রেড কর্নার জারি হলেও নীরব নীরবই

ব্যাঙ্ক জালিয়াতির অভিযোগে অভিযুক্ত নীরব মোদীকে দেশে ফেরাতে সিবিআই অবশেষে ইন্টারপোলের দ্বারস্থ হয়েছে। আর এই আবেদনে সাড়া দিয়েই পাঞ্জাব ন্যাশনাল ব্যাঙ্ক প্রতারণা কাণ্ডে অভিযুক্ত এবং মূল পাণ্ডা নীরব মোদীর বিরুদ্ধে রেড কর্নার নোটিস জারি করেছে ইন্টারপোল। এর ফলে ইন্টারপোলের যে কোনও সদস্য দেশ নীরবকে গ্রেফতার করতে পারবে। কিন্তু রেড কর্নার নোটিস জারি হওয়া সত্ত্বেও নীরব নীরবই রয়ে গেছেন। প্রসঙ্গত, মুম্বইয়ে সিবিআইয়ের বিশেষ আদালতে চার্জশিটের ভিত্তিতে নীরব মোদী ছাড়াও তার ভাই নীশল এবং তাদের ঘনিষ্ঠ সহযোগী সুভাষ পরবের নামেও ওই নোটিস জারি করেছে ইন্টারপোল। বলা দরকার যে, এই কঠোর পদক্ষেপের দরকার ছিল, কারণ পাঞ্জাব ন্যাশনাল ব্যাঙ্ক প্রতারণা কাণ্ডে নীরবের সঙ্গে কারা জড়িত ছিল, কে কে তাকে বিদেশে পালিয়ে যেতে সাহায্য করেছে তা উদ্‌ঘাটিত হওয়া দরকার। কারণ পাঞ্জাব ন্যাশনাল ব্যাঙ্কে গচ্ছিত অর্থ জনগণের অর্থ। এই বিশাল অঙ্কের অর্থ উদ্ধার করা চাই। দেশে ব্যাঙ্ক প্রতারণার ঘটনা বন্ধ হওয়া প্রয়োজন। কেন্দ্রীয় সরকার এ ব্যাপারে যে কড়া পদক্ষেপ নিয়েছে তার জন্য তাদের সাধুবাদ জানানো উচিত। এখন নীরবকে ইন্টারপোল গ্রেফতার করলে দিল্লি তাকে প্রত্যর্পণের দাবি জানাবে। তারপর তাকে ভারতে এনে বিচার প্রক্রিয়া শুরু হবে। ভারতবাসী সেই প্রতীক্ষায়।

অমৃত কথা

দক্ষিণেশ্বরে ঠাকুর শ্রীরামকৃষ্ণ

চাঁদ মামা সকলের মামা। ঈশ্বর ইচ্ছায় সব হচ্ছে।"

গিরিশ (সহাস্যে)---ঈশ্বরের ইচ্ছায় তো। আমিওতো তাই বলছি। (সকলের হাস্য)।

শ্রীরামকৃষ্ণ (গিরিশের প্রতি)—**সরল হলে শীঘ্র ঈশ্বর লাভ হয়।** কয়েকজনের জ্ঞান হয় না। ১ম—যার বাঁকা মন, সরল নয়; ২য়---যার শুচিবাই; ৩য়—যারা সংশয়াত্মা।

ঠাকুর নিত্যগোপালের ভাবাবস্থার প্রশংসা করিতেছেন।

এখনও তিন চার জন ভক্ত ঐ দক্ষিণ-পূর্ব লম্বা বারান্দায় ঠাকুরের কাছে দাঁড়াইয়া আছেন ও সমস্ত শুনিতেছেন। পরমহংসের অবস্থা ঠাকুর বর্ণনা করিতেছেন। বলিতেছেন পরমহংসের সর্বদা এই বোধ---ঈশ্বর সত্য আর সব অনিত্য। হাঁসেরই শক্তি আছে, দুধকে জল থেকে তফাত করা। দুধে জলে যদি মিশিয়ে থাকে, তাদের জিহ্বাতে এই রকম টক্ রস আছে সেই রসের দ্বারা দুধ আলাদা জল আলাদা হয়ে যায়। পরমহংসের মুখেও সেই টক্‌রস আছে, প্রেমাভক্তি। প্রেমাভক্তি থাক্‌লেই নিত্য অনিত্য বিবেক হয়। ঈশ্বরের অনুভূতি হয়, ঈশ্বর দর্শন হয়।

সপ্তদশ খন্ড

প্রথম পরিচ্ছেদ

গিরিশ মন্দিরে জ্ঞানভক্তি-সমন্বয় কথা প্রসঙ্গে

ঠাকুর শ্রীরামকৃষ্ণ গিরিশ ঘোষের বসুপাড়ার বাটীতে ভক্তসঙ্গে বসিয়া ঈশ্বরীয় কথা কহিতেছেন। বেলা ৩ টা বাজিয়াছে। মাষ্টার আসিয়া ভূমিষ্ঠ হইয়া প্রণাম করিলন। আজ বুধবার ১৫ ই ফাল্গুন শুক্লা একাদশী—২৫ শে ফেব্রুয়ারী ১৮৮৫ খৃষ্টাব্দ।

