আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু, সব সময়

সুপারিশ :
– মে মাসে
– পুনরুত্থান কাল
– যীশুর উপস্থিতি

দ্রষ্টব্য ঃ গীর্জাঘরে প্রবেশ করে ছেলেমেয়েরা ভক্তির সঙ্গে যীশুকে নমস্কার দেবে এবং নিজ নিজ স্থানে গিয়ে গোল করে বসবে। গোলের মাঝখানে যেন কিছু খালি জায়গা থাকে।

অনুষ্ঠানের কাঠামো

১। আমরা কখনও একা নই

চালক : জীবনের প্রতিটি দিন আমরা অনেক কাজ করি, অনেক ঘটনা ঘটাই। একদিন অন্য আর একদিনের সমান হয় না ঃ সময় চলে যায়, অনেক নতুন বিষয় শিখি, সাথীদের সঙ্গে পরিচয় হয় ... একদিন সুখে থাকি, আর একদিন হয়ত দুঃখে থাকি, মাঝে মাঝে রাগও করি ...। প্রতিটা দিন সাথে করে নিয়ে আসে কিছু আনন্দ, কিছু দুঃখ, কিছু সফলতা, কিছু ব্যর্থতা, জয় পরাজয়, ভালমন্দ।

আমরা কিন্তু এসবের মধ্যে একা নই ঃ আমাদের সঙ্গে আছেন মা বাবা, আমাদের শিক্ষক, আমাদের বন্ধু-বান্ধব। তারাও আমাদের আনন্দে আনন্দ করে, আমাদের দুঃখে দুঃখ করে।

আর আজ জানতে পারলাম আমাদের সঙ্গে আর একজন আছেন ঃ প্রভু যীশু। তিনিও আমাদের ভালবাসেন, আমাদের সঙ্গে আনন্দ-দুঃখ করেন, আমাদের সাহস দেন, সান্ত্বনা দেন।

এখন আমরা সকলে মিলে তাঁকে বলব যে, তুমি আমাদের সঙ্গে আছ বলে আমরা খুব খুশী; তাঁকে বলব, আমরা তোমার সঙ্গে থাকতে ইচ্ছা করি।

গান ঃ ‘দেশের পথে কিসের ভয় আমার’ (একসঙ্গে করি গান, ২৫)।

২। আমাদের প্রতিদিনের কাজ

চালক : প্রত্যেকদিন আমরা নূতন নূতন অভিজ্ঞতা লাভ করি ঃ

প্রত্যেক দিন সকালে যখন উঠি, মা বাবার সঙ্গে আবার দেখা হয় – স্কুলে যাওয়ার পথে অনেক বন্ধু-বান্ধবের সঙ্গে দেখা হয় – ক্লাসে ঢুকে দিদিমনিকে নমস্কার দিই ... তখন অন্তর আনন্দে ভরে উঠে।

ছেলেমেয়ে : উঠে গোলের মাঝখানে গিয়ে দেখা করার ও নমস্কার দেওয়ার দৃশ্য নীরবে অভিনয় করে নিজের জায়গায় বসবে।

চালক : স্কুলের পরে পড়াশুনার পরে খেলাধূলার সময় আসে। তখন আমাদের কত আনন্দ হয়।

ছেলেমেয়ে : মাঝখানে গিয়ে খেলার অভিনয় করে।

চালক : আরও আছে আমাদের পড়াশুনা ও কাজের সময় ঃ তখন আমরা বারান্দায় বসে বই পড়ি, খাতায় লিখি অথবা মা বাবা ডাকলে তাদের সাহায্য করি।

ছেলেমেয়ে : অঙ্গভঙ্গি অভিনয়ে লেখাপড়া অথবা বাড়ীতে কোন একটি কাজের দৃশ্য দেখায়।

চালক : এ সমস্ত কাজ করার সময় আমাদের বন্ধু যীশু আমাদের পাশে আছেন। তিনি আমাদের দেখেন, উৎসাহ দেন ও আশীর্বাদ করেন। যীশু এখন আমাদের সঙ্গে আছেন, তাই আমরা তাঁকে বলব ঃ **“আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু”** (পরিশিষ্ট-৩ দেখুন, নং ১)।

– সকাল বেলা যখন উঠি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– সন্ধ্যায় যখন শুতে যাই, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– যখন খেলি, পড়ি লিখি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– যখন প্রার্থনা, গান করি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– যখন মাকে সাহায্য করি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– যখন বন্ধুদের ভালবাসি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– যখন মানুষকে ক্ষমা করি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– তোমার ইচ্ছা যখন পালন করি, + আমাদের সঙ্গে আছ প্রভু।
– হে প্রভু, যারা তোমার ইচ্ছা পালন করে, তুমি তাদের সঙ্গে আছ।

৩। আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু

চালক : আমাদের জীবনে কিন্তু শুধুমাত্র আনন্দ নয়, দুঃখ-কষ্টের মুহূর্তও আসে ঃ আমরা যখন ক্লান্ত হই, বিরক্ত হই, আমাদের যখন পেট ব্যথা করে, দাঁত ব্যথা করে...(পরিশ্রম, দুঃখ-কষ্টের কয়েকটা দৃষ্টান্ত দেন। ছেলেমেয়েরা এবারও অঙ্গভঙ্গী দ্বারা দৃশ্যগুলো অভিনয় করবে)।

চালক : এ সকল সময়ও প্রভু যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন। তখন তিনি আমাদের সান্ত্বনা দেন, বিরক্তিবোধ ও অলসতা জয় করতে আমাদের সাহায্য করেন, বন্ধুদের সঙ্গে শান্তিতে থাকতে পরামর্শ দেন ...

যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন। তাঁর কাছে প্রার্থনা করে বলব ঃ

"আমাদের সঙ্গে থাক প্রভু" (পরিশিষ্ট-গ দেখুন, নং ১৫)।

– আমরা যখন ক্লান্ত, দুঃখ করি, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– আমরা যখন একা থাকি, অলস হই, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– আমরা যেন সবার সঙ্গে শান্তি করি, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– আমরা যেন সকলকে ক্ষমা করি, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– আমরা যেন সবাইকে সাহায্য করি, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– আমরা যেন তোমার আনন্দ বিস্তার করি, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– আমরা যেন তোমার হাসি বিলি করি, + আমাদের সঙ্গে থাক, প্রভু।
– হে প্রভু, যারা তোমার সুখ শান্তি বিস্তার করে তাদের সঙ্গে তুমি থাক।

৪। সাধু সাধ্বীর সঙ্গে যীশুর বন্দনা করি

চালক : আমরা এখন প্রভু যীশুকে নিজের চোখে দেখি না। তবুও আমাদের অনেক ভাইবোন আছে, যারা তাঁর শ্রীমুখ দেখতে পায়, তাঁর সঙ্গে সরাসরি কথা বলে। তাঁরা হলেন সাধু-সাধ্বীগণ আর যারা তাঁর শান্তিতে মারা গেছেন। একদিন আমরাও তাঁকে দেখতে পাব, তাঁর সঙ্গে কথা বলতে পারব। যীশু তাঁর পিতার গৃহে আমাদের অপেক্ষায় আছেন। তিনি আমাদের জন্য প্রস্তুত করেছেন সুন্দর একটি স্থান। তখন দুঃখ-কষ্ট, চোখের জল আর থাকবে না। তখন শুধুমাত্র সুখ, শান্তি, আনন্দ, উজ্জ্বল আলো সব সময়। আমাদের ভাইবোন সাধু-সাধ্বীদের সঙ্গে পিতা ঈশ্বরের স্তুতিগান করে বলি ঃ

" হে প্রভু, তোমার জয় হোক"

(আবৃত্তির পরিবর্তে 'সাধু-সাধ্বীর স্তব' গান করা যায়, পরিশিষ্ট-গ দেখুন, নং ১৬)।

চালক : যীশুর মা ও আমাদের মা মারীয়ার সঙ্গে প্রভুর জয়গান করি ঃ

+ হে প্রভু, তোমার জয় হোক।
– সাধু যোসেফ, সাধু ফ্রান্সিস-এর সঙ্গে, প্রভুর জয়গান করি ঃ
+ হে প্রভু, তোমার জয় হোক।
– সকল মা বাবার সঙ্গে প্রভুর জয়গান করি ঃ
+ হে প্রভু, তোমার জয় হোক।
– দাদা-নানী, ভাইবোনের সঙ্গে প্রভুর জয়গান করি ঃ
+ হে প্রভু, তোমার জয় হোক।
– যে সকল ছেলেমেয়ে এখন স্বর্গে তাঁর সঙ্গে আছে, প্রভুর জন্টয়গান করি ঃ
+ হে প্রভু, তোমার জয় হোক।

শেষ গান ঃ 'তোমার প্রশংসা...' (সকলে দাঁড়িয়ে)।

বিষয় নং - ১৯

সুখের না দুঃখের দিন ?

সুপারিশ :
– আহ্বান দিবস
– পুনরুত্থানকালে ৪র্থ রবিবার
– দ্বিতীয় শ্রেণী

প্রস্তুতি

লক্ষ্য ঃ – আমাদের অন্তর থেকে যীশু আমাদের ডাকেন, আমরা যেন তাঁর সঙ্গে থাকি (এটা তাঁর প্রথম ও স্বেচ্ছাকৃত পদক্ষেপ)।
– যীশুকে অনুসরণ করলে আমাদের পক্ষ বেছে নিতে হবে।
– সুখী হওয়ার জন্য যীশুর পক্ষ বেছে নিতে প্রস্তুত হতে হবে (যে যীশুর পক্ষ নেয় সে যীশুর শিষ্য)।

শিক্ষাদানের পদ্ধতি

১। আমাদের অন্তর দেখে যীশু আমাদের ডাকেন

– আমাদের বন্ধু বান্ধব কারা ? তাদের বেছে নিই কেমন করে ? তারা কি রসিক, না গম্ভীর মুখের ? ধনী না গরীব ? ওদের ঘর সুন্দর, না সাদাসিধে ? তারা পড়াশুনায় ও কাজকর্মে ভাল করে, না বিশেষ মনোযোগ দেয় না ?...

