

এই পত্রিকায় লেখালেখি ও
বিজ্ঞাপনের জন্য হোয়াটসঅ্যাপ করুন
৯৬৪১৮৫৯৫৬৭ / 9641859567
email :
khabarerghanta@gmail.com

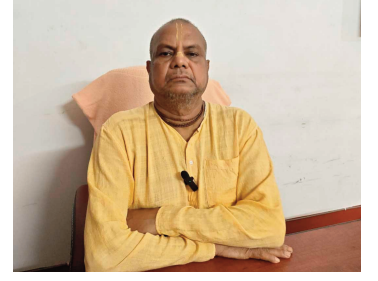
খবরের ঘণ্টা
শুধুই ইতিবাচক ভাবনা Bengali Weekly
KHABARER GHANTA
PRGI NO. 141910 (OLD NO : WBBEN/2015/69355)

এই পত্রিকায় লেখালেখি ও
বিজ্ঞাপনের জন্য হোয়াটসঅ্যাপ করুন
৯৬৪১৮৫৯৫৬৭ / 9641859567
email :
khabarerghanta@gmail.com

দশম বর্ষ, সংখ্যা : ১১, সাপ্তাহিক ১৪ জুন ২৬, রবিবার KHABARER GHANTA, Bengali weekly, 14 June. 26, Sunday, Siliguri, Vol. 10, Issue 11, Rs. 2

‘মন্ত্রী নয়, মানুষের সেবক’ মন্ত্রী শব্দে ভয় পাচ্ছেন ডঃ শঙ্কর ঘোষ

চিকিৎসকরা মানবসেবার
মাধ্যমে ঈশ্বরের কাজ
করেন স্বামী
অখিলাপ্রিয় দাস



নিজস্ব প্রতিবেদনঃ মন্ত্রীদের পদ পেয়েছেন, কিন্তু ‘মন্ত্রী’ শব্দটাই তাঁকে অস্বস্তিতে ফেলে। জনপ্রতিনিধিকে দেবতা বানানোর সংস্কৃতির বিরোধিতা করে স্পষ্ট বার্তা দিলেন রাজ্যের নতুন পর্যটন ও পরিষদীয় দপ্তরের মন্ত্রী ডঃ শঙ্কর ঘোষ। তাঁর বক্তব্য, প্রকৃত সম্মান মানুষের জন্য, ব্যক্তি বিশেষের জন্য নয়। রাজ্যের নতুন পর্যটন ও পরিষদীয় মন্ত্রী হিসেবে দায়িত্ব পাওয়ার পর এক সংবর্ধনা অনুষ্ঠানে এসে বিনয়ী অথচ তাৎপর্যপূর্ণ বার্তা দিলেন শিলিগুড়ির বিধায়ক ডঃ শঙ্কর ঘোষ। বুধবার বিকেলে শিলিগুড়ির সুভাষপল্লীতে ভারত সেবাশ্রম সংঘ আয়োজিত এক সংবর্ধনা অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখতে গিয়ে তিনি বলেন, ততামাকে যেন কেউ অসাধারণ মানুষ বা দেবতা বানানোর চেষ্টা না করেন। অতীতে এ রাজ্যে কিছু মন্ত্রীর যে ভাবমূর্তি মানুষের সামনে উঠে এসেছে, তা দেখে ‘মন্ত্রী’ শব্দটিকেই ভয় লাগে।

তিনি আরও বলেন, কোনও

জনপ্রতিনিধিকে যদি অতি-মহিমায়িত করা হয়, তাহলে তাঁর কাছ থেকে মানুষের প্রকৃত প্রত্যাশা পূরণ হওয়া কঠিন হয়ে পড়ে। ডঃ ঘোষের মতে, তিনি একা মন্ত্রী হননি; প্রকৃত অর্থে এই সম্মান পেয়েছেন শিলিগুড়ি ও সমগ্র পশ্চিমবঙ্গের মানুষ।

এদিনের অনুষ্ঠানে ডঃ শঙ্কর ঘোষের পাশাপাশি দার্জিলিংয়ের সাংসদ রাজু বিস্তুকেও সংবর্ধনা জানানো হয়। মঞ্চ থেকে উপস্থিত বক্তারা দেশের প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদির দীর্ঘায়ু, সুস্বাস্থ্য এবং দেশের ধারাবাহিক উন্নয়নের জন্য প্রার্থনা করেন।

অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন ভারত সেবাশ্রম সংঘের স্থানীয় মহারাজ স্বামী ধর্মানন্দজী, স্বামী অতীশানন্দ মহারাজ-সহ বিজেপির একাধিক নেতা ও কর্মী। বিশিষ্ট সমাজসেবী ও পরিবেশপ্রেমী জ্যোৎস্না আগরওয়ালাও অনুষ্ঠানে যোগ দেন। উপস্থিত ছিলেন শিক্ষাবিদ বিদ্যাবতী আগরওয়ালা। পাশাপাশি ভারত সেবাশ্রম সংঘের

ভক্তবৃন্দ এবং বিপুল সংখ্যক বিজেপি কর্মী-সমর্থকের উপস্থিতিতে অনুষ্ঠান প্রাঙ্গণ ছিল উৎসবমুখর।

সমবেত ‘বন্দেমাতরম’ গানের মাধ্যমে অনুষ্ঠানের সূচনা হয়। ভারত সেবাশ্রম সংঘের প্রতিষ্ঠাতা স্বামী প্রনবানন্দজীর প্রতিকৃতিতে শ্রদ্ধার্ঘ্য নিবেদন করে মূল পর্ব শুরু হয়। অনুষ্ঠান সঞ্চালনার দায়িত্বে ছিলেন বিজেপি মুখপাত্র কমল ঘোষ এবং স্বামী অতীশানন্দ মহারাজ। অনুষ্ঠানে দেশাত্মবোধক নৃত্য পরিবেশনও দর্শকদের বিশেষভাবে আকৃষ্ট করে।

সংবর্ধনার মঞ্চ থেকে ডঃ শঙ্কর ঘোষের বিনয়ী বার্তা এবং জনসেবাকে সর্বাগ্রে রাখার অঙ্গীকার উপস্থিতদের মধ্যে বিশেষ সাড়া ফেলে। তাঁর বক্তব্যে বারবার উঠে আসে একটাই কথা-- পদ নয়, মানুষের আস্থা ও সেবা করাই একজন জনপ্রতিনিধির সবচেয়ে বড় দায়িত্ব।

নিজস্ব প্রতিবেদন : শরীর অসুস্থ থাকলে কি মন দিয়ে ঈশ্বরের সাধনা করা সম্ভব? চিকিৎসক ও আধ্যাত্মিকতার সম্পর্ক নিয়ে গুরুত্বপূর্ণ বার্তা দিলেন শিলিগুড়ি ইসকনের সভাপতি স্বামী অখিলাপ্রিয় দাস। আসন্ন চিকিৎসক দিবসকে সামনে রেখে তিনি তুলে ধরলেন ডাক্তারদের প্রতি শ্রদ্ধা, কৃতজ্ঞতা ও মানবকল্যাণে তাঁদের অপরিমিত অবদানের কথা।

পয়লা জুলাই জাতীয় চিকিৎসক দিবসকে সামনে রেখে চিকিৎসকদের ভূমিকা ও গুরুত্ব সম্পর্কে তাৎপর্যপূর্ণ মন্তব্য করলেন শিলিগুড়ি ইসকনের সভাপতি স্বামী অখিলাপ্রিয় দাস। তাঁর মতে, যাঁরা দিনরাত ঈশ্বরের সাধনায় নিমগ্ন থাকেন, তাঁদের মতেই মানবসেবার মহান দায়িত্ব পালন করেন চিকিৎসকরাও। সেই কারণেই বহু ক্ষেত্রেই চিকিৎসকদের ঈশ্বরের সঙ্গে তুলনা করা হয়।

তিনি বলেন, মানুষের শরীর যখন নানা রোগব্যাধিতে আক্রান্ত হয়, তখন চিকিৎসকদের সঠিক চিকিৎসা ও সেবার মাধ্যমেই রোগমুক্তির পথ তৈরি হয়। আর শরীর সুস্থ না থাকলে একজন মানুষের পক্ষে একাধিক আধ্যাত্মিক সাধনা কিংবা ঈশ্বরচিন্তায় নিজে থেকে নিবিস্ত করা কঠিন হয়ে পড়ে। স্বামী অখিলাপ্রিয় দাসের বক্তব্য, মানুষের শারীরিক সুস্থতার পাশাপাশি মানসিক ও আধ্যাত্মিক সুস্থতাও সমান গুরুত্বপূর্ণ। এই তিনটি ক্ষেত্রেই ইতিবাচক প্রভাব বিস্তারে চিকিৎসকদের ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ এবং অনস্বীকার্য।

