২১. রাগ

আমরা সবাইই কোন না কোন সময়ে রাগ সামলাতে ব্যর্থ হয়েছি। এটা কি আমাদের জন্য ঠিক? রাগ করা কি আসলে কোন অন্যায়? এই অধ্যায়ে আমরা দেখবো বাইবেলে রাগ করার সম্পর্কে কি লেখা আছে।

মূল পাঠ : যোহন ২:১৩-১৭

উপাসনা ঘরের চত্বরে যারা পশুপাখি কেনা-বেচা বা টাকা পয়সার লেন-দেন করছিলো তাদেরকে বের করে দিয়ে দুই দুইবার যীশু উপাসনা ঘর খালি করেছিলেন। যীশুর পরিচর্যার শুরুতে প্রথম যেবার তিনি উপাসনা ঘর খালি করেন শাস্ত্রের এই অংশে আমরা তার বিবরণ পাই। অন্য যে বার তিনি উপাসনা ঘর পরিষ্কার করেছিলেন তা ছিলো তার মৃত্যুর কয়েকদিন আগের ঘটনা (মার্ক ১১:১৫-১৭)। এই-দুটি ঘটনাই ঘটেছিলো নিস্তার-পর্বের সময়ে। যিহূদীদের ব্যবস্থা অনুসারে উপাসনা ঘরের আশেপাশের দালানগুলিতে কেনাবেচা করার অনুমোদন ছিলো। বিভিন্ন কর্মব্যস্ত পর্বগুলোতে অযিহূদীদের জন্য নির্দিষ্ট করা জায়গাটিতেও বেচাকেনা করার অনুমোদন ছিলো (এটি ছিল মন্দিরের সবচেয়ে বাইরের দিকের একটি প্রাঙ্গণ)। বাইবেলের এই অংশটি থেকে অনুমান করা যায় যে, এই দুইই নিস্তার-পর্বের সময়ে কেনাবেচা সম্ভবত উপাসনা ঘরের পবিত্র স্থান পর্যন্ত ছড়িয়ে পড়েছিলো।

১. এই ঘটনাগুলোতে যীশু কেন রাগ হয়েছিলেন?
২. তিনি কি তার রাগ সামলাতে ব্যর্থ হয়েছিলেন?
৩. লোকদেরকে বের করে দেওয়ার জন্য চাবুক ব্যবহার করা কি যথোপযুক্ত ছিল? আপনার ক্ষেত্রেও কি এরকম কাজ করা ঠিক হবে?

উপাসনা ঘর খালি করার দুটো ঘটনাতেই অনুমান করা যায় যে যীশু ভীষণ রাগান্বিত হয়েছিলেন। ফরিশীদের কঠিন এবং গোঁড়া মন-মানসিকতার প্রতিও যীশু রাগ প্রকাশ করেছিলেন বলে বলা হয়েছে (মার্ক ৩:৫)। আমরা জানি যে যীশু কখনই পাপ করেন নি, তাহলে বোঝা যায় যে তার এই রাগ করার মধ্য দিয়ও তিনি কোন পাপ করেন নি। তবে আমরা দেখি যে তিনি কেবল মাত্র হাতেগোনা কয়েকবার রাগ করেছিলেন ।

তার এই স্বভাবের মধ্যে দিয়ে তিনি তার পিতার মতোই আচরণ প্রকাশ করেন। বাইবেল বলে ঈশ্বর "ক্রোধে ধীর" (যাত্রা ৩৪:৬) এবং তিনি তার "ক্রোধ" সংবরণ করেন (বা তার থেকে বিরত থাকেন) (গীত ৭৮:৩৮)। অথচ তার সত্ত্বেও বহু লোক ঈশ্বরের রাগের ফলে কষ্ট ভোগ করেছে এবং ভবিষ্যতেও করবে। পৌল রোমীয়দের কাছে তার চিঠিতে লিখেছিলেন

