রবিবার, ৮ জুলাই ১৪২৫
বর্ষ : ১৩, সংখ্যা : ১৯১

লোকসভা ভোটের দামামা বাজাতে রাজ্যে আসছেন মোদী

লোকসভা ভোটের যুদ্ধের দামামা বাজাতে পশ্চিমবঙ্গ সফরে আসছেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। আগামী ১৬ জুলাই মোদীর এই সফরকে ঘিরে যেমন উত্তেজিত গেরুয়া শিবির তেমনই রাজনৈতিক জল্পনা তুঙ্গে রাজনৈতিকমহলে। এরাজ্যে তৃণমূলের আমলে ঘটে যাওয়া নারদা, সারদা কেলেঙ্কারি সহ বিভিন্ন কাণ্ডে সিবিআইয়ের তদন্তে গতি এনে ইতিমধ্যেই তৃণমূল সরকারকে চাপে ফেলতে চাইছে কেন্দ্র। এছাড়াও আগামী বছর লোকসভা ভোটকে পাখির চোখ করে পশ্চিমবঙ্গকে টার্গেট করতে মোদীর এই সফর অনেকটাই রাজ্যে গেরুয়া ঝড়কে প্রাবল্য দেবে বলে অনুমান করা হচ্ছে। অন্যদিকে কূবিভিত্তিক এই রাজ্যে কৃষকদের 'নয়নের মণি' হয়ে উঠতে চাইছেন প্রধানমন্ত্রী। ইতিমধ্যেই তিনি ধানের সহায়কমূল্য বৃদ্ধি নিয়ে দেশ জুড়ে প্রচার চালাচ্ছেন। অন্যদিকে রাজ্যের তৃণমূল সরকারও পিছিয়ে থাকতে রাজি নয়। কারণ, তৃণমূলের রাজ্যনেতৃত্ব জানেন, তাঁদের দলের সর্বোচ্চ স্থানে যিনি অধিষ্ঠান করছেন, সেই মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের জনপ্রিয়তায় এখনও ভাটা পড়েনি। তাই সম্ভবত জননেত্রী হিসাবে কোমড় বেঁধে নামতে চলেছেন মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ও। কেন্দ্রীয় সরকারের বিভিন্ন নীতিগুলিকে আক্রমণ করে তার কুফল সম্পর্কে জনগণকে বোঝাতে ইতিমধ্যেই রাজ্য নেতৃত্ব সব জেলা নেতৃত্বে কাছে নির্দেশ পাঠিয়েছেন তিনি। গত কয়েকবছরে সংগঠনে শক্তিশালী হয়েছে তৃণমূল যুব কংগ্রেসও। অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায়ের হাত ধরে ক্রমেই তাদের শাখাপ্রশাখা বিস্তার করেছে যুব তৃণমূল। মমতা বন্দ্যোপাধ্যায় প্রকাশ্যেই বলেছেন, আসন্ন লোকসভা ভোটে 'একের বিরুদ্ধে এক প্রার্থী' কৌশলে বাজিমাত করা যাবে এবং মোদীকে ক্ষমতাচ্যুত করা সম্ভব হবে। এখন দেখার ১৬ তারিখে পশ্চিম মেদিনীপুরের সভা থেকে কতটা আক্রমণাত্মক হয়ে ওঠেন মোদীজী।

অমৃত কথা

দক্ষিণেশ্বরে ঠাকুর শ্রীরামকৃষ্ণ

দেহধারণ লোক-শিক্ষার জন্য।"

"মেয়েদের সঙ্গে বসা কি বেশীক্ষণ আলাপ, তাকেও রমণ বলেছে। রমণ আট প্রকার। মেয়েদের কথা শুনেছি; শুনতে শুনতে আনন্দ হচ্ছে; ও এক রকম রমণ। মেয়েদের কথা বলছি (কীর্ত্তনম) ও এক রকম রমণ; মেয়েদের সঙ্গে নির্জনে চুপি চুপি কথা কচ্ছি, ও এক রকম। মেয়েদের কোন জিনিস কাছে রেখে দিয়েছি, আনন্দ হচ্ছে, ও এক রকম। স্পর্শ করা এক রকম। তাই গুরুপত্নী যুবতী হলে পাদস্পর্শ করতে নাই; সন্ন্যাসীদের এই সব নিয়ম।"

