টোয়েন্টি ফোর সেভেন

(জন মার্টিন কে আমরা জানি একজন সাংস্কৃতিক কর্মী হিসাবে। এই সিডনীতে বেশ কয়েকটি ভাল নাটক করেছেন তিনি। তার লেখার সাথেও আমরা অনেকেই পরিচিত। বাংলাদেশের সংস্কৃতির মূল ধারার সাথে তার সখ্যতা দীর্ঘদিনের। কিন্তু তিনি কি কেবলই একজন সাংস্কৃতিক কর্মী? জন মার্টিন পেশাগত ভাবে একজন মনোবিজ্ঞানী। এই সিডনীতে দীর্ঘদিন ধরে কাজ করছেন -কিশোর কিশোরী আর তাদের পরিবারের সাথে। বাংলা সিডনীর জন্য এখন তিনি মানুষের মন আর তার বিচিত্র বিষয়ের উপর 'মনের কত কথা' এই কলামে লিখবেন। এই লেখাটি সেই প্রতিশ্রুতির প্রথম ধাপ। আপনিও জন মার্টিনকে এই কলামে বিশেষ বিশেষ কোন বিষয়ে লেখার অনুরোধ পাঠাতে পারেন। বাংলা-সিডনী।)

যাদের বাড়ীতে ছোট ছেলে মেয়ে আছে তারা জানেন 'টোয়েন্টি ফোর সেভেন' এর অর্থ কি? ছেলে-মেয়েকে সামাল দিতে গিয়ে বাবা-মা সহ পুরো পরিবারই একেবারে তটস্থ হয়ে পড়ে। আসলে সন্তানদের কাছে আমরা কি চাই? এই প্রশ্নটি আমার এক ভাবীকে করতেই উনি চোখ গরম করে আমাকে একটি লেকচার দিলেন- 'তুমি জাননা আমরা কি চাই ? আমি চাই আমার ছেলেমেয়ে ঠিক মত ঘুম থেকে উঠবে,ঘড় বাড়ী পরিষ্কার রাখবে,ঠিকমত খাবে, স্কুলে যাবে, হোম ওয়ার্ক করবে, বাজে ছেলেমেয়েদের সাথে ঘুড়বে না, রাত জেগে টেলিভিশন দেখবে না, সারাক্ষন টেলিফোনে কথা বলবেনা, সারাক্ষন ইন্টারনেটে চ্যাট করবে না, নো গার্লফ্রেন্ড, নো বয় ফ্রেন্ড। বাবা মার কথা শুনবে--আরকি জানতে চাও? এসব চাওয়া কি ভুল?' আমি ভয়ে ভয়ে জিজ্ঞেস করি, ' এগুলো তো আপনি চান কিন্তু আপনার ছেলে আপনার কাছে কি চায় ?' মনে হলো গরম তেলে পানি ঢাললাম। ভাবীর সোজা সাপটা উত্তর, 'ও চাবে মানে ? ওর আবার চাওয়ার কি আছে? ওতো সবই পাচ্ছে। কি নাই বল? ও যা চায় তাই পায়। এত কিছু দেওয়ার পরও কি এই সামান্য কয়টা জিনিষ আমি চাইতে পারিনা? ও কি আমার চাওয়াটা দেখবে না?'

ভাবী তার সন্তানকে ভালবাসেন তাতে কোন সন্দেহ নেই। কিন্তু এই নির্মল ভালবাসা কি তাকে নিশ্চিত করবে যে সে তার সন্তানদের বড় হয়ে উঠার যাত্রায় একশ ভাগ সহযাত্রী হবে? এবার ছোট্ট একটি পরীক্ষা সবার জন্য ।

-আপনি যদি আপনার সন্তানকে ডাক্তারী পড়াতে চান । ওদের কোথায় পাঠাবেন?
-কেন মেডিকেল কলেজে?
-আর ইঞ্জিনিয়ার বানাতে চাইলে?
-ইউনিভারসিটিতে।
-ওদের যদি ভাল বাবা মা বানাতে চান তাহলে কোথায় পাঠাবেন?
-দূর ভাই ঠাট্টা করেন নাকি?
-না আমি সত্যিই বলছি। ওদের কোথায় পাঠাবেন?
-বাবা-মা হবার জন্য কি আবার পড়াশোনা করা লাগে নাকি? আমরা কি পড়া শোনা করে বাবা-মা হয়েছি?

আমার ধারনা পৃথিবীতে যত গুলো কঠিন কাজ রয়েছে তার মধ্যে সবচেয়ে চ্যালেঞ্জিং কাজটি হচ্ছে সন্তানকে বড় করে তোলা। অথচ এই কাজটি করার জন্য আমাদের কোন ট্রেনিং সেন্টার নেই। আমরা বড় হই, প্রেমে পড়ি (অবশ্য সবাই তা করেন না) বিয়ে করি এবং একদিন আবিষ্কার করি আমাদের কোলে রয়েছে পৃথিবীর সবচেয়ে আশ্চর্য্য এবং সুন্দর সৃষ্টি- একটি শিশু। তারপর শুরু করি এক লম্বা যাত্রা। এই লম্বা যাত্রার বর্ণনা আমরা অনেকেই জানি। একটি মহান কাজের দ্বায়িত্ব আমরা নেই অথচ কাজটি কিভাবে সুন্দর ভাবে করা যায় তার সঠিক পদ্ধতিটি ঠিক জানতে পারি না। আমরা প্যারেন্টিং বা সন্তানদের বড় করে তোলার বিষয়টি শিখি বাবা মা ,দাদা দাদীর কাছ থেকে। কিন্তু ভেবে দেখুন আমাদের বাবা-মা বা দাদা-দাদী যখন ৪০-৫০ বছর আগে আমাদের বড় করে তুলেছেন তখন তাদের সামনে কি কি সমস্যা ছিল? যদি তালিকা তৈরী করি তাহলে হয়তো লিখবো - ছেলে মেয়েদের সবচেয়ে বড় সমস্যা হচ্ছে -স্কুলে এবং ঘরে দুষ্টুমি করা, বাড়ীর কাজ না করা, দেরী করে ঘরে ফেরা, সারাক্ষন খেলা, মারা মারি করা, স্কুল ফাঁকি দেওয়া, চুরি করে সিগারেট খাওয়া ইত্যাদি। আর এখন ২০০৯ সালে যদি আপনাকে এখনকার চ্যালেঞ্জের কথা ভেবে এই তালিকাটি আবার তৈরী করতে বলি তাহলে কি কি যোগ করবেন? দেখুনতো আমার তালিকার সাথে আপনার তালিকাটি মেলে কিনা? আমি লিখবো- ড্রাগস,এলকোহল সমস্যা, ভায়োলেন্স, টিন এইজ প্রেগনেন্সি, সেক্স, সাইবার বুলিং, সাইবার ফ্রেন্ডস, ইন্টারনেট, মোবাইল টেক্সট -টেক্সট বুলিং, এক ক্লিকেই পর্নোগ্রাফি সহ এক বিশাল লিষ্ট। এই লিষ্ট টি হয়তো আরো দীর্ঘ করা যাবে । কিন্তু খেয়াল করেছেন কি? আমরা যেসব চ্যালেঞ্জ এখন মোকাবেলা করি তার সিকি

ভাগও আমাদের বাবা-মা, দাদা-দাদী রা মোকাবেলা করেননি। তার অর্থ আমরা তাদের কাছ থেকে এইসব মোকাবেলা করার কোন কৌশল শিখিনি। অথচ প্রতিদিন হয়তো এই সব নিয়েই সন্তান দের সাথে কথা কাটাকাটি হচ্ছে।

সন্তানদের বড় করার কাজাটি আগে যতনা কঠিন ছিল এখন এই মিডিয়া, ফ্রি সোসাইটি, ইন্টারনেট সব কিছুই এই প্রক্রিয়াটিকে চ্যালেঞ্জিং করে তুলেছে। আর সেই কারনেই বাবা মা হিসাবে আমাদের সামনে বড় প্রশ্ন এসে দাড়িয়েছে "আমি কি জানি কি ভাবে এই চ্যালেঞ্জগুলো মোকাবেলা করবো?"

আমার এক বন্ধুর গল্প বলি। তার দুটি সন্তান। তার কাছে সন্তান মানুষ করার মানেই হচ্ছে মিলিটারী শাসন। ওকে যতবারই আমি প্যারেন্টিং এর ধারনাটি বুঝাতে গ্যাছি ততবারই ওর চড়া গলার উত্তর, 'দোস্ত তোমার বই এর কথা বাদ দাও। আমার বাবা মা আমাকে বই পড়ে মানুষ বানান নাই'।

কথাটা সত্যি। আমার খুব মনে ধরেছে। আমি বিশ্বাস করি 'প্যারেন্টিং' শুরু হয়েছিল অনেক অনেক আগে-যখন মানুষ এই প্যারেন্টিং নিয়ে বই লেখার কথাও ভাবেননি। কিন্তু মানুষ এই দীর্ঘদিনের অভিজ্ঞতায় অনেক কিছু দেখেছে এবং শিখেছে এবং সেই সাথে শিখেছে কোন শিশু কোন কোন বয়সে কোন কোন আচরন করে বা করতে পারে ? শিশু যখন কৈশর পেড়িয়ে যৌবনে পা দেয় তখন তার মনে এবং শরীরে কি অদ্ভুত শিহরন দোলা দেয়। জগতের বিস্ময় নিয়ে সে তার চার পাশ এবং জগতকে দেখে। এই বয়সে তার আচরন কি কি হতে পারে? এই প্রশ্ন গুলোর উত্তর এখন কেবল মন গড়া কিছু নয়। প্রচুর গবেষনা হয়েছে এবং আমরা এখন ধীরে ধীরে শিশু এবং কিশোরদের বেড়ে উঠার স্তরগুলো বুঝতে শুরু করেছি । আরেকটু সহজ করে বলি ধরুন আপনি সকালে অফিসে যাবার আগেই দেখলেন যে আজ প্রচুর বৃষ্টি হবে । আপনি কি ঘড় থেকে ছাতা নিয়ে বের হবেন? এই আবহাওয়ার খবরটি কি আপনাকে বৃষ্টির জন্য প্রস্তুত করেছে? ঠিক একই ভাবে আপনাকে যদি বলে দেয়া যায় যে আপনার বারো বছরের সন্তান কি কি আচরন করতে পারে তাহলে কি আপনার জন্য তাকে সাহায্য করাটি আরো সহজ হবে? প্যারেন্টিং হচ্ছে একটি শিল্প। ঐ সঙ্গীত, নাট্যকলা, ছবি আঁকার মতই। একদিনে হুট করে কেউ ভাল সঙ্গীত শিল্পী হতে পারে না। একই ভাবে প্যারেন্টিং বিষয় গুলো যত ভাল ভাবে চর্চা করো যাবে আপনি ততই একজন দক্ষ শিল্পী হয়ে উঠবেন।আপনার এই যাত্রায় শুভ কামনা রইলো।

পুনশ্চ: সন্তানদের বড় করে তোলার কাজটি একটি ফুল-টাইম জব। যে সকল মায়েরা এই কাজের পাশাপাশি ঘরের বাইরে গিয়ে জীবিকার কারনে বা একটু বেশী স্বাচ্ছন্দের কারনে আরো একটি ফুলটাইম কাজ করেন তাদের প্রান-শক্তি, ধৈর্য্য আর মমতার প্রতি আমার নির্মল শ্রদ্ধা। কেবল মায়েরাই বোধহয় এই অসম্ভব কাজটি করতে পারেন। আগামী ১০ই মে -বিশ্ব মা দিবস। মা দিবসে আমার মা সহ জগতের সকল মাকে আমার শুভেচ্ছা। আপনারা আদর, যত্ন আর নিশর্ত ভালোবাসা দিয়ে সন্তানদের বড় করেছেন বলেই পৃথিবীটা এত সুন্দর।

মা দিবসে সবার জন্য একটি গল্প।
এক ছেলে তার ভাগ্য পরিবর্তনের জন্য এহেন কিছু নেই যা করেনি। সুন্দর এক ভবিষৎ এর আশায় পৃথিবীর এক প্রান্ত থেকে আরেক প্রান্ত চষে ফিরেছে। কিন্তু কিছুই জুটেনি। একদিন সেই ভাগ্যদেবীর সাথে তার দেখা হোল। ছেলেটি সরাসরি প্রশ্ন করলো, ' ভাগ্যদেবী, আমি কি করলে আমার এই ভাগ্য পরিবতর্ন করতে পারবো?' ভাগ্যদেবী মৃদু হেসে বললেন, ' তোমার সামনে এক কঠিন পরীক্ষা আছে। সেই পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হলে তোমার ভাগ্য পরিবর্তন হবে। কিন্তু সে এক কঠিন পরীক্ষা। তুমি তা করতে পারবে না।' সেই ছেলে ভীষন নাছোড়বান্দা। ভাগ্য পরিবর্তন তাকে করতেই হবে। সে কঠিন ভাবেই উত্তর দিল,'ভাগ্যদেবী, যত কঠিনই হোক, আমি সে পরীক্ষা দিব।' ভাগ্যদেবী বললো, ' তোমার মায়ের হৃৎপিন্ডটা যদি আমাকে এনে দিতে পারো তবে তোমার ভাগ্য পরিবতর্ন হবে।' ছেলে আকাশ থেকে পড়লো। না..এ কাজ তার পক্ষে সম্ভব নয়। মন খারাপ করে বাড়ী চলে এলো। মা ছেলেকে দেখে ঠিকই বুঝলো যে ছেলের মন খারাপ। মায়ের হাজার প্রশ্নের বাণে ছেলে মাকে সব খুলে বললো। মা হাসি মুখে বললো, ' বাছারে তোর মুখের হাসির চেয়ে এই জগতে আমার প্রিয় আর কিছু নেই। এই নিয়ে যা আমার হৃৎপিন্ড।' ছেলে অবাক হয়ে বললো, ' মা..তোমার জীবন দিয়ে আমি আমার ভাগ্য বদলাবো? তোমার কি হবে?' মা এবার হেসে বলল,' আমার তো আলাদা কোন জীবন নেই। তুই আমার জীবন।' মা ছেলেকে তার হৃৎপিন্ডটা তুলে দিল। ছেলে সেই হৃৎপিন্ডটা হাতে নিয়ে উদভ্রান্তের মত ছুটে চলল সেই ভাগ্যদেবীর কাছে। হঠাৎ হোচট খেয়ে ছেলেটি মাটিতে পড়ে গেল। মায়ের হৃৎপিন্ডটা পরম মমতা ভরে জিজ্ঞেস করলো, ' বাছারে..তোর ব্যাথা লাগেনি তো'?

জন মার্টিন
মনোবিজ্ঞানী
Email: myinnerforce@gmail.com