তিনি আরও বলেন, একজন চিকিৎসক এবং রোগীর মধ্যে পারস্পরিক বিশ্বাস, শ্রদ্ধা ও নিবিড় সম্পর্ক গড়ে ওঠা প্রয়োজন। এই সম্পর্ক যত দৃঢ় হবে, চিকিৎসার ফলও তত বেশি ইতিবাচক হবে। আসন্ন চিকিৎসক দিবস উপলক্ষে সমাজের সকলের উচিত চিকিৎসকদের অবদানকে যথাযথ মর্যাদা ও সম্মান জানানো বলেও তিনি মত প্রকাশ করেন।



KHABARER GHANTA

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

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), 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 রতন বিশ্বাস (বিশিষ্ট লেখক ও সাহিত্যিক), ডঃ গৌরমোহন রায় (বিশিষ্ট লেখক ও সাহিত্যিক), পদ্মশ্রী ধনীরাম টোটো, বীরেন চন্দ (সম্পাদক, উত্তরবঙ্গ পত্রিকা), নীতীশ বসু (চেয়ারম্যান, পূর্ণিমা বসু মেমোরিয়াল ট্রাস্ট), কমলেশ গুহ (সমাজসেবী, দ্য হিমালয়ান আই ইন্সটিটিউট), নন্দিতা ভৌমিক (বাচিক শিল্পী), সোমা দাস (শিক্ষিকা), পাঞ্চালি চক্রবর্তী (সঙ্গীত শিল্পী), প্রিসকিল্লা ইলোরা লাকড়া (সমাজসেবী, শিলিগুড়ি), ডঃ বিমল চন্দ

সম্পাদকীয় অবক্ষয়ের অন্ধকারে ব্রহ্মচর্যের আলোর সন্ধান

একটি সমাজের প্রকৃত শক্তি নির্ভর করে তার যুবসমাজের চরিত্র, মূল্যবোধ এবং আত্মনিয়ন্ত্রণের উপর। শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কেবল ডিগ্রি অর্জনের কেন্দ্র নয়, বরং মানুষ গড়ার কারখানা। কিন্তু সাম্প্রতিক সময়ে রাজ্যের বিভিন্ন প্রান্ত থেকে যে সব খবর সামনে আসছে, তা সমাজের সচেতন মানুষকে উদ্ভিগ্ন না করে পারে না।

কোথাও কলেজ চত্বরে অনভিপ্রেত কার্যকলাপের অভিযোগ, কোথাও লাইব্রেরির মতো জ্ঞানচর্চার পবিত্র স্থানে অসামাজিক সামগ্রী উদ্ধারের খবর, আবার কোথাও শিক্ষাঙ্গণের পরিবেশ নিয়ে প্রশ্ন উঠছে। এসব ঘটনা বিচ্ছিন্ন হলেও সমাজের সামনে একটি বড় প্রশ্ন তুলে ধরছে; আমরা কি ধীরে ধীরে মূল্যবোধের সংকটে ভুগছি?

আজকের যুগে প্রযুক্তি, ভোগবাদ এবং অনিয়ন্ত্রিত জীবনযাপনের প্রভাবে আত্মসংযম, শৃঙ্খলা ও নৈতিকতার মতো মূল্যবোধ অনেক ক্ষেত্রেই দুর্বল হয়ে পড়ছে। এর ফলেই ব্যক্তি, পরিবার এবং সমাজে নানা ধরনের অস্থিরতা ও অবক্ষয়ের লক্ষণ দেখা যাচ্ছে।

এই প্রেক্ষাপটে 'ব্রহ্মচর্য' শব্দটি নতুন করে আলোচনায় আসা প্রয়োজন। ব্রহ্মচর্য বলতে শুধু অবিবাহিত জীবন বা যৌন সংযমকে বোঝায় না। ভারতীয় দর্শনে ব্রহ্মচর্য হল ইন্দ্রিয় সংযম, আত্মনিয়ন্ত্রণ, সং চিন্তা, শুদ্ধ আচরণ এবং লক্ষ্যনিষ্ঠ জীবনযাপনের এক সমন্বিত আদর্শ। এটি এমন একটি জীবনদর্শন, যা মানুষকে নিজের শক্তিকে সঠিক পথে পরিচালিত করতে শেখায়।