"সংসারীদের আলাদা কথা; দু'একটি ছেলে হলে ভাই-ভগীর মত থাকবে; তাদের অন্য সাত রকম রমণে তত দোষ নাই।"

গৃহস্থের ঋণ আছে। দেবঋণ, পিতৃ ঋণ, ঋষিঋণ; আবার মাগঋণও আছে, একটি দুটি ছেলে হওয়া আর সতী হলে প্রতিপালন করা।

"সংসারীরা বুঝতে পারে না, কে ভাল স্ত্রী, কে মন্দ স্ত্রী; কে বিদ্যাশক্তি, কে অবিদ্যাশক্তি। যে ভাল স্ত্রী, বিদ্যাশক্তি, তার কাম ক্রোধ এ সব সম, ঘুম কম; স্বামীর মাথা ঠেলে দেয়। যে বিদ্যাশক্তি তার স্নেহ, দয়া, ভক্তি, লজ্জা এই সব থাকে। সে সকলেরই সেবা করে বাৎসল্য ভাবে, আর স্বামীর যাতে ভগবানে ভক্তি হয় তার সাহায্য করে। বেশী খরচ করে না, পাছে স্বামীর বেশী খাটতে হয়, পাছে ঈশ্বর চিন্তার অবসর না হয়।"

আর আছে ফল-মূল খেয়ে একাদশী; আর লুচি ছক্কা খেয়ে একাদশী। আমরা নির্জ্জলা একাদশী; আমি মাতৃভাবে ষোড়শীর পূজা করেছিলাম। দেখলাম স্তন মাতৃস্তন, , যোনি মাতৃযোনি।"

"এই মাতৃভাব—**সাধনের শেষ কথা**—'তুমি মা, আমি তোমার ছেলে', এই শেষ কথা।"

[সন্ন্যাসীর কঠিন নিয়ম—গৃহস্থের নয়ন ও গিরিশ]

"সন্ন্যাসীর নির্জ্জলা একাদশী; সন্ন্যাসী যদি ভোগ রাখে, তা হলেই ভয়। কামিনী-কাঞ্চন ভোগ, যেমন থুথু ফেলে আবার থুথু খাওয়া। টাকা কড়ি, মান সম্ভ্রম, ইন্দ্রিয় সুখ—এই সব ভোগ। **সন্ন্যাসীর ভক্ত স্ত্রীলোকের সঙ্গে বসা বা আলাপ করাও ভাল নয়—নিজের ক্ষতি আর অন্য লোকেরও ক্ষতি।** অন্য লোকের শিক্ষা হয় না, লোক-শিক্ষা হয় না। সন্ন্যাসীর

দিনপঞ্জিকা

২৩ আষাঢ়, ভাঃ ১৭ আষাঢ়, **৮ জুলাই,** ২৩ আহার, সংবৎ ১০ আষাঢ় বদি, ২৩ শওয়াল। সূর্য্যোদয় ঘ ৫।২, সূর্য্যাস্ত ঘ ৬।২৩। **রবিবার**, দশমী সন্ধ্যা ঘ ৬।৪৭ মিঃ। ভরণীনক্ষত্র রাত্রি ঘ ৩।২২ মিঃ। ধৃতিযোগ রাত্রি ঘ ১১।৫২ মিঃ। বণিজকরণ দিবা ঘ ৭।১৬ গতে বিষ্টিকরণ, সন্ধ্যা ঘ ৬।৪৭ গতে ববকরণ। **জন্মে**—মেষরাশি ক্ষত্রিয়বর্ণ মতান্তরে বৈশ্যবর্ণ নরগণ অষ্টোত্তরী ও বিংশোত্তরী শুক্রের দশা, রাত্রি ঘ ৩।২২ গতে রাক্ষসগণ অষ্টোত্তরী ও বিংশোত্তরী রবির দশা। **মৃতে**—একপাদদোষ, রাত্রি ঘ ৩।২২ গতে ত্রিপাদদোষ। **যোগিনী**— উত্তরে, সন্ধ্যা ঘ ৬।৪৭ গতে অগ্নিকোণে। **বারবেলাদি** ঘ ১০।২ গতে ১।২৩ মধ্যে। **কালরাত্রি** ঘ ১।২ গতে ২।২২ মধ্যে। **যাত্রা**— নাই, রাত্রি ঘ ৩।২২ গতে যাত্রা শুভ পশ্চিমে নিষেধ। **শুভকর্ম্ম**-- ধান্যচ্ছেদন, সন্ধ্যা ঘ ৬।৪৭ গতে রাত্রি ঘ ৩।২২ মধ্যে গর্ভাধান। **বিবিধ**— দশমীর একোদ্দিষ্ট ও সপিণ্ডন। **অমৃতযোগ**-- দিবা ঘ ৬।৫০ গতে ৯।২৮ মধ্যে ও ১২।০৯ গতে ২।৪৯ মধ্যে এবং রাত্রি ঘ ৭।৪৭ মধ্যে ও ১০।৩৮ গতে ১২।৪৭ মধ্যে। **মাহেন্দ্রযোগ**– দিবা ঘ ৪।৩৫ গতে ৫।২৯ মধ্যে।

