

জীবনের সাত অগ্রাধিকার

Thu, Nov 2, 2017

এ ঘটনা বহু বছর আগেকার যখন আমি মাত্র ২০ বছর বয়সী এক যুবক ছিলাম। আমি বাসে চেপে সুদীর্ঘ পথে দেশের এক প্রান্ত থেকে অন্য প্রান্তে ভ্রমণ করছিলাম। আমি টেক্সাসের ডালাসে স্থিত আমার বাড়ি থেকে মিশিগানের শার্লাভয়ে-এ অনুষ্ঠেয় শাস্ত্রীয় গীটার সঙ্গীতের বিশেষজ্ঞ পণ্ডিতদের শিক্ষাদানের আসরে অংশগ্রহণের জন্য যাচ্ছিলাম। একটির পর একটি রাজ্য অতিক্রম করতে করতে, রাজমার্গের দু'ধারে বিস্তীর্ণ গমের খেতগুলি দেখতে দেখতে এগিয়ে চলা এই যাত্রায় আমার হাতে ভাবনা-চিন্তা করার মতো প্রচুর সময় ছিল।

যাত্রার কোন এক মুহূর্তে আমি আমার জীবনের সমস্ত কর্মকাণ্ড ও নানান ক্ষেত্রগুলির ব্যাপারে ভাবতে শুরু করেছিলাম। জীবন মানে কি শুধু অগোছালো কিছু কর্মকাণ্ডের সমন্বয় মাত্র? নাকি কোনভাবে তা সকলের সঙ্গে মিলেমিশে কাজ করাকেই বোঝায়? এমন কি কিছু কাজ আছে যেগুলি অন্যগুলির থেকে বেশি গুরুত্বপূর্ণ? আমি কি আমার সময়কে এমন কিছু বিষয়ের জন্য ব্যয় করেছি যেগুলির সুদূরপ্রসারী প্রভাব আছে, নাকি আমি আমার জীবনটা নষ্ট করছি, এমন কিছু বিষয়ের পিছনে নিজের সময় এবং শক্তি খরচ করে যেগুলি সত্যিই আমাকে কোনভাবে লাভান্বিত করবে না এবং কখনোই এমন কিছু দিতে পারবে না যার প্রকৃত ও দীর্ঘস্থায়ী মূল্য আছে?

আমি জানতাম যে, আমি আমার জীবনের মূল্য নিরূপণ করতে চেয়েছিলাম। জীবনের পরিপূর্ণ পেয়ালার পুরোটা পান করতে চেয়েছিলাম। আমি জীবনের শেষ প্রান্তে এসে, তারপর পিছনে তাকিয়ে, জীবনের বড় একটা অংশকে হেলায় হারানোর জন্য গভীর অনুতাপে ডুবে যেতে কখনই চাইনি। আমি আমার শেষ সময়ে এসে গভীর অনুতাপের সঙ্গে এটা উপলব্ধি করতে চাইনি যে, আমি আমার মূল্যবান সময়কে উড়িয়ে দিয়েছিলাম; জীবনকে সম্ভাব্য পরিপূর্ণতার সঙ্গে বাঁচার, নিজের সমস্ত স্বপ্ন ও প্রত্যাশাগুলিকে পূরণের—এবং, এমনকি তাদের ছাপিয়ে যাবার—যে একটি মাত্র সুযোগ জীবন আমাকে দিয়েছিল আমি তাকে হেলায় হারিয়েছিলাম, যে সুযোগকে কাজে লাগাতে পারলে শুধু যে আমার নিজের জীবনই যারপরনাই সমৃদ্ধ হত তা-ই নয়, তা বহু অন্য মানুষদের জীবন ও জীবনের অভিজ্ঞতাকেও একইরকমভাবে সমৃদ্ধিতে ভরিয়ে তুলতে পারত।

