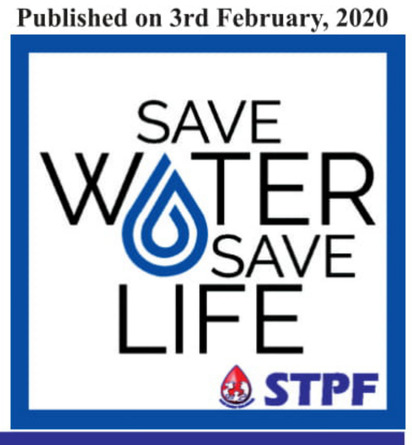
মানবিক মূল্যবোধ ও সমাজ সচেতনতার দীপ্ত দর্পণ

সুমধ্যমা

সবার মাঝে, সবের মাঝে

Postal Registration No. Kol RMS/474/2019-21

Published on 3rd February, 2020



February, 2020 Volume-V, Issue-XII | 8 Pages, Rs. 2.00 | Regd. No-WBBEN/2015/63375

এক পলকে দেশ

নাম বদল

নয়াদিল্লি-কলকাতা বন্দরের ১৫০ বছর পূর্তির অনুষ্ঠানে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর ঘোষণা, শ্যামাপ্রসাদ মুখোপাধ্যায়ের নামে বন্দরের নামকরণ করা হল।

হালকা এন এস জি

নয়াদিল্লি-প্রথমে গান্ধী পরিবার এরপর দেশের ভি আই পি-দের নিরাপত্তার দায়িত্ব থেকে সরিয়ে দেওয়া হচ্ছে এন এস জি কমান্ডোদের।

ওয়াই ব্রেক

নয়াদিল্লি-কেন্দ্রীয় সরকার এবং কর্পোরেট কর্মীদের এবার কাজের ফাঁকে পাঁচ মিনিটের যোগবিরতি 'ওয়াই-ব্রেক প্রোটোকল' চালু করতে চলেছে আয়ুষ মন্ত্রক।

শীর্ষে নাড্ডা

নয়াদিল্লি-ছাত্র রাজনীতি থেকে উঠে আসা জগৎ প্রকাশ নাড্ডার হাতে উঠল বিজেপির ব্যাটন। অমিত শাহের পর দলের একাদশতম সভাপতি হলেন তিনি।

সুপরামর্শ

নয়াদিল্লি-সাংসদ বা বিধায়ক পদ খারিজের অধিকার স্পিকারের হাতে থাকা উচিত কি না তা বিবেচনা করে দেখতে সংসদকে পরামর্শ দিল সুপ্রিম কোর্ট।

শাহের সাফ কথা

নয়াদিল্লি-স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ স্পষ্ট করে জানিয়েদিলেন, সি এ এ প্রত্যাহার করা হবে না। যতই বিরোধিতা হোক না কেন সরকার পিছু হঠবে না।

বেশি কর ভাল নয়

নয়াদিল্লি-বাজেট পেশের প্রারম্ভে দেশের প্রধান বিচারপতি মন্তব্য করলেন, নাগরিকদের ওপর বেশি করের বোঝা চাপানো এক ধরনের 'সামাজিক অবিচার।'

অবনমন

নিজস্ব প্রতিনিধি-ইকনমিস্ট ইন্টেলিজেন্স ইউনিট (ই আই ইউ)-র দাবি নাগরিক স্বাধীনতা সংকুচিত হওয়ার কারণে গণতন্ত্র সূচকে ভারতের গণতন্ত্র সূচক ৬১ থেকে ৫১-তে নেমে এসেছে।

চেতনায় বিজ্ঞান, মননে ধর্মের মিলন

গঙ্গাসাগরে মকর সংক্রান্তির ভিড়

নিজস্ব চিত্র

সঞ্জীব আচার্য্য—সূর্য কিরণে অবগাহন করে দেহের পুষ্টির শক্তিসাধন করতেই মকর সংক্রান্তির পূণ্যস্নান চলে আসছে আবহমানকাল ধরে। সুদূর অতীতেও বিজ্ঞানকে মানুষ বিভিন্ন ধর্মসাধনের মধ্যে দিয়ে ব্যবহার করে জীবনকে সুস্থ ও সবল রাখার প্রয়াস চালাত। মকর সংক্রান্তির অনুষ্ঠান এককথায় বিজ্ঞানভিত্তিক ধর্মাচরণ। আমাদের দেশে বিভিন্ন অঞ্চলে মকর সংক্রান্তি বিভিন্ন আঞ্চলিক নামে খ্যাত। যেমন—পোঙ্গল, লহরি, উত্তরায়ন, মাঘী, বিহু ও কিচ্‌দি। মকর সংক্রান্তি শুধুমাত্র উৎসব নয়, গোটা বিষয়টিই বিজ্ঞানভিত্তিক। যেহেতু বিজ্ঞানের কোনও নির্দিষ্ট সীমারেখা নেই। সে কারণেই মকরসংক্রান্তিকে শুধুমাত্র ধর্মীয় উৎসব বলাটা ভুল হবে। এটি একটি সম্পূর্ণ বিজ্ঞানভিত্তিক ধর্মাচরণ।

জ্যোতির্বিজ্ঞানের সূত্রানুযায়ী সূর্যের অবস্থান বিভিন্ন নক্ষত্রপুঞ্জের মধ্যে। সূর্যকিরণের মধ্যে রয়েছে প্রচুর পরিমাণে ভিটামিন ডি। শীতের দিনে মানুষের জন্য সূর্যকিরণ একটি অপরিহার্য উপাদান। ডিসেম্বর মাস থেকে শুরু করে মার্চ মাস পর্যন্ত সূর্যের কিরণের গুণগত মান তুলনামূলক বেশি থাকে। শীতকালে তিন মাস ধরে সূর্যকিরণের প্রভাবে মানুষ যতটা পরিমাণ ভিটামিন ডি গ্রহণ করে বা সঞ্চয় করে তা দিয়ে একবছর ধরে মানুষ কাজ চালিয়ে যেতে পারে। পৃথিবী এবং সূর্যের অবস্থান অনুযায়ী একেকটি রাশির ভিন্ন ভিন্ন গুণাবলী বর্তমান। রাশির এই পৃথক চারিত্রিক বৈশিষ্ট্যের প্রভাবের কারণেই শীতকালে সূর্যের কিরণের গুরুত্ব সব থেকে বেশি হয়। পাশাপাশি মকর সংক্রান্তি বা পৌষ পার্বণে তিল দিয়ে তৈরি বিভিন্ন প্রকার খাদ্য আমরা গ্রহণ করে থাকি। এর পেছনেও রয়েছে বিজ্ঞানের অমূল্য দান। কারণ তিলের মধ্যে থাকে প্রচুর পরিমাণে ক্যালসিয়াম। প্রতি ১০০ গ্রাম তিলে রয়েছে ৯৭৫ মিলিগ্রাম করে ক্যালসিয়াম, যেখানে দুধে আছে ১২৫ মিলিগ্রাম ক্যালসিয়াম। একদিকে ভিটামিন ডি আর অন্যদিকে ক্যালসিয়াম জাত খাদ্য গ্রহণ মানুষকে তরতাজা এবং অনেক অস্থিরোগ থেকে মুক্ত রাখতে সাহায্য করে।

এবার আসা যাক, ভিটামিন ডি এবং তার উৎস নিয়ে দু'চার কথায়। মানুষের দেহে ক্যালসিয়ামের মাত্রা, ফসফরাস এবং অস্থির মধ্যে খনিজায়নকে সমৃদ্ধ করতে ভিটামিন ডি হল হরমোন অনুসারী। বিভিন্ন প্রকার কোষের ভেতরে থাকে ভিটামিন ডি। সূর্যকিরণ হল ভিটামিন ডি-এর একটি গুরুত্বপূর্ণ উৎস। দেহের ত্বক এবং কিডনি সূর্যকিরণ থেকে ভিটামিন ডি গ্রহণ করতে সক্ষম। কিন্তু বিভিন্ন খাদ্যদ্রব্যে ভিটামিন ডি-এর পরিমাণ অত্যন্ত কম থাকে। ভিটামিন ডি থেকে তৈরি হতে পারে বহুমুখী ভিটামিন ডি এবং এর আনুষাঙ্গিক।

ভিটামিন ডি-এর অভাবে অস্থির ঘনত্ব কমতে থাকে যা পরবর্তী সময়ে অস্টিওপোরেসিস নামে আত্মপ্রকাশ করে। অত্যধিক মাত্রায় ভিটামিন

এরপর ২-এর পাতায়

খাবার থেকে অসুস্থতার বিভিন্ন প্রকার

নিজস্ব সংবাদদাতা-দেখে এবং বুঝে খাবার খান, অসাবধানতার জন্য খাদ্য থেকে বিষক্রিয়া হতে পারে। মূলত খাদ্য ও পানীয়তে যদি ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া, ভাইরাস অথবা প্যারাসাইট থাকে, তবেই অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা থেকে যায়। এসব ঘটনা হামেশাই ঘটছে। আমেরিকাতে প্রতি বছরে প্রায় এক কোটি মানুষ খাদ্যজনিত বিষক্রিয়ার শিকার হন। অনেক খাদ্যের মধ্যেই ক্ষতিকারক জিনিস থেকে যায় কিন্তু তা তাপের সংস্পর্শে এলে নষ্ট হয়ে যায়।

যাইহোক, খাদ্যে বিষক্রিয়া থেকে বাঁচতে গেলে স্বাস্থ্যসম্মত কিছু বিধিকে স্বভাবজাত করে নিতে হবে। যেমন—খাবার মজুত করতে হবে সঠিকভাবে। কাঁচা মাংস বা মাছ ফ্রিজের একদম নীচের রেকে রাখুন এবং রান্নার আগে ভাল করে ধুয়ে নিতে হবে। খাদ্যগ্রহণের আগে হাত ভাল করে পরিষ্কার করে নিতে হবে। অনেক সময় রান্না করা খাবারও নষ্ট হয়ে যায় এবং তা খেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়েন অনেকে। খাবারের যেমন বিভিন্ন প্রকার, তেমনি খাদ্যজনিত বিষক্রিয়াও বহুরকম হতে পারে। খাদ্যজনিত বিষক্রিয়ার লক্ষণগুলো হল—পেটে ব্যথা এবং কুঁকড়ে যাওয়া। প্রায় প্রত্যেকেরই এই অভিজ্ঞতা রয়েছে। পেট ফুলে যাওয়া। এই অসহ্য অবস্থা থেকে ভুক্তভোগীরা চান দ্রুত সুস্থ হতে।

ডায়েরিয়াতে ডি হাইড্রেশনের বিষয়টি খুব মারাত্মক আকার নেয়। ঘন ঘন পায়খানার বেগ পায়। রোগিদের এই অবস্থায় বারে বারে প্রচুর পরিমাণে ফ্লুইড নিতে হবে। খাদ্যে বিষক্রিয়া জনিত অসুস্থতায় মাথা ব্যথাটাও থাকে। এছাড়া বমিও হতে পারে। সারা শরীরকে দুর্বলতা গ্রাস করে নেয়। এছাড়া জ্বরও হতে পারে। কারও আবার দেহ ঠান্ডা হয়ে যায়, কাঁপুনি আসে। খাদ্যে বিষক্রিয়া হলে দেহ থেকে সাইটোকিনস নামক একরকম রাসায়নিক পদার্থ নির্গত হয়। যার ফলে রোগি ক্লান্ত এবং দুবল হয়ে পড়ে। এছাড়া মাংসপেশীতে ব্যথা এই রোগের একটি চারিত্রিক লক্ষণ।

এক পলকে রাজ্য

আবর্জনাতেও রবীন্দ্রনাথ

নিজস্ব প্রতিনিধি-বাড়ি বাড়ি বাঁশি বাজিয়ে জঞ্জাল নেওয়ার দিন শেষ। এবার জঞ্জালের গাড়িতে বাজবে রবীন্দ্র সংগীত, 'খোল দ্বার খোল' অথবা 'ব্যর্থ প্রাণের আবর্জনা' প্রভৃতি গান। শুরু হচ্ছে হাওড়া পুরসভা থেকে।

রোবট দিয়ে চিকিৎসা

নিজস্ব প্রতিনিধি-এস এস কে এম হাসপাতালে চালু হচ্ছে রোবটিক সার্জারি। তিন মাসের মধ্যে এই প্রকল্প চালু হবে। পূর্ব ভারতের প্রথম রোবটিক সার্জারি সিস্টেম।

হপ্তার বদলে মাস

নিজস্ব প্রতিনিধি-রেশন ব্যবস্থায় পরিবর্তন আনছে রাজ্য সরকার। এবার সপ্তাহের বদলে চার সপ্তাহের রেশন মাসে একেবারে দেওয়া হবে।

সৌর বিদ্যুতে ৭৫০ কোটি

নিজস্ব প্রতিনিধি-জার্মান সংস্থা রাজ্যে উপকূলবর্তী এলাকায় সৌর বিদ্যুত প্রকল্প গড়ার জন্য ৬০০ কোটি টাকা ঋণ মঞ্জুর করেছে। এই প্রকল্পে রাজ্য দেবে ১৫০ কোটি টাকা। কাজ দ্রুত শুরু হতে চলেছে।

এগিয়ে কলকাতা

নিজস্ব প্রতিনিধি-মরনোত্তর অঙ্গ দানে গতি পাচ্ছে কলকাতা। নতুন বছরের কুড়ি দিনে অঙ্গদানের সংখ্যা হয়েছে চার। ২০ জানুয়ারিতে একজনের অঙ্গদানের ফলে চারজন নতুন জীবন পেলেন।

নেই রাজ্যপাল

নিজস্ব প্রতিনিধি-কলকাতা বিশ্ব বিদ্যালয়ের সমাবর্তন অনুষ্ঠানের আমন্ত্রণপত্রে রাজ্যপাল তথা আচার্য্য জগদীপ ধনকড়ের নাম নেই। শিক্ষামন্ত্রী জানান, সমাবর্তনে আচার্য্যকে থাকতেই হবে এমন কোন বাধ্যবাধকতা নেই।

কুপোকাৎ

নিজস্ব প্রতিনিধি -বাঁকুড়ার সারেঙ্গায় ফতেডাঙ্গা গ্রামে ২২ জানুয়ারি বিকেলে হঠাৎ হুড়মুড়িয়ে ভেঙ্গে

পড়ল ৭ লক্ষ লিটারের জলাধার। এই ঘটনাটির তদন্ত হচ্ছে। চার বছর আগে জলাধারটি নির্মাণ করা হয়েছিল।

এখানে - ওখানে

বাগনানে সচেতনতা শিবির

থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা শিবির শেষে সৌজন্য বিনিময় নিজস্ব চিত্র

