

ক্লাসে ১ম জীবনে ১ম

আলোকিত সফল জীবনের ভিত্তি শিক্ষা। শিক্ষাক্ষেত্রে সফল হলে জীবনে সাফল্যের সিঁড়ি পরিণত হয় দ্রুতগতির লিফটে। ক্লাসে প্রথম হলে জীবনে প্রথম হওয়ার সুযোগ যায় অনেক বেড়ে। আর এই প্রথম হওয়ার জন্যে দরকার সুনির্দিষ্ট প্রক্রিয়া অনুসরণ। সফল শিক্ষার্থী কণিকার সাফল্যের ভিত্তি পর্বে এ প্রক্রিয়াকেই ব্যাখ্যা করা হয়েছে। কণিকার সূত্রগুলো অনুসরণ করলে যেকোনো সাধারণ মানের শিক্ষার্থীই ক্লাসে প্রথম হতে পারেন, পা রাখতে পারেন সাফল্যের লিফটে।

ভিত্তি ১ : বিশ্বাস

নিজের শক্তি ও সামর্থ্যের প্রতি আস্থা রাখুন। বিশ্বাস করুন একজন শিক্ষার্থী হিসেবে ক্লাসে ১ম হওয়ার অনন্য যোগ্যতা ও গুণাবলি আপনার আছে।

ভালো রেজাল্টের জন্যে জিনিয়াস নয়, সাধারণ মানের ছাত্র-ছাত্রী হওয়াই যথেষ্ট। কারণ অসাধারণ প্রতিভা-মেধার চেয়েও গুরুত্বপূর্ণ হলো ভালো রেজাল্টের বিশেষ প্রক্রিয়া ও কৌশল অনুসরণ।

কে কী বলছে না বলছে তার চেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হলো আপনি নিজের সম্পর্কে কী ভাবছেন। মানুষ প্রথম পরাজিত হয় তার নিজের কাছেই।

নিজেকে পরিপূর্ণভাবে বিশ্বাস করুন। বিশ্বাসকে কর্মে রূপান্তরিত করুন। শূন্যতা পরিণত হবে পূর্ণতায়।

ভিত্তি ২ : লক্ষ্য

ক্লাসে ১ম হওয়ার লক্ষ্য ঠিক করুন। কারণ ক্লাসে ১ম বা ভালো রেজাল্ট এমন এক অর্জন যা আপনাকে দেবে স্বীকৃতি, গ্রহণযোগ্যতা ও নতুন সম্ভাবনার সহজ সুযোগ। জীবনে ১ম হওয়াও সহজ হবে আপনার জন্যে।

ভালো রেজাল্টের জন্যে সুনির্দিষ্ট মনছবির পাশাপাশি সফল জীবনের মনছবিও করুন সুস্পষ্টভাবে।

সাফল্য মানে শুধু অর্থ-বিত্ত খ্যাতি বা ক্ষমতা নয়, সাফল্য মানে কল্যাণকর সবকিছু পাওয়া বা করার সামর্থ্য।

লক্ষ্য অর্জনের জন্যে আন্তরিকভাবে পরিশ্রম করুন। প্রতিদিনের ছোট ছোট কাজ, ছোট ছোট অর্জনের মধ্য দিয়েই রচিত হয় বড় অর্জনের ভিত্তি।

ভিত্তি ৩ : দৃষ্টিভঙ্গি

আপনার কী নেই বা কি কি আপনি পারেন না তা নিয়ে হা-হুতাশ না করে যা যা আপনি পারেন তা নিয়েই গুরু করুন।

পারিপার্শ্বিক প্রতিকূলতা নয়, আপনার ব্যর্থতার মূল কারণ অন্তর্গত উদ্যমহীনতা। সাফল্যের জন্যে আপনাকেই উদ্যোগী হতে হবে।

প্রতিকূলতাকে গ্রহণ করুন চ্যালেঞ্জ হিসেবে। প্রতিকূলতা জয়ের চেষ্টা আপনার শক্তি-ধৈর্য-দক্ষতাকে সমৃদ্ধ করবে।

সাময়িক ব্যর্থতায় ভেঙে না পড়ে ভুলগুলো থেকে শিক্ষা নিন। পরিস্থিতিতে গ্রহণ করুন ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি দিয়ে।

শুধু ভালো রেজাল্টধারী নয়, ভালো ছাত্র তিনিই যিনি চৌকস, দক্ষ, নৈতিক ও মানবিক শক্তিতে উজ্জীবিত, আকর্ষণের কেন্দ্রবিন্দু, অন্যদের ভরসাস্থল।

ভিত্তি ৪ : কৌশল

নিজ আগ্রহ ও মেধার সামর্থ্য অনুসারে পাঠ্য বিষয় নির্বাচন করুন, হুজুগের বশে বা অন্যদের দেখাদেখি নয়।

সুস্থ প্রতিযোগিতা করুন, ঈর্ষান্বিত হবেন না। খেলা বা পরীক্ষায় প্রতিদ্বন্দ্বীর বিজয়ে অভিনন্দন জানান।

শিক্ষকের সাথে যুক্তিসঙ্গত সু-সম্পর্ক গড়ুন। এতে আপনার পড়ার আগ্রহ এবং মান বাড়বে।

নিজের সম্ভাবনা নষ্ট করে অন্যের উপকার করতে যাবেন না। কারণ নিজে সফল না হলে আপনি কখনই কারো উপকার করতে পারবেন না।

শ্রেফ বিনোদন নয়, টিভিকে কাজে লাগান আপনার মাধ্যম হিসেবে। বিশেষ কোনো প্রোগ্রাম দেখার জন্যে নির্দিষ্ট সময় ঠিক করে নিন।

বইয়ের জ্ঞানের পাশাপাশি বাস্তব জ্ঞান অর্জনে উদ্যোগী হোন।

বিভিন্ন বিষয়ে জানার চেষ্টা করুন, ধারণা রাখুন। কিন্তু আপনার নির্দিষ্ট বিষয়ে অর্জন করুন চূড়ান্ত দক্ষতা।

স্বাবলম্বী হতে শিখুন। সম্ভব হলে নিজের হাত-খরচ নিজেই উপার্জন করুন।

পাঠ্য বইয়ের পাশাপাশি সুযোগ পেলেই আত্ম উন্নয়নমূলক বই, সফল জীবনী ও ক্লাসিক সাহিত্য পড়ুন। তবে এমন কিছু পড়া থেকে বিরত থাকুন যা আপনাকে বিভ্রান্ত ও নেতিবাচকভাবে প্রভাবিত করবে।

জেদ বা অভিমান না করে যেকোনো যুক্তিসঙ্গত বিষয়ে মা-বাবা-অভিভাবককে বোঝান মমতা ও শ্রদ্ধার ভাষা দিয়ে।

সাফল্যের পর উচ্ছ্বসিত নয়, শোকর গোজার হোন। পরবর্তী পদক্ষেপের প্রস্তুতি নিন।

ভিত্তি ৫ : বন্ধুত্ব/সঙ্গ

ছাত্রজীবনে প্রেম, আড্ডা ও অসৎ সঙ্গ সাফল্যের সম্ভাবনাকে ধ্বংস করে দেয়। এই ধ্বংসাত্মক আবেগ থেকে নিজেকে পুরোপুরি মুক্ত রাখুন।

গ্রুপ স্টাডির নামে অহেতুক আড্ডা বা সময় নষ্টের চক্রে জড়িয়ে যাচ্ছেন কিনা সে বিষয়ে সচেতন থাকুন।

সহপাঠী মানেই বন্ধু নয়। সুসম্পর্ক থাকবে সবার সাথে, কিন্তু বন্ধুত্ব হবে তাদের সাথেই যাদের জীবন চেতনা ও লক্ষ্যের সাথে আপনার মিল রয়েছে।

মেধাবী, সহানুভূতিশীল, সুস্বাস্থ্য ও সুন্দর ব্যক্তিত্বের অধিকারীদের সাথে বন্ধুত্ব গড়ে তুলুন। তারাি হবে আপনার জ্ঞান, উদ্যম ও আনন্দের উৎস।

সবসময় সৎসঙ্গে থাকুন। সৎ চেতনায় সজ্জবদ্ধ মানুষই জীবনে প্রথম হয়।

এ অভ্যাসগুলো বর্জন করুন

বিলাসী সহপাঠীদের অনুকরণ করা, উগ্র ও অশালীন পোশাকে ক্লাসে আসা।

মিডিয়া বা শোবিজ তারকাদের বেশভূষা, লাইফ স্টাইল, আচরণ অনুকরণ করা।

লেখাপড়ার চেয়ে শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের আনুষঙ্গিক বিষয়কে (ক্লাব/বিতর্ক/খেলা) বেশি প্রাধান্য দেয়া।

অভিভাবকের সঙ্গে অভিমান করে পড়াশোনা না করা।

স্টাডি পার্টনার/শিক্ষকের অপেক্ষায় পড়া ফেলে রাখা।

নিরিবিলা পরিবেশ ছাড়া পড়া হয় না-এ অজুহাত দেয়া।

ভালো প্রতিষ্ঠান বা বিষয়ে পড়তে না পারলে ছাত্রজীবন ব্যর্থ মনে করা।

দৈনন্দিন প্রত্যয়ন

*[নিজের ওপর আস্থার প্রকাশ
আত্মপ্রত্যয়ন। ধ্যানের গুরে বা স্বাভাবিক
জঘত অবস্থায় সুযোগ পেলেই মনে মনে
বার বার প্রত্যয়ন করুন। সাফল্য আসবে
সহজ স্বতঃস্ফূর্ততায়]*

রাগ-ক্ষোভ-অভিমান অন্যের চেয়ে নিজের ক্ষতিই করে বেশি। আমি সবসময় এসব থেকে দূরে থাকবো।

আমি প্রতিদিন আত্মপর্যালোচনা করছি। ভুলগুলো শুধরে আমার ব্যক্তিত্ব ও কাজ হয়ে উঠছে সুন্দর থেকে সুন্দরতর।

আমি ভালো ছাত্র। কৌতূহল ও শেখার আগ্রহ নিয়ে আমি সবকিছুকে দেখছি। ফলে সাধারণ সচরাচর বিষয় থেকেও শিখছি।

আমি বাস্তববাদী ও কর্মমুখী। ভুল বা ব্যর্থতার ছাই থেকেও আমি খুঁজে নিতে পারি নতুন সম্ভাবনার রত্ন।

সাফল্য বিঘ্নকারী কোনো সম্পর্কে আমার প্রয়োজন নেই। নেতিবাচক, অলস, অসদাচারী ও লক্ষ্যহীন সঙ্গী থেকে আমি দূরে থাকবো।

ব্যর্থরা অভিমান ও অভিযোগ করে আর সফলরা সমাধানের জন্যে কাজে লাগায় সাহস, বুদ্ধি ও শ্রম। আমি সফল হিসেবে নিজেকে প্রমাণ করবো।

আমার প্রবৃত্তির নিয়ন্ত্রণ আমারই হাতে। টিভি, মোবাইল, গেমস বা যেকোনো আসক্তিকে আমি অনায়াসে ‘না’ বলতে পারি।

আমি প্রো-অ্যাকটিভ। অন্যের নেতিবাচক কথা, মন্তব্য ও আচরণের প্রভাব থেকে নিজেকে সবসময় মুক্ত রাখবো।

আমি সবসময় সজ্জবদ্ধ থাকবো। সৎসঙ্গের ছায়ায় আমার মেধা পুরোপুরি বিকশিত হবে।

শিক্ষার্থী প্রত্যয়ন

আমি শিক্ষার্থী! আলোর অভিযাত্রী!
বড় কিছু করার জন্যেই আমি পৃথিবীতে এসেছি! নিয়মিত মেডিটেশন করবো।
মনোযোগ দিয়ে পড়বো। রুটিন অনুসরণ করবো। সময় ও মেধাকে ভালো কাজে লাগাবো। সাফল্য আমারই!



কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন
Quantum Foundation

কেন্দ্রীয় দফতর : ১১৯/শান্তিনগর, ঢাকা-১২১৭।
ফোন : ৯৩৪১৪৪১, ৮৩১৯৩৭৭, ০১৭১১-৬৭১৮৫৮
চট্টগ্রাম : ০৩১-৬৫৩৬৮৮, ০১৭১১-৩৯৩০১০
সিলেট : ০৮২১-৭১১৬১২, ০১৭১১-২৮০৬৫২
রাজশাহী : ০৭২১-৭৭১৫৫০, ০১৭১১-১০৪২৮৯
মিরপুর : ৮০৬১০৭৫, ০১৭১৭-১৪৪৭২৪
বেচ্ছা রক্তদান কার্যক্রম ও কোয়ান্টাম ল্যাব :
৮৩২২৯৮৭, ৯৩৫১৯৬৯, ০১৭১৪-০১০৮৬৯
লামা সেন্টার ও কোয়ান্টাম শিশুকানন :
০১৭১৪-০৯৪২৭১, ০৪৪৩৪-৪৯৩৯৮৮
E-Mail : info@quanfey.org
Web Site : www.quantummethord.org

সফল শিক্ষার্থী

১
(সাফল্যের ভিত্তি)



মহাজাতক