

# বুদ্ধ পূর্ণিমার আন্তরিক শুভেচ্ছা

রাজু বড়ুয়া

(খোকন---বিদর্শন ধ্যান আশ্রম, হায়দরপাড়া, শিলিগুড়ি)



পবিত্র বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে আমরা স্মরণ করি গৌতম বুদ্ধের মহৎ জীবন ও দর্শন, যা আজও সমানভাবে প্রাসঙ্গিক।

গৌতম বুদ্ধ আমাদের শিখিয়েছিলেন, জীবনে দুঃখ আছে, কিন্তু সেই দুঃখ থেকে মুক্তির পথও আছে। তাঁর 'মধ্যমার্গ' আমাদের শেখায় অতিরিক্ত ভোগ বা কঠোর ত্যাগ নয়, বরং সংযম ও সমতার পথে চলাই জীবনের সত্যিকার শান্তির উপায়।

আজকের অস্থির বিশ্বে বুদ্ধের অহিংসা, করুণা ও সহনশীলতার বাণী আমাদের জন্য আরও বেশি প্রয়োজন। হিংসা নয়, ভালোবাসা দিয়ে; বিভেদ নয়, সহমর্মিতা দিয়ে; আমরা যেন সমাজকে আরও সুন্দর করে তুলতে পারি, এটাই হোক আমাদের অঙ্গীকার।

আসুন, এই পবিত্র দিনে আমরা নিজের ভিতরকে পরিশুদ্ধ করি, অন্যের প্রতি সহানুভূতিশীল হই এবং মানবতার পথে এগিয়ে যাই।

সবাইকে আবারও বুদ্ধ পূর্ণিমার অনেক অনেক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। শান্তি ও কল্যাণে ভরে উঠুক সবার জীবন।

**Buddha Purnima Wishes and Messages of Peace**  
Heartfelt greetings on the occasion of Buddha Purnima. May the message of peace, love, and compassion spread everywhere. "The mind is everything. What you think, you become." — Gautama Buddha

**In the world of Strengthlifting and Powerlifting, hard work, self-control, and mental strength are the keys to success; principles that resonate deeply with the philosophy of Lord Buddha.**

**Sharmistha Lahiri Talented Strengthlifter & Powerlifter Home: Uttar Bharat Nagar, Siliguri**

**Achievements & Current Roles** Over the past five years, she has achieved the distinction of winning numerous State Championships, setting multiple National Records, and creating International Records on the global stage. Currently, she serves as the Secretary for the Darjeeling District and competes under Powerlifting India (PI), the nation's recognized powerlifting organization. With even bigger dreams for the future, she continues to work tirelessly with the goal of bringing further glory and success to her district. Requirement: Space for Gym To facilitate world-class training, a suitable space is required in Siliguri: Type: Hall Room (approx. 1,600 sq. ft.) Preference: Ground floor preferred. Essential: Parking facilities must be available. Purpose: A dedicated facility for Iron Lifting training under one roof. Contact Information



## খবরের ঘন্টা

RNI NO. 141910 (OLD NO : WBBEN/2015/69355)

Special Issue

1st May to 31st May

BUDDHA PURNIMA

বুদ্ধ পূর্ণিমা, ১৭ই বৈশাখ, ১৪৩৩ বঙ্গাব্দ

মে ২০২৬ বুদ্ধ পূর্ণিমা

**উপদেষ্টামণ্ডলী :** জ্যোৎস্না আগরওয়াল (পরিবেশবিদ ও সমাজসেবী), ডাঃ শীর্ষেন্দু পাল (গৌরীশঙ্কর ভট্টাচার্য (লেখক), গৌতমবুদ্ধ রায়, মনা পাল (শিল্পোদ্যোগী), তরুন মাইতি (সমাজকর্মী), রাজ বসু (ভ্রমণ গবেষক), দীপজ্যোতি চক্রবর্তী (পরিবেশবিদ), সোমনাথ চট্টোপাধ্যায় (সমাজকর্মী), ডাঃ জি বি দাস (স্ত্রী রোগ বিশেষজ্ঞ), নির্মল কুমার পাল (সাধারণ সম্পাদক, হায়দরপাড়া স্পোর্টিং ক্লাব),

**দাম : ২০ টাকা** সনৎ ভৌমিক (সমাজসেবী ও ব্যবসায়ী), সামসুল আলম (শিক্ষক), বিপ্লব সেনগুপ্ত (অবসরপ্রাপ্ত শিক্ষক এবং আইনজীবী), সাজু তালুকদার (সমাজসেবী, বীরপাড়া), নির্মলেন্দু দাস (কবি ও বিজ্ঞানী), ভাস্কর বিশ্বাস (সিভিল ইঞ্জিনিয়ার), অশোক রায় (পন্ডিচেরী), শিবেশ ভৌমিক (সমাজসেবী ও ব্যবসায়ী, বিধাননগর, শিলিগুড়ি), পুষ্পজিৎ সরকার (শিক্ষক), ডঃ রঘুনাথ ঘোষ (অধ্যাপক, উত্তরবঙ্গ বিশ্ববিদ্যালয়), অনিন্দিতা চ্যাটার্জী (আনন্দধারা সঙ্গীত একাডেমি, সঙ্গীত শিল্পী), সোনালি সামন্ত (রাষ্ট্রপতি পুরস্কারপ্রাপ্ত নার্স, বানারহাট), ডঃ গৌরমোহন রায় (বিশিষ্ট লেখক ও সাহিত্যিক), পদ্মশ্রী ধনীরাম টোটে, বীরেন চন্দ (সম্পাদক, উত্তরবঙ্গ পত্রিকা), নীতিশ বসু (চেয়ারম্যান, পূর্ণিমা বসু মেমোরিয়াল ট্রাস্ট), কমলেশ গুহ (সমাজসেবী, দ্য হিমালয়ান আই ইন্সটিটিউট), নন্দিতা ভৌমিক (বাচিক শিল্পী), সোমা দাস (শিক্ষিকা), পাঞ্চালি চক্রবর্তী (সঙ্গীত শিল্পী), প্রিসকিন্সা ইলোরা লাকড়া (সমাজসেবী, শিলিগুড়ি), ডঃ বিমল চন্দ, সুজিত ঘোষ (বাপি...হায়দরপাড়া ব্যবসায়ী সমিতি)

**Editor :** Bapi Ghosh  
**Sub Editor :** Arpita Dey Sarkar  
**Cover :** Sanjoy Kr. Shah  
**Laser Typing :** Bapi Ghosh

Owner Bapi Ghosh, Printer Bapi Ghosh, Publisher Bapi Ghosh, Published from Matrivilla, Arabindapally Siliguri & Printed from Media Zone, Hakimpara (Ashrampara), Siliguri, Editor Bapi Ghosh

সম্পাদক : বাপি ঘোষ। স্বত্বাধিকারী : বাপি ঘোষ কর্তৃক মাতৃ ভিলা, অরবিন্দ পল্লী, শিলিগুড়ি থেকে প্রকাশিত এবং মিডিয়া জোন, হাকিমপাড়া, শিলিগুড়ি থেকে মুদ্রিত।

### KHABARER GHANTA

Aurobinda Pally, Siliguri

e-mail : bapighosh300@gmail.com

Mobile : 98320-64424, 96418-59567 (Whatsapp)

এই পত্রিকায় প্রকাশিত যাবতীয় বিজ্ঞাপনের দায়িত্ব সংশ্লিষ্ট বিজ্ঞাপনদাতার, দায়িত্ব পত্রিকার নয়। পত্রিকার লেখকদের মতামত নিজস্ব

সম্পাদক : খবরের ঘন্টা।

### সূচীপত্র

বুদ্ধের বাণী ও সমকালীন সময়ে তার প্রাসঙ্গিকতা..ডাঃ অসমঞ্জ সরকার.....	০৩
গৌতম বুদ্ধ ও শান্তির দর্শন.....প্রদীপ বড়ুয়া.....	০৪
গৌতম বুদ্ধের জন্মবার্ষিকী ২০২৬.....অজিত বড়ুয়া.....	০৫
বুদ্ধ পূর্ণিমার গুরুত্ব.....বৈশাখি বড়ুয়া.....	০৬
দ্য মিডল ওয়ে (মধ্যম পথ).....সিদ্ধার্থ বড়ুয়া.....	০৭
গৌতম বুদ্ধের জীবনী.....সুকান্ত বড়ুয়া.....	০৯
অন্ত দীপ ভব.....রিক্সু মিত্র (পাল).....	১০
বুদ্ধদেবের মার্গদর্শন.....কাকলি বাসু বিশ্বাস.....	১২
পঞ্চশীলের মর্মকথা.....অলোক রঞ্জন বড়ুয়া.....	১৩
মানবসেবার পথেই বুদ্ধের দর্শন.....পার্থপ্রতিম বড়ুয়া.....	১৫
শান্তির পথে চলার আহ্বান.....অভিজিৎ বড়ুয়া.....	১৬
কাঁচা হাতের লেখায় জীবনের পাকা কথা.....মুসাফির.....	২১

### ::: কবিতা :::

আবার আসিব ফিরে.....অশোক পাল.....	১৭
গৌতম বুদ্ধ.....কমলা সরকার.....	১৮

### ::: প্রতিবেদন :::

বর্ধমানে পাওয়ার লিফটিংয়ে দার্জিলিংয়ের সাফল্য :	
জাতীয় মঞ্চের পথে নতুন আত্মবিশ্বাস.....	১৯
বুদ্ধ পূর্ণিমায় শান্তির বার্তা, বিশ্ব পরিস্থিতিতে প্রাসঙ্গিক	
গৌতম বুদ্ধের দর্শন.....	২০
বুদ্ধ পূর্ণিমায় 'মধ্যম পথ' এর বার্তা, শান্তি ও ভারসাম্যের	
দর্শন তুলে ধরলেন সিদ্ধার্থ বড়ুয়া.....	২১
বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে শান্তি ও সস্ত্রীতির বার্তা, মানবিক	
উদ্যোগে জি এইচ আর পিস ফাউন্ডেশন.....	২২
পূর্ণিমার প্রাক্কালে শান্তির বার্তা : যুদ্ধের আবহে মানবতার	
আহ্বান পৃথা সেনের কণ্ঠে.....	২২

খবরের ঘন্টা এখন শুধু প্রিন্ট মিডিয়াতেই নেই, খবরের ঘন্টা রয়েছে বিভিন্ন সোশ্যাল মিডিয়াতেও।

**You Tube Link :**  
<https://youtube.com/@KHABARERGHANTA>  
**Facebook Page Link :**  
<https://www.facebook.com/slgkg/>  
**Google Web Portal :**  
[www.khabarerghanta.in](http://www.khabarerghanta.in)

## শান্তির আলোকবর্তিকা



পয়লা মে বুদ্ধ পূর্ণিমা এবং ৯ মে বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের জন্মজয়ন্তী; এই দুই মহামানবকে ঘিরে এক অনন্য সময়ের মধ্যে দাঁড়িয়ে আছে আমাদের সমাজ। যখন বিশ্বজুড়ে অশান্তি, সংঘাত ও যুদ্ধের আবহ ক্রমেই ঘনীভূত, তখন শান্তি ও মানবতার বাণী যেন নতুন করে ফিরে দেখার প্রয়োজনীয়তা অনুভব করায়।

গৌতম বুদ্ধ মানবজাতিকে শিখিয়েছিলেন, হিংসা কখনো হিংসা দিয়ে নিবৃত্ত হয় না, প্রেম দিয়েই তার অবসান ঘটে। এই বাণী শুধু ধর্মীয় উপদেশ নয়, এটি এক চিরন্তন মানবিক দর্শন, যা আজকের অস্থির বিশ্বে আরও বেশি প্রাসঙ্গিক।

অন্যদিকে, রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর তাঁর কলমে এক স্বপ্নের পৃথিবীর ছবি এঁকেছিলেন, যেখানে মনে ভয় নেই এবং মাথা থাকে উঁচু করে।

এ যেন এক মুক্ত, নিষ্ঠীক ও মানবিক সমাজের আহ্বান, যেখানে ভেদাভেদ ভুলে মানুষ একসঙ্গে এগিয়ে চলবে।

বুদ্ধের করুণা, অহিংসা ও সংযমের শিক্ষা এবং রবীন্দ্রনাথের মানবতাবাদী দৃষ্টিভঙ্গি; এই দুইয়ের মেলবন্ধনই আমাদের সামনে এক সুস্পষ্ট পথ দেখায়। সেই পথ যুদ্ধের নয়, বিভেদের নয়; বরং শান্তি, সহমর্মিতা ও ভালোবাসার।

আজ যখন পৃথিবী বিভক্তির দিকে এগোচ্ছে, তখন এই দুই মহামানবের দর্শন আমাদের মনে করিয়ে দেয়; মানুষের প্রকৃত শক্তি তার মানবিকতায়। আমাদের চিন্তা, আমাদের আচরণ, আমাদের সমাজ; সবকিছুর কেন্দ্রবিন্দুতে যদি থাকে শান্তি, তবে তবেই সম্ভব এক সুন্দর আগামী।

খবরের ঘন্টা-র এই বুদ্ধ পূর্ণিমা বিশেষ সংখ্যায় আমাদের একটাই বার্তা-- যুদ্ধ নয়, শান্তির পথেই মানবতার জয় হোক।

### সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে শুভেচ্ছা



## ডঃ অসমঞ্জ সরকার

(কবি ও সাহিত্যিক)

অবসরপ্রাপ্ত শিক্ষক

শিবমনিন্দর (ইউনিভার্সিটি এভিনিউ)

