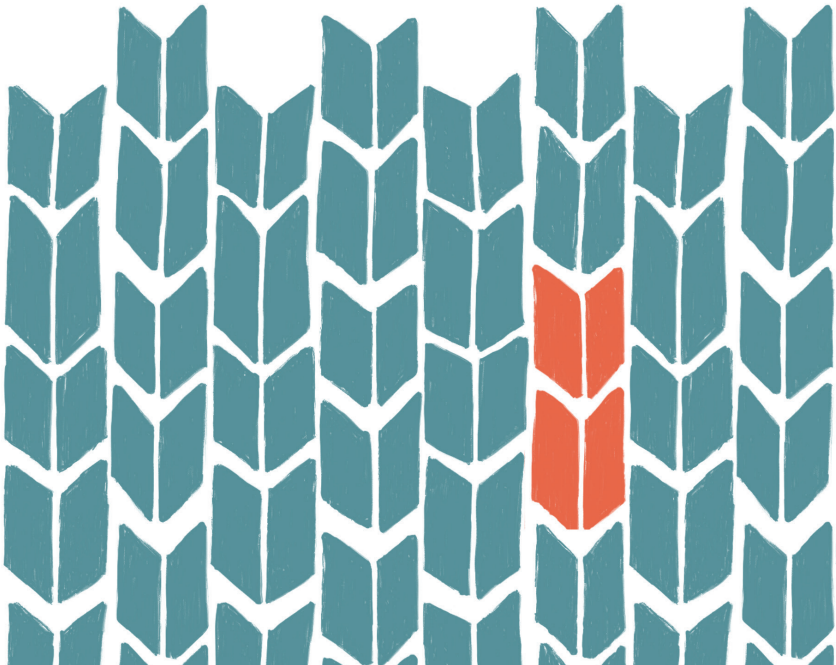
কষ্টকর সময়ের জন্য

আশা

জয়েস মায়ার



কষ্টকর সময়ের জন্য

আশা

কষ্টকর সময়ের জন্য

আশা

জয়েস মায়ার

JOYCE MEYER
MINISTRIES®
Sharing Christ – Loving People

C14, Vikrampuri Colony, Karkhana, Secunderabad, Telangana - 500 009

Unless otherwise noted, scriptures are from the Amplified Bible, Classic Edition (AMPC), Copyright © 1954, 1958, 1962, 1964, 1965, 1987 by The Lockman Foundation. Used by permission.

Scripture quotations marked (NIV) are taken from the New International Version Holy Bible, New International Version®, NIV® Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc.® Used by permission. All rights reserved worldwide.

Scripture quotations marked (NKJV) are taken from the New King James Version®. Copyright© 1982 by Thomas Nelson. Used by permission. All rights reserved.

Scripture quotations marked (NLT) are taken from the Holy Bible, New Living Translation, copyright© 1996, 2004, 2015 by Tyndale House Foundation. Used by permission of Tyndale House Publishers Inc., Carol Stream, Illinois 60188. All rights reserved.
© 2021 by Joyce Meyer Ministries

All rights reserved. This book or any portion thereof may not be reproduced or used in any amount whatsoever without the express written permission of the publisher except for the use of brief quotations in a book review.

Joyce Meyer Ministries
C14, Vikrampuri Colony,
Karkhana, Secunderabad,
Telangana - 500 009

Hope for Difficult Times - *Bengali (Reprint - 2025)*

সূচিপত্র ভূমিকা

7 ভূমিকা

11 আশায় পূর্ণ

17 আটকে গেলে কি করবেন

23 একটি আশাবাদী মনোভাব নির্বাচন করা

28 ঝড়ের মধ্যে ঈশ্বরের উপর নির্ভর করা

34 সমস্ত জিনিস নতুন

41 আপনি যখন নিরাশ বোধ করছেন তখন কীভাবে উৎসাহিত হবেন

48 আপনি কি একটি কঠিন সময়ের মধ্যে দিয়ে যাচ্ছেন?

ভূমিকা

আপনি এই বইটি পড়তে বেছে নিয়েছেন বলে আমি খুব আনন্দিত। এখনই, আপনি হয়ত আপনার জীবনে যা ঘটছে তাতে কোনভাবে কষ্ট ভোগ করছেন অথবা বিপর্যস্ত অনুভব করছেন। এবং আমি যখন আপনার সঠিক পরিস্থিতিগুলি জানি না, তখনও আমি একটি নির্দিষ্ট বিষয় জানি না।

আপনি একা নন—ঈশ্বর আপনাকে ভালোবাসেন, এবং আমরাও বাসি।

আসলে, আমি আপনাকে উৎসাহিত করতে এবং আশা দিয়ে আপনার হৃদয় পূর্ণ করতে এই বইটি লিখেছি। আমি আপনাকে জানাতে চাই যে এই মুহূর্তে, আপনি যে পরিস্থিতির মধ্যে দিয়ে যাচ্ছেন, ঈশ্বর আপনার পক্ষে এবং তাঁর কাছে কিছুই অসম্ভব নয় (দ্রষ্টব্য লূক ১:৩৭)। আপনার ভবিষ্যতের জন্য তাঁর একটি ভালো পরিকল্পনা আছে এবং আপনাকে সাহায্য করার জন্য তিনি পর্দার আড়ালে কাজ করছেন (দ্রষ্টব্য যিরিমিয় ২৯:১১)।

আপনি হয়ত একটি অপ্রত্যাশিত দু:খজনক ঘটনার মোকাবিলা করছেন এবং জানেন না কীভাবে সব কিছু গুছিয়ে এগিয়ে যাবেন। অথবা হতে পারে আপনি চিকিৎসা সংক্রান্ত সমস্যায় ভুগছেন এবং ডাক্তারকে দেখানোর কোনও উপায় নেই। আমি জানি যে প্রচুর মানুষ আছে যারা প্রতিদিন জীবনযাপন করছে, জানেনা যে তাদের পরবর্তী খাবার কোথা থেকে আসবে।

কষ্টকর সময়ের জন্য আশা

আমরা যখন অবিশ্বাস্যরকম কঠিন কিছুর মধ্যে দিয়ে যাচ্ছি, তখন আমাদের ছেড়ে চলে যেতে অথবা হাল ছেড়ে দিতে আমরা প্রলুব্ধ হতে পারি। তবে একমাত্র বৃহত্তম কাজ আমরা করতে পারি যে ঈশ্বরেব উপর আমাদের আস্থা রাখি এবং আশাতে পূর্ণ হই। কিন্তু আসলে আশা কি?

আশা হলো একটি আত্মবিশ্বাসী প্রত্যাশা যে ভালো কিছু ঘটতে চলেছে। এটি আমাদের বিশ্বাসের সাথে ঘনিষ্ঠভাবে সম্পর্কিত এবং আমরা যা বিশ্বাস করি তার সাথে। আমরা যখন আশা করার সাহস করি তখন তা আমাদের জীবন আনন্দ ও শান্তিতে প্লাবিত করে।

শত্রু চায় যেন আমরা আশা-***হীন*** হই। সে আমাদের বোঝাতে চায় যে সমস্ত কিছু হারিয়ে গেছে এবং কখনওই কোনও কিছু আর ঠিক হবে না। কিন্তু ঈশ্বর চান যেন আমরা আশাতে পূর্ণ থাকি—বিশ্বাসে এবং আশাতে যে তাঁর কাছ থেকে বড় কিছু আসবে। আসলে, বাইবেল বলে তিনি হলেন "প্রত্যাশার ঈশ্বর," করুণায় পূর্ণ এবং নতুনীকরণ - এর ঈশ্বর (দ্রষ্টব্য রোমীয় ১৫:১৩)।

ছোটবেলায় বাবার দ্বারা আমি যে যৌন, মৌখিক এবং মানসিক নির্যাতনের শিকার হয়েছিলাম তার কারণে আমি একটি হতাশ মনোভাব–এর বিকাশ করেছিলাম। অতএব আমার সাথে এতগুলি নেতিবাচক বিষয় ঘটেছিল যে আমি একজন খ্রীষ্টিয়ান হওয়া সত্ত্বেও আমি সবসময় খারাপ কিছু ***আশা*** করতে শুরু করি।

তবে আমি সত্যই বলতে পারি যে ঈশ্বর আমাকে একজন নেতিবাচক এবং নিরাশবাদী হওয়া থেকে একজন আশায় পূর্ণ মানুষে রূপান্তর করেছেন, যে প্রতিটি বাঁকে তাঁর মঙ্গলত্ব প্রত্যাশা করে। অল্প অল্প করে, তিনি আমাকে আশার শক্তি এবং আমার জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে আমার চিন্তা, কথা ও মনোভাব আবিষ্কার করতে সাহায্য করেছেন। সুতরাং, এখনও আমি যখন কঠিন পরিস্থিতির

মুখোমুখি হই অথবা কোনও বিপত্তির সম্মুখীন হই, আমি এখনও আশায় থাকি এই জেনে যে ঈশ্বর আমার মঙ্গলের জন্য সব কিছু করবেন।

হতে পারি আপনি প্রচুর কষ্ট, হতাশা অথবা বিপত্তি সহ্য করেছেন এবং ভালো কিছু হতে পারে তা কল্পনা করতে পারছেন না। শত্রু আপনাকে বোঝাতে চায় যে জিনিসগুলি কখনোই পরিবর্তিত হবে না। কিন্তু ঈশ্বর চান যেন আপনি জানতে পারেন যে তিনি আপনাকে ভালোবাসেন এবং আপনার বিশৃঙ্খল অবস্থা থেকে এক আশ্চর্য কিছু ঘটার জন্য বিশ্বাস করেন। আপনার অংশটি কখনোই আশা ত্যাগ করা নয়—তাঁর মঙ্গলতা যে কোনও মুহূর্তে প্রদর্শিত হওয়া *আশা* করা।

এই পৃষ্ঠাগুলিতে কয়েকটি দুর্দান্ত শিক্ষা অন্তর্ভুক্ত আছে যা ঈশ্বর আমাকে এই ক্ষেত্রে শিখিয়েছেন—এমন শিক্ষা যা আপনার বিশ্বাসকে শক্তিশালী করবে এবং আপনাকে সম্পূর্ণ নতুন মনোভাবের সাথে জীবনের দৃষ্টিভঙ্গি নিতে সহায়তা করবে।

আমি প্রায়শই বলি যে এমন ব্যক্তি যে আশাপূর্ণ থাকে—যে ঈশ্বরের বাক্যকে বিশ্বাস করে এবং হাল ছেড়ে দিতে অস্বীকার করে—সে কখনো সত্যই পরাজিত হতে পারে না। কারণ জীবনের ঝড়ের মাঝেও, আপনি যেমন তাঁর উপর আস্থা রেখেছেন, তিনি আপনার জীবন অবিশ্বাস্য শান্তি এবং আনন্দে পূর্ণ করতে পারেন এবং আপনার পরিস্থিতি ভালোর দিকে নিয়ে আসেন।

আমি জানি না আপনি কীভাবে আপনার জীবন কাটিয়েছেন অথবা আপনি এখন কেমন অনুভব করছেন। তবে আমি জানি যে ঈশ্বর আপনাকে প্রচণ্ড ভালোবাসেন, আপনার প্রতি তাঁর দৃষ্টি আছে এবং তিনি আপনাকে সাহায্য করতে চলেছেন (দ্রষ্টব্য রোমীয় ৮:৩৮-৩৯, গীতসংহিতা ৩৩:১৮)।

তিনি সর্ব আশার ঈশ্বর এবং তিনিই হলেন সেই জন যিনি আপনার সবচেয়ে কঠিন সময়কে দুর্দান্ত কিছুতে পরিবর্তন করতে পারেন।

– অধ্যায় ১ –

আশায় পূর্ণ

আমি কখনও কখনও বলে থাকি আমরা হলাম "আমাকে দেখাও" প্রজন্ম। আমরা বিশ্বাস করার আগে দেখতে চাই। আসলে, আমাদের বেশিরভাগের বিশ্বাস করতে খুব কষ্ট হয় যে ঈশ্বর আমাদের পক্ষে কাজ করছেন যতক্ষণ না আমরা আমাদের প্রাকৃতিক চোখে কিছু ঘটতে দেখি।

কিন্তু ঈশ্বর এইভাবে কাজ করেন না—তিনি পর্দার আড়ালে কাজ করেন। আপনি হয়ত কিছু ঘটতে দেখছেন না তবে আপনি কি বিশ্বাস করেন যে ঈশ্বর এই মুহূর্তে আপনার জীবনের বিষয়গুলিতে কাজ করছেন? আপনি কি বিশ্বাস করেন যে আপনার সন্তানদের সাহায্য করার জন্য, আপনার বিবাহের বিষয়, অথবা সেই সকল বিষয়ের জন্য যার জন্য আপনি বহু বছর ধরে প্রার্থনা করছেন তার জন্য তাঁর একটি পরিকল্পনা আছে?

যিরিমিয় ২৯:১১ বলে যে আপনার জীবনের জন্য ঈশ্বরের এক মঙ্গল সংকল্প আছে . . . *তোমাদিগকে শেষ ফল ও আশাসিদ্ধি দিবার সঙ্কল্প।* অন্য কথায়, ঈশ্বর আপনার জন্য ভালো হওয়ার এক সুযোগ খুঁজছেন!

নিজেকে ইতিবাচক, বিশ্বাসে ভরপুর, আশাবাদী ব্যক্তি হিসাবে কল্পনা করা কঠিন হতে পারে। যদি তাই হয় তবে আমি ঠিক জানি আপনি কেমন অনুভব করছেন! কিছু মানুষ আশা করতে ভয় পায় কারণ তারা এত হতাশার

মুখোমুখি হয়েছে এবং তারা আর কোনও কষ্টের মুখোমুখি হতে পারে বলে মনে করে না।

তবে এটি ঠিক আছে, কারণ ঈশ্বর হলেন "প্রত্যাশার ঈশ্বর," করুণায় পূর্ণ এবং নতুনীকরণ - এর ঈশ্বর (দ্রষ্টব্য রোমীয় ১৫:১৩)। এবং তাঁর ক্ষেত্রে, বিশ্বাস করা, প্রত্যাশা করা, আশা করা এবং সম্ভাব্য বলে মনে করতে কখনোই দেরি হয় না।

মহান প্রত্যাশা . . .

