২২. অহংকার এবং নম্রতা

ঈশ্বর আমাদেরকে স্পষ্টভাবে বলেছেন যে অহংকারের কারনে আমাদের জীবনে পতন আসে। অহংকার মানে হল নিজেকে সবচেয়ে ভাল আর গুরুত্বপূর্ণ বলে মনে করা। নম্রতা হল তার ঠিক বিপরীত আচরণ আর ঈশ্বর নম্রতা পছন্দ করেন।

মূল পাঠ: দানিয়েল ৪

নবুখদনিৎসর ছিলেন বাবিলের এক ক্ষমতাশালী রাজা। তিনি তার নিজের জন্য এক বিশাল সম্রাজ্য তৈরি করেছিলেন। তিনি এতোই অহংকারী ছিলেন যে বাবিলে এমন অনেকগুলো ইট পাওয়া গেছে যার উপরে তার নাম খোদাই করা ছিলো। নবুখদনিৎসর দানিয়েল ৪ অধ্যায়ে লিখেছেন যার মধ্য দিয়ে তিনি সবাইকে দেখিয়েছেন যে ঈশ্বর অহংকারীদেরকে কিভাবে শাস্তি দেন। ঈশ্বরের কাছ থেকে একবার সাবধান বাণী পাওয়ার পরেও নবুখদনিৎসর পরিবর্তিত হননি। তাই তিনি যতদিন পর্যন্ত না শিখেছিলেন যে ঈশ্বর এই পৃথিবীতে রাজত্ব করেন ততদিন ঈশ্বর তাকে পাগল বানিয়ে রেখেছিলেন। সবশেষে তিনি বুঝতে পেরেছিলেন যে ঈশ্বর অহংকারীদের নম্র করতে পারেন।

১. ঈশ্বর যে ক্ষমতাশালী তা কি কোন উপায়ে নবুখদনিৎসরের পক্ষে বোঝা সম্ভব ছিলো?
২. আগুনের চুল্লীর ঘটনাটার পরে নবুখদনিৎসর পরিবর্তিত হবার চেষ্টা করেছিলেন। কিন্তু তার অহংকার তার সেই ইচ্ছার উপরে জয়লাভ করে। আমরা কিভাবে আমাদের জীবনে অহংকারকে নিয়ন্ত্রণ করতে পারি?
৩. কত বৎসর নবুখদনিৎসরকে পাগল হয়ে থাকতে হয়েছিলো?
৪. আমরা কি কি ভাবে অহংকার প্রদর্শন করি সে বিষয়ে ভেবে দেখুন।
৫. আমাদের প্রতিদিনের জীবনে আমরা কি কি উপায়ে নম্রতা অনুশীলন করতে সে বিষয়ে ভেবে দেখুন।

সহজ সংজ্ঞা

অন্য সকলের চাইতে আমাদের নিজেদেরকে ভালো বা বেশি গুরুত্বপূর্ণ বলে মনে করাই হল অহংকার। আর নম্রতা হল অন্য সকলের চাইতে নিজেকে নূন্যতম বা কম গুরুত্বপূর্ণ বলে মনে করা ।

ঈশ্বর এ বিষয়ে আমাদের পরিষ্কার ভাবে বলেছেন

> ...যাদের চোখে গর্ব আর বুকে অহংকার রয়েছে, তাদের আমি সহ্য করবো না। (গীত ১০১:৫)

এবং

> যে লোক নম্র, যার মন ভেঙ্গে চুরমার হয়েছে এবং যে আমার কথায় কাপতে থাকে তাকে আমি ভালো চোখে দেখবো। (যিশা ৬৬:২)

সমস্ত বাইবেল জুড়ে আমাদেরকে বলা হয়েছে যেন আমরা অহংকার থেকে দূরে থাকি আর নম্রতার দিকে এগিয়ে যাই। উদাহরণ স্বরূপ, পৌল বলেছেন,