মুসলিম পঞ্জিকা

২৩ আষাঢ়, ভাঃ ১৭ আষাঢ়, **৮ জুলাই,** ২৩ শওয়াল, ২৩ আহার, উঃ ৫/০০, অঃ ৬/২২, রবিবার, দশমী সন্ধ্যা ঘ ৬/৪৬, সেহরী শেষ ৩/২৬, ইফ্তার ৬/৩০।

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

শ্রীরামকৃষ্ণ-ভাবান্দোলনে মাতৃধাম জয়রামবাটী

দুর্গাপদ চট্টোপাধ্যায়
পর্ব - ২

'জয়রামবাটী' নামের উৎপত্তি সম্পর্কে স্বামী গম্ভীরানন্দজী লিখেছেন, 'গ্রামের নামের উৎপত্তি বিষয়ে কোন অবিসংবাদিত মত আমরা অবগত নহি। হয়তো মুখোপাধ্যায়ের আরাধ্যা দেবতা অথবা পূর্বপুরুষদের কাহারো নামেই গ্রামের নামকরণ হইয়া থাকিবে।'[৫] জয়রামবাটী গ্রাম হুগলি জেলার কামারপুকুর থেকে মাত্র ৬ কিলোমিটার দূরে অবস্থিত। জেলা বিভাজনের সূত্রে জয়রামবাটী বাঁকুড়া জেলার অন্তর্ভুক্ত হয়েছে ব্রিটিশ শাসনাধীনে। কিন্তু হুগলি জেলা যখন বর্ধমান থেকে জন্ম নিল, তখন জয়রামবাটী এবং সংলগ্ন গ্রামাঞ্চল টি হুগলি জেলারই অন্তর্ভুক্ত ছিল বলে জানা যায়। অতীতের জয়রামবাটী সম্পর্কে বন্ধ্যচারী অক্ষয়চৈতন্যজী লিখেছেন, 'বাঁকুড়া জেলার অন্তবর্তী গ্রাম জয়রামবাটী পল্লীলক্ষ্মীর ক্রীড়াভূমি। এই অঞ্চলের ম্যালেরিয়াবিধ্বস্ত গ্রামগুলির মধ্যে ইহা সমধিক শস্যপূর্ণ ও জনাকীর্ণ। বাঁকুড়ার বহু স্থান পুনঃ পুনঃ দুর্ভিক্ষকবলিত হইয়াছে, কিন্তু জয়রামবাটীতে মোটা ভাত-কাপড়ের অভাবগ্রস্ত হইতে কখনও দেখা যায় নাই। ... আয়তনে জয়রামবাটী বড় না হইলেও এবং উহাতে জমিদার বা তেমন ধনীলোকের বাস না থাকিলেও গ্রামে আনন্দোৎসবের অভাব ছিল না।'

