১৭ই আগস্ট ২০২৫
পঞ্চাশত্তমীর পর দশম রবিবার
অনুধ্যান / Theme:- "প্রভু আমাদের প্রার্থনা করতে শেখাও"

আদিপুস্তক ১৮:২০-৩৩,
গীতসংহিতা ১১৬:১-৯,
১ যোহন ৫:১৩-২১,
লূক ১১:১-১৩

মূল পদ: *"প্রভু, আমাদিগকে প্রার্থনা করিতে শিক্ষা দিউন, যেমন যোহনও আপন শিষ্যদিগকে শিক্ষা দিয়াছিলেন।"* লূক ১১:১।

প্রার্থনা হল ঈশ্বরের সাথে একজন বিশ্বাসীর সম্পর্কের জীবনরেখা। প্রার্থনার মাধ্যমে, আমরা আমাদের সৃষ্টিকর্তার সাথে যোগাযোগ করি, আমাদের গভীরতম আবেগ প্রকাশ করি এবং নির্দেশনা চাই। তবুও, খ্রিস্টীয় জীবনে প্রার্থনার কেন্দ্রবিন্দু থাকা সত্ত্বেও, অনেকেই ভাবতে শুরু করেন যে কীভাবে প্রার্থনা করতে হবে, কী বলতে হবে, এমনকি জীবনের ব্যস্ততার মধ্যেও প্রার্থনাকে কীভাবে অগ্রাধিকার দিতে হবে। শিষ্যরা যেমন যীশুকে জিজ্ঞাসা করেছিলেন, "প্রভু, আমাদের প্রার্থনা করতে শেখান," তেমনি আমাদেরও অর্থপূর্ণ প্রার্থনার শিল্প এবং অনুশীলন শিখতে হবে। আজকের ধর্মোপদেশে, আমরা চিন্তা করব যে বিভিন্ন ধর্মগ্রন্থ পাঠ কীভাবে প্রার্থনার গুরুত্ব, কীভাবে এটি গড়ে তুলতে হবে এবং এর রূপান্তরকারী শক্তি বোঝার ক্ষেত্রে আমাদের পথ দেখায়। আমরা হিতোপদেশে প্রজ্ঞা, গীতসংহিতায় প্রকাশিত ঈশ্বরের প্রতি গভীর আকাঙ্ক্ষা, ফিলিপীয়দের পুস্তকে পৌলের খ্রীষ্টের প্রতি অবিরাম সাধনা এবং লূকের সুসমাচারে মার্থা ও মেরির গল্প অন্বেষণ করব। এই প্রতিটি অনুচ্ছেদ প্রার্থনার আধ্যাত্মিক শৃঙ্খলার উপর আলোকপাত করে এবং ঈশ্বরের সাথে গভীর যোগাযোগের জন্য আমাদের আমন্ত্রণ জানায়।

১. প্রার্থনার প্রজ্ঞা (হিতোপদেশ ৩:১৩-১৮)
হিতোপদেশ ৩:১৩-১৮ পদে আমাদের বলা হয়েছে, "ধন্য সেই ব্যক্তি যে প্রজ্ঞা পায়, সেই ব্যক্তি যে বুদ্ধি লাভ করে;" প্রার্থনা হল ঈশ্বরিক জ্ঞান আবিষ্কারের একটি পথ। এই অনুচ্ছেদটি জ্ঞানকে রূপার চেয়েও মূল্যবান বলে বর্ণনা করে, যা সোনার চেয়েও বেশি লাভজনক। এই প্রাচীন প্রজ্ঞা আমাদের মনে করিয়ে দেয় যে প্রার্থনায় ঈশ্বরের সাথে যোগাযোগ করার মাধ্যমে আমরা যে অন্তর্দৃষ্টি এবং স্পষ্টতা অর্জন করি তার তুলনায় সমস্ত পার্থিব লাভ ম্লান। প্রার্থনা কেবল জিনিস চাওয়ার বিষয়ে নয়; এটি বোধগম্যতা খোঁজার, ঈশ্বরকে তাঁর ইচ্ছা প্রকাশ করার জন্য জিজ্ঞাসা করার এবং তাঁর জ্ঞানের ভান্ডার সংগ্রহ করার বিষয়ে। আমরা জীবনের মধ্য দিয়ে ভ্রমণ করার সময়, আমাদের নিজস্ব বোধগম্যতার উপর নির্ভর করা সহজ। তবে, প্রার্থনা আমাদের মানবিক যুক্তি এবং সীমিত দৃষ্টিভঙ্গিকে সমর্পণ করতে সাহায্য করে, ঈশ্বরের নিখুঁত জ্ঞানের জন্য নিজেদের উন্মুক্ত করে। যখন আমরা জ্ঞানের জন্য প্রার্থনা করি, যেমন শলোমন করেছিলেন, তখন আমরা ঈশ্বরের সাথে আমাদের চিন্তাভাবনাগুলিকে একত্রিত করি এবং কেবল জ্ঞানই নয় বরং শান্তি, নির্দেশনা এবং পরিপূর্ণতাও পাই যা পার্থিব সাফল্যগুলি দিতে পারে না।