যীশু যখন ডাকেন, তখন তিনি জিনিসপত্র, ধনসম্পদ দেখেন না, আমাদের সুনামও দেখেন না। কারও সম্বন্ধে লোকে ভাল না মন্দ বলে ঃ সে খুব ভাল, বুদ্ধিমান না পাগল ধরনের ... এসব কথা তিনি ভাবেন না। যীশু স্বেচ্ছায় ডাকেন; ভালবাসেন বলেই ডাকেন। যীশু দেখেন আমাদের হৃদয় !

যারা এখানে সমবেত হয়েছি, আমরা সবাই এক রকম ভাল, বুদ্ধিমান, ধার্মিক নই। কেউ কেউ নিয়মিত গীর্জা করে না, প্রার্থনাও করে না ...।

– যীশু কি সকলকেই ডাকেন ? তাঁকে অনুসরণ করতে যীশু কি দেখে তাদের আহ্বান করেন ?

২। সুসমাচারের কথা

যীশুর আমলে, যিহুদীদের রোম সম্রাটকে খাজনা দিতে হত। টাকা পয়সার উপর সম্রাটের ছবি বা প্রতিকৃতি ছাপা থাকত এবং তাদের স্মরণ করিয়ে দিত যে, তারা স্বাধীন নয়।

যারা খাজনা বা কর আদায় করত তারা হাটে বাজারে বিশেষ স্থানে বসত। লোকে তাদের ঘৃণা করত এবং তাদের 'চোর' বলে ডাকত। একদিন যীশু হাটের মধ্যে গিয়ে দেখলেন, মথি নামে একটি লোক বসে কর আদায় করছে। ওকে ডেকে তিনি বললেন, "আমার সঙ্গে এস !" আর মথি উঠে তাঁর সঙ্গে গেল (মথি ৯:৯)।

যীশু লোকদের মধ্যে কখনও কোন জাগতিক বা শ্রেণীগত বিভেদ করেন নি। তিনি প্রত্যেকের অন্তর দেখেন এবং লোকে যাদের নিন্দা ঘৃণা করে, তাদের মধ্যেও তিনি তাঁর বন্ধু বেছে নেন। আমরা যাদের পাপী, অপরাধী, চোর, নিম্নশ্রেণী ইত্যাদি মনে করি, তাদেরকেও তিনি আহ্বান করেন।

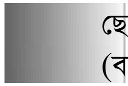
সকলের জন্য, সমস্ত পৃথিবীর জন্য তাঁর প্রেম।

– যীশুর ডাক শুনে মথি উঠল। যীশুর ডাকে সে কেমনভাবে সাড়া দিল ? তার হৃদয়ে কি আছে ? ('হ্যাঁ'বলার আনন্দ !)
  ছবি দেখান এবং জিজ্ঞাসা করুন ঃ
– যীশু আমাদের হৃদয়ের মধ্যে কি দেখতে পান ? আমরা তাঁর কাছে এখন তা বলব (স্বতঃস্ফূর্ত প্রার্থনা)।

গান ঃ 'ওগো প্রভু পরমেশ্বর' (পরিশিষ্ট-৩ দেখুন, নং ১৭)।

৩। 'হ্যাঁ' অথবা 'না' – আমরা কোন্‌টা বলব ?

যীশু যাদের যাদের আহ্বান করতেন তারা সবাই তাঁকে "হ্যাঁ" বলত। আমরাও তেমন করি কি ? স্কুলে, ঘরে, খেলায়, কাজে... আমরা কি প্রভুর সঙ্গে সব সময় বসবাস করতে চাই, না মাঝে মাঝে কথা না শুনে নিজের ইচ্ছামত চলতে চাই ? (ছেলেমেয়েদের কাছ থেকে বাস্তব উদাহরণ শুনব)।



ছেলে/মেয়ে গভীর চিন্তা বা দুঃখ করছে – এমন দু'একটা ফটো দেখাব (বাঙ্গালোর সিরিজ II, 25, V,66-VII, 94-X, 124)। প্রশ্ন করব ঃ

– এরা খুশী না কেন ? কি চিন্তা করছে ? তোমরা কি মনে কর, এদের কি সমস্যা ?

৪। সুসমাচারের কথা

একদিন একটি যুবক যীশুর কাছে এসে বলল ঃ

"গুরু, অনন্ত জীবন লাভ করার জন্য কি কি সৎকাজ আমাকে করতে হবে ?"

যীশু তাকে বললেন ঃ "অনন্ত জীবন যদি লাভ করতে চাও, তবে ঈশ্বরের সমস্ত

আজ্ঞা পালন কর।"

সে বলল ঃ "আমি তো এসব আজ্ঞা পালন করে আসছি। এখন আমার আর কি করণীয় আছে ?"

যীশু তাকে বললেন ঃ "তুমি যদি পুরোপুরি পুণ্য হতে চাও, তবে গিয়ে তোমার যা কিছু আছে সব বিক্রি করে গরীবদের দান করে দাও। তা হলে স্বর্গে ধন পাবে। তারপর এসে আমার শিষ্য হও"।

এই কথা শুনে যুবকটি খুব দুঃখিত হয়ে চলে গেল, কারণ তার অনেক ধনসম্পত্তি ছিল (মথি ১৯:১৬-২১)।

যীশুর সঙ্গে সাক্ষাৎ করা সত্ত্বেও সেদিন যুবকটির জন্য দুঃখের দিন হল। সে ভাল ছেলে; যীশু কিন্তু চেয়েছিলেন সে যেন আরও সাহস করে, আরও উদার হয়।

এ ঘটনার উপর আলাপ ঃ

– যুবকটি কেন দুঃখিত হয়ে চলে গেল ? সে যীশুকে কেন "না" বলল ? সে কি ভাল, না খারাপ ছেলে ছিল ? (ভাল বটে, কিন্তু যীশুকে সে "হ্যাঁ" বলতে সাহস করে নি !)
– আমাদের প্রত্যেকের কাছে যীশু কি চাইবেন ? আজ, কালকে কি চাইবেন ? (যীশু সকলের কাছে একই কথা চান না, বরং ব্যক্তিগত ভাবে বিশেষ কিছু চান – এ সম্বন্ধে ছেলেমেয়েদের সচেতন হতে সাহায্য করুন)।
– যীশুকে বলব যে, মাঝে মাঝে দুঃখিত যুবকটির মত আমরাও তাঁকে "না" বলেছি বলে আমরা অনুতপ্ত (স্বতঃস্ফূর্ত প্রার্থনা)।

৫। "প্রভু, আমাকে কি করতে হবে ?"

আমাদের জীবন অনেক দিনের তৈরী ... অনেক "হ্যাঁ" এবং কয়েকটি "না" দিয়ে তৈরী। সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কথাটি এই – আমাদের "হ্যাঁ"-গুলো যেন "না"গুলোর চেয়ে বেশী এবং বড় হয়, আমরাও যেন যীশুর পথে, তাঁর শিষ্যদের পথে চলতে থাকি।

– আমরা কি এমন সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে প্রস্তুত ?

দীক্ষাস্নানের সময় আমাদের হয়ে মা বাবা "হ্যাঁ" বলে সাড়া দিয়েছে। এজন্য তারা আমাদের কপালে ক্রুশের চিহ্ন করেছে। আজ আমাদের যথেষ্ট জ্ঞান হয়েছে ঃ এবার আমাদেরই সেই "হ্যাঁ", বলার সময় এসে গেছে। আমাদের প্রত্যেককেই বলতে হবে ঃ "প্রভু, আমাকে কি করতে হবে ?"

– দৈনন্দিন জীবনে তোমাকে কি কি সিদ্ধান্ত নিতে হবে, তার কয়েকটি বাস্তব উদাহরণ দিতে ছেলেমেয়েদের উৎসাহিত করুন (জিনিসপত্র অন্যদের ব্যবহার করতে দেব – ক্ষমা করব – সাহায্য করব – খেলার সময় ভদ্র ব্যবহার করব – মা বাবার কথা শুনব – ইত্যাদি)।

▸▸ ব্ল্যাকবোর্ডে লিখব ঃ **যে বলে : "এই যে প্রভু, আমি প্রস্তুত" – সেই যীশুর শিষ্য।**

গান ঃ 'জাল ফেলে তারা গেল' (পরিশিষ্ট-৩ দেখুন, নং ১৮)।

৬। মনে রাখার বাণী

প্রশ্ন : যীশুর শিষ্য কে ?

