মিলিয়ন কপি বেস্ট সেলার

যেকোন উচ্চাকাঙ্ক্ষী মানুষের পড়া প্রয়োজন

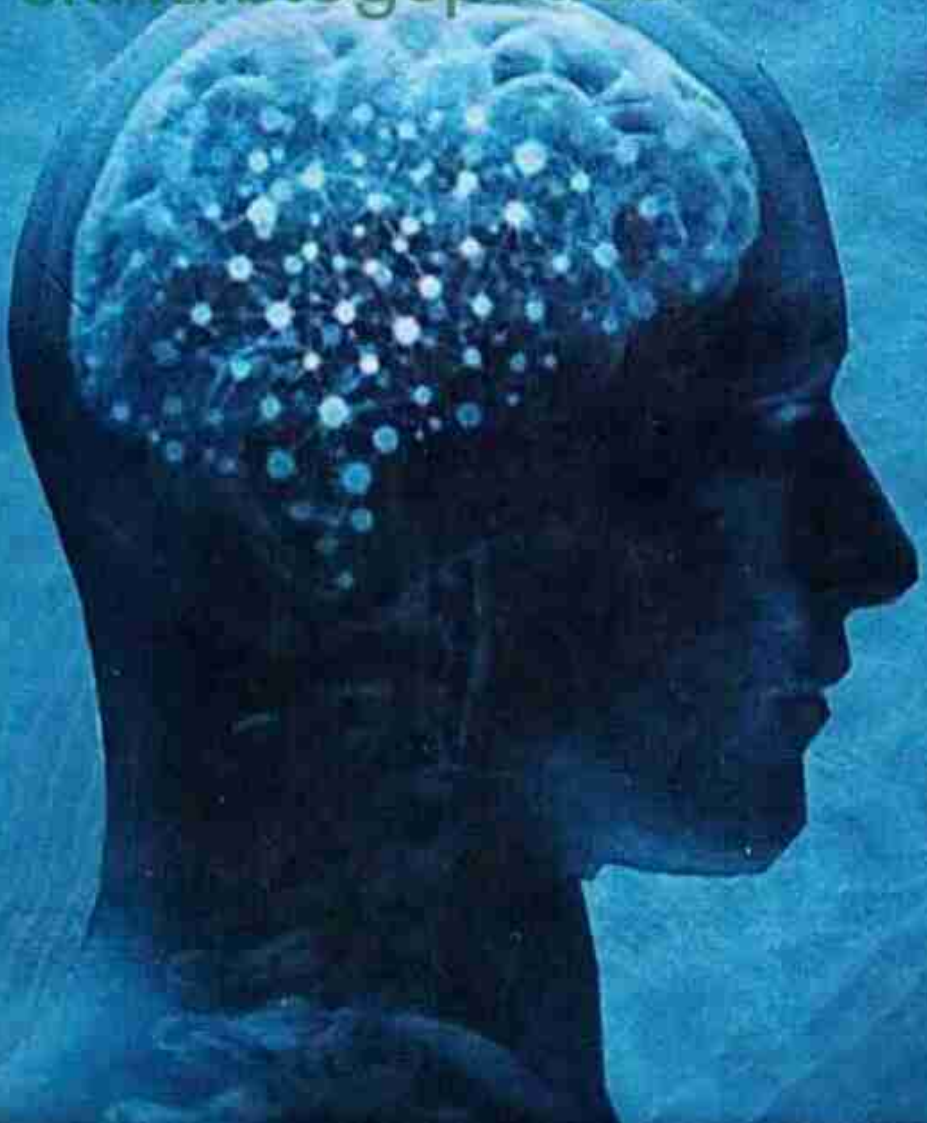
মাইন্ডসেট

চেঞ্জিং দ্য ওয়ে ইউ থিংক টু ফুলফিল ইয়োর পটেনশিয়াল

ক্যারল এস. ডিউইক

অনুবাদ : ফারজানা রহমান শিমু

sklilu.blogspot.com



ক্যারল ডিউইক ব্যক্তিত্ব, সামাজিক মনোবিজ্ঞান ও উন্নয়নমুখী মনোবিজ্ঞানের ক্ষেত্রে পৃথিবীর অন্যতম বিখ্যাত একজন গবেষক। তিনি কলাম্বিয়া ইউনিভার্সিটিতে সাইকোলজির উইলিয়াম বি. রেন্সকোর্ট প্রফেসর ছিলেন এবং বর্তমানে স্ট্যানফোর্ড ইউনিভার্সিটিতে সাইকোলজির লিউস ও ভার্জিনিয়া ইটন প্রফেসর এবং আমেরিকান একাডেমি অব আর্টস এন্ড সায়েন্স' এর সদস্য হিসেবে আছেন। তাঁর "সেলফ-থিয়োরিস, দেয়ার রোল ইন মটিভেশন, পার্সোনালিটি এন্ড ডেভেলপমেন্ট" বইটি ওয়ার্ল্ড এডুকেশন ফেলোশীপ কর্তৃক 'বুক অব দ্য ইয়ার' এর সম্মান লাভ করেছে। নিউ ইয়র্কার, টাইম, নিউ ইয়র্ক টাইম্‌স, ওয়াশিংটন পোষ্ট ও বোষ্টন গোবে তাঁর লেখা প্রকাশিত হয়। তিনি ক্যালিফোর্নিয়ার পালো এলটো'তে স্বামীর সাথে বাস করেন।

সকল বয়সের সকল শ্রেণির মানুষের সূক্ষ্ম মনস্তাত্ত্বিক বিষয়গুলো সাবলীল ভাবে উঠে এসেছে তার লেখনীতে। ছড়া, কবিতা, গল্প ও অনুবাদে তার বিচরণ অবাধ ও স্বচ্ছন্দ। বাস্তবের পাথুরে জমিনে দাঁড়িয়ে আবেগের রংধনু ছড়াতে পারগম এই লেখক হলেন ফারজানা রহমান শিমু। সমাজের অন্যায় ও অসংগতির সাথে আপোষহীন এই লেখক পেশাগত জীবনে একজন শিক্ষক। বিভিন্ন কবিতা সম্মেলনে তিনি বেশ সক্রিয়। ১৯৯৪ এ 'মুক্তকণ্ঠ' কর্তৃক আয়োজিত সাহিত্য প্রতিযোগিতায় গল্প ও কবিতা- দুই শাখাতেই পুরস্কৃত হন তিনি। ২০১৫ এ গদ্য ক্ষেত্রে কৃতিত্বের জন্য 'কথন সাহিত্য সম্মাননা' লাভ করেন।

তার প্রকাশিত গ্রন্থ সমূহ :

ফ্রিডম ইজ নট ফ্রি (অনুবাদ)
কাছে নয় দূরে (গল্পগ্রন্থ)
দরজা খুলেই ছুট (কিশোর কাব্যগ্রন্থ)
লাল সাদা নীল (গল্পগ্রন্থ)
দ্য পাওয়ার অব পজিটিভ থিংকিং (অনুবাদ)
চেঞ্জ ইয়োর থিংকিং চেঞ্জ ইয়োর লাইভ (অনুবাদ)
রিচ ড্যাড পুওর ড্যাড (অনুবাদ)

মাইন্ডসেট

ড. ক্যারল এস. ডিউইক

অনুবাদ : ফারজানা রহমান শিমু

চর্চা গ্রন্থ প্রকাশ

মাইন্ডসেট

ড. ক্যারল এস. ডিউইক

অনুবাদ : ফারজানা রহমান শিমু

(আত্মউন্নয়নমূলক গ্রন্থ)

অনুবাদ স্বত্ব
প্রকাশক

প্রথম প্রকাশ
একুশে বইমেলা ২০১৯

প্রকাশক
আকিকুল ইসলাম আতিক (অমর্ত্য আতিক)
চর্চা গ্রন্থ প্রকাশ
ইসলামী টাওয়ার
তৃতীয় তলা, ১১/১ বাংলাবাজার, ঢাকা-১১০০।
মোবাইল : 01611 864688, 01725 657047
e-mail: amortoatik@gmail.com

অক্ষর বিন্যাস
চর্চা কম্পিউটার, বাংলাবাজার, ঢাকা-১১০০।

প্রচ্ছদ
অমর্ত্য আতিক

মুদ্রণ
মাসুম আর্ট প্রেস,
১০/১ বি, কে, দাস রোড, ফরাশগঞ্জ, ঢাকা।

মূল্যঃ ৪০০.০০ টাকা

ঘরে বসে চর্চা গ্রন্থ প্রকাশ'র যেকোনো বই পেতে ভিজিট করুন
www.Rokomari.com/Charcha grantho prokash

কানাডা প্রাপ্তিস্থান

A T N MEGA STORE
2976 Danforth Ave.
Toronto, Ontario M4C IIM6
Phone : 416.671.6382/416.686.3134
e-mail : atnmegastore@gmail.com

ISBN: 978 984 92680 0 0

অনুবাদকের উৎসর্গ

আমার মাকে

সূচিপত্র

ভূমিকা ১১

প্রথম অধ্যায়
চিন্তাধারা ১৫
মানুষ কেন বিভিন্নরকম হয় ১৬
এগুলোকে আপনার কেমন মনে হয়? দুটি চিন্তাধারা ১৭
দুটি চিন্তাধারার দর্শন ১৯
কাজেই, নতুন কি পেলেন? ২১
আত্মোপলব্ধি ঃ নিজের সম্পদ ও সীমাবদ্ধতা সম্পর্কে সঠিক ধারণা কার আছে ২৩
কি কি জমা আছে ২৩

দ্বিতীয় অধ্যায়
চিন্তাধারার গভীরে ২৬
সফলতা কি শেখা না নিজেকে স্মার্ট প্রমাণ করা? ২৭
চিন্তাধারা পরাজয়ের অর্থ বদলে দেয় ৪৩
চিন্তাধারা প্রচেষ্টার অর্থ বদলে দেয় ৫০
প্রশ্ন ও উত্তর ৫৫

তৃতীয় অধ্যায়
সামর্থ্য ও সম্পাদনের ব্যাপারে সত্যতা ৬৪
চিন্তাধারা ও স্কুলের অর্জন ৬৫
শৈল্পিক ক্ষমতা কি জন্মগত? ৭৫
সুনামের বিপদ ও ইতিবাচক স্তর ৭৯
নেতিবাচক স্তর ও এটি কিভাবে কাজ করে ৮৩

চতুর্থ অধ্যায়
খেলাধূলা : একজন চ্যাম্পিয়ানের চিন্তাধারা ৯০
সহজাত মতবাদ ৯১
চরিত্র ৯৮
সফলতা কি? ১০৫
ব্যর্থতা কি? ১০৬
সফলতার দায়িত্ব গ্রহণ করা ১০৮

স্টার হওয়া বলতে কি বুঝায় ১১০
চিন্তাধারাকে শোনা ১১২

পঞ্চম অধ্যায়

ব্যবসা ঃ চিন্তাধারা ও নেতৃত্ব
এনরন ও মেধাবী চিন্তাধারা ১১৫
যেসব প্রতিষ্ঠান এগিয়ে যায় ১১৬
চিন্তাধারা ও প্রশাসনিক সিদ্ধান্তের একটি শিক্ষা ১১৭
নেতৃত্ব ও স্থির চিন্তাধারা ১১৮
স্থির চিন্তাধারার নেতাদের কাজ ১২০
পরিপক্ক চিন্তাধারার নেতাদের কাজ ১৩১
দলীয় প্রক্রিয়ার পর্যবেক্ষণ ১৪০
দলীয় সিদ্ধান্ত বনাম আমাদের ভাবনা ১৪০
প্রশংসিত প্রজন্ম কর্মীদের হিট করে ১৪৩
নেগোসিয়েটর কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়? ১৪৪
কর্পোরেট ট্রেনিং ঃ ম্যানেজার কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়? ১৪৫
নেতারা কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়? ১৪৭
প্রাতিষ্ঠানিক চিন্তাধারা ১৪৮

ষষ্ঠ অধ্যায়

সম্পর্ক : প্রেমে চিন্তাধারা (কিংবা নয়) ১৫২
সম্পর্ক নানারকম ১৫৫
প্রেমে পড়ার চিন্তাধারা ১৫৬
শত্রুরূপী সঙ্গী ১৬৪
প্রতিযোগিতা ঃ কে সেরা? ১৬৬
সম্পর্কের উন্নয়ন ১৬৮
বন্ধুত্ব ১৬৯
লজ্জা ১৭২
উৎপীড়ক ও শিকার : প্রতিশোধপরায়ণতা ১৭৪

সপ্তম অধ্যায়

বাবা-মা, শিক্ষক ও কোচ:
চিন্তাধারা কার কাছ থেকে আসে? ১৮১
বাবা-মা (এবং শিক্ষকেরা) সফলতা ও ব্যর্থতার বাণী ১৮৩
শিক্ষক (এবং বাবা মায়েরা) :
মহান শিক্ষক (বা বাবা-মা) কেমন করে হওয়া যায়? ২২২
কোচ : চিন্তাধারার মাধ্যমে জয়লাভ ২১১
মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারা ২২০
আমাদের উত্তরাধিকার ২২৬

অষ্টম অধ্যায়

পরিবর্তিত চিন্তাধারা ২২৮
পরিবর্তনের প্রকৃতি ২২৮
মাইন্ডসেট লেকচার ২৩২
মাইন্ডসেট ওয়ার্কসপ ২৩৪
ব্রেইনোলজি ২৩৭
পরিবর্তনের ব্যাপারে আরো কিছু ২৩৯
উন্নয়নের জন্য নিজেকে মুক্ত করে দেয়া ২৪২
যেসব মানুষ বদলাতে চায় না ২৪৬
আপনার সন্তানের চিন্তাধারা বদলান ২৫০
চিন্তাধারা ও ইচ্ছাশক্তি ২৫৫
পরিবর্তন বজায় রাখা ২৫৯

একটি (প্রকৃত) পরিপক্ক চিন্তাধারার পথে যাত্রা ২৬১
শেখা ও শিখতে সাহায্য করা ২৬৮
সামনের পথ ২৭০

ভূমিকা

একদিন আমার ছাত্রছাত্রীরা আমাকে বসালো আর এই বই লেখার অনুরোধ জানাল। তারা চাইল অন্য লোকেরা আমাদের কার্যক্রম ব্যবহার করে জীবনকে সুন্দর করে তুলুক। এরকম কিছু আমিও করতে চাইছিলাম, তবে এরপর ব্যাপারটি আমার জন্য প্রধান কাজ হয়ে দাঁড়াল।

আমার কাজ হল সাইকোলজির সেই অংশ নিয়ে যা মানুষের বিশ্বাসের শক্তিকে প্রকাশ করে। এই বিশ্বাসগুলো সজ্ঞানে বা অজ্ঞানে আমরা হয়ত ধারণ করি, তবে আমাদের চাওয়া ও প্রাপ্তির সফলতায় এগুলোর জোরালো প্রভাব রয়েছে। কেবল তা-ই নয়, মানুষের পরিবর্তিত ন্যূনতম বিশ্বাসেরও শক্তিশালী প্রভাব রয়েছে।

এই বইয়ে আপনি জানতে পারবেন, একটি সহজ বিশ্বাস আপনার জীবনের বৃহত্তর অংশ কিভাবে পরিচালনা করে। মূলতঃ এটি আপনার জীবনের প্রতিটি অংশে ছড়িয়ে পড়ে। ব্যক্তিত্ব অনুসারে আপনার ভাবনার বেশিরভাগ অংশ এই চিন্তাধারা থেকে উৎপন্ন হয়। আপনার সুপ্তশক্তি বিকাশের পথে সে বাধা, তার বেশিরভাগ এখান থেকে জন্ম নেয়।

এই চিন্তাধারায় ব্যাপারে কোন বইয়ে বিশ্লেষণ করা হয়নি এবং মানুষের জীবনে এর ব্যবহার সম্পর্কে জানা যায়নি। আপনি বিজ্ঞান ও কলা, খেলাধূলা ও ব্যবসার ব্যাপকতা বুঝতে পারবেন। আপনার সহপাঠি, বস্, বন্ধু, বাচ্চাদের আপনি বুঝতে পারবেন। আপনার নিজের ও সন্তানদের সুপ্তশক্তিকে কিভাবে বিকশিত করতে হয়, তা দেখবেন।

আমার নিজস্ব দর্শনকে আপনাদের সাথে শেয়ার করতে পেরে আমি আনন্দিত। প্রতিটি অধ্যায়ে আমি হেডলাইন এবং নিজের জীবন ও অভিজ্ঞতা থেকে প্রাপ্ত গল্পগুলো লিখেছি, যাতে চিন্তাধারাকে আপনি কাজে লাগাতে পারেন। (বেশিরভাগ ক্ষেত্রে নাম ও ব্যক্তিগত তথ্যগুলোকে বদলে দেয়া হয়েছে; কিছুক্ষেত্রে অনেক মানুষের কথা একজনের মাধ্যমে বলা হয়েছে যাতে বক্তব্য পরিষ্কার হয়। কিছু ঘটনা স্মৃতি থেকে নেয়া হয়েছে আর আমি সেক্ষেত্রে নিজের সবটুকু দেয়ার চেষ্টা করেছি।)

প্রতিটি অধ্যায়ের শেষে ও শেষ অধ্যায় জুড়ে আমি দেখিয়েছি চিন্তাধারাকে কিভাবে বুঝতে পারবেন, এর কাজকে কিভাবে বুঝবেন আর প্রয়োজন পড়লে কিভাবে একে বদলাবেন।

ব্যাকরণের ব্যাপারে সামান্য দৃষ্টি আকর্ষণ করছি। আমি ব্যাকরণ জানি ও ভালবাসি, কিন্তু এই বইয়ে আমি তার প্রয়োগ যথাযথভাবে করিনি। আমি এবং ও কিন্তু দিয়ে বাক্য শুরু করেছি। প্রসর্গ দিয়ে বাক্য শেষ করেছি। আমি একবচন 'সে' এর স্থলে বহুবচন 'তারা' লিখেছি। আমি লৌকিকতা বর্জন ও তাড়াহুড়োর জন্য এমন করেছি। আশা করছি পাঠক আমাকে ক্ষমাসুন্দর দৃষ্টিতে দেখবে।

এই আধুনিক সংস্করণের বিষয়ে দৃষ্টি আকর্ষণ করছি। আমার মনে হয়েছে কিছু অধ্যায়ে নতুন কিছু তথ্য দেয়া জরুরী। পঞ্চম অধ্যায়ে (ব্যবসা) আমি প্রাতিষ্ঠানিক চিন্তাধারায় নতুন কিছু পাঠ যোগ করেছি। হ্যাঁ, পুরো প্রতিষ্ঠানের একটি সামগ্রিক চিন্তাধারা থাকা উচিত। সপ্তম অধ্যায়ে (বাবা-মা, শিক্ষক ও কোচ) ভুল চিন্তার প্রসার নামে একটি নতুন অংশ যোগ করেছি যখন আমি জানলাম যে চিন্তার প্রসারের জন্য মানুষ এমন কিছু সৃজনশীল প্রক্রিয়া বিশ্লেষণ ও প্রয়োগ করে সেগুলো সঠিক নয়। অষ্টম অধ্যায়ে (পরিবর্তিত চিন্তাধারা) বর্ধমান চিন্তাধারার পথে যাত্রা নামে একটি অংশ যুক্ত করেছি কারণ অনেকে সেই যাত্রার জন্য নতুন কিছু তথ্য চেয়েছে। আশা করি এই নতুনত্ব আপনাদের সহায়তা করবে।

আমি তাদের সকলকে ধন্যবাদ জানাই যারা আমার গবেষণা ও এই বই লেখার কাজকে সম্ভব করে তুলেছেন। আমার ছাত্র-ছাত্রীরা আমার গবেষণাকে উপভোগ্য করে তুলেছে। আশা করি তাদের কাছ থেকে আমি যতটুকু শিখেছি, তারাও আমার কাছ থেকে ততটুকু শিখেছে। আমি সেইসব প্রতিষ্ঠানকে ধন্যবাদ জানাই, যেগুলো আমাদের গবেষণাকে সমর্থন করেছে : উইলিয়াম টি. গ্র্যান্ড ফাউন্ডেশন, ন্যাশনাল সায়েন্স ফাউন্ডেশন, ডিপার্টমেন্ট অব এডুকেশন, ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব মেন্টাল হেল্‌থ্‌, ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব চাইল্ড হেল্‌থ্‌ এন্ড হিউম্যান ডেভেলপমেন্ট, স্পেনসার ফাউন্ডেশন এবং রাইম্‌স্‌ ফাউন্ডেশন।

রেনডম হাউজের লোকজন আমার জন্য যথেষ্ট প্রেরণাদায়ক ছিলেন : ওয়েবষ্টার ইয়নস, ড্যানিয়েল যেনাকার, টম পেরি এবং সবচেয়ে বেশি হলেন কেরোলিন

সাটন ও জেনিফার হারশে, আমার প্রকাশক। আমার বইয়ের ব্যাপারে আপনাদের উত্তেজনা ও পরামর্শ বিরাট ব্যাপার ছিল। আমার এজেন্ট গাইল্‌স্ এন্ডারসন ও হেইডি গ্রান্টকে ধন্যবাদ জানাই সবসময় আমার কাছাকাছি থাকার জন্য।

যারা আমাকে সাহায্য, সহযোগিতা করেছেন, তাদের সকলকে ধন্যবাদ জানাই, তবে পলি সুলমান, রিচার্ড ডিউইক ও মারিয়ানা প্যাসকিনকে তাদের মূল্যবান ও অন্তর্দৃষ্টিসম্পন্ন মতামতের জন্য বিশেষ ধন্যবাদ জানাই। পরিশেষে আমার স্বামী ডেভিডকে ধন্যবাদ জানাই যার ভালবাসা ও প্রবল উৎসাহ আমার জীবনে নতুন মাত্রা এনে দিয়েছে। এই কাজে তার অবদান ছিল অসামান্য।

আমার কাজ হল বিকাশ সংক্রান্ত এবং এটি আমার নিজের বিকাশে সহায়তা করেছে। আশা করি আপনাদের ক্ষেত্রেও একই কাজ করবে।

প্রথম অধ্যায়
চিন্তাধারা

যখন আমি একজন তরুণ গবেষক, মাত্র শুরু করেছি, এমন কিছু ঘটেছিল যা আমার জীবনটা বদলে দিয়েছে। ব্যর্থতার সাথে মানুষ কিভাবে যুদ্ধ করছিল, তা দেখে আমি খুব বিষণ্ন হয়ে গেলাম আর ছাত্র-ছাত্রীদেরকে কঠিন সমস্যায় হাবুডুবু খেতে দেখে এ বিষয়ে পড়াশুনা করার সিদ্ধান্ত নিলাম। তাই আমি ছাত্রছাত্রীদেরকে একটি রুমে নিলাম, তাদেরকে স্বতঃস্ফূর্ত করে তুললাম আর কিছু ধাঁধার সমাধান করতে দিলাম। প্রথম ধাঁধাগুলো সহজ ছিল, তবে পরেরগুলো সামান্য কঠিন। ছাত্রছাত্রীরা যখন বিরক্ত হচ্ছিল, ঘামছিল ও পরিশ্রম করছিল, আমি তাদের কলাকৌশল খেয়াল করলাম এবং তাদের ভাবনা ও অনুভূতিকে বুঝার চেষ্টা করলাম। আমি তাদের মধ্যে বিভিন্ন রকম পার্থক্য আশা করেছিলাম, তবে আমি এমন কিছু দেখলাম যেটা কখনও আশা করিনি।

কঠিন ধাঁধার সাথে লড়তে লড়তে এক ছাত্র চেয়ার ছেড়ে উঠে দাঁড়াল, হাত কচলাল, ঠোঁট দিয়ে চুকচুক শব্দ করল ও চিৎকার করে বলল, "আমি চ্যালেঞ্জ ভালবাসি!" অন্যজন ঘামতে ঘামতে খুশির সুরে জোরগলায় বলল, "জান, আমি ভেবেছিলাম এটি বেশ তথ্যবহুল হবে।"

এদের হয়েছে কি? আমি খুব অবাক হলাম। আমি সবসময় ভাবতাম মানুষ ব্যর্থতার সাথে লড়াই করে বা করে না। আমি কাউকে কখনো ব্যর্থতাকে ভালবাসতে দেখিনি। এই বাচ্চাগুলো কি তবে অচেনা বা অন্যরকম কেউ?

প্রত্যেকেরই পছন্দের কেউ থাকে, যে জীবনের জটিল মুহূর্তে পথ দেখায়। এই বাচ্চাগুলোই ছিল আমার সেই রোল মডেল। নিশ্চয়ই এরা এমন কিছু জানত যেটা আমি জানতাম না আর আমি সিদ্ধান্ত নিলাম সেই বিষয়টি শিখব যে কোন চিন্তাধারা ব্যর্থতাকে আশীর্বাদে পরিণত করে।

তারা কি জানত? তারা সেই গুণ অর্থাৎ প্রতিভাসম্পন্ন দক্ষতা সম্পর্কে জানত যেটার চর্চা করা যায়। আর সেটাই তারা করছিল– আরো স্মার্ট হওয়ার চেষ্টা করছিল। ব্যর্থতার জন্য নিরুৎসাহিত হচ্ছিল না, কেবল তা নয়, তারা ব্যর্থতার কথা ভাবছিল না পর্যন্ত। তারা ভাবছিল তারা শিখছে।

অন্যদিকে আমি ভাবছিলাম সে মানুষের গুণগুলো পাথরে খোদাইকৃত। আপনি স্মার্ট বা স্মার্ট নন এবং ব্যর্থতা মানে আপনি স্মার্ট নন। বিষয়টি এমনই সরল। আপনি যদি সফল হয়ে যান আর ব্যর্থতাকে (যেকোন মূল্যে) এড়িয়ে যেতে

skillbloggspot.com

পারেন, তবেই আপনাকে স্মার্ট বলা যেতে পারে। লড়াই, ভুল, ধৈর্য্য এগুলো যেন এই ছবির কোন অংশ নয়।

মানুষের গুণগুলো চর্চা করা যায় কি'না, বা পাথরে খোদাই করা যায় কি'না, সেসব পুরনো বিষয়। এই বিশ্বাসগুলো আপনার জন্য কি অর্থ বহন করে, সেটাই নতুন : কোন পরিস্থিতিতে আপনি ভাববেন যে আপনার বুদ্ধিমত্তা বা ব্যক্তিত্ব স্থির, অবিচল কোন পদার্থ নয়, বরং এমন কিছু যার উন্নয়ন আপনি ঘটাতে পারেন? আসুন প্রথমে আমরা মানুষের বৈশিষ্ট্য নিয়ে তর্ক করি, তারপর সেই প্রশ্নে ফিরে যাই যে বিশ্বাসগুলো আপনার জন্য কি অর্থ বহন করে।

মানুষ কেন বিভিন্নরকম হয়

আদিকাল থেকেই মানুষ পরস্পরের থেকে ভিন্নভাবে ভেবেছে, কাজ করেছে ও ফল পেয়েছে। নিশ্চিতভাবে বলা যায় যে কেউ না কেউ জানতে চাইবে, মানুষ কেন বিভিন্নরকম হয়, কেউ বেশি স্মার্ট বা বেশি নৈতিক হয়, যেখানে এমন কিছু আছে, যা তাকে স্থায়ীভাবে ভিন্ন করে দিতে পারে। বিশেষজ্ঞরা দুই পক্ষেই মত দিয়েছেন। কেউ বলেছেন জোরালো শারীরিক ভিত্তিতে এই তফাৎ সৃষ্টি হয়েছে। যেগুলো প্রত্যাখ্যান বা পরিবর্তন করার মত নয়। এই পার্থক্যগুলো করোটির স্ফীতি (ফ্রেনোলজি), খুলির আকার ও আয়তন (ক্রেনিওলজি) এবং জিনের জন্য হয়।

অন্যরা মানুষের অতীত, অভিজ্ঞতা, ট্রেনিং বা শেখার প্রক্রিয়ার কারণে এই জোরালো পার্থক্য হয় বলে মত দিয়েছেন। একথা জেনে আপনারা অবাক হবেন যে আই কিউ টেস্টের আবিষ্কারক আলফ্রেড বিনেট এ বিষয়ে স্বীকারোক্তি দিয়েছেন। আই কিউ টেষ্ট মানে একটি বাচ্চার অপরিবর্তনীয় বুদ্ধিমত্তা নয় কি? মূলত: না। বিংশ শতকের শুরুতে ফ্রেঞ্চের নাগরিক বিনেট– যিনি প্যারিসে কাজ করতেন, এই টেস্টের ডিজাইন করেছিলেন প্যারিস পাবলিক স্কুলের সেইসব বাচ্চাদের জন্য যারা স্কুলে ভাল করতে পারছিল না, তাদেরকে যেন নতুন শিক্ষা পদ্ধতির মাধ্যমে পড়াশুনায় ফেরানো যায়। বাচ্চাদের বুদ্ধিমত্তায় ব্যক্তি স্বাতন্ত্র্যকে অস্বীকার না করে তিনি বলেছিলেন শিক্ষা ও চর্চার মাধ্যমে বুদ্ধিমত্তায় কিছু মৌলিক পার্থক্য আনা যায়। তার 'মডার্ণ আইডিয়াস এবাউট চিলড্রেন" বইয়ের কিছু পংক্তি এখানে দেয়া হল যেগুলোতে তিনি যেসব বাচ্চা পড়াশুনায় সমস্যাক্রান্ত হয়, তাদের সাথে কাজ করার বিষয়গুলো সারসংক্ষেপ করেছেন।

http://blogspot.com

কিছু আধুনিক দার্শনিক... জোর দিয়ে বলেন যে ব্যক্তির বুদ্ধিমত্তা হল স্থির একটি পরিমাণ, সেটাকে বৃদ্ধি করা যায় না। এই নিষ্ঠুর নৈরাশ্যের বিরুদ্ধে আমরা প্রতিবাদ ও প্রতিক্রিয়া জানাই....চর্চা, ট্রেনিং ও সর্বোপরি পদ্ধতিকে কাজে লাগিয়ে আমরা মনোযোগ, স্মৃতি, বিচারব্যবস্থা এবং আক্ষরিক অর্থে ত্যাগের চেয়ে অনেক বেশি বুদ্ধিমান হয়ে উঠতে পারি।

কে সঠিক? বর্তমানে বেশিরভাগ বিশেষজ্ঞ বলেন যে এটা বা ওটা কোনটাই ঠিক নয়। এটি বৈশিষ্ট্য বা লালন নয়, জিন বা পরিবেশ নয়। নানারকম মতবাদের ভিত্তিতে এই দুইয়ের মধ্যে নিরন্তর দেয়া-নেয়ার সম্পর্ক চলেই যাচ্ছে। মূলতঃ প্রখ্যাত নিউরোসাইনটিষ্ট গিলবার্ট গটলিব বলেছেন– আমাদের উন্নয়নে কেবল জিন ও পরিবেশ যে সহায়তা করে, তা নয়– জিন সঠিকভাবে কাজ করার জন্য পরিবেশ থেকেও কিছু জিনিষ নেয়।

একই সাথে বিজ্ঞানীরা জানতে পেরেছেন যে আজীবন মনে রাখা ও ব্রেনের উন্নয়নের জন্য তারা যা ভেবেছিল, তার চেয়ে অনেক বেশি ক্ষমতা মানুষের আছে। অবশ্যই প্রতিটি ব্যক্তির একটি অসাধারণ বংশানুক্রমিক বুদ্ধিমত্তা আছে। মানুষ বিভিন্ন মেজাজ ও দক্ষতা নিয়ে শুরু করতে পারে, তবে একথা স্পষ্ট যে অভিজ্ঞতা, ট্রেনিং ও ব্যক্তিগত প্রচেষ্টা তাকে বাকী পথ টেনে নিয়ে যাবে, বুদ্ধিমত্তার বর্তমান গুরু রবার্ট স্টার্ণবার্গ লিখেছেন যে মানুষ "নির্দিষ্ট কিছু প্রাথমিক ক্ষমতার কারণে নয়, অর্থপূর্ণ কার্যক্রমের কারণে" শ্রেষ্ঠত্ব অর্জন করে, কিংবা তার পূর্বসুরী বিনেট বলেছেন শেষ পর্যন্ত তারাই সবসময় সবচেয়ে স্মার্ট থাকে না যারা শুরুতে সবচেয়ে স্মার্ট ছিল।

এগুলোকে আপনার কেমন মনে হয়? দুটি চিন্তাধারা

বৈজ্ঞানিক বিষয় নিয়ে বিশেষজ্ঞদের অভিমত, সেটি এক জিনিস। এই মতামতকে আপনি কিভাবে প্রয়োগ করলেন, সেটি বুঝতে পারা অন্য জিনিস। আমার ৩০ বছরের গবেষণা অনুযায়ী আপনি নিজের জন্য যে দর্শন প্রয়োগ করলেন, সেটি আপনার জীবন পরিচালনার ক্ষেত্রে গভীর প্রভাব ফেলবে। এটি নির্ধারণ করবে যে আপনি যেমনটি হতে চান তেমন হবেন কি'না, যে কাজ করতে চান, তা পারবেন কি'না। এটি কিভাবে হয়? একটি সরল বিশ্বাস কি করে আপনার মানসিকতা ও জীবনকে পাল্টে দিতে পারে?

নিজের গুণগুলো পাথরে খোদাইকৃত, অর্থাৎ স্থির চিন্তাধারাকে বিশ্বাস করলে বারবার নিজেকে প্রমাণ করায় একটি তাড়না সৃষ্টি হয়। আপনার বুদ্ধিমত্তা, ব্যক্তিত্ব ও নৈতিক চরিত্র যদি সুনিশ্চিত হয়, ভালোইত, আপনাকে প্রমাণ করতে

shilpi.blogspot.com

হবে যে আপনার সবকিছু বেশ শক্তিশালী। এই মৌলিক বৈশিষ্ট্যে ঘাটতি দেখলে বা অনুভব করলে কোন কাজ হবে না।

খুব কম বয়স থেকে আমাদের বেশিরভাগই এরকম চিন্তাধারার ট্রেনিং পাই। শিশুবয়স থেকেই স্মার্ট হওয়ার জন্য আমি বেশ মনোযোগী ছিলাম, কিন্তু এই স্থির চিন্তাধারা আমার সিক্সথ গ্রেডের টিচার-মিসেস উইলসন আমার মধ্যে গেঁথে দেন। তিনি বিশ্বাস করতেন যে মানুষের আই কিউ স্কোর তাদের পরিচয় জানিয়ে দেয়। আমরা আই কিউ অনুযায়ী রুমে বসে থাকতাম এবং কেবল সর্বোচ্চ আই কিউ স্টুডেন্টরা পতাকা বহন করতে বা প্রিন্সিপালের কাছে নোট নিয়ে যেত। তার বিচারের মাপকাঠির পাশাপাশি প্রতিদিন যে হৃদযন্ত্রণা হত, তাকে বাদ দিয়ে, তিনি ক্লাশের প্রত্যেকের মধ্যে একটি লক্ষ্য তৈরি করে দিয়েছিলেন যে স্মার্ট হতে হবে, নির্বোধ নয়। সবসময় ক্লাশে পরীক্ষা দিয়ে বা বকা খেয়ে কে সেই পড়াশুনাকে গ্রাহ্য করে বা উপভোগ করে? ক্লাশে, পেশাগত জীবনে বা সম্পর্কে এই লক্ষ্য প্রমাণের চেষ্টা করতে আমি অনেক মানুষকে দেখেছি। প্রত্যেক পরিস্থিতি তাদের বুদ্ধিমত্তা, ব্যক্তিত্ব বা চরিত্র নিশ্চয়তায় তৈরি হয়। প্রতিটি পরিস্থিতির মূল্যায়ন অনেকটা এরকম : আমি সফল হব, না ব্যর্থ? আমাকে কি স্মার্ট দেখাবে, না নির্বোধ? আমাকে গ্রহণ করবে, না বাদ দেবে? আমি কি জয়ী হব, না পরাজিত?

কিন্তু আমাদের সমাজ কি বুদ্ধিমত্তা, ব্যক্তিত্ব ও চরিত্রের মূল্যায়ন করে না? এগুলো চাওয়া কি স্বাভাবিক নয়? হ্যাঁ, কিন্তু...
অন্যরকম একটি চিন্তাধারা আছে যেখানে এই বিষয়গুলো কেবলই সামলে নিয়ে বেঁচে থাকা নয়, সারাক্ষণ নিজেকে বা অন্যকে বুঝাতে চেষ্টা করা নয় যে আপনার হাতে বড় একটি দাঁও আছে, সেখানে গোপনে উদ্বিগ্ন হচ্ছেন যে দাঁওটি দশের যেকোন জোড়া হতে পারে। এই চিন্তাধারায় আপনি যে কাজে হাত দেবেন, সেটা হবে উন্নয়নের প্রথম পদক্ষেপ। এই পরিণত চিন্তাধারা সেই বিশ্বাসের ভিত্তিতে তৈরি যে চেষ্টা, কৌশল ও অন্যদের সহায়তার মাধ্যমে আপনার মৌলিক গুণগুলোকে বিকশিত করতে পারেন। যদিও প্রত্যেকে তাদের মেধা, স্বাভাবিক ক্ষমতা, আগ্রহ বা মর্জির ক্ষেত্রে স্বতন্ত্র, চর্চা ও অভিজ্ঞতার মাধ্যমে প্রত্যেকে সেসব বদলাতে ও বাড়াতে পারে।
এই চিন্তাধারার মানুষ কি যেকোন কিছু করতে পারে, প্রকৃত চেষ্টা বা শিক্ষার মাধ্যমে আইনস্টাইন বা বেথোফেন হতে পারে? না, কিন্তু তারা বিশ্বাস করে যে মানুষের প্রকৃত সম্ভাবনা অজানা (এবং জানা সম্ভব নয়), এর ভবিষ্যতবাণী করাও অসম্ভব যে আগ্রহ, চেষ্টা ও ট্রেনিংয়ের মাধ্যমে কতটুকু কাজ সম্পন্ন করা যায়।

skillal.blogspot.com

আপনি কি জানতেন যে ডারউইন ও টলস্টয়কে সাধারণ শিশু হিসেবে গণ্য করা হত? সর্বকালের অন্যতম সেরা গলফ্ খেলোয়াড় বেন হোগান শিশুকালে অমিশুক ও অমার্জিত ছিলেন? ফটোগ্রাফার সিনতি শেরম্যান, বিংশ শতাব্দীর সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ শিল্পী, জীবনের প্রথম কাজে ব্যর্থ হয়েছিলেন। অন্যতম সেরা অভিনেত্রী গ্যারাল্ডাইন পেজকে বলা হয়েছিল মেধার অভাবে অভিনয় ছেড়ে দিতে।

দেখুন যে বিশ্বাস মনে করে যে গুণগুলোর উন্নয়ন ঘটানো যায়, সে বিশ্বাস মানুষের মধ্যে শিখার আগ্রহ জন্মায়। নিজেকে বারবার বড় প্রমাণ করতে গিয়ে সময় নষ্ট করার কি দরকার, যেখানে আপনি আসলেই ভালো হতে পারেন? ঘাটতিকে অতিক্রম না করে লুকানোর কি প্রয়োজন? আপনার বুদ্ধিকে যে চ্যালেঞ্জও করবে তাকে না খুঁজে বন্ধু বা সঙ্গী খোঁজার দরকার কি যারা আপনার আত্ম-মূল্যায়নকে কেবল শক্তিশালী করবে?

যে অভিজ্ঞতা আপনাকে প্রসারিত করবে তার পরিবর্তে চেষ্টাকৃত ও সত্যকে কেন অন্বেষণ করা? নিজেকে প্রসারিত করার স্বপ্ন ও তার সাথে এমনকি (বিশেষত:) অসময়েও যুক্ত থাকাই হল পরিপক্ক চিন্তাধারার বৈশিষ্ট্য। এই চিন্তাধারা মানুষকে জীবনের সবচেয়ে চ্যালেঞ্জিং সময়েও এগিয়ে যেতে দেয়।

দুটি চিন্তাধারার দর্শন

দুটি চিন্তাধারা কিভাবে কাজ করে সেটি বুঝার জন্য আপনি যথাসম্ভব স্পষ্টভাবে কল্পনা করুন যে আপনি একজন তরুণী, খুব খারাপ একটি দিন কাটাচ্ছেন।

একদিন আপনি একটি ক্লাশে গেলেন সেটা খুব জরুরী ছিল আর আপনি সেটা পছন্দও করেন। প্রফেসর মিডটার্ম পেপার দিল। আপনি সি+পেলেন। সেই সন্ধ্যায় বাড়ি যাওয়ার পথে আপনি দেখলেন সে পার্কিং টিকেট পেয়েছেন। প্রচন্ড হতাশ হয়ে সবচেয়ে প্রিয় বন্ধুকে ডাকলেন দুঃখ শেয়ার করার জন্য, কিন্তু সে আসতে পারল না।

আপনি কি চিন্তা করবেন? আপনার কেমন লাগবে? আপনি কি করবেন? স্থির চিন্তাধারার মানুষকে যখন প্রশ্ন করলাম, তারা জবাব দিল– "আমি নিজেকে অবহেলিত মনে করব'। "আমি পুরোই ব্যর্থ।" "আমি একটা নির্বোধ।" "আমি পরাজিত।" "নিজেকে আমি অপদার্থ ও নির্বোধ মনে করব– অন্যরা আমার চেয়ে ভাল।" "আমি প্রতারিত।" অন্যভাবে বলা যায়, যা ঘটেছে তাকে নিজেদের যোগ্যতা ও মূল্যের মাপকাঠি হিসেবে তারা দেখবে।

skilu.blogspot.com

এজন্যই তারা জীবন সম্পর্কে এরকম ভাবে : "আমার জীবন করুণ।" "আমার কোন জীবন নেই।" "উপরের কেউ একজন আমাকে পছন্দ করে না।" "এই পৃথিবী আমাকে চায় না।" "কেউ আমার ক্ষতি চায়।" "আমাকে কেউ ভালবাসে না, সবাই ঘৃণা করে।" "জীবন অসঙ্গত আর সব চেষ্টা অর্থহীন।" "জীবন হল মায়া। আমি নির্বোধ। আমার সাথে কখনো কিছু ভাল হয় না।" "আমি পৃথিবীর সবচেয়ে দুর্ভাগা ব্যক্তি।"

ক্ষমা করবেন, সেখানে মৃত্যু বা ধ্বংস ছিল, না শুধু একটি গ্রেড, একটি টিকেট ও একটি খারাপ ফোন কল ছিল?

এই মানুষগুলো কি নিজেকে কেবল কম মূল্যায়ন করে? নাকি কার্ড বহনকারী নিরাশাবাদী? না। যখন পরাজয়ের সাথে লড়াই করে পারছে না, তখনও তারা পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের মত নিজেকে মূল্যবান ও আশাবাদী, উজ্জ্বল ও আকর্ষণীয় ভাবছে।

তবে কিভাবে তারা সাফল্যের সাথে টিকে থাকবে? "কোনকিছু ভালভাবে করার জন্য অনেক বেশি সময় দেয়া ও চেষ্টা করার ব্যাপারে আমি মাথা ঘামাই না।" (অন্যভাবে বলা যায়, আপনাকে পুনরায় পরিমাপ করতে কাউকে দেবেন না।) "কিছুই করি না।" "বিছানায় থাকি।" "মদ খাই।" "খাবার খাই।" "সুযোগ পেলে কারো সাথে চিৎকার করি। "চকলেট খাই।" "গান শুনি আর গোমড়া হয়ে যাই।" "নিজের রুমে গিয়ে বসে থাকি।" "কারো সাথে মারামারি করি।" "কান্না করি।" "কিছু ভেঙ্গে ফেলি।" "করার কি আছে?"

করার কি আছে! জানেন, যখন আমি ফলাফল লিখতাম, ইচ্ছে করে গ্রেড সি+ দিতাম, গ্রেড এফ নয়। এটি মিডটার্ম পরীক্ষা, ফাইনাল নয়। এটি পার্কিং টিকেট, ভাঙ্গা কার নয়। তাদের খানিকটা ঘষামাজা করার প্রয়োজন, ফেলে দেয়ার নয়। মারাত্মক বা ঠিক করতে না পারার মত কিছু ঘটেনি। তবু স্থির চিন্তাধারার লোকেরা এই কাঁচামাল থেকে পরাজয় ও স্থবিরতার অনুভূতি তৈরি করে নেয়।

যখন পরিপক্ক চিন্তাধারার কাউকে একই ফলাফল দিতাম, কি ঘটত, দেখুন। তারা ভাবত:

"ক্লাসে আমাকে আরো চেষ্টা করতে হবে, কার পার্কের সময় আরো মনোযোগী হতে হবে আর ভেবে দেখতে হবে আমার বন্ধুর দিনটি খারাপ ছিল কি'না।"

"সি+ মানে হল ক্লাশে আমাকে আরো চেষ্টা করতে হবে আর গ্রেড বাড়ানোর জন্য অর্ধেক সেমিষ্টার আমার হাতে রয়ে গেছে।"

skitu.blogspot.com

এরকম অনেক ছিল, কিন্তু ভাবছি আপনি মতামত পেয়ে গেছেন। এখন তারা কিভাবে টিকে থাকবে? সরাসরিভাবে।

"ক্লাশের বাকী পরীক্ষার জন্য বেশ ভালভাবে (বা ভিন্নভাবে) পড়ার কথা ভাবছি, ঠিকমত টিকেট দেব আর বন্ধুর সাথে পরের বার কথা হওয়ার সময় সব জেনে নেব।"
"পরীক্ষায় কি ভুল হয়েছিল, সেটা খেয়াল করব, আরো ভাল করার চেষ্টা করব, পার্কিং টিকেটের টাকা দেব আর বন্ধুকে ফোন করে জানাব যে আগের দিন আমার মন খারাপ ছিল।"
"পরের পরীক্ষার জন্য কষ্ট করব, টিচারের সাথে কথা বলব, কার পার্কের সময় সতর্ক থাকব আর খোঁজ নেব যে আমার বন্ধুর কি হয়েছে।"
আপনার চিন্তাধারা যেমনই হোক্ না কেন, মন খারাপ করার কোন কারণ নেই। কার এমন হয় না? দুর্বল গ্রেড পাওয়া, বন্ধু বা প্রিয়জনের প্রত্যাখ্যান কৌতুকের বিষয় নয়। কেউ খুশিতে ঠোঁট উল্টায় না। তবু পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা হাল ছেড়ে দেয় না। অসহায় বোধ করলেও তারা রিস্ক নিতে প্রস্তুত হয়, চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি দাঁড়ায় আর কাজ করতে থাকে।

কাজেই, নতুন কি পেলেন?

এটা কি তেমন আকর্ষণীয় ধারণা? আমাদের অনেকগুলো প্রচলিত কথা রয়েছে, সেগুলোতে রিস্ক ও তার প্রতিরোধ ক্ষমতার উপর গুরুত্ব দেয়া হয়েছে, যেমন– "ঝুঁকি না নিলে লাভ হয় না" এবং "যদি প্রথমে তুমি সফল না হও, বারবার চেষ্টা কর।" কিংবা "রোম একদিনে তৈরি হয়নি।" (কথা প্রসঙ্গে বলছি, ইটালিয়ানদের মনোভাব এমন জেনে আমি খুব খুশি হয়েছি।) সত্যিকার আশ্চর্যের বিষয় হল স্থির চিন্তাধারার মানুষ এসবে একমত হয় না। তাদের মতে, "ঝুঁকি না নিলে ক্ষতি হয় না।" "যদি প্রথমে তুমি সফল না হও, তোমার হয়ত সামর্থ্য নেই।" "রোম একদিনে তৈরি হয়নি বলতে অন্য কিছু বোঝানো হয়েছে।" অন্যভাবে বলা যায় ঝুঁকি ও চেষ্টা হল এমন দুটি শব্দ যেগুলো আপনার ঘাটতি প্রকাশ করে আর দেখায় যে আপনি সেই কাজের যোগ্য নন। মূলত: স্থির চিন্তাধারার কি পরিমাণ মানুষ যে চেষ্টা করতে বা সাহায্য পেতে চায় না, দেখলে চমকে যেতে হয়।
আরো নতুন বিষয় হল যে ঝুঁকি ও চেষ্টা সংক্রান্ত মানুষের ধারণা তাদের মৌলিক চিন্তাধারা থেকে জন্ম নেয়। এটি কেবল এমন নয় যে কিছু মানুষ নিজেদের চ্যালেঞ্জ করছে ও চেষ্টাকে গুরুত্ব দিচ্ছে। আমাদের গবেষণায় দেখা গেছে যে

skillhaat.blogspot.com

এটি সরাসরি পরিপক্ক চিন্তাধারা থেকে আসে। যখন মানুষকে আমরা উন্নয়নের প্রতি গুরুত্ব দিয়ে পরিপক্ক মানসিকতার ব্যাপারে শিখাই, চ্যালেঞ্জ ও চেষ্টায় ধারণাগুলো এসে যায়। একইভাবে বিষয়টি এমনও নয় যে কিছু মানুষ চ্যালেঞ্জ ও চেষ্টাকে ভয় পায়। যখন স্থায়ী আচরণের প্রতি গুরুত্ব দিয়ে কাউকে আমরা স্থির মানসিকতায় (অস্থায়ীভাবে) রেখে দেই, তারা খুব দ্রুত চ্যালেঞ্জকে ভয় পেতে ও চেষ্টাকে অবমূল্যায়ন করতে শুরু করে। অনেক সময় "দ্য টেন সিক্রেট্স্ অব দা ওয়ার্ল্ডস মোস্ট সাকসেসফুল পিপল" জাতীয় বই বুকষ্টোরে প্রচুর দেখতে পাই এবং এই বইগুলো হয়ত উপকারী কিছু পরামর্শও দেয়। কিন্তু এগুলো সাধারণতঃ অসংলগ্ন কিছু সংযুক্তি, যেমন– "অধিক ঝুঁকি নাও!" বা "নিজের উপর বিশ্বাস রাখ!" জাতীয়, আপনি যখন সফল মানুষদের শ্রদ্ধা করতে থাকবেন, কখনও স্পষ্টভাবে বুঝতে পারবেন না বিষয়গুলো কিভাবে যুক্ত হয়েছে বা আপনি কিভাবে সেগুলো করবেন। কাজেই কিছুদিনের জন্য আপনি হয়ত উৎসাহিত হবেন, কিন্তু মূলতঃ বিশ্বের সবচেয়ে সফল ব্যক্তিদের রহস্য তাদের সাথে রয়েই যাবে।

বরং আপনি যেহেতু স্থির ও পরিপক্ক চিন্তাধারাকে বুঝতে শুরু করেছেন, আপনি দেখবেন কিভাবে একটি বিষয় অন্যটিকে পরিচালনা করে, কিভাবে পাথরে খোদাইকৃত আপনার গুণগুলো ভাবনা ও কাজকে স্বাগত জানায়, কিভাবে আপনার গুণাবলী চর্চার মাধ্যমে ভিন্ন-ভিন্ন ভাবনা ও কাজের জন্ম দেয় আর আপনাকে সম্পূর্ণ অন্যরকম একটি পথে নিয়ে যায়। আর একেই আমরা মনোবিজ্ঞানীরা আহ! অভিজ্ঞতা বলে মনে করি। মানুষকে নতুন চিন্তাধারা শেখাতে গিয়ে আমি এসব যে কেবল নিজের গবেষণায় দেখেছি, তা নয়, যারা আমাদের কাজের ব্যাপারে পড়াশুনা করেছে, তাদের কাছ থেকে আমি চিঠিও পেয়েছি।

তারা নিজেদের চিনেছে : "যখন আমি আপনার আর্টিক্যাল পড়েছি, বারবার নিজেকে বলেছি "এটা আমি, এটা আমি।" তারা যোগাযোগ দেখতে পেয়েছে। "আপনার আর্টিক্যাল আমাকে মুগ্ধ করেছে। আমার মনে হয়েছে পৃথিবীর রহস্য আমি জেনে গেছি।" তারা তাদের মানসিকতার সাথে পুনঃপরিচয় টের পেয়েছে : "আমি নিজের ভাবনার চারপাশে একটি ব্যক্তিগত আবর্তন দেখতে পেয়েছি এবং এটি খুব সাংঘাতিক।" তারা এই নতুন চিন্তাধারার চর্চা করেছে আর অন্যরা : "আপনার কাজ আমাকে শিশুদের সাথে সম্পৃক্ত করেছে আর আমি শিক্ষাকে ভিন্ন দৃষ্টিতে দেখছি।" বা "আমি কেবল এটুকু জানাতে চাই যে আপনার চমৎকার গবেষণা শত শত ছাত্রদের ব্যক্তিগত ও বাস্তব জীবনে কি পরিমাণ প্রভাব বিস্তার করেছে।" আমি কোচ ও ব্যবসায়ী নেতৃবৃন্দের কাছ থেকেও এরকম অনেক চিঠি পেয়েছি।

skhh.blogspot.com

আত্মোপলব্ধি ঃ নিজের সম্পদ ও সীমাবদ্ধতা সম্পর্কে সঠিক ধারণা কার আছে

পরিপক্ক চিন্তাধারায় লোকেরা হয়ত নিজেদেরকে আইনস্টাইন বা বেথোফেন ভাবে না, তবে তারা কি নিজেদের সামর্থ্যকে বড় করে দেখে অনেক সময় অসম্ভবকে পাওয়ার চেষ্টাও করে না? মূলতঃ গবেষণা অনুযায়ী মানুষ নিজের ক্ষমতার মূল্যায়নের ব্যাপারে বেশ ভয়ংকর। সম্প্রতি আমরা লক্ষ্য করেছি যে কারা কেমন করে। আমরা মানুষকে নিজের কাজ ও ক্ষমতার অবমূল্যায়ন করতে দেখেছি নিশ্চিত। কিন্তু স্থির চিন্তাধারার মানুষেরাই প্রায় ক্ষেত্রে ভুল হিসাব করেছে। পরিপক্ক চিন্তাধারার লোকেরা আশ্চর্যরকম নির্ভুল।

যখন আপনি এ বিষয়ে চিন্তা করবেন, বুঝতে পারবেন। যদি পরিপক্ক মানুষের চিন্তাধারার মত আপনি আত্মোন্নয়নে বিশ্বাস করেন, তবে আপনার বর্তমান ক্ষমতা সম্পর্কে আপনি মুক্ত থাকবেন, এমনকি সেটা যদি ততটা প্রশংসনীয় না হয়, তবুও। এর চেয়েও বড় কথা হল, আপনি যদি শিখতে চান, আপনার ক্ষমতা সম্পর্কে যথার্থ তথ্য আপনার প্রয়োজন পড়বে। যদি স্থির চিন্তাধারার মানুষের মত সবকিছু সুসংবাদ বা দুঃসংবাদ হিসেবে গুরুত্বের সাথে গণ্য হয়, তবে সেই চিত্রে বিপর্যয় আসতে বাধ্য। কিছু ফলাফলকে সূক্ষভাবে দেখা যাবে, কিছুকে ব্যাখ্যা করা যাবে আর এসব কিছু জানার পূর্বসত্য হল যে নিজেকে আপনি আদৌ চিনেন না।

হোয়ার্ড গার্ডনার তার 'এক্সট্রা অর্ডিনারি মাইন্ডেড' বইতে সংযুক্ত করেছেন যে "অসাধারণ ব্যক্তিদের নিজস্ব ক্ষমতা ও দুর্বলতা বুঝার একটি বিশেষ গুণ থাকে।" মজার ব্যাপার হল পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষদের মধ্যে সেই গুণটি দেখা যায়।

কি কি জমা আছে

অসাধারণ ব্যক্তিদের আরেক বিশেষ গুণ হল জীবনের ব্যর্থতাকে ভবিষ্যতের সফলতায় পরিণত করা। সৃজনশীলতার গবেষকেরা এ ব্যাপারে একমত। সৃষ্টিশীলতার গবেষকদের ১৪৩ ভোটের মধ্যে একটি বিষয়ে ব্যাপক ঐক্যমত পাওয়া গেছে। আর সেটি হল পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষদের অধ্যবসায় ও স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে যাওয়ার ক্ষমতা।

skillu.blogspot.com

আপনি হয়ত আবারও জানতে চাইবেন একটি বিশ্বাসের মাধ্যমে চ্যালেঞ্জকে ভালবাসা, চেষ্টায় বিশ্বাস রাখা, দুঃখের সময় স্বাভাবিক থাকা ও বৃহত্তর (আরো সৃজনশীল) সফলতা লাভ করা কিভাবে সম্ভব? পরবর্তী অধ্যায়গুলোতে আপনি দেখবেন এগুলো কিভাবে সম্ভবঃ মানুষ যার জন্য কষ্ট করে ও যাকে সফলতা বলে ভাবে, সেগুলোকে চিন্তাধারা কিভাবে বদলে দেয়। কিভাবে তারা ব্যর্থতার সংজ্ঞা, গুরুত্ব ও প্রভাবকে বদলে দেয়। আর কিভাবে তারা চেষ্টার গভীরতম অর্থকে বদলে দেয়। আপনি দেখবেন চিন্তাধারা স্কুলে, খেলাধুলায়, কর্মক্ষেত্রে ও সম্পর্কে কি ভূমিকা পালন করে। আপনি দেখবেন সেগুলো কোত্থেকে আসে ও কিভাবে বদলায়।

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

আপনার চিন্তাধারা কোন্‌টি? বুদ্ধিমত্তা সম্পর্কে এই প্রশ্নগুলোর উত্তর দিন। প্রতিটি বক্তব্য পড়ুন আর সিদ্ধান্ত নিন যে আপনি এতে একমত না'কি নন।

১। আপনার বুদ্ধিমত্তা এত মৌলিক যে আপনি বেশি বদলাতে পারেন না।

২। আপনি নতুন জিনিস শিখতে পারেন, কিন্তু নিজস্ব বুদ্ধিমত্তাকে বদলাতে পারেন না।

৩। আপনি যত বুদ্ধিমানই হন, সবসময় একে সামান্য বদলাতে পারেন।

৪। আপনি নিজস্ব বুদ্ধিমত্তাকে সবসময় প্রচুর পরিমাণে বদলান।

১ ও ২নং প্রশ্ন হল স্থির চিন্তাধারার প্রশ্ন। ৩ ও ৪নং প্রশ্ন পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিফলন। কোন্ চিন্তাধারার সাথে আপনি বেশি একমত? আপনি এর মিশ্রণও হতে পারেন, তবে বেশিরভাগ মানুষ হয় একটি, নয় অন্যটির দিকে ঝুঁকে পড়ে।

অন্যান্য ক্ষমতার ব্যাপারেও আপনার বিশ্বাস রয়েছে। বুদ্ধিমত্তার জন্য 'শৈল্পিক মেধা', 'ক্রীড়া নৈপুণ্য' বা 'বাণিজ্যিক দক্ষতা'কেও আপনি বিকল্প হিসেবে নিতে পারেন।

এটি কেবল আপনার ক্ষমতা নয়, ব্যক্তিগত গুণও। ব্যক্তিত্ব ও চরিত্র সংক্রান্ত বক্তব্যগুলো খেয়াল করুন এবং বলুন যে আপনি একমত, না'কি নন।

১। আপনি এমন এক ধরনের ব্যক্তি যাকে আসলে বদলানো যায় না।

২। আপনি যেমন মানুষই হন না কেন, আপনি সবসময় প্রচুর পরিমাণে বদলান।

৩। আপনি নানা রকম কাজ করতে পারেন, কিন্তু স্বকীয়তার গুরুত্বপূর্ণ অংশকে বদলাতে পারেন না।

৪। আপনি নিজস্ব মৌলিক জিনিস সবসময় বদলান।

skillu.blogspot.com

এখানে ১ ও ৩ নং প্রশ্ন হল স্থির-চিন্তাধারার প্রশ্ন এবং ২ ও ৪নং প্রশ্ন পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিচ্ছবি। কোন্‌টির সাথে আপনি বেশি একমত?

আপনার বুদ্ধিমত্তার চিন্তাধারার সাথে এর কি কিছু পার্থক্য আছে? হতে পারে। আপনার "বুদ্ধিমত্তার চিন্তাধারা" তখনও কাজ করে যখন পরিস্থিতি আপনার মানসিক ক্ষমতাকে কাজে লাগায়।

আপনার "ব্যক্তিগত চিন্তাধারা" এমন পরিস্থিতিতে কাজ করে যখন আপনার ব্যক্তিগত গুণ, যেমন– নির্ভরতা, সমন্বয়, যত্ন বা সামাজিক দক্ষতাকে কাজে লাগান হয়। স্থির চিন্তাধারা আপনাকে সচেতন করে তুলবে যে আপনি কিভাবে বিচার্য হবেন; পরিপক্ক চিন্তাধারা আপনাকে উন্নয়নের ব্যাপারে সচেতন করে তুলবে।

চিন্তাধারার ব্যাপারে ভাবার আরো কিছু উপায় দেয়া হল :

এমন কাউকে ভাবুন যাকে আপনি স্থির চিন্তাধারার মানুষ বলে জানেন। চিন্তা করুন যে নিজেকে প্রমাণের জন্য সে কেমন মুখিয়ে থাকে আর ভুল হলে সে কিরকম অতিরিক্ত উত্তেজিত হয়ে পড়ে। আপনি কি কখনো ভেবেছেন তারা এমন কেন? (আপনি কি এমন?) এখন আপনি এর কারণ বুঝতে পারবেন।

এমন কাউকে ভাবুন যাকে আপনি পরিপক্ক চিন্তাধারায় দক্ষ বলে জানেন, এমন কেউ যে জানে যে গুরুত্বপূর্ণ গুণগুলোকে আবাদ করা যায়। সে কিভাবে বাধা অতিক্রম করে, সেটি ভাবুন। নিজের প্রসারণের জন্য সে কি করে, ভাবুন। নিজের পরিবর্তন বা প্রসারণের জন্য কি কি উপায় আপনার পছন্দ?

ঠিক আছে, এখন কল্পনা করুন যে আপনি একটি নতুন ভাষা শেখার সিদ্ধান্ত নিয়েছেন এবং নতুন ক্লাশে যোগ দিয়েছেন। কোর্সের কয়েক সেশন পর ইনস্ট্রাকটর আপনাকে রুমের সামনে ডেকে নিল আর একের পর এক প্রশ্ন করতে লাগল।

নিজেকে স্থির চিন্তাধারায় স্থাপন করুন। আপনার ক্ষমতা সজাগ। আপনার উপর সবার দৃষ্টি আপনি অনুভব করছেন? ইনস্ট্রাকটরের চোখ যে আপনাকে অনুসরণ করছে, আপনি বুঝতে পারছেন? উদ্বেগ অনুভব করুন, অহংবোধের ক্ষোভ ও ভেঙ্গে পড়া অনুভব করুন। আপনি আর কি ভাবছেন ও অনুভব করছেন?

এখন পরিপক্ক চিন্তাধারায় নিজেকে স্থাপন করুন। আপনি শিক্ষানবিশ, সেজন্য আপনি এখানে। আপনি এখানে শিখতে এসেছেন। টিচার আপনাকে শেখাবে। অনুভব করুন যে আপনার কোন উদ্বেগ নেই, আপনার মন মুক্ত।

বার্তাটি হল ঃ আপনি আপনার চিন্তাধারা বদলাতে পারেন।

ektiblogspot.com

দ্বিতীয় অধ্যায়
চিন্তাধারার গভীরে

যখন আমি তরুণী ছিলাম, রাজপুত্রের মত একজন সঙ্গী চাইতাম। অনেক আকর্ষণীয়, অনেক সফল মানুষ। বেশ আবেগপ্রবণ কাউকে। আমি চমৎকার একটি পেশা চাইতাম, সেটা কঠিন বা ঝুঁকিপূর্ণ নয়। আর ভাবতাম যে এইসব কিছু আমার প্রাপ্য।

আমি সন্তুষ্ট হওয়ার অনেক আগের কথা এসব। আমি ভাল একজন মানুষ পেয়েছি, কিন্তু তার কাজ তখনও উন্নয়নমুখী। আমার পেশা বেশ ভাল, কিন্তু এটাও সবসময় চ্যালেঞ্জের বিষয় নয়। কিছুই সহজ ছিল না। কিন্তু আমি কি করে সন্তুষ্ট হয়েছিলাম? আমি চিন্তাধারা বদলেছিলাম।

নিজের কাজের জন্যই আমি চিন্তাধারা বদলে ছিলাম। একদিন আমার ছাত্রী মেরি বানদুরা আর আমি বুঝার চেষ্টা করছিলাম যে কিছু শিক্ষার্থী কেন তাদের ক্ষমতা প্রকাশে সক্ষম নয়, যেখানে অন্যরা হয় ছাড়ছে, নয় শিখছে। হঠাৎ আমরা টের পেলাম যে সামর্থ্য বলতে দুই ধরনের অর্থ বুঝায়, একটি নয় : একটি নির্দিষ্ট ক্ষমতা যা প্রমাণের প্রয়োজন পড়ে আর অন্যটি চ্যালেঞ্জ করার মত ক্ষমতা যাকে শেখার মাধ্যমে উন্নত করা যায়।

এভাবেই চিন্তাধারা জন্মে। আমার যা ছিল তা আমি হঠাৎ করেই জানতে পারলাম। আমি টের পেলাম যে ভুল ও ব্যর্থতা নিয়ে কেন এত সচেতন থাকতাম। আর প্রথমবারের মত আমি বুঝতে পারলাম যে আমার নিজস্ব একটি পছন্দ ছিল।

আপনি যখন চিন্তাধারায় প্রবেশ করেন, একটি নতুন পৃথিবীতে ঢুকে পড়েন। নির্দিষ্ট আচরণের এই পৃথিবীতে নিজেকে স্মার্ট বা মেধাবী প্রমাণ করাই হল সার্থকতা। নিজেকে সচল রাখা। পক্ষান্তরে পরিবর্তনশীল গুণের পৃথিবীতে নতুন কিছু শেখার জন্য নিজেকে প্রসারিত করা। নিজের উন্নয়ন ঘটানো।

একটি পৃথিবীতে ব্যর্থতা মানে বিষণ্নতা। খারাপ গ্রেড পাওয়া। টুর্ণামেন্টে হেরে যাওয়া। বরখাস্ত হওয়া। অর্থাৎ আপনি স্মার্ট বা মেধাবী নন। অন্য পৃথিবীতে ব্যর্থতা মানে উন্নতি না ঘটা। মূল্যায়নের স্থানে পৌঁছতে না পারা। অর্থাৎ আপনার সুপ্ত প্রতিভার বিকাশ আপনি ঘটাচ্ছেন না।

একটি বিশ্বে চেষ্টা হল খারাপ জিনিষ। ব্যর্থতার মতই এর মানে হল আপনি স্মার্ট বা মেধাবী নন। যদি হতেন, তবে চেষ্টা করতেন না। অন্য বিশ্বে চেষ্টা হল সেটাই যেটা আপনাকে স্মার্ট বা মেধাবী বানায়। আপনার উপায় আছে।

skillbd.blogspot.com

চিন্তাধারা হল কেবল বিশ্বাস। এগুলো জোরালো বিশ্বাস, কিন্তু এগুলো আপনার মনেই রয়েছে আর মনকে আপনি বদলাতে পারেন। পড়তে পড়তেই আপনি ভাবুন যে কোথায় যেতে চান আর কোন্ চিন্তাধারা আপনাকে সেখানে নিয়ে যাবে।

সফলতা কি শেখা না নিজেকে স্মার্ট প্রমাণ করা?

একজন প্রখ্যাত রাজনৈতিক তাত্ত্বিক বেঞ্জামিন বারবার একদিন বলেছিলেন, "পৃথিবীকে আমি সবলতা ও দুর্বলতা বা সফলতা ও ব্যর্থতা দিয়ে ভাগ করি না, ভাগ করি শিক্ষার্থী হওয়া ও না হওয়া দিয়ে।"

কাউকে কিভাবে বলা যায় সে শিক্ষার্থী নয়? প্রত্যেকেই শেখার গভীর আগ্রহ নিয়ে জন্মায়। শিশুরা প্রতিদিন তাদের দক্ষতা বাড়াতে থাকে। সাধারণ দক্ষতা নয়, জীবনের সবচেয়ে কঠিন দক্ষতা-হাঁটা ও কথা বলা। তারা কখনও ভাবেনা যে এটা খুব কঠিন বা চেষ্টা দ্বারা করা যায় না। শিশুরা ভুল করতে বা নিজেদের প্রহসনের পাত্র করতে ভয় পায় না। তারা হাঁটে, পড়ে, আবার উঠে দাঁড়ায়। তারা এলোমেলো পায়ে কেবল সামনে এগিয়ে যায়।

এই সমৃদ্ধ শিক্ষার সমাপ্তি কি করে হতে পারে? স্থির চিন্তাধারার মাধ্যমে। শিশুরা যখন নিজেদের মূল্যায়ন করতে সক্ষম হয়, তাদের কয়েকজন চ্যালেঞ্জকে ভয় পায়। তারা স্মার্ট না হওয়াকে ভয় পায়। আমি হাজারও বাচ্চাদের স্কুলে যাওয়ার আগে গবেষণা করেছি আর কি পরিমাণ বাচ্চা যে শিখার সুযে। . ক প্রত্যাখ্যান করেছে, সেটা শ্বাসরুদ্ধকর।

চার বছর বয়সী বাচ্চাদেরকে আমরা একটা প্রস্তাব দিয়েছিলাম। তারা হয় খুব সহজ একটি ধাঁধার সমাধান করবে বা কঠিন একটি করার চেষ্টা করবে। এই কোমল বয়সেও স্থির চিন্তাধারার বাচ্চারা নিরাপদ ধাঁধাটি বেছে নিল। তারা বলল, স্মার্ট বাচ্চারা ভুল করে না।

পরিপক্ক চিন্তাধারার বাচ্চারা ভাবল যে বিষয়টি অদ্ভূত। আমাকে কেন একথা জিজ্ঞেস করছেন, ম্যাম? একই ধাঁধা বারবার কেন কেউ করবে? তারা কঠিনগুলো বেছে নিল। "এটি সমাধান করার জন্য মরে যাচ্ছি আমি!" ছোট একটি মেয়ে বাচ্চা বলল।

কাজেই স্থির চিন্তাধারার বাচ্চারা নিশ্চিত করতে চাইল যে তারা সফল। স্মার্ট লোকেরা সবসময় সফল হয়। কিন্তু পরিপক্ক মানসিকতার বাচ্চাদের কাছে সফলতা মানে নিজেকে প্রসারিত করা। তারা জানে যে স্মার্ট হতে হলে এমন করতে হয়।

sklib.blogspot.com

সেথেন্‌স গ্রেডের একটি মেয়ে সংক্ষেপে বলল, "আমার মনে হয় বুদ্ধিমত্তা এমন কিছু যেটার জন্য আমাদের কাজ করতে হয়... যেটা দেয়া হয়, সেটা নয়... । বেশিরভাগ বাচ্চারা যে উত্তর জানেনা, তার জন্য হাত তুলেনা । কিন্তু সাধারণত: আমি হাত তুলি, কারণ আমার ভুল হলেই সেটা শুদ্ধ করে দেয়া হবে । কিংবা আমি হাত তুলি আর বলি, "এটা কিভাবে করা যায়?" বা "আমি এটা জানিনা । আপনি কি আমাকে সাহায্য করবেন?" এভাবে আমি আমার বুদ্ধিমত্তাকে বাড়াই ।

ধাঁধার পেছনে

ধাঁধা প্রত্যাখ্যান করা এক বিষয় । ভবিষ্যতের জন্য গুরুত্বপূর্ণ সুযোগ ফিরিয়ে দেয়া অন্য বিষয় । এমনটি ঘটে কি'না দেখার জন্য আমরা অস্বাভাবিক পরিস্থিতির কিছু সুযোগ নিতাম । দ্য ইউনিভার্সিটি অব হংকং' এর সবকিছু ইংরেজিতে হয় । ক্লাশ, পড়ার বই ও পরীক্ষা সমস্তই ইংরেজিতে । কিন্তু কিছু শিক্ষার্থী ইংরেজিতে দক্ষ থাকে না । কাজেই তারা এ ব্যাপারে তাড়াহুড়া করে কিছু করতে চায় ।

শিক্ষার্থীরা যখন নাম রেজিষ্ট্রার করতে আসে, আমরা জেনে যাই যে কারা ইংরেজিতে দক্ষ নয় । আর আমরা তখন একটি প্রশ্ন করি ঃ যাদের ইংরেজি শেখা দরকার, তাদেরকে যদি ফ্যাকাল্টি কোন কোর্স অফার করে, তোমরা কি নেবে?

আমরা তাদের চিন্তাধারাও পরিমাপ করি । তাদের আগ্রহ কতটুকু, সেটা জানার জন্য আমরা বলি : "তোমার বুদ্ধি বেশ ভাল আর একে বদলানোর জন্য তেমন কিছু করার দরকার নেই ।" যারা এই কথায় একমত নয়, তারা স্থির চিন্তাধারার মানুষ ।

যাদের চিন্তাধারা পরিপক্ক, তারা একমত হয় একথায় : "নিজের বুদ্ধিকে সবসময় তুমি বেশ ভালোভাবে বদলাতে পার ।"

পরে আমরা দেখি যে ইংরেজি কোর্সের জন্য কারা রাজী হয়েছে । পরিপক্ক-চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা খুব জোরের সাথে 'হ্যাঁ' বলে । কিন্তু স্থির চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা খুব বেশি আগ্রহী থাকে না ।

সফলতা মানে শেখা–একথা বিশ্বাস করে পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা সুযোগটি গ্রহণ করে । কিন্তু স্থির চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা নিজেদের ঘাটতি কাউকে দেখাতে চায় না । বরং সামান্য সময়ের জন্য স্মার্ট ধরে নিয়ে তারা কলেজের ক্যারিয়ারকে ঝুঁকিপূর্ণ করে তোলে ।

এভাবেই স্থির চিন্তাধারার মানুষ কিছু শিখতে পারে না ।

sktilu.blogspot.com

আকস্মিক কল্পনা গল্প বলে

মানুষের আকস্মিক কল্পনায়ও আপনি পার্থক্য দেখতে পাবেন। কলাম্বিয়ার আকস্মিক-কল্পনার ল্যাবে দুই ধরনের চিন্তাধারার মানুষকে নেয়া হয়েছিল। তারা যখন কঠিন প্রশ্নের জবাব দিচ্ছিল ও অনুপ্রাণিত হচ্ছিল, আমরা জানতে কৌতুহলী হয়েছিলাম যে কল্পনা তাদেরকে কখন আগ্রহী ও মনোযোগী করে তোলে।

স্থির চিন্তাধারার মানুষ তখনই কেবল আগ্রহী হয়, যখন তাদেরকে উৎসাহিত করা হয়। তাদের কল্পনাশক্তি তখনই মনোযোগ দিচ্ছে, যখন জানান হচ্ছে যে তাদের উত্তর সঠিক না ভুল।

কিন্তু যখন তাদের কোন তথ্য দেয়া হচ্ছে শেখার মত, আগ্রহের কোন লক্ষণই দেখা যাচ্ছে না। এমনকি যখন তারা ভুল জবাবও দিচ্ছে, সঠিক উত্তরটি জানার ব্যাপারে আগ্রহও দেখাচ্ছে না।

কেবল পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষরাই তথ্যের ব্যাপারে মনোযোগী হচ্ছিল। শেখার প্রতি তাদের প্রাধান্য ছিল প্রথমে।

আপনার প্রাধান্য কি?

যদি আপনার সুযোগ থাকে, কোন্‌টি বেছে নেবেন? সাফল্য ও সচলতার বোঝা, না'কি প্রচুর পরিমাণ চ্যালেঞ্জ?

কেবল বুদ্ধিমত্তার কাজে বাছাই করার বিষয় থাকে না। সম্পর্ক তৈরির ক্ষেত্রেও মানুষকে সিদ্ধান্ত নিতে হয় যে সে কেমন সঙ্গী চায় : যে তার অহংবোধকে ফোলাবে, না'কি যে বিকশিত হওয়ার চ্যালেঞ্জ জানাবে। আপনার আদর্শ সঙ্গী কে? এই প্রশ্ন আমরা প্রাপ্তবয়স্কদের করেছিলাম আর তাদের জবাব ছিল এরকম।

স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা বলেছিল আদর্শ সঙ্গী :

তাকে মর্যাদার আসনে বসাবে।

যথার্থতা অনুভব করাবে।

পূজা করবে।

অন্যভাবে বলা যায়, আদর্শ সঙ্গী তার নির্দিষ্ট গুণগুলোকে পবিত্র স্থানে রাখবে। আমার স্বামী বলেছে যে তার এমন মনে হয়, সে এক ব্যক্তির (সঙ্গীর) ধর্মের ঈশ্বর হতে চায়। সৌভাগ্যক্রমে এমন কথা সে আমার সাথে দেখা হওয়ার আগেই বলেছিল।

skillu.blogspot.com

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ ভিন্নরকম সঙ্গী আশা করে। তাদের ভাষায় আদর্শ সঙ্গী :

দোষ ধরবে ও সংশোধনে সাহায্য করবে।

আরো ভালো মানুষ হওয়ার জন্য চ্যালেঞ্জ করবে।

নতুন কিছু শেখার জন্য উৎসাহ যোগাবে।

নিশ্চয় তারা এমন কাউকে চাইবেনা সে তাদের আত্ম-মর্যাদাকে ক্ষুণ্ন করবে, কিন্তু তারা চায় যে সঙ্গী তাদের উন্নয়নের পরিচর্যা করুক। তারা এমনটি আশা করেনা যে সঙ্গী পুরোপুরি ত্রুটিমুক্ত থাকবে, যার শেখার আর কিছুই বাকী থাকবে না।

আপনি কি ইতিমধ্যে ভাবছেন যে দুটো ভিন্ন চিন্তাধারার মানুষ একত্রিত হলে কি হবে? পরিপক্ক চিন্তাধারার এক মহিলা স্থির চিন্তাধারার এক পুরুষের সাথে তার বিয়ের সম্পর্কে বলছে :

আমি যখন নিজের ভুল বুঝতে শুরু করলাম, তখন অনেক দেরি হয়ে গেছে। যতবার আমি তাকে বলতে গেছি, "কেন আমরা আর বেশি কিছু করছি না?" বা "আমি পছন্দ করতাম যদি সিদ্ধান্ত নেয়ার আগে তুমি আমার সাথে আলাপ করতে" সে বিপর্যস্ত হয়ে যেত। তখন কথা বলা বাদ দিয়ে আমি কোন মেরামতের কাজে লেগে যেতাম ঘন্টাখানেকের জন্য আর তাকে ভালবোধ করার সুযোগ দিতাম। সেই সাথে সে দৌড়ে গিয়ে তার মাকে কল করত, যিনি সবসময় তাকে আদরের বন্যায় ভাসিয়ে দিতেন। আমরা দুজনই তরুণ-তরুণী ছিলাম আর আমাদের নতুন বিয়ে হয়েছিল। আমি কেবল যোগাযোগ করতে চাইতাম।

কাজেই সফল সম্পর্ক বলতে স্বামীর ধারণা ছিল পুরোপুরি, প্রশ্নাতীত গ্রহণ, যেটা স্ত্রীর ছিল না। আর স্ত্রীর ধারণা ছিল সমস্যার মুখোমুখি হওয়া, যেটা স্বামীর ছিল না। একজনের বিকাশ ছিল অন্যজনের কাছে দুঃস্বপ্নের মত।

সিইও রোগ

পবিত্র স্থানের উচ্চস্তর থেকে কথা বলা ও নির্ভুলভাবে দেখতে চাওয়ার বাসনা হল এক ধরনের রোগ যাকে সিইও রোগ বলা হয়। লী লাকোসা'র এই রোগটি ছিল। ক্রাইসলার মটরস এর হেড হিসেবে তার প্রাথমিক সফলতার পর সে আমাদের চার-বছর-বয়সী স্থির চিন্তাধারার বাচ্চার মত হয়ে গিয়েছিল। কেবল সামান্য পরিবর্তন করে একই কারের মডেল সে বারবার বানাতে লাগল। দুর্ভাগ্যক্রমে সেগুলোর কোন চাহিদাই থাকল না। ইতিমধ্যে জাপানী কোম্পানীগুলো নতুন করে ভাবতে লাগল কেমন কার হওয়া উচিত আর সেগুলো

skillbd.blogspot.com

কেমন চলবে। আমরা জানি এর ফল কি হয়েছিল। জাপানী গাড়ি দ্রুত মার্কেট দখল করে নিল।'

সিইও'রা সবসময় এই সমস্যায় ভোগে। তাদের কি সেই ঘাটতি দূর করা দরকার, না'কি সেই বিশ্বে থাকা উচিত, যেখানে কেউ নেই। লী লাকোসা পরেরটা বেছে নিয়েছিল। সে সমালোচকদের সরিয়ে দিয়ে ভক্তদের পাশে রেখেছিল– আর দ্রুত তার ক্ষেত্রের সংযোগ হারাল। লী লাকোসা শিক্ষার্থী হতে পারেনি।

কিন্তু সিইও রোগ সবার নেই। অনেক বড় নেতারা প্রতিনিয়ত নিজেদের দুর্বলতা সংশোধন করতেন। কিমবার্লি ক্লার্ক 'এ অসাধারণ কাজের পরও ডারউইন স্মিথ ঘোষণা করেছিলেন, "চাকরির জন্য যোগ্য হওয়ার চেষ্টা আমি কখনো বন্ধ করি না।" পরিপক্ক চিন্তাধারার হংকংয়ের শিক্ষার্থীদের মত এই মানুষগুলো সংশোধনমূলক কোর্স নিতে কখনও ভুলে না।

সিইও রোগীরা উভয়সংকটে ভোগে। তারা স্বল্পস্থায়ী কৌশল খাটায় যাতে কোম্পানীর স্টক বেড়ে যায় আর তাদেরকে নায়কের মত দেখায়। কিংবা দীর্ঘসূত্রী উন্নয়নের চেষ্টায় ওয়াল স্ট্রিটকে ঝুঁকিতে ফেলে দেয় যেন তারা কোম্পানীর স্বাস্থ্য ও উন্নয়নের ভিত্তি স্থাপন করে দীর্ঘ সূত্রিতার কবলে ফেলে দেয়।

স্বঘোষিত স্থির চিন্তাধারার মানুষ আলবার্ট ডানলপকে সানবিসে আনা হয়েছিল। তিনি স্বল্প-স্থায়ী কৌশল খাটিয়ে ওয়াল স্ট্রীটের হিরো হয়েছিলেন। স্টক বেড়েছিল কিন্তু কোম্পানী ক্ষতিগ্রস্থ হয়েছিল।

লু গার্স্টনার, প্রতিজ্ঞাবদ্ধ একজন পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ, যাকে আইবিএম' এ আনা হয়েছিল। আইবিএম' এর ঐতিহ্য ও রাজনীতিকে আমূল পাল্টানোর জন্য যখন তিনি ব্যাপক পরিকল্পনা গ্রহণ করেন, স্টকের মূল্য স্থির হয়ে গিয়েছিল ও ওয়াল স্ট্রীট বিদ্রূপ করেছিল। তারা তাকে ব্যর্থ ভেবেছিল। কয়েক বছর পর আইবিএম পুনরায় নেতৃত্বে চলে গেল।

প্রসারণ

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ কেবল চ্যালেঞ্জ পেতে চায় না, তারা এ ব্যাপারে প্রচুর কষ্ট করে। চ্যালেঞ্জ যত বড় হয়, তারা তত প্রসারিত হয়। আর খেলাধূলার জায়গার চেয়ে বেশি স্পষ্টভাবে বিষয়টি আর কোথাও দেখা যায় না। আপনি দেখবেন মানুষ কিভাবে প্রসারিত হয় ও উন্নয়ন ঘটায়।

shilu.blogspot.com

সময়ের সেরা মহিলা সকার স্টার মিয়া হাম সরাসরি বলেছেন, "সারা জীবন আমি খেলেই চলেছি, অর্থাৎ বয়স্ক, বেশি দক্ষ, বেশি অভিজ্ঞ অর্থাৎ আমার চেয়েও ভালো খেলোয়াড়দের সাথে খেলার চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করেছি।" প্রথমে তিনি তার বড় ভাইয়ের সাথে খেলেছেন। দশ বছর বয়সে তিনি এগার-বছর-বয়সী ছেলেদের দলে যোগ দেন। এরপর তিনি যুক্তরাষ্ট্রের একটি কলেজের দলে যোগদান করেন। "প্রতিদিন আমি তাদের মত খেলার চেষ্টা করেছিলাম... আর আমি আমার স্বপ্নের চেয়েও দ্রুতগতিতে খেলতে লাগলাম।"

পেট্রিশিয়া মিরান্ডা ছিল হাইস্কুলের গোলগাল ও দুর্বল শিক্ষার্থী যে কুস্তি করতে চাইত। মাদুরের উপর হালকা আঘাত করার পর সে বলল, "তুমি একটা তামাশা"। প্রথমে সে কান্না করল, এরপর অনুভব করল: "এভাবেই সমাধান পাওয়া যাবে----আমাকে চেষ্টা করতে হবে আর জানতে হবে যে চেষ্টা, মনোযোগ, বিশ্বাস ও ট্রেনিং আমাকে কুস্তিগীর বানাতে পারে কিনা।" এই সমাধান সে কোথায় পেয়েছে?

মিরান্ডা চ্যালেঞ্জহীন জীবনে অভ্যস্থ ছিল। চল্লিশ বছর বয়সে অ্যানিউরিজম রোগে তার মা যখন মারা গেল, দশ বছরের মিরান্ডা তখন নিয়মে আবদ্ধ হয়ে পড়ল। "আপনি যখন মৃত্যুশয্যায় থাকবেন, তখন অন্যতম প্রশান্ত বাক্যটি হল "আমি নিজেকে ভালভাবে চিনেছি।" যখন আমার মা মারা গেলেন, এই গুরুত্বটুকু আমার মধ্যে তৈরি হল। জীবনে কেবল সহজ ছোটখাট কাজ করে বেড়ানো সত্যিই লজ্জাজনক।" কাজেই কুস্তি যখন একটা চ্যালেঞ্জ হিসেবে এল, সে তা গ্রহণ করল। তার চেষ্টা সফল হল। চব্বিশ বছর বয়সে মিরান্ডা শেষ হাসিটা দিল। ইউ.এস. অলিম্পিক টিমে সে জয়লাভ করল ও এথেন্স থেকে ব্রোঞ্জ মেডেল নিয়ে বাড়ি ফিরল। এরপর কি হল? ইয়েল ল স্কুলের লোকেরা অনুরোধ করল তাকে থেকে যেতে, যেখানে সে ইতিমধ্যে সেরা হয়ে উঠেছে। কিন্তু মিরান্ডা ভাবল আবার নীচ থেকে কোনকিছু শুরু করা যাক আর দেখা যাক কি পাওয়া যায়।

সম্ভাবনার বাড়তি প্রসারণ

অনেক সময় পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা এত বেশি বিকাশ লাভ করে যে অসম্ভব কাজ করে ফেলে। ১৯৯৫ 'এ নায়ক ক্রিষ্টোকার রীভ ঘোড়া থেকে পড়ে যায়। তার ঘাড় ভেঙ্গে যায়, স্পাইনাল কর্ড ব্রেইন থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে যায় ও সে পুরোপুরি অসাড় হয়ে পড়ে। মেডিকেল সায়েন্স জানাল, দুঃখিত, মেনে নিতেই হবে।

akilu.blogspot.com

রীভ এমন এক ব্যায়াম শুরু করল বৈদ্যুতিক উদ্দীপনার সাহায্যে যাতে শরীরের প্রতিটি অংশ নড়ানো যায়। কেন সে নড়াচড়া করার চেষ্টা করেনি? কেন তার ব্রেইন আবারও আদেশ দেয়নি যেটা তার শরীর মেনে চলবে? ডাক্তারেরা জানাল যে সে বিষয়টি প্রত্যাখ্যান করেছে এবং নিজেকে হতাশার জন্য তৈরি করছে। এমনটি তারা আগেও দেখেছে এবং এটি খাপ খাওয়ানোর জন্য বেশ খারাপ সংকেত। কিন্তু রীভ আর কিইবা করতে পারত সে সময়? এর চেয়ে ভাল আর কিছু কি ছিল?

পাঁচ বছর পর রীভ পুনরায় নড়াচড়া করতে শুরু করল। প্রথমে হাত, তারপর বাহু, এরপর পা ও অন্যান্য অঙ্গ। সুস্থ হতে তখনও অনেক বাকী, কিন্তু ব্রেইন স্কেন করে দেখা গেল যে তার ব্রেন পুনরায় সংকেত পাঠাতে শুরু করেছে যেটা তার শরীরে প্রতিক্রিয়া ঘটাচ্ছে। রীভ কেবল ক্ষমতার প্রসারণ ঘটায়নি, স্নায়বিক প্রক্রিয়া ও এর সম্ভাবনা সম্পর্কে বিজ্ঞানের ভাবনাকে আমূল বদলে দিয়েছে। এভাবে সে গবেষণার একটি নতুন বিশ্ব উন্মুক্ত করে দিল আর স্পাইনাল কর্ডের আঘাত সংক্রান্ত বিষয়ে মানুষের মনে আশার সঞ্চার করল।

নিশ্চিত বিষয়ে সমৃদ্ধি

পরিষ্কারভাবে দেখা যায় পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা যখন বিকশিত হয়, তখন সমৃদ্ধি আনে। স্থির চিন্তাধারার মানুষ কখন উন্নতি করে? যখন সবকিছু নিরাপদে তাদের মুঠোয় এসে যায়, তখন। যখন কোন বিষয় অধিক চ্যালেঞ্জিং হয়ে উঠে, যখন তারা নিজেদের স্মার্ট বা মেধাবী হিসেবে অনুভব করে না, তখন তারা আগ্রহ হারায়।

কেমিস্ট্রির প্রথম সেমিষ্টারে প্রি-মেডিকেল শিক্ষার্থীদের মধ্যে এমনটি ঘটতে আমি দেখেছি। অনেক ছাত্রই ডাক্তার হওয়াকে জীবনের একমাত্র লক্ষ্য বলে মনে করে। আর এই কোর্সের মাধ্যমে বুঝা যায় আসলে কারা ডাক্তার হতে পারবে। এই কোর্স কঠিনদের মধ্যেও কঠিন। প্রতিটি পরীক্ষার গড় গ্রেড হল সি+, এমনকি যারা জীবনে এ গ্রেডের চেয়ে কম কখনও পায়নি, তাদের জন্যও।

বেশিরভাগ ছাত্র কেমিস্ট্রির প্রতি দারুণ আগ্রহ পোষণ করে। সেমিষ্টারের পর কিছু যেন ঘটে। স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা ততক্ষণ পর্যন্ত আগ্রহ দেখায়, যতক্ষণ তারা এটিতে ভাল করে। যাদের কাছে কঠিন মনে হয়, তাদের আগ্রহ ও উত্তেজনায় ভাটা পড়ে যায়। এটি যদি তাদের বুদ্ধিমত্তার প্রমাণপত্র না হত, তবে তারা উপভোগ করত না।

এক ছাত্র জানাল, "এটি যত কঠিন হতে লাগল, বই পড়তে ও পরীক্ষার জন্য তৈরি হতে নিজেকে তত জোর করতে হল। আগে কেমিস্ট্রির জন্য আমি উত্তেজিত থাকতাম, কিন্তু এখন এর কথা ভাবলেই বুকে ব্যথা করে।"

পক্ষান্তরে পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা আগ্রহের মাত্রাটা বরাবর দেখাল, এমনকি যখন কাজটি অনেক বেশি চ্যালেঞ্জিং হয়ে উঠল। "আমি যা ভেবেছিলাম, এটি তার চেয়ে অনেক বেশি কঠিন, কিন্তু এটিই আমি করতে চেয়েছিলাম বলে বিষয়টি আমাকে দৃঢ়প্রতিজ্ঞ করে তোলে। যখন তারা বলল যে, পারবে না, আমাকে আরো পেয়ে বসল।" চ্যালেঞ্জ ও আগ্রহ হাত ধরাধরি করে চলল।
একই জিনিস আমরা অল্পবয়স্ক শিক্ষার্থীদের মধ্যেও দেখলাম। ফিফ্থ গ্রেডের ছাত্রদের যখন সহজ পাজল দিলাম, ওরা ভালবেসে করল। কিন্তু কঠিন যখন দিলাম, স্থির চিন্তাধারার বাচ্চারা উপভোগ করতে পারল না। তারা চর্চা করার জন্য বাড়িতে কাজ নিতেও মন বদলাল। "ঠিক আছে, আপনি রেখে দিন। আমার কাছে আছে।"–একটি বাচ্চা মিথ্যে করে বলল। মূলতঃ তারা নিজের কাছ থেকে দূরে যেতে পারেনি।
পাজল সমাধানের ক্ষেত্রে যারা সেরা, সেসব বাচ্চাদের জন্যও এটি সত্যি। 'পাজল টেলেন্ট'রাও এই ঝোঁককে দমন করতে পারেনি।
পরিপক্ক মানসিকতার বাচ্চারা কঠিন সমস্যা থেকে নিজেদের দূরে রাখতে পারেনি। এগুলো ছিল তাদের প্রিয় আর তারা চর্চার জন্য বাড়িও নিয়ে যেতে চেয়েছে। একটি বাচ্চা জানতে চেয়েছিল, "আপনি এইসব পাজলের কিছু নাম লিখে দিতে পারেন যাতে এগুলো ফুরিয়ে গেলে আম্মু আর কয়েকটি আমাকে কিনে দিতে পারে?"
খুব বেশিদিনের কথা নয় যে আমি রাশিয়ার মহান নৃত্যশিল্পী ও শিক্ষক মারিনা সেমিওনোভার ব্যাপারে জানতে আগ্রহী হয়েছিলাম, যিনি ছাত্র বাছাইয়ের ক্ষেত্রে একটি দারুণ প্রক্রিয়া ব্যবহার করতেন। এটি চিন্তাধারা পরীক্ষার একটি চালাকি। এক প্রাক্তন ছাত্র বলেছে, "তাঁর ছাত্রদের প্রথমে একটি ট্রায়াল পিরিয়ডে টিকতে হয় যখন তিনি লক্ষ্য করেন যে প্রশংসা ও সংশোধনের প্রতি তাদের প্রতিক্রিয়া কেমন। সংশোধনের প্রতি আগ্রহীদেরকে মূল্যবান ভাবা হত।"
অন্যভাবে বলা যায়, যারা আগে থাকতে যা জানে অর্থাৎ সহজ বিষয়ে আনন্দ পায় আর যারা কঠিন বিষয়ে আনন্দ পায়– এই দুইভাগে ছাত্রদের ভাগ করে নিতেন।

skitti.blogspot.com

আমি সেই সময়কে কখনও ভুলব না যখন প্রথমবার আমি বলেছিলাম, "এটি কঠিন। এটি মজার।" আমি জানি, ঠিক সেই মুহূর্তে আমি চিন্তাধারা বদলেছিলাম।

কখন আপনি নিজেকে স্মার্ট মনে করেন : যখন নির্ভুল থাকেন নাকি যখন শিখেন?

স্থির চিন্তাধারার মানুষ মনে করে কোন কাজকে পূর্ণতা দেয়ার জন্য কেবল সফলতা যথেষ্ট নয়। কেবল স্মার্ট ও মেধাবী দেখালেই হয় না। আপনাকে নির্ভুলও হতে হবে। আর ঠিক এখনই নির্ভুল হতে হবে।

আমরা ছোট থেকে বড় নানা গ্রেডের ছাত্রদের জিজ্ঞেস করেছি, "তুমি কখন নিজেকে স্মার্ট মনে কর?" পার্থক্যগুলো মারাত্মক ছিল।
স্থির চিন্তাধারার লোকেরা বলেছে :
"যখন আমি কোন ভুল করি না।"
"যখন আমি দ্রুত ও নির্ভুলভাবে কাজ শেষ করি।"
"যখন কিছু আমার কাছে সোজা মনে হয় কিন্তু অন্যরা তা পারে না।"
"এখুনিই নির্ভুল হওয়াকে।" কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার লোকেরা বলেছে :
"যখন কোনকিছু বেশ কঠিন হয় আর আমি খুব চেষ্টা করি এবং এমন কিছু করি যেটা আগে করিনি।"
কিংবা "[যখন] দীর্ঘদিন আমি কিছুতে লেগে থাকি আর ব্যাপারটি বুঝতে শুরু করি।"

এদের জন্য যথার্থতা বড় কথা নয়। সময়ের সাথে সাথে শেখা, চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা করা ও উন্নয়ন ঘটান এদের লক্ষ্য।

যদি আপনার ক্ষমতা থাকে শেখার কি প্রয়োজন?

মূলত: স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা কোনকিছু শেখার আগেই ক্ষমতা দেখাতে চায়। সর্বোপরি, আপনার ক্ষমতা থাকলে থাকল, না থাকলে নেই। এমনটি আমি সবসময় দেখি।

পৃথিবীর নানা স্থান থেকে আসা আবেদনপত্রের মধ্য থেকে কলাম্বিয়ায় আমার ডিপার্টমেন্টে প্রতিবছর মাত্র ছয়জন নতুন গ্রাজুয়েট ছাত্র ভর্তি নেয়া হয়। তাদের

skitu.blogspot.com

টেষ্ট স্কোর দারুণ, অনেকটা যথার্থ গ্রেডের কাছাকাছি এবং প্রখ্যাত স্কলারদের সুপারিশ নিয়ে তারা আসে। সর্বোপরি তারা সেরা গ্রেডের স্কুল পার হয়ে আসে।

নিজেদেরকে সম্পূর্ণরূপে প্রতারক ভাবতে এদের কয়েকজনের মাত্র একদিন সময় লাগে। গতকাল তারা ছিল প্রতিভাবান, আজ তারা ব্যর্থ। আসলে সেটা হয়। তারা ফ্যাকাল্টিতে পাবলিকেশনের লম্বা তালিকা দেখে, "ও মাই গড! আমি এসব পারবো না।" তারা অগ্রগামী ছাত্রদের দেখে যারা প্রকাশের জন্য আর্টিকেল দেয় ও নানারকম প্রস্তাব পেশ করে। "ও মাই গড! আমি এসব পারবো না।" কিভাবে পরীক্ষা নেয়া হয় ও এ দেয়া হয়, তারা জানে, কিন্তু তারা জানে না কিভাবে এটা পেতে হয়–তবু। তারা এই তবুকে ভুলে যায়।

এজন্যই কি স্কুল নয়, শেখানোর জন্য? ছাত্ররা শেখার জন্য এখানে আসে, আগে থেকে শেখা বলে নয়।

আমি ভাবি যদি এমনটি হত, তবে জ্যানেট কুক ও স্টিভেন গ্লাস এর কি হত। এরা দুজনই তরুণ রিপোর্টার ছিল যারা মিথ্যা কাহিনীর আর্টিক্যাল লেখায় সেরা ছিল। আট বছর বয়সী এক মাদকাসক্ত ছেলের ব্যাপারে ওয়াশিংটন পোষ্টে আর্টিক্যাল ছাপিয়ে সে পুলিৎজার প্রাইজ পেয়েছিল। ছেলেটির কোন অস্তিত্ব ছিল না ও পরবর্তীতে তার পুরস্কার ফেরত নেয়া হয়েছিল। স্টিভেন গ্লাস ছিল দ্য নিউ রিপাবলিকে ধাবমান রিপোর্টার, যে নানারকম গল্প ও খবরের সূত্র যেন স্বপ্নের মধ্যে পেত। সূত্রগুলোর অস্তিত্ব ছিল না আর গল্পগুলো সত্যি ছিল না।

জ্যানেট কুক ও স্টিভেন গ্লাসের কি যথার্থ হওয়া তখনই প্রয়োজন ছিল? তারা কি মনে করত সে অজ্ঞতা স্বীকার করলে সহকর্মীদের কাছে ছোট হয়ে যাবে? তারা কি মনে করেছে যে কাজ শেখার আগেই তাদেরকে বিখ্যাত রিপোর্টারের মতই হতে হবে? স্টিভেন গ্লাস লিখেছে, "আমরা স্টার ছিলাম, অকালপক্ক স্টার আর সেটারই প্রয়োজন ছিল।" লোকজন বুঝল যে তারা প্রতারক, তারা প্রতারণা করেছে। কিন্তু আমি তাদেরকে বেপরোয়া তরুণ বলে মনে করি যারা স্থির চিন্তাধারার ফসল।

sklitu.blogspot.com

১৯৬০'এ একটি প্রচলিত বাক্য ছিল, "হওয়ার চেয়ে হতে চাওয়া অনেক ভাল।" স্থির চিন্তাধারার মানুষ হতে চাওয়ায় আনন্দ পেতে চায় না। তারা হয়েই যায়।

একটি টেষ্ট স্কোর অনন্ত কাল

আসুন গভীরভাবে দেখা যাক, স্থির চিন্তাধারার মানুষ এক্ষুণি যথার্থ হওয়ার জন্য মরিয়া কেন। কারণ একটি পরীক্ষা বা একটি মূল্যায়ন অনন্তকালের জন্য আপনাকে পরিমাপ করে।

বিশ বছর আগে পাঁচ বছর বয়সে লরেটা ও তার পরিবার যুক্তরাষ্ট্রে আসে। কিছু দিন পর তার মা তাকে নতুন একটি স্কুলে নিয়ে যায়, যেখানে তার একটি টেষ্ট নেয়া হয়। এরপর সে জানল যে সে কিন্ডারগার্টেন ক্লাসে আছে, তবে সেটা অভিজাত কিন্ডারগার্টেন ক্লাশ, দ্য ঈগল্‌স নয়।

সময়ের সাথে সাথে লরেটা ঈগল্‌স্ এ স্থানান্তরিত হল এবং হাই স্কুলের সমাপ্তি পর্যন্ত শিক্ষার্থীদের সেই দলের সাথেই থাকল, প্রচুর পরিমাণ অ্যাকাডেমিক প্রাইজও অর্জন করল। তবু সে মানতে পারেনি এসব তার।

তার মনে গেঁথে গিয়েছিল যে প্রথম পরীক্ষাতেই তার ক্ষমতা নির্ধারণ হয়ে গেছে এবং সে জেনে গেছে যে সে সত্যিকার ঈগল নয়। এমনটি ভাবেনি যে তার বয়স ছিল মাত্র পাঁচ এবং নতুন একটি দেশে আসার মত বিরাট একটি পরিবর্তন ঘটেছে। কিংবা ঈগল'এ হয়ত সেসময় রুম ছিল না। অথবা স্কুল হয়ত সিদ্ধান্ত নিয়েছে যে আরো সহজ ছোট ক্লাশে তার যাওয়া উচিত। কি ঘটেছিল ও তার অর্থ কি– এসব বুঝার জন্য বিভিন্ন উপায় রয়েছে। দুর্ভাগ্যক্রমে সে ভুলটাই বেছে নিয়েছে। কারণ স্থির চিন্তাধারার পৃথিবীতে ঈগল হওয়ার কোন উপায় নেই। কারণ সত্যিকার ঈগল হলে আপনি টেষ্টে পাস করতেন ও তৎক্ষণাৎ ঈগল হিসেবে অভিনন্দিত হতেন।

লরেটার কাহিনী কি বিরল, না'কি আমাদের জানার চেয়েও অনেক বেশি কমন এসব কাহিনী?

ব্যাপারটি বুঝার জন্য আমরা ফিফ্‌থ গ্রেডের বাচ্চাদেরকে বন্ধ একটি কার্ডবোর্ডের বাক্স দিলাম আর বললাম যে এর মধ্যে টেষ্ট আছে। আমরা বললাম যে এই টেষ্ট স্কুলের ক্ষমতা বুঝার জন্য খুব গুরুত্বপূর্ণ। আমরা এর বেশি কিছুই বললাম না। এরপর আমরা টেষ্টের ব্যাপারে প্রশ্ন করতে লাগলাম। প্রথমে আমরা নিশ্চিত হলাম যে তারা আমাদের বর্ণনা শুনেছে, এরপর প্রশ্ন করলাম : এই টেষ্ট স্কুলের ক্ষমতা মাপার জন্য কতটুকু গুরুত্বপূর্ণ বলে তোমরা মনে কর? তারা সবাই বেশ গুরুত্বের সাথে নিল।

এরপর আমরা প্রশ্ন করলাম : তোমরা কি মনে কর এই টেষ্ট পরিমাপ করবে তোমরা কত স্মার্ট? আর বড় হলে তোমরা কত স্মার্ট হবে, এই টেষ্ট সেটা পরিমাপ করবে বলে তোমরা মনে কর?

sklib.blogspot.com

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা জানাল যে টেষ্ট একটি গুরুত্বপূর্ণ ক্ষমতা পরিমাপ করে, কিন্তু তারা মনে করে না যে তারা কত স্মার্ট সেটি পরিমাপ করবে। আর তারা এটা ভাবেইনি যে বড় হলে তারা কত স্মার্ট হবে, সেটি এই টেষ্ট মেপে দেখবে। মূলতঃ একজন বলেই ফেলল, "সম্ভবই নয়। কোন পরীক্ষাই এটি করতে পারে না।"

কিন্তু স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা বিশ্বাসই করেনি যে টেষ্ট কোন গুরুত্বপূর্ণ ক্ষমতা মাপতে পারে। তারা বেশ জোরালোভাবে বিশ্বাস করেছিল যে তারা কত স্মার্ট এই টেষ্ট সেটি পরমাপ করতে পারে। আর বড় হলে কত স্মার্ট হবে, সেটিও।

তাদের সবচেয়ে মৌলিক বুদ্ধিমত্তা মাপার ক্ষমতা আজকের ও চিরদিনের জন্য কেবল একটি টেষ্টের হাতে তারা তুলে দিয়েছে। তাদের নির্ধারণ করার ক্ষমতা তারা এই টেষ্টকে দিয়েছে। এজন্যই প্রতিটি সফলতা জরুরী।

সম্ভাবনার দিকে দেখা

সম্ভাবনা কি, আমরা কি করতে সক্ষম, আমাদের ভবিষ্যত কি হবে, এগুলোর জবাব কোন টেষ্ট বা অভিজ্ঞ ব্যক্তি দিতে পারে কি'না, সেই ধারণার দিকে পিছন ফিরে দেখি। স্থির চিন্তাধারার লোকেরা ইতিবাচক ধারণা পোষণ করে। আপনি কেবল সুনির্দিষ্ট ক্ষমতাকে এখন যাচাই করবেন আর ভবিষ্যতের ক্ষেত্রে স্থাপন করবেন। কেবল পরীক্ষা দিন বা অভিজ্ঞ কাউকে জিজ্ঞেস করুন। কোন যাদুর বলের প্রয়োজন নেই।

কাজেই সম্ভাবনার ব্যাপারে যে সাধারণ বিশ্বাস এখুনি বলে দেয়া যায় সেটি জোসেফ পি. কেনেডি মর্টন ডাউনে জুনিয়রকে যেটা বলেছিলেন যে সে ব্যর্থ হবেই। পরবর্তীকালের বিখ্যাত টেলিভিশন ব্যক্তিত্ব ও গ্রন্থকার কি করেছিল? সে স্টর্ক ক্লাব নামক নিউ ইয়র্কের এক নাইটক্লাবে লাল মোজা ও বাদামী জুতা পরে গিয়েছিল।

কেনেডি তাকে বলেছিল, "মরটন, জীবনে আমি এমন কোন সফল মানুষকে দেখিনি যে লাল মোজা ও বাদামী জুতা ব্যবহার করে। আপনাকে একটা কথা বলি, আপনাকে অন্যরকম লাগছে, তবে আপনার সেই স্বতন্ত্রতা মানুষের সম্মান পায় না।"

আমাদের সময়ের অনেক প্রভাবশালী ব্যক্তিদের ব্যাপারেই অভিজ্ঞ লোকেরা বলেছিলেন যে ওদের কোন ভবিষ্যৎও নেই। জ্যাকসন পোলোক, মার্শেল প্রাউস্ট, এলভিস প্রিসলি, রে চার্লস, লুসিল বল ও চার্লস ডারউইনের ব্যাপারেও সবাই ভেবেছিল যে তারা তেমন কিছু করতে পারবে না। আর একথাও সত্য যে এদের অনেকেই প্রথমদিকে অসাধারণ কোনকিছু দেখাতে পারেনি। কিন্তু চেষ্টা ও শিক্ষার মাধ্যমে তাদের দক্ষতার উন্নয়ন ঘটানোর ক্ষমতাই কি সম্ভাবনা নয়? আর

skitu.blogspot.com

এটাই হল মূল বিষয়। আমরা কি করে জানব যে চেষ্টা, সময় ও শিক্ষা মানুষকে কোথায় নিয়ে যায়? কে জানে– হয়ত জ্যাকসন, মার্শেল, এলভিস, রে, লুসিল ও চার্লসের ব্যাপারে তাদের সে সময়ের দক্ষতার ব্যাপারে অভিজ্ঞজনেরা যা বলেছিল, সেটাই সত্যি হতে পারত! হয়ত তারা তেমন ছিল না পরবর্তীতে তারা যেমন হয়েছে।

একবার পল সিজার্নির পুরনো চিত্র প্রদর্শনী দেখার জন্য আমি লন্ডন গিয়েছিলাম। যেতে যেতে আমি ভাবছিলাম সিজানি কে আর তার আঁকা বর্তমানের ছবির চেয়ে আগের ছবিগুলো দেখতে কেমন ছিল। আমি ভীষণ কৌতুহলী হয়ে উঠলাম, কারণ সিজানি আমার অন্যতম প্রিয় শিল্পী আর আধুনিক চিত্রের জন্য তাকে প্রায় সময় স্টেজে ডাকা হয়। কিন্তু আমি দেখতে পেলাম যে তার কিছু চিত্র বেশ খারাপ। কিছু ভয়ংকর আনাড়ি হাতে চিত্রিত মানুষের ছবিকে কয়েকবার করে আঁকা হয়েছে। যদিও কিছু ছবিতে পরবর্তী সিজানির পূর্বাভাস রয়েছে, কিন্তু বেশিরভাগেই নেই। আগের সিজানি কি মেধাবী ছিল না? নাকি বর্তমানের সিজানি হয়ে উঠতে তার কেবল সময়ের প্রয়োজন ছিল?

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ জানে যে পুষ্প বিকশিত হতে সময় লাগে। সম্প্রতি এক শিক্ষকের একটি রাগান্বিত চিঠি আমি পেয়েছি যিনি আমাদের একটি সার্ভে নিয়েছেন। এই সার্ভে জেনিফার নামে কল্পনাপ্রবণ এক ছাত্রীর সম্পর্কে যে অংক পরীক্ষায় ৬৫ নম্বর পেয়েছে। সার্ভেতে শিক্ষকদের প্রশ্ন করা হয়েছে যে তারা তাকে কিভাবে সামলায়।

স্থির চিন্তাধারার শিক্ষকেরা বেশ আনন্দের সাথে আমাদের জবাব দিয়েছে। তারা ভেবেছে যে স্কোর জানার কারণে জেনিফার ও তার ক্ষমতা সম্পর্কে তারা জেনে ফেলেছে। তারা বেশ সুপারিশ জানাল। পক্ষান্তরে মি. রিওডার্ন জ্বলে উঠলেন। তিনি লিখলেন–

সংশ্লিষ্ট মহোদয়

আপনাদের সাম্প্রতিক সার্ভের বিষয়ে জানাচ্ছি, আমার ফলাফল পাঠের চেয়ে ভিন্ন। আমার ধারণা বিজ্ঞানসম্মতভাবে তার পড়াশোনা গভীর নয়... দুর্ভাগ্যবশত: এই টেষ্ট অসম্পূর্ণ একটি পদ্ধতি ব্যবহার করেছে, একটি নম্বরের উপর ভিত্তি করে একটি ছাত্রীর ব্যাপারে শিক্ষকের মতামত চাওয়া হয়েছে.... একটিমাত্র মূল্যায়নের ভিত্তিতে কার্যক্রম মাপা যায় না। কেবল একটি বিন্দু দিয়ে কখনো একটি লাইন মাপা যায় না, যদি লাইনের কোন শুরুই না থাকে। একটি বিন্দু কখনও ধারা, উন্নয়ন, চেষ্টার ঘাটতি বা গাণিতিক ক্ষমতা প্রদর্শন করে না–

নিবেদক

মাইকেল ডি. রিওর্ডান

skitu.blogspot.com

মিষ্টার রিওর্ডানের সমালোচনায় আমি আনন্দিত হলাম, আবার এর সাথে পুরোপুরি একমতও হলাম না। একটি মূল্যায়নের মাধ্যমে হয়ত কারো সামর্থ্যের সামান্য পরিমাণ বুঝা যায়, ভবিষ্যত সাফল্যের সম্ভাবনারতো প্রশ্নই উঠে না। শিক্ষকেরা বিষয়টিকে কতভাবে ভাবছে সেটাই ছিল বিরক্তির বিষয় আর আমাদের পর্যবেক্ষণের বিষয়ও ছিল সেটা।

একটি মূল্যায়নের মাধ্যমে চিরস্থায়ী পরিমাপের ধারণাটি হল স্থির চিন্তাধারার মানুষের তাড়াহুড়ার ফসল। এজন্যই তারা সঠিকভাবে ও দ্রুতগতিতে উন্নতি করতে চায়। সবকিছুই যদি এখনই প্রস্তুত থাকে, তবে বড় হওয়ার চেষ্টা কে করতে চায়?