২. প্রার্থনায় ঈশ্বরের জন্য আকুল আকাঙ্ক্ষা (গীতসংহিতা ৬৩:১-৮)
গীতসংহিতা ৬৩ হল গভীর আধ্যাত্মিক তৃষ্ণার প্রার্থনা: "হে ঈশ্বর, তুমি আমার ঈশ্বর, আমি আন্তরিকভাবে তোমার খোঁজ করি; আমি তোমার জন্য তৃষ্ণার্ত, আমার সমস্ত সত্ত্বা তোমার জন্য আকুল আকাঙ্ক্ষা করে।" গীতরচক দায়ূদ, প্রান্তরে লেখা, ঈশ্বরের জন্য মানুষের আত্মার তীব্র আকাঙ্ক্ষাকে ধারণ করে। দায়ূদের কান্না হতাশার, আশারও। প্রার্থনায়, আমরা কেবল প্রার্থনা করার জন্য নয় বরং কেবল আশীর্বাদের জন্য নয় বরং ঈশ্বরের জন্যও প্রার্থনা করার জন্য ঈশ্বরের সামনে আসি। শুষ্ক ভূমিতে তৃষ্ণার্ত থাকার চিত্র আমাদের আধ্যাত্মিক পুষ্টির জন্য আমাদের গভীর প্রয়োজনের কথা মনে করিয়ে দেয়, যা কেবলমাত্র ঈশ্বরই সরবরাহ করতে পারেন। আমাদের দ্রুতগতির জীবনে, প্রার্থনা প্রায়শই পিছনে পড়ে যায়, তবুও গীতরচক আমাদের ঈশ্বরকে খোঁজার জরুরিতার কথা মনে করিয়ে দেন। প্রার্থনা আমাদেরকে পুনরায় মনোযোগ দিতে এবং ঈশ্বরের উপস্থিতির জন্য আমাদের হৃদয়কে তৃষ্ণার্ত করতে সাহায্য করে। যেমন দায়ূদ ৮ পদে বলেছেন, "আমি তোমাকে আঁকড়ে ধরে আছি; তোমার ডান হাত আমাকে ধরে রাখে।" এই অন্তরঙ্গ, আন্তরিক আকাঙ্ক্ষার প্রার্থনা আমাদের শেখায় যে ঈশ্বরের উপস্থিতি আমাদের অন্য কোনও কিছুর চেয়ে টিকিয়ে রাখে এবং সন্তুষ্ট করে। ঠিক যেমন দায়ূদ প্রান্তরে ঈশ্বরের উপস্থিতি পেয়েছিলেন, আমরাও আন্তরিক প্রার্থনার মাধ্যমে আমাদের চ্যালেঞ্জের মাঝে ঈশ্বরের মুখোমুখি হতে পারি।

৩. প্রার্থনার মাধ্যমে এগিয়ে যাওয়া (ফিলিপীয় ৩:৭-১৪)
ফিলিপীয় ৩ পদে, পৌল খ্রীষ্টকে জানার রূপান্তরকারী শক্তি সম্পর্কে লিখেছেন। তিনি বলেছেন, "যা কিছু আমার কাছে লাভজনক ছিল, এখন আমি খ্রীষ্টের জন্য তা ক্ষতি বলে মনে করি" (৭ পদ)। খ্রীষ্টকে আরও গভীরভাবে জানার "লক্ষ্যের দিকে