গত রবিবার দক্ষিনেশ্বর মন্দিরে শ্রীরামকৃষ্ণের জন্মমহোৎসব হইয়া গিয়াছে। আজ ঠাকুর গিরিশের বাড়ি হইয়া স্টার থিয়েটারে বৃষকেতুর অভিনয় দর্শন করিতে যাইবেন।

ঠাকুর কিয়ৎক্ষণ পূর্বেই আসিয়াছেন। কাজ সারিয়া আসিতে মাষ্টারের কিঞ্চিৎ বিলম্ব হইয়াছে। তিনি আসিয়াই দেখিলেন, ঠাকুর উৎসাহের সহিত ব্রহ্মজ্ঞান ও ভক্তিতত্ত্বের সমন্বয় কথা কহিতেছেন।

দিনপঞ্জিকা

২০ আষাঢ়, ভাঃ ১৪ আষাঢ়, **৫ জুলাই,** ২০ আহার, সংবৎ ৭ আষাঢ় বদি, ২০ শওয়াল। সূর্য্যোদয় ঘ ৫।০, সূর্য্যাস্তি ঘ ৬।২৩। **বৃহস্পতিবার,** সপ্তমী রাত্রি ঘ ৮।১১ মিঃ। উত্তরভাদ্রপদনক্ষত্র রাত্রি ঘ ২।৫৯ মিঃ। শোভনযোগ শেষ রাত্র ঘ ৪।১৫ মিঃ। বৃষ্টিকরণ, দিবা ঘ ৭।৫৫ গতে ববকরণ, রাত্রি ঘ ৮।১১ গতে বালবকরণ। **জন্মে**-- মীনরাশি বিপ্রবর্ণ নরগণ অষ্টোত্তরী শুক্রের ও বিংশোত্তরী শনির দশা, রাত্রি ঘ ২।৫৯ গতে দেবগণ বিংশোত্তরী বুধের দশা। **মৃতে**– একপাদদোষ, রাত্রি ঘ ৮।১১ গতে দোষনাই। **যোগিনী**– বয়ুকোণে, রাত্রি ঘ ৮।১১ গতে ঈশানে। **কালবেলাদি** ঘ ৩।০৩ গতে ৬।২৩ মধ্যে। **কালরাত্রি** ঘ ১১।৪২ গতে ১।০২ মধ্যে। **যাত্রা**-- নাই রাত্রি ঘ ২।৫৯ গতে যাত্রা শুভ দক্ষিণে নিষেধ, শেষ রাত্রি ঘ ৪।১৫ গতে পুনঃ যাত্রা নাই। **শুভকর্ম্ম**--দিবা ঘ ৬।৪৩ গতে ৩।০৩ মধ্যে গাত্রহরিদ্রা অবূঢ়ান্ন নামকরণ পুংরত্নধারণ দেবতাগঠন নৌকাযাত্রা বিক্রয়বাণিজ্য বিপন্নরাম্ভ পুন্যাহ শান্তি স্বস্ত্যয়ন হলপ্রবাহ বীজবপন বৃক্ষাদিরোপণ ধান্যচ্ছেদন ধান্যস্থাপন গোবিক্রয়াদি কারখানারম্ভ নবোদক শ্রাদ্ধ। **বিবাহ**–সন্ধ্যা ঘ ৬।২৪ গতে রাত্রি ঘ ১১।৩১ মধ্যে মকর ও কুম্ভ লগ্নে পুনঃ রাত্রি ঘ ১।২ গতে ২।৫৯ মধ্যে মেষ ও বৃশ লগ্নে সুতহিবুকযোগে বিবাহ। **বিবিধ**– সপ্তমীর একোদ্দিষ্ট ও সপিণ্ডন। রাত্রি ঘ ৮।১১ গতে প্রায়শ্চিত্ত নিষেধ। **বিপ্লবী নায়ক রবীন্দ্র কুমার ঘোষের জন্মদিবস** (৫ জুলাই)। **মাহেন্দ্রযোগ**––দিবা ঘ ৫।৫৬ মধ্যে ও ৯।২৩ গতে ১১।১৬ মধ্যে। **অমৃতযোগ**–– দিবা ঘ ৩।৪২ গতে ৬।২৩ মধ্যে এবং রাত্রি ঘ ৭।৪ গতে ৯।১ মধ্যে ও ১২।৪ গতে ২।১২ মধ্যে ও ৩।৩৭ গতে ৫।১ মধ্যে।

মুসলিম পঞ্জিকা

২০ আষাঢ়,।ঃ ১৪ আষাঢ়, ৫ জুলাই, ২০ শওয়াল, ২০ আহাব, উঃ ৪।৫৯, অঃ ৬।২২, বৃহস্পতিবার, সপ্তমী রা ঘ ৮।১০, সেহ্‌রী শেষ ৩।২৪ ইফ্‌তার ৬।৩০।

