খ্রীস্টবিশ্বাসীর ধর্মাচরণ

প্রথম যোহন ৩ অধ্যায় ৪-১০ পদ

এর আগে আমরা দেখেছি যে, যোহন তার পত্রে তার মণ্ডলীর বিশ্বাসী তথা আমাদের কাছে খ্রীস্টে ক্রমশ অবস্থানের গুরুত্বের উপর জোর দিয়েছে। যার ফলস্বরূপ, বিশ্বাসী সঠিক কাজ করতে এবং তাঁর দ্বিতীয় আগমণের জন্য নিজেকে বিশুদ্ধ রাখতে সচেষ্ট হয় (৩ পদ)। এই কথা বলার পরবর্তী অংশে, আজ আমরা যে অংশ পাঠ করেছি, সেখানে যোহন বিশ্বাসীদেরকে ক্রমশ পাপ করা থেকে দূরে থাকার প্রয়োজনীয়তার কথা বলেছে। পৃথিবীর সমস্ত মানুষ দুই দলে বিভক্ত: ঈশ্বরের সন্তান এবং দিয়াবলের সন্তান, যাদের জীবন যথাক্রমে ধার্মিকতা ও পাপের দ্বারা চিহ্নিত (১০ পদ)। তাই, ঈশ্বরের সন্তানদের পক্ষে ক্রমশ পাপের মধ্যে থাকা বা পাপকে প্রশ্রয় দেওয়া কখনও সম্ভব নয়। এইভাবে, বিশ্বাসী একদিকে যখন ক্রমশ পাপ করা থেকে নিজেকে রক্ষা করে (৪-১০ পদ), ঠিক তেমনই অন্যদিকে, ক্রমশ ধার্মিকতার জীবন যাপন করে, যা একে অন্যের প্রতি ভালোবাসার দ্বারা প্রকাশ পায় (১১-১৮ পদ)।

১ম যোহন ৩:২ পদে, যীশুর দ্বিতীয় আগমনের কথা *("তিনি যখন প্রকাশিত হবেন")* বলার পর, যোহন এই অধ্যায়ের ৫ পদে যীশুর প্রথম আগমনের কথা বলেছে *("প্রকাশিত হলেন")*। এই অংশে যোহন যীশু খ্রীস্টের প্রথম আগমন এবং ক্রুশীয় মৃত্যুর পেছনে দুটি কারণের কথা বলেছে:

(১) আমাদের পাপভার নিয়ে যাবার জন্য: *"আর তোমরা জানো, পাপভার নিয়ে যাবার জন্য তিনি প্রকাশিত হলেন"* (৪-৬ পদ)।

(২) দিয়াবলের কাজ সকল ধ্বংস করতে: *"ঈশ্বরের পুত্র এই জন্যই প্রকাশিত হলেন, যেন দিয়াবলের কাজ সকল লোপ করেন"* (৭-৮ পদ)।

এখন, যীশু যেহেতু তাঁর প্রথম আগমনের দ্বারা এই দুটি কাজ সাধন করেছেন, সেইহেতু একজন বিশ্বাসী যখন ক্রমশ একই পাপ করে, তখন বুঝতে হবে যে, ক্রুশের উপর যীশু তার জন্য যা করেছেন, সে তার অর্থ উপলব্ধি করতে বা গ্রহণ করতে পারেনি।

এখন, যোহনের লেখা এই প্রথম পত্রটি যখন আমরা পাঠ করি, তখন আমরা একাধারে দুটি বিপরীত বিষয় দেখতে পাই। একদিকে, আমরা এর বিভিন্ন স্থানে এমন কথার উল্লেখ পাই, যেখানে বলা হয়েছে, খ্রীস্টবিশ্বাসীরা পাপ করতে পারে না। কিন্তু একই সঙ্গে, আমরা এর বিভিন্ন স্থানে এমন কথার উল্লেখ পাই, যেখানে বলা হয়েছে, প্রত্যেক মানুষই পাপী, যাদের মধ্যে খ্রীস্টবিশ্বাসীরাও অন্তর্গত। এর কারণ কী?