এগিয়ে যাওয়ার" বিশ্বাসীর যাত্রায় প্রার্থনা অপরিহার্য। পৌলের এই প্রচেষ্টার প্রতিশ্রুতি প্রার্থনায় অধ্যবসায়ের একটি উদাহরণ। যদিও তার অনেক সাফল্য ছিল, তবুও পৌল যীশুকে জানার অসাধারণ মূল্যের তুলনায় সেগুলিকে কিছুই বলে মনে করেননি। তিনি বুঝতে পেরেছিলেন যে খ্রীষ্টকে জানা কেবল একবারের ঘটনা নয় বরং প্রার্থনা এবং সাধনার একটি জীবনব্যাপী প্রক্রিয়া। তাই, প্রার্থনা সেই জ্বালানী হয়ে ওঠে যা আমাদের খ্রীষ্টের সাথে আরও গভীর সম্পর্কের দিকে চালিত করে। অবিরাম এবং আবেগপূর্ণ প্রার্থনার মাধ্যমেই আমরা এগিয়ে যাই, এমনকি যখন জীবন কঠিন হয়ে পড়ে, এমনকি যখন আমরা ঈশ্বরের কাছ থেকে দূরে বোধ করি। পৌলের মতো, আমাদের লক্ষ্যের দিকে আমাদের দৃষ্টি রাখতে হবে, জেনে রাখা উচিত যে প্রার্থনা হল সেই মাধ্যম যার মাধ্যমে আমরা খ্রীষ্টকে জানতে পারি এবং তাঁর পুনরুত্থানের শক্তি অনুভব করতে পারি। পৌল আমাদের শেখান যে প্রকৃত প্রার্থনা কেবল শব্দের উপর নয়; এটি রূপান্তরের উপর। প্রার্থনার মাধ্যমে আমরা আরও বেশি খ্রীষ্টের মতো হয়ে উঠি এবং প্রার্থনার মাধ্যমে আমরা ধৈর্যের সাথে বিশ্বাসের দৌড়ে দৌড়ানোর ক্ষমতা লাভ করি।

৪. প্রার্থনার উত্তম অংশ (লূক ১০:৩৮-৪২)
লূক ১০ অধ্যায়ের সুসমাচার পাঠে আমরা মার্থা এবং মরিয়মের গল্পের মুখোমুখি হই। মার্থা যখন সেবার অনেক কাজে ব্যস্ত, তখন মরিয়ম যীশুর পায়ের কাছে বসে কথা শুনতে পছন্দ করেন। মার্থা, অভিভূত হয়ে, যীশুকে মরিয়মকে সাহায্য করতে বলেন, কিন্তু যীশু মৃদুভাবে উত্তর দেন, "মার্থা, মার্থা, তুমি অনেক বিষয়ে চিন্তিত এবং বিরক্ত, কিন্তু খুব কম জিনিসের প্রয়োজন - অথবা কেবল একটি। মরিয়ম যা ভালো তা বেছে নিয়েছে" (পদ ৪১-৪২)। এই অনুচ্ছেদটি প্রার্থনার হৃদয় সম্পর্কে গভীর অন্তর্দৃষ্টি প্রদান করে। মার্থার কাজ ভুল ছিল না, তবে এটি একটি জিনিস থেকে মনোযোগ সরিয়ে নিয়েছিল যা সত্যিই প্রয়োজনীয় ছিল - যীশুর সাথে থাকা। মার্থার মতো, আমাদের অনেকেই জীবনের ব্যস্ততায় আটকে আছি। আমরা "অনেক বিষয়ে চিন্তিত এবং বিরক্ত", এবং প্রার্থনা আমাদের তালিকা থেকে বাদ দেওয়ার আরেকটি কাজ হয়ে ওঠে। অন্যদিকে, মেরি প্রার্থনার মর্মকথা তুলে ধরেন। তিনি যীশুর পায়ের কাছে বসে, তাঁর কথা শুনতে এবং তাঁর সাথে উপস্থিত থাকতে বেছে নেন। আমাদের প্রার্থনা জীবনে, আমরা কত কিছু করি বা বলি তা নয়, বরং ঈশ্বরের সাথে উপস্থিত থাকা, তাঁর কণ্ঠস্বর শোনা এবং তাঁর উপস্থিতিতে বসার জন্য সময় বের করা। এই গল্পটি আমাদের প্রার্থনাকে অগ্রাধিকার দেওয়ার, আরও ভালো অংশ বেছে নেওয়ার এবং এটি করার মাধ্যমে আমরা সময় নষ্ট করছি না বরং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সম্পর্কে বিনিয়োগ করছি - ঈশ্বরের সাথে আমাদের সম্পর্ক - এই বিষয়টি জানার চ্যালেঞ্জ জানায়।