উত্তর : যে যীশুর কথা শোনে ও পালন করে চলে, সেই যীশুর শিষ্য।

৭। বাড়ীর কাজ

খবরের কাগজ থেকে বিভিন্ন লোকের ছবি কেটে আলাদা কাগজে লাগাও এবং তাদের পাশে তার হৃদয়ের অবস্থা লিখ (ভাল, খারাপ, সুখী, দুঃখিত ...)। (একা করতে না পারলে, মা বাবার সাহায্য চেয়ে নিও)।

খ্রীষ্টীয় আহ্বান

দীক্ষাস্নান, দৃঢ়ীকরণ ও খ্রীষ্টপ্রসাদ হল খ্রীষ্টীয় জীবনে প্রবেশ-সংস্কার। এ সংস্কারগুলো খ্রীষ্টের সকল শিষ্যের সাধারণ আহ্বানের ভিত্তি রচনা করে, যে-আহ্বান হল পবিত্র হওয়া ও জগতে মঙ্গলবাণী ঘোষণা করার আহ্বান। তীর্থযাত্রীরূপে পিতৃগৃহের দিকে যাত্রাপথে পবিত্র আত্মায় জীবনযাপনের জন্য সংস্কারগুলো প্রয়োজনীয় কৃপাদান করে।

– কাথলিক মণ্ডলীর ধর্মশিক্ষা, ১৫৩৩

বিষয় নং - ২০

প্রত্যেক দিন তোমাদের সঙ্গে আছি

সুপারিশ :
– মে মাসে
– যীশুর স্বর্গারোহণ
– যীশুর উপস্থিতি
– দ্বিতীয় শ্রেণী (৩)

প্রস্তুতি

লক্ষ্য ঃ – যীশু পুনরুত্থান করেছেন, জীবিত আছেন। আমরা তাঁকে চোখে না দেখলেও, তিনি সব সময় আমাদের সঙ্গে আছেন এবং তাঁকে অনুসরণ করার জন্য শত শত বার বিভিন্ন রূপে আমাদের আহ্বান করেন।

– বিভিন্ন রূপে যীশুর উপস্থিতি অনুসন্ধান ও উপলব্ধি করতে সাহায্য করা।

ব্যবহারিক উপাদান ঃ মার্টিনের গল্প; প্রার্থনা অনুষ্ঠান (শিক্ষার পরে)।

আমার ছেলেমেয়ে

– তারা প্রায় পুনরুত্থিত যীশুর সম্বন্ধে এ ধরনের প্রশ্ন করে ঃ "যীশু এখন কোথায় ?" – "তাঁর শরীর কেমন ?" ইত্যাদি। আমরা এ প্রশ্নগুলোর সঠিক উত্তর দিতে পারি না, কিন্তু একটি কথা জানি, অর্থাৎ, শিষ্যেরা পুনরুত্থিত যীশুকে দেখতে পেয়েছেন। তারা উপলব্ধি করেছেন এবং আমাদের কাছে জানিয়েছেন যে, তিনি সত্যই জীবিত আছেন, যদিও আগেকার মত নয়। যীশু তাদের কাছে দেখা দিয়ে বললেন ঃ "ভয় কর না; এই যে আমিই"। আর আমরা জানি তাঁর পবিত্র আত্মা আমাদের মধ্যেই আছেন।

– বোধ হয় আমাদের ছেলেমেয়েরা একথা শুনেছে ঃ "ঈশ্বর তোমাকে দেখেন" এবং তারা ঈশ্বরকে ভয় করে। এ কথার পরিবর্তে, যীশুর শিক্ষা অনুসারে বরং তাদের বলি ঃ "দেখ, ঈশ্বর সব সময় তোমার সঙ্গে আছেন, তোমাকে ভালবাসেন ও তোমাকে আশীর্বাদ করেন" – তারা যেন বুঝতে পারে যে, ঈশ্বরের সঙ্গে থাকাই আমাদের আনন্দ।

শিক্ষাদানের পদ্ধতি

১। মার্টিনের গল্প

মার্টিন ছিল একজন জুতো মেরামতকারী/মুচী। সে থাকত ছোট ভাঙ্গা ঘরে, বাজারের একপাশে। সেখানে বসে সে গ্রামে সমস্ত লোকদের যাওয়া-আসা দেখত এবং তাদের সবাইকে সে চিনতে পারত। কিভাবে চিনত, জান? তাদের জুতো দেখে তাদের প্রত্যেককেই চিনত!

মার্টিনের একটি ভাল অভ্যাস ছিল ঃ প্রতিদিন সন্ধ্যায় সে সুসমাচারের একটি করে পাতা পড়ত। একবার "পৃথিবীর শেষ দিন" সম্বন্ধে পাঠ করার পর পরই নিজের অন্তরে সে একথা শুনতে পেল ঃ "মার্টিন, আগামীকাল আমি তোমার সঙ্গে দেখা করতে আসব"। পরের দিন মার্টিন খুব চিন্তিত মনে তার ছোট দোকানটায় বসে অপেক্ষা করছিল, যীশু কোন্ সময় আসবেন। কিন্তু না, আসলেন না...। কিছুক্ষণ পরে কিন্তু একজন ক্ষুধার্ত লোক এসে ভিক্ষা চাইল। মার্টিন খুব ভাল মানুষ ছিল, তাই তাকে কিছু খাবার দিল। তারপর সে দেখল একটি ছোট ছেলে খুব জোরে জোরে কাঁদছে, আর তার মা রাগ করে তাকে মারছে। মার্টিন তাড়াতাড়ি দোকান থেকে বের হয়ে মাকে থামাল এবং ছেলেকে সান্ত্বনা দিল...। এমনি করে যত ধরণের ভিখারী, দুঃখী, গরীব লোক তার দোকানের সামনে দেখল, প্রত্যেককেই সে সাহায্য করল, পরামর্শ দিল ও আশ্রয় দিল।

সন্ধ্যাবেলায় মার্টিন ঘরে বসে চিন্তা করছিল ঃ 'না, তিনি তো আসলেন না...'। তারপর সুসমচার খুলে পড়তে লাগল। তার চোখে পড়ল যীশুর এই কথাটি, "তুমি যখন একজন ক্ষুধার্তকে খাবার দিয়েছ, তুমি যখন একজন তৃষ্ণার্তকে জল দিয়েছ, তখন তা তুমি আমাকেই দিয়েছ"। (এল্, টলষ্টয়)

২। যীশু আমাদের সঙ্গে থাকেন ...

▸▸ যীশু ও ছেলেমেয়ে – এখন ছবি দেখাব ও তার উপর আলোচনা করব।

তারা বোধ হয় ভাবছে ঃ যীশু আমাদের সঙ্গে থাকলে কত সুন্দর হত! দুই হাজার বছর আগের মত তিনি যদি আমাদের দেশের সমস্ত গ্রামে ঘুরতেন, সবাই তাঁকে দেখতে পারতাম, তাঁর কথা শুনতে পারতাম ...। আমরাও সেকালের ছেলেমেয়েদের মত তাঁর কাছে গিয়ে তাঁর কোলে বসতাম, তাঁর আশীর্বাদ পেতাম...। যীশু কেনই বা চলে গেছেন? আমাদের সঙ্গে সব সময় থাকলে কত ভাল হত!

যীশুর শিষ্যেরাও একই কথা ভাবতেন এবং তাদের মনে বড় দুঃখ ছিল। যীশু তাদের একদিন বললেন ঃ

যীশু : বন্ধুগণ, আমি আর অল্প সময়ের জন্য মাত্র তোমাদের সঙ্গে থাকব।

শিষ্য : কেন, আপনি কি চলে যাচ্ছেন? আমাদের ছেড়ে চলে যাবেন?

যীশু : আমি আমার পিতার কাছে যাব। আমার পিতার ঘরে অনেক জায়গা আছে, তোমাদের জন্য ঘর প্রস্তুত করতে যাব।

শিষ্য : কিন্তু আপনাকে ছাড়া আমরা কি-ই বা করব?

তখন যীশু একটি খুব গুরুত্বপূর্ণ কথা বললেন ঃ

যীশু : তোমাদের অনাথ রেখে যাব না, তোমরা একা থাকবে না, কারণ আমার পিতা ও আমি তোমাদের কাছে আমাদের আত্মাকে পাঠাব। পবিত্র আত্মা সব সময় তোমাদের সঙ্গে থাকবেন এবং পিতা ও আমি তোমাদের অন্তরে বাস করব ঃ সব সময় একসঙ্গে থাকব। আর একদিন এসে তোমাদের সঙ্গে নিয়ে যাব। তোমরা যাও, সকল জাতিকে শিক্ষা দাও ও পিতা, পুত্র, পবিত্র আত্মার নামে তাদের দীক্ষাস্নাত কর। আমি তোমাদের যে সকল আদেশ দিয়েছি তা পালন করতে তাদের শিখাও। দেখ, আমি প্রত্যেকদিন তোমাদের সঙ্গে আছি, জগতের শেষ দিন পর্যন্ত (যোহন ১৪ এবং মথি ২৮ অধ্যায়, সংক্ষিপ্ত)।

৩। যীশুর উপস্থিতির বিভিন্ন রূপ

দ্রষ্টব্য ঃ নিম্নে লিখিত কয়েকটি বিষয় বেছে নিয়ে উপস্থিত করুন।

পুনরুত্থানের পর শিষ্যেরা জীবিত যীশুকে দেখতে পেলেন এবং যীশু স্বর্গে উঠে যাওয়ার পর তারা এমন একটি প্রমাণ পেলেন, যা থেকে তারা নিশ্চিত বুঝতে পারলেন যে, নিজের চোখে যীশুকে না দেখলেও তবুও তিনি অবশ্যই তাদের সঙ্গে ছিলেন। সে প্রমাণ তারা পেলেন পঞ্চশত্তমীর দিনে, যখন পবিত্র আত্মা তাদের উপর নেমে আসলেন (প্রেরিত ২ অধ্যায় দেখুন)।

শিষ্যেরা পবিত্র আত্মা ও প্রভু যীশুর উপস্থিতি উপলব্ধি করেছেন বাতাস ও আগুনের জিবগুলোর চিহ্ন দেখে।

বর্তমানে আমাদের কাছেও কতগুলি চিহ্ন আছে যা থেকে আমরা বুঝতে পারি যে, সত্যই পত্রি আত্মার মাধ্যমে স্বয়ং যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন।

(ছেলেমেয়েদের বলতে দেব ঃ তারা কি মনে করে, যীশু আমাদের মধ্যে কোন্ কোন্ রূপে উপস্থিত আছেন ও দেখা দেন?
তাদের মতামত শোনার পর ও তাদের কথার উপর ভিত্তি করে আবার বলব ঃ)

