



রমজানে মাটির ব্যাংক করসেবা

রমজানে
যে-কোনো
সংকর্মে

সওয়াব কমপক্ষে
৭০ গুণ বেশি। এ

বিষয়টিকে গুরুত্ব

দিয়ে ফাউন্ডেশনের উদ্যোগে প্রতিবছরই রমজানে আয়োজন করা হয় মাটির ব্যাংক করসেবা। এ কার্যক্রমের আওতায় বিভিন্ন সেন্টার, শাখা, সেলে কোয়ান্টাম পরিবারের সদস্যরা কর্মব্যস্ত সময় কাটাবেন নিজের ও পরিচিতদের মাটির ব্যাংক সংগ্রহ ও বিতরণে। নিজের মাটির ব্যাংকটি নিকটস্থ সেন্টার, শাখা, সেলে জমা দেয়ার পাশাপাশি আপনিও অংশ নিন এ বরকতময় করসেবায়।

রমজানে একাত্ত হোন কোরআনের ধ্যানে

কোরআন নাজিলের পুণ্যময় মাস রমজান। তাই এ মাসে বেশি বেশি কোরআন চর্চা বিশেষ বরকতপূর্ণ। আর কোরআন নাজিল হয়েছে ধ্যানের স্তরে এবং কোরআনের নির্দেশ হলো, মনোযোগ ও মৌনতার মধ্য দিয়ে এর শিক্ষাকে উপলব্ধি করা। এ লক্ষ্যে ১৯৯৬ সাল থেকে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন প্রতিবছর ধ্যানের স্তরে মৌন থেকে কোরআন উপলব্ধির আয়োজন করে আসছে।

এবার রমজানে অনুষ্ঠিত হতে যাচ্ছে ১৭ তম কোয়ান্টামে খতমে কোরআন। ১৯ থেকে ২৫ জুন দেশজুড়ে ফাউন্ডেশনের বিভিন্ন সেন্টার, শাখা, সেলগুলোতে কোয়ান্টামে খতমে কোরআন অনুষ্ঠিত হবে। কোয়ান্টামে এটি অনুষ্ঠিত হবে ২০ থেকে ২৪ জুন। আপনিও একাত্ত হোন মহিমাম্বিত কোরআনের ধ্যানে।

আখেরি দোয়ায় অংশ নিন

রমজানে ফাউন্ডেশনের সবচেয়ে বড়, আকর্ষণীয় ও বরকতময় অনুষ্ঠান আখেরি দোয়া। কোয়ান্টামে খতমে কোরআন-পরবর্তী এ কমপ্যাক্ট আখেরি দোয়ায় শরিক হোন।

ঢাকার কাকরাইলস্থ আইডিইবি মিলনায়তনে গুরুজীর পরিচালনায় ২৬ ও ২৭ জুন গ্রাজুয়েট কমপ্যাক্ট আখেরি দোয়া এবং ৩ ও ৪ জুলাই প্রো-মাস্টার্স কমপ্যাক্ট আখেরি দোয়া অনুষ্ঠিত হবে।
সময় : সকাল ৯টা – ইফতার পর্যন্ত।



রক্তদাতা সম্মাননা অনুষ্ঠানে ডা. সামন্ত লাল সেন

নিয়মানুবর্তিতা ও সেবার অনন্য দৃষ্টান্ত স্থাপন করেছে কোয়ান্টাম



কিছু প্রতিষ্ঠান আছে যেখানে না গেলে বাইরে থেকে কিছুই বোঝা যায় না। এখানে না এলে আমারও অনেক কিছু অজানা থেকে যেত। বাংলাদেশে বহু জায়গায় বহু অনুষ্ঠানে আমি গিয়েছি, কিন্তু এরকম ঠিক সময়ে অনুষ্ঠান শুরু হতে দেখি নি। একটি জাতি কখনো এগোতে পারে না, যদি না তারা সময় ও নিয়মানুবর্তিতার ব্যাপারে সচেতন হয়। আমি মনে করি, নিয়মানুবর্তিতা ও সেবার ক্ষেত্রে অনন্য দৃষ্টান্ত স্থাপন করেছে কোয়ান্টাম।

২৭ মে কোয়ান্টাম স্বেচ্ছা রক্তদান কার্যক্রম আয়োজিত ১১৪ তম শত আজীবন রক্তদাতা সম্মাননা অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথির বক্তব্যে এ কথা বলেন ঢাকা মেডিকেল কলেজের বার্ন ও প্লাস্টিক সার্জারি ইউনিটের কো-অর্ডিনেটর ডা. সামন্ত লাল সেন।

তিনি বলেন, আঘাতপ্রাপ্ত হলে বা শরীরের কোথাও কেটে গেলে ক্ষতস্থান দিয়ে যেমন রক্তক্ষরণ হয়, তেমনি শতকরা ২৫ থেকে ৩০ ভাগ অগ্নিদগ্ধ রোগীর ক্ষেত্রেও রক্তক্ষরণ হয়। এটি রক্তের সাদা রংবিশিষ্ট একটি উপাদান (প্লাজমা)। সাধারণ রক্তক্ষরণের মতো এটি দেখা যায় না, কিন্তু রক্ত দিয়েই এ ক্ষয় পূরণ করতে হয়।

আমাদের বার্ন ইউনিটে প্রতিদিন গড়ে ৪০ থেকে ৫০ ইউনিট রক্তের প্রয়োজন হয়। আর এখানে যারা আসেন তাদের অধিকাংশই ঢাকাসহ দেশের প্রত্যন্ত অঞ্চল থেকে আসা গরিব অসহায় মানুষ। তাই আপনারা যারা স্বেচ্ছায় রক্তদান করছেন, তারা মানুষের জন্যে ও জাতির জন্যে যে কত বড় কাজ করছেন, তা আমার পক্ষে ভাষায় প্রকাশ করা সম্ভব নয়।

তিনি আরো বলেন, আপনারা জানেন সরকারি উদ্যোগে একটি জাতীয় প্লাস্টিক সার্জারি ও বার্ন ইনস্টিটিউট নির্মিত হতে যাচ্ছে। সেখানে আমরা একটি সুবৃহৎ রক্ত পরিসঞ্চালন কেন্দ্র প্রতিষ্ঠা করব। সেখানে আমরা কোয়ান্টামকে সাথে রাখতে চাই। এখানে একটি জিনিস আমার খুবই ভালো লাগছে, সেটি হলো, একটি ফেস্টুনে লেখা রয়েছে— রক্তদান অত্যন্ত পুণ্যের বা সওয়াবের কাজ। একজন মানুষের জীবন রক্ষা করা সমগ্র মানবজাতির জীবন রক্ষা করার মতো মহান কাজ। এ কথাটি আমরা আমাদের হাসপাতালে বড় করে লিখে রাখব, যাতে আরো অনেক বেশি মানুষ রক্তদানে উদ্বুদ্ধ ও অনুপ্রাণিত হতে পারে।

আল কোরআন
বাংলা মর্মবাণী

রমজানে পৌছে যাক ঘরে ঘরে

পবিত্র রমজানকে
সামনে রেখে
মাতৃভাষায়
কোরআন

অনুধাবনের অনন্য সুযোগকে চারপাশের সবার মাঝে ছড়িয়ে দেয়ার জন্যে কোয়ান্টাম পরিবারের প্রতি আহ্বান জানিয়েছেন গুরুজী শহীদ আল বোখারী মহাজাতক। আসন্ন রমজানের শুরু থেকেই পরিচিত পরিমণ্ডলের সম্ভাব্য প্রতিটি মানুষ ও পরিবারে পৌছে যাক আল কোরআন বাংলা মর্মবাণী, আলোকিত হোক আরো লক্ষ মানুষ ও পরিবার।

উল্লেখ্য, ২০১৪ সালের পবিত্র রমজানে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন প্রকাশ করেছে আল কোরআনের পূর্ণাঙ্গ বাংলা মর্মবাণী। প্রকাশের প্রথম দিন থেকেই ফাউন্ডেশনের সকল পর্যায়ের সদস্য এবং তাদের আত্মীয়-পরিচিত-বন্ধুবান্ধবসহ চারপাশের অনেকের কাছেই পৌছে যায় এ বাংলা মর্মবাণী।

ফলে সহজ বাংলায় কোরআন পড়া, বোঝা এবং স্রষ্টার নির্দেশনা অনুসরণ করা এখন অনেক সহজ হয়েছে। যিনিই পড়েছেন তিনি অনুভব করেছেন, জীবনের সব দুঃখ বঞ্চনা অতৃপ্তি থেকে মুক্তির বাস্তব উপায় আর দৈনন্দিন সমস্যার কার্যকর সমাধান রয়েছে কোরআনের আয়াতে আয়াতে।

সম্ভবদ্বাভাবে যাকাত আদায় করুন

সম্ভবদ্বাভাবে যাকাত আদায় স্বয়ং আল্লাহর নির্দেশ। তাই যাকাত দানে সমর্থ ফাউন্ডেশনের সদস্যরা কোয়ান্টাম যাকাত ফান্ডে যাকাতের অর্থ জমা করেন, সেইসাথে পরিচিতদেরও উদ্বুদ্ধ করেন। এ ফান্ডে জমাকৃত সব অর্থ শরিয়ী নির্ধারিত খাতে ব্যয় করা হয়।

এ রমজানে আপনিও যাকাত জমা দিন কোয়ান্টাম যাকাত ফান্ডে। এগিয়ে আসুন বঞ্চিতের কল্যাণে।

কোয়ান্টাম মেথড কোর্স

৩৯৬ তম ব্যাচ ১১ ঢাকা

১২, ১৩, ১৪ ও ১৫ জুন

(শুক্র, শনি, রবি ও সোমবার)

স্থান : ইনস্টিটিউশন অব ডিপ্লোমা ইঞ্জিনিয়ার্স
বাংলাদেশ (আইডিইবি), কাকরাইল, ঢাকা

বিশিষ্ট কবি, গীতিকার ও সৃজনশীল লেখক নাসির আহমেদ। কবিতা গান নাটক উপন্যাস শিশুসাহিত্য ও কলামসহ সাহিত্যের নানা মাধ্যমে তিনি লিখছেন গত চার দশক ধরে। তার রচিত গানগুলো গীত হয়েছে দেশের প্রধান শিল্পীদের কণ্ঠে। সাহিত্যে অবদানের স্বীকৃতিস্বরূপ বাংলা একাডেমি পুরস্কারসহ তিনি বাংলাদেশ ও পশ্চিমবঙ্গে বিভিন্ন সম্মাননায় ভূষিত হয়েছেন। পেশায় তিনি একজন সাংবাদিক। দেশের একাধিক জাতীয় দৈনিকে বিভিন্ন সময় নানা গুরুত্বপূর্ণ পদে দায়িত্ব পালন করেছেন। বর্তমানে তিনি বাংলাদেশ টেলিভিশনের পরিচালক (বার্তা) হিসেবে দায়িত্ব পালন করছেন। সম্প্রতি তিনি কোয়ান্টাম মেথড কোর্সের ৩৯০ ব্যাচে অংশ নেন।

