বাইবেল
শত বাণী

হে প্রভু!
তুমিই আমার প্রদীপ।
আমার আঁধারকে
আলোয় ভরিয়ে দাও।

—২ *শমূয়েল* ২২:২৯

বাইবেল
শত বাণী

বাইবেল

শত বাণী

প্রকাশক

মায়িশা তাবাসসুম

কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন

৩১/ভি শিল্পাচার্য জয়নুল আবেদিন সড়ক
শান্তিনগর, ঢাকা-১২১৭
ফোন : ২২২২২১৪৪১, ০১৭১৪-৯৭৪৩৩৩
E-mail : info@quantummethod.org.bd

প্রথম প্রকাশ : ডিসেম্বর, ২০২৫

মুদ্রাকর

প্রজ্ঞাপ্রকাশ

ইসলাম ভবন (২য় তলা),
৬৮ ফকিরাপুল বাজার রোড, ঢাকা-১০০০

মূল্য

৫৫ টাকা

[এ বই থেকে প্রাপ্ত আয় সৃষ্টির সেবায় নিবেদিত]

ISBN : 978-984-37-0530-3

বাইবেল
শত বাণী

এই সিরিজের আরো কিছু প্রকাশনা

- নিত্যদিন শত আয়াত
- নিত্যদিন শত হাদীস
- বেদ শত বাণী
- ধম্মপদ শত বুদ্ধবাণী
- কোয়ান্টাম ভাবনা ফিউশন
- নিত্যদিন শত শুদ্ধাচার
- নিত্যদিন শত প্রার্থনা
- নিত্যদিন শত অটোসাজেশন
- I can I will Everyday Autosuggestions
- নিত্যদিন শত প্যারেন্টিং
- Quantum Parenting

যীশু জগতের আলো—বিশ্বের কোটি কোটি খ্রিষ্টধর্ম অনুসারীর এটাই বিশ্বাস। ধর্মের জন্যে, সত্যের জন্যে, মানুষের কল্যাণে নিজেকে উৎসর্গ করেছেন যীশু। তাঁর ছোঁয়ায় অসুস্থ মানুষ সুস্থ হয়েছে, অন্ধ পেয়েছে দৃষ্টিশক্তি, নিষ্প্রাণ পেয়েছে প্রাণ। যীশু ছিলেন বিশ্বজনীন মমতার মূর্ত প্রতীক।

মানুষের পরিত্রাণের জন্যে যীশুর ভালবাসার দলিল হচ্ছে পবিত্র বাইবেল। বাইবেলে রয়েছে এক শাশ্বত অনুরণন—ঈশ্বরের উপাসনা করো, সৃষ্টির সেবা করো আর অপেক্ষা করো যীশুর পুনরাগমনের।

[যুক্তরাষ্ট্রের ইন্টারন্যাশনাল বাইবেল সোসাইটির ইংরেজি অনুবাদ *The Holy Bible, New International Version* থেকে কিছু বাণীর সরল বাংলা মর্মার্থ হচ্ছে *বাইবেল শত বাণী*]

আমি ছাড়া আর কোনো ঈশ্বর নাই।
আমিই ন্যায়বিচারক এবং ত্রাণকর্তা।
পৃথিবীর মানুষেরা আমার দিকে
প্রত্যাবর্তন করো,
তোমরা পরিত্রাণ পাবে।
কারণ আমিই একমাত্র ঈশ্বর,
আর কোনো উপাস্য নাই।

[ইশাইয়া ৪৫:২১-২২]

পরিপূর্ণ বিশ্বাস ছাড়া
ঈশ্বরের সন্তুষ্টি অর্জন সম্ভব নয়।
ঈশ্বরের পথ অনুসরণকারীকে
বিশ্বাস করতে হবে যে,
যারা তাঁকে অন্বেষণ করে
তিনি তাদের পুরস্কৃত করবেন।

[ইব্রীয় ১১:৬]

সাবধান!
তোমরা লোক-দেখানো
ধর্ম-কর্ম কোরো না।
কারণ এর জন্যে স্বর্গে
কোনো পুরস্কার পাবে না।

[মথি ৬:১]

যারা অন্যায়ের বীজ বপন করে
এবং অনিষ্টের চারা রোপণ করে,
তারা অন্যায়-অনিষ্টের
ফসলই ঘরে তোলে।

[ইয়োব ৪:৮]

ঈশ্বর প্রত্যেককেই
কর্মফল প্রদান করবেন।
যারা ধৈর্যের সাথে সৎকর্ম করে
ঈশ্বরের কাছে সুখ সম্মান ও
অনন্ত জীবন পেতে চায়,
ঈশ্বর তা-ই দেবেন।
আর যারা স্বেচ্ছাচারী হয়ে
সত্যকে প্রত্যাখ্যান করেছে,
অন্যায় করেছে,
ঈশ্বর তাদের ভয়াবহ শাস্তি দেবেন।