নিজস্ব প্রতিনিধি-বাগনানের সন্দাইলে বিশ্ব যুব দিবসে বিবেকানন্দের জন্মদিনকে সামনে রেখে ১২ জানুয়ারি বিবেকানন্দ শিশু কল্যাণ সমিতির উদ্যোগে এবং সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সহযোগিতায় সাড়ম্বরে অনুষ্ঠিত হল থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা শিবির। শিবিরের শুরুতে উদ্বোধনী সংগীত পরিবেশন করেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের পৃষ্ঠপোষক শিল্পী আবির চট্টোপাধ্যায়। অনুষ্ঠানে স্বামী বিবেকানন্দের ভাবাদর্শকে সামনে রেখে মারণরোগ থ্যালাসেমিয়া রোধে দলমত নির্বিশেষে সমস্ত মানুষকে সচেতন করতে বক্তব্য রাখেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। তিনি বলেন, যুবসমাজকেই এগিয়ে আসতে হবে থ্যালাসেমিয়ার মতো মারণরোগকে প্রতিহত করার ব্রত নিয়ে। যুবসমাজকেই হতে হবে মূল চালিকা শক্তি। শিবিরে থ্যালাসেমিয়ার ওপর ক্যুইজ প্রতিযোগিতা করেন সংগঠনের সদস্য শরদিন্দু চট্টোপাধ্যায়। ক্যুইজ শেষে বিজয়ী প্রতিযোগীদের হাতে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশনের পক্ষ থেকে স্মারক তুলে দেওয়া হয়।

তরুণ তীর্থের প্রয়াস

নিজস্ব প্রতিনিধি-কলকাতা কেশব সেন স্ট্রিটে বিবেকানন্দের ১৫৭ তম জন্মদিন উপলক্ষ্যে ১২ জানুয়ারি তরুণ তীর্থ ক্লাবের উদ্যোগে একটি রক্তদান উৎসবের আয়োজন করা হয়। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন তরুণ তীর্থ ক্লাবের সভাপতি ও বিশিষ্ট সমাজসেবী প্রবন্ধ রায়, চেয়ারম্যান সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্যসহ বিশিষ্ট ব্যক্তিবর্গ।

কাশীপুরে স্বাস্থ্যশিবির

নিজস্ব প্রতিনিধি-কাশীপুর প্রুডেনশিয়াল ওয়েলফেয়ার অ্যাসোসিয়েশনের উদ্যোগে ১২ জানুয়ারি স্বামী বিবেকানন্দের জন্মদিনে অনুষ্ঠিত হয় স্বাস্থ্য শিবির।

এই স্বাস্থ্য শিবিরের আয়োজক ছিল সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন। অনুষ্ঠানে আমন্ত্রিত অতিথি হিসেবে বক্তব্য রাখেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য।

কাননদা চলে গেলেন

নিজস্ব প্রতিনিধি-সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের একনিষ্ঠ সদস্য কানন কুমার মণ্ডল (৮৬) প্রয়াত হয়েছেন ৯ জানুয়ারি। তিনি ছিলেন অকৃতদার। তাঁর মৃত্যুতে গভীর শোক জ্ঞাপন করেছেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সকল সদস্য। ৯ জানুয়ারি, বৃহস্পতিবার সন্ধ্যায় তাঁর নশ্বর দেহ শ্যাম বাজারের মোহনলাল স্ট্রিটের বাড়িতে এলে, সেখানে পুষ্পস্তবক দিয়ে শেষ শ্রদ্ধা জানান সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সদস্যরা। এদিন সন্ধ্যায় সংগঠনের সাধারণ সভাতেও তাঁর মৃত্যুর প্রতি শ্রদ্ধা জানিয়ে শোকজ্ঞাপন করা হয়। সদা মৃদুভাষী, সংগঠনপ্রেমী কানন কুমার মণ্ডলের বিয়োগে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন হারাল এক দক্ষ সংগঠককে।

প্রয়াস-এর উদ্যোগ

নিজস্ব প্রতিনিধি-বাগবাজার প্রয়াসের উদ্যোগে স্বামী বিবেকানন্দের জন্মদিন ১২ জানুয়ারিতে অনুষ্ঠিত হল রক্তদান উৎসব। শিবিরে এলাকার প্রচুর উৎসাহী মানুষ অংশগ্রহণ করেন এবং রক্ত দেন। রক্তদানের সার্থকতা নিয়ে বক্তব্য রাখেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। তিনি বলেন, রক্তদান এক মহৎ কর্মসূচী, মানুষের জীবন বাঁচাতে প্রত্যেকটি সুচিন্তিত নাগরিকের উচিত স্বেচ্ছায় রক্তদান করা।

অঙ্কন ও আবৃত্তি প্রতিযোগিতা

নিজস্ব প্রতিনিধি-প্রতি বছরের মত এবারও ৯ ফেব্রুয়ারি মনীন্দ্র চন্দ্র কলেজের কাছে শান্তি ঘোষ স্ট্রিটের চিলড্রেনস পার্কে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের উদ্যোগে অনুষ্ঠিত হবে সারা বাংলা বসে আঁকো ও আবৃত্তি প্রতিযোগিতা। থ্যালাসেমিয়া ও এইডস নিয়ে জনসচেতনতা বৃদ্ধি করাই সংগঠনের প্রধান কাজ হলেও সারা বছর ধরে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন বিভিন্ন সামাজিক অনুষ্ঠানও করে থাকে।

আমহার্স্ট স্ট্রিটে যুব দিবস পালন

নিজস্ব প্রতিনিধি-৩৮ নং তৃণমূল ব্লক কংগ্রেসের উদ্যোগে আমহার্স্ট স্ট্রিটের পঞ্চানন ঘোষ লেনে ১২ জানুয়ারি সাড়ম্বরে স্বামী বিবেকান্দের জন্মদিন

উদ্‌যাপন করেন ব্লক কংগ্রেসের কর্মীবৃন্দসহ এলাকার স্থানীয় মানুষ। অনুষ্ঠানে আমন্ত্রিত অতিথি হিসেবে স্বামী বিবেকানন্দের ওপর বক্তব্য রাখেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য।

ময়নায় সচেতনতা শিবির

নিজস্ব প্রতিনিধি-সারদা ডায়াগনস্টিক পয়েন্টের উদ্যোগে এবং সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সহযোগিতায় পূর্ব মেদিনীপুরের ময়নায় ১ জানুয়ারিতে অনুষ্ঠিত হল থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা শিবির এবং থ্যালাসেমিয়া রক্তবাহক পরীক্ষা। শিবিরে থ্যালাসেমিয়ার ওপর মূল বক্তব্যটি রাখেন সংগঠনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। থ্যালা সেমিয়া নিয়ে ক্যুইজ পরিচালনা করেন সংগঠনের সদস্য শরদিন্দু চ্যাটার্জি। শিবিরে উপস্থিত ছিলেন ডায়াগনস্টিক পয়েন্টের কর্ণধার জয়ন্ত ভৌমিক।

গুচ্ছ অনুষ্ঠান

নিজস্ব প্রতিনিধি-প্রজাতন্ত্র দিবসের দিন পাল স্ট্রিটের রক্তদান ও বসে আঁকো প্রতিযোগিতা, শ্যামপার্কে ফুটবল টুর্ণামেন্ট, বিধান সরণী হর্কাস ইউনিয়নের রক্তদান উৎসব, উজ্জ্বল সংঘের স্বাস্থ্য শিবির এবং রক্তদান উৎসবে উপস্থিত হয়ে বক্তব্য রাখেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য।

চেতনায় বিজ্ঞান, মননে ধর্মের মিলন

প্রথম পাতার পর

ডি-এর অভাবে অস্থির ভঙ্গুর দশা সৃষ্টি হয়। সামান্য আঘাতে হাড় ভেঙে যায় বা বেঁকে যায়। হাড়ের ব্যথা ও পেশির দুর্বলতা সবল হয়ে ওঠে (মায়োপ্যাথি)। হার্টও কমজোর হয়ে যায়। ফলে অস্থিজনিত কর্কট রোগ, ডায়াবেটিস, অ্যালজাইমার্স, সিজো ফ্রেনিয়াতে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। প্রথাগতভাবে ভিটামিন ডি-এর অভাবে রিকেট রোগ হতে পারে। এই রোগ হলে অস্থির কোষগুলোর সঠিকভাবে খনিজায়ন হয় না। দুর্বল হাড়ের প্রভাবে অঙ্গপ্রত্যঙ্গের বিকৃতি, মস্তিষ্কের বিকৃতায়ন ঘটে। সুতরাং শক্তিশালী অস্থি গঠনে ভিটামিন ডি-এর জুড়ি নেই। শরীরের ভেতরের খাদ্য থেকে ক্যালসিয়াম গ্রহণ করে ভিটামিন ডি সবল দেহ গঠনে মুখ্য ভূমিকা গ্রহণ করে। চিকিৎসাবিজ্ঞানের ক্রমোন্নতিতে ভিটামিন ডি-এর অভাবজনিত রোগগুলোকে এখন প্রতিহত করে কিছু কিছু ক্ষেত্রে আরোগ্যের স্পর্শ দেওয়া সম্ভব হচ্ছে।

হিন্দুদের অধিকাংশ উৎসবই চন্দ্রের অবস্থান নির্ভর করে পালন করা হয়। ব্যতিক্রম শুধু মকর সংক্রান্তি। মহাকাশে সূর্যের মকর রাশিতে প্রবেশের প্রারম্ভিক দিনটিতেই পালিত হয় মকর সংক্রান্তি। হিন্দুদের বিভিন্ন উৎসব তিথি অনুযায়ী হেরফের হয় কিন্তু মকর সংক্রান্তির তারিখের মধ্যে ব্যবধান হয় না বললেই চলে। স্বাভাবিকভাবে ১৩-১৫ জানুয়ারির মধ্যেই মকর সংক্রান্তি পালিত হয়। মকর সংক্রান্তিতে দেশের বিভিন্ন জায়গায় ঘুড়ি ওড়ানোর প্রথা চালু রয়েছে। এর পেছনেও রয়েছে বৈজ্ঞানিক ভিত্তি। মকর সংক্রান্তিতে ঘুড়ি ওড়ানোর প্রথাটি এখন আর আমাদের দেশের মধ্যে সীমাবদ্ধ নেই। পাশ্চাত্যের বিভিন্ন দেশেও এই সময় ঘুড়ি ওড়ানো হয়। এটা শুধুমাত্র একটি আনন্দের বিষয় নয়, এর পেছনে রয়েছে সুসংবদ্ধ স্বাস্থ্যগঠনের বিষয়টি। সকালের সূর্যকিরণের মধ্যে দাড়িয়ে ঘুড়ি ওড়ালে হাত, পা, চোখ প্রভৃতি অঙ্গপ্রত্যঙ্গের সুচালনা হয় এবং প্রচুর পরিমাণ ভিটামিন ডি গ্রহণ করা সম্ভব হয়। ফলে শীতকালে বিভিন্ন কারণে অসুস্থতার যে লক্ষণগুলো দেখা যায়, তার প্রভাব থেকে মুক্ত হওয়া সম্ভব হয়। ঘুড়ি ওড়ানোর মত একটি উৎসব পালনের মধ্য দিয়ে একদিকে সূর্যকিরণ গায়ে মেখে নেওয়ার সঙ্গে তিল জাত মিষ্টি গ্রহণ এবং ঘুড়ি ওড়ানো—এই তিনটি উপাদানই মানুষকে বিজ্ঞানসম্মত উপায়ে সুস্থ ও সবল রাখতে সাহায্য করে। মকর সংক্রান্তির উৎসব পালনের মধ্যে দিয়ে আমরা শীতের দিনে সারা বছরের জন্য শক্তি সঞ্চয়ের কাজটি সুচারুরূপে করে থাকি। সঙ্গে সঙ্গে বসন্তকে আহ্বান করি। কৃষকেরা নব উদ্যমে নতুন ফসল বোনার অঙ্গীকারকে সঙ্গে করে মাঠে নামে।

পূর্ণ সতেজতা নিয়ে দীর্ঘায়িত সুস্থ জীবনের পরিচর্যাকে সচল রাখতেই মকর সংক্রান্তির বিভিন্ন আচার অনুষ্ঠান পালন করা উচিত। কারণ এর প্রত্যেকটি উপাচারের মধ্যেই নিহিত রয়েছে বিজ্ঞানসম্মত উপায়ে সুস্থ জীবনের ধ্যানকে সচল রাখা।

ভ্রম সংশোধন

সুমধ্যমা পত্রিকার জানুয়ারি ২০২০ সংখ্যায় সংবাদ এবং ছবিতে 'সাংসদ সুব্রত ভট্টাচার্য্য' লেখা হয়েছিল। এই অনিচ্ছাকৃত ভুলের জন্য আমরা দুঃখিত।

পৃষ্ঠা-২

JR
JYOTEE
BASMATI RICE

Available 1Kg, 5Kg, 10Kg, 15Kg
20Kg, 25Kg, 50Kg

Marketed by :
Karu International
A HOUSE OF EXPORT & IMPORT

13, Madanmohantala Street, Kolkata - 700 005
West Bengal, India
E-mail ; karuinternational2016@gmail.com

For Door to Door Delivery & Trade Enquiry
Office : 98307 52121, 98300 52800, 98301 52800
North Kolkata : 91630 76734
South Kolkata : 98365 85695

চিনকে টপকে

রাষ্ট্রপুঞ্জ-নতুন বছরের প্রথম দিনেই রেকর্ড করল ভারত। ইউনিসেফের তথ্য বলছে, পয়লা জানুয়ারির দিন গোটা বিশ্বে ৩ লাখ ৯২ হাজার ৭৮টি শিশুর জন্ম হয়েছে। এর মধ্যে ৬৭ হাজার ৩৮৫টি শিশুই জন্মেছে ভারতে। এর ফলে জনসংখ্যা বৃদ্ধিতে প্রথম স্থান দখল করেছে ভারত। চিনও আমাদের থেকে অনেক পিছিয়ে। সংখ্যাটি হল, ৪৫,২৯৯।

মৃত ৮ ভারতীয়

কাঠমান্ডু-নেপালের একটি রিসর্ট থেকে উদ্ধার হল ৮ ভারতীয় পর্যটকের দেহ। মৃতেরা কেরলের বাসিন্দা। চিকিৎসকরা জানান, শ্বাসরোধ হয়ে তাঁদের মৃত্যু হয়েছে। গ্যাস হিটার থেকেই এই দুর্ঘটনা ঘটেছে।

আকাশবার্তা

ওয়াশিংটন-পাকিস্তানের আকাশ সীমার মধ্যে ওড়ার সময় সতর্ক থাকার বার্তা দিল আমেরিকার উড়ান নিয়ামক সংস্থা। পাকিস্তানের সন্ত্রাসবাদী কার্যকলাপের ফলে পাক আকাশ সীমায় বিপদ বাড়ছে।

ট্রাম্পের ক্ষমতা কমালো হাউস

ওয়াশিংটন-মার্কিন প্রেসিডেন্ট ডোনাল্ড ট্রাম্প একাই কি ইরানের বিরুদ্ধে সব সিদ্ধান্ত নেবেন? হাউস অব রিপ্রেজেন্টটিভসে সিদ্ধান্ত হল, ট্রাম্পকে কংগ্রেসের অনুমতি নিতে হবে। হোয়াইট হাউস থেকে এই প্রভাবকে 'হাস্যকর' এবং 'বিভ্রান্তকর' বলা হয়েছে।