এবার, যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন, তার কয়েকটি প্রমাণ দেখি। যেমন ঃ

(১) প্রতিটি লোক, যার সঙ্গে আমাদের দেখা হয়, সে হল আমাদের মধ্যে যীশুর উপস্থিতির চিহ্ন। যীশু আমাদের বলেছেন ঃ "তোমরা ভাইবোনদের প্রতি যা কর, তা আমারই প্রতি কর"। মানুষকে ভালবাসলে, আমরা জানি, যীশুকেই ভালবাসি।

অনেকবার যীশু আমাদের ভালবাসেন ও সাহায্য করে থাকেন, আমাদের মা বাবা, শিক্ষক শিক্ষয়িত্রী ও গুরুজনদের মধ্য দিয়ে। গরীব-দুঃখীর মধ্য দিয়ে তিনি আমাদের

আহ্বান করেন আমরা যেন তাঁর মত উদার ও দয়াবান হই। দুষ্ট লোকদের মাধ্যমেও তিনি আমাদের সুযোগ দিয়েছেন ও দিয়ে থাকেন।

(২) আমরা যখন সম্মিলিত হই "পিতা ও পুত্র ও পবিত্র আত্মার নামে" (ক্রুশের চিহ্ন), ধর্মশিক্ষা নেওয়ার জন্য, স্কুলে বা কোন একটি দয়ার কাজ করার জন্য, তখন জীবিত যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন। কারণ তিনি বলেছেন ঃ "যখন দুই কি তিন জন আমার নামে মিলিত হয়, সেখানে তাদের মাঝে আমিই আছি"।

(৩) আমরা যখন পরস্পরকে ভালবাসি ও সাহায্য করি তখন যীশু উপস্থিত। তিনি বলেছেন ঃ "তোমরা যদি পরস্পরকে ভালবাস, তা থেকে লোকে বুঝতে পারবে যে, তোমরা আমার প্রকৃত শিষ্য"।

(৪) দীক্ষাস্নান, হস্তার্পণ, খ্রীষ্টপ্রসাদ, পুনর্মিলন ... অর্থাৎ বিভিন্ন সংস্কারের মধ্য দিয়ে যীশু বিদ্যমান। "সংস্কার" মানে চিহ্ন, প্রমাণ অর্থাৎ এমন একটি কাজ যার মাধ্যমে পুনরুত্থিত যীশুর উপস্থিতির প্রমাণ পাওয়া যায়। এ সকল চিহ্নের মাধ্যমে আমরা জীবিত যীশুর সঙ্গে দেখা করি ও মিলিত হই। এদের মাধ্যমে যীশু আমাদের দান করেন তাঁর পবিত্র আত্মাকে।

দীক্ষাস্নানের দিন থেকেই যীশু আমাদের অন্তরে বিরাজ করেন এবং যতবার প্রভুর ভোজে অংশ গ্রহণ করি, যতবার আমাদের পাপের জন্য অনুতাপ করি ... ততবার আমরা যীশুর সঙ্গে দেখা করি ও মিলিত হই।

(৫) পোপ, বিশপ ও পুরোহিতগণ হল শিষ্যদের উত্তরাধিকারী – যারা যীশুর কাজ করে যাচ্ছেন। যীশু তাঁর শিষ্যদের বলেছেন ঃ

"যারা তোমাদের কথা শোনে তারা আমারই কথা শোনে। আমি জগতের শেষ দিন পর্যন্ত প্রত্যেকদিন তোমাদের সঙ্গে সঙ্গে আছি"। ফলে তারা হলেন উপস্থিত পুনরুত্থিত যীশুর একটি রূপ বা চিহ্ন।

(৬) সকল খ্রীষ্ট বিশ্বাসী (অর্থাৎ খ্রীষ্টমণ্ডলী) হল পুনরুত্থিত যীশুর উপস্থিতির আর একটি প্রমাণ। আমরাও তাঁর প্রমাণ। যীশু আমাদের দান করেন তাঁর আত্মাকে, আর আমরা যদি পবিত্র আত্মার পরামর্শ অনুসারে কাজ করে চলি (পবিত্র আত্মার পরামর্শ কি রূপ ?) তা হলে আমরা একেকজন হব উপস্থিত যীশুর প্রতীক ও প্রমাণ।

সাধু সাধ্বীরা ছিলেন একটি চমৎকার প্রমাণ যে, এ জগতে যীশু সত্যই বিরাজ করেন এবং যত ভাল ভাল ব্যক্তি – যারা মঙ্গল, শান্তি ও ন্যায্যতার জন্য পরিশ্রম করে ও জীবন কাটায় তারা সবাই হল যীশুর প্রতীক।

(৭) বেদীর পাশে জ্বলন্ত বাতি পুনরুত্থানের বাতিটা প্রভৃতি আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে, যীশু আমাদের মাঝে ও সঙ্গে আছেন। একটি ছবি, সকাল দুপুর সন্ধ্যার ঘণ্টাও আমাদের কাছে স্মরণ করায় যে, যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন ও তাঁকে অনুসরণ করতে

আমাদের ডাকেন।

(৮) পবিত্র বাইবেল – ঈশ্বরের নিজস্ব বই যীশুর উপস্থিতির আর একটি প্রমাণ। তার মধ্যে আমরা পাই যীশুর নিজের কথা, যা আমাদের জীবনপথের আলো ও শক্তি।

দ্রষ্টব্য ঃ উপরোক্ত সকল "চিহ্নগুলো" শিক্ষার জন্য অতিরিক্ত বলে মনে হতে পারে। তবে ছেলেমেয়েদের বুঝাবার ক্ষমতা ও মুক্ত আলোচনায় তাদের মতামত প্রকাশ অনুসারে ধর্মশিক্ষক এগুলোর মধ্য থেকে কয়েকটাকে বেছে নিয়ে উপস্থাপন ও ব্যাখ্যা দেবেন।

৪। জীবনে প্রয়োগ

তা হলে ৩ নম্বরের আলোচনার আলোতে আমরা এখন বুঝতে পেরেছি যে, সত্যই যীশু আমাদের একা ফেলে যান নি। তিনি বরং আমাদের সঙ্গে আছেন এবং প্রত্যেকদিন বিভিন্নরূপে আমাদের সঙ্গে দেখা করেন।

– মার্টিনের গল্প মনে আছে তো ? মার্টিন কি ঠিক কাজটি করেছে ? সে কি যীশুকে দেখতে পেয়েছে ? দোকানে বসে যীশুর পরিবর্তে কাদের সঙ্গে তার দেখা হয়েছে ? গরীব দুঃখীদের সঙ্গে সে কেমন ব্যবহার করেছে ? দিনের শেষে সে সুসমাচারের কোন্ কথা পড়েছে ? যীশু কি বলেছিলেন ?

এখন আমরা নীরবে মাথা নীচু করে একটু চিন্তা করি ঃ আমি যীশুর জন্য মার্টিনের মতই কি করব ? তোমাদের প্রতিজ্ঞার কথা মনে রাখতে চেষ্টা কর।

৫। মনে রাখার বাণী

প্রশ্ন : প্রভু যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন ?

উত্তর : হ্যাঁ, প্রভু যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন এবং প্রত্যেকদিন বিভিন্নরূপে আমাদের সঙ্গে দেখা করেন। তিনি দয়ার কাজ করতে আমাদের ডাকেন।

৬। প্রার্থনা

এখন আমরা সকলে গীর্জাঘরে যাব। সেখানে একটি বাতি সব সময় জ্বলছে ও আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে, যীশু আমাদের সঙ্গে আমাদের মধ্যে আছেন।

গীর্জাঘরে নীরবে ঢুকব এবং ভক্তিভাবে যীশুকে নমস্কার দেব (কেমন ভাবে করব ? অনুশীলন করুন)। তারপর বসে যীশুর সঙ্গে আলাপ করব ও গান করব।

★ গীর্জাঘরে প্রবেশের পর ঃ

শিক্ষক ঃ প্রত্যেকদিন আমরা যা করি, যেখানে থাকি না কেন, আমাদের বন্ধু যীশু আমাদের সঙ্গে আছেন। তাই এসো, আমরা তাঁকে বলি ঃ +"আমাদের সঙ্গে আছ, প্রভু"।

– সকাল বেলা যখন উঠি,
– সন্ধ্যায় যখন শুতে যাই,
– যখন খেলি, পড়ি, লিখি,
– যখন প্রার্থনা-গান করি,
– যখন মাকে সাহায্য করি,
– যখন বন্ধুদের ভালবাসি,
– যখন মানুষকে ক্ষমা করি,
– তোমার ইচ্ছা যখন পালন করি,
– হে প্রভু, যারা তোমার ইচ্ছা পালন করে, তাদের সঙ্গে তুমি আছ।

গান ঃ ‘ধন্য যখন দয়া কর’ (পরিশিষ্ট-গ দেখুন, নং ১০)।

খ্রীষ্টের উপস্থিতি

“খ্রীষ্ট যীশু তো মরলেন, এমনকি পুনরুত্থানও করলেন, তিনিই তো ঈশ্বরের ডান পাশে রয়েছেন, আবার আমাদের পক্ষে অনুরোধ রাখছেন” তিনি তাঁর খ্রীষ্টমণ্ডলীতে বিভিন্নভাবে উপস্থিত আছেন : তাঁর বাণীর মধ্য দিয়ে, তাঁর মণ্ডলীর প্রার্থনায়, “যেখানে দু’তিনজন আমার নামে একত্র হয়”, দরিদ্র, অসুস্থ ও কারাবন্দীদের মাঝে, সংস্কারসমূহের মধ্যে যার প্রবর্তক তিনি নিজেই, খ্রীষ্টযাগের বলিদানে এবং সেবাকর্মী ব্যক্তিদের মধ্যে। কিন্তু “তিনি উপস্থিত আছেন… বিশেষভাবে খ্রীষ্টপ্রসাদীয় উপাদানে।”

– *কাথলিক মণ্ডলীর ধর্মশিক্ষা, ১৩৭৩*

বিষয় নং - ২১

যীশুর আত্মা আমাদের প্রার্থনা করতে শেখান

সুপারিশ :
- *জুন মাসে*
- *পঞ্চাশত্তমী দিবস*
- *প্রার্থনা*
- *পবিত্র আত্মা*
- *দুই অধিবেশনে*

প্রস্তুতি

লক্ষ্য ঃ – ছেলেমেয়েরা নিজ পরিবারে, গীর্জায় ও ধর্মশিক্ষায় প্রার্থনা করতে শিখেছে। তাদের প্রার্থনার মনোভাব আরও দৃঢ় করে তুলতে চেষ্টা করব। শুধু যাচ্ঞা নয়, ধন্যবাদ ও বন্দনাও করতে শিখাব এবং জীবন ভিত্তিক প্রার্থনা করতে সাহায্য করব।

আমার ছেলেমেয়ে

– তারা সরল ও স্বতঃস্ফূর্ত ভাবে প্রার্থনা করতে জানে; এ সুন্দর গুণ যত্ন সহকারে রক্ষা ও বৃদ্ধি করতে হবে।
– তারা শুধু কথার মাধ্যমে প্রার্থনা করে না, বরং শরীর, অঙ্গভঙ্গী, গান, নাচ অর্থাৎ তাদের সমস্ত কিছুর মাধ্যমেই প্রার্থনা করে।
– মুখস্থ প্রার্থনা শেখার চেয়ে তারা প্রার্থনা করতে শেখে পিতামাতা ও শিক্ষকের প্রার্থনা দেখে।

শিক্ষাদানের পদ্ধতি

দ্রষ্টব্য ঃ এ পাঠ দু’দিনে করতে হবে ঃ প্রথম দিন ১–৩ এবং দ্বিতীয় দিন ৪–৬)।

১। আমাদের একটি দিন

ব্ল্যাকবোর্ড না থাকলে, দু’খানা বড় কাগজ প্রস্তুত করে রাখব, যার উপর ধর্মশিক্ষার সময় লিখব ও ছবি আঁকব।
ধর্মশিক্ষার শুরুতে ছেলেমেয়েদের সঙ্গে একটি খেলার কায়দায় শুরু করব ঃ

আমরা প্রত্যেকদিন কত কি না করে থাকি ! তাই এখন দেখব, আমরা দিন কেমন করে কাটাই, কি কি করি …

ছেলেমেয়েদের স্বাধীন ভাবে বলতে দেব ঃ তারা যা বলে, তা সংক্ষেপে বোর্ড

বা কাগজে পর পর লিখব। ছেলেমেয়েদের এবং তাদের মা বাবার কাজগুলো পাশাপাশি দুই কলমে লিখব, যেমন–

পড়াশুনা করি	কাজ করে
খাওয়া দাওয়া করি	রান্না করে
মাকে সাহায্য করি...	বাজারে যায়...

এখন প্রতিটি কাজের পাশে লিখব, দিনে সেই কাজের জন্য কত সময় ব্যয় করি। তবে ঘন্টা ও মিনিটের হিসাব না লিখে, বরং অন্য কোন চিহ্ন দেব, যেমন চক্র ও চৌকা, কোন্ কাজে কত সময় কাটাই সবাই যেন তা সঙ্গে সঙ্গে ধরতে পারে। তারপর তুলনামূলকভাবে দেখব, কত সময় পড়াশুনার জন্য বা খেলা ইত্যাদির জন্য ব্যয় করি। ছেলেমেয়েরা কিভাবে দিন কাটায় এবং পিতামাতা কিভাবে কাটায়, এ দু'টোর মধ্যেও তুলনা করা যায়। অথবা নিজেদের জন্য এবং অপরকে সাহায্য করার জন্য কত সময় ব্যয় করি, এ বিষয়েও তুলনা করা যায়।

২। ঈশ্বরের জন্য কত সময় ব্যয় করি ?

দিনের বিভিন্ন কাজের মধ্যে ছেলেমেয়েরা অবশ্য প্রার্থনাও উল্লেখ করেছে; এ থেকে সুযোগ নেওয়া যায়। আর তারা যদি না বলে থাকে, তাহলে বলব ঃ

দেখতো, আমরা একটি কথা একেবারেই ভুলে গেছি। কথাটি খ্রীষ্টানদের জন্য খুব গুরুত্বপূর্ণ কিন্তু ! কোন্টা ? প্রার্থনায় ঈশ্বরের জন্য কত সময় ব্যয় করি ?

★ দ্বিতীয় কাগজে বড় অক্ষরে "প্রার্থনা" শব্দটি লিখব।

–খ্রীষ্টানরা কোন্ কোন্ সময় প্রার্থনা করে ? কোথায়, কি বলে প্রার্থনা করে ?

প্রতিটি দিন কতখানি সময় প্রার্থনায় কাটায় ? আর প্রার্থনা বলতে প্রকৃত ভাবে কি-ই বা বুঝায় ?...

এ সকল প্রশ্নের ছেলেমেয়েদের সবচেয়ে অর্থপূর্ণ উত্তরগুলো কাগজে বা বোর্ডে লিখব। তারপর উত্তরগুলোর উপর ভিত্তি করে বলব ঃ

খ্রীষ্টানরা প্রত্যেকদিন কিছু সময় প্রার্থনার জন্যই রাখে। তখন তারা ঈশ্বরের সামনে বসে, মনে মনে তাঁর কথা শোনে, তাঁর সঙ্গে কথা বলে, তাঁর কাছ থেকে কিছু চায়, তাঁকে ধন্যবাদ দেয় অথবা নীরবে ঈশ্বরের কথা চিন্তা ও ধ্যান করে ...।

কয়েকজন আছে, তারা কি করে জান ? সকাল বেলা ঘুম থেকে উঠে চা খায়, রেডিও বা গান শোনে...। আর কয়েকজন আছে, যারা সর্বপ্রথমে স্বর্গীয় পিতাকে ধন্যবাদ দেয় ও তাঁর আশীর্বাদ লাভের জন্য প্রার্থনা করে। তারা তাদের দিন শুরু করে ক্রুশের চিহ্ন দ্বারা, "পিতা ও পুত্র ও পবিত্র আত্মার নামে, আমেন"।

শুধুমাত্র খ্রীষ্টানরা যে প্রার্থনা করে তা নয়। মুসলমানরাও করে। তারা প্রার্থনায় কতক্ষণ ব্যয় করে ? তারা কেমন করে, কোথায়, কি বলে ... প্রার্থনা করে ? খ্রীষ্টান ও মুসলমানদের মধ্যে কারা বেশী প্রার্থনা করে ?

৩। আমাদের জীবনে প্রার্থনা

প্রথম কাগজে তুলনামূলক ভাবে দেখলাম, প্রার্থনার জন্য আমরা খুব কম সময় ব্যয় করি। দেখ ... ঘন্টা ঘুমাই, ... পড়াশুনা করি, ... ঘন্টা খেলাধূলা করি ইত্যাদি।

আর প্রার্থনা করি ... মিনিট। প্রার্থনা কিন্তু আমাদের জীবনে খুব গুরুত্বপূর্ণ কাজ। কয়েকজন লোক আছে, তারা ঘন্টার পর ঘন্টা প্রত্যেকদিন প্রার্থনা করেন, জান ? (দু'একটা উদাহরণ দেব ঃ ময়মনসিংহে একটি কনভেন্ট আছে, সেখানকার সিষ্টাররা দিনে বেশ কয়েক ঘন্টা পবিত্র সংস্কারে যীশুর সামনে প্রার্থনায় ও ধ্যানে কাটান। খুলনায় একজন পুরোহিত ও কয়েকজন যুবক দরিদ্র জীবন যাপন করে; দিনে অনেক সময়য় প্রার্থনা ও ঐশবাণী পাঠ করে কাটায়। দিয়াং -এ ব্রাদার ফ্লেভিয়ান সন্ন্যাস জীবন যাপন করতেন ...)। আর তোমরা নিজেরাও হয়ত হিন্দু মুসলমান সন্ন্যাসী ও পীর দেখেছ ...। তাদের দীর্ঘ প্রার্থনা ও ধ্যান সারা বিশ্বের জন্য একটি বিরাট সম্পদ।

★ ★ ★ ★ ★ ★

৪। আমাদের সারা দিনের প্রার্থনা

আমাদের মা বাবার অনেক কাজ ঃ সংসার চালাতে তারা সারা দিনই ব্যস্ত। ছেলেমেয়েরাও কত কাজে ব্যস্ত ঃ পড়াশুনা করতে হয়, বাড়ীর কাজ করতে হয়, স্কুলে যেতে হয়, মা বাবাকে সাহায্য করতে হয় ...। প্রার্থনা করার জন্য সময় পাব কখন ? ঈশ্বরের বাণী পাঠ ও ধ্যান করতে সময় পাচ্ছি না।

কেন ? গীর্জাঘরে না গিয়ে বা চুপচাপ না থাকলে কি প্রার্থনা করা যায় না ? অবশ্য গীর্জাঘরে বা নিজের ঘরে নিরিবিলি পরিবেশের মধ্যে প্রার্থনা ভাল হয়। কিন্তু কাজ বা পড়াশুনা করেও প্রার্থনা করা যায়, জান ? কারণ শুধুমাত্র কথা বা মুখ দিয়ে যে প্রার্থনা করা যায়, তা নয়। আমাদের হাত যখন কাজ করে অযথা কাউকে সাহায্য করে বা মঙ্গল করে তখনও আমরা প্রার্থনা করি।

ছেলেমেয়েদের সাহায্য করব, তারা যেন বুঝতে পারে যে, তারা যখন নিজেদের কাজ ও পরিশ্রম ঈশ্বরের কাছে উৎসর্গ করে, তখন ভাইবোনদের ভালবাসে, যখন নিজ নিজ কর্তব্য আনন্দ মনে করে থাকে ... তখনও তারা বাস্তবে প্রার্থনা করে এবং এ প্রার্থনাটি ঈশ্বরের খুব পছন্দ।

কারণ আমরা যখন যীশুর সঙ্গে এবং যীশুর জন্যই কাজ করি তখন আমাদের কাজও প্রার্থনার মত হয়ে ওঠে। সাধু বেনেডিক্ট বলতেন ঃ "প্রার্থনা কর ও কাজ কর"।

তবে সকালের প্রার্থনার সময় আমরা সারাদিনের কাজও ঈশ্বরের কাছে উৎসর্গ করব। আজ একটি সুন্দর প্রার্থনা তোমাদের শিখাতে চাই। শোন ঃ

" হে ঈশ্বর, আমি তোমাকে ভালবাসি ও তোমার বন্দনা করি, কারণ তুমি আমাকে সৃষ্টি করেছ ও তোমার আপন সন্তান হিসাবে আমাকে গ্রহণ করেছ। তুমি আমাকে সকল বিপদ থেকে রক্ষা করেছ এবং একটা নূতন দিন আমাকে দান করেছ। তাই তোমাকে অন্তর থেকে ধন্যবাদ দিই। এ দিনের আমরা সকল কাজ তোমার কাছে উৎসর্গ করছি। তুমি আমাকে এবং সকল মানুষকে আশীর্বাদ কর, আমেন"।

৫। যীশুর আত্মা আমাদের সঙ্গে প্রার্থনা করেন

আমরা যখন সারাদিন যীশুর সঙ্গে ও যীশুর জন্য কাজ ও প্রার্থনা করি তখন আমরা খুব সুখী ও আনন্দিত হই। এমন হয় কেন, জান ? কারণ আমাদের অন্তরে আছেন যীশুর আত্মা। আমরা তাঁকে পেয়েছি দীক্ষাস্নানের সময় থেকে। তিনি আমাদের কথা ও কাজ প্রার্থনায় পরিণত করেন। প্রার্থনার সময় আমাদের কি কি বলা উচিৎ, তা তিনি নিজেই আমাদের মনে বলে দেন ঃ তখন আমরা পিতার কাছে প্রার্থনা করি। বড় বড় কঠিন কথা বলার প্রয়োজন নেই ঃ পিতার কাছে আমাদের মনের কথা বলতে হয়। যীশুর আত্মা আমাদের অন্তরে কি কাজ করেন, তার একটি উদাহরণ দিচ্ছি।

– "ঘুড়ি" চেন ? কেমন করে তৈরী ? রঙ্গীন কাগজ ও কাঠি দিয়ে তৈরী। বাতাস ছাড়া সে মাটিতে পড়ে থাকে। কিন্তু সামান্য একটু বাতাস পেলে ঘুড়ি উড়তে শুরু করে এবং অনেক উঁচুতে উড়ে। ঘুড়িটাকে দেখতে তখন খুব সুন্দর লাগে। কেমন যেন একটা জীবন্ত জিনিস। সে স্বাধীন হয়ে যেন চলে যেতে চায়, আর আমরা তাকে দড়ি দিয়ে আটকিয়ে রাখি ...।

এই যে ছবিটা দেখ ...(একটি ছেলে ঘুড়ি উড়াচ্ছে – ছবিটা দেখাব)। প্রার্থনা হল ঘুড়ির মত। আমাদের কথাগুলো হল কাগজ ও দড়ির মত আর যীশুর আত্মা আকাশের উঁচুতে তাদেরকে উড়িয়ে দেন। যীশুর আত্মা আমাদের অন্তরে না থাকলে, তখন আমরা মাত্র মুখ দিয়ে প্রার্থনা করি, আমাদের হৃদয় কিন্তু চুপ করে থাকে; আমাদের প্রার্থনা উড়ে না, কেমন যেন মৃত অবস্থায় মাটিতে পড়ে থাকে, বাতাসের অভাবে...।

৬। প্রার্থনা করি

সাধু পৌলের কথা স্মরণ করি ঃ

"কি বলে প্রার্থনা করা উচিৎ তা আমরা জানি না, কিন্তু পবিত্র আত্মা আমাদের হয়ে অনুরোধ করেন। পবিত্র আত্মা ঈশ্বরের ইচ্ছা অনুসারেই আমাদের জন্য অনুরোধ করেন, কারণ আমরা ঈশ্বরের লোক" (রোমীয় ৮:২৬-২৭)। তা হলে এখন পবিত্র আত্মার কাছে গানের মাধ্যমে প্রার্থনা করি ঃ

গান ঃ 'হৃদয়ে এসো আত্মা তুমি'।

এখন নীরবে থেকে পবিত্র আত্মা আমাদের অন্তরে যা বলেন, তা শুনতে চেষ্টা করি এবং তার কথা অনুসারে প্রার্থনা প্রকাশ করি।

ছেলেমেয়েরা স্বতঃস্ফূর্ত ভাবে প্রার্থনা করবে ঃ মিনতির সঙ্গে যেন ধন্যবাদ, অনুতাপ, বন্দনা ইত্যাদিও প্রকাশ করা হয়। শেষে শিক্ষক/শিক্ষিকা সকলের নামে প্রার্থনা করবেন।

৭। মনে রাখার বাণী

প্রশ্ন : প্রার্থনা করা আমাদের দৈনন্দিন কর্তব্য কি ?

উত্তর : হ্যাঁ, প্রার্থনা করা আমাদের দৈনন্দিন অবশ্য কর্তব্য, কারণ প্রার্থনা ছাড়া আমরা খ্রীষ্টীয় জীবন যাপন করতে পারি না।

প্রশ্ন : আমরা কোন্ কোন্ সময় প্রার্থনা করি ?

উত্তর : আমরা প্রত্যেক দিন সকাল ও সন্ধ্যাবেলা এবং খাওয়ার পূর্বে প্রার্থনা করি। রবিবার দিন একত্রিত ভাবে প্রার্থনা করি। তা ছাড়া আমাদের প্রত্যেকটি কর্তব্যকাজের মাধ্যমেও আমরা প্রার্থনা করে থাকি।

প্রশ্ন : প্রার্থনা করতে আমাদের কে সাহায্য করেন ?

উত্তর : পবিত্র আত্মা, যিনি আমাদের অন্তরে থাকেন, তিনিই প্রার্থনা করতে আমাদের সাহায্য করেন ।

পঞ্চাশত্তমী

পুনরুত্থান কালের সাতটি সপ্তাহ অতিক্রান্ত হয়ে গেলে পর, সেই পঞ্চাশত্তমীর দিনে খ্রীষ্টের নিস্তারপর্ব পূর্ণতা পেল পবিত্র আত্মার অবতরণের মধ্য দিয়ে, যাঁকে প্রকাশ, প্রদান ও সঞ্চারিত করা হয়েছে একজন ঐশব্যক্তি হিসেবে : খ্রীষ্ট তাঁর পরম পূর্ণতা থেকে আত্মাকে আমাদের উপর ঢেলে দেন পরিপূর্ণভাবে।

সেই বিশেষ দিনটিতে পবিত্র ত্রিত্ব পূর্ণভাবে প্রকাশিত হয়েছেন। আর সেদিন থেকেই খ্রীষ্টের ঘোষিত ঐশরাজ্য তাঁর প্রতি বিশ্বাসীদের জন্য উন্মুক্ত হয়ে রইল : রক্তমাংসের দীনতা ও বিশ্বাসে তারা ইতোমধ্যেই পবিত্র ত্রিত্বের সম্মিলিত জীবনের অংশীদার হয়ে ওঠে। পবিত্র আত্মা তাঁর অবিরাম আগমনী-ধারা দিয়ে জগতকে ধীরে ধীরে প্রবেশ করান সেই "শেষ যুগের দিনগুলোর" দিকে, সেই মণ্ডলীর যুগে, যেখানে ঐশরাজ্য ইতোমধ্যে উত্তরাধিকারসূত্রে লাভ হয়েছে যদিও সেই রাজ্য আজো পূর্ণতা পায়নি।

– *কাথলিক মণ্ডলীর ধর্মশিক্ষা, ৭৩১, ৭৩২*

বিষয় নং - ২২

খ্রীষ্টবিশ্বাসীরা প্রার্থনা করে

সুপারিশ :
– জুন মাসে
– প্রার্থনার বিষয়
– দুই অধিবেশনে
– দ্বিতীয় শ্রেণী

প্রস্তুতি

লক্ষ্য ঃ – ছেলেমেয়েদের প্রার্থনার মনোভাব বৃদ্ধি ও দৃঢ়করণ ঃ
তারা যেন মিনতি প্রার্থনা ছাড়া,বন্দনা, কৃতজ্ঞতা, প্রশংসা, অনুতাপ ইত্যাদি প্রার্থনা করতে অভ্যস্ত হয় এবং আবিষ্কার করে যে, জীবন ও প্রার্থনার মধ্যে একটি ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক আছে।