[রোমীয় ২:৬-৮]

অনন্ত জীবনে প্রবেশ করতে চাইলে
খুন কোরো না, ব্যভিচার কোরো না,
চুরি কোরো না, মিথ্যা সাক্ষ্য দিও না।
পিতা-মাতাকে সম্মান করো
এবং প্রতিবেশীকে
নিজের মতো করে ভালবেসো।

[মথি ১৯:১৮-১৯]

সার্থক তাদের জীবন
যারা ধর্মের জন্যে
ক্ষুধা ও তৃষ্ণার কষ্ট সহ্য করে,
কারণ তারা পরিতৃপ্ত হবে।
সার্থক তাদের জীবন যারা দানশীল,
কারণ তারা দয়া পাবে।
সার্থক তাদের জীবন যাদের অন্তর নির্মল,
কারণ তারা ঈশ্বরের দর্শন পাবে।

[মথি ৫:৬-৮]

ধন্য সে জন
যে দুষ্টদের মন্ত্রণায় চলে না,
পাপীদের পথ মাড়ায় না,
নিন্দুকের আসরে বসে না।
বরং সদাপ্রভুর বিধান অনুসরণেই
সে আনন্দ পায় এবং
তাঁর বিধিমালা নিয়েই ধ্যান করে।

[গীতসংহিতা ১:১-২]

গুজব ছড়াবে না।
উদ্দেশ্য প্রণোদিত সাক্ষ্য দিয়ে
দুষ্ট লোককে সাহায্য করবে না।

[যাত্রাপুস্তক ২৩:১]

রাগ-ক্রোধ বর্জন করো;
খিটখিট কোরো না—
এসবের একমাত্র পরিণাম অকল্যাণ।

[গীতসংহিতা ৩৭:৮]

তোমার ক্ষমতার মধ্যে থাকলে
কাউকে তার ন্যায্য প্রাপ্য থেকে
বঞ্চিত কোরো না।

[হিতোপদেশ ৩:২৭]

কোনো বিধবা বা অনাথকে
কষ্ট দিও না।
তুমি যদি তা করো,
আর তারা আমার কাছে
ফরিয়াদ জানায়,
তবে এর প্রতিফল
তুমিই ভোগ করবে।

[যাত্রাপুস্তক ২২:২২-২৩]

দুরাচারীরা কখনো
শান্তির সন্ধান পাবে না।

[ইশাইয়া ৪৮:২২]

আতিথেয়তা করার সময়
মনে মনে গজগজ কোরো না।

[১ পিতর ৪:৯]

বিরক্তি মূর্খের বিনাশ ঘটায়।
হিংসা অসচেতন ব্যক্তিকে
দহন করে।

[ইয়োব ৫:২]

সাক্ষ্য দেয়ার সময়
জনতাকে খুশি করতে গিয়ে
বিচার প্রক্রিয়াকে
প্রহসনে পরিণত কোরো না।

[যাত্রাপুস্তক ২৩:২]

মানুষের মাঝে
কুৎসা রটনা করবে না।

[লেবীয় পুস্তক ১৯:১৬]

যে ব্যক্তি গোপনে
তার প্রতিবেশীর নিন্দা করে,
আমি তাকে শায়েস্তা করব।
যার দৃষ্টি ও অন্তরে
অহংকার বিরাজ করে,
আমি তাকে ছাড় দেবো না।

[গীতসংহিতা ১০১:৫]

অহংকার পতন ডেকে আনে
কিন্তু বিনয় নিয়ে আসে প্রজ্ঞা।

[হিতোপদেশ ১১:২]

অন্যের সামান্য ত্রুটি
তোমার চোখে পড়ে,
অথচ নিজের বড় বড় ভুল
তোমার চোখ এড়িয়ে যায় কীভাবে?

[মথি ৭:৩]

নিজেকে জ্ঞানী ভেবো না।
স্রষ্টা-সচেতন হও এবং
মন্দ কাজ থেকে দূরে থাকো।
তোমার শরীর সুস্থ থাকবে ও
হাড়মজ্জা পুষ্টি লাভ করবে।

[হিতোপদেশ ৩:৭-৮]

কুকুরকে পবিত্র বস্তু দিও না।
আর শুকরের সামনে
মুক্তো ছুড়ে দিও না।
দেখা যাবে তারা
সেগুলো পদদলিত করার পর
তোমার দিকে তেড়ে আসবে।

[মথি ৭:৬]