করোনা ভাইরাস

বেজিং-করোনা ভাইরাসের আক্রমণে চিনে নিউমোনিয়াতে আক্রান্ত হয়েছেন অনেক মানুষ। চিনে ১৮ বছর আগে এরকম ঘটনা ঘটেছিল। ভাইরাসটি চিনে প্রথম ধরা পড়ে গত ডিসেম্বরে উহান শহরে। ফলে এর নাম হয়েছে 'উহান ভাইরাস।' ইতিমধ্যেই চিনে এই ভাইরাস ঘটিত রোগে দিনের পর দিন মৃত্যুর সংখ্যা বেড়ে চলেছে। আক্রান্ত তিনশোর বেশি মানুষ। 'সিভিয়ার অ্যাকিউট রেসপিরেটরি সিনড্রোম' সৃষ্টিকারী সার্স ভাইরাসের সঙ্গে এই 'উহান ভাইরাস'-এর অনেক মিল।

ইরানে বিমান দুর্ঘটনা

তেহরানে বিমান দুর্ঘটনায় মৃতদেহের সারি।

তেহরান-বিমানকর্মী সহ ১৭৬ জন যাত্রী নিয়ে ইরানে ভেঙ্গে পড়ল ইউক্রেনের একটি বিমান। ইরানের সরকারি টেলিভিশন জানিয়েছে, বিমানে সাতটি দেশের নাগরিক ছিলেন। দুর্ঘটনায় সকলেই প্রাণ হারিয়েছেন। ইরান এবং আমেরিকার মধ্যে চলতি সংঘাতের পরিবেশে বিমান ভেঙে পড়ার ঘটনাতেও রাজনীতি জড়িয়ে গিয়েছে। অন্যদিকে, নাশকতার আশঙ্কা উড়িয়ে দিচ্ছে না ইউক্রেন। এই বিমান দুর্ঘটনাকে কেন্দ্র করে ইরানকে অন্যান্য দেশগুলি সন্দেহের চোখে দেখছে।

বাজেয়াপ্ত বই

ইসলামাবাদ-পাকিস্তানের প্রয়াত স্বৈরাচারী সাময়িক শাসক জিয়াউল হকের ওপর বই লিখেছিলেন পাকিস্তানি লেখক ও সাংবাদিক মহম্মদ হানিফ। হানিফের অভিযোগ, করাচিতে প্রকাশকের দফতরে হানা দিয়ে পাক গুপ্তচর সংখ্যা আই এস আই বইটি বাজেয়াপ্ত করেছে।

প্রয়াত প্রতীতি দেবী

ঢাকা-ঢাকার হাসপাতালে মারা গেলেন চলচ্চিত্রকার ঋত্বিক ঘটকের যমজ বোন প্রতীতি দেবী। তাঁর বয়স হয়েছিল ৯৫।

সাগরপারের টুকিটাকি

আমেরিকায় ঝড়

ওয়াশিংটন-আমেরিকার দক্ষিণাংশে প্রবল ঝড়ে মৃত্যু হল ১১ জনের। বৃষ্টির জেরে বিদ্যুৎ সংযোগ ছিন্ন হয়েছে ব্যাপক এলাকায়। বহু ঘরবাড়ি ভেঙ্গেছে। বাতিল হয়েছে অনেক উড়ান।

নতুন শব্দের ঠিকানা

লন্ডন-অক্সফোর্ড লার্নারস ডিক শনারিতে এবার ২৬টি নতুন 'ভারতীয় ইংরেজী শব্দ' জায়গা পেয়েছে। এগুলি হল 'আধার', 'চাউল', 'ডাব্বা', 'হরতাল', 'শাদি'। এগুলো ইংরেজি শব্দ নয় কিন্তু বহু প্রচলিত। ডিকশনারির দশম সংস্করণ সদ্য প্রকাশিত হয়েছে। এতে মোট ৩৮৪টি ইংরেজি শব্দ রয়েছে যাদের জন্ম ভারতে। এবার হাজারটি নতুন শব্দ যোগ করা হয়েছে।

ইরানে কম্যান্ডার হত, শোকযাত্রায় পদপিষ্ঠ বহু

ইরানে কাসেম সোলেমানির শোকযাত্রায় মানুষের ঢল

বাগদাদ-মার্কিন বিমান হামলায় মৃত্যু হলো ইরানের শীর্ষ কম্যান্ডার সহ সাতজনের। বাগদাদে আন্তর্জাতিক বিমানবন্দরের সামনে ৩ জানুয়ারি ভোর রাতে ঘটনাটি ঘটে। হামলায় ইরানের বিপ্লবী গার্ডসের অভিজাত কুর্দ বাহিনীর জেনারেল কাসেম সোলেমানি ছাড়াও প্রাণ হারিয়েছেন তেহেরানের সমর্থনপুষ্ঠ ইরাকি মিলিশিয়া বাহিনীর পপুলার মবিলাইজেশন ফোর্সের উপ-প্রধান আবু মহদি আল-মুহান্দিস।

ইরানের 'শ্যাডো কমাণ্ডার' জেনারেল কাসেম সোলেমানিকে শুরু থেকেই 'জঙ্গি' বলে আসছে ওয়াশিংটন। এর পাল্টা হিসেবে মার্কিন প্রেসিডেন্ট ডোনাল্ড ট্রাম্পকে 'সুট পরা জঙ্গি' বললেন ইরানের মন্ত্রী মহম্মদ জাভেদ আজারি-হরোমি। অন্যদিকে, ইরানি পার্লামেন্ট পুরো মার্কিন সেনাবাহিনীকেই 'জঙ্গি' বলে দেগে দিল ইরানি-পার্লামেন্ট।

নিহত কম্যান্ডার কাসেম সোলেমানিকে দেখতে মানুষের ভিড় ভেঙ্গে পড়েছিল ইরানের কোম্পানি শহরে। তাঁর শোকযাত্রায় পদপিষ্ঠ হয়ে মৃত্যু হল ৫৬ জনের। মৃতের সংখ্যা আরও বাড়বে। আহত হয়েছেন বহু মানুষ।

মদের নদী

হেল্ডসবার্গ-ক্যালিফোর্নিয়ার সোনোমা কাউন্টিতে হেল্ডসবার্গের 'রোডনি স্ট্রং' মদের কারখানার ব্লেডিং ট্যাঙ্কের পাইপ খোলা থাকাতে ৯৭ হাজার গ্যালন রেড ওয়াইন গিয়ে মিশলো খাঁড়ির জলে। বিস্তীর্ণ এলাকা জুড়ে খাড়ি দিয়ে বয়ে চলা সেই মদ গিয়ে মিশেছে প্রশান্ত সাগরে। খাঁড়ির মধ্যে বাঁধ দিয়ে মাত্র ২০ শতাংশ মদ বাঁচানো সম্ভব হয়েছে।

পর্যটনে ধস

ওয়াশিংটন-দাবানলের জন্য অস্ট্রেলিয়ার পর্যটন শিল্পে ধস নেমেছে। একের পর এক বুকিং বাতিল করছে আন্তর্জাতিক পর্যটকরা। কমপক্ষে তিন কোটি ডলার ক্ষতি হয়েছে অস্ট্রেলিয়ার পর্যটন শিল্পে।

আরবসাগরে মহড়া

করাচি-নতুন বছরের শুরুতেই আরবসাগরে ৯ দিনের যৌথ নৌ সেনা মহড়া করল পাকিস্তান ও চিন। দু'দেশের এই নৌ-মহড়ায় এই প্রথম সাবমেরিন অংশ নিয়েছে। আরব সাগরের ওই অঞ্চলে ভারত পাকিস্তান এবং চিনের বেশ কিছু গুরুত্বপূর্ণ বন্দর রয়েছে। এখানেই চিনের মদতে গদর বন্দর তৈরি করেছে পাকিস্তান। এই বন্দরকে চিনের শিংজিয়াং প্রদেশের সঙ্গে জুড়ছে ৬ হাজার কোটি টাকা ব্যয়ে তৈরি চিন-পাকিস্তান অর্থনৈতিক করিডর। ভৌগোলিক অবস্থান অনুযায়ী ইরানের চা বাহার বন্দরের কাছাকাছি রয়েছে গদর। এই চা বাহার বন্দরকে ঘিরে ভারত-পাকিস্তান-চিন -এর মধ্যে চলছে চাপান-উতোর।

সেরাম অ্যানালিসিস সেন্টার
প্রাইভেট লিমিটেড
৯৮৩০১৭৩৯৫০
(০৩৩)২৫৩০৬৫৭২
ডাঃ প্রভাত ভট্টাচার্য্য
MBBS, MD
ফোন নং ঃ৯৮৩০০৬৬৫২৯

ডাক্তারবাবু, শুনছেন!

প্রঃ ডায়াবেটিস তো আমরা জানি, ইনসুলিনের অভাবে হয়। আবার ডায়াবেটিসে অনেক সময় ইনসুলিন দিতে হয়, যেমন দিতে হয় আমার বাবাকে। এই ইনসুলিন সম্বন্ধে জানতে চাই। *সন্ধ্যা দাস, বাঁকুড়া*

উঃ ঠিকই বলেছেন, ইনসুলিনের অভাবজনিত কারণেই ডায়াবেটিস মেলিটাস হয়। ইনসুলিন হল আমাদের শরীরের এক গুরুত্বপূর্ণ হরমোন, যা নিঃসৃত হয় প্যানক্রিয়াস বা অগ্ন্যাশয়ের আইলেটস অফ ল্যাঙ্গার হ্যানসের বিটা সেল থেকে।

এই হরমোন রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখতে সাহায্য করে। ইনসুলিনের বিভিন্ন অংশের গ্লুকোজ গ্রহণ ও ব্যবহারে সাহায্য করে এবং শরীরে গ্লুকোজ সঞ্চয় করতে সাহায্য করে (গ্লাইকোজেন হিসাবে)। এছাড়াও ফ্যাট মেটাবলিজমেও ইনসুলিনের ভূমিকা আছে।

ইনসুলিনের অভাবে ডায়াবেটিস মেলিটাস নামক রোগ দেখা দেয়। যেখানে নানারকম উপসর্গ দেখা দেয়, যেমন, রোগা হয়ে যাওয়া, বেশী প্রস্রাব হওয়া, বেশী তেষ্টা পাওয়া, দুর্বলতা প্রভৃতি। এই রোগের প্রকোপ এখন খুবই বেড়েছে। ডায়াবেটিস আবার টাইপ ওয়ান ও টাইপ টু হতে পারে।

ডায়াবেটিসে অনেক ক্ষেত্রেই ইনসুলিন দিতে হয় না। খাদ্যাভ্যাসের পরিবর্তন, অর্থাৎ কম শর্করা জাতীয় খাবার যাওয়া, হাঁটা ও ব্যায়াম, প্রভৃতির মাধ্যমে যদি ব্লাড সুগার নিয়ন্ত্রণে না আসে, তবে ওষুধ দেওয়া হয়। অনেক টাইপ ওয়ান ডায়াবেটিসে প্রথম থেকেই ইনসুলিন দিতে হয়। আবার কিছু স্কেলে ওষুধে পুরো কাজ না হলে ইনসুলিন দেওয়া হয়। গর্ভাবস্থায় ডায়াবেটিস থাকতে সব ওষুধ দেওয়া যায় না। সেক্ষেত্রে অনেক সময় ইনসুলিন দিতে হয়। আবার, ডায়াবেটিক রোগির অপারেশনের সময় ইনসুলিন দিতে হয়।

(১) বিভিন্ন রকমের ইনসুলিন আছে, যেসব Rapid Action Insulin এগুলি খুব তাড়াতাড়ি কাজ করতে শুরু করে। কিন্তু এদের প্রভাব বেশীক্ষণ থাকে না। হঠাৎ ব্লাডসুগার বেড়ে গেলে তা নিয়ন্ত্রণ করতে এটি সাহায্য করে।

(২) Long Acting Insulin—এটির কাজ করতে সময় লাগে এবং অনেকক্ষণ ধরে ব্লাড সুগারের মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করে খুব একটা ওঠানামা না করে।

(৩) Intermidiate Acting Insulin—যেমন, NPW Insulin, Pre-Mixed Insulin। এগুলির কাজ শুরুর সময় এবং কাজের সময়কাল প্রথম দুটির মাঝামাঝি।

সুতরাং ডায়াবেটিসের বিভিন্ন অবস্থায় বিভিন্ন ধরনের ইনসুলিন দিতে হয়। খাবারের আগেই ইনসুলিন দিতে হয়। খাবার খাওয়া ও ইনসুলিন ইঞ্জেকশনের মধ্যে অনেকক্ষণের তফাত হলে ব্লাড সুগার কমে গিয়ে বিপত্তি হতে পারে।

ইনসুলিন ইঞ্জেকশন দেওয়া হয় চামড়ার নীচে। মোটামুটি ৪৫° কোণ করে দিতে হয়। ইনসুলিন সিরিঞ্জ অথবা পেন দিয়ে দেওয়া যায়। পেন দিয়ে দিলে ব্যথা প্রায় হয় না বললেই চলে, কিন্তু এর খরচ বেশী।

ইনসুলিনের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া বা সাইড এফেক্ট কিছু কিছু আছে। যেমন—ইঞ্জেকশনের জায়গা ফুলে যাওয়া, প্রাথমিক ওজন বৃদ্ধি পাওয়া, কখনও বা Fat Necrosis, এবং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ---হাইপোগ্লাইসেমিয়া অর্থাৎ ব্লাড সুগার কমে যাওয়া।

হাইপোগ্লাইসেমিয়া হলে শরীর দুর্বল লাগা, মাথা ঝিমঝিম করা, অতিরিক্ত ঘাম হওয়া, বুক ধড়ফড় করা প্রভৃতি হয়। ব্লাড সুগার খুব কমে গেলে খিঁচুনি হতে পারে এবং রোগি অজ্ঞানও হয়ে যেতে পারে। অনেকক্ষণ না খেয়ে থাকলে এবং তার সঙ্গে অতিরিক্ত পরিশ্রম হলে, অথবা ইনসুলিন নেওয়ার অনেকক্ষণ পরে খাবার খেলে বা ইনসুলিনের মাত্রা বেশী হলে এই অবস্থার সৃষ্টি হতে পারে। রোগি সজ্ঞানে থাকলে মিষ্টিজাতীয় পদার্থ বা গ্লুকোজ খাইয়ে দিতে হবে। জ্ঞান না থাকলে ডেক্সট্রোজ ইঞ্জেকশন দিতে হবে। কখনও বা গ্লুকাগন ইঞ্জেকশন দিতে হয়।

ডায়াবেটিস রোগিদের এই সম্ভাবনার কথা মাথায় রাখতে হবে এবং সঙ্গে ক্যান্ডি, চকোলেট প্রভৃতি মিষ্টিজাতীয় পদার্থ রাখতে হবে। চিকিৎসকের সঙ্গে পরামর্শ করে ইনসুলিনের নতুন মাত্রা ঠিক করতে হবে। ইনসুলিন ট্যাবলেট নিয়ে দাবি অনেকদিনের। কিন্তু এখনও অবধি কোন সমাধান পাওয়া যায় নি, তবে সম্ভাবনা আছে। পাওয়া গেলে অনেক রোগিই উপকার হবে।