বিশ্বাস ও ইচ্ছাশক্তিকে জাগিয়ে তোলে মেডিটেশন

নাসির আহমেদ

আমার শৈশব কেটেছে দ্বীপজেলা ভোলা-র প্রত্যন্ত গ্রামে। ধারেকাছে কোনো স্কুল ছিল না। কয়েক মাইল দূরের আলীনগর প্রাইমারি স্কুলে যেতে হতো কাদামাথা পথ আর খাল পাড়ি দিয়ে। বাবার আয় ছিল সামান্য, তার ওপর সাত ভাই-বোন একত্রে পড়াশোনা করতাম। সবমিলিয়ে নানা রকম প্রতিকূলতা ছিল নিত্যসঙ্গী।

আজ এই পরিণত বয়সে এসে বুঝতে পারি, সেই দারিদ্র্য আর সংগ্রাম আমাকে জীবনে কষ্টসহিষ্ণু ও আত্মপ্রত্যয়ী হতে সাহায্য করেছে, ফলে পরবর্তীতে পারিপার্শ্বিক প্রতিকূলতাগুলোকে আমি জয় করতে পেরেছি।

সে-সময় আমাদের গ্রাম থেকে ঢাকা যেতে লাগত দুদিন। পত্রিকা আসত দু-তিন দিন পরে। চারপাশের চরম অসহায়তা আর কষ্টপীড়িত জীবন দেখে মনে হতো, এ আমার জন্যে নয়। জীবনটাকে বদলাতে হবে। স্বপ্ন দেখতাম, একদিন ঢাকায় যাব। ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ে পড়াশোনা করব। বড় কিছু করতে হবে আমাকে।

ভোলা কলেজ থেকে উচ্চ মাধ্যমিক সম্পন্ন করে ষাটের দশকে ঢাকায় আসি। ঢাকা তখন ছোট শহর। জগন্নাথ কলেজে বাংলায় অনার্সে ভর্তি হই। মূলত আর্থিক অনটন ঘোচাতেই পড়াশোনার পাশাপাশি সাংবাদিকতায় যোগ দিয়েছিলাম। সাপ্তাহিক গণমুক্তি পত্রিকায় দু শ টাকা বেতনে কাজ শুরু করি।

আমার মা ছিলেন সৃজনশীল চিন্তাচেতনার মানুষ। পুঁথিসাহিত্য ও রূপকথা পড়তে ভালবাসতেন। পড়তেনও প্রচুর। তার কাছ থেকে সে-সব শুনে ও পড়ে ছোটবেলাতেই আমার মধ্যে একটা সাহিত্যবোধ গড়ে ওঠে। ছাত্রবয়স থেকেই আমি কবিতা লিখি। কিছু কবিতা এখানে-ওখানে ছাপা হচ্ছিল।

খ্যাতিমান কবি ও সাহিত্যিক আহসান হাবীব তখন দৈনিক বাংলা-য় কর্মরত। এক কবিরন্ধুর মাধ্যমে তার কাছে দুটো কবিতা পাঠালাম। কবিতা দুটো তিনি ছাপলেন। একদিন দেখা করতে বললেন তার সাথে।

গেলাম। বললেন, কবিতা দুটো তার ভালো লেগেছে। গদ্য কেমন লিখি জানতে চাইলেন। তারপর দুটো বই দিয়ে বললেন রিভিউ লিখে নিয়ে যেতে।

সে-রাতেরই বই দুটো পড়ে ফেললাম। সকালে রিভিউ লিখে দুপুরে নিয়ে গেলাম কবি আহসান হাবীবের কাছে। তিনি বিস্মিত! বলেই ফেললেন, এ-ও কি সম্ভব? এক রাতের মধ্যে দুটো বই পড়ে তার রিভিউ লিখে আনা?

যা-হোক, লেখা দুটো তার ভালো লাগল। পত্রিকায় ছাপলেন। একসময় তার সম্মেহ আহ্বান ও আমার আগ্রহে সাহিত্য সম্পাদকের সহকারী হিসেবে যোগ দিলাম দৈনিক বাংলা-য়। কবি শামসুর রাহমান তখন ওখানে সাহিত্য সম্পাদকের দায়িত্ব পালন করছেন।



এভাবে সাংবাদিকতাই হয়ে উঠল আমার পেশা। একসময়, অনার্স সম্পন্ন করার ঠায় ১৩ বছর পর, বিশেষ ব্যবস্থায় ভর্তি হলাম ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের বাংলা বিভাগে, মাস্টার্সে। নিয়মিত ছাত্রদের সাথে পরীক্ষা দিয়ে এবং প্রতিযোগিতা করে আমি প্রথম শ্রেণিতে প্রথম স্থান অর্জন করলাম। সবাই খুব অবাক হয়েছিলেন। কারণ একে তো পড়াশোনা দীর্ঘ বিরতি, তার ওপর আমি তখন একসাথে তিনটা চাকরি করি।

আসলে এর পেছনে ছিল আমার একটা জেদ। মাস্টার্স করি নি বলে যারা চাকরিতে আমার পদোন্নতি আটকে রেখেছিল, তারা দেখুক আমি কী পারি! আসলে আমার জীবনে আঘাত, উপেক্ষা, অপমানগুলোর কাছে আমি ভীষণ ঋণী। যা আমাকে এগিয়ে যাওয়ার প্রেরণা যুগিয়েছে সবসময়।

কেউ আঘাত পেয়ে আত্মহত্যা কিংবা ধ্বংসের পথ বেছে নেয়। একই আঘাতে কেউ জেদের বশে জীবনকে আরো বিকশিত করে। আরো আত্মপ্রত্যয়ী ও আত্মবিশ্বাসী হয়ে ওঠে। আমি তা-ই করতে চেয়েছি।

এ বিশ্বাসেরই অনুরণন আমি অনুভব করলাম কোয়ান্টাম মেথড কোর্সে এসে। চারটি দিন মন্ত্রমুগ্ধের মতো এখানে কাটিয়ে মনে হয়েছে, এ সত্যিই এক আনন্দজগত!

গুরুজী কী এক অভূতপূর্ব জাগরণ ঘটান চারপাশের মানুষের মধ্যে। স্বাধীনতা দিবসে কোয়ান্টাম কসমো স্কুলের শিক্ষার্থীরা ঢাকা স্টেডিয়ামে যে নৈপুণ্য প্রদর্শন করল, তা সবাই দেখেছে টিভিতে কিংবা ভিডিও-তে। পেশাগত দায়িত্বের কারণে আমার সেটি দেখার সৌভাগ্য হয়েছে মাঠে বসে, খুব কাছ থেকে।

দেখেছি, কী গভীর প্রত্যয়, বিশ্বাস আর উদ্যম ওদের চোখেমুখে, দেহভঙ্গিতে। দেশের খ্যাতিনামা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানগুলোর সাথে প্রতিযোগিতা করে দুর্গম অঞ্চলের এই শিশুরাই দৃষ্ট পদক্ষেপে প্রথম স্থান অধিকার করে নিল!

আমি বিশ্বাস করি, সুশৃঙ্খল বিকাশের পাশাপাশি মেডিটেশনের নিম্নগুতাই ওদের দিয়েছে এমন গভীর প্রত্যয় আর বিশ্বাস। জীবনের যে-কোনো পর্যায়ে, যে-কোনো অর্জনের জন্যে চাই এ নিম্নগুতা। এটি মানুষের ইচ্ছাশক্তিকে জাগিয়ে তোলে।

আধুনিক বিজ্ঞানের যত আবিষ্কার, সেটি এসেছে এ নিম্নগুতার পথ ধরেই। কোরআনও তা-ই। রসুল (স) লোকালয় ছেড়ে হেরা পাহাড়ে কেন গেলেন? গিয়েছিলেন একটা নৈশদময় জগতের সন্ধানে, যেখানে তিনি এক গভীরতর নিম্নগুতায় স্রষ্টার বাণী অনুধাবন করতে পেরেছিলেন।

সুফিরাও এই আত্মনিম্নগুতার কথা বলেছেন। সুফিজম নিয়ে আমি কিছু পড়াশোনা করেছি। এর শাস্ত্রত কল্যাণকর শিক্ষাগুলোই ভিন্ন আঙ্গিকে এবং আধুনিক ভাষায় ও বিজ্ঞানের দৃষ্টিকোণ থেকে গুরুজী আমাদের বলছেন। এটি মানবসভ্যতাকে জাগিয়ে দেয়ার কাজ।

জীবনের শুরু থেকে আমি একজন আত্মপ্রত্যয়ী মানুষ হলেও মাঝখানে স্পন্ডাইলাইটিস, লিভার সিরোসিস এবং পর পর তিন বার হার্ট অ্যাটাকে মানসিক শক্তি কিছুটা হারিয়ে ফেলেছিলাম। কোয়ান্টাম মেথড কোর্সে এসে সেই শক্তিটা আমি আবার ফিরে পেলাম। আমার জন্যে এ এক অসাধারণ অভিজ্ঞতা! প্রতিটা মুহূর্ত আমি এখানে উপভোগ করেছি।

কোয়ান্টাম মেথডকে আরো ছড়িয়ে দেয়ার লক্ষ্যে ইংরেজি, ফরাসি-সহ বিশ্বের প্রধান প্রধান ভাষায় এ কথাগুলো অনূদিত হওয়া প্রয়োজন বলে আমি মনে করি। তাতে পৃথিবীজুড়ে আরো বেশি মানুষ এ থেকে কল্যাণ ও নিরাময় লাভ করতে পারবে। আর গুরুজীর এ শিক্ষাকে কাজে লাগিয়ে দেশের ১৭ কোটি মানুষকে মানবসম্পদে রূপান্তর করা সম্ভব।