> নিজেকে যতটুকু বড় মনে করা উচিৎ তার চেয়ে বেশী বড় বলে নিজেকে মনে কোর না...নিজের চেয়ে অন্যকে বেশী সম্মান কর...বড়লোকের ভাব না দেখিয়ে বরং যারা বড়লোক নয় তাদের সংগে মেলামেশা কর। নিজেকে জ্ঞানী মনে কোর না। (রোমীয় ১২:৩,১০,১৬)

অহংকারের কয়েকটি লক্ষণ

আপনার জীবনে অহংকারের সমস্যা আছে কিনা তা বুঝবার জন্য নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর ভেবে দেখুন আরে নিজের কাছে তার উত্তর দিন:

১. অন্যদের সকলের চেয়ে আপনার নিজের কাছে নিজেকে কি সাধারণত বেশী সঠিক বলে মনে হয়?
২. এমন কি কখনও হয়েছে যখন আপনি কাউকে অপেক্ষা করতে রেখে নিজের সাজ-সজ্জায় ব্যস্ত ছিলেন?
৩. আপনি যে সব ভালো কাজ করেন তা লোকদের জানানো কি আপনার কাছে গুরুত্বপূর্ণ?
৪. লোকে যদি আপনাকে দাম্ভিক বা অহংকারী মনে করে সেই বিষয়ে কি আপনি কোন পদক্ষেপ গ্রহণ করেন?
৫. অন্য কেউ যখন ভালো কোন কিছু করে আপনি কি তাদের প্রশংসা করেন? আপনার যা করার কথা ছিলো তা যদি অন্য কাউকে করতে দেখেন সেক্ষেত্রে আপনি কি করেন?
৬. যদি আপনি পড়াশুনার ক্ষেত্রে বা আপনার কাজে বিশেষ কিছু অর্জন করেন, আপনার কি মনে হয় যে তা অবশ্যই অন্যদেরকে জানানো উচিৎ? আর যখন কোন কিছুতে আপনি খারাপ করেন বা ভুল করে নিন্দা বা সমালোচনার মুখে পরেন, সেক্ষেত্রেও কি আপনার অন্যদের বিষয়টি জানাতে ইচ্ছা হয়?
৭. আপনি কি কখনও অন্য কারো কিছু করা দেখে হাসেন কারণ আপনি তার চাইতে আরো ভালো ভাবে কাজটি করতে পারেন।
৮. আপনি কি কখনও অন্য কাউকে তুচ্ছ বা ছোট করে দেখেন?

অহংকার দেখানো

> যখন সব দিক দিয়ে আমি খাঁটি, তখন নম্র হওয়া কতই না কঠিন...
> O Lord, it's hard to be humble, when you're perfect in every way ... (ইংরেজি গান)

গানটির রহস্য করে ইংরেজিতে গাওয়া হয়েছে ("It's Hard To Be Humble" গানটির গায়ক Mac Davis Screen Gems. কপিরাইট Casablanca Record and FilmWorks Inc.)। গানটিতে দেখানো হয়েছে আমদের সবার জীবনেই অহংকার কতো বড় একটি সমস্যা। আমরা নিশ্চয়ই একথা বলতে পারব না যে আমরা সব দিক থেকে খাটি, কিন্তু জীবনের কিছু কিছু ক্ষেত্রে আমরা ভালো হওয়ার কারনে নম্র হওয়া হয়তো আমাদের কাছে অনেক কষ্টকর মনে হতে পারে।

আপনি যা করেছেন তা নিয়ে কি আপনি কখনও গর্ব বোধ করেছেন? অন্যদের করা মূল্যবান কোন ভালো কোন কাজ নিয়ে কি আপনি কখনও গর্ব বোধ করেছেন? মণ্ডলীর যখন নিজেদের মধ্যে বিভিন্ন সমস্যা সমাধান করত আর বিভিন্ন বিরোধিতার বিপক্ষে শক্ত হয়ে দাঁড়াত পৌল তা নিয়ে গর্ব বোধ করতেন। এক ধরনের গর্ব হল ভালো কোন কাজ করা নিয়ে আনন্দ পাওয়ার গর্ব। ঈশ্বরের কাজ নিয়ে গর্ব করাকে বাইবেলে প্রশংসা করা হয়েছে (যেমন ২ করি ৮:২৪)। এই ধরনের গর্ব খারাপ কিছু নয় - এটি হল ভালো কোন কাজ বা প্রশংসার যোগ্য কোন কাজ নিয়ে আনন্দিত হওয়া। কিন্তু সামগ্রিকভাবে ঈশ্বর যখন অহংকারের কথা বলেন তিনি তার দ্বারা মানুষের আত্মকেন্দ্রিক গর্বের কথা বলেন যা অত্যন্ত খারাপ।

