভব করার চেষ্টা করলাম। এটিই মনোযোগিতা—সেই মুহূর্তে যথাসম্ভব স্পষ্টভাবে সংবেদের অভিজ্ঞতা নেওয়া, কোনোরকম প্রতিক্রিয়া ছাড়াই। এরপর আমি যোগ করলাম দয়াশীলতা। আমি আমার হৃদয়ের দরজাটি খুলে দিলাম সেই ব্যথার দিকে, আবেগমূলক উষ্ণতার সম্মান প্রদর্শন করে। মনোযোগিতা আমাকে যোগান দিল পুনর্নিবশ। আমি লক্ষ করলাম, দয়াশীলতার কারণে আমার অন্ত্রের অবস্থা কিছুটা শিথিল হয়েছে এবং ব্যথাও কিছুটা কমেছে। অতএব আমি দয়াশীলতা অব্যাহত

www.kalpataruboi.org

রাখলাম। দয়াশীলতা অন্ত্রনালির শিথিলকরণের কাজ করার ফলে একটু একটু করে ব্যথা করে এলো। মাত্র বিশ মিনিট পর ব্যথা পুরোপুরি চলে গেল। আমি আবার আগের মতোই সবল ও সতেজ হয়ে গেলাম, যেন খাদ্যে বিষক্রিয়ার ব্যাপার কখনো ঘটেইনি।

এটিই আমার খাদ্যে বিষক্রিয়ার পুরো কাহিনী। খিচুনির যন্ত্রণা ছিল অসহ্য এবং তা আমার যন্ত্রণা দ্বিগুণ করে দিয়েছিল। কিন্তু দয়াশীলতা দ্বারা এর পূর্ণ নিয়ন্ত্রণও সম্ভব হয়েছিল। যেসব ব্যাকটেরিয়া খাদ্যে বিষক্রিয়ার কারণ তাদের কী হয়েছিল সে ব্যাপারে আমার কোনো ধারণা নেই, কিন্তু আমি সেজন্য চিন্তিতও ছিলাম না। ব্যথা সম্পূর্ণ উধাও হয়েছিল। এটি অবশ্য দয়াশীলতার ক্ষমতার একটি ব্যক্তিগত দৃষ্টান্ত মাত্র।

দয়াশীলতাই হচ্ছে উদ্বেগমুক্ত হওয়ার পথ। এতে শরীর, মন ও জগতের প্রতি সহজ মনোভাব সৃষ্টি হয়। দয়াশীলতা রোগমুক্তির ঘটনাও ঘটায়। অতএব, শুধু মনোযোগী নয়, দয়াশীলও হোন।

৯৮. দয়াশীলতা যখন আপনি বিপর্যস্ত—*দয়াশীলতা*

টমাস (তাঁর আসল নাম নয়) আরো অধিক পড়াশুনার জন্য জার্মানিতে তাঁর বাড়িতে ফিরে যাওয়ার আগে অস্ট্রেলিয়ায় আমাদের বিহারে ধ্যানানুশীলনের কাজে অনেক বছর কাটিয়েছিলেন। তিনি আমাকে এই গল্পটা বলেছিলেন, কীভাবে দয়াশীলতার মাধ্যমে তিনি ২০ ইউরো পেয়েছিলেন যখন সত্যিই এই অর্থের তাঁর প্রয়োজন হয়েছিল।

জার্মান বিশ্ববিদ্যালয়ের ক্যাম্পাসে টমাসের প্রথম দিনেই তিনি যখন একটি এটিএম মেশিনের পাশ দিয়ে যাচ্ছিলেন তখন মেশিনটি থেকে একটা অদ্ভুত শব্দ বেরিয়ে আসছিল। 'গার্গল করার শব্দের মতো'—তিনি এর বর্ণনা দেওয়ার সময় আমাকে বলেছিলেন। তিনি কল্পনা করেছিলেন, বিশ্ববিদ্যালয়ের এটিএম মেশিন যেন তাঁকে ক্যাম্পাসে স্বাগত জানাচ্ছে।

সেদিন থেকেই, টমাস যখনই এটিএম মেশিনের পাশ দিয়ে যেতেন তখনই বন্ধু এটিএম-কে শুভেচ্ছা জানাতেন বারবার, "তোমার খদ্দেররা যখন দেখবে যে তোমার তহবিলে কোনো টাকা নেই তারা যেন তোমাকে কখনো আঘাত না করে।" "তোমার যেন কখনো শর্ট সার্কিট না হয়", ইত্যাদি।

বহু মাস পর, টমাস তাঁর দুপুরের খাওয়া শেষ করে তাঁর বন্ধু এটিএম থেকে কয়েক ফুট দূরে রোদে বসেছিলেন। তখনই তিনি আবার তাঁর সেই পরিচিত গার্গল করার শব্দটি শুনতে পেলেন। তিনি ঘাড় ঘুরিয়ে দেখলেন

www.kalpataruboi.org

মেশিন থেকে একটি বিশ ইউরোর নোট বেরিয়ে আসছে!

তিনি কমপক্ষে পনেরো মিনিট ধরে এটিএম-এর পাশে বসে আছেন। এর মধ্যে কেউ মেশিনের কাছেই আসেনি, টাকা তোলার চেষ্টা করা তো দূরের কথা। তিনি মেশিনটির কাছে গেলেন, নোটটি তুলে নিলেন, তারপর হাত তুলে ঘুরিয়ে-ফিরিয়ে দেখালেন যাতে কেউ সেটা দাবি করে কি না বুঝতে পারা যায়। কেউ দাবি করল না। গরিব ছাত্র টমাস তাঁর বন্ধু এটিএম মেশিনকে বললেন, "ধন্যবাদ"। তারপর নোটটি পকেটস্থ করলেন তিনি।

আমি গল্পটি সত্যতা সম্পর্কে টমাসকে বারবার জিজ্ঞেস করেছি। তিনি এতবার প্রবলভাবে জোর দিয়ে বলেছেন যে গল্পটি সত্যি, আমি এখন তাঁকে বিশ্বাস করি। অতএব এটিএম-গুলির প্রতি দয়াশীল হোন, এবং কে জানে, তারাও একদিন আপনার প্রতি দয়াশীল হতে পারে।

৯৯. দয়াশীলতা এবং অচঞ্চলতা—*দয়াশীলতা*

আজকাল বহু মানুষ ধ্যানানুশীলন করার চেষ্টা করেন। তাঁদের সবচেয়ে বড় সমস্যা হলো, তাঁরা তাঁদের মনকে অচঞ্চল রাখতে পারেন না। তাঁরা যত কঠোরভাবে চেষ্টা করেন না কেন, চিন্তা করা থেকে কিছুতেই তাঁরা বিরত থাকতে পারেন না।

একদিন বিকেলে এক মহিলা একটি ফোন পেলেন, "হাই! আমি সি. এফ. বলছি। আজ বিকেলে কি এক কাপ কফি খাওয়ার জন্য আপনি আসতে পারবেন?"

"নিশ্চই," মহিলা উত্তর দিলেন।

"উত্তর," সি. এফ. বলে চললেন, "আমরা যাব আমার পছন্দের কফি শপে, আপনার পছন্দেরটায় নয়। আপনি খাবেন ছোটো এক কাপ কালো কপি, আপনি যে উচ্চ কোলেস্টরেলসমৃদ্ধ কপি পছন্দ করেন সেটি নয়। আমার মতো আপনিও নেবেন 'ব্লুবেরি মাফিন', আপনাকে প্রায়ই যেসব সস্তা বিস্কুট খেটে দেখেছি সেগুলো নয়। আমরা বসব নিরিবিলি একটা কোনে, কারণ সেখানেই আমি বসতে চাই; আপনি সব সময় রাস্তার ওপর যেখানে বসেন সেখানে নয়। তারপর আমরা রাজনীতি নিয়ে কথা বলব, যা আমি পছন্দ করি; আপনার আধ্যাত্মিক আবোল তাবোল বিষয়গুলি নিয়ে নয়। আর শেষ কথা হচ্ছে, আমরা বসব ষাট মিনিট, পঞ্চশ মিনিট নয় বা সত্তর মিনিটও নয়, ঠিক এক ঘণ্টা, কারণ আমি এই সময় পর্যন্ত বসতে চাই।"

www.kalpataruboi.org

"উম!" মহিলা দ্রুত চিন্তা করে উত্তর দিলেন। "আমার এইমাত্র মনে পড়েছে যে, আজ বিকেলে আমাকে আমার ডেন্টিস্ট-এর কাছে যেতে হবে দুঃখিত সি.এফ., আমি পারব না।"

আপনি কি এমন কারো সঙ্গে এক কাপ কফি খেতে যাওয়ার জন্য রাজি হবেন যিনি আপনাকে বলবেন কোথায় যেতে হবে, কী খাওয়া ও পান করা হবে, কোথায় বসতে হবে এবং কোনো বিষয়ে আলোচনা করতে হবে? মোটেই নয়! আপনি যদি এখনো বুঝতে না পেরে থাকেন, তাহলে বলে দিই এই টেলিফোনকারী সি.এফ. হচ্ছেন 'কন্ট্রোল ফ্রিক' অর্থাৎ 'ক্রিয়া নিয়ন্ত্রক'।

