উপলব্ধি ও মোটিভেশন

পোস্টার ও ব্যানার সংকলন - ৩য় খণ্ড

আয়ন

আপন আলোয় পথ চলি

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

উপলব্ধি ও মোটিভেশন

পোস্টার ও ব্যানার সংকলন – ৩য় খণ্ড

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

সিএসসিএস পাবলিকেশন্স

CSCS

উপলব্ধি ও মোটিভেশন

পোস্টার ও ব্যানার সংকলন – ৩য় খণ্ড

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

প্রকাশক

সিএসসিএস পাবলিকেশন্স
অস্থায়ী কার্যালয়: 'লাইসিয়াম',
এসই-১৫, দক্ষিণ ক্যাম্পাস,
চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয়, চট্টগ্রাম-৪৩৩১।
০১৯৫৩ ৩২ ৩০ ৩০
connect.cscs@gmail.com
cscsbd.com

© সিএসসিএস পাবলিকেশন্স

প্রথম প্রকাশ: জুলাই ২০২১

দ্বিতীয় সংস্করণ: আগস্ট ২০২৪

তৃতীয় সংস্করণ: সেপ্টেম্বর ২০২৫

মূল্য: ৭০০ টাকা

UPALOBDHI O MOTIVATION (Realisation and Motivation: Poster and Banner Collection – Part 3) by Mohammad Mozammel Hoque, published by CSCS Publications, SE-15, South Campus, Chittagong University. Third Edition: September, 2025. Price: Tk. 700 only.

ভূমিকা

কেন পোস্টার আর ব্যানার তৈরী

'আমার হাতের লেখা বরাবরই খুব খারাপ। এই জন্য ছাত্রজীবনে বেশ ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছি। হাতের লেখা দেখে চরম বিরক্ত হলেও স্যারেরা যাতে বুঝতে পারেন, আমি সংশ্লিষ্ট বিষয়টি ঠিক মতো বুঝতে পেরেছি, সে জন্য মাঝে মাঝে পরীক্ষার খাতায় পুরো উত্তরের উপর তাৎক্ষণিকভাবে সংশ্লিষ্ট বিষয়ে একটা ছক তৈরি করে দিতাম। বলা বাহুল্য, সেটি হতো ইউনিক সামথিং। মেট্রিক, ইন্টারমিডিয়েট আর বিশ্ববিদ্যালয়ের সব পরীক্ষাতে আমি এই কাজটি করেছি। এরপর জীবনের পথ চলায় যখন সংগঠনবাদিতা ছেড়ে আমার পেশাগত ও সামাজিক দায়িত্বের প্রতি অধিকতর মনযোগী হলাম, তখন আমার নতুন আইডেন্টিটি হিসেবে 'সমাজ ও সংস্কৃতি অধ্যয়ন কেন্দ্র' (সিএসসিএস) নামের একটা প্লাটফর্ম গড়ে তুলি। সেটি ২০০১ সালের শেষের দিকে। এরপর ২০১০ সাল হতে পরবর্তী সময়ে এক ধরনের অগত্যা পরিস্থিতিতে লেখালেখি শুরু করি। শুরু করেছিলাম সামহোয়ারইন ব্লগ হতে। এরপরে সোনার বাংলাদেশ ব্লগ। বর্তমানে ফেইসবুক আর নিজের ওয়েবসাইটে।

যখন পাবলিক ইন্টেলেকচুয়াল হিসেবে নিজেকে প্রতিষ্ঠিত করার কাজ শুরু করলাম, তখন অনুভব করলাম, কিছু বিষয়ে স্বতন্ত্র লেখা তৈরি করা জরুরী। অথচ, নানা কারণে ঐ বিষয়ে লেখার কাজটা আর হয়ে উঠছে না। মূলত এই সব অপেক্ষমান-লেখাগুলোকে চিরতরে হারিয়ে যাওয়া হতে রক্ষা করার জন্য শুরু করলাম ছোট ছোট আকর্ষণীয় কথা দিয়ে পোস্টার আর ব্যানার তৈরির কাজ। ভাবলাম, আমি যেহেতু সব কাজ আমার মতো করেই করি, পেশাগত স্বীকৃতি না থাকলেও, এটাও নিজস্ব স্টাইলে শুরু করি। পোর্ট্রেইট সাইজে লেখা হলে পোস্টার, আর ল্যান্ডস্কেইপে হলে ব্যানার।

লেখা হোক বা না হোক, কিংবা ইতোমধ্যে বলা হোক বা না হোক, পোস্টার ও ব্যানার তৈরীর সুবিধা হলো, এর মাধ্যমে যে কোনো বিষয়কে সংক্ষেপে উপস্থাপন করা যায়। বুঝতেই পারছেন, 'পোস্টার ও ব্যানার সমগ্র'র মধ্যে অন্তর্ভুক্ত কিছু কিছু পোস্টার ও ব্যানারের সমর্থনে আমার লেখা অথবা ভিডিও বক্তব্য আছে। লেখাগুলো আছে আমার ওয়েবসাইট mozammelhq.com-এ। ভিডিও বক্তব্যগুলো আছে 'যুক্তি ও জীবন' এবং 'সামাজিক আন্দোলন' নামে আমার দুইটা ইউটিউব চ্যানেলে।

ডিসক্লেইমার

আমি সতর্ক থেকেছি, অন্য কারো কথা বা উদ্ধৃতি যাতে আমার নামে এসে না যায়। তারপরও এ'ধরনের কোনো 'সমস্যা' যদি কারো নজরে পড়ে তাহলে নির্দ্বিধায় সেটি আমাকে জানাবেন। যেমন, 'simplicity is the beauty' এই কথাটার সেন্স ধারণ করে এমন কথা এর আগে অনেকেই বলেছেন। হুবহু এইভাবে হয়তো বলেননি। আগে বলা হয়েছে এমন কথা দ্বারা উদ্বুদ্ধ হয়ে আমি আমার কথাগুলোকে সাজিয়েছি, ব্যাপারটা মোটেও এমন নয়। বরং, আমি যা বলেছি তা আমার দৃষ্টিতে মৌলিক। যদি কেউ কোনো পোস্টার বা ব্যানারের ব্যাপারে দৃষ্টি আকর্ষণ করেন, যা অন্য কারো প্রপজিশন, তাহলে আমি নিশ্চয়ই সংশোধন করে নেবো।

একনলেজমেন্ট

মাসউদুল আলম (মাসুদ) সিএসসিএস-এর নির্বাহী পরিচালক হিসেবে কাজ করেছেন দশ বছর। পোস্টার ও ব্যানার সমগ্র গ্রন্থাকারে রূপ লাভ করে তার হাত ধরে। তিনি আমার খসড়া ডিজাইন অনুসরণ করে পোস্টার ও ব্যানারগুলো তৈরি করতেন। এই কাজে আমাকে আর মাসুদকে সার্বিকভাবে সহযোগিতা করেছেন, পরবর্তীতে মাসুদের অনুপস্থিতিতে পুরো কাজটি করেছেন সিএসসিএস-এর গবেষণা সহকারী ও সহকারী পরিচালক আবদুল কাইয়ূম সৌরভ। আমরা কোনো পোস্টার বা ব্যানার বানানোর পরে সেটা সবার আগে দেখিয়েছি মিতুল ম্যামকে। সামসুন নাহার মিতুল। তিনি চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয়ের শিক্ষক। আমার সহকর্মী ও স্ত্রী। পরবর্তীতে এই সহযোগিতাটুকু করেছেন সিএসসিএস-এর অধ্যয়ন সহকারী ফয়সাল মুহাম্মদ। এমনকি কিছু কিছু বিষয়ে পোস্টার/ব্যানার তৈরী করা হয়েছে ফয়সালের আগ্রহ প্রকাশ ও অনুরোধের কারণে।

আমার দু'জন স্টুডেন্ট অনেকগুলো পোস্টার ও ব্যানার এডোবি ইলাস্ট্রেটরে তৈরী করে দিয়েছেন। নাঈমা সুলতানা বৃষ্টি ও জান্নাতুল নাঈম হৃদয়। হৃদয়ের করা পোস্টার ও ব্যানারের সংখ্যা বেশি। সিরিজটির ৩টা খণ্ডের আলাদা আলাদা প্রচ্ছদও ওর করা। নাঈমের সহযোগিতা না পেলে এই সংকলনের কাজ সম্পন্ন হতো না। মাসুদ নরসিংদী শিফট করার পরে সৌরভ এই সংকলন নিয়ে কাজ করেছে টানা দুই বছর। সর্বশেষ সংযোজন, বিয়োজন ও পরিমার্জন করার কাজটা আঞ্জাম দিয়েছে চবি আরবি বিভাগের ছাত্র ওয়াকিউল্লাহ।

জীবনে কিছু হিন্দি সিনেমা দেখেছি। এর একটি হলো 'পরদেশ'। এর একটা দৃশ্য এমন, বাগানে পানি দিতে গিয়ে দেখা গেল পানি নাই। পানির লাইনে সমস্যা। তখন বাড়ির ম্যানেজার সরাসরি ফোন করলো সংশ্লিষ্ট মন্ত্রণালয়ের মন্ত্রীকে। তেমন করে, যখনই কোনো ভাষাগত সমস্যায় পড়েছি, তাৎক্ষণিকভাবে ফোন করেছি 'শ্রদ্ধেয় ছোটভাই' জনাব ইব্রাহিম হোসেনকে। তিনি আধুনিক ভাষা ইনস্টিটিউট, চবি'র পূর্বতন পরিচালক। ব্যতিক্রমী এই বইয়ের ভূমিকা লিখতে গিয়ে মাসুদ, সৌরভ, ফয়সাল, বৃষ্টি, নাঈম, মিতুল ও ইব্রাহিম হোসেনের প্রতি বোধ করছি আন্তরিক কৃতজ্ঞতা ও গভীর ভালোবাসা। আর দু'জন স্নেহাস্পদ ছাত্র পোস্টার ও ব্যানারগুলোর স্ট্রাকচার, কালার, কনটেন্ট ও ল্যাঙ্গুয়েজের ব্যাপারে আমাকে পরামর্শ দিয়ে সহযোগিতা করেছেন। তারা দু'জনই চবি ইংরেজী বিভাগে পড়াশোনা করেছেন। একজন মো. আইয়ুব আলী, আরেকজন নাজমুল হুদা। আইয়ুব প্রায় চার বছর সিএসসিএস-এ অধ্যয়ন সহকারী হিসেবে কাজ করেছে। মহান আল্লাহ তায়ালা তোমাদেরকে উত্তম প্রতিদান দান করুন, আ-মীন!

ভালোবাসার উভয়সংকট

ভালোবাসার একটা উভয়সংকট আছে। তা হলো, প্রকাশের মাধ্যমে ভালোবাসার গভীরতা হ্রাস পায়। অনুভূতি হালকা হয়ে পড়ে। আবার মানুষের অকৃত্রিম অনুভূতিমাত্রই চায় স্বতঃই প্রকাশ পেতে। তাই, অনানুষ্ঠানিক বিষয়গুলো আমাদের অনুভবের গভীরে স্থান লাভ করা সত্ত্বেও আনুষ্ঠানিকতা মাঝে মাঝে প্রয়োজনীয় হয়ে উঠে।

আমার জন্য তোমাদের কষ্ট, বিশেষ করে আমার একসেন্ট্রিক ভাবনাচিন্তা ও কর্মকাণ্ডে তোমাদের আন্তরিক সমর্থনকে স্বীকার করছি অকপটে। তোমাদের ভালোবাসি। ভালোবাসার মানুষদের আনুষ্ঠানিক ধন্যবাদ জানানো মানানসই নয়। জানি। তবুও এই সুযোগে পাঠকদের সাথে তোমাদের পরিচয় করিয়ে দেয়ার জন্য এই ফর্মাল একনলেজমেন্ট। আমার পথচলায় যাদের অমূল্য সমর্থন আমাকে প্রেরণা জোগায়, তাদের জন্য আমার ভালোবাসার কথা সবাইকে এই সুবাদে জানিয়ে দেয়া। যদিও জানি, ভালোবাসা স্বীকৃতির অপেক্ষা করে না। স্বীকৃতি ভালোবাসার তুল্য নয়।

ভালোবাসার কোনো প্রতিদান হয় না, ভালোবাসা ছাড়া। উর্দু কবি মীর তকী মীরের ভাষায়, 'প্রেমের ব্যথায়, প্রেমই নিবারক'। তোমাদের ভালবাসি। তোমরা যা করেছো মহান আল্লাহ তায়ালা তোমাদেরকে এর উত্তম প্রতিদান দান করুন, আ-মীন!

এত ইংরেজি কেন

এখানকার অধিকাংশ পোস্টার ইংরেজিতে। এ'ব্যাপারে আমার প্রধান এক্সকিউজ হলো, ফিলসফির মতো বিষয়ে শিক্ষকতা করতে গিয়ে আমাদেরকে যেসব বইপত্র পড়তে হয় তা সব ইংরেজিতে। এবং সেই বইগুলোর ইংরেজি ভাষা প্রচলিত 'টেকনিক্যাল সাবজেক্টসমূহের' মতো সহজ 'টেকনিক্যাল ইংলিশ' নয়। মোর কনসেপ্টচুয়াল। এভাবে চর্চা করতে করতে কেন জানি আমাদের মতো মাস্টারদের মনে ইংরেজিটা যেভাবে চলে আসে, বাংলাটা সেভাবে আসে না। মনে হয়, কথাটা বাংলায় ততটা সহজবোধ্য হবে না। স্বীকার করছি, এটি আমার সীমাবদ্ধতা। আশা করি, বিষয়টিকে ক্ষমাসুন্দর দৃষ্টিতে দেখবেন। কিছু কিছু পোস্টার ও ব্যানারে অবশ্য ইংরেজির পাশাপাশি বাংলাও দেয়া হয়েছে। কোনো কোনো পোস্টার/ব্যানার বাংলা ও ইংরেজি উভয় ভার্সনে তৈরি করেছি।

বুদ্ধিবৃত্তিক গেরিলা লড়াই

আমার অপরাপর বইগুলোর মতো এটিও আমার ওয়েবসাইট হতে ফ্রি ডাউনলোড করা যাবে। পুরো কাজটিকে একটা প্রফেশনাল ওয়ার্ক হিসেবে না দেখে চলমান 'বুদ্ধিবৃত্তিক গেরিলা যুদ্ধের' প্রেক্ষাপটে বিবেচনা করার অনুরোধ রইলো। এতে করে আপনার হতাশা ও অভিযোগের মাত্রা কমতে পারে। এখানে অন্তর্ভুক্ত হয় নাই আমার এমন সব প্রবচন এবং এখানকার চুম্বক কথাগুলো নিয়ে 'প্রবচনগুচ্ছ' হিসেবে একটা স্বতন্ত্র প্রকাশনা বের করার ইচ্ছা আছে। এই ভূমিকাটা এ পর্যন্ত যদি পড়ে থাকেন, তাহলে অনুমান করতে পারি, আপনি কোনো গড়পরতা মানুষ নন। খানিকটা ব্যতিক্রমী। আমাদের এই বিপরীত পথচলায় একজন সহযাত্রী হিসেবে আপনাকে স্বাগতম।'

গ্রন্থবিন্যাস

ব্যতিক্রমী এই গ্রন্থটিকে আমরা তিন খণ্ডে বিভক্ত করেছি। 'পরিবার, সমাজ ও রাষ্ট্র' – ১ম খণ্ড, 'বিজ্ঞান, দর্শন ও ধর্ম' – ২য় খণ্ড, 'উপলব্ধি ও মোটিভেশন' – ৩য় খণ্ড।

‘উপলব্ধি ও মোটিভেশন’ শিরোনামে ‘পোস্টার ও ব্যানার সংকলন’-এর ৩য় খণ্ডে জীবনবোধ, জয়-পরাজয়, কর্মনীতি, পারস্পরিক সম্পর্ক ইত্যাদি নিয়ে সাজিয়েছি প্রথম অধ্যায়: উপলব্ধি। দ্বিতীয় অধ্যায়: মোটিভেশনে পাবেন আত্মপরিচয় ও মর্যাদাবোধ, আত্মবিচার, আত্মবিশ্বাস, অগ্রাধিকার নির্ণয়, বাগ্মিতা কিংবা নিরবতা, অপরের অধিকার এবং পাঠ ও চিন্তা শিরোনামের অনুচ্ছেদ।

উপরোল্লেখিত বিষয়গুলোর কোনোটারই পূর্ণাঙ্গ আলোচনা পাবেন না এই সংকলনে। বরং এখানে পাবেন সংশ্লিষ্ট বিষয়ে আমার ভাবনাচিন্তার সূত্র ও পরিচয়। একেকটা অধ্যায়ে বিষয়ভিত্তিক বিন্যাসটাও খানিকটা অগোছালো। আমরা চেষ্টা করেছি, তবুও রয়ে গেছে পূর্বাপর সামঞ্জস্যতা বজায় রাখার সমস্যা। স্বীকার করছি।

পোস্টার প্রেজেন্টেশনের একাডেমিক ধারা

পোস্টার প্রেজেন্টেশনের একটা একাডেমিক ধারা আছে। আমার এই কাজে এর প্রভাব আছে, এটি অনস্বীকার্য। অবশ্য, পদোন্নতি ও সুবিধা লাভের লক্ষ্যে কৃত একাডেমিক রিসার্চ হিসেবে এই কাজটি করা হয়নি। আমি যা করেছি তা আমার মনের খুশীতে করেছি। সামাজিক দায়িত্ব হিসেবে করেছি। বুদ্ধিবৃত্তিক সামাজিক আন্দোলনের কাজে এ’গুলো সহায়ক হবে, আশা করি। বহু থিসিসের সারসংক্ষেপ তথা মূলকথা এখানে খুব সহজ ভাষায় অত্যন্ত সংক্ষেপে বলে দেয়া হয়েছে।

একটা কথা বলে দিলেই সেটা থিসিস হয় না। সিস্টেমেটিক ওয়েতে একটা হাইপোথিসিসকে থিসিসে উন্নীত করতে হয়। সেটাই গবেষণা। আবার একটা গবেষণার বিরাট ভলিউমের মূল কথাটুকু আমরা একটা সামারির মধ্যে নিয়ে আসতে পারি। এক কথায় প্রকাশ করতে পারি। আমার এই কাজ দ্বিতীয় ধাঁচের। এর কারণ শুরুতেই ব্যাখ্যা করেছি।

প্রত্যাশা

যত কথা মনে জাগে, জীবন ও জগতের বিস্তীর্ণ অভিজ্ঞতার আলোকে যত কথাকে সঠিক বলে মনে হয়, তা সব এখানে বলা হয়নি। যা বলার ছিল কিংবা আছে, তার তুলনায় যা বলেছি তা ক্ষুদ্র অংশ মাত্র। কত কথা ছিল বলার ....! জীবন তো এমনই। থেকে যায় বলার মতো অনেক কথা শেষ পর্যন্ত অনুক্ত। ইদানীং বিখ্যাত এক তরুণ লেখককে বলেছিলাম, ‘লেখক হতে চাইনে। কথাগুলো শুধু বলে যেতে চাই’। চার শতাধিক পোস্টার করার পরেও মনে হচ্ছে, দু’চারটে কথা শুধু বলা হলো।

আমি নিশ্চিত, আমার কথাগুলো অনেকের কাছেই নিজের মনের কথা বলে মনে হবে।

Trisduction নামে একটা একাডেমিক ইউটিউব চ্যানেল পরিচালনা করেন এক ডাক্তার ভদ্রলোক। তিনি একইসাথে নিউরোসায়েন্সে পি-এইচ.ডি. করেছেন। ফিলসফি নিয়ে তিনি একবার আমার সাক্ষাৎকার নিয়েছিলেন। কথা প্রসঙ্গে তিনি একবার বললেন, ‘great men think alike’। আমি উনার সাথে দ্বিমত করে তাৎক্ষণিকভাবে বললাম, ‘না। আমি বরং মনে করি, all men think alike’।

একজন বুদ্ধিবাদী হিসেবে আমি দৃঢ়ভাবে বিশ্বাস করি, মানবীয় চিন্তার মূল কাঠামো ও পদ্ধতি একই। সেজন্যই আমরা পরস্পর মতবিনিময় করি, তর্ক-বিতর্ক করি। অপরকে ভুল বলি। নিজেকে সঠিক মনে করি। কখনো কখনো নিজের ভুল স্বীকার করি। আমাদের মৌলিক স্বীকার্য ও অনুমানগুলোর ওপর দাঁড়িয়ে আমরা পরস্পর আলাপ-আলোচনা করি। ভিন্নতা ও মতানৈক্য হয় দৃষ্টিকোণের পার্থক্য, বিষয়ের গভীরতায় যাওয়া, না যাওয়ার পার্থক্য ও সামগ্রিকভাবে দেখা, না দেখার পার্থক্যের কারণে।

কথা বিস্তারিত লিখতে না পারার জন্য পোস্টার আর ব্যানার তৈরী করা। এখানে সংকলিত কথাগুলো অপ্রচলিত, কিন্তু বাস্তবসম্মত ও জীবনঘনিষ্ঠ। পড়লেই বুঝবেন, আশা করি। হ্যাপি রিডিং।

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

‘লাইসিয়াম’, এসই-১৫, দক্ষিণ ক্যাম্পাস, চবি।
জুলাই ১৪, ২০২৫

সুচিপত্র

প্রথম অধ্যায়: উপলব্ধি

ক. জীবনবোধ

৩.১.১.১ প্রার্থনা
৩.১.১.২ key to success
৩.১.১.৩ জন্ম আর মৃত্যু
৩.১.১.৪ how to lead a happy life
৩.১.১.৫ my life
৩.১.১.৬ meaning of life
৩.১.১.৭ what to do to lead a balance life
৩.১.১.৮ নিজেকে সম্মান করো
৩.১.১.৯ মানুষের চরিত্র
৩.১.১.১০ কঠোরতার পর আসে সহজতা
৩.১.১.১১ এসো হই জীবনবাদী
৩.১.১.১২ স্বপ্নের রূপান্তর
৩.১.১.১৩ quality does matter
৩.১.১.১৪ formality kills spirituality
৩.১.১.১৫ আত্মউপলব্ধি
৩.১.১.১৬ মানুষ ও আবেগ
৩.১.১.১৭ জীবনের পরিণতি
৩.১.১.১৮ we don't need just happy people
৩.১.১.১৯ আরজি
৩.১.১.২০ সততা ও সাহসিকতা
৩.১.১.২১ বিবেক ও আবেগ
৩.১.১.২২ আত্মনিষ্ঠতা
৩.১.১.২৩ আবেগ কী
৩.১.১.২৪ জীবন ও কর্ম
৩.১.১.২৫ মনের চোখে দেখা
৩.১.১.২৬ লাস্ট কমিটমেন্ট
৩.১.১.২৭ দৃষ্টিভঙ্গির পার্থক্য
৩.১.১.২৮ ফিরে যাওয়ার দিন

খ. জয়-পরাজয়

৩.১.২.১ problem of instant gratification
৩.১.২.২ integrity first
৩.১.২.৩ অগ্রাধিকার বিবেচনা
৩.১.২.৪ success & failure
৩.১.২.৫ truth & falsity

৩.১.২.৬ not that much as it appears
৩.১.২.৭ প্রতিরোধ ক্ষমতা অর্জন শ্রেয়তর
৩.১.২.৮ problem of over-expectation

গ. কর্মনীতি

৩.১.৩.১ simplicity is the beauty
৩.১.৩.২ proper consumption is the best ethical position
৩.১.৩.৩ আত্মজিজ্ঞাসা
৩.১.৩.৪ modesty is a must
৩.১.৩.৫ how to defuse resentment
৩.১.৩.৬ success is at your hand
৩.১.৩.৭ সুবিধার অসুবিধা আর অসুবিধার সুবিধা
৩.১.৩.৮ how we prioritize
৩.১.৩.৯ গড়ে তোল ভালো অভ্যাস
৩.১.৩.১০ অন্তরের প্রশস্ততা
৩.১.৩.১১ সত্যিকারের বোকামি
৩.১.৩.১২ charity
৩.১.৩.১৩ regularity matters
৩.১.৩.১৪ working policy
৩.১.৩.১৫ way of solving any problem
৩.১.৩.১৬ three steps solution
৩.১.৩.১৭ truth & establishment of truth
৩.১.৩.১৮ guidance dependency
৩.১.৩.১৯ activism paradox
৩.১.৩.২০ proactiveness
৩.১.৩.২১ inclusivity
৩.১.৩.২২ হঠকারিতার প্রতিষেধক
৩.১.৩.২৩ punishment & reward system
৩.১.৩.২৪ how to think, how to act
৩.১.৩.২৫ sincerity is a must
৩.১.৩.২৬ immunity is better than purity or cure

ঘ. পারস্পারিক সম্পর্ক

৩.১.৪.১ what is personality
৩.১.৪.২ ব্যক্তিত্বের পরিচয়
৩.১.৪.৩ laws of relationship
৩.১.৪.৪ মানবিক সম্পর্কের পাঁচটি সূত্র
৩.১.৪.৫ সম্পর্ক মাত্রই লেনদেনের ব্যাপার
৩.১.৪.৬ সম্পর্ক সূত্র
৩.১.৪.৭ তোমার জীবন তোমার দায়

ঘ. বিবিধ

৩.১.৫.১ উভয় সংকট
৩.১.৫.২ পুরুষের জীবন
৩.১.৫.৩ শালীনতা ও নৈতিকতা

দ্বিতীয় অধ্যায়: মোটিভেশন

ক. আত্মপরিচয় ও মর্যাদাবোধ

৩.২.১.১ be self-respectful

৩.২.১.২ love & respect
৩.২.১.৩ live your own life
৩.২.১.৪ self-branding
৩.২.১.৫ জীবন ও প্রকৃতি
৩.২.১.৬ holding conflicting identities
৩.২.১.৭ ঐতিহ্য ও মূল্যবোধ
৩.২.১.৮ de-westoxification
৩.২.১.৯ identity

খ. আত্মবিচার

৩.২.২.১ wisdom and integrity
৩.২.২.২ self-development
৩.২.২.৩ self-improvement
৩.২.২.৪ criticism is a must

গ. আত্মবিশ্বাস

৩.২.৩.১ commitment
৩.২.৩.২ be proactive, don't be reactive
৩.২.৩.৩ সফলতার মূলমন্ত্র
৩.২.৩.৪ epistemic honesty
৩.২.৩.৫ চাষ করো আশাবাদ
৩.২.৩.৬ জীবনের পথে
৩.২.৩.৭ অন্ধ অনুসরণ করা যাবে না কারো
৩.২.৩.৮ what to do in a situation
৩.২.৩.৯ potentiality is not a permanent asset
৩.২.৩.১০ স্বপ্নের সীমা
৩.২.৩.১১ জয়-পরাজয়
৩.২.৩.১২ শুভকামনা
৩.২.৩.১৩ যেমন তোমাকে চাই
৩.২.৩.১৪ সুখী হওয়ার উপায়
৩.২.৩.১৫ no defeat, fight back
৩.২.৩.১৬ life and time
৩.২.৩.১৭ time is the best currency
৩.২.৩.১৮ placebo effect
৩.২.৩.১৯ 'ডিমোটিভেশনাল' কথাবার্তা
৩.২.৩.২০ প্রত্যয়

ঘ. অগ্রাধিকার নির্ণয়

৩.২.৪.১ how to do the best
৩.২.৪.২ focus on one
৩.২.৪.৩ how to build a better formal life
৩.২.৪.৪ balance between positivity & negativity
৩.২.৪.৫ how to prioritize
৩.২.৪.৬ ceiling of potentiality

ঙ. বাঙ্ময়তা কিংবা নিরবতা

৩.২.৫.১ whistleblowing
৩.২.৫.২ speech is the best tool
৩.২.৫.৩ silence & speech
৩.২.৫.৪ speaking for thinking

৩.২.৫.৫ অনুভবের গোপনীয়তা
৩.২.৫.৬ আকুতি

চ. অপরের অধিকার

৩.২.৬.১ awareness of one's pragmatic position
৩.২.৬.২ 12 rules for life
৩.২.৬.৩ sincerity matters
৩.২.৬.৪ লাভ ক্ষতির হিসেব নিকেশ
৩.২.৬.৫ balance of rights & duties
৩.২.৬.৬ স্বার্থপরতার চেয়ে পরোপকারিতা শ্রেয়তর
৩.২.৬.৭ salvation is not at your hand
৩.২.৬.৮ relations and their boundaries
৩.২.৬.৯ limits of liberty

ছ. পাঠ ও চিন্তা

৩.২.৭.১ knowledge is the best blessing
৩.২.৭.২ knowledge is not a commodity
৩.২.৭.৩ what is history
৩.২.৭.৪ reading for doing
৩.২.৭.৫ read & think
৩.২.৭.৬ reading with critical thinking
৩.২.৭.৭ how to study

প্রথম অধ্যায়: উপলব্ধি

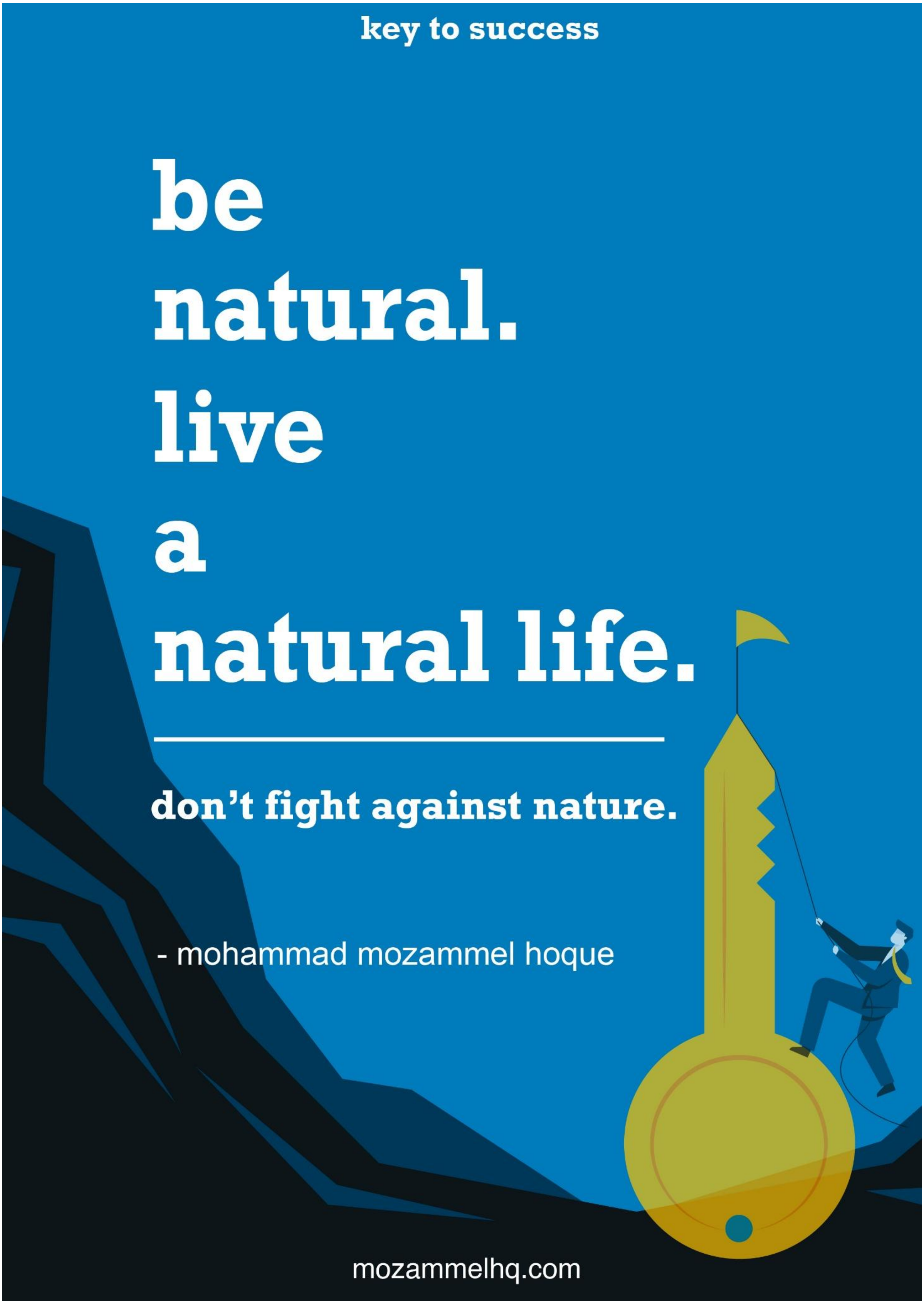
জীবনবোধ

প্রার্থনা

হে প্রভু
দান কর উপকারী জ্ঞান
দাও বোধ জীবনের
বাঁচাও আমাকে
লক্ষ্যহীন জ্ঞানী হওয়া থেকে
বাঁচাও আমাকে
নির্বোধ মানুষের
অবাঞ্ছিত ভালোবাসা থেকে

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com


key to success
be
natural.
live
a
natural life.
don’t fight against nature.
- mohammad mozammel hoque
mozammelhq.com

জন্মের চেয়ে বড় বিস্ময়

আর

মৃত্যুর চেয়ে বড় সত্য পৃথিবীতে নাই।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

life is for work

WORK
gives life
MEANING

life
is
to
read,
think,
&
proceed on...!

- mohammad mozammel hoque

life is -

- to feel
- to find
- to fight
- to push and proceed beyond the limit

---

no competition, no life.

- mohammad mozammel hoque

MODERATION

IN

FOOD, SEX, SLEEP & SPEECH

is the key to a balanced life.

যে পথে যেতে
পারবে না শেষ পর্যন্ত,
সে পথে
নষ্ট করো না
তোমার অমূল্য সময়।

---

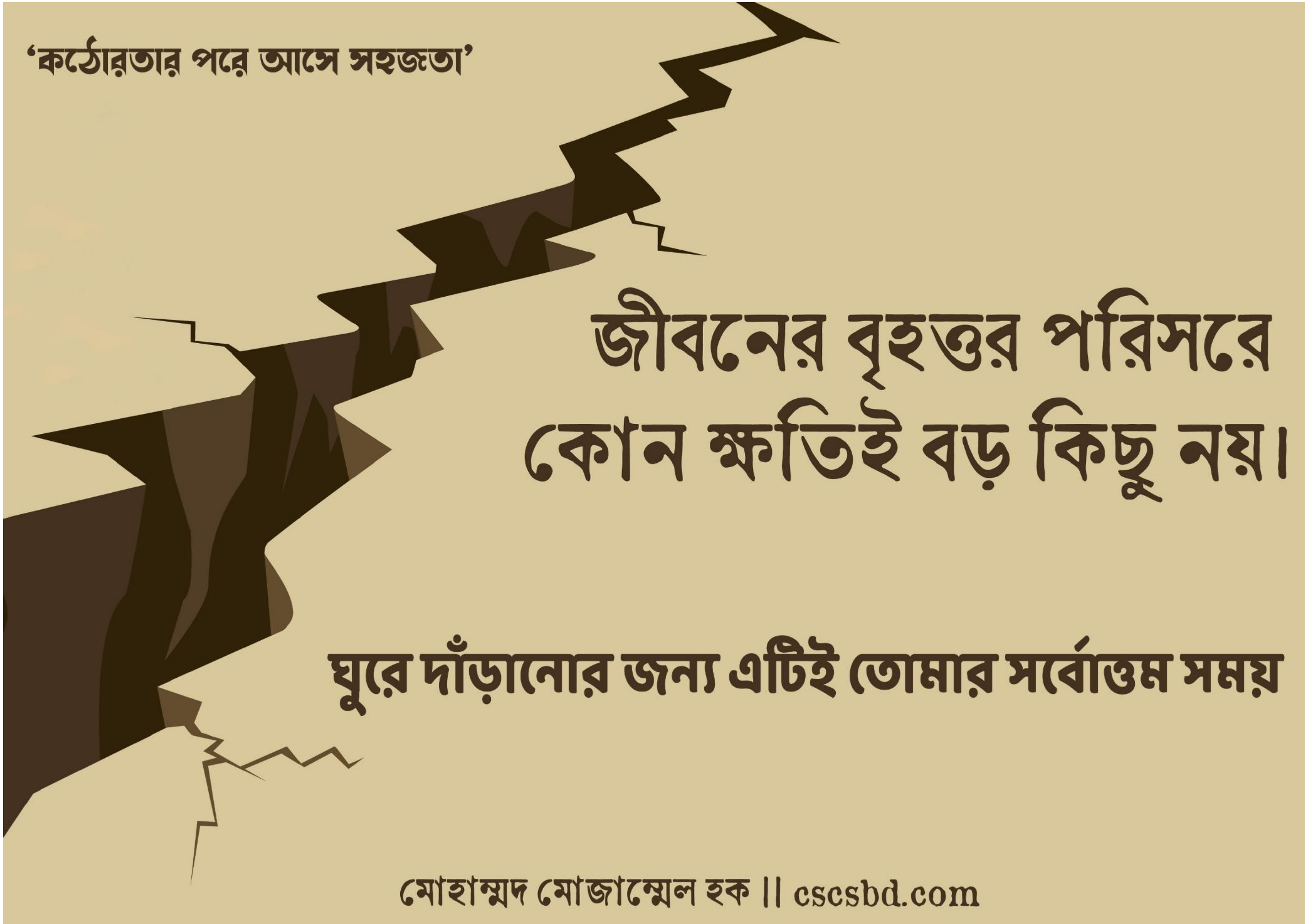
follow the policy:

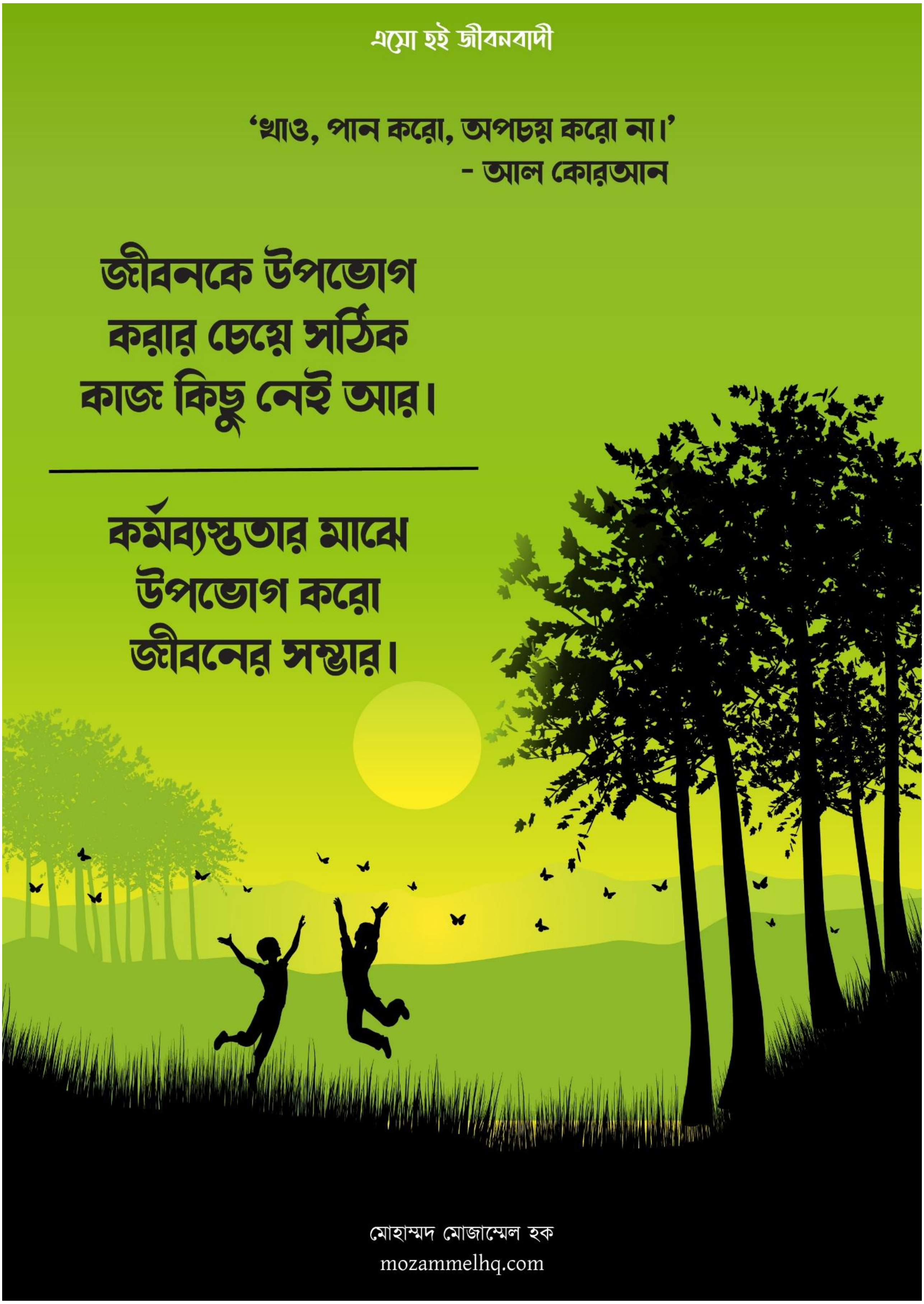
EVERYTHING
or
NOTHING.

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

সময়ে আমরা সকলেই শ্বাপদ

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক


‘কঠোরতার পরে আসে সহজতা’
জীবনের বৃহত্তর পরিসরে
কোন ক্ষতিই বড় কিছু নয়।
ঘুরে দাঁড়ানোর জন্য এটিই তোমার সর্বোত্তম সময়
মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক || cscsbd.com


এসো হই জীবনবাদী
‘খাও, পান করো, অপচয় করো না।’
- আল কোরআন
জীবনকে উপভোগ
করার চেয়ে সঠিক
কাজ কিছু নেই আর।
কর্মব্যস্ততার মাঝে
উপভোগ করো
জীবনের সম্ভার।
মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

মানুষ

অল্প বয়সে
স্বপ্ন দেখে ভবিষ্যতের,
পরিণত বয়সে
ফিরে যায় অতীতে

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক || mozammelhq.com

quality does matter

যোগ্যতার নাই কোনো বিকল্প

formality kills spirituality

the more ritual, the less spiritual

আনুষ্ঠানিকতার ভীড়ে হারিয়ে যায় আধ্যাত্মিকতা

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

প্রতিদিন ভোরে জেগে উঠি
আগেকার এক নতুন পৃথিবীতে
যেন আমি প্রাপ্তবয়স্ক
এক নতুন শিশু....!

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

মানুষ বেঁচে থাকে তাঁর আবেগের জগতে

আবেগহীন জীবন অর্থহীন

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক II mozammelhq.com

জীবনের
পরিণতি
অনিবার্য,
তবুও স্বপ্ন
তবুও স্মৃতি
তবুও বিস্মৃতি
বাঁচিয়ে রাখে
আমাদের....।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

we need –

HAPPY,

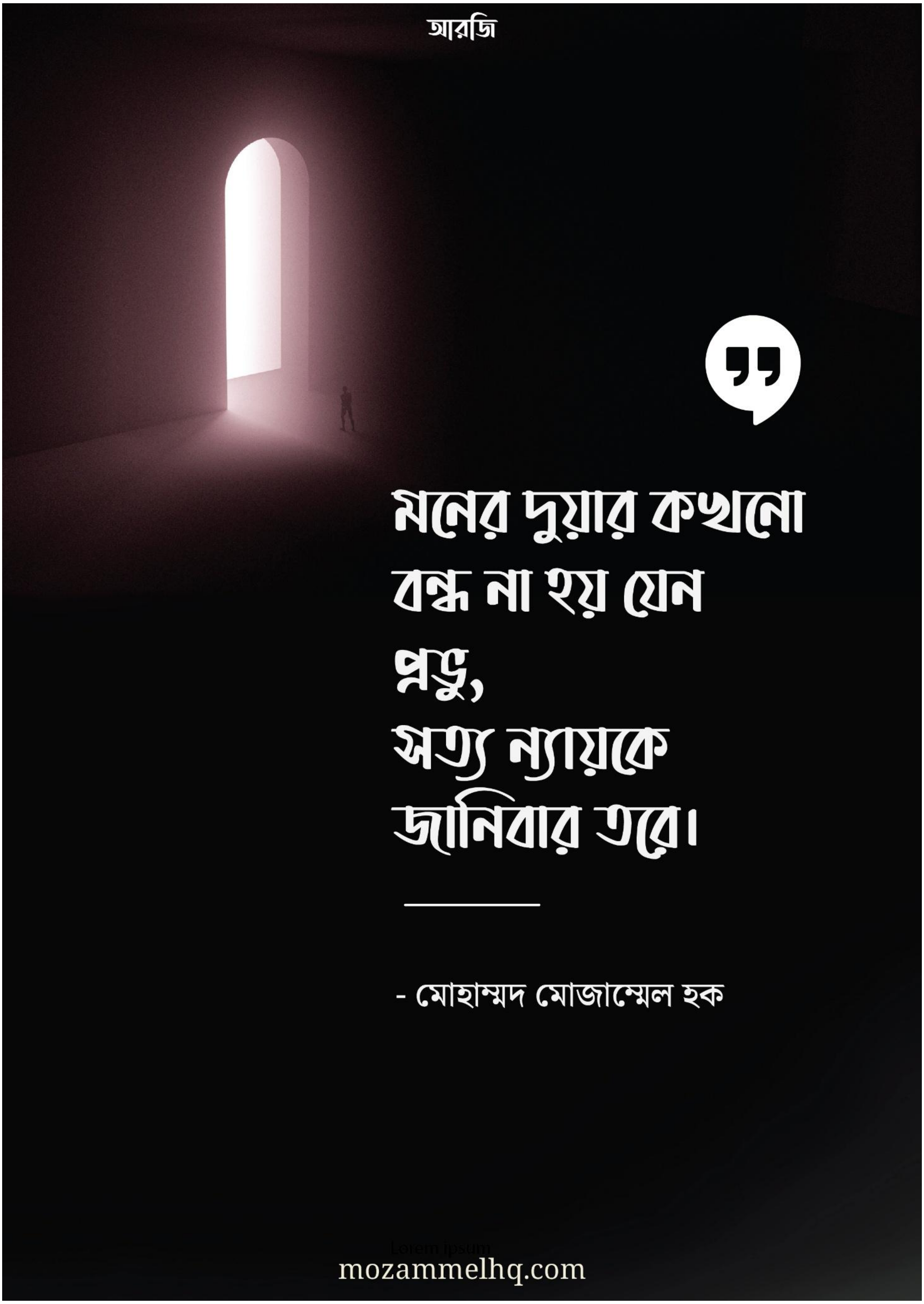
RATIONAL &

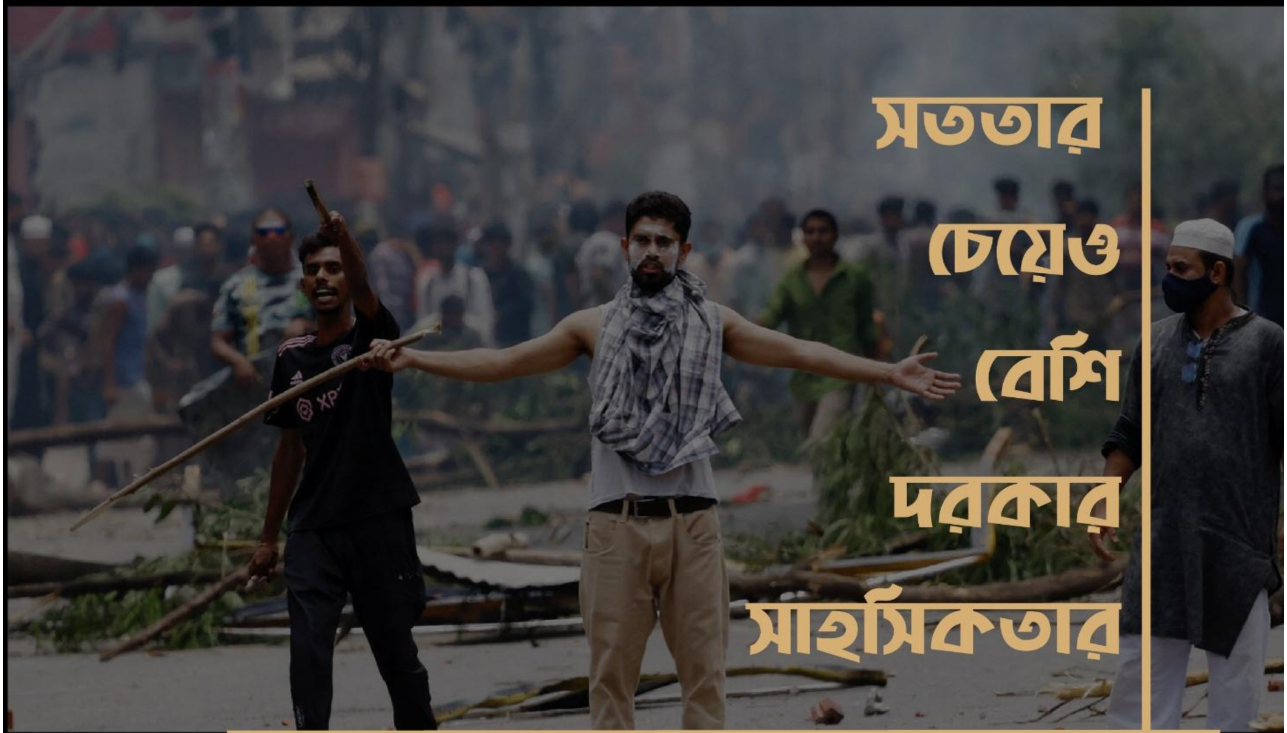
COMMITTED

PEOPLE;

not just happy people.

- mohammad mozammel hoque


আরজি
মনের দুয়ার কখনো
বন্ধ না হয় যেন
প্রভু,
সত্য ন্যায়কে
জানিবার তরে।
- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
Lorem ipsum
mozammelhq.com



সততার
চেয়েও
বেশি
দরকার
সাহসিকতার

কাপুরুষতার
চেয়ে নেই
বড় অযোগ্যতা আর

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

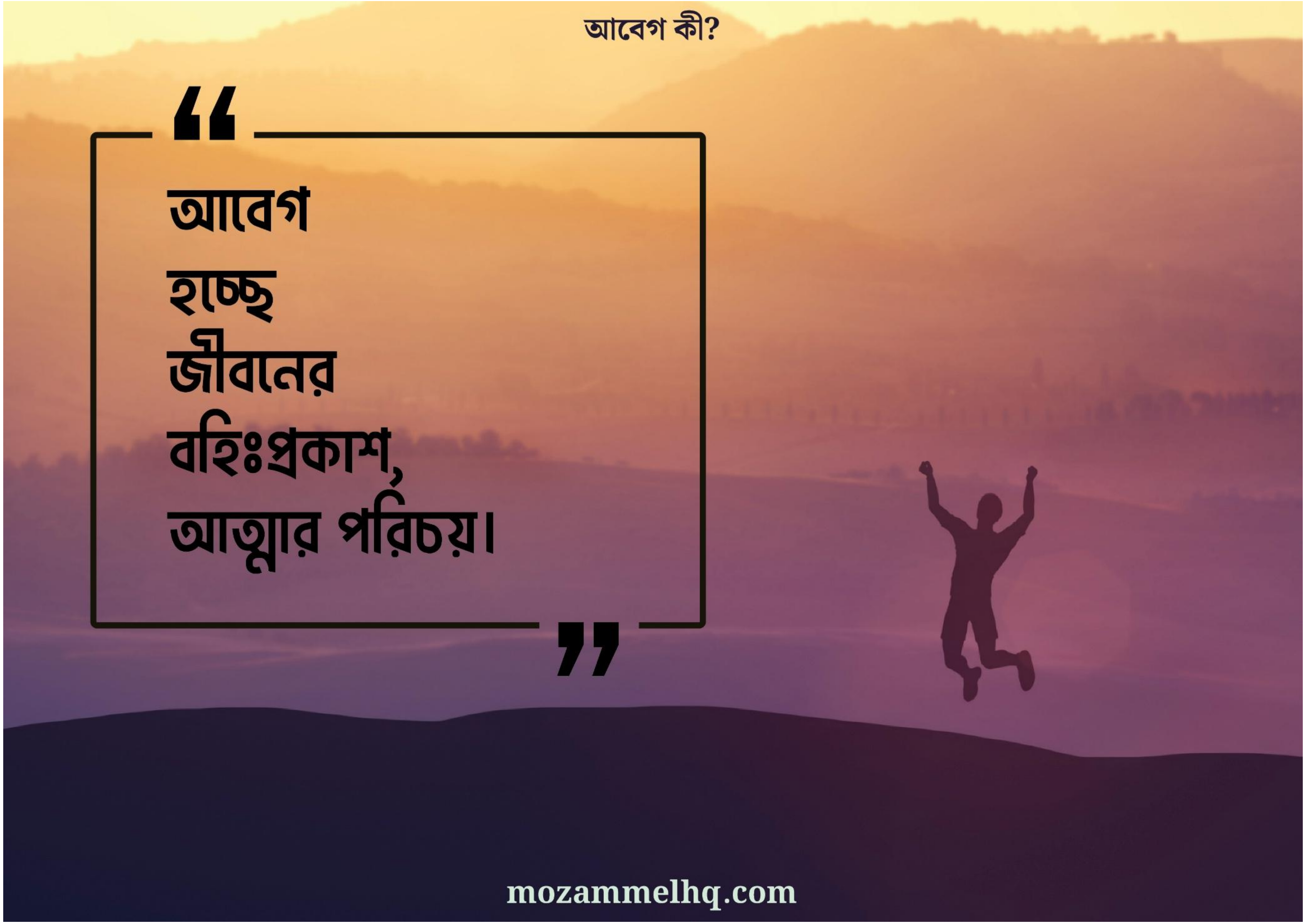
বিবেক হলো আবেগের শুদ্ধতম প্রকাশ।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

আত্মনিষ্ঠ
হয়ে
বেঁচে
থাকো
প্রতিটি
মুহূর্ত।

'KNOW THYSELF'

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

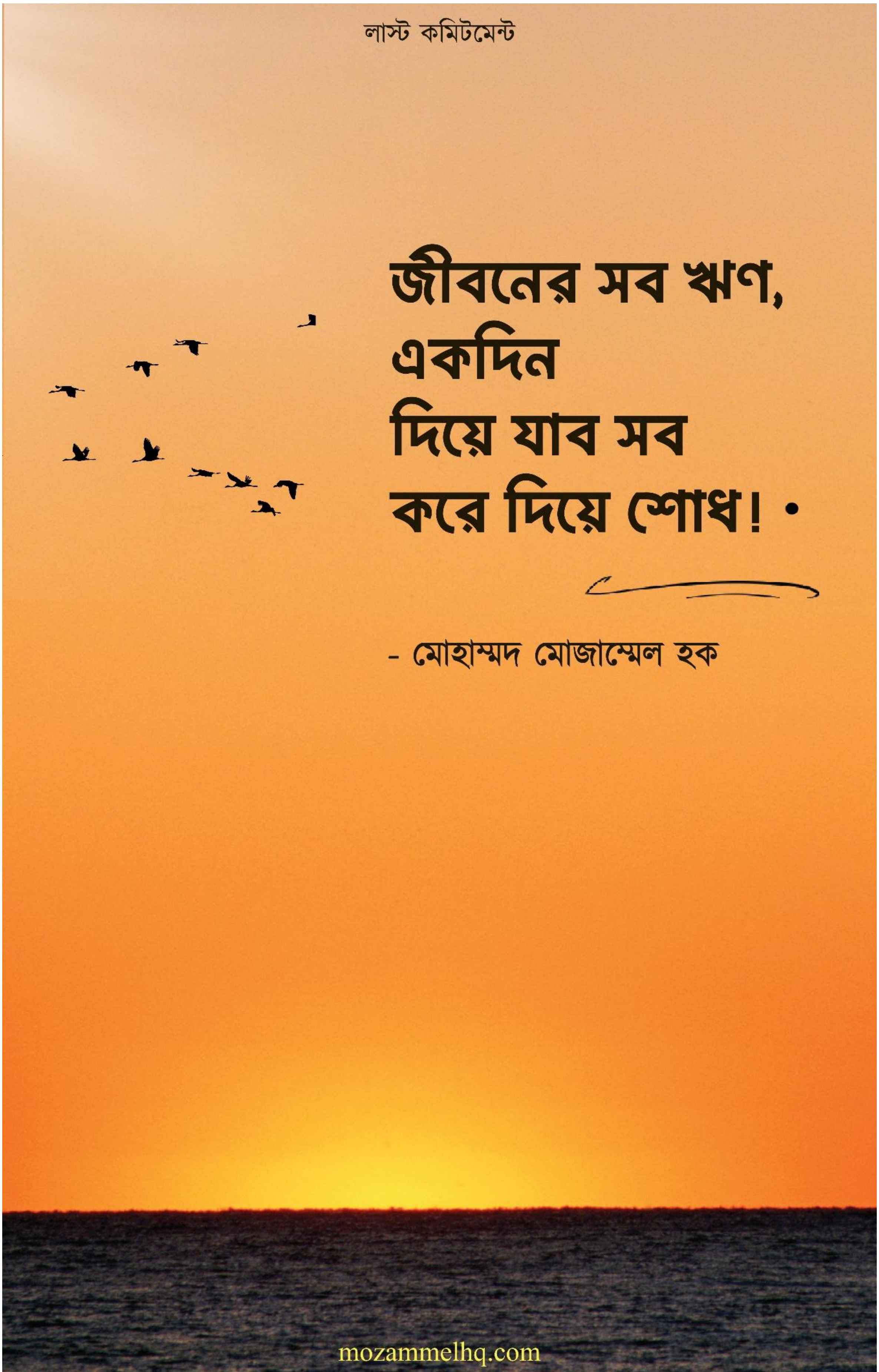

আবেগ কী?
“আবেগ হচ্ছে জীবনের বহিঃপ্রকাশ, আত্মার পরিচয়।”
mozammelhq.com

বর্তমানকে
পুঁজি
করে
বাঁচো
ভবিষ্যতের জন্যে

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

**আমাদের মনের ভিতরে
যে ছবিগুলো আমরা
পেয়েছি জন্মগতভাবে,
সেগুলোকেই আমরা
জীবনভর খুঁজে বেড়াই
আমাদের
পরিচিত–আপনজনদের
মাঝে।**

– মোহাম্মদ মোজম্মেল হক


লাস্ট কমিটমেন্ট
জীবনের সব ঋণ,
একদিন
দিয়ে যাব সব
করে দিয়ে শোধ! •
- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

দৃষ্টিভঙ্গির পার্থক্য

যারা
আপনদৃষ্টিতে
দেখে
পৃথিবীকে,
তারা
সাধারণ মানুষ।

যারা
অন্যের দৃষ্টিকোণকেও
পারে
ধারণ করতে,
তারাই
জ্ঞানী।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

ফিরে যাওয়ার দিন

একদিন মেঘ ফিরে যাবে
নিঃসর্গে
চাঁদ চলে যাবে
রাতের কৃষ্ণপক্ষে,
আঁধারের সীমানায়।
উদ্বেলিত ছন্দে
একদিন ঝরণা মিশে যাবে
নদী হয়ে সমুদ্র মোহনায়।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

জয়-পরাজয়

problem of instant gratification

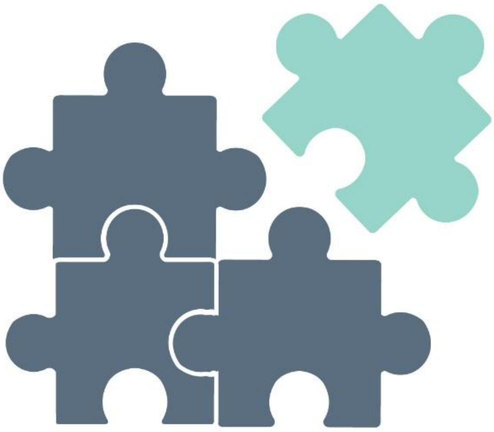
SOMETIMES WE TRY TO GET SOMETHING AT THE COST OF MORE VALUABLE THINGS

AND, REGRET AT LAST!

-mohammad mozammel hoque

INTEGRITY FIRST

শত্রুর মোকাবিলায়
হারাবে না
নিজের
চরিত্র



fight monsters without
becoming another monster

- mohammad mozammel hoque

অগ্রাধিকার বিবেচনা

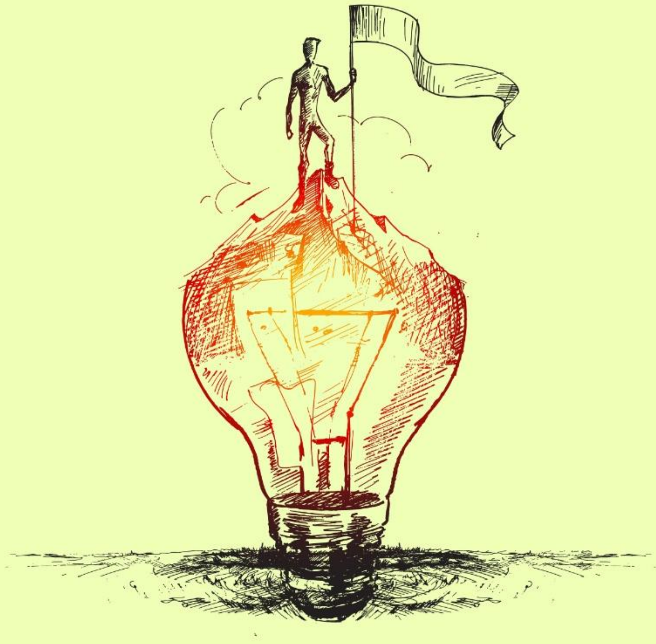
অসংখ্য তুচ্ছ পরাজয় শেষে
আসে বড় বিজয়।

টুকরো পাথরে
যারা ঝোলা ভর্তি করে
হীরের খনি তারা
পায় না শেষে।

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

success is how you define it.

- mohammad mozammel hoque



in conceptual matters

truth
is
thoroughly
true.

falsehood
is a
mixture of
thuth and
falsehood.

- mohammad mozammel hoque

‘do not mix falsity with the truth’
- al quran

not that much as it appears

কতটা ভালো? কতটা খারাপ?

ততটা নয় যতটা মনে করা হয়।

there is always a gap between the appearance and the reality.

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

vulnerability is closely connected with bearing capacity.

কষ্টটা বেশি ?
নাকি,
সহ্য ক্ষমতা কম ?

---

immunity is better than purity or cure.

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

problem of over-expectation

wish for the best
ready for the worst

---

over-expectation is followed by frustration

অতি আশার পরিণতি হতাশা

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

কর্মনীতি

simplicity
is
the
beauty

— mohammad mozammel hoque

proper CONSUMPTION IS THE BEST ETHICAL POSITION.

sacrifice is not always good.

- mohammad mozammel hoque

আপনি কি ভোগবাদী, নাকি জীবনবাদী?

কেউ বেশি ভোগ করে,
এর মানে এই নয় যে
সে ভোগবাদী।

আবার
কেউ ভোগবাদী,
এর মানে এই নয় যে
সে বেশি ভোগ করে।

অপচয়ের মাত্রা থেকে বুঝা যায়,
কে ভোগবাদী আর কে জীবনবাদী।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

modesty
is
an
uncompromisable
ethic

- mohammad mozammel hoque

ventilation prevents explosion

success is at your hand
everyone becomes
whatever he
wants to be,
sooner or later
more or less.
-mohammad mozammel hoque
mozammelhq.com

প্রত্যেক অসুবিধার
থাকে কিছু সুবিধা
আবার
প্রতিটি সুবিধার
থাকে কিছু অসুবিধা

অবিমিশ্র ভালো বা মন্দ বলে কিছু নাই

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

how we prioritize

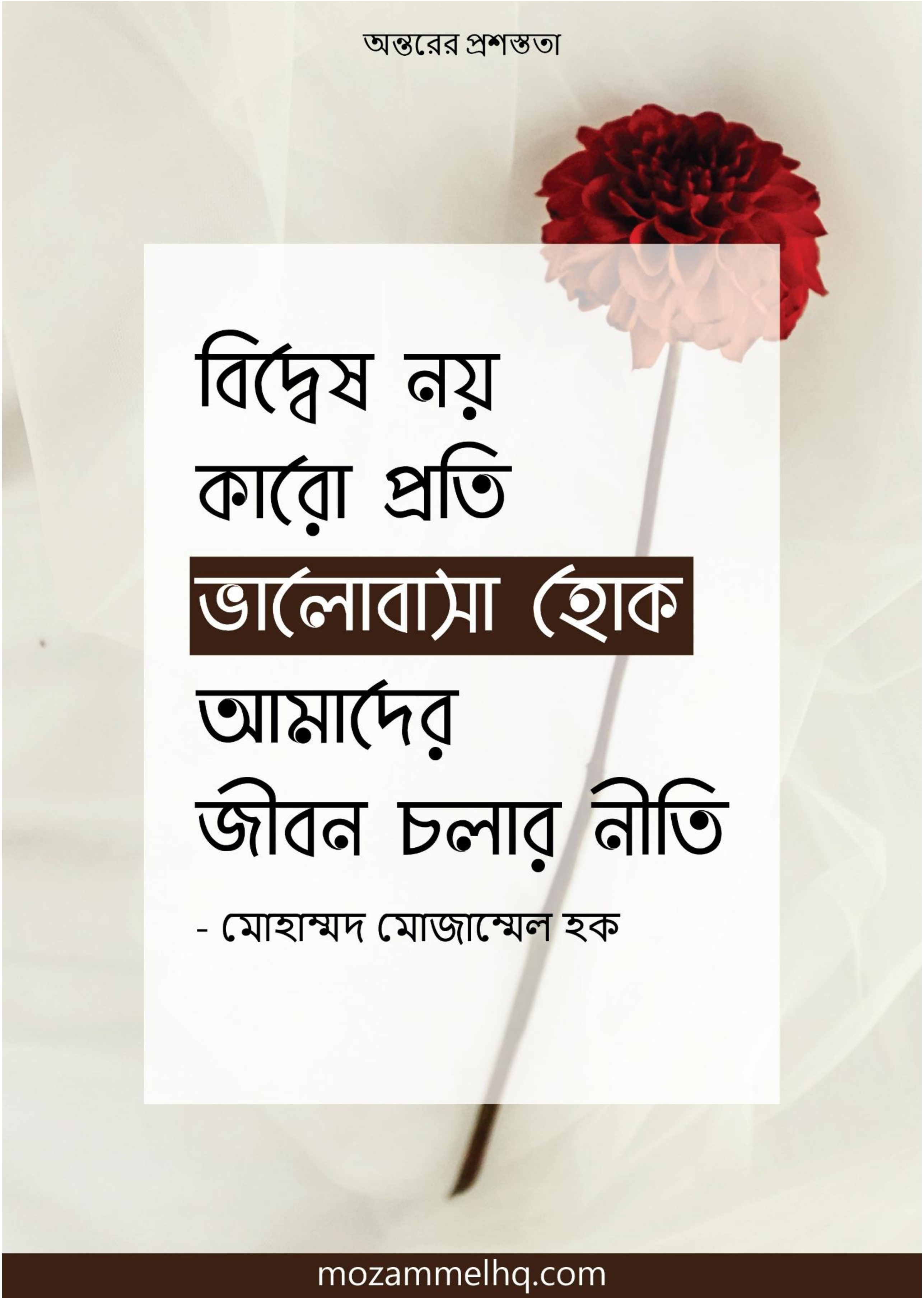
WE
GET
TIME
FOR
WHATEVER
IS
IMPORTANT
TO
US

প্রত্যেকে সেই
কাজের সময়
পায়
যে কাজকে
সে
গুরুত্বপূর্ণ মনে করে

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

কোনো কাজের মাধ্যমে
আমরা যা অর্জন করি
তার চেয়ে উক্ত কাজের
মাধ্যমে আমাদের যে
অভ্যাস বা অনভ্যাস গড়ে
উঠে, তা অধিকতর গুরুত্বপূর্ণ।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক


অন্তরের প্রশস্ততা
বিদ্বেষ নয়
কারো প্রতি
ভালোবাসা হোক
আমাদের
জীবন চলার নীতি
- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

সত্যিকারের বোকামি

যে বোকা সে কখনোই বুঝবে না, কেন তাকে বোকা বলা হচ্ছে।

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

DO CHARITY

NOW OR NEVER

- mohammad mozammel hoque

regularity matters

EXCELLENCE IS A MATTER OF REGULAR EXERCISE

উৎকর্ষতা হলো নিয়মিত চর্চার বিষয়

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

working policy

where there is no bad,
there is no good.

where there is no cost,
there is no benefit.

absolute goodness
is impossible.

be practical & realistic.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

way of solving any problem
identification of the
Problem
is half of the
Solution
- mohammad mozammel hoque
mozammelhq.com

three steps solution

CRISIS...!

HOW TO FACE

first step

IDENTIFY THE MAIN PROBLEM

second step

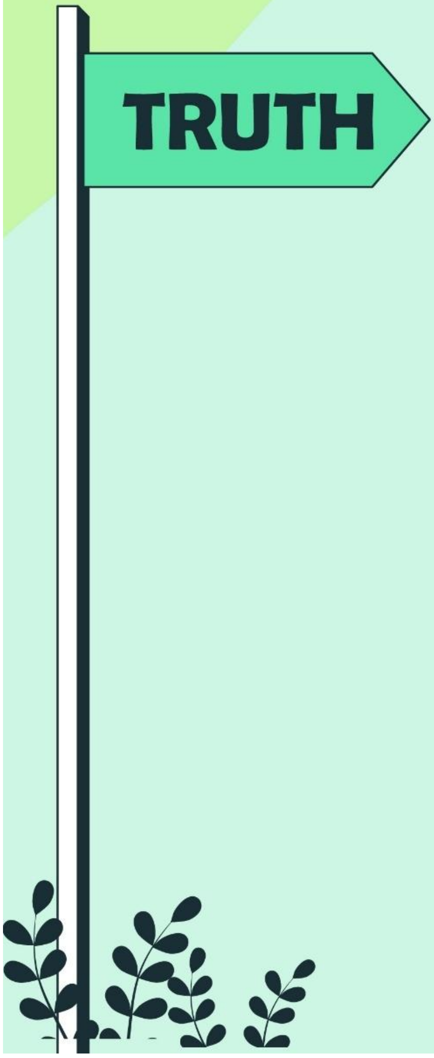
FIND A HOLISTIC SOLUTION

final step

GO FOR THE SOLUTION

- mohammad mozammel hoque

truth
is
a
minority
product.

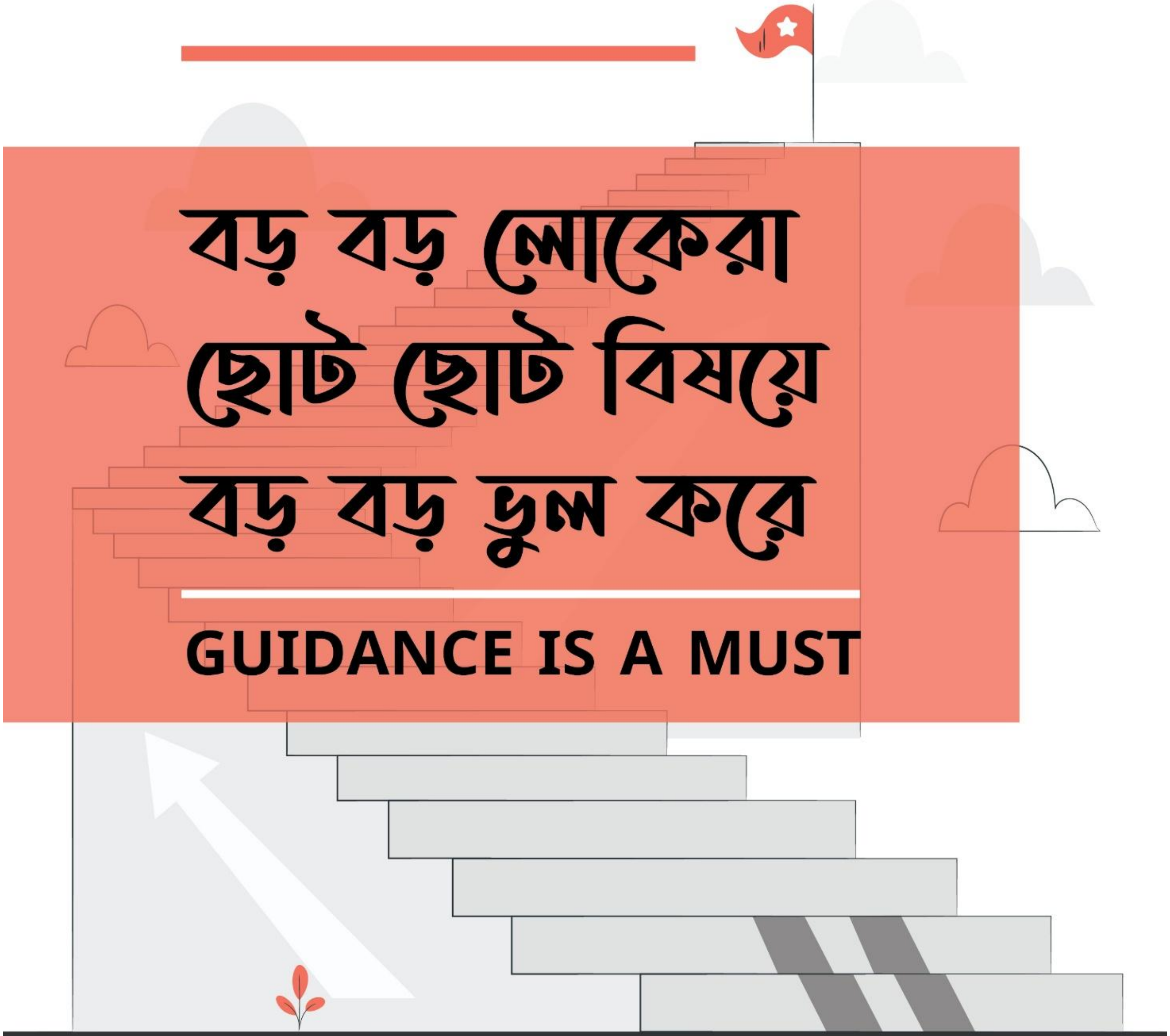


মানুষ মুখস্থ কথায় চলে।
অতএব কাজের কাজ হচ্ছে
সঠিক কথাটা মানুষকে
মুখস্থ করিয়ে দেয়া।

- mohammad mozammel hoque

guidance dependency

EVERYONE IS GUIDANCE DEPENDENT



বড় বড় লোকেরা ছোট ছোট বিষয়ে বড় বড় ভুল করে

GUIDANCE IS A MUST

activism paradox

ACTIVISM
IS
A
MUST,
AS
WELL
AS
A
TRAP.

---

stay active without getting trapped in activism.

- mohammad mozammel hoque

cscsbd.com

proactiveness

approach others
the way
suitable for them,
not the way
you prefer.

be Pragmatic

- mohammad mozammel hoque

BE
INCLUSIVE
&
TOLERANT
WITHOUT
BEING
APOLOGETIC
&
HYPOCRITICAL

- mohammad mozammel hoque

বিষয়টি হক হওয়ার সাথে সাথে
হক
কায়েমের
পদ্ধতিটাও
হক
হওয়া
জরুরী

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

punishment & reward system

NO REWARDS & NO PUNISHMENTS

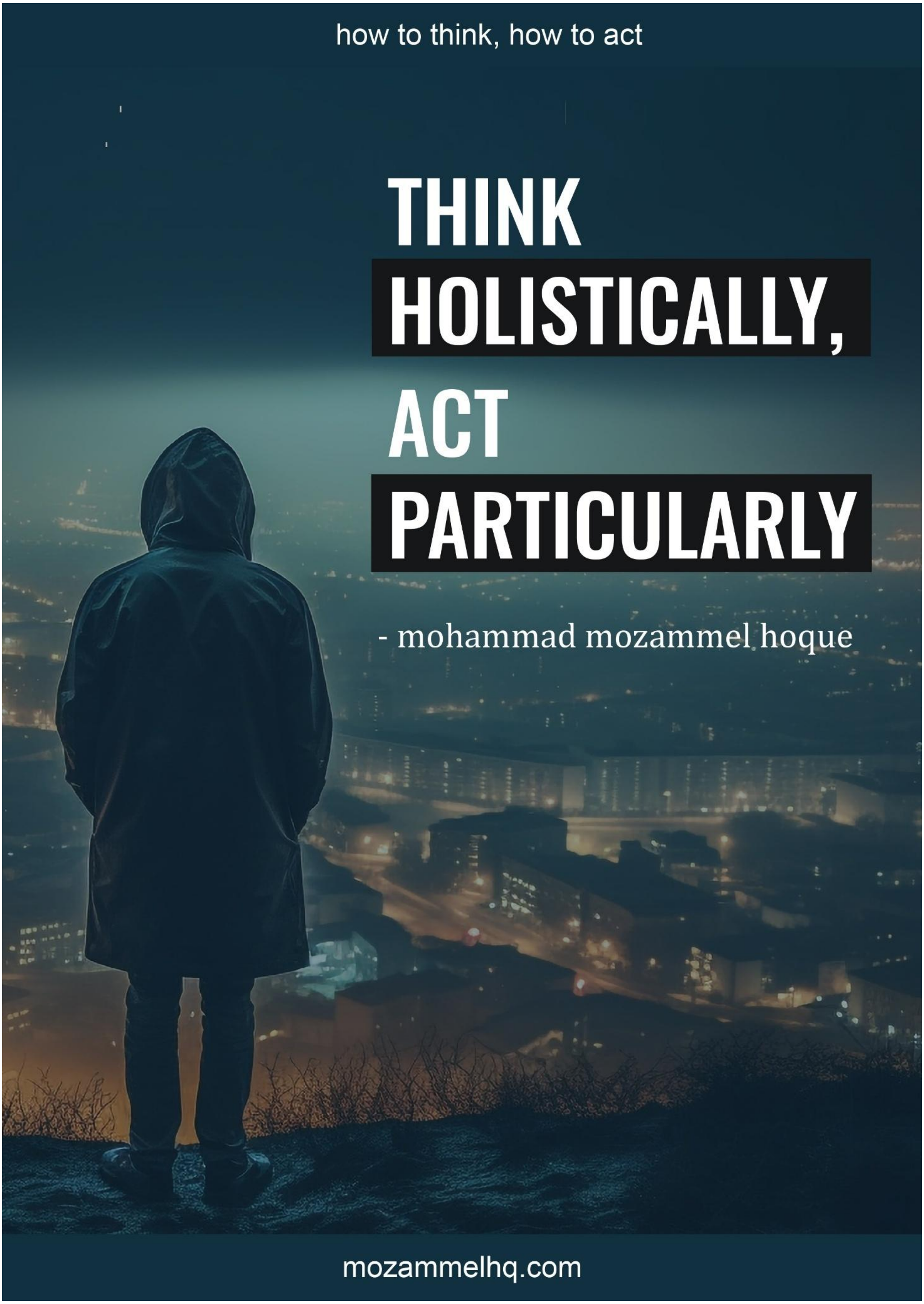
END UP IN

NO AUTHORITY

NO MORALS.

পুরস্কার ও শাস্তির ব্যবস্থা ছাড়া
শুধু নীতি কথায় কাজ হয় না।

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com


how to think, how to act
THINK
HOLISTICALLY,
ACT
PARTICULARLY
- mohammad mozammel hoque
mozammelhq.com

sincerity is a must

whatever you do, do it seriously.

if it is good, you will gain the benefits more than anyone else;
and if it is bad, you will realize its harmfulness sooner than anyone else.

- mohammod mozammel hoque

IMMUNITY IS BETTER THAN PURITY OR CURE

mohammad mozammel hoque

centre for social and cultural studies || cscsbd.com

পারস্পরিক সম্পর্ক

PERSONALITY
IS
CONFIDENCE,
AND
AUDACITY
WITHIN LIMIT.

\- mohammad mozammel hoque

ব্যক্তিত্ব
হচ্ছে
আত্মবিশ্বাস
আর
পরিমিত মাত্রার
বেয়াদবি।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

Five laws of
HUMAN BONDING

1.	we enjoy life.
2.	we form and maintain relations based on self-interest.
3.	every relation has it's own boundaries and life-time.
4.	at every stage, relationships must be renewed with new terms and conditions.
5.	we cut off relationships that no longer serve us.

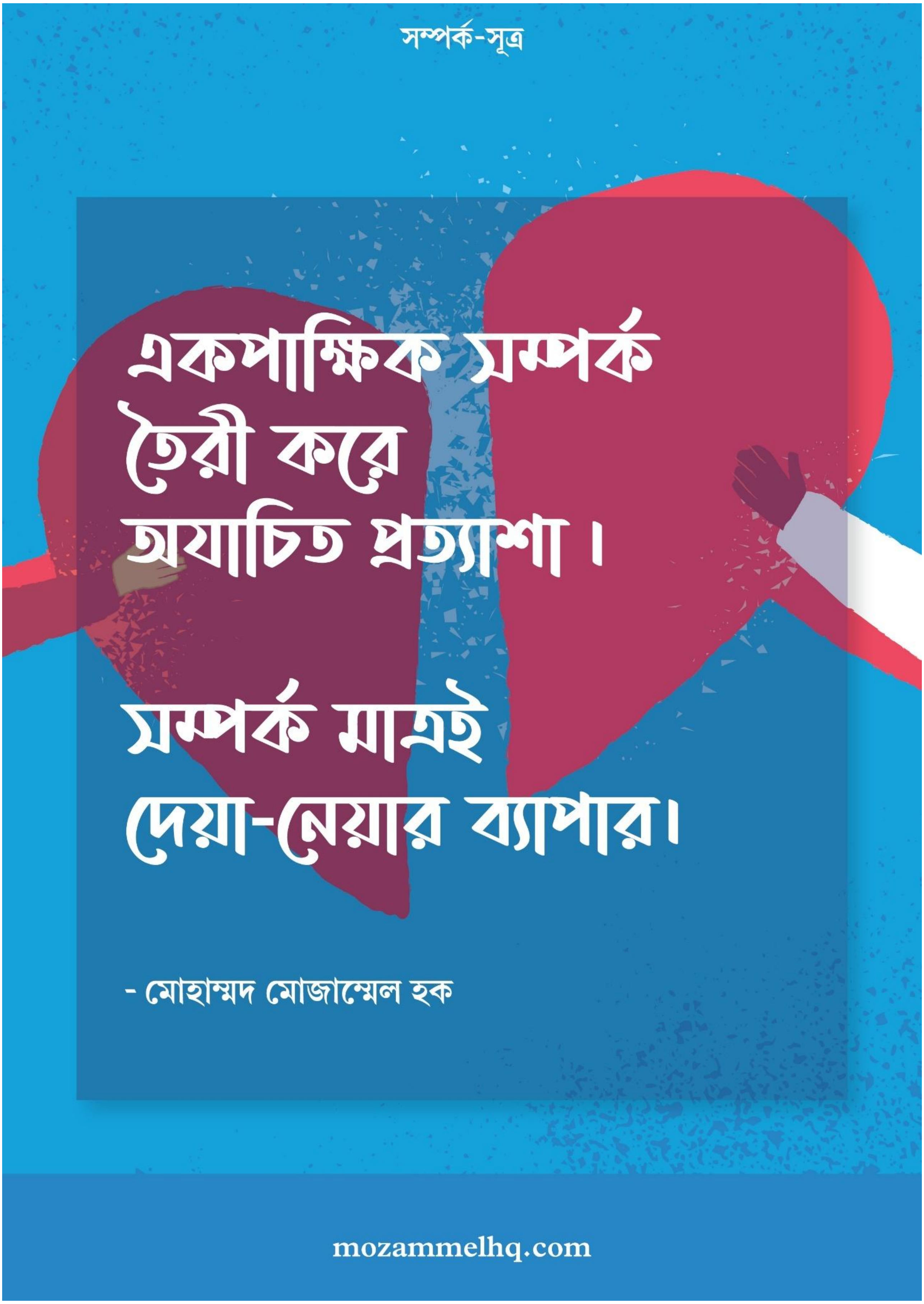
- mohammad mozammel hoque

মানবিক সম্পর্কের পাঁচটি সূত্র

১	মানুষ জীবনকে উপভোগ করে।
২	নিজের স্বার্থে মানুষ সম্পর্ক গড়ে তোলে।
৩	প্রত্যেক সম্পর্কের থাকে সীমানা এবং মেয়াদ।
৪	পুরনো সম্পর্ককে নতুন শর্তে নবায়ন করতে হয়।
৫	ব্যর্থ ও অনাকাঙ্ক্ষিত সম্পর্ককে মানুষ হত্যা করে।

যে সম্পর্ক ভাঙা যাবে না,
সে সম্পর্ক গড়তে যাওয়া বোকামি।

\- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক


সম্পর্ক-সূত্র
একপাক্ষিক সম্পর্ক
তৈরী করে
অযাচিত প্রত্যাশা।
সম্পর্ক মাত্রই
দেয়া-নেয়ার ব্যাপার।
- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

তোমার জীবন তোমার দায়

DO NOT MAKE YOURSELF A HOSTAGE TO ANYONE'S UNDUE EMOTIONS.

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

বিবিধ

সমালোচনা করলে সহ্য করে না, প্রশংসা করলে বিশ্বাস করে না।

তারা কারা?

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

পুরুষের
জীবন কাটে
দুইজন নারীর
অধীনে -
বিয়ের আগে
মায়ের,
বিয়ের পরে
বউয়ের।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

বেড়েছে
পর্দা
কমেছে
শালীনতা

দ্বিতীয় অধ্যায়: মোটিভেশন

আত্মপরিচয় ও মর্যাদাবোধ

BE SELF-RESPECTFUL

don't
blame
yourself
for
anything
which
is
not
your
fault.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

**RESPECT
DOESN'T
NEED
DISPLAY;**

**IF
IT'S
THERE,
IT
SPEAKS
FOR
ITSELF.**

---

love needs no formality.

- mohammad mozammel hoque

live

your

own life

---

be the best

of you

– mohammad mozammel hoque

BRAND YOURSELF

otherwise someone may misinterpret you

— mohammad mozammel hoque

do not confront nature – live with it.

যাপন করো প্রকৃতিসম্মত জীবন
চেষ্টা করো না প্রকৃতিবিরুদ্ধ হওয়ার

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

holding conflicting identities

IDENTITY IS A MUST AS WELL AS A TRAP

CAREFULLY FIX YOUR

IDENTITY

mohammad mozammel hoque || cscsbd.com

reclaim your tradition || stand against westernization

রুখে দাও পাশ্চাত্যবাদ

ফিরে আসো আপন ঐতিহ্যে

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

de-westoxification
OPPOSE THE WEST
RECLAIM YOUR TRADITION.
RECLAIM YOUR CLASSICAL VALUES.
FOCUS ON PUBLIC NORMS.
- mohammad mozammel hoque
centre for social & cultural studies || cscsbd.com

identity

save your value, society and civilization.

OPPOSE THE WEST

- mohammad mozammel hoque

আত্মবিচার

wisdom and integrity

a wise person is he who can access and control his subconscious state of mind.

INTEGRITY IS CONSISTENCY

between the conscious and subconscious state of mind.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

self-development

ask yourself everyday

AM I A BETTER PERSON TODAY ?

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

self-improvement

as a teacher ask yourself everyday

AM I A BETTER TEACHER TODAY ?

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

how strong or weak a system is, depends on how much critism it can withstand.

ACCEPT CRITICISM EITHER AS A MEDICINE OR AS A VACCINE

- mohammad mozammel hoque

আত্মবিশ্বাস

commitment

don't be derailed
by
appreciation
and
deterred
by
criticism.

---

be the best of you.

প্রশংসার দ্বারা হয়ো না বিভ্রান্ত,
সমালোচনার আঘাতে হয়ো না দমিত।

- mohammad mozammel hoque

be proactive, don’t be reactive

always

B+

be positive

towards life and the people

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

সফল হতে চাও
বিশেষ কিছুতে ?

ব্যর্থ হতে দাও নিজেকে
অনেক কিছুতে ।

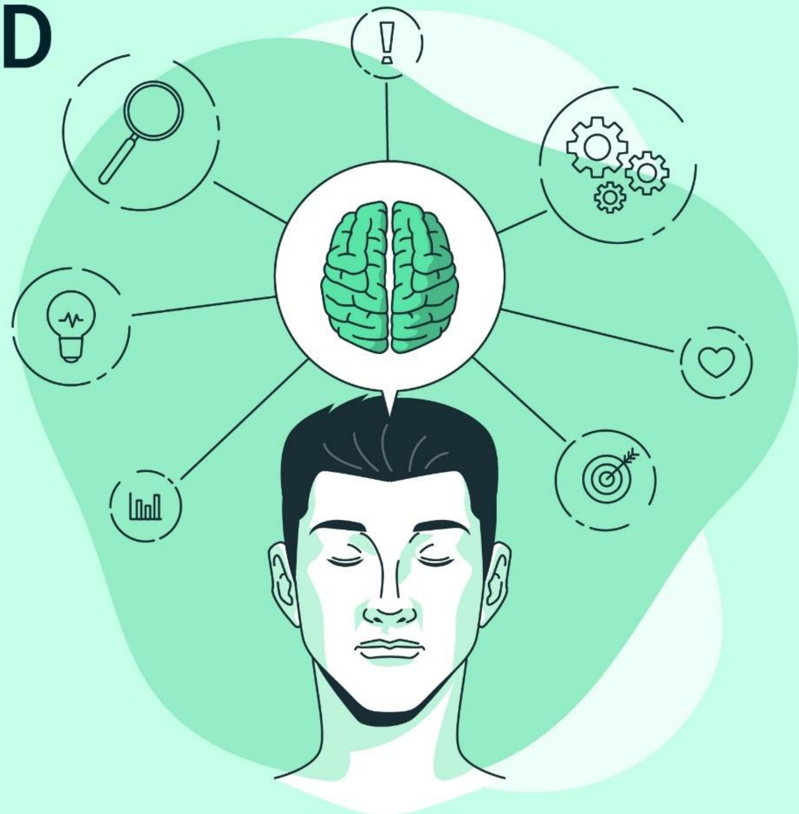
---

no one can see all the points
with the same intensity and clarity.

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

epistemic honesty

NEVER PRETEND TO KNOW WHEN YOU REALLY DON'T KNOW.



জানার ভান করার চেয়ে জেনে নেয়া ভালো।

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

হতাশাকে উপড়ে ফেলে
চাষ করো
আশাবাদ।
গভীর নিশার পরে
আসে রঙিন প্রভাত।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

যা আছে এখনো
তোমার হাতে
তা নিয়ে
এগিয়ে যাও
জীবনের পথে!

পরাজয়ের প্রথম কয়েক রাউন্ডেই
জীবনের খেলা
শেষ হয়ে যায় না।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

অন্ধ অনুসরণ করা যাবে না কারো

আসুন

আপন আলোয় পথ চলি

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক | সমাজ ও সংস্কৃতি অধ্যয়ন কেন্দ্র | cscsbd.com

what to do in a situation

Try to do the best

in every given situation

mohammad mozammel hoque|mozammelhq.com

potentiality is not a permanent asset

potentiality

use it

or

lose it

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

স্বপ্নের সীমা

মানুষ তাঁর স্বপ্নের চেয়েও বড়...

প্রয়োজন শুধু আত্মবিশ্বাসের

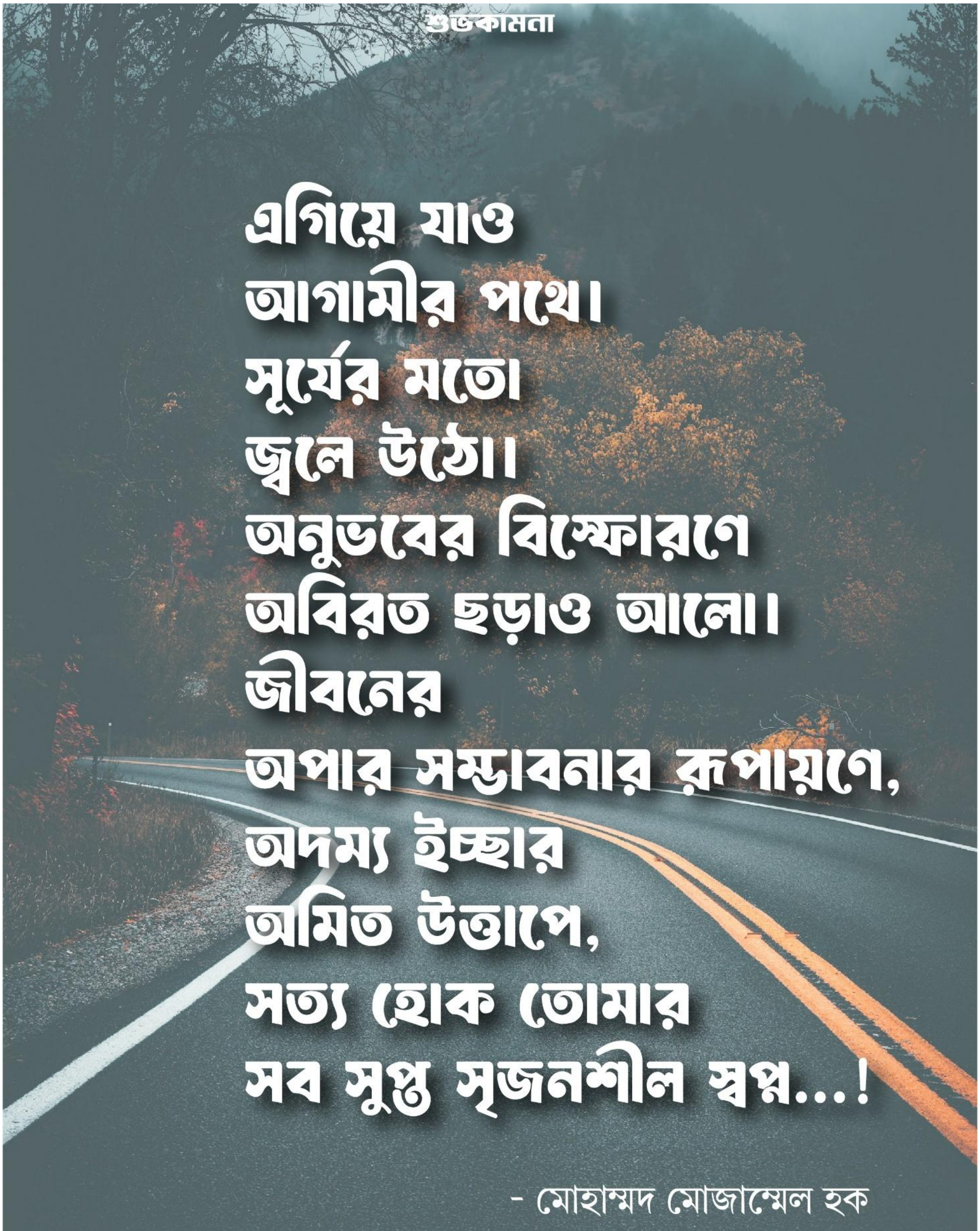
-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

জয়-পরাজয়

পরাজয়ের প্রথম কয়েক রাউন্ডেই জীবনের খেলা শেষ হয়ে যায় না

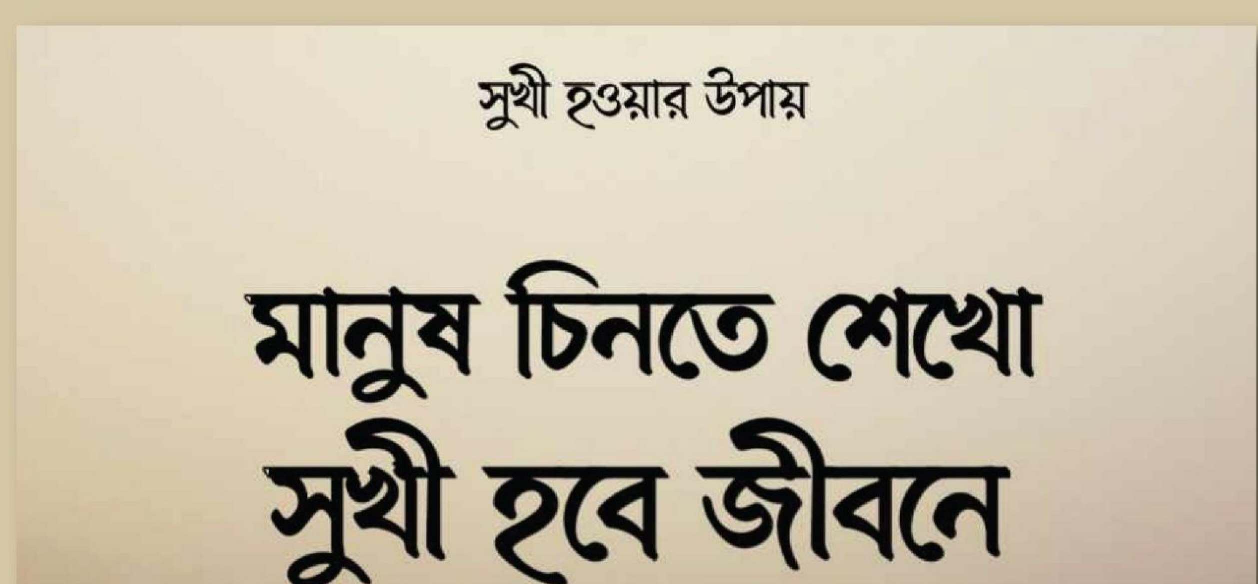
-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

cscsbd.com


শুভকামনা
এগিয়ে যাও
আগামীর পথে।
সূর্যের মতো
জ্বলে উঠো।
অনুভবের বিস্ফোরণে
অবিরত ছড়াও আলো।
জীবনের
অপার সম্ভাবনার রূপায়ণে,
অদম্য ইচ্ছার
অমিত উত্তাপে,
সত্য হোক তোমার
সব সুপ্ত সৃজনশীল স্বপ্ন...!
- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক
mozammelhq.com

চাই
তুমি ‘তুমি’ হয়ে উঠো
হও ঠিক তোমারই মতো
অনন্য
খুঁজে নাও তোমাকে
তোমার সব সম্ভাবনাকে
তোমার মতো করে
এগিয়ে যাও
তোমারই পথে
আপন শক্তিতে

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক


সুখী হওয়ার উপায়
মানুষ চিনতে শেখো
সুখী হবে জীবনে
- Mohammad Mozammel Hoque
mozammelhq.com

no defeat, fight back

YOUNG FOLKS,

COME OUT OF ANY

VICTIMHOOD MENTALITY

STOP BLAME GAME

OPPOSE CONSPIRACY THEORY

LIFE IS A GAME

IT’S ALL ABOUT STRENGTH AND STRATEGY

- mohammad mozammel hoque

life and time

LIVE YOUR TODAY

BUILD YOUR TOMORROW

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

TIME

the best currency

অতীতের শোকে নষ্ট করো না তোমার
অমূল্য বর্তমান আর অনাবিল ভবিষ্যৎকে

USE THE CURRENCY OF TIME BEFORE THE SALE OF LIFE IS OVER

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

placebo effect

patient is the first doctor

self-determination is the first medicine

\- mohammad mozammel hoque

অযথা ব্যস্ত হয়ো না ,

উপভোগ করো অবসর ।

কাজ করো ভেবেচিন্তে,

লাভের আশায় ।

সময় হলে খাও ।

খেলে খিদে বাড়ে ।

অভ্যস্ততায় গড়ে ওঠে রুচি ।

অরুচি নিছক মানসিক ব্যাপার ।

ত্যাগের ভারে ক্লান্ত করো না নিজেকে ।

উপভোগ করো পরিমিত মাত্রায় ।

হতাশাকে কাজে লাগাও ।

হও, আপাদমস্তক জীবনবাদী ।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

বিচ্যুত সময়ের গ্লানিময়
এ’জীবনের পঞ্জিকায়
একটি সুন্দর সমুজ্জ্বল
আগামীর প্রত্যাশায়,
নবাগত কালের কপোলে
এঁকে যাই অনুক্ষণ
নিবিড় প্রত্যয়ের সাহসী চুম্বন!

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

অগ্রাধিকার নির্ণয়

how to do the best

FOCUS SPECIFICALLY

THINK HOLISTICALLY

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

nobody can do two things at the same time with equal focus

FOCUS ON ONE

— mohammad mozammel hoque

how to build a better formal life

FOCUS

ON YOUR

INFORMAL LIFE

TO IMPROVE YOUR

FORMAL LIFE

---

informal practices affect your formal life

– mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

balance your **NEGATIVITY** with sufficient **POSITIVITY**

---

unchecked negativity kills.

— mohammad mozammel hoque

don’t do anything
just because
it is particularly
good & convenient
for you.

PRIORITIZE HOLISTICALLY

- mohammad mozammel hoque

everyone has a
CEILING
OF
POTENTIALITY

---

do not
push
anyone
beyond
his or her
limit

- mohammad mozammel hoque

বাঙ্ময়তা কিংবা নিরবতা

whistleblowing

break the silence

voice

the

unspoken

truth

speech is the best tool

KEEP SAYING
BUT LOGICALLY

BE
A
MASTER
SPEAKER

BE A GOOD LISTENER

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

ENJOY YOUR SILENCE

USE YOUR SPEECH

make use of silence. benefit from your companion.

- mohammad mozammel hoque

speaking for thinking

only 7% of human language is verbal or written

SPEAKER IS THE FIRST LISTENER

speech develops our ideas

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

অনুভবের গোপনীয়তা

একান্ত কষ্টগুলো অনুভব করো গোপনে। প্রকাশের মাধ্যমে নষ্ট হয়ে যায় বেদনার গভীরতা।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

লেখক
হতে
চাইনে,
কথাগুলো
শুধুই
বলে
যেতে
চাই।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

অপরের অধিকার

awareness of one's pragmatic position

be
PRAGMATIC

without compromising your norms, values and the PHILOSOPHY OF LIFE

---

nobody can live in two contradictory paradigms

- mohammad mozammel hoque

12 RULES FOR LIFE

	FOCUS ON	NOT ON
1	the alternative	the problem
2	competence	power
3	your duty	happiness
4	the effort	the success
5	ethics	the law
6	the future	the past
7	knowledge	information
8	leadership	popularity
9	the person	the society
10	the purpose	the plan
11	quality	quantity
12	the truth	the evidence

sincerity matters

WHATEVER YOU DO,
DO IT SERIOUSLY.
SINCERITY HAS
NO ALTERNATIVE.

না হও বিজয়ীপক্ষ
ক্ষতি নেই তাতে
যদি না হও
নীতির কাছে পরাজিত

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

give others their rights

though they have deprived you

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

স্বার্থপরতার চেয়ে পরোপকারিতা শ্রেয়তর

অপরের অধিকার আদায় করো যদিও সে তোমাকে বঞ্চিত করেছে

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক || mozammelhq.com

DON'T BOTHER ABOUT

SALVATION

JUST WORK

salvation is not at your hand

mohammad mozammel hoque
mozammelhq.com

relations and their boundaries

maintain relations within boundaries, otherwise you will regret.

সম্পর্কের সীমা অতিক্রম করতে যেও না।
নচেৎ শেষ পর্যন্ত তুমি পস্তাবে।

— mohammad mozammel hoque

DO NOT LET ANYONE BE REPRESSIVE TO YOU

resist oppression whenever & wherever

- mohammad mozammel hoque

পাঠ ও চিন্তা

what else is more enjoyable than having a glimpse of knowledge?

- mohammad mozammel hoque

knowledge is not a commodity

ACQUIRE KNOWLEDGE

FOR LIFE, NOT FOR MONEY.

জ্ঞানকে করো না পণ্য ॥ দক্ষতাকে করো পুঁজি

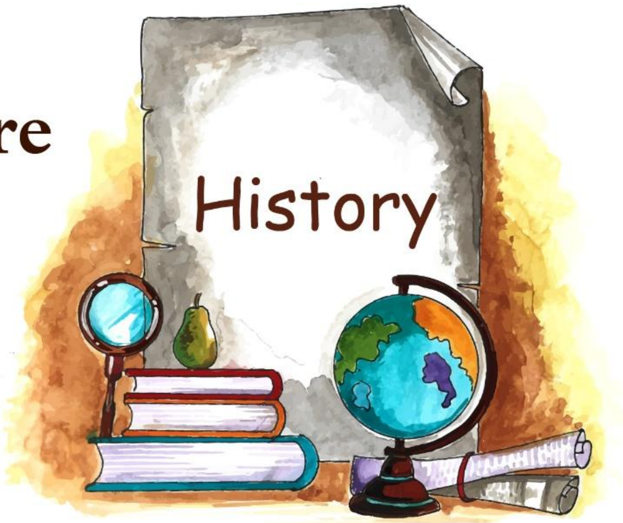
GET A SKILL FOR LIVING

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

history is the study
of the trends,
not a mere description
of the events.

---

try to see
the big picture
beyond the
show of the
particular
events.



- mohammad mozammel hoque

reading for doing

Reading for reading is harmful

পড়, কিছু করার জন্য।

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক || cscsbd.com

read & think

READ LESS , THINK MORE .

avoid bookishness

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

reading with critical thinking

READ LESS THINK MORE

READING IS HARMFUL WITHOUT CRITICAL THINKING

mohammad mozammel hoque || cscsbd.com

4 steps of a good STUDY

1st step	find and get the appropriate **materials**
2nd step	explore the materials with intensive **reading & listening**
3rd step	critically **think** on the issue
4th step	**represent** your understanding through discussion and writing

- mohammad mozammel hoque

আপন আলোয় পথ চলি

সিএসসিএস পাবলিকেশন্স
CSCS