আর সেই সঙ্গে, কিছু সময় নিয়ে আমি আমার জীবনের কর্মকাণ্ডগুলির একটা তালিকা তৈরি করেছিলাম। আসলে আমি এটা দেখতে চাইছিলাম যে, আমি কি আমার সময়ের পূর্ণ সদ্ব্যবহার করছিলাম। আমি দেখতে চাইছিলাম, আমার জীবনের ঠিক কোন কাজকর্মগুলির জন্য বেশি সময়, দৃষ্টিনিবদ্ধতা ও মনোসংযোগের প্রয়োজন হয়েছিল এবং কোন কাজকর্মগুলি আমার কার্যসূচি তথা জীবন থেকে সরিয়ে রাখা গিয়েছিল।

এইভাবে, আমার কর্মকাণ্ডের তালিকাটি যতই আয়তনে বড় হয়ে যেতে লাগল, ততই একটি সূক্ষ্ম শ্রেণিবিন্যাস উঠে আসতে শুরু করল। ধীরে ধীরে একটি বিষয় স্পষ্ট হতে শুরু করেছিল যে,

আমার প্রায় সমস্ত কাজকর্মগুলিকেই সুনির্দিষ্টভাবে খুব সামান্য কয়েকটা শ্রেণিতে বিন্যস্ত যেতে পারে। আমি এই শ্রেণিবিন্যাসকে সাত সংখ্যায় সীমাবদ্ধ করেছিলাম। তারপর, যখন আমি আমার সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কাজকর্মগুলির দিকে দৃষ্টিনিবদ্ধ করার জন্য সচেতন হয়েছিলাম, তখন আমি ওই শ্রেণিগুলির মধ্যে তুলনা করে আমার জীবনে তাদের আপেক্ষিক দীর্ঘমেয়াদী গুরুত্ব নির্ণয় করতে প্রবৃত্ত হয়েছিলাম।

ওই সাতটি শ্রেণির আপেক্ষিক গুরুত্বের ভিত্তিতে আমি সেগুলিকে নিখুতভাবে অগ্রাধিকারযুক্ত করতে সক্ষম হয়েছিলাম। কয়েক দশক আগের সেই সময় থেকে আজ অবধি আমার জীবনে ওই অগ্রাধিকারগুলির সংশ্লিষ্ট আপেক্ষিক গুরুত্ব কখনই হেরফের ঘটেনি।

আমার চিন্তা-প্রক্রিয়া ছিল এইরকম।

সবার প্রথমে থাকবেন ঈশ্বর। তিনি আমাদের সৃষ্টি করেছেন। তিনিই জীবনচর্যার নিয়মাবলী রচনা করেছেন। ঈশ্বরকে জানলেই জীবনকে জানা যায়। তিনিই সর্বপ্রধান। ধর্মশাস্ত্র এটি প্রতিষ্ঠিত করেছে, যেখানে লেখা আছে, “আমি ছাড়া তোমাদের আর কোনও ঈশ্বর থাকবে না” (Exodus 20:3 NKJV) এবং “তোমরা তোমাদের প্রভু, তোমাদের ঈশ্বরকে সপূর্ণ হৃদয়, সপূর্ণ আত্মা, সম্পূর্ণ মন এবং সর্বশক্তি উজার করে ভালবাসবে।” এইটিই সর্বপ্রথম আদেশ।” (Mark 12:30 NKJV)