বিভিন্ন খ্রিস্টান চিন্তাবিদ এবং উৎস থেকে প্রার্থনার দশটি জনপ্রিয় সংজ্ঞা এবং বর্ণনা এখানে দেওয়া হল:

১. সেন্ট অগাস্টিন: "সত্য, সম্পূর্ণ প্রার্থনা ভালোবাসা ছাড়া আর কিছুই নয়।" অগাস্টিন বিশ্বাস করতেন যে প্রার্থনা হল ঈশ্বরের প্রতি ভালোবাসায় ভরা হৃদয়ের প্রকাশ। এটি কেবল কিছু চাওয়া নয় বরং ঈশ্বরের ভালোবাসা এবং ইচ্ছার সাথে নিজের হৃদয়কে একত্রিত করা।

২. মার্টিন লুথার: "প্রার্থনা ছাড়া খ্রিস্টান হওয়া শ্বাস ছাড়া বেঁচে থাকার চেয়ে আর কিছুই সম্ভব নয়।" লুথারের কাছে প্রার্থনা ছিল শ্বাস-প্রশ্বাসের মতোই অপরিহার্য - এটি ঈশ্বরের সাথে খ্রিস্টানদের সম্পর্কের প্রাণরক্ত, স্রষ্টার সাথে একটি অবিচ্ছিন্ন এবং গুরুত্বপূর্ণ যোগাযোগ।

৩. বিলি গ্রাহাম: "প্রার্থনা হল আপনার এবং ঈশ্বরের মধ্যে কেবল একটি দ্বিমুখী কথোপকথন।" গ্রাহাম প্রার্থনার ব্যক্তিগত প্রকৃতির উপর জোর দিয়েছিলেন, এটিকে ঈশ্বরের সাথে সরাসরি, ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ হিসাবে বর্ণনা করেছিলেন। এটি আনুষ্ঠানিক বা দূরবর্তী নয় বরং কথোপকথনমূলক এবং ব্যক্তিগত।

৪. জন ওয়েসলি: "ঈশ্বর প্রার্থনার উত্তর ছাড়া আর কিছুই করেন না।" মেথডিজমের প্রতিষ্ঠাতা ওয়েসলি, পৃথিবীতে এবং মানুষের জীবনে পরিবর্তন আনার জন্য প্রার্থনার শক্তিতে বিশ্বাস করতেন। তিনি প্রার্থনাকে ঈশ্বরের পরিকল্পনার একটি মূল হাতিয়ার হিসেবে দেখেছিলেন।

৫. অসওয়াল্ড চেম্বারস: "প্রার্থনা আমাদের বৃহত্তর কাজের জন্য উপযুক্ত নয়; প্রার্থনাই বৃহত্তর কাজ।" চেম্বারস জোর দিয়েছিলেন যে প্রার্থনা নিজেই একজন বিশ্বাসীর পক্ষে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কাজ। এটি কেবল কর্মের প্রস্তুতি নয় বরং ঈশ্বরের সাথে আমাদের সম্পর্কের ক্ষেত্রে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কাজ।

৬. সি.এস. লুইস: "আমি প্রার্থনা করি কারণ আমি নিজেকে সাহায্য করতে পারি না। আমি প্রার্থনা করি কারণ আমি অসহায়। আমি প্রার্থনা করি কারণ প্রয়োজন আমার ভেতর থেকে সব সময় বেরিয়ে আসে, জাগ্রত এবং ঘুমন্ত। এটি ঈশ্বরকে পরিবর্তন করে না - এটি আমাকে পরিবর্তন করে।" লুইস প্রার্থনাকে আমাদের মানবিক অবস্থার একটি স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া হিসেবে দেখেছিলেন। প্রার্থনা ঈশ্বরের মন পরিবর্তন করার বিষয়ে নয় বরং তাঁকে খোঁজার প্রক্রিয়ায় আমাদের রূপান্তরিত করার বিষয়ে।

৭. মাদার টেরেসা: “প্রার্থনা চাওয়া নয়। প্রার্থনা হল ঈশ্বরের হাতে, তাঁর স্বভাবের উপর নিজেকে সমর্পণ করা এবং চারটি হৃদয়ের গভীরে তাঁর কণ্ঠস্বর শোনা।” মাদার টেরেসা প্রার্থনায় আত্মসমর্পণের উপর জোর দিয়েছিলেন। এটি কেবল অনুরোধ করার বিষয়ে নয় বরং ঈশ্বরের যত্নে নিজেদেরকে সমর্পণ করা এবং তাঁর ইচ্ছার প্রতি মনোযোগী হওয়া সম্পর্কে।

৮. জন ব্যানিয়ান: “প্রার্থনায় হৃদয় ছাড়া শব্দের চেয়ে শব্দ ছাড়া হৃদয় থাকা ভালো।” দ্য পিলগ্রিমস প্রোগ্রেসের লেখক বুনিয়ান, তুলে ধরেছেন যে প্রার্থনা হৃদয়ের ভঙ্গি সম্পর্কে, কেবল আমরা যে শব্দগুলি বলি তা নয়। প্রকৃত প্রার্থনা স্পষ্টভাষীর চেয়ে বরং আন্তরিক হৃদয় থেকে প্রবাহিত হয়।

৯. ই.এম. বাউন্ডস: “প্রার্থনাকে এমন একটি কর্তব্য হিসেবে বিবেচনা করা উচিত নয় যা পালন করতে হবে, বরং উপভোগ করার একটি সুযোগ হিসেবে দেখা উচিত, একটি বিরল আনন্দ যা সর্বদা কিছু নতুন সৌন্দর্য প্রকাশ করে।” প্রার্থনার উপর লেখার জন্য পরিচিত ই.এম. বাউন্ডস, বিশ্বাসীদের প্রার্থনাকে কেবল একটি ধর্মীয় বাধ্যবাধকতা নয়, বরং একটি আনন্দময় অভিজ্ঞতা হিসেবে দেখতে উৎসাহিত করেন। এটি ঈশ্বরের সৌন্দর্য এবং মঙ্গলের একটি ক্রমাগত আবিষ্কার।

১০. লিওনার্ড রাভেনহিল: “কোনও মানুষ তার প্রার্থনা জীবনের চেয়ে বড় নয়।” রাভেনহিল জোর দিয়েছিলেন যে প্রার্থনা হল একজন খ্রিস্টানের আধ্যাত্মিক জীবনের ভিত্তি, যা তাদেরকে ঈশ্বরের সাথে গভীরভাবে সংযুক্ত করে এবং তাদের প্রকৃত আধ্যাত্মিক শক্তি প্রকাশ করে। তিনি প্রার্থনাকে কেবল একটি অনুশীলন হিসেবে নয় বরং ঈশ্বরের সাথে একজনের ভক্তি এবং সম্পর্কের পরিমাপ হিসেবে দেখেছিলেন। রাভেনহিলের শিক্ষা দ্বারা অনুপ্রাণিত একই রকম সংজ্ঞা হতে পারে: “প্রার্থনা হল একজন বিশ্বাসীর আধ্যাত্মিক হৃদস্পন্দন, যেখানে প্রকৃত শক্তি, নম্রতা এবং ঈশ্বরের সাথে ঘনিষ্ঠতা পাওয়া যায়। এটি খ্রিস্টীয় বিশ্বাসকে বেঁচে থাকার জন্য শক্তির লুকানো উৎস।” রাভেনহিল ক্রমাগত উল্লেখ করেছেন যে একজন খ্রিস্টানের জীবনের কার্যকারিতা এবং গভীরতা সরাসরি প্রার্থনায় তাদের ব্যক্তিগত সময় ব্যয়ের উপর নির্ভর করে।

এই সংজ্ঞাগুলি প্রার্থনার বিভিন্ন দিক - যোগাযোগ, সম্পর্ক, রূপান্তর এবং ঈশ্বরের উপর নির্ভরতার উপর জোর দেয় - যা দেখায় যে প্রার্থনা তার অনুশীলন এবং উদ্দেশ্য উভয় ক্ষেত্রেই সহজ এবং গভীর।

উপসংহার

"প্রভু, আমাদের প্রার্থনা করতে শেখান" এই প্রতিপাদ্যের উপর চিন্তা করার সময়, আমরা বুঝতে পারি যে প্রার্থনা কেবল একটি ধর্মীয় কর্তব্য নয় বরং ঈশ্বরের উপস্থিতি, প্রজ্ঞা এবং শক্তির জন্য একটি জীবনরেখা। হিতোপদেশের জ্ঞান, গীতসংহিতার আকাঙ্ক্ষা, পৌলের খ্রীষ্টের প্রতি অবিরাম সাধনা এবং যীশুর পায়ের কাছে বসার জন্য মেরির পছন্দের মাধ্যমে, আমরা শিখি যে প্রার্থনা হল সবকিছুর উপরে ঈশ্বরকে খোঁজার বিষয়ে। জীবনের ব্যস্ততার মধ্যে, আমরা প্রায়শই মার্থার মতো বিচলিত এবং অভিভূত বোধ করি। তবুও যীশু আমাদেরকে আরও ভালো অংশ বেছে নেওয়ার, প্রার্থনাকে অগ্রাধিকার দেওয়ার এবং তাঁর সাথে থাকার জন্য আমন্ত্রণ জানান। আমরা যখন আমাদের বিশ্বাসে এগিয়ে যাই, আসুন আমরা মনে রাখি যে প্রার্থনা হল ঈশ্বরের সাথে গভীর সম্পর্ক উন্মোচনের চাবিকাঠি, এবং প্রার্থনার মাধ্যমেই আমরা রূপান্তরিত হই।
শিষ্যদের মতো, আমরা যেন ক্রমাগত জিজ্ঞাসা করি, "প্রভু, আমাদের প্রার্থনা করতে শেখান।" এবং প্রার্থনাকে জ্ঞান, আকাঙ্ক্ষা, অধ্যবসায় এবং ঈশ্বরের সাথে ঘনিষ্ঠতার স্থান হিসেবে আমাদের বোধগম্যতা বৃদ্ধি পাক।

প্রার্থনা

করুণাময় এবং প্রেমময় ঈশ্বর, আমরা আজ আপনার সামনে এসেছি, শিষ্যদের মতো প্রার্থনা করছি: "প্রভু, আমাদের প্রার্থনা করতে শেখান।" প্রার্থনার গভীরতা এবং সৌন্দর্য বুঝতে আমাদের সাহায্য করুন এবং সর্বোপরি আপনাকে খুঁজতে আমাদের পরিচালিত করুন। জীবনের ব্যস্ততার মধ্যে, আপনার উপস্থিতিতে ব্যয় করা আরও ভাল সময় বেছে নেওয়ার জন্য আমাদের মনে করিয়ে দিন। আমাদের উদ্বেগ এবং বিক্ষেপগুলি ত্যাগ করার এবং আপনার পায়ের কাছে শান্তি খুঁজে পাওয়ার জন্য আমাদের জ্ঞান দিন। আমরা যেন দাউদের মতো আপনার জন্য তৃষ্ণার্ত হই এবং খ্রীষ্টকে আরও গভীরভাবে জানার লক্ষ্যে এগিয়ে যাই। আমাদের প্রার্থনার মাধ্যমে আমাদের রূপান্তরিত করুন, এবং আমরা যেন প্রতিটি মুহূর্তে আপনার প্রেমের শক্তি অনুভব করি। যীশুর নামে, আমরা প্রার্থনা করি। আমেন।