এর সঙ্গে তুলনা করুন একজন ধ্যানকারীর। "শুনুন! আমরা এখন ধ্যান শুরু করছি। আপনারা আপনাদের নিশ্বাস নিয়ন্ত্রণ করুন। আমি বলতে চাই, আপনাদের ইচ্ছামতো ঘুরে বেড়াবেন না। আপনাদের সজাগতা স্থাপন করুন নাকের ডগায়, বাইরের রাস্তায় নয়। আমি এমনটাই করতে চাই। আর আপনারা সেখানে বসে থাকবেন ঠিক ষাট মিনিট, এক মিনিট বেশি নয়, এক মিনিট কমও নয়।"

আপনি নিজে যখন 'কন্ট্রোল ফ্রিক' অর্থাৎ 'ক্রিয়া-নিয়ন্ত্রক' যিনি আপনার সঙ্গে একটি ক্রীতদাসের মতো ব্যবহার করেন, তখন আশ্চর্য হওয়ার কিছু নেই যে, আপনার মন সব সময় আপনার কাছ থেকে পালিয়ে যেতে চাইবে। এটি অপ্রয়োজনীয় স্মৃতির কথা চিন্তা করবে, এমন কিছুর পরিকল্পনা করবে যা কখনো ঘটবে না, দিবাস্বপ্ন দেখবে অথবা ঘুমিয়ে পড়বে—আপনার কাছ থেকে দূরে চলে যাওয়ার জন্য যেকোনো কিছু। সেজন্যই আপনি অচঞ্চল থাকতে পারছেন না।

সেই একই মহিলা আর একটি ফোন পেলেন। "হাই! কে.এফ. বলছি। আপনি কি আজ বিকেলে আমার সঙ্গে এক কাপ কফি খেতে আসবেন? আপনি কোথায় যেতে পছন্দ করবেন? আপনি কী পান করবেন? কী খাবেন? আপনি যেখানে চাইবেন আমরা সেখানে বসব, আপনার প্রিয় বিষয়গুলো নিয়ে কথা বলব এবং আপনি যতক্ষণ চাইবেন ততক্ষণ সেখানে থাকব।"

"আসলে আজ বিকেলে ডেন্টিস্ট-এর সঙ্গে আমার দেখা করা কথা", মহিলা উত্তর দিলেন। "যাই হোক! ডেন্টিস্ট-এর ব্যাপারটা পরে হবে। আপনার সঙ্গে কফি খাওয়ার জন্য আমি আসছি।" অতঃপর তাঁরা দুজন এমন নিরুদ্বেগ ও আনন্দময় সময় কাটালেন যে তা ছিল যে কারো প্রত্যাশার চেয়ে দীর্ঘ। এখানে কে. এফ. এর অর্থ 'কাইন্ডফুলনেস ফ্রিক' বা দয়াশীলতা নিয়ন্ত্রক'।

www.kalpataruboi.org

অতএব আপনি যদি আপনার মনকে সবচেয়ে ঘনিষ্ঠ বন্ধু বিবেচনা করে আচরণ করেন : "এই যে, বন্ধু আমার! তুমি কি এখন ধ্যান করতে চাও? কী তুমি দেখতে চাও, কিভাবে তুমি বসতে চাও? আমাকে বলো, কতক্ষণ তুমি ধ্যান করতে চাও।" আপনি দয়াশীলতা সহযোগে আপনার মনের সঙ্গে আচরণ করবেন, তখন আপনার মন কোথাও ঘুরে বেড়াতে চাইবে না। সে আপনার সঙ্গ পছন্দ করবে। আপনার দুজন একসঙ্গে থাকুন, আনন্দে সময় কাটান, আপনার যা আশা করেছিলেন তার চেয়ে অনেক অনেক বেশি সময়।

১০০. কোনো ভয় নয়—*অনুশীলন*

একদিন সন্ধ্যায়, অন্ধকার ঘনিয়ে আসার পর, উত্তর-পূর্ব থাইল্যাণ্ডের প্রাকৃতিক জঙ্গলের শেষ বিস্তৃতিগুলোর একটিতে আমি একাকী ধ্যান করছিলাম। অন্ধকার ছিল খুবই ঘন আর কাছের গ্রামটি ছিল চার কিলোমিটারেরও বেশি দূরে। শিগগিরই আমি প্রশান্তির মধ্যে হারিয়ে গেলাম। কিন্তু সে প্রশান্তি ছিল জঙ্গলে একটি জন্তু আমার দিকে এগিয়ে আসার শব্দ না শোনা পর্যন্ত।

এই বনে ছিল বাঘ, ভালুক ও হাতি। এরা সবাই যেকোনো মানুষকে গুরুতর আহত করতে পারে। এমনকি মেরেও ফেলতে পারে। বৃদ্ধ গ্রামবাসীরা আমাকে বলতেন যে, এইসব বড় জন্তু সাধারণত ভিক্ষুদের কোনো ক্ষতি করে না। কিন্তু আমি বুঝতে পেরেছিলাম, এই গ্রামবাসীরা বাঘ, হাতি ও ভালুক কোনো ক্ষতি করেনি এমন কোনো ভিক্ষুর কথা জানেন না, কারণ সে কথা বলার জন্য তাঁরা কেউ জীবিত ছিলেন না।

যে জন্তুটি অন্ধকারে আমার দিকে এগিয়ে আসছিল আমি সতর্কভাবে তার চলার শব্দ শুনছিলাম। শব্দ থেকে মনে হলো, এটি একটি ছোট প্রাণী, তাই এ নিয়ে চিন্তিত হবার কিছু নেই। অতএব, আমি আবার ধ্যান করতে শুরু করলাম।

প্রাণীটি আরো কাছে এলো এবং এর শব্দ উচ্চতর হয়ে উঠল। আমি খুব মনোযোগের সঙ্গে সে শব্দ শুনলাম এবং বুঝতে পারলাম, প্রাণীটির আকার সম্বন্ধে আমার ধারণা ভুল ছিল। এবার শব্দ শুনে মনে হলো, এটি মাঝারি আকারের একটি প্রাণী, হতে পারে একটি গন্ধগোকুল। তাহলেও অবশ্য চিন্তার কিছু নেই। অতএব আমি আবার ধ্যানে নিমগ্ন হলাম।

শব্দ অনেক উচ্চতর হয়ে গেল। মাটিতে পাতার গুড়িয়ে যাওয়া এবং গাছের ডালপালার ভেঙ্গে যাওয়ার শব্দ থেকে আমি বুঝতে পারছিলাম এটি একটি বড় প্রাণী, অনেক বড় একটা জন্তু এবং সেটি সোজা আমার দিকেই

www.kalpataruboi.org

আসছে!

আমি এতো বেশি ভীত হয়ে পড়েছিলাম যে, আমি চোখ খুলে দেখলাম, আমার ফ্লাশলাইটটি জ্বালালাম এবং খুঁজতে লাগলাম বাঘ, হাতি অথবা ভালুক। জীবন রক্ষার জন্য আমি দৌড়ে পালাবার প্রস্তুতি নিয়ে রইলাম।

কয়েক সেকেন্ড পর ফ্লাশলাইটের আলোয় আমি প্রাণীটিকে দেখতে পেলাম। এটি ছিল, একটি ছোট পাহাড়ি ইঁদুর।

আমি শিখলাম, ভয় যেকোনো জিনিসকে বড় করে দেখায়। আপনি যখন ভয় পেয়ে যান, তখন একটি ইঁদুরের চলাফেরার শব্দ শুনেও মনে হয় যেন ভিক্ষু-ভক্ষণকারী একটি বাঘ এগিয়ে আসছে। ভয় পেলে, সাধারণ অসুস্থতাকেও মনে হয় যেন সবচেয়ে খারাপ ধরনের ক্যান্সার, এবং সামান্য একটা ফুসকুড়ি দেখা গেলেই প্লেগ বলে মনে হয়। ভয় প্রতিটি জিনিসকেই সেটি যেমন তার চেয়ে অনেক বড় করে দেখায়।

১০১. ভূতপ্রেত—*অনুশীলন*

একদিন বেশ রাতে এক লোক মন্দির থেকে ফিরছিলেন। তিনি সমাধিক্ষেত্রের পাশ দিয়ে সংক্ষিপ্ত পথটা ধরে যাবেন বলে ঠিক করলেন। তিনি ছিলেন একজন বিজ্ঞানী এবং ভূতপ্রেতে তিনি বিশ্বাস করতেন না। অন্তত তাঁর বন্ধুদের তিনি তাই বলতেন।

আমি জানি না কেন এমনটা হয়, তবে রাস্তার বাতির ল্যাম্পপোস্টগুলো সমাধিক্ষেত্রের নিকটে একটি আরেকটি থেকে অনেক দূরে বসানো হয়ে থাকে। অথবা, সম্ভবত, এ রকমই আমাদের মনে হয়। শ্মশান বা সমাধিক্ষেত্রগুলি রাতে ভূতুড়ে স্থান হয়ে যায়, সে আপনি ভূতে বিশ্বাস করেন বা না করেন, যাই হোক না কেন।

সমাধিক্ষেত্রের মাঝামাঝি অংশ পার হওয়ার পর তাঁর একটু ভালো লাগতে লাগল। তখন তাঁর মনে হলো, তিনি যেন একটা অদ্ভুত শব্দ শুনছেন, যেন কেউ তাঁর পেছন পেছন আসছে। তিনি এই ভাবনাটিকে তাঁর মনের ভুল কল্পনা বলে বাতিল করে দিলেন এবং হাঁটা অব্যাহত রাখলেন।

কিন্তু না! কেউ একজন তাঁকে অনুসরণ করছে। অতএব তিনি আরো জোরে হাঁটতে শুরু করলেন। যে জিনিসটি তাঁকে অনুসরণ করছিল তার চলার শব্দ তাঁর মনে হলো, সেটিও যেন আরো জোরে হেঁটে আসছে। এটি যে তাঁর মনের ভুল এ কথাটি নিজেকে বোঝানোর জন্য তিনি অনিচ্ছাসত্ত্বেও পেছনে ফিরে তাকালেন। এটিই ছিল মস্ত বড় ভুল।

www.kalpataruboi.org

প্রচণ্ড আতঙ্কে তাঁর চোখ দুটি বিস্ফোরিত হয়ে গেল। তাঁর চোয়াল ঝুলে পড়ল এবং নিয়ন্ত্রণহীনভাবে কাঁপতে শুরু করল। আকস্মিক আঘাতে তাঁর মুখ থেকে রক্ত নেমে এলো। মাত্র কয়েক মিটার পেছনে তাঁকে অনুসরণ করছে একটি কফিন। লম্বালম্বি একটা কফিন, যেটির গায়ে লেগে রয়েছে মাকড়সার জাল এবং আলগা মাটি। বাম্প! বাম্প! বাম্প!