ইনসুলিন ইনহেলার এসেছে, কিন্তু তার প্রয়োগ খুবই সীমিত। এর বিভিন্ন সাইড এফেক্টও আছে। যেমন—গলা ব্যথা Nasal Irrigation প্রভৃতি। Smoker দের ক্ষেত্রে, বা হাঁফানি, COPD প্রভৃতি ফুসফুসের অসুখ থাকলে এটি ব্যবহার করা যায় না।

যখন ইনসুলিনের কার্যকারিতা কমে যায়, সেই অবস্থাকে Insulin Resistance বলা হয়। সাধারণতঃ টাইপ টু ডায়াবেটিসে এই অবস্থা দেখা যায়। ওজন বেশী হওয়া, শুয়ে, বসে থাকা প্রভৃতি থাকলে এই অবস্থা দেখা দিতে পারে।

পৃষ্ঠা-৩

সম্পাদকীয়

উল্টো বুঝলি রাম

নাগরিকত্ব আইনের বিরুদ্ধে দেশজুড়ে বিক্ষোভ চলছে। অথচ দেশে মূল্যস্ফীতি নিয়ে তেমন কোনও বিক্ষোভ চোখে পড়ছে না। আসলে রাজনৈতিক আবহমণ্ডলটি এখন পুরোটাই রাজনীতির কারবারীরা এন আর সি আর ক্যা দিয়ে ঢেকে রেখেছেন। অবশ্য এই কারবারীরা অর্থনীতির বিষয়টি নিয়ে বেশি একটা মাথা লাগান না। ধ্রুব সত্য কথা যে ক্ষমতাসীন শাসকদের বেশি বিড়ম্বনায় ফেলে মূল্যস্ফীতি। পরোক্ষকর আদায়ের পরিমাণ কমে গেলে, বৈদেশিক বাণিজ্যে ঘাটতি দেখা দিলে সাধারণত মানুষের গায়ে আঁচ লাগে না। কিন্তু মূল্যবৃদ্ধি বা মূল্যস্ফীতির গনগনে বাতাস প্রত্যেকের গায়ে সরাসরি লাগে। দেশের লোকসভা নির্বাচনের ইতিহাস পর্যবেক্ষণ করলে দেখা যাবে এই মূল্যবৃদ্ধির ইস্যু ক্ষমতাসীন দলকে যতটা বিপাকে ফেলেছে তেমনটি আর অন্য ইস্যুতে হয়নি। ডিসেম্বর মাসে মূল্যস্ফীতির হার সাত শতাংশের ওপর চলে গেছে। ফলে খাদ্যদ্রব্যের মূল্যবৃদ্ধি তীব্রতর আকার ধারণ করেছে। থলি হাতে বাজারে গিয়ে মানুষ তা হাড়ে হাড়ে টের পাচ্ছেন। অন্যদিকে দেশের অর্থনীতির হাল শোচনীয়। এমতবস্থায় এই ইস্যুটির ওপর মানুষের ক্ষোভ চোখে পড়ছে না। শুরুতেই বলেছি রাজনৈতিক ময়দানে এখন নাগরিকত্ব আইনের ঝড় চলছে।

দুটি সমস্যার চরিত্র ভিন্নতর। নাগরিকত্বের সমস্যাটি নিয়ে নাগরিকদের পূর্বে কোনও ধারণা ছিল না। পরের সমস্যাটি পরিচিত। মূল্যস্ফীতির সমস্যাটি নিয়ে বিরোধীরা যখন রাজনৈতিক প্রশ্ন ছুড়তে শুরু করবেন, তখনই শাসকদলের টনক নড়বে। পূর্ববর্তী দিল্লির মসনদে যারা ছিলেন, তাদের শাসনকালের শেষ দফায় এই মূল্যস্ফীতিকে সঠিকভাবে কাজে লাগিয়েছিলেন তৎকালীন বিরোধীরা। সেই সময় পেঁয়াজের দাম, গ্যাস সিলিন্ডারের দাম, চাল, ডালের দাম, পেট্রল-ডিজেলের দাম যা ছিল, এখন সেই তুলনায় এসব জিনিসের দাম অনেক বেশি। ফলে মানুষকেও প্রচুর ভুগতে হচ্ছে। মানুষের এই ভোগান্তিকে রাজনৈতিক রংয়ের প্রলেপ দিয়ে যতক্ষণ না পর্যন্ত বিরোধীরা সোচ্চার হচ্ছেন, ততক্ষণ শাসকদলের কানে জল ঢুকবে না। যতক্ষণ না পর্যন্ত এই মূল্যস্ফীতি চূড়ান্ত পর্যায়ে না পৌঁছবে, শাসকদল ততক্ষণ নীরব ভূমিকা পালন করতে থাকবে কারণ বিরোধিরাই সেই সুযোগটি শাসকের হাতে তুলে দিয়েছেন। এক্ষেত্রে ব্যর্থতা বিরোধীদের। কারণ সমস্যাটিকে নিয়ে তারা কোনও রাজনৈতিক প্রশ্ন তৈরি করতে পারেন নি, এমনকি ফুরসতটুকুও পান নি। শাসক, রাজনৈতিক প্রশ্নকেই যে বেশি গুরুত্ব দেবে তা বুঝে ওঠার মত বুদ্ধি অবশ্যই বিরোধীদের রয়েছে। কিন্তু তাঁরা রাজনৈতিকভাবে ব্যর্থ।

পেঁয়াজের মূল্যবৃদ্ধি নিয়ন্ত্রণ করাটা সময়ের ব্যাপার। কারণ মূল্যসূচকে পেঁয়াজ গুরুত্বহীন। গম, ধানসহ খাদ্যশস্যের দাম বহুগুণ বৃদ্ধি পেয়েছে। সরকারের ঘরে, গুদামে খাদ্য মজুত অথচ তা বন্টন হচ্ছে না। বাজারে কৃত্রিম অভাব সৃষ্টি হচ্ছে। মজা নিচ্ছেন ব্যবসায়ীরা। শাসকদলও বেজায় আনন্দে রয়েছে কারণ বিরোধীরা এখন নাগরিকত্ব নিয়ে আন্দোলনের রাজনৈতিক লাভ-ক্ষতির হিসেব করতে ব্যস্ত, মূল্যস্ফীতি নিয়ে ভাবার সময় কোথায়?

দুঃখ

রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর

আমাদের উপাসনার মন্ত্রে আছে, নমঃ সম্ভবায় চ ময়োভবায় চ—সুখকরকে নমস্কার করি, কল্যাণকরকে নমস্কার। কিন্তু আমরা সুখকরকেই নমস্কার করি, কলাণকরকে সব সময়ে নমস্কার করতে পারি নে। কল্যাণকর যে শুধু সুখকর নন, তিনি যে দুঃখকর। আমরা সুখকেই তাঁর দান বলে জানি আর দুঃখকে কোনো দুর্দৈবকৃত বিড়ম্বনা বলেই জ্ঞান করি। এই জন্যে দুঃখভীরু বেদনাকাতর আমরা দুঃখ থেকে নিজেকে বাঁচাবার জন্যে নানা প্রকার আবরণ রচনা করি, আমরা কেবলই লুকিয়ে থাকতে চাই। তাতে কী হয়? তাতে সত্যের পূর্ণ সংস্পর্শ থেকে আমরা বঞ্চিত হই। ধনী বিলাসী সমস্ত আয়াস থেকে নিজেকে বাঁচিয়ে কেবল আরামের মধ্যে পরিবৃত হয়ে থাকে। তাতে কী হয়? তাতে সে নিজেকে পঙ্গু করে ফেলে ; নিজের হাত-পায়ের উপর তার অধিকার থাকে না, যে সমস্ত শক্তি নিয়ে সে পৃথিবীতে জন্মেছিল সেগুলি কর্ম অভাবে পরিণত হতে পারে না, মুষড়ে যায়, বিগড়ে যায়। স্বরচিত আবরণের মধ্যে সে একটি কৃত্রিম জগতে বাস করে। কৃত্রিম জগৎ আমাদের প্রকৃতিকে কখনোই তার সমস্ত স্বাভাবিক খাদ্য জোগাতে পারে না, এইজন্যে সে অবস্থায় আমাদের স্বভাব একটি ঘরগড়া পুতুলের মতো হয়ে ওঠে, পূর্ণতালাভ করে না। দুঃখের আঘাত থেকে আমাদের মনকে ভয়ে ভয়ে কেবলই বাঁচিয়ে রাখবার চেষ্টা করলে জগতে আমাদের অসম্পূর্ণভাবে বাস করা হয় সুতরাং তাতে কখনোই আমাদের স্বাস্থ্যরক্ষা ও শক্তির পরিণতি হয় না।

সুকান্ত ভট্টাচার্য্য	— পাখিদের মাতামাতি বুঝি মুক্তি নয় অসম্ভব, যদিও ওঠেনি সূর্য, তবু আজ শুনি জনরব।
বঙ্কিমচন্দ্র চট্টোপাধ্যায়	— যে দস্যুর দণ্ডপ্রণেতা আছে, সেই দস্যুর কার্যের নাম দস্যুতা, যে দস্যুর দণ্ডপ্রণেতা নেই, তাহার দস্যুতার নাম বীরত্ব।
ফ্র্যাঞ্জ ফ্যানন	— মানুষকে সব কিছুই বোঝানো যায়, তবে একটিই শর্তে, আপনি যদি আদৌ চান যে তারা বুঝুক।

মাসতামামি

১ ফেব্রুয়ারি — কলকাতায় প্রথম শিল্পকলার প্রদর্শনীর উদ্বোধন হল ১৮৩১।
প্রেস ক্লাব অব ইন্ডিয়া প্রতিষ্ঠিত হল ১৯৬০।

২ ফেব্রুয়ারি — স্ট্যালিনগ্রাদে সোভিয়েত সৈন্য বাহিনীর বিজয়োৎসব ১৯৪৩।
এশিয়াটিক সোসাইটির অংশ বিশেষে স্থাপিত হল কলকাতা মিউজিয়াম ১৮১৪।

৩ ফেব্রুয়ারি — শিল্পী নন্দলাল বোসের জন্ম ১৮৮৩।
সাইমন কমিশনের বিরুদ্ধে দেশ জুড়ে সাধারণ ধর্মঘট ও আন্দোলন শুরু ১৯২৮।
বেনারস হিন্দু বিশ্ববিদ্যালয় স্থাপিত হল ১৯১৬।
বম্বে থেকে কুরলা পর্যন্ত দেশে প্রথম বৈদ্যুতিন ট্রেন চালু হল ১৯২৫।

৪ ফেব্রুয়ারি — হো-চি মিন-এর ভারত সফর ১৯৮৭।
পণ্ডিত ভীমসেন যোশীর জন্ম ১৯২২।

৫ ফেব্রুয়ারি — চার্লি চ্যাপলিনের পরিচালনায় 'মর্ডান টাইমস' চলচ্চিত্রের মুক্তি ১৯৩৭।
বিশ্বে প্রথম সিন্থেটিক প্লাস্টিক আবিষ্কার করলেন বেলজিয়ামের রসায়নবিদ ১৯০৯।

৬ ফেব্রুয়ারি — কলকাতা বিশ্ববিদ্যালয়ের সমাবর্তন উৎসবে স্ট্যানলিকে গুলি করে হত্যা করলেন বিপ্লবী বিনয় দাস ১৯৩২।

৭ ফেব্রুয়ারি — চার্লস ডিকেন্সের জন্ম ১৮১২।
স্বাধীন হল গ্রেনেদা ১৯৭৪।

৮ ফেব্রুয়ারি — বিশ্বে প্রথম টিভিতে রঙীন সম্প্রচার শুরু হল মেক্সিকোতে ১৯৬৩।
শ্রমিক ও কৃষকদের দল তৈরি হল ভারতে ১৯২৭।

৯ ফেব্রুয়ারি — কলকাতায় টাঁকশাল স্থাপিত হল ১৭৫৭।
কলকাতায় জনগণনার কাজ শুরু হল ১৯৫১।

১০ ফেব্রুয়ারি — হাওড়া ব্রিজের উদ্বোধন হল ১৯৪৩।
কবি সত্যেন্দ্রনাথ দত্তের জন্ম ১৮৫২।

১১ ফেব্রুয়ারি — বৈদ্যুতিন বাল্ব, সবাক চলচ্চিত্রের ক্যামেরা, গ্রামোফোন আবিষ্কার করলেন থমাস আলভা এডিসন ১৮৪৭।
মহাত্মা গান্ধীর সম্পাদনায় পুনে থেকে 'হরিজন' পত্রিকার আত্মপ্রকাশ ১৯৬৩।

১২ ফেব্রুয়ারি — দেশে অসহযোগ আন্দোলনের ডাক দিল কংগ্রেস ১৯২২।
চার্লস ডারউইনের জন্ম ১৮০৯।

১৩ ফেব্রুয়ারি — কবি সুভাষ মুখোপাধ্যায়ের জন্ম ১৯১৯।
হে চি মিন -এর কলকাতা সফর ১৯৫৮।
বোটানিক্যাল সার্ভে অফ ইন্ডিয়া স্থাপিত হল ১৮৯০।

১৪ ফেব্রুয়ারি — ভারতে প্রথম হোমিওপ্যাথি কলেজ তৈরি হল কলকাতায় ১৮৮১।
ইরাক আক্রমণের বিরুদ্ধে আমেরিকার বিরুদ্ধে বিশ্বজুড়ে বিক্ষোভ ২০০৩।

১৫ ফেব্রুয়ারি — বিজ্ঞানী গ্যালিলিও গ্যালিলির জন্ম ১৮৫৪।

১৬ ফেব্রুয়ারি — কিউবার প্রধানমন্ত্রী হলেন ফিদেল কাস্ত্রো ১৯৫৯।
আমেরিকায় নাইলন এর প্রথম পেটেন্ট প্রাপ্তি ১৯৩৭।

১৭ ফেব্রুয়ারি — কলকাতা বিশ্ববিদ্যালয়ের সমাবর্তনে ভাষণ দিলেন বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর ১৯৩৭।
প্রথম শান্তিনিকেতন সফর করলেন গান্ধীজি ১৯১৫।
ডেভিড হেয়ারের জন্ম ১৭৭৫।

১৮ ফেব্রুয়ারি — কবি জীবনানন্দ দাসের জন্ম ১৮৯৭।
সংগীতজ্ঞ জ্ঞান প্রকাশ ঘোষের প্রয়াণ ১৯৯৭।
শ্রী চৈতন্যদেবের জন্ম ১৪৮৬।
গদাধর চ্যাটার্জির (শ্রী রামকৃষ্ণ পরমহংসদেব) জন্ম ১৮৩৬।

১৯ ফেব্রুয়ারি — নিকোলাস কোপার্নিকাস-এর জন্ম ১৪৭৩।

২০ ফেব্রুয়ারি — সামাজিক ন্যায় দিবস।
হেমন্ত বোসকে হত্যা ১৯৭১।

২১ ফেব্রুয়ারি — আন্তর্জাতিক মাতৃভাষা দিবস
ভারতের খসড়া সংবিধান অনুমোদনের জন্য রাষ্ট্রপতির কাছে পেশ করা হল ১৯৪৮।

