সাধু বেনেডিক্টের নিয়ম

সাধু বেনেডিক্ট মঠ
২০০৯

উদ্বোধন বাণী

সাধু বেনেডিক্টের নিয়ম মধ্যযুগের আধ্যাত্মিক লেখাগুলোর মধ্যে একটি, যা অধিক জনপ্রিয়তা লাভ করেছে এবং অধিক বিস্তার লাভ করেছে। পবিত্র সুসমাচারের পরে এটাই হল সেই উপাদান যা ইউরোপে সুসমাচার প্রচার ও আধ্যাত্মিক গঠনের উপর অধিক প্রভাব বিস্তার করেছে।

পূজনীয় পিতা বেনেডিক্টের নিয়ম সম্বন্ধে মহাপ্রাণ সাধু গ্রেগরি বলেন, 'নিয়মটি বিচারবোধসম্পন্নতার জন্য উৎকৃষ্ট ও শব্দসম্ভারের জন্য সমৃদ্ধ;'[১] ছোট একটা পুস্তক বটে, অথচ ধর্মীয় শিক্ষা ও খ্রীষ্টীয় প্রজ্ঞায় এতই পূর্ণ যে, দার্শনিক বসুয়ে-র ধারণায়, এটাকে সুসমাচারের একটি উজ্জ্বল সমন্বয় বলে গণ্য করা যেতে পারে।

সন্ন্যাসজীবনের আদি পিতৃগণের মতানুসারে কেবল পবিত্র শাস্ত্রের উপরে, বিশেষভাবে সুসমাচারের উপরেই 'নিয়ম' সংজ্ঞাটা আরোপণীয়; একারণেই সাধু বেনেডিক্ট, তাঁর পূর্বসূরি মহাপ্রাণ সাধু বাসিলের আদর্শ শিক্ষা প্রতিধ্বনিত করে পবিত্র শাস্ত্রের উপরে ভিত্তি ক'রেই প্রতিটি ব্যবস্থা স্থাপন করেন। সুতরাং ঐশবাণী অনুসারে অধিক কার্যকর জীবনযাপন ও অনন্ত জীবনের ফল আস্বাদন করার জন্য নিয়মটি নিজেকে বাস্তবিক সহায়তা বলে উপস্থিত করে।

স্মরণীয় যে নিয়মটা 'শোন!' বাইবেলের এই অতি সাধারণ নির্দেশ নিয়েই শুরু হয় এবং 'তুমি পৌঁছবে' বাক্য নিয়ে শেষ হয়: অর্থাৎ, 'শোন!', তবে 'তুমি পৌঁছবে।' 'শোন!', এদ্বারা নিয়মটা প্রভুসেবার শিক্ষালয়ের একটা যন্ত্র হতে চায়[২] এবং একই সময় আব্বার সাহায্যের সঙ্গে[৩] প্রভুর পথে, অর্থাৎ সুসমাচারের পরিচালনায় ও আলোতে[৪] মুক্তির পথে সেই পিতা, যাঁর কাছ থেকে আমরা অবাধ্যতার অলসতার দরুন[৫] দূরে সরে গেছিলাম, তাঁর কাছে সেই মাতৃভূমিতে পৌঁছানোর জন্য একটা সহায়তা হতে চায়।[৬]

আমাদের পুণ্য পিতা বেনেডিক্ট চান, মঠে নিয়মটা সচরাচর পাঠ করা হবে, যেন কেউ তা না জানার ছুতা না ধরতে পারে।[১] তিনি আরও চান যে, ঈশ্বরের সহায়তায় তা বাস্তবায়িত করতে হবে।[২]

তা সত্ত্বেও তিনি এটাকে সন্ন্যাসজীবনের সূত্রপাতের জন্য একটা ক্ষুদ্র নিয়মই বলেন[৩], এমন একটি সাহায্য যাতে প্রাথমিক শিক্ষার্থীরা পিতৃগণের আধ্যাত্মিক শিক্ষা লাভ করতে পারেন এবং বিশেষভাবে সমস্ত পবিত্র শাস্ত্রের শিক্ষা লাভ করতে পারেন, কেননা পবিত্র শাস্ত্রই সর্বদা জীবনের সর্বোত্তম নিয়ম।[৪]

আশা রাখি, এককালীন ইউরোপে যেমন ঘটেছিল, তেমনি এই বাংলাদেশেও নিয়মটি যেন মানব উন্নয়ন, আধ্যাত্মিক গঠন ও সুসমাচার প্রচারের উপযোগী উপাদান হতে পারে। তবেই মহাপ্রাণ সাধু গ্রেগরি কুলপতি আব্রাহামের সঙ্গে যাঁর তুলনা করেছিলেন, সেই সাধু বেনেডিক্ট শুধু ইউরোপের প্রতিপালক সাধু নয়, বরং বহুজাতির প্রকৃত পিতা হয়ে উঠবেন: 'তোমাতেই সকল জাতি আশিসধন্য হবে।'[৫]

+ব্রুনো মারিন, ওএসবি

প্রালিয়ার মঠাধ্যক্ষ

১১ই জুলাই ১৯৯২

সাধু বেনেডিক্ট মহাপর্ব

সাধু বেনেডিক্টের নিয়ম

প্রস্তাবনা

১ শোন, সন্তান, গুরুর নির্দেশবাণী; তোমার হৃদয় দিয়েই কান পেতে শোন। কৃপাময় পিতার উপদেশ
সাগ্রহে গ্রহণ করে তা উদ্যমের সঙ্গে পূরণ কর, ২ যেন অবাধ্যতার অলসতার দরুন যাঁর কাছ থেকে তুমি দূরে
সরে গেছিলে, বাধ্যতার পরিশ্রমের মধ্য দিয়েই তাঁর কাছে ফিরে আসতে পার। ৩ তাই যে কেউ আপন
ইচ্ছা-আকাঙ্ক্ষা ত্যাগ ক'রে সত্যকার রাজা খ্রীষ্ট প্রভুর অধীনে সৈন্য হতে উদ্যত হয়ে বাধ্যতার প্রবল ও শ্রেষ্ঠ
অস্ত্র ধারণ কর, সেই তোমাকেই লক্ষ ক'রে আমার এ বাণী উচ্চারিত।

৪ সর্বপ্রথমে, যে কোন সৎকাজ শুরু করার সময়ে তুমি সনির্বন্ধ প্রার্থনায় তাঁর কাছে মিনতি জানিও তিনিই
যেন সেই কাজ সম্পন্ন করেন, ৫ আপন প্রসন্নতায় যিনি আমাদের তাঁর আপন সন্তানই বলে গণ্য করেছেন,
আমাদের দুষ্কর্মের দরুন তাঁকে যেন দুঃখ না পেতে হয়। ৬ আসলে আমাদের অন্তরে সঞ্চারিত তাঁর শুভদানগুলি
সদ্‌ব্যবহার ক'রে তাঁর কথা সবসময় এমনভাবে পালন করতে হবে, তিনি যেন ক্রুদ্ধ পিতার মত আপন
সন্তানদের কখনও উত্তরাধিকার থেকে বঞ্চিত করতে বাধ্য না হন। ৭ আর শুধু তা নয়: আমাদের যত অন্যায়ের
জন্য ক্রোধান্বিত ও ভয়ঙ্কর প্রভুর মত, যারা গৌরবের দিকে তাঁকে অনুসরণ করতে অস্বীকার করেছে, তিনি
যেন সেই দুষ্ট দাসদের অনন্ত শাস্তির দিকেও না নিয়ে যান।

৮ সুতরাং এসো, এবার উঠি, কারণ শাস্ত্র আমাদের জাগিয়ে দিচ্ছে: *এখন তো আমাদের ঘুম থেকে জেগে
ওঠারই লগ্ন।* ৯ দিব্য আলোর দিকে চোখ খুলে, এসো, কান পেতে শুনি সেই ঐশকণ্ঠস্বর যা প্রতিদিন চিৎকার
ক'রে আমাদের সতর্ক করে বলে, ১০ *তোমরা আজ যদি তাঁর কণ্ঠস্বর শোন, তাহলে হৃদয় কঠিন করো না।* ১১
আবার, *যার কান আছে, সে শুনুক, আত্মা মণ্ডলীগুলিকে কী বলছেন।* ১২ আর তিনি কী বলছেন? *এসো
সন্তানেরা, আমার কথা শোন; তোমাদের শেখাব প্রভুভয়।* ১৩ *যতক্ষণ জীবনের আলো তোমাদের থাকে,
ততক্ষণ দৌড়তে থাক, পাছে মৃত্যুর অন্ধকার তোমাদের ধরে ফেলে।*

১৪ সুবিপুল জনতার মধ্যে আপন মজুরকে খুঁজতে গিয়ে প্রভু তাকে ডেকে আজও একথা বলেন, ১৫ *কে
সেই মানুষ যে জীবন চায় ও সুখের দিন দেখতে আকাঙ্ক্ষা করে?* ১৬ একথা শুনে তুমি যদি উত্তরে বল 'আমি',
তাহলে ঈশ্বর তোমাকে বলবেন, ১৭ তুমি যদি সত্যকার ও অনন্ত জীবন পেতে চাও, তাহলে *পাপ থেকে তোমার
জিহ্বা মুক্ত রাখ এবং তোমার ওষ্ঠ যেন না বলে ছলনার কথা; পাপ থেকে সরে গিয়ে সৎকর্ম কর, শান্তির
অন্বেষণ ক'রে কর অনুসরণ।* ১৮ তোমরা এসব কিছু করলে *আমার চোখ তোমাদের উপরে থাকবে এবং আমার
কান তোমাদের যাচ্‌না্র দিকে পেতে থাকবে; আর তোমরা আমাকে ডাকবার আগেই আমি তোমাদের বলব,
এই যে আছি।* ১৯ প্রিয়তম ভ্রাতৃগণ, প্রভুই তো আমাদের ডাকছেন। তাঁর এ কণ্ঠস্বরের চেয়ে আমাদের কাছে
মধুর আর কীবা থাকতে পারে? ২০ দেখ, তাঁর কৃপায় প্রভু জীবনেরই পথ আমাদের দেখাচ্ছেন। ২১ তবে এসো,
বিশ্বাসে ও সৎকর্ম পালনে কোমর বেঁধে, সুসমাচারের পরিচালনায় তাঁর পথ চলতে থাকি, তাঁর আপন রাজ্যে
যিনি আমাদের আমন্ত্রণ জানালেন, তাঁকেই আমরা যেন দেখবার যোগ্য হয়ে উঠি।

২২ আমরা যদি তাঁর রাজ্যের তাঁবুতে বসবাস করতে ইচ্ছা করি, সৎকাজের মাধ্যমেই সেই দিকে ছুটে না
গেলে, তবে সেখানে মোটেই পৌঁছতে পারব না। ২৩ কিন্তু এসো, নবীর সঙ্গে প্রভুকে জিজ্ঞাসা করি, প্রভু,
তোমার তাঁবুতে কে বসবাস করবে? কেইবা বিশ্রাম পাবে তোমার পবিত্র পর্বতে? ২৪ এ প্রশ্নের পর, ভ্রাতৃগণ,
এসো, প্রভুর কথা শুনি; তিনি উত্তর দিয়ে সেই তাঁবুর পথ আমাদের দেখিয়ে ২৫ বলেন: সেই বসবাস করবে,

যার চলাচল নিখুঁত, যে ন্যায্যতার সাধনা করে; ২৬ *অন্তর থেকে যে সত্য কথা বলে, যার জিহ্বা বলেনি*
মিথ্যা-প্রবঞ্চনার কথা; ২৭ *প্রতিবেশীর যে অপকার করেনি, প্রতিবেশীর বিরুদ্ধে যে কুৎসা শোনেনি;* ২৮
হৃদয়দুয়ার থেকে তার প্ররোচনার সঙ্গে সেই দুর্জন ও প্ররোচনাদায়ী দিয়াবলকে যে প্রতিপদে বিচ্যুত করে
নিঃশেষিত করেছে এবং তার যত প্রলোভন শিশু অবস্থাতেই ধরে খ্রীষ্টের উপর আছাড় মেরেছে; ২৯ যারা প্রভুকে
ভয় করে, অর্থাৎ নিজেদের সদাচরণ নিয়ে গর্ব না করে নিজেদের মধ্যে যা যা ভাল, তা নিজেদের নয় বরং
প্রভুরই কাজ বলে স্বীকার করে ৩০ এবং তাদের মধ্যে যিনি কাজ করে থাকেন, যারা সেই প্রভুকেই মহিমান্বিত
করে এবং নবীর সঙ্গে বলে, *আমাদের নয়, প্রভু, আমাদের নয়; তোমারই নাম কর গৌরবমণ্ডিত,* [তারাই
প্রভুর তাঁবুতে বসবাস করবে।] ৩১ ঠিক এভাবে প্রেরিতদূত পলও আপন প্রচারকাজের জন্য কখনও নিজের
উপর গৌরব আরোপ করেননি; তিনি বলছিলেন, *আমি যা আছি, তা ঈশ্বরের অনুগ্রহেই আছি।* ৩২ আবার তিনি
বলছিলেন, *যে গর্ব করতে চায়, সে প্রভুতেই গর্ব করুক।* ৩৩ এজন্য প্রভুও সুসমাচারে বলেন, *যে কেউ আমার
এই সকল বাণী শুনে তা পালন করে, সে তেমন এক বুদ্ধিমান লোকের মত, যে শৈলের উপরে নিজের ঘর
বাঁধল।* ৩৪ *বন্যা এল, বাতাস বইল ও সেই ঘরে আঘাত হানল, তবু তা পড়ল না, কারণ তার ভিত শৈলের
উপরেই স্থাপিত ছিল।*

৩৫ অবশেষে, এই সমস্ত কথা বলার পর প্রভু প্রত্যাশা করেন আমরা যেন প্রত্যেকদিন কাজকর্মের মধ্য
দিয়ে তাঁর সকল পবিত্র নির্দেশে সাড়া দিই। ৩৬ কেননা যাতে মন্দ কাজকর্মের সংস্কার করি, এজন্যই তো এ
জীবনের আয়ুষ্কাল সাময়িক যুদ্ধ-বিরতির মত বাড়িয়ে দেওয়া হল, যেমনটি প্রেরিতদূত বলেন: ৩৭ *তুমি কি
একথা জান না যে ঈশ্বরের ধৈর্য অনুতাপের দিকেই তোমাকে চালিত করছে?* ৩৮ আর আসলে কৃপাময় প্রভু
বলেন, *পাপীর মৃত্যুতে আমি প্রীত নই, বরং চাই সে যেন মনপরিবর্তন করে বাঁচে।*

৩৯ ভ্রাতৃগণ, তাঁর তাঁবুর বাসিন্দা সম্বন্ধে প্রভুর কাছে প্রশ্ন রাখার পর, আমরা সেখানে বসবাসের নির্দেশ
শুনেছি—অবশ্য আমরা যদি বাসিন্দার কর্তব্যই পূরণ করি। ৪০ অতএব, তাঁর নির্দেশগুলির প্রতি পবিত্র বাধ্যতা
অর্জন করা, এমন সংগ্রামের জন্য আমাদের দেহমন প্রস্তুত করা প্রয়োজন, ৪১ আর আমাদের স্বভাবের পক্ষে যা
সম্ভব নয়, এসো, প্রভুর কাছে এ ভিক্ষা চাই, তিনি যেন তাঁর অনুগ্রহদানে আমাদের সহায়তা করেন। ৪২ আর
আমরা যদি নরকের যন্ত্রণা এড়িয়ে অনন্ত জীবনে পৌঁছতে চাই, ৪৩ যখন এখনও সময় আছে, যখন এখনও এ
দেহতে আছি আর এ জীবনের আলোর মধ্য দিয়ে এসব কিছু সম্পন্ন করার সময় রয়েছে, ৪৪ তখন এখনই তো
আমাদের ছুটেই চলতে হবে এবং এমন কাজ করতে হবে যার উপকার চিরকালের মতই ভোগ করব।

৪৫ সুতরাং আমরা প্রভুসেবার একটা শিক্ষালয় প্রতিষ্ঠার সিদ্ধান্ত নিয়েছি। ৪৬ আশা করি, এ প্রতিষ্ঠান কাজে
আমরা কঠোর বা ভারী কিছু নিরূপণ করব না। ৪৭ কিন্তু ন্যায্যতা বজায় রাখার উদ্দেশ্যে যদি রিপু সংস্কারের
জন্য ও প্রেম রক্ষার জন্য কড়া কিছুটাই নির্গত হয়, ৪৮ তবে তৎক্ষণাৎ ভয়ে অভিভূত হয়ে তুমি পরিত্রাণের পথ
ছেড়ে পলায়ন করো না, কারণ শুরুতে এ পথ সঙ্কীর্ণ না হয়ে পারে না। ৪৯ কিন্তু সন্ন্যাসজীবন ও বিশ্বাসে অগ্রসর
হতে হতে, প্রেমের অনির্বচনীয় মাধুর্যে প্লাবিত অন্তরে আমরা ঈশ্বরের আজ্ঞাবলির পথে দৌড়িয়েই চলব, ৫০ যেন
তাঁর নির্দেশবাণী থেকে কখনও সরে না গিয়ে, বরং মৃত্যু পর্যন্ত মঠে থেকে তাঁর শিক্ষায় নিষ্ঠাবান হয়ে, আমরা
সহনশীলতার মধ্য দিয়ে খ্রীষ্টের যন্ত্রণাভোগের অংশীদার হতে পারি, যেন তাঁর রাজ্যেরও সহভাগী হবার যোগ্য
হয়ে উঠি। আমেন।

প্রস্তাবনা সমাপ্ত

সন্ন্যাসমঠের নিয়মের অধ্যায়গুলির তালিকা

১ বিবিধ প্রকার সন্ন্যাসী

২ আব্বার কেমন হওয়া উচিত

৩ মন্ত্রণাসভায় ভাইদের আহ্বান

৪ সৎকর্মের যন্ত্রপাতি

৫ বাধ্যতা

৬ মৌনতা

৭ বিনম্রতা

৮ নৈশ ঐশকাজ

৯ নৈশ ঐশকাজে সামসঙ্গীতগুলোর সংখ্যা

১০ গ্রীষ্মকালে নৈশ ঐশকাজের ব্যবস্থা

১১ প্রভুর দিনে জাগরণীর ব্যবস্থা

১২ প্রভুর দিনে প্রভাতী বন্দনার ব্যবস্থা

১৩ সাধারণ দিনগুলিতে প্রভাতী বন্দনার ব্যবস্থা

১৪ সাধুসাধ্বীর পর্বদিনগুলিতে জাগরণীর ব্যবস্থা

১৫ আল্লেলুইয়ার জন্য বিশেষ বিশেষ কাল

১৬ দিনমানে ঐশকাজের ব্যবস্থা

১৭ এ সকল অনুষ্ঠানকালে সামসঙ্গীতগুলোর সংখ্যা

১৮ সামসঙ্গীত-অনুক্রম

১৯ সামসঙ্গীত-সাধনা

২০ শ্রদ্ধাপূর্ণ প্রার্থনা

২১ মঠের উপঅধ্যক্ষরা

২২ সন্ন্যাসীদের শয়ন-ব্যবস্থা

২৩ অপরাধের কারণে সঙ্ঘচ্যুতি

২৪ বিবিধ ধরনের সঙ্ঘচ্যুতি

২৫ গুরুতর অপরাধ

২৬ সঙ্ঘচ্যুতদের সঙ্গে সংসর্গ

২৭ সঙ্ঘচ্যুতদের প্রতি আব্বার যত্ন

২৮ ভর্ৎসনার পরেও আত্মসংশোধন করতে অনিচ্ছুক ভাই

২৯ মঠত্যাগী ভাইদের পুনর্গ্রহণ

৩০ বালকদের ভর্ৎসনা

৩১ মঠের ভাণ্ডাররক্ষকের গুণাবলি

৩২ মঠের যাবতীয় যন্ত্রপাতি ও সম্পদ

৩৩ সন্ন্যাসী এবং স্বত্বাধিকার

৩৪ প্রয়োজন অনুসারে বিতরণ

৩৫ রান্নাঘরে সাপ্তাহিক পালা

৩৬ অসুস্থ ভাইয়েরা

৩৭ বৃদ্ধ এবং বালকেরা

৩৮ সাপ্তাহিক পাঠক

৩৯ খাদ্য পরিমাণ
৪০ পানীয় পরিমাণ
৪১ ভ্রাতৃভোজের সময়সূচী
৪২ সমাপ্তি ঘণ্টার পরবর্তী মৌনতা-পালন
৪৩ ঐশকাজে বা ভোজে বিলম্ব
৪৪ সঙ্ঘচ্যুত ব্যক্তির প্রায়শ্চিত্ত
৪৫ প্রার্থনালয়ে ভুল
৪৬ বিবিধ ধরনের দোষত্রুটি
৪৭ ঐশকাজের সময় জ্ঞাত করা
৪৮ দৈনিক হাতের কাজ
৪৯ তপস্যাকাল
৫০ দূরে কর্মরত বা ভ্রমণে রত ভাইদের জন্য ব্যবস্থা
৫১ নিকটবর্তী স্থানে পাঠানো ভাইদের জন্য ব্যবস্থা
৫২ মঠের প্রার্থনালয়
৫৩ অতিথিসেবা
৫৪ সন্ন্যাসীর জন্য চিঠিপত্র বা উপহার
৫৫ ভাইদের পোশাক ও পাদুকা
৫৬ আব্বার খাবারঘর
৫৭ মঠের কারুশিল্পীরা
৫৮ ভাইদের গ্রহণ করার নিয়ম
৫৯ সম্ভ্রান্ত বা দরিদ্র ব্যক্তিদের নিবেদিত সন্তানেরা
৬০ মঠে পুরোহিতকে গ্রহণ
৬১ সন্ন্যাসীদের প্রতি আতিথ্য
৬২ মঠের পুরোহিতেরা
৬৩ সঙ্ঘের পদানুক্রম
৬৪ আব্বা-মনোনয়ন
৬৫ মঠের অধ্যক্ষ
৬৬ মঠের দ্বাররক্ষক
৬৭ ভ্রমণে পাঠানো ভাই
৬৮ ভাইদের কাছে অসম্ভব কাজের নির্দেশ
৬৯ মঠে কাউকে রক্ষা করার দুঃসাহস
৭০ ইচ্ছামত কাউকে মারবার দুঃসাহস
৭১ পারস্পরিক বাধ্যতা
৭২ সন্ন্যাসীদের আগ্রহ
৭৩ এ নিয়ম পূর্ণ ধর্মনিষ্ঠার সূত্রপাত মাত্র।

অধ্যায়গুলির তালিকা সমাপ্ত

নিয়মের পাঠ্যাংশ আরম্ভ

নিয়মের প্রতি যাঁরা বাধ্যতা স্বীকার করেন,
নিয়মটা তাঁদের জীবন নিয়ন্ত্রণ করে বিধায় তা নিয়ম বলে।

১ বিবিধ প্রকার সন্ন্যাসী

১ একথা স্পষ্ট যে চার প্রকার সন্ন্যাসী আছে। ২ প্রথম প্রকার হল ঐক্যবদ্ধ জীবন-বাসীরা, অর্থাৎ মঠবাসীরা। এঁরা এক নিয়ম ও এক আব্বার অধীনে থেকে সেবা করেন।

৩ দ্বিতীয় প্রকার হল সংসারবিরাগীরা, অর্থাৎ প্রান্তরনিবাসীরা। এঁরা সন্ন্যাসজীবনের প্রথম আগ্রহে নয়, বরং মঠের সুদীর্ঘ পরীক্ষার পর, ৪ অনেকের সাহায্যে অভিজ্ঞ হয়ে ইতিমধ্যে দিয়াবলের বিরুদ্ধে সংগ্রাম করতে শিখেছেন। ৫ ভাইদের সেনাদলে প্রান্তরের নিঃসঙ্গ সংগ্রামের লক্ষ্যে সুকৌশলী হয়ে উঠে তাঁরা কারও সাহায্য ছাড়াও স্বনির্ভরশীল হয়ে, ঈশ্বরের সহায়তায় শুধু হাত ও বাহু দিয়ে দেহমনের যত রিপুর বিরুদ্ধে সংগ্রাম করতে যথোপযুক্ত।

৬ তৃতীয় প্রকার সন্ন্যাসী, এমনকি নিতান্ত ঘৃণ্যই এক প্রকার সন্ন্যাসী, হল 'সারাবাইতারা'। কারও অভিজ্ঞতা দ্বারা চালিত না হয়ে, চুল্লিতে সোনার মত তেমন নিয়ম দ্বারাও যাচাইকৃত না হয়ে, বরং সীসার মত নরম হয়ে, ৭ তাদের কাজকর্ম দ্বারা এখনও সংসারেরই প্রতি বিশ্বস্ততা বজায় রেখে, তারা নিজেদের মাথায় টাক রেখে ঈশ্বরের কাছে মিথ্যাচরণ করে বলে সুপরিচিত। ৮ দু'জন বা তিনজন করে, এমনকি পালকবিহীন ভাবে একাকীই তারা প্রভুর নয়, নিজেদেরই মেষাগারের মধ্যে নিজেদের সীমাবদ্ধ করে। তাদের বিধান হল তাদের নিজেদের কামনা-বাসনার ইচ্ছা। ৯ তারা নিজেরা যা কিছু মনে করে বা বেছে নেয় তা বলে পবিত্র, আর যা চায় না তা নিষিদ্ধ মনে করে।

১০ চতুর্থ প্রকার হল সেই সন্ন্যাসীরা যাদের যাযাবর বলে। সারা জীবন ধরে এরা বিভিন্ন অঞ্চলে ঘুরতে ঘুরতে তিন চার দিন করে করে মঠে মঠে আতিথ্য গ্রহণ করে। ১১ সবসময় ঘুরাঘুরিতে ব্যস্ত হয়ে তারা কখনও স্থিতিশীল হতে পারে না। তা ছাড়া তারা নিজেদের ইচ্ছা-আকাঙ্ক্ষা এবং পেটের যত কুপ্রবৃত্তির দাস হয়। সব দিক দিয়ে এরা সারাবাইতাদের চেয়ে খারাপ।

১২ এদের সকল ও এদের নিতান্ত লজ্জাকর জীবনধারণ সম্বন্ধে কথা বলার চেয়ে নীরব থাকাই ভাল। ১৩ তাই এদের কথা বাদ দিয়ে, এসো, প্রভুর সহায়তায় ঐক্যবদ্ধ জীবন-বাসীদেরই বলবান শ্রেণীর উপযুক্ত ব্যবস্থা করার জন্য অগ্রসর হই।

২ আব্বার কেমন হওয়া উচিত

১ মঠ পরিচালনায় যোগ্য আব্বার সবসময়ই মনে রাখা উচিত তাঁকে কী নামে সম্বোধন করা হয়, এবং সেই 'মহন্ত' নাম তাঁর আচরণেই অর্থপূর্ণ করে তোলা উচিত। ২ বিশ্বাসের বিষয়ই যে তিনি মঠে খ্রীষ্টের স্থানে আছেন, আর আসলে খ্রীষ্টের একটি উপাধি অনুসারেই তাঁকে সম্বোধন করা হয়, ৩ যেমনটি প্রেরিতদূত বলেন: *তোমরা দত্তকপুত্রত্বেরই আত্মা পেয়েছ, যে আত্মায় আমরা 'আব্বা, পিতা!' বলে ডেকে উঠি।* ৪ অতএব আব্বাকে এমন শিক্ষা, নির্দেশ বা আজ্ঞা দিতে নেই যা প্রভুর আদেশের বাইরে, ৫ বরং তাঁর আজ্ঞা ও শিক্ষা যেন ঐশন্যায়ের খামিরেরই মত শিষ্যদের মনে বিস্তার লাভ করে। ৬ আব্বা সবসময় মনে রাখবেন যে ঈশ্বরের ভয়ঙ্কর বিচারের দিনে তাঁর শিক্ষা এবং শিষ্যদের বাধ্যতা, উভয় বিষয়ই বিচার্য হবে। ৭ আব্বা একথাও জেনে রাখবেন যে, গৃহস্বামী মেষগুলির মধ্যে কম লাভজনক যা কিছু পাবেন, তার দোষ পালকের উপরেই আরোপ করা হবে। ৮ কিন্তু, অস্থির ও অবাধ্য পালকে যদি পালক যথাযথ যত্ন করে থাকে এবং তাদের অস্বাস্থ্যকর

আচরণ নিরাময় করতে অশেষ চেষ্টা করে থাকে, ৯ তাহলে প্রভুর বিচারে দোষমুক্ত হয়ে পালক নবীর সঙ্গে
প্রভুকে বলতে পারবে, *আমি তোমার ন্যায্যতা আমার হৃদয়-গভীরে লুকিয়ে রাখিনি; ঘোষণা করেছি তোমার*
সত্য ও পরিত্রাণের কথা; তবুও তারা আমাকে অবজ্ঞা করল, অগ্রাহ্যও করল; ১০ আর তখন, অবশেষে, তার
তত্ত্বাবধানে অবাধ্য মেষগুলির দন্ড হবে সেই মৃত্যু যা নিজের অধীনে তাদের বশীভূত করবে।

১১ সুতরাং যে কেউ আব্বা নাম ধারণ করেন, তাঁকে দ্বিবিধ শিক্ষাদানেই আপন শিষ্যদের পরিচালনা করতে
হবে: ১২ তিনি কথার চেয়ে অধিকতরভাবে আচরণের মধ্য দিয়েই কল্যাণকর ও পবিত্র সবকিছু দেখিয়ে
দেবেন; জ্ঞানী শিষ্যদের তিনি প্রভুর আজ্ঞা সকল কথায় উপস্থাপন করবেন, কিন্তু যাঁরা দুরন্ত বা বেশি সরল,
তাঁদের কাছে তিনি তাঁর নিজের আচার-ব্যবহারের মধ্য দিয়েই ঐশশিক্ষা দেখাবেন। ১৩ আর শিষ্যদের যা তিনি
অকল্যাণকর বলে শিখিয়েছেন, তাঁর নিজের আচরণে তাঁর পক্ষে অবশ্যই তা করা উচিত নয়, *পাছে অন্যের*
কাছে প্রচার করার পর তাঁকেই অযোগ্য বলে প্রতিপন্ন করা হয়, ১৪ আর ঈশ্বর যেন তাঁর পাপের জন্য তাঁকে না
বলেন: *কী করে তুমি আমার ন্যায্য আজ্ঞাগুলি আবৃত্তি কর এবং আমার সন্ধির কথা মুখে তুলে আন? তুমি তো*
শাসন ঘৃণাই করেছ আর আমার বচনগুলি পিছনেই ফেলে দিয়েছ। ১৫ তিনি তাঁকে তাও বলবেন: *তোমার*
ভাইয়ের চোখে যে কুটোটুকু রয়েছে, তুমি তা দেখতে পেয়েছিলে, অথচ তোমার নিজের চোখে যে কড়িকাঠটা
রয়েছে, তা যে তুমি দেখলেই না!

১৬ মঠে তিনি যেন কোন ব্যক্তিকে তাঁর প্রিয়পাত্র না করেন। ১৭ তিনি একজনকে আর একজনের চেয়ে
অধিক ভালবাসবেন না, অবশ্য তেমন একজনকে যদি না পান যিনি সদাচরণে বা বাধ্যতায় অধিক ভাল। ১৮ যে
ব্যক্তি ক্রীতদাস-দশা থেকে এসে সন্ন্যাসী হলেন, অন্য যথাযথ কারণ না থাকলে, তবে স্বাধীনজাতক কোন
ব্যক্তিকে যেন তাঁর চেয়ে উচ্চপদে উপনীত করা না হয়। ১৯ তবু ন্যায্যতার খাতিরে আব্বা যদি তাই করা উচিত
মনে করেন, তাহলে যে কোন একজনের পদানুক্রম সম্বন্ধে তাই করবেন। কিন্তু সাধারণত সবাই যাঁর যাঁর স্থান
বজায় রাখবেন, ২০ কারণ *ক্রীতদাসই হোক বা স্বাধীন মানুষই হোক আমরা সকলে খ্রীষ্টে এক,* এবং এক প্রভুর
অধীনে থেকে আমরা তাঁর একই সেবায় নিযুক্ত সেনাবাহিনী, কেননা *কারও প্রতি ঈশ্বরের কোন পক্ষপাত নেই।*
২১ এতেই শুধু আমরা তাঁর কাছে প্রিয়পাত্র হয়ে উঠি, যদি অন্যান্যদের চেয়ে আমরা বিনম্র এবং সৎকাজেই
উত্তম বলে প্রতিপন্ন হই। ২২ অতএব তিনি সকলের কাছে একই ভালবাসা দেখাবেন এবং যোগ্যতা অনুসারেই
সকলের প্রতি একই শাসন-ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।

২৩ শিক্ষাদানে আব্বাকে প্রেরিতদূতের সেই পরামর্শ পালন করতে হবে, যখন তিনি বলেছিলেন, *যুক্তি*
দেখাও, আবেদন জানাও, তিরস্কার কর, ২৪ অর্থাৎ তিনি অবস্থা বুঝেই যথোপযুক্ত ব্যবস্থা অবলম্বন করুন,
ভয়প্রদর্শনের সঙ্গে মিষ্টতাও মিশ্রিত করুন, মনিবের মত শক্ত হোন, আবার স্নেহময় পিতারই মমতা দেখান। ২৫
তাই উচ্ছৃঙ্খল ও চঞ্চলদের প্রতি তাঁকে কঠোরভাবে যুক্তি দেখাতে হবে; বাধ্য, বিনীত ও সহিষ্ণু যাঁরা, তাঁদের
তাঁকে আবেদন জানাতে হবে তাঁরা যেন অধিক ভালোর পথে অগ্রসর হন; কিন্তু যাঁরা অলস ও ধৃষ্ট, তাঁদের
তিরস্কার ও ভর্ৎসনা করতেই আমি আদেশ দিচ্ছি।

২৬ যাঁরা ভুলভ্রান্তি করেন, তিনি যেন তাঁদের পাপগুলি না দেখারই ভান না করেন, বরং সেগুলি অঙ্কুরিত
হতে না হতেই তিনি শীলোর যাজক এলির বিপদের কথা মনে রেখে যত শীঘ্রই পারেন কেটে ফেলুন। ২৭ সৎ ও
জ্ঞানীদের প্রতি তাঁর প্রথম ও দ্বিতীয় ভর্ৎসনা মৌখিক হোক, ২৮ কিন্তু অসৎ, দুরন্ত, গর্বিত আর অবাধ্যদের তিনি
তাঁদের পাপ দেখা দেওয়ামাত্রই কশাঘাত বা অন্য কোন শারীরিক শাস্তি দিয়ে বশীভূত করুন, একথা জেনে যে
শাস্ত্রে বলে, *নির্বোধ মানুষকে কথার মাধ্যমে সংস্কার করা যায় না;* ২৯ আবার, *লাঠি দিয়ে তোমার ছেলেকে*
মারো, তবেই তুমি তার আত্মাকে মৃত্যু থেকে মুক্ত করবে।

৩০ আব্বাকে সবসময় মনে রাখতে হবে, তিনি কী; মনে রাখতে হবে, তাঁকে কী বলা হয়, এবং তাঁকে জানতে হবে যে, যাকে বেশি দেওয়া হয়, তার কাছে বেশি দাবি করা হয়। ৩১ আবার তিনি জেনে রাখবেন, তিনি কতই না কঠিন ও শ্রমসাধ্য ভার কাঁধে নিয়েছেন: ভাইদের আত্মা পরিচালনা, বিভিন্ন চরিত্রের বহু মানুষের সেবা, একজনের জন্য মিষ্টি কথা, আর একজনের জন্য তিরস্কার, আবার আর একজনের জন্য উৎসাহদান। ৩২ এক একজনের গুণ বা জ্ঞান অনুসারে তিনি এমনভাবে নিজেকে খাপ খাইয়ে নেবেন ও মানিয়ে নেবেন, যেন তাঁর কাছে ন্যস্ত সেই পাল পালনে তিনি ক্ষতিগ্রস্ত না হন; আর শুধু তা নয়, ভাল পালের বৃদ্ধিলাভেও তিনি যেন আনন্দ পেতে পারেন। ৩৩ সর্বোপরি তাঁর কাছে ন্যস্ত আত্মাদের কল্যাণ অবহেলা বা তাচ্ছিল্য করে তিনি যেন অস্থায়ী সাংসারিক অনিত্য ব্যাপারে নিজেকে অধিক সংশ্লিষ্ট না করেন, ৩৪ বরং সবসময় মনে রাখবেন যে তাঁকে কৈফিয়ত দিতে হবে। ৩৫ অভাবের কথা বলেও তিনি যেন কোন ছুতা না ধরেন; শাস্ত্রের এ বাণী মনে রাখবেন: *তোমরা সবকিছুর আগে ঈশ্বরের রাজ্য ও তাঁর ন্যায়ের অন্বেষণ কর, আর এসব কিছু বাড়তি হিসাবেই তোমাদের দেওয়া হবে;* ৩৬ আবার, *যারা তাঁকে ভয় করে, তাদের তো নেই কোন কিছুর অভাব।*

৩৭ আব্বা জেনে রাখবেন যে, যিনি আত্মা পরিচালনার ভার নেন, তাঁকে কৈফিয়ত দিতে প্রস্তুত হতে হবে, ৩৮ এবং যত ভাইদের সংখ্যা তিনি জানেন তাঁর নিজের তত্ত্বাবধানে রাখা আছে, স্পষ্টই জেনে নেবেন যে বিচারের দিনে সেই সকল আত্মার জন্য, এমনকি নিঃসন্দেহে তাঁর নিজের আত্মার জন্যও তাঁকে প্রভুর কাছে কৈফিয়ত দিতে হবে। ৩৯ ফলে নিজের কাছে ন্যস্ত মেষগুলি সম্বন্ধে পালকের ভাবী পরীক্ষা সবসময় ভয় ক'রে, পরের কৈফিয়তের জন্য সাবধান হয়ে তিনি নিজেরটার জন্যও সতর্ক হয়ে ওঠেন ৪০ এবং তাঁর সতর্কবাণী দিয়ে পরকে সংশোধন করতে করতে তিনি নিজেকেও দোষত্রুটি থেকে সংশোধিত করে তোলেন।

৩ মন্ত্রণাসভায় ভাইদের আহ্বান

১ যতবার মঠে গুরুত্বপূর্ণ কিছু করা প্রয়োজন, ততবার আব্বা সমগ্র সঙ্ঘকে একত্রে ডেকে বলবেন ব্যাপারটা কী; ২ এবং ভাইদের পরামর্শ শোনার পর তিনি একাকী হয়ে চিন্তা-ভাবনা করবেন ও তাই করবেন যা তিনি অধিক উপকারী বলে বিবেচনা করলেন। ৩ আসলে আমি সকলকেই মন্ত্রণাসভায় ডাকতে বলেছি, কেননা যা শ্রেয় তা প্রভু অনেকবার যুবকেরই কাছে প্রকাশ করেন। ৪ তাই ভাইয়েরা সসম্মানে ও সমস্ত বিনম্রতার সঙ্গে তাঁদের নিজেদের পরামর্শ দিন এবং তাঁদের সেই মত একগুঁয়েভাবে রক্ষা করতে যেন সাহস না করেন; ৫ বরং আব্বার সিদ্ধান্তের উপরেই সবকিছু নির্ভর করুক, যেন তিনি যা কল্যাণকর বিবেচনা করলেন সকলে তাতে বাধ্য হন। ৬ তবুও, যেমন গুরুর প্রতি বাধ্য হওয়া শিষ্যদেরই শোভা পায়, তেমনি তাঁর পক্ষেও সবকিছু দূরদর্শিতা ও ন্যায্যতার সঙ্গেই ব্যবস্থা করা মানায়।

৭ সুতরাং সব দিক দিয়ে সবাই নিয়মের শিক্ষা অনুসারে চলুন, আর স্পর্ধা করে কেউই যেন তা থেকে সরে না যান। ৮ মঠে কেউই নিজের মনের ইচ্ছা অনুসারে চলবেন না, ৯ আর আব্বার সঙ্গেও কেউই রুক্ষভাবে বিবাদ করতে সাহস করবেন না, মঠের বাইরেও নয়। ১০ কেউ তাই করতে সাহস করলে তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাসনের অধীনে বশীভূত হতে হবে। ১১ তবে আব্বা নিজে ঈশ্বরভীত হয়ে নিয়ম অনুসারেই সবকিছু করবেন, আর সন্দেহের অতীত মনে রাখবেন যে, তাঁর সকল বিচারের জন্য সর্বন্যায়বান বিচারক সেই ঈশ্বরেরই কাছে তাঁকে কৈফিয়ত দিতে হবে।

১২ কিন্তু মঠের প্রয়োজনের জন্য কমই গুরুত্বপূর্ণ কিছু করা দরকার হলে, তাহলে তিনি শুধু জ্যেষ্ঠজনদেরই পরামর্শের উপর নির্ভর করবেন, ১৩ যেইভাবে লেখা আছে, *সবকিছু পরামর্শ চেয়েই কর, আর তারপর তুমি দুঃখভোগ করবেই না।*

৪ সৎকর্মের যন্ত্রপাতি

১ প্রথমত : *তুমি তোমার ঈশ্বর প্রভুকে তোমার সমস্ত হৃদয় দিয়ে, তোমার সমস্ত প্রাণ দিয়ে, তোমার সমস্ত শক্তি দিয়ে ভালবাসবে।* ২ তারপর : *তোমার প্রতিবেশীকে তুমি নিজেরই মত ভালবাসবে।*

৩ এরপর : *তুমি নরহত্যা করবে না,* ৪ *ব্যভিচার করবে না,* ৫ *চুরি করবে না,* ৬ *লোভ করবে না,* ৭ *মিথ্যা সাক্ষ্য দেবে না,* ৮ *সকল মানুষকে ভালবাসবে,* ৯ *এবং যা তুমি চাও না তোমার প্রতি করা হোক, তুমিও তা কারও প্রতি করবে না।*

১০ *খ্রীষ্টকে অনুসরণ করার জন্য তুমি নিজেকে অস্বীকার করবে;* ১১ *দেহকে শাসন করবে,* ১২ ভোগ-বিলাসিতা ভালবাসবে না, ১৩ উপবাসই ভালবাসবে। ১৪ গরিবদের সাহায্য করবে, ১৫ *বস্ত্রহীনদের পোশাক পরাবে,* ১৬ *অসুস্থদের দেখতে যাবে,* ১৭ মৃতদের সমাধি দেবে। ১৮ দুর্দশাগ্রস্তদের উদ্ধার করবে, ১৯ দুঃখীদের সান্ত্বনা দেবে।

২০ সংসারের গতিধারা থেকে তুমি নিজেকে পৃথক রাখবে, ২১ খ্রীষ্টপ্রেমের আগে কিছুই স্থান দেবে না। ২২ রাগান্বিত হয়ে কাজ করবে না, ২৩ হিংসায় সময় দেবে না। ২৪ অন্তরে ছলনা রাখবে না, ২৫ মিথ্যা শান্তি সম্ভাষণ দেবে না। ২৬ ভ্রাতৃপ্রেম বর্জন করবে না। ২৭ শপথ করবে না, পাছে দৈবক্রমে মিথ্যা শপথ কর; ২৮ অন্তরে ও মুখে সত্যবাদী হবে।

২৯ *অন্যায়ের প্রতিদানে তুমি অন্যায় করবে না।* ৩০ কারও অপকার করবে না, বরং ধৈর্য ধরেই অপকার সহ্য করবে। ৩১ *শত্রুদের ভালবাসবে।* ৩২ যারা তোমাকে অভিশাপ দেয়, তাদের তুমি প্রতি-অভিশাপ দেবে না, বরং তাদের আশীর্বাদই করবে। ৩৩ *ন্যায়ের জন্য নির্যাতন সহ্য করবে।*

৩৪ *তুমি গর্বিত হবে না,* ৩৫ *পানাসক্ত হবে না,* ৩৬ পেটুক হবে না, ৩৭ নিদ্রাপ্রিয় হবে না, ৩৮ *অলস হবে না,* ৩৯ অসন্তোষে বিড়বিড় করবে না, ৪০ নিন্দুক হবে না।

৪১ তুমি ঈশ্বরে আস্থা রাখবে। ৪২ নিজের মধ্যে ভাল কিছু দেখলে, তুমি তার জন্য নিজের উপর নয়, ঈশ্বরের উপরেই গৌরব আরোপ করবে; ৪৩ কিন্তু জেনে রাখবে যে, যা কিছু অন্যায়, তা তোমারই কাজ এবং তোমার নিজের বলেই স্বীকার্য।

৪৪ তুমি বিচারের দিন ভয় করবে, ৪৫ নরক তীব্রভাবে ভয় করবে, ৪৬ যত আত্মিক বাসনায় অনন্ত জীবন ইচ্ছা করবে, ৪৭ প্রতিদিন চোখের সামনে অবশ্যম্ভাবী মৃত্যুর কথা রাখবে। ৪৮ ঘণ্টায় ঘণ্টায় তোমার জীবনাচরণের জন্য সতর্ক থাকবে, ৪৯ জেনে রাখবে যে ঈশ্বর সর্বস্থানেই তোমাকে দেখেন। ৫০ তোমার অন্তরে কুচিন্তা আসামাত্র তুমি তা খ্রীষ্টের উপর আছাড় মারবে এবং তোমার গুরুর কাছে তা খুলে বলবে; ৫১ তোমার মুখ ক্ষতিকর ও প্রতারণাময় কথন থেকে রক্ষা করবে, ৫২ বেশি কথা বলতে পছন্দ করবে না, ৫৩ বাজে ও হাস্যকর কথা বলবে না, ৫৪ অতিরিক্ত বা অমার্জিত হাসা-হাসি পছন্দ করবে না।

৫৫ তুমি সাগ্রহে পবিত্র পাঠ শুনবে, ৫৬ বারবার উপুড় হয়ে প্রার্থনা করবে, ৫৭ প্রতিদিন কান্না বিলাপে তোমার প্রার্থনায় ঈশ্বরের কাছে তোমার নিজের পুরাতন পাপ স্বীকার করবে, ৫৮ এ সকল পাপ থেকে ভবিষ্যতে দূরে থাকবে।

৫৯ *তুমি দেহের কামনা মেটাবে না,* ৬০ নিজের ইচ্ছা ঘৃণা করবে, ৬১ সবকিছুতেই আব্বার সকল আদেশে বাধ্য থাকবে, যদিও তিনি নিজে—ঈশ্বর না করুন—অন্য রকম কাজ করেন; এবিষয়ে প্রভুর সেই আদেশ মনে রাখবে : *তাঁরা তোমাদের যা কিছু করতে বলেন, তোমরা তা কর, কিন্তু তাঁরা যা করেন, তোমরা তা করবে না।*

৬২ সাধু হবার আগে তুমি সাধু বলে অভিহিত হতে ইচ্ছা করো না, বরং আগে সাধু হও যেন তুমি সত্যি তাই বলে অভিহিত হতে পার। ৬৩ প্রতিদিন ঈশ্বরের আদেশগুলি তোমার কাজকর্মেই পূর্ণ করবে, ৬৪ শুচিতা

ভালবাসবে, ৬৫ কাউকেই ঘৃণা করবে না, ৬৬ ঈর্ষা পোষণ করবে না, ৬৭ হিংসার বশে কিছুই করবে না, ৬৮ বিবাদ
ভালবাসবে না, ৬৯ ঔদ্ধত্য এড়িয়ে চলবে। ৭০ তোমার জ্যেষ্ঠজনদের সম্মান করবে, ৭১ কনিষ্ঠজনদের ভালবাসবে।
৭২ খ্রীষ্টপ্রেমের খাতিরে শত্রুদের জন্য প্রার্থনা করবে; ৭৩ বিবাদীর সঙ্গে সূর্যাস্তের আগেই শান্তি পুনঃস্থাপন
করবে।

৭৪ আর অবশেষে, তুমি ঈশ্বরের দয়ায় কখনও নিরাশ হবে না।

৭৫ এগুলিই হল অধ্যাত্ম শিল্পবিদ্যার যন্ত্রপাতি। ৭৬ আমরা দিনরাত অবিরতই এগুলি ব্যবহারের পর যখন
বিচারের দিনে ফেরত দেব, তখন আমরা প্রভুর কাছে সেই মজুরি পাব যার কথা তিনি প্রতিজ্ঞা করেছিলেন: ৭৭
কারও চোখ যা কখনও দেখেনি, কারও কান যা কখনও শোনেনি, তাঁকে যারা ভালবাসে, ঈশ্বর তাদেরই জন্য
ওই সবকিছু সঞ্চিত করে রেখেছেন।

৭৮ এখন, সেই শিল্পশালা যেখানে আমরা এই সমস্ত কারুকর্মে রত থাকব, তা হল মঠের বেষ্টনী এবং সঙ্ঘে
স্থিতিশীলতা।

৫ বাধ্যতা

১ বিনম্রতার প্রথম ধাপ হল ইতস্ততবিহীন বাধ্যতা। ২ তা তাঁদেরই মানায় যাঁরা নিজেদের জন্য খ্রীষ্টের
চেয়ে প্রিয়তর কিছুই মনে করেন না। ৩ যে পুণ্য সেবায় তাঁরা ব্রতী হলেন, তার জন্য, বা নরকের ভয় ও অনন্ত
জীবনের জন্য, ৪ মহন্ত আদেশ দেওয়ামাত্র, ঈশ্বর নিজেই যেন সেই আদেশ দিয়েছেন, তাঁরা তা পালনের জন্য
কোন বিলম্বের কথা বোঝেন না। ৫ তাঁদের সম্বন্ধে প্রভু বলেন: *শোনামাত্রই সে আমার প্রতি বাধ্য হল।* ৬ আবার
তিনি শিক্ষাগুরুদের বলেন, *যে তোমাদের কথা শোনে, সে আমারই কথা শোনে।* ৭ এঁরা এমন যে, নিজস্ব যত
কিছু তৎক্ষণাৎ ছেড়ে, আপন ইচ্ছা ত্যাগ ক'রে, ৮ যে কোন কাজ থেকে হাত মুক্ত ক'রে ও যাই করছিলেন তা
অসমাপ্ত ফেলে রেখেই, বাধ্যতার তৎপর পদে আদেষ্টার সুর তাঁদের কাজকর্মে বাস্তবায়িত করেন। ৯ তখন,
কেমন যেন একই মুহূর্তেই, গুরুর দেওয়া আদেশ ও ঈশ্বরভীতির তৎপরতায় শিষ্যের পূরণ করা কাজ, এ উভয়
জিনিস অধিক দ্রুতভাবে একইসঙ্গে সম্পাদিত হয়।

১০ প্রেমই তো অনন্ত জীবন অন্বেষণের জন্য তাঁদের উদ্দীপিত করে, ১১ এজন্যই তাঁরা খুবই উৎসুক হয়ে
সেই সঙ্কীর্ণ পথ ধরেন যা সম্বন্ধে প্রভু বলেন: *সঙ্কীর্ণই সেই পথ, যা জীবনের দিকে নিয়ে যায়।* ১২ তাঁরা আপন
মত অনুসারে জীবন যাপন করেন না, আপন পছন্দ ও কামনা-বাসনায়ও বাধ্য হয়ে থাকেন না, বরং অন্য
একজনের সিদ্ধান্ত ও আদেশ অনুসারে চলে তাঁরা এ কামনাটি পোষণ করেন: তাঁরা মঠেই বাস করবেন এবং
একজন আব্বা তাঁদের উপরে থাকবেন। ১৩ নিঃসন্দেহে এঁরা প্রভুর এ বাণী অনুসারে চলেন, *আমি আমার*
নিজের ইচ্ছা পালন করতে নয়, যিনি আমাকে পাঠিয়েছেন, তাঁরই ইচ্ছা পালন করতে এসেছি।

১৪ কিন্তু এ বাধ্যতা ঈশ্বরের কাছে গ্রহণীয় এবং মানুষের কাছে মধুর হবে, যদি যা আদেশ করা হয়, তা
ভয়ে-ভয়ে, ধীরে-ধীরে, উদাসীনভাবে বা অসন্তোষে বিড়বিড়ানিতে ও অনিচ্ছুকভাবে পালন করা না হয়। ১৫
কেননা যে বাধ্যতা পরিচালকদের প্রতি দেখানো হয়, তা ঈশ্বরেরই প্রতি প্রদর্শন করা হয়, তিনি নিজেই তো
বলেছেন, *যে তোমাদের কথা শোনে, সে আমারই কথা শোনে।* ১৬ এবং শিষ্যদের পক্ষে তা মনের আনন্দেই
দেখানো উচিত, কেননা *প্রফুল্লচিত্তে যে দান করে, তাকেই ঈশ্বর ভালবাসেন।* ১৭ আসলে, শিষ্য যদি মনের
অনিচ্ছায় বাধ্যতা পালন করে এবং মুখে শুধু নয়, অন্তরেও যদি অসন্তোষে গড়গড় করে, ১৮ সে সেই আদেশ
পালন করলেও তবু তার কাজ ঈশ্বরের কাছে গ্রহণীয় হবেই না, কেননা তিনি তো দেখেন তার অসন্তোষ-ভরা
অন্তর। ১৯ তা ছাড়া তেমন কাজের প্রতিদানে সে কোন অনুগ্রহও পাবে না; এমনকি, প্রায়শ্চিত্তের মধ্য দিয়ে সে
আত্মসংশোধন না করলে, তাহলে যারা সেই সময়ে অসন্তোষে গড়গড় করেছিল, সেও তাদের দণ্ডে জড়িয়ে

পড়বে।

৬ মৌনতা

১ এসো, নবীর বাণী পালন করি: *আমি বলেছি, আমার পথ সকলের উপর সতর্ক দৃষ্টি রাখব যেন আমার জিহ্বায় পাপ না করি। আমার মুখে দিয়েছি বন্ধনী। আমি নিশ্চুপ হলাম, বিনীত হলাম আর সদালাপ থেকেও বিরত থাকলাম।* ২ এখানে নবী নির্দেশ করেন যে, যদি সময় সময় মৌনতার খাতিরেই সদালাপ থেকেও মৌন থাকা প্রয়োজন হয়, তাহলে অধিক কারণেই পাপের দণ্ডের খাতিরে কটুকথা থেকে বাক্‌সংযম করা প্রয়োজন। ৩ সুতরাং সেই কথা সকল যতই ভাল পবিত্র ও গঠনমূলক হোক না কেন, মৌনতার গুরুত্বের খাতিরে পরিপক্ক শিষ্যদেরও কদাচিৎ মাত্রই কথা বলার অনুমতি দেওয়া উচিত, ৪ কেননা লেখা আছে: *অধিক কথায় পাপকে এড়ানো যায় না;* ৫ এবং অন্যত্র লেখা আছে: *জিহ্বার হাতেই জীবন-মরণ।* ৬ আসলে কথা বলা ও শিক্ষা দেওয়া গুরুকেই মানায়, চুপ করা ও শোনা শিষ্যদেরই বাঞ্ছনীয়।

৭ অতএব, মহন্তের কাছে কোন কিছু চাইতে হলে, সেই অনুরোধ যেন সমস্ত বিনম্রতা, শ্রদ্ধা ও অধীনতা বজায় রেখেই পেশ করা হয়। ৮ আর আমি সর্বস্থানেই যত অশ্লীল গল্প এবং যত বাজে ও হাস্যকর কথাকে মুখের ভিতরে আজীবন কারাদণ্ডে দণ্ডিত করি, এবং সেই ধরনের কথার জন্য মুখ খুলতে শিষ্যকে নিষেধ করি।

৭ বিনম্রতা

১ ভ্রাতৃগণ, ঐশশাস্ত্র চিৎকার করেই আমাদের কাছে বলে: *যে কেউ নিজেকে উচ্চ করে তাকে নত করা হবে, আর যে কেউ নিজেকে নত করে তাকে উচ্চ করা হবে।* ২ একথার মধ্য দিয়ে শাস্ত্র আমাদের দেখায় যে, সকল আত্মোন্নয়নই হলো এক প্রকার গর্ব। ৩ নবী যে এই গর্ব পরিহার করেছেন, তা তিনি একথায় প্রকাশ করেন: *প্রভু, আমার অন্তর গর্বিত নয়, আমার চোখও উদ্ধত নয়, বড়লোকদের পথে ও আমার সাধ্যের অতীত আশ্চর্য কোন কিছুর পিছনেও হেঁটে বেড়াইনি।* ৪ কিন্তু আমার কী হত *আমার যদি বিনীত ভাব না থাকত আর আমি যদি আমার অন্তরাত্মাকে উচ্চ করতাম? তাহলে তুমি মায়ের কোলে দুধ-ছাড়ানো শিশুর মতই আমার প্রাণের সঙ্গে ব্যবহার করতে।*

৫ তাই ভ্রাতৃগণ, আমরা যদি সর্বোচ্চ বিনম্রতার চূড়ায় পৌঁছতে ইচ্ছা করি এবং সেই স্বর্গীয় উচ্চতার নাগাল শীঘ্রই পেতে ইচ্ছা করি যার দিকে আমাদের এ বর্তমান জীবনের বিনম্রতার মধ্য দিয়েই উঠেছি, ৬ তাহলে আমাদের ঊর্ধ্বগামী কাজকর্ম দ্বারা সেই সিঁড়ি খাড়া করা প্রয়োজন, যে সিঁড়ি যাকোব স্বপ্নে দেখেছিলেন এবং যা বেয়ে—তিনি বলেছিলেন—*স্বর্গদূতেরা ওঠা-নামা করছিলেন।* ৭ নিঃসন্দেহে, আমার মতে সেই ওঠা আর সেই নামার একমাত্র অর্থ হল নিজেদের উচ্চ করার মধ্য দিয়ে নামা এবং বিনম্রতার মধ্য দিয়ে ওঠা। ৮ এখন, সেই খাড়া সিঁড়ি হল এজগতে আমাদের জীবন: আমরা আমাদের অন্তর বিনীত করলে প্রভু আমাদের জীবনকে স্বর্গ পর্যন্তই খাড়া করবেন। ৯ আমার মতে সিঁড়ির পাশ দু'টো হল আমাদের দেহ ও আত্মা; আর ঐশআহ্বান সেই পাশ দু'টোর মধ্যে বিনম্রতা ও নিয়ম-পালনের কতগুলি ধাপ ঢুকিয়েছে যেগুলি বেয়ে উঠতে হবে।

১০ সুতরাং বিনম্রতার প্রথম ধাপ এটি: *ঈশ্বরভীতির* কথা অনুক্ষণ *চোখের সামনে* রেখে মানুষ যেন তা কখনও ভুলে না যায়, ১১ এবং ঈশ্বর যে সকল আদেশ দিয়েছেন সে যেন তা অনুক্ষণ মনে রাখে। নিজের অন্তরে সে সবসময় চিন্তা করবে যে, যারা ঈশ্বরকে অবজ্ঞা করে, তাদের পাপের জন্য নরকই অগ্রসর হয়, আর যারা ঈশ্বরকে ভয় করে, তাদের জন্য অনন্ত জীবনই প্রস্তুত আছে। ১২ ঘণ্টায়-ঘণ্টায় চিন্তা, জিহ্বা, হাত, পা, নিজের ইচ্ছা ও দৈহিক কামনার যত পাপ ও রিপু থেকে নিজেকে দূরে রেখে ১৩ সে চিন্তা করবে যে ঘণ্টায়-ঘণ্টায় স্বর্গ

থেকে ঈশ্বর তার দিকে সর্বক্ষণে লক্ষ রাখেন, সর্বস্থানে ঐশদৃষ্টি তার কাজকর্মের উপর নিবদ্ধ রয়েছে এবং
ঘণ্টায়-ঘণ্টায় স্বর্গদূতেরা তাঁর কাছে তার কথা জানিয়ে দেন।

১৪ আমাদের কাছে এ সত্য প্রমাণ করতে গিয়ে নবী দেখান কী করে আমাদের চিন্তা সকলের মধ্যে ঈশ্বর
সবসময় উপস্থিত; তিনি বলেন: *ঈশ্বর খোঁজেন মানুষের অন্তর, মানুষের মন;* ১৫ আবার, *প্রভু মানুষের চিন্তা
সকল জানেন;* ১৬ আরও, *দূর থেকেই তুমি আমার চিন্তা-ভাবনা জানতে পেরেছ;* ১৭ এবং, *মানুষের চিন্তাই
তোমার মাহাত্ম্য স্বীকার করবে।* ১৮ যেন তাঁর কুচিন্তা সম্বন্ধে সতর্ক থাকতে পারেন, এজন্য পুণ্যবান ভাই নিজের
অন্তরে অনুক্ষণ বলবেন: *আমার নিজের দুষ্টতা থেকে নিজেকে সতর্ক করে রাখলে, তবেই তাঁর সম্মুখে আমি
হব ত্রুটিহীন।*

১৯ সত্যি, আমাদের পক্ষে নিজেদের ইচ্ছা মেনে চলা নিষেধ, কেননা শাস্ত্র আমাদের বলে: *নিজের
ইচ্ছা-আকাঙ্ক্ষা থেকে দূরে সরে যাও।* ২০ একই প্রকারে আমরা প্রার্থনায় ঈশ্বরের কাছে যাচ্‌না করি যেন তাঁরই
ইচ্ছা আমাদের মধ্যে পূর্ণ হয়। ২১ সুতরাং সঠিকভাবেই আমরা আপন ইচ্ছা মেনে না চলার শিক্ষা পাই, যেহেতু
পবিত্র শাস্ত্রের এ বাণী ভয় করি: *তেমন কতগুলি পথ রয়েছে যা মানুষের কাছে সোজা বলে পরিগণিত, অথচ
সেগুলির শেষপ্রান্ত নরকের গভীরেই তো ডুবে আছে;* ২২ এবং তেমন কথা যারা অবজ্ঞা করে, তাদের বিষয়ে যা
বলা হল, তাও আমরা ভয় করি: *তারা খারাপ, এবং নিজেদের ইচ্ছা-আকাঙ্ক্ষায় অত্যন্ত ঘৃণ্য হয়ে গেছে।*

২৩ দৈহিক কামনার বেলায়ও আমরা বিশ্বাস করি, ঈশ্বর সবসময় আমাদের অন্তরে উপস্থিত। এবিষয়ে নবী
বলেন, *তোমার সামনেই তো আমার যত কামনা।* ২৪ সুতরাং নিকৃষ্ট ধরনের কামনা থেকে সাবধান থাকা
দরকার, কেননা মৃত্যু ইন্দ্রিয়তৃপ্তির ফটকের পাশেই তো দাঁড়ায়। ২৫ এজন্য শাস্ত্র আমাদের সতর্ক করে বলে:
নিজের কু-কামনার পিছনে যেয়ো না তুমি।

২৬ তাই যখন *প্রভুর চোখ ভাল ও মন্দ উভয় মানুষকেই যাচাই করে* ২৭ এবং *স্বর্গ থেকে প্রভু অনুক্ষণ
মানবসন্তানদের উপর দৃষ্টি রাখেন কারণ তিনি দেখতে চান সুবুদ্ধির মানুষ ও ঈশ্বর-অন্বেষী কেউ আছে কিনা,*
২৮ এবং যখন আমাদের কাছে নিযুক্ত স্বর্গদূতেরা প্রতিদিন দিবারাত্র আমাদের কাজকর্মের কথা প্রভুর কাছে
জানিয়ে দেন, ২৯ তখন ভ্রাতৃগণ, ঘণ্টায়-ঘণ্টায়ই আমাদের সতর্ক থাকা উচিত, পাছে—যেমন নবী সামসঙ্গীতে
বলেন—ঈশ্বর দেখেন যে এক সময় আমরা পাপে পড়ে অপদার্থ হয়ে গেছি, এবং ৩০ কিছুকালের মত আমাদের
প্রতি দয়া দেখিয়ে (কেননা কৃপাময় বলে তিনি ভালোর দিকে আমাদের পরিবর্তনের জন্য অপেক্ষা করেন),
পরবর্তীকালে পাছে তিনি আমাদের বলেন, *তুমি তাই করেছ, আর আমি কিছুই বলিনি।*

৩১ বিনম্রতার দ্বিতীয় ধাপ হল: মানুষ নিজের ইচ্ছা ভালবাসবে না, নিজের কামনা-বাসনাও পূর্ণ করে
আনন্দ করবে না, ৩২ বরং আপন কাজকর্মে প্রভুর এ বাণী অনুকরণ করবে: *আমি আমার নিজের ইচ্ছা পালন
করতে নয়, যিনি আমাকে পাঠিয়েছেন, তাঁরই ইচ্ছা পালন করতে এসেছি।* ৩৩ শাস্ত্রও একই কথা বলে:
'[নিজের ইচ্ছার প্রতি] সম্মতি ফলায় দণ্ড, নির্যাতনভোগ জয় করে মুকুট।'

৩৪ বিনম্রতার তৃতীয় ধাপ এটি: মানুষ ঈশ্বরপ্রেমের খাতিরে যথাসাধ্য বাধ্যতায় মহন্তের হাতে নিজেকে
সমর্পণ করবে। এতে সে প্রভুকেই অনুকরণ করবে যাঁর সম্বন্ধে প্রেরিতদূত বলেন, *মৃত্যু পর্যন্তই তিনি বাধ্য
হলেন।*

৩৫ বিনম্রতার চতুর্থ ধাপ হল: কঠিন, প্রতিকূল, এমনকি অন্যায্য অবস্থায় বাধ্যতা পালনে সে নীরবে
দুঃখকষ্ট শান্ত মনে আলিঙ্গন করবে ৩৬ এবং অবসন্ন না হয়ে বা পালাবার চেষ্টা না করেই সেই সবকিছু সহ্য
করবে। শাস্ত্র বলে: *শেষ পর্যন্ত যে নিষ্ঠাবান থাকবে, সে পরিত্রাণ পাবে;* ৩৭ আরও, *মনে সাহস ধর এবং প্রভুর
উপর নির্ভর কর।* ৩৮ এবং ভক্তকে যে প্রভুর জন্য সবকিছু, এমনকি প্রতিকূলতাও সহ্য করতে হবে, তা দেখাতে

গিয়ে শাস্ত্র কষ্টভোগীদের মুখ দিয়ে বলে: *তোমার জন্যই তো আমরা সারাদিন মৃত্যুর সম্মুখীন, বধ্য মেষেরই মত গণ্য।* ৩৯ ঐশপ্রতিদানের আশার বিষয়ে তারা এতই নিশ্চিত যে, আনন্দের সঙ্গে তারা বলে চলে, *কিন্তু যিনি আমাদের ভালবেসেছেন, তাঁরই দ্বারা আমরা ওইসব কিছুতে বিজয়ীর চেয়েও অধিক বিজয়ী হই।* ৪০ অন্য আর এক স্থানে শাস্ত্র একথাও বলে, *তুমি তো আমাদের পরীক্ষা করেছ, পরমেশ্বর; আগুনেই আমাদের শোধন করেছ যেইভাবে রুপো আগুনে শোধন করা হয়; জালের মধ্যেই আমাদের নিয়ে গিয়েছ; দুঃখযন্ত্রণাই চাপিয়েছ আমাদের পিঠে।* ৪১ আর আমাদের যে মহন্তের অধীনে থাকতে হয়, তা দেখাবার জন্য শাস্ত্র বলে চলে, *আমাদের মাথায় তুমি মানুষকে বসিয়েছ।* ৪২ ধৈর্য ধরে প্রতিকূল ও অন্যায্য অবস্থায় প্রভুর আদেশ পূর্ণ করে *তারা এক গালে চড় খেয়ে অপর গাল পেতে দেয়, তাদের জামা লুণ্ঠিত হলে তারা চাদরও দিয়ে দেয়, এক কিলোমিটার হেঁটে যেতে বাধ্য হয়ে তারা দু'কিলোমিটারই হেঁটে চলে।* ৪৩ প্রেরিতদূত পলের সঙ্গে *তারা ভণ্ড ভাইদের সহ্য করে, নির্যাতন ভোগ করে, এবং যারা তাদের অভিশাপ দেয় তারা তাদের আশীর্বাদই করে।*

৪৪ বিনম্রতার পঞ্চম ধাপ এটি: যত কুচিন্তা তার অন্তরে ঢোকে এবং যত কটুকাজ সে গোপনে করেছে, মানুষ আব্বার কাছে তা লুকিয়ে না রেখে বরং বিনীতভাবে তা স্বীকার করবে। ৪৫ এ সম্বন্ধে শাস্ত্র আমাদের অনুপ্রেরণা দিয়ে বলে, *প্রভুর সামনে খুলে ধর তোমার পথ, তাঁর উপর ভরসা রাখ।* ৪৬ আরও: *প্রভুর কাছে স্বীকার কর তোমরা, তিনি যে মঙ্গলময়, তাঁর দয়া যে চিরস্থায়ী।* ৪৭ একইভাবে নবীও বলেন, *আমার পাপ জানালাম তোমায়, আবৃত রাখিনি আমার অপরাধ।* ৪৮ *আমি বলেছি, আমার নিজের বিরুদ্ধে আমি প্রভুর কাছে আমার যত অন্যায় স্বীকার করব; আর তখন তুমি আমার হৃদয়ের অধর্ম ক্ষমা করলে।*

৪৯ বিনম্রতার ষষ্ঠ ধাপ হল: সন্ন্যাসী যত নিম্ন ও চরম অবস্থায় সন্তুষ্ট হবেন, এবং যে সকল কাজে তাঁকে নিযুক্ত করা হবে, তিনি নিজেকে বাজে ও অপদার্থ মজুর মনে ক'রে ৫০ নবীর সঙ্গে বলবেন, *আমি অবোধ, আমি অজ্ঞ; তোমার সামনে আমি তো পশুরই মত; তবু আমি নিরন্তর তোমার সঙ্গে আছি।*

৫১ বিনম্রতার সপ্তম ধাপ এটি: মানুষ শুধু জিহ্বায় স্বীকার করবে না, বরং নিজের অন্তরেই গভীরভাবে বিশ্বাস করবে যে সে সকলের চেয়ে নিকৃষ্ট ও নিচু; ৫২ নিজেকে বিনীত করে সে নবীর সঙ্গে বলবে: *আমি তো কীট, মানুষ নই; লোকদের অপবাদ, জনতার অবজ্ঞার পাত্র;* ৫৩ *আমি উন্নীত হলাম, তারপর নমিত ও সন্ত্রাসিত হলাম।* ৫৪ আবার: *তুমি যে আমাকে অবনমিত করলে আমার ভালোই হল, ফলে আমি শিখতে পারি তোমার আজ্ঞাবলি।*

৫৫ বিনম্রতার অষ্টম ধাপ এটি: মঠের সাধারণ নিয়ম এবং পরিচালকদের আদর্শ যা অনুমোদন করে, তা ছাড়া সন্ন্যাসী অন্য কিছুই করবেন না।

৫৬ বিনম্রতার নবম ধাপ হল: সন্ন্যাসী কথা বলা থেকে জিহ্বা সংযত রাখবেন এবং মৌনতা বজায় রেখে প্রশ্ন না পাওয়া পর্যন্ত চুপ করে থাকবেন। ৫৭ শাস্ত্র দেখায় যে *এক সাগর কথার মধ্যে পাপকে এড়ানো যায় না;* ৫৮ এবং: *যে মানুষ অধিক কথা বলে, সে লক্ষ্যশূন্যভাবেই জগতে ঘুরে বেড়ায়।*

৫৯ বিনম্রতার দশম ধাপ হল: তিনি সহজে হাসতে উৎসুক হবেন না, কারণ লেখা আছে, *কেবল নির্বোধ মানুষই জোরে হাসা-হাসি করে।*

৬০ বিনম্রতার একাদশ ধাপ হল: কথা বলার সময়ে সন্ন্যাসী ভদ্রভাবে, হাসি-ছাড়া ও গম্ভীর বিনম্রতার সঙ্গে স্বল্প ও সুচিন্তিত কথা বলবেন; জোরে কথা বলবেন না। ৬১ লেখা রয়েছে: জ্ঞানী মানুষের পরিচয় তার অল্প কথায় প্রকাশ পায়।

৬২ বিনম্রতার দ্বাদশ ধাপ এটি: অন্তরে শুধু নয়, তাঁর আপন আচরণেও সন্ন্যাসী সবসময় সকলের কাছে বিনম্রতা প্রকাশ করবেন: ৬৩ ঐশকাজে, প্রার্থনালয়ে, মঠে, বাগানে, পথে, মাঠে বা যে কোন স্থানে তিনি থাকেন

না কেন: বসে, হেঁটে বা দাঁড়িয়ে তিনি সবসময় মাথা নত করে চোখ নিচের দিকে নিক্ষিপ্ত রাখবেন; ৬৪ ঘণ্টায়-ঘণ্টায় নিজের পাপ-অপরাধের জন্য নিজেকে দোষী সাব্যস্ত করে মনে রাখবেন যে তিনি ইতিমধ্যেই সেই ভয়ঙ্কর বিচারে দাঁড়াচ্ছেন, ৬৫ আর সুসমাচারের সেই করআদায়কারী নিচের দিকে চোখ নিক্ষেপ করে যা বলত, তিনিও নিজের অন্তরে অবিরত সেই কথা বলতে থাকবেন, *প্রভু, আমি পাপী মানুষ; স্বর্গের দিকে চোখ তুলতে আমি অযোগ্য।* ৬৬ এবং নবীর সঙ্গে একথাও বলবেন, *আমি নুব্জ, আমি অত্যন্ত অবনমিত।*

৬৭ এইভাবে, বিনম্রতার এ সকল ধাপ বেয়ে উঠে, সন্ন্যাসী শীঘ্রই সেই ঈশ্বরের ভালবাসায় পৌঁছবেন, যে *সিদ্ধ ভালবাসা ভয়কে দূর করে দেয়।* ৬৮ তিনি আগে যা যা যথেষ্ট ভয়বিহ্বলভাবে পালন করতেন, এখন এ ভালবাসার মধ্য দিয়ে তিনি সেই সবকিছু অনায়াসে ও স্বাভাবিকভাবে, এমনকি অভ্যাসমতই মেনে চলতে লাগবেন, ৬৯ নরকের ভয়তে আর নয়, বরং খ্রীষ্টপ্রেমের খাতিরে, সদ্‌অভ্যাসে ও সদ্‌গুণাবলির আকর্ষণে। ৭০ যে মজুর ইতিমধ্যে যত রিপু ও পাপ থেকে পরিশুদ্ধ হয়ে উঠেছে, প্রভু এসব কিছু তারই মধ্যে পবিত্র আত্মা দ্বারা অনুগ্রহপূর্বক প্রকাশ করবেন।

৮ নৈশ ঐশকাজ

১ শীতকালে, অর্থাৎ পয়লা নভেম্বর থেকে পাস্কা পর্যন্ত, রাত তিনটায় ওঠা যুক্তিসঙ্গত মনে করি, ২ যেন মধ্যরাত্রির কিছুকাল পর পর্যন্ত বিশ্রাম করে ভাইয়েরা খাদ্য সম্পূর্ণভাবে পরিপাক করেই উঠতে পারেন। ৩ জাগরণীর পর যে সময় বাঁচে, সামসঙ্গীত-মালা বা পাঠগুলি থেকে যাঁদের কিছু শেখার বাকি রয়েছে, সেই সময়ে সেই ভাইয়েরা তাই অধ্যয়ন করতে থাকবেন।

৪ কিন্তু পাস্কা থেকে পয়লা নভেম্বর পর্যন্ত জাগরণীর সময় এমনভাবেই স্থির করা উচিত, যেন জাগরণীর পরে, অনতিদীর্ঘ বিরতিতে, ভাইয়েরা শৌচাগারে যাবার সুযোগ পেতে পারেন। তারপর, যে অনুষ্ঠান প্রথম আলোতে পালন করার কথা, সেই প্রভাতী বন্দনা অবিলম্বেই শুরু হবে।

৯ নৈশ ঐশকাজে সামসঙ্গীতগুলোর সংখ্যা

১ উপরোল্লিখিত সময় অনুসারে, শীতকালে প্রথমে তিনবার এ পদ আবৃত্তি করা হবে, *হে প্রভু, খুলে দাও আমার ওষ্ঠাধর, আর আমার মুখ প্রচার করবে তোমার প্রশংসাবাদ।* ২ এরপর অনুক্রমটা এরূপ: ৩ নং সামসঙ্গীত ত্রিত্বের গৌরব নিয়ে, ৩ ৯৪ নং সামসঙ্গীত ধুয়ো ধরে বা কমপক্ষে সামসঙ্গীতটা যেন গাওয়া হয়, ৪ একটা আম্ব্রোজীয় স্তোত্র, তারপর ছ'টা সামসঙ্গীত ধুয়ো ধরে।

৫ এগুলি শেষে, একটা পদের পর, আব্বা আশীর্বাণী দেবেন। সকলে আসন নিলে পর, ভাইয়েরা পর্যায়ক্রমে স্তম্ভের উপরে রাখা পুস্তকটি থেকে তিনটে পাঠ পড়ে শোনাবেন। প্রতিটি পাঠের পর একটা করে শ্লোক গান করা হবে: ৬ প্রথম দু'টো শ্লোকের পর ত্রিত্বের গৌরব বলতে নেই; তৃতীয় পাঠের পরেই গায়ক ত্রিত্বের গৌরব গান করবেন। ৭ গায়ক ত্রিত্বের গৌরব গান করতে শুরু করলেই অবিলম্বে সকলে পরমত্রিত্বের প্রতি সম্মান ও শ্রদ্ধার জন্য আসন ছেড়ে উঠে দাঁড়াবেন। ৮ পুরাতন ও নূতন নিয়মের ঐশঅনুপ্রাণিত পুস্তকগুলি ছাড়া, জাগরণীতে সেগুলির ব্যাখ্যাও, নাম-করা ও সত্যাবলম্বী কাথলিক পিতৃগণেরই ব্যাখ্যা পাঠ করে শোনানো হবে।

৯ শ্লোকসহ এ তিনটে পাঠ শেষ হলে, আল্লেলুইয়া ধুয়ো ধরে বাকি ছ'টা সামসঙ্গীত গান করা হবে। ১০ এগুলির পরে প্রেরিতদূতের একটা মুখস্থ পাঠ করা হবে, আর এরপর একটা পদ এবং জপমালার যাচ্‌না, অর্থাৎ 'প্রভু, দয়া কর।' ১১ এভাবেই নিশিজাগরণীর সমাপ্তি।

১০ গ্রীষ্মকালে নৈশ ঐশকাজের ব্যবস্থা

[১] পাস্কা থেকে পয়লা নভেম্বর পর্যন্ত সামসঙ্গীতের জন্য উপরে দেওয়া ব্যবস্থা পালনীয়; [২] কিন্তু গ্রীষ্মকালে রাত ছোটই বলে, পুস্তক থেকে সেই পাঠগুলি বাতিল করতে হবে; সেই তিনটে পাঠের স্থানে পুরাতন নিয়মের একটামাত্র পাঠ মুখস্থ বলা হবে, আর এটার পর একটা ছোট শ্লোক গাওয়া হবে। [৩] তা ছাড়া সবকিছু যেন উপরে দেওয়া ব্যবস্থা অনুসারেই করা হয়, অর্থাৎ: ৩ ও ৯৪ নং সামসঙ্গীত ছাড়া, নিশিজাগরণীতে কখনও যেন বারোটার কম সামসঙ্গীত বলা না হয়।

১১ প্রভুর দিনে জাগরণীর ব্যবস্থা

[১] প্রভুর দিনে সন্ন্যাসীরা জাগরণীর জন্য আগেই উঠবেন। [২] এই জাগরণীও সীমাবদ্ধ রাখতে হবে, অর্থাৎ উপরে দেওয়া ব্যবস্থা অনুসারেই ছ'টা সামসঙ্গীত ও একটা পদ বলা হবে। এরপর, যেমনটি আগে বলেছি, সন্ন্যাসীরা পদানুক্রমে নিজ নিজ নির্ধারিত স্থান অনুসারে আসন নিয়ে চারটে পাঠ শুনবেন। প্রতিটি পাঠের পর একটা শ্লোক গান করা হবে, [৩] কিন্তু গায়ক শুধু চতুর্থ শ্লোকের পরেই ত্রিত্বের গৌরব গান করবেন: তিনি শুরু করলেই সকলে সসম্মানে অবিলম্বে উঠে দাঁড়াবেন।

[৪] এ পাঠগুলির পর, একই পর্যায়ক্রমে, আগের মতই অন্য ছ'টা সামসঙ্গীত ও একটা পদ বলা হবে। [৫] এগুলির পর, আগে যেমনটি বলা হয়েছে, নিজ নিজ শ্লোকসহ আরও চারটে পাঠ শোনানো হবে। [৬] তারপর, আব্বার নির্বাচিত নবীদের তিনটে গীতিকা আল্লেলুইয়া ধুয়ো ধরে বলা হবে। [৭] একটা পদ ও আব্বার আশীর্বাণীর পর, উপরে দেওয়া ব্যবস্থা অনুসারে, নূতন নিয়মের চারটে পাঠ শোনানো হবে। [৮] চতুর্থ শ্লোকের পর আব্বা 'তুমি ঈশ্বর' স্তোত্র শুরু করবেন। [৯] এটির শেষে আব্বা সুসমাচার থেকে একটি পাঠ পড়ে শোনাবেন; তখন সকলে সসম্মানে ও সভয়ে উঠে দাঁড়িয়ে থাকবেন। [১০] পাঠ শেষে সকলে উত্তরে বলবেন 'আমেন' এবং আব্বা সরাসরি 'প্রশংসার যোগ্য' স্তোত্র শুরু করবেন। আশীর্বাণী দেওয়া হলেই প্রভাতী বন্দনা শুরু হবে।

[১১] প্রভুর দিনের এই জাগরণীর ব্যবস্থা গ্রীষ্মকালে শীতকালে সর্বকালেই অনুসরণ করা হোক, [১২] অবশ্য—ঈশ্বর না করুন—সন্ন্যাসীরা যদি না দেরিতে ওঠেন; তবেই পাঠগুলি বা শ্লোকগুলি থেকে কিছু কমানো দরকার হবে। [১৩] তেমন কিছু যেন না ঘটে, এ উদ্দেশ্যে উপায় নিতে হবে; কিন্তু তা ঘটলে, এ অন্যায়ের জন্য যিনি দায়ী, তিনি প্রার্থনালয়ে ঈশ্বরের কাছে উপযুক্তভাবে প্রায়শ্চিত্ত করবেন।

১২ প্রভুর দিনে প্রভাতী বন্দনার ব্যবস্থা

[১] প্রভুর দিনে প্রভাতী বন্দনায় প্রথমে ৬৬ নং সামসঙ্গীত ধুয়ো না ধরে সরাসরিভাবেই বলা হবে; [২] এরপর বলা হবে ৫০ নং সামসঙ্গীত আল্লেলুইয়া ধুয়ো ধরে। [৩] তারপর আসবে ১১৭ ও ৬২ নং সামসঙ্গীত [৪] এবং যথাক্রমে 'ধন্য প্রভু' গীতিকা, 'প্রশংসা' সামসঙ্গীতমালা, প্রত্যাদেশ পুস্তক থেকে মুখস্থ একটা পাঠ তার শ্লোকসহ, একটা আম্ব্রোজীয় স্তোত্র, একটা পদ, সুসমাচারের গীতিকাটা, জপমালা এবং সমাপ্তি অংশ।

১৩ সাধারণ দিনগুলিতে প্রভাতী বন্দনার ব্যবস্থা

[১] সাধারণ দিনগুলিতে প্রভাতী বন্দনা এভাবেই অনুষ্ঠিত হবে: [২] ৬৬ নং সামসঙ্গীত ধুয়ো না ধরে; কিন্তু, প্রভুর দিনের মত, তা একটু ধীরে-ধীরেই বলা ভাল, যেন ৫০ নং সামসঙ্গীতের জন্য সকলেই উপস্থিত হতে পারেন—আর এ সামসঙ্গীত অবশ্য ধুয়ো ধরেই বলা হবে। [৩] তারপর, প্রথা অনুযায়ী, আরও দু'টো সামসঙ্গীত বলা হবে এ অনুক্রম অনুসারে: [৪] সোমবারে ৫ ও ৩৫, [৫] মঙ্গলবারে ৪২ ও ৫৬, [৬] বুধবারে ৬৩ ও ৬৪, [৭] বৃহস্পতিবারে ৮৭ ও ৮৯, [৮] শুক্রবারে ৭৫ ও ৯১, [৯] শনিবারে ১৪২ নং সামসঙ্গীত ও দ্বিতীয় বিবরণের

গীতিকাটা; এ গীতিকা দু' ভাগে ভাগ করে প্রতিটি ভাগ শেষে ত্রিত্বের গৌরব বলা হবে। ১০ অন্যান্য দিনগুলিতে, রোম মণ্ডলীর প্রথা অনুসারে এক এক দিন নবীদের পুস্তক থেকে এক একটা করে গীতিকা বলা হবে। ১১ তারপর আসবে 'প্রশংসা' সামসঙ্গীতমালা এবং যথাক্রমে মুখস্থ করা প্রেরিতদূতের একটা পাঠ, একটা শ্লোক, একটা আম্ব্রোজীয় স্তোত্র, একটা পদ, সুসমাচারের গীতিকাটা, জপমালা এবং সমাপ্তি অংশ।

১২ অবশ্য, প্রভাতী বন্দনা ও সন্ধ্যারতি অনুষ্ঠান যেন কখনও শেষ না হয় যদি না শেষাংশে সকলের কর্ণগোচরেই মহন্ত সম্পূর্ণভাবেই প্রভুর প্রার্থনা না বলেন, কেননা বিবাদ-বিসংবাদের কাঁটা সহজেই তো দেখা দেয়; ১৩ *তুমি আমাদের ক্ষমা কর যেমন আমরাও ক্ষমা করি,* প্রার্থনার এ বাণী অনুসারে এমন পারস্পরিক প্রতিজ্ঞা দ্বারা সতর্ক হয়ে সকলে যেন এ ধরনের অন্যায় থেকে নিজেদের পরিশুদ্ধ করতে পারেন। ১৪ অন্যান্য অনুষ্ঠানে কিন্তু প্রভুর প্রার্থনার শেষাংশই মাত্র প্রকাশ্যে বলা হবে, যেন সকলে উত্তরে বলতে পারেন, *কিন্তু অনিষ্ট থেকে আমাদের রক্ষা কর।*

১৪ সাধুসাধ্বীর পর্বদিনগুলিতে জাগরণীর ব্যবস্থা

১ সাধুসাধ্বীর পর্বদিনগুলিতে, এমনকি সকল মহাপর্বদিনেও, প্রভুর দিনের ব্যবস্থাই পালনীয়; ২ অবশ্য সেই সকল সামসঙ্গীত, ধুয়ো ও পাঠ অনুসরণীয় যা সেই বিশেষ দিনের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট; তা ছাড়া, কিন্তু, উপরে দেওয়া প্রণালী মেনে নিতে হবে।

১৫ আল্লেলুইয়ার জন্য বিশেষ বিশেষ কাল

১ পবিত্র পাস্কা থেকে পঞ্চাশত্তমীপর্ব পর্যন্ত সকল সামসঙ্গীত ও শ্লোকের সঙ্গে আল্লেলুইয়া সবসময় বলা হবে। ২ পঞ্চাশত্তমীপর্ব থেকে তপস্যাকাল শুরু পর্যন্ত প্রতি রাতে নিশিজাগরণীর শুধু শেষ ছ'টা সামসঙ্গীতের সঙ্গেই তা বলা হবে। ৩ তপস্যাকালের বাইরে প্রতিটি প্রভুর দিনেই জাগরণী, প্রভাতী বন্দনা, প্রথম, তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায় আল্লেলুইয়া দেওয়া হবে; কিন্তু সন্ধ্যারতিতে একটা ধুয়োই দেওয়া হয়। ৪ পাস্কা থেকে পঞ্চাশত্তমীপর্ব পর্যন্ত, এ কাল ছাড়া শ্লোকের সঙ্গে কখনও আল্লেলুইয়া বলতে নেই।

১৬ দিনমানে ঐশকাজের ব্যবস্থা

১ নবী বলেন, *দিনে আমি সাত বার করেছি তোমার প্রশংসাবাদ।* ২ আমরা 'সাত' এ পুণ্য সংখ্যা পূর্ণ করব যদি প্রভাতী বন্দনায়, প্রথম, তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায়, সন্ধ্যারতিতে এবং সমাপ্তি ঘণ্টায় আমাদের বাধ্যতামূলক সেবা পালন করি, ৩ কেননা ঠিক দিনমানের এ ঘণ্টাগুলো সম্বন্ধেই তিনি বলেছিলেন *দিনে আমি সাত বার করেছি তোমার প্রশংসাবাদ।* ৪ নিশিজাগরণী সম্বন্ধে একই নবী বলেছিলেন, *মাঝরাতে আমি উঠতাম তোমার স্তুতি করার জন্য।* ৫ অতএব এসো, এ বিশেষ বিশেষ সময়েই, অর্থাৎ প্রভাতী বন্দনায়, প্রথম, তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায়, সন্ধ্যারতিতে এবং সমাপ্তি ঘণ্টায় আমরা আমাদের স্রষ্টাকে *তাঁর ন্যায্য বিচারগুলির জন্য* প্রশংসা করি, এবং *রাতে উঠি তাঁর স্তুতি করার জন্য।*

১৭ এ সকল অনুষ্ঠানকালে সামসঙ্গীতগুলোর সংখ্যা

১ নিশিজাগরণী ও প্রভাতী বন্দনায় সামসঙ্গীতগুলোর অনুক্রম আগেই দিয়েছি। এখন এসো, অবশিষ্ট সকল অনুষ্ঠানকালের জন্য ব্যবস্থা করি।

২ প্রথম ঘণ্টায় তিনটে সামসঙ্গীত বলা হবে, এক একটা ত্রিত্বের গৌরবসহ। ৩ সামসঙ্গীত শুরু করার আগেই, *ওগো ঈশ্বর আমার সাহায্যে এসো* পদটির পরপরেই এ ঘণ্টার স্তোত্র গাওয়া হবে। ৪ তিনটে সামসঙ্গীত

শেষে আসবে একটা পাঠ, একটা পদ, হে প্রভু দয়া কর এবং বিদায়।

[৫] তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায় প্রার্থনা একই প্রণালীতেই অনুষ্ঠিত হবে, তথা: একটা পদ, ঘণ্টা অনুযায়ী একটা স্তোত্র, তিনটে সামসঙ্গীত, পদসহ একটা পাঠ, হে প্রভু দয়া কর এবং বিদায়। [৬] সঙ্ঘ বড় হলে, তবে ধুয়ো ধরে, কিন্তু ছোট হলে, সামসঙ্গীতগুলো ধুয়ো না ধরে সরাসরিভাবেই বলা হবে।

[৭] সন্ধ্যারতিতে ধুয়ো ধরে শুধু চারটে সামসঙ্গীত বলা হবে। [৮] এ সামসঙ্গীতগুলো শেষে একটা পাঠ শোনানো হবে, এবং এরপর একটা শ্লোক, একটা আম্ব্রোজীয় স্তোত্র, একটা পদ, সুসমাচারের গীতিকাটা, জপমালা এবং বিদায়ের আগে প্রভুর প্রার্থনা যথাক্রমেই বলা হবে।

[৯] সমাপ্তি ঘণ্টার জন্য তিনটে সামসঙ্গীত যথেষ্ট। এ সামসঙ্গীতগুলো ধুয়ো না ধরে সরাসরিভাবেই বলা হবে। [১০] এগুলোর পর আসবে এ ঘণ্টার বিশেষ স্তোত্র, একটা পাঠ, একটা পদ, হে প্রভু দয়া কর, আশীর্বাদ ও বিদায়।

১৮ সামসঙ্গীত-অনুক্রম

[১] অনুষ্ঠানের সূচনা এইরূপ: *ওগো ঈশ্বর আমার সাহায্যে এসো; আমার সহায়তায় শীঘ্রই এসো, প্রভু* পদটি, ত্রিত্বের গৌরব এবং ঘণ্টার নির্ধারিত স্তোত্র।

[২] তারপর, প্রভুর দিনে প্রথম ঘণ্টায় ১১৮ নং সামসঙ্গীতের চারটে অংশ বলা হবে; [৩] অন্যান্য ঘণ্টায়, অর্থাৎ তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায় একই ১১৮ নং সামসঙ্গীতের তিনটে অংশ বলা হবে। [৪] সোমবারে প্রথম ঘণ্টায় তিনটে সামসঙ্গীত বলা হবে: ১, ২ ও ৬ নং, [৫] আর এইভাবে প্রতিদিন প্রভুর দিন পর্যন্ত প্রথম ঘণ্টায় তিনটে সামসঙ্গীত অনুক্রমেই ১৯ নং সামসঙ্গীত পর্যন্ত বলা হবে; ৯ ও ১৭ নং সামসঙ্গীত দু'ভাগে ভাগ করা যাবে। [৬] তাই প্রভুর দিনে জাগরণী সবসময় ২০ নং নিয়ে শুরু করা যেতে পারবে।

[৭] সোমবারে তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায় ১১৮ নং সামসঙ্গীতের বাকি ন'টা অংশ বলা হবে, প্রতিটি ঘণ্টায় তিনটে অংশ। [৮] এইভাবে ১১৮ নং সামসঙ্গীত দু' দিনের মধ্যে, তথা রবিবার ও সোমবারের মধ্যে শেষ করা হবে। [৯] মঙ্গলবারে তৃতীয়, ষষ্ঠ ও নবম ঘণ্টায় তিনটে করে সামসঙ্গীত বলা হবে: ১১৯ থেকে ১২৭ নং পর্যন্ত, অর্থাৎ কিনা ন'টা সামসঙ্গীত। [১০] এ সামসঙ্গীতগুলো প্রভুর দিন পর্যন্ত প্রত্যেক দিন এ ঘণ্টাগুলিতে পুনরাবৃত্তি করা হবে। একই প্রকারে স্তোত্র, পাঠ ও পদ, এসবগুলির ব্যবস্থাও এ সমস্ত দিন ধরে একই রকম থাকবে। [১১] এইভাবে প্রতিটি প্রভুর দিন সবসময় ১১৮ নং সামসঙ্গীত নিয়ে শুরু হবে।

[১২] সন্ধ্যারতিতে প্রতিদিন চারটে সামসঙ্গীত গাওয়া হবে, [১৩] ১০৯ থেকে শুরু ক'রে এবং ১৪৭ নং নিয়ে শেষ ক'রে; [১৪] এবং এ অনুক্রম থেকে সেই সকল সামসঙ্গীত বাতিল করতে হবে যেগুলো ইতিমধ্যে অন্য ঘণ্টার জন্য নির্দিষ্ট করা হয়েছে, তথা ১১৭ থেকে ১২৭ পর্যন্ত, এবং ১৩৩ ও ১৪২ নং সামসঙ্গীত। [১৫] বাকি সামসঙ্গীতগুলি সন্ধ্যারতিতেই বলা হবে। [১৬] যেহেতু তিনটে সামসঙ্গীত কম পড়বে, এজন্য সেই অনুক্রমে যেগুলি লম্বা বেশি, সেগুলি—তথা ১৩৮, ১৪৩ ও ১৪৪ নং সামসঙ্গীত ভাগ ভাগ করা উচিত হবে। [১৭] কিন্তু, ছোট বলেই ১১৬ নং সামসঙ্গীত ১১৫ নং সামসঙ্গীতের সঙ্গে যুক্ত করা হবে। [১৮] এইভাবে সন্ধ্যারতির সামসঙ্গীত-অনুক্রম ব্যবস্থা করা হল। বাকি অংশ, তথা পাঠ, শ্লোক, স্তোত্র, পদ ও গীতিকাটা, এসব কিছু উপরে দেওয়া নির্দেশ অনুসারে পালনীয়।

[১৯] প্রত্যেক দিন সমাপ্তি ঘণ্টায় একই সামসঙ্গীতগুলি বলা হবে: ৪, ৯০ ও ১৩৩ নং।

[২০] দৈনিক সামসঙ্গীত-অনুক্রম ব্যবস্থা করা হল। অন্যান্য যত সামসঙ্গীত বাকি রয়েছে, সেগুলি সমানভাবে নিশিজাগরণীতে সাত রাতের মধ্যে ভাগ করা হবে: [২১] লম্বা সামসঙ্গীতগুলি এমনভাবে ভাগ করতে হবে যেন প্রতি রাতে বারোটা করে সামসঙ্গীত দেওয়া হয়।

২২ সর্বোপরি আমি এ অনুরোধ রাখি যে, যদি কেউ এ সামসঙ্গীত-বিন্যাস পছন্দ না করেন, তিনি যেন যা ভাল বিবেচনা করেন তাই ব্যবস্থা করেন, ২৩ অবশ্য এ শর্ত বজায় রেখেই, যেন প্রতি সপ্তাহে সামসঙ্গীত-মালার দেড়শত সামসঙ্গীত পূর্ণ সংখ্যায়ই বলা হয়, এবং যেন অনুক্রমটা সবসময় প্রতিটি প্রভুর দিনের জাগরণীতেই শুরু হয়। ২৪ কেননা যে সন্ন্যাসীরা এক সপ্তাহ-চক্রের মধ্যে প্রচলিত গীতিকাগুলো ও পুরা সামসঙ্গীত-মালা না ব'লে বরং কম বলেন, তাঁরা দেখান যে ভক্তির দিক দিয়ে তাঁরা অত্যন্ত অলসভাবেই তাঁদের কর্তব্য পালন করেন। ২৫ আসলে আমরা পড়ি যে, নিস্তেজ মানুষ আমরা পুরা এক সপ্তাহে যা সাধন করি, আমাদের পুণ্য পিতৃগণ অধ্যবসায়ের সঙ্গে একদিনেই তা সম্পন্ন করতেন।

১৯ সামসঙ্গীত-সাধনা

১ আমরা বিশ্বাস করি যে ঐশউপস্থিতি সর্বস্থানেই বিরাজমান, এবং *প্রভুর চোখ সর্বত্রই ভাল ও মন্দ মানুষকে লক্ষ করে।* ২ তবে সন্দেহের অতীত আমাদের বিশ্বাস করা উচিত যে, তা তখনই বিশেষভাবে সত্য যখন আমরা ঐশকাজে রত থাকি।

৩ তাই এসো, সবসময় নবীর এ বাণী মনে রাখি: *সভয়ে প্রভুর সেবা কর;* ৪ আবার, *সুবুদ্ধির সঙ্গেই স্তবগান কর;* ৫ এবং, *স্বর্গদূতদের সামনে আমি করব তোমার স্তবগান।* ৬ সুতরাং এসো, বিবেচনা করে দেখি, ঈশ্বর ও তাঁর স্বর্গদূতদের সম্মুখে আমাদের কী ভাবেই না থাকা উচিত, ৭ এবং সোজা হয়ে দাঁড়িয়ে সামসঙ্গীতমালা এমনভাবেই পরিবেশন করি যেন আমাদের মন আমাদের কণ্ঠের সঙ্গে এক হয়।

২০ শ্রদ্ধাপূর্ণ প্রার্থনা

১ ক্ষমতাশালী লোকদের কাছে কোন কিছু পেতে ইচ্ছা করলে আমরা যখন স্পর্ধার সঙ্গে নয় বরং বিনম্রতা ও শ্রদ্ধার সঙ্গেই ব্যবহার করি, ২ তখন নিখিল সৃষ্টির ঈশ্বর সেই প্রভুর কাছে কত না অধিক বিনম্রতা ও পুণ্য ভক্তির সঙ্গেই মিনতি নিবেদন করা উচিত। ৩ আর একথাও আমাদের জানা উচিত যে, অধিক কথায় নয়, বরং শুদ্ধহৃদয়ে ও বিদীর্ণ অন্তরের অশ্রুপাতেই তিনি প্রীত। ৪ সুতরাং প্রার্থনা সংক্ষিপ্ত ও শুদ্ধ হতে হবে—যদি না দৈবাৎ ঐশকৃপার প্রেরণার ফলেই তা বিলম্বিত হয়। ৫ তথাপি সমবেত প্রার্থনা সবসময়ই সংক্ষিপ্ত হওয়া উচিত; মহন্ত সঙ্কেত দিলেই সকলে যেন একসঙ্গে উঠে দাঁড়ান।

২১ মঠের উপঅধ্যক্ষরা

১ সঙ্ঘ বড় হলে, সুনামের ও পবিত্র জীবনের কয়েকজন ভাইকে নির্বাচন ক'রে তাঁদের উপঅধ্যক্ষ নিযুক্ত করা হবে। ২ ঈশ্বরের আজ্ঞাবলি ও তাঁদের আব্বার আদেশগুলি অনুসারেই সবকিছু করে তাঁরা তৎপরতার সঙ্গে দশজন নিয়ে গঠিত নিজ নিজ দলের যত্ন নেবেন। ৩ এ উপঅধ্যক্ষ পদে এমন ব্যক্তিদের নির্বাচন করা উচিত যাঁদের সঙ্গে আব্বা নিশ্চিতভাবে তাঁর নিজের ভারের সহভাগিতা করতে পারবেন। ৪ পদানুক্রম অনুসারে নয়, বরং পুণ্যজীবন ও পরিপক্ক ধর্মশিক্ষার উপর নির্ভর করেই তাঁদের নির্বাচন করা উচিত।

৫ যদি দৈবাৎ দেখা যায় যে এ উপঅধ্যক্ষদের একজন গর্বে স্ফীত হওয়ার ফলে শোচনীয় অবস্থায় পড়েন, তাহলে তাঁকে একবার, দু'বার ও তিনবারও ভর্ৎসনা করলেও তিনি যদি আত্মসংশোধন করার অনিচ্ছা প্রকাশ করেন, তাহলে তাঁকে পদচ্যুত করা হবে, ৬ এবং তাঁর স্থানে অন্য একজন যোগ্য ব্যক্তিকে নিযুক্ত করা হবে। ৭ আর আমি একই ব্যবস্থা অধ্যক্ষের বেলায়েও নিরূপণ করছি।

২২ সন্ন্যাসীদের শয়ন-ব্যবস্থা

১ সন্ন্যাসীরা ভিন্ন ভিন্ন বিছানায় ঘুমাবেন। ২ আব্বার ব্যবস্থা অনুসারে তাঁরা সন্ন্যাস-উপযুক্ত বিছানা-পত্র পাবেন।

৩ সম্ভব হলে সকলে যেন এক স্থানে ঘুমান; কিন্তু সংখ্যার জন্য সম্ভব না হলে তাঁরা দশজন বা কুড়িজন করে জ্যেষ্ঠজনদের তত্ত্বাবধানেই বিশ্রাম করবেন। ৪ সেই ঘরে সকাল পর্যন্ত একটা বাতি জ্বালানো থাকবে।

৫ তাঁরা কাপড় পরে এবং কটিবন্ধ ও দড়ি কোমরে বেঁধে ঘুমাবেন; নিদ্রাকালে কিন্তু ছুরি পাশে রাখা তাঁদের উচিত নয়, পাছে দৈবাৎ ঘুমন্ত অবস্থায় শরীর কাটে। ৬ এভাবে সবসময়ই প্রস্তুত হয়ে থেকে এবং সঙ্কেত হলে অবিলম্বে উঠে, সন্ন্যাসীরা একে অপরের আগে ঐশকাজে পৌঁছনোর জন্য ত্বরা করবেন—অবশ্য সমগ্র গাম্ভীর্য ও শালীনতা বজায় রেখে। ৭ কম বয়স্ক ভাইদের পাশাপাশি বিছানা থাকা উচিত নয়, বরং জ্যেষ্ঠজনদের সঙ্গে মিশ্রিতভাবে। ৮ ঐশকাজের জন্য উঠে তাঁরা শান্তভাবে একে অপরকে উৎসাহিত করবেন, কেননা যাঁরা নিদ্রাপ্রিয় তাঁরা ছুতা ধরতে পছন্দ করেন।

২৩ অপরাধের কারণে সঙ্ঘচ্যুতি

১ যদি প্রকাশ পায় যে কোন ভাই একগুঁয়ে, অবাধ্য ও গর্বিত হয়ে ওঠেন, কিংবা অসন্তোষে বিড়বিড় করেন, বা কোন কিছুতেই পুণ্য নিয়মের বিরুদ্ধাচরণ করেন ও তাঁর গুরুজনদের আদেশ অবজ্ঞা করেন, ২ তাহলে আমাদের প্রভুর নির্দেশ অনুসারে তাঁর গুরুজনেরা প্রথম ও দ্বিতীয় বার গোপনেই তাঁকে সতর্কবাণী দেবেন। ৩ তিনি আত্মসংশোধন না করলে, তবে তাঁকে সকলের সম্মুখে প্রকাশ্যেই ভর্ৎসনা করা হবে। ৪ এবারও কিন্তু তিনি যদি নিজেকে না সংস্কার করেন, তাহলে তাঁকে সঙ্ঘচ্যুতি ভোগ করতে হবে—অবশ্য তিনি যদি এ দণ্ডের অর্থ বোঝেন। ৫ তিনি কিন্তু কম বুঝলে, তবে তাঁকে শারীরিক শাস্তিতে বশীভূত করা হবে।

২৪ বিবিধ ধরনের সঙ্ঘচ্যুতি

১ সঙ্ঘচ্যুতির ও শাসনের পরিমাণ অপরাধের গুরুত্বের সমানুপাতিক হওয়া উচিত; ২ অপরাধের গুরুত্ব আব্বার বিচারের উপরেই নির্ভর করবে।

৩ তবে কোন ভাইকে যদি কোন লঘুতর অপরাধে অপরাধী প্রতিপন্ন করা হয়, তাহলে তাঁকে ভোজনে অংশগ্রহণ থেকে বঞ্চিত করা হবে। ৪ ভোজনে সহভাগিতা থেকে যাঁরা বঞ্চিত, তাঁরা এ বিশেষ ব্যবস্থা পালন করবেন: প্রায়শ্চিত্ত না করা পর্যন্ত তিনি প্রার্থনালয়ে সামসঙ্গীত বা ধুয়ো পরিচালনা করবেন না, বাণীও পাঠ করে শোনাবেন না। ৫ তা ছাড়া ভাইদের খাওয়া-দাওয়ার পরেই তিনি একাকী খাওয়া-দাওয়া করবেন। ৬ উদাহরণসূত্রে, ভাইয়েরা দুপুর বারোটায় খেলে সেই ভাই বিকেল তিনটায় খাবেন; ভাইয়েরা তিনটায় খেলে তিনি সন্ধ্যায় খাবেন, ৭ যতক্ষণ না যথোপযুক্ত প্রায়শ্চিত্তের মাধ্যমে ক্ষমালাভ করেন।

২৫ গুরুতর অপরাধ

১ যে ভাই কিন্তু গুরুতর অপরাধে অপরাধী হন, তাঁকে ভোজন থেকে এবং প্রার্থনালয় থেকেও বঞ্চিত করা হোক। ২ কোন ভাই যেন এঁর সঙ্গে আদৌ সংসর্গ না করেন, কথাও না বলেন। ৩ তাঁর নির্দিষ্ট কাজে তিনি একাকী রত থাকবেন; প্রায়শ্চিত্ত ও অনুশোচনা করে চলবেন, প্রেরিতদূতের সেই ভয়ঙ্কর দণ্ডের কথা ভাববেন: ৪ *এ লোকটিকে বঞ্চিত করা হয় যেন তার দৈহিক সর্বনাশ ঘটে, যার ফলে প্রভুর দিনে তার আত্মা যেন পরিত্রাণ পেতে পারে।* ৫ তাঁর জন্য আব্বা পরিমাণ ও সময়ের যে ব্যবস্থা করবেন, সেই অনুসারেই সেই ভাই একাকী খাওয়া-দাওয়া করবেন। ৬ যাঁরা তাঁর নিকট দিয়ে যান, তাঁরা কেউই যেন তাঁকে আশীর্বাদ না করেন, এবং যে

খাবার তাঁকে দেওয়া হয়, তাও যেন আশীর্বাদ করা না হয়।

২৬ সঙ্ঘচ্যুতদের সঙ্গে সংসর্গ

[১] আব্বার আদেশ ছাড়া কোন ভাই যদি সঙ্ঘচ্যুত একটি ভাইয়ের সঙ্গে যে কোন রকমেই হোক সংসর্গ করতে, কথা বলতে অথবা তাঁকে একটা সংবাদ দিতে সাহস করেন, [২] তাহলে তাঁকে একই সঙ্ঘচ্যুতি-শাস্তি ভোগ করতে হবে।

২৭ সঙ্ঘচ্যুতদের প্রতি আব্বার যত্ন

[১] আব্বা সমগ্র তৎপরতার সঙ্গেই দুরন্ত ভাইদের যত্ন নেবেন, *কেননা সুস্থদের নয়, অসুস্থদেরই পক্ষে চিকিৎসকের প্রয়োজন।* [২] অতএব, সুদক্ষ চিকিৎসকের মত তিনি তাঁর সমগ্র দক্ষতা প্রয়োগ করবেন, প্রলেপ লাগাবেন, অর্থাৎ এমন পরিপক্ক ও সুবুদ্ধিসম্পন্ন ভাইদের লাগাবেন [৩] যাঁরা গোপনতা বজায় রেখে সেই টলমল ভাইকে সাহায্য করবেন, বিনম্রতারই প্রায়শ্চিত্তের দিকে তাঁকে প্রেরণা দেবেন এবং তাঁকে *সান্ত্বনা দেবেন, পাছে তিনি অতিরিক্ত দুঃখে ভারাক্রান্ত হয়ে পড়েন;* [৪] বরং প্রেরিতদূতেরও কথা অনুসারে, *তাঁর মধ্যে ভালবাসা দৃঢ় করা হোক;* এবং সকলেই যেন তাঁর জন্য প্রার্থনা করেন।

[৫] বিশেষভাবে আব্বাকে তৎপরতার সঙ্গেই কাজ করতে হবে এবং অত্যন্ত জ্ঞান ও পরিশ্রমের সঙ্গে তাঁকে ছুটতে হবে, যেন তাঁর নিজেরই কাছে ন্যস্ত মেষগুলির একটাকেও তিনি না হারান। [৬] মনে রাখবেন যে তিনি সুস্থ আত্মাদের উপর অত্যাচার নয়, অসুস্থ আত্মাদেরই যত্ন করার ভার নিয়েছেন। [৭] আর তিনি নবীর সেই সতর্কবাণী ভয় করবেন, যার মধ্য দিয়ে ঈশ্বর বলেন, *মোটা-সোটা যা দেখতে, তোমরা নিজেদের জন্য তা দাবি করতে, আর যা ছিল দুর্বল, তোমরা তা ফেলেই দিতে।* [৮] তিনি সেই উত্তম পালকের ভালবাসার আদর্শ অনুকরণ করবেন, যিনি নিরানব্বইটা মেষ পাহাড়ে ফেলে রেখে সেই একমাত্র হারানো মেষ খোঁজ করতে বেরিয়ে পড়েছিলেন। [৯] তার দুর্বলতার জন্য তিনি দয়ায় এতই বিগলিত হলেন যে প্রসন্ন হয়ে তাকে তাঁর নিজের পুণ্য কাঁধে তুলে নিলেন এবং এভাবেই তাকে পালের মধ্যে ফিরিয়ে আনলেন।

২৮ ভর্ৎসনার পরেও আত্মসংশোধন করতে অনিচ্ছুক ভাই

[১] কোন অপরাধের জন্য বারবার ভর্ৎসনা করা হলেও, এমনকি সঙ্ঘচ্যুত করা হলেও যদি কোন ভাই আত্মসংশোধন না করেন, তাহলে তাঁকে আরও কঠোর শাস্তি দেওয়া হোক, অর্থাৎ বেত্রাঘাতের দণ্ডই তাঁর কাছে অগ্রসর হোক। [২] কিন্তু এভাবেও যদি তিনি নিজেকে সংস্কার না করেন, এমনকি—ঈশ্বর না করুন—তিনি যদি গর্বিত হয়ে উঠে নিজের কাজকর্মের পক্ষসমর্থনও করতে চান, তাহলে আব্বা সুদক্ষ চিকিৎসকের পদ্ধতি পালন করবেন: [৩] পটি, উৎসাহদানের মলম, ঐশ শাস্ত্রের ঔষধ এবং অবশেষে সঙ্ঘচ্যুতির ও বেত্রাঘাতের উত্তপ্ত লোহা লাগানোর পরেও [৪] তিনি যদি দেখেন যে তাঁর পরিশ্রম কোন ফল দেখায় না, তাহলে তিনি সর্বোত্তম উপায় ব্যবস্থা করবেন: তিনি নিজে এবং সকল ভাইয়েরা তাঁর জন্য প্রার্থনা করবেন [৫] যিনি সবকিছু পারেন, সেই প্রভুই যেন অসুস্থ ভাইকে সুস্থ করে তোলেন। [৬] কিন্তু, সেই ভাই এভাবেও সুস্থ না হলে, আব্বা এবার ছেদনের অস্ত্রপাতি প্রয়োগ করবেন, কেননা প্রেরিতদূত বলেন, *তোমরা দুর্জনকে তোমাদের মধ্য থেকে দূর করে দাও;* [৭] আবার তিনি বলেন, *অবিশ্বাসী যদি চলে যেতে চায়, যাক,* [৮] পাছে একটামাত্র অসুস্থ মেষ সমগ্র পাল রোগে দূষিত করে।

২৯ মঠত্যাগী ভাইদের পুনর্গ্রহণ

১ যে ভাই নিজের কুমতির বশে মঠ ত্যাগ করে চলে যান, তিনি আবার ফিরে আসতে চাইলে, তবে আগে তিনি তাঁর চলে যাওয়ার জন্য পূর্ণ সংস্কার করবেন বলে প্রতিজ্ঞা করবেন, ২ তথাপি তাঁকে সর্বনিম্ন স্থানেই গ্রহণ করা হবে, যেন এর দ্বারা তাঁর বিনম্রতা যাচাই করা যেতে পারে। ৩ তিনি কিন্তু আবার চলে গেলে, তাঁকে একই ব্যবস্থা অনুসারে তিনবার করে গ্রহণ করা হবে; তারপর তিনি জানবেন যে পুনরায় ফিরে আসার সুযোগ থেকে তিনি বঞ্চিত।

৩০ বালকদের ভর্ৎসনা

১ বয়স ও বুদ্ধির কথা বিবেচনা করেই উপযুক্ত ব্যবস্থা গ্রহণ করা প্রয়োজন। ২ সুতরাং যারা বয়সে ছোট ও নবযুবক, অথবা যাঁরা বুঝতে পারেন না সঙ্ঘচ্যুতি যে কী বড় শাস্তি, ৩ এঁরা যখন অন্যায় করেন, তখন এঁদের কঠোর উপবাসে দণ্ডিত করা হবে বা তীব্রভাবে বেত্রাঘাত করা হবে, তাঁরা যেন সুস্থতা লাভ করেন।

৩১ মঠের ভাণ্ডাররক্ষকের গুণাবলি

১ মঠের ভাণ্ডাররক্ষক পদে সঙ্ঘ থেকে এমন একজনকে নির্বাচন করা হবে, যিনি সুবুদ্ধিসম্পন্ন, আচরণে পরিপক্ব, মিতাচারী, অতিভোজী নন, গর্বিত নন, উত্তেজনা-সৃষ্টিকারী নন, অপমানকারী নন, বিলম্বকারী নন, অপব্যয়ী নন; ২ তিনি বরং হবেন ঈশ্বরভীরু ব্যক্তি এবং সমগ্র সঙ্ঘের জন্য যেন পিতারই মত। ৩ তিনি যত্নের সঙ্গে সবকিছুর জন্য চিন্তা করবেন, ৪ কিন্তু আব্বার আদেশ ছাড়া কিছুই করবেন না; ৫ তাঁকে যা আদেশ করা হয়, তাই তিনি পালন করবেন। ৬ ভাইদের মর্মাহত করবেন না। ৭ যদি দৈবাৎ কোন ভাই তাঁর কাছে অযৌক্তিক কিছু চান, তাহলে তিনি অবজ্ঞা করে তাঁকে যেন মর্মাহত না করেন, বরং যুক্তি ও বিনম্রতার সঙ্গেই যেন সেই অনুচিত দাবি অগ্রাহ্য করেন। ৮ নিজের আত্মাকে রক্ষা করবেন, এবিষয়ে তিনি প্রেরিতদূতের সেই বাণী অনুক্ষণ মনে রাখবেন যে, *যোগ্যভাবে যে নিজের দায়িত্ব পালন করে, সে সম্মানের আসন লাভ করে।* ৯ অসুস্থদের, বালকদের, অতিথিদের ও গরিবদের প্রতি তিনি সমগ্র তৎপরতা ও যত্ন দেখাবেন; মনে রাখবেন যে বিচারের দিনে এই সকলের জন্য তাঁকে কৈফিয়ত দিতে হবে। ১০ তিনি মঠের যাবতীয় পাত্র ও যত সম্পদ বেদির পবিত্র পাত্রগুলির মতই দেখবেন; ১১ উপেক্ষার চোখে কিছুই দেখবেন না। ১২ তিনি যেন কৃপণতা-প্রবণ না হন, আবার যেন মঠের সম্পত্তি নিয়ে অপব্যয়ী আর অবিবেচকও না হন, বরং যথামাত্রায় ও আব্বার আদেশমতই সবকিছু করবেন।

১৩ সর্বোপরি তাঁকে বিনম্রই হওয়া উচিত। একজনের দাবি মেটাবার জন্য যদি কিছু না থাকে, তাহলে তিনি উত্তরে মধুর একটা বাণী দান করুন, ১৪ লেখা আছে, *শ্রেষ্ঠ উপহারের চেয়ে ভাল একটা বাণী শ্রেয়।* ১৫ আব্বা তাঁর হাতে যা ন্যস্ত করেছেন, তিনি তা সযত্নেই রাখবেন, কিন্তু আব্বা যা নিষেধ করেছেন, তা করতে তিনি যেন সাহস না করেন। ১৬ তিনি গর্ব ও বিলম্ব না করে ভাইদের নির্ধারিত পরিমাণ খাদ্য দেবেন, যেন তাঁদের পদস্খলন না ঘটে—সেই দিব্য বাণী মনে রাখবেন, কী প্রতিদান পাবে সেই ব্যক্তি *যে ছোটদের একজনেরও পদস্খলন ঘটাবে।*

১৭ সঙ্ঘ বড় হলে, তাঁকে কতিপয় সাহায্যকারী দেওয়া উচিত, তাঁদের সাহায্যে তিনি যেন শান্ত মনে তাঁর ন্যস্ত কাজ সম্পন্ন করতে পারেন। ১৮ যা যা প্রয়োজন, তা যেন নির্ধারিত সময়েই দেওয়া ও চাওয়া হয়, ১৯ যাতে ঈশ্বরের গৃহে কেউই উদ্বিগ্ন বা মর্মাহত না হন।

৩২ মঠের যাবতীয় যন্ত্রপাতি ও সম্পদ

১ আব্বা মঠের যাবতীয় সম্পদ, অর্থাৎ কি না যত যন্ত্র, বস্ত্র বা যে কোন জিনিস এমন ভাইদের হাতে ন্যস্ত করবেন যাঁদের জীবনধারণ ও আচরণের জন্য তিনি নিশ্চিন্ত আছেন। ২ যেইভাবে উপকারী বলে বিবেচনা করেন, সেই অনুসারেই তিনি তাঁদের কাছে বিবিধ দ্রব্য বিতরণ করবেন: সেগুলি যত্নের সঙ্গে রাখা হবে এবং ব্যবহারের পর ফেরত দেওয়া হবে। ৩ আব্বা এগুলির একটা তালিকা রাখবেন, ভাইয়েরা পালাক্রমে যখন তাঁদের নির্দিষ্ট কাজে হাত দেন, তখন তিনি যেন জানতে পারেন কি কি দিচ্ছেন ও ফেরত পাচ্ছেন।

৪ কেউ মঠের জিনিস অপরিষ্কার বা যত্নহীনভাবে ব্যবহার করলে, তাঁকে ভর্ৎসনা করা হবে। ৫ তিনি কিন্তু আত্মসংশোধন না করলে, তবে তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাসনের অধীনে বশীভূত হতে হবে।

৩৩ সন্ন্যাসী এবং স্বত্বাধিকার

১ বিশেষভাবে এ রিপুটাকেই মঠ থেকে আমূলে উপড়িয়ে ফেলতে হবে, তথা: ২ আব্বার আদেশ ছাড়া কেউই যেন সাহস না করেন কোন কিছু দিতে, গ্রহণ করতে, ৩ বা নিজের বলে রাখতে—মোটেই কিছু নয়: হোক একটা পুস্তক বা লিখবার ফলক বা একটা কলম—মোটেই কিছু নয়। ৪ এর প্রকৃত কারণ এই যে, সন্ন্যাসীদের পক্ষে নিজেদের দেহ আর ইচ্ছাও স্বেচ্ছাকৃতভাবে আপন অধিকারে রাখা বিধেয় নয়। ৫ যাবতীয় প্রয়োজনের জন্য মঠের পিতার উপরেই তাঁদের নির্ভর করতে হবে, এবং আব্বা যা দেননি বা অনুমোদন করেননি, তেমন কিছু রাখা তাঁদের পক্ষে বিধেয় নয়। ৬ যেমন লেখা আছে, *সবকিছু সকলেরই হোক, পাছে কেউই কোন কিছু নিজেরই বলে,* বা তাই মনে করে।

৭ তথাপি এ অত্যন্ত ক্ষতিকর রিপু নিয়ে নিজেকে প্রশ্রয় দেন এমন কাউকে যদি পাওয়া যায়, প্রথম ও দ্বিতীয় বারের মত তাঁকে সতর্ক বাণী দেওয়া হবে; ৮ তিনি আত্মসংশোধন না করলে, তবে তাঁকে শাস্তি ভোগ করতে হবে।

৩৪ প্রয়োজন অনুসারে বিতরণ

১ লেখা আছে: *প্রত্যেকের প্রয়োজন অনুসারেই সবকিছু ভাগ করে দেওয়া হত।* ২ এর দ্বারা আমরা তো বুঝি না যে ব্যক্তি-প্রিয়পোষণ থাকবে—তা ঈশ্বর না করুন—বরং থাকবে দুর্বলতার জন্য চিন্তা-ভাবনা। ৩ যাঁর কমই প্রয়োজন হয়, তিনি ঈশ্বরকে ধন্যবাদ জানিয়ে যেন মর্মাহত না হন; ৪ কিন্তু যাঁর বেশি প্রয়োজন, তাঁর নিজের দুর্বলতার জন্য তিনি যেন নিজেকে বিনীতই করেন, দয়া পেয়েছেন বলে যেন গর্ব না করেন। ৫ এভাবে সকল অঙ্গপ্রত্যঙ্গ শান্তিতে থাকবে। ৬ সর্বোপরি, অসন্তোষে বিড়বিড়ানির অনিষ্টটা যে কোন কারণেই যেন কোন কথা বা কোন চিহ্নে প্রকাশ না পায়। ৭ কিন্তু অসন্তোষে বিড়বিড় করছেন এমন কাউকে যদি পাওয়া যায়, তাঁকে কঠোরতর শাসনে বশীভূত করা হবে।

৩৫ রান্নাঘরে সাপ্তাহিক পালা

১ ভাইদের একে অপরকে সেবা করা উচিত। তাই অসুস্থ না হলে বা [মঠের] গুরুত্বপূর্ণ ও প্রয়োজনীয় কাজে ব্যস্ত না হলে, কাউকেই যেন রান্নার কাজ থেকে মুক্ত করা না হয়; ২ কেননা এই সেবাকাজের মধ্য দিয়ে বড় পুরস্কার পাওয়া যায় এবং ভ্রাতৃপ্রেম বৃদ্ধি পায়। ৩ দুর্বলতার খাতিরে কিন্তু সাহায্য ব্যবস্থা করতে হবে, তাঁরা যেন অসন্তোষের সঙ্গে এ কাজ না করেন। ৪ তবে সঙ্ঘের সংখ্যা ও জায়গার অবস্থান অনুসারেই সকলে যেন উপযুক্ত সাহায্য পান। ৫ সঙ্ঘ বড় হলে, ভাণ্ডাররক্ষক যেন রান্নার কাজ থেকে মুক্ত হন, এবং—যেমন উপরে বলেছি—তাঁরাও মুক্ত হবেন যাঁরা গুরুতর ও প্রয়োজনীয় কাজে ব্যস্ত আছেন। ৬ অন্যান্য সকলে ভালবাসার

খাতিরে একে অপরকে সেবা করবেন।

৭ যাঁর সাপ্তাহিক পালা শেষ হয়েছে, তিনি শনিবারে ধোলাই পালন করবেন। ৮ ভাইয়েরা যে সকল বস্ত্র দিয়ে হাত-পা মোছেন, তিনি সেগুলো ধোবেন। ৯ যাঁর পালা শেষ হল এবং যাঁর শুরু হচ্ছে, উভয়ই সকলের পা ধোবেন। ১০ তিনি তাঁর এই কাজের পাত্র সকল পরিষ্কার ও অক্ষত অবস্থায় ভাণ্ডাররক্ষকের কাছে ফেরত দেবেন, ১১ আর ভাণ্ডাররক্ষক আবার তাঁকেই দিয়ে দেবেন যাঁর পালা শুরু হতে যাচ্ছে; এইভাবে তিনি জানবেন কী দিয়ে যাচ্ছেন আর কী ফেরত পাচ্ছেন।

১২ খাওয়া-দাওয়ার এক ঘণ্টা আগে সাপ্তাহিক সেবকেরা সাধারণ পরিমাণের চেয়ে বেশ কিছু অধিক পানীয় ও রুটি পাবেন, ১৩ যেন খাওয়া-দাওয়ার সময়ে তাঁরা অসন্তোষে বিড়বিড় না করে বা অত্যন্ত পরিশ্রম না করেই তাঁদের ভাইদের সেবা করতে পারেন। ১৪ কিন্তু, মহাপর্বদিনগুলিতে তাঁরা বিদায় পর্যন্তই অপেক্ষা করবেন।

১৫ যাঁদের সাপ্তাহিক পালা শুরু হতে যাচ্ছে এবং যাঁদের পালা শেষ হয়েছে, তাঁরা প্রভুর দিনে প্রার্থনালয়ে প্রভাতী বন্দনার পরপরেই হাঁটু পর্যন্ত মাথা নত করে সকলের প্রার্থনার জন্য নিবেদন করবেন। ১৬ যাঁর পালা শেষ হয়েছে, তিনি এই পদ উচ্চারণ করবেন, *হে প্রভু পরমেশ্বর, তুমি ধন্য! তুমি আমাকে সাহায্য করেছ, সান্ত্বনাও দিয়েছ।* ১৭ এই পদই তিনবার বলে তিনি আশীর্বাদ গ্রহণ করবেন, এবং যাঁর পালা শুরু হচ্ছে, তিনি এগিয়ে এসে বলবেন, *ওগো ঈশ্বর আমার সাহায্যে এসো; আমার সহায়তায় শীঘ্রই এসো, প্রভু;* ১৮ এ পদটি সকলেই তিনবার আবৃত্তি করবেন; তারপর আশীর্বাদ গ্রহণ করে তিনি তাঁর সেবাকাজ শুরু করবেন।

৩৬ অসুস্থ ভাইয়েরা

১ সর্বপ্রথমে ও সর্বোপরি অসুস্থদের যত্ন নিতে হবে, যেন খ্রীষ্টকে যেমন সম্মান করা হয়, তেমনিভাবে তাঁদেরও সেবা-যত্ন করা হয়। ২ কেননা তিনি নিজেই বলেছিলেন, *আমি অসুস্থ ছিলাম, আর তোমরা আমাকে দেখতে এসেছিলে,* ৩ এবং *এই ক্ষুদ্রতম ভাইদের একজনেরও প্রতি তোমরা যাকিছু করেছ, তা আমারই প্রতি করেছ।* ৪ কিন্তু যাঁরা অসুস্থ, তাঁরাও মনে রাখবেন যে ঈশ্বরের সম্মানের খাতিরেই তো তাঁদের সেবা করা হয়, এবং যাঁরা তাঁদের সেবা করেন, অযথা দাবি রেখে তাঁরা যেন তাঁদের মর্মাহত না করেন। ৫ তথাপি অসুস্থদের ধৈর্য ধরেই প্রতিপালন করতে হবে, কারণ তাঁদের সেবা করে মহত্তর প্রতিদান পাওয়া যায়। ৬ অতএব, আব্বা অত্যন্ত যত্নের সঙ্গেই দেখবেন যেন তাঁরা কোন ত্রুটি-অবহেলা না ভোগ করেন।

৭ এই অসুস্থ ভাইদের জন্য একটা বিশেষ কামরা নির্ধারিত থাকতে হবে, এবং তাঁদের সেবার জন্য এমন ব্যক্তিকে নিযুক্ত করা উচিত যিনি ঈশ্বরভীরু, যত্নশীল ও তৎপর। ৮ প্রয়োজন অনুসারে অসুস্থদের জন্য স্নানের ব্যবস্থা করতে হবে, কিন্তু সুস্থ ও বিশেষভাবে যুবকদের জন্য এ ব্যবস্থা কমই মঞ্জুর করা হবে। ৯ উপরন্তু, যেন সুস্থতা লাভ করেন, এজন্য অধিক দুর্বল রোগীদের জন্য মাংস ব্যবস্থা করতে হবে; কিন্তু, প্রায় সুস্থ হয়ে উঠলে তাঁরা প্রথানুযায়ী মাংসাহার থেকে বিরত থাকবেন।

১০ আব্বা অত্যন্ত যত্নের সঙ্গেই দেখবেন যেন ভাণ্ডাররক্ষক এবং যাঁরা অসুস্থদের সেবায় নিযুক্ত, তাঁরা যেন তাঁদের সেবাকাজে কোন ত্রুটি-অবহেলা না করেন, কেননা শিষ্যদের যা দোষ-ত্রুটি, এর দায়িত্ব তাঁর উপরেই তো পড়ে।

৩৭ বৃদ্ধ এবং বালকেরা

১ যদিও মানবস্বভাব নিজেই এ দু'টো বয়সকালের প্রতি, তথা বৃদ্ধ ও বালকদের বয়সকালের প্রতি দয়া বোধ করে, তবুও এও উচিত যে, নিয়মের অধিকার এঁদের দিকে দৃষ্টি রাখবে। ২ সবসময়ই মনে রাখতে হবে তাঁদের শক্তির অভাবের কথা; খাদ্য সম্বন্ধে নিয়মের কঠোরতা থেকে তাঁদের অবশ্যই অব্যাহতি দিতে হবে, ৩

এমনকি তাঁদের প্রতি যেন উদার মমতাই দেখানো হয়, এবং নির্দিষ্ট সময়ের আগেই যেন তাঁদের জন্য খাওয়া-দাওয়া ব্যবস্থা করা হয়।

৩৮ সাপ্তাহিক পাঠক

১ ভাইদের খাওয়া-দাওয়ার সময়ে পাঠ সর্বদাই থাকতে হবে। কেউ যে এমনি পুস্তক তুলে ধরে পাঠ করে শোনাবেন এমন নয়, বরং নিযুক্ত পাঠক প্রভুর দিনে শুরু করে সমগ্র সপ্তাহব্যাপী পাঠ করে চলবেন। ২ যিনি পাঠকের পালা শুরু করতে যাচ্ছেন, তিনি খ্রীষ্টযাগের সমাপন প্রার্থনা ও খ্রীষ্টপ্রসাদ বিতরণের পরে, তাঁর নিজের জন্য প্রার্থনা করতে সকলকে অনুরোধ করবেন, ঈশ্বর যেন তাঁর কাছ থেকে অভিমানের ভাব দূর করে দেন। ৩ তিনি প্রার্থনালয়ে এ পদ শুরু করবেন, *হে প্রভু, খুলে দাও আমার ওষ্ঠাধর, আর আমার মুখ প্রচার করবে তোমার প্রশংসাবাদ*, আর তাঁর পরে সকলেও একই পদ তিনবার করে আবৃত্তি করবেন। ৪ আশীর্বাদ গ্রহণ করে তিনি পাঠের পালা শুরু করবেন।

৫ তখন সম্পূর্ণ নিস্তব্ধতাই বিরাজ করুক: কারও ফিস্‌ফিসানি, কারও কথা নয়! একমাত্র পাঠকেরই কণ্ঠস্বর যেন সেখানে শোনা যায়। ৬ খেতে খেতে ও পান করতে করতে যা কিছু প্রয়োজন হয়ে পড়ে, তার জন্য নিজেদের মধ্যে ভাইদের এমনভাবে একে অপরকে সেবা করা উচিত, যেন কোনো কিছু চাইবার কারও প্রয়োজন না হয়। ৭ কিন্তু কিছু প্রয়োজন হলে, কথার চেয়ে যেন যে কোন এক ধরনের শ্রবণীয় সঙ্কেতের মাধ্যমেই তা চাওয়া হয়। ৮ আর পাঠ সম্বন্ধে বা অন্য কিছু সম্বন্ধে কেউই যেন প্রশ্ন রাখার সাহস না করেন, *[দিয়াবলকে] যেন সুযোগ না দেওয়া হয়।* ৯ মহন্ত কিন্তু অবশ্যই গঠনমূলক কিছু কথা বলতে ইচ্ছা করতে পারেন।

১০ পবিত্র খ্রীষ্টপ্রসাদের খাতিরে এবং যেন উপবাস রাখা তাঁর কাছে বেশি ভারী না হয়, এজন্য পাঠ শুরু করার আগে সাপ্তাহিক পাঠক ভাই কিছু জল-মেশানো আঙুররস নেবেন। ১১ তারপরেই, সাপ্তাহিক রন্ধনসেবকদের ও অন্যান্য সেবকদের সঙ্গেই তিনি খাওয়া-দাওয়া করবেন।

১২ তথাপি ভাইয়েরা পদানুক্রমেই পাঠ বা গান করবেন এমন নয়, বরং তাঁরাই করবেন যাঁরা শ্রোতাদের উপকার করতে পারেন।

৩৯ খাদ্য পরিমাণ

১ আমি মনে করি যে দৈনিক মধ্যাহ্ন বা অপরাহ্ণ-ভোজের জন্য, বিভিন্ন ব্যক্তিগত দুর্বলতার কথা ভেবে, সব টেবিলে দু' ভাগে রান্না খাদ্য যথেষ্ট হতে পারে, ২ এক ভাগে রান্না যিনি খেতে পারেন না, তিনি যেন অপর একটাকে নেবার সুযোগ পেতে পারেন। ৩ তাই সকল ভাইদের জন্য দু' ভাগে রান্না যথেষ্ট হওয়ার কথা। আর ফল বা কাঁচা শাকসবজি থাকলে, তা তৃতীয় ভাগ হিসাবে দেওয়া যেতে পারবে। ৪ এক ভোজের জন্য হোক কিংবা মধ্যাহ্ন ও সান্ধ্য ভোজের জন্য হোক, দিনে আধ কিলো রুটি যথেষ্ট হওয়ার কথা; ৫ সান্ধ্য ভোজ থাকলে, তবে ভাণ্ডাররক্ষক সেই পরিমাণ থেকে এক তৃতীয়াংশ রেখে সান্ধ্যভোজের সময়ে বিতরণ করবেন।

৬ দৈবাৎ কাজ অতিরিক্ত হয়ে গেলে, আব্বা তাঁর অধিকার অনুসারে অন্য কিছু বেশি দিতে সিদ্ধান্ত নিতে পারবেন, অবশ্য তা যদি যথাযথ হয়। ৭ সর্বোপরি অমিতাচারিতা যেন দূরে থাকে, পাছে সন্ন্যাসীর কখনও মন্দাগ্নি ঘটে! ৮ কেননা সকল খ্রীষ্টানদের পক্ষে অমিতাচারিতার মত তেমন বিপরীত জিনিস আর কিছুই নেই, ৯ যেমনটি আমাদের প্রভু বলেন, *সতর্ক থাক, যেন অমিতাচারিতায় তোমাদের হৃদয় স্থূল হয়ে না যায়।*

১০ অল্পবয়সের ছেলেদের জন্য কিন্তু একই পরিমাণ খাদ্য দেওয়া উচিত নয়, বরং বয়স্কদের তুলনায় কম; সব কিছুতে মিতাচারিতাই বজায় রাখা শ্রেয়। ১১ অত্যন্ত দুর্বল রোগীদের কথা ছাড়া সকলেই যেন চতুষ্পদ জন্তুর

মাংসাহার থেকে সম্পূর্ণভাবেই বিরত থাকেন।

৪০ পানীয় পরিমাণ

১ *প্রত্যেকে ঈশ্বরের কাছ থেকে নিজ নিজ অনুগ্রহদান পেয়েছে: একজন এক প্রকার, অন্যজন অন্য প্রকার।* ২ এজন্য কিছুটা অস্বস্তি বোধ করেই আমি অন্যান্যদের জন্য খাদ্য পরিমাণ স্থির করছি। ৩ যাই হোক, অসুস্থদের দুর্বলতার দিকে সুদৃষ্টি রেখে আমি মনে করি যে প্রত্যেকজনের জন্য দিনে আধ বোতল আঙুররস যথেষ্ট। ৪ কিন্তু ঈশ্বর যাঁদের সম্পূর্ণ মিতাচারী হওয়ার শক্তি দেন, তাঁরা জেনে নিন যে উপযুক্ত পুরস্কারই পাবেন।

৫ পরিস্থিতি বা কাজ কিংবা গ্রীষ্মকালীন তাপের জন্য অতিরিক্ত কিছু দেওয়া প্রয়োজন কি না, একথা মহন্তের সিদ্ধান্তের উপরেই নির্ভর করবে; তিনি কিন্তু যেন সবসময় লক্ষ রাখেন যাতে অমিতাচারিতা বা মাতলামি না দেখা দেয়। ৬ আমরা তো পড়ি যে সন্ন্যাসীদের পক্ষে আঙুররস নেওয়া আদৌ বিধেয় নয়; কিন্তু, যেহেতু আমাদের আজকালের সন্ন্যাসীরা এ যুক্তি মানতে রাজি নন, এজন্য এসো, কমপক্ষে এতেই একমত হই যেন অল্প কিছুই পান করি, অমিতাচারীর মত নয়, ৭ কেননা *আঙুররস জ্ঞানী মানুষকেও বিপথে সরিয়ে দেয়।*

৮ তথাপি যেখানে পরিস্থিতি এমন যে উপরে উল্লিখিত সেই পরিমাণ পাওয়া যায় না, বরং অনেকই কম কিংবা মোটেই কিছু না, যাঁরা সেখানে বাস করেন তাঁরা ঈশ্বরকে ধন্যবাদ জানাবেন, অসন্তোষে বিড়বিড় না করেন যেন। ৯ সবকিছুর আগে এবিষয়েই আমি সাবধান বাণী দিচ্ছি: তাঁরা যেন অসন্তোষে বিড়বিড়ানি থেকে মুক্ত থাকেন।

৪১ ভ্রাতৃভোজের সময়সূচী

১ পবিত্র পাস্কা থেকে পঞ্চাশত্তমীপর্ব পর্যন্ত ভাইয়েরা মধ্যাহ্নে ও সন্ধ্যায় খাওয়া-দাওয়া করবেন।

২ পঞ্চাশত্তমী পর্ব থেকে শুরু ক'রে সমগ্র গ্রীষ্মকাল বরাবর, মাঠে কাজ না থাকলে কিংবা গ্রীষ্মকালীন তাপ অসহনীয় না হলে, তবে সন্ন্যাসীরা বুধবারে ও শুক্রবারে বিকেল তিনটা পর্যন্ত উপবাস করবেন। ৩ অন্যান্য দিনগুলিতে তাঁরা মধ্যাহ্নেই খাবেন। ৪ মাঠে কাজ থাকলে বা গ্রীষ্মকালীন তাপ অতিরিক্ত হলে তাঁরা যে প্রতিদিন মধ্যাহ্নে খাবেন কি না, তা আব্বার ব্যবস্থার উপর নির্ভর করবে। ৫ আর তিনি এমনভাবেই সবকিছু নির্দেশ ও ব্যবস্থা করবেন যেন তাঁদের আত্মারই মঙ্গল হয় এবং ভাইয়েরা যা করেন, যেন যুক্তিসঙ্গত অসন্তোষে বিড়বিড় না করেই তা করেন।

৬ তেরই সেপ্টেম্বর থেকে তপস্যাকাল শুরু পর্যন্ত তাঁরা সবসময় বিকেল তিনটায় খাবেন।

৭ তপস্যাকাল থেকে পাস্কা পর্যন্ত তাঁরা সন্ধ্যার দিকেই খাওয়া-দাওয়া করবেন। ৮ তথাপি সন্ধ্যারতি অনুষ্ঠান এমন সময়ে উদ্‌যাপন করা উচিত যেন খাওয়ার সময়ে প্রদীপ জ্বালানো দরকার না হয়, বরং দিনের আলোতেই যেন সবকিছু সমাপন করা হয়। ৯ এমনকি, সবসময়ই, কিবা সান্ধ্যভোজ কিবা উপবাসের দিনে, খাওয়া-দাওয়ার সময় এমনভাবেই নির্দিষ্ট করা উচিত যেন সবকিছুই দিনের আলোতে সম্পাদন করা যায়।

৪২ সমাপ্তি ঘণ্টার পরবর্তী মৌনতা-পালন

১ সন্ন্যাসীদের পক্ষে মৌনতা বজায় রাখতে সবসময়ই চেষ্টা করা উচিত, কিন্তু বিশেষভাবে রাত্রিবেলায়। ২ সুতরাং উপবাসের দিন হোক কিংবা সাধারণ দিন হোক, সবসময় এইভাবে হওয়া উচিত: ৩ সাধারণ দিনে সান্ধ্যভোজ থেকে উঠেই তাঁরা সকলে একসঙ্গে বসবেন এবং একজন 'আলোচন-মালা' কিংবা 'পিতৃগণের জীবনচরিত' অথবা এমন অন্য কিছু পাঠ করবেন যা শ্রোতাদের উপকার যোগাবে, ৪ কিন্তু সপ্তপুস্তক বা রাজাবলি থেকে নয়, কেননা দুর্বল বুদ্ধিসম্পন্ন যাঁরা, তাঁদের পক্ষে শাস্ত্রের সেই অংশগুলি সেই সময়ে শোনা

উপকারী নয়; এ অংশগুলি অন্য সময়ে পাঠ করে শোনানো হবে।

[৫] উপবাসের দিনে, সন্ধ্যারতি অনুষ্ঠানের পর একটু অবসর সময় থাকবে, তারপর—যেমনটি বলেছি—সকলে 'আলোচন-মালা' পাঠ শুনতে আসবেন। [৬] তখন চার পাঁচ পৃষ্ঠা পাঠ করা হবে, কিংবা নির্ধারিত সময় অনুসারে যতখানি সম্ভব ততখানি। [৭] কেউ কেউ দৈবাৎ কোন নির্ধারিত কাজে ব্যস্ত থাকলেও, তবু এই পাঠের সময়টা সকলকে এক জায়গায় আসতে সুযোগ করে দেয়। [৮] তারপর, একসঙ্গে সম্মিলিত হয়ে সকলে সমাপ্তি ঘণ্টা উদ্‌যাপন করবেন। এ প্রার্থনা শেষে প্রস্থানের পরে, কারও সঙ্গে কথা বলতে কারও অনুমতি আর থাকবে না। [৯] যদি এমন কাউকে পাওয়া যায় যিনি এ মৌনতার নিয়ম ভঙ্গ করেন, তাঁকে কঠোর শাস্তি ভোগ করতে হবে, [১০] অবশ্য, অতিথিদের জন্য যদি না অপ্রত্যাশিত কিছু করা দরকার হয়, কিংবা আব্বা কাউকে যদি না কোন আদেশ দিতে চান; [১১] তাও কিন্তু অত্যন্ত গাম্ভীর্য ও যথাযথ সংযম বজায় রেখেই করা উচিত।

৪৩ ঐশকাজে বা ভোজে বিলম্ব

[১] ঐশকাজের একটা ঘণ্টার সঙ্কেত শোনামাত্র, হাতে যাই কিছু থাকুক না কেন তা ছেড়ে, অত্যন্ত দ্রুতবেগে দৌড় দিতে হবে, [২] অবশ্য গাম্ভীর্য বজায় রেখে, যেন কোন চপলতা দেখা দেওয়ার মত সুযোগ না পায়। [৩] অতএব ঐশকাজের আগে কিছুই যেন স্থান না পায়।

[৪] কেউ যদি নিশিজাগরণীতে ৯৪ নং সামসঙ্গীতের ত্রিত্বের গৌরবের পরেই এসে উপস্থিত হন (এ কারণেই তো আমি চাই এ সামসঙ্গীত যেন ধীরে-ধীরে ও মন্থরগতিতে বলা হয়), তাহলে তিনি প্রার্থনামঞ্চে পদানুক্রমে তাঁর নির্ধারিত স্থানে দাঁড়াবেন না, [৫] বরং দাঁড়িয়ে থাকবেন সকলের শেষে কিংবা সেই স্থানে যা আব্বা তেমন অপরাধীদের জন্য নির্ধারণ করেছেন, যেন তিনি এবং সকলে তাঁদের দেখতে পান, [৬] আর সেখানে দাঁড়িয়ে থাকবেন যতক্ষণ ঐশকাজ শেষে তিনি প্রকাশ্য অনুশোচনার মাধ্যমে প্রায়শ্চিত্ত না করেন। [৭] সুতরাং আমি নির্দেশ দিলাম, তাঁরা সর্বশেষ স্থানে বা সকল থেকে আলাদা স্থানে দাঁড়িয়ে থাকবেন, যেন সকলের চোখে পড়েন এবং তাঁদের নিজেদের লজ্জার খাতিরেই আত্মসংশোধন করেন। [৮] আসলে তাঁরা প্রার্থনালয়ের বাইরেই থাকলে, হয় তো এমন কেউ থাকতে পারেন যিনি বিছানায় ফিরে গিয়ে ঘুমাবেন, কিংবা—আরও খারাপ—বাইরে বসে গল্প করেই সময় কাটাবেন আর এইভাবে *সেই দুর্জনকে সুযোগ দেওয়া হয়।* [৯] তাই তাঁরা ভিতরেই ঢুকবেন, তাঁরা যেন সবকিছু না হারান ও পরবর্তীকালে যেন আত্মসংশোধন করতে পারেন।

[১০] দিনমানের অন্যান্য ঘণ্টায় যাঁরা উদ্বোধন পদ উচ্চারিত হলে পরেই বা পদের পরবর্তী প্রথম সামসঙ্গীতের ত্রিত্বের গৌরবের পরেই ঐশকাজে এসে উপস্থিত হন, তাঁরা উপরে দেওয়া নির্দেশ অনুসারে সর্বশেষেই দাঁড়িয়ে থাকবেন; [১১] প্রায়শ্চিত্ত না করা পর্যন্ত তাঁরা সামসঙ্গীত-গানে রত ভাইদের কণ্ঠে যেন যোগ দিতে সাহস না করেন, যদি না, হয় তো, আব্বা দণ্ডমুক্তি দিয়ে তাঁদের অনুমতি দেন। [১২] তা সত্ত্বেও যিনি অপরাধী তাঁকে এর জন্য প্রায়শ্চিত্ত করতে হবে।

[১৩] কিন্তু খাবারঘরে যিনি পদ উচ্চারিত হবার আগেই উপস্থিত না হয়ে সকলে যাতে একসঙ্গেই পদের পর প্রার্থনা ক'রে একসঙ্গেই সকলে ভোজে অংশ নিতে পারেন তাতে বাধা সৃষ্টি করেন, [১৪] তিনি নিজের অবহেলা বা দোষের জন্যই যদি অনুপস্থিত, এর জন্য তাঁকে দু'বার পর্যন্ত ভর্ৎসনা করা হবে; [১৫] তিনি এরপরেও আত্মসংশোধন না করলে, তবে তাঁকে সাধারণ ভোজে অংশ নিতে নিষেধ করা হবে, [১৬] এমনকি সকলের সংসর্গ থেকে বঞ্চিত হয়ে তিনি একাকী খাবেন; তাঁর আঙুররসের অংশ থেকেও তিনি বঞ্চিত হবেন যতক্ষণ প্রায়শ্চিত্ত ও আত্মসংশোধন না করেন। [১৭] একই শাস্তি তিনিও ভোগ করবেন যিনি খাওয়া শেষে পদ বলার সময়ে অনুপস্থিত।

[১৮] নির্ধারিত সময়ের আগে বা পরে কেউই যেন কোন খাদ্য বা পানীয় নিতে সাহস না করেন। [১৯] এমনকি,

মহন্ত কাউকে কিছু দিতে চাইলে সেই ভাই যদি তা নিতে অসম্মতি জানান, তবে তিনি আগে যা চাননি তারপরে তাই বা অন্য কিছু চাইলে, তবে যথাযথ সংশোধন না করা পর্যন্ত তিনি মোটেই কিছু পাবেন না।

৪৪ সঙ্ঘচ্যুত ব্যক্তির প্রায়শ্চিত্ত

১ গুরুতর অপরাধের জন্য যদি কেউ প্রার্থনালয় ও খাবারঘর থেকে সঙ্ঘচ্যুত হন, প্রার্থনালয়ে ঐশকাজ অনুষ্ঠিত হয়ে গেলে তিনি প্রার্থনালয়ের প্রবেশদ্বারে নীরব হয়ে প্রণত থাকবেন। ২ এমনকি, যাঁরা প্রার্থনালয় ছেড়ে চলে যাচ্ছেন, মাটিতে মাথা নত করে তিনি তাঁদের সকলের পায়ে প্রণত হয়ে থাকবেন; ৩ আর তিনি তা করে থাকবেন যে পর্যন্ত আব্বা না মনে করেন যে তাঁর প্রায়শ্চিত্ত হয়েছে। ৪ তারপর, আব্বার আদেশে তিনি প্রথমে আব্বার পায়ে এবং তারপর সকলের পায়ে লুটিয়ে পড়বেন, তাঁরা যেন তাঁর জন্য প্রার্থনা করেন। ৫ তখনই মাত্র, আব্বা যদি আদেশ দেন, আব্বা দ্বারা নির্ধারিত স্থানে তাঁকে প্রার্থনামঞ্চে পুনরায় গ্রহণ করা হবে। ৬ আর শুধু তা নয়, আব্বা আবার তাঁকে নির্দেশ না দিলে, তবে একটা সামসঙ্গীত বা বাণী পাঠ কিংবা অন্য কিছু পরিচালনা করতে তিনি যেন সাহস না করেন। ৭ তা ছাড়া প্রতিটি ঘণ্টায়, ঐশকাজ শেষে, তিনি যেখানে আছেন সেখানে ভূমিষ্ঠ হয়ে থাকবেন। ৮ এইভাবে তিনি প্রায়শ্চিত্ত করতে থাকবেন যে পর্যন্ত আব্বা আদেশ দিয়ে এ প্রায়শ্চিত্ত থেকে তাঁকে না মুক্তি দেন।

৯ লঘুতর অপরাধের জন্য যাঁরা শুধু খাবারঘর থেকেই সঙ্ঘচ্যুত হন, তাঁরা প্রার্থনালয়ে আব্বার আদেশ না পাওয়া পর্যন্ত প্রায়শ্চিত্ত করতে থাকবেন। ১০ তাঁরা তাই করতে থাকবেন যতক্ষণ না তিনি আশীর্বাদ করে বলেন, 'যথেষ্ট।'

৪৫ প্রার্থনালয়ে ভুল

১ সামসঙ্গীত, শ্লোক, ধুয়ো বা পাঠ উচ্চারণে কেউ ভুল করলে, সেইখানে সকলের সামনে তিনি প্রায়শ্চিত্তের মাধ্যমে যদি বিনম্রতা না দেখান, তাহলে তাঁকে গুরুতর শাস্তি ভোগ করতে হবে, ২ কেননা অবহেলা করে যে ভুল করেছেন, তিনি বিনম্রতার মধ্য দিয়ে তার সংস্কার করতে চাননি। ৩ এ অপরাধের জন্য কিন্তু বালকেরা কশাঘাত ভোগ করবে।

৪৬ বিবিধ ধরনের দোষত্রুটি

১ কেউ যে কোন এক কাজে, রান্নাঘরে, গুদামে, সেবার সময়ে, বেকারিতে, বাগানে, কোন হস্তশিল্পে কাজ করার সময়ে বা যে কোন এক জায়গায় দোষত্রুটি করলে—২ হয় তো তিনি কিছুটা ভেঙে বা হারিয়ে ফেলেছেন কিংবা অন্য কোথাও অন্যভাবেই অকৃতকার্য হয়েছেন—৩ তিনি যদি অবিলম্বে আব্বা ও সঙ্ঘের সামনে না এসে স্বেচ্ছায় প্রায়শ্চিত্ত না করেন এবং নিজের অপরাধ স্বীকার না করেন, ৪ বরং অন্য একজনেরই মাধ্যমে তা প্রকাশ পায়, তাহলে তাঁকে গুরুতর সংশোধনের অধীনে বশীভূত হতে হবে।

৫ কিন্তু, পাপের কারণটা যদি তাঁর অন্তরাত্মায়ই লুকানো থাকে, তাহলে তিনি তা ব্যক্ত করবেন শুধু আব্বা বা আধ্যাত্মিক গুরুজনদেরই কাছে, ৬ যাঁরা কিছুই না প্রকাশ করে ও না রটিয়ে নিজেদের ও অন্যদের ক্ষতস্থান নিরাময় করতে জানেন।

৪৭ ঐশকাজের সময় জ্ঞাত করা

১ আব্বার দায়িত্বই দিবারাত্রি ঐশকাজের সময় জ্ঞাত করা। তিনি নিজেই তা করতে পারেন, কিংবা এমন নির্ভরযোগ্য ভাইদের কাছে এ দায়িত্ব সমর্পণ করবেন, যেন সবকিছু নির্ধারিত সময়েই সম্পন্ন করা হয়।

[২] যাঁদের আদেশ করা হয়েছে, তাঁরাই শুধু আব্বার পরে অনুক্রমেই সামসঙ্গীত ও ধুয়ো পরিচালনা করবেন। [৩] কিন্তু কেউই গান ও পাঠ করতে সাহস করবেন না, তাঁরা ছাড়া যাঁরা একাজ এমনভাবেই সম্পাদন করতে পারেন যার ফলে শ্রোতাদের উপকার হয়। [৪] বিনম্রতা, গাম্ভীর্য ও গভীর শ্রদ্ধার সঙ্গেই তা করা হবে, এবং আব্বার আদেশ অনুসারেই।

৪৮ দৈনিক হাতের কাজ

[১] অলসতাই অন্তরাত্মার শত্রু। অতএব, নির্ধারিত সময়ে হাতের কাজেই এবং নির্ধারিত সময়ে ঐশপাঠেই ভাইদের রত থাকা দরকার।

[২] আমি মনে করি উভয় সময় এ ব্যবস্থা অনুসারেই নির্দিষ্ট করা যেতে পারে, [৩] তথা: পাস্কা থেকে পয়লা অক্টোবর পর্যন্ত তাঁরা সকাল ছ'টা থেকে মোটামুটি দশটা পর্যন্ত যত প্রয়োজনীয় কাজ করবেন। [৪] দশটা থেকে ষষ্ঠ ঘণ্টা অনুষ্ঠানকাল পর্যন্ত তাঁরা ঐশপাঠে নিযুক্ত থাকবেন। [৫] ষষ্ঠ ঘণ্টার পর, ভোজ থেকে উঠে তাঁরা অত্যন্ত নীরবতা বজায় রেখে বিছানায় শুয়ে থাকবেন; কিন্তু যে কেউ ব্যক্তিগত ভাবে ঐশপাঠ করতে ইচ্ছা করেন, তিনি এমনভাবেই পড়বেন যেন অন্যকে বিরক্ত না করেন। [৬] বিকেল আড়াইটার দিকে তাঁরা নবম ঘণ্টা উদ্‌যাপন করবেন এবং সন্ধ্যারতি পর্যন্ত সমস্ত প্রয়োজনীয় কাজে ফিরে যাবেন। [৭] পরিস্থিতি বা তাঁদের দরিদ্রতা হেতু তাঁরা নিজেরাই শস্যগ্রহণ করতে বাধ্য হলে, এর জন্য দুঃখ করবেন না, [৮] কেননা আমাদের পিতৃগণ ও প্রেরিতদূতদের মত যখন নিজেদের হাতের কাজের উপর নির্ভর করে জীবনযাপন করেন, তখনই তাঁরা প্রকৃত সন্ন্যাসী। [৯] তথাপি যাঁরা ভীরু ব্যক্তি, তাঁদের খাতিরে যেন মাত্রা বজায় রেখেই সবকিছু করা হয়।

[১০] পয়লা অক্টোবর থেকে তপস্যাকালের শুরু পর্যন্ত তাঁরা সকাল আটটা পর্যন্ত ঐশপাঠে রত থাকবেন। [১১] আটটায় তৃতীয় ঘণ্টা উদ্‌যাপন করবেন এবং নবম ঘণ্টা পর্যন্ত তাঁদের নির্দিষ্ট কাজ করে যাবেন। [১২] নবম ঘণ্টার প্রথম সঙ্কেতে সকলে নিজ নিজ কাজ ছেড়ে দ্বিতীয় সঙ্কেতের জন্য নিজেদের প্রস্তুত করবেন। [১৩] ভোজের পর তাঁরা ঐশপাঠে বা সামসঙ্গীত পড়তে পড়তেই সময় কাটাবেন।

[১৪] তপস্যাকালের দিনগুলিতে সকাল থেকে দশটা পর্যন্ত তাঁরা ঐশপাঠের জন্য মুক্ত থাকবেন, এবং বিকাল পাঁচটা পর্যন্ত যাঁর যাঁর নির্দিষ্ট কাজে রত থাকবেন। [১৫] এ তপস্যাকালীন দিনগুলিতে সকলে গ্রন্থাগার থেকে একটা করে পুস্তক নেবেন আর তা আগাগোড়া সম্পূর্ণরূপেই পড়বেন। [১৬] এ পুস্তকগুলিকে তপস্যাকালের শুরুতেই বিতরণ করা হবে।

[১৭] সর্বোপরি একজন বা দু'জন বয়স্ক ভাইকে অবশ্য নিযুক্ত করতে হবে যাঁরা যে সময় ভাইয়েরা ঐশপাঠে কাটান, সেই সময়ে মঠ পরিদর্শন করবেন। [১৮] তাঁরা দেখবেন যেন দৈবাৎ এমন অলস ভাইকে পাওয়া যায় যিনি কিছুই না করে বা গল্প ক'রেই সময় ব্যয় ক'রে ঐশপাঠে মন দিচ্ছেন না, আর তাই করে তিনি যে শুধু নিজেরই ক্ষতি করেন এমন নয়, অন্যদেরও অন্যমনস্ক করে তোলেন। [১৯] ঈশ্বর না করুন, কিন্তু তেমন ভাই ধরা পড়লে তাঁকে প্রথমবার ও দ্বিতীয়বার ভর্ৎসনা করা হবে; [২০] তিনি আত্মসংশোধন না করলে, তবে এমনভাবেই তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাস্তি ভোগ করতে হবে যেন অন্যান্য সকলে ভয় পান। [২১] তা ছাড়া, অনির্ধারিত সময়ে যেন কোন ভাই অন্য ভাইদের সঙ্গে সংসর্গ না করেন।

[২২] প্রভুর দিনে, যাঁদের বিভিন্ন কাজে নিয়োগ করা হয়েছে, তাঁরা ছাড়া সকলেই ঐশপাঠে সময় অতিবাহিত করবেন। [২৩] কিন্তু কেউ যদি এতই শিথিল ও অলস হন যে অধ্যয়ন বা পাঠ করতে চান না বা পারেন না, তবে তিনি যেন কিছুই না করে সময় ব্যয় না করেন এজন্য তাঁকে একটা কাজে নিযুক্ত করতে হবে।

[২৪] অসুস্থ বা দুর্বল ভাইদের এমন কাজে বা হস্তশিল্পেই নিয়োগ করা হবে যাতে তাঁরা নিষ্কর্মা না হয়ে থাকেন; আবার কাজের কঠোরতার চাপে তাঁরা যেন নিরাশ না হয়ে পড়েন কিংবা কাজ ছাড়তে বাধ্য হন। [২৫]

তাঁদের দুর্বলতা সম্বন্ধে আব্বার সুবিবেচক হওয়া উচিত।

৪৯ তপস্যাকাল

১ সন্ন্যাসীর জীবন হওয়া উচিত অনবরতই একটা তপস্যাকাল-পালন। ২ কিন্তু, যেহেতু তেমন শক্তি অল্পজনেরই মাত্র আছে, এজন্য আমি সনির্বন্ধ অনুরোধ করছি সকলেই যেন তপস্যাকালের এ দিনগুলিতে সমস্ত পবিত্রতা বজায় রেখেই জীবনাচরণ করেন, ৩ এবং এ পবিত্র দিনগুলিতে যেন অন্য সময়ের অবহেলা সকল মুছে দেন। ৪ তা তখনই উপযুক্তভাবে ঘটে, যখন আমরা সকল কু-অভ্যাস পরিত্যাগ করি এবং অশ্রুসিক্ত নয়নে প্রার্থনা, ঐশপাঠ, হৃদয়-বিদারণ ও আত্মসংযমে রত হয়ে সাধনা করি। ৫ কাজেই এ দিনগুলিতে আমরা আমাদের সেবার সাধারণ পরিমাণে অন্য কিছু যোগ দেব, যথা ব্যক্তিগত প্রার্থনা এবং খাদ্য ও পানীয় থেকে বিরতি, ৬ যাতে করে *পবিত্র আত্মার আনন্দের সঙ্গে* এক একজন স্বেচ্ছায়ই নির্দিষ্ট পরিমাণের চেয়ে অতিরিক্ত কিছুই ঈশ্বরকে নিবেদন করতে পারেন। ৭ অন্য কথায়, আত্মসংযমের খাতিরে এক একজন কিছুটা খাদ্য, পানীয়, নিদ্রা, কথন, পরিহাস বাতিল ক'রে আত্মিক কামনা ও আনন্দের সঙ্গে পবিত্র পাস্কার জন্য প্রতীক্ষা করবেন।

৮ তবু এক একজন যা করতে মনস্থ করেছেন, তা তিনি তাঁর আব্বাকে জানিয়ে দেবেন এবং তাঁর প্রার্থনা ও সম্মতি পেয়েই তা পালন করবেন, ৯ কেননা আধ্যাত্মিক পিতার বিনা অনুমতিতে যা কিছু করা হয়, তা পুরস্কারেরই যোগ্য কাজ বলে নয়, বরং স্পর্ধা ও দম্ভ বলেই বিবেচনা করা হবে। ১০ সুতরাং সবকিছু যেন আব্বার সম্মতি নিয়েই করা হয়।

৫০ দূরে কর্মরত বা ভ্রমণে রত ভাইদের জন্য ব্যবস্থা

১ যে ভাইয়েরা এতই দূরে কাজ করেন যে নির্ধারিত সময়ে প্রার্থনালয়ে এসে উপস্থিত হতে পারেন না— ২ (আব্বাই বিচার করবেন তাই কিনা)— ৩ তাঁরা যেখানে কাজ করছেন, ঈশ্বরের প্রতি গভীর শ্রদ্ধায় হাঁটু পাত করে সেইখানে ঐশকাজ সম্পাদন করবেন।

৪ একই প্রকারে যাঁদের ভ্রমণে পাঠানো হয়, তাঁরা নির্দিষ্ট অনুষ্ঠান সকল যেন বাতিল না করেন, বরং যতখানি পারেন করবেন, এবং তাঁদের সেবার পরিমাণ পূর্ণ করায় যেন অবহেলা না করেন।

৫১ নিকটবর্তী স্থানে পাঠানো ভাইদের জন্য ব্যবস্থা

১ যে ভাইকে কোন উদ্দেশ্য নিয়ে কোথাও পাঠানো হয়েছে এবং প্রত্যাশা করা হয় তিনি একই দিনে মঠে ফিরবেন, কারও কাছে জোর করে নিমন্ত্রণ পেলেও তিনি যেন বাইরে খেতে সাহস না করেন— ২ হয় তো আব্বা তাঁকে তেমন আদেশ দিয়েছেন, এ শর্ত ছাড়া। ৩ তিনি অন্যথা করলে তাঁকে সঙ্ঘচ্যুত করা হবে।

৫২ মঠের প্রার্থনালয়

১ যাকে প্রার্থনালয় বলে, তা তাই হোক, আর সেখানে যেন অন্য কিছু করা বা রাখা না হয়। ২ ঐশকাজ সম্পাদন করে সকলে অত্যন্ত নীরবতা বজায় রেখে এবং ঈশ্বরের প্রতি সম্মান দেখিয়ে প্রস্থান করবেন, ৩ যাতে যে ভাই হয় তো ব্যক্তিগত ভাবে প্রার্থনা করতে ইচ্ছা করেন, তিনি যেন আর একজনের যুক্তিহীন ব্যবহারে বাধা না পান। ৪ অধিকন্তু, অন্য সময়েও কেউ ব্যক্তিগত ভাবে প্রার্থনা করতে ইচ্ছা করলে, তিনি এমনি ঢুকে প্রার্থনা করবেন, জোর গলায় নয়, বরং অশ্রু ফেলে ও হৃদয়ের একাগ্রতার সঙ্গে। ৫ কাজেই যে কেউ এইভাবে প্রার্থনা করেন না, তাঁকে ঐশকাজের পরে প্রার্থনালয়ে থাকতে নিষেধ করা উচিত, আমি যেমনটি বলেছি, অন্য কেউ

যেন বাধা না পান।

৫৩ অতিথিসেবা

১ যে সকল অতিথি আসেন, তাঁদের খ্রীষ্ট বলেই বরণ করতে হবে, কেননা তিনি নিজেই বলবেন, *আমি প্রবাসী ছিলাম আর তোমরা আমাকে আশ্রয় দিয়েছিলে।* ২ যথোপযুক্ত সম্মান সকলেরই প্রতি দেখাতে হবে, *যাঁরা বিশ্বাসসূত্রে আমাদের আপনজন, বিশেষভাবে তাঁদেরই প্রতি* এবং তীর্থযাত্রীদের প্রতি।

৩ অতিথির সংবাদ দেওয়া হলেই মহন্ত এবং ভাইয়েরা সমস্ত ভালবাসা ও যত্ন সহকারে তাঁর সঙ্গে সাক্ষাৎ করতে যাবেন। ৪ সর্বপ্রথমে তাঁরা একসঙ্গে প্রার্থনা করবেন, আর এইভাবে শান্তিতে সম্মিলিত হবেন। ৫ কিন্তু দিয়াবলের ছলনার কথা ভেবে, কেবল প্রার্থনা করার পরেই শান্তির চুম্বন অর্পণ করা হবে।

৬ আগমনকারী বা প্রস্থানকারী অতিথিদের প্রতি অভিবাদন করতে গিয়ে উত্তম বিনম্রতা দেখাতে হবে: ৭ মাথা নত করে কিংবা ষষ্ঠাঙ্গ প্রণাম করে তাঁদের মধ্যে সেই খ্রীষ্টকে পূজা করা হবে যাঁকে আসলে বরণ করা হচ্ছে। ৮ অতিথিদের বরণ করার পর, প্রার্থনার জন্য তাঁদের আমন্ত্রণ করা হবে; তারপর মহন্ত কিংবা সেই ভাই যাঁকে তিনি নিযুক্ত করেছেন তাঁদের সঙ্গে বসবেন। ৯ অতিথির উপকারের জন্য তাঁর কাছে ঐশবিধান পাঠ করা হবে, এবং এসব কিছুর পর তাঁকে সমগ্র সহৃদয়তা দেখানো হবে। ১০ উপবাসের এমন বিশেষ দিন হলে যা ভঙ্গ করা যায় না, তেমন কারণ ছাড়া মহন্ত অতিথির খাতিরে উপবাস ভঙ্গ করবেন; ১১ ভাইয়েরা কিন্তু উপবাসের সাধারণ ব্যবস্থা পালন করবেন। ১২ আব্বা অতিথির হাতে জল ঢেলে দেবেন, ১৩ এবং সমগ্র সঙ্ঘের সঙ্গে আব্বা সকল অতিথির পা ধুয়ে দেবেন। ১৪ তাঁদের পা ধুইলে পর তাঁরা এ পদই বলবেন, *হে পরমেশ্বর, তোমার মন্দির মাঝে আমরা তোমার দয়া বরণ করেছি।*

১৫ বিশেষভাবে গরিবদের ও তীর্থযাত্রীদের বরণে তৎপরতার সঙ্গে যত্ন দেখাতে হবে, কেননা বিশেষ করে এঁদেরই মধ্যে খ্রীষ্টকে বরণ করা হয়; আসলে, ধনীদের বেলায় ভয়ই তাদের প্রতি সম্মান দেখাতে বাধ্য করে।

১৬ যেহেতু একটা মঠে কখনও অতিথিদের অভাব নেই, সেজন্য আব্বা আর অতিথিদের রান্নাঘর আলাদা হবে যেন অতিথিরা অজানা সময়ে এলেও ভাইদের কোন অসুবিধা না হয়। ১৭ প্রতি বৎসর এই রান্নাঘরে এমন দু'জন ভাইকে নিযুক্ত করা হবে যাঁরা একাজ উপযুক্ত ভাবেই পালন করতে পারেন। ১৮ প্রয়োজন হলে এঁদের সাহায্যে অন্য কাউকে দিতে হবে তাঁরা যেন অসন্তোষে বিড়বিড় না করেই এ সেবাকাজ সম্পাদন করতে পারেন। আবার, তাঁদের কম কাজ থাকলে, তাঁরা সেইখানে যাবেন যেখানে তাঁদের জন্য অন্য কাজ নির্দিষ্ট করা হয়েছে। ১৯ এ ব্যবস্থা শুধু এঁদের জন্য নয়, মঠের সকল কাজের জন্যও, ২০ যেন প্রয়োজন হলে ভাইয়েরা সাহায্য পান, আবার নিষ্কাজ হলে তাঁরা যেন নির্দেশ মত কাজ করেন।

২১ অতিথিশালার দায়িত্ব এমন ভাইকে দেওয়া উচিত যাঁর অন্তরাত্মায় ঈশ্বরভীতি স্থান পেয়েছে। ২২ সেখানে উপযুক্ত বিছানার ব্যবস্থা থাকবে। ঈশ্বরের গৃহ সুবুদ্ধিসম্পন্ন ব্যক্তি দ্বারাই সুবুদ্ধির সঙ্গে পরিচালনা করা উচিত।

২৩ বিনা অনুমতিতে কেউই অতিথিদের সঙ্গে সংসর্গ করবেন না, কথাও বলবেন না। ২৪ তথাপি কোন ভাই অতিথির সম্মুখীন হলে বা তঁাকে দেখলে, তবে—যেমনটি বলেছি—তিনি তঁাকে বিনম্রভাবে অভিবাদন করবেন। অতিথিদের সঙ্গে কথা বলার তাঁর অনুমতি নেই, তাঁকে একথা বুঝিয়ে দিয়ে তিনি আশীর্বাদ প্রার্থনা করে নিজ পথে এগিয়ে যাবেন।

৫৪ সন্ন্যাসীর জন্য চিঠিপত্র বা উপহার

১ আব্বার অনুমতি ছাড়া সন্ন্যাসীর পক্ষে কখনও তাঁর আত্মীয়স্বজনদের কাছ থেকে, কোন ব্যক্তির কাছ থেকে ও কোন ভাইয়ের কাছ থেকে চিঠিপত্র, ধর্মীয় সামগ্রী বা যে কোন ধরনের ছোট উপহার পাওয়া কিংবা

দেওয়া বিধেয় নয়। ২ এমনকি, তাঁর কাছে তাঁর আত্মীয়স্বজনদের কাছ থেকেও কিছুটা পাঠানো হলে, তা গ্রহণ করতে তিনি যেন সাহস না করেন, যদি না আগে আব্বাকে বলা হয়ে থাকে। ৩ তা গ্রহণ করতে আদেশ দিলেও, তবু আব্বার অধিকার রয়েছে তা তাঁকেই দিতে যাঁকে তিনি ইচ্ছা করেন; ৪ আর যাঁরই কাছে তা আসলে পাঠানো হয়েছিল, সেই ভাই যেন এজন্য মর্মাহত না হন, পাছে *দিয়াবলকে সুযোগ দেওয়া হয়।* ৫ যে কেউ কিন্তু অন্যথা করতে সাহস করবেন, তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাসনের অধীনে বশীভূত হতে হবে।

৫৫ ভাইদের পোশাক ও পাদুকা

১ একটা মঠের স্থানীয় পরিবেশ ও আবহাওয়া অনুসারেই ভাইদের কাছে কাপড়-চোপড় দেওয়া উচিত, ২ কেননা শীতপ্রধান দেশে বেশি, এবং উষ্ণপ্রধান দেশে কমই প্রয়োজন হয়। ৩ কাজেই এ ব্যাপার আব্বার বিচার-বিবেচনার উপর নির্ভর করে। ৪ যাই হোক, আমি মনে করি যে শীতোষ্ণ জায়গায় সন্ন্যাসীদের পক্ষে একটা করে মাথার কাপড় ও একটা লম্বা জামা যথেষ্ট হতে পারে; ৫ শীতকালে মাথার কাপড় হওয়া উচিত পশমী, গ্রীষ্মকালে পাতলা বা পুরাতন একটা। ৬ তা ছাড়া, কাজের সময় একটা অংসবস্ত্র এবং পায়ে চপ্পল ও জুতো।

৭ এসব কিছুর রঙ বা নিকৃষ্টতা নিয়ে সন্ন্যাসীদের পক্ষে অসন্তোষ প্রকাশ করা উচিত নয়, বরং যে যে অঞ্চলে বাস করেন, তাঁরা তাই ব্যবহার করবেন যা সেখানে পাওয়া যায় এবং যা অল্প দামে কেনা যেতে পারে। ৮ আব্বা কিন্তু মাপের দিকে লক্ষ রাখবেন, যাঁরা এ কাপড়গুলো পরেন তাঁদের জন্য এগুলি যেন ছোট না হয়, বরং উপযুক্ত মাপের হয়।

৯ নতুন কিছু পেলে পুরাতনটা সঙ্গে সঙ্গে ফেরত দেওয়া হবে, যেন তোষাখানায় গরিবদের জন্য রাখা হয়। ১০ রাতের কথা ও বস্ত্র কাচার কথা ভেবে, সন্ন্যাসীর জন্য দু'টো লম্বা জামা ও দু'টো মাথার কাপড় যথেষ্ট; ১১ অন্য কিছু নিষ্প্রয়োজনীয় বলেই বাদ দেওয়া উচিত। ১২ নতুন কিছু পেলে তাঁরা চপ্পল বা যাই কিছু পুরাতন তা ফেরত দেবেন।

১৩ ভ্রমণে পাঠানো হলে ভাইয়েরা তোষাখানা থেকে অধোবস্ত্র সংগ্রহ করবেন; ফিরে এসে সেই সব ধুয়ে ফেরত দেবেন। ১৪ মাথার কাপড় ও লম্বা জামাও সাধারণত-ব্যবহৃতগুলির চেয়ে কিছুটা ভাল হওয়ার কথা; বাইরে যাওয়ার সময় তাঁরা তোষাখানা থেকে সেগুলি সংগ্রহ করে ফিরে এসে ফেরত দেবেন।

১৫ শয্যা হিসাবে একটা মাদুর, একটা পশমী কম্বল, একটা পাতলা চাদর ও একটা বালিশ যথেষ্ট।

১৬ আব্বা শয্যাগুলো বারবার পরিদর্শন করবেন পাছে স্বত্বাধিকৃত বলে কোন বস্তু খুঁজে পাওয়া যায়, ১৭ আর কারও কাছে যদি এমন কিছু খুঁজে পাওয়া যায় যা তিনি আব্বার কাছ থেকে পাননি, তাঁকে অত্যন্ত কঠোর শাস্তি ভোগ করতে হবে। ১৮ যাতে স্বত্বাধিকারের এ রিপুটাকে আমূলে উপড়িয়ে ফেলা হয়, এ উদ্দেশ্যে আব্বা সকল প্রয়োজনীয় জিনিস বিতরণ করবেন ১৯ তথা: মাথার কাপড়, লম্বা জামা, চপ্পল, জুতো, কটিবন্ধনী, ছুরি, কলম, সুচ, রুমাল, খাতা। এভাবে প্রয়োজনের যে কোন ছুতা দূর করা হবে।

২০ তথাপি এবিষয়ে আব্বা সবসময় শিষ্যচরিতের সেই বাণী ভাববেন, *প্রত্যেকের প্রয়োজন অনুসারেই সবকিছু ভাগ করে দেওয়া হত।* ২১ এভাবে আব্বা ঈর্ষাপরতন্ত্রদের কু-ইচ্ছা নয়, বরং যাঁদের কিছু প্রয়োজন তাঁদেরই দুর্বলতার কথা ভাববেন। ২২ তবু তাঁর সকল বিচারে তিনি ঈশ্বরেরই প্রতিদানের কথা মনে রাখবেন।

৫৬ আব্বার খাবারঘর

১ আব্বা সবসময় অতিথি ও তীর্থযাত্রীদের সঙ্গে খাবেন। ২ কিন্তু যখন কম অতিথি থাকেন, তখন তাঁর অধিকার রয়েছে কয়েকজন ভাইকে ডাকতে। ৩ তথাপি শৃঙ্খলা বজায় রাখার জন্য যেন সবসময় দু' একজন

গুরুজনকে ভাইদের সঙ্গে রাখা হয়।

৫৭ মঠের কারুশিল্পীরা

১ মঠে কোন কারুশিল্পী থাকলে তাঁরা আব্বা অনুমতি দিলে সমগ্র বিনম্রতা বজায় রেখেই তাঁদের কারুকাজ করে যাবেন। ২ এঁদের কেউ যদি তাঁর কারুকাজের নৈপুণ্য নিয়ে গর্ব করেন আর মনে করেন যে তিনিই মঠে গৌরব আরোপ করছেন, ৩ তাহলে এ ব্যক্তিকে তাঁর সেই কারুকাজ থেকে সরিয়ে দেওয়া হবে এবং নিজেকে নত না করলে ও আবার আব্বার আদেশ না পেলে তিনি সেই কারুকাজ পুনর্গ্রহণ করতে পারবেন না।

৪ যখন কারুশিল্পীদের কাজ বিক্রি করতে হবে, তখন যাঁদের বিক্রয়ের দায়িত্ব রয়েছে, তাঁরা যেন কোন ফন্দিফিকির করতে সাহস না করেন। ৫ আনানিয়াস ও সাফিরার কথা সবসময় মনে রাখবেন তাঁরা : সেই দু'জন যেমন শারীরিক মৃত্যু বরণ করেছিল, ৬ তেমনি তাঁরা ও সেই সকলে যাঁরা মঠের জিনিসপত্র নিয়ে কোন ফন্দিফিকির করেন তাঁরা যেন আত্মারই মৃত্যু ভোগ না করেন।

৭ মূল্য ঠিক করতে গিয়ে তাঁরা যেন কৃপণতার অনিষ্টের মুখে না পড়েন, ৮ বরং সাধারণ লোকে যে মূল্যে বিক্রি করতে পারে, তাঁর চেয়ে তাঁরা যেন কিছু কমেই বিক্রি করেন, ৯ *যেন সবকিছুতে ঈশ্বর গৌরবান্বিত হন।*

৫৮ ভাইদের গ্রহণ করার নিয়ম

১ যিনি সন্ন্যাসজীবনে নতুন আসছেন, তাঁকে যেন সহজ প্রবেশ মঞ্জুর করা না হয়, ২ বরং প্রেরিতদূত যেমন বলেন, *আত্মাদের পরীক্ষা কর, তারা ঈশ্বর থেকে আসে কিনা।* ৩ কাজেই যিনি এসেছেন, তিনি যদি দরজায় আঘাত করতে থাকেন ও চার-পাঁচ দিন পরে যদি কঠোর ব্যবহার ও প্রবেশের বাধা ধৈর্যের সঙ্গে সহ্য করে দৃঢ়ভাবে তাঁর আবেদন জানাতে থাকেন, ৪ তাহলেই তাঁকে প্রবেশের অনুমতি দেওয়া উচিত। তিনি তখন অতিথিশালায় কিছুদিনের মত থাকবেন।

৫ তারপর তিনি সেই প্রার্থীগৃহেই থাকবেন প্রার্থীরা যেখানে অধ্যয়ন করেন, খান ও ঘুমান। ৬ এঁদের উপর এমন এক গুরুজনকে নিযুক্ত করতে হবে যিনি আত্মা জয় করতে নিপুণ। তিনি অত্যন্ত তৎপরতার সঙ্গে তাঁদের যত্ন নেবেন।

৭ ভাল করে দেখতে হবে প্রার্থী সত্যি ঈশ্বরের অন্বেষণ করেন কিনা; ঐশকাজ, বাধ্যতা ও যত অপমানজনক পরীক্ষার জন্য তিনি আগ্রহ দেখান কিনা। ৮ তাঁকে স্পষ্টভাবেই বলতে হবে সেই সকল কঠোর বাধার কথা যার মধ্য দিয়ে মানুষ ঈশ্বরের দিকে যায়।

৯ তিনি যদি তাঁর স্থিতিশীলতায় অধ্যবসায়ী হয়ে থাকবেন বলে প্রতিজ্ঞা করেন, তাহলে দু'মাস পরে তাঁর কাছে এ নিয়মটা আগাগোড়া পাঠ করে শোনানো হবে ১০ এবং তাঁকে বলা হবে, 'এই দেখ, এ হল সেই বিধান যার অধীনে তুমি সেবা করতে চাও। তুমি যদি তা পালন করতে পার, তাহলে প্রবেশ কর; কিন্তু যদি না পার, স্বেচ্ছায় চলে যাও।' ১১ তিনি এবারও টিকে থাকলে, তাঁকে সেই প্রার্থীগৃহে নেওয়া হবে এবং সমস্ত ধৈর্যের সঙ্গে তাঁকে আবার পরীক্ষা করা হবে। ১২ ছ' মাস অতিবাহিত হলে পর, তাঁকে নিয়মটা পাঠ করে শোনানো হবে তিনি যেন জানতে পারেন কিসেতে প্রবেশ করতে যাচ্ছেন। ১৩ তিনি এবারও টিকে থাকলে, তাহলে চার মাস পরে এ নিয়ম তাঁকে আবার পাঠ করে শোনানো হবে। ১৪ যদি গভীরভাবে বিবেচনা করে তিনি সবকিছু মেনে চলতে ও তাঁর কাছে যা কিছু আদেশ করা হবে তা পালন করতে প্রতিজ্ঞা করেন, তাহলে তাঁকে সঙ্ঘে গ্রহণ করা হবে। ১৫ তিনি জানবেন যে নিয়মের বিধি দ্বারা স্থির করা আছে যে সেইদিন থেকে তাঁর পক্ষে মঠ ছেড়ে চলে যাওয়া বিধেয় নয়, ১৬ এবং যে জোয়াল এত দীর্ঘ বিবেচনার পর তিনি পরিত্যাগ বা গ্রহণ করতে স্বাধীন ছিলেন, নিয়মের সেই জোয়াল ঘাড় নেড়ে সরিয়ে দেওয়াও বিধেয় নয়।

১৭ তাঁকে গ্রহণ করার সময় এলে, তিনি প্রার্থনালয়ে সকলের সামনে স্থিতিশীলতা, সন্ন্যাস-আচরণ ও বাধ্যতার প্রতিজ্ঞায় নিজেকে প্রতিজ্ঞাবদ্ধ করবেন। ১৮ এ অনুষ্ঠান ঈশ্বর ও তাঁর নিখিল সাধুসাধ্বীর সম্মুখেই উদ্‌যাপিত হয়, তিনি যেন জানতে পারেন যে, কখনও অন্যথা করলে, তবে তিনি যাঁকে উপেক্ষা করেন তাঁর দ্বারা দণ্ডিত হবেন। ১৯ যে সকল সাধুসাধ্বীর দেহাবশেষ সেখানে রয়েছে, তাঁদের নামে এবং উপস্থিত আব্বার নামে একটি দলিলপত্রে তিনি তাঁর প্রতিজ্ঞা লিপিবদ্ধ করবেন। ২০ তিনি নিজের হাতেই এ পত্র লিখবেন, কিংবা নিরক্ষর হলে অন্য একজনকে তা লিখতে অনুরোধ করবেন, কিন্তু প্রার্থী তার উপর একটা চিহ্ন দেবেন এবং নিজের হাতেই তা বেদির উপর রেখে দেবেন। ২১ তা রেখে দেওয়ার পর সেই প্রার্থী একাকী এ পদ শুরু করবেন, *তোমার কথামত আমায় ধারণ করে রাখ, প্রভু, তবে জীবন পাব; আমার প্রত্যাশায় আমাকে নিরাশ করো না।* ২২ সমগ্র সঙ্ঘ এ পদটা তিনবার করে আবৃত্তি করবে, শেষবার ত্রিত্বের গৌরবসহ। ২৩ তখন সেই প্রার্থী ভাই এক একজনের পায়ে প্রণত হবেন তাঁরা যেন তাঁর জন্য প্রার্থনা করেন, এবং ঠিক সেইদিন থেকেই তাঁকে সঙ্ঘের সদস্য বলে গণ্য করা হবে।

২৪ তাঁর কোন সম্পদ থাকলে, তিনি হয় আগেই তা গরিবদের দান করবেন, না হয় আনুষ্ঠানিকভাবেই মঠের কাছে তা সমর্পণ করবেন; নিজের জন্য কিছুই রাখবেন না, ২৫ এমনকি তিনি ভাল করে জেনে নেবেন যে সেইদিন থেকে তাঁর নিজের শরীরের উপরেও তাঁর আর কোন অধিকার থাকবে না।

২৬ তখনই, সেই প্রার্থনালয়ে, তিনি নিজস্ব যা কিছুই পরে আছেন, সেইসব থেকে তাঁকে বিবস্ত্র করা হবে এবং মঠের জিনিস পরানো হবে। ২৭ যে সকল বস্ত্র তাঁর কাছ থেকে নেওয়া হল, তা তোষাখানায় যত্নের সঙ্গে রাখা হবে, ২৮ যেন তিনি যদি কখনও দিয়াবলের প্ররোচনায় সম্মতি জানিয়ে মঠ ছেড়ে চলে যান—ঈশ্বর না করুন—তখন যেন মঠের কাপড়-চোপড় থেকে বিবস্ত্র করেই তাঁকে বিতাড়িত করা হয়। ২৯ তবু তাঁর সেই দলিলপত্র যা আব্বা বেদির উপর থেকে নিয়েছিলেন, তিনি সেটা ফেরত পেতে পারবেন না, বরং তা মঠেই রাখা হবে।

৫৯ সম্ভ্রান্ত বা দরিদ্র ব্যক্তিদের নিবেদিত সন্তানেরা

১ সম্ভ্রান্ত বংশের কোন ব্যক্তি যদি মঠে ঈশ্বরের কাছে তাঁর আপন সন্তানকে নিবেদন করেন, সন্তানটি নাবালক হলে, তাঁর পিতামাতাই উপরোল্লিখিত দলিলপত্র লিখবেন ২ এবং অর্ঘ্য নিবেদনের সময়ে তাঁরা সেই দলিলপত্র ও তাঁদের সন্তানের হাত বেদির কাপড়ের মধ্যে গোটাবেন। এভাবেই তাঁরা তাকে নিবেদন করবেন।

৩ তাঁদের ধন-সম্পত্তি সম্বন্ধে, হয় এ দলিলপত্রে শপথ করে প্রতিজ্ঞা করবেন যে তাঁরা নিজেরা বা মাধ্যম দ্বারা কিংবা যে কোন প্রকারেই তাঁরা কখনও তাকে কিছুই দেবেন না বা কিছু পাবার সুযোগ দেবেন না; ৪ না হয়, তা করতে ইচ্ছা না করলে অথচ নিজের পুণ্যে মঠের কাছে চাঁদা হিসাবে কিছু নিবেদন করতে ইচ্ছা করলে, ৫ তবে মঠের কাছে যা দিতে চান তাঁরা তার দানপত্র করবেন—ইচ্ছা করলে নিজেরাই ফসল ভোগ করবেন। ৬ এইভাবে সকল পথ বন্ধ থাকবে পাছে সেই বালক এমনই প্রত্যাশা পোষণ করে যা তাকে প্রতারণা করে ধ্বংস করতে পারে। ঈশ্বর না করুন, কিন্তু আমি অভিজ্ঞতা থেকেই তো একথা শিখেছি।

৭ দরিদ্ররাও ঠিক তাই করবেন। ৮ তবু যাঁদের আদৌ কিছুই নেই, তাঁরা শুধু দলিলপত্রটি লিখবেন এবং অর্ঘ্য নিবেদনের সময়ে সাক্ষীদের সম্মুখে তাঁদের সন্তানকে নিবেদন করবেন।

৬০ মঠে পুরোহিতকে গ্রহণ

১ মঠে যেন তাঁকে গ্রহণ করা হয়, অভিষেকপ্রাপ্ত কোন পুরোহিত এ অনুরোধ জানালে, তাঁকে অতি শীঘ্রই যেন সম্মতি না দেওয়া হয়। ২ তবু তিনি সনির্বন্ধভাবেই তাঁর অনুরোধে স্থির থাকলে, তাহলে তিনি জেনে

রাখবেন যে তাঁকে নিয়মের সমগ্র শাসন মেনে চলতে হবে, ৩ কিছুতেই তাঁকে প্রশ্রয় দেওয়া হবে না, কেননা লেখা রয়েছে, *বন্ধু, কিসের জন্য এসেছ?* ৪ তথাপি আব্বা তাঁকে আদেশ দিলে, তবে তাঁকে আব্বার পাশে থাকতে, আশীর্বাদ করতে ও সমাপন প্রার্থনা বলতে দেওয়া হবে। ৫ অন্য দিক দিয়ে নিয়মানুযায়ী শাসনে নিজেকে অধীনস্থ বলে জেনেই তিনি যেন কোন কিছু থেকে নিজেকে মুক্ত মনে না করেন, বরং সকলের কাছে বিনম্রতার আদর্শ প্রদান করেন। ৬ মঠে যখন পদ-নিয়োগ বা অন্য কিছু নিয়ে কোন ব্যাপার ঘটে, ৭ তখন তিনি সেই স্থানেই দাঁড়াবেন যা মঠে তাঁর প্রবেশের সময়ের অনুরূপ; সেই স্থানে নয়, যা পৌরোহিত্যের মর্যাদার খাতিরে তাঁকে দেওয়া হয়েছিল।

৮ কোন পরিসেবক একই কামনায় মঠে যোগ দিতে ইচ্ছা করলে, তাঁদের মাঝামাঝিতেই স্থান দেওয়া হবে, ৯ কিন্তু শুধু যদি তাঁরা নিয়ম পালন ও স্থিতিশীলতা সম্বন্ধে প্রতিজ্ঞাবদ্ধ হন।

৬১ সন্ন্যাসীদের প্রতি আতিথ্য

১ দূর দেশ থেকে আগত কোন তীর্থযাত্রী সন্ন্যাসী উপস্থিত হয়ে অতিথির মত মঠে থাকতে ইচ্ছা করলে, ২ সেই স্থানে যে জীবনধারণ পান তাতে তিনি যদি খুশি হন এবং তাঁর দাবি দ্বারা যদি মঠজীবনে বাধা না সৃষ্টি করেন, ৩ বরং যা-ই পান যদি তাতে সরলভাবে খুশি হন, তাহলে যত সময় তিনি ইচ্ছা করেন তাঁকে গ্রহণ করা হবে। ৪ তিনি যদি যুক্তি সহকারে এবং ভালবাসা ও বিনম্রতার সঙ্গে কোন প্রসঙ্গে সমালোচনা করেন বা মন্তব্য রাখেন, তবে আব্বা ভালভাবেই তা চিন্তা-ভাবনা করবেন, কেননা হয় তো ঠিক এ কারণেই প্রভু তাঁকে মঠে চালনা করলেন।

৫ তারপর তিনি যদি স্থিতিশীলতায় প্রতিজ্ঞাবদ্ধ হয়ে থাকবার ইচ্ছা প্রকাশ করেন, তাহলে তাঁর ইচ্ছা প্রত্যাখ্যান করা উচিত নয়, বিশেষভাবে যেহেতু অতিথি হবার সময়ে তাঁর চরিত্র বিচার করার অবকাশ হয়েছিল। ৬ কিন্তু যদি পাওয়া যায় যে তাঁর আতিথ্যের সময়ে তিনি বেশি দাবি রাখতেন ও ত্রুটিপূর্ণ ছিলেন, তাহলে তাঁকে মঠের সদস্য বলে গ্রহণ করতে নেই, আর শুধু তাই নয়, ৭ ভদ্রতার সঙ্গে তাঁকে চলে যেতেই বলতে হবে, পাছে তাঁর কুকর্মের দরুন আর অন্য কেউ কলুষিত হন।

৮ কিন্তু তিনি যদি এমন ব্যক্তি নন যিনি বিতাড়িত হবার যোগ্য, তাহলে তিনি অনুরোধ করলে তাঁকে অবশ্য সঙ্ঘের সদস্য বলে গ্রহণ করা উচিত, ৯ এমনকি, তিনি যেন থাকেন, এ উদ্দেশ্যে তাঁকে সনির্বন্ধ পরামর্শও দেওয়া উচিত, যাতে তাঁর আচরণের আদর্শে অন্যরাও শিক্ষালাভ করতে পারেন; ১০ কেননা সর্বস্থানে এক প্রভুর সেবা করা হয়, এক রাজার অধীনে সৈন্য-পদে নিযুক্ত করা হয়। ১১ আসলে, আব্বা যদি তাঁকে তেমন নির্ভরযোগ্য ব্যক্তি মনে করেন, তাহলে তিনি তাঁকে উচ্চতর স্থানেও উপনীত করতে পারেন। ১২ বাস্তবিক পক্ষে, যদি আব্বা তাঁদের আচরণ তেমনই যোগ্য মনে করেন, তাহলে শুধু একজন সন্ন্যাসীকে নয়, উপরোল্লিখিত পুরোহিত বা পরিসেবক-পদপ্রাপ্ত যে কোন একজনকেও তিনি প্রবেশের সময়ের অনুরূপ না হলেও উচ্চতর স্থানেই নিযুক্ত করতে পারেন।

১৩ আব্বা কিন্তু সতর্ক থাকবেন পাছে কখনও কোন পরিচিত মঠ থেকে সেখানকার আব্বার অনুমতি বা সুপারিশপত্র ছাড়া নিজের সঙ্ঘে কোন সন্ন্যাসীকে গ্রহণ করেন, ১৪ কেননা লেখা আছে, *যা তুমি চাও না তোমার প্রতি করা হোক, তুমিও তা কারও প্রতি করবে না।*

৬২ মঠের পুরোহিতেরা

১ যদি কোন আব্বা মঠের জন্য কোন পুরোহিত বা পরিসেবক অভিষিক্ত করার আবেদন জানান, তিনি নিজের সন্ন্যাসীদের মধ্যে এমন একজনকে বেছে নেবেন যিনি পৌরোহিত্য বরণ করতে উপযুক্ত। ২ কিন্তু তেমন

অভিষিক্ত ব্যক্তি দম্ভ ও গর্ব থেকে দূরে থাকবেন; ৩ আব্বা তাঁকে যা আদেশ করেন, তা ছাড়া তিনি যেন অন্য কিছু করতে সাহস না করেন; একথা জেনেই যে এখন অধিকতর ভাবেই তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাসনের অধীনে থাকতে হবে। ৪ পুরোহিত হলেন বলে তিনি যেন নিয়মের প্রতি বাধ্যতা এবং নিয়মের শাসন ভুলে না যান, বরং যেন উত্তরোত্তর ঈশ্বরের দিকে অগ্রসর হন।

৫-৬ বেদিতে তাঁর কর্তব্যপালনের সময় ছাড়া এবং একথাও ছাড়া, যদি সঙ্ঘের মত্ এবং আব্বার ইচ্ছা এমন হয় তিনি যেন তাঁর আচরণ গুণেই উচ্চতর পদে উন্নীত হন, তিনি সবসময় সেই স্থানে থাকবেন, যে স্থান মঠে তাঁর প্রবেশের অনুরূপ। ৭ তথাপি তিনি জেনে রাখবেন যে উপঅধ্যক্ষদের ও অধ্যক্ষদের জন্য নির্দিষ্ট নিয়ম তাঁকে মেনে চলতে হবে।

৮ তিনি অন্যথা ব্যবহার করতে সাহস করলে, তবে পুরোহিত নয়, বিদ্রোহী বলেই তাঁকে গণ্য করা হবে। ৯ বারবার তাঁকে সতর্ক বাণী দিলেও তিনি যদি নিজেকে সংস্কার না করেন, তাহলে ধর্মপালকেও যেন সাক্ষী হবার জন্য আনা হয়। ১০ এবারও যদি আত্মসংশোধন না করেন, তাঁর দোষত্রুটি প্রকাশ্য হয়ে গেলে, তাহলে তাঁকে মঠ থেকে বিতাড়িত করা হবে, ১১ কিন্তু তাঁর অহঙ্কার যদি এমনই হয় যে তিনি নিয়মের অধীনে থাকতে বা নিয়মের প্রতি বাধ্য হতে চাইলেন না।

৬৩ সঙ্ঘের পদানুক্রম

১ সন্ন্যাসজীবনে প্রবেশের সময় অনুসারে, সদাচরণ গুণে ও আব্বার নির্দেশের ভিত্তিতেই সন্ন্যাসীরা মঠে পদানুক্রমেই যাঁর যাঁর নির্ধারিত স্থান বজায় রাখবেন। ২ আব্বা যেন তাঁর হাতে ন্যস্ত পালকে উত্তেজিত না করেন এবং ইচ্ছামত কাজ করার ক্ষমতার অধিকারী বলেই তিনি যেন অন্যায্যভাবে তেমন কোন ব্যবস্থা না করেন। ৩ তিনি বরং সবসময় ভাববেন যে তাঁর সকল বিচার ও কাজকর্মের জন্য ঈশ্বরের কাছে তাঁকে কৈফিয়ত দিতেই হবে। ৪ অতএব তিনি যে পদানুক্রম নির্ধারণ করলেন কিংবা তাঁদের সাধারণ যে পদানুক্রম চলছে, সেটি অনুসারেই ভাইয়েরা শান্তি-সম্ভাষণ ও খ্রীষ্টপ্রসাদ গ্রহণের জন্য এগোবেন, সামসঙ্গীত পরিচালনা করবেন ও প্রার্থনামঞ্চে আসন নেবেন। ৫ কোন স্থানেই, কোন প্রকারেই বয়সই যেন পদানুক্রম নির্ণয় ও পূর্বনির্ধারণ না করে, ৬ কেননা সামুয়েল ও দানিয়েল বালক হয়েই প্রবীণদের বিচার করেছিলেন। ৭ কাজেই, যেমন বলেছিলাম, তাঁদেরই কথা ছাড়া যাঁদের আব্বা কোন গুরুতর কারণে উন্নীত করলেন বা নির্দিষ্ট কারণবশত পদানত করলেন, অবশিষ্ট সকলে প্রবেশের সময়ের অনুরূপ পদানুক্রম বজায় রাখবেন। ৮ উদাহরণসূত্রে, যিনি মঠে সকাল সাতটায় এসেছিলেন, তিনি, তাঁর বয়স ও পদমর্যাদা যাই হোক না কেন, নিজেকে কনিষ্ঠই জানবেন তাঁরই তুলনায় যিনি সকাল ছ'টায়ই এসেছিলেন। ৯ বালকদের কিন্তু সকল বিষয়ে সকলের দ্বারাই শাসন করা হবে।

১০ অতএব কনিষ্ঠজনেরা তাঁদের জ্যেষ্ঠজনদের সম্মান করবেন, জ্যেষ্ঠজনেরা তাঁদের কনিষ্ঠজনদের ভালবাসবেন। ১১ নিজেদের ডাকবার সময় কারও পক্ষে আর একজনকে কেবল নাম ধরেই ডাকা উচিত নয়, ১২ বরং জ্যেষ্ঠজনেরা তাঁদের কনিষ্ঠজনদের ভাই বলে ডাকবেন এবং কনিষ্ঠজনেরা তাঁদের জ্যেষ্ঠজনদের বলে ডাকবেন নন্নুস যার অর্থ দাঁড়ায় পূজনীয় পিতা। ১৩ আব্বাকে কিন্তু, যেহেতু বিশ্বাস করা হয় তিনি খ্রীষ্টের স্থানে আছেন, এজন্য প্রভু ও আব্বা বলেই ডাকা হবে; তাঁর নিজের দাবির জন্য নয়, বরং খ্রীষ্টের প্রতি সম্মান ও প্রেমের খাতিরেই। ১৪ তাঁকে একথা ভাবতে হবে এবং তাঁর আচরণে নিজেকে তেমন সম্মানের যোগ্যই দেখাতে হবে।

১৫ ভাইয়েরা যেইখানে নিজেদের মধ্যে দেখা-সাক্ষাৎ করুন না কেন, কনিষ্ঠজন জ্যেষ্ঠজনের আশীর্বাদ চাইবেন। ১৬ জ্যেষ্ঠজন আসছেন, এমন সময় কনিষ্ঠজন উঠে দাঁড়িয়ে তাঁকে বসবার স্থান দেবেন; আর জ্যেষ্ঠজন অনুমতি না দেওয়া পর্যন্ত কনিষ্ঠজন বসতে যেন সাহস না করেন, ১৭ যাতে শাস্ত্রের এ বাণী পালন করা

হয়, *তোমরা একে অপরকে অধিক সম্মানের যোগ্য মনে কর।*

১৮ প্রার্থনালয়ে ও খাবারঘরে ছোট ছেলেদের ও বালকদের শৃঙ্খলাবদ্ধ ভাবে তাদের অনুক্রম পালন করাতে হবে। ১৯ বাইরে এবং অন্যত্র তাদের পরিদর্শন ও শাসন করতে হবে যতক্ষণ তারা দায়িত্ব গ্রহণের বয়সে না পৌঁছয়।

৬৪ আব্বা-মনোনয়ন

১ আব্বা-মনোনয়নে মূল নিয়ম এটাই সবসময় হওয়া উচিত: তাঁকেই অধিষ্ঠিত করতে হবে যাঁকে হয় সমগ্র সঙ্ঘ ঈশ্বরভীতিতেই একমত হয়ে, না হয় সঙ্ঘের অধিক সুবিবেচনাসম্পন্ন একটা অংশ—এ অংশ যতই ছোট হোক না কেন—নির্বাচন করবে। ২ সঙ্ঘের পদানুক্রম অনুসারে সর্বকনিষ্ঠ হলেও, তবু যাঁকে আব্বা-পদে মনোনীত করা হবে, তাঁকে তাঁর সদাচরণ গুণেই ও পরিপক্ক ধর্মশিক্ষার জন্যই নির্বাচন করা উচিত।

৩ ঈশ্বর না করুন, কিন্তু একমত হয়ে সমগ্র সঙ্ঘ যদি এমন ব্যক্তিকে নির্বাচন করে যিনি সঙ্ঘের যত দুষ্কর্মে সায় দেন, ৪ এ সকল দুষ্কর্মের কথা সেই ধর্মপ্রদেশের ধর্মপালের বা নিকটবর্তী আব্বাদের ও খ্রীষ্টভক্তদের কর্ণগোচর হয়ে গেলে, ৫ তাহলে তাঁরা দুর্জনদের এ মতলব সিদ্ধিলাভ করতে যেন বাধা দেন এবং ঈশ্বরের গৃহের জন্য যোগ্য একটি নায়েব নিযুক্ত করেন। ৬ পবিত্র উদ্দেশ্য নিয়ে এবং ঈশ্বরের সম্মানের খাতিরেই তা করলে, জেনে রাখবেন যে এর জন্য তাঁরা ভাল প্রতিদান পাবেন। অপরপক্ষে অবহেলা করলে, তাঁরা অবশ্যই পাপ করবেন।

৭ অধিষ্ঠিত হলে পর আব্বা অনুক্ষণ ভাববেন তিনি কী ভার ধারণ করেছেন এবং কারই কাছে *তাঁর কাজের কৈফিয়ত দিতে হবে;* ৮ এবং জেনে নেবেন যে তাঁর পক্ষে সর্বপ্রধান হওয়ার চেয়ে সর্বোপকারী হওয়া শ্রেয়। ৯ কাজেই তাঁর পক্ষে ঐশবিধানে বিজ্ঞ হওয়া উচিত; তাঁর কাছে যেন এমন জ্ঞানভাণ্ডার থাকে যা থেকে *তিনি নতুন ও পুরাতন দু' রকমেরই জিনিস বের করে আনেন।* তাঁকে হতে হবে পবিত্র, মিতাচারী, দয়াবান; ১০ তিনি সবসময় *বিচারের চেয়ে দয়াতেই অধিক প্রাধান্য আরোপ করবেন,* তিনিও যেন দয়া পেতে পারেন। ১১ দোষত্রুটি ঘৃণা করবেন, কিন্তু ভাইদের ভালবাসবেন। ১২ শাস্তি দিতে হলে তিনি সুবুদ্ধির সঙ্গেই ব্যবহার করবেন যেন অতিরিক্ত কিছু না করেন, পাছে জোর করে মরচে উঠাতে চাইলে পাত্রই ভেঙে যায়; ১৩ নিজের ভঙ্গুরতাকেই সবসময় সন্দেহ করবেন এবং মনে রাখবেন যে *থেঁতলানো নলকে বিচূর্ণ করতে নেই।* ১৪ একথা দিয়ে আমি বলতে চাই না যে তিনি দোষত্রুটি বাড়তে প্রশ্রয় দেবেন, বরং, যেমনটি আগেও বলেছিলাম, যেইভাবে তিনি এক একজনের যা উপকার মনে করেন, সেইভাবে তিনি সুবুদ্ধি ও ভালবাসার সঙ্গে সে দোষত্রুটিগুলি ছেঁটে দেবেন। ১৫ তিনি চেষ্টা করবেন যেন ভাইয়েরা ভয় করার চেয়ে তাঁকে বরং ভালইবাসেন।

১৬ তিনি যেন সহজে উত্তেজিত ও উদ্বিগ্ন না হন; যেন না হন চরমপন্থী, একগুঁয়ে, ঈর্ষাপরতন্ত্র বা অতিসন্দিগ্ধ, কেননা তেমন ব্যক্তি কখনও শান্তি পেতে পারে না। ১৭ তাঁর সকল আদেশেও তাঁকে দূরদর্শী ও সুবিবেচক হতে হবে, এবং ঈশ্বর-সংশ্লিষ্ট হোক বা সংসার-সংশ্লিষ্ট হোক সেই ব্যাপার যা তিনি নির্দেশ করতে যাচ্ছেন, তিনি নির্ণয় করেই যথোপযুক্ত ব্যবস্থা করবেন: ১৮ মনে রাখবেন সাধু যাকোবের সেই বিচারবোধের কথা যখন তিনি বলেছিলেন, *আমি যদি অতি কঠোরভাবেই আমার পাল চালিত করি, তাহলে একদিনেই আমার সকল মেষ মরে যাবে।* ১৯ অতএব, সদ্‌গুণাবলির জননী সেই বিচারবোধের এ দৃষ্টান্ত আর অন্যান্য দৃষ্টান্ত ধারণ করে তিনি সবকিছু এমনভাবেই সুব্যবস্থা করবেন যেন সবলের জন্য ইচ্ছা করার কিছু থাকে এবং দুর্বলদের পক্ষে পলায়ন করার মত কিছু না থাকে।

২০ সর্বোপরি তিনি সবকিছুতে এ নিয়মটাকে পালন করবেন, ২১ যেন সুব্যবস্থা করার পর প্রভুর কাছ থেকে সেই বাণী শুনতে পান যা শুনেছিল সেই বিচক্ষণ কর্মচারী যে যথাসময় তার সহকর্মীদের শস্য বিতরণ

করেছিল; ২২ প্রভু বলেছিলেন, *আমি তোমাদের সত্যি বলছি, তিনি তাকে নিজের সমস্ত সম্পত্তির অধ্যক্ষ করে নিযুক্ত করলেন।*

৬৫ মঠের অধ্যক্ষ

১ অতীতকালে বহুবার এমনটি ঘটেছে যে, অধ্যক্ষ-মনোনয়নের কারণ নিয়ে বহু মঠে গুরুতর বিবাদ-বিসংবাদ ঘটেছিল। ২ কয়েকজন অধ্যক্ষ গর্বের অনিষ্টকর মনোভাবে স্ফীত হয়ে ও নিজেদের দ্বিতীয় আব্বাই মনে ক'রে, অত্যাচারী অধিকার ধারণ ক'রে যত বিবাদ-বিসংবাদ পোষণ করেন এবং সঙ্ঘের মধ্যে মনোমালিন্য সৃষ্টি করেন। ৩ তা বিশেষভাবে সেই সকল মঠে ঘটে যেখানে একই ধর্মপাল ও একই আব্বারা আব্বাকে মনোনীত করেন, অধ্যক্ষকেও মনোনীত করেন। ৪ এ ব্যবস্থা যে কতই না অযৌক্তিক, তা সহজেই বোঝা যায়; কেননা তাঁর মনোনয়নের প্রথম সূত্রপাত থেকেই তো তাঁকে গর্ব করার অবকাশ দেওয়া হয়, ৫ যেহেতু তাঁর চিন্তাধারাই তো তাঁকে আঁচ দেয় যে তাঁর আপন আব্বার অধিকার থেকে তিনি মুক্ত: ৬ 'আসলে তুমি সেই একই ব্যক্তিদের দ্বারা মনোনীত হয়েছিলে যাঁরা আব্বাকেও মনোনীত করেছিলেন।'

৭ এ থেকেই তো যত ঈর্ষা, বিবাদ-বিসংবাদ, নিন্দা, প্রতিদ্বন্দ্বিতা, দলাদলি, বিশৃঙ্খলা জন্ম নেয়, ৮ যার ফলে আব্বা এবং অধ্যক্ষ বিপরীত কর্মধারা অনুধাবন করতে করতে তাঁদের নিজেদের আত্মা অবশ্য এ মনোমালিন্য দ্বারা বিপদের সম্মুখীন হয়, ৯ এবং যে সন্ন্যাসীরা তাঁদের অধীনে আছেন, তাঁরা নিজেদের দল সমর্থন করতে করতে ধ্বংসের দিকে যান। ১০ এ ক্ষতিকর বিপদের দায়িত্ব তাঁদেরই মাথার উপরে আরোপণীয় যাঁরা তেমন বিশৃঙ্খল অবস্থা সৃষ্টি করেছিলেন।

১১ অতএব, শান্তি ও ভ্রাতৃপ্রেম রক্ষা করার জন্য আমি এই ব্যবস্থা উত্তম মনে করেছি যে, আব্বারই সিদ্ধান্তের উপর নির্ভর করবে তাঁর মঠের পরিচালনা। ১২ আগে যেমন ব্যবস্থা করেছি, সম্ভব হলে মঠের সমগ্র বিষয়কর্ম উপঅধ্যক্ষদেরই মাধ্যমে চালানো উচিত যেইভাবে আব্বা নির্দেশ দেন, ১৩ যাতে করে অনেকেরই উপর সবকিছু নির্ভর করলে একটিমাত্র ব্যক্তি গর্বোদ্ধত না হন। ১৪ তথাপি পরিস্থিতির জন্য যদি উচিত মনে হয়, কিংবা সঙ্ঘটি যদি যুক্তি দেখিয়ে বিনম্রতার সঙ্গে আবেদন জানায় এবং আব্বা তা উচিত বিবেচনা করেন, ১৫ তাহলে ঈশ্বরভীরু ভাইদের পরামর্শ চেয়ে আব্বা যাঁকে মনে করেন তাঁকেই নির্বাচন করে তিনি নিজেই তাঁকে নিজের অধ্যক্ষ-পদে মনোনীত করবেন। ১৬ আর এ অধ্যক্ষ অবশ্য সসম্মানে সেই সবকিছু করবেন যা তাঁর আব্বা দ্বারা তাঁকে নির্দেশ করা হবে; আব্বার ইচ্ছা বা ব্যবস্থার বিরুদ্ধে তিনি যেন কিছু না করেন, ১৭ কেননা সকলের উপরে তিনি যত উপনীত, তত তৎপর হয়েই নিয়মের আদেশ সকল তাঁর মেনে চলা উচিত।

১৮ যদি দেখা যায় যে অধ্যক্ষ ত্রুটিপূর্ণ হন বা অভিমান দ্বারা চালিত হয়ে গর্বোদ্ধত হয়ে ওঠেন, কিংবা যদি প্রতিপন্ন করা হয় যে তিনি পবিত্র নিয়মটাকে অবজ্ঞাই করে থাকেন, তাহলে তাঁকে চার বার পর্যন্তই সতর্ক বাণী দেওয়া হবে; ১৯ তিনি আত্মসংশোধন না করলে, তবে নিয়মানুযায়ী শাসন-মত তাঁকে শাস্তি দিতে হবে। ২০ তবু তিনি এরপরেও নিজেকে সংস্কার না করলে, তবে অধ্যক্ষ-পদ থেকে তাঁকে পদচ্যুত করা হবে এবং তাঁর স্থানে এমন একজনকে রাখা হবে যিনি যোগ্য। ২১ তথাপি পরবর্তীতেও তিনি সঙ্ঘে শান্ত ও বাধ্য না থাকলে, তাহলে মঠ থেকেও তাঁকে বিতাড়িত করা হবে। ২২ তবু আব্বা চিন্তা করবেন যে তাঁর সকল বিচারের জন্য তাঁকে ঈশ্বরের কাছে কৈফিয়ত দিতে হবে, পাছে ঈর্ষা বা প্রতিদ্বন্দ্বিতার জ্বালায় তাঁর নিজের আত্মাই পুড়ে যায়।

৬৬ মঠের দ্বাররক্ষক

১ মঠের প্রবেশদ্বারে এমন এক সুদক্ষ প্রাচীন ব্যক্তি নিযুক্ত করা উচিত, যিনি সংবাদ পেতে ও উত্তর দিতে জানেন, এবং যাঁর বয়স তাঁকে ঘুরে বেড়ানো থেকে বিরত রাখে। ২ এ দ্বাররক্ষকের কক্ষ প্রবেশদ্বারের কাছেই

থাকতে হবে, যাঁরা আসেন তাঁরা যেন একটা উত্তর পাবার জন্য তাঁকে সবসময় উপস্থিত পেতে পারেন। ৩ কেউ দরজায় আঘাত করলেই বা কোন গরিব ডাকলেই তিনি উত্তরে বলবেন, 'ঈশ্বরকে ধন্যবাদ' বা 'আশীর্বাদ করুন', ৪ এবং ঈশ্বরভীতি জনিত সমস্ত ভদ্রতা বজায় রেখে উষ্ণ ভালবাসায় শীঘ্রই উত্তর দেবেন। ৫ দ্বাররক্ষকের সাহায্য প্রয়োজন হলে, তাঁকে যেন একজন যুবক ভাইকে দেওয়া হয়।

৬ সম্ভব হলে মঠ এমনভাবেই নির্মিত হতে হবে যেন তার অভ্যন্তরেই সকল প্রয়োজন, তথা জল, জাঁতাকল, খেত অন্তর্ভুক্ত হয় এবং বিভিন্ন হস্তশিল্প চালানো যেতে পারে; ৭ ফলে যেন সন্ন্যাসীদের পক্ষে বাইরে ঘুরে বেড়ানো প্রয়োজন না হয়, যেহেতু তাঁদের আত্মাদের জন্য তা আদৌ মঙ্গলকর নয়।

৮ আমি চাই, এ নিয়ম সঙ্ঘে সচরাচর পাঠ করে শোনানো হোক, পাছে কোন ভাই না জানবার ছুতা উত্থাপন করেন।

৬৭ ভ্রমণে পাঠানো ভাই

১ যে ভাইদের ভ্রমণে পাঠানো হবে, তাঁরা সকল ভাই ও আব্বার প্রার্থনা ভিক্ষা করবেন। ২ ঐশকাজের সমাপন প্রার্থনায় যেন সকল অনুপস্থিতদের কথা সবসময়ই স্মরণ করা হয়। ৩ ভ্রমণ থেকে ফিরে এসে ভাইয়েরা তাঁদের সেই প্রত্যাগমনের দিনেই ঐশকাজের সকল নিয়মিত অনুষ্ঠানের শেষে প্রার্থনালয়ের মেঝেতে লুটিয়ে প'ড়ে ৪ তাঁদের দোষত্রুটির জন্য সকলের কাছে প্রার্থনা নিবেদন করবেন, পাছে ভ্রমণে মন্দ কিছু দেখে বা বাজে কথায় কান দিয়ে তাঁরা হয় তো ফাঁদে পড়েছেন।

৫ মঠের বাইরে যা যা দেখেছেন বা শুনেছেন, তেমন কিছু কাউকে বলতে কেউ যেন সাহস না করেন, কেননা তা অত্যন্ত ক্ষতিকর। ৬ কেউ সাহস করলে, তবে তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাস্তি ভোগ করতে হবে। ৭ তদ্রূপ ব্যবস্থা হবে তাঁরই জন্য যিনি আব্বার বিনা আদেশে মঠের বেষ্টনীর বাইরে যেতে, অথবা কোথাও যেতে, কিংবা যত সামান্য হোক না কেন কিছুই করতে সাহস করেন।

৬৮ ভাইদের কাছে অসম্ভব কাজের আদেশ

১ কোন ভাইয়ের কাছে দুর্বহ বা অসম্ভব কিছু করার আদেশ দেওয়া হলে, তিনি সমস্ত ভদ্রতা ও বাধ্যতা বজায় রেখেই সেই আদেশ বহন করবেন। ২ তবুও তিনি যদি দেখেন যে সেই ভারের ওজন তাঁর শক্তির মাত্রা সম্পূর্ণরূপে অতিক্রম করে, তবে ধৈর্য ধরে ও সুবিধাজনক সময়েই তাঁর আব্বার কাছে তাঁর অক্ষমতার কারণ সকল ব্যক্ত করবেন; ৩ তবুও তিনি যেন গর্ব, একগুঁয়েমি বা অসম্মতি না দেখান। ৪ তথাপি তাঁর এ সমস্যা প্রকাশের পরেও মহন্ত তাঁর সেই দেওয়া আদেশ সমর্থন করে থাকলে, তবে সেই ভাই জেনে নেবেন যে এতে তাঁর মঙ্গল হবেই, ৫ এবং ঈশ্বরের সাহায্যের উপর নির্ভর করে ভালবাসার খাতিরে বাধ্যতা স্বীকার করে চলবেন।

৬৯ মঠে কাউকে রক্ষা করার দুঃসাহস

১ নিবারণমূলক উপায় অবলম্বন করতে হবে যেন মঠে কোন অবস্থাতেই কোন সন্ন্যাসী সমর্থকেরই মত অন্য একজনকে রক্ষা করতে সাহস না করেন, ২ যদিও তাঁরা রক্ত-সম্পর্কের ঘনিষ্ঠ বন্ধনে আবদ্ধ আছেন। ৩ কোন কারণেই সন্ন্যাসীরা তা করতে সাহস করবেন না, কেননা তা থেকে বিবাদ-বিসংবাদের অত্যন্ত ক্ষতিকর অবকাশের উৎপত্তি হতে পারে। ৪ যে কেউ এ নিয়ম ভঙ্গ করেন, তাঁকে কঠোর শাস্তিতে বশীভূত করা হবে।

৭০ ইচ্ছামত কাউকে মারবার দুঃসাহস

১ মঠে স্পর্ধা করার সকল অবকাশ পরিহার করতেই হবে; ২ কাজেই আমি আদেশ দিচ্ছি যে, সহভাইদের মধ্যে কাউকে সঙ্ঘচ্যুত করতে বা মারতে কারও অধিকার নেই, যদি না তেমন অধিকার আব্বারই দ্বারা তাঁকে দেওয়া হয়ে না থাকে। ৩ কিন্তু *যাঁরা পাপ করেন, সকলেরই সামনে তাঁদের ভর্ৎসনা করতে হবে, সকলে যেন ভয় পান।* ৪ তথাপি পনের বছর বয়স পর্যন্ত যত বালকেরা আছে, সকলেই যত্নের সঙ্গে তাদের পরিদর্শন ও শাসন করবেন; ৫ তাও কিন্তু যেন মাত্রাবোধ ও কাণ্ডজ্ঞানের সঙ্গেই করা হয়।

৬ এ বয়সের ঊর্ধ্বে যাঁরা আছেন, কেউ যদি আব্বার আদেশ ছাড়া এঁদের উপর কর্তৃত্ব করতে সাহস করেন কিংবা বিচারবিহীন ভাবে বালকদের উপর রাগ করেন, তাহলে তাঁকে নিয়মানুযায়ী শাসনের অধীনে বশীভূত হতে হবে, ৭ কেননা লেখা আছে, *যা তুমি চাও না তোমার প্রতি করা হোক, তুমিও তা কারও প্রতি করবে না।*

৭১ পারস্পরিক বাধ্যতা

১ বাধ্যতা এমন একটা সদ্‌গুণ যা সকলের পক্ষে আব্বারই প্রতি শুধু দেখানো উচিত নয়, বরং ভাই বলে সবাই যেন একে অন্যের প্রতিও বাধ্যতা স্বীকার করেন, ২ একথা জেনেই যে বাধ্যতার এ পথ দিয়েই তাঁরা ঈশ্বরের দিকে যাবেন। ৩ সুতরাং আব্বার বা তাঁর নিযুক্ত অধ্যক্ষদের আদেশের প্রাধান্য বজায় রেখে—আর আমি এ আদেশের আগে অন্য কোন ব্যক্তিগত আদেশ স্থান দিতে নিষেধ করছি—৪ অন্যান্য অবস্থায় সকল কনিষ্ঠজন সমস্ত ভালবাসা ও তৎপরতার সঙ্গে তাঁদের জ্যেষ্ঠজনদের প্রতি বাধ্য থাকবেন। ৫ আর যে কেউ তাতে আপত্তি করেন, তাঁকে ভর্ৎসনা করা হবে।

৬ যদি কোন ভাইকে যে প্রকারেই হোক, আর কারণটা যতই ক্ষুদ্রতম হোক না কেন আব্বার বা যে কোন জ্যেষ্ঠজনদের দ্বারা ভর্ৎসনা করা হয়, ৭ কিংবা তিনি যদি অনুভব করেন যে কোন জ্যেষ্ঠজনের মন যতই সামান্যভাবেও তাঁর কারণে ক্রোধপূর্ণ বা ক্ষুণ্ণ, ৮ তাহলে তিনি বিলম্ব না করে যেন সঙ্গে সঙ্গেই প্রায়শ্চিত্তের খাতিরে তাঁর পায়ে লুটিয়ে পড়ে থাকেন যতক্ষণ আশীর্বাদ দানেই সেই বিক্ষোভের নিরাময় না হয়। ৯ কেউ তাই করতে অস্বীকার করলে, তাঁকে হয় শারীরিক শাস্তি ভোগ করতে হবে, না হয়, তিনি একগুঁয়ে হলে, তাঁকে মঠ থেকে বহিষ্কার করা হবে।

৭২ সন্ন্যাসীদের আগ্রহ

১ ঈশ্বর থেকে বিচ্ছিন্ন ক'রে নরকে নিয়ে যায় এমন তিক্ততারই একটা কটু আগ্রহ যেমন আছে, ২ তেমনি এমন একটা সদাগ্রহ রয়েছে যা ঈশ্বরের ও অনন্ত জীবনেরই দিকে নিয়ে যায়। ৩ সুতরাং ঠিক এ আগ্রহকেই উদ্দীপিত প্রেমের সঙ্গে সন্ন্যাসীদের সাধনা করতে হবে, ৪ অর্থাৎ *তাঁরা একে অন্যের প্রতি সম্মান দেখাবার জন্য তৎপর হবেন,* ৫ তাঁদের পারস্পরিক শরীরের বা আচরণের দুর্বলতা অত্যন্ত ধৈর্যের সঙ্গে সহ্য করবেন, ৬ একে অন্যের প্রতি বাধ্যতা দেখাবার জন্য প্রতিযোগিতাই করবেন; ৭ নিজের জন্য যা উপকারী মনে করেন, কেউই তা অনুধাবন করবেন না, বরং তাই অনুধাবন করবেন যা অপরের জন্যই শ্রেয়। ৮ তাঁরা পবিত্র ভ্রাতৃপ্রেম সাধনা করবেন; ৯ প্রেমের সঙ্গেই ঈশ্বরকে ভয় করবেন; ১০ অকপট ও বিনীত প্রেমেই নিজেদের আব্বাকে ভালবাসবেন; ১১ খ্রীষ্টের আগে তাঁরা আদৌ কিছুই স্থান দেবেন না, ১২ তাহলেই তিনি আমাদের সকলকেই অনন্ত জীবনে নিয়ে যাবেন।

৭৩ এ নিয়ম পূর্ণ ধর্মনিষ্ঠার সূত্রপাত মাত্র

১ আমি এ নিয়ম লিপিবদ্ধ করেছি এই কারণে, যেন মঠগুলিতে তা পালন করে আমরা দেখাতে পারি যে,

কোন প্রকারে সদাচরণের সু-অভ্যাস ও সন্ন্যাসজীবনের সূত্রপাত লাভ করেছি। ২ কিন্তু যে কেউ সন্ন্যাসজীবনের সিদ্ধতারই দিকে দ্রুতপদে অগ্রসর হচ্ছেন, তাঁর জন্য রয়েছে পুণ্য পিতৃগণের সেই শিক্ষামালা যা পালন করেই মানুষ সিদ্ধতার শীর্ষস্থানে উপনীত হয়। ৩ আসলে, পুরাতন ও নূতন নিয়মের ঐশঅনুপ্রাণিত পুস্তকগুলির কোন্ পৃষ্ঠা বা কোন্ বাণী মানবজীবনের অতি সত্যময় নিয়ম নয়? ৪ আমরা যেন সত্যকার পথ ধরে আমাদের সৃষ্টিকর্তার কাছে পৌঁছি, কাথলিক পুণ্য পিতৃগণের কোন্ পুস্তক তেমন বাণী না প্রতিধ্বনিত করে? ৫ পিতৃগণের ‘আলোচন-মালা’, তাঁদের ‘রীতি-নীতি’ ও ‘জীবনচরিত’ ছাড়া, আমাদের পুণ্য পিতা বাসিলের ‘নিয়ম’ও রয়েছে: ৬ তৎপর ও বাধ্য সন্ন্যাসীদের জন্য এইসব কিছু সদ্‌গুণাবলির যন্ত্রপাতি ছাড়া আর কীবা হতে পারে? ৭ কিন্তু আমরা যারা অলস, বিশৃঙ্খল ও শিথিল, সেই সবকিছু আমাদের তো লজ্জায় লাল করে ফেলে। ৮ সুতরাং তুমি যে স্বর্গীয় মাতৃভূমির দিকে দ্রুতপদে অগ্রসর হচ্ছ, সন্ন্যাসজীবনের সূত্রপাতের এ ক্ষুদ্র নিয়ম যা আমি লিপিবদ্ধ করেছি, তুমি খ্রীষ্টের সহায়তায় তা পালন কর। ৯ তবেই তুমি ঈশ্বরের সহায়তায় উপরোল্লিখিত শিক্ষা ও সদ্‌গুণাবলির উচ্চতর শিখরে পৌঁছতে পারবে। আমেন।

নিয়ম সমাপ্ত

পরিশিষ্ট

সাধু বেনেডিক্টের নিয়মে ‘ঐশকাজ’

পুণ্য পিতা বেনেডিক্ট মণ্ডলীর প্রাহরিক উপাসনার উপর অধিক গুরুত্ব আরোপ করেন—তিনি তেমন উপাসনাকে ‘ঐশকাজ’ বলেন। ঐশ বলতে সর্বশ্রেষ্ঠ বোঝায়, সুতরাং ঐশকাজ হল সেই আসল শ্রেষ্ঠ কাজ ‘প্রভুর মজুর’[১] ব’লে সন্ন্যাসী যা সম্পাদন করতে আহূত। আবার, ঐশ বলতে এমন প্রকার কাজ বোঝায়, যে কাজ মানুষের কাজ নয়, বরং স্বয়ং ঈশ্বরেরই কাজ, অর্থাৎ কিনা সেই ঐশ পরিত্রাণকাজ বোঝায় যা প্রাহরিক উপাসনায় ক্রিয়াশীলভাবে উপস্থিত।

ঐশকাজ দিনের সমস্ত প্রহরগুলি নির্ধারণ করে—সূর্যের প্রথম কিরণে ভূমিতল বিকীর্ণ হওয়ার আগে, রজনীর তমসার আবরণ মিলিয়ে যাওয়ার আগেও সেই উষালগ্ন থেকে জাগরণী প্রহরের মধ্য দিয়ে ঐশকাজ সন্ন্যাসীর সময়সূচীতে তাল রাখে আর সেইভাবে সারাদিন ধরে রাত পর্যন্তই করে থাকে—তখন সমাপ্তি অনুষ্ঠান দিনের পালা সমাপ্ত বলে ঘোষণা ক’রে সন্ন্যাসীকে ঐশনিস্তব্ধতায় নিমজ্জিত করে আর তাই করে তাকে চরম জীবনের পাস্কায় অনুপ্রবেশ করায় সে যেন চিরকালের মতই ঈশ্বরের অনির্বচনীয় রহস্যে পার হতে পারে।

বিবিধ প্রহর বিন্যাসের ব্যাপারে সাধু বেনেডিক্ট পবিত্র শাস্ত্রের কথা উল্লেখ ক’রে, ‘৭’ এ পবিত্র সংখ্যায় জোর দেন [২]—এতে তিনি এমন স্বয়ংসম্পূর্ণ প্রার্থনাকাল নির্দেশ করতে চান যাতে সন্ন্যাসীর দিনের সকল মুহূর্ত পুণ্য পবিত্র হয়ে ওঠে।

এরপর পুণ্য পিতা বেনেডিক্ট নিয়মের দীর্ঘ একটি অংশে[৩] প্রাহরিক উপাসনার অভ্যন্তরীণ উপাদান পুঙ্খানুপুঙ্খ ভাবেই নির্ধারণ করেন—তাঁর চিন্তা, সন্ন্যাসীর ‘ভক্তির সেবা’ [৪] অধিক উজ্জ্বল হওয়ায় যেন পুরা সামসঙ্গীত-মালা একসপ্তাহ চক্রে সমাপ্ত হয়। তবেই অনুভব করা যায় কেনই বা তিনি নির্দেশ দেন সন্ন্যাসী যেন ঐশকাজের আগে কিছুই স্থান না দেন [৫], কেনই বা ঐশকাজের প্রতি তৎপরতা হল সন্ন্যাস-আহ্বান নির্ণয় করার অন্যতম বিচারমান [৬], কেনই বা বাক্যটি হল প্রভুভক্তির সবচেয়ে স্পষ্ট অভিব্যক্তি, যার ফলে ‘ঐশকাজের আগে কিছুই স্থান না দেওয়া’ ও ‘খ্রীষ্টপ্রেমের আগে কিছুই স্থান না দেওয়া’ [৭] উভয় বাণী পরস্পর পরিপূরক বাণী হয়ে ওঠে।

প্রাহরিক উপাসনা সংক্রান্ত অধ্যায়গুলি সমাপ্ত করতে গিয়ে পুণ্য পিতা বেনেডিক্ট ইচ্ছা প্রকাশ করেন, সন্ন্যাসীরা যেন ঐশকাজ এমনভাবে পালন করেন যেন মন কণ্ঠের সঙ্গে এক হয়।[৮]

সাধু বেনেডিক্টের নিয়মে পিতৃগণের ভূমিকা

সাধু বেনেডিক্টের নিয়মে 'কাথলিক পিতৃগণ'-এর কথা উল্লিখিত, আবার অন্যান্য পিতৃগণের কথাও উল্লিখিত (নিয়ম ৯:৮; ৪২:৫; ৭৩:২,৫) যাঁদের সন্ন্যাসজীবনের পিতৃগণ বলা চলে। কাথলিক পিতৃগণ হলেন সেই সকল সাধু ব্যক্তি যাঁরা লিখিত আকারে নির্ভুল শিক্ষা প্রদান করেছিলেন, যেমন সাধু ইরেনেউস, সাধু লিও, সাধু গ্রেগরি ইত্যাদি নাম-করা সাধু ব্যক্তি। তাঁদের মধ্যে যাঁরা সন্ন্যাসী ছিলেন, তাঁদেরই বলা যেতে পারে সন্ন্যাসজীবনের পিতৃগণ, যেমন সাধু পাখমিওস, জন কাসিয়ানুস ও সেই প্রান্তরবাসী সন্ন্যাসীরা যাঁদের কথা সাধু বেনেডিক্ট প্রত্যক্ষভাবে উল্লেখ করেন (নিয়ম ৪২:৫; ৭৩:২,৫)। তাঁর নিয়মে তেমন সন্ন্যাসজীবনের পিতৃগণের প্রভাব এতেই প্রমাণিত যে, তাঁদের লেখাগুলো মোটামুটি ৬০০ বার পরোক্ষভাবে উল্লিখিত!

এখানে অতি সংক্ষিপ্ত একটি তালিকা দেওয়া হবে, বিশেষভাবে তাঁদেরই কথা উল্লেখ করা হবে যাঁরা প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষ ভাবে সাধু বেনেডিক্টের সন্ন্যাস-আদর্শ প্রভাবান্বিত করেছিলেন।

অরিজেন (মিশর, ৩য় শতাব্দী): নিজে সন্ন্যাসী না হলেও, তিনি ছিলেন ঐশবাণী-ভক্ত। অল্প বয়সে সমস্ত বাইবেল মুখস্থ করেছিলেন। তিনি বাইবেলের কতিপয় পুস্তকের ব্যাখ্যা লিখেছিলেন। তাঁর 'পরম গীতের ব্যাখ্যা'-ই বিশেষভাবে অধ্যাত্ম জীবন সংক্রান্ত প্রথম লেখা বলে গণ্য, যা পরবর্তীকালের সন্ন্যাসীদের আধ্যাত্মিকতা চিহ্নিত করেছে।

আব্বা আন্তনি (মিশর, ৪র্থ শতাব্দী): বিজনাশ্রমী আন্তনি সুসমাচারের কথা অক্ষরে অক্ষরে পালন করতেন, আর তাঁর সাধনা ছিল ঈশ্বরের বাণীকে আপন করা। জীবন-শেষে তিনি সমস্ত বাইবেল মুখস্থ করেছিলেন, ফলে যে ভক্তজন তাঁর কাছে যেত, তারা তাঁকে দেখে স্বয়ং খ্রীষ্টকে দেখতে পেত। এজন্য তিনি সর্বকালের সন্ন্যাসীদের কাছে আদর্শ সন্ন্যাসী বলে গণ্য।

প্রান্তরবাসী সন্ন্যাসীগণ (মিশর, সিরিয়া, পালেস্তাইন, ৪র্থ শতাব্দী): তাঁরাও ছিলেন বিজনাশ্রমী, এবং তাঁদের জীবন ও শিক্ষা নানা লেখায় অন্তর্ভুক্ত, যথা: প্রান্তরের পিতৃগণ, সন্ন্যাসীদের ইতিকথা, পিতৃগণের নানা নিয়ম, সন্ন্যাসীদের নিয়ম, পিতৃগণের জীবনচরিত, গুরুজনদের বাণী, ইত্যাদি। এঁদের কথা সাধু বেনেডিক্ট আপন নিয়মে প্রত্যক্ষভাবেই উল্লেখ করেন।

আব্বা পাখমিওস (মিশর, ৪র্থ শতাব্দী): তিনিই ঐক্যবদ্ধ সন্ন্যাসজীবনের প্রথম প্রবল সমর্থক। পরবর্তীকালের ঐক্যবদ্ধ জীবনের সন্ন্যাসীরা তাঁর 'নিয়ম' দ্বারা যথেষ্ট উপকৃত হলেন।

মহাপ্রাণ বাসিল (কাপ্পাদোসিয়া, ৪র্থ শতাব্দী): তাঁর লেখা 'সংগ্রাম-চর্চা' (যা 'সাধু বাসিলের নিয়ম' বলেও পরিচিত) এখনও সন্ন্যাসজীবনকে প্রভাবান্বিত করে থাকে। তিনিই প্রথম দৃঢ়তার সঙ্গে বলেন যে, সুসমাচারই হল সন্ন্যাসীর, এমনকি সকল ভক্তদেরই একমাত্র 'নিয়ম'। মহাপ্রাণ বাসিলের কথা সাধু বেনেডিক্ট আপন নিয়মে প্রত্যক্ষভাবেই উল্লেখ করেন।

এভাগ্রিওস (পন্তাস, ৪র্থ শতাব্দী): মহাপ্রাণ বাসিলের শিষ্য এভাগ্রিওস অধ্যাত্ম জীবনকে পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে বিশ্লেষণ করার জন্যই খ্যাতি অর্জন করেছেন।

তুরের ধর্মপাল মার্টিন (ইতালি-ফ্রান্স, ৪র্থ শতাব্দী): তিনি ছিলেন সাধু বেনেডিক্টের আদর্শ সন্ন্যাসীদের অন্যতম (সাধু বেনেডিক্টের জীবনী, ৮ দ্রষ্টব্য)।

সাধু আম্ব্রোজ (ইতালি, ৪র্থ শতাব্দী) : নাম-করা বাইবেল-ব্যাখ্যাতা ও ঐশতত্ত্ববিদ হওয়া ছাড়া তিনি উপাসনাকালে বাইবেল-ভিত্তিক সঙ্গীত পরিবেশনা প্রবর্তন করেন, যে সঙ্গীতগুলো আম্ব্রোজীয় স্তোত্র বলে পরিচিত (নিয়ম ৯ দ্রঃ)।

সাধু আগস্তিন (আলজেরিয়া, ৪র্থ শতাব্দী) : ৩৩ বছর বয়সে খ্রীষ্টমণ্ডলীতে দীক্ষিত হয়ে সাধু আগস্তিন তাঁর কয়েকজন বন্ধুর সঙ্গে কয়েক বছর ধরে সন্ন্যাসজীবন যাপন করেন। সেই উপলক্ষে একটি 'নিয়ম' ও 'সন্ন্যাসাচরণ' পুস্তক দু'টো রচনা করেন যা আজকালেও প্রচলিত। তাছাড়া তিনি বিখ্যাত বাইবেলের ব্যাখ্যাতা ছিলেন; সেই ব্যাখ্যা-গ্রন্থাদির মধ্যে সামসঙ্গীত-মালার ব্যাখ্যাই বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য।

সাধু যেরোম (দালমাতিয়া, ৪র্থ শতাব্দী) : একসময় রোম ছেড়ে তিনি বেথলেহেমে গিয়ে এক গুহায় একাকী হয়ে সন্ন্যাসজীবন যাপন ক'রে পবিত্র বাইবেল লাতিন ভাষায় অনুবাদ করেন ও বাইবেলের নানা পুস্তক ব্যাখ্যা করেন।

জন কাসিয়ানুস (ফ্রান্স, ৪র্থ শতাব্দী) : তাঁর 'আলোচন-মালা' ও 'রীতি-নীতি' পুস্তক দু'টো মিশরীয় প্রান্তরবাসী সন্ন্যাসীদের জীবনধারণ ও আধ্যাত্মিকতা তন্ন তন্ন বর্ণনা করে। পাশ্চাত্য সন্ন্যাসজীবন যে তাঁর কাছে ঋণী একথা অনস্বীকার্য। কাসিয়ানুসের কথা সাধু বেনেডিক্ট আপন নিয়মে প্রত্যক্ষভাবেই উল্লেখ করেন।

অজানা সন্ন্যাসী (ইতালি, ৬ষ্ঠ শতাব্দী) : 'গুরুর নিয়ম' বলে পরিচিত এই সন্ন্যাসীর লেখার উপরেই সাধু বেনেডি ক্ট নির্ভর করেছিলেন আপন নিয়ম রচনাকালে।