নির্বোধের সাথে
জ্ঞানের কথা বোলো না।
কেননা তার কাছে
এসব কথার
কোনো গুরুত্ব নেই।

[হিতোপদেশ ২৩:৯]

বোধ-বিবেচনাহীন ধনী ব্যক্তির
তুলনা হলো—
ধ্বংসের প্রান্তে দাঁড়ানো
অধম পশু।

[গীতসংহিতা ৪৯:২০]

স্রষ্টা-সচেতনতা থেকেই
সকল জ্ঞানের শুরু।
অথচ মূর্খরা
জ্ঞান ও অনুশাসনকে
তুচ্ছতাচ্ছিল্য করে।

[হিতোপদেশ ১:৭]

খাওয়াদাওয়া থেকে শুরু করে
যে কাজই করো না কেন,
তা করবে কেবল
স্রষ্টার মহিমা প্রকাশের উদ্দেশ্যে।

[১ করিন্থীয় ১০:৩১]

ঈশ্বরের সান্নিধ্যে কাটানো
একটি দিন খেয়ালিপনায় কাটানো
হাজার দিনের চেয়ে উত্তম।
দুর্বৃত্তের বিলাসী তাঁবুতে
বাস করার চেয়ে
আমি বরং ঈশ্বরের গৃহে
দ্বাররক্ষী হবো।

[গীতসংহিতা ৮৪:১০]

তোমার অন্তরকে পাহারা দিয়ে রাখো,
কেননা ওখান থেকেই
জীবন উৎসারিত হয়।
অশ্লীল ও মন্দকথা যেন তোমার
মুখ দিয়ে না বেরোয়।

[হিতোপদেশ ৪:২৩-২৪]

জ্ঞানী কথাবার্তায়
সংযত থাকেন।
আর বিচক্ষণ ব্যক্তি
শান্ত সমাহিত হন।

[হিতোপদেশ ১৭:২৭]

ঈশ্বরের পথ নিষ্কলঙ্ক।
তাঁর বাণী নিখুঁত।
তাঁর শরণাপন্ন সকলের জন্যে
তিনি ঢালস্বরূপ।

[২ শমূয়েল ২২:৩১]

ভয় পেয়ো না,
আমি তোমার সাথেই আছি।
নিরাশ হয়ো না,
আমি তোমার প্রভু।
আমি তোমাকে শক্তি জোগাব ও
সাহায্য করব।

[ইশাইয়া ৪১:১০]

একের চেয়ে দুই ভালো,
কারণ একসাথে কাজ করলে
প্রত্যেকেই বেশি পাবে।

[উপদেশক ৪:৯]

শত্রুকে ভালবাসো।
যারা অভিশাপ দেয়,
তাদের আশীর্বাদ করো।
যারা তোমাকে ঘৃণা করে,
তাদের উপকার করো এবং
তোমার নির্যাতনকারীদের জন্যে
প্রার্থনা করো।

[মথি ৫:৪৪]

পরস্পরের সাথে
মিলেমিশে থাকো।
উদ্ধত হয়ো না।
সাধারণ মানুষের সাথেও
যোগাযোগ রেখো।
নিজেকে জ্ঞানী মনে কোরো না।

[রোমীয় ১২:১৬]

যে নিজেকে সদাচারী মনে করে
কিন্তু দৃঢ়ভাবে নিজেকে
নিয়ন্ত্রণ করতে পারে না,
সে আসলে আত্মপ্রতারণা করছে।
তার ধর্মপালন নিষ্ফল।

[যাকোব ১:২৬]

বিশ্বাসী না হলে
স্রষ্টাকে সন্তুষ্ট করা অসম্ভব।
কারণ তাঁর সাহায্য পেতে হলে
অবশ্যই তাঁকে বিশ্বাস করতে হবে।
যারা আন্তরিকতার সাথে
তাঁকে খোঁজে,
তিনি তাদের পুরস্কৃত করেন।

[ইব্রীয় ১১:৬]

হে ঈশ্বর!
আমি তোমাতেই সমর্পিত হই।
তোমারই ওপর আমার আস্থা।
তোমাকেই বিশ্বাস করি।
আমাকে লজ্জিত কোরো না।
আমার ওপর শত্রুদের
বিজয়ী হতে দিও না।

[গীতসংহিতা ২৫:১-২]

তোমরা শোনার ব্যাপারে
মনোযোগী হও আর
কথাবার্তা ও রাগের ক্ষেত্রে
ধীরস্থির হও,
কারণ রেগে গেলে
স্রষ্টার পছন্দনীয়
সদাচার করা সম্ভব নয়।

[যাকোব ১:১৯-২০]

