সাপ্তাহিক মৰিগাঁও

SAPTAHIK MORIGAON

A WEEKLY NEWS PAPER PUBLISHED FROM MORIGAON, ASSAM

মৰিগাঁৱৰ পৰা প্ৰকাশিত সাপ্তাহিক বাতৰি কাকত

বছৰ-৩০, সংখ্যা-৮, ১৭-ছেপ্টেম্বৰ, ২০২৬, বৃহস্পতিবাৰ, মূল্য-২.০০ টকা

Voll-30, No. 8, 17- September, 2026,Thursday, RNI No.67320/97, Price-2.00

সোঁৱৰণ



জন্ম-
২৯ অক্টোবৰ
১৯৫৫ চন

মৃত্যু-
২১ ছেপ্টেম্বৰ
২০১৭





প্ৰয়াত মহেশ প্ৰসাদ বায়

সাপ্তাহিক মৰিগাঁও বাতৰি কাকতৰ স্বত্বাধিকাৰী প্ৰয়াত মহেশ প্ৰসাদ বায়। অহা ২১ ছেপ্টেম্বৰত অনুষ্ঠিত হ'বলগীয়া আপোনাৰ নৱম মৃত্যু বাৰ্ষিকীত সমূহ পৰিয়ালবৰ্গই শ্ৰদ্ধাৰে সুঁৱৰিছো। আপুনি য'তেই আছে শান্তিত থাকক, এয়েই প্ৰাৰ্থনা।

শোকসন্তপ্ত পৰিয়ালবৰ্গৰ হৈ—

দময়ন্তী দেবী (পত্নী), উমেশ প্ৰসাদ বায় (ভাতৃ), ভাগ্যশ্ৰী দেবী (বৰ জীয়ৰী), বুদ্ধেশ্বৰ পেগু (বৰ জোঁৱাই), আয়িৰ পেগু (নাতি), মালাশ্ৰী দেবী (কণিষ্ঠ জীয়ৰী)

নগাঁও লোকসভা সমষ্টিৰ উপ-নিৰ্বাচন সন্দৰ্ভত মৰিগাঁও জিলা আয়ুক্তৰ সংবাদমেল

মৰিগাঁও জিলাৰ তিনিটা বিধানসভা সমষ্টিত মুঠ ভোটাৰ ৭,৬৫,৪৬৪ জন



।। **বিশেষ সেৱা**।। নগাঁও লোকসভা সমষ্টিৰ আগন্তুক উপ-নিৰ্বাচন সন্দৰ্ভত অলপতে মৰিগাঁও জিলাৰ সংবাদ মাধ্যমৰ প্ৰতিনিধিসকলৰ সৈতে জিলা আয়ুক্তৰ কাৰ্যালয়ৰ সভাকক্ষত এক সংবাদমেল অনুষ্ঠিত হয়। সংবাদমেলত মৰিগাঁও জিলাৰ আয়ুক্ত সৃষ্টি সিঙে নিৰ্বাচন সম্পৰ্কীয় বিভিন্ন গুৰুত্বপূৰ্ণ বিষয়ত বক্তব্য আগবঢ়োৱাৰ লগতে নিৰ্বাচনটো সুচাৰুৰূপে পৰিচালনা কৰিবলৈ সকলোৰে সহায় সহযোগিতা কামনা কৰে। জিলা আয়ুক্তগৰাকীয়ে নিৰ্বাচন সম্পৰ্কীয় তথ্য দাঙি ধৰি কয় ঃ মৰিগাঁও জিলাৰ তিনিটা বিধানসভা সমষ্টিত মুঠ ৯৬৮ টা ভোট কেন্দ্ৰ। ইয়াৰে জাগীৰোডত ৩৩৫ টা,লাহৰীঘাটত ৩৫৫ টা আৰু মৰিগাঁৱত ২৭৮ টা আছে। ইয়াৰে ২৫২ টা ভোট গ্ৰহণ কেন্দ্ৰক স্পৰ্শকাতৰ হিচাপে চিহ্নিত কৰা হৈছে। ইয়াৰ ভিতৰত জাগীৰোডত ১১২ টা, লাহৰীঘাটত ৯৮ ● (২পৃষ্ঠাত)

নাথ সাহিত্য সংস্কৃতি সন্মিলনৰ প্ৰতিষ্ঠা দিৱস উদ্‌যাপন

।।**বিশেষ সেৱা**।।নাথ সাহিত্য সংস্কৃতি সন্মিলনৰ ষষ্ঠ সংখ্যক প্ৰতিষ্ঠা দিৱসটো অলপতে মৰিগাঁও চহৰৰ সমীপৱৰ্তী পূব সিধাবাৰী ৰংগমঞ্চত অনুষ্ঠিত হয়। ময়ূৰি যুৱক সংঘ আৰু সিধাবাৰী বাইজৰ সহযোগত অনুষ্ঠিত হোৱা প্ৰতিষ্ঠা দিৱসৰ কাৰ্যসূচী অনুসৰি পুৱা পতাকা উত্তোলনৰে কাৰ্যসূচী শুভাৰম্ভ কৰে সন্মিলনৰ সভাপতি গদাধৰ নাথে। বন্তি প্ৰজ্বলন কৰে উদযাপন সমিতিৰ সভাপতি নবীন চন্দ্ৰ নাথে। ● (২পৃষ্ঠাত)

মৰিগাঁৱৰ নৱনিযুক্ত জ্যেষ্ঠ আৰক্ষী অধীক্ষক নিশান্ত সৌৰভ-সংবাদ মাধ্যমৰে মত বিনিময়

।। **বিশেষ সেৱা**।। মৰিগাঁও জিলাৰ নৱ নিযুক্ত জ্যেষ্ঠ আৰক্ষী অধীক্ষক নিশান্ত সৌৰভ আৰু সংবাদ মাধ্যমৰে অলপতে মৰিগাঁও আৰক্ষী অধীক্ষক কাৰ্যালয়ৰ সভাকক্ষত এক মত বিনিময় অনুষ্ঠান অনুষ্ঠিত হয়। মত-বিনিময় অনুষ্ঠানত জিলাখনৰ অপৰাধজনিত বিষয়, অপৰাধ নিয়ন্ত্ৰণ, জনসুৰক্ষা আৰু আইন-শৃংখলা সম্পৰ্কীয় বিভিন্ন দিশত আলোচনা কৰা হয়, লগতে আৰক্ষী আৰু সংবাদ মাধ্যমৰ



মাজত সমন্বয়, পাৰস্পৰিক সহযোগিতা আৰু ● (২পৃষ্ঠাত)

ভূমিকম্প, অগ্নিকাণ্ড-প্ৰাথমিক চিকিৎসা বিষয়ক মকড্ৰিল অনুষ্ঠিত

।।**বিশেষ সেৱা**।।জিলা দুৰ্যোগ ব্যৱস্থাপনা প্ৰাধিকৰণ (DDMA), মৰিগাঁৱৰ উদ্যোগত জিলা প্ৰশাসনৰ পৃষ্ঠপোষকতাত আৰু অগ্নি আৰু জৰুৰীকালীন সেৱা কেন্দ্ৰ, মৰিগাঁৱৰ সহযোগত অলপতে মৰিগাঁও চহৰৰ KDR Plaza-ত ভূমিকম্প, অগ্নিকাণ্ড আৰু প্ৰাথমিক চিকিৎসা বিষয়ক এক মক ড্ৰিল সফলতাৰে অনুষ্ঠিত হয়। দুৰ্যোগৰ সময়ত জৰুৰী সঁহাৰি ব্যৱস্থা অধিক ফলপ্ৰসূ কৰি তোলা, ● (২পৃষ্ঠাত)

সৰ্পদংশন ব্যৱস্থাপনাত মৰিগাঁও জিলাৰ উল্লেখ্য সাফল্য

।। **বিশেষ সেৱা**।। সৰ্পদংশন ৰোগীৰ সময়মতে আৰু ফলপ্ৰসূ চিকিৎসা নিশ্চিত কৰাৰ ক্ষেত্ৰত মৰিগাঁও জিলাই এক উল্লেখযোগ্য দৃষ্টান্ত স্থাপন কৰিছে। ২০২৬ ● (২পৃষ্ঠাত)

যন্ত্ৰৰ পূজাৰ পৰা শ্ৰমৰ মৰ্যাদালৈ ঃ বিশ্বকৰ্মা পূজাৰ অন্তৰ্নিহিত কথা

।। **নলিনী ৰঞ্জন ভূঞা**।। বিশ্বকৰ্মা পূজা কেৱল এটা ধৰ্মীয় উৎসৱ নহয় । ই শ্ৰম, সৃষ্টিশীলতা, দক্ষতা আৰু কৰ্মৰ প্ৰতি সন্মান প্ৰকাশৰ এক গুৰুত্বপূৰ্ণ সামাজিক উপলক্ষ । যন্ত্ৰ, সঁজুলি আৰু কৰ্মস্থলীক পূজা কৰাৰ মাজেৰে মানুহে আচলতে সেইবোৰৰ সৈতে জড়িত নিজৰ শ্ৰম আৰু সৃষ্টিশীল শক্তিকহে সন্মান জনায়। সেয়ে ● (৩পৃষ্ঠাত)

নীৰৱ দান ঃ আত্মপ্ৰচাৰৰ ঊৰ্ধ্বত এক পৱিত্ৰ সাধনা



প্ৰেম বৈষ্ণৱ, ৯৮৫৪৪৫০৫৮২

মানৱ সভ্যতাৰ সুদীৰ্ঘ ইতিহাসত দান প্ৰক্ৰিয়া কেৱল সম্পদৰ বণ্টন নহয়, 'দান' হৈছে মানৱাত্মাৰ এক উচ্চতৰ প্ৰকাশ। সমাজৰ ভেটি মজবুত কৰাত দয়া, মমতা আৰু ত্যাগৰ ভূমিকা অনস্বীকাৰ্য। ভাৰতীয় দৰ্শনত দানক কেৱল বস্তুগত আদান-প্ৰদান হিচাপে চোৱা নহয়, ইয়াক এক আধ্যাত্মিক সাধনা হিচাপে গণ্য কৰা হয়। যি সময়ত বিশ্বায়ন আৰু প্ৰযুক্তিৰ দ্ৰুত বিস্তাৰে মানুহৰ মাজত ব্যক্তিগত স্বাৰ্থপৰতা বৃদ্ধি কৰিছে, সেই সময়ত দানৰ দৰে মহান প্ৰবৃত্তিয়ে মানুহক পুনৰাই মানৱীয়তাৰ বাটেৰে আগুৱাই নিয়াৰ প্ৰয়াস কৰে। দৰাচলতে, দান হৈছে এজন ব্যক্তিৰ পৰা আন এজনলৈ বিয়পি পৰা প্ৰেম আৰু সহমৰ্মিতাৰ এক সূক্ষ্ম অথচ গভীৰ সংযোগ। আমাৰ প্ৰাচীন শাস্ত্ৰসমূহত দানক ঈশ্বৰপ্ৰাপ্তিৰ অন্যতম পথ বুলি অভিহিত কৰিছে। বৰ্তমানৰ প্ৰযুক্তি নিৰ্ভৰ সমাজত দানৰ অৰ্থ আৰু পদ্ধতিৰ ব্যাপক পৰিৱৰ্তন ঘটিছে ● (৪পৃষ্ঠাত)

নগাঁও লোকসভা সমষ্টিৰ উপ-নিৰ্বাচন সন্দৰ্ভত মৰিগাঁও জিলা আয়ুক্তৰ সংবাদমেল

মৰিগাঁও জিলাৰ তিনিটা বিধানসভা সমষ্টিত মুঠ ভোটাৰ ৭,৬৫,৪৬৪ জন



(১ পৃষ্ঠাৰ পৰা)● আৰু মৰিগাঁৰত ৪২ টা আছে। তদুপৰি তিনিটা বিধানসভা সমষ্টিত মুঠ ৭,৬৫,৪৬৪ জন ভোটাৰ থকা বুলি উল্লেখ কৰি জাগীৰোডত ২,৫১,৯৭৪ জন, লাহৰীঘাটত ৩,০৬,৭৮০ জন আৰু মৰিগাঁৰত ২,০৬,৭১০ জন আছে। আনহাতে ডাক বেলট পেপাৰৰ যোগে নিৰ্বাচনত ভোট দিব লগীয়া ৯,৮৬৬ জন ভোটাৰ আছে। ইয়াৰে জাগীৰোডত ৩,৩৯৭ জন, লাহৰীঘাটত ৪,৩৪৭ জন আৰু মৰিগাঁৰত ২,১২২ জন আছে। ইফালে ভোটাৰৰ মাজত মাজত নিৰ্বাচন সম্পৰ্কীয় সজাগতা বৃদ্ধি কৰা আৰু কেৱল প্ৰামাণিক তথা সত্য তথ্যহে জনসাধাৰণৰ মাজলৈ যাতে যায়, সেই ক্ষেত্ৰত সংবাদ মাধ্যমৰ সক্ৰিয় সহযোগিতা কামনা কৰে। তেওঁ কয় যে নিৰ্বাচনী প্ৰক্ৰিয়াক অধিক স্বচ্ছ, বিশ্বাসযোগ্য আৰু অংশগ্ৰহণমূলক কৰি তোলাৰ লগতে ভোটাৰ সজাগতা বৃদ্ধিত সংবাদ মাধ্যমৰ এক গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা আছে। নিৰ্বাচন সম্পৰ্কীয় সঠিক তথ্য প্ৰচাৰ আৰু জনসাধাৰণক সচেতন কৰাৰ ক্ষেত্ৰত সংবাদ মাধ্যমৰ সহযোগিতা বিশেষভাৱে তাৎপৰ্যপূৰ্ণ বুলিও তেওঁ প্ৰকাশ কৰে। সংবাদমেলত অতিৰিক্ত জিলা আয়ুক্ত ৰাকেশ ডেকা আৰু নিৰ্বাচনী বিষয়া গুঞ্জনা শইকীয়া উপস্থিত থাকে।