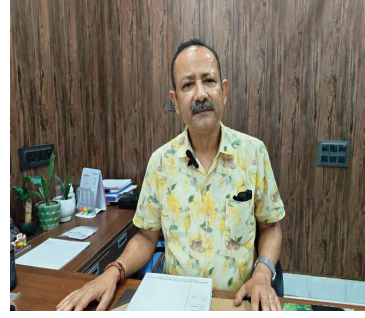
স্বামী বিবেকানন্দ বলেছিলেন, চরিত্রই মানুষের সবচেয়ে বড় সম্পদ। সেই চরিত্র গঠনের অন্যতম ভিত্তি হল আত্মসংযম। যুবসমাজ যদি নিজেদের সময়, শক্তি ও চিন্তা শব্দকে সৃজনশীল কাজে নিয়োজিত করতে পারে, তাহলে ব্যক্তিগত উন্নতির পাশাপাশি সমাজও লাভবান হবে।

তবে সমস্যার সমাধান শুধুমাত্র ব্রহ্মচর্যের আহ্বানে সীমাবদ্ধ নয়। প্রয়োজন পরিবারে নৈতিক শিক্ষার পরিবেশ, বিদ্যালয় ও কলেজে মূল্যবোধভিত্তিক শিক্ষা, যোগব্যায়াম, খেলাধুলা, সাংস্কৃতিক চর্চা এবং শিক্ষক-অভিভাবকদের সক্রিয় ভূমিকা। তরুণ প্রজন্মকে শুধুমাত্র নিষেধাজ্ঞা দিয়ে নয়, ইতিবাচক আদর্শ ও অনুপ্রেরণার মাধ্যমে সঠিক পথে পরিচালিত করতে হবে।

আজ যখন সমাজের নানা স্তরে অবক্ষয়ের অভিযোগ শোনা যাচ্ছে, তখন আত্মনিয়ন্ত্রণ, শৃঙ্খলা ও নৈতিকতার চর্চা আরও বেশি জরুরি হয়ে উঠেছে। ব্রহ্মচর্যের মূল শিক্ষা যদি আমরা আত্মস্থ করতে পারি, তাহলে শুধু শিক্ষাঙ্গণ নয়, গোটা সমাজই একটি সুস্থ, শক্তিশালী এবং মূল্যবোধসম্পন্ন ভবিষ্যতের দিকে এগিয়ে যেতে পারবে।

অবক্ষয়ের অন্ধকারকে দূর করার জন্য প্রয়োজন কেবল সমালোচনা নয়, প্রয়োজন চরিত্র গঠনের এক নতুন সামাজিক আন্দোলন। আর সেই আন্দোলনের অন্যতম ভিত্তি হতে পারে ব্রহ্মচর্য, আত্মসংযম এবং মানবিক মূল্যবোধের পুনর্জাগরণ।

কার্গিলের স্মৃতি, আজও দেশসেবার অনুপ্রেরণা মেজর ডাঃ রঞ্জন পালচৌধুরী



নিজস্ব প্রতিবেদন : মেজর সাহেব, আমাকে সুস্থ করে দিন, পাকিস্তানকে আমি একাই দেখে নেবো!

কার্গিল যুদ্ধক্ষেত্রে বৃষ্টি ঝুলি নিয়ে লড়াই করা এক ভারতীয় সেনা জওয়ানের এই কথাই আজও কানে বাজে প্রাক্তন সেনা চিকিৎসক ডাঃ রঞ্জন পালচৌধুরীর। যুদ্ধক্ষেত্রের সেই রোমাঞ্চকর ও আবেগঘন স্মৃতি শুনলে গর্বে ভরে উঠবে প্রতিটি ভারতীয়ের মন।

কার্গিল যুদ্ধ, ১৯৯৯। পাকিস্তানের গুলিতে বৃষ্টি গুরুতর আহত এক শিশু রেজিমেন্টের জওয়ান জয় হিন্দ ধ্বনি দিতে দিতে যুদ্ধ চালিয়ে যাচ্ছিলেন। সেই সময় ভারতীয় সেনাবাহিনীর মেজর ও শল্য চিকিৎসক ডাঃ রঞ্জন পালচৌধুরী তাঁর শরীর থেকে গুলি বের করে জীবন বাঁচান।