প্রথমে আমরা, যোহনের প্রথম পত্র থেকে সেই সমস্ত পদগুলিকে চিহ্নিত করব, যেখানে যোহন বলেছে যে, খ্রীস্টবিশ্বাসীরা পাপ করে না। ১ যোহন ২:৩ পদে বলা হয়েছে, *"আর আমরা এতেই জানতে পারি যে, তাঁকে জানি, যদি তাঁর আজ্ঞা সকল পালন করি।"* এর থেকে পরিষ্কার যে, তাঁর আজ্ঞাসকল পালনের দ্বারা আমরা নিশ্চয়তা লাভ করে থাকি। আবার, ৩:৬ পদে বলা হয়েছে, *"যে কেউ তাঁতে থাকে, সে পাপ করে না; যে কেউ পাপ করে, সে তাঁকে দেখেনি এবং জানেও না।"* আবার ৩:৯ পদে বলা হয়েছে, *"যে কেউ ঈশ্বর থেকে জাত, সে পাপাচরণ করে না, কারণ তাঁর বীর্য্য তার অন্তরে থাকে; এবং সে পাপ করতে পারে না, কারণ সে ঈশ্বর থেকে জাত।"* একই কথা ৫:১৮ পদে বলা হয়েছে, *"যে কেউ ঈশ্বর থেকে জাত, সে পাপ করে না; কিন্তু যে ঈশ্বর থেকে জাত, সে নিজেকে রক্ষা করে, এবং সেই পাপাত্মা তাকে স্পর্শ করে না।"* কেবল তা-ই নয়, ৪:৮ পদে যোহন লিখেছে, *"যে প্রেম করে না, সে ঈশ্বরকে জানে না, কারণ ঈশ্বর প্রেম।"* অর্থাৎ, ঈশ্বরকে জানার বাহ্যিক সাক্ষ্য হল অন্যদের ভালোবাসা। ১ম যোহন পত্রের এই সমস্ত পদ থেকে মনে হয় যে, খ্রীস্টবিশ্বাসী হবার পর কেউ কখনও কোনও পাপ করতে পারে না।

কিন্তু একইসঙ্গে, আমরা অন্যান্য পদ দেখতে পাই, যেখানে খ্রীস্টবিশ্বাসীসহ সমস্ত মানুষকেই পাপী হিসাবে চিহ্নিত করা হয়েছে। ১ যোহন ১:৮-১০ পদে বলা হয়েছে, *"আমরা যদি বলি যে, আমাদের পাপ নেই, তবে নিজেরা নিজেদের ভুলাই, এবং সত্য*

অনুগ্রহ সহভাগিতা মণ্ডলী, কলকাতা ৭৫; দূরভাষ- ২৪১৬ ১৪৭৫ (রেভা. সুজয় রায়)

আমাদের হৃদয়ে নাই। আমরা যদি নিজের নিজের পাপ স্বীকার করি, তিনি বিশ্বস্ত ও ধার্মিক, সুতরাং আমাদের পাপ সকল মোচন করবেন, এবং আমাদের সমস্ত অধার্মিকতা থেকে শুচি করবেন। আমরা যদি বলি, পাপ করিনি, তবে তাঁকে মিথ্যাবাদী করি, এবং তাঁর বাক্য আমাদের অন্তরে নেই।'' যোহন তার এই পত্র তার মণ্ডলীর খ্রীস্টবিশ্বাসীদের উদ্দেশে লিখেছে, তাই এখানে *''আমরা''* বলতে বিশ্বাসীদেরই নির্দেশ করা হয়েছে। যেহেতু আমরা পাপ করি, সেইহেতু আমাদের কর্তব্য পাপ স্বীকার করা। আবার ২:১ পদে যোহন লিখেছে, *''হে আমার বৎসেরা, তোমাদের এই সকল লিখছি, যেন তোমরা পাপ না কর। আর যদি কেউ পাপ করে, তবে পিতার কাছে আমাদের এক সহায় আছেন, তিনি ধার্মিক যীশু খ্রীস্ট।''* এই কথার দ্বারা বলা হয়েছে যে, যদিও আমাদের লক্ষ্য হল পাপ না করা, তথাপি আমরা যখন পাপ করে ফেলি, তখন আমাদের পক্ষে সওয়াল করার জন্য আমাদের সহায় হিসাবে পিতার কাছে পুত্র যীশু খ্রীস্ট আছেন। আবার, ৩:২ পদে বলা হয়েছে, *''প্রিয়তমেরা, এখন আমরা ঈশ্বরের সন্তান; এবং কী হব, তা এ পর্যন্ত প্রকাশিত হয়নি। আমরা জানি, তিনি যখন প্রকাশিত হবেন, তখন আমরা তাঁর সমরূপ হব; কারণ তিনি যেমন আছেন, তাঁকে তেমনই দেখতে পাব।''* এই কথার অর্থ, আমরা এখন যদিও ঈশ্বরের সন্তান, তথাপি তাঁর প্রকাশের সময়, আমরা যেমন তাঁর সমরূপ হব, আমরা এখনও তেমনটি হইনি। এর অর্থ, আমাদের মধ্যে এখনও বিশুদ্ধিকরণের কাজ অবশিষ্ট আছে। আবার, ৫:১৬-১৭ পদে যোহন লিখেছে, *''যদি কেউ নিজের ভাইকে এমন পাপ করতে দেখে, যা মৃত্যুজনক নয়, তবে সে যাচ্ঞা করবে . . .।''* এই কথার সহজ অর্থ, বিশ্বাসীরাও পাপ করে।