শিলিগুড়ি মহকুমা

## গৌতম বুদ্ধ ও রবি ঠাকুরের শান্তির বার্তা

পৃথা সেন (স্কুল শিক্ষিকা, শিলিগুড়ি হাকিমপাড়া, বাচিক শিল্পী, কলাঙ্গন)



আজ পৃথিবীর বড় দুঃসময়। ভালবাসাহীন পৃথিবীতে মানুষ আজ অসহায়, দিশেহারা। চারদিকে হিংসা, বিভেদ, অনাচার, পাপ, স্বার্থপরতা, ধর্মান্ধতা, প্রতিহিংসা, যুদ্ধ.....এসব কিছুর মাঝখানে পৃথিবী যেন ধুঁকছে। একজন সাধারণ মানুষের মনে একটুখানি শান্তি ও ভালবাসার নিরন্তর খোঁজ চলছে। এই

সময়ে ভগবান বুদ্ধ ও রবিঠাকুরের শান্তির বার্তা মানুষের মনে কোথাও একটা আশার আলো জ্বালায়, শান্তির প্রলেপ দেয়।

১লা মে, বুদ্ধজয়ন্তী এবং আগামী ৯ ই মে রবীন্দ্র জয়ন্তী। এই দুই মহান ব্যক্তিত্বের জন্মজয়ন্তীর প্রাক্কালে দুই দুই মহান জীবন কাভারীকে মাথা নত করে শ্রদ্ধাবনত চিন্তে প্রণাম জানাই এবং তাঁদের জীবন দর্শন, তাঁদের শান্তির বানী, তাঁদের জীবন বোধ আলোচনা প্রসঙ্গে নিজেদের সমৃদ্ধ করার চেষ্টা করি।

রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর ও ভগবান বুদ্ধ--দু'জনেই শান্তির উপাসক ছিলেন। তবে তাদের দৃষ্টিভঙ্গিতে কিছু মৌলিক পার্থক্য রয়েছে। ভগবান গৌতম বুদ্ধের দৃষ্টিভঙ্গিতে শান্তি হলো সব দুঃখ ও আকাঙ্ক্ষা ত্যাগ করে পাওয়া গভীর

নীরব মুক্তি। বুদ্ধদেবের শান্তি সম্পর্কে ভাবনা মানবসভ্যতার এক অমূল্য সম্পদ। তিনি বিশ্বাস করতেন, প্রকৃত শান্তি বাইরে নয়, মানুষের নিজের মনেই লুকিয়ে আছে। মানুষের লোভ, ক্রোধ, হিংসা, অহংকার এবং অজ্ঞানতাই অশান্তির মূল কারণ। তাই তিনি বলেছিলেন, নিজেকে জয় করা অর্থাৎ আত্মনিয়ন্ত্রণের শক্তি হল সবচেয়ে বড় জয়।

বুদ্ধদেবের মতে, শান্তি প্রতিষ্ঠার প্রথম শর্ত হলো করুণা ও মৈত্রী। সকল প্রাণীর প্রতি সমান দয়া, সহানুভূতি এবং ভালোবাসা থাকলে সমাজে হিংসা ও বিভেদ কমে যায়। তিনি মানুষকে শিখিয়েছিলেন, অহিংসাই পরম ধর্ম। কাউকে আঘাত না করে, কারও প্রতি বিদ্বেষ না রেখে, ক্ষমা ও সহনশীলতার মাধ্যমে সত্যিকারের শান্তি অর্জন করা যায়। তিনি আরও বলেন, মানুষের দুঃখের মূল কারণ হলো অতিরিক্ত কামনা। মানুষ যখন অপ্রয়োজনীয় ইচ্ছা ও ভোগের আকাঙ্ক্ষায় জড়িয়ে পড়ে, তখন তার মনে অশান্তি জন্মায়। তাই সংযম এবং সরল জীবনযাপন শান্তির পথ খুলে দেয়। বুদ্ধদেব বাহ্যিক যুদ্ধের চেয়ে অন্তরের যুদ্ধকে বেশি গুরুত্ব দিয়েছিলেন। তিনি মনে করতেন, বাইরের শত্রুকে জয় করার চেয়ে নিজের রাগ, হিংসা ও লোভকে জয় করা অনেক বেশি প্রয়োজন। কারণ অন্তরের অশান্তি দূর না হলে পৃথিবীতে কখনও স্থায়ী শান্তি আসতে পারে না। আজকের পৃথিবীতে যুদ্ধ, হিংসা, বিদ্বেষ ও স্বার্থপরতার মধ্যে বুদ্ধদেবের শান্তির বাণী আরও বেশি প্রাসঙ্গিক। তাঁর শিক্ষা আমাদের মনে করিয়ে দেয়, শান্তি অস্ত্রের দ্বারা নয়, ভালোবাসা, সত্য, সহমর্মিতা এবং আত্মসংযমের মাধ্যমে প্রতিষ্ঠিত হয়।

বুদ্ধদেবের চিন্তাধারা কোনো ধর্মীয় উপদেশ নয়, এটি

মানবজীবনের পথপ্রদর্শক। কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর এর শান্তি নিয়ে ভাবনা ছিল গভীর, মানবতাবাদী এবং বিশ্বজনীন। তিনি মনে করতেন, প্রকৃত শান্তি কেবল যুদ্ধহীন অবস্থার নাম নয়; শান্তি হলো মানুষের অন্তরের মুক্তি, ভালোবাসা, সত্য, সৌন্দর্য এবং মানবিকতার বিকাশ। মানুষের মন যখন



সংকীর্ণতা, হিংসা, লোভ ও অহংকার থেকে মুক্ত হয়, তখনই সত্যিকারের শান্তি প্রতিষ্ঠিত হয়। রবিঠাকুর বিশ্বাস করতেন,

মানুষে মানুষে ভেদাভেদ, জাতি-ধর্মের সংকীর্ণতা এবং স্বার্থপরতা সমাজে অশান্তির জন্ম দেয়। তাই তিনি সর্বদা মানবধর্মের কথা বলেছেন। তাঁর মতে, মানুষ যদি একে

অপরকে আপনজন বলে গ্রহণ করে, তবে পৃথিবীতে শান্তি প্রতিষ্ঠা সহজ হয়। তিনি বলেছিলেন, মানুষের সবচেয়ে বড় পরিচয় সে মানুষ। এই মানবতাবোধই শান্তির মূল ভিত্তি।

তিনি প্রকৃতির মধ্যেও শান্তির সন্ধান পেয়েছিলেন। নদী, আকাশ, গাছপালা, পাখির ডাক; সবকিছুর মধ্যে তিনি

এক গভীর সুর ও সামঞ্জস্য অনুভব করতেন। তাঁর সাহিত্য ও গানে বারবার এই শান্তির আহ্বান ধ্বনিত হয়েছে। শান্তি তাঁর কাছে ছিল আত্মার এক নির্মল অবস্থা, যেখানে মানুষ ঈশ্বর, প্রকৃতি এবং সমাজের সঙ্গে একাত্ম হয়ে যায়। রবিঠাকুর যুদ্ধ, সাম্রাজ্যবাদ এবং ক্ষমতার অহংকারের বিরোধী ছিলেন। প্রথম বিশ্বযুদ্ধের বিভীষিকা তাঁকে গভীরভাবে ব্যথিত করেছিল। তিনি বুঝেছিলেন, অস্ত্রের জোরে সাময়িক জয় সম্ভব হলেও প্রকৃত শান্তি আসে না। তাই তিনি ভালোবাসা, সহমর্মিতা এবং শিক্ষার মাধ্যমে সমাজ গঠনের কথা বলেছেন। তাঁর মতে, শিক্ষা শুধু জ্ঞান অর্জনের জন্য নয়, মানুষের মধ্যে নৈতিকতা ও শান্তির বোধ জাগানোর জন্যও জরুরি।

তাঁর ধর্মমোহ ও অন্যান্য কবিতায় শান্তির জন্য মানুষের অন্তরের জাগরণের কথা বলেছেন। তিনি চেয়েছিলেন এমন এক পৃথিবী, যেখানে ভয় থাকবে না, মানুষ মুক্ত মনে চিন্তা করবে, সত্যকে গ্রহণ করবে এবং পরস্পরের প্রতি শ্রদ্ধাশীল হবে। তাঁর বিখ্যাত প্রার্থনা; চিন্তা যেথা ভয়শূন্য; এই শান্তিরই এক উজ্জ্বল প্রকাশ। আজকের পৃথিবীতে যখন হিংসা, বিভেদ ও অস্থিরতা বাড়ছে, তখন রবি ঠাকুরের শান্তির দর্শন আরও প্রাসঙ্গিক হয়ে ওঠে। তাঁর শিক্ষা আমাদের জানায়, শান্তি বাইরে থেকে চাপিয়ে দেওয়া যায় না; মানুষের হৃদয়ে জন্ম নেয়।

অতএব, রবিঠাকুরের শান্তি ভাবনা আমাদের শেখায়, মানবপ্রেম, সত্য, সৌন্দর্য, স্বাধীন চিন্তা এবং বিশ্বসৌভ্রাতৃত্বের মধ্য দিয়েই প্রকৃত শান্তি সম্ভব। তাঁর এই আদর্শ আজও আমাদের পথ দেখায় এবং মানবসমাজকে এক সুন্দর ভবিষ্যতের স্বপ্ন দেখায়।

## বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে শান্তি ও সম্প্রীতির বার্তা, মানবিক উদ্যোগে জি এইচ আর পিস ফাউন্ডেশন



নিজস্ব প্রতিবেদন : পয়লা মে বুদ্ধ পূর্ণিমাকে সামনে রেখে সমাজে শান্তি, সদভাবনা ও সম্প্রীতির বার্তা ছড়িয়ে দিল স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা গ্লোবাল হিউম্যান রাইটস এন্ড পিস ফাউন্ডেশন। সংস্থার ডিরেক্টর বিন্দু শর্মা জানান, গৌতম বুদ্ধ মানবজাতির জন্য অহিংসা ও প্রেমের যে বাণী রেখে গিয়েছেন, তা আজকের বিশ্ব পরিস্থিতিতে আরও বেশি প্রাসঙ্গিক হয়ে উঠেছে।



তাঁর মতে, যখন এক দেশ অন্য দেশের সঙ্গে সংঘাতে জড়িয়ে পড়ছে, তখন শান্তির গুরুত্ব এবং গৌতম বুদ্ধের দর্শনের তাৎপর্য নতুন করে উপলব্ধি করা যাচ্ছে। এই প্রেক্ষাপটে মানুষের মধ্যে সহমর্মিতা, সহনশীলতা ও সম্প্রীতির চেতনা জাগ্রত করাই প্রয়োজন বলে তিনি মত প্রকাশ করেন।

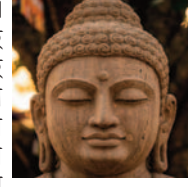
সংস্থাটি শুধু বার্তা দেওয়ার মধ্যেই সীমাবদ্ধ নয়, বরং সারা বছর ধরে বিভিন্ন মানবিক কাজে সক্রিয় ভূমিকা পালন করে আসছে। প্রত্যন্ত অঞ্চলে গিয়ে দুঃস্থ ও অসহায় মানুষের জন্য বিনামূল্যে স্বাস্থ্য পরীক্ষা শিবির আয়োজন এবং প্রয়োজনীয় ওষুধ বিতরণ করা হয় নিয়মিত। পাশাপাশি, আর্থিকভাবে অসচ্ছল কিন্তু মেধাবী ছাত্রছাত্রীদের সহায়তা প্রদান, কন্যাদায়গ্রস্ত পরিবারের মেয়ের বিয়েতে প্রয়োজনীয় সামগ্রী দিয়ে পাশে দাঁড়ানো; এমন নানা উদ্যোগ গ্রহণ করে চলেছে এই সংগঠন।

এছাড়াও পারিবারিক অশান্তি দূর করে পরিবারে শান্তি ও স্বাভাবিক পরিবেশ ফিরিয়ে আনতেও সংস্থাটি কাজ করে। বুদ্ধ পূর্ণিমার এই তাৎপর্যপূর্ণ দিনে বিন্দু শর্মা সকলের প্রতি শান্তি, সৌহার্দ্য ও মানবিকতার বার্তা পৌঁছে দিয়ে শুভেচ্ছা জানিয়েছেন।

## বুদ্ধ পূর্ণিমার প্রাক্কালে শান্তির বার্তা : যুদ্ধের আবহে মানবতার আহ্বান পৃথা সেনের কণ্ঠে



নিজস্ব প্রতিবেদন : বর্তমান বিশ্বজুড়ে অস্থিরতা, সংঘাত ও যুদ্ধের আবহ ক্রমেই গভীর হচ্ছে। এই প্রেক্ষাপটে শান্তির সন্ধানেই মুখিয়ে রয়েছে গোটা মানবসমাজ। এমন পরিস্থিতিতে বহু আগেই শান্তি ও মানবতার পথ দেখিয়ে গেছেন বিশ্ব কবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর এবং গৌতম বুদ্ধ। এই প্রসঙ্গেই নিজের বক্তব্য তুলে ধরলেন শিলিগুড়ি রবীন্দ্রনাথ গার্লস হাইস্কুলের শিক্ষিকা, বিশিষ্ট বাচিক শিল্পী এবং 'কলাঙ্গন'-এর কর্ণধার পৃথা সেন। তাঁর কথায়, আজকের অশান্ত বিশ্বে এই দুই মহামানবের দর্শনই আমাদের নতুন করে পথ দেখাতে পারে। রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের সৃষ্টি স্মরণ করে তিনি বলেন, "যেখানে মনে ভয় নেই এবং মাথা থাকে উঁচু করে--"; এই ভাবনায় কবিগুরু এমন এক পৃথিবীর