সম্ভাবনা বিচার করার অন্যকোন উপায় আছে কি? নাসা সেটি ভেবেছিল। যখন তারা নভোচারীদের জন্য আবেদনপত্র বাছাই করছিল, তারা সেইসব প্রার্থীদের প্রত্যাখ্যান করেছিল যাদের নির্ভুল সাফল্যের ইতিহাস ছিল আর বেছে নিয়েছিল তাদের যারা চরম ব্যর্থতার পর সফল হয়েছিল। জেনারেল ইলেক্ট্রিকের স্বনামধন্য সিইও জ্যাক ওয়েল্স উন্নয়নের জন্য ক্ষমতার ভিত্তিতে নির্বাহী বাছাই করেছিলেন। আর বিখ্যাত ব্যালেট শিক্ষক মেরিনা সেমিও নোভার কথা মনে করুন, যিনি সমালোচনা সহ্যের ক্ষমতাসম্পন্ন শিক্ষার্থী পছন্দ করতেন। তারা সকলেই সুনির্দিষ্ট ক্ষমতার ধারণাকে প্রত্যাখ্যান করেছিলেন।

আপনার বিশেষত্ব প্রমাণ

স্থির চিন্তাধারার মানুষ যখন উন্নয়নের চেয়েও সফলতাকে বেশি প্রাধান্য দেয়, তারা কি প্রমাণের চেষ্টা করে? এই যে তারা বিশেষ। এমনকি শ্রেয়ঃতর।

যখন আমরা জানতে চেয়েছিলাম, "কখন আপনি নিজেকে স্মার্ট মনে করেন?", তাদের অনেকেই বলেছে যে যখন তারা নিজেকে বিশেষ ব্যক্তি হিসেবে অনুভব করে, কেউ কেউ বলেছে যখন তারা অন্যদের চেয়ে আলাদা ও বেশি ভালো অনুভব করে।

চিন্তাধারা ও এর কাজ সম্পর্কে আবিষ্কারের আগ পর্যন্ত আমিও নিজেকে অন্যদের চেয়ে মেধাবী মনে করতাম, আমার গুণাবলীর জন্য অন্যদের চেয়ে মূল্যবান মনে করতাম। আমার সবচেয়ে ভীতিকর ভাবনা ছিল সাধারণ হিসেবে গণ্য হওয়া। এ ধরনের ভাবনার জন্য আমাকে সবসময় সচল থাকতে হত। আমার বুদ্ধিমত্তা, আকর্ষণ ও পছন্দের স্কোরকার্ডে গাঁথা ছিল যে প্রতিটি মন্তব্য, প্রতিটি দৃষ্টিভঙ্গি অর্থপূর্ণ। একটি দিন যদি ভাল যেত, নিজের সর্বোচ্চ নম্বরে আমি উপচে পড়তাম।

skillbd.blogspot.com

এক প্রচন্ড শীতের রাতে আমি অপেরা দেখতে গেলাম। সেই রাতে অপেরা ছিল সবার পছন্দের আর প্রত্যেকে কেবল শেষ হওয়া পর্যন্ত নয়, সমস্ত পর্দা পড়ে যাওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করল। এরপর আমরা সবাই রাস্তায় নামলাম আর টেক্সি পেতে চাইলাম। আমার পরিষ্কার মনে আছে। মধ্যরাত পেরিয়ে গিয়েছিল, সাত ডিগ্রি ছিল তাপমাত্রা, জোরালো বাতাস বইছিল আর যত সময় যাচ্ছিল আমার অবস্থা করুণ হয়ে উঠছিল। সেই বিশাল জনস্রোতে আমাকে আলাদা করা যাচ্ছিল না। আমার কি সুযোগ ছিল? হঠাৎ একটি টেক্সি ঠিক আমার পাশে এসে থেমে গেল। পেছনের দরজার হাতলটি আমার হাতের সমান্তরাল ছিল এবং যখন টেক্সিতে উঠলাম, ড্রাইভার বলল, "আপনি অন্যদের চেয়ে আলাদা ছিলেন।" আমি সেই মুহূর্তগুলোর জন্যই বেঁচে ছিলাম। আমি কেবল নিজের কাছেই বিশেষ নয়। দূর থেকেও সেটা বুঝা যায়।

আত্মমূল্যায়ন এ ধরনের ভাবনাকে উৎসাহিত করে এবং নিজের শ্রেষ্ঠত্ব নিশ্চিত করতে সাহায্য করার জন্য উপাদানও আবিষ্কার করে। সম্প্রতি এ ধরনের একটি পণ্যের বিজ্ঞাপন আমি দেখেছি। প্রতি বছর আমার দুজন বন্ধু সেরা দশটি জিনিসের একটি বিবরণমূলক তালিকা পাঠায়। জানুয়ারী থেকে নভেম্বর পর্যন্ত তারা ক্যাটালগ থেকে বা ইন্টারনেট থেকে ডাউনলোড করে পণ্যগুলোর নাম জড়ো করে। ডিসেম্বরে তারা সেরাগুলোকে বেছে নেয়। আমার সবসময়ের অন্যতম প্রিয় বস্তু হল পকেট টয়লেট যা ব্যবহারের পর আপনি ভাঁজ করে আবার পকেটে রেখে দিতে পারেন। সেই বছর আমার প্রিয় ছিল আই লাভ মি আয়না, যেটার মাঝখানে বড় অক্ষরে আই লাভ মি লেখা আছে। এর মধ্যে তাকিয়ে আপনি নিজেকে বার্তা পাঠাতে পারেন, আপনার বিশেষত্ব ঘোষণার জন্য বহির্বিশ্বের জন্য অপেক্ষা করার প্রয়োজন নেই।

অবশ্য এই আয়নাটি যথেষ্ট নিরাপদও। সমস্যা শুরু হয় বিশেষ বলতে যখন অন্যদের চেয়ে ভালো বুঝায় তখন। অনেক বেশি দামী মানুষ। একজন শ্রেয়ঃ মানুষ। একজন আখ্যায়িত ব্যক্তি।

বিশেষ, শ্রেয়ঃ, আখ্যায়িত

জন ম্যাকেনরো একজন স্থির চিন্তাধারার মানুষ। তিনি বিশ্বাস করতেন যে প্রতিভাই সব। তিনি শিখতে পছন্দ করতেন না। তিনি চ্যালেঞ্জ নিয়ে কষ্ট করতে চাইতেন না; যখন চলমান বিষয় অচল হয়ে উঠত, তিনি ভেঙ্গে পড়তেন। ফলে নিজের কারণেই তিনি নিজের সম্ভাবনার বিকাশ ঘটাতে পারেননি।

skillbloggspot.com

কিন্তু তার প্রতিভা এত বড় ছিল যে চার বছরের জন্য তিনি বিশ্বের সেরা টেনিস খেলোয়াড় ছিলেন। সেরা হওয়ার অনুভূতি তিনি এভাবে ব্যক্ত করেছেন। ম্যাচ খেলার সময় হাতের ঘাম শুষে নেয়ার জন্য ম্যাকেনরো করাতের গুঁড়া ব্যবহার করতেন। একবার সেই গুঁড়া তার পছন্দ হল না, তাই তিনি গুঁড়ার ক্যান আনালেন আর র‍্যাকেট দিয়ে মৃদু আঘাত করে দেখলেন। তার এজেন্ট গ্যারি দৌড়ে এল জানার জন্য যে কি হয়েছে।

"আমি বললাম "তুমি একে করাতের গুঁড়া বলছ?" আমি আসলে চিৎকার করছিলাম। "গুড়াগুলো বেশ মসৃণ ছিল। এগুলো ইঁদুরের বিষের যত লাগছে। তুমি অন্য একটা ব্যবস্থা করতে পার না?" কাজেই গ্যারি দৌড় লাগাল আর বিশ মিনিট পর খানিকটা মোটা করাতের গুঁড়ার টাটকা ক্যান নিয়ে এল.... তার পকেটের বিশ ডলার কমে গেল। দুই বাই চার সাইজে কাটার জন্য তাকে ঐ টাকা দিতে হয়েছে। সেরা হলে এমনটাই হয়।

তিনি আমাদের বলতেই লাগলেন কিভাবে তিনি একজন সম্ভ্রান্ত জাপানী ভদ্রমহিলার উপর সবকিছু ছুঁড়ে মেরেছিলেন, যিনি তাকে আতিথেয়তা করছিলেন। পরদিন সেই মহিলা বাউ করলেন, ক্ষমা চাইলেন ও তাকে একটি উপহার দিলেন। ম্যাকেনরো ঘোষণা করলেন, "সেরা হওয়ার এটাও অন্য বিষয়।"

"সবকিছুই আপনাকে নিয়ে... আপনার যা দরকার সব পেয়েছেন? সব ঠিক আছে? আমরা আপনাকে এটা দেব, ওটা দেব, আপনার পিছনে চুমু খাব।" আপনি যা চান, তা-ই করবেন; সবকিছুর প্রতি আপনার প্রতিক্রিয়া হল– "বেরিয়ে যাও।" দীর্ঘসময় ধরে এসব করতে আমার মোটেই খারাপ লাগেনি। আপনার লাগবে?"

কাজেই দেখা যাক। যদি আপনি সফল হন, অন্যদের চেয়ে ভালো। আপনি তাদের গালি দিতে পারেন, অসম্মান করতে পারেন। স্থির চিন্তাধারার মানুষ এভাবেই আত্ম-মূল্যায়ন করে।

পক্ষান্তরে পরিপক্ক চিন্তাধারার সেরা অ্যাথলেট মাইকেল জর্ডানের দিকে তাকান, যার মহত্ব প্রতিদিন এভাবেই ঘোষিত হয়, "সুপারম্যান", "মানুষবেশী ঈশ্বর", "টেনিস সুজের জেসাস।" কাউকে যদি বিশেষ হিসেবে ভাবতে হয়, তবে সেটা তিনি। বাস্কেটবলে ফিরে আসার সময় তিনি যা বলেছিলেন, সেটা নিয়ে তুমুল হৈ চৈ পড়ে যায় ঃ "আমার খেলায় ফিরে আসা নিয়ে মানুষের উত্তেজনা দেখে আমি ভীষণ অবাক।...মানুষজন এমনভাবে আমার প্রশংসা করছিল যেন আমি কোন ধর্মীয় গুরু বা তেমন কেউ। বেশ অস্বস্থিকর ব্যাপার। আমি আপনাদের সবার মত একজন সাধারণ মানুষ।"

shuvo.blogspot.com

জর্ডান জানতেন যে দক্ষতা বৃদ্ধির জন্য কত কষ্ট তিনি করেছেন। তিনি লড়াই করে উন্নতি করেছেন, উত্তরাধিকারসূত্রে অন্যদের চেয়ে ভাল হননি।

'দ্য রাইট স্টাফ'এ টম উলফ অভিজাত মিলিটারি পাইলটদের কথা বর্ণনা করেছেন, যারা সাগ্রহে স্থির চিন্তাধারাকে গ্রহণ করে নিয়েছে। একের পর এক কঠোর পরীক্ষা পাস করতে করতে তারা নিজেদেরকে বিশেষ ধরে নিয়েছে, যেন মানুষ অন্যদের চেয়ে স্মার্ট আর সাহসী হয়ে জন্মায়। কিন্তু 'দ্য রাইট স্টাফ' এর নায়ক চাক ইয়েজার অন্যরকম প্রার্থনা করেছেন। "জন্মগত পাইলট বলতে কিছু নেই... আমার মেধা বা গুণ যা-ই থাক, দক্ষ পাইলট হতে হলে কঠোর পরিশ্রম ও সারাজীবনের অভিজ্ঞতার প্রয়োজন পড়ে। ...সেরা পাইলটেরা অন্যদের চেয়ে বেশি উড়তে পারে, তাই তারা সেরা।" মাইকেল জর্ডানের মত তিনিও একজন মানুষ। তিনি কেবল অন্য অনেকের চেয়ে নিজেকে বেশি বিকশিত করেছেন।

সংক্ষেপে যারা স্থির চিন্তাধারার, তারা দ্রুত সফল হতে চায় আর যখন হয়ে যায়, গর্বের চেয়ে বেশি কিছু অনুভব করে। তারা হয়ত শ্রেষ্ঠত্ব বোধ করে, যদিও সফলতা মানে হল তাদের সুনির্দিষ্ট কাজ অন্যদের চেয়ে ভালো।

যা-ই হোক, স্থির চিন্তাধারার মানুষের আত্মমূল্যায়নের পিছনে ওঁৎ পেতে থাকা একটি সহজ প্রশ্ন হল : যখন সফল হন তখন যদি আপনি কিছু একটা হয়ে থাকেন, যখন ব্যর্থ হন, তখন আপনি কে?

চিন্তাধারা পরাজয়ের অর্থ বদলে দেয়

মার্টিনেরা তাদের তিন বছর বয়সী রবার্টকে বেশ শ্রদ্ধা করত ও সবসময় তার কাজের জন্য বড়াই করত। এত মেধাবী ও সৃজনশীল বাচ্চা আর কারুরই ছিল না। এরপর রবার্ট ক্ষমার অযোগ্য এক কাজ করল– নিউইয়র্কের একটি প্রিস্কুলে সে ভর্তি হতে পারল না। এরপর মার্টিনেরা তার প্রতি শীতল হয়ে গেল। তারা আর আগের মত তার ব্যাপার কথা বলে না আর একই গর্ব ও স্নেহের চোখে দেখে না। সে আর মেধাবী ছোট রবার্ট নয়। সে অসম্মান বয়ে এনেছে ও তাদেরকে লজ্জিত করেছে। তিন বছরের কোমল বয়সে সে ব্যর্থ হয়ে গেল।

নিউ ইয়র্ক টাইমসের একটি আর্টিক্যালে দেখান হয়েছে, ব্যর্থতা একটি কাজকে (আমি ব্যর্থ হয়েছি) একটি পরিচিতিতে (আমি ব্যর্থ) স্থানান্তর করে। স্থির চিন্তাধারার মানুষের ক্ষেত্রে এটি সত্য।

যখন আমি ছোট ছিলাম, রবার্টের মত ভাগ্যকে আমি ভয় পেতাম। সিক্সথ গ্রেডে আমি স্কুলের সেরা স্পেলার ছিলাম। প্রিন্সিপাল স্যার চেয়েছিলেন আমি যেন দেশব্যাপী প্রতিযোগিতায় যোগ দেই, কিন্তু আমি রাজী হইনি। নাইনথ গ্রেডে

skitu.blogspot.com

আমি ফ্রেঞ্চে সেরা হয়েছিলাম আর আমার শিক্ষক চেয়েছিলেন আমি দেশব্যাপী প্রতিযোগিতায় যোগদান করি। আবারও আমি প্রত্যাখ্যান করলাম। কিভাবে আমি সফলতা থেকে ব্যর্থতার দিকে মোড় নেব? বিজিতের চেয়ে পরাজিতের দিকে এগিয়ে যাব?

বিখ্যাত গলফ খেলোয়াড় আরনি এলসও একইরকম ভয় পেতেন। ম্যাচের পর ম্যাচ হারার পর পাঁচ বছরের চেষ্টায় তিনি একটি বড় টুর্ণামেন্ট জিতেছিলেন। এই টুর্ণামেন্টও হেরে গেলে কি হত? তিনি আমাদের বললেন, "আমি অন্যরকম হয়ে যেতাম।" তিনি পরাজিত ব্যক্তি হতেন।

প্রত্যেক এপ্রিলে খামে করে যখন রিজেকশন লেটারগুলো কলেজ থেকে যায়, তখন অসংখ্য ব্যর্থদের জন্ম হয়। হাজারও মেধাবী ছেলেমেয়েরা 'যে মেয়েটি প্রিন্সটনে ভর্তি হয়নি' বা 'সে ছেলেটি স্টানফোর্ডে ভর্তি হয়নি" এমন তালিকায় নাম লেখায়।

নির্ধারণের মুহূর্ত

পরিপক্ক চিন্তাধারায়ও ব্যর্থতা বেশ করুণ অভিজ্ঞতা। কিন্তু এটি আপনাকে নির্ধারণ করেনা। এটি একটি সমস্যা যার মুখোমুখি হতে হয়, সামলাতে হয় ও যার কাছ থেকে শিখতে হয়।

মিনেসোটা ভাইকিংসের প্রাক্তন প্রতিরক্ষামূলক খেলোয়াড় জিম মার্শাল এমন ঘটনা বলেছেন যেটা তাকে পরাজিত করে দিতে পারত। সান ফ্রান্সিসকোর সাথে খেলার সময় মার্শাল মাঠে বলের দিকে নজর রাখলেন। বলটি ছিনিয়ে নিয়ে তিনি জনগণের উত্তেজনা লক্ষ্য করে ছুটতে লাগলেন। কিন্তু তিনি ভুলপথে ছুটে গিয়েছিলেন। তিনি ভুল টিমের জন্য স্কোর করলেন আর ন্যাশনাল টেলিভিশন সেটা প্রচার করল।

জীবনের চরম বিপর্যস্ত মুহূর্ত ছিল সে সময়। লজ্জায় মাটিতে মিশে যাওয়ার মত। কিন্তু মাঝপথে তিনি ভাবলেন, "কেউ যদি ভুল করে সেটা শোধরানো যায়। আমি টের পেলাম যে আমার কাছে একটি সুযোগ আছে। আমি দুঃখিত হতে পারি বা কিছু করতে পারি।" বাকী অর্ধেক সময়ে তিনি জীবনের অন্যতম সেরা খেলাটি খেললেন আর দলকে জিতিয়ে দিলেন।

তিনি সেখানেই থামলেন না। তিনি দলের সাথে কথা বললেন। যেসব লোকেরা নিজেদের লজ্জাজনক অভিজ্ঞতার কথা স্বীকার করে চিঠি পাঠিয়েছে, তাদের জবাব দিলেন। খেলার সময় তিনি মনোযোগ বাড়িয়ে দিয়েছিলেন। অভিজ্ঞতা তাকে নির্ধারণ করার আগে তিনি এর নিয়ন্ত্রণ নিয়েছিলেন। তিনি আগের চেয়েও

sellfa.blogspot.com

ভালো খেলোয়ার হওয়ার কাজে সেই অভিজ্ঞতা ব্যবহার করেছিলেন এবং তার বিশ্বাস ভাল মানুষ হওয়ার কাজেও।

স্থির চিন্তাধারায় কারো পরাজয় একটি স্থায়ী ও তীব্র মানসিক যাতনা হতে পারে। বার্নার্ড লয়শিউ বিশ্বের অন্যতম সেরা শেফ ছিলেন। ফ্রান্সের মাত্র কয়েকটা রেষ্টুরেন্ট ইউরোপের সবচেয়ে সম্মানিত রেষ্টুরেন্ট গাইড, দ্য গাইড মিশেলিন থেকে থ্রি ষ্টারের সেরা মূল্য গ্রহণ করত। তিনি তাদের একজন ছিলেন। দ্য ২০০৩ গাইড মিশেলিন প্রকাশনার সময় মিষ্টার লয়শিউ আত্মহত্যা করলেন। দুই পয়েন্ট হেরে তিনি গল্টমিলাও' এ বিশে উনিশের জায়গায় সতের পেয়েছিলেন। গুজব রটেছিল যে নতুন গাইডে তিনি একটি স্টার হারিয়ে ফেলবেন। যদিও সেটা ঠিক ছিল না, তবু ব্যর্থতার চিন্তাই তাকে নিঃশেষ করে ফেলল।

লয়শিউ ছিলেন অগ্রপথিক। তিনিই প্রথম 'নাওভেল কুইজিন'কে এগিয়ে নিয়েছিলেন, ফরাশী খাবারে বাটার ও ক্রিম সস মিশিয়ে সুস্বাদু বানানোর ঐতিহ্যকে পথ দেখিয়েছিলেন। প্রচন্ড শক্তিশালী মানুষটি একজন উদ্যোক্তাও ছিলেন। বারগান্ডিতে তার থ্রি-ষ্টার রেষ্টুরেন্ট ছাড়াও প্যারিসে তিনটি খাবারের দোকান, অসংখ্য রান্নাসংক্রান্ত বই ও ফ্রোজেন খাবারের একটি ধারা সৃষ্টি করেছিলেন। তিনি বলতেন, "আমি হলাম ঈভস সেন্ট লরেন্টের মত। ডিজাইনও আমার, সেলাইও করি আমি।"

এমন মেধাবী মানুষ দুই পয়েন্টসহ বা ছাড়া, থ্রি ষ্টার ছাড়া চমৎকার একটি ভবিষ্যতের পরিকল্পনা করতে পারতেন। মূলতঃ গল্টমিলাউ এর ডাইরেক্টররা বলেছেন যে তাদের রেটিং উনার জীবন কেড়ে নিতে পারে, এটা কল্পনাও করা যায় না। কিন্তু স্থির চিন্তাধারার কাছে এটি কল্পনাযোগ্য। তাদের কম রেটিং নিজের সম্পর্কে তাকে একটি নতুন ধারণা দিয়েছিল ব্যর্থতা।

স্থির চিন্তাধারার জন্য ব্যর্থতা মাত্রই মারাত্মক। তাই হালকাভাবে বলা যায়...

আমার সফলতা আপনার ব্যর্থতা

গত গ্রীষ্মে আমার স্বামী ও আমি একটি ডুড র‍্যাঞ্চে গিয়েছিলাম, যেটা বেশ নতুন মনে হয়েছিল কারণ এর আগে আমাদের কেউ ঘোড়ার কাছাকাছি যাইনি। একদিন আমরা মাছ ধরা শিখলাম। আশি বছর বয়সের কাউবয় টাইপের এক বৃদ্ধ জেলে আমাদের শেখাল বরশি কি করে ধরতে হয় আর আমাদের হারাল। আমরা বুঝতে পারলাম যে সে আমাদের শেখায়নি ট্রাউট কখন শিকার ধরে (তারা বরশির কাছে আসে না, পানির বুদ্বুদ দেখে বুঝতে হয়), ট্রাউট শিকার

shikhi.blogspot.com

করলে কি করতে হয় (উপরের দিকে টানতে হয়), বা অদ্ভূতভাবে যদি ট্রাউটকে পেয়েও যাই, কিভাবে রীল টানতে হয় (পানির মধ্য দিয়ে আনতে হয়, বাতাসে তোলা যায় না)। যাই হোক, সময় চলছিল, মশা কামড়াচ্ছিল, কিন্তু ট্রাউটের দেখা নেই। ডজনখানেক মানুষ বা আমরা কিছুই পেলাম না। হঠাৎ আমি ছক্কা মেরে দিলাম। কিছু অসতর্ক ট্রাউট আমার শিকারকে শক্তভাবে কামড়ে ধরল আর জেলে, যার সেখানে থাকার কথা, আমার সাথে গল্প করতে লাগল। আমি একটি রেইনবো ট্রাউট ধরে ফেললাম।

প্রতিক্রিয়া ১ ঃ আমার স্বামী, ডেভিড দৌড়ে এসে গর্বিত সুরে বলল, "তোমার সাথে বাস করাটাই চমৎকার।"

প্রতিক্রিয়া ২ ঃ সেই সন্ধ্যায় যখন আমরা ডাইনিং রুমে ডিনার খেতে এলাম, দুজন ভদ্রলোক এসে আমার স্বামীকে বলল, "ডেভিড, আপনি কিভাবে সামলাচ্ছেন?" ডেভিড ফাঁকা দৃষ্টিতে তাদের দিকে তাকাল, তার কোন ধারণাই ছিল না ওরা কি নিয়ে কথা বলছে। আসলেই ছিল না। সে ভাবছিল আমার মাছ ধরাটাই চমৎকার। কিন্তু আমি বুঝতে পেরেছিলাম তারা কি বলছিল। তারা আশা করেছিল সে নিজেকে ছোট মনে করবে আর তারা মূলতঃ সেটাই পরিষ্কার করে দিয়েছিল যে আমার সাফল্যে তারা ছোট হয়েছে।

দায়িত্বে অবহেলা, প্রতারণা, দোষারোপ : সফলতার রেসিপি নয়

মর্মান্তিক বিষণ্নতা ছাড়াও স্থির চিন্তাধারা আপনাকে এসব অতিক্রম করার কোন রেসিপিও দেবে না। ব্যর্থতা মানে যদি প্রতিযোগিতা বা সম্ভাবনার অভাব হয় আর আপনি যদি ব্যর্থ হন, এরপর আপনি কোথায় যাবেন?

এক গবেষণায় সেভেন্থ গ্রেডের শিক্ষার্থীরা আমাদের বলেছিল, নতুন কোর্সে টেস্ট গ্রেড দুর্বল হলে ওরা কেমন প্রতিক্রিয়া দেখায়। পরিপক্ক চিন্তাধারার কাছে এটা তেমন আশ্চর্যের নয়, ওরা পরের পরীক্ষার জন্য কঠোর শ্রম দেবে। কিন্তু স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা বলেছিল ওরা কষ্ট কমিয়ে দেবে। যদি ক্ষমতাই না থাকে, তবে সময় নষ্ট করে কি লাভ? আর তারা বলেছিল যে তারা নকল করবে। যদি ক্ষমতা না থাকে, তবে অন্য উপায়তো ভাবতেই হয়। ব্যর্থতা থেকে শেখা ও সংশোধন হওয়ার পরিবর্তে স্থির চিন্তাধারার মানুষ কেবল আত্মমূল্যায়ন মেরামত করার কথা ভাবতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, তারা সবসময় তাদের চেয়ে কম দামী মানুষ খুঁজে বেড়ায়।

টেষ্টে দুর্বল গ্রেড পাওয়ার পর কলেজের ছাত্রদেরকে অন্যান্য ছাত্রদের টেষ্টগুলো দেখার একটি সুযোগ দেয়া হয়েছিল। পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা তাদের চেয়ে

skillbd.blogspot.com

অনেক বেশি ভাল যারা করেছে, তাদের পরীক্ষাগুলো দেখল। বরাবরের মত তারা নিজেদের ঘাটতি পূরণ করতে চেয়েছে। কিন্তু স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা যারা তাদের চেয়ে খারাপ করেছে, তাদের পরীক্ষাগুলো দেখল। এভাবেই তারা নিজেদের সম্পর্কে ভাল বোধ করল।

জিম কলিন্স তার 'গুড টু গ্রেট' এ এরকম কিছু কর্পোরেট বিশ্বকে বলেছেন। প্রোক্টর এণ্ড গেমবেল যখন স্কট কাগজের ব্যবসায় দোল খেতে লাগল, যেটা সেসময় নেতৃস্থানীয় ছিল, ছেড়ে দিল। নিজেদেরকে বদলান বা চেষ্টা করার পরিবর্তে ওরা বলল, "বাহ্, ভালো... অন্ততঃ আমাদের চেয়েও খারাপ মানুষ এই ব্যবসা করে।"

স্থির চিন্তাধারার মানুষ ব্যর্থতার পর অন্যকে দোষারোপ করে বা অজুহাত দেখিয়ে আত্মমর্যাদা মেরামত করার চেষ্টা করে। জন ম্যাকেনরোর কাছে ফেরত যাওয়া যাক।

তার দোষ কখনোই ছিল না। একবার সে ম্যাচ হেরেছিল কারণ তার জ্বর ছিল। একবার তার পিঠব্যথা ছিল। একবার সে প্রত্যাশার শিকার হয়েছে, আরেকবার ট্যাবলেটের। একবার সে তার বন্ধুর কাছে হেরেছিল কারণ বন্ধু প্রেমে পড়েছিল, সে পড়েনি। একবার সে ম্যাচের সামান্য আগে খেয়েছিল। একবার সে গোলগাল ছিল, আরেকবার বেশ ক্ষীণ। একবার প্রচণ্ড ঠান্ডা ছিল, আরেকবার বেশ গরম। একবার তার প্রশিক্ষণ কম ছিল, আরেকবার অতি প্রশিক্ষণ হয়ে গিয়েছিল।

তার সবচেয়ে পীড়াদায়ক হার যেটা এখনও তাকে রাত জাগিয়ে রাখে, সেটি ছিল ১৯৮৪'তে ফ্রান্স ওপেন। ইভান লেন্ডেলকে নেতৃত্ব দেয়ার পরও সে কেন হেরেছিল? ম্যাকেনরোর মতে, এটা তার দোষ ছিল না। এক এনবিসি ক্যামেরাম্যান তার হেডসেট নিয়ে ফেলেছিল আর কোর্টের দিক থেকে একটি সোরগোল শুরু হয়েছিল।

তার দোষ নয়। আসলে সে মনোযোগের ক্ষমতা বা আবেগের নিয়ন্ত্রণের উন্নয়ন ঘটাতে পারেনি।

কিংবদন্তী বাস্কেটবল কোচ জন উডেন বলেছেন, আপনি ততক্ষণ পর্যন্ত ব্যর্থ নন, যতক্ষণ আপনি অন্যকে দোষারোপ না করেন। তিনি বুঝাতে চেয়েছেন যে ভুল থেকে আপনি ততক্ষণ পর্যন্ত শিখতে পারেন, যতক্ষণ আপনি তাকে প্রত্যাখ্যান না করেন।

শক্তিশালী এনরন যখন হারল, প্রচন্ড রাগে ফেটে পড়ল– কার দোষ? সিইও জেফরি স্কিলিং জোর দিয়ে বলল, আমার নয়। এটা পৃথিবীর দোষ ছিল। এনরন

sillydogsnot.com

যা করতে চেয়েছিল বিশ্ব তা করতে দেয়নি। জাষ্টিস ডিপার্টমেন্টের তদন্তে কি দাঁড়াল? একটি 'ডাইনী শিকার'।

জেনারেল ইলেক্ট্রিকের আকস্মিক পতনে উন্নতমানের সিইও, জ্যাক ওয়েলচ্ সম্পূর্ণ ভিন্নরকম প্রতিক্রিয়া দেখিয়েছিল। ১৯৮৬'এ জেনারেল ইলেক্ট্রিক কিডার, পীবডি, একটি ওয়াল স্ট্রীট বিনিয়োগ ব্যাংকিং ফার্ম কিনেছিল। এই চুক্তি শেষ হওয়ার সাথেই কিডার, পীবডি এক আন্ত:বাণিজ্য দুর্নামের শিকার হল। কয়েক বছর পর জোসেফ জেডের উপর বিপদ নেমে এল, যে নানারকম কাল্পনিক পণ্যের ব্যবসা করত। ওয়েলচ্ তার সেরা ১৪ জন জি'ই কলিগদের ফোন করে দুঃসংবাদ শোনাল আর ব্যক্তিগতভাবে ক্ষমা চাইল। ওয়েলচ বলেছিল, "এই ধ্বংসের জন্য আমি দায়ী।"

চিন্তাধারা ও বিষণ্নতা

ফ্রেঞ্চ শেফ বার্নার্ড লয়শিউ হয়ত কেবল বিষণ্ন ছিলেন। আপনার কি তাই মনে হচ্ছিল? একজন মনোবিজ্ঞানী ও শিক্ষক হিসেবে বিষণ্নতার ব্যাপারে আমি বেশ আগ্রহী। ফেব্রুয়ারী ও মার্চে কলেজ ক্যাম্পাসে এর বেশ ব্যবহার চলে। শীত শেষ নয়, গ্রীষ্মও দেখা যায় না, কাজ জমে থাকে আর সম্পর্কগুলো দ্বন্দ্বে পরিণত হয়। তবু এই বিষয়টি আমার কাছে বেশ পরিষ্কার যে বিভিন্ন শিক্ষার্থীরা বিষণ্নতাকে বিভিন্ন ভাবে সামলায়। কেউ সবকিছু একদিকে ফেলে রাখে। অন্যরা বিপর্যস্ত হলেও ঝুলে থাকে। তারা ক্লাশে যায়, কাজ করে, নিজেদের যত্ন নেয় যাতে ভালো সময়ে জীবনটা ঠিকঠাক থাকে।

অনেক আগের কথা নয়, আমরা সিদ্ধান্ত নিলাম যে এই তারতম্যে চিন্তাধারা কি ভূমিকা পালন করে, সেটা দেখব। আমরা ছাত্রদের চিন্তাধারা পরিমাপ করলাম আর ফ্রেবুয়ারি ও মার্চে তিন সপ্তাহের একটি অনলাইন ডায়েরী রাখতে বললাম। প্রতিদিন তাদের মনোভাব, কাজ ও তারা কিভাবে সমস্যা সামলাচ্ছে, সে বিষয়ে আমাদের প্রশ্নের জবাব দিত। দেখুন আমরা কি আবিষ্কার করলাম।

প্রথমত: স্থির চিন্তাধারার ছাত্রদের বিষণ্নতা বেশ উচ্চ স্তরের। আমাদের গবেষণায় জানা গেল যে তারা তাদের সমস্যা ও বিপত্তির বিষয়ে বারবার ধ্যান করছে, বিশেষত: নিজেদের অত্যাচার করছে এই কারণে সে তাদের মতে তারা প্রতিযোগিতায় অযোগ্য বা মূল্যহীন : "আমার মাথায় কেবল একটি কথাই ঘুরে বেড়াচ্ছে : তুমি একটি নির্বোধ।" "আমি এটা ভুলতেই পারছিনা যে এটি

skillu.blogspot.com

আমাকে মানুষের পর্যায়ে রাখেনি।" আবার ব্যর্থতা তাদেরকে মুড়ে রেখেছে আর সাফল্যের কোন পথ রাখেনি।

আর যত বেশি বিষণ্নতাবোধ করছিল, ততবেশি উদাসীন হয়ে পড়েছিল আর সমস্যা সমাধানের চেষ্টা কমে যাচ্ছিল। উদাহরণস্বরূপ, তারা প্রয়োজনীয় পড়া পড়ছিল না, তারা ঠিক সময়ে অ্যাসাইনমেন্ট দিচ্ছিল না আর কাজের সাথে সম্পৃক্ততা রাখছিল না।

যদিও স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা অনেক বেশি বিষণ্নতা দেখাচ্ছিল, পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা এই চূড়ান্ত বিষণ্ন সময়েও অনেক কম দুঃখিত ছিল। আর এখানে আমরা আসলেই চমৎকার কিছু দেখতে পেলাম। পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা যত বেশি বিষণ্ন ছিল, তত বেশি সমস্যা সামলাচ্ছিল, স্কুলের কাজ করছিল ও জীবনের সাথে ভারসাম্য রক্ষা করছিল। তাদের যত খারাপ লাগছিল, তত বেশি দৃঢ় প্রতিজ্ঞ হচ্ছিল।

মূলতঃ তাদের কার্যক্রম দেখে এটা বুঝা কঠিন হচ্ছিল যে তারা কতটুকু হতাশ। এক তরুণ আমাকে একটি গল্প বলেছিল।

আমি একদম নতুন ছিলাম আর এই প্রথমবার বাড়ী থেকে দূরে ছিলাম। প্রত্যেকেই আগন্তুক ছিল, কোর্সগুলো ছিল কঠিন এবং সময়ের সাথে সাথে আমি অনেক বেশি বিষণ্নতাবোধ করতে লাগলাম। ক্রমাগত এমন অবস্থা হল যে সকালে বিছানা থেকে উঠতে খুব কষ্ট হত। তবু প্রতিদিন জোর করে ঘুম থেকে উঠতাম, শাওয়ার নিতাম, শেইভ করতাম এবং যা যা দরকার, সব করতাম। একদিন আমার অবস্থা খুব খারাপ হল এবং আমি সাহায্য নেয়ার সিদ্ধান্ত নিলাম, তাই আমি সাইকোলজি কোর্সের টিচিং অ্যাসিস্টেন্টের কাছে গেলাম ও তার পরামর্শ চাইলাম। তিনি প্রশ্ন করলেন, "তুমি কি ক্লাশে যাচ্ছ?"

আমি বললাম, "হ্যাঁ।"

"তুমি কি পড়াশুনা করছ?"

"হ্যাঁ।"

"তুমি তোমার পরীক্ষায় ভাল করছ?"

"হ্যাঁ।"

তিনি আমাকে জানালেন, "বেশ। তবে তুমি বিষণ্ন নও।"

হ্যাঁ, সে বিষণ্ন ছিল, তবে সে পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের মত দৃঢ় প্রতিজ্ঞা নিয়ে এগিয়ে যাচ্ছিল।

মেজাজ কি এ ব্যাপারে অনেক কিছু করে না? কিছু মানুষ কি আচরণে অনেক উত্তেজিত নয় যেখানে অন্যরা অনেক কিছু চলে যেতে দেয়? মেজাজ হয়ত

sklitb.blogspot.com

একটি ভূমিকা পালন করে, তবে চিন্তাধারা গল্পের একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ। যখন লোকজনকে আমরা পরিপক্ক চিন্তাধারা শিক্ষা দিলাম, বিষণ্নতার প্রতি তাদের প্রতিক্রিয়া বদলে গেল। তাদের যত খারাপ লাগত, তত বেশি গতিশীল হত আর আসন্ন সমস্যাকে তত বেশি সামলে নিত।

সংক্ষেপে মানুষ যখন স্থির আচরণে বিশ্বাস করে, ব্যর্থতা দিয়ে নিজেকে পরিমাপের বিপদে থাকে সবসময়। এটি তাদেরকে স্থায়ীভাবে নির্ধারণ করে ফেলে। তারা হয়ত স্মার্ট বা মেধাবী, কিন্তু তাদের চিন্তাধারা তাদের টিকে থাকার শক্তিকে বিনষ্ট করে।

যখন মানুষ বিশ্বাস করে যে তাদের মৌলিক গুণগুলোর বিকাশ সাধন সম্ভব, ব্যর্থতা তখনও আঘাত করতে পারে, তবে ব্যর্থতা তাদেরকে নির্ণয় করতে পারবে না। আর ক্ষমতা যদি বাড়ানো যায়, পরিবর্তন ও উন্নয়ন যদি সম্ভব হয়, সফলতার অনেক উপায় পাওয়া যায়।

চিন্তাধারা প্রচেষ্টার অর্থ বদলে দেয়

ছোটবেলায় মেধাবী কিন্তু অস্থির খরগোশ ও ধীর কিন্তু শান্ত কচ্ছপের মধ্যে বেছে নেয়ার একটি সুযোগ আমাদেরকে দেয়া হয়। এতে আমরা দেখি যে 'ধীর স্থির' মাত্রই জয়ী হয়। কিন্তু বাস্তবে আমরা কি কখনও কচ্ছপ হতে চাই?

না, আমরা কেবল কম বোকা খরগোশ হতে চাই। আমরা বাতাসের মত দ্রুত ও কিছুটা কৌশলী হতে চাই, অনেকটা লাইন শেষ হওয়ার আগে বিশ্রাম কম নেয়ার মত। সর্বোপরি সবাই জানে যে জেতার জন্য প্রদর্শন করতে হয়।

কচ্ছপ ও খরগোশের গল্পে চেষ্টার ক্ষমতাকে প্রাধান্য দিতে গিয়ে চেষ্টার নাম খারাপ করে দিয়েছে। এটি বুঝাতে চেয়েছে যে চেষ্টা হল স্থির মানুষের জন্য এবং মেধাবী লোকেরা যখন হাল ছেড়ে দেয়, ধীর মানুষেরা সেটা লুফে নেয়।

ছোট ইঞ্জিন, ঢিলেঢালা বিশাল ও নোংরা একটি নৌকা অনেক সময় খাপ খেয়ে যায় আর এদের সাফল্যে আমরা খুশি হই। এরকম ছোটখাট বস্তু (বা মেশিন) আমি খুব পছন্দ করতাম, কিন্তু কখনো ওগুলো দ্বারা নিজের তুলনা করতাম না। বার্তাটি হল, দুর্ভাগ্যবশত: আপনি যদি ছোটখাট প্রাণী হয়ে থাকেন, যদি আপনার গুণেরও ঘাটতি থাকে, নিজেকে ব্যর্থ ভাবার প্রয়োজন নেই। আপনি মিষ্টি, আদুরে একজন দ্রুতগামী ক্রিকেটার হতে পারেন এবং (যদি চেষ্টা করেন ও অন্যের অবজ্ঞা অতিক্রম করতে পারেন) সফলও হয়ে যেতে পারেন।

অনেক ধন্যবাদ, আমি স্বীকার করে নিলাম।

কিন্তু সমস্যা হল যে এই গল্পগুলোতে হয়----নয় রয়েছে। হয় ক্ষমতা থাকতে হবে নয় চেষ্টার অপচয় হবে। আর স্থির চিন্তাধারার একটি অংশ এসব। যাদের ক্ষমতা নেই তারাই চেষ্টা করে। স্থির চিন্তাধারার লোকেরা বলে, "যদি কোনবিষয়ে তোমাকে খাটতে হয়। তবে তুমি তাতে দক্ষ নও।" তারা আরো বলে, "যারা সত্যিকার মেধাবী, তারা এমনিতে সব পেয়ে যায়।"

ক্যালভিন এন্ড হবস্ ১৯৯৫ ওয়াটারসন
ইউনিভার্সেল প্রেস সিন্ডিকেট এর অনুমতিতে পুনঃ মুদ্রিত

আমি দ্য ইউনিভার্সিটি অব ইলিনয়েস এর সাইকোলজি বিভাগের একজন প্রফেসর। এক রাতে সাইকোলজি বিল্ডিংয়ের পাশ দিয়ে আমি যাচ্ছিলাম আর দেখলাম যে কিছু ফ্যাকাল্টি অফিসে আলো জ্বলছে। আমার কয়েকজন সহকর্মী অনেক রাত পর্যন্ত কাজ করেন। আমি ভাবলাম তারা আমার মত স্মার্ট নয়।
আমার কখনো এমন মনে হয়নি যে তারা স্মার্ট তবে কঠোর পরিশ্রমী। আমি হয়....নয় দিয়ে বিচার করেছি। আর এটি পরিষ্কার যে আমি হয়কে নয়ের চেয়ে বেশি গুরুত্ব দিয়েছি।
গ্রন্থকার ও নিউ ইয়র্কার এর লেখক ম্যালকম গ্লেডওয়েল বলেছেন যে সামাজিক কারণে আমরা চেষ্টার মাধ্যমে অর্জনের চেয়ে চেষ্টাহীন সম্পাদনকে বেশি গুরুত্ব দিই। নায়কদেরকে আমরা অতিমানবীয় ক্ষমতাবানের মত মর্যাদা দেই যা তাদেরকে অপরিহার্য অর্জনের দিকে ধাবিত করে। মিডোরি যেন ভ্রূণ অবস্থায় বেহালা বাজাতে শিখেছে। মাইকেল জর্ডান বল নিয়ে এগিয়ে যেতে আর পিকাসো আঁকতে। এই বিষয়টি স্থির চিন্তাধারার মানুষের মধ্যে যথাযথভাবে ঢুকে যায়। আর এটাই সবখানে দেখা যায়।
ডিউক ইউনিভার্সিটির গবেষকেরা মহিলা আন্ডার গ্রাজুয়েটদের দুশ্চিন্তা ও বিষণ্নতার ব্যাপারে সতর্কবাণী দিয়েছেন যারা চেষ্টা ছাড়া যথাযথ হওয়ার স্বপ্ন দেখে। তারা বিশ্বাস করে যে চেষ্টা ছাড়াই তাদের সৌন্দর্য, রমণীয়তা ও

shiblibd.blogspot.com

স্কলারশিপ তাদের নাগালে এসে যাবে (অথবা কোনরকম চেষ্টা দেখানো ছাড়াই)।

আমেরিকানরাই একমাত্র নয় যারা চেষ্টাকে অপছন্দ করে। ফ্রেঞ্চ এক্সিকিউটিভ পীয়ার শ্যাভেলিয়র বলেছেন, "আমরা চেষ্টা করার জাতি নই। যেমন হোক, তোমার যদি সঠিকভাবে বলার বা করার ক্ষমতা থাকে, তবে চেষ্টা ছাড়াই তুমি সব করতে পার।"

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ সম্পূর্ণ ভিন্নরকম চিন্তা করে। তাদের মতে সফল হওয়ার জন্যে প্রতিভাবানদেরও কষ্ট করতে হয়। আর দৈবক্রমে পাওয়ার মধ্যে বীরত্ব কোথায়? তারা জন্মসূত্রে প্রতিভাবান হলেও চেষ্টাকে গুরুত্ব দেয়, ক্ষমতা যতই থাকুক না কেন, চেষ্টাই সেই ক্ষমতাকে পরিপূর্ণ করে তোলে।

সীবিস্কিট

একটি ঘোড়া এত ভেঙ্গে পড়েছিল, যে শুয়ে পড়তে চাইছিল। মূলতঃ ঘোড়ার জকি, মালিক, ট্রেইনার সবাই কোন না কোনভাবে বিধ্বস্থ ছিল। কেবল দৃঢ় ইচ্ছাশক্তির কারণে সকল বাধা অতিক্রম করে তারা বিজয়ী হয়েছিল। একটি দুর্বল জাতি এই ঘোড়া ও তার চালককে সাহস ও সহিষ্ণুতার প্রতীক হিসেবে নিয়েছিল।

সীবিস্কিটের লেখক লরা হিলেনব্র্যান্ডের কাহিনীও একইরকম। কলেজ জীবনে মারাত্মক ও লাগাতার ক্রনিক রোগে আক্রান্ত হওয়ার কারণে তিনি অনেক সময় কাজ করার ক্ষমতা হারাতেন। তবু ঘোড়ার সেই গল্প তাকে এত অনুপ্রাণিত করে যে তিনি ইচ্ছাশক্তির জয়ের ব্যাপারে একটি হৃদয়ছোঁয়া ও চমৎকার গল্প লেখেন। সীবিস্কিট ও তাঁর নিজের বিজয়ের একটি কাহিনী সেটি।

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের দৃষ্টিতে এই গল্পগুলো হল চেষ্টার পরিবর্তিত শক্তির গল্প– সে শক্তি আপনার ক্ষমতাকে বদলে দেবে, আপনাকে বদলে দেবে। পরিপক্ক চিন্তাবিদদের কাছে তিনটি মানুষ ও একটি ঘোড়ার দারুণ একটি গল্প এটি, সকল বাধা সত্ত্বেও যারা কঠোর পরিশ্রম করেছিল।

প্রচুর চেষ্টা : বড় ঝুঁকি

স্থির চিন্তাধারার মানুষের দৃষ্টিতে চেষ্টা কেবল অক্ষম মানুষদের জন্য। আর মানুষ যখন নিজের অক্ষমতা সম্পর্কে জানে, তখন তার হারানোর কিছু থাকেনা। যদি আপনার কোন ঘাটতি না থাকে, আপনি প্রতিভাবান, মেধাবী ও প্রাকৃতিক হয়ে থাকেন, তবে আপনার হারানোর অনেক কিছু আছে। চেষ্টা আপনাকে বদলে দেবে। নাডজা সালেরনো সনেনবার্গ দশ বছর বয়সে ফিলাডেলফিয়া অর্কেস্ট্রার

skillu.blogspot.com

সাথে প্রথম ভায়োলিন বাজিয়েছিলেন। এরপর বিখ্যাত ভায়োলিন শিক্ষক ডরোথির ডিলে'র কাছে শেখার জন্য যখন জুলিয়ার্ড গেলেন, তার বেশ খারাপ কিছু অভ্যাস ছিল। ভায়োলিনে তার আঙুল চালানোর কায়দা ছিল অদ্ভূত আর তিনি ভুল দিকে ভায়োলিন ধরতেন, কিন্তু তিনি নিজেকে বদলাতে রাজী হলেন না। কয়েক বছর পর দেখা গেল অন্যরা বেশ ভালোভাবে শিখছে আর তাকে অতিক্রম করে যাচ্ছে। এক পর্যায়ে তার মধ্যে আত্মবিশ্বাসের অভাব দেখা গেল। "আমি একজন দুর্দান্ত প্রতিভা ছিলাম, আর এখন মনে হচ্ছে আমি ব্যর্থ।"

এই প্রতিভা চেষ্টাকে ভয় করত। "আমি যা-ই করতে যাচ্ছিলাম, ভয় পাচ্ছিলাম। চেষ্টা ও হেরে যাওয়ার ভয়.... যদি আপনি কোন অডিশনে গিয়ে চেষ্টা না করেন, যদি ঠিকমত প্রস্তুত না থাকেন, যতটা শ্রম দেয়া উচিত যদি ততটা না দেন আর হেরে যান, আপনি অজুহাত খুঁজবেন... বলা খুব সহজ.... "আমি সব চেষ্টা করেছি, কিন্তু কিছুই হয়নি।"

চেষ্টা করা, হেরে যাওয়া, নিজেকে অজুহাত দেখানোর ধারণা স্থির চিন্তাধারার মানুষের সবচেয়ে বেশী ভয়ের। এসব তাকে আঘাত করে ও স্থবির করে তোলে। সে ভায়োলিন বাজানোও বন্ধ করে দিতে পারে।

অনেক বছরের ধৈর্য্য ও সমঝোতার পর একদিন ডিলে তাকে বললেন, "শোন, তুমি যদি আগামী সপ্তায় ভায়োলিন না আনো, তোমাকে আমি ক্লাশ থেকে বের করে দেব।" আলেরনো ভাবল তিনি মজা করছেন। কিন্তু ডিলে চেয়ার থেকে উঠলেন ও শান্তস্বরে তাকে বললেন, "আমি ঠাট্টা করছি না। যদি তুমি নিজের প্রতিভা নষ্ট করতে চাও, আমি এর মধ্যে থাকতে চাই না, অনেক হয়েছে।"

চেষ্টা এত ভীতিকর কেন?

এর দুটি কারণ রয়েছে। প্রথম কারণটি হল স্থির চিন্তাধারার মানুষ ভাবে প্রতিভাবানদের এটি প্রয়োজন হয় না। কাজেই চেষ্টা আপনার ক্ষমতাকে ছোট করবে। দ্বিতীয় কারণ যেটা নাডজা বলেছেন, তখন কোন অজুহাত চলবে না। চেষ্টা না করলে আপনি সবসময় বলতে পারবেন, "আমি পারতাম---- [শূন্যস্থান পূরণ করুন]।" কিন্তু একবার চেষ্টা করলে এ কথা আর বলা যাবে না। একবার একজন আমাকে বলেছিল, "আমি ইয়ো ইয়ো মা হতে পারতাম।" যদি সে আসলেই চেষ্টা করত, তবে একথা বলতে পারত না।

সালেরনো সনেনবার্গ ডিলেকে হারানোর ভয় করতেন। অবশেষে ভাবলেন যে চেষ্টা করে সৎভাবে হারাটাই ভাল হবে এবং আসন্ন প্রতিযোগিতার জন্য ডিলের সাথে ট্রেনিং করতে লাগলেন। প্রথমবার তিনি সবগুলোতে হারলেন, এরপর ধীরে ধীরে জিতলেন। এখন তিনি বলেন, "একটি চরম সত্য যা আমি জানি :

shikhi.blogspot.com

যাকে তুমি খুব ভালবাস, তার জন্য খুব কষ্ট করতে হয়। আর যদি সঙ্গীত ভালবাস, তবে সারাজীবন লড়তে হবে।"
সম্পর্কের ক্ষেত্রেও চেষ্টার ভীতি থাকতে পারে, যেমনটি প্রাণোচ্ছল, আকর্ষণীয় তরুণী আমান্ডার ক্ষেত্রে ঘটেছিল।

আমার প্রচুর খেপা বয়ফ্রেন্ড ছিল। অনেক বেশি। অযোগ্য থেকে শুরু করে অবিবেচক পর্যন্ত নানা রকমের ছিল। আমার ঘনিষ্ঠ বন্ধু কার্লা সবসময় বলত, "চমৎকার একজন মানুষ হলে কেমন হয়? অনেকটা যেন এমন, "তোমার আরো ভালো মিলবে।"

এরপর কার্লা আমার জন্য তার অফিসের ববকে বাছাই করল। সে বেশ ভাল ছিল আর তার ব্যাপারটি টাইম পাস করার ছিল না। আমি সেটা ভালবাসতাম, অনেকটা এমন, "ওহ, মাই গড, ঠিক সময়ে একজন ভাল মানুষ দেখা গেল।" এরপর ব্যাপারটি সিরিয়াস হয়ে গেল আর আমি উদ্ভট আচরণ করলাম। অর্থাৎ সে আমাকে সত্যি পছন্দ করত, কিন্তু আমি ভাবতে লাগলাম যে যদি সে আমাকে জেনে যায়, হয়ত মত বদলে যাবে। অর্থাৎ যদি আমি সত্যি চেষ্টা করি আর তাতে কাজ না হয়? মনে হল, সেই ঝুঁকি আমি নিতে পারব না।

কম চেষ্টা : বড় ঝুঁকি

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ যদি কোনকিছু পেতে চায় ও ভাবে যে তা অর্জনের উপায় আছে, তবে কিছু না করে বসে থাকবে না। যদি তেমনটি ঘটে, তবে তার মনে আঘাত লাগবে, সে স্বস্তিবোধ করবে না।
১৯৩০ থেকে ১৯৫০ 'এর মধ্যে ক্লেয়ার বুথ লিউসের চেয়ে বেশি সফল খুব কম আমেরিকান মহিলাই ছিল। তিনি বিখ্যাত গ্রন্থকার ছিলেন, কংগ্রেসে দুইবার নির্বাচিত হন ও ইতালির অ্যামবেসেডর ছিলেন। তিনি বলেছেন, "আসলে সফলতা শব্দের অর্থ আমি ঠিক বুঝি না। আমি জানি মানুষ আমার সম্পর্কে শব্দটি ব্যবহার করে, কিন্তু আমি সত্যি এর অর্থ বুঝি না।" প্রাইভেট লাইফ ও ব্যক্তিগত দুঃখবোধের কারণে তিনি যেটি সবচেয়ে ভালবাসেন, সেটি করতে পারেননি আর তা হল থিয়েটারের জন্য লেখা। 'দ্য উম্যান' এর মত নাটক লিখে তিনি বেশ ভাল সফলতা পেতে পারতেন, কিন্তু রাজনৈতিক ব্যক্তিত্বদের রুচি তীব্র হতে হয় বলে সেক্সি কমেডিগুলো ব্যর্থ হয়।
তার মতে রাজনীতি মানুষের ব্যক্তিগত সৃজনশীল চেষ্টাকে এগুতে দেয় না আর থিয়েটারের প্রতি ভালবাসার প্রকাশ ঘটাতে পারেননি বলে নিজেকে তিনি ক্ষমা

skillhub.blogspot.com

করতে পারেন না। তিনি বলেন, "যদি আমাকে কখনো আত্মজীবনী লিখতে হত, আমি নাম দিতাম 'দ্য অটোবায়োগ্রাফি অব আ ফেইলিউর"।

বিলি জিন কিং বলেছেন পিছনের দিকে তাকিয়ে আপনি যা খুশি তা-ই বলতে পারেন। আমি তার সাথে একমত। আপনি পিছনে তাকান আর বলেন, "আমি পারতাম...." ট্রফির মত অব্যবহৃত গুণাবলীকে ঝকঝকে করে তোলা। কিংবা আপনি এও বলতে পারেন, "আমি যেগুলোকে মূল্যবান ভেবেছি, সেগুলোর জন্য বাকী সব ত্যাগ করেছি।" আপনি পিছন দিকে তাকিয়ে কি বলতে চান, ভেবে নিন। এরপর চিন্তাধারা বেছে নিন।

জ্ঞানকে কাজে পরিণত করা

একথা নিশ্চিত যে স্থির চিন্তাধারার মানুষ সেই বইটি পড়েছে, যেখানে লেখা আছে : সফলতা হল নিজের সবচেয়ে ভালোটুকু, অন্যদের চেয়ে ভালোকে নয়; ব্যর্থতা হল সুযোগ, দোষারোপ নয়; চেষ্টা সফলতার চাবিকাঠি। তারা এই পাঠকে কাজে লাগাতে পারেনি কারণ তাদের মৌলিক বিশ্বাস বলেছে সম্পূর্ণ ভিন্ন কথা : সফলতা হল অন্যের চেয়ে অনেক বেশি আশীর্বাদপুষ্ট হওয়া; ব্যর্থতা ব্যক্তিকে নির্ধারণ করে আর চেষ্টা হল তাদের জন্য যারা মেধায় স্বল্প।

প্রশ্ন ও উত্তর

এই পর্যায়ে আপনার মনে কিছু প্রশ্ন আসতে পারে। দেখুন আমি তার কিছুর জবাব দিতে পারি কি'না।

প্রশ্ন ঃ যদি মানুষ বিশ্বাস করে যে তাদের সুনির্দিষ্ট গুণাবলী রয়েছে এবং নিজেদেরকে স্মার্ট বা মেধাবী হিসেবে তারা দেখাতে পারে, তবে তাদের প্রমাণের কি প্রয়োজন? সর্বোপরি রাজপুত্র যদি সাহস প্রমাণ করতে পারে, তবে সে ও রাজকুমারী স্থায়ীভাবে সুখে বাস করে। প্রতিদিন তাকে বাইরে গিয়ে একটি করে ড্রাগন মারতে হয় না। স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা কেন নিজেদের প্রমাণ করে না ও এরপর সুখে থাকে না?

কারণ প্রতিদিন নতুন ও আগের চেয়ে বড় ড্রাগন এসে হাজির হয় এবং যেহেতু কাজটি কঠিনতর হয়ে উঠে, যে ক্ষমতা তারা গতকাল দেখিয়েছিল, সেটি হয়ত আজ আর কাজ করবে না। হয়ত তারা অ্যালজেব্রার জন্য স্মার্ট কিন্তু ক্যালকুলাসের জন্য নয়। হয়ত তারা ছোট দলের খেলোয়াড়, বড় দলের নয়। হয়ত তারা স্কুলের পত্রিকার লেখক হিসেবে ভাল, কিন্তু নিউ ইয়র্ক টাইমসের নয়।

sikhu.blogspot.com

কাজেই তারা বারবার নিজেদের প্রমাণের জন্য ছুটতে থাকে, কিন্তু তারা কোথায় যাচ্ছে? মনে হয় তারা নানা স্থানে দৌড়তে থাকে, অসংখ্য ইতিবাচক ঘোষণা দেয়, কিন্তু যতটুকু চায় ততটুকু পর্যন্ত গিয়ে পৌছতে নাও পারে।

আপনি কি সেই মুভির কাহিনী জানেন যেখানে প্রধান চরিত্র একদিন ঘুম থেকে জেগে উঠে আর দেখে যে তার জীবন উপযুক্ত হয়ে উঠেনি– সে মানুষের কল্যাণ করেছে, কিন্তু বিকশিত হয়নি, শিখেনি বা পরিচর্যা করেনি। গ্রাউন্ডহগ ডে আমার প্রিয় যেটি আমি অনেকদিন দেখিনি কারণ আমি নামটিকে অতিক্রম করতে পারিনি। গ্রাউন্ডগহ ডে'তে যেকোন কারণে একদিন বিল ম্যুরে ঘুম থেকে উঠেনি ও বার্তা পায় নি, সেই বার্তা না পাওয়া পর্যন্ত তাকে একই দিন বারবার অতিক্রম করতে হয়েছে।

ফিল কনরস (ম্যুরে) পিটস্‌বার্গের স্থানীয় ষ্টেশনের একজন আবহাওয়ার বার্তাবাহক যাকে গ্রাউন্ডহগ ডে সামলানোর জন্য পেনসিলভেনিয়ার পাংস্‌সূটনিতে পাঠানো হয়। ফেব্রুয়ারির ২'এ গ্রাউন্ডহগকে তার ছোট ঘরের বাইরে আনা হল, যদি সে তার ছায়া না দেখে, আরো ছয় সপ্তাহ শীতকাল থাকবে। যদি দেখে, বসন্ত শুরু হবে।

ফিল নিজেকে অন্যদের চেয়ে সেরা বিবেচনা করে এই উৎসব, শহর ও লোকজনকে ('রুক্ষ' ও 'নির্বোধ') পুরোপুরি অপছন্দ করল আর যত দ্রুত সম্ভব পাংস্‌সূটনি ছেড়ে যাওয়ার পরিকল্পনা করল। কিন্তু সেটা হল না। শহরে তুষারপাত হল, তাকে থাকতেই হল এবং যখন পরদিন সকালে সে ঘুম থেকে উঠল, দেখল আবারও সেই গ্রাউন্ডহগ ডে। সনি ও শের 'এর একই গান 'আই গট ইউ বেবি' বাজতে লাগল আর সেই উৎসব জেগে উঠতে লাগল, এবং আবার, এবং পুনরায়।

প্রথমে সে তার বুদ্ধি ব্যবহার করে অন্যদের বোকা বানাল। একদিন সে এক মহিলাকে মুগ্ধ করল, এরপর তার সাথে প্রতারণা করল। সে স্থির চিন্তাধারার স্বর্গে বাস করল। সে তার শ্রেষ্ঠত্ব বারবার প্রমাণ করতে লাগল।

কিন্তু অসংখ্য দিন পার হওয়ার পর সে টের পেল কোন লাভই হচ্ছে না আর সে আত্মহত্যা করার চেষ্টা করল। সে একটি কার ভাঙ্গল, নিজেকে বিদ্যুতায়িত করল, লম্বা একটি টাওয়ার থেকে লাফ দিল, ট্রাকের সামনে হেঁটে গেল, নিরূপায় হওয়ার পর তার বোধোদয় হল। ভাবল, এই সময়টায় সে কিছু শিখতে পারে। সে পিয়ানো শিখতে গেল। প্রচুর বই পড়ল। বরফে ভাস্কর্য বানানো শিখল। কাদের সাহায্য দরকার খোঁজ করল (একটি ছেলে গাছ থেকে পড়েছে, কাঁটা আটকে একজনের শ্বাসরোধ হয়েচে) আর তাদের সাহায্য করল ও যত্ন নিতে

sklib.blogspot.com

লাগল। খুব তাড়াতাড়ি সেই একই দিন থাকা বন্ধ হল। যখন সে তার চিন্তাধারা পুরোপুরি বদলে নিল, তখন সে দিনটি থেকে মুক্ত হল।

প্রশ্ন ঃ চিন্তাধারা কি আপনার স্থায়ী অংশ, না আপনি তাকে বদলাতে পারেন?
চিন্তাধারা আপনার ব্যক্তিত্বের একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ, কিন্তু আপনি তাকে বদলাতে পারেন। দুটি চিন্তাধারা সম্পর্কে জেনে আপনি নতুন ভাবে ভাবতে ও প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারেন। লোকজন আমাকে বলল যে যখন তারা স্থির চিন্তাধারায় থেকে কষ্টে পড়ে, তখন নিজেদের ধরতে শুরু করে– শেখার সুযোগ হারালে, ব্যর্থতার কারণে হতাশ হলে বা প্রচুর চেষ্টা প্রয়োজন হলে যখন নিরুৎসাহিত হয়। আর তখন তারা পরিপক্ক চিন্তাধারায় প্রবেশ করে, নিশ্চিত হয় যে তারা চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করবে, ব্যর্থতা থেকে শিখবে বা চেষ্টা চালিয়ে যাবে। যখন আমার গ্রাজুয়েট ছাত্ররা ও আমি চিন্তাধারা আবিষ্কার করলাম, তারা আমাকে স্থির চিন্তাধারায় পেল, ভদ্রভাবে হাসল আর আমাকে জানাল।
এটা বুঝতে পারাও জরুরী যে মানুষ যদি স্থির চিন্তাধারার হয়ে থাকে, তবে তারা সবসময় সে চিন্তাধারায় থাকে না। মূলত: আমাদের গবেষণায় অনেককে আমরা পরিপক্ক চিন্তাধারায় প্রবেশ করিয়েছি। আমরা তাদের বলেছি যে দক্ষতা শেখা যায় এবং যে কাজটি আমরা দেব তাতে সে শিখবে। কিংবা আমরা তাকে বৈজ্ঞানিক কিছু আর্টিক্যাল পড়তে দিয়েছি যেখানে পরিপক্ক চিন্তাধারার কথা আছে। সে আর্টিক্যালে এমন মানুষের কথা আছে, যার স্বাভাবিক ক্ষমতা নেই, কিন্তু অসাধারণ দক্ষতার বিকাশ ঘটিয়েছে। এই অভিজ্ঞতা তাদেরকে পরিপক্ক মানসিকতার চিন্তাবিদ বানিয়েছে অন্তত: কিছু সময়ের জন্য এবং তারা সে ধরনের কাজ করেছে।
পরবর্তীতে পরিবর্তন নিয়ে একটি অধ্যায় রয়েছে। সেখানে যারা বদলে গেছে তাদের সম্পর্কে এবং পরিবর্তনের জন্য যেসব কর্মসূচী আমরা গ্রহণ করেছি, সেগুলোর সম্পর্কে বর্ণনা দেওয়া হয়েছে :

প্রশ্ন ঃ আমি কি আধাআধি হতে পারি? নিজের মধ্যে আমি দুই ধরনের চিন্তাধারা টের পাই।
আমাদের প্রত্যেকের মধ্যে দু'ধরনের উপাদান রয়েছে– আমরা সকলে স্থির ও পরিপক্ক চিন্তাধারার সম্মেলন। আমি সরলতায় মাতিয়ে সহজ ভাষায় বিষয়টি বলছি।
নানা পরিস্থিতিতে মানুষ বিভিন্ন রকম চিন্তা করতেই পারে। আমি ভাবতে পারি যে আমার শৈল্পিক দক্ষতা হয়ত সুনির্দিষ্ট, কিন্তু আমার বুদ্ধিমত্তার বিকাশ হতে

skillu.blogspot.com

পারে। কিংবা আমার ব্যক্তিত্ব হয়ত স্থির, কিন্তু আমার সৃজনশীলতার উন্নয়ন ঘটতে পারে। আমরা দেখেছি যে মানুষ যেভাবে ভাবে, ঠিক সেক্ষেত্রে সেভাবেই পরিচালিত হয়।

প্রশ্ন : চেষ্টার প্রতি সমস্ত বিশ্বাস রেখে আপনি কি বলতে চান যে মানুষ যখন ব্যর্থ হয়, সবসময় তার নিজের দোষে হয়– সে ভালোভাবে চেষ্টা করেনা বলেই হয়?

না! এটি সত্যি যে চেষ্টা খুব জরুরী, চেষ্টা ছাড়া কেউ উন্নতি করতে পারে না, কিন্তু এটিই একমাত্র বিষয় নয়। মানুষের বিভিন্ন রকম সম্পদ ও সুযোগ থাকে। যেমন– অর্থশালী মানুষের (কিংবা ধনী পিতা) একটি নিরাপত্তা থাকে। তারা অনেক বেশি ঝুঁকি নিতে পারে ও যতক্ষণ পর্যন্ত সফল না হয়, ততক্ষণ লেগে থাকতে পারে। যাদের ভাল পড়াশুনা আছে, যাদের প্রভাবশালী বন্ধু আছে, যারা ঠিক সময়ে ঠিক জায়গায় থাকে, তাদের প্রত্যেকের চেষ্টা কাজে লাগানোর সুযোগ বেশি থাকে। অর্থ ও শিক্ষাযুক্ত চেষ্টা অনেক ভাল কাজ দেয়।
কম সম্পদের লোকজন সর্বাপেক্ষা বেশি চেষ্টা সত্ত্বেও বিলম্বিত হতে পারে। যেখানে আপনি সারাজীবন কাজ করেছেন, সেটা বন্ধ হয়ে যেতে পারে। এখন কি? আপনার সন্তান অসুস্থ হল ও আপনাকে ঋণে জর্জরিত করল। আপনার ঘর চলে গেল। আপনার স্ত্রী নতুন বাচ্চা জন্ম দিল আর আপনার হাতে সন্তানও বিল ধরিয়ে দিল। নাইট স্কুলের ক্লাশের কথা ভুলেই যান।
বিচার করার আগে আমাদের মনে রাখতে হবে যে চেষ্টাই সবকিছু নয় এবং সব চেষ্টা সমানভাবে তৈরি হয় না।

প্রশ্ন : আপনি কেবল বলেই যাচ্ছেন যে পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ এক নম্বর হয়, সবচেয়ে ভাল ও সফল হয়। আত্মোন্নয়ন বা অন্যের কল্যাণ সাধন কি ওরা করে না?
আমি সেরা ব্যক্তিদের উদাহরণ দিয়েছি কেবল বুঝানোর জন্য যে পরিপক্ক চিন্তাধারা আপনাকে কোথায় নিতে পারে : মেধাবিকাশে বিশ্বাস রেখে মানুষ সুপ্ত প্রতিভাকে জাগাতে পারে।

তাছাড়া পিছিয়ে পড়া মানুষ যারা ভালো সময় কাটাচ্ছে, তাদের উদাহরণ স্থির চিন্তাধারার মানুষকে প্রভাবিত করতে পারবে না। এটি তাদের জন্য বাধ্যতামূলক বিকল্প মনে হবে না কারণ তখন কৌতুক ও শ্রেষ্ঠত্বের মধ্যে একটিকে বেছে নেয়ার মত মনে হবে।

sklilu.blogspot.com

যাই হোক, এই যুক্তিও গুরুত্বপূর্ণ : পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ যেটা করে, সেটাকে ভালবাসে আর সেই ভালবাসার জন্য শত বিপত্তির মধ্যেও কাজটি চালিয়ে যায়। পরিপক্ক চিন্তাধারার অনেক অ্যাথলেট, সিইও, সঙ্গীতজ্ঞ, বৈজ্ঞানিক যা করেছে, ভালবেসে করেছে, যেখানে স্থির চিন্তাধারার অনেক মানুষ সেভাবে করেনি।

পরিপক্ক চিন্তাধারার অনেক মানুষই সেরা হতে চায়নি। পছন্দসই কাজ করাকেই তারা ফলাফল মনে করেছে। ব্যাপারটি প্রহসনমূলক: সেরা হওয়ার জন্য স্থির চিন্তাধারার মানুষ মুখিয়ে থাকে আর অনেক পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ কেবল আনন্দের সাথে কাজ করেই সে জায়গায় পৌঁছে গেছে।

এই পয়েন্টও খুব জরুরী। স্থির চিন্তাধারায় সবকিছু ফলাফল সংক্রান্ত। যদি আপনি ব্যর্থ হন, বা যদি সেরা না হন, সব অপচয় হয়ে গেল। পরিপক্ক মানুষেরা ফলাফল ছাড়াও কাজকে মূল্যায়ন করে। তারা সমস্যা সামলায়, নতুন কোর্সের তালিকা করে, গুরুত্বপূর্ণ ইস্যুতে কাজ করে। তারা হয়ত ক্যান্সারের প্রতিষেধক পায়নি, কিন্তু তাদের গবেষণা ছিল গভীর অর্থপূর্ণ।

একজন উকিল সবচেয়ে বড় ব্যাংকের বিরুদ্ধে সাত বছর লড়াই করেছিল সেইসব মানুষদের জন্য, যারা ভেবেছিল যে তাদের সাথে প্রতারণা হয়েছে। হেরে যাওয়ার পর সে বলল, "একথা বলার আমি কে যে সাতবছর আমি ব্যয় করেছি সাফল্যের তালিকায় নিজের নাম দেখার জন্য? আমি কি সফলতার জন্য করেছি, না লড়াইটাকে জরুরী ভেবে করেছি?

আমি মোটেও দুঃখিত নই। এটা আমার করতেই হত। আমি অন্যভাবে এটি করতে পারতাম না।"

প্রশ্ন ঃ আমি প্রচুর কাজ পাগল মানুষকে চিনি যাদেরকে স্থির চিন্তাধারার মানুষ বলে মনে হয়। তারা সবসময় নিজেদেরকে স্মার্ট হিসেবে প্রমাণের চেষ্টা করে এবং চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করে। তাহলে আপনার ধারণার সাথে এটি কিভাবে মিলছে যে স্থির চিন্তাধারার মানুষ কম চেষ্টা ও সহজ কাজ করে?

মোটের উপর স্থির চিন্তাধারার মানুষ চেষ্টাহীন সফলতা পছন্দ করে, কারণ তাদের মেধা প্রমাণের এটিই সর্বোত্তম উপায়। কিন্তু আপনি ঠিক বলেছেন প্রচুর পরিমাণ উচ্চ-ক্ষমতাশালী মানুষ রয়েছেন যাদের আচরণ সুনির্দিষ্ট এবং যারা সেটি সচল রাখার জন্য সচেষ্ট থাকে। এই ধরনের মানুষের জীবনের লক্ষ্য থাকে নোবেল পুরস্কার পাওয়া, বা বিশ্বের সবচেয়ে ধনী মানুষে পরিণত হওয়া আর এজন্য যা কিছু দরকার সব তারা করতে ইচ্ছুক। ব্যবসা ও নেতৃত্ব সংক্রান্ত অধ্যায়ে আমরা সে ধরনের মানুষদের দেখা পাব।

sellu.blogspot.com

ঘটনাক্রমে পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষও নোবেল পুরস্কার বা প্রচুর অর্থকে পছন্দ করতে পারে। কিন্তু এটা তারা নিজেদের মূল্য টিকিয়ে রাখার জন্য বা অন্যদের চেয়ে নিজেকে ভালো প্রমাণের জন্য করে না।

প্রশ্ন : যদি আমি স্থির চিন্তাধারাকে পছন্দ করি, তবে কি হবে? যদি নিজের ক্ষমতা ও মেধা সম্পর্কে জানি, কোথায় দাঁড়িয়ে আছি, জানি ও প্রত্যাশা কি, জানি, তবে সেসব ছাড়ব কেন?

যদি আপনি পছন্দ করেন, যেকোন মূল্যে ধরে রাখুন। এই বইয়ে মানুষের দুটি চিন্তাধারা ও তাদের পৃথিবী সম্পর্কে পছন্দের ব্যাপারে দেখান হয়েছে। বলা হয়েছে যে মানুষ সেখানে খুশি সেখানেই থাকতে পারে।

স্থির চিন্তাধারার মানুষ ভাবে যে নিজেদের সম্পর্কে প্রকৃত স্থায়ী সত্য তাদের জানা। আর এটাই তাদের জন্য স্বস্তিকর : আপনার চেষ্টা করার দরকার নেই; কারণ আপনার মেধা নেই। আপনি নিশ্চয়ই সফল হবেন কারণ আপনার মেধা আছে। তাদের চিন্তাধারার অসুবিধাগুলো জানা তাদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। আপনি হয়ত নিজের মেধার অবমূল্যায়ন করে সুযোগ হারাচ্ছেন, প্রথম ক্ষেত্রেই। কিংবা কেবল মেধা আপনাকে এগিয়ে নিয়ে যাবে ভেবে সাফল্যের সুযোগ দ্বিতীয় ক্ষেত্রেও হারাচ্ছেন।

পরিপক্ক চিন্তাধারা কখনও কোনকিছু অর্জনের জন্য আপনাকে জোর দেবে না। এটি কেবল বলবে যে আপনি দক্ষতার উন্নয়ন ঘটাতে পারেন। আপনি কি চান সেটা আপনার উপর নির্ভরশীল।

প্রশ্ন : মানুষের সবকিছুর কি পরিবর্তন হতে পারে আর সবকিছু বদলানো কি মানুষের উচিত?

পরিপক্ক চিন্তাধারা হল একটি বিশ্বাস যে সামর্থ্যকে বাড়ানো যায়। কিন্তু এটি আপনাকে বলে না যে কতটুকু পরিবর্তন সম্ভব ও সেটা কতখানি সময় নেবে? আর এর অর্থ এই নয় যে সবকিছু যেমন পছন্দ বা গুণের পরিবর্তন ঘটান সম্ভব। একদিন আমি টেক্সিতে ছিলাম আর ড্রাইভার রেডিওতে অপেরা শুনছিল। আলাপ শুরু করার জন্য আমি বললাম, "আপনি অপেরা পছন্দ করেন?" সে জবাব দিল, "না। আমি ঘৃণা করি। আমি সবসময় ঘৃণা করেছি।" আমি বললাম, "আমি কৌতুহলী হচ্ছিল না, কিন্তু আপনি তাহলে কেন শুনছেন?" সে তখন জানাল যে তার বাবা অপেরার একজন অন্ধভক্ত ছিল আর সে সুযোগ পেলেই তার সময়ের রেকর্ডগুলো শুনত। আমার মধ্যবয়সী ক্যাব ড্রাইভার শত চেষ্টা করেও অপেরাকে ভালবাসতে পারেনি। সে ডিস্ক চালিয়েছে, স্কোর পড়েছে, কিন্তু কোন কাজে আসেনি। আমি পরামর্শ দিলাম, "নিজেকে ব্রেক দিন। প্রচুর সংস্কৃতমনা ও

sirtu.blogspot.com

বুদ্ধিমান মানুষ আছে যারা অপেরা পছন্দ করে না। আপনি নিজেকে কেন তাদের একজন বলে ভাবছেন না?"
পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ এটাও মনে করে না যে পরিবর্তনযোগ্য জিনিস মাত্রই বদলান উচিত। আমাদের সকলেরই নিজেদের কিছু খুঁত মেনে নিতেই হয়, বিশেষত যেগুলো আমাদের বা অন্য কারো জীবনে কোন ক্ষতি করে না।
স্থির চিন্তাধারা উন্নয়ন ও পরিবর্তনের পথে বাধা হয়ে দাঁড়ায়। পরিপক্ক চিন্তাধারা পরিবর্তনের প্রথম বিন্দু, কিন্তু মানুষকেই ঠিক করে নিতে হবে যে পরিবর্তনের জন্য তাদের চেষ্টা ঠিক কোন জায়গায় সবচেয়ে মূল্যবান হয়ে উঠবে।

প্রশ্ন : স্থির চিন্তাধারার মানুষের মধ্যে কেবল কি বিশ্বাসের ঘাটতি থাকে?
না, পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের বিশ্বাস যতটুকু থাকে, কোনকিছু ঘটার আগ পর্যন্ত স্থির চিন্তাধারার মানুষের বিশ্বাসও ততটুকু থাকে। কিন্তু বাধাপ্রাপ্ত হলে তাদের বিশ্বাস ভেঙ্গে পড়ে এবং এমনকি প্রচেষ্টা তাদেরকে দুর্বল করে তোলে।

জোসেফ মারটোছিও তার কর্মীদের উপর একটি পর্যবেক্ষণ চালান, যারা কম্পিউটার ট্রেনিংয়ের উপর একটি সংক্ষিপ্ত কোর্স করেছে। কর্মীদের অর্ধেক ছিল স্থির চিন্তাধারার। তিনি তাদের বললেন সে এটি তাদের ক্ষমতা নির্ধারণ করবে। বাকী অর্ধেক কর্মী ছিল পরিপক্ক চিন্তাধারার। তাদের তিনি বললেন যে চর্চার মাধ্যমে কম্পিউটারে দক্ষতা বাড়ান যাবে।.প্রত্যেকে কোর্স করল।
যদিও দুটি দলই সমান দক্ষতা নিয়ে কোর্স শুরু করেছিল, ফলাফল দেখা গেল একদম ভিন্ন। অনেক ভুল করা সত্ত্বেও পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা কম্পিউটারে প্রচুর দক্ষতা অর্জন করল। কিন্তু ভুলের কারণে স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা তাদের বিশ্বাস হারাল।
বার্কলের শিক্ষার্থীদের ক্ষেত্রেও একই ব্যাপার ঘটেছিল। রিচার্ড রবিন ও জেনিফার পল বার্কলের 'দ্য ইউনিভার্সিটি অব ক্যালিফোর্নিয়া'র ছাত্রদের গতিবিধি লক্ষ্য করেছিলেন। তারা দেখলেন যে পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা ইউনিভার্সিটির নানারকম চ্যালেন্স মোকাবেলা করতে করতে যথেষ্ট আত্মবিশ্বাস লাভ করেছে। আর স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা আত্মবিশ্বাস হারিয়েছে।
এজন্যই স্থির চিন্তাধারার মানুষদেরকে তাদের বিশ্বাসের পরিচর্যা ও রক্ষা করতে হয়। জন ম্যাকেনরোর অজুহাতের কারণও ছিল বিশ্বাসের রক্ষা।
মিশেল উই ছিল একজন কিশোরী গল্ফ খেলেয়াড় যখন সে বড় ছেলেদের বিরুদ্ধে খেলার সিদ্ধান্ত নেয়। সে পিজিএ টুর্ণামেন্টের সনি ওপেন 'এ প্রবেশ করে, যেখানে বিশ্বের সেরা পুরুষ খেলোয়াড় খেলে। স্থির চিন্তাধারার প্রত্যেকে তাকে সতর্ক করল যে খেলা যদি ভাল না হয় সে তার আত্মবিশ্বাস হারাবে অর্থাৎ

akilbhaa.com

"কম বয়সে বড় খেলোয়াড়দের সাথে খেললে বৃহত্তর উন্নয়ন ক্ষতিগ্রস্ত হবে।" বিজয় সিং নামে একজন বিখ্যাত গল্‌ফ খেলোয়াড় বললেন, "না জিতলে সবসময় নেতিবাচক হয়।"

কিন্তু উই একমত হল না। সে তার আত্মবিশ্বাসের পরিচর্যা করতে যায়নি। "ছোটখাট টুর্ণামেন্ট জিতলে, অনেকবার জেতা সহজ হয়ে যায়। আর আমি যা করছি সেটা হল ভবিষ্যতের প্রস্তুতি।" পৃথিবীর বিখ্যাত খেলোয়াড়দের সাথে টুর্ণামেন্টের মাধ্যমে খেলে সে অভিজ্ঞতা অর্জন করছিল।

উইর আত্মবিশ্বাস একফোঁটাও কমেনি। সে যা চেয়েছিল, তাই পেয়েছিল। "আমার মনে হয় আমি বুঝলাম যে এখানে আমি খেলতে পারি।" বিজয় চক্রে ঢুকার পথ হয়ত অনেক দীর্ঘ, কিন্তু তার জানা হল সে কি চায়।

কয়েক বছর আগে এক আন্তর্জাতিক সাঁতারু'র কাছ থেকে আমি একটি চিঠি পেলাম।

প্রিয় প্রফেসর ডিউইক

আমি সবসময় বিশ্বাসের সমস্যায় ভূগি। আমার কোচ সবসময় আমাকে বলেন নিজের উপর ১০০% বিশ্বাস রাখতে। তারা আমাকে বলেন নিজের মনে কোন সন্দেহ না রাখতে আর ভাবতে যে আমি অন্যদের চেয়ে কত ভাল। আমি সেটা পারিনা কারণ সবসময় আমি নিজের খুঁত ও ভুল সম্পর্কে সচেতন থাকি। নিজেকে নিখুঁত ভাবার চেষ্টা করতে গিয়ে আরো খারাপ অবস্থা আমার। এরপর আমি আপনার লেখা পড়লাম এবং শিক্ষা ও উন্নয়নে মনোযোগ দেয়া কত জরুরী, তা জানলাম। এতে আমি বদলে গেলাম। খুঁত হল এমন কিছু, যেটার সংশোধন সম্ভব। এখন ভুল আমার জন্য জরুরী কিছু নয়। আমি এই চিঠি লিখছি যাতে আপনি আমাকে শেখান কিভাবে বিশ্বাস অর্জন করতে হয়। ধন্যবাদ।

নিবেদক

মেরী উইলিয়ামস

গবেষণা থেকে একটি লক্ষ্যনীয় বিষয় আমি শিখলাম যে পরিপক্ক চিন্তাধারায় আত্মবিশ্বাসের প্রয়োজন সবসময় পড়ে না।

আমি বুঝাতে চাচ্ছি যে আপনি যদি জানেন যে কোন বিষয়ে ভালো নন, তবে সর্বান্তকরণে আপনি তাতে ডুবে যান ও লেগে থাকুন। মূলতঃ অনেক সময় দক্ষতা না থাকলেও ডুবে থাকে মানুষ। এটি হল পরিপক্ক চিন্তাধারার একটি চমৎকার বৈশিষ্ট্য। আপনার এটা ভাবার দরকার নেই যে কোন কিছুতে বেশ দক্ষ বলেই তা করতে চান ও করে মজা পান।

এই বইটি হল আমার কঠিনতম কাজের অন্যতম একটি কাজ। আমি অসংখ্য বই ও আর্টিক্যাল পড়েছি। তথ্যগুলো ছিল চমৎকার। আমি জনপ্রিয় পদ্ধতিতে

skiliv.blogspot.com

কখনও লিখিনি। এটি আমার জন্য হুমকিস্বরূপ। এটি কি আমার কাছে সহজ মনে হয়েছে? ঠিক এই জিনিসটি আমি চেয়েছি আপনারা ভাবুন। এখন আমি আপনাদের জানাতে চাই কি পরিমাণ চেষ্টা এজন্য আমি করেছি আর বইটি আমাকে কত আনন্দ এনে দিয়েছে।

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

*মানুষ শেখার জন্য ভালবাসা নিয়ে জন্ম নেয়, কিন্তু স্থির চিন্তাধারার মানুষ সেটা করে না। উপভোগ করা কিছু সময়ের কথা ভাবুন– যেমন, ক্রসওয়ার্ড পাজল করছেন, খেলছেন, নতুন নাচ শিখছেন ইত্যাদি। যখন বিষয়টি কঠিন হয়ে উঠে, আপনি বেরিয়ে যেতে চান। হয়ত আপনি ক্লান্ত হন, ঝিমাতে থাকেন, বিরক্ত বা ক্ষুধার্ত হন। পরবর্তীতে এমন হলে নিজেকে বোকা বানাবেন না। এটি হল স্থির চিন্তাধারা, নিজেকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থাপন করুন। চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হলে আপনার ব্রেনের নতুন সংযোগের কথা চিত্রায়িত করুন আর শিখুন।

*নির্ভুল পৃথিবী গড়ে তোলা বেশ লোভনীয়। (আহ, গ্রেড স্কুলে থাকতে সে অনুভূতির কথা আমি স্মরণ করি) সঙ্গী, বন্ধু বা এমন কাউকে বাছাই করুন যে আপনাকে নিখুঁত ভাবার অনুভব করাতে পারে। কিন্তু ভেবে দেখুন, আপনি কি কখনো বাড়তে চান না? পরবর্তীতে আপনার যদি ভক্ত পরিবেষ্টিত থাকার ইচ্ছে হয়, চার্চে যান। জীবনের বাকী দিনগুলোতে গঠনমূলক সমালোচনার খোঁজ করুন।

*আপনার অতীতে এমন কিছু ছিল যেটাকে আপনি নিজের মাপকাঠি মনে করেন? কোন টেষ্ট স্কোর? কোন অসৎ বা উদাসীন কাজ? চাকরি থেকে বরখাস্ত হয়েছিলেন? প্রত্যাখ্যাত হয়েছিলেন? সে সবের উপর মনোযোগ দিন। সেসব আবেগ অনুভব করুন। এখন পরিপক্ক চিন্তাধারার দৃষ্টিতে বিচার করুন। আপনার ভূমিকা লক্ষ্য করুন, তবে বুঝুন যে আপনার বুদ্ধিমত্তা বা ব্যক্তিত্ব সেসবের মাধ্যমে নির্ধারিত হয় না। বরঞ্চ প্রশ্ন করুন : সেই অভিজ্ঞতা থেকে আমি কি শিখেছিলাম (শিখতে পারি)? উন্নয়নের ভিত্তি হিসেবে আমি একে কিভাবে ব্যবহার করতে পারি? সেটি বরং ভাবতে থাকুন।

*বিষণ্ণ হলে আপনি কি করেন? কোন কাজের উপর শ্রম বাড়িয়ে দেন, না'কি ছেড়ে দেন? নিজেকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থাপন করুন–শিখতে, চ্যালেঞ্জ করতে ও বাধা অতিক্রম করতে ভাবুন, চেষ্টাকে ইতিবাচক, গঠনমূলক শক্তি হিসেবে ভাবুন, চেষ্টা করে দেখুন। এমন কিছু কি আছে যেটা আপনি করতে চেয়েছেন কিন্তু নিজে দক্ষ নন বলে করেন নি? সেটি করার পরিকল্পনা করুন।

sktitu.blogspot.com

তৃতীয় অধ্যায়
সামর্থ্য ও সম্পাদনের ব্যাপারে সত্যতা

থমাস এডিসনকে বিশদভাবে দেখার চেষ্টা করুন। ভাবুন যে তিনি কোথায় ও কি করছেন। তিনি কি একা? আমি মানুষকে প্রশ্ন করেছি, আর তারা নিম্নরূপ জবাব দিয়েছে :

"তিনি তার ওয়ার্কশপে যন্ত্রপাতির মধ্যে। তিনি ফোনোগ্রাফ নিয়ে কাজ করছেন, চেষ্টা করছেন। তিনি সফল হয়েছেন! [তিনি কি একা?] হ্যাঁ, তিনি একাই কাজ করছেন কারণ একমাত্র তিনিই জানেন কি করতে চান।"

"তিনি নিউ জার্সিতে। তিনি সাদা কোট পড়ে ল্যাব টাইপের একটি রুমে দাঁড়িয়ে আছেন। তিনি একটি লাইটবাল্বের গায়ে হেলান দিয়ে আছেন। হঠাৎ এটি কাজ করছে! [তিনি কি একা?] হ্যাঁ, তিনি হলেন নিঃসঙ্গ ধরনের মানুষ যে নিজের কাজ নিজে করতে পছন্দ করে।"

বাস্তবে রেকর্ড বলে যে তিনি সম্পূর্ণ ভিন্নরকম মানুষ আর ভিন্ন পদ্ধতিতে তিনি কাজ করতেন।

এডিসন নিঃসঙ্গ ছিলেন না। লাইটবাল্ব আবিষ্কারের জন্য ভালো ট্রেনিং প্রাপ্ত বিজ্ঞানীসহ তার ত্রিশজন সহকারী ছিল, যারা স্টেট অব দা আর্ট ল্যাবরেটরিতে একযোগে ঘন্টার পর ঘন্টা কাজ করত।

এটি হঠাৎ করে হয়নি। চমৎকার বিক্রিয়াটি যখন কাজ করেছে, লাইটবাল্ব সেই মুহূর্তের প্রতীক হয়ে দাঁড়িয়েছে, কিন্তু আবিষ্কারের কোন বিশেষ মুহূর্ত ছিল না। মূলতঃ লাইটবাল্ব একক আবিষ্কার ছিল না, অনেক রসায়নবিদ, গণিতজ্ঞ, পদার্থবিদ, ইঞ্জিনিয়ার ও কাঁচ গলিয়ে যারা জিনিসপত্র বানায়, তাদের সকলের সময়সাপেক্ষ যৌথ আবিষ্কার ছিল এটি।

এডিসন কোন সরল ঝালাইকারক বা উদাসীন বুদ্ধিজীবি ছিলেন না। 'উইজার্ড অব মেনলো পার্ক' ছিল একটি বিচক্ষণ বাণিজ্য সংগঠক, যেটি তার আবিষ্কারের বাণিজ্যিক গুরুত্ব সম্পর্কে সজাগ ছিল। তিনি প্রেস কি করে সামলাতে হয় জানতেন, কখনোবা অন্যান্য আবিষ্কারককে বাইরে রাখতেন, কারণ তিনি জানতেন নিজেকে কি করে প্রচার করতে হয়।

হ্যাঁ, তিনি একজন প্রতিভাবান ছিলেন। কিন্তু তিনি কেবল একাই ছিলেন না। তার জীবনীকার পল ইসরাইল সমস্ত তথ্য খুঁটিনাটি পরীক্ষা করে ভেবেছেন তিনি তার সময় ও স্থানেরই একজন ব্যক্তি। তরুণ টমকে তার অভিজ্ঞতা ও যন্ত্রপাতির

skillu.blogspot.com

জন্য নেয়া হয়েছিল, কিন্তু মেশিন ও প্রযুক্তি হল সাধারণ ওয়েষ্টার্ণ ছেলেদের অভিজ্ঞতা।

তাকে যে জিনিসটি স্বতন্ত্র করেছিল সেটি ছিল তার চিন্তাধারা ও গতি। তিনি কখনই কেবল কৌতুহলী হিসেবে নতুন চ্যালেঞ্জ খুঁজে থেমে যাননি। অন্যান্য সমসাময়িক ব্যক্তিরা সমাজে নিজেদের ভূমিকা গ্রহনের পরও তিনি শহর থেকে শহরে ঘুরে টেলিগ্রাফি সম্পর্কে সব শিখেছেন আর আত্ম-শিক্ষা ও আবিষ্কারের মাধ্যমে কাজ করে গেছেন। আর পরবর্তীতে স্ত্রীর হতাশার কারণেও তার ভালবাসা নিজের ক্ষেত্রে আত্মোন্নয়ন ও আবিষ্কারের মধ্যে সীমাবদ্ধ রয়ে গেছে।
সামর্থ্য ও অর্জন নিয়ে অনেক গল্পকাহিনী রয়েছে বিশেষতঃ সেইসব নিঃসঙ্গ, মেধাবী ব্যক্তিদের যারা হঠাৎ কোন আশ্চর্য জিনিস আবিষ্কার করে।
এমনকি ডারউইনের মাষ্টারপিস 'দ্য অরিজিন অব স্পেসিস' অনেক বছরের দলীয় কাজ, কলিগ ও মেনটরদের শত শত আলোচনা, বেশ কিছু প্রাথমিক ড্রাফট ও প্রায় অর্ধজীবনের সাধনার বিনিময়ে তৈরি হয়েছে।
মানুষের শ্রদ্ধা পাওয়ার মত কাজ করার জন্য মোজার্টকে টানা দশ বছরেরও বেশি সময় ব্যয় করতে হয়েছে। এর আগে তার সুরগুলো তত মৌলিক বা চমৎকার ছিল না। মূলতঃ অনেক সময় সেগুলোকে অন্যান্য কম্পোজারদের সুরের সাথে মিশ্রিত বলে মনে হয়েছে।
এই অধ্যায়টি হল সফলতার প্রকৃত উপাদান সম্পর্কে। এখানে রয়েছে কেন কিছু মানুষ প্রত্যাশার চেয়ে কম অর্জন করে আর কেউ বেশি।

চিন্তাধারা ও স্কুলের অর্জন

মোজার্ট ও ডারউইনের আকাশচুম্বী বাস্তবতা থেকে সরে এখন মাটির পৃথিবীতে এসে দেখি চিন্তাধারা কি করে জীবনে সফলতা আনে। এটি কৌতুকময় কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার একটি ছাত্রের বিকাশ আমার উপর মোজার্ট ও ডারউইনের গল্পের চেয়ে অনেক বেশি তীব্র প্রভাব ফেলেছে। হয়ত এজন্য যে এসব আমার ও আপনার সম্পর্কে, আমাদের কি হয়েছিল এবং আমরা এখন যেখানে সেখানে কেন, সে সম্পর্কে বলে। আর বাচ্চাদেরও তাদের সম্ভাবনার সম্পর্কেও।
জুনিয়র হাই স্কুলে বাচ্চাদের ক্রান্তিকালের ভিত্তিতে আমরা তাদের চিন্তাধারা পরিমাপ করি ঃ তারা কি বিশ্বাস করত তাদের বুদ্ধিমত্তা নির্দিষ্ট কোন আচরণ, না এমন কিছু যেটার উন্নয়ন ঘটানো যায়? তখন পরবর্তী দুই বছরের জন্য আমরা তাদের লক্ষ্য করতাম।

skill.blogspot.com

জুনিয়র হাইয়ের ক্রান্তিকাল অনেক ছাত্রদের জন্য বেশ বড় একটি চ্যালেঞ্জ। কাজ হয়ে যায় আগের চেয়ে কঠিন, গ্রেডিং পদ্ধতি কঠোরতর হয়, শিক্ষাপদ্ধতিও ব্যক্তিকেন্দ্রিকতা থেকে বেরিয়ে আসে। আর এইসব কিছু ঘটে যখন তারা একটি নতুন অপরিপক্ক শরীর ও ভূমিকার সাথে যুদ্ধ করে। গ্রেডের কিছু সমস্যা হয়, তবে সবার সমস্যা সমান হয় না।

না। আমাদের গবেষণায় দেখা গেছে কেবল স্থির চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা নীচে নেমেছে। পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা পরবর্তী দুই বছর উত্তরণ ঘটিয়েছে। যখন দুই দল জুনিয়র হাইয়ে ঢুকেছিল, তখন তাদের পুরনো রেকর্ড তেমন লক্ষ্যনীয় ছিল না। গ্রেড স্কুলের কোমল পরিবেশে তাদের গ্রেড ও টেষ্ট স্কোর মোটামুটি একই ছিল। যখন জুনিয়র হাইয়ের চ্যালেঞ্জ তাদের সামনে এল, তাদের মধ্যে তারতম্য দেখা গেল।

স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা তাদের দুর্বল গ্রেডকে নানাভাবে ব্যাখ্যা করতে লাগল। অনেকে তাদের ক্ষমতাকে দোষারোপ করল : "আমি হলাম সবচেয়ে গাধা" বা "আমি অংকে দুর্বল।' আর অনেকে তাদের ব্যর্থতার দায় অন্যদের কাঁধে চাপিয়েছে : "[অংকের শিক্ষক] একটি মোটা নোংরা লোক.... এবং [ইংরেজির শিক্ষক] একটি অলস গোলাপি গাধা।" "কারণ শিক্ষকের মাথার ঠিক নেই।" সমস্যার এ ধরনের পর্যবেক্ষণ কখনই ভবিষ্যত সফলতার মানচিত্র হতে পারে না।

এ ধরনের ব্যর্থতার হুমকি নিয়ে পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা বরং তাদের শেখার আগ্রহকে অনুপ্রাণিত করে। তারা আমাদের বলেছে যে তারাও উত্তেজিত হয়ে পড়ে। কিন্তু তারা এর গভীরে যায় আর প্রয়োজনীয় কাজ করে। তারা জর্জ ডেনজিগ'এর মত। কে?

জর্জ ডেনজিগ বার্কলের অংকের একটি গ্রাজুয়েট ছাত্র। একদিন বরাবরের মত সে দেরিতে অংক ক্লাশে আসল আর বোর্ড থেকে খুব দ্রুত দুইটি হোমওয়ার্ক প্রবলেম তুলে নিল। যখন পরে সে কাজটি করতে গেল, দেখল বেশ কঠিন এবং কয়েকদিনের কঠোর চেষ্টার পর সে অংকগুলো করল। এগুলো আদৌ হোমওয়ার্ক প্রবলেম থাকল না। এগুলো দুটো বিখ্যাত ম্যাথ প্রবলেম ছিল যেগুলো কখনও সমাধান করা যায়নি।

sklib.blogspot.com

কম-চেষ্টার লক্ষণ

স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা যখন কঠোর ক্রান্তিকাল অতিক্রম করে, সেটাকে তারা হুমকি মনে করে। এটি তাদের ত্রুটি প্রকাশ করে ও তাদেরকে সফল থেকে ব্যর্থ বানিয়ে দেয়। মূলত: স্থির চিন্তাধারার ছাত্রদের বয়ঃসন্ধিকালে একটি বড় পরীক্ষা হয়ে দাঁড়ায়। আমি কি স্মার্ট না নির্বোধ? আমি কি সুন্দর না বিশ্রী? আমি কি শীতল না উত্তেজিত? আমি কি জয়ী না পরাজিত? আর স্থির চিন্তাধারায় পরাজয় স্থায়ী হয়ে যায়।

এতে আশ্চর্য হওয়ার কিছু নেই যে অনেক কিশোর তাদের সম্পদকে ব্যবহার করে, তবে শেখার জন্য নয়, অহংকারকে রক্ষা করার জন্য। আর এর অন্যতম উপায় হল (শিক্ষকদেরকে নানাভাবে দোষারোপ করা বাদই দিলাম) চেষ্টা না করা। নাডজা সালেরনো-সনারবার্গের মত প্রতিভাবান ছাত্ররা যখন কাজ বন্ধ করে দেয়, তখন এমন হয়। মূলত: স্থির চিন্তাধারার শিক্ষার্থীরা আমাদের বলেছে যে নিজেকে স্মার্ট দেখানোর পাশাপাশি স্কুলজীবনে তাদের আরেকটি লক্ষ্য হল যথাসম্ভব কম চেষ্টা করা। তারা নীচের বক্তব্যকে আন্তরিকভাবে সমর্থন করেছে ঃ "স্কুলে আমার প্রধান লক্ষ্য হল সহজে কাজ শেষ করা যাতে কঠোর পরিশ্রম করতে না হয়।"

কম চেষ্টার লক্ষণকে এভাবেও দেখা যায় যে, কিশোরেরা বড়দের কাছ থেকে তাদের স্বাধীনতা পেতে চায়, কিন্তু আরেকটি লক্ষণ হল যে স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা তাদের নিজেদেরকে রক্ষা করে। বড়রা যখন বলে, "এখন আমি তোমাকে পরিমাপ করব আর দেখি তুমি কি পেয়েছ।" তারা জবাব দেয়, "না, আপনি করবেন না।"

বিখ্যাত শিক্ষক, জন হল্ট বলেছেন যে কিছু মানুষ যখন খেলে, অন্যরা তখন বিচারকের আসনে বসে থাকে। "সবচেয়ে খারাপ ছাত্র বলে যাকে মনে করেছি, স্কুলের বাইরে তাকে অন্যান্যদের চেয়ে অনেক বেশি পরিপক্ক, বুদ্ধিমান ও আকর্ষণীয় হিসেবে দেখেছি। ভুলটা কোথায় হয়েছিল?----চলার পথে কোন কারণে স্কুলজীবনের সাথে তার বুদ্ধিমত্তার সংযোগ ঘটেনি।"

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্রদের কাছে চেষ্টা বন্ধ করার কোন মানে নেই। তাদের কাছে কিশোরকাল হল সুযোগের সময়, নতুন কিছু শেখার সময়, তারা কি পছন্দ করে ও ভবিষ্যতে তারা কি হতে চায়, সেটা খুঁজে দেখার সময়।

পরবর্তীতে আমি সেই প্রজেক্টের বর্ণনা দেব, যেখানে জুনিয়র হাইয়ের ছাত্রদের আমরা পরিপক্ক মানসিকতা শিখিয়েছি। এখন আমি যা বলতে চাই সেটি হল এই চিন্তাধারার শিক্ষা তাদের চেষ্টাকে কি করে অবারিত করল। একদিন ছাত্রদের

shiftu.blogspot.com

একটি নতুন দলের সাথে আমরা পরিপক্ক চিন্তাধারার পরিচয় করাচ্ছিলাম। হঠাৎ সবচেয়ে কম চেষ্টা করে যে বাচ্চাটি, সেই জিমি অশ্রুভরা চোখে তাকিয়ে বলল, "আপনি বলতে চান আমাকে নীরব থাকতে হবে না?" সেদিন থেকে সে কাজ করতে লাগল। সে হোমওয়ার্ক করার জন্য অনেকক্ষণ থাকতে লাগল, যেটা আগে কখনো মাথা ঘামায়নি। যে খুব তাড়াতাড়ি অ্যাসাইনমেন্ট হাতে নিতে লাগল, যাতে তার লাভ হয় ও সে আবার পড়তে পারে। এখন সে বিশ্বাস করল যে কঠোর পরিশ্রম কাউকে ক্ষতিগ্রস্থ করে না, বরং আগের চেয়ে স্মার্ট করে।

আপনার ব্রেনকে খুঁজে পান

আমার এক ঘনিষ্ঠ বন্ধু সম্প্রতি তার রচিত এক কাব্যগ্রন্থ দিয়েছে যেটা আমাকে জিমি ও তার অবারিত চেষ্টার কথা মনে করিয়ে দিয়েছে। আমার বন্ধুর সেকেন্ড গ্রেডের শিক্ষিকা মিসেস বিয়ার প্রতিটি ছাত্রকে কাগজের একটি ঘোড়া এঁকে সেটাকে কাটতে বললেন। এরপর প্রতিটি ঘোড়াকে তিনি ব্ল্যাকবোর্ডে সারিবদ্ধভাবে আটকালেন আর পরিপক্ক-চিন্তাধারার একটি বার্তা দিলেন ছাত্রদের : "তোমাদের ঘোড়া তোমাদের ব্রেনের মতই দ্রুত। যখনই তোমরা কিছু শিখবে, এই ঘোড়া এগিয়ে যাবে।"

আমার বন্ধু এই ব্রেনের ব্যাপারে নিশ্চিত ছিল না। তার বাবা সবসময় তাকে বলত, "নিজের ভালর জন্য কথা বেশি বলবে আর মাথা কম খাটাবে।" তাছাড়া অন্যদের ব্রেন যখন শিখার কাজে ব্যস্ত, তার ঘোড়া একদম শুরুতেই বসে ছিল। বিশেষতঃ হ্যাঙ্ক ও বিলির ব্রেনতো লাফিয়ে চলছিল। কিন্তু আমার বন্ধু চেষ্টা চালিয়ে গেল। দক্ষতা বাড়ানোর জন্য সে মায়ের সাথে কমিক পড়তে লাগল আর দাদুর সাথে জিন রামি খেলার সময় পয়েন্ট যোগ করতে লাগল।

এবং আমার উজ্জ্বল ঘোড়া খুব দ্রুত
ছুটতে লাগল লাটিমের মত
আর কেউ সেখানে ছিল না
যে তাকে থামাবে।
সপ্তাহ ও মাসব্যাপী
সে এগিয়ে যেতে লাগল
অন্যকে পাশ কাটিয়ে একের পর এক।
বসন্তের শেষ সময়ে
হ্যাঙ্ক ও বিলির পাহাড় এগিয়ে ছিল
মাত্র কয়েকটা বিয়োগের ব্যবধানে, আর
স্কুলের শেষ ঘন্টা যখন বাজল

sklitu.blogspot.com

আমার ঘোড়া জিতল– "এক নাক তফাতে!"
তখন আমি জানলাম আমার ব্রেন আছে
প্রমাণ করার মত আমার ঘোড়াও আছে।
–পল ওর্টম্যান

যদিও শিক্ষা কোন প্রতিযোগিতা নয়। কিন্তু এই প্রতিযোগিতা আমার বন্ধুকে তার ব্রেন আবিষ্কার করতে ও স্কুলের কাজের সাথে তাকে সম্পৃক্ত করতে সাহায্য করল।

কলেজে স্থানান্তর

নতুন পরিবর্তন, নতুন সমস্যা। হাই স্কুলে যাদের ফলাফল ভাল, তারা কলেজে গেল। আমাদের গ্রাজুয়েট শিক্ষার্থীদের মত কাল তারা ছিল পর্বতের রাজা, কিন্তু আজ তারা কে?

নিজের অবস্থানচ্যুত হওয়ার উদ্বেগ প্রি-মেড ক্লাশের চেয়ে বেশি আর কোথাও স্পষ্ট হয় না। গত অধ্যায়ে আমি এই উদ্বেগের কথা উল্লেখ করেছি, তবে আশাবাদী ছাত্ররা কেমিষ্ট্রি কোর্স নেয়। এই কোর্সের মাধ্যমে তারা প্রি-মেড ক্লাশে হয় যেতে পারবে, নয় পারবে না আর এই কোর্সে যেকোন মূল্যে তারা যে ভাল করবেই, সেটা জানা কথা।

সেমিষ্টারের প্রথমে আমরা ছাত্রদের চিন্তাধারা পরিমাপ করি আর এরপর তাদের লক্ষ্য করি, তাদের গ্রেড দেখি এবং তাদের পড়াশুনার কৌশল সম্পর্কে জেনে নিই। আবারও আমরা দেখি যে পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা ভাল গ্রেড পায়। এমনকি কোন নির্দিষ্ট পরীক্ষায় দুর্বল নম্বর পেলেও সেটা পরবর্তীতে পুষিয়ে নেয়। যখন স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা খারাপ করে, তারা অনেক সময় সেটা পুষিয়ে নিতে পারে না।

এই কোর্সে সবাই পড়াশুনা করে। তবে তাদের পড়ার পদ্ধতি ভিন্ন। অনেক ছাত্র এভাবে পড়ে : তারা পাঠ্যবই ও ক্লাশের নোট পড়ে। যদি তাদের কঠিন লাগে, তবে আবার পড়ে। কিংবা ভ্যাকুয়াম ক্লীনারের মত তারা যতটুকু পারে মুখস্থ করে নেয়। স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা এভাবেই পড়ে। যদি তারা টেষ্টে কম নম্বর পায়, তারা ধরে নেয় যে কেমিষ্ট্রি তাদের বিষয় নয়। মোটকথা, "আমি সম্ভাব্য সব করেছি, করিনি?"

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা যা করে, তা দেখে তারা মর্মাহত হয়। আমার কাছেও বিষয়টি বেশ লক্ষ্যনীয় বলে মনে হয়।

sklib.blogspot.com

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা তাদের শিক্ষা ও প্রেরণার দায়িত্ব পুরোপুরি নিজের আয়ত্বে রাখে। অর্থহীন মুখস্থ করার পরিবর্তে তারা বলে, "আমি লেকচারের মূল বিষয়বস্তু ও অন্তর্নিহিত অর্থ খুঁজে বের করি" এবং "যতক্ষণ বুঝতে পারিনা ততক্ষণ পর্যন্ত ভুল করতে থাকি।" তারা শেখার জন্য পড়ে, পরীক্ষার গ্রেডের জন্য নয়। মূলত এজন্যই তারা ভাল গ্রেড পায়, স্মার্ট হওয়া বা বিজ্ঞানের ভাল ধারণা থাকার জন্য নয়।

কোর্স যখন নীরস ও কঠিন হয়ে উঠে, উৎসাহ না হারিয়ে তারা বলে, "এই বিষয়ে আমার আগ্রহকে আমি ধরে রেখেছি।" "কেমিষ্ট্রি নেয়াটাকে আমি ইতিবাচক মনে করি।" "আমি নিজেকে পড়াশুনায় নিয়োজিত রাখি।" পাঠ্যবই যদি বিরক্তিকর হয় বা শিক্ষক কঠোর হয়, তবু তারা তাদের উৎসাহকে ভাটা পড়তে দেয় না। তারা বরং আরো বেশি করে মনোযোগী হয়।

পরিপক্ক চিন্তাধারা শেখানোর পর আমি আমার এক আন্ডার গ্রাজুয়েট ছাত্রের কাছ থেকে একটি ইমেইল পেয়েছিলাম। সে আগে পড়ত এভাবে : ("কোন বিষয় খুব কঠিন মনে হলে আমি বার বার করে পড়তাম।") পরিপক্ক চিন্তাধারা শেখার পর সে আগের চেয়ে অনেক ভালো প্রক্রিয়ায় পড়তে শুরু করল :

প্রফেসর ডিউইক,

হেইডি (টিচিং অ্যাসিসটেন্ট) জানালেন যে আজ আমার পরীক্ষার ফল দিচ্ছে, আমি কাঁদব না বসে থাকব বুঝতে পারছিলাম না। হেইডি আপনাকে বলবে যে আমাকে দেখে মনে হচ্ছিল আমি যেন লটারিতে জিতেছি (আর আমারও তেমন মনে হচ্ছিল)! আমি বিশ্বাস করতে পারিনি যে এত ভাল করেছি। আমি আশা করেছিলাম যে কোনমতে পার হতে পারব। আপনার উৎসাহ আমি সারাজীবন মনে রাখব...

আমি অনুভব করেছি যে আমি একটি অভিজাত গ্রেড অর্জন করেছি, তবে একার চেষ্টায় নয়। প্রফেসর ডিউইক, আপনি কেবল থিওরি শেখাননি, সেটা দেখিয়েছেন। আপনাকে ধন্যবাদ। এটি কেবল মূল্যবান নয়, কলাম্বিয়ায় আমার সবচেয়ে মূল্যবান শিক্ষা। আর হ্যাঁ, আমি সব পরীক্ষার আগে এভাবেই (এই প্রক্রিয়া ব্যবহার) পড়ব।

আপনাকে অনেক অনেক ধন্যবাদ (এবং হেইডি আপনাকেও)!

আর অসহায় নই

জুন

shiny.blogspot.com

তারা ভাবে যে পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষার্থীদেরকে পড়া শেখার নানারকম তথ্য শেখানো হয়। এটি অদ্ভুত। স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা ভাল গ্রেডের জন্য যেকোন কিছু করতে প্রস্তুত, কেবল সেই গ্রেড নিশ্চিত করার প্রক্রিয়া অবলম্বন করা ছাড়া।

সমানভাবে তৈরি?

এর মানে কি সঠিক চিন্তাধারার যে কেউ ভাল করতে পারে? সব বাচ্চারা কি সমানভাবে তৈরি হয়? দ্বিতীয় প্রশ্নটাকে প্রথমে ধরা থাক। না, কিছু বাচ্চা আলাদা। 'গিফ্‌টেড চিলড্রেন' বইতে এলেন উইনার অসাধারণ প্রতিভাবান শিশুদের আশ্চর্যরকম বর্ণনা দিয়েছেন। এই বাচ্চাগুলো উচ্চ ক্ষমতা ও প্রচন্ড আগ্রহ নিয়ে জন্মায় এবং সেই আগ্রহ ক্রমান্বয়ে মেটাতে গিয়ে তারা চমৎকারভাবে প্রতিষ্ঠিত হয়ে যায়।

মাইকেল ছিল অকালপক্ক শিশুদের একজন। সে অক্ষর ও নম্বর দিয়ে বিরতিহীন খেলা তৈরি করত, বাবা মাকে অসংখ্য প্রশ্ন করত এবং অবিশ্বাস্য রকম কম বয়সে বলতে, পড়তে ও অংক করতে পারত। মাইকেলের মা জানিয়েছেন যে সে চার মাস বয়সে প্রশ্ন করেছে "মা, বাবা, ডিনারে কি আছে?" দশ মাস বয়সে সে সাইনবোর্ডের লেখা পড়ে সুপারমার্কেটের লোকজনদের স্তম্ভিত করে দিয়েছে। সবাই মনে করেছিল যে তার মা কোন রকম ভ্যানট্রিলোকুইজিম করেছে। তার বাবা জানিয়েছেন যে তিন বছর বয়সে সে কেবল অ্যালজেব্রাই করেনি, অ্যালজেব্রার সূত্র আবিষ্কার ও প্রমাণ করেছে। প্রতিদিন তার বাবা যখন অফিস থেকে ফিরতেন, মাইকেল বাবাকে টেনে অংক বইয়ের কাছে নিয়ে যেত আর বলত, "বাবা, চল কাজ করি।"

মাইকেল একটি বিশেষ ক্ষমতা নিয়ে জন্মেছে, কিন্তু আমার জন্য তার সবচেয়ে উল্লেখযোগ্য বৈশিষ্ট্য হল শিখা ও চ্যালেঞ্জ নেয়ার প্রতি তার প্রচণ্ড ভালবাসা। তার প্রত্যাশিত কাজ থেকে বাবা, মা তাকে বিচ্ছিন্ন করতে পারেনি। উইনার বলেছেন, প্রতিটি অসাধারণ প্রতিভাবান শিশুদের ক্ষেত্রে এটি সত্য। মানুষ বিশ্বাস করে যে এই 'মেধা'ই হল ক্ষমতা। কিন্তু ক্ষমতা হল সেই বিরতিহীন, অদৃশ্য কৌতূহল ও চ্যালেঞ্জ নেয়ার মানসিকতা।

এটি ক্ষমতা না চিন্তাধারা? এটি কি মোজার্টের সঙ্গীতবিষয়ক ক্ষমতা না তার হাত বিকৃত হয়ে না উঠা পর্যন্ত কাজ করার বাস্তবতা? এটা কি ডারউইনের বৈজ্ঞানিক ক্ষমতা না ছোটবেলা থেকে নানা প্রজাতি সংগ্রহের বাস্তবতা?

অসাধারণ প্রতিভা থাকুক বা না থাকুক, আমাদের সকলের মধ্যে এমন আগ্রহ আছে যাকে আমরা ক্ষমতার রূপ দিতে পারি। ছোটবেলায় আমি বড়দের

skilublogspot.com

ব্যাপারে বেশ আকর্ষণবোধ করতাম। ভাবতাম তাদেরকে এসব কে করাচ্ছে? মূলত: কয়েক বছর আগে আমার এক কাজিন আমাদের পাঁচ বছর বয়সের একটি ঘটনা মনে করিয়ে দিল। আমরা আমাদের দাদুবাড়ি ছিলাম আর কখন সে কেন্ডি খেতে পারবে, সেটা নিয়ে মায়ের সাথে তার তুমুল ঝগড়া হল। পরে আমরা সামনের সিঁড়িতে বসেছিলাম এবং আমি তাকে বললাম, "এত বোকামি করো না। বড়রা ভাবে যে তারা আমাদের নিয়ন্ত্রণ করে। কেবল হ্যাঁ বলো আর তারপর যখন মন চায় কেন্ডি খাও।"

এগুলো কি অঙ্কুরিত মনোবিজ্ঞানীর কথা? আমার কাজিন বলেছে যে এই উপদেশ সারাজীবন তার কাজে লেগেছে। (মজার ব্যাপার হল সে একজন ডেন্টিস্ট হয়েছে।)

সবাই কি ভাল করতে পারে?

এখন প্রথম প্রশ্নে ফিরে যাই। সঠিক চিন্তাধারার প্রত্যেকে কি বড় কাজ করতে সক্ষম? আপনার রাষ্ট্রের সবচেয়ে খারাপ হাইস্কুলে গিয়ে আপনি কি কলেজের ক্যালকুলাস পড়াতে পারবেন? যদি পারেন, তবে একটি বিষয় পরিষ্কার হয়ে যাবে; সঠিক চিন্তাধারা ও সঠিক শিক্ষার মাধ্যমে মানুষ আমাদের ভাবনার চেয়ে অনেক বেশি কিছু করতে সক্ষম। লস অ্যাঞ্জেলসের একটি অন্যতম খারাপ স্কুল হল গারফিল্ড হাই স্কুল। বলতে গেলে ছাত্ররা ছিল নিরুৎসাহিত আর শিক্ষকেরা অপ্রয়োজনীয় বিষয় নিয়ে বিরক্ত। কিন্তু দুবার না ভেবেই জেইম স্কেলেন্টি (মূল্যবান সব কিছু সমর্পণ করার মত যশ) এই আন্ত:নগরীয় স্পেনিশ ছাত্রদের কলেজ-পর্যায়ের ক্যালকুলাস শিখিয়েছেন। পরিপক্ক চিন্তাধারায় তিনি প্রশ্ন করলেন : 'আমি কি শেখাতে পারি?' নয় 'আমি কিভাবে শেখাতে পারি?' এবং 'তারা কি শিখতে পারবে?' না করে 'তারা কিভাবে শিখতে পারবে?'

কিন্তু তিনি তাদের কেবল ক্যালকুলাসই শিখাননি, তিনি (আর তার সহকর্মী, বেঞ্জামিন জিমেনেজ) তাদেরকে অংকশাস্ত্রে জাতীয় তালিকার শীর্ষে নিয়ে গেলেন। ১৯৮৭ 'তে দেশের আর মাত্র তিনটি পাবলিক স্কুলের ছাত্ররা অ্যাডভান্সড প্লেসমেন্ট ক্যালকুলাস টেষ্ট দিয়েছিল। স্টুয়িভেসেন্ট হাইস্কুল ও দ্য ব্রোঙ্ক হাইস্কুল অব সায়েন্স সহ এই তিনটি স্কুল নিউ ইয়র্কের অভিজাত অঙ্ক ও বিজ্ঞান স্কুল হিসেবে পরিচিত ছিল।

এর চেয়েও বড় কথা হল, গারফিল্ডের বেশিরভাগ ছাত্ররা এত ভাল গ্রেড পেয়েছিল যে তারা কলেজের মর্যাদা পেয়েছিল। সে বছর পুরো দেশে মাত্র কয়েকশ মেক্সিকান আমেরিকান ছাত্র-ছাত্রী সেই টেষ্টে পাস করেছিল। অর্থাৎ ছাত্রদের উন্নতির সম্ভাবনাকে অবমূল্যায়ন করার মাধ্যমে অপচয় করা হচ্ছিল।

skill.blogspot.com

মার্ভা কলিন্স

অনেক সময় বাচ্চারা যখন বারবার একই গ্রেড পেতে থাকে তাদের পিছনে বলা হয় যে, আয়ত্ত্ব করতে পারবে না বলে তাদেরকে সহজ মানের বিষয় দেয়া হয়। এই ধারণা স্থির চিন্তাধারার সৃষ্টি : এই ছাত্রগুলো স্থূল-বুদ্ধিসম্পন্ন, কাজেই একই সহজ জিনিস বারবার তাদেরকে দেয়া দরকার। ফলাফল বেশ হতাশাব্যঞ্জক। আগের চেয়ে বেশি কিছু না শিখেই ছাত্ররা গ্রেড পেয়ে যায়।

মার্ভা কলিন্স যেসব বাচ্চা পাবলিক স্কুলে ফেল করেছে, তাদেরকে প্রতিভাবান শিশুদের মত করেই গ্রহণ করলেন। তাদের অনেকেই 'শিখতে অক্ষম', 'মানসিক ভারসাম্যহীন' বা 'আবেগপ্রবণতার দোষে দুষ্ট' ছিল। প্রত্যেকেই তারা বিপর্যস্থ ছিল। চোখে আলো ছিল না, মুখে ছিল না আশা।

কলিন্সের সেকেন্ড-গ্রেড পাবলিক স্কুলের ক্লাস নিম্নমানের পড়ুয়াদের নিয়ে শুরু হয়। জুনের মধ্যে তারা অ্যারিষ্টটল, ঈশপ, টলষ্টয়, সেক্‌শপীয়ার, পো, ফ্রস্ট ও ডিকিন্সন পড়ে ফিফ্‌থ গ্রেডের মধ্যভাগে পৌঁছে গেল।

পরবর্তীতে তিনি যখন নিজের স্কুল শিকাগো সান চালু করলেন, কলামিষ্ট জে স্মিথ হঠাৎ করেই হাজির হলেন। তিনি দেখলেন যে চার বছর বয়সী বাচ্চারা 'ফিজিশিয়ানকে দেখ', ও 'ঈশপ গল্প লিখেছে' জাতীয় বাক্য লিখছে আর 'ডিপথং' ও 'ডায়ক্রিটিকাল মার্কস' সম্পর্কে কথা বলছে। তিনি লক্ষ্য করলেন যে সেকেন্ড গ্রেডের বাচ্চারা সেক্‌শপীয়ার, লংফেলো ও কিপলিং' এর লেখা আবৃত্তি করছে। কিছুদিন আগে তিনি একটি ধনী সুবারবান হাই স্কুল পরিদর্শনে গিয়েছিলেন। সেখানকার অনেক বাচ্চা সেকশ্‌পীয়ারের নাম শোনেনি। কলিন্সের একটি ছাত্র বলল, "আপনি বলতে চান যে এই হাইস্কুলের ছাত্ররা জানেনা যে সেকশ্‌পীয়ার ১৫৬৪ তে জন্ম নেয় ও ১৬১৬ তে মারা যায়?"

ছাত্রছাত্রীরা প্রচুর পড়ে এমনকি গ্রীষ্মকালে পর্যন্ত। ছয় বছর বয়স্ক যে ভারসাম্যহীন ছাত্রটি ভর্তি হয়েছিল, চার বছরের মধ্যে সে 'আ টেল অব টু সিটিস' ও 'জেইন এয়ার' সহ মোট তেইশটি বই শেষ করেছে। এই ছাত্ররা গভীরভাবে ও বিবেচনার সাথে বই পড়ে। তিনি ও চার বছর বয়সী বাচ্চারা যেহেতু 'ড্যাডালাস এন্ড ইকারাস' পড়েছে, চার বছরের একটি বাচ্চা বলল, "মিসেস কলিন্স, আমরা যদি না শিখি ও কঠোর পরিশ্রম না করি, ইকারিয়ান ফ্লাইটকে আমরা কোথাও নিতে পারব না।" ম্যাকবেথের উত্তপ্ত আলোচনা একদম সাধারণ ছিল।

আলফ্রেড বাইনেট বিশ্বাস করতেন যে যেকোন মনের গুণ পরিবর্তন করা যায়। আপনি বেশ স্বচ্ছভাবে করতে পারেন। জ্ঞান বা কার্যকলাপের প্রশ্ন– যা দিয়েই পরিমাপ করুন না কেন, এই বাচ্চাগুলোর মন পরিবর্তন হয়ে গেছে।

skillbloggspot.com

প্রখ্যাত শিক্ষাবিষয়ক গবেষক বেঞ্জামিন ব্লুম ১২০ জন চমৎকার সফল ব্যক্তিকে পর্যবেক্ষণ করেছেন। তারা ছিলেন কনসার্টের পিয়ানোবাদক, ভাস্কর্যশিল্পী, অলিম্পিকের সাঁতারু, বিশ্বসেরা টেনিস খেলোয়াড়, গণিতজ্ঞ ও নিউরোলজিষ্ট। তাদের বেশিরভাগই ছোটবেলায় লক্ষ্যনীয় ছিলেন না এবং ট্রেনিং শুরু করার আগে এত পরিচ্ছন্ন মেধার প্রকাশও ঘটাননি। এমনকি কিশোর বয়সেও তাদের ভবিষ্যত কর্মপন্থা সম্পর্কে তেমন ধারণা করা সম্ভব হয়নি। কেবল স্পৃহা ও প্রতিজ্ঞা কাজের সাথে মিলেমিশে তাদেরকে শীর্ষে নিয়ে গেছে।

ব্লুম জানিয়েছেন, "যুক্তরাষ্ট্র ও অন্যান্য দেশে স্কুলের শিক্ষাবিষয়ক গভীর গবেষণায় চল্লিশ বছরের অভিজ্ঞতায় আমি এটুকু বলতে পারি : পৃথিবীর একজন যা শিখতে পারে, অন্য যে কেউ সেটি শিখতে পারে যদি প্রয়োজনীয় গুরুত্ব ও শিক্ষার চলমান পরিস্থিতি সৃষ্টি করে দেয়া যায়।" তিনি সেই ২ ও ৩ পার্সেন্ট ছাত্রদের কথা বলেন নি যাদের ঘাটতি আছে, এবং সেরা ১ ও ২ পার্সেন্ট ছাত্রদের কথাও বলেননি মাইকেলের মত যাদের অসাধারণ প্রতিভা রয়েছে। তিনি প্রত্যেকের কথা বলেছেন।

ক্ষমতার স্তর ও অনুসরণ

ছাত্রদেরকে বিভিন্ন রকম ক্ষমতার স্তরে কি কোন কারণে চিহ্নিত করা হয় না? তাদের টেস্ট স্কোর ও আগের অর্জন কি তাদের ক্ষমতা প্রকাশ করে না? মনে রাখবেন টেস্ট স্কোর ও অর্জনের পরিমাপ কেবল জানাবে ছাত্রটি কোথায় আছে, কিন্তু সে কতটুকু যেতে পারে সেটা জানাবে না। জার্মানীর একজন গবেষক ফেলকো রেইনবার্গ বিভিন্ন চিন্তাধারার শিক্ষকদের পর্যবেক্ষণ করেছেন। কিন্তু শিক্ষকের চিন্তাধারা একদম স্থির। তাদের বিশ্বাস ভিন্ন ভিন্ন অর্জনের স্তরবিশিষ্ট ছাত্রদের এই ভিন্নতা বেশ গভীর ও স্থায়ী :

"আমার অভিজ্ঞতা অনুযায়ী ছাত্রদের সফলতা এক বছরের কোর্সে একইরকম থাকবে।"

"যদি ছাত্রদের বুদ্ধিমত্তা সম্পর্কে আমি জেনে থাকি, তবে তাদের স্কুল ক্যারিয়ার সম্পর্কে আমি আগাম বলতে পারব।"

"শিক্ষক হিসেবে ছাত্রদের বুদ্ধিমত্তার ক্ষমতায় আমার কোন প্রভাব নেই।"

আমার সিক্সথ গ্রেডের শিক্ষিকা মিসেস উইলসনের মত এই শিক্ষকদের চিন্তাধারা স্থির। তাদের ক্লাশে সেসব ছাত্র উচ্চক্ষমতা নিয়ে প্রবেশ করেছে, বছর সেভাবেই শেষ করেছে এবং যারা নিম্ন-ক্ষমতা নিয়ে প্রবেশ করেছে, সেভাবেই বছর শেষ করেছে।

sklilu.blogspot.com

কিন্তু কিছু শিক্ষকের চিন্তাধারা পরিপক্ক। তারা মনে করে যে সব ছাত্ররাই দক্ষতা বাড়াতে পারে এবং তাদের ক্লাশে একটি অদ্ভুত ব্যাপার ঘটে। ছাত্ররা উচ্চ বা নিম্ন, যে পর্যায়ের ক্ষমতা নিয়েই প্রবেশ করুক, সেটা কোন বিষয়ই নয়। তারা প্রত্যেকে বেশ ভালোভাবে বছরটি শেষ করে। এটি বেশ জোরালো অভিজ্ঞতা। যেসব শিক্ষক উন্নয়নের জন্য পড়ায়, তাদের পরিচর্যায় দুটো দলের পার্থক্য নিশ্চিহ্ন হয়ে যায়।

শিক্ষকরা পরিপক্ক চিন্তাধারা কিভাবে উৎপাদন করে, সে বিষয়ে পরের অধ্যায়ে বলা যাবে, এখানে প্রখ্যাত শিক্ষক মার্ভা কলিন্স কি করেছিলেন, সেটা বলছি। ক্লাশের প্রথম দিন তিনি ফ্লেডির মুখোমুখি হলেন, সেকেন্ড গ্রেডের যে ছাত্রটি কিছুই করতে চাইত না। তার মুখটি হাতের মধ্যে রেখে তিনি বললেন, "আসো বাবা, আমাদের কাজ করতে হবে। তুমি সিটে বসে থাকলে কখনো স্মার্ট হতে পারবে না....প্রমিস করছি, তুমি কাজ করবে এবং পরীক্ষায় ভাল করবে। তোমাকে ফেল করতে আমি দেব না।"

সারাংশ

স্থির চিন্তাধারা সফলতাকে সীমিত করে দেয়। এটি মানুষের মনকে তুলনামূলক ভাবনায় পূর্ণ করে, চেষ্টা করতে বাধা দেয় এবং শিক্ষার কৌশলকে নিকৃষ্ট রাখে। এর চেয়ে বড় কথা হল এটি মানুষকে একত্রিত না করে যাচাই করতে উৎসাহিত করে। ডারউইন বা কলেজের শিক্ষার্থী– যার কথাই বলি না কেন, সফলতার জন্য চাই পরিষ্কার মনোযোগ, প্রাণান্ত চেষ্টা এবং কাজের বহুমুখী উপায়। সেই সাথে শিক্ষার সংযুক্তি। পরিপক্ক চিন্তাধারা মানুষকে এসব দেয় এবং এজন্য তাদের ক্ষমতা বাড়ে ও তারা উন্নতি ঘটায়।

শৈল্পিক ক্ষমতা কি জন্মগত?

বুদ্ধিমত্তা জন্মগত, তৈরিকৃত নয়– একথার সুদূর প্রসারী বিশ্বাস থাকা সত্ত্বেও যখন আমরা ভাবি, বুঝতে সমস্যা হয় না যে মানুষের বুদ্ধিমত্তা তাদের এই ক্ষমতার উন্নয়ন ঘটাতে পারে। মেধার বিভিন্ন দিক রয়েছে। আপনি মৌখিক বা গাণিতিক বৈজ্ঞানিক কিংবা যৌক্তিক ভাবনার দক্ষতা বৃদ্ধি করতে পারেন। কিন্তু শৈল্পিক দক্ষতার বিষয় এলে তাকে অনেক বেশি ঈশ্বর প্রদত্ত উপহার বলে মনে হয়। যেমন মানুষ স্বাভাবিকভাবে ভালো বা খারাপ আঁকে।

এমনকি আমিও এটি বিশ্বাস করতাম। যেখানে আমার কিছু বন্ধু কোনরকম চেষ্টা ছাড়াই চমৎকার আঁকতে পারে। আমার আঁকার ক্ষমতা একদম স্কুল পর্যায়ের

skillul.blogspot.com

ছিল। চেষ্টা করার পরও আমার সেই আঁকা মন খারাপ করে দিত। আমি অন্যরকম শৈল্পিক ছিলাম। আমি ডিজাইন করতে পারি, আমি কালারের বেশ ভাল কাজ পারি এবং রং মেশানোর বোধ খুব তীক্ষ্ণ। এবং আমার চোখ-হাতের সমন্বয়ও বেশ ভাল। কেন আমি আঁকতে পারতাম না? আমার নিশ্চয়ই সেই ক্ষমতা নেই।

স্বীকার করছি যে বিষয়টি আমাকে তেমন ভাবায়নি। সর্বোপরি, আপনাকে কখন খুব একটা আঁকতে হয়? এক সন্ধ্যায় আকর্ষণীয় এক ব্যক্তির ডিনারের গেষ্ট হিসেবে আমি গেলাম। তিনি বয়স্ক একজন সাইকিয়াট্রিষ্ট, যিনি হলোকষ্ট থেকে পালিয়েছেন। চেকোশ্লোভাকিয়ায় দশ বছর বয়সে একদিন তিনি ও তার ভাই স্কুল থেকে ফিরে এসে দেখেন যে তাদের বাবা-মা নেই। তাদেরকে নিয়ে যাওয়া হয়েছে। ইংল্যান্ডে একজন আংকেল আছে জেনে দুজন লন্ডনে গেল এবং তাকে খুঁজে পেল।

কয়েক বছর পর আমার হোষ্ট বয়সের ব্যাপারে মিথ্যা বলে রয়েল এয়ার ফোর্সে যোগ দেন এবং বৃটেনের পক্ষে যুদ্ধ করেন। যখন আহত হন, তখন তার নার্সকে বিয়ে করেন, মেডিকেল স্কুলে যান এবং আমেরিকায় বেশ প্র্যাকটিস করেন।

ক্রমে প্যাঁচার প্রতি তার আগ্রহ জন্মে। তিনি তাদেরকে নিজের পছন্দময় রূপ দেয়ার কথা ভাবেন এবং নিজেকে প্যাঁচার মত ভাবতে শুরু করেন। ঘরে অনেকগুলো প্যাঁচার ভাস্কর্য থাকা সত্ত্বেও প্যাঁচা সংক্রান্ত একটি গেস্ট বই ছিল তার। যখনই কাউকে তার ভাল লাগত, তিনি তাকে একটি প্যাঁচা আঁকতে বলতেন এবং সেই বইয়ে কিছু লিখতে বলতেন। যখন এই বই আমার দিকে বাড়িয়ে দিলেন এবং এর গুরুত্ব বর্ণনা করলেন, আমি সম্মানিত ও ভীত হলাম। ভয়ই পেয়েছিলাম বেশি। কারণ আমার সৃষ্টি বইয়ের মাঝে কোথাও হারিয়ে যাওয়ার জন্য নয়, বরং এর সৌন্দর্য বৃদ্ধির জন্য প্রয়োজন হচ্ছে।

আমি নিজের অস্বস্থি বা অঙ্কনের খারাপ মানের কথা বলতে পারছিলাম না, যদিও দুটোই বেশ পরিষ্কারভাবে টের পাচ্ছিলাম। যখন 'ড্রয়িং অন দা রাইট সাইড অব দ্য ব্রেইন' পড়লাম, তখন বিস্ময় ও খুশির চোটে আমি এই গল্প বললাম। যারা গ্রন্থকার বেটি অ্যাডওয়ার্ডের কাছে ড্রয়িংয়ের শর্ট কোর্স করেছে, অন্য পৃষ্ঠায় তাদের আগের ও পরের আঁকা আত্ম-চিত্র রয়েছে। অর্থাৎ এগুলো হল ছাত্রদের আঁকা প্রথম চিত্র এবং কোর্সের শেষে পাঁচদিন পরের আঁকা ছবি।

এগুলো আশ্চর্যজনক নয়? প্রথমদিকে মনে হচ্ছে না যে লোকগুলোর কোন শৈল্পিক ক্ষমতা ছিল। বেশিরভাগ ছবি আমাকে প্যাঁচার কথা মনে করিয়ে দেয়। কিন্তু মাত্র কয়েকদিন পর তারা প্রত্যেকে বেশ ভাল আঁকে। এবং অ্যাডওয়ার্ড শপথ করে বলেছে যে এরা নিদর্শন দেয়ার যোগ্য। বিষয়টি সত্যি অসম্ভব বলে মনে হয়।

skitu.blogspot.com

অ্যাডওয়ার্ড একমত যে বেশিরভাগ মানুষ অঙ্কনকে এমন এক জাদুকরী ক্ষমতা হিসেবে দেখেন যা মাত্র নির্বাচিত কয়েকজনের থাকে এবং আজীবন তেমনই থাকবে। কিন্তু এর কারণ হল মানুষ উপাদানগুলোকে ঠিকমত বুঝে না। তিনি

sklilu.blogspot.com

জানালেন মূলতঃ সেসব আঁকার ক্ষমতা নয়, দেখার ক্ষমতা। প্রান্ত, স্থান, সম্পর্ক, আলো ও ছায়া এবং সবটুকু বুঝে নেয়ার ক্ষমতা। প্রতিটি উপাদানকে ঠিকমত বুঝে একটি নির্দিষ্ট প্রক্রিয়ায় একত্রিত করাই হল অঙ্কন। কিছু মানুষ স্বাভাবিকভাবে জীবন থেকে এই দক্ষতা অর্জন করে আর অন্যদেরকে শিখে কাজে লাগাতে হয়। কিন্তু পরবর্তী আত্ম-চিত্রে আমরা দেখেছি যে প্রত্যেকেই কাজটি পারে।

এর মানে হল ঃ কিছু মানুষ অল্প ট্রেনিং বা কোন ট্রেনিং ছাড়া করতে পারে বলে অন্যরা ট্রেনিং নিয়েও করতে পারেনা, এটি ঠিক না। (আর অনেক সময় বেশ ভালভাবে করতে পারে) এটি খুবই গুরুত্বপূর্ণ, কারণ স্থির চিন্তাধারার অনেক মানুষ ভাবে যে কোন মানুষের প্রাথমিক কাজ থেকে তাদের মেধাও ভবিষ্যত সম্পর্কে জানা যায়।

জ্যাকসন পোলক

বিষয়টি খুব লজ্জাজনক হবে যদি সেই কারণে মানুষ জ্যাকসন পোলককে নিরুৎসাহিত করে। বিশেষজ্ঞরা একমত যে আর্টে পোলকের প্রাথমিক ক্ষমতা ছিল সামান্য এবং তার প্রথমদিকের কাজগুলো দেখলে বিষয়টি স্পষ্ট হয়ে উঠে। তারা এ বিষয়েও একমত যে, তিনি বিংশ শতকের অন্যতম সেরা আমেরিকান চিত্রকর হয়ে উঠেছিলেন এবং মডার্ণ আর্টে তিনি বৈপ্লবিক পরিবর্তন এনেছিলেন। কিভাবে তিনি পয়েন্ট এ থেকে বি' তে গিয়েছিলেন?

বিশ্ববিখ্যাত কোরিওগ্রাফার ও নৃত্যশিল্পী টোয়েলা থার্প 'দ্য ক্রিয়েটিভ হেবিট' নামে একটি বই লিখেছিলেন। টাইটেল দেখলে আপনি বুঝতে পারবেন যে তার মতে সৃজনশীলতা প্রেরণার কোন জাদুকরী ক্রিয়া নয়। এটি কঠোর পরিশ্রম ও নিষ্ঠার ফলাফল। মোজার্টের ক্ষেত্রেও তাই। 'এমেডাস' মুভির কথা স্মরণ করুন। মনে করে দেখুন মোজার্ট যখন একের পর এক মাষ্টার পীস তৈরি করেছে, তার প্রতিদ্বন্দ্বী সেলিয়েরি হিংসায় জ্বলে যাচ্ছে। যাই হোক, সার্প সেই মুভিতে কাজ করেন এবং বলেন, "মাথামোটা! নির্বোধ! প্রাকৃতিক মেধাবী বলতে কোনকিছু নেই।"

নিষ্ঠার কারণে জ্যাকসন পোলক পয়েন্ট এ থেকে বি' তে গেছেন। পোলকের আর্টিষ্ট হওয়ার ভীষণ শখ ছিল। তিনি সবসময় সেটি ভাবতেন ও করতেন। তিনি এত উৎসাহী ছিলেন যে তিনি চাইতেন সকলে তাকে সিরিয়াসলি নিক এবং ততক্ষণ পর্যন্ত নিয়ন্ত্রণ করুক যতক্ষণ তিনি দক্ষ হয়ে না উঠেন ও ভাল কাজ করতে না পারেন। অবচেতন মনে আঁকা তার প্রতিটি চিত্র অসাধারণ হয়ে উঠত এবং দারুণ অনুভূতি জাগাত। কয়েক বছর আগে নিউ ইয়র্কের দ্য মিউজিয়াম

skitti.blogspot.com

অব মডার্ণ আর্টে আমি এই চিত্রগুলোর প্রদর্শনী দেখার সুযোগ পেয়েছিলাম এবং প্রতিটি কাজের শক্তি ও সৌন্দর্য দেখে আশ্চর্য হয়ে গিয়েছিলাম। প্রত্যেকে কি সবকিছু পারে? আমি আসলে জানিনা। তবে আপনারা একমত হবেন যে মানুষ প্রথমে যা দেখে, তার চেয়ে অনেক বেশি কিছু করার ক্ষমতা রাখে।

সুনামের বিপদ ও ইতিবাচক স্তর

মানুষের যদি সফলতা অর্জন করার মত প্রতিভা থাকে, তবে সে প্রতিভায় কিভাবে আস্থা স্থাপন করা যায়? আমরা কিভাবে তাদেরকে সেই বিশ্বাস দেব? তাদের ক্ষমতার প্রশংসা কিভাবে করব যাতে তারা জানে সে তাদের মধ্যেই সব নিহিত আছে? মূলত: ৮০% এরও বেশি বাবা-মা আমাদের বলেছেন যে বাচ্চাদের প্রশংসা করাটা খুব জরুরী যাতে তাদের বিশ্বাস ও সফলতা টিকে থাকে। বুঝতে পারছেন এ কথা অর্থপূর্ণ।

কিন্তু আমরা ভয় পেতে শুরু করলাম। আমরা ভাবলাম যে স্থির চিন্তাধারার মানুষ তাদের ক্ষমতার প্রতি ইতিমধ্যে কত বেশি মনোযোগী : "এটি কি যথেষ্ট?" "এটি কি ভাল দেখাবে?" ক্ষমতার প্রশংসার প্রতি মানুষ কি প্রয়োজনের চেয়ে বেশি মনোযোগ দিচ্ছে না? এতে করে আমরা কি তাদের এটা বলছিনা যে আমরা তাদের কদর করছি, এমনকি খারাপ হলেও তাদের গভীর, অন্তর্নিহিত ক্ষমতা আমরা তাদের ক্রিয়াকলাপ থেকে বুঝে নিচ্ছি? এটি কি তাদেরকে স্থির চিন্তাধারা শিখাচ্ছে না?

অ্যাডাম গ্যাটেলকে মুকুটধারী রাজপুত্র ও মিউজিক্যাল থিয়েটারের ত্রাণকর্তাও বলা হয়। তিনি হলেন রিচার্ড রজারের নাতি, যিনি 'ওকলাহোমা' ও 'ক্যারোসেল' জাতীয় ক্লাসিকেল সঙ্গীত রচনা করেছিলেন। গ্যাটেলের মা সবসময় ছেলের প্রতিভার সুনাম করতেন। অন্যরাও করত। দ্য নিউ ইয়র্ক টাইমস' এর এক রিভিউতে বেশ উৎসাহের সাথে লেখা হয়েছে, "সেখানেই প্রতিভা এবং সেটাই প্রধান।" প্রশ্ন হল এ ধরনের সুনাম মানুষকে উৎসাহিত করে কি'না।

গবেষণার ক্ষেত্রে বড় ব্যাপার হল আপনি এ ধরনের প্রশ্ন করুন ও উত্তর খুঁজুন। তাই আমরা শত শত ছাত্র-ছাত্রী, বিশেষত: কিশোর-কিশোরীদের সাথে যোগাযোগ করি। প্রথমে আমরা আই কিউ টেষ্ট থেকে প্রতিটি ছাত্রকে দশটি কঠিন সমস্যার একটি সেট দিয়ে থাকি। তারা এগুলোতে বেশ ভাল করে এবং যখন তারা শেষ করে, আমরা প্রশংসা করি।

skillbiscoot.com

কিছু ছাত্রকে তাদের যোগ্যতার জন্য সুনাম করি। তাদের বলি : "বাহ্! তুমি আটটি ঠিকমত বলেছ। বেশ ভালো স্কোর। তুমি নিশ্চয়ই এতে স্মার্ট!" তারা অ্যাডাম গেটেল 'এর তুমি খুব প্রতিভাবান পর্যায়ে পৌছে যায়।

অন্য ছাত্রদেরকে চেষ্টার জন্য সুনাম করি। "বাহ!, তুমি আটটি ঠিকমত বলেছ। বেশ ভাল স্কোর। তুমি নিশ্চয়ই বেশ পরিশ্রম করেছ।" তাদেরকে এটা বুঝান হয়নি যে তারা বিশেষ গুণসম্পন্ন; তাদের প্রশংসা করা হয়েছে কাজটি সফলভাবে করার জন্য।

দুটি দলই শুরুতে একইরকম ছিল। কিন্তু প্রশংসা করার পরপরই তারা বদলে গেল। আমরা সেটা ভয় করছিলাম, যাদের যোগ্যতার সুনাম করা হয়েছে, তারা স্থির চিন্তাধারায় প্রবেশ করল এবং এর সমস্ত লক্ষণগুরো প্রকাশ করল : যখন আমরা তাদের বেছে নেয়ার সুযোগ দিলাম, তারা চ্যালেঞ্জিং কিছু গ্রহণ করল না যেখান থেকে তারা শিখতে পারবে। তারা এমন কিছুই করতে চাইল না যেটা তাদের কোন খুঁত প্রকাশ করবে এবং তাদের যোগ্যতা সম্পর্কে প্রশ্ন তুলবে।

গ্যাটেলের বয়স যখন তের, মেট্রোপলিটন অপেরা ব্রডকাষ্ট এবং 'আমাল এন্ড দ্য নাইট ভিজিটরস' নামক টিভি মুভিতে তার অভিনয়ের সবকিছু তৈরি। তিনি প্রত্যাখ্যান করলেন এবং বললেন যে তার কণ্ঠ ভেঙ্গে গেছে– "আমার স্বর বদলাচ্ছিল– আমি সেই ভার বহন করতে চাইনি...."

পক্ষান্তরে চেষ্টার জন্য যেসব ছাত্রদের সুনাম করেছি, তাদের ৯০% চ্যালেঞ্জিং নতুন কাজ চেয়েছে, যেখান থেকে তারা শিখতে পারবে।

এরপর আমরা ছাত্রদের কিছু নতুন সমস্যা দিয়েছিলাম, সেগুলোতে তারা তেমন ভালো করেনি। যোগ্য বাচ্চাগুলো তখন ভাবল যে তারা আদৌ স্মার্ট নয়। যদি সফলতার মানে হয় যে তারা বুদ্ধিমান, তবে কম সফলতা মানে তারা কম বুদ্ধিমান।

গ্যাটেল একথার প্রতিধ্বনি করেছেন। "আমার পরিবারে ভাল হওয়ার মানে ব্যর্থতা। অনেক বেশি ভাল হওয়া মানে ব্যর্থতা।....কেবল ব্যর্থ না হওয়াটাই হল বড়।"

যেসব বাচ্চা চেষ্টা করেছিল তারা কেবল ভাবল যে সমস্যা মানে "বেশি চেষ্টা ও নতুন কৌশল প্রয়োগ করতে হবে।" তারা এটাকে ব্যর্থতা হিসেবে দেখেনি, আর তারা ভাবেনি যে এটি তাদের মেধায় কোন প্রতিচ্ছায়া ফেলবে।

সমস্যাকে বাচ্চারা কোন্ দৃষ্টিকোণ থেকে দেখে? সফলতার পর সবাই সমস্যা ভালবাসে, কিন্তু কঠিন সমস্যার পর যোগ্য ছাত্ররা বলে 'আর কোন মজা নেই।' খ্যাতি, বিশেষ ক্ষমতা যখন হুমকির মুখে পড়ে, তখন আর কোন মজা থাকে না।

skillblogspot.com

অ্যাডাম গ্যাটেল বলেন, "আমি কেবল মজা পেতে ও স্বস্থিতে থাকতে চাই এবং কোনরকম বড় মানুষ হওয়ার সম্ভাবনার দায়িত্ব নিতে চাই না।"

চেষ্টা-প্রশংসিত ছাত্ররা এখনও সমস্যা ভালবাসে এবং তাদের অনেকে বলেছে যে কঠিন সমস্যা সবচেয়ে বেশি মজার।

এরপর আমরা ছাত্রদের কার্যক্রমের দিকে তাকালাম। সমস্যার মুখোমুখি হওয়ার পর যোগ্যতা প্রশংসিত বাচ্চাদের কাজ ভীষণ খারাপ হল, এমনকি যখন তাদেরকে বেশ সহজ সমস্যাও দেয়া হল। যোগ্যতার উপর বিশ্বাস হারানোর কারণে তারা শুরুর চেয়ে অনেক বেশি খারাপ করতে লাগল। চেষ্টাকৃত বাচ্চারা আগের চেয়ে অনেক বেশি ভাল করল। যোগ্যতাকে তীক্ষ্ণ করার জন্য তারা কঠিন সমস্যাকে ব্যবহার করতে লাগল, যাতে সহজ সমস্যায় ফিরলে তারা এগিয়ে যেতে পারে।

যদিও এটি এক ধরনের আইকিউ টেস্ট ছিল, আপনি বলতে পারেন যে যোগ্যতার প্রশংসা বাচ্চাদের পতন ঘটিয়েছে। আর চেষ্টার প্রশংসা তাদের উন্নতি ঘটিয়েছে।

গ্যাটেল সফলতার দিকে যাচ্ছিল না। একই কাজ বারবার করা ও রক্তাক্ত আঙুল কামড়ানোর বিষন্নতায় সে নিঃশেষ হয়ে যাচ্ছিল। এক সাক্ষাতকার গ্রাহক বলেছিল, "তার সাথে এক মিনিট কাটাও, তার শক্তিশালী মাংসপেশীর আড়ালে আতংকের ছবিটি পরিষ্কার ফুটে উঠে।" গ্যাটেল বারবার মারাত্মক ড্রাগ সমস্যার সাথেও লড়াই করেছিল। প্রতিভা তাকে শক্তিশালী করার চেয়ে ভয় ও সংশয়ে পূর্ণ করে তুলেছে। মেধাকে পরিপূর্ণ করার পরিবর্তে এই প্রতিভাবান কম্পোজার তার কাছ থেকে জীবনের বেশিরভাগ সময় দূরেই সরে থেকেছেন।

একটি আশার কথা হল তিনি নিজের জীবন নিজের মত করেই যাপন করেছেন, অন্য কারো মতামতের ভিত্তিতে নয়। এক রাতে তিনি তার দাদাকে স্বপ্নে দেখলেন। "আমি এলিভেটরে চড়ে তার দিকে যাচ্ছিলাম। আমি জানতে চাইলাম আমার কোন্ জিনিসটি ভালো। তিনি দয়ালু কণ্ঠে বললেন, "তোমার কণ্ঠস্বর তোমার নিজের।"

অবশেষে সেই কণ্ঠস্বর কি মূল্যায়িত হয়েছিল? 'দ্য লাইট ইন দ্য পিয়াসা'য় একটি গভীর রোমান্টিক সুরের জন্য গ্যাটেল ২০০৫ টনি অ্যাওয়ার্ড লাভ করেন। তিনি মেধার প্রশংসা না চেষ্টার প্রশংসা হিসেবে এটি পান? আশা করি পরেরটার জন্য।

আমাদের গবেষণায় আরেকটি ব্যাপার ধরা পড়েছিল সেটি একই সময়ে মর্মান্তিক ও নৈরাশ্যজনক। আমরা প্রতিটি ছাত্রকে বললাম, "জানো, আমরা অন্য স্কুলে যাচ্ছি আর আমি বাজী ধরে বলতে পারি ঐ স্কুলের বাচ্চারা সমস্যা সম্পর্কে

sklm.blogspot.com

জানতে চাইবে। "তাই নিজেদের ভাবনা লেখার জন্য আমরা প্রতিটি বাচ্চাকে একটি করে পৃষ্ঠা দিলাম আর সেই সমস্যায় প্রাপ্ত স্কোর লেখার জন্য খানিকটা জায়গাও দিলাম।"

আপনি বিশ্বাস করবেন যে যোগ্যতা-প্রশংসিত বাচ্চাদের প্রায় ৪০% তাদের স্কোর সম্পর্কে মিথ্যে লিখেছে? স্থির চিন্তাধারায় খুঁত বেশ লজ্জাজনক, বিশেষত: কেউ যদি মেধাবী হয়, তাই তারা মিথ্যা বলেছে।

বিপদসংকেতটি হল আমরা সাধারণ কিছু বাচ্চাকে স্মার্ট বলার মাধ্যমে মিথ্যাবাদী বানিয়েছি।

এই প্যারাগ্রাফগুলো লেখার ঠিক পরপর আমি একজন যুবকের সাথে দেখা করি, যিনি কলেজ বোর্ড পরীক্ষার জন্য ছাত্রদের পড়ান। তিনি তার এক ছাত্রী সম্পর্কে আলাপ করার জন্য আমার কাছে আসেন। এই ছাত্রীটি প্র্যাকটিস টেষ্ট দেয় আর তার স্কোর সম্পর্কে মিথ্যা বলে। তিনি তাকে পড়াচ্ছেন সে যা জানেনা, তার জন্য কিন্তু সে কি জানেনা, সে বিষয়ে সত্যটা বলছে না। আর সে এজন্য টাকা দিচ্ছে।

কাজেই স্মার্ট বললে বাচ্চারা শেষে বোকার মত অনুভব করে, কাজ করে কিন্তু আরো স্মার্ট হিসেবে দাবী করে। মনে হয়না এই উদ্দেশ্যে আমরা বাচ্চাদের 'অসাধারণ', 'মেধাবী', 'প্রতিভাবান' বলে থাকি। আমরা তাদেরকে চ্যালেঞ্জ ও সফলতার আনন্দ থেকে বঞ্চিত করতে চাই না। কিন্তু বিপদটা ওখানেই। একজন মানুষ একটি চিঠি দিয়েছিলেন, যিনি আমার কিছু লেখা পড়েছেন।

প্রিয় ডঃ ডিউইক

আপনার অধায়টি পড়ে কষ্ট পেলাম-----কারণ আমি নিজেকে চিনতে পারলাম। ছোটবেলায় আমি দ্য গিফটেড চাইল্ড সোসাইটির সদস্য ছিলাম আর আমার বুদ্ধিমত্তার বেশ প্রশংসা করা হত।

জীবনের এতগুলো দিন (আমি এখন ৪৯) নিজের সম্ভাবনা অনুযায়ী না চলে, এখন নিজেকে কাজ শেখানোর চেষ্টা করছি। আর ব্যর্থতাকে বোকামির লক্ষণ হিসেবে না দেখে অভিজ্ঞতা ও যোগ্যতার অভাব হিসেবে দেখছি। নিজেকে নতুন আলোয় আনতে আপনার অধ্যায় আমাকে সহায়তা করেছে।

সেথ আব্রামস

এখানেই ইতিবাচক স্তরের বিপদসংকেত। এখানে বিকল্প আছে এবং পরবর্তীতে পিতা-মাতা, শিক্ষক ও কোচের অধ্যায়ে আমি তাদের কাছে ফিরে যাব।

skillful.blogspot.com

নেতিবাচক স্তর ও এটি কিভাবে কাজ করে

আমি অংকে বেশ অগ্রসর ছিলাম। হাই স্কুলে আমি অ্যালজেব্রায় ৯৯, জ্যামিতিতে ৯৯ ও ত্রিকোণমিতিতে ৯৯ পেয়েছিলাম এবং আমি অংকের দলে ছিলাম। মহাশূন্য দর্শন যোগ্যতার এয়ার ফোর্স টেষ্টে আমি ছেলেদের সাথে উত্তীর্ণ হয়েছিলাম আর এজন্যই এয়ার ফোর্সের তরফ থেকে অনেক বছরের জন্য এখানে আসার রিক্রুটিং ব্রশিয়ায় পেয়েছিলাম।

এরপর আমি মি: হেলমেন নামে এক শিক্ষক পেয়েছিলাম, যিনি বিশ্বাস করতেন না যে কোন মেয়ে অংক করতে পারে। আমার গ্রেড নেমে গেল এবং আমি আর অংক নিতে পারলাম না।

আমি মিষ্টার হেলমেনের সাথে একমত ছিলাম, কিন্তু ভাবিনি যে এটি আমার ক্ষেত্রে প্রযোজ্য হবে। অন্য মেয়েরা অংক পারত না। মিষ্টার হেলমেন ভেবেছিলেন এটি আমার ক্ষেত্রেও প্রযোজ্য আর আমি তার বশীভূত হয়ে গেলাম।

সবাই জানে যে নেতিবাচক পর্যায় খারাপ, তাই আপনি হয়ত ভাববেন যে এটি সামান্য বিষয়। কিন্তু এটি সামান্য বিষয় নয়, কারণ মনোবিজ্ঞানীরা এখন শিখছেন কি করে নেতিবাচক পর্যায় সফলতাকে আঘাত করে।

কেউ জানেনা যে নেতিবাচক যোগ্যতার স্তর হল গৎবাঁধা দলের সদস্যদের মত। যেমন, আফ্রিকান আমেরিকানরা জানে যে গৎবাঁধা হওয়া মানে কম বুদ্ধিমান হওয়া। আর মহিলারা জানে যে গৎবাঁধা হওয়া মানে অংক ও বিজ্ঞানে খারাপ হওয়া। কিন্তু আমি নিশ্চিত যে তারাও জানেনা এই গৎবাঁধা শব্দটি কত আতংকের।

ক্লড স্টীল ও জসুয়া অ্যারোনসনের গবেষণা অনুযায়ী বর্ণ বা লিঙ্গ নির্ধারণ ও মনের মধ্যে গৎবাঁধা ভাবনার উৎপত্তি ঘটায়ও টেস্ট স্কোর কমিয়ে দেয়। আপনি সে বিষয় একটু কম পারেন, সেই টেস্টের আগে কেউ যদি মনে করিয়ে দেয় যে আপনি কালো বা মহিলা, তবে আপনার স্কোর অনেক কমে যাবে। মনে কোনরকম গৎবাঁধা ভাবনার উদয় না হলে কালোরা সাদার মতই এবং মহিলারা পুরুষের মতই দক্ষতা প্রকাশ করে। কিন্তু অংক পরীক্ষার সময় মহিলাদের রুমে বেশি পুরুষ ঢুকিয়ে দিলে মহিলাদের স্কোর কমে যায়।

এজন্যই গৎবাঁধা ভাবনা মানুষের মনকে গোপন ভয়ে বিপর্যস্থ করে। সাধারণত: মানুষ এ ব্যাপারে সচেতন থাকে না, কিন্তু তাদের এত মানসিক শক্তি থাকে না যাতে পরীক্ষায় তাদের সবটুকু দিতে পারে। এটি সবার ক্ষেত্রে ঘটে না। স্থির চিন্তাধারার মানুষের ক্ষেত্রে এটি বেশি ঘটে থাকে। মানুষ যখন গৎবাঁধা চিন্তা

skillbloodspot.com

করে, তখনই এটি ঘটে। নেতিবাচকরা বলে, "তুমি ও তোমার দল সবসময়ই ছোট।" কেবল স্থির চিন্তাধারার মানুষই এই বার্তার মাধ্যমে প্রভাবিত হয়।
কাজেই স্থির চিন্তাধারায় ইতিবাচক ও নেতিবাচক দুই স্তরই মনে দাগ কাটতে পারে। ইতিবাচক পর্যায়ের ক্ষেত্রে আপনি হারানোর ভয়ে ভীত থাকবেন এবং নেতিবাচক পর্যায়ের ক্ষেত্রে আপনি প্রাপ্তির ভয়ে ভীত থাকবেন।
মানুষ যখন পরিপক্ক চিন্তাধারার হয়, গৎবাঁধা ভাবনা তাদের কার্যক্রমে কোন বাধা সৃষ্টি করেনা। পরিপক্ক চিন্তাধারা এই ভাবনাকে উপড়ে ফেলে এবং মানুষকে সংগ্রামের যোগ্য করে তোলে। তারা স্থায়ী হীনমন্যতায় বিশ্বাস করেনা। আর তারা যদি পিছিয়ে থাকে, তবে অনেক বেশি পরিশ্রম করে, সাহায্য চায় এবং এগিয়ে যেতে চেষ্টা করে।
পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ যা পারে এবং এমনকি প্রতিকূল পরিস্থিতি থেকেও যা প্রয়োজন পড়ে, তা গ্রহণ করতে সক্ষম হয়। আমরা আফ্রিকান আমেরিকান ছাত্রদেরকে প্রতিযোগিতার জন্য একটি রচনা লিখতে বলেছিলাম। তাদেরকে বলা হল যে তাদের রচনা মূল্যায়ন করবেন আইভি লীগের বিশিষ্ট প্রফেসর এডওয়ার্ড কান্ডওয়েল থ্রি। তিনি সাদা প্রতিষ্ঠানের একজন প্রতিনিধি।
এডওয়ার্ড কান্ডওয়েল থ্রি'র মতামত বেশ জটিল কিন্তু উপকারীও এবং ছাত্রদের প্রতিক্রিয়া হল নানামুখী। স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা এটাকে হুমকি, অপমান বা আক্রমণ হিসেবে নিল। তারা কান্ডওয়েল ও তার মতামতকে প্রত্যাখ্যান করল।
স্থির চিন্তাধারার একটি ছাত্র ভাবল : 'তিনি ছোটলোক, তিনি ঠিকমত গ্রেড দেন না বা তিনি নিশ্চয়ই পক্ষপাতিত্ব করবেন। তিনি আমাকে পছন্দ করেন না।"
অন্যজন বলল, "তিনি একজন দাম্ভিক মানুষ.... মনে হয় যে সারাক্ষণ তিনি কাজের খুঁত খুঁজে বেড়ান।"
এবং অন্যজন তার মতামতকে দায়ী করল : "তিনি আমার পয়েন্টের গুরুত্ব বুঝতে পারবেন না। তিনি ধরে নেবেন এটি অস্পষ্ট, মূলতঃ পড়ার সময় তিনি অস্থির থাকবেন। তিনি সৃজনশীলতা পছন্দ করেন না।"
তাদের কেউই এডওয়ার্ড কান্ডওয়েল' এর মতামত থেকে কিছু শিখবে না।
পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা তাকে ডাইনোসর হিসেবে গণ্য করল, তবে এমন ডাইনোসর যার কাছ থেকে কিছু শেখা যাবে।
"মূল্যায়নের আগে তিনি বেশ একরোখা ভাব দেখাবেন ও অতিরিক্ত প্রত্যাশা করবেন। [মূল্যায়নের পর?] 'ন্যায্য' শব্দটি প্রথমেই মনে এল।.... এটি একটি নতুন চ্যালেঞ্জ বলে মনে হচ্ছে।"

shiti.blogspot.com

"তাকে বেশ দাম্ভিক, ভীতিকর ও উন্নাসিক বলে মনে হয়। [মূল্যায়ন সম্পর্কে তোমার কি অনুভূতি?] মূল্যায়ন সৎ ও যথার্থ বলেই মনে হয়। এক্ষেত্রে মূল্যায়নটুকু বেশ প্রেরণাদায়ক হবে----ভাল কাজ করার জন্য।"
"তাকে নিজের যুক্তির ক্ষেত্রে বেশ দাম্ভিক বলে মনে হয়। [মূল্যায়ন?] তিনি বেশ জটিল--- তবে তার মতামত উপকারী ও স্বচ্ছ। আমার মনে হয় তার কাছ থেকে অনেক কিছু শিখব।"
পরিপক্ক চিন্তাধারা আফ্রিকান আমেরিকান ছাত্রদেরকে নিজেদের লক্ষ্যের জন্য এডওয়ার্ড কান্ডওয়েল থ্রি' কে নিযুক্ত করতে আগ্রহী করে তুলল। তারা কলেজে এসেছে শিখতে এবং দাম্ভিক হোক বা না হোক, তারা তার কাছ থেকে শিখবেই।

আমি কি এখানকার অংশ?

মানুষের যোগ্যতা হাইজ্যাক করা ছাড়াও গৎবাঁধা ভাবনা মানুষকে অনুভব করায় যে তারা এখানকার অংশ নয়। অনেক সংখ্যালঘিষ্ঠরা কলেজ ছেড়ে দেয় এবং মহিলারা অংক ও বিজ্ঞান ছেড়ে দেয় কেবল নিজেদেরকে যোগ্য নয় মনে করে। এটা কিভাবে ঘটে সেটা জানার জন্য আমরা ক্যালকুলাস কোর্সে মহিলাদের পর্যবেক্ষণ করি। খুব কমই ছাত্ররা মনে করে যে অংক বা অংক সংশ্লিষ্ট ক্যারিয়ার তাদের জন্য যথার্থ। সেমিষ্টার চলাকালে আমরা মহিলাদেরকে অংক ও অংকে তাদের সত্ত্বাধিকার সম্পর্কে রিপোর্ট নেই। যেমন, যখন তারা অংক নিয়ে ভাবে, তারা কি গণিত সম্প্রদায়ের পুরোপুরি সদস্য বলে নিজেকে মনে করে, না বহিরাগত; তারা কি স্বস্থিবোধ করে না উদ্বেগ; যোগ্যতা সম্পর্কে তারা কি ভাল ধারণা করে না খারাপ?
পরিপক্ক চিন্তাধারার মহিলা যারা মনে করে যে অংক করার মাধ্যমে যোগ্যতার উন্নয়ন ঘটানো যায়, বেশ শক্তিশালী ও স্থায়ী স্বত্বাধিকার অনুভব করে। আর তারা এটা তখনও করতে সক্ষম হয়, যখন তাদের চারপাশে প্রচুর নেতিবাচক গৎবাঁধা ভাবনা ঘুরে বেড়ায়। এক ছাত্রী এভাবেও বর্ণনা দিল : "অংক ক্লাশে [মহিলা] শিক্ষার্থীদের বলা হল যে তাদের ভুল হচ্ছে অথচ যখন সেটা সত্যি নয় (মূলত: তারা নতুন প্রক্রিয়ায় করছিল)। এটি খুব অদ্ভুত ছিল এবং ছাত্রীদের ভাল কাজটি না দেখার জন্য ইন্সট্রাক্টরের উপরও কাজটির তেমন প্রভাব পড়ল না। যাই হোক যেহেতু আমরা একযোগে করছিলাম এবং আমরা পরস্পরকে সাহায্য করছিলাম---- আমরা আমাদের মধ্যেই ধারণাগুলো আলোচনা করছিলাম।"

skill.blogspot.com

গৎবাঁধা ভাবনা তাদের বিরক্ত করছিল (যদি করে থাকে), কিন্তু তবু তারা অংকের ব্যাপারে নিজেদের মধ্যে স্বস্থিকর ও আস্থাশীল পরিবেশ বজায় রেখেছিল। তারা লড়াই করেছিল।

কিন্তু স্থির চিন্তাধারার মহিলারা নিজেদের অংশীদারীত্ব সম্পর্কে শংকিত হয়ে উঠেছিল। আর ক্লাশে গৎবাঁধা ভাবনার উপস্থিতি যত বেশি অনুভব করছিল, অংকের ব্যাপারে তারা তত ভীতু হয়ে উঠছিল। এক ছাত্রী জানাল, "আমি যখন ক্লাশে অংকটি ঠিকমত করেছি, প্রফেসর তখন 'ধারণাটা ভালোই' বলে আমাকে অসম্মান করেছেন।"

নিম্নযোগ্যতাসম্পন্ন গৎবাঁধা মানুষেরা নিজেদের ক্ষতি করে, পরিমাপ করে এবং স্বস্থি ও আত্মবিশ্বাস হারায়। আমি বলছি না যে এটি তাদের দোষ। সংস্কার একটি গভীর সামাজিক সমস্যা এবং আমি এর শিকারকে দোষ দিতে চাই না। আমি কেবল এটুকু বলছি যে পরিপক্ক চিন্তাধারা মানুষকে সেই সংস্কারের কারণ খুঁজে নিতে সাহায্য করে এবং আত্মবিশ্বাস ও যোগ্যতার বলে তার সাথে লড়াই করে।

অন্যের মতামতকে বিশ্বাস করা

অনেক মহিলাদের কেবল গৎবাঁধা ভাবনা নয়, যেকোন মানুষের মতামতকে বিশ্বাস করার সমস্যা আছে। তারা সেগুলোকে অনেক বেশি বিশ্বাস করে।

একদিন হাওয়াইয়ের এক ড্রাগষ্টোরে দাঁতের ফ্লস ও সুগন্ধিদ্রব্য কিনতে গেলাম এবং জিনিসগুলো নিয়ে আমি লাইনে অপেক্ষা করতে লাগলাম। আমার সামনে দু'জন মহিলা টাকা দেয়ার জন্য অপেক্ষা করছিল। এক পর্যায়ে আমি ভাবলাম যে পালা আসার আগে আমি টাকাগুলো হাতে নেই। তাই সামান্য হেঁটে আমি জিনিসগুলো কাউন্টারের একপাশে রাখলাম এবং পার্সের ভেতর থেকে বিলগুলো বের করতে লাগলাম। দুই মহিলা প্রচন্ড ক্ষিপ্ত হয়ে উঠল। আমি ব্যাখ্যা করলাম যে কোন অবস্থাতেই আমি তাদের সামনে যেতে চাইনি। আমি কেবল তৈরি হচ্ছিলাম। ভাবলাম বিষয়টি চুকে গেছে। কিন্তু যখন ষ্টোরের বাইরে আসলাম, দেখলাম তারা আমার জন্য অপেক্ষা করছে। তারা আমার মুখের উপর চিৎকার করে বলল, "তুমি খুব অভদ্র।"

আমার স্বামী, যে প্রথম থেকে শেষ পর্যন্ত পুরো ব্যাপারটাই দেখল, ভাবল যে ওরা পাগল। কিন্তু তারা আমার উপর এক অদ্ভূত ও বিরক্তিকর প্রভাব ফেলল এবং তা থেকে মুক্ত হতে আমার অনেক সময় লেগেছিল।

এ ধরনের আক্রমণাত্মক আচরণ অনেক সক্ষম ও উচ্চক্ষমতাসম্পন্ন মহিলাদেরকেও বিরক্ত করে। এমন কেন হয়? যখন ছোট ছিল, নিশ্চয়ই তারা

sklitu.blogspot.com

বেশ ভদ্র ছিল এবং সকলে একথা বললে তারা বেশ খুশি হত। তারা বেশ ভদ্র, মিষ্টি, উপকারী ও কম বয়সে পরিপক্ক। মেয়েরা অন্যদের মূল্যায়নকে বেশি বিশ্বাস করে। "ইস্, সবাই আমাকে কত পছন্দ করে, যদি তারা আমার সমালোচনা করে, সত্যিই হবে নিশ্চয়।" এমনকি দেশের সেরা ইউনিভার্সিটির মেয়েরাও বলে যে অন্যান্য মানুষের অভিমত থেকে নিজের যোগ্যতা সম্পর্কে জানা যায়।

ছেলেরা প্রায় সবসময় বকা খায় ও শাস্তি পায়। ছেলেরা তাদের কর্মকান্ডের জন্য আট গুণ বেশি সমালোচিত হয়। ছেলেরাও পরস্পরকে বোকা ও গাধা ডাকে। এতে তাদের প্রচুর ক্ষমতা নষ্ট হয়।

একবার এক ছেলে বন্ধু আমাকে বোকা ডেকেছিল। সে আমার বাসায় ডিনার খেতে এসেছিল এবং আমরা যখন খাচ্ছিলাম, কিছু খাবার আমার ব্লাউজে পড়ে গিয়েছিল। সে বলল, "কারণ তুই খুব বোকা।" আমি চমকে উঠলাম, তখন আমি টের পেলাম যে এমন কথা আমাকে কেউ কখনও বলেনি। ছেলেরা একে অন্যকে এসব বলেই থাকে। সেটা বিশেষ কোন ব্যাপার নয়। কিন্তু অন্যরা এমন বললে তারাও দুবার ভাববে।

এমনকি মহিলারা সাফল্যের শীর্ষে পৌছে গেলেও অন্য মানুষের আচরণ তাদেরকে প্রভাবিত করে। ফ্রান্সিস কনলে পৃথিবীর অন্যতম বিখ্যাত একজন নিউরোসার্জন। মূলতঃ তিনিই প্রথম মহিলা যাকে আমেরিকান মেডিকেল স্কুলের নিউরোসার্জারিতে নিয়োগ দেয়া হয়েছিল। তবু পুরুষ সহকর্মীদের, এমনকি সহকারীদেরও নানা মতামত তাকে আত্মা-সংশয়ে ভোগাত। একদিন সার্জারির সময় একজন তাকে 'হানি' বলে ডাকল। তার জবাব না দিয়ে তিনি নিজেকে প্রশ্ন করলেন। "হানি বলতে কি খুব ভাল ও মেধাবী বুঝিয়েছে যে এই অপারেশনটি করতে পারে?"

স্থির চিন্তাধারা, গৎবাঁধা ভাবনা ও অন্যদের মতামতে মহিলাদের বিশ্বাস অনুযায়ী ঃ অংক ও বিজ্ঞানে মহিলাদের দুর্বলতার কারণে এসব হয়।

উন্নত প্রযুক্তির বিশ্বেও এই করুণ বিষয়টি স্পষ্ট। জুলি লীচ জুনিয়র হাই স্কুলে থাকাকালীন সময়ে কম্পিউটার কোড লিখেছিলেন। তার বাবা ও ভাইয়েরা প্রযুক্তি বিদ্যার কাজ করে এবং সেও তা ভালবাসে। সে একটি কম্পিউটার প্রোগ্রাম লিখল আর তা বেশ ভালোই হল, কিন্তু তার কম্পিউটার টিচার এর সমালোচনা করলেন। তার সংক্ষিপ্ত উপায়টি টিচারের পছন্দ হয়নি। তার উৎসাহ হারিয়ে গেল, সে বিনোদন ও জনসংযোগ পড়তে চলে গেল।

skitib.blogspot.com

অংক ও বিজ্ঞানে মহিলাদের স্থান আরো স্বস্থিকর হওয়া উচিত। আর মহিলাদেরও পরিপক্ক চিন্তাধারার হওয়া উচিত যাতে এখানে তারা যথার্থ স্থানটি দখল করতে পারে।

কখন সবকিছু সঠিক হয়

আসুন দেখা যাক প্রক্রিয়া কখন সঠিক হয়।

পোলগার পরিবার তিনজন সেরা মহিলা দাবাড়ুর জন্ম দিয়েছে। কিভাবে? তিনজনের একজন, সুজান বলল, "আমার বাবা বিশ্বাস করেন সে জন্মগত প্রতিভা কিছুই না, ৯৯% সফলতা হল কঠোর পরিশ্রম।" আমি তার সাথে একমত।" কনিষ্ঠ কন্যা জুডিথকে এখন সর্বকালের সেরা মহিলা দাবাড়ু হিসেবে গণ্য করা হয়। সে সবচেয়ে মেধাবী ছিল না। সুজান জানাল, "জুডিথ প্রথমে শ্লো ছিল, কিন্তু খুব পরিশ্রমী ছিল।"

আমার এক সহকর্মীর দুইটি মেয়ে আছে, যারা অংকে বেশ সফল। একজন সেরা ইউনিভার্সিটিতে অংকের গ্রাজুয়েট। অন্যজন অভিজাত ম্যাথ টেষ্টে প্রথম স্থান পায়, জাতীয় অংক প্রতিযোগিতায় জয়লাভ করে এবং বর্তমানে শীর্ষস্থানীয় ইউনিভার্সিটিতে নিউরোসায়েন্স পড়ে। তাদের রহস্য কি? এটা কি বংশানুক্রমিক? আমার বিশ্বাস এটি তাদের চিন্তাধারার ফসল। আমার দেখা সবচেয়ে পরিপক্ক চিন্তাধারার পরিবার এটি।

মূলতঃ তাদের বাবা সবকিছুতে পরিপক্ক চিন্তাধারা প্রয়োগ করেছেন। কয়েক বছর আগে তার সাথে আমার যে আলাপ হয়েছিল, তা আমি কখনও ভুলবনা। আমি সে সময় একা ছিলাম এবং তিনি জানতে চাইলেন সে সঙ্গীর ব্যাপারে আমার প্ল্যান কি। তিনি ভীষণ অবাক হলেন যখন আমি বললাম যে কোন প্ল্যান নেই। তিনি জানালেন, "আপনার কাজ আপনাআপনি হয়ে যাবে, এটা আশা করা যায় না। আপনার মধ্যে এই তফাৎ কেন?" তিনি মানতেই পারছিলেন না যে কারো একটি লক্ষ্য আছে আর সে তার জন্য কোন পদক্ষেপ নিচ্ছে না।

সংক্ষেপে বলা যায়, মানুষ যদি নেতিবাচক পর্যায়েরও হয়, পরিপক্ক চিন্তাধারা তাদের মনকে পুরোপুরি ব্যবহার করতে ও উন্নয়ন ঘটাতে বাধ্য করে। তাদের মাথা সীমিত ভাবনা, দুর্বল স্বত্বাধিকারবোধ ও অন্য মানুষের মূল্যায়ন দিয়ে পূর্ণ থাকে না।

skjila.blogspot.com

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

আপনার নায়কের কথা ভাবুন। আপনি কি মনে করেন কোন কষ্ট ছাড়াই কেবল অসাধারণ প্রতিভার কারণে সে সফল? এখন সত্যিটা খুঁজে বের করুন। তাদের প্রচন্ড চেষ্টাকে খুঁজে দেখুন এবং আরো বেশি শ্রদ্ধা করুন।

অনেক সময় অন্যরা আপনাকে অতিক্রম করে গেছে এবং তাদেরকে আপনার বেশি স্মার্ট ও মেধাবী বলে মনে হয়েছে। এখন ভাবুন যে তারা অনেক ভাল কৌশল অবলম্বন করেছে, অনেক শিখেছে, প্রচুর পরিশ্রম করেছে এবং শত বাধা সত্ত্বেও নিজেদের কাজ করে গেছে। চাইলে আপনিও তা করতে পারেন।

এমন পরিস্থিতি হয়েছে কি আপনি বোকা বনে গেছেন– নিজের বুদ্ধিকে কাজে লাগাতে পারেন নি? পরবর্তীতে সে ধরনের পরিস্থিতিতে নিজের পরিপক্ক চিন্তাধারা ব্যবহার করবেন– শিক্ষা ও উন্নয়নের কথা ভাববেন, বিচারের কথা নয়– আর লেগে থাকবেন।

আপনার সন্তানদের কি চিহ্নিত করেছেন? একজন শিল্পী আর অন্যজন বিজ্ঞানী। পরবর্তীতে মনে রাখবেন যে আপনি তাদের সাহায্য করছেন না, যদিও আপনি তাদের সুনাম করতেই পারেন। আমাদের পর্যবেক্ষণকে মনে রাখবেন যে যোগ্যতা প্রশংসিত বাচ্চারা আই কিউ স্কোরে দুর্বল হয়। পরিপক্ক চিন্তাধারার মাধ্যমে তাদেরকে প্রশংসা করুন।

আমাদের সমাজের অর্ধেকেরও বেশি মানুষ নেতিবাচক গৎবাঁধা ভাবনায় বিশ্বাসী। প্রথমে মহিলারা, পরে অন্যান্যরা বিভিন্ন বিষয়ে দুর্বল। তাদেরকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় আহ্বান করুন। এমন পরিবেশ তৈরি করুন যাতে বড়রা ও বাচ্চারা, এমনকিও নেতিবাচক মানুষেরাও পরিপক্ক চিন্তাধারা গ্রহণ করে। এমনকি নেতিবাচক পর্যায় এসে দাঁড়ালেও তারা যেন শিখতে পারে।

sklilu.blogspot.com

চতুর্থ অধ্যায়

খেলাধূলা : একজন চ্যাম্পিয়ানের চিন্তাধারা

খেলাধূলার ক্ষেত্রে সবাই প্রতিভাকে বিশ্বাস করে। এমনকি বিশেষজ্ঞরাও। মূলত 'সহজাত' শব্দটি ক্রীড়াজগত থেকেই এসেছে, এমন কেউ যে দেখতে, চলাফেরায় এবং আসলেই অ্যাথলেট। প্রতিভার প্রতি বিশ্বাস এত গভীর যে অনেক স্কাউট ও কোচ কেবল প্রতিভাবানদের খোঁজ করে এবং তাদের নিয়োগ দেয়ার জন্য এক দল অন্য দলের সাথে প্রতিযোগিতায় মেতে উঠে। বিলি বেনে একজন প্রতিভাবান। সবাই একমত যে বেইব রূথের পরেই তার স্থান।

কিন্তু বিলি বেনের একটি ঘাটতি ছিল। একজন চ্যাম্পিয়ানের চিন্তাধারা তার মধ্যে ছিল না।

মাইকেল নিউস তার 'মানিবল' এ বলেছেন, বেনে হাইস্কুলে যখন সেকেন্ড ইয়ারে ছিল, বাস্কেটবল টিমে সবচেয়ে বেশি স্কোর করেছিল, ফুটবল টিমে কোয়ার্টারব্যাক ছিল, এবং বেইসবল টিমে সবচেয়ে ভাল হিটার ছিল, দেশের অন্যতম কঠিন লীগে ৫০০ ব্যাটিং করেছিল। তার আসলেই বেশ মেধা ছিল।

কিন্তু যখনই ভুল হতে লাগল, বেনে কিছু ভাঙ্গার জন্য খুঁজতে লাগল। "বিষয়টি এমন নয় যে সে হারতে চায় না, এমন যে সে হারতে জানে না।"

যখন সে বেইসবলে ছোট লীগ থেকে বড় লীগে গেল, ক্রমে সবকিছু খারাপ হতে লাগল। প্রতিটি ব্যাটে যেন আতংক, অপমানের আরেক সুযোগ। আর প্রতিটি ব্যাটের সাথে সে একটু একটু ভেঙ্গে পড়তে লাগল। এক স্কাউট বলল, "বিলির ধারণা ছিল যে তার কখনও বাইরে যেতে হবে না।"

বেনে কি তার সমস্যাগুলোকে গঠনমূলক উপায়ে ঠিক করার চেষ্টা করেছিল? না, নিশ্চয় না, কারণ এটি স্থির চিন্তাধারার একটি গল্প। প্রাকৃতিক মেধাবীদের চেষ্টার দরকার নেই। চেষ্টা হল যারা কম পারে, তাদের জন্য। সহজাত মেধাবীরা সাহায্য চায় না। এটি দুর্বলতার প্রতীক। সংক্ষেপে প্রতিভাবানরা তাদের ঘাটতি খুঁজেনা আর তা পূরণ বা অনুশীলন করে না। ঘাটতির ভাবনাই ভয়াবহ।

স্থির চিন্তাধারায় বেশি নিযুক্ত থাকার কারণে বেনে ফাঁদে পড়ে গেল। বিপুল প্রতিভার ফাঁদে পড়ে গেল। খেলোয়ার বেনে স্থির চিন্তাধারা থেকে মুক্ত হতে পারেনি, তবে অবিশ্বাস্যরকম সফল মেজর-লীগ নির্বাহী বেনে পেরেছিল। সেটি কিভাবে হয়েছিল?

লেনি ডাইকস্ট্রা নামে আরেকজন খেলোয়াড় ছিল এবং বেনের পাশাপাশি ছোট ও বড় লীগে সে খেলত। ডাইকস্ট্রার বেনের মত শারীরিক কাঠামো বা 'সহজাত

skillsbdbasnet.com

প্রতিভা' ছিল না। কিন্তু বেনে বেশ আতংকের সাথে তাকে দেখত। বেনে পরবর্তীতে বলেছিল, "তার মধ্যে ব্যর্থতার কোন ধারণা ছিল না....আর আমি ছিলাম বিপরীত।"

বেনে বলতে লাগল, "বেইসবল খেলোয়াড় কি জিনিস আমি বুঝতে পারলাম আর দেখলাম যে সেটা আমি নই। সেটা ছিল লেনি।"

যেহেতু সে দেখল, শুনল ও বিষয়টি নিয়ে ভাবল, সে বুঝতে পারল যে প্রতিভার চেয়েও জরুরী হল চিন্তাধারা। এর খুব বেশি দিন পর নয়, স্কাউটিং ও ম্যানেজিংয়ের নতুন ধারা প্রদর্শনকারী একটি দলের অংশ হিসেবে সে বিশ্বাস করল যে বেইসবলের সামগ্রিক পয়েন্ট মেধার চেয়েও প্রক্রিয়ার উপর অনেক বেশি নির্ভরশীল।

এই অন্তর্দৃষ্টির আওতায় ২০০২ ওকল্যান্ড অ্যাথলেটিক্সের জেনারেল ম্যানেজার বেনে তার দলকে বিভাগীয় চ্যাম্পিয়নশীপ জিতিয়ে ১০৩টি বিজয়ের অধিকারী করেছিল এবং একের পর এক জয়ের কারণে আমেরিকান লীগের রেকর্ড প্রায় ভেঙ্গে ফেলেছিল। এই টিম বেইসবলে দ্বিতীয় সারির পেরোল পেয়েছিল। তারা প্রতিভা কিনেনি, কিনেছিল চিন্তাধারা।

সহজাত মতবাদ

এই দেখবেন, এই দেখবেন না

শারীরিক গুণাবলী বুদ্ধিবৃত্তির গুণাবলীর মত নয়। এটি দর্শনীয় আকার, গঠন, তৎপরতা সবই দেখা যায়। চর্চা ও প্রশিক্ষণও দর্শনীয় এবং এগুলো দর্শনীয় ফলাফল তৈরি করে। আপনি ভাবতে পারেন যে এতে সহজাতের প্রচলিত কাহিনী মুছে যাবে। আপনি মাগসি বোগস্ কে দেখুন যিনি পাঁচ ফুট তিন হওয়া সত্ত্বে এনবিএ বাস্কেটবল খেলে এবং ছোট কোয়ার্টারব্যাক ডউগ ফ্লুটিকে দেখুন যিনি নিউ ইংল্যান্ড পেট্রিয়ট ও সান ডিয়াগো বার্জারস' এর জন্য খেলেছে। আপনি একহাতওয়ালা বেইসবল খেলোয়াড় পীট গ্রে'কে দেখেন যিনি মেজর লীগে খেলেছেন। সর্বকালের অন্যতম সেরা গল্ফ খেলোয়াড় বেন হোগান, যার দেহ সৌষ্ঠবের অভাব ছিল। বড় দৌড়বিদ গ্লেন কানিংহাম, যার পা খুব পোড়া ও ক্ষতিগ্রস্থ ছিল। ল্যারি বার্ড যার ক্ষিপ্রতার অভাব ছিল। দেখুন যে ছোট বা সৌন্দর্যহীন বা 'প্রতিবন্ধী' পর্যন্ত এমন কিছু করেছে যা ঈশ্বরের মত দেখতে বিশাল মানুষ পারেনি। এগুলো কি মানুষকে কিছু বলে না?

বক্সিংয়ের পারদর্শিতা শারীরিক কাঠামোর উপর নির্ভর করে, যাকে 'দৈর্ঘ্য মাপার ফিতার গল্প' বলে। ফাইটারের ছাতি, বেড়, বুকের চওড়া ও ওজন পরিমাপ করা

skillubloggspot.com

হয়। মোহাম্মদ আলী এই পরিমাপে আসেনি। তিনি সহজাত ছিলেন না। তার প্রচন্ড গতি ছিল, তবে বড় ফাইটারের শারীরিক কাঠামো ছিল না, তার শক্তি ছিল না এবং তার নড়াচড়াও ক্লাসিক্যাল ছিল না, মূলতঃ তিনি ভুলভাবে খেলতেন। তিনি বাহু ও কনুই দিয়ে ঘুসি ঠেকাতেন না। তিনি অ্যামেচারের মত ঘুসি মারতেন। তিনি তার চোয়াল ঠেলে রাখতেন। আসন্ন ঘুসি থেকে বাঁচার জন্য তিনি শরীরকে পিছিয়ে দিতেন, যেটাকে জোস টরেস বলেছে, "যেন রেললাইনের মাঝখানে কেউ আসন্ন ট্রেনের আঘাত থেকে বাঁচার চেষ্টা করছে, লাইনের এদিক বা ওদিক নেমে নয়, পিছনে দৌড়ে।"

আলীর প্রতিদ্বন্দ্বী সনি লিস্টন ছিল সহজাত। আকৃতি, শক্তি ও অভিজ্ঞতা সব তার ছিল। তার ক্ষমতা ছিল কিংবদন্তী। এটি কল্পনারও অতীত ছিল যে আলী লিস্টনকে হারাতে পারে। জোড়াটি এত হাস্যকর ছিল যে খেলার জায়গাটি মাত্র অর্ধেক ভরেছিল।

দ্রুততা ছাড়াও আলীর অসাধারণত্ব ছিল তার মনে। তার মস্তিষ্কে, তার পেশীতে নয়। সে তার প্রতিদ্বন্দ্বীকে পরিমাপ করেছিল আর তার মানসিক কৌশল বুঝে গিয়েছিল। লিস্টনের মারামারির কৌশল শুধু নয়, রিংয়ের বাইরে ব্যক্তিটি কেমন, সেটাও সে গভীরভাবে পর্যবেক্ষণ করেছে : "তার সব সাক্ষাতকার আমি পড়েছি। আমি সেইসব মানুষদের সাথে কথা বলেছি যারা তার আশেপাশে থাকে বা তার সাথে কথা বলেছে। আমি বিছানায় শুয়ে সবকিছুই একত্রিত করতাম ও ভাবতাম এবং তার মন কিভাবে কাজ করে, সেই ছবিটি পাওয়ার চেষ্টা করতাম।" আর এরপর তিনি তার বিরুদ্ধে দাঁড়ালেন।

প্রতিটি ফাইটের আগে আলীকে 'উন্মত্ত' দেখাত কেন? টরেস বলেছেন, কারণ নকআউট ঘুসি আসার সময় দেখা যায় না। আলী বললেন, "লিস্টনকে বিশ্বাস করাতে চেয়েছিলাম যে আমি উন্মাদ। অর্থাৎ আমি যেকোন কিছু করতে পারি। সে আমার মুখ ছাড়া কিছুই দেখতে পেত না আর আমি কেবল সেটাই তাকে দেখাতে চেয়েছিলাম।"

প্রজাপতির মত উড়ে
মৌমাছির মত হুল ফুটিয়ে
তোমার হাত মারতে পারেনা
কারণ তোমার চোখ দেখতে পায় না।

লিস্টনের বিরুদ্ধে আলীর বিজয় ছিল বক্সিংয়ের জগতে ইতিহাস। এক বিখ্যাত বক্সিং ম্যানেজার আলীর সম্পর্কে বলেছিল :

sklilu.blogspot.com

"তিনি ছিলেন আপাতবিরোধী সত্য। রিংয়ের মধ্যে তার শারীরিক কৌশল ছিল সম্পূর্ণ ভুল.... তবে তার মস্তিষ্ক সবসময় নিখুঁতভাবে কাজ করত। মুখে প্রশস্থ হাসি হেসে তর্জনীর মাধ্যমে কপালে টোকা দিয়ে আমাদের দেখিয়েছেন "বিজয় ওখান থেকে এসেছে।" এরপর আঙুলগুলো মুষ্ঠিবদ্ধ করে বাড়িয়ে দিয়ে বলেছেন, "এখান থেকে নয়।"

এতে শারীরিক গুণাবলী সম্পর্কে মানুষের মন পাল্টায়নি। না, আমরা কেবল আলীকে ফিরে দেখেছি গুরুত্ব বুঝার জন্য এবং একজন বড় বক্সারের শরীর দেখতে পেয়েছি। এটি বাড়তি ব্যাপার যে তার মন তীক্ষ্ণ ছিল এবং তিনি চমৎকার কবিতা লেখেন, কিন্তু এখনও আমরা ভাবি যে তার সাফল্য শরীরেই নিহিত ছিল। আর আমরা বুঝতে পারিনা যে বিশেষজ্ঞরা প্রথমেই এই সাফল্য দেখতে ভুল করে কেন।

মাইকেল জর্ডান

মাইকেল জর্ডান সহজাত ছিলেন না। সম্ভবতঃ ক্রীড়াজগতের ইতিহাসে তিনি ছিলেন সবচেয়ে বেশি পরিশ্রমী অ্যাথলেট।

সবাই জানে যে মাইকেল জর্ডানকে হাই স্কুল ভার্সিটি টিম থেকে বাদ দেয়া হয়েছিল; সেই কোচকে নিয়ে আমরা হাসি যিনি তাকে বাদ দিয়েছিলেন। তিনি যেখানে (নর্থ ক্যারোলিনা স্টেট) খেলতে চেয়েছিলেন, সেই কলেজে তাকে নিয়োগ দেয়া হয়নি। তারা কি বোকা ছিল না? প্রথম দুটি এনবিএ টিমে তার নাম তালিকাভূক্ত হয়নি, যারা তাকে পছন্দ করতে পারত। কত বড় ভুল! কারণ এখন আমরা জানি যে তিনি সেরা বাস্কেটবল খেলোয়াড় এবং ভাবি যে শুরু থেকেই তিনি এমন ছিলেন। যখন আমরা তার দিকে তাকাই, মাইকেল জর্ডানকে দেখি। আর সেইসময় শুধু মাইকেল জর্ডানকে দেখতাম।

জর্ডানকে যখন ভার্সিটি টিম থেকে বাদ দেয়া হল, তিনি বিপর্যস্ত হয়ে পড়লেন। তার মা বললেন, "আমি তাকে ফিরে যেতে এবং নিজেকে নিয়মতান্ত্রিক করতে বলেছি।" ছেলে কথা শুনেছিল। স্কুলের আগে প্র্যাকটিস করার জন্য সে সকাল ছয়টায় ঘর থেকে বের হত। নর্থ ক্যারোলিনা ইউনিভার্সিটিতে সে অবিরাম তার দুর্বলতা, অর্থাৎ ডিফেন্সিভ খেলা এবং বল ধরা ও ছোঁয়ার কাজে ব্যস্ত থাকত। অন্যদের চেয়ে তার পরিশ্রমের ব্যাপারে অনেক বেশি আগ্রহ দেখে কোচ খুব অবাক হত। টিম যখন সেবারের শেষ খেলাটিও হেরে গেল, জর্ডান প্র্যাকটিস করতে গেল। সে পরের বছরের জন্য তৈরি হচ্ছিল। প্রতিভাবান এক অ্যাথলেটিক হয়ে খ্যাতি ও যশ অর্জনের পরও তার নিরবচ্ছিন্ন প্র্যাকটিস তাকে কিংবদন্তী বানিয়ে দিয়েছে। ফরমার বুলের অ্যাসিসটেন্ট কোচ জন বেচ তাকে

skitu.blogspot.com

বলেছেন, "একজন প্রতিভাবান যে নিরবচ্ছিন্নভাবে নিজের প্রতিভাকে এগিয়ে নিতে চেয়েছে।"

জর্ডানের জন্য সফলতা মন থেকে তৈরি হয়। "শারীরিক কাঠামোর চেয়ে মানসিক কাঠিন্য ও হৃদয় অনেক বেশি শক্তিশালী। একথা আমি সবসময় বলেছি ও বিশ্বাসও করেছি।" কিন্তু অন্যরা তা মানে না। তারা মাইকেল জর্ডানের দিকে তাকায় আর ভাবে যে দেহসৌষ্ঠব তার সফলতার মূল।

দ্য ব্যাব

ব্যব রূথের বিষয়টি কি? তিনি নিখুঁত শারীরিক কাঠামোর অধিকারী ছিলেন না। তার ইয়াঙ্কি ইউনিফর্মের ভেতরে প্রচন্ড ক্ষুধা ও বিশাল ভূড়ির অস্থিত্ব জানান দিত। বাহ্, এসব কি তাকে অনেক বেশি স্বাভাবিক করে তোলেনি? সারারাত মদ্যপান করে পরদিন ধীরেসুস্থে হেঁটে খাবারে ঝাঁপিয়ে পড়েননি এবং দ্রুত কর্মস্থল ছেড়ে বাড়ির দিকে ছুটেন নি?

ব্যব কিন্তু আদৌ সহজাত ছিলেন না। ক্যারিয়ারের শুরুতে তিনি তেমন ভাল হিট করতে পারতেন না। তার প্রচুর শক্তি ছিল, আর প্রতিবার ব্যাট দোলানোর সময় যে সংকল্প করতেন, তা থেকে এই শক্তি আসত। যখন তিনি মারতেন, বিষয়টি শ্বাসরুদ্ধকর হত, কিন্তু তিনি বিচ্ছিন্নভাবে খেলতেন।

এটি সত্য যে তিনি প্রচুর পরিমাণ খাবার ও পানীয় গ্রহণ করতেন। এত খাবারের পরও তিনি ডেজার্ট হিসেবে পুরো পাই খেয়ে নিতেন। প্রয়োজন অনুযায়ী তিনি নিজেকে বশও করতে পারতেন। অনেক শীতকালেও তিনি জিমে যেতেন শরীর মজবুত রাখার জন্য। মূলতঃ ১৯২৫ এর পর যখন মনে হচ্ছিল তিনি ওয়াশ আপ হতে যাচ্ছেন, নিজেকে সঠিক আকৃতিতে ফিরিয়ে আনার জন্য সংকল্প করলেন এবং তা বাস্তবে রূপও দিলেন। ১৯২৬ থেকে ১৯৩১ এর মধ্যে তিনি ৩৫৪ বার ব্যাট করলেন, বার্ষিক গড়ে ৫০ রান এবং ১৫৫ রান করলেন। তার জীবনীকার রবার্ট ক্রিমার বলেন, নিয়মানুবর্তিতার মাধ্যমে "রূথ বেইসবলে সবচেয়ে চমৎকার হিট করেছেন....১৯২৫ এর ভস্ম থেকে ব্যব রূথ রকেটের মত উঠে গেছেন।"

তিনি প্র্যাকটিস করতেও ভালবাসতেন। মূলতঃ তিনি যখন বোস্টন রেড সক্স 'এ যোগ দিলেন, ঝানু ব্যক্তিরা তাকে প্রতিদিন প্র্যাকটিস করা থেকে বিরত রাখতে চাইত। তিনি একজন শিক্ষানবীশ ছিলেন না; তিনি ছিলেন পীচার। পরবর্তীতে তাকে একটি খেলা থেকে নিষিদ্ধ করা হয়। সেটা এক বিষয়। কিন্তু তারা তাকে প্র্যাকটিস করতে দেয়নি, সেটা তাকে আহত করেছিল।

টাই কব বলেছিলেন যে পীচার হয়েও রূথের সাহায্য করাটা তার হিটিংকে উন্নীত করেছিল। পীচার হয়েও কেন তার ব্যাটিংয়ে সাহায্য করত? কব বলেন, "সে

sktila.blogspot.com

প্লেইটে পরীক্ষা করতে পারত। একজন পীচার আঘাত করলে বা ব্যাটে খারাপ থাকলে কেউ লক্ষ্য করত না, তাই রুথ সেই ঝুঁকি নিত। যদি সে মিস্ করত, কোন ব্যাপারই ছিল না....সময়ের সাথে সাথে সে বলের নিয়ন্ত্রণ অনেক ভালভাবে শিখে নিল। এর মধ্যেই সে ফুলটাইম আউটফিল্ডার হয়ে উঠল, সে প্রস্তুত হয়ে গেল।"

তবু স্টিফেন জে গোল্ডের কথায় আমাদের ঝোঁক বেশি: "সকলে মনে করে যে বড় খেলোয়াড়রা মাংসের একটি টুকরা, যারা স্বাভাবিকভাবে ও কোন চেষ্টা ছাড়াই তাদের প্রতিভা প্রদর্শন করে।"

বিশ্বের দ্রুততম মহিলা

বিশ্বের দ্রুততম নারী উইলমা রুডল্ফ্ যিনি ১৯৬০ রোম অলিম্পিকসে স্প্রিন্ট ও রিলে'তে তিনটি গোল্ড মেডেল পেয়েছিলেন, তার বিষয়টি কেমন ছিল? তার শারীরিক অবস্থা অন্যান্যদের চেয়ে একদম ব্যতিক্রম ছিল। তিনি ছিলেন অপরিপক্ক শিশু, বাবা-মায়ের বাইশজন সন্তানের মধ্যে বিশতম ছিলেন এবং প্রায় সময় অসুস্থ থাকতেন। চার বছর বয়সে ডাবল নিউমোনিয়া, আরও জ্বর ও পোলিওর সাথে মরণপণ যুদ্ধ করে প্রায় অবশ বাম পা নিয়ে সেরে উঠেছিলেন। সেই বাম পা ব্যবহারের আশা ডাক্তাররাই দিতে পারেননি। আট বছর পর্যন্ত থেরাপি দেয়ার পর বার বছর বয়সে তিনি স্বাভাবিকভাবে হাঁটতে শুরু করেন।

এটি যদি শারীরিক যোগ্যতা বৃদ্ধির শিক্ষা না হয়ে থাকে, তবে আর কোন্‌টি হবে? তিনি সময় নষ্ট না করে বেইসবলের ক্ষেত্রে এই শিক্ষাটি প্রয়োগ করলেন, যদিও প্রথম অফিসিয়াল ট্র্যাকে তিনি প্রতিটি খেলায় হেরেছিলেন। অবিশ্বাস্য সফলতার পর তিনি বলেছিলেন, "আমি চেয়েছিলাম মানুষ আমাকে পরিশ্রমী মহিলা হিসেবে স্মরণ রাখুন।"

সর্বকালের সেরা মহিলা অ্যাথলেট জ্যাকি জয়নার-কার্মের ক্ষেত্রে কি ঘটেছিল? ১৯৮৫ থেকে ১৯৯৬ এর প্রারম্ভ পর্যন্ত প্রতিটি হেপটাথলন প্রতিযোগিতায় উনি জিতেছিলেন। হেপটাথলন আসলে কি? দুই দিন ব্যাপী সাত ধরনের খেলার সংমিশ্রণ, যেখানে ১০০ মিটার দৌড়, হাই জাম্প, বর্শা নিক্ষেপ, ২০০ মিটার স্প্রিন্ট, লং জাম্প, বল নিক্ষেপ, ও ৮০০ মিটার দৌড় সম্পন্ন করতে হয়। বিজয়ীকে বিশ্বের সেরা মহিলা অ্যাথলেট বলার মধ্যে আশ্চর্যের কিছু নেই। জয়নার কার্সে ক্রীড়াজগতের ইতিহাসে ছয়টি সেরা স্কোর করে বিশ্ব রেকর্ড করেছেন এবং দুটো অলিম্পিক গোল্ড মেডেলসহ দুবার বিশ্ব চ্যাম্পিয়ান হয়েছেন (যদি অন্য খেলারগুলো হিসেব করি তবে ছয়টি)।

sohel.blogspot.com

তিনি কি সহজাত ছিলেন? তিনি মেধাবী ছিলেন, তবে যখন শুরু করেছিলেন, তখন বেশ কয়েকবার সবার শেষ ছিলেন। যত বেশি কাজ করেছিলেন, তত দ্রুততম হয়েছিলেন, কিন্তু তখনও তিনি জিততে পারেননি। অবশেষে তিনি জিততে শুরু করেন। কি বদল হয়েছিল? "অনেকে হয়ত বংশগতির রূপান্তর বলে থাকবেন।...কিন্তু আমি মনে করি উত্তরসুরীদের পথ, প্রতিবেশির আঙিনা ও স্কুলের করিডোরে যত ঘন্টা কাজ করেছি, সেগুলোর পুরস্কার এসব।"

তার নিরবচ্ছিন্ন সফলতার রহস্য শেয়ার করতে গিয়ে তিনি বলেন, "এমন কিছু ছিল যা নিজের উন্নয়ন ঘটানোর জন্য উৎসাহিত ও উত্তেজিত করে তুলত। এভাবেই আমি ছয়টি অলিম্পিক মেডেল পেয়েছি ও পাঁচটি বিশ্ব রেকর্ড করেছি। জুনিয়র হাই স্কুলে থাকতেও ব্যাপারটি এমন ছিল যখন আমি প্রথম ট্র্যাকে ঢুকি।"

তার শেষের দুটি মেডেল (একটি ওয়ার্ল্ড-চ্যাম্পিয়নশীপ ও অন্যটি অলিম্পিক মেডেল) অ্যাজমার আক্রমণ এবং হাঁটুর পিছনের পেশীর মারাত্মক ও যন্ত্রণাদায়ক জখমের সময় তিনি অর্জন করেন। সহজাত প্রতিভার কারণে এটি ঘটেনি। এর কারণ ছিল চিন্তাধারা।

সহজাতদের চেষ্টার প্রয়োজন হয় না

আপনি কি জানেন যে একসময় প্রবল বিশ্বাস ছিল যে গলফের জন্য আপনি শারীরিক প্রশিক্ষণ নিতে পারেন না এবং শক্তি বাড়ালে আপনি 'স্পর্শ' হারিয়ে ফেলবেন? টাইগার উড তার কর্মপদ্ধতি ও মারাত্মক প্র্যাকটিসের অভ্যাসের ফলে প্রতিটি টুর্ণামেন্ট জেতার আগ পর্যন্ত ওটা প্রচলিত ছিল।

মানুষের এমন বিশ্বাসও ছিল যে সহজাত প্রতিভার বিরুদ্ধে গিয়ে কেউ চেষ্টা করলে তাকে হতাশ হতে হয়। আপনাকে জীবনের ষ্টেশনকে মেনে নিতেই হবে। এই বিশ্বাস মৌরি উইলসকে হয়ত ঘৃণাও করেছে। উইলস ছিলেন ১৯৫০-১৯৬০ এর বেশ আগ্রহী একজন বেইসবল খেলোয়াড় যার স্বপ্ন ছিল মেজর লীগার হওয়া। তার সমস্যা ছিল যে তার হিটিং তেমন ভাল ছিল না, তাই ডজারস যখন তাকে নিয়োগ দেয়, মাইনর লীগে পাঠিয়ে দেয়। সে গর্বভরে বন্ধুদেরকে বলল, "দুই বছরের মধ্যে আমি ব্রুকলিনে জ্যাকি রবিনসনের সাথে খেলতে যাচ্ছি।" কিন্তু সে ভুল ছিল। ইতিবাচক ধারণা ও নিত্য অনুশীলন সত্ত্বেও মাইনর লীগে তার সাড়ে আট বছর কেটে যায়। সাড়ে সাত বছর পর টিম ম্যানেজার তাকে ব্যাটিংয়ের পরামর্শ দিয়ে বলে, "তোমার সাড়ে সাত বছর চলেই গেছে, এখন আর হারানোর কিছু নেই।" এর ঠিক পরপর ডজারের সর্টস্টপ যখন পায়ের আঙুল ভেঙ্গে ফেলে, উইলসের ডাক পড়ে। সে তার সুযোগ পায়।

skill.blogspot.com

তার ব্যাটিং তখনও ভাল ছিল না। আশাহত না হয়ে সে তার প্রথম ব্যাচের কোচের কাছে সাহায্য চাইতে যায়; উইলসের নিয়মিত অনুশীলনের বাইরে তারা কয়েক ঘন্টা একত্রে কাজ করে। তবুও ভাল হয় না। এমনকি অত্যুৎসাহী উইলস তখন পালাতে প্রস্তুত, কিন্তু তার কোচ তাকে ছাড়ল না। এরপর সঠিক জায়গা মেরামত হল, উইলসের মনের পরিবর্তন দরকার।

সে হিট করতে শুরু করল এবং প্রচন্ড গতির সাথে সে বল পেতে শুরু করল। সে প্রতিদ্বন্দ্বি পীচার ও কেচারের নড়াচড়া লক্ষ্য করল এবং বল পাওয়ার সেরা সময়টি নির্ধারণ করল। সে আচমকা জোরের সাথে বল ছিনিয়ে পাশ কাটাতে লাগল। তার কৌশল পীচারকে বিপর্যস্ত, কেচারকে গতিশীল এবং ভক্তদের উত্তেজিত করে তুলল। উইলস টাই কবসের রেকর্ড ভেঙ্গে ফেলল, সাতচল্লিশ বছর পর্যন্ত যে রেকর্ডকে চ্যালেঞ্জ করার কেউ ছিল না। সেবার ন্যাশনাল লীগে তাকে সবচেয়ে মূল্যবান খেলোয়াড় হিসেবে ভোট প্রদান করা হল।

খেলার আই কিউ

আপনি ভাবতে পারেন যে ক্রীড়াজগতে চর্চা ও উন্নয়ন এবং মন ও কাজের মধ্যকার সম্পর্ককে দেখা উচিত এবং জন্মগত শারীরিক ক্ষমতাকে প্রাধান্য দেয়া বন্ধ করা উচিত। হয়ত বা এর কারণ হল ম্যালকম গ্লাডওয়েলের পরামর্শ : অর্জিত ক্ষমতার চেয়ে প্রকৃতিপ্রদত্ত গুণকে মানুষ বেশি মূল্যায়ন করে। ব্যক্তিগত প্রচেষ্টা ও আত্মোন্নয়নের কথা যতই বলি না কেন, মনের গভীরে আমরা সহজাত প্রতিভাকে সম্মান করি। আমরা আমাদের চ্যাম্পিয়ান ও আদর্শকে সুপার হিরো হিসেবে দেখতে চাই, যারা জন্মগতভাবে আমাদের চেয়ে ভিন্ন। আমরা তাদেরকে সেইসব সাধারণ মানুষের মত দেখতে চাই না, যারা তাদেরকে অসাধারণ বানিয়ে তোলে। কেন নয়? আমার কাছে বিষয়টি চরম বিস্ময়ের বলে মনে হয়।

এমনকি যখন অভিজ্ঞ ব্যক্তিরা মানসিক ভূমিকার স্বীকৃতি দিতে ইচ্ছুক হয়, তারাও জোর দিয়ে বলতে থাকে যে এটা জন্মগত।

মার্শাল ফল্‌ক সম্পর্কে একটি আর্টিকেল পড়ে আমি ভীষণ অবাক হলাম যিনি সেন্ট লুইস র‍্যামস ফুটবল টিমের বল বহন করতেন। তিনিই প্রথম খেলোয়াড় যিনি চারটি ধারাবাহিক সিজনে দুই হাজার গজকে একত্রিত করেছিলেন। ২০০২ সুপার বাউলের প্রারম্ভে লিখিত এই আর্টিকেলে বাইশজন খেলোয়াড়ের দৌড়ঝাঁপের মধ্যেও প্রত্যেকে কোথায় আছে, সে বিষয়ে ফলকের আশ্চর্যরকম দক্ষতার কথা বর্ণনা করা হয়েছে। কেবল তারা কোথায় আছে, সেটি নয়, বরং কি করছে ও কি করতে পারে, সে বিষয়েও তার অগাধ জ্ঞান। টিমের বন্ধুদের মতে, সে কখনো ভুল করে না।

skillbd.blogspot.com

অবিশ্বাস্য! কিভাবে সে এটি করে? ফল্‌ক বলেছে যে বছরের পর বছর সে ফুটবল খেলা দেখেছে। এমনকি হাইস্কুলে থাকতে সে বলপার্কের ভেন্ডরের চাকরি পেয়েছিল, যেটাকে সে ঘৃণা করত কেবল ফুটবল খেলোয়াড়দের দেখতে হত বলে। দেখতে দেখতে সে সবসময় প্রশ্ন করত। " কেন? : "কেন আমরা এই খেলা দেখছি?" "কেন আমরা এভাবে আক্রমণ করছি?" "কেন তারা ওটা করছে?" "কেন তারা এটা করছে?" ফলক বলেছে, "এই প্রশ্ন আমাকে ফুটবলের আরও গভীরে নিয়ে গেছে।" তার প্রশ্ন কখনও থামেনি এবং তাকে খেলার গভীরতর স্তরে ঠেলে দিয়েছে।

পরিষ্কারভাবে বলা যায়, ফলকের দক্ষতাকে সে নিজেই তার অদৃশ্য কৌতুহল ও পর্যবেক্ষণের ফসল বলে মনে করে।

খেলোয়াড় ও কোচেরা একে কিভাবে দেখে? উপহার হিসেবে। টিমের একজন অভিজ্ঞ খেলোয়াড় বলেছেন, "মার্শালের ফুটবল আইকিউ অন্যান্য যেকোন খেলোয়াড়ের চেয়ে বেশি। টিমের অন্যান্য বন্ধুরা তার এই নিখুঁত পর্যবেক্ষণকে "শিক্ষার উপহার" হিসেবে গণ্য করেছেন। তার দক্ষতার বিস্মিত এক কোচ বলেছেন, "জন্মগত বুদ্ধিমত্তার মাধ্যমে এসব করা যায়।"

চরিত্র

কিন্তু এমন কোন সহজাত অ্যাথলেট কি নেই যারা শুরু থেকেই দক্ষ? হ্যাঁ এবং বিলি বেনে ও জন ম্যাকেনরো যেমন ছিল, আর যেটা তাদের জন্য অভিশাপ হয়ে দাঁড়িয়েছিল। মেধার জন্য সুনাম ও কর্মসম্পাদনের জন্য খুব কম চেষ্টা মিলেমিশে তাদেরকে স্থির চিন্তাধারার দিকে ঠেলে দিয়েছিল।

ডেক্যাথলানে ১৯৭৬ অলিম্পিক গোল্ড মেডেলিষ্ট ব্রুস জেনার (বর্তমানে কেইটলিন জেনার) বলেছেন, "আমার যদি শব্দান্ধতা না থাকত, আমি হয়ত খেলায় জিততে পারতাম না। যদি আমি ভাল পড়ুয়া হতাম, তবে খুব সহজে পড়তে পারতাম, খেলাধূলাও খুব সহজ হত... আর আমি বুঝতেই পারতাম না যে কঠোর পরিশ্রম জীবনকে এগিয়ে নিয়ে যায়।"

প্রকৃতিপ্রদত্ত মেধাবীরা তাদের শ্রেষ্ঠত্বের কারণে কঠোর পরিশ্রম করতে ও প্রতিকূলতার সাথে লড়তে শিখেনা। বোস্টন রেড সক্স'এর মেধাবী পীচার পেড্রো মার্টিনেজ 'এর গল্প অনেকটা এমন, যে দলের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সময়ে আত্ম-ধ্বংস করেছিল। কিন্তু তার চেয়েও বড় গল্প হল চরিত্রের গল্প।

নিউ ইয়র্ক টাইমস ও বোস্টন গ্লোব 'এর একদল ক্রীড়ালেখক ডেল্টা শাটল করে বোস্টন যাচ্ছিল। আমিও ছিলাম। তারা নিউইয়র্ক ইয়াঙ্কি ও বোস্টন রেড সক্সের

skill.blogspot.com

মধ্যে সংঘটিত ২০০৩ আমেরিকান লীগের গেইম নিয়ে আলোচনা করছিল। তারা সবাই চরিত্র নিয়ে কথা বলছিল আর একমত হল যে ইয়াঙ্কিদের সেটা আছে।

অন্যান্য কথার ফাঁকে তারা এটাও মনে করল যে দুই বছর আগে নিউ ইয়র্কের জন্য ইয়াঙ্কিরা কি করেছিল। সময়টা ছিল ২০০১ 'এর অক্টোবর মাস এবং নিউ ইয়র্কাররা সেপ্টেম্বর পর্যন্ত টিকেছিল। আমি সেখানে ছিলাম এবং আমরা হতাশ হয়ে উঠেছিলাম। আমাদের কিছু আশার প্রয়োজন ছিল। ওয়ার্ল্ড সিরিজের জন্য তখন ইয়াঙ্কিদের খুব প্রয়োজন ছিল। কিন্তু ইয়াঙ্কিদেরও অনেক সহ্য করতে হয়েছে এবং তারা আহত ও নিস্তেজ হয়ে পড়েছিল। মনে হচ্ছিল তাদের কিছুই বাকী নেই। আমি জানিনা তারা এই শক্তি কোথায় পেয়েছিল, একের পর এক টিম তারা খেলে যাচ্ছিল, প্রতিটি জয় আমাদের প্রাণ সঞ্চার করছিল, আমরা একটু একটু করে ভবিষ্যতের স্বপ্ন দেখছিলাম। আমাদের প্রয়োজনের তাগিদে তারা আমেরিকান লীগ ইষ্ট চ্যাম্প হল। এরপর আমেরিকান লীগ চ্যাম্প হল এবং তারপর ওয়ার্ল্ড সিরিজে গেল, যেখানে তারা বীরত্বপূর্ণ রান করল ও প্রায় জিতেও গেল। প্রত্যেকে ইয়াঙ্কিকে ঘৃণা করত। সবাই এই টিমের বিরুদ্ধে ছিল। আমিও ইয়াঙ্কিদের ঘৃণা করে বড় হয়েছি, কিন্তু এরপর তাদের ভালবাসতে শুরু করেছি। ক্রীড়ালেখকরা চরিত্র বলতে ওটাই বুঝিয়েছেন।

চরিত্র, ক্রীড়ালেখকরা বলল। তারা যখন দেখল, তখন জানল-প্রতিকূল পরিস্থিতিতেও শক্তি খুঁজে পাওয়ার ক্ষমতাই হল চরিত্র।

এর ঠিক পরদিন মেধাবী কিন্তু আহ্লাদী বোস্টনের পীচার পেড্রো মার্টিনেজ দেখালেন চরিত্র কি জিনিস। যা চরিত্রের আওতায় পড়ে না, সেটা করেই তিনি তা দেখালেন।

এই আমেরিকান লীগ চ্যাম্পিয়ানশীপ বোস্টন রেড সক্সের চেয়ে বেশি আর কেউ চাইতেই পারেনা। তারা পঁচাশি বছরেও ওয়ার্ল্ড সিরিজ জিততে পারেনি, এমনকি বোমবিনোর অভিশাপ, অর্থাৎ সক্সের মালিক হ্যারি ফ্রেজি একটি ব্রডওয়ে শো'র পৃষ্ঠপোষকতার জন্য ব্যাব রুথকে ইয়াঙ্কিদের কাছে বিক্রি করেছিল। একেতো তিনি বেইসবলে সেরা বাঁ-হাতি পীচারকে (সেসময় রুথ তা-ই ছিলেন) বিক্রি করেছেন, তাও আবার শত্রুদের কাছে।

মনে হচ্ছিল অসংখ্য ওয়ার্ল্ড সিরিজ জিতে ইয়াঙ্কিরা বেইসবলে কর্তৃত্ব করে যাচ্ছিল। সে সময় বোস্টন চারটি ওয়ার্ল্ড সিরিজে গেল, কিছুটা খেলাধূলা করল, কিন্তু প্রত্যেকবার হেরে গেল। তাদের সেই হার ছিল সবচেয়ে করুণ। বিজয়ের একদম কাছাকাছি গিয়ে তারা হেরে যাচ্ছিল। অবশেষে অভিশাপের বিরুদ্ধে

skilu.blogspot.com

লড়াই করার ও প্রতিপক্ষকে হারানোর একটি সুযোগ এসেছিল। যদি তারা জিততো, ওয়ার্ল্ড সিরিজে যেতে পারত আর ইয়াঙ্কিরা ঘরে বসে যেত। পেড্রো মার্টিনেজ ছিল তাদের সেই সুযোগ। মূলতঃ সে অভিশাপকে আরো অভিশপ্ত করে তুলল। চমৎকারভাবে খেলে যাওয়ার পথে মার্টিনেজ মেজাজ খারাপ করল ও পিছিয়ে গেল। এরপর সে কি করল? একজন ব্যাটারকে (করিম গার্সিয়া) সে বল দিয়ে আঘাত করল, আরেকজনকে (জর্জ পোসাডা) হুমকি দিল এবং বায়াত্তর বছর বয়স্ক মানুষটাকে (ইয়াঙ্কি কোচ ডন জিমার) মাটিতে ফেলে দিল। নিউ ইয়র্ক টাইমসের লেখক জ্যাক কারি লিখেছেন, "আমরা ভেবেছিলাম পেড্রো বনাম রজার [ক্লেমেনস] ফেনওয়ে পার্কের সেই বিকেল স্মরণীয় করে তুলবে।....কিন্তু পেড্রো বনাম গার্সিয়া, পেড্রো বনাম পোসাডা, পেড্রো বনাম জিমার কেউ আশা করেনি।"

এমনকি বোস্টনের লেখকরাও বিহ্বল হয়ে গেল। গ্লোব'এর ড্যান শনেসি প্রশ্ন করল, "রেড সক্স'এর ভক্তরা, এখন কাকে চাও তোমরা? প্রচন্ড রাগ সত্ত্বেও তা সামলে নিয়ে পেশাগত আচরণের মাধ্যমে যে জয় ছিনিয়ে আনল, সে রজার ক্লেমেন কে? নাকি শিশু মার্টিনেজকে। যে কারো মাথায় টোকা দিয়ে আঘাত করে আর ইয়াঙ্কি ক্যাচার জর্জ পোসাডাকে হুমকি দিয়ে বলে "এরপর তুমি?'....রেড সক্সের ভক্তরা এসব শুনতে পছন্দ করেনি, তবে মার্টিনেজ খুব বিব্রতকর একটি শনিবার ও বেইসবলের জন্য অসম্মান এনে দিয়েছিল। সে পেড্রো বলে ওভাবেই চলে গিয়েছিল। আর সক্স ফ্রন্ট অফিস তাকে যেতে দিয়েছিল। মার্টিনেজ কি একবারও দাঁড়িয়ে স্বীকার করতে পারত না যে তার ভুল হয়েছে?

বিলি বেনের মত পেড্রো মার্টিনেজ জানতনা কিভাবে হতাশা নিয়ন্ত্রণ করতে হয়, জানত না কিভাবে গভীর ব্যর্থতাকে একটি গুরুত্বপূর্ণ বিজয়ে পরিণত করা যায়। এমনকি বিলি বেনের মত দোষ স্বীকার করে তা থেকে শিখতেও পারেনি। কারণ সে কাজের পরিবর্তে মেজাজে মন দিয়েছিল আর ইয়াঙ্কিরা জিতে গিয়েছিল।

প্লেনের ক্রীড়া লেখকরা একমত হল যে চরিত্রই সব। কিন্তু তারা এটাও বলল যে তারা বুঝতে পারেনি চরিত্র কোথা থেকে আসে। এখন আমার মনে হচ্ছে যে চরিত্র চিন্তাধারা থেকে আসে।

এখন আমরা জানি যে চিন্তাধারার মধ্যে মানুষের মেধা ও বিশেষত্বের ধারণা নিহিত থাকে। যখন কিছু ভুল হয়, তারা মনোযোগ ও ক্ষমতা হারায়, আশা ত্যাগ করে এবং এক্ষেত্রে দল ও ভক্তরা মারাত্মক উদ্দীপনা নিয়ে সবকিছু চেয়েছে।

sklitu.blogspot.com

আমরা আরো জানি যে চিন্তাধারা মানুষকে যেকোন বাধা অতিক্রম করতে সাহায্য করে, ভালো উপায় নির্দেশ করে এবং তাদের ইচ্ছের পথে পরিচালিত করে।

অপেক্ষা করুন। গল্প শেষ হয়নি। এক বছর পর সক্স ও ইয়াঙ্কিস মুখোমুখি দাঁড়াল। যে দল সাতটির মধ্যে চারটি জিতে নেবে, সে আমেরিকান লীগ চ্যাম্পিয়ান হবে এবং ওয়ার্ল্ড সিরিজে যেতে পারবে। ইয়াঙ্কিস প্রথম তিনটি খেলা জিতে গেল এবং মনে হল বোস্টনের অপমানজনক ভাগ্য বদলের কোন সুযোগ নেই।

কিন্তু সেই বছর বোস্টন তার বিশিষ্ট ব্যক্তিকে সতর্কবাণী পাঠাল। তারা একজনকে নিল, অন্যজনকে (কেউ তাকে চাইল না) নেয়ার চেষ্টা করল এবং বার্তা পাঠাল : এটি একটি দল, তারকাদের ঝাঁক নয়। আমরা একে অন্যের জন্য কঠোর শ্রম দেব।

চারটি খেলার পর বোস্টন রেড সক্স আমেরিকান লীগ চ্যাম্পিয়ন হয়ে গেল। আর তারপর ওয়ার্ল্ড চ্যাম্পিয়ন। ১৯০৪ এর মধ্যে এই প্রথমবার কোন চ্যাম্পিয়নশিপ সিরিজে ইয়াঙ্কিসদের হারাল আর দুটো জিনিস প্রমাণ করল। প্রথমত: অভিশাপ থেকে মুক্তি। আর দ্বিতীয়ত: চরিত্র শেখার বস্তু।

চরিত্র সম্পর্কে আরো কিছু

এবার পিট স্যামপ্রাস ও পরিপক্ক চিন্তাধারা নিয়ে কিছু বলি। ২০০০ এ স্যামপ্রাস উইমবেলডনে তার ত্রয়োদশ গ্র্যান্ড স্লেম টেনিস জেতার চেষ্টা করছিল। যদি সে জিতে, তবে রয় এমারসনের বারোবার জেতার রেকর্ড ভাঙ্গতে পারবে। যদিও স্যামপ্রাস ফাইনাল পর্যন্ত গিয়েছিল, টুর্ণামেন্টে সে খুব একটা ভাল খেলেনি এবং তরুণ, শক্তিশালী প্যাট্রিক রাফটারের বিরুদ্ধে জেতার বিশেষ আশা পোষণ করেনি।

স্যামপ্রাস প্রথম সেটে হেরে গেল এবং দ্বিতীয় সেটেও প্রায় হারতে বসল। সে টাইব্রেকারে ৪–১ পেল। তখনও সে বলল, "আমার মনে হল যে কিছু জানান না দিয়ে এটি হয়ে গেল।" ম্যাকেনরো হলে কি করতেন? পেড্রো মার্টিনেজ কি করেছিল? স্যামপ্রাস কি করল?

উইলিয়াম রডেন বললেন, "সে .... এমন কিছু খুঁজছিল যেটা তাকে এগিয়ে নিতে পারে।" স্যামপ্রাস বলল, "যখন তুমি পুরনো ম্যাচে হেরে যাওয়ার কথা ভুলতে চাইবে...ফিরে আসবে ও বাকী তিনটি জিতে নেবে। সময় আছে। অতীতের অভিজ্ঞতার আলোকে সামনে এগিয়ে যেতে সক্ষম হবে।"

জ্যাকি জয়নার কার্সের শেষ ওয়ার্ল্ড চ্যাম্পিয়নশীপের সময় অ্যাজমার একটি আক্রমণ হয়েছিল। যখন সে আক্রমণ আসছিল, তখন তিনি হেপট্যাথলনের শেষ

skillu.blogspot.com

খেলা ৮০০ মিটার দৌড় দিচ্ছিলেন। নিজেকে তিনি নির্দেশ দিলেন, "কেবল শক্তি বজায় রাখ। ছুটতে থাকা খারাপ কিছু না। তুমি পারবে। পুরোপুরি অ্যাটাক এখনও আসেনি। প্রচুর বাতাস আছে। তুমি জিততে পারবে।....কেবল শেষ ২০০ মিটার যথাসম্ভব ছুটতে থাক, জ্যাকি।" সে পুরো রাস্তায় এভাবে বলতে লাগল। "প্রতিযোগিতা আর আমি যে উত্থান-পতনের মধ্য দিয়ে যাচ্ছিলাম, সেসব হিসাব করলে এটি আমার সবচেয়ে বড় বিজয়।"

তার শেষ অলিম্পিকে এই ভয়াবহ ঘটনা ঘটেছিল। এক মারাত্মক জখম তাকে হেপট্যাথলন ছাড়তে বাধ্য করেছিল। সে বিপর্যস্ত হয়ে পড়েছিল। তিনি নিজের স্বাক্ষর দেয়ার মত অবস্থায় ছিলেন না, কিন্তু কয়েকদিন পরই তিনি কি লং জাম্পে প্রতিযোগিতা করতে সক্ষম হয়েছিলেন? তার প্রথম পাঁচটি জাম্প বলে, না। এগুলো কোনভাবেই মেডেল পাওয়ার পর্যায়ে ছিল না। কিন্তু ষষ্ঠ জাম্পটি তাকে ব্রোঞ্জ মেডেল এনে দেয়, যা গোল্ড মেডেলের চেয়েও মূল্যবান ছিল।" এই ষষ্ঠ জাম্পের শক্তি এসেছিল আমার নানামুখী মনভাঙ্গার গভীর থেকে....সব কষ্টকে একত্রিত করে তাকে আমি শক্তিতে পরিণত করেছিলাম।"

জয়নার কার্সেও নায়কোচিত গুণাবলী প্রদর্শন করেছেন: হার, ব্যর্থতার কাছাকাছি বিপর্যয়, এরপর ফিরে আসা ও পরিশেষে জয়লাভ করা।

একজন চ্যাম্পিয়ানের চরিত্র, হৃদয়, ইচ্ছা ও মন

একে নানা নামে ডাকা যায়, তবে সবই এক। এটি আপনাকে অনুশীলন করাবে এবং প্রয়োজনের সময় কোনকিছুর গভীরে গিয়ে তাকে তুলে আনতে সাহায্য করবে।

মনে করুন ম্যাকেনরো আমাদের বলেছিল কি কি কারণে সে প্রতিটি ম্যাচ হেরেছিল? কখনো শীত ছিল, কখনো গরম, কখনো তিনি ঈর্ষায় ভুগেছেন, কখনো বিষণ্ন, আবার অনেক, অনেক সময় তিনি বিপর্যস্ত ছিলেন। কিন্তু বিলি জেন কিং আমাদের বলেছিল, যখন সবকিছু ঠিক থাকে না, খেলা ভাল হয় না ও আবেগ যথার্থ থাকে না, ঠিক তখনই জয় করার ক্ষমতাই হল চ্যাম্পিয়নের লক্ষণ। তিনি কিভাবে চ্যাম্পিয়ানের অর্থ শিখেছিলেন, তা দেয়া হল।

কিং ফরেষ্ট হিলের পক্ষ হয়ে মার্গারেট স্মিথ'এর (পরবর্তীতে মার্গারেট স্মিথ কোর্ট) বিপক্ষে ফাইনাল খেলছিলেন, যিনি খ্যাতির শীর্ষে ছিলেন। কিং এক ডজনেরও বেশিবার তার সাথে খেলেছেন এবং মাত্র একবার তাকে হারিয়েছেন। প্রথম সেটে কিং চমৎকার খেলেছেন। তিনি একটি ভলিও মিস করেননি। হঠাৎ করে সেট শেষ হয়ে গেল। স্মিথ জিতে গেলেন।

skillbloggspot.com

দ্বিতীয় সেটেও কিং দারুন খেলল ও জয়ের দিকে এগিয়ে যাচ্ছিল। কিন্তু কিছু বুঝে উঠার আগেই স্মিথ সেট ও ম্যাচ দিতে গেল।

প্রথমে কিং হতভম্ব হয়ে পড়লেন। তিনি এত চমৎকারভাবে আর কোথাও খেলেন নি। কিন্তু এরপর তিনি সেই ইউরেকা! মুহূর্ত বুঝে নিলেন। হঠাৎ তিনি বুঝতে পারলেন যে চ্যাম্পিয়ান হল সে যে বিশেষ প্রয়োজনের মুহূর্তে খেলাকে একটি পর্যায়ে নিয়ে যায়। ম্যাচ যখন তৈরি হয়ে যায়, তারা হঠাৎ তিনবার বেশ ভালভাবে খেলে নেয়।"

জ্যাকি জয়নার-কার্সেও সেই ইউরেকা! মুহূর্ত পেয়েছিলেন। তার বয়স ছিল ১৫ বছর আর সে এএইউ জুনিয়র অলিম্পিকসে হ্যাপটেথলনের প্রতিযোগী ছিল। যে ৮০০ মিটার দৌড়কে সে ভয় পেত, সবকিছু তখন সেই দৌড়ের উপর নির্ভর করছিল। তার শক্তি শেষ হয়ে এসেছিল আর সে এমন এক অভিজ্ঞ রানারের পিছনে দৌড়াচ্ছিল, যার সময় সে কখনও মিলিয়ে দেখেনি। এবার সে তা-ই করল : "আমি নিজেকে উৎসাহিত করলাম। আমি প্রমাণ করেছি যে চাইলেই আমি জিততে পারি। ....এই বিজয়ের মাধ্যমে আমি কেবল দেশের সেরা অ্যাথলেটের সাথে প্রতিযোগিতাই করিনি, নিজের ইচ্ছাশক্তিকেও জয় করেছি।"

বিশ্বের সেরা মহিলা সকার খেলোয়াড় মিয়া হাম বলেছেন, তাকে প্রায় জিজ্ঞেস করা হত, "মিয়া, সকার খেলোয়াড়ের জন্য সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় কি?" নির্দ্বিধায় তিনি জবাব দিতেন, "মানসিক দৃঢ়তা।" আর তিনি কোনরকম জন্মগত গুণের কথা বোঝাননি। যখন এগারজন খেলোয়াড় আপনাকে ফেলতে চাইবে, আপনি ক্লান্ত বা আহত হবেন, রেফারি আপনার বিরুদ্ধে থাকবে, এর কোনটাকেই আপনার মনোযোগ নষ্ট করতে দেবেন না। আপনি সেটা কিভাবে করবেন? আপনাকে সেটা শিখতে হবে। হাম বলেন, "সকারের অন্যতম কঠিন বিষয় এটাই আর প্রতিটি খেলা ও প্র্যাকটিসে আমি এটার সাথেই লড়াই করেছি।"

আচ্ছা, হাম কি কখনো নিজেকে বিশ্বের শ্রেষ্ঠ খেলোয়াড় হিসেবে ভেবেছেন? না। তিনি বলেন, "আর সেজন্য কোন একদিন আমি হয়ত হব।"

খেলাধূলায় সবসময় করো বা মরো জাতীয় পরিস্থিতি দেখা দেয়, যখন কোন খেলোয়াড় জিততে চায় বা হেরে যায়। বিখ্যাত গলফ খেলোয়াড় জ্যাক নিকলাস পিজিএ ট্যুরে তার দীর্ঘ ক্যারিয়ারে অনেক বার এই ধরনের পরিস্থিতিতে পড়েছেন, যখন তার একটিমাত্র শটের উপর পুরো টুর্ণামেন্ট নির্ভর করত। বলতে পারেন এই ধরনের শটে তার কতবার মিস হয়েছে? জবাব হল, একবার। একবার!

sklibrary.blogspot.com

এটাই হল চ্যাম্পিয়ানশীপের মানসিকতা। এজন্যই মানুষ প্রতিপক্ষের মত মেধাবী না হয়েও জিতে যায়। কিংবদন্তী বাস্কেটবল কোচ, জন উডেন আমার অন্যতম প্রিয় একটি গল্প বলেছেন। একসময় উডেন যখন হাইস্কুলে কোচ ছিলেন, একটি খেলোয়াড় অসুখী ছিল, কারণ তাকে বড় খেলায় নেয়া হয়নি। সেই খেলোয়াড়, এডি পাওয়েলস্কি উডেনকে অনুরোধ করল তাকে একটি সুযোগ দিতে এবং উডেন বিগলিত হলেন। তিনি বললেন, "ঠিক আছে, এডি। আমি তোমাকে একটি সুযোগ দেব। আমি আগামীকাল রাতে ফোর্ট ওয়েনে সেন্ট্রালের বিপরীতে তোমাকে নেব।"

উডেন আমাদের বললেন, "আমিও অবাক যে হঠাৎ ঐ শব্দগুলো আমার কোত্থেকে এসে গেল।" তিনটি দল তখন সেরা হওয়ায় যুদ্ধে ব্যস্ত। একটি তার নিজের দল আর অন্যটি ফোর্ট ওয়েনে সেন্ট্রাল।"

পরের রাতে উডেন এডির সাথে শুরু করলেন। তিনি বুঝতে পারলেন যে ফোর্ট ওয়েনের সেরা খেলোয়াড় আর্মস্ট্রংয়ের বিরুদ্ধে এডি বড়জোর এক বা দুই মিনিট টিকে থাকবে।

উডেন জানালেন যে, "এডি আসলেই তাকে হারানোর সিদ্ধান্ত নিয়েছিল। আর্মস্টং তার ক্যারিয়ারের সবচেয়ে কম পয়েন্ট পেল। এডি ১২ স্কোর করল আর আমাদের টিম সবচেয়ে ভালো করল...স্কোর করার পাশাপাশি তার প্রতিরক্ষা, বল ছোঁড়া ও খেলার কৌশল দারুণ ছিল।" এরপর এডিকে আর থামতে হয়নি এর পরবর্তী দুই বছর পর্যন্ত সবচেয়ে মূল্যবান খেলোয়াড় হিসেবে তাকে গণ্য করা হয়।

এই সমস্ত মানুষগুলোর চরিত্র ছিল। কেউ ভাবেনি যে এরা বিশেষ কেউ, জয়লাভ করার অধিকার নিয়ে জন্মেছে। এরা প্রচুর পরিশ্রম করেছে, প্রতিকূলতার মধ্যেও মনোযোগ ধরে রেখেছে এবং স্বাভাবিক ক্ষমতাকে অতিক্রম করে এগিয়ে গেছে।

সেরা হওয়া

চরিত্র আপনাকে সেরা হতে ও থাকতে সাহায্য করবে। ডেরিল স্ট্রবেরি, মাইক টাইসন ও মার্টিনা হিনহিজ শীর্ষে গিয়েছিলেন, কিন্তু অবস্থান করতে পারেননি। তাদের নানারকম ব্যক্তিগত সমস্যা ও জখমই কি এর কারণ নয়? হ্যাঁ, কিন্তু অন্যান্য চ্যাম্পিয়ানদেরও সেসব ছিল। বেন হোগান বাসের ধাক্কা খেয়েছিলেন ও শারীরিকভাবে বিপর্যস্থ হয়ে গিয়েছিলেন। কিন্তু তিনি শীর্ষে পৌছেছিলেন।

কোচ জন উডেন বলেছেন, "আমার বিশ্বাস দক্ষতা মানুষকে সেরা বানায়। কিন্তু চরিত্র মানুষকে তাতে অবস্থান করায়।....এটি ভাবতে খুব সহজ যে যথার্থ প্রস্তুতি ছাড়া কোন কিছু অটোমেটিকভাবে পাওয়া যায়। মূলতঃ প্রকৃত চরিত্র মানুষকে

skillbd.blogspot.com

কঠিন থেকে কঠিনতর পরিশ্রম করায়। যখন কোন অ্যাথলেট বা দল বারবার জিততে থাকে, মনে রাখবে, "তাদের সামর্থ্যের চেয়েও বেশি রয়েছে চরিত্র।"
চরিত্রের অর্থ ও পরিপক্ক চিন্তাধারা কিভাবে চরিত্র তৈরি করে, তা আরেকটু গভীরভাবে দেখা যাক। স্টুয়ার্ড বিডল ও তার সহকর্মী শারীরিক ক্ষমতা সম্পর্কে কিশোর ও তরুণদের চিন্তাধারা পরিমাপ করেছে ঃ স্থির চিন্তাধারার মানুষ বিশ্বাস করে যে :
"খেলাধূলার জন্য তোমার একটি নির্দিষ্ট ক্ষমতা আছে আর চাইলেই সেটা তুমি বদলাতে পারনা।"
"ক্রীড়ায় ভাল হতে হলে প্রকৃতিপ্রদত্ত উপহার প্রয়োজন হয়।
পক্ষান্তরে পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের বিশ্বাস হল : "যদি তুমি কঠোর পরিশ্রম কর, তবে খেলাধূলায় তুমি ভাল করতে পারবে।" "খেলায় সফল হতে হলে প্রক্রিয়া ও দক্ষতা শিখতে হবে এবং নিয়মিত অনুশীলন করতে হবে।
পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা সবচেয়ে ভালো চরিত্র বা হৃদয়ের অধিকারী হয়। তাদের মধ্যে চ্যাম্পিয়ানের মানসিকতা থাকে। আমি কি বুঝাতে চাই? ক্রীড়া গবেষকদের যুক্তিগুলো দেখা যাক।

সফলতা কি?

গবেষণা ১ # পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা তাদের শিক্ষা ও উন্নয়নের মধ্যে সফলতা খুঁজে পায়। আর চ্যাম্পিয়ানদের মধ্যেও একই জিনিস দেখা যায়।
জ্যাকি জয়নার কার্সে বলেছেন, "জয়লাভের মধ্যে খেলাধূলার আনন্দকে খুঁজি না। ফলাফলের চেয়েও প্রক্রিয়া থেকে অনেক বেশি আনন্দ খুঁজে পাই। খেলা ভাল হলে বা নিজের সবটুকু দিতে পারলে আমি হারকে কোন বিষয় বলে মনে করি না। যদি আমি হেরে যাই, ট্র্যাকে ফিরে যাই ও আরো বেশি কাজ করি।"
জন উডেনও নিজের সেরাটুকু দিতে পারাকে ব্যক্তিগত সফলতা বলে মনে করতেন। মূলত: তিনি বলেছেন, "এমন অনেকগুলো খেলা আছে, যেগুলোতে দশবার জাতীয় চ্যাম্পিয়ন হওয়ার আনন্দের মতই সুখ পেয়েছি, কারণ পুরো প্রস্তুতি ও নিজেদের সর্বোচ্চ সামর্থ্য দিয়ে খেলেছি।"
টাইগার উডস ও মিয়া হাম ছিলেন দুজন তুমুল প্রতিযোগী। তারা জিততে ভালবাসতেন, তবে জিততে যখন পারতেন না, তখন নিজের চেষ্টাকে প্রাধান্য দিতেন বেশি। তারা এ ব্যাপারে গর্ববোধ করতেন। ম্যাকেনরো ও বেনে করতেন না।

shilu.blogspot.com

১৯৯৮ 'মাষ্টারস টুর্ণামেন্টের পর উড্স হতাশ হয়েছিলেন যে বিগত বছরের বিজয়কে ধরে রাখতে পারেননি। তবে সেরা দশটি পারফরমেন্সের জন্য বেশ ভাল বোধ করেছিলেন : "এই সপ্তাহ আমি একেবারে নিংড়ে নিয়েছি। আমি খুব গর্ববোধ করছি যে ওভাবে লেগেছিলাম।" কিংবা ব্রিটিশ ওপেনের পর তিনি তৃতীয়বার যা করেছেন : "অনেক সময় সবকিছু নিখুঁত না হলে, নিজের সুইং ভালো না হলেও স্কোর করে বেশ তৃপ্তি পাওয়া যায়।"

টাইগার ভীষণ উচ্চাকাঙ্ক্ষী। তিনি সবসময়ের জন্য সেরা হতে চান। "কিন্তু আমার শ্রেষ্ঠত্বের চেয়েও বেশি গুরুত্বপূর্ণ কিছু রয়ে গেছে।"

মিয়া হাম বলেছেন, "কোন খেলা বা অনুশীলনের পর আপনি যদি এটুকু জেনে মাঠ ছেড়ে যান যে নিজের সবটুকু দিয়ে গেছেন, আপনি সবসময় বিজয়ী থাকবেন। সারা দেশ তার দলের প্রেমে কেন পড়েছিল?" তারা জানে যে আমরা যেটা করি, ভালবেসেই করি এবং আমরা পরস্পরকে ও আমাদের খেলাকে সবটুকু দেয়ার চেষ্টা করি।"

স্থির চিন্তাধারার মানুষের কাছে সফলতা মানে শ্রেষ্ঠত্ব জাহির করা। এমন কেউ হওয়া যার সাথে আর কারো তুলনা চলে না। ম্যাকেনরো বলেছেন, "একটা সময় ছিল যখন আমার মাথা এত বড় ছিল যে দরজা দিয়ে ঢুকত না।" এখানে চেষ্টা ও ব্যক্তিগত শ্রেষ্ঠত্ব কোথায়? কিছুই নেই।" কিছু মানুষ কোন চেষ্টাই করে না, তারা কেবল দেখায়। অন্যরা প্রথমে একশ বার অনুশীলন করে। আমি হলাম প্রথম দলে।" মনে রাখবেন, স্থির চিন্তাধারার চেষ্টা কোন গর্বের বস্তু নয়। এটি মেধার প্রতি সংশয় প্রকাশ করে।

ব্যর্থতা কি?

sktlib.blogspot.com

গবেষণা ২# পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ বাধাকে উদ্দীপনা হিসেবে গ্রহণ করে। তারা তথ্যবহুল, তারা সচেতন।

মাইকেল জর্ডান একবার মাত্র চেষ্টা করেছিলেন। সে বছর তিনি বেইসবলের সময়সীমা শেষ করে বুলসে ফিরেছিলেন এবং পাঠ নিয়েছিলেন।

বুলসরা ফাইনাল খেলায় হেরে যায়। "ভেবো না যে তোমরা ফিরে আসবে আর এই খেলায় কর্তৃত্ব করবে। এখন থেকে আমি শারীরিক ও মানসিকভাবে প্রস্তুত হব।" সত্য খুব কমই বলা হয়ে থাকে। পরবর্তী তিন বছরের জন্য বুলসরা এনবিএ টাইটেল জিতেছিল।

মাইকেল জর্ডান তার ব্যর্থতাকে আলিঙ্গন করেছিলেন। মূলতঃ নাইকের জন্য তার অন্যতম প্রিয় একটি বিজ্ঞাপনে তিনি বলেন, "আমি নয় হাজারেরও বেশি শট মিস করেছি। আমি প্রায় তিনশ খেলায় হেরেছি। ছাব্বিশবার আমি খেলা জেতার শট নিয়েছি, আর মিস করেছি।" আপনি নিশ্চিত থাকতে পারেন যে প্রতিবার তিনি অতীতের দিকে তাকিয়েছেন আর একটি শটকে একশবার প্র্যাকটিস করেছেন।

বিশিষ্ট বাস্কেটবল খেলোয়াড় করিম আবদুল জাব্বারের ডাঙ্ক সট যখন বাতিল (পরবর্তীতে গৃহীত হয়) করা হয়, তিনি প্রতিক্রিয়া প্রকাশ করেন। সবাই ভেবে নেয় সে তার পথচলা এখানেই থেমে যাবে। বরং তিনি অন্যান্য শট, যেমন– ব্যাঙ্ক শট, স্কাইহুক, জাম্পার ইত্যাদির ক্ষেত্রে দ্বিগুণ পরিশ্রম করেন। কোচ উডেনের কাছ থেকে তিনি পরিপক্ক মানসিকতা গ্রহণ করেন ও সদ্ব্যবহার করেন।

স্থির চিন্তাধারায় প্রতিকূলতা আপনাকে থামিয়ে দেবে।

জন ম্যাকেনরো পরাজয়কে মেনে নিতে পারতেন না। আর তা যদি হয় কোন বন্ধু বা আত্মীয়ের কাছে, তবে তো মারাত্মক। যেমন– তার সবচেয়ে ভাল বন্ধু পিটার যখন মাউইতে প্রাথমিক রাউন্ডে তাকে হারায়, তিনি ফাইনাল খেলায় মনেপ্রাণে তার পতন কামনা করেন। তিনি এত মারাত্মকভাবে তা চান যে ম্যাচ পর্যন্ত দেখেননি। আরেক সময় শিকাগোতে তার ভাই প্যাট্রিকের বিপক্ষে ফাইনাল খেলেন এবং স্বগোতোক্তি করেন, "ঈশ্বর, আমি যদি প্যাট্রিককে হারাতে পারি, তাহলেই হয়। আমি সীয়ারস টাওয়ারে উঠে লাফাবো।"

এভাবেই ব্যর্থতা তাকে নিয়ন্ত্রণ করত। ১৯৭৯ 'এ উইম্বলটনে তিনি মিক্সড ডাবল খেলেন। পরবর্তী বিশ বছরে তিনি আর মিক্সড ভাবল খেলেননি। কেন? তিনি ও তার পার্টনার তিনটি খেলায় হেরে যান। এছাড়া সার্ভ করার সময় ম্যাকেনরো মিস করেন দুবার, যেখানে অন্যজন একবারও করেন নি।" এটা বেশ অপমানজনক। আমি বললাম, যথেষ্ট হয়েছে। আমি আর খেলব না। আমি এটা মানতেই পারিনা।

১৯৮১ 'তে ম্যাকেনরো একটি সুন্দর কালো লেস পল গীটার নিয়ে এলেন। সেই সপ্তাহে তিনি শিকাগোর চেকারবোর্ড লাউঞ্জে বাডি গাই দেখতে গেলেন। শিখা বা প্র্যাকটিস করার পরিবর্তে ম্যাকেনরো বাড়ি ফিরে গীটারটিকে কয়েক টুকরো করে ফেললেন।

আরেকজন হল সার্জিয়ো গার্সিয়া যাকে ব্যর্থতা উত্তেজিত করে তুলত। চমৎকার শটের কারণে গল্‌ফ বিশ্বকে গার্সিয়া জয় করেছিল, আকর্ষণীয় চেহারায় তাকে তরুণ টাইগারের মতই লাগল। কিন্তু যখন তার খেলা কিছুটা খারাপ হল, তার

skillblogspot.com

আকর্ষণও হারিয়ে গেল। সে সবকিছুর জন্য দায়ী করে একের পর এক ক্যাডি বদলাতে লাগল, যখন পিছনে গিয়ে শট মিস করল, সে তার জুতাকে দায়ী করল। শাস্তি দেয়ার জন্য জুতা ছুঁড়ে দিল ও লাথি মারতে লাগল। দুর্ভাগ্যক্রমে একজন অফিসারকেই প্রায় আঘাত করে বসল। স্থির চিন্তাধারায় ব্যর্থতার আসল চিত্র এমনই।

সফলতার দায়িত্ব গ্রহণ করা

গবেষণা ৩ # পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ ক্রীড়ানৈপুণ্যের দায়িত্ব নেয় যা সফলতা আনে ও তাকে রক্ষা করে।

মাইকেল জর্ডানের দক্ষতা বয়সের সাথে সাথে কমেনি কেন? বয়সের কারণে তিনি কিছু শক্তি ও তৎপরতা হারিয়েছেন, কিন্তু তা পূরণের জন্য পরিস্থিতি ও গতিবিধি, যেমন, জাম্প শট, ফলাওয়ে জাম্পার ইত্যাদির ক্ষেত্রে কঠোর শ্রম দিয়েছেন। লীগে তিনি একজন শ্ল্যাম-ডাঙ্কার হিসেবে আসেন আর সবচেয়ে মূল্যবান সামগ্রিক খেলোয়াড় হিসেবে তিনি বিদায় নেন।

উডস্ ও প্রক্রিয়ার দায়িত্ব নিতেন। গল্ফ অনেকটা স্বেচ্ছাচারী প্রেমিকের মত। যখন আপনি মনে করবেন তাকে বাগে পেয়েছেন, পরক্ষণে দেখবেন সে আপনাকে ছেড়ে গেছে। জনপ্রিয় কোচ বুচ হারমন বলেছেন, "গলফের সুইং হল একটি নিখুঁত শৃঙ্খলার সাথে অনেক দূরে ছুঁড়ে দেয়া...সবচেয়ে নির্ভরযোগ্য সুইং আসলে ধারাবাহিকভাবে করতে হয়। তাদের এগিয়ে যাওয়া কখনো থামে না।" এজন্যই সেরা গলফ তারকাও সামান্য সময়ের জন্য জিতে, দীর্ঘ সময়ের জন্য জিততে পারেনা (যা উডসের ক্যারিয়ারেও ঘটেছিল)। এজন্য এই প্রক্রিয়ার দায়িত্ব নেয়াটা খুব জরুরী।

মনের মধ্যে এই ধারণা রেখে টাইগারের বাবা ছেলেকে শিখিয়েছিলেন কি করে মনোযোগ ও কোর্সের কৌশল ধরে রাখতে হয়। মিষ্টার উডস্ ছোট টাইগারের মত বেশ শব্দ করে বা জিনিস ছোঁড়ার মত বল ছুঁড়তেন। এতে তার মনোযোগ নষ্ট হওয়ার সম্ভাবনা কম থাকত। (আমরা কি আর কাউকে জানি যার এই ট্রেনিং থেকে ফায়দা হয়েছিল?) টাইগারের বয়স যখন তিন বছর, তার বাবা তাকে কোর্স ম্যানেজমেন্ট শেখানোর কথা ভাবেন। টাইগার যখন একঝাঁক গাছের পিছনে বল ছুঁড়ে মারল, মিষ্টার উড এই শিশুকে জিজ্ঞেস করলেন তার প্ল্যান কি। বাবার কাছ থেকে খেলার প্রতিটি অংশের নিয়ন্ত্রণ নেয়া শিখতে লাগলেন উডস্। তিনি অবিরাম নিরীক্ষণ চালাতেন কোনটিতে কাজ হয় আর কোনটিতে হয়না,

skillbloggspot.com

কিন্তু একটি দীর্ঘ মেয়াদী প্ল্যান তাকে পরিচালিত করত: "আমি আমার খেলা জানি। আমি জানি আমি কি চাই ও কিভাবে তা পেতে হয়।"

মাইকেল জর্ডানের মত উডসও তার গতিবিধি নিয়ন্ত্রণ করতেন। তিনি তার প্র্যাকটিসকে কৌতুকে পরিণত করলেন : "এদিক ওদিক করে শট দিতে ও নিজের কাছে প্রমাণ করতে ভাল লাগে যে আমি যেকোন ধরনের শট দিতে পারি।" আর তিনি সেটা করতেন যেকোন প্রতিপক্ষের কথা ভেবে যে তাকে চ্যালেঞ্জ করতে পারে ঃ "তার বয়স বার। কাজ করার জন্য নিজেকে একটি কারণ দেখাই আমি। সে কোথাও না কোথাও আছে। তার বয়স বার।" উডস এর গলফ পার্টনার ও বন্ধু মার্ক ও' মিয়ারার একটি পছন্দ ছিল। উডস 'এর মত অসাধারণ কারো পাশে দাঁড়িয়ে খেলা অত সহজ ছিল না। ও মিয়ারার পছন্দ ছিল এমন : উডসের দারুণ খেলা দেখে হয় সে ঈর্ষান্বিত হয়ে ফুরিয়ে যাবে, নয় কিছু শিখবে। সে পরবর্তী পথটাই ধরেছিল।

ও' মিয়ারা সেসব প্রতিভাবান খেলোয়াড়দের একজন যারা নিজের প্রতিভার বিকাশ ঘটাতে পারেনি। খেলার দায়িত্ব নেয়ার পছন্দই তাকে বিলীন করে দিল। একুশ বছর বয়সে উডস মাষ্টারস টুর্ণামেন্ট জিতে নেন। সে রাতে তিনি তার পুরস্কার, বিখ্যাত সবুজ জ্যাকেট হাতে নিয়ে ঘুমান। এক বছর পর তিনি মার্ক ও'মিয়ারাকে একটি সবুজ জ্যাকেট দেন।

ম্যাকেনরোর কাছে আমরা নিয়ন্ত্রণ নেয়ার কথা অল্প পরিমাণে শুনেছি। তিনি যখন সেরা ছিলেন, সেখানে টিকে থাকার জন্য কাজ করার ব্যাপারে বলতে গেলে তেমন শুনিনি। যখন তিনি দুর্বল হয়ে পড়েন, তখন কিছুটা পর্যবেক্ষণের (অন্যকে দায়ী করা ছাড়া) কথা আমরা শুনেছি। যেমন–১৯৯২ এর দিকে যখন প্রত্যাশিত খেলা খেলতে পারছিলেন না, আমরা শুনেছি যে "এমন কিছু হয়েছে যার জন্য আমি কয়েক সপ্তাহ খেলা বন্ধ রাখছি ও ট্যুরে কর্তৃত্ব করা থেকে নিজেকে বিরত রাখছি।"

সবসময় বাইরের কাউকে শিকার বানানো। তিনি নিজে কেন দায়িত্ব নেন নি আর শিখেননি কি করে ভাল করতে হয়? এই প্রক্রিয়াটি স্থির চিন্তাধারার মানুষের জন্য নয়। মূলত: নিজের সমস্যার সমাধান না করে তিনি জানিয়েছেন যে তিনি টিমে খেলতে চান, যাতে তার ত্রুটিগুলো ঢাকা যায় : "যদি তুমি শীর্ষে না থাক, তবে টিমে খেলে খুব সহজ সেটা লুকানো যায়।"

ম্যাকেনরো নিজেই স্বীকার করেছেন যে এই প্রক্রিয়াটি এক ধরনের আড়াল আর তাতে তার ক্ষতি হয়েছে। কাজেই তিনি কি করেছেন? কিছুই না। তিনি ভেবেছেন অন্য কেউ তার হয়ে কাজটি করে দেবে। "যখন নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করা যায় না, অন্য কারো প্রয়োজন পড়ে– ঠিক সেখানটায় আমি টিমের অংশ হওয়া

skillbloodspot.com

সবকিছু মিস করেছি।....অন্যদের উচিত ছিল আমার সাথে কাজ করা, আমাকে শেখানো।"

কিংবা, "প্রক্রিয়াটি আমাকে দূরে ঠেলে দিচ্ছিল....আমি আর তা পছন্দ করতে পারছিলাম না।" সে পাগল হয়ে যাচ্ছিল! এই যে, জন, এটি তোমার জীবন ছিল। এর দায়িত্ব নেয়ার কথা ভেবেছ?

না, কারণ স্থির চিন্তাধারায় আপনি নিজের ক্ষমতা ও গতিবিধির নিয়ন্ত্রণ নেবেন না। আপনি ভাবেন যে মেধা আপনাকে এগিয়ে নিয়ে যাবে, এবং যখন সেটি হয় না, বেশতো, আপনি আর কি করতে পারেন? আপনি আর কোন কাজেই থাকেন না, ধ্বংস হয়ে যান। আর ধ্বংসপ্রাপ্তরা নিজেদের প্রতিরোধ করে, সান্ত্বনা দেয়, অন্যকে দায়ী করে। সবকিছু করে কিন্তু দায়িত্ব নেয় না।

স্টার হওয়া বলতে কি বুঝায়

স্টারদের কি টিমের অন্য খেলোয়াড়দের চেয়ে দায়িত্ব কম থাকে? তাদের ভূমিকা কি বিখ্যাত হওয়া ও জয়লাভ করা? নাকি অন্যদের চেয়ে তাদের দায়িত্ব বেশি? মাইকেল জর্ডান কি ভাবতেন?

জর্ডান বলেছেন, "আমাদের সমাজে অনেক সময় সুপারস্টার হওয়ার চেষ্টার চেয়ে ভূমিকা পালন করাটা অনেক কঠিন হয়ে যায়।" একজন সুপারস্টারের প্রতিভা খেলাকে জয়ী করে, কিন্তু চ্যাম্পিয়ানশীপ লাভ করতে পুরো টিমের কাজের প্রয়োজন পড়ে।

কোচ জন উডেন দাবী করেছেন যে কৌশলগত দিক থেকে তিনি বেশ সাধারণ মানের। তবে দশটি ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়ানশীপ তিনি কিভাবে জিতে নিলেন? তার একটি কারণ হিসেবে তিনি উল্লেখ করেছেন যে, তিনি টিমের জন্য খেলোয়াড় বাছাইয়ে বেশ দক্ষ।" যেমন, আমি বিশ্বাস করেছি যে করিমকে (আব্দুল জব্বার) কলেজের সবচেয়ে ভালো স্কোরার বানাতে পারব। তার চারপাশে যারা ছিল, তাদের উন্নয়নের মাধ্যমে এটি করা সম্ভব। সে যদি ইউসিএলএ থাকত, তবে কি আমরা ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়ানশীপ জিততে পারতাম? কখনো না। স্থির চিন্তাধারার অ্যাথলেটরা তাদের মেধাকে বৈধ করতে চায়। অর্থাৎ সুপারস্টার হওয়া মানে কেবল টিমের একজন 'সাদাসা' নয়। কিন্তু পেড্রো মার্টিনেজের চিন্তাধারা তাদের প্রত্যাশিত বিজয়ের বিরুদ্ধে কাজ করেছিল।

প্যাট্রিক ইউইং 'এর ব্যাপারে একটি গল্প প্রচলিত রয়েছে, যিনি একজন বাস্কেটবল চ্যাম্পিয়ান হতে পারতেন, যে বছর ইউইংকে বাস্কেটবল টিমে নেয়ার কথা, নিকস লটারি জিতে যায় এবং তারা ইউইংকে তাদের টিমে নিয়ে নেয়।

এখন তাদের কাছে একজোড়া টাওয়ার রয়েছে, সাতফুটি ইউইং ও সাতফুটি বিল কার্টরাইট।

তারা ইউইংকে কেবল ফরোয়ার্ড শক্তিশালী করার জন্য নিয়েছে। তিনি তাতে খুশি ছিলেন না। সেন্টার হল আসল জায়গা। আর তিনি হয়ত নিশ্চিতও ছিলেন না যে একজন পাওয়ার ফরোয়ার্ডের কাজ তিনি ঠিকমত করতে পারবেন কি'না। কি হত তিনি যদি শেখার জন্য তার সবটুকু দিয়ে চেষ্টা করতেন? (বেইসবলের তৎকালীন সেরা সর্টস্টপ এক্সে রড্রিগুজ যখন ইয়াঙ্কিজে যোগ দেন, তখন থার্ড বেস খেলতে রাজি হয়েছিলেন। তিনি নিজেকে প্রশিক্ষণ দিতে চেয়েছিলেন, আর কিছু দিনের জন্য তিনি নিজের অবস্থান থেকে সরে গিয়েছিলেন) ওদিকে কার্টরাইটকে বুলসে পাঠানো হল আর ইউইংসের নিক্স কখনো চ্যাম্পিয়ানশীপ পেল না।

আরেক প্রতিভাবান ফুটবল খেলোয়াড় কিশন জনসন এর একটি গল্প আছে, যিনি নিজের বীরত্ব জাহিরে ব্যস্ত থাকতেন। কোন খেলার আগে তার কাছে বিপক্ষ দলের স্টার খেলোয়াড়ের ব্যাপারে জানতে চাইলে তিনি বলতেন, "আপনারা একটি ফ্ল্যাশলাইটের সাথে একজন স্টারের তুলনা করছেন। ফ্ল্যাশলাইট মাত্র কিছুক্ষণ জ্বলতে পারে। আর একজন স্টার আকাশে সবসময় জ্বলজ্বল করে।"

তিনি কি টিমের খেলোয়াড় ছিলেন? "আমি টিমের খেলোয়াড়, তবে আমিই প্রথম....আমি ফুটবলে ১নং হতে চাই। ২নং বা ৩নং নয়। যদি আমি ১নং না হই, তবে ভালো নই। আমার আসলে কিছু করার নেই।" এর মানে কি? টিম প্লেয়ারের সংজ্ঞার কারণে জনসনকে জেটসে নেয়া হয়, পরে টাম্পা বে বুচানিয়ারস্ কর্তৃক বাতিল করা হয়।

আমি একটি মজার বিষয় লক্ষ্য করেছি। খেলার পর যখন কোন তারকা খেলোয়াড়ের সাক্ষাতকার নেয়া হয়, তারা বলে 'আমরা'। তারা দলের অংশবিশেষ ও নিজেদেরকে সেভাবেই ভাবে। যখন অন্যদের সাক্ষাৎকার নেয়া হয় তারা বলে 'আমি' আর দলের অন্যান্যদের ব্যাপারে এমনভাবে বলে যেন তারা বাইরের কেউ।

প্রতিটি খেলাই একটি দলীয় খেলা

জানেন, প্রতিটি খেলাই একটি দলীয় খেলা। কেউ এটি একা করতে পারেনা। এমনকি টেনিস বা গলফের মত খেলায়ও বড় খেলোয়াড়দের একটি দল রয়েছে, যেমন– কোচ, ট্রেনার, ক্যাডি, ম্যানেজার ও মেন্টর, বিশ্বরেকর্ডকারী মুক্ত পানির সাঁতারু ডিয়ানা নায়াদের বিষয়টি আমাকে বেশ অবাক করেছে। সাঁতারের চেয়ে

sklitt.blogspot.com

নিঃসঙ্গ খেলা আর কি হতে পারে? ঠিক আছে, হয়ত ছোট কোন নৌকা আপনাকে অনুসরণ করতে পারে আর দেখবে যে আপনি ঠিক আছেন কি'না।
নায়াদ যখন প্রস্তুত হলেন, পুরুষ ও মহিলা উভয়ের ক্ষেত্রে ষাট মাইল সাঁতারের রেকর্ড ছিল। তিনি একশ মাইল সাঁতরাতে চাইলেন। কয়েক মাসের কঠোর ট্রেনিংয়ের পর তিনি প্রস্তুত হলেন। কিন্তু পুরো একটি টিম তার সাথে গেল (বাতাস ও স্রোত মাপার জন্য ও প্রতিবন্ধকতা পর্যবেক্ষণের জন্য)–ডাইভার (শার্ক দেখার জন্য), নাসার অভিজ্ঞ লোক (পুষ্টি ও সহনশীলতা লক্ষ্য করার জন্য-প্রতি ঘন্টায় তার এগারশ ক্যালোরি প্রয়োজন ছিল আর সে বাইশ পাউন্ড ওজন হারিয়েছিল!) আর ট্রেনার, যিনি অসহ্য ঠান্ডা, নসিয়া, হ্যালুসিনেশন ও হতাশার ব্যাপারে জানাচ্ছিলেন। তার নতুন রেকর্ড ছিল ১০২.৫ মাইল। রেকর্ড বুকে তার নাম ছিল, তবে একান্ন জন মানুষ কষ্ট করেছিল।

চিন্তাধারাকে শোনা

ইতিমধ্যে তরুণ অ্যাথলেটদের চিন্তাধারার কথা আপনি শুনতে পারেন, তবে শোনেন।
২০০৪ সাল। আইসিস টিলিজ ছিলেন কলেজ বাস্কেটবলের স্টার, ডিউক ইউনিভার্সিটির মহিলা বাস্কেটবল টিমের তিনি ছয়-ফুট-পাঁচ ফরোয়ার্ডে ছিলেন। তার লকারে তার বাবা জেমস 'কুইক' টিলিজের একটি ছবি ছিল। ক্রীড়া লেখক ডিড বার্নস্টেইল বলেছেন, "কিন্তু ছবিটি কোন ভালবাসার নিদর্শন নয়, এটি ছিল ট্রিলিজের সমস্ত আশার স্মারকচিহ্ন, যেসব তিনি কখনও পূরণ করতে পারবেন না।"
১৯৮০ 'তে কুইক ট্রিলিজ একজন দুর্দান্ত প্রতিযোগী ছিলেন। ১৯৮১ 'তে তিনি ওয়ার্ল্ড হেভিওয়েট টাইটেল লাভ করেন, ১৯৮৫'তে দ্য কালার পারগাল (বক্সার হিসেবে) ছবিতে ছিলেন এবং ১৯৮৬'তে তিনিই প্রথম মাইক টাইসনের সাথে খেলতে নামেন। কিন্তু তিনি কখনও সেরা হতে পারেননি।
আইসিস টিলিজ বলেছেন, "ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়ানশীপ জেতার এটাই সময়। মনে হচ্ছে আমিও ব্যর্থ হব.... মনে হচ্ছে আমাকেও ফিরতে হবে আর ঠিক বাবার মতই কেউ না হয়ে আমি শেষ করব।"
ইস! এটাই হল কেউ, কেউনা সিনড্রোম। যদি জিতি, তবে কেউ হব, যদি না জিতি, কেউই হব না।
বাবার প্রতি টিলিজের রাগটা ন্যায্য ছিল– তিনি সন্তান হিসেবে তাকে অবহেলা করতেন। কিন্তু সেই অবহেলাই তাকে জাগিয়ে দিয়েছিল। বার্নস্টেইল বলেছেন,

skilu.blogspot.com

"আকৃতি, দক্ষতা, দ্রুততা ও দৃষ্টিভঙ্গির এত দারুণ সমন্বয় আর কারুর মধ্যে ছিল না। তবু দেশের সেরা দুই খেলোয়াড় : কানেকটিকাটের ডিয়ানা টরেসি ও [ডিউকের আলানা] বেয়ার্ডের সামনে টিলিজকে কিছুই মনে হয় না।" টিলিসেস 'এর কার্যক্রম তার দক্ষতার মত তীক্ষ্ণ নয়। তার হতাশা ছিল যে মানুষ তার কাছ থেকে অনেক বেশি প্রত্যাশা করে। আমার মনে হয়না মানুষ অসম্ভব কিছু চায়। মানুষ কেবল তার চমৎকার প্রতিভার পরিপূর্ণ ব্যবহার চায়। লক্ষ্য অর্জনের জন্য সে যে দক্ষতার উন্নয়ন ঘটায়, সেটাই মানুষ চায়।

কিছুই হতে না পারার উদ্বেগ কোন চ্যাম্পিয়ানের চিন্তাধারা হতে পারেনা। হার বা জিত দিয়ে কাউকে পরিমাপ করা যায় না। মানুষ যা চায়, তার জন্য সবটুকু দিয়ে লড়ে। আইসিস টিলিজও যদি তা-ই করত, কেবল খেলায় নয়, প্র্যাকটিসেও, তবে নিশ্চয় সে কেউ না কেউ হত।

আরেক চিন্তাধারার কথা বলি। শিকাগোর কাছাকাছি নেপারভিল সেন্ট্রাল হাইয়ের ছয়-ফুট-তিন উচ্চতার ক্যানডেস পার্কারও তার চেয়ে সতের বছরের বড় আরেকজন টেনেসে খেলতে যেত লেডি ভলস ও তাদের মহান কোচ, প্যাট সামিটের জন্য।

ক্যানডেসের বাবা ছিলেন আইসিসের বাবার চেয়ে একদম আলাদা, যিনি তাকে অন্যরকম কিছু শিখাতেন : "যদি কোন বিষয়ে বেশি পরিশ্রম কর, তবে তা থেকে বেরিয়ে আস।"

কয়েক বছর আগে তার বাবা যখন টিমের কোচ ছিলেন, এক টুর্ণামেন্ট খেলার সময় তিনি তার মেজাজ হারালেন। ক্যানডেস বল ধরছে না, বাস্কেটের কাছ থেকে বল না ছুঁড়ে দূর থেকে অলসভাবে ছুঁড়ে দিচ্ছে আর নিজেকে রক্ষার ব্যাপারে জোর দিচ্ছে না। "এবার বাইরে যাও আর আরো ভালভাবে চেষ্টা কর।" এরপর কি ঘটল? বাকী অর্ধেক খেলায় সে বিশ পয়েন্ট পেল ও দশবার বল ধরল। তারা অন্য দলকে হারিয়ে দিল।" তিনি আমার মধ্যে আগুন জ্বালিয়ে দিলেন। আর আমি জানি যে তিনি ঠিক ছিলেন।

ক্যানডেস সেই আগুন এখন নিজেই ধরান। স্টার হওয়ার চেষ্টা না করে তিনি সবসময় উন্নয়নের দিকে লক্ষ্য রাখেন। হাঁটুর সার্জারি করে যখন ফিরলেন, তিনি জানতেন যে সময়সীমা, স্নায়ু ও বাতাসের উপর তার কিছু কাজ করতে হবে। যখন তিন পয়েন্ট শট খারাপ হল, তিনি তার বাবাকে জিমে ডাকলেন। তিনি বললেন, "হোক সেটা বাস্কেট বল বা নিত্য জীবন, কোনকিছুই প্রতিজ্ঞাবদ্ধ নয়।"

sk-lib.blogspot.com

কয়েক সপ্তাহ পর চিন্তাধারার সতর্কবাণী সত্য হতে চলল। দুটি ব্যাপার ঘটল। একটি হল দুঃখজনক, টিলিজের দলের চ্যাম্পিয়ানশীপ হেরে গেল। অন্যটি হল ক্যানডেস পারকার হলেন প্রথম মহিলা যিনি পাঁচজনের বিরুদ্ধে বাস্কেটবলের চ্যাম্পিয়ানশীপ জিতে নিলেন।

চরিত্র, হৃদয় ও চ্যাম্পিয়ানসুলভ মন মানুষকে বড় অ্যাথলেট বানিয়ে দেয় এবং আত্মোন্নয়ন, আত্ম-উদ্দীপনা ও দায়িত্বের প্রতি মনোযোগের মাধ্যমে পরিপক্ক চিন্তাধারা থেকে এগুলোর উৎপত্তি ঘটে।

যদিও সেরা অ্যাথলেটরা যথেষ্ট প্রতিযোগিতামূলক হয় ও সেরা হতে চায়, কেউ বা কেউনা সিনড্রোমের স্থির চিন্তাধারা থেকে কখনও শ্রেষ্ঠত্ব উৎপাদন হয় না। স্থির চিন্তাধারার অনেক অ্যাথলেট হয়ত সহজাত হয়ে থাকে, কিন্তু আসলে কি জানেন? জন উডেনের মতে, তাদের বেশির ভাগকে আমরা মনে রাখি না।

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

*এমন কোন খেলা আছে কি যেটাতে নিজেকে আপনি দুর্বল বলে মনে করেন? হতে পারে আছে, হতে পারে নেই। অনেকদূর চেষ্টা না করলে আপনি বিষয়টি বুঝতেই পারবেন না। বিশ্বসেরা অনেক অ্যাথলেটই শুরুতে সেটা বুঝতে পারেনি। কিন্তু যদি আপনার কোন খেলার প্রতি আগ্রহ থাকে, তবে চেষ্টা করুন ও দেখুন।

*অনেক সময় অসাধারণ গুণের অধিকারী হওয়া অভিশাপ হয়ে দাঁড়ায়। এই অ্যাথলেটরা স্থির চিন্তাধারার হয় ও তারা ব্যর্থতা মেনে নিতে পারে না। সহজে আয়ত্ত্ব করার মত কোন খেলা কি আছে? পরিপক্ক চিন্তাধারা নিয়ে চেষ্টা করুন ও এগিয়ে যান।

*ক্রীড়া জগতে 'চরিত্র' একটি গুরুত্বপূর্ণ ধারণা আর এর উদ্ভব হয় পরিপক্ক মানসিকতা থেকে। কঠিন একটি ম্যাচে দক্ষতা দেখানোর জন্য কত সময় লেগেছে, ভেবে দেখুন। এই অধ্যায়ের পরিপক্ক চিন্তাধারার চ্যাম্পিয়ানরা কিভাবে সফল হয়েছে, ভাবুন। নিজেকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থাপন করার জন্য পরবর্তীতে আপনি কি করবেন?

*পরিপক্ক চিন্তাধারার অ্যাথলেট কেবল জয়লাভে নয়, শিক্ষা ও উন্নয়নে সফলতা খুঁজে পায়। আপনি একাজ যত বেশি করবেন, খেলা তত বেশি রোমাঞ্চকর হয়ে উঠবে আপনার জন্য আর যারা সেই খেলা খেলে, তাদের জন্য।

shilu.blogspot.com

পঞ্চম অধ্যায়

ব্যবসা ঃ চিন্তাধারা ও নেতৃত্ব

এনরন ও মেধাবী চিন্তাধারা

২০০১ 'এর এক ঘোষণা কর্পোরেট বিশ্বকে চমকে দিল। কর্পোরেট 'এর ক্ষুদ্র সংস্করণ, ভবিষ্যতের কোম্পানী এনরন অচল হয়ে পড়েছে। কি হয়েছিল? এরকম বিস্ময়কর সম্ভাবনা কি করে মারাত্মক বিপর্যয়ের মুখে পড়ল? প্রতিযোগিতার অভাবে? দুর্নীতির জন্য?

এটি ছিল চিন্তাধারা। দ্য নিউ ইয়র্কার 'এ ম্যালকম গ্ল্যাডওয়েলের মতামত অনুসারে আমেরিকান কর্পোরেশনগুলো মেধাবী মানুষে ছেয়ে গেছে। মূলতঃ দেশের গুরুত্বপূর্ণ ম্যানেজমেন্ট কনসাল্টিং ফার্ম ম্যাকিনসে এন্ড কোম্পানীর গুরুরা জোর দিয়ে বলেছিলেন যে কর্পোরেটের সফলতার জন্য 'মেধাবী চিন্তাধারা'র প্রয়োজন, ক্রীড়ায় যেমন সহজাত খেলোয়াড় রয়েছে, বাণিজ্যেও তেমনি প্রকৃতিপ্রদত্ত ব্যবসায়ী রয়েছে। ক্রীড়াজগতে মেধাবী খেলোয়াড়ের জন্য যেমন বিরাট অংকের চেক লিখে দিতে হয়, কর্পোরেশনে মেধাবী নিয়োগে কোন খরচ নেই, কারণ প্রতিযোগিতায় জেতার সেটাই বড় অস্ত্র।

গ্ল্যাডওয়েলের মতে, "এই মেধাবী চিন্তাধারার-ভাবনা আমেরিকান ম্যানেজমেন্টের একটি নতুন গোঁড়ামি।" এনরন 'এর নীলনকশা এই গোঁড়ামির অংশ আর পতনের বীজও সেই সাথে রোপণ করা হয়েছে।

এনরন বড় বড় ডিগ্রিধারী মেধাবীদের নিয়োগ দিয়েছে, যেটা তেমন একটা খারাপ হয়নি। তাদের প্রচুর টাকা দিয়েছে, যেটা তেমন ভয়াবহ নয়। কিন্তু পরিপূর্ণ বিশ্বাস প্রতিভার উপর রেখে মারাত্মক ভুলটি করেছে : এনরন গুনের কদর করার একটি রীতি তৈরি করেছে, যেখানে নিযুক্ত ব্যক্তিরা অসাধারণ প্রতিভাবানদের মত দেখতে ও করতে বাধ্য হয়েছে। মূলতঃ তাদেরকে স্থির চিন্তাধারা গ্রহণের জন্য বাধ্য করা হয়েছে। আর এ ব্যাপারে আমাদের বেশ জানা আছে। আমরা জানি যে এ ধরনের মানুষ ঘাটতি স্বীকার বা সংশোধন করে না। হংকং ইউনিভার্সিটির ছাত্রদের সেই ইন্টারভিউয়ের কথা মনে আছে, যেখানে সব ইংরেজি ছিল? স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা নিজেদের দুর্বলতা প্রকাশের ভয়ে কোর্স করতে আগ্রহী হয়নি। তারা সেরকম মনোজগতে বাস করে না যেখানে ঝুঁকি নেয়া যায়।

মনে করুন, স্থির চিন্তাধারার ছাত্রদের বুদ্ধিমত্তার সুনাম করে আমরা কোথায় নিয়ে গিয়েছিলাম, একই কাজ এনরনও তার মেধাবী কর্মীদের সাথে করেছে।

skill.bdtopic.com

পরবর্তীতে কিছু কঠিন সমস্যার পর ছাত্রদের আমরা বলেছিলাম অন্য স্কুলের ছাত্রদেরকে নিজেদের অভিজ্ঞতার বর্ণনা দিয়ে চিঠি লিখতে : যখন তাদের চিঠি পড়েছিলাম, আমরা অবাক হয়েছিলাম, প্রায় ৪০ পার্সেন্ট ছাত্র তাদের স্কোর নিয়ে মিথ্যে লিখেছিল। স্থির চিন্তাধারা এরকম মারাত্মক একটি ভুলের জন্ম দিয়েছিল। গ্ল্যাডওয়েল আরো লিখেছেন যে মানুষ যখন এমন পরিবেশে বাস করে যেখানে জন্মগত প্রতিভার মাধ্যমে তাদের মূল্যায়ন করা হয়, সেখানে তাদের ভাবমূর্তি ক্ষুণ্ন হলে তারা বেশ সমস্যায় পড়ে যায় ঃ "তারা ক্ষতিপূরণের কোন কোর্স করবে না। তারা বিনিয়োগকারী ও জনগণের সামনে দাঁড়িয়ে স্বীকার করবে না যে তাদের ভুল হয়েছে। বরং তারা মৃত্যুবরণ করবে।"

এটা স্পষ্ট যে আত্মসংশোধন না করলে কোন কোম্পানী টিকে থাকতে পারে না। এনরন যদি স্থির চিন্তাধারার ফসল হয়ে থাকে, তবে যেসব কোম্পানী টিকে থাকে, সেগুলো কি পরিপক্ক চিন্তাধারায় বিশ্বাসী? আসুন, দেখা যাক।

যেসব প্রতিষ্ঠান এগিয়ে যায়

জিম কলিন্স আবিষ্কার করেছিলেন যে কিছু কোম্পানী ভাল থেকে বৃহত্তর দিকে কিভাবে এগিয়ে যায়। যেখানে অন্যান্য কোম্পানীরা শুধু ভাল অবস্থায় থাকে, সেখানে কিছু কোম্পানী কি করে আরো উঁচু ধাপে চলে যায় ও অবস্থান করে।
এই প্রশ্নের জবাব পাওয়ার জন্য তিনিও তার গবেষক দল পাঁচ বছর সমীক্ষা চালিয়েছেন। তারা এগারটি এমন কোম্পানী বেছে নিয়েছিল যাদের স্টক রিটার্ণ অন্যান্য কোম্পানীর তুলনায় উর্ধ্বমুখী এবং কমপক্ষে পনের বছর তাদের সেই অবস্থান অনড় থাকে। তারা প্রতিটি কোম্পানীকে একইরকম অন্য কোম্পানীর সাথে মিলিয়ে দেখেছে। যার সম্পদ আছে, কিন্তু তেমন উন্নতি নেই। তিনি তৃতীয় ধরনের কোম্পানীর উপরও গবেষণা চালিয়েছেন যেগুলো ভাল থেকে বৃহত্তর পর্যায়ে গেছে, তবে টিকতে পারেনি।
কি কারণে সেই কোম্পানীগুলো অন্যদের চেয়ে ভিন্ন ছিল? 'গুড টু গ্রেট' বইয়ে কলিন্স কিছু গুরুত্বপূর্ণ কারণ দেখিয়েছেন, তবে অন্যতম জরুরী কারণ হল যে নেতার ধরণ কোম্পানীকে উঁচু পর্যায়ে নিয়ে যায়। তারা স্বঘোষিত প্রতিভাবান নেতা নয়। তারা সবসময় নিজেকে প্রশ্ন করে আর নিষ্ঠুরতম উত্তরের মুখোমুখি হওয়ার ক্ষমতা রাখে, তারা ব্যর্থতাকে এমনভাবে দেখে যে পরিশেষে তারা জয়লাভ করবেই।

sdlit.blogspot.com

বিষয়টি শুনতে পরিচিত লাগছে? কলিন্স বুঝতে পারেন যে ক্ষমতাবান নেতাদের মধ্যে কি কারণে এই গুণগুলো বিদ্যমান থাকে এবং তাদের কার্যক্রমে এগুলোর প্রকাশ ঘটে। এই নেতারা কিভাবে গুণগুলো অর্জন করে? কিন্তু আমরা জানি যে তাদের চিন্তাধারা পরিপক্ক। তারা মানুষের উন্নয়নে বিশ্বাস করে আর এটাই হল মূল বৈশিষ্ট্য।

তারা কখনই প্রমাণ করতে চায় না যে তারা অন্যদের চেয়ে ভাল। যেমন, তারা নিজেদের শ্রেষ্ঠত্বের প্রদর্শন করেনা, অন্যের কাজকে নিজের বলে দাবী করে না এবং নিজের ক্ষমতা জাহিরের জন্য অন্যকে ছোট করে না।

বরং তারা সবসময় উন্নয়নের চেষ্টা করে। তারা নিজেদের চারপাশে সবসময় যোগ্য মানুষদের রাখে, নিজের ভুল ও ঘাটতির দিকে দৃষ্টি রাখে এবং তারা জানতে চায় ভবিষ্যতে কোম্পানীর জন্য কোন ধরনের যোগ্যতার প্রয়োজন। এজন্য তারা বাস্তবতার ভিত্তিতে আত্মবিশ্বাসের সাথে এগিয়ে যায়, প্রতিভার কাল্পনিক ভিত্তিতে নয়।

কলিন্স বলেছেন যে বিশাল ইলেক্ট্রনিক চেইন সার্কিট সিটির সিইও অ্যালান ওয়ার্টজেল বোর্ডরুমে বিতর্ক করতেন। তার কোম্পানী কোথায় আছে ও কতদূর যেতে পারে, এ বিষয়ে পরিষ্কার ছবি পাওয়ার আগ পর্যন্ত তিনি তার নির্বাহীদের প্রশ্ন করতেন ও তর্ক করতেন। "তারা আমাকে প্রসিকিউটর বলে ডাকতেন, কারণ আমি প্রশ্ন করতেই থাকতাম।" ওয়ার্টজেল কলিন্সকে বলেছেন, "জানেন, ঠিক বুলডগের মত। যতক্ষণ বুঝতে পারতাম না, ছেড়ে দিতাম না। কেন, কেন, কেন?"

ওয়ার্টজেল নিজেকে একজন 'ঘোড়সওয়ার', পরিশ্রমী, সাধারণ নির্বোধ মানুষ হিসেবে গণ্য করতেন, কিন্তু তিনি প্রায় দেউলিয়া এক কোম্পানীকে এমন পর্যায়ে নিয়ে গেছেন যে পরবর্তী পনের বছরে সে কোম্পানী নিউ ইয়র্ক স্টক এক্সচেঞ্জের অন্যান্য কোম্পানীর চেয়ে অনেক বেশি রিটার্ণ স্টকহোল্ডারদের দিয়েছে।

চিন্তাধারা ও প্রশাসনিক সিদ্ধান্তের একটি শিক্ষা

রবার্ট উড ও অ্যালবার্ট বেন্দুরা বাণিজ্যের গ্রাজুয়েট ছাত্রদের উপর একটি গবেষণা চালান, যাদের বেশিরভাগের ম্যানেজমেন্টের অভিজ্ঞতা ছিল। তারা ভিন্নরকম চিন্তাধারা স্থাপন করে এনরন জাতীয় ও ওয়ার্টজেল জাতীয় ম্যানেজার তৈরি করেন।

উড ও বেন্দুরা এই উঠতি নেতাদের জটিল একটি কাজ করতে দেন, যেখানে তাদেরকে ফার্নিচার কোম্পানী চালাতে হবে। কম্পিউটারসম্পৃক্ত এই কাজে

skitu.blogspot.com

তাদেরকে কর্মী নিয়োগ করতে হবে এবং এই কর্মীদেরকে সবচেয়ে ভালোভাবে পরিচালনা করতে ও উৎসাহ দিতে হবে। এর উপায় আবিষ্কারের জন্য তাদেরকে কর্মীদের কাজের ভিত্তিতে সিদ্ধান্ত নিতে হবে।

গবেষকরা ছাত্রদেরকে দুই দলে বিভক্ত করল। একটি দলকে স্থির চিন্তাধারা দেয়া হল। তাদের বলা হল যে এই কাজের মাধ্যমে তাদের মৌলিক, অন্তর্নিহিত গুণাবলীর পরিমাপ করা হবে। অন্য দলকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থাপন করা হল। তাদের বলা হল যে অনুশীলনের মাধ্যমে দক্ষতার উন্নয়ন ঘটে আর এই কাজ তাদের সেই দক্ষতা বাড়াবে।

কাজটি কঠিন ছিল, কারণ ছাত্রদেরকে উচ্চমাত্রার উৎপাদনের কাজ দেয়া হয়েছিল আর প্রাথমিক চেষ্টায় তারা তেমন কিছু পারল না। এনরনের মতই স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা তাদের ভুল থেকে কিছুই শিখল না। কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা শিখতেই থাকল। নিজের যোগ্যতা পরিমাপের ব্যাপারে উদ্বিগ্ন না হয়ে তারা নিজেদের ভুলের দিকে তাকাল, সংশোধন করল ও সেই অনুসারে কৌশল বদলাল। ক্রমে তারা ভালোভাবেই বুঝতে লাগল কিভাবে কর্মীদের তৈরি করতে হয়, উৎসাহ দিতে হয় আর কাজ আদায় করতে হয়। মূলতঃ তারা স্থির চিন্তাধারার ছাত্রদের চেয়ে অনেক বেশি ভালভাবে কাজটি শেষ করল। তার চেয়েও বড় কথা, এই কঠোর কাজটি করতে গিয়ে তারা বেশ জোরালো আত্মবিশ্বাস অর্জন করেছে। তারা অ্যালান ওয়ার্টজেলের মত কাজ করেছে।

নেতৃত্ব ও স্থির চিন্তাধারা

অ্যালান ওয়ার্টজেলের বিপরীতে কলিন্স যেসব কোম্পানীর নেতাদের তুলনা করেছেন, তাদের মধ্যে স্থির চিন্তাধারা বেশ ব্যাপক।

স্থির চিন্তাধারার নেতারা এমন এক বিশ্বে বাস করে যেখানে কিছু মানুষ উৎকৃষ্ট আর কিছু নিকৃষ্ট। তারা বারবার নিশ্চিত করে যে তারা উৎকৃষ্ট আর কোম্পানিটা তাদের একটি প্লাটফরম মাত্র।

কলিন্সের তুলনাকৃত নেতারা তাদের ব্যক্তিগত "শ্রেষ্ঠত্বের ভাবমূর্তি" নিয়ে এত বেশি সচকিত থাকে যে অনেক সময় তারা কোম্পানীর ক্ষতি করতেও দ্বিধান্বিত হয় না। কলিন্স বলেছেন, "তোমার ব্যক্তিগত শ্রেষ্ঠত্বের এর চেয়ে ভাল প্রমাণ আর কি আছে যদি তুমি যাওয়ার পরই তা ধ্বসে পড়ে?"

গবেষকরা এইসব নেতাদের দুই-তৃতীয়াংশেরও বেশি সংখ্যার মধ্যে "ব্যাপক ব্যক্তিগত ইগো" দেখতে পেয়েছেন যা কোম্পানীর ক্ষতিকে ত্বরান্বিত করে বা তাকে দ্বিতীয় সারিতে রাখে। এরকম একজন নেতা ছিলেন ক্রাইসলারের প্রধান,

shiftl.blogspot.com

যিনি তার কোম্পানীতে অবিশ্বাস্য উন্নয়ন ঘটিয়েছিলেন এবং এরপর নিজের সুনাম প্রচারে এত সময় ব্যয় করেছেন যে অল্পদিনের মধ্যেই কোম্পানী সাধারণ মানে নেমে এসেছিল।

এ ধরনের কোম্পানীগুলো, কলিন্সের ভাষায়, 'এক হাজার সাহায্যকর্মী নিয়ে একজন মেধাবী'র মডেলে পরিণত হয়েছে। ভালো থেকে বৃহত্তর পর্যায়ে যাওয়া কোম্পানীগুলোর মত চমৎকার একটি ম্যানেজমেন্ট টিম গঠন করার পরিবর্তে তারা স্থির চিন্তাধারায় ধরে নেয় যে প্রতিভাবান মানুষের বড় টিমের প্রয়োজন পড়ে না। তাদের চিন্তাধারা কাজে লাগানোর জন্য অল্প সহায়ক যথেষ্ট।

ভুলবেন না যে প্রতিভাবান ব্যক্তিরা হয়ত বড় দল চায় না। স্থির চিন্তাধারার মানুষ সবসময় একমাত্র সেরা হতে চায় যাতে অন্যদের সাথে তুলনা করলে নিজেকে বড় ভাবতে পারে। স্থির চিন্তাধারার কোন সিইও'র আত্মজীবনীতে কর্মীদের উন্নয়ন কর্মসূচি সম্পর্কে তেমন কিছু পড়িনি আমি। কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিটি আত্মজীবনীতে কর্মীদের উন্নয়ন সংক্রান্ত গভীর সচেতনতা ও এর বিশদ আলোচনা পড়েছি।

পরিশেষে এনরনের প্রতিভাবানরাও নিজেদের ত্রুটি অস্বীকার করল। কলিন্স বলেছেন, "ভালো থেকে বৃহত্তর পর্যায়ের ক্রোগার গ্রোসারিও ১৯৭০ 'এ বিপদ সংকেত দেখতে পেয়েছিল যে পুরনো ধাঁচের গ্রোসারি স্টোরগুলো বিলুপ্ত হয়ে যাবে। এর মধ্যে এ এন্ড পি নামক বিশ্বের অন্যতম বৃহৎ খুচরা প্রতিষ্ঠান বন্ধ হয়ে গেছে। উদাহরণস্বরূপ, যখন এ এন্ড পি নতুন ধরনের সুপারষ্টোর খুলল এবং ওটা যখন পুরনোটার চেয়ে বেশি সফলতা পেল, পুরনোটা ওরা বন্ধ করে দিল। অন্যদিকে নতুন সুপারষ্টোরের সাথে যেটা খাপ খায়নি, তার প্রত্যেকটি ক্রোগার বন্ধ করে দিয়েছিল বা বদলে ফেলেছিল এবং ১৯৯০ 'এর শেষে সেটি দেশের এক নম্বর গ্রোসারিতে পরিণত হল।

সিইও' এবং ব্যাপক ইগো

সিইও এবং ব্যাপক ইগো কিভাবে সমার্থক হয়ে গেল? যদি আত্মশুদ্ধির পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষগুলো ইন্ডাষ্ট্রির যথার্থ পরিচালক হয়ে থাকে, তবে অনেক কোম্পানী কেন সেইসব নেতাদের খুঁজে, যারা কোম্পানীর চেয়েও নিজেদের প্রতি অনেক বেশি সচেতন থাকে?

জেমস সুরোউইকি 'শ্লেট' এ লিখেছেন, ইয়াকোসার উত্থান আমেরিকান ব্যবসার জন্য একটি বিরাট পরিবর্তন এনেছিল। তার আগে টাইফুন ও মোঘলদের দিন ছিল। জনগণের মনে, সিইও 'এর অর্থ হল, "দুর্বল প্রতিষ্ঠানে ভালো আচরণ ও ভালো অর্থ পাওয়া একজন মানুষ, কিন্তু মূলতঃ চরিত্রহীন।" ইয়াকোসা এসবকে

skilu.blogspot.com

বদলে দিয়েছিল। বাণিজ্য সংবাদদাতারা তাকে পরবর্তী জে.পি. মরগান' বা 'পরবর্তী হেনরি ফোর্ড' বলে ডেকেছিল। আর স্থির চিন্তাধারার নির্বাহীরা সেই পর্যায়ে পৌছার প্রতিযোগিতায় মেতে উঠে।

সুরোউইকি এই পরিবর্তনের ব্যাপারে সাম্প্রতিক কর্পোরেট স্ক্যান্ডালের প্রতিও নির্দেশ করেছিলেন, কারণ এই গতিধারায় স্টিইওরা সুপারহিরো হয়ে গিয়েছিল। কিন্তু যারা নিজের ইগো ও পরবর্তী ভাবমূর্তির ব্যাপারে উদ্‌গ্রীব থাকে, তারা দীর্ঘকালীন কর্পোরেটকে লালন করতে পারে না।

হয়ত ইয়াকোসা রক এন্ড রোল 'এর মত আকর্ষণীয় একজন মানুষ, যাকে সভ্যতার পতনের জন্য দায়ী করা হয়। এটা কি ন্যায়সঙ্গত? আসুন তাকে একটু গভীরভাবে জানা যাক। আর সেই সাথে স্থির চিন্তাধারার আরো কিছু সিইও সম্পর্কে জানা যাক, যেমন– স্কট পেপার ও সানবিমের অ্যালবার্ট ডানলপ, এ এল ও টাইম ওয়ার্নার 'এর জেরি লেডিন ও স্টিভ কেস এবং এনরন 'এর কেনেথ লে ও জেফরি স্কিলিং।

আপনারা দেখতে পাবেন যে তারা সকলে এই বিশ্বাস নিয়ে শুরু করেছিল যে কিছু মানুষ শ্রেষ্ঠ, তাদের শ্রেষ্ঠত্ব প্রমাণ ও প্রদর্শনের প্রয়োজন রয়েছে, কর্মীদের উন্নয়নের পরিবর্তে তারা এই প্রয়োজনের পিছনে অধীনস্থদের ব্যবহার এবং নিজেদের স্বার্থে তারা কোম্পানীকে বিসর্জন দেয়। স্থির চিন্তাধারা আমাদের বুঝতে সাহায্য করে যে এত মারাত্মক ইগো কোত্থেকে আসে, কিভাবে পরিচালিত হয় আর কেন তারা আত্ম-ধ্বংসী হয়ে উঠে।

স্থির চিন্তাধারার নেতাদের কাজ

ইয়াকোসা : আমি একজন হিরো নেতৃত্বের গুরু ওয়ারেন বেনিস বিশ্বে শ্রেষ্ঠ কর্পোরেট নেতাদের পর্যবেক্ষণ করেছেন। এই নেতারা জানিয়েছেন যে এরা কখনও নেতা হতে চাননি। নিজেদের প্রমাণের জন্য তাদের কোন আগ্রহই ছিল না। তারা যা করতে ভালবাসতেন, কেবল প্রচন্ড আগ্রহ ও উত্তেজনার সাথে তাই করেছেন এবং সেই কাজ তাদেরকে জায়গামত স্থাপন করেছে।

ইয়াকোসা তেমন ছিলেন না। হ্যাঁ, তিনি কারের ব্যবসা পছন্দ করতেন, কিন্তু ফোর্ডের দায়িত্ববান কেউ হওয়ার জন্য তিনি অন্য যেকোন কিছুর চেয়ে বেশি লালায়িত ছিলেন। তিনি হেনরী ফোর্ড টু'এর সমর্থনে রাজকীয় ফাঁদ তৈরি করতেন। এভাবেই তিনি নিজেকে গুরুত্বপূর্ণ প্রমাণ করতে চাইতেন। "আমি রাজকীয় কাজ করছি", ইয়াকোসা বলেন "ফোর্ড কর্পোরেট হেডকোয়ার্টার্স, গ্লাস

kitab.blogspot.com

হাউস হল একটি প্রাসাদ আর হেনরী ফোর্ড হলেন রাজা। আর কি চাই? হেনরী যদি রাজা হন, আমি হলাম রাজপুত্র। আমি তার সবচেয়ে বিশ্বস্থ। আমরা সবাই.... চমৎকার জীবন-যাপন করি। আমরা ফাস্ট ক্লাশের চেয়েও বেশি, রাজকীয়ভাবে থাকি।....সাদা কোট পরা ওয়েটাররা সারাদিন ডাকের অপেক্ষায় থাকে এবং বিশাল ডাইনিং রুমে আমরা একত্রে বসে খাই... প্রতিদিন ইংল্যান্ড থেকে ডোভার সোলে করে ঘুরি।"

ইয়াকোসা ফোর্ড মাসটাং পরিচালনা ও উন্নয়ন করার মত বিশাল প্রাপ্তি লাভ করেন এবং কোম্পানীর সিইও হওয়ার স্বপ্ন দেখেন। কিন্তু হেনরী ফোর্ডের ভাবনা ছিল অন্যরকম এবং তিনি ইয়াকোসাকে স্তম্ভিত করে দিয়ে তাকে বের করে দেন। সবচেয়ে মজার ব্যাপার হল ইয়াকোসা ভীষণ আঘাত পান এবং হেনরী ফোর্ডের বিরুদ্ধে যথেষ্ট ক্ষোভ প্রকাশ করেন। সর্বোপরি হেনরী ফোর্ড সেরা পাঁচে উঠে যান। ইয়াকোসা কর্পোরেট খেলা সম্পর্কে জানতেন। তবুও স্থির চিন্তাধারা তার দৃষ্টিকে আচ্ছন্ন করে রেখেছিল : "আমি সবসময় মনে করতাম যে আমি অন্যদের চেয়ে ভিন্ন, বেশি স্মার্ট, বেশি ভাগ্যবান। আমি কখনো ভাবিনি যে এমনটি হতে পারে।"

তার অন্তর্নিহিত শ্রেষ্ঠত্বের বিশ্বাস তাকে অন্ধ করে দিয়েছিল। স্থির চিন্তাধারার আরেকটি অংশ তাকে নাড়া দিতে লাগল। তিনি অবাক হয়ে ভাবলেন যে হেনরী ফোর্ড তার মধ্যে কোন ত্রুটি দেখতে পেয়েছেন। হয়ত তিনি মোটেই উৎকৃষ্ট ছিলেন না। এজন্যই তিনি তাকে এগিয়ে যেতে দেননি। কয়েক বছর পর তার দ্বিতীয় স্ত্রী তাকে বলল : "তুমি ভাবতেও পারনা হেনরী ফোর্ড তোমার কি উপকার করেছেন। ফোর্ড থেকে বেরিয়ে তুমি অনেক বড় হয়ে গেছ। হেনরী ফোর্ডের কারণে তুমি অনেক ধনী, খ্যাতিমান ও প্রভাবশালী হয়ে গেছ। তাকে ধন্যবাদ।" এর পরপরই তিনি তাকে ডিভোর্স করলেন।
কাজেই যে রাজা তাকে প্রতিযোগী ও মূল্যবান হিসেবে একদিন সংজ্ঞায়িত করেছিল, সে-ই তাকে বাতিল করল। প্রচন্ড শক্তির সাথে ইয়াকোসা সেই ভাবনাকে মুখরক্ষার কাজে ব্যয় করল আর ক্রাইসলার মটরস 'এ সেই প্রক্রিয়া কাজে লাগাল। ফোর্ডের প্রতিদ্বন্দ্বি ক্রাইসলার তখন প্রায় ধুঁকছে, কিন্তু ইয়াকোসা তার নতুন সিইও হিসেবে সঠিক লোকজন ভাড়া করল, নতুন মডেল বানাল আর সরকারী ঋণের আবেদন করল। ফোর্ড থেকে অপমানজনক বরখাস্তের কয়েক বছর পরই তিনি দারুন একটি আত্মজীবনী লিখলেন আর তাতে ঘোষণা করলেন, "আজ, আমি একজন হিরো।"

skillbdlogspot.com

যাই হোক, অল্প সময়ের মধ্যে ক্রাইসলার সমস্যায় পড়ে গেল। ইয়াকোসার স্থির চিন্তাধারা যাবে কোথায়? নিজের কাছে, হেনরী ফোর্ডের কাছে, বিশ্বের কাছে নিজের শ্রেষ্ঠত্ব প্রমাণের তার প্রয়োজন পড়ে গেল। তিনি পাবলিক ইমেজ বাড়ানোর জন্য কোম্পানীর সময় খরচ করলেন, ওয়াল স্ট্রীটকে মুগ্ধ করার জন্য কোম্পানীর অর্থ ব্যয় করলেন আর ক্রাইসলারের স্টকের মূল্য বাড়িয়ে দিলেন। কারের নতুন ডিজাইনে বা প্রস্তুতির উন্নয়নে অর্থ বিনিয়োগ, যা কোম্পানীকে লাভজনক অবস্থানে রাখবে, তা না করে তিনি বাকীগুলো করলেন।

তিনি ইতিহাসের দিকেও তাকিয়েছিলেন যে কিভাবে তাকে বিচার বা স্মরণ করা হবে। কিন্তু তবুও তিনি কোম্পানী বিনির্মাণের ব্যাপারে সচেতন হন নি। করেছেন ঠিক বিপরীত কাজ। তার একজন আত্মজীবনীকারের মতে, তিনি ভয় পাচ্ছিলেন যে অধীনস্থ কেউ কারের নতুন ডিজাইনের কৃতিত্ব দাবী করতে পারে, তাই তিনি তা প্রচারের জন্য উদগ্রীব হয়ে উঠেছিলেন। তিনি উদ্বিগ্ন ছিলেন যে স্কাইসলার পতনের পর অধীনস্থ কেউ হয়ত তার রক্ষাকর্তা হিসেবে আবির্ভূত হবে, তাই তিনি তাদের কাছ থেকে বাঁচার চেষ্টা করলেন। তাঁর উদ্বেগ ছিল যে ক্রাইসলারের ইতিহাস থেকে তিনি বাদ পড়ে যাবেন, তাই সক্রিয়তা হারানো সত্ত্বেও তিনি দীর্ঘদিন সিইও হিসেবে নিযুক্ত ছিলেন।

ইয়াকোসা ভিন্ন কিছু করার, নতুন কিছু সৃষ্টি করার সুবর্ণ সুযোগ পেয়েছিলেন। আমেরিকার অটো ইন্ডাস্ট্রি তখন বিরাট চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হয়েছিল। জাপানী পণ্য আমেরিকার মার্কেট দখল করে নিচ্ছিল। বিষয়টি খুব সহজ ছিল : পণ্যগুলো দেখতে ভালো ও ছুটছিল বেশ। ইয়াকোসার নিজের লোকেরা হোন্ডার উপর সমীক্ষা চালাল ও তাকে দারুণ সব পরামর্শ দিল।

কিন্তু চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করে ভালো কার সরবরাহ না করে ইয়াকোসা স্থির চিন্তাধারায় যুক্ত থাকলেন, অপবাদ ও অভিযোগ দিতে লাগলেন। তিনি প্রচন্ড উত্তেজিত হয়ে উঠলেন, জাপানীদের বিরুদ্ধে ক্ষোভ ঝাড়তে লাগলেন আর দাবী করলেন যে আমেরিকান সরকার শুল্ক ও কোটা প্রয়োগ করে তাদের থামাতে পারে। নিউইয়র্ক টাইমসে ইয়াকোসার বিরুদ্ধে লেখা হল : "ভাল কার বানানোর মধ্যে সমস্যার সমাধান রয়েছে, জাপানীদের বিরুদ্ধে রাগ প্রকাশের মধ্যে নয়।"

নেতা হিসেবে ইয়াকোসার কোন উন্নতি ঘটেনি। বরঞ্চ হেনরী ফোর্ডের বিরুদ্ধে তিনি যেমন বলেছিলেন, ঠিক তেমনটি স্বৈরাচার হয়ে উঠলেন, লোকজনকে কেবল বরখাস্তই করছিলেন না, যারা কোম্পানী বাঁচানোর জন্য প্রচুর আত্মত্যাগ করেছেন, তাদেরকে কোনভাবে পুরস্কৃতও করলেন না। এমনকি অর্থ যখন উৎপন্নও হচ্ছিল, তিনি কাউকে তার ভাগ দেয়ার আগ্রহ প্রকাশ করেননি। তাদের বেতন কমতে লাগল, সেইসাথে কার্যকলাপও দুর্বল হতে লাগল। ক্রাইসলার

skitu.blogspot.com

যখন সমস্যায় পড়ে গেল, তখনও তিনি রাজকীয় জীবন-যাপন করতেন। নিউইয়র্কের ওয়ালডর্ফে তার কর্পোরেট স্যুইটে ব্যয় হল দুই মিলিয়ন ডলার।

অবশেষে বোর্ড অব ডাইরেক্টররা যখন ইয়াকোসাকে সরিয়ে দিলেন, তখনও ক্রাইসলারকে বাঁচানোর সময় ছিল। তারা তাকে বিশাল অংকের পেনশন, স্টক অপশন ও কর্পোরেটের অন্যান্য ভাতা দিতে থাকলেন। কিন্তু তিনি রেগে আগুন হয়ে গেলেন, বিশেষত: তখনও তার উত্তরসূরীরা চমৎকারভাবে কোম্পানী চালিয়ে নিয়ে গেলেন। কাজেই রাজত্ব ফিরে পাওয়ার জন্য তিনি কোম্পানীর বিরুদ্ধে চরম নাশকতামূলক সিদ্ধান্ত নিলেন। এটি ব্যর্থ হল। কিন্তু অনেকেই সন্দেহ করল যে কোম্পানীর কল্যাণের চেয়েও নিজের ইগোকে তিনি বেশি প্রাধান্য দিয়েছেন।

ইয়াকোসা স্থির চিন্তাধারা নিয়ে ছিলেন। যদিও তিনি কার ব্যবসা ভালবাসতেন ও ভালো কিছু মতামত জ্ঞাপন করেছেন, নিজের শ্রেষ্ঠত্ব প্রমাণ তাকে অধিকার করে নিয়েছিল এবং তার আনন্দ ও সৃজনশীলতাকে ধ্বংস করে দিয়েছিল। সময়ের সাথে সাথে তিনি চ্যালেঞ্জ নেয়ার ব্যাপারে বিমুখ হয়ে উঠেছেন আর তিনি স্থির চিন্তাধারার অন্তর্গত অপবাদ, অজুহাত দেয়া, সমালোচক ও প্রতিদ্বন্দ্বীর ব্যাপারে ক্ষিপ্ত হওয়ার কাজে লিপ্ত হয়েছেন।

আর এইসব কারণে ইয়াকোসা তার আকাঙ্খিত রাস্তা হারিয়েছেন।

যখন ছাত্ররা ফেল করে বা খেলোয়াড়রা খেলায় হারে, বলা হয় যে কিছু ছুটে গেছে। কিন্তু সিইওর ক্ষমতা টিকিয়ে রাখতে হলে নিজের চারপাশের সমস্ত চাহিদা পূরণ করতে হয়। যত বিপদসংকেত থাকুক না কেন নিখুঁত কাজের সুসংবাদ দেয়া ও কোম্পানীর সফলতা আনা তাদের দায়িত্ব। একেই আপনি সিইও রোগ ও স্থির চিন্তাধারার ফসল বলতে পারেন।

জানেন পরবর্তীতে ইয়াকোসা সিইও রোগ থেকে বেরিয়ে এসেছিলেন। তিনি ডায়াবেটিসের গবেষণার জন্য প্রচুর অর্থ তুলেছেন (এবং নিজের প্রচুর অর্থ দিয়েছেন)। তিনি পরিবেশ-উপযোগী যানবাহনের উন্নয়নের জন্য কাজ করেছেন। হয়ত নিজেকে প্রমাণের চেষ্টা থেকে মুক্ত হয়ে তিনি মূল্যবান কাজে নিজেকে নিয়োজিত করেছিলেন।

আলবার্ট ডানলপ : আমি একজন সুপারস্টার

আলবার্ট ডানলপ মৃতপ্রায় কোম্পানীগুলোকে বাঁচিয়েছেন, যদিও আমি ঠিক নিশ্চিত নই বাঁচিয়েছেন শব্দটি যথার্থ কি'না। তিনি সেগুলোকে ভবিষ্যতে টিকে থাকার জন্য প্রস্তুত করেননি। তিনি লাভের জন্য বিক্রির ক্ষেত্রে সেগুলোকে তৈরি করেছেন, যেমন, তিনি হাজারো কর্মীকে বরখাস্ত করেছেন। এবং তিনি লাভ

shiku.blogspot.com

করেছেন। স্কট পেপার বিক্রি করে তিনি একশ মিলিয়ন ডলার লাভ করেছেন। দেড় বছরের সামান্য বেশি সময়ে একশ মিলিয়ন ডলার। "আমি কি এটা আয় করেছি? নিশ্চয়ই করেছি। আমার ময়দানে আমি সুপারস্টার, বাস্কেটবলে যেমন মাইকেল জর্ডান আর রক এন রোল'এ ব্রুস স্প্রিং স্টেন।

ইয়াকোসা মানুষের গুরুত্ব ও অন্যান্য ভাল বিষয়ে দলের কর্মীদের সাথে কিছু মৌখিক বুলি ঝাড়তেন। আলবার্ট ডানলপ সেটাও করেননি : "যদি ব্যবসা করতে চাও, তবে একটি জিনিসের জন্য ব্যবসা কর, তা হল টাকা।"

স্কট পেপারের এক কর্মী সম্মেলনে তিনি গর্বভরে একটি ঘটনার কথা জানালেন। একজন মহিলা দাঁড়িয়ে প্রশ্ন করলেন, "এখন কোম্পানী যখন উন্নতি করছে, আমরা কি দানছত্র পুনরায় চালু করতে পারি?" এর উত্তরে তিনি জানালেন, "যদি আপনি নিজের কাছ থেকে দিতে চান, সেটা আপনার ব্যাপার আর আমি আপনাকে সে ব্যাপারে উৎসাহিত করছি। কিন্তু কোম্পানীর কাজ হল টাকা বানানো....এককথায় জবাব হল, না।"

আমি এই তর্ক করছিনা যে ব্যবসা কেবল টাকার জন্য নয়, কিন্তু আমি জানতে চাই : ডানলপ সে বিষয়ে এত মনোযোগী কেন ছিলেন?

তার মুখ থেকেই শোনা যাক। "নিজের রাস্তা তৈরি করা আমার কাছে আত্মমর্যাদার প্রশ্ন, অনেকটা কোন বাচ্চা যেভাবে নিজেকে মূল্যবান প্রমাণের চেষ্টা করে....এখন আমার মনে হয় যে নিজেকে প্রমাণ ও পুন:প্রমাণ করতেই হবে।" আর নিজেকে প্রমাণের জন্য একটি মাধ্যমের প্রয়োজন হয়। কর্মী সন্তুষ্টি বা সাম্প্রদায়িক দায়িত্ব বা অনুদান ভাল কোন মাধ্যম নয়। আত্মমর্যাদার ক্ষেত্রে এগুলো একটি সংখ্যাও বাড়ায় না। কিন্তু শেয়ারহোল্ডারের লাভ তা পারে।

তার নিজের ভাষায়, "বোর্ডরুমের সবচেয়ে বিরক্তিকর শব্দ হল 'স্টেকহোল্ডার'। এর মানে হল কর্মী, সংঘ, সাপ্লাইয়ার জাতীয় অন্যান্য কোম্পানীগুলো।" স্টেকহোল্ডারের আগ্রহ দিয়ে আপনি সাফল্য মাপতে পারবেন না। শেয়ারহোল্ডারদের অংক দিয়ে আপনি সফলতা পরিমাপ করতে পারবেন না।

দীর্ঘ প্রচেষ্টার প্রতি ডানলপের কোন আগ্রহ ছিল না। একটি কোম্পানী ও তার উন্নয়ন সম্পর্কে শেখার ক্ষেত্রে তিনি সুপারহিরো হওয়ার কোন মজা পেতেন না। "ধীরে ধীরে আমি সবকিছুর উপর বিরক্ত হয়ে উঠলাম।" তাঁর বইয়ে 'বিশ্লেষকদের মুগ্ধকরণ" নিয়ে একটি পুরো অধ্যায় রয়েছে, কিন্তু বাণিজ্যিক কার্যকলাপ নিয়ে একটি অধ্যায়ও নেই। অন্যভাবে বলা যায় পুরো বইয়ে ডানলপ কেবল নিজের প্রতিভা জাহির করেছেন।

shuvo.blogspot.com

১৯৯৬ 'এ ডানলপ সানবিমকে ধরলেন। তার নিজস্ব 'করাতকাটার' স্টাইলে তিনি সানবিমের দুই-তৃতীয়াংশ বন্ধ বা বিক্রি করলেন এবং বার হাজার কর্মীর প্রায় অর্ধেককে বরখাস্ত করলেন। সানবিমের স্টক এত বেড়ে গেল যে তার বিক্রির পরিকল্পনা নষ্ট হয়ে গেল। এটি যথেষ্ট দামী হয়ে উঠল। ওয়াও, এখন তাকে কোম্পানী চালাতে হবে। এখন এটি তাকে লাভজনক করতে হবে বা অন্তত: দেখাতে হবে। কর্মীদের ফিরিয়ে আনা বা কোনকিছু শেখার পরিবর্তে রেভিনিউ বাড়িয়ে দিলেন, যারা প্রশ্ন করল, তাদের তাড়িয়ে দিলেন। তার বইয়ের স্ব-ঘোষিত সুপারহিরো দুই বছরের কম সময়ে পতিত হলেন আর তাকে বের করে দেয়া হল। তিনি যাওয়ার পর সিকিউরিটিস ও এক্সচেঞ্জ কমিশন তদন্ত করে ১.৭ বিলিয়ন ডলারের ব্যাংক লোন দেখতে পেল।

ডানলপ মাইকেল জর্ডান ও ব্রুস স্প্রিংস্টেনকে ভুলভাবে নিয়েছিলেন। এই দুজন সুপারস্টার শীর্ষে পৌঁছেছিলেন এবং তাদের পরিচর্যা, চ্যালেঞ্জ গ্রহণ ও ক্রমবৃদ্ধির কারণে দীর্ঘদিন সে জায়গায় অবস্থান করেছিলেন। ডানলপ ভেবেছিলেন তিনি জন্মগতভাবে শ্রেষ্ঠ, আর তাই শিক্ষাগ্রহণ থেকে দূরে ছিলেন যেটা তাকে সফল হতে সাহায্য করত।

দ্য স্মার্টেস্ট গাইস ইন দ্য রুম

হ্যাঁ, মনে হয় যে ইয়াকোসা থেকে ১৯৯০'এর অনেক ক্ষমতাবান মানুষের ইতিহাস ঘাটলে এনরনের কেনেথ লে আর জেফরি স্কিলিং এর মত আর কাউকে পাওয়া যাবে না।

কোম্পানীর প্রতিষ্ঠাতা, চেয়ারম্যান ও সিইও কেন লে নিজেকে কল্পনাবিলাসী বলে মনে করতেন। বেথালি ম্যাকলিন ও পিটার এলকাইন্ড তাদের 'দ্য স্মার্টেস্ট গাইস ইন দা রুম' এ বলেছেন, যারা আসলেই কোম্পানীর জন্য শ্রম দেয়, তাদেরকে লে এত ছোট করে দেখত ঠিক কোন রাজা তার কর্মীদের দেখছে। তিনি এনরনের প্রেসিডেন্ট রিচ কিন্ডারকে খুব ছোট করে দেখতেন যিনি মনেপ্রাণে চাইতেন যে কোম্পানী তার লক্ষ্যে পৌঁছে যাক। লে'র রাজকীয় জীবন-যাপন কিন্ডারই সম্ভব করেছিলেন। কিন্ডারই শীর্ষস্থানীয় একমাত্র ব্যক্তি যিনি বারবার কর্মীদের কাছে জানতে চাইতেন যে তারা কোম্পানীকে বোকা বানাচ্ছে কি'না ঃ "আমরা কি আমাদের তামাক খাচ্ছি? আমাদের হুইস্কি পান করছি?"

স্বাভাবিকভাবেই তার দিন ছিল সীমিত। কিন্তু নিজস্ব বুদ্ধিমত্তা ও দূরদর্শিতার কারণে চলে যাওয়ার সময় তিনি এনরনের একটি গুরুত্বপূর্ণ সম্পদ, এনার্জি পাইপলাইন্স কিনে নিলেন, যেটা এনরন বেশ অবহেলার সাথে ধরে রেখেছিল।

২০০৩-এর মধ্যভাগে কিন্ডারের কোম্পানীর মার্কেট ভ্যালু ছিল সাত বিলিয়ন ডলার।

যদিও লে নিজের মত করেই নিজেকে বিচার করতেন ও রাজকীয় ভাবভঙ্গি দেখাতেন, কিন্তু নিজেকে তিনি "বেশ" ভাল ও বুদ্ধিমান মানুষ হিসেবে দেখাতে চাইতেন। যদিও তিনি শিকারের জীবন শুষে নিতেন, তবু কর্মীদের ব্যাপারে লিখেছিলেন, "এখানে নির্দয়তা, উদাসীনতা ও ঔদ্ধত্য নেই.... আমরা সবাই খোলামনে, সৎভাবে ও নিষ্ঠার সাথে একত্রে কাজ করি।" ইয়াকোসা ও অন্যান্য সকলের ক্ষেত্রে ওয়াল স্ট্রীটের ধারণাই ছিল সবচেয়ে বেশি জরুরী। বাস্তবতা ঠিক তার উল্টো।

লে'র পাশাপাশি জেফ স্কিলিং ছিলেন রিচ কিন্ডারের উত্তরসূরী, যিনি প্রেসিডেন্ট ও চিফ অপারেটিং অফিসার ছিলেন ও পরবর্তীতে সিইও হন। স্কিলিং কেবল স্মার্ট ছিলেন না, তাকে বলা হত 'আমার দেখা সবচেয়ে স্মার্ট' ও 'অত্যুজ্জ্বল মেধাবী' ব্যক্তি। তিনি তার মেধাকে শেখার কাজে নয়, অন্যকে হুমকি দেয়ার কাজে ব্যবহার করতেন। যখনই তিনি নিজেকে অন্যদের চেয়ে স্মার্ট ভাবতেন, বেশ বাজে আচরণ করতেন। আর কেউ তার সাথে একমত না হলে তাকে তিনি যোগ্য মনে করতেন না। সংকটের সময় একবার যখন এক সহকারী সিইও বেশ দক্ষতা নিয়ে হাজির হল, তিনি অবজ্ঞাভরে বললেন, "রন এটি করতেই পারবে না।" যখন অর্থনৈতিক বিশ্লেষক বা ওয়াল স্ট্রীট বাণিজ্যদল স্কিলিং এর কাছে জবাবদিহিতা চাইল, তিনি এমন ভাব করলেন, যেন তারা নির্বোধ ঃ 'বেশ, এটি খুব স্বচ্ছ। আপনারা কেন বুঝতে পারছেন না?" অনেক সময় ওয়াল স্ট্রীটের লোকেরা নিজেদের বুদ্ধিবৃত্তি নিয়ে উদ্বিগ্ন হয়ে তাকে বিশ্বাস করায় যে তারা বুঝেছে।

নিজস্ব ধারণার ব্যাপারে স্কিলিং'-এর অগাধ বিশ্বাস ছিল। নিজের মতামতের ব্যাপারে তার এত শ্রদ্ধা ছিল যে তিনি বিশ্বাস করতেন সেসবের ভিত্তিতে এনরন অবশ্যই লাভবান হবেন। এটি হল স্থির চিন্তাধারার মৌলিক লক্ষণ : আমার মেধা কেবল আমাকেই পরিমাপ ও মূল্যবান করেনা, কোম্পানীকেও সমৃদ্ধ করে তোলে। এটি মূল্য তৈরি করে। আমার মেধা লাভজনক। আহ্!

আর মূলত এভাবেই এনরন চলছিল। ম্যাকলিন ও অ্যালকাইন্ডের রিপোর্ট অনুযায়ী "এক পেনিও রেভিনিউ দেয়ার আগে এনরন প্রায় মিলিয়ন ডলারের লাভ করেছে।" নিশ্চয়ই পরবর্তীতে সেটা কেউ অনুসরণ করেনি। কাজেই লাভ কখনও চিরস্থায়ী হয় না। যদি মেধাবী মানেই লাভ বুঝাত, তবে বলতে হয় যে

sklilu.blogspot.com

এনরন মেধার পিছনে মিলিয়ন ডলার ব্যয় করেছে কেবল প্রতিযোগিতা করতে গিয়ে।

স্কিলিং নিজেকে কেবল অন্যদের চেয়ে স্মার্টই ভাবেনি, ইয়াকোসার মত নিজেকে ভাগ্যবানও ভেবেছে। ভেতরের অনেকেই জানিয়েছেন যে তিনি ভাবতেন যেকোন বাধা দূর করতে পারবেন। কেন নিজেকে তিনি অসহায় মনে করবেন? কোথাও কোন সমস্যা ছিল না। স্কিলিং এখনও স্বীকার করেনা যে কোথাও কোন ভুল ছিল। কেবল পৃথিবী সেটা বুঝতে পারেনি।

দুই প্রতিভাবানের সংঘর্ষ

এওএল এবং টাইম ওয়ার্নারকে মেধাবী কর্মকর্তারাই প্রায় ডুবিয়ে দিল। এওএল এর স্টিভ কেস এবং টাইম ওয়ার্নারের জেরি লেভিন স্থির চিন্তাধারার দুজন সিইও ছিলেন যারা তাদের কোম্পানীগুলোকে একত্রিত করেছিলেন।

কেস ও লেভিনের অনেক মিল ছিল। তারা দুজনেই উৎকৃষ্ট মেধার মানুষ ছিলেন। দুজনেই প্রতিভার মাধ্যমে মানুষের মন জয় করার চেষ্টা করেছেন। আর দুজনেই প্রাপ্তির চেয়ে অনেক বেশি সুনাম চাইতেন। কর্মকর্তা হিসেবে কারুর অভিযোগ শুনতে চাইতেন না। আর দুজনেই সমানে মানুষ ছাঁটাই করতেন, যাদেরকে 'দলের সদস্য' ভাবতেন না, অর্থাৎ যারা তাদের সাথে ভারসাম্য রক্ষা করে চলতেন না।

একত্রিত হওয়ার পর দেখা গেল এএলও এত বেশি ঋণগ্রস্থ যে অন্য কোম্পানী ডুবে যাওয়ার উপক্রম। আপনারা ভাবতে পারেন যে দুই সিইও একত্রে কাজ করতে পারত। কোম্পানীর স্বার্থে তাদের সম্পদ কাজে লাগাতে পারত। বরং লেভিন ও কেস ব্যক্তিগত ক্ষমতার জন্য লড়াই শুরু করল।

লেভিনের পরাজয় প্রথমে ঘটল। কিন্তু কেস তখনও তেমন কিছু চেষ্টা করছিলেন না। মূলত: নতুন সিইও, রিচার্ড প্যাটারসন যখন এএলও ঠিক করার জন্য একজনকে পাঠাল, কেস তার ঘোর বিরোধিতা করলেন। যদি অন্য কেউ এএলও ঠিক করে, তবে কৃতিত্ব তার ভাগে চলে যাবে। ইয়াকোসার মত অন্য রাজপুত্রকে মুকুট পরানোর চেয়ে তিনি কোম্পানীর ধ্বংসকে শ্রেয়ঃ মনে করলেন। অবশেষে কেসকে যখন রিজাইন করতে বলা হল, তিনি ভয়ংকর হয়ে উঠলেন। ইয়াকোসার মত কোম্পানীর সমস্যার জন্য নিজের দায় অস্বীকার করলেন এবং যারা তার বিরুদ্ধাচারণ করেছে, তাদের প্রতিশোধ নেয়ার প্রতিজ্ঞা করলেন।

২০০১'এ এএলও টাইমওয়ার্নার কেবল মেধাবী কর্মকর্তাদের কারণে একশ বিলিয়ন ডলারের ক্ষতির সম্মুখীন হল। আমেরিকার ইতিহাসে এটি সবচেয়ে বড় বার্ষিক ক্ষতি।

sizlib.blogspot.com

ইয়াকোসা, ডানলপ, লে এন্ড স্কেলিং, কেস ও লেভিন। স্থির চিন্তাধারার মানুষকে কোম্পানীর দায়িত্বে নিয়োজিত করলে কি ফলাফল হয়, সেটা তারা দেখিয়েছেন। প্রত্যেক ক্ষেত্রে একজন মেধাবী মানুষ কেবল নিজস্ব মূল্যায়ন বজায় রাখার জন্য কোম্পানীকে ধ্বংসের মুখে ঠেলে দিয়েছেন। সাধারণ অর্থে তারা খারাপ মানুষ ছিলেন না। তারা কোন ক্ষতি করতে চান নি। কিন্তু জটিল পরিস্থিতিতে তারা নিজেদের ইচ্ছে অনুযায়ী সিদ্ধান্ত নিয়েছেন আর কর্পোরেটের দীর্ঘস্থায়ী কল্যাণকে ছোট করে দেখেছেন। তাদের পদ্ধতি ছিল অন্যকে দোষারোপ করা, ভুলকে অগ্রাহ্য করা, স্টকের মূল্য বাড়ান, প্রতিদ্বন্দ্বি ও সমালোচকদের বিরুদ্ধে লাগা, অধীনস্থদের হুমকি দেয়া ইত্যাদি।

আকর্ষণীয় ব্যাপারটি হল তারা যখন কোম্পানীকে ধ্বংসের দিকে ঠেলে দিচ্ছিল, তখনও তারা নিজেদেরকে অভেদ্য ও অপরাজেয় বলে ভাবত। অনেক ক্ষেত্রে তারা প্রচন্ড প্রতিযোগিতামূলক ইন্ডাষ্ট্রিতে ছিল, যেখানে প্রতিপক্ষের ভয়াবহ চাপ সামলাতে হত। কিন্তু তারা একদম স্বতন্ত্র বাস্তবতায় বাস করত।

এটি ছিল নিজস্ব শ্রেষ্ঠত্ব ও আখ্যায়িত হওয়ার পৃথিবী। কেনেথ লে এই বিশেষায়নের ব্যাপারে খুব সজাগ ছিলেন। এনরনের পক্ষ থেকে বছরে মিলিয়ন ডলার ক্ষতিপূরণ পাওয়া সত্ত্বেও তিনি কোম্পানীর কাছ থেকে মোটা অংকের লোন নিয়েছেন, আত্মীয়-স্বজনদের চাকরি ও কন্ট্রাক্ট দিয়েছেন এবং পরিবারের জন্য কর্পোরেট জেট ব্যবহার করেছেন। এমনকি ক্রাইসলারের দুঃসময়েও ইয়াকোসা জমজমাট ক্রিসমাস পার্টি দিয়েছেন। প্রতিটি পার্টিতে তিনি রাজার মতই দামী উপহার নিয়ে যেতেন, যেটার জন্য এক্সিকিউটিভরা পরবর্তীতে বিল করত। এক প্রাক্তন অফিসার এওএল এক্সিকিউটিভদের সম্পর্কে বলেছেন "তারা ভাবে যে সবকিছু করার অধিকার তাদের আছে।"

এসব নেতারা যেহেতু আভিজাত্যের মোড়ক পড়েন, চাটুকার পরিবেষ্টিত হয়ে নিজের সুনাম শুনেন আর সমস্যা থেকে পালিয়ে বাঁচেন, এতে কোন সন্দেহ নেই যে নিজেদের তারা অপরাজেয় ভাবেন। তাদের স্থির চিন্তাধারা এমন এক রূপকথার জগত তৈরি করে দেয় যে নিজেদের তারা রাজা ভাবতে থাকেন। এই চিন্তাধারার মধ্যে তারা পরিপূর্ণরূপে নিমজ্জিত। কেন তারা সেই জগতের বাইরে গিয়ে কুৎসিত বাস্তবতা ও ব্যর্থতার মুখোমুখি হবেন? মরগান ম্যাকল তাঁর 'হাই ফ্লায়ারস' বইয়ে লিখেছেন, "দুর্ভাগ্যক্রমে মানুষ এমন কিছু পছন্দ করে যা তাদের উন্নয়নের বিরুদ্ধে থাকে।.... মানুষ তাদের শক্তি ব্যবহার করতে পছন্দ করে.... দ্রুত, নাটকীয় ফলাফলের জন্য, এমনকি যদি....পরবর্তীতে কাজে লাগবে এমন কিছু তারা শিখেইনা....মানুষ বিশ্বাস করতে পছন্দ করে যে তারা ততটা ভালো

skillit.blogspot.com

যতটা অন্যরা বলে...আর নিজেদের দুর্বলতাকে গুরুত্বের সাথে নিতে চায় না। মানুষ দুঃসংবাদ বা সমালোচনা শুনতে চায়না...এতে বিরাট ঝুঁকি....কোনকিছু ভাল করলে সেটা ছেড়ে নতুন কিছু করার চেষ্টা করা।" আর স্থির চিন্তাধারার মানুষ এগুলোকে অনেক বেশি ঝুঁকিপূর্ণ বলে মনে করে।

ব্রুটাল বসেস

ম্যাকল যুক্তি দেখিয়ে বলেছেন যে যখন নেতারা নিজেদেরকে অন্যদের চেয়ে বেশি ভাল মনে করে, তারা বিশ্বাস করতে শুরু করে যে অন্যান্যদের চাহিদা বা অনুভূতিকে অগ্রাহ্য করলেও চলে। স্থির চিন্তাধারার কোন নেতাই অধীনস্থদের প্রতি সদয় ছিলেন না এবং তাদের অনেকেই তাদের প্রতি পুরোপুরি অবজ্ঞা প্রকাশ করতেন। এর ফল কি দাঁড়ায়?

'মানুষকে নিয়ন্ত্রণে রাখা'র নামে এইসব কর্মকর্তা কর্মীদের সাথে দুর্ব্যবহার করে।

ইয়াকোসা এক্সিকিউটিভদের মধ্যে সদ্ভাব না থাকার জন্য নোংরা খেলা খেলতেন। টাইম ওয়ার্নারের জেরি লেডিনকে সহকর্মীরা নিষ্ঠুর রোমান সম্রাট কালিগোলা বলে ডাকত। স্কিলিং তার চেয়ে কম বুদ্ধিমানদের নিয়ে বিশ্রী কৌতুক করতেন।

কর্পোরেট নেতৃত্বের অভিজ্ঞজন হার্ভে হর্নস্টেইন তার 'ব্রুটাল বসেস' বইয়ে লিখেছেন, "এধরনের বসেরা অধীনস্থদের খরচে নিজেদের ক্ষমতা, প্রতিযোগিতা ও গুণের অনুভূতি প্রকাশের ইচ্ছা পোষণ করে।" আপনাদের মনে আছে আমাদের গবেষণায় স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা কিভাবে তাদের চেয়ে কম ভালো মানুষের সাথে নিজেদের তুলনা করেছিল? নীতিটা একই, তবে এখানে গুরুত্বপূর্ণ একটি পার্থক্য রয়েছে; এই ধরনের বসেরা তাদের পরিস্থিতি আরো খারাপ করে তোলে। আর তারা যখন এটি করে, নিজেরা ভালবোধ করে।

হর্নস্টেইন সানবিম অষ্টারের প্রাক্তন সিইও পল কাজারিয়ান' এর সম্পর্কে লিখেছেন। নিজেকে তিনি 'শুদ্ধতম' বলে ডাকতেন, তবে সেটা ছিল 'ভৎর্সনাকারী' শব্দের প্রতিশব্দের মত। অধীনস্থরা কোন বিষয়ে তাকে হতাশ করলে তিনি জিনিস ছুঁড়ে মারতেন। একদিন এক কম্পট্রোলার মিষ্টার কাজারিয়ানকে অসন্তুষ্ট করার পর দেখলেন যে কমলার রসভর্তি একটি জগ ছুটে আসছে।

অনেক সময় বসেরা কম মেধাবী লোকদেরকে শিকার বানায়। এটি তাদের শ্রেষ্ঠত্ববোধকে তুষ্ট করে। কিন্তু অনেক সময় এই শিকারেরাই সবচেয়ে বড় প্রতিযোগী হয়ে উঠে, কারণ এরাই স্থির চিন্তাধারার বসদের প্রতি সবচেয়ে বড়

sklib.blogspot.com

হুমকির কারণ হয়ে দাঁড়ায়। হর্নস্টাইন যখন বিশাল এয়ারক্রাফট তৈরির এক ইঞ্জিনিয়ারের সাক্ষাতকার নেন, তখন তিনি বস সম্পর্কে বলেন, "তার মূল টার্গেট ছিলাম আমরা যারা সবচেয়ে বেশি প্রতিযোগী। আমি বলতে চাই যে, যদি আপনি আমাদের কার্যক্রমের ব্যাপারে সজাগ থাকেন, তবে আপনি সবচেয়ে ভালো কর্মীর পিছনে কখনো লাগবেন না।" কিন্তু আপনি যদি নিজের প্রতিযোগিতার ব্যাপারে উদ্বিগ্ন থাকেন তবে লাগবেন।

বসেরা যখন অবমাননা ছড়াতে থাকে, পরিস্থিতি বদলে যায়। সবাই তাদের তোষামোদে ব্যস্ত হয়ে পড়ে। 'গুড টু গ্রেড' বইয়ে কলিন্স জানিয়েছেন যে অনেক সমসাময়িক কোম্পানীগুলোতে (যেগুলো ভাল থেকে উপরের দিকে যেতে পারেনি বা গেলেও বেশিদিন টিকে থাকেনি) লোকেরা বসদের ভয় পেত।" যখনই কোন নেতা প্রকৃত বাস্তবতার চেয়ে তাকে ভয় পাওয়াকে প্রধান করে তোলে, মাঝামাঝি বা তার চেয়েও খারাপ অবস্থায় থাকার একটি রেসিপি তুমি পেয়ে যাও।" ১৯৬০ থেকে ১৯৭০ পর্যন্ত চেইজ ম্যানহাটান ব্যাংক চালাতেন ডেভিড রকফেলার, যিনি অতিমাত্রায় নিয়ন্ত্রণ করতেন। 'বিল্ট টু লাস্ট' এ কলিন্স ও পোরাস' এর বক্তব্য অনুযায়ী, ম্যানেজারেরা দিনের পর দিন কেবল তার অসন্তোষের ভয়ে কাটাত। প্রতিটি দিনের শেষে তারা স্বস্থির একটি নিঃশ্বাস ফেলত: "যাক্, আরেকটা দিন গেল আর আমি কোন ঝামেলায় পড়িনি।" এমনকি তার স্বর্ণযুগ পেরিয়ে যাওয়ার অনেক পরেও সিনিয়র ম্যানেজারেরা নতুন কোন মতামত দেয়ার সাহস করেনি পাছে 'ডেভিড পছন্দ নাও করতে পারেন।' কলিন্স ও পোরাস 'রে ম্যাকডোনাল্ড অব ব্যুরোস'এ রিপোর্ট করেছেন যে, যেকোন ভুলের জন্য ম্যানেজারদের সবার সামনে অপদস্থ করতেন, যেখানে তা সংশোধন করে উৎসাহিত করা যেত। ফলে যদিও ব্যুরোস কম্পিউটার ইন্ডাস্ট্রির প্রাথমিক অবস্থায় আইবিএম 'এর অগ্রে ছিল, পরবর্তীতে হারিয়ে গেল। টেক্সাস ইনস্ট্রুমেন্টস 'এও একই ঘটনা ঘটেছিল। যদি কোন উপস্থাপনা পছন্দ না হত, মার্ক শেফার্ড ও ফ্রেড বুসি চিৎকার করত, টেবিলে থাপ্পড় দিত, বক্তাকে অপমান করত ও জিনিস ছুঁড়ত। একসময় লোকজন কাজের স্পৃহা হারিয়ে ফেলল।

বসেরা যখন নিয়ন্ত্রক ও ভৎর্সনাকারী হয়ে উঠে, সবাইকে তখন স্থির চিন্তাধারায় স্থাপন করে ফেলে। অর্থাৎ সবাই তখন শেখা, উন্নত হওয়া ও কোম্পানীকে এগিয়ে নিয়ে যাওয়া বাদ দিয়ে মূল্যায়নের ভয়ে ভীত থাকে। বসের মূল্যায়নের ভীতি থেকে শুরু হয় আর সেটা সবার মধ্যে সঞ্চারিত হয়। পুরো কোম্পানী যখন স্থির চিন্তাধারায় পরিণত হয়, সাহস ও উৎসাহ টিকিয়ে রাখা কঠিন হয়ে পড়ে।

skillbloggspot.com

পরিপক্ক চিন্তাধারার নেতাদের কাজ

এন্ড্রু কার্নেগী একদিন বলেছেন, "আশা করি আমার এপিটাফে এটাই লেখা থাকবে : "এখানে এমন একজন মানুষ শুয়ে আছেন যিনি তার চেয়েও বেশি জ্ঞানী মানুষদের কাজে লাগানোর মত যথেষ্ট বুদ্ধিমান ছিলেন।"

আসুন, জানালাটি খুলি আর কিছু বাতাস ঢুকতে দিই। স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা সবসময় হাঁসফাস করে। এমনকি যখন তারা বিশ্বখ্যাত ও সম্মানিত, তখনও পৃথিবীটাকে ছোট ও সীমাবদ্ধ মনে করে, কারণ তাদের মনে কেবল একটি চিন্তাই ঘুরে : আমাকে সমর্থন কর।

যখন আপনি পরিপক্ক চিন্তাধারার নেতাদের বিশ্বে প্রবেশ করবেন, সবকিছু বদলে যাবে। এটি উজ্জ্বল, বর্ধমান ও সম্ভাবনার শক্তিকে পরিপূর্ণ। আপনি ভাববেন, ইস, কি মজা! আমি কখনো কর্পোরেশন চালানোর কথা ভাবিনি, কিন্তু যখন আমি শিখব যে এই নেতারা কিভাবে করেছেন, তবে এটি পৃথিবীর সবচেয়ে উত্তেজানাপূর্ণ বিষয় হবে।

আমি তাদের তিনজন নেতাকে স্থির চিন্তাধারার তিনজনের বিরুদ্ধে দাঁড় করালাম। আমি জেনারেল ইলেকট্রিকের জ্যাক ওয়েলচকে নিলাম যিনি জীবনের চেয়েও দীর্ঘ মানুষ, চমৎকার বিনয়ী। আর আলফ্রেড ডানলপের বিপরীতে লাউ গার্স্টনার (যিনি আইবিএম'কে বাঁচিয়েছিলেন) ও অ্যানি মালকেয়ি' (যে মহিলা জেরক্সকে জীবন দিয়েছিলেন) কে বাছাই করলাম।

জ্যাক ওয়েলচ, লাউ গার্স্টনার ও অ্যানি মালকেরি বেশ আকর্ষণীয়, কারণ তারা নিজেদের কোম্পানীকে বদলে দিয়েছিল। তারা স্থির চিন্তাধারাকে সমূলে উৎপাটন করে পরিপক্ক চিন্তাধারা স্থাপন করেছেন ও দলীয় কাজের গুরুত্ব দিয়েছেন। গার্স্টনার ও আইবিএম যেন এনরনকে বদলে পরিপক্ক চিন্তাধারার মক্কানগরীতে রূপ দিয়েছে।

পরিপক্ক চিন্তাধারার নেতারা নিজেদের ও অন্যদের সম্ভাবনা ও উন্নয়নের ব্যাপারে বিশ্বাস নিয়ে শুরু করেন। নিজেদের শ্রেষ্ঠত্বের বাহন না ভেবে তারা এটিকে নিজেদের, কর্মীদের ও সামগ্রিকভাবে কোম্পানীর উন্নয়নের শক্তি হিসেবে ব্যবহার করেছেন।

ওয়ারেন বেনিস বলেছেন যে অনেক নেতা কেবল ছুটে ও ছুটায়। কিন্তু কোথাও পৌছায় না। এই লোকদের সম্পর্কে বলেন নি, এরা আভিজাত্যের কথা বলে না। এরা যাত্রার কথা বলে। একটি সামগ্রিক, শিক্ষাপূর্ণ ও আনন্দোচ্ছল যাত্রা।

sklibb.blogspot.com

জ্যাক: শোনা, যুক্ত করা, পরিচর্যা করা

১৯৮০ 'এ জ্যাক ওয়েলচ যখন জিই'র দায়িত্ব নিলেন, কোম্পানীর মূল্যমান ছিল চৌদ্দ বিলিয়ন ডলার। বিশ বছর পর ওয়াল স্ট্রীট একে ৪৯০ বিলিয়ন ডলারের সমমান ঘোষণা করলেন। এটি বিশ্বের সবচেয়ে মূল্যবান কোম্পানী হয়ে উঠল। ফরচুন ম্যাগাজিন ওয়েলচকে বললেন, "তার সমসাময়িক সবচেয়ে বেশি সম্মানিত, পরীক্ষিত ও অনুকরণীয় সিইও....তার সম্পূর্ণ আর্থিক প্রভাব হিসাব করা সম্ভব নয়, তবে নিশ্চয়ই সেটি তার জিই কর্মসূচীর বিশাল গুণিতক অংকের হবে।"

আমার কাছে তার চেয়েও চমৎকার মনে হয়েছে নিউইয়র্ক টাইমসে ইনট্যুইট 'এর সিইও স্টিভেন বেনেটের মন্তব্য, "জেনারেল ইলেকট্রিকে থাকার সময় কর্মীদের পরিচর্যা করার কাজটি শিখেছি জ্যাক ওয়েলচ থেকে।....তিনি সরাসরি কর্মীদের কাছে গিয়ে জানতে চাইতেন কি চলছে। ১৯৯০ 'এর শুরুতে তাকে আমি ফ্যাক্টরীতে দেখতাম প্রায় সময়, যেখানে ল্যুইসভিলে তারা রেফ্রিজারেটর বানাত....তিনি সোজা শ্রমিকদের লাইনে চলে যেতেন তারা কি বলছে শোনার জন্য। আমি সামনের সারির কর্মীদের সাথে স্বতঃস্ফূর্তভাবে কথা বলি। এটা আমি জ্যাকের কাছে শিখেছি।"

এই চরিতালেখ্যতে অনেক কিছু ছিল। জ্যাক বেশ ব্যস্ত মানুষ ছিলেন। একজন গুরুত্বপূর্ণ ব্যক্তি। কিন্তু তিনি ইয়াকোসার মত করে চালান নি-কর্পোরেটের সৌখিন হেডকোয়ার্টার থেকে চালাননি যেখানে সাদা-গ্লাভস পরিহিত ওয়েটারদের সাথে সবচেয়ে ভালো সংযোগ থাকে। ওয়েলচ কখনও ফ্যাক্টরি যাওয়া ও শ্রমিকের কথা শোনা বন্ধ করেন নি। এদেরকে তিনি সম্মান করতেন, এদের থেকে শিখতেন এবং এদের পরিচর্যাও করতেন।

এরপর সেখানে দলীয় কাজের উপর জোর দেয়া হত, রাজকীয় 'আমি'র উপর নয়। ওয়েলচ 'এর আত্মজীবনী'র 'উৎসর্গ' ও 'লেখকের বাণী" থেকে ভিন্ন কিছু জানা যায়। সেখানে লী ইয়াকোসার মত 'আমি হিরো' বা আলফ্রেড ডানলপের মত 'আমি একজন সুপারস্টার' লেখা নেই, যদিও তিনি দুটোই দাবী করতে পারতেন।

বরঞ্চ লিখা আছেন, "আমি নিজস্বতা ব্যবহার করাকে ঘৃণা করি। জীবনে যা কিছু করেছি, প্রায় সবকিছুই অন্যান্য মানুষদের সাথে মিলে করেছি।...দয়া করে মনে রাখবেন এই বইয়ে যতবার আমার কথা বলেছি, তার মাধ্যমে আমার সব সহকর্মী, বন্ধু আর কাউকে বাদ দিয়ে থাকলে, তাদের সকলকে বুঝিয়েছি।"

shilu.blogspot.com

কিংবা "[এই লোকগুলো] আমার যাত্রাকে প্রচুর আনন্দ ও শিক্ষা দিয়ে পূর্ণ করে দিয়েছে। তারা অনেক সময় আমাকে নিজে যতটা নই, তার চেয়ে ভালো বানিয়েছে।"

ইতিমধ্যে ক্ষুধার্ত সিইও দের আমি আমি আমি মনোভাব পরিপক্ক চিন্তাধারার নেতাদের মধ্যে আমরা ও আমাদের হতে দেখেছি।

মজার ব্যাপার হল কোম্পানী থেকে স্থির চিন্তাধারা দূর করার আগে ওয়েলচকে নিজের মধ্য থেকে তার বিনাশ ঘটাতে হয়েছে। আর বিশ্বাস করুন, ওয়েলচের অনেক দূর যাওয়ার ছিল। তিনি যেমনটি হয়েছেন, ঠিক তেমনটি ছিলেন না। ১৯৭১ 'এ ওয়েলচকে যখন প্রমোশন দেয়ার ব্যাপারে ভাবা হচ্ছিল, জিই'এ হিউম্যান রিসোর্সের হেড একটি সতর্কবাণী লিখলেন। তিনি লিখেছেন যে প্রচুর শক্তি থাকা সত্ত্বেও তাকে প্রমোশন দেয়া "সাধারণের চেয়ে অনেক বেশি ঝুঁকিবহুল হয়ে যায়।" তিনি বলতে চেয়েছে যে ওয়েলচ একরোখা ছিলেন, সমালোচনা সইতে পারতেন না এবং কঠোর পরিশ্রম ও মেধাবী কর্মীদের চেয়ে বেশি নির্ভর করেন নিজের প্রতিভার উপর। লক্ষণ ভালো নয়। সৌভাগ্যবশতঃ যখনই সফলতা এসেছে, ওয়েলচ জেগে উঠেছেন। একদিন তরুণ ডঃ ওয়েলচ চমৎকার স্যুট পড়ে নতুন কনভারটিবলে চড়ে যাচ্ছিলেন। তিনি ধীরে এগিয়ে যাচ্ছিলেন আর হঠাৎ করে ঘন, কালো তেল ছিটকে এসে তার স্যুট ও প্রিয় গাড়িকে নোংরা করে দিল। "ঠিক তখন আমার মনে হল যে জীবনের মোট সময় থেকেও আমার কাজ অনেক বড় এবং এই ভাবনা আমাকে বাস্তবতায় ফিরিয়ে আনল। এটি ছিল বেশ বড় একটি শিক্ষা।"

তিনি শিখেছিলেন যে : প্রকৃত আত্মবিশ্বাস হল "মুক্তমনে যেকোন পরিবর্তন ও নতুন ধারণাকে গ্রহণ করার সাহস।" প্রকৃত আত্মবিশ্বাস কোন আখ্যা, দামী স্যুট, চমৎকার গাড়ি বা ধারাবাহিক অনুসন্ধানে প্রতিফলিত হয় না। এটি প্রতিফলিত হয় আপনার চিন্তাধারায়, উন্নয়নের জন্য প্রস্তুত থাকায়।

বেশ, ভদ্রতা হল প্রাথমিক বিষয়, কিন্তু প্রশাসনিক দক্ষতা কি জিনিস?

অভিজ্ঞতা থেকে ওয়েলচ পরিপক্ক চিন্তাধারার ম্যানেজার হওয়ার প্রক্রিয়া অনেক বেশি শিখেছিলেন। তিনি যখন জিই'তে তরুণ ইঞ্জিনিয়ার ছিলেন, এক রাসায়নিক বিক্রিয়ায় দালানের ছাদ ধ্বসে পড়েছিল। ঘটনার আকস্মিকতায় উদ্বিগ্ন হয়ে তিনি শত মাইল পাড়ি দিয়ে কোম্পানীর হেডকোয়ার্টারে গিয়েছিলেন ব্যাখ্যা দিতে। কিন্তু যখন তিনি পৌছলেন, তাকে বেশ সমঝোতা ও সমর্থনের সাথে গ্রহণ করা হয়েছিল। তিনি সেটি কখনো ভুলেন নি। "চার্লির প্রতিক্রিয়া আমাকে দারুণভাবে প্রভাবিত করেছিল....যদি প্রশাসনিক ভালো মানুষেরা

skillhub.blogspot.com

আমাদের ত্রুটি অতিক্রম করে যেতে পারেন, আমাদের দায়িত্ব হল তাদের সাহায্য করা।"

তিনি শিখেছিলেন কিভাবে মানুষ বাছাই করতে হয় : তাদের চিন্তাধারা দেখে, বংশ পরিচয় নয়। মূলতঃ প্রাতিষ্ঠানিক পরিচিতি তাকে প্রভাবিত করত। তিনি এমআইটি, প্রিন্সটন ও ক্যালটেক থেকে ইঞ্জিনিয়ার ভাড়া করতেন। কিন্তু কিছুদিন পরই তিনি বুঝতে পারলেন যে সেটাই আসল জিনিস নয়। "ধীরে ধীরে আমি শিখলাম যে এমন মানুষ আমার দরকার, কাজটি করার জন্য যার আগ্রহ ও আকাঙ্খা রয়েছে। রিজিউম দেখে বিষয়টি বুঝা যায় না।"

এরপর এল সিইও হওয়ার সুযোগ। তিনজন প্রার্থীরই দায়িত্বরত সিইও'কে বুঝাতে হবে যে একাজের জন্য সে-ই সেরা। ওয়েলচ সামনে এগিয়ে যাওয়ার যোগ্যতার ভিত্তিতে টিকে গেলেন। তিনি দাবী করেননি যে তিনি মেধাবী বা সবচেয়ে বড় নেতা। তিনি উন্নয়নের প্রতিজ্ঞা করলেন। তিনি পদ পেলেন ও কথা রাখলেন।

অতি সত্বর তিনি সৎ পরামর্শের জন্য ডায়লগ ও চ্যানেল খুলে দিলেন। তিনি নির্বাহীদের কাছে জানতে চাইলেন যে কোম্পানীর কোনটি তারা পছন্দ ও অপছন্দ করে এবং কি ধরনের পরিবর্তন আনা দরকার। মূলতঃ তারা বসকে তোষামোদ করতে এত ব্যস্ত ছিল সে তাদের মনে কখনো এ ধরনের প্রশ্ন আসেইনি।

এরপর তিনি জানালেন : এই কোম্পানী উন্নয়নের জন্য, নিজেকে গুরুত্বপূর্ণ করে তোলার জন্য নয়।

তিনি শ্রেষ্ঠত্ব প্রদর্শন বন্ধ করে দিলেন, যা স্থির চিন্তাধারার ঠিক বিপরীত। এক সন্ধ্যায় ওয়েলচ জিই'র এলিট এক্সিকিউটিব ক্লাবে গেলেন যেখানে প্রভাবশালী মানুষদের আনাগোনা ছিল। তারা অবাক হয়ে দেখল সে ওয়েলচ তাদের বলেননি দেখতে কেমন লাগছে। তিনি তাদের বললেন, "আপনারা যা করছেন, তার কোন অর্থই খুঁজে পাচ্ছিনা আমি।" বরং তারা যেন নিজেদের ও কোম্পানীর ভালোর জন্য নতুন কিছু করে, সেটাই তিনি জানালেন। এক মাস পর ক্লাবের প্রেসিডেন্ট একটি নতুন পরামর্শ নিয়ে তার কাছে এলেন : ক্লাবকে একটি স্বেচ্ছাসেবী সংগঠনের শক্তিতে পরিণত করা যায়। বিশ বছর পর সেই ক্লাব সকল কর্মীর জন্য উন্মুক্ত হয়ে গেল, সদস্য সংখ্যা দাঁড়াল বেয়াল্লিশ হাজার। তারা বিভিন্ন স্কুল, পার্ক, খেলার মাঠ ও লাইব্রেরীতে সংগঠনের প্রয়োজনে ছুটতে লাগল। তারা অন্যের উন্নয়নে অবদান রাখতে শুরু করল।

নিষ্ঠুর বসদের হাত থেকে ওয়েলচ রেহাই পেলেন। এ ধরনের বসকে ইয়াকোসা সহ্য ও সম্মানও করতেন যারা চাইলেই কর্মীদের কাজে লাগাতে পারত। এটিই

sdlu.blogspot.com

তার লক্ষ্য ছিল। ওয়েলচ নিজেও স্বীকার করেছেন যে প্রথমদিকে তার ভাবনাও অন্যরকম ছিল। কিন্তু তার গড়া সংগঠনে এটি করা সম্ভব নয়। পাঁচশত ম্যানেজারের সামনে "আমাকে ব্যাখ্যা করতে হয়েছে কেন চারজন কর্পোরেট অফিসারকে চলে যেতে বলা হয়েছে, যদিও তাদের আর্থিক কার্যক্রম ভালো ছিল....' তাদের যেতে বলা হয়েছে, কারণ তারা আমাদের গুণাবলীর চর্চা করেননি।" আতংকের মাধ্যমে নয়, পরিচর্যার মাধ্যমে উৎপাদন বাড়ানোর নিয়মটাই এখন সর্বসম্মত।

আর ব্যক্তিগত মেধার চেয়েও দলীয় কাজকে তিনি বেশি পুরস্কৃত করেছেন। বছরের পর বছর এনরনের মত জিই ও পরামর্শদাতা একক ব্যক্তিকে পুরস্কৃত করে আসছিলেন, কিন্তু ওয়েলচ পুরো দলকে পুরস্কার দিতে চান, যারা পরামর্শকে কাজে পরিণত করেছে, "ফলে নেতাদেরকে পরামর্শের কৃতিত্ব এককভাবে না নিয়ে কর্মীদের সাথে শেয়ার করার জন্য উৎসাহিত করা হয়েছে। এভাবেই একে অন্যের সাথে সম্পৃক্ত থাকার ক্ষেত্রে বিরাট পার্থক্য বয়ে আনে।"

জ্যাক ওয়েলচ নিখুঁত ব্যক্তি ছিলেন না, কিন্তু তিনি উন্নয়নের জন্য নিষ্ঠাবান ছিলেন। এই নিষ্ঠা তার ইগো নিয়ন্ত্রণ করেছে, বাস্তবতার সাথে যুক্ত করেছে আর মানবতার সাথে সংযুক্ত করেছে। পরিশেষে তার যাত্রা হাজারো মানুষের জন্য সমৃদ্ধি ও পরিপূর্ণতা বয়ে এনেছে।

লাউ : স্থির চিন্তাধারাকে উপড়ে ফেলা

১৯৮০'র শেষ দিকে আইবিএম একটি ব্যতিক্রম ছাড়া এনরনে পরিণত হল। বোর্ড অব ডাইরেক্টররা জানত যে এটি সমস্যায় আছে।

আত্মতুষ্টি ও আভিজাত্যের ঐতিহ্য ছিল এর। কোম্পানীর মধ্যে সেই পুরনো আমরা অভিজাত এবং আমি তোমার চেয়ে বেশি অভিজাত জাতীয় লক্ষণ ছিল। সেখানে কোন দলীয় কাজ ছিল না, ঘোড়দৌড়ের যুদ্ধ ছিল। সেখানে চুক্তি ছিল কিন্তু তদারকি ছিল না। কাস্টমারদের প্রতি কোন যত্ন ছিল না। তাতেও কারুর মাথাব্যথা হত না যদি না ব্যবসা সমস্যায় পড়ত।

১৯৯৩ 'এ তারা লাউ গার্স্টনারের কাছে গেল ও তাকে নতুন সিইও হতে অনুরোধ জানাল। তিনি রাজী হলেন না। তারা আবার তাকে অনুরোধ জানাল, "আমেরিকার পক্ষ থেকে আপনাকে দায়িত্ব দেয়া হবে। আমরা প্রেসিডেন্ট ক্লিনটনের কাছে যাচ্ছি যাতে তিনি আপনাকে কল করে চাকরিটা গ্রহণের অনুরোধ করে। প্লিজ, প্লিজ, প্লিজ। আমেরিকান এক্সপ্রেস ও আরজে আর' এ যে কৌশল ও পরিবর্তন আপনি এনেছেন, আমরা ঠিক তেমনটি চাচ্ছি।"

shikkhi.blogspot.com

অবশেষে তিনি মেনে নিলেন, যদিও কারণটি তিনি মনে করতে পারেননি। কিন্তু তখন আইবিএম' এর এমন এক নেতা ছিলেন, যিনি আত্মোন্নয়ন ও কর্পোরেট কালচার লালনে বিশ্বাসী।' তবে আইবিএম'এ তিনি কিভাবে কাজ করবেন?

প্রথমতঃ ওয়েলচের মত তিনি কোম্পানীর সর্বত্র যোগাযোগের চ্যানেল খুলে দিলেন। ঠিক ছয়দিন পর তিনি প্রতিটি আইবিএম কর্মীর কাছে একটি বার্তা পাঠালেন, "পরবর্তী কয়েক মাসে আমি যথাসম্ভব বিভিন্ন অফিসের কার্যক্রম পরিদর্শন করব। আর যখনই সম্ভব কোম্পানীকে শক্তিশালী করার বিষয়ে আমি আপনাদের মতামত নেব।"

তিনি তার বই তাদের উৎসর্গ করেছেন ঃ "এই বইটি হাজারো আইবিএম কর্মীদের নামে উৎসর্গ করা হল যারা তাদের কোম্পানী, সহকর্মী ও নিজেদের ছেড়ে যান নি। আইবিএম' এর পুনরুত্থানে তারাই আসল হিরো।"

ওয়েলচ আভিজাত্যকে আক্রমণ করেছিলেন। এ নরনের মত কোম্পানীর সবাই আত্ম-মূল্য বাড়ানোর কাজে ব্যস্ত ছিল। তিনি ম্যানেজমেন্ট কমিটি ভেঙ্গে দিলেন, যেটা আইবিএম নির্বাহীদের ক্ষমতার উৎস ছিল এবং অনেক সময় উচ্চপদস্থ মানুষদের পরামর্শের জন্য বাইরেও যেতেন। পরিপক্ক চিন্তাধারার ক্ষেত্রে কেবল এই অফারগুলোই ছিল না। "আধিপত্যবাদের কোন অর্থ নেই আমার কাছে। দেখা যাক সবাই মিলে সমস্যার কতখানি সমাধান করা যায়।"

এরপর হল দলীয় কাজ। ওয়েলচ রাজনীতিবিদদের বরখাস্ত করলেন, যারা আভ্যন্তরীণ অসন্তোষ ছড়াত আর তাদের পুরস্কৃত করলেন, যারা সহকর্মীদের সাহায্য করত। আইবিএম' এর সেলস ডিভিশন একে অন্যকে ক্লায়েন্টের কাছে ছোট করে ব্যবসা করত, ওয়েলচ সেটা বন্ধ করলেন। তিনি ব্যক্তিগত কার্যক্রমের উপর বোনাস কমিয়ে দলীয় কাজের উপর বোনাস বাড়িয়ে দিলেন। তার কথা ছিল : "আমরা মুকুটধারী কয়েকজন রাজপুত্রকে দেখতে চাই না, আমরা দলীয় কাজ চাই।"

এনরনে চুক্তিটাই ছিল চমৎকার কাজ, বাকীটা গৌণ। চুক্তি ও সিদ্ধান্তের কারণে সৃষ্ট নানারকম ব্যর্থতা ও কোম্পানীর অসীম সহিষ্ণুতার ঝামেলা গার্স্টনারকে সইতে হয়েছে। তিনি ভাল কাজের দাবী ও উৎসাহ জানান। তার মতে : প্রতিভাবান যথেষ্ট নয়, কাজ হওয়াটাই আসল।

পরিশেষে গার্স্টনার কাস্টমারদের দিকে মনোযোগ দিলেন। আইবিএম'এর কাস্টমাররা নিজেদেরকে প্রতারিত ভাবতেন ও রেগে থাকতেন। আইবিএম নিজেকে নিয়ে এত ব্যস্ত থাকত যে কাস্টমারদের চাহিদা নিয়ে ভাবত না। তারা মূল্য নিয়েও হতাশ ছিল। আইবিএম'এর আমলাতন্ত্র নিয়েও তারা হতাশ ছিল।

sklitu.blogspot.com

তারা এজন্য বিরক্ত ছিল যে আইবিএম সিস্টেমেও কোন পরিবর্তন আনেনি। আমেরিকার সবচেয়ে বড় কোম্পানীগুলোর ১৭৫ জন চিফ ইনফরমেশন অফিসারদের ডেকে গার্স্টনার ঘোষণা দিলেন যে আইবিএম কাস্টমারদের সার্ভিসকে প্রাধান্য দেবে এবং কম্পিউটারের দারুণ মূল্যহ্রাস করবে। বার্তা হল ঃ আমরা গতানুগতিক ধারায় বিশ্বাসী নই, আমরা ক্লায়েন্টের চাহিদা পূরণ করি।
প্রথম তিন মাসের কঠোর পরিশ্রম শেষে গার্স্টনার ওয়াল স্ট্রীট থেকে তার ফলাফল পেলেন।" [আইবিএম স্টক] কিছুই করেনি, কারণ তিনি কিছু করেননি।"
বিরক্ত কিন্তু সাহসী গার্স্টনার তার আভিজাত্য-বিরোধী কার্যক্রম চালিয়ে গেলেন এবং আইবিএম'কে 'মৃতপ্রায়' অবস্থা থেকে ফিরিয়ে আনলেন। এটিই হল সক্রিয়তা। এ ধরনের সময়ে ডানলপ টাকা নিয়েছিলেন এবং চলে গিয়েছিলেন। আইবিএম পুনরায় নেতৃত্ব ফিরে পাওয়া পর্যন্ত এই প্রক্রিয়া চালিয়ে যাওয়ার কাজটি আরো কঠিন ছিল। ওটাই ছিল ম্যারাথন, এরি মধ্যে ২০০২' এর মার্চে তিনি আইবিএম ফিরিয়ে এনেছিলেন এবং ৮০০% স্টক বেড়ে গিয়েছিস এবং আইটি সার্ভিস, হার্ডওয়ার, এন্টারপ্রাইজ সফ্টওয়ার (পিসি ছাড়া), কাস্টম-ডিজাইন, উচ্চমানের কম্পিউটার চিপের ক্ষেত্রে আইবিএম পৃথিবীর ১নং হয়ে উঠল।" তার চেয়েও বড় কথা, আইবিএম শিল্পকারখানার ভবিষ্যতের দিকনির্দেশনা দিল।

অ্যানি: শেখা, কঠোরতা ও ক্ষতিপূরণ

আইবিএমকে ধরুন। এর উপর সতের বিলিয়ন ডলারের ঋণ তুলে দিন। ক্রেডিট রেটিং ধ্বংস করে দিন। একে এসইসি তদন্তের লক্ষ্য করে তুলুন। আর এর স্টককে শেয়ার প্রতি ৬৩.৬৯ ডলার থেকে কমিয়ে ৪.৪৩ ডলার করে দিন। কি পেলেন? জেরক্স।
২০০০'এ অ্যানি মালকেহি জেরক্সের দায়িত্ব নিয়েছিলেন, কোম্পানী কেবল বৈচিত্র্য আনতেই ব্যর্থ হচ্ছিল না, এর কপি মেশিন পর্যন্ত বিক্রি হচ্ছিল না। কিন্তু তিন বছর পর জেরক্সের চারটি লাভজনক কোয়ার্টার তৈরি হয়ে গেল এবং ২০০৪'এ 'ফরচুন' মালকেহিকে নামকরণ করলেন, "লাউ গার্স্টনারের পর সবচেয়ে রোমাঞ্চকর মোড়"। তিনি একাজ কিভাবে করলেন?

তিনি অবিশ্বাস্যরকম শেখার মনোভাব নিয়ে নিজেকে তৈরি করেন, যেমনটি জেরক্সের সিইও'র প্রয়োজন ছিল। তিনি ও আরগুলা বার্নসের মত তার সেরা লোকেরা ব্যবসার প্রতিটি অংশের খুঁটিনাটি শিখে নেন। যেমন, ফরচুনের লেখক

skillbloospot.com

বেটসি মরিস ব্যাখ্যা করেছেন, মালকেহি ১০১টি ব্যালেন্স শীট নিয়েছেন। তিনি ঋণ, পরিসংখ্যাপত্র, কর ও মুদ্রা সম্পর্কে জেনেছেন, যাতে বুঝতে পারেন যে তার সিদ্ধান্ত ব্যালেন্স শীটের উপর কিরকম প্রভাব ফেলবে। প্রত্যেক সপ্তাহ শেষে তিনি প্রচুর কাগজপত্র বাসায় নিয়ে যেতেন আর এমনভাবে পড়তেন যেন সোমবারে তার পরীক্ষা। তিনি দায়িত্ব নেয়ার পর জেরক্সের লোকেরা তাদের কি ছিল, কি বিক্রি করেছে বা কে দায়িত্বে ছিল, সেগুলোর সহজ জবাব দিতে পারত না। তিনি এমন একজন সিইও ছিলেন যিনি সেই জবাবগুলো জানতেন বা জানতেন সেগুলো কার কাছে পাওয়া যাবে।

তিনি কঠিন ছিলেন। তিনি প্রত্যেককে সেই শীতল, কঠিন সত্য বলতেন যেগুলো তারা শুনতে চাইত না, যেমন জেরক্স বিজন্যাস মডেল কেন টিকে থাকতে পারছিল না বা কোম্পানী বন্ধ হয়ে যাওয়ার কত কাছাকাছি দাঁড়িয়ে ছিল। তিনি কর্মীদের রোলস থেকে ৩০% কেটে রাখতেন। কিন্তু তিনি করাত ছিলেন না। বরঞ্চ তিনি সিদ্ধান্তের দায়ভার বহন করতেন, হলে ঘুরে বেড়াতেন, কর্মীদের সাথে থাকতেন এবং বলতেন "আমি দুঃখিত।" তিনি কঠিন কিন্তু দয়ালু ছিলেন। মূলতঃ অনেক সময় মধ্যরাতে জেগে উঠে তিনি ভাবতেন কোম্পানী বন্ধ হয়ে গেলে বাকী কর্মী ও রিটায়ার্ড মানুষদের কি হবে।

তিনি তার কর্মীদের নৈতিকতা ও উন্নয়ন নিয়ে সবসময় উদ্বিগ্ন থাকতেন, সেজন্য কেটে নেয়ার পরও জেরক্স ঐতিহ্যের অসাধারণ ও চমৎকার অংশকে তিনি ছেড়ে দেননি। জেরক্স এমন একটি কোম্পানী হিসেবে বিখ্যাত ছিল যেটি রিটায়ারমেন্ট পার্টি দেয় এবং রিটায়ার্ড পুনর্মিলনী করে। যেহেতু কর্মীরা তার পাশাপাশি কষ্ট করছিল, তিনি তাদের উত্তরণে কখনো বাধা দেননি এবং তাদের প্রত্যেকের জন্মদিনে ছুটি দিতেন। তিনি কোম্পানীকে শারীরিক ও মানসিকভাবে বাঁচাতে চাইতেন এবং কেবল নিজের মর্যাদার জন্য নয়, সেইসব মানুষের জন্য যারা কোম্পানীর জন্য তাদের সাধ্যমত চেষ্টা করছিল।

দুই বছর দাসত্ব করার পর মালকেহি 'টাইম' ম্যাগাজিন খুলে কুখ্যাত টাইকো ও ওয়ার্ল্ডকমের সাথে নিজের ছবিটি দেখতে পেলেন, যারা আমাদের সময়ের কর্পোরেট ম্যানেজমেন্টের সবচেয়ে ক্ষতিকর ব্যক্তি।

কিন্তু এক বছর পর তিনি টের পেলেন যে তার কষ্ট সার্থক হতে চলেছে যখন বোর্ডের সদস্যদের একজন, প্রক্টের এন্ড গ্যামবেল' এর প্রাক্তন সিইও তাকে জানাল, "আমি কখনো ভাবিনি যে এই কোম্পানীর সাথে জড়িত থাকার কারণে আমি আবার গর্ববোধ করতে পারব। আমি ভুল ছিলাম।"

মালকেহি স্প্রিন্ট জিতে যাচ্ছিলেন। এরপর এলো ম্যারাথন। জেরক্স কি সেটাও জিততে পেরেছিল? হয়ত দীর্ঘদিন এটি তার খ্যাতির উপর নির্ভর করেছিল,

skitti.blogspot.com

পরিবর্তন আনেনি এবং অনেক সুযোগ বয়ে যেতে দিয়েছিল। কিংবা পরিপক্ক চিন্তাধারার মাধ্যমে নিজেকে ও কোম্পানীকে পরিবর্তনের মাধ্যমে মালকেহি অন্য এক আমেরিকান প্রতিষ্ঠানকে বাঁচাতে গিয়েছিল।

জ্যাক, লাউ ও অ্যানি– প্রত্যেকে উন্নয়নে বিশ্বাস করে, প্রত্যেকে আকাঙ্খায় ও পরিপূর্ণ। আর প্রত্যেকে বিশ্বাস করে যে নেতৃত্ব উন্নয়ন ও আকাঙ্খার উপর নির্ভরশীল, মেধার উপর নয়। স্থির চিন্তাধারার নেতারা শেষদিকে তিক্ততায় ভরে উঠেছিল আর পরিপক্ক চিন্তাধারার নেতারা কৃতজ্ঞতায় পূর্ণ হয়ে উঠেছিল। যেসব কর্মী তাদের যাত্রাকে সফল করে তুলেছিল, তাদের প্রতি কৃতজ্ঞতার দৃষ্টিতে তারা তাকিয়েছিল। তারা তাদেরকে বলেছে প্রকৃত নায়ক।

সিইও এবং পুরুষ কি সমার্থক?

সিইও দ্বারা ও সম্পর্কে লিখিত বইগুলো দেখলে এমনই মনে হয়। জিম কলিন্সের 'গুড-টু-গ্রেট' নেতাদের (এবং তার তুলনাকৃত তেমন বড় নয় নেতারা) সবাই ছিল পুরুষ। কারণ হয়ত এটাই সে দীর্ঘসময় ধরে পুরুষেরাই সেরা ছিল।

কয়েক বছর আগে বড় কোম্পানীগুলোর উঁচু পদে মহিলাদেরকে ভাবতেও কষ্ট হত। মূলতঃ যেসব মহিলা বড় ব্যবসা চালিয়েছেন, তাদেরকে সেসব তৈরি করে নিতে হত, যেমন– মেরি কে অ্যাশ (কসমেটিক্স্ টাইকুন), মার্থা স্টুয়ার্ট বা অপরাহ্-উইনফ্রে। কিংবা তারা উত্তরাধিকার সূত্রে লাভ করত, যেমন– ক্যাথারিন গ্রাহাম, ওয়াশিংটন পোস্ট্রের প্রাক্তন হেড।

এখন সব বদলাতে শুরু করেছে। মহিলারা ব্যবসায় এখন অনেক বেশি জায়গা দখল করেছে। তারা কেবল জেরক্সের নয়, ইবে, হিউলেট-প্যাকার্ড, ভায়াকম'এর এমটিভি নেটওয়ার্ক, টাইম ওয়ার্নারের টাইম, ইং, লুসেন্ট টেকনোলজিস এবং রাইট এইডেরও সিইও। মহিলারা এখন সিটিগ্রুপ, পেপসিকো ও ভেরিথেনের প্রেসিডেন্ট বা চিফ ফিনেনসিয়াল অফিসার। বস্তুত ফরচুন ম্যাগাজিন ইবে'র ম্যাগ উইটম্যানকে বলেছেন, "হয়তবা....আমেরিকার সবচেয়ে ভালো সিইও....বিশ্বের সবচেয়ে চালু কোম্পানীর।"

হয়ত কয়েক বছরের মধ্যে মহিলাদেরকে প্রধান চরিত্র বানিয়ে আমি পুরো অধ্যায়ই লিখে ফেলতে পারব। পক্ষান্তরে সেটা আশা করি না। আমি আশা করি কয়েক বছরের মধ্যে পুরুষ বা মহিলাদের মধ্যে স্থির চিন্তাধারার নেতা পাওয়া কঠিন হবে যারা সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কোম্পানীগুলোর শীর্ষে থাকবে।

skillbd.blogspot.com

দলীয় প্রক্রিয়ার পর্যবেক্ষণ

গবেষক রবার্ট উড ও তার সহকর্মী আরেকটি বড় গবেষণা করেছেন। এবার তারা তিনজন করে মোট ত্রিশটি ম্যানেজমেন্ট গ্রুপ তৈরি করেছেন। গ্রুপের অর্ধেক হল স্থির চিন্তাধারার আর বাকী অর্ধেক পরিপক্ক চিন্তাধারার।

স্থির চিন্তাধারার মানুষের বিশ্বাস হল যে, "মানুষের প্রশাসনিক দক্ষতা সীমিত এবং তারা একে তেমন বদলাতে পারেনা।" পক্ষান্তরে পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের বিশ্বাস হল যে "মানুষের প্রশাসনিক মৌলিক দক্ষতা সবসময় বদলানো যায়।" কাজেই এক দলের ভাবনা হল যে হয় আপনার আছে বা নেই; আর অন্য দল ভাবল যে অভিজ্ঞতার সাথে আপনার দক্ষতা বাড়ানো যায়।

যে কাজের কথা আমি আগে বলেছিলাম, সেই কাজটি দেয়ার পর প্রত্যেকটি গ্রুপ একত্রে কাজটি কয়েক সপ্তাহ ধরে করল : একটি জটিল প্রশাসনিক কাজ যেখানে তারা সমসাময়িক ফার্নিচার কোম্পানী চালাবে। যদি আপনার মনে থাকে, সেই কাজে কর্মীদের সাথে কাজের সমন্বয় এবং সর্বোচ্চ উৎপাদনের জন্য তাদের উৎসাহিত করতে হবে। তবে এবার তারা ব্যক্তিগতভাবে কাজ না করে তাদের পছন্দ ও ফলাফলের ব্যাপারে পরস্পরের সাথে আলাপ করতে পারে ও নিজেদের সিদ্ধান্তের উন্নতির জন্য একত্রে কাজ করতে পারে।

একই দক্ষতা নিয়ে স্থির ও পরিপক্ক চিন্তাধারার গ্রুপ কাজ শুরু করল, তবে সময়ের সাথে সাথে পরিপক্ক চিন্তাধারার গ্রুপ স্থির চিন্তাধারায় গ্রুপকে টপকে গেল। আর এই পার্থক্য ক্রমে বাড়তে লাগল। আবারও পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা তাদের ভুল থেকে স্থির চিন্তাধারার মানুষের চেয়ে বেশি শিখতে লাগল ও ফল দিতে লাগল। কিন্তু তার চেয়েও আকর্ষণীয় বিষয় হল যে তারা কিভাবে কাজ করল।

পরিপক্ক চিন্তাধারার সদস্যরা তাদের মতামত জ্ঞাপন করল ও মুক্তভাবে মতানৈক্য নিয়ে আলাপ করল। প্রত্যেকে যেন শিখছিল। স্থির চিন্তাধারার সদস্যরা কে স্মার্ট বা নির্বোধ, তার মত গ্রহণ হয় না বর্জন, সেইসব উদ্বেগে মুক্ত আলোচনা করলইনা। বরং তাদেরটা ছিল একান্তই গ্রুপ ভাবনা।

দলীয় সিদ্ধান্ত বনাম আমাদের ভাবনা

১৯৭০ 'এর প্রথমদিকে ইরভিস জেনিস দলীয় সিদ্ধান্ত বেশ জনপ্রিয় করে তুলেছিলেন। গ্রুপের সবাই যখন একইরকম ভাবতে শুরু করে, কেউ অসম্মত হয় না। কেউ সমালোচনার দৃষ্টিতে দেখে না। এটি বিপর্যস্থ সিদ্ধান্তের মত হয়ে

sklitu.blogspot.com

যায় এবং উডের পরামর্শ অনুযায়ী, স্থির চিন্তাধারা থেকে এর উৎপত্তি ঘটতে পারে।

দলীয় সিদ্ধান্ত তখনই হয়, যখন লোকজন প্রতিভাবান নেতার উপর সীমাহীন বিশ্বাস রাখে। এজন্যই বে অব পিগস আক্রমণ হয়েছিল, কিউবা হামলা সম্পর্কে আমেরিকার গুপ্ত পরিকল্পনা ফাঁস হয়ে যায় আর ক্যাসট্রো বিতাড়িত হয়। প্রেসিডেন্ট কেনেডির ধূর্ত উপদেষ্টা তাদের বিচার কাজ স্থগিত করে দেয়। কেন? কারণ তারা ভেবেছিল সে প্রতিভাবান আর সে যা করে, তাতে সফলতা নিশ্চিত। আর্থার শ্লেসিনগারের মতে, কেনেডির চারপাশের লোকেরা তার যোগ্যতা ও ভাগ্যের উপর অপরিসীম বিশ্বাস রাখত। ১৯৫৬ পর্যন্ত তার সবকিছুই ঠিক ছিল। সমস্ত প্রতিকূলতার বিরুদ্ধে তিনি নমিনেশন ও ইলেকশন জিতে নিলেন। সবাই ভাবল যে তিনি স্পর্শ করলেই সব স্বর্ণ হয়ে যায় এবং তিনি হারতেই পারেন না।"

শ্লেসিনগার এড বললেন, "যদি একজন সিনিয়র উপদেষ্টা এই অভিমানের বিরোধিতা করতেন, আমার বিশ্বাস, কেনেডি সেটা বাতিল করতেন। কেউ এর বিরুদ্ধে বলতেন না।' তাকে এর হাত থেকে বাঁচানোর জন্য উইনস্টন চ্যার্চিল একটি বিশেষ বিভাগ চালু করেছিলেন। অন্যরা হয়ত তার বিশাল ব্যক্তিত্বকে ভয় পেতে পারে, কিন্তু জিম কলিন্সের প্রতিবেদন অনুযায়ী, এই বিভাগের কাজ ছিল যাবতীয় দুঃসংবাদ চার্চিলকে জানানো। এতে চার্চিল রাতে ভালো ঘুমাতে পারতেন। কারণ তিনি জানতেন যে গ্রুপ ভাবনার মিথ্যে নিরাপত্তাবোধ নিয়ে তিনি বিছানায় যান নি। দলীয় সিদ্ধান্ত তখনও নেয়া হয় যখন দল তার মেধা ও শ্রেষ্ঠত্বকে দূরে সরিয়ে রাখে। এধরনের নির্বাহীরা মনে করতেন যে তারা যেহেতু মেধাবী, তাদের সফল মতামতও প্রাজ্ঞ, কিছুই ভুল হতে পারেনা। বাইরের এক কনসালটেন্ট এনরনের লোকদেরকে প্রশ্ন করেছিলেন, "ঠিক কোন জায়গায় আপনাদের দুর্বলতা?" কেউ তার জবাব দেয়নি। এমনকি কেউ সেই প্রশ্নটি বুঝতেও পারেনি। উচ্চপদস্থ একজন নির্বাহী বলে উঠলেন, "প্রসঙ্গে ফেরা যাক। ঠিক কোন জায়গায় আমরা বুলেট প্রুফ।"

জেনারেল মটরস 'এর প্রাক্তন সিইও, আলফ্রেড পি স্লোয়ান সুন্দর একটি চুক্তিপত্র উপস্থাপন করেছিলেন। তিনি উচ্চমাত্রার প্রকল্প তৈরির একটি দলকে পরিচালনা করছিলেন, যারা মোটামুটি একটি সিদ্ধান্তে এসে পৌঁছেছিল। তিনি বললেন, "ভদ্রমহোদয়গণ, ধরে নিচ্ছি এই সিদ্ধান্তে আমরা সবাই একমত।.... আমি প্রস্তাব করছি যে যতক্ষণ পর্যন্ত আমাদের মধ্যে কোন মতানৈক্য তৈরি হবে না এবং এই সিদ্ধান্ত সম্পর্কে আমরা ঠিকমত বুঝে উঠতে পারব না, ততক্ষণ পর্যন্ত এ বিষয়ে আর কোন আলাপ স্থগিত থাকবে।"

skite.blogspot.com

খ্রিষ্টপূর্ব পঞ্চম শতাব্দীতে হেরোডোটাস লিখেছিলেন যে প্রাচীন পারস্যবাসীরা দলীয় সিদ্ধান্ত রোধ করার জন্য স্লোয়ানের পদ্ধতির মত একটি শ্লোক ব্যবহার করতেন। যখনই কোন দল কোন সিদ্ধান্তে পৌছাত, পরবর্তীতে কোন তিক্ততা দেখা গেলে তারা আবার বিষয়টি ঝালাই করত।

দলীয় সিদ্ধান্ত তখনও নেয়া হয় যখন স্থির চিন্তাধারার কোন নেতা ভিন্নমতের কাউকে শাস্তি দিতে চায়। মানুষ জটিল ভাবনা থামাতে পারেনা, তবে বক্তব্য থামাতে পারে। ইয়াকোসা সেইসব মানুষদের থামিয়ে রাখতেন (বা মুক্তি পেতেন) যারা তার মতামত বা সিদ্ধান্তের সমালোচনা করত। তিনি নতুন, গোলাকার কারকে উড়ন্ত আলু বলতেন আর সেটাই ছিল শেষ কথা। কেউ তার বিরোধিতা করতে পারত না বলেই ক্রাইসলার ও তার স্কোয়ার কার প্রচুর পরিমাণ মার্কেট শেয়ার হারিয়েছে।

অন্যদিকে ডেভিড প্যাকার্ড কেবল তার মতামতকে চ্যালেঞ্জ করেছিল বলে এক কর্মীকে একটি মেডেল দিয়েছিলেন। হিউলেট-প্যাকার্ডের সহযোগী প্রতিষ্ঠাতা এই গল্পটি বলেছিলেন। কয়েক বছর আগে হিউলেট-প্যাকার্ড ল্যাবে এক তরুণ ইঞ্জিনিয়ার একটি মনিটরের উপর কাজ করছিল আর তারা তাকে সেই কাজটি ছাড়তে বলে। জবাবে সে 'ছুটিতে' চলে যায়, ক্যালিফোর্নিয়া ঘুরে আর সমৃদ্ধ কাস্টমারদেরকে সেই মনিটর দেখায় ও তাদের আগ্রহ উৎপাদন করে। কাস্টমাররা এটি পছন্দ করে, সে কাজ করতে থাকে এবং এরপর সে ম্যানেজারকে বুঝিয়ে এর উৎপাদন বাড়ায়। কোম্পানী সেই মনিটর সতের হাজারেরও বেশি বিক্রি করে এবং পঁয়ত্রিশ মিলিয়ন ডলারের সেলস রেভিনিউ লাভ করে। পরবর্তীতে হিউলেট প্যাকার্ড ইঞ্জিনিয়ারদের মিটিংয়ে "স্বাভাবিক ইঞ্জিনিয়ারিং ডিউটির বাইরে অতিরিক্ত প্রচেষ্টা ও শ্রম" দেয়ার জন্য এই তরুণ ইঞ্জিনিয়ারকে প্যাকার্ড একটি মেডেল দেন।

স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা বিভিন্ন ধরনের দলীয় সিদ্ধান্ত তৈরি করে। নেতাদেরকে ঈশ্বরের মত দেখা হয় যারা ভুল করে না। দল তাকে বিশেষ মেধা ও ক্ষমতা প্রদান করে। নেতারা নিজেদের ভাবমূর্তির জন্য ভিন্নমতের মানুষকে অবিচার করে। বা কর্মীরা নেতাদের সমর্থন পাওয়ার জন্য তাদের পিছনে পড়ে থাকে। এজন্য যখন গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত নেয়া হয়, তখন পরিপক্ক চিন্তাধারায় থাকাটা কঠিন হয়ে উঠে। রবার্ট উড যেমন বলেছেন, পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ কল্পনার জগত বা সীমিত ক্ষমতার বোঝা থেকে মানুষকে মুক্তি দিয়ে পরিপূর্ণ ও খোলামেলা আলোচনায় উদ্বুদ্ধ করে এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করে।

skillhubbd.blogspot.com

প্রশংসিত প্রজন্ম কর্মীদের হিট করে

ভবিষ্যতের নেতা খুঁজে পেতে আপনি কি সমস্যায় ভুগছেন? ম্যাগাজিন খুললে বা রেডিও ছাড়লেই কর্মক্ষেত্রে সুনামের সমস্যা আপনাকে দেখতে বা শুনতে হবেই। এমন হয়ে আসছে।

আমি সেইসব বাবা-মায়ের কথা বলেছি যারা সন্তানদেরকে স্মার্ট আর মেধাবী বলে তাদের আত্মবিশ্বাস বাড়ানোর চেষ্টা করেছে। আর আমি এর বিরূপ প্রতিক্রিয়া নিয়েও বলেছি। এই সন্তানগুলো এখন কর্মক্ষেত্রে ব্যস্ত এবং একথা নিশ্চিত যে স্টিকার ছাড়া তারা কাজ করে না। বার্ষিক বোনাস ছাড়াও অনেক কোম্পানী ত্রৈমাসিক বা মাসিক বোনাসের ব্যবস্থা রেখেছে। মাসিক শ্রমিকের পরিবর্তে দৈনিক শ্রমিক রেখেছে। কোম্পানীগুলো কনসালটেন্ট ডেকে শিখে নেয় এই অতিপ্রশংসিত প্রজন্মকে কিভাবে কাজে লাগানো যায়। বর্তমানের কর্মীরা এমন যে তাদেরকে বারবার আশ্বাস দিতে হয় আর তারা সমালোচনা সহ্য করেনা। কিন্তু চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করা, সহিষ্ণুতা প্রদর্শন, ভুল স্বীকার ও সংশোধন করাই হল ব্যবসায়িক সফলতার মূলকথা।

কিন্তু ব্যবসায়ীরা এই সমস্যাকে কেন জিইয়ে রেখেছে? কেন তারা বাবা-মায়ের অতিপ্রশংসিত সন্তানদের এভাবে থাকতে দিচ্ছে আর কনসালটেন্টদের পিছনে অর্থব্যয় করছে? আমার মনে হয় এই সমস্যা থেকে সরে দাঁড়ান উচিত ও অন্য কোন ভূমিকা গ্রহণ করা উচিত।

যদি ভুল ধরনের প্রশংসা বাচ্চাদেরকে ক্ষমতা, নির্ভরতা ও ক্ষণভঙ্গুরতার পথে নিয়ে যায়, তবে সঠিক প্রশংসা হয়ত তাদেরকে কঠোর পরিশ্রম ও সাহসিকতার পথে নিয়ে যাবে। আমাদের গবেষনায় দেখা গেছে যে সঠিক পরিচর্যায় পরিণত মানুষও চ্যালেঞ্জ নিতে ও ভুল স্বীকার করতে উৎসাহিত হয়।

এই পরিচর্যা শ্রমিকদের ক্ষেত্রে কিরকম হওয়া উচিত? সবচেয়ে স্মার্ট পরামর্শ দেয়া বা ভালো কোন কাজ করার জন্য উপহার দেয়ার পরিবর্তে যদি পদক্ষেপ নেয়া, কঠিন কাজ করা, নতুন কিছুর জন্য কষ্ট করা, বিপর্যয়ে অনড় থাকা বা সমালোচনা মেনে নিয়ে এগিয়ে যাওয়ার জন্যও তাদের সুনাম করা যায়। সবসময় প্রশংসার প্রয়োজন না থাকার জন্যও সুনাম করা যায়।

sklib.blogspot.com

বাচ্চাদেরকে ভালবাসার ব্যাপারে লজ্জাবোধের কারণে ১৯৯০ 'এর (এবং দুর্ভাগ্যবশত: ২০০০'এর অনেক বাবা-মা) বাবা-মায়েরা তাদের দায়িত্ব এড়িয়ে গেছেন। যেখানে বাবা-মা এড়িয়ে গেছেন, সেখানে কর্পোরেশনের কাজ নয় বিষয়টি সম্পর্কে সচেতন হওয়া, তবু তাদের প্রয়োজন ছিল। যদি পরিণত ও

পরিপক্ক শ্রমিক উন্নয়নে বাণিজ্যের কোন ভূমিকা না থাকে, তবে ভবিষ্যতের নেতা কোথা থেকে আসবে?

নেগোসিয়েটর কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়?

সফল ব্যবসায়ীদেরকে অবশ্যই ভালো নেগোসিয়েটর হতে হয়। মূলত: দক্ষ নেগোসিয়েট ছাড়া একটি ব্যবসা টিকিয়ে রাখার কল্পনা করাও কঠিন। লরা ক্লে ও মাইকেল হেসেলহূন দেখিয়েছেন যে শলা-পরামর্শের সফলতার ক্ষেত্রে চিন্তাধারার বেশ প্রভাব রয়েছে। এক নিরীক্ষায় তারা মানুষকে শিখিয়েছিলেন নেগোসিয়েট করার জন্য হয় স্থির চিন্তাধারা বা পরিপক্ক চিন্তাধারার হতে হয়। অর্ধেক অংশগ্রহণকারীরা এই নামে একটি আর্টিকেল পড়েছেন, "নেগোসিয়েশনের ক্ষমতা প্লাষ্টারের মত দীর্ঘসময় স্থায়ী থাকে।" বাকী অর্ধেক অংশগ্রহণকারী পড়েছিল, "নেগোসিয়েশনের ক্ষমতা পরিবর্তনশীল এবং এর উন্নয়ন ঘটানো যায়।" পরিপক্ক চিন্তাধারার আর্টিকেলটি শুরু হয়েছে এভাবে : "যদিও একসময় বিশ্বাস করা হত যে নেগোসিয়েট করার ক্ষমতা একটি নির্দিষ্ট দক্ষতা যেটা জন্মগতভাবে থাকতে বা না থাকতে পারে, বর্তমান বিশেষজ্ঞরা বিশ্বাস করেন যে এটি এক শক্তিশালী ক্ষমতা যার উৎপাদন ও উন্নয়ন জীবনভর করা যায়।"

এরপর অংশগ্রহণকারীদের বলা হল যে তারা যেন নিজেদের পছন্দমতো নেগোসিয়েশনের কাজ বেছে নেয়। তারা এমন কাজ বেছে নিতে পারে যেটার মাধ্যমে তারা নিজেদের দক্ষতা দেখাতে পারবে, কিন্তু কিছু শিখবে না।

আবার তারা এমন কাজও নিতে পারে, যেটাতে তারা ভুল করবে ও বিব্রত হবে, তবে তারা নতুন ধরনের জ্ঞান অর্জন করতে পারবে। প্রায় ৪৭% মানুষ যারা নেগোসিয়েশনের স্থির চিন্তাধারা শিখেছিল, তারা দক্ষতা প্রদর্শনের কাজটি বেছে নিল, কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার মাত্র ১২% একই পথ অনুসরণ করল। অর্থাৎ পরিপক্ক চিন্তাধারার ৮৮% মানুষ কাজটির ভেতরে ঢুকে তাদের দক্ষতার উন্নয়ন ঘটাতে চেয়েছিল।

পরবর্তী পর্যবেক্ষণে ক্লে ও হেসেনহূন নেগোসিয়েশনে ব্যস্ত মানুষদের খেয়াল করছিলেন। আবার অর্ধেক মানুষকে স্থির চিন্তাধারার দক্ষতা দেয়া হল ও বাকী অর্ধেককে পরিপক্ক চিন্তাধারার দক্ষতা দেয়া হল। এরপর দুজন করে এমপ্লয়মেন্ট নেগোসিয়েশনে ব্যস্ত হয়ে পড়ল। প্রতিটি জোড়ায় একজন ছিল চাকরিপ্রার্থী ও অন্যজন নিয়োগকর্তা এবং তারা বেতন, ছুটির সময় ও সুবিধাসহ মোট ৮টি

skitubblogspot.com

বিষয়ে আলাপ করল। আলাপ-আলোচনা শেষে পরিপক্ক চিন্তাধারার লোকেরা স্থির চিন্তাধারার চেয়ে প্রায় দ্বিগুণ ভালো করল ও জিতে গেল।

তৃতীয় পর্যবেক্ষণে গবেষকরা এমবিএ ছাত্রদের নেগোসিয়েশনের ক্ষমতা পরীক্ষা করল। এখানে তারা ছাত্রদের চিন্তাধারা পরিমাপের জন্য জানতে চাইল, তারা স্থির চিন্তাধারা (নেগোসিয়েশনের দক্ষতা মৌলিক এবং এর খুব বেশি পরিবর্তন সম্ভব নয়", "ভালো নেগোসিয়েটর জন্মগতভাবে তা-ই থাকে") এবং পরিপক্ক চিন্তাধারার ("নেগোসিয়েশনের মৌলিক দক্ষতা থাকা সত্ত্বেও সব মানুষ তা বদলাতে পারে", "নেগোসিয়েশনে অভিজ্ঞতা হল বড় একজন শিক্ষক) বক্তব্যের সাথে কতটুকু একমত। আগের মতই দেখা গেল পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্র/ছাত্রীরা নেগোসিয়েশনের কাজে বেশি ভাল।

পরিশেষে পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা কৃতিত্বের সাথে উত্তীর্ণ হল। তারা কোর্সের শেষে বেশ ভাল গ্রেড পেল। এই গ্রেড তাদের লিখিত অ্যাসাইনমেন্ট, ক্লাশের আলোচনা, ক্লাশ চলাকালীন উপস্থাপনা এবং নেগোসিয়েশনের থিওরি ও প্র্যাকটিসের ভিত্তিতে দেয়া হয়।

কর্পোরেট ট্রেনিং ঃ ম্যানেজার কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়?

অনেক মিলিয়ন ডলার ও হাজারো ঘন্টা প্রতি বছর নেতা ও ম্যানেজারদের এই শিক্ষা দিতে খরচ হয় যে কিভাবে তারা কর্মীদের প্রশিক্ষণ দেবে ও কার্যকরী ফলাফল পাবে। তবু এইসব ট্রেনিংয়ের বেশিরভাগ অকার্যকর হয় এবং অনেক নেতা ও ম্যানেজারেরা দুর্বল কোচ থেকে যায়। এজন্যই কি যে এসব প্রশিক্ষণে হয় না? না, সেটাই কারণ নয়। গবেষণা এ ব্যাপারে আলোকপাত করেছে যে কর্পোরেট ট্রেনিং কেন ব্যর্থ হয়।

পিটার হেসলিন, ডন ভান্ডওয়ালে ও গ্যারি লাথাম দেখিয়েছেন যে অনেক ম্যানেজার ব্যক্তিগত পরিবর্তনে বিশ্বাস করেন না। এই স্থির চিন্তাধারার ম্যানেজারেরা কেবল মেধাবীর খোঁজ করে, তারা শুরুতে লক্ষ্য করে তারা প্রতিযোগী না' কি নয়, আর এটুকুই সব। তারা ছোটখাট উন্নয়নমূলক কোচিং করায় এবং যখন কর্মীরা একটু ভাল করে, তারা আর লক্ষ্য রাখে না, প্রাথমিক মুগ্ধতায় আটকে থাকে। তারচেয়েও বড় কথা, (এনরনের ম্যানেজারদের মত) তারা কর্মীদের ভালো কোন ফলাফলের ব্যাপারে প্রত্যাশাও রাখে না। যেহেতু তারা বদলাবে না, মাথা ঘামিয়ে কি লাভ আর যারা বদলাবে না, তাদের কাছ থেকে কি আশা করা যায়?

skillhubspot.com

পরিপক্ক চিন্তাধারার ম্যানেজাররা মনে করে, মেধাবী হওয়া ভাল, কিন্তু সেটা হল সূচনা। এই ম্যানেজারেরা কর্মীদের ও নিজেদের উন্নয়নের ব্যাপারে অনেক বেশি সচেতন। তারা বেশ উন্নয়নমূলক কোচিং দেয়, কর্মীদের উন্নয়নে নজর রাখে এবং তাদের কাছ থেকে সমালোচনা আশা করে।

আরো চমৎকার হল ম্যানেজারদেরকে পরিপক্ক চিন্তাধারা শেখানো যায়। হেসলিন ও তার সহকর্মীরা সুপ্রতিষ্ঠিত মনস্তাত্ত্বিক নীতিমালার উপর একটি বড় ওয়ার্কশপ করেছিলেন। (প্রসঙ্গক্রমে বলছি, সামান্য পরিবর্তনের মাধ্যমে এই ওয়ার্কশপ শিক্ষক বা কোচদের জন্য ব্যবহার করা যায়।) এই ওয়ার্কশপ একটি ভিডিও এবং শিক্ষার মাধ্যমে ব্রেন কিভাবে বদলায়, সে সংক্রান্ত একটি বিজ্ঞানসম্মত আর্টিকেল দিয়ে শুরু হয়। আমাদের 'ব্রেইনোলজি' ওয়ার্কশপে (৮ম অধ্যায়ে বর্ণিত) যেমনটি বলা হয়েছে, যে ব্রেইন কত শক্তিশালী ও শিক্ষার মাধ্যমে সেটি কিভাবে বদলায়, তা বুঝতে পারা মানুষের জন্য বাধ্যতামূলক। এই আর্টিকেলে বলা হয়েছে পরিবর্তন কিভাবে সম্ভব এবং মানুষ কোচিং ও প্র্যাকটিসের মাধ্যমে কিভাবে যেকোন কাজের ক্ষমতার উন্নয়ন ঘটাতে পারে। যদিও ম্যানেজারেরা সবসময় নিশ্চয় কাজের জন্য সঠিক মানুষকে খোঁজে, তেমন মানুষ পাওয়া সম্ভবপর হয় না। ট্রেনিং ও অভিজ্ঞতা যেকোন সফলতার জন্য প্রয়োজনীয় গুণাবলী বৃদ্ধি করে।

এই ওয়ার্কশপ এরপর ম্যানেজারদেরকে কিছু অনুশীলনীর ভিতর দিয়ে নিয়ে গেল যেখানে (১) কেন তারা এটাকে জরুরী মনে করে যে মানুষের বুঝা উচিত, তাদের ক্ষমতাকে বাড়ানো যায়, (২) কোন্ ক্ষেত্রে একসময় তারা দুর্বল ছিল আর বর্তমানে আগের চেয়ে ভাল, (৩) তারা চেষ্টা করছে এমন কাউকে লিখবে যে কিভাবে তার ক্ষমতার উন্নয়ন ঘটানো যায় এবং (৪) তারা সেইসব মানুষদের ব্যাপারে জানাবে যাদের এমন কিছু করেছিল যেটা পারবে বলে মনেই হয়নি। প্রতিটি ক্ষেত্রে পরিবর্তন কেন ও কিভাবে হল, তা ব্যাখ্যা করতে হবে।

ওয়ার্কশপের পর কর্মীদের কাজে উন্নয়ন সনাক্ত করা, দুর্বলদের প্রশিক্ষণ দিতে ইচ্ছুক হওয়া এবং তাদের কোচিং পরামর্শের গুণ ও মানের ক্ষেত্রে অংশগ্রহণকারী ম্যানেজারদের মধ্যে এক নাটকীয় পরিবর্তন এসে গেল। তার চেয়েও বড় কথা হল, পর্যবেক্ষণের ছয় সপ্তাহব্যাপী এই পরিবর্তন স্থায়ী হতে দেখা গেল।

এর মানে কি? প্রথমত: এর মানে হল যে অত্যন্ত প্রতিভাবান ম্যানেজার আমরা যোগাড় করে আনব না, বরঞ্চ পরিপক্ক চিন্তাধারার এমন কাউকে আনব, যার মধ্যে শেখার ও শেখানোর প্রবণতা আছে, মতামত আদান-প্রদানের মুক্তমন আছে, এবং বিপর্যয়ের মুখোমুখি হওয়া ও সামলে নেয়ার ক্ষমতা আছে।

skillbloggspot.com

এর আরো অর্থ হল নেতা, ম্যানেজার ও কর্মীরা যাতে উন্নয়নে বিশ্বাস করে, সে ব্যাপারে তাদের প্রশিক্ষণ দেয়া দরকার। সেই সাথে কার্যকরী জনসংযোগ ও পরিচালনার নির্দিষ্ট ক্ষেত্রে তাদের প্রশিক্ষণ দেয়া দরকার। মূলত: এই ওয়ার্কশপ যেকোন বড় ট্রেনিং প্রোগ্রামের জন্য ভাল একটি প্রাথমিক পদক্ষেপ হতে পারে।

পরিশেষে, এর অর্থ হল পরিপক্ক চিন্তাধারার একটি পরিবেশ তৈরি করা যেখানে মানুষজন সমৃদ্ধ হবে। এতে থাকবে :

* দক্ষতাকে শেখার জন্য উপস্থাপন করা।
* জানান যে প্রতিষ্ঠান প্রস্তুতকৃত মেধাবী বা প্রতিভাবানকে নয়, শিক্ষা ও সহিষ্ণুতাকে মূল্যায়ন করে।
* এমন অভিমত প্রকাশ করা যেটা শিখতে ও সফলতা আনতে সাহায্য করে।
* ম্যানেজারদেরকে শিক্ষার উৎস হিসেবে উপস্থাপন করা।

মানুষের উন্নয়নে বিশ্বাস না করায় অনেক কর্পোরেট ট্রেনিং প্রোগ্রাম সীমিত গুণের অনুশীলন হয়ে পড়ে। উন্নয়নে বিশ্বাস থাকলে প্রতিটি প্রোগ্রামের অর্থ দাঁড়ায় 'জনসম্পদ' এবং এতে করে মানুষের বিপুল সম্ভাবনাকে কাজে লাগান যায়।

নেতারা কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়?

যখন ওয়ারেন বেনিস বড় নেতাদের সাক্ষাতকার নিতেন, "তারা সকলেই একমত ছিলেন যে নেতারা জন্মগতভাবে নেতা নয়, তারা তৈরি হয় এবং বাহ্যিক কোন উপায় ছাড়া কেবল নিজেদের আপ্রাণ চেষ্টায় তৈরি হয়।"

বেনিসের মতে, "আমি বিশ্বাস করি....যে প্রত্যেকে, যে বয়স বা পরিস্থিতির হোক্ না কেন, নিজেকে বদলাতে সক্ষম।" এমন নয় যে প্রত্যেকে নেতা হবে। দুঃখজনক হল, বেশিরভাগ ম্যানেজার ও সিইও'রা বস হয়, নেতা নয়। নিজেদের, কর্মীদের ও প্রতিষ্ঠানকে বদলানোর পরিবর্তে তারা ক্ষমতা প্রদর্শন করে।

এমন কেন হয়? জন জেঞ্জার ও জোসেফ ফকম্যান যুক্তি দেখিয়েছেন যে বেশিরভাগ মানুষ যখন প্রথম ম্যানেজার হয়, প্রচুর শেখার একটি সময়ের আবর্তে ঢুকে যায়। তারা প্রচুর ট্রেনিং ও কোচিং নেয়, পরামর্শের ব্যাপারে উদার থাকে এবং তারা ভাবে যে দীর্ঘ ও কঠিন একটি কাজ তাদের করতে হবে। তারা উন্নয়নের চেষ্টা করে। কিন্তু যখন তারা মূল বিষয়গুলো শিখে নেয়, উন্নয়ন থামিয়ে দেয়। হয়ত ব্যাপারটি পরিশ্রমলব্ধ মনে হয় বা তারা দেখতে চায় না

skitbd.blogspot.com

উন্নতি তাদের কতদূর নিয়ে যাবে। নিজেদেরকে নেতা বানানোর চেয়ে তারা বরং চাকরি করেই সন্তুষ্ট থাকে।

কিংবা মরগান ম্যাকল যেমন বলেছেন, অনেক প্রতিষ্ঠান সহজাত মেধায় বিশ্বাস করে এবং তারা সম্ভাবনাপূর্ণ মানুষকে খুঁজে না। তারা যে কেবল নেতা তৈরির সম্ভাব্য সুযোগ হাতছাড়া করে, তা নয়, তাদের বিশ্বাস সেইসব প্রতিভাবানদের একরোখা করে তোলে। মূলকথা হল : এমন প্রতিষ্ঠান গড়ে তুলুন যেটা যোগ্যতার উন্নয়নকে মূল্যায়ন করে এবং নেতার উত্থানকে পর্যবেক্ষণ করে।

প্রাতিষ্ঠানিক চিন্তাধারা

লাউ গার্স্টনার ও অ্যানি মালকেহির ক্ষেত্রে আমরা দেখেছি যে ধরনের কোম্পানী তারা তৈরি করতে চেয়েছে, ঠিক তেমনটি করেছে। এই কোম্পানীগুলো কেবল গুটিকতক মেধাবীর নয়, সকল শ্রেণীর কর্মীদের উন্নয়নকে আগ্রহের সাথে গ্রহণ করেছে। এতে একটি প্রশ্নের অবতারণা হয়।

প্রতিষ্ঠানের নেতাদের স্থির বা পরিপক্ক চিন্তাধারা থাকতে পারে, কিন্তু সামগ্রিকভাবে একটি প্রতিষ্ঠানের কোন চিন্তাধারা থাকে কি? এর কি এমন কোন ব্যাপক বিশ্বাস থাকে যে প্রতিভা মাত্রই সুনির্দিষ্ট কিংবা সকল কর্মীর মধ্যে প্রতিভা থাকে আর তাকে উন্নত করা যায়? যদি এমন হয়, তবে প্রতিষ্ঠান ও কর্মীদের উপর এর কি প্রভাব পড়বে? বিষয়টি বুঝার জন্য আমরা ফরচুন ৫০০ ও ফরচুন ১০০০ কোম্পানীসহ বেশ বড় একটি কর্পোরেশনের দল নিয়ে গবেষণা চালিয়েছি।

একটি কোম্পানী স্থির চিন্তাধারার বশবর্তী হয়ে এই মতামত দিতে পারে যে কর্মীদের 'সেটি আছে' বা 'নেই।" একে আমরা 'প্রতিভাবান কালচার' বলি। কিংবা কোন কোম্পানী পরিপক্ক চিন্তাধারার আওতায় এমনও বলতে পারে যে চেষ্টা, সুকৌশল ও ভাল পরিচর্যার মাধ্যমে মানুষ উন্নতি করতে পারে। একে আমরা 'উন্নয়নের কালচার' বলি।

একটি কোম্পানীর চিন্তাধারা সনাক্ত করার জন্য আমরা প্রতিটি প্রতিষ্ঠানের বিভিন্ন ধরনের কর্মীকে প্রশ্ন করেছি যে এই বক্তব্যের সাথে তারা কতটুকু একমত : যখন প্রায় সফল হয়ে উঠে, তখন কোম্পানী মনে করে যে মানুষের প্রতিভা সীমিত এবং একে খুব একটা বদলানো যাবে না। (স্থির চিন্তাধারা)। এই কোম্পানী সহজাত বুদ্ধিমত্তা ও বাণিজ্যিক প্রতিভাকে অন্য যে কোন বৈশিষ্ট্যের চেয়ে বেশি গুরুত্ব দেয় (স্থির চিন্তাধারা)। এই কোম্পানী ব্যক্তিগত উন্নয়ন ও কর্মীদের সমৃদ্ধিকে মূলত: গুরুত্ব দেয় (পরিপক্ক চিন্তাধারা)।

skillubbogspot.com

আমরা সেই জবাবগুলো একত্রিত করলাম ও গুরুত্বপূর্ণ একটি বিষয় সামনে এলো : কোন কোম্পানী স্থির বা পরিপক্ক যে চিন্তাধারাকে বিশ্বাস ও কদর করুক না কেন, তার মধ্যে জোরালো একটি ঐক্যমত রয়েছে। এখন আমরা কোম্পানীর উপর কর্মীদের বিশ্বাস, ক্ষমতায়ন ও সংকল্পের বোধ, সমন্বয়, পরিবর্তন ও আচরণের উপর কোম্পানীর চিন্তাধারার প্রভাব পরীক্ষা করার জন্য প্রস্তুত।

চমৎকার একটি বিষয় জানা গেল। পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিষ্ঠানে যারা কাজ করে, তারা কোম্পানীকে বেশি বিশ্বাস করে এবং তাদের ক্ষমতায়ন, মালিকানা ও সংকল্পের বোধ অনেক প্রখর। যেমন, কর্মীদেরকে যখন এমন প্রশ্ন করা হল যে "এই প্রতিষ্ঠানের লোকেরা বিশ্বস্থ", তখন পরিপক্ক চিন্তাধারার কোম্পানীর লোকজন অনেক বেশি একমত হয়। যারা স্থির চিন্তাধারার প্রতিষ্ঠানে কাজ করে, তারা অন্য কোথাও যাওয়ার ব্যাপারে যথেষ্ট আগ্রহ দেখিয়েছে।

এটি বেশ ভাল যে পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিষ্ঠানের কর্মীরা বিশ্বস্থ ও প্রতিশ্রুতিবদ্ধ, কিন্তু কর্মতৎপরতা ও পরিবর্তনের ব্যাপারটি কেমন? এই বিষয়ে প্রতিষ্ঠানের অনেক বেশি যত্ন নেয়া উচিত। হয়ত কোম্পানীকে কিছু স্বস্থি ও বিশ্বস্থতা বিসর্জন দিতে হতে পারে। হয়ত নির্দিষ্ট মেধা পরিবর্তনে কিছুগতিশীলতা আনে।

মূলতঃ বিষয়টি সেরকম নয়।

পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিষ্ঠানের শ্রমিকেরা জানিয়েছে যে তাদের প্রতিষ্ঠান ঝুঁকি, পরিবর্তন ও সৃজনশীলতা সমর্থন করে। যেমন, তারা এই বক্তব্যের সাথে অনেক বেশি একমত যে : "এই প্রতিষ্ঠান ঝুঁকি নেয় এবং আমি ব্যর্থ হলেও আমাকে সমর্থন দেয়" এবং "এই কোম্পানী যেকোন পরিবর্তনকে উৎসাহ দেয় ও সৃজনশীলতাকে স্বাগতঃ জানায়।"

স্থির চিন্তাধারার কোম্পানীর কর্মীরা কেবল এটাই বলে না যে ঝুঁকি ও নতুনত্ব তারা সমর্থন করে না, এমনকি এটাও বলে যে তাদের প্রতিষ্ঠান নিষ্ঠুর ও অমানবিক। "এই কোম্পানীতে প্রচুর জোচ্চুরি, দালালি ও তোষামোদি হয়" বা "এই কোম্পানীর লোকেরা তথ্য লুকায় ও গোপন রাখে।" যেহেতু প্রতিষ্ঠান সহজাত মেধাবীদের গুরুত্ব দেয়, তাই সবাই সুপারস্টার হতে চায়, অন্যের চেয়ে বেশি জ্বলজ্বল করতে চায় আর কোন প্রতারণার মাধ্যমে এসব সম্ভব। এখানে দলীয় কাজ বলে কিছু নেই।

কাজেই পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতিষ্ঠানের কর্মীরা কোম্পানীর ব্যাপারে অনেক বেশি ইতিবাচক, কিন্তু এই মর্যাদা কি পারস্পরিক? হ্যাঁ, তাই। এইসব কোম্পানীর সুপারভাইজাররা কর্মীদের উপর যথেষ্ট ইতিবাচক প্রভাব ফেলে এবং বিভিন্ন দিক

skillhub.blogspot.com

থেকে তাদের যত্ন নেয়। তারা কর্মীদের মধ্যে অনেক বেশি একতা ও উন্নয়নের প্রতি প্রতিশ্রুতিবদ্ধতা তৈরি করে। তাদেরকে নতুনের প্রতি আগ্রহী করে তোলে। তাদের প্রশাসনিক সম্ভাবনাকে জাগিয়ে তোলে। আর এই সবকিছু মিলেমিশে একটি কোম্পানীকে প্রাণবন্ত ও যেকোন ক্ষেত্রে অগ্রগণ্য করে তোলে।

শেষের বিষয়টি আমার পছন্দ হল : স্থির চিন্তাধারার চেয়ে পরিপক্ক চিন্তাধারার সুপারভাইজাররা কর্মীদের প্রশাসনিক সম্ভাবনাকে অনেক বেশি জাগিয়ে তোলে। তারা ভবিষ্যতের নেতাদের গড়ে তোলে। স্থির চিন্তাধারার কোম্পানীগুলো প্রতিভাবান খুঁজে, তাদের ভাড়া করে, তাদের পুরস্কৃত করে– কিন্তু এখন চারপাশে তাকিয়ে বলে, "কোথায় প্রতিভা?" প্রতিভা বাতাসে ভাসে না।

আমাদের গবেষণা অনুযায়ী কোন কোম্পানীতে স্থির বা পরিপক্ক চিন্তাধারার বীজ বপন করে 'প্রতিভাবান কালচার' বা 'উন্নয়ন কালচার' তৈরি করা সম্ভব, সবাই জানে যে ব্যবসাক্ষেত্রে পুরনো নিয়ম অচল হয়ে পড়েছে এবং আধুনিক কোম্পানীগুলো টিকে থাকার জন্য বারবার পরিবর্তন আনছে। বর্তমান বিশ্বে কোন ধরনের কোম্পানীগুলো টিকবে বলে আপনি মনে করেন?

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

* আপনার কর্মক্ষেত্র কি স্থির চিন্তাধারার না পরিপক্ক চিন্তাধারার? আপনার কি মনে হয়, লোকেরা আপনাকে বিচার করছে, না উন্নয়নে সহায়তা করছে? হয়ত নিজের চেষ্টায় আপনি সেখানে পরিপক্ক চিন্তাধারা স্থাপন করতে পারেন। আর কোন উপায়ে কি আপনি নিজের ভুলের ক্ষেত্রে কম অজুহাত দেখাবেন? আপনি কি বেশি কিছু অর্জন করতে পারবেন? এমন কোন উপায় কি আছে যার মাধ্যমে আপনি অনেক বেশি অভিজ্ঞতা অর্জন করতে পারবেন?

* কর্মক্ষেত্রে আপনি কিরকম আচরণ করেন? আপনি কি স্থির চিন্তাধারার বস, যিনি কর্মীদের কল্যাণের চেয়ে নিজের ক্ষমতার ব্যাপারে বেশি মনোযোগ দেন? অন্যকে ছোট করে আপনি কি কখনো নিজের গুরুত্ব বাড়াতে চেয়েছেন? আপনি কি কখনো উচ্চমানের কর্মীদেরকে হুমকি মনে করে তাদের পিছিয়ে রাখার চেষ্টা করেছেন?

কাজে উন্নয়নের জন্য কর্মীদের সাহায্য করার উপায় ঃ হাতেকলমে? ওয়ার্কশপের মাধ্যমে? কোচিং সেশন করে? ভেবে দেখুন যে কিভাবে আপনার কর্মীদেরকে একত্রিত করে দলীয়ভাবে কাজ করা যায়। একটি তালিকা করুন ও চেষ্টা শুরু করুন। নিজেকে পরিপক্ক চিন্তাধারার বস ভেবে থাকলে কাজটি করুন। যথাযথ সমর্থন ও উন্নয়নের প্রতি উৎসাহ কখনো বৃথা যায় না।

shilu.blogspot.com

* আপনি যদি কোন কোম্পানী চালান, তবে চিন্তাধারার দিক থেকে ভেবে দেখুন। আপনাকে কি লাউ গার্স্টনার হতে হবে? আভিজাত্য উপড়ে ফেলুন এবং আত্ম-সমীক্ষা, মুক্ত আলোচনা ও দলীয় কাজের কালচার গড়ে তুলুন। গার্স্টনারের চমৎকার বই "হু সে'স এলিফ্যান্ট কান্ট ডান্স?" পড়ুন ও দেখুন যে তিনি কি করেছেন।

* আপনার কর্মক্ষেত্রে কি দলীয় সিদ্ধান্ত নির্ধারিত? যদি তা-ই হয়, তবে সিদ্ধান্ত নেয়ার সমগ্র প্রক্রিয়া বিপদের মধ্যে রয়েছে। বিকল্প দৃষ্টিভঙ্গি ও গঠনমূলক সমালোচনা করার উপায় বের করুন। এমন লোকদের দায়িত্ব দিন, যারা ব্যতিক্রমী মতামত দেবে আর আপনি নিজের খুঁত খুঁজে পাবেন। লোকজনকে বিভিন্ন বিষয়ে বিতর্ক করার সুযোগ দেন। একটি সাজেশন বক্স রাখুন যেখানে সকল কর্মী তার মতামত রাখতে পারবে। মনে রাখবেন, মানুষ স্বাধীনভাবে চিন্তাও করতে পারে, আবার একই সাথে দলীয় কাজও করতে পারে। ভূমিকা পালনে তাদের সহায়তা করুন।

sklilu.blogspot.com

ষষ্ঠ অধ্যায়

সম্পর্ক : প্রেমে চিন্তাধারা (কিংবা নয়)

প্রকৃত প্রেমের কোর্স যে মসৃণভাবে যায় না, সে বিষয়ে আপনার ভাবনা কি? বেশ, প্রকৃত প্রেমের কোর্স আসলেই নির্বিঘ্ন নয়। এই পথ অনেক সময় হতাশা ও ভাঙ্গা মনের ব্যথায় জর্জরিত হয়। কিছু মানুষ এই অভিজ্ঞতাকে স্থায়ী হিসেবে মনে করে এবং ভবিষ্যতে অন্য কোন সম্পর্কে জড়ায় না। অন্যরা তা প্রতিরোধ করতে সক্ষম হয় ও এগিয়ে যায়। কেন তারা বিভিন্নরকম? উত্তর পাওয়ার জন্য আমরা ১০০ জন মানুষকে অনুরোধ করলাম তাদের সেই ভয়ংকর প্রত্যাখ্যানের কাহিনী শোনাতে।

প্রথম যখন আমি নিউইয়র্ক গেলাম, একদম একা ছিলাম। আমি কাউকে চিনতামনা এবং আমার মনে হত আমি ওখানকার কেউ নই। এক বছর কষ্ট পাওয়ার পর জ্যাকের সাথে আমার দেখা হল। বলতে গেলে একদম হঠাৎ করে আমাদের পরিচয় হল আর আমাদের মনে হল যে একে অন্যকে অনেক দিন ধরে চিনি। আমরা একত্রে থাকতে লাগলাম ও সবকিছু একত্রে করতে শুরু করলাম। আমি ভাবলাম যে পুরো জীবনটাই তার সাথে কাটাব আর তার অনুভূতিও একই ছিল। দুটি বছর বেশ আনন্দের সাথে কাটল। একদিন আমি বাড়ি ফিরলাম ও একটি নোট পেলাম। সে জানিয়েছে তাকে যেতে হচ্ছে, তাকে যেন আর না খুঁজি। সে এমনকি এটাকে ভালবাসা হিসেবেও দেখিনি। আর কোনদিন তার দেখা পাইনি। মাঝে মাঝে যখন ফোন বাজে, এখনও আমার মনে হয় এটা তার ফোন।

আমরা এ ধরনের বিভিন্ন গল্প শুনলাম। উভয় চিন্তাধারার মানুষই এরকম গল্প বলেছে। প্রায় প্রত্যেকে কোন না কোনভাবে প্রেমে পড়েছে ও আঘাত পেয়েছে। পার্থক্য হল বিষয়টিকে কিভাবে নিয়েছে।

গল্প শেষ হওয়ার পর তাদেরকে আরো কিছু প্রশ্ন জিজ্ঞেস করা হল ঃ এর মানে কি দাঁড়াল? বিষয়টিকে আপনি কিভাবে দেখলেন? আপনি কি আশা করেছিলেন? যখন মানুষ স্থির চিন্তাধারার হয়, প্রত্যাখ্যানের মাধ্যমে সে নিজেকে অবমূল্যায়িত বলে মনে করে। এই অনুভূতি তার মধ্যে স্থায়ী হয়ে যায়। যেন একটি ভবিষ্যতবাণী তার হাতে ধরিয়ে দিয়ে কপালে লিখে দেয়া হয়েছে : ভালবাসার অযোগ্য! আর তারা ক্ষতবিক্ষত হয়।

skillbdbogspot.com

কারণ স্থির চিন্তাধারার মানুষ কখনো নিজের ক্ষত সারায় না। বরঞ্চ ভাবতে থাকে, যে তাকে আঘাত করেছে, তাকে কি করে আহত করবে। উপরের গল্পটি যিনি বলেছেন, সেই লিডিয়া আমাদের জানালেন যে তিক্ততার এক স্থায়ী ও গভীর অনুভূতি তার মধ্যে জন্ম নিয়েছে : "যদি সুযোগ পেতাম, তার কাছে ফিরে গিয়ে তাকে আঘাত করতাম। সে এটারই যোগ্য।" মূলতঃ স্থির চিন্তাধারার মানুষের একমাত্র লক্ষ্য বেশ স্পষ্ট। প্রতিশোধ। যেমন এক ব্যক্তি বলেছে, "চলে যাওয়ার সময় সে আমার সম্মানটুকু নিয়ে গেছে। এমন একটি দিনও যায়নি যে প্রতিশোধ নেয়ার কথা আমি ভাবিনি।" গবেষণার সময় আমার এক স্থির চিন্তাধারার বান্ধবীকে তার ডিভোর্সের ব্যাপারে জানতে চাইলাম। তার কথা আমি কখনও ভুলব না : "যদি নিজের সুখ ও তার দুঃখের মধ্যে বেছে নেয়ার সুযোগ থাকত, আমি তার দুঃখটাকেই বেছে নিতাম।"

স্থির চিন্তাধারার মানুষই 'প্রতিশোধ মিষ্টি' জাতীয় বাক্যে সান্ত্বনা খোঁজে। কারণ পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের এ বিষয়ে তেমন আগ্রহ নেই। তাদের গল্পগুলোও প্রতারণার, তবে তাদের প্রতিক্রিয়া অনেকটা ভিন্ন।

তাদের কাছে এটি সমঝোতা, ক্ষমা ও এগিয়ে যাওয়ার বিষয়। যদিও তারা গভীর মানসিক কষ্ট পেয়েছে, তারা এখান থেকে শিক্ষাও নিয়েছে। "সেই সম্পর্ক ও তার সমাপ্তি আমাকে যোগাযোগের গুরুত্ব শিখিয়েছে। আমি ভাবতাম যে প্রেম সব জয় করতে পারে, কিন্তু আসলে এর অনেক সাহায্য দরকার হয়।" একই ব্যক্তি আরো বলেছেন, "আমি আরো শিখেছি যে কে আমার জন্য সঠিক। আমার মনে হয় প্রতিটি সম্পর্কই মানুষকে সঠিক ব্যক্তি সম্পর্কে শিক্ষা দেয়।"

ফ্রান্স ভাষায় বলা হয়েছে, "টাউন কমপ্রেণডার চিয়েষ্ট টাউট পারডোনার।" সবাইকে বুঝতে হলে ক্ষমা করতে হয়। নিশ্চয়ই যেকোন বিষয়কে অনেক দূর নেয়া যায়, কিন্তু কিছু শুরু করার জন্য এটি উত্তম পন্থা। পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের প্রধান লক্ষ্য হল ক্ষমা। এক মহিলা যেমন বলেছেন, "আমি সাধু নই, কিন্তু নিজের মানসিক শান্তির জন্য আমাকে ক্ষমা করতে হবে ও ভুলে যেতে হবে। সে আমাকে কষ্ট দিয়েছে কিন্তু পুরো জীবন আমার অপেক্ষায় রয়েছে এবং অতীতে পড়ে থাকলে আমার সব শেষ হয়ে যাবে। একদিন আমি শুধু বললাম : আমারও তার জন্য শুভ কামনা।"

পরিপক্ক চিন্তাধারার কারণে তারা কষ্টটিকে স্থায়ীভাবে নেয়নি। তারা নিজেদের ও সম্পর্ক সম্বন্ধে নতুন কিছু শিখেছে এবং সেই অভিজ্ঞতা ভবিষ্যতে কাজে লাগাবে। আর তারা জানে কিভাবে এগিয়ে যেতে হয় ও ভবিষ্যতকে অভ্যর্থনা জানাতে হয়।

skillbloggspot.com

আমার কাজিন ক্যাথি পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ। বিয়ের ২৩ বছর পর তার স্বামী তাকে ছেড়ে চলে যায়। এরপর সেই অপমানের সাথে যুক্ত হল একটি এক্সিডেন্ট আর তার পায়ে খুব আঘাত পেল। এক শনিবার রাতে ঘরে একলা বসে থাকার সময় নিজেকে সে বলল, "আমি এখানে বসে থেকে নিজের জন্য আফসোস করলে সব শেষ হয়ে যাবে।" (সম্ভবতঃ পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষের এটাই মূলমন্ত্র।) এরপর সে বেরিয়ে নাচতে চলে গেল, যেখানে সে তার ভবিষ্যত স্বামীকে পেল।

কন্টস পরিবার সব বাধাই উপড়ে ফেলে দিয়েছিল। নিকোল কন্টস তার চমৎকার বিয়ের পোশাকে সেজে রোলস রয়েসে চড়ে চার্চে এসে পৌছলেন। ভেতরে আর্চবিশপ অপেক্ষা করছিল আর পৃথিবীর বিভিন্ন দেশ থেকে আগত শত শত বন্ধু ও আত্মীয়রা উপস্থিত ছিল। সবকিছু নিখুঁত ছিল যতক্ষণ পর্যন্ত না সবচেয়ে ভালো মানুষটি নিকোলের কাছে গিয়ে সংবাদটি জানাল। বর আসছে না। সেই আঘাত ও যন্ত্রণা আপনি কল্পনা করতে পারেন?

পুরো পরিবার ভাবল উপস্থিত অতিথিদের নিয়ে ডিনার শেষ করবে। এরপর নিকোলকে ঘিরে তারা জানতে চাইল সে কি করবে। চরম সাহসিকতার সাথে সে ছোট একটি কালো ড্রেস পড়ে পার্টিতে গিয়ে সোলো ডান্স শুরু করল, "আই উইল সারভাইভ"। তার নাচের জন্য নয়, তার আবেগের আকস্মিক প্রকাশের কারণে পরদিন পত্রিকার পাতায় তিনি আইকন হিসেবে দেখা দিলেন। নিকোল ছিলেন সেই ফুটবল খেলোয়াড়ের মত, যে ভুল দিকে ছুটে গিয়েছিল। এই ঘটনা তাকে বিষন্ন ও ধ্বংস করে দিতে পারত। বরঞ্চ এটি তাকে এগিয়ে দিয়েছে।

বেশ চমকপ্রদ। নিকোল তার যন্ত্রণা ও আঘাতের কথা ভিন্নভাবে বলেছিলেন, তবে তিনি 'অপমানিত' শব্দটি উল্লেখ করেন নি। যদি তিনি নিজেকে বিচার করতেন, মূল্যহীন ও অপমানিত ভাবতেন, তবে দৌড়ে লুকিয়ে যেতেন। বরং তার বন্ধুবান্ধব ও আত্মীয় স্বজনের ভালবাসায় তিনি তার ক্ষত সারিয়ে নেয়ার চেষ্টা করেছিলেন।

বরের কি হয়েছিল? এটি ভেঙ্গে যাওয়ার পর সে তাহিতি গেল হানিমুন করতে। নিকোলের কি হয়েছিল? কয়েক বছর পর একই পোশাক পড়ে একই চার্চে তিনি এক মহান মানুষকে বিয়ে করেন। তিনি কি ভয় পেয়েছিলেন? না, তিনি বলেন, "আমি জানতাম সে ওখানেই যাচ্ছিল।"

স্থির চিন্তাধারার মানুষকে প্রত্যাখ্যান কত আহত ও প্রতিশোধ পরায়ণ করে তোলে, সেটা ভাবলে আশ্চর্য হওয়ার কিছু থাকে না যে স্থির চিন্তাধারার শিশুরা মারাত্মক আক্রোশের সাথে একে অন্যকে আক্রমণ করে। এ ব্যাপারে আমি পরে জানাচ্ছি।

akilu.blogspot.com

সম্পর্ক নানারকম

প্রকৃতিপ্রদত্ত ক্ষমতাবানদের সম্পর্কে গবেষণা করতে গিয়ে বেঞ্জামিন ব্লুম কনসার্টের পিয়ানোবাদক, ভাস্কর্য শিল্পী, অলিম্পিকের সাঁতারু, টেনিস খেলোয়াড়, গণিতজ্ঞ ও নিউরোলজিষ্টদের কথা বলেছেন। কিন্তু তিনি সেইসব মানুষের কথা বলেননি যারা পারস্পরিক সম্পর্ক বজায় রাখে। তিনি পরিকল্পনা করেছেন। মূলতঃ শিক্ষক, মনোবিজ্ঞানী, প্রশাসক, আমলা জাতীয় পেশায় আন্তঃসম্পর্ক রক্ষার এই দক্ষতা বেশ জরুরী। কিন্তু যত চেষ্টাই করুক না কেন ব্লুম সামাজিক যোগ্যতা মাপার সম্মতিসূচক কিছুই খুঁজে পাবেন না।

অনেক সময় আমরাও নিশ্চিত হতে পারিনা যে এটি যোগ্যতা কি'না। যখন আমরা আন্তঃসম্পর্ক রক্ষায় কাউকে বেশ আকর্ষণীয় হিসেবেও দেখি, তাকে কখনো প্রকৃতিপ্রদত্ত বলে মনেও করি না। আমরা তাকে চমৎকার মানুষ হিসেবে দেখি। যখন আমরা কারো সুন্দর বিবাহিত জীবন দেখি, কখনও বলিনা যে এই মানুষগুলো দারুণ সম্পর্কের স্রষ্টা। আমরা বলি তারা বেশ ভালো মানুষ। বা তাদের মধ্যে কেমিস্ট্রি আছে। এর মানে কি?
মানে হল আমরা সম্পর্কের দক্ষতা বুঝি না। তবু মানুষের সম্পর্কের কারণেই সবকিছু আবার ঝুঁকিতে পড়ে যায়। এজন্যই হয়ত ড্যানিয়েল গোলমেন' এর 'ইমোশনাল ইন্টেলিজেন্স' এ প্রতিক্রিয়াশীল একটি রশির কথা বলা হয়েছে। এতে বলা হয়েছে : সামাজিক-ভাবপ্রবণ যোগ্যতা বলে কিছু আছে এবং আমি বলতে পারি সেগুলো কি।
চিন্তাধারা আরেকটি মাত্রা যোগ করেছে। এটি আমাদের বুঝতে সাহায্য করেছে যে কেন মানুষ প্রয়োজনীয় যোগ্যতা অর্জন করে না বা ব্যবহার করে না। কেন মানুষ এত আশা নিয়ে নতুন সম্পর্ক তৈরি করে কেবল নিজেদের দুর্বল করার জন্য? কেন ভালবাসা অনেক সময় যুদ্ধক্ষেত্রে পরিণত হয় যেখানে কেবল রক্তপাত ঘটে? আর তার চেয়েও জরুরী হল, এটি আমাদের বুঝতে সাহায্য করে, কিছু মানুষ কিভাবে একটি স্থায়ী ও পরিতৃপ্ত সম্পর্ক গড়ে তোলে।

skillhub.blogspot.com

প্রেমে পড়ার চিন্তাধারা

যতদূর জানা যায় স্থির চিন্তাধারা থাকার মানে হল ব্যক্তিগত নির্দিষ্ট কিছু চিন্তাকে বিশ্বাস করা। কিন্তু সম্পর্কের ক্ষেত্রে আরে দুটো জিনিস প্রবেশ করে, আপনার সঙ্গী ও সম্পর্ক নিজে। এখন তিনটি বিষয়ে আপনার চিন্তাধারা স্থির। আপনি বিশ্বাস করেন যে আপনার গুণাবলী স্থির, আপনার সঙ্গীর গুণাবলী স্থির ও সম্পর্কের গুণাবলীও স্থির-আদৌ বিষয়টি ভালো বা মন্দ, অর্থপূর্ণ বা অর্থবোধক যা-ই হোক। এখন এই বিষয়গুলো বিচারের উপর নির্ভরশীল।

পরিপক্ক চিন্তাধারা বলছে এগুলোর উন্নয়ন ঘটানো যায়। আপনি নিজে, আপনার সঙ্গী ও সম্পর্ক সবকিছুর পরিবর্তন ও উন্নয়ন সম্ভব।

স্থির চিন্তাধারার আদর্শ স্থির ও নিখুঁত। অনেকটা সূর্য অস্ত গেলে থামতে হওয়ার মত। অনেকটা "তারা সুখে অনন্তকাল বাস করতে লাগল" জাতীয়।

অনেকেই তাদের সম্পর্ককে বিশেষ বলে মনে করে, এবং কিছু ঘটনাবলীকে তারা অগ্রাহ্য করে। সেটি ঠিক আছে। তবে স্থির চিন্তাধারায় সমস্যাটা কোথায়?

১। যদি আপনাকে কিছু করতে হয়, আপনি সেটা করেন না

একটি সমস্যা হল স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা মনে করে যে সবকিছু এমনিতেই হয়ে যাবে। তারা সমস্যা সমাধান বা যোগ্যতা অর্জনের জন্য একে অন্যকে সাহায্য করে না। যেন তাদের ভালবাসার যাদুতে সব হয়ে যাবে, স্লিপিং বিউটির কোমা যেমন রাজপুত্রের চুমুতে সেরে গিয়েছিল বা সিনডেরেলার কষ্টকর জীবন যেমন রাজপুত্রের কারণে বদলে গিয়েছিল।

চার্লিনের বন্ধুরা তাকে শহরের নতুন মিউজিশিয়ান ম্যাক্সের ব্যাপারে জানাল। সে সিম্ফনি অর্কেস্ট্রা বাজাতে এসেছে। পরের রাতে চার্লিন ও তার বন্ধুরা অর্কেস্ট্রা শুনতে গেল। বাজানো শেষ হলে তারা যখন পিছনের স্টেজে গেল, ম্যাক্স চার্লিনের হাত তুলে নিয়ে বলল, "পরবর্তীতে এটি দীর্ঘায়িত হবে।" তার গভীর, রোমান্টিক আবেগ নিয়ে চার্লিন চলে গেল আর চার্লিনের চমৎকার ব্যবহার ও উজ্জ্বল চাহনি নিয়ে ম্যাক্স চলে গেল। দূরে যাওয়ার পর তাদের গভীরতা বাড়ল। মনে হল তারা একে অন্যকে গভীরভাবে বুঝতে পারছে। তারা একত্রে সব বিষয়ে আনন্দ পেল, যেমন- খাবার, লোকজনকে পর্যবেক্ষণ করা, বেড়ানো। তারা দুজনেই ভাবল, কেন আমরা একে অন্যের হয়ে যাই না।

মাঝে মাঝে ম্যাক্স বিষণ্ণ হয়ে পড়ত। আসলে সে এমনই। প্রথমদিকে এটি বুঝা যেত না। তার মন খারাপ হলে সে একলা থাকতে চাইত। চার্লিন জানতে চাইত

skill.blogspot.com

তার কি হয়েছে, কিন্তু সে বিরক্ত হত। সে চিৎকার করে বলত, "আমাকে একা থাকতে দাও।" চার্লিন একদম চুপ হয়ে যেত।

এছাড়া তার মন অনেক সময় গুরুত্বপূর্ণ সময়ে বদলে যেত। কখনো বা তারা কোথাও যাওয়ার প্ল্যান করেছে। কখনো বা তারা স্পেশাল ডিনার খাওয়ার প্ল্যান করেছে। হয়ত সে সেটা করতে চাইত না, কিংবা চার্লিন সারা সন্ধ্যা তার নীরবতা সহ্য করত। যদি সে হালকা কিছু বলতে চাইত, ন্যান্সি তার প্রতি বিরক্তি দেখিয়ে বলত, "আমি ভেবেছি তুমি আমাকে বুঝতে পেরেছ।"

বন্ধুরা তাদের পারস্পরিক সচেতনতা দেখে এই বিষয়টি সমাধানের জন্য কিছু করার অনুরোধ জানাল। কিন্তু অত্যন্ত দুঃখের সাথে তারা মনে করল যে সম্পর্ক ঠিকঠাক হয়ে থাকলে, কিছুই করার প্রয়োজন পড়ে না। যদি সম্পর্কটা যথার্থ হত, তবে তারা নিশ্চয়ই পরস্পরকে বুঝত ও একে অন্যের প্রয়োজনকে সম্মান করত। কাজেই তাদের মধ্যে দুরত্ব বাড়ল ও তারা বিচ্ছিন্ন হয়ে গেল।

পরিপক্ক চিন্তাধারার হয়ত একই ধরনের প্রাথমিক আবেগের উৎপত্তি ঘটে, কিন্তু এই চিন্তাধারার মানুষ কোন যাদুর প্রত্যাশা করে না। তারা বিশ্বাস করে যে ভালো ও স্থায়ী সম্পর্ক চেষ্টার মাধ্যমে গড়ে তোলা সম্ভব।

কিন্তু স্থির চিন্তাধারার ভাবনা একদম ভিন্ন। মনে আছে, স্থির চিন্তাধারার ধারনা হল যে দক্ষতা থাকলে কাজ করতে হয় না? সম্পর্কের ক্ষেত্রেও একই বিশ্বাস প্রযোজ্য : যদি সম্পর্ক ঠিক থাকে, সবকিছু স্বাভাবিকভাবে হয়ে যাবে।

সম্পর্কের যেকোন বিশেষজ্ঞ এ বিষয়ে একমত নন।

প্রখ্যাত সাইকিয়াটিষ্ট অ্যারন ব্যাক বলেছেন, সম্পর্কের ক্ষেত্রে অন্যতম ধ্বংসাত্মক বিশ্বাস হল যে, "যদি আমাদেরকে কাজ করতে হয়, তবে আমাদের সম্পর্কে নিশ্চয় কোন ত্রুটি রয়েছে।" সম্পর্কের একজন অগ্রগণ্য গবেষক জন গটম্যান বলেছেন, "প্রতিটি বিয়ে টিকিয়ে রাখার জন্য চেষ্টা প্রয়োজন, কারণ সম্পর্ক রক্ষা করা ও ভেঙ্গে ফেলার বিপরীত শক্তি সবসময় কাজ করে।"

সফলতার কোন চেষ্টা লাগে না– এধরনের বিশ্বাস সম্পর্ক টিকিয়ে রাখার ক্ষেত্রে ক্ষতিকর হয়। এজন্যই হয়ত অনেক সম্পর্ক নষ্ট হয় কারণ মানুষ মনে করে যে প্রকৃত প্রেমের কোন ট্যাক্স দিতে হয় না।

skillu.blogspot.com

মন পড়া

স্থির চিন্তাধারার মানুষের আরেকটি বিশ্বাস হল যে দম্পতিরা একে অন্যের মন পড়তে পারে : আমরা একই রকম। আমার সঙ্গী জানে যে আমি কি ভাবি, অনুভব করি ও আমার কি প্রয়োজন এবং আমিও তার সবকিছু বুঝতে পারি। কিন্তু এটি অসম্ভব। যোগাযোগ রক্ষার পরিবর্তে মন পড়তে চাইলে তার ব্যর্থতা অপরিহার্য।

উল্লেখযোগ্য পারিবারিক সাইক্রিয়েটিস্ট, এলেনি সেভেজ টম ও লুসির ব্যাপারে বর্ণনা করেছেন। তিন মাস একত্রে বাস করার পর টম লুসিকে জানাল যে তাদের সম্পর্কে ভারসাম্য রক্ষা হচ্ছে না। লুসি তার মন পড়ে নিয়ে ভাবল যে সম্পর্কটাকে সে যতটুকু চায়, টম ততটুকু চায় না। সে নিরুৎসাহিত হয়ে উঠল। তার কি টমের আগেই সম্পর্ক ভেঙ্গে দেয়া উচিত? যা-ই হোক, একটা থেরাপি সেশনের পর লুসি তার কথার অর্থ বুঝতে পারল। টম তাদের সম্পর্কটাকে আরো সুন্দর করার জন্য সুরসংক্রান্ত একটি বাক্য ব্যবহার করেছিল এবং পরবর্তীতে সম্পর্ককে সে স্তরে নিয়ে গেল।

আমি নিজেও সেই একই ফাঁদে প্রায় পড়ে যাচ্ছিলাম। তার কয়েক মাস আগেই আমার স্বামীর সাথে আমার দেখা হয়েছিল আর সবকিছুই ঠিক চলছিল। এক সন্ধ্যায় আমরা যখন একত্রে বসে আছি, সে হঠাৎ বলল, "আমার আরেকটু স্পেস দরকার।" সবকিছু ফাঁকা মনে হল। নিজেকে বিশ্বাস করতে পারছিলাম না যে কি শুনছি। অবশেষে সাহসের সাথে জানতে চাইলাম, "তুমি কি বুঝাতে চাচ্ছ?" সে বলল, "আমি চাই তুমি আরো কাছে আস যাতে বেশি করে তোমাকে পাই।" আমি এই ভেবে খুশি হলাম যে ভাগ্যিস তাকে জিজ্ঞেস করেছিলাম।

সবকিছুতে রাজী হওয়া

মন পড়ে নেয়ার বিষয়টি বিশ্বাস করা সত্যি অদ্ভুত। কিন্তু আপনি দেখবেন যে স্থির চিন্তাধারার অনেক মানুষ বিশ্বাস করে যে প্রতিটি দম্পতির উচিত একে অন্যের মতামত শেয়ার করা।

তা-ই যদি হয়, তবে আপনার যোগাযোগের প্রয়োজন নেই; আপনি কেবল কল্পনা করেই টের পাবেন আপনার সঙ্গীর দৃষ্টিভঙ্গি কেমন।

রেমন্ড নী ও তার সহকর্মীর কাছে দম্পতিরা তাদের সম্পর্কের দৃষ্টিভঙ্গি নিয়ে আলোচনা করেছে। স্থির চিন্তাধারার দম্পতিরা সম্পর্কের দৃষ্টিভঙ্গির মধ্যে সামান্য পার্থক্যকেও হুমকি ও শত্রুতার চোখে দেখেছে। এই সামান্য তফাৎটুকু তাদের বিশ্বাসের ক্ষেত্রে ঝুঁকির কারণ হয়ে দাঁড়িয়েছে।

skite.blogspot.com

মাইকেল ও রবিন কলেজ শেষ করেই বিয়ের জন্য তৈরি হল। মাইকেল ছিল বোহেমিয়ান প্রেমিক ধরনের। সে কল্পনা করল যে বিয়ের পর তারা রোমান্টিক ঘরোয়া জীবন যাপন করবে। কাজেই সে যখন অ্যাপার্টমেন্ট পেল, ভাবল রবিন খুব খুশি হবে। কিন্তু রবিন যখন দেখল, সে ক্ষিপ্ত হয়ে উঠল। সারাজীবন সে ছোট অ্যাপার্টমেন্টে থেকেছে, আর এখানেও তাই। বিবাহিত মানুষদের থাকা উচিত সুন্দর একটি ঘরে যার বাইরে নতুন কার দাঁড়িয়ে থাকবে। তারা দুজনেই নিজেকে প্রতারিত ধরে নিল আর ভাবল যে সম্পর্কটা ভাল কিছু হবে না।

দম্পতিরা ভুল করে বিশ্বাস করে যে তারা একে অন্যের অধিকার ও কর্তব্যের ব্যাপারে সম্মত। শূন্যস্থান পূরণ করুন :

"একজন স্বামী হিসেবে আমার অধিকার আছে– আর আমার স্ত্রীর দায়িত্ব হল– ।"

"একজন স্ত্রী হিসেবে আমার অধিকার আছে– আর আমার স্বামীর দায়িত্ব হল– ।"

অধিকার খর্ব হলে কিছু সঙ্গী অনেক খেপে যায়। আবার কিছু সঙ্গী ভীষণ ক্রুদ্ধ হয়, যখন আরেকজন এমন অধিকার লাভ করে যেটা তারা চায় না।

জন গটম্যান বলেছেন, "আমি নববিবাহিত মানুষের সাক্ষাতকার নিয়েছি যে খুব গর্বের সাথে আমাকে বলেছে, 'আমি কখনো কোন অবস্থাতেই থালাবাটি পরিষ্কার করিনা, এটা মেয়েদের কাজ।' দুই বছর পর একই ব্যক্তি আমাকে প্রশ্ন করেছে, "আমি ও আমার স্ত্রীর মধ্যে কোন সেক্স হয় না কেন?"

একজন দম্পতি গতানুগতিক চিন্তা করতেই পারে। এটা তার ব্যাপার। কিন্তু একে অধিকার হিসেবে গণ্য করা ভিন্ন।

জ্যানেট ও ফিলের যখন দেখা হল, ফিল তখন নতুন একটি অ্যাপার্টমেন্ট পেয়েছে আর ভাবছে যে বন্ধু-বান্ধবদের জন্য দারুণ একটি পার্টি দেবে। জ্যানেট যখন বলল, "চল আমরা সেটাই করি", ফিল খুব উত্তেজিত হল। জ্যানেট জোর দিয়েছিল 'আমরা'র উপর। কারণ সে বেশ ভাল রান্না করতে পারে আর পার্টি দিতে পারে। যাই হোক সে বেশ আনন্দের সাথে বেশিরভাগ খাবার তৈরি করল। সে খুশি হল ফিলকে আনন্দিত হতে দেখে। সমস্যা শুরু হল গেস্ট আসার পর। ফিল পার্টিতে গেল। সে গেস্টের মত আচরণ করতে লাগল। যেন জ্যানেটকেই সব কাজ শেষ করতে হবে। এতে সে ভীষণ রেগে গেল।

বুদ্ধিমানের কাজ হত যদি ফিলকে অন্যদিকে নিয়ে গিয়ে ব্যাপারটি আলোচনা করা হত। বরং সে তাকে শাস্তি দেয়ার সিদ্ধান্ত নিল। সেও পার্টিতে গেল। সৌভাগ্যবশত: অধিকারবোধ ও জোরালো প্রতিক্রিয়া তাদের সম্পর্কের বৈশিষ্ট্য হয়ে দাঁড়াল না। যোগাযোগটাই মূখ্য বিবেচিত হল। ভবিষ্যতে সবকিছু

sklibs.blogspot.com

আলোচনার ভিত্তিতে হল, ধারণার ভিত্তিতে নয়। চেষ্টাহীন সম্পর্ক ভালো কোন সম্পর্ক হয় না, নষ্ট সম্পর্ক হয়ে দাঁড়ায়। তাই সম্পর্ক রক্ষার জন্য যথার্থ চেষ্টা করতে হয়, আশা ও বিশ্বাসে বৈপরিত্য আসলে তা সমাধান করতে হয়। এর মানে এই নয় যে "তারা সুখে বাস করতে লাগল" বলে কিছু নেই, বরং এর মানে হল "তারা সুখে কাজ করতে লাগল।"

২। সমস্যা চারিত্রিক ত্রুটিকে নির্দেশ করে

স্থির চিন্তাধারার দ্বিতীয় বৃহৎ সমস্যা হল এই বিশ্বাস যে সমস্যা মাত্রই গভীর ত্রুটির লক্ষণ। কিন্তু বাধা ছাড়া যেমন বড় কোন অর্জন সম্ভব নয়, সংঘাত ও সমস্যা ছাড়া বড় কোন সম্পর্কও সম্ভব হয় না।

স্থির চিন্তাধারার মানুষ যখন সংঘাতের কথা বলে, তারা অপবাদ দেয়। কখনও তারা নিজেকে দায়ী করে, কখনও সঙ্গীকে। আর তারা চারিত্রিক ত্রুটিকে দায়ী করে।

কিন্তু এখানেই শেষ নয়। মানুষ যখন সঙ্গীর ব্যক্তিত্বকে দোষ দেয়, তখন সে রেগে যায় ও অপমানবোধ করে।

আর ব্যাপারটি ঘুরতে থাকে: যখন সমস্যাটি নির্দিষ্ট একটি আচরণ থেকে জন্ম নেয়, এর সমাধান হয় না।

কাজেই স্থির চিন্তাধারার মানুষ যখন সঙ্গীর কোন দোষ খুঁজে পায়, তারা পুরো সম্পর্কের উপর বীতশ্রদ্ধ ও অসন্তুষ্ট হয়ে উঠে। (পক্ষান্তরে, পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ সঙ্গীর মধ্যে দোষ খুঁজে পেলেও ভাবে যে তাদের সম্পর্কটা এখনও চমৎকার।)

মাঝে মাঝে স্থির চিন্তাধারার মানুষ সঙ্গী বা সম্পর্কের দোষে এত বেশি অন্ধ হয়ে যায় যে তারা সে পথে যেতেই চায় না।

সবাই ভেবেছিল যে ইয়োনি কারো সাথে প্রেম করছে। সে নানা ধরনের অদ্ভুত ফোন কল পাচ্ছিল। সে প্রায়ই বাচ্চাদের আনতে দেরি করছিল। "বান্ধবীদের সাথে বাইরে রাত কাটানো" দ্বিগুণ হয়ে গেল, সে প্রায় অন্যমনস্ক হয়ে পড়ে। তার স্বামী চার্লি বলল যে সে আসলে অন্যরকম একটি অবস্থার মধ্য দিয়ে যাচ্ছে। সে জোর দিয়ে বলল, "সব মহিলারা এমন সময় পার করে। তার মানে এই নয় যে তার কারুর সাথে সম্পর্ক হয়েছে।"

চার্লির ঘনিষ্ঠ বন্ধু বিষয়টি জানার জন্য তাকে অনুরোধ করল। কিন্তু চার্লি ভাবল যে যদি বাস্তবতা নেতিবাচক হয়, তবে তার সবকিছু ধ্বসে পড়বে। স্থির চিন্তাধারার ক্ষেত্রে তাকে হয়ত মেনে নিতে হত যে (১) যে মহিলাকে সে

skitu.blogspot.com

ভালবাসে, সে খারাপ, (২) সে নিজে খারাপ ও তাকে তাড়িয়ে দিল কিংবা (৩) তাদের সম্পর্ক ঠিক নয়।

সে এর কিছুই সামলাতে পারল না। তার মনে এটা এলোনা যে কোন সমস্যা থাকলে তার সমাধান করা যায়, স্ত্রী এই আচরণের মাধ্যমে জোরালো কণ্ঠে বলতে চায় যে; আমি অবহেলার পাত্র নই। আমার প্রতি মনোযোগ দাও।

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানে এই নয় যে স্ত্রীকে তার সামলাতে হবে, তবে সে পরিস্থিতিকে সামলাতে পারত। তার ভাবা উচিত ছিল কোথায় ভুল হয়েছে। সে একজন কাউন্সেলরের সাথে আলাপ করতে পারত। সিদ্ধান্ত নিতে পারত যে এরপর কি করতে হবে। যদি সমাধান করার মত কোন সমস্যা থাকত, তবে সুযোগও থাকত।

প্রত্যেকে ব্যর্থ

পেনেলোপির বন্ধুরা বাসায় বসে অভিযোগ করে যে কোথাও ভালোমানুষ নেই। পেনেলোপি বাইরে যায় আর তাদের দেখে। প্রত্যেক বার সে একজন ভালোমানুষ খুঁজে পায় আর সেটা ভুল প্রমাণিত হয়। যখন সে ক্রাইডাল ম্যাগাজিন পড়তে শুরু করে আর স্থানীয় পত্রিকায় বিজ্ঞপ্তি লিখতে শুরু করে, তখন তার বন্ধুদের বলে– "এটাই সেই লোক।" তারাও তাকে বিশ্বাস করে। কিন্তু এরপর কিছু না কিছু ঘটে। যখন সে অপছন্দনীয় বার্থডে গিফ্‌ট নিয়ে আসে, তখন বিষয়টি শেষ হয়ে যায়। আরেকজন হয়ত খাবারে কেচাপ ফেলে দেয় কিংবা সাদা জুতা পড়ে। অন্য কারো হয়ত ইলেক্‌ট্রনিক অভ্যাস রয়েছে : তার সেলফোন ব্যবহারের আচরণ দুর্বল আর সে বেশিমাত্রায় টিভি দেখে। মূলত: এসবই আংশিক তালিকা।

আচরণগুলোকে স্থির ধরে নিয়ে পেনেলোপি সিদ্ধান্ত নেয় যে সে এধরনের ত্রুটির সাথে বাস করতে পারবে না। কিন্তু এগুলোর কোনটাই চরিত্রের মারাত্মক কোন খুঁত নয়।

আমি ও আমার স্বামী প্রায় একবছর একত্রে আছি এবং যখনই আমার জন্মদিন এসেছে, আমি তাকে পরিষ্কারভাবে জানিয়েছি, "আমি মার্সেনারি নই, তবে ভালো উপহার পছন্দ করি।" সে জানাল, "ভাবনাটা কি তেমন নয়?" আমি জবাব দিলাম, "মানুষ যখন গুরুত্ব দিতে চায় না, তখন এভাবে বলে।"

আমি আরো বললাম, "বছরে একবার আমাদের নিজস্ব দিনটি আসে। আমি তোমাকে ভালবাসি এবং তোমার জন্য উপহার খোঁজার চেষ্টা ও সময় দেয়ার প্ল্যান করি। তুমিও আমার জন্য করলে আমার ভাল লাগবে।" সে কখনও আমাকে নিরাশ করেনি।

sirhi.blogspot.com

পেনেলোপির ধারণা ছিল যে এমন কেউ কোথাও আছে যে পুরোপুরি নিখুঁত। সম্পর্কের বিশেষজ্ঞ ড্যানিয়েল ওয়াইল বলেছেন যে সঙ্গী নির্বাচন মানে হল এক সেট সমস্যা বেছে নেয়া। সমস্যামুক্ত মানুষ কোথাও নেই। একে অন্যের সীমাবদ্ধতা জেনে সেখান থেকে তৈরি করাই হল আসল কাজ।

দোষগুলোকে অগ্রাহ্য করা

ব্রেন্ডা ও জ্যাক ড্যানিয়েল ওয়াইলের ক্লায়েন্ট ছিল এবং তিনি এই গল্পটি বলেছেন। ব্রেন্ডা কাজ শেষ করে বাসায় এলো আর জ্যাককে দীর্ঘ একটি গল্প বলতে লাগল। জ্যাক খুব বিরক্ত হওয়া সত্ত্বেও ভদ্রতা করে কিছু বলল না। ব্রেন্ডা তার অনুভূতি বুঝতে পেরে তাকে মুগ্ধ করার জন্য আরেকটি গল্প শুরু করল। জ্যাক ফেটে পড়ার জন্য তৈরি হল। তাদের দুজনের মানসিক আচরণই তখন দোদুল্যমান, ওয়াইলের মতে, তারা দুজনেই ভাবছিল : ব্রেন্ডা বিরক্তিকর। জ্যাক স্বার্থপর এবং আমাদের সম্পর্ক ভালো না।

মূলতঃ দুজনে ভালোটা বুঝাচ্ছিল, ব্রেন্ডা বলতে ভয় পাচ্ছিল যে অফিসে সে বেশ ভাল কাজ করে এসেছে। সে আসলে অহংকারী দেখাতে চাচ্ছিল না। তাই সে তার প্রজেক্টের খুঁটিনাটি বলে যাচ্ছিল। জ্যাক অভদ্র হতে চাচ্ছিল না, তাই সে ব্রেন্ডাকে প্রশ্ন না করে বা তার বিরক্তি না দেখিয়ে গল্প শেষ হওয়ার অপেক্ষা করছিল।

জ্যাক কেবল এটুকু বললেই হতো, "আসলে হানি, তুমি এত খুঁটিনাটি বললে আমি মূল পয়েন্ট হারিয়ে ফেলি আর হতাশ হয়ে যাই। এই প্রজেক্ট নিয়ে তোমার উত্তেজিত হওয়ার কারণটা কি বল। সেটা শুনতে আমার ভাল লাগবে।"

এটি যোগাযোগের সমস্যা, ব্যক্তিত্ব বা চরিত্রের নয়। তবু স্থির চিন্তাধারায় দোষারোপ খুব দ্রুত ও ভয়ংকর হয়।

কথা প্রসঙ্গে বলছি, আমি এই গল্পগুলো বেশ ভালবাসি। যখন আমি ছোট ছিলাম, 'লেডিস হোম জার্নাল'এ 'এই নিয়ে কি রক্ষা করা যায়' নামে একটি প্রবন্ধ থাকত। বরাবরের মতই জবাব থাকত হ্যাঁ। আমি গল্পগুলো গোগ্রাসে গিলতাম, প্রথমে অবাক হতাম একটি বিয়ে কত রকমের সমস্যায় পড়তে পারে দেখে, পরে রোমাঞ্চিত হতাম সেগুলো কতভাবে রক্ষা করা যায় জেনে।

অ্যারন ব্যাক' এর টেড ও কারেনের গল্প এমন এক কাহিনী যেখানে স্থির চিন্তাধারার দুজন মানুষের সমস্ত ভালো আচরণগুলো পরস্পরের চোখে কিভাবে খারাপ হয়ে গেল, সেই বিবরণ।

টেড ও কারেনের যখন দেখা হয়, তারা পরস্পরের প্রতি আকৃষ্ট হল। কারেনের মধ্যে ছিল স্বতঃস্ফূর্ততা ও উচ্ছলতা। জগতের সমস্ত ভার নিজের কাঁধে নিয়ে

skillbd.blogspot.com

টেড ভাবল এই সরল মেয়েটি তার জীবন বদলে দেবে। সে আবেগাপ্লুত হয়ে বলল, "সে যা বলে ও করে, সবই চমৎকার।" অন্যদিকে টেডের মনে হল পাহাড়সুলভ 'পিতৃ আকৃতি' সে আর কোথাও দেখেনি। সে এমনই এক নির্ভরযোগ্য মানুষ যে তাকে নিরাপত্তা দেবে।

কিন্তু কয়েক বছরের মধ্যেই টেড দেখল কারেন দায়িত্বজ্ঞানহীন এক মাথা মোটা : "যে কোন কিছুকেই সিরিয়াসলি নেয় না....তার উপর নির্ভর করা যায় না।" আর কারেন দেখল যে টেডের বিচার ব্যবস্থা স্বৈরাচারী, তার প্রত্যেক কিছুতে সে বাধা দেয়।

শেষপর্যন্ত বিয়েটা টিকে রইল, কারণ তারা রাগারাগি না করে একে অন্যকে সাহায্যের মাধ্যমে প্রতিক্রিয়া দেখাতে শিখেছিল। একদিন কারেন যখন কাজে পর্যুদস্ত, টেড ঘরে ফিরে দেখল যে পুরো ঘর অবিন্যস্ত। সে খুব রেগে গেল ও তাকে বকতে চাইল, কিন্তু ব্যাকের শিক্ষা অনুযায়ী, নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করে প্রশ্ন করল, "কোন কাজটি পরিণত আচরণের মত হবে?" সে নিজের প্রশ্নের উত্তর দিল জিনিসপত্র গুছানোর মাধ্যমে। কারেনের বিচার না করে বরং সহায়তা করল।

এই বিয়ে কি রক্ষা করা যায়?

অ্যারন ব্যাক দম্পতিদের বলেছেন কখনও যেন স্থির চিন্তাধারার মত এই ভাবনা না ভাবে : আমার সঙ্গী কখনও বদলাবেনা। আমাদের সম্পর্কের উন্নয়ন কিছুতেই ঘটবে না। তার মতে, এই ধারণাগুলো খুব ক্ষতিকর।

অনেক সময় এই ভাবনাগুলো না ভাবাও কঠিন হয়ে যায়, ঠিক যেমনটি বিল ও হিলারি ক্লিনটনের ব্যাপারে ঘটেছিল। প্রেসিডেন্ট থাকাকালীন সময়ে ক্লিনটন জাতি ও তার স্ত্রীর কাছে মনিকা লিউনিস্কির সাথে তার সম্পর্কের ব্যাপারে মিথ্যা বলেছিলেন। হিলারি তাকে সমর্থন করে বলেছিলেন : "আমার স্বামীর দোষ থাকতে পারে, কিন্তু সে আমার সাথে কখনও মিথ্যা বলে না।"

কিন্তু একজন স্পেশাল প্রসিকিউটরের সহায়তায় সত্য বেরিয়ে এল। প্রতারিত ও ক্ষুব্ধ হিলারির তখন ভাবতে হল বিল কি সবসময়ই একজন খারাপ ও অবিশ্বস্থ স্বামী ছিল, না এমন একজন মানুষ যার প্রচুর সাহায্যের প্রয়োজন ছিল।

একটি গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট হল : সঙ্গীর যে বিশ্বাস পরিবর্তনের শক্তি ধারণ করে, সঙ্গী নিজে বদলে গিয়ে সে বিশ্বাসকে দ্বিধান্বিত করা উচিত নয়। পরিবর্তনের জন্য সঙ্গীর ইচ্ছা থাকতে হবে, প্রতিশ্রুতি থাকতে হবে ও জোরালো পদক্ষেপ নিতে হবে।

skill.blogspot.com

ক্লিনটনেরা একবছর পর্যন্ত সপ্তাহের একটি পুরো দিন কাউন্সেলিংয়ে যেতেন। বিল বুঝতে পারলেন যে অ্যালকোহলিক বাবা-মায়ের সন্তান হিসেবে বিল দ্বৈত জীবন যাপন করতে শিখেছিলেন। একদিকে খুব কম বয়সে অতিরিক্ত দায়িত্ব পালন করতে তিনি শিখে গিয়েছিলেন, যাতে তার সৎ বাবা তার মা'কে কোন আঘাত না করে। অন্যদিকে জীবনের আরেকটি অংশে তিনি খুব সামান্য দায়িত্ব পালন করে বিশ্বাস করতেন যে যা-ই ঘটুক না কেন সবকিছু ঠিক থাকবে। এজন্যই তিনি টিভিতে ওভাবে দেখা দিয়েছিলেন আর শপথ করে বলেছিলেন যে তিনি লিউনিস্কির সাথে সম্পৃক্ত ছিলেন না। তিনি সেই দায়িত্বহীনতা ও অস্বীকারের মাঝখানে ছিলেন।

লোকজন হিলারিকে অনুরোধ জানাল তাকে ক্ষমা করে দিতে। এক সন্ধ্যায় স্টেভি ওয়ান্ডার হোয়াইট হাউসে কল করে জানতে চাইলেন যে তিনি ব্যাপারটি সামলাতে পেরেছেন কি'না। তিনি ক্ষমা করার শক্তির উপর একটি গান লিখেছিলেন ও সেটি বাজিয়ে তাকে শুনিয়েছিলেন সেই রাতে।

তবু হিলারি সেই মানুষকে ক্ষমা করতে পারেননি যিনি মিথ্যাবাদী ও প্রতারক ছিলেন। তিনি কেবল ঐ লোকটিকে ক্ষমা করেছিলেন যিনি তার সমস্যায় জর্জরিত ছিলেন আর তা অতিক্রম করার চেষ্টা করেছিলেন।

শত্রুরূপী সঙ্গী

স্থির চিন্তাধারায় একসময় যে সঙ্গী আপনার জীবনের আলো হয়ে থাকে, অন্য সময় সে শত্রুতে পরিণত হয়। কেন মানুষ প্রিয়জনকে শত্রুতে পরিণত করে? যখন কোন কাজে আপনি ব্যর্থ হন, কাউকে দায়ী করা কঠিন হয়ে যায়। কিন্তু সম্পর্কে যখন কোন কিছু ভুল হয়ে যায়, অন্যকে দোষ দেয়া সহজ হয়ে যায়। মূলত: স্থির চিন্তাধারায় আপনার বাছাই করার তালিকা খুব সীমিত। একটি হল নিজের স্থায়ী গুণাবলীকে দায়ী করা। আরেকটি হল সঙ্গীকে দায়ী করা। আপনি দেখুন অন্যের কাঁধে দোষ তুলে দেয়া কতই না লোভনীয়!

স্থির চিন্তাধারার কারণে সম্পর্কে কিছু গন্ডগোল হলেই এখনও পর্যন্ত নিজেকে বাঁচানোর ও অন্যের কাঁধে দোষ চাপানোর একটি অপ্রতিরোধ্য অভ্যাস রয়েছে আমার। "এটি আমার দোষ নয়!" এই বদভ্যাসের জন্য আমি ও আমার স্বামী মরিস নামে একজন কাল্পনিক মানুষ বের করেছি। যখনই কাউকে দায়ী করার প্রয়োজন পড়ে, আমি এই মরিসকে ধরি।

sklilu.blogspot.com

মনে আছে স্থির চিন্তাধারার মানুষের জন্য কাউকে ক্ষমা করা কত কঠিন? এর একটি অংশ হল যে প্রত্যাখ্যাত হলে এরা ভেঙ্গে পড়ে। কিন্তু আরেকটি বিষয় হল যদি তারা সঙ্গীকে ক্ষমা করে, যদি তারা তাকে একজন ভদ্র মানুষ হিসেবে দেখে, তবে বেশিরভাগ দায়িত্ব নিজের কাঁধে নেয়। যদি আমার সঙ্গী ভালো হয়, তবে আমিই খারাপ। নিশ্চয়ই আমারই ভুল হয়েছে।

একই বিষয় বাবা-মায়ের সাথেও হতে পারে। যদি তাদের সাথে আপনার সম্পর্কে সমস্যা থাকে, তবে সেটা কার দোষ? যদি তারা আপনাকে যথেষ্ট ভালবাসতে না পারে, তবে কি তারা খারাপ, না আপনি তার যোগ্য নন? সেক্ষেত্রেও বাজে কিছু প্রশ্ন ঘুরপাক খাবে। এগুলো থেকে কি বের হওয়া যায় না?

আমারও এই সমস্যা ছিল। আমার মা আমাকে ভালবাসতেন না। জীবনের বেশিরভাগ সময় আমি তাকে এজন্য দায়ী করেছি ও তিক্ততাবোধ করেছি। কিন্তু কেবল নিজেকে রক্ষা করেই আমি সন্তুষ্ট থাকতে পারতামনা। আমি মায়ের সাথে চমৎকার একটি সম্পর্কের প্রত্যাশা করতাম। এমনকি শেষপর্যন্ত আমি সেইসব বাচ্চাদের একজন হতে চাইতাম যারা সংযত বাবা-মায়ের কাছ থেকে সমর্থন প্রত্যাশা করে। এরপর আমি কি যেন অনুভব করলাম। আমি সম্পর্কের অর্ধাংশ, মানে আমার অংশকে নিয়ন্ত্রণ করলাম। আমি নিজের অংশটুকু ব্যবহার করতে পারি। অন্ততঃ নিজেকে স্নেহশীল কন্যাতো বানাতে পারি। একভাবে বলা যায়, তিনি কি করেছেন সেটা কোন ব্যাপার নয়। আমিতো নিজের দিক থেকে এগিয়ে যেতে পারি।

এটি কিভাবে সম্ভব? তিক্ততাকে দূর করে আমি যখন এগিয়ে গেলাম, এক পরিপক্ক অভিজ্ঞতার মুখোমুখি হলাম। বাকী অংশটুকু না বললেও চলে, তবু আমি জানাচ্ছি। অপ্রত্যাশিত ঘটনা ঘটল। তিন বছর পর আমার মা আমাকে বললেন, "কেউ যদি আমাকে বলত যে আমি বাচ্চাদের ভালবাসিনা, তবে খুব অপমানবোধ করতাম। কিন্তু এখন আমি বুঝতে পারি যে এটি সত্যি। জানিনা সেটা আমার বাবা-মা আমাদের ভালবাসত না বলে, নাকি আমি নিজের কাজে ব্যস্ত থাকতাম বলে, না ভালবাসা কি সেটা জানতামনা বলে হত। কিন্তু এখন আমি জানি ভালবাসা কি।"

সেই সময় থেকে পরবর্তী পঁচিশ বছর, অর্থাৎ তার মৃত্যু পর্যন্ত আমরা কেবল ঘনিষ্ঠ থেকে ঘনিষ্ঠতর হয়ে উঠেছিলাম। আমরা দুজনেই এত সতেজ হয়ে উঠেছিলাম যে একে অন্যের উপস্থিতিতে প্রাণবন্ত হয়ে উঠতাম। কয়েক বছর আগে যখন তিনি স্ট্রোক করলেন, ডাক্তারেরা আমাকে জানালেন যে তিনি কথা

skillubloogspot.com

বলতে পারছেন না এবং আর কখনও বলতেও পারবেন না হয়ত। আমি তার রুমে ঢুকলাম, তিনি আমার দিকে তাকালেন আর বললেন, "ক্যারল, তোমার সাজগোজ আমার ভালো লাগে।"

কেমন করে আমি প্রত্যাখ্যানের ঝুঁকি নিয়েও উন্নয়নের দিকে পা বাড়িয়েছিলাম? স্থির চিন্তাধারায় আমি কেবল অভিযোগ ও তিক্ততা নিয়ে ছিলাম। নিজের ত্রুটির চেয়েও এটি আমাকে অনেক বেশি যথার্থ, ক্ষমতাশালী ও পরিপূর্ণ হিসেবে অনুভব করাত। পরিপক্ক চিন্তাধারা আমাকে এসব থেকে মুক্ত হয়ে এগিয়ে যেতে সাহায্য করল। পরিপক্ক চিন্তাধারা আমাকে একটি মা দিল।
আমার মনে আছে ছোটবেলায় যখন কিছু ভুল করতাম, যেমন– পায়ের উপর আইসক্রিম ফেলে দিলে বন্ধুর দিকে তাকিয়ে বলতাম, "দেখ, তুমি আমাকে কি করেছ।" কাউকে দায়ী করলে হয়ত নিজেকে কম বোকা বলে মনে হয়, কিন্তু আইসক্রিমভর্তি জুতা ও দায়ী বন্ধুতো সামনেই রয়ে গেল। সম্পর্কের ক্ষেত্রে পরিপক্ক চিন্তাধারা অন্যকে দায়ী না করে সমস্যা বুঝতে ও একত্রে এর সমাধান করতে সাহায্য করে।

প্রতিযোগিতা ঃ কে সেরা?

স্থির চিন্তাধারায় সঙ্গীর সাথে প্রতিযোগিতা করা খুব সহজ হয়ে যায়। কে বেশি স্মার্ট, বেশি মেধাবী বা পছন্দনীয়?
সুজানের এমন এক বয়ফ্রেন্ড ছিল যে ভাবত যে সুজান সবার মনোযোগের কেন্দ্রে পরিণত হবে আর তার দিকে কেউ তাকাবে না। যদি সে আকর্ষণীয় হয়, তবে সে নিজে কিছুই হবে না। কিন্তু মার্টিন ছিল অন্যরকম। সে তার ক্ষেত্রে সফল ছিল। সে আকর্ষণীয় ও পছন্দনীয় ছিল। তাই প্রথমে সুজান পুরো বিষয়টিকে বিদ্রূপের চোখে দেখত। এরপর তারা একত্রে একটি কনফারেন্সে যোগ দিল। তারা আলাদাভাবে পৌঁছেছিল এবং ঢুকার সময় সুজান লবিতে হোটেলের এক স্টাফের সাথে কথা বলছিল। সন্ধ্যায় যখন তারা দুজন লবিতে হাঁটছিল, সমস্ত স্টাফ সুজানকে উষ্ণ অভিনন্দন জানাচ্ছিল। মার্টিন বিরক্তি প্রকাশ করল। পরে তারা টেক্সি নিয়ে ডিনার করতে যাচ্ছিল। শেষের দিকে ড্রাইভার তার প্রশংসা করে গান গাইতে লাগল : "আপনি তাকে ধরে রাখুন। হ্যাঁ স্যার, উনি খুব ভাল।" মার্টিন চঞ্চল হয়ে উঠল। পুরো সপ্তাহ এভাবেই চলল এবং কনফারেন্স থেকে বাড়ি যাওয়া পর্যন্ত তারা বেশ সংযত রইল।

মার্টিন সক্রিয়ভাবে প্রতিযোগী ছিল না। সে সুজানকে অতিক্রম করার চেষ্টা করেনি, তবে তার ব্যাপক জনপ্রিয়তা নিয়ে কিছুটা বিষণ্ন ছিল। কিন্তু কিছু সঙ্গী আপ্রাণ প্রতিদ্বন্দ্বী হয়ে উঠে।

সিনথিয়া একজন বিজ্ঞানী, সে যা করে তা এত ভালভাবে করে যে সঙ্গীর অবস্থা করুণ করে তোলে। তাতেও সমস্যা হত না যদি না সে তাদের রাজত্বে ঢুকে পড়ত। সে একজন অভিনেতাকে বিয়ে করল এবং এরপর নাটক লেখা ও অভিনয় করা শুরু করল। সে বলল যে কেবল সঙ্গীর জীবন ও আগ্রহে সে অংশ নিচ্ছে, কিন্তু তার এই শখ স্বামীর পেশাগত জীবনে সমস্যার কারণ হয়ে দাঁড়াল। সে ভাবল যে নিজেকে ফিরে পেতে হলে এই সম্পর্ক ছাড়তে হবে। পরবর্তীতে সে একজন সুরকারকে বিয়ে করল যে বেশ ভাল যুবক ছিল। সিনথিয়া সময়ে অসময়ে ভায়োলিন বাজাতে ও অবিশ্বাস্য রেসিপি তৈরিতে উঠে পড়ে লাগল। আবারও হতাশ স্বামী তাকে ছেড়ে পালাল। সিনথিয়া সঙ্গীদের পরিচিতি কেড়ে নিচ্ছিল, সে হয় তাদের বরাবর বা তার চেয়েও বেশি দক্ষতা দেখানোর প্রয়োজন মনে করেছিল।

সঙ্গীদের সমর্থন করা বা তাদের জীবনে আগ্রহ দেখানোর অনেক উপায় রয়েছে। এটি কোন উপায়ের মধ্যে পড়ে না।

sklilu.blogspot.com

সম্পর্কের উন্নয়ন

মানুষ যখন সম্পর্কে জড়িয়ে পড়ে, ভিন্ন ধরনের সঙ্গীকে তার সামলাতে হয় এবং তারা অনেক সময় বুঝতে পারেনা এই ভিন্নতাকে কিভাবে আয়ত্ত্ব করবে। ভাল সম্পর্কের ক্ষেত্রে মানুষ সে যোগ্যতা অর্জন করে এবং দুজনেই অগ্রসর হয় ও সম্পর্ক গভীরতর হয়। কিন্তু এজন্য মানুষকে বুঝতে হবে যে তারা একই দলে রয়েছে।

লরা ভাগ্যবান। সে আত্মকেন্দ্রিক ও প্রতিরক্ষামূলক ছিল। সে চিৎকার ও চেঁচামেচি করত। কিন্তু জেমস কখনো সেসব ব্যক্তিগতভাবে নেয়নি এবং সবসময় এটা বুঝত যে তার প্রয়োজনের সময় লরা তার পাশে থাকে। তাই যখনই সে রেগে যেত, জেমস তাকে শান্ত করার চেষ্টা করত ও তার সাথে কথা বলত। সময়ের আবর্তে সে চিৎকার ও চেঁচামেচি করা থেকে বিরত হল।

বিশ্বাসের পরিবেশ যখন তৈরি হল, তারা একে অন্যের উন্নয়নে প্রবলভাবে আগ্রহী হয়ে উঠল। জেমস একটি কর্পোরেশন তৈরি করছিল আর লরা তার পরিকল্পনা ও সেই সংক্রান্ত কিছু সমস্যা নিয়ে তার সাথে দীর্ঘ সময় আলোচনা করতে লাগল। লরা ছোটদের জন্য বই লেখার স্বপ্ন দেখত। জেমস তার ভাবনা শুনল ও প্রথম ড্রাফট লিখিয়ে নিল। সে তাকে অনুরোধ করল এমন কারো সাথে যোগাযোগ করতে যে অলংকরণ করতে পারে। এই সম্পর্কে সঙ্গীরা একে অন্যের স্বপ্নের ব্যাপারে পরস্পরকে সাহায্য করছিল এবং তারা যা হতে চাচ্ছিল, তা-ই হয়ে উঠল।

বেশিদিন আগের কথা নয়, কিছু মানুষের সন্তান লালন-পালনের বিষয়ে মতামত নিয়ে আমার এক বন্ধুর সাথে কথা বলছিলাম। ব্যাখ্যা করতে গিয়ে সে বিষয়টিকে বৈবাহিক সম্পর্কের সাথে যুক্ত করল : "এটা অনেকটা বিয়ের সঙ্গীদের মত। প্রত্যেকেই পরিণত এবং কেউ চায় না যে সঙ্গী তাকে প্রভাবিত করুক।"

আমি জবাব দিলাম, "আরে না, আমার মতে বিয়ের পর পরস্পরের উন্নয়নে একে অন্যকে উৎসাহিত করা উচিত।"

এ কথার মাধ্যমে আমি 'মাই ফেয়ার লেডি' জাতীয় কিছু বুঝাতে চাইনি যেখানে সঙ্গীকে অতিরিক্ত সাহায্য করার উদ্যোগ নেয়া হয় আর সে ভাবে যে যতটা মনে করা হয়, ততটা ভাল তারা নয়। আমি বলছি সঙ্গীর লক্ষ্য অর্জন ও সম্ভাবনার পরিপূর্ণতার জন্য তাকে সহায়তা করার কথা। এটি হল পরিপক্ক চিন্তাধারার কর্মসূচী।

sklilu.blogspot.com

বন্ধুত্ব

পার্টনারশীপের মতই বন্ধুত্ব এমন একটি স্থান যেখানে পরস্পরের উন্নয়ন ও বৈধতা জ্ঞাপনের সুযোগ থাকে। দুটোই জরুরী। বন্ধুই সঠিক সিদ্ধান্ত নেয়ার বুদ্ধি ও সাহস দিতে পারে এবং বন্ধুই পরস্পরকে চমৎকার গুণাবলীর আশ্বাস দিতে পারে। সুনামের বিপদ থাকা সত্ত্বেও অনেক সময় এই আশ্বাসের প্রয়োজন পড়ে : "বল যে আমি ততটা খারাপ নই যে বয়ফ্রেন্ডের সাথে ব্রেক আপ করতে পারি।" "বল যে আমি ততটা নির্বোধ নই যদিও পরীক্ষায় ফেল করেছি।"

মূলত: এই সমস্যাগুলোর সময়ে সহায়তা ও জরুরী বার্তার একটি সুযোগ থাকে; "এই সম্পর্কের জন্য তুমি তিনটি বছর দিয়েছ আর তার কোন পরিবর্তন নেই। আমার মনে হয় তোমার ব্রেক আপ করা উচিত।" কিংবা "পরীক্ষায় কি হয়েছিল? তুমি কি বিষয়টি বুঝেছ? তুমি কি যথেষ্ট পড়েছ? তোমার কি মনে হয় একজন টিচার লাগবে? সেটাই বরং আলাপ করে দেখি।"

লেভি কিশোর ছেলেদের আত্ম-মর্যাদা পরিমাপ করল ও তারপর তাদেরকে প্রশ্ন করল যে মেয়েদের নেতিবাচকতা তারা কতটা বিশ্বাস করে। যেমন– মেয়েরা অংকে বা বিচারবুদ্ধিতে তাদের চেয়ে কতটুকু দুর্বল বলে তারা বিশ্বাস করে? এরপর সে আবারো তাদের আত্ম-মর্যাদা নিরীক্ষণ করল।

যেসব ছেলেরা স্থির চিন্তাধারার অধিকারী, তারা গর্ব প্রকাশ করল। মেয়েদের নির্বোধ ও বুদ্ধিহীন ভেবে তারা আত্মপ্রসাদ লাভ করে। (পরিপক্ক চিন্তাধারার ছেলেরা এ ব্যাপারে ততটা একমত নয়, আর হলেও তাদের প্রকাশভঙ্গিতে কোন দম্ভ ছিল না।)

এই মানসিকতা বন্ধুত্বেও প্রবেশ করতে পারে। তুমি খারাপ হলেই আমি ভালো জাতীয় ভাবনা।

একদিন আমি এক প্রিয়, জ্ঞানী বন্ধুর সাথে কথা বলছিলাম। আমি খুব অবাক হয়েছিলাম তার কিছু বন্ধুর আচরণ এখনও সে সহ্য করছে বলে। আসলে আমি অবাক হয়েছিলাম এখনও সে তাদেরকে বন্ধু ভাবছে বলে। একজন খুব দায়িত্বজ্ঞানহীনের মত আচরণ করেছিল; আরেকজন নির্লজ্জের মত তার স্বামীর সাথে প্রেমালাপ করেছিল। সে আমাকে জানাল যে প্রত্যেকের মধ্যে দোষ-গুণ রয়েছে। যদি নিখুঁত মানুষ খুঁজতে থাকো, তবে সামাজিক পরিমন্ডল খুব ছোট হয়ে যায়। তবে একটা ব্যাপার সে সহ্য করেনি, যারা তার নিজের সম্পর্কে তাকে খারাপ অনুভব করিয়েছে।

shilu.blogspot.com

আমরা সবাই এসব মানুষকে চিনি। তারা মেধাবী, আকর্ষণীয় ও কৌতুক প্রিয় হতে পারে, কিন্তু তাদের সাথে থাকার পর নিজেকে কেমন ছোট মনে হয়। অনেক সময় এরা নিজেদের শ্রেষ্ঠত্ব জাহিরের জন্য আপনাকে ছোট করে দেখায়। এটা সচেতন বা অচেতনভাবে হতে পারে। যেভাবেই হোক তারা নিজের মূল্য নিশ্চিত করার ক্ষেত্রে আপনাকে বাহন মনে করে।

আমি এক বন্ধুর পঞ্চাশতম জন্মদিনের পার্টিতে ছিলাম এবং তার বোন তার সম্মানে কিছু বলেছিল। তার বোন আমার বন্ধুর প্রবল যৌন ক্ষুধার ব্যাপারে জানাল আর বলল যে তার সৌভাগ্য সে নিজের চেয়ে কম বয়সী কাউকে বিয়ে করতে পেরেছে, কারণ সে তাকে সামলাতে পারবে। এই বক্তব্যের পর হঠাৎ আমার সেই প্রবচনটি মনে এলো, "এরকম বন্ধু থাকলে শত্রুর প্রয়োজন পড়ে না।"

এটি বুঝা খুব কঠিন যে বন্ধুরা কখন শুভ কামনা করে না। এক রাতে আমি বেশ বিশদ একটি স্বপ্ন দেখলাম। আমার জানাশোনা কেউ একজন আমার ঘরে এলো আর মূল্যবান সব কিছু নিয়ে গেল। স্বপ্নে কি হচ্ছিল, আমি দেখছিলাম, কিন্তু সেই ব্যক্তিকে দেখছিলাম না। এক পর্যায়ে তাকে আমি বললাম, "এই জিনিসটি কি রেখে যাওয়া যায় না, এটি আমার কাছে খুব মূল্যবান।" কিন্তু সেই ব্যক্তি আমার সব নিয়ে গেল। পরদিন সকালে আমি বুঝতে পারলাম সেই ব্যক্তি কে ছিল আর এই স্বপ্নের অর্থ কি। তার আগের বছর আমার এক বন্ধু তাকে সাহায্য করার জন্য আমাকে ডেকে পাঠাল। আমি কৃতার্থ হলাম। সে বেশ সমস্যায় পড়েছিল আর আমি খুশিমনে নিজের সবটুকু দিয়ে তাকে সাহায্য করলাম। কিন্তু এর কোন শেষ ছিল না, বিষয়টি পারস্পরিকও ছিল না আর তার চেয়েও বড় কথা হল, সে আমাকে উপকারের প্রতিদান হিসেবে শাস্তিও দিয়েছিল : "ভেবো না যে এত ভাল কাজ তুমি করতে পার। তুমি হয়ত আমার কাজকে একটু পালিশ করেছ, কিন্তু কখনই তুমি এত সৃষ্টিশীল হতে পারবে না।" আমার স্বপ্ন বলল যে লাইন টানার সময় হয়েছে। ভয় হচ্ছে যে স্থির চিন্তাধারার কারণে আমি নিজেও হয়ত অপরাধী ছিলাম। আমার মনে হয় না যে আমি কাউকে ছোট করি, কিন্তু স্বীকৃতির প্রয়োজন পড়লে আমরা মানুষকে ব্যবহার করি। এক সময় যখন আমি গ্রাজুয়েট স্টুডেন্ট ছিলাম, ট্রেনে করে নিউইয়র্ক যাচ্ছিলাম আর চমৎকার এক ব্যবসায়ীর পাশে বসেছিলাম। আমার মতে, দেড় ঘন্টার ভ্রমণে আমরা নানা রকম কথাবার্তা বলছিলাম। কিন্তু সবশেষে তিনি আমাকে বললেন, "আপনার সম্পর্কে বলার জন্য ধন্যবাদ।" কথাটি আমাকে আঘাত করল। তিনি সুন্দর, বুদ্ধিমান ও প্রতিষ্ঠিত ছিলেন। আর সেজন্য আমি তাকে ব্যবহার করেছি। ব্যক্তি হিসেবে তার প্রতি আমার কোন আগ্রহ জন্মেনি, কেবল আমার শ্রেষ্ঠত্বের দর্পণ

skillbd.blogspot.com

হিসেবে তাকে আমি দেখেছি। সৌভাগ্যক্রমে তিনি আমাকে যা দেখিয়েছেন, সেটা আমার জন্য মূল্যবান শিক্ষা ছিল।

গতানুগতিক বুদ্ধিমত্তা অনুযায়ী প্রয়োজনের সময় যে পাশে থাকে, সে-ই প্রকৃত বন্ধু। আর এই দৃষ্টিভঙ্গির অর্থ অবশ্যই রয়েছে। আপনার বিপদে দিনের পর দিন কে পাশে থাকে? আরো কঠিন প্রশ্ন হল : সুসময়ে আপনি কার কাছে যান? যখন চমৎকার কোন সঙ্গী পান, ভালো চাকরি বা প্রমোশন পান, যখন আপনার সন্তান ভাল ফল করে, এসব শুনে কে বেশি খুশি হয়?

আপনার ব্যর্থতা ও দুর্ভাগ্য অন্য মানুষের আত্ম-মর্যাদার জন্য হুমকি হয়ে দাঁড়ায়না। তাই প্রয়োজনে সহানুভূতিশীল হওয়া সহজ। আপনার সম্পদ ও সফলতা অন্য মানুষের সমস্যার কারণ হয়ে দাঁড়াতে পারে যা তাদের আত্মসম্মানের পথে বাঁধা হতে পারে।

sklilu.blogspot.com

লজ্জা

আমরা যে বিষয় নিয়ে কথা বলছিলাম, লজ্জা হল তার বিপরীত অংশ। আমরা সেইসব মানুষকে পরীক্ষা করেছিলাম যারা অন্যকে বাহন হিসেবে ব্যবহার করে। লজ্জিত লোকেরা উদ্বিগ্ন হয় যে অন্যরা তাকে ছোট করবে। অনেক সময় তারা এই ভেবে উদ্বিগ্ন হয় যে সামাজিকভাবে তাকে মূল্যায়িত বা অপদস্থ করা হবে। লজ্জা মানুষকে বন্ধু তৈরিতে ও সম্পর্কের উন্নয়নে পিছিয়ে রাখে। যখন তারা অচেনা মানুষের সাথে থাকে, লজ্জিত মানুষেরা সংশয়ে ভোগে, তাদের হৃদপিন্ড লাফায়, তারা লাল হয়ে যায়, চোখে চোখ রাখেনা আর যত দ্রুত সম্ভব যোগাযোগ বিচ্ছিন্ন করার চেষ্টা করে। এসব বাদ দিলে তারা অনেক সময় বেশ চমৎকার ও মজাদার মানুষ হয়, তবে নতুন কাউকে সেটা প্রকাশ করে না। আর তারাও সেটা জানে।

লজ্জার ব্যাপারে চিন্তাধারা আমাদের কি শিখাতে পারে? জেনিফার বেয়ার একশত জন মানুষকে পর্যবেক্ষণ করেছেন। তিনি মানুষের চিন্তাধারা পরিমাপ করেছেন, তাদের লজ্জা নিরূপণ করেছেন এবং এরপর দুটোকে একত্রিত করেছেন। পুরো বিষয়টি চিত্রায়িত করা হল এবং পরবর্তীতে প্রশিক্ষণপ্রাপ্তরা সে চিত্র দেখল ও মূল্যায়ন করল।

বেয়ার প্রথমে দেখলেন যে স্থির চিন্তাধারায় মানুষেরা একটু বেশি লজ্জিত হয়। এর অর্থ আছে। স্থির চিন্তাধারা বিচারের ব্যাপারে উদ্বিগ্ন করে তোলে এবং এতে মানুষ অনেক বেশি আত্মসচেতন ও উত্তেজিত থাকে। কিন্তু প্রচুর লজ্জিত মানুষের মধ্যে দুই ধরনের চিন্তাধারা বিদ্যমান এবং যখন তিনি গভীরভাবে লক্ষ্য করেন, অনেক বেশি আকর্ষণীয় বিষয় খুঁজে পান।

লজ্জা স্থির চিন্তাধারার মানুষের সামাজিক সংযোগ ক্ষতিগ্রস্থ করে, কিন্তু পরিপক্ক মানুষের সামাজিক সম্পর্ক নয়। পর্যবেক্ষণের রেটিং অনুযায়ী, যদিও লজ্জা স্থির ও পরিপক্ক উভয় চিন্তাধারার মানুষকে প্রথম পাঁচ মিনিট নার্ভাস করে তোলে, কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা পছন্দনীয় যোগ্যতা প্রদর্শন করে ও আলোচনাকে সরস করে তোলে। মূলত: তখন তাদেরকে আর লজ্জিত মনে হয় না।

পরিপক্ক চিন্তাধারার লজ্জিত মানুষেরা সামাজিক পরিস্থিতিকে চ্যালেঞ্জ হিসেবে গ্রহণ করে। যদিও তারা উদ্বিগ্ন থাকে, নতুন কারো সাথে সাক্ষাতের সুযোগকে স্বাগতম জানায়। স্থির চিন্তাধারার লজ্জিত মানুষেরা এ ধরনের বিষয়কে এড়িয়ে চলে, কারণ তারা ভয় করে যে প্রতিপক্ষ তার চেয়ে অনেক বেশি যোগ্যতাসম্পন্ন হতে পারে। তারা ভুল করার ভয়ে সিঁটিয়ে থাকে। কাজেই দুই চিন্তাধারার মানুষ

skillblogspot.com

পরিস্থিতিকে দুভাবে সামলায়। একদল চ্যালেঞ্জকে আহ্বান করে, অন্যদল ঝুঁকি ভেবে দূরে রাখে।

এই দুই ধরনের আচরণে, পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষদের লজ্জা ও উদ্বেগ ক্রমে কমতে থাকে আর স্থির চিন্তাধারার মানুষের লজ্জাও অস্বস্থি বাড়তে থাকে, তারা নানারকম অসঙ্গত ব্যবহার করে, যেমন– চোখের দিকে তাকায় না, কথা বলতে চায় না ইত্যাদি।

দেখুন যে এই স্বাতন্ত্র্য বন্ধু তৈরির ক্ষেত্রে কিরকম প্রভাব ফেলে। পরিপক্ক চিন্তাধারার লাজুক মানুষেরা তাদের লজ্জা নিয়ন্ত্রণ করে। তারা বাইরে যায়, নতুন মানুষের সাথে দেখা করে। উত্তেজনা দমনের পর তাদের সম্পর্কে স্বাভাবিকতা আসে। লজ্জা তাদেরকে তাড়িয়ে বেড়ায় না।

কিন্তু স্থির চিন্তাধারার মানুষকে লজ্জা নিয়ন্ত্রণ করে। এরা নতুন মানুষের সাথে মিশতেই চায় না। আর যদি মিশেও, নিজেদের সামলাতে পারেনা, ভয় কাটাতে পারে না।

থেরাপিষ্ট ও সাইক্রিয়েট্রির প্রফেসর স্কট ওয়েজলার তার ক্লায়েন্ট জর্জের একটি ছবি এঁকেছেন। জর্জ অবিশ্বাস্যরকম লাজুক, বিশেষতঃ মেয়েদের ব্যাপারে। তিনি শান্ত, জ্ঞানী ও আত্মবিশ্বাসী দেখানোর খুব চেষ্টা করা সত্ত্বেও এত নার্ভাস থাকেন যেন জমে যাবেন। যখন তার আকর্ষণীয় সহকর্মী জিন তার সাথে প্রেমালাপ করতে শুরু করল, তিনি এত উদ্বিগ্ন হয়ে পড়লেন যে তাকে এড়িয়ে যেতে লাগলেন। এরপর একদিন নিকটবর্তী কফি শপে তাদের দেখা হল আর জিন খুব মিষ্টি করে পরামর্শ দিল যে সে যেন তাকে বসতে বলে। যখন জর্জ তাকে মুগ্ধ করার মত কোন বক্তব্য খুঁজে পেল না, বলল, "আপনার বসা বা না বসায় আমার কিছু যায় আসে না।"

জর্জ কি করছিল? নিজেকে প্রত্যাখ্যানের ভয় থেকে বাঁচানোর জন্য তেমন আগ্রহ না দেখানোর চেষ্টা করছিল। আর সে এই অস্বস্থিকর পরিস্থিতি থেকে মুক্তি চাচ্ছিল। অদ্ভূতভাবে সে জয়লাভ করল। তার আগ্রহের অভাবে কথাবার্তার ইতি ঘটল আর জিন দ্রুতবেগে বেরিয়ে গেল। জর্জ হল জেনিফার বেয়ারের সেই চরিত্র, যে সামাজিক বিচারের ভয় দ্বারা নিয়ন্ত্রিত ও যোগাযোগ বিচ্ছিন্ন মানুষ।

ওয়েজলার জর্জের এই মনোযোগ ধীরে ধীরে সরানোর চেষ্টা করলেন। জিন তাকে বিচার বা অপমান করতে আসেনি, বরং তার সম্পর্কে জানতে এসেছে। মনোযোগটাকে সম্পর্কের দিকে ঘুরিয়ে নেয়ার পর জর্জ ধীরে ধীরে পারস্পরিক আচরণে সক্ষম হয়ে উঠল। উদ্বেগ সত্ত্বেও সে জিনকে লাঞ্চ করতে বলল আর তার রূঢ় ব্যবহারের জন্য ক্ষমা চাইল। জিন তা গ্রহণ করল। তার চেয়েও বড় কথা, সে যেমনটি ভেবেছিল, জিন তেমন জটিল ছিল না।

skitubloogspot.com

উৎপীড়ক ও শিকার : প্রতিশোধপরায়ণতা

আমরা প্রত্যাখ্যানে ফিরে আসছি, কারণ এটা কেবল প্রেমের সম্পর্কের ক্ষেত্রে নয়, প্রতিদিন মানুষ নানারকম প্রত্যাখ্যানের মুখোমুখি হয়। প্রতিদিন স্কুলে এমনটি ঘটে। গ্রেড স্কুল থেকে শুরু করে কিছু ছাত্র এর শিকার হয়। কোন কারণ ছাড়াই তাদেরকে উপহাস ও অত্যাচার করা হয়, মারা হয়। অনেক সময় তাদের ভীতু ব্যক্তিত্ব, চলন-বলন বা স্মার্টনেসের ভিত্তিতে এসব করা হয়। (হয় তারা স্মার্ট হয় না, বা প্রয়োজনের অতিরিক্ত হয়)। অনেক সময় এই ঘটনা দুঃস্বপ্নে পরিণত হয় এবং হতাশা ও রাগের কারণ হয়ে উঠে।
স্কুল যখন এ বিষয়ে হস্তক্ষেপ করে না, ব্যাপারটি আরো খারাপের দিকে মোড় নেয়। কারণ অনেক সময় টিচারের অজান্তে এসব ঘটে বা স্কুলের প্রিয় ছাত্র এসব ঘটায়। এক্ষেত্রে এমন ছাত্ররা শিকারে পরিণত হয়, যারা দুর্বল প্রকৃতির বলে গণ্য।

সামাজিকভাবে এগুলোকে তেমন গুরুত্ব দেয়া হয় না। কলাম্বাইনে বছরের পর বছর ছাত্ররা নির্মমভাবে উৎপীড়নের শিকার হত। এরকম এক ছাত্র হাই স্কুলের সেই নির্যাতনের কাহিনী বর্ণনা করল।
দুর্বল ছাত্রদেরকে লকারে ঠেলে দেয়া হত এবং তাদের নামকে বিকৃত করে ডাকা হত, তখন অন্যরা হাসাহাসি করত। লাঞ্চের সময় তাদের খাবারের ট্রে মাটিতে ফেলে দেয়া হত। তারা খেতে বসলে পিছন থেকে ধাক্কা দেয়া হত। জিম ক্লাশে যাওয়ার আগে লকার রুমে মারধর করত কারণ আশেপাশে টিচার থাকত না।

কারা এই উৎপীড়ক?

উৎপীড়ক হল বিচার সংক্রান্ত। শক্তি বা গুরুত্ব দেখানোর জন্য উৎপীড়ন করা হয়। শক্তিশালী বাচ্চারা দুর্বল বাচ্চাদের বিচার করে। এরা তাদেরকে কম শক্তিশালী মানুষ মনে করে আর প্রতিদিন এটার চর্চা করতে থাকে। আর এটা পরিষ্কার যে এমন করে তারা কি পায়। শেরি লেভি'র পর্যবেক্ষণের সেই ছেলেদের মত তারা আত্মমর্যাদার অহংকার করে। এমন নয় যে তাদের আত্মমূল্যায়ন নিম্নস্তরের। কিন্তু অন্যকে বিচার ও ছোট করার মাধ্যমে তারা আনন্দ পায়। তারা নিজেদের আচরণের জন্য সামাজিক মর্যাদাও লাভ করে। অন্যরা তাদেরকে শক্তিশালী মনে করে। অনেকে ভয়ও পায়। যেকোন উপায়ে তারা নিজেদের সেই অবস্থান ধরে রাখে।

shilpi.blogspot.com

উৎপীড়কের মধ্যে স্থির চিন্তাধারার একটি বড় বৈশিষ্ট্য লক্ষণীয় ঃ কিছু মানুষ উৎকৃষ্ট ও কিছু নিকৃষ্ট। আর উৎপীড়করাই বিচারক। অন্যতম কলাম্বাইন শ্যুটার এরিক হেরিস ছিল তাদের নিখুঁত লক্ষ্য। তার বুকে একটু সমস্যা ছিল, সে বেঁটে ছিল, কম্পিউটারে তার দক্ষতা ছিল এবং সে ছিল বহিরাগত, কলোরোডার নয়। তারা তাকে নির্মমভাবে বিচার করেছিল।

শিকার ও প্রতিশোধ

শিকার তার উৎপীড়কের সাথে কেমন আচরণ করবে, তাতে স্থির চিন্তাধারার একটি ভূমিকা রয়েছে। মানুষ যখন চরমভাবে অপমানিত হয়, তারা নিজেদের সম্পর্কে খুব খারাপবোধ করে এবং তিক্ততায় ভোগে। তাদের সাথে নিষ্ঠুর আচরণ করা হয় বলে তারাও সেই নিষ্ঠুরতা ফিরিয়ে দিতে চায়। পর্যবেক্ষণে দেখা গেছে যে স্বাভাবিক বাচ্চা ও পরিণত মানুষেরাও প্রতিশোধ পরায়ণতায় ভোগে।

চরম প্রত্যাখ্যান বা প্রতারণার জবাবে উচ্চশিক্ষিত, বয়স্ক মানুষকে বলতে শোনা গেছে যে, "আমি তার মৃত্যু চাই" বা "খুব সহজে আমি তার শ্বাসরোধ করতে পারি।"

স্কুলের উৎপীড়ন সম্পর্কে শুনলে আমরা মনে করি যে খারাপ পরিবারের খারাপ বাচ্চারা এমনটি করে। কিন্তু এটি বেশ আশ্চর্য্যজনক যে স্থির চিন্তাধারার স্বাভাবিক বাচ্চারা কত দ্রুত ভয়াবহ প্রতিশোধের কথা ভাবতে পারে।

এইট্‌থ-গ্রেডের ছাত্রদেরকে আমরা উৎপীড়ন সম্পর্কে একটি প্যারা পড়তে দিলাম। আমরা বললাম তারা যেন ভাবে যে এমনটি তাদের সাথে হচ্ছে।

স্কুলে নতুন বছর শুরু হয়েছে এবং সবকিছু বেশ ভালভাবে চলছে। হঠাৎ কিছু জনপ্রিয় ছাত্র তোমাকে নিয়ে ঠাট্টা করতে শুরু করল ও নাম ধরে ডাকতে শুরু করল। প্রথমদিকে তুমি বিষয়টিকে অগ্রাহ্য করলে। কিন্তু এটি চলতেই থাকল। প্রতিদিন তারা তোমাকে অনুসরণ করে, তোমাকে বিরক্ত করে, পোশাক-আশাক নিয়ে কৌতুক করে, তোমাকে সবার সামনে লুজার ডাকে। প্রতিদিন।

আমরা তাদের বললাম যে এ ব্যাপারে তারা কি ভাববে বা করবে বা করতে চায়, সে বিষয়ে লিখতে।

প্রথমত: স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা এই ঘটনাটিকে ব্যক্তিগতভাবে নিল। তারা বলল, "আমি মনে করব আমি কেউ নই এবং কেউ আমাকে পছন্দ করে না।" কিংবা "নিজেকে আমার নির্বোধ, অদ্ভূত ও অক্ষম বলে মনে হবে।"

sdlitu.blogspot.com

এরপর তারা ভয়াবহ প্রতিশোধ নেয়ার ব্যাপারে বলল যে তারা রাগে ফেটে পড়বে, মুখে ঘুসি মারবে বা তাদের দৌড়াবে। তারা এ ব্যাপারে বেশ জোরালোকণ্ঠে একমত, "আমার প্রথম লক্ষ্য হবে প্রতিশোধ নেয়া।"

তাদেরকে বিচার করা হয়েছিল এবং তারাও বিচার করতে চায়। এরিক হেরিস ও ডাইলান ক্লেবোল্ড একই কাজ করেছিলেন। তারাও পাল্টা বিচার করেছিলেন। তারা সিদ্ধান্ত নিয়েছিলেন কে বাঁচবে আর কে মারা যাবে।

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা উৎপীড়কদের মধ্যে নিজেদের প্রতিফলন দেখতে চায়নি। বরঞ্চ তারা এটিকে উৎপীড়কের মানসিক সমস্যা হিসেবে ধরে নিয়েছিল যে কারণে সে আত্মমূল্যায়ন বৃদ্ধির জন্য এই পথ বেছে নিয়েছে : "আমার মনে হয় সে আমাকে বিরক্ত করার কারণ হল হয় তার ঘরে কোন সমস্যা আছে বা স্কুলে গ্রেড নিয়ে কোন সমস্যা আছে।" অথবা "তাদের একটি জীবন দরকার, কেবল আমাকে খারাপ বোধ করিয়ে তারা ভালো বোধ করছে, বিষয়টি এমন নয়।"

উৎপীড়কের সমস্যা জানার পরিকল্পনাও তাদের ছিল : "আমি তাদের সাথে কথা বলতাম। আমি তাদের কিছু প্রশ্ন করতাম (কেন তারা এসব বলছে আর আমার সাথে এমন করছে)?" বা "মানুষগুলোর মুখোমুখি হয়েও বিষয়টি নিয়ে আলাপ করে আমি তাদের এটা বুঝাতে চাইতাম যে এগুলো মজা করার বিষয় নয়।"

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা এ ব্যাপারে একমত যে, "আমি তাদের ক্ষমা করে দেব" এবং "আমার প্রথম লক্ষ্য হবে তাদেরকে ভালো মানুষ হতে সাহায্য করা।"

যদিও উৎপীড়কদেরকে ব্যক্তিগতভাবে সংশোধন করা বা শিক্ষা দেয়ার ক্ষেত্রে সফল হওয়া সন্দেহপূর্ণ, তথাপি তাদের দৌড়ানোর চেয়ে এই পদক্ষেপ নেয়া অনেক বেশি গঠনমূলক।

এরিক হেরিস ও ডাইলান ক্লেবোল্ডের সহপাঠি ব্রুকস ব্রাউন থার্ড গ্রেড থেকে গথেস্ট উৎপীড়নের শিকার হয়েছিলেন। তিনি ভয়াবহ কষ্ট পেয়েছিলেন, কিন্তু কখনো প্রতিশোধ নেন নি। তিনি স্থির চিন্তাধারা এবং অন্যকে বিচার করায় এ ধরনের অধিকারকে প্রত্যাখ্যান করেছিলেন : "আমি ফুটবল খেলোয়াড় আর তাই তোমার চেয়ে ভালো।" বা 'আমি বাস্কেটবল খেলোয়াড়, তোমার মত দুর্বল মানুষ আমার স্তরের হতেই পারো না।"

তার চেয়ে বড় কথা, পরিপক্ক চিন্তাধারাকে সে সক্রিয়ভাবে আহ্বান করেছে। তার ভাষায়, "মানুষের মধ্যে পরিবর্তনের শক্তি রয়েছে।" এমনকি স্যুটিংয়ে অধিক হতাশ; শক্তভাবাপন্ন নেতা এরিক হেরিসের মধ্যেও রয়েছে। অনেক বছর ধরে এরিক হেরিসের সাথে ব্রাউনের একটি সাংঘাতিক বিরোধ ছিল, কিন্তু

skillbloospot.com

হাইস্কুলের সিনিয়র ক্লাশে ব্রাউন একটি শান্তিচুক্তি জানাল : "আমি তাকে বলেছি যে এত বছরে আমি অনেক বদলে গেছি... আর আমি আশা করি যে সেও একইরকম হয়ে যাক।" ব্রুক বলল যে যদি এরিক না বদলায়, তবে পিছিয়ে থাকবে। "যাইহোক, সে যদি পরিণত হয়ে উঠে, তবে কেন সেটা প্রমাণের সুযোগ তাকে দেব না?"

ব্রুকস আশা ছাড়েনি, এখনো সে মানুষকে বদলাতে চায়। সে নিপীড়নের সমস্যার ব্যাপারে পৃথিবীর মানুষকে সচেতন করতে চায়, সে পীড়িতের কাছে পৌছতে চায় ও এই ভয়াবহতা বন্ধ করতে চায়। তাই ফিল্মের নির্মাতা মিচেল ম্যুরের সাথে 'বাউলিং ফর কলামবাইন' এ সে কাজ করেছে এবং উৎপীড়িত বাচ্চাদের জন্য এমন একটি ওয়েবসাইট বানিয়েছে যেটাতে তারা একে অন্যের সাথে যোগাযোগ করতে পারে ও শিখে যে এর জবাব হত্যা নয়। "তোমার মনকে ব্যবহার কর ও ভালো কিছু কর।"

আমার মত ব্রুকসও শ্যুটারদেরকে এমন মানুষ ভাবেনি যারা অন্যদের চেয়ে আলাদা। সে বলেছে তার বন্ধু ডাইলান ক্লোবেল্ড মমতাময়, প্রীতিপূর্ণ বাবা-মায়ের সন্তান, যার চমৎকার একটি ঘর ছিল। মূলতঃ সে সাবধান করে বলেছে : "আমরা হয়ত বসে শ্যুটারদেরকে অসুস্থ-দৈত্য, আমাদের চেয়ে সম্পূর্ণ ভিন্ন বলে মনে করতে পারি"... বা আমরা স্বীকার করে নিতে পারি যে আরো এরিক ও ডাইলান ধীরে ধীরে তৈরি হচ্ছে... একই পথ ধরে ছুটছে।"

যদি একজন শিকারের শুরু থেকে স্থির চিন্তাধারা নাও থাকে, দীর্ঘ উৎপীড়নে সেটা তৈরি হয়ে যায়। বিশেষ করে যখন অন্যরা দাঁড়িয়ে থাকে আর কিছুই করে না। তারা বলে যে যখন তারা অত্যাচারিত ও নির্যাতিত হয় ও তাদেরকে কেউ রক্ষা করতে আসে না, তারা বিশ্বাস বলতে শুরু করে যে এটি তাদের পাওনা। তারা নিজেদের বিচার করতে শুরু করে ও ভাবতে থাকে যে তারা নিকৃষ্ট।

উৎপীড়করা বিচার করে। শিকার তা গ্রহণ করে। অনেক সময় এটি ভিতরে থেকে যায় এবং হতাশা ও আত্মহত্যার কারণ ঘটে। অনেক সময় এটি মারাত্মক বিপর্যয় ডেকে আনে।

কি করা যায়?

ব্যক্তিগতভাবে উৎপীড়কদের ঠেকানো যায় না, বিশেষতঃ যখন তারা একদল সমর্থকের দৃষ্টি কাড়তে সক্ষম হয়। কিন্তু স্কুল চিন্তাধারা পরিবর্তনের মাধ্যমে সেটা করতে পারে।

স্কুলের কালচার অনেক সময় স্থির চিন্তাধারাকে প্রাধান্য দেয় বা অন্ততঃপক্ষে গ্রহণ করে। তারা মেনে নেয় যে কিছু বাচ্চা অন্যদের চেয়ে শ্রেয়ঃ। তারা এটাও

skitu.blogspot.com

স্বীকার করে যে কিছু বাচ্চা এত দুর্বল যে তাদেরকে তেমন একটা সাহায্য করা যায় না।

কিন্তু কিছু স্কুল বিচারের পরিবেশের বিরুদ্ধে লড়াই করেছে এবং সমন্বয় সাধন ও আত্মোন্নয়নের মাধ্যমে উৎপীড়নের হার নাটকীয় পরিমাণে হ্রাস করেছে। থেরাপিষ্ট, স্কুল কাউন্সেলর ও কনসালটেন্ট উৎপীড়ন-বিরোধী একটি প্রোগ্রাম করেছেন যেটা কার্যকরী। নরওয়ের একজন গবেষক ড্যান অলউইয়াস এর কাজের ভিত্তিতে রচিত ডেভিসের এই প্রোগ্রাম উৎপীড়কদের পরিবর্তনে সহায়তা করে, শিকারদের সমর্থন দেয় এবং দর্শকদের ক্ষমতাদান করে যাতে তারা ভুক্তভোগীদের সাহায্যে এগিয়ে আসে। কয়েক বছরের মধ্যে তার স্কুলে উৎপীড়ন ৯৩% এ এবং বিদ্রূপ করা ৫৩% এ নেমে এসেছে।

ডারলা নামক থার্ড গ্রেডের এক ছাত্রী একটু মোটা, অদ্ভূত ও কাঁদুনে ছিল। সে এমন এক লক্ষ্য ছিল যে ক্লাশের অর্ধেক ছেলেমেয়ে তাকে জ্বালাত, আঘাত করত, নাম নিয়ে ঠাট্টা করত এবং এতে একে অন্যের সমর্থনও পেত। কয়েক বছর পর ডেভিসের প্রোগ্রামের কারণে সেটি বন্ধ হয়ে গেল। ডারলা সামাজিক যোগ্যতা অর্জন করল ও কিছু বন্ধুও পেল। এরপর ডারলা মিডল স্কুলে গেল এবং এক বছর পর জানাতে এল যে সেখানে কি হয়েছে। তার এলিমেন্টারি স্কুলের সহপাঠিরা তাকে দেখতে লাগল। তারা তাকে বন্ধু তৈরিতে ও নতুন সমস্যা মোকাবেলায় সাহায্য করল, যারা একসময় তাকে অপমান করতে চাইত। ডেভিস সেই উৎপীড়কদের বদলে দিলেন। মূলতঃ বেশিরভাগ বাচ্চা ওদেরই অংশ যারা আগে থেকে ডারলাকে জ্বালাত। সেক্ষেত্রে ডেভিস যা করলেন : প্রথমতঃ তিনি তাদেরকে বিচার করলেন না। সরাসরি কোন সমালোচনা করা হল না। বরঞ্চ তিনি তাদেরকে স্বস্থিবোধ করতে ও প্রতিদিন স্কুলে আসতে উৎসাহিত করলেন।

এরপর তিনি সঠিক নির্দেশনায় তাদের প্রতিটি পদক্ষেপের প্রশংসা করলেন। কিন্তু তিনি কোন ব্যক্তির প্রশংসা করেননি, করেছেন কাজের প্রশংসা। "আমি খেয়াল করেছি যে তোমরা লড়াই করছ না। এর মানে হল তোমরা মিলেমিশে থাকার জন্য কাজ করছ।" খেয়াল করে দেখুন যে ডেভিস পরিপক্ক চিন্তাধারার দিকে বাচ্চাদের সরাসরি পরিচালনা করছেন। তিনি তাদের বুঝাতে চাচ্ছেন যে তাদের কার্যাবলী উন্নয়নের পথে চেষ্টার একটি অংশ। যদিও সেই পরিবর্তন উৎপীড়কদের ইচ্ছার কোন অংশ ছিল না, এখন তারা সেটা করার চেষ্টা করতে পারে।

skillu.blogspot.com

প্রিয় ডঃ ডিউইক,
আপনার গবেষণা ছাত্রদের জন্য আমার কাজ করার পদ্ধতি বদলে দিয়েছে। ভাষার ক্ষেত্রে আমার নিজস্ব স্বাতন্ত্র্য ছাত্রদের কাছ থেকে ইতিবাচক ফল পেতে আমাকে সাহায্য করেছে। আগামী বছর আমাদের পুরো স্কুল পরিপক্ক ফলাফলের ভিত্তিতে ছাত্রছাত্রীদের তৈরির ব্যাপারে পদক্ষেপ নেবে।

আপনার স্টান ডেভিস

প্রখ্যাত শিশু মনোবিজ্ঞানী হাইম জিনট দেখিয়েছেন কিভাবে টিচারেরা ছাত্রছাত্রীদেরকে বিচারকার্য থেকে দূরে সরিয়ে উন্নয়নের পথে নিয়ে যেতে পারেন। আট বছর বয়সী এক উৎপীড়কের কাছে তার টিচারের একটি চিঠি এখানে প্রকাশ করা হল। লক্ষ্যণীয় যে তিনি তাকে খারাপ হিসেবে গণ্য করেননি, তার নেতৃত্বের প্রতি সম্মান জানিয়েছেন, তার সুনাম করেছেন ও তার পরামর্শ চেয়েছেন।

প্রিয় জে,
অ্যান্ডির মা আমাকে জানিয়েছেন যে এ বছর তার ছেলে বেশ অশান্তিতে ছিল। উপহাস ও ব্যঙ্গ বিদ্রুপের কারণে সে খুব দুঃখিত ও একাকীত্ব বোধ করেছে। এ ব্যাপারে আমি খুব উদ্বিগ্ন। ক্লাসে তোমার নেতৃত্বের কথা ভেবে মনে হল এ বিষয়ে তোমার পরামর্শ খুব প্রয়োজন। দুর্বলদের প্রতি তোমার সহানুভূতিকে আমি গুরুত্ব দেই। আমাকে জানাও যে অ্যান্ডিকে আমরা কিভাবে সাহায্য করতে পারি।

ইতি
তোমার টিচার

নিউইয়র্ক টাইমসের এক আর্টিকেলে এরিক হেরিস ও ডাইলান ক্লোবোল্ডকে 'দুজন অপরিণত কিশোর' হিসেবে উল্লেখ করা হয়েছে। এটি সত্যি। তারা আসলে নিজেকে খাপ খাওয়াতে পারেনি। কিন্তু উৎপীড়কদেরকে কখনো অপরিণত বলা হয় না। কারণ তারা তা নয়। তারা যথেষ্ট পরিণত। মূলতঃ স্কুলের ঐতিহ্যকে তারা নির্ধারণ ও শাসন করে।
কিছু মানুষ অন্যদের সাথে নিষ্ঠুরতা করার জন্যই জন্মায়– এ মতামত স্বাস্থ্যকর নয়। স্টান ডেভিস যুক্তি প্রদর্শন করে বলেছেন যে কালোদের অত্যাচার ও

skillbdbloggspot.com

মহিলাদের অপমান করার অধিকার নিয়ে কেউ জন্মায়নি। কেন আমরা এটা মেনে নেব যে বাচ্চাদের প্রতি নির্দয় আচরণের অধিকার কারুর আছে?
এটা মেনে নিলে উৎপীড়কদেরও অপমান করা হয়। এর মানে হল আমরা ভাবিনা যে তারা এর চেয়ে বেশি কিছু করতে পারে আর তাদের উন্নয়নের জন্য সাহায্য করার সুযোগটা আমরা হারাই।

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

* প্রত্যাখ্যানের পর নিজেকে আপনার কি তিক্ত ও প্রতিশোধপরায়ণ মনে হয়? নাকি আঘাত পাওয়া সত্ত্বেও আপনি ক্ষমা করে দেন, শিখেন ও এগিয়ে যান? জীবনের সবচেয়ে বাজে প্রত্যাখ্যানের কথা ভাবুন, সেইসব অনুভূতিকে স্মরণ করুন এবং বিষয়টিকে পরিপক্ক চিন্তাধারার দৃষ্টিতে দেখুন। আপনি কি শিখলেন? আপনি কি চান আর না চান, সে বিষয়ে কিছু কি শিখলেন? সম্পর্কের জন্য জরুরী এমন ইতিবাচক কিছু কি শিখলেন? সেই মানুষকে ক্ষমা করে আপনি কি তার কল্যাণ কামনা করেন? আপনি কি সেই তিক্ততাকে ভুলে যেতে পারেন?
* আদর্শ প্রেমের সম্পর্কের একটি ছবি আঁকুন। এটি কি নিখুঁত সামঞ্জস্যহীন– কোন দ্বিমত, সমঝোতা বা পরিশ্রম বিহীন? দয়া করে আবার ভাবুন। যেকোন সম্পর্কে সমস্যা থাকেই। পরিপক্ক চিন্তাধারার মাধ্যমে বিচারের চেষ্টা করুন : বৃহত্তর বোঝাপড়া ও ঘনিষ্ঠতা বৃদ্ধির ক্ষেত্রে সমস্যা একটি বাহন হতে পারে। আপনার সঙ্গীকে তার স্বাতন্ত্র্য প্রকাশ করতে দিন, মন দিয়ে শুনুন এবং শান্তভাবে ও যত্নসহকারে আলাপ করুন। এর ফলে যে ঘনিষ্ঠতা তৈরি হবে, তা দেখে আপনি অবাক হবেন।
* আপনি কি আমার মতই অন্যকে দায়ী করেন? সবকিছুতে সঙ্গীকে দায়ী করা সম্পর্কের জন্য ভালো নয়। নিজের একটি মরিস তৈরি করুন ও তাকে বরং দায়ী করুন। তার চেয়ে ভালো হয়, অন্যকে দায়ী করার রোগ থেকে নিজেকে মুক্ত করলে। সবসময় দোষ ও অন্যের দায় নিয়ে ভাবনা থেকে সরে আসুন। আমিও যে সেটা করতে চেষ্টা করছি, এটা মাথায় রাখুন।
* আপনি কি লাজুক? আপনার তাহলে পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রয়োজন। এতেও যদি আপনার লজ্জা না কাটে, অন্তত: সামাজিক যোগাযোগ বিচ্ছিন্নতা থেকে রেহাই পাবেন। পরবর্তীতে যখন কোন সামাজিক পরিস্থিতির মুখোমুখি হবেন, ভাববেন যে কিভাবে সামাজিক যোগ্যতার উন্নয়ন ঘটানো যায় আর সামাজিক সম্পর্ককে বিচার না করে শেখা ও উপভোগ করা যায়, এসব চর্চা করুন।

skillbloggers.com

সপ্তম অধ্যায়

বাবা-মা, শিক্ষক ও কোচ: চিন্তাধারা কার কাছ থেকে আসে?

কোন বাবা-মাই ভাবেনা, "আমার সন্তানদের ক্ষতি করার জন্য, তাদের চেষ্টাকে বিনষ্ট, শিক্ষা থামানো ও অর্জনকে সীমিত করার জন্য আজ আমি কি করতে পারি?" এমনটি নিশ্চয়ই ঘটে না। তারা ভাবে, "সন্তানদের সফলতার জন্য আমি যেকোন কিছু করতে ও দিতে পারি।" তবু তাদের কিছু ব্যাপার হিতে বিপরীত হয়ে যায়। তাদের বিচার, শিক্ষা ও উৎসাহ অনেক সময় ভুল বার্তা বয়ে আনে। মূলতঃ প্রতিটি শব্দ ও কাজ বার্তা পাঠাতে পারে। এটি সন্তান, ছাত্র বা অ্যাথলেটদের বলে কিভাবে নিজেদের সম্পর্কে ভাবা যায়। এটি স্থির চিন্তাধারার একটি বার্তা হতে পারে : তোমার আচরণ স্থায়ী আর আমি সেসব বিচার করে দেখছি। কিংবা এটি পরিপক্ক চিন্তাধারার একটি বার্তা হতে পারে : তুমি উন্নয়নমুখী আর আমি তোমার উন্নতির জন্য প্রতিজ্ঞাবদ্ধ।

এটি লক্ষ্যণীয় যে সন্তানেরা এইসব বার্তার প্রতি ভীষণ সেনসিটিভ হয় ও উদ্বিগ্ন থাকে। হাইম জিনট এই গল্পটি বলেছেন। পাঁচ বছর বয়সী ব্রুস তার মায়ের সাথে নতুন কিন্ডারগার্টেনে গেল। যখন সেখানে পৌছল, ব্রুস দেয়ালের দিকে তাকিয়ে বলল, "এই বিশ্রি ছবিগুলো কে এঁকেছে?" তার মা দ্রুত তাকে সংশোধন করতে গিয়ে বললেন, "সুন্দর ছবিকে কখনও বিশ্রি বলতে হয় না।" কিন্তু তার টিচার বুঝলেন যে সে কি বলেছে। তিনি বললেন, "এখানে সুন্দর ছবি আঁকার দরকার হয় না। যার যেমন খুশি, সে তেমন আঁকে।" ব্রুস খুশিতে হেসে উঠল। তার প্রকৃত প্রশ্নের জবাব তিনি দিয়েছেন : যে ছেলে ভাল আঁকতে পারেনা, তার কি হয়?

এরপর ব্রুস একটি ভাঙ্গা ফায়ার ইঞ্জিন খেয়াল করল। সে এটি তুলে নিয়ে প্রশ্ন করল, "এই ফায়ার ইঞ্জিন কে ভেঙ্গেছে?" আবার তার মা তাড়াতাড়ি বলল, "কে ভেঙ্গেছে তাতে তোমার কি দরকার? তুমি কাউকে চেনো না।" কিন্তু টিচার বুঝতে পারলেন। তিনি বললেন, "খেলনাগুলো খেলার জন্য রাখা হয়েছে। মাঝে মাঝে এগুলো ভেঙ্গে যায়। এমনটি হতেই পারে।" আবার তার প্রশ্নের জবাব পাওয়া গেল, "যারা খেলনা ভেঙ্গে ফেলে, তাদের কি হয়?"

ব্রুস তার মাকে হাত নাড়াল আর প্রথম দিন শুরু করতে গেল। এই স্কুল তাকে বিচার করবে না ও সাজা দেবে না।

skitubdogspot.com

জানেন, আমরা আমাদের কিছু উত্তেজনাকে কখনো অতিক্রম করতে পারিনা। কয়েক বছর আগে আমার স্বামী ও আমি ফ্রান্সের দক্ষিণে প্রভেন্সে দুই সপ্তাহ কাটিয়ে এসেছিলাম। প্রত্যেকেই বেশ দয়ালু ও ভদ্র ছিল। কিন্তু শেষদিন আমরা লাঞ্চ খেতে ইতালি গিয়েছিলাম। যখন আমরা পৌঁছলাম ও ছোট একটি পারিবারিক হোটেল দেখতে পেলাম, আমার কান্না এসে গেল। কি যে ভাল লাগল! আমি ডেভিডকে বললাম, "জানো, ফ্রান্সে সবাই যখন খুব ভাল আচরণ করল, তোমার মনে হয়েছে তুমি পরীক্ষায় পাস করেছ। কিন্তু ইতালিতে কোন পরীক্ষাই নেই।"

যেসব বাবা-মা ও শিক্ষক স্থির চিন্তাধারার বার্তা দেয়, তারা ফ্রান্সের মত। আর যেসব বাবা-মা ও শিক্ষক পরিপক্ক চিন্তাধারার বার্তা দেয়, তারা ইতালির মত। আসুন, সন্তানদের প্রতি বাবা-মায়ের বার্তা দিয়ে শুরু করি, কিন্তু আপনি জানেন সে একই বার্তা শিক্ষক ছাত্রদের বা কোচেরা তাদের অ্যাথলেটদের দিতে পারে।

sklilu.blogspot.com

বাবা-মা (এবং শিক্ষকেরা) সফলতা ও ব্যর্থতার বাণী

নিচের উদাহরণগুলোর বার্তাগুলো শুনুন :
"তুমি খুব তাড়াতাড়ি শিখেছ। তুমি খুব স্মার্ট।"
"চিত্রগুলোর দিকে তাকাও। মার্থা ও কি পিকাসোর মত হবে?"
"তুমি খুব মেধাবী। কোন পড়াশুনা ছাড়াই তুমি এ পেয়েছ।"

আপনি যদি বেশিরভাগ বাবা-মায়ের মত হন, এগুলোকে আপনার কাছে উৎসাহমূলক, মূল্যায়নসূচক বার্তা বলে মনে হবে। কিন্তু আরেকটু গভীরভাবে শুনুন। আরেকটি বার্তা শুনার চেষ্টা করুন। বাচ্চারা এগুলোই শোনে।
"যদি তাড়াতাড়ি শিখতে না পারি, তবে আমি স্মার্ট নই।
"আমার কঠিন কিছু আঁকা উচিত নয়, কারণ ওরা তখন আমাকে পিকাসো মনে করবে না।"
"আমার পড়াশুনা ছেড়ে দেয়া উচিত, তা না হলে ওরা আমাকে মেধাবী মনে করবে না।"
আমি এসব কিভাবে জানি? তৃতীয় অধ্যায়ের কথা মনে করুন, আমি ভাবছিলাম যে প্রশংসাকারী বাবা-মায়েরা কিভাবে সন্তানদের আত্মবিশ্বাস ও সফলতায় উৎসাহ দিতে গিয়ে বাড়াবাড়ি করে ফেলছেন। তুমি খুব স্মার্ট। তুমি খুব মেধাবী। তুমি জন্মগত অ্যাথলেটের মত। আর আমি ভাবছিলাম যে এক মিনিট অপেক্ষা করার কথা। স্থির চিন্তাধারার এই বাচ্চাগুলোই সুনামে আবিষ্ট ছিল না? বাচ্চাদের মেধা বা বুদ্ধিমত্তার সুনামে সব বাচ্চারাই আপ্লুত হয়ে উঠে না?
এজন্যই আমরা বিষয়টি নিয়ে গবেষণা করলাম। একশত বাচ্চার উপর সাতবার গবেষণা করার পর আমরা পরিষ্কার কিছু চিত্র পেলাম। শিশুদের বুদ্ধিমত্তার সুনাম তাদের গতি ও কাজের ক্ষতি করে।
এটি কিভাবে হয়? বাচ্চারা কি প্রশংসা ভালবাসে না?
হ্যাঁ, বাচ্চারা প্রশংসা ভালবাসে। আর তারা বিশেষ করে বুদ্ধি ও মেধার জন্য প্রশংসিত হতে ভালবাসে। এটি সত্যিই তাদেরকে অহংকার ও বিশেষ উজ্জ্বলতা দান করে, কিন্তু সেটা সাময়িক। যেই মুহূর্তে তারা কোন সমস্যায় পড়ে, তাদের আত্মবিশ্বাস জানালা দিয়ে পালিয়ে যায় আর উৎসাহে ভাটা পড়ে। সফলতার মানে যদি হয় যে তারা স্মার্ট, তবে ব্যর্থতার মানে হল তারা নির্বোধ। আর এটাই হল স্থির চিন্তাধারা।
একজন মায়ের বক্তব্য রাখছি যিনি বুদ্ধিমত্তার জন্য প্রশংসার ফলাফল দেখেছেন :

skitu.blogspot.com

আমি নিজের জীবনের অভিজ্ঞতা আপনাদের জানাতে চাই। আমি অত্যন্ত বুদ্ধিমান ফিফ্থ গ্রেডে পড়ুয়া এক সন্তানের জননী। সে অংক, ল্যাঙ্গুয়েজ ও সায়েন্সে সবসময় ৯৯% নম্বর পেত, তবে আত্ম-মর্যাদা সংক্রান্ত কিছু সমস্যা তার ছিল। আমার স্বামী, একজন বুদ্ধিমান মানুষ, তার বাবা-মাকে কখনো সন্তানের মেধা মূল্যায়ন করতে দেখেনি আর তাই আমাদের সন্তানকে 'স্মার্ট হওয়া'র জন্য প্রশংসা করতে থাকত। একসময় আমার সন্দেহ হল এটা সমস্যার কারণ হয়ে দাঁড়িয়েছে, কারণ আমার ছেলে, স্কুলে যে সহজে সব অতিক্রম করে যায়, কঠিন কোন কাজ বা প্রজেক্ট নিতে অনীহা প্রকাশ করল (আপনার গবেষণায় যেমন দেখা গেছে) কারণ তখন হয়ত তাকে আর স্মার্ট ভাবা হবে না। তার সে যোগ্যতার চেয়ে অনেক নিম্নমানের প্রজেক্ট তৈরি করল আর দায়ী করল যে অন্যদের চেয়ে অনেক বেশি ভাল সে করতে পারে (শারীরিক ও মানসিকভাবে), কিন্তু সে নতুন কিছুতে আগ্রহী হল না, নিশ্চয়ই তার ধারণা ব্যর্থতা তাকে ধ্বংস করে দেবে।

আমার এক কলাম্বিয়ান ছাত্র নিজের ব্যাপারে এমনই বলেছিল : আমার মনে আছে যে আমার চেষ্টার চেয়েও বুদ্ধির প্রশংসা বেশি করা হত আর ধীরে ধীরে আমি কঠিন চ্যালেঞ্জ নেয়া বন্ধ করে দিলাম। আশ্চর্যের ব্যাপার হল বিষয়টি প্রাতিষ্ঠানিক ও ক্রীড়াজগত ছাড়িয়ে আবেগপ্রবণ চ্যালেঞ্জেও স্থান করে নিল। কার্যক্রমকে চরিত্রের প্রতিচ্ছবি হিসেবে দেখার এই ঝোঁক শিখার ক্ষেত্রে আমার সবচেয়ে বড় অক্ষমতা ছিল। যদি আমি কোন কাজ ঠিকমত করতে না পারতাম, তবে তাকে প্রত্যাখ্যান করতাম বা ঘৃণা করতাম।

আমি জানি এ ধরনের প্রশংসা প্রতিরোধ করা অসম্ভব ব্যাপার। আমরা আমাদের প্রিয়জনদের জানাতে চাই যে আমরা তাদের সফলতাকে পুরস্কৃত করি ও সমর্থন দেই। এমনকি আমি নিজেও সে ফাঁদে পড়েছি।

একদিন আমি বাড়ি ফিরলাম আর আমার স্বামী ডেভিড খুব কঠিন একটি সমস্যার সমাধান করল যেটা নিয়ে কয়েকদিন আমরা উদ্বেগে ছিলাম। নিজেকে থামানোর আগেই আমি বলে ফেললাম, "তুমি ব্রিলিয়ান্ট।" বলার প্রয়োজন নেই যে নিজের কথায় নিজেই চমকে উঠলাম এবং সেই অদ্ভুত দৃষ্টি যখন আমার চেহারা পাল্টে ফেলতে লাগল, সে তাড়াতাড়ি আমাকে নিশ্চিত করল, "আমি জানি তুমি পরিপক্ক চিন্তাধারাই প্রকাশ করেছ। আমি বিভিন্ন উপায় খুঁজেছি, ভেবেছি, সব ধরনের সমাধান চেষ্টা করেছি ও অবশেষে ফল পেয়েছি।"

আমি মিষ্টি হেসে বললাম, "হ্যাঁ, আমি ঠিক ওটাই বুঝাতে চাচ্ছিলাম।"

sklibbs.blogspot.com

বাবা-মা মনে করে ব্রেন ও মেধার সুনাম করলে বাচ্চাদের মধ্যে একটি স্থায়ী বিশ্বাসের জন্ম হয়। এতে কাজ হয় না, বরং হিতে বিপরীত হয়। যখনই কঠিন বিষয় আসে বা কিছু ভুল হয়ে যায়, বাচ্চারা নিজেদের সন্দেহ করে। বাবা-মা যদি সত্যিকার অর্থে সবচেয়ে ভালো উপহার দিতে চায়, তবে চ্যালেঞ্জ ভাল বাসতে, ভুল থেকে শিখতে, চেষ্টা করতে, নতুন উপায় খুঁজতে ও ক্রমাগত শিখার ব্যাপারে তাদেরকে আগ্রহী করে তোলা উচিত। এতে করে বাচ্চারা কখনো প্রশংসার দাস হয়ে উঠবে না। নিজেদের বিশ্বাস তৈরি ও সংশোধনে একটি দীর্ঘস্থায়ী উপায় তারা খুঁজে পাবে।

প্রক্রিয়া ও বৃদ্ধির ব্যাপারে বার্তা পাঠানো

কাজেই মেধা বা বুদ্ধির সুনামের বিকল্প কি? ডেভিডের পুনঃ নিশ্চয় তা আমাদের একটি সূত্র দিয়েছে। আমার এক ছাত্র আরো কিছু বলেছে :

ছুটিতে বাড়ি গিয়ে আমি দেখলাম আমার ১২ বছর বয়সী বোনটি স্কুলের ব্যাপারে খুব উত্তেজিত হয়ে আছে। আমি জানতে চাইলাম সে কি কারণে এত উত্তেজিত আর সে জানাল, "আমি সোশ্যাল স্টাডিস পরীক্ষায় ১০২ পেয়েছি!" সেবার এই কথাটি আমি পাঁচ বারের বেশি শুনেছি। সে সময় আমি সিদ্ধান্ত নিলাম যে ক্লাশে যা শিখেছি, বাস্তব পরিস্থিতিতে সেটা প্রয়োগ করে দেখি। তার বুদ্ধি বা গ্রেডের ব্যাপারে সুনাম করার চেয়ে আমি তাকে পড়াশুনার জন্য চেষ্টা ও তার বিগত প্রস্তুতি সম্পর্কে নানা রকম প্রশ্ন করতে লাগলাম। গত বছর তার গ্রেড কেবল নীচের দিকে নেমে যাচ্ছিল। তাই ভাবলাম সে বছরের শুরু থেকে তাকে দিক নির্দেশনা দেয়াটা খুব জরুরী।

এর মানে কি এই যে বাচ্চারা যখন ভালো কিছু করবে আমরা খুশি হয়ে তাদের সুনাম করব না? তাদের সফলতার জন্য আমাদের স্নেহের প্রকাশকে বাধা দেয়ার চেষ্টা কি আমাদের করা উচিত? মোটেই না। এর মানে হল আমরা নির্দিষ্ট ধরনের প্রশংসা থেকে কেবল বিরত থাকব, তাদের মেধা বা বুদ্ধির সুনামের চেয়ে তাদের চেষ্টার সুনাম অনেক বেশি করে করব।

চর্চা, পড়াশুনা, ধৈর্য্য ও সুকৌশলের মাধ্যমে তারা সে উন্নয়নের পথে এগিয়ে যায়, সেজন্য আমরা যথাসম্ভব প্রশংসা তাদের করব। আর আমরা তাদের এমন প্রশ্ন করব যার জবাবে চেষ্টা ও পছন্দের প্রতি তাদের স্বীকারোক্তি ও আগ্রহ প্রকাশিত হবে।

"তুমি পরীক্ষার জন্য বেশ পড়াশুনা করেছ আর তোমার উন্নতি দেখে সেটা বুঝা যাচ্ছে। তুমি কয়েকবার করে পড়েছ, দাগিয়েছ ও নিজেকে সে বিষয়ে পরীক্ষা করেছ। চমৎকার চেষ্টা!"

shilu.blogspot.com

"অংকটি করার জন্য যত রকমের চেষ্টা তুমি করেছ, আমার পছন্দ হয়েছে। তুমি এ বিষয়ে অনেক ভেবেছ আর শেষ পর্যন্ত করতে পেরেছ।"
"নিজ্ঞান ক্লাশের জন্য তুমি যে চ্যালেঞ্জিং প্রজেক্টটি নিয়েছ, আমার খুব ভাল লেগেছে। এজন্য গবেষণা করতে হবে, যন্ত্রপাতি সাজাতে হবে, জিনিসগুলো কিনতে হবে ও তৈরি করতে হবে। তুমি বেশ বড় একটা কাজ করতে যাচ্ছ।"

"আমি জানি স্কুল তোমার জন্য খুব সহজ ছিল আর সবসময় তুমি নিজেকে স্মার্ট বলে মনে করতে। কিন্তু সত্যিটা হল যে তুমি নিজের ব্রেনকে পুরোপুরি ব্যবহার করতে না। এখন আমি খুব খুশি যে নিজেকে তুমি এগিয়ে নিচ্ছ আর কঠিন বিষয় শিখার চেষ্টা করছ।"
"ঐ বাড়ির কাজটি খুব দীর্ঘ ও জটিল ছিল। আমার খুব ভাল লেগেছে যে তুমি মনোযোগ দিয়েছ ও শেষ করেছ।"
"ঐ ছবিটার অনেকগুলো সুন্দর রং রয়েছে। আমাকে সেগুলো সম্পর্কে বল।
"এই রচনার জন্য প্রচুর ভেবেছ তুমি। শেক্সপীয়ারকে আমি নতুন করে দেখতে পেলাম।"
"পিয়ানো বাজানোর প্রতি তোমার আগ্রহ আমাকে বেশ আনন্দ দিয়েছে। বাজানোর সময় তোমার কেমন লাগছিল?"
যে ছাত্র পরিশ্রম করেছে কিন্তু ভাল করেনি, তার ব্যাপারে কি করা যায়?
"তোমার চেষ্টা আমার পছন্দ হয়েছে, কিন্তু এসো আরেকটু দেখা যাক্ যে কোথায় তুমি বুঝতে পারনি?"
"প্রত্যেকের শেখার পথটি ভিন্ন। তোমার হয়ত বিষয়টি ধরতে ও সহজ হতে আরেকটু সময় লাগবে। তবে এভাবে চেষ্টা করলে তুমি ভাল করবে।"
"একেকজন একেকভাবে শিখে। চলো দেখা যাক, তোমার প্রক্রিয়া কোন্‌টি।"
(যেসব বাচ্চা পড়াশুনায় দুর্বল, বিশেষতঃ তাদের জন্য এসব কার্যকরী। অনেক সময় এগুলো কোন চূড়ান্ত চেষ্টার পর্যায়ে পড়ে না, তবে প্রকৃত কৌশল খোঁজার কাজ করে।)
সম্প্রতি এ কথা জেনে আমি খুব উত্তেজিত যে হাইস জিনট জীবনভর বাচ্চাদের সাথে কাজ করার পর এই উপসংহারে পৌছেছেন। "বাচ্চাদের ব্যক্তিত্ব নয়, তাদের চেষ্টা ও সফলতার জন্য প্রশংসা করা যায়।"
অনেক সময় মানুষ বাচ্চাদের ব্যাপারে সতর্কতামূলক সুনাম করলেও অন্যদের ব্যাপারে কথা বলার সময় সব নষ্ট করে দেয়। অন্যের সামনে বাচ্চাদের ব্যাপারে বলতে আমি অনেক বাবা-মা'র মুখে শুনেছি, "সে জন্মগতভাবেই ব্যর্থ," "সে সহজাত মেধাবী" বা "তার মাথা মোটা"। বাচ্চারা যখন বাবা-মা'কে অন্যের

shiblu.blogspot.com

ক্ষেত্রে স্থির বিচারের বিষয়টি দেখে, তাদের চিন্তাধারা স্থির হয়ে পড়ে। আর তাদের মনে হয়, এরপর কি আমার পালা?

এই সতর্কবাণী শিক্ষকদের জন্যও প্রযোজ্য! এক পর্যবেক্ষণে ছাত্রদেরকে আমরা অংকের ইতিহাসসহ অংক শিখালাম, অর্থাৎ বিখ্যাত গণিতজ্ঞদের গল্পসহ। অর্ধেক ছাত্রদের আমরা বললাম যে মেধাবী গণিতজ্ঞরা খুব সহজে অংক আবিষ্কার করেছে। এতে ছাত্রদের মধ্যে স্থির চিন্তাধারার উৎপত্তি ঘটল। বার্তাটি ছিল : কিন্তু মানুষ আছে যারা জন্মগতভাবে অংকে ভাল আর তাদের জন্য সবকিছু সহজ। আর বাকীরা হলে তোমরা। বাকী অর্ধেক ছাত্রদের আমরা সেইসব গণিতজ্ঞদের কথা বলেছি যাদের অংকের ব্যাপারে আগ্রহ ছিল আর অবশেষে তারা বড় কিছু আবিষ্কার করেছিল। এতে ছাত্রদের মধ্যে পরিপক্ক চিন্তাধারার উৎপত্তি ঘটল। বার্তাটি ছিল : প্রতিজ্ঞা ও চেষ্টার মাধ্যমে দক্ষতা ও সফলতা আসে। আশ্চর্য্যের ব্যাপার হল আমাদের নিষ্পাপ মন্তব্য থেকে বাচ্চারা বার্তাগুলো ঠিক খুঁজে নেয়।

সুনামের ব্যাপারে আরেকটি বিষয়। যখন আমরা বাচ্চাদের বলি, "বাহ, তুমি এত তাড়াতাড়ি করে ফেলেছ!" বা "দেখ, তোমার কোন ভুল হয়নি", তখন আমরা কি বার্তা তাদের দেই? আমরা তাদের বলি যে গতি ও উৎকর্ষতাকে আমরা পুরস্কৃত করি। গতি ও উৎকর্ষতা কঠিন শিক্ষার শত্রু। "দ্রুত ও নিখুঁতভাবে করলে যদি আমাকে স্মার্ট ভাবা হয়, চ্যালেঞ্জিং কিছু না নেয়াই ভালো।" কাজেই বাচ্চারা যখন দ্রুত ও নিখুঁতভাবে কোন কাজ, যেমন অংক করে দেয়, তখন কি বলা উচিত? প্রশংসা কি এড়িয়ে যাওয়া উচিত? হ্যাঁ। এমনটি ঘটলে বলা উচিত, "উপ্‌স্! মনেই হচ্ছিল এটি খুব সহজ। তোমার সময় নষ্ট করার জন্য দুঃখিত। এমন কিছু করা যাক, যেখান থেকে তুমি শিখতে পারবে।"

বাচ্চাদের আশ্বস্থ করা

পরীক্ষার আগের দিন বাচ্চাকে কিভাবে নিরাপত্তা দেবেন? একই নীতি প্রযোজ্য। বুদ্ধিমত্তা বা মেধার ব্যাপারে আশ্বস্থ করলে হিতে বিপরীত হবে। তারা বরং ঘাটতি দেখলে আরো ভীত হয়ে পড়বে।

ক্রিস্টিনা হাইস্কুলের একটি বেশ মেধাবী ছাত্রী, কেবল লজ্জার কারণে অংকে খারাপ করল। সে সবসময় পড়ে, মূল বিষয়টি ভালভাবে জানে, কিন্তু পরীক্ষা এলে তার মন শূন্য হয়ে যায়। সে তার শিক্ষকদের হতাশ করে। তার বাবা

skilulhoogspot.com

মা'য়ের সম্মানহানি হয়। আর কলেজ বোর্ড পরীক্ষার সময় ব্যাপারটি যেন আরো খারাপের দিকে যেতে লাগল।

প্রতিটি পরীক্ষার আগের রাতে তার বাবা-মা তাকে বিশ্বাস যোগানোর চেষ্টা করে, "দেখ, তুমিও জান, আমরাও জানি তুমি কত স্মার্ট! তুমি বেশ ভালোভাবেই পরীক্ষা দেবে। এমন দুশ্চিন্তা থামাও।"

তারা তাদের মত করেই সমর্থন দিচ্ছিলেন, কিন্তু তারা মূলতঃ বিপদ বাড়াচ্ছিলেন। তাদের কি বলা উচিত ছিল?

"এটি খুব ভয়ংকর যে সবাই তোমাকে মূল্যায়ন করছে আর তুমি যা জান, তা দেখাতে পারছ না। তোমার জানা উচিত যে আমরা তোমাকে মূল্যায়ন করছি না। তোমার পড়াশুনাকে আমরা গুরুত্ব দেই আর আমরা জানি যে তুমি সব করেছ। আমরা গর্ববোধ করি যে তুমি কষ্ট করেছ ও শিখেছ।"

ব্যর্থতার বার্তা :

সাফল্যের প্রশংসা আমাদের সমস্যার সবচেয়ে ন্যূনতম অংশ, তাই না? ব্যর্থতা এর চেয়ে অনেক বেশি সূক্ষ্ম ব্যাপার। বাচ্চারা হতাশ ও মরিয়া হয়ে উঠতে পারে। ব্যর্থতার সময়ও বাবা মা সন্তানদের কিছু বলতে পারে।

নয় বছর বয়সী এলিজাবেথ তার প্রথম জিমন্যাস্টিক্স পরীক্ষা দিতে যাচ্ছে। লম্বা, নমনীয় ও শক্তিশালী হিসেবে জিমন্যাস্টিক্স তার জন্য যথার্থ আর সে এটা ভালবাসত। যদিও সে প্রতিযোগিতা নিয়ে সামান্য নার্ভাস ছিল, সে জিমন্যাস্টিকসে ভাল ছিল আর আস্থাশীলও ছিল। অনেক সময় সে তার রুমেও এর চর্চা করে নিত।

প্রথম খেলা, ফ্লোর অনুশীলনীতে সে প্রথম হল, যদিও সে ভালো করেছিল, প্রথম কয়েকজন মেয়ে খেলার পর তার স্কোর বদলে গেল আর সে হারল। এলিজাবেথও অন্যান্য খেলায় ভালো করল, কিন্তু জেতার মত করল না। সন্ধ্যা শেষে সে কোন রিবন পেল না ও ভেঙ্গে পড়ল।

এলিজাবেথের বাবা-মা হলে আপনি কি করতেন?

১। এলিজাবেথকে বলতেন যে আপনি তাকে সেরা মনে করেন।

২। বলতেন যে তার রিবনটি সে হারিয়েছে।

৩। তাকে আশ্বাস দিতেন যে জিমন্যাস্টিক্স তেমন গুরুত্বপূর্ণ নয়।

৪। বলতেন যে তার যোগ্যতা আছে আর পরবর্তীতে সে অবশ্যই জিতবে।

৫। বলতেন যে সে জয়লাভ করার উপযুক্ত হয়নি।

skitti.blogspot.com

আমাদের সমাজে বাচ্চাদের আত্ম-মূল্যায়নকে বেশ ফাঁপিয়ে তোলা হয় আর সেই বার্তার একটি মূল অংশ হল : ব্যর্থতা থেকে তাদের রক্ষা করা? বাচ্চার হতাশা থেকে এভাবে যদিও সাময়িক সান্ত্বনা দেখা যায়, পরিণামে ব্যাপারটি ক্ষতিকর হয়। কেন?

আসুন, চিন্তাধারার দিক থেকে পাঁচটি সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া দেখা যাক এবং বার্তাগুলো শোনা যাক :

প্রথমটি (আপনি ভেবেছেন যে সে সেরা) মূলতঃ সত্যনিষ্ঠ নয়। সে যে সেরা নয়, সেটি আপনিও জানেন, সেও জানে। উন্নয়ন বা ক্ষয়পূরণের ক্ষেত্রে এই বার্তার কোন ভূমিকা নেই।

দ্বিতীয়টি (সে হারিয়েছে) অন্যকে দায়ী করে, যদিও সমস্যাটা তার কার্যকলাপের, বিচারকের নয়। নিজের দুর্বলতার জন্য অন্যকে দায়ী করে সে বেড়ে উঠুক, আপনি কি এটি চান?

তৃতীয়টি (আশ্বাস দেয়া সে জিমন্যাস্টিক্স গুরুত্বপূর্ণ নয়) সেই বিষয়টি অবমূল্যায়ন করতে শিখায়, যেটা সে ঠিকমত পারে না। আপনি কি সত্যিই এই বার্তা তাকে দিতে চান?

চতুর্থটি (তার যোগ্যতা আছে) সম্ভবতঃ সবচেয়ে বিপজ্জনক। যোগ্যতা কি স্বয়ংক্রিয়ভাবে সেখানে নিয়ে যায়, মানুষ যেখানে যেতে চায়? এলিজাবেথ যদি এবার না জিতে, তবে আগামীবার কিভাবে জিতবে?

শেষ বার্তাটি (বলুন যে সে জয়লাভ করার উপযুক্ত হয়নি) এই পরিস্থিতিতে খুব কঠিন শোনাবে। আর আপনি নিশ্চয়ই ঠিক সেভাবে বলতে চান নি। কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার বাবার এই কথাটা সবচেয়ে যুক্তিযুক্ত।

তিনি মূলতঃ বলেছিলেন : "এলিজাবেথ, আমি জানি তোমার কেমন লাগছে। আশা করার পর, নিজের সেরাটুকু দেয়ার পর জয়ী হতে না পারলে খুব হতাশ লাগে। কিন্তু তুমি জান, এখনও তুমি এটা অর্জন করতে পারোনি। অনেক মেয়েরা দীর্ঘদিন ধরে জিমন্যাস্টিকসে আছে আর তোমার চেয়ে অনেক বেশি পরিশ্রম করছে। যদি তুমি এটি পেতে চাও, তোমাকে আরো অনেক বেশি কাজ করতে হবে।

তিনি এলিজাবেথকে আরো জানালেন যে যদি সে কেবল মজা পাওয়ার জন্য করতে চায়, সেটাও দারুণ। কিন্তু সে যদি প্রতিযোগিতায় টিকতে চায়, শ্রম দিতেই হবে।

sklib.blogspot.com

এলিজাবেথ বেশ গুরুত্বের সাথে তার দুর্বল অংশগুলো চর্চা ও নিখুঁত করার জন্য প্রচুর সময় দিতে লাগল। পরবর্তীতে বিভিন্ন এলাকা থেকে আশি জন মেয়ে অংশ নিল। এলিজাবেথ ব্যক্তিগত খেলার জন্য পাঁচটি রিবন পেল ও প্রতিযোগিতায় চ্যাম্পিয়ন হয়ে বিশাল এক ট্রফি বাড়ি নিয়ে এল। এখন তার রুমে এত বেশি পুরস্কার যে দেয়াল দেখা যায় না।

সত্যিকার অর্থে, তার বাবা তাকে কেবল সত্যিটাই বলেননি, ব্যর্থতা থেকে কি করে শেখা যায় আর ভবিষ্যতে জয়লাভ করতে হলে কি করা প্রয়োজন, সেটাও শিখিয়েছেন। তার হতাশার জন্য তিনি গভীর সহানুভূতিশীল ছিলেন, কিন্তু এমন কিছু বলেন নি যাতে সে আরো অতলে ডুবে যায়।

আমার সাথে অনেক কোচের দেখা হয়েছে আর তারা আমাকে বলেছে, "কোচ হওয়ার যোগ্য অ্যাথলেটদের কি হয়েছে? তারা কোথায় গেছে?" অনেক কোচেরা দুঃখ করে বলেছে যে তারা যখন অ্যাথলেটদের সঠিক শিক্ষা দিতে চেয়েছে, অনেকে অভিযোগ করেছে যে তাদের বিশ্বাসকে ছোট করা হচ্ছে। অনেক সময় তারা বাড়িতে ফোন করে বাবা-মা'কে অভিযোগ করেছে। তারা এমন কোচ চেয়েছে যারা কেবল এটুকু বলবে যে তাদের যোগ্যতা কতটুকু আর সেটাই যথেষ্ট।

কোচেরা জানাল যে আগেকার দিনে ছোট লীগ খেলা বা বাচ্চাদের সকার খেলার পর বাবা মা'য়েরা বাড়িতে সেটা পর্যবেক্ষণ করত ও কিছু গুরুত্বপূর্ণ টিপস্ দিত। এখন বাচ্চাদের দুর্বল খেলা বা দলের পরাজয়ের জন্য তারা কোচ ও রেফারীকে দায়ী করে। বাচ্চাদের দায়ী করে তাদের বিশ্বাসে কোন আঘাত করতে চায় না। কিন্তু এলিজাবেথের মত, সৎ ও গঠনমূলক সমালোচনা বাচ্চাদের প্রয়োজন। যদি বাচ্চাদেরকে এসব থেকে দূরে রাখা হয়, তারা ভাল শিখতে পারবে না। তারা উপদেশ, কোচিং ও সমালোচনাকে নেতিবাচক ও অবমূল্যায়ন হিসেবে গণ্য করবে। গঠনমূলক সমালোচনা থেকে দূরে রাখলে বাচ্চাদের আত্মবিশ্বাসের কোন উপকার হয় না, তাদের ভবিষ্যত ক্ষতিগ্রস্থ হয়।

গঠনমূলক সমালোচনা : ব্যর্থতার বার্তা সম্পর্কে আরো কিছু গঠনমূলক সমালোচনা কথাটি আমরা সবসময় শুনি। কিন্তু সবাই কি এমন ভাবেনা যে তারা সবসময় বাচ্চাদের গঠনমূলক সমালোচনা করে? যদি এটা তারা দরকারী মনে না করে; তবে কেন এটা করে? পরিমাণে প্রচুর হলেও অনেক সময় এগুলো আদৌ কোন কাজে আসে না। এই সমালোচনা বাচ্চাদেরকে বিচার করা হয়ে যায়। গঠনমূলক বলতে কোনকিছু ঠিক করা, ভালো পণ্য তৈরি করা বা ভালো কাজ করার ক্ষেত্রে বাচ্চাদেরকে সাহায্য করা বুঝায়।

skillup.blogspot.com

বিলি খুব দ্রুত তার কাজ করছিল, কিছু প্রশ্ন বাদ দিচ্ছিল আর সংক্ষেপে ও দায়সারাভাবে উত্তর লিখছিল। তার বাবা চেঁচিয়ে বলল, "এই তোমার বাড়ির কাজ? তুমি কি কখনও এটা ঠিকমতো করতে পারনা? হয় তুমি বুঝনা, নইলে দায়িত্বজ্ঞানহীন। এসব কি?" এই বক্তব্য বাচ্চার বুদ্ধি ও চরিত্রের উপর একই সাথে প্রশ্ন তুলছে আর বুঝিয়ে দিচ্ছে যে তার দুর্বলতা স্থায়ী।

ছেলের আচরণকে অক্ষত রেখে বাবা তার হতাশা ও নৈরাশ্য কিভাবে প্রকাশ করতে পারতেন? কিছু উপায় দেয়া হল:

"বাবা, তুমি যখন ঠিকমত কাজ কর না, আমার খুব খারাপ লাগে। কখন তুমি এটা শেষ করতে পারবে বলে তোমার মনে হয়?"

"বাবা, এখানে এমন কিছু কি আছে যে তুমি বুঝতে পারনি? আমি কি তোমাকে সাহায্য করব?"

"বাবা, আমার খুব খারাপ লাগে যখন তুমি শিখার সুযোগ মিস কর। তুমি কি অন্য কোনভাবে এটি করতে চাও যাতে আরো বেশি শিখতে পার?"

"বাবা, এই কাজটা মনে হয় খুব বিরক্তিকর। আমি বুঝতে পারছি। অন্য কোন উপায়ে এটাকে কি ইন্টারেস্টিং বানানো যায়?" বা "চলো, অন্য কোনভাবে কষ্ট কমানোর চেষ্টা করি আর কাজটি ভালভাবে করি। তোমার কি আর কোন ধারণা আছে?"

"মনে আছে, বাবা, আমি তোমাকে বলেছিলাম যে বিরক্তিকর কাজগুলো মনোযোগ দিতে শেখায়। এটি সত্যিকার অর্থে একটি চ্যালেঞ্জ। এই কাজে তোমার সবটুকু মনোযোগ লাগবে। দেখা যাক্, তুমি কতটুকু মনোযোগ দিতে পারো।"

অনেক সময় বাচ্চারা নিজেদের বিচার করে ও ছোট করে। জিনট ১৪ বছর বয়সী ফিলিপের কথা বলেছেন যে তার বাবার সাথে একটি প্রজেক্টে কাজ করছিল আর ভুল করে পেরেকগুলো মেঝেতে ছড়িয়ে ফেলেছিল। সে অপরাধীর মত তার বাবার দিকে তাকাল আর বলল :

ফিলিপ : ধুর, আমি খুব আনাড়ি।

বাবা : পেরেকগুলো যখন পড়ে গেল আমরা ওটা বলিনি।

ফিলিপ : তুমি কি বলেছ?

বাবা : তুমি বলেছ, পেরেকগুলো পড়ে গেছে– আমি তুলে নেব।

ফিলিপ : সে রকম বলেছিলাম?

sktilu.blogspot.com

বাবা : হ্যাঁ, সে রকমই বলেছ।
ফিলিপ : থ্যাংকস, আব্বু।

বাচ্চারা বার্তাগুলো শিখে

স্থির চিন্তাধারার বাচ্চারা আমাদের বলেছে যে বাবা মায়ের কাছ থেকে বিচারের বার্তা তারা সবসময় পায়। তারা বলেছে যে সবসময় তাদের আচরণের মূল্যায়ন করা হয়।

আমি তাদের জিজ্ঞেস করলাম, "মনে কর, তোমার বাবা-মা তোমার স্কুলের কাজে সাহায্য করতে চায়। তারা এটা কেন করবে?"

তারা বলল, "আসলে তারা দেখতে চায় যে স্কুলের কাজ আমি কত স্মার্টলি করছি।"

জানতে চাইলাম, "ধর, তুমি ভাল গ্রেড পেলে বাবা-মা খুশী হয়। কেন?"

তারা বলল, "আমাকে স্মার্ট বাচ্চা মনে করে তারা খুশী হয়।"

জিজ্ঞেস করলাম, "তুমি যখন কোন বিষয়ে দুর্বল থাক, বাবা-মা তোমার সেই বিষয় নিয়ে আলাপ করে। কেন?"

তারা বলল, "তারা হয়ত উদ্বিগ্ন থাকে যে আমি মেধাবী বাচ্চাদের মধ্যে পড়িনা। তাদের ধারণা খারাপ গ্রেড মানে হল আমি স্মার্ট নই।" কাজেই যা-ই ঘটুক না কেন, বাচ্চারা বিচারের একটি বার্তা পায়।

হয়ত বাচ্চারাই মনে করে যে বাবা-মা তাদের কেবল বিচার করে। বাবা-মা কি কেবল বিরক্ত ও বিচার করে? পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্ররা এমনটি ভাবেনা। তারা মনে করে যে তাদের বাবা-মা শেখা ও ভালভাবে পড়াশুনার জন্য উৎসাহ দিচ্ছে। বাবা-মায়ের উদ্দেশ্য সম্পর্কে তাদের বক্তব্য নিম্নে দেয়া হল:

প্রশ্ন : ধর, তোমার বাবা-মা স্কুলের কাজে তোমাকে সাহায্য করতে চাচ্ছে। কেন তারা এটা করে?

উত্তর : তারা এটা নিশ্চিত করতে চায় যে স্কুলের কাজ থেকে যতটুকু সম্ভব আমি শিখেছি।

প্রশ্ন : মনে কর ভাল গ্রেড পাওয়াতে তোমার বাবা-মা সুখী।

উত্তর : তারা এজন্যই সুখী যে তারা ভাবছে ভাল গ্রেড মানে হল আমি কষ্ট করে কাজ করেছি।

sklib.blogspot.com

প্রশ্ন : ধর স্কুলে কোন বিষয়ে খারাপ করলে বাবা-মা তোমার সাথে বিষয়টি আলোচনা করে।
উত্তর : ভবিষ্যতে যাতে ভাল করতে পারি, সেটাই তারা আমাকে শিখাতে চায়।

এমনকি যখন সম্পর্কের বিষয় আসে, স্থির চিন্তাধারার বাচ্চারা ভাবে যে তাদের বিচার করা হয়েছে আর পরিপক্ক চিন্তাধারার বাচ্চারা মনে করে যে তাদের সাহায্য করা হয়েছে।

প্রশ্ন : কল্পনা করে দেখ যে বাবা-মায়েরা কিছু করতে বললে যখন করো না, তখন তারা খুব হতাশ হয়ে পড়ে। কেন তারা এমন হয়?
স্থির চিন্তাধারার বাচ্চা : তারা ভাবে যে আমি খারাপ সন্তান।
পরিপক্ক চিন্তাধারার বাচ্চা : পরবর্তীতে ভাল করার জন্য তারা আমাকে শেখাতে চায়।

সব বাচ্চারাই দুর্ব্যবহার করে। গবেষণায় দেখা গেছে যে প্রতি তিন মিনিটে স্বাভাবিক বাচ্চারা খারাপ আচরণ করে। এটি কি তাদের চরিত্র বিচার করার না শিক্ষা দেয়ার একটি উপলক্ষ?
প্রশ্ন : কল্পনা কর যে অন্য বাচ্চাদের সাথে কিছু শেয়ার না করলে বাবা-মা খুশি হয় না। এটা কেন হয়?
স্থির চিন্তাধারার বাচ্চা : তারা মনে করে যে এতে বুঝা যায় আমি কেমন বাচ্চা।
পরিপক্ক চিন্তাধারার বাচ্চা : অন্য বাচ্চাদের সাথে মিলেমিশে থাকা শেখার জন্য তারা আমাকে সাহায্য করতে চায়।

বাচ্চারা এগুলো বেশ সহজে শিখে নেয়। খুব কম বয়সে বাবা-মায়ের কাছ থেকে শিখে যায় যে তাদের ভুলকে বিচার করা হবে ও শাস্তি দেয়া হবে। কিংবা তাদের ভুল হল পরামর্শ ও শিক্ষার একটি উপলক্ষ।
আমরা কিন্ডারগার্টেনের একটি ছেলের কথা কখনও ভুলব না। তার বাবা ও মায়ের ভিন্ন ভিন্ন বার্তার ক্ষেত্রে তার কি ভূমিকা, সেটা এখন জানতে পারবেন। এই হল পরিস্থিতি: সে স্কুলে কিছু নম্বর লিখল আর সেগুলো ভুল হল। সে আমাদের জানাল তার বাবা-মা কি রকম প্রতিক্রিয়া দেখালেন।

মা : হ্যালো! তোমার মন খারাপ কেন?

sktirb.blogspot.com

ছেলে : আমি টিচারকে কিছু নম্বর লিখে দিয়েছিলাম আর সেখানে ৮ বাদ পড়ে গেছে। এখন আমার মন খুব খারাপ।

মা : বেশ, একটা কাজ করলে মনটা ভাল হয়ে যাবে।

ছেলে : কি?

মা : যদি তুমি টিচারকে গিয়ে বল যে তুমি খুব চেষ্টা করেছ, তবে তিনি আর রাগ করবেন না। [বাবার দিকে ফিরে] আমরা রাগ করিনা, তাই না?

বাবা : নিশ্চয়ই রাগ করি। বাবা, তুমি তোমার রুমে গেলে সবচেয়ে ভালো হয়।

ইচ্ছে করছে আপনাদের বলি যে সে তার মায়ের পরিপক্ক চিন্তাধারার বার্তা শুনেছে। কিন্তু গবেষণায় দেখা গেল সে তার বাবার বিচার ব্যবস্থায় কান দিয়েছে, ক্রমাগত ভুল করেছে আর সেসব সংশোধনের জন্য কোন সুপরিকল্পনা করেনি। তবু তার মায়ের কিছু বক্তব্য শুনাতে হয়ত ভবিষ্যতে তা কাজে লাগাতে পারবে।

বাবা-মায়েরা সন্তানদের আচরণে প্রতি মিনিটে হস্তক্ষেপ করেন ও প্রতিক্রিয়া দেখান। নতুন একজন মা বাচ্চার যত্ন নেয়ার চেষ্টা করেন। বাচ্চা কান্না করে, চুপ হয় না। কিংবা অল্প দুধপান করে, বিরতি নেয় আর আবার কান্না শুরু করে। বাচ্চাটি কি একরোখা? বাচ্চাটি কি ত্রুটিপূর্ণ? মোটকথা লালিত হওয়া কি জন্মগত প্রতিফলন হয়? বাচ্চারা কি স্বাভাবিকভাবে লালিত হয় না? আমার বাচ্চার সমস্যা কি?

একজন নতুন মা এই অবস্থায় আমাকে বলেছেন : "প্রথমে আমি বেশ হতাশ হলাম। এরপর আমি আপনার কাজের কথা মনে করলাম। আমি বাচ্চাকে বলতে লাগলাম, "আমরা দু'জনেই শিখছি। আমি জানি তোমার ক্ষিধে পেয়েছে। আমি জানি, এটি বিরক্তিকর, কিন্তু আমরা শিখছি।" এই ভাবনা আমাকে শান্ত রাখল আর কাজ না হওয়া পর্যন্ত আমি চালিয়ে গেলাম। এর মাধ্যমে আমি আরো ভালভাবে বাচ্চাকে বুঝতে পারলাম যে কিভাবে তাকে অন্যান্য জিনিস শিখানো যাবে।

বিচার করবেন না। শিখান, এটি শেখারও একটি পদ্ধতি।

বাচ্চারা বার্তা ছড়িয়ে দেয়

বাচ্চারা যে বার্তা শিখে, সেটা আমরা টের পাই যখন তারা আরেকজনকে সেটা জানায়। এমনকি খুব ছোটরাও অর্জিত জ্ঞান অন্যদের দান করে। আমরা সেকেন্ড গ্রেডের বাচ্চাদেরকে প্রশ্ন করেছিলাম, "তোমার ক্লাসের কারুর যদি

skilu.blogspot.com

অংকে দুর্বলতা থাকে, তবে তাকে তুমি কি উপদেশ দেবে?" পরিপক্ক চিন্তাধারার বাচ্চা নিম্নলিখিত উপদেশই দিয়েছিল :

তুমি কি অনেকগুলো বাদ দিয়ে ফেল? তুমি কি এক মিনিট ভাবো ও তারপর থামো? যদি তা-ই হয়, তোমার আরেকটু ভাবা উচিত–হয়ত দুই মিনিট আর যদি না পারো, তবে অংকটি আবার পড়া উচিত। এরপরও যদি না হয়, তবে হাত তোলা উচিত আর টিচারকে বলা উচিত।

এটা কি অনেক বড় ব্যাপার নয়? স্থির চিন্তাধারার বাচ্চাদের উপদেশ তেমন গুরুত্বপূর্ণ নয়। যেহেতু উন্নয়নের প্রতি তাদের কোন আগ্রহ নেই, তাদের উপদেশও সংক্ষিপ্ত ও মিষ্টি। সান্ত্বনাস্বরূপ একটি বাচ্চা অন্যটিকে উপদেশ দিল "আমি দুঃখিত।"

এমনকি শিশুরাও অন্যকে বার্তা দিতে পারে। মেরি মেইন ও ক্যারল জর্জ সেইসব বাচ্চাদের নিয়ে গবেষণা করেছেন, যারা কান্না ও দুষ্টামি করার জন্য বাবা-মায়ের কাছ থেকে শাস্তি পেয়েছে। অনেক সময় বাবা মায়েরা বুঝেন না যে কান্না হল বাচ্চাদের চাহিদার সংকেত আর কারো হুকুমে কান্না থামানো যায় না। অথচ তাদেরকে অবাধ্য, গোঁয়ার ও কাঁদুনে হিসেবে বিচার করা হয়।

মেইন ও জর্জ এক থেকে তিন বছর বয়সী বাচ্চাদেরকে ডে কেয়ারে পর্যবেক্ষণ করেছেন, দেখেছেন যে অন্য শিশুরা কাঁদলে তাদের কি প্রতিক্রিয়া হয়। অনেক সময় কিছু বাচ্চা তাদের উপর রেগে যায়, এমনকি মারতেও চায়। তারা ঐ বার্তাটি পেয়েছে যে বাচ্চারা কাঁদলে শাস্তি পেতে হয়।

আমরা অনেক সময় ভাবতাম যে অত্যাচারিত শিশুরা অন্যকে বকাবকি করে যখন তারা বাবা মা হয়। কিন্তু এই গবেষণায় দেখা গেছে যে খুব কম বয়সে তারা এসব শিখে যায় ও প্র্যাকটিস করে। যেসব বাচ্চারা বকা খায় না, অত্যাচারিতদের প্রতি তাদের প্রতিক্রিয়া কেমন? তারা সহানুভূতি দেখায়। অনেকে ক্রন্দনরত বাচ্চাটির কাছে গিয়ে দেখে তার সমস্যা কোথায় ও তাকে কিভাবে সাহায্য করা যায়।

শৃঙ্খলা কি শিক্ষা নয়?

অনেক বাবা মায়েরা মনে করে যে যখন তারা বিচার করে ও শাস্তি দেয়, তারা শিখায়, যেন "আমি এমন শিক্ষা দেব যে জীবনেও ভুলবে না।" তারা কি শিখাচ্ছেন? তারা শিখাচ্ছেন যে বাবা মায়ের মতের বিরুদ্ধে গেলে তাদের বিচার ও শাস্তি হবে। তারা এটা শিখাচ্ছেন না যে কিভাবে বাচ্চারা বিষয়টি নিয়ে ভাববে আর নৈতিক ও পরিণত একটি সিদ্ধান্ত নেবে।

sklit.blogspot.com

আর তারা বাচ্চাদের শিখাচ্ছেন না যে যোগাযোগের চ্যানেলগুলো খোলা আছে। ষোল বছরের আলিশা তার মাকে বলল যে সে ও তার বন্ধু অ্যালকোহলের স্বাদ নিতে চায়। সে কি তাদেরকে একটি "ককটেল পার্টির" দাওয়াত দিতে পারে? শুনতে বিষয়টি কেমন বেপরোয়া মনে হচ্ছে। কিন্তু আলিশা বুঝাতে চেয়েছে যে সে ও তার বন্ধুরা যখন পার্টিতে যায়, সেখানে প্রচুর অ্যালকোহল থাকে, কিন্তু নিরাপত্তা ও নিয়ন্ত্রণের অভাবে সেখানে তারা তা গ্রহণ করে না। তারা পান করার পর গাড়িও চালাতে চায় না। তারা বাবা মায়ের তত্ত্বাবধায়নে তাদের অনুমতি সাপেক্ষে কাজটি করতে চায়, যেখানে অন্য বন্ধুদের বাবা-মা আসতে পারবে ও তাদের নিয়েও যেতে পারবে।

এমন নয় যে পরিপক্ক চিন্তাধারার বাবা মায়েরা বাচ্চাদের প্রশ্রয় দেয় ও সবকিছু মেনে নেয়। মোটেই তা নয়। তারা উঁচু মান নির্ধারণ করে, তবে সেখানে কি করে পৌছাতে হয়, সন্তানদের সেটি শিখায়। তারা না করে, তবে সেই না টা হয় স্বচ্ছ, চিন্তাশীল ও সম্মানজনক। পরবর্তীতে নিজেকে প্রশ্ন করুন, এখানে আমি কি বার্তা দিচ্ছি : আমি তোমাকে বিচার ও শাস্তি দেব? নাকি তোমাকে ভাবতে ও শিখতে সাহায্য করব?

চিন্তাধারা জীবন মৃত্যুর একটি বিষয় হতে পারে

বাবা-মা নিশ্চয়ই তার সন্তানের জন্য সবচেয়ে ভালোটুকু চান, কিন্তু অনেক সময় তারা তাদের বিপদেও ফেলে দেন। কলাম্বিয়ায় আমার ডিপার্টমেন্টে আন্ডার গ্রাজুয়েট ছাত্রদের পরিচালক হিসেবে আমি অনেক ছাত্রকে বিপদে পড়তে দেখেছি। এখানে এমন এক ছাত্রীর গল্প আছে, যে নিজে বিষয়টি সৃষ্টি করেনি। গ্রাজুয়েশনের এক সপ্তাহ আগে স্যান্ডিকে আমার অফিসে দেখা গেছে। সে সাইকোলজি নিতে চাচ্ছিল। মূলত: এটি একটি অস্বাভাবিক অনুরোধ ছিল, কিন্তু আমি তার অসহায়ত্ব বুঝতে পারি আর মন দিয়ে তার গল্প শুনি। যখন আমি তার রেকর্ড দেখলাম, এ+ ও এফ 'এ সেটা পূর্ণ ছিল, আসলে কি হচ্ছিল?

স্যান্ডির বাবা-মা তাকে হার্ভার্ডের জন্য প্রস্তুত করছিলেন। স্থির চিন্তাধারার কারণে স্যান্ডির পড়াশুনার একমাত্র লক্ষ্য ছিল হার্ভার্ডে ভর্তি হয়ে তার মূল্য ও প্রতিযোগিতার (এবং হয়ত তাদেরও) প্রমাণ দেয়া। সেখানে যাওয়া মানে সে আসলেই বুদ্ধিমতি। তাদের জন্য শিক্ষা গুরুত্বপূর্ণ ছিল না। বিজ্ঞানের প্রতি তার ভালবাসাও গুরুত্বপূর্ণ ছিল না। এমনকি বড় ধরনের কোন অবদান তৈরির

skillbloggat.com

বিষয়ও এটি ছিল না। এটি ছিল এক ধরনের লেবেল। কিন্তু সে এটি পারল না। আর সে এমন হতাশায় ডুবে গিয়েছিল যে তখন পর্যন্ত সে হতাশা কাজ করছিল। মাঝে মাঝে সে ভালোভাবে কাজ করলেও (এ+), বেশিরভাগ সময় সে পারত না (এফ)।

আমি জানতাম যে আমি যদি তাকে সাহায্য না করি, সে গ্রাজুয়েট হতে পারবে না আর গ্রাজুয়েট হতে না পারলে বাবা মা'কে মুখ দেখাতে পারবে না। আর বাবা মা'কে মুখ দেখাতে না পারলে কি হবে আমি জানতাম না।

স্যান্ডিকে সাহায্য করতে আমি পুরোপুরি সক্ষম ছিলাম, কিন্তু সেটা কোন বিষয় নয়। স্যান্ডির মত মেধাবী ও সম্ভাবনাময় একটি মেয়েকে লেবেলের জন্য ধ্বংস করে দেয়াটা সত্যিই খুব করুণ।

আশা করি এই গল্প থেকে বাচ্চাদের আগ্রহ, বর্ধন ও শিক্ষাকে সঠিক পথে পরিচালনা করে কিভাবে তাঁদের জন্য 'সবচেয়ে ভালো চাওয়া' যায়, সেটা বাবা মায়েরা শিখবে।

সবচেয়ে খারাপ উপায়ে সবচেয়ে ভালোটা চাওয়া

স্যান্ডির বাবা মায়ের বার্তাকে আরেকটু গভীরভাবে দেখা যাক : তুমি কে, তোমার আগ্রহ কিসে ও তুমি কি হতে চাও, সে বিষয়ে আমাদের মাথাব্যথা নেই। শিক্ষা নিয়েও আমাদের মাথাব্যথা নেই। তোমাকে আমরা ভালবাসব ও শ্রদ্ধা করব যদি তুমি হার্ভার্ডে যাও।

মার্কের বাবা মাও একইরকম ছিল। মার্ক অংকের বেশ অসাধারণ ছাত্র ছিল আর যখন সে জুনিয়ার হাই অতিক্রম করল, স্টাইভেসেন্ট হাই স্কুলে যাওয়ার জন্য সে উত্তেজিত হয়ে পড়ল। সে স্কুলটি নিউইয়র্কের বেশ জনপ্রিয় অংক ও বিজ্ঞান কারিকুলামের স্কুল। সেখানে সে সবচেয়ে ভালো অংক শিক্ষকদের কাছে শিখতে পারবে। যখনই সে প্রস্তুত হয়ে উঠবে স্টাইভেসেন্ট এর প্রোগ্রাম অনুযায়ী তাকে কলাম্বিয়ার কলেজে অংক কোর্সে ভর্তি নেয়া হবে।

কিন্তু শেষ মুহূর্তে বাবা মা তাকে যেতে দিল না। তারা জেনেছে যে স্টাইভেসেন্ট থেকে হার্ভার্ডে যাওয়া খুব কঠিন। কাজেই তারা তাকে অন্য একটি কলেজে পাঠাল।

এটা কোন বিষয়ই নয় যে সে তার আগ্রহ পূরণ করতে পারেনি বা মেধার বিকাশ ঘটাতে পারেনি। বিষয় কেবল একটাই যে তাকে 'এইচ' দিয়ে শুরু করতে হবে।

skitu.blogspot.com

"আমরা আমাদের মত করে তোমাকে ভালবাসি"
এমন নয় যে আমি তোমাকে কেবল বিচার করছি। আমি বিচার করছি এবং যদি আমার ইচ্ছেমত সফল হও, তবেই তোমাকে ভালবাসব।"

ছয় বছর বয়স থেকে কলেজ পর্যন্ত বয়সী ছেলেমেয়েদের উপর আমরা গবেষণা করেছি। স্থির চিন্তাধারার ছেলেমেয়েরা মনে করে যে বাবা মায়ের ইচ্ছে পূরণ না করলে তারা ভালবাসেনা। কলেজের শিক্ষার্থীরা বলে :
"আমি প্রায় টের পাই যে বাবা মায়ের মনের মত সফল হতে না পারলে তারা আমাকে মূল্য দেয় না।"
কিংবা "বাবা মা বলে যে আমি যা ইচ্ছে তা-ই হতে পারি, কিন্তু মনে মনে তাদের ইচ্ছার বিরুদ্ধে কোনকিছুই তারা মেনে নেয় না।"
জন ম্যাকেনরোর বাবাও তেমন ছিলেন। তিনি যুক্তিবাদী ছিলেন, তার সবকিছুই ছিল লিখিত আর তিনি সবসময় প্রেসার দিতেন। "আমার বাবা-মা আমাকে ঠেলতেন...আমার বাবা বেশি করতেন। মনে হত আমার ক্যারিয়ার গড়ার জন্য তিনি বেঁচে আছেন...মনে আছে বাবাকে একদিন বলেছিলাম যে আমি এটা উপভোগ করছিনা। বলেছিলাম, "প্রত্যেক ম্যাচেই কি আপনাকে আসতে হয়? এই প্র্যাকটিসেও আপনাকে আসতে হয়? দু'একটা বাদ দিতে পারেন না?"
বাবার চাহিদামতো সফলতা ম্যাকেনরো পেয়েছিলেন, কিন্তু তিনি খেলাটি উপভোগ করতেন না। তিনি বলেছেন যে সফলতার যে পরিস্থিতি, অর্থাৎ সেরা হওয়া, প্রশংসিত হওয়া ও অর্থ পাওয়াকে তিনি উপভোগ করেছেন। যা-ই হোক, তিনি বলেছেন, "অনেকে খেলতে খুব ভালবাসে। টেনিসের জন্য সেই ভালবাসা আমি কখনো অনুভব করিনি।"
আমার মনে হয় প্রথমদিকে তিনি টেনিস ভালবেসেছিলেন, কারণ বলে হিট করা ও নতুন শট মারার ব্যাপারে তার প্রবল আগ্রহ ছিল। কিন্তু পরবর্তীতে সেই আগ্রহের কথা আর শুনা যায়নি। মিষ্টার ম্যাকেনরো দেখেছেন যে তার ছেলে ভাল টেনিস খেলে আর তিনি তার প্রেসার, বিচার ও ভালবাসা ছেলের সফলতার উপর চাপিয়ে দেন।
টাইগার উডের বাবা অন্যরকম ছিলেন। এতে কোন সন্দেহ নেই যে এই ব্যক্তি উচ্চাকাঙ্ক্ষী ছিলেন। তিনিও তার ছেলের মধ্যে ঈশ্বর প্রদত্ত গুণ দেখতে পেয়েছিলেন, কিন্তু তিনি গলফের প্রতি টাইগারের ভালবাসাকে মূল্যায়ন করেছেন আর তার বৃদ্ধি ও শিক্ষার ব্যাপারে মনোযোগ দিয়েছেন। "টাইগার যদি পানির মিস্ত্রিও হতে চাইত, আমি মাইন্ড করতাম না। তার মূল লক্ষ্য ছিল ভাল মানুষ হওয়া। সে বেশ ভাল মানুষ।' একথার উত্তরে টাইগার বলেছেন, "আমার

জীবনে বাবা মায়ের প্রভাব সবচেয়ে বেশি। নিজেকে, নিজের সময়কে, মেধাকে ও সর্বোপরি নিজের ভালবাসাকে কি করে দিতে হয়, তারা আমাকে শিখিয়েছেন।" এতে বুঝা যায় যে এমন বাবা মা'ও আছেন যারা নিজেদের প্রেসার ও বিচারের বোঝা সন্তানের কাঁধে না দিয়ে তার নিজস্ব উন্নয়নের পথে সাহায্য করেন।

বিখ্যাত ভায়োলিন টিচার ডরোথি ডিলে সবসময় প্রেসার-কুকার বাবা মা'দের মুখোমুখি হতেন। এইসব বাবা মায়েরা সন্তানদের দীর্ঘমেয়াদী শিক্ষার চেয়েও তাদের মেধা, ভাবমূর্তি ও পরিচিতির ব্যাপারে সতর্ক থাকতেন।

আট বছর বয়সী এক বাচ্চাকে নিয়ে বাবা মা ডিলের কাছে এলো। তাঁর নিষেধ সত্ত্বেও তারা তাকে বেথোভেন ভায়োলিন কনসার্ট শিখতে বাধ্য করল। তার বাজানো ভাল ছিল, কিন্তু সে একটি ভীতু রোবটের মত করে বাজাল। মূলতঃ তারা প্রতিভার ধারণা প্রতিষ্ঠিত করতে গিয়ে ছেলের শিল্পীসত্ত্বা নষ্ট করে দিল। তাদের বক্তব্য হল, "আমাদের আট বছর বয়সী বাচ্চা বেথোভেন ভায়োলিন কনসার্ট বাজাতে পারে। আপনাদেরটা?"

ডিলে এক মায়ের সাথে প্রচুর সময় ব্যয় করেছিলেন যিনি চাচ্ছিলেন যে তার ছেলে ফ্যান্সি ট্যালেন্ট এজেন্সীতে চুক্তিবদ্ধ হোক। কিন্তু তিনি কি ডিলের উপদেশ শুনেছিলেন? না, অনেকক্ষণ ধরে ডিলে বুঝিয়েছেন যে তার ছেলের যোগ্যতা ততটুকু অর্জিত হয়নি। বিশেষজ্ঞের পরামর্শ ও ছেলের উন্নয়নের বিষয়ে সতর্ক না হয়ে তিনি বরং একথা মানতে রাজীই হন নি যে তার ছেলের জ্ঞানের পরিধি খুব সীমিত।

ইয়োরা লী'র মা ছিলেন সম্পূর্ণ ভিন্ন। মিসেস লী কোন রকম উদ্বেগ ছাড়া শান্তভাবে বসে থাকতেন, মেয়ে যখন শিখত। তিনি হাসতেন, সঙ্গীতের প্রতি অনুপ্রাণিত হতেন ও নিজেই উপভোগ করতেন। ফলে ইয়োরা কখনও উদ্বিগ্ন হত না বা নিরাপত্তার অভাব বোধ করত না। সে বলল, "আমি যখন বাজাই, খুব খুশি হই।"

আদর্শ

লক্ষ্য নির্ধারণ করা ও সন্তানদের জন্য আদর্শ বনে যাওয়া কি বাবা মা'দের জন্য স্বাভাবিক নয়? হ্যাঁ, তবে কিছু আদর্শ সহায়ক, আর অন্যরা নয়। কলেজের শিক্ষার্থীদের আমরা জিজ্ঞেস করেছিলাম একজন সফল ছাত্রের আদর্শ কে? আর আমরা জানতে চেয়েছিলাম তারা সেটা কিভাবে পরিমাপ করে।

স্থির চিন্তাধারার ছাত্রছাত্রীরা বলেছিল যে আদর্শের জন্য কাজ করা যায় না। সেটা কারুর থাকে বা থাকে না।

skitu.blogspot.com

"আদর্শ সফল ছাত্র জন্মগতভাবে মেধাবী হয়।"
"প্রতিভাবানরা শারীরিকভাবে সুস্থ ও খেলাধূলায় পারদর্শী হয়--- তারা প্রকৃতিপ্রদত্ত গুণের অধিকারী।"
তাদের কি ধারণা তারা আদর্শের পরিমাপ করতে পেরেছে? বেশির ভাগই নয়। বরং তারা বলেছে যে এই আদর্শ তাদের ভাবনাকে বাধা দিয়েছে, তাদের সময় নষ্ট করেছে, তাদেরকে হতাশ ও উৎপীড়ন করেছে। এই আদর্শ তাদের নৈতিক অধ:পতন ঘটিয়েছে।

পরিপক্ক চিন্তাধারার ছাত্রছাত্রীরা আদর্শকে দেখেছে নিম্নলিখিতরূপে।
"সফল ছাত্র প্রথমে নিজের জ্ঞান ও ভাবনার পদ্ধতিকে বৃদ্ধি করবে ও বিশ্ব অন্বেষণ করবে। গ্রেডকে তারা নিজের সমাপ্তি হিসেবে নয়, বরং বৃদ্ধির উপায় হিসেবে দেখবে।"
বা "আদর্শ ছাত্র নিজের খাতিরে ও ব্যবহারের জন্য জ্ঞানের মূল্যায়ন করবে। সে সমাজের বৃহত্তর স্বার্থে অবদান রাখার আশা করে।"

আদর্শের ব্যাপারে তাদের মধ্যে কি মিল রয়েছে? তারা এ ব্যাপারে বেশ কাজও করছিল। "আদর্শের কাছাকাছি হতে হলে চেষ্টা করতেই হবে।" কিংবা "অনেক বছর ধরে আমি জানি যে গ্রেড বা পরীক্ষা খুব জরুরী, তবে আমি এগুলোর চেয়ে অনেকদূর এগিয়ে যেতে চাই।" আদর্শ তাদেরকে উৎসাহিত করছিল।
বাবা মায়েরা যখন স্থির চিন্তাধারার আদর্শ বাচ্চাদেরকে দান করে, তাদেরকে বলা হয় যে মেধা ও প্রতিভার মন্ড হয়ে উঠতে, তা না হলে তার মূল্য থাকবে না। এখানে ভুলের কোন অবকাশ নেই। আর সেখানে বাচ্চাদের ব্যক্তিত্ব, আগ্রহ, অনুসন্ধান, স্বপ্ন বা গুণের কোন অবকাশ নেই। স্থির চিন্তাধারার বাবা মায়েরা খুব কমই আক্ষেপ করে বলেছেন সে তাদের সন্তানেরা বিদ্রোহ করছে বা পরীক্ষা বাদ দিচ্ছে।

হাইম জিনট সতের বছর বয়সী নিকোলাসের কথা বর্ণনা করেছেন :
আমার বাবার মনে আদর্শ ছেলের একটি ছবি রয়েছে। যখন তার সাথে তিনি আমার তুলনা করেন, হতাশ হয়ে পড়েন। আমি বাবার স্বপ্নের মত হতে পারিনি। শৈশব থেকে আমি তার হতাশা টের পাই। তিনি সেটা লুকাতে চেষ্টা করেন, কিন্তু তার শব্দে, বাক্যে, নীরবতার বিষয়টি শতভাবে আত্মপ্রকাশ করে। আমাকে তার স্বপ্নের কার্বন কপি বানানোর জন্য বেশ চেষ্টা করেন। যখন ব্যর্থ

shuvo.blogspot.com

হন, আশা ত্যাগ করেন। তবে তিনি ব্যর্থ অনুভূতির একটি গভীর ও স্থায়ী ক্ষত রেখে গেছেন।

বাবা মায়েরা যখন পরিপক্ক চিন্তাধারা আদর্শ সন্তানকে দেয়ার চেষ্টা করেন, তখন এমন কিছু দেন, যার জন্য সে চেষ্টা করতে পারে। তারা সন্তানদের বাড়তে দেন, পরিপূর্ণ মানুষ হয়ে এমন অবদান রাখার সুযোগ দেন, যা তাদের অতিক্রম করে যায়। পরিপক্ক চিন্তাধারার বাবা মা'কে আমি তেমন বলতে শুনিনি, "বাচ্চাকে নিয়ে আমি হতাশ।" বরং মৃদু হাসির সাথে তারা বলে, "আমার বাচ্চাকে অসাধারণ মানুষ হতে দেখে আমি খুব আনন্দিত।"
আমি যা কিছু বলেছি সেসব শিক্ষকদের ক্ষেত্রেও প্রয়োগ করা যায়। কিন্তু শিক্ষকদের কিছু অতিরিক্ত উদ্বেগ থাকে। তারা বিভিন্ন যোগ্যতার ছাত্র-ছাত্রীদেরকে নিয়ন্ত্রণ করে, যাদের অতীতের শিক্ষার সাথে তাদের সংযোগ নেই। এই ছাত্রদের শিক্ষিত করার সবচেয়ে ভালো উপায় কি?

sklilu.blogspot.com

শিক্ষক (এবং বাবা মায়েরা) :
মহান শিক্ষক (বা বাবা-মা) কেমন করে হওয়া যায়?

অনেক শিক্ষক মনে করেন যে মান কমিয়ে দিলে ছাত্ররা সফল হয়, তাদের আত্মবিশ্বাস বাড়ে ও তাদের অর্জন সাধিত হয়। ছাত্রদের বুদ্ধিমত্তার অতিপ্রশংসার দর্শন থেকে এটি আসে। যা-ই হোক, এতে কাজ হয় না। নিম্নমান ছাত্রদের দুর্বল করে দেয়।

পঁয়ত্রিশ বছর ধরে শিলা সোয়ার্জ ইংলিশ টিচারদের শিখিয়েছেন। তিনি সবসময় উন্নতমান ধরে রাখার চেষ্টা করেছেন, কারণ সেই টিচারেরা শিশুদের জ্ঞানদান করবে। কিন্তু তারা ক্ষুব্ধ হয়েছেন। তিনি বললেন, "যে ছাত্রীর খাতায় প্রচুর ব্যাকরণজনিত ভুল ও বানান ভুল ছিল, সে ওয়েষ্ট পয়েন্ট থেকে তার স্বামীকে নিয়ে আমার কাছে এলো। ভদ্রলোক ইউনিফর্ম পরিহিত, তার বুক রিবন দিয়ে ঢাকা। বানান শুদ্ধ করার প্রতি আমার জোর দেয়াতে ছাত্রীর অনুভূতি আহত হয়েছে।"

অন্য ছাত্রকে জারপার লী'র উপন্যাস 'টু কিল আ মকিংবার্ড' এর বিষয়বস্তুকে সংক্ষেপে বলতে বলা হয়। এই উপন্যাসে দক্ষিণের এক লয়ার কেস লড়ছিল এবং এক কালো মানুষকে খুনের দায় থেকে বাঁচানোর চেষ্টা করছিল। সেই ছাত্র জোরের সাথে জানাল যে বিষয়বস্তু হল "সব মানুষ মূলতঃ ভাল।" সোয়ার্জ যখন সমাপ্তির উপর প্রশ্ন করল, ছাত্র ক্লাশ ত্যাগ করল এবং তার নামে ডিনের কাছে নালিশ জানাল। উন্নত মান রক্ষার জন্য সোয়ার্জকে বেশ তিরস্কার জানানো হল। সোয়ার্জ প্রশ্ন করল, "নিম্নমান কি এই শিক্ষকদের সম্মান বৃদ্ধি করবে যারা ভবিষ্যত প্রজন্মকে শিখাবে?"

পক্ষান্তরে শুধুমাত্র মান বাড়িয়ে আর সে পর্যন্ত পৌছানোর কোন শিক্ষা না দিয়ে আমাদের স্কুলগুলোতে শিক্ষার্থীদেরকে বিপদে ফেলে দেয়া হয়। এতে দুর্বল ছাত্রদেরকে আরো ব্যর্থতার দিকে ঠেলে দেয়া হয়।

মানকে উন্নত করে সে পর্যন্ত পৌছে দেয়ার কোন উপায় কি আছে?

তৃতীয় অধ্যায়ে ফেলকো রেইনবার্গের কাজ দেখেছি আমরা যেখানে পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষকদেরকে নিম্নমান থেকে উচ্চমানের স্তরে আনা হয়েছে। জেইস এস্কেলেনটির শিক্ষা ব্যবস্থায় আমরা ইনার সিটি হাইস্কুলের শিক্ষার্থীদেরকে কলেজ ক্যালকুলাস শিখতে দেখেছি। আর মারভা কলিন্সের কল্যাণে ইনার সিটি

sklib.blogspot.com

গ্রেড স্কুলের বাচ্চাদেরকে শেক্সপীয়ার পড়তে দেখেছি। এই অধ্যায়ে আমরা আরো বেশি কিছু দেখব। আমরা দেখব যে শিক্ষা বাচ্চাদের মনকে কিভাবে মুক্ত করে।

আমি তিনজন মহান শিক্ষকের প্রতি আলোকপাত করছি, যাদের দুজন পড়িয়েছেন দুর্বল ছাত্রদের আর একজন পড়িয়েছেন প্রচন্ড মেধাবী ছাত্রদের। এই মহান শিক্ষকদের সাদৃশ্য কোন্ জায়গায়?

মহান শিক্ষকেরা

মহান শিক্ষকেরা বুদ্ধি ও মেধার বৃদ্ধিতে বিশ্বাস করেন এবং তারা শিক্ষাপদ্ধতির প্রতি আকর্ষিত হন।

মারভা কলিন্স শিকাগোর বাচ্চাদের শিখিয়েছিলেন যাদেরকে বিচার করা হয়েছিল ও বের করে দেয়া হয়েছিল। তাদের অনেকের জন্য ক্লাশরুম ছিল শেষ স্থান। একটি ছেলেকে চার বছরে তেরটি স্কুলে ঢুকানো ও বের করা হয়েছিল। একজন পেন্সিল দিয়ে অন্যদের আক্রমণ করেছিল ও তাকে মানসিক স্বাস্থ্য কেন্দ্রে পাঠানো হয়েছিল। আট বছর বয়সী একজন পেন্সিল শার্পনার থেকে ব্লেড বের করে নিয়েছিল ও বন্ধুর কোট, হ্যাট, গ্লাভস ও স্কার্ফস কেটে দিয়েছিল। এক বাচ্চা নিজেকে প্রায় খুন করে ফেলছিল। আরেক বাচ্চা প্রথম দিনে হাতুড়ি দিয়ে অন্যকে মারতে গিয়েছিল। এই বাচ্চারা স্কুলে তেমন কিছু শিখেনি, তবে সবাই জানত যে এটা তাদের দোষ। সবাই কিন্তু কলিন্স নয়।

কলিন্সের ক্লাশে ৬০ মিনিটের একটি বিরতি যখন এলো, মোর্লে সেফার অনেক চেষ্টা করেও কোন বাচ্চাকে দিয়ে বলাতে পারেন নি যে স্কুল তার ভাল লাগে না। "এখানে খুব কষ্ট। কোন বিরতি নেই। কোন জিম নেই। এরা তোমাদেরকে সারাদিন পড়ার। লাঞ্চের জন্য মাত্র চল্লিশ মিনিট সময় পাও। কেন তোমরা স্কুল পছন্দ কর? এখানে খুব কষ্ট।" কিন্তু ছাত্র জবাব দিয়েছে, "এজন্যই আমি এটা পছন্দ করি, কারণ আমার ব্রেন বড় হয়।"

শিকাগো-সান-টাইমস' এর লেখক জে স্মিথ একটি বাচ্চার সাক্ষাতকার নিয়েছিলেন, "আমরা কঠিন কাজ করি। আমাদের ব্রেন পূর্ণ হয়।"

কলিন্সের শুরু সম্পর্কে তিনি বলেছেন, "আমি সবসময় শিখতে চাইতাম, নতুন পদ্ধতি আবিষ্কার করতে চাইতাম ও ছাত্রদের সাথে সেই আবিষ্কার শেয়ার করে আনন্দ পেতে চাইতাম।" স্কুলের প্রথম দিনে তিনি সব ছাত্রদের সাথে প্রতিজ্ঞা

skitb.blogspot.com

করেছিলেন যে তারা অবশ্যই শিখবে। তিনি তাদের সাথে চুক্তি স্বাক্ষর করেছিলেন।

"আমি জানি তোমাদের বেশিরভাগ নামের বানান জানো না। তোমরা বর্ণমালা চেনো না, কি করে পড়তে হয় জানোনা, সমার্থক শব্দ বা উচ্চারণ জানোনা। আমি প্রতিজ্ঞা করছি যে তোমরা সব জানবে। তোমাদের মধ্যে কেউ ফেল করবে না। স্কুল হয়ত তোমাদের ফেল করিয়েছে। কাজেই বাচ্চারা, ফেলকে বিদায়। সাফল্যকে স্বাগতম।

তোমরা কঠিন বই পড়বে ও বুঝবে কি পড়েছ। তোমরা প্রত্যেক দিন লিখবে...কিন্তু তোমাদেরকে সাহায্য করার জন্য আমাকে সাহায্য করবে। তোমরা যদি কিছু না দাও, কিছু পাবেও না। সফলতা তোমাদের কাছে আসবে না, তোমরা ওর কাছে যাবে।"

বাচ্চারা শিখলে তিনি ভীষণ খুশি হতেন। যখন তারা 'কঠিন মুখ ও চকচকে চোখের' বাচ্চা থেকে 'উত্তেজনায় ডগমগে' বাচ্চা হয়ে উঠল, তিনি তাদের বললেন, "আমি জানিনা সেন্ট পিটার আমার জন্য কি চিন্তা করেছেন, তবে তোমরা আমাকে পৃথিবীতে স্বর্গ এনে দিয়েছ।"

রাফি এসকুইথ লস এঞ্জেলসের সেকেন্ড গ্রেডের বাচ্চাদের পড়িয়েছেন, যারা অপরাধপ্রবণ দরিদ্র এলাকা থেকে আসত। অনেকে এমন মানুষের সাথে থাকত যারা ড্রাগ, অ্যালকোহল ও ভাবাবেগজনিত সমস্যায় জর্জরিত ছিল। প্রতিদিন রাফি তার ছাত্রদের বলতেন যে তিনি তাদের চেয়ে মোটেই বেশি স্মার্ট নয়, কেবল অভিজ্ঞ। তিনি কেবলই তাদেরকে বলতেন তারা মানসিকভাবে কত বড় হয়েছে, কঠিন অ্যাসাইনমেন্ট তারা কত সহজে করছে।

কলিন্সের স্কুল বা এসকুইথের স্কুল থেকে কিছুটা ভিন্ন হল জুলিয়ার্ড স্কুল অব মিউজিক, সেটাতে বিশ্বের সবচেয়ে মেধাবী ছাত্রদের ভর্তি নেয়া হত। আপনার হয়ত মনে হতে পারে যে, বিষয়টা এমন যে তোমরা সবাই মেধাবী, কাজেই পড়াশুনায় মনোযোগ দাও। কিন্তু বাস্তবে মেধা ও প্রতিভার ধারণা খুবই আবছাভাবে ধরা পড়ে। মূলতঃ বেশির ভাগ টিচারেরা ছাত্রছাত্রীদের নিয়ে মাথা ঘামায় না। ইসাক পার্লম্যানের দুর্দান্ত ভায়োলিন টিচার ডরোথি ডিলে, মিডোরি ও সারাহ চ্যাঙ ছিলেন ব্যতিক্রমধর্মী শিক্ষক।

সবকিছুই যে সম্ভব 'মধ্যপাশ্চাত্যের' এই বিশ্বাসের জন্য ডিলের স্বামী প্রায়ই তাকে ঠাট্টা করতেন। "এখানকার অঞ্চলটি শূন্য– এসো নগর নির্মাণ করি।" এ কারণেই তিনি শিক্ষকতা ভালবাসতেন। তার মতে, শিক্ষকতা হল চোখের সামনে কোন কিছু বেড়ে উঠতে দেখা। আর চ্যালেঞ্জ হল সেই বেড়ে উঠার

skillu.blogspot.com

প্রক্রিয়া খুঁজে পাওয়া। যদি ছাত্ররা ঠিকমত তৈরি না হয়, তার মানে হল তারা জানেনা সেটা কিভাবে হওয়া যায়।
জুলিয়ার্ডে তার ম্যান্টর ও সহকর্মী ইভাল গালামিয়ান হয়ত বলতেন, "আহ, তার কোন কানই নেই। আপনার সময় নষ্ট করবেন না।" কিন্তু তিনি কাজটিকে ভিন্ন ভাবে করার ব্যাপারে জোর দিতেন। (কিভাবে আমি এটা করতে পারি?) আর তিনি একটি উপায় পেয়ে যেতেন। যত বেশি ছাত্র-ছাত্রী এই চিন্তাধারার অংশ হতে লাগল, তত বেশি সময় তিনি 'নস্ট' করতে লাগলেন আর গালামিয়ান তাকে বের করে দেয়ার জন্য জুলিয়ার্ডের প্রেসিডেন্ট পর্যন্ত চেষ্টা করেছিলেন।

ব্যাপারটি দারুণ। ডিলে ও গালামিয়ান দুজনেই মেধার কদর করতেন, কিন্তু গালামিয়ান বিশ্বাস করতেন যে মেধা জন্মগত আর ডিলে বিশ্বাস করতেন যে এটি এমন একটি গুণ যেটা অর্জন করা যায়। আমার মনে হয় টিচারদের পক্ষে একথা বলা খুব সহজ, "এই বাচ্চা সেই ক্ষমতা নিয়ে জন্মেনি, তাই আমি সময় নষ্ট করিনা।" এই বক্তব্যের মাধ্যমে অনেক টিচার তাদের দুর্বলতা ঢেকে রাখে।
ডিলে তার প্রতিটি ছাত্র-ছাত্রীকে নিজের সবটুকু দিয়েছেন। ইসহাক পার্লম্যান তার ছাত্র এবং তার স্ত্রী টবিও তা-ই। টবি বলেছেন যে ইসহাক পার্লম্যানের মত ছাত্রকে খুব কম টিচারই বুঝতে পারে।" তিনি তার সবটুকু ওকে দিয়েছেন, কিন্তু আমি এটা বিশ্বাস করিনা সে আমাকে তিনি ওর চেয়ে কম দিয়েছেন।...আর আমার বিশ্বাস আমি এরকম অনেক ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে একজন।" একদিন ডিলে কে প্রশ্ন করা হল কেন তিনি সেইরকম ছাত্র-ছাত্রীর জন্য সময় নষ্ট করেন, যার সংকল্প খুব দুর্বল। "আমি ভাবি যে তার মধ্যে বিশেষজ্ঞ আছে...এটি তার ব্যক্তিত্বে রয়েছে। এক ধরনের মর্যাদার মত।" ডিলে যদি সেই বস্তুটি খুঁজে বের করতে পারেন, তবে সেই ছাত্র অভিজ্ঞ ভায়োলিন বাদক হয়ে উঠবে।

উন্নত মান ও পরিচর্যার পরিবেশ

মহান শিক্ষকেরা সব ছাত্র-ছাত্রীর জন্য উন্নত মান নির্ধারণ করেন। মারভা কলিন শুরু থেকেই যথেষ্ট উন্নত মান নির্ধারণ করতেন। তিনি এমন শব্দ ও ধারণা দিয়ে শুরু করতেন, যা ছাত্রছাত্রীর ধারণার বাইরে থাকত। তবু তিনি প্রথম দিনের জন্য প্রকৃত মমতা ও উদ্বেগ প্রকাশ করতেন যখন ছাত্র-ছাত্রীর কাছে প্রতিশ্রুতি দিতেন যে তারা পারবেই। যে ছাত্র চেষ্টা করত না, তাকে তিনি বলতেন, "আমি তোমাকে ভালবাসি...ইতিমধ্যে তোমাকে আমি ভালবেসে ফেলেছি আর তখনও বাসব যখন তুমি নিজেকে ভালবাসবেনা।"

sklibrary.blogspot.com

সব ছাত্র-ছাত্রীদের কি টিচারদের ভালবাসতে হয়? না, কিন্তু তাদের ব্যাপারে যত্নশীল হতে হয়।

স্থির চিন্তাধারার টিচারেরা বিচারের একটি পরিবেশ তৈরি করেন। এই টিচারেরা বাচ্চাদের কার্যক্রম দেখে প্রথমেই ঠিক করে নেন যে কারা স্মার্ট আর কারা স্মার্ট নয়। তখন তারা নির্বোধদের আশা ত্যাগ করেন। "এরা আমার দায়িত্বে পড়ে না।"

এই টিচারেরা উন্নয়নে বিশ্বাস করেন না, তাই তারা সেটা তৈরিও করেন না। তৃতীয় অধ্যায়ে স্থির চিন্তাধারার টিচারেরা কি বলেছিল, মনে করুন,

"আমার অভিজ্ঞতা অনুযায়ী ছাত্রদের অর্জন পুরো বছর ধরে একই রকম থাকে।"

"শিক্ষক হিসাবে ছাত্রদের বুদ্ধিমত্তার যোগ্যতায় আমার কোন প্রভাব নেই।"

গথবাঁধা বিষয়গুলো এমনই। এরাই টিচারদের বলে দেয় কোন্ দল সম্ভাবনাময় আর কোন দল তা নয়। তাই স্থির চিন্তাধারার টিচারেরা জানে কোন ধরনের ছাত্রদের সাথে দেখা হওয়ার আগেই তাদেরকে হিসেবের খাতা থেকে বাদ দিতে হয়।

উন্নত মান ও পরিচর্যার পরিবেশ নিয়ে আরো কিছু কথা

বেঞ্জামিন ব্লুম যখন ১২০ জন আন্তর্জাতিক পিয়ানো বাদক, ভাস্কর, সাঁতারু, টেনিস খেলোয়াড়, গণিতজ্ঞ ও নিউরোলজিষ্টদের পর্যবেক্ষণ করলেন, তিনি চমৎকার বিষয় খুঁজে পেলেন। তাদের বেশির ভাগের ক্ষেত্রে জীবনের প্রথম শিক্ষক খুব আন্তরিক ও গ্রহণযোগ্য ছিল। এমন নয় যে তারা নিম্নমান নির্ধারণ করেছিল। মোটেই নয় কিন্তু তারা বিশ্বাসের একটি পরিবেশ তৈরি করেছিল, বিচারের নয়। "আমি তোমাকে শিখাতে যাচ্ছি", "আমি তোমাকে বিচার করতে যাচ্ছি না।"

কলিন্স ও এসকুইথ সকল ছাত্রদের ব্যাপারে যা বলেছেন, তা মনে দাগ কাটার মত। কলিন্স যখন তার স্কুলকে বৃদ্ধি করে বাচ্চাদের যুক্ত করলেন, চার বছর বয়সী প্রতিটি বাচ্চা, যারা সেপ্টেম্বরে শুরু করেছিল, তারা ক্রিসমাসেও পড়েছে। তারা প্রত্যেকেই উপস্থিত ছিল। তিন ও চার বছর বয়সী বাচ্চারা 'ভকেবুলারি ফর দা হাই স্কুল স্টুডেন্ট' নামে একটি বই পড়ত। সাত বছরের বাচ্চারা 'ওয়াল স্ট্রীট জার্নাল' পড়ত। আরেকটু বড়রা প্লেটোর 'রিপাবলিক' থেকে শুরু করে দে টকভিলসের 'ডেমোক্রেসি ইন আমেরিকা' নিয়ে আলোচনা করত। আরো ছিল অরওয়েলসের অ্যানিমেল ফার্ম, ম্যাকিয়াভেলি ও দা শিকাগো সিটি কাউন্সিল। বইয়ের তালিকায় 'দা কমপ্লিট প্লেস অব অ্যানথন চেকবাভ', 'ফিজিক্স থ্রো

sktlib.blogspot.com

এক্সপেরিমেন্ট' ও 'দা ক্যানটারবারি টেলস'ও ছিল। আর শেকসপীয়ারতো সবসময়। এমনকি যেসব বাচ্চাদের দাঁত তোলার বয়স হয়েছে মাত্র, তারাও শেক্সপীয়ার ভালবাসত এবং আরো পড়তে চাইত।

তবু কলিন্স পরিচর্যার এক চমৎকার পরিবেশ তৈরি করেছেন। খুব কঠিন ও শৃঙ্খলাবদ্ধ, কিন্তু ভালবাসাপূর্ণ।
এসকুইথ নিম্নমানের ব্যাপারে দুঃখ প্রকাশ করেছেন। তিনি বলেছেন যে সম্প্রতি তার স্কুলের রিডিং স্কোর জাতীয় গড়ের চেয়ে বিশ পয়েন্ট কমে গেছে। কেন? কারণ এর আগের বছর এক বা দুই পয়েন্ট বেশি ছিল। তিনি বললেন, "হয়ত ভালো খোঁজ করা ও আশাবাদী হওয়া জরুরী, কিন্তু মিথ্যা আশ্বাস ভালো নয়। যারা ব্যর্থ হয়েছে তারা আজকের জয়ী বাচ্চাদের আনন্দোৎসবে যোগ দিতে আসবে না।...কারুর উচিত ওদের বলা যে যদি তারা পিছিয়ে থাকে ও আক্রমণের চিন্তা করে, তবে তাদের ধরা হবে।"
ফিফ্‌থ গ্রেডের সব বাচ্চারা 'অফ মাইস এন্ড ম্যান', 'নেটিভ সন', 'বারি মাই হার্ট অ্যাট উনডেড নী', 'দা জয় লাক ক্লাব', 'দা ডায়েরী অব অ্যানি ফ্র্যাংক', 'টু কিল অব মকিং বার্ড' ও 'আ সেপারেট পীচ' পড়েছে। তার সিকস্‌থ গ্রেডের বাচ্চারা এমন অ্যালজেব্রা শেষ করেছে, যেগুলো এইটথ ও নাইনথ গ্রেডের বাচ্চাদের চোখে পানি নিয়ে আসত। কিন্তু এর সবকিছুই সম্ভব হয়েছে স্নেহময় পরিবেশে এবং প্রতিটি ছাত্রের প্রতি প্রতিশ্রুতি রক্ষার কারণে।
চ্যালেঞ্জ ও পরিচর্যা ডিলে'র কার্যক্রমকেও ব্যাখ্যা করে। তার এক প্রাক্তন ছাত্র বলেছে, "মিস ডিলে ছাত্রদের এমন এক মানসিক অবস্থায় নিয়ে যেতেন যেখানে তারা তাদের সবটুকু দিতে পারত...খুব কম টিচারই এরকম সম্ভাবনাকে বুঝতে পারেন। মিস ডিলে'র সেই গুণটি ছিল। তিনি চ্যালেঞ্জ করলেই মনে হত যে তিনি যেন যত্ন নিচ্ছেন।

কঠোর পরিশ্রম ও তার চেয়েও বেশি

কিন্তু চ্যালেঞ্জ ও ভালবাসাই কি যথেষ্ট? পুরোপুরি নয়। সব মহান শিক্ষকেরাই ছাত্রদের শিখান যে কি করে উচ্চ স্তরে পৌছানো যায়। কলিন্স ও এসকুইথ ছাত্রদের হাতে কেবল বইয়ের তালিকা ধরিয়ে দিয়ে শুভ কামনা করতেন না। কলিন্সের ছাত্ররা ম্যাকবেথের প্রতি লাইন পড়ত ও ক্লাশে আলোচনা করত। এসকুইথ ক্লাশে কোন কোন অধ্যায় পড়াবেন, তার প্ল্যানের জন্য ঘন্টার পর ঘন্টা সময় কাজে লাগাতেন।

sknub.blogspot.com

ছাত্রদের তারা কি শিখাতেন? পড়ার প্রতি ভালবাসা। ধীরে ধীরে শিখা ও সেসব নিয়ে চিন্তা করা। আর মৌলিক বিষয়ের উপর শ্রম দেয়া। এসকুইথের ক্লাশ স্কুলের আগে, পরে ও বন্ধের সময়ও চলত, যাতে ইংরেজি ও অংকের কঠিন মৌলিক বিষয়গুলো সহজ হয়ে উঠত। তার সূত্র ছিল, "কোন সংক্ষিপ্ত পথ নেই।" কলিন্স একই কথা তার ক্লাশে বলতেন, "এখানে কোন জাদু নেই। মিসেস কলিন্স অদ্ভূত কোন কর্মী নয়। আমি পানির উপর দিয়ে হাঁটিনা, সমুদ্রকে ভাগ করিনা। আমি কেবল বাচ্চাদের ভালবাসি এবং তাদের জন্য কষ্ট করি আর তোমরাও করবে।"

ডিলে তার ছাত্রদের কাছে প্রচুর আশা করতেন, তবে সেভাবে পরিচালনাও করতেন। অনেক ছাত্ররা মেধার ধারণা নিয়ে আস্থাশীল থাকত আর এতে করে তারা স্থির চিন্তাধারায় স্থাপিত হত। কিন্তু ডিলে মেধার ধারণাকে পরিহার করতেন। এক ছাত্র নিশ্চিত ছিল যে সে আইজাক পার্লম্যানের মত দ্রুত বাজাতে পারবে না। তাই তিনি তাকে ততক্ষণ পর্যন্ত মেট্রোনমি দেখতে দেন নি যতক্ষণ সে তা অর্জন করতে পারেনি।

আরেক ছাত্র এক প্রতিভাবান ভায়োলিন বাদকের একটি সুরের প্রতি আকৃষ্ট ছিল। "আমরা কাজ করছিলাম আর এই সুরটি আমি বাজাচ্ছিলাম। মিস ডিলে আমাকে থামিয়ে বললেন, 'এখন এই সুরটি খুব সুন্দর"। তখন তিনি ব্যাখ্যা করে বললেন যে প্রতিটি সুরের একটি সুন্দর শুরু, মধ্যাংশ ও সমাপ্তি আছে। আর সে তখন ভাবল, "বাহ! আমি যদি এটি বাজাতে পারি এখানে, তবে সবখানে পারব।" হঠাৎ করেই পার্লম্যানের সুন্দর সুর অর্থবোধক হয়ে উঠল এবং এটি তখন আর কেবল উত্তেজিত ধারণার মধ্যে থাকল না।

যখন ছাত্ররা জানে না যে কোনকিছু কিভাবে করতে হয় আর অন্যরা করে, তখন তাদের মধ্যে বিরাট এক দূরত্ব তৈরি হয়। কিছু শিক্ষক ছাত্রদের আশ্বস্থ করে বলে যে তারা যা জানে, তা-ই যথেষ্ট। পরিপক্ক চিন্তাধারার টিচারেরা সত্যিটা বলেন এবং দূরত্ব কমানোর উপাদানগুলো তাদের হাতে তুলে দেন। মারভা কলিন্স যেরকম একছাত্রকে বলেছিলেন যে ক্লাশে দুষ্টুমি করে বেড়াচ্ছিল : "তুমি এখন সিকস্থ গ্রেডে আর তোমার রিডিং স্কোর আই. আই. তোমার স্কোরকে আমি কোন ফোল্ডারে লুকিয়ে রাখিনি। এজন্যই তোমাকে জানাচ্ছি যাতে তুমি বুঝতে পার যে তোমাকে কি করতে হবে। তোমার দুষ্টামির দিন এখন শেষ।" এরপর তারা কাজে নেমে পড়ল।

skitb.blogspot.com

অমনোযোগী ছাত্ররা

যেসব ছাত্র কাজ করতে চায়না, মনোযোগ দেয় না, তাদের কি হবে? এখানে কলিন্স ও গ্যারির কিছু সংক্ষিপ্ত কথোপকথন রয়েছে। গ্যারি কাজ করতে চাইত না, হোমওয়ার্কের অ্যাসাইনমেন্ট ফেলে রাখত আর ক্লাশে যোগদান করত না। কলিন্স চেষ্টা করছিলেন তাকে ব্ল্যাকবোর্ডে কিছু করাতে।

কলিন্স : সুইটহার্ট, তুমি কি করতে চাচ্ছ? জীবনটা ব্যবহার করবে না ফেলে দেবে?

গ্যারি : আমি কোন কাজ করব না।

কলিন্স : আমি তোমাকে ছাড়ছি না। নিজেকে ছেড়ে দিতেও তোমাকে দেব না। যদি এই দেয়ালের সামনে বসে সারাদিন পড়তে পার, তবেই তুমি কিছু শিখতে পারবে। তা না হলে তোমার সব বুদ্ধিগুলো নষ্ট হয়ে যাবে।

এরপর গ্যারি বোর্ডে গেল, কিন্তু আবারও কিছু করতে অস্বীকার করল। কিছুক্ষণ পর কলিন্স জানালেন :

"যদি তুমি কিছু করতে না চাও, টেলিফোনের কাছে যাও আর মাকে বল, মা, এই স্কুলে আমাদের শিখতে হয় আর মিস কলিন্স বলেছেন আমি বোকার মত ঘুরতে পারবো না। তাই প্লিজ আমাকে এসে নিয়ে যান।"

গ্যারি লিখতে শুরু করল। ধীরে ধীরে গ্যারি আগ্রহী হয়ে উঠল। সেই বছরের শেষে ক্লাশে ম্যাকবেথ ও তার ভুল ভাবনা কিভাবে তাকে হত্যার পথে নিয়ে যাচ্ছে, সে বিষয়ে আলোচনা হচ্ছিল। গ্যারি বলে উঠল, "অনেকটা সক্রেটিসের কথার মত, তাইনা মিস কলিন্স? ম্যাকবেথের জানা উচিত ছিল 'সরল ভাবনা মানুষকে সরল পথে নিয়ে যায়"। ক্লাসের এক অ্যাসাইনমেন্টে সে লিখেছিল, "সমনাস, ঘুমের দেবতা, দয়া করে আমাদের জাগিয়ে দিন। আমরা যখন ঘুমাই, অজ্ঞতায় পৃথিবী ছেয়ে যায়।...আমাদের মুক্তি দিন, আমরা চাইনা অজ্ঞতা পৃথিবী শাসন করুক।" টিচার যখন বিচার করে, ছাত্ররা তখন বিনা চেষ্টায় টিচারের ক্ষতি করে। কিন্তু যখন তারা বুঝতে পারে যে স্কুল তাদের জন্য, তাদের মানসিকতা বৃদ্ধির একটি উপায়, তখন তারা আর নিজেদের ক্ষতি করে না।

আমি অনেক কঠিন মানুষকে কাঁদতে দেখেছি যখন তারা বুঝতে পারে যে অনেক বেশি স্মার্ট তারা হতে পারত। স্কুলে যাওয়া বন্ধ করা একটু অমনোযোগী থাকা ছাত্রদের জন্য স্বাভাবিক বিষয়, কিন্তু আমরা যদি তাদের যত্ন করা বন্ধ করে দেই, তবেই ভুল হয়ে যায়।

sknu.blogspot.com

পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষকেরা : এরা কারা?

পরিপক্ক চিন্তাধারার টিচারেরা কি করে দুর্বল ছাত্রদের প্রতি এত নিঃস্বার্থ ও নিবেদিত হয়? তারা কি দরবেশ? এটা কি মেনে নেয়া যুক্তিসঙ্গত যে প্রত্যেকে দরবেশ হতে পারে? জবাব হল তারা পুরোপুরি নিঃস্বার্থ নয়। তারা শিখতে ভালবাসে, আর শিক্ষকতা হল শেখার একটি চমৎকার মাধ্যম। মানুষ ও তাদের নির্দেশনা সম্পর্কে আপনার শিক্ষা সম্পর্কে। আপনার নিজের সম্পর্কে। এবং জীবন সম্পর্কে।

স্থির চিন্তাধারার টিচারেরা নিজেদেরকে অনেক সময় নিঃশেষিত পণ্য হিসেবে ভাবে। তাদের ভূমিকা হল কেবল নিজেদের জ্ঞানটা শেয়ার করা। কিন্তু বছরের পর বছর বিষয়টি একঘেঁয়ে হয়ে উঠে না? অন্য ধরনের ভিড়ের সামনে দাঁড়ানো ও শেয়ার করা। এই কাজটি কঠিন।

আমি যখন গ্রাজুয়েট স্কুলে ছিলাম, সেমোর সারাসান আমার প্রফেসর ছিলেন। তিনি চমৎকার একজন শিক্ষক ছিলেন এবং সবসময় আমাদের বলতেন যেকোন ধারণাকে প্রশ্ন করতে। তিনি বলতেন, "একটি ধারণা রয়েছে যে স্কুল ছাত্রদের শিখার জায়গা। বেশ, কিন্তু এটি টিচারদেরও শেখার জায়গা নয় কেন?" আমি এটা কখনও ভুলিনি। শিক্ষকতার জীবনে যা কিছু চমৎকার দেখেছি, আমি ভেবেছি এবং সে সম্পর্কে শিখেছি প্রচুর। আমি নিজের শিক্ষাকে বৃদ্ধি করেছি আর সেজন্যই দীর্ঘ সময় ব্যাপী আমি বেশ সতেজ ও আগ্রহী টিচার থাকতে পেরেছি।

মারভা কলিন্সের প্রথম মেন্টরদের একজন একই কথা শিখিয়েছিলেন- যে একজন ভালো টিচার সবসময় ছাত্রদের সাথে শিখে। আর সে তার ছাত্রদের এ কথাও জানায় : "অনেক সময় বেশি বড়দের আমি পছন্দ করিনা। কারণ তারা ভাবে যে তারা সব জানে। আমি সবকিছু জানিনা। আমি সবসময় শিখি।"

বলা হয়ে থাকে যে ডরোথি ডিলে শিখাতে আগ্রহী ছিলেন বলে চমৎকার টিচার ছিলেন না। তিনি শিখতে আগ্রহী ছিলেন।

কাজেই মহান শিক্ষকেরা কি জন্ম নেয় না তৈরি হয়? সবাই কি কলিন্স, এসকুইথ বা ডিলে হবে? এটি শুরু হয় নিজের ও বাচ্চাদের পরিপক্ক চিন্তাধারার মাধ্যমে। বাচ্চারা শিখতে পারে, একথা কেবল মুখে বললে হবে না, প্রতিটি বাচ্চার মনের গভীরে পৌছে তাকে উজ্জীবিত করতে হবে। নিউইয়র্ক টাইমসে মাইকেল লিউইচ এমন এক কোচের কথা বলেছেন, যিনি তার জন্য এমনটি করেছে : "আমি নতুন স্বাদ পেলাম...বাড়তি কাজ....আর একথা বুঝতে বেশি সময় লাগল না যে বেইসবলের মাঠে এই নতুন উদ্দীপনা প্রয়োগ করলে আমার জীবনটা কত ভালো হয়ে উঠবে। মনে হচ্ছিল বেইসবলের এই কোচ আমার ভেতরে পৌছে

skitu.blogspot.com

গেছেন, জং ধরা একটি স্যুইচ দেখতে পেয়ে চালিয়ে দিয়েছেন আর সেটি জ্বলে উঠেছে।"

কোচেরাও শিক্ষক, কিন্তু তাদের ছাত্রদের সফলতা ও ব্যর্থতা ভিড়ের সামনে প্রদর্শিত হয়, পত্রিকায় ছাপা হয় ও রেকর্ড বুকে লিখে রাখা হয়। বিজয়ী তৈরি করা হল তাদের কাজ। তিনজন কিংবদন্তী কোচের চিন্তাধারা গভীরভাবে লক্ষ্য করা যাক।

কোচ : চিন্তাধারার মাধ্যমে জয়লাভ

যখন কাউকে আমি জটিল বলি, যারা আমাকে চেনে, তারা হাসে। "মোটামুটি বলতে তুমি কি বুঝ?" "আচ্ছা, সে জটিল।" এর স্বাভাবিক অর্থ হল সুনাম না করা। অর্থাৎ মোটামুটি মানুষ দারুণ কিছু করতে সক্ষম, কিন্তু অন্তর্নিহিত ইগো যেকোন সময় হস্তক্ষেপ করতে পারে। আপনি বুঝতেই পারবেন না যে তাকে কখন বিশ্বাস করা যায়।

স্থির চিন্তাধারা মানুষকে জটিল করে তোলে, নির্দিষ্ট আচরণের প্রতি এটি মানুষকে উদ্বিগ্ন করে তোলে আর কখনো বা নিজের গরজে ডকুমেন্টের চাহিদা তৈরি করে। এই চিন্তাধারা মানুষকে বিচারক বানিয়ে দেয়।

স্থির চিন্তাধারার কোচের কার্যক্রম

বিখ্যাত ও বিতর্কিত কলেজ বাস্কেটবল কোচ ববি নাইট খুব জটিল। তিনি অবিশ্বাস্যরকম দয়ালু হতে পারতেন। তার এক প্রাক্তন খেলোয়াড়ের দুর্ঘটনা ঘটেছিল বলে তিনি ক্রীড়াপ্রতিবেদক হওয়ার একটি গুরুত্বপূর্ণ ও চমৎকার সুযোগ হাতছাড়া করেছিলেন। সেই খেলোয়াড়কে দেখার জন্য তিনি ছুটে গিয়েছিলেন।

তিনি প্রচন্ডরকম সদয় ছিলেন। তার বাস্কেটবল টিম যখন অলিম্পিক গোল্ড মেডেল জিতে নিল, তিনি টিমকে বললেন যে প্রথমে কোচ হেনরি আইবাকে সম্মান জানানো উচিত। আইবা কখনো তার ন্যায্য মর্যাদা পাননি, তাই নাইট চাইতেন যেকোন মূল্যে তাকে সম্মান জানাতে। তার টিম কোচ আইবাকে কাঁধে নিয়ে ঘুরে বেড়িয়েছে।

নাইট তার খেলোয়াড়দের অ্যাকাডেমিক রেকর্ডের প্রতি খুব যত্নবান ছিলেন। তিনি তাদের শেখাতে চাইতেন এবং ক্লাশ বা সেশন মিস করার ব্যাপারে তার নিয়ম খুব কড়া ছিল।

কিন্তু তিনি নিষ্ঠুরও ছিলেন আর এই নিষ্ঠুরতা স্থির চিন্তাধারা থেকে এসেছে। 'নিজন অব দ্য ব্রিঙ্ক' এর লেখক জন ফেইনস্টেন নাইট ও তার দল সম্পর্কে

sklilu.blogspot.com

বলেছেন, "নাইট ব্যর্থতা মেনে নিতে পারত না...তার নির্বাচিত ও প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত টিম হারলে সেই ব্যর্থতাকে তিনি ব্যক্তিগতভাবে নিতেন... যেকোন ধরনের ব্যর্থতা তাকে আহত করত, বিশেষতঃ কোচিংয়ের ক্ষেত্রে ব্যর্থতা, কারণ এই কোচিং তাকে পরিচিতি দিয়েছে, বিশেষত্ব দিয়েছে ও অন্যদের চেয়ে ভিন্ন বানিয়েছে।" ক্ষতি তাকে ব্যর্থ করে দেয়, তার পরিচিতিকে নষ্ট করে। কাজেই তিনি যখন কারুর কোচ, তার হার-জিত যখন তাকে পরিমাপ করে, তিনি নির্দয় বিচারকের ভূমিকা পালন করেন। যারা তাকে ব্যর্থ করে দেয়, তাদের তিনি বেশ অবমূল্যায়ন করেন।

'ডেরিল থমাস'এ ফেইনস্টেন বলেছেন, "নাইট খেলোয়াড়দের মধ্যে প্রচুর সম্ভাবনা দেখতে পান। কোচের ভাষায় থমাসের একটি 'মিলিয়ন ডলারের শরীর' ছিল। সে বেশ বড়, শক্তিশালী ও দ্রুত ছিল। সে ডান বা বাম হাতে বল ছুঁড়তে পারত। নাইট এটা ভাবতেই পারেনি যে থমাস ও তার মিলিয়ন ডলারের শরীর দলের সফলতা বয়ে আনবেনা।

"তুমি কি জান ডেরিল তুমি কি? আমার দেখা সবচেয়ে বাজে– কাপুরুষ বাস্কেটবল খেলোয়াড় তুমি। পুরোপুরি একটা কাপুরুষ তুমি। অন্য খেলোয়াড়দের চেয়ে ৯৫% বেশি যোগ্যতা থাকা সত্ত্বেও পা থেকে মাথা পর্যন্ত তুমি একটা কাপুরুষ। পুরোপুরি একটা– তুমি। তিন বছর পর তোমার ব্যাপারে আমার এই হল অভিমত।"

একই কারণে নাইট একদিন তার খেলোয়াড়ের লকারে একটি টামপেক্স রেখে দেয়।

থমাস ছিল বেশ সংবেদনশীল। এক সহকারী কোচ তাকে উপদেশ দিল, যখন তিনি তোমাকে নির্বোধ ডাকবে, তুমি শুনবে না। যখন তিনি বলতে শুরু করবেন যে কেন তুমি নির্বোধ, তখন শুনবে। তখন তুমি ভাল করতে পারবে। থমাস সেই উপদেশ মানতে পারেনি। সে সব শুনল আর প্রচন্ড রাগের ফলে বাস্কেটবল কোর্টে ভেঙ্গে পড়ল।

খেলায় হারলে খেলোয়াড়দের উপর বিচারের কুঠারাঘাত নেমে আসত। অনেক সময় নাইট খেলোয়াড়দের বাড়ি পর্যন্ত যেতে দিতেন না। তারা কোন ধরনের সম্মানজনক আচরণ পেত না। একবার তার টিম ন্যাশনাল টূর্ণামেন্টের সেমিফাইনাল (ন্যাশনাল টূর্ণামেন্ট নয়) পর্যন্ত পৌছার পর এক প্রতিবেদক তাকে জিজ্ঞেস করল দলের কোন জিনিসটি তার পছন্দ। নাইট জবাব দিলেন, "এই মুহূর্তে আমার যেটা পছন্দ, সেটা হল আমি চাই ওরাএভাবে আরেকবার খেলুক।"

skill.blogspot.com

কিছু খেলোয়াড় অন্যদের চেয়ে বেশি সইতে পারত। স্টিভ আলফোর্ড, যে স্বচ্ছ একটি পেশাগত লক্ষ্য নির্ধারণ করে ইন্ডিয়ানায় এসেছিল, বেশিরভাগ সময় সে যথেষ্ট মনোযোগের সাথে কাজ করত। সে নাইটের সব তনত্ত ও তার বুদ্ধিমত্তাকে কাজে লাগাত এবং বকাবকির অংশটাকে গুরুত্ব দিত না। কিন্তু সেও একদিন বর্ণনা দিল যে নাইটের বিচারের কারণে দল কিভাবে ভেঙ্গে পড়ত এবং সে নিজেও কিছু ক্ষেত্রে এত কষ্ট পেয়েছিল যে খেলার প্রতি আগ্রহ নষ্ট হয়ে গিয়েছিল।

"আবহাওয়াটা বিষাক্ত হয়ে উঠেছিল...যখন আমি ভাল খেলছিলাম, কোচ যতই চিৎকার করুক, আমি শক্ত ছিলাম...কিন্তু এমন তার নেতিবাচকতা আমার মাথার উপরে উঠে আমাকে ডুবিয়ে দিচ্ছে... বাবা-মা বেশ উদ্বিগ্ন হয়ে উঠেছেন। তারা দেছেন যে খেলার প্রতি আমার ভালবাসা মিইয়ে যাচ্ছে।"

হলি গ্রেইল : ভুলবিহীন

আলফ্রেড বলেছেন, "কোচের হলি গ্রেইল হল ত্রুটিহীন খেলা।" আমরা জানি কোন চিন্তাধারা ভুলকে অসহ্য করে তোলে। আর নাইটের বিস্ফোরণ হল কিংবদন্তী। অনেক সময় তিনি কোর্টে চেয়ার ছুঁড়ে মেরেছেন। অনেক সময় তিনি খেলোয়াড়দের জার্সি ধরে টান মেরেছেন। অনেক সময় খেলোয়াড়দের ঘাড় ধাক্কা দিয়েছেন। তার আচরণকে তিনি ব্যাখ্যা করেছেন যে দলকে কঠিন করে তৈরি করার জন্য তিনি চাপ প্রয়োগ করেন। কিন্তু সত্যটা হল, তিনি নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে পারতেন না। চেয়ার কি শিক্ষার কোন উপাদান ছিল? ঘাড়ধাক্কা কি শিক্ষাসংক্রান্ত বিষয়?

খেলোয়াড়দের তিনি শ্রদ্ধা নয়, ভয়ের মাধ্যমে গতিশীল করতে চাইতেন। তার বিচার ও বিস্ফোরণকে তারা ভয় পেত। এতে কি কাজ হয়?

অনেক সময় এতে কাজ হয়। তার তিনটি চ্যাম্পিয়ন দল রয়েছে। "সিজন অন দ্য ব্রিঙ্ক' এ জন ফেইনস্টেন বলেছেন, দলের কোন আকৃতি, অভিজ্ঞতা বা দ্রুততা ছিল না, কিন্তু তারা প্রতিযোগী ছিল। তারা একুশটি খেলা জিতেছিল, নাইটের বাস্কেটবল জ্ঞান ও কোচ হিসেবে দক্ষতাকে ধন্যবাদ।

কিন্তু অন্য সময়ে এমনটি হয়নি। খেলোয়াড়েরা ব্যক্তিগত বা দলীয়ভাবে ভেঙ্গে পড়েছিল। শেষদিকে তারা মনোবল হারিয়েছিল। এর আগের বছরে নাইটের চাপে তারা ভেঙ্গে পড়েছিল। অনেক বছর ধরে কিছু খেলোয়াড়েরা অন্য স্কুলে চলে যাচ্ছিল, নিয়ম ভাঙ্গছিল (ক্লাশ বা সেশন ফাঁকি দিচ্ছিল) বা ইশিয়া থমাসের

srilu.blogspot.com

কাছে চলে যাচ্ছিল। ওয়ার্ল্ড ট্যুরে গেলে খেলোয়াড়রা একত্রে বসে আলাপ করে যে ইন্ডিয়ানা আসার ভুলটা না করলে তারা কোথায় যেত।

এমনটি নয় যে খেলোয়াড়দের যোগ্যতা সম্পর্কে নাইটের একটি স্থির চিন্তাধারা রয়েছে। কিন্তু তার নিজের ও কোচিংয়ের যোগ্যতা সম্পর্কে তার একটি স্থির চিন্তাধারা রয়েছে। দল হল তার উৎপাদন আর তাদেরকে সবসময় সেই যোগ্যতা প্রমাণ করতে হবে। তাদের খেলায় হারতে, ভুল করতে বা প্রশ্ন করতে কোনমতেই পারবেনা, কারণ এতে করে প্রতিযোগিতা ক্ষতিগ্রস্থ হবে। তিনি তার কলাকৌশলকে পর্যবেক্ষণের প্রয়োজনও মনে করেননি, যখন সেগুলো কাজ করছিল না। হয়ত অপদস্থ না হয়ে ডেরিল থমাসের অন্য কোন উদ্দীপনার প্রয়োজন ছিল।

এই জটিল মানুষটিকে তরুণ খেলোয়াড়দের মেন্টর আমরা কি করে বানাই? তার সবচেয়ে বড় স্টার, ইশিয়া থমাস নাইটের ব্যাপারে গভীর পরস্পরবিরোধী অনুভূতি প্রকাশ করেছেন : "জানেন একসময় আমার মনে হয়েছে যদি আমার কাছে বন্দুক থাকত, তাকে শূন্য করে দিতাম। আবার আরেক সময় আমার মনে হয়েছে তাকে জড়িয়ে ধরি, আলিঙ্গন করি আর বলি যে তাকে আমি ভালবাসি।" আমার সেরা ছাত্র আমাকে শ্যুট করার কথা ভাবলে নিজেকে আমি কখনো অযোগ্য সফল কোচ মনে করতাম না।

পরিপক্ক চিন্তাধারার কোচের কার্যক্রম

সবসময়ের একজন কোচ

কোচ জন উডেন ক্রীড়াজগতে এক অন্যতম বৃহত্তর চ্যাম্পিয়নশীপ রেকর্ড গড়েছেন। তিনি ইউসিএলএ বাস্কেটবল টীমের জন্য ১৯৬৪, ১৯৬৫, ১৯৬৭, ১৯৬৮, ১৯৬৯, ১৯৭০, ১৯৭১, ১৯৭২, ১৯৭৩ ও ১৯৭৫ এর এনসিএএ চ্যাম্পিয়নশীপ এনে দিয়েছেন। একসময় তার দল অপরাজেয় ছিল এবং তাদের অষ্টাশি খেলা জেতার সিরিজ ছিল। এইসব আমি জানতাম।

আমি যা জানতাম না, তা হল উডেন যখন ইউসিএলএ পৌছান, সেটা তখন বাস্কেটবলের রাজত্ব থেকে অনেক দূরে ছিল। মূলতঃ তিনি সেখানে আদৌ কাজ করতে চান নি। তিনি মিনেসোটা যেতে চেয়েছিলেন। কথা ছিল মিনেসোটা তাকে কোন এক সন্ধ্যা ছয়টায় ফোন করে জানতে চাইবে তার চাকরি চাই কি'না। তিনি ইউসিএলএ কে বলেছেন সাতটায় ফোন দিতে। কেউ ছয়টা, সাড়ে ছয়টা বা ছয়টা পঁয়তাল্লিশেও ফোন দিল না। যখন সাতটায় ইউসিএলএ ফোন

skitu.blogspot.com

দিল, তিনি রাজী হলেন। সেই ফোন রাখতে না রাখতেই মিনেসোটার ফোন এল। ঝড়ের কারণে ফোনের লাইনে বিভ্রাট ঘটেছিল আর তার চাকরির প্রস্তাবটি ঠিক সময়ে আসতে পারেনি।

ইউসিএলএ'র সুবিধা খুব কম ছিল। ঘামের দুর্গন্ধের কারণে যেই রুমটাকে বি.ও.বার্ণ বলা হত, সেই ঘিঞ্জি, অন্ধকার ও আলোবাতাসহীন জিমে উডেনকে প্রথম ১৬ বছর প্র্যাকটিস করতে হয়েছে। সেই একই জিমে অনেক সময় রেসলিং ম্যাচ, জিমনেস্টিক ট্রেনিং ট্রাম্পোলাইন জাম্পিং ও অন্যান্য খেলাধুলা হত।

খেলারও কোন জায়গা ছিল না। প্রথম কয়েক বছর তারা বি.ও.বার্ণে খেলত আর পরের ১৪ বছর ধরে তারা স্কুল ও শহরের বিভিন্ন জিম ভাড়া করে খেলত। এরপর খেলোয়াড়ের প্রসঙ্গে আসি। যখন প্রথমবার তিনি তাদের প্র্যাকটিস করালেন, মনে মনে বিদীর্ণ হলেন। তারা এত বাজে ছিল যে চাকরি ছাড়ার কোন সম্মানজনক উপায় থাকলে, তিনি তা-ই করতেন। পত্রিকা তার দলকে সেই বিভাগের শেষদল হিসেবে ঘোষণা করল, কিন্তু উডেন কাজ করলেন আর সেই হাস্যকর দলটি শেষ খেলা খেলল না। বাইশটি জয় ও সাতটি পরাজয় নিয়ে সেটি ডিভিশন টাইটেল পেল। পরের বছর সেই দল এনসিএএ'তে গেল।

তিনি তাদের কি দিয়েছিলেন? তিনি মৌলিক দক্ষতার উপর ট্রেনিং, প্রস্তুতি ও চিন্তাধারা দিয়েছিলেন।

হলি গ্রেইল : পূর্ণ প্রস্তুতি ও পূর্ণ চেষ্টা

উডেন জটিল ছিলেন না। তিনি জ্ঞানী ও কৌতুহলী ছিলেন, কিন্তু জটিল ছিলেন না। তিনি ছিলেন অগ্রসরমান, পরিপক্ক চিন্তাধারাযুক্ত একজন মানুষ, যিনি এই নিয়মটি মানতেন : "প্রতিদিন একটু ভালো করার জন্য নিজেকে খাটাও। প্রতিদিন একটু একটু কষ্ট করলে একসময় অনেক বেশি ভালো হয়ে উঠা যায়।"

তিনি ত্রুটিহীন খেলার কথা বলেননি। খেলোয়াড়রা হারতে পারবে না, এমন দাবী তিনি করেন নি। তাদের কাছ থেকে তিনি পূর্ণ প্রস্তুতিও পূর্ণ প্রচেষ্টা আশা করেছেন। "আমি কি জিতেছি? আমি কি হেরেছি? এগুলো ভুল প্রশ্ন। শুদ্ধ প্রশ্নটি হল : আমি কি নিজের সবটুকু দিয়ে চেষ্টা করেছি?" যদি তা-ই হয়, তিনি বলেন, "তুমি স্কোর করতে না পারলেও কখনো হারবে না।"

তিনি দুর্বল ছিলেন না। তিনি চেষ্টার ঘাটতি পছন্দ করতেন না। প্র্যাকটিসের সময় খেলোয়াড়রা আলস্য করলে তিনি লাইট নিভিয়ে চলে যাওয়ার সময়

skillbdsupport.com

বলতেন, "ভদ্র মহোদয়, প্র্যাকটিস খতম।" তারা সেইদিন আরেকটু ভালো হওয়ার সুযোগ হারাত।

সমান আচরণ

ডিলের মত উডেন ও তার প্রতিটি খেলোয়াড়কে সমান সময়ও মনোযোগ দিতেন। বিনিময়ে তারাও দিত ও এগিয়ে যেত। ইউসিএলএ যখন নতুন দু'জন খেলোয়াড় এসে পৌছল, উডেন তাদের সাথে এভাবেই কথা বলছিল : "আমি প্রত্যেকের দিকে তাকিয়ে দেখলাম তাদের কি আছে আর নিজেকে বললাম, "আহা, ওরা যদি প্রকৃত অর্থে সুন্দরভাবে খেলে দলকে সমৃদ্ধ করে, আমরা খুব খুশি হব।" যা-ই হোক, আমি দেখতে পেলাম না তাদের অভ্যন্তরে কি ছিল।" তারা দুজনেই সম্ভাব্য সবকিছু করল ও দু'জনেই স্টাটার হল, একজন ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়ান টিমের স্টাটার হয়ে উঠেছিল।

তিনি সব খেলোয়াড়দেরকে সমানভাবে শ্রদ্ধা করতেন। আপনি জানেন যে চলে যাওয়ার পর অনেক খেলোয়াড়দের নম্বরও রিটায়ার্ড হয়ে যায়। উডেন যখন কোচ ছিলেন, কোন খেলোয়াড়ের নম্বর হারায়নি, করিম আব্দুল জব্বার ও বিল ওয়ালটনের মত সেরা খেলোয়াড়েরা সবসময় তার সাথে ছিল। পরবর্তীতে, তাদের নম্বর যখন রিটায়ার্ড হল, তিনি এর বিরুদ্ধে ছিলেন। "আমাদের টিমের অন্যান্য খেলোয়াড়েরাও এই নম্বরগুলো ব্যবহার করেছে। তারাও নিজেদের সবটুকু আমাদের দিয়েছে।... যত বড় স্টারের হোক্ না কেন, জার্সি ও নম্বর কখনো কোন একক খেলোয়াড়ের হতে পারেনা। বিষয়টি টিমের ধারণার সম্পূর্ণ বিপরীতে চলে যায়।"

এক মিনিট অপেক্ষা করুন। তিনি খেলা জেতার বাণিজ্যে ছিলেন। আপনার কি প্রতিভাবান খেলোয়াড়দের সাথে যাওয়া আর দ্বিতীয় সারির খেলোয়াড়দের পরিমাণে কম দেয়ার কথা নয়? বেশ, তিনি সব খেলোয়াড়দের সমানভাবে খেলান নি, তবে সবাইকে সমানভাবে দিয়েছেন। উদাহরণস্বরূপ, যখন বিল ওয়াল্টনের সাথে আরেকটি খেলোয়াড়কে একই বছর নিয়োগ দিচ্ছিলেন, তিনি বলেছেন যে ওয়াল্টনের কারণে তাকে প্রকৃত খেলায় খুব কম খেলতে হবে। কিন্তু তিনি প্রতিজ্ঞা করেছেন, "গ্রাজুয়েট হতে হতে তুমি প্রো-কন্ট্রাক্ট পাবে। তুমি ততটুকু ভাল হয়ে উঠবে।" তৃতীয় বছরের মধ্যে প্র্যাকটিসের মাধ্যমে যতটুকু সে শিখল, তার সবটুকু বিল ওয়াল্টনকে দিল। আর যখন সে প্রো হয়ে উঠল, তখন তাকে বছরের রকি বলে ডাকা হত।

skillbloggbot.com

জীবনের জন্য খেলোয়াড়দের প্রস্তুত করা

উডেন কি কোন প্রতিভাবান ও যাদুকর ছিলেন যে মধ্যমানের খেলোয়াড়দের তিনি চ্যাম্পিয়ন বানাতে পারতেন? মূলত: তিনি স্বীকার করতেন যে বাস্কেটবলের কলাকৌশল চিন্তা করলে তিনি গড় মানের ছিলেন। তিনি খেলোয়াড়দের বিশ্লেষণ করা ও উৎসাহ দেয়ায় দক্ষ ছিলেন। এই দক্ষতার মাধ্যমে তিনি খেলোয়াড়দের কেবল বাস্কেটবলে নয়, জীবনেও সম্ভাবনা কাজে লাগানোর ব্যাপারে সাহায্য করতেন, সেটা খেলায় জয়লাভের চেয়েও অনেক বেশি গুরুত্বপূর্ণ ছিল।

উডেনের প্রক্রিয়া কি কাজে লেগেছিল? দশজন চ্যাম্পিয়নশীপ টাইটেল ছাড়াও অন্যান্য খেলোয়াড়দের বক্তব্য আমরা পেয়েছি, যাদের কেউই কোন রকম বিস্ফোরণের উল্লেখ করেন নি।

বিল ওয়াল্টন, হল অব ফেমার : "নিশ্চয়ই তিনি আমাদেরকে জীবনের প্রতিযোগিতার জন্য তৈরি করেছিলেন...তিনি আমাদের এমন গুণাবলী ও বৈশিষ্ট্য শিখিয়েছেন, যেগুলো আমাদেরকে কেবল ভালো খেলোয়াড় নয়, ভালো মানুষ হিসেবেও গড়ে তুলেছে।"

ডেনি ক্রাম, সফল কোচ : "আমি কল্পনাই করতে পারিনা যে কোচ উডেন আমার আলোকবর্তিকা না হলে জীবনটা কেমন হত। সময়ের সাথে সাথে তাকে আমি অনেক বেশি করে সম্মান করেছি আর প্রার্থনা করেছি যে কোচ হিসেবে তার যে প্রভাব আমার জীবনে আছে, তার অর্ধেক প্রভাব আমি যেন এই তরুণদের উপর রাখতে পারি।

করিম আব্দুল জব্বার, হল অব ফেমার : "কোচ উডেনের জ্ঞানের একটি গভীর প্রভাব একজন অ্যাথলেট হিসেবে আমার জীবনে পড়েছে, কিন্তু তার চেয়েও বড় প্রভাব রয়েছে একজন মানুষ হিসেবে। তিনি আমাকে বর্তমানের আমি হিসেবে গড়ে তুলেছেন।"

এই গল্পটি শুনুন।

সময়টি ছিল বিজয়ের মুহূর্ত। ইউসিএলএ প্রথম ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়নশীপ জিতেছে। কিন্তু কোচ উডেন ফ্রেড শ্লটারকে নিয়ে উদ্বিগ্ন ছিলেন, যে প্রতিটি খেলা শুরু করেছে এবং এই ফাইনাল, চ্যাম্পিয়নশীপ খেলা পর্যন্ত বেশ ভাল খেলেছে। খেলা ভাল যাচ্ছিল না এবং ক্রমে খারাপের দিকে যাচ্ছিল, উডেন ভাবলেন একটু বদল করা দরকার। তিনি ফ্রেডকে সরিয়ে দিলেন। নতুন খেলোয়াড় বেশ ভাল করল এবং উডেন তাকে জয় না হওয়া পর্যন্ত রেখে দিলেন।

skillblogspot.com

বিজয়ের চূড়ান্ত মুহূর্ত। টিম কেবল ডিউককে হারিয়ে যে কেবল প্রথম এনসিএএ টাইটেল লাভ করছে, তা নয়, কিন্তু তারা ত্রিশটি জয় ও শূন্য হার নিয়ে সিজন শেষ করছে। তবু ফ্রেডের জন্য উডেনের উদ্বেগ তার আনন্দকে মাটি করে দিল। উডেন প্রেস কনফারেন্স শেষ করলেন ও ফ্রেডকে খুঁজতে গেলেন। তিনি ড্রেসিং রুমের দরজা খুললেন। ফ্রেড তার জন্য অপেক্ষা করছিল। "কোচ....আমি আপনাকে জানাতে চাই যে আমি বুঝেছি। আপনি ডউগকে নিয়েছেন, কারণ সে ভাল খেলেছে আর আমি পারিনি। আমি খুব খারাপভাবে খেলেছি, কিন্তু আমি বুঝতে পেরেছি এবং কেউ যদি বলে যে আমি হতাশ, সেটা সত্য নয়। আমি দুঃখিত, কিন্তু হতাশ নই। আর ডউগের জন্য আমি খুব খুশি।"

উডেন বললেন, "বাইরে ভিন্স লম্বারডি ও ববি নাইটের মত কোচেরা আছেন, যারা স্বৈরাচারের মাধ্যমে চ্যাম্পিয়নশীপ পেয়েছেন। আমার দর্শন ভিন্ন...আমার কাছে যত্ন, সান্ত্বনা ও বিবেচনা সবার অগ্রগণ্য।"

ফ্রেড শ্লটারের গল্পটি আবার পড়ুন ও বলুন যে এই পরিস্থিতিতে কোচ নাইট কি ডেরিল থমাসকে সান্ত্বনা দিতে ছুটতেন? আর হতাশ মুহূর্তে নাইট কি থমাসকে তার গর্ব, মর্যাদা ও মহত্ব খোঁজার অনুমতি দিতেন?

শত্রু কোনটি : সফলতা না ব্যর্থতা?

টেনেস উম্যান'স বাস্কেটবল টিম, দ্য লেডি ভলস'এর কোচ ছিলেন প্যাট সামিট। তিনি আটটি ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়নশীপে তাদের প্রশিক্ষণ দিয়েছেন। তিনি উডেনের দার্শনিক আচরণ নয়, অনেকটা নাইটের মত ছিলেন।

প্রত্যেকবার টিম হারত আর তিনি সেটা ভুলতে পারতেন না। তিনি ব্যাপারটি নিয়ে থাকতেন, মরণপণ চালিয়ে যেতেন এবং নিজেকে চালিয়ে যেতেন এবং নিজেকে ও টিমকে কষ্ট দিতেন। এভাবে পরাজয়ের সাথে তার একটি প্রেম-ঘৃণা জাতীয় সম্পর্ক দাঁড়িয়ে গেল। আবেগের দিক থেকে এখনও তিনি অসুস্থ বোধ করেন। কিন্তু তিনি যা করেছেন, সেটিকে ভালবাসতেন, তার কার্যক্রম খেলোয়াড় ও কোচদেরকে একটি পূর্ণাঙ্গ খেলার উন্নয়নে অনুপ্রেরণা দেয়। সফলতাই এখানে শত্রু হয়ে দাঁড়িয়েছিল।

উডেন একে বলেছেন সফলতায় 'আক্রান্ত' হওয়া। লস অ্যাঞ্জেলস লেকারস টিমের প্রাক্তন কোচ প্যাটরীলে এটিকে বলেছেন "আমার রোগ" নিজেকে সফল ধরে নিয়ে শৃঙ্খলা ও কাজে ডুবে থাকা। সামিট ব্যাখ্যা করেছেন, "সফলতা তোমাকে শান্ত করে। আমাদের মত উচ্চাকাঙ্খী মানুষদেরকে সন্তুষ্ট ও তৃপ্ত করে। "সামিট যখন বলছিলেন, টেনেস ততদিনে পাঁচটি এনসিএএ চ্যাম্পিয়নশীপ জিতে নিয়েছে, তবে কেবল একবারই তাদেরকে জিতিয়ে দেয়া

skilu.blogspot.com

হয়েছে।" সবকিছুর জন্য আমরা হতাশ ছিলাম। আমরা চার থেকে পাঁচবার হেরেছি যেগুলোতে জেতার কথা ছিল।"

১৯৯৬ এর চ্যাম্পিয়নশীপের পর টিম সন্তুষ্ট হয়ে গেল। পুরনো খেলোয়াড়েরা ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়ান ছিল আর নতুনেরা কেবল টেনেসে থাকার কারণে জয়ের আশা করছিল। একটা বিপর্যয় ঘটেছিল। তারা হারতে শুরু করল। ১৫ই ডিসেম্বর তারা নিজেদের কোর্টে স্টানফোর্টের কাছে হারল, কয়েক খেলার পর আবারও একই কাহিনী। এখন তাদের হার পাঁচটি আর সকলে তাদের প্রতি মনোযোগ হারিয়েছে। নর্থ ক্যারোলিনা কোচ সামিটকে সান্ত্বনা দিয়ে বলল, "বেশ, আগামী বছর পর্যন্ত লেগে থাকুন।" এইবিও একটি ডকুমেন্টারি ফিল্মের জন্য টেনেসে এসেছিলেন, তবে এখন পরিচালক অন্য দল খুঁজছে। এমনকি তার সহকারীরাও ভাবল যে মার্চ চ্যাম্পিয়নশীপও তাদের হাতছাড়া হয়ে যাবে।

কাজেই পরবর্তী খেলার আগে সামিট টিমের সাথে পাঁচ ঘন্টা থাকলেন। সে রাতে তারা দ্বিতীয় সারির টিম ওল্ড ডোমিনিয়নের সাথে খেলল। প্রথমবারের মত তারা সবটুকু দিল। কিন্তু তারা আবার হারল। ব্যাপারটি মারাত্মক ছিল। এত খাটনির পরও তারা হেরেছে। অনেকে এমনভাবে কাঁদছিল যে কথা বলতে বা শ্বাস নিতে পারছিল না। সামিট বললেন, "মাথা তোল। যদি সবসময় তোমরা এভাবে চেষ্টা কর, লড়াই কর, আমি তোমাদের বলছি, আমি প্রতিজ্ঞা করছি, মার্চে আমরা জিতবই।" দুই মাস পর তারা ন্যাশনাল চ্যাম্পিয়ন হল।

উপসংহার? সফলতার বিষয়ে জানুন। এটি আপনার স্থির চিন্তাধারায় টোকা দিতে পারে : "আমি জিতেছি কারণ আমার প্রতিভা আছে। তাই আমি জিততে থাকব।" সফলতা টিমকে বা ব্যক্তিকে আক্রান্ত করতে পারে। বেইসবল স্টার অ্যালেক্স রড্রিগুজ সফলতায় কখনও আক্রান্ত হন নি। তিনি বলেছেন, "আপনি কখনও এক জায়গায় থাকতে পারেন না। আপনাকে হয় এদিকে নয় অন্যদিকে যেতে হবে।"

sklilu.blogspot.com

মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারা

আমি অনেক বাবা-মা, শিক্ষক ও কোচকে চমৎকার প্রক্রিয়ায় পরিপক্ক চিন্তাধারার ধারণা ব্যবহার করতে দেখেছি। চিন্তাধারার নীতিমালা ব্যবহার করে অনেক স্কুল ও স্পোর্টস দল শীর্ষে উঠে গেছে, তাদের চমৎকার শিক্ষা ও অসাধারণ সাফল্যের জন্য পরিচিত হয়েছে। একথা বলার প্রয়োজন নেই যে পুরো ব্যাপারটি খুব সন্তোষজনক।

বেশ কয়েক বছর আগে আমার অস্ট্রেলিয়ান সহকর্মী সুসান ম্যাকি আমাকে বলেছেন যে তিনি মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারার বেশ বিস্তার দেখেছেন। আমি বুঝতেই পারিনি তিনি কিসের কথা বলেছেন। আমি খানিকটা বিরক্তও হয়েছি। পরিপক্ক চিন্তাধারা কি একটি সহজ ও সরল মতবাদ নয়? হাতের কাছে আসল জিনিস থাকতে কেন কেউ মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারা নিয়ে থাকবে?

কিন্তু তিনি বীজ রোপণ করে দিয়েছেন এবং আমি যখন নিজের কাজে লিপ্ত হলাম, শীঘ্রই বুঝতে পারলাম যে তিনি কি বুঝিয়েছেন। কিছু বাবা-মা, শিক্ষক ও কোচেরা চিন্তাধারার ধারণাকেই ভুল বুঝেছেন। যখনই আমি তাদের ভুলটা বুঝতে পারলাম, শুদ্ধ করার উপায় খুঁজতে লাগলাম। আসুন প্রথমে গভীরভাবে জেনে নেই (১) পরিপক্ক চিন্তাধারা কোনটি আর কোনটি তা নয়, (২) কিভাবে একে অর্জন করা যায় এবং (৩) কিভাবে অন্যদের কাছে পৌছে দেয়া যায়।

পরিপক্ক চিন্তাধারা কোনটি ও কোনটি তা নয়

পরিপক্ক চিন্তাধারা হল মানুষের ক্ষমতার উন্নয়নে বিশ্বাস করা। এটি খুব সরল। এর হয়ত নানারকম পরিস্থিতি থাকতে পারে, কিন্তু মূল জিনিস ওটাই। অনেকে হয়ত এর বিভিন্নরকম অর্থ নির্ধারণ করেছে।

ভুল বুঝাবুঝি ১ : অনেকে নিজের পছন্দসই বিষয়কে গ্রহণ করেও একে 'পরিপক্ক চিন্তাধারা' বলে মনে করে। যদি তারা মুক্তমনের বা নমনীয় হয়, তারা মনে করে তারা পরিপক্ক চিন্তাধারার অধিকারী। অনেককে আমি বলতে শুনেছি তারা "মুক্ত চিন্তাধারা"র মানুষ। কিন্তু নমনীয় বা মুক্তমন এবং মেধার উন্নয়নে পার্থক্য রয়েছে। আর মানুষ যখন পরিপক্ক চিন্তাধারার অর্থ থেকে দূরে সরে যায়, তারা এর সুবিধা থেকেও দূরে সরে যায়। তারা নিজেদের চমকার গুণাবলী নিয়ে সন্তুষ্ট থাকে, কিন্তু নিজের, ছাত্রদের বা সন্তানদের যোগ্যতা বৃদ্ধিতে কখনো শ্রম দেয় না।

ভুল বুঝাবুঝি # ২ : অনেকে মনে করে যে পরিপক্ক চিন্তাধারা চেষ্টার সাথে সম্পৃক্ত, বিশেষত: চেষ্টার সুনাম করা। আমি আগেই বলেছি সে সন্তানদের কঠিন

sktiblogspot.com

পরিশ্রম, কলাকৌশল, মনোযোগ ও ধৈর্য্যের ব্যাপারে কোন ধরনের প্রশংসা পরিপক্ক চিন্তাধারা লালন করে। এভাবে সন্তানেরা শিখে যে তারা যেভাবে চেষ্টা করছে, সেভাবেই সফলতা পাওয়া সম্ভব, কোনরকম জন্মগত বৈশিষ্ট্যের মাধ্যমে নয়। এখানে প্রথম যে জরুরী জিনিসটি মনে রাখা দরকার, তা হল এই প্রক্রিয়া চেষ্টার চেয়েও বড়। নিশ্চয়ই আমরা ছেলেমেয়েদের কষ্টের ফসলকে সমর্থন করি। কিন্তু পুরনো প্রক্রিয়া যখন কাজ করে না, তখন নতুন পদ্ধতিতে চেষ্টা করার গুরুত্বের প্রতিও আমরা জোর দেই। (আমরা চাইনা তারা একই অকার্যকর প্রক্রিয়ায় চেষ্টা করুক।) আর আমরা চাই যে প্রয়োজনের সময় তারা অন্যের কাছ থেকে সাহায্য নিক। কঠোর শ্রম, নতুন কৌশলের চেষ্টা ও অন্যের সহায়তা খোঁজার এই প্রক্রিয়া আমরা সমর্থন করি।

যে চেষ্টা আদৌ করা হয়নি সেই চেষ্টার সুনাম করা বিপজ্জনক। অনেকবার বাবা-মায়েরা আমাদের বলেছেন, "আমি আমার সন্তানের চেষ্টার সুনাম করেছি, কিন্তু কাজ হয়নি।" আমি তাড়াতাড়ি জানতে চাইলাম, "আপনার বাচ্চা কি আসলেই চেষ্টা করেছে?" "আসলে করেনি।"–জবাবটা এমনই ছিল। আমাদের ভাবা উচিত নয়, যে চেষ্টা করা হয়নি, তার সুনাম ফল বয়ে আনবে।

এর চেয়েও বড় যে সমস্যা আমাকে উদ্বিগ্ন করে, সেটি হল অনেক সময় বাচ্চারা না শিখলেও সান্ত্বনাস্বরূপ টিচার বা কোচেরা তাদের চেষ্টার প্রশংসা করে। যখন একদল ছাত্র চেষ্টা করার পর উন্নতি কম করে বা করতে পারে না, তখন আমরা সুনাম করব। আমরা সেই কারণটা খুঁজে বের করব যে তার প্রক্রিয়ায় কোথায় ভুল ছিল এবং তাকে নতুন কোন পদ্ধতি শেখাব, যাতে সে সফল হতে পারে।
সম্প্রতি একজন আমাকে জিজ্ঞেস করেছে, "আপনি কি নিয়ে রাত জাগেন?" আমি বললাম, "আমার ভয় হয় যে চিন্তাধারার মতামতকে বাচ্চাদের প্রশংসা করার কাজে ব্যবহৃত হবে যখন তারা পড়া শিখবে না, তখনও।" পরিপক্ক চিন্তাধারার মানে হল বাচ্চাদেরকে শিখতে সাহায্য করা, তারা না শিখলে সেটাকে ঢেকে রাখা নয়। অনেকে আমাকে এমনও বলেছে, "ও আচ্ছা! প্রক্রিয়ার সুনাম করতে হয়, ফলাফলের নয়, তাই না?" এটি একটি ভুল ধারণা। প্রশংসার উপর আমাদের সকল গবেষণায় আমরা প্রক্রিয়ার সুনাম করেছি, তবে সেটা ফলাফলের সাথে যুক্ত করেই, যেমন– শিশুদের শিক্ষা, উন্নয়ন বা অর্জন। বাচ্চাদের বুঝা দরকার যে প্রক্রিয়া মেনে চললে তারা শিখতে পারবে।
বেশিদিন আগের কথা নয়, এক মা আমাকে বলেছিলেন যে মেয়ে চমৎকার ফলাফল করলে তার সুনাম করতে না পারা কত করুণ অথচ সুনাম করতে হয়,

skill.blogspot.com

যখন সে শুধু চেষ্টা করে। না! না! না! নিশ্চয়ই আপনি তার সফলতার সুনাম করবেন তবে সেটা তার চেষ্টার সাথে সংযুক্ত করে করবেন।

আর মনে রাখবেন, সবসময় তাদের সুনাম করতে হয়না। বাচ্চার উন্নতি সম্পর্কে খোঁজ করা ও তাতে আগ্রহ দেখানো বেশ দীর্ঘ প্রক্রিয়া।

ভুলবুঝাবুঝি # ৩ ঃ পরিপক্ক চিন্তাধারা মানে হল বাচ্চাকে বলা যে সে সবকিছু করতে পারে। অনেক সময় আমি শিক্ষকদের বলতে শুনেছি, "আমার চিন্তাধারা সবসময় পরিপক্ক ছিল। আমি সবসময় ছাত্রদের বলি, "তোমরা সবকিছু করতে পার।" কিছু মানুষ আমার মতই বাচ্চাদের সম্ভাবনায় বিশ্বাস করে। কিন্তু তাদেরকে শুধু বললেই হয় না। "তোমরা সবকিছু করতে পার।" দক্ষতা অর্জনে ও লক্ষ্যের প্রতি এগিয়ে যাওয়ার জন্য প্রয়োজনীয় সম্পদ আহরণে তাদের সাহায্য করতে হয়। অন্যথায় এটি একটি অর্থহীন আশ্বাস। এটি বাচ্চাদের উপর বোঝা হয়ে যায় এবং লক্ষ্য অর্জনে ব্যর্থ হলে তারা নিজেদের পরাজিত মনে করে।

বাচ্চাদেরকে বোঝা চাপানোর আরেকটি বিষয় রয়েছে। এটি জেনে আমি মর্মাহত হয়েছি যে পরিপক্ক চিন্তাধারা ধারণ না করে স্থির চিন্তাধারা চর্চা করার জন্য বাচ্চাদেরকে অনেক টিচার ও কোচেরা বকা দেয় বা সমালোচনা করে। লক্ষ্য করে দেখুন এই পরিণত মানুষেরা কেবল পরিপক্ক চিন্তাধারা শেখানোর ক্ষেত্রে নয়, বাচ্চাদের শিক্ষার ক্ষেত্রেও নিজেদের দায়িত্ব অবহেলা করে : "আমি এই বাচ্চাকে পড়াতে পারবো না। এর চিন্তাধারা স্থির।" বিষয়টি পরিষ্কার করে বলি। শিক্ষক হিসেবে আমরা পরিপক্ক চিন্তাধারা শেখার বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশে, যেখানে বাচ্চারা নিরাপদ বোধ করবে, তারা বুঝবে যে আমরা তাদের প্রতিভা বিকাশে বিশ্বাসী এবং তাদের শিক্ষার ব্যাপারে আমরা পূর্ণ সহায়তা করব। বাচ্চাদের সাহায্য করার জন্য আমরা, তারা কেন পারছেনা, সেই কারণ খোঁজার জন্য নয়।

কিভাবে আপনি (প্রকৃত) পরিপক্ক চিন্তাধারা পাবেন

বক্তব্যের মাধ্যমে পরিপক্ক চিন্তাধারা পাওয়া যায় না। ভ্রমণের মাধ্যমে আপনাকে সামনে এগিয়ে যেতে হবে।

পরিপক্ক চিন্তাধারার স্বীকৃতি পেয়ে ও কিছু ক্ষেত্রে 'সঠিক' ভেবে অনেক মানুষই মনে করে যে তাদের চিন্তাধারা পরিপক্ক। আমরা সবাই কি নিজেদেরকে সেই আলোকিত মানুষ হিসেবে দেখতে চাই না যারা বাচ্চাদের সম্ভাবনাকে পরিপূর্ণ করার কাজে সাহায্য করে? এক উল্লেখযোগ্য শিক্ষক আমাকে বলেছেন যে কোন শিক্ষকের স্থির চিন্তাধারা রয়েছে, একথা প্রকাশ করাও কোন কোন স্থানে রাজনৈতিকভাবে অশুদ্ধ। আর এক প্রিন্সিপাল আমাকে বলেছেন যে সম্প্রতি

skillul.blogspot.com

তিনি এক টিচারকে হালকা পরামর্শ দিয়েছেন, যখন তিনি রাগান্বিত চোখে তাকিয়েছেন আর বলেছেন, "আপনি কি ইঙ্গিত করছেন যে আমার চিন্তাধারা স্থির?"

যদিও সহজভাবে আমি বলেছি যে কিছু মানুষের স্থির চিন্তাধারা আর বাকীদের পরিপক্ক চিন্তাধারা রয়েছে, কিন্তু সত্যিকার অর্থে আমরা সকলে এই দুইয়ের মিশ্রণ। একথা অস্বীকার করার কোন উপায় নেই। কখনও আমরা এক চিন্তাধারায় থাকছি, কখনও অন্য। আমাদের কাজ হল সেটা বুঝতে পারা যে কি কারণে আমাদের মধ্যে স্থির চিন্তাধারার উৎপত্তি ঘটে। কোন ঘটনা বা পরিস্থিতিতে আমরা মনে করি যে আমাদের ক্ষমতা সীমিত? কোন ঘটনা বা পরিস্থিতি আমাদের উন্নয়নের চেয়েও বিচারের দিকে নিয়ে যায়?

কি ঘটে যখন স্থির চিন্তাধারা কোন চ্যালেঞ্জ নিতে বাধা দেয় আর ব্যর্থ হলে সংকীর্ণমনা করে তোলে? আমরা তখন কেমন বোধ করি? আমরা কি ভাবি ও কিভাবে কাজ করি? আমাদের ভাবনা, অনুভূতি ও কাজ তখন আমাদের ও চারপাশের মানুষের উপর কিরকম প্রভাব ফেলে? আর সবচেয়ে জরুরী হল আমাদের নিজেদের ও সন্তানদের উন্নয়নে এর প্রভাব না পড়ার জন্য আমরা কি করতে পারি?

এই প্রশ্নগুলোকে আমি শেষ অধ্যায়ে আলোচনা করব যখন ব্যক্তিগত পরিবর্তনের প্রক্রিয়া নিয়ে পর্যবেক্ষণ করা হবে। এখানে আমি যেটা জোর দিয়ে বলছি সেটা হল প্রতিজ্ঞা ও ধৈর্য্যের একটি লম্বা ভ্রমণ এটি। কিন্তু যখনই আমরা বুঝতে পারব যে আমাদের মধ্যে স্থির চিন্তাধারা কাজ করছে, খোলাখুলিভাবে আমরা একে অন্যের সাথে কথা বলতে পারি। আমরা স্থির চিন্তাধারার বৈশিষ্ট্য, এর প্রভাব এবং এর সাথে চলতে গিয়ে যে শিক্ষালাভ করছি, সেসব ব্যাপারে আলাপ করতে পারি। আর এটা করলেই আমরা টের পাব যে চারপাশের অনেক মানুষই একই পথের যাত্রী।

পরিপক্ক-চিন্তাধারা আমরা কিভাবে অন্যকে দিতে পারি

আপনি হয়ত ভাবতে পারেন যে পরিণত মানুষেরা তাদের পরিপক্ক চিন্তাধারা স্বত:স্ফূর্তভাবে তাদের বাচ্চাদের দিয়েছে। তাদের কথা ও কাজের মাধ্যমে এটি প্রকাশ পেয়েছে। আমরা তাই ভাবতাম, কিন্তু বাস্তবে তা ঠিক নয়। অনেক বড়রাই তাদের পরিপক্ক চিন্তাধারা দেননি। সেটি কিভাবে সম্ভব?

প্রথমে দেখি কি পাওয়া গেছে। আমরা ও গবেষকরা বাবা-মা ও সন্তানের চিন্তাধারা পরীক্ষা করেছি। প্রতিটি ক্ষেত্রে অনেক বাবা মায়ের পরিপক্ক চিন্তাধারা রয়েছে, তবে তারা সেটি সন্তানদের মধ্যে প্রসারিত করেননি। আরেক

sklib.blogspot.com

পর্যবেক্ষণে গবেষকরা শিক্ষক ও ছাত্রদের চিন্তাধারা পরীক্ষা করেছেন। প্রতিটি ক্ষেত্রে অনেক টিচারের পরিপক্ক চিন্তাধারা রয়েছে। তবে তারা ছাত্রদের মধ্যে ব্যাপারটি স্থাপন করেননি। অন্যরকম ব্যাপার ঘটেছে।
সম্ভবত: কিছু বাবা মা ও শিক্ষকের মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারা রয়েছে। কিন্তু তার চেয়েও আকর্ষণীয় বিষয় আমরা দেখতে পেয়েছি। বড়দের চিন্তাধারা তাদের মস্তিষ্কে সীমাবদ্ধ আর বাচ্চারা সেটি সরাসরি দেখতে পায় না। বড়দের কিছু কাজ বেশ জোরালো আর বাচ্চারা সেগুলোই গ্রহণ করে। দুর্ভাগ্যবশত: এই কাজগুলো পরিপক্ক চিন্তাধারার পরিচয় বহন করে না। কাজেই ভিন্নরকম চিন্তাধারা বুঝানোর জন্য কি করা যায়?

প্রথমত: বিস্ময় নয়, সুনাম, বাবা-মায়ের প্রশংসা সন্তানদের চিন্তাধারাকে প্রভাবিত করে। মজার ব্যাপার হল প্রশংসাও সবসময় বাবা মায়ের চিন্তাধারার মত হয় না। এমনকি পরিপক্ক চিন্তাধারার বাবা মা'ও সন্তানদের যোগ্যতার সুনাম করে, তাদের শিক্ষা প্রক্রিয়াকে অবহেলা করে। এই ধারণাকে নাড়িয়ে দেয়া কঠিন যে বাচ্চাদের স্মার্ট বললেই তারা আত্মবিশ্বাসী হয়ে উঠবে।
দ্বিতীয়ত: এই প্রক্রিয়ায় বড়রা ছোটদের ভুল বা ব্যর্থতার ব্যাপারে প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারে। যখন কোন সন্তান হতাশ থাকে আর বাবা-মা সন্তানের যোগ্যতার বিষয়ে উদ্বিগ্ন হয়, বাচ্চাদের মধ্যে স্থির চিন্তাধারা কাজ করে। বাবা মা সন্তানের ব্যর্থতাকে অতিক্রম করে যেতে পারে, কিন্তু তাতে মনে হবে যে ব্যর্থতাও একটি বিষয়। কাজেই বাবা মা পরিপক্ক চিন্তাধারার হলেও সন্তান যখন হোঁচট খায়, বাবা মা তার আত্মবিশ্বাস বা নৈতিকতা নিয়ে উদ্বিগ্ন হতে পারে।
অন্যভাবে বলা যায়, প্রত্যেকদিন বাবা মা তাদের সন্তানদের শিখাচ্ছে যে ভুল, বাধা, বিষন্নতা এগুলো খারাপ না ভালো। যেসব বাবা-মা ভালো জিনিসের প্রতি আগ্রহ প্রকাশ করেন, তারা সন্তানদের মধ্যে পরিপক্ক চিন্তাধারা স্থাপন করেন।

তৃতীয়ত: টিচার যখন ছাত্রদের কিছু বুঝান বা কোন সূত্র, নিয়ম ও প্রক্রিয়া শিখতে বলেন, তখনও পরিপক্ক চিন্তাধারা স্থাপন করা যায়। গবেষণায় দেখা গেছে, টিচার যখন গভীরভাবে কোনকিছু বুঝান বা ছাত্রদের লক্ষ্য অর্জনে লেগে থাকেন, তখন তারা বিশ্বাস করে যে যোগ্যতা বাড়ানো যায়। অংকের টিচার যখন ছাত্রদেরকে গভীরভাবে কিছু বুঝান এবং তাদেরকে সবকিছু পুনরায় পড়তে (করতে ও তারা যে বুঝেছে, সেটা দেখাতে) বলেন, ছাত্ররা অংকে পরিপক্ক চিন্তাধারার দিকে এগিয়ে যায়। ছাত্ররা বিশ্বাস করে যে তারা অংকের মৌলিক জ্ঞানকে বৃদ্ধি করতে পারবে।
পক্ষান্তরে টিচার যখন অংকের ক্ষেত্রে কেবল কিছু সূত্র ও নিয়ম মুখস্থ করতে বলেন, তারা হয়ত চেষ্টা করে ধৈর্য্যের উপর জোর দেন, কিন্তু ছাত্ররা তাদের

skitubloggspot.com

যোগ্যতার কোন উন্নয়ন অনুভব করে না, তারা পরিপক্ক চিন্তাধারার দিকে এগিয়ে যায় না। অনেক শিক্ষক ক্লাসরুমে 'পরিপক্ক চিন্তাধারা' কথাটি বলে থাকেন, তবে তাদের শিক্ষা পদ্ধতি ও কার্যক্রমে সেই চিন্তাধারা খুঁজে পাওয়া যায় না।

অন্য গবেষণায় একই চিত্র দেখা গেছে। হাইস্কুলের ছাত্ররা তাদের অংক টিচার নিয়ে কথা বলছিল। তারা বলছিল সে যখন তারা আটকে যায়, অংক টিচার বলে, "তুমি কি করেছ, দেখাও, তুমি কি ভাবছ, বল আর এরপর কি করা যায়, দেখি।" যেসব ছাত্রকে ঠিক এভাবে বুঝানো হয়, লক্ষ্য অর্জনে সাহায্য করা হয়, তারা পরিপক্ক চিন্তাধারার দিকে এগিয়ে যায়।

তবু উচ্চমানের পরীক্ষা-নিরীক্ষার এই যুগেও অনেক শিক্ষক কেবল সূত্র, নিয়ম ও প্রক্রিয়া শেখার উপর জোর দেয়, এতে করে ছাত্রদেরকে স্থির চিন্তাধারার দিকে ঠেলে দেয়া হয় আর তাদের কার্যক্ষমতার অবমূল্যায়ন করা হয়। গভীর পড়াশুনা ছাড়া ভালো ফলাফলের আর কোন বিকল্প নেই।

আজকাল অনেক ছাত্র কেবল মুখস্থ করে। অনেক গবেষক ও শিক্ষকদের কাছ থেকে আমি শুনেছি যে ছাত্ররা মুখস্থ সূত্র, নিয়ম ও প্রক্রিয়ার সাথে প্রকৃত বিষয়বস্তুর তফাৎটুকু বুঝতে অক্ষম। পরিপক্ক চিন্তাধারার জন্য দুঃসংবাদ ছাড়াও আমাদের জাতির জন্য বিষয়টি ক্ষতিকর। কৌতুহল ও গভীর সমঝোতা থেকে সমাজে বৃহত্তর অবদানের জন্ম হয়। ছাত্ররা যদি গভীর পড়াশুনার মর্ম না বুঝে, তবে ভবিষ্যতের অবদান কোথা থেকে তৈরি হবে?

আমরা প্রথমেই অবাক হলাম একথা জেনে যে অনেক পরিণত মানুষরা তাদের পরিপক্ক চিন্তাধারা প্রজন্মকে দেয়নি। যাই হোক, এই গল্পের সারকথা হল যে বাবা মা, শিক্ষক ও কোচেরা নিজেদের মাথায় রেখে নয়, কাজের মাধ্যমে পরিপক্ক চিন্তাধারা দান করবে

sklilu.blogspot.com

আমাদের উত্তরাধিকার

বাবা মা, শিক্ষক ও কোচ হিসেবে মানুষের জীবনের সাথে আমরা জড়িত। তারা আমাদের দায়িত্ব ও উত্তরাধিকার। এখন আমরা জানি যে পরিপক্ক চিন্তাধারা আমাদের ও তাদের লক্ষ্য পূরণে সহায়ক ভূমিকা পালন করে।

আপনার চিন্তাধারা বৃদ্ধি করুন

*বাবা মায়ের প্রতিটি কথা ও কাজ সন্তানকে বার্তা দেয়। আগামীকাল আপনার বাচ্চাকে আপনি কি বলছেন ও কোন বার্তা পাঠাচ্ছেন, খেয়াল করুন। এই বার্তা কি বলছে, তোমার আচরণ স্থায়ী আর আমি তার বিচার করছি? নাকি বলছে তুমি উন্নয়নমুখী আর আমি তোমার উন্নতিতে আগ্রহী?

*প্রশংসাকে আপনি কিভাবে ব্যবহার করেন? মনে রাখবেন, বাচ্চার বুদ্ধিমত্তা বা মেধার সুনাম স্থির চিন্তাধারার জন্ম দেবে। তাদের আস্থা ও গতি দুর্বল হয়ে পড়বে। বরঞ্চ তাদের কৌশল, চেষ্টা বা পছন্দের দিকে নজর দিন। সন্তানের সাথে আপনার সম্পৃক্ততার সাথে সুনামকে যুক্ত করুন।

*আপনার সন্তান কোন রকম ঝামেলা করলে মনোযোগ দিয়ে লক্ষ্য করুন ও শুনুন। মনে রাখবেন যে গঠনমূলক সমালোচনা সন্তানকে বুঝতে সাহায্য করে যে কিভাবে কোনকিছু ঠিক করে নিতে হয়।

সন্তানকে কোন্ ধরনের গঠনমূলক সমালোচনা করেছেন, দিনের শেষে লিখে রাখুন।

*বাবা মায়েরা অনেক সময় সন্তানদের লক্ষ্য নির্ধারণ করে দেয়। মনে রাখবেন যে জন্মগত প্রতিভা কোন লক্ষ্য হতে পারেনা। দক্ষতা ও জ্ঞান বৃদ্ধিই মূল। বাচ্চাদের জন্য নির্ধারিত লক্ষ্যের ব্যাপারে যথেষ্ট মনোযোগী হতে হয়।

*আপনি যদি টিচার হয়ে থাকেন, মনে রাখবেন যে মান কমিয়ে দিলে বাচ্চাদের আত্মবিশ্বাস বাড়ে না, শিক্ষার পদ্ধতি না শিখিয়ে মান বাড়ালেও হয় না। আপনার পরিপক্ক চিন্তাধারা ছাত্রদের জন্য একটি উন্নত মানও নির্ধারণ করবে আর সে পর্যন্ত পৌছাতে তাদের সাহায্য করবে। যেকোন টপিক পরিপক্কতার সাথে উপস্থাপন করুন আর ছাত্রদের কর্মকান্ডকে সহায়তা করুন। যা ঘটবে, তা দেখে আপনি আনন্দিত হবেন।

skillul.blogspot.com

*আপনার কি মনে হয় ধীরগতিসম্পন্ন বাচ্চাগুলো কখনও শিখতে পারবে না? তারা কি নিজেদেরকে স্থায়ী নির্বোধ বলে মনে করে? বরঞ্চ বুঝতে চেষ্টা করুন

যে তারা কি বুঝতে পারেনি, আর শেখার কোন্ কৌশলটি তারা জানেনা। মনে রাখবেন যে মহান শিক্ষকেরা মেধা ও বুদ্ধিমত্তার বৃদ্ধিকে বিশ্বাস করে আর শিক্ষাপদ্ধতি দেখে চমৎকৃত হয়।

*আপনি কি স্থির চিন্তাধারার একজন কোচ? নিজের রেকর্ড ও সম্মানকে কি আপনি সবচেয়ে বেশি প্রাধান্য দেন? আপনি কি ভুল সহ্য করেন না? আপনি কি বিচারের মাধ্যমে আপনার খেলোয়াড়দের গতিশীল করতে চান? এগুলোই হয়ত আপনার খেলোয়াড়দের পিছিয়ে রেখেছে।
পরিপক্ক চিন্তাধারার মাধ্যমে চেষ্টা করুন। ত্রুটিমুক্ত খেলার পরিবর্তে ওদের বলুন পূর্ণ প্রতিজ্ঞা ও চেষ্টার মাধ্যমে খেলতে। বিচারের পরিবর্তে তাদের সম্মান করুন আর উন্নয়নে সাহায্য করুন।

*বাবা মা, শিক্ষক ও কোচ হিসেবে আমাদের মিশন হল মানুষের সম্ভাবনার উন্নয়ন ঘটানো, আসুন আমরা পরিপক্ক চিন্তাধারাও এছাড়া আরো কিছু থাকলে, তার সবটুকু ব্যবহার করি।

sklilu.blogspot.com

অষ্টম অধ্যায়
পরিবর্তিত চিন্তাধারা

পরিবর্তনের বিশ্বাসের উপর ভিত্তি করে পরিপক্ক চিন্তাধারার জন্ম আর মানুষকে বদলাতে দেখলে আমি বেশ সন্তুষ্ট হই। মানুষকে তার লক্ষ্যের দিকে এগিয়ে যেতে দেখার চেয়ে শ্রেয়ঃ আর কিছুই নেই। এই অধ্যায়টি সেইসব বড় ও ছোটদের নিয়ে রচিত, যারা নিজেদের যোগ্যতায় পথ খুঁজে পেয়েছেন। আর আমরা কিভাবে সেই পথ অনুসরণ করতে পারি।

পরিবর্তনের প্রকৃতি

আমার পরিবার যখন স্থানান্তরিত হল, আমি তখন প্রথম গ্রেডের মধ্যভাগে ছিলাম। হঠাৎ করে আমি একটি নতুন স্কুলে এলাম। টিচার, ছাত্র-ছাত্রী ও কাজ সবই অপরিচিত ছিল। ক্লাশের কাজ আমার কাছে ভয়ংকর মনে হল। আমার নতুন স্কুল পুরনো স্কুলের চেয়ে অনেক কঠিন, অন্ততঃ আমার কাছে তা-ই মনে হয়েছিল। তারা এমন অক্ষর লেখাচ্ছিল, যেগুলো আমি লিখতে জানতাম না। আর সবকিছু এমনভাবে হত যে আমি ছাড়া আর সবাই সেসব জানত। তাই টিচার যখন বললেন, "কাগজের বাম দিকে তোমরা নিজেদের নাম লেখ," আমি কিছুই বুঝলাম না।

কাজেই আমি কাঁদতাম। প্রতিদিন এমন সব ঘটনা ঘটত, যেগুলো আমি জানতাম না কিভাবে করতে হয়। প্রত্যেকবার আমি অসহায় ও উত্তেজিত হয়ে পড়তাম। কেন আমি টিচারকে বলতাম না, "মিসেস খান, আমি এসব শিখিনি। আমাকে কি একটু দেখিয়ে দেবেন?"

আমি যখন ছোট ছিলাম, একদিন বাবা-মা আমাকে টাকা দিয়ে বললেন অন্য বাচ্চাদের সাথে মুভি দেখতে যেতে। আমি যখন নির্দিষ্ট জায়গায় গিয়ে পৌছলাম আর নীচে তাকালাম, দেখলাম ওরা সবাই চলে যাচ্ছে। তাদের দিকে দৌড়ে গিয়ে চেঁচিয়ে "আমার জন্য দাঁড়াও" না বলে, আমি টাকা হাতে নিয়ে বরফের মত জমে গেলাম আর তাদের চলে যাওয়া দেখলাম।

কেন আমি তাদের থামাতে বা ধরতে চেষ্টা করিনি? কোন চেষ্টা না করে কেন আমি পরাজয় মেনে নিলাম? আমি জানি যে স্বপ্নে আমি বিপদের সময় যাদুকর বা সুপারহিউম্যান হয়ে যাই। এমনকি নিজের মধ্যে নিজের তৈরি করা একটি

sklib.blogspot.com

অতিমানবও রয়েছে। তবে বাস্তব জীবনে কেন আমি কারো সাহায্য চাইতে পারিনি বা কারুর জন্য অপেক্ষা করতে পারিনি?
কাজ করার সময় আমি এমন অনেক সম্ভাবনাময় ছেলেমেয়ে দেখেছি যারা কেবল হতাশার কারণে থেমে পড়েছে। এগিয়ে যাওয়ার জন্য তারা একটু কাজ করলেই হত। কিন্তু তারা করেনি। এরা স্থির চিন্তাধারার ছেলেমেয়ে। যখন কিছু ভুল হয়ে যায়, তারা অক্ষম ও অসহায় হয়ে পড়ে।
এখনও অনেক সময় কিছু ভুল হয়ে গেলে আমার মধ্যে এক ধরনের অক্ষমতা কাজ করে। এর মানে কি আমি বদলাইনি?

না, এর মানে হল পরিবর্তন সার্জারির মত নয়। আপনি যখন বদলাবেন তখনও পুরনো বিশ্বাস পুরোপুরি মুছে যাবে না। বরং নতুন বিশ্বাস তাদের পাশে জায়গা করে নেবে এবং সেগুলো শক্তিশালী হয়ে উঠলে আপনাকে চিন্তা, অনুভব ও কাজ করার ভিন্ন উপায় জানিয়ে দেবে।

বিশ্বাস সুখের চাবিকাঠি (এবং দুঃখেরও)

১৯৬০'এ সাইকিয়াট্রিষ্ট অ্যারন বেক যখন তার ক্লায়েন্টদের সাথে কাজ করছিলেন, তখন হঠাৎ বুঝতে পারলেন যে বিশ্বাসই তাদের সমস্যার কারণ। কিছুক্ষণ আগে তারা একধরনের উদ্বেগ বা হতাশায় ভুগলেন, তাদের মনের মধ্যে কিছু যেন টোকা দিয়ে গেল। অনেকটা এরকম : "ডঃ বেক ভাবছেন যে আমি অযোগ্য।" কিংবা "এই থেরাপি কাজ করবে না। আমি কখনও ভালো হব না।" এই ধরনের বিশ্বাস কেবল থেরাপি সেশনে নয়, তাদের জীবনেও নেতিবাচক অনুভূতি তৈরি করে।
এই বিশ্বাসগুলো মানুষ সচেতন অবস্থায় করে না। তবু বেক দেখলেন যে তিনি মানুষকে মনোযোগ দেয়ার ও শুনার ব্যাপারে শিখাতে পারবেন। আর তখন তিনি আবিষ্কার করলেন যে তিনি তাদের শিখাতে পারবেন কিভাবে এই বিশ্বাসের জন্য কাজ করা ও একে পরিবর্তন করা যায়। এভাবেই অন্যতম কার্যকরী কোগনিটিভ থেরাপির জন্ম।

সচেতনভাবে হোক বা না হোক, সব মানুষই কি ঘটছে, এর অর্থ কি এবং তার কি করা উচিত, এ বিষয়ে ভাবে। এভাবেই আমরা একটি গতিপথ অনুসরণ করি। কিন্তু অনেক সময় ব্যাখ্যা ভুল পথে চলে। কিন্তু মানুষ অনেক বাড়তি ব্যাখ্যা করে এবং উদ্বেগ, হতাশা, রাগ তাদের দখল করে।

sklilu.blogspot.com

চিন্তাধারা অনেকদূর যায়

মানুষের মস্তিষ্কের সেই ভাবনাগুলো ধারণ করে চিন্তাধারা। তারা বিশ্লেষণের প্রক্রিয়াকে পরিচালনা করে। স্থির চিন্তাধারা এমন এক আভ্যন্তরীণ স্বগতোক্তি তৈরি করে যা বিচারের উপর জোর দেয় : 'এর মানে হল আমি ব্যর্থ।' 'এর মানে হল তাদের চেয়ে আমি ব্যক্তি হিসেবে ভাল।' 'এর মানে হল আমি খারাপ স্বামী।' 'এর মানে হল আমার সঙ্গী স্বার্থপর।'

কয়েকটি গবেষণায় আমরা দেখেছি স্থির চিন্তাধারায় মানুষ প্রাপ্ত তথ্যের উপর ভীষণ জোর দেয়। তারা প্রতিটি তথ্যের চুলচেরা বিশ্লেষণ করে। ভালো কিছু বেশ শক্তিশালী ইতিবাচক স্তর তৈরি করে আর খারাপ কোনকিছু বেশ নেতিবাচক স্তর তৈরি করে।

পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষও ঘটনার উপর নজর রাখে, তবে তাদের আভ্যন্তরীণ স্বগতোক্তি নিজেকে বা অন্যকে এভাবে বিচার করে না। নিশ্চয়ই তারা ইতিবাচক ও নেতিবাচক তথ্যের প্রতি সংবেদনশীল কিন্তু তারা ব্যাপারগুলোকে শিখে ও গঠনমূলক কাজের ক্ষেত্রে ব্যবহার করে : আমি এখান থেকে কি শিখতে পারি? কিভাবে আমি উন্নতি করতে পারি? আরেকটু ভাল করার জন্য কিভাবে আমি আমার সঙ্গীকে সাহায্য করতে পারি?

কোগনিটিভ থেরাপি মূলতঃ মানুষকে শিখায় কিভাবে বিচারকার্যকে নিয়ন্ত্রণ করে পুরো বিষয়কে যুক্তিপূর্ণ করে তোলা যায়। ধরুন, অ্যালান একটি পরীক্ষায় খারাপ করল ও সমাপ্তি টানল যে "আমি নির্বোধ।"

কোগনিটিভ থেরাপি বিভিন্ন প্রশ্নের মাধ্যমে তাকে আসল সত্য বের করতে সাহায্য করবে : তোমার সমাপ্তির পক্ষে ও বিপক্ষে কি কি যুক্তি আছে? অ্যালানা তখন তার অতীতের প্রচেষ্টার লম্বা একটা তালিকা বর্ণনা করবে এবং হয়ত স্বীকার করবে, "মনে হয় নিজেকে যতটা অযোগ্য ভেবেছিলাম, ঠিক ততটা নয়।"

সে তখন হয়ত পরীক্ষায় তার খারাপ করার কারণ ভাবতে উৎসাহিত হবে এবং তার নেতিবাচক বিচার নিয়ন্ত্রিত হবে। অ্যালানা তখন শিখবে নিজের জন্য এই থেরাপি কিভাবে ব্যবহার করতে হয় এবং ভবিষ্যতে যখন সে নেতিবাচকভাবে বিচার করতে চাইবে, সে তা প্রত্যাখ্যান করবে ও ভালো বোধ করবে।

এভাবে কোগনিটিভ থেরাপি মানুষকে অনেক বেশি বাস্তবসম্মত ও আশাবাদী বিচারের ক্ষেত্রে সহায়তা করে। কিন্তু এটি তাকে স্থির চিন্তাধারা ও তার বিচারের

skillblogspot.com

বিশ্ব থেকে দূরে সরাতে পারেনা। এটি সেইসব মূল মতবাদ সামলাতে পারে না যে তাদের আচরণ সুনির্দিষ্ট ও তার প্রতিনিয়ত পরিমাপ করতে থাকে। অন্যভাবে বলা যায় বিচারের গন্ডি থেকে বের করে এটি পরিপক্কতার গন্ডিতে নিয়ে যেতে পারে না।

এই অধ্যায় বিচারকার্য থেকে পরিপক্কতার দিকে এগিয়ে যাওয়ার আভ্যন্তরীণ স্বগোতক্তির পরিবর্তন নিয়ে রচিত।

sklilu.blogspot.com

মাইন্ডসেট লেকচার

পরিপক্ক চিন্তাধারা বড় পরিবর্তন আসতে পারে জেনে মানুষ নিজেদের ও তাদের জীবন সম্পর্কে ভাবে।
তাই আমার আন্ডারগ্রাজুয়েট কোর্সে প্রতি বছর আমি ছাত্রদের এই চিন্তাধারাগুলো শিক্ষা দেই কেবল কোর্সের টপিক হিসেবে নয়, আমি জানি যে তারা কি ধরনের চাপের মধ্যে থাকে, সে কারণে। প্রতি বছর ছাত্ররা আমাকে জানায় যে এই ধারণা তাদের জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রকে কিভাবে বদলে দিয়েছে।

উদীয়মান লেখিকা ম্যাগী লিখেছে...
আমি বুঝতে পেরেছি যে শৈল্পিক বা সৃজনশীল বুদ্ধিমত্তার ক্ষেত্রে আমার মধ্যে স্থির চিন্তাধারা কাজ করেছে। আমি বিশ্বাস করতাম যে মানুষ জন্মগতভাবে শৈল্পিক বা সৃজনশীল এবং চেষ্টার মাধ্যমে এর উন্নয়ন সম্ভব নয়। এটি আমার জীবনে বিরূপ প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করেছে কারণ আমি সবসময় লেখক হতে চেয়েছি কিন্তু কোন লেখার ক্লাশে যোগ দিতে বা কাউকে সৃজনশীল লেখা দেখাতে ভয় পেয়েছি। এটি সরাসরি আমার চিন্তাধারার সাথে যুক্ত ছিল কারণ যেকোন নেতিবাচক সমালোচনা মানে হল যে আমি জন্মগতভাবে লেখক নই। নিজেকে প্রকাশ করতে ভীষণ ভয় পেতাম এই কারণে যে আমি হয়ত 'স্বভাবগত' নই।

এখন আপনার লেকচার শুনে আমি সিদ্ধান্ত নিয়েছি যে সৃজনশীল লেখার ক্লাশে আমি রেজিষ্টার করব। আর আমি এখন বেশ ভালো ভাবেই বুঝতে পেরেছি যে নিজের গোপন স্বপ্নকে প্রকাশের পথে কোন্ জিনিসটি অন্তরায় ছিল। আমি অনুভব করছি যে এই তথ্য আমাকে সমৃদ্ধ করেছে!
ম্যাগির আভ্যন্তরীণ স্বগোতক্তি বলেছিল : এমন করো না। লেখার ক্লাশে যেও না। নিজের লেখাকে আর কারুর সাথে শেয়ার করো না। এটি ঝুঁকির চেয়ে কম নয়। তোমার স্বপ্ন চূর্ণ হয়ে যাবে। একে বাধা দাও।
এখন বলছে : এটি কর। এটি ঘটতে দাও। যোগ্যতার উন্নয়ন ঘটাও। স্বপ্নের দিকে এগিয়ে যাও।

অ্যাথলেট জেসন বলেছিল :

কলাম্বিয়ার অ্যাথলেট স্টুডেন্ট হিসেবে আমি ছিলাম খুব বেশি স্থির চিন্তাধারার মানুষ। জয়লাভই ছিল সবকিছু আর শেখার কোন বিষয় ছিল না। যা-ই হোক

sklilu.blogspot.com

আপনার লেকচার শুনার পর আমি বুঝতে পারলাম যে আমার চিন্তাধারা ঠিক নয়। নিরবচ্ছিন্ন চেষ্টা করলে ম্যাচেও আমি যে অনেক ভালো অ্যাথলেট হতে পারব, সেটি বুঝতে পেরে প্রতিযোগিতার আগ পর্যন্ত শিখতে লাগলাম।

জেসনের আভ্যন্তরীণ স্বগোতক্তি বলেছিল, জয়লাভ কর, জয়লাভ কর। তোমাকে জিততেই হবে। নিজেকে প্রমাণ কর। সবকিছু এর উপর নির্ভর করে।
এখন বলছে : দেখ, শিখ, উন্নত হও। ভালো অ্যাথলেট হয়ে উঠবে।
আর সবশেষে প্রতিভাবান টনি :
হাই স্কুলে থাকাকালীন খুব কম পড়ে ও ঘুমিয়ে আমি সেরা গ্রেড পেতাম। আমি বিশ্বাস করতাম যে সবসময় এমনটি ঘটবে কারণ সবকিছু সহজে বুঝার ও মুখস্থ করার জন্মগত গুণ রয়েছে আমার। যাই হোক এক বছর ঘুমের ব্যাঘাত হওয়ার কারণে আমার বুঝার ক্ষমতা ও মুখস্থ বিদ্যা আগের মত রইল না। যখন আমার জন্মগত প্রতিভা যার উপর আমার পুরোপুরি আত্মবিশ্বাস ছিল (সংকল্প বা কঠোর পরিশ্রমের ঠিক বিপরীত), সেটা প্রশ্নের সম্মুখীন হল, নানা রকম চিন্তাধারার ব্যাপারে আপনার আলোচনার ঠিক আগমুহূর্ত পর্যন্ত আমি মারাত্মক রকম ব্যক্তিগত সংকটে ছিলাম। বুঝতে পারলাম যে আমার বেশির ভাগ সমস্যা নিজেকে স্মার্ট প্রমাণ করতে গিয়ে হয়েছে এবং ব্যর্থতাকে এড়িয়ে না গেলে আত্মধ্বংস থেকে নিজেকে ঠিক বের করে আনতে পারতাম।
টনির আভ্যন্তরীণ স্বগোতক্তি প্রথমে বলছিল, "আমি জন্মগত প্রতিভাবান। আমার পড়াশুনার দরকার নেই। আমার ঘুমের দরকার নেই। আমি সেরা।"

এরপর : উম্! আমি হেরে যাচ্ছি। আমি বুঝতে পারছি না। আমার মুখস্থ হচ্ছে না। আমি এখন কে?
এরপর : স্মার্ট হওয়ার কথা ভেব না। ব্যর্থতাকে এড়িয়ে যাওয়ার কথা ভেবনা। এতে আত্ম-ধ্বংস হয়। পড়তে শুরু কর ও ঘুমাও এবং নতুনভাবে পথ চলতে শুরু কর।
নিশ্চয়ই এই মানুষগুলোর বাধা ও হতাশা থাকবে এবং পরিপক্ক চিন্তাধারার সাথে সবসময় যুক্ত থাকাও সহজ নয়। কিন্তু এগুলো জানা থাকলেও কাজ দেয়। বড় লেখক, অ্যাথলেট বা প্রতিভাবানদের স্বপ্নরাজ্যে ডুবে থাকার বদলে পরিপক্ক চিন্তাধারা মানুষকে নিজের লক্ষ্য ও স্বপ্ন পূরণে উৎসাহ দেয়। আর তার চেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হল, এই চিন্তাধারা এগুলোকে বাস্তবায়ন করার উপায় দেখিয়ে দেয়।

sktite.blogspot.com

মাইন্ডসেট ওয়ার্কসপ

আমরা দেখেছি যে কিশোরকাল এমন একটি সময় যখন বাচ্চারা স্কুলে যেতে অনীহা প্রকাশ করে। তারা শিখতে না চাওয়ার জন্য নানারকম বৈরী আচরণ করে। এটা এমন এক সময় যখন ছাত্রছাত্রীরা তারুণ্যের সবচেয়ে বড় চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করে এবং বেশির ভাগ সময় স্থির চিন্তাধারায় নিজেদের মূল্যায়ন করে।
গত কয়েক বছর ধরে এইসব ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য আমরা এশটি ওয়ার্কসপ চালু করেছি। এটি তাদের পরিপক্ক চিন্তাধারা এবং স্কুলের কাজে সেটা ব্যবহার করতে শিখায়। তাদেরকে যা বলা হয়, তার কিছু অংশ এখানে রয়েছে :
অনেক মানুষ মনে করে যে ব্রেন খুব রহস্যময়। তারা বুদ্ধিমত্তা ও এর কাজ সম্পর্কে বেশি কিছু জানে না। যখন বুদ্ধিমত্তা নিয়ে ভাবে, তারা বিশ্বাস করে যে মানুষ স্মার্ট, সাধারণ ও নির্বোধ যেভাবে জন্মায়, সারা জীবন ঠিক তেমনই থাকে। কিন্তু নতুন গবেষণায় দেখা গেছে যে ব্রেন মাংসপেশীর মত, একে ব্যবহার করলে বদলায় ও শক্তিশালী হয়। আর বিজ্ঞানীরা প্রমাণ করেছেন যে শিখলে ব্রেন কিভাবে বাড়ে ও শক্তিশালী হয়।
আমরা তখন বর্ণনা দেই যে নতুন কিছু প্র্যাকটিস করলে ও শিখলে ব্রেন কিভাবে নতুন সংযোগ তৈরি করে ও বৃদ্ধি পায়।

যখন তুমি নতুন কিছু শিখ, ব্রেনের ক্ষুদ্র সংযোগগুলো বহুগুণ বেড়ে যায় ও শক্তিশালী হয়। মনকে শেখার জন্য যত বেশি চ্যালেঞ্জ করবে, ব্রেনের কোষ তত বেশি বেড়ে যায়। যাই যেসব জিনিসকে এক সময় খুব কঠিন বা অসম্ভব মনে হত, যেমন–বিদেশী ভাষা শিখা বা অ্যালজেব্রা করা, একদম সহজ হয়ে যায়। ব্রেন আগের চেয়ে শক্তিশালী ও স্মার্ট হয়ে উঠে।
আমরা যুক্তি দেই যে কথা বলতে পারেনা বলে বাচ্চাদের কেউ বিদ্রূপ করে না ও নির্বোধ বলেও ডাকেনা। তারা কেবল শেখেনি। আমরা ছাত্রদের দেখাই যে জীবনের প্রথম বছরগুলোতে বাচ্চারা যখন মনোযোগ দেয়, পৃথিবী দেখে ও কিছু করতে শিখে, তাদের ব্রেনের সংযোগগুলো কিভাবে বদলে যায়।
কয়েকটি সেশনের নানারকম কর্মসূচী ও আলোচনার মাধ্যমে ছাত্ররা শিখে যে কিভাবে পরিপক্ক চিন্তাধারাকে তাদের পড়াশুনা ও স্কুলের কাজে ব্যবহার করা যায়।
ছাত্ররা ব্রেন সম্পর্কে শিখতে ভালবাসে এবং আলোচনা খুব প্রাণবন্ত হয়। কিন্তু তারা নিজেদের সম্পর্কে সেসব মন্তব্য করে, সেগুলো অনেক বেশি চমকপ্রদ। আসুন জিমির ব্যাপারটি দেখা যাক, তৃতীয় অধ্যায়ে যাকে বেশ বেপরোয়া মনে

skilblogspot.com

হচ্ছিল। আমাদের প্রথম ওয়ার্কসপে তার অশ্রু সজল মন্তব্যে আমরা বিস্মিত হয়ে গেলাম, "আপনারা বুঝাতে চাচ্ছেন যে আমি নির্বোধ হতে পারব না?"

আপনি ভাবতে পারেন যে এই ছাত্রগুলো নিরুৎসাহিত, কিন্তু আমি দেখতে পাচ্ছিলাম যে তারা অতটা নিরাশ নয়। কেউ নিজেকে নির্বোধ ভাবতে চায় না। আমাদের ওয়ার্কসপ জিমিকে বলল, "তুমি তোমার মনের পূর্ণ অধিকারে আছ। সঠিকভাবে ব্যবহারের মাধ্যমে তুমি এর উন্নয়ন ঘটাতে পার।" আর ওয়ার্কসপ এগিয়ে যেতে যেতে জিমির টিচার তার সম্পর্কে বললেন :
যে জিমি কখনও কষ্ট করতনা ও ঠিক সময়ে বাড়ির কাজ শেষ করত না, সে অ্যাসাইনমেন্ট শেষ করার জন্য প্রচুর সময় দিল ও দ্রুত জমা দিল, যাতে আমি সেটা পড়তে পারি ও তাকে রিভাইস করার সুযোগ দেই। সে অ্যাসাইনমেন্টে বি+ পেল (আগে সে সি বা তার চেয়েও খারাপ পেত)।

ঘটনাক্রমে আমরা যা শুনতে চাই, টিচারেরা সেসব কথা সুন্দরভাবে আমাদেরকে বলেন না। আমাদের পরিপক্ক চিন্তাধারার ওয়ার্কসপে কে ছিলেন, তারা জানতেন না। কারণ আমাদের অন্য ওয়ার্কসপও ছিল। ঐ ওয়ার্কসপেও পড়াশুনার যোগ্যতা সম্পর্কে শেখানো হয়। আর ছাত্ররা সেখানে সাহায্যকারী টিচারদের ব্যক্তিগত মনোযোগ পেয়ে থাকে। কিন্তু তারা পরিপক্ক চিন্তাধারা ও এর প্রয়োগ সম্পর্কে শিখেছি।
টিচারেরা জানতেন না যে তাদের কোন্ ছাত্ররা কোন্ ওয়ার্কশপে যাচ্ছে, কিন্তু তারা জিমি ও আরো কিছু ছাত্রদেরকে পরিপক্ক চিন্তাধারার ওয়ার্কশপের বলে সনাক্ত করতে পেরেছে এবং জানিয়েছে যে পড়াশুনার ক্ষেত্রে তাদের মধ্যে সত্যিকারের পরিবর্তন এসেছে।

পরবর্তীতে আমি লক্ষ্য করলাম যে কিছু ছাত্রদের মধ্যে উন্নয়নের প্রতি তীব্র আগ্রহ জন্মেছে।...আর এর মান খুব খারাপ ছিল।...সে ৫২, ৪৬ ও ৪৯ থেকে ৬৭ ও ৭১ গ্রেডে উন্নীত হল।...সে অংকে বেশ উন্নতি করেছে।
এম এর মান গ্রেড লেভেল থেকে অনেক নীচে ছিল। কয়েক সপ্তাহ আগে সে লাঞ্চ পিরিয়ডে কিছু অতিরিক্ত, সাহায্য চাইল যাতে তার পরীক্ষার সে ভালো করতে পারে। তার গ্রেড ফেল থেকে উঠে এলো ৮৪ তে।

কে ও জে এর উৎসাহ ও আচরণে ইতিবাচক পরিবর্তন দেখা গেছে। তারা নিরবচ্ছিন্নভাবে পরিশ্রম করতে লাগল।

sxlibrary.blogspot.com

কিছু ছাত্রছাত্রী লাঞ্চ ব্রেক বা স্কুলের পরে অতিরিক্ত সাহায্যের আবেদন করল। এন আর এস এর মত ছাত্ররা বাড়তি সাহায্য নিয়ে পাস করল এবং নিজেদের উন্নয়নে উজ্জীবিত হল।

ওয়ার্কশপ ছাত্রদের গ্রেডে কোন প্রভাব ফেলছে কি'না, সেটা জানার জন্য আমরা তাদের অনুমতি সাপেক্ষে সেমিষ্টারের শেষে তাদের চূড়ান্ত ফলাফল দেখলাম। আমরা বিশেষতঃ তাদের অংকের গ্রেড দেখলাম, সেটাতে চ্যালেঞ্জের নতুন ধারণার প্রতিচ্ছবি দেখতে পেলাম।

ওয়ার্কশপের আগে বাচ্চাদের অংকের গ্রেড খুব খারাপ অবস্থায় ছিল। পরবর্তীতে তাদের গ্রেড অনেকদূর এগিয়ে গেছে। যারা অন্য ওয়ার্কশপে গেছে, তাদের চেয়ে এরা অনেক ভালো করেছে।

আট সেশন ব্যাপী পরিপক্ক চিন্তাধারার ওয়ার্কসপ এর বেশ প্রভাব ছিল। এটি ছাত্রদের ব্রেনের ক্ষমতাকে মুক্ত করে এবং তাদেরকে কাজ করতে ও লক্ষ্য অর্জন করতে উৎসাহিত করে। নিশ্চয় তারা যেসব স্কুলে পড়ত সেখানকার টিচারেরা তাদের প্রয়োজনের প্রতি সতর্ক ছিলেন ও তাদেরকে অতিরিক্ত সহায়তা করতেও প্রস্তুত ছিলেন। তবুও এই ওয়ার্কশপ চিন্তাধারা পরিবর্তনের ক্ষমতা প্রকাশ করে। অন্যান্য ওয়ার্কশপের ছাত্ররা তেমন উন্নতি করেনি। পড়াশুনার ক্ষমতা ও অন্যান্য ভাল জিনিসের আট সেশন ট্রেনিং সত্ত্বেও তাদের তেমন লাভ হয়নি। যেহেতু নিজেদের মন সম্পর্কে স্বতন্ত্রভাবে ভাবতে শিখেনি, সেসব দক্ষতাকে কাজে লাগাতে তারা উৎসাহী হয়নি।

sklilu.blogspot.com

ব্রেইনোলজি

ওয়ার্কশপের সমস্যা ছিল যে এটি চালানোর জন্য অনেকগুলো কর্মী প্রয়োজন ছিল। ব্যাপক আকারে এর অনুশীলন সম্ভব হয়নি। এছাড়া শিক্ষকেরা সরাসরি যুক্ত ছিলেন না। ছাত্রদের লক্ষ্য অর্জনে সাহায্য করার জন্য তারা বেশ বড় ভূমিকা রাখতে পারতেন। তাই আমরা সিদ্ধান্ত নিলাম যে এই ওয়ার্কশপ আমরা কম্পিউটার মডিউলে রেখে দেব এবং মডিউল অনুসারে টিচারেরা ক্লাসে তাদের সাহায্য করবে।

শিক্ষা, মিডিয়া ও ব্রেনের ক্ষেত্রে দক্ষ মানুষদের পরামর্শ নিয়ে আমরা ব্রেইনোলজি-প্রোগ্রাম চালু করলাম। সেভেন্‌স গ্রেডের ক্রিস ও ডালিয়াকে নিয়ে এটি তৈরি, যারা শান্ত, কিন্তু স্কুলের কাজ নিয়ে তাদের সমস্যা। ডালিয়া স্পেনিশ ও ক্রিস অংক নিয়ে সমস্যায় ডুবেছিল। খানিকটা পাগলাটে ব্রেইন সায়েন্টিষ্ট, ডঃ সেরাবাসের ল্যাবে তারা দেখা করল, যিনি তাদেরকে ব্রেইন ও এর যত্নও চাহিদা সম্পর্কে সব জানালেন। ব্রেন থেকে সর্বোচ্চ সাহায্য পাওয়ার সবকিছু (যেমন– ভালো ঘুমান, ঠিকমত খাওয়া ও পড়াশুনার ভালো কৌশল) তিনি শেখালেন এবং আরো শেখালেন কিছু শিখলে ব্রেন কিভাবে বাড়ে। এই কর্মসূচীতে দেখানো হয়েছে ক্রিস ও ডালিয়া স্কুলের কাজে কিভাবে এসব কাজে লাগিয়েছে।

এই কর্মসূচী ছাত্র-ছাত্রীকে ব্রেইনের চর্চা করায়, ছাত্র-ছাত্রীদের প্রকৃত সমস্যা ও পড়াশুনার কৌশলের ভিডিও দেখায়, ক্রিস ও ডালিয়ার জন্য পড়াশুনার প্ল্যানের পরামর্শ দেয়, তারা নিজেদের সমস্যা ও স্টাডি প্ল্যানের একটি জার্নাল রাখে।

এই কর্মসূচী কি ধরনের পরিবর্তন আনে, সে বিষয়ে সেভেন্‌স গ্রেডের ছাত্র-ছাত্রীদের কিছু লিখা নিম্নে দেয়া হল :

ব্রেইনোলজির পর আমি সবকিছুকে নতুন দৃষ্টিতে দেখছি। যেসব বিষয় আমার কাছে কঠিন মনে হত, আমি সেগুলোর জন্য চেষ্টা করছি ও দক্ষতা অর্জন করছি।...সময়কে আমি অনেক বেশি কাজে লাগাচ্ছি, প্রতিদিন পড়ছি আর প্রতিদিনের নোটগুলোকে রিভিউ করছি। এই কর্মসূচীতে যোগ দিয়ে আমি খুব আনন্দিত কারণ এটি ব্রেন সম্পর্কে আমার জ্ঞান বাড়িয়েছে।

ব্রেনের কাজ সম্পর্কে আমার মন বদলে গেছে এবং আমি কাজকে ভিন্নভাবে করি। আমি আরো বেশি করে চেষ্টা করব কারণ যত বেশি চেষ্টা করব, ব্রেইন তত বেশি কাজ করবে।

আমি একটা কথাই বলব যে ব্রেইনোলজি আমার গ্রেড বদলে দিয়েছে। এর যাত্রা শুভ হোক!

skilbd.blogspot.com

ব্রেইনোলজি আমার কাজ, পড়াশুনা ও স্কুলের কাজের প্র্যাকটিস করার ধরণ বদলে দিয়েছে। এখন আমি জানি যে ব্রেন কিভাবে কাজ করে আর আমি কিছু শিখলে কি ঘটে।

আমাদেরকে বেশি পড়াশুনা করানোর জন্য ও ব্রেইন তৈরিতে সাহায্য করার জন্য ধন্যবাদ। আমি দেখেছি যে আমার নিউরন বড় হয়েছে যেহেতু এর সংযোগ বেড়েছে।

টিচাররা আমাদের জানিয়েছেন যে নিরুৎসাহী ছাত্র-ছাত্রীরা এখন ব্রেইনোলজির কথা বলে। যেমন, তাদের শেখানো হয়েছে যে যখন তারা ভালভাবে পড়ে, তারা সেই পাঠ ক্ষণস্থায়ী স্টোরেজ (ওয়ার্কিং মেমোরি) থেকে দীর্ঘস্থায়ী স্টোরেজে (লং টার্ম মেমোরি) পাঠিয়ে দেয়। এখন তারা একে অন্যকে বলে, "লং টার্ম মেমোরিতে ওটা আমাকে তুলে রাখতে হবে।" "দুঃখিত, ঐ অংশটি আমার লং-টার্ম মেমোরিতে নেই।" "মনে হচ্ছে আমি কেবল ওয়ার্কিং মেমোরি কাজে লাগিয়েছি।"

টিচাররা আরো বলেছেন যে তারা প্র্যাকটিস, পড়াশুনা, নোট নেয়া বা মনোযোগ দেয়ার কথা বলে নিশ্চিত হচ্ছে যে তাদের নিউরাল সংযোগ যেন তৈরি হয়। এক ছাত্র যেমন বলেছে–

"হ্যাঁ, ব্রেইনোলজি প্রোগ্রাম অনেক সাহায্য করেছে...যখন আমি ভাবতে চেয়েছি কাজ করবো না, তখনই মনে পড়েছে যে কাজ করলে নিউরন বাড়বে।"

শিক্ষকেরাও বদলে গেছেন। তারা কেবল ছাত্রদের লাভের কথাই বলেন নি, নিজেদের অন্তর্দৃষ্টি কত বদলে গেছে, তাও বলেছেন। সুনির্দিষ্টভাবে তারা বলেছেন যে বুঝার জন্য ব্রেইনোলজি অপরিহার্য।

"সব ধরনের ছাত্রই শিখতে পারে। এমনকি যারা অংক ও আত্ম-নিয়ন্ত্রণ নিয়ে যুদ্ধ করে, তারাও।"

"আমার আরেকটু ধৈর্য্যশীল হতে হবে কারণ শিখার জন্য সময় ও প্র্যাকটিস দুটোরই প্রয়োজন।"

"ব্রেইন কিভাবে কাজ করে.... প্রত্যেকে ভিন্নভাবে শিখে। শিক্ষার বিভিন্ন রকম পদ্ধতি শেখাতে ব্রেইনোলজি আমাকে সাহায্য করে।"

আমাদের ওয়ার্কশপ বিশটি স্কুলের ছেলে-মেয়েদের কাছে নিয়েছিল। কিছু ছাত্র-ছাত্রী প্রথমদিকে সন্দেহপ্রবণ ছিল : "আমি ভেবেছিলাম এটা কেবল অবসর ও ভালো একটি কার্টুন কিন্তু আমি এটা শুনতে শুরু করলাম আর আমাকে যা করতে বলা হল, সব করলাম।

অবশেষে সব ছাত্র-ছাত্রীরাই অর্থপূর্ণ সুবিধার কথা রিপোর্ট করল।

sklilu.blogspot.com

পরিবর্তনের ব্যাপারে আরো কিছু

পরিবর্তন কি সোজা না কঠিন? শুনতে বেশ সহজ মনে হয়। পরিপক্ক চিন্তাধারা সম্পর্কে কেবল শিখলে মানুষ অনেক সময় চ্যালেঞ্জ নিতে থাকে ও কাজ করতে থাকে।

আরেকদিন আমার এক প্রাক্তন ছাত্রী আমাকে একটি গল্প শোনাল। প্রথমে একটু পিছিয়ে যাই। আমার বিভাগে কেউ যখন কোন গবেষণা জমা দেয়, সেটাতে কয়েক বছরের কাজের নমুনা থাকতে হয়। কয়েক মাস পর দশ বা সেই পরিমাণ পৃষ্ঠার একটি রিভিউ তার হাতে যায়। যদি সম্পাদক মনে করেন যে কাজটি সম্ভাবনাময়, তবে সেই ব্যক্তিকে ডেকে আনা হয় যাতে তিনি পুনরায় জমা দিতে পারেন।

আমার ছাত্রী আমাকে মনে করিয়ে দিল যে সে তার থিসিস রিসার্চ আমাদের সেরা জার্নালে জমা দিয়েছে। যখন রিভিউ এল, সে প্রচণ্ড হতাশ হল। তাকে বিচার করা হয়েছে, কাজটি গ্রহণযোগ্য হয়নি, সেইসাথে সেও ভেঙ্গে পড়েছে। সময় অতিক্রম হতে লাগল, কিন্তু সে আর রিভিউয়ের কাছে যায়নি বা সেই বিষয়ে কোন কাজ করেনি।

তখন আমি তাকে বললাম তার চিন্তাধারা বদলাতে। আমি বললাম, "দেখ, এটা তোমার ব্যাপারে নয়। এটা তাদের কাজ। তাদের কাজ হল সম্ভাব্য প্রতিটি ত্রুটি বের করা। তোমার কাজ হল, সেই সমালোচনা থেকে শেখা ও সেই বিষয়টি আরো ভালোভাবে তৈরি করা।" কয়েক ঘন্টার মধ্যে সে তার পেপার রিভাইস করে দিল, যেটা গৃহীত হল। সে আমাকে বলল, "আমি কখনও নিজেকে বিচার্য বলে মনে করব না। কখনও না। যখনই কোন সমালোচনা পাব, নিজেকে বলব, 'আরে, এটা তাদের কাজ, "আর আমার কাজ হল দ্রুত নিজেরটা সারা।"

কিন্তু পরিবর্তনও কঠিন।

মানুষ যখন স্থির চিন্তাধারার হয়, তার পিছনেও যুক্তি থাকে। জীবনের কোন একটা পর্যায়ে এর মাধ্যমে তারা লাভবান হয়েছে। এটি তাদের বলেছে তারা কে বা তারা কি হতে চায় (একটি স্মার্ট, প্রতিভাবান শিশু) আর এটি তাদের বলেছে কি করে (ভাল কাজ) হতে হয়। এভাবে এটি আত্মমূল্যায়নের একটি সূত্র দিয়েছে এবং অন্যদের প্রেম ও সম্মান পাওয়ার পথ খুঁজে দিয়েছে।

skillu.blogspot.com

শিশুরা মূল্যায়ন ও ভালবাসার যোগ্য– এই ধারণা তাদের জন্য অপরিহার্য এবং যদি কোন শিশু সেই মূল্য বা ভালবাসার ব্যাপারে অনিশ্চিত হয়ে পড়ে, স্থির চিন্তাধারা একটি সরল ও অকপট রাস্তা তাদের সামনে মেলে ধরে।
১৯০০ 'এর মাঝামাঝিতে সাইকোলজিষ্ট কারেন হার্ন ও কার্ল রজার্স ছেলে মেয়েদের আবেগজনিত উন্নয়নের কিছু সূত্রাবলী দিয়েছেন। তারা বিশ্বাস করতেন যে ছেলেমেয়েরা যখন বাবা-মায়ের গ্রহণযোগ্যতার ক্ষেত্রে অনিশ্চয়তায় ভোগে, তারা বেশ উদ্বিগ্ন হয়। জটিল পৃথিবীতে তারা হতাশ ও নিঃসঙ্গ হয়ে পড়ে। যেহেতু তাদের বয়স কম, তারা বাবা-মাকে প্রত্যাখ্যান করে বলতেও পারেনা, "আমার মনে হয় এটা আমি একাই পারব।" নিরাপত্তাবোধ ও বাবা মাকে জয় করার জন্য একটি উপায় তাদের খুঁজতে হয়।

হর্নি ও রজার্স দুজনেই বলেছেন যে সন্তানেরা একজন 'তৃতীয় পক্ষ' তৈরি বা কল্পনা করে, যাকে বাবা মা পছন্দ করবে। এই নতুন জন হল সে যাকে বাবা-মা খুঁজছে ও সে তাদের গ্রহণযোগ্যতা পাবে।
অনেক সময় এই পদক্ষেপগুলো পারিবারিক পরিস্থিতির সাথে খাপ খেয়ে যায়, সন্তানের জন্য কিছু নিরাপত্তা ও আশা বয়ে আনে।
সমস্যা হল এই নতুন জন, যার মত প্রতিযোগী, শক্তিশালী ও ভালো হতে সে চেষ্টা করে, সেটি স্থির চিন্তাধারার প্রতিকৃতি। সময়ের সাথে সাথে এই স্থির আচরণ নির্ণয় করে যে তারা কারা এবং এই আচরণকে বজায় রাখাই তাদের আত্মমূল্যায়নের মূল সূত্র হয়ে দাঁড়ায়।
চিন্তাধারার পরিবর্তন মানুষকে এসব পরিত্যাগ করতে বলে। এটি সহজ বিষয় নয় যে কল্পনার কারণে অনেক বছর ধরে নিজেকে তার মত করে তৈরি করা ও তার মত করে আত্মমূল্যায়ন করা। আর এটি সহজ নয় যে এমন এক চিন্তাধারার মাধ্যমে তাকে স্থানান্তরিত করা যেটা চ্যালেঞ্জ, কষ্ট, সমালোচনা ও বিপত্তিকে আলিঙ্গন করতে বলে।
আমি যখন স্থির চিন্তাধারা থেকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থানান্তরিত হচ্ছিলাম, প্রচন্ড অস্থির হয়ে পড়েছিলাম। যেমন, আমি বলেছিলাম যে স্থির চিন্তাধারার একজন মানুষ হিসেবে আমি প্রতিদিনের সফলতার একটি রেকর্ড রাখতাম। ভালো একটি দিনের শেষে ফলাফল (বুদ্ধিমত্তা, ব্যক্তিত্ব ও অন্য কিছুতে ভালো নম্বর) দেখে নিজের সম্পর্কে খুব ভাল বোধ করতাম। কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থানান্তরের পর রেকর্ড রাখা বন্ধ করা সত্ত্বেও অনেক রাতে মানসিকতা চেক করে দেখতাম সেখানে জিরো। জয় লাভ করতে পারব না ভেবে আমি খুব নিরাপত্তাহীনতায় ভুগতাম।

skill.blogspot.com

তার চেয়েও খারাপ ব্যাপার হল, যেহেতু আমি অনেক বেশি ঝুঁকি নিয়েছিলাম, দিন শেষে পিছন ফিরে দেখতাম এবং সমস্ত ভুল ও বাধাগুলো চোখে পড়ত। আর আমি খুব দুঃখিত হতাম।

তার চেয়ে বড় কথা, স্থির চিন্তাধারা খুশি মনে কাউকে ছেড়ে যায় না। স্থির চিন্তাধারা কারোর আভ্যন্তরীণ স্বগোতক্তি নিয়ন্ত্রণ করে, তবে খুব জোরালো কিছু এটি বলতে থাকে, যেমন– "তুমি কিছুই না।" তখনই আপনি ছুটে যাবেন ও কিছু নম্বর পাওয়ার চেষ্টা চালাবেন। স্থির চিন্তাধারা তখন আপনাকে নিয়ে গ্রহণ ও বর্জনের খেলায় মেতে উঠবে।

তখন আরেকটি উদ্বেগ জন্ম নেবে যে আপনি বুঝি আর আপনার হতে পারলেন না। আপনার মনে হবে সে স্থির চিন্তাধারা আপনাকে আকাঙ্খা, সীমা ও স্বাতন্ত্র্য দিয়েছিল। ভয় হবে যে আপনি বোধহয় অন্যদের মত চাকার একটি খাঁজে পরিণত হলেন। সাধারণ কিন্তু পরিপক্কতার দিকে এগিয়ে যাওয়া মানে নিজেকে আরো বেশি নিজের করে পাওয়া, কম করে নয়। পরিপক্ক চিন্তাধারার বিজ্ঞানী, শিল্পী, অ্যাথলেট ও সিইও'রা সাধারণের চেয়ে অনেক বেশি গতিশীল ছিলেন। তারা নিজেদের ব্যক্তিত্ব ও সম্ভাবনায় পূর্ণ বিকশিত মানুষ ছিলেন।

sklilu.blogspot.com

উন্নয়নের জন্য নিজেকে মুক্ত করে দেয়া

বইয়ের বাকী অংশের বেশির ভাগ আপনার সম্পর্কে। প্রথমে কিছু চিন্তাধারার প্র্যাকটিস, যেটাতে আমার হাত ধরে কিছু সমস্যার ভেতর দিয়ে আপনাকে যেতে হবে। প্রত্যেক ক্ষেত্রে প্রথমে আপনি স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া দেখবেন আর এরপর পরিপক্ক চিন্তাধারার সমাধানের ভেতর দিয়ে যাবেন।

প্রথম সমস্যা : কল্পনা করুন যে আপনি গ্র্যাজুয়েট স্কুলে আবেদন করেছেন। আপনি কেবল একটাতেই আবেদন করেছেন, কারণ এই স্কুল আপনার মনে গেঁথে আছে। যেহেতু অনেক মানুষই আপনার কাজকে বেশ চমৎকার বলেছে, আপনি আস্থাশীল যে এখানে আপনাকে নেয়া হবে, কিন্তু আপনাকে প্রত্যাখ্যান করা হল।

স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া : প্রথমে আপনি নিজেকে বললেন যে এটি বেশ প্রতিযোগিতামূলক, তাই এতে আপনি আশাহত হননি। সম্ভবতঃ তারা যতটুকু গ্রহণ করতে পারত, তার চেয়ে অনেক বেশি আবেদনপত্র হয়ে গেছে। এরপর আপনার মাথায় অন্য কণ্ঠস্বর বেজে উঠল। এটি আপনাকে বলল যে আপনি নিজেকে বোকা বানাচ্ছেন। এটি আপনাকে জানাল যে অ্যাডমিশন কমিটি আপনাকে বেশ সাধারণ হিসেবে নিয়েছে। কিছুক্ষণ পর নিজেকে আপনি বলতে লাগলেন যে এটি হয়ত সত্যি। আপনার কাজ হয়ত খুব সাধারণ, গড় মানের আর তারা সেটাই দেখেছে। তারা দক্ষ, সারাংশ হল যে আপনি মূল্যবান কেউ নন।

কিছুটা চেষ্টার ফলে আপনি পুনরায় নিজের প্রথম ও যুক্তিপূর্ণ অবস্থানে ফিরে গেলেন এবং কিছুটা আত্মপ্রশংসার মাধ্যমে ভাল বোধ করলেন। স্থির চিন্তাধারার (আর বেশিরভাগ কোগনিটিভ থেরাপির ক্ষেত্রে) ক্ষেত্রে বিষয়টির এখানে সমাপ্তি। আপনি আত্মমর্যাদা ফেরত পেয়েছেন, তাই কাজও শেষ। কিন্তু পরিপক্ক চিন্তাধারার ক্ষেত্রে এটি হত প্রথম পদক্ষেপ। মাত্র নিজের সাথে কথা বলেছেন। এখন শিক্ষা ও আত্মোন্নয়নের অংশ শুরু।

পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ : আপনার লক্ষ্যের কথা ভাবুন ও একে অর্জনের জন্য আপনি কি করতে পারেন, সেটি ভাবুন। নিজেকে সফল করার জন্য আপনি কি পদক্ষেপ নিতে পারেন? কি তথ্য আপনি সংগ্রহ করতে পারেন?

বেশ, আপনি হয়ত পরবর্তী সময়ে অন্যান্য স্কুলে আবেদন করতে পারেন বা এই সময়ের মধ্যে আরো তথ্য যোগাড় করে জানতে পারেন যে ভালো আবেদনপত্র

skilu.blogspot.com

কি করে তৈরি হয়। তারা কি চাচ্ছে? কোন্ অভিজ্ঞতাকে তারা মূল্যায়ন করছে? পরবর্তী আবেদনের পূর্বে আপনি সেই অভিজ্ঞতা অর্জন করতে পারেন।

যেহেতু এটি একটি সত্যি কাহিনী, আমি জানি সেই আবেদনপ্রার্থী কি পদক্ষেপ নিয়েছিল। তাকে জোরালো কিছু পরিপক্ক চিন্তাধারার উপদেশ দেয়া হয়েছিল এবং কয়েকদিন পর সে স্কুলে কল করল। যখন সে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিকে পেল, পরিস্থিতি জানিয়ে তাকে বলল, "আপনাদের সিদ্ধান্তকে আমি অসম্মান করতে চাই না। আমি শুধু জানতে চাই ভবিষ্যতে আবেদন করতে হলে সেটা কিভাবে করতে হবে। আপনি যদি এ বিষয়ে একটু সাহায্য করেন, আমি কৃতজ্ঞ থাকব।" সাহায্য চাওয়ার সৎ উদ্দেশ্যকে কেউ অবজ্ঞা করে না। কিছু দিন পর সেই ব্যক্তি তাকে ফোন দিল ও অ্যাডমিশন নিতে বলল। এটি অনেকটা আন্তরিক আহ্বানের মত ছিল। তার আবেদনের ভিত্তিতে পুনরায় বিবেচনা করে ডিপার্টমেন্ট মনে করল যে তারা আরেকজনকে নিতে পারবে। এছাড়া তার আগ্রহকে তারা পছন্দ করেছিল।

সে অভিজ্ঞতা থেকে শেখার ও ভবিষ্যতে আবেদন করার জন্য তথ্য খুঁজে বেড়াচ্ছিল। এক্ষেত্রে তাকে আর আবেদনপত্র নিয়ে মাথা ঘামাতে হয়নি। নতুন গ্রাজুয়েট প্রোগ্রামে সে সরাসরি ঢুকে শিখতে আরম্ভ করল।

কিছু প্ল্যান কাজে লাগানো যায়, কিছু যায় না

স্কুলে ফোন করে আরো তথ্য সংগ্রহের চেষ্টা করাই ছিল আমাদের আবেদনকারীর মূল প্রতিক্রিয়া। এটি সহজ ছিল না। প্রতিদিন মানুষ কঠিন কাজ করার প্ল্যান করে, কিন্তু কাজটি করে না। তারা ভাবে, "আমি কাল করব" এবং তারা প্রতিজ্ঞা করে যে পরদিন করবেই। পিটার গলউইজার ও তার সহকর্মীর গবেষণায় দেখা গেছে যে কঠিন শপথও অর্থহীন হয়ে যায়। এরপর দিন ও তার পরদিনও এসে চলে যায়।

স্বচ্ছ ও সুনির্দিষ্ট প্ল্যান কাজে লাগান যায় : "আগামীকাল ব্রেকের সময় এক কাপ চা খাব, অফিসের দরজা বন্ধ করব ও গ্রাজুয়েট স্কুলে ফোন করব।" বা, অন্যক্ষেত্রে : "বুধবার সকালে ঘুম থেকে উঠে দাঁত ব্রাশ করার পর আমি ডেস্কে বসব ও রিপোর্ট লিখব।" কিংবা : "আজ রাতে ডিনারের ডিশ ধোয়ার পর আমি আমার স্ত্রীর সাথে রুমে বসব ও আলোচনা করব। আমি তাকে বলব, 'প্রিয়তমা, আমি এমন কিছু বলতে চাই যেটা আমার ধারণা আমাদের সুখী করবে।"

আপনার যা করতে হবে, যা শিখতে চান বা যে সমস্যা সমাধান করতে চান, সেসব বিষয়ে ভাবুন। সেসব কি কি? এমন নির্দিষ্ট একটি পরিকল্পনা করুন।

kutubbogspot.com

কখন আপনি প্ল্যানটা কাজে লাগাবেন? কখন আপনি এটি করবেন? কিভাবে করবেন? খুঁটি নাটি ভেবে নিন।

এধরনের সুনির্দিষ্ট প্ল্যান, যেটা কখন, কোথায় ও কিভাবে কাজে লাগাবেন আপনার জানা আছে, আপনাকে সফলতার খুব কাছাকাছি পৌঁছে দেবে।
কাজেই পরামর্শটি কেবল পরিপক্ক চিন্তাধারার প্ল্যান বানানো নয়, পরিচ্ছন্ন ধারণা নিয়ে সুনির্দিষ্ট উপায়ে সেটিকে কার্যকরী করা।

ভালো না লাগলেও কাজ করা

কয়েক প্যারাগ্রাফ পিছিয়ে যাওয়া যাক যেখানে গ্রাজুয়েট স্কুল আপনাকে প্রত্যাখ্যান করেছে। মনে করুন যে আপনার পদক্ষেপ ব্যর্থ হয়েছে। এখনও আপনি পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ নিয়ে আছেন। আপনার হয়ত খারাপ লাগছে, কিন্তু আপনি এখনও তথ্য অনুসন্ধান করছেন।
অনেক সময় কোন বাধা আসলে আমি নিজের সাথে আলোচনা করি যে এর মানে কি এবং কিভাবে একে সামলানো যায়। আমার ঘুমাতে যাওয়ার আগ পর্যন্ত সব ঠিক থাকে। আর ঘুমালেই শুরু হয় হতাশা, ব্যর্থতা, প্রত্যাখ্যান বা যা ঘটেছে, তার স্বপ্ন। একদিন একটা কাজে ব্যর্থ হওয়ার পর যখন ঘুমাতে গেলাম, দেখলাম : আমার চুল পড়ে গেছে, দাঁত পড়ে গেছে, বাচ্চা মারা গেছে ইত্যাদি। আরেক সময় আমি যখন প্রত্যাখ্যাত হলাম, ঘুমের মধ্যে আমি বাস্তব ও অবাস্তব নানারকম প্রত্যাখ্যানের স্বপ্ন দেখলাম। প্রতিটি ক্ষেত্রে একটি ঘটনা ঘটছে আর আমার সংবেদনশীল কল্পনা নানা রকম বৈচিত্র্য জোগাড় করে আমার সামনে উপস্থাপন করছে। যখন জেগে উঠলাম, মনে হচ্ছিল এতক্ষণ যুদ্ধ করছিলাম।
এসব না ঘটলেই ভাল হত, কিন্তু এগুলো সম্পৃক্ত নয়। আমি ভাল বোধ করলে কাজে নামতে পারলে ভালো হত, কিন্তু এটা কোন ব্যাপারই নয়। প্ল্যান প্ল্যানই। পরিপক্ক চিন্তাধারার হতাশ ছাত্রের কথা মনে আছে? যত খারাপ বোধ করত, তত বেশি উৎপাদনশীল কাজ করত। কোন কাজকে যত কম পছন্দ করত, সেটাকে আরো বেশি করে করত। জটিল কাজটি হল একটি সুনির্দিষ্ট, পরিপক্ক চিন্তাধারার কাজ করা ও তাতে লেগে থাকা।

সেরা ড্রাফট বেছে নেয়া

শেষের সমস্যাটি মনে হচ্ছিল কঠিন, কিন্তু বাস্তবে একটি ফোন কলে তা সমাধান হয়ে গিয়েছিল। এখন কল্পনা করেন যে আপনি একজন সম্ভাবনাময় কোয়ার্টার ব্যাক। মূলতঃ আপনি কলেজ ফুটবলের সেরা পুরস্কার হেইস্মান ট্রফি

sklilu.blogspot.com

জিতেছেন। আপনার স্বপ্নের দল ফিলাডেলফিয়া ঈগল্‌স্‌ এর সেরা ড্রাফট পিক করেন আপনি। তাহলে সমস্যা কোথায়?

দ্বিতীয় সমস্যা : চাপ উপচে পড়ছে। আপনি খেলতে চাচ্ছেন, কিন্তু প্রত্যেকবার তারা আপনাকে পরীক্ষামূলক ভাবে খেলাচ্ছে, আপনি উদ্বিগ্ন হচ্ছেন ও মনোযোগ হারাচ্ছেন। আপনি যেকোন চাপ নেয়ার মত ঠান্ডা মেজাজের, কিন্তু এখানে উল্টো হচ্ছে। এখন আপনি দেখছেন যে বারশ পাউন্ডের দৈত্যাকৃতি মানুষেরা আপনার দিকে এগিয়ে আসছে। তারা আপনার কল্পনার বাইরে দ্রুততর। আপনি কোণঠাসা হয়ে পড়েছেন...অসহায়।
স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া : আপনি নিজেকে এই ভেবে শাস্তি দিবেন যে কোয়ার্টারব্যাক হল নেতা আর আপনি নেতা নন। কিভাবে আপনি আপনার সঙ্গীর আত্মবিশ্বাসকে উৎসাহ দেবেন যখন আপনি তাকে ভালো কোন পাস দিতে পারেন নি? বিষয়টি আরো নাজুক হয়ে গেছে, যখন ঘোষক প্রশ্ন করছে যে, ঐ ছেলের কি হয়েছে যে ঘুরে বেড়াচ্ছে?
অপমানের জ্বালা কমানোর জন্য আপনি নিজেকে নিজের মধ্যে রাখলেন আর খেলা শেষ হওয়া মাত্র লকার রুমে ঢুকে গেলেন।

এভাবে কি সফল হওয়া যায়? আপনার কি পদক্ষেপ নেয়া উচিত ছিল? যে সুযোগ হারিয়েছেন, কিভাবে সেগুলো ব্যবহার করা যেত, চিন্তা করুন। তবে প্রথমে আপনার চিন্তাধারাকে ঠিক করুন।
পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ : পরিপক্ক চিন্তাধারায় আপনি নিজেকে বলেন যে পেশাদার হওয়ার জন্য অনেক কিছু করতে হয়, তন্মধ্যে একটি হল খাপ খাইয়ে চলা ও শেখা। এমন অনেক বিষয় আছে যেগুলো আপনি জানেন না আর এখন সময় হয়েছে সেসব জেনে নেয়ার।
আপনার উচিত অভিজ্ঞ কোয়ার্টারব্যাকদের সাথে সময় কাটানো, তাদেরকে প্রশ্ন করা ও তাদের সাথে টেপ দেখা। নিজেকে না লুকিয়ে বরং আলাপ করুন যে কলেজের খেলা থেকে এটা কতটা ভিন্ন। তারাও আপনাকে জানাবে যে তাদেরও একই ধারণা। মূলতঃ তখন তারা তাদের অপদস্থ হওয়ার কিছু গল্প আপনাকে শোনাবে।
তাদের কাছে জানতে চান যে প্রাথমিক সমস্যা কাটানোর জন্য তারা কি করেছিল এবং তারা তাদের শারীরিক ও মানসিক কৌশল আপনাকে শিখাবে। যখন আপনি দলের সাথে ঘনিষ্ঠ হয়ে উঠবেন, দেখবেন যে ওরা আপনাকে সাহায্য করছে, বিচার বা ছোট করছে না।

sklib.blogspot.com

যেসব মানুষ বদলাতে চায় না
অধিকার : পৃথিবী আপনার কাছে ঋণী

স্থির চিন্তাধারার অনেক মানুষ ভাবে যে পৃথিবীর পরিবর্তন দরকার, তাদের নয়। তারা ভাবে যে আরো ভালো চাকরি, ঘর বা সঙ্গী তাদের পাওনা ছিল। পৃথিবীর উচিত ছিল তাদের বিশেষ গুণকে চিনে নেয়া ও সেইভাবে মূল্য দেয়া। আসুন, পরবর্তী সমস্যার দিকে যাওয়া যাক আর নিজেকে সেই পরিস্থিতিতে কল্পনা করুন।

পরবর্তী সমস্যা : ভাবুন, "আমি এখানে, এত ছোট কাজ করি! এটি অন্যায়। আমার মত মেধা নিয়ে এই কাজ করা উচিত নয়। আমার উচিত বড়দের সাথে থাকা, চমৎকার জীবন উপভোগ করা।" আপনার বস মনে করেন যে আপনার আচরণ ভালো নয়। যখন দায়িত্ববান কারুর প্রয়োজন পড়ে, তিনি আপনার কথা ভাবে না। প্রমোশনের বিষয়েও তিনি আপনার নাম মনে করেন না।

স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া : আপনি তিক্তভাবে বলেন, "সে আমাকে হুমকি মনে করে।" স্থির চিন্তাধারা আপনাকে বলে যে আপনাকে ব্যবসার উপরের স্তরে রাখা উচিত। আপনার মানসিকতা অনুযায়ীআপনার প্রতিভা মানুষের দেখা উচিত ও সম্মান করা উচিত। যেহেতু তারা করেনি, এটি ন্যায্য নয়। আপনি কেন বদলাবেন? আপনি কেবল আপনার অধিকার চান।

কিন্তু নিজেকে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থাপন করলে নতুন কি ভাববেন আর কি কি পদক্ষেপ গ্রহণ করবেন? আর এই নতুন ভাবনার উপর আপনি কিভাবে কাজ করবেন?

বেশ, আপনি আরো পরিশ্রম করতে পারেন ও কর্মক্ষেত্রে অন্যদের সাহায্য করতে পারেন। নিজের অবস্থান নিয়ে মাথা না ঘামিয়ে আপনি ব্যবসায় আরো সময় দিতে পারেন। আসুন দেখা যাক ব্যাপারটা কি দাঁড়ায়।
পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ : আসুন প্রথমে পরিষ্কার হয়ে নিই। অনেকদিন ধরে সেরা হওয়ার আশা ত্যাগ করার চিন্তাটা মনে ভয় ধরিয়ে দিচ্ছে। আপনি সাধারণ, গড়পড়তা মানুষ হতে চান না। যাদেরকে আপনি ছোট করে দেখেন, তাদের চেয়ে বেশি মূল্যবান হতে না পারলে কিভাবে আপনার ভাল লাগবে?

shikhbd.blogspot.com

আপনি এই ভাবনা দিয়ে শুরু করুন যে কিছু মানুষ সংকল্প ও চেষ্টার কারণে স্বতন্ত্র থাকে। একটু একটু করে চেষ্টা বাড়াতে থাকুন আর দেখুন যে সম্মানও কিভাবে বেড়ে যাচ্ছে।

যদিও ধীরে ধীরে আপনি মেনে নিচ্ছেন যে চেষ্টা খুব গুরুত্বপূর্ণ, কিন্তু এটা মানতে পারছেন না যে এর কোন নিশ্চয়তা নেই। আপনি কাজ করছেন, কিন্তু তার ফল পাচ্ছেন না, এটা আসলেই ন্যায়সঙ্গত নয়। অর্থাৎ আপনি শ্রম দিচ্ছেন আর প্রমোশন পাচ্ছে অন্য কেউ। অনৈতিক!

আপনি চেষ্টা করার ও শিখতে চাওয়ার অনেক আগে থেকেই এটি হয়ে আসছে। কর্পোরেট সিঁড়ির নীচে থাকাটা অপমানজনক মনে করার চেয়ে বরং অনেক কিছু শিখে নিন, যেটা উপরে যাওয়ার জন্য প্রয়োজন হয়। কোম্পানীর খুঁটিনাটি জানা থাকলে পরবর্তীতে বেশ বড় সুযোগ পাওয়া যায়। পরিপক্ক চিন্তাধারার সেরা সিইও'রা তাদের কোম্পানীর আগাগোড়া সমস্ত কিছু জানে।

সহকর্মীর সাথে আলাপ করাকে সময় নষ্ট না ভেবে সম্পর্ক গড়ে তুলুন। এটি সন্তুষ্টির একটি নতুন সূত্র হতে পারে। বলতে পারেন যে বিল মারে ও তার গ্রাউন্ডহগ ডে'র অভিজ্ঞতার পদাঙ্ক অনুসরণ করছেন।

যেহেতু আপনি অনেক বেশি পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষ হয়ে উঠছেন, আপনি দেখে অবাক হবেন যে মানুষ আপনাকে কিভাবে সাহায্য করছে, সমর্থন দিচ্ছে। আপনার পাওনা দিতে তারা আর অস্বীকার করছে না। তারা নির্দিষ্ট একটি লক্ষ্যের দিকে একযোগে এগিয়ে যাচ্ছে। বিষয়টি দারুণ, আপনি অন্যান্য মানুষদের আচরণ বদলাতে চেয়েছেন আর পেরেছেনও।

পরিশেষে স্থির চিন্তাধারায় অনেক মানুষ বুঝতে পারে যে তাদের বিশেষত্বের আবরণ নিজেকে নিরাপদ, শক্তিশালী ও মূল্যবান রাখার একটি বর্ম বিশেষ। এটি প্রথমদিকে তাদেরকে রক্ষা করলেও পরবর্তীতে তাদের বৃদ্ধিকে বাধা দিয়েছে, আত্মপরাজয়ে বাধ্য করেছে এবং সন্তোষজনক, পারস্পরিক সম্পর্ক স্থাপনে বাধা দিয়েছে।

ড্যানিয়েল : আমার জীবন নিখুঁত

স্থির চিন্তাধারার মানুষ অনেক সময় সমস্যা থেকে দূরে থাকে। যদি তাদের জীবনে কোন খুঁত পাওয়া যায়, তারা ভেঙ্গে পড়ে। সবকিছু ঠিক আছে, এটা বিশ্বাস করানোটা সহজতর হয়ে উঠে। এই সমস্যাটা দেখা যাক।

সমস্যা : আপনার সব আছে। চমৎকার পেশা, প্রেমময় স্ত্রী, সুন্দর ছেলেমেয়ে ও বিশ্বস্থ বন্ধু সবকিছু আছে। কিন্তু তন্মধ্যে একটি ঠিক নেই। আপনার অজান্তে আপনার দাম্পত্য জীবন শেষ হতে চলেছে। এমন নয় যে আপনি ইঙ্গিত পান

sktite.blogspot.com

নি, কিন্তু আপনি ভুল ব্যাখ্যা করেছেন। আপনি 'পুরুষ' বা 'স্ত্রী' হিসেবে হয়ত ভূমিকা পালন করেছেন, কিন্তু সঙ্গীকে পর্যাপ্ত সময় দেন নি। যখন আপনি সজাগ হলেন ও লক্ষ্য করলেন, তখন অনেক দেরি হয়ে গেছে। আপনার সঙ্গী মানসিকভাবে সম্পর্ক থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে গেছে।

স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া : আপনি সবসময় ডিভোর্সী মানুষদের জন্য দুঃখ প্রকাশ করেন। এখন আপনি নিজে তাদের একজন। আপনি নিজের সব সম্মান হারিয়েছেন। আপনার সঙ্গী, যে আপনাকে ঘনিষ্ঠভাবে চিনে, সে আর আপনাকে চায় না।

অনেক দিন ধরে আপনি নিজেকে এটাও বুঝাতে পারেননি যে আপনার সন্তানেরাও আপনাকে ছাড়া ভাল থাকে। আপনার গুরুত্ব আদৌ আছে কি'না, সেটা বুঝতেও আপনার সময় লেগেছে। এখন সবচেয়ে কঠিন অংশটি হল, যদিও আপনি আগের চেয়ে কিছুটা ভাল বোধ করছেন, এখনও স্থির চিন্তাধারায় রয়ে গেছেন। আপনি এখন পুরো জীবনটাকে বিচার করতে শুরু করেছেন। ভালো সবকিছুর জন্য আপনার ভেতরের কণ্ঠস্বর বলছে; আমি হয়ত সবকিছু মিলিয়ে ঠিক আছি। খারাপ যা কিছু ঘটেছে, তার জন্য আপনার কণ্ঠস্বর বলছে, আমার সঙ্গী ঠিক ছিল। যেকোন নতুন মানুষকেই আপনি এখন বিচার করা শুরু করেছেন।

পরিপক্ক চিন্তাধারার দৃষ্টিভঙ্গি থেকে আপনার বিয়ে ও জীবন সম্পর্কে আপনি পুনরায় আর কি ভাবতে পারেন? আপনি আপনার স্ত্রীর কথা শুনতে ভয় পেতেন কেন? আপনি কি করতে পারতেন? আপনার এখন কি করা উচিত?

পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ : প্রথমতঃ যে বিয়েকে আপনি বেশ ভাল মনে করেছেন, সেটা একদিনে খারাপ হয়নি বা সবসময় খারাপ ছিল না। পরিচর্যার অভাবে এটি ধীরে ধীরে খারাপ হয়েছে। আপনার ভাবা দরকার যে আপনি ও আপনার সঙ্গী এই সম্পর্কে কতটুকু অবদান রেখেছেন। এবং আরো ঘনিষ্ঠ থাকার ও শেয়ার করার অনুরোধ আপনি কেন রাখতে পারেন নি।

বিশ্লেষণ করতে গিয়ে স্থির চিন্তাধারায় আপনি টের পেলেন যে সঙ্গীর অনুরোধকে সমালোচনার দৃষ্টিতে বিচার করে আপনি তার গুরুত্ব দেননি। আপনি আরো টের পেলেন যে কিছু ক্ষেত্রে আপনার ভয় হচ্ছিল যে সঙ্গীর অনুরোধ আপনি হয়ত রাখতে পারবেন না। কাজেই বিষয়গুলো সঙ্গীর সাথে আলোচনা করার পরিবর্তে আপনি এই ভেবে চুপ থাকলেন যে সময়ের সাথে এর আর গুরুত্ব থাকবে না।

যখন কোন সম্পর্কে তিক্ততা আসে, নিজেদেরকে বিচার না করে এইসব বিষয়ের গভীরে যেতে হয় যাতে ভয়কে অতিক্রম করে, যোগাযোগের পরিমাণ বাড়িয়ে

skitbloggar.com

আমরা ভবিষ্যতে ভালো একটি সম্পর্ক তৈরি ও রক্ষা করতে পারি। পরিপক্ক চিন্তাধারা মানুষকে বিচার বা তিক্ততা নয়, সমঝোতা ও যোগ্যতার ভিত্তিতে এগিয়ে যেতে সাহায্য করে।

কেউ কি আপনাকে কিছু বলার চেষ্টা করছে যেটা আপনি শুনছেন না? পরিপক্ক চিন্তাধারা নিয়ে অগ্রসর হন ও আবার শুনুন।

sklilu.blogspot.com

আপনার সন্তানের চিন্তাধারা বদলান

আমাদের অনেকের সন্তানেরা, আমাদের সবচেয়ে মূল্যবান সম্পদ, স্থির চিন্তাধারায় স্থাপিত। আপনি ব্যক্তিগতভাবে তাদেরকে একটি ব্রেইনোলজি ওয়ার্কশপ দিতে পারেন। এর কিছু প্রক্রিয়া নীচে দেয়া হল :

অকালপক্ক স্থির চিন্তাধারা

যেসব বাচ্চারা স্থির চিন্তাধারা প্রয়োগ করে, তাদের বেশিরভাগই শৈশবে এর প্রতি গভীর বিশ্বাস রাখেনা। কিন্তু কিছু বাচ্চা খুব কম বয়সে তা গ্রহণ করে।

সমস্যা : ভাবুন যে একদিন আপনার ছোট ছেলে স্কুল থেকে এসে আপনাকে জানাল, "কেউ কেউ স্মার্ট হয় আর কেউ কেউ নির্বোধ হয়। তাদের ব্রেন খারাপ।" আপনি খুব বিব্রত। স্কুলে অভিযোগ করার অভিপ্রায়ে জানতে চাইলেন, "তোমাকে এসব কে বলেছে?" সে খুব গর্বের সাথে জানাল, "আমি নিজে বের করেছি।" সে দেখেছে যে কিছু ছেলেমেয়ে তাদের বর্ণমালা খুব তাড়াতাড়ি পড়তে ও লিখতে পারে ও অনেক সংখ্যা যোগ করতে পারে, কিন্তু অন্যরা পারে না। সে এই বলে কথা শেষ করল যে সে নিজেও দ্রুত পারে।

আপনার সন্তান স্থির চিন্তাধারার সার্বিক দৃষ্টিভঙ্গিতে অকালপক্ক এবং এই চিন্তাধারা তার মধ্যে খুব দ্রুত পরিপূর্ণরূপে বিকশিত হবে। চেষ্টার প্রতি তার কোন আগ্রহ নেই। সে চায় যে তার স্মার্ট ব্রেইন সবকিছু তার জন্য দ্রুত তৈরি করে ফেলবে। আর এমনটি প্রায়ই হয়।

যখন সে খুব দ্রুত দাবা শিখে ফেলল, আপনার স্ত্রী তাকে উৎসাহ দেয়ার জন্য তরুণ দাবা চ্যাম্পিয়ন এর ফিল্ম 'সাটিং ফর ববি ফিশার' ভাড়া করে আনলেন। এই ফিল্ম থেকে আপনার ছেলে শিখল যে সে হারতেও পারে আর তখন সে আর চ্যাম্পিয়ন থাকবে না। কাজেই সে খেলা ছেড়ে দিল। সে সবাইকে বলল, "আমি দাবা চ্যাম্পিয়ন।" এই চ্যাম্পিয়ন কখনও খেলবে না।

যেহেতু সে হেরে যাওয়ার অর্থ বুঝতে পেরেছে, তাই সে একে এড়িয়ে যাওয়ার উপায় বের করতে লাগল। সে ক্যান্ডি ল্যান্ড, চুটস এন্ড লেডারস ও অন্যান্য খেলায় প্রতারণায় আশ্রয় নিল।

সে প্রায়ই বলে যে সে সবকিছু পারে, অন্যরা পারেনা। যখন আপনি ও আপনার স্ত্রী তাকে বললেন যে অন্য ছেলেমেয়েরা নির্বোধ নয়, তারা কেবল তার মত প্র্যাকটিস করে না বলে পারে না, সে এটা বিশ্বাস করে না। সে স্কুলে ভালভাবে

sklib.blogspot.com

লক্ষ্য করে আর এরপর বাসায় এসে জানায়, "টিচার যখন নতুন কিছু দেখায়, আমি ওদের চেয়ে ভালোভাবে করতে পারি। আমার প্র্যাকটিস করতে হয় না।" এই ছেলে ব্রেনের মধ্যে উন্নয়ন নয়, তার নিজের সুনাম গেঁথে দিয়েছেন আপনারা এর মধ্যে তাকে বলেছেন যে এটা প্র্যাকটিস ও শেখার ব্যাপার, স্মার্ট ও নির্বোধের নয়, কিন্তু সেটা সে গ্রহণ করেনি। আপনি আর কি করতে পারেন? আর কোন উপায়ে আপনি তার কাছে বার্তা পাঠাতে পারেন?

পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ : আপনি ঠিক করুন যে স্থির চিন্তাধারার কথা না বলে আপনি পরিপক্ক চিন্তাধারা উপস্থাপন করবেন। রাতে খাওয়ার সময় ডিনার টেবিলে আপনি ও আপনার স্ত্রী পরিপক্ক চিন্তাধারা সংক্রান্ত আলাপ করবেন, প্রতিটি সন্তানকে জিজ্ঞেস করবেন : "আজ তুমি কি শিখেছ?" "এমন ভুল কি করেছ যেটা থেকে তুমি শিখতে পেরেছ?" "আজ তুমি কি করার চেষ্টা করছ?" এ ধরনের প্রশ্ন জিজ্ঞেস করবেন আর আগ্রহের সাথে অন্যের চেষ্টা, কৌশল, বাধা ও শিক্ষার ব্যাপারে আলাপ করবেন।

আপনি বলবেন যে প্র্যাকটিসের মাধ্যমে যতটুকু যোগ্য আজ হয়ে উঠেছেন, কাল আপনি তা ছিলেন না। চমৎকার গল্পের মাধ্যমে জানাবেন যে ভুলই হল সমাধানের মূল চাবি। আকর্ষণীয় বর্ণনার মাধ্যমে বলবেন যে আপনি কি নিয়ে কষ্ট করছেন ও কতটুকু এগিয়েছেন। অবশ্য প্রতি রাতে বাচ্চারা তাদের গল্প বলার জন্য অপেক্ষা করবে না। আপনি বিস্ময়ের সাথে বলবেন, "কি আশ্চর্য! তুমি দেখছি আজ আগের চেয়ে স্মার্ট হয়ে গেছ।"

যখন স্থির চিন্তাধারার ছেলে অন্যদের চেয়ে তার বেশি ভাল করার গল্প বলে, সবার বলা উচিত–"আচ্ছা, কিন্তু তুমি কি শিখেছ?" যখন যে ব্যাখ্যা করে যে স্কুলে সবকিছু কত সহজ, তখন আপনাদের বলা উচিত, 'আহা, এটা খুব খারাপ। তুমি কিছুই শিখছ না। এমন কঠিন কিছু বের কর, যাতে তুমি শিখতে পারবে।" যখন সে চ্যাম্পিয়ন হওয়ার অহংকার প্রকাশ করে, আপনি বলবেন, "চ্যাম্পিয়ান হল তারা যারা সবচেয়ে কঠিন কাজটি করে। তুমিও চ্যাম্পিয়ান হতে পার। কাল আমাকে বলবে চ্যাম্পিয়ান হওয়ার জন্য তুমি কি করেছ।" এটি একটি ষড়যন্ত্র। পরিণামে সে কোন সুযোগই পাবে না।

যখন সে বাড়ির কাজ করে আর এটিকে সহজ বা একঘেঁয়ে বলে, আপনি তাকে মজাদার ও চ্যালেঞ্জিং কিছু করতে দিন। যদি সে ধরুন ছেলে লিখল, আপনি জিজ্ঞেস করুন, "এর সাথে মিলিয়ে তুমি কয়টি শব্দ লিখতে পার? আলাদা

sklibrary.blogspot.com

একটি কাগজে শব্দগুলো লিখ আর আমরা পরে সব শব্দগুলো নিয়ে একটি বাক্য তৈরি করব।" যখন সে তার কাজ শেষ করবে, ঐ খেলাটি খেলুন : "ছেলেটি খেলনাটিকে সয়া সসে ছুঁড়ে মারল। (দ্য বয় থ্রিউ দ্য টয় ইনটু দ্য সয় সস)।" "কোকড়া চুলের মেয়েটি মুক্তা খেয়ে ফেলল (দ্য গার্ল উইথ দ্য কার্ল এইট আ পার্ল)।" ধীরে ধীরে অনেক বেশি চ্যালেঞ্জিং উপায়ে সে তার বাড়ির কাজ শুরু করবে।

কেবল স্কুল বা খেলার ক্ষেত্রে নয়, বন্ধু বানানো ও অন্যদের বুঝা ও সাহায্য করার ক্ষেত্রেও আপনি সন্তানকে উৎসাহিত করবেন। আপনি বুঝাতে চাইবেন যে কেবল বুদ্ধিমত্তা বা শারীরিক ক্ষমতার ব্যাপারেই আপনি যত্নবান নন।

অনেক দিন ধরে আপনার সন্তান স্থির চিন্তাধারার প্রতি আকৃষ্ট রয়েছে। সে এই ধারণাকে ভালবাসে যে তার মধ্যে বিশেষত্ব আছে– কাহিনী এখানে শেষ। প্রতিদিন একটু একটু করে যোগ্যতা বা জ্ঞানার্জনের পরামর্শ তার পছন্দ হবে না। স্টারডামের এত অভিজ্ঞতার প্রয়োজন ছিল না। যদিও পারিবারিক মূল্যায়ন পরিপক্ক চিন্তাধারার প্রতি ছিল, তিনি খেলোয়াড় হতে চেয়েছেন। প্রথমে তিনি চিৎকার করেছেন, এরপর হতাশ হয়েছেন। পরিশেষে সবকিছু পার হয়ে এসে তিনি চিন্তাধারার প্রহরী হয়েছেন। পরিবারের কেউ যখন স্থির চিন্তাধারার আচরণ দেখায়, তিনি তাদের ধরে মজা পান। "আমাকে কি করেছিলে, মনে করো।"

স্থির চিন্তাধারা খুব লোভনীয়। এটি ছেলেমেয়েদেরকে সারা জীবনের মূল্য, সফলতা ও মর্যাদা কোন চেষ্টা ছাড়াই কেবল পরিচিতির কারণে অর্জিত হবে বলে আশ্বাস দেয়। এজন্য স্থির চিন্তাধারা শিকড় গাড়লে পরিপক্ক চিন্তাধারায় স্থানান্তর হতে মানুষের অনেক সাধনার প্রয়োজন হয়।

অকার্যকর চেষ্টা

অনেক সময় ছেলেমেয়েদের সমস্যা কেবল কম চেষ্টার কারণে হয় না। প্রচুর চেষ্টা করা হয়, তবে ভুলভাবে। আমরা সেইসব ছেলেমেয়েদের সম্পর্কে শুনেছি যারা মধ্যরাত পর্যন্ত পড়াশুনা করে। বা অনেকে সহপাঠীদেরকে অতিক্রম করার জন্য টিউটরের কাছে পড়ে। এইসব ছেলেমেয়ে পরিশ্রম করে, তবে তারা পরিপক্ক চিন্তাধারার মধ্যে পড়েনা। তারা শিক্ষাকে ভালবাসার প্রতি আলোকপাত করে না। তারা নিজেদেরকে বাবামায়ের কাছে প্রমাণের চেষ্টা করে।

আর অনেক ক্ষেত্রে বাবা মা'ও এই চেষ্টার ফসল, যেমন– গ্রেড, পুরস্কার, সেরা স্কুলে ভর্তি ইত্যাদি পছন্দ করে। আসুন দেখা যাক, এটিকে কিভাবে সামলানো যায়।

skitbd.blogspot.com

সমস্যা : আপনি আপনার মেয়েকে নিয়ে গর্বিত। সে ক্লাশের সেরা ও সবসময় এ প্লাস পায়। সে দেশের সেরা টিচারের কাছে বেশ ভালোভাবে বাঁশী বাজানো শিখে। আর আপনার বিশ্বাস যে শহরের সেরা প্রাইভেট হাইস্কুলে সে পড়বে। কিন্তু প্রত্যেক সকালে স্কুলে যাওয়ার আগে তার পেটে ব্যথা হয় আর প্রায় সে বমি করে। আপনি তার স্বাস্থ্য ঠিক করার জন্য তরল খাবার খাইয়ে যাচ্ছেন। কিন্তু কোন কাজ হয় না। আপনার কখনও মনে হয়নি যে এটা তার উদ্বেগ। আপনার মেয়ের যখন আলসার ধরা পড়ল, আপনাদের সজাগ হওয়া উচিত ছিল, কিন্তু আপনারা ঘুমিয়ে থাকলেন। আপনাদের মনে হল এটি গ্যাস্ট্রোইনটেস্টিনাল সমস্যা। ডাক্তার জোর দিয়ে বলল একজন পারিবারিক কাউন্সেলরের সাথে কথা বলতে, সে আপনাকে জানাল যে মেয়ের চিকিৎসার এটি একটি অপরিহার্য অংশ এবং কাউন্সেলরের নাম ও নম্বরসহ একটি কার্ড দিল।

স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া : কাউন্সেলর আপনাকে বলল যে মেয়ের সাথে সহজ হতে। তাকে বলতে যে এত পরিশ্রম প্রয়োজন নেই। সে যেন ভালোভাবে ঘুমায়। কাজেই আপনি নির্দেশ অনুযায়ী খেয়াল রাখবেন রাত দশটায় সে যেন শুয়ে পড়ে। কিন্তু এতে আরো খারাপ হল, প্রত্যাশিত সব পড়া শেষ করতে সে পারল না।

কাউন্সেলরের উপদেশ সত্ত্বেও আপনি মানতে পারলেন না যে আপনার মেয়ে সবার চেয়ে পিছিয়ে পড়বে। কিংবা সে তার সবকিছু শেষ করতে পারবে না। বা সেরা হাইস্কুলে ভর্তি হওয়া ঝুঁকিপূর্ণ হয়ে যাবে, সেটা কিভাবে তার জন্য ভালো হবে?

কাউন্সেলর বুঝতে পারলেন যে তার কাজটি বেশ বড়। তার প্রথম লক্ষ্য হল সমস্যার গভীরতা সম্পর্কে আপনাকে জানানো। তার দ্বিতীয় লক্ষ্য হল সেই সমস্যায় আপনার ভূমিকা আপনাকে বুঝিয়ে দেয়া। আপনি ও আপনার স্ত্রীর বুঝতে হবে যে আপনাদের চাহিদা তাকে এই সমস্যায় ঠেলে দিয়েছে। আপনাদের সমর্থন হারানোর ভয়ে মেয়ে এভাবে দৌড়তে শুরু করেছে। তৃতীয় লক্ষ্য হল সুনির্দিষ্ট একটি পরিকল্পনা তৈরি করা যেটা আপনারা সবাই অনুসরণ করতে পারেন।

আপনারা কি এমন কোন উপায় বের করতে পারেন যাতে আপনার মেয়ে পরিপক্ক চিন্তাধারায় প্রবেশ করে সহজ হতে পারে ও কিছু আনন্দ নিতে পারে?

পরিপক্ক চিন্তাধারার পদক্ষেপ : কাউন্সেলরের তৈরিকৃত প্ল্যান অনুযায়ী আপনার মেয়ে তার যেকোন কাজে আনন্দ পেতে শুরু করেছে। বাঁশী বাজানো স্থগিত করা হয়েছে। তাকে বলা হয়েছে কেবল সঙ্গীতের আনন্দ পাওয়ার জন্য যতটুকু দরকার, ততটুকু প্র্যাকটিস করলে চলবে, তার বেশি নয়।

skitb.blogspot.com

এখন সে শেখার জন্য পড়াশুনা করে, সবকিছু মাথায় পুরে রাখার জন্য নয়। কাউন্সেলর এমন এক টিউটরের কাছে পাঠিয়েছেন যিনি শেখাবেন কি করে বুঝে পড়তে হয়। সেই টিউটর পড়াশুনাকে বেশ চমৎকার ও উপভোগ্য করে বুঝান। পড়াশুনা এখন নতুন একটি অর্থ তৈরি করেছে। এখন বাবা মায়ের কাছে বুদ্ধি ও মূল্য প্রমাণের জন্য সর্বোচ্চ গ্রেড পেতে হয় না। এখন পড়াশুনা হল নতুন কিছু শিখা ও সেসব নিয়ে চিন্তা করা।

আপনার মেয়ের টিচারদেরকেও তার নতুন পদ্ধতি সমর্থনের জন্য বলা হয়েছে। তাদেরকে বলা হয়েছে তার টেষ্টের চেয়েও নতুন শিক্ষা পদ্ধতি সম্পর্কে (এবং সুনাম করতে) বেশি আলাপ করতে। ("আমি দেখতে পাচ্ছি যে লেখায় রূপক কিভাবে ব্যবহার করতে হয়, তুমি ঠিক বুঝতে পেরেছ।" "তোমার ইনকা প্রজেক্ট চমৎকার হয়েছে, দেখে মনে হচ্ছিল আমি যেন প্রাচীন পেরুতে রয়েছি।") আপনাকেও এভাবে কথা বলতে বলা হল।

অবশেষে কাউন্সেলর জোরালো আবেদন জানালেন যে আপনার মেয়ের এমন একটি হাইস্কুলে ভর্তি হওয়া উচিত যেখানে চাপ কম। বেশ কিছু ভালো স্কুল রয়েছে সেখানে গ্রেড ও টেস্ট স্কোরের চেয়ে শিক্ষাকে বেশি দাম দেয়। আপনি আশেপাশের স্কুলগুলোতে মেয়েকে নিয়ে গেলেন ও প্রতিটি স্কুলে সময় কাটালেন। এরপর সে আপনার ও কাউন্সেলরের সাথে আলাপ করে জানাল যে কোন্ স্কুলটি তার সবচেয়ে বেশি আকর্ষণীয় ও সহজ মনে হয়েছে।

ধীরে ধীরে আপনি নিজের চাহিদা ও আকাঙ্ক্ষাকে তার কাছ থেকে বিচ্ছিন্ন করলেন। আপনি হয়ত এমন একটি মেয়ে চেয়েছিলেন যে সবকিছুতে সেরা, কিন্তু আপনার মেয়ে চেয়েছিল অন্য কিছু : বাবা-মায়ের স্বীকৃতি ও বৃদ্ধির স্বাধীনতা। যখন তাকে তার মত করতে দিলেন, সে অনেক বেশি মনোযোগ দিয়ে করল। সে আগ্রহ আর শিখার জন্য করছিল ও বেশ ভালো করছিল।

আপনার সন্তান কি এমন কিছু বলতে চাচ্ছে যেটা আপনি শুনছেন না? আপনি নিশ্চয়ই সেই বিজ্ঞাপন দেখেছেন যেখানে প্রশ্ন করে, "আপনি কি জানেন আপনার সন্তান এখন কোথায়?" যদি আপনি তার কথা শুনতে না চান, তবে জানেন না যে সে কোথায় আছে। পরিপক্ক চিন্তাধারায় প্রবেশ করুন ও বেশি করে শুনুন।

skitu.blogspot.com

চিন্তাধারা ও ইচ্ছাশক্তি

অনেক সময় নিজেদেরকে আমরা খুব বেশি বদলাতে চাইনা। আমরা হয় কিছু পাউন্ড দিয়ে কোন বিষয়কে থামিয়ে দিই। কিংবা ধূমপান ছেড়ে দেই। বা রাগ দমন করি।

কিছু লোক স্থির চিন্তাধারায় এসব ভাবে। আপনি যদি শক্ত হন ও আপনার ইচ্ছাশক্তি থাকে, আপনি করতে পারেন। কিন্তু আপনি যদি দুর্বল হন ও আপনার ইচ্ছাশক্তি না থাকে, তবে আপনি পারবেন না। যারা এভাবে ভাবে, তারা কিছু করার জন্য প্রত্যয়ী হয়, কিন্তু নিশ্চিতভাবে বিচার করে না যে সফলতা আসবেই। এই মানুষগুলো এভাবে সমাপ্তি টানে, "ছেড়ে দেয়া সহজ। এই কাজটি আমি শতবার করেছি।"

ব্যাপারটি অনেকটা সেই কেমিস্ট্রি ছাত্রদের মত যাদের কথা আগে বলা হয়েছে। স্থির চিন্তাধারার ছাত্ররা ভেবেছে, "যদি আমার ক্ষমতা থাকে, আমি ভালো করব; যদি না থাকে, আমি পারব না।" ফলে তারা অত্যাধুনিক কোন কৌশল ব্যবহার করেনি। তারা কেবল পড়ে গেছে আর সেরাটাই আশা করেছে।

স্থির চিন্তাধারার মানুষেরা যখন কেমিস্ট্রি, ডায়েটিং, ধূমপান বা রাগের ক্ষেত্রে ব্যর্থ হয়, তারা হতাশ হয়ে পড়ে। তারা অযোগ্য, দুর্বল বা খারাপ। এরপর আপনি কোথায় যাবেন? আমার বন্ধু নাথানের হাই স্কুলে পঁচিশতম পুনর্মিলনী ছিল আর যখন সে ভাবল যে তার পুরনো গার্লফ্রেন্ড ওখানে থাকবে, সে ভাবল তার ভূড়ি কমাতে হবে। হাই স্কুলে থাকতে সে সুদর্শন ও সুস্বাস্থ্যের অধিকারী ছিল, তার স্থূল মধ্যবয়স্ক চেহারা সে কাউকে দেখাতে চায় না।

নাথান সবসময় মহিলা ও তাদের ডায়েট নিয়ে মজা করত। ভয়ের কি আছে? সামান্য আত্ম-নিয়ন্ত্রণ দরকার। সে সিদ্ধান্ত নিল যে ওজন কমানোর জন্য সে প্লেটের খাবারের সামান্যটুকু খাবে। কিন্তু প্রত্যেকবার সে খাবারে ঝাঁপিয়ে পড়ে আর সবটুকু সাবাড় করে দেয়। ব্যর্থতার ভান করে বলে "খেয়ে ফেলেছি" এবং হয় তার ব্যর্থতায় সীল মারতে বা মর্জি ফিরিয়ে আনতে ডেজার্টের অর্ডার করে।

আমি বললাম, "নাথান, এভাবে হবে না। তোমার অন্য কোন সিস্টেম দরকার। কেন তুমি কিছু খাবার আলাদা সরিয়ে রাখনা বা বাড়ি নেয়ার জন্য প্যাকেট কর না? কেন তোমার প্লেইটে বাড়তি শাকসব্জি নাও না, যাতে মনে হয় প্রচুর খাবার? তোমার অনেক কিছু করার আছে। "সে এই প্রসঙ্গে জবাব দিল, "না, আমাকে শক্তিশালী থাকতে হবে।"

skills.blogspot.com

পুনর্মিলনীর জন্য ওজন কমাতে শেষ দিকে নাথান লিকুইড ক্র্যাশ ডায়েট খাচ্ছিল। আমি বুঝতেই পারলাম না এই উপায়ে সে কিভাবে শক্তিশালী হচ্ছিল আর কিছু সহজ কৌশল প্রয়োগে সে কেন দুর্বল হওয়ার ভয় করছিল?
এরপর ডায়েট করতে গেলে নাথানকে চিন্তা করবেন আর মনে রাখবেন যে ইচ্ছাশক্তি থাকা বা না থাকার জিনিস নয়। ইচ্ছাশক্তিকে সাহায্য করতে হয়। এই বিষয়ে আমি পুনরায় আলোকপাত করব।

রাগ

অনেক মানুষের রাগ দমন করা একটি সমস্যা। তাদের মাথায় কিছু ঢুকলেই তারা রেগে যায়, মুখের নিয়ন্ত্রণ হারায় বা আরো খারাপ কিছু করে। অনেক সময় তারা শপথ নেয় যে পরবর্তীতে অন্য কিছু ঘটবে। পার্টনারদের মধ্যে, বাবা মা ও সন্তানদের মধ্যে রাগ নিয়ন্ত্রণ খুব বড় ব্যাপার, শুধু এজন্য নয় যে পার্টনার ও সন্তানদের কর্মকাণ্ড রাগিয়ে দেয়, এটাও কারণ যে আমরা মনে করি তাদের উপর রাগ করার অধিকার আছে আমাদের। নিচেরটি পড়ে দেখুন।
সমস্যা : মনে করুন যে আপনি বেশ চমৎকার, দয়ালু একজন মানুষ। আপনি আপনার স্ত্রীকে ভালবাসেন আর তাকে সঙ্গী হিসেবে পেয়ে নিজেকে ভাগ্যবান মনে করেন। কিন্তু যখন সে কোন নিয়ম ভঙ্গ করে, যেমন– আবর্জনা বাইরে নেয়ার আগে যদি উপচে পড়ে, আপনি ব্যক্তিগতভাবে ক্রুদ্ধ হন ও সমালোচনা করেন। শুরু হয় "হাজার বার আমি তোমাকে বলেছি" দিয়ে, এরপর "কোনকিছুই তুমি ঠিকমত করতে পার না।" যদি তখনও তাকে লজ্জিত মনে না হয়, আপনি ফেটে পড়েন, অপমানিত করেন তার বুদ্ধিমত্তা ("মনে হয় আবর্জনা মনে রাখার মত স্মার্ট তুমি হওনি") ও তার চরিত্রকে ("যদি তুমি এরকম দায়িত্বজ্ঞানহীন না হতে, তবে..." "কেবল নিজেকে ছাড়া আর কারো দিকে যদি তোমার খেয়াল থাকত...")। রাগের চোটে আপনি তখন সমস্ত কিছুকে টেনে আনেন : "আমার বাবা তোমাকে কখনও বিশ্বাস করত না" বা "তোমার বস ঠিকই বলেছিল যে তোমার ক্ষমতা খুব কম।" আপনার স্ত্রী তখন আগ্নেয়গিরির লাভা থেকে বাঁচার জন্য স্থান ত্যাগ করে চলে যায়।
স্থির চিন্তাধারার প্রতিক্রিয়া : কিছুক্ষণের জন্য মনে হবে আপনার রাগ ন্যায়সঙ্গত, কিন্তু তারপর আপনি বুঝতে পারবেন যে অনেক বেশি হয়ে গেছে। হঠাৎ করে আপনার মনে পড়বে যে আপনার স্ত্রী একজন যোগ্য সঙ্গী ও আপনি অপরাধবোধে ভুগবেন। তখন নিজেকে নিজেই বুঝাবেন যে আপনিও ভাল মানুষ, কেবল রাগের মাথায় বলে ফেলেছেন। আপনি ভাববেন, "আমি শিক্ষা পেয়েছি।" "আমি এমনটি আর কখনও করব না।"

skill.blogspot.com

কিন্তু নিজেকে ভাল মানুষ হিসেবে বিশ্বাস করা ছাড়া আপনি এমন কোন কৌশল ভাবেননি যেটা প্রয়োগ করে ভবিষ্যতে ঠান্ডা থাকবেন। তাই তখনও একই বিষয়ের পুনরাবৃত্তি হবে।

পরিপক্ক চিন্তাধারা ও আত্মনিয়ন্ত্রণ

কিছু মানুষ ওজন কমানো বা রাগ নিয়ন্ত্রণকে পরিপক্ক চিন্তাধারার উপায় হিসেবে ভাবে। তারা বুঝতে পারে যে সফলতার জন্য তাদেরকে বিভিন্ন রকম কৌশল শিখতে ও প্র্যাকটিস করতে হবে।

এটি অনেকটা পরিপক্ক চিন্তাধারার কেমিস্ট্রি ছাত্রদের মত। তারা উন্নত শিক্ষা পদ্ধতি ব্যবহার করে, যত্ন সহকারে পড়াশুনার সময় নির্ধারণ করে আর চেষ্টা অব্যাহত রাখে। অন্যভাবে বলা যায় সফলতা নিশ্চিত করার জন্য প্রয়োজনীয় সম্ভাব্য কৌশল তারা ব্যবহার করে।

তাদের মত পরিপক্ক চিন্তাধারার মানুষেরা নতুন বছরের জন্য কেবল সংকল্পই করে না, লেগেও থাকে। তারা জানে সে ডায়েট করতে হলে প্ল্যান করতে হবে। ঘরে ডেজার্ট রাখতে হতে পারে। কিংবা রেস্টুরেন্টে কি অর্ডার করবে, সেটা ভেবে নেয়। কিংবা সপ্তাহে একদিন আয়েশ করার আয়োজন করে। অথবা বেশি ব্যায়ামের কথা ভাবে।

তারা খুব সক্রিয়ভাবে পরিচালনার কথা ভাবে। কোন্ অভ্যাসটি গড়ে তুললে অর্জিত প্রাপ্তি বজায় থাকবে?

এরপর আসে বাধা। তারা জানে যে বাধা আসবেই। তাই নিজেকে থামানোর পরিবর্তে তারা প্রশ্ন করে, "আমি এখান থেকে কি শিখতে পারি? এই পরিস্থিতিতে আমি পরবর্তীতে কি করব? এটি শিক্ষার একটি পদ্ধতি-ভালোমানুষ ও খারাপ মানুষের কোন যুদ্ধ নয়।

বিগত ঘটনায় রাগ নিয়ে আপনি কি করেছিলেন? প্রথমে ভেবেছেন আপনার এত কাজ কেন। আপনার স্ত্রী যখন নিয়ম ভাঙল, নিজেকে মূল্যহীন ও অপমানিত মনে হয়েছিল, যেন আপনাকে বলছিল– "তুমি গুরুত্বপূর্ণ নও। তোমার প্রয়োজন গৌণ। আমি মাথা ঘামাই না।"

আপনি প্রথমে রেগে দায়িত্ব স্মরণ করিয়ে দিয়েছিলেন। সেই প্রতিক্রিয়ার মাধ্যমে আপনি যেন বলতে চেয়েছেন, "ঠিক আছে, বেশ, নিজেকে এত গুরুত্বপূর্ণ ভাবলে এটা কেন পারোনি?"

skilu.blogspot.com

আপনার স্ত্রী আপনার গুরুত্বের ব্যাপারে আশ্বাস না দিয়ে স্থান ত্যাগ করেছিল। সেই নীরবতাকে আপনি ধরে নিয়েছেন সে নিজেকে গুরুত্ব দিয়েছে আর আপনার রাগের মাত্রা আরো বেড়ে গেল।

কি করা যেত? অনেক কিছু। প্রথমত: স্ত্রী সবসময় মন পড়তে পারেনা, তাই রাগান্বিত পরিস্থিতি তৈরি হলে তাকে সরাসরি বলা উচিত, "আমি জানিনা কেন, যখন তুমি এমন কর, মনে হয় যে আমাকে গুরুত্ব দিচ্ছ না। তুমি যেন আমার কোনকিছু নিয়ে মাথা ঘামাচ্ছ না।"

পরিবর্তে সেও আপনাকে বলতে পারে যে আপনার অনুভূতিকে সে গুরুত্ব দেয় ও আরো বেশি যত্নবান হওয়ার চেষ্টা করবে। (আপনি বললেন, "মজা করছেন? আমার স্ত্রী জীবনেও এসব বলবে না।" "বেশতো আপনি সরাসরি বলুন, যেমনটি আমি অনেক সময় বলি, "প্লিজ বল যে আমার অনুভূতিকে তুমি গুরুত্ব দাও আর ভবিষ্যতে আরো যত্নবান হওয়ার চেষ্টা করবে।")

আপনি নিয়মগুলোকেও একটু শিথিল করতে পারেন। সব নিয়মতো আর পারস্পরিক সম্মানের পরীক্ষা হতে পারেনা। সময়ের সাথে সাথে নিয়ম নিয়ে একটু মজাও করা যায়। যেমন, আপনার সঙ্গী হয়ত লিভিং রুমে মোজা রাখল বা ময়লার ঝুড়িতে ভুল জিনিস ফেলে দিল, আপনি তাকে প্রশ্ন করতে পারেন, "এর মানে কি?" আপনি হেসেও ফেলতে পারেন।

স্থির চিন্তাধারা থেকে উৎপন্ন ভালো-মন্দ, সবল-দুর্বলের ভাবনা যখন মানুষ বাদ দিতে পারে, তারা আত্ম-নিয়ন্ত্রণের নানা কৌশল শিখতে পারে। প্রত্যেক ঘাটতি কিন্তু বিপর্যয় নয়। পরিপক্ক চিন্তাধারায় এটি অন্য কিছু। এটি এক ধরনের স্মারক বস্তু যে আপনি একজন অসম্পূর্ণ মানুষ এবং একটি সূত্র যার মাধ্যমে আপনি পরবর্তীতে আরো ভালো করতে পারেন।

sklilu.blogspot.com

পরিবর্তন বজায় রাখা

পেশা এগিয়ে নিয়ে যেতে, ক্ষতিপূরণ করতে, বাচ্চাদের সাহায্য করতে, ওজন কমাতে বা রাগ দমন করতে– যে কাজেই মানুষ তার চিন্তাধারা পরিবর্তন করুক, সেটা বজায় রাখা দরকার। আশ্চর্যের ব্যাপার হল সমস্যার সমাধান হয়ে গেলে মানুষ সেই কাজটি বন্ধ করে দেয়, যার মাধ্যমে তার উত্তরণ ঘটেছিল একটু ভালো লাগলেই মানুষ ঔষধ খাওয়া বন্ধ করে দেয়।

কিন্তু পরিবর্তন সেভাবে হয় না। আপনি যখন ওজন কমান, তখন বিষয়টি ফুরিয়ে যায় না বা আপনার সন্তান যখন শিখতে শুরু করে, সমস্যার চিরস্থায়ী সমাধান হয়ে যায় না। অথবা আপনি ও আপনার পার্টনার যখন ভালো সম্পর্ক তৈরি করেন, সেখানেই তার সমাপ্তি ঘটে না। এই পরিবর্তনগুলোকে বজায় রাখতে হয়, তা না হলে এগুলো যেভাবে এসেছিল, তার চেয়ে দ্রুতগতিতে লুপ্ত হয়ে যাবে।

এজন্যই হয়ত অ্যালকোহলিক একজন বলেছিল যে সে অ্যালকোহলিক থাকতে চায় যাতে সে যা করে, তা-ই করতে পারে।

এজন্যই চিন্তাধারা বদলান মানে সামান্য কৌশল ব্যবহার করা নয়। মূলতঃ কেউ যদি মনে মনে স্থির চিন্তাধারার হয়ে পরিপক্ক চিন্তাধারার কৌশল ব্যবহার করে, তবে হিতে বিপরীত হয়।

স্থির চিন্তাধারার পিতা, ওয়েস কি করবে, বুঝে উঠতে পারছিল না। প্রত্যেক সন্ধ্যায় ক্লান্ত হয়ে সে ঘরে ফিরে আর তার ছেলে মিকি কোনরকম সহযোগিতা করতে রাজী নয়। ওয়েস শান্তি চাইত, মিকি চিৎকার করত। ওয়েস মানা করলেও মিকি নিজের কাজ করেই যাচ্ছিল। ওয়েস লক্ষ্য করল যে ছেলে একরোখা, বেপরোয়া এবং বাবা হিসেবে তাকে সম্মান করেনা। পুরো দৃশ্যটি চিৎকার দিয়ে শুরু হত আর শাস্তি দিয়ে শেষ হত।

অবশেষে কিছুই হারানোর নেই ভেবে ওয়েস পরিপক্কতার কিছু কৌশল খাটাল। সে মিকিকে সমর্থন করল ও সে সাহায্য করলে প্রশংসা করতে লাগল। মিকির আচরণের পরিবর্তন হল ব্যাপক।

কিন্তু পরিবর্তন হওয়ার সাথে সাথে ওয়েস তার কৌশল থামিয়ে ফেলল। সে যা চেয়েছে, তা-ই পেয়েছে এবং তার ধারণা সে পেতে থাকবে। যখন এমনটি হল না, সে আরো বেশি রেগে গেল এবং আগের চেয়ে বেশি শাস্তি দিতে লাগল। মিকি দেখিয়েছে যে সে সুন্দর আচরণ করতে পারে, কিন্তু আর দেখায় না।

sklite.blogspot.com

একই ঘটনা স্থির চিন্তাধারার দম্পতিদের মধ্যেও হতে পারে যাদের সম্পর্ক ভাল। মার্লিন ও স্কটকে আমি ও আমার স্বামী ঝগড়াটে বলে ডাকি। তাদের কাজ হল ঝগড়া করা। "কেন তুমি নিজেরটা পরিষ্কার কর না?" "করতাম, যদি তুমি আলসে না হতে।" "আমাকে আলসে হতে হত না যদি তুমি নিজেরটা করতে।" "তোমাকে কে আমার বিচারক বানিয়েছে?"

কাউন্সেলিং এর পর মার্লিন ও স্কট নেতিবাচক দিক নিয়ে লাফালাফি বন্ধ করল। সঙ্গীর ভাবনা ও কর্মসূচীকে তারা অনেক বেশি প্রশংসা করতে লাগল। যে ভালবাসা ও কোমলতাকে তারা মৃত ভেবেছিল, সেগুলো ফিরে এলো। যখন ফিরে এলো, তখন তারা আগের মত হয়ে গেল। স্থির চিন্তাধারায় এত চেষ্টার প্রয়োজন পড়ে না। ভালো মানুষেরা ভাল কাজ করে এবং ভালো সম্পর্ক সুন্দরভাবে বজায় থাকে।

ঝগড়া যখন আবার শুরু হল, আগের চেয়ে ভয়াবহ হল, কারণ এতে তাদের হতাশার প্রতিচ্ছবি ফুটে উঠতে লাগল।

চিন্তাধারার পরিবর্তন বলতে এখানে ওখানে কিছু অদলবদল নয়। এর মানে হল সবকিছুকে নতুনভাবে দেখা। যখন দম্পতি, কোচ ও অ্যাথলেট, ম্যানেজার ও কর্মী, বাবা-মা ও সন্তান, টিচার ও ছাত্র পরিপক্ক চিন্তাধারায় পরিবর্তিত হয়, তারা বিচার করা ও হওয়া থেকে শিখা ও শিখতে সাহায্য করার আদলে চলে আসে। তাদের প্রতিজ্ঞা হল উন্নয়ন আর উন্নয়নের জন্য প্রচুর পরিমাণ সময়, চেষ্টা এবং পারস্পরিক সমর্থন প্রয়োজন হয়।

sklilu.blogspot.com

একটি (প্রকৃত) পরিপক্ক চিন্তাধারার পথে যাত্রা

সপ্তম অধ্যায়ে আমি "মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারার" কথা বলেছি। মনে আছে, আমার সহকর্মী সুজান মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারার দাবী করতেন, কিন্তু আসলে তিনি তা ছিলেন না। একদিন আমি সতর্কতার সাথে লক্ষ্য করলাম যে মেকি পরিপক্ক চিন্তাধারা সর্বত্র রয়েছে এবং আমি বুঝতে পারলাম যে কেন এমনটি ঘটছে। সকলেই নিজেকে সমুজ্জ্বল দেখাতে চায়। হয়ত বাবা মা, শিক্ষক, কোচ বা ব্যবসায়ী হিসেবে পরিপক্ক চিন্তাধারার হওয়াটা সম্মানজনক বা প্রত্যাশিত বলে।

হয়তবা এটা আমার দোষ। পরিপক্ক চিন্তাধারায় পরিবর্তন হওয়াটা কি আমি এত সহজ বলেছি যে মানুষ বুঝতেই পারেনি যে একটি যাত্রার প্রয়োজন পড়ে? কিংবা মানুষ হয়ত জানেনা কিভাবে সে যাত্রা করতে হয়। কাজেই আসুন সেই ভ্রমণের ব্যাপারে বিশদ আলোচনা করা যাক।

যাত্রা : পদক্ষেপ ১

আমার মুখে একথা শুনে খুব অবাক হবেন। প্রথম ধাপ হল স্থির চিন্তাধারাকে আলিঙ্গন করা। আসুন তার মুখোমুখি হই, আমাদের প্রত্যেকের মধ্যে এর কিছু অংশবিশেষ রয়েছে। আমরা প্রত্যেকে পরিপক্ক ও স্থির চিন্তাধারার মিশ্রণ এবং আমাদের একথা মানতে হবে। এটি কোন লজ্জাজনক স্বীকারোক্তি নয়। এটি অনেকটা মানুষের দৌড়ে স্বাগতমের মত। যদিও স্থির চিন্তাধারার অস্তিত্ব আমাদের স্বীকার করতে হয়, কিন্তু কখন এটি আত্মপ্রকাশ করে ও কি পরিমাণ ক্ষতি করে, সেসব আমাদের মেনে নেয়ার প্রয়োজন নেই।

যাত্রা : পদক্ষেপ ২

দ্বিতীয় ধাপ হল আপনার স্থির চিন্তাধারার ট্রিগার সম্পর্কে সচেতন হওয়া। কখন এই চিন্তাধারা আত্মপ্রকাশ করে?

*আপনি যখন বড় ও নতুন একটি চ্যালেঞ্জ নেয়ার কথা ভাবছেন, তখন হতে পারে। আপনার স্থির চিন্তাধারা রূপলাভ করবে ও ফিসফিস করে বলবে, "তুমি যেটা করতে চাচ্ছ, সেটা পারবে না আর সবাই তোমাকে দেখবে।"

*আপনি যখন কোনকিছু নিয়ে লড়ছেন, তবে কূল পাচ্ছেন না, তখন হতে পারে। আপনার স্থির চিন্তাধারা উড়ে আসবে আর উপদেশ দেবে, "ছাড়ো। এই কাজ তোমাকে কেবল হতাশ ও লজ্জিত করবে। সহজ কিছু কর।"

skitu.blogspot.com

*যখন মারাত্মকভাবে ব্যর্থ হন, তখন কেমন লাগে? চাকরি হারান। সুন্দর একটি সম্পর্ক হারান। বড় ধরনের কোন ঝামেলায় পড়ে যান। এমন মানুষ বিরল যার মধ্যে স্থির চিন্তাধারা নেই। আর আমরা সবাই জানি যে সে তখন আমাদেরকে বলে, "নিজেকে তুমি যেমনটি ভেবেছিলে, তেমনটি নও আর হতেও পারবে না।"

*আপনি যে কাজের জন্য গর্ববোধ করেন, সে কাজে আপনার চেয়ে দক্ষ কারো সাথে প্রতিদ্বন্দ্বিতা হলে কেমন লাগে? সেই স্থির চিন্তাধারার কণ্ঠ আপনাকে কি বলে? আপনাকে কি এটা বলে যে আপনি কখনও তার মত হতে পারবেন না? আপনি কি সেই ব্যক্তিকে একটু ঘৃণা করেন?

*অন্যদের প্রতি আমাদের স্থির চিন্তাধারা কেমন? যদি আমরা শিক্ষক হয়ে থাকি, উচ্চমানের টেষ্টের পর কি ঘটে? আমরা কি কে স্মার্ট ও কে নয়, সেটা বিচার করি? আমরা যদি ম্যানেজার হই, বড় কোন প্রজেক্ট চলাকালীন ও তারপর কি ঘটে? আমরা কি কর্মীদের প্রতিভাকে বিচার করি? যদি আমরা বাবা-মা হয়ে থাকি, তবে কি বাচ্চাদেরকে চাপ দেই যাতে তারা অন্যদের চেয়ে নিজেদের বেশি স্মার্ট প্রমাণ করে এবং তাদেরকে কি আমরা গ্রেড ও টেষ্ট স্কোর দিয়ে বিচার করি?

এসব নিয়ে ভাবুন, সম্প্রতি স্থির চিন্তাধারা আপনি কখন টের পেয়েছেন? এটি আপনার কানে কি বলেছে আর আপনার কেমন লেগেছে?
যখন আমি লোকজনকে জিজ্ঞেস করেছি যে স্থির চিন্তাধারা কখন তাদেরকে সাধারণত: দখল করে, তখন তারা যা বলেছিল:
"যখন আমি চাপে থাকি, আমার স্থির চিন্তাধারার উদয় হয়। সে আমাকে বিরক্ত করে আর মনোযোগে ব্যাঘাত ঘটায়। তখন আমার মনে হয় যে আমি কাজটি শেষ করতে পারব না। উদ্বেগ ও দুঃখ তাকে আক্রমণ করে। সে আমাকে দুর্বল করে তোলে যখন আমি অনেকটাই ক্লান্ত। সে বলতে থাকে, "কঠিন ধারণা গ্রহণের ক্ষমতা তোমার নেই। তুমি তোমার সীমায় পৌছে গেছ।" (প্রসঙ্গক্রমে এটি একজন মহিলার স্থির চিন্তাধারার প্রকাশ।)
"যখন আমি আলসেমি করে দেরি করি, কারো সাথে মতানৈক্য হয়, পার্টিতে কারো সাথে কথা বলতে লজ্জা পাই, আমার স্থির চিন্তাধারা হাজির হয়।...সে

skillup.blogspot.com

আমাকে বলে, "তোমার ব্যর্থতা তোমাকে পরিমাপ করে না" যদিও সে চিৎকার করে 'ব্যর্থতা' শব্দটি বলে আর বাকীটা ফিসফিসিয়ে।

"যখনই আমি ভাবমূর্তির সাথে সমতা রক্ষায় ব্যর্থ হই, আমার স্থির চিন্তাধারা আমাকে ভারী, অসহায় ও অচল করে তোলে। সে আমাকে এমন কোন ঝুঁকি নিতে দেয় না যেটা সম্মানহানি করতে পারে। ভুল হওয়ার ভয়ে সে আমাকে কথা বলতে দেয় না। সে আমাকে এমন মানুষ বানাতে চায় যে কোন চেষ্টা ছাড়াই সব বুঝতে ও করতে পারে।"

"যখন আমার কাজের একটি সময়সীমা থাকে ও আমার টিম প্রচন্ড চাপে থাকে। স্থির চিন্তাধারা বিচারক হয়ে বসে যায়। টিমকে উৎসাহিত করার পরিবর্তে আমি উৎকর্ষতার বাণীবাদক হয়ে যাই– কেউ ঠিকমত করছে না, কেউ তাড়াতাড়ি করছে না। চমৎকার সব ধারণাগুলো কোথায় গেল? আমরা কখনো এটা শেষ করতে পারব না। ফলে বেশিরভাগ কাজ আমি নিজের কাঁধে নিয়ে নিই। বলার অপেক্ষা রাখেনা যে দলীয় বিশ্বাসের জন্য এটি ঠিক নয়।" (আমরা এই টিম লীডার ও তার একজন সদস্যের কাছ থেকে পরে আরো জানব।)

যেহেতু আপনি চিন্তাধারার ট্রিগার সম্পর্কে জেনেছেন, একে বিচার করবেন না, কেবল দেখুন।

sklilu.blogspot.com

এখন আপনার স্থির চিন্তাধারার আত্মপ্রকাশের একটি নাম দিন, আপনি ঠিকই শুনেছেন।

ফিন্যানসিয়াল এক্সিকিউটিভ সুসান মেকি তার স্থির চিন্তাধারাকে একটি নাম দিয়েছিল, সেই সাথে অন্যরাও। তারা তাদের স্থির চিন্তাধারার ট্রিগার নিয়ে আলাপ করছিল আর সেরা ব্যক্তিটি বললেন, "আমরা যখন চূড়ান্ত সংকটে থাকি, ডুয়ান হাজির হয়। সে আমাকে প্রচন্ড সমালোচক করে তোলে আর আমি সমর্থন না করে হুকুম চালাতে থাকি।" একজন মহিলা সদস্য তাড়াতাড়ি জবাব দিল, "হ্যাঁ আর যখন আপনার ডুয়ান আসে, আমার ইনানি চিৎকার শুরু করে। ইনানি আমাকে অযোগ্য করে তোলে। কাজেই আপনার ডুয়ান আমার ইনানিকে আনে আর আমি উদ্বিগ্ন হই।" তাদের অদ্ভূত আলোচনা চলতেই লাগল। এই অভিজাত পেশাজীবিরা তাদের স্থির চিন্তাধারা, এর আগমন, এর কার্যকলাপ, অন্যদের উপর এর প্রভাব নিয়ে আলোচনা করছিল। ধীরে ধীরে তারা তাদের ট্রিগার বুঝতে পেরেছিল, তারা সে অবস্থা থেকে সরে যেতে পেরেছিল এবং টিমের বিশ্বাস বেড়ে গিয়েছিল।

প্রত্যেক শরৎকালে ষোলজন আনকোরা নতুন স্ট্যানফোর্ড ছাত্র, যারা খুব আগ্রহী ও খুব নার্ভাস, তাদেরকে নিয়ে একটি ফ্রেশম্যান সেমিনার করি। প্রত্যেক সপ্তাহে তাদেরকে বিভিন্ন অ্যাসাইনমেন্ট দিই : নিজের সম্পর্কে গুরুত্বপূর্ণ কিছু বের কর, যা তুমি বদলাতে চাও আর প্রথম পদক্ষেপ নাও...তোমার ইচ্ছেমত নীতিবহির্ভূত এমন কিছু কর, যা তুমি বদলাতে চাও...তোমার আগামী পঁচিশ বছরের প্রজেক্ট তৈরি কর এবং সকল কষ্ট, হতাশা, শ্রম ও ব্যর্থতার বর্ণনা দিয়ে আমাকে একটি চিঠি লিখ।

এই বছর আমি নতুন জিনিস চেষ্টা করেছি। অতীতে আমি তাদের চিন্তাধারার ব্যাপারে লিখতে বলতাম আর তারা পরিপূর্ণ চিন্তাধারার বিবরণ লিখে অনেকে জমা দিত। কিন্তু এই বছর তাদেরকে আমি স্থির চিন্তাধারার ট্রিগার বের করতে বলেছি ও একটা নাম দিতে বলেছি। ব্যাপারটি মজাদার ছিল। কেউই ট্রিগার নেই বলে দাবী করেনি। প্রত্যেকেই স্থির চিন্তাধারার ট্রিগার, এর আত্মপ্রকাশ ও প্রভাব সম্পর্কে চমৎকার ভাষায় করুণভাবে লিখেছে।

"আমার অতি সতর্ক, নাটকীয় ও আত্মরক্ষী স্থির চিন্তাধারার চরিত্র গারট্রুডের সাথে পরিচিত হন। সে আমার অর্ধচেতন মনে সিঁদ কাটে আর আমাকে ছোট করে। গারট্রুড নামের অর্থ হল 'শক্তিশালী বর্শা' যা তার প্রকৃত শক্তির প্রতিফলন ঘটায়। সে কঠোর শ্রম, দ্বিতীয় স্থান ও খুঁতকে তীব্রভাবে অপছন্দ করে। কোন ধরনের ব্যর্থতা বা খুঁত গারট্রুডকে ডেকে আনে। সাঁতার প্রতিযোগিতায় তিন

সেকেন্ড শ্লো? ভার্সিটি টিমে ঢোকার দরকার নেই। ক্লাসের অন্য মেয়েদের মত ভাল আঁকতে পারিনি? আর্ট তোমার কাজ নয়। আমার বড় বোনের মত ভালো শব্দ ব্যবহার করতে পারিনি? তুমি কখনও ওর মত স্মার্ট হবে না। গারট্রুড আমাকে বিশ্বাস করিয়ে ফেলেছে যে ব্যর্থতা হল চরম পরিমাপক। একটি মাত্র ভুল আমার ভবিষ্যতের সফলতা ধ্বংস করে দেবে।"

"আমি জানি যে সুগারড্যাডি আমার ভালো-মন্দ, সুস্থতা-অসুস্থতা ও জীবন-মরণে মিশে থাকে। যখনই আমি স্বস্থিকর স্তর থেকে সরে দাঁড়াই, সমালোচিত হই বা ব্যর্থ হই, সে এগিয়ে আসে। সুগারড্যাডি তার নিজের স্বস্থির জায়গা কখনও ছাড়ে না তবে তার স্থির পৃথিবীতে আমাকে আষ্টেপৃষ্ঠে জড়িয়ে রাখে।"

"ব্যর্থতা হল আমার স্থির চিন্তাধারার আসল ট্রিগার, হ্যানরিটা ঠিক তখনই আসে। সে আমার জটিল দাদীমা আর স্থির চিন্তাধারায় আমি নিজের মধ্যে তাকে দেখতে পাই। আমার হ্যানরিটা নিজের ভাবমূর্তি রক্ষার জন্য অন্যের কাঁধে খুব দ্রুত দোষ চাপায়। ব্যর্থতাকে গ্রহণের পরিবর্তে সে বর্জন করে বেশি আর আমাকে ভয় দেখায় যে কেউ এই ব্যর্থতা দেখে ফেললে আমাকে সবসময় ব্যর্থ হিসেবে গণ্য করবে।"

"আমার স্থির চিন্তাধারার চরিত্র হল জেড, আমার নামের আদ্যাক্ষর এস এর আয়না। কোন ব্যর্থ চেষ্টা, প্রত্যাখ্যান বা সুযোগ হারানোর পর জেড দেখা দেয়। আমি একজন সৌখিন লেখক, হাইস্কুল নিউজলেটারের সম্পাদক ও সদ্য প্রকাশিত উপন্যাসের গ্রন্থকার। তাই স্টানফোর্ড ডেইলিতে (স্কুল নিউজপেপার) যোগ দেয়ার একটি সুযোগ যখন এলো, আমি আবেদন করলাম। আমি বেশ কষ্ট করে একটি প্রবন্ধ লিখলাম ও মনে করলাম যে বেশ ভালো হয়েছে। এরপর শুক্রবার সকাল সাতটার নক শুনে আমি যখন জেগে উঠলাম, আমার হৃদপিণ্ড যেন বিট মিস্ করল খুশিতে, কারণ আমি স্টানফোর্ড ডেইলির চিৎকার শুনছিলাম। যখন আমার রুমমেট দরজা খুলল, স্টানফোর্ড ডেইলি তাকে স্বাগত জানাল। আর জেড চিৎকার করে আমাকে বলতে লাগল "স্টুপিড, স্টুপিড, স্টুপিড।" তুমি কিভাবে ভাবলে যে তুমি দৈনিকে সুযোগ পাবে?" জেড তখন থেকেই ক্ষিপ্ত ছিল যখন রুমমেট তার প্রবন্ধের জন্য আধ ঘন্টা ব্যয় করল আর আমার কাছে পরামর্শ চাইল।" (এস আসলে স্টানফোর্ড ডেইলিতে খোঁজ নিয়েছিল যে তাদের কোন নতুন লেখক লাগবে কি'না। তাদের লাগছিল আর সে চাকরি পেয়ে গেল। সেই মর্মান্তিক করুণ সময়ে তার যে সাহস দেখেছিলাম, এখনও আমি সেটা ভেবে উত্তেজিত হই।)

"কোন কিছু যখন আত্মসংশয় জাগিয়ে তোলে আমার স্থির চিন্তাধারা মাথাচাড়া দেয়, যা আরো বেশি আত্ম-সংশয় তৈরি করে। আমার এই সন্দেহভাজন

চরিত্রকে আমি পাইনঅ্যাপেল এক্সপ্রেস'এর সেথ রজেনের চরিত্র ডেল ডেন্টন নামে ডাকি। আমার স্থির চিন্তাধারা একজন অলস, ভবঘুরের মত ব্রেনের এক কোণে বসে আমাকে দ্বন্দ্বে নিযুক্ত করে। ডেল সারাক্ষণ কেবল সন্দেহজনক কথাবার্তা বলতেই থাকে। ফিসফিসিয়ে বলে "কি হবে যদি তুমি আবার সফল না হও? "আর যখনই কোন প্রচেষ্টা ভুল পথে এগিয়ে যায়, ডেল সন্দেহ উৎপাদনের কাজে ব্যস্ত হয়ে পড়ে।"

আপনার নিজস্ব স্থির চিন্তাধারার চরিত্র সম্পর্কে এক মুহূর্ত ভাবুন। আপনি কি জীবনের পরিচিত কারো নামে এর নামকরণ করতে চান? কোন বই বা মুভির চরিত্র দিতে চান? আপনি কি নিজের নামের মধ্য অংশটা ব্যবহার করতে চান, যেটা মূল অংশ নয়? কিংবা আপনি যাকে পছন্দ করেন না, তার নাম দিতে পারেন যাতে মনে থাকে যে একে আপনি চান না।

যাত্রা : পদক্ষেপ ৪

আপনি ট্রিগার সম্পর্কে জানেন এবং স্থির চিন্তাধারার চরিত্র ও তার কার্যক্রম সম্পর্কে অবগত। এর একটি নাম আছে। এখন কি করবেন? একে শিক্ষিত করুন। আপনার যাত্রায় একে সঙ্গে নিন।

যত বেশি আপনি স্থির চিন্তাধারার ট্রিগার সম্পর্কে সচেতন হবেন, তত বেশি সেই চরিত্রের আগমনের ব্যাপারে সতর্ক হবেন। যখনই আপনি স্বস্থিকর স্তরের বাইরে পা বাড়াবেন, তাকে স্বাগত জানানোর জন্য প্রস্তুত থাকুন। এর আগমনের জন্য ধন্যবাদ দিন, এরপর বলুন যে কেন আপনি এই পথ বেছে নিয়েছেন আর তাকে আপনার সাথে যেতে বলুন : "দেখ, আমি জানি যে এতে কাজ নাও হতে পারে, কিন্তু আমি সত্যি এগিয়ে যেতে চাই। আমি কি তোমাকেও সাথে পেতে পারি?"

যখন কোন বাধা আসবে, দারুণ সুযোগ বুঝে সে আবার দেখা দেবে। একে সরিয়ে দেয়া বা মুছে ফেলার দরকার নেই। একে এর কাজ করতে দিন। এর নাচ-গান করতে দিন। যখন একটু শান্ত হবে, একে বলুন যে কিভাবে আপনি বাধা থেকে শিখতে চাচ্ছেন ও এগিয়ে যাচ্ছেন : "হ্যাঁ, হ্যাঁ, এটি সম্ভব যে আমি এতে তেমন ভাল নই, তবে আমি বুঝতে পারছি যে পরবর্তীতে কি করতে হবে। একটু চেষ্টা করে দেখি।"

যখন আপনি চাপে থাকেন আর ভয় পান যে টিম আপনাকে ডুবিয়ে দেবে, তাদের বলুন যে ডুয়ান এখন তৈরি আর তাদের সেরা কাজটাই আপনি চান। তারা যেখানে থাকুক, যা-ই ভাবুক, বুঝার ও সম্মান করার চেষ্টা করুন এবং তাদেরকে সমর্থন দিন ও পরিচালনা করুন। ডুয়ানের সাথে কথা বলুন যাতে সে শান্ত থাকে আর টিমকে সাহায্য করুন।

skilu.blogspot.com

মনে রাখবেন আপনার স্থির চিন্তাধারার চরিত্র তৈরি হয়েছে আপনাকে রক্ষা করার জন্য ও নিরাপদ রাখার জন্য। কিন্তু এর উপায় খুব সীমিত। তাই একে পরিপক্ক চিন্তাধারার শিক্ষা দিন যাতে আপনাকে সহায়তা করতে পারে : চ্যালেঞ্জ নিতেও লেগে থাকতে, ব্যর্থতা থেকে ফিরে আসতে আর অন্যের উন্নয়নে সাহায্য ও সহযোগিতা করতে। সেই চরিত্রের দৃষ্টিভঙ্গী বুঝুন, কিন্তু ধীরে ধীরে স্বতন্ত্র চিন্তাধারায় শিক্ষা দিন ও পরিপক্ক চিন্তাধারার পথে একে সঙ্গী করুন।

প্রত্যেকের মধ্যে স্থির চিন্তাধারার চরিত্র আছে বুঝতে পারলে মানুষের মনে সান্ত্বনা আসে। এতে তাদের লড়াইকে বুঝা যায়। আমি বিগত অধ্যায়ে উল্লেখ করেছিলাম যে ছাত্র-ছাত্রীদের স্থির চিন্তাধারার কারণে শিক্ষক তাদেরকে বকা দিচ্ছিল। তারা রুমের সামনে চিন্তাধারার চার্ট রাখতে পারে আর ছেলেমেয়েদেরকে সেটা অনুসরণ করার কথা বলতে পারে।

নিচের উল্লেখিত টিচারের সাথে তুলনা করুন। এই টিচার গ্রেড স্কুলের ক্লাশে অনেকদিন ধরে স্থির চিন্তাধারার চরিত্রের কথা বলেন ও একটি নাম দেন। একটি ছেলে তা করল না, যার মধ্যে স্থির চিন্তাধারার প্রচুর আচরণ রয়েছে। টিচার যা কিছু করতে বলেছে, তার বেশিরভাগই সেই ছেলে করেনি। অন্যরা যখন তাদের স্থির চিন্তাধারার ছোট্ট চরিত্রকে স্কেয়ার্ড শেলি, লেজি ল্যারি, অ্যাংশাচ অ্যান্ডি বা হেল্পলেস হানা নামে ডাকছিল, সে চুপচাপ বসেছিল। কিন্তু টিচার তাকে বললেন যে সে যখন প্রস্তুত হবে, টিচারকে পাশে পাবে আর একদিন হঠাৎ করে সে বলে উঠল 'ডাম্পিং ড্যান।" টিচার জানতে চাইলেন, "কি?" সে পুনরায় বলল, "ডাম্পিং ড্যান, যখন আমি কিছু করি, ভুল করি। আমি কোনকিছু ঠিকমত করতে পারিনা। সেজন্য সবাই আমাকে অপদার্থ ডাকে।" যখন সে স্কুলের কাজ করার চেষ্টা করে, ডাম্পিং ড্যান এত জোরে চিৎকার করে যে সে অগ্রসর হতে পারে না। টিচার তার পাশে দৌড়ে যায়, তার ও ডাম্পিং ড্যানের সাথে কাজ করে যাতে ড্যান শান্ত থাকে, তাকে শান্তি দেয় ও কাজ করতে দেয়। এরপর সে দ্রুত বাড়তে লাগল।

কত ছাত্রছাত্রী বা কর্মীকে যে অযোগ্য, একরোখা বা দুর্বল বলে গণ্য করা হয়, যখন তারা এই পরিস্থিতিতে কি করে কাজ করতে হয়, সেটা জানেনা। এই পরিস্থিতিতে সাহায্য করার বদলে কত সময় আমরা তাদের হুমকি বা শাস্তি দিয়েছি!

আমাদের প্রত্যেককেই একটি যাত্রায় অংশ নিতে হয়।

* আমাদের প্রত্যেকের দুই ধরনের চিন্তাধারা রয়েছে– একথা মেনে যাত্রা শুরু করতে হয়।

skill.blogspot.com

* এরপর স্থির চিন্তাধারার ট্রিগার খুঁজতে হয়। ব্যর্থতা? সমালোচনা? সময়সীমা? মতের অমিল?
* আর আমরা বুঝতে পারি যে স্থির চিন্তাধারার 'চরিত্র' জেগে উঠলে আমাদের কি হয়। এই চরিত্র কে? এর নাম কি? এটি আমাদের কি ভাবায়, অনুভব করায় ও কাজ করায়? আমাদের চারপাশের মানুষকে কিভাবে প্রভাবিত করে?
* গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপার হল যদি আমরা একে শিক্ষিত করাই ও পরিপক্ক চিন্তাধারার যাত্রায় শামিল করি, তবে আমরা ধীরে ধীরে পরিবর্তিত হতে পারি।
* আদর্শগতভাবে আমরা আরো বেশি করে শিখব যে কিভাবে অন্যদের যাত্রায় সাহায্য করা যায়।

শেখা ও শিখতে সাহায্য করা

আপনি হয়ত স্থির চিন্তাধারার চরিত্রকে নাম দিয়েছেন ও পোষ মানিয়েছেন। কিন্তু এটা ভাববেন না যে আপনার যাত্রা শেষ। পরিপক্ক চিন্তাধারার ফসল পেতে হলে আপনাকে লক্ষ্য নির্ধারণ করতে হবে। প্রতিদিন এগিয়ে যেতে হবে ও অন্যদের উন্নয়নের ব্যাপারে সাহায্য করতে হবে। কিভাবে এইসব সুযোগের খোঁজ করা যায়?

প্রথমত: নাইজেল হলমস্ এর তৈরি করা দুটো চিন্তাধারার সারমর্মের একটি কপি করুন, আর আয়নায় আটকে দিন। প্রতিদিন সকালে স্থির ও পরিপক্ক চিন্তাধারার পার্থক্য মনে রাখার জন্য ওটিকে ব্যবহার করুন। এরপর পুরো দিনকে চোখের সামনে রেখে নিজেকে এই প্রশ্নগুলো করার চেষ্টা করুন। আয়নায় জায়গা থাকলে কপি করে আবারও লাগিয়ে দিন।

শিখার ও এগিয়ে যাওয়ার জন্য আজকের সুযোগগুলো কি কি? আমার জন্য? আমার চারপাশের মানুষের জন্য?

যেহেতু সুযোগের কথা চিন্তা করেছেন, একটি প্ল্যান তৈরি করুন ও জিজ্ঞেস করুন :

কোথায়, কখন ও কিভাবে আমি আমার প্ল্যান কাজে লাগাব?

'কোথায়, কখন ও কিভাবে' প্ল্যানটাকে মজবুত করে তুলবে। কিভাবে বলতে কার্যকর সব ধরনের উপায়ের কথা বলা হয়েছে।

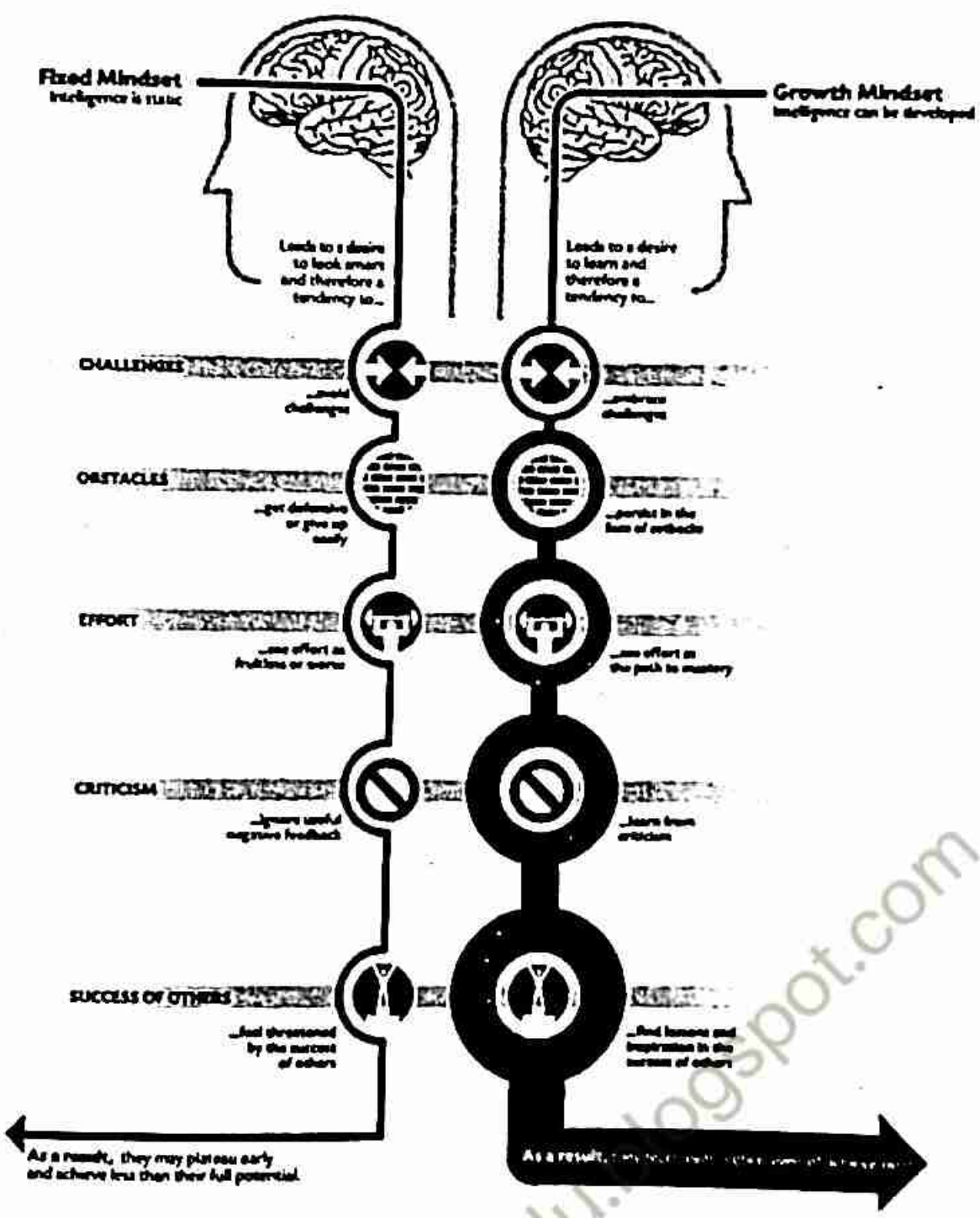
অপরিহার্য বাধা ও বিপত্তি অতিক্রম করার পর, একটি নতুন প্ল্যান তৈরি করুন ও নিজেকে প্রশ্ন করুন :

কখন, কোথায় ও কিভাবে আমি আমার নতুন প্ল্যান অনুযায়ী কাজ করতে পারি?

skillblogspot.com

যত খারাপ লাগুক না কেন, স্থির চিন্তাধারার চরিত্রের সাথে কথা বলুন ও তারপর কাজ করুন।

আর যখন সফল হবেন, নিজেকে প্রশ্ন করতে ভুলবেন না : এই উন্নয়ন পরিচালনা ও বজায় রাখতে হলে আমাকে কি করতে হবে?



মনে রাখবেন বেইসবল খেলোয়াড় অ্যালেক্স রড্রিগুজ বলেছেন : "আপনি হয় এই পথে নইলে অন্য পথে যান।" আপনাকে একটি নির্দিষ্ট ঠিক ঠিক করে নিতে হবে।

sklilu.blogspot.com

সামনের পথ

পরিবর্তন কঠিন হতে পারে, কিন্তু আমি কাউকে বলতে শুনিনি যে এর মূল্য নেই। হয়ত যারা অনেক কষ্টে লাভ করেছে, তারা ভিন্নভাবে বিচার করেছে। কিন্তু যারা পরিবর্তিত হয়েছে, তারা বলবে যে তাদের জীবন কিভাবে বদলে গেছে। তারা বলতে পারবে যে আগে তাদের কি ছিল না, এখন আছে আর তাদের অতীত ও বর্তমানের অনুভূতি কি।

পরিপক্ক চিন্তাধারায় পরিবর্তন কি আমার সব সমস্যার সমাধান করে দিতে পারবে? না। কিন্তু আমি জানি যে আমার একটি ভিন্ন জীবন হবে। আর আমি অনেক বেশি সতেজ, সাহসী ও মুক্ত মানুষ হয়ে উঠব।

আপনাকেই সিদ্ধান্ত নিতে হবে যে পরিবর্তন আপনার জন্য প্রয়োজন কি'না। হতেও পারে, নাও হতে পারে। তবু পরিপক্ক চিন্তাধারাকে আপনার মনে রাখুন। যখন কোন বাধা অতিক্রম করবেন, এর সাহায্য নিতে পারেন। এটি সবসময় আপনার জন্য থাকবে, আপনাকে ভবিষ্যতের পথ দেখাবে।

sklilu.blogspot.com