সাক্ষাৎকার গ্রহণ ও অনুলিখন : ডা. আতাউর রহমান

দুই চিরতরুণের গল্প ॥ সুস্থ জীবন-অভ্যাসে কর্মময় দীর্ঘ জীবন

বার্ধক্য শুরু হয় ঠিক কত বছর বয়সে? ৫০ পেরোলেই অবচেতনে কেউ হয়তো নিরানন্দ অবসর যাপনের প্রস্তুতি শুরু করে দেন। কেউ-বা আবার ৮০ পেরিয়েও দেহে-মনে-প্রাণে ছন্দময় থাকেন একজন তরুণের মতোই। উচ্ছ্বসিত থাকেন তারুণ্যের প্রাণস্পন্দনে। অশীতিপর এস এম হাবিবুর রহমান এবং আশি ছুই ছুই তৈয়বুর রহমান কোয়ান্টাম পরিবারের এমনই দুজন নিয়মিত সদস্য ও সপ্রাণ উদ্যমী কর্মী। নিরন্তর কর্মচাঞ্চল্যময় জীবনযাপনের মধ্য দিয়ে তারা আমাদের সামনে আবারো প্রতিষ্ঠিত করেছেন চিকিৎসাবিজ্ঞানের সাম্প্রতিক ধারণাটিকেই-বছর গুনতিতে কেউ বুড়ো হয়ে যায় না আর তারুণ্যকেও বাঁধা যায় না বয়সের ফ্রেমে। বরং সঠিক জীবনদৃষ্টি ও সুস্থ জীবনান্ধার অনুসরণের পথ ধরেই একজন মানুষ লাভ করতে পারে কর্মব্যস্ত ও আনন্দময় দীর্ঘজীবন। গুনুন এই দুই চিরতরুণের গল্প।

কোয়ান্টাম আমার তারুণ্যের উৎস

এস এম হাবিবুর রহমান

১৯৯২ সালে সরকারি চাকরি থেকে অবসর নেন এস এম হাবিবুর রহমান। বছর কয়েক পরেই তিনি অসুস্থ হয়ে পড়েন। চিকিৎসক জানান, তার হৃৎপিণ্ডের একটি ভালভ অকেজো হয়ে গেছে। চলৎশক্তি হারিয়ে ফেললেন। কোলে করে তাকে বাসা থেকে নামাতে হতো। একপর্যায়ে পুরোপুরি শয্যাশায়ী হয়ে পড়লেন। প্রতিটি কাজেই তাকে তখন নির্ভর করতে হতো অন্যের সাহায্যের ওপর।

নানান ঘটনাপরম্পরায় একসময় তার মনে হলো, ‘রোগী’ পরিচয়ে এই গ্লানিময় জীবন আর চলতে পারে না। বাঁচতে হবে সুস্থ স্বাভাবিক একজন আত্মনির্ভরশীল মানুষের মতো। কারণ, মনেপ্রাণে তিনি এখনো ফুরিয়ে যান নি। এমন ভাবনা থেকেই আত্মবিশ্বাস জন্মাল যে, তিনি সুস্থ হবেন।

ছোট ছেলেকে সঙ্গে নিয়ে ব্যঙ্গালোর গেলেন চিকিৎসার উদ্দেশ্যে। অপারেশন হলো। জটিল সেই অপারেশনের পর তার দৃঢ় মনোবল আর দ্রুত আরোগ্যলাভ দেখে চিকিৎসকরাও বিস্মিত হলেন! সেই থেকে আজ এই ৮১ বছরেও তিনি একজন তরুণের মতোই গতিময়। একজন পূর্ণ সুস্থ মানুষ।

হাবিবুর রহমানের জন্ম ১৯৩৪ সালে। কর্মজীবনের শুরুতে তিনি এ উপমহাদেশে পল্লী উন্নয়নের প্রবাদপুরুষ ও বার্ড-এর (BARD) প্রতিষ্ঠাতা আখতার হামিদ খানের সংস্পর্শে আসার সুযোগ লাভ করেছিলেন। মেধা, কঠোর পরিশ্রম আর

সততার কারণে খুব দ্রুত তার দৃষ্টি আকর্ষণ করেন এবং গুরুত্বপূর্ণ অনেক দায়িত্ব পালনের সুযোগ পান। তিনি বরাবরই বিশ্বাস করে এসেছেন যে, দায়িত্বের প্রতি সং থাকলে স্রষ্টা নিশ্চয়ই উত্তম প্রতিদান দেবেন।

হাবিবুর রহমান সবসময় নিজের সামর্থ্যমতো মানুষের সেবা করার চেষ্টা করেছেন। তার বিশ্বাস, এর প্রতিদানই স্রষ্টা তাকে দিয়েছেন কোয়ান্টামে নিয়ে এসে। ২০১১ সালে ৩২৭ ব্যাচে তিনি কোয়ান্টাম মেথড কোর্সে অংশ নেন। সেই শুরু। তারপর একে একে ফাউন্ডেশনের অন্যান্য সহকার্যক্রম এবং পরবর্তীতে উচ্চতর প্রোগ্রামও সম্পন্ন করেন।

গুরুজীর পরিচালনায় ফাউন্ডেশনের প্রতিটি অনুষ্ঠান এবং কোয়ান্টামের সব ধরনের কার্যক্রমে তার সপ্রতিভ উপস্থিতি এখন নিয়মিত ঘটনা। অনুষ্ঠান শুরু হওয়ার কথা সকাল ৯টায়, তিনি চলে আসেন সকাল ৭টায়।

এ বয়সেও তিনি সাধ্যমতো অনুসরণ করেন কোয়ান্টাম খাদ্যাভ্যাস ও সুস্থ জীবনান্ধার। তার দিন শুরু হয় ভোর চারটায়। প্রতিদিন ভোরে হাঁটেন। নিয়মিত মেডিটেশন এবং হাঁটার অভ্যাসটাই এই বয়সেও তার সুস্থ থাকাটা অনেক সহজ করে দিয়েছে বলে তার ধারণা। এখনো তিনি চলাফেরা করেন বাসে চড়ে এবং কারো সাহায্য ছাড়াই।

ভোরে হাঁটতে বেরিয়ে পথে কিংবা পার্কে ছোট-



বড় যার সাথেই দেখা হোক, তাকে আগে সালাম দেন কোয়ান্টাম পরিবারের এই বর্ষীয়ান সদস্য। কিছুটা পরিচয় হতেই নিঃসংকোচে বলেন, ‘কোয়ান্টামে আসুন। আপনিও আমার মতো সুস্থ থাকবেন’। তার তারুণ্যময় জীবনযাত্রা দেখে অনেকেই উদ্ভুদ্ধ হয়েছেন কোয়ান্টামের প্রতি এবং কোর্সে অংশ নিয়েছেন, যেমনটা ঘটেছিল তার বেলাতেও। বছর চারেক আগে ভোরে হাঁটার সঙ্গীদের একজনের অনুপ্রেরণাতেই তিনি কোয়ান্টামে এসেছিলেন।

তিনি বিশ্বাস করেন, কোয়ান্টাম চেতনার কল্যাণবাণী ছড়িয়ে দেয়ার যে কাজটি তিনি করে যাচ্ছেন, তার শারীরিক সুস্থতা এরই প্রতিদান। সেইসাথে কোয়ান্টাম পরিবারের সবার দোয়া ও ভালবাসা তাকে যোগায ভালো থাকার শক্তি।

অবসরের পর হয়ে উঠেছি আরো কর্মব্যস্ত

ইঞ্জিনিয়ার তৈয়বুর রহমান



সরকারি বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানে ৩৪ বছর সুন্মার সাথে চাকরি করেছেন তিনি। অতঃপর ১৯৯৪ সালে বাংলাদেশ কেমিকেল ইন্ডাস্ট্রিজ কর্পোরেশনের (বিসিআইসি) ম্যানেজিং ডিরেক্টর হিসেবে অবসর গ্রহণ করেন। সফল পেশাজীবন নিঃসন্দেহে। গল্পটা শেষ হতে পারত এখানেই। কিন্তু গল্পটা যে ইঞ্জিনিয়ার তৈয়বুর রহমানের, বয়স এখন যার ৭৮। অন্যরকম গল্পের শুরুটা তাই এখন থেকেই।

অন্য আর দশজনের মতো অবসরের পর ঝিমিয়ে পড়েন নি তৈয়বুর রহমান; বরং আরো কর্মব্যস্ত ও উদ্যমী হয়ে উঠেছেন। বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ প্রতিষ্ঠান ও প্রকল্পে উর্ধ্বতন কর্মকর্তা কিংবা উপদেষ্টা হিসেবে কাজ করছেন গত ২১ বছর ধরে। একটি দিনের জন্যেও তাকে কর্মহীন থাকতে হয় নি। বর্তমানে তিনি ইঞ্জিনিয়ার্স ইনস্টিটিউশন অব বাংলাদেশ (আইইবি)-এর ইন্সটিটিউশাল সেক্রেটারি বোর্ডের সচিব এবং একই প্রতিষ্ঠানের কেন্দ্রীয় কাউন্সিলের সদস্য হিসেবে দায়িত্ব পালন করছেন। সম্প্রতি বিদেশ থেকে সার আমদানি হ্রাস করার উদ্দেশ্যে তিনি সাভারে একটি মিশ্র সার কারখানা স্থাপনের উদ্যোগ নিয়েছেন।

জীবনের শুরু থেকে তৈয়বুর রহমান একজন কর্মোদ্যমী মানুষ। ১৯৬০ সালে জাপানে উচ্চতর প্রশিক্ষণ গ্রহণকালে তরুণ এই প্রকৌশলী লক্ষ করেন, সে দেশের শিল্প কারখানাগুলোতে সম্ভাব্য যে-কোনো দুর্ঘটনা প্রতিরোধে উন্নত নিরাপত্তা পরিকল্পনা রয়েছে। অর্থাৎ তখন পর্যন্ত আমাদের দেশে এসব ব্যাপারে ন্যূনতম প্রস্তুতি তো দূরের কথা, কোনো ধরনের নিরাপত্তা নীতিমালাই ছিল না। দেশে ফিরে তিনি অকুপেশনাল সেক্রেটারি বোর্ড গঠনের জন্যে সরকারের কাছে সুপারিশ করেন। অবশেষে ১৯৭০

সালে তৎকালীন সরকার তার প্রস্তাব গ্রহণ করে এবং তিনি ন্যাশনাল সেক্রেটারি কাউন্সিলের প্রতিষ্ঠাতা-সচিব পদে নিয়োগ লাভ করেন। শিল্প কারখানা নিরাপত্তা নিশ্চিতকরণে দীর্ঘ পাঁচ দশকের অভিজ্ঞতা তাকে এক্ষেত্রে দেশের একজন শীর্ষস্থানীয় ও প্রথমসারির বিশেষজ্ঞে পরিণত করেছে।

১৯৩৭ সালে জন্ম নেয়া তৈয়বুর রহমানের বয়স এখন ৭৮, কিন্তু এখনো যে-কোনো কাজে তিনি তারুণ্যের উদ্দীপনা নিয়ে ঝাঁপিয়ে পড়েন। তিনি মনে করেন, এ বয়সেও তার সুস্থতা আর বহুমুখী কর্মোদ্যমের নেপথ্যে কোয়ান্টাম মেথডের রয়েছে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা।