২২ ফেব্রুয়ারি — যতীন্দ্রমোহন সেনগুপ্তের জন্ম ১৮৮৫।

২৩ ফেব্রুয়ারি — রাশিয়াতে ফেব্রুয়ারি বিপ্লব শুরু ১৯১৭।
যাদুকর পি সি সরকারের জন্ম ১৯১৩।
ইতালিতে ফ্যাসিস্ট দল গড়লেন মুসোলিনী ১৯১৯।

২৪ ফেব্রুয়ারি — বাংলা-বিহারকে এক করে দেওয়ার বিরুদ্ধে হরতাল শুরু ১৯৫৫।
জার্মানিতে নাৎসি দল সংগঠিত হল ১৯২০।
কলকাতায় ঘোড়ায় টানা ট্রাম চালু ১৮৭৩।

২৫ ফেব্রুয়ারি — ভারতে ভূমি থেকে ভূমি মিসাইল পৃথ্বী-র সফল পরীক্ষা ১৯৮৮।
মিশরের প্রধানমন্ত্রী হলেন গামাল আবদুল নাসের ১৯৫৪।

২৬ ফেব্রুয়ারি — বহরমপুরে সিপাহী বিদ্রোহ শুরু ১৮৫৭।
লেখিকা লীলা মজুমদারের জন্ম ১৯০৯।

২৭ ফেব্রুয়ারি — জার্মানের সংসদ রাইসস্ট্যাগে আগুন দিল নাৎসিরা ১৯৩৩।
গোধরা স্টেশনে সবরমতী এক্সপ্রেসে আগুন লাগালো বিচ্ছিন্নবাদীরা ২০১২।

২৮ ফেব্রুয়ারি — নাট্যকার গিরীশচন্দ্র ঘোষের জন্ম ১৮৪৪।
সুইডেনের প্রধানমন্ত্রী ওলফ পামকে হত্যা ১৯৮৪।

২৯ ফেব্রুয়ারি — প্রাক্তন প্রধানমন্ত্রী মোরারজি দেশাইয়ের জন্ম ১৮৯৬।
উত্তর কোরিয়া ইউরেনিয়াম জাত পরীক্ষা নিরীক্ষা বন্ধ করতে রাজি হল ২০১২।

আমার ধর্ম—আমার বিশ্বাস

কালিদাস চক্রবর্তী

প্রবন্ধটির শুরুতেই বলে রাখা ভালো যে আমি কোন তাত্ত্বিক নেতা নই। তাই ধর্ম সম্বন্ধে আমার জ্ঞান অতি সীমিত। ধর্ম শব্দটি বিভিন্ন অর্থ বহন করে। শ্রীযুক্ত হরিচরণ বন্দ্যোপাধ্যায় কৃত বঙ্গীয় শব্দ কোষ অনুযায়ী, ধর্ম শব্দের ব্যুৎপত্তি হল, ধৃ-ধাতুর উত্তর মন্ প্রত্যয়, অর্থাৎ যা ধরে রাখে। যে গুণ বা ভাব প্রাণীজগৎকে ধরে রাখে। উক্ত শব্দকোষে 'ধর্ম' শব্দের বিভিন্ন অর্থ দেওয়া হয়েছে—আচার, অনুষ্ঠান, ন্যায়, বিচার, নীতি, স্বভাব, ভাব, প্রকৃতি, অহিংসা ইত্যাদি। আমরা সাধারণ মানুষ ধর্মের সংকীর্ণ অর্থটাই গ্রহণ করি। তাই 'ধর্ম' বলতে বুঝি—হিন্দুধর্ম, ইসলাম ধর্ম, খৃষ্টধর্ম, বৌদ্ধ, জৈন, শিখ, ইহুদি ইত্যাদি ধর্ম। আসলে উক্ত ধর্মগুলি প্রবর্তকরা যে ব্যক্তিগত মতবাদ প্রচার করেছিলেন, তার প্রতি সম্প্রদায় বিশেষের বিশ্বাস। শুধু তাই নয়, উক্ত বিশ্বাসগুলি একজন সর্বশক্তিমান পুরুষের ধারণা দেয়, যাকে আমরা ঈশ্বর বলি। এই ঈশ্বর সাকার বা নিরাকার। কোন কোন ধর্মাবলম্বীরা সাকার ঈশ্বরের আরাধনা করেন। অর্থাৎ তাঁরা ঈশ্বরের মূর্তি নির্মাণ করে পূজা করেন। এদের মধ্যে হিন্দুদের কথাই প্রথমে বলা যাক। প্রথমেই বলে রাখি, অন্যান্য ধর্মের মত হিন্দুধর্মের কোন একজন নির্দিষ্ট প্রবর্তক নেই। এই ধর্মটি প্রাচীনকাল থেকেই বেদ, উপনিষদ, পুরাণ ইত্যাদিকে ভিত্তি করে গড়ে উঠেছে এবং যুগে যুগে কিছু প্রতিভাবান ধর্মনিষ্ঠ পুরুষের প্রচেষ্টায় ভারতের অধিকাংশ স্থানে প্রচারিত ও গৃহীত হয়েছে। আমার মনে হয়েছে, পৃথিবীতে হিন্দুধর্মই একমাত্র ধর্ম যা অসংখ্য দেব-দেবীর মূর্তি কল্পনা করে তাদের পূজা অর্চনা করে। আবার দেখুন, হিন্দুধর্মের মধ্যেও কত ভাগ—বৈষ্ণব, শাক্ত, গানপত্য, শৈব ইত্যাদি। হিন্দুদের মধ্য থেকে এক শ্রেণির বিদ্বজ্জনরা নিরাকার ব্রহ্মের উপাসনা চালু করলেন, এঁরা ব্রাহ্ম নামে পরিচিত হলেন। হিন্দুধর্মের বিভিন্ন গোষ্ঠীর মধ্যে যুগে যুগে হানাহানি, মারামারি কম হয় নি। অন্য দু'একটি প্রধান ধর্ম সম্পর্কে পরে আবার আলোচনা করব।

ধর্ম শব্দটির ইংরাজি প্রতিশব্দ Religion, Concise Oxford Dictionary তে Religion-এর সংজ্ঞা এরূপ "belief in the existence of a god of gods who has/have created the universe and given man a spiritual nature which continues to exist after the death of the body." অর্থাৎ ধর্ম হল একটা বিশ্বাস, যা এক বা একাধিক দেবতার অস্তিত্বে আস্থা রাখে এবং মনে করে তিনি বা তাঁরা এই বিশ্বব্রহ্মাণ্ড সৃষ্টি করেছেন এবং মানব জাতিকে দিয়েছেন এক আধ্যাত্মিক প্রকৃতি, যা দেহের মৃত্যুর পরেও চলতে থাকে। আমার মনে হয়েছে, যুগে যুগে, দেশে দেশে, প্রায় একইভাবে মানবগোষ্ঠী একটা Super Power বা অতীন্দ্রিয় শক্তির কল্পনা করেছে। যাকে তারা God বা ঈশ্বর আখ্যা দিয়েছে। তাঁরা বিশ্বাস করত যে ঝড়, জল, প্লাবন, ভূমিকম্প প্রভৃতি নৈসর্গিক ঘটনাগুলি ঘটানোর পশ্চাতে নিশ্চয়ই কোন অমোঘ শক্তি রয়েছে এবং তাকে খুশি করতে না পারলে জাগতিক দুঃখ কষ্ট, বিপদ, রোগ ব্যাধি থেকে মুক্তি পাওয়া যাবে না। প্রাগৈতিহাসিক কাল থেকেই আদিম মানুষরা বিভিন্ন গোষ্ঠীতে বিভক্ত ছিল---এদের মধ্যে হানাহানি, মারামারি লেগে থাকত। তাই পৃথক পৃথক গোষ্ঠীর জন্য পৃথক পৃথক প্রতীক বা totem নির্দিষ্ট হল। যাদের নেতৃত্বে এগুলি করা হল, তাঁরা হলেন গোষ্ঠীপতি, এরা নিজেদেরকে ঈশ্বরের প্রতিনিধিরূপে প্রচার করলেন। বিভিন্ন সমাজতত্ত্ববিদ্ Religion কথার ভিন্ন ভিন্ন সংজ্ঞা দিয়েছেন। যেমন Maciver এবং Page-এর মতে, Religion বা ধর্ম একটা মানুষের সঙ্গে আর একজন মানুষের সম্পর্কের কথা-ই শুধু বলে না, মানুষের সাথে উচ্চতর কোন শক্তির সম্পর্কের কথাও বলে। বিখ্যাত দার্শনিক Comta (কোৎ) বলেন, ধর্ম হল মানুষের সাথে গোষ্ঠীর এবং ব্যক্তির সাথে ব্যক্তির পারস্পরিক মতৈক্য ও চুক্তি, যার মধ্যে রয়েছে—বুদ্ধিগত বৈশিষ্ট্য, ধর্মভাবনা ও প্রীতি। মানব সমাজে ধর্মের অস্তিত্ব বহু প্রাচীনকাল থেকেই রয়েছে। পৃথিবীর বিশাল মানবগোষ্ঠীর মধ্যে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অনেক ধর্মের অস্তিত্ব রয়েছে। তবে প্রধান প্রধান ধর্মগুলির মধ্যে রয়েছে খৃষ্ট ধর্ম, হিন্দু ধর্ম, ইসলাম ধর্ম, শিখ ধর্ম, ইহুদি ধর্ম, বৌদ্ধ ধর্ম প্রভৃতি। সাধারণত প্রচারকের নামানুসারে ধর্মের নামকরণ হয়েছে। যেমন—যীশুখৃষ্ট একজন যুগাবতার পুরুষ, যিনি নিজে দীন থেকে দীনতর মানুষের সেবায় নিজেকে উৎসর্গ করেছিলেন। তাঁর ধর্মীয় মতবাদ বাইবেলের New Testament অংশে বিধৃত। তাঁর নৃশংস ক্রুশবিদ্ধ অবস্থায় জীবনত্যাগ ও মৃত্যুকালে তাঁর সেই বিখ্যাত ক্ষমাপ্রদর্শন, "Father, they know not what they do,' forgive them" তাঁর মৃত্যুর পর তাঁর প্রধান প্রধান শিষ্যেরা পৃথিবীর বিভিন্ন প্রান্তে তাঁর আদর্শ, শিক্ষা ও বাণী প্রচারে ব্যাপৃত ছিলেন। আজও সেই ধারা অব্যাহত রয়েছে। আমাদের ভারতেও খৃষ্ট ধর্মাবলম্বীর সংখ্যা নিতান্ত কম নয়। যেহেতু হিন্দুধর্মে জাতিভেদ প্রথা, অস্পৃশ্যতার মত অভিশাপ আজও বর্তমান, সেই কারণে তথাকথিত নিম্নবর্গীয় হিন্দুরা খৃষ্টের আদর্শের প্রতি আকৃষ্ট হন। তাই আজও আমাদের ভারতের বিভিন্নপ্রান্তে খৃষ্টান মিশনারীরা সমাজসেবা করে চলেছেন। ভারতীয় সংস্কৃতিতে তাঁদের অবদান অনস্বীকার্য। শ্রীরামপুর মিশনের কেরি, মার্শম্যান ও ওয়ার্ড বাংলার শিক্ষাজগতের ইতিহাসে অমর হয়ে থাকবেন।

বৌদ্ধধর্ম সমগ্র বিশ্বে অন্যতম প্রধান ধর্ম বলে পরিগণিত। নেপালের পাদদেশে কপিলাবস্তুর রাজা শুদ্ধোধনের পুত্র গৌতম কিভাবে 'বুদ্ধ' অর্থাৎ জ্ঞানীরূপে পরিচিত হলেন, সে কাহিনি প্রায় সকলেরই জানা। বিহারের অন্তর্গত পবিত্র গয়াতে বোধিবৃক্ষমূলে তাঁর বুদ্ধত্বলাভ। তাঁর প্রচারিত ধর্ম আজ সমগ্র বিশ্বে সমাদৃত, কারণ বৌদ্ধধর্মে জাতিভেদ প্রথা নেই, সকলের সমান অধিকার, সমান মর্যাদা, তাঁরা নিরাকার একটি শক্তির উপাসক। আমাদের হিন্দুধর্মে যেমন অত্যন্ত নিন্দিত, ঘৃণ্য জাতিভেদ, উচ্চবর্ণ, নিম্নবর্ণ, অস্পৃশ্য সম্প্রদায় ছিল এবং এখনও আছে, তেমন বোধ করি অন্য কোন ধর্মে নেই। বলতে লজ্জা হয়, আমাদের স্বাধীন ভারতের সংবিধানের রূপকার প্রয়াত বাবা সাহেব আম্বেদকর তথাকথিত দলিত সমাজের সন্তান হওয়ায় জীবদ্দশায় তাঁকে অনেক ঘৃণা সহ্য করতে হয়েছে। তাই শেষ বয়সে তাঁকেও বৌদ্ধধর্ম গ্রহণ করতে হয়েছে—এটা জাতির পক্ষে লজ্জার ও দুঃখের। অথচ তিনি ভারতমাতার এক উজ্জ্বল রত্ন। আচার-সর্বস্ব হিন্দুধর্মের গোঁড়ামির কারণে এই ধর্ম বর্তমানে ভারতেই সীমাবদ্ধ। পক্ষান্তরে খৃষ্টধর্ম, ইসলাম ধর্ম অনেক উদার, তাই সারা বিশ্বে খৃষ্টধর্ম, ইসলাম ধর্ম ও বৌদ্ধধর্ম বিস্তৃত। ঈশ্বরচন্দ্র বিদ্যাসাগর, স্বামী বিবেকানন্দ, পরমপুরুষ শ্রীরামকৃষ্ণ—এঁরা সকলেই হিন্দু ছিলেন, কিন্তু প্রত্যেকেই সংস্কারমুক্ত, প্রগতিবাদী, বিজ্ঞানমনস্ক ব্যক্তি ছিলেন। তাঁদের কিন্তু ধর্মত্যাগ করতে হয়নি। পণ্ডিত ঈশ্বরচন্দ্র' 'বিদ্যাসাগর' টিকিধারী শাস্ত্রজ্ঞ ব্রাহ্মণ হয়েও আচার-সর্বস্ব পূজা অর্চনায় বিশ্বাস করতেন না। তাঁর আরাধ্য দেব-দেবী ছিলেন তাঁর পিতা-মাতা। স্বামী বিবেকানন্দ সন্ন্যাস গ্রহণ করলেও মায়ের সঙ্গে তাঁর সম্পর্ক ছিন্ন হয়নি। ধর্মের সারকথা আমরা শুনতে পাই রামকৃষ্ণের মুখে—"যত মত, তত পথ"—এই তো প্রকৃত সহিষ্ণুতার বানী—কোন ধর্মই ছোট নয়, প্রত্যেক ধর্মের সারকথা মানবপ্রেম, জীবে প্রেম, সহিষ্ণুতা—যে সহে, সে রহে। বিত্ত হতে চিত্ত বড়, এই ভারতের মর্মবাণী। গীতায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণ এক স্থানে বলছেন—"স্বধর্মে নিধনং শ্রেয়ঃ, পরমধর্মঃ ভয়াবহঃ"—কিন্তু আমি একথা মানতে পারি না। জানি না ভগবান শ্রীকৃষ্ণ 'ধর্ম' বলতে কী বুঝিয়েছেন। এর ব্যাপকতর অর্থ থাকতে পারে, কারণ গীতা সমগ্র বিশ্বে একটা পবিত্র দর্শনশাস্ত্ররূপে পরিগণিত। তবে ধর্মের সংকীর্ণ অর্থ ধরলে আমি একমত হতে পারব না।

