ধ্যানমূলক অধ্যয়ন

জনশূন্য মরুভূমিতে একজন ক্লান্ত ও ক্ষুধার্ত পথিক যখন সুস্বাদু ফলে ভরা সুন্দর একটা গাছ দেখতে পায়, তখন তার মনে কি ইচ্ছা জাগে? তার মনে একটা ইচ্ছাই জাগে। তা হোল, ফল খেয়ে তার ক্ষুধা দূর করা ও জীবনীশক্তি ফিরিয়ে আনা। খেয়ে ক্ষুধা দূর হলে পরই সে গাছটির কথা ভাবতে পারে। কি রকম স্থানে গাছটি জন্মেছে, এর ডাল পালা ও পাতা কি রকম, এর রং ও সুগন্ধ কি রকম, ইত্যাদি নিয়ে সে তখন ভাবতে পারে। এইভাবে সুন্দর গাছটি সম্বন্ধে সে তার কৌতুহল মেটায়। কিন্তু সেটা তেমন বড় কথা নয়, বড় কথা হোল গাছটির ফল খেয়ে সে তার ক্ষুধা দূর করে ও দেহের পুষ্টি সাধন করে। গাছের যে অংশটি আপনি খান, তাই আপনাকে জীবন দেয়।

ঈশ্বরের পবিত্র বাক্য বাইবেলের বেলায়ও একই কথা। এর প্রতিটি বিষয়ই মনে কৌতুহল জাগায়। কিন্তু ঈশ্বরের বাক্যের অর্থ এতই গভীর বা উচু যে মানুষের মনে কখনোই সেই গভীরতা বা উচ্চতা পর্যন্ত পৌছাতে পারে না। কারণ ঈশ্বরের মত তাঁর বাক্যও অসীম ও অনন্ত। আপনি যতই বাইবেল অধ্যয়ন করবেন, আপনার অতি পরিচিত পদগুলি থেকে ততই নতুন নতুন বিষয় জানতে পারবেন। ফলে ভরা সুন্দর গাছটির মত শাস্ত্রের যে অংশটি আপনি আহার করেন বা খান, তাই আপনাকে জীবন দেয়।

আমি কিভাবে শাস্ত্র বাক্য খেতে পারি? এজন্য প্রথমে আমাকে শাস্ত্র পড়তে হবে। কিন্তু কেবল পড়লেই হবেনা। শাস্ত্র বাক্যকে আমার জীবনের সাথে মিশিয়ে এক করে নিতে হবে এবং সেই মত জীবন যাপন করতে হবে। ধ্যানমূলক অধ্যয়নের মধ্য দিয়ে এই কাজ করতে হবে। শাস্ত্রের শিক্ষাকে আপন করে নিতে হবে। তখন শাস্ত্র আমার আত্মিক খাদ্যে পরিণত হয়ে আমাকে আত্মিক জীবন দেয়। যীশু বলেছেন, "আমি তোমাদের যে কথাগুলো বলেছি তা আত্মা আর জীবন" (যোহন ৬ ঃ ৬৩ পদ)।

পাঠের খসড়া ঃ

ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন কি ?
একটা পদের ধ্যানমূলক অধ্যয়ন।
একটা অনুচ্ছেদের ধ্যানমূলক অধ্যয়ন ।
ধ্যানমূলক পদ্ধতিতে আরো বড় বড় শাস্ত্রাংশ অধ্যয়ন।

পাঠের লক্ষ্যগুলি ঃ

এই পাঠ শেষ করলে পর আপনি

* ধ্যানমূলক অধ্যয়ন, এর পদ্ধতিগত দিকের সংগে ও এর প্রধান উদ্দেশ্যটির সংগে কি সম্পর্ক, তা বর্ণণা করতে পারবেন।
* এই পাঠে যে ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন পদ্ধতি আছে তা ব্যবহার করে আরো বেশী আত্মিক শক্তি পাবেন, এবং আত্মিক জীবনে আরো বেশী এগিয়ে যেতে পারবেন।

শেখার জন্য প্রয়োজনীয় কাজ ঃ

১। পাঠের ভূমিকা, পাঠের খসড়া ও পাঠের লক্ষগুলি পড়ুন।

২। মূল শব্দাবলীতে যে নতুন শব্দগুলি আছে সেগুলির মানে শিখুন।

৩। পাঠের বিস্তারিত বিবরণ পড়ুন এবং এর মধ্যকার প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর দিন।

৪। খুব ছোট উত্তরগুলি বাদে আর সব উত্তর আপনার খাতায় লিখুন।

৫। অধ্যয়নের সময় পবিত্র আত্মার পরিচালনার জন্য আপনার অন্তর খোলা রাখুন যেন, ঈশ্বরের বাক্য আপনার কাছে সত্য সত্যই জীবন খাদ্য হতে পারে।

৬। পাঠ শেষ করে পরীক্ষাটি দিন। প্রথমে নিজের উত্তর লিখুন, তারপর বইয়ে দেওয়া উত্তরের সাথে তা মিলিয়ে দেখুন।

পাঠের বিস্তারিত বিবরণ ঃ

ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন কি?

লক্ষ্য-১ ঃ ধ্যানমূলক অধ্যয়নের জন্য কিরূপ মনোভাব দরকার তা বর্ণণা করা ও কি কি নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা যায় তা বর্ণণা করা।

একজন লেখক ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন সম্বন্ধে লিখেছেন, "(এটাকে) অধ্যয়নের একটা পদ্ধতি না বলে একটা অন্তরের ভাব বলা উচিত। এটি হোল এমন একটা আগ্রহী মনোভাব যা ঈশ্বরের মন পেতে চায়। এটি হোল নম্রতার মনোভাব যা সহজেই ঈশ্বরের রব শুনে সেই মত কাজ করে। আর এটি হোল আরাধনার মনোভাব যা আপনাকে ঈশ্বরের সামনে নিয়ে যায়" (এইচ, এফ, ভস্ "এফেকটিভ বাইবেল ষ্টাডি" থেকে)।

কেবল মাত্র নিজের জ্ঞান-বুদ্ধি দিয়ে বাইবেল অধ্যয়ন করলে চলবে না, বাইবেল অধ্যয়ন এর চেয়েও বড়, এই বইয়ে সব সময়ই আপনাকে একথা মনে করিয়ে দেওয়া হয়েছে। আপনি যখনই খোলা মন নিয়ে শাস্ত্র অধ্যয়ন করছেন, এবং আপনার জীবনে বাক্য কি বলে তা জেনেছেন, তখন আপনি ধ্যানমূলক মনোভাব নিয়েই অধ্যয়ন করছেন। সত্যি বলতে কি এই পাঠ অধ্যয়নের নতুন কোন পদ্ধতি দেবার দরকার নাই। আপনি যে পদ্ধতিগুলি শিখেছেন সেগুলির সাহায্যেই আপনাকে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করতে হবে। তবে এই অধ্যয়নের উদ্দেশ্য জানা বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ।

ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের প্রধান উদ্দেশ্য হোল নিজে থেকে ঈশ্বরের বাক্য বুঝে নেওয়া ও তা থেকে জীবন লাভ করা। এ হোল ঈশ্বরের চিন্তাধারা জানতে চাওয়া, ঈশ্বরের রব শুনে তা মেনে চলা ঈশ্বরের ইচ্ছা মত চলা, ঈশ্বরের সামনে তাঁর প্রশংসা ও আরাধনা করা। কিভাবে এসব করা যায়? প্রথমে সবগুলি উপায় ব্যবহার করে জানুন বাইবেল কি বলে, তারপর সেইগুলি মেনে জীবন যাপন করুন।

ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন প্রত্যেক খ্রীষ্টিয়ানের দৈনিক কাজের একটা অংশ হওয়া উচিত। এই প্রকার অধ্যয়ন খুবই ব্যক্তিগত। এমনকি অন্যদের কাছে বলবার জন্য যখন একটা ধ্যানমূলক অধ্যয়নের বিষয় তৈরী করা হয় তখনও এর প্রধান উদ্দেশ্যটি ব্যক্তিগতই থাকে। পবিত্র আত্মা আমায় কি বলছেন? ধ্যানমূলক অধ্যয়ন এই প্রশ্নের উত্তর পেতে সাহায্য করবে।

খ্রীষ্টিয়ানদের একটি শত্রু আছে। সে তাদের ঈশ্বরের ইচ্ছা জানতে ও সেই মত কাজ করতে বাধা দেয়। তাই ধ্যানমূলক অধ্যয়নে আপনার সামনে অনেক বাধা আসতে পারে। সাধু পিতর আমাদের সাবধান করেছেন ঃ

"নিজেদের দমনে রাখ ও সতর্ক থাক, কারণ তোমাদের শত্রু শয়তান গর্জনকারী সিংহের মত করে কাকে খেয়ে ফেলবে তার খোঁজ করে বেড়াচ্ছে। বিশ্বাসে স্থির থেকে শয়তানকে রুখে দাঁড়াও, কারণ তোমরা তো জান যে, সারা জগতের মধ্যে তোমাদের বিশ্বাসী ভাইয়েরা একই রকম দুঃখ-কষ্ট ভোগ করছে" (১ পিতর ৫ ঃ ৮-৯ পদ)।