আশার একটি সংজ্ঞা হলো "অনুকুল এবং আত্মবিশ্বাসের প্রত্যাশা।"

আমি বিশ্বাস করি অনেক সময় আমরা নিষ্ক্রিয় মনোভাব পোষণ করি, সিদ্ধান্ত নিই যে কেবল "অপেক্ষা করব এবং দেখব" যদি কোনও পতিবর্তন হয় অথবা আমাদের ভালোর জন্য কিছু "ঘটে"। তিনি চান যেন আমরা সক্রিয়ভাবে ভালো কিছু প্রত্যাশা করি।

অতএব, আমি আপনাকে জিজ্ঞাসা করি : ***আপনি কি প্রত্যাশা করছেন?***

আপনি আপনার মনে অথবা কল্পনায় দেখতে পাচ্ছেন? আপনি কিভাবে আপনার ভবিষ্যতের কথা বলেন? আপনি যখন সকালে উঠেন, আপনি কি ভাবেন, ***যাই হোক, আমি চেষ্টা করবো আর একটা দিন কাটানোর।*** অথবা আপনি প্রত্যাশা নিয়ে জাগেন যে আজকের দিনটি হতে পারে আপনি আপনার সাফল্য পাবেন?

এটি যথাযথ যে কোনও মহিলা যখন গর্ভবতী হন, আমরা বলি যে তিনি "প্রত্যাশা করছেন।" এবং যত তাঁর সময় এগিয়ে আসে, তিনি আরও প্রত্যাশা করেন যে আসছে।

আমার গর্ভবস্থা বিশেষত অনন্য ছিল কারণ আমি আমার চার সন্তানকে নির্দিষ্ট তারিখের থেকে প্রায় এক মাস পর পর্যন্ত বহন করেছি। আমার চিকিৎসক আমাকে বলেছিলেন যে আমি একমাত্র মহিলা যাকে তিনি জানেন যে হাতির মতো দীর্ঘ সময় গর্ভবতী থাকে!

প্রতিটি গর্ভাবস্থার শেষের দিকে, আমি প্রতিদিন জেগে উঠে বলতাম, "আজকে সেই দিনটি হতে যাচ্ছে—এটি সেই দিন হতে হবে!" আমার সমস্ত স্যুটকেস গোছানো এবং প্রস্তুত ছিল। আমি ক্রমাগত নিশ্চিত হবার জন্য সবকিছু দুবার যাচাই করতাম যে জিনিসগুলি যথাযথ ছিল, আত্মবিশ্বাসী যে আমার সন্তান যে কোনও মুহূর্তে আসবে। যে কোনও সময় আমি দ্বিধাদ্বন্দ্ব অনুভব করতাম, আমি ভাবতাম, ***সময় হয়ে আসছে!***

ঈশ্বর চান আপনি এইভাবে তাঁর সঙ্গে থাকুন! আপনার জীবনের জন্য তাঁর এক অবিশ্বাস্য পরিকল্পনা আছে এবং তিনি চান যেন আপনি প্রত্যাশা করেন যে ভালো জিনিস কাছেই আছে।

আশা বলে : "বিষয়গুলি এইভাবে অনেক দিন ধরে চলছে, কিন্তু ঈশ্বর হলেন অসম্ভবের ঈশ্বর, এবং বিষয়গুলি পরিবর্তন ***হতে পারে।***"

আপনি কি আশার একজন বন্দি?

আমি যেমন উল্লেখ করেছি, আমি একজন সব থেকে নেতিবাচক ব্যক্তি ছিলাম যাকে আমি জানতাম। আমি অবশ্যই একজন অর্ধেক ভর্তি গেলাসের ব্যক্তি ছিলাম—আমি প্রত্যেক পরিস্থিতির খারাপ অবস্থাটি দেখতাম।

এটি বর্ণনা করে কেন আমি অত্যন্ত অসুখী ছিলাম। সন্দেহ এবং নেতিবাচকতা আমাদের নীচে নামিয়ে আনে . . . কিন্তু আশা আনন্দকে মুক্ত করে!

অনেকবার, আমি মনে করি আমরা আশাবাদী কিংবা আশান্বিত অনুভব না

করা পর্যন্ত আমরা অপেক্ষা করার ফাঁদে জড়িয়ে পড়ি। তবে আশা হলো ইতিবাচক হওয়ার সিদ্ধান্ত এবং আমরা কেমন অনুভব করে জীবনযাপন করি তা নয়। সত্য হলো আমরা যখন ইতিবাচক, আশাবাদী চিন্তা করার দৃঢ় সিদ্ধান্ত নিই, আমাদের অনুভূতি অবশেষে তাকে অনুসরণ করে!

আমি সখরিয় ৯ : ১২ সন্দেহাতীতরূপে ভালোবাসি। প্রভু বলেন, *হে আশার বন্দিগণ, তোমরা ফিরিয়া দৃঢ় দুর্গে আইস; আমি অদ্যই অঙ্গীকার করিতেছি, আমি তোমাকে দ্বিগুণ অংশ দিব।*

"আশার বন্দি" হওয়ার অর্থ কী? এর অর্থ হলো আমাদের জীবনে যা কিছু ঘটুক না কেন, আমরা ঈশ্বরের সামর্থ্যের উপর নির্ভর করা এবং বিশ্বাস করা বন্ধ করতে অস্বীকার করি।

আপনি যখন আশার বন্দি হয়ে যান, তখন শত্রুরা কী করবে তা জানে না। সে নেতিবাচক চিন্তা দ্বারা আপনার বিরুদ্ধে আসতে পারে, কিন্তু আপনি যখন ঈশ্বরের উপর ক্রমাগত আপনার সমস্ত ভরসা রাখার জন্য দৃঢ় প্রতিজ্ঞ হন তখন আপনার ক্ষতি করার ক্ষমতা তার আর থাকবে না।

ঈশ্বর আপনাকে আশীর্বাদ করতে চান এবং আপনার অতীতের কষ্টের জন্য এবং যা কিছু হারিয়েছেন তার দ্বিগুণ তিনি দিতে চান (দ্রষ্টব্য যিশাইয় ৬১:৭)। আমাদের অংশটি সমস্ত পার্থক্য তৈরি করে। আমাদের অংশটি হলো বিশ্বাস করা, আস্থা রাখা এবং *আশা* করা।

নোঙর ফেলার এটিই সময়

ইব্রীয় ৬:১৯ বলে, *(এখন) আমাদের সেই প্রত্যাশা আছে, তাহা প্রাণের নোঙরস্বরূপ, অটল ও দৃঢ় এবং তিরস্করিণীর ভিতরে যায়।*

আসুন আমরা এই শাস্ত্রবাক্য বিশ্লেষণ করি। এখন, আমি মনে করি আমরা সকলে জানি নোঙর কী। আপনি যখন চান যেন একটি নৌকা একই জায়গায় থাকুক, আপনি নোঙর ফেলবেন, এবং এতে নৌকোটি বেশি দুর যেতে পারবে না ওই জায়গা থেকে।

ঠিক আছে, এটি বলে যে আশা হলো "আত্মার নোঙর"। আমাদের আত্মা হলো আমাদের মন, আমাদের ইচ্ছা এবং আমাদের আবেগ। আমাদের আত্মা আমাদের বলে আমরা **ভাবি**, আমরা কি **চাই** এবং আমরা **অনুভব** করি।

অতএব এই সবের অর্থ? এর অর্থ হলো যখন সবকিছু বিবর্ণ ***দেখায়*** . . . যখন মনে হয় কিছুই বোঝা যায় না এবং এটি অনুভব করা হয় যে আমাদের জীবনে ঈশ্বরের প্রতিজ্ঞা কখনওই কার্যকর হবে না, আশা হলো আমাদের নোঙর যা আমাদের টেনে রাখে এবং বলে, "অপেক্ষা করো! এটি এখনই ঘটতে চলেছে!"

তবে এটি আরও কিছুটা এগিয়ে নেওয়া যাক। ইব্রীয় ৬:১৯ বলে যে আমাদের সেই প্রত্যাশা আছে, তাহা প্রাণের নোঙরস্বরূপ . . . ***(এটি অটল ও দৃঢ় যা ছিড়ে যাবে না যখন কেউ তার উপর দাড়াবে)।***

আশা হলো আমাদের নোঙর এবং সেই জিনিস যা আমাদের "পদক্ষেপ" নাওয়ায়। কিছু মানুষ ঈশ্বরের প্রতিজ্ঞা এবং শক্তির অভিজ্ঞতা লাভ করে না কেবলমাত্র তারা বিশ্বাসে পদক্ষেপ গ্রহণ করে না বলে। এটি এই পদক্ষেপ যা ঈশ্বরের প্রতিজ্ঞাগুলি কাজে পরিণত হয়!

আমি আপনাকে একটি উদাহরণ দিই। ৪০ বছরের বেশি সময় ধরে আমি বিশ্ব জুড়ে ঘুরেছি এবং ঈশ্বরের বাক্য শিখিয়েছি। কিন্তু সম্মেলনের আগে

এখনও এমন সময় থাকে যখন আমি যা করতে যাচ্ছি তার জন্য অনুভব করি যে আমি অভিষিক্ত, যোগ্য অথবা প্রস্তুত না।

মঞ্চে ওঠার আগে, আমি ভেবেছিলাম, *বেশ, ঈশ্বর, আমি নিশ্চিত যে তুমি দেখা দেবে তা না হলে আমি ভীষণ সমস্যায় পড়ব।* তারপর, আমি বিশ্বাস করি যে তিনি আমাকে যা করতে বলেছেন তার জন্য পদক্ষেপ গ্রহণ করেছি, আর ঈশ্বর কার্যকর হয়ে ওঠেন এবং আমার বার্তা পৌঁছে দিতে সাহায্য করেন। একবারও হয়নি যে তিনি আমাকে ব্যর্থ করেছেন!

আপনাদের অনেকের জন্য, ঈশ্বর অপেক্ষা করছেন যেন আপনি আশার নোঙরে পদক্ষেপ নেন। আপনি যেন আপনার অংশটি করেন তার জন্য তিনি কেবল অপেক্ষা করছেন তাহলে তিনি আপনার জীবনে প্রকাশিত হবেন এবং এমন কিছু করবেন যা আপনাকে বিস্মিত করবে।

জীবনের পরিস্থিতিকে আপনাকে আপনার গতিপথ থেকে সরিয়ে দিতে দেবেন না। আপনার নোঙর ফেলুন এবং আশার নিশ্চিত ভিত্তির উপর পদক্ষেপ নিন। কারণ আপনি যখন ঈশ্বরের উপর আপনার প্রত্যাশা রাখেন, *আপনি হতাশ করেন না।*

– অধ্যায় ২ –

আটকে গেলে কি করবেন

আপনি কি কখনও আটকে গেছেন? আপনি কি জীবনের এমন জায়গায় পৌঁছেছেন যেখান থেকে আপনার মনে হচ্ছে আপনি আর বেরোতে পারবেন না . . . যেন আপনার কাছে কোনও বিকল্প নেই?

আমি এমন পরিস্থিতিতে অনেকবার এসেছি এবং আমি নিশ্চিত যে বেশিরভাগ মানুষই সেই অবস্থায় এসেছে। তবে আমি এত কৃতজ্ঞ যে, বছরের পর বছর ধরে ঈশ্বর আমাকে শিখিয়েছেন যে আমরা আটকে গেলেও, তাঁর পক্ষে পরিস্থিতি সামাল দেওয়া খুব কঠিন নয়!

আসুন আদিপুস্তকে যোষেফের গল্প দিয়ে শুরু করা যাক (দ্রষ্টব্য আদিপুস্তক ৩৭-৫০ অধ্যায়)। বাইবেল বলে যে তাঁর বাবার ১২ জন ছেলের মধ্যে সব থেকে প্রিয় ছিলেন এবং সেই কারণে তাঁর দাদারা তাঁকে খুব ঈর্ষা করত।

একদিন যোষেফ তাঁর দাদাদের কাছে তাঁর একটি স্বপ্নের কথা বললেন। তাঁর স্বপ্নে তারা সকলে তাঁকে প্রণাম করছে। বলার অপেক্ষা রাখে না, ব্যাপারটি ভালভাবে যায়নি!

ফলস্বরূপ, তাঁর দাদারা একজোট হয়ে সিদ্ধান্ত নিল কেমন করে তারা তাঁকে সরিয়ে দেবে। প্রথমে, তারা তাঁকে একটি গর্তে ফেলে দিল যেন সে সেখানে মরে। কিন্তু পরে তারা তাঁকে একদল ইশ্মায়েলীয় বণিকদের কাছে দাসত্বের জন্য বিক্রি করার সিদ্ধান্ত নিল। তারা তখন তাদের বাবার কাছে যোষেফের মৃত্যুর কথা বোঝাতে একটি পরিকল্পনা তৈরি করল।

আপনারা হয়ত জানেন যে, এই গল্পটি জয়যুক্তভাবে শেষ হয়েছে। যোষেফ ফরৌণের পরে দ্বিতীয় স্থানে নিযুক্ত হলেন, শেষ পর্যন্ত তাঁর পরিবারের সাথে পুনরায় তিনি মিলিত হয়েছে এবং সব কিছু ক্ষমা করা হয়েছে।

যোষেফের সাথে যা ঘটেছিল তার প্রমাণ এটাই যে আপনি জীবনের যে কোনও পরিস্থিতির মধ্যে দিয়ে যান না কেন, সেখানে সর্বদা আশা আছে। আপনি আপনার জীবনে ঈশ্বরের উদ্দেশ্য পূরণ করতে পারেন কারণ ঈশ্বরের পক্ষে সব কিছুই সম্ভব!

তবে তাঁর গল্পের যে অংশটি আমাদের সত্যই দৃষ্টি নিবদ্ধ করা উচিত তা হলো গর্ত এবং প্রাসাদের সময়ের মধ্যে কী ঘটেছিল। যোষেফের জীবনে সেই সময় বেশ কয়েকটি মোড় নিয়েছিল। তবে তাঁর চরিত্রের একটি বৈশিষ্ট্যই তাঁকে এই বিজয়ী পরিণতিতে নিয়ে এসেছিল তা হলো অধ্যাবসায়। ঈশ্বরের প্রতি যোষেফের বিশ্বাসের কারণে তিনি কখনও হাল ছাড়েননি!

ছেড়ে যাওয়া কোনও বিকল্প নয়

আমাদের নিজেদের জীবনে, প্রতি সময়ে আমরা গর্তে পড়ে যেতে পারি। এটি অসুস্থতা, আর্থিক অভাব, সম্পর্কের সমস্যা অথবা অন্যান্য সমস্যা। যখনই এমন ঘটে, পরিস্থিতি যা কিছু হোক না কেন আপনাকে দৃঢ়ভাবে সঙ্কল্পবদ্ধ হতে হবে, আপনি হাল ছাড়বেন না!