সেনা জওয়ানটি সুস্থ হয়ে ওঠেন, যদিও আর যুদ্ধক্ষেত্রে ফিরতে পারেননি। কার্গিলের সেই স্মৃতি আজও বহন করে চলেছেন ডাঃ পালচৌধুরী। ভারতীয় সেনাবাহিনীতে দীর্ঘদিন সেবা দেওয়ার পর বর্তমানে শিলিগুড়ির আনন্দলোক নার্সিং হোম, শান্তি নার্সিং হোম ও নর্থ বেঙ্গল নিউরোসায়েন্স সেন্টারে রোগীদের চিকিৎসা করছেন তিনি।

প্রতিদিন জিম ও যোগাসনের মাধ্যমে নিজেকে সুস্থ রাখেন এই চিকিৎসক। তাঁর কথায়, নিজে সুস্থ থাকলেই আরও বেশি শক্তি নিয়ে রোগীদের সেবা করতে পারবে।

মেজর সাহেব, আপনি আমাকে সুস্থ করে দিন, পাকিস্তানকে আমি একাই দেখে নেবো।

১৯৯৯ সালের কার্গিল যুদ্ধের সময় বৃষ্টি ঝুলিবিদ্ধ অবস্থায় থাকা এক শিশু রেজিমেন্টের ভারতীয় সেনা জওয়ান ভারতীয় সেনাবাহিনীর মেজর ও শল্য চিকিৎসক ডাঃ রঞ্জন পালচৌধুরীকে এই কথাই বলেছিলেন। গুরুতর আহত হয়েও তিনি জয় হিন্দ ধ্বনি দিতে দিতে দেশের জন্য লড়াই চালিয়ে যাচ্ছিলেন।

যুদ্ধক্ষেত্রে দ্রুত অস্ত্রোপচার করে ওই জওয়ানের শরীর থেকে গুলি বের করেন ডাঃ রঞ্জন পালচৌধুরী। চিকিৎসার ফলে তিনি প্রাণে বেঁচে যান এবং সুস্থ হয়ে ওঠেন। যদিও পরবর্তীতে আর যুদ্ধক্ষেত্রে ফিরে যাওয়া তাঁর পক্ষে সম্ভব হয়নি।

কার্গিলের দুর্গম পাহাড়ি অঞ্চলের

সেই ভয়ঙ্কর দিনগুলোর কথা স্মরণ করে ডাঃ পালচৌধুরী বলেন, দেশের সীমান্তে প্রতিকূল আবহাওয়া ও বরফঢাকা পাহাড়ের মধ্যে শত শত ভারতীয় সেনা জওয়ান নিরলসভাবে দায়িত্ব পালন করেন বলেই সাধারণ মানুষ নিশ্চিত্তে ঘুমোতে পারেন।

তাই দেশের প্রতিটি সেনা সদস্যের প্রতি তাঁর গভীর শ্রদ্ধা ও কৃতজ্ঞতা রয়েছে।

ভারতীয় সেনাবাহিনীতে কর্মরত অবস্থায় পাকিস্তানের গুলিতে আহত বহু ভারতীয় সেনা জওয়ানের চিকিৎসা করেছেন তিনি। দেশের সেবাকে জীবনের অন্যতম শ্রেষ্ঠ দায়িত্ব বলে মনে করেন এই প্রাক্তন সেনা চিকিৎসক। আজও তাঁর মনে বন্দেমাতরম ধ্বনি এক বিশেষ দেশাত্মবোধক আবেগ সৃষ্টি করে।

বর্তমানে শিলিগুড়ির আনন্দলোক নার্সিং হোম, শান্তি নার্সিং হোম এবং নর্থ বেঙ্গল নিউরোসায়েন্স সেন্টারে নিয়মিত রোগী দেখেন ডাঃ রঞ্জন পালচৌধুরী। তাঁর দক্ষ শল্য চিকিৎসার মাধ্যমে প্রতিদিন বহু রোগী বিভিন্ন শারীরিক যন্ত্রণা থেকে মুক্তি পাচ্ছেন।

রোগীদের আরও ভালো চিকিৎসা সেবা দেওয়ার জন্য নিজেকেও সুস্থ রাখা প্রয়োজন বলে মনে করেন তিনি। তাই প্রতিদিন নিয়মিত জিম ও যোগাসন করেন। তাঁর কথায়, আমার শরীর ভালো থাকলে আমি আরও বেশি প্রাণশক্তি নিয়ে রোগীদের চিকিৎসা করতে পারবো।