নাথ সাহিত্য সংস্কৃতি সন্মিলনৰ প্ৰতিষ্ঠা দিৱস উদ্‌যাপন

(১পৃষ্ঠাৰ পৰা)● স্মৃতি তৰ্পণ কৰে সন্মিলনৰ কাৰ্যকৰী সভাপতি পদ্মকান্ত নাথ আৰু সমাজ সেৱক অমলেশ মেধিয়ে। ইয়াৰ পিছতে প্ৰতিষ্ঠা দিৱসৰ কাৰ্যসূচীৰ লগত সংগতি ৰাখি 'প্ৰত্নতাত্ত্বিক ৰাজমোহন নাথ স্মাৰক পুথিভঁৰাল'টো শুভ উদ্বোধন কৰে তিৰা স্বায়ত্ত পৰিষদৰ মুখ্য কাৰ্যবাহী সদস্য জীৱন চন্দ্ৰ কোঁৱৰে। পুথিভঁৰালটো উদ্বোধন কৰি দিয়া ভাষণত মুখ্য কাৰ্যবাহী সদস্য কোঁৱৰে কয় এখন সুস্থ আৰু সচেতন সমাজ গঢ়ি তোলাত পুথিভঁৰালে এক শক্তিশালী মাধ্যম হিচাপে কাম কৰে। তেওঁ কয় পুথিভঁৰাল কেৱল কিতাপ থৈ দিয়া ঘৰ নহয়, ই হ'ল সমাজ পৰিৱৰ্তনৰ আৰু মানসিক সংস্কাৰৰ এক অন্যতম চালিকা শক্তি। পুথিভঁৰালে সমাজৰ উন্নতি, শিক্ষাৰ বিস্তাৰ আৰু জ্ঞানৰ পোহৰ বিয়পোৱাৰ ক্ষেত্ৰত সমাজ সংস্কাৰ পুথিভঁৰালৰ ভূমিকা অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ বুলি মন্তব্য কৰে। উক্ত সভাতে লেখিকা ডেইজী বৰাৰ অলৌকিক ৰহস্যৰ দেশ ভাৰতবৰ্ষ-২ গ্ৰন্থখনি উন্মোচন কৰে কোঁৱৰে। সন্মিলনৰ সভাপতি গদাধৰ নাথৰ সভাপতিত্বত আৰু প্ৰাক্তন প্ৰধান সম্পাদক জিতুমণি নাথে আঁত ধৰা সভাখনত লেখক ইন্দ্ৰেশ্বৰ নাথ, শৈৰ সাহিত্যিক নীলকান্ত নাথ, অৱসৰপ্ৰাপ্ত ডাকঘৰ বিষয়া মুকুল চন্দ্ৰ কাকতি, যুৱ নেতা উৎপল নাথ, মৰিগাঁও আইন মহাবিদ্যালয়ৰ অধ্যক্ষ দিগন্ত কুমাৰ মিশ্ৰই নাথ সাহিত্য সংস্কৃতি সন্মিলনৰ কৰ্মৰাজীক প্ৰশংসা কৰি শুভেচ্ছামূলক বক্তব্য প্ৰদান কৰে। উক্ত সভাতে নাথ জনগোষ্ঠীৰ ১৭ জন বিশিষ্ট ব্যক্তি আৰু তিনিজন মেধাবী ছাত্ৰ-ছাত্ৰীক সম্বৰ্ধনা জনোৱা হয়। সম্বৰ্ধনা জনোৱা ব্যক্তিসকল হৈছে ইন্দ্ৰেশ্বৰ নাথ (গুৱাহাটী), ড° দিনেশ কাকতি নাথ (গুৱাহাটী), নীলকান্ত নাথ (গুৱাহাটী), অজিত নাথ (গুৱাহাটী), ডেইজী বৰা (গুৱাহাটী), ডাঃ অৰুণ কুমাৰ নাথ (মৰিগাঁও), সভাৰাম নাথ (নটুৱাগাঁও), জয় কুমাৰ নাথ (নটুৱাগাঁও), ললিত চন্দ্ৰ নাথ (সিধাবাৰী), হেমেন কাকতি (যোৰ আঁহত), তিলক চন্দ্ৰ নাথ (চৰাইবাহী), অৰুণজ্যোতি নাথ (বগৰিগুৰী), ঘনশ্যাম নাথ (ৰহা), অনিল কুমাৰ ভূঞা (হাবিবৰঙাবাৰী), ভূপেন কুমাৰ নাথ (হাবিবৰঙাবাৰী), মানস কুমাৰ নাথ (মৰিগাঁও) আৰু লক্ষ্যজ্যোতি নাথ (মৰিগাঁও)। মেধাবী ছাত্ৰ ছাত্ৰী কেইজন হৈছে চৰাইবাহীৰ ড° লীজা দেৱী, শান্তনু নাথ আৰু ভাৰ্গৱ নাথ। ইয়াৰ পিছতে নাথ সাহিত্য সংস্কৃতি মহিলা সন্মিলনখনি অনুষ্ঠিত হয়। সিধাবাৰী প্ৰাথমিক বিদ্যালয়ত মনোৰমা দেৱীৰ সভাপতিত্বত অনুষ্ঠিত হোৱা সভাখনত সভাই আগন্তুক কাৰ্যকালৰ বাবে কল্পনা দেৱীক সভাপতি, বিজয়লক্ষ্মী দেৱীক কাৰ্যকৰী সভাপতি, পূৰবী দেৱী, গীতাঞ্জলি দেৱী, ৰীতা দেৱীক উপ-সভাপতি, বিউতী দেৱীক সাধাৰণ সম্পাদক, লাৱণ্য দেৱীক সম্পাদক হিচাপে লৈ ৫১ জনীয়া মহিলা সন্মিলনখন গঠন কৰা হয়। সন্ধিয়া সন্মিলনৰ প্ৰধান সম্পাদক হিৰণ্য কুমাৰ নাথ, সম্পাদক পোনাৰাম নাথ আৰু উদ্‌যাপন সমিতিৰ সম্পাদক গৌৰৱ নাথে বন্তি প্ৰজ্বলনৰে কাৰ্যসূচী সামৰণি পেলাই।

মৰিগাঁৰৰ নৱনিযুক্ত জ্যেষ্ঠ আৰক্ষী অধীক্ষক নিশান্ত সৌৰভ-সংবাদ মাধ্যমৰে মত বিনিময়

(১ পৃষ্ঠাৰ পৰা)● পেছাদাৰী সম্পৰ্ক অধিক শক্তিশালী কৰাৰ ওপৰত গুৰুত্ব প্ৰদান কৰা হয়। সংবাদকৰ্মীসকলে জিলাখনত সংঘটিত হৈ থকা অপৰাধ মূলক বিষয়সমূহ আঙুলিয়াই দিয়ে। জিলাখনত অপৰাধ প্ৰৱণতাৰ লগতে নিচাসক্ত দ্ৰব্য বিশেষকৈ ড্ৰাগছৰ ভয়াৱহতাৰ ওপৰত অধিক গুৰুত্ব আৰোপ কৰিবলৈ আৰক্ষী অধীক্ষকগৰাকীক আহ্বান। সংবাদ মাধ্যমৰ প্ৰতিনিধি সকলৰ কথা গুৰুত্ব সহকাৰে গ্ৰহণ কৰা বুলি উল্লেখ কৰি এইসমস্যাসমূহযিহেতু একেদিনাই নিয়ন্ত্ৰণ কৰাটো সম্ভৱ নহয় সেয়ে আৰক্ষীয়ে ইয়াৰ ওপৰত চোকা নজৰ ৰাখিব বুলি মন্তব্য কৰে। তদুপৰি আৰক্ষী অধীক্ষকগৰাকীয়ে জিলাখনত অপৰাধ, নিচাসক্ত দ্ৰব্য ৰোধ কৰাকে আদি কৰি জিলাখনৰ সমস্যাসমূহ নিয়ন্ত্ৰণৰ ক্ষেত্ৰত সংবাদ মাধ্যমৰ পূৰ্ণ সহযোগিতা কামনা কৰে। মৰিগাঁও জিলাৰ অতিৰিক্ত আৰক্ষী অধীক্ষক (অপৰাধ শাখা) কংকন কুমাৰ নাথ, অতিৰিক্ত আৰক্ষী অধীক্ষক অনিতা হাজৰিকা, উপ-আৰক্ষী



অধীক্ষক প্ৰীতম শইকীয়া আদি উপস্থিত থাকে।

ভূমিকম্প, অগ্নিকাণ্ড-প্ৰাথমিক চিকিৎসা বিষয়ক মকড্ৰিল অনুষ্ঠিত

(১ পৃষ্ঠাৰ পৰা)● জনসাধাৰণৰ মাজত সজাগতা বৃদ্ধি কৰা আৰু সমন্বিত দুৰ্যোগ মোকাবিলাৰ সক্ষমতা শক্তিশালী কৰাৰ লক্ষ্যৰে এই অনুশীলনৰ আয়োজন কৰা হয়। ভূমিকম্প বিষয়ক অনুশীলনত 'Drop, Cover and Hold' পদ্ধতি, সুৰক্ষিতভাৱে স্থানত্যাগ আৰু নিৰ্ধাৰিত সমবেত স্থানলৈ সুশৃংখল স্থানান্তৰৰ প্ৰদৰ্শন কৰা হয়। অগ্নিকাণ্ড বিষয়ক মক ড্ৰিলত অগ্নিকাণ্ডৰ সাধাৰণ কাৰণ, অগ্নি নিৰ্বাপক যন্ত্ৰৰ সঠিক ব্যৱহাৰ, প্ৰাথমিক উদ্ধাৰ কৌশল আৰু অগ্নি দুৰ্ঘটনাৰ সময়ত পালনীয় সাৱধানতাসমূহ প্ৰদৰ্শন কৰা হয়। ইয়াৰ সমান্তৰালভাৱে চিকিৎসা দলে প্ৰাথমিক চিকিৎসা, কার্ডিঅ'পালম'নেৰী ৰিচাচিটেচন (CPR) আৰু আহত ব্যক্তিক উন্নত চিকিৎসা লাভ নকৰালৈকে সঠিকভাৱে সহায় আগবঢ়োৱাৰ ব্যৱহাৰিক প্ৰদৰ্শন কৰে। অনুষ্ঠানত সহকাৰী আয়ুক্ত তথা DDMA-ৰ শাখা বিষয়া অংকিতা দত্ত, ACS, DDMA-ৰ জিলা প্ৰকল্প বিষয়া ৰঞ্জু শৰ্মা, দুৰ্যোগ ব্যৱস্থাপনা ক্ষেত্ৰ বিষয়া, চিকিৎসা দল, যান-বাহন নিয়ন্ত্ৰণত নিয়োজিত আৰক্ষী, অগ্নি আৰু জৰুৰীকালীন সেৱাৰ কৰ্মী, ভিলেজ ডিফেন্স পার্টি (চিভিল ডিফেন্স) স্বেচ্ছাসেৱক, KDR Plaza-ৰ কৰ্মচাৰী আৰু স্থানীয় ৰাইজ উপস্থিত থাকে। জিলা দুৰ্যোগ ব্যৱস্থাপনা প্ৰাধিকৰণ, মৰিগাঁৱে জিলাজুৰি এনে সজাগতা কাৰ্যসূচী আৰু মক ড্ৰিল অব্যাহত ৰাখি দুৰ্যোগ-সচেতন, সুৰক্ষিত আৰু অধিক স্থিতিস্থাপক সমাজ গঢ়ি তোলাৰ দিশত নিৰন্তৰ প্ৰয়াস চলাই আহিছে।

সৰ্পদংশন ব্যৱস্থাপনাত মৰিগাঁও জিলাৰ উল্লেখ্য সাফল্য

(১ পৃষ্ঠাৰ পৰা)● বৰ্ষত বৰ্তমানলৈকে মৰিগাঁও অসামৰিক চিকিৎসালয়ত মুঠ ২৩৯ টা সৰ্পদংশনৰ ঘটনা সফলতাৰে চিকিৎসা কৰা হৈছে আৰু চিকিৎসাধীন অৱস্থাত এটাও মৃত্যুৰ ঘটনা সংঘটিত হোৱা নাই (০% মৃত্যুহাৰ)। এই সাফল্যই মৰিগাঁও জিলাৰ স্বাস্থ্যসেৱা ব্যৱস্থাৰ দক্ষতা, সুসমন্বিত চিকিৎসা ব্যৱস্থা আৰু জৰুৰীকালীন সেৱাৰ তৎপৰতাৰ স্পষ্ট প্ৰতিফলন ঘটাইছে। জিলাখনৰ চিকিৎসক, নার্ছ, পেৰামেডিকেল কৰ্মী আৰু সমগ্ৰ স্বাস্থ্যসেৱা দলৰ নিষ্ঠা, সমন্বয় আৰু অক্লান্তপ্ৰচেষ্টাৰ ফলতেই এই উল্লেখযোগ্য সফলতা সম্ভৱ হৈছে। ২৩৯ টা সফল চিকিৎসা । ০% মৃত্যুহাৰ এই কৃতিত্বই সৰ্পদংশনৰোগীৰ বাবে সময়মতে জীৱনদায়ী চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়োৱাৰ ক্ষেত্ৰত মৰিগাঁও জিলাৰ স্বাস্থ্য বিভাগৰ এক শক্তিশালী আৰুপ্ৰশংসনীয় দৃষ্টান্ত ৰূপে প্ৰতিষ্ঠা লাভ কৰিছে।

সাপ্তাহিক মৰিগাঁও

সম্পাদকীয়

বছৰ-৩০, সংখ্যা-৮, ১৭- ছেপ্টেম্বৰ, ২০২৬, বৃহস্পতিবাৰ
Vol-30, No.- 8, 17- September, 2026,Thursday

মানৱতাৰ সংকট আৰু কালজয়ী আহ্বান

মানৱ সভ্যতাৰ সুদীর্ঘ যাত্রাপথ মূলতঃ পাৰস্পৰিক নির্ভৰশীলতা, সহমর্মিতা, সহযোগিতা আৰু সংহতিৰ ইতিহাস ।প্রকৃতিৰ প্রতিকূলতা, জীৱন-জীৱিকাৰ দুর্বিষহ সংগ্রাম, ৰোগ-ব্যাধি, দুর্ভিক্ষ, মহামাৰী, যুদ্ধ আৰু প্রাকৃতিক দুর্যোগৰ দৰে অগণন প্রত্যাহ্বানৰ সম্মুখীন হৈও মানৱজাতি বিলুপ্তিৰ গৰাহত পতিত হোৱা নাই । ইয়াৰ অন্তৰালত নিহিত হৈ আছে মানুহৰ এক অনন্য মানৱীয় গুণ- বিপদৰ সময়ত মানুহে মানুহৰ কাষত থিয় দিয়াৰ প্রবৃত্তি । এজন বিপদত পৰিলে আনজনে সহায়ৰ হাত আগবঢ়াই দিয়ে । কোনো পৰিয়ালত দুর্যোগ বা অভাৱ-অনাটনে দেখা দিলে আনজনে সহমর্মিতাৰে তেওঁলোকৰ কাষত থিয় হয় আৰু সাধ্যানুসৰি সহায় কৰিবলৈ আগবাঢ়ি আহে । কোনোবা অসুস্থ হৈ পৰিলে চুবুৰীয়াই নিজৰ অসুবিধাৰ কথা আওকাণ কৰি আন্তৰিকতাৰে সেৱা-শুশ্রূষা আগবঢ়ায় । এই নিঃস্বার্থ সহায়, আন্তৰিকতা আৰু সহমর্মিতাৰ সুদৃঢ় ভেটিৰ ওপৰতেই গঢ় লৈ উঠিছে মানৱ সভ্যতাৰ সুবিশাল সৌধ । মানুহৰ সভ্যতা আচলতে মানুহে মানুহৰ বাবে কৰা ত্যাগ, সহযোগিতা আৰু সহমর্মিতাৰেই এক দীঘলীয়া ইতিহাস ।(আগলৈ)