> কিন্তু তোমার মন কঠিন; তুমি তো পাপ থেকে মন ফিরাতে চাও না। সেই জন্য যেদিন ঈশ্বরের ক্রোধ প্রকাশ পাবে সেইদিনের জন্য তুমি তোমার পাওনা শাস্তি জমা করে রাখছ ... কিন্তু যারা নিজেদের ইচ্ছা মতো চলে আর সত্যকে না মেনে অন্যায়কে মেনে চলে ঈশ্বর তাদের ভীষণ শাস্তি দেবেন। (রোমীয় ২:৫-৮)

প্রাসঙ্গিক কিছু পদ

ঈশ্বরের রাগ

যাত্রা ৩৪:৬; দ্বি,বি ৩১:১৭; ২ রাজাবলি ২২:১৩, ১৬-১৭; গীত ৩০:৪-৫; ৭৮:৩৮; যোহন ৩:৩৬; কলসীয় ৩:৫-৭; রোমীয় ২:৫; প্রকা: ১৯:১৫।

যীশুর রাগ

মার্ক ৩:৫; ১১:১৫-১৭; যোহন ২:১৩-১৭;

রাগ হওয়ার ভয়াবহতা

মথি ৫:২২; ইফি ৪:২৬; হিতো ১৪:১৭: ২২:২৪; ২৯:২২;

সহজে রাগ না করা

১ করি ১৩:৫; যাকোব ১:১৯-২০;

রাগ থেকে বিরত থাকা

গীত ৩৭:৮; কলসীয় ৩:৮; গালাতীয় ৫:১৯-২১;

আপনার কি রাগ নিয়ন্ত্রণ জনিত সমস্যা আছে?

১. আপনি কি খুব সহজে রাগ করে ওঠেন?
২. আপনার রাগ কি দীর্ঘসময় বিদ্যমান থাকে?
৩. যারা আপনাকে রাগায় আপনার কি তাদের উপরে প্রতিশোধ নিতে ইচ্ছা হয়?

যদি এই প্রশ্নগুলোর কোনটির উত্তর যদি আপনার জন্য হ্যাঁ হয়, তাহলে আপনার রাগ আপনাকে পাপের দিকে নিয়ে যাচ্ছে। আপনার অনুভূতির কথা ঈশ্বরকে বলুন, তার কাছে স্বীকার করুন যে এটি একটি পাপ এবং এই রাগের উপরে জয়ী হবার জন্য তার কাছ থেকে সাহায্য প্রার্থনা করুন।

রাগ ও পাপ

রাগ করা ও মেজাজ নিয়ন্ত্রণে রাখতে না পারার মধ্যে পার্থক্য কি? যখন আপনি মেজাজ নিয়ন্ত্রণে রাখতে না পারেন তখন আপনি কি করছেন তার উপরও আপনি নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে ফেলেন। আর যখন আপনি নিয়ন্ত্রণ হারান, তখন আপনার পক্ষে পাপ করা অত্যন্ত সহজ। হিতোপদেশে বলা হয়েছে:

> যে সব লোক খুব সহজেই রেগে যায় তারা নির্বোধের মত আচরণ করে (হিতো ১৪:১৭)

এবং

> রাগী লোক ঝগড়া খুঁচিয়ে তোলে, আর বদমেজাজি লোক অনেক পাপ করে (হিতো ২৯:২২)

নতুন নিয়মেও সাবধান করে বলা হয়েছে:

> তোমরা প্রত্যেকে শুনবার জন্য আগ্রহী হও, কিন্তু তাড়াতাড়ি করে কথা বলতে যেয়ো না বা রাগ কোর না; কারণ ঈশ্বর আমাদের কাছ থেকে যে সৎ জীবন আশা করেন তা রাগের মধ্য দিয়ে আসে না। (যাকোব ১:১৯-২০)

এই পদ গুলোর আমাদের দেখায় যে রাগ করা আমাদের জন্য অত্যন্ত বিপদজনক কারণ আমরা যখন রাগ করি তখন আমাদের পাপ করার সম্ভাবনা অনেক বেশি।

কিন্তু বাইবেলে বলে হয়নি যে আমাদের রাগই আমাদের পাপ। পৌল লিখেছেন:

> যদি রাগ করো তবে সেই রাগের দরুন পাপ কোর না; সূর্য ডুববার আগেই তোমাদের রাগ ছেড়ে দিও (ইফি ৪:২৬)।

চিন্তার উদ্দীপক

১. মথি ৫:২১-২২ পদ পড়ুন (এবং নিচের প্রশ্নগুলো ভেবে দেখুন এবং এগুলোর উত্তর দিন?)
   ক) আমাদের ভাইকে "অপদার্থ" বলে অপমান করতে যীশু নিষেধ করেছেন। একটি বাইবেল অভিধান (বা ডিকশনারি) ব্যবহার করে এই শব্দটির মূল শব্দ আর তার মূল অর্থ কি তা খুঁজে বের করুন। এই শব্দটির বদলে এর সমতুল্য আর কি কি শব্দ আমরা আজকের দিনে ব্যবহার করি?
   খ) রাগের বিষয়ে অন্যান্য যেসব পদ লেখা আছে তার আলোকে এই পদটি আপনি কিভাবে ব্যাখ্যা করবেন?
   গ) যীশু কি আমাদের সবসময়ই রাগ থেকে বিরত থাকতে বলছেন?
   ঘ) আপনি কি কাউকে কখনও 'বোকা' অবিহিত করেছেন? আপনার কি তা করা উচিৎ বলে মনে হয়?
২. নহিমিয় ১৩:২৩-২৭ পগুলো পড়ুন। নহিমিয় কি ঠিক কাজ করেছিলো?
৩. মেজাজ হারানো কি পাপ?
৪. কি কি উপায়ে মেজাজ নিয়ন্ত্রণ করা যেতে পারে সে বিষয়ে আলোচনা করুন।
৫. রাগ করা কি ঠিক না ভুল তা কি রাগের কারণ থেকে বিবেচনা করা সম্ভব? যেমন ধরুন:
   ক) কারো প্রতি অন্যায় বিচার করা হলে সেই বিষয়ে রাগ করা কি পাপ?
   খ) আপনার নিজের উপর অন্যায় বিচার করা হলে সেই বিষয়ে রাগ করা কি পাপ?

সহায়ক অনুসন্ধান

১. গীত ৩৭:৮, কলসীয় ৩:৮, এবং গালাতীয় ৫:১৯-২১ পদগুলো পড়ুন। ইফি ৪:২৬ এবং প্রভু যীশু কোন কোন সময় রাগ করেছিলেন তার আলোকে এই পদগুলো আপনি কিভাবে ব্যাখ্যা করবেন?
২. এমন একটি সময়ের কথা চিন্তা করুন যখন আপনি খুব রাগ করেছিলেন। আপনার রাগ করাটা কি আপনার জন্য ঠিক ছিলো? আপনার এই রাগের কারনে আপনি কি কোন ভুল বা অন্যায় কাজ করেছিলেন?

৩. রোমীয় ১২:১৭-২১ পড়ুন। (এবং এ প্রশ্নগুলো নিয়ে ভেবে উত্তর দিন?)

ক. রাগ করা, বিরক্ত হওয়া আর প্রতিশোধ নেওয়ার মধ্যে পার্থক্য কি? বিশ্বাসীদের কি কখনো বিরক্ত হওয়া বা প্রতিশোধ নেওয়া উচিৎ?

খ. ২০ পদ আমাদের কি ধরনের বাস্তব এবং ব্যবহারিক শিক্ষা দেয়?

এই বিষয়ে আরো জানতে চাইলে নিচে উল্লিখিত বই/সূত্রগুলো অনুসন্ধান করুন

- Anger: Handling a powerful emotion in a healthy way লেখক Gary Chapman (Northfield, পরিশোধিত সংস্করণ, ২০০৭)

আরও দেখুন:

১৬. প্রলোভন

১৭. পাপ

২৮. মন-পরিবর্তন

২৯. একে অন্যকে ক্ষমা করা

৫৫. ভালবাসার বিধি-বিধান