কথিত আছে যে, শ্রীমায়ের আগমনের পূর্বে জয়রামবাটীতে তেমন প্রাচুর্য দেখা যেত না। তখন এই ক্ষুদ্র গ্রামে কোন দোকান ছিল না। শিড়ঙ্গ, কয়াপাট, বদনগঞ্জ, কোতুলপুর, কামারপুকুর প্রভৃতি স্থানে আবশ্যকীয় জিনিস, হাটবাজার করতে হত। স্বামী গম্ভীরানন্দজী লিখেছেন, 'তখনকার দিনে অধিকাংশ লোক কামারপুকুর, বেঙ্গাই চৌরাস্তা, কুমারগঞ্জ, একলকী ও উচালনের পথে পদব্রজে চলিয়া ও চটিতে বিশ্রাম করিয়া বর্ধমানে উপস্থিত হইতেন এবং তথায় ট্রেনে চড়িতেন। সঙ্গতিসম্পন্ন বিরল দুই-চারিজনই পালকি প্রভৃতির সাহায্য লইতেন। সমস্ত পথেই তখন দস্যুভয় ছিল। ঐ পথে গোযানে দ্রব্যসম্ভার গ্রাম হইতে গ্রামান্তরে প্রেরিত হইত।'[৬] গ্রামের উত্তর-পশ্চিম কোণ থেকে পূর্বমুখে প্রবাহিত স্বচ্ছতোয়া 'আমোদর নদ'। অগভীর আমোদরে ছোট-বড় দহে (ঘূর্ণিজল) মৎস্যাদি ও ছোট ছোট কুমির ছিল। বক্রগতি আমোদর উত্তরপ্রান্তে উপদ্বীপের সৃষ্টি করেছিল। শ্রীমা বাল্যকালে আমোদর নদে 'গঙ্গাস্নান' করতেন। নদের পাড়ে 'পঞ্চবটী' ছিল। পশ্চিম পাশে 'আহের-জলাশয়ে' চাষ আবাদ হত। শ্রীমা এখানে দলঘাস কাটতেন।

শ্রীমায়ের পিতৃবংশ মুখোপাধ্যায়রা ছিলেন জয়রামবাটীর প্রাচীন অধিবাসী। এঁরা ছাড়াও এঁদের দৌহিত্র বংশীয় বন্দ্যোপাধ্যায় বংশ ছাড়া আর কোনও ব্রাহ্মণ পরিবার ছিল না। বিশ্বাস, ঘোষ, মণ্ডল, সামুই, সদ্‌গোপ, গোয়ালা, নাপিত, ময়রা, কামার, বাগদি মিলে একশ'টি পরিবার ছিল। প্রায় মধ্যস্থলে প্রাচীন পুষ্করিণী 'পুণ্যপুকুর'-এর দক্ষিণে সমৃদ্ধিশালী 'বাঁড়ুজ্জেদের বাড়ি'ও গৃহদেবতার প্রাচীন ইষ্টকনির্মিত 'দেবালয়' ও 'বৈঠকখানা' ছিল। পুণ্যপুকুরের পূর্বপাড়ে মোড়লপাড়ায় সুপ্রাচীন ' ' সিংহবাহিনীর মাড়ো', মুখুজ্জেরাই দেবীর পুরোহিত। দেবী তখন একখানি খড়ের চালাঘরে বিরাজ করতেন। পুণ্যপুকুরের পশ্চিমপাড়ে মুখুজ্জেদের কুলদেবতা দক্ষিণমুখী প্রাচীন দেবালয় ' ' সুন্দরনারায়ণ ধর্মঠাকুর' মাটির ক্ষুদ্র খড়ের চালাঘরে থাকতেন। অপরকক্ষে 'কালীমাড়ো'তে প্রতিবছর কালীপুজো হত। পুজো বন্ধ হয়ে যেতে এই মণ্ডপেই আবার 'গ্রাম পাঠশালা' বসত। আঁচলে মুড়ি বেঁধে এবং বগলে পাততাড়ি নিয়ে গ্রাম্য বালক-বালিকারা দু'বেলা সেখানে আসত। কালীমণ্ডলের উত্তর-পশ্চিমকোণে 'মা ষষ্ঠী'র প্রতীক একখণ্ড কৃষ্ণপ্রস্তর ছিল। নববিবাহিত বরবধূ শ্রীরামকৃষ্ণ ও শ্রীমাকেও নিশ্চয়ই এই ষষ্ঠীতলায় প্রণাম জানাতে হয়েছিল। ঘোষপাড়ার পশ্চিমপ্রান্তে কুলদেবতা "যাত্রাসিদ্ধিরায়' নামে ধর্মঠাকুরের মন্দির। চারখুরাবিশিষ্ট একখানি চতুষ্কোণ আসনই তাঁর প্রতীক। শ্রীমা জয়রামবাটী থেকে কোথাও যাত্রা করলে এই যাত্রাসিদ্ধিরায়কে প্রণাম করে যেতেন।