তাহলে, বিশ্বাসীরা পাপ করে, না-কি বিশ্বাসীরা পাপ করে না? উপরের দুই দলের পদগুলি মাথায় রেখে, আসুন আমরা ৩:৬ পদটি দেখি। এই পদে বলা হয়েছে, *''যে কেউ তাঁতে থাকে, সে (ধারাবহিকভাবে) পাপ করে না* (NIV: No one who lives in Him keeps on sinning)*; যে কেউ পাপ করে, সে তাঁকে দেখেনি এবং জানেও না।''* আবার ৩:৯ পদে বলা হয়েছে, *''যে কেউ ঈশ্বর থেকে জাত, সে (ধারাবাহিকভাবে) পাপপাচরণ করে না* (NIV: No one who is born of God continue to sin)*।''* আমরা যদি এই দুটি পদ গ্রিক নতুন নিয়মে দেখি, তাহলে উপলব্ধি করি যে, ৬ পদে **পাপ করার জন্য** (sins) এবং ৯ পদে **পাপাচরণ করার জন্য** (practices) যে বর্তমান কালের ক্রীয়াপদ ব্যবহার করা হয়েছে, তা ক্রমশ বা ধারাবাহিক কাজকে নির্দেশ করে। এর থেকে ধরা যেতে পারে যে, যোহন এখানে যে কথা বলতে চেয়েছে, তা হল, ঈশ্বর থেকে জন্ম লাভ করার আগে একজন যে পাপ জীবন যাপন করত, ঈশ্বর থেকে জাত হবার পর তার পক্ষে সেই পাপ জীবন ক্রমশ যাপন করা অসম্ভব। অবশ্য, এর অর্থ এই নয় যে, ঈশ্বর থেকে জাত হবার পর সে কোনও পাপই করতে পারে না। পরিবর্তে, এর অর্থ ঈশ্বর থেকে জন্ম লাভ করার পর, খ্রীস্টবিশ্বাসী কখনও আত্মদ্বন্দ্ব ও পাপ-স্বীকার ছাড়া ধারাবাহিকভাবে পাপ করতে পারে না। অর্থাৎ, খ্রীস্টবিশ্বাসী যখন পাপের সম্মুখীন হয়, বা পাপ করেও ফেলে, সে তখন তাকে ঘৃণা করে, সেই পাপ স্বীকার করে ও সেই পাপের সঙ্গে লড়াই করে। খ্রীস্টে আমরা যত বেশি বৃদ্ধি পাই, আমরা তত বেশি সতর্কতায় পাপের প্রতি এমন জীবন যাপন করি।

বিষয়টি ৩:৯ পদে আরও পরিষ্কার করে বলা হয়েছে, *''যে কেউ ঈশ্বর থেকে জাত, সে পাপচরণ করে না; কারণ তাঁর বীর্য্য তার হৃদয়ে থাকে; এবং সে পাপ করতে পারে না, কারণ সে ঈশ্বর থেকে জাত।''* ঈশ্বর যেহেতু তাদের জীবনে এসেছেন, তাদের হৃদয়ে তাঁর *''বীর্য্য,''* তথা পবিত্র আত্মা দান করেছেন, যাঁর দ্বারা তারা নতুন জন্ম লাভ করেছে; সেই পবিত্র আত্মাই পুরানো জীবনের কুৎসিত ও নোংরা পাপাচরণ থেকে বিশ্বাসীকে দূরে থাকতে শক্তি যোগান। এইভাবে, ঈশ্বর যখন আমাদের হৃদয়ে প্রবেশ করেন, আমরা তখন তাঁর শক্তিতে পাপের উপর জয়লাভ করতে সমর্থ হই। অর্থাৎ, আমরা আমাদের নিজেদের চেষ্টায় পাপ থেকে দূরবর্তী জীবন-যাপনের মাধ্যমে নিজেদেরকে ঈশ্বর সন্তান করতে পারি না। পরিবর্তে, ঈশ্বর যখন অনুগ্রহে তাঁর আত্মার দ্বারা নতুন জন্ম দানের মাধ্যমে আমাদেরকে তাঁর সন্তান করেন, তখন আমরা পাপের উপর জয়লাভের জীবন যাপনে সক্ষম

অনুগ্রহ সহভাগিতা মণ্ডলী, কলকাতা ৭৫; দূরভাষ- ২৪১৬ ১৪৭৫ (রেভা. সুজয় রায়)

হই। অর্থাৎ, প্রথমে, ঈশ্বরের অনুগ্রহের কাজের দ্বারা আমাদের নতুন জন্ম লাভ করতে হবে, তারপর আমরা বিশ্বাস ও ভালোবাসার জীবন যাপন করতে সক্ষম হব। পাপে ও অপরাধে মৃত আমরা (ইফিষীয় ২:১) নিজেরা নিজেদের জীবিত করতে পারি না; একমাত্র ঈশ্বরই পারেন মৃত আমাদের জীবিত করতে (ইফিষীয় ২:৫)। একই কথা ১ যোহন ৫:১ পদে বলা হয়েছে, ***"যে কেউ বিশ্বাস করে যে, যীশুই সেই খ্রীস্ট, সে ঈশ্বর থেকে জাত।"*** অর্থাৎ, ঈশ্বর যখন তাঁর আত্মা দ্বারা আমাদের তাঁর সন্তান হিসাবে নতুন জন্ম দেন, তখনই কেবল আমরা যীশুতে বিশ্বাস করতে পারি; তাঁর সন্তান আমরা যীশুতে আমাদের বিশ্বাস আরও দৃঢ় করি। কারণ যীশুতে বিশ্বাস বা আস্থা স্থাপনের দ্বারাই আমরা জানতে পারি যে আমরা ঈশ্বর থেকে জাত, আমরা ঈশ্বরের সন্তান।

মার্টিন লুথার বিশ্বাসীকে বর্ণনা করতে গিয়ে, একই সময়ে একাধারে *"ধার্মিকগণিত ও পাপী" (justified and a sinner)* বলে উল্লেখ করেছেন। যীশুর মতো (এবং তাঁর মাধ্যমে) সে পাপ থেকে দূরবর্তী জীবন-যাপন করতে পারে। কিন্তু (যীশুর বিপরীতে) অনেক সময় সে পাপে পতিত হয়, যখন সে পাপ না করে থাকতে পারে না।

তাই, ঈশ্বরের সন্তান ও দিয়াবলের সন্তানদের মধ্যে পার্থক্যকে যোহন স্পষ্ট করে তুলে ধরেছে। ৩:৪ পদে যোহন **(১) পাপাচরণকারীর দ্বারা ব্যবস্থালঙ্ঘন *(lawlessness)* করার কথা বলেছে**। ২ থিষলনীকীয় ২:৩, ৭ পদের কথার সঙ্গে মিল থেকে আমরা বলতে পারি যে, যোহন এখানে পাপ করার দ্বারা নিজেকে দিয়াবলের পক্ষে তথা খ্রীস্টের বিপক্ষে দাঁড় করাবার কথা বলেছে। কিন্তু **(২) খ্রীস্ট তাঁর প্রথম আগমণে, সেই পাপ তুলে নিতে এসেছিলেন (৫ পদ)**। এই কথা যোহনের সুসমাচার ১:২৯ পদকে স্মরণ করিয়ে দেয়, ***"ঐ দেখ, ঈশ্বরের মেষশাবক, যিনি জগতের পাপভার নিয়ে যান।"*** এখন, তিনি নিজে নিষ্পাপ ছিলেন, এবং তিনি নিজে তাঁর সন্তানদের পাপভার তুলে নিয়েছেন; **(৩) অতএব, তাঁর সন্তানদের দায়িত্ব সেই পাপে ক্রমশ না থাকা (৬ পদ)**। তার জন্য আমাদের প্রয়োজন তাঁতে থাকা, কারণ, ***"যে কেউ তাঁতে থাকে, সে পাপ করে না।"*** এখানে তাঁতে থাকার অর্থ, খ্রীস্টের সঙ্গে সহভাগিতায় থাকা।

এই একই কথা আমরা ৮-১০ পদেও দেখতে পাই। যেখানে বলা হয়েছে, (১) পাপ বা ব্যবস্থালঙ্ঘন বা ঈশ্বর বিরোধিতা হল দিয়াবলের কাজ ***কারণ দিয়াবল আদি থেকেই পাপ করছে (৮ক)***। ***(২) যীশু দিয়াবলের এই সমস্ত কাজ লোপ করতে এসেছিলেন*** (৮খ)। ফলস্বরূপ, ***যে কেউ ঈশ্বর থেকে জাত, সে পাপাচরণ করে না***।

৪ ব্যবস্থালঙ্ঘনই পাপ

৫ পাপ তুলে নিতে যীশু এসেছিলেন

৬ যে তাঁতে থাকে, সে পাপ করে না

৮ যে পাপ করে, সে দিয়াবলের

৮দিয়াবলের কাজ লোপ করতে যীশু এসেছিলেন

৯ যে ঈশ্বর থেকে জাত, সে পাপাচরণ করে না

১০ পদে, ঈশ্বরের সন্তান ও দিয়াবলের সন্তানদের আমরা কীভাবে চিনতে পারব, তা বর্ণনা করা হয়েছে। ***"যে কেউ ধর্মাচরণ করে না, এবং যে কেউ নিজের ভাইকে প্রেম করে না, সে ঈশ্বরের লোক নয়"*** (১০খ পদ)। আমরা যদি নিজেদের ঈশ্বরের সন্তান হিসাবে পরিচয় দিতে চাই, তাহলে আমাদের আত্মসমীক্ষা করার প্রয়োজন আছে, আমরা কি ধর্মাচরণ করি? আমরা কি নিজেদের ভাইদের ভালোবাসি?

এখন, বিশ্বাসী আমরা যারা এই প্রশ্নের সদুত্তর দিতে পারছি না, তারা কি ঈশ্বরের সন্তান হিসাবে নিজেদের সন্দেহ করব? আমরা যদি প্রকৃত বিশ্বাসী হই, আমরা জানি, ঈশ্বর তাঁর আত্মার দ্বারা আমাদের নতুন জন্ম দিয়েছেন এবং তিনি সেই আত্মার দ্বারা আমাদের ধর্মাচরণ করতে শক্তি যুগিয়ে চলেছেন, যার ফলস্বরূপ আমাদের **পাপ থেকে দূরে থাকতে হবে**। তা সত্ত্বেও আমরা জানি যে, **আমরা নিষ্পাপ নই** (১:৮-১০)। অতএব, সেই পাপ থেকে দূরে থাকতে, আমাদেরকে তাঁর উপর আরও বেশি নির্ভর করতে হবে। এমন দুই ধরণের চাপের মধ্যে খ্রীস্ট বিশ্বাসী তার পার্থিব জীবন যাপন করে থাকে এবং এই বাস্তবকে খুব সুন্দরভাবে যোহন তার পাঠকদের কাছে তুলে ধরেছে।

তাই, বিশ্বাসী যখন তার জীবনে পাপকে উপলব্ধি করে, তখন সে একদিকে যখন জোর করে সেই

অনুগ্রহ সহভাগিতা মণ্ডলী, কলকাতা ৭৫; দূরভাষ- ২৪১৬ ১৪৭৫ (রেভা. সুজয় রায়)