প্রাসঙ্গিক কিছু পদ

গর্ব করা যেখানে খারাপ কিছু নয়

- ঈশ্বরকে নিয়ে গর্ব করা: গীত ৩৪:২; যিরমিয় ৯:২৪; ১ করি ১:৩১
- অন্যদেরকে নিয়ে গর্ব করা: ২ করি ১:১৪; ৫:১২, ৭:৪, ১২:৫
- নিজেকে নিয়ে গর্ব করা: গালা ৬:৪; যাকোব ১:৯-১০

গর্ব করা যেখানে খারাপ

- পোশাক-পরিচ্ছেদ বা ধন-সম্পদ নিয়ে গর্ব করা: যিহি ৭:২০, ২৮:৫, ১৭; ২ করি ৫: ১২
- কোন কিছুর তুলনা করে গর্ব করা: ১ করি ৪:৬; গালা ৬:৪;
- নিজের কৃতিত্ব নিয়ে গর্ব করা: হিতো ২৭:২; হোশেয় ১২:৮;
- অহংকার করা: ১ করি ৫:৬; ১৩:৪; ১ যোহন ২:১৬

ঈশ্বর অহংকারী লোকদের অবনত করেন

২ শমূ ২২:২৮; গীত ১৮:২৭; হিতো ৩:৩৪; ১৬:১৮; ১৮:১২; ২৯:২৩; যিশা ১৩:১১; ২৩:৯; সফনিয় ৩:১১; মথি ২৩:১২; লূক ১৪:৭-১১; যাকোব ৪:৬; ১ পিতর ৫:৫

ঈশ্বর নম্রতা ভালোবাসেন

গীত ১৮:২৭; হিতো ৩:৩৪; ১৮;১২; যিশা ৬৬:২; মিখা ৬:৮; রোমীয় ১২:৩,১০,১৬; যাকোব ৪:৬,১০; ১ পিতর ৫:৫

নম্রতা অনুশীলন করা

অহংকার নিয়ন্ত্রণ আর নম্রতা অনুশীলন করার জন্য এখানে কিছু পদ্ধতি দেওয়া হল। এখানে কিছু বাইবেলের পদও দেওয়া হয়েছে। এই পদগুলো শেখার চেষ্টা করুন আর তার মধ্য দিয়ে যা বলা হয়েছে তা নিয়মিত করার চেষ্টা করুন:

১. ভালো কোন কাজ করুন অথবা কাউকে না জানিয়ে কোন একজনকে সাহায্য করুন। মথি ৬:৩-৪
২. আপনার জীবনে এমন কোন কিছুর কথা কাউকে বলুন যা নিয়ে আপনি লজ্জিত বা যার জন্য আপনি অনুশোচনা করেন, সে হয়তো আপনাকে মুক্ত হবার জন্য সাহায্য করতে পারেন। যাকোব ৫:১৬
৩. ঈশ্বরের সেবা করার ক্ষেত্রে আপনার সাফল্য প্রভু যীশু বা প্রেরিত পৌলের সাথে তুলনা করুন। ইব্রীয় ৩:১-২; ফিলি ৪:৯ ।
৪. নিজের প্রশংসা করা থেকে বা প্রভুর জন্য আপনি যা করেছেন তা নিয়ে কথা বলা থেকে বিরত থাকুন। হিতো ২৭:২
৫. ঈশ্বরকে সমস্ত প্রশংসা দেবার জন্য সবরকমের চেষ্টা করুন, আপনার নিজেকে নয়। ১ করি ১০:৩১
৬. আপনার যদি গর্ব করতে ইচ্ছা হয় তাহলে ঈশ্বর এবং তার ক্ষমতা নিয়ে প্রশংসা করুন। যির ৯:২৩-২৪
৭. প্রতিদিন অন্যদেরকে প্রশংসা করুন এবং তাদেরকে আপনার চাইতে তাদেরকে ভালো বলে মনে করুন। ফিলি ২:৩