স্বপ্ন দেখেছিলেন, যেখানে ভয়ের কোনও স্থান নেই, নেই সংকীর্ণতা বা বিভেদ; রয়েছে কেবল মুক্ত, মানবিক ও শান্ত সমাজ। অন্যদিকে, গৌতম বুদ্ধের বাণীও আজ সমানভাবে প্রাসঙ্গিক-- "হিংসা কখনো হিংসা দিয়ে থামে না, প্রেমই পারে তার অবসান ঘটাতে।" পৃথা সেনের মতে, এই শিক্ষাই আমাদের বুঝিয়ে দেয় যে প্রতিহিংসা নয়, বরং সহমর্মিতা, করুণা ও ভালোবাসার মাধ্যমেই শান্তির পথ নির্মাণ সম্ভব। তিনি আরও জানান, কলাঙ্গনের মাধ্যমে আবৃত্তি শিক্ষার এক সুস্থ ও ইতিবাচক পরিবেশ গড়ে তোলার চেষ্টা চলছে। সেখানে তিনি এবং অন্যান্য বাচিক শিল্পীরা সম্মিলিতভাবে সংস্কৃতি ও সাহিত্যের মাধ্যমে সমাজে ইতিবাচক চিন্তার বিকাশ ঘটান।

পৃথা সেনের বক্তব্য অনুযায়ী, গৌতম বুদ্ধ আমাদের বারবার অহিংসা, প্রেম ও আসক্তি ত্যাগ করে নির্লিপ্তভাবে কাজ করার শিক্ষা দিয়েছেন। একইভাবে, বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর তাঁর কবিতা, গান ও বিভিন্ন সৃষ্টির মাধ্যমে বারবার শান্তির বার্তা তুলে ধরেছেন।

বিশেষ তাৎপর্যপূর্ণভাবে তিনি উল্লেখ করেন, আগামী পয়লা মে বুদ্ধ পূর্ণিমা এবং তার ঠিক পরেই ৯ মে রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী; এই দুই পবিত্র দিনকে সামনে রেখে আজকের এই অশান্ত সময়ে তাঁদের দর্শন আরও বেশি করে স্মরণ করা অত্যন্ত প্রয়োজনীয়। সবশেষে তিনি বলেন, আজকের দিনে আমাদের প্রত্যেকের দায়িত্ব; যুদ্ধ নয়, শান্তির বার্তা ছড়িয়ে দেওয়া। কারণ, মানবতার জয়ই হতে পারে বিশ্বের একমাত্র সত্যিকারের বিজয়।

খবরের ঘন্টা

## বুদ্ধের বাণী ও সমকালীন সময়ে তার প্রাসঙ্গিকতা

ডঃ অসমঞ্জ সরকার (শিবমন্দির)



ভগবান বুদ্ধের দর্শন হলো দুখ-মুক্তি, অহিংসা, সমতা এবং মধ্যপন্থা অবলম্বনে নির্বাণ লাভ। তাঁর শিক্ষা মূলত মানবতাবাদী এবং মনস্তাত্ত্বিক, যা অন্ধবিশ্বাস বা ঈশ্বরকেন্দ্রিক নয়, বরং আত্মনির্ভরশীলতার ওপর জোর দেয়।



চতুরার্য সত্য বুদ্ধ জীবনের চরম সত্য হিসেবে চারটি বিষয় তুলে ধরেছেন ১) দুখ-- জগতে দুখ আছে। ২) দুখ সমুদয় -- দুখের কারণ, কামনা-বাসনা। ৩) দুখ নিরোধ -- দুখের অবসান ( নির্বাণ) সম্ভব।

৪) দুখ নিরোধগামিনী প্রতিপদ -- দুখ থেকে মুক্তির মার্গ ( অষ্টাঙ্গিক মার্গ)। আর্য অষ্টাঙ্গিক মার্গ--- নির্বাণ বা মুক্তির জন্য বুদ্ধদেব আটটি সঠিক পথের নির্দেশ দিয়েছেন। ১) সম্যক দৃষ্টি ২) সম্যক সঙ্কল্প ৩) সম্যক বাক্য ৪) সম্যক আচরণ ৫) সম্যক জীবিকা ৬) সম্যক প্রচেষ্টা ৭) সম্যক স্মৃতি ৮) সম্যক সমাধি।

অহিংসা ও মৈত্রী বুদ্ধদেবের শিক্ষার মূলভিত্তি অহিংসা পরম ধর্ম।

মধ্য পন্থা বুদ্ধদেব চরম বিলাসিতা এবং কঠোর তপস্যা-- উভয়ই বর্জন করতে বলেছেন।

কর্মবাদ ও আত্মনির্ভরশীলতা ভাগ্যের চেয়ে কর্মের ওপর বিশ্বাস স্থাপন।

ক্ষণস্থায়ীত্ব জগতে কিছুই চিরস্থায়ী নয়।

পঞ্চশীল সাধারণের জন্য বুদ্ধদেব পাঁচটি নৈতিক নিয়ম মেনে চলার কথা বলেছেন ১) প্রাণনাশ না করা। ২) চুরি না করা। ৩) অসদাচরণ বা ব্যভিচার না করা। ৪) মিথ্যা না বলা। ৫) নেশা জাতীয় দ্রব্য বর্জন করা।

সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে শুভেচ্ছা




# কমলা সরকার

মতিলাল আবাসন, সুভাষ পল্লী, শিলিগুড়ি।

১১

খবরের ঘন্টা

৩



## গৌতম বুদ্ধ ও শান্তির দর্শন

প্রদীপ বড়ুয়া (বাগডোগরা)



গৌতম বুদ্ধের শিক্ষা মূলত একটাই দিকে আমাদের নিয়ে যায়--শান্তি। কিন্তু প্রশ্নটা গভীর এত শিক্ষা থাকা সত্ত্বেও আজ পৃথিবীতে শান্তি যেন ক্রমেই অধরা হয়ে উঠছে কেন?

গৌতম বুদ্ধ ও শান্তির দর্শন

গৌতম বুদ্ধ শিখিয়েছিলেন--দুঃখের মূল হলো তৃষ্ণা (লোভ), ক্রোধ এবং অজ্ঞতা। এই তিনটি বিষয়ই মানুষের মনকে অশান্ত করে তোলে। তাঁর অষ্টাঙ্গিক মার্গ ছিল এমন এক পথ, যা মানুষকে ভেতর থেকে শান্ত করে তুলতে পারে।

তাহলে আজ শান্তি নেই কেন?

আজকের পৃথিবীতে শান্তির অভাবের পেছনে কয়েকটি বাস্তব কারণ রয়েছে:

১. অতিরিক্ত লোভ ও ভোগের সংস্কৃতি

মানুষ যত বেশি পেতে চায়, ততই অশান্তি বাড়ে। অর্থ, ক্ষমতা, প্রভাব; এই দৌড়ে আমরা নিজের ভেতরের শান্তিকে হারাচ্ছি।

২. অহংকার ও বিভাজন

জাতি, ধর্ম, রাজনীতি; এই পরিচয়গুলো মানুষকে আলাদা করছে। আমি বনাম তুমি ভাবনা সংঘর্ষ তৈরি করছে।

৩. প্রযুক্তি আছে, কিন্তু মানসিক শান্তি নেই

আমরা প্রযুক্তিতে এগিয়েছি কিন্তু নিজের মনকে সামলানোর শিক্ষা অনেকটাই হারিয়ে ফেলেছি।

৪) সহনশীলতার অভাব: অন্যের মত বা বিশ্বাসকে মেনে নেওয়ার ক্ষমতা কমে যাচ্ছে, ফলে ছোট বিষয়ও বড় সংঘাতে রূপ নিচ্ছে। বুদ্ধের শিক্ষা আজও প্রাসঙ্গিক: শান্তি বাইরের কিছু নয়-- এটা ভেতরের অবস্থা। গৌতম বুদ্ধ বলেছিলেন, পিস কামস ফ্রম উইতইন। দু নট সিক উইদআউট।

যদি আমরা লোভ কমাই, সহনশীলতা বাড়াই, অন্যকে সম্মান করতে শিখি, নিজের মনকে নিয়ন্ত্রণ করি তাহলে সমাজে ধীরে ধীরে শান্তি ফিরে আসতে পারে।

আজ পৃথিবীতে শান্তি নেই, কারণ আমরা বুদ্ধের পথ জানি-- কিন্তু মানি না। শান্তি আসবে তখনই যখন পরিবর্তনটা বাইরে নয়, নিজের ভেতর থেকে শুরু হবে।



বুদ্ধ পূর্ণিমার শুভেচ্ছা সহ শান্তির বার্তা

বুদ্ধ পূর্ণিমার আন্তরিক শুভেচ্ছা

শান্তি, প্রেম ও করুণার বাণী ছড়িয়ে পড়ুক সর্বত্র।

"মনই সবকিছু। তুমি যা ভাবো, তাই হয়ে ওঠে।"--গৌতম বুদ্ধ

স্ট্রেংথলিফটিং ও পাওয়ার লিফটিং-এর জগতে কঠোর পরিশ্রম, আত্মনিয়ন্ত্রণ ও

মানসিক শক্তির সাফল্যের মূলমন্ত্র; যা বুদ্ধের দর্শনের সাথেই সঙ্গতিপূর্ণ।

প্রতিভাময়ী স্ট্রেংথলিফটার ও পাওয়ারলিফটার শর্মিষ্ঠা লাহিড়ী

বাড়ি শিলিগুড়ি, উত্তর ভারতনগর

গত ৫ বছরে অসংখ্য স্ট্রেংথলিফটিং জয়, একাধিক ন্যাশনাল রেকর্ড এবং আন্তর্জাতিক মঞ্চেও রেকর্ড সৃষ্টির গৌরব অর্জন করেছেন। বর্তমানে দার্জিলিং জেলার সম্পাদিকা হিসেবে দায়িত্ব পালন করছেন এবং ভারতের স্বীকৃত পাওয়ারলিফটিং সংগঠন পিআই-এর হয়ে খেলছেন। ভবিষ্যতে আরও বড় স্বপ্ন নিয়ে নিরন্তর পরিশ্রম করে চলেছেন; জেলার জন্য আরও সাফল্য এনে দেওয়ার লক্ষ্য নিয়ে। জিমের জন্য জায়গা প্রয়োজন-- শিলিগুড়িতে প্রায় ১৬০০ বর্গফুট হল রুম। গ্রাউন্ড ফ্লোর হলে ভালো হয়। পার্কিংয়ের সুবিধা থাকা আবশ্যিক। একই ছাদের নিচে আয়রন লিফটিং প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা থাকবে  
যোগাযোগ ৯৩৮২৩ ৭৩৭০৩ / ৯৫৬৪০ ২৯৪৪৪



## বুদ্ধ পূর্ণিমায় 'মধ্যম পথ'-এর বার্তা, শান্তি ও ভারসাম্যের দর্শন তুলে ধরলেন সিদ্ধার্থ বড়ুয়া



নিজস্ব প্রতিবেদন: ২৫৭০তম বুদ্ধবর্ষ তথা বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে সমগ্র মানবজাতির প্রতি শান্তি, মৈত্রী ও শ্রদ্ধার বার্তা জানানোর শিলিগুড়ির হায়দরপাড়া বিদর্শন ধ্যান আশ্রমের বিশিষ্ট বুদ্ধ অনুরাগী সিদ্ধার্থ বড়ুয়া। এই বিশেষ দিনে বুদ্ধের জীবনের তিনটি গুরুত্বপূর্ণ অধ্যায়--জন্ম, বুদ্ধত্ব লাভ এবং মহাপরিনির্বাণ স্মরণ করে 'মধ্যম পথ' বা 'দ্য মিজল ওয়ে'-এর তাৎপর্য তুলে ধরেন আশ্রমের সক্রিয় কর্মী ও বুদ্ধ অনুরাগী সিদ্ধার্থ বড়ুয়া। গৌতম বুদ্ধের জীবনদর্শন ব্যাখ্যা করতে গিয়ে তিনি জানান, রাজকুমার সিদ্ধার্থ গৃহত্যাগের পর কঠোর তপস্যা করেও উপলব্ধি করেছিলেন যে চরম কষ্টসাধন মুক্তির পথ নয়। সুজাতার পায়ের গ্রহণের মাধ্যমে দেহে শক্তি ফিরে পেয়ে তিনি বোধিবৃক্ষের নিচে ধ্যানে বসেন এবং সেখানেই বুদ্ধত্ব লাভ করেন। এই অভিজ্ঞতা থেকেই তিনি উপলব্ধি করেন, অতিরিক্ত ভোগবিলাসিতা কিংবা কঠোর সংযম; কোনোটিই নয়, বরং এদের মাঝামাঝি এক ভারসাম্যপূর্ণ পথই হলো প্রকৃত মুক্তির উপায়। সিদ্ধার্থ বড়ুয়ার কথায়, জয়ের সঙ্গে যেমন শত্রুতা বাড়ে, তেমনি পরাজয় বয়ে আনে মানসিক যন্ত্রণা। তাই জয়-পরাজয়ের উর্ধ্বে উঠে আত্মজয় অর্জন করাই শ্রেষ্ঠ পথ। যেখানে প্রতিযোগিতা নেই, সেখানে রয়েছে প্রকৃত শান্তি। এই দর্শনই 'মধ্যম পথ'-এর মূল শিক্ষা, যা জীবনের প্রতিটি স্তরে; পরিবার, সমাজ ও বিশ্বপরিসরে; প্রাসঙ্গিক। তিনি আরও বলেন, প্রকৃতির মতোই জীবনের ক্ষেত্রেও চরমতার ফল ক্ষতিকর; অতিবৃষ্টিতে যেমন বন্যা, আবার অনাবৃষ্টিতে খরা। তাই ভারসাম্যই একমাত্র স্থিতিশীলতার পথ। বর্তমান বিশ্বে যখন অশান্তি ও সংঘাত বাড়ছে, তখন বুদ্ধের এই দর্শন গভীরভাবে অনুধাবন করে ব্যক্তিগতভাবে প্রয়োগ করা জরুরি।