গুরুত্বের দ্বিতীয় সারিতে আসে আমার চরিত্র ও আমার আচরণসমূহ। আমার জীবন কিন্তু শেষপর্যন্ত আমার পছন্দগুলির একটি উৎপাদ মাত্র। পরিশেষে যখন আমাকে আমার জীবন ও কীভাবে আমি তা নির্বাহ করে এসেছি তার হিসেব পেশ করতে বলা হবে, সেই হিসেবের সমস্ত দায়ভার কিন্তু একমাত্র আমার উপরেই বর্তাবে। ভাল হয়, আমি যদি এখনই তা উপলব্ধি করতে পারি এবং পরেরবার কোন পছন্দে উপনীত হবার ক্ষেত্রে সেই উপলব্ধিকে কাজে লাগাই। আর এই সমস্ত পছন্দগুলি যেহেতু আমার চরিত্র ও ব্যক্তিত্বেরই নির্যাস, তাই আমাকে একজন শ্রেষ্ঠ ব্যক্তি হয়ে ওঠার ব্যাপারে ঐকান্তিকভাবে দৃষ্টিনিবদ্ধ রাখতে হবে যাতে আমি ঠিক সেই ব্যক্তিত্বটিই হয়ে উঠতে পারি, যে ব্যক্তিত্বটি হবে আমার সবচেয়ে পছন্দের। আমার জন্য এটি নিতান্তই অপরিহার্য বিষয় যে, আমার আচরণগুলির দায়ভার আমাকেই নিতে হবে এবং নিজের চরিত্রের উন্নতির লক্ষ্যে কার্যকরী পদক্ষেপ গ্রহণ করতে হবে কারণ, এই বিষয়টিই আমার জীবনের অন্যান্য সমস্ত ক্ষেত্রগুলির উপর সরাসরি প্রভাব বিস্তার করে। যেমনটি যীশু বলেছিলেন, “প্রথমে নিজের চোখের জড়তা দূর কর, তবেই তুমি পরিষ্কারভাবে দেখতে পাবে এবং তোমার ভাইয়ের চোখে আটকে থাকা ময়লা বের করে আনতে সক্ষম হবে” (Matthew 7:5 ESV)।

চরিত্রের পরও জীবনের বেশ কিছু তাৎপর্যপূর্ণ ক্ষেত্র থেকে যায়, কিন্তু তাদের মধ্যেও সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হল অন্য মানুষ-জনদের অন্তর্ভুক্ত করা। যেমনটি যীশু বলেছিলেন, “আর দ্বিতীয়টি [আদেশ] হল. . . ‘নিজের প্রতিবেশীকে নিজের মতোই ভালবাসো’” (Matthew 22:39 ESV)। মানুষের সঙ্গে সম্পর্কের জন্য বিচার্য বিষয় হচ্ছে, পরিবারের সদস্যরা অন্যদের তুলনায় অগ্রাধিকার পাবেন কারণ, জন্ম অথবা বিবাহ সংক্রান্ত কারণে আমি সরাসরি তাঁদের প্রতি

দায়বদ্ধ। কারও সঙ্গে জন্মসূত্রে বা বিবাহসূত্রে আবদ্ধ থাকার অর্থ হল, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির প্রতি দৃঢ়তর অঙ্গীকার ও বৃহত্তর দায়-দায়িত্ব পালনে বাধ্য থাকা। উদাহরণস্বরূপ, মহান যীশু যখন ক্রুশবিদ্ধ হয়ে মৃত্যু পথযাত্রী, তখনও নিজের মায়ের পরিচর্যার বিষয়টি সুনিশ্চিত করার জন্য তিনি কিছুটা সময় নিয়েছিলেন। (দেখুন, John 19:26-27)। “কিন্তু কোন ব্যক্তি যদি তাঁর আত্মীয়দের খেয়াল না রাখেন, বিশেষ করে তাঁর পরিবারের সদস্যদের, তাহলে তিনি আসলে বিশ্বাসের অবমাননা করছেন এবং তিনি নাস্তিকদের থেকেও হীনতর” (1 Timothy 5:8 ESV)।

পরিবারের পর আসে অন্যান্য লোকজনের সঙ্গে সম্পর্ক ও ভাববিনিময়ের বিষয়টি। এর মধ্যে রয়েছে বন্ধু-বান্ধব, কর্তৃত্বস্থানীয় ব্যক্তিবর্গ যেমন নিয়োগকর্তা, ধর্মগুরু এবং সরকারি আধিকারিকবর্গ, এবং পরিচিত ব্যক্তি ও অন্যান্যদের সঙ্গে পারস্পরিক ভাববিনিময়ের বিষয়গুলি।

লোকজনের পর দায়বদ্ধতার যে প্রধান তিনটে ক্ষেত্র আসে তা হল যথাক্রমে স্বাস্থ্য, কর্ম ও অর্থ। কর্মের আগে আসে স্বাস্থ্য কারণ, সাফল্যের সঙ্গে কর্ম করে যেতে হলে আপনাকে নিজের স্বাস্থ্যের খেয়াল রাখতেই হবে। যদি স্বাস্থ্যই হারিয়ে বসেন, তাহলে আপনি আপনার কাজের দায়িত্বগুলিকে উপযুক্তভাবে নির্বাহ করতে সক্ষম হবেন না।