অস্ত্রোপচারের আগে রোগীদের মানসিকভাবে প্রস্তুত করতেও বিশেষ গুরুত্ব দেন তিনি। রোগীর অযথা ভয় ও উদ্বেগ দূর করার জন্য কাউন্সেলিং করেন, যাতে চিকিৎসা সম্পর্কে তাদের আত্মবিশ্বাস বৃদ্ধি পায়।

চিকিৎসা বিজ্ঞানের দ্রুত উন্নতির প্রসঙ্গ তুলে তিনি জানান, আধুনিক ল্যাপারোস্কোপিক প্রযুক্তিসহ বিভিন্ন অত্যাধুনিক যন্ত্রের সাহায্যে বর্তমানে বহু জটিল রোগের চিকিৎসা অনেক সহজ ও কার্যকর হয়ে উঠেছে।

আসন্ন ১ জুলাই চিকিৎসক দিবস উপলক্ষে সকলকে শুভেচ্ছা জানিয়ে ডাঃ পালচৌধুরী বলেন, কোনো চিকিৎসকই চান না তাঁর রোগীর কোনো ক্ষতি হোক। রোগী সুস্থ হয়ে উঠলে সেটাই চিকিৎসকের সবচেয়ে বড় সাফল্য এবং সম্মান।

উল্লেখ্য, সম্প্রতি অত্যন্ত অল্প সময়ের মধ্যে গলপ্লাডার স্টোনের ল্যাপারোস্কোপিক অস্ত্রোপচার করে গিনেস বুক নাম তুলেছেন শিলিগুড়ির এই কৃতি চিকিৎসক, যা শহরের জন্যও এক গর্বের বিষয়।

মন্ত্রী, তবু স্কুটিতেই শহর সফর ! শিলিগুড়িতে ফিরেই নজর কাড়লেন শঙ্কর ঘোষ



নিজস্ব প্রতিবেদন : মন্ত্রী হওয়ার পর সাধারণত দেখা যায় কড়া নিরাপত্তা, সরকারি গাড়ির বহর আর ব্যস্ত প্রোটোকল। কিন্তু রাজ্যে পূর্ণ মন্ত্রী বা ক্যাবিনেট মন্ত্রীর দায়িত্ব পাওয়ার পর শিলিগুড়িতে ফিরে একেবারেই ভিন্ন ছবি তুলে ধরলেন শিলিগুড়ির বিধায়ক শঙ্কর ঘোষ। নিউ জলপাইগুড়ি স্টেশন থেকে সরকারি গাড়ি নয়, নিজের চেনা স্কুটিতেই শহরের পথে বেরিয়ে পড়লেন তিনি। আর সেই দৃশ্য ঘিরেই শহরজুড়ে শুরু হয়েছে ব্যাপক আলোচনা।

রাজ্যের পূর্ণ মন্ত্রীর দায়িত্ব পাওয়ার পর নিজের শহর শিলিগুড়িতে রবিবার ফিরলেন শিলিগুড়ির বিধায়ক শঙ্কর ঘোষ। নিউ জলপাইগুড়ি স্টেশনে পৌঁছে সরকারি গাড়ির বহর এড়িয়ে নিজের পরিচিত স্কুটিতে চড়ে শহরের বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ এলাকা পরিদর্শন করেন তিনি। পথে পথে সাধারণ মানুষের সঙ্গে কথা বলেন এবং তাঁদের সমস্যার খোঁজখবর নেন। বিভিন্ন এলাকায় দলীয় কর্মী-সমর্থক ও স্থানীয় বাসিন্দারা ফুলের তোড়া ও উত্তরীয় দিয়ে তাঁকে সংবর্ধনা জানান। মন্ত্রী হওয়ার পরও সাধারণ মানুষের সঙ্গে নিবিড় যোগাযোগ বজায় রাখার এই উদ্যোগকে ইতিবাচকভাবেই