১। নীচের যে উক্তিটি সত্য সেটির বা পাশের শূণ্যস্থানে 'স' লিখুন। আর যেটি মিথ্যা সেটির পাশে 'মি' লিখুন।

...ক) সভা-সমিতিতে বক্তৃতার জন্য ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের বিষয় প্রস্তুত করা হয়।

...খ) প্রত্যেক খ্রীষ্ট-বিশ্বাসীর পক্ষে প্রতিদিন ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন করা উচিত।

...গ) ধ্যানমূলক অধ্যয়নে প্রধানতঃ জ্ঞান বুদ্ধি দিয়ে অধ্যয়ন করা হবে।

...ঘ) ধ্যানমূলক অধ্যয়নে প্রধানতঃ আত্মার পুষ্টি সাধন করা হবে।

২। পাঠের বিস্তারিত বিবরণের প্রথম অনুচ্ছেদটি পড়ুন। তারপর ঐটির সাহায্য নিয়ে ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন সম্পর্কে নীচের বাক্যগুলি পূরণ করুন।

ক) এটি হোল.....যা ঈশ্বরের মন পেতে চায়।

খ) এটি হোল.....যা সহজেই ঈশ্বরের রব শুনে সেই মত কাজ করে।

গ) এটি হোল.....যা আপনাকে ঈশ্বরের সামনে নিয়ে যায়।

একটা শব্দ, পদ, অনুচ্ছেদ অথবা আরো বড় শাস্ত্রাংশ নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা যায়। এই পাঠে আপনি "একটা শব্দ" নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করবেন না। কারণ এজন্য আপনাকে এমন সব বই পত্রের সাহায্য নিতে হবে, যেগুলি থেকে মূল গ্রীক এবং হিব্রু বাইবেলে ব্যবহৃত শব্দগুলির ব্যাখ্যা পাওয়া যাবে। এই বইয়ে এই রকম বিষয় নিয়ে আলোচনা করা সম্ভব নয়। তাই আপনি একটা পদ, একটা অনুচ্ছেদ, এবং আরো বড় শাস্ত্রাংশ নিয়ে অধ্যয়ন করবেন-এই পাঠে এগুলি ফিলিপীয় বইটি থেকে নেওয়া হবে।

পদ এবং অধ্যায়। মূল গ্রীক এবং হিব্রু বাইবেলে পদ এবং অধ্যায় বলে কিছুই ছিল না। যারা বাইবেল অনুবাদ করেছেন, তারাই, বুঝবার সুবিধার জন্য, এইভাবে ছোট ছোট ভাগে বিভক্ত করেছেন। আপনি হয়তো দেখবেন যে, কোন এক অধ্যায়ের প্রথম পদটি, এর আগের অধ্যায়ের শেষ পদ (অথবা এর উল্টো) হলেই ভাল হোত। অধ্যায়গুলি কোথায় আরম্ভ করা হবে আর কোথায় শেষ করা হবে, তা কয়েক শত বছর আগে ঠিক করা হয়েছিল। সহজে বুঝা যায় এমন ছোট ছোট ভাগে বিভক্ত করবার ফলে শাস্ত্র অধ্যয়নে যে সুবিধা হয়েছে তার তুলনায় কোন্ পদটি দিয়ে কোন্ অধ্যায় শেষ হবে,-এই সমস্যাটি তেমন কিছু নয়। আপনি যে কোন যুক্তি সংগত স্থানে পড়া আরম্ভ অথবা শেষ করতে পারেন। তবে আপনাকে দেখতে হবে যে, এতে শাস্ত্রাংশটির অর্থের কোন পরিবর্তন না হয়। সম্পূর্ণ ভাবটি প্রকাশের জন্য যে কথাগুলি দেওয়া দরকার, সেগুলি অবশ্যই একই ভাগের মধ্যে নেবেন।

অনুচ্ছেদ। বর্তমান কালের অনুবাদকরা শাস্ত্রকে কেবল পদ এবং অধ্যায় হিসাবেই ভাগ করেন না, তারা একে অনুচ্ছেদের আকারেও ভাগ করেন। একই প্রধান বিষয় সম্বন্ধে বলে, এমন বাক্যগুলিকে একত্রিত করে এক একটি অনুচ্ছেদ গঠিত হয়। এই রকম বাক্যগুলির প্রথম লাইনটিকে একটু ভিতরের দিকে সরিয়ে লেখা হয়। এর দ্বারা বুঝানো হয়, যে এখানে একটি নতুন চিন্তা নিয়ে আলোচনা শুরু হয়েছে। একটা অনুচ্ছেদই অধ্যয়নের পক্ষে সব চেয়ে ভাল।

অনেক ছোট ছোট শাস্ত্রাংশ আছে যেগুলি ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের পক্ষে খুবই উপযুক্ত। শয়তান যখন যীশুর পরীক্ষা করেছিল তখন তিনি শাস্ত্র বাক্য দ্বারা উত্তর দিয়েছিলেন। তিনি বলেছিলেন, "মানুষ শুধু রুটিতেই বাঁচে না, কিন্তু ঈশ্বরের মুখের প্রত্যেকটি কথাতেই বাঁচে" (মথি ৪ঃ৪ পদ)। এখানে যীশু দ্বিতীয় বিবরণ ৮ঃ৩ পদ থেকে এই কথাগুলি বলেছিলেন। আপনি খুব ছোট ছোট শাস্ত্রাংশগুলি এমন মনোযোগ দিয়ে পড়বেন, যেন অনুবিক্ষণ যন্ত্রের নীচে সেগুলির বিস্তারিত বিবরণ দেখছেন। প্রত্যেকটি বাক্যাংশ যতদূর সম্ভব ভাল ভাবে বুঝতে চেষ্টা করবেন। এজন্য ২য় ও ৫ম পাঠে আপনি যে প্রশ্নগুলির বিষয় জেনেছেন সেগুলি ব্যবহার করবেন।

আরো বড় শাস্ত্রাংশ। মাঝে মাঝে আপনি হয়ত অধ্যয়নের জন্য আরো বড় শাস্ত্রাংশ যেমন কয়েকটি অনুচ্ছেদ অথবা কয়েকটি অধ্যায় ব্যবহার করতে চাইবেন। শাস্ত্রাংশটি কত বড় সেটা তেমন গুরুত্বপূর্ণ বিষয় নয়। গুরুত্বপূর্ণ বিষয়টি হোল আপনার অন্তরে ঈশ্বরের রব শুনে তা মেনে চলতে প্রস্তুত কিনা।

৩। নীচের কোনটি নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা যায়?

ক) বাইবেলের একটা বই।

খ) শাস্ত্রের একটি অনুচ্ছেদ।

গ) বাইবেলের কতগুলি বই, যেমন চারটা সুখবরের বই।

৪। নীচের যে কথাগুলি ঠিক, সেগুলির পাশে টিক (√) চিহ্ন দিন।

ক) করায় পড়বার ও বুঝবার সুবিধা হয়েছে।

খ) করায় একজন ছাত্রের কোনই সুবিধা হয়েনি।

গ) মূল গ্রীক ও হিব্রু বাইবেলে ছিল।

ঘ) শত শত বছর আগে অনুবাদকরা করেছেন।

ঙ) বর্তমান কালের অনুবাদকরা করেছেন।

চ) সব সময় দেখিয়ে দেয় কোথায় অধ্যয়ন আরম্ভ করতে হবে আর কোথায় শেষ করতে হবে।

একটা পদের ধ্যানমূলক অধ্যয়ন

লক্ষ্য-২ ঃ ফিলিপীয় ২ ঃ ১ পদের উপর ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করতে পর্যবেক্ষণ ও অর্থ ব্যাখ্যার ধাপগুলি ব্যবহার করা।

একথা সত্য যে ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নে জ্ঞান-বৃদ্ধির চেয়ে অন্তরের ভাবই বড় কথা। আর একথাও তেমনি সত্য যে নিয়মিত অধ্যয়ন, এলোমেলো অধ্যয়নের চেয়ে বেশী মূল্যবান। একজন ভাল বাইবেল পণ্ডিত অন্তরে ঠিক ভাব নিয়ে, সবচেয়ে ভাল রীতি বা পদ্ধতিটি ব্যবহার করেই বাইবেল পড়বেন। আপনি ও নিজ আত্মার পুষ্টি সাধনের জন্য ঈশ্বরের বাক্য অধ্যয়ন করবেন, আর বাইবেল অধ্যয়ন সম্বন্ধে যা কিছু জেনেছেন সবই ব্যবহার করবেন।

এখানে আপনি ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের জন্য সুবিধাজনক তিনটি ধাপের বিষয় পড়বেন। তার পরে শেষের দু'টি ধাপ ব্যবহার করে আপনাকে ফিলিপীয় ২ ঃ ১ পদ অধ্যয়ন করতে হবে। ধাপগুলি হোল ঃ শাস্ত্রাংশ মনোনীত করুন, পর্যবেক্ষণ করে খবরগুলি বের করুন, এবং খবরগুলির অর্থ বের করুন।