আইআইবি-র একজন সতীর্থ-সদস্যের অনুপ্রেরণায় তিনি ২০১০ সালে কোয়ান্টাম মেথড ৩০৯ ব্যাচে অংশগ্রহণ করেন। এরপর থেকে প্রতিটি কোর্সে রিজুভিনেশন, জালালি, আলোকায়ন, সাদাকায়নসহ সব কার্যক্রমে তার সহাস্য উপস্থিতি প্রায় অনিবার্য।

ফাউন্ডেশনের হৃদরোগ প্রতিরোধ ও নিরাময় কার্যক্রম ‘কোয়ান্টাম হার্ট ক্লাব’-এরও তিনি একজন সক্রিয় সদস্য। মেডিটেশন ও নিত্যদিন হাঁটার পাশাপাশি সর্বতোভাবে অনুসরণ করেন সুস্থ জীবন-অভ্যাস। তাই-তো তিন-চারতলা পর্যন্ত ওঠানামার জন্যে এখনো লিফটে চড়েন না তিনি, স্বচ্ছন্দে সিঁড়ি ব্যবহার করেন। আর স্বপ্ন দেখেন মানুষের জন্যে আরো আরো কাজ করার। করেন নতুন নতুন কর্মপরিকল্পনা।

ভালো-মন্দের ব্যাপারে সে এখন নিজেই সচেতন

আমার নাতি ক্লাস এইটে পড়ার সময় কুসঙ্গে পড়ে আবাধ্য হতে শুরু করে। মা-বাবার সাথে সম্পর্কের অবনতি ঘটছিল। পড়ালেখাতেও হয়ে পড়ছিল অমনোযোগী। পরিবারের সবাই ওর জন্যে খুব দুশ্চিন্তা করত। তখন আমি প্রতি জালালিতে নাতির জন্যে সদকা হিলিংয়ে নাম দিয়েছি। আল্লাহ তায়ালার রহমতে ধীরে ধীরে তার মধ্যে পরিবর্তন আসতে লাগল। পড়ালেখায় মনোযোগী হলো। এখন সে ক্লাসে ভালো ফলাফল করছে এবং ভালো-মন্দের বিষয়ে সে নিজেই সচেতন হয়ে উঠছে।

[*রওনক পারভীন, গৃহিণী*]

মা এখন ভালো আছেন

২০১১ সালে আমার মায়ের ইউরিনারি র্লাডারে ক্যান্সার ধরা পড়ে। ডাক্তার বলেন, ক্যান্সারটা ফাইনাল স্টেজ-এ চলে গেছে।

তখন আমরা নিয়মিত হিলিংয়ে নাম দিতে থাকি। একপর্যায়ে অপারেশন করতে হলো। অপারেশন পরবর্তী সময়ে যে ধরনের জটিলতা হওয়ার কথা, সেগুলো প্রায় কিছুই হলো না। আমার মা খুব দ্রুত স্বাভাবিক কর্মময় জীবনে ফিরে এলেন। এখন তিনি সম্পূর্ণ সুস্থ এবং স্বাভাবিক কর্মোদ্যমী মানুষের মতো চাকরি করছেন, সংসারের কাজকর্ম করছেন এবং ভালো আছেন।

[*খন্দকার জাহিদুল ইসলাম, শিক্ষার্থী*]

মিথ্যা মামলা থেকে মুক্তি পেল ছোট ভাই

একটি মিথ্যা চাঁদাবাজির মামলায় আমার ছোট ভাইয়ের দুই বছরের কারাদণ্ড হয়। ছয় মাস পর উচ্চ আদালতে আপিল করা হলে মামলা চলতে থাকে কিন্তু প্রশাসনিক জটিলতার কারণে মামলাটি নয় বছর ধরে ঝুলে থাকে। কোনোভাবেই সমাধান খুঁজে পাচ্ছিলাম না আমরা।

এরপর সদকা হিলিংয়ে নাম দেই এবং বিশেষ নিয়তে মাটির ব্যাংকে দান করি। নিয়মিত হিলিং চলতে থাকে এবং এক বছরের মধ্যে আমার ছোট ভাই চাঁদাবাজির মামলা থেকে বেকসুর খালাস পায়। শোকর আলহামদুলিল্লাহ!

[*মো. সাইদুল ইসলাম সন্টু, সরকারি চাকরিজীবী*]

ছেলের চাকরিটা হয়ে গেল

ছেলের চাকরির জন্যে সবসময় সদকা হিলিংয়ে নাম দিয়ে রাখতাম এবং নিজেও হিলিং করতাম। পড়ালেখা শেষ করে আমার ছেলে সরকারি চাকরির জন্যে আবেদন করল। লিখিত পরীক্ষাসহ প্রতিটি ধাপ সফলভাবে পেরিয়ে গেলেও সবশেষে মৌখিক পরীক্ষা নিয়ে সবাই খুব দুশ্চিন্তায় ছিলাম। তখন নিয়মিত সদকা হিলিংয়ে নাম দিয়েছি। যেদিন চূড়ান্ত তালিকা প্রকাশ হলো, দেখা গেল, সে উল্লীর্ণ হয়েছে। আমার স্বামীর খুব ইচ্ছা ছিল, তিনি সরকারি চাকরি থেকে অবসর নেয়ার আগেই যেন ছেলের চাকরি হয়। আল্লাহর অশেষ রহমতে তার সেই ইচ্ছা সুন্দরভাবে পূরণ হয়েছে।

[*নাসরীন জাহান, গৃহিণী*]

মেয়েটি নিরাপদে বাড়ি পৌঁছেছে

লামা কোয়ান্টায়নে যাওয়ার জন্যে সব প্রস্তুতি সম্পন্ন করেছি। যাওয়ার আগের দিনই হঠাৎ আমাদের গৃহকর্মী মেয়েটা হারিয়ে গেল। মনে ভীষণ অশান্তি আর নানা দুশ্চিন্তা নিয়ে কোয়ান্টায়নে রওনা হলাম। লামায় সদকা হিলিংয়ে নাম দিলাম। কোয়ান্টায়ন সম্পন্ন হওয়ার পর বাসা থেকে ফোন পেলাম এবং জানলাম, মেয়েটি তার বাবা-মার কাছে নিরাপদে পৌঁছে গেছে।

[*মো. তসলিম উদ্দীন, ব্যবসায়ী*]

আঙুল আর কাটতে হয় নি

গত বছর বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হয়ে আমার বাম হাতের তিনটি আঙুল ক্ষতিগ্রস্ত হয়। ডাক্তার বললেন তর্জনী ও বৃদ্ধাঙ্গুলি কেটে ফেলতে হবে। হিলিংয়ে নাম দেয়া হলো। কিছুদিন পর দেখা গেল, ডাক্তার তার সিদ্ধান্ত পরিবর্তন করেছেন। আমার তর্জনী ও বৃদ্ধাঙ্গুলি দুটো সে-যাত্রায় আর কেটে ফেলতে হয় নি।

এ বছরের ফেব্রুয়ারিতে এক্সরে-তে দেখা গেল, বৃদ্ধাঙ্গুলির ওপরের হাড়টা ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে এবং ডাক্তার বললেন, অর্ধেকটা কেটে ফেলতে হতে পারে। আমি আরো একজন বিশেষজ্ঞের মতামত নিই, তিনিও একই কথা বলেন। পরবর্তীতে লামায় গিয়ে নিজে হিলিং করি এবং সদকা হিলিংয়ে নাম দেই। ফিরে এসে ডাক্তার দেখালাম। তিনি বললেন, আমার বৃদ্ধাঙ্গুলি আগের চেয়ে অনেক ভালো আছে। আঙুলটা আর কাটতে হবে না।

[*তাসনিম আনোয়ার, শিক্ষার্থী*]

বিস্ময়কর নিরাময় কোয়ান্টাম সদকা হিলিং

নিরাময়ের এক শাস্ত্রত কার্যকর প্রক্রিয়া হচ্ছে কোয়ান্টাম সদকা হিলিং। এতে রয়েছে রোগ-ব্যাদি ও বালা-মুসিবত মুক্তিতে বিশ্বাস মনছবি প্রার্থনা ও সদকার এক অনন্য আত্মিক সম্মিলন। গত ১৬ বছরে লক্ষ লক্ষ মানুষ এ প্রক্রিয়ার সাথে যুক্ত হয়ে রোগ-ব্যাদি, বালা-মুসিবত থেকে মুক্ত হয়েছেন। ২০১৪ সালে সারা দেশে ৫,৩৩,১৬৫টি সদকা হিলিং সম্পন্ন হয়।

নানাবিধ জটিল সমস্যার সমাধানে ও সাফল্যের জন্যে হাজারো মানুষ কখনো একবারের জন্যে, কখনো ৪০ বারের জন্যে, কখনো বা সারা বছরের জন্যে নাম দিয়েছেন এবং করুণাময়ের অনুগ্রহে নিরাময় লাভ করেছেন। সদকার গুরুত্ব বোঝাতে গিয়ে নবীজী (স)

টাকা ফেরত পেলাম সহজেই

১৯৯০ সালে সাভারে আমাদের একটি জমি কেনা হয়। তিন লক্ষ টাকা দিয়ে পাঁচ কাঠা পরিমাণ কমাশিয়াল স্পেস। আমরা সেই জমি বা টাকা কোনোটাই পাচ্ছিলাম না। পরে ঢাকায় বাড়ি তৈরির সময় টাকার খুব প্রয়োজন হয়। আর্থিক সমৃদ্ধি ও সার্বিক কল্যাণের জন্যে নিয়মিত সদকা হিলিংয়ে নাম দিতে থাকি এবং নিজেও হিলিং করতে শুরু করি।

এর মধ্যে একদিন আমাদের একজন ভাড়টিয়া বাসায় এলেন। তিনি আইনশৃঙ্খলা রক্ষাকারী বাহিনীতে কর্মরত। কথাপ্রসঙ্গে আমাদের সাভারের সেই জমিটার ব্যাপারে তিনি জানলেন। পরদিন বিকেলেই তিনি (ভাড়াটিয়া) আমাদের জমির সব কাগজপত্র নিয়ে ধানমণ্ডির একটা ঠিকানায় যেতে বললেন। গিয়ে দেখি, এটা সেই রিয়েল এস্টেট কোম্পানির অফিস, যাদের কাছ থেকে আমরা জমি কিনেছিলাম। তিনটি চেকের মাধ্যমে তৎক্ষণাৎ আমাদের জমির টাকাটা ফেরত পেলাম। অথচ এই টাকার জন্যে বিভিন্ভাবে অনেক চেষ্টা করেছি কিন্তু কিছুতেই কিছু হচ্ছিল না। সদকা হিলিংয়ের মাধ্যমে আল্লাহ কত সহজেই না এর সমাধান করে দিলেন!

