পুরুষদের জন্য প্রার্থনা ক্যালেন্ডার, মার্চ ২০২৫

১. **নূতন জন্ম –** 'সত্য, সত্য, আমি তোমাকে বলিতেছি, নূতন জন্ম না হইলে কেহ ঈশ্বরের রাজ্য দেখিতে পায় না।' (যোহন ৩:৩)। পরিত্রাণ পাওয়ার জন্য প্রভু যীশু একটি শর্ত দিয়েছিলেন। আমরা যদি বাক্যের প্রতি অনুগত আর আমাদের পাপের জন্য অনুতপ্ত হই এবং যীশু যিনি ক্রুশের উপরে আমাদের পাপের জন্য দণ্ড ভোগ করেছেন, তাঁর উপরে নির্ভর করি, তাহলে আমরা বাক্য দ্বারা ধৌত হতে পারি। তখন ঈশ্বর আমাদের তাঁর আত্মা দ্বারা নুতন জন্মগ্রহণ করার অনুগ্রহ প্রদান করেন।

২. **অপসংস্কৃতি –** 'ফলতঃ কেহ যদি খ্রীষ্টে থাকে, তবে নূতন সৃষ্টি হইল।' (২ করিন্থীয় ৫:১৭)। আমরা যখন ঈশ্বরের আত্মার দ্বারা জন্মগ্রহণ করি, তখন আমরা এক নূতন সৃষ্টি হই আর আমাদের একটা নূতন পরিচয় হয়। আমরা ঈশ্বরের সন্তান ও স্বর্গরাজ্যের বাসিন্দায় পরিণত হয়েছি। এই পৃথিবীতে আমরা হচ্ছি ঈশ্বরের রাজদূত। প্রভুকে আজ তাঁর রাজ্য বিস্তার করার জন্য আপনাকে ব্যবহার করতে দিন।

৩. **প্রার্থনা করতে শেখা –** 'প্রভু, আমাদিগকে প্রার্থনা করিতে শিক্ষা দিউন।' (লূক ১১:১খ)। প্রাচীনকালের শিষ্যদের মতো, আমরাও প্রভু যীশুর কাছ থেকে কেমন করে প্রার্থনা করতে হয় শিখতে পারি। প্রভুর প্রার্থনা হচ্ছে একটা আদর্শ। আমরা ঈশ্বর পিতাকে ডেকে তাঁর কাছে আমাদের সমস্ত আবেদন জানাতে পারি। তিনি আমাদের কাছে প্রকৃত পিতৃত্বের অর্থ প্রকাশ করতে চান।

৪. **সর্বপ্রথমে ঈশ্বর –** 'হে আমাদের স্বর্গস্থ পিতঃ তোমার নাম পবিত্র বলিয়া মান্য হউক' (মথি ৬:৯)। আমাদের প্রতি ঈশ্বরের প্রেম তখনই প্রকাশ পায় যখন তিনি আমাদের জীবনে প্রথম স্থান অধিকার করেন—যখন আমাদের সাথে তাঁর সম্পর্কের চেয়ে কোনো কিছুই বেশি গুরুত্বপূর্ণ হয় না। আমরা কীভাবে এবং কোথায় আমাদের সময় বিনিয়োগ করি এটি হলো তার একটি অন্যতম ভালো নির্দেশক। তাঁর বাক্যের কার্য্যকরী ব্যক্তি হয়ে উঠুন।

৫. **আমাদের প্রতিবেশীর প্রতি প্রেম –** 'তোমার রাজ্য আইসুক, তোমার ইচ্ছা সিদ্ধ হউক, যেমন স্বর্গে তেমনি পৃথিবীতেও হউক;' (মথি ৬:১০)। প্রভু যীশু সুসমাচার প্রচার করতে শিষ্যদের প্রেরণ করেছিলেন, যাতে মানুষেরা তাদের জীবন সমর্পণ করে ঈশ্বরের দিকে ফিরে আসতে পারে এবং পরিত্রাণ পায়। সুসমাচার প্রচারের মহান আদেশ আজও বৈধ এবং এটি এখনো আমাদের একটি কর্তব্য।

৬. **সংস্থান –** 'আমাদের প্রয়োজনীয় খাদ্য আজ আমাদিগকে দেও;' (মথি ৬:১১)। একজন প্রেমময় পিতা হিসেবে ঈশ্বর আমাদের যত্ন নেন এবং প্রতিদিন আমাদের প্রয়োজনগুলো পূরণ করতে চান। তিনি আমাদের সম্মানের সাথে আচরণ করেন এবং আমাদের উপরে কিছু চাপিয়ে দেন না; বরং তিনি আমাদের প্রার্থনা শুনতে চান। আমরা যেন কখনোই ভুলে না যাই যে প্রতিটি উত্তম দান আমাদের আনন্দের জন্য, আমাদের স্বর্গীয় পিতার কাছ থেকে আসে।

৭. **ক্ষমা –** 'আর আমাদের অপরাধ সকল ক্ষমা কর, যেমন আমরাও আপন আপন অপরাধীদিগকে ক্ষমা করিয়াছি;' (মথি ৬:১২)। প্রভু যীশু ক্রুশের উপরে আমাদের সকলের অপরাধ বহন করেছেন। ক্ষমা করা হলো একটি সচেতন পদক্ষেপ, যার মাধ্যমে আমরা অন্যদের প্রতি থাকা ঋণ বা অপরাধ বাতিল করি। এটি আমাদের নিজ হৃদয়ে মুক্তি

এনে দেয়। সুসংবাদ হলো, আমিও ঈশ্বরের কাছে আমার অপরাধ থেকে মুক্তি লাভের জন্য প্রার্থনা করতে পারি এবং ক্ষমা পেতে পারি।

৮. **পরীক্ষা –** 'আর আমাদিগকে পরীক্ষাতে আনিও না, কিন্তু মন্দ হইতে রক্ষা কর।' (মথি ৬:১৩)। ঈশ্বর আমাদের ভেতরের ধ্বংসাত্মক শক্তি এবং বাইরের সমস্ত অশুভ প্রভাব সম্পর্কে অবগত আছেন। যেহেতু আমরা নিজের শক্তিতে এটি অতিক্রম করতে অক্ষম, তাই আমরা প্রভুর সাহায্য চাইতে পারি। আমাদের বিজয় অর্জনে সহায়তা করতে তিনি সর্বদা প্রস্তুত থাকেন।

৯. **অগ্রাধিকার –** 'বাহিরে তোমার কার্য্যের আয়োজন কর, ক্ষেত্রে আপনার জন্য তাহা সম্পন্ন কর, পরে তোমার ঘর বাঁধ।' (হিতোপদেশ ২৪:২৭)। ঈশ্বর সমস্ত কিছুর সৃষ্টিকর্তা এবং তিনি মানুষকে চাষাবাদ ও শাসনের জন্য নির্ধারিত করেছেন। তাঁকে অগ্রাধিকার দিয়ে জীবন যাপন করুন। আপনার সব কাজে তাঁকে সম্মান দিন। আপনার বিনিয়োগের ক্ষেত্রে তাঁর পরিচালনার জন্য যাচ্ঞা করুন। এছাড়াও, তাঁর উপর সম্পূর্ণ আস্থা রাখুন যে তিনি আপনাকে ও আপনার পরিবারকে প্রয়োজনীয় সবকিছু প্রদান করবেন।

১০. **অনুগ্রহ –** 'কিন্তু ঈশ্বর, দয়াধনে ধনবান্ বলিয়া, আপনার যে মহাপ্রেমে আমাদিগকে প্রেম করিলেন, তৎপ্রযুক্ত আমাদিগকে, এমন কি, অপরাধে মৃত আমাদিগকে, খ্রীষ্টের সহিত জীবিত করিলেন' (ইফিষীয় ২:৪-৫)। প্রাকৃতিক মানুষ পার্থিব জীবন পায়, কিন্তু আত্মিকভাবে মৃত থাকে; তাই ঈশ্বর আমাদের উদ্ধার করতে তাঁর পুত্রকে পৃথিবীতে পাঠিয়েছেন। যদি আপনি বিশ্বাসের মাধ্যমে যীশুকে গ্রহণ করেন, তবে আপনি আত্মিক জীবন লাভ করেছেন। ঈশ্বরের অনুগ্রহে আনন্দিত হন এবং এর জন্য কৃতজ্ঞ থাকুন।

১১. **সম্পদ –** 'সদাপ্রভুর আশীর্ব্বাদই ধনবান করে, এবং তিনি তাহার সহিত মনোদুঃখ দেন না।' (হিতোপদেশ ১০:২২)। পুরুষরা তাদের সম্পূর্ণ সামর্থ্য তাদের পেশায় বিনিয়োগ করে দিতে প্রলুব্ধ হয় এবং জীবনে এগিয়ে যাওয়ার জন্য সর্বোচ্চ প্রচেষ্টা করে। কিন্তু প্রকৃত সম্পদ হলো আমরা যা অর্জন করেছি তা নয়, বরং আমরা আসলে কে। চরিত্রের সৌন্দর্য এবং প্রভুর আনন্দই হচ্ছে সর্বোচ্চ সম্পদ।

১২. **সবচেয়ে মহান আজ্ঞা –** 'তোমার সমস্ত অন্তঃকরণ, তোমার সমস্ত প্রাণ ও তোমার সমস্ত মন দিয়া তোমার ঈশ্বর প্রভুকে প্রেম করিবে' (মথি ২২:৩৭)। ঈশ্বর আমাদের সৃষ্টি করেছেন, আর উপহার স্বরূপ তিনি আমাদেরকে আমাদের জীবন দিয়েছেন। প্রার্থনা করুন যেন আপনি সর্বদা তাঁর সঙ্গে সঙ্গতি বজায় রেখে চলতে পারেন এবং এমন একজন সত্যিকারের উপাসক হতে পারেন, যাতে আপনার সম্পূর্ণ অস্তিত্ব, কার্য ও সম্পদ দিয়ে আপনি ঈশ্বরকে সম্মান করতে পারেন।

১৩. **বিবাহিত জীবনে সম্প্রতি –** 'তথাপি তোমরাও প্রত্যেকে আপন আপন স্ত্রীকে তদ্রূপ আপনার মত প্রেম কর; কিন্তু স্ত্রীর উচিত যেন সে স্বামীকে ভয় করে।' (ইফিষীয় ৫:৩৩)। বিবাহ হলো পরিবারের ভিত্তি। ধর্মনিরপেক্ষ মতাদর্শ যৌন সম্পর্ককে তুচ্ছ করে পরিবারের বন্ধন ধ্বংস করতে চায়। প্রার্থনা করুন যেন আপনার বিবাহিত জীবন প্রেম ও সম্প্রীতির একটি উদাহরণ হয়ে ওঠে।

১৪. **ঈশ্বর একজন পুরুষের অন্বেষণ করছেন –** 'আর আমি যেন দেশ বিনষ্ট না করি, এই জন্য তাহাদের মধ্যে এমন এক জন পুরুষকে অন্বেষণ করিলাম, যে তাহার প্রাচীর সারাইবে ও দেশের নিমিত্ত আমার সম্মুখে তাহার ফাটালে দাঁড়াইবে।' (যিহিষ্কেল ২২:৩০)

পরিবারের মধ্যে এবং সমাজে পুরুষদের নেতৃত্ব দেওয়ার ভূমিকা থাকে। ঈশ্বর আমাদের কাছ থেকে চরিত্র, সাহস, অঙ্গীকার এবং আত্মিক যুদ্ধের জন্য প্রস্তুতি আশা করেন। এমন একজন ঈশ্বরভক্ত ব্যক্তি হন।

১৫. **কদুষ্ণ –** 'এইরূপে তুমি কদুষ্ণ, না তপ্ত না শীতল, এই জন্য আমি নিজ মুখ হইতে তোমাকে বমন করিতে উদ্যত হইয়াছি।' (প্রকাশিত বাক্য ৩:১৬)। ভিড়ে মিশে যাওয়া, রাজনৈতিকভাবে সঠিক থাকা বা প্রবাহের সাথে চলাই সংঘাত এড়ানোর সবচেয়ে সহজ উপায়। কিন্তু খ্রীষ্ট তাঁর অনুসারীদেরকে পৃথিবীর লবণ ও দীপ্তি হতে বলেছেন। প্রার্থনা করুন যেন আপনার জীবন ও আচরণের মাধ্যমে সুসমাচার প্রচার ও প্রতিফলিত হয়।

১৬. **নম্রতা –** 'তোমরা সকলেই এক জন অন্যের সেবার্থে নম্রতায় কটিবন্ধন কর' (১ পিতর ৫:৫)। আজকের সংস্কৃতিতে নম্রতা একটি দুর্লভ গুণ। কিন্তু বাইবেল সমাজের মানবতাবাদী দৃষ্টিভঙ্গিকে চ্যালেঞ্জ জানায় এবং আমাদেরকে সুসম্পর্কের চাবিকাঠি প্রদান করে। প্রার্থনা করুন যেন আপনি খ্রীষ্টের একজন শিষ্য হতে পারেন এবং তাঁর কাছ থেকে সত্যিকারের নম্রতা শিখতে পারেন।

১৭. **ঈশ্বরকে দেখে ধৈর্য ধরুন –** "প্রিয় প্রভু, আমার দৃষ্টিনির্ভর পথচলাকে বিশ্বাসনির্ভর জীবনযাপনে পরিবর্তন করুন। সবকিছুতে আপনার কার্যকলাপ দেখতে আমাকে শেখান। দয়া করে আমাকে শক্তি দিন যেন আমি কষ্ট সহ্য করতে পারি, এই বিশ্বাসে যে আপনি সবকিছু আমার মঙ্গল ও আপনার মহিমার জন্য পরিচালনা করছেন। বিশ্বাসের দৃষ্টির জন্য আপনাকে ধন্যবাদ, যা আমাকে আপনাকে দেখতে, শুনতে ও জানতে সাহায্য করে!" (ইব্রীয় ১১:২৭)

১৮. **আপনার মধ্যে ঈশ্বর** – "হে প্রভু, শুধু আপনাকে জানা হলো এক বিষয়, কিন্তু আপনার জীবনকে ধারণ করা হচ্ছে আরও মহান বিষয়। আপনি আমার অন্তরে বিরাজমান। আপনার উপস্থিতি আমাকে সান্ত্বনা দেয় ও শক্তি জোগায়। খ্রীষ্টের মাধ্যমে আমাকে সবকিছু দানের জন্য আপনাকে ধন্যবাদ, যাতে আমি সেই ব্যক্তি হতে পারি, যাকে আপনি সৃষ্টি করেছেন খ্রীষ্টের মধ্যে পরিপূর্ণতার জন্য।" (যোহন ১৪:২০)

১৯. **বিশ্বাসে জীবনযাপন করা –** "প্রভু যীশু, আপনি জীবনকে খুব সহজ করে দিয়েছেন। আপনি আমাকে ন্যায্য এবং আপনাতে ধার্মিক করেছেন। আপনি এটি করেছেন যাতে আমি আপনার জীবন অনুভব করতে পারি। অতএব, বিশ্বাসের দ্বারা আমি আপনার উপর নির্ভর করি, যেন আপনি আমার মাধ্যমে জীবনযাপন করেন। ধন্যবাদ করি, কারণ এখন আমি সত্যিই ঈশ্বরের পুত্রের বিশ্বাসের মাধ্যমে বাঁচতে সক্ষম হয়েছি।" (রোমীয় ১:১৭)

২০. **আত্মার বশে চলা –** "হে ঈশ্বর, খ্রীষ্টিয় জীবন যাপন করতে গিয়ে আমি চলার না পেরে, বারবার হোঁচট খেয়েছি, পথ হারিয়েছি, এবং পড়ে গেছি। তাই আমি আমার চেষ্টা থেকে বিরত হয়েছি এবং নিজেকে সম্পূর্ণভাবে আপনার পবিত্র আত্মার নিয়ন্ত্রণে সমর্পণ করছি। অনুগ্রহ করে আমাকে আপনার আত্মায় পরিপূর্ণ করুন এবং আপনার জীবন আমার মাধ্যমে প্রকাশ করুন। আমাকে সঠিক পথে দৃঢ়ভাবে চলতে শেখান।" (গালাতীয় ৫:২৫)

২১. **আত্মার দ্বারা অনুগ্রহ** – "হে ঈশ্বর, আমি এমন অসংখ্য বাধার সম্মুখীন হয়েছি, যা অপ্রতিরোধ্য বলে মনে হয়েছে। কিন্তু এখন আমি বুঝতে পারছি, এগুলোই আমার জন্য আপনার নির্ধারিত মৃত্যুপ্রক্রিয়ার অংশ। তাই আমি স্বীকার করছি যে, আমার নিজস্ব শক্তি সম্পূর্ণরূপে অক্ষম। আমি খ্রীষ্টের সাথে মৃত্যুবরণ করছি এবং সম্পূর্ণ বিশ্বাসের সঙ্গে

আপনার পুনরুত্থান শক্তির উপর নির্ভর করছি, যেন আপনি আমাকে বিজয়ের পথে এগিয়ে নিয়ে যান।" (সখরিয় ৪:৬-৭)

২২. **নিরাপদ ও নিশ্চিত** – "প্রিয় প্রভু, আমি বারবার এমন কঠিন পরিস্থিতির মুখোমুখি হই, যা আমার ক্ষমতার বাইরে। এতে আমি ভীত ও বিচলিত হয়ে পড়ি, কিন্তু আপনার কাছে কিছুই অসম্ভব নয়। যেহেতু আমি খ্রীষ্টকে গ্রহণ করেছি, তাই আপনি এখন আমার অন্তরে বসবাস করেন। আমি যেখানে যাই, আপনি সেখানে আমার সঙ্গে আছেন। আমার অন্তরে আপনার উপস্থিতির জন্য আমি আন্তরিকভাবে কৃতজ্ঞ।

২৩. **কৌশল** – 'আমি জ্ঞানবান্ গাঁথকের ন্যায় ভিত্তিমূল স্থাপন করিয়াছি; আর তাহার উপরে অন্যে গাঁথিতেছে; কিন্তু প্রত্যেক জন দেখুক, কিরূপে সে তাহার উপরে গাঁথে।' (১করিন্থীয় ৩:১০)। যদি আপনি চান যে আপনার জীবন অর্থপূর্ণ হোক, তবে এখনই যা গুরুত্বপূর্ণ তার প্রতি মনোযোগ দিন। প্রভু যীশু সতর্ক করে বলেছেন: "বস্তুতঃ মনুষ্য যদি সমুদয় জগৎ লাভ করিয়া আপন প্রাণ হারায়, তবে তাহার কি লাভ হইবে?" আজ তাঁকে আপনার প্রভু হতে দিন।

২৪. **প্রভাবশালী** – 'তোমাদের দীপ্তি মনুষ্যদের সাক্ষাতে উজ্জ্বল হউক, যেন তাহারা তোমাদের সৎক্রিয়া দেখিয়া তোমাদের স্বর্গস্থ পিতার গৌরব করে।' (মথি ৫:১৬)। আপনার পরিপূর্ণ মনোভাব, ঈশ্বরীয় মূল্যবোধ, চরিত্র এবং করুণাময় কাজগুলো সমাজে প্রভাব ফেলে। যদিও আপনি সরাসরি কথা না বললেও, মানুষ লক্ষ্য করবে, এবং ঈশ্বরের গৌরব হবে।

২৫. **খেলাখুলি কথা বলা** – 'ভয় করিও না, বরং কথা বল, নীরব থাকিও না; কারণ আমি তোমার সঙ্গে সঙ্গে আছি, তোমার হিংসা করণার্থে কেহই তোমাকে আক্রমণ করিবে না; কেননা এই নগরে আমার অনেক প্রজা আছে।' (প্রেরিত ১৮:৯-১০)। ঈশ্বর যদি আপনার সাথে থাকেন, তখন আপনি সংখ্যাগরিষ্ঠ। ঈশ্বর চান আপনি যেন পৃথিবীর লবণ ও জগতের দীপ্তি হন। আজ তাঁর দ্বারা ব্যবহারিত হওয়ার জন্য প্রস্তুত থাকুন।

২৬. **আবহাওয়া** – আমাদের ঘরের পরিবেশ নির্ভর করে আমরা কীভাবে অন্যদের সঙ্গে কথাবার্তা ও সম্পর্ক গড়ে তুলি। হিতোপদেশ ১৫:১ বলে, 'কোমল উত্তর ক্রোধ নিবারণ করে, কিন্তু কটুবাক্য কোপ উত্তেজিত করে।' পুরুষ হিসেবে, আমরা পরিবারে ভালো পরিবেশ রক্ষা ও যত্ন নেওয়ার ক্ষেত্রে অগ্রণী ভূমিকা নিতে পারি। প্রভুর কাছে প্রজ্ঞার জন্য প্রার্থনা করুন!

২৭. **আশীর্বাদ** – বাইবেলে অসংখ্যবার পিতা-মাতার দ্বারা সন্তানদের আশীর্বাদ লাভ করার বিষয়ে উল্লেখ করা হয়েছে। প্রভু যীশু স্বয়ং এমন একটি দৃষ্টান্ত দিয়েছেন। 'পরে তিনি তাহাদিগকে কোলে করিলেন, ও তাহাদের উপরে হস্তার্পণ করিয়া আশীর্ব্বাদ করিলেন।' (মার্ক ১০:১৬)। আপনার সন্তানদের জন্য ক্রমাগত প্রার্থনা করুন! তাদের আশীর্বাদের বাক্য শোনান। এগুলি পরবর্তী সময়ে ফল উৎপাদক বীজ হয়ে উঠবে!

২৮. **সংযোগ** – যদি আমরা খ্রীষ্টের জন্য একটি সংস্কৃতিতে পৌঁছাতে চাই, তবে তার জন্য পুরুষদের কাছে পৌঁছানোই হচ্ছে সঠিক পথ। পিতাদের নিজেদের পুত্রদের সঙ্গে হৃদয়ের স্তরে সংযুক্ত হতে হবে (মালাখি ৪:৬ দেখুন)|

২৯. **উচ্চ মান** – প্রভু যীশু তাঁর অনুসারীদের জন্য যে মান নির্ধারণ করেছেন, তা জীবনের সমস্ত ক্ষেত্রে উচ্চ। বিবাহও এর ব্যতিক্রম নয়। লক্ষ্য করুন ইফিষীয় ৫:২৫এ কী লেখা

আছে - 'স্বামীরা, তোমরা আপন আপন স্ত্রীকে সেইরূপ প্রেম কর, যেমন খ্রীষ্টও মণ্ডলীকে প্রেম করিলেন, আর তাহার নিমিত্ত আপনাকে প্রদান করিলেন'। স্বামীদের জন্য প্রার্থনা করুন যাতে তাঁরা এই মান অনুসারে জীবনযাপন করতে পারেন এবং খ্রীষ্টের প্রেমে তাঁদের স্ত্রীদের প্রেম করতে পারেন।

৩০. **আত্মোৎসর্গ** – আমাদের পরিবারের জন্য সংস্থান করতে এবং অন্যদের প্রতি দয়া দেখতে, আমাদেরকের আমাদের কাজের প্রতি আন্তরিক ও পরিশ্রমী হতে হবে। 'যে জন বায়ু মানে, সে বীজ বপন করিবে না; এবং যে জন মেঘ দেখে, সে শস্য কাটিবে না।' (উপদেশক ১১:৪)। চলুন, আমরা পরিশ্রমী হই এবং আমাদের কর্মচারী ও নিয়োগকর্তাদের জন্য, এবং কর্মস্থলে ভালো পরিবেশের জন্য প্রার্থনা করি।

৩১. **রূপান্তর –** ২ করিন্থীয় ৫:১৭তে বাইবেলে আমাদের শিক্ষা দেয়, 'ফলতঃ কেহ যদি খ্রীষ্টে থাকে, তবে নূতন সৃষ্টি হইল; পুরাতন বিষয়গুলি অতীত হইয়াছে, দেখ, সেগুলি নূতন হইয়া উঠিয়াছে।' সবচেয়ে বড় প্রমাণ যে আমরা উদ্ধারিত হয়েছি, তা হলো আমাদের জীবনধারা। প্রার্থনা করুন যেন খ্রীষ্টের জীবন আপনার পছন্দ এবং মনোভাবের মাধ্যমে স্পষ্টভাবে প্রকাশিত হয়।