শৈশব থেকেই গৌতম বুদ্ধের একনিষ্ঠ অনুসারী সিদ্ধার্থ বড়ুয়া। বুদ্ধ জয়ন্তী উপলক্ষে হায়দরপাড়া বিদর্শন ধ্যান আশ্রমে আয়োজিত বিভিন্ন অনুষ্ঠানে, বিশেষ করে শোভাযাত্রায়, তিনি গৌতম বুদ্ধের সাজে অংশগ্রহণ করেন এবং তাঁর জীবন ও দর্শন তুলে ধরেন। প্রতিদিনের জীবনে বুদ্ধের শিক্ষাকে ধারণ করে তিনি মনে করেন, অহিংসা ও শান্তির পরিবেশ গড়ে তুলতে এই দর্শনের বাস্তব প্রয়োগ এখন সময়ের দাবি। শেষে তাঁর আহ্বান; বিশ্বজুড়ে শান্তি প্রতিষ্ঠিত হোক, সকল প্রাণী সুখী হোক এবং মানবসমাজে সম্প্রীতির আলো ছড়িয়ে পড়ুক।

## কাঁচা হাতের লেখায় জীবনের পাকা কথা

(দ্বিতীয় অধ্যায় --৩৩)

'বেটা সাধনা তো ম্যায় সিদ্ধি প্রাপ্তিকে লিয়ে নহি করতা হুঁ ফির কিউ লগে হয়ে হ্যায়।' মেরি সাধন সর্ফ উনকে সাথ জুড়ে রহেনেকে লিয়ে। যবতক সাধন হ্যায় তবতক ইয়হ শরীর চলেগি। যিসদিন সাধনা রুক য়ায়েগী, সাঁস ভি রুক য়ায়গী। শরীর পধতুত সে বনী হ্যায় ফির উসী পধতুতমে লীন হো য়ায়গী। গঙ্গার জলের দিকে তাকিয়ে বললেন--যবতক ইয়হ জলকি ধারা বঁহেগি তবতক গঙ্গা রহেগি। বেটা কর্মকে লিয়ে শরীর হ্যায়, শরীরকে লিয়ে কর্ম নহি। কর্ম এক অমর মাধ্যম হ্যায়। ইয়হ কর্ম সারা বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ডকো। এক নিয়ম সে নিয়ন্ত্রিত কর রাহা হ্যায়। কর্ম রুক জানে সে ইয়হ সৃষ্টি, ইয়হ ব্রহ্মাণ্ড লুপ্ত হো য়ায়গী।" কথাগুলো কিছুদিন পূর্বে ঋষিকেশের গঙ্গার ধারে এক সাধু মহারাজ বলেছিলেন।--মুসাফীর।)

পুরুলিয়াতে পোস্টিং হয়েছে, চিফ সেক্রেটারি দত্ত সাহেব অত্র সাথে কথা বলে খুব ইমপ্রসড বললেন তোমার রিপোর্ট দেখলাম, আমি সিউর তুমি একটা কিছু করবে। তবে পুরুলিয়া এখন খুব ডিসটারবড জায়গা, তুমি চাইলে আমি তোমাকে অন্য জায়গায় পাঠাতে পারি। না স্যার কাজ যত চ্যালেঞ্জিং হবে আমার ততো ইন্টারেস্ট বাড়বে। তুমিতো বিয়েটা সেরে যেতে চাও। হ্যাঁ স্যার আপনাকে তো আমার ফ্যামিলি ব্যাকগ্রাউন্ড বলেছি। হ্যাঁ, খুবই ইন্টেলিজেন্ট এবং মমস্পর্শী। তোমার দাদুর নামের সাথে আমি পরিচিত। তোমার মতো আমিও প্রবাসী বাঙ্গালী। আমাদের রাঁচী শহরে কয়েক পুরুষের বাস। স্যার একটা অনুরোধ ছিলো, এখানেতো বিশেষ কাউকে চিনি না। জে এন ইউর কয়েকজন বন্ধু আছে। আপনি যদি সপরিবারে আমার বিয়েতে গার্জেনশীপ দেন তাহলে খুব ভালো হয়। আরো এটাতো আমিই তোমাকে বোলতাম তাছাড়া আমার ধারণা তোমার দাদুর কোলকাতা শহরে যথেষ্ট প্রভাবশালী ব্যক্তিদের সাথে পরিচয় রয়েছে। থাকতে পারে স্যার তবে আমার জানা নেই। সোনাদাও দুজনেই জ্যোতিষশাস্ত্রে অগাধ বিশ্বাস উভয়েরই পরিচিত এক নামকরা জ্যোতিষ মহাশয় বিধান দিলেন এক বছরের মধ্যে আমাদের বিয়ে দিলে অমঙ্গল হবে। ব্যাস যা হওয়ার তাই হলো। আমি পুরুলিয়া চলে গেলাম। মাঝেমাঝে কলকাতায় আসতাম। এক বছর পর ছয় মাসের জন্য রাইটার্সএ পোস্টিং কলকাতার সমস্ত কনসুলেট অফিসের লীয়াঁজো। (ক্রমশঃ)

## বুদ্ধ পূর্ণিমায় শান্তির বার্তা, বিশ্ব পরিস্থিতিতে প্রাসঙ্গিক গৌতম বুদ্ধের দর্শন

নিজস্ব প্রতিবেদন : এবার পয়লা মে পালিত হচ্ছে বুদ্ধ পূর্ণিমা। বর্তমান বিশ্বে ক্রমবর্ধমান অশান্তি, বিশেষত ইরান ইজরায়েলে যুদ্ধের মতো সংঘাতের প্রেক্ষাপটে আরও একবার নতুন করে আলোচনায় উঠে এসেছে গৌতম বুদ্ধের শান্তি, প্রেম ও অহিংসার দর্শন।

এই প্রেক্ষাপটে স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা গ্লোবাল হিউম্যান রাইটস এন্ড পিস ফাউন্ডেশন শান্তি ও মানবিক মূল্যবোধের প্রসারে তাদের উদ্যোগ জোরদার করেছে। সংস্থার রাষ্ট্রীয় সভাপতি দীপিকা বন্দ্যে বলেন, চারদিকে যখন অশান্তি ও হানাহানি বৃদ্ধি পাচ্ছে, তখন গৌতম বুদ্ধের দর্শন আরও বেশি প্রাসঙ্গিক হয়ে উঠেছে। তাঁর মতে, এই সময়ে প্রয়োজন সর্বত্র শান্তি, সহমর্মিতা ও সস্ত্রীতির বার্তা ছড়িয়ে দেওয়া।

শুধু কথার মধ্যে সীমাবদ্ধ না থেকে, সংস্থাটি সারা বছর জুড়ে বিভিন্ন মানবিক উদ্যোগ গ্রহণ করে। প্রত্যন্ত অঞ্চলের মানুষের কাছে বিনামূল্যে স্বাস্থ্য পরিষেবা পৌঁছে দিতে নিয়মিত স্বাস্থ্য পরীক্ষা শিবির আয়োজন করা হয় এবং প্রয়োজনীয় ওষুধও বিতরণ করা হয়। পাশাপাশি, দুঃস্থ পরিবারের কন্যার বিয়েতে আর্থিক সহায়তা প্রদান, এবং অসহায় অথচ মেধাবী ছাত্রছাত্রীদের পাশে দাঁড়ানোর মতো কাজও করে চলেছে এই সংগঠন।

বুদ্ধ পূর্ণিমার এই তাৎপর্যপূর্ণ দিনে দীপিকা বন্দ্যে সকলের প্রতি শান্তি ও সৌহারদের বার্তা পৌঁছে দিয়ে শুভেচ্ছা জানিয়েছেন। তাঁর আহ্বান, গৌতম বুদ্ধের আদর্শকে অনুসরণ করে একটি শান্তিপূর্ণ ও মানবিক সমাজ গড়ে তোলার জন্য সকলে একযোগে এগিয়ে আসুন।



## গৌতম বুদ্ধের জন্মবার্ষিকী ২০২৬

অজিত বড়ুয়া

গৌতম বুদ্ধের জন্মসাল সাধারণভাবে ধরা হয় খ্রিস্টপূর্ব ৫৬৩ সাল। সেই হিসেবে ২০২৬ সালে তাঁর ২৫৮৯তম জন্মবার্ষিকী পালিত হবে (৫৬৩ যোগ ২০২৬ সমান সমান ২৫৮৯)। তবে ইতিহাসে কিছু মতভেদ আছে, তাই বিভিন্ন দেশে এই সংখ্যা একটু এদিক-সেদিক বলা হয়। কিন্তু মূল ভাবনা একটাই--এই দিনটি মানবতার এক মহান পথপ্রদর্শকের স্মরণ।

কেন আমরা গৌতম বুদ্ধকে অনুসরণ করবো

গৌতম বুদ্ধের শিক্ষা শুধু ধর্মীয় নয়, বরং গভীরভাবে মানবিক এবং বাস্তব জীবনের জন্য প্রয়োজনীয়।

১. শান্তি ও সহনশীলতার শিক্ষা

তিনি শিখিয়েছেন অহিংসা, ধৈর্য এবং সহনশীলতা। আজকের অশান্ত পৃথিবীতে এই মূল্যবোধ অত্যন্ত প্রয়োজনীয়।

২. মধ্যমার্গ

অতিরিক্ত ভোগ বা কঠোর ত্যাগ--কোনোটাই নয়। তিনি দেখিয়েছেন ভারসাম্যের পথ, যা জীবনকে স্থির ও সুস্থ রাখে।

৩. নিজের ভেতরের উন্নতি

তিনি বলেছেন, নিজেই নিজের আলো হও।

অর্থাৎ আত্মবিশ্বাস, আত্মজ্ঞান এবং আত্মনিয়ন্ত্রণই আসল শক্তি।

৪. দুঃখ থেকে মুক্তির পথ

চারটি আর্ষসত্য ও অষ্টাঙ্গিক মার্গ আমাদের শেখায় কীভাবে দুঃখের কারণ বুঝে তা থেকে মুক্তি পাওয়া যায়।

৫. সকলের জন্য সমতা ও মানবতা

জাতি, বর্ণ, লিঙ্গ--কোনো ভেদাভেদ নয়। তিনি মানুষকে মানুষ হিসেবে দেখার শিক্ষা দিয়েছেন।

সংক্ষেপে

গৌতম বুদ্ধকে অনুসরণ করা মানে কোনো আচার নয়, বরং একটি জীবনদর্শন গ্রহণ করা--শান্ত, সচেতন, সহনুভূতিশীল এবং ভারসাম্যপূর্ণ জীবনযাপন।

With Best Compliments From  
**Raju BARUA (Khokan)**  
Mob : 9832362614

# MAHAMAYA CATERERS

Expert in all kind of event services  
(Small to Big ceremony)  
like Annaprason to Boubhaath

**Customer Satisfaction is our motto**  
Quality Maintenance is our motive



HAIDERPARA, SARAT CHANDRA PALLY  
Gouranga Pally Main Road, Ward No. 40, Siliguri

সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে শুভেচ্ছা, জগতের সকল প্রাণী সুখী হউক

Best Wishes From  
**KUDO MIXED MARTIAL ART ASSOCIATION**  
Siliguri, West Bengal

**Our Motto** Benefits for kudo MMA  
**BENEFITS FOR self defense students**

- DISTRICT TOURNAMENT
- STATE TOURNAMENT
- NATIONAL TOURNAMENT
- SCHOOL GAMES OF INDIA KUDO TOURNAMENT
- INDIA'S BIGGEST MARTIAL ART TOURNAMENT  
AKSHAY KUMAR KUDO CHAMPIONSHIP
- ASIA KUDO CHAMPIONSHIP
- KUDO WORLD CUP
- STATE PLAYER OF MARTIAL ARTIST
- NATIONAL PLAYER OF MARTIAL ARTIST
- STATE SEMINAR/ KUDO CAMP

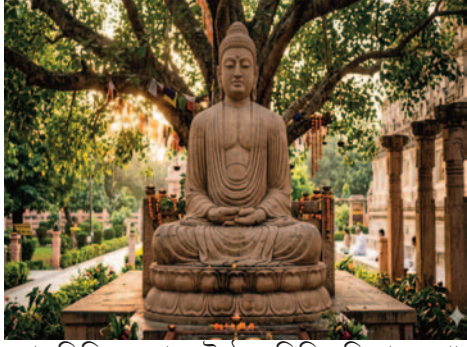
**BENEFITS FOR KUDO MMA STUDENT'S**

- PHYSICAL FITNESS
- SELF CONFIDENCE
- SELF DEFENCE LEARNING
- HUMANITY DEVELOPMENT
- SPORTS QUOTA (CENTRAL GOVERNMENT RESERVATION JOB)
- KUDO RECOGNISED SCHOOL GAMES FEDERATION OF INDIA (SGF)
- SGFI RECOGNIZED BY MINISTRY OF STATE SEMINAR / KUDO CAMPS YOUTH & SPORTS AFFAIRS GOVERNMENT OF INDIA
- WELL DISCIPLINE

