

লা-তাহযান [হতাশ হবেন না]

বিভাগ/অধ্যায়ঃ লা-তাহযান - অনুচ্ছেদ সূচি

রচয়িতা/সঙ্কলকঃ ড. আয়িদ আল করনী

৭০. সংকট নিয়ে একটু ভেবে দেখুন

বিষন্ন হবেন না, কারণ, বিষন্নতা আপনার ইচ্ছা শক্তিকে দুর্বল করে দিবে এবং আপনার ইবাদতের মানও কমিয়ে দিবে। বিষন্নতার অতিরিক্ত আরো কিছু ক্ষতি হলো যে এটা মানুষকে প্রায়ই নিরাশাবাদী করে তোলে এবং অন্যের ছিদ্রান্বেষী করে তোলে। এমনকি তা আল্লাহর দোষ ধরতেও বাধ্য করে, নাউযুবিল্লাহ!

বিষন্ন হবেন না, কারণ, বিষন্নতা, দুঃখ-বেদনা, উদ্বিগ্নতা ও মানসিক সমস্যার মূল এবং যাতনার উৎস। দুঃখিত হবেন না, কেননা, আপনার নিকটে তো কুরআন, দোয়া, জিকির ও সালাত আছে। আপনি অন্যকে দান করে, সংকাজ করে এবং উৎপাদনশীল হয়ে আপনার দুশ্চিন্তার বোঝা হালকা করতে পারেন।

বিষন্ন হবেন না এবং অলসতার ও অকর্মণ্যতার পথ গ্রহণ করে বিষন্নতার কাছে আত্মসমর্পণ করবেন না; বরং প্রার্থনা করুন, আপনার প্রভুর মহিমা ঘোষণা করুন বা তার তসবীহ পাঠ করুন, পড়া লেখা করুন, কাজ করুন, আত্মীয়-স্বজনদের দেখতে যান এবং নীরবে নির্জনে ধ্যান করুন।

“সাহায্যের জন্য আমাকে মিনতিপূর্ণভাবে আহ্বান কর, তাহলেই আমি তোমাদের ডাকে সাড়া দিব।” (৪০-সূরা আল মু’মিন: আয়াত-৬০)

ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

“তোমরা তোমাদের প্রভুকে বিনীতভাবে ও গোপনে ডাক। তিনি সীমালঙ্ঘনকারীদের ভালোবাসেন না।” (৭-সূরা আল আ’রাফ: আয়াত-৫৫)

“অতএব, তোমরা আল্লাহর ইবাদতে একনিষ্ট হয়ে তাকে ডাক; যদিও কাফেররা তা অপছন্দ করে। (৪০-সূরা আল মু’মিন: আয়াত-১৪)

قُلْ ادْعُوا اللَّهَ أَوْ ادْعُوا الرَّحْمَنَ أَيًّا مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ

“বলুন, তোমরা ‘আল্লাহ’ নামে ডাক অথবা ‘আর রহমান তথা পরম করুণাময়’ নামে ডাক (তাতে কিছু যায় আসে না) কেননা, সকল সুন্দর নামসমূহইতো তার।” (১৭-সূরা বনী ইসরাঈল: আয়াত-১১০)