শ্রীমায়ের বাল্যসঙ্গিনী ও শ্রীরামকৃষ্ণের প্রত্যক্ষ কৃপাধন্যা 'ভানুপিসি'র পিত্রালয় ছিল নিকটেই। শ্রীমায়ের মন্ত্রশিষ্যা ও শ্রীরামকৃষ্ণের প্রত্যক্ষদর্শী 'মুগেন্দ্রের মা' ঘনিষ্ঠ সাংসারিক কর্মী ছিলেন, নিকটেই তাঁর শ্বশুরবাড়ি ছিল। শ্রীমায়ের স্নেহধন্য সতীশ সামুইয়ের মাতা 'সতুর মা' নামে পরিচিতা ছিলেন। ভূষণ মণ্ডলের মাতা 'সত্যভামা মণ্ডল' শ্রীমায়ের গঙ্গাস্নানের সঙ্গী ছিলেন। দক্ষিণ প্রান্তের অধিবাসী 'বাগদীবুড়ি' শ্রীমায়ের জন্মের প্রত্যক্ষদর্শী ছিলেন। 'অম্বিকাচরণ বাগদী' গ্রামের চৌকিদার ছিলেন। 'দীননাথ দত্ত' পাঠশালার শিক্ষক ছিলেন। ঘোষপাড়ায় 'রামেন্দ্র ঘোষ' স্নেহধন্য বাগাল ও 'আহ্লাদিনী' নামে গয়লাবউ ছিলেন। শ্রীমায়ের প্রত্যক্ষদর্শী সুধীরচন্দ্র সামুই, গোপালচন্দ্র মণ্ডল, দ্বারিকা ঘোষ, পার্বতীচরণ ঘোষ প্রমুখের পিত্রালয় ছিল। দক্ষিণদিকে তালগাছ সুশোভিত প্রাচীন পুষ্করিণী 'বাঁড়ুজ্জেপুকুর'র জলে জয়রামবাটী গ্রামবাসী স্থানাদি ও পানীয় হিসাবে ব্যবহার করতেন।

জয়রামবাটীর চতুষ্পার্শ্বস্থ গ্রামগুলিতেও শ্রীরামকৃষ্ণ ও শ্রীমায়ের পবিত্র স্মৃতি বিশেষভাবে জড়িত। ৬ কিলোমিটার পূর্বে কামারপুকুরে শ্রীরামকৃষ্ণের পিতৃপুরুষের 'মাটির বাসস্থান' আজও আছে। সেখানে শ্রীরামকৃষ্ণ ও শ্রীমা উভয়েই বাস করেছিলেন। জয়রামবাটীর পশ্চিমে শিহড় গ্রামে শ্রীমায়ের 'মাতুলালয়' ও ভাগ্নে 'হৃদয়রামের বাড়ি'। দক্ষিণে জিওট গ্রামে জমিদার 'রায়েদের পদার্পণ করেছিলেন। তাঁরা সকলেই 'শ্রীরামকৃষ্ণের সন্তান' অর্থাৎ শ্রীরামকৃষ্ণের ভাবাদর্শে জীবনযাপনকারী নারী ও পুরুষ। শ্রীমায়ের সঙ্গে বিবাহসূত্রে শ্রীরামকৃষ্ণ কয়েকবার জয়রামবাটীতে পদার্পণ ও অবস্থান ঘটেছে। শ্রীমায়ের জন্ম (১৮৫৩, ২২ ডিসেম্বর) থেকে ছয় বৎসর বয়স পর্যন্ত অর্থাৎ বিবাহের পূর্ব পর্যন্ত একটানা জয়রামবাটীতে কেটেছিল। বিবাহের পরও শ্রীমা মাঝেমধ্যে শ্বশুরালয় কামারপুকুরে থাকলেও সিংহবাহিনী মন্দিরে হত্যা, জগদ্ধাত্রীপূজা, পৌষী চিকিৎসা ইত্যাদি কারণে জয়রামবাটীতে থাকেন। এরপর বাগবাজারে উদ্বোধন বাড়িতে এবং অন্যত্র বেশকিছু সময় কাটালেও সুদীর্ঘ সময় জয়রামবাটীর পুরাতনবাড়িতে এবং তীর্থদর্শন বা অন্যত্র গমন করলেও নূতনবাড়িতে প্রায় চার বৎসরকাল শ্রীমা বাস করেছিলেন। তখন বহু ত্যাগী ও গৃহীভক্তগণ শ্রীমায়ের কৃপাবলে ধন্য হয়েছিলেন।