বদরাগী বা
অল্পতেই রেগে যায়
এমন কারো সাথে
বন্ধুত্ব কোরো না।
করলে তুমিও তার
আচরণ দ্বারা প্রভাবিত হবে।
পরিণামে তোমার
ভোগান্তি বাড়বে।

[হিতোপদেশ ২২:২৪-২৫]

ঈশ্বর সদাচার ও
সুবিচার ভালবাসেন।

[গীতসংহিতা ৩৩:৫]

কেউ গালি দিলে
পাল্টা গালি দিও না।
বরং তাকে আশীর্বাদ করো।
তাহলেই তোমরা আশীর্বাদ পাবে।

[১ পিতর ৩:৯]

নিজেকে ভাই বলে দাবি করে
এমন ব্যক্তি যদি দুশ্চরিত্র, লোভী,
প্রতিমাপূজারি, পরচর্চাকারী,
মাতাল বা জোচ্চোর হয়
তবে তার সাথে মেলামেশা করবে না।
এমনকি পানাহারও করবে না।

[১ করিন্থীয় ৫:১১]

যে নিজের ওষ্ঠ সংযত রাখে,
সে নিজের জীবনকেই সংরক্ষিত করে।
আর যে রূঢ় কথা বলে,
সে নিজের সর্বনাশের পথ
উন্মোচিত করে।

[হিতোপদেশ ১৩:৩]

প্রাণ ছাড়া দেহ যেমন মৃত,
তেমনি কর্মবিহীন বিশ্বাসও মৃত।

[যাকোব ২:২৬]

ঈশ্বরের বাক্য শুধু শুনলেই হবে না,
সেভাবে কাজ করতে হবে।
শুধু শুনে যাওয়া
আত্ম প্রতারণারই শামিল।

[যাকোব ১:২২]

অন্যায়ের কাছে তোমরা
কখনো হার স্বীকার কোরো না।
বরং ভালো দিয়ে
মন্দকে জয় করো।

[রোমীয় ১২:২১]

যখন দান করো
গোপনে দান করো।
ডান হাত কী দিচ্ছে,
বাম হাত যেন
জানতে না পারে।
তোমার নীরব দান
সদাপ্রভু দেখছেন।
তিনি তোমাকে
পুরস্কৃত করবেন।

[মথি ৬:৩-৪]

যে নিজেকে বড় বলে,
তাকে অবনত করা হবে,
আর যে বিনয়ী হয়,
তাকে সম্মানিত করা হবে।

[লূক ১৮:১৪]

তোমাদের কারো পক্ষে
একসাথে দুই প্রভুর
উপাসনা করা সম্ভব নয়।
তুমি কখনো ঈশ্বর এবং অর্থ—
উভয়ের সেবক হতে পারবে না।

[মথি ৬:২৪]

ধনবানদের পক্ষে সদাপ্রভুর
স্বর্গে প্রবেশের চেয়ে
সুঁইয়ের ছিদ্র দিয়ে
উট প্রবেশ করা সহজ।

[মথি ১৯:২৪]

কী খাবে, কী পান করবে,
কী পরিধান করবে—
এ নিয়ে চিন্তা কোরো না।
খাবার ও পোশাক থেকে
জীবন অনেক গুরুত্বপূর্ণ।
পাখির দিকে তাকাও।
তারা শস্য বপন করে না,
কেটে গোলায় ভরে না।
তারপরও সদাপ্রভু কি
তাদের খাওয়াচ্ছেন না?
তুমি কি পাখির চেয়ে মূল্যবান নও?
দুশ্চিন্তা করে তোমরা জীবনের সাথে
কে অতিরিক্ত একটি ঘণ্টা
যোগ করতে পারবে?
[মথি ৬:২৫-২৭]

ঈশ্বরের চোখে সবাই সমান।
তিনি কারো প্রতি
পক্ষপাতিত্ব করেন না।
প্রত্যেক জাতির মধ্য থেকে
যারা তাঁকে স্মরণ করে
এবং সৎকর্ম করে,
তাদেরকেই তিনি গ্রহণ করেন।

[প্রেরিত ১০:৩৪-৩৫]

প্রতিটি বিষয়ে অন্যের সাথে
সেই আচরণই করবে,
যা তুমি তার কাছ থেকে
প্রত্যাশা করো।

[মথি ৭:১২]

তুমি চাও,
তোমাকে দেয়া হবে।
খোঁজ করো, পাবে।
দরজা খট খট করো,
দরজা খুলে যাবে।

[মথি ৭:৭]

পরিশ্রমী হাত
সবসময় কর্তৃত্ব করে।
আর অলস পরিণত হয়
পরাধীন দাসে।

[হিতোপদেশ ১২:২৪]

