দাম্পত্য রসায়ন

(বৈবাহিক জীবনবোধ, রোমাঞ্চ ও
ভালোবাসার সাবলীল বোঝাপড়া)

ড. ইয়াসির ক্বাদি

অনুবাদ
ফাতেমা মাহফুজ

ড. ইয়াসির ক্বাদি

জন্ম আমেরিকায়, ১৯৭৫ সালে। হুস্টন ইউনিভার্সিটি থেকে কেমিক্যাল ইঞ্জিনিয়ারিং-এর ওপর বিএসসি করেছেন। ইসলামের প্রতি অনুরক্ত হয়ে মদিনা ইসলামি বিশ্ববিদ্যালয়ে যান উচ্চতর অধ্যয়ন করতে। প্রথমে হাদিস ও ইসলামি শাস্ত্র অনুষদ থেকে আরবি ভাষার ওপর ব্যাচেলর ডিগ্রি অর্জন করেন। পরে দাওয়াহ অনুষদ থেকে ইসলামি ধর্মতত্ত্বের ওপর মাস্টার্স ডিগ্রি সম্পন্ন করেন। আমেরিকায় ফিরে এসে ইয়েল ইউনিভার্সিটি থেকে ধর্মতত্ত্বে পিএইচডি করেন। ২০০১ সাল থেকে তিনি আল মাগরিব ইনস্টিটিউট-এর একাডেমিক বিভাগের ডিন হিসেবে দায়িত্ব পালন করছেন। এ ছাড়া অধ্যাপনা করছেন টেনিসির রোডস কলেজের ধর্মশিক্ষা বিভাগে। সোশ্যাল মিডিয়াতে অব্যাহতভাবে কথা বলছেন সমসাময়িক ইস্যু এবং ইসলামের মৌলিক নীতিমালা নিয়ে। ২০১১ সালে *দ্যা নিউইয়র্ক টাইমস*-এর এক নিবন্ধে ইয়াসির ক্বাদিকে আমেরিকায় ইসলামের সবচেয়ে প্রভাবশালী পণ্ডিতদের একজন হিসেবে উল্লেখ করা হয়েছে। তাঁর রচিত গ্রন্থসমূহ বিশ্বব্যাপী তুমুল জনপ্রিয় এবং নানান ভাষায় অনূদিত হচ্ছে।

দাম্পত্য রসায়ন

(বৈবাহিক জীবনবোধ, রোমাঞ্চ ও ভালোবাসার সাবলীল বোঝাপড়া)

هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَاَنْتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ

‘তোমাদের স্ত্রীরা তোমাদের পোশাক
এবং তোমরা তাদের পোশাক...’

সূরা বাকারা : ১৮৭

দাম্পত্য রসায়ন

(বৈবাহিক জীবনবোধ, রোমাঞ্চ ও ভালোবাসার সাবলীল বোঝাপড়া)

ড. ইয়াসির ক্বাদি

ফাতেমা মাহফুজ
অনূদিত

গার্ডিয়ান
পাবলিকেশনস

প্রকাশকের কথা

দাম্পত্য সম্পর্ক নিয়ে ইসলাম আমাদের ক্রিস্টাল ক্লিয়ার নির্দেশনা উপহার দিয়েছে। দুর্ভাগ্যজনকভাবে কেবল জানাশোনার অভাবে আমরা নিজেদের মতো এক দাম্পত্য দুনিয়া তৈরি করেছি, যেখানে স্বামী কিংবা স্ত্রী নিজ নিজ অবস্থান ও বুঝের মধ্য দিয়ে যেতে চায়। ফলে যা হওয়ার তা-ই হচ্ছে। অভিমান, অভিযোগ, ভুল বোঝাবুঝি, বিতৃষ্ণা, অবজ্ঞা, উপেক্ষা, দূরত্ব এবং এই ধারাবাহিকতায় চূড়ান্ত বিচ্ছেদ।

প্রতিদিন আমরা দুঃসংবাদের মুখোমুখি হচ্ছি। স্বামী-স্ত্রীর দূরত্ব বাড়ছে, পরিবার ভেঙে যাচ্ছে। মুসলিম পরিবারগুলোতেও এই ভয়ংকর দানব হাত বাড়িয়েছে। অথচ ইসলামের মৌল অহংকারের জায়গাটাই হচ্ছে পরিবার। পরিরবার সিস্টেম ভেঙেছে তো ইসলামের বুনিয়াদি চর্চার হাত-পা ভেঙে যাচ্ছে।

কেন এমন হচ্ছে? কখনোই আমরা সমস্যার গভীরে পৌঁছতে চাই না। জেদ, দাম্ভিকতা, আত্মবুঝের আলোকে সব সমস্যা চাপা দিতে চাই। 'স্বামিত্ব' কিংবা 'স্ত্রীত্ব' নিয়ে আমরা এক প্রান্তিকতার মধ্য বসবাস করি। স্বামী তার স্ত্রীর চোখ দিয়ে কিংবা স্ত্রী তার স্বামীর চোখ দিয়ে জগৎ-সংসারকে দেখার চেষ্টাটাই করে না। পারবারিক সংকটে উভয়ের মনোজগৎকে জানাটা খুব জরুরি।

ড. ইয়াসির ক্বাদি এই ছোট্ট গ্রন্থে দাম্পত্য সম্পর্ক নিয়ে ইসলামের বোঝাপড়া তুলে ধরেছেন অত্যন্ত প্রাঞ্জল ভাষায়। দাম্পত্য রসায়ন নিয়ে খোলামেলা কিছু আলাপ করেছেন এখানে। অনুবাদ করেছেন সম্মানিতা বোন ফাতেমা মাহফুজ। গার্ডিয়ানের সম্পাদনা পরিষদ গ্রন্থটি সহজবোধ্য করতে বেশ পরিশ্রম করেছে। প্রত্যেকের প্রতি কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি।

আশা করছি, স্বামী-স্ত্রীরা এই গ্রন্থ থেকে কিছুটা হলেও উপকার পাবেন।

নূর মোহাম্মাদ আবু তাহের
বাংলাবাজার, ঢাকা-১১০০

অনুবাদকের কথা

নারী-পুরুষের মধ্যকার পার্থক্য বায়োলজিক্যাল নাকি সোসিওলিজক্যাল? অনেকে তো মনে করেন—ছোটো বয়সে ছেলেকে মেয়ের খেলনা দিলে আর মেয়েকে ছেলের খেলনা দিলে বড়ো হয়ে ছেলের মানসিকতা মেয়ের মতো আর মেয়ের মানসিকতা ছেলের মতো হয়। যদিও বাস্তব গবেষণায় দেখা গেছে—(সূত্র : Brainsex- Anne moir, David Jessel) নারী-পুরুষ উভয়ই আলাদা সত্তা। তাদের আলাদা চাহিদা, কামনা ও শক্তি। রয়েছে আলাদা অনুভূতি, অনুভূতির মাত্রা ও আকাঙ্ক্ষা। ঠিক এই ব্যাপারগুলো না বোঝার কারণে দাম্পত্যজীবনে শুরু হয় মান-অভিমান; এমনকী মামলা-মোকাদ্দমাও। অভিযোগ উঠে জোর করে যৌন সম্পর্ক করার!

দাম্পত্যজীবনে জোর করে যৌনসম্পর্ক কতটা বুদ্ধিদীপ্ত, কতটা সঠিক, সে বিতর্কে না গিয়ে প্রাকৃতিকভাবেই অন্তরঙ্গতার ক্ষেত্রে নারী-পুরুষের মধ্যে পার্থক্যের বোঝাপড়াটা অন্তত জরুরি। আর এই প্রাকৃতিক পার্থক্য না জানার কারণে অনেক দম্পতির মধ্যে যৌন অন্তরঙ্গতায় কেউ একাকিত্বে ভোগে, কেউ-বা বিষণ্নতায়। 'রোমান্টিসিজমের বিচক্ষণতা' যৌনজীবনে গুরুত্বপূর্ণ ফ্যাক্ট।

কীভাবে বৈবাহিক সম্পর্ককে উপভোগ করা যায়, সেটা ইসলামের মার্জিত শব্দশৈলীর মধ্যে থেকেই ড. ইয়াসির ক্বাদি তাঁর 'Like A Garment' শিরোনামের লেকচারে বর্ণনা করেছেন। এই লেকচারে খুবই সংক্ষেপে ব্যাখ্যা করেছেন ইসলামে 'জান্নাতি হুর' প্রসঙ্গটি; সেইসঙ্গে রোমান্টিসিজমের প্রকারভেদ এবং প্রকৃত সঙ্গী হওয়ার কিছু দরকারি টিপস।

বর্তমান সমাজে এ বিষয়টি ব্যাখ্যার প্রয়োজনীয়তা সামনে রেখে 'Like A Garment' শীর্ষক লেকচারটি অনুবাদের লোভ সামলাতে পারিনি। দেশের অন্যতম জনপ্রিয় প্রকাশনা প্রতিষ্ঠান 'গার্ডিয়ান পাবলিকেশন্স' ছোট্ট এই পুস্তিকা 'দাম্পত্য রসায়ন' শিরোনামে প্রকাশের দায়িত্ব নেওয়ায় আমি আনন্দিত ও কৃতজ্ঞ।

আশা করি পাঠকসমাজ; বিশেষ করে যারা নতুন বিয়ে করেছেন, উপভোগ্য ও প্রয়োজনীয় কিছু পাঠের মুখোমুখি হবেন।

ফাতেমা মাহফুজ
ঢাকা

সূচনা

আসসালামু আলাইকুম ওয়া রাহমাতুল্লাহি ওয়া বারাকাতুহ।

দাম্পত্যজীবনকে আনন্দময়, উপভোগ্য ও কল্যাণকর করতে আমার এই ক্ষুদ্র পুস্তিকাকে একটি উদ্যোগ বলা যেতে পারে।

পবিত্র কুরআনে দম্পতিকে পরস্পরের 'পোশাক' (لِبَاسٌ) বলে অবহিত করা হয়েছে। এই উপমাটি দেওয়া হয়েছে কুরআনের অন্যতম সুন্দর, কাব্যিক, ছন্দময় ও গভীর তাৎপর্যপূর্ণ আয়াতে। সেখানে আল্লাহ তায়ালা বলেন—

هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَاَنْتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ-

'তোমাদের স্ত্রীরা তোমাদের পোশাক এবং তোমরা তাদের পোশাক।' সূরা বাকারা : ১৮৭

এই আয়াতের ব্যাখ্যায় ইবনে জারির আত-তাবারি (রহ.) বলেন—

> 'এই উপমার মাধ্যমে মূলত স্বামী-স্ত্রীর অন্তরঙ্গতাকে বোঝানো হয়েছে; যেখানে প্রত্যেক জীবনসঙ্গী পরস্পরকে পোশাকের মতো ঢেকে রাখে, আবৃত করে রাখে।'

আল কুরতুবি (রহ.) আরেকটু যুক্ত করে বলেন—

> 'কাপড় যেমন পরিধানকারীকে বাইরের বিভিন্ন (ক্ষতিকর) উপাদান থেকে সুরক্ষা দেয়, তেমনই প্রত্যেক জীবনসঙ্গী পরস্পরকে বাইরের বিভিন্ন আবেগ, কামভাব ইত্যাদি থেকে রক্ষা করে; যেগুলো মূলত দাম্পত্যজীবনের জন্য ক্ষতিকর।'

এই তাৎপর্যপূর্ণ আয়াতের বিভিন্ন ব্যাখ্যাকে একত্রিত করলে মোটামুটি যে ভাবার্থগুলো পাওয়া যায়—

- স্বামী-স্ত্রী একে অপরের সাথে এতটাই ঘনিষ্ঠ যে, তারা যেন একে অপরকে আবৃত করে রাখে; যেভাবে কাপড় মানুষকে আবৃত করে রাখে। লিঙ্গ বা যৌনতা বোঝাতে কুরআনে আরেকটি চমৎকার পরিভাষা ব্যবহার করা হয়েছে—'গাশিয়া' (غشى)। এর অর্থ হচ্ছে—'আবৃত করা, আচ্ছাদন করা'।

- পোশাক পরার প্রাথমিক উদ্দেশ্য শরীরকে আবৃত করা। কারণ, উন্মুক্ত শরীর একটি লজ্জাজনক বিষয়। শরীর; বিশেষত লজ্জাস্থান অন্যের দৃষ্টি থেকে লুকিয়ে রাখার জন্য পোশাক পরতে হয়। জীবনসঙ্গীও একই ভূমিকা পালন করে। তারা পরস্পরের ভুল-ত্রুটিকে অপরের নজর থেকে গোপন রাখে। নিজেরা এমন বিষয়ের অংশীদার হয়—যা অন্যকে বলা সম্ভব হয় না।

- পরিধেয় পোশাক যেভাবে আমাদের বাহ্যিক বিভিন্ন উপাদান, যেমন : ঠান্ডা, গরম প্রভৃতি বিষয় থেকে সুরক্ষা দেয়, তেমনি জীবনসঙ্গীও একে অপরকে বিভিন্ন উৎস দ্বারা জাগ্রত মানসিক কামনা থেকে রক্ষা করে।

- পোশাক ছাড়া মানুষ অসম্পূর্ণ ও নগ্ন। পোশাক পরিধানের মূল উদ্দেশ্য হলো—মানুষকে সুন্দর, শোভন ও মার্জিতরূপে উপস্থাপন। একইভাবে জীবনসঙ্গীরাও একে অপরকে সুন্দর ও পরিপূর্ণরূপে উপস্থাপন করে। যে এখনও বিয়ের বর্ণিল সোপানে পা দেয়নি, সে কাঁচা ও অপরিপক্ব; অসম্পূর্ণ তার জীবন। অমিত সম্ভবনার পরিব্যাপ্ত দিগন্ত এখনও তার অধরা। সুতরাং সভ্য হওয়ার জন্য পোশাক যেমন একটি অপরিহার্য উপাদান, তেমনি বিয়েও মানুষকে অপেক্ষাকৃত অধিক শালীন ও সভ্য করার পাশাপাশি জীবনে পূর্ণতা এনে দেয় ।

- মানুষের সামনে পোশাক ছাড়া কে হাজির হতে পারে? যার সামান্য লাজ-শরম আছে, তার পক্ষে কিছুতেই এমন কাজ করা সম্ভব নয়। তবে আপনার প্রণয়প্রিয় জীবনসঙ্গীর সামনে পোশাক না থাকলেও সমস্যা নেই। স্বামী-স্ত্রীর সম্পর্কটা এমন—একজন জীবনসঙ্গী অপর জীবনসঙ্গীকে সন্তুষ্টির ভিত্তিতে কোনো কিছু গ্রহণ ও বর্জনের ক্ষেত্রে কথা বলতে পারে। তারা একে অপরের পছন্দ ও ইচ্ছা অনুযায়ী পোশাক নির্বাচন, গ্রহণ ও পরিত্যাগ করতে পারে।

- পোশাক মানুষের সবচেয়ে নিকটতর জিনিস; যতটুকু নিকট তার স্কিন। ব্যক্তি ও পোশাকের মাঝে আর কিছুই থাকে না। সুতরাং 'একে অপরের পোশাক' বলতে স্বামী-স্ত্রীর গভীর নৈকট্যকেই বোঝানো হয়েছে। কেননা, আক্ষরিক কিংবা রূপক অর্থে স্বামী-স্ত্রীর মাঝখানে কিছু আসা উচিতও নয়।

সূচিপত্র

১৩	জাবির ইবনে আবদুল্লাহ ﷺ-এর হাদিস
২২	বৈবাহিক সুখ : শরিয়াহর লক্ষ্য
২৫	কুরআনে বর্ণিত অন্তরঙ্গতা
২৯	ইমাম গাজালি (রহ.)-এর দৃষ্টিতে পরকালের শান্তি
৩৪	জান্নাতি সুখ
৩৬	আমি তোমাকে বুঝতে চাই
৪১	রোমান্টিক হোন
৪৭	ভালোবাসার ভাষা
৫০	চাপের সময় আমাদের সম্পর্ক
৫৪	উপেক্ষিত গোপন পদ্ধতি
৫৭	মধুর সম্পর্কের চাবিকাঠি
৬১	সর্বশেষ বিবেচিত বিষয়

জাবির ইবনে আবদুল্লাহ ﵁-এর হাদিস

জাবির ইবনে আবদুল্লাহ ﵁ ছিলেন বিখ্যাত যোদ্ধা আবদুল্লাহ ইবনে হারাম ﵁-এর পুত্র। যৌবনের তেজ যখন তাঁর শরীর-মনে, ঠিক তখনই তিনি শাহাদাহ পাঠ করে রাসূল ﷺ-এর বিপ্লবী কাফেলায় শরিক হন। সেই দিক থেকে তিনি আনসারিদের মধ্যে সবচেয়ে কম বয়সে ইসলাম গ্রহণকারী সাহাবি।

জাবির ইবনে আবদুল্লাহ ﵁ ঐতিহাসিক আকাবার শপথ গ্রহণের সৌভাগ্য লাভ করেছিলেন। পেয়েছিলেন দীর্ঘ হায়াত। তিনি বিপুল হাদিস বর্ণনা করেছেন। সর্বাধিক হাদিস বর্ণনাকারী সাহাবিদের মধ্যে তিনি অন্যতম।

জাবির ﵁ ১৭ বছর বয়সে বিবাহবন্ধনে আবদ্ধ হন। তাঁর পিতা আবদুল্লাহ ইবনে হারাম ﵁ উহুদ যুদ্ধে শাহাদাতবরণ করেন। পিতার অনুপস্থিতিতে বেশ সাদামাটা আয়োজনের মধ্য দিয়ে তাঁর বিয়ের আনুষ্ঠানিকতা শেষ হয়। হাদিসে জাবির ﵁-এর বিয়ের উল্লেখ রয়েছে।

জাবির ইবনে আবদুল্লাহ ﵁ বর্ণনা করেন—তিনি এক অভিযানে রাসূলুল্লাহ ﷺ-এর সাথে ছিলেন। কাফেলা মদিনা শহরের উপকণ্ঠে এসে পৌঁছলে তিনি বেশ দ্রুত বেগে চলা শুরু করেন। রাসূলুল্লাহ ﷺ এই তাড়াহুড়োর কারণ জানতে চাইলে তিনি বলেন—'আমি কিছুদিন হলো বিয়ে করেছি।'

নবিজি বললেন—'বিধবা নাকি কুমারী?'

জবাবে জাবির ﵁ বলেন—'বিধবা'।

তখন নবিজি ﷺ বললেন—'কুমারী মেয়েকে বিয়ে করলে না কেন? তাহলে তার সাথে খুনশুটি করতে পারতে, সেও তোমার সাথে করত। তুমি তাকে হাসাতে, সেও তোমাকে হাসাত।'

জাবির ﵁ বলেন—'হে আল্লাহর রাসূল! আমার আব্বা উহুদ যুদ্ধে শহিদ হয়েছেন। তিনি কয়েকজন কন্যা সন্তান রেখে গেছেন। এ অবস্থায় আমি চাইনি, আমার বোনদের বয়সি কোনো মেয়েকে বিয়ে করতে; বরং বয়স্ক মহিলাকে বিয়ে করেছি—যাতে সে তাদের আদর-যত্ন ও দেখভাল করতে পারে।'

নবিজি বললেন—'তুমি সঠিক সিদ্ধান্ত নিয়েছ।'

এই ঘটনাটি একটি বড়ো হাদিসের অংশবিশেষ। হাদিসটি 'জাবির ﵁-এর হাদিস' বলে খ্যাত। এই হাদিসটি দাম্পত্য রসায়নের অনেকগুলো বিষয় ধারণ করে।

এই হাদিসে আমরা দেখেছি, রাসূলুল্লাহ ﷺ জাবিরকে সংকোচহীন সরল প্রশ্ন করেছেন। মূলত এর মাধ্যমে তিনি চেয়েছেন, জাবির এমন একজন মেয়েকে স্ত্রী হিসেবে গ্রহণ করুক—যার সাথে তিনি আমোদ-প্রমোদ, খুনশুটি করতে পারবেন এবং স্বামী-স্ত্রী হিসেবে একে অপরের সঙ্গ উপভোগ করতে পারবেন। এর মধ্য দিয়ে পরিষ্কার বোঝা যায়, বিয়ের একটি অন্যতম লক্ষ্য হচ্ছে—একে অপরের মধ্যে শারীরিক ও মানসিক স্বস্তি লাভ করা।

এখানে যৌন আমোদ-প্রমোদের ব্যাপারটি সরাসরি উল্লেখ না করে ঊহ্য রাখা হয়েছে। অতএব, এই ঘটনার মধ্য দিয়ে দেখতে পাচ্ছি—কুরআন ও সুন্নাহ যৌনতার বিষয়ে নিঃসংকোচে কথা বলেছে; কোনো রাখঢাক না রেখেই। তবে কুরুচিপূর্ণ ও অশালীন শব্দের ব্যবহারও সেখানে নেই; বরং এ জাতীয় শব্দ ও মন্তব্যগুলোর বিরুদ্ধে ইসলাম খড়্গহস্ত। সুতরাং আমাদের মনোভাব, চিন্তা, কথা বলার ধরন এমনই দ্বিধাহীন, অকুণ্ঠ হওয়া বাঞ্চনীয়; তবে যেখানে শালীনতা থাকবে।

একটি বিশ্বস্ত সূত্র উল্লেখ করে হাফিজ ইবনে হাজর (রহ.) বলেন, এই হাদিসের আরেকটি বাক্য রয়েছে; তা হলো—

> 'তুমি একজন যুবতি কন্যা ও তার মুখের লালা হতে নিজেকে বঞ্চিত করলে কেন?'

এখানে 'যুবতি মেয়ের লালা' শব্দটি একটু অন্যরকম মনে হতে পারে। তবে এর ব্যাখ্যায় আল কুরতুবি (রহ.) বলেন—'এই শব্দ দ্বারা ঠোঁটে চুমু দেওয়া এবং জিহ্বা লেহনকে বোঝানো হয়েছে।'

তা ছাড়া এই শব্দ দ্বারা চরম কামুকতা তথা উত্তেজিত আবেগে চুমু দেওয়াকেও বোঝানো হতে পারে।

নবিজি ﷺ-এর এই নিঃসংকোচ সরল শব্দের ব্যবহার দেখে হয়তো অনেকেই চোখ কপালে তুলেছেন। এমনটা হওয়ারই কথা। কারণ, আমাদের সমাজে স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে ভালোবাসা ও রোমান্টিসিজমের বিষয়গুলো কলুষিত ও খারাপ শব্দে ব্যক্ত করা হয়। আমরা মনে করি—এগুলো তো অশালীন। তাই কোনোভাবেই এমন নিঃসংকোচ সরল শব্দ জনসম্মুখে উচ্চারণ করা শালীনতার পরিপন্থি। বিপরীত দিকে কি ঘটে জানেন? আজকাল অনলাইন ও অফলাইনে অবৈধ সম্পর্কগুলো বুক উঁচু করে বলে বেড়ানো হচ্ছে। এখানে শালীনতার কোনো বালাই নেই।

মূলত আমোদসংক্রান্ত, হাস্যরসাত্মক ও খুনশুটিমূলক শব্দগুলোই স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে দাম্পত্যজীবনের রোমাঞ্চ, আকর্ষণ ও আবেদন বাড়িয়ে তোলে। আমরা ভাবি—ইসলাম রসকষহীন, নির্জীব, কাটখোট্টা টাইপের একটি ধর্ম। অথচ রাসূল ﷺ বৈবাহিক সম্পর্ককে পূর্ণতা দিতে শালীন উপায়ে স্পষ্ট ও দৃঢ় বক্তব্য দিয়েছেন।

রাসূল ﷺ-এর সিরাত পর্যালোচনা করলে বোঝা যায় (বিশেষ করে তাঁর স্ত্রীদের সঙ্গে মোয়ামেলাতসংক্রান্ত অংশটুকু) যেকোনো বিচার-বিবেচনায় স্ত্রীদের প্রতি তিনি ছিলেন একজন আদুরে, যত্নবান, ভদ্র, সহানুভূতিপরায়ণ ও রোমান্টিক স্বামী। এ সংক্রান্ত কিছু হাদিস এই বইয়ের বিভিন্ন অংশে উল্লেখ করা হয়েছে।

যৌনতার ব্যাপারে ইসলামের দৃষ্টিভঙ্গি বিভিন্ন ধর্মের (বিশেষ করে খ্রিষ্টান চিন্তাশীলদের) দৃষ্টিভঙ্গি থেকে বেশ আলাদা, ব্যতিক্রম। সেন্ট অগাস্টিন ছিলেন সম্ভবত গোড়ার দিকের খ্রিষ্টান ধর্মের একজন একক ধর্মতত্ত্ববিদ। তার দৃষ্টিভঙ্গি হলো—

> 'যৌন আকাঙ্ক্ষা মূলত কলুষিত, কুণ্ঠিত ও লজ্জিত হওয়ার মতো একটি অশ্লীল কাজ।'

তার এমন মন্তব্য পরবর্তী যুগের খ্রিষ্টানদের যৌনতাবিষয়ক চিন্তার ওপর গভীর প্রভাব ফেলে; এমনকী 'যাজকের বিবাহ নিষেধ' তত্ত্বের পক্ষে যুক্তি হিসেবেও তার এই মন্তব্য ব্যবহার করা হয়। তাই অনেক খ্রিষ্টান যৌনতা বিষয়ে ইসলামের এই আচরণ ও দৃষ্টিভঙ্গি দেখে অবাক হয়ে যায়। ইসলামের ব্যাপারে পাশ্চাত্যের অধিকাংশ মানুষের ধারণা—'ইসলাম একটি কামুক ধর্ম'।

ফলে জাবির ﷺ-এর এই ঘটনাটির মতো কোনো হাদিস দেখলে অনেকে ব্যঙ্গ ও উপহাস করে। যেমন : একজনের মন্তব্য ছিল এমন—'আল্লাহর একজন নবি কীভাবে তাঁর সাহাবিকে স্ত্রীর সাথে মনোরঞ্জনের আদেশ দিতে পারেন?' মূলত অগাস্টিনপন্থিদের আশ্চর্য হওয়ার কারণ হলো—তাদের দৃষ্টিতে যৌনতা মজ্জাগতভাবেই খারাপ কাজ।

তবে অন্যান্য ধর্মের সাথে আলোচনার সময় এসব মনস্তাত্ত্বিক যুক্তিতর্কের বিষয়ে সতর্ক থাকা দরকার। মুসলিম হিসেবে আমাদের জন্য যৌনাকাঙ্ক্ষা কিংবা যৌনতা কখনোই খারাপ কাজের অন্তর্ভুক্ত নয়, তবে যৌন চাহিদার অপব্যবহার ও অপপ্রয়োগ ঘৃণিত খারাপ কাজ। উপরন্তু স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে যৌন সম্পর্ককে কুরআনে পরোক্ষভাবে আল্লাহর তরফ থেকে আশীর্বাদস্বরূপ বর্ণনা করা হয়েছে।

এই হাদিসের নিম্নোক্ত অংশটা আমাদের জন্য প্রাসঙ্গিক। জাবির ﵁ বলেন—

> 'আমরা যখন শহরে ঢুকতে যাচ্ছি, তখন নবিজি ﷺ আমাকে বললেন—"আস্তে চলো এবং রাতে প্রবেশ করো, যাতে এই সময়ের মধ্যে তোমার স্ত্রী চুল না আঁচড়িয়ে থাকলে আঁচড়ে নিতে পারে এবং গোপন অঙ্গের চুল পরিষ্কার না করে থাকলে পরিষ্কার করে নিতে পারে।" তারপর আমাকে বললেন—"ভদ্রতা ও প্রজ্ঞার সাথে তাঁর কাছে যাবে।"' বুখারি ও মুসলিম

রাসূলুল্লাহ ﷺ চাননি—জাবির ﵁ তাঁর স্ত্রীকে হঠাৎ চমকে দিক। সেই সময় কোনো ফোন ছিল না এবং এমন কোনো মাধ্যমও ছিল না, যা দিয়ে পরিবারকে আগে থেকেই আগমনের বার্তা জানানো যায়। এক্ষেত্রে নবিজি একটি কৌশল অবলম্বন করেন। বিভিন্ন সময় কাফেলা নিয়ে শহরে ফেরার পূর্বে তিনি আগেই একজন ঘোষক পাঠাতেন। সে শহরে প্রবেশ করে কাফেলার আগমনের সংবাদ ঘোষণা দিত। এজন্য নবিজি জাবির ﵁-কে একটু অপেক্ষা করতে বললেন, যাতে ঘোষক শহরে গিয়ে পরিবারকে আগমনের বার্তা জানাতে পারে। এতে পরিবারের সদস্যরাও নিজের মতো করে প্রস্তুতি নেয়।

এখান থেকে আমরা কী শিখলাম? শিখলাম, জীবনসঙ্গীরা একে অপরের জন্য নিজেকে সুন্দররূপে সাজাতে পারে। আর চুল আঁচড়ানো সাজগোজের একটি দিক মাত্র। এ ছাড়াও সৌন্দর্য বাড়ানোর জন্য নিজেকে দর্শনীয়রূপে উপস্থাপন এবং অপরপক্ষের নজর কাড়ার জন্য রূপচর্চার প্রতি উৎসাহিতও করা হয়েছে।

আমরা যখন সফর করে ঘরে ফিরব, স্ত্রীদের আগেই জানিয়ে দেওয়া উচিত। আর স্বামীর আগমনবার্তা পেয়ে স্ত্রীদেরও নিজেকে উত্তম ও আকর্ষণীয় করে গুছিয়ে নেওয়া উচিত। এর অর্থ ঘরে ফিরেই যৌনতা বোঝায় না; বরং এক প্রশান্ত পরিবেশকে বোঝায়।

জাবির ﵁ বাড়ি যাওয়ার জন্য ব্যাকুল ছিল, কিন্তু রাসূলুল্লাহ ﷺ তাঁর ভালোর জন্যই একটু দেরি করে বাড়ি যেতে বললেন—যাতে স্ত্রী তাঁর জন্য নিজেকে প্রস্তুত করতে পারে।

এখানে যৌনকেশ মুণ্ডন করার স্পষ্ট আদেশটি একটি চমৎকার বাক্য। ইসলাম পবিত্রতার ধর্ম। এখানে পবিত্রতার প্রথাগুলো আমরা মোটামুটি জানি। যেমন : হাদিসেও বর্ণিত হয়েছে—'প্রত্যেককে তার যৌনকেশ মুণ্ডন করতে হবে।' এই আদেশ বিভিন্ন হাদিস গ্রন্থে যৌনসংক্রান্ত অধ্যায়ে বর্ণিত আছে।

অপরদিকে এখানে স্বামীকে ধৈর্যধারণ করতে বলা হয়েছে। কারণ, স্ত্রী যেন যৌনকর্মে পরিতৃপ্তির জন্য নিজেকে পরিপাটিরূপে সাজাতে পারে এবং এই লক্ষ্যে গোপন অঙ্গগুলোর সৌন্দর্য বর্ধন করতে পারে। সুতরাং প্রতিটি দম্পতির উচিত নিজের গোপন অঙ্গের ব্যাপারেও চিন্তা করা—যাতে তারা একে অপরের প্রতি গভীর আকর্ষণ অনুভব করতে পারে।

আমরা এখানে বারবার বৈবাহিক জীবনের অন্তরঙ্গতার ব্যাপারে নবিজি ﷺ-এর খোলামেলা ও স্পষ্ট নীতি এবং উৎসাহ-উদ্দীপনা দেখতে পাচ্ছি। আমাদের অতি রক্ষণশীল পরিবারগুলোর সংস্কৃতি নবিজির এমন স্পষ্ট নীতি ও উৎসাহ-উদ্দীপনার বিপরীত। ব্যাপারটা যেন এমন, কিছু লোক নিজেদের মুহাম্মাদ ﷺ-এর থেকেও অধিক ব্যক্তিত্বসম্পন্ন, শালীন ও রুচিশীল বলে দাবি করছে!

হাদিসের শেষাংষে অনেক কল্যাণকর ও শিক্ষাসংবলিত দিক রয়েছে।

হাদিসের শেষাংশটা বর্ণিত হয়েছে এভাবে—

'তারপর ভদ্রতা ও প্রজ্ঞার সাথে তাঁর কাছে যাবে।'

এখানে আরবি فَالْكَيْسَ, اَلْكَيْسَ শব্দগুলো জোর দেওয়া অর্থে বলা হয়েছে। اَلْكَيْسَ শব্দটির আক্ষরিক অর্থ 'বিজ্ঞতা'। তবে এটা দিয়ে ভদ্রতাও বোঝানো হয়। এই অর্থেই ইসলামিক স্কলারগণ বুঝিয়েছেন—'জাবির ﷺ-এর উচিত তাঁর স্ত্রীর সামনে ভদ্র ও বিজ্ঞতার সাথে গমন করা।'

اَلْكَيْسَ শব্দ দিয়ে বোঝানো হয়েছে—জাবির ﷺ-এর উচিত বিজ্ঞোচিত ব্যবহার দেখানো। সবে তাঁর বিয়ে হয়েছে এবং তিনি কিছুদিনের জন্য বাইরে ছিলেন। সুতরাং এটা স্পষ্ট, উভয়পক্ষই একে অপরকে অনুভব করছে। তাই বিজ্ঞতার পরিচয় এটাই হবে—তাঁরা একে অপরকে সুখী ও উপভোগ করবে এবং জাবির ﷺ অকারণে কোথাও দেরি করবে না, আবার তাড়াহুড়োও করবে না।

এখানে ভদ্রতার প্রসঙ্গটি আসার কারণ—জাবির ﷺ-এর বোঝা উচিত, তিনি অল্পবয়স্ক আবেগতাড়িত যুবক। তাঁর এমন কোনো আচরণ করা উচিত নয়—যাতে স্ত্রী কষ্ট পায়।

এই সময়ে জাবির ﷺ-এর কী করা উচিত—এ ব্যাপারে নির্দেশনা দেওয়ার মাধ্যমে রাসূল ﷺ মূলত গোটা উম্মতকে এটাই শেখাচ্ছেন, ব্যক্তিগত সম্পর্কের ব্যাপারে তাদের কেমন আচরণ করা উচিত।

বিশ্রামাগারের আদবসংক্রান্ত এক হাদিসে রাসূলুল্লাহ ﷺ বলেছেন—

> 'আমি তোমাদের জন্য পিতার মতো। আমি পিতার মতোই তোমাদের শিক্ষা দিচ্ছি।' আবু দাউদ

যেহেতু জাবির ﵁-এর কোনো বড়ো ভাই ছিল না এবং তাঁর পিতাও শহিদ হয়েছিলেন, তাই নবিজি ﷺ নিজেই বিভিন্ন বিষয় শেখানোর দায়িত্ব গ্রহণ করেন; এমনকী যৌনতাসংক্রান্ত পরামর্শও দিয়েছিলেন। এখান থেকে জানতে পারি, জ্ঞানীরা প্রয়োজনে মুসলিমদের দাম্পত্য জীবনের আদব শেখাতে লজ্জাবোধ করেন না।

ইমাম বুখারি, ইবনে খুজাইমা ও ইবনে হিব্বান (রহ.) সকলেই বলেছেন, এই হাদিসের প্রকাশভঙ্গি পরোক্ষভাবে অন্তরঙ্গতাকেই বুঝিয়েছে। আর এই শব্দগুলো কুরুচিপূর্ণ নয়; বরং অকপট ও স্পষ্ট।

এ ছাড়াও ফিকহের অন্যান্য ক্ষেত্রে হাদিসটি উল্লেখযোগ্য ভূমিকা রেখেছে।

বৈবাহিক সুখ : শরিয়াহর লক্ষ্য

রাসূলুল্লাহ ﷺ বলেছেন—

> 'এই পৃথিবীতে নারী ও সুগন্ধি আমার অতি প্রিয় দুটি বস্তু, কিন্তু নামাজের মাধ্যমে আমি চোখের শীতলতা পাই।' বুখারি

একটি হাদিস থেকে জানি—

> 'সমগ্র পৃথিবীই উপভোগ্য। তার মধ্যে উত্তম উপভোগের জিনিস হলো নেককার স্ত্রী।' মুসলিম

আরেকটি হাদিসে রয়েছে—

> 'আমি তোমাদের যুবতি নারী বিয়ে করার পরামর্শ দিচ্ছি, তাদের মধুর ঠোঁটযুগল এবং কামাতুর আলিঙ্গনের জন্য।' ইবনে মাজাহ, তাবারানি (হাদিসটি হাসান)

অন্য হাদিসে রাসূল ﷺ বলেন—

> 'তোমাদের কেউ যখন নিজ স্ত্রীর নিকট আসে এবং পুনরায় সহবাস করতে চায়, তার উচিত অজু করে নেওয়া। এটা তার পুনঃকর্মকে সক্রিয় করবে।'
> আবু দাউদ

ওপরের সবগুলো হাদিসেই একটি সাধারণ বিষয় ফুটে উঠেছে, তা হলো—জীবনসঙ্গীর সাথে অন্তরঙ্গ সম্পর্কের ক্ষেত্রে পূর্ণ মনোযোগের সাথে মিলনে উৎসাহ জোগানো।

আরেকটি বিষয়—আমাদের প্রিয়নবি ﷺ তাঁর নিষ্কলুষ স্ত্রীগণের মাঝে পরিতৃপ্তি খুঁজে পেতেন। কিন্তু এর চেয়েও অধিক তৃপ্তি ও সুখ খুঁজে পেতেন আল্লাহর ইবাদতের মধ্যে। নামাজ তাঁর কাছে আরও মধুর ও প্রিয় ছিল।

অন্য একটি হাদিসে আছে—

> 'সমবয়সি নারী তার জন্য উত্তম। কারণ, এ বয়সি নারীদের কামশক্তি বেশি হয়।'

এখানে উষ্ণ চুম্বন ও উত্তেজনামুখর যৌনতার প্রতি ইঙ্গিত দেওয়া হয়েছে। একজন নেককার স্ত্রী (অনুরূপভাবে একজন ভালো স্বামী) পৃথিবীর সবচেয়ে আনন্দদায়ক ও উপভোগের জিনিস। সে খাঁটি, বিশুদ্ধ, নিখাদ, হালাল এবং আমোদ-প্রমোদে অনুপ্রাণিত।

এই খোলামেলা পরামর্শে এটা পরিষ্কার, আমাদের কামুকতায় ভরা এবং গভীর অন্তরঙ্গ যৌনজীবনের প্রতি লক্ষ রাখা উচিত।

প্রিয় নবিজি ﷺ ছাড়া এমন আর কেউ নেই, যিনি এক্ষেত্রে আগ্রহ বাড়ানোর সঠিক পথ বলে দিতে পারেন। সুতরাং প্রথমবার নিজের যৌনকর্ম শেষে পুনরায় সম্ভোগে আগ্রহ জন্মালে আগে নিজেকে পরিষ্কার করে নেওয়া উচিত। এতে সজীবতার স্বাদ অনুভব হবে, আত্মা পূর্ণ তৃপ্তি লাভ করবে, যা পুনঃকর্ম সম্পাদনে সহায়ক।

লক্ষণীয় বিষয়—ইসলামি শরিয়াহর প্রত্যেকটি কথা আয়নার মতো স্বচ্ছ ও পরিষ্কার। কিন্তু এর বাচনভঙ্গিতে নেই কোনো অভদ্রতা, অশালীন ও অমার্জিত ভাব। অনুরূপভাবে পাঠদানের ক্ষেত্রেও আমাদের খোলামেলা হওয়া উচিত; তবে বেমানান, অশোভন ও অনাকাঙ্ক্ষিত শব্দচয়ন সেখানে অবশ্যই পরিত্যাজ্য।

কুরআনে বর্ণিত অন্তরঙ্গতা

কুরআনে অনেকবার যৌনকর্মের উদ্ধৃতি দেওয়া হয়েছে। প্রায় ডজনখানেক আয়াতে আল্লাহ রাব্বুল আলামিন মানুষ সৃষ্টির উদ্দেশ্য ব্যক্ত করেছেন। আল্লাহ বলেন—

> 'সুতরাং মানুষ লক্ষ করুক তাকে কীসের দ্বারা সৃষ্টি করা হয়েছে। তাকে সৃষ্টি করা হয়েছে উচ্ছলিত পানি দ্বারা, যা পৃষ্ঠদেশ ও পঞ্জরাস্থির মধ্য হতে নির্গত হয়।'
> সূরা আত-ত্বরিক : ৫- ৭

এই আয়াতে 'পৃষ্ঠদেশ ও পঞ্জরাস্থির মধ্য হতে' বলতে কী বোঝানো হয়েছে, এর ব্যাখ্যায় অনেক মুফাসসির বলেন—'এটা হচ্ছে সাধারণ যৌন আসন, যেখানে মেরুদণ্ড দিয়ে পুরুষ এবং কোমর দিয়ে নারীদের অবস্থান বোঝানো হচ্ছে।'

আবার আল্লাহ তায়ালা বলেন—

> 'তোমাদের স্ত্রীগণ তোমাদের জন্য শস্যক্ষেত্র। সুতরাং নিজেদের শস্যক্ষেত্রে যেখান দিয়ে ইচ্ছে যাও এবং নিজের জন্য (উৎকৃষ্ট কর্ম) সম্মুখে প্রেরণ করো এবং আল্লাহকে ভয় করে চলো। আর জেনে রেখ, তোমরা অবশ্যই তাঁর সঙ্গে মিলিত হবে এবং মুমিনদের সুসংবাদ শোনাও।' সূরা বাকারা : ২২৩

বিখ্যাত তাফসিরকারক আতা (রহ.)-এর কথা অনেকে জেনে থাকবেন। তিনি মৃত্যুবরণ করেন হিজরি ১০৩ সালে। তিনি যখন ইবনে আব্বাস ﵄-এর সামনে কুরআন তিলাওয়াত করতেন, তখন ইবনে আব্বাস ﵄ কোথাও কোনো বাধা দিতেন না। এমন কিছু করতেন না—যাতে তিলাওয়াতে বিঘ্নতা সৃষ্টি হয়; বরং তিলাওয়াত সঠিক হচ্ছে কি না, তা মনোযোগ সহকারে শুনতেন। তবে আতা (রহ.) যখনই ওপরের এই আয়াতটি পাঠ করতেন, তখনই ইবনে আব্বাস ﵄ তাঁকে থামিয়ে বলতেন—

> 'তুমি কি জানো এই আয়াত কেন নাজিল হয়েছে? মদিনার কিছু ইহুদি বিশ্বাস করত, যদি পুরুষরা নিজের স্ত্রীর সাথে পেছন থেকে সংগম করে, তাহলে সন্তান বিকলাঙ্গ হয়ে জন্মাবে। তাই আল্লাহ এই আয়াত নাজিল করেছেন। এতে তিনি পুরুষদের অনুমতি দিয়েছেন, তারা যেকোনো অবস্থানে থেকে স্ত্রীদের সংগম করতে পারে (পেছনের আসন থেকে, কিন্তু মলদ্বার দিয়ে নয়)।'

আয়াতের ব্যাখ্যায় ইবনে আব্বাস ﵄ বলেন—

> 'সহবাসের নির্দিষ্ট অবস্থানকে বৈধতা দিতে একটা জটিল পরিস্থিতিতে আল্লাহ এই আয়াত নাজিল করেছেন। জনৈক স্ত্রী স্বামীর সাথে উক্ত অবস্থানে সহবাস করতে অসম্মতি জানিয়েছিল। কারণ, তিনি ছিলেন এই ধারণায় বিশ্বাসী ছিলেন—এতে তিনি অন্তঃসত্ত্বা হলে তা নিজের জন্যই ক্ষতিকর। এই সময়ে আল্লাহ একটি সুন্দর উপমা উপস্থাপন করেছেন।'

দাম্পত্যজীবনের আচরণ অনেকটা মাঠের কৃষকের মতো। কৃষক তার মাঠে যেদিক দিয়ে ইচ্ছে, সেই দিক দিয়ে প্রবেশ করতে পারে। একইভাবে যেভাবে ইচ্ছে বীজ বপন করতে পারে। কেননা, একজন কৃষকের কাছে বীজ বপন করার অনেকগুলো পদ্ধতি থাকে। নিজের সুবিধামতো বীজ বপনের পদ্ধতি বেছে নেওয়ার সুযোগ তার আছে। আর একটা পদ্ধতি অন্যটাকে বাধাগ্রস্ত করে না। তা ছাড়া সব সময় একই পদ্ধতিতে করতে হবে—এমনটাও নয়। রাসূলুল্লাহ ﷺ আরও পরিষ্কার করে বলেছেন—

> 'যতক্ষণ পর্যন্ত অন্তরঙ্গতা সঠিক পথে থাকে, ততক্ষণ শরিয়াহ কোনো বাধা প্রদান করে না।'

পায়ুপথে সহবাস নিষেধের ব্যাপারে একটি বিখ্যাত হাদিস রয়েছে। সেখানে মুহাম্মাদ ﷺ বলেন—

> 'আল্লাহ সত্য বলতে লজ্জাবোধ করেন না। তোমার স্ত্রীর নিকটবর্তী হও সামনে অথবা পেছন দিয়ে, তবে মলদ্বার পরিহার করো।' আবু দাউদ

কুরআন-সুন্নাহই হচ্ছে পথ প্রদর্শনের একমাত্র স্বর্গীয় নির্দেশিকা; যেখানে অপ্রয়োজনীয় কথা ও বেমানান ব্যাখ্যা ছাড়াই যৌন অবস্থানের বা যৌন আসনের ব্যাপারে নির্দেশনা দেওয়া হয়েছে। নির্দিষ্ট পয়েন্টে ঠিক ততটুকু বলা হয়েছে, যতটুকু দরকার। বাকিটা ছেড়ে দেওয়া হয়েছে দম্পতির অভিজ্ঞতা ও মর্জির ওপর। একইভাবে কুরআনের তাফসির, হাদিসের ব্যাখ্যা ও ফিকাহশাস্ত্রে যৌন সম্পর্ক কীভাবে করতে হয়, তা হাতে-কলমে না বললেও কোনটা নিষিদ্ধ আর কোনটা বৈধ, তা যথেষ্ট উল্লেখ করা হয়েছে।

ইমাম গাজ্জালি (রহ.)-এর দৃষ্টিতে পরকালের শাস্তি

ইমাম গাজালি (রহ.) তাঁর বিখ্যাত ও সাড়া জাগানো *কর্ম-ধর্ম বিজ্ঞানের রেনেসাঁস* গ্রন্থে বলেন—

> 'ইসলামি বিশেষজ্ঞরা যৌন সম্পর্কের অনেক কল্যাণকর দিক উল্লেখ করেছেন। যেমন : অপরজনের সতীত্ব রক্ষা এবং বংশবৃদ্ধি করা।'

কিন্তু তিনি এর বাইরে আরও একটি চমৎকার জিনিস বর্ণনা করেছেন, যা অনেকটা চমকে যাওয়ার মতো। আর সেটা হচ্ছে—দুনিয়াতেই পরকালীন প্রশান্তির একটা অংশ উপভোগ করা।

তিনি বলেন—

'আমি শপথ করে বলতে পারি, তারা যা বলেছে তা পুরোপুরি সত্য! প্রকৃতপক্ষে যৌন সম্পর্কের তৃপ্তির সাথে অন্য কোনো তৃপ্তির তুলনা চলে না। মূলত পরকালে যে প্রশান্তির ওয়াদা আমাদের সাথে করা হয়েছে, তার একটা অংশবিশেষ হচ্ছে—এই যৌনতৃপ্তি। তবে যদি কোনো পুরুষত্বহীন বা যৌনকর্মে অক্ষম পুরুষ অথবা শিশুকে যৌনকর্মে প্রলুব্ধ করা হয়, তবে কোনো প্রলোভন কাজ করবে না।'

অপরদিকে পৃথিবীতে যৌনকর্মের অভিজ্ঞতা ও প্রশান্তির অন্যতম একটি কল্যাণকর দিক হচ্ছে—এর মাধ্যমে পরকালে চিরস্থায়ীভাবে এটা পাওয়ার আশা জাগ্রত হয়। এই বিষয়টি আল্লাহর ইবাদত করার প্রতি অনুপ্রেরণা জোগাতে পারে। আরেকটি বিস্ময়কর জিনিস হলো—ইহকাল-পরকাল উভয় জীবনেই তিনি মানুষকে এই জৈবিক আকাঙ্ক্ষা বা চাহিদা দিয়েছেন। ইহকালে এই চাহিদা মানুষের বংশ ও সন্তানের মাধ্যমে সংরক্ষিত থাকে।

ইহজগতে যৌনকর্মের আকাঙ্ক্ষা কমিয়ে দেওয়া হয়। কারণ, এ জীবন ক্ষণস্থায়ী। তবে এই ক্ষণস্থায়ী উপভোগ অভিজ্ঞতাই মানুষের মধ্যে চিরস্থায়ী কামনা তৈরি করে। এই কামনা থেকেই মানুষের মধ্যে ভালো কর্মে অটল থাকার শক্তি জাগ্রত হয়। এই ভালো কর্মই তাকে পুনরায় এই আনন্দ উপভোগের উপযুক্ত করবে।'

অসাধারণ বিদ্বানের অসাধারণ উদ্ধৃতি! সুবাহানাল্লাহ!

যৌনবিষয়ক পাঠ

উত্তম পদ্ধতি জানা কিংবা এই বিষয়ে পড়াশোনা করা ছাড়া কারও জন্য দাম্পত্য অভিজ্ঞতা অর্জন করা কঠিন; যদিও লজ্জা ও শালীনতার প্রশ্নে এটা অনেক মুসলিমদের কাছেই অস্বস্তিকর। তা ছাড়া আরেকটি সমস্যা হলো—আজকাল যৌনতাবিষয়ক বইগুলোর অধিকাংশই অশ্লীল ভাষা ও ছবিযুক্ত হয়, যেগুলো মূলত হালাল পন্থার বিপরীত।

আমাদের নিজস্ব প্রাচীন ইসলামি সাহিত্যের দিকে ফিরে তাকালে দেখব—অনেক বইতে যৌনমিলনের বিষয়গুলো বর্ণনা করা আছে। এমনকী ফিকহের প্রতিটি গ্রন্থে যৌনতা নিয়ে স্বতন্ত্র একটি অধ্যায়-ই রয়েছে। হাদিসের ব্যাখ্যা ও কুরআনের তাফসিরগুলোতে প্রসঙ্গক্রমে যৌনতাসংক্রান্ত বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করা হয়েছে। এ ছাড়াও আমাদের চৌদ্দশো বছরের ঐতিহ্য ও ইতিহাসজুড়ে দম্পতির পারস্পরিক সম্পর্ক ও যৌনসুখের বিষয়ে লেখা হয়েছে অনেক বই-পুস্তক। এই সাহিত্যগুলো অধিকাংশ ক্ষেত্রেই খোলামেলা আলোচনা সংবলিত, তবে কুরুচিপূর্ণ ও অমার্জিত নয়। আমি বিশ্বাস করি, আমরা সেই আলোচনা থেকে ভাষাশৈলীও শিখতে পারব।

ইমাম আল কুরতুবি (রহ.) তাঁর তাফসির গ্রন্থে খুব আকর্ষণীয়ভাবে উদাহরণগুলো উপস্থাপন করেছেন। সূরা বাকারার ২২৩ নং আয়াতে নারীকে 'চাষক্ষেত্র' বলে উল্লেখ করা হয়েছে।

এ বিষয়ে কুরতুবি (রহ.) বলেন—

> 'মালিকি ফকিহ ইবনে আল আরাবি বর্ণনা করেন—তাঁর শিক্ষক ছিলেন সেই যুগে আন্দালুসের সবচেয়ে সম্মানিত ও শ্রদ্ধাভাজন ব্যক্তিত্ব। তিনি শিক্ষার্থীদের সামনে নারীর অঙ্গ নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করতেন, যাতে তারা "কী করা যাবে আর কী করা যাবে না" সে ব্যাপারে সচেতন হতে পারে। তিনি সম্ভবত তাঁর অবিবাহিত পুরুষ শিক্ষার্থীদের বলতেন—"অনেকটা নারী অঙ্গের মতো সংখ্যা হলো পঁয়ত্রিশ (৩৫)।" এটা বলার পর তিনি নিজের তর্জনী আঙুলকে বৃদ্ধাঙ্গুলের সাথে একত্রিত করে, অন্যান্য তিনটি আঙুল খাড়া করে রাখলেন।[১] এবার তিনি বললেন—"এখানে এই শূন্যটা (তর্জনী আঙুল ও বৃদ্ধাঙ্গুলের মাঝখানের ফাঁকা জায়গাটা) হচ্ছে প্রকৃত স্ত্রীযোনি, যেখানে পুরুষাঙ্গ গমন করে। আর ওপরের আঙুলগুলো হচ্ছে মূত্রনালি, যেখান দিয়ে নারীরা প্রস্রাব করে এবং এটা প্রকৃত স্ত্রীযোনি থেকে ভিন্ন একটা জায়গা।'"

কেউ কি কল্পনা করতে পারে, কত আগের একদল তরুণ ছেলে তাদের শিক্ষকের প্রতীকী উদাহরণের দিকে কতটা মনোযোগী ছিলেন? এতটা মনোযোগী ছিলেন, পরবর্তী সময়ে তারা তা অন্যের কাছে বর্ণনাও করেছেন।

---

[১] মূলত শিক্ষক যেভাবে আঙুলের মাধ্যমে নারী-অঙ্গ চিত্রায়িত করেছেন, তা দেখতে অনেকটা আরবি লিপির ৩৫ (পঁয়ত্রিশ)-এর মতো।

এখানে যে বিষয়টি বেশি কৌতূহলোদ্দীপক, তা হলো—আল কুরতুবি ও ইবনে আল আরাবি (রহ.)-এর মতো বিখ্যাত পণ্ডিতরাও নিজেদের মানসম্মত তাফসির ও অন্যান্য বিখ্যাত সাহিত্যে এ সংক্রান্ত অভিজ্ঞতা বা জ্ঞান প্রচার করতে কোনো দ্বিধা অনুভব করেননি। এখান থেকে বুঝতে পারি, মানব অঙ্গের শরীরবিদ্যার মৌলিক জ্ঞান অর্জন করা প্রয়োজন। বিশেষ করে, এই ইস্যুগুলো বোঝা খুবই জরুরি। সেইসঙ্গে অনুমোদিত সীমার মধ্যে এসব তথ্য প্রকাশ করাও জরুরি। কেননা, এগুলো অধ্যয়নে খারাপ কিছু নেই।

জান্নাতি সুখ

জান্নাতি হুরের প্রসঙ্গ চলে এলে অনেক পুরুষদের মুখে হাসি চলে আসে, যা অনেক সময় মহিলাদের অস্বস্তিতে ফেলে দেয়। এই বিষয়টি পুরোপুরি বোঝা দরকার। প্রশ্ন হচ্ছে—আপনি কি কখনো ভেবে দেখেছেন, জান্নাতি এসব সৃষ্টির বর্ণনা কেন এত সূক্ষ্মভাবে দেওয়া হয়েছে? কুরআন ও হাদিসে তাঁদের পোশাক, চক্ষুযুগল, ত্বক, শরীর, কবিত্ব, ভালোবাসা—সবকিছুই এমনভাবে বর্ণনা করা হয়েছে, যা মনের গহিনে কিছুটা হলেও কল্পনার উদ্রেক করে। উপরন্তু কিছু লোক তো এদের কথা কল্পনা করেই কামাসক্ত হয়ে পড়েন! কিন্তু ভেবে দেখেছেন কি, কতজন লোক সেই হুরের চিন্তায়, সেই অনুভূতিতে তাহাজ্জুদে জেগে ওঠে কিংবা নিজের অসৎ তাড়নাকে সংযত করে?

প্রথমত, ওপরের বিষয় থেকে এটা স্পষ্ট, 'যৌন উত্তেজনা' বিষয়টি অন্যায় বা গুনাহের কিছু নয়। তা ছাড়া এটাও স্পষ্ট যে, কুরআনে এসব বর্ণনার উদ্দেশ্য হলো—পুরুষরা যেন এটা পেতে উদ্‌বুদ্ধ হয়ে ভালো কাজে অংশ নেয়। আল্লাহ চান, এই উত্তেজনার শক্তিটি আমাদের উপকারী ও প্রোডাক্টিভ কাজে অনুপ্রাণিত করুক।

ইতোমধ্যেই আমরা উল্লেখ করেছি—এটা মধ্যযুগীয় খ্রিষ্টধর্মের চিন্তা-চেতনার সম্পূর্ণ বিপরীত, যেখানে উত্তেজনাকে অধার্মিক ও পাপাচার বলে মনে করা হতো। কিন্তু ইসলাম মনে করে, এটা মানুষের জন্য খুবই স্বাভাবিক একটা প্রয়োজন। পার্থিব এই যৌন আকাঙ্ক্ষাকে আমাদের যথাযথ পন্থায় সাদরে গ্রহণ করা উচিত। যদি কিছু আকাঙ্ক্ষা এই জীবনে অপূর্ণ থেকে যায় বা পরকালের জন্য বিলম্বিত হয়, তবে আল্লাহ পরকালে তা মিটিয়ে দেবেন।

জান্নাতে মহিলাদেরও সঙ্গী থাকবে। প্রত্যেক নারীরই (যারা অবিবাহিত অবস্থায় ইন্তেকাল করেছেন) স্বামী থাকবে তাকে সন্তুষ্ট এবং তার দেখভালের জন্য। জান্নাতে কেউ অবিবাহিত থাকবে না। তবে কুরআনে উল্লেখ করার ক্ষেত্রে আল্লাহ শুধু পুরুষদের সঙ্গিনীর কথাই বলেছেন। কারণ, পুরুষদের মধ্যে যৌন উত্তেজনাটা প্রকট। অধিকাংশ নারী জান্নাতে তাদের ইহকালের সঙ্গীকেই পাবে। সেই সঙ্গী হবে তার জন্য সবদিক দিয়েই উত্তম ও পছন্দসই। কিন্তু ইহকালে যাদের সঙ্গী নেই, পরকালে তাদের পছন্দানুযায়ী সঙ্গী প্রদান করে সৌভাগ্যশালী ও সুখী করা হবে।

সুতরাং, প্রিয় ভাই ও বোনেরা! স্বপ্ন দেখুন...

তোমাকে বুঝতে চাই

আগের অধ্যায়গুলোতে এটাই প্রমাণ করতে চেয়েছি, কুরআন ও হাদিসে যৌনতার বিষয়গুলো নিঃসংকোচে, অকুণ্ঠচিত্তে স্পষ্টভাবে বর্ণনা করা হয়েছে। এবার এটার ওপর ভিত্তি করে আমরা আগামী অধ্যায়গুলোর বরফ গলানোর চেষ্টা করব। আরও অধিক মনোনিবেশ করব অন্তরঙ্গতার ব্যবহারিক দিকগুলোর ওপর। আলোচনা করব— নারী ও পুরুষের মধ্যাকার শারীরবৃত্তি ও আবেগসংক্রান্ত পার্থক্যগুলো কী এবং কীভাবে প্রণয় বৃদ্ধি করা যায়, তা নিয়ে। একই সঙ্গে অন্তরঙ্গতা বাড়ানোর কিছু মৌলিক টিপস নিয়েও আলোচনা করার চেষ্টা করব, ইনশাআল্লাহ!

তবে শুরু করার আগে কেউ কেউ হয়তো প্রশ্ন করতে পারেন, মুসলিমদের জন্য পাশ্চাত্যের উৎস থেকে তথ্যগত সুবিধা নেওয়া কি অনুমোদিত?

এর জবাবে বলা যায়, আমাদের ধর্ম যেকোনো মানবগোষ্ঠী ও সংস্কৃতি থেকে জ্ঞান আহরণে উৎসাহিত করে। রাসূলুল্লাহ ﷺ বলেছেন—

> 'জ্ঞানই হচ্ছে মুমিনদের হারিয়ে যাওয়া সম্পদ। সুতরাং যেখানেই তা পাও, গ্রহণ করো।'

তাই আমরা বিভিন্ন জাতি-ধর্ম নির্বিশেষে বিভিন্ন ক্ষেত্র থেকে যেভাবে চিকিৎসা, প্রযুক্তি ও রসায়নের জ্ঞান নিই, তেমনি বিভিন্ন সংস্কৃতি থেকে পারস্পরিক অন্তরঙ্গতাসংক্রান্ত ভালো ও উপকারী জ্ঞান নেওয়াতেও কোনো সমস্যা নেই। কেননা, রাসূলুল্লাহ ﷺ বলেন—

> 'আমি তোমাদের দুগ্ধদানকারী নারীদের সাথে সহবাস করতে নিষেধ করতে চেয়েছিলাম, কিন্তু (দেখলাম) রোমান ও পারস্যের লোকেরা এমনটি করে এবং এতে তাদের সন্তানদের কোনো ক্ষতি হয় না।' বুখারি

যেহেতু রোমান ও পারসিকরা দুগ্ধদানকারী নারীর সাথে যৌন সহবাস করত এবং এতে তাদের সন্তানদের কোনো ক্ষতি হতো না, তাই নবিজি ﷺও এ সময় সহবাসের ক্ষেত্রে কোনো বাধা-নিষেধ করেননি।

দৈহিক প্রয়োজন বনাম আবেগপ্রবণতা

আমরা আগেই উল্লেখ করেছি, আল্লাহ নারী-পুরুষকে ভিন্নভাবে সৃষ্টি করেছেন। বিশেষত যৌন অন্তরঙ্গতার ক্ষেত্রে বিষয়টি আরও স্পষ্ট। উত্তেজনায় সাড়া দেওয়ার ক্ষেত্রে নারী ও পুরুষ দুটি ভিন্ন লিঙ্গ। তারা ভিন্নভাবে উত্তেজিত হয়। যদি কোনো দম্পতি সংস্পর্শ

ও অন্তরঙ্গতার সর্বোচ্চ আনন্দ অনুভব করতে চায়, তবে প্রত্যেক পক্ষেরই উচিত—অপরপক্ষ কোন প্রক্রিয়ায় উত্তেজিত হয়, তা জানা। পুরুষের ক্ষেত্রে উত্তেজনাটা দৈহিকভাবে শুরু হয়। যেমন : নারী অঙ্গ দেখা, সুগন্ধি অনুভব করা, স্পর্শ করা ইত্যাদি। পুরুষের যখন শারীরিক প্রয়োজন পরিপূর্ণ হয়, তখন সে সানন্দে আবেগীয় সাড়া বিনিময় করে।

অপরদিকে মহিলাদের ক্ষেত্রে উত্তেজনার প্রাথমিক ধাপটিই শুরু হয় আবেগ দিয়ে। ভালোবাসা অনুভব করা, মূল্যায়িত হওয়া, যত্ন অনুভূত হওয়া ইত্যাদি হচ্ছে একজন নারীর ভালোবাসা বিনিময়ের মূল ভিত্তি। কোনো নারীর আবেগের মাত্রার ষোলোকলায় পূর্ণ হওয়ার পরই সে সানন্দে শারীরিক উত্তেজনায় সাড়া দেয়।

বৈবাহিক জীবনে দ্বন্দ্ব-বিবাদে জড়ানোর সবচেয়ে বড়ো কারণ হলো—পারস্পরিক সমঝোতার অভাব। বিশেষ করে একজন নারীর আবেগ, ইচ্ছাকে অগ্রাহ্য করে যখন তার স্বামী নিজের শারীরিক আকাঙ্ক্ষা পূরণ করতে যায়, তখন সে অনুভব করে—আমি যেন শুধু ব্যবহারেরই বস্তু। অপরদিকে স্বামীও হতাশাগ্রস্ত হয়ে ভাবে, তার স্ত্রী হয়তো অন্তরঙ্গতার ক্ষেত্রে অপারগ বা কামশীতল। ফলে উভয়পক্ষ থেকেই এ বিষয়ে অসন্তোষের অভিযোগ ওঠে। তাই উভয়পক্ষকেই নিজ নিজ আকাঙ্ক্ষা পূরণ ও বিনিময়ে অপরপক্ষের চাহিদা বুঝতে হবে।

বিবাহ হচ্ছে পারস্পরিক আদান-প্রদানের সম্পর্ক। এটা যেন দ্বিমুখী একটি সড়ক। আপনি অপরপক্ষ থেকে উত্তমটা পেতে চাইলে অপরপক্ষকেও তার চাহিদার উত্তমটাই দিতে হবে।

তাই পুরুষকে সূক্ষ্মভাবে অনুভব-সক্রিয় ও বোধশক্তিসম্পন্ন এবং নারীকে শারীরিক বোধ ও প্রয়োজনগত দিক থেকে হতে হবে আরও বাস্তবিক।

নারীরা কীসের খোঁজ করে

একটা সফল সম্পর্কের জন্য একে অপরের প্রয়োজন বোঝা অত্যন্ত জরুরি। নারী হিসেবে স্ত্রীর প্রয়োজন ও চাওয়া-পাওয়া পুরুষ থেকে আলাদা—এটাই স্বাভাবিক। স্বামীকে এভাবেই বিষয়টি বিবেচনা করতে হবে। তা ছাড়া গভীর অন্তরঙ্গতা তখনই হয়, যখন একজন নারী পরিপূর্ণ ও পরিপূরক সম্পর্ক খুঁজে পায়।

নারীরা বিয়ে করে একজন অসাধারণ উত্তম বন্ধু পাওয়ার তাগিদে। তারা এমন কাউকে কামনা করে, যে নিজের গোপনীয়তা শেয়ার করবে, হাসি-ঠাট্টা করবে, ভালোবাসবে, আদর করবে, রোমান্টিক হবে এবং যৌনসুখ অনুভব করাবে। নারীরা এমন কাউকে কামনা করে, যে তাদের আবেগ-অনুভবকে আকৃষ্ট করবে নিজের ব্যক্তিত্ব দিয়ে। আর দৈহিকভাবে আকৃষ্ট করবে শরীর দিয়ে। নারী এমন একজন সঙ্গী কামনা করে, যে তাকে সঙ্গ দেবে সারা জীবনজুড়ে। সুসময়ে তার সাথে হাসবে, আনন্দ করবে। আর দুঃসময়ে হাতে হাত রেখে একে অপরকে সাহায্য করবে, সমর্থন জোগাবে। সে এমন সঙ্গী চায়—যে দ্বীনের ব্যাপারে হবে যত্নশীল, সংসারের দায়িত্ব পালনে থাকবে সচেষ্ট এবং ইসলামি অনুশাসন অনুযায়ী সন্তানদের গড়ে তোলায় সাহায্য করবে।

একজন নারী চায় স্বামী হবে তার বন্ধু, সাথি এবং আদর্শ জীবনসঙ্গী (প্রাণের বন্ধু)। সুতরাং ভালো স্বামী হতে হলে অবশ্যই বুঝতে হবে—

নারীর প্রাথমিক প্রয়োজন হলো আবেগ ও অনুভূতি। তাকে অবশ্যই নবিজি ﷺ-এর উপদেশ মাথায় রাখতে হবে। তিনি বলেছেন—

> 'তোমাদের মধ্যে সেই উত্তম, যে তার স্ত্রীদের কাছে উত্তম।' সহিহ বুখারি

তাই প্রত্যেক পুরুষের উচিত তার স্ত্রীর কাছে ভালো হওয়ার চেষ্টা করা।

একজন পুরুষ নিজের স্ত্রীকে দেখভালের জন্য আল্লাহর পক্ষ থেকে দায়িত্বপ্রাপ্ত। তাই তাকে অনিবার্যভাবেই স্ত্রীর সাথে হৃদ্যতা, কোমলতা ও শ্রদ্ধাপূর্ণ আচরণ করতে হবে। স্ত্রীকে হাসি-খুশি রাখার আয়োজন-উদ্যোগ নিতে হবে। স্বামী যদি স্ত্রীর প্রাথমিক প্রয়োজন পূর্ণ করে, তবে আল্লাহই তাকে পুরস্কৃত করবেন—ব্যাপারটি এমন নয়; বরং স্ত্রীও তার প্রতি সন্তুষ্ট হবে। ফলে তাদের দাম্পত্যজীবন হবে সুমধুর। তা ছাড়া যখন স্ত্রী দেখবে তার প্রয়োজনগুলো পূরণ হচ্ছে, তখন সেও স্বামীর প্রয়োজনগুলো পূরণে সচেষ্ট হবে।

নারীর আবেগ ও অনুভূতি মেটানোর উত্তম পন্থা হলো সমবেদনার সাথে তার কথাগুলো শোনা এবং তার প্রয়োজনে সাড়া দেওয়া। গভীর মনোযোগ, আগ্রহ ও উদ্দীপনা সহকারে স্ত্রীর কথা শুনলে সেও আপনাকে গুরুত্ব দেবে, ভালোবাসবে এবং সযত্নে আগলে রাখবে। আরেকটা জিনিস বুঝতে হবে—স্ত্রীরা যখন আপনার কাছে সমস্যা শেয়ার করে, এটা এর অর্থ নয়—সে তাৎক্ষণিক সমাধান চাওয়ার জন্যই এমন করছে; বরং সে চায়, আপনি তার প্রতি একটুখানি সহানুভূতি দেখান এবং তার কষ্টটা বুঝুন।

রোমান্টিক হোন

আমরা আগেই ব্যাখ্যা করেছি—স্বামীর প্রতি স্ত্রীর প্রথম চাওয়া আবেগ-অনুভূতির প্রকাশ দেখতে পাওয়া। একজন স্ত্রী ভালোবাসা, অঙ্গীকার ও স্বীকৃতির ভিত্তিতে স্বামীর সাথে নিবিড় সম্পর্কে জড়াতে চায়, যেখানে তার আবেগ-অনুভূতির মূল্যায়ন পাবে। তাই একজন ভালো স্বামীর উচিত—স্ত্রীকে ব্যক্তি হিসেবে ভালোবাসা (অর্থাৎ তার ব্যক্তিত্বকে ভালোবাসা) এবং নারী হিসেবেও ভালোবাসা (অর্থাৎ তার শরীরকে ভালোবাসা।)

রোমান্টিকতা এমন একটি পথ, যার মাধ্যমে স্ত্রীর আবেগ পূর্ণ করা যায়। হানিমুন বা মধুচন্দ্রিমার সময় পুরুষের ক্ষেত্রে রোমান্স করাটা বেশ সহজ। কারণ, তখন সম্পর্কটা থাকে নতুন। সেইসঙ্গে উত্তেজনাও কাজ করে। স্বামী তার স্ত্রীকে নিয়ে দিবাস্বপ্ন দেখতে থাকে

এবং সেগুলো অধীর আগ্রহ নিয়ে শেয়ার করে। সেই সময়গুলোতে পুরুষের পক্ষে অধিক সৌজন্যতাপূর্ণ ও আবেগপ্রবণ হওয়া সহজ হয়। তবে প্রকৃত ভালোবাসা তখনই বলা যাবে, যখন এই রোমান্টিকতা মধুচন্দ্রিমার পরও চলমান থাকবে। স্বামী বৈবাহিক সম্পর্ক টিকিয়ে রাখার আপ্রাণ চেষ্টা করবে, স্ত্রীকে সন্তুষ্ট রাখার পথ খুঁজবে। সত্যিকারার্থেই স্ত্রীকে ভালোবাসার অনুভব উপহার দেবে এবং তার মনে এই উপলব্ধি জাগিয়ে তুলবে—তাকে যথাযোগ্য মূল্য দেওয়া হচ্ছে।

তবে দুঃখজনক ব্যাপার হলো—অধিকাংশ পুরুষেরই হানিমুনের পর রোমান্স হারিয়ে যায়, যা একদম বেমানান ও অপ্রাকৃতিক। তবে আলহামদুলিল্লাহ! সঠিক পরিকল্পনা ও মানসিকতার মাধ্যমে পুনরায় রোমান্স ফিরিয়ে আনা যায়। এটা কঠিন কিছু নয়। একজন মানুষ কয়েকটি পদ্ধতিতে রোমান্স দেখিয়ে থাকে। চলুন, এর মধ্য থেকে দুই ধরনের রোমান্স জেনে নেওয়া যাক।

১. স্বতঃস্ফূর্ত রোমান্স : স্বামীরা উত্তেজিত হওয়া ছাড়াও ভালোবাসা ও আবেগ দেখানোর জন্য মাঝেমধ্যে কিছু ক্রিয়া বা অঙ্গভঙ্গি করে, যা মূলত স্বতঃস্ফূর্ততা থেকেই আসে। আর এই স্বতঃস্ফূর্ততাই হলো রোমান্সের মূল বিষয়। কোনো গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপার আপনি যেভাবে পরিকল্পিতভাবে সমাধান করে থাকেন, এটি তেমন নয়; বরং অবাক করে দেওয়ার ব্যাপারটাই এখানে মুখ্য। এই সারপ্রাইজ বা অবাক করে দেওয়ার বিষয়টা হতে পারে একটা ছোটো মেসেজ, ইমেইল বা স্টিকি নোটে 'আমি তোমায় ভালোবাসি' লিখে পাঠিয়ে দেওয়া বা সুবিধামতো জায়গায় রেখে দেওয়া। আপনার স্ত্রী কল্পনাও করেনি—এমন উপহার তাকে দেওয়া,

জোরালোভাবে জড়িয়ে ধরা বা প্রগাঢ় চুমু দেওয়া। বিশেষ করে সেই মুহূর্তে এই কাজগুলো করা, যে মুহূর্তে আপনার স্ত্রী এটা কল্পনাও করেনি। এই ছোটো বিষয়গুলো বৈবাহিক সম্পর্ককে প্রাণবন্ত, উষ্ণ ও আনন্দঘন করে। এমন স্বতঃস্ফূর্ততা যেকোনো বিরক্তিভাবকে দূর করে দেয়।

২. প্রতিক্রিয়াশীল রোমান্স : এটা এমন কিছু প্রতিক্রিয়া, যা স্বামী পরিস্থিতি বুঝে করে। বিশেষ করে যখন স্ত্রী শারীরিক ও মানসিকভাবে বিমর্ষ হয়ে পড়ে, বিষাদের কালো মেঘে তার হৃদয় ঢেকে যায়, তখন স্বামী বাইরে থেকে খাবার অর্ডার করতে পারে, স্ত্রীর ঘাড়ে ব্যথা থাকলে মালিশ করে দিতে অথবা তার পাশে বসে আলতো ছোঁয়ায় উষ্ণতা ছড়াতে পারে। কোনো ব্যাপারে মন খারাপ থাকলে তার হৃদয়ে জমানো কথাগুলো শুনতে পারে। এতে সে হালকা ও সহজ হয়ে যাবে। এমন আচরণই প্রকৃত ভালোবাসার বহিঃপ্রকাশ, যা বৈবাহিক বন্ধনকে অধিকতর গাঢ় ও মজবুত করে।

আরেকটা জরুরি কথা বলি। অনেক পুরুষ 'রোমান্স' শব্দটা শুনেই ভয় পেয়ে যান। মনে করেন, এই বিষয়টি মূলত তাদের জন্য নয়। কারণ, তারা এটাকে অনেক কঠিন কিছু মনে করেন। এই ধরনের পুরুষদের জ্ঞাতার্থে বলে রাখা উচিত—রোমান্স মূলত কোনো গুণমন্তর নয়; বরং মোটামুটি একটা নারীর মন বুঝতে পারা এবং তার মনে এই বিশ্বাস গড়ে তোলা যে, তাকে গুরুত্বের সাথে মূল্যায়ন করা হচ্ছে এবং তার যত্ন নেওয়া হচ্ছে।

স্মরণ করা উচিত সেই হাদিস, যেখানে রাসূলুল্লাহ ﷺ নারীদের তুলনা করেছেন 'ভঙ্গুর পাত্র' ও 'বাঁকা ধমনি'র সাথে। এই হাদিসটি

আমাদের মনে নারীদের সাথে কোমল ও সদয় হওয়ার কথা স্মরণ করিয়ে দেয়। আবেগ-অনুভূতির ক্ষেত্রে নারীরা পুরুষ থেকে আলাদা। তাই এই 'ভঙ্গুর পাত্র'-কে সবদিক থেকে সুরক্ষা করা পুরুষদের জন্য প্রকৃতিগতভাবেই প্রধান দায়িত্ব। এ ব্যাপারে তাদের যত্নশীল ও চোখ-কান খোলা রাখা উচিত।

ছেলেদের জন্য কিছু রোমান্স টিপস

রোমান্সের দিক থেকে ছেলেদের অঙ্গভঙ্গি কিছুটা অন্যরকম; বলতে পারেন বেমানান। এমনকী তারা এসব অঙ্গভঙ্গি দেখানোর ক্ষেত্রে কিছু ফন্দি-ফিকিরও করে থাকে। তবে এমন ফন্দি-ফিকিরে তারা এটা ভুলে যায়—তাদের এরূপ কর্ম আদতে কোনো ফলাফল বয়ে আনে না।

স্ত্রীর সাথে রোমান্স বজায় রাখার একটি সহজ পন্থা হলো—তার সাথে কথা বলার সময় আদুরে, উৎসাহমূলক ও কোমল শব্দ ব্যবহার করা, যা তার প্রতি আকর্ষণ ও ভালোবাসা প্রকাশ করবে। সুযোগ পেলেই তাকে বলুন—'আমি তোমায় ভালোবাসি।' এই কথাটি সম্পর্কের মধ্যে একটা চমৎকার ও মোহনীয় মনোভাব সৃষ্টি করে। মাঝেমধ্যে তার রূপ ও সৌন্দর্যের প্রসংশা করুন। কেননা, স্বামীর মুখ থেকে প্রশংসা শুনতে প্রত্যেক স্ত্রী-ই পছন্দ করে; বিশেষ করে যখন তারা ভালো পোশাক পরে।

একটা প্রসঙ্গের অবতারণা না করলে এই আলোচনা অসম্পূর্ণ থেকে যাবে, তা হলো—অনেক স্বামীই মজা করে কাল্পনিক 'দ্বিতীয় স্ত্রী'র কথা বলে বর্তমান স্ত্রীকে ক্ষেপানোর চেষ্টা করে। অনেকের কাছে স্বাভাবিক মনে হলেও মূলত এটা মজা করার জিনিস নয়।

কারণ, এতে স্ত্রী ভীষণ কষ্ট পায়, মানসিকভাবে আহত হয়। সে নিজেকে অনুপযুক্ত ভাবে এবং নিজেদের মধ্যকার ভালোবাসাকে ছোটো করে দেখে; অথচ নিজেদের ভালোবাসা সম্পর্কে আত্মবিশ্বাস থাকা খুবই জরুরি। (উল্লেখ্য, এখানে বহুবিবাহের ইস্যু তুলে ধরা হয়নি; বরং কিছু মুসলিম পুরুষের মধ্যে কিঞ্চিৎ বাচাল প্রকৃতির স্বভাব দেখা যায়—যা মূলত সম্পর্কের ক্ষেত্রে দূরত্ব তৈরি করে। এই বিষয়টিই এখানে বোঝানো হয়েছে।)

রোমান্স দেখানোর আরেকটা সহজ পদ্ধতি হলো—আদুরে ছোঁয়া, যা মূলত যৌন উত্তেজনার দিকে ধাবিত করে না। এটাকে আমরা 'নন সেক্সুয়াল টাচ' বলতে পারি। সাধারণত নারীদের ত্বক স্পর্শ ও চাপের দিক থেকে পুরুষের চেয়ে ১০ গুণ বেশি সংবেদনশীল হয়। তাদের ত্বকে উচ্চমাত্রার অক্সিটোসিন থাকে (এটা Cuddle Hormone নামেও পরিচিত)। এই হরমোনের কারণেই তারা অনুভূতিপ্রবণ হয়। ফলে অধিকাংশ নারী আলিঙ্গন, স্পর্শ ও চুম্বন পছন্দ করে।

প্রাত্যহিক জীবনে এই 'ছোঁয়া' বিভিন্নভাবে হতে পারে। যেমন : আলিঙ্গন করা, হাঁটা বা কথা বলার সময় হাত ধরা, কথা শোনার সময় চুল নাড়াচাড়া করা, বিশ্রাম বা শুয়ে থাকার সময় তার শরীরের যেকোনো অংশে স্পর্শ বা চুম্বন করা ইত্যাদি। মূলত শরীর স্পর্শ করার মধ্য দিয়ে আপনি তাকে এটাই স্মরণ করিয়ে দিচ্ছেন—'তুমি অনেক আকর্ষণীয় ও সুন্দর।'

অসুবিধাজনক বা বেমানান মুহূর্তে স্ত্রীকে যৌন উত্তেজক স্পর্শ করা উচিত নয়। কারণ, এমন কর্মকাণ্ডে অনেক সময় স্ত্রীর মুড অফ

(মন খারাপ) হয়ে যায়। নারীরা সাধারণত ভদ্র ও সোহাগপূর্ণ আচরণ পছন্দ করে। বিশেষত; যে নারীদের সন্তান রয়েছে, তাদের জন্য এটি বেশি প্রাসঙ্গিক। কারণ, একজন মা প্রায় সারাদিনই শিশুর স্পর্শে ব্যস্ত থাকে। তাই স্বাভাবিকভাবেই স্বামীর কাছ থেকেও একই ধরনের স্পর্শ তাদের মুগ্ধ করে না! তাদের দরকার অধিকতর দায়িত্বপূর্ণ ও যত্নশীল স্পর্শ।

অন্যদিকে পুরুষরা স্পর্শের গুরুত্ব ও প্রভাবকে অবমূল্যায়ন করে। কেননা, এ ব্যাপারে তারা কোনো আকর্ষণ বোধ করে না। পুরুষের চামড়া পুরু হয় এবং তাতে অক্সিটোসিনের পরিমাণ কম থাকে। তাই স্ত্রী যখন তার চুল নিয়ে খেলে বা তার হাত ধরে, তখন সেটা তার অনুভূতিতে প্রভাব ফেলে না; যা একজন নারীর ওপর ফেলে।

মোদ্দাকথা, নারীর সৌন্দর্যের প্রশংসা করার এবং তার মাঝে ভালোবাসার অনুভূতি জাগিয়ে তোলার সবচেয়ে সহজ ও কার্যকর পথ তাকে স্পর্শ করা।

ভালোবাসার ভাষা

ভালোবাসার অনেক ভাষা-পরিভাষা রয়েছে। অর্থাৎ ভালোবাসা বোঝাতে রয়েছে অনেকগুলো পথ ও ভঙ্গি। অনেক সময় সঙ্গী যে ভাষা বা ঢঙে ভালোবাসা প্রকাশ করে, সঙ্গিনী সেটির ভাষা শুনতে বা দেখতে পছন্দ করে না।

কল্পনা করুন, দুজন ব্যক্তি একে অপরের সাথে দুটি ভিন্ন ভাষায় কথা বলছে; একজন চাইনিজ, অপরজন হিন্দি। একজন যদি নিজের ভাষায় অপরজনকে 'আমি তোমায় ভালোবাসি' বলে, তাহলে দ্বিতীয়জনের বোঝার কোনো উপায়ই থাকবে না—এটা সত্যই একটা ভালোবাসার বার্তা ছিল। কারণ হলো, তারা একই ভাষায় কথা বলে না।

অনেক সময় ব্যক্তি তার সঙ্গীর প্রতি ভালোবাসা অনুভব করে না। সে যে ভাষায় ভালোবাসা অনুভব করে, সে ভাষায় তার সঙ্গী ভালোবাসা প্রকাশ করে না। সাধারণত এটা হয় পারস্পরিক বোঝাপড়া ও যোগাযোগহীনতার কারণে।

উদাহরণস্বরূপ, কিছু লোক আপন সঙ্গীর সাথে ভালোবাসা প্রকাশ করে একান্তে সময় কাটানোর মাধ্যমে। সাধারণত, এটা নারীদের ক্ষেত্রে বেশি দেখা যায়।

নারী তার স্বামীর সাথে একান্তে কিছু সময় কাটাতে না পারলে সে নিজেকে ভালোবাসাবঞ্চিত মনে করে; এমনকী স্বামী অন্যভাবেও তার প্রতি ভালোবাসা প্রকাশ করলেও। যেমন : অর্থ ব্যয় করে।

অপরদিকে, পুরুষ ভালোবাসা প্রকাশ করে শারীরিকভাবে। যেমন : চুম্বন বা যৌনক্রিয়া। পুরুষ নিয়মিতভাবে স্ত্রীর সংস্পর্শে আসার মাধ্যমে নিজের ভালোবাসা প্রকাশ করে। তবে তার এই পদ্ধতি স্ত্রীর মনে ভালোবাসার বার্তা দেয় না। কারণ, স্ত্রীর অভিধানে ভালোবাসা প্রকাশের ভাষা সম্পূর্ণ ভিন্ন। সে যতক্ষণ না নিজের কাঙ্ক্ষিত ধরনের ভালোবাসার বহিঃপ্রকাশ দেখতে পায়, ততক্ষণ এটা বিশ্বাস করতে পারে না যে, স্বামী তাকে ভালোবাসে।

ভালোবাসা প্রকাশের আরেকটি অভিব্যক্তি হলো—ভালোবাসার মানুষকে সাহায্য করা। একজন স্ত্রী সাধারণত স্বামীর প্রতি ভালোবাসা প্রকাশ করার জন্য স্বামীর দৈনন্দিন জিনিসের প্রতি খেয়াল রাখে কিংবা ঘরের টুকটাক কাজ করে দেয়। কিন্তু এই বিষয়গুলোও স্বামীর হৃদয়ে ভালোবাসার বার্তা দেয় না। কারণ, সে ভালোবাসার এই ভাষার সাথে পরিচিত নয়; বরং অন্যভাবে এটা কামনা করে।

ফলে স্ত্রী একনিষ্ঠতা ও আত্মোৎসর্গের মনোভাব নিয়ে যা-ই করুক না কেন, স্বামীর কাছে তা ভিনদেশি ভাষার মতোই দুর্বোধ্য। কেননা, স্ত্রীর ভালোবাসার ব্যাপারে নিশ্চিত হতে সে ভিন্ন ভাষা কামনা করে।

সুতরাং ভালোবাসার মর্ম বুঝতে হলে প্রত্যেক সঙ্গীকে তার অপর সঙ্গীর ভালোবাসার ভাষা উত্তমরূপে বুঝতে হবে। অনেক লোক নিজের অজান্তেই ভালোবাসা প্রকাশে একাধিক ভাষা প্রকাশ করে। কিন্তু সেই ভাষাগুলো তার সঙ্গী যতদিনে বুঝতে পারে, ততদিনে এই সুন্দর বহিঃপ্রকাশগুলো বাতাসে হারিয়ে যায়।

চাপের সময় আমাদের সম্পর্ক

কঠিন চাপের ক্ষেত্রে আচরণ

পূর্বের অধ্যায়গুলোতে আমরা নারী ও পুরুষের মধ্যে কিছু পার্থক্য তুলে ধরেছি। এখন আরেকটি পার্থক্য তুলে ধরব। তা হলো— টেনশন বা চাপের মুহূর্তগুলোতে নারী ও পুরুষ কেমন আচরণ করে; বিশেষত যখন তারা কোনো তর্কে জড়িয়ে যায়।

দাম্পত্যজীবনে ছোটোখাটো মনোমালিন্য একটা স্বাভাবিক ব্যাপার। কে কোন কাজ করবে, আশা পূরণ হওয়া না হওয়া, অশোভন মন্তব্য করা ইত্যাদি নিয়ে ছোটোখাটো বিতর্ক সংসারে নিত্যদিনের ঘটনা। যখন দুটো লোক একসঙ্গে বসবাস করে, তখন এই ছোটোখাটো বির্তক এড়িয়ে চলা এতটা সহজ নয়। তা ছাড়া অনেক সময় একপক্ষ এই বিতর্কের জেরে এমন আচরণ করে,

সমস্যা আরও ডালপালা মেলে বটবৃক্ষে রূপ নেয়। ফলে তুচ্ছ বিতর্কগুলো বিশাল সংঘাতের দিকে ধাবিত হয়। এক্ষেত্রে নারী-পুরুষের পারস্পরিক বোঝাপড়াই সৃষ্ট চাপ উপশমে কার্যকর ভূমিকা পালন করতে পারে।

পুরুষ সাধারণত কোনো সমস্যার মুখোমুখি হলে তার ধরন নিয়ে চিন্তা করে। কাল্পনিক ভাবনা বাদ দিয়ে কিছুক্ষণ গভীর চিন্তায় মগ্ন থেকে সমস্যার গোড়া খুঁজে বের করার চেষ্টা করে। অন্যদিকে নারীরা কোনো সমস্যায় পড়লে তারা অন্যের সাথে কথা বলতে চায় এবং আলাপের মাধ্যমেই এর সমাধানে পৌঁছতে চায়।

তা ছাড়া মজার কোনো বিতর্ক তৈরি হলেও নারীরা সাধারণত চায় স্পষ্টভাবে নিজের অনুভূতি প্রকাশ করতে। আর এটাই পুরুষদের বিরক্তির কারণ হয়ে দাঁড়ায়। ফলে অনেক সময় তারা ঘর থেকে বেরও হয়ে যায়। শুরু হয় বিপর্যয় সৃষ্টির প্রথম ধাপ! এভাবেই দাম্পত্যজীবনের তুচ্ছ কোনো বিষয় নিয়ে বিতর্ক মাধ্যমিক পর্যায়ে উন্নীত হয়।

এই পরিস্থিতিতে স্ত্রী ভাবতে থাকে—আমি বিশ্বাস-ই করতে পারছি না, সে এমন পরিস্থিতিতে আমাকে ছেড়ে চলে গেল! আমি চাইলাম তার সাথে কথা বলে সমস্যাটার সমাধান করি, আর সে আমাকে ছেড়ে চলে গেল!

অন্যদিকে স্বামীও চিন্তা করতে থাকে—আমি বিশ্বাসই করতে পারছি না, সে এতটা আবেগপ্রবণ (Emotional)! আমার বরং এই বিরক্তিকর যায়গা ছেড়ে চলে যাওয়াই উচিত। দূরে কোথাও গিয়ে নিজেকে একটু শান্ত করি, তারপর বিষয়টি নিয়ে গভীরভাবে চিন্তা করা যাবে।

নারী-পুরুষের যখন এমন বিপরীতমুখী আচরণ, তখন এর সমাধান কী?

মূলত স্বামীর বোঝা উচিত—যখন সে রাগের বশে একাকী বের হয়ে যায়, তখন স্ত্রী ভাবে—স্বামী তার সাথে হৃদয়হীন মানুষের মতো আচরণ করছে এবং তাকে হয়তো আর কখনোই ভালোবাসবে না। এটা ভাবার কারণ হলো—স্ত্রীর কাছে ভালোবাসার অর্থই হলো কথা বলা। তাই স্বামী যখন একাকী বা চুপ থাকে, তখন তা স্ত্রীর জন্য ভীষণ অস্বস্তিকর ও বেদনাদায়ক।

অন্যদিকে স্ত্রীরও বোঝা উচিত—স্বামী কথা বলা বন্ধ করে একাকী থাকলে তার মানে এই নয়, সে তাকে (স্ত্রীকে) ভালোবাসে না বা তার প্রতি যত্নবান নয়; বরং বুঝতে হবে—উদ্ভূত বিষয়ে চিন্তা করার জন্যই স্বামী নিজেকে কিছুটা সময় দিতে চায়। আর সে যদি স্ত্রীর প্রতি যত্নবানই না হতো, তাহলে তো ব্যথা বা চাপ অনুভব করার প্রশ্নই আসত না। আর এই বিষয় নিয়ে চিন্তা করারও প্রয়োজন পড়ত না। পুরুষের ক্ষেত্রে ব্যাপারটা হলো—ঝগড়ার পরিস্থিতিতে কথা বলা তাদের আরও উত্তেজিত করে এবং চাপে ফেলে দেয়। ফলে পরিস্থিতি আরও খারাপের দিকে মোড় নেয়।

এরূপ পরিস্থিতিকে সামাল দেওয়ার জন্য সঙ্গীর উচিত অপর সঙ্গীকে নিজের প্রয়োজনটা জানানো। যেমন : স্বামী তার স্ত্রীকে বলবে—বিষয়টি নিয়ে চিন্তা করার জন্য তার কিছু সময় প্রয়োজন। একই সঙ্গে স্ত্রীও বুঝবে, স্বামী এখান থেকে চলে গেছেন মূলত সমাধান বের করতেই। এ ছাড়া তারা পরস্পরের সম্মতির ভিত্তিতে একটা জুতসই সময়ও নির্ধারণ করতে পারে, যখন তারা এই ইস্যু নিয়ে কথা বলবে। এতে স্বামীও চিন্তা করার মতো সময় পাবে,

স্ত্রীও বিতর্কের একটা পরিসমাপ্তি দেখতে পাবে। এভাবেই তারা দুজন সমাধানে পৌঁছতে পারবে, ইনশাআল্লাহ! তবে স্ত্রী বেশি আবেগপ্রবণ হলে স্বামীর পক্ষে সমাধান বের করা কঠিন হয়ে দাঁড়ায়। কেননা, সে তখন সমাধান বের করতে পূর্ণ মনোযোগ দিতে পারে না।

সর্বোপরি যেকোনো কঠিন পরিস্থিতিতে মুসলিম দম্পতির উচিত আল্লাহর নির্দেশের দিকেই ফিরে আসা এবং পরস্পরের জন্য দুআ করা, যেন বিষয়টি উভয়ের জন্য সহজ হয়ে যায়। মনে রাখার বিষয়—সুষ্ঠুভাবে দুআ করা হলে প্রত্যেকটি সমস্যারই সমাধান বের করা সম্ভব! যে দম্পতি সারাক্ষণ ঝগড়া-বিবাদে লিপ্ত থাকে এবং তা সমাধানের জন্য সচেতনতার সাথে চেষ্টা করে, আল্লাহ তায়ালা এমন দম্পতির ব্যাপারে বলেন—

> 'তোমরা যদি স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে কলহ সৃষ্টির আশঙ্কা করো, তবে (তাদের মধ্যে মীমাংসা করার জন্য) পুরুষের পরিবার হতে একজন সালিস এবং নারীর খান্দান হতে একজন সালিস পাঠিয়ে দেবে। তারা দুজন যদি মীমাংসা করতে চায়, তবে আল্লাহ উভয়ের মধ্যে ঐক্য সৃষ্টি করে দেবেন। নিশ্চয়ই আল্লাহ সর্ববিষয়ে জ্ঞাত এবং সর্ববিষয়ে অবহিত।' সূরা নিসা : ৩৫

উপেক্ষিত গোপন পদ্ধতি

স্বামীর দিক থেকে সবচেয়ে সাধারণ অভিযোগ হলো—'স্ত্রী আমার মতো করে যৌন অন্তরঙ্গতায় আগ্রহী নয়।' একইভাবে স্ত্রীরও অভিযোগ—'স্বামী শুধু যৌনকর্মে আগ্রহী, শুধু এই একটা কারণেই সে আমার কাছে আসে।'

এমন অসমতার প্রাথমিক কারণ—নারী-পুরুষ ভেদে যৌন উত্তেজনার রকমফের।

পুরুষের উত্তেজনার ধরন অনেকটা মাইক্রোওয়েভের মতো, যা মুহূর্তেই চালু হয়ে যায়। আর নারীর উত্তেজনার ধরন চুলার মতো, যা সময় নিয়ে ধীরে ধীরে গরম করে। এ কারণেই স্ত্রীর সান্নিধ্যে আসা মাত্রই স্বামীর উত্তেজনা শুরু হয় এবং দ্রুত সে পরিতৃপ্তি খুঁজতে থাকে। একইসঙ্গে এই অবাস্তব আশাও করে বসে,

তার আগ্রহ ও উত্তেজিত কর্মের কারণে স্ত্রীরও উত্তেজনা তাৎক্ষণিক জাগ্রত হবে। কিন্তু স্ত্রীর পক্ষ থেকে সে প্রত্যাশিত সাড়া পেতে ব্যর্থ হয়। আর এটাই তাকে হতাশ করে।

বিপরীত দিকে স্ত্রীও যখন দেখে—স্বামী তার প্রাথমিক আবেগ ও শারীরিক বিষয়গুলো পূরণ না করেই তার থেকে উষ্ণতা কামনা করছে, তখন সেও হতাশা অনুভব করে।

সুতরাং স্বামীকে স্ত্রীর প্রয়োজন সম্পর্কে আরও সচেতন ও সতর্ক হতে হবে। এটা বুঝতে হবে, নারীর উত্তেজনা শুরু হয় ওভেনের মতো করে। নারী প্রথমে আদর, ভালোবাসা ও স্পর্শ অনুভব করতে চায়, নিজের সৌন্দর্যের প্রশংসা শুনতে চায়, অনুভূতিতে সন্তুষ্ট হতে চায়। তা না হলে সে মনে করে, স্বামী তার থেকে শুধু স্ত্রী হিসেবে আনুগত্যের সুবিধাটাই নিতে চাইছে। ফলে, বিয়ের সবচেয়ে ঘনিষ্ঠ জিনিস যৌনতা-ই স্ত্রীর কাছে হয়ে উঠে আতঙ্কের বিষয়। তার কাছে তখন এটাকে একটি কাঠখোট্টা কাজ বলে মনে হয়; যেখানে কোনো আনন্দ নেই, উষ্ণতা নেই। উপরন্তু তার কাছে এটা ভয়ানক ও সাংঘাতিক বলেই মনে হয়।

তাই স্বামীর অন্যতম প্রধান দায়িত্ব—স্ত্রীর সান্নিধ্যে যাওয়ার আগে তাকে প্রত্যক্ষ ও পরোক্ষভাবে এটা বোঝানো, কেবল যৌনতা নয়; বরং তার আবেগ-অনুভূতিকে বোঝা ও শ্রদ্ধা করাও দরকার। আর এটা বোঝাতে স্বামী যে উত্তম পন্থাটি অবলম্বন করতে পারে, তা হলো—রোমান্স করা, যৌন উত্তেজনাহীন স্পর্শ এবং স্ত্রীর দৈনন্দিন কাজে কিছু সাহায্য করা।

অপরদিকে, পুরুষের ভালোবাসা অনুভবের জন্য সাধারণত যৌনকর্মের প্রয়োজন। স্বামী মূলত স্ত্রীর সান্নিধ্যে আসার মাধ্যমেই জানাতে চায়, সে তাকে ভালোবাসে। তাই এই সময় যদি স্ত্রী অনীহা প্রকাশ করে কিংবা গাছাড়া ভাব দেখায়, তাহলে স্বামী নিজেকে ভীষণ অপমানিত ও অবহেলিত মনে করে।

তাই নারীদের বোঝা উচিত, রোমান্স এমন একটি বিষয়—যা পুরুষদের মাঝে স্বাভাবিকভাবে আসে না। অন্যভাবে বললে, ভালোবাসা অনুভব করতে কিংবা উত্তেজনার জন্য পুরুষদের রোমান্স দরকার হয় না। তাই স্ত্রীদের এ ব্যাপারে ধৈর্যধারণ করা উচিত। একই সঙ্গে রোমান্সের বিষয়টি অনুধাবনের জন্য তার উচিত সঙ্গীকে নিয়মিত বোঝানো।

সব মিলিয়ে নারী-পুরুষ উভয়কেই পরস্পরের যৌন উত্তেজনার ধরন ও পদ্ধতি বোঝা এবং একে অপরের প্রয়োজন সম্পর্কে সতর্ক হওয়া প্রয়োজন। স্বামীর উচিত নির্দিষ্ট সময়ের আগেই সচেতন হওয়ার চেষ্টা করা। কেননা, এটা স্ত্রীর আনন্দের জন্য অত্যাবশ্যক। আর স্ত্রীরও বুঝতে হবে, পুরুষের উত্তেজনাটা হচ্ছে তাৎক্ষণিক প্রক্রিয়া এবং তার জন্য অন্তরঙ্গতাই হচ্ছে ভালোবাসার প্রকাশ। তাই অন্তরঙ্গতাকে প্রাধান্য দিতে হবে।

মধুর সম্পর্কের চাবিকাঠি

বিশ্বাস, যোগাযোগ, সৃজনশীলতা

অন্তরঙ্গতার বিষয়টি এমনই একান্ত ও ব্যক্তিগত মুহূর্ত, যা স্বামী ও স্ত্রী একসঙ্গে উপভোগ করে। একটা সুস্থ যৌনজীবন দম্পতিকে কাছে আসতে, ভালোবাসার বন্ধনে আবদ্ধ করতে এবং বৈবাহিক জীবনের অনেক তুচ্ছ সমস্যাকে উপেক্ষা করতে সহায়তা করে। অপরদিকে শয়নকক্ষে যখন অন্তরঙ্গতা বাধাগ্রস্ত হয়, তখন অন্যান্য বৈবাহিক সমস্যা ঘনীভূত হয় এবং দুশ্চিন্তা বেড়ে যায়।

তাই দম্পতিকে সুখী ও মধুর দাম্পত্যজীবনের জন্য তিনটি মৌলিক বিষয়ে (3C) সচেতন থাকা উচিত। যথা :

১. আত্মবিশ্বাস (Confidence)

২. যোগাযোগ (Communication)

৩. সৃজনশীলতা (Creativity)

১. আত্মবিশ্বাস (Confidence)

মধুর দাম্পত্যজীবন উপভোগের জন্য স্বামী-স্ত্রী উভয়ের উচিত পরস্পরের ওপর বিশ্বাস রাখা এবং নিরাপত্তাহীনতার বিষয়ে বিভ্রান্ত না হওয়া। প্রায় সময়ই এই নিরাপত্তাহীনতার বিষয়টি স্ব-আরোপিত হয়ে থাকে। যেমন : অনেক সময় স্ত্রী নিজের শরীর সম্পর্কে খুবই সচেতন থাকে এবং নিজে নিজেই অনুভব করে, স্বামী হয়তো তাকে আকর্ষণীয় ভাবছে না।

আবার কখনো কখনো জীবনসঙ্গীর কোনো মন্তব্যের দ্বারাও তাদের মধ্যে নিরাপত্তাহীনতার কারণ জন্মাতে পারে। যেমন : স্বামী এটা চিন্তা করে উদ্‌বিগ্ন হতে পারে—স্ত্রী যা চাচ্ছে, আমি তা দিতে পারছি না।

প্রত্যেক সঙ্গীকে ব্যক্তিগত সমস্যা সমাধানে কাজ করা উচিত—যাতে প্রত্যেকে দাম্পত্যজীবনে পূর্ণ মনোযোগ দিতে পারে। যতক্ষণ পর্যন্ত না এই নিরাপত্তাহীনতার সমাধান হবে, ততক্ষণ অন্তরঙ্গতায় চূড়ান্ত সুখ অর্জিত হবে না।

২. যোগাযোগ (Communication)

অন্তরঙ্গতার ক্ষেত্রে যে সমস্যাগুলো দেখা যায়, তা অনেকটাই অনিবার্য। হতে পারে স্বামী যৌনতার ক্ষেত্রে ভদ্রতাসুলভ নয়, আবার হতে পারে স্ত্রী আরও দীর্ঘ সময় ধরে যৌনসুখ চায় ইত্যাদি। সমস্যা যাই হোক না কেন, এগুলোর মূল কারণ হলো—তারা প্রাথমিকভাবে একে অপরের মানসিকতা বুঝে উঠতে পারে না।

যৌনতার ক্ষেত্রে পরিতৃপ্তি পেতে সঙ্গীদের মধ্যে নিঃসংকোচে ভাব বিনিময় খুবই জরুরি। তবে এই ভাব বিনিময় সমালোচনামূলক না হয়ে ইতিবাচক ও উৎসাহমূলক হওয়া উচিত। ভাব বিনিময় সমালোচনামূলক হলে তা অপরপক্ষের আত্মমর্যাদায় আঘাত করে এবং তার অনুভূতি আহত হয়। যেমন : 'তুমি খুব কম সময় ধরে চুমু দাও, এটা খুবই হতাশাজনক'—এভাবে বলার চেয়ে বরং এভাবে বলা উচিত—'তুমি যদি আরেকটু সময় ধরে আমার সাথে রোমান্টিক থাকো, তাহলে সত্যিই আমার জন্য তা আরও উপভোগ্য হবে।' এভাবে ইতিবাচক ভঙ্গিতে বললে অপরপক্ষ থেকে সর্বোত্তম আচরণটা বের করে আনা সম্ভব।

৩. সৃজনশীলতা (Creativity)

একটা দম্পতি কতটা যৌন আবেদনময়ী, তা কোনো ধর্তব্য বিষয় নয়। বিয়ের বছরখানেক পর যৌন অন্তরঙ্গতা অনেকটা রুটিনে পরিণত হয়। দিনশেষে ভালো অভ্যাসগুলোই দম্পতির মধ্যে স্থায়ী হয়। তারা বুঝতে পারে, ঠিক কখন কী করতে হবে।

তবে এমন রুটিনের নেতিবাচক দিক হলো—এটা পারস্পরিক অন্তরঙ্গতাকে একঘেয়েমি করে দিতে পারে। আর যখন অন্তরঙ্গতা একঘেয়েমি হয়ে যায়, তখন এটা স্বাভাবিক কাজকেও বাধাগ্রস্ত করে। তাই এই জায়গাটিতে সৃজনশীলতার পরিচয় দিতে হবে। দম্পতিদের উচিত অন্তরঙ্গতায় নতুনত্ব আনা। যেমন : রুটিন পরিবর্তন করা, অবস্থানে বৈসাদৃশ্য আনা অথবা পরিবেশ পরিবর্তন করা ইত্যাদি। এ কারণে স্ত্রীর সাথে অবকাশযাপন করাটা খুবই জরুরি। এটা পারস্পরিক সম্পর্ককে মসলাযুক্ত করার মুখ্য উপাদান হতে পারে।

অধিকাংশ লেখকই যৌনতা নিয়ে লিখতে গেলে বিভিন্ন অবস্থানের বা আসনের বিষয়গুলো নিয়ে আসে। তবে অবস্থানের প্রয়োজনীয়তার পাশাপাশি সুস্থ অন্তরঙ্গতার দিকেও খেয়াল রাখতে হবে; যেমনটা আগে উল্লেখ করেছি। অপরদিকে এটাও মাথায় রাখতে হবে, এ ব্যাপারে সাধারণ দর্শকদের সামনে বিশদ আলোচনা করা যথাযথ নয়। তবে এর মানে এই নয়, নীরবতা পালন; বরং এসব ব্যাপারে ফিকহের কিছু মৌলিক নির্দেশনার বর্ণনা প্রয়োজন—যাতে দম্পতিরা সেখান থেকে হালাল পদ্ধতি শিখতে পারে, যা তাদের বৈবাহিক জীবনকে আনন্দদায়ক করবে।

সর্বশেষ বিবেচিত বিষয়

আমি মন থেকে আশা করি, এই ছোট্ট পুস্তিকা থেকে আপনারা উপকৃত হবেন। কামনা করি—এখান থেকে যা শিখলেন, তার কিছুটা হলেও নিজের বৈবাহিক জীবনকে আনন্দময় করতে কাজে লাগাবেন।

মনে রাখবেন, যৌন অন্তরঙ্গতা হলো বৈবাহিক জীবনের দৈনন্দিন ঝগড়া-বিবাদ কাটিয়ে উঠার সর্বোত্তম পন্থা। এটি একটি শীতল উপাদানের ন্যায় কাজ করে, যা সঙ্গীদের মধ্যে অনিবার্যভাবে গড়ে উঠা দুশ্চিন্তা ও দ্বন্দ্বকে প্রশান্ত করে। এটা ভালোবাসার অনুভূতিকে শক্তিশালী এবং মমতার বন্ধনে পরস্পরকে আবদ্ধ করে।

কাজেই বাক্‌বিতণ্ডার পর সম্পর্কের সেতু মেরামত এবং সম্পর্ক পুনরায় সজ্জিত করতে অন্তরঙ্গ হওয়া উচিত। দম্পতির মধ্যে যখন অভিমানের প্রকাণ্ড বরফখণ্ড জমে এবং তারা এর সমাধান না করে

মনে গোস্‌সা নিয়ে বসে থাকে, তখন একজন যদি অপরজনের কাছে কোমল হৃদয় ও স্পর্শ নিয়ে হাজির হয়, আদর ও রোমান্স নিবেদন করে, তাহলে অপরপক্ষও অভিমান ভুলে এই আহ্বানে সাড়া দেবে। এটাই তো বিবাহের মূল আকর্ষণ। এই যে প্রথমজন আদর ও রোমান্স নিবেদন করছে, এর অর্থ কী? এর অর্থ হলো—তার মনে ভালোবাসা সুপ্ত অবস্থায় ছিল, কিন্তু সে তা প্রকাশ করতে পারেনি। এই আহ্বান তার সঙ্গীকে পুনরায় কাছে আসার ইঙ্গিত দিচ্ছে।

তবে এটাও সত্য, অন্তরঙ্গতা সব সমস্যা সমাধানের একমাত্র পদক্ষেপ নয়। তর্ক-বিতর্ক যদি ক্ষুদ্র অবস্থায় থাকে, তবে অন্তরঙ্গতা সম্ভাব্য সমাধান হতে পারে। কিন্তু সমস্যা যদি হয় গুরুতর, ঘুরে ঘুরে একই সমস্যা ঘটতে থাকে কিংবা এমন কোনো চিরায়িত বদভ্যাস থাকে—যা বিতর্কের আগুনে ঘি ঢেলে দেয়, তাহলে সাধারণ অন্তরঙ্গতা এই বিতর্কের সমাধান বয়ে আনতে পারবে না। এর জন্য দরকার আলাপ-আলোচনার ভিত্তিতে চূড়ান্ত সিদ্ধান্ত গ্রহণ। তবে অন্তরঙ্গতা এক্ষেত্রে যতটুকু করতে পারে, তা হলো— দুশ্চিন্তা কমিয়ে আনতে পারে এবং উভয়পক্ষের রাগ-অভিমানের বরফ কিছুটা হলেও গলিয়ে নতুন সুস্থ সম্পর্কের সম্ভাবনা তৈরি করতে পারে।

মনে রাখবেন! স্বামী-স্ত্রীর মাঝে যদি কোনো বিতর্ক থাকে, তাহলে উভয়েরই উচিত নিজের দিক থেকে সর্বোচ্চ ছাড় দেওয়া, নতি স্বীকার করা এবং অপরকে ভালোবাসা। কেননা, তাদের মধ্যে এমন বিশেষ একটি বন্ধন রয়েছে, যেখানে অন্য কেউ ভাগ বসাতে পারে না। দম্পতি হিসেবে তারা এমন অন্তরঙ্গ হতে পারে, যেমনটি অন্য কেউ হতে পারে না।

সম্পর্কের খারাপ সময়ের পর যখন স্বামী-স্ত্রী আবারও ঘনিষ্ঠ হয়, তখন দেখা যায়—তারা এই বন্ধনের প্রতি অনেক যত্নশীল থাকে।

তারা চায় না, এই বন্ধনের ভেতর ভিন্ন কিছু প্রবেশ করুক। বৈবাহিক সম্পর্কে ভালোবাসা ও সহানুভূতি পুনরুজ্জীবিত করতে মধুর অন্তরঙ্গতার চেয়ে শক্তিশালী আর কিছুই নেই।

সূরা বাকারার যে আয়াতে আল্লাহ রাব্বুল আলামিন স্বামী-স্ত্রীকে পরস্পরের পোশাকস্বরূপ বলেছেন (সূরা বাকারা : ১৮৭), সেই আয়াতেরই পরের ধাপে বলেছেন—

> 'সুতরাং এখন তোমরা তাদের সাথে সহবাস করো এবং আল্লাহ তোমাদের জন্য যা কিছু লিখে রেখেছেন তা সন্ধান করো।'

কুরআনের অনেক ব্যাখ্যাকারক ওপরের আয়াতের 'এবং আল্লাহ তোমাদের জন্য যা কিছু লিখে রেখেছেন তা সন্ধান করো'—এই বাক্যাংশের ব্যাখ্যায় বলেন, এর দ্বারা যৌন সন্তুষ্টির মাধ্যমে সন্তান লাভের আশীর্বাদপুষ্ট হওয়াকে বুঝিয়েছেন। অতএব, আল্লাহ চান—আমরা যেন এই আনন্দ উপভোগ করি এবং এর জন্য তাঁর প্রতি কৃতজ্ঞ হই।

পরিশেষে জাবির বিন আবদুল্লাহ ﵁-এর সেই বিখ্যাত হাদিসের প্রসঙ্গ দিয়েই ইতি টানছি, যা দিয়ে আমরা শুরু করেছিলাম।

আমাদের প্রিয়নবি মুহাম্মাদ ﷺ মূলত চেয়েছিলেন—জাবির ﵁ যেন তাঁর স্ত্রীর সঙ্গ উপভোগ করতে পারে এবং তাঁর স্ত্রীও তাঁর মধ্যে প্রশান্তি খুঁজে পেতে পারে।

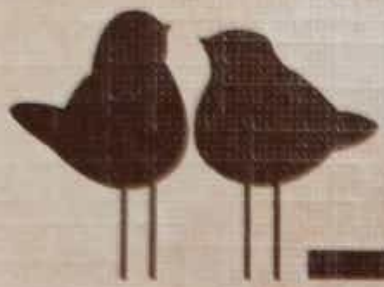
> 'যাতে তুমি তাঁর সাথে খেলা করতে পারো এবং সেও তোমার সাথে খেলা করতে পারে।'

সুতরাং এই সুন্দর ধর্মীয় দৃষ্টিভঙ্গিকে আলিঙ্গন করুন। আমাদের বিশ্বাসের সাথে মানবপ্রকৃতির সংগতি উপলব্ধি করুন এবং আল্লাহর দয়া ও রহমতের জন্য আনন্দিত হোন।

ফাতেমা মাহফুজ

জন্ম পুরান ঢাকার নবাব কাটরায় এক সম্ভ্রান্ত মুসলিম পরিবারে। আনোয়ারা বেগম মুসলিম উচ্চ বালিকা বিদ্যালয় থেকে এসএসসি, ঢাকা সিটি কলেজ থেকে এইচএসসি এবং ইডেন মহিলা কলেজ থেকে পদার্থবিজ্ঞানে অনার্স ও মাস্টার্স সম্পন্ন করেছেন।

লেখালিখির জগতে আছেন সচেতনভাবে। ইসলামের মৌলিক প্রাণসত্তাকে উপস্থাপনের চেষ্টা করছেন কলমের মাধ্যমে। মৌলিক ও অনুবাদ; সাহিত্যের দুই ধারাতেই তার বিচরণ।



সঙ্গীর মনের প্রতিটি ভাঁজে বিচরণ ও উপলব্ধি এবং তার হৃদয়-পাতাকে অধ্যয়ন করা দাম্পত্য-সুখের অপরিহার্য শর্ত। স্বামী-স্ত্রীর শারীরিক ও মানসিক বৈশিষ্ট্য ও গঠন সৃষ্টিগতভাবেই ভিন্ন। এই দুই ভিন্ন সত্তা যখন একই ধ্যানের মৃণাল ধরে জীবন সাজাতে সংকল্পবদ্ধ হয়, তখন পরস্পরের গতি-প্রকৃতি সম্পর্কে অবগত হওয়া আবশ্যক হয়ে পড়ে। অন্যথায় দাম্পত্যজীবনের উষ্ণ লেনাদেনাকে যান্ত্রিক ও আরোপিত বলেই মনে হয়। 'দাম্পত্য রসায়ন' পাঠকের চিন্তা ও বোঝাপড়ায় এমন এক বোধ দিতে চায়–যা সঙ্গীর মনের ভাষা পড়তে সহায়ক হবে। দাম্পত্য সম্পর্ক প্রাণোচ্ছল করতে 'দাম্পত্য রসায়ন' পুস্তিকাটি হতে পারে স্বামী-স্ত্রীর জন্য দারুণ এক টোটকা।