**SHIHAN SAHADEV BARMAN**  
6th Degree Black Belt  
Director of North East India KIFI  
State President of Kudo MMA Association  
West Bengal  
Email : kudommawestbengal@gmail.com/sahadevkarate@gmail.com  
Ph. no : 9434874839/9800890638  
Visit our Website : www.kudowestbengal.org  
www.martialartacademy.in

## বুদ্ধ পূর্ণিমার গুরুত্ব

বৈশাখি বড়ুয়া (জলপাইগুড়ি)



বুদ্ধ পূর্ণিমা বা বুদ্ধ জয়ন্তী হল গৌতম বুদ্ধ-এর জন্ম, বোধিলাভ এবং মহাপরিনির্বাণ---এই তিনটি গুরুত্বপূর্ণ ঘটনার স্মরণে উদযাপিত এক পবিত্র দিন। এটি বৌদ্ধ ধর্মাবলম্বীদের সবচেয়ে বড় উৎসবগুলোর একটি, তবে এর মানবিক বার্তা সব মানুষের জন্যই প্রাসঙ্গিক।

বুদ্ধ পূর্ণিমা সাধারণত বৈশাখ মাসের পূর্ণিমা তিথিতে পালিত হয় (এপ্রিল,মে মাসে)। এই দিনেই বুদ্ধের জীবনের তিনটি প্রধান ঘটনা সংঘটিত হয়েছিল বলে বিশ্বাস করা হয়।

গৌতম বুদ্ধের জন্ম হয়েছিল লুম্বিনী-তে (বর্তমান নেপাল) তিনি বোধিলাভ করেন বোধগয়া-র বোধিবৃক্ষের নিচে। তাঁর শিক্ষা মূলত চারটি আর্থসত্য ও অষ্টাঙ্গিক মার্গের ওপর ভিত্তি করে গড়ে উঠেছে। তিনি অহিংসা, করুণা ও মধ্যমার পথের শিক্ষা দিয়েছেন। বুদ্ধ পূর্ণিমায় নানা আচার ও সামাজিক কর্মসূচি দেখা যায়--বৌদ্ধ বিহারে প্রার্থনা ও ধর্মদেশনা, বুদ্ধের মূর্তিতে ফুল ও প্রদীপ অর্পণ, গরিবদের খাদ্য ও বস্ত্র বিতরণ, পাখি বা প্রাণী মুক্ত করা (অহিংসার প্রতীক হিসেবে), ধ্যান ও শান্তি প্রার্থনা।

বুদ্ধ জয়ন্তী অনুষ্ঠান বা উৎসবের আসল শক্তি তার দর্শনে--অহিংসা বা নন ভায়োলেন্স, করুণা বা কমপ্যাশন, সত্য ও আত্মশুদ্ধি, লোভ, ক্রোধ ও মোহ থেকে মুক্তি।

আজকের অস্থির সময়ে বুদ্ধ পূর্ণিমা যেন মনে করিয়ে দেয়, শান্তি বাইরে নয়, মানুষের নিজের মন থেকেই শুরু হয়।

**শুভ নববর্ষ!**

সমগ্র দেশবাসীকে শুভ নববর্ষের আন্তরিক প্রীতি ও শুভেচ্ছা।

**SMOKY N SPICY**

A.C. ফ্যামিলি রেস্টুরেন্ট এবং লাইভ কিচেন

আমাদের বিশেষ সুবিধাগুলি:

- শীতাতপ নিয়ন্ত্রিত ডাইনিং (A.C. Dining)
- সরাসরি দৃশ্যমান রান্নাঘর (Live Kitchen)
- জন্মদিন, কিচি পাটি, গেট-টুগেদার আয়োজন

আমাদের এক ভিন্নধর্মী প্রয়াস:

- বেকার ও অনগ্রসর সম্প্রদায়ের জন্য কর্মসংস্থানের সুব্যবস্থা।
- আপনার প্রতিটি খাবারের বিলের অংশবিশেষ বেকার ও অনগ্রসরদের কর্মসংস্থানে ব্যয় করা হবে।

"নিজে পেট ভরান এবং অন্যের পেট ভরাতেও সাহায্য করুন!"

**\*\*সামাজিক ও মানবিক দায়বদ্ধতার এক অসাধারণ উদ্যোগ, শিলিগুড়িতে!\*\***

+91 353 3569026, 98320 96376 | smokynspicy22@gmail.com  
সেঠ স্রীলাল মার্কেট, মোমো গলির কাছে, শিলিগুড়ি - ০১  
Seth Srilal Market, Near Momo Gali, Siliguri - 01

খবরের ঘন্টা

## বর্ধমানে পাওয়ার লিফটিংয়ে দার্জিলিংয়ের সাফল্য : জাতীয় মঞ্চে পথে নতুন আত্মবিশ্বাস



নিজস্ব প্রতিবেদন : পাওয়ার লিফটিংয়ের কঠিন প্রতিযোগিতার মধ্যে দার্জিলিং জেলার খেলোয়াড়রা ফের নিজেদের সক্ষমতার পরিচয় দিলেন। সারা দেশের প্রায় ১০,১১টি পাওয়ার লিফটিং সংস্থার মধ্যে অন্যতম কঠিন ও স্বীকৃত পাওয়ার লিফটিং ইন্ডিয়া'র আয়োজনে অল বেঙ্গল পিআই চ্যাম্পিয়নশিপ অনুষ্ঠিত হয় গত ১০ থেকে ১২ এপ্রিল, বর্ধমানে। সাব-জুনিয়র, জুনিয়র, সিনিয়র ও মাস্টার বিভাগে আয়োজিত এই প্রতিযোগিতায় প্রায় ৪৫০ জন প্রতিযোগী অংশ নেন।

এই চ্যাম্পিয়নশিপে বিভিন্ন জেলা থেকে নির্বাচিত মহিলা প্রতিযোগীরা নিজেদের শক্তি ও দক্ষতার পরীক্ষা দেন। তাঁদের মধ্যেই একজন প্রতিযোগী শর্মিষ্ঠা লাহিড়ী স্কোয়াট, বেঞ্চ প্রেস ও ডেডলিফটে সম্মিলিত পারফরম্যান্সে দ্বিতীয় স্থান অর্জন করে আসন্ন ন্যাশনাল পিআই চ্যাম্পিয়নশিপের জন্য নির্বাচিত হয়েছেন। তাঁর এই সাফল্য দার্জিলিং জেলার ক্রীড়ামহলে গর্বের মুহূর্ত এনে দিয়েছে।

দার্জিলিং জেলার অন্যান্য পদকজয়ীরাও উল্লেখযোগ্য সাফল্য অর্জন করেছেন। জ্যোৎস্না, সিনিয়র ৫৭ কেজি বিভাগে তৃতীয় স্থান, শর্মিষ্ঠা লাহিড়ী মাস্টার-১ গ্রুপে ৬৩ কেজি বিভাগে দ্বিতীয় স্থান, অলকানন্দা পাল মাস্টার-১ গ্রুপে ৬৯ কেজিতে প্রথম স্থান অর্জন

করেন। এছাড়াও অনির্ভুক্ত মল্লিক সিনিয়র বিভাগে দ্বিতীয়, দীপা পাল সিনিয়র ৭৬ কেজি বিভাগে দ্বিতীয় এবং নিকিতা গুরুং জুনিয়র ৬৩ কেজি বিভাগে প্রথম স্থান দখল করেন।

এই প্রতিযোগিতায় অংশ নিয়েছিলেন পায়েল বর্মনও। শিলিগুড়ির শর্মিষ্ঠা লাহিড়ী, যিনি মাস্টার ওয়ান বিভাগে দ্বিতীয় স্থান অর্জন করেছেন, জানান যে এতদিন তাঁরা মূলত স্ট্রেংথ লিফটিং করলেও পাওয়ার লিফটিংয়ে এটি ছিল তাঁর প্রথম অভিজ্ঞতা। অল্প সময়ের প্রস্তুতিতেই তিনি এই সাফল্য পেয়েছেন বলে জানান তিনি।

শর্মিষ্ঠা লাহিড়ী ও পায়েল বর্মন উভয়েই ভবিষ্যৎ পরিকল্পনার কথা উল্লেখ করে বলেন, শিলিগুড়িতে প্রায় ১৫০০ বর্গফুট জায়গা পেলে তাঁরা একটি উন্নতমানের প্রশিক্ষণ কেন্দ্র ও জিম গড়ে তুলতে চান। এর মাধ্যমে এই ধরনের খেলাধুলার প্রসার ঘটানো এবং তরুণ প্রজন্মকে স্বাস্থ্যচর্চায় উৎসাহিত করা সম্ভব হবে বলে তাঁদের বিশ্বাস। এই উদ্যোগ সফল করতে তাঁরা সকলের সহযোগিতা কামনা করেছেন।

দার্জিলিং জেলার এই ধারাবাহিক সাফল্য প্রমাণ করে দিচ্ছে, সঠিক সুযোগ ও পরিকাঠামো পেলে এখানকার খেলোয়াড়রা জাতীয় ও আন্তর্জাতিক মঞ্চেও উজ্জ্বল সাফল্য এনে দিতে সক্ষম।



৬

খবরের ঘন্টা

১৯

## গৌতম বুদ্ধ

কমলা সরকার

(মতিলাল আবাসন, সুভাষ পল্লী, শিলিগুড়ি)



বৈশাখী পূর্ণিমার পুন্য তিথিতে নেপালের লুম্বিনীতে, বৌদ্ধধর্মের প্রবর্তক গৌতম বুদ্ধের আবির্ভাব হয়েছিল জগতে। শাক্য বংশের রাজা শুদ্ধধন ও মায়াদেবীর ঘরে, শৈশবে মাতৃহারা হলে মাসী গৌতমী সন্তান স্নেহে তাঁকে মানুষ

করেন।

জরা, ব্যাধি ও মৃত্যুকে কাছ থেকে দেখে, রাজ প্রাসাদের ভোগ বিলাস আর স্ত্রী যশোধারাও পুত্র রাখল কে ছেড়ে,

সন্ন্যাসের পথ বেছে নিয়েছিলেন আপন করে। দুঃখের কারণ হিসেবে তিনি তৃষ্ণা ও আসক্তিকে চিহ্নিত করেন, তা থেকে মুক্তি পেতে অষ্টাঙ্গিক মার্গকে অনুসরণ করতে বলেন। বিশ্ব বাসীকে গৌতম বুদ্ধ শুনিয়েছিলেন অ-হিংসার বানী, জরা ব্যাধি ও মৃত্যু থেকে মুক্তি পাবে না কোনো প্রানী। বুদ্ধদেবের দর্শন, বানী ও উপদেশ নিয়ে পালি ভাষায় রচিত, এই তিনটি প্রধান অংশ ত্রিপিটক নামে পরিচিত। দীর্ঘ তপস্যার পর বোধগয়ায় অশ্বথ গাছের নিচে লাভ করেন পরম জ্ঞান,

বারানসীর কাছে সারণাথে তিনি তাঁর বানী প্রথম প্রচার করেন। গৌতম বুদ্ধ আমাদের শুনিয়েছিলেন অ-হিংসার বানী, তবু কেন পৃথিবীতে এতো হিংসা আর যুদ্ধে হচ্ছে প্রান হানী। পৃথিবীর সকল দেশের মানুষ যদি হিংসা ত্যাগ করে, জগতের সকল মানুষের মন উঠবে আনন্দে ভরে।

## ‘দ্য মিডল ওয়ে’ (মধ্যম পথ)

সিদ্ধার্থ বড়ুয়া

(ইসকন মন্দির তিন নম্বর গেট, নিউ টেম্পল কর্ণার, শিলিগুড়ি)



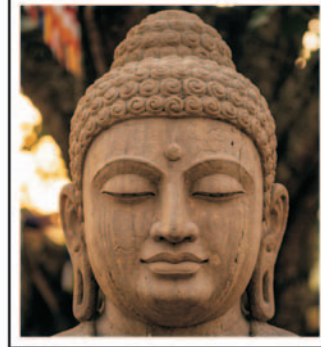
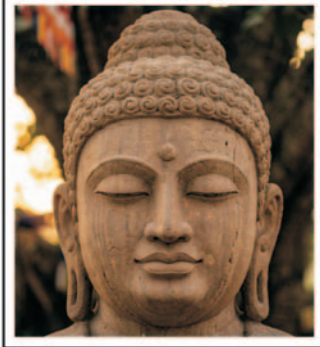
সিদ্ধার্থের জন্ম, সিদ্ধার্থের বুদ্ধত্ব লাভ এবং বুদ্ধের মহাপরিনির্বাণ লাভ এই তিনটির সমন্বয়ে আজ ২৫৭০ বুদ্ধবর্ষ বা বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষে সমস্ত মানবজাতিকে হায়দর পাড়া বিদর্শন ধ্যান আশ্রম এর পক্ষ থেকে মৈত্রীময় শুভেচ্ছা ও যথাযথ শ্রদ্ধা জ্ঞাপন করছি। আজকে বুদ্ধের আবিষ্কৃত অন্যতম শ্রেষ্ঠ মার্গ বা মধ্যম পন্থা বিষয়ে সামান্য আলোকপাত করার চেষ্টা করছি। রাজার কুমার সিদ্ধার্থ গৃহ ত্যাগের পর থেকে নৈরঞ্জনা নদী পার হয়ে বোধি বৃক্ষের নিচে বসার আগে পর্যন্ত কৃচ্ছতা সাধন পূর্বক উপলব্ধি করেছিলেন যে কঠোর পন্থা অবলম্বন করলে আমার সিদ্ধি লাভ হবে না। যখনই তিনি চরমপন্থা ত্যাগ করে, সুজাতার পায়সন্ন গ্রহণ করে দেহে শক্তি ফিরে পেয়েছিলেন, তারপর নদীর অপর পাড়ে গিয়ে বোধি বৃক্ষের নিচে বসে অটল সংকল্প করে গভীর ধ্যানে মগ্ন হলেন এবং সেই রাতেই তিনি বুদ্ধত্বপ্রাপ্ত হলেন। তখন তিনি উপলব্ধি করলেন, অনাহারে যদি দেহ নিস্তেজ হয়ে যেত, আমি মারা যেতাম বুদ্ধত্ব প্রাপ্তি অথবা থেকে যেত। তাই অতিরিক্ত ভোগবিলাসিতা এবং কৃচ্ছতা সাধন না করে তাদের মাঝামাঝি ভারসাম্যপূর্ণ পথ অনুসরণ করা শ্রেষ্ঠ পথ বা শ্রেষ্ঠ মার্গ বলে অভিহিত করেছেন এবং এটাই একমাত্র মুক্তির পথ।