আরেকটু ঘুম,
আরেকটু তন্দ্রা,
বিছানায় আরেকটু গড়াগড়ি—
দারিদ্র্য ও অভাব দস্যুর মতো
দেবে হানা তোমার অন্দরে।

[হিতোপদেশ ২৪:৩৩-৩৪]

অলস বসে থেকো না।
সকাল-সন্ধ্যা কাজ করে যাও।
কারণ তুমি জানো না,
তোমার কোন কাজটি
সফল হবে।

[উপদেশক ১১:৬]

যেখানে তোমরা
আমার নামে
সমবেত হও,
সেখানে আমি
তোমাদের সাথেই থাকি।

[মথি ১৮:২০]

(হে প্রভু!)
তোমার বাণীই
আমার পথচলায়
আলোকবর্তিকা।

[গীতসংহিতা ১১৯:১০৫]

এই মুহূর্তে
দেয়ার সামর্থ্য থাকলে,
সাহায্যপ্রার্থী প্রতিবেশীকে
বোলো না—‘পরে আসো।
এখন না, পরে দেবো।’

[হিতোপদেশ ৩:২৮]

যে কৃপণতা করবে,
সে কৃপণতাই ফেরত পাবে।
আর উদার ব্যক্তি বিনিময়ে
উদারতাই পাবে।

[২ করিন্থীয় ৯:৬]

কারো ধনসম্পদ ও
বাড়িঘরের জাঁকজমক দেখে
অভিভূত হয়ো না।
মৃত্যুর সময় সে কোনোকিছুই
সাথে নিয়ে যেতে পারবে না।
তার বিত্তবৈভব
কবরে তার সঙ্গী হবে না।

[গীতসংহিতা ৪৯:১৬-১৭]

জ্ঞানই শ্রেষ্ঠ,
তাই জ্ঞান অর্জন করো।
তোমার সকল সম্পদ
ব্যয় করে হলেও
প্রজ্ঞা অর্জন করো।

[হিতোপদেশ ৪:৭]

আমার ঘরে
শঠ স্বভাবের ব্যক্তির জন্যে
কোনো জায়গা নেই।
মিথ্যাবাদী আমার নিকটবর্তী
হতে পারবে না।

[গীতসংহিতা ১০১:৭]

ঈশ্বরের অপছন্দনীয় সাতটি বিষয় :
উদ্ধত দৃষ্টি,
মিথ্যাবাদী জিহ্বা,
নিরপরাধ ব্যক্তিকে রক্তাক্তকারী হাত,
কুটিল ষড়যন্ত্রে লিপ্ত হৃদয়,
পাপকাজে তৎপর পদযুগল,
মিথ্যা সাক্ষ্যদাতা এবং
সমাজে বিভেদ সৃষ্টিকারী ব্যক্তি।

[হিতোপদেশ ৬:১৬-১৯]

মমতা ও বিশ্বাস
পরস্পরের সঙ্গী।
ন্যায়পরায়ণতা ও শান্তি
একে অপরকে আলিঙ্গন করে।

[গীতসংহিতা ৮৫:১০]

তোমরা তোমাদের
স্ত্রীদের ভালবাসবে।
তাদের সাথে
কটু ব্যবহার করবে না।

[কলসীয় ৩:১৯]

পতনের আগে
মানুষ অহংকারী হয়ে ওঠে।
সম্মানিত হতে চাইলে
প্রথমে বিনয়ী হতে হয়।

[হিতোপদেশ ১৮:১২]

মহাপ্রভু অহংকারীকে
প্রতিহত করেন
কিন্তু বিনয়ীকে
সম্মানিত করেন।

[যাকোব ৪:৬]

মৃত পোকামাকড় পড়লে
সুগন্ধির পাত্র থেকে যেমন দুর্গন্ধ ছড়ায়,
সামান্য স্খলনও তেমনি
জ্ঞান ও সম্মানকে
নস্যাৎ করে দিতে পারে।

[উপদেশক ১০:১]

উৎকৃষ্ট সুগন্ধির চেয়েও
উত্তম হলো সুনাম।

[উপদেশক ৭:১]

মণিমুক্তার চেয়েও
মূল্যবান হলো প্রজ্ঞা।
তোমার আরাধ্য কোনোকিছুই
প্রজ্ঞার সাথে তুলনীয় নয়।

[হিতোপদেশ ৮:১১]

সৎ কাজ সম্পর্কে
জানার পরও
তা করা থেকে
বিরত থাকা পাপ।

[যাকোব ৪:১৭]

যীশু বললেন,
প্রার্থনায় যা-কিছু তোমরা চাও,
বিশ্বাস করবে তা পেয়েছ,
তা হলে তা-ই পাবে।
প্রার্থনারত অবস্থায়
যদি কারো বিরুদ্ধে কোনো
ক্ষোভ অভিযোগ মনে আসে,
তবে তাকে ক্ষমা করে দিও।
তাহলে সদাপ্রভুও
তোমাদের ক্ষমা করবেন।