মাথা ঘুরিয়ে দৌড় দিলেন তিনি। লাফিয়ে বাগানের গেট পার হয়ে তাঁর বাড়ির দিকে দৌড়ালেন। কফিনটি গেটের সঙ্গে ধাক্কা খেল, জোরে আরো জোরে। সামনের দরজায় পৌঁছে তিনি পকেট থেকে তাঁর বাড়ির চাবি বের করলেন। বিরাট একটা শব্দ করে কফিনটি বাগানের গেট ভেঙ্গে ফেলল। তাঁর হাত থেকে চাবির গোছা পড়ে গেল। কফিনটি শব্দ করতে করতে তাঁর দিকে এগিয়ে এলো। ভীষণ ভীত হয়ে তিনি চাবির গোছা থেকে একটি চাবি নিয়ে সেটি তালায় ঢুকিয়ে দিলেন। চাবিটি তালায় ঠিকভাবে লেগে গেল। তিনি চাবি ঘুরিয়ে দরজা খুললেন, লাফিয়ে ভেতরে ঢুকলেন এবং জোরে দরজা বন্ধ করলেন। কফিনটি সেই মুহূর্তে দরজায় পৌঁছে গিয়েছিল। জোরে জোরে শ্বাস নিচ্ছিলেন তিনি। তাঁর সারা শরীর কাঁপছিল। নিজের বাড়ির ভেতর নিরাপদ বোধ করলেন তিনি।

দড়াম! কফিনটি দরজায় ধাক্কা মারতে শুরু করল।

দড়াম! আরো বেশি শক্তি নিয়ে দরজার কাঠে আছড়ে পড়ল সেটি। দড়াম! দরজার কব্জাগুলি খুলে আসতে শুরু করল। ভয়ে তিনি সিঁড়ি দিয়ে উপরে ছুটে গেলেন সেই একটি মাত্র ঘরে যেটি তালা দিয়ে আটকানো যায় সেটি হচ্ছে বাথরুম। সিঁড়ির একেবারে উপরের ধাপে উঠে তিনি পেছন ফিরে দেখলেন অলৌকিক শক্তিসম্পন্ন সেই কফিনটি সামনের দরজা ভেঙ্গে ঘরে ঢুকে পড়েছে। দৌড়ে বাথরুমে ঢুকে তিনি দরজা বন্ধ করে দিলেন। তাঁর হৃদপিণ্ড তখন ধকধক করছিল।

তিনি কফিনটির সিঁড়ি ধরে খট খট শব্দ করে ওপরে উঠে আসার শব্দ শুনতে পাচ্ছিলেন। তারপর শুনলেন, কফিনটি বাথরুমের দরজায় আছড়ে পড়ল। বাড়ির শক্ত সামনের দরজা যদি কফিনটিকে আটকে রাখতে না পারে, তাহলে বাথরুমের দরজাও নিশ্চয়ই তা পারবে না। দড়াম! বাথরুমের দরজাটি ভেঙ্গে পড়ল এবার। দৌড়ে যাওয়ার আর কোনো জায়গা নেই। কফিনটি তাঁর দিকে এগিয়ে এলো। সহজাত প্রবৃত্তিবশেই তিনি এগিয়ে আসা কফিনটির দিকে ছুঁড়ে মারার জন্য কিছু একটা হাতে তুলে নিলেন। সেটি ছিল তাকের ওপর রাখা ওষুধের একটা বোতল। কাচের বোতলটি কফিনের গাড়ে পড়ে

www.kalpataruboi.org

ভেঙ্গে গেল এবং ঝাঁজালো গন্ধযুক্ত তরলটুকু মাকড়সার জালে আবৃত কাঠের ওপর ছড়িয়ে পড়ল। কফিনটি থেমে গেল। অবিশ্বাস্য এক ঘটনা। কফিনটি ক্ষান্ত দিল এবার।

বোতলটিতে ছিল কপের ঔষধ। তিনি ঠিক যেমনটি শুনেছিলেন কেমিস্টকে বলতে, "এটি অবশ্যই যেকোনো কফিনকে থামিয়ে দেবে।"

১০২. দয়ালু ভূত—*ভালোবাসার দয়াশীলতা*

আমার এক বন্ধু ছিলেন পার্থে এক নির্মাণকারী প্রতিষ্ঠানের গরিব শ্রমিক। তিনি গাছের গুঁড়ির ওপর নির্মিত একটি পুরোনো বাড়ির সংস্কারের কাজে সাহায্য করছিলেন। তিনি আমাকে বলেন, সবাই চলে যাওয়ার পর যখন তিনি সবকিছু পরিষ্কার করার কাজ করছিলেন, তখন তিনি শুনতে পান—কেউ যেন বলছে, "এখানে নিচে তোমার হাতটা রাখো!"

সেখানে আশেপাশে কেউ ছিল না, তাই তিনি ভাবলেন যে, ওই কথাগুলি হয়তো তাঁর নিজেরই কল্পনা।

তখন তিনি আবার সেটা শুনলেন, "এখানে নিচে তোমার হাতটা রাখো!" এটা তাঁর মনের কোনো ভুল নয়। এটা বাস্তব। এ হচ্ছে একটা ভূত!

এ অবস্থায় আপনি কী করতেন? দয়া করে তাঁর হাত রাখলেন এবং একটি বড় টিনের বাক্স টেনে বের করে আনলেন। সেটা খুলে তিনি পেলেন নগদ বহু হাজার ডলার। তিনি সন্দেহ করলেন, বাড়িটির আগের মালিক, যিনি এখন মৃত, কর দেওয়া এড়ানোর জন্যই এই ডলার লুকিয়ে রেখেছিলেন। আমার বন্ধু এই অর্থ দিয়ে তাঁর প্রথম বাড়ির জন্য প্রদেয় জমার টাকা পরিশোধ করলেন। এভাবেই তাঁর নতুন জীবন শুরু হয়েছিল।

অতএব, আপনি যদি কখনো কোনো ভৌতিক কণ্ঠকে বলতে শোনেন, "এখানে নিচে তোমার হাতটা রাখো!" তাহলে আপনি জানেন, আপনাকে কী করতে হবে।

আমার এক বান্ধবী থাকতেন একাকী তাঁর কুকুরটি নিয়ে। তিনি দিনে দু'বার তাঁর কুকুরটিকে নিয়ে হাঁটতে হাঁটতে বনের দিকে যেতেন। এই মহিলা তাঁর কুকুরটিকে এমনভাবে ভালোবাসতেন যেন সেটিই তাঁর একমাত্র সন্তান।

একদিন সকালে বনের মধ্যে তাঁর কুকুরটির সঙ্গে খেলা করতে করতে তিনি তাঁর আংটিটি হারিয়ে ফেললেন। অলঙ্কার হিসেবে এটি তেমন মূল্যবান কিছু নয়, কিন্তু এর সঙ্গে জড়িয়ে ছিল তাঁর অনেক মূল্যবান স্মৃতি। আংটিটি কোথায় পড়েছে সে ব্যাপারে তাঁর মোটামুটি যুক্তিযুক্ত একটা ধারণা ছিল, কিন্তু

www.kalpataruboi.org

অনেক খোঁজাখুজি করেও তিনি সেটি আর পেলেন না। নিরাশ হয়ে তিনি ধরেই নিলেন যে, এটি একেবারেই হারিয়ে গেছে।

অল্প কিছুদিনের মধ্যে তিনি আংটির কথা ভুলে গেলেন। ইতোমধ্যে তাঁর কুকুরটিও মারা গেল।

তিনি আমাকে বলেছিলেন, মারা যাওয়ার পর অনেকদিন ধরে তিনি স্পষ্টভাবে তাঁর ঘরের মধ্যে কুকুরটিকে ঘেউ ঘেউ করাটা ছিল বাস্তব এবং তিনি সহজেই তাঁর কুকুরের ডাক চিনতে পেরেছিলেন।

কিন্তু তিনি কখনো তাঁর এই ভূত কুকুরটিকে দেখেননি। তিনি সব সময় অন্য একটি ঘর থেকে কুকুরটির ডাক শুনতেন, দৌড়ে সেখানে যেতেন, কিন্তু সেখানে কোনো কুকুর দেখতে পেতেন না।

একদিন তিনি তাঁর বাড়িতে ঢোকার প্রবেশদ্বারের পাশের ঘরের ভেতরে ছিলেন। তিনি তখনই শুনতে পেলেন কুকুরটি ডাক, ঘরের ঠিক বাইরে থেকে। তিনি দ্রুত দরজাটি খুললেন। তাঁর আশা ছিল, কুকুরটিকে তিনি আর একবার দেখবেন। কিন্তু সেখানে কোনো কুকুর ছিল না। তবে, দরজার সামনে ডোর-ম্যাটে একটা জিনিস পড়ে ছিল। ম্যাটের একেবারে মাঝখানটিতে পড়ে রয়েছে তাঁর হারিয়ে যাওয়া আংটি। মৃত কুকুরটি তাঁর আংটি খুঁজে পেয়েছে। এরপর কুকুরটির ঘেউ ঘেউ শব্দ তিনি আর কখনো শোনেননি।

টিম (তাঁর আসল নাম নয়) অভিবাসন নিয়ে লন্ডন থেকে পার্থে চলে এসেছিলেন। একদিন মাঝরাতে, বাড়িতে তখন তিনি একাই ছিলেন, ঘুম ভেঙে গেল তাঁর। তিনি শোবার ঘরের বাতিটি জ্বালিয়ে দিলেন। বিছানার শেষ মাথায় দাঁড়িয়ে তাঁর বৃদ্ধা মা।

তাঁর মা থাকতেন এসেক্সে। তিনি বুঝতে পেরেছিলেন যে, এটি অবশ্যই ভূত। তবে, তিনি আমাকে বলেছিলেন, তাঁর মোটেও ভয় লাগেনি। তাঁর মাকে নীরবে সেখানে দাঁড়িয়ে ছেলের দিকে তাকিয়ে হাসতে দেখে তাঁর নিজেকে সুখী ও প্রশান্ত মনে হচ্ছিল।

তিনি বুঝতে পেরেছিলেন, তাঁর মা নিশ্চয়ই মারা গেছেন। কিন্তু সেজন্য তাঁর কোনো কষ্ট হচ্ছিল না। তাঁর মায়ের হাসিতে যে মমতা ঝরে পড়ছিল তাতেই ধুয়ে যাচ্ছিল সব বিষাদ।

এই অলৌকিক আবির্ভাব স্থায়ী ছিল দীর্ঘ সময় ধরে, বেশ কয়েক মিনিট। যখন ভূত শেষ পর্যন্ত অদৃশ্য হয়ে গেল তখন টিম সেটিই করলেন যা অন্যান্য ইংরেজও করতেন এমন পরিস্থিতিতে। তিনি বিছানা ছেড়ে উঠে নিজের জন্য এক কাপ চা তৈরি করলেন।

www.kalpataruboi.org

চা খেতে খেতে তিনি ফোনের আওয়াজ শুনতে পেলেন। সেটি ছিল ইংল্যান্ড থেকে তাঁর বোনের ফোন।

"টিম, তোমাকে এই মাঝরাতে ঘুম থেকে জাগিয়ে তোলার জন্য দুঃখিত। তবে তোমার জন্য একটা খারাপ খবর আছে।"

"হ্যাঁ, আমি জানি", টিম তাঁর বোনের কথার মাঝখানে বললেন। "মা, মারা গেছেন।"

"তুমি কী করে জান?" টিমের বোন বিস্ময়ে চিৎকার করে বললেন, "আমরা এই মাত্র হাসপাতাল থেকে ফিরেছি।"

তখন টিম তাঁর মায়ের ভূতের ঘটনাটি বর্ণনা করলেন। এভাবে মাকে দেখতে পাওয়া এবং শেষবারের মতো তাঁর স্নেহের পরশ পাওয়া ছিল টিমের জীবনে সবচেয়ে বেশি আনন্দদায়ক ও বিস্ময়পূর্ণ অভিজ্ঞতা।

১০৩. একটি গাছ ও একটি শিশু—*প্রেমপূর্ণ দয়াশীলতা*

বনের মধ্যে ছিল মোটা গুড়ি, অনেক বড় বড় শাখা ও গাছভর্তি পাতায় শোভিত বেশ পুরোনো একটি গাছ। একাকী একটি বালক একদিন সেই গাছটির কাছে এলো খেলতে।

ছেলেটি কল্পনা করল, যেন সে শুনতে পাচ্ছে গাছটি তাকে দয়ালু কণ্ঠে বলছে, "এসো, আমার ওপর উঠে এসো। এখানে একটা ছোট খেলনাবাড়ি তৈরি কর। তোমার যদি ইচ্ছে করে তাহলে ছোট ছোট কয়েকটি ডাল এবং এর সঙ্গে অনেক পাতা তুমি এতে ব্যবহার করতে পার।"

ছেলেটি গাছে উঠে গেল, কয়েকটি ডাল ভাঙল, কিছু পাতা ছিঁড়ল, তারপর গাছের অনেক ওপরে একটি গোপন বাড়ি বানিয়ে ফেলল। যদিও গাছটি এতে আহত হলো একটু, তবুও ছেলেটিকে মজা পেতে দেখে এই সামান্য আত্মত্যাগ করে সুখীই হলো সে। বহু দিন ধরে ছেলেটি এখানে খেলা করবে। তৃপ্তি পেল গাছটি।

ছেলেটি যখন বড় হয়ে গেল, তখন সে গাছটিতে উঠে খেলা করা বন্ধ করল। গাছটি এতে দুঃখ পেল। এর ডালগুলো নুইয়ে পড়ল আর পাতাগুলো হারিয়ে ফেলল তাদের উজ্জ্বলতা।

কয়েক বছর পর সেই ছেলেটি ফিরে এলো। সে এখন তরুণ যুবক। ছেলেটিকে আবার দেখতে পেয়ে আনন্দে উদ্বেল হয়ে উঠল গাছটি। ছেলেটির মনে হলো, সে যেন শুনতে পেয়েছে গাছটির কথা, "এসো, আবার আমার ওপর উঠে যাও। তোমার পুরোনো বৃক্ষবাড়িটি এখনো অনেকখানিই আছে।

www.kalpataruboi.org

আমি তোমাকে কতদিন দেখিনি।"

"বৃক্ষবাড়িতে খেলার বয়স এখন আর নেই," ছেলেটি মনে মনে ভাবল। "আমি বিশ্ববিদ্যালয়ে পড়তে চাই, তবে আমি খুব গরিব।"

"কোনো সমস্যা নেই," গাছটি যেন তাকে বলল। "এক সপ্তাহ পর আবার এসো। আমার গায়ে ফল ধরতে যাচ্ছে। আমি কিছু বেশি ফল ফলাব এবার। তুমি আমার সব ফল নিয়ে যেও। সেগুলি বিক্রি করে তোমার বিশ্ববিদ্যালয়ের খরচ যোগাড় করতে পারবে।"

এক সপ্তাহ পর ছেলেটি ফিরে এলো। সুমিষ্ট ফলে ঢেকে আছে পুরো গাছটি। ছেলেটি গাছের সব ফল নিয়ে নিল। সেগুলি বিক্রি করে তার এক বছর পড়ার পক্ষে যথেষ্ট অর্থ সে পেল। গাছটিও সুখী হলো এতে।

এর পরের তিন বছর পরপর ছেলেটি ফিরে এলো সেই গাছের কাছে। গাছের ফল সংগ্রহ করল সে প্রতিবার। তারপর সেগুলো বিক্রি করে তার পড়ার খরচ যোগাড় করল। গাছটি খুশি হলো। সেটি এমনকি তার বন্ধুর জন্য আরো বেশি বেশি ফল ধরানোর চেষ্টা করে গেল। তবে এতে গাছটি ক্লান্ত হয়ে পড়ল এবং আরো বেশি করে অসুস্থ হয়ে গেল।

স্নাতক ডিগ্রি পাওয়ার পর ছেলেটি গাছের কাছে আসা বন্ধ করে দিল। এতে আবার বিষাদগ্রস্ত হয়ে পড়ল গাছটি।

কয়েক বছর পর। ছেলেটি এখন যুবক। সে ফিরে এলো গাছটির কাছে। সে স্পষ্ট অনুভব করতে পারছিল, পুরোনো গাছটি ওকে আবার দেখতে পেয়ে আনন্দে কাঁদছে। "কয়েকদিন অপেক্ষা করো। যদিও আমি এখন কিছুটা দুর্বল, তবুও তোমার লেখাপড়ার জন্য বিক্রি করার মতো যথেষ্ট ফল আমি ধরাতে পারব।"

"আমি এখন আর লেখাপড়া করছি না", যুবক ছেলেটি বলল। "আমি একটা চাকরি পেয়েছি। আমি প্রেমে পড়েছি এবং আমার প্রেমিকাকে বিয়ে করতে চাই। তবে থাকার জন্য আমাকে একটা ঘরের দরকার হবে।"

"কোনো সমস্যা নেই," গাছটি যেন ওকে বলল। "আগামীকাল একটি করাত নিয়ে চলে এসো। আমার মোটা কাণ্ডগুলো নিয়ে যাবে। সেগুলো দিয়ে শক্ত মেঝে আর খুঁটি তৈরি করা যাবে। তারপরও ঘরের বেড়া দেওয়ার জন্য যথেষ্ট কাঠ থাকবে। তোমার বাড়ির ছাদের জন্য ছোট ছোট শাখা আর বড় পাতাগুলো ব্যবহার করবে। সেগুলো পরিমাণে অনেক আছে।"

অতএব, যুবকটি পরদিন তার বাড়ি তৈরির জন্য গাছটির সব শাখা আর পাতা নিয়ে গেল। পড়ে রইল কেবল গাছের গুঁড়িটি। এতে যদিও অনেক ব্যথা

www.kalpataruboi.org

পেয়েছিল গাছটি, প্রায় মরেই যাচ্ছিল সে, তবুও যাকে সে ভালোবাসে তার জন্য এত বড় আত্মত্যাগ করতে পেরে সুখীই হয়েছিল গাছটি।

আরো বহু বছর ছেলেটি আর ফিরে এলো না। গাছটি বেঁচে রইল কেবল তার সুখের স্মৃতিগুলোকে অবলম্বন করে।

ছেলেটি যখন আবার ফিরে এলো তখন সে মাঝবয়সী একজন মানুষ। ওকে দেখে গাছটি যেন মাটি থেকে লাফিয়ে উঠে দাঁড়াল। 'এসো এসো। তোমাকে দেখতে পেয়ে অসম্ভব ভালো লাগছে।' এমনকি বনের পাখিরাও যেন এবার গাছের কথা শুনতে পেল। "তোমার জন্য কী করতে পারি আমি? তোমাকে সাহায্য করতে দাও আমাকে।"

"আমার এখন নিজের ছেলেমেয়ে হয়েছে, "লোকটি বলল, "আমি এখন আমার নিজের একটা আসবাবপত্রের ব্যবসা করতে চাই, যাতে ওদের ভালো একটা জীবন দেওয়ার জন্য যথেষ্ট টাকা রোজগার করতে পারি।"

"চমৎকার" বুড়ো গাছটি বলল, "যদিও তোমার মনে হতে পারে যে আমি এখন কেবল একটা পুরোনো গাছের গুঁড়ি মাত্র, কিন্তু এখনো অনেক দামি আসবাব তৈরি করার মতো প্রচুর সুন্দর কাঠ আমার কাণ্ডে রয়েছে। সেগুলো নিয়ে যাও। তুমি যদি সেগুলো সব নিয়ে যাও তাহলে আমি খুশি হবো।

অতএব লোকটি পরদিন এসে গাছের গুঁড়িটি কেটে ফেলল। এতে সে তার আসবাবপত্রের ব্যবসা শুরু করার জন্য যথেষ্ট পরিত্রাণ প্রথম শ্রেণির মানের কাঠ পেল।

এ ঘটনার অল্প কিছুদিন পর গাছটি মরে গেল।

অনেক বছর গত হয়েছে এর পর। সেই লোকটি এখন বৃদ্ধ হয়ে গেছে। সে দেখতে এলো সেই জায়গাটি যেখানে একসময় সুস্থ সবল গাছটি দাঁড়িয়ে ছিল, যে গাছে সে একটি বৃক্ষবাড়ি তৈরি করেছিল যখন সে ছোট একটি ছেলে ছিল। আর সে গাছটি সব সময় উদারভাবে তাকে সবকিছু দিয়েছে। সেখানে অবশিষ্ট আছে কেবল গাছটির পচে যেতে থাকা শিকড়গুলি। বৃদ্ধ লোকটি কিছুক্ষণের জন্য তার মাথাটি রাখল সেই শিকড়গুলির ওপর। সেই শিকড়গুলি পাখির পালকের তৈরি বালিশের চেয়েও বেশি আরামের। অশ্রুজলে ভিজে গেল তার চোখ। তার মনে পড়ল, প্রত্যেকবার তার প্রয়োজনের সময় কোনো প্রশ্ন না করেই তাকে কীভাবে সাহায্য করেছে সেই গাছটি। কীভাবে সেই গাছটি তার জন্য সবকিছু ত্যাগ করেছে এবং তা করতে পেরে প্রতিবার কত না খুশি হয়েছে।

তখন সে বুঝতে পারল, এই গাছটি ছিল তার মা-বাবা দুজনই।

www.kalpataruboi.org

১০৪. স্কটল্যান্ডের পাতলা কুয়াশা—*দয়াশীলতা*

ছাত্রাবস্থায় উত্তর স্কটল্যান্ডের পাহাড়ি জনমানবহীন এলাকাগুলোতে আমি আমার অনেক গ্রীষ্মের ছুটি কাটিয়েছি। একদিন এক নির্মেঘ দিনে স্থানীয় ইয়ুথ হোস্টেল-এর ওয়ার্ডেনের সঙ্গে ট্রেক করতে করতে কাছের একটি পাহাড়ের চূড়ায় চলে গিয়েছিলাম আমি। সেখান থেকে চারদিকের দৃশ্য ছিল অসম্ভব সুন্দর।

বয়স কম এবং দেহমনে উৎসাহ ছিল বলে আমি ওয়ার্ডেনকে বলেছিলাম ট্রেকিং অব্যাহত রেখে পাশের চূড়ায় উঠতে। কিন্তু তাঁর বয়স ছিল বেশি। ট্রেকিং সেদিনের মতো তাঁর যথেষ্ট হয়েছে। তাই তিনি আমাকে বললেন একা যেতে তবে তাঁর পরামর্শটি ছিল একটি খারাপ পরামর্শ যা আমাকে প্রায় মৃত্যুর মুখে ঠেলে দিয়েছিল।

দ্বিতীয় পাহাড়ের অর্ধেকটা ওঠার পর কিছু মেঘ এসে দলে দলে হাজির হলো। আমি চূড়ার কাছাকাছি উঠতেই সেই মেঘগুলি এমন আশ্চর্য দ্রুততার সঙ্গে নিচে নেমে এলো যে আমি হঠাৎ ঘন কুয়াশার চাদরে ঢাকা পড়ে গেলাম। আমার সামনে এক মিটারের থেকে বেশি দূরে আমি দেখতেই পাচ্ছিলাম না।

আমার মতো ইংরেজ ভ্রমণকারীদের এরূপ কুয়াশার মধ্যে কয়েকদিন ধরে নিখোঁজ থাকার গল্প আমি শুনেছিলাম। কিন্তু এসব গল্প আমি বিশ্বাস করিনি। দিকনির্ণয়ের ব্যাপারে আন্দাজ করার শক্তি আমার ভালো ছিল। অতএব আমি শুধু পেছন ফিরলাম এবং যে পথ দিয়ে উপরে উঠে এসেছি সে পথ নিয়ে নামতে শুরু করলাম। নিচের দিকে মাত্র দুই ফুট দেখতে পাচ্ছিলাম। আমি সতর্কভাবে পা ফেলছিলাম। দেখলাম আমার সামনে নিচের মাটি খাড়া নেমে গেছে। খাড়া একটি পর্বতগাত্রের দুই ফুটের মধ্যে আমি এসে পড়েছি, সেখান থেকে নিশ্চিত মৃত্যু একটি পদক্ষেপ মাত্র। পরে আমি ম্যাপ খুলে দেখেছিলাম সেই পাহাড়ের একমাত্র চূড়া ছিল আরো ১০০ ফুট নিচে এবং তা ছিল আমি যেদিকে যাচ্ছিলাম বলে ভাবছিলাম তার ঠিক উল্টো দিকে। দিকনির্ণয়ে আমার আন্দাজের এই ছিল বাস্তবতা।

আমি বুঝতে পারলাম যে আমি বিপজ্জনক একটা জনমানবহীন জায়গায় এমন কুয়াশার মধ্যে মধ্যে আমি হারিয়ে গেছি যা কয়েকদিন থাকতে পরে। আমি ভীষণ চিন্তিত হয়ে পড়লাম।

সৌভাগ্যবশত আমি তখন বিশ্ববিদ্যালয়ে পদার্থবিজ্ঞান পড়ছিলাম। আইনস্টাইনের সাধারণ আপেক্ষিকতা তত্ত্বের কথা আমার মনে পড়ল। সে তত্ত্ব এই সুপরিচিত বিষয়টি সমর্থন করে যে, পানি পাহাড়ের গা বেয়ে নিচের

www.kalpataruboi.org

দিকেই যায়। আমি একটি ছোট পাহাড়ি নির্ঝরিনী খুঁজে পেলাম। তারপর সেটি ধরে পাহাড়ের নিচের দিকে নামতে লাগলাম কুয়াশার নিচে বেরিয়ে না আসা পর্যন্ত। এরপর আমি পথচিহ্নগুলি দেখতে পেলাম। এবং নিরাপদে হোস্টেলে ফিরে এলাম।

আমি এই ঘটনাটিকে ব্যবহার করি বিভিন্ন মানুষকে তাদের আধ্যাত্মিক ভ্রমণে পথনির্দেশ করতে সাহায্য করার কাজে। আমরা সবাই শুরু করি অজ্ঞানতার কুয়াশায় আবৃত থাকা অবস্থায়। ভিক্ষু ও গুরুরা, শিক্ষক ও নির্দেশকরা—সবাই আমাদের বলেন কোন পথ অনুসরণ করতে হবে, কিন্তু তাঁরা সকলেই ভিন্ন ভিন্ন কথা বলেন। তাই তাঁদের উপদেশ এত বিভ্রান্তিমূলক।

সেজন্য আমি পরামর্শ দিই একটি জলধারা খুঁজে নিতে, এমন একটা কিছু যা সঠিক দিকে যাচ্ছে বলেই আপনি জানেন, যা আপনাকে অজ্ঞানতার কুয়াশার নিচে নিয়ে যাবে যাতে আপনি নিজেই দেখতে পারেন কোন পথে আপনি আরো এগিয়ে যাবেন।

এই জলধারা হচ্ছে সদ্গুণ, শান্তি ও করুণা। আপনি যে ধর্মেরই অনুসারী হোন না কেন, অথবা কোনো ধর্মের অনুসারী না হলেও, এই তিনটি গুণ আপনাকে সত্যের পথে নিয়ে যাবে। এগুলো অনুসরণ করুন। এবং দয়াশীলতার জলধারা যে সীমাহীন ও গভীরতর হয়ে ওঠে তার অভিজ্ঞতা গ্রহণ করুন। শিগগিরই তা আপনাকে অজ্ঞানতার কুয়াশার বাইরে সেই জায়গায় নিয়ে যাবে যেখান থেকে আপনি নিজেই সব দেখতে পাবেন এবং আপনার বাড়ির পথও পেয়ে যাবেন।

১০৫. প্রণত হওয়া—*জ্ঞান*

বৌদ্ধরা প্রণত হওয়ার জন্য বিখ্যাত। পাশ্চাত্যের লোকেরা প্রায়শ জিজ্ঞেস করে, কেন আমরা প্রণত হই? আমি উত্তরে বলি যে, বৌদ্ধদের প্রণত হওয়ার ধরন পেটের মাংসপেশির জন্য একটি ফলপ্রসূ ব্যায়াম যাতে আপনি মোটা না হয়ে যান!

