দুঃখগুলো বুকের ভেতর

দুঃখগুলো বুকের ভেতর

শামীম রফিক

KOBI PROKASHANI

দুঃখগুলো বুকের ভেতর
শামীম রফিক

প্রকাশকাল
প্রথম প্রকাশ : ফেব্রুয়ারি ২০২৬

প্রকাশক
সজল আহমেদ
কবি প্রকাশনী ৮৫ কনকর্ড এম্পোরিয়াম মার্কেট
২৫৩-২৫৪ ড. কুদরত-ই-খুদা রোড কাঁটাবন ঢাকা ১২০৫

স্বত্ব
লেখক

প্রচ্ছদ
মোস্তাফিজ কারিগর

বর্ণবিন্যাস
মোবারক হোসেন

মুদ্রণ
কবি প্রেস ৩৩/৩৪/৪ আজিমপুর রোড লালবাগ ঢাকা ১২১১

ভারতে পরিবেশক
অভিযান বুক ক্যাফে কথাপ্রকাশ ঢাকা বুকস বইবাংলা দে’জ পাবলিশিং বাতিঘর কলকাতা

মূল্য ২৫০ টাকা

Dukkhogulu Buker Vetor by Shamim Rafiq Published by Kobi Prokashani 85 Concord Emporium Market 253-254 Dr. Kudrat-e-Khuda Road Katabon Dhaka 1205 First Edition: February 2026
Phone: 02-44617335 Cell: +88-01717217335 +88-01641863570 (bKash)
Price: 250 Taka RS: 250 US 15 $
E-mail: kobiprokashani@gmail.com Website: kobibd.com

ISBN 978-984-29364-3-2

ঘরে বসে কবি প্রকাশনীর যেকোনো বই কিনতে ভিজিট করুন
www.kobibd.com or www.kanamachhi.com
অথবা ফোনে অর্ডার করুন ০১৬৪১-৮৬৩৫৭১
www.rokomari.com/kobipublisher
অথবা ফোনে অর্ডার করুন ০১৫১৯-৫২১৯৭১ হটলাইন ১৬২৯৭

উৎসর্গ

এহসান হায়দার
কবি ও সম্পাদক

শামীম রফিক-এর প্রকাশিত অন্যান্য গ্রন্থ

কাব্যগ্রন্থ

১. মেঘের আড়ালে রোদের কষ্ট (১৯৯৭)
২. দ্বিতীয় জন্ম প্রথম মৃত্যুর পূর্বে (২০০৫)
৩. মা'কে লেখা শেষ চিঠি (২০১৩)
৪. নারী ও কুয়াশা মুখরিত ব্যর্থতা (২০১৫)
৫. নির্ঘুম ঘোড়া (২০১৬)
৬. পুতুলের গল্প (২০২০)
৭. অর্পার স্বপ্নগুলো (২০২০)
৮. ছোঁব না সমান্তরাল (টানা গদ্য কবিতা) (২০২০)
৯. বৃষ্টি ও ধূসর (২০২০)
১০. বিষণ্ন সময়ের গান (ভিলানেল) (২০২০)
১১. কান্নাটা ভায়োলিনের (সনেট) (২০২০)
১২. মাতালের উপকরণগুলো ঝুলিয়ে দিন (২০২০)
১৩. জল ও সমতল (হাইকু) (২০২২)
১৪. গন্তব্যের নেশা (২০২৩)
১৫. পাথর পথিক ও নদীর গল্প (২০২৪)
১৬. দুঃখগুলো বুকের ভেতর (২০২৬)

কবিতাসংগ্রহ

১. কবিতাসংগ্রহ-১ (২০২৫)

উপন্যাস

১. অভিনয় (২০২৬)

গল্পগ্রন্থ

১. নীরাদের প্রেম (২০১১)
২. মেয়েটি বন্ধু হতে চায় না (২০১২)
৩. গহীনে অন্ধকার (২০২০)
৪. নীলু চাচার পৃথিবী (২০২০)

গবেষণাগ্রন্থ

১. জীবনানন্দের কাব্যে নারী অন্বেষণ (২০১২)
২. সিকদার আমিনুল হক : জীবন ও কাব্য (২০১৯), পিএইচডি
৩. সিকদার আমিনুল হক : প্রাসঙ্গিক পাঠ (২০২০)
৪. সিকদার আমিনুল হকের কাব্য : রূপ ও বৈচিত্র্য (২০২০)
৫. সিকদার আমিনুল হকের কাব্য : কাম প্রেম পরস্ত্রী ও যৌনতা (২০২০)
৬. সনেট : রূপ ও বৈচিত্র্য (২০২০)
৭. সিকদার আমিনুল হকের কবিতায় প্রাচ্য ও পাশ্চাত্য প্রভাব (২০২২)
৮. বাংলাদেশের কবিতায় মর্বিডিটি চেতনা (২০২২)
৯. সিকদার আমিনুল হকের কবিতায় সাম্রাজ্যবাদবিরোধী চেতনা (২০২৩)
১০. কবিতার রূপ ও বৈচিত্র্য (২০২৬)

সম্পাদক

সাহিত্যের কাগজ ‘অরণ্য’

কবিতাক্রম

প্রাত্যহিকতা ৯
মানুষগুলো খুবই একা ১০
কিছুটা স্মৃতি, কিছুটা পাথর ১২
ভুল ১৩
জীবনের পরিমাপ ১৪
যে কথা বলা হয়নি ১৭
আকাশ ছোঁব বলে পাহাড়ে উঠেছি ১৮
সৃষ্টি ২১
ব্যর্থতা-১ ২২
ব্যর্থতা-২ ২৩
ব্যর্থতা-৩ ২৪
ব্যর্থতা-৪ ২৫
ব্যর্থতা-৫ ২৬
হে আমার মিহি পরাজয় ২৭
পরিবর্তন ২৮
অবসন্ন সময় ২৯
বদল ৩১
সময়ের অস্থিরতা ৩৩
মৃত্যুচিন্তা ৩৫
সুরেলা ধারাপাত ৩৭
রিদম জিরো এক্সপেরিমেন্ট ৩৮
অতটা সহজ নয় ৩৯
একা জেনে আর একা থাকা যাবে না ৪১
এলোমেলো স্বদেশ আমার ৪৩
তুলনা ৪৫
শূন্যতা ৪৬
বাঁচবার ঘরবাড়ি ৪৭
আমিহীন আমার ঘ্রাণ ৪৮
চোখ ৪৯
৫০ আমার বিষণ্ন অনুভব
৫১ হেলায় কেটে যাবে আমার বেলা অবেলা
৫২ মানুষ হব
৫৩ অভিযান শেষে মৃত্যুর জন্য প্রস্তুত
৫৪ নিশ্চুপ পরিভ্রমণ
৫৫ জল ও তীরের ঘনিষ্ঠতা
৫৬ চোখের অসুখ
৫৮ মৃত্যু
৫৯ অনুশোচনা
৬০ চলে যেতে হবে
৬১ হাওয়ায় দুলছে যে জীবন
৬২ স্বীকৃতির জন্য যে জীবন ঢেলে দেয়
৬৩ মৃত্যুর ভেতরেও পরাজয় থাকে
৬৪ পথের কষ্ট
৬৬ সকলই ঝরে
৬৭ দুঃখগুলো মনের ভেতর
৬৮ যদিও জানি, অতটা সহজ নয়
৬৯ প্রত্যাশা
৭০ সময়
৭১ যুদ্ধ
৭২ স্বপ্ন আর দুঃস্বপ্নের মায়াবী খেলা
৭৩ এই গল্পটা পছন্দ হয়নি
৭৪ প্রভেদ মানুষের
৭৫ দীনতাগুলো প্রকট হয়ে ফোটে
৭৬ ভ্রান্তিগুলো ভাবনা হলে মিশছে গিয়ে জলে
৭৭ যত হয় দোষ হোক
৭৮ হৃদয়ে মিছিল
৮০ কখনো বুকের মাঝে
৮১ ভালোবাসার ভুল

পিপাসা ৮২
সন্ধি ৮৩
কেন ৮৪
ব্যবধান ৮৫
এ শহর গল্পের শহর ৮৬
দৈনন্দিন গল্প ৮৯
ভাবনা ৯১
স্মৃতি ৯৩
৯৪ মৃত্যু
৯৫ শুধু তুমি জানো কী চাই
৯৬ তুমি নেই বলে
৯৭ ইচ্ছে ছিল
৯৮ কষ্ট
১০০ বুকের ভেতর যত পুড়ি
১০২ নিশ্চুপ ক্যাকটাসের সাথে কোনো এক বিকেল
১০৪ সরল ভেবে সত্যকে বিকৃত

প্রাত্যহিকতা

মধ্যরাতে বালিশ সাজাই
পাশে, মাথায় আর পায়ের নিচে
বালিশ দিয়ে ঘর বানাই
বুকের কাছে লম্বা বালিশ তোমার মতো
গল্প করি
হাসতে চাই
একলা কাঁদি
একলা জাগি
একলা শুই।

নিরুদ্দেশে ভাসতে থাকি
ঘুমাতে চাই
স্বপ্নের ঘুমে
জেগে দেখি অন্যরকম
এলোমেলো
কাউকে কিছু হয় না বলা
হয় না করা ভিন্ন কিছু
হয় না বোঝা রাতের কথা
পাথর ভাষা শব্দগুলো।

বুকের ভেতর নিঃসঙ্গ আর নীরবতা
রাতটা ভাবি
উদ্ভট আর অবাস্তবে
অসুখ বিসুখ বৈরাগ্যতায়
বসার ঘরেই শুই আর
শোবার ঘরে অন্যরকম
এমন করে প্রতিটা দিন।

৮.১১.২০২৪

মানুষগুলো খুবই একা

মানুষ আসলে আজন্ম একা!

সঙ্গী নেই, সঙ্গে কেউ নেই
শুধু মনে মনে ভাবে একটা নীলিমা আছে
চাঁদ আছে, চাঁদের আবার জ্যোৎস্না আছে
ঢেউ খেলানো জল আছে
আকাশ সমান বুক আছে
বুকের ভেতর ভালোবাসার দাবি নিয়ে
কেউ তো আছে।

কেউ তো ডাকে
কাউকে ডাকে
তবে কেন একলা জাগে
এত দীর্ঘ বুকের মাঝে
শুধুই খরা, রক্ত ঝরা
সময়গুলো যাচ্ছে কেটে অস্থিরতায়
অস্থিরতার মানুষগুলো
খুবই একা।

সবার মনেই আকাশ আছে
সবার মনেই অথই নদী
বিশাল বিশাল পাহাড় আর উপত্যকা
সবার মনে একটা দাবি ভালোবাসার
সবাই কত কষ্ট নিয়ে জীবন কাটায়
তবে—সবাই কেন একলা জাগে
ঘুম না এলে?

ভালোবাসার সুখটা ভেবে
চমকে তাকায় চারদিকে
কোথাও যদি কিছু থাকে

আপন ভেবে নিজের কাছে
সেই ভাবনার ভিত কিছু নেই
যুগের দাবি পাল্টে গেছে
পাল্টে যায় সকল যুগেই।

চারদিকে কত দাবি, কত দেনা
সকল ভিড়ে মানুষ একা
ভেতর বাহির সকল স্থানে
মানুষগুলো শুধু একা
কোথাও কোথাও তবু তাকে জোগাতে হয়
যুগের দাবি, পথে হেঁটে
পথে থেকেও মানুষ একা
একা থাকে রঙ আর রূপে।

মানুষগুলো, মানুষ হয়েও খুবই একা।

২৪.১০.২০২৫

কিছুটা স্মৃতি, কিছুটা পাথর

কিছুটা স্মৃতি ছিল, কিছুটা পাথর
কিছুটা ঝুলছে বাতাসে, কিছুটা কার্নিশে।

যেটুকু লোকে বলে, কিছু কিছু লোক
দলে থেকেও তারা ভিন্ন, আলাদা দলে ভিন্ন তাদের সুখ
মিছিলের উঁচু সুর, নিচু সুর
সামনে অথবা পেছন, একই রকম থাকে না মোটেও
কিছু কিছু বিনাশে, কিছু কিছু বিন্যাস
মত আর মৃত্যুর মুখোমুখি মানুষ।

তাদের কান্না আর আর্তনাদ বাজে না দীর্ঘক্ষণ
বাতাসও তাদের ভাসিয়ে নিয়ে যায়
বিলোড়নের সুবিশাল সাগরে
তবুও কি মেনে নিতে হবে ভুলভাল জনতাকে
যারা যতটা এগিয়েছে কৌশলে
যাদের কৌশল মিশেছে জল ও জনতায়
তবু ক্রন্দন শুনতে পাই পাথরে, দেয়ালে, আগুনে
কিছু কিছু লোক যেভাবে পারে প্রতিবাদী হোক
কিছু কিছু পাথর যেভাবে পারুক গড়িয়ে যাক
তারা কিছুটা কুসুম হোক, কিছুটা ইস্পাত
শোক যার মিশে আছে, বুকের রক্ত আর অস্থিতে
সে তো জ্বলবেই জ্বরা আর ক্ষরায়।

তবুও পুড়ছে, কিছুটা স্মৃতি, কিছুটা পাথর।

২৫.১০.২০২৫

ভুল

কিছু কিছু ভুল করাটাই ভুল হয়েছে
ভুল হয়েছে ভুলগুলোকে বাড়তে দিয়ে
ভুলগুলো তো চোখের সামনেই
                    চারা হলো
                    বৃক্ষ হলো
                    ডালপালা ছড়িয়ে দিয়ে
                    ফল দিয়েছে
এখন তারা অন্য ভুলের জন্ম দিচ্ছে।

কিছু কিছু ভুল করাটাই ভুল হয়েছে
ভুল হয়েছে ভুল মানুষের সাথে মিশে
ঘৃণা করি
যা কিছু আজ হয়েছে ভালো, ঐ মানুষের সাথেই মিশে
ভালোবাসি।

কিছু কিছু ভুল করাটাই ভুল হয়েছে
কিছু কিছু ভুল আছে যা
ছোট্ট জীবন নষ্ট হলেও
যায় না ভোলা।

কিছু কিছু ভুল করাটাই ভুল হয়েছে
কিছু কিছু ভুল আছে যা
ছোট্ট হলেও
অনেক জ্বালা
যায় না ভোলা।

এমন অনেক ভুল আছে যা
ভুল করাটাই, মহা ভুলের
জীবন গেলেও যায় না মুছে

কিছু কিছু ভুল করাটাই ভুল হয়েছে।

১১.১০.২০২৫

জীবনের পরিমাপ

একটা জীবন কত বড় হলে
বলবে তুমি বড়
জীবনের হাসি গান ইচ্ছেগুলো দিয়ে
আর কতটা পথ বানাব
কতটা পথ বানালে তুমি আসবে চলে
এই হৃদয়ের অতি কাছে—কাছাকাছি
পথ ও পীপাসায়।

গাঙচিল যেভাবে উড়ে সমুদ্রের বিশালতায়
তিলে তিলে গড়ে তোলে পথ
জল ও আকাশের সীমানা ঘেঁষে
ঠিক সেইভাবে ডানায় উড়ে উড়ে
মন ও মননের সূক্ষ্ম কারুকাজে
গড়ে উঠেছিল আমাদের অমৃতালয়।

প্রতি সন্ধ্যা ও রাত্রির মোহনায়
ছিল অতিশয় পথচলা বড় জীবনের প্রত্যাশায়
জ্যোৎস্নায় ছিল কফির চুমুক
পেছনে রেখে জীবন ও জীবিকার প্রাত্যহিক মিছিল
কথার ক্যানভাসে কেটে যেত কতটা পরাজয়
ঠিক সেইভাবে দুজনে মিলে নির্মাণ
করেছি কতটা আসমানের—
তারারা জানে, জানে রাত্রির মৃদুমন্দ বাতাস।

শুধু উড়িনি বাতাসে
উড়ায়েছি পাখা জীবনের সকল মঙ্গল ভালোবেসে
আমরা দুজন কতবার হারিয়ে গেছি ফসলের মাঠে
কতবার পুকুরের বাঁধানো ঘাটে দুপুরের আলস্যে
গাছের ডালে নৃত্যের মোহনীয় তালে
সেখানে ছিল জীবনের মানে

মুক্ত জীবনের গদ্য ছুঁয়ে ছুঁয়ে
অনিশ্চিত জীবনের ফেরারী আহ্বান।

সামাজিক শৃঙ্খলে জড়ানো ছিল জীবনের গান
মৌনতার সীমানা সবটুকু ভুলে
ভুলে ছিল জীবনের সুধা
মোহনীয় তাল, মৌতাত জীবনের
রঙঢং গল্প ফেলে, সম্পদে ও সৌরভে
কাটিয়েছি লক্ষাধিক সময়ের স্বাদ।

একটা জীবন কত বড় হলে
বলবে তুমি বড়
মানুষের ভাষায় কাটিয়ে এসেছি জীবনের রঙ
মূল ভাষা যদিও পাখির
জীবনের মূল গল্প ফেলে কখনো পাখির
কখনো মানুষের, কখনো পতঙ্গের মতো
গল্প সাজিয়েছি ফানুসের অন্তরালে
মনুষ্য জীবন কতটা গল্পে সাজে
যতটা আমরা সাজিয়েছি শরীর ও সারল্যে।

হারানো জীবনের ঘ্রাণ দিয়ে সাজিয়ে নিয়েছি
যৌবনের আহ্বান, বিপুলা পৃথিবীর সকল
সম্ভাবনা ফেলে আমরা ঘুরেছি পুরাতন
পৃথিবীর চর্চাপদ থেকে নতুন পৃথিবীর
চাষাবাদ। এখানে ভোরের আলোয় ছিল
সম্মিলিত আহ্বানের নতুন পৃথিবী
আমরা পাশাপাশি দাঁড়িয়েছি,
দাঁড়িয়েছি জীবনের মৌল সন্ধানের অভিপ্রায়ে।

একটা জীবন কত বড় হলে
বলবে তুমি বড়
ইচ্ছে ছিল ডানায় ভর দিয়ে আমরা পৌঁছে যাব

যেখানে পৌঁছালে আমরা বুঝব—
গন্তব্যের শীতলতা
জীবনের পরিমাপ
ভুল চাষাবাদের চর্চিত উৎসব
হৃৎপিণ্ডের গ্রন্থিল উচ্চারণ
আর স্বপ্নের সক্ষমতা।

২৪.১০.২০২৫