পাপকে অস্বীকার করবে না বা সেই পাপ যে কত গুরুতর, তা এড়িয়ে যাবে না; অন্যদিকে, সে আশাহতও হবে না, কারণ সে জানে, যীশু *“আমাদের পাপভার তুলে নিতে প্রকাশিত হয়েছিলেন”* (৩:৫) এবং তিনি *“দিয়াবলের কাজ সকল লোপ করতে প্রকাশিত হয়েছিলেন”* (৩:৮)। বিশ্বাসী আরও জানে, *“পিতার কাছে আমাদের এক সহায় আছেন, তিনি ধার্মিক যীশু খ্রীস্ট”* (২:১)। তাই, ঈশ্বর যখন চান যে, বিশ্বাসী দিয়াবলকে অনুসরণ না করে খ্রীস্টকে অনুসরণ করবে, ধর্মাচরণ করবে; তখন সে পবিত্র আত্মার শক্তিতে ধর্মাচরণে আরও বেশি আগ্রহী হবে, এবং সেই সময়ের প্রতীক্ষায় থাকবে, যখন সে খ্রীস্টের দ্বিতীয় আগমণে খ্রীস্টের সমরূপ হবে।

খ্রীস্টবিশ্বাসী আমরা আমাদের পার্থিব জীবনে যখন বিভিন্ন পরীক্ষা বা প্রলোভনের সম্মুখীন হই, তখন যেন আশাহত না হই। আমাদের বিপক্ষ যতই শক্তিশালি হোক না কেন, আমরা জানি যে, সে ইতিমধ্যে পরাজিত শত্রু *(already defeated enemy)*। আমাদের বিরুদ্ধে দু-একটা যুদ্ধে সে জয়লাভ করলেও, চূড়ান্ত যুদ্ধে সে পরাজিত হয়েছে। তার বিরুদ্ধে চূড়ান্ত বিচারের রায় ইতিমধ্যে ঘোষিত হয়ে গেছে; কিন্তু যতদিন না সেই শাস্তি প্রয়োগ করা হচ্ছে, ততদিন সে লম্ফঝম্ফ করবে। কিন্তু আমি-আপনি যদি খ্রীস্টের ক্রুশীয় মৃত্যুর দ্বারা সেই পাপের দাসত্ব থেকে মুক্ত হয়ে থাকি, তাহলে তাঁর আত্মার পরিচালনায় আমরা কখনও সেই পরাজিত শত্রুর ইচ্ছা পালনে সচেষ্ট হব না, তার ন্যায় বিদ্রোহী জীবনের কালিমা মাখব না।

এমন অনেক লোক আছে, যারা নিজেদের খ্রীস্টবিশ্বাসী বলে পরিচয় দেয় কিন্তু পাপ যে কত গুরুতর বিষয়, তা স্বীকার করে না। তারা স্বেচ্ছায় পাপ করেই চলে, এবং অন্যদের সেই পাপ করতে অনুপ্রাণিতও করে। তথাপি, তারা নিজেদের বিশ্বাসী বলে জাহির করে। মনে রাখতে হবে, খ্রীস্টে বিশ্বাসের মাধ্যমে পাপ থেকে ক্ষমা পাওয়ার অর্থ কখনও পাপ করার লাইসেন্স পাওয়া নয়। পরিবর্তে, সেই জঘন্য পাপ থেকে মুক্ত করতে আমাদের বদলে খ্রীস্টের নিষ্ঠুর মৃত্যুকে যদি আমরা স্বীকার করি, তাহলে, সেই পাপকে ঘৃণা করব, দূরে থাকব, ধর্মাচরণ করব।

প্রার্থনা কাকে বলে ?
‘যাচ্ঞা কর, দেওয়া যাবে’ এ কথার অর্থ কী ?
আমি কীভাবে প্রার্থনা করব ?
ঈশ্বর কি সব সময় প্রার্থনার উত্তর দেন ?
ঈশ্বর কীভাবে প্রার্থনার উত্তর দেন ?
প্রার্থনার বাধাসমূহ কী কী ?
কে প্রার্থনা করতে পারে ?
এই সমস্ত প্রশ্নের উত্তর পেতে
পাঠ করুন,

এক অজ্ঞাত খ্রীস্টিয়ানের লেখা
মধ্যস্থতা
(The Kneeling Christian)
মূল্য:-
প্রতি কপি মাত্র ২৫ টাকা
যোগাযোগ করুন-

গ্রেস কমিউনিটি সেন্টার
বি-৩৬ নন্দন কানন, কলকাতা ৭৫
দূরভাষ- ২৪১৬ ১৪৭৫