যন্ত্রৰ পূজাৰ পৰা শ্রমৰ মর্যাদালৈ ঃ বিশ্বকর্মা পূজাৰ অন্তর্নিহিত কথা

(১ পৃষ্ঠাৰ পৰা)● বিশ্বকর্মা পূজাৰ প্রাসংগিকতা কেৱল ধর্মীয় বিশ্বাসৰ মাজতে সীমাবদ্ধ নহয় । আধুনিক সমাজৰ কর্ম-সংস্কৃতি, শ্রমিকৰ সামাজিক মর্যাদা আৰু দক্ষতাভিত্তিক জীৱিকাৰ দিশটোৰ লগত ইয়াৰ গভীৰ সম্পর্ক আছে । ভাদ মাহৰ সংক্রান্তিৰ দিনা সমগ্র দেশ তথা অসমৰো চুকে-কোণে উদ্‌যাপিত হোৱা দেৱশিল্পী বিশ্বকর্মাৰ আৰাধনা কেৱল এক ধর্মীয় আচাৰ নহয়, ই মানৱ সভ্যতাৰ নির্মাণ-শৈলী, শ্রমৰ মহত্ত্ব আৰু সৃষ্টি-চেতনাক উচ্চতম শিখৰত তুলি ধৰাৰ এক শ্রেষ্ঠ দর্শন স্বৰূপ ।

বৈদিক সাহিত্য আৰু প্রাচীন ভাৰতীয় শাস্ত্রসমূহত দেৱশিল্পী বিশ্বকর্মাৰ স্থান অতি উচ্চ আৰু অনন্য । সনাতন শাস্ত্রৰ প্রাচীনতম গ্রন্থ ঋগ্বেদৰ দশম মণ্ডলৰ ৮১ আৰু ৮২ নম্বৰ সূক্তত 'বিশ্বকর্মা' নামটোৰ উল্লেখ পোৱা যায় । এই সূক্ত দুটা একেলগে 'বিশ্বকর্মা সূক্ত' নামেৰে পৰিচিত । দুয়োটা সূক্ততে বিশ্বকর্মাক বিশ্বব্রহ্মাণ্ডৰ স্রষ্টা, ধা�ৰণকর্তা আৰু পৰম দ্রষ্টা হিচাপে বর্ণনা কৰা হৈছে । ৮১ নম্বৰ সূক্তত সৃষ্টিক এক মহাযজ্ঞৰ ৰূপত কল্পনা কৰি বিশ্বকর্মাই নিজ শক্তিৰে পৃথিৱী আৰু আকাশ সৃষ্টি কৰাৰ কথা কোৱা হৈছে । ৮২ নম্বৰ সূক্তত সৃষ্টিৰ আদি অৱস্থা আৰু প্রথম গর্ভ বা বীজৰ পৰা বিশ্বব্রহ্মাণ্ডৰ বিকাশৰ কথা উল্লেখ আছে । আধ্যাত্মিক দৃষ্টিত এই সূক্ত দুটাই সমগ্র সৃষ্টিৰ অন্তৰালত থকা এক পৰম, সর্বব্যাপী আৰু সৃষ্টিশীল শক্তিৰ সন্ধান দিয়ে লগতে মানুহকো সেই পৰম শক্তিৰ সৈতে নিজৰ কর্ম আৰু চেতনাৰ সম্পর্ক উপলব্ধি কৰিবলৈ অনুপ্রাণিত কৰে । গতিকে বিশ্বকর্মাৰ ধাৰণাৰ শিপা ভাৰতীয় প্রাচীন বৈদিক পৰম্পৰাত গভীৰভাৱে প্রোথিত ।

পুৰাণ, মহাভাৰত আৰু ৰামায়ণত বিশ্বকর্মাক দেৱতাসকলৰ নগৰ নির্মাতা, বিমান আৰু দিব্য অস্ত্র-শস্ত্রৰ স্রষ্টা হিচাপে চিত্রিত কৰা হৈছে । দ্বাৰকা নগৰীৰ সুদৃঢ় প্রাচীৰ, ইন্দ্রপ্রস্থৰ অপৰূপ মায়াসভা, লংকাপুৰীৰ স্বর্ণময় অট্টালিকা আৰু দেৱৰাজ ইন্দ্রৰ বজ্রৰ পৰা মহাদেৱৰ ত্রিশূললৈকে- সকলোতে দেৱশিল্পীৰ অলৌকিক নির্মাণ-প্রতিভাৰ সাক্ষ্য পোৱা যায় । প্রাচীন ভাৰতীয় স্থপতিবিদ্যাৰ আধাৰশিলা স্বৰূপ বিশ্বকর্মাৰ 'বাস্তুশাস্ত্র' আৰু 'শিল্পশাস্ত্র'ত নগৰ পৰিকল্পনা, দুর্গ নির্মাণ, ৰথ নির্মাণ, ধাতুৰ নিষ্কাশন আৰু মৃৎশিল্প আদি চৌষষ্ঠিবিধ কলাৰ বিজ্ঞানসম্মত বর্ণনা আছে । মন কৰিবলগীয়া যে বৃহস্পতিৰ ভগ্নী যোগসিদ্ধাৰ গর্ভত আৰু অষ্টম বসু প্রভাসৰ ঔৰসত বিশ্বকর্মাৰ জন্ম বুলি পৌৰাণিক আখ্যানত পোৱা যায় । অৰশ্যে এই সকলো পৌৰাণিক আখ্যানৰ অন্তৰালত নিহিত হৈ থকা মূল সত্যটো হ'ল- কাৰিকৰী বিদ্যা, স্থাপত্য আৰু কায়িক নির্মাণৰ অবিহনে মানুহৰ কোনোধৰণৰ ভৌতিক বা আত্মিক বিকাশ সম্ভৱ নহয় ।

আধুনিক যান্ত্রিক সভ্যতাত যন্ত্রক সচৰাচৰ এটা নির্জীৱ উপাদান বুলি ভবা হয় । কিন্তু ভাৰতীয় সংস্কৃতিয়ে যন্ত্রৰ লগত মানুহৰ সম্বন্ধটোক আত্মিক আৰু জৈৱিক পর্যায়লৈ উন্নীত কৰিছে । বিশ্বকর্মা পূজাৰ দিনা বৃহৎ উদ্যোগৰ বিশাল যন্ত্রকে ধৰি পথৰ গাড়ী, কাঠমিস্ত্রীৰ ৰান্দা-বটালী, কমাৰৰ হাতুৰী-ভাটি, তাঁতৰ শাল, নাঙল-যুঁৱলিৰ পৰা আধুনিক কার্যালয়ৰ কম্পিউটাৰটোলৈকে- সকলো কর্ম-উপকৰণ পৰিষ্কাৰ কৰি পূজা কৰা হয় । এই উপাসনাৰ অন্তৰালৰ প্রধান সত্যটোৱেই হ'ল কৃতজ্ঞতা । যিটো সঁজুলিয়ে মানুহৰ কায়িক বলক সহস্রগুণে বৃদ্ধি কৰে, যিটো যন্ত্রৰ সহায়ত মানুহে নিজৰ ঘামক জীৱিকা আৰু খাদ্যলৈ ৰূপান্তৰ কৰে, সেই সঁজুলিটোৰ লগত মানুহৰ এক আত্মিক সম্পর্ক গঢ়ি উঠে । সেয়ে যন্ত্র আৰু মানুহ উভয়ৰ মাজৰ সুস্থ সহাৱস্থান আৰু সমিলমিলেই হ'ল- প্রগতিৰ মূল ভেটি ।

অসমৰ সামাজিক আৰু সাংস্কৃতিক বুৰঞ্জীত কাৰিকৰী আৰু কুটিৰ শিল্পই এক গৌৰৱময় আৰু সমৃদ্ধ ঐতিহ্য বহন কৰি আহিছে । মধ্যযুগৰ অসমত পাইক আৰু খেল ব্যৱস্থাৰ অধীনত কামৰ নিখুঁত বিভাজন আছিল । কমাৰ, কুমাৰ, বাঢ়ৈ, কঁহাৰ, সোণাৰী, তাঁতী, খনিকৰ আদি বিভিন্ন কাৰিকৰী সম্প্রদায়ে অসমীয়া লোকশিল্প আৰু অর্থনীতিক নিজৰ শ্রমেৰে সমৃদ্ধ কৰি ৰাখিছিল । মহাপুৰুষ শ্রীমন্ত শংকৰদেৱৰ নৱবৈষ্ণৱ আন্দোলনত এই কাৰিকৰী দক্ষতাই উচ্চ আধ্যাত্মিক শিখৰ স্পর্শ কৰিছিল । শংকৰদেৱৰ প্রত্যক্ষ নির্দেশনাত অসমীয়া শিপিনীসকলে বৈ উলিওৱা 'বৃন্দাবনী বস্ত্র' আছিল বিশ্বৰ বয়নশিল্প ইতিহাসৰ এক বিস্ময়কৰ নিদর্শন । য'ত ৰং, কলা আৰু সূতাৰ সংমিশ্রণেৰে শ্রীকৃষ্ণৰ লীলা অংকন কৰা হৈছিল । অসমৰ বোৰা-কটা শিল্পৰ বিষয়ে মহাত্মা গান্ধীয়ে ১৯২১ চনত নিজৰ স্মৃতিচাৰণত লিখিছিল যে, অসমীয়া জীয়ৰী-বোৱাৰীয়ে কাপোৰত সপোন ৰচিব পাৰে । একেদৰে শুৱালকুছিৰ পাট-মুগাৰ কাপোৰ, সৰ্থেবাৰীৰ কাঁহ শিল্প, ৰৱপেটাৰ হাতীদাঁতৰ লগতে আতচবাজী শিল্প আৰু মাজুলীৰ মুখাশিল্পই অসমৰ কাৰিকৰী শক্তিক সমগ্র বিশ্বতে পৰিচিত কৰিছে । ৰংঘৰ, কাৰেংঘৰ, তলাতল ঘৰ আৰু জয়সাগৰ, শিৱসাগৰৰ আহোমযুগৰ দৌলসমূহ যিবোৰ থলুৱা পদার্থ- ৰঙা চাউল, হাঁহকণী আদিৰ সংমিশ্রণেৰে নির্মাণ কৰা হৈছিল, সেইবোৰ আছিল অসমীয়া বাঢ়ৈ আৰু খনিকৰসকলৰ বিশ্বকর্মা-সুলভ বাস্তুজ্ঞানৰ জ্বলন্ত প্রমাণ ।

ভাৰতীয় চিন্তাৰ কেন্দ্রবিন্দু হৈছে শ্রমক ঈশ্বৰ উপাসনা হিচাপে গ্রহণ কৰা । শ্রীমদ্ভগৱদ্‌গীতাত ভগৱান শ্রীকৃষ্ণই তৃতীয় অধ্যায়ৰ কর্মযোগত স্পষ্টভাৱে কৈছে—

'ন কর্মণামনাৰম্ভান্ নৈষ্কর্ম্যং পুৰুষোঽশ্নুতে ।
ন চ সন্ন্যসনাদেৱ সিদ্ধিং সমাধিগচ্ছতি ।। ৪ ।।'

অর্থাৎ কর্ম নকৰাকৈ কোনো মানুহে কর্মবন্ধনৰ পৰা মুক্তি নাপায় আৰু কেৱল সন্ন্যাস গ্রহণ কৰিলেই সিদ্ধি লাভ নহয় । কর্মই হৈছে মানৱ জীৱনৰ স্বাভাৰিক ধর্ম ।

অসমৰ নৱবৈষ্ণৱ ধর্মত শ্রীমন্ত শংকৰদেৱ আৰু মাধৱদেৱে শ্রমক কোনোদিন ভক্তিৰ পৰা পৃথক বুলি ভবা নাছিল । সত্রীয়া জীৱনত প্রতিজন ভক্তই নিজ হাতে খেতি কৰা, পুথিৰ সাঁচিপাত প্রস্তুত কৰা, খোল-তাল গঢ়া আৰু সত্রৰ গৃহ নির্মাণৰ কামত নিজকে নিয়োজিত কৰিব লাগিছিল । 'শ্রমেই ধর্ম, কামেই ভগৱান'- এই ধাৰণা আমাৰ মাটিৰ পৰাই উদ্ভূত হৈছিল ।

আধুনিক যুগত যন্ত্র মানুহৰ জীৱনৰ অবিচ্ছেদ্য অংশ । কৃষিৰ পৰা উদ্যোগলৈ, নির্মাণৰ পৰা পৰিবহণলৈ, চিকিৎসাৰ পৰা যোগাযোগলৈ- সকলো ক্ষেত্রতে যন্ত্রৰ ব্যৱহাৰ বৃদ্ধি পাইছে । কিন্তু যন্ত্রই নিজে কোনো কাম সম্পূর্ণ কৰিব নোৱাৰে । যন্ত্রক উদ্ভাৱন, নির্মাণ, পৰিচালনা, পৰীক্ষা, মেৰামতি আৰু সঠিক ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ মানুহৰ জ্ঞান আৰু দক্ষতাৰ প্রয়োজন । আমাৰ সমাজত বহু সময়ত পুথিগত শিক্ষাকেই শিক্ষাৰ একমাত্র মাপকাঠি বুলি গণ্য কৰা হয় । ফলত হাতে-কামে দক্ষতা অর্জন কৰা বহু পেছাক পর্যাপ্ত সামাজিক মর্যাদা দিয়া নহয় । এই মানসিকতাৰ পৰিৱর্তন অত্যন্ত প্রয়োজন । দক্ষতা নিজেই এক জ্ঞান । কাঠৰ গুণ বুজি সঠিকভাৱে খোদিত কৰা, ধাতুৰ স্বভাৱ বুজি সঠিক আকাৰ দিয়া, কাপোৰৰ জোখ বুজি নিখুঁতভাৱে বোৱা বা চিলোৱা, যন্ত্রৰ বিসংগতি চিনাক্ত কৰি মেৰামতি কৰা- এই সকলোবোৰ অভিজ্ঞতা, প্রশিক্ষণ আৰু অধ্যৱসায়ৰ ফল । শ্রমক সন্মান কৰা মানে কেৱল শ্রমিকক প্রশংসা কৰা নহয় । শ্রমৰ ন্যায্য মূল্য দিয়া, কর্মস্থলীত সুৰক্ষা নিশ্চিত কৰা, দক্ষতা বৃদ্ধিৰ সুযোগ দিয়া, সামাজিক সুৰক্ষা প্রদান কৰা আৰু পেছাটোৰ প্রতি হীনমন্যতা সৃষ্টি নকৰাও শ্রমৰ মর্যাদাৰ অংগ ।