[মার্ক ১১:২৪-২৫]

ভালবাসা সবসময় ধৈর্য ধরে।
কখনো ঈর্ষা করে না,
গর্ব করে না, অহংকার করে না,
দুর্ব্যবহার করে না,
সুযোগ নেয়ার চেষ্টা করে না,
রাগ করে না,
খোঁটা দেয়ার জন্যে
ভুলের তালিকা তৈরি করে না।
ভালবাসা অধার্মিকতায়
আনন্দ পায় না,
সত্যে আনন্দিত হয়।
ভালবাসা সহ্য করে,
বিশ্বাস করে, প্রত্যাশা রাখে
এবং সব অবস্থায় স্থির থাকে।

[১ করিন্থীয় ১৩:৪-৭]

মমতার ভণ্ডামি কোরো না।
অন্যায়কে ঘৃণা করো।
ভালোকে আঁকড়ে ধরো।
ভ্রাতৃসম মমতার বন্ধনে আবদ্ধ হও।
নিজের চেয়ে অন্যকে
বেশি সম্মান করো।
অতিথিপরায়ণ হও।
অভাবীদের সাহায্য করো।
ঈশ্বরের সন্তুষ্টিমূলক কাজে
অগ্রগামী থাকো।
আশায় আনন্দিত, বিপদে ধৈর্যশীল ও
প্রার্থনায় আন্তরিক হও।

[রোমীয় ১২:৯-১৩]

সুন্দর বিনম্র উত্তর
ক্ষোভ প্রশমন করে।
আর রূঢ় শব্দ সবসময়
ক্রোধ প্রজ্বলিত করে।

[হিতোপদেশ ১৫:১]

বিশ্বাস, প্রত্যাশা ও মমতা—
এ তিনটিই শেষ পর্যন্ত টিকে থাকে।
এর মধ্যে মমতাই সবচেয়ে মহৎ।

[১ করিন্থীয় ১৩:১৩]

সর্বান্তকরণে ঈশ্বরকে ভালবাসা ও
প্রতিবেশীকে নিজের মতো ভালবাসা—
সকল প্রকার হোম ও
বলিদান অপেক্ষা উত্তম।

[মার্ক ১২:৩৩]

তোমাদের নেতাদের মেনে চলো।
তাদের আজ্ঞা পালন করো।

[ইব্রীয় ১৩:১৭]

দুর্বিনীত, সীমালঙ্ঘনকারী,
মিথ্যাবাদী, কলহপ্রিয়
এবং প্রতারকদের
ঈশ্বর অপছন্দ করেন।

[গীতসংহিতা ৫:৫-৬]

সুস্থতার ভিত্তি
প্রফুল্ল হৃদয়।
আর হতাশাগ্রস্ত মন
হাড় পর্যন্ত শুকিয়ে ফেলে।

[হিতোপদেশ ১৭:২২]

হে ন্যায়পরায়ণ প্রভু!
দুঃখকষ্ট থেকে আমাকে মুক্তি দাও।
আমাকে দয়া করো।
আমার প্রার্থনায় সাড়া দাও।

[গীতসংহিতা ৪:১]

দীন দরিদ্রের প্রতি
সমমর্মী ব্যক্তি আশীর্বাদধন্য।
বিপদের মুহূর্তে সদাপ্রভু
তাকে উদ্ধার করবেন।

[গীতসংহিতা ৪১:১]

দানশীল, দয়াবান ও ন্যায়নিষ্ঠ ব্যক্তি
ঘোর আঁধারেও আলোর সন্ধান পায়।
যারা উদার ও সুবিচারকারী
তারাই কল্যাণ লাভ করে।

[গীতসংহিতা ১১২:৪-৫]

ভারী পাথর কিংবা
বালির বস্তার চেয়েও
মূর্খের ক্ষোভ
বেশি পীড়াদায়ক।

[হিতোপদেশ ২৭:৩]

এমনকি মূর্খও যদি তার জিহ্বাকে
সংযত রাখে ও মৌন থাকে,
মানুষ তাকে বিজ্ঞ হিসেবে
গণ্য করে।

[হিতোপদেশ ১৭:২৮]

ঘুষ নেবে না,
কেননা ঘুষ চক্ষুষ্মানকে
অন্ধ করে দেয়।
আর ন্যায়পরায়ণ ব্যক্তির কথাকেও
হেঁয়ালি বানিয়ে ফেলে।

[যাত্রাপুস্তক ২৩:৮]