মাদককে 'না' বলুন।
যে নেশা করতে বলে, সে বন্ধু নয়
লিপি
মাদক বিরোধী আন্দোলন

নজরুল এক বিস্ময়

সংহিতা মন্ডল

আমাদের দেশ এই ভারতবর্ষ। ফুলে ফলে সব কিছুতেই শ্রেষ্ঠ। বর্তমানে আমাদের দেশে অনেক জিনিসেরই অভাব রয়েছে। তাদের মধ্যে অন্যতম হল শান্তি। আজ চারদিকে হিংসা আর দ্বন্দ্ব চলছে। আজ আমাদের মধ্যে এমন একজনকে দরকার যিনি পারবেন সমস্ত হিংসা-দ্বন্দ্ব, ভেদাভেদকে ভুলিয়ে দিয়ে প্রত্যেক মানুষের হৃদয়কে একটি সুতোয় বেঁধে রাখতে।

বিংশ শতাব্দীর প্রথম দিক। ভারতবর্ষ তখন সম্পূর্ণভাবে পরাধীন। একদিকে দীর্ঘদিন ইংরেজ শাসনে এবং শোষণে দেশ ও জাতি জর্জরিত-অপরদিকে যুক্ত বাংলার একপ্রান্ত-কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের প্রতিভাচ্ছটায় উদ্ভাসিত, ঠিক তখনই বীর সৈনিক, মুক্তিযোদ্ধা এবং বাংলা সাহিত্যের আর এক একনিষ্ঠ পূজারী বিদ্রোহী কবি কাজী নজরুল ইসলামের আবির্ভাব। কবি এলেন ধুমকেতুর মতো। বাংলার মানুষ মুগ্ধ হল তাঁর প্রতিভা লক্ষ্য করে। নজরুল এলেন দুঃখের হাত ধরে, সারাজীবন-ব্যাপী দুঃখ জ্বালা-যন্ত্রণাকে সাথী করে। তারই মাঝে অদম্য নজরুল দেখিয়েছেন এবং নিয়েছেন দেশ গড়ার শপথ, জাতি গড়ার শপথ, ঠুনকো জাতি বৈষম্যের দেওয়ালে মেরেছেন পরপর হাতুড়ির ঘা। ভেঙে চুরমার করে গড়ে তুলতে চেয়েছেন নতুন দেশ, নতুন সমাজ, নতুন জাতি।

কাজী নজরুল ইসলাম। সারা বাংলা জোড়া নাম। বাংলা ভাষা-ভাষী মানুষের তিনি যেন প্রাণপুরুষ। বাংলা ১৩০৬ সালের ১১ জ্যৈষ্ঠ ইংরাজি ১৮৯৯ খ্রিঃ ২৪ মে তাঁর জন্ম। পশ্চিম বর্ধমান জেলার আসানসোল মহকুমার জামুরিয়া থানার চুরুলিয়া গ্রামে তাঁর জন্ম। পিতা ফকির আহম্মদ। মাতা জাহেদা খাতুন ওরফে আমিনা বিবি। নজরুলের ডাকনাম দুটি। দুখিমিঞা নাকি দুখুমিঞা। নামটি তাঁর দুঃখময় জীবনের পরিচয় বহন করে। দুঃখময় জীবনের জন্য তাঁর নাম দুখিমিঞা নাকি দুখুমিঞা নামের জন্য তাঁর জীবন পর্যন্ত জড়িয়ে ধরে রেখেছিল।