শাস্ত্রাংশ মনোনীত করুন। প্রথম ধাপ হোল যে পদটি নিয়ে অধ্যয়ন করা হবে, সেটি মনোনীত করা। ঐ বিশেষ সময়ে ঈশ্বর আপনাকে কি বলতে চান (মানে কোন্ পদটি আপনি অধ্যয়ন করবেন) তা জানবার জন্য আপনাকে পবিত্র আত্মার উপর বিশেষভাবে নির্ভর করতে হবে। পবিত্র আত্মার উপর নির্ভর করবার বিষয়টি বুঝিয়ে বলা কঠিন, কারণ এটি খুবই ব্যক্তিগত (যার যার নিজের ব্যাপার)। কিন্তু আপনি যদি একজন খ্রীষ্টিয়ান হন, এবং নিয়মিত ঈশ্বরের বাক্য অধ্যয়ন করেন, তবে পবিত্র আত্মা কিভাবে কোন একটা বিশেষ শাস্ত্রাংশ আপনার মনে জাগিয়ে দেন তা হয়ত আপনি জানেন। আমি অনেক খ্রীষ্টিয়ানকে এই রকম বলতে শুনেছি ঃ "ঐ পদের অক্ষরগুলি যেন পৃষ্ঠা থেকে লাফিয়ে বেরিয়ে আসতে চাচ্ছিল", ঐ পদটিকে মনে হচ্ছিল যেন সোনার অক্ষরে ছাপানো।" আপনাদের মধ্যে যে কেউ ঈশ্বরের বাক্য অধ্যয়নে পবিত্র আত্মার নির্দেশ চায়, পবিত্র আত্মা বিশেষ বিশেষ উপায়ে তাদের প্রত্যেকের দৃষ্টি আকর্ষণ করে থাকেন।

তাই পদ মনোনীত করবার একটা উপায় হোল মনোযোগের সাথে একটা বিশেষ শাস্ত্রাংশ পড়া। পড়বার সময় হয়ত একটা বিশেষ পদের উপর আপনার দৃষ্টি আটকে যাবে। আপনি যখনই বাইবেল পড়বেন, যে পদগুলি আপনার ভাল লাগবে সেগুলি লিখে রাখবেন। যে পদগুলি নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা যায় সেগুলিতে সাধারণতঃ আদেশ-নির্দেশ থাকে, অথবা সাবধান করা হয়।

পবিত্র আত্মার কাছ থেকে যদি কোন "বিশেষ" নির্দেশ না পান তবে, কি করবেন? ঈশ্বরের বাক্য কি অধ্যয়ন করবেন না? মোটেই তা নয়। "পবিত্র শাস্ত্রের প্রত্যেকটি কথা ঈশ্বরের কাছ থেকে এসেছে এবং তা শিক্ষা, চেতনা দান, সংশোধন এবং সৎ জীবনে গড়ে উঠবার জন্য দরকারী" (২ তীমথিয় ৩ঃ১৬ পদ)। তাই কোন পদ যদি না পান, তবে এমন একটা পদ মনোনীত করুন যার মধ্যে আদেশ-নির্দেশ আছে অথবা সাবধান করা হয়েছে।

পর্যবেক্ষণ করে খবরগুলি বের করুন। দ্বিতীয় ধাপে আপনার কাজ হোল সম্পূর্ণ পদটি বার বার পড়া। পড়বার সময় এই প্রশ্নটি নিয়ে চিন্তা করুনঃ "তিন-চারটি শব্দের মধ্যে এই পদটির কি নাম দেওয়া যায়?"

চিন্তা করে পদটির জন্য একটা নাম ঠিক করবার মাধ্যমে আপনি ঐ পদের মূল চিন্তাটি বুঝতে পারবেন। পদটির মূল চিন্তা বের করবার পরে আবার পদটি পড়ে এর মধ্যে যতগুলি খবর পান লিখুন। এই পদটি থেকে সরাসরি যে খবরগুলি পাওয়া যায়, অথবা যে সব খবরের ইংগিত পাওয়া যায়, সেগুলি খোঁজ করুন। ২য় পাঠে কে? কি? কিভাবে? কখন? কোথায়? ইত্যাদি যে প্রশ্নগুলির বিষয় জেনেছেন, সেগুলির উত্তর খুঁজে বের করুন (আপনি যে সব পদ নিয়ে অধ্যয়ন করবেন, তাদের প্রত্যেকটির বেলায় পাঁচটি প্রশ্নেরই উত্তর পাবেন না)। বিভিন্ন জিনিষের নাম, যে শব্দগুলি কাজ বর্ণণা করে, এবং যে শব্দগুলি জিনিষপত্র বর্ণণা করে, সেগুলি লিখুন। পর্যবেক্ষণের এই কাজ গুলি সবই আপনার নোট খাতায় লিখতে হবে।

খবরগুলির অর্থ বের করুন। তৃতীয় ধাপে আপনি পদটির অর্থ বের করে নিজের কথায় তা লিখবেন। তাহলে আপনি "এর অর্থ কি?"-অর্থ ব্যাখ্যার এই প্রশ্নটির উত্তর পাবেন। কিন্তু ধ্যানমূলক অধ্যয়নে আপনাকে আরো একটা প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে হবে। তা হোল-"আমার কাছে এর অর্থ কি?"

অন্যান্য খুঁটিনাটি বিষয়ের চেয়ে বরং যে বিষয়গুলি আপনার আত্মাকে খাদ্য যোগাবে ধ্যানমূলক অধ্যয়নে সেগুলির ব্যাপারেই আপনি বেশী আগ্রহী হবেন। তবে বাইবেল অধ্যয়নের যে পদ্ধতিগুলি আপনি জেনেছেন সেগুলির সবই আপনাকে ব্যবহার করতে হবে। আমি যা বুঝাচ্ছি, তা ব্যাখ্যা করে বলি ঃ

৫ম পাঠে আপনি জেনেছেন যে পুনরুক্তি (বার বার বলা) রচনার একটা নীতি। কোথায় কোথায় পুনরুক্তি আছে শাস্ত্র অধ্যয়নের সময় আপনি তা দেখেন, কারণ সুদক্ষ লেখকরা অনেক গুরুত্বপূর্ণ বিষয় বুঝানোর জন্য এই সাহিত্য পদ্ধতিটি ব্যবহার করেন। পুনরুক্তি শাস্ত্রাংশের মধ্যে ঐক্য এনে দেয়। তাছাড়া, বিশেষভাবে জোর দিয়ে বলার জন্যও এটি ব্যবহৃত হয়।

পুনরুক্তির একটা বিশেষ কারণ আছে, আর সেই কারণেই এটা এত দরকারী। আপনি যখন বুঝতে শিখেন যে পুনরুক্তি এমনি এমনি হয়নি, তখন আপনি বলতে পারেন, "ঐ বিষয়টি নিশ্চয়ই গুরুত্বপূর্ণ, কারণ পবিত্র আত্মা পুনরুক্তি করার দ্বারা ঐটির উপর বিশেষ জোর দিয়েছেন।" অধ্যয়নের পদ্ধতি সম্বন্ধে আপনার যে জ্ঞান আছে, তা আপনাকে সত্যগুলি আরো নির্ভুলভাবে বুঝতে সাহায্য করবে। এই বইয়ে আপনি যে সাহিত্য পদ্ধতিগুলি শিখেছেন সেগুলি আপনাকে বাইবেলের সত্য খুঁজে পেতে ও আপনার জন্য তাদের ব্যক্তিগত অর্থ বুঝতে সাহায্য করবে।

৫। প্রত্যেকটি সত্য উক্তির পাশে টিক (√) চিহ্ন দিন।

ক) বাইবেলের যে পদগুলি নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা যায় সেগুলিতে আদেশ-নির্দেশ অথবা সতর্কবাণী থাকে।

খ) যে পদগুলি আপনার খুব ভাল লাগে কেবল সেই পদগুলিই আপনি অধ্যয়ন করবেন।

গ) পবিত্র শাস্ত্রের প্রত্যেকটি কথা শিক্ষা দেবার ও সৎ জীবনে গড়ে উঠবার জন্য দরকারী।

ঘ) ধ্যানমূলক অধ্যয়নের দ্বিতীয় ধাপ হোল অর্থ বের করা।

ঙ) শাস্ত্রের অর্থ ব্যাখ্যা সম্পর্কিত প্রশ্নটি হোল ঃ "এর অর্থ কি ?"

এই বইয়ের ২ নং পাঠটি আবার পড়ুন। শাস্ত্র অধ্যয়নে পর্যবেক্ষণ ও অর্থ ব্যাখ্যা করবার ধাপগুলি সম্বন্ধে আপনি যা শিখেছেন তা বিশেষভাবে লক্ষ্য করুন।

৬। পুনরুক্তি খুবই দরকারী কারণ-

ক) এটি রচনার একটি নীতি।

খ) এটি হচ্ছে অধ্যয়নের পদ্ধতিগত দিক।

গ) এটি জোর দিয়ে বিশেষভাবে বলা বুঝায়।

৭। ধ্যানমূলক অধ্যয়ন সম্পর্কে নিজের কোন্ উক্তিটি সত্য ?

ক) আপনি আত্মিক খাদ্য চান বলে অধ্যয়নের যে পদ্ধতিগুলি আপনি শিখেছেন, এতে সেগুলির কোন প্রয়োজন নেই।

খ) অধ্যয়নের যে পদ্ধতিগুলি আপনি শিখেছেন, বাইবেলের সত্য খুঁজে বের করবার ও বুঝবার জন্য ধ্যান ও প্রার্থনার সাথে সেগুলি ব্যবহার করেন।

গ) রচনার নীতিগুলি খুঁজে বের করতে পারাই সবচেয়ে দরকারী বিষয়।

এখন আপনি একটা পদ নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করবার জন্য তৈরী হয়েছেন। ফিলিপীয় ২ ঃ ১ পদ নিয়ে আপনি অধ্যয়ন করবেন। একটা বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ কথা হোল, নীচের কাজগুলি সব আপনাকে নিজে করতে হবে। প্রথমে নিজের উত্তরগুলো খাতায় লিখুন। তারপরেই বইয়ের উত্তর দেখতে পারেন। আপনার উত্তরগুলো বইয়ে দেওয়া উত্তরগুলো থেকে কিছুটা ভিন্ন হতে পারে, কিন্তু তাতে কিছুই এসে যায় না। আপনার উত্তর যদি ভুল না হয় তবে সেগুলোর কোন পরিবর্তন করবেন না। পদ মনোনীত করবার প্রথম ধাপটি আপনার জন্য করে দেওয়া হয়েছে। আপনার খাতায় উপরিভাগে লিখুন ফিলিপীয় ২ ঃ ১ পদ।

৮। ফিলিপীয় ২ঃ১ পদ বার বার পড়ুন। পদটি মুখস্ত করে ফেলুন। তিন-চারটি শব্দের মধ্যে এর জন্য একটা নাম দিন।

৯। ফিলিপীয় ২ঃ১ পদ আবার পড়ুন এবং পড়বার সময় এর খবর গুলি খুঁজে বের করুন। কে? কি? কিভাবে? এবং কখন? এই প্রশ্নগুলির উত্তর লিখুন।

১০। খবরগুলির অর্থ বের করুন। "এর অর্থ কি?" এবং "আমার জন্য এর অর্থ কি?" ধ্যান ও প্রার্থনার সাথে এই প্রধান প্রশ্ন দুটি নিয়ে ভাবুন। তারপর "আমি" ব্যবহার করে এই পদটির অর্থ বুঝিয়ে নিজের কথায় এর একটা বিস্তারিত বিবরণ লিখুন।

একটা অনুচ্ছেদের উপর ধ্যানমূলক অধ্যয়ন ঃ

লক্ষ্য-৩ ঃ ফিলিপীয় ২ঃ১-৫ পদের ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করতে পর্যবেক্ষণ ও অর্থ ব্যাখ্যার ধাপগুলি ব্যবহার করা।

একটা অনুচ্ছেদের ধ্যানমূলক অধ্যয়ন, একটা পদের ধ্যানমূলক অধ্যয়নের মতই। এখানে আপনি যে অনুচ্ছেদটি নিয়ে অধ্যয়ন করবেন তা হোল ফিলিপীয় ২ঃ১-৫ পদ। ফিলিপীয় ২ঃ১ পদের মত প্রথমে আপনাকে প্রত্যেকটি পদ ভাল করে পড়তে হবে এবং প্রত্যেকটি পদের জন্য তিন চারটি শব্দের মধ্যে একটা নাম দিতে হবে।

দ্বিতীয় ধাপে আপনি পর্যবেক্ষণ করে খবরগুলি বের করবেন। কে? কি? কিভাবে? কখন? কোথায়? এই পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর পাবার জন্য অনুচ্ছেদটি যতবার দরকার হয় পড়ুন। যে শব্দগুলি কাজ বর্ণণা করে, যে কাজগুলি সত্য বর্ণণা করে, এবং আদেশ ও সতর্কবাণী ইত্যাদি বিষয়গুলি খাতায় লিখুন। অনুচ্ছেদটি কি বলে, তা যখন পরিস্কার ভাবে বুঝতে পারবেন তখন তিন চারটি শব্দের মধ্যে অনুচ্ছেদটির জন্য একটা নাম লিখুন।

তৃতীয় ধাপ হোল খবরগুলির অর্থ ব্যাখ্যা করা। এই ধাপে আপনি অনুচ্ছেদটির অর্থ বুঝিয়ে নিজের কথায় একটা বিবরণ লিখবেন। এই বিবরণ অনুচ্ছেদটির সমস্ত খবর ও সেগুলির অর্থ সুন্দরভাবে একত্রে প্রকাশ করবে।

নীচের প্রশ্নগুলি আপনাকে ফিলিপীয় ২ঃ ১-৫ পদ অধ্যয়নে সাহায্য করবে। প্রথমে আপনার খাতায় প্রশ্নগুলির উত্তর লিখুন। তারপরেই বইয়ের উত্তর দেখতে পারেন। আপনার উত্তর ভিন্ন ধরণের হতে পারে। কিন্তু তাতে কিছু এসে যায় না। আপনার উত্তরে যদি ভুল না থাকে তবে সেগুলির কোন পরিবর্তন করবেন না।

১১। ফিলিপীয় ২ঃ ১-৫ পদের প্রতিটি পদ কয়েকবার পড়ুন। প্রতিটি পদের জন্য দুই-তিনটি শব্দের মধ্যে এমন একটা নাম দিন যা সংক্ষেপে ঐ পদের মূল চিন্তাটি প্রকাশ করবে। এই নামগুলি আপনার খাতায় লিখুন। এমন ভাবে লিখুন যেন এগুলি একটা খসড়ার প্রধান বিষয়। প্রতিটি নামের মাঝে কয়েক লাইন জায়গা ফাঁকা রাখুন। পরে খসড়াটিকে বিস্তারিত ভাবে লিখবার সময় প্রতিটি পদের খবরগুলি এই ফাঁকা জায়গায় লিখবেন (৭ম পাঠে "হবককুক বইটির খসড়া" অংশে কিভাবে খসড়া লিখতে হবে তা বর্ণণা করা হয়েছে,—ঐ অংশটি পড়ুন)। এই পৃষ্ঠার উপরিভাগে আপনার খসড়ার জন্য এমন একটা নাম দিন যা সংক্ষেপে ঐ অনুচ্ছেদের প্রধান চিন্তাগুলি প্রকাশ করবে।

১২। কে? কি? কিভাবে? কখন? কোথায়?- এই প্রশ্নগুলি মনে রেখে ফিলিপীয় ২ঃ ১-৫ পদের প্রতিটি পদ আবার পড়ুন (অবশ্য প্রত্যেক পদে আপনি সবগুলি প্রশ্নের উত্তর পাবেন না)। এছাড়া, যে কথাগুলি সত্য বর্ণণা করে সেগুলি ও আদেশ, সতর্কবাণী, ইত্যাদি বিষয়গুলিও আপনি খোঁজ করবেন। পবিত্র আত্মা কোন্ বিষয়টির উপর বিশেষ জোর দিতে চেয়েছেন, রচনার যে নীতিগুলি তা দেখিয়ে দেয়, সেগুলিও আপনাকে খোঁজ করতে হবে। এই সব কথা মনে রেখে পাঁচটি পদের প্রতিটির নামের নীচে উপ-প্রধান বিষয়গুলির নাম লিখুন। কেবল তৃতীয় পদের উপ-প্রধান বিষয়গুলির বিশদ বিবরণ লিখুন।

বিশেষ দ্রষ্টব্য ঃ জায়গার অভাবে উপরোক্ত প্রশ্নগুলির উত্তরে বিস্তারিত খসড়া লেখা সম্ভব হয়নি। কিন্তু ১-পদের এই কথাগুলি লক্ষ্য করুন ঃ "সকলের মন এক হোক, একে অন্যকে ভালবাস এবং মনে প্রাণে এক হও"। এখানে আপনি কোন্ সাহিত্য পদ্ধতির ব্যবহার দেখতে পান? পুনরুক্তি এবং ধারাবাহিকতা এই দুটি পদ্ধতিই

এখানে দেখতে পাওয়া যায়। তাছাড়া দীর্ঘকরণের সাহিত্য পদ্ধতিটিও আছে-যা একটা চিন্তাকে বাড়িয়ে বলে। এই ভাবে রচনা করা হলে তা খুবই শক্তিশালী হয়। এ থেকে আমরা জানতে পারি যে, যে বিষয়টি এখানে বলা হয়েছে সেটি ঈশ্বরের কাছে খুবই গুরুত্বপূর্ণ। এই বইয়ে যে খসড়া দেওয়া হবে তাতে এই ধরণের সমস্ত খবর থাকবে না। তবে আপনি খাতায় যে খসড়াটি করবেন সেটিকে, এই ধরণের যে সব খবর আপনি পাবেন, সেগুলি দিয়ে সম্পূর্ণ করে লিখবেন।

১৩। এখন আপনি তৃতীয় ধাপের কাজ, অর্থাৎ খবরগুলির অর্থ বের করবার জন্য প্রস্তুত। "এর অর্থ কি?" এবং "আমার জন্য এর অর্থ কি?" এই প্রশ্ন দুটি মনে রাখবেন। "আমি", "আমার" ইত্যাদি শব্দ ব্যবহার করে ফিলিপীয় ২ঃ ১-৫ পদের অর্থ বুঝিয়ে এর একটি বিস্তারিত বিবরণ লিখুন (ধ্যানমূলক অধ্যয়ন ব্যক্তিগত উপকারের জন্য, তাই "আমি" দিয়েই এর উপযুক্ত বর্ণণা দেওয়া যায়)। এই শাস্ত্রাংশ থেকে আপনি যা কিছু জানতে ও বুঝতে পেরেছেন, সবই আপনার বিবরণের মধ্যে লেখা উচিত। ধ্যান ও প্রার্থনার সাথে লিখুন, তাহলে পবিত্র আত্মা ঐ বিষয়টিকে আপনার কাছে একেবারে জীবন্ত করে তুলবেন।

আরো বড় শাস্ত্রাংশ নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন ঃ

লক্ষ্য-৪ ঃ ফিলিপীয় ২ঃ ১-১১ পদের উপর ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করতে পর্যবেক্ষণ ও অর্থ ব্যখ্যার ধাপ দুটি ব্যবহার করুন।

আপনি যেভাবে পদ অনুচ্ছেদ অধ্যয়ন করেছেন, সেই একই ভাবে আরো বড় শাস্ত্রাংশ অধ্যয়ন করতে পারেন। ধ্যানমূলক অধ্যয়নের জন্য আপনাকে এমন শাস্ত্রাংশ মনোনীত করতে হবে, যেখানে সবগুলি পদের মধ্যে কোন না কোন সম্বন্ধ আছে। সেটি কয়েকটা অনুচ্ছেদ হতে পারে, আবার সম্পূর্ণ একটা অধ্যায়ও হতে পারে। কিন্তু এই রকম শাস্ত্রাংশে দীর্ঘকরণের মাধ্যমে একই বিষয়ের আলোচনা থাকবে। এখানে যে শাস্ত্রাংশ নিয়ে অধ্যয়ন করবেন সেটি আমরাই মনোনীত করে দিয়েছি।

এখানে ফিলিপীয় ২ঃ ১-১১ পদ মনোনীত করা হয়েছে। এর ফলে পৃথকভাবে একটি পদ ও অনুচ্ছেদ অধ্যয়নের সাথে সেই পদ ও অনুচ্ছেদ সহ আরো বড় একটা শাস্ত্রাংশ অধ্যয়নের কি কি মিল আছে, তা আপনি বুঝতে পারবেন। যে অধ্যয়ন আপনি এই মাত্র শেষ করেছেন, সেটি সহ আরো বড় একটা শাস্ত্রাংশ অধ্যয়ন করলে আপনার সময় এবং জায়গা দুইই কম লাগবে। এই অংশে আপনি ৬-১১ পদ নিয়ে অনুসন্ধান করবেন। ১-৫ পদ অধ্যয়ন করে যে বিবরণ লিখেছেন, ঠিক তার পরেই লিখতে আরম্ভ করুন। অধ্যয়নের ধাপগুলি আগের মতই, তবে বড় শাস্ত্রাংশে একটা মূল বচন থাকলে ভাল। মূলবচন আপনাকে খুঁজে বের করতে হবে। নীচের ধাপগুলি মনে রাখবেন।

প্রথমে প্রতিটি পদ ভাল করে পড়ুন এবং প্রত্যেক পদের জন্য একটা ছোট নাম দিন।

দ্বিতীয় ধাপে পর্যবেক্ষণ করে খবরগুলি খুঁজে বের করুন। কে? কি? কিভাবে? কখন? কোথায়? এই তথ্যমূলক প্রশ্নগুলির উত্তর পাবার জন্য যতবার পড়া দরকার, পড়ুন। যে শব্দগুলি কাজের কথা বলে, যে কথাগুলি সত্য প্রকাশ করে, আদেশ ও সতর্কবাণী, ইত্যাদি, লক্ষ্য করুন। আর যে সব শব্দের অর্থ আপনি জানেন না, সেগুলির অর্থ খুঁজে বের করবেন। আপনি রচনার যে নীতি ও সাহিত্য পদ্ধতিগুলি শিখেছেন বড় শাস্ত্রাংশে সেগুলি হয়ত আরও বেশী দেখতে পাবেন। পর্যবেক্ষণের সমস্ত খবর ফিলিপীয় ২ঃ ১-৫ পদের মত খসড়ার আকারে লিখুন। সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটির জন্য নতুন একটা ছোট নাম দিন।

তৃতীয় ধাপে, "এর অর্থ কি? এবং" আমার জন্য এর অর্থ কি? এই দরকারী প্রশ্নগুলির উত্তর জানার মাধ্যমে সমস্ত খবরগুলির অর্থ বের করুন। তা খাতায় লিখে রাখুন।

আপনার খাতায় নীচের প্রশ্নগুলির উত্তর লিখুন। এমনভাবে লিখুন যেন ১-৫ পদ সম্পর্কে আপনি যে বিবরণ লিখেছেন এগুলিকে তারই পরের বিবরণ বলে বুঝা যায়।

১৪। সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটি (২ ঃ ১-১১ পদ) কয়েকবার পড়ুন। এখন আপনি প্রথম অংশটির সাথেই আবার পরিচিত হচ্ছেন। কিন্তু এর সাথে ৬-১১ পদের কি কি মিল আছে তা দেখবার জন্য আপনাকে আবার পড়তে হবে। তারপর সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটিকে অখণ্ডরূপে ধরে নিয়ে এর জন্য একটা মূল বচন বা মূল পদ ঠিক করুন এবং পদ সংখ্যা লিখে রাখুন। এই পদটিকে মনে হবে যেন সমস্ত পদ-গুলির মূল বিষয়টি প্রকাশ করছে, অথবা ঐ শাস্ত্রাংশে যে চিন্তা বা ধারণাগুলি আছে, সেগুলির মূলে আছে এই পদের চিন্তা বা ধারণাটি।

১৫। ফিলিপীয় ২ ঃ ১-৫ পদের জন্য আপনি যে নাম দিয়েছেন, সেটি নিয়ে চিন্তা করে দেখুন। সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটির (১-১১ পদ) জন্য ঐ নামটি ব্যবহার করা যায় কিনা। যদি ব্যবহার করা যায় তবে ঐ নামই ব্যবহার করুন। আর যদি প্রয়োজন হয় তবে বদলে নিন। এখন সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটির জন্য যে নাম ঠিক করেছেন সেটি লিখুন।

১৬। প্রথম পাঁচটি পদ আপনি অধ্যয়ন করেছেন, তাই ৬ পদ থেকে আরম্ভ করুন। ৬-১১ পদের প্রত্যেকটি পদ ভাল করে পড়ুন। প্রত্যেক পদের জন্য তিন-চারটি শব্দের মধ্যে ছোট একটি নাম লিখুন। কাজ শেষ হলে পর আপনার দেওয়া নামগুলি এই বইয়ের উত্তরের সাথে মিলিয়ে দেখুন। (উত্তর সামান্য ভিন্ন রকমের হতে পারে)।

১৭। এখন (আমাদের মূল বচন ২ ঃ ৫ পদের ভিত্তিতে) ৬-১১ পদের জন্য একটা নাম বেছে নিন এবং সেটি খাতায় লিখুন।

১৮। এখন আপনি ফিলিপীয় ২ ঃ ৬-১১ পদের খবরগুলি খুঁজে বের করবার জন্য প্রস্তুত। ১-৫ পদের বেলায় যেমন করেছিলেন তেমনি এখানেও পদের নামগুলিকে আপনার খসড়ার প্রধান বিষয় রূপে ব্যবহার করুন। ১২ নম্বর প্রশ্নে যা যা করতে বলা হয়েছিল সেগুলি দেখুন। ৬-১১ পদ, সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটিরই অংশ, তাই ৫ পদের প্রধান বিষয়টির যে নম্বর ছিল, তার পর থেকেই ৬-১১ পদের প্রধান বিষয়-গুলির নম্বর দিতে থাকুন। তাহলে এর পরের প্রধান বিষয়টির নম্বর হবে ৬। এখন ৬-১১ পদ পর্যন্ত প্রতিটি পদের নামের নীচে উপ-প্রধান বিষয়গুলি লিখুন।

এই বইয়ে কেবল মাত্র একটা মৌলিক খসড়া দেওয়া হয়েছে। আপনার নিজের খসড়ায় আরো বিস্তারিত বিবরণ থাকা উচিত। শাস্ত্র বাক্য আসলে কি বলছে, ধ্যান ও প্রার্থনার সাথে তা খোঁজ করে আপনি যে বিস্তারিত খবরাখবর পাবেন, তার সবই আপনার খসড়ায় থাকবে।

ফিলিপীয় ২ ঃ ৬-১১ পদের জন্য আপনি কি অর্থ পেয়েছেন, তা এখন লিখতে পারেন। বাইবেলের যে অংশগুলি সবচেয়ে গভীর এবং অর্থপূর্ণ এই শাস্ত্রাংশটি তাদের একটি। যীশু খ্রীষ্ট মানুষ হয়ে এই জগতে এলেন, ক্রুশের উপর মৃত্যু বরণ করলেন। এর দ্বারা তিনি আমাদের জন্য কি করেছেন, যার জন্য তিনি পিতা ঈশ্বরের কাছ থেকে সবচেয়ে বড় নাম ও সবচেয়ে বড় সম্মান পেলেন?- আমি বা আপনি কেউই এর তাৎপর্য কখনো পুরোপুরি বুঝতে পারব না। "খ্রীষ্ট যীশুর যে মনোভাব ছিল....." (৫ পদ) আমাদেরও সেই মনোভাব থাকতে হবে।

১৯। ১৩ নম্বর প্রশ্নে যে সব কাজ করতে বলা হয়েছে সেগুলি পড়ুন। প্রার্থনার সাথে ৬-১১ পদ নিয়ে চিন্তা করুন। তারপর এই পদগুলি থেকে নীচের প্রশ্নগুলির উত্তর দিন ঃ এর অর্থ কি? আমার জন্য এর অর্থ কি? পবিত্র আত্মা আপনাকে যে অর্থ বলে দেন, তা যত ভাল করে সম্ভব লিখুন।

২০। সব শেষে ফিলিপীয় ২ ঃ ১-১১ পদ পর্যন্ত সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশটির অর্থ বুঝিয়ে নিজের কথায় একটি বিবরণ লিখুন। (ফিলিপীয় ২ ঃ ১-৫ পদের সাথে ২ ঃ ৬-১১ পদের কিরূপ মিল আছে, এই বিবরণে তার বর্ণণা থাকবে।)

পরীক্ষা-১০

১। ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের সাথে অন্যান্য প্রকার বাইবেল অধ্যয়নের পার্থক্য হোল--

ক) দক্ষতার মধ্যে।

খ) অধ্যয়ন পদ্ধতির মধ্যে।

গ) উদ্দেশ্যের মধ্যে।

২। ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের প্রধান উদ্দেশ্যটি হবে—
ক) বিষয়গুলি ভালভাবে জানা ও বুঝা।
খ) ঈশ্বরের বাক্য থেকে নিজের জন্য শক্তি লাভ করা।
গ) শাস্ত্র অধ্যয়নের জন্য বিশেষ পদ্ধতিগুলি ব্যবহার করা।

৩। ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন সবচেয়ে ভাল ভাবে করা যায়—
ক) পদ, অনুচ্ছেদ অথবা অধ্যায় ব্যবহার করে।
খ) একটা সম্পূর্ণ বই ব্যবহার করে।
গ) পরস্পর সম্বন্ধযুক্ত কয়েকটি বই ব্যবহার করে।

৪। ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়ন—
ক) প্রত্যেক খ্রীষ্টিয়ানের দৈনিক কাজের একটি অংশ হওয়া উচিত।
খ) কেবল মাত্র সভা-সমিতিতে বক্তৃতার জন্য প্রস্তুত হবার সময় করা উচিত।
গ) বছরের বিশেষ বিশেষ সময়ে করা উচিত।

৫। একটা মাত্র পদ নিয়ে অধ্যয়নের সময়—
ক) পদটি একবার পড়লেই চলে।
খ) এলোমেলো ভাবে অধ্যয়ন না করে নিয়মিত ভাবে অধ্যয়ন করা ভাল।
গ) বাইবেল অধ্যয়নের পদ্ধতিগুলি ব্যবহাত হয় না, বা এগুলি দরকারও হয় না।

৬। একটা মাত্র পদ নিয়ে অধ্যয়নের সময়—
ক) যে কোন একটা পদ ব্যবহার করা যায়।
খ) একটা বেশ লম্বা পদ বেছে নিন।
গ) এমন একটা পদ বেছে নিন যার আদেশ-নির্দেশ, অথবা সতর্কবাণী আছে।

৭। শাস্ত্রের অর্থ ব্যাখ্যার জন্য যে প্রশ্নটি ব্যবহার হয়, সেটি হচ্ছে-
ক) প্রধান লোকটি কে?
খ) এর অর্থ কি?
গ) এই ঘটনা কোথায় ঘটেছিল?

৮। ধ্যানমূলক বাইবেল অধ্যয়নের শেষ ধাপ কোনটি?
ক) অর্থব্যাখ্যা করা।

খ) একটা নাম দেওয়া।
গ) পর্যবেক্ষণ।

৯। বাইবেল অধ্যয়নের পদ্ধতিগুলি—
ক) আপনাকে নির্ভুলভাবে বাইবেলের সত্য বুঝতে সাহায্য করবে।
খ) আপনাকে অন্যদের চেয়ে ভাল বাইবেল শিক্ষক করে তুলবে।
গ) ধ্যানমূলক অধ্যয়ন কোন কাজে লাগে না।

১০। একটা অনুচ্ছেদের প্রত্যেক পদের জন্য ছোট একটা নাম দেওয়ার উদ্দেশ্য হোল—
ক) যেন অধ্যয়নটিকে ছোট রাখা যায়।
খ) যেন আপনাকে বিস্তারিত বিবরণ ঘাটাঘাটি করতে না হয়।
গ) যেন আপনি প্রত্যেক পদের চিন্তাটি বুঝতে পারেন।

১১। খবরগুলির অর্থ বের করবার পরে আপনি সেই অর্থ বুঝিয়ে নিজের কথায় একটা বিবরণ লিখেন যেন—
ক) শাস্ত্রাংশটিকে ছোট করা যায়।
খ) সমস্ত খবর ও তাদের অর্থগুলির মধ্যে ঐক্য দেখানো যায়।
গ) শাস্ত্রাংশটির সবচেয়ে দরকারী বিষয়টি বলা যায়।

১২। একটা পদ, অথবা একটা অনুচ্ছেদ, অথবা কয়েকটি অনুচ্ছেদ নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা হলে—
ক) অধ্যয়নের ধাপগুলি পুরোপুরি পাল্টাতে হবে।
খ) অধ্যয়নের ধাপগুলি সামান্যই পাল্টাতে হবে।
গ) অধ্যয়নের ধাপগুলি অনেকাংশে পাল্টাতে হবে।

১৩। অনুচ্ছেদের চেয়ে বড় শাস্ত্রাংশ নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়নে—
ক) কেবল মাত্র সাধারণ ভাবটাই দরকারী।
খ) সম্পূর্ণ শাস্ত্রাংশের ভাবটির জন্য প্রত্যেকটি পদই দরকারী।
গ) একবার পড়েই সবকিছু জানা যায়।

১৪। ধ্যানমূলক অধ্যয়নের জন্য একটা বড় শাস্ত্রাংশ মনোনীত করবার সময়—
ক) সেটির মধ্যে অনেক ভিন্ন ভিন্ন বিষয় থাকলে ভাল।

খ) এমন একটা শাস্ত্রাংশ বেছে নিতে হবে যার সবগুলি পদের কোন না কোন মিল আছে।

গ) এমন একটা শাস্ত্রাংশ বেছে নিতে হবে যেটি, একটা অধ্যায়ের সংগে আরম্ভ হয়েছে, অথবা একটি অধ্যায়ের সংগে শেষ হয়েছে,

পাঠের মধ্যকার প্রশ্নাবলীর উত্তর ঃ

১। ক) মি
খ) স
গ) মি
ঘ) স

১০। সব কিছুতে প্রভু যীশু আমার ভরসা স্থল। তাঁর শক্তিতেই আমি ধৈর্য্য ধরে সব সহ্য করতে পারি। তিনিই আমায় নিরাপদে রাখেন। তার শক্তিতেই অমি বিজয়ী খ্রীষ্টিয় জীবন যাপন করতে পারি। তিনিই আমাকে সমস্ত শক্তি ও উৎসাহ যোগান। তিনি আমায় কখনো ফিরিয়ে দেন না। তার ভালবাসার মধ্যেই আমি সব দুঃখের সান্তনা খুঁজে পাই। পবিত্র আত্মার সাথে আমার যোগাযোগ আছে, তাই আমি কখনো একা নই। আমি আমার জীবনকে যত বেশী পরিমানে প্রভু যীশুর মত করে গড়ে তুলি পবিত্র আত্মার সাথে আমার সহভাগিতা ততই গভীর হয়। খ্রীষ্টিয় ভাইবোনদের সাথে আমি স্নেহ মমতা পূর্ণ আচার ব্যবহার করব, আমার প্রতি তাদের আচার ব্যবহারও এইরূপ হবে।

২। ক) আগ্রহী মনোভাব, যা ঈশ্বরের মন পেতে চায়।
খ) নম্রতার মনোভাব, যা সহজেই ঈশ্বরের রব শুনে সেই মত কাজ করে।
গ) আরাধনার মনোভাব, যা আপনাকে ঈশ্বরের সামনে নিয়ে যায়।

১১। খ্রীষ্টিয় সম্পর্ক ঃ

১। পদ ১ ঃ ঈশ্বর, নিজে, অন্যেরা।
২। পদ ২ ঃ খ্রীষ্টিয় ঐক্য।
৩। পদ ৩ ঃ খ্রীষ্টিয় চালনা।

৪। পদ ৪ঃ খ্রীষ্টিয় চিন্তা-ভাবনা।
৫। পদ ৫ঃ খ্রীষ্টিয় মনোভাব।
৩। খ) শাস্ত্রের একটা অনুচ্ছেদ।

১২। খ্রীষ্টিয় সম্পর্কঃ

১। ঈশ্বর, নিজে, অন্যেরা।
ক) খ্রীষ্টের সাথে যুক্ত জীবনের শক্তি ও উৎসাহ।
খ) খ্রীষ্টের সান্তনা।
গ) পবিত্র আত্মার সহভাগিতা।
ঘ) স্নেহ ও দয়ামায়া (একে অন্যের প্রতি)।

২। খ্রীষ্টিয় ঐক্যঃ

ক) মন এক হোক।
খ) একে অন্যকে ভালবাস।
গ) মনে প্রাণে এক হও।

৩। খ্রীষ্টিয় চালনাঃ

ক) ভুল চালনা।
১) নিজের লাভের আশায় কিছু করা।
২) অহংকারের বশে কিছু করা।
খ) সঠিক চালনা।
১) পরস্পরের প্রতি নম্রভাবে আচরণ করা।
২) অন্যকে নিজের চেয়ে বড় স্থান দেওয়া।

৪। খ্রীষ্টিয় চিন্তা-ভাবনাঃ

ক) কেবল নিজের জন্য চিন্তা কর না।
খ) একে অন্যের জন্য চিন্তা কর।

৫। খ্রীষ্টিয় মনোভাবঃ

ক) খ্রীষ্ট যীশুর যে মনোভাব ছিল।
খ) বিশ্বাসীরও এই মনোভাব থাকা দরকার।

৪। ক) করায় পড়বার ও বুঝবার সুবিধা হয়েছে।
খ) শত শত বছর আগে অনুবাদকরা করেছেন।

১৩। ফিলিপীয় ২ঃ১-৫ পদ দেখিয়ে দেয় যে, আমার খ্রীষ্টের সাথে যুক্ত জীবনই হচ্ছে, সবাইর সাথে সঠিক সম্পর্ক রক্ষা করে চলবার ভিত্তি। আমি যখন প্রভুর সাথে যুক্ত থেকে তারই শক্তিতে শক্তিমান হই, তখনই অন্যদের সাথে সঠিক সম্পর্ক রেখে চলতে পারি। খ্রীষ্টের জীবন যখন আমার মধ্য দিয়ে প্রবাহিত হয়, তখন আমি অন্তরে শক্তি, উৎসাহ, সান্তনা ও সহভাগিতা লাভ করি। তখন আমার মধ্যে দিয়ে তাঁরই ভালবাসা প্রকাশ পায়, যার ফলে আমি অন্যদের প্রতি স্নেহ ও দয়া দেখাতে পারি। কিন্তু কেবল স্নেহ ও দয়ামায়া দেখানোই আমার বা অন্যান্য খ্রীষ্টিয়ানদের লক্ষ্য নয়। এই লক্ষ্য হোল-আমাদের সবাইকে একই চিন্তা করতে হবে, মনে-প্রাণে এক হতে হবে, একে অন্যকে ও প্রভুকে ভালবাসতে হবে (যোহন ১৭ঃ১১-২৩ পদে প্রভু যীশুর প্রার্থনাটি দেখুন)। এই কাজ কঠিন মনে হতে পারে, কিন্তু ৩-৫ পদে আমি এর উত্তর পাই। ঈশ্বরের এই ইচ্ছা সাধণের জন্য আমি কি করতে পারি, তা এখানে বলা হয়েছে। আমি অবশ্যই নিজের লাভের আশায়, বা অহংকারের বশে কিছু করব না। নিজের মধ্যে এই দুর্বলতা দেখলেই আমাকে বুঝতে হবে যে, এটা ঈশ্বরকে অসন্তুষ্ট করে। অহংকার না করে বরং অন্য খ্রীষ্টিয়ানদের সাথে নম্র ব্যবহার করতে হবে। তাদের প্রত্যেকেই কোন না কোন দিক দিয়ে আমার চেয়ে ভাল, এই কথা মনে রেখে কেবল নিজের জন্য চিন্তা না করে অন্যান্য খ্রীষ্টিয় ভাইবোনদের জন্যও চিন্তা করব। প্রভু যীশু খ্রীষ্টের মধ্যে যে মনোভাব ছিল আমার মধ্যেও সেই মনোভাব থাকতে হবে। আমাকে মনে রাখতে হবে যে এইটি আমার লক্ষ্য। যীশুর মতো হওয়ার জন্য আমায় নিজেকে শাসনে রাখতে হবে। আমি যীশুর সাথে যুক্ত বলে তাঁর জীবন আমার মধ্যে আছে, এবং তাঁর সাথে আমার সহভাগিতা আছে (১ পদ), -আর কেবল মাত্র এই সহভাগিতা আছে বলেই আমি সাফল্য লাভ করতে পারি।

৫। ক) বাইবেলের যে পদগুলি নিয়ে ধ্যানমূলক অধ্যয়ন করা যায় সেগুলিতে আদেশ-নির্দেশ অথবা সতর্কবাণী থাকে।

গ) পবিত্র শাস্ত্রের প্রত্যেকটি কথা শিক্ষা দেবার ও সৎজীবনে গড়ে উঠবার জন্য দরকারী।

ঙ) শাস্ত্রের অর্থব্যাখ্যা সম্পর্কিত প্রশ্নটি হোল ঃ "এর অর্থ কি ?"

১৪। মূল বচন (পদ) ঃ ২ ঃ ৫ পদ।

৬। এইটি জোর দিয়ে বিশেষভাবে বলা বুঝায়।

১৫। (উত্তর ভিন্ন ভিন্ন রকম হবে।) ফিলিপীয় ২ ঃ ১-১১ পদের জন্য আমাদের দেওয়া নতুন নাম ঃ আমার মধ্যে খ্রীষ্টের মনোভাব

৭। খ) অধ্যয়নের যে পদ্ধতিগুলি আপনি শিখেছেন বাইবেলের সত্য খুঁজে বের করবার জন্য ধ্যান ও প্রার্থনার সাথে সেগুলি ব্যবহার করুন।

১৬। পদ ৬ ঃ স্বভাব, সমান থাকা, এবং আকড়ে ধরা।
পদ ৭ ঃ দাস হয়ে জন্মিলেন।
পদ ৮ ঃ মৃত্যু পর্যন্ত বাধ্যতা।
পদ ৯ ঃ সবচেয়ে মহৎ নাম দেওয়া হোল।
পদ ১০ ঃ সবাই মাথা নীচু করবে।

৮। খ্রীষ্টে থাকার ফল ঃ পরিপূর্ণতা, অথবা আমার যা কিছু প্রয়োজন সবই তাঁতে পাওয়া (উত্তর ভিন্ন ভিন্ন রকমের হতে পারে)।

১৭। প্রভু যীশুর মনোভাব।

৯। কে ? আপনি, খ্রীষ্ট, পবিত্র আত্মা এবং অন্যান্য বিশ্বাসীরা।
কি ? উৎসাহ (শক্তি), ভালবাসা, যোগাযোগ সম্বন্ধ (সহভাগিতা), স্নেহ এবং দয়ামায়া।

কিভাবে ? ঃ খ্রীষ্টে থাকার ফলে উৎসাহ (শক্তি) লাভ, তাঁর ভালবাসা সান্তনা দেয়, পবিত্র আত্মার সাথে যোগাযোগ সম্বন্ধ, (খ্রীষ্টিয় ভাইবোনদের প্রতি) স্নেহ ও দয়ামায়া দেখানো।
কখন ? ঃ এখন (ক্রিয়াপদগুলি বর্তমান কালের ইংগিত করে। উত্তর ভিন্ন ভিন্ন রকম হতে পারে)।

১৮। ৬। স্বভাব, সমান থাকা এবং আকড়ে ধরা।
ক) স্বভাবে ঈশ্বরই রইলেন।
খ) জোর করে ঈশ্বরের সমান থাকতে চাননি।

৭। দাস হয়ে জন্মিলেন।
ক) নিজের ইচ্ছায় (এটির ইংগিত পাওয়া যায়, বা বুঝা যায়, কিন্তু বাংলা বাইবেলে স্পষ্ট করে বলা হয়নি)।
খ) মানুষ হিসাবে জন্মিলেন।
ঘ) নিজেকে নীচু করলেন।

৮। মৃত্যু পর্যন্ত বাধ্যতা।
ক) সারাজীবন বাধ্য ছিলেন।
খ) এই বাধ্যতার ফলেই তাকে ক্রুশের উপর মরতে হয়েছে।

৯। সব চেয়ে মহৎ নাম দেওয়া হোল।
ক) ঈশ্বর তাঁকে সবচেয়ে উচুতে উঠালেন।
খ) ঈশ্বর তাঁকে এমন নাম দিলেন যা সব নামের চেয়ে মহৎ।

১০। সবাই মাথা নীচু করবে।
ক) স্বর্গের সকলে।
খ) পৃথিবীর সকলে।
গ) পৃথিবীর গভীরে যারা আছে তাদের সকলে।
ঘ) যীশুর নামকে সম্মান দেখানোর জন্য।

১১। যীশু খ্রীষ্টই প্রভু।
ক) সবাই স্বীকার করবে।
খ) ঈশ্বরের গৌরবের জন্য।

২০। পবিত্র আত্মা আমায় স্পষ্টরূপে দেখিয়ে দেন যে, প্রভু যীশুর মধ্যে যে মনোভাব ছিল (৬-১১ পদ) এই পৃথিবীতে আমার মধ্যেও সেইরূপ মনোভাব থাকতে হবে (১-৫ পদ)। সাধু পৌল ২-৪ পদে কয়েক ধরণের কাজ ও মনোভাবের বিষয় বলেছেন, সেগুলি থেকে আমি বুঝতে পারি, এর সাথে আমার ইচ্ছাশক্তি জড়িত রয়েছে।

আমাকেই যীশুর মত হওয়ার ইচ্ছা করতে হবে। দৈনন্দিন জীবনে আমি কি করব, আর কি করব না, আমার নিজের ইচ্ছা দ্বারাই সে সব সিদ্ধান্ত নিতে হবে। আর এই ইচ্ছাকে অবশ্যই যীশুর বাধ্য হতে হবে। এই ব্যাপারে যীশুই আমার দৃষ্টান্ত স্থল। তিনি (নিজের ইচ্ছায়) ঈশ্বরের সম্পূর্ণ বাধ্য হয়েছিলেন।

যীশুর মত হওয়ার জন্য আমাকে নিজের লাভের আশা বাদ দিতে হবে (৩ পদ)। যারা নিজের লাভের আশা করে, তারা ক্ষমতা, ধন-সম্পত্তি, খ্যাতি ইত্যাদি লাভের জন্য পাগলের মত হয়ে যায়। তারা আর অন্যের মংগল চিন্তা করেনা। আমি যেন কখনোই এই রকম লোক না হই। যীশুই আমাকে পথ দেখিয়েছেন। তিনি জোর করে ঈশ্বরের সমান থাকতে চাননি (৬ পদ)। ৩ পদ থেকে আমি এই শিক্ষা পাই যে, আমি যেন "অহংকারের বশে" কিছুই না করি, আর অন্যদের সাথে যেন নম্র আচরণ করি। ৮ পদ আমায় বলে যে, যীশু নিজে নম্র ছিলেন। ৩ ও ৪ পদ আমায় বলে যেন আমি অন্যদের জন্য চিন্তা করি, যেন অন্যকে নিজের চেয়ে বড় জ্ঞান করি। এই কাজ কিভাবে করতে হবে যীশুই আমাকে তা দেখিয়ে দিয়েছেন। তিনি দাস বা চাকরের রূপ নিয়েছিলেন (৭ পদ)। যীশু একজন চাকরের মত মৃত্যু পর্যন্ত বাধ্য হয়ে চলেছেন। আমাকে ৫ পদের আদেশটি মেনে চলতে হবে, অর্থাৎ যীশুর মধ্যে যে মনোভাব ছিল, আমার মধ্যেও সেই মনোভাব রাখতে হবে। যীশুর মধ্যে যে মনোভাব ছিল তাতে ঈশ্বর সন্তুষ্ট হয়েছিলেন।

একটা বিশেষ কারণে (৯ পদ) ঈশ্বর প্রভু, যীশুকে যে বিরাট ক্ষমতা ও গৌরব দিয়েছিলেন ৯-১১ পদে আমি তা দেখতে পাই। কিন্তু এই বিশেষ কারণটি কি ? কারণ তিনি নম্রভাবে নিজের ইচ্ছাকে ঈশ্বরের ইচ্ছার বাধ্য রেখে চলেছেন (৬-৮ পদ)। আমি যখন যীশুর আসল স্বভাবের কথা ভাবি, তখন নিজের ব্যর্থতা দেখে লজ্জায় মরে যাই। কিন্তু তাতে যেন আমি নিরাশ না হই। যীশু আমাকে শক্তি ও উৎসাহ দিতে চান, যেন তিনি যেমনটি চান আমি তেমনটি

হতে পারি। যীশুর সাথে যুক্ত থাকার ফলেই আমি যীশুর মত জীবন যাপন করবার জন্য প্রয়োজনীয় শক্তি (উৎসাহ) পাই (১ পদ)। আমি যদি তাঁর বাধ্য হয়ে চলি তবে ভবিষ্যতে গৌরবই হবে, আমার পাওনা।

১৯। (আমাদের দেওয়া উত্তর। তবে উত্তর ভিন্ন ভিন্ন রকম হবে।)

ফিলিপীয় ২ ঃ ৬-১১ পদ থেকে আমি যীশুর স্বভাব সম্পর্কে কিছুটা জানতে পারি। এছাড়া, যীশুর পৃথিবীতে আসার সত্যিকার অর্থ কি, তাও কিছুটা জানতে পারি। স্বভাবে তিনি সব সময়ই ঈশ্বর ছিলেন। জোর করে কিছু লাভ করা এই স্বভাবের বিরুদ্ধে। তাই যীশু নিজের ইচ্ছায় দাসের (বা চাকরের) রূপ নিয়ে ছিলেন। একজন মানুষের মত হয়েছিলেন, এবং মানুষরূপে পৃথিবীতে এসেছিলেন। ঈশ্বর হিসাবে তার যা কিছু ছিল সে সব ছেড়ে মানুষ হয়ে পৃথিবীতে আসবার ব্যাপারটি আমরা মানুষের বুদ্ধি দিয়ে বুঝতে পারি না। শুধু এইটিই নয়। আরো অনেক বিষয় আছে যা আমরা বুঝতে পারি না।

পিতার ইচ্ছার প্রতি বাধ্য হয়ে মানুষ হয়ে জন্ম নেবার ফলে ক্রুশের উপর মরতে হবে। এ সবই যীশু জানতেন কিন্তু তবুও তিনি নিজের ইচ্ছায় এই কাজ করেছেন। তাঁর এই কাজ এতই বড় ছিল যে, এর ফলে পিতা ঈশ্বর তাকে সবচেয়ে উচুতে উঠালেন এবং তাকে এমন এক নাম দিলেন যা সব নামের চেয়ে মহৎ। আর যীশুকে সম্মান দেখানোর জন্য স্বর্গে, পৃথিবীর গভীরে যারা আছে তাদের সকলে তাঁর সামনে মাথা নীচু করবে। এবং পিতা ঈশ্বরের গৌরবের জন্য স্বীকার করবে যে যীশু খ্রীষ্টই প্রভু।

১০। পদের অর্থ পরিস্কার বুঝা যায়। সকলেই একদিন না এক-দিন যীশুর সামনে মাথা নীচু করবে। আমাদের জীবনকালেই আমরা যীশুকে প্রভু বলে স্বীকার করে তার সামনে মাথা নীচু করতে পারি।

তাহলে আমরা তাঁর ক্ষমা পাব, ও অনন্ত জীবন লাভ করব। যদি না করি, তবে ভবিষ্যতে তাঁর প্রভুত্ব মেনে নিয়ে তাঁর সামনে মাথা নীচু করতে আমাদের বাধ্য করা হবে। কিন্তু তখন অনেক দেরী হয়ে যাবে। আমরা তখন পরিত্রাণ পেতে পারব না। এই শাস্ত্রাংশটি আমার কাছে খুবই গুরুত্বপূর্ণ। কারণ এটি আমায় সজাগ করে দেয় যে জীবিত থাকা কালে যীশু খ্রীষ্টকে আমার জীবনের প্রভু করে নিতে হবে। যীশু নিজে থেকেই নম্র ভাবে তাঁর পিতার ইচ্ছার বাধ্য হয়ে চলেছেন। সেইরূপে আমিও নম্রভাবে যীশুর বাধ্য হয়ে চলবো, তাতে আমার যাই হোক না কেন। আমার জীবন তাঁরই আদেশের বাধ্য হবে, যেমন তাঁর জীবন পিতা ঈশ্বরের বাধ্য ছিল।