ন্যায়বিচারকারী শাসক
তার দেশকে সমৃদ্ধ করেন।
আর ঘুষ ও নজরানার লোভে
কাতর শাসক দেশকে ধ্বংস করে।

[হিতোপদেশ ২৯:৪]

পানিতে যেমন চেহারা দেখা যায়,
মানুষের অন্তরও তেমনি
তার প্রকৃত চেহারা প্রকাশ করে।

[হিতোপদেশ ২৭:১৯]

শিশুকে ভালোভাবে লালন করলে
পরিণত বয়সেও
সে বিপথগামী হবে না।

[হিতোপদেশ ২২:৬]

বাপদাদার বংশপরিচয়
ও ধর্মবিধান নিয়ে তকবিতর্ক এবং
অহেতুক প্রশ্ন করা থেকে বিরত থাকো।
কারণ এসব নিষ্ফল ও অসার।

[তীত ৩:৯]

কুকুর যেমন নিজের
বমি চেটে খায়,
আহাম্মকও একইভাবে
ভুলের পুনরাবৃত্তি করে।

[হিতোপদেশ ২৬:১১]

অধস্তনদের প্রাপ্য সঠিকভাবে
বুঝিয়ে দেবে।
কারণ তোমরা জানো যে,
স্বর্গে তোমাদেরও
একজন প্রভু রয়েছেন।

[কলসীয় ৪:১]

মহাপ্রভুর কাছে গ্রহণযোগ্য
বিশুদ্ধ নির্মল ধর্ম হলো :
বিপদগ্রস্ত অনাথ ও বিধবাদের
দেখাশোনা করা এবং
জগতের কালিমা থেকে
নিজেকে দূরে রাখা।

[যাকোব ১:২৭]

প্রভু ধূর্তের পরিকল্পনা
বানচাল করে দেন,
তারা কখনো সাফল্য অর্জন করবে না।

[ইয়োব ৫:১২]

কোলের ওপর কেউ আগুন তুলে নিলে
তার কাপড় কি পুড়বে না?
জ্বলন্ত কয়লার ওপর দিয়ে কেউ হাঁটলে
তার দুই পা কি ঝলসে যাবে না?
একইভাবে পরকীয়ায় যে জড়াবে,
তাকে অবশ্যই শাস্তি ভোগ করতে হবে।

[হিতোপদেশ ৬:২৭-২৯]

আহাম্মক চাবুকের
শত আঘাতেও শোধরায় না।
কিন্তু সচেতন ব্যক্তির জন্যে
একটি তিরস্কারই যথেষ্ট।

[হিতোপদেশ ১৭:১০]

বিদ্রুপকারীকে যদি বকাবকি করো,
সে তোমাকে ঘৃণা করবে।
আর যদি জ্ঞানী ব্যক্তিকে তিরস্কার করো,
তিনি তোমাকে ভালবাসবেন।

[হিতোপদেশ ৯:৮]

দুরাচারীর অঢেল সম্পদের চেয়ে
সদাচারীর সামান্য সম্পদও উত্তম।
কেননা দুরাচারীর প্রতিপত্তি
নিশ্চিহ্ন হয়ে যাবে।
কিন্তু সদাচারীকে
সদাপ্রভু রক্ষা করবেন।

[গীতসংহিতা ৩৭:১৬-১৮]

মানুষ নিশ্চিতভাবে
অলীক মায়ার পেছনেই ছোটে।
ধনসম্পদ জমাতে সে ব্যতিব্যস্ত থাকে
কিন্তু জানে না—
এসব শেষ পর্যন্ত কে ভোগ করবে।

[গীতসংহিতা ৩৯:৬]

প্রজ্ঞাহীন উদ্দীপনা বিপজ্জনক।
আর অহেতুক তাড়াহুড়ার পরিণাম
ভুল সিদ্ধান্ত।

[হিতোপদেশ ১৯:২]

অপরের জন্যে যে গর্ত খোঁড়ে,
ঐ গর্তে সে নিজেই পড়ে।
আর মন্দ অভিপ্রায়ে
যে পাথর ছোড়ে,
সেই পাথর (বুমেরাং হয়ে)
তাকেই আঘাত করে।

[হিতোপদেশ ২৬:২৭]

তোমার দেহ মন্দিরের মতোই পবিত্র।
দেহটা স্রষ্টার দেয়া উপহার,
তোমার কেনা সম্পত্তি নয়।
তাই এর যথাযথ যত্ন নেয়ার মাধ্যমে
প্রভুর মহিমা কীর্তন করো।

[১ করিন্থীয় ৬ : ১৯-২০]

ঈশ্বর চিরঞ্জীব,
আদিগন্ত পৃথিবীর স্রষ্টা।
তিনি ক্লান্ত বা শ্রান্ত হন না।
তাঁর জ্ঞান অতলস্পর্শী।
তিনি শক্তিহীন রিক্তজনে
শক্তি জোগান।

[ইশাইয়া ৪০:২৮-২৯]

এই জগৎ এবং এর প্রলোভন
বিলীন হয়ে যাবে।
কিন্তু স্রষ্টার পথ অনুসরণকারী
কালজয়ী হবেন।

[১ যোহন ২:১৭]

হে প্রভু!
আমার আর্তি তুমি শোনো।
শত্রুর ভয়ভীতি থেকে
আমার প্রাণ রক্ষা করো।
কুচক্রীদের ষড়যন্ত্র এবং
দুর্বৃত্তদের উল্লাসধ্বনি থেকে
আমাকে তুমি নিরাপদে রাখো।

[গীতসংহিতা ৬৪:১-২]

প্রশান্ত হৃদয়
দেহে প্রাণশক্তি জোগায়।
আর ঈর্ষা
হাড়মজ্জায় পচন ধরায়।

[হিতোপদেশ ১৪:৩০]

যদি জীবনকে ভালবাসো
এবং সুদিনের প্রত্যাশা করো,
মন্দ ও প্রতারণাপূর্ণ
কথা থেকে দূরে থাকো।

[১ পিতর ৩:১০]

যে কাজই করো না কেন,
তাতে মনপ্রাণ ঢেলে
ঈশ্বরের সন্তুষ্টির উদ্দেশ্যে করো।

[কলসীয় ৩:২৩]

জ্ঞান, শক্তি,
বিবেচনাবোধ ও উপলব্ধি—
সবই ঈশ্বরের আওতাধীন।

[ইয়োব ১২:১৩]

অবিশ্বাসীদের সাথে
একই জোয়ালে কাঁধ দিও না।
ধর্মের সাথে অধর্মের কি
কোনো মিল হয়,
না আলোর সাথে
আঁধারের বন্ধুত্ব হয়?

[২ করিন্থীয় ৬:১৪]

সবসময় জ্ঞানীদের সাথে চলো,
জ্ঞানী হবে।
আর আহাম্মকের সঙ্গী হলে
ক্ষতিগ্রস্ত হবে।

[হিতোপদেশ ১৩:২০]

যীশু বললেন,
তোমাদের মধ্যে যে মহান হতে চাও
তাকে সেবক হতে হবে।
আর যে প্রথম হতে চাও
তাকে সবার দাস হতে হবে
(অর্থাৎ দাসের মতো সেবা করতে হবে)।

[মার্ক ১০:৪৩-৪৪]

যখন কেউ তোমার সাথে
অন্যায় আচরণ করে,
তুমি তাদের ক্ষমা করে দাও।
সদাপ্রভুও তোমাকে ক্ষমা করবেন।

[মথি ৬:১৪]

সদাপ্রভুর দৃষ্টি সর্বত্র বিরাজমান।
দুষ্ট লোক বা ভালো মানুষ—
সবার কাজই তিনি দেখছেন।

[হিতোপদেশ ১৫:৩]

ঈশ্বর যাকে শুধরে দেন
সে আশীর্বাদধন্য।
অতএব সর্বশক্তিমানের অনুশাসন
অবহেলা কোরো না।

[ইয়োব ৫:১৭]

ঈশ্বর হচ্ছেন বিশ্বজনীন মমতা।
যে বিশ্বজনীন মমতার মাঝে বাস করে,
সে ঈশ্বরের মাঝে থাকে
আর ঈশ্বরও তার মাঝেই থাকেন।

[১ যোহন ৪:১৬]

হাল্লিলূয়া!
সদাপ্রভুর প্রশংসা করো!
কর্তৃত্ব, পরাক্রম ও মহিমা
শুধু ঈশ্বরেরই!
আমেন! হাল্লিলূয়া!

[প্রকাশিতব্য ১৯:১-৪]

প্রয়োগ করুন শব্দের শক্তি

বার বার উচ্চারণে শব্দ পরিণত হয় ধ্বনি তরঙ্গে।
ধ্বনির ফিউশন নতুন ধারণাকে রূপান্তরিত করে বিশ্বাসে। নতুন ধারণা নতুন বিশ্বাস নির্মাণ করে নতুন বাস্তবতা, নতুন জীবন।

প্রতিদিন নিয়মিত অনুশীলন করুন। সপ্তাহ মাস বছর যেতে যেতে নিজের পরিবর্তন, নিজের বিশ্বাস, নিজের ব্যক্তিত্ব, নিজের অর্জনে নিজেই বিস্মিত হবেন।

কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন
quantummethod.org.bd

ISBN : 978-984-37-0530-3