এই একবিংশ শতাব্দীতে, যখন সারা বিশ্বে বিজ্ঞানের অগ্রগতি সমস্ত কু সংস্কারের মূলে আঘাত হানছে, তখন আমাদের রাষ্ট্রনায়করা কতকগুলি Myth বা পুরাণকে ইতিহাস বলে চালাতে চাইছেন এবং আজগুবি মন্তব্য প্রকাশ করছেন। তার ভুরি ভুরি দৃষ্টান্ত দেশব্যাপী ইতোমধ্যেই পেয়েছেন। প্রকৃতধর্মে অসহিষ্ণুতার কোন স্থান নেই। বৈচিত্র্যের মধ্যে ঐক্য বা 'Unity in diversity'। আমাদের ভারতের গর্ব। এটাই আমাদের মর্মবানী। হিন্দি, হিন্দুত্ব, হিন্দুস্থান---এটা কখনই ভারতের Slogan হতে পারে না। উগ্রজাতীয়তাবাদ বা Jingoism যে কোন দেশের পক্ষে ভয়ংকর ও বিপদ্‌জনক। আশা করব, ভারতবাসীর শুভবুদ্ধির উদয় হবে এবং আধুনিক ভারত বিশ্বজনীন হয়ে উঠবে।

বাজেটের সাধ্য কতটা আর্থিক বৃদ্ধি আনার ক্ষেত্রে

কিশোরকুমার বিশ্বাস

এবারের আলোচনা একটা অসুবিধা হচ্ছে যেদিন এই লেখা প্রকাশিত হবে সেদিনই ভারতের বার্ষিক বাজেট ঘোষণা হবে। পাঠকদের অর্থনীতি বিষয়ক লেখায় অবশ্যই এই বাজেটের আলোচনা আশা করবেন। এখানেই সীমাবদ্ধতা। তাই বাজেটের সম্পর্কে একটি সাধারণ বিষয় আলোচনা হচ্ছে। মনে হয় খুব অন্য কিছু অন্ততঃ এই বিষয়ে, বাজেট আমাদের দিতে পারবে না।

এই বাজেটে দেশের আয়-বৃদ্ধির বিশেষ কোন ঘোষণা থাকা সম্ভব কি না তাই আলোচনা করা হবে। যদি দেখা যায় সরকারের আয় বাড়ানোর ক্ষমতা না থাকে তবে কীভাবে বাজেটে এমন বিশেষ কিছু ঘোষণা থাকবে যাতে দেশের বৃদ্ধির চাকা ঘোরানোর দিক থাকবে? কারণ যদি এই আর্থিক বছরের রাজস্ব ঘাটতির হিসাব দেখি তবে এপ্রিল থেকে নভেম্বর পর্যন্ত হিসাবের চেয়ে ১৫% বেশি ঘাটতি করে ফেলেছে ভারত সরকার। অর্থাৎ যেহেতু সরকারে আয় বৃদ্ধি লক্ষমাত্রার চেয়ে অনেক কম তাই এই ঘাটতি। দেশের আর্থিক বৃদ্ধির হার ৪.৫% এ নেমে চলেছে, যা কী না গত ৬ বছরের মধ্যে সবচেয়ে কম তবে দেশের আয়বৃদ্ধি তো কম হবেই।

এই এপ্রিল থেকে নভেম্বরে গত বছরের ঐ সময়ের তুলনায় শুল্ক আদায় বেড়েছে অতি সামান্য, ০.৮%, অর্থাৎ ১% এরও নীচে। অপ্রত্যক্ষ শুল্ক আদায় গত বছরের ঐ সময়ের তুলনায় বাড়েনি, বরঞ্চ ১% কমে আছে। কাস্টমস শুল্ক, উৎপাদন শুল্ক এবং GST আদায় সবই আশানুরূপ না হওয়ায়ই এই হাল হয়েছে। প্রত্যক্ষ কর আদায়ের মধ্যে কোম্পানির কর আদায় কমেছে কারণ অক্টোবরে কর আদায়ের হার কমিয়ে দেওয়া হয়েছে। তবে ব্যক্তিগত আয়কর বেড়েছে ৭%।

ঋণ ছাড়া মূলধনী আয় বৃদ্ধির হার গত বছরের তুলনায় (২৮.৫%) কম। এবার তা নেমে এসেছে ২৪.২১% এ। ডিসইনভেস্টমেন্ট থেকে মাত্র ১৮ হাজার কোটি টাকা উঠে এসেছে। যা লক্ষ্যের থেকে অনেক নীচে।

এই কথাগুলির অর্থ হল সরকারের হাতে এমন কোন বড় আয়ের সুযোগ নেই যাতে করে দেশের নিম্নগামী আয়বৃদ্ধির হারকে উর্দ্ধগামী করা যায়। এখানে মনে রাখা দরকার রাজস্ব ঘাটতি বলে বাজেটে যেটা দেখানো হয় ৩.৪% বা ৩.৫% বা ৩.৮% তা কিন্তু একেবারেই ঠিক নয়। কারণ সরকার ঋণের একটা বিপুল অংশ বাজেটে দেখায় না। বিরাট সংখার ঋণ PSU অর্থাৎ সরকারী উদ্যোগ সংস্থার অনেকগুলোর মধ্য দিয়ে নেওয়া হয়। অর্থাৎ ইন্ডিয়ান রেলওয়ে ফিনান্স কর্পোরেশন IRFC বা ন্যাশানাল হাইওয়ে খাতে। রাস্তা রেল খাতে নেওয়া ঋণ, পরিকাঠামো খাতে, রাস্তা রেললাইন তৈরি কাজে ব্যবহৃত হলে তা দেশের বার্ষিক বাজেটে দেখানো হয় না। এছাড়া আছে বহু লক্ষ কোটি টাকা, প্রায় ১০ লক্ষ কোটি টাকার মতো অর্থ সরকারি ঠিকাদার বা অন্যান্য পাওনাদারা পাচ্ছেন না। তাই এই বিশাল অংশের টাকাও সরকারের ঘাটতি হিসেবে দেখানো উচিত কিন্তু দেখানো হয় না। তাই এই বাজেটে বড় সংখ্যার কোন ঘোষণা করে দেশের দুর্বল অর্থব্যবস্থাকে সবল করতে পারবে না।

পৃষ্ঠা-৫

রাজ্যের অবস্থা বরং কিছুটা ভাল

কোন কোনও রাজ্যের আর্থিক অবস্থা খারাপ হলেও সামাজিকভাবে রাজ্যগুলোর আর্থিক অবস্থা কিছুটা ভাল। এর বড় কারণ আইন অনুযায়ী GST-র আদায় কম হলেও রাজ্য সরকার গুলোকে ক্ষতিপূরণ করে দিতে হচ্ছে কেন্দ্রীয় সরকারকে। তাছাড়া গত অর্থ কমিশনের সুপারিশ মেনে আয়ের প্রাপ্য অংশ রাজ্যের ক্ষেত্রে বেড়েছে।

চাহিদার ঘাটতিই দেশের বৃদ্ধির প্রধান বাধা

চাহিদার ঘাটতির প্রথম কারণ গ্রামীণ এলাকার মানুষের গত ২/৩ বছর ধরে আয় কমে যাওয়া বা আদায় না বাড়া। তাই বাজারে চাহিদার ঘাটতি বাড়তে থাকছে। শহরাঞ্চলে সমস্যাও বাড়ছে। উৎপাদনক্ষেত্রে যতটা উৎপাদন করা যায় তার চেয়ে অন্তত ৩০% কম উৎপাদন হচ্ছে বাজারে চাহিদার ঘাটতির জন্য। তাই কোনো বিনিয়োগে উৎসাহ দেখাচ্ছেন না ব্যবসায়ীরা। ঋণের চাহিদা বৃদ্ধির হার কমে প্রায় ৭% এ পৌঁছেছে। ভাল সময়ে যা ১৮% বা তার চেয়েও বেশি থাকে।

কী করা যেতে পারে?

প্রথমতঃ দেশের চাহিদা বৃদ্ধির জন্য ১০০ দিনের কাজের বিষয়টি ঠিক ঠিক ভাবে চালু রাখতে হবে। এই খাতে বেশি টাকা দিতে হবে। গড়ে ৫৫/৫৬ দিন কাজ হচ্ছে। তা যাতে আরো বাড়ে দেখতে হবে।

দ্বিতীয়তঃ গ্রামীণ পরিকাঠামো উদারভাবে খরচের বহর বাড়াতে হবে। এই ক্ষেত্রটি কাজের সুযোগ বাড়াতে পারে ভাল রকমের।

তৃতীয়তঃ কৃষকদের দেয় টাকা যাতে ঠিকমত পৌঁছায় কৃষকদের হাতে তা নিশ্চিত করতে হবে।

চতুর্থতঃ দেশের বড় বড় বিনিয়োগের ক্ষেত্রগুলো যেগুলো অসম্পূর্ণ হয়ে রয়েছে। যেমন—বড় বড় রাস্তা, বিদ্যুৎ উৎপাদনক্ষেত্র সেগুলোকে সম্পূর্ণ করার দিকে নজর দিতে হবে। নতুন বিনিয়োগ করা সময় সাপেক্ষ এবং তাতে অর্থনৈতিক গতি আসা বড় কঠিন।

ফিরে যাওয়া নয়, চরৈবেতি, চরৈবেতি

পারিজাত বোস

কিছুদিন আগেই আমাদের প্রজাতন্ত্রের সংবিধানের ৭০ বছর পূর্ণ হল। নেহাত একটা কম বয়স নয়। একটা দীর্ঘ সময় অতিক্রম করার পর নতুন করে আজাদি উচ্চারণের সময় এসেছে, এতে আমাদের সম্মান বাড়বে না, কমবে। এই ভাবনাটাই এখন আমাদের পেয়ে বসেছে, সেকারণেই ভাবনার কাজটা খুব জরুরি। বিষয়টা নিশ্চই জলের মত সরল নয়। কাঁচের মত স্বচ্ছও নয়। এই সত্তর বছর ধরে লব্ধ অভিজ্ঞতায় আমাদের মনে একটা ধারণা দৃঢ় হয়েছে যে, আমরা এমন একটা দেশে আছি, যেখানে শুধু বৃহত্তর গণতন্ত্রই নয়, তার থেকেও বেশি কিছু রয়েছে। এখানে গণতন্ত্র এবং প্রজাতন্ত্র মিশিয়ে দেশই আমাদের সবকিছু বা জনগণের সম্পদ। এখানে রাজার সেই রাজত্বও নেই, নেই নেতাদের মৌরসিপাট্টা। এক লহমায় মনে হচ্ছে এতদিন সব ভুল বুঝেছি। ভুল ভেবেছি। ভোট দেওয়ার সময় গোটা দেশের কথা ভেবে আমরা পুলকিত হয়েছি। এটা তো আর মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র বা ইউরোপের কোনও দেশ নয়। এখানে দেশের খেতে না পাওয়া, নিজের নামটুকু পড়তে লিখতে না পারা, গায়ে শীতের কাপড় যোগাড় করতে না পারা, মাথার ওপর আচ্ছাদন দিতে না পারা কোটি কোটি মানুষ ভোটের বাক্সে তাদের পছন্দমাফিক প্রার্থীদের ভোট দিয়ে একটা কাঙ্খিত সরকারকে ক্ষমতায় নিয়ে আসে। আমাদের রাজনৈতিক জ্ঞান, বোধ, শিক্ষা-দীক্ষার মধ্যে দিয়েই তো জরুরি অবস্থা চালু করার নেত্রীকে অথবা গুজরাত দাঙ্গার কিং পিনকে আমরা ধরাশায়ী করে দিতে পেরেছি। হয়তো খুব বেশি ভেবে ফেলছি।

আজকাল নতুন কত কিছু ঘটে চলেছে এদিক-ওদিক। যেমন রাত ১১টায় শহরের রাজপথে ট্রাক ভর্তি ছেলে মেয়ে, হাতে তাদের জাতীয় পতাকা আর মুখে একটাই স্লোগান-আজাদি। খোলা আকাশের নীচে ধর্না চলছে—সেখানেও আজাদি। রাস্তার মাঝে মাঝে পতাকায় লেখা 'সংবিধানকে রক্ষা করুন'। থমকে যাই, কোথায় আছি---ভারতে তো! ব্রিটিশদের কাছ থেকে তো আজাদি ছিনিয়ে নিয়েছি আমরা—তবে এখন আবার এসব কেন? অদ্ভুত ব্যাপার কিছুদিন আগে এ শহরে একটা অনুষ্ঠানে এসে হাজির হয়েছে বিভিন্ন

স্কুল থেকে আসা ছাত্র-ছাত্রীরা । তাঁরা যেন রাগে ফুঁসছে। ওরা বলছে প্যালেস্তাইন হতে দেব না ভারতকে। সংবিধানকে রক্ষা করতেই হবে। হঠাৎ, আমন্ত্রনপত্রটা বার করে দেখি, তাতে লেখা আছে অনুষ্ঠানের উদ্বোধন করবেন রাজ্যপাল। এখানেও ওই একরত্তি ছেলেমেয়েগুলো ওসব বলছে। ওরা বলছে, জে এন ইউ-এর কথা, কাশ্মীরের কথা আরও কত বিষয়। নিজেদের শরীরকে দড়ি দিয়ে বেঁধে ওরা দেখাচ্ছে দেশে সাধারণ মানুষের হাল। ওরা কেউ পাঞ্জাবি সেজেছে, কেউ হিন্দু আবার কেউ বা মুসলিম। আমার মাথাটা ভনভন করে ঘুরছে আর ভাবছি আমাদের বাবা-মা-রা দেশকে এভাবে চিনতে পেরেছিল কি? যেভাবে ওরা চিনতে শিখেছে। কি অদ্ভুত সময়টা এখন।

১৯৫০ সালের ২৬ শে জানুয়ারিতেই তো এই দেশের মানুষদের অধিকারটা স্বীকৃতি পেয়েছে সরকার বনাম নাগরিকের সম্পর্ককে সুনিশ্চিত করেছে এই দিনটা। একদিন প্রতিদিন নাগরিকের প্রাত্যহিক জীবনে সংবিধান যেন বুকে দেয় বল ভরসা। সাধারণ মানুষ আজও বেকায়দায় পড়লে তাঁর বিচার চায়। এর অর্থই হল যে সংবিধানের কাছে সে আশ্রয় চাইছে। শাসনের ওপর সময় বিশেষে অবস্থার তারতম্য ঘটে বইকি কিন্তু বিচারের ওপর আস্থা চলে যাওয়াটা খুব একটা হয় না। সেকারণেই স্বাধীনোত্তর দেশে বিচারের ওপর এখনও অধিকাংশ মানুষ তাদের বিশ্বাসকে অটুট রাখতে পেরেছে। সরকার যদি ট্যা ফো করে তবে সংবিধানে গেরোয় ফেলে তাকে ঠান্ডা করে দেওয়ার আশা অনেকেই পোষণ করেন। আমার বোধ হয় মাথাটা কাজ করছে না। একটু বেশি আশা করে ফেলছি।

ঘোর কলি। নতুন করে আবার ভাবতে হবে। পরীক্ষা দিতে হবে। কারণ কে নাগরিক তার পরীক্ষা নিতে চাইছে সরকার। এতদিন নাগরিক ভেবে আসাটা বোঝার মত কাজ হয়েছে। পরীক্ষায় পাস করার পর নাগরিকদের নতুন শংসাপত্র পাব। এ যেন ৭০ ফুট উঁচু থেকে হঠাৎ মুখ থুবড়ে মাটিতে পড়া। এবার বুঝতে পারছি নাগরিকদের থেকেও সরকারের ক্ষমতা কতখানি বেশি আর উঁচু। সেকারণেই আমাদেরকে এভাবে উঁচু থেকে ফেলে দিতে পারে। পি সি সরকার, ম্যানড্রেকের যাদুর মতো আমাদের নাগরিকত্বটাকে একেবারে ফালতু করে দিল। আম্বেদকর দেশের নাগরিকদের নিয়ে কতকিছু ভেবেছিলেন। রাষ্ট্রবিজ্ঞানীরাও বলেছেন, সরকারকেও নৈতিকতা বিষয়টা শিখতে হবে। মানুষ যখন বিচারবিভাগের মাধ্যমে শাসন বিভাগকে সঠিকপথে চলার দিশা দেখাবে তখন সংযত হয়ে সরকারকেও সমালোচনা মেনে নিয়ে আত্মসংশোধন করতে হবে। সইতে হবে সমালোচনাও। সেজন্যই সংবিধানটা হল দ্বিমুখী। প্রজাতন্ত্রে শক্তিশালী বস্তুটি হচ্ছে মানুষ বা নাগরিক। অনেকে বলছেন, মাথায় ব্যামো হয়েছে অথবা বামে ধরেছে।

এই বাজে মাথা নিয়েই ভাবছি যদি ভোটার কার্ডে আমার পরিচয় সম্পূর্ণ না হয় তাহলে এটা তৈরি করেছো কেন? আধার কার্ড যদি পরিচয় না হয়, তাহলে ব্যাঙ্কে এটা কেন দিতে হয়? প্যান কার্ড যদি আমার পরিচয় না হয়, তাহলে আমার দেওয়া কর ফেরত দাও। এই নাগরিকত্বটার গোড়া উপড়ে ফেলতে চাইছে, তার জন্যই তো আজাদির ডাক দিচ্ছে সবাই। এতক্ষণে অঙ্কটা মিলেছে। সরকার তার অধিকারটা বুঝে নিতে ষোলো আনা চায়, নাগরিক চাইলেই দোষ। আমাদের পায়ের নিচে যে শক্ত মাটি ছিল তা ভেতর থেকে ফোঁপড়া করে দিয়েছে। আমরা তলিয়ে যেতে পারি যে কোনও সময় ওই গর্তের ভেতরে। তাই ১৯৫০- এর পর ২০১৯ এ একটা অঘোষিত লড়াইয়ের ময়দানে অবশ্যম্ভাবী কারণে এসে পড়েছি। ফিরে যাওয়া নয়, চরৈবেতি, চরৈবেতি।

কবিতা

তোমাদের চৈতন্য হোক

অনির্বাণ কর

''তোমাদের চৈতন্য হোক।''—
আপনি যবে বলেছিলেন
তারপর শতাব্দী পেরিয়ে গেছে।
এখন প্রতিদিন সকালে খবরের কাগজে
হিংসা, আগুন, আতঙ্কের ছবি।
বোমা, এ-কে-৪৭, ইনসাস, ল্যান্ডমাইন,
ডিটোনেটার,
জিলেটিন স্টিক
আজ নবজাতকের বর্ণমালা।
ঠাকুর, আবার আপনার আবির্ভাব হোক,
পৃথিবীর মাটিতে আবার ঝরে পড়ুক
আপনার আশীর্বাদ
''তোমাদের চৈতন্য হোক।''

উত্তর

নীলাঞ্জনা ভট্টাচার্য্য

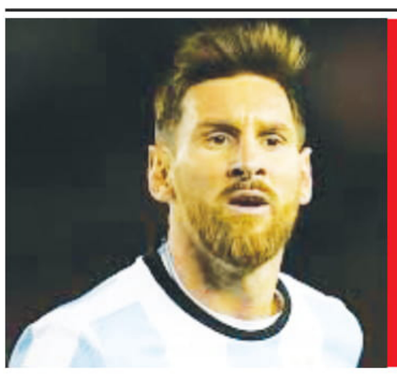
সন্ধ্যা মনের বাউল গানে অস্তাচলে রবি
যায় না ধরা উতল হাওয়া, শোনো পান্থ কবি,
কাব্যরাগের ছন্দে ভেসে মানতে নারাজ তারে
উতল হাওয়া দিচ্ছে পাড়ি সাত সাগরের পারে।

তেরো নদীর মোহনাতে আছে স্বর্গরাজ্য
পান্থ কবি সেই পথেতে সারা জীবন ত্যাজ্য
বাঁধন কেটে সেথায় গিয়ে বাসা বাঁধে হওয়া
নিষেধ সেথায় কাব্যরাজির পথ চলতে চাওয়া॥

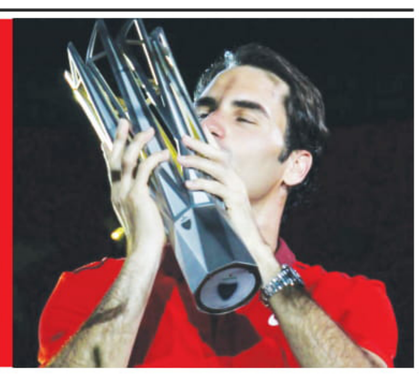
অগ্নিবীনা বাজাও তুমি

অসীম ব্যানার্জি

অগ্নিবীনা বাজাতে হবে তোমাকে
যখন সত্য ধর্মের ধারক প্রথম পান্ডব
পথ চলে মহাপ্রস্থানের পথে
সঙ্গী সারমেয়।
অগ্নিবীনা বাজাতে হবে তখন
যখন তোমার লাঞ্ছনায় দুঃশাসনের
বক্ষরক্ত পান করা মধ্যম পাণ্ডব
সতত নীরব।
অগ্নিবীনা বাজাতে হবে তোমাকেই
যখন ধর্ষিতা তোমার আহ্বানে
টঙ্কার তোলে না তৃতীয় পাণ্ডবের গাণ্ডীব
অগ্নিবীনা বাজবে তোমার হাতে হে পাঞ্চালী
যখন তোমাকে লাঞ্ছিতা দেখেও চতুর্থ, পঞ্চম
পাণ্ডবসহ নতশিরে দণ্ডায়মান গোত্র-নামহীন
পরিচয় হীন তবুও জ্যেষ্ঠ পান্ডব, ভীষ্মদ্রোণ
কৃপাচার্যরা নপুংসকের মত।
তখন অগ্নিবীনা বাজাতে হবে তোমাকেই
হে পাঞ্চালী, বাজাতে হবে তোমাকেই।



স্টেডিয়াম



টিম কোহালির এখন সুসময়

নিজজিল্যান্ডের মাঠে জেতার শপথ পাশে অনবদ্য কে এল রাহুল।

নিজস্ব প্রতিনিধি-নিজজিল্যান্ডের মাটিতে অবলীলাক্রমে টি-২০ সিরিজে এগিয়ে চলেছে কোহলির টিম। এই খবর লেখা পর্যন্ত পাঁচটির মধ্যে দু'টি জিতেছে ভারত। অস্ট্রেলিয়াকেও হারিয়ে দিল টিম কোহলি। ৩৪০ রান তাড়া করতে গিয়ে ছিটকে গেল অস্ট্রেলিয়া। ওয়ার্নারকে ফিরিয়ে দিয়ে অসি শিবিরে প্রথম আঘাত হানেন সামি। ম্যাচের টার্নিং পয়েন্ট অবশ্যই ৩৮তম ওভারে প্রথমে অ্যালেক্স ক্যারে এবং পরে স্মিথকে ফিরিয়ে কুলদীপের জোড়া ধাক্কা। স্মিথ একদিকে ম্যাচ হারলেন অন্যদিকে সেঞ্চুরি (৯৮) হাতছাড়া হল।

সিরিজ ইংল্যান্ডের

জোহানেসবার্গ-১৯১ রানে দক্ষিণ আফ্রিকাকে হারিয়ে টেস্ট সিরিজ জিতল ইংল্যান্ড। সিরিজের ফল ৩-১। ম্যাচের সেরা মার্ক উড চারটি এবং বেন স্টোকস দুটি উইকেট নিয়েছেন। সিরিজ সেরা হয়েছেন বেন স্টোকস। ফান ডার ডুসেন ম্যাচে সর্বোচ্চ ৯৮ রান করেন।

নোবেলজয়ীকে সম্বর্ধনা

নিজস্ব প্রতিনিধি-সাউথ ক্লাবের শতবার্ষিকীর প্রারম্ভে ২৭ জানুয়ারি নোবেলজয়ী অভিজিৎ বিনায়ক বন্দ্যোপাধ্যায়কে সম্বর্ধনা জানালেন ক্লাবের প্রেসিডেন্ট জয়দীপ মুখোপাধ্যায়। সাম্মানিক সদস্যপদও দেওয়া হয়েছে তাঁকে। তিনি জানান, টেনিস তাঁর ভালোলাগার খেলা।

বাগানে এল এটিকে

নিজস্ব প্রতিনিধি-দেশের ঐতিহ্যবাহী ও শতাব্দী প্রাচীন মোহনবাগানের সঙ্গে যুক্ত হল শিল্পপতি সঞ্জীব গোয়েঙ্কার আর পি এস জি গ্রুপ। ১৬ জানুয়ারিতে দু'পক্ষের মধ্যে মউ স্বাক্ষর হল। এই মিশন কার্যকর হবে ২০২০ সালের ১ জুন থেকে। মোহনবাগানের, কর্মকর্তা টুটু বসু বলেন, ক্লাবের জার্সির রং সবুজ-মেরুণ অপরিবর্তিত থাকবে। নতুম মরশুমে ক্লাবের আই এস এলে খেলার প্রতিশ্রুতি রক্ষা করা হল। দু'পক্ষের মিলিত শক্তি ক্লাবকে অন্য মাত্রায় পৌঁছে দেবে। ক্লাবের লোগো অপরিবর্তিত থাকবে। ক্লাবের নামের সঙ্গে মোহনবাগান ও এটিকে দুটো ব্র্যান্ডই থাকবে। আর পি এস জি গ্রুপের হাতে থাকছে ৮০ শতাংশ শেয়ার এবং ফুটবলারদের নিয়ন্ত্রণ করার দায়িত্ব। ক্লাবের ঐতিহ্য ও সম্মান নিয়ে দু'পক্ষই যথেষ্ট শ্রদ্ধাশীল।

সাদিয়ো বর্ষসেরা

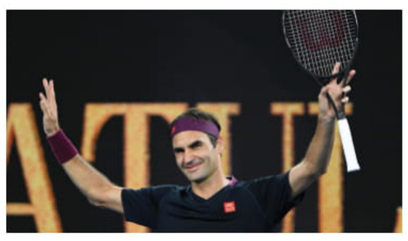
ইংল্যান্ড-২০১৯ সালে আফ্রিকার বর্ষসেরা ফুটবলের সম্মান পেলেন লিভারপুলের তারকা সাদিয়ো মানে। গত মরসুমে লিভারপুলের হয়ে মানে ৩৪টি গোল করেছিলেন।

আগুয়েরোর হ্যাটট্রিক

ইংল্যান্ড-একেবারে হাফ ডজন (৬-১) গোলে জিতল ম্যাঞ্চেস্টার সিটি। ইংলিশ প্রিমিয়ার লিগে স্বমহিমায় ফিরল ম্যাঞ্চেস্টার সিটি।

রজারের সেঞ্চুরি

মেলবোর্ন-অস্ট্রেলিয়ান ওপেনে পঞ্চম সেটের ট্রাই বেকারে জন মিলম্যানের বিরুদ্ধে রজার ফেডেরার পিছিয়ে ৪-৮ পয়েন্টে। রজার প্রিয় টেনিস তারকা অন্যদিকে মিলম্যান ঘরের ছেলে, দর্শকরা দ্বিধাবিভক্ত। পরের



কয়েক মিনিটে ঘটে গেল রুদ্ধশ্বাস ব্যাপার। খাদের কিনারা থেকে উঠে এলেন সুইস তারকা-রজার। একটানা ছ'টা পয়েন্ট জিতে নিলেন। অন্যদিকে বিহ্বল মিলম্যান। তিনি বললেন, তারকারা এভাবেই ঘুরে দাঁড়ায়।

শচীনও গররাজি

মুম্বই-চারদিনের টেস্টের পরিকল্পনা করার সময় বিশ্ব ক্রিকেট সংস্থা আই. সি. সি ভাবেনি যে, চারদিনের টেস্ট ক্রিকেট নিয়ে এত প্রতিরোধের মুখে পড়তে হবে। শচীন তেণ্ডুলকরও আই সি সি-র কাছে আবেদন করেছেন টেস্ট ম্যাচের দিন যেন কমানো না হয়।

আলেকজান্দ্রোর ইস্তফা

নিজস্ব প্রতিনিধি-ডার্বি হেরে লিগে সাত নম্বর জায়গায় থাকা ইস্টবেঙ্গলকে চাপে ফেলে ইস্তফা দিলেন কোচ আলেজান্দ্রো। ইস্তফার কারণ ব্যক্তিগত। ফাঁকা জায়গা পূরণ করতে ইতিমধ্যেই কিছু কোচ যোগাযোগ শুরু করছেন।

চলে গেলেন ব্ল্যাক মাম্বা

লস অ্যাঞ্জেলস-বাস্কেটবলের কিংবদন্তি খেলোয়াড় কোবি ব্রায়ান্ট চলে গেলেন। কোর্টে ক্ষিপ্রতার জন্য ব্রায়ান্টের নাম হয়ে গিয়েছিল 'ব্ল্যাক মাম্বা'। ভারতীয় সময় ২৬ জানুয়ারি রাতে হেলিকপ্টার দুর্ঘনায় প্রয়াত হয়েছেন ব্রায়ান্ট। দুর্ঘটনার সময়

দুর্ঘটনাস্থলে উদ্ধারকর্মীরা

তাঁর সঙ্গে ছিলেন দুই কন্যা, স্ত্রী, এছাড়া চালক সহ সাত যাত্রী। লস অ্যাঞ্জেলস কাউন্টির শেরিফ অ্যালেক্স ভিয়ানুয়েভা জানিয়েছেন, 'চালক সহ সব যাত্রীই প্রয়াত'। ব্রায়ান্টের মৃত্যুতে শোকস্তব্ধ গোটা ক্রীড়া বিশ্ব। সপরিবারে ৮৫ মাইল দূরে মাম্বা স্পোর্টস অ্যাকাডেমির উদ্দেশ্যে রওনা দিয়েছিলেন মাম্বা। অলিম্পিকে একাধিক সোনা এবং ১৮ বার এন বি এ অলস্টার খেতাব পেয়েছিলেন তিনি।