বিশ্বকর্মা পূজাৰ এই মহিমামণ্ডিত আধ্যাত্মিক আৰু ঐতিহাসিক পটভূমিৰ বিপৰীতে আজিৰ আধুনিক সমাজখনলৈ চালে এক অতি কৰুণ আৰু চিন্তাজনক চিত্র প্রতিভাত হয় । আজি কাৰখানা, কর্মশালা আৰু যান-বাহন পৰিবহণ কেন্দ্রসমূহত বিশ্বকর্মা পূজাৰ নামত লাখ লাখ টকা ব্যয় কৰি আলোকসজ্জা, ফটকা-আতচবাজী আৰু অধিক শব্দৰে মাইক বজাই উৎসৱ পালন কৰা হয় । কিন্তু যিসকল মেকানিকৰ হাতৰ মলিৰে পেটৰ ভোক গুচে, যিসকল নির্মাণ শ্রমিকে আকাশচুম্বী অট্টালিকা গঢ়ে, যিসকল চাফাই কর্মীয়ে আৱর্জনা পৰিষ্কাৰ কৰে- সেইসকল মানুহৰ ● (৪পৃষ্ঠাত)

যন্ত্ৰৰ পূজাৰ পৰা শ্ৰমৰ মৰ্যাদালৈ ঃ বিশ্বকৰ্মা পূজাৰ অন্তৰ্নিহিত কথা

(৩পৃষ্ঠাৰ পৰা)● সামাজিক স্থান ক'ত সেইটো ভবা হয়নে? আচলতে আমাৰ তথাকথিত আধুনিক সমাজে এক চূড়ান্ত শ্ৰেণীভেদ আৰু ভণ্ডামি লালন-পালন কৰি আহিছে। কোট-টাই পিন্ধি কাৰ্যালয়ত বহা কেৰাণীজনক আমি সামাজিক সন্মান দিওঁ, কিন্তু দিনটো ৰ'দ-বৰষুণত তিতি কায়িক শ্ৰম কৰা ৰাজমিস্ত্ৰী, কাঠমিস্ত্ৰী, নলা চাফা কৰা শ্ৰমিক বা পথৰ কাষত গাড়ী মেৰামতি কৰা মেকানিকজনক হীন দৃষ্টিৰে চাওঁ। এই শ্ৰম-বিমুখ আৰু সামন্তবাদী মানসিকতা আধুনিক সভ্য সমাজৰ বাবে কলংকজনক। উপযুক্ত দৈনিক মজুৰিৰ অভাৱ, কৰ্মক্ষেত্ৰত স্বাস্থ্য আৰু জীৱনৰ সুৰক্ষাৰ অভাৱ, আৰু সামাজিক অৱহেলাৰ বাবে আজি দেশৰ কাৰিকৰী শ্ৰেণীটোৱে এক নিৰাপত্তাহীন জীৱন-যাপন কৰিবলৈ বাধ্য হৈছে। যদি এজন কাৰিকৰে তেওঁৰ উপযুক্ত প্ৰাপ্য আৰু উপযুক্ত মৰ্যাদা নাপায়, তেনে অৱস্থাত দেৱতাৰ মূৰ্তিৰ আগত সোণ-ৰূপৰ নৈবেদ্য আগবঢ়ালেও সেই পূজাই কোনো অৰ্থ বহন নকৰে।

বিশ্বৰ অগ্ৰণী ৰাষ্ট্ৰসমূহ- যেনে, জাপান বা জাৰ্মানীৰ উন্নতিৰ মূল ৰহস্য হৈছে তেওঁলোকৰ শ্ৰম-সংস্কৃতি। দ্বিতীয় বিশ্বযুদ্ধত সম্পূৰ্ণৰূপে ধ্বংসস্তূপত পৰিণত হোৱা জাপানে কেৱল কাৰিকৰী একাগ্ৰতা আৰু কায়িক শ্ৰমৰ প্ৰতি থকা অপৰিসীম শ্ৰদ্ধাৰ বাবেই বিশ্বৰ অৰ্থনৈতিক মহাশক্তিলৈ ৰূপান্তৰিত হ'ব পাৰিছে। তাত এজন ৰাজমিস্ত্ৰী আৰু এজন অধ্যাপকৰ মাজত সামাজিক মৰ্যাদাৰ কোনো কৃত্ৰিম ব্যৱধান নাই। কাম সৰু বা ডাঙৰ নহয়, কামৰ প্ৰতি থকা নিষ্ঠাহে মানুহৰ প্ৰকৃত পৰিচয়। কিন্তু দুৰ্ভাগ্যজনকভাৱে আমাৰ সমাজত এতিয়াও চৰকাৰী বা বেচৰকাৰী কাৰ্যালয়ৰ এটা তৃতীয় বা চতুৰ্থ শ্ৰেণীৰ চাকৰিৰ বাবে ডেকা বয়সটো নষ্ট কৰি বহি থকাৰ মানসিকতাই গা কৰি আছে। ফলত আমাৰ ৰাজ্যখনত সম্পদ আৰু অপাৰ সম্ভাৱনা থকাৰ পাছতো অৰ্থনীতিৰ এটা বৃহৎ অংশ বহিৰাগত শ্ৰমিক আৰু দক্ষ কাৰিকৰৰ হাতলৈ গুচি গৈছে। গৃহ নিৰ্মাণৰ কামৰ পৰা আৰম্ভ কৰি প্লাম্বাৰ, ইলেক্ট্ৰিচিয়ান, কাঠমিস্ত্ৰী, আনকি দৈনিক শাক-পাচলি উৎপাদনৰ কামতো আমি আনৰ ওপৰত নিৰ্ভৰশীল হ'বলগীয়া হৈছে। কায়িক শ্ৰমক লাজৰ কথা বুলি ভবা এই ভুল মানসিকতাই আমাৰ জাতীয় অৰ্থনীতিক পংগু কৰি পেলাইছে। বিশ্বকৰ্মাৰ আশীৰ্বাদ কেৱল প্ৰাৰ্থনাৰে নাহে। আহে নিজৰ হাত দুখনক কামত খটুৱাই স্বাৱলম্বী হোৱাৰ মাজেৰেহে।

আজিৰ একবিংশ শতিকাত কাৰিকৰী বিদ্যাৰ সংজ্ঞা সলনি হৈছে। আজিৰ বিশ্বকৰ্মা কেৱল হাতত হাতুৰী-বটালী লোৱা লোকজনেই নহয়। আজিৰ জটিল তথ্য-প্ৰযুক্তি, বৈদ্যুতিক যান-বাহন, সৌৰশক্তি আৰু মহাকাশ বিজ্ঞানৰ যুগত কম্পিউটাৰত জটিল এলগৰিদম লিখা ছফ্‌টৱেৰ অভিযন্তাজন, মহাকাশলৈ ৰকেট প্ৰেৰণ কৰা বিজ্ঞানীসকল, আৰু নৱীকৰণযোগ্য শক্তিৰ আহিলা নিৰ্মাণ কৰা প্ৰযুক্তিবিদসকল সকলোৱেই আধুনিক বিশ্বকৰ্মাৰ একো একোটা ৰূপ। কিন্তু যিমানেই উচ্চ প্ৰযুক্তি বা কৃত্ৰিম বুদ্ধিমত্তাৰ আৱিৰ্ভাব নহওক কিয়, মানুহৰ হাতৰ পৰশ, কল্পনা আৰু সংবেদনশীলতাৰ বিকল্প কোনো যন্ত্ৰই ল'ব নোৱাৰে। এখন কাঠৰ চকীত কাৰিকৰে খোদিত কৰা সূক্ষ্ম ফুলটো, বা তাঁতৰ শালত শিপিনীয়ে তোলা চেনেহৰ ফুলখিনিত নিৰ্মাতাগৰাকীৰ আত্মা সোমাই থাকে। যিটো কোনো যন্ত্ৰৰ গণনাত পোৱা নাযায়। সেয়েহে পৰম্পৰাগত হস্তশিল্প আৰু আধুনিক তথ্য-প্ৰযুক্তিৰ এক সুন্দৰ সমন্বয় আজিৰ সময়ত আটাইতকৈ প্ৰয়োজনীয়।

পৰিশেষত ক'ব পাৰি যে, বিশ্বকৰ্মা পূজা কোনো এটা দিনৰ নামমাত্ৰ উৎসৱ হৈ থকা অনুচিত। আড়ম্বৰপূৰ্ণ মণ্ডপ, ৰং-বিৰঙৰ আলোকসজ্জা আৰু প্ৰদূষণ সৃষ্টিকাৰী আতচবাজীত ধন ব্যয় কৰাতকৈ কাৰখানা আৰু কৰ্মশালাসমূহৰ শ্ৰমিকসকলৰ স্বাস্থ্য বীমা, নিৰাপদ কৰ্মপৰিৱেশ আৰু ন্যায্য পাৰিশ্ৰমিক নিশ্চিত কৰাটোহে বিশ্বকৰ্মাৰ প্ৰকৃত বন্দনা। সমাজৰ প্ৰতিজন মেকানিক, শিপিনী, ৰাজমিস্ত্ৰী আৰু কাৰিকৰক একোজন সন্মানীয় নাগৰিক হিচাপে অন্তৰৰ পৰা স্বীকৃতি দিয়াই হওক এইবছৰৰ বিশ্বকৰ্মা পূজাত আমাৰ সকলোৰে সংকল্প। হাতৰ ঘাম আৰু সৃষ্টিৰ আনন্দৰ মাজেৰে যেতিয়া এখন দেশে শ্ৰমক উপাসনাৰ বেদীত প্ৰতিষ্ঠা কৰিব পাৰিব, তেতিয়াহে বিশ্বকৰ্মাৰ সৃষ্টিশীল স্বপ্ন সঁচা অৰ্থত বাস্তৱায়িত হ'ব। তেতিয়াহে সঁচা অৰ্থত শ্ৰমেই শক্তি, শ্ৰমেই মুক্তি আৰু শ্ৰমেই মানৱ সভ্যতাৰ চিৰন্তন সাধনা হৈ উঠিব।

হৃদৰোগী সকলৰ বাবে কিছুমান খাদ্য সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ

হৃদৰোগত ভোগা ৰোগীসকলে প্ৰতিদিনে নিজৰ খোৱা খাদ্যৰ কেলৰি লগতে খাদ্য প্ৰকাৰৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া উচিত। খোৱা খাদ্যত ঘিউ, বাটাৰৰ সলনি চান ফ্লাৱাৰ অইল, অলিভ অইল, ভেজিটেবল অইল সীমিত পৰিমাণে ব্যৱহাৰ কৰা উচিত। ৰোগী সকলে সদায় সুষম আহাৰ গ্ৰহণ কৰাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া উচিত।

তলত দিয়া খাদ্যবোৰ ৰোগী সকলে নিশ্চিতমনে খাব পাৰে ঃ

(ক) কেঁচা শাক-ফল-মূল।

(খ) চুপ, চালাড়।

(গ) পাতল লচ্চি (বা দৈৰ পানী)

(ঘ) নাৰিকলৰ পানী।

(ঙ) নহৰু, পিঁয়াজ, হালধী আদি।

তলত দিয়া খাদ্যবোৰ সীমিত পৰিমাণত গ্ৰহণ কৰিব লাগে ঃ

(ক) ৰুটি (শুকান), ভাত, ব্ৰড (ব্ৰাউন)।

(খ) দাইল, কম চৰ্বিযুক্ত যেনে - মুৰ্গী, মাছ য'ত কম তেল ব্যৱহাৰ হয়।

(গ) কম চৰ্বীযুক্ত গাখীৰ, পণিৰ, ক্ৰীমহীন দৈ।

(ঘ) মাটিৰ তলৰ পোৱা পাচলি যেনে- আলু, মিঠাআলু, বীট।

(ঙ) চেনী, গুড় আৰু নিমজ আৰু ভেজিটেবল অইল।

(চ) ভেজিটেবল অইল।

তলত দিয়া খাদ্যবোৰ খোৱা বন্ধ কৰিব লাগে ঃ

(ক) মিঠাই য'ত ঘিউ আদিৰ ব্যৱহাৰ কৰা হয় যেনে - গোলাপ জামুন, বুণ্ডিয়া লাৰু, ক'লা জামু, আইচক্ৰিম, ক্ৰিম আদি।

(খ) বেছিকৈ তেলত ভজা খাদ্য যেনে- পকৰা, জিলাপী।

(গ) কণীৰ কুহুম, বেকন, ৰঙা মাংস, লিভাৰ, কিডনী।

(ঘ) মাদকীয় দ্ৰব্য, চিগাৰেট, ধপাত, ক'ল্ডড্ৰিঙ্কচ।

(ঙ) ঘিউ, বাটাৰ, ক্ৰীম, মেঅ'নিজ।

(চ) নিয়মীয়া বস্তু আৰু বেকাৰীৰ বস্তু।

কিছুমান মনকৰিবলগীয়া কথা ঃ

(ক) বাটাৰ আৰু মাৰ'জৰিনে সমান কেলৰি দিয়ে। সেয়ে বাটাৰৰ লগত মাৰ'জৰিন খোৱা অনুচিত।

(খ) বেছি তেলত ভজা বস্তু খোৱা অনুচিত।

(গ) খোৱা খাদ্যবোৰৰ ৰন্ধাৰ বাবে ন'ন ষ্টিক পেন আদি ব্যৱহাৰ কৰা উচিত।

(ঘ) বজাৰত পোৱা পেকেট জাতীয় খাদ্য খোৱাৰ আগতে তাৰ চডিয়ামৰ পৰিমান চোৱা উচিত।

(ঙ) নিতৌ ডায়েটত আৰু সতেজ ফল অন্তৰ্ভুক্ত কৰা উচিত।

(চ) নিতৌ ৮ গিলাচ পানী খোৱা উচিত।

(ছ) নিতৌ ব্যায়াম কৰা উচিত। কোনো নতুন ব্যায়াম আৰম্ভ কৰাৰ আগতে ডাক্তৰৰ লগত পৰামৰ্শ কৰক।

মন কৰিবলগীয়া ঃ ঘিউ, বাটাৰ (মাখন), তেল আদি সিমিত পৰিমাণত ব্যৱহাৰ কৰিব।

।। ৰাইজৰ সেৱাৰ্থে আগবঢ়োৱা হ'ল।।

নীৰৱ দান ঃ আত্মপ্রচাৰৰ ঊৰ্ধ্বত এক পৱিত্র সাধনা

(১ পৃষ্ঠাৰ পৰা)● যদিও ইয়াৰ মূল উদ্দেশ্য অৱশ্যে অপৰিৱর্তিত হৈ আছে। এই পর্যালোচনাত আমি দানৰ প্রকৃত তাৎপর্য, সমাজত ইয়াৰ প্রভাৱ আৰু বর্তমান সময়ত এই পৱিত্র কর্মৰ সৈতে জড়িত হৈ পৰা বিভিন্ন সংকট তথা প্রত্যাহ্বানসমূহৰ বিষয়ে এক বিস্তাৰিত আলোচনা আগবঢ়াম।

'দান' হৈছে হৃদয়ৰ গভীৰ ঔদার্য, বিবেকৰ জাগৰণ আৰু আত্মাৰ পৰিশুদ্ধি সাধনৰ এক মহান পথ। ভাৰতীয় দার্শনিক পৰম্পৰাত দানক কেতিয়াও ধন-সম্পত্তিৰ পৰিমাণেৰে বিচাৰ কৰা নহয়। ইয়াৰ বিপৰীতে দাতাৰ মনোভাৱ, উদ্দেশ্য আৰু বিনয়ৰ দ্বাৰাহে ইয়াৰ প্রকৃত মাহাত্ম্য নির্ণয় কৰা হয়। যি দানৰ লগত অহংকাৰৰ সংযোগ ঘটে, সেই দানৰ পৱিত্রতা ম্লান হৈ পৰে। আত্মপ্রচাৰৰ সামান্য আকাংক্ষাই মানৱতাৰ নির্মল আকাশত অহমিকাৰ মেঘ সানি দিয়ে। মানুহৰ জীৱনধাৰা সদায় প্রকৃতিৰ পৰা অনুপ্রাণিত। বৃক্ষই নিজৰ বাবে ফল ধাৰণ নকৰে, নদীয়ে নিজৰ পানী নিজে পান নকৰে আৰু গাইগৰুৱে নিজৰ বাবে গাখীৰ নিদিয়ে। পৰৰ উপকাৰৰ বাবে উৎসর্গিত এই শৰীৰ আৰু সম্পদৰ মূল ধাৰণাই আমাৰ সংস্কৃতিৰ মূল ভেটি। এই শাশ্বত সত্যক আমি আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত কিমানদূৰ প্রয়োগ কৰিব পাৰিছোঁ, সেয়া এক গুৰুত্বপূর্ণ প্রশ্ন। আমি প্রতিটো ক্ষণত এই কথা মনত ৰখা উচিত যে আমাৰ উপার্জন কেৱল আমাৰ ব্যক্তিগত সম্পদ নহয়, ইয়াৰ এক অংশ সমাজৰ দুখীয়া আৰু অৱহেলিত লোকৰ অধিকাৰ।

দানৰ আচল অর্থ বিচাৰিবলৈ গ'লে আমি প্রথমে দাতাৰ মানসিক অৱস্থাৰ ওপৰত আলোকপাত কৰিব লাগিব। কোনো নির্দিষ্ট লক্ষ্য পূৰণৰ স্বার্থত বা সামাজিক প্রতিষ্ঠা লাভৰ আশাত কৰা কর্ম দানৰ শ্রেণীত নপৰে। দান হৈছে এক সহজাত প্রবৃত্তি, যি প্রতিদানৰ আশা নকৰাকৈ প্রকাশ পায়। বহু সময়ত দেখা যায়, আমি আনক কিবা দিওঁতে নিজৰ নাম ফুটি উঠাটো বিচাৰোঁ। এনে মানসিকতাই দাতাৰ ব্যক্তিত্বৰ সৰলতাক নষ্ট কৰে। প্রকৃত দাতা তেৱেঁই, যিয়ে দান কৰি পাহৰি যায়। দানৰ ধাৰণাটো গভীৰ আৰু ইয়াৰ প্রসাৰ মানৱীয় প্রমূল্যৰ ওপৰত নির্ভৰশীল। সমাজত বহু ব্যক্তি আছে যিয়ে জীৱনৰ সমগ্র উপার্জন দুখীয়াৰ সেৱাত ব্যয় কৰে, কিন্তু তেওঁলোকে নিজৰ নাম কতো প্রকাশ কৰিব নিবিচাৰে। এই নীৰৱতাৰ মাজতেই লুকাই আছে প্রকৃত মহত্ত্ব। দান কেৱল বস্তু দিয়া নহয়, দান হৈছে নিজৰ অংগীকাৰ প্রমাণ কৰাৰ এক মাধ্যম। আমি যেতিয়া কোনো ব্যক্তিক সহায় কৰোঁ, তেতিয়া আমি কেৱল তেওঁৰ ভৌতিক অভাৱ পূৰণ নকৰোঁ, বৰং তেওঁৰ মনত নতুন আশাৰ সঞ্চাৰ কৰোঁ।

আমি কিয় দানক এক সাধনা হিচাপে গ্রহণ কৰিব লাগে? কাৰণ দানৰ দ্বাৰা মানুহৰ সংকীর্ণতা আঁতৰ হয়। নিজৰ উপার্জিত সম্পদৰ কিছু অংশ আনৰ বাবে এৰি দিলে মনৰ বিশালতা বাঢ়ে। এই বিশালতাই মানুহক ঈশ্বৰৰ কাষ চপাই নিয়ে। ভাৰতীয় ঋষি-মুনিসকলে এই বাবেই দানক যজ্ঞৰ সৈতে তুলনা কৰিছে। যজ্ঞত যেনেকৈ আহুতি দিয়া হয়, তেনেকৈ সম্পদৰ আহুতিয়ে সমাজত সুস্থিৰতা আনি দিয়ে। কিন্তু এই আহুতি যদি কেৱল লোক দেখুৱাবলৈ কৰা হয়, তেন্তে তাৰ পৰা কোনো ধর্মীয় বা নৈতিক ফল পোৱা নাযায়। দানৰ সময়ত দাতাৰ চকুৰ দৃষ্টি আৰু শৰীৰৰ ভাষা অতি গুৰুত্বপূর্ণ। যদি হাতত কিবা দিওঁতে মুখত অহংকাৰৰ ৰেখা দেখা যায়, তেন্তে সেই দান গ্রহণকাৰীৰ বাবে অপমানজনক হৈ পৰে। দানৰ পৱিত্রতা নির্ভৰ কৰে দাতাৰ বিনয়ৰ ওপৰত। বিনয় অবিহনে দান যেন সুগন্ধিহীন পুষ্পৰ দৰে, যি দৃষ্টি আকর্ষণ কৰে কিন্তু মনক তৃপ্তি দিব নোৱাৰে।

মানৱ সভ্যতাৰ আৰম্ভণিৰ পৰাই ত্যাগ আৰু দানৰ এক অবিচ্ছেদ্য সম্পর্ক আছে। পুৰণি পুৰাণসমূহৰ কাহিনীলৈ লক্ষ্য কৰিলে দেখা যায়, দাতাৰ ত্যাগক সকলো সময়তে শ্রদ্ধাৰে সোঁৱৰা হয়। দধীচি ঋষিয়ে লোকৰ হিতৰ বাবে নিজৰ অস্থি দান কৰিছিল। সেই দান কোনো প্রচাৰৰ বাবে নাছিল, সেই দান আছিল বিশ্বৰ কল্যাণৰ বাবে। আজিৰ যুগত আমি সেই মহান ত্যাগৰ কথা শ্রদ্ধাৰে কওঁ, কিন্তু নিজৰ জীৱনত তাক প্রয়োগ কৰিবলৈ সাহস গোটাব নোৱাৰোঁ। আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত আমি কিমান পৰিমাণে দান কৰোঁ, সেয়া ডাঙৰ কথা নহয়; কিমান আন্তৰিকতাৰে কৰোঁ, সেয়াহে ডাঙৰ কথা। সৰু পৰিমাণৰ দানো বহুত ডাঙৰ হৈ পৰে যদি তাৰ আঁৰত থাকে গভীৰ মমতা। এই মমতাৰ অভাৱেই আজিৰ সমাজত দানৰ মাহাত্ম্য হ্রাস কৰিছে। আমি আমাৰ সন্তানক সৰুৰে পৰা ত্যাগৰ আদর্শ শিকোৱা উচিত, যাতে তেওঁলোকৰ হৃদয়ত দয়াৰ চাকিগছি সদায় জ্বলি থাকে। দানৰ এই সংস্কৃতি কেৱল ব্যক্তি কেন্দ্রিক নহয়, বৰং ই এক সামাজিক ধর্ম। যি সমাজত দানৰ প্রৱণতা বেছি, সেই সমাজত হিংসা আৰু ঘৃণাৰ স্থান কম থাকে। মানুহৰ জীৱনৰ মূল লক্ষ্য হ'ব লাগে পৰৰ কাৰণে জীয়াই থকা আৰু আনৰ দুখত সমভাগী হোৱা।

বর্তমানৰ তথ্য-প্রযুক্তিৰ দ্রুত বিস্তাৰে জীৱনৰ প্রতিটো ক্ষেত্র সলনি কৰি পেলাইছে, যাৰ প্রভাৱ পৰিছে দানৰ ওপৰতো। প্রত্যেক মানুহৰ হাতত আজি একোটিকৈ স্মার্ট ফোন আৰু তাৰ জৰিয়তে বিশ্ব দৰবাৰত নিজৰ কর্ম প্রদর্শন কৰাৰ সুযোগ। এই সুযোগে মানৱীয়তাৰ প্রকাশক এক নতুন মাত্রা দিয়াৰ পৰিৱর্তে বহু ক্ষেত্রত এক প্রদর্শনী বা অভিনয়ৰ মঞ্চত ৰূপান্তৰিত কৰি তুলিছে। সমাজত ক্রমাৎ এক বিপজ্জনক প্রৱণতা গঢ় লৈ উঠিছে- দানক কর্তব্য হিচাপে নহয়, ভাৱমূর্তি নির্মাণৰ সঁজুলি হিচাপে গ্রহণ কৰাৰ প্রৱণতা। এয়া এক অতি চিন্তনীয় বিষয়, কাৰণ এই মানসিকতাই মানৱীয়তাৰ মৌলিক ভিত্তিটোৰ ওপৰত আঘাত হানিছে। সহায়ৰ হাত আগবঢ়োৱাৰ পূর্বেই কেমেৰাৰ লেন্স সজাগ হৈ উঠে। দান গ্রহণকাৰীৰ বিষাদভৰা মুখৰ দৃশ্য সামাজিক মাধ্যমত আপলোড কৰাৰ এক অসুস্থ প্রতিযোগিতা চলিছে। এই প্রক্রিয়াত দাতাৰ আনন্দ বা প্রচাৰৰ আকাংক্ষ্যা স্পষ্ট হৈ পৰে, কিন্তু যাৰ বাবে এই দান, তেওঁৰ আত্মমর্যাদাৰ প্রশ্নটো গুৰুত্বহীন হৈ পৰে। কোনো দুখীয়া মানুহৰ চকুলোক ব্যক্তিগত খ্যাতিৰ উপকৰণ কৰি তোলাটো আচলতে মানৱতা নহয়, সঁচা অর্থত ই হ'ল এক প্রকাৰৰ নির্লজ্জ শোষণ। দৰিদ্রজনক সহায় কৰাৰ অর্থ তেওঁক বর্ধিত সহানুভূতিৰ দাপোণত থিয় কৰোৱা নহয়, বৰং তেওঁৰ সংকটৰ সময়ত গোপনে শক্তি যোগোৱাহে।

আজিকালি বহুতো অনুষ্ঠান বা ব্যক্তিয়ে দানৰ লগে লগে বিশাল বেনাৰ বা ফটোৰ শোভাযাত্রা আয়োজন কৰে। এইদৰে কৰা দান প্রচাৰৰ বাবে কিমান প্রয়োজনীয়, সি ডাঙৰ প্রশ্ন। প্রশংসা, জনপ্রিয়তা আৰু সামাজিক স্বীকৃতিৰ লোভে মানৱীয় কর্মক এক সামাজিক অভিনয়লৈ সলনি কৰিছে। আমি পাহৰি গৈছোঁ যে যি দানে প্রকাশ পাবলৈ বিচাৰে, সেয়া কেৱল ব্যৱসায় বা বিনিয়োগ হ'ব পাৰে, সেৱা নহয়। প্রকৃত সেৱক তেৱেঁই, যিয়ে নিজৰ বাওঁ হাতে দিয়া দান সোঁ হাতে জানিবলৈ নিদিয়ে। আমাৰ সমাজত এতিয়া দাতাৰ তালিকা সৰু হৈছে, কিন্তু দাতাৰ ফটোৰ তালিকা বিশাল হৈছে। এই অসামঞ্জস্যই আমাৰ সামাজিক স্বাস্থ্যৰ অৱনতিৰ সংকেত বহন কৰিছে। অৱশ্যে আমি এই কথা অস্বীকাৰ কৰিব নোৱাৰোঁ যে সামাজিক মাধ্যমত কিছুমান সজাগতাৰ বাবেও বহু সময়ত সহায়ৰ প্রয়োজনীয়তা প্রকাশ পায়। কিন্তু তাতো এক সীমা থকা উচিত। কিমান দৰত আমি আনৰ গোপনীয়তা বা মর্যাদা বিক্রী কৰিম, তাৰ এক নির্দিষ্ট সীমাৰেখা থকা উচিত। যেতিয়া সহায়ৰ লগত অসংবেদনশীলতা জড়িত হয়, তেতিয়া সেয়া মানৱীয়তা নাথাকে, সেয়া হয় এক ধৰণৰ মানসিক ধর্ষণ।