মাত্র নয় বছর বয়সে ১৯০৮ খ্রিঃ কবি পিতৃহারা হন। বাঁচার তাগিদে তাঁকে একের পর এক কর্ম গ্রহণ করে আর ছেড়ে চঞ্চল জীবন শুরু করতে হয়। ধর্মপ্রাণ সদাশয় ব্যক্তি পিতা ফকির আহম্মদের কাছেই তাঁর বাল্যশিক্ষা শুরু হয়। পরবর্তীকালে পেয়েছিলেন সম্পর্কিত কাকা ফজল করিম-এর স্নেহ ও সহায়তা। এই কাকার সাহায্য না পেলে তাঁর বাল্যশিক্ষা অসম্পূর্ণ থেকে যেত। তাঁর প্রতিভা ছিল বহুমুখী, স্মৃতিশক্তি ছিল অসাধারণ। একেবারে শৈশবে অর্জিত জ্ঞানের ভিত্তিতে তাঁকে মক্তবে মাত্র দশ বছর বয়সে শিক্ষকতা জীবন শুরু করতে হয়েছিল। শৈশবেই তাঁর দায়িত্ব ও কবিত্ব শক্তির স্ফুরণ ঘটে। লেটোর দলের জন্য গান লিখতে শুরু করেই তো আজ নজরুল বিশ্বের একজন সেরা গীতিকার। এই সময় অন্ডাল স্টেশনের এক বাঙালি গান শুনে মুগ্ধ হয়ে তাঁকে নিজের গ্রাম প্রসাদপুরে নিয়ে গেলেন। সেখানে তিনি রান্নার কাজ করতে শুরু করলেন। কিন্তু এখানেও তিনি বেশিদিন টিকলেন না। চলে গেলেন আসনাসোলে এক রুটির দোকানে কাজ করতে। মাত্র পাঁচ টাকা মাস মাইনেতে কাজ করার সময়ে হঠাৎ এক দারোগা কাজী রফিউদ্দিন সাহেবের সঙ্গে পরিচয় হয়। তিনি নজরুলের গান শুনে তাঁর মধ্যে বিরাট প্রতিভার খোঁজ পেলেন। তাঁকে সেখান থেকে তিনি নিয়ে চলে গেলেন তাঁর নিজের গ্রাম পূর্ববঙ্গের ময়নমন সিংহ জেলার সিমলা গ্রামে। এখানে নিকটবর্তী দরিরামপুর স্কুলে তাঁকে ভর্তি করে দিলেন। খুব সুনামের সঙ্গে নজরুল পড়াশোনা করতে লাগলেন। এখানে একসময় সমবয়সি আত্মীয় মঞ্জুর হোসেনের সঙ্গে দেখা হয়। নজরুলের বয়স তখন যোলো। তিনি নজরুলকে সঙ্গে নিয়ে এসে ভর্তি করে দিলেন বর্তমান পশ্চিম বর্ধমান জেলার রানিগঞ্জের নিকটবর্তী শিয়ারশোল রাজ উচ্চ বিদ্যালয়ে। এখানেও যথেষ্ট সুনাম অর্জন করেন। সেখানে সান্নিধ্যে আসেন তাঁর বিপ্লবী জীবনের পথপ্রদর্শক বিশিষ্ট শিক্ষক নিবারণচন্দ্র ঘটকের। এখানে নবম শ্রেণিতে পড়তে পড়তেই তিনি দেখলেন স্বাধীন ভারত গড়ার স্বপ্ন--যোগদান করলেন সেনাবাহিনীতে। করাচিতে বাঙালি পল্টনে একজন হাবিলদারের পদে থেকে তিনি যেমন একদিকে হলেন যোদ্ধা অপরদিকে শুরু করলেন নতুন উদ্যমে কবিতা লেখা। পরাধীন ভারতকে স্বাধীন করতে এক হাতে নিলেন রাইফেল আর অন্যহাতে কলম। তাইতো তাঁর কলম থেকে বের হতে পেরেছিল বিখ্যাত কবিতা--বিদ্রোহী, ফরিয়াদ, আশার, কৈফিয়ত, আনন্দময়ীর আগমন প্রভৃতি।

১৯২০ খ্রিস্টাব্দের মার্চ মাসে বাঙালি পল্টন ভেঙে গেল। তিনি ফিরে আসেন কলকাতায়। শুরু হল তাঁর কবি জীবন। দুঃখ-জ্বালা-যন্ত্রণা সহ নানান পারিবারিক ক্লেশের মধ্যে দিয়ে তিনি তাঁর কাব্য সাধনা চালাতে লাগলেন। একসময় তিনি বাকরুদ্ধ হয়ে পড়েন। তারপর আর লিখতে পারেননি বা কথা বলতে পারেননি। বিশাল প্রতিভার আধার নজরুল প্রতিনিয়ত দুঃখের সঙ্গে যুদ্ধ করতে করতে মাত্র ২০/২৫ বছরের কবি জীবনে যা লিখেছেন তা বিস্ময়ের বিস্ময়।

বাংলা গানে রবীন্দ্রনাথের পরেই নজরুলের স্থান, তবে, সংখ্যার দিকে কিন্তু নজরুলই এগিয়ে। রবীন্দ্রনাথের মতো নজরুলের মধ্যেও কাব্যপ্রতিভা ও গীতি প্রতিভার শুভ সম্মেলন হয়েছে। রবীন্দ্রনাথের মতই নজরুল প্রতিভা সর্বাধিক স্ফূর্তি লাভ করেছে সঙ্গীতে। বাংলা গান হচ্ছে একটি ভাবের প্রকাশ। মূল একটি ভাবকে সুরের মাধ্যমে প্রকাশ করা হয়। নজরুলের অধিকাংশ গান-ই সহজ, সরল ও স্বতঃস্ফূর্ত ছন্দের বৈচিত্র্যে ভরা। মিলের অভিনবত্বে ও অলংকারের কারুকার্যে গানগুলি মনোমুগ্ধকর। নজরুলের কবিমন দুরন্ত, দুর্বার ও উজ্জ্বল। তাই তাঁর কবিতা ভাবাবেগের প্রাবল্যে সাধারণত লম্বা হয়ে ওঠে। কিন্তু এই ভাবাবেগ আশ্চর্যভাবে সংহত রয়েছে তাঁর গীতাবলিতে। তাঁর গানের স্বল্প পরিসরে এসেছে কখনো চমক লাগানো তীক্ষ্ণতা, কখনও বা মন কেড়ে নেওয়ার উচ্ছলতা। নজরুল তাঁর গানে সরলমাত্রিক, স্বরমাত্রিক প্রভৃতি ছন্দ অপূর্ব দক্ষতার সঙ্গে ব্যবহার করেছেন। ভাবানুসারে নজরুল গীতিকে প্রধান পাঁচটি ভাগে ভাগ করা যায়– (১) স্বদেশাত্মকবোধক গীত (২) মানাবিক প্রেমগীতি (৩) ভুক্তিমূলক গীতি (৪) প্রকৃতিগত গীতি (৫) হাসির গান।

গান আর সুরের অফুরন্ত উৎসের নাম নজরুল ইসলাম। প্রায় চার হাজারেরও বেশি গান লিখেছেন তিনি। নজরুলের সঙ্গীত প্রচারের আলোয় এসেছে আপন গুণগরিমার সুর বৈচিত্র্যে। সঙ্গীত স্রোতধারার এমন কোনও শাখা নেই যা তিনি স্পর্শ করেননি। অবলীলাক্রমে তার আনন্দরস শ্রোতাদের জন্য উৎসর্গ করেছেন। তাঁর রচিত কাওয়ালি, গীতি ভজন, কাব্যগীতি, দেশাত্মবোধক গান, লোকসঙ্গীতের সুরে গান, বিদেশি সুরের গান, কোরাস, মার্চ সঙ্গীত, ইসলামি গান, নবির গান, শ্যামাসঙ্গীত, কীর্তন গান, রাগ প্রধান গানে, খেয়ালি, ঠুংরি, ভাঙরা গান ইত্যাতি সবই শ্রোতারা কান ও হৃদয় ভরে শুনে সেদিনও যেমন তৃপ্ত হয়েছেন আজও হচ্ছেন। নজরুল ইসলাম যখন মুসলমানি সঙ্গীত লেখেন তখন তাঁর মতো ধর্মপ্রাণ মুসলমান আর কেউ নেই বলে মনে হয়। অথচ তাঁর সময়ের গোঁড়া মুসলমানরা তাঁকে কাফের বলে মনে করতেন।

স্বদেশের বিষয়ে বুদ্ধিদীপ্ত সচেতনতা ও প্রেমবোধ আধুনিক মনোবৃত্তিগুলির অন্যতম। বাংলার জাতীয়তাবাদী মুক্তিসংগ্রামের সময়ে রচিত নজরুলের কোরাস গান যৌথ সঙ্গীতের ক্ষেত্রে এক বিশেষ দিক খুলে দিয়েছে। জনগণের স্বাধীনতার আকাঙ্খা ও মুক্তিসংগ্রামস্পৃহা এই সব কোরাস গানের মধ্যে ফুটে উঠেছে। আবার মানবপ্রেম বিষয়ক গানে নজরুলের অবদান অনস্বীকার্য। তাঁর গানে যে মানবপ্রেমের বিষয়টি থাকবে সেটাই তো স্বাভাবিক।

প্রেম সঙ্গীতের মধ্যে গজল গানে তিনি চির অপ্রতিদ্বন্দ্বী। গজল হল পারস্য দেশের এক প্রকারের লঘু সঙ্গীত। ভক্তিমূলক গানের মধ্যে শ্যামাসঙ্গীত ও ইসলামি গানে তিনি অপ্রতিরোধ্য। রামপ্রসাদের পরে সব দিক বিচার করলে শ্যামাসঙ্গীতে নজরুলের স্থান অনেকেরই ওপরে, একথা নিশ্চিতভাবেই বলা হয়। নজরুল প্রখ্যাত গায়ক আব্বাসউদ্দিনের প্রেরণাতেই ইসলামি সঙ্গীত রচনায় মন দেন। আব্বাসউদ্দিনই নজরুলের ইসলামি গানকে সবচেয়ে বেশি লোকপরিচিত করে তোলেন। আব্বাসউদ্দিন ছাড়া ধীরেন দাস গনি মিঞা নামে, চিত্ত রায় দেলোয়ার হোসেন নামে, গিরীন চক্রবর্তী সোনা মিঞা নামে বহু ইসলামি গান রেকর্ড করাতে নজরুলের এইসব গান অপ্রত্যাশিত জনপ্রিয়তা লাভ করে। আবার অন্যদিকে হাসির গানে নজরুলের তুলনা মেলা ভার। ব্যাঙ্গাত্মক গানে নজরুলের পূর্বসূরী হিসেবে ঈশ্বরচন্দ্র গুপ্ত ও দ্বিজেন্দ্রলাল রায় স্মরণীয়। সবদিক বিচার করলে রাজনৈতিক ও সামাজিক চেতনাযুক্ত গানে নজরুল অদ্বিতীয়। তার প্রধান কারণ নজরুল দেশের জাতীয় আন্দোলনের সঙ্গে গভীরভাবে সংশ্লিষ্ট ছিলেন। মুক্তি সংগ্রামে তাঁর সক্রিয় ভূমিকা আমাদের সকলেরই জানা। নজরুল মূলত আবেগনির্ভর কবি ও সঙ্গীতকার। নজরুলের রচনায় Satire, Irony ও Fun এরই প্রাধান্য।

আজ এই শান্তির প্রয়োজন আমাদের দেশে সবচেয়ে বেশি। এদেশের সাধারণ মানুষের সুখ-দুঃখ, আশা আকাঙ্খাকে অবলম্বন করে মানবতাবাদের সংগ্রামকে, সামাজিক ন্যায়, সামাজিক শান্তি প্রতিষ্ঠার সংগ্রামকে বিশেষভাবে উর্ধ্বে তুলে ধরেছিলেন নজরুল।

আমরা যদি একুশ শতকের প্রথম এক চতুর্থাংশে এসে সহিষ্ণু পুঁজিবাদী সমাজ, তার সাংস্কৃতিক অবক্ষয়, সাম্প্রদায়িক ভেদাভেদ আর সর্বব্যাপক সংকটের হাত থেকে এদেশকে মুক্তি দিতে চাই, তা হলে নজরুলের মতাদর্শ হতে পারে আমাদের উপযুক্ত হাতিয়ার। আর এই উদ্দেশ্যকে বাদ দিয়ে আমরা তাঁকে এখানে হুজুগের কবি হিসেবে দেখি তাহলেও নজরুলের জন্ম পালনে তাঁর প্রতি যথার্থ সম্মান জানানো সম্ভব হবে তখনই যখন আমার তাঁর সম্প্রীতির বাণী অন্তর দিয়ে উপলব্ধি করতে পারব। জাতি-ধর্ম-বর্ণ নির্বিশেষে সবাইকে মানুষ বলে আপন করে নিতে পারব।

সুস্থ জীবনযাপনে বাধা আলঝেইমার

ডা: প্রকাশ মল্লিক

আলঝেইমার রোগ হল সব কিছু ভুলে যাওয়ার প্রবণতা বা স্মৃতিভ্রংশের সবচেয়ে সাধারণ রোগ। জার্মান সাইকিয়াট্রিস্ট অ্যালেস আল ঝেইমার ১৯০৬ সালে এই স্মৃতিভ্রংশ রোগের নামকরণ নিজের নামে করেন। একটি পরিসংখ্যানে দেখা গেছে, বিশ্বজুড়ে বর্তমানে অন্তত ৫ কোটির বেশি মানুষ এই বয়সজনিত রোগটিতে ভুগছেন। ভারতে আলঝেইমার রোগের সংখ্যা প্রায় ৪ লক্ষ। আগামী ২০৩০ সাল নাগাদ এই সংখ্যা দ্বিগুণ হবার সম্ভবনা রয়েছে। আলঝেইমার সম্পর্কে সচেতনতা বাড়াতে প্রতিবছর সেপ্টেম্বর মাসকে 'বিশ্ব আলঝেইমার মাস' এবং ২১শে সেপ্টেম্বর দিনটি 'ওয়ার্ল্ড আলঝেইমার ডে' হিসেবে পালন করা হয়। এ বছর দিবসটির থিম বা প্রতিপাদ্য হলো—'রিমেমবার মি' অর্থাৎ 'সাথে থেকো, মনে রেখো'।

আলঝেইমার রোগকে অনেক ক্ষেত্রে ডিমেনসিয়া বা মতিভ্রম রোগ বলা হলেও এই দুটির মধ্যে কিছু পার্থক্য রয়েছে। তবে ডিমেনসিয়াকে আলঝেইমারের পূর্বাভাস বলা যেতে পারে। অর্থাৎ আলঝেইমারকে রোগ বলা গেলেও ডিমেনসিয়া হল তার উপসর্গ হয়তো আপনি কোনও কারনে বাথরুমে যাবেন, কিন্তু বাথরুম ভেবে ভুলবশত রান্না ঘরে চলে গেলেন এবং মনেই করতে পারলেন না কেন এখানে এসেছেন। কাছের মানুষের নামও ভুলে যান। এতো সামান্য উদাহরণ মাত্র। আপনার রোজকার জীবনে নানা সমস্যা ডেকে আনতে পারে। আলঝেইমার ও ডিমেনশিয়ার প্রধান লক্ষণ হল স্মৃতিশক্তি, বুদ্ধি লোপ পেতে থাকে, অথচ শারীরিক শক্তি, হাতে পায়ের জোড়, শরীরের ভারসাম্য সব ঠিক থাকে। আলঝেইমার রোগ ঠিক কী কারণে মানুষের শরীরে বাসা বাঁধে তার সঠিক তথ্য এখনও পর্যন্ত পাওয়া যায়নি। তবে এক্ষেত্রে বিজ্ঞানীরা বেশ কিছু কারণকে চিহ্নিত করেন। যেমন—

১। মস্তিষ্কের নিউরো-ট্রান্সমিটার নামে এক ধরনের স্নায়ু-রাসায়নিকের উৎপাদন প্রক্রিয়া কমে যাওয়া বা বন্ধ হয়ে যায়, ২। উৎপাদিত নিউরো ট্রান্সমিটার অন্য কোনও রাসায়নিক দ্রব্য দ্বারা বিনষ্ট হয়ে যাওয়া, ৩। স্নায়ুকোশ বা নিউরোন থেকে নিউরোট্রান্সমিটার বের হবার পথ বন্ধ হয়ে যাওয়া প্রভৃতি। এছাড়া এক স্নায়ুকোশ থেকে বের হওয়া নিউরোট্রান্সমিটার পাসের স্নায়ুকোশের গ্রহণ করার ক্ষমতা নষ্ট হয়ে যাওয়ার মতো বহুবিধ কারণে নিউরোট্রান্সমিটার চলাচল বন্ধ হয়ে স্মৃতি সঞ্চালন ক্রিয়া থেমে যায়।

অ্যাসিটাইল কোলিন একটি গুরুত্বপূর্ণ নিউরোট্রান্সমিটার দেহের ভিতরে উৎপাদিত কোলিনোস্টিরেজ উৎসেচক অ্যাসিটাইল কোলিন ধ্বংস করে দেয়। এই কারণে আলঝেইমার রোগাক্রান্ত ব্যক্তিকে অ্যাসিটাইল কোলিনসিয়ারেজ উৎসকে ধ্বংসকারী ওষুধ খাওয়ানো হয়। আলঝেইমার রোগাক্রান্ত ব্যক্তির আক্রান্ত স্নায়ুকোশে বা আক্রান্ত স্নায়ুকোশের চারপাশে বেশকিছু অস্বাভাবিক বস্তু জমা থাকে। এই বস্তুকে নিউরোটিকপ্ল্যাক বলে। নিউরোটিকপ্লাক বিটা অ্যামলয়েড নামক প্রোটিন বস্তু দ্বারা গঠিত। এটি ৪০টি বা তারও বেশি সংখ্যক অ্যামাইনো অ্যাসিডের সংযুক্তিকরণের ফলে গঠিত হয়। প্রোটিঅ্যাসেস নামক উৎসেচক বিটা অ্যামাইলয়েড গঠনে সহয়তা করে বলে বিজ্ঞানীর মনে করেন। তাদের মতে বিটা অ্যামাইলয়েডের উপস্থিতি স্নায়ুকোশের ভেতরের অ্যাসিসস্টাইল কোলিনের পরিমান কমিয়ে দেয় ও স্মৃতিশক্তি দুর্বল হতে হতে হতে লোপ পায়। এই ঘটনা থেকে বোঝা যায় জমে থাকা বিটা অ্যামাইলয়েড স্মৃতিশক্তি লোপ পাওয়ার একটি অন্যতম কারণ হওয়া অস্বাভাবিক কিছু নয়।

আলঝেইমারের ধরন ঃ আলঝেইমার সাধারণত দু'ধরনের হয়। আর্লি অনসেট ও লেট অনসেট। ৫০ বছর হবার আগেই যদি কেউ আলঝেইমারের শিকার হন তাহলে বুঝতে হবে তিনি আলঝেইমারের আর্লি অনসেটে আক্রান্ত। আর্লি অনসেটের ক্ষেত্রে সাধারনত পারিবারিক ইতিহাস থাকে। অন্যদিকে ৬০ বছরের উর্ধ্বে কারও আলঝেইমার ধরা পড়লে তাকে লেট অনসেট বলা হয়। এক্ষেত্রেও পারিবারিক ইতিহাস থাকতে পারে। তবে সবসময় জিনের ভূমিকা সবসময় সঠিক ভাবে নির্ধারন করা যায় না।

লক্ষণ বা উপসর্গঃ এই রোগ বিভিন্ন জনে বিভিন্ন ভাবে প্রকাশিত হলেও এর কিছু সাধারণ উপসর্গ দেখা যায়। প্রাথমিক উপসর্গ গুলিকে প্রায়শই বার্ধক্যজনিত সমস্যা বা মানসিক চাপের বহিঃপ্রকাশ মনে করে ভুল করা হয়। আর্লি স্টেজ বা রোগের প্রাথমিক পর্বে খুব কম ক্ষেত্রে আলঝেইমার রোগ ধড়া পরে।

এর লক্ষণ, সাম্প্রতিক ঘটনাবলী ভুলে যাওয়া, পরিচিত কোনও জায়গা চিনতে না পারা ইত্যাদি। রোগী যখন তার পরিচিত আত্মীয়দেরও চিনতে পারেন না তখন আলঝেইমারের মধ্যবর্তী পর্ব বা মিডল স্টেজ। আর সিভিয়ার বা লেট স্টেজ অর্থাৎ শেষ পর্বে মূত্রত্যাগ সহ বিভিন্ন ক্ষেত্রে নিয়ন্ত্রন থাকে না।

প্রতিরোধ কীভাবে ঃ স্বাস্থ্যসম্মত জীবনযাপন আপনার আলঝেইমার হওয়ার আশঙ্কা অনেকটাই কমিয়ে দেবে। মদ্যপান, ধুমপান ও স্থুলতা হল ডায়াবেটিস, স্ট্রোক ও হাইপারটেনশনের অন্যতম রিস্ক ফ্যাক্টর। এ ধরনের রোগীদের মধ্যে পরবর্তীতে আলঝেইমারের সম্ভাবনা বেশি দেখা যায়।

আলঝেইমার প্রতিরোধ তথা মস্তিস্কের স্বাস্থ্যরক্ষায় নিয়মিত ভাবে শরীর চর্চা করা প্রয়োজন। এমনকি নিয়মিত যোগাসন/প্রাণায়াম বা নামাজও এক্ষেত্রে দারুণ কার্যকর। যাঁরা বেশি বয়স পর্যন্ত নিজেদেরকে মেধা নির্ভর কাজের সঙ্গে যুক্ত রাখেন তাদের আলঝেইমার হওয়ার সম্ভাবনা কম থাকে। পাশাপাশি খাবারের দিকেও লক্ষ্য রাখা উচিত। অতি মাত্রায় ফ্যাটযুক্ত খাবার খাওয়া উচিত নয়। মিষ্টি স্বাদু জলের মাছ খেলে আলঝেইমার রোগ প্রতিহত হয়। ভিটামিন-ই, ফল, বিভিন্ন ধরনের বাদাম, শাকসব্জীতে প্রচুর অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট থাকে যা আলঝেইমার রোগ হওয়া থেকে রক্ষা করে। মদ্যপান ও ধুমপান এড়িয়ে চলুন। রোগ ধরা পড়লে হোমিও চিকিৎসায় রোগ নিয়ন্ত্রণে রাখা সম্ভব। স্ট্রামোনিয়াম, জিঙ্ক সালফ, জিঙ্ক ভ্যাল, জিঙ্কো বাইলোবা প্রভৃতি ওষুধ এক্ষেত্রে উল্লেখযোগ্য।

তবে এই সব ওষুধ অবশ্যই চিকিৎসকের সঙ্গে পরামর্শ করে তবেই খাওয়া উচিত।

সম্পাদক সমীপেষু

কাজ কোথায় গেলে পাওয়া যায়

কাজের খোঁজে অনেকেই বেরিয়ে পড়ে। যদি একটা কাজ পাওয়া যায়, তবে কিছু অর্থের ব্যবস্থা হয়ে যাবে। বর্তমানে কাজ নেই বললে মানব না। কাজ আছে। তবে সেই কাজ অনেকেই করতে চায় না। পড়াশোনা জানা ছাত্র-ছাত্রীরা প্রথমেই ভেবে নেয় আমরা পড়াশোনা শিখেছি, তাই প্রথমেই একটা এসি ঘর পেয়ে যাব। চারটে ফোন থাকবে। গাড়িতে করে আনবে বাড়ি থেকে। প্রথমেই অফিসার হয়ে বসে যাব কর্মস্থলে। এই ভাবনাটাই বেশি করে এসে যাবার দারুন আজ বহু ছাত্র-ছাত্রী বেকার। কাজ মানে কর্মদক্ষতা, কর্ম ক্ষমতাটাকেই সবার আগে তুলে ধরতে হবে। যে কোনও কাজই হল কর্মময় জীবনের একটা সেরা সম্পদ। প্রথমে কাজটা ভালবাসতে পারলেই সব সমস্যার সমাধান হয়ে যাবে। এখানে আরও একটা কাজের কথা বলতেই হয়। সেটা হল হাতের কাজ। আজও অনেক মানুষ হাতের কাজ করে সংসার চালায়। হাতের কাজের কোনও বিকল্প নেই। একটু যদি ধৈর্য ধরে শেখা যায়, তবে নিজের অন্নসংস্থানটুকু অতি সহজেই করে নিতে পারবে। আজও হাতের কাজের মূল্যায়ণ করা হয়। হতাশা থেকে সরে এসে নিজেদের আরও বেশি এগিয়ে আসতে হবে এবং যে কোনও কাজকে কাজ বলে মেনে নিতে হবে। এরপর যা হবে তার নাম হতাশা নয়, তার নাম হবে ভালবাসা। হ্যাঁ ভালবেসেই কাজটাকে করতে হবে। তবেই একদিন সাফল্য পাওয়া যায়। কাজ কোথায় গেলে পাওয়া যায়? হাতের কাছেই রয়েছে। একটু মন দিয়ে করলেই সব সমস্যার সমাধান হয়ে যাবে।

কমল ঘোষ,
হাওড়া

উত্তরসম্পাদকীয় লেখা সম্পূর্ণ রূপে লেখকের নিজস্ব অভিমত। এরজন্য 'আর্থিক লিপি' কর্তৃপক্ষ দায়ী নয়।
সম্পাদক

উন্নয়ন ও সমস্যা

চিঠি পাঠান সংক্ষেপে, বিচারাধীন বিষয় এবং ব্যক্তি বাদলের বিরুদ্ধে নয়।

পাঠকের দরবারে

চিঠি পাঠান
লিপি
আরামবাগ, লিংকরোড
(ইউবিআই ব্যাঙ্কের নীচে),
হুগলি-৭১২৬০১
ফোন- ০৩২১১- ২৫৭২২২
Email-lipiarambagh@gmail.com

মতামতের জন্য সম্পাদক দায়ী নয়