শ্রীরামকৃষ্ণ যতদিন নরদেহে ছিলেন, শ্রীমা ছিলেন লজ্জাপটাবৃতা, তাপর একটু একটু করে শ্রীমায়ের মহিমা মানুষের গোচরে আসে। তখন শ্রীমায়ের কাছে আসতে থাকেন অজস্র নরনারী। শ্রীমা স্বামী যোগানন্দকে সর্বপ্রথম দীক্ষা দেন। যোগানন্দ শ্রীমায়ের সঙ্গে প্রথম কামারপুকুরে এসেছিলেন, গোলাপমাও সঙ্গে ছিলেন। জয়রামবাটীতে শ্রীমায়ের যাতে কষ্ট না হয় যোগানন্দের দৃষ্টি ছিল তীক্ষ্ণ। বিশেষ করে জগদ্ধাত্রীপূজায় শ্রীমাকে বহু বাসন মাজতে হত, তাই তিনি এজন্য কাঠের বারকোশ, লট্‌কেন, সিংহাসনের চৌকি ইত্যাদি করিয়ে দিয়েছিলেন। পূজার খরচের জন্য যোগানন্দ তখনকার দিনে তিনশত টাকা সংগ্রহ করে তিনবিঘা জমি কিনে দিয়েছিলেন। পরে জয়রামবাটীতে সহস্রাধিক গৃহীভক্ত ছাড়াও শ্রীমা সন্ন্যাস দীক্ষা দিয়েছেন বিশুদ্ধানন্দ, শান্তানন্দ, গিরিজানন্দ, কেশবানন্দ, গৌরীশ্বরানন্দ, পরমেশ্বরানন্দ প্রমুখকে। শ্রীমা এঁদের সন্ন্যাস দিয়ে ঠাকুরের কাছে প্রার্থনা করতেন, "এঁদের সন্ন্যাস রক্ষা করো"।

মাষ্টার মহাশয় ওরফে শ্রীম শ্রীরামকৃষ্ণের জীবদ্দশায় তিনিই প্রথম কামারপুকুর-জয়রামবাটী দর্শন করেন। তিনি বেশ কয়েকবার এখানে এসেও ১৮৯১ খ্রিষ্টাব্দের মে-জুন মাসে জয়রামবাটীতে কাটিয়েছেন। বিশেষ করে শ্রীমা যখন দু'মাস থেকে শ্রীমায়ের কাছে মহামন্ত্রলাভ করেছিলেন, যদিও শ্রীরামকৃষ্ণ স্বয়ং তাঁর জিহ্বাতে বীজমন্ত্র লিখেছিলেন। শ্রীমায়ের পূত সান্নিধ্যে দিনগুলি অতিবাহিত হয়েছিল মহানন্দে। **ক্রমশ**