দেখছে রাজনৈতিক মহল ও শহরবাসী। মন্ত্রিসভায় পূর্ণ মন্ত্রীর দায়িত্ব পাওয়ার পর শিলিগুড়িতে ফিরে আবারও নিজের সহজ-সরল জীবনযাপনের পরিচয় দিলেন শিলিগুড়ির বিধায়ক তথা মন্ত্রী শঙ্কর ঘোষ। নিউ জলপাইগুড়ি স্টেশনে পৌঁছানোর পর সরকারি গাড়ির বহর ব্যবহার না করে নিজের দীর্ঘদিনের পরিচিত স্কুটিতেই শহরের পথে বেরিয়ে পড়েন তিনি।

শহরের বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ এলাকা ঘুরে দেখার পাশাপাশি মানুষের সঙ্গে সরাসরি কথা বলেন শঙ্কর ঘোষ। তাঁর এই সফরকে ঘিরে সাধারণ মানুষের মধ্যে উৎসাহ ও আগ্রহ ছিল চোখে পড়ার মতো। বিভিন্ন রাস্তা, মোড় ও এলাকায় তাঁকে একঝলক দেখার জন্য ভিড় জমে যায়। দলীয় কর্মী-সমর্থকদের পাশাপাশি বহু সাধারণ মানুষও ফুলের তোড়া ও উত্তরীয় পরিয়ে তাঁকে শুভেচ্ছা জানান।

রাজনৈতিক পর্যবেক্ষকদের মতে, মন্ত্রী হওয়ার পরও সাধারণ মানুষের সঙ্গে সরাসরি যোগাযোগ বজায় রাখার বার্তা দিতেই তাঁর এই ব্যতিক্রমী উদ্যোগ। শঙ্কর ঘোষের এই স্বাভাবিক ও মাটির কাছাকাছি থাকা ভাবমূর্তি শহরবাসীর মধ্যেও ইতিবাচক সাড়া ফেলেছে।

রোগীর বিশ্বাস ফেরাতে বদলাতে হবে চিকিৎসার ধরণ : ডাঃ শীর্ষেন্দু পাল



নিজস্ব প্রতিবেদন : চিকিৎসকের চেম্বারে ঢোকার আগে একজন রোগীর সবচেয়ে বড় ভরসা কী? বিশ্বাস। আর সেই বিশ্বাসই আজ অনেক ক্ষেত্রে প্রশ্নের মুখে।

আসন্ন চিকিৎসক দিবসের আগে চিকিৎসক-রোগীর সম্পর্ক নিয়ে গুরুত্বপূর্ণ বার্তা দিলেন উত্তরবঙ্গের বিশিষ্ট চিকিৎসক ডাঃ শীর্ষেন্দু পাল। তিনি বলেন, চিকিৎসকদের প্রতি রোগীদের আস্থা ও বিশ্বাস ফিরিয়ে আনতে হলে চিকিৎসকদেরও কিছু দায়িত্ব পালন করতে হবে। অপ্রয়োজনীয় পরীক্ষা-নিরীক্ষা এড়িয়ে চলা, রোগীকে পর্যাপ্ত সময় দেওয়া, মন দিয়ে রোগীর কথা শোনা এবং সহানুভূতির সঙ্গে রোগীর সমস্যাকে বিবেচনা করা অত্যন্ত জরুরি। ডাঃ পালের মতে, চিকিৎসার লক্ষ্য হওয়া উচিত রোগীকে দ্রুত সুস্থ করে তোলা, অযথা চিকিৎসা দীর্ঘায়িত করা নয়।

একই সঙ্গে সুস্থ জীবনযাপনের জন্য তিনি ধূমপান, মদ্যপান ও তামাকজাত নেশা থেকে দূরে থাকার পরামর্শ দেন। সময়মতো খাবার খাওয়া, পর্যাপ্ত ঘুম, ঘরের খাবার গ্রহণ এবং ছোটবেলা থেকেই ফলমূল, শাকসবজি ও শরীরচর্চার অভ্যাস গড়ে তোলার উপরও তিনি জোর দেন। আসন্ন চিকিৎসক দিবসকে সামনে রেখে চিকিৎসক ও রোগীর পারস্পরিক সম্পর্ক নিয়ে গুরুত্বপূর্ণ মতামত প্রকাশ করলেন শিলিগুড়ি তথা উত্তরবঙ্গের বিশিষ্ট বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক ডাঃ শীর্ষেন্দু পাল।

তিনি মনে করেন, চিকিৎসকদের প্রতি রোগীদের হারিয়ে যাওয়া বিশ্বাস পুনরুদ্ধার করা সময়ের দাবি। আর সেই বিশ্বাস ফিরিয়ে আনতