

উপলব্ধি ও মোটিভেশন

পোস্টার ও ব্যানার সমগ্র
(৪র্থ খণ্ড)

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

উপলব্ধি ও মোটিভেশন

স্টাৰ্ডাৰ্ড ও ব্যানার সমগ্র – ৪র্থ খণ্ড

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

সিএসসিএস পাবলিকেশন্স



উপলব্ধি ও মোটিভেশন
পোস্টার ও ব্যানার সমগ্র – ৪র্থ 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
চতুর্থ সংস্করণ: ডিসেম্বর ২০২৫
পঞ্চম সংস্করণ: আগস্ট ২০২৬

মূল্য: ১২৫০ টাকা

UPALOBBDHI O MOTIVATION (Realisation and Motivation: Posters and Banners Collection – Part 4) by Mohammad Mozammel Hoque, published by CSCS Publications, SE-15, South Campus, Chittagong University. Fifth Edition: August, 2026. Price: Tk. 1250 only.

ভূমিকা

কেন পোস্টার আর ব্যানার তৈরীর চেষ্টা

‘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, সেজন্য মাঝে মাঝে পরীক্ষার খাতায় পুরো উত্তরের উপর তাৎক্ষণিকভাবে সংশ্লিষ্ট বিষয়ে একটা ছক তৈরি করে দিতাম। বলা বাহুল্য, সেটি হতো সামথিং ইউনিক। 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 একটি প্ল্যাটফর্ম 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 এসব অপেক্ষমান-লেখাগুলোকে চিরতরে হারিয়ে যাওয়া হতে রক্ষা করার জন্য শুরু করলাম ছোট ছোট আকর্ষণীয় কথা দিয়ে পোস্টার আর ব্যানার তৈরির কাজ। ভাললাম, 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 দুটো ইউটিউব চ্যানেলে।

ডিসক্লেইমার

আমি সতর্ক থেকেছি, অন্য কারো কথা বা উদ্ধৃতি যাতে আমার নামে এসে না যায়। তারপরও এই ধরনের কোনো ‘সমস্যা’ যদি কারো নজরে পড়ে, তাহলে নির্দিধায় সেটি আমাকে জানাবেন। যেমন, ‘simplicity is the beauty’ এই কথাটার সেন্স ধারণ করে এমন কথা এর আগে অনেকেই বলেছেন। হুবহু এভাবে হয়তো বলেননি। আগে বলা হয়েছে এমন কথার 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 প্রথম 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 কাইয়ুম 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। নাজমা সুলতানা বৃষ্টি ও জালাতুল নাজিম হৃদয়। হৃদয়ের করা পোস্টার ও ব্যানারের সংখ্যা বেশি। সিরিজটির ৪টা খণ্ডের আলাদা আলাদা প্রচ্ছদও ওর করা। নাজিমের সহযোগিতা না পেলে এই সমগ্রের কাজ সম্পন্ন হতো না। মাসুদ নরসিংদী শিফট করার পরে সৌরভ এই সমগ্র নিয়ে কাজ করেছে টানা দুই বছর। সর্বশেষ সংযোজন, বিয়োজন ও পরিমার্জনসহ অনেকগুলো নতুন পোস্টার তৈরির কাজটা আঞ্জাম দিয়েছে চবি আরবি বিভাগের ছাত্র ওয়াকি আব্দুল্লাহ (ওয়াকিউল্লাহ)।

জীবনে কিছু হিন্দি সিনেমা দেখেছি। এর একটি হলো ‘পরদেশ’। এর একটা দৃশ্য এমন, বাগানে পানি দিতে গিয়ে দেখা গেলো পানি নাই। পানির লাইনে সমস্যা। তখন বাড়ির ম্যানেজার সরাসরি ফোন করলো সংশ্লিষ্ট মন্ত্রণালয়ের মন্ত্রীকে। তেমন করে, যখনই কোনো ভাষাগত সমস্যায় পড়েছি, তাত্ক্ষণিকভাবে ফোন করেছি ‘শ্রদ্ধেয় ছোটভাই’ জনাব ইব্রাহিম হোসেনকে। তিনি আধুনিক ভাষা ইনস্টিটিউট, চবির পূর্বতন পরিচালক। ব্যতিক্রমী এই বইয়ের ভূমিকা লিখতে গিয়ে মাসুদ, সৌরভ, ফয়সাল, বৃষ্টি, নাজিম, ওয়াকিউল্লাহ, 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 ভালোবাসি। তোমরা যা করেছে 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 ভাষানে তৈরি করেছে।

বুদ্ধিবৃত্তিক গেরিলা লড়াই

আমার অপরাপর বইগুলোর মতো এই বইটিও আমার ওয়েবসাইট হতে ফ্রি ডাউনলোড করা যাবে। পুরো কাজটিকে একটা সিরিয়াস 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 গড়পড়তা মানুষ নন। খানিকটা ব্যতিক্রমী। আমাদের এই বিপরীত পথচলায় একজন সহযাত্রী হিসেবে আপনাকে স্বাগতম।

গ্রন্থবিন্যাস

ব্যতিক্রমী এই গ্রন্থটিকে আমরা চার খণ্ডে বিভক্ত করেছি। পরিবার – ১ম খণ্ড, সমাজ ও রাষ্ট্র – ২য় খণ্ড, বিজ্ঞান, দর্শন ও ধর্ম – ৩য় খণ্ড এবং উপলব্ধি ও মোটিভেশন – ৪র্থ খণ্ড।

‘উপলব্ধি ও মোটিভেশন’ শিরোনামে পোস্টার ও ব্যানার সমগ্র’র - ৪র্থ খণ্ডে রয়েছে জীবনবোধ, জয়-পরাজয়, কর্মনীতি, পারস্পরিক সম্পর্ক ইত্যাদি নিয়ে প্রথম অধ্যায়: উপলব্ধি। দ্বিতীয় অধ্যায়: মোটিভেশনে পাবেন আত্মপরিচয় ও মর্যাদাবোধ, আত্মবিচার, আত্মবিশ্বাস, অগ্রাধিকার নির্ণয়, বাধ্যতাবোধ কিংবা নিরবতা, অপরের অধিকার এবং পাঠ ও চিন্তা শিরোনামের অনুচ্ছেদ।

উপরোল্লিখিত বিষয়গুলোর কোনোটারই পূর্ণাঙ্গ আলোচনা পাবেন না এই বইয়ে। বরং এখানে পাবেন সংশ্লিষ্ট বিষয়ে আমার ভাবনাচিন্তার সূত্র ও পরিচয়। একেকটা অধ্যায়ে বিষয়ভিত্তিক বিন্যাসটাও খানিকটা অগোছালো। চেষ্টা সত্ত্বেও রয়ে গেছে পূর্বাপর সামঞ্জস্যতা বজায় রাখার সমস্যা।

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 খুশিতে 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। সিস্টেমটিক 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 অনুভূত। 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 বা না যাওয়ার পার্থক্য ও সামগ্রিকভাবে দেখা বা না দেখার পার্থক্যের কারণে।

কথা বিস্তারিত লিখতে না পারার জন্য পোস্টার আর ব্যানার তৈরী করা। এখানে সংকলিত কথাগুলো অপ্রচলিত হলেও যথেষ্ট বাস্তবসম্মত ও জীবনঘনিষ্ঠ। এক্সপ্লোর অ্যান্ড হ্যাভ অ্যা হ্যাপি রিডিং।

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

‘লাইসিয়াম’, এসই-১৫, দক্ষিণ ক্যাম্পাস, চবি।

২৯ আগস্ট, ২০২৬

সুচিপত্র

প্রথম অধ্যায়: উপলব্ধি

ক. জীবনবোধ

8.1.1.1 প্রার্থনা	১৩
8.1.1.2 key to success	১৪
8.1.1.3 জন্ম আর মৃত্যু	১৫
8.1.1.8 how to lead a happy life	১৬
8.1.1.৫ flow of life	১৭
8.1.1.৬ meaning of life	১৮
8.1.1.৭ what to do to lead a balanced life	১৯
8.1.1.৮ নিজেকে সম্মান করো	২০
8.1.1.৯ মানুষের চরিত্র	২১
8.1.1.১০ কঠোরতার পর আসে সহজতা	২২
8.1.1.১১ এসো হই জীবনবাদী	২৩
8.1.1.১২ স্বপ্নের রূপান্তর	২৪
8.1.1.১৩ quality does matter	২৫
8.1.1.১৪ formality kills spirituality	২৬
8.1.1.১৫ আত্মউপলব্ধি	২৭
8.1.1.১৬ মানুষ ও আবেগ	২৮
8.1.1.১৭ জীবনের পরিণতি	২৯
8.1.1.১৮ we don't need just happy people	৩০
8.1.1.১৯ আরজি	৩১
8.1.1.২০ সততা ও সাহসিকতা	৩২
8.1.1.২১ বিবেক ও আবেগ	৩৩
8.1.1.২২ আত্মনিষ্ঠতা	৩৪
8.1.1.২৩ আবেগ কী	৩৫
8.1.1.২৪ জীবন ও কর্ম	৩৬
8.1.1.২৫ মনের চোখে দেখা	৩৭
8.1.1.২৬ লাস্ট কমিটমেন্ট	৩৮
8.1.1.২৭ দৃষ্টিভঙ্গির পার্থক্য	৩৯
8.1.1.২৮ ফিরে যাওয়ার দিন	৪০
8.1.1.২৯ ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি	৪১
8.1.1.৩০ কর্মব্যস্ততা	৪২
8.1.1.৩১ aging	৪৩

খ. জয়-পরাজয়

8.1.2.1 problem of instant gratification	88
8.1.2.2 integrity first	8৫
8.1.2.3 অগ্রাধিকার বিবেচনা	8৬
8.1.2.4 success & failure	8৭
8.1.2.5 truth & falsity	8৮
8.1.2.6 nothing is what it seems	8৯
8.1.2.7 problem of over-expectation	৫০
8.1.2.৮ আরোগ্য অথবা প্রতিরোধ ক্ষমতা	৫১
8.1.2.৯ সহ্য ক্ষমতা	৫২

গ. কর্মনীতি

8.1.3.1 simplicity is the beauty	৫৩
8.1.3.2 proper consumption is the best ethical position	৫৪
8.1.3.3 আত্মজিজ্ঞাসা	৫৫
8.1.3.4 modesty is a must	৫৬
8.1.3.5 how to defuse resentment	৫৭
8.1.3.6 success is at your hand	৫৮
8.1.3.7 সুবিধার অসুবিধা আর অসুবিধার সুবিধা	৫৯
8.1.3.৮ how we prioritize	৬০
8.1.3.৯ গড়ে তোল ভালো অভ্যাস	৬১
8.1.3.1০ অন্তরের প্রশস্ততা	৬২
8.1.3.11 সত্যিকারের বোকামি	৬৩
8.1.3.12 charity	৬৪
8.1.3.13 regularity matters	৬৫
8.1.3.14 working policy	৬৬
8.1.3.15 way of solving any problem	৬৭
8.1.3.16 three steps solution	৬৮
8.1.3.17 truth & establishment of truth	৬৯
8.1.3.1৮ guidance dependency	৭০
8.1.3.1৯ activism paradox	৭১
8.1.3.2০ proactiveness	৭২
8.1.3.21 inclusivity	৭৩
8.1.3.22 হঠকারিতার প্রতিষেধক	৭৪
8.1.3.23 বাক পরিমিতিবোধ	৭৫
8.1.3.24 punishment & reward system	৭৬
8.1.3.25 how to think, how to act	৭৭
8.1.3.26 sincerity is a must	৭৮
8.1.3.27 immunity is better than purity or cure	৭৯
8.1.3.2৮ take responsibility	৮০
8.1.3.2৯ be careful with your wordings	৮১
8.1.3.3০ দুনিয়াদার হওয়া না হওয়া	৮২

ঘ. পারস্পরিক সম্পর্ক

8.1.8.1 what is personality	৮৩
8.1.8.2 ব্যক্তিত্বের পরিচয়	৮৪
8.1.8.3 laws of relationship	৮৫
8.1.8.4 মানবিক সম্পর্কের পাঁচটি সূত্র	৮৬
8.1.8.5 সম্পর্ক মাত্রই লেনদেনের ব্যাপার	৮৭
8.1.8.6 সম্পর্ক সূত্র	৮৮
8.1.8.7 তোমার জীবন তোমার দায়	৮৯
8.1.8.৮ মিলনের চেয়ে বিরহ ভালো	৯০

দ্বিতীয় অধ্যায়: মোটিভেশন

ক. আত্মপরিচয় ও মর্যাদাবোধ

8.2.1.1 be self-respectful	৯১
8.2.1.2 love & respect	৯২
8.2.1.3 live your own life	৯৩
8.2.1.4 self-branding	৯৪
8.2.1.5 জীবন ও প্রকৃতি	৯৫
8.2.1.6 holding conflicting identities	৯৬
8.2.1.7 ঐতিহ্য ও মূল্যবোধ	৯৭
8.2.1.৮ de-westoxify your values	৯৮
8.2.1.৯ identity	৯৯

খ. আত্মবিচার

8.2.2.1 wisdom and integrity	১০০
8.2.2.2 self-development	১০১
8.2.2.3 self-improvement	১০২
8.2.2.4 benefits of criticism	১০৩

গ. আত্মবিশ্বাস

8.2.3.1 commitment	১০৪
8.2.3.2 be proactive, don't be reactive	১০৫
8.2.3.3 সফলতার মূলমন্ত্র	১০৬
8.2.3.4 epistemic honesty	১০৭
8.2.3.5 চাষ করো আশাবাদ	১০৮
8.2.3.6 জীবনের পথে	১০৯
8.2.3.7 অন্ধ অনুসরণ করা যাবে না কারো	১১০
8.2.3.৮ what to do in a situation	১১১
8.2.3.৯ potentiality is not a permanent asset	১১২
8.2.3.১০ স্বপ্নের সীমা	১১৩
8.2.3.১১ জয়-পরাজয়	১১৪
8.2.3.১২ শুভকামনা	১১৫
8.2.3.১৩ যেমন তোমাকে চাই	১১৬
8.2.3.১৪ সুখী হওয়ার উপায়	১১৭

8.২.৩.১৫ fight back	১১৮
8.২.৩.১৬ life and time	১১৯
8.২.৩.১৭ time is the best currency	১২০
8.২.৩.১৮ placebo effect	১২১
8.২.৩.১৯ ‘ডিমোটিভেশনাল’ কথাবার্তা	১২২
8.২.৩.২০ প্রত্যয়	১২৩
8.২.৩.২১ self-actualization	১২৪

ঘ. অগ্রাধিকার নির্ণয়

8.২.৪.১ how to do the best	১২৫
8.২.৪.২ focus on one	১২৬
8.২.৪.৩ how to build a better formal life	১২৭
8.২.৪.৪ balance between positivity & negativity	১২৮
8.২.৪.৫ how to prioritize	১২৯
8.২.৪.৬ ceiling of potentiality	১৩০

ঙ. বাধ্যয়তা কিংবা নিরবতা

8.২.৫.১ whistleblowing	১৩১
8.২.৫.২ speech is an art	১৩২
8.২.৫.৩ silence & speech	১৩৩
8.২.৫.৪ speaking for thinking	১৩৪
8.২.৫.৫ অনুভবের গোপনীয়তা	১৩৫
8.২.৫.৬ অনুভবের গভীরতা	১৩৬
8.২.৫.৭ আকৃতি	১৩৭
8.২.৫.৮ সম্পর্কের বোঝা	১৩৮
8.২.৫.৯ স্মৃতির বিড়ম্বনা	১৩৯
8.২.৫.১০ অন্তর্যামী	১৪০

চ. অপরের অধিকার

8.২.৬.১ awareness of one’s pragmatic position	১৪১
8.২.৬.২ 12 rules for life	১৪২
8.২.৬.৩ sincerity matters	১৪৩
8.২.৬.৪ লাভ ক্ষতির হিসেব নিকেশ	১৪৪
8.২.৬.৫ balance of rights & duties	১৪৫
8.২.৬.৬ স্বার্থপরতার চেয়ে পরোপকারিতা শ্রেয়তর	১৪৬
8.২.৬.৭ salvation is not at your hand	১৪৭
8.২.৬.৮ relations and their boundaries	১৪৮
8.২.৬.৯ limits of liberty	১৪৯

ছ. পাঠ ও চিন্তা

8.২.৭.১ knowledge is the best blessing	১৫০
8.২.৭.২ knowledge is not a commodity to be sold for a living	১৫১
8.২.৭.৩ what is history	১৫২
8.২.৭.৪ read to do, not just to know	১৫৩

8.2.9.8 read with a critical mind

၁၉၈

8.2.9.9 read and think

၁၉၉

8.2.9.9 how to study

၁၉၉



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

key to success

**be
natural.**

**live
a
natural life.**

don't fight against nature.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com



জন্ম আর মৃত্যু

জন্মের চেয়ে
বড় বিস্ময়
আর
মৃত্যুর চেয়ে
বড় সত্য
পৃথিবীতে নাই।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

how to lead a happy life

life is for work

WORK

gives life

MEANING

mohammad mozammel hoque | mozammelhq.com

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

- mohammad mozammel hoque

meaning of life

life is -

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

no competition, no life.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

What to do to lead a balanced life?

MODERATION IN

FOOD, SEX, SLEEP & SPEECH
is the key to a balanced life.

নিজেকে সম্মান করো

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

**EVERYTHING
OR
NOTHING—
follow this as
a policy.**

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

মানুষের চরিত্র



সময়ে আমরা সব লেই স্বাপদ

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

‘কঠোরতার পরে আসে সহজতা’

জীবনের বৃহত্তর পরিসরে
কোন ক্ষতিই বড় কিছু নয়।

ঘুরে দাঁড়ানোর জন্য এটিই তোমার সর্বোত্তম সময়

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক || cscsbd.com

এমো 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
দুঃস্বপ্ন দেখে ভবিষ্যতের

পরিণত বয়সে
ফিরে যায় অতীতে



quality
does
matter

যোগ্যতাৰ নাই কোনো বিকল্প

formality kills spirituality

when the
focus is on
rituals,
spirituality
fades

আনুষ্ঠানিকতার
ভীড়ে
হারিয়ে যায় আধ্যাত্মিকতা

আত্মউপলব্ধি

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

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com



আল্‌ফা বৈজ্ঞানিক ওঁর আল্‌ফা বৈজ্ঞানিক

আল্‌ফা বৈজ্ঞানিক ওঁর আল্‌ফা বৈজ্ঞানিক

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক II mozammelhq.com

জীবনের পরিণতি

জীবনের
পরিণতি
অনিবার্য,

তবুও স্বপ্ন
তবুও স্মৃতি
তবুও বিস্মৃতি
বাঁচিয়ে রাখে
আমাদের...!

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com



we don't need just happy people

**we need –
HAPPY,
RATIONAL &
COMMITTED
PEOPLE,
not just happy people.**

- mohammad mozammel hoque

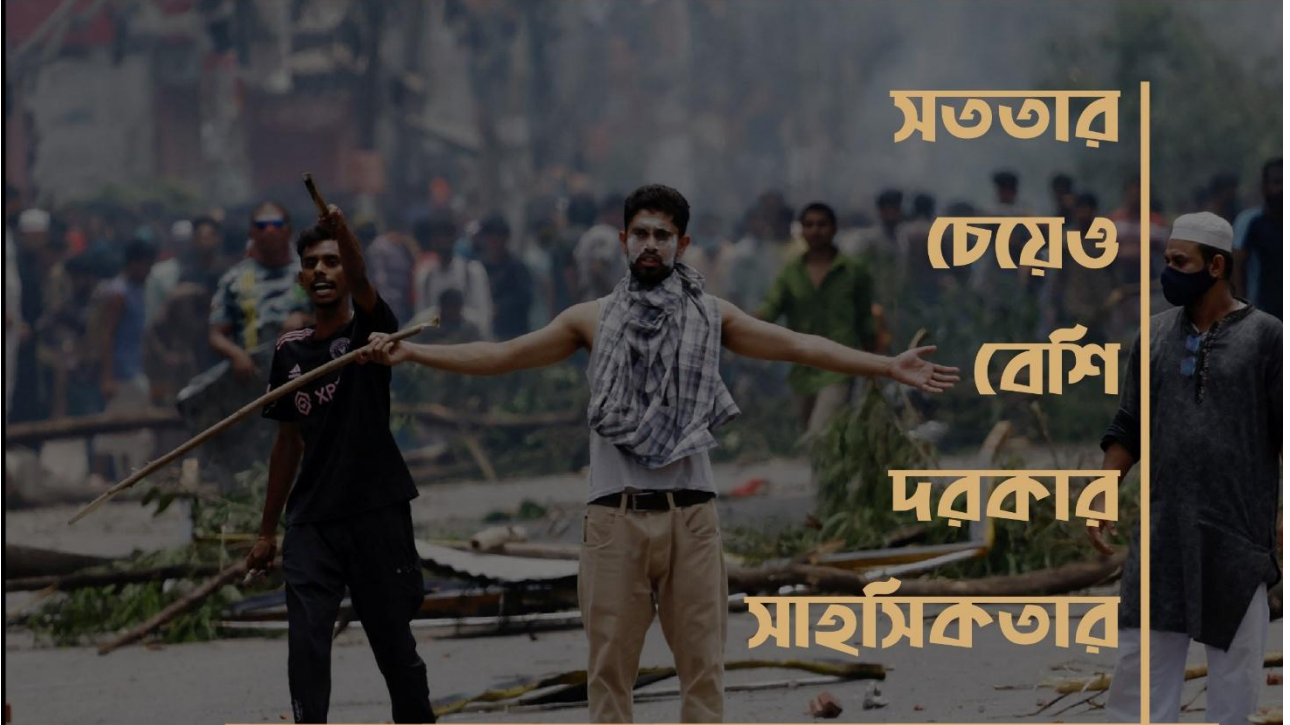
আরজি



মনের দুয়ার কখনো
বন্ধ না হয় যেন
প্রভু,
অন্ত ন্যায়কে
জানিবার এবে।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

Lorem ipsum
mozammelhq.com



মতভাব
চেয়েও
বেশি
দরকার
মাহিমিতার

কাপুরুষতার
চেয়ে বেই
বড় অযোগ্যতা আর

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

বিবেক ও আবেগ

বিবেক হ'লো আবেগের ঔদ্ধত্য প্রকাশ।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

আত্মনিষ্ঠতা

আত্মনিষ্ঠ
হয়ে
বেঁচে
থাকো
প্রতিটি
মুহূর্ত।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

'KNOW THYSELF'

mozammelhq.com

ଆବେଗ କି?

ଆବେଗ
ହେଉଛି
ଜୀବନର
ବହିଃସ୍ରବକାମ୍,
ଆତ୍ମାର ପରିଚୟ।

- ମୋହାମ୍ମଦ ମୋଜାମ୍ମେଲ ହକ

mozammelhq.com

অতীতকে পারলে
ক্যাশ করো,
না পারলে অস্বীকার
করো।

বর্তমানকে সুযোগ
হিসেবে কাজে
লাগাও।

বাঁচো
ভবিষ্যতের জন্যে।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

মনের চোখে দেখা

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

– মোহাম্মদ মোজম্মেল হক



mozammelhq.com



জীবনের সব ঋণ,
একদিন
দিয়ে যাব সব
করে দিয়ে শোধ! •

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

দৃষ্টিভঙ্গির পার্থক্য

যারা
আপনদৃষ্টিতে
দেখে
পৃথিবীকে,
তারা
স্বাধারণ মানুষ।

যারা
অন্যের দৃষ্টিকোণকেও
পারে
ধারণ করতে,
তরাই
জ্ঞানী।



ফিরে যাওয়ার দিন

একদিন মেঘ ফিরে যাবে
নিঃশব্দে
চাঁদ চলে যাবে
রাতির কুসুমফুল,
আঁধারের সীমানায়।
উদ্বেলিত হৃদ
একদিন বরষা মিলা যাবে
নদী শুষ্ক অম্লদ্রাশনায়।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি

বয়স আমাদের থেকে যা কিছু নেয় তার
চেয়েও বেশি কিছু আমাদেরকে এনে দেয়।

প্রয়োজন শুধু ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



কর্মব্যস্ততা আমাকে
ভুলিয়ে দেয়
জীবনের যত যত্ননা,
ব্যর্থতার শত গ্লানি!

— মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

aging

AGING

IS

**nothing to be ashamed of.
it's**

A

PRECIOUS

CURRENCY-

USE IT

- mohamad mozammel hoque

mozammelhq.com

problem of instant gratification



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

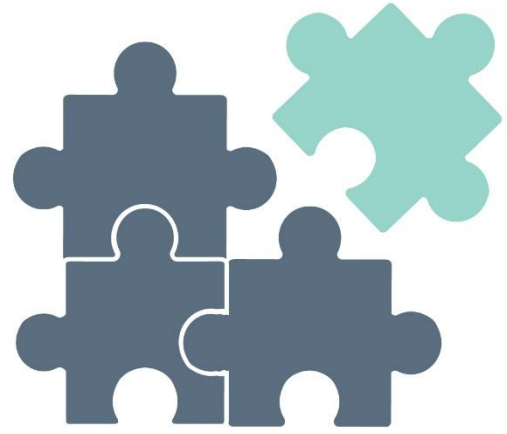
AND, REGRET AT LAST!

-mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

INTEGRITY FIRST

শত্রুর মোকাবিলায়
হারাবে না
নিজের
চরিত্র



**fight monsters
without becoming
another monster**

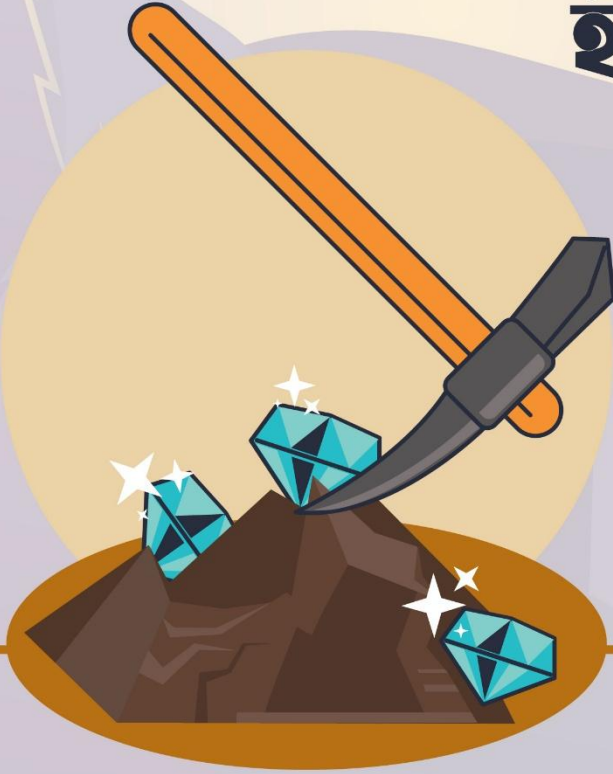
- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

অসংখ্য তুচ্ছ পরাজয় শেষে
আমে বড় বিজয়।

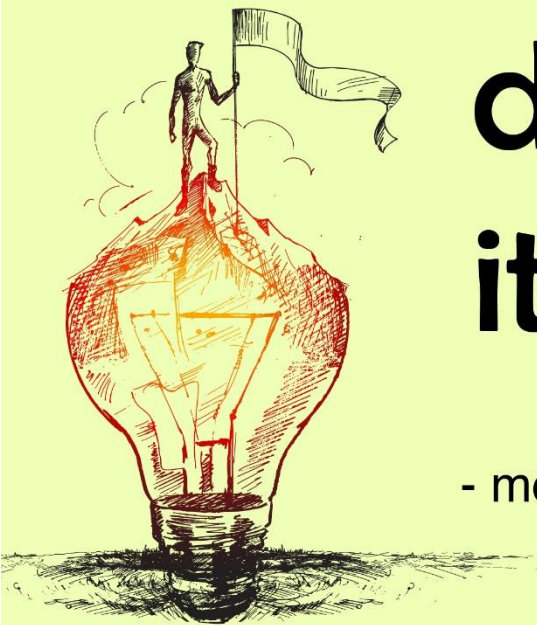
টুকরো পাথরে
যারা বোনা ভর্তি করে
হীরের খনি তারা
পায় না শেষে।

-মোহাম্মদ মোজাম্মেন হক



success & failure

**success
is
how
you
define
it.**



- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

truth & falsity

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

in conceptual matters

**truth
is
thoroughly
true.**

**falsehood
is a
mixture of
truth and
falsehood.**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

nothing is what it seems

କତଟି ଭାଲୋ? କତଟି ଧାରାଅ?

ହଉଟି ନୟ ଯଉଟି ମନେ କରା ହୁଅ ।

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

- ମୋହାମ୍ମଦ ମୋଜାମ୍ମେଲ ହକ

mozammelhq.com

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

vulnerability is closely connected
with bearing capacity.

কষ্টটা বেশি ?
নাকি,
সহ্য ক্ষমতা কম ?

immunity is better than purity or cure.

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

ব্যথা থাকুক,
ক্ষতি নেই তাতে—
ভেঙে না পড়ি যেন
কঠিন জাঘাতে...!

— মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



simplicity
is
the
beauty

— mohammad mozammel hoque



proper
CONSUMPTION
IS
THE
BEST
ETHICAL POSITION .

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

আপনি কি ভোগবাদী, নাকি জীবনবাদী?

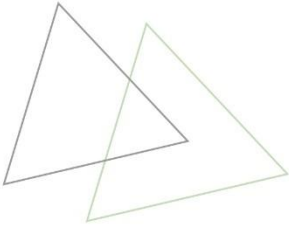
কেউ বেশি ভোগ করে,
এর মানে এই নয় যে
সে ভোগবাদী।

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 a must



modesty

is

an

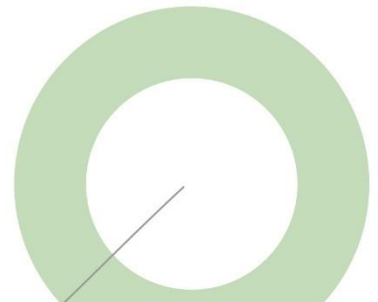
uncompromisable
ethic

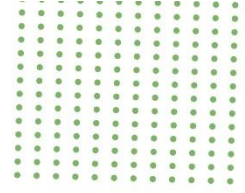


- mohammad mozammel hoque

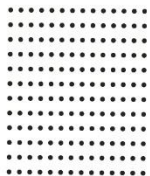


mozammelhq.com





ventilation prevents explosion



success is at your hand

everyone becomes
whatever they
want 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

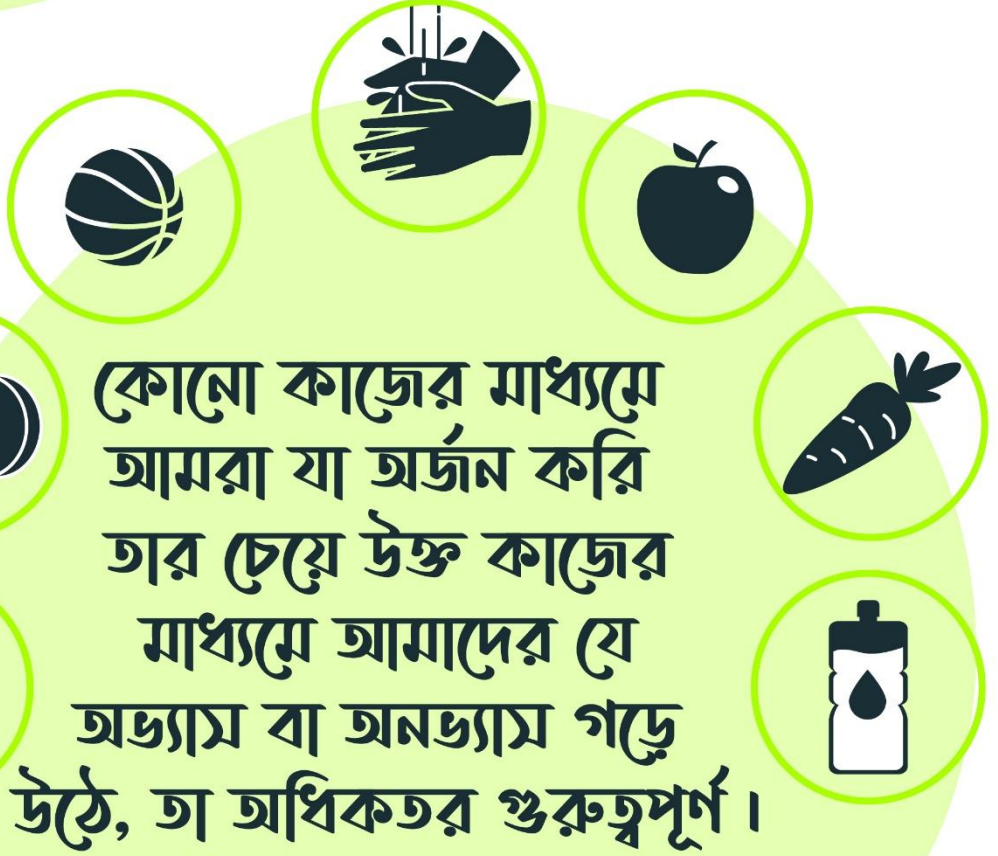


**WE
GET
TIME
FOR**

**প্রত্যেকে সেই
কাজের সময়
পায়
যে কাজকে
সে
গুরুত্বপূর্ণ মনে করে**

**WHATEVER
IS
IMPORTANT
TO
US**

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com



- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

অন্তরের প্রশস্ততা

বিদ্বৈষ নয়
কারো প্রতি
ভালোবাসা হোক
আমাদের
জীবন চলাব নীতি

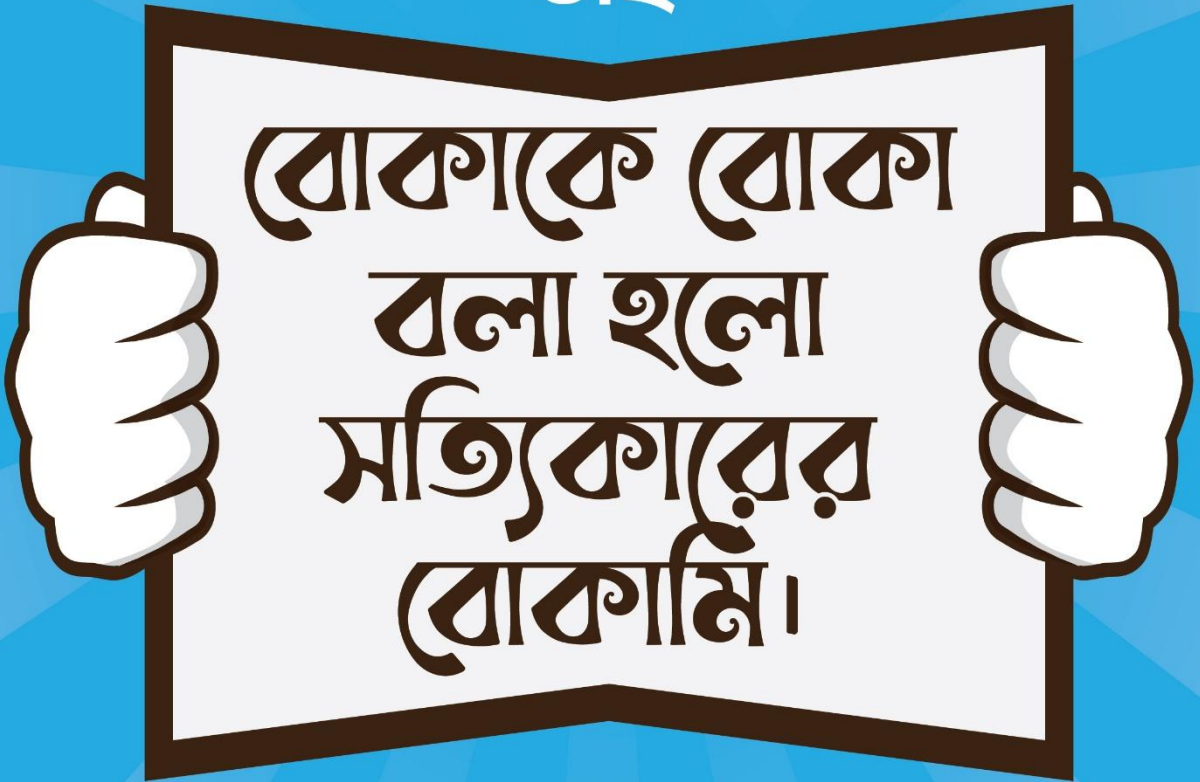
- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

মতি্যকারের বোকামি

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

তাই



- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

charity

**DO
CHARITY**



**NOW
OR
NEVER**

- mohammad mozammel hoque

cscsbd.com

regularity matters

EXCELLENCE IS A MATTER OF REGULAR EXERCISE



উৎকর্ষতা হলো নিয়মিত চর্চার বিষয়

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

where there is no bad,
there is no good.

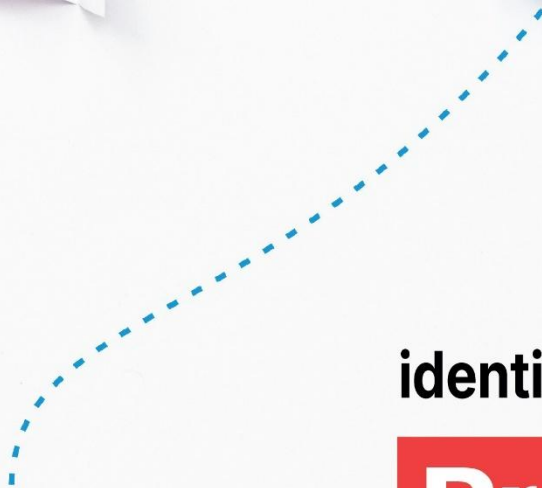
where there is no cost,
there is no benefit.

absolute goodness
is impossible.

be practical & realistic.

- mohammad mozammel hoque

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

mozammelhq.com

truth & establishment of truth



TRUTH

**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 DEPENDENT ON GUIDANCE

বড় বড় লোকেরা
ছোট ছোট বিষয়ে
বড় বড় ভুল করে

GUIDANCE IS A MUST

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

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 that is
suitable for them,
not the way
you prefer.**

BE PRAGMATIC

- mohammad mozammel hoque

cscsbd.com

inclusivity

***BE
INCLUSIVE
&
TOLERANT
WITHOUT
BEING
APOLOGETIC
&
HYPOCRITICAL***

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

বিষয়টি হক হওয়ার সাথে সাথে
হক
কায়মের
পদ্ধতিটোও
হক
হওয়া
জরুরী

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

বাক পরিমিতিবোধ

দেব বিষয়
কিছু বন্দার আকর্ষণও
মৃত্যু বিষয়
বন্দে যাওয়া বাক্যটি।

বক্তব্যের ক্ষেত্রে
দায়িত্ব ও দায়িত্ব আকর্ষণ
পদ্ধতি।

— মোহাম্মদ মোহাম্মদ হক

punishment & reward system



**NO
REWARD,**

**NO
PUNISHMENT;**

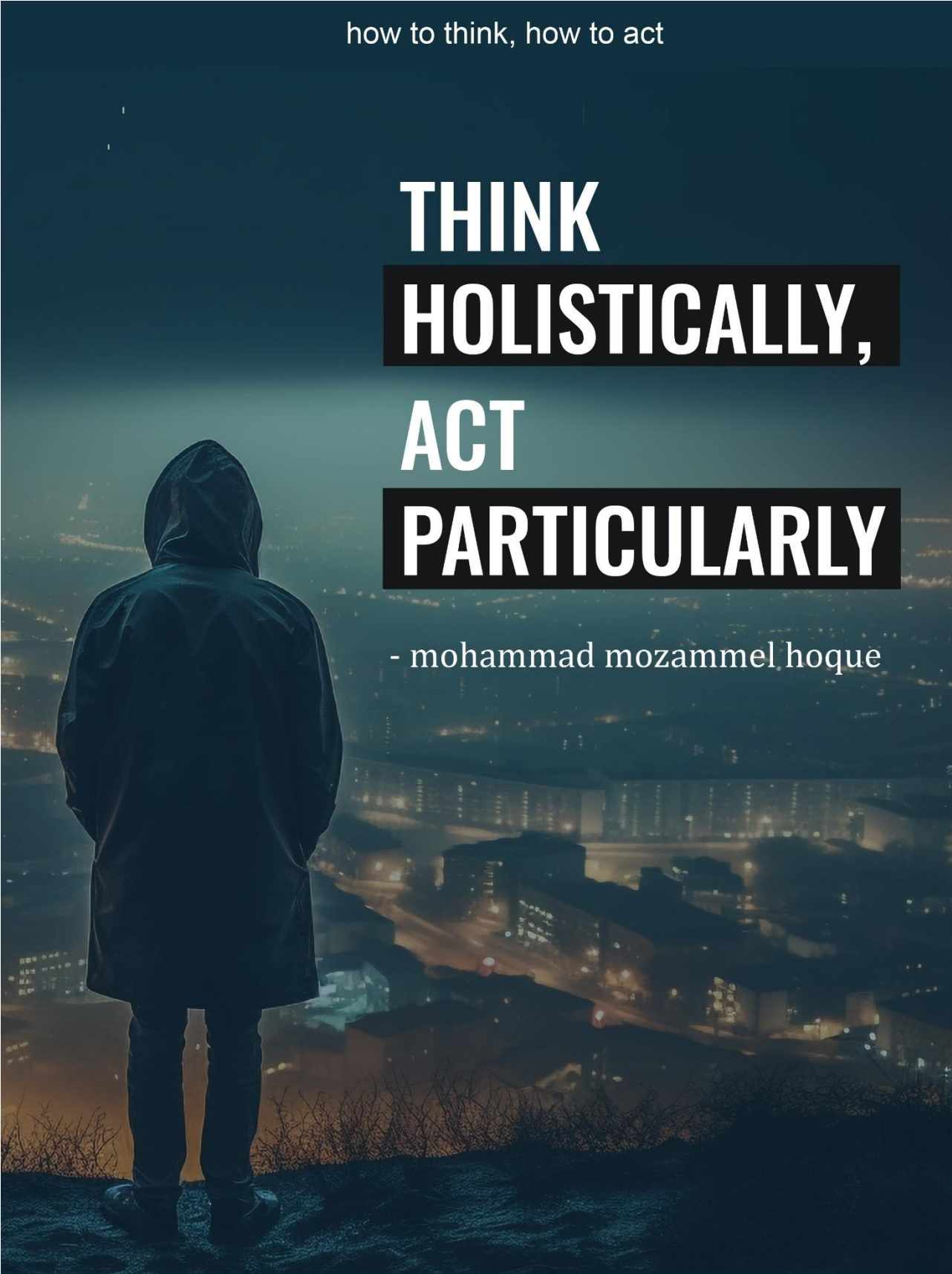


**NO
AUTHORITY,**

**NO
MORALITY.**

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

mozammelhq.com

**IMMUNITY
IS BETTER
THAN PURITY
OR
CURE**

mohammad mozammel hoque

centre for social and cultural studies || cscsbd.com

TAKE RESPONSIBILITY STOP BLAMING

accept the challenge
Life is greater than you think

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

BE CAREFUL WITH YOUR WORDINGS

**DON'T
USE
SECTARIAN
&
COMMUNAL
TERMS**

USE MORE COMMON & ACCEPTABLE TERMS

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com



দুনিয়াদার হওয়া না হওয়া

**দুনিয়ামুখী হও,
আখেরাতের লক্ষ্যে।**

**বর্তমানমুখী হও,
ভবিষ্যতের উদ্দেশ্যে।**

বাক্যবীর হয়ো না, কর্মবীর হও।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

what is personality

**PERSONALITY
IS**

**CONFIDENCE,
AND**

**AUDACITY
WITHIN
LIMIT.**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

ব্যক্তিত্বের পরিচয়

ব্যক্তিত্ব
হচ্ছে

আত্মবিশ্বাস আর

সীমিত
মাত্রার
বেয়াদবি।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

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।

সম্পর্ক গ্রাহী লেনদেনের ব্যাপার

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

- আব্দুল আজিজ ইক

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

mozammelhq.com

মিলনের চেয়ে বিরহ ভালো

**ভালো লাগাটা
থেকে যাওয়ার
জন্য
সম্পর্ক বা হওয়াটাই
বরং ভালো।**

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



mozammelhq.com

BE SELF-RESPECTFUL

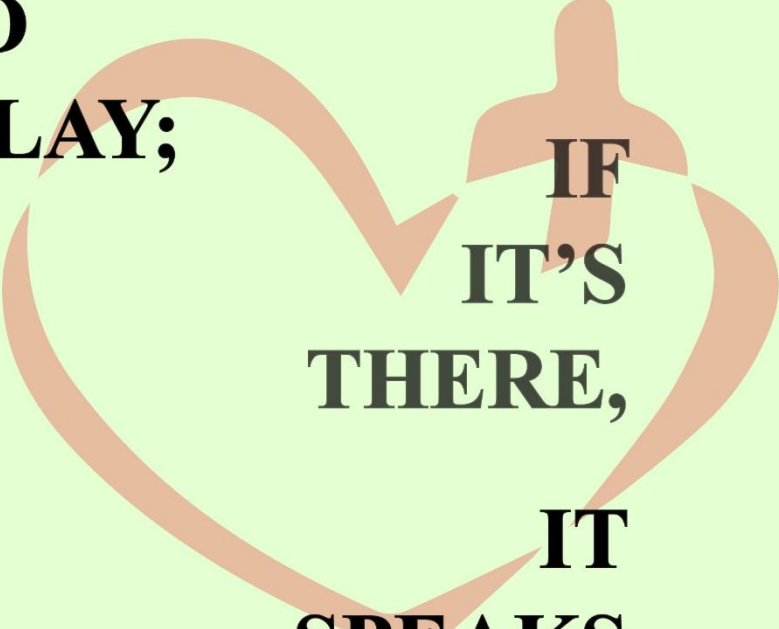
**don't
blame
yourself
for
anything
which
is
not
your
fault.**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

love & respect

**RESPECT
DOESN'T
NEED
DISPLAY;**



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

love needs no formality.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

live your own life

*live
your
own
life*

be the best of you

— mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

self branding

BRAND YOURSELF

otherwise someone may misinterpret you

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

জীবন ও প্রকৃতি

**do not confront
nature –
live with it.**

**যাপন করো প্রকৃতিসন্মত জীবন ।
প্রকৃতিবিরুদ্ধ হয়ে তুমি টিকতে পারবে না ।**

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

holding conflicting identities

IDENTITY IS A MUST AS WELL AS A TRAP



FIX YOUR
IDENTITY
CAREFULLY

mohammad mozammel hoque || cscsbd.com

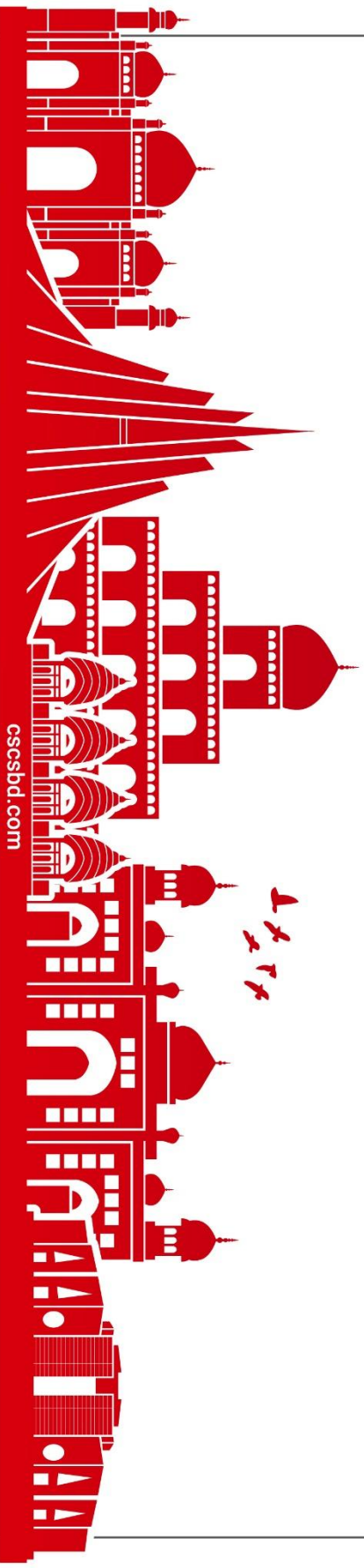
ঐতিহ্য ও মূল্যবোধ

reclaim your tradition || oppose westernization

রুখে দাও আশ্চাত্যবাদ

সিঁদে তসালে তসাদা ঐতিহ্যে

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



de-westoxify your values

OPPOSE THE WEST

**RECLAIM YOUR
TRADITION.**

**AND YOUR
CLASSICAL VALUES.**

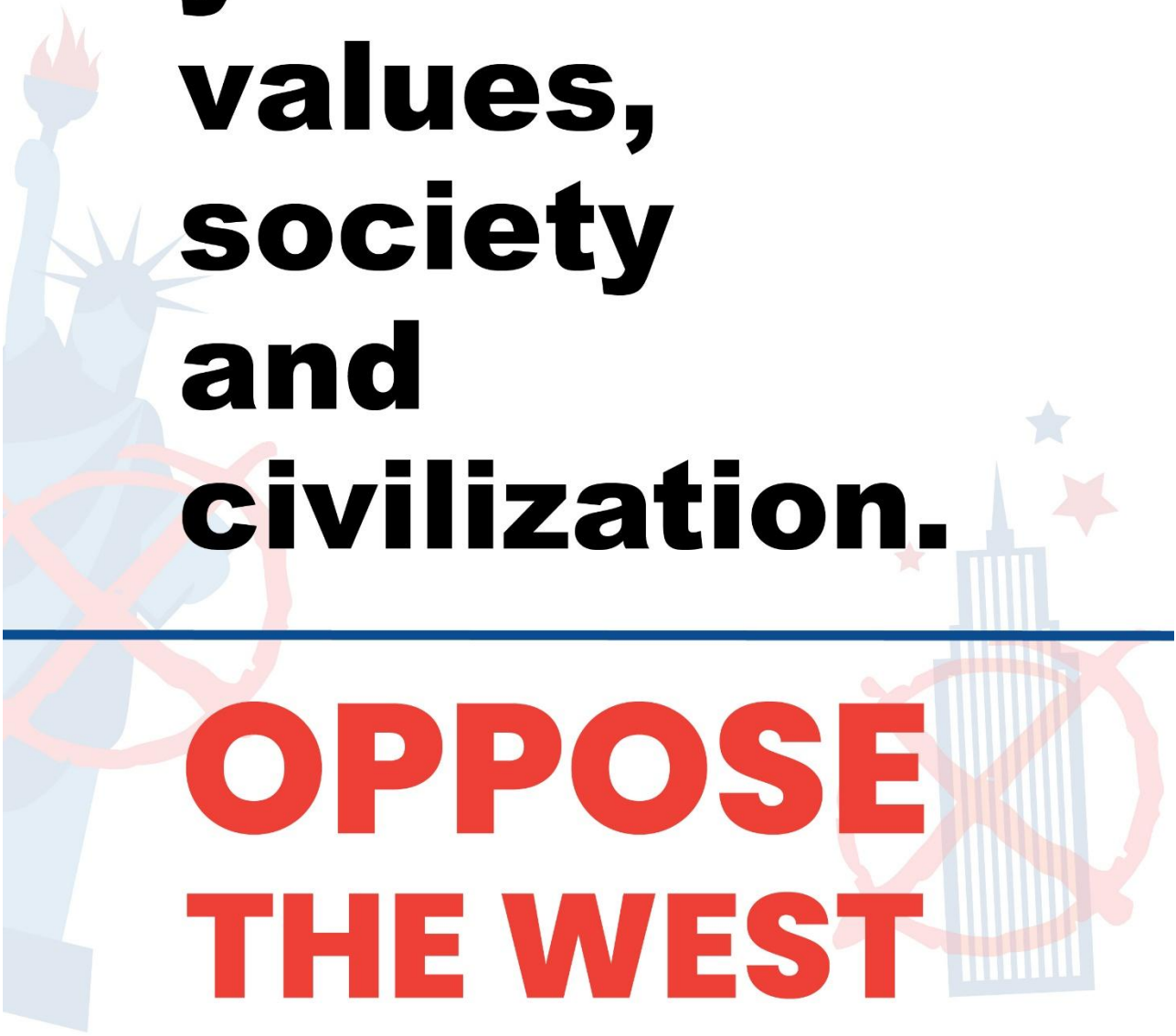
**FOCUS ON
PUBLIC NORMS.**

- mohammad mozammel hoque

centre for social & cultural studies || cscsbd.com

identity

**PROTECT
your
values,
society
and
civilization.**



**OPPOSE
THE WEST**

- mohammad mozammel hoque

cscsbd.com

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

benefits of criticism

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

**ACCEPT CRITICISM
EITHER
AS A
MEDICINE
OR
AS A VACCINE**

- mohammad mozammel hoque

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

mozammelhq.com

be proactive, don't be reactive

always

B +

be positive

towards life and the people

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

সফলতার মূলমন্ত্র

সফল হতে চাও
বিশেষ কিছুতে ?

বর্যে হতে চাও নিজে
অনেক কিছুতে ।

**DON'T TRY TO BE PERFECT
IN EVERYTHING**

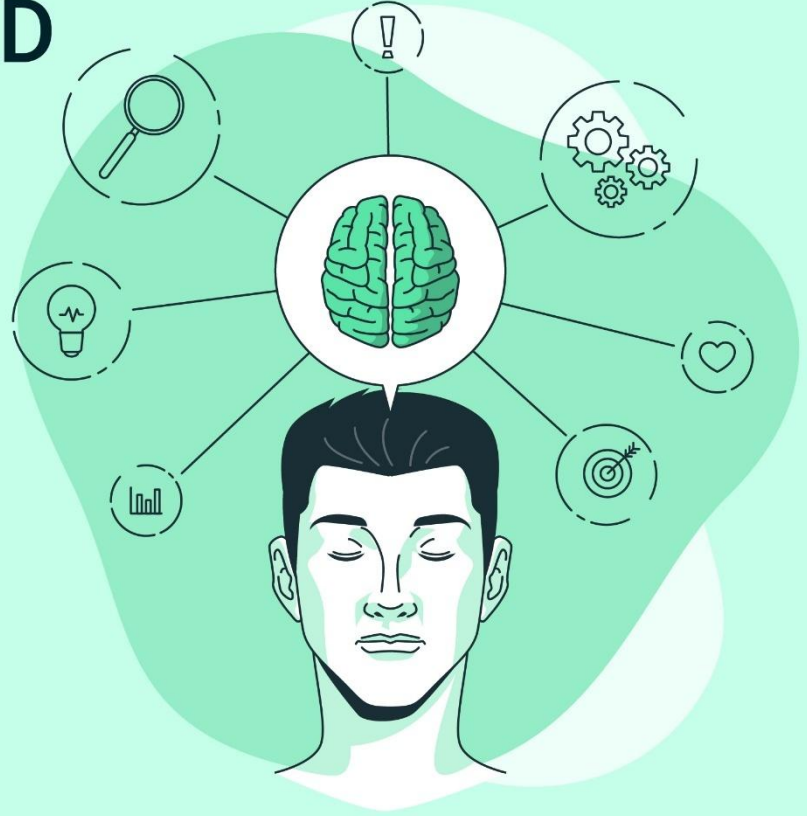
**no one can see all the points at a time
with the same intensity and clarity.**

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

epistemic honesty

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



**জানার ভান করার চেয়ে
জেনে নেয়া ভালো ।**

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

চাষ করো আশাবাদ

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

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

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

পরাজয়ের প্রথম কয়েক রাউন্ডেই
জীবনের খেলা
শেষ হয়ে যায় না।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

অক্ষ অনুসরণ করা যাবে না কারো

তামস

আপন অমোহাচ্ছ 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

সম্প্রের মীমা

মানুষ তার সম্প্রের চেয়েও বড়...

প্রয়োজন শুধু আত্মবিশ্বাসের

-মোহাম্মদ মোতাহেদীন হক
mazzammelhq.com

জয়-পরাজয়



পরাজয়ের প্রথম কয়েক রাউন্ডেই জীবনের খেলা শেষ হয়ে যায় না

-মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



cscsbd.com

এগিয়ে যাও
আগামীর পথে।
সূর্যের মতো
জ্বলে উঠে।
অনুভবের বিস্তারনে
অবিরত ছড়াও আলো।
জীবনের
অপার সম্ভাবনার রূপায়ণে,
অদম্য ইচ্ছার
অমিত উত্তাপে,
সত্য হোক তোমার
সব সুপ্ত সৃজনশীল স্বপ্ন...!

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

যেমন তোমাকে চাই

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

mozammelhq.com

সুখী হওয়ার উপায়

মানুষ চিনতে শেখো সুখী হবে জীবনে

- Mohammad Mozammel Hoque



mozammelhq.com

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,
STRATEGY AND CONSISTENCY.**

- mohammad mozammel hoque

centre for social & cultural studies || cscsbd.com

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

patience is the first doctor

**self-determination is the
first medicine**

– mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

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 ।

বিচ্যুত সময়ের গ্লানিময়
এ'জীবনের পঞ্জিকায়
একটি সুন্দর সমুদ্রজ্বল
আগামীর প্রত্যাশায়,
নবাগত কালের কপোলে
ঐকে যাই অনুক্ষণ
নিবিড় প্রত্যয়ের সাহসী চুম্বন!

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



self-actualization

be confident

***CLAIM
YOUR
AUTHORITY***

be the best of you

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

how to do the best?



SPECIFICALLY

**THINK
HOLISTICALLY**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

nobody can see multiple things
at the same time with the same intensity

FOCUS ON ONE

smell the time

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

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 between positivity & negativity

balance your
NEGATIVITY
with sufficient
POSITIVITY

unchecked negativity kills...

— mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

how to prioritize

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

**PRIORITIZE
HOLISTICALLY**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

ceiling of potentiality

**everyone has a
CEILING
OF
POTENTIALITY**

**do not
push
anyone
beyond
his or her
capacity**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

whistleblowing

break the silence

**voice
the
unspoken
truths**

mohammad mozammel hoque || centre for social & cultural studies || cscsbd.com

speech is an art

**KEEP SAYING
BUT LOGICALLY**

**BE
A
MASTER
SPEAKER,
YET
A GOOD LISTENER.**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

silence & speech

ENJOY
YOUR
SILENCE

USE
YOUR
SPEECH

use your loneliness.
benefit from your company.

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

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 গোপনো।
প্রকাশের মাধ্যমে নষ্ট হয়ে যায় বেদনার
গভীরতা।

— ৯ —

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



mozammelhq.com

অনুভবের গভীরতা

হৃদয়ের কষ্ট,
মর্মমূলে আঘাত
যত দুঃখ বেদনা,
উপভোগ করো সব,
গোপনে।
প্রকাশে নষ্ট হয়
আবেগ,
হাস পায়
অনুভবের গভীরতা।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক



mozammelhq.com



মেম্বার
হাউস
বাইল,
কম্পিউটার
শুধু
হাউস
হাউস
বাইল।

- মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

“

হারিয়ে যাওয়ার মাধ্যমে
প্রিয়জনেরা
আমাদের আরো আপন হয়ে উঠে।

একইসাথে
আমাদেরকে মুক্তি দিয়ে যায়
সম্পর্কের বোঝা থেকে!

জীবন,
কত বিচিত্র,
কত নির্মম!

”

— মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

“

পুরোনো লোকদের
সাথে সাক্ষাৎ
না হওয়াটাই ভালো;
তাতে করে
অন্ততপক্ষে
স্মৃতিটা বাঁচে।

”

— মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

cscsbd.com

ভূমি

না ভূমি যুক্তির
না ভূমি জ্ঞানের
না ভূমি প্রজ্ঞার

ভূমি শুধু আমার
অনুভবের

আমার আবেগের
অনিরুদ্ধ প্রবলতায়
আমার অস্তিত্বের
গভীরতম প্রদেশে
রয়েছো ভূমি

আমার একান্ত আপন
অন্তরতম হিসেবে

মোহাম্মদ মোজাম্মেল হক

mozammelhq.com

awareness of one's pragmatic position

BE PRAGMATIC

**without compromising
your
norms, values and the
PHILOSOPHY OF LIFE**

**no one can live consistently
with contradictory paradigms**

- mohammad mozammel hoque

centre for social & cultural studies || cscsbd.com

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

mohammad mozammel hoque || centre for social & cultural studies || cscsbd.com

sincerity matters

**WHATEVER YOU DO,
DO IT SERIOUSLY.**



**SINCERITY HAS
NO ALTERNATIVE.**

mohammad mozammel hoque || cscsbd.com

না
হও
বিজয়ীপক্ষ,
ক্ষতি নেই তাতে-

যদি
না
হও
নীতির
কাছে
পরাজিত!

balance of rights & duties

**give others their rights
though they have deprived you**

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

স্বার্থপরতার চেয়ে পরোপকারিতা শ্রেয়তর

অপরের অধিকার আদায় করো
যদিও সে বঞ্চিত করেছে তোমাকে

***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.**

no relationship survives without care

**সীমানা ছাড়া কোনো সম্পর্ক নাই। তাই
সম্পর্কের সীমা অতিক্রম করতে হেঁচকি না।
নড়েও শেষ পর্যন্ত তুমি পস্তাবে।**

— mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

**DO NOT LET
ANYONE BE
REPRESSIVE
TO YOU**

**RESIST
OPPRESSION**
whenever & wherever

knowledge is the best blessing



**what is more rewarding than
a glimpse of knowledge?**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

knowledge is not a commodity to be sold for a living

ACQUIRE KNOWLEDGE FOR LIFE NOT FOR MONEY.

জ্ঞানকে করো না পণ্য || দক্ষতাকে করো পুঁজি



GET A SKILL FOR LIVING

mohammad mozammel hoque || mozammelhq.com

what is history

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

**see the
bigger picture
beyond the
particular
events.**



- mohammad mozammel hoque

cscsbd.com

read to do, not just to know



reading
for
the sake of
reading
is
harmful

আড়, কিছু করার জন্য়।

read with a critical mind

**READ
LESS**

**THINK
MORE**

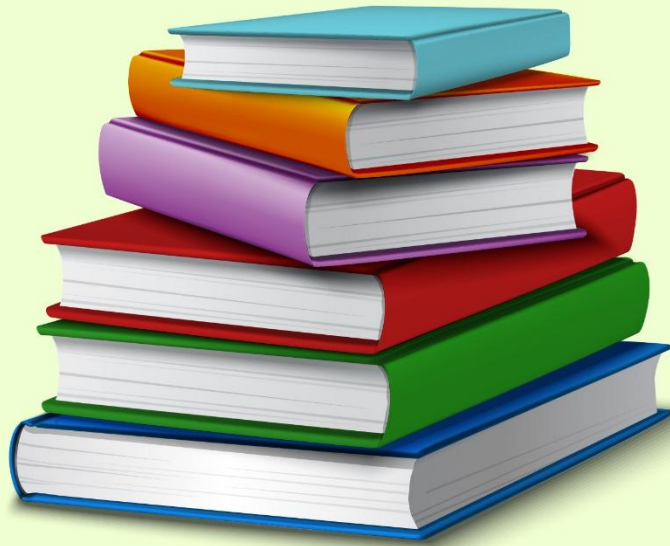
**bookishness is poisonous
to knowledge.**

- mohammad mozammel hoque

mozammelhq.com

read and think

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



সিএসসিএস পাবলিকেশন্স