তবে গুরুত্ব দিয়ে বলার ক্ষেত্রে আমি ব্যাখ্যা করে বলি যে, দৃষ্টান্তস্বরূপ যখন আমরা একটি বুদ্ধমূর্তির সামনে প্রণত হই, তখন আমরা বুদ্ধ আমাদের কাছে যে গুণাবলির প্রতীক সেই গুণাবলিকেই প্রণত হয়ে বন্দনা করি। বুদ্ধমূর্তির সামনে আমার নিজের তিনবার প্রণত হওয়ার অর্থ হচ্ছে সদ্গুণ, শান্তি ও করুণার প্রতি নত হওয়া।

www.kalpataruboi.org

প্রথমবার আমি যখন মেঝেতে মাথা ঠেকাই তখন আমি সদ্গুণের কথা চিন্তা করি। মহত্ত্ব আমার কাছে এত গুরুত্বপূর্ণ যে এর পূজা করা সহজ। আমি যাদের পুরোপুরি বিশ্বাস করতে পারি তেমন ভিক্ষুদের সমাজে বাস করার মধ্যে আমি অনেক সুখ পাই। যখন ভালো লোকদের সঙ্গে সাক্ষাতের সুযোগ আমি পাই তখন তা আমার মধ্যে এই প্রতীতি সৃষ্টি করে যে, এই পৃথিবী একটি ভালো জায়গা। সদ্গুণের প্রতি প্রণত হওয়ার যথার্থ কারণ আছে। এ ছাড়া, যখন আমি সদ্গুণের প্রতি প্রণত হই এবং এর গুরুত্বের কথা স্মরণ করি, তখন আমি বুঝতে পারি যে, আমার নিজের মহত্ত্বও এই সঙ্গে তৈরি হচ্ছে। আপনি যার পূজা করেন এবং যা স্মরণ করেন তা প্রতিবার সাষ্টাঙ্গে প্রণিপাত করার সঙ্গে আরো বেশি প্রবল হয়ে ওঠে। এরপর আমি প্রণত হই শান্তির প্রতি। শান্তি আমার কাছে গুরুত্বপূর্ণ—বাইরের পৃথিবী এবং আমার ধ্যানের ব্যক্তিগত জগৎ—উভয় ক্ষেত্রেই। মনের শান্তি এবং মানুষের মধ্যে শান্তি না থাকলে কোনো সুখ পাওয়া যায় না। সেজন্যই শান্তির বন্দনা করি এবং আমার জীবন তাতে আরো পবিত্র হয়ে ওঠে।

সর্বশেষ, আমি করুণার প্রতি প্রণত হই। দয়াশীলতার কাজগুলি পৃথিবীতে উষ্ণতা আর আলো নিয়ে আসে। সেগুলি মানুষের কষ্টকে সহনীয় করে তোলে এবং এমনকি এর একটি অর্থও উপস্থিত করে। দয়াশীলতাহীন জীবন বাঁচার যোগ্য জীবন নয়। অতএব আমি যখন করুণার প্রতি প্রণত হই তখন আমি আরো বেশি করুণাঘন হয়ে উঠি

এজন্যই বৌদ্ধরা প্রণত হয়, সাষ্টাঙ্গে প্রণিপাত করে।

কয়েক বছর আগে পার্থের একটি শীর্ষস্থানীয় বেসরকারী বিদ্যালয়ের উপসনাগৃহের পাদ্রি আমার এক খ্রিস্টান বন্ধু আমাকে তাঁদের বিদ্যালয়ের প্রভাতি সমাবেশে আধ্যাত্মিক বক্তব্য প্রদানের জন্য আমন্ত্রণ জানান। আমি যখন সেখানে গিয়ে পৌঁছলাম তখন আমার সেই পাদ্রি বন্ধু এবং বিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ মহোদয় আমাকে অভ্যর্থনা জানান। অধ্যক্ষ মহোদয় অনুষ্ঠানের ধারাক্রম ব্যাখ্যা করে বলেন, "বিদ্যালয়ের সকলে এখানে সমবেত হয়ে শান্তভাবে না দাঁড়ানো পর্যন্ত আমরা অপেক্ষা করব এবং এর পর আমরা তিনজন সেখানে যাব।

সমাবেশস্থলে প্রবেশ করার সময়, তিনি বলতে লাগলেন, "পাদ্রি এবং আমি, যেহেতু আমরা খ্রিস্টান, যিশুর মূর্তির সামনে প্রণত হব। তবে আপনি যেহেতু একজন বৌদ্ধভিক্ষু আপনার প্রণত হওয়ার প্রয়োজন নেই।"

তাঁর কথায় গুরুত্বপূর্ণ একটি বিষয় অবতারণার সুযোগ আমি দেখতে

www.kalpataruboi.org

পেলাম। আমি অধ্যক্ষ মহোদয়ের প্রতি ঘুরে দাঁড়িয়ে মুখ গোমড়া করার ভান করে আপত্তি জানালাম, 'একজন বৌদ্ধ হিসেবে যিশুর মূর্তির প্রতি প্রণত হওয়ার অধিকার আমি দাবি করছি।' অধ্যক্ষ মহোদয় আমার কথায় একটু বিস্মিত হলেন। আমি তাঁকে ব্যাখ্যা করে বললাম যে, আমি যিশুর সেই সব গুণের প্রতি প্রণত হব যেসব গুণকে একজন নিষ্ঠাবান বৌদ্ধ হিসেবে আমি শ্রদ্ধা করি। স্পষ্টতই আমি খ্রিস্টানদের সব শিক্ষার সঙ্গে একমত নই। যদি তা হতাম, তাহলে একজন বৌদ্ধ না হয়ে খ্রিস্টানই হতাম আমি। কিন্তু খ্রিস্টধর্মে এমন বহু কিছু রয়েছে যেগুলোকে আমি শ্রদ্ধা করি এবং পূজা করতে পারি। আমি সেই সব সদ্গুণের প্রতি প্রণত হতে চাই।

অতঃপর আমরা তিনজন সমাবেশস্থলে প্রবেশ করলাম এবং যিশুর মূর্তিকে বন্দনা করলাম। এর কয়েকমাস পর অধ্যক্ষ মহোদয় আমার বৌদ্ধমন্দিরে এলেন এবং বুদ্ধমূর্তিকে বন্দনা করলেন।

১০৬. বৌদ্ধধর্ম ও ঈশ্বর—*জ্ঞান*

আজকের দিনে বহু মানুষই সংগঠিত ধর্ম পছন্দ করে না। সেজন্যই বৌদ্ধধর্ম এত জনপ্রিয় হয়েছে। একটি বৌদ্ধমন্দিরের যেকোনো বিশৃঙ্খলাপূর্ণ অনুষ্ঠানে গেলেই আপনি বুঝতে পারবেন, কেন বৌদ্ধধর্মকে আমরা 'অসংগঠিত ধর্ম' বলছি।

কিছু মানুষ এমনকি এও জিজ্ঞেস করে যে, বৌদ্ধধর্ম আদৌ কোনো ধর্ম কি না। এর উত্তর হলো, "হ্যাঁ। বৌদ্ধধর্ম একটি ধর্ম, তবে তা কর বিষয়ক উদ্দেশ্যের জন্যই।"

কিন্তু ঈশ্বর সম্বন্ধে বৌদ্ধ ধারণা কী?

আমাদের স্থানীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের পাদ্রিবরণ সেমিনারে বেনেডিকটিন অ্যাবট ও আমি যুগ্মবক্তা ছিলাম। অ্যাবট ছিলেন আমার পুরোনো বন্ধু। প্রশ্ন করার সময়কালে দর্শকসারিতে উপস্থিত একজন সুপরিচিত খ্রিস্টান আমাকে ঈশ্বর সম্পর্কে বৌদ্ধদের ধারণা ব্যাখ্যা করার অনুরোধ জানালেন।

আমার পক্ষে অধিকতর সহজ ছিল প্রাচীন বৌদ্ধশাস্ত্র থেকে অথবা আমার গুরুরা আমাকে যা শিখিয়েছিলেন তা উদ্ধৃত করা। কিন্তু এতে প্রশ্নের কোনো সুরাহা হতো না। সেজন্য আমি প্রশ্নের উত্তর এমনভাবে দেওয়ার সিদ্ধান্ত নিলাম যাতে তা জ্ঞানের আরো গভীরে যেতে পারে এবং বিশ্বের দুটি মহৎ আধ্যাত্মিক ঐতিহ্যের মধ্যে বৃহত্তর সংহতি সৃষ্টি করতে পারে।

"আমার বন্ধু, অ্যাবট প্লাসিড," আমি শুরু করেছিলাম, "যিনি আমার পাশে

www.kalpataruboi.org

বসে আছেন, প্রায়শ আমাকে বলেছেন যে, তাঁর গভীর বিশ্বাস হচ্ছে—প্রত্যেকেই ঈশ্বরকে খুঁজছে। আমি আমার বন্ধুকে এত বেশি শ্রদ্ধা করি যে, তাঁর বিশ্বাসকে আমি সত্য বলে গ্রহণ করি। তাহলে আমি এবং অন্য বৌদ্ধরা কী খুঁজে বেড়াচ্ছি?

"আমরা খুঁজছি শান্তি, করুণা, সত্য, শ্রদ্ধা, ক্ষমা এবং নিঃশর্ত ভালোবাসা। এটাই যদি বৌদ্ধদের অন্বিষ্ট হয়, তাহলে বলব, ঈশ্বরবিশ্বাসীরা এবং প্রত্যেকে যে ঈশ্বরকে খুঁজছে এই অন্বিষ্টই সে ঈশ্বর। এ হচ্ছে শান্তি, করুণা, সত্য, শ্রদ্ধা, ক্ষমা এবং নিঃশর্ত ভালোবাসা। ঈশ্বর সম্পর্কে এটিই বৌদ্ধদের উপলব্ধি।"

উপস্থিত অন্য ধর্মবিশ্বাসীরাও আমার এই উত্তরে প্রীত হয়েছিলেন।

১০৭. বৌদ্ধধর্ম এবং জ্ঞানালোক—*জ্ঞান*

একটি জনপ্রিয় বৌদ্ধ সাময়িকপত্রে জ্ঞানালোক বিষয়ে নিবন্ধ লেখার জন্য অনুরোধ জানানো হলে, আমি টেলিভিশন অনুষ্ঠান '*কে মিলিওনিয়ার হতে চায়?*' এর উপর একটি ব্যঙ্গাত্মক রচনা তাদের কাছে পাঠিয়ে দিই। আমাকে হতবাক করে দিয়ে সেই আক্রমণাত্মক রচনাটি তাতে প্রকাশিত হয়।

কে জ্ঞানালোকিত হতে চায়?

ভদ্রমহিলা ও ভদ্রমহোদয়গণ, আপনাদের স্বাগত জানাই। আজ এবিসি টিভি-তে (আমেরিকান বুড্ডিস্ট চ্যানেল) আমরা *কে জ্ঞানালোকিত হতে চায়*-এর চূড়ান্ত পর্ব উপস্থাপন করছি। এই অনুষ্ঠানের উদ্যোক্তা 'সমাধি করপোরেশন মেডিটেশান কুশনস্', যে একমাত্র কোম্পানি নিশ্চয়তা দেয় যে, "আপনি যদি আমাদের কুশন ব্যবহার করে এই জীবনে জ্ঞানালোকিত হতে না পারেন তাহলে আপনার পরবর্তী জীবনে আমরা আপনার টাকা ফেরত দেব!"

এখন অত্যন্ত আনন্দের সঙ্গে, যার ভাগীদার আমি নই, চূড়ান্ত পর্বের চার প্রতিযোগীকে আপনাদের সঙ্গে পরিচয় করিয়ে দিচ্ছি। এরা হলেন, শ্রদ্ধাভাজন আন্নাগামী গেশে বো দ্য সত্ত্ব, রোশি সিড আর্থার এবং বিখ্যাত ধ্যানশিক্ষক, মনোচিকিৎসক ও আনন্দপূর্ণতার সক্রিয় ব্যক্তিত্ব এমি টারভা। অনুগ্রহ করে সাধুবাদ জানিয়ে ওম শান্তি বলে অথবা মু-ধ্বনি করে তাঁদের স্বাগত জানান।

এই অনুষ্ঠানের নতুন দর্শকদের জন্য নিয়মগুলি আবার বলছি। এতে অনুষ্ঠিত হবে তিনটি এলিমিনেশান রাউন্ড, যেখানে এই জ্ঞানী ব্যক্তিদের প্রত্যেকের জ্ঞানালোক অর্জন সংক্রান্ত পরীক্ষা গৃহীত হবে। প্রত্যেক রাউন্ডের পর চূড়ান্ত পর্বের একজন করে প্রতিযোগী বাদ পড়বেন এবং তাঁকে ফেরত

www.kalpataruboi.org

পাঠানো হবে সূচনা-পর্বে।

প্রথম রাউন্ডটি হচ্ছে একটি প্রশ্নোত্তর-পর্ব। জ্ঞানালোক বলতে আপনি কী বুঝেন তা বর্ণনা করুন।

আন্না : "জ্ঞানালোক বলতে বুঝায় কোনো অহং না থাকা। বস্তুত এখানে একমাত্র থেরবাদী বৌদ্ধ ও বুদ্ধের মূল শিক্ষার অনুসারী হিসেবে আমিই হচ্ছি পবিত্রতম এবং সর্বাধিক জ্ঞানালোকিত। আমি বলি আপনি যদি উপলব্ধি করেন যে আপনার কোনো অহং নেই, তাহলে আপনার অর্জনের জন্য গর্ববোধ করেন যে আপনার কোনো অহং নেই, তাহলে আপনার অর্জনের জন্য গর্ববোধ করুন এবং তা সবাইকে বলুন।"

বো : "আমার কাছে জ্ঞানালোকের অর্থ হলো আমার শিষ্যদের প্রতি এমন করুণাপরবশ হওয়া যেন আমি ইচ্ছাপূর্বক তাদের প্রতি অত্যন্ত ক্রুদ্ধ হতে পারি যাতে তারা আমার উপস্থিতিতে নিজেদেরকে দুঃখজনকভাবে নিকৃষ্ট বলে অনুভব না করে।"

সিড : "জ্ঞানালোক বলতে বুঝায় কোনো অনুরক্তি না থাকা। আমি এত বেশি নিরাসক্ত যে আমি এমনকি নিরাসক্তির প্রতিও অনুরক্ত নই, যেমন আমার নতুন আকর্ষণহীন রোলেক্স। পরীক্ষা করে দেখুন! আশ্চর্য হওয়ার মতো ব্যাপার, তাই নয় কি?"

এমি : "জ্ঞানালোক আমার কাছে কোনো কিছু নিয়ে নিজের অপরাধবোধের অনুভূতি জাগার বিভ্রান্তি ছাড়াই পরম যৌনসুখ উপভোগের মতো।"

"ধন্যবাদ আপনাকে, আপনার শূন্যতাবোধকে, আপনার অপরিমেয় জ্ঞানের জন্য। এবং চক্রের বাইরে ও অনুষ্ঠানের বাইরে প্রথমজন হচ্ছে... আন্না! এবং আর কখনো ফিরে আসবেন না আন্নাগামী।"

দ্বিতীয় রাউন্ডের বিষয় কে সবচেয়ে বেশি সময় ধ্যানমগ্ন থাকতে পারেন। অতএব, অনির্বচনীয়গণ, ঘণ্টা বাজার পর ধ্যান করতে থাকুন।

ঢং

মাত্র দু'মিনিট পর এমি তাঁর চোখ খুললেন এবং তাঁর টুইটার একাউন্ট দেখলেন। সিড পুরো একঘণ্টা ধ্যানমগ্ন রইলেন। কিন্তু বো এত দীর্ঘ সময় ধরে স্থিরভাবে বসে রইলেন যে অনুষ্ঠানে উপস্থিত ডাক্তার ও ডাক্তারির ছাত্ররা সিদ্ধান্ত নিলেন, তিনি মারা গেছেন এবং তাঁর অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া সম্পন্ন করা হবে। বো চলে গেছেন। দর্শকরা তাঁকে "ওম! মধুর ওম!" বলে সাদর বিদায় জানালেন। এখন রইলেন কেবল সিড এবং এমি।

www.kalpataruboi.org

"উত্তেজনাকর চূড়ান্ত পর্ব এসে গেছে। এই পর্বেই সিদ্ধান্ত হবে কে *জ্ঞানালোকিত হতে চায়*-এর জয়ী কে হবে। সিড এবং এমি, আমি এখন চাই যে আপনারা টেলিভিশনে সরাসরি প্রচারে আপনাদের অলৌকিক মানসিক ক্ষমতা প্রদর্শন করবেন।

সিড তাঁর চোখ বন্ধ করলেন, নিজের মধ্য গভীরভাবে দৃষ্টি নিবদ্ধ করলেন এবং পরম আনন্দানুভবের একটি ঝলকের মধ্যে বাতাসে একটি পালকের মতো ভাসতে লাগলেন। মঞ্চ থেকে উপরে, আরো উপরে সিড শূন্যে ভাসমান থাকলেন, দর্শকরা তাঁর প্রশংসায় সগর্জনে ফেটে না পড়া পর্যন্ত। দর্শকদের উচ্চকণ্ঠে প্রশংসা এত প্রবল ছিল যে এতে সিড-এর মনঃসংযোগ বিঘ্ন ঘটল, তাঁর অলৌকিক মানসিক ক্ষমতা নষ্ট হয়ে গেল, এবং তিনি মঞ্চের উপর সজোরে পতিত হলেন। তাঁর ঘাড় ভেঙে গেল এবং তিনি প্রায় সঙ্গে সঙ্গেই মারা গেলেন। দর্শকদের অনেকেই সচেতন হয় উঠলেন। সিড ফিরে গেলেন সর্বসত্তার জগতে। নতুন একটি কূটাভাসের (বিবৃতি অথবা প্রশ্ন) জন্ম হলো।

মাত্র একজন প্রতিযোগী টিকে রইলেন। তিনি হলেন সাধারণের একজন বিখ্যাত ভাবনা শিক্ষক, মনোচিকিৎসক এবং সর্বপ্রকার অধিকারের প্রবক্তা মিস এমি টারভা। তিনিই ঘোষিত হলেন ***কে জ্ঞানালোকিত হতে চায়?***-এর বিজয়িনী এবং তাঁকে উপহার দেওয়া হলো একটি নিরেট সোনার তৈরি ধ্যানের কুশন—এতে বসা অসম্ভব কিন্তু দেখতে আকর্ষণীয়—আর এর সঙ্গে সংযুক্ত সকল বাধাবিপত্তি পেরিয়ে চালনা করার **জিপিএস**। তিনিই ছিলেন একমাত্র আগ্রহী প্রতিযোগিনী শেষ পর্যন্ত।

এই লেখাটি আমি লিখেছিলাম আমেরিকান একটি বৌদ্ধ সাময়িকপত্র Inquring Mind- এর Fall, 2010 সংখ্যার জন্য। এটি লেখা হয়েছিল কিছুটা পরিহাসমূলক রচনা হিসেবে, সেইসব লোকের জ্ঞানালোক অর্জনের উদগ্র আকাঙ্ক্ষা ধ্বংস ও প্রতারণা ফাঁস করার উদ্দেশ্য নিয়ে যারা প্রকাশ্যে জ্ঞানালোকিত হওয়ার দাবি করে এবং শত শত বছর ধরে যে পুরাতন সংস্কৃতির ধুলো জ্ঞানালোককে সম্পূর্ণ বিভ্রান্তির দ্বারা আবৃত করে রেখেছে তা উড়িয়ে দেওয়ার লক্ষ্যে।

১০৮. খাদ্যতালিকা—*জ্ঞান*

দর্শনশাস্ত্রের একজন বিদগ্ধ অধ্যাপক স্থানীয় সংবাদপত্রে পড়লেন যে, তাঁর শহরে একটি নতুন পাঁচ-তারকা হোটেল যাত্রা শুরু করেছে। তিনি দ্রুত একটি টেবিল তাঁর জন্য সংরক্ষিত রাখার নিমিত্ত সেখানে ফোন করলেন। কিন্তু

www.kalpataruboi.org

রেস্তোরাঁটি ইতোমধ্যেই এত বেশি জনপ্রিয় হয়ে উঠেছিল যে, তাঁকে টেবিল সংরক্ষিত হওয়ার তারিখ দেওয়া হলো দু'মাস পর।

আট সপ্তাহ পর অধ্যাপক মহোদয় একটি চমৎকার একটি স্যুট পরে ও পরিপাটি সাজে সজ্জিত হয়ে সেই পাঁচ-তারকা হোটেলে হাজির হলেন। প্রধান পরিচারক তাঁর ব্যক্তিগত পরিচয় জানতে চাইলেন সে রাতে তাঁর জন্য যে টেবিল সংরক্ষিত আছে সে বিষয়টি সম্পর্কে নিশ্চিত হওয়ার জন্য। সেটি জানার পর তিনি অধ্যাপককে তাঁর টেবিলে নিয়ে গেলেন।

এই অনন্য রেস্তোরাঁর অন্দরসজ্জা ও সাজসরঞ্জাম দেখে অধ্যাপক মহোদয় বিস্ময়ে হতবাক হয়ে গিয়েছিলেন। নগরে না-পড়া দণ্ডায়মান ল্যাম্প থেকে বিচ্ছুরিত নরম আলো তাঁর টেবিলটিকে উষ্ণ মৃদু আলোয় ভরিয়ে দিয়েছিল। তাঁর মনে পড়ছিল গোধূলির শান্ত স্নিগ্ধ আলোর কথা—অদৃশ্য কোনো গোপন জায়গা থেকে আসা, কিন্তু কোনো কিছু দেখার জন্য যথেষ্ট। সাদা বো-টাই ও চমৎকার জ্যাকেট পরিহিত একজন ওয়েটার তাঁকে দিলেন একটি মেনু (খাদ্যতালিকা)।

এই মেনুতেও প্রতিভাত হচ্ছিল পাঁচ-তারকা রেস্তোরাঁর আভিজাত্য। এটি তৈরি করা হয়েছে গাঢ় অলক্তবর্ণ চতুর্বেষ্টনীর মধ্যে মোটা সোনালি রঙের পার্চমেন্ট কাগজে। খাদ্যতালিকার ১০৮টি আইটেমের নাম লেখা হয়েছে অনিন্দ্যসুন্দর হস্তাক্ষরে, যা রেস্তোরাঁর চেয়ে বরং জাদুঘরেই বেশি দেখা যায়।

অধ্যাপক মুগ্ধদৃষ্টিতে মেনুর দিকে চেয়ে রইলেন, অনেকবার পড়লেন সেটি। এরপর তিনি মেনুর খাবার গ্রহণের কাজ শুরু করলেন। খাওয়ার পর বিল পরিশোধ করে প্রধান পরিচারককে ধন্যবাদ জানিয়ে বেরিয়ে এলেন।

দুর্ভাগা অধ্যাপক জ্ঞানবৃদ্ধ হলেও মেনু এবং খাবারের পার্থক্য বুঝতে পারলেন না। শুধু শব্দগুলো তিনি জানলেন এবং সেগুলোই মনে রাখলেন।

আপনারা যারা আমার পাঠক তাঁরা এতক্ষণে *ভালো? মন্দ? কে জানে?*-এর ১০৮টি বিষয় পড়ে ফেলেছেন—দয়া করে দর্শনের সেই অধ্যাপকের মতো হবেন না যিনি কেবল শব্দগুলো গলাধঃকরণ করেন। আপনারা খাবারের স্বাদটা চেকে দেখুন।

---

www.kalpataruboi.org

কল্পতরু হতে প্রকাশিত গ্রন্থাবলি

বাংলায় প্রকাশিত বই :

- **হৃদয়ের দরজা খুলে দিন** (হৃদয় নাড়া দেওয়া গল্প, সত্যি ঘটনা) মূল্য : ১২৫/-
  মূল : আজান ব্রহ্মবংশ মহাথেরো ● অনুবাদ : জ্ঞানশান্ত ভিক্ষু
- **জানা ও দেখা** (শমথ ও বিদর্শন ভাবনার পূর্ণাঙ্গ গাইড) মূল্য : ১২৫/-
  মূল : পা-অক সেয়াদ ● অনুবাদ : জ্ঞানশান্ত ভিক্ষু
- **বৌদ্ধ ভিক্ষু বিধি** (প্রথম ও দ্বিতীয় খণ্ড) (পুরো সেট) মূল্য : ১২০০/-
  মূল : ঠানিস্সারো ভিক্ষু ● অনুবাদ : জ্ঞানশান্ত ভিক্ষু
- **জাতক পঞ্চাশক** (বিনামূল্যে বিতরণের জন্য)
  অনুবাদ : শ্রীমৎ জিনবংশ মহাস্থবির
- **পারাজিকা-অর্থকথা (প্রথম খণ্ড)** (বিনামূল্যে বিতরণের জন্য)
  অনুবাদ : শ্রীমৎ প্রজ্ঞাবংশ মহাস্থবির, শ্রীমৎ ইন্দ্রগুপ্ত ভিক্ষু, শ্রীমৎ সুমন ভিক্ষু, ভদন্ত করুণাবংশ ভিক্ষু, শ্রীমৎ বঙ্গীশ ভিক্ষু, শ্রীমৎ অজিত ভিক্ষু ও শ্রীমৎ সীবক ভিক্ষু
- **ভালো? মন্দ? কে জানে?** মূল্য : ১৫০/-
  মূল : আজান ব্রহ্ম ● অনুবাদ : সুব্রত বড়ুয়া

প্রকাশের অপেক্ষায়...

- **বিশুদ্ধিমার্গ** (মূলানুগ পূর্ণাঙ্গ বাংলা অনুবাদ)
  মূল : আচার্য বুদ্ধঘোষ ● অনুবাদ : জ্ঞানশান্ত ভিক্ষু

প্রাপ্তিস্থান :

- রাজবন বিহার, রাঙামাটি। মোবাইল : ০১৫৫-৬৬১৩০৭১, ০১৫২-১২৪১৩৬৯
- রাসেল স্টোর, স্কেপ মার্কেট, বনরূপা, রাঙামাটি। মোবাইল : ০১৮২-০৩০২৪৬৫
- চম্পা স্টোর, কে কে রায় সড়ক (ব্রিজের গোড়ায়), রাঙামাটি। মোবাইল : ০১৫৫৬৭০১৬০৮
- পার্বত্য লাইব্রেরী, কোর্ট রোড, খাগড়াছড়ি। মোবাইল : ০১৫৫-৬৭৪৫০০৯