সর্বদা স্মরণে রাখবেন, ঈশ্বর যা করেছেন তার ভালো সাক্ষ্য পেতে আমাদের প্রথমে পরীক্ষাগুলিতে উত্তীর্ণ হতে হবে। এমনকি যীশুও আমাদের সেই কথা বলেছেন :

. . . জগতে তোমরা ক্লেশ পাইতেছ; কিন্তু সাহস করো, আমিই জগৎকে জয় করিয়াছি (যোহন ১৬:৩৩)।

এটি অনিবার্য যে আপনি কঠিন সময়ের মধ্যে দিয়ে যাবেন। কখনও কখনও আপনার হয়ত হাল ছেড়ে দেওয়ার মতো মনে হতে পারে। কিন্তু আপনি

যদি ধরে রাখতে পারেন এবং ঈশ্বরের উপর আস্থা রাখেন, তিনি আপনাকে পুনরুদ্ধার করতে পারবেন। তিনি সমস্ত খারাপ নিয়ে ভালো করতে পারেন (দ্রষ্টব্য রোমীয় ৮:২৮)।

কথিত আছে যে উইনস্টন চার্চিল ১৯৪১ সালে হ্যারো স্কুলে স্নাতকদের কাছে নিম্নলিখিত বক্তব্য রেখেছিলেন :

"কখনোই না, কখনোই না, কখনোই না, কখনোই না, কখনোই হাল ছাড়বে না! বড় অথবা ছোট, বৃহৎ অথবা ক্ষুদ্র কিছুতেই না—কখনোই হাল ছাড়বে না!"

তিনি সত্যিই কেবল এই কথা বলেছিলেন কিনা আমি জানি না, কিন্তু আমি বিশ্বাস করি আজ পবিত্র আত্মা আমাদের অনেককে সেই একটি কথা বলছেন— "হাল ছেড়ে দিও না, কারণ ঈশ্বর তোমার জীবনের জন্য অনেক কিছু সঞ্চয় করেছেন!"

বিষয়গুলি যখন কঠিন হয়ে যায় তখন হাল ছেড়ে দেওয়া খুব সহজ। কখনও কখনও মানুষ যেখানে থাকে সেখানেই আটকে যায় এবং জানে না কীভাবে বের হবে, সুতরাং তারা মনে করে হাল ছেড়ে দেওয়া আরও সহজ হবে।

তারা হয়ত মনে করতে পারে যে তারা যথেষ্ট সপ্রতিভ নয় অথবা তাদের প্রতিভা নেই; হয়ত তাদের কিছু আঘাতজনিত ঘটনা ঘটেছে অথবা তারা হয়ত কিছুতে অকৃতকার্য হয়েছে কিংবা অতীতে ভয়ানক ভুল করেছে।

তবে পবিত্র আত্মা আমাদের শক্তি দেয়, স্থির সঙ্কল্প নিয়ে দ্রুত চলার এবং আমাদের বিজয়ের দিকে এগিয়ে যাওয়ার শক্তি এবং সামর্থ্য দেন, যদিও আমাদের পরিকল্পনা মতো বিষয়গুলি না ঘটে।

ব্যর্থতার অর্থ এই নয় যে আরও কোনও বিকল্প নেই। আপনি অতীতের ভুল থেকে শিখতে পারেন—আমি জেনেছি যে ইতিহাস হলো একজন ভালো শিক্ষক! অন্য সব কিছু ব্যর্থ হলে আবার চেষ্টা করুন। অন্য কিছু না হলে, আপনি শিখবেন কি কাজ করে এবং কি কাজ করে না এবং সেখান

থেকে চলে যাবেন। আপনার বাধাকে অতিক্রম করে আপনি বুদ্ধিমান হতে এবং আত্মিকভাবে পরিপক্ক হতে তা সুযোগে পরিণত করতে পারেন।

ঈশ্বর চান যেন আমরা একটি ভালো জীবনযাপন করি, তবে আস্থা রাখা এবং অধ্যাবসায় হওয়া আবশ্যক। ঈশ্বর যখন আমাদের প্রত্যেকের জন্য ভালো পরিকল্পনা করেছেন তখন তাতে প্রবেশ করার জন্য পবিত্র আত্মা আমাদের বিশ্বাসে একটি করে ধাপ নিতে চালনা করবেন। আমাদের অংশটি হলো সেই পদক্ষেপগুলি গ্রহণ করা . . . এবং কখনোই হাল না ছাড়া!

আপনি যখন কষ্ট পাচ্ছেন তখন কী করা উচিত

আপনি যখন "গর্তে" পড়েছেন তখন আপনার দৃষ্টিভঙ্গি একটি বড় পার্থক্যও আনতে পারে।

স্মরণে রাখবেন, এটি হলো পরীক্ষার সময় . . . এমন সময় যখন আপনার চরিত্রটি বিকশিত হয়। এই সময়কালকে আমি কখনও কখনও বলি ''নিরব বছরগুলি" কারণ এটি এমন সময় যখন আপনি মনে করতে পারেন যে আপনার জীবনে কিছুই হচ্ছে না।

অথবা আপনি হয়ত প্রচুর কষ্ট এবং উত্তাল অবস্থার মধ্যে দিয়ে যাচ্ছেন এবং মনে করছেন যে ঈশ্বর সেই বিষয় কিছুই করছেন না। কিন্তু এটি আপনার জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ যেন আপনি এই সময়ে তাঁর উপর বিশ্বাস রাখেন, কেননা তিনি আপনার হৃদয়ে কাজ করছেন যেন আপনি আরও খ্রীষ্টের মতো হন।

সুতরাং আপনি যখন নিজের গর্তে আটকে আছেন তখন আপনার কী করা উচিত?

- *হাল ছাড়বেন না!* আপনার পরিস্থিতি থেকে বেরিয়ে আসার কোনও উপায় নেই বলে মনে করার প্রলোভনের সাথে লড়াই করুন। যীশুই পথ। এটি আপনার সময় তাঁর কাছে আসার এবং তাঁকে অনুসরণ করার।
- *ঈশ্বরকে দোষারোপ করা অথবা মনে করা যে কোনও পাপের জন্য*

তিনি আপনাকে শাস্তি দিচ্ছেন তা এড়ান। আপনার জীবনে কাজ করার জন্য তিনি কেবল পরিস্থিতিটি ব্যবহার করছেন। যদিও এটি সর্বদা ভালো বোধ হয় না, তবুও তাঁর উদ্দেশ্য সর্বদা আপনার ভালোর জন্য।

- *আপনি যখন কষ্ট পাচ্ছেন, যখন ভালো অনুভব করছেন না অথবা যখন অন্যরা আপনার প্রতি খারাপ ব্যবহার করে তখন যা সঠিক তাই করবেন।* যতজন মানুষের জন্য এবং যতবার পারেন তাদের জন্য ভালো কিছু করুন।

- *নিজেকে অন্যের থেকে দূরে সরিয়ে ফেলবান না অথবা পৃথক করবেন না।* স্মরণে রাখবেন, আপনি বেচারা কিংবা শক্তিশালী হতে পারেন, কিন্তু আপনি উভয় হতে পারেন না! বহুবার, ঈশ্বর এই সময়ে আপনাকে উৎসাহিত করতে অন্যকে ব্যবহার করতে পারেন।

- *আপনার কথা রাখুন এবং আপনার প্রতিশ্রুতিকে সম্মান করুন।* এটি একটি চরিত্র গঠনের সময় এবং আপনাকে প্রস্তুত করা হচ্ছে যেন আপনি ''প্রাসাদে'' জায়গা গ্রহণ করতে পারেন।

- *বিশ্বাস করা বন্ধ করবেন না* . . . আশা ছেড়ে দেবেন না যে ঈশ্বর আপনার পরিস্থিতির উন্নতি করতে পারেন।

এটি ঝেড়ে ফেলুন

আপনি হয়ত একটি গাধার গল্প শুনেছেন যে গর্তে পড়ে গিয়েছিল।

কি ঘটেছে তা দেখে তার মালিক কিছুক্ষণের জন্য এটি নিয়ে চিন্তা করেন, তারপর সিদ্ধান্ত নেন যে যেহেতু গর্তটি খুব গভীর এবং গাধাটি বুড়ো হয়ে গেছে সেই জন্য তাকে সেখানে কবর দেবেন।

তিনি কিছু বন্ধুবান্ধব ও প্রতিবেশিদের সাহায্য করার জন্য ডাকলেন এবং তারা গর্তে ময়লা ফেলা শুরু করল।

প্রথমে গাধাটি চিৎকার করছিল, স্পষ্টতই তার পরিস্থিতি দেখে সে আতঙ্কিত হয়েছিল। পরে, অবশ্য, তার মালিক লক্ষ্য করল যে সে শান্ত হয়ে গেছে এবং তিনি ভাবলেন যে সে হয়ত ইতিমধ্যে মারা গেছে। কিন্তু গাধাটি মারা যায়নি।

মালিক যখন গর্তের নীচে তাকালেন, তিনি দেখলেন যে প্রতিবার তার পিঠে যখন ময়লা পড়ছে, গাধাটি তা ঝেড়ে ফেলছে এবং তার উপর উঠে দাড়াচ্ছে, তার খুর দিয়ে সেটি শক্ত করে নিচ্ছে। এটি ঘন্টার পর ঘন্টা অব্যাহত থাকল, অবশেষে, যে ময়লা গর্থে ফেলা হয়েছিল তা শক্ত করে নিজেকে গর্তের বাইরে তুলতে যথেষ্ট ছিল!

আমরা সেই গাধার কাছ থেকে কিছু শিখতে পারি। জীবন সময়ে সময়ে আমাদের উপর ময়লা ফেলবে। এটি সম্পর্কে অথবা আমাদের অর্থে অথবা স্বাস্থ্যে হতে পারে। তবে এই সময় কেমন করে পবিত্র আত্মার চালনা অনুসরণ করতে হবে তা শেখা যায়। তিনি আপনাকে দেখিয়ে দেবেন কীভাবে ময়লা ঝেড়ে ফেলবেন এবং উঠে দাড়াবেন। আপনি আপনার গর্ত থেকে প্রাসাদে যে প্রতিটি পদক্ষেপ নেবেন তাতে তাঁর গৌরবের ঝলক আপনাকে দেখাবেন!

সর্বদা অতিক্রম করার জন্য বাধা থাকবে। এড়াবার জন্য সর্বদা সমস্যা থাকবে। তবে সেখানে সংশোধন করার, দ্বিতীয় সম্ভাবনা এবং নতুনভাবে শুরু করাও যাবে।

এটি কখনও দেরি নয়—কেবল হাল ছেড়ে দেবেন না! আপনি যেমন আপনার অংশটি করবেন এবং যেমনভাবে পারেন করবেন—আপনি যখন আশা ধরে রাখবেন, এগিয়ে যাবেন এবং ঈশ্বরের কাছে হাল ছেড়ে দিতে অস্বীকার করবেন—আপনি যা করতে অক্ষম তা তিনি বিশ্বস্ত হয়ে করবেন।

সুতরাং, আপনি যদি আটকে থাকেন এবং জানেন না যে কী করতে হবে, আশা করা ছেড়ে দেবেন না, কেননা নতুনভাবে শুরু করার জন্য আপনি নিখুঁত অবস্থানে আছেন।

– অধ্যায় ৩ –

একটি আশাবাদী মনোভাব নির্বাচন করা

যেহেতু আমাকে ছোট মেয়ে হিসাবে নির্যাতিত করা হয়েছিল, তাই আমার একটি অজানা ভয় তৈরি হয়েছিল যে সবসময়ই খারাপ কিছু ঘটতে চলেছে।

আমার সাথে এতো বেশি খারাপ জিনিস ঘটেছিল যে এমন একটি সময় এসেছিল যখন আমি সর্বদা খারাপ কিছু আশা করতাম, এমনকি আমি খ্রীষ্টিয়ান হওয়ার পরেও।

আমার মনে আছে সেই সকালে আমি অবশেষে প্রার্থনা করেছিলাম এবং ঈশ্বরকে জিজ্ঞাসা করেছিলাম, "এটা কী? কেন আমি সারাক্ষণ এইভাবে অনুভব করি?"

ঈশ্বর আমার হৃদয়ের সাথে কথা বলেছিলেন এবং বলেছিলেন, "এটি মন্দ পূর্বাভাস।" আমি এই শব্দটি কখনো শুনিনি, তবে কয়েকদিন পরে আমি হিতোপদেশ ১৫:১৫ পদে পেলাম, যেখানে বলা হয়েছে :

দু:খীর সকল দিনই অশুভ (উদ্বিগ্ন চিন্তাভাবনা এবং পূর্বাভাস দ্বারা); কিন্তু যাহার হৃষ্ট মন, তাহার সততই ভোজ (পরিস্থিতি যেমনই হোক না কেন)।

আমরা সকলেই জীবনে কঠিন সময়ের মুখোমুখি হবো, এবং যখন আমরা সেই অবস্থায় পড়ি তখন উদ্বেগজনক চিন্তাভাবনা ও পূর্বাভাস থাকা এবং ভবিষ্যতের ভয় পাওয়া সহজ। তবে আমাদের সেই সন্ধিক্ষণে আসা প্রয়োজন যখন সমস্যা আসলে আমরা ঈশ্বরের এবং তাঁর বাক্যের সাথে একমত হতে শিখব।

আমরা আমাদের বিশ্বাসকে মুক্ত করে বলতে পারি, "আমি জানি ঈশ্বর আমাকে ভালোবাসেন, তিনি আমার যত্ন নেবেন এবং আমাকে রক্ষা করবেন। আমি বিশ্বাস করি আমার যা করা প্রয়োজন তার জন্য তিনি আমাকে অনুগ্রহ এবং শক্তি দেবেন, এবং এর মধ্যে দিয়ে ভালো কিছু বেরিয়ে আসবে।"

আতঙ্কিত হবেন না

ঈশ্বর কখনোই চান না যে আমরা দুর্দশাগ্রস্থ হই অথবা "ভয়ঙ্কর দিন" কাটাই, যখন বিষয়গুলি আমাদের মতন করে হয় না। আমাদের যে কোনো পরিস্থিতিতেই তিনি চান যেন আমরা ভালো জিনিস আশা করি এবং আশায় পূর্ণ থাকি।

এবং এখানে তিনটি শব্দ যা আপনাকে এটি করতে সহায়তা করবে : *আতঙ্কিত হবেন না।*

আতঙ্ক কী? আতঙ্ক কেবল অপ্রীতিকর অভিজ্ঞতার প্রত্যাশা করে—এটি হলো আশার ঠিক বিপরীত।

এমনকি এটি উপলব্ধি না করেই, আমি মনে করি প্রচুর মানুষ সারাদিন আতঙ্কে থাকে। আমরা কাজ করতে গিয়ে আতঙ্কিত হতে পারি, ট্রাফিক জ্যামে আতঙ্কিত হতে পারি, বাসন মাজতে গিয়ে আতঙ্কিত হতে পারি, ঘাস কাটতে গিয়ে আতঙ্কিত হতে পারি, রান্না করতে গিয়ে আতঙ্কিত হতে পারি এবং আরও অনেক কিছুতে।

তবে, আতঙ্ক আমাদের আনন্দকে চুরি করতে পারে এবং আমাদের দিন নষ্ট করতে পারে। আতঙ্ক আমাদের হতাশ করতে পারে। পরিবর্তে, আমি আপনাকে উৎসাহিত করতে চাই যে যে বিষয়গুলির নিয়ে আপনি কিছুই করতে পারবেন না সেগুলি সম্পর্কে দুর্দশাগ্রস্ত হওয়া বন্ধ করুন। খুশি থাকা মনোনয়ন করুন এবং ঈশ্বরকে এটির যত্ন নিতে দিন।

প্রতিটি পরিস্থিতিতে, আমাদের এমন মনোভাব থাকা দরকার যা বলে, "আমি যা করা প্রয়োজন তা করতে পারি এবং যা কিছু ঘটছে তা অগ্রাহ্য করে জীবন উপভোগ করা ছেড়ে দেবো না। আমি এই জিনিসটির জন্য কোনও পরিকল্পনা করিনি, কিন্তু আমি জানি যে আমার মঙ্গলের জন্য ঈশ্বর সব কিছুই করতে পারেন।"

এখন, আমি বলছি না এটি সর্বদা আপনার সমস্যাগুলি দূরে সরিয়ে দেবে। যাইহোক, আতঙ্ক না করা যদি মনোনয়ন করেন তাহলে অবশ্যই জীবন ভালো করবে।

ক্ষুদ্র জিনিসগুলিতে আনন্দ খুঁজে নিন

একটি বিজয়ী জীবনযাপন কেবল জীবনের "বড়" জিনিসগুলি নিয়েই নয়—এটি ছোট ছোট জিনিস দিয়ে শুরু হয়। প্রভু চান যেন আমরা আমাদের জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে সাফল্য ও আনন্দ পেতে সক্ষম হই এবং আতঙ্ককে জয় করা এর একটি প্রধান অংশ। আমাদের ইতিবাচক, আশাবাদী মনোভাব আক্ষরিকভাবে সমস্ত পার্থক্য এনে দিতে পারে!

অবশ্যই, জীবনে কিছু বিষয় থাকবে যা আরও কঠিন অথবা কম উপভোগযোগ্য, তবে, সেগুলি আমাদের দুর্দশাগ্রস্ত করতে অথবা আমাদের দিন নষ্ট করতে নয়। নির্বাচন সত্যই আমাদের এবং আমরা কী মনোভাব গ্রহণ করি তার উপর নির্ভর করে।

এটি আশ্চর্যজনক যে কীভাবে আমরা নিজের জন্য দু:খ বোধ করতে পারি এবং তারপর আমাদের মনোভাবকে সুযোগ দিই নিজেদের ও অন্যদের একটি সম্পূর্ণরূপে ভালো দিন নষ্ট করার। আমাকে বিশ্বাস করুন, আমি জানি—ঘরের কাজ করার সময় আমি "শহিদ" হওয়ার ভূমিকায় বেশ ভালো ছিলাম।

আমি প্রায়শই মেজাজ দেখিয়ে বাড়ির চারিদিকে ঘুরে বেড়াতাম, এইরকম বিড় বিড় করতাম, "বেশ, আশেপাশের প্রত্যেকেই প্রত্যাশা করে যে আমি সব কিছু করব। ডেভ বাইরে যায় আর গল্ফ খেলে এবং বাচ্চারা জিনিসপত্র লন্ডভন্ড করে। আমি কেবল তাদের রান্না করি, তাদের বাসন পরিষ্কার করি এবং তাদের কাপড় কাচি। আমি জানতে চাই কে আমার জন্য চিন্তা করে!"

সত্যটি ছিল, কেউ আমাকে সেই কাজগুলি করতে বাধ্য করছিল না। আমি আমার পরিবারকে ভালোবাসি বলে আমি সেগুলি করা মনোনয়ন করেছিলাম। তবে, আমি খুব কমই নিজেকে উপভোগ করতাম কারণ আমি নেতিবাচক মনোভাব রাখতে দৃঢ় প্রতিজ্ঞ ছিলাম।

পরিচিত শোনায়? আপনার পরিস্থিতি বাড়ির কাজ সম্পর্কে নাও থাকতে পারে, তবে আমরা সকলেই নিজের জন্য দু:খ প্রকাশ করতে প্রলুব্ধ হই এবং কোনও না কোনও সময় কিছু নিয়ে আতঙ্কিত হই।

এমনকি যখন আমাদের খারাপ অথবা অসুবিধাজনক বিষয়গুলি ঘটে, আমরা তখনও ইতিবাচক উপায়ে প্রতিক্রিয়া জানানো বেছে নিতে পারি। আমরা যখন সেইমত করি, আমরা ঈশ্বরের সাথে একমত হই, কারণ ঈশ্বর সর্বদা ইতিবাচক।

ইতিবাচকের উপর মনোনিবেশ করুন

আমি প্রায়শই মানুষকে উৎসাহিত করি "খুশির খেলা" খেলতে। সেটি কী?

একটি আশাবাদী মনোভাব নির্বাচন করা

আপনি যখন নেতিবাচক পরিস্থিতির মুখোমুখি হন, তখন ইচ্ছাকৃতভাবে সম্ভাব্য ভালোর দিকে দৃষ্টি দেওয়া চয়ন করুন।

উদাহরণস্বরূপ, আপনি যদি ট্রাফিকে আটকে যান, বলবেন, "আমি আস্তে চলছি এবং পিছনে পড়ে গেছি, কিন্তু হয়ত ঈশ্বর আমাকে কোনও দুর্ঘটনা থেকে রক্ষা করছেন যা হতে পারত যদি আমি দ্রুত যেতাম।"

এটি বড় অথবা ছোট যে কোনও পরিস্থিতিতে কাজ করে। এমনকি যদি একটি চাকরি হারানোর মতো গুরুত্বপূর্ণ কিছু হয়, আপনি ইতিবাচক কিছুর প্রতি আপনার মনোযোগ নিবদ্ধ করা বেছে নিতে পারেন এবং বলতে পারেন, "আমার হয়ত কাজ নেই, কিন্তু এখন আমার সুযোগ আছে দেখার যে ঈশ্বর আমাকে আগের কাজের থেকেও ভালো কাজ দেবেন!"

বাইবেল বলে, ... *সদাপ্রভু তোমাদের প্রতি অনুগ্রহ করিবার আকাঙ্ক্ষায় অপেক্ষা করিবেন, আর সেই জন্য তোমাদের প্রতি করুণা করিবার আকাঙ্ক্ষায় ঊর্ধ্বে থাকিবেন; কেননা সদাপ্রভু ন্যায় বিচারের ঈশ্বর; ধন্য তাহারা সকলে, যাহারা তাঁহার অপেক্ষা করে।* (যিশাইয় ৩০:১৮)

জীবনে আপনার পথে যা কিছু আসুক না কেন, ঈশ্বরের এটি আরও ভালো করার পরিকল্পনা আছে—আশা এবং ভালো জিনিস দিয়ে ভরা একটি পরিকল্পনা—আমি আপনাকে তাঁর সাথে চুক্তি করতে উৎসাহিত করছি।

ইতিবাচক এবং আশাবাদী মনোভাবের সাথে প্রতিটি দিন এগিয়ে যান এবং আতঙ্কিত না হওয়া মনোনয়ন করুন। আপনি যখন করবেন, আমি বিশ্বাস করি আপনি আপনার জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে আনন্দ করা শুরু করবেন।

– অধ্যায় ৪ –

ঝড়ের মধ্যে ঈশ্বরের উপর নির্ভর করা

বছরের পর বছর ধরে, আমি শিখেছি যে ঈশ্বরের উপর কিছুর জন্য নির্ভর করা এক জিনিস—আপনার জীবনে কিছু অথবা অন্য কাউকে পরিবর্তন করা—কিন্তু কোনও কিছুর মাধ্যমে ঈশ্বরের উপর সম্পূর্ণভাবে বিশ্বাস করা আরেকটি জিনিস।

আমি যিশাইয় ৪৩:২-৩ থেকে প্রচুর স্বস্তি পাই। *এটি বলে, তুমি যখন জলের মধ্য দিয়া গমন করিবে, আমি তোমার সঙ্গে থাকিব, সে সকল তোমাকে মগ্ন করিবে না; যখন অগ্নির মধ্য দিয়া চলিবে, তুমি পুড়িবে না, তাহার শিখা তোমার উপরে জ্বলিবে না। কেননা আমি সদাপ্রভু তোমার ঈশ্বর . . . ।*

আপনি যখন কঠিন সময়ের মধ্য দিয়ে যাচ্ছেন, এটি স্মরণে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে ঈশ্বর ঠিকই আপনার সাথে আছেন এবং তার মধ্য দিয়ে আপনাকে সহায়তা করার জন্য তাঁকে বিশ্বাস করতে পারেন।

উদাহরণস্বরূপ, আপনার পরিস্থিতি যখন অর্থহীন হয় অথবা জীবন ন্যায্য মনে হয় না তখন বিশ্বাসে থাকা কঠিন হতে পারে। এটি বিশেষভাবে কঠিন

হয় যখন আপনি মনে করেন যে আপনার যা করা উচিত ছিল তা আপনি করছেন কিন্তু আপনি সঠিক ফল পাচ্ছেন না।

অথবা এটি কেমন : আপনি দেখছেন একজন যা করা সঠিক তা করছে না, তবুও তারা আপনার থেকে ভালো ফল লাভ করছে! আমাদের জীবনে এমন সময় আসবে যখন সব কিছু মনে হবে নড়বড়ে এবং কিছুই সুরক্ষিত মনে হবে না, এবং এর একমাত্র আসল উত্তর হলো ঈশ্বরকে বিশ্বাস করা ও তাঁর উপরে বিশ্বাস রাখা।

আমি অভিজ্ঞতা থেকেও শিখেছি যে ঈশ্বর এই সময়গুলি আমাদের উপকারের জন্য ব্যবহার করবেন। জীবন যখন অস্থিতিশীল বোধ হয়, তিনি আমাদের তাঁর নিকটবর্তী হতে এবং আমাদের শৈলকে—যীশু খ্রীষ্ট— আঁকড়ে ধরতে তিনি আমাদের পরিস্থিতি ব্যবহার করবেন যাঁকে পরিবর্তন কিংবা বিচলিত করা যাবে না! (দ্রষ্টব্য গীতসংহিতা ৬২:২, ৬)।

কঠিন সময়ের মধ্যে দিয়ে "বৃদ্ধি" পাওয়া

এটি হাস্যকর শোনাতে পারে, কিন্তু আমি এমন এক পর্যায়ে পৌঁছেছি যেখানে আমি বিশ্বাস করি পরীক্ষা এবং অসুবিধাগুলি আমাদের সেরা কিছু বন্ধু হতে পারে। কেন? কারণ আমাদের শেখানোর জন্য, প্রশিক্ষণ দেওয়ার জন্য এবং আমরা যখন নিজেরা বৃদ্ধি পেতে পারি না তখন বৃদ্ধিতে সহায়তা করার জন্য প্রভু এগুলি ব্যবহার করেন।

আসলে যাকোব ১:২-৩ পদ আমাদের বলে, *তোমরা যখন নানাবিধ পরীক্ষায় পড়, তখন তাহা সর্বতোভাবে আনন্দের বিষয় জ্ঞান করিও; জানিও, তোমাদের বিশ্বাসের পরীক্ষাসিদ্ধতা ধৈর্যসাধন করে।*

পরীক্ষা এবং যন্ত্রণা ঈশ্বরের কাছ থেকে উদ্ভব হয় না, কিন্তু তিনি আমাদের আরও শক্তিশালী করতে তিনি সেগুলি ব্যবহার করবেন এবং একটি আরও

শান্তিপূর্ণ, স্থিতিশীল ও পরিপূর্ণ জীবন উপভোগ করতে তিনি আমাদের সাহায্য করবেন।

জীবনের কঠিন সময় আমাদের যে মানুষটি আমরা হতে চাই তাতে গঠন করে। আমরা যখন এমন পরিস্থিতির সম্মুখীন হই যেখানে "আমাদের কিছুই করার ক্ষমতা থাকে না," সেই সময় এটি তাঁর উপর আমাদের নির্ভর করতে সাহায্য করে, এই জেনে যে আমরা আমাদের সকল সমস্যা সমাধান করতে পারব না।

প্রভু চান যেন আমরা তাঁর কাছে শক্তির জন্য আসি এবং এমন একটি পর্যায়ে পৌঁছাই যেখানে আমরা জীবনের পরীক্ষার মুখোমুখি হয়েও স্থির থাকতে পারি। তিনি চান আমাদের মধ্যে তাঁর আনন্দ এবং সন্তুষ্টি থাকুক, এমনকি যখন আমাদের পরিস্থিতি নিখুঁত নয় (দ্রষ্টব্য নহিমিয় ৮:১০)।

ঠিক যেমন হিরে খুব চাপে মধ্যে দিয়ে তৈরি হয়, ঈশ্বর প্রায়শই আমাদের জীবনে সমস্যাগুলি ব্যবহার করে আমাদের নম্র করেন, আমাদের চরিত্র বিকাশ করেন, তাঁর প্রতিমূর্তিতে আমাদের রূপান্তরিত করেন ... এবং আমাদের ভবিষ্যতের জন্য তাঁর যে ভালো জিনিস আছে তার জন্য আমাদের প্রস্তুত করেন।

পরীক্ষা আমাদের বিশ্বাস করতে সহায়তা করে

ঈশ্বরের উপর নির্ভর করার অসাধারণ স্বাধীনতা আছে। যখন কিছু আমাদের ইচ্ছা অনুসারে হয় না, মন খারাপ অথবা ক্ষুব্ধ হওয়ার পরিবর্তে, আমরা বিশ্বাস করতে পারি যে তাঁর একটি পরিকল্পনা আছে যা আমাদের থেকেও ভালো এবং আমাদের মঙ্গলার্থে তিনি শেষ পর্যন্ত কাজ করবেন (দ্রষ্টব্য রোমীয় ৮:২৮)।

আমাদের এটি বুঝতে হবে কারণ কখনও কখনও আমরা যখন সমস্যায় পড়ি, আমরা ঈশ্বরের উপর অথবা এমনকি আশীর্বাদ প্রাপ্ত ব্যক্তিদের উপর ক্ষুব্ধ হতে পারি। আমাদের একটি আত্ম-ধার্মিক মনোভাব থাকতে পারে যা বলে, "বেশ, আমি তোমার চেয়ে আরও ভালো খ্রীষ্টিয়ান। আমার সেই আশীর্বাদগুলি প্রাপ্য।"

উদাহরণস্বরূপ, হতে পারে আপনি কাজের জায়গায় পদোন্নতি চান, কিন্তু আপনার পরিবর্তে অন্য কেউ সেই পায়। ***আপনার কী করা উচিত?***

আপনি ক্ষুব্ধ, আত্ম-ধার্মিক হয়ে উঠতে পারেন এবং নিজেকে আত্মিকভাবে আঘাত করতে পারেন। অথবা আপনি ঈশ্বরের উপর বিশ্বাস রাখতে পারেন এবং বলতে পারেন, "প্রভু, যদি এই হয় যে তুমি চাও যে বর্তমানে আমি যেখানে আছি সেখানেই থাকি, তাহলে আমি মুখে হাসি নিয়ে কর্মকর্তার পরিচর্যা করব। এবং আমি জানি যদি তুমি আমাকে অন্য কোথাও স্থাপন করতে চাও, তুমি তোমার সঠিক সময়ে তা করতে পারো।"

আমি শিখেছি যে ঈশ্বর আমাদের থেকে আরও স্মার্ট! কখনও কখনও আমরা যা চাই তা তিনি দেন না কারণ তাঁর মনে অন্য এক উদ্দেশ্য থাকে—আমরা যা কল্পনা করি তার থেকে ভালো কিছু।

উদাহরণস্বরূপ, বহুবার প্রভু আমাকে কঠিন পথ দিয়ে যেতে দিয়েছেন। কখনও কখনও এটি অত্যন্ত কঠিন হয়ে পড়ে, বিশেষ করে যখন আমি দেখি লোকেরা একই ক্ষেত্রে আরও দ্রুত অগ্রগতি অর্জন করছে।

কিন্তু যখন ঈশ্বর আমাকে এই পথে চলার অনুমতি দেন, তখন তিনি চান যেন আমি অভিজ্ঞতা লাভ করি এবং বুঝতে পারি যে মানুষ সমস্যার মধ্যে দিয়ে যাচ্ছে যেন আমি তাদের ব্যাথার সাথে সম্পর্কিত হতে পারি এবং এটির মধ্যে দিয়ে চলতে তাদের সহায়তা করতে পারি।

যদি তা আমার জীবনের কঠিন সময় না হয়ে থাকে—প্রভু আমাকে বৃদ্ধি পেতে এবং পরিবর্তিত হতে সাহায্য করার জন্য যে পরিস্থিতি ব্যবহার করেছেন—আমি অবশ্যই যে সংখ্যক মানুষকে আজ সাহায্য করতে পারছি তার থেকে বেশি করতে সক্ষম হবো না!

ঈশ্বর কখনও আমাদের ঝামেলা-মুক্ত জীবনের প্রতিশ্রুতি দেননি, কিন্তু তিনি প্রতিজ্ঞা করেছেন যে আমাদের কখনও তিনি ছেড়ে যাবেন না অথবা ত্যাগ করবেন না (দ্রষ্টব্য ইব্রীয় ১৩:৫)। কঠিন সময়ে, আমরা এই জেনে স্বস্তি পেতে পারি যে তিনি আমাদের ভীষণ ভালোবাসেন এবং ইতিমধ্যে আমাদের সহায়তা করার পরিকল্পনা করেছেন।

ঈশ্বর সর্বদা আপনার সাথে আছেন

আমি আপনাকে জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে ঈশ্বরের উপর নির্ভর করার দৃঢ় সিদ্ধান্ত নিতে উৎসাহিত করতে চাই। যখন আপনি জীবনের ঝড় দ্বারা আঘাত পেয়েছেন অথবা এমন জিনিসগুলির অভিজ্ঞতা লাভ করছেন যা আপনি বুঝতে পারছেন না, সেই সময়েই আপনাকে তাঁর উপর বিশ্বাস করা মনোনয়ন করতে হবে—আপনি যা মনে করেন অথবা অনুভব করেন এবং আপনার পরিস্থিতি কেমন তা বিবেচনাধীন নয়।

এবং আপনি যখন এই সবের মধ্যেও ঈশ্বরের উপর নির্ভর করবেন, তিনি আপনাকে স্থিতিশীল কিছু দেবেন—***তিনি আপনাকে নিজের থেকে আরও বেশি কিছু দেবেন।***

আপনি কি আজ কিছু কঠিন সমস্যার মধ্য দিয়ে যাচ্ছেন? এমন কোনও পরীক্ষা কি আছে যা আপনাকে বিপর্যস্ত করার ভীতি প্রদর্শন করে? যদি তা হয়, আমি আপনাকে উৎসাহিত করছি যেন আপনি এখনই একটি মুহূর্ত বের করেন এবং প্রার্থনা করেন।

"প্রভু, আমার সাথে সর্বদা থাকার জন্য তোমাকে ধন্যবাদ দিই—ভালো সময়ে এবং যখন জীবন কঠিন হয়ে পড়ে তখনও। জীবন যখন বোধগম্য হয় না তখন দয়া করে তোমার নিকটবর্তী হতে আমাকে সাহায্য করো। আমি তোমাকে বিশ্বাস করি এবং জানি তুমি সব কিছু আমার মঙ্গলার্থে করবে। যীশুর নামে আমি প্রার্থনা করি। আমেন।"

স্মরণে রাখবেন, আপনি এখন যার মধ্য দিয়ে যাচ্ছেন তা চিরকাল স্থায়ী হবে না। আমি যখন কঠিন সময়ের মধ্য দিয়ে যাচ্ছি, আমি নিজেকে স্মরণ করাতে পছন্দ করি, "এটিও শেষ হয়ে যাবে।" ইতিমধ্যে, আপনি ঈশ্বরের উপর আপনার বিশ্বাস রাখা মনোনয়ন করতে পারেন এবং যার মধ্য দিয়ে আপনি যাচ্ছেন তার মাঝে আপনাকে আনন্দ দিতে তাঁকে অনুমতি দিতে পারেন।

ঈশ্বরের বাক্যে থাকা এবং যিশাইয় ৪১:১০ পদের মতো শাস্ত্রপদ দ্বারা নিজেকে উৎসাহিত করা ভালো। ঈশ্বর বলেন, ***ভয় করিও না (ভয় পাওয়ার কিছুই নেই), কারণ আমি তোমার সঙ্গে সঙ্গে আছি; ব্যাকুল হইও না, কারণ আমি তোমার ঈশ্বর; আমি তোমাকে পরাক্রম দিব; আমি তোমার সাহায্য করিব . . .।***

এই মুহূর্তে আপনি যার মধ্য দিয়ে যাচ্ছেন, আমি আপনাকে উৎসাহিত করছি যেন আপনি সেখানে আঁকড়ে থাকেন এবং হাল ছেড়ে না দেন। একটি ভালো মনোভাব বাজায় রাখার এবং ঈশ্বরের উপর অবিরত আপনার আস্থা রাখার সিদ্ধান্ত নিন। কারণ যীশু প্রতিটি ঝড়ের মধ্যে আপনার সাথে আছেন এবং অপর দিকে আপনি শক্তিশালী হয়ে উঠতে চলেছেন।

– অধ্যায় ৫ –

সমস্ত জিনিস নতুন

আপনি যখন হতাশ হন এবং আশাহীন অনুভব করেন, তখন প্রভু আপনাকে কীভাবে অতীতে সাহায্য করেছেন তা স্মরণ করলে প্রচুর পরিমাণে সহায়তা করে। নিজেকে অন্যের প্রতি তাঁর বিশ্বস্ততা স্মরণ কবিয়ে দেওয়াও উৎসাহজনক—আপনার মতো লোকেরা যাদের ভীষণভাবে ঈশ্বরের সাহায্যের প্রয়োজন আছে।

আপনি কি কখনও লক্ষ্য করেছেন যে বাইবেল জুড়ে যে সকল মানুষকে ঈশ্বর নতুন করে জীবন শুরু করিয়েছিলেন?

মোশি একজন বৃদ্ধ মানুষ ছিলেন যখন তিনি একটি জ্বলন্ত ঝোপের মুখোমুখি হন এবং তাঁকে একটি জাতিকে নেতৃত্ব দেওয়ার জন্য ঈশ্বর আহ্বান করেছিলেন। এর আগে তিনি মরুভূমির পিছনে ৪০ বছর লুকিয়ে কাটিয়েছেন! ঈশ্বর পরিকল্পনা করেছিলেন তার কোনও ধারণা তাঁর ছিল না। (দ্রষ্টব্য যাত্রাপুস্তক ১-৪ অধ্যায়)।

দাউদ, একজন নম্র মেষপালক, ইস্রায়েলের রাজা হওয়ার জন্য অভিষিক্ত হয়েছিলেন। তিনি মূলত কোথাও কেউই ছিলেন না—তিনি হলেন শেষ ব্যক্তি যাকে কেউ রাজা হিসাবে বেছে নেবে। কিন্তু ঈশ্বর তাঁর লোকেদের

নেতৃত্ব দেওয়ার জন্য তাঁকে ব্যবহার করেছিলেন। (দ্রষ্টব্য ১ শমূয়েল ১৬ অধ্যায়)।

পিতর, সেই প্রেরিত যিনি খ্রীষ্টকে অস্বীকার করেছিলেন, তাঁকে ক্ষমা করা হয়েছিল এবং আহ্বান করা হয়েছিল যেন তিনি তাঁর বাকি জীবন প্রচার করে ও ঈশ্বরকে মহিমান্বিত করে ব্যায় করেন। (দ্রষ্টব্য লূক ২২:৫৪-৬২; যোহন ২১ অধ্যায়; প্রেরিত ৩ অধ্যায়)।

এবং **পৌল,** যিনি একসময় ঈশ্বরের লোকদের তাড়না করতেন, তিনি দম্মেশকের রাস্তায় রূপান্তরিত হয়েছিলেন এবং শেষ পর্যন্ত নতুন নিয়মের অধিকাংশ লিখেছিলেন! (প্রেরিত ৯:১-২২)।

আপনি যখন সমস্ত ধর্মশাস্ত্র জুড়ে সমস্ত লোক সম্বন্ধে চিন্তা করেন যাদের ঈশ্বর ক্ষমা করেছিলেন, উদ্ধার করেছিলেন এবং দারুণভাবে তাঁদের ব্যবহার করেছিলেন, আপনার কি কোনও সন্দেহ আছে যে তিনি আপনার জন্য একই কাজ করতে সক্ষম?

আমাদের ঈশ্বর আশার ঈশ্বর। তিনি হলেন "নতুনভাবে করার আরেকটি সুযোগ," দ্বিতীয় সুযোগের এবং নতুন সূচনার ঈশ্বর। আর আপনার নতুনিকরণের সুযোগ সীমাহীন।

প্রত্যাশার চোখ দিয়ে দেখা

স্মরণে রাখবেন, আশা হলো আত্মার নোঙর। বিষয়গুলি যখন অন্ধকার দেখায় এবং আমাদের কাছে কোনো উত্তর থাকে না, সেই সময়েই আশা কাজ করা শুরু করে আমাদের স্মরণ করাতে যে আমাদের নতুন সূচনা বাঁকেই আছে।

যখন দেখে মনে হয় যে প্রত্যেকে আশীর্বাদ পাচ্ছে এবং আমরা ক্লান্ত এবং হাল ছেড়ে দেওয়ার মতো অনুভব করছি, তখন আশা আমাদের হৃদয় স্থির রাখে এবং ঈশ্বরের প্রতিশ্রুতিতে আমাদের বিশ্বাস রাখে।

আবার আশা হলো একটি অনুকূল এবং আত্মবিশ্বাসী প্রত্যাশা। এটি একটি ইতিবাচক মনোভাব এবং আনন্দের প্রত্যাশা যে ভালো কিছু ঘটতে চলেছে।

প্রকৃত আশা দৃঢ় ধারণা, নীতি অথবা সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতার অভাব নয়, অস্পষ্ট নয় "কেবল অপেক্ষা করুন এবং দেখুন ঘটে" মনোভাব নয়, কিন্তু ঈশ্বরের প্রতিজ্ঞার উপর বিশ্বাস করা এবং আস্থা রাখা, যে তিনি তা করবেন। ঈশ্বর কেবল তাঁর সন্তানদের প্রতি ভালো হওয়ার সুযোগ খুঁজছেন এবং তিনি চান যেন আমরা তা প্রত্যাশা করি ও তার অপেক্ষায় থাকি!

১ থিষলনীকীয় ৫:৮ পদে আশাকে শিরস্ত্রাণ হিসাবে বর্ণনা করা হয়েছে। অতএব, আমরা যা মনে করি তা অবশ্যই গুরুত্বপূর্ণ হওয়া উচিত। আমাদের মনোভাব এবং আমরা কী প্রত্যাশা করছি তার সব কিছুই আমরা কি চিন্তা করছি এবং বলছি তার সাথে সম্পর্কযুক্ত!

আমি আপনাকে প্রতিদিন সকালে আপনার চিন্তাভাবনা এবং কথার প্রথম জিনিসটি নিয়ন্ত্রণ করতে উৎসাহিত করি। আপনি যখন সকালে ঘুম থেকে উঠবেন তখন এই রকম ভাবনার সাথে একমত হবেন না, *ঠিক আছে, আমি অনুমান করি যে এই দিনটি একভাবে কাটিয়ে দেব।*

পরিবর্তে, ঈশ্বরের কাছ থেকে ভালো জিনিস প্রত্যাশা করুন। চিন্তা করুন এবং এইরকম ঘোষণা করুন :

ঈশ্বর, এই দিনের জন্য তোমাকে ধন্যবাদ দিই! আমি জানি যে তুমি আমাকে ভালোবাসো এবং আমার জন্য আজ তোমার একটি ভালো পরিকল্পনা আছে। তোমাকে ছাড়া আমি কিছুই করতে পারি না, কিন্তু খ্রীষ্টেতে, আমার যা কিছু করা প্রয়োজন তা আমি করতে পারি। এবং তোমার সাহায্যে, আমি একটি ভালো মনোভাব রাখবো এবং ইতিবাচক চিন্তাভাবনা করব।

তারপর আপনার সাফল্য এবং নতুন সূচনা আশা করুন। বলুন, "সেই দিন আজকের দিনটি হতে পারে!"