দানৰ পৰম্পৰাই মানুহক একতাৰ সূত্রত বান্ধি ৰাখে। যেতিয়া এজন ব্যক্তিয়ে আন এজনৰ বিপদত কাষত থিয় দিয়ে, তেতিয়া তেওঁলোকৰ মাজত এক অদৃশ্য সেতু গঢ়ি উঠে। এই সেতু কেৱল বস্তুৰ আদান-প্রদান নহয়, ই বিশ্বাসৰ আদান-প্রদান। সমাজ এখনৰ ভেটি শক্তিশালী হয় তেতিয়া, যেতিয়া ধনী ব্যক্তিয়ে দৰিদ্রৰ দুখক নিজৰ বুলি ভাবে। দৰিদ্রৰ চকুলো মচাৰ বাবে কোনো আড়ম্বৰৰ প্রয়োজন নাই। প্রয়োজন কেৱল এটা সহানুভূতিশীল মনৰ। আমি যদি কেৱল নিজৰ কথা ভাবি থাকোঁ, তেন্তে আমাৰ জীৱনৰ পৰিসৰ অত্যন্ত সীমিত হৈ পৰে। দানৰ জৰিয়তে এই পৰিসৰ বৃদ্ধি কৰিব পাৰি। দানৰ দ্বাৰা আমি অনুভৱ কৰিব পাৰোঁ যে আমি সকলো এক মহাশক্তিৰ অংশ। সেই মহাশক্তিৰ প্রতি আমাৰ দায়িত্ব হ'ল আনৰ প্রতি সেৱা আগবঢ়োৱা। দান কেৱল বস্তু দিয়া নহয়, দান হৈছে নিজৰ অন্ত�ৰৰ পৰা অহা এক প্রকাশ। বিদ্যা দান, শ্রম দান, আৰু সাহসৰ দান - এই সকলোবোৰ ইয়াৰ পৰিসৰৰ অন্তর্ভুক্ত। এজন অজ্ঞ ব্যক্তিক জ্ঞানৰ বাট দেখুৱাই দিয়াটো পৃথিৱীৰ আটাইতকৈ ডাঙৰ দান। কাৰণ বস্তুৰ দান সাময়িক হ'ব পাৰে, কিন্তু জ্ঞানৰ দানে মানুহৰ জীৱন সলনি কৰিব পাৰে।

অতীতৰ পৰা বর্তমানলৈ আমাৰ সমাজত বৈষ্ণৱ দর্শনৰ মূল সুৰ হিচাপে দয়া, নম্রতা, সেৱা আৰু নিস্বার্থ পৰোপকাৰৰ আদর্শ প্রতিষ্ঠিত হৈ আছে। শ্রীমন্ত শংকৰদেৱে মানৱসেৱাক ভক্তিৰ অবিচ্ছেদ্য অংগ হিচাপে গ্রহণ কৰি সমাজক এটি নতুন বাট দেখুৱাইছিল। মাধৱদেৱে তেওঁৰ জীৱনৰ অলেখ নিদর্শনৰ জৰিয়তে প্রমাণ কৰি থৈ গৈছে যে ঈশ্বৰৰ ওচৰলৈ যোৱাৰ আটাইতকৈ সৰল পথ হৈছে জীৱৰ প্রতি দয়া। এই মহান আদর্শত আত্মভৰিতা, প্রচাৰ বা ব্যক্তিগত কৃতিত্বৰ কোনো ঠাই নাই। কিন্তু বর্তমানৰ দ্রুত পৰিৱর্তনশীল পৃথিৱীত আমি সেই আদর্শবোৰ পাহৰি যাব ধৰিছোঁ। আজিৰ প্রজন্মৰ মাজত এই নৈতিক শিক্ষাৰ প্রসাৰ ঘটোৱাটো আমাৰ সামাজিক দায়বদ্ধতা। আমি তেওঁলোকক শিকাব লাগিব যে দান কোনো বিশেষ অৱস্থাত কৰা কাম নহয়, দান হ'ল এক জীৱনশৈলী। যেতিয়া এজন ব্যক্তিয়ে অনাড়ম্বৰভাৱে আন এজনৰ চকুত আশাৰ বন্তি জ্বলায়, তেতিয়া তেওঁৰ নিজস্বতা বাঢ়ে। তেওঁ অনুভৱ কৰে যে তেওঁ এই পৃথিৱীৰ এজন সৰু কাৰিকৰ যি শান্তিৰ প্রতিচ্ছবি অংকন কৰি আছে।

দানৰ এই মহান যাত্রা কেৱল সামগ্রিক বিতৰণ নহয়, ই আত্মাক প্রেমৰ সৈতে সংযুক্ত কৰাৰ এক প্রক্রিয়া। আমি সকলোৱে যদি এই সত্যটো উপলব্ধি কৰোঁ, তেন্তে সমাজত কোনো ভণ্ডামি নাথাকিব। আমি আমাৰ অৱদানক কেৱল ঈশ্বৰৰ অর্পণ বুলি মানি ল'ব লাগে। দাতা কোনো উচ্চ আসনত নাই, গ্রহণকাৰীও কোনো নিম্ন আসনত নাই- সকলো একেই স্তৰত, একেই মানৱীয় অৱস্থাত আছে। এই সমান দর্শনে আমাৰ সমাজক এক নতুন মাত্রা দিব। আমি সকলোৱে ● (৬পৃষ্ঠাত)

সপ্তাহটোৰ ৰাশিফল

কৌপাতি সুত্রধৰ

মেষৰাশি (অ,আ,ল) ঃ কোনো এজন গুৰুস্থানীয় লোকৰ স্বাস্থ্য অশান্তিৰ যুগ। মানসিক অৱসাদ আৰু কৰ্মব্যস্ততা বৃদ্ধি পাব। ব্যৱসায়ত প্রাপ্য ধন লাভত বাধাৰ যোগ। অবিবাহিতৰ বিবাহৰ যোগাযোগ লাভ হ'ব। বিদ্যার্থীৰ চঞ্চলতা বৃদ্ধি পাব। প্রেম-প্রীতিত সফলতা। শিক্ষক, সাংবাদিক বীমা আৰু বেংক কৰ্মীৰ অনুকূল সময়।

বৃষৰাশি (ই,উ,ব) ঃ কৰ্মত পদোন্নতিৰ যুগ। দূৰভ্রমণত সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰিব। আর্থিকত ক্ষতিৰ আশংকা। নিবনুৱা প্রার্থীৰ কৰ্ম লাভৰ যোগ। বিবাহৰ যোগাযোগ লাভ। দুচকীয়া বাহনৰ পৰা কিছু সতৰ্ক হ'ব। ঘৰুৱা কোনো সমস্যাই মনত অশান্তি দিব। বিদ্যাত শুভ। ৰাজনীতিক, চিকিৎসক,বুদ্ধিজীৱিৰ শুভ সপ্তাহ।

মিথুনৰাশি (ক,ছ) ঃ পূৰণা পাব লগা ধন লাভৰ যুগ হ'ব। কৰ্মত উন্নতি আৰু সফলতা লাভ। ব্যৱসায়ত নতুন যোগাযোগ লাভ আৰু উন্নতিৰ যুগ। বিদ্যার্থীৰ সফলতা লাভ। পাৰিবাৰিক দিশত কিছু অশান্তিৰ যুগ হ'ব। মাতৃৰ স্বাস্থ্যৰ অশান্তিয়ে মনত কষ্ট দিব। প্রেম-প্রীতিত বিফলতা।

কর্কটৰাশি (ড,হ) ঃ সপ্তাহৰ আৰম্ভণিত ভ্রমণ যোগ হ'ব। গৃহনির্মাণৰ দিশত অগ্রসৰ হোৱাৰ যুগ। কৰ্মৰ দিশত শুভ ফল আৰু উন্নতি হ'ব। আর্থিকত লাভবান হ'ব। সন্তানৰ সফলতাই মনত আনন্দ দিব। ব্যৱসায় বাণিজ্যত উন্নতি আৰু লাভ। পেতৰ অশান্তিত কষ্ট পাব। শৰীৰত আঘাত পাব পাৰে। প্রেম-প্রীতিত বাধা।

সিংহৰাশি(ম,ট) ঃ সিংহৰাশিৰ জাত ব্যক্তিৰ সপ্তাহৰ আৰম্ভণিত পাব লগা ধন লাভ হ'ব। কর্মক্ষেত্রত উন্নতি আৰু সফলতা লাভ। পত্নীৰ স্বাস্থ্যৰ প্রতি নজৰ দিব। কোনো সহকর্মীৰ পৰা উপকৃত হ'ব। বিদ্যার্থীৰ উন্নতিৰ যুগ। হঠাৎ শৰীৰত আঘাত পাব পাৰে। কোনো দুঃসংবাদে সপ্তাহৰ শেষত মনোকষ্ট দিব।

কন্যাৰাশি(প,ৰ,ণ) ঃ নতুন পৰিকল্পনা বাস্তৱত ৰূপায়িত হ'ব। কোনো দুষ্ট চক্রৰ দ্বাৰা ক্ষতিৰ আশংকা। মাটি-বাৰী সংক্রান্ত সমস্যাৰ সমাধানৰ যুগ। আর্থিকত লাভৱান হ'ব। ব্যৱসায়-বাণিজ্যত মধ্যম। বিদ্যার্থীৰ সফলতাৰ যুগ। বিবাহত বাধা আৰু মনোকষ্ট। কৰ্মত উন্নতি আৰু সন্মান লাভৰ যুগ হ'ব। পাৰিবাৰিক উন্নতি আৰু সম্পত্তি লাভ হ'ব।

তুলাৰাশি(ৰ,ত) ঃ কোনো সংবাদে সপ্তাহৰ আৰম্ভণিত মনত কষ্ট দিব। পাৰিবাৰীক সমস্যাৰ সমাধান হ'ব। চাকৰিলাভৰ যুগ। বিবাহৰ দিশত বাধা আৰু জটিলতা। শাৰিৰীক দিশত উচ্চ ৰক্তচাপ বৃদ্ধি আৰু পেটৰ অশান্তিত ভুগিব। আর্থিক দিশত সপ্তাহটো লাভৱান হ'ব।

বৃশ্চিকৰাশি (ন,য) ঃ ঘৰলৈ সন্তানৰ আগমনে মনত আনন্দ দিব। দূৰ ভ্রমণৰ যুগ। সামাজিক দিশত সন্মান লাভ হ'ব। শৰীৰত বিষ বেমাৰ আৰু পেটৰ অশান্তিত ভুগিব। কৰ্মত ব্যস্ততা আৰু জটিলতা বৃদ্ধি পাব। বিবাহৰ বন্দোৱস্তি হ'ব। বিদ্যাত উন্নতি আৰু সফলতা লাভ। নিৰনুৱাৰ কৰ্ম লাভত বাধাৰ যুগ।

ধনুৰাশি(ধ,ভ,ফ) ঃ কোনো মূল্যৱান সম্পত্তি লাভৰ যুগ । আর্থিক দিশত লাভৱান হ'ব। ব্যৱসায় -বাণিজ্যত মধ্যম। কোনো পূৰণা বন্ধুৰ দ্বাৰা উপকৃত হ'ব। ৰাজনীতিক, সাংবাদিক, বুদ্ধিজীৱিৰ সন্মান লাভ। চিকিৎসক, শিক্ষক, বীমা কৰ্মীৰ মধ্যম। বিদ্যার্থীৰ শুভ সময় হ'ব। বিবাহৰ যুগ আৰু শৰীৰত হঠাৎ আঘাত প্রাপ্তিৰ আশংকা।

মকৰৰাশি(খ,জ)ঃ বহুদিনীয়া সমস্যাৰ সফল সমাধান হ'ব। আর্থিক দিশত হঠাৎ অর্থলাভৰ যুগ। কৰ্মত স্থান পৰিৱর্তনৰ যুগ হ'ব। যান-বাহন আদি ক্রয়ৰ যুগ। ব্যৱসায়ত নতুন সংযোজন আৰু উন্নতিৰ যুগ। নিবনুৱাৰ কৰ্ম প্রাপ্তি হ'ব। অনর্থক শত্রুতাৰ প্রভাৱ বৃদ্ধি আৰু মানসিক অশান্তি। প্রেম-প্রীতিত শুভ সপ্তাহ।

কুম্ভৰাশি(স,শ)ঃ ভূমি সংক্রান্ত সমস্যাৰ সমাধান আৰু গৃহনির্মাণৰ যুগ হ'ব। অবিবাহিতৰ বিবাহৰ যুগ। কৰ্মক্ষেত্রত গুপ্ত শত্রুৰ প্রভাৱ বৃদ্ধিৰ যুগ। পত্নীৰ স্বাস্থ্যৰ অশান্তিয়ে মনত কষ্ট দিব। আর্থিকত খৰছ বৃদ্ধিৰ যুগ। ব্যৱসায়ত উন্নতিৰ আৰু লাভৰ যুগ। সন্তানৰ সফলতাই মনত আনন্দ দিব। সপ্তাহৰ শেষত হঠাৎ অর্থলাভৰ যুগ দেখা যায়।

মীনৰাশি (দ,চ) ঃ মীনৰাশিৰ জাত ব্যক্তিৰ সপ্তাহটোত নতুন কৰ্মত অগ্রসৰ নোহোৱাই শুভ হ'ব। কৰ্মত জটিলতা বৃদ্ধি আৰু শত্রুতাৰ প্রভাৱ। কৰ্মত উন্নতি আৰু সন্মান লাভ। চুবুৰীয়াৰ লগত মতানৈক্য। কোনো পূৰণা সমস্যাৰ সু-সমাধান হ'ব। ব্যৱসায় বাণিজ্যত নতুন সংযোজন আৰু উন্নতি। আর্থিকত প্রাপ্য ধন হাতলৈ আহিব। প্রেম-প্রীতিত সফলতা আৰু আনন্দ।

নীৰৱ দান ঃ আত্মপ্রচাৰৰ ঊৰ্ধ্বত এক পৱিত্র সাধনা

(৫ পৃষ্ঠাৰ পৰা)●মিলি এনে এক পৰিৱেশ গঢ়ি তোলোঁ, য'ত দান কেৱল নিস্বার্থভাৱে হয় আৰু মানৱতাৰ জয়গান হয়। আমি যেন আজিৰ পৰাই প্রতিজ্ঞা কৰোঁ - আমি সহায় কৰিম, কিন্তু সেয়া প্রদর্শন নকৰিম; আমি দি যাম, কিন্তু কি দিছোঁ সেয়া গণনা নকৰিম। এনে এক জীৱনেই হ'ব শ্রেষ্ঠ জীৱন। দানৰ এই নিৰন্তৰ প্রক্রিয়াত আমি সকলো অংশীদাৰ হ'ব লাগে, যাতে মানৱতাৰ চাকিগছি সদায় জ্বলি থাকে। আমাৰ সৰু সৰু ত্যাগবোৰেই হয়তো কোনোবা এজনৰ জীৱনৰ বাবে ডাঙৰ আশীর্বাদ হৈ পৰিব পাৰে। পৰিশেষত এটাই ক'ব পাৰি যে দান কেৱল সামগ্রী নহয়, ই এক অনুভূতি যি মানুহক মানুহৰ কাষলৈ টানি আনে আৰু পৃথিৱীখনক বাসোপযোগী আৰু মৰমিয়াল কৰি তোলে। ভৱিষ্যতৰ পথত আমি যেন দানৰ এই পৱিত্র ধাৰাটোক কোনো ধৰণৰ কলুষতাৰ পৰা মুক্ত কৰি ৰাখিব পাৰোঁ, সেয়াই আমাৰ সমাজৰ প্রকৃত সফলতা হ'ব।