আমার ছেলেমেয়ে

– খ্রীষ্ট বিশ্বাসীদের প্রার্থনা দুই প্রকার ঃ নির্ধারিত সময় প্রার্থনা এবং বিশ্বাস ও বন্দনার মনোভাব, যার আলোতে তাদের দৈনন্দিন আচার ব্যবহার ও চলাচল প্রভাবান্বিত হয়। প্রার্থনায় দীক্ষা দিতে গেলে উভয় দিকের প্রয়োজন।
– সাধারণতঃ বয়স্ক খ্রীষ্টানদের প্রার্থনা শুনে ছেলেমেয়েরাও মনে করে যে, প্রার্থনাই হল মুখস্থ বলা এবং ঈশ্বরের কাছে কিছু চাওয়া। "মিনতি প্রার্থনা" খ্রীষ্টানদের প্রয়োজন বটে, কারণ ঈশ্বরের সামনে আমরা দুর্বল ও দরিদ্র। তবুও আমাদের অন্তরস্থ পবিত্র আত্মা "মিনতি" ছাড়া প্রশংসা, বন্দনা, আরাধনা ও ধন্যবাদ করতে আমাদের অনুপ্রাণিত করে থাকেন।
– প্রার্থনা করতে ছেলেমেয়েদের বাধ্য করানো যুক্তিসঙ্গত নয়। তাদের বরং প্রার্থনার জন্য প্রস্তুত করাতে হয় এবং আমন্ত্রণ জানাতে হয়। বাধ্য করানোর ফলে তারা প্রার্থনাতে বিরক্ত হবে এবং অবশেষে তা নিজ জীবন থেকে বাদ দেবে।

শিক্ষাদানের পদ্ধতি

দ্রষ্টব্য ঃ এ পাঠ দু'দিনে করতে হবে ঃ প্রথম দিন ১-৩ এবং দ্বিতীয় দিন ৪-৭।

১। নমস্কার ! কেমন আছ ?

কোন বন্ধুর সঙ্গে রাস্তায় দেখা হলে আমরা তাকে নমস্কার দিই। তারপর বলি ঃ কেমন আছ ? অনেক দিন পরে দেখা ! বাড়ীর সবাই ভাল আছে তো ? ইত্যাদি। শেষে বিদায় নিয়ে বলি ঃ আচ্ছা আসি, ভাল থাক, সকলকে নমস্কার দিও ...।

এ কথাগুলে আমরা এমনি কোন রকম বলি না, বরং হাসি মুখে, আনন্দের সঙ্গে এবং হাতে হাত রেখে। মা বাবার সঙ্গে দেখা করলে বা বিদায় নিলে চুম্বনও করি। গুরুজন হলে তার পায়ের ধূলা নিয়ে আশীর্বাদ নিই ...।

তবে জান, আর একজন আছেন, যিনি আমাদের চেনেন ও ভালবাসেন। আমরাও তাঁকে চিনি ও ভালবাসি। তাঁর সঙ্গেও আমরা কথা বলতে পারি, তাঁকেও আমরা নমস্কার, কেমন আছ, ইত্যাদি বলতে পারি।

বাড়ীতে বা স্কুলে, আমরা যখন একা থাকি বা বন্ধুদের সঙ্গে খেলা করি, প্রত্যেকদিনই ঈশ্বর আমাদের সঙ্গে আছেন ও কথা বলেন। আমরা তাঁর কথা শুনতে পাই ও তাঁকে উত্তর দিতে পারি। আমাদের হৃদয়ের নীরবতায় আমরা তাঁর সঙ্গে কথা বলতে পারি ঃ দিনের মধ্যে আমাদের যা যা হয়েছে, যা যা করেছে, ভাল মন্দ সবই বলতে পারি। তাঁর কাছে ক্ষমা চাই, তাঁকে ধন্যবাদ দিই, তাঁকে বলি ঃ আমাদের সাহায্য কর। আমাদের আশীর্বাদ কর ...। তাঁর কাছে মা-বাবা, আমাদের আত্মীয়স্বজন ও বন্ধুবান্ধবদের কথাও বলি। সকলের জন্য তাঁর সাহায্য ও আশীর্বাদ চাই।

২। যীশুর প্রার্থনা

যারা ঈশ্বরকে জানে ও ভালবাসে, তারা সবাই বিভিন্নভাবে প্রার্থনা করে। কিন্তু একজন ছিলেন, তিনি এমন ভাবে প্রার্থনা করতেন যে, পিতা ঈশ্বর তাঁর প্রার্থনা খুব পছন্দ করতেন। তাঁর নাম কি জান ? ... হ্যাঁ, যীশু !

যীশু প্যালেষ্টাইন দেশের সমস্ত রাস্তা-ঘাটে হেঁটে বেড়াতেন, লোকদের কাছে ঈশ্বরের কথা বলতেন, উপদেশ দিতেন, রোগীদের সুস্থ করতেন, দুঃখীদের সান্ত্বনা দিতেন। সারাদিনই এইভাবে কাটাতেন। কিন্তু সন্ধ্যার সময় যখন অন্য সকলে ক্লান্ত হয়ে বিশ্রাম করত, তখন তিনি একটি নির্জন জায়গায় গিয়ে একা একা প্রার্থনা করতেন। সেই সময় যীশু আন্তরিকতার সঙ্গে তাঁর স্বর্গস্থ পিতার সঙ্গে কথা বলতেন ও তাঁর কথা শুনতেন, অর্থাৎ তিনি প্রার্থনা করতেন।

যীশুর শিষ্যেরা তাঁর ঘনিষ্ঠ বন্ধু ছিল। তারা তাঁর সঙ্গেই থাকত ও ঘুরত সব সময়। যীশু যখন প্রার্থনা করতেন তখন তারা মাঝে মাঝে দূর থেকে তাঁর দিকে চেয়ে থাকত ঃ যীশু খুব মনোযোগ ও শ্রদ্ধার সঙ্গে তাঁর জায়গায় বসে আছেন; তাঁর চোখ উপরের দিকে, তাঁর ঠোঁট আস্তে আস্তে নড়ছে। সহজে বুঝা যেত যে, যীশু তাঁর

পিতাকে খুবই ভালবাসতেন। তাঁর মুখ এমন উজ্জ্বল ও সুন্দর দেখাত, তাঁর চোখে এমন আনন্দ প্রকাশ পেত যে, স্বর্গস্থ পিতার কাছে প্রার্থনা করতে তাদেরও ইচ্ছা করত। একদিন যীশুর প্রার্থনার পর তারা তাঁর কাছে গিয়ে অনুরোধ করল ঃ "প্রভু, আমাদের প্রার্থনা করতে শিখান"। তখন যীশু বললেন ঃ " তোমরা এভাবে প্রার্থনা কর ..."

▸▸ সুসমাচার হাতে নিয়ে ভক্তি ও বিশ্বাসের সঙ্গে মথি ৬:৯-১৩ অংশটি পাঠ করব।

যীশুই মাত্র, ঈশ্বরকে "পিতা" বলে ডাকতে পারতেন, কারণ তিনিই পিতার প্রকৃত পুত্র। যীশু কিন্তু আমাদের বলেন, আমরাও যেন তাঁকে পিতা বলে ডাকি কারণ যীশু এরই জন্য এ জগতে এসেছেন, আমরা সবাই যেন তাঁর মত ঈশ্বরের সন্তান হয়ে উঠি। তিনি আমাদের জানিয়েছেন যে, ঈশ্বর আমাদের আপন সন্তানের মত ভালবাসেন। তাই আমরা এখন আমাদের ভাই যীশুর সঙ্গে ঈশ্বরকে বলতে পারি ঃ

"হে আমাদের পিতা, তুমি স্বর্গে আছ ..."।

৩। একসঙ্গে প্রার্থনা করি

যীশু যে প্রার্থনা আমাদের শিখিয়েছেন, তা আমরাও বলে থাকি। দুই হাজার বছর পরেও সমস্ত পৃথিবীর খ্রীষ্টানরা এ প্রার্থনাটি বলে। যীশুর শিষ্যেরা তা আমাদের পর্যন্ত হস্তান্তর করেছে। প্রাচীন মণ্ডলীতে যখন একজন খ্রীষ্টান হতে ইচ্ছা প্রকাশ করত তখন তাকে 'প্রভুর প্রার্থনা' শেখানো হত এবং তার হাতে আনুষ্ঠানিকভাবে এ প্রার্থনাটি একটি মূল্যবান জিনিস হিসাবে দেওয়া হত।

রবিবার দিন প্রভুর ভোজের সময় খ্রীষ্টের দেহ ও রক্ত গ্রহণের পূর্বে আমরা এখনও ঈশ্বরের পরিবার হিসেবে একত্রিত হয়ে যীশুর শেখানো প্রার্থনাটি বলি বা গান করি।

এখন শিক্ষক/শিক্ষিকা পুরোহিত ও জনসাধারণ রবিবারের উপাসনায় যা করেন তা ছেলেমেয়েদের সঙ্গে করবেন। সবাই ঠিকমত বসবে।

শিক্ষক : আমাদের ভাই যীশুর কথা অনুসারে আমরা এখন আমাদের পিতা ঈশ্বরের কাছে প্রার্থনা করি।

সকলে : (হাত প্রসারিত করে) "হে আমাদের স্বর্গস্থ পিতঃ ..."।

একা একা প্রার্থনা করা খুব সুন্দর। কিন্তু একসঙ্গে প্রার্থনা করা আরও সুন্দর ! আমরা একসঙ্গে প্রার্থনা করি নিজ ঘরে মা-বাবা ও ভাইবোনদের সঙ্গে। যীশুর কথা মনে আছে ? তিনি বলেছেন, "যেখানে দু'তিনজন আমার নামে এক হয়ে প্রার্থনা করে সেখানে আমিও আছি তাদের মাঝে"।

★ ★ ★ ★ ★ ★

৪। বিভিন্ন ধরণের প্রার্থনা

কথার দ্বারা প্রার্থনা করা অবশ্য দরকার। প্রকৃত খ্রীষ্টবিশ্বাসীরা প্রত্যেকদিন বার বার ঈশ্বরের সঙ্গে কথা বলতে, তাঁকে ধন্যবাদ দিতে, ক্ষমা চাইতে সময় পায়।

ছেলেমেয়েদের জিজ্ঞাসা করব, খ্রীষ্টানরা সাধারণতঃ দিনের কোন্ কোন্ সময় প্রার্থনা করে ? আর তোমরা সকাল ও সন্ধ্যায় কেমন প্রার্থনা কর ? খাওয়া-দাওয়ার পূর্বে কি প্রার্থনা কর ?

আমরা বিভিন্ন সময় ও বিভিন্ন ভাবে প্রার্থনা করি। উপযুক্তভাবে প্রার্থনা করতে আমাদের শিখতে হয়। তবে দেখি, কেমন করে ও কি বলে প্রার্থনা করা যায়।

"প্রার্থনা শেখানো" ও "প্রার্থনা করতে শেখানো" – এ দুটোর মধ্যে যথেষ্ট পার্থক্য আছে, তা আমরা জানি (এ পাঠশেষের দ্রষ্টব্য দেখুন)। বিভিন্ন ভাব, অর্থাৎ ধন্যবাদ, ক্ষমা, বন্দনা, আরাধনা ইত্যাদি প্রার্থনা প্রকাশ করতে ছেলেমেয়েদের শেখানো আমাদের কর্তব্য। এখন কয়েকটি উদাহরণ তাদের সঙ্গে সরল ভাষায় উপস্থিত করতে পারি, যেমন ঃ

- ঈশ্বর সমস্ত সৃষ্টি আমাদের দান করেছেন ঃ আমরা ঈশ্বরকে কি বলব ?
- আমরা দীক্ষাস্নাত হয়েছি ঃ ঈশ্বরকে কি বলব ?
- মা-বাবা তাদের ছেলেমেয়েদের যীশুর কাছে নিয়ে যায় ঃ তারা যীশুকে কি বলবে ?
- আমরা দুষ্টুমী করেছি ঃ যীশুকে কি বলব ?
- আমরা প্রত্যেকদিন খাই ঃ এ সম্বন্ধে ঈশ্বরকে কি বলব ?
- অনেকজন আমাদের উপকার করে থাকে ঃ তাদের জন্য ঈশ্বরের কাছে কি প্রার্থনা করব ?

উপরোক্ত দৃষ্টান্তের পরিপ্রেক্ষিতে কয়েকটি ফটো দেখাতে পারলে ভাল হবে। প্রতিটি প্রার্থনার উদাহরণের পরে আমরা বলতে পারি ঃ তাহলে প্রার্থনা করা মানে, ঈশ্বরের বন্দনা করা – ঈশ্বরকে ধন্যবাদ দেওয়া – ঈশ্বরের কাছে ক্ষমা চাওয়া...।

শেষে বলব ঃ

অনেকে মনে করে যে, প্রার্থনা করা মানে মুখস্থ প্রার্থনা বলা ঃ তারা নিজের মনের কথা ঈশ্বরকে বলতে জানে না। অনেকে আবার প্রার্থনার সময় শুধু চায় আর চায় ঃ ঈশ্বরকে ধন্যবাদ দেয় না। তারা কি প্রার্থনা করতে জানে ?

৫। প্রার্থনার জন্য কথা যথেষ্ট নয়

▸▸ ছেলেমেয়েদের জিজ্ঞাসা করব ঃ

প্রার্থনার জন্য কথা বলা যথেষ্ট কি ? কথা বলা না, ঈশ্বরের দিকে মন দেওয়াই গুরুত্বপূর্ণ।

প্রার্থনার কথা যথেষ্ট নয়, যদি আমাদের মন ও হৃদয় ঈশ্বরের দিকে না দিই। এজন্য যীশু বলেন ঃ "যারা 'প্রভু, প্রভু' বলে থাকে, তারা নয়, বরং যারা আমার স্বর্গস্থঃ পিতার ইচ্ছা পালন করে, তারাই স্বর্গরাজ্যে ঢুকবে"।

যীশুর আত্মা যদি আমাদের সঙ্গে থাকেন, তা হলে আমাদের প্রত্যেকটি কাজ প্রার্থনা হয়ে উঠে ও ঈশ্বরকে আরাধনা করি; তাহলে আমরা তাঁর নাম ধন্য করি, তাঁর ইচ্ছা পূর্ণ করি, যীশু খ্রীষ্টের নামে।

ছেলেমেয়েদের উৎসাহিত করব, তারা যেন 'জীবন-প্রার্থনা' র কয়েকটি বাস্তব দৃষ্টান্ত দেয়, যেমন ঃ

– বাবা বাগানে চারা লাগিয়েছেন	– আমি সাহায্য করেছি।
– মা আমাকে বারান্দা পরিষ্কার করতে বলেছেন	– আমি তা করেছি।
– একটা কঠিন বাড়ীর কাজ ছিল	– আনন্দের সঙ্গে করেছি।

– একটা ছেলে/ মেয়ের সঙ্গে খেলা করবার ইচ্ছা ছিল না তবুও করেছি।

গান ঃ 'প্রার্থনা করত শিখাও' (পরিশিষ্ট-গ দেখুন, নং ১৯)।

৬। ক্রিয়াকলাপ

- ছেলেমেয়েরা ব্যক্তিগত বা দলগত ভাবে বিভিন্ন উদ্দেশ্যে (বন্দনা, ধন্যবাদ, ক্ষমা, মিনতি...) মনোক্তি প্রার্থনা লিখবে বা প্রস্তুত করবে। প্রার্থনাগুলো আবৃত্তি করার সময় সকলে একটি উপযুক্ত ধুয়ো যোগ দেবে।
- একটি প্রার্থনা বা গান দৃষ্টিগোচর করা ঃ

বড় কাগজের উপর বিভিন্ন ফটো অথবা ছবির মাধ্যমে সেই প্রার্থনা বা গানের বিভিন্ন অংশ ফুটিয়ে তোলা (প্রভুর প্রার্থনা, প্রণাম মারীয়া...)

৭। মনে রাখার বাণী

প্রশ্ন : আমরা কাঁর কাছে প্রার্থনা করি ?

উত্তর : যীশুর শিক্ষা অনুসারে আমরা স্বর্গীয় পিতার কাছে যীশুর নামেই প্রার্থনা করি।

▸▸ ত্রিত্বের জয়, মৃতলোকের জন্য প্রার্থনা ও ঈশ্বরের দূতের কাছে প্রার্থনাগুলো মুখস্থ করে নাও (দ্রষ্টব্যে দেখুন)

দ্রষ্টব্য ঃ মুখস্থ প্রার্থনা শেখানো যদিও ছেলেমেয়েদের প্রার্থনায় দীক্ষিত করার জন্য যথেষ্ট নয়, তবুও প্রার্থনাগুলো আমাদের প্রার্থনা করতে সাহায্য করে। সুতরাং মুখস্থ প্রার্থনা একেবারে বাদ দিলে বা অবহেলা করলেও চলবে না। তবুও ছেলেমেয়েদের কাছে এমন ভাবে শিখাতে হয়, তারা সেগুলো স্বতঃস্ফূর্ত ও স্বাধীন ভাবে ব্যবহার

করতে পারে, যখন ব্যক্তিগত বা সমবেত ভাবে ঈশ্বরের সঙ্গে আলাপ করে। ছেলেমেয়েরা যেন তোতা পাখীর মত মনোযোগ ছাড়া মুখস্থ প্রার্থনা উচ্চারণ না করে, এদিকে শিক্ষক/শিক্ষিকা সতর্ক থাকবেন। প্রার্থনাগুলোর ভাষা যদি ছোটদের উপযুক্ত না হয়, কিছু পরিবর্তনও আনা যায়, যেমন ঃ

ত্রিত্বের জয় ঃ পিতা ও পুত্র ও পবিত্র আত্মার জয় হোক। এখন এবং যুগ যুগান্তরে জয় হোক, আমেন।

মৃত লোকের জন্য প্রার্থনা ঃ হে প্রভু, আমাদের মৃত আত্মীয় স্বজনদের কথা মনে রেখ; তোমার আলো তাদের দেখাও এবং চিরকাল তোমার শান্তিতে বসবাস করতে দাও, আমেন।

ঈশ্বরের দূত ঃ হে ঈশ্বরের দূত, তুমি আমার রক্ষক ঃ তুমি আমার জীবনকে আলোকপূর্ণ ও রক্ষা কর এবং ঈশ্বরের পথে আমাকে পরিচালিত কর, আমেন।

▸▸ অন্যান্য প্রার্থনার জন্য, পরিশিষ্ট-১ দেখুন।

প্রার্থনা ঈশ্বরের দান

ঈশ্বরের দিকে হৃদয় ও মন তুলে ধরা অথবা ঈশ্বরের কাছে ভাল কোন কিছু যাঞ্চা করাই প্রার্থনা। কিন্তু আমরা যখন প্রার্থনা করি, আমরা কি তখন আমাদের অহঙ্কার ও স্ব-ইচ্ছার দাম্ভিকতা নিয়ে কথা বলি, বা নম্র ও অনুতপ্ত হৃদয়ের গভীর তলদেশ থেকে আমাদের কথা বলি ?" যে নিজেকে নত করে তাকে করা হবে উন্নত; নম্রতা হল প্রার্থনার ভিত্তি। কেবলমাত্র যখন আমরা নম্র চিত্তে স্বীকার করি যে, "কীবা প্রার্থনা করা উচিৎ, আমরা তা তো জানি না," তখনই ঈশ্বরের কাছ থেকে উদারভাবে প্রার্থনার দান পাবার জন্য প্রস্তুত থাকতে পারি। ঈশ্বরের সামনে মানুষ তো একজন ভিখারী মাত্র।"

– কাথলিক মণ্ডলীর ধর্মশিক্ষা, ২৫৫৯