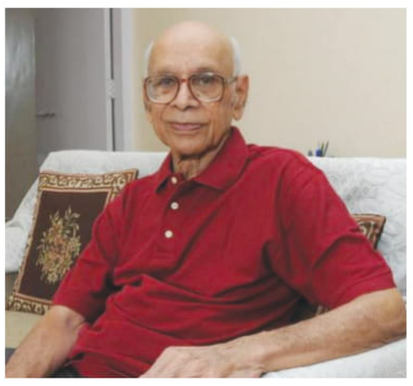
চুনীর নামে

নিজস্ব প্রতিনিধি-চুনী গোস্বামীর নামে প্রকাশ করা হচ্ছে ডাকটিকিট। ১৫ জানুয়ারি ৮২ তম জন্ম তাঁকে এই বিশেষ সম্মান দিচ্ছে ইন্ডিয়ান পোস্ট অ্যান্ড টেলিগ্রাফ ডিপার্টমেন্ট। চুনী গোস্বামীর বাড়িতে এই বিশেষ অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন চিফ পোস্ট মাস্টার জেনারেল সহ অন্যান্য বিশিষ্ট ব্যক্তিবর্গ।

প্রয়াত কোয়া

নিজস্ব প্রতিনিধি-মারা গেলেন উমর কোয়া (৬৯)। ভারতীয় দাবা ফেডারেশনের প্রাক্তন প্রেসিডেন্ট ছিলেন। সব মিলিয়ে ২০ বছর তিনি দেশের দাবা সংস্থার বিভিন্ন পদে ছিলেন।

প্রয়াত নাদকার্নি



মুম্বই-প্রয়াত হলেন বাপু নাদকার্নি। বয়স হয়েছিল ৮৬ বছর। তাঁর পুরো নাম রমেশচন্দ্র গঙ্গারাম নাদকার্নি। বাপুর জীবনে 'সেরা বোলিং' পারফরম্যান্স বলা হয় ১৯৬৪-তে ইংল্যান্ডের বিরুদ্ধে টানা ২১.৫ ওভার মেডেন দিয়েছিলেন, যা এখনও রেকর্ডের তালিকায়। তাঁর বোলিং নিয়ে ষাটের দশকে সবসময় ভীত থাকতেন বিপক্ষের ক্রিকেটাররা।

সি এ বি-র নতুন আচরণবিধি

নিজস্ব প্রতিনিধি-ক্রিকেট অ্যাসোসিয়েশন অব বেঙ্গল (সি এ বি)-এর সচিব অভিষেক ডালমিয়া জানিয়েছেন, দিন কয়েকের মধ্যেই বাংলার ক্রিকেটারদের জন্য নতুন আচরণবিধি চালু হবে। সম্প্রতি মাঠের বাইরে অনেক ঘটনা আলোড়ন তুলেছে বাংলার ক্রিকেট মহলে। সেসব বন্ধ করতেই এই প্রয়াস চলছে। কোচ, অধিনায়ক কথা বলবেন সংবাদ মাধ্যমের সঙ্গে। স্বচ্ছতার বিষয়ে আরও গুরুত্ব দেওয়া হবে। ক্রিকেটারদের বিরুদ্ধে অভিযোগ জমা পড়লে তা খতিয়ে দেখা হবে।

ঋতুর সোনা

গৌহাটি-গৌহাটিতে অনুষ্ঠিত খেলো ইন্ডিয়া ২০২০ যুব গেমসের আর্টিস্টিক জিমন্যাস্টিকের অনূর্ধ্ব ২১ বিভাগে সোনা জিতলেন বাংলার মেয়ে ঋতু দাস, হুগলির বাঁশবেড়িয়ার মেয়ে। তাঁর বাবা নিত্যানন্দ দাস স্থানীয় বাজারে সব্জি বিক্রি করেন। টিম ইভেন্ট ঋতুর খুব প্রিয়।

আনন্দের ড্র

কিয়েভ-মাস্টার্স দাবা প্রতিযোগিতার প্রথম রাউন্ডেই ড্র করলেন বিশ্বনাথন আনন্দ। পাঁচবারের বিশ্ব চ্যাম্পিয়ন ড্র করেছেন রাশিয়ার গ্র্যান্ড মাস্টার ভ্লাদিস্লাভ আর্তেমিয়েভের বিরুদ্ধে। প্রথম রাউন্ডে ড্র করেছেন বিশ্ব চ্যাম্পিয়ন ম্যাগনাস কার্লসেনা তাঁকে আটকে দিয়েছেন নেদারল্যান্ডসের অ্যানিস গিরি।

স্যার ক্লাইভ লয়েড

লন্ডন-নাইট হুড উপাধিতে ভূষিত হলেন ওয়েস্ট ইন্ডিজের দু'বারের বিশ্বজয়ী অধিনায়ক ক্লাইভ লয়েড। শুধুমাত্র ক্রিকেটে নয় ইংল্যান্ডে সমাজসেবামূলক কাজের জন্য এই সম্মানে ভূষিত করা হল ল্যাঙ্কাশায়ার নিবাসী লয়েডকে। ক্রিকেটে সর্বকালের শ্রেষ্ঠ টিমের অধিনায়ক ছিলেন লয়েড। ১৯৭৫ এবং ১৯৭৯ দু'বার বিশ্বজয়ী ওয়েস্ট ইন্ডিজের অধিনায়ক ছিলেন লয়েড। ক্যারিবিয়ানদের কাছে লয়েড ভগবানতুল্য। ময়দানে তার নাম হয়েছিল 'বিগ ক্যাট'। এখন হলেন

কোকোয় মাত টেনিস

মেলবোর্ন-মেয়েদের কোর্ট শাসন করতে চলে এসেছে নতুন মেয়ে। গতবারের চ্যাম্পিয়ন নাওমি ওসাকাকে ছিটকে দিয়ে সেই স্বপ্ন

জাগিয়ে তুললেন কোরি কোকো গফ। অস্ট্রেলিয়ান ওপেনে এবার কোকো-কে নিয়ে আলোচনা চলছে সর্বত্র। রড লেভার এরিনায় ওসাকাকে হারাতে কোকোর সময় লেগেছে মাত্র ৬৭ মিনিট। তৃতীয় রাউন্ডের এই ম্যাচের স্কোর আমেরিকান টিন এজারের পক্ষে ৬-৩, ৬-৪।

তিন সোনা বাংলার

কলকাতা-জাতীয় স্কুল টেবল টেনিসে বাংলার ছেলে-মেয়েরা তিনটি সোনা জিতলেন। অনূর্ধ্ব ১৭ বিভাগে বাংলার মুনমুন কুণ্ডি ব্যক্তিগত বিভাগে সোনা জিতেছেন। বড়োদরার অন্য দুটি ইভেন্টে সোনা এল দলগত বিভাগে। আকাশ পাল, আবির রায়, তমাল বল্লভরা অনূর্ধ্ব ১৯ বিভাগে সোনা জেতেন মহারাষ্ট্রকে পরাজিত করে। মেয়েদের অনূর্ধ্ব ১৭ বিভাগে সোনা পেয়েছেন মৌলি মোদক, নীলিমা সরকার। টেবিল টেনিসে রাজ্যের বিভিন্ন প্রান্ত থেকে বেশ কিছু প্রতিভাবান খেলোয়াড় উপরের সারিতে উঠে এসেছে। এখন দরকার সঠিক প্রশিক্ষণ।

মেডিসিন, হার্ট, ডায়াবেটিসের চিকিৎসায়—
ডাঃ প্রভাত ভট্টাচার্য্য
MD (MEDICINE)
মঙ্গল, বৃহস্পতি, শনি সময় ২-৩০ মিনিট
সেরাম পলিক্লিনিক
৩২এ, রামকান্ত বোস স্ট্রিট, কলকাতা-৭০০ ০০৪
(শ্যামবাজার মনীন্দ্র কলেজের পাশের গলিতে)
যোগাযোগ ঃ 8697144314/8777052022

সংগঠনের উজ্জ্বল উপস্থিতির কয়েক ঝলক

নেতাজী সুভাষ চন্দ্র বোসের জন্মদিন উদ্‌যাপনে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন ।

নিজস্ব চিত্র

কলকাতার সন্তোষ মিত্র স্কোয়ারে তিনদিন ব্যাপী খাদ্যমেলার অনুষ্ঠান। ১২ জানুয়ারি, রবিবার মেলা আয়োজনকারীদের পক্ষ থেকে আয়োজিত এই অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। মঞ্চে রয়েছেন অনুষ্ঠানের মূল উদ্যোক্তা সজল ঘোষ সহ অন্যান্যরা।

নিজস্ব চিত্র

বাগনানের শহীদ স্মৃতি সংঘে থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা শিবির শেষে মঞ্চে উপস্থিত উদ্যোক্তা সংগঠনের সদস্যবৃন্দ এবং সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সদস্যরা।

নিজস্ব চিত্র

সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন আয়োজিত চড়ুইভাতির ছোট্ট অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন সংগঠনের সভাপতি ডাঃ ভাস্করমণি চ্যাটার্জি।

নিজস্ব চিত্র

সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন আয়োজিত প্রজাতন্ত্র দিবসে পতাকা উত্তোলন।

নিজস্ব চিত্র

মুচি বাজারে বিবেকানন্দ ক্লাবের উদ্যোগে রক্তদান উৎসবে বক্তব্য রাখছেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য।

নিজস্ব চিত্র

সন্তানের বিয়ে দিচ্ছেন ?

যার সঙ্গে বিয়ে দিচ্ছেন সে থ্যালাসেমিয়া বাহক কিনা দেখেছেন কি?

থ্যালাসেমিয়া কি ? থ্যালাসেমিয়া একটি জিন ঘটিত রোগ

থ্যালাসেমিয়া রোগের লক্ষণ ঃ ১। রক্তে হিমোগ্লোবিনের পরিমাণ কমে যায়। ২। বয়স অনুযায়ী বাচ্ছার বৃদ্ধি হয় না, কিন্তু প্লীহা (Spleen) বৃদ্ধি ঘটে, পরিণতি মৃত্যু।

থ্যালাসেমিয়া রোগের কারণ কি? ঃ যেকোন একজন থ্যালাসেমিয়া বাহক যদি অপর বাহককে বিয়ে করে তাহলেই পরের প্রজন্মে থ্যালাসেমিয়া অসুখ হবার সম্ভাবনা থাকবে। কিন্তু থ্যালাসেমিয়া বাহক কোন অসুখ নয়, বাহকের সঙ্গে সাধারণের বিয়ে হলেও পরের প্রজন্মের থ্যালাসেমিয়া অসুখ নিয়ে পৃথিবীতে আসবার কোন সম্ভাবনা থাকবে না।

থ্যালাসেমিয়া রোগ প্রতিরোধের উপায় - আমাদের আবেদন

সুজনেষু,

আসুন, জন্মানোর এক বছর পর থেকে বিবাহের আগে পর্যন্ত থ্যালাসেমিয়া বাহক রক্ত পরীক্ষা করে / করিয়ে এবং দুজন বাহকের মধ্যে বিবাহ না দিয়ে আপনিও থ্যালাসেমিয়া মুক্ত সমাজ গড়ার শরিক হোন।

ডাঃ ভাস্করমণি চ্যাটার্জী, সভাপতি
সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনসন ফেডারেশন

সহ সভাপতি
স্বামী সারদাত্মানন্দ মহারাজ ও ডাঃ শেখর ঘোষ
সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনসন ফেডারেশন

সঞ্জীব আচার্য্য, সম্পাদক
সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনসন ফেডারেশন

কার্যকারী কমিটির অন্যান্য সদস্যবৃন্দ ঃ ডাঃ প্রভাত ভট্টাচার্য, তিনকড়ি দত্ত, জয়ন্ত সাহা, অজয় চৌবে ও মৃদুল ব্যানার্জি

সদস্যবৃন্দ ১) শরদিন্দু চ্যাটার্জি, ২) রজত বোস, ৩) অনুপম রায়, ৪) রামকৃষ্ণ বসাক, ৫) রামপ্রসাদ চক্রবর্তী, ৬) শৈলেন পাল, ৭) মালঞ্চ সাহা, ৮) প্রিয়জিত ভৌমিক, ৯) অমল বোস, ১০) এস এস চন্দ, ১১) রুবী মণ্ডল, ১২) গোপাল সাহা, ১৩) আশীষ ভট্টাচার্য্য, ১৪) ববিতা দাস, ১৫) সুদীপা কর্মকার, ১৬) তপন ব্যানার্জি, ১৭) অশোক পাল, ১৮) প্রদীপ পাত্র, ১৯) সৈকত মুখার্জি, ২০) সোনালি বিশ্বাস, ২১) সঞ্চয় সাহা, ২২) পার্থ দাস, ২৩) সঞ্জয় সেনগুপ্ত, ২৪) সন্দীপ মিল, ২৫) তাপস কুমার চক্রবর্তী, ২৬) রিক্তা বিশ্বাস, ২৭) সুমনা কর, ২৮) অভিষেক কুমার মিত্র, ২৯) কৃতান্ত মণ্ডল, ৩০) অদিতি মণ্ডল, ৩১) নুপুর চ্যাটার্জি, ৩২) রণিতা মিত্র, ৩৩) কুহু চ্যাটার্জি, ৩৪) দেবশঙ্কর নন্দী, ৩৫) অদিতি বসু, ৩৬) নমিতা পাল, ৩৭) মধু শেঠ, ৩৮) মধুমিতা পাত্র, ৩৯) অরবিন্দ নন্দী, ৪০) রাসবিহারী ব্যানার্জি, ৪১) পুলক শূর, ৪২) রুদ্র রায়, ৪৩) ডা. পি. কর্মকার, ৪৪) তপন ঘোষ, ৪৫) তাপস মুখার্জি, ৪৬) রীতেশ ঘোষ, ৪৭) অমিতাভ সিনহা, ৪৮) মৌমিতা ঘোষ, ৪৯) শুভময় কুণ্ডু, ৫০) রেশমি নায়েক।

সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনসন ফেডারেশন থ্যালাসেমিয়া ক্যাম্প ও বাহক রক্ত পরীক্ষার জন্য যোগাযোগ করুন

১০, ভূপেন বোস এভিনিউ, কোলকাতা-৭০০ ০০৪, যোগাযোগ ঃ (০৩৩) ২৫৩০ ৬৫৭২, ৯৮৩০৫ ৬০২৯৬

Owner- Sanjib Acharya, Printer-Sanjib Acharya, Publisher- Sanjib Acharya, Published from- 122/2, Panchanantala Road , P.O.Paschim Putiary, Kolkata- 700 041, District- South 24 Parganas, Printed from- Diamond Art Press, 37/A, Bentinck Street, Kolkata-700 069, Editor- Sanjib Acharya. Editorial and Corporate Office : 98305 60296.