এটি অনুধাবন করা গুরুত্বপূর্ণ যে আমরা যদি ইতিবাচক, আশাপূর্ণ জীবনযাপন করতে চাই তখন অনুভবের দ্বারা আমরা বেঁচে থাকতে পারি না। যখন নেতিবাচক অনুভূতি আসে, আমরা যদি তার কাছে আত্মসমর্পণ না করি এবং বাড়তে না দিই, সেগুলির মৃত্যু হবে।

সুতরাং, আশাবাদী হওয়ার জন্য অপেক্ষা করার ফাঁদে নিজেকে আটকাবেন না, কিন্তু পরিবর্তে, আশাপূর্ণ হওয়ার সিদ্ধান্ত নিন। আপনি যখন সারা দিনব্যাপী ইতিবাচক, বিশ্বাসে ভরপুর চিন্তাভাবনা করার জন্য সচেতনভাবে সিদ্ধান্ত নেন, তখন আপনার অনুভূতি অবশেষে আপনার সিদ্ধান্ত অনুসারে হবে।

আপনার তাঁবু থেকে বেরিয়ে আসুন

বেশ কয়েক বছর আগে আমি প্রভুকে জিজ্ঞাসা করেছিলাম, "আমার জীবনে কেন রোমাঞ্চকর, বিশেষ কিছু ঘটে না?"

ঈশ্বর আমার হৃদয়ে কথা বলেছিলেন এবং বললেন, "জয়েস, আমি এখনও সর্বদা সেই জিনিসগুলি করি। তুমি কেবল তাতে অভ্যস্ত হয়ে গিয়েছ।"

ঈশ্বর চান যেন আমরা আমাদের জীবনে তাঁর মঙ্গলতা দেখে অবাক হই ... আমাদের জীবনে যে সত্যিকারের বিস্ময়কর বিষয়গুলি তিনি করেন তার প্রতি সক্রিয়ভাবে নজর দিই। কেন? কারণ আমরা যখন অবাক হয়ে জীবনযাপন করি, আমরা কখনই আশা ছাড়া থাকব না! আসুন আমরা অব্রাহামের গল্পটি দেখি . . .।

ঈশ্বর অব্রাহামকে প্রচুর পরিমাণে আশীর্বাদ করেছিলেন। তবে, একটি জিনিস তাঁর এবং তাঁর স্ত্রী সারার ছিল না—একটি সন্তান। আব্রাহাম বলেছিলেন,

. . . হে প্রভু সদাপ্রভু, তুমি আমাকে কি দিবে? আমি তো নি:সন্তান হইয়া প্রয়ান করিতেছি . . .।

পরে তিনি তাঁহাকে বাহিরে আনিয়া বলিলেন, তুমি আকাশে দৃষ্টি করিয়া যদি তারা গণিতে পারো, তবে গণিয়া বলো; তিনি তাঁহাকে আরও বলিলেন, এইরূপ তোমার বংশ হইবে (আদিপুস্তক ১৫:২, ৫)।

যদিও অব্রাহামের পরিস্থিতি অপ্রত্যাশিত মনে হয়েছিল, প্রভু তাঁকে অবাক করে দেওয়ার জন্য তাঁকে তাঁবুর বাইরে এনেছিলেন স্মরণ করাতে যে তিনি অসম্ভবকে সম্ভব করতে পারেন।

আমি বিশ্বাস করি যে আমরা সকলেই আমাদের নিজস্ব সমস্যা দেখে "আমাদের তাঁবুতে" খুব বেশি সময় ব্যায় করতে পারি। তাই বাইবেল বলে যেন আমরা জীবনের বিভ্রান্তি থেকে দৃষ্টি ঘুরিয়ে যীশুর প্রতি দৃষ্টি রাখি, যিনি বিশ্বাসের আদিকর্তা ও সিদ্ধিদাতা (দ্রষ্টব্য ইব্রীয় ১২:২)।

যতবার আমরা প্রার্থনা করার, বাক্য পড়ার অথবা কেবল অতীতে আমাদের জন্য তিনি যে মহান কাজ করেছেন তা বিবেচনা করার সিদ্ধান্ত নিয়েছি, ততবার তা আশা উৎপাদন করে। এবং, অব্রাহামের মতো আমরা শীঘ্রই ভাবতে শুরু করব, বাহ্, সম্ভবত তিনি আমার জন্য এটি করতে পারেন!

যখন সময় কঠিন হয় এবং আপনি নিরুৎসাহ হন, তখন তাঁবুর বাইরে পা রেখে ঈশ্বর কী বলছেন তা দেখার সময়। *আপনি যখন তা করবেন, আপনি দেখতে পাবেন যে তিনি আপনাকে অবাক করার জন্য অপেক্ষা করছেন।*

আপনার ঝামেলার জন্য দ্বিগুণ

আপনি যদি আমার মতো হন তাহলে অন্য কারও জন্য আশা করা আপনার পক্ষে সহজ মনে হয়, উল্টোটা দেখতে এবং তাদের এই ধরনের কথা দ্বারা

উৎসাহিত করতে আমার মোটেও বেশি কিছু লাগে না, "এটির সবই কাজ করবে—কেবল ঈশ্বরের উপর ভরসা রাখুন এবং তিনি বিষয়গুলি ঘুরিয়ে দেবেন।"

কিন্তু এটি যখন আমাদের? সেটি এক ভিন্ন গল্প! আমরা যখন বেদনার অথবা হতাশার মুহূর্তের মাঝে থাকি তখন এইরকম চিন্তাভাবনার কাছে আত্মসমর্পণ করা লোভনীয়, এটি শেষ হয়ে গেছে। এটি আমার জন্য অনেক দেরি হয়ে গেছে।

তবে খুব বেশি দেরি হয়নি! আপনি যখন খ্রীষ্টে জীবন লাভ করেন তখন নতুন করে শুরু করতে কখনই দেরি হয় না। আপনার অতীত আপনার ভাগ্য নয়। আপনি যদি আশা ছেড়ে দিতে এবং আপনাকে পবিত্র আত্মা চালিত করতে দিতে অস্বীকার করেন, তাহলে ঈশ্বর কেবল আপনার যা যা ছিল তা পুনরুদ্ধার করবেন না, তিনি আপনার জীবনকে আরও উন্নত করবেন।

আমি যোয়েল ২:২৫-২৬ ভালোবাসি। আপনি যখন পড়ছেন, এই রচনাংশটিকে স্মরণে রাখবেন। আজ নিজের জন্য এটি গ্রহণ করুন।

আর পঙ্গপাল, পতঙ্গ, ঘুঘুরিয়া ও শূককীট—আমি যে নিজ মহাসৈন্য তোমাদের কাছে পাঠাইয়াছি, তাহারা—যে যে বৎসরের শস্যাদি খাইয়াছে, আমি তাহা পরিশোধ করিয়া তোমাদিগকে দিব। তোমরা প্রচুর খাদ্য ভোজন করিয়া তৃপ্ত হইবে, এবং তোমাদের ঈশ্বর সদাপ্রভুর নামের প্রশংসা করিবে, যিনি তোমাদের প্রতি আশ্চর্য ব্যবহার করিয়াছেন; আর আমার প্রজাগণ কদাচ লজ্জিত হইবে না।

অল্প বয়স্ক হিসাবে, আমি নিশ্চিত ছিলাম যে একটি শিশু হিসাবে আমার সাথে খারাপ ব্যবহার করে আমার ভালোটি নষ্ট করেছে। আমার মনে হয়েছিল

কখনোই সবার মতো হতে পারব না অথবা যে জীবনটা পেতে পারতাম তা পাবো না।

তবে সমস্ত কিছু ঈশ্বরের পক্ষে সম্ভব! আমরা যখন শেষ প্রান্ত দেখি, তিনি নতুন সূচনা দেখেন। তিনি আমাদের অতীতের ব্যথা নিতে চান এবং এটি কেবল নিরাময়ই করে না, তবে প্রথম অবস্থায় আমাদের যা থাকতে পারত তিনি তার থেকে অধিক আমাদের ফিরিয়ে দিতে চান!

আমার সাথে যিশাইয় ৬১:৭ দেখুন। এটি বলে, *তোমাদের লজ্জার পরিবর্তে দ্বিগুণ অংশ হইবে; অপমানের পরিবর্তে লোকেরা আপন আপন অধিকারে আনন্দরব করিবে, তজ্জন্য আপনাদের দেশে দ্বিগুণ অংশ পাইবে; তাহাদের চিরস্থায়ী আহ্লাদ হইবে।*

আমি প্রায়শই বলে থাকি যে ঈশ্বরের ক্ষেত্রে, যদি পরিকল্পনা 'এ' ব্যর্থ হয়, তাহলে তাঁর সর্বদা একটি পরিকল্পনা 'বি' থাকে—এবং এটি পরিকল্পনা 'এ' থেকেও ভালো!

ঈশ্বর হলেন পুন:স্থাপনের এবং নতুন সূচনার ঈশ্বর। যদি আপনি তাঁর হাতে ছেড়ে দেন তবে তিনি আপনাকে নতুন করে শুরু করাবেন—তিনি আপনাকে দ্বিগুণ দেবেন! এবং এটি আপনি যা কল্পনা করবেন তার চেয়েও ভালো হবে।

– অধ্যায় ৬ –

আপনি যখন নিরাশ বোধ করছেন তখন কীভাবে উৎসাহিত হবেন

আমরা যখন বিভিন্ন কারণে হতাশবোধ করি তখন আমরা সকলেই জীবনের অভিজ্ঞতা অর্জন করি, কিন্তু আমাদের আবেগ নিয়ন্ত্রণ করতে আমরা আমাদের পরিস্থিতিগুলিকে অনুমতি দিতে পারি না।

শয়তান আমাদের মনকে নেতিবাচক চিন্তাগুলি দ্বারা পূর্ণ করতে চায় যা শেষ পর্যন্ত আমাদের আনন্দ হারায় এবং দু:খ বোধ করায়। সে একজন নিরুৎসাহকারী এবং সে আমাদের আবেগগতভাবে, আত্মিকভাবে, আর্থিকভাবে এবং যেভাবে পারে সেভাবে টেনে নামাতে চায়।

কিন্তু যীশু হলেন আমাদের উৎসাহকারী এবং তিনি আমাদের উন্নীত করতে এসেছিলেন! তিনি আমাদের ধার্মিকতা, শান্তি এবং আনন্দ দিতে এসেছিলেন। তিনি আমাদের ভবিষ্যতের জন্য ভালো জিনিস আশা করতে এবং আশা দ্বারা আমাদের পূর্ণ করতে চান।

অসম্পূর্ণ পরিকল্পনা অথবা স্বপ্ন দেখে প্রত্যেকে হতাশার ও বিরক্তির সময় ভোগ করে। যখন জিনিসগুলি আমাদের আশা মতো ঘটে না, নিরুৎসাহিত অথবা হতাশ বোধ করা স্বাভাবিক।

তবে আমাদের অবশ্যই এই অনুভূতিগুলির সাথে কীভাবে আচরণ করতে হবে সে বিষয়ে যত্নবান হতে হবে, কারণ আমরা যদি খুব বেশি সময় সেখানে থাকি তাহলে এটি হতাশার দিকে চালিত করতে পারে।

গীতসংহিতা ৩০:৫ পদ আমাদের বলে যে . . . ***সন্ধ্যাকালে রোদন অতিথিরূপে আইসে, কিন্তু প্রাত:কালে আনন্দ উপস্থিত।***

বিষয়গুলি আমাদের সাময়িকভাবে দু:খ বোধ করাতে পারে, তবে আমাদের অবশ্যই দু:খিত থাকতে হবে না। আমরা যদি তা করি তবে শত্রুরা উন্মুক্ত দ্বারের সুবিধা গ্রহণ করে এবং আমাদের জীবনে আরও এগিয়ে যায়, আরও গুরুতর সমস্যা নিয়ে আসে।

যাই হোক, ঈশ্বরের সঙ্গের জীবনে, আমরা যখন হতাশ হই, আমরা সর্বদা পুনরায় নিযুক্ত হওয়ার সিদ্ধান্ত নিতে পারি। এগিয়ে যেতে আমরা নতুন আশা এবং নবায়িত শক্তির জন্য তাঁর প্রতি দৃষ্টি রাখা মনোনয়ন করতে পারি।

আপনার অনুভূতির প্রতি মনোযোগ দিন

আপনি যদি কখনও হতাশা অনুভব করে থাকেন, আপনি জানেন যে এটি খুব বাস্তব। এটি আমাদের বিচ্ছিন্ন, একা এবং আশাহত বোধ করাতে পারে . . . যেন আমাদের চারপাশের সব কিছু বিচ্ছিন্ন হয়ে পড়ছে।

এখন, আমি বুঝতে পারি যে হতাশা শারীরিক অথবা রাসায়নিক ভারসাম্যহীনতার পরিণতি হতে পারে এবং আমি এই কারণগুলি ছাড় দিতে চাই না।

এমন সময় আসে যখন প্রভু কাউকে একজন দক্ষ চিকিৎসক কিংবা মনোবিজ্ঞানীর কাছে যেতে অথবা পরিচালিত করেন যিনি তাদের সমস্যার মূলে যেতে সহায়তা করতে পারেন। আমি বিশ্বাস করি যে চিকিৎসা বিষয়ক জ্ঞান ঈশ্বরের কাছ থেকে আসে এবং মহান কাজের জন্য তিনি চিকিৎসকদের মাধ্যমে কাজ করেন।

তবে, বিপুল সংখ্যক মানুষের জন্য বিষণ্ণতাও আধ্যাত্মিক বিষয়। আপনি দেখুন, শয়তান একজন ব্যক্তির আত্মিক শক্তি এবং স্বাধীনতা হরণ করার

জন্য বিষণ্ণতাকে ব্যবহার করে—আমাদের আবেগগতভাবে নীচে নামিয়ে সে আমাদের মন অন্ধকারে এবং বিষাদে ভরিয়ে রাখতে চায়।

তবে ঈশ্বর আমাদের হতাশা থেকে মুক্ত থাকতে সহায়তা করতে চান। তিনি আমাদের তাঁর আনন্দ, আশা এবং আমাদের জীবনের জন্য ভালো জিনিসের প্রত্যাশা দিয়ে পূরণ করতে চান। তাঁর সাথে সহযোগিতা করার জন্য, আমাদের অবশ্যই একটি কাজ করতে হবে তা হলো আমাদের অনুভূতি দ্বারা বাঁচতে না শেখা।

আমি প্রায়শই বলেছি যে আবেগগুলি আমাদের অন্যতম শত্রু হতে পারে। আমি কীভাবে অনুভব করি তাঁর দ্বারা পরিচালিত হওয়া সহজ, তবে আমাদের অবশ্যই বুঝতে হবে যে অনুভূতিগুলি চঞ্চল—তারা দিন দিন পরিবর্তিত হয়!

আমাদের মনে আসা প্রতিটি চিন্তা অথবা অনুভূতি অনুসরণ করা উচিত নয় কারণ তারা প্রায়শই ঈশ্বর আমাদের সম্পর্কে যা বলেন সেই সত্যর বিরোধিতা করতে পারে।

আমার জীবনের বেশ কয়েক বছর ধরে আমি নিয়মিত হতাশার মুখোমুখি হয়েছি। আমি সকালে ঘুম থেকে উঠলে একটি শান্ত কণ্ঠস্বর আমার মাথার মধ্যে বলে, "আমি বিষণ্ণ বোধ করছি।" আমি বিশ্বাস করতাম যে এটি আমার নিজের চিন্তা, বুঝতে পারিনি যে শত্রু আমার মনে মিথ্যা বলার চেষ্টা করছে।

পরবর্তীকালে, যখন ঈশ্বর তাঁর সাথে ঘনিষ্ঠ পথে চালিত করেছিলেন এবং আমি গুরুত্ব সহকারে তাঁর বাক্য অধ্যায়ন করা শুরু করি তখন আমি শিখেছি যে আমার প্রতিটি অনুভূতি এবং চিন্তাভাবনা অনুসরণ করার কোনও প্রয়োজন নেই। আমি উচ্চস্বরে কথা বলতে শুরু করেছিলাম, "আমি নিরুৎসাহিত কিংবা বিষণ্ণ হবো না!"

আমাদের সর্বদা অনুভূতি থাকবে—তারা কখনোই দূরে চলে যাবে না। তবে, আমাদের অনুভূতি আমাদের জীবনকে নিয়ন্ত্রণ করা কিংবা না করার পছন্দ আমাদের উপরে।

আপনার চিন্তাভাবনাগুলির তালিকা তৈরি করুন

নিরুৎসাহ এবং হতাশা কাটিয়ে উঠার জন্য মন হলো আরেকটি প্রধান চাবিকাঠি। আপনি কী জানেন যে আপনি যা ভাবছেন তা আপনার জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রকে প্রভাবিত করার ক্ষমতা রাখে?

হিতোপদেশ ২৩:৭ পদ বলে, *কেননা সে অন্তরে যেমন ভাবে, নিজেও তেমনি . . .।*

আমাদের মন শক্তিশালী! যখন আমরা নিজের সম্পর্কে নেতিবাচক সমস্ত বিষয় অথবা খারাপ জিনিসগুলি যা আমাদের জীবনে ঘটেছিল তার প্রতি মনোযোগ দিই, এটি নিরুৎসাহতা এবং বিষণ্ণতা সরবরাহ করে।

বহু বছর আগে, আমি স্তন ক্যানসারের সাথে লড়াই করেছি এবং এটি আমার জন্য সত্যই পরীক্ষার সময় ছিল। আমি জানতাম যে আমি যদি আমার মনকে নেতিবাচক হতে দিই তাহলে এটি আমাকে শেষ পর্যায়ে পাঠাতে বেশি কসরত লাগবে না।

সেই সময়, ঈশ্বর আমার হৃদয়কে নিম্নলিখিত বিষয়গুলি দিয়ে আমার মন ভরাতে, তারপর আমি যেমন পারব সেগুলি প্রায়শই উচ্চস্বরে বলতে বলেছিলেন। আমি ভাবতাম এবং বলতাম :

"ঈশ্বর, আমি জানি যে তুমি আমাকে ভালোবাসো। আমি বিশ্বাস করি, যারা তোমাকে ভালোবাসে, যারা তোমার সঙ্কল্প অনুসারে আহূত, তাদের পক্ষে সকলই মঙ্গলার্থে একসঙ্গে কাজ করছে। তোমার উপর আমার বিশ্বাস রাখি এবং আমি ভয় পাবো না।" (দ্রষ্টব্য রোমীয় ৮:২৮, ৩৫-৩৯; যিহোশূয় ১:৯; হিতোপদেশ ৩:৫)

আপনি দেখুন, আপনি তাঁর বাক্যটি পড়তে এবং চিন্তা করতে যত বেশি সময় ব্যয় করবেন, ততই এটি আপনার অভ্যন্তরে প্রবেশ করবে এবং ভিতর থেকে আপনাকে পরিবর্তন করা শুরু করবেন।

ইব্রীয় ৪:১২ পদ বলে যে ঈশ্বরের বাক্য জীবন্ত এবং কার্যসাধক। আপনি নিজের এমনকি আপনার ভবিষ্যৎ যেভাবে দেখেন তা পরিবর্তনের ক্ষমতা এটির আছে।

যখন আপনি ঈশ্বর আপনার সম্পর্কে যা বলেন তা দিয়ে আপনি আপনার মনকে পূর্ণ করেন এবং তাঁর প্রতিশ্রুতিগুলিকে নিজের বলে দাবি করেন, এটি আশা নিয়ে আসে এবং আপনার বিশ্বাসকে বাড়িয়ে তোলে।

বিষণ্ণতার জন্য এক বাইবেলভিত্তিক প্রেসক্রিপশন

যেমনটি আমি উল্লেখ করেছি, বিষণ্ণতা কখনও কখনও শারীরিক অথবা রাসায়নিক সমস্যার পরিণতি হয় এবং আমি বিশ্বাস করি এটি গুরুত্বপূর্ণ যে প্রভু যেভাবে পরিচালিত করেন আমরা যেন ডাক্তরদের আমাদের সাহায্য করতে অনুমতি দিই। তবে আমরা যখন কোনও ডাক্তারের সাথে দেখা করতে যাই তখন আমি মনে করি এটি ভালো যেন আমরা নিশ্চিত করে ঈশ্বরের উপর, যিনি আমাদের আরোগ্যদাতা, তাঁর উপর বিশ্বাস রাখি।

যাইহোক, বিষণ্ণতাও প্রায়শই একটি আত্মিক যুদ্ধ . . . এবং বাইবেল আমাদের দুর্দান্ত নির্দেশনা দেয় যে আমরা কীভাবে এটির সাথে যুদ্ধ করব।

যিশাইয় ৬১:৩ পদ আমাদের বলে আমরা যেন ***অবসন্ন আত্মার পরিবর্তে প্রশংসারূপ পরিচ্ছদ দান করি . . .।***

আমাদের সর্বদা ঈশ্বরের প্রশংসা করার অনুভূতি নাও থাকতে পারে, তবে প্রভুর সাথে কথা বলতে এবং তাঁর মঙ্গলতার জন্য তাঁকে ধন্যবাদ দিতে কয়েক মুহূর্ত দিলে তা হলো আমাদের নিরুৎসাহতা এবং বিষণ্ণতার বিরুদ্ধে লড়াই করার জন্য এক অন্যতম শক্তিশালী অস্ত্র।

আমরা আক্ষরিক অর্থে ঈশ্বরের উপস্থিতিকে আমাদের পরিস্থিতির মধ্যে আমন্ত্রণ জানাই, যা আমাদের তাঁর শক্তি, শান্তি এবং আনন্দ এনে দেয়।

ফিলিপীয় ৪:৪ পদ বলে, *তোমরা প্রভুতে সর্বদা আনন্দ করো (খুশী হও, তাঁতে আনন্দিত হও); পুনরায় বলিব, আনন্দ করো!*

আমাদের ব্যথার মাঝেও প্রভুর প্রশংসা করা আমাদের পক্ষে সবচেয়ে বড় কাজ যা আমরা করতে পারি। কেন? কারণ যখন আমরা ঈশ্বরের প্রতি আমাদের মনোযোগ স্থির করা এবং তিনি যে ভালো কাজগুলি করেছেন তাতে আনন্দিত হওয়া মনোনয়ন করি, তখন আমরা আমাদের সমস্যা থেকে তাঁকে বড় করে তুলি।

সত্যটি হলো, আমাদের জীবনে যা কিছু ঘটুক না কেন, ঈশ্বর সর্বদা ভালো। তিনিই আমাদের আনন্দের উৎস এবং আমাদের ত্রাণের জন্য যে কোনও সময় আমাদের প্রয়োজনে আমরা তাঁর কাছে দৌড়ে যেতে পারি।

এটি আমাকে গীতসংহিতা ১৬:১১ পদে পরিচালিত করে। এটি বলে, . . . *তোমার সম্মুখে তৃপ্তিকর আনন্দ, তোমার দক্ষিণ হস্তে নিত্য সুখভোগ।*

আমরা যখন ঈশ্বরের উপাসনা করি, আমরা আমাদের জীবনে তাঁর উপস্থিতিকে আমন্ত্রণ জানাই। তিনি আমাদের নিরুৎসাহ এবং দু:খকে তাঁর আনন্দ ও শান্তির সাথে প্রতিস্থাপন করেন . . . আমাদের আশা প্রদান করেন এবং আমাদের পরিস্থিতিতে নতুন জীবনের শ্বাস দেন।

আমরা আমাদের চারপাশে যা কিছু ঘটছে তা সর্বদা পরিবর্তন করতে পারি না, কিন্তু ঈশ্বরের উপস্থিতি আমাদের পরিবর্তন করবে—আমরা কীভাবে চিন্তা করি, আমরা কেমন অনুভব করি এবং আমাদের পরিস্থিতি কীভাবে দেখি।

ঈশ্বরকে আপনার কষ্ট নিতে দিন

আমরা কখনোই ব্যথা অথবা হতাশার হাত থেকে সম্পূর্ণ মুক্ত হতে পারি না, কিন্তু আজ যা ঘটবে তা আমাদের আগামীকালকে ধ্বংস করতে দিতে হবে না।

আমাদের একটি পছন্দ আছে। যে পরিস্থিতি সৃষ্টি হয়েছিল তা থেকে দূরে

যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়ে আমরা আসল বিষয়গুলি, যা নিরুৎসাহতা এবং বিষণ্ণতার কারণ ছিল, তা ঘুরিয়ে দিতে পারি এবং ঈশ্বর আমাদের ভবিষত্যের জন্য যে ভালো জিনিসগুলি পরিকল্পনা করেছেন তার দিকে এগিয়ে যেতে পারি।

আমি ১ পিতর ৫:৯ পদ ভালোবাসি যেখানে বলছে তোমরা বিশ্বাসে অটল থাকিয়া তাহার প্রতিরোধ করো . . .। অবিলম্বে নিরুৎসাহতা এবং বিষণ্ণতার অনুভূতি প্রতিরোধ করা এতো গুরুত্বপূর্ণ, কারণ আমরা যতক্ষণ তাকে থাকতে দিই তাদের প্রতিরোধ করা তত কঠিন হয়!

আমি বছরের পর বছর ধরে এটি বলেছি : আপনি যদি শয়তানকে তার কাজগুলি দ্বারা আপনাকে প্রভাবিত করতে না দেন তবে সে আপনাকে অত্যাচার করতে পারবে না, এবং সে যদি আপনার উপর অত্যাচার করতে না পারে তাহলে সে আপনাকে বিষণ্ণ করতে পারবে না।

পরের বার যখন আপনি এমন পরিস্থিতির মুখোমুখি হবেন যা আপনাকে নীচে নামানোর ভয় দেখায় তখন পবিত্র আত্মার দিকে ফিরে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিন এবং তাঁকে আপনাকে আশায় পূর্ণ করতে দিন। আপনার অনুভূতির পরিবর্তে ঈশ্বর যা বলেন তা বিশ্বাস করা মনোনয়ন করুন। ঈশ্বরের বাক্য থেকে আপনার মন এবং মুখ ইতিবাচক, আশাবাদী জিনিসগুলি পূরণ করুন।

নিরুৎসাহ এবং বিষণ্ণতাগুলিকে আপনার জীবনে শাসনের অনুমতি দেওয়ার দরকার নেই। যখন ''জীবনে কিছু ঘটে'' তখন সকল আশার ঈশ্বরকে সুযোগ দিন যেন তিনি আপনাকে ভিতর থেকে শক্তিশালী করেন এবং আপনাকে উৎসাহ দেন।

কারণ আপনি যে অবস্থার মধ্য দিয়ে যান না কেন, ঈশ্বর আপনার ব্যাথা নিয়ে আপনাকে সাহায্য করতে প্রস্তুত এবং ইচ্ছুক . . . এবং মহান কিছুতে পরিবর্তন করবেন।

উপসংহার

আপনি কি একটি কঠিন সময়ের মধ্যে দিয়ে যাচ্ছেন?

আপনি যদি এখনই কোনও কঠিন সময়ের মধ্যে যাচ্ছেন তাহলে আমি চাই আপনি জানুন যে ঈশ্বর আপনাকে ভালোবাসেন। তিনি দেখছেন আপনি কিসের মধ্যে দিয়ে যাচ্ছেন, তিনি আপনার সাথে আছেন এবং আপনি যেখানেই আছেন ঠিক সেখানেই তিনি আপনাকে সহায়তা করতে চান।

গীতসংহিতা ৩৪:১৮ বলে, *সদাপ্রভু ভগ্নচিত্তদের নিকটবর্তী, তিনি চূর্ণমনাদের পরিত্রাণ করেন।* যখন আমরা কষ্ট পাচ্ছি, ঈশ্বর আমাদের সাথে কষ্ট পাচ্ছেন।

এই মুহূর্তে, আপনি সম্ভবত এমন একটি সমস্যার মুখোমুখি হচ্ছেন যা একটি অসম্ভব পরিস্থিতি বলে মনে হচ্ছে। তবে আমি চাই আপনি জানুন যে ঈশ্বর সব কিছু নতুন করতে পারেন। তিনি আপনার সমস্যাটি নিতে পারেন এবং এটিকে ভালো কিছুতে পরিণত করতে পারেন।

যদি আপনি কোনও কঠিন পরিস্থিতি অথবা এমন কিছু নিয়ে কাজ করছেন যা আপনাকে বিপর্যস্ত করতে ভীতি প্রদর্শন করে, আমি আপনাকে কয়েক মিনিট সময় নিতে এবং এখনই প্রার্থনা করতে উৎসাহিত করছি।

পিতা, তোমাকে আমার এখন প্রয়োজন। তুমি বলেছ আমাকে তুমি ভালোবাসো এবং দেখছ যে আমি ঠিক কোথায় আছি . . . এবং আমার কেমন অনুভূতি হচ্ছে তা সত্ত্বেও আমি তোমার বাক্যকে বিশ্বাস করা বেছে নিয়েছি। আমি যা কিছুর মুখোমুখি হচ্ছি আমি তোমার সাহায্যের জন্য প্রত্যাশা করছি। সবকিছু মোকাবিলা করার জন্য তোমার শক্তি আমার প্রয়োজন যা আমার জন্য এখনই খুব বড় মনে হচ্ছে। আমাকে তোমার প্রতি দৃষ্টি রাখতে সাহায্য করো। দয়া করে নিজেকে আমার কাছে বাস্তব করো . . . এবং সম্মুখের রাস্তার জন্য আমাকে উৎসাহিত করো। তোমার ভালোবাসা এবং উপস্থিতি আমাকে স্পষ্টভাবে উপভোগ করতে সহায়তা করো। আমার যা আছে তার সবই আমি তোমাকে দিচ্ছি। যীশুর নামে চাই, আমেন।