খাদ্য আৰু উচ্চ ৰক্তচাপ

উচ্চ ৰক্তচাপত ভোগা ৰোগীৰ বাবে কিছুমান পৰামর্শ (খাদ্য সম্পর্কীয়) ঃ

১। মাছ ঃ ইয়াত ওমেগা ফেটী এছিড থাকে আৰু লগতেই এটা উত্তম প্র'টিনৰ উৎস। ইয়াত চর্বিৰ পৰিমাণ কম থাকে, কিন্তু অন্য বা বেলেগ কিছুমান পুষ্টিকৰ দ্রব্য থাকে যাৰ ফলত ই তেজৰ ধমনীক সুৰক্ষা প্রদান কৰে আৰু উচ্চ ৰক্তচাপ নিয়ন্ত্রণত ৰাখে।

২। চেলেৰী ঃ- ই এবিধ সেউজীয়া শাক, যাক বহুদিন ধৰি ঔষধি গুণৰ বাবে ব্যৱহৃত কৰা হয়। ইয়াক কেচাকৈ চালাডৰ লগত খালে উচ্চ ৰক্তচাপৰ পৰা কিছু পৰিমাণে হাত সাৰিব পাৰি।

৩। নহৰু ঃ- ই হৃদৰোগ আৰু উচ্চ ৰক্তচাপত ভোগা ৰোগীসকলৰ বাবে উত্তম খাদ্য। প্রতিদিনে এটাকৈ নহৰু খালে **১২** দিনৰ ভিতৰত উচ্চ ৰক্তচাপ নিয়ন্ত্রণলৈ আহে।

৪। পিঁয়াজ ঃ- পিঁয়াজৰ তেল **২-৩** চামুচ প্রতিদিন গ্রহণে ১২ দিনৰ ভিতৰত উচ্চৰক্তচাপ নিয়ন্ত্রণলৈ অনা দেখা যায়।

৫। বিলাহী ঃ- বিলাহীত যথেষ্ট পৰিমাণৰ গামা - এমিন' বিউটাইৰিক এচিড থাকে, যাৰ ফলত উচ্চৰক্তচাপ হ্রাস পায়।

৬। চেফৱণ ঃ চেফৱণৰ ব্যৱহাৰেও উচ্চৰক্তচাপ হ্রাস কৰাত বহুখিনি সহায় কৰে।

৭।ব্রকলি ঃ ইয়াত থকা বহুতো সক্রিয় পদার্থই উচ্চৰক্তচাপ হ্রাস কৰাত সহায় কৰে।

৮। অলিভ অইল ঃ- ইয়াৰ নিতৌ ব্যৱহাৰে চিচষ্টলিক আৰু ডায়ষ্টলিক চাপ (প্রেচাৰ) দুয়োটা হ্রাস কৰি ৰাখে।

৯। আপেল ৰসৰ ভিনেগাৰ ঃ ই শৰীৰলৈ গৈ উচ্চৰক্তচাপ হ্রাস কৰে। ইয়াক খালী পেটত এচামুচ লৈ তিনি গিলাচ কুহুমীয়া গৰম পানীৰ লগত মৌ মিহলি কৰি খালে উত্তম ফল দিয়ে।

অপথ্য ঃ

১। চেনী ২। চেচুৰেটেট ফেট (যেনে - ঘিউ, মাংসৰ চর্বী) ৩। বাদাম আৰু শুকান ফল (যেনে- কিচমিচ, পিচটা) ৪। কেঁচা নিমখ আৰু নিমখীয়া বস্তু। ৫। মিঠাই য'ত ঘিউ আদি ব্যৱহাৰ হয়। ৬। ক'লড্রিঙ্কচ্। ৭। কফি।

।। বাইজৰ সেৱার্থে আগবঢ়োৱা হ'ল।।

কবিতা পৃষ্ঠা

সময়ে গ্ৰাস কৰে

● ৰুমী কলিতা দত্ত, ডিব্ৰুগড়

সময়ৰ সোঁতত হেৰাই যায় ক'ত আশা
ক'ত হাঁহি-কান্দোন, বুকুৰ গোপন ভাষা।
নিৰৱে পাৰ হয় পল- অনুপল
চিৰকাল থাকি যায় স্মৃতিৰ চকুলোৰ জল।
ধূলিৰে ধূসৰিত স্মৃতিৰ পৃষ্ঠাখন
ৰৈ যায় মাঁথো অতীতৰ স্পন্দন।
সময়ে অজানিতে গ্ৰাস কৰে সকলো
যৌবন, সংগ্ৰাম আৰু আশাৰ পোহৰো।
শৈশৱৰ ধূলাময় ধেমালিৰ বাকৰি
ক'লৈ গ'ল উৰি ধুনীয়া পখিলাটি ?
বান্ধৱৰ কোলাহল, হাঁহিৰ মেল
সময়ৰ নিৰ্দয় হাতত সকলোবোৰ খেল।
সপোনৰ অট্টালিকা মোহাৰি পেলায়
কাৰোবাৰ সুখৰ সংসাৰ হয়গৈ ছাই।
অভিমানী বুকুত জমা হয় মৌনতা
সময়ৰ গ্ৰাসত বিলীন হয় বাৰ্তা।
কিন্তু সময়ে জানে কেৱল ভাঙিবলৈ
নহয়, সময়ে শিকায় পুনৰ গঢ়িবলৈ।
চকুলো মচি বুজায় জীৱনৰ অৰ্থ
কোনো সংগ্ৰাম কেতিয়াও নহয় ব্যৰ্থ।
ধূলিৰ বুকুত ফুটে নতুন ফুলৰ কলি
সময়ৰ গ্ৰাসত মানৱ সমাজ হৈছে বলি।
তথাপিতো জীৱনে ৰচে নতুনৰ গান
সময়ৰ গ্ৰাসে বুকুত দিবও নতুন প্ৰাণ।
হেৰাই যোৱা দিনবোৰ সময়ত বিলীন
থাকি যায় মাঁথো জীৱনত অনাদি অসীম।

ভাওনা

● বনজিত দাস, ৰিহাবাৰী , ৰজালী

টোপনি গ'লেই টোপনি অহা নুবুজায়
চকু জপালেই নিশা নাহে
কেতিয়াবা টোপনিৰ নিস্তব্ধতাৰ বুকুত
হাজাৰ শব্দই
উজাগৰে কথা কয়।
মনটো শুই পৰিলেও
স্মৃতি বোৰৰ টোপনি নেযায়
অদৃশ্য কোলাহলত
এজন মানুহে
নিজৰ সৈতে নিজেই
গোটেই ৰাতি কথা পাতে।
টোপনিৰ ভাও জুৰিলে
টোপনি অহা নুবুজায়
চকু জপালেই
সপোন দুৱাৰ নোখোলে।
কানত সত্যৰ মাত
তথাপিও নুশুনাৰ ভাও
জগাবলৈ লাগে
সময়ৰ প্ৰচণ্ড আঘাত ।
টোপনিৰ ভাও জোৰা মানুহক
জগাবলৈ মহা মস্কিল!!

পোহৰ

● জুৰি বৰা

আন্ধাৰ ফালি ফালি
পোহৰ বিচাৰি যাওঁতে
বহুত সময় লাগে ।
পোহৰৰ পৰা আন্ধাৰ বিচাৰিলে
সহজে পোৱা যায়।
পোহৰ বহুত দূৰত
জানিও সকলো মানুহে
পোহৰ বিচাৰে
ৰাতি পুৱাবলৈ এতিয়া
অকন মানহে বাকী ।



অসমৰ বুকুত এটি অমৰ সুৰ - জুবিন দা

● ৰাখী মণি কলিতা, দৰং

সেইদিনা যেন থমকি ৰ'ল,
অসমৰ বুকুৰ এটি চিনাকি সুৰ,
হঠাতে নীৰৱ হৈ পৰিল
লাখ লাখ হৃদয়ৰ আপোন কণ্ঠস্বৰ।
তুমি গুচি গ'লা বুলি ক'বলৈ
আজিও মনটোৱে নামানে,
তোমাৰ গীত বাজি উঠিলেই
মনত ভাব হয়-
তুমি যেন কাষতেই আছা,
সেই একেই চিনাকি হাঁহিৰে।
কিন্তু মনৰ মাজত প্ৰশ্ন জাগে-
কিয় ইমান সোনকালে, আঁতৰি গ'লা ?
কিয় তোমাৰ যাত্ৰা
ইমান অপূৰ্ণ হৈ ৰ'ল ?
কিয় সেই শেষ সময়বোৰত
মানৱতাৰ উমেৰে
তোমাক আ�ৰু অলপ সাবটি ধৰা নহ'ল ?
কিমান কথাই যে-
উত্তৰ নোপোৱাকৈ ৰৈ গ'ল ?
সময়ে হয়তো এদিন
সেই প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ বিচাৰিব।
তুমি অৱশ্যে কেৱল এজন মানুহ নাছিলা,
তুমি আছিলা এটি যুগৰ কণ্ঠ,
এটি প্ৰজন্মৰ অনুভৱ,
অসমৰ বুকুৰ পৰা ওলাই অহা
এটি প্ৰতিধ্বনি।
তোমাৰ গীতত
আমি প্ৰেম বিচাৰিছিলোঁ,
তোমাৰ সুৰত
আমি অসমক বিচাৰিছিলোঁ,
আৰু আজি তোমাক বিচাৰোঁ
প্ৰতিটো চিনাকি সুৰৰ মাজত।
বছৰৰ পাছত বছৰ পাৰ হ'ব,
সময় নিজৰ বাটেৰে আগবাঢ়িব;
কিন্তু তোমাৰ গীত
পুৰণি নহ'ব কেতিয়াও,
তোমাৰ নাম
মচি নাযাব কেতিয়াও।
জুবিন দা,
তুমি নাথাকিলেও
তোমাৰ সুৰ নীৰৱ নহ'ব।
তুমি নাথাকিলেও
তোমাৰ সৃষ্টি থমকি নৰ'ব।
অসমীয়াৰ মুখে মুখে
তোমাৰ গান থাকিব,
অসমীয়াৰ হৃদয়ত
তোমাৰ নাম থাকিব।
তুমি আকাশৰ কোনোবা
দূৰ নীলা কোণত নহয়-
তুমি আছা আমাৰ স্মৃতিত,
তুমি আছা আমাৰ গীতত,
তুমি আছা অসমৰ মাটিত,
আৰু থাকিবা-
সুৰ হৈ, অনুভৱ হৈ,
ভালপোৱা হৈ,
চিৰদিন, চিৰকাল ।
জুবিন দা অমৰ হৈ জিলিকি থাকক
সুৰত, স্মৃতিত, আৰু
প্ৰতিজন অসমীয়াৰ হৃদয়ত।



মোৰ খেৰৰ জুপুৰিটোত

● মেৰী বৰদলৈ, নগাঁও,ফুলগুৰি

মোৰ খেৰৰ জুপুৰিটোত
আজি এমুঠি
বৰষুণ পৰিছিল
ঝৰঝৰকৈ...



নাওৰাৰ খনেৰে
সৰকি পৰিছিল বৰষুণৰ
মুঠিবোৰ
এমুঠি এমুঠিকৈ....

মাজনিশা ফেঁচাটোৰ মাতত
কঁপি উঠিছিল
বুকুখন বৰকৈ
হয়তো সময়বোৰ
পাৰ হৈছিল
বৰ লৰালৰিকৈ....



নিজ বাটেৰে
বৰষুণজাক গ'লগৈ
খৰখেদাকৈ
নাজানো কিয় বা আহিছিল
মোৰ পঁজাটিলৈ
নাপালোঁ একো উমান
হয়তো কিবা বাতৰি আনিছিল চাগৈ !

মা' আজি নগ্ন

● চন্দ্ৰ শেখৰ পৰাজুলী
বিশ্বনাথ চাৰিআলি, অসম
৯১৮১৩২৩৯৩৭

মা' আজি নগ্ন
ঠিকেই শুনিছে আপুনি...
লজ্জা আজি এক আলহী...
কিছুদিন থাকিল মাত্ৰ...
হৈ গ'ল নিৰুদ্দেশ...
সন্তানৰ সুখৰ বাবে...
নিৰুপায় এক মাতৃ...
সেয়েহে মা' আজি নগ্ন...
পৰিশ্ৰম নকৰা নহয়...
কিন্তু সেই টকাবোৰে...
জীবিকা একেবাৰে সম্ভৱ নহয়...
আজিৰ সময়ত মায়া-দয়া...
কেৱল এক ভেঁকো-ভাওনা...
স্বাৰ্থ থাকিলেহে মানুহবোৰ...
আগুৱাই ওলাই অহা দেখি...
গতিকে মা' আজি নগ্ন...
উপাধি মোক যিয়ে দিয়ক...
আপত্তি মই নকৰোঁ...
কেৱল সন্তানৰ সুখৰ হকে...
কৰি গৈছোঁ মাতৃত্বৰ ধৰ্ম...
কৰ্ম যদিও ঘৃণনীয়...
কৰ্ম যদিও ঘৃণনীয়...।।





মৃত্যুঞ্জয়

● ডাঃ পুলেন চন্দ্ৰ লস্কৰ, মৰিগাঁও

মৃত্যুক জয় কৰিছা
মৃত্যুঞ্জয় তুমি
মৃত্যুও শিল্প হয়
ক্ষণিকৰ তুমি ।
তোমাৰ মৃত্যুত সাৰ পালে
বিশ্ববাসী,
কোন জুবিন ?
এটাই মাথোঁ প্ৰশ্ন !
বিশ্বৰ প্ৰতিখন দেশেই
গুগলত চাৰ্জ কৰি অবাক
#Justice For Zubeen Garg.
পাঁচ মিলিয়ন অতিক্ৰম,
কেইবা মিলিয়ন দিশে .....
শক্তিশালী ঈশ্বৰ প্ৰদত্ত কণ্ঠস্বৰ ।
মানুহৰ বাবে সৰ্বোচ্চত্যাগী
দানবীৰ মানৱ দৰদি
প্ৰকৃতিক অকপটে
নিঃস্বাৰ্থ ৰূপে ভাল পোৱা
পশু পক্ষী, গছ লতিকা, পাহাৰ
নদী, সাগৰ ,আকাশ
প্ৰাণৰো প্ৰাণ।
মা -দেউতা, পত্নী মই কাৰো নহয়,
মই কেৱল মানুহৰ।
'মোৰ কোনো জাতি নাই
মোৰ কোনো ধৰ্ম নাই
মই মুক্ত '।
এইয়া তোমাৰ অমৰ বানী।
অসম মুলুকত আৱিৰ্ভাব
ঈশ্বৰ পুত্ৰ।
সমাধি ক্ষেত্ৰ
ৰূপান্তৰিত হ'ল জুবিন ক্ষেত্ৰত,
প্ৰতিদিনে হাজাৰ হাজাৰ মানুহৰ
পূজা আৰাধনা
চাকি, বন্তি,ধূপ, ধূনা, ফুলেৰে
ঈশ্বৰ পুত্ৰ মন্দিৰত ।
তুমিয়েই নিৰ্মাণ কৰা
শেষৰ খন বোলছবি
হুবহু তোমাৰেই জীৱন্ত কাহিনী,
ঐশ্বৰিক শক্তিৰ অবিহনে অসম্ভৱ ।
এবছৰে হ'ল তুমি নোহোৱাৰ
আজিও ন্যায় নহ'ল
অপেক্ষা মাঁথো ন্যায়ৰ বাবে
সমগ্ৰ পৃথিৱী বাসী ।
এতিয়া ইতিহাস হ'ল
ৰৈ ৰৈ বিনালে,
মৃত্যুঞ্জয় জুবিন ।।