অহংকার আর নম্রতার পুরষ্কার

ঈশ্বর যেমন নবুখদনিৎসর, হামন এবং অবশালোমকে নত করেছিলেন তেমন তিনি অহংকারী লোকদেরকে অবনত করবেন। আমরা নিজেদের নিয়ে যতো বেশী চিন্তা করি, ঈশ্বর আমাদের নিয়ে ততো কম চিন্তা করেন। এ বিষয়ে বাইবেলের ইষ্টের বইটি এবং ২ শমূয়েল ১৪-১৮ অধ্যায় পড়ুন।

যারা নম্র হয়, ঈশ্বর তাদেরকে উন্নত করেন এবং তাদেরকে তার নিজের রাজ্যে সম্মান দেবার ব্যবস্থা করেন। নিজেদের বিষয়ে কম চিন্তা করা আর ঈশ্বরের বিষয়ে বেশী চিন্তা করার মানে হল এর মধ্য দিয়ে ঈশ্বরের সংগে চিরকালের বাস করা।

সারাংশ

অহংকার প্রায় সব সময় আত্ম-কেন্দ্রিক আর সে ক্ষেত্রে অহংকার একটা বড় ভুল। আমাদের মধ্যে যদি অহংকার থাকে আর যদি আমাদের গর্ব করতে ইচ্ছা হয়, তাহলে আমাদের ঈশ্বরকে নিয়ে এবং তিনি আমাদের জন্য যা করেছেন তা নিয়ে গর্ব করা উচিৎ। আমরা যদি নম্র হবার চেষ্টা চালিয়ে যাই তাহলে ঈশ্বর বলেছেন যে তিনি আমাদের তার রাজ্যে সম্মান দেবেন।

চিন্তার উদ্দীপক

১. আপনার জীবনে এমন কি কোন কিছু আছে যা আপনি ঈশ্বরের জন্য করতে পারেন, কিন্তু অহংকারের কারনে আপনি তার থেকে বিরত আছেন?

২. বাইবেলের কোন কোন চরিত্রকে তাদের নম্রতার জন্য প্রশংসা করা হয়েছে? আপনি কি তাদের কাজ গুলর কথা মনে করতে পারেন যার মধ্য দিয়ে তাদের নম্রতা প্রকাশ পেয়েছিল?

৩. কোন কোন পরিস্থিতিতে আপনার নম্র হওয়া কষ্টকর বলে মনে করেন? সুনির্দিষ্ট ভাবে উল্লেখ করুন।

৪. নম্র হওয়া ও নিজেকে দুর্বল বা অপারগ ভাবার মধ্যে পার্থক্য কি?

সহায়ক অনুসন্ধান

১. বাইবেল থেকে এমন চারজন লোককে খুঁজে বের করুন যারা অত্যন্ত অহংকারী বা গর্বিত ছিল। (এই অধ্যায়ে যাদের কথা বলা হয়েছে তাদের বাদ দিয়ে)।

২. আপনি কি এমন কাউকে খুঁজে বের করতে পারেন যিনি অতিরিক্ত নম্র ছিলেন?

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

- বাইবেলের হিতোপদেশ বইটি পড়ুন।
- The genius of discipleship লেখক Dennis Gillett (Christadelphian কর্তৃক প্রকাশিত, ১৯৮৪), অধ্যায় ১০। ৫ পৃষ্ঠা।

আরো দেখুন

২৮: মন পরিবর্তন

৫৫. ভালবাসার বিধি-বিধান

৫৮ অর্থ এবং সম্পদ

৬২. জীবিকা ও পেশা

৬৫. গুজব-রটানো