আমি আপনাকে কিছুটা সময় নিয়ে নীচের ধর্মশাস্ত্রগুলি পড়তে উৎসাহিত করছি। অভিজ্ঞতা থেকে আমি আপনাকে বলতে পারি যে ঈশ্বরের বাক্য আপনার জীবন পরিবর্তন করবে—আপনি যেভাবে চিন্তা করেন, আপনি যেমন অনুভব করেন . . . এবং এমনকি আপনি কীভাবে আপনার ভবিষ্যৎ দেখেন।

আমি যিরমিয় ২৯:১১ পদ ভালোবাসি। এটি বলে আপনার ভবিষ্যতের জন্য ঈশ্বরের এক মঙ্গল সঙ্কল্প করেছেন . . . শান্তির পরিকল্পনা . . . *আশাসিদ্ধ দেবার সঙ্কল্প।*

সর্বদা স্মরণে রাখবেন যে ঈশ্বর আপনার পক্ষে। তিনি হলেন অসম্ভবের ঈশ্বর . . . এবং যিনি যে কোনও পরিস্থিতিতে আশ্চর্য কাজ করতে পারেন।

ঈশ্বর আপনাকে ভালোবাসেন

"আমি তো চিরপ্রেমে তোমাকে প্রেমকরিয়া আসিতেছি, এই জন্য আমি তোমার প্রতি চিরস্থায়ী দয়া করিলাম।"

যিরমিয় ৩১:৩

"বস্তুত পর্বতগণ সরিয়া যাইবে, উপপর্বতগণ টলিবে; কিন্তু আমার দয়া তোমা হইতে সরিয়া যাইবে না . . . যিনি তোমার প্রতি অনুকম্পা করেন, সেই সদাপ্রভু ইহা বলেন।"
যিশাইয় ৫৪:১০

তুমি আমার ভ্রমণ গণনা করিতেছ; আমার নেত্রজল তোমার কূপাতে রাখ; তাহা কি তোমার পুস্তকে লিখিত নাই?
গীতসংহিতা ৫৬:৮

উদরের মধ্যে তোমাকে গঠন করিবার পূর্বে আমি তোমাকে জ্ঞাত ছিলাম, তুমি গর্ভ হইতে বাহির হইয়া আসিবার পূর্বে তোমাকে পবিত্র করিয়াছিলাম; আমি তোমাকে জাতিগণের কাছে ভাববাদী করিয়া নিযুক্ত করিয়াছি।
যিরমিয় ১:৫

ঈশ্বর আপনাকে সাহায্য করবেন
"ভয় করিও না, কারণ আমি তোমার সঙ্গে সঙ্গে আছি; ব্যাকুল হইও না, কারণ আমি তোমার ঈশ্বর; আমি তোমাকে পরাক্রম দিব; আমি তোমার সাহায্য করিব; আমি আপন ধর্মশীলতার দক্ষিণ হস্ত দ্বারা তোমাকে ধরিয়া রাখিব।"
যিশাইয় ৪১:১০

যখন আমি মৃত্যুচ্ছায়ার উপত্যকা দিয়া গমন করিব, তখনও অমঙ্গলের ভয় করিব না, কেননা তুমি আমার সঙ্গে সঙ্গে আছো . . .।
গীতসংহিতা ২৩:৪

আমি সদাপ্রভুর অন্বেষণ করিলাম, তিনি আমাকে উত্তর দিলেন, আমার সকল আশঙ্কা হইতে উদ্ধার করিলেন।
গীতসংহিতা ৩৪:৪

তুমি যখন জলের মধ্য দিয়া গমন করিবে, আমি তোমার সঙ্গে সঙ্গে থাকিব; যখন নদ-নদীর মধ্য দিয়া গমন করিবে, সে সকল তোমাকে মগ্ন করিবে না, যখন অগ্নির মধ্য দিয়া চলিবে, তুমি পুড়িবে না, তাহার শিখা তোমার উপরে জ্বলিবে না।
যিশাইয় ৪৩:২

ঈশ্বর হলেন আপনার আশা
কেননা, সদাপ্রভু বলেন, আমি তোমাদের পক্ষে যে সকল সঙ্কল্প করিতেছি, তাহা আমিই জানি; সে সকল মঙ্গলের সঙ্কল্প, অমঙ্গলের নয়, তোমাদিগকে শেষ ফল ও আশাসিদ্ধ দিবার সঙ্কল্প!
যিরমিয় ২৯:১১

. . . কারণ তিনিই (ঈশ্বর) বলিয়াছেন, আমি কোন ক্রমে তোমাকে ছাড়িব না, ও কোন ক্রমে তোমাকে ত্যাগ করিব না।
ইব্রীয় ১৩:৫

কেননা ঈশ্বরের কোন বাক্য শক্তিহীন হইবে না।
লূক ১:৩৭

তুমি সদাপ্রভুতে আপনার ভার অর্পণ করো; তিনিই তোমাকে ধরিয়া রাখিবেন . . .।
গীতসংহিতা ৫৫:২২

যে সময়ে আমার ভয় লাগে, আমি তোমাতে নির্ভর করিব।
গীতসংহিতা ৫৬:৩

ঈশ্বর আপনার সান্ত্বনা এবং শক্তি
তিনি ভগ্নচিত্তদিগকে সুস্থ করেন, তাহাদের ক্ষত সকল বাঁধিয়া দেন।
গীতসংহিতা ১৪৭:৩

তিনি ক্লান্ত ব্যক্তিকে শক্তি দেন ও শক্তিহীন লোকের বল বৃদ্ধি করেন . . . কিন্তু যাহারা সদাপ্রভুর অপেক্ষা করে, তাহারা উত্তরোত্তর নূতন শক্তি পাইবে; তাহারা ঈগল পক্ষীর ন্যায় পক্ষসহকারে ঊর্ধ্বে উঠিবে; তাহারা দৌড়িলে শ্রান্ত হইবে না; তাহারা গমন করিলে ক্লান্ত হইবে না।
যিশাইয় ৪০:২৯, ৩১

হে পরিশ্রান্ত ও ভারাক্রান্ত লোক সকল, আমার নিকটে আইস, আমি তোমাদিগকে বিশ্রাম দিব।
মথি ১১:২৮

ঈশ্বর আমাদের পক্ষে আশ্রয় ও বল। তিনি সঙ্কটকালে অতি সুপ্রাপ্য সহায়।
গীতসংহিতা ৪৬:১

পরিত্রাণের প্রার্থনা

ঈশ্বর আপনাকে ভালোবাসেন এবং আপনার সাথে একটি ব্যক্তিগত সম্পর্কে রাখতে চান। আপনি যদি যীশু খ্রীষ্টকে নিজে ত্রাণকর্তা হিসাবে গ্রহণ না করে থাকেন, আপনি এখনই তা করতে পারেন। কেবল তাঁর কাছে আপনার হৃদয় খুলুন এবং এই প্রার্থনাটি করুন . . .।

"পিতা, আমি জানি যে আমি তোমার বিরুদ্ধে পাপ করেছি। দয়া করে আমাকে ক্ষমা করো। আমাকে ধুয়ে পরিষ্কার করো। আমি প্রতিজ্ঞা করছি যে যীশুতে, তোমার পুত্রতে, বিশ্বাস রাখব—তিনি নিজের উপর আমার পাপ তুলে নিয়েছিলেন এবং ক্রুশে মরেছিলেন। আমি বিশ্বাস করি যে তিনি মৃতদের মধ্যে থেকে উঠেছিলেন। আমি এখনই আমার জীবন যীশুর কাছে সমর্পণ করছি।"

"পিতা, তোমার ক্ষমা এবং অনন্ত জীবনের জন্য ধন্যবাদ দিই। তোমার জন্য বাঁচতে দয়া করে আমাকে সাহায্য করো। যীশুর নামে চাই, আমেন।"

আপনি যখন আপনার হৃদয় থেকে প্রার্থনা করেছেন, ঈশ্বর আপনাকে গ্রহণ করেছেন, পরিষ্কার করেছেন এবং আপনাকে আত্মিক মৃত্যুর দাসত্ব থেকে মুক্ত করেছেন।

ধর্মশাস্ত্রে পদগুলি পড়তে এবং অধ্যায়ন করতে সময় নেবেন এবং আপনি যখন আপনার নতুন জীবনে ঈশ্বরের সাথে চলছেন তখন তাঁকে আপনার সাথে কথা বলতে বলুন।

যোহন ৩:১৬	১ করিন্থীয় ১৫:৩-৪
ইফিষীয় ১:৪	ইফিষীয় ২:৮-৯
১ যোহন ১:৯	১ যোহন ৪:১৪-১৫
১ যোহন ৫:১	১ যোহন ৫:১২-১৩

প্রার্থনা করুন যেন তিনি আপনাকে একটি বাইবেল বিশ্বাসী মণ্ডলীর সন্ধান পেতে সাহায্য করেন যেন আপনি খ্রীষ্টের সাথে সম্পর্কে বৃদ্ধি পেতে উৎসাহিত হন। ঈশ্বর সর্বদা আপনার সাথে আছেন। তিনি একদিন করে আপনাকে পরিচালিত করবেন এবং আপনার জন্য যে ভরপুর জীবন তিনি রেখেছেন তা কেমন করে যাপন করবেন তা দেখিয়ে দেবেন!

আপনি যদি প্রস্তুত থাকেন, যীশুর সাথে আপনার নিজস্ব, ব্যক্তিগত যাত্রা শুরু করতে অথবা সম্ভবত আরও গভীরভাবে তাঁকে জানতে, এই ওয়েবসাইটে যান : tv.joycemeyer.org

লেখিকা সম্বন্ধে

জয়েস মায়ার একজন পৃথিবীর অন্যতম বাস্তবসম্মত বাইবেল শিক্ষিকা। তিনি নিউ ইয়র্ক টাইমসের সেরা বিক্রয়কারী লেখিকা এবং তাঁর বই লক্ষ লক্ষ মানুষকে যীশু খ্রীষ্টের মাধ্যমে আশা ও পুনরুদ্ধার করতে সহায়তা করেছে। জয়েস মায়ার মিনিস্ট্রস-এর মাধ্যমে, জয়েস কীভাবে ঈশ্বরের বাক্য আমাদের প্রতিদিনের জীবনে প্রয়োগ করা যায় তার প্রতি বিশেষ মনোযোগ দিয়ে বিভিন্ন বিষয় নিয়ে শিক্ষা দেন। তাঁর স্পষ্ট যোগাযোগের শৈলী তাঁকে তাঁর অভিজ্ঞতাগুলি সম্পর্কে খোলামেলা এবং ব্যবহারিকভাবে ভাগ করে নেওয়ার অনুমতি দেয় যাতে অন্যরা তিনি যা শিখেছেন তা তাদের জীবনে প্রয়োগ করতে পারে।

জয়েস মায়ার মিনিস্ট্রিস

খ্রীষ্টের বিষয় বলা—মানুষকে ভালোবাসা

জয়েস মায়ার মিনিস্ট্রিস-কে সুসমাচার প্রচার করতে, জাতিদের শিষ্য করতে এবং খ্রীষ্টের ভালোবাসা প্রসারিত করতে আহ্বান করা হয়েছে।

মিডিয়ার মাধ্যমে আমরা মানষকে তাদের জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে বাইবেলের সত্য প্রয়োগ করতে এবং ঈশ্বরের লোকদের তাদের আশেপাশের বিশ্বের মানুষদের পরিচর্যা করার জন্য উৎসাহিত করতে শেখাই। আমাদের মিশনের বাহু, হ্যান্ড অফ হোপ-এর, মাধ্যমে আমরা বিশ্বব্যাপী মানবিক সহয়তা প্রদান করি, ক্ষুধার্থদের খাদ্য সরবরাহ করি, দরিদ্রদের পোষাক দিই, বয়স্কদের, বৃদ্ধ-বৃদ্ধাদের, বিধবাদের ও অনাথদের পরিচর্যা করি এবং সমস্ত বয়সের ও সব পেশার মানুষদের কাছে পৌঁছাই।

জয়েস মায়ার মিনিস্ট্রিস বিশ্বাস, সততা এবং নিবেদিত সমর্থকরা যারা এই আহ্বানকে অন্যদের জানাবে তাদের উপর ভিত্তি করে এটি নির্মিত হয়েছে।

* * *

জয়েস মায়ার মিনিস্ট্রিস-এর অন্যান্য সংস্থানগুলি দেখতে, আমাদের সর্বাধিক বর্তমান এনজয়িং এভরিডে লাইফ সম্প্রচার দেখতে অথবা আমাদের মিশনের প্রচার হ্যান্ড অফ হোপ-এর বিষয় তথ্য পেতে, দয়া করে এই ওয়েবসাইটে যান: joycemeyer.org

আপনি একা নন!

আপনি কি কঠিন সময়ের মধ্যে দিয়ে যাচ্ছেন? আপনি হয়ত একটি অপ্রত্যাশিত দুখজনক ঘটনার মোকাবিলা করছেন, একটি গভীর চিকিৎসা সংক্রান্ত সমস্যা অথবা এমনকি চিন্তা করছেন আপনার পরের খাবার কোথা থেকে আসবে, ঈশ্বর চান না যে আপনি একা এই যুদ্ধের মুখোমুখি হোন। পরিবর্তে, একমাত্র বৃহত্তম কাজটি যা আমরা করতে পারি তা হলো তাঁর প্রতি আমাদের আস্থা রাখা, কারণ তিনি আমাদের সাথে আছেন এবং আমরা আশায় থাকতে পারি।

এই বইয়ে, জয়েস শেখান

- কীভাবে কঠিন সময়ে ঈশ্বরের সান্ত্বনা গ্রহণ করতে হয়
- দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন কেন আপনার দিনকে সম্পূর্ণরূপে পরিবর্তন করতে পারে
- কীভাবে আপনার অতীতকে পিছনে ফেলে নতুন করে শুরু করবেন
- নিরুৎসাহতা এবং বিষণ্ণতার বিরুদ্ধে লাড়াইয়ে বাইবেল ভিত্তিক চাবিকাঠি

আপনি যা কিছুর মধ্য দিয়ে যান না কেন, এই বইটি আপনাকে আপনার প্রত্যাশা বাড়িয়ে তুলতে সহায়তা করবে এবং কখনোই, কখনোই ঈশ্বরকে ত্যাগ করবেন না। সর্বোপরি, তিনি হলেন "আশার ঈশ্বর" (দ্রষ্টব্য রোমীয় ১৫:১৩) এবং তিনিই সেই ব্যক্তি যিনি আপনার পরিস্থিতি গ্রহণ করে এটিকে দুর্দান্ত কিছুতে পরিণত করতে পারেন।

JOYCE MEYER MINISTRIES®
Sharing Christ – Loving People

C14, Vikrampuri Colony, Karkhana,
Secunderabad, Telangana - 500 009