[*তাহমিনা খানম, গৃহিণী*]

আপনার করণীয়

- ফাউন্ডেশনে নিয়মিত যৌথ হিলিং অনুষ্ঠিত হয়। হিলিং স্লিপ/ কার্ডে যে-কেউ নিরাময়প্রার্থীর নাম, ঠিকানা ও সমস্যা উল্লেখ করে জমা দিতে পারেন।
- প্রতি মাসে প্রজ্ঞা জালালি ও সজ্ঞা জালালিতে অনুষ্ঠিত হয় বিশেষ হিলিং। এ বিশেষ যৌথ হিলিংয়ে আগেই নাম দিন।
- প্রত্যেক রমজানে প্রতিদিন হিলিং এবং আখেরি দোয়ায় বিশেষ হিলিং অনুষ্ঠিত হয়।
- যে-কোনো বালা-মুসিবত থেকে মুক্তি পেতে একবার থেকে শুরু করে যতবার খুশি এমনকি সারা বছরের জন্যেও আপনি হিলিংয়ে নাম দিতে পারেন।

কোয়ান্টাম সদকা হিলিংয়ের মূল অনুঘটক হচ্ছে সদকা। প্রতিবারের জন্যে ন্যূনতম সদকা ৪০ টাকা করে দেয়া উচিত। আর যত বেশি বেশি সদকা দেবেন নিরাময় প্রক্রিয়া তত বেগবান হবে।

বলেছেন ‘সদকা অকল্যাণের ৭০টি দরজা বন্ধ করে দেয়।’ ‘তোমরা অভাব ও বালা-মুসিবত দূরে সদকা দাও।’ ‘তোমরা রোগমুক্তির জন্যে সদকা দাও।’

সকল মহামানবই রোগমুক্তির জন্যে প্রার্থনা করতেন। হযরত ঈসা (আ)-এর নিরাময়ের প্রার্থনা সাথে সাথে কবুল হওয়ার অসংখ্য দৃষ্টান্ত রয়েছে। মহামতি বুদ্ধ বলেছেন, প্রার্থনা দেহকে ব্যাধিমুক্ত করে। ঋগবেদে রোগ-ব্যাদি ও পঙ্কুত্ব থেকে মুক্ত থাকার জন্যে প্রার্থনাকে বিশেষ গুরুত্ব দেয়া হয়েছে।

প্রার্থনা ও দানের এই শক্তির সাথে কোয়ান্টাম সদকা হিলিংয়ে যুক্ত হয়েছে যৌথ মেডিটেশন বা ধ্যানের সমমর্মী অনুরণন।

পোড়া ক্ষত ভালো হয়ে গেল

আমার ছোট ছেলের বয়স তখন ১৩/১৪ মাস। একদিন সকালে সে ফুটন্ত গরম পানির মধ্যে পা দিয়ে বসে, ফলে তার পায়ের গোড়ালির ওপর পর্যন্ত পুড়ে যায়। যদিও ডাক্তার বলছিলেন হাসপাতালে কিছুদিন রাখতে কিন্তু আমি দুই ঘন্টা পর হাসপাতাল থেকে বাসায় নিয়ে আসি আমার এক ডাক্তার ভাইয়ের পরামর্শে।

ওর জন্যে সদকা হিলিংয়ে নাম দিলাম সেদিনই। রাতে সে বেশ কান্নাকাটি করল, কারণ তার কষ্ট হচ্ছিল। সারারাত ঘুমাতে পারলাম না। কিন্তু আল্লাহর রহমতে পরের দিন থেকে সে আগের চেয়ে অনেক ভালো বোধ করতে শুরু করল।

একদিন রাতে আবার সে কান্নাকাটি করতে লাগল। বুঝতে পারছিলাম তার অনেক কষ্ট হচ্ছে। হঠাৎ মনে হলো, আমার দেয়া হিলিংয়ের মেয়াদ গতকালই মাত্র শেষ হয়েছে। আমি আবার ছুটলাম হিলিংয়ে নাম দিতে। শোকর আলহামদুলিল্লাহ! এর সপ্তাহ তিনেক পরে আমার ছেলে আবার আগের মতো সুস্থ স্বাভাবিক হয়ে উঠল। আগের মতোই খেলাধুলা করতে লাগল।

[*এ.টি.এম. বদরুদ্দোজা, চাকরিজীবী*]

সন্তানরা এখন পড়াশোনায় ভালো করছে

আমার বড় ছেলের বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তি পরীক্ষার প্রস্তুতি ভালো ছিল। কিন্তু অনেক ছেলেমেয়েই ভালো রেজাল্ট থাকা সত্ত্বেও বিশ্ববিদ্যালয়ে সুযোগ পাচ্ছে না দেখে আমরা কিছুটা শঙ্কিত হয়ে পড়ি। বিশ্বাস নিয়ে হিলিংয়ে নাম দেই। স্ট্রটার কৃপায় আমার বড় ছেলে বর্তমানে পটুয়াখালি বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি বিশ্ববিদ্যালয়ে পড়ালেখা করছে। আর ছোট ছেলে পড়ছে বরিশাল জিলা স্কুলে। মেধাবী হওয়া সত্ত্বেও সে ক্লাসে প্রথম হতে পারত না। সদকা হিলিংয়ে নাম দিলাম এবং লক্ষ করলাম, সে পড়াশোনার ব্যাপারে আরো সচেতন হয়ে উঠছে। সে-বছরই সে ক্লাসে প্রথম হলো এবং পরবর্তী বছরেও তার অবস্থান ধরে রেখেছে।

[*রমেশ চন্দ্র দাস, প্রধান শিক্ষক, চরকরনর্জী মাধ্যমিক বিদ্যালয়, বরিশাল সদর*]

একের পর এক চাকরির সুযোগ এসেছে

আমার স্বামী প্রায় চার বছর বেকার ছিল। আমি আমার সাধ্যমতো সদকা হিলিংয়ে নাম দিতে শুরু করলাম। কিছুদিন পরই বেশ ভালো একটা কোম্পানিতে তার চাকরি হলো। আজ পর্যন্ত তাকে আর বেকার থাকতে হয় নি। একটা চাকরি করা অবস্থায় অন্য আরেকটি চাকরির সুযোগ এসেছে। এছাড়াও নিয়মিত হিলিংয়ে নাম দেয়ার ফলে পরিবারের সবাইকে নিয়ে আমাদের ভালো থাকার পরিমাণ বেড়েছে।

[*হাজেরা ইসলাম নীলা, গৃহিণী*]

আমরা ভালো আছি

আমার শরীরে নানা রকমের ব্যথা-বেদনা ছিল। ঘুম হতো না। খুব টেনশন হতো, অনিশ্চয়তায় ভুগতাম। হিলিংয়ে নিয়মিত নাম দিতে শুরু করলাম। আল্লাহর রহমতে আমার সমস্যাগুলো দূর হয়েছে। এছাড়া ছেলেমেয়েদের লেখাপড়ায় উন্নতি হয়েছে। কোয়ান্টাম সদকা হিলিংয়ের ফলে ব্যক্তিগত ও পারিবারিক জীবনে আমি নানাভাবে উপকৃত হয়েছি। শুধু নিজেদের জন্যেই নয় অপরের জন্যে সদকা হিলিংয়ে নাম দিয়েও আমি অনেক প্রশান্তি পেয়েছি।

[*জাহানারা বেগম, গৃহিণী*]

মেয়ে সুস্থ হয়ে উঠল

আমার মেয়ে তখন অন্তঃসত্ত্বা। দুই মাস যাবৎ সে খুব অসুস্থ বোধ করছিল। কিন্তু বাইরে থেকে দেখে তাকে সুস্থ স্বাভাবিকই মনে হয়। ডাক্তারও কোনো অসুখ খুঁজে পেলেন না।

আমি সদকা হিলিংয়ে নাম দিলাম তার সুস্থতার নিয়তে। এরপর একদিন তলপেটে প্রচণ্ড ব্যথা নিয়ে আমার মেয়ে বাথরুমে অজ্ঞান হয়ে পড়ল। হাসপাতালে নেয়া হলে ডাক্তার অনেক পরীক্ষা-নিরীক্ষা করে জানালেন, আমার মেয়ের ১০ সপ্তাহের প্রেগনেন্সি ফেলোপিয়ান টিউবসহ বাস্ট করেছে, জরুরি ভিত্তিতে তার অপারেশন করতে হবে। ডাক্তারের কথায় বুঝতে পারলাম অবস্থা আশঙ্কাজনক। শাখায় ফোন করে আমি আবারো হিলিংয়ে নাম দিলাম। অপারেশনের পর আল্লাহর রহমতে কোনোরকম জটিলতা ছাড়াই আমার মেয়ে সুস্থ হয়ে উঠেছে।

[*নাফিসা গুলশান, ব্যবসায়ী*]

অপারেশন ছাড়াই মা সুস্থ

আমার মা একবার কোষ্ঠকাঠিন্যে আক্রান্ত হলেন, তা খুবই গুরুতর আকার ধারণ করল। কোনোভাবেই নিরাময় হচ্ছিল না। হোমিওপ্যাথি এলোপ্যাথিসহ সব ধরনের চিকিৎসা দিয়েও কোনো কাজ হলো না। মা খুবই কষ্ট পাচ্ছিলেন। বিশেষজ্ঞ ডাক্তার বললেন, অপারেশন লাগবে। মা কান্নাকাটি শুরু করলেন। আমরা সদকা হিলিংয়ে নাম দিলাম। এছাড়া মাটির ব্যাংকেও তার সুস্থতার জন্যে দান করলাম। শোকর আলহামদুলিল্লাহ! অপারেশন ছাড়াই মা পুরোপুরি সুস্থ হয়ে গেলেন।

[*মো. আরিফ খান, হোমিওপ্যাথি চিকিৎসক*]

পারিশ্রমিক পেলাম নির্বিঘ্নে

আমি আইটি ফ্রি-ল্যান্সার হিসেবে কাজ করতাম। কিছু টেকনিক্যাল সমস্যার কারণে একবার আমার একটি কাজের পুরো পারিশ্রমিক আটকে গেল। টাকার পরিমাণও ভালো ছিল, প্রায় দুই হাজার ডলার। যে প্রতিষ্ঠানের মাধ্যমে টাকা আসার কথা, তারাও কোনো যোগাযোগ করছিল না। বেশ অনিশ্চয়তার মধ্যে পড়ে গিয়েছিলাম। এরপর কোয়ান্টাম সদকা হিলিংয়ে নাম দেই। কয়েকদিনের মধ্যেই তারা আমার সাথে যোগাযোগ করে এবং নির্বিঘ্নে আমার পারিশ্রমিক পেয়ে যাই।

[*মো. শহীদুল্লাহ জুয়েল, ব্যবসায়ী*]

প্রশ্নোত্তর : গ্রাজুয়েটদের প্রশ্ন ? উত্তর দিচ্ছেন গুরুজী

প্রশ্ন : আমি নিয়মিত ক্লাসে যেতে পারি না। কোয়ান্টামের প্রোগ্রামে উপস্থিত থাকতে পারি না। আমার প্রচণ্ড রাগ, অভিমান ও ঘুমের সমস্যা আছে। আবার ঘুমাতে গেলে মাঝে মাঝে শরীরে জ্বালাপোড়া হয়। এই সমস্যার সমাধান কীভাবে পেতে পারি?

