মানারা একাডেমী • ওয়েবিনার ক্লাস নোটস

# সন্তানের জীবন গঠনে ছয়টি মূলনীতি

একটি পরিষ্কার মানচিত্র — সন্তান প্রতিপালনকে সহজ ও সুন্দর করতে

৬টি মূলনীতি • ১টি পূর্ণ মানচিত্র • বাস্তব প্রয়োগের দিকনির্দেশনা

Manarah Academy 🌿

# সন্তান — আল্লাহর দেওয়া দামি নিয়ামত

প্রতিটি সন্তান আল্লাহ রাব্বুল আলামীনের পক্ষ থেকে বাবা-মায়ের জন্য একটি অমূল্য নিয়ামত। কিন্তু এই নিয়ামতকে সঠিকভাবে গড়ে তোলা — এটিই একজন অভিভাবকের সবচেয়ে বড় দায়িত্ব।

# আমরা যে সমস্যাগুলো প্রতিদিন শুনি

মানারা একাডেমীতে দীর্ঘ বছর ধরে বাবা-মায়েদের সঙ্গে কাজ করার অভিজ্ঞতায় এই অভিযোগগুলো বারবার আসে:

### 🧒 ছোট সন্তানদের ক্ষেত্রে

- জেদ করে, কথা শুনতে চায় না
- মোবাইলে আসক্ত হয়ে পড়েছে
- খাবার খেতে চায় না
- পড়াশোনায় মনোযোগী নয়

### 👨‍👧 একাধিক ও বড় সন্তানদের ক্ষেত্রে

- ভাই-বোনদের মধ্যে ঝগড়া, মারামারি
- "কেমন যেন অন্যরকম হয়ে গেছে"
- বন্ধুদের সাথে বেশি মিশে যাওয়া
- পরিবার থেকে দূরে সরে যাওয়া

> "আপনার সমস্যা যেমনই হোক — আলোচনা শেষে আপনি খুঁজে পাবেন, ছয়টি মূলনীতির আলোকে তার সমাধান করা সম্ভব কিনা। মূলনীতি জানা থাকলে ছোট ছোট বিষয়গুলো আপনি নিজেই সমাধান করতে পারবেন।"
>
> — ক্লাস থেকে

# একটি গল্প: নেশাগ্রস্ত ট্রাক চালক

### 📖 "সন্তান প্রতিপালনের নীতিমালা" বই থেকে

একজন ট্রাক চালক নেশাগ্রস্ত অবস্থায় ট্রাক চালাচ্ছিল। নদীর উপর ব্রিজ পার হওয়ার সময় ব্রিজের রেলিংয়ে উঠে বড় এক্সিডেন্ট করল।

উদ্ধারের পর জিজ্ঞেস করা হলে সে বলল: *"আমার কোনো দোষ নেই। সামনে থেকে একটা গাড়ি আসলে সাইড দিলাম, আরেকটা গাড়ি আসলে ওটাকেও সাইড দিলাম। এরপর সামনে থেকে একটা ব্রিজ আসছে দেখে ব্রিজটাকেও সাইড দিলাম!"*

অদ্ভুত ব্যাপার — ব্রিজটা তো তার চলার রাস্তা ছিল, তার প্রতিবন্ধকতা নয়। কিন্তু ঘোরের কারণে সে সেটা বুঝতেই পারেনি।

## গল্পের শিক্ষা — আমাদের জীবনে

আমরা বাবা-মায়েরা প্রতিদিন অনেক সঠিক সিদ্ধান্ত নিই। কিন্তু পেরেশানি, ক্লান্তি বা সংকটের মুহূর্তে —

> "একটা ভুল সিদ্ধান্তের কারণে আগের সব সঠিক সিদ্ধান্ত অকার্যকর হয়ে যায়। একটি দুর্ঘটনা — সারাজীবনের কান্না।"

### মূল সূত্র ✍️

**সন্তান প্রতিপালন = দীর্ঘ যাত্রার প্রতিটা মুহূর্তে, প্রতিটা ক্ষেত্রে, সঠিক সময়ে সঠিক সিদ্ধান্ত নেওয়া।**

পড়াশোনা, বিশ্রাম, খাওয়া-দাওয়া, পোশাক, খেলাধুলা — সব ক্ষেত্রে। বাবা-মায়ের প্রতিটা কাজ, আচরণ, উচ্চারণ সন্তানের উপর প্রভাব ফেলে — আজ না বুঝলেও বড় হয়ে বুঝে আসবে।

# ছয়টি প্রশ্ন, ছয়টি মূলনীতি

সন্তান প্রতিপালনের প্রতিটি ক্ষেত্রে ছয়টি মৌলিক প্রশ্নের উত্তর জানা থাকলে — যেকোনো পরিস্থিতিতে ঠান্ডা মাথায় সঠিক সিদ্ধান্ত নেওয়া যায়, ইনশাআল্লাহ।

| # | প্রশ্ন | মূলনীতি | এক লাইনে |
|---|---|---|---|
| ১ | সন্তান প্রতিপালন বলতে কী বুঝি? | **ফিতরাহ** | সন্তানের আল্লাহপ্রদত্ত স্বভাব সংরক্ষণ করা |
| ২ | সন্তান প্রতিপালনের উদ্দেশ্য কী? | **আমানাহ** | সন্তান আল্লাহর দেওয়া আমানত — সম্পত্তি নয় |
| ৩ | চূড়ান্ত গন্তব্য কী? | **খিলাফাহ** | দায়িত্বশীল, উপকারী মানুষ হিসেবে গড়ে তোলা |
| ৪ | গন্তব্যে পৌঁছানোর পথ কী? | **আদালাহ** | আত্মা, মন ও দেহের ভারসাম্য রক্ষা |
| ৫ | দৈনন্দিন করণীয় কী? | **রিয়া** | উপাদান দেওয়া, লালন করা, পরিচর্যা করা |
| ৬ | কর্মপদ্ধতি কী? | **হিকমাহ** | সঠিক সময়ে, সঠিক পরিমাণে, সঠিক পদ্ধতিতে |

> "এই ছয়টি শব্দ যদি আপনি মনে রাখতে পারেন — ফিতরাহ, আমানাহ, খিলাফাহ, আদালাহ, রিয়া, হিকমাহ — এই ছয়টি শব্দই আপনার ছয়টি মূলনীতি।"
>
> — ক্লাস থেকে

# ১ সংজ্ঞা: ফিতরাহ ও আমানাহ

## ১ ফিতরাহ — সন্তান প্রতিপালন বলতে কী বুঝি?

FITRAH — Definition

🕌 "কুল্লু মাউলূদিন ইউলাদু আলাল ফিতরাহ" — প্রত্যেক সন্তান ফিতরাহ নিয়ে জন্মগ্রহণ করে। **(হাদিস)**

**ফিতরাহ মানে:** আল্লাহ প্রদত্ত স্বভাবজাত যোগ্যতা — ভালো মানুষ হওয়ার ক্যাপাসিটি। প্রতিটি সন্তান ভালো মানুষ হিসেবেই দুনিয়াতে আসে।

মানুষ তিনটি জিনিসে গঠিত: **আত্মা, মন, দেহ**। তিন ক্ষেত্রেই ফিতরাহ অক্ষুণ্ণ রাখতে হবে — আত্মিক, মানসিক ও শারীরিক সুস্থতা বজায় রেখে সঠিকভাবে বেড়ে উঠতে সহযোগিতা করা।

🔑 **মূল দায়িত্ব:** সন্তানের ফিতরাহকে বজায় রাখা, ঠিক রাখা, অক্ষুণ্ণ রাখা যেন নষ্ট না হয়।

## ২ আমানাহ — প্রতিপালনের উদ্দেশ্য কী?

AMANAH — Purpose

সন্তান হলো আল্লাহর পক্ষ থেকে একটি **আমানত**। সে একজন মানুষ, আল্লাহর বান্দা — আমার মালিকানাধীন সম্পত্তি নয়।

শুধু ভালোবাসা বা মালিকানার ভিত্তিতে লালন-পালন করলে অন্যায় আচরণ, মারধর, বকাঝকা ও ভুল সিদ্ধান্তের সৃষ্টি হয়।

⚠️ **সতর্কতা:** হাশরের ময়দানে এই সন্তান বাবা-মায়ের বিরুদ্ধে দাঁড়াবে যদি আমানতের দায়িত্ব পালন না করা হয়। আল্লাহ নিজেও জবাবদিহি করাবেন।

# ২ দিকনির্দেশনা: খিলাফাহ ও আদালাহ

## ৩ খিলাফাহ — চূড়ান্ত গন্তব্য কী?

KHILAFAH — Destination

সাধারণ উত্তর — ডাক্তার, ইঞ্জিনিয়ার, হাফেজ, আলেম — এগুলো **পেশা**, গন্তব্য নয়।

**কুরআনের দিকনির্দেশনা:** আল্লাহ মানুষকে দুনিয়াতে পাঠিয়েছেন তাঁর **খলিফা** হিসেবে। খিলাফাহ মানে শুধু রাষ্ট্র পরিচালনা নয় — প্রতিটি মানুষ তার নিজের জায়গা থেকে আল্লাহর হুকুম অনুযায়ী দায়িত্ব পালন করা।

🎯 **গন্তব্য:** সন্তানকে খিলাফাহর যোগ্য করে গড়ে তোলা — পেশা যাই হোক (ডাক্তার, ইঞ্জিনিয়ার, হাফেজ, এমনকি রিকশাচালক) সে যেন আল্লাহর দায়িত্বশীল, উপকারী বান্দা হয়।

## ৪ আদালাহ — পৌঁছানোর পথ কী?

ADALAH — The Path (Balance)

**আদালাহ** মানে প্রত্যেককে তার প্রাপ্য অধিকার বুঝিয়ে দেওয়া — ইনসাফ করা, ভারসাম্য বজায় রাখা।

> "ইনসাফ মানে সমান সমান দেওয়া না — যেটাকে যতটুকু দরকার ততটুকু দেওয়া, প্রয়োজনের বেশি না করা।"

আত্মা, মন, দেহ — তিনটার চাহিদা **সঠিক পরিমাণে** পূরণ করা। একটাকে বেশি প্রাধান্য দিলে অন্যটা নিচে পড়ে গেলে গন্তব্যে পৌঁছানো যাবে না।

⚖️ **বাস্তব সতর্কতা:** শুধু হাফেজ বানাতে গিয়ে সন্তানের দেহ ও মনের চাহিদা উপেক্ষা করলে — হাফেজ হবে, কিন্তু খিলাফাহর যোগ্য মানুষ নাও হতে পারে।

# ৩ বাস্তব প্রয়োগ: রিয়া ও হিকমাহ

## ৫ রিয়া — দৈনন্দিন করণীয় কী?

RI'AYAH — Daily Practice

🕌 "কুল্লুকুম রা'ইন ওয়া কুল্লুকুম মাসউলুন আন রআইয়্যাতিহি" — তোমরা প্রত্যেকেই দায়িত্বশীল (রাখাল) এবং প্রত্যেককে তার রেয়াত সম্পর্কে জিজ্ঞেস করা হবে। **(হাদিস)**

একজন রাখাল যেভাবে তার অধীনের জন্তুগুলোকে লালন-পালন ও পরিচর্যা করে — প্রতিটি বাবা-মা সন্তানের জন্য সেভাবেই দায়িত্বশীল।

**দৈনন্দিন তিনটি কাজ** (আত্মা, মন, দেহ — তিন ক্ষেত্রেই):

- **১. সঠিক উপাদান দেওয়া** — দেহের জন্য খাবার-পানি; আত্মা ও মনের জন্য তাদের সঠিক উপাদান
- **২. সঠিকভাবে লালন-পালন করা** — শুধু উপাদান নয়, প্রক্রিয়াও দরকার (খাবার দিলেও হজম প্রক্রিয়া লাগবে)
- **৩. সঠিকভাবে পরিচর্যা করা** — অসুস্থতায় চিকিৎসা, ক্লান্তিতে বিশ্রাম; শারীরিকের পাশাপাশি মানসিক ও আত্মিক যত্ন

## ৬ হিকমাহ — কর্মপদ্ধতি কী?

HIKMAH — The Method

**হিকমাহ** = **সঠিক পদ্ধতিতে কাজ করা**। তিনটি মানদণ্ড:

**সঠিক সময়ে** Right Time → **সঠিক পরিমাণে** Right Amount → **সঠিক পদ্ধতিতে** Right Way

খাবার খাওয়ানো হোক বা পড়াশোনা শেখানো — সব ক্ষেত্রেই সময়, পরিমাণ ও পদ্ধতি সঠিক হতে হবে। ভুল পদ্ধতিতে ভালো কাজও ফল দেয় না।

# পূর্ণ মানচিত্র: 3D Tarbiyah Framework

ছয়টি মূলনীতি তিনটি স্তরে সাজানো — Definition (সংজ্ঞা), Direction (দিকনির্দেশনা), Demonstration (বাস্তব প্রয়োগ)।

| স্তর | মূলনীতি | প্রশ্নের উত্তর |
|---|---|---|
| 📖 **Definition** সংজ্ঞা ও উদ্দেশ্য | **১. ফিতরাহ** — সন্তান কে? | আল্লাহপ্রদত্ত স্বভাব নিয়ে জন্মানো মানুষ |
| | **২. আমানাহ** — কেন গড়ে তুলব? | আল্লাহর দেওয়া আমানতের দায়িত্ব পালনের জন্য |
| 🧭 **Direction** গন্তব্য ও পথ | **৩. খিলাফাহ** — কোথায় নিয়ে যাব? | দায়িত্বশীল, উপকারী মানুষ — যেকোনো পেশায় |
| | **৪. আদালাহ** — কোন পথে? | আত্মা, মন, দেহের ভারসাম্য রক্ষার পথে |
| 🛠️ **Demonstration** দৈনন্দিন প্রয়োগ | **৫. রিয়া** — কী করব? | উপাদান দেওয়া, লালন করা, পরিচর্যা করা |
| | **৬. হিকমাহ** — কীভাবে করব? | সঠিক সময়ে, সঠিক পরিমাণে, সঠিক পদ্ধতিতে |

### 🚗 গন্তব্য অনুযায়ী যানবাহনের উপমা

"পৃথিবীতে প্রত্যেকটা মানুষের করণীয় ঠিক হয় তার গন্তব্য অনুযায়ী।" দেশের বাইরে গেলে বিমান, ঢাকার ভেতরে গেলে গাড়ি, পাশের গলিতে গেলে হাঁটা। গন্তব্য ঠিক না করলে করণীয় ঠিক হয় না — দিন শেষে সন্তান আগের জায়গাতেই পড়ে থাকে।

# জানা যথেষ্ট নয় — অভ্যাসে পরিণত করতে হবে

> "আপনি জানেন গাড়ি এভাবে চালাতে হয়, স্টিয়ারিং এখানে, ব্রেক এভাবে — তারপরেও কি সড়কে গাড়ি চালাতে পারবেন? না। প্র্যাকটিস করে দক্ষ হতে হবে, অভ্যাস তৈরি করতে হবে।"

ছয়টি মূলনীতি শুধু **জানা** যথেষ্ট না — জীবনে এমনভাবে মিশে যেতে হবে যেন ক্লান্তি বা সংকটের মুহূর্তেও ভেতর থেকে **সঠিক সিদ্ধান্ত স্বয়ংক্রিয়ভাবে** আসে। বাবা-মা নিজে তৈরি না হলে ভুল হবে।

## ✍️ সেল্ফ-চেক: নিজের প্রতিপালন যাচাই করুন

- ☐ আমি কি আমার সন্তানকে আল্লাহর আমানত হিসেবে দেখি, নাকি নিজের সম্পত্তি মনে করি?
- ☐ সন্তানের পেশা ঠিক করার পাশাপাশি খলিফা হিসেবে তৈরি করছি কিনা — সেটা কি আমি দেখি?
- ☐ আমার সন্তানের আত্মা, মন ও দেহ — তিনটারই চাহিদা কি সঠিক পরিমাণে পূরণ হচ্ছে?
- ☐ ক্লান্তি বা রাগের মুহূর্তে আমার সিদ্ধান্তগুলো কি হিকমাহ অনুযায়ী হয় — সঠিক সময়ে, পরিমাণে, পদ্ধতিতে?
- ☐ আমার নিজের দৈনন্দিন আচরণ কি সন্তানের ফিতরাহকে অক্ষুণ্ণ রাখছে, নাকি নষ্ট করছে?

### 💡 মনে রাখুন

টিপস ও পরামর্শের সীমাবদ্ধতা আছে। মূলনীতি জানা থাকলে যেকোনো নতুন পরিস্থিতিতে নিজেই সমাধান বের করতে পারবেন। ছয়টি মূলনীতিই সেই চাবিকাঠি।

## 📚 পরবর্তী ধাপ: "সন্তানের জীবন গঠনের আদর্শ গাইডলাইন" Workshop

ওয়েবিনারে আপনি মানচিত্রটি পেয়েছেন। Workshop-এ আমরা একসাথে সেই পথে হাঁটব — ধাপে ধাপে, হাতে-কলমে।

- ✅ ৪ সপ্তাহের গাইডেড প্রোগ্রাম — প্রতিদিন ছোট, বাস্তবসম্মত কাজ
- ✅ অভিভাবক ও সন্তান — ২ লেয়ার practice
- ✅ স্বামী-স্ত্রীর shared task
- ✅ মানুষের তিন মাত্রার অগ্রগতির scorecard ও weekly tracking
- ✅ প্রতিদিন রিপোর্ট, সমস্যা হলে সমাধান, একসাথে অনেক বাবা-মায়ের পরিবেশ

⚠️ প্রতিটি ব্যাচে সীমিত সংখ্যক অভিভাবককে নেওয়া হয় — যাতে প্রত্যেকের প্রগ্রেস ব্যক্তিগতভাবে দেখা যায়। আর অল্প কিছু মানুষ এবারের ব্যাচে রেজিস্ট্রেশনের সুযোগ পাবেন। বিস্তারিত জানতে WhatsApp-এ নক করুন।

### 📖 মানারা একাডেমীর প্রকাশিত বইসমূহ

- ১. সন্তান প্রতিপালনের নীতিমালা
- ২. সন্তান প্রতিপালনে নবীজির নির্দেশনা
- ৩. সন্তান প্রতিপালনের আদর্শ গাইডলাইন

🤲 "আল্লাহ রাব্বুল আলামীন আমাদের সকলকে আদর্শ বাবা-মা হওয়ার তৌফিক দান করুন এবং আমাদের সন্তানদেরকে সুন্দরভাবে লালন-পালন করে আদর্শ মানুষ হিসেবে তৈরি করার তৌফিক দান করুন। আমিন।"