স্তবকত্ৰয়

● মহৎ চন্দ্ৰ ৰায়, দুধনৈ, গোৰালপাৰা

(এক)

হিংসা আৰু অবিশ্বাসৰ জুইকুৰা
জ্বলিয়েই আছে দপদপাই
য'ত জ্বলি ছাই হৈ যায়
ভালপোৱাৰ সেউজীয়া দিনলিপি
নিবিড় সম্পৰ্কৰ দস্তাবেজ

(দুই)

কলকলাই বৈ থকা নদীখন
হঠাতে শুকাই যোৱা দেখিলোঁ
গান গোৱা চৰাইজনী হেৰাই থাকিল
নিৰ্জন অৰণ্যৰ কোনোবাখিনিত

(তিনি)

মুঠি মুঠি সেউজীয়া বিচাৰি
যাযাবৰী হৈ ঘুৰি ফুৰা
দোকমোকালিবোৰ
নিঃশব্দে আঁতৰি গ'ল
কেতিয়াও আৰু উভতি নহাৰ বাটেৰে



মানুহ নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতি লোভী

।। **নিবেদিতা হাজৰিকা** ।। বিভিন্ন বস্তুৰ প্ৰতি আকৰ্ষণ অনুভব কৰাটো মানুহৰ এক সহজাত প্ৰবৃত্তি। যিটো একান্তই স্বাভাৰিক। কিন্তু নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতি যি আকৰ্ষণ বা কৌতুহল তাক স্বাভাৰিক বুলি ক'ব নোৱাৰি। তথাপি নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতিহে মানুহ অধিক আকৰ্ষিত হোৱা দেখা যায়। প্ৰকৃততে নিষিদ্ধ বা নিষিদ্ধতা শব্দটো এটা খুবেই আপেক্ষিক বিষয়। বেছিভাগ ক্ষেত্ৰত মানুহৰ সহজাত প্ৰবৃত্তিকে মানুহে সমাজৰ দোহাই দি, ৰীতি-নীতি বা বান্ধোনৰ দোহাই দি নিষিদ্ধ বুলি নামাকৰণ কৰে। একালৰ নিষিদ্ধতা অন্য কালত স্বাভাৰিক যেন হৈ পৰে। কোনো এটা সংস্কৃতিত যিটো কাম নিষিদ্ধ জ্ঞান কৰা হয় বা নিষিদ্ধ জ্ঞান কৰা হৈছিল সেই একেটি কাম কেতিয়াবা কিছুমান ঠাইত অতি সাধাৰণ বা স্বাভাৰিকভাৱে গ্ৰহণ কৰা হয়। সেই বাবেই ইয়াক আপেক্ষিক বুলি কোৱা হয়।

সাধাৰণতে মাদক দ্ৰব্যকে আমি নিষিদ্ধ বস্তু বুলি ভাবো যদিও নিষিদ্ধ বস্তুৰ উদাহৰণ হিচাপে আমি বহু বিষয় উল্লেখ কৰিব পাৰো। বিভিন্ন মাদক দ্ৰব্যৰ প্ৰতি আসক্তি, অপৈনত বয়সত যৌনতাৰ প্ৰতি আসক্তি, সামাজিকভাৱে স্বীকৃতি নিদিয়া কামৰ প্ৰতি আসক্তি আদিক নিষিদ্ধ আখ্যা দিয়া হয়।

বৰ্তমান সময়ত নিষিদ্ধ বস্তুৰ সংখ্যা পূৰ্বৰ তুলনাত অধিক বৃদ্ধি পোৱা পৰিলক্ষিত হৈছে। যিয়ে ব্যক্তিগত জীৱন তথা সামাজিক জীৱনতো বেয়া প্ৰভাৱ পেলাইছে। নিষিদ্ধ বস্তু ব্যৱহাৰ কৰি, ইয়াৰ সোৱাদ লৈ যিটো তৃপ্তি লাভ কৰে সেই সোৱাদ পোনপটিয়াকৈ পোৱা বা দিয়া বস্তুত পোৱা নাযায়। সেই বাবেই হয়তো মানুহ বিশেষকৈ যুৱচামে ইয়াৰ প্ৰতি বিশেষ আকৰ্ষণ অনুভৱ কৰে। সকলো প্ৰকাৰৰ নিচাই অপকাৰী নহয় বা সকলো প্ৰকাৰৰ আকৰ্ষণেই বেয়া নহয়। কিন্তু নিষিদ্ধ বুলি কোৱা বা প্ৰচলিত হৈ অহা বহু বস্তু বা বিষয়ৰ পৰা অপকাৰ বা ক্ষতি হোৱাৰ আশংকাই বেছি। সেয়ে নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতি অত্যধিক উৎসুকতা দেখুওৱাৰ পৰিৱৰ্তে আমি সকলোৱে সেইসমূহৰ পৰা পাৰ্যমানে দূৰত্ব বজাই ৰাখিবলৈ যত্ন কৰা উচিত। কিয়নো যিকোনো ধৰণৰ অভ্যাস, নিচা আদি এবাৰ গঢ় লৈ উঠাৰ পাছত ইয়াক ত্যাগ কৰাটো কঠিন হৈ পৰে। সেয়ে পাৰ্যমানে সৰ্বগ্ৰহণযোগ্য কৰ্ম আৰু মানসিক উৎকৰ্ষ সাধন কৰা বিষয়ৰ প্ৰতি নিচা বঢ়োৱাৰ প্ৰয়াস কৰিব লাগে অন্যথা নিচাৰ যি সৰ্বনাশী ৰূপ, নিষিদ্ধ বস্তু বা নিষিদ্ধ কৰ্মৰ প্ৰতি মানুহৰ যি উৎসুকতা বা আগ্ৰহ সেই আগ্ৰহে ব্যক্তিগত তথা সামাজিক জীৱন বিপন্ন কৰি তোলাৰ আশংকা নুই কৰিব নোৱাৰি। নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতি মানুহৰ যি অতৃপ্ত আকাংক্ষা সেই আকাংক্ষাই আমাৰ সামাজিক জীৱন বহু পৰিমানে ক্ষতিগ্ৰস্ত কৰি তুলিছে। বহু যুৱক-যুৱতী বিপথগামী হোৱাৰ মূলতে এই ধৰণৰ নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতি হোৱা অত্যধিক আকৰ্ষণ আৰু আত্ম নিয়ন্ত্ৰণৰ অভাৱ। সেয়ে সময় থাকোতেই এইসমূহৰ ভয়াৱহতাৰ দিশটোৰ প্ৰতি উঠি অহা প্ৰজন্মক অৱগত কৰোৱা উচিত, সচেতন কৰোৱা উচিত। অন্যথা নিষিদ্ধ বস্তুৰ প্ৰতি অত্যধিক প্ৰীতি আৰু আকৰ্ষণে বহুতৰ জীৱন ধ্বংস কৰিব। দিনে -দিনে বাঢ়ি অহা নিষিদ্ধ বস্তুৰ তালিকা আৰু দিনে-দিনে বাঢ়ি অহা ব্যৱহাৰকাৰীৰ সংখ্যাই সচেতন মহলক স্তম্ভিত আৰু চিন্তিত কৰিছে। সেয়ে এই নিষিদ্ধ বস্তুসমূহৰ ব্যৱহাৰ সমূলঞ্চে শেষ কৰিবৰ বাবে যত্ন নকৰিলে সুদূৰ ভৰিষ্যতে ইয়াৰ কু-ফল নিষিদ্ধ বস্তু ব্যৱহাৰকাৰীয়ে হওঁক বা অব্যৱহাৰকাৰীয়ে হওঁক ইয়াৰ কু-ফল সকলোৱে ভোগ কৰিব লগা পৰিস্থিতিৰ অচিৰে সৃষ্টি হ'ব বুলি ক'ব পাৰি। সেয়ে নিষদ্ধ ঘোষিত সকলো বস্তু, কৰ্ম তথা স্থানৰ পৰা সকলোৱে আঁতৰি থকা উচিত। কিয়নো নিষিদ্ধ মানেই অপকাৰী, অনিষ্টকাৰী।

চি এম চেম্পিয়নশ্বীপ ট্ৰফীৰ নৱম সংস্কৰণত চেম্পিয়ন ৰঙিয়া টাউন ক্লাব



।। **বিশেষ সেৱা** ।। অসমৰ ক্ৰীড়া জগতলৈ নতুন প্ৰতিভা উলিয়াই অনাৰ লক্ষ্যৰে ৰঙিয়া হৰদত্ত-বীৰদত্ত ক্ৰীড়া সংঘৰ উদ্যোগত বিগত ন বছৰে অনুষ্ঠিত হৈ অহা চি এম চেম্পিয়নশ্বীপ ট্ৰফী আমন্ত্ৰণমূলক প্ৰাইজমানি ফুটবল প্ৰতিযোগিতাৰ নৱম বাৰ্ষিক সংস্কৰণৰ চূড়ান্ত খেলখন অলপতে ৰঙিয়া উচ্চতৰ মাধ্যমিক খেলপথাৰত অনুষ্ঠিত হয়। চূড়ান্ত খেলখনত কামৰূপ ফুটবল ক্লাব আৰু ৰঙিয়া টাউন ক্লাব মুখামুখি হয়। স্থানীয় ক্ৰীড়াপ্ৰেমী ৰাইজৰ উপস্থিতিত অনুষ্ঠিত উত্তেজনাপূৰ্ণ খেলখনত ৰঙিয়া টাউন ক্লাবে বিজয় সাব্যস্ত কৰি চেম্পিয়ন হোৱাৰ গৌৰৱ অৰ্জন কৰে। বিজয়ী দলটোৰ খেলুৱৈসকলক বিভিন্নজন বিশিষ্ট ব্যক্তিয়ে শুভেচ্ছা আৰু অভিনন্দন জ্ঞাপন কৰে। চূড়ান্ত খেলখন বিজেপি অসম প্ৰদেশৰ ৰাজ্যিক সভাপতি দিলীপ শইকীয়াই আনুষ্ঠানিকভাৱে শুভ উদ্বোধন কৰে। অনুষ্ঠানত স্থানীয় বিশিষ্ট ব্যক্তি, দলীয় কৰ্মকৰ্তা আৰু বৃহৎসংখ্যক ক্ৰীড়াপ্ৰেমী ৰাইজ উপস্থিত থাকে। উল্লেখ্য যে প্ৰতিযোগিতাখনৰ মূল উদ্দেশ্য হৈছে স্থানীয় তথা অসমৰ উদীয়মান ফুটবল প্ৰতিভাসমূহক এক উপযুক্ত মঞ্চ প্ৰদান কৰা। বিগত কেইবাবছৰ ধৰি অনুষ্ঠিত হৈ অহা এই প্ৰতিযোগিতাখনে যুৱ খেলুৱৈসকলক ফুটবলৰ প্ৰতি অধিক উৎসাহিত কৰাৰ লগতে নিজৰ প্ৰতিভা প্ৰদৰ্শনৰ সুযোগ প্ৰদান কৰি আহিছে। প্ৰতিযোগিতাখনৰ চূড়ান্ত খেলখনৰ সফল আয়োজন আৰু সমাপ্তিত আয়োজক ক্ৰীড়া সংঘৰ লগতে খেলুৱৈ, ক্ৰীড়াপ্ৰেমী ৰাইজ আৰু সহযোগিতা আগবঢ়োৱা সকলোৰে ভূমিকা উল্লেখযোগ্য বুলি বিবেচিত হৈছে।



সাপ্তাহিক মৰিগাঁও ঃ স্বত্বাধিকাৰী, সম্পাদক আৰু প্ৰকাশক - শ্ৰীদময়ন্তী দেৱী, ওৱাৰ্ড নং-৪, এম. বি. ৰোড, মৰিগাঁও নগৰ, পোঃ জিলা- মৰিগাঁও (অসম)। পিন- ৭৮২১০৫।
মুদ্রিত ঃ শ্ৰী অমিত জৈন, আৰ. কে. প্ৰিণ্টাৰ্ছ, বেহাৰবাৰী, কামৰূপ (মেট্ৰো), গুৱাহাটী-৪০, অসম।
ফোন নং-(০৩৬৭৮) ২৪০১১২, ৯৪৩৫১-৬৪৫১১, ৯৯৫৪৬-৭০২১৯, ৯৮৫৯১-৩৬৫০১ |**e-mail:** saptahikmorigaon@gmail.com,jnath83@gmail.com, **bksarma98591@gmail.com.**
সম্পাদক ঃ দময়ন্তী দেৱী *সম্পাদনা উপদেষ্টা ঃ* বুদ্ধেশ্বৰ পেগু (অবৈ.) *মুখ্য সম্পাদক ঃ* জগদীশ চন্দ্ৰ নাথ (অবৈতনিক) *কাৰ্যবাহী সম্পাদক ঃ* জিতুমনি নাথ (অবৈ.)

Saptahik Morigaon : Owner, Editor & Publisher Sri Damayanti Devi, Ward No. 4, M.B. Road, Morigaon Town, P.O. & Dist.- Morigaon (Assam). PIN-782105.
Printed by : Sri Amit Jain, R. K. Printers, Beharari, Kamrup (M), Guwahati-40, Assam.
Ph. No. (03678) 240112, 94351-64511, 99546-70219, 98591-36501**:: e-mail:** saptahikmorigaon@gmail.com, jnath83@gmail.com, **bksarma98591@gmail.com.**
Editor - Damayanti Devi **Editing Advisor- Sri Budheswar Pegu (Hony.)** **Chief Editor - Jagadish Ch. Nath (Hony.)** **Executive Editor - Jitumoni Nath (Hony.)**