এ প্রসঙ্গে আরো বলেন যখন কেউ বুদ্ধ জয় করেন তখন তার প্রতি শ্রদ্ধতা বেড়ে যায় আবার যে পরাজিত হন সে পরাজয়ের গ্লানি বইতে

সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষ্যে শুভেচ্ছা

## আলোক রঞ্জন বড়ুয়া

সভাপতি কৃপাশরণ বুদ্ধিস্ট মিশন, সভাপতি বুদ্ধস লাইট ইন্টারনেশনাল এসোসিয়েশন দার্জিলিং



ঠিকানা শঙ্কর আবাসন, নেতাজি সরনী, হায়দারপাড়া শিলিগুড়ি

**MATANGINI**  
A COMPLETE NAME IN CATERING  
AN ISO 22000 - CERTIFIED CATERER

**শিলিগুড়ি থেকে আসাম**  
আতিথেয়তার একমাত্র নাম  
মাতঙ্গিনী ক্যাটারার।

SIKKIM Bhutan ASSAM  
Siliguri Guwahati  
MEGHALAYA & Shillong

Das Villa, Rabindra Nagar, (Near T.T. Academy)  
PO Rabindra Sarani, Siliguri, India, 734006  
9434498494  
9832015583 / 9434209661

খবরের ঘন্টা

১৮

খবরের ঘন্টা

৭



গিয়ে মানসিক যন্ত্রণায় ভোগে এবং পুনরায় জয়ী হওয়ার জন্য অস্থির থাকেন। তাই বুদ্ধের মতে যিনি জয় পরাজয়ের উর্ধ্বে গিয়ে, জয় পরাজয়ের মোহ ত্যাগ করতে পেরেছেন অর্থাৎ আত্মজয়ী বা নিজেকে জয় করতে পেরেছেন, সেটাই হলো শ্রেষ্ঠ জয়। যেখানে কোন প্রতিদ্বন্দ্বিতা থাকে না। এবং সেই ব্যক্তি সুখে শয়ন করতে পারেন। এটাই হলো মধ্যম পথ বা ভারসাম্যপূর্ণ পথ।

অন্যথায়, অতিবৃষ্টিতে যেমন বন্যায় প্লাবিত হয় আবার অনাবৃষ্টিতেও মরুভূমিতে পরিণত হয়। এমতাবস্থায় মধ্যম পথ বা ভারসাম্যপূর্ণতার বিকল্প নেই। জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে যথা পরিবার, সমাজ, দেশ এবং সমগ্র বিশ্বের প্রতিটি পদক্ষেপে মধ্যম পথ বা নিরপেক্ষতা বা ভারসাম্য পূর্ণতা অবলম্বন করা উচিত। আজকের এ ত্রিস্মৃতি বিজড়িত মহান দিনে মহামতি বুদ্ধের মহান সৃষ্টিকে আমাদের দৈনন্দিন জীবনে আচরণ

করতে পারলে বর্তমান বিশ্ব যুদ্ধময় না হয়ে বুদ্ধময় হয়ে বিরাজ করত। তবেই পৃথিবীর মানব জাতি জয় পরাজয়ের উর্ধ্বে গিয়ে শান্তিতে ঘুমাতে পারতো। তাই বুদ্ধের মধ্যমপন্থা তথা 'দ্যা মিডল ওয়ে' এর কোন বিকল্প নেই।

বিশ্বে শান্তি বর্ষিত হোক।  
সকল প্রাণী সুখী হোক।  
সকলে শান্তি লাভ করুক।

## আবার আসিব ফিরে !

অশোক পাল  
(ফুলবাগান, মুর্শিদাবাদ)



তুই শব্দের উৎস সমুদ্রের উপচানো ঢেউ  
তোর পায়ের নিচে চাপা পড়ে  
বিনুকের সৌন্দর্য  
মোহনায় নদী আছড়ে পড়ে অহরহ  
বালুকাবেলায়  
গোধূলির আকাশে রোজ লেখা হয়

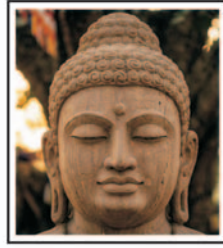
হাজারো কবিতা...!  
অপেক্ষায় থেকে থেকে বহু সময় চলে যায়  
তবুও অপেক্ষায় থাকি  
থাকতে হয় অকারণ কিনা জানিনা  
পরিসংখ্যানের হিসাব ডাইরিতে লিখিনা  
তোকে মনের কোনে লুকিয়ে রাখি  
লাভ ক্ষতির হিসাব রাখিনি  
রাত-বিরেতে তোর পায়ের শব্দে  
অশান্ত হৃদয় চূপচাপ হয়ে যায়  
ভাবি, এখনও অন্তত কেউতো আছে  
যে আমার হারানো পথ আগলে রাখে  
সত্যি বলতে, যাকে সেভাবে কোনও দিন  
বলা হয়ে ওঠেনি ভালোবাসার কথা  
অথচ, তার এতোগুলো বছর এত দূরে  
চলে যাওয়া...  
প্রতিদিন বলে চলে জীবনানন্দের অনুভবে  
আবার আসিব ফিরে...!

With Best Compliments From :



### Gautam Buddha's Message for the Welfare of Mankind

Gautam Buddha taught a timeless message for the welfare of mankind based on compassion, wisdom, and peace. He advised people to live a life of kindness, truthfulness, and non-violence, respecting all living beings. His teachings guide humanity to reduce suffering by understanding the nature of life.

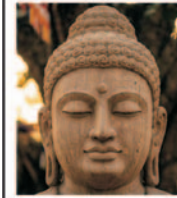


Buddha explained the path to end sorrow through the Four Noble Truths, which identify suffering and its causes, and the way to overcome it. He further taught the Noble Eightfold Path—right view, thought, speech, action, livelihood, effort, mindfulness, and concentration. By practicing morality, meditation, and wisdom, a person can purify the mind, overcome desire and ignorance, and ultimately attain Nirvana—a state of eternal peace, free from sorrow forever.

## Pradip Kumar Baruah

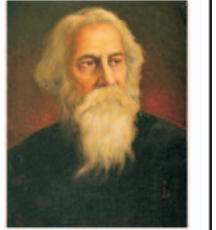
House No. 17, Luit Nagar, Saatgaon, Gouhati, Assam. Ph. 9864262815

সবাইকে বুদ্ধ পূর্ণিমা ও রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তীর আন্তরিক শুভেচ্ছা



## কলাঙ্গন বাচিক শিক্ষা প্রতিষ্ঠান

(শিনিগুড়ি), প্রতিষ্ঠিত ২০১৯



“মনই সবকিছু। তুমি যা ভাবো,  
তাই হয়ে ওঠে।” --গৌতম বুদ্ধ

“শান্তি একটি যাত্রা,  
কোনো গন্তব্য নয়।” -- রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর

এই শুভ লগ্নে, যখন জগৎ বুদ্ধ পূর্ণিমার চাঁদের আলোয় আলোকিত এবং বিশ্ব কবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের সুরে বিভোর, তখন কলাঙ্গন বাচিক শিক্ষা প্রতিষ্ঠান-এর পক্ষ থেকে আপনাদের সকলকে জানাই বুদ্ধ পূর্ণিমা এবং আসন্ন রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তীর আন্তরিক প্রীতি ও শুভেচ্ছা। আসুন, বুদ্ধের করুণা ও মৈত্রী এবং রবীন্দ্রনাথের সৃষ্টিশীলতা ও মানবতাবাদের দ্বারা অনুপ্রাণিত হয়ে আমরা সবাই মিলে শান্তি ও অহিংসার পথ অনুসরণ করি। আমাদের কথাবার্তা, আমাদের কাজ আর আমাদের চিন্তাধারা যেন পৃথিবীটাকে আরও সুন্দর, আরও শান্তিপূর্ণ করে তোলে। কলাঙ্গন বাচিক শিক্ষা প্রতিষ্ঠান সবসময় চেষ্টা করে যাতে আমরা শুদ্ধ ও সুসংস্কৃত বাচনভঙ্গির মাধ্যমে সমাজে ভালোবাসার ও শান্তির বার্তা ছড়িয়ে দিতে পারি। নতুন বছরে, এই দুই মহামানবের আশীর্বাদ যেন আপনাদের জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে পথ দেখায়। আসুন, শান্তির বাণী, ভালোবাসার গান এবং সৃষ্টিশীলতার আলো নিয়ে আমরা একসাথে এগিয়ে যাই।

(যোগাযোগ) আমাদের সাথে যোগাযোগ করতে দ্বিধা করবেন না ৯৪৭৪০৩৩১১৯

খবরের ঘন্টা

৮

খবরের ঘন্টা

১৭

## শান্তির পথে চলার আহ্বান

অভিজিৎ বড়ুয়া (দেশবন্ধু পাড়া, শিলিগুড়ি)



বুদ্ধ পূর্ণিমা শুধু একটি ধর্মীয় উৎসব নয়, এটি মানবতার এক গভীর বার্তা বহন করে। এই দিনেই জন্মগ্রহণ করেছিলেন গৌতম বুদ্ধ; যিনি তাঁর জীবন ও দর্শনের মাধ্যমে পৃথিবীকে শিখিয়েছেন শান্তি, করুণা ও সত্যের পথ। আজকের এই অস্থির সময়ে, যখন চারদিকে হিংসা, অশান্তি ও বিভেদের আবহ, তখন গৌতম বুদ্ধের শিক্ষা আমাদের কাছে আরও বেশি প্রাসঙ্গিক হয়ে ওঠে। তিনি খুব সহজ ভাষায় মানুষকে বোঝাতে চেয়েছিলেন; জীবনের আসল সুখ বাইরে নয়, আমাদের নিজের মনেই লুকিয়ে আছে।

বুদ্ধ বলেছিলেন, “মনই সবকিছু; তুমি যা ভাবো, তুমি তাই হয়ে ওঠো।” এই একটি কথার মধ্যোই লুকিয়ে আছে জীবনের গভীর সত্য। যদি আমরা ভালো ভাবি, ভালো কাজ করি, তবে আমাদের জীবনও সুন্দর হয়ে উঠবে। তিনি আরও শিখিয়েছেন অহিংসা ও করুণার পথ। তাঁর মতে, হিংসা কখনো হিংসা দিয়ে শেষ হয় না, ভালোবাসাই পারে হিংসার অবসান ঘটাতে। এই শিক্ষা শুধু ব্যক্তিগত জীবনের জন্য নয়, সমাজ ও বিশ্বের জন্যও সমানভাবে গুরুত্বপূর্ণ। যদি আমরা একে অপরের প্রতি সহানুভূতিশীল হই, তবে অনেক সমস্যারই সহজ সমাধান সম্ভব। গৌতম বুদ্ধ আমাদের আরও একটি গুরুত্বপূর্ণ শিক্ষা দিয়েছেন, আসক্তি ত্যাগ। তিনি বলেছেন, অতিরিক্ত লোভ, রাগ বা মোহই মানুষের দুঃখের মূল কারণ। তাই জীবনে সংযম ও মধ্যপন্থা অবলম্বন করাই শান্তির পথ।

সহজভাবে বললে, বুদ্ধের দর্শন আমাদের শেখায়, ভালো মানুষ হতে, অন্যকে সম্মান করতে, রাগ ও হিংসা থেকে দূরে থাকতে, নিজের মনকে নিয়ন্ত্রণে রাখতে। বুদ্ধ পূর্ণিমার এই পবিত্র দিনে আমাদের প্রত্যেকের উচিত তাঁর এই সহজ অথচ গভীর শিক্ষাগুলি জীবনে প্রয়োগ করা। কারণ, পরিবর্তন শুরু হয় নিজের থেকেই। আসুন, আমরা সকলে মিলেই প্রতিজ্ঞা করি--শান্তি, সহমর্মিতা ও ভালোবাসার পথেই চলব। তবেই গড়ে উঠবে এক সুন্দর, মানবিক ও শান্তিপূর্ণ সমাজ।

সকলকে বুদ্ধ জন্ম জয়ন্তীর শুভেচ্ছা

“হাজারও খালি শব্দের থেকে ভাল সেই শব্দ, যা শান্তি নিয়ে আসে।”-গৌতম বুদ্ধ

### সজল কান্তি বড়ুয়া

ফাটাপুকুর, রাজগঞ্জ। জেলা--জলপাইগুড়ি।

Prop. Sajal Kanti Baruah

## SARITA CORNER

“A reliable stationary shop”

All kind of Library Items, Kitchen Utencils, Gift Items, Daily used Items etc available here.  
Xerox, Scanning, Printing also done here

Fatapukur, Rajganj Road, Dist. Jalpaiguri

খবরের ঘন্টা

১৬

খবরের ঘন্টা



## গৌতম বুদ্ধের জীবনী

সুকান্ত বড়ুয়া (আলিপুরদুয়ার)

গৌতম বুদ্ধ মানব ইতিহাসের এক অনন্য মহাপুরুষ, যিনি করুণা, শান্তি ও জ্ঞান-এর পথ দেখিয়েছিলেন। তাঁর প্রকৃত নাম ছিল সিদ্ধার্থ গৌতম। তিনি বৌদ্ধ ধর্মের প্রবর্তক এবং তাঁর শিক্ষা আজও বিশ্বের কোটি মানুষের জীবনে প্রভাব ফেলে।

গৌতম বুদ্ধের জন্ম খ্রিস্টপূর্ব ৫৬৩ সালে লুম্বিনীতে। তাঁর পিতা ছিলেন শুদ্ধধন, শাক্য বংশের রাজা, এবং মাতা ছিলেন মায়াদেবী। রাজপ্রাসাদে বিলাসবহুল জীবনে বড় হলেও, ছোটবেলা থেকেই সিদ্ধার্থ ছিলেন গভীর চিন্তাশীল ও সংবেদনশীল।

২৯ বছর বয়সে তিনি জীবনের চারটি দৃশ্য--একজন বৃদ্ধ, একজন অসুস্থ, একজন মৃতদেহ এবং একজন সন্ন্যাসী--দেখে গভীরভাবে বিচলিত হন। তিনি উপলব্ধি করেন যে জীবন দুঃখে ভরা এবং এই দুঃখের কারণ খুঁজে বের করা প্রয়োজন। এরপর তিনি সংসার ত্যাগ করে সত্যের সন্ধানে বেরিয়ে পড়েন।

দীর্ঘ ছয় বছর কঠোর তপস্যার পর তিনি বুঝতে পারেন যে অতিরিক্ত কষ্ট বা ভোগ; কোনোটিই সঠিক পথ নয়। তিনি ‘মধ্যমার্গ’ গ্রহণ করেন। অবশেষে বুদ্ধ গয়া-এর বোধিবৃক্ষের নিচে ধ্যান করে তিনি জ্ঞান লাভ করেন এবং ‘বুদ্ধ’ (অর্থাৎ জ্ঞানপ্রাপ্ত) নামে পরিচিত হন।

জ্ঞানলাভের পর তিনি প্রথম ধর্মচক্র প্রবর্তন করেন সারণাথ-এ। তিনি মানুষের দুঃখ দূর করার জন্য ‘চারটি আর্থ সত্য’ এবং ‘অষ্টাঙ্গিক মার্গ’-এর শিক্ষা দেন। তাঁর শিক্ষা ছিল সহজ, মানবিক এবং বাস্তবভিত্তিক।

৮০ বছর বয়সে, খ্রিস্টপূর্ব ৪৮৩ সালে তিনি কুশিনগরে মহাপরিনির্বাণ লাভ করেন। তাঁর প্রয়ানের পরও তাঁর শিক্ষা সারা বিশ্বে ছড়িয়ে পড়ে।

গৌতম বুদ্ধের মূল শিক্ষা (সংক্ষেপে)---জীবন দুঃখময় (দুঃখ), দুঃখের কারণ আছে (তৃষ্ণা), দুঃখের অবসান সম্ভব, দুঃখ থেকে মুক্তির পথ হলো অষ্টাঙ্গিক মার্গ।

গৌতম বুদ্ধের জীবন আমাদের শেখায় সংযম, সহানুভূতি এবং আত্মজ্ঞান-এর গুরুত্ব। তাঁর বাণী আজও মানবজাতির জন্য এক আলোকবর্তিকা হয়ে রয়েছে।

সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমার শুভেচ্ছা

শুভ বুদ্ধ পূর্ণিমা (বৈশাখী পূর্ণিমা)র আন্তরিক শুভেচ্ছা সকলকে। জগতের সকল প্রাণী সুখী হোক, সকল ধরনের রোগ থেকে সকলেই আরোগ্য লাভ করুক। বৌদ্ধ ধর্ম হলো অহিংসা পরম ধর্ম (২০২৫)। নমো বুদ্ধ নমো ত্রিরত্ন।

শুভেচ্ছান্তে



### শ্রী প্রদীপ বড়ুয়া ও শ্রীমতী পিংকি বড়ুয়া

ডিফেন্স কলোনি, বাগডোগরা, জেলা দার্জিলিং, পশ্চিমবঙ্গ।



১৭

## অন্ত দীপ ভব

রিক্সু মিত্র (পাল)

(কল্যাণী, নদীয়া)



রাত্রি তখন গভীর। চারিদিকে অন্ধকার আর নিস্তব্ধ। গ্রীষ্মকাল, তাই শোবার ঘরের জানালাগুলি খোলা। ঘরে শুধু হালকা ফ্যানের আওয়াজ আর

নীলার নিশ্বাস। পূর্বের জানালায় চোখ পাতলে আম, কলা আর কামরাঙা গাছের ঘন সন্নিবিষ্ট পাতার চাপ চাপ

অন্ধকার বাড়ির সবাই ঘুমুচ্ছে, অথচ

নীলার চোখে ঘুম নেই। সন্ধ্যাবেলার ভীমরঙ্গলের কামড়ের জায়গাটা এখনও দপ্ দপ্ করছে। পা স্থির রাখতে পারছে না। সত্যি তো বিপদ তো আর বলে কয়ে আসে না! বেচারী ভীমরঙ্গলের কোনো দোষ নেই। সবাই বাঁচতে চায় নীলাও মারতে চায়নি, অজান্তে পা দিয়ে ফেলেছে। সে সন্ধ্যাবেলা সন্ধ্যাবাতি দেবে বলে - গা ধুইয়ে গুন গুন করে গান গাইতে গাইতে, যেমনি ঠাকুর ঘরের দরজা খুলে বাঁ পা

দিয়েছে, ওমনি বিপদ! বেচারী দরজার কাছে উল্টে পড়েছিল। আবছা অন্ধকারে নীলা বুঝতে পারেনি।

দুপুরবেলা পূজো দেবার সময়, ঠাকুরঘরের উত্তরের দেওয়ালে বামদিকে উপরে দেখেছিল। তারপর পূর্বের জানালায় তাকাতেই, দেখল জানালার একপাট খোলা। সে ভাবল, “হয়তো পূজার ফুলের সুগন্ধেই আকর্ষিত হয়ে এ ঘরে ঢুকেছে”। নীলা ওর জীবনে এতোবড়ো ভীমরঙ্গল আগে কখনো দেখেনি। আকারে বেশ মোটা, শরীরটা পুরো কালো, পিঠের ওপরে একটামাত্র হলুদ ডোরাকাটা দাগ ছিল ফোটানোর মুহূর্তেই তীব্র যন্ত্রণা! নীলার সমস্ত শরীর কাঁটা দিয়ে কেঁপে উঠল, আর ঘামতে লাগল। সে পা উঁচু করে দুইহাত দিয়ে শক্ত করে চেপে ধরে, মেয়েকে ডাকতে লাগল।

মায়ের চিৎকার শুনে, মেয়ে আর বোনপো ছুটে এল। নীলা ওদের বলল.. “আগে পাখা চালা”। তারপর ওরা আলতো করে চুন লাগিয়ে দিল নীলা ঐ অবস্থায় কোনরকম সন্ধ্যা দিয়ে খাটে বসলে... মেয়ে বলল.. “মা তুমি বাচ্চাদের মত কোরছো”। নীলার দেড় বছরের নাতনি পিছ.. দিদুনের কান্না দেখে সেও কাঁদতে শুরু করল, আর সমানে বলতে লাগল.. “দুন দুন কাননো না”। বিছানার বালিশ পেতে দিয়ে বলল.. “শোও”। নাতনির কাশ দেখে.. নীলা না হেসে পারল না।

এতোরাতে সেও এখন ঘুমিয়ে কাদা। শুধু জেগে রইল নীলা একা। সে ব্যথাকে বলল.. “তুই থাক তোর মত, এখনো সকাল হয়নি”।

Wish you a very happy and prosperous Buddha Purnima

# NEW

May all beings in the world be happy

## NEW TEMPLE CORNER



(Varieties shop)  
Iskcon mandir 3no. Gate  
Siliguri--734006  
Mobile No. 8250469684



খবরের ঘন্টা

১০

খবরের ঘন্টা

১৫



## মানবসেবার পথেই বুদ্ধের দর্শন

পার্থপ্রতিম বড়ুয়া (সম্পাদক, কালচিনি করুনা চ্যারিটেবল সোসাইটি)

বুদ্ধ পূর্ণিমার এই পবিত্র দিনে আমরা স্মরণ করি গৌতম বুদ্ধের সেই চিরন্তন শিক্ষা, যা শুধু ধর্মের গণ্ডিতে আবদ্ধ নয়, বরং মানবজীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে প্রাসঙ্গিক। আজকের এই ব্যস্ত, অস্থির এবং প্রতিযোগিতামূলক সমাজে সত্যিই ভালো থাকতে হলে বুদ্ধের দর্শনের বিকল্প নেই; এই উপলব্ধিই আমাদের পথ দেখায়। কালচিনি করুনা চ্যারিটেবল সোসাইটির মাধ্যমে আমরা চেষ্টা করছি শিক্ষা দান, মানবিক চিকিৎসা পরিষেবা এবং নানা সামাজিক কর্মকাণ্ডের মাধ্যমে মানুষের পাশে দাঁড়াতে। এই কাজগুলির মূল প্রেরণা একটাই; মানুষের কল্যাণ। আর এই মানবকল্যাণের দর্শনই তো গৌতম বুদ্ধ আমাদের শিখিয়ে গিয়েছেন।

বুদ্ধ বলেছেন, “হিংসা কখনো হিংসা দিয়ে নিবৃত্ত হয় না; প্রেম দিয়েই হিংসার অবসান ঘটে।” এই বাণী আমাদের শেখায়, সমাজে শান্তি প্রতিষ্ঠা করতে হলে ভালোবাসা ও সহমর্মিতার বিকল্প নেই। তিনি আরও বলেছেন, “অন্যকে সাহায্য করলে নিজের মনই সবচেয়ে বেশি শান্তি পায়।” এই কথাই মনে রাখা মানবসেবার প্রকৃত অর্থ নিহিত। মানুষের পাশে দাঁড়ানোই প্রকৃত ধর্ম। বুদ্ধের আরেকটি অমূল্য বাণী, “মনই সবকিছু: তুমি যা ভাবো, তুমি তাই হয়ে ওঠো।” অর্থাৎ, আমাদের চিন্তাভাবনাই আমাদের জীবনকে গড়ে তোলে। তাই ইতিবাচক চিন্তা ও সৎ কর্মই আমাদের এগিয়ে নিয়ে যেতে পারে। এছাড়াও তিনি বলেছেন, “নিজেকে জয় করাই সবচেয়ে বড় জয়।” এই আত্মসংযম ও আত্মশুদ্ধির শিক্ষাই আমাদের প্রকৃত মানুষ হতে সাহায্য করে।

আজকের দিনে দাঁড়িয়ে আমরা যতই উন্নত হই না কেন, যদি আমাদের মধ্যে মানবিকতা, সহানুভূতি ও সংযম না থাকে, তবে সেই উন্নয়ন অর্থহীন। তাই বুদ্ধ পূর্ণিমার এই পবিত্র মুহূর্তে আমাদের প্রত্যেকের উচিত তাঁর দর্শনকে জীবনের অংশ করে নেওয়া। শিক্ষা, চিকিৎসা ও সমাজসেবার মাধ্যমে আমরা যদি মানুষের পাশে দাঁড়াতে পারি, তবে সেটিই হবে বুদ্ধের প্রতি প্রকৃত শ্রদ্ধা।

সবশেষে একটাই কথা, ভালো থাকতে হলে, শান্তিতে থাকতে হলে, মানুষের জন্য কাজ করতে হলে; গৌতম বুদ্ধের পথেই চলতে হবে।

সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমা উপলক্ষ্যে শুভেচ্ছা, জগতের সকল প্রাণী সুখী হউক



লুপ্তিনির কাননে, শালবৃক্ষের ছায়াতলে,  
এক মহাজ্যোতি এলো পৃথিবীর ধূলিতলে।  
রাজপ্রাসাদের সুখ বিসর্জন দিয়ে,  
তুমি হেঁটেছিলে সত্যের সন্ধানে।  
বোধিবৃক্ষের সেই মহান স্থানে,  
শান্তি ছড়ালে মানবের কানে কানে।  
জগতের সকল প্রাণী সুখী হোক আজ,  
এই তো তোমার দেওয়া শ্রেষ্ঠ কারুকাজ।



# তন্ময় বড়ুয়া

(হায়দরপাড়া, শরৎ চন্দ্র পল্লী, শিলিগুড়ি)

১০

খবরের ঘন্টা

১৫



১. আমি জীবহত্যা থেকে বিরত থাকার শিক্ষা গ্রহণ করছি। ২. আমি চুরি না করার শিক্ষা গ্রহণ করছি।

৩. আমি ব্যভিচার বা অনুচিত কামাচার থেকে দূরে থাকার শিক্ষা গ্রহণ করছি। ৪. আমি মিথ্যা কথা বলা থেকে বিরত থাকার শিক্ষা গ্রহণ করছি।

৫. আমি নেশাজাতীয় দ্রব্য (যেমন; মদ, তাড়ি, গাঁজা, ভাঙ) এবং জুয়াখেলা ইত্যাদি থেকে বিরত থাকার শিক্ষা গ্রহণ করছি।

সমগ্র মানবসমাজের সুখী, সম্মানিত ও সুন্দর জীবনযাপনের জন্য এই পঞ্চশীল পালন করা একান্ত আবশ্যিক। যিনি এই নিয়মগুলো পালন করেন, তিনি একজন শ্রেষ্ঠ মানুষে পরিণত হন। কিন্তু অত্যন্ত পরিতাপের বিষয় এই যে, আমরা আজ পঞ্চশীলের কথা ভুলে গিয়েছি। বর্তমান যুগে পরিবার, সমাজ, অফিস, বিদ্যালয় বা কোনো অনুষ্ঠানেই পঞ্চশীল চর্চা বা অনুশীলন করানো হয় না।

হে বন্ধুগণ! পঞ্চশীলই হলো জীবনের সঠিক শিক্ষা। এটি গৌতম বুদ্ধের এক আদর্শ শিক্ষাপদ্ধতি। পঞ্চশীল পালন করা কোনো নির্দিষ্ট সম্প্রদায় বা ধর্মের প্রচার নয়; বরং এটি আমাদের নিজেদেরই সুখ ও সম্মানের পথ।

যদি কোনো ব্যক্তি চান যে তাঁর জীবনে সুখ, শান্তি ও কল্যাণ সর্বদা বজায় থাকুক এবং দেশের মানুষও স্বাধীন ও শান্তিতে বসবাস করুক, তবে তাঁর উচিত পঞ্চশীলের এই সদাচার, গুণাবলি, বার্তা ও উপদেশগুলো হৃদয় দিয়ে গ্রহণ করা।

নীলা বালিশের ওপর পা তুলে শুয়ে নানান কথা ভাবছিল... “সামান্য ভীমরুগলের কামড়ে তাঁর এতো যন্ত্রণা! এর থেকে বেশি কিছু হলে সে কী করত! মানুষের তো কত রকম যন্ত্রণা আছে। এক এক রকম যন্ত্রণার রকমভেদ আলাদা। জীবন মানেই তো যন্ত্রণা। তার ওপরে জ্বরা ব্যাধিতে আছেই”।

সেও তো জীবনে অনেক কষ্ট পেয়েছে। কিন্তু কাউকে কখনো বুঝতে দেয়নি। সে আরও ভাবল.. এই জীবন যন্ত্রণা থেকে মুক্তির উপায় তো আছে। তবে কজন আর সেই পথ অবলম্বন করে? এই সমস্ত কথা ভাবতে ভাবতে, নীলা কখন যেন ঘুমিয়ে পড়ল। আর সে একটা অদ্ভুত

স্বপ্ন দেখল। সে দেখল... তাঁর বুকের বাঁ দিকের অলিন্দে.. একটা গভীর ক্ষত হয়েছে। আর চিন চিন করে ব্যথা কোরছে। সে তাঁর বুকের পাঁজরের মধ্য দিয়ে অতিকষ্টে দুই আঙুল চালিয়ে ওমুখ লাগানোর চেষ্টা করছে কিন্তু পারছে না। সেখানে অর্ধচন্দ্রাকৃতি কপাটিকাগুলি খুলছে না। সেখানে কালো রংয়ের ভারী পাথরের মত এক বস্তু চেপে বসে আছে। নীলা অনেক চেষ্টা করে সরাতে না পেরে এদিক ওদিক

ছোটাছুটি করল... কিন্তু কাউকে

সে পেল না। অগত্যা সে নিরুপায় হল। তখন হঠাৎ.. কপিলাবস্ত্র নগরের লুম্বিনী গ্রামের গৌতম বুদ্ধের কথা তাঁর মনে হল। স্মরণ হল তাঁর বানী - “অন্ত দীপ ভব”... নিজেই প্রদীপ হও.. অর্থাৎ নিজেই আলো হয়ে সমস্ত অন্ধকার, বাধা, বিপত্তি ব্যথা, কষ্ট দূর করো” নিমেষের মধ্যে নীলা নিজেকে দেখতে পেল.. বুদ্ধগয়ায় বোধিবৃক্ষের ছায়ায় বসে আছে। সেখানে বোধিবৃক্ষের পাতাগুলি হাওয়ায় মৃদু নড়ছে, আর ঠান্ডা শিরশিরেবাতাস বইছে। আঃ কী আরাম! চরম শান্তি”! নীলার সমস্ত ব্যথা যেন দূর হয়ে গেল। এরমধ্যেই মেয়ের ডাকে নীলার ঘুম ভাঙলো। কানে এল.. মা তুমি ডিউটি যাবে না? নীলা ধড়মড় করে উঠে বলল.. এতো বেলা হয়ে গেছে। তাছাড়া পা তো ফুলে আছে, জুতো পরব কি করে! নীলার স্বপ্নের যোর তখনো কাটেনি। মনে মনে বলল.. ‘ভীমরুগল, তুই আমায় একটা ভাল শিক্ষা দিলি।

তোর পরজনমের মঙ্গল কামনা করি”।

সকলকে বাংলা নববর্ষের প্রীতি ও শুভেচ্ছা জানাই :

CELL 89183 54785  
73191 27594

এখনো সমাজে অনেক মানুষ নিরাশ্রয় অবস্থায় রাস্তায় পড়ে থাকেন। এখনো আমাদের সমাজে অনেক ভবঘুরে রয়েছেন যারা নিদারুণ কষ্টে থাকেন। এখনো অনেক মানুষ একটু বস্ত্র বা খাদ্যের জন্য হা পিত্যেশ করেন। আর ভক্তিনগর শ্রদ্ধা ওয়েলফেয়ার সোসাইটি সবসময় এই সব অসহায় মানুষদের পাশে থাকার জন্য আপ্রান চেষ্টা চালিয়ে যাচ্ছে। তাই আপনারাও ভক্তিনগর শ্রদ্ধা ওয়েলফেয়ার সোসাইটির এই কর্মযজ্ঞে সামিল হউন – সাহায্য সহযোগিতা করার জন্য গুণ্ডল পেন্সন বা যোগাযোগ নম্বর ৮৯১৮৩৫৪৭৮৫

**BHAKTINAGAR SHRADDHA WELFARE SOCIETY**

16 MASJID ROAD, ASHRAF NAGAR, WARD NO. 40, SILIGURI-734006

খবরের ঘন্টা

With Best Compliments From :

Cell : +91 9933915891  
+91 8617445973  
E-mail : karunasociety2005@gmail.com

**KALCHINI KARUNA CHARITABLE SOCIETY**  
NIMTI DOMOHANI, KALCHINI-735217, ALIPURDUAR, WEST BENGAL, INDIA

HIS ABSENCE IS A SILENT GRIEF,  
HIS LIFE A BEAUTIFUL MEMORY  
IN LOVING MEMORY OF  
SRI MANGAL SUBBA  
1949--2006

GONE BUT NEVER FORGOTTEN -  
NOTHING WILL EVER TAKE YOUR PLACE  
IN LOVING MEMORY OF  
BHIKKHU BODHIPALA  
DEC 20, 1968 -- JULY 27, 2020

Activities : Karuna Vidyapeeth ♦ Free Medical Clinic ♦ Humanitarian Relief

১৪

খবরের ঘন্টা

১১



## বুদ্ধদেবের মার্গদর্শন

কাকলি বাসু বিশ্বাস (দেশবন্ধু পাড়া, শিলিগুড়ি)

ত্রিজগতের সৃষ্টিকর্তা পরম পিতা ব্রহ্মা। তাঁর অপরূপ সৃষ্টিতে ত্রিজগত সুন্দর ও অপরূপ শোভার নিদর্শন বহন করে আসছে যুগ যুগ ধরে।

জগতের ভারসাম্য ও রক্ষার পালনের জন্য ত্রিজগতের অবতার রূপে অবতীর্ণ হন শ্রী শ্রী বিষ্ণু, তিনি ভিন্ন ভিন্ন রূপে অবতীর্ণ হয়েছেন। কখনো শ্রীরাম, শ্রীকৃষ্ণ, পরশুরাম ইত্যাদি, তিনি আরও এক রূপে জন্ম নেন বুদ্ধদেব নামে, নেপালের কপিলাবস্ততে। শৈশব থেকে তিনি ছিলেন অত্যন্ত নম্র, বিনয়ী ও মৈত্রীর বন্ধনে বিশ্বাসী, তিনি বিলাস বহুল জীবনে আশ্রয়ী ছিলেন না।

পরবর্তীতে তিনি বৌদ্ধ ধর্মের অষ্টা বুদ্ধদেব নামে অবতীর্ণ হন মানবজাতির মাঝে। তিনি মানবজাতিকে সঠিক মার্গ দর্শন করাতে চেয়ে বলেছিলেন “অহিংসা পরম ধর্ম”। লোভ, লালসা, বাসনা, কামনা, ক্রোধ, হিংসা মানবজাতির এই অবগুণ দুঃখের কারণ। এইসব অবগুণে পৃথিবীতে মানবজাতি উন্মুক্ত হয়ে উঠলে সঠিক মার্গ দেখানোর জন্য তিনি কিছু বানী নিঃসৃত করেছিলেন-- জরা, ব্যাধি, মৃত্যু জীবনে থাকবেই, তার মাঝে তিনি খুঁজে পেয়েছিলেন প্রশান্তির মার্গ, যা অশুভ বা অবগুণকে সংযত, ভালোবাসা আর মৈত্রী দিয়ে জয় করার শিক্ষা দিয়েছিলেন, সততা, শুভচিন্তা, সংভাবনা আর ভালোবাসার মেলবন্ধনে সৃষ্টি হয় এক নতুন জগত, ধ্যান আর তপস্যার মধ্যে দিয়ে তিনি বুদ্ধ হয়েছিলেন, বুদ্ধ শব্দের অর্থ হল যিনি মন ও বুদ্ধির উর্ধে উঠে পরম সত্যকে প্রাপ্ত, আজ চলুন আমরা লোভ, ক্রোধ, হিংসা, লালসা, কামনা ও বাসনাকে জয় করে সততা, শুভচিন্তা, সংভাবনা ও মৈত্রী দিয়ে, তাঁর দেখানো মার্গে আমরা এই তপস্যার মধ্যে দিয়ে বুদ্ধদেবের অনুব্রত হই, আর হাতে হাত ধরে গড়ে তুলি এক সুন্দর পৃথিবী, যেখানে আকাশে বাতাসে ধ্বনিত হবে “ বুদ্ধং শরনম গচ্ছামি, /সভ্য সত্য্য সুখীতা হস্ত”



## পঞ্চশীলের মর্মকথা

অলোক রঞ্জন বড়ুয়া

(সভাপতি কৃপাশরণ বুদ্ধি স্ট মিশন, সভাপতি বুদ্ধস লাইট ইন্টারন্যাশানল এসোসিয়েশন দার্জিলিং, বর্তমান ঠিকানা শঙ্কর আবাসন, নেতাজি সরনী, হায়দারপাড়া শিলিগুড়ি)



মহামানব গৌতম বুদ্ধের বিজ্ঞানসম্মত ও যুক্তিবাদী শিক্ষাব্যবস্থায় ‘পঞ্চশীল’-এর কথা বর্ণনা করা হয়েছে। এই পঞ্চশীল হলো বুদ্ধের নিজস্ব উপলব্ধি ও অনুশীলন, যার মধ্যে মানবজীবনের প্রকৃত কল্যাণ নিহিত রয়েছে।

‘শীল’ শিক্ষার মূল অর্থ হলো সৎ আচরণ বা সদাচার। বৌদ্ধধর্মে বাহ্যিক আড়ম্বর বা লোকদেখানো রীতিনীতির কোনো স্থান নেই। যার মনে নানাবিধ বাসনা ও কামনা রয়েছে, সে নগ্ন থাকুক, মাথায় জটা ধারণ করুক, গায়ে কাঁদা বা ধুলো মাখুক, উপবাস করুক বা মাটিতেই ঘুমোক না কেন; তার অন্তরের শুদ্ধি কখনোই হয় না। মানুষের মনের ভেতরের কলুষতাকে ‘শীল’ রূপী পবিত্র জল যোভাবে ধুয়ে মুছে পরিষ্কার করতে পারে, গঙ্গা, যমুনা, সরযু বা অন্য কোনো মহানদীর জলও তা পারে না।

যিনি শীল পালন করেন, তিনি নিজের সৎ গুণের কারণে কখনোই নিন্দা বা প্রশংসার ভয় করেন না। তিনি প্রকৃত যশ ও আনন্দের অধিকারী হন, কারণ শীল মানুষের সমস্ত মানসিক উত্তাপ ও অশান্তিকে শাস্ত করে দেয়। শীল হলো এক পরম শীতল অনুভূতি, যা মানুষের ব্যক্তিগত জীবনে কেবল প্রয়োজনীয়ই নয়, বরং অপরিহার্য।

পঞ্চশীল কথাটির সহজ অর্থ হলো; পাঁচটি নীতি বা নিয়ম

সকলকে বুদ্ধ পূর্ণিমার শুভেচ্ছা



Ms. Dipika Rakshit Sandya  
(Director, National Chairman)  
+919475840085  
+919733155646

# GHR PEACE FOUNDATION

RO: Swasti Niwas Complex  
Flat No. B1, M.N. Saha Sarani Niwas Complex  
Pradhan Nagar, Siliguri 734003  
Darjeeling Dist. (WB)  
Email : ghrpeacefoundation@gmail.com



# GHR Peace Foundation

wish you  
a very happy  
and prosperous Buddha Purnima



Founder Director Bindu Sharma,  
Pradhan Nagar, Siliguri  
Swasthi newas complex ,Mob :8617885845