সম্পাদক সমীপেষু

কিছুই হারিয়ে যায় না

কোনো কিছুই হারিয়ে যায় না, যদি মনে রেখে দেওয়া যায়। এই মনে রাখাটাই আসল কথা। একদিন এমন ছিলো, যখন অনেক কিছুই জানতাম না। সেদিন কেউ একজন এসে আমাকে অনেক কিছু শিখিয়ে ছিল। যা জানার পর আমি নতুন করে একটা পথের দেখা পেয়ে গেলাম। সেই পথ ধরে আস্তে আস্তে অগ্রসর হলাম। এক কথায় চেষ্টা করলাম, যদি আমিও করতে পারি। দেখা গেল আমিও একশো শতাংশ সফল হয়েছি। আমার মনে সেদিন যে আনন্দের অনুভূতি এসে গেল সেটা ভাষায় প্রকাশ করা যায় না। এই যে আমার এই আনন্দ মনের মধ্যে এলো, এটার জন্য কাকে সবার আগে মনে রাখবো, যে আমায় প্রথমবার কাছে ডেকে নিয়েছিল। যে আমায় একটা নতুন পথের সন্ধান এনে দিয়েছিল। সে আমায় একটা জগতের সাথে পরিচয় করে দিয়েছিল। যার জন্যে বলতে শিখেছিলাম, ভালো কিছু লিখতে শিখেছিলাম। সেই মানুষটাকে সবার আগে মনে রাখতে হবে। একদিন কথার ছলে কিছু কথা লিখে দিয়ে ছিল। সেদিন সেই লেখাগুলোকে দেখেই নিজের কিছু লেখার ইচ্ছা হয়েছিল এবং লিখতেও পেরেছিলাম এবং যা প্রকাশও পেয়েছে। সেটা প্রকাশ পাবার পর মনেতে আনন্দও হয়েছে একটা ভালো লেখার জন্য। দেওয়া এবং গরম জলে তোয়ালে ভিজিয়ে গায়ে স্পঞ্জিং করতে হবে। নিয়মিত মুখ ধোয়া, দাঁত ও মাড়ি পরিষ্কার রাখতে হবে। চিকিৎসকের পরামর্শ নিয়ে ওষুধ গ্রহণ করতে হবে।

অপর একজন বাহবাও দিয়েছে। এই সবগুলো কারোর কাছে শিখতে পেরেছি, যারজন্য এই জায়গাটা পেয়েছি। সেই মানুষটাকে আমার মনে হয় কোনো দিনই ভুলে যাওয়া উচিত নয়। শুধুমাত্র আন্তরিকতা দিয়ে যদি মনে রাখা যায় তবে কিছুই হারিয়ে যায় না। সবটুকুই থেকে যায় মনের মধ্যে।

রুমকী সেন
গ্রাওড়া

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

উন্নয়ন ও সমস্যা

চিঠি পাঠান সংক্ষেপে, বিচারাধীন বিষয় এবং ব্যক্তি কাদলের 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

বর্ষায় হোমিওপ্যাথি

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক

প্রচন্ড গরমের পর আসে তৃপ্তিদায়ক বর্ষা। বৃষ্টি সৃষ্টির ইঙ্গিত। তা সত্ত্বেও বর্ষাকালেই রোগ জীবাণুর বংশবিস্তার বেড়ে যায়। এরা খাবার ও জলের মাধ্যমে আমাদের শরীরে প্রবেশ করে পেটের অসুখ, জণ্ডিস, ভাইরাল ফিভার, টাইফয়েড ইত্যাদি রোগ সৃষ্টি করে। **বর্ষায় পেটের অসুখ বাড়ে ঃ** গরমের জন্য জলপান করার প্রয়োজন হয়। বর্ষাকালে জলের ব্যাকটেরিয়ার সংখ্যা বেড়ে যায়। তাই সহজে পেটের অসুখ বেড়ে যায়। অগভীর নলকূপ, অস্বাস্থ্যকর স্যানিটারি ব্যবস্থা এবং গ্রামাঞ্চলের পুকুরে বা পাতকুয়োর জলের মাধ্যমে পেটের রোগ ছড়িয়ে পড়ে।

কোন কোন জীবাণু জলের মাধ্যমে পেটের রোগ তৈরি করে ঃ হেপাটাইটিস 'এ' আর 'ই' ছাড়া সালমোনেল্লা, সিগেলা রোটা ভাইরাস, অ্যাডোনা ভাইরাস, ভিব্রিও কোলেরি, ই-কোলাই ভাইরাস ও ব্যাকটেরিয়া বিভিন্ন পেটের রোগ সৃষ্টি করে। এছাড়া কিছু প্রোটোজোয়া, জিয়াডিয়া, অ্যাম্টামিবা হিস্টোলিটিকা এরাও বর্ষাকালের পেটের রোগের জন্য দায়ী।

পেটের অসুখ হলে কী করতে হবে ঃ পেটের অসুখে ওষুধের থেকে জল অনেক বেশি কার্যকর। এই কথাটি প্রত্যেকেরই মনে রাখা ভীষণ জরুরী। পেটের অসুখ শুরুর সঙ্গে সঙ্গে যদি প্রয়োজন মতো জল খাওয়াতে

পারেন তবে তিরিশবার পায়খানা হলেও স্যালাইন নাও দিতে হতে পারে। এক গ্লাস জলে এক চা চামচ চিনি ও এক চিমটে নুন মিশিয়ে 'ওরাল রি হাইড্রেশন সলিউশন' তৈরি করুন। প্রতিবার পায়খানার পর রোগীকে অনেকটা করে নুন চিনির জল খাওয়ান। এর ফলেই রোগী অনেকটা সামলে উঠবে। তারপর ডাক্তারের পরামর্শ মত ওষুধ খাওয়ান। হোমিওপ্যাথিতে নাক্সভমিকা, পালসেটিলা, পোডোফাইলাম, আলো ইত্যাদি।

পেটের অসুখ এড়াতে কী কী নিয়ম মেনে চলতে হয় ঃ (১) প্রথম ফল জল। মিনিট কুড়ি ধরে ফোটানো জল ঠাণ্ডা করে ফিল্টার করে খান। (২) বাসি বা পচা খাবার এড়িয়ে যান। (৩) গুরুত্বপূর্ণ পরিচ্ছন্নতা, খাবার খাওয়ার আগে বাসনপত্র এবং হাত ভাল করে ধুয়ে নেবেন। (৪) ফল, স্যালাড ইত্যাদি খাবার কেটে বেশিক্ষণ রেখে দিলে এমনিতেই সেখান থেকে সংক্রমণজনিত পেটে খারাপ বা ফুড পয়েজনিং হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। কাজেই স্যালাড বা টাটকা ফল খেতে হলে খেয়াল রাখবেন যেন খাওয়ার আগেই ফল কাটা হয়। হোটেল বা পার্টিতে স্যালাড যথাসম্ভব বর্জন করুন।

বর্ষাকালে জণ্ডিসের প্রকোপ বাড়ে? হেপাটাইটিস 'এ' এবং 'ই' মূলক দূষিত জলের মাধ্যমে ছড়ায়। বর্ষাকালে দূষিত জল পানের জন্যই জণ্ডিসের প্রকোপ বাড়ে।

হেপাটাইটিস হলে কী করতে হবে?

রোগীকে ৩-৪ সপ্তাহ সম্পূর্ণ বিশ্রামে থাকতে হবে। ডাবের জল, গ্লুকোজের জল, কমলালেবুর রস, আখের রস প্রভৃতি খাওয়ানো চলবে।

রোগী একটু সুস্থ বোধ করলে কম তেল মশলা দিয়ে রান্না করা খাবার দেওয়া যাবে। চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে। এক্ষেত্রে হোমিওপ্যাথিতে লাইকোপডিয়াম, চায়না, চেলিডোনিয়াম ইত্যাদি ওষুধ ব্যবহার করলে ভাল ফল পাওয়া যায়।

বর্ষাতে ভাইরাল জ্বর হয় ঃ ভাইরাল জ্বরের উপসর্গ জ্বর, সর্দি, কাশি, নাক দিয়ে কাঁচা জল পড়া, গা-হাত-পা মাথা ব্যথা, দুর্বলতা, খেতে ইচ্ছে না করা ইত্যাদি। হোমিওপ্যাথিক মতে ইউপেটোরিয়াম, রাসটক্স, ব্রাইওনিয়া কার্যকরী ওষুধ আছে যা চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী খেতে হবে।

সাবধানতা ঃ- বৃষ্টিতে না ভেজা, ঠাণ্ডা না লাগানো, আক্রান্ত ব্যক্তি থেকে দূরে থাকা। পুষ্টিকর খাবার খাওয়া।

টাইফয়েড ঃ- সালমোনেল্লা টাইফি নামক জীবাণুর কারণে একপ্রকারের জ্বর, মানুষের খাদ্য ও পানীয় জীবাণু দ্বারা দূষিত হয়ে এই রোগ সৃষ্টি করে। প্রথম দিকে অল্প জ্বর হয়, ক্রমশঃ জ্বর বৃদ্ধি পেতে পেতে ১০৩ ডিগ্রী থেকে ১০৪ ডিগ্রী পর্যন্ত ওঠে। নাড়ির গতি কমে যায়। এ থেকে রোগ সম্বন্ধে নিশ্চিত হওয়া যায়।

টাইফয়েড হলে কী করতে হবে? রোগীকে বিশ্রামে রাখতে হবে। জ্বর বাড়লে মাথায় জল দেওয়া এবং গরম জলে তোয়ালে