উত্তর : আপনি নিয়মিত মেডিটেশন করবেন, এসব রাগ-অভিমান এমনিতেই চলে যাবে। কোয়ান্টাম মেথড কোর্স রিপট করবেন। কোর্স রিপট করাটা আসলে খুব গুরুত্বপূর্ণ। কোর্সের পর একটা ভালোলাগার অনুভূতি তৈরি হয়, যত রিপট করবেন এটা তত স্থায়ী হতে থাকবে। অনুভূতিটা বাড়তে থাকবে। অতএব কোর্স রিপট করুন। লামায় কোয়ান্টায়ন করুন। এবং নিয়মিত মেডিটেশন করুন। আপনার এই সমস্যাগুলো আর থাকবে না। মনে রাখবেন, আপনার ভেতরের বৃত্ত আপনাকেই ভাঙতে হবে।

নিয়মিত ক্লাস করতে পারেন না, কোয়ান্টামের প্রোগ্রামে আসতে পারেন না—একজন ছাত্রী হয়ে কেন এগুলো পারছেন না? কারণ আপনার শান্তির কোনো ব্যবস্থা নেই। উপযুক্ত শান্তির ব্যবস্থা থাকলে ঠিকই পারতেন। তাই নিজেই নিজের জন্যে শান্তির ব্যবস্থা করুন। কারণ, এই খেয়ালিপনা একজন মানুষের সমস্ত সম্ভাবনাকে নষ্ট করে দেয়। আজকে ইচ্ছে হলো না, মন ভালো না, মেজাজ খারাপ—তাই গেলাম না। এই খেয়ালিপনা থেকে বেরিয়ে আসতে হবে এবং সে উদ্যোগটাও নিতে হবে আপনাকেই।

প্রশ্ন : হিলিংয়ে নাম দিলে আসলে কি কোনো উপকার হয়?

উত্তর : আসলে হিলিং তো সর্বাবস্থায় উপকারী। হিলিংয়ে আপনার শুভকামনা করা হয়, কল্যাণ কামনা করা হয়। শুভকামনার চেয়ে বড় উপকার আর কী হতে পারে? ফাউন্ডেশনে আমরা বলি যে, আমাদের ওপর বিপদ আসতে পারে তুফানের মতো কিন্তু চলে যায় বৃদ্ধবৃদ্ধের মতো। কেন? হাজার হাজার মানুষের দোয়ার ফলে। সেজন্যেই হিলিং অত্যন্ত উপকারী এবং এই হিলিংয়ের সাথে আপনি সদকা দিচ্ছেন, যা বালা-মুসিবত দূর হওয়ার জন্যে খুব গুরুত্বপূর্ণ।

রসুলুল্লাহ (স) বলেছেন, রোগমুক্তির জন্যে তোমরা সদকা দাও। সদকা অমঙ্গলের ৭০টা দরজা বন্ধ করে দেয়। ৭০ মানে হচ্ছে সকল দরজা। শুধু রোগমুক্তি না, মৃত্যু ছাড়া সমস্ত বালা-মুসিবতের দরজা বন্ধ করে এই সদকা।

আর সদকা দেবেন আপনার বামেলার অবস্থা বুঝে। একবারের জন্যে হিলিং দিতে পারেন; ৪০ বারের জন্যে, একশ বারের জন্যে, হাজার বারের জন্যেও দিতে পারেন। কারণ সদকা হচ্ছে নিরাময়ের অনুঘটক। তাই বিপদের অবস্থা বুঝে সদকার পরিমাণ নির্ধারণ করবেন।

সদকাটা আসলে কী? এটা আল্লাহর ওয়াস্তে দান। মানুষের কল্যাণে দান অত্যন্ত শক্তিশালী। অতএব সবসময় হিলিংয়ের জন্যে সদকা দেবেন। সুযোগ থাকলে আপনিও হিলিংয়ে অংশ নেবেন। এছাড়াও যখনই শুনবেন যে, পরিচিত কেউ একটা বামেলায় পড়েছে, কোনো অসুবিধায় পড়েছে, আপনি

মেডিটেশনে তার জন্যে কল্যাণ কামনা করুন। দোয়া করুন। যখনই কমান্ড সেন্টারে যান তার কথা মনে করে হিলিং করুন। আপনার বিপদ-মুক্তির জন্যে এটা একটা অগ্রিম সদকা হয়ে গেল। কারণ অন্যের মঙ্গল কামনা করা, অন্যের জন্যে দোয়া করাও হচ্ছে সদকা।

প্রশ্ন : স্থানীয় মসজিদের হুজুর বলেছেন, সোনার পরিমাণ সাড়ে সাত ভরি না হলে যাকাত দিতে হয় না। আমার পাঁচ ভরি সোনার গয়না আছে। আমার কি যাকাত দিতে হবে?

উত্তর : যাকাতের বিষয়ে বিস্তারিত বিবরণ দেয়া আছে ফাউন্ডেশন থেকে প্রকাশিত যাকাতের ব্রোশিউরে, এটা সংগ্রহ করে পড়ে নেবেন। শুধু সোনা নয়, সোনা-রূপা টাকাপয়সা সবকিছু মিলিয়ে যদি আপনার সম্পদের পরিমাণ যাকাতযোগ্য হয় তাহলেই আপনি যাকাতদাতা হয়ে গেলেন। আপনি কীভাবে, কোন কায়দায় যাকাত দিতে পারেন, সে চেষ্টা করুন। কোন কায়দা করলে যাকাত দিতে না হয়, সে কৌশল করতে যাবেন না। একটি কথা মনে রাখবেন, ফরজ আদায় না করার ফাঁকফোকর খুঁজবেন না, বরং আপনি যাকাতদাতা হওয়ার জন্যে চেষ্টা করুন। আপনার সম্পদের পরিমাণ ইনশাল্লাহ বাড়তে থাকবে। আল্লাহ আপনার সম্পদের পরিমাণ বাড়তে থাকবেন।

আল্লাহ তায়ালা আপনার নিয়তটা দেখছেন—নিয়তটা কি দেয়ার, নাকি না দেয়ার? যখনই না দেয়ার দলে গেলেন, আপনি আল্লাহর রহমত থেকে বঞ্চিত হয়ে গেলেন। আর যখন দেয়ার নিয়ত করলেন, আল্লাহর রহমত আপনার ওপরে বর্ষিত হবে। বাড়বে আপনার ওপর তাঁর বরকত।

প্রশ্ন : আমার ২৯ বছরের জীবনে আমি কিছুই পাই নি। আল্লাহ আমাকে কিছুই দেয় নি। কী জন্যে আমি শুকরিয়া আদায় করব?

উত্তর : প্রথমত, আপনি এখানে এসে প্রশ্ন করতে পারছেন, এজন্যে শুকরিয়া আদায় করবেন। আর আল্লাহ যদি কিছু না-ই দিয়ে থাকেন—ভালো খাবার পাই নি, ভালো জামা পাই নি, এই পাই নি, সেই পাই নি— তাহলে আপনি শুধু চিন্তা করুন যে, ২৯ বছর ধরে আপনি বিনা পয়সায় অক্সিজেন পেয়েছেন। এই ২৯ বছর যদি অক্সিজেন কিনতে হতো আপনাকে!

হাসপাতালে অক্সিজেন সিলিন্ডার থেকে অক্সিজেন নিতে দিনে কত টাকা লাগে? তিন শ টাকা যদি হয় প্রতিদিন, তাহলে একমাসে কত? নয় হাজার টাকা। বছরে একলক্ষ টাকার বেশি। একলক্ষও যদি ধরি, তাহলে ২৯ বছরে ২৯ লক্ষ টাকা। ২৯ লক্ষ টাকার অক্সিজেন আল্লাহ আপনাকে দিয়েছেন ফ্রি। এর জন্যে কোনো পয়সা কেউ কখনো দাবি করে নি, অক্সিজেনের সরবরাহও বন্ধ করে নি। এই যে ২৯ লক্ষ টাকার অক্সিজেন ফ্রি পেয়েছেন, আপনার শ্বাসকষ্ট হয় নি এবং আপনি প্রশ্ন করার জন্যে এখন পর্যন্ত বেঁচে আছেন, এজন্যে শুকরিয়া আদায় করবেন। তা-ও যদি না পারেন শুকরিয়া আদায় করতে, তবে হাসপাতালে যান, শ্বাসকষ্টের রোগীদের দিকে কিছুক্ষণ তাকিয়ে থাকুন, একটু নিঃশ্বাসের

জন্মে ওদের আকৃতিটা খেয়াল করুন। আপনি শুকরিয়া আদায় করতে পারবেন।

আর আপনি যে বলছেন আপনি কিছুই পান নি, এর কারণ হলো আপনার বিশ্বাসের অভাব। আসলে আমাদের সমস্যাটা কোথায়? আমাদের সমস্যাটা হচ্ছে বিশ্বাসের। তাই আপনার বিশ্বাসটাকে প্রথমে প্রবল করতে হবে যে, হ্যাঁ, আমি পাব, আমিই পারব। অর্থাৎ আপনি যে বিশ্বাসই করুন, সেটা নিখাদ হতে হবে। তখনই আপনি উদ্যোগী হতে পারবেন এবং সেটা পাবেন।

প্রশ্ন : আমি প্রচণ্ড রাগী ছিলাম। রাগের কারণে আমার মেয়েকে ও গৃহকর্মীকে প্রহার করতাম। আমার গৃহকর্মী মেয়েটা তো চলে গেছে। আমি তার কাছে কীভাবে ক্ষমা চাইব? যার সাথে অন্যায় করেছি তার কাছে নাকি ক্ষমা চাইতে হয়। আমি এখন প্রতিনিয়ত অনুশোচনায় ভুগি এবং চোখে জল আসে। কিন্তু তারপরও স্বস্তি পাচ্ছি না। আমি এখন কী করব?

উত্তর : যেহেতু আপনার মধ্যে আন্তরিক অনুশোচনা এসেছে এবং আপনি ক্ষমা চাওয়ার জন্যে যাকে খুঁজছেন সে এ মুহূর্তে নেই, কিন্তু আপনার অন্তর তো আল্লাহ দেখছেন। তাই এখন থেকে তার নামে কিছু সদকা দেবেন। আল্লাহকে বলবেন, এই দানের সমস্ত সওয়াব যাতে ঐ মেয়েটি পায়। যেহেতু তার কাছ থেকে আপনি ক্ষমা চাইতে পারছেন না। আপনি যদি আপনার সাধ্যমতো সদকা দিতে থাকেন, নিশ্চয়ই আল্লাহ ক্ষমা করবেন। কারণ আল্লাহ ক্ষমাশীল। আর ভবিষ্যতে যেন এই ঘটনার পুনরাবৃত্তি না হয় সে ব্যাপারে সতর্ক থাকবেন।

প্রশ্ন : রমজানে খাবারের কোনো হিসাব দিতে হবে না—কথাটি কি ঠিক?

উত্তর : রমজানে খাবারের কোনো হিসাব দিতে হবে না, এটা মনে করে যদি প্রতিদিন ইফতারের সময় মাত্রাতিরিক্ত খেতে থাকেন, আপনার শরীর কি হিসাব চাইবে না? শরীর ঠিকই হিসাব চাইবে। তা না হলে শত শত রোজাদার হাসপাতালে কেন যাবে?

বছর কয়েক আগে একটা খবর পড়েছিলাম—‘সৌদি আরবে শত শত রোজাদার হাসপাতালে’ কেন? ওরা রোজার সময় দিনে কাজ করে না। সারাদিন ঘুমায়। ইফতারের আগে ঘুম থেকে ওঠে। তারপর ইফতার থেকে খাওয়া শুরু করে এবং সেহরি পর্যন্ত জেগে থাকে এবং সেইসাথে খাওয়াদাওয়া চলতে থাকে সমানে, সারাদিন রোজা রাখতে হবে এই চিন্তায়। তারপর সেহরি খেয়ে আবার ঘুম। এরকম লাগাতার যদি কেউ খেতে থাকে তাহলে তো হাসপাতালে যেতে হবেই। অর্থাৎ ওদের শরীর যেমন হিসাব নিচ্ছে, আপনারও নেবে।

এ মাসের অটোসাজেশন

নিয়মিত দান ভয় দূর করে।
আমি নিয়মিত দান করব।

খুলনা শাখার উদ্যোগে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা করসেবা



১৪ মে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন খুলনা শাখার উদ্যোগে খুলনা আযম খান কমার্স কলেজে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা করসেবা অনুষ্ঠিত হয়। এ কার্যক্রমের উদ্বোধন করেন কলেজের অধ্যক্ষ জনাব কালীপদ মজুমদার। প্রায় চার ঘণ্টাব্যাপী এ করসেবায় অংশ নেন ফাউন্ডেশনের ৬২ জন কোয়ান্টিয়ার।

এ কর্মসূচির আওতায় কলেজ ক্যাম্পাস সংলগ্ন ড্রেন, শহীদ মিনার, প্রধান ভবনের পাঁচটি ক্লাসরুম, তিনটি হলরুম, একটি অডিটোরিয়াম, বারান্দা, সিঁড়ি এবং ২২টি টয়লেট পরিষ্কার করেন তারা।

নিকেতন সেল-এ যাকাত বিষয়ক প্রোগ্রাম

৯ মে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন নিকেতন সেল-এ যাকাত-বিষয়ক একটি বিশেষ অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। সন্ধ্যা ৭টা থেকে রাত ৮.৩০ পর্যন্ত পরিচালনা করেন ফাউন্ডেশনের আর্ডেন্টিয়ার হযরত মাওলানা ছায়ীদুল হক।

এতে যাকাত-বিষয়ক অবিদ্যা ও ভুল ধারণা, সঠিক প্রক্রিয়ায় সম্ভবভাবে যাকাত আদায়ের গুরুত্ব এবং কোয়ান্টাম যাকাত ফান্ডের লক্ষ্য ও কার্যক্রম বিষয়ে আলোচনা করা হয়। এছাড়াও ছিল প্রশ্নোত্তরপর্ব এবং বিশেষ প্রার্থনার মেডিটেশন। সমাপনী আলোচনা করেন নিকেতন সেল-এর আহ্বায়ক শাহনাজ বেগম। এসোসিয়েট, প্রাজুয়েট, প্রো-মাস্টারসহ সর্বমোট ৫৯ জন উপস্থিত ছিলেন।

সেল অর্গানের আয়োজনে কোয়ান্টিয়ার মাসিক কার্যক্রম

১৮ মে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন সেল অর্গানের আয়োজনে ঢাকার কাকরাইলস্থ কোয়ান্টাম মেডিটেশন হলে অনুষ্ঠিত হলো সেল, প্রি-সেল-এর কোয়ান্টিয়ারদের অংশগ্রহণে বিশেষ কার্যক্রম। এতে কাজ শুরু করার এবং কাজে লেগে থাকার পথে বাধা ও উত্তরণের উপায় বিষয়ে বিস্তারিত আলোচনা করেন কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের পরিচালক সমন্বয় মিসেস সুরাইয়া রহমান।

১০ পর্বে সাজানো মাসিক এ সিরিজ কার্যক্রমের নাম *যা চাই তা-ই পাব*। আলোচনা ও মেডিটেশন ছাড়াও এতে থাকে গ্রুপ ডিসকাশন ও প্রেজেন্টেশন। এতে মোট ৫৮ জন কোয়ান্টিয়ার অংশ নেন। কার্যক্রমটি পরিচালনা করেন অর্গানায়ার ইমাম উদ্দীন চৌধুরী।

চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয়ে বিশেষ শিক্ষার্থী সেমিনার

মানুষের মস্তিষ্ক ও মনের ক্ষমতা অসীম। যথাযথ প্রক্রিয়ায় এ শক্তিকে জাগ্রত ও ব্যবহার করতে পারলে এটি মানুষের চাওয়াগুলোকে স্বতঃস্ফূর্ত পাওয়ায় পরিণত করতে পারে।

১১ মে চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয় কোয়ান্টাম মেডিটেশন সোসাইটি কর্তৃক আয়োজিত বিশেষ শিক্ষার্থী সেমিনারে এ কথা বলেন অতিথি ও আর্লোচক বৃন্দ। সমাজবিজ্ঞান অনুষদ অডিটোরিয়ামে যা চাই তা-ই পাব, আমি পারি আমি করব শীর্ষক এ শিক্ষার্থী সেমিনারটি শুরু হয় শিক্ষার্থী মনছবি মেডিটেশন-এর মধ্য দিয়ে।

একজন শিক্ষার্থীর মেধা বিকাশে মেডিটেশনের কার্যকারিতা বিষয়ে আলোচনা করেন অর্গানায়ার ফেরদৌসী সুলতানা। নিউরোসায়েন্সের সাম্প্রতিক তথ্য-উপাত্তের আলোকে মস্তিষ্কের ক্ষমতার বিভিন্ন দিক তুলে ধরেন তিনি।

সভ্যতার বিকাশে ধ্যানের ভূমিকা বিষয়ে আলোচনা করেন ইসলামের ইতিহাস ও সংস্কৃতি বিভাগের সহকারী অধ্যাপক এবং বিশ্ববিদ্যালয়ের প্রক্টরিয়াল বডির সদস্য ও সহকারী প্রক্টর মো. মোরশেদুল আলম। প্রতিটি সভ্যতার উত্থান, বিকাশ ও বিবর্তন প্রক্রিয়ায় মেডিটেশনের প্রভাব নিয়ে বিশ্লেষণধর্মী আলোচনা উপস্থাপন করেন তিনি।

বাংলার সোনালি অতীত ও সম্ভাবনাময় ভবিষ্যৎ শীর্ষক একটি বিশেষ আলোচনা উপস্থাপন করেন



কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন চট্টগ্রাম সেন্টারের অর্গানায়ার কো-অর্ডিনেশন এস এম সাজ্জাদ হোসেন। তিনি বাংলার সোনালি সমৃদ্ধ অতীতের বিভিন্ন দিক তুলে ধরেন এবং জাতিগতভাবে একটি নতুন পর্যায়ে যে আমাদের উত্তরণ ঘটতে যাচ্ছে, এ বিষয়ে তিনি আলোকপাত করেন এবং শিক্ষার্থীদের মেধার বিকাশ ও জাতি গঠনে করণীয় দিক-নির্দেশনা দেন।

প্রায় তিন ঘণ্টাব্যাপী এ সেমিনারে সমাপনী বক্তব্য রাখেন চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয় মেডিটেশন সোসাইটির সম্মানিত উপদেষ্টা এবং ভূগোল ও পরিবেশবিদ্যা বিভাগের অধ্যাপক ড. অলক পাল।

আলোচনার পাশাপাশি শিক্ষার্থী বিষয়ক বিশেষ ভিডিও ডকুমেন্টারি প্রদর্শিত হয়। বিশ্ববিদ্যালয়ের বিভিন্ন বিভাগের শিক্ষক-শিক্ষার্থীসহ সর্বমোট ৩২০ জন অংশ নেন। সেমিনারে স্বাগত বক্তব্য দেন চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয় কোয়ান্টাম মেডিটেশন সোসাইটির আহ্বায়ক মো. হাবিবুর রহমান।

শাহজালাল বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি বিশ্ববিদ্যালয়ে বিশেষ সেমিনার



২৩ মে সিলেটের শাহজালাল বিশ্ববিদ্যালয় সেলের উদ্যোগে বিশ্ববিদ্যালয়ের মিনি অডিটোরিয়ামে মেডিটেশন বিষয়ক একটি শিক্ষার্থী সেমিনারের আয়োজন করা হয়। সেমিনারে প্রতিপাদ্য ছিল *মনোযোগ ও স্মৃতিশক্তি বৃদ্ধিতে মেডিটেশন*। এ বিষয়ে আলোচনা করেন কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের আর্ডেন্টিয়ার কাজী শামীম।

মনোযোগায়নের গুরুত্ব, মনোযোগায়নের পথে বাধা ও মনোযোগী হওয়ার উপায় নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করেন তিনি। আলোচনা ছাড়াও ছিল শিক্ষার্থী মনছবির মেডিটেশন। সেমিনারে উপস্থিত ছিলেন মোট ১৬২ জন শিক্ষার্থী।

কোয়ান্টাম আইসিটি-র সাথে যুক্ত হতে আগ্রহীরা নাম, রেজিস্ট্রেশন নম্বর, শিক্ষাগত যোগ্যতা ও পেশা উল্লেখ করে ই-মেইল করুন :
ict@quantummethod.org.bd