পরিশেষে, অর্থ ও সম্পত্তির জন্যও কিছু দায়িত্বকর্তব্য থেকে যায়। এগুলিও গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্বসমূহের মধ্যে আসে, কিন্তু এগুলিই জীবনের প্রাথমিক লক্ষ্যবস্তু নয়। এগুলি আমাদের জীবনকে অর্থবহ করে তুলতে পারে না, বা আমাদের মধ্যে এমন কোন উদ্দেশ্যবোধের সঞ্চার করে না, যা কর্ম করতে পারে। এগুলি মূলত সহায়ক ভূমিকা পালন করে থাকে। এগুলি আমাদের জীবনের অধিকতর গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্বগুলি পালনের জন্য প্রয়োজনীয় পর্যাপ্ত সম্পদ থাকার বিষয়টিকে নিশ্চিত করতে পারে।

তাহলে, আপনারা দেখলেন! আমার পর্যবেক্ষণ অনুযায়ী, আমাদের জীবনের সমস্ত দায়িত্বকর্তব্য তথা কর্মকাণ্ডগুলিকে এই সাতটি সাধারণ শ্রেণিতেই সন্নিবেশ করা চলে। ওই সমস্ত কর্মকাণ্ড ও দায়িত্বকর্তব্যগুলিকে যখন অগ্রাধিকারযুক্ত করা হবে, তা দেখতে ঠিক নিম্নরূপ হবে:

১. ঈশ্বর, আধ্যাত্মিকতা ও নিত্যতার সঙ্গে সংশ্লিষ্ট বিষয়গুলিসহ। এই শ্রেণির অন্তর্ভুক্ত বিষয়াবলীর মধ্যে রয়েছে ঈশ্বরের উপলব্ধি ও সম্বন্ধস্থাপন, এবং শ্বশত, অতিপ্রাকৃতিক ও আধ্যাত্মিক জগতে জীবনের অস্তিত্ব।

২. চরিত্র, এর মধ্যে রয়েছে চরিত্রের নির্মাণ ও আত্মপরিচিতির অন্বেষণ—আমি আসলে কে—আমার সহজাত গুণাবলী, ব্যক্তিত্ব-শক্তি, সেই সঙ্গে আচরণের দায়িত্ববোধ, মনোভাব, উদ্দেশ্যসমূহ, পছন্দসমূহ এবং এমনকি আমার চিন্তা-ভাবনা।

৩. পরিবার, যার অন্তর্ভুক্ত হচ্ছে বৈবাহিক, অভিভাবকত্ব ও অন্যান্য পারিবারিক সম্পর্কের প্রতি দায়িত্বকর্তব্যসমূহ।

৪. বন্ধু-বান্ধব, পরিচিতব্যক্তিবর্গও কর্তৃত্বস্থানীয়সন্তাসমূহ। এটি একটি অতি বিস্তৃত শ্রেণি যার সঙ্গে সম্পর্ক রয়েছে পরিবার বহির্ভূত সমস্ত রকমের ব্যক্তিগত ভাববিনিময় এবং সম্বন্ধস্থাপনের বিষয়গুলি। এর মধ্যে রয়েছে কোন আগন্তুকের সঙ্গে আকস্মিক সাক্ষাৎ, সেই সঙ্গে পরিচিত ব্যক্তি, বন্ধু-বান্ধব এবং কর্তৃত্বস্থানীয় ব্যক্তিবর্গের সঙ্গে সম্পর্ক। আমার বিশ্বাস প্রতিটি সাক্ষাতকেই আমরা যদি ইতিবাচক সাফল্যের সম্ভাবনা হিসেবে দেখি, তাহলে আমরা আমাদের পরিচিত ব্যক্তিবর্গ, বন্ধু-বান্ধব, কর্তৃত্বস্থানীয় ব্যক্তিবর্গ এবং এমনকি সম্পূর্ণ অপরিচিত ব্যক্তিদের সঙ্গেও সমস্ত রকমের ব্যক্তিগত ভাববিনিময়ের সম্ভাবনার পরিসর বিকশিত করার কাছাকাছি পৌঁছে যেতে পারি।

৫. স্বাস্থ্য, যা সমস্ত ধরনের শারীরিক অবস্থার সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত, যার মধ্যে রয়েছে আহার, শারীরিক কসরত এবং মানসিক চাপ সংক্রান্ত বিষয়গুলি। জীবন আমাদের যা যা দিতে পারে তা পূর্ণ মাত্রায় গ্রহণে সক্ষম হতে হলে সুস্বাস্থ্য বজায় রেখে চলা আমাদের জন্য বিশেষ জরুরী।

৬. কর্ম, উদ্দেশ্য, এবং নিয়তি। এর মধ্যে রয়েছে সেই সমস্ত কর্মকাণ্ড যেগুলি আমাদের রোজ সকালে ঘুম থেকে ওঠার কারণ ও যেগুলি আমাদের জীবনের লক্ষ্য নিরূপণ করে। এই কর্মকাণ্ডগুলির অন্তর্ভুক্ত হচ্ছে, কাজ, শখ, উদ্দেশ্য এবং সৃজনশীল ও শৈল্পিক উদ্যোগসমূহ।

৭. অর্থও সম্পত্তি। এই শ্রেণির সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত বিষয়গুলি হল টাকা-পয়সা, ঘর-বাড়ি-গাড়ি এবং এই রকম অন্যান্য সমস্ত স্থাবর ও অস্থাবর সম্পত্তি; এগুলি এমন লক্ষ্যবস্তু নয় যেগুলি অর্জনের জন্য আমাদের সচেষ্ট হওয়া উচিত, বরং এগুলি এমন সংস্থান যেগুলিকে বিবেচনাবোধের সঙ্গে ব্যবহার করতে হবে যাতে এগুলি আমাদের অপেক্ষাকৃত গুরুত্বপূর্ণ লক্ষ্যসমূহ পূরণের ও দায়িত্বসমূহ নির্বাহ করার কাজে সাহায্য করতে পারে।

আপনি যদি সত্যিই উপরিউক্ত বিষয়গুলি সম্পর্কে সময় নিয়ে ভাবেন, তাহলে দেখবেন যে, আপনার জীবনের সমস্ত বিষয়গুলিও এই ক্ষেত্রগুলির মধ্যে চলে আসছে। আমি ভাবি . . . আমি ভেবেছিলাম। আমি সত্যিই এগুলির ব্যাপারে সময় নিয়ে ভেবেছিলাম।

জীবনের এই সাত অগ্রাধিকার, আমি যেভাবে দেখি, আসলে আবার ব্যক্তিগত দায়বদ্ধতারও প্রধান সাতটি শ্রেণি।

কিন্তু, আপনি কী মনে করেন? আপনি কি আমার সাথে একমত? নাকি দ্বিমত পোষণ করেন? তার চেয়েও বড় কথা, আপনি কি নিজের কর্ম-ব্যস্ততাকে দূরে সরিয়ে রেখে নিজের নানবিধ কর্মকাণ্ডগুলিকে মূল্যায়নের জন্য সত্যিই কিছুটা সময় নিয়ে স্থির চিন্তে ভেবেছেন? এই লেখাটি পড়ে আপনি সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ যে শিক্ষাটি পেতে পারেন তা ওইটিই। আমি আসলে চাই আপনি আপনার জীবন সম্পর্কে চিন্তাশীল হোন! আপনি কি আপনার জীবনযাত্রার জন্য সর্বোত্তম পথটি বেছে নিয়েছেন? নাকি আপনাকে অনেক ব্যাপারে মানিয়ে নিয়ে চলতে হয়? যে প্রতিটি মিনিট আমাদের জীবন থেকে খরচ হয়ে যাচ্ছে তার মূল্য আমরা যা মনে করি তার থেকেও অনেক বেশি! বন্ধু, এই অতি মূল্যবান সময়কে অত্যন্ত বিচক্ষণতার সঙ্গে কাজে লাগান!