আবশ্যিক

কোয়ান্টাম কসমো স্কুল ও কলেজের জন্যে শিক্ষক/শিক্ষিকা/আবাসিক শিক্ষক (ন্যূনতম অনার্স পাশ), বিজ্ঞান বিভাগের জন্যে (পদার্থ বিজ্ঞান, রসায়ন, জীব বিজ্ঞান, উচ্চতর গণিত) শিক্ষক/শিক্ষিকা আবশ্যিক। বিএড ও নিবন্ধনকৃত প্রার্থীরা অগ্রাধিকার পাবেন। শিশুকানন ও শিশুসদনের শিক্ষার্থীদের দেখাশোনার জন্যে ব্রাদার, সিস্টার (ন্যূনতম এসএসসি পাশ) ও সিকিউরিটি গার্ড আবশ্যিক। এছাড়াও কোয়ান্টাম-এর জন্যে কিছু সংখ্যক মালি, মাঠকর্মী প্রয়োজন। আগ্রহীরা যোগাযোগ করুন :

কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন

৩১/তি শিল্পাচার্য জয়নুল আবেদীন সড়ক,
শান্তিনগর, ঢাকা-১২১৭
ফোন : ৯৩৪১৪৪১, ০১৭১৪-৯৭৪৩৩৩

সিলেট, রাজশাহী ও চট্টগ্রামে অনুষ্ঠিত ধ্যানসন্ধ্যায় গুরুজী

সুস্থ জীবনদৃষ্টি ও নিয়মিত দান প্রশান্তিকে স্থায়ী করে



রাজশাহী মেডিকেল কলেজ মিলনায়তনে অনুষ্ঠিত ধ্যানসন্ধ্যায় অংশগ্রহণকারীদের একাংশ

কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন সিলেট, রাজশাহী ও চট্টগ্রাম সেন্টারের আয়োজনে গুরুজীর পরিচালনায় অনুষ্ঠিত হলো বিশেষ ধ্যানসন্ধ্যা। ৭ মে সিলেট (সানরাইজ কমিউনিটি সেন্টার), ১৩ মে রাজশাহী (মেডিকেল কলেজ মিলনায়তন) এবং ২৭ মে চট্টগ্রামে (ইঞ্জিনিয়ার্স ইনস্টিটিউশন মিলনায়তন) অনুষ্ঠিত তিন ঘণ্টাব্যাপী এ কার্যক্রমে প্রাজুয়েট, প্রো-মাস্টারদের উদ্দেশ্যে গুরুজী শহীদ আল বোখারী মহাজাতক বিভিন্ন দিক-নির্দেশনামূলক আলোচনা করেন।

গুরুজী বলেন, মেডিটেশনের প্রথম প্রাপ্তি হচ্ছে প্রশান্তি আর এই প্রশান্তি হলো জীবনের একক। এই প্রশান্তিকে স্থায়ী করার জন্যে চাই প্রো-একটিভ বা ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি অর্থাৎ সুস্থ জীবনদৃষ্টি। সহজ ভাষায় যাকে আমরা বলতে পারি শোকরগোজারি দৃষ্টিভঙ্গি। আপনি যদি সুস্থ জীবনদৃষ্টি গ্রহণ করেন, আপনি সুস্থ থাকবেন, দীর্ঘায়ু হবেন। প্রশান্তি পাবেন। এখন বিজ্ঞানও তা-ই বলছে। সারা পৃথিবীজুড়ে তাই সচেতন মানুষ এখন মেডিটেশনের প্রয়োজনীয়তা

অনুভব করছেন। আর গত ২৩ বছর ধরে এ কথাগুলোই আমরা বলে আসছি।

প্রশান্তিকে স্থায়ী করার আরেকটি উপায় হলো দান। গ্রহীতা আর দাতা কখনো এক নন। যত উপার্জনই করুক, ভিক্ষুক সবসময়ই ভিক্ষুক। তাই দাতা হতে হবে, গ্রহীতা নয়। যখনই আপনি অন্যেরটা কেড়ে নিলেন, অন্যকে শোষণের কারণ হলেন, অকল্যাণের কারণ হলেন, আপনি গ্রহীতা হয়ে গেলেন। অন্যদিকে, যখন আপনি অন্যের কল্যাণের কারণ হলেন, আপনি দাতা হলেন। সজ্ঞবদ্ধভাবে দান করা এবং তা দিয়ে প্রকৃত দুস্থ ও বঞ্চিত মানুষের কল্যাণ করার বিষয়টিকে শুরু থেকেই ফাউন্ডেশন সুন্দর ও স্বচ্ছভাবে সমন্বয় করার চেষ্টা করেছে।

আমি পারি আমি করব, সারা পৃথিবী আমার-এ কথাগুলো আজ আমরা শুধু নই, চারপাশের অনেকেই ভাবেন, বলেন এবং বিশ্বাস করেন। কোয়ান্টাম আমাদের জাতির সামনে একটা স্বপ্ন দিতে পেরেছে- সম্ভাবনার স্বপ্ন।

বর্তমান সময়ের প্রেক্ষিতে কোয়ান্টাম চেতনার উপযোগিতা ব্যাখ্যা করে গুরুজী বলেন, পুরো জাতি যখন নেতিবাচকতায় আচ্ছন্ন তখন আমরা অনুভব করলাম, এই হতাশা আর নেতিবাচকতা থেকে মুক্তির জন্যে প্রয়োজন একটা অন্তঃজাগরণ। আর এ জাগরণ সম্ভব মেডিটেশন বা আত্মনিমগ্নতার মধ্য দিয়ে। এখানেই কোয়ান্টামের প্রাসঙ্গিকতা।

মানুষ যখন আত্মার সাথে সংযুক্ত হয়, তখনই সম্ভব হয় এই অন্তঃজাগরণ। তখন মাথা ঠান্ডা হয় এবং মস্তিষ্কের বিশাল শক্তিভান্ডারকে ব্যবহার করে আমরা নিজেরাই নিজেদের ভবিষ্যতকে গড়ে নিতে পারি। তাই আমরা অনুভব করলাম যে, উষ্ণ হৃদয়ের সাথে শুধু যদি মাথা ঠান্ডা করতে পারি, তাহলে আমাদের সকল ব্যর্থতাকে সাফল্যে, রোগকে সুস্থতায় আর অশান্তিকে প্রশান্তিতে রূপান্তরিত করতে পারি।

বৈচিত্র্যময় আয়োজনে কোয়ান্টাম আইসিটি



শামীম আহসান



চামপিকা ওয়াজায়াস্তা



সুমন আহমেদ সাবির

২৭ মে প্রথমবারের মতো অনুষ্ঠিত হলো কোয়ান্টাম আইসিটি বিশেষজ্ঞদের বার্ষিক পুনর্মিলনী ২০১৫। বনশ্রী কার্যালয়ে অনুষ্ঠিত এ প্রোগ্রামে প্রধান অতিথি ছিলেন দেশের স্বনামধন্য তথ্যপ্রযুক্তি উদ্যোক্তা শামীম আহসান। এতে সভাপতিত্ব করেন কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের মহাপরিচালক মাদাম নাহার আল বোখারী।

কোয়ান্টাম প্রো-মাস্টার শামীম আহসান পেশাগত জীবনে এখনই ডট কম-এর ম্যানেজিং ডিরেক্টর, প্রাইম মিনিস্টারস ডিজিটাল বাংলাদেশ

টাস্ক ফোর্স-এর সদস্য, এফবিসিসিআই-এর পরিচালক এবং বাংলাদেশ এসোসিয়েশন অব সফটওয়্যার এন্ড ইনফরমেশন সার্ভিসেস (বেসিস)-এর প্রেসিডেন্ট।

অনুষ্ঠানে তিনি বলেন, তথ্যপ্রযুক্তি খাতে প্রশিক্ষণের যে উদ্যোগ কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন নিয়েছে তা অত্যন্ত প্রশংসনীয় ও ইতিবাচক। আমাদের দেশের মোট জনসংখ্যার ৬৫% তরুণ। আমরা যদি এই তরুণ প্রজন্মকে তথ্যপ্রযুক্তিতে দক্ষ করে তুলতে পারি, তাহলে অবশ্যই একদিন উন্নত

বাংলাদেশের মনছবি পূরণ করতে পারব।

২১ মে কোয়ান্টাম আইসিটি মাসিক কার্যক্রমে প্রধান আলোচক হিসেবে উপস্থিত ছিলেন যুক্তরাষ্ট্রের ইন্টারনেট করপোরেশন ফর এসআইন্ড নেইমস এন্ড নামসারস-এ (ICANN) রিজিওনাল সিকিউরিটি, স্ট্যাবিলিটি এন্ড রিসাইলেন্সি এনগেজমেন্ট ম্যানেজার, এশিয়া প্যাসিফিক এবং শ্রীলঙ্কার সফল প্রযুক্তিবিদ চামপিকা ওয়াজায়াস্তা। তিনি বলেন, যে-কোনো প্রতিকূলতা জয় করে একজন মানুষ সাফল্যের শীর্ষে উঠতে পারে, যদি সে পরিশ্রমী হয় এবং কাজে অবিচলভাবে লেগে থাকে।

৩০ এপ্রিল কোয়ান্টাম আইসিটি মাসিক কার্যক্রমে আলোচনা করেন বাংলাদেশের বিশিষ্ট প্রযুক্তিবিদ সুমন আহমেদ সাবির। তিনি বর্তমানে চিফ স্ট্র্যাটেজি অফিসার হিসাবে ফাইবার অ্যাট হোমে কর্মরত আছেন। এছাড়াও তিনি বাংলাদেশ এমেচার রেডিও ল্যাংগুয়েজ-এর প্রেসিডেন্ট, বাংলাদেশ নেটওয়ার্ক অপারেটরস গ্রুপের চেয়ার বোর্ড অব ট্রাস্টি, সাউথ এশিয়ান নেটওয়ার্ক অপারেটরস গ্রুপের কোর কমিটি সদস্য এবং বাংলাদেশ ইন্টারনেট এক্সচেঞ্জ-এর (BDIX) টেকনিক্যাল এডভাইজার হিসেবে দায়িত্ব পালন করছেন।

তিনি বলেন, জীবনে যে-কোনো ক্ষেত্রে সাফল্য লাভের জন্যে একটি সুনির্দিষ্ট লক্ষ্যকে সামনে রেখে কাজ করতে হবে।

কোয়ান্টাম বুলেটিন : জুন ২০১৫ ॥ সম্পাদক : কাজী মাহতাব উদ্দিন আহমদ ॥ নাহার আল বোখারী, মহাপরিচালক, কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন কর্তৃক

৩১/ভি শিল্পাচার্য জয়নুল আবেদীন সড়ক, শান্তিনগর, ঢাকা-১২১৭ থেকে প্রকাশিত ও উইন্ডোজ প্রিন্টিং সেন্টার থেকে মুদ্রিত ॥ শুভেচ্ছা মূল্য - ৫ টাকা

Phone : 9341441, 8319377, 9355756 Mobile : 01714-974333, 01711-671858, 09613-002025 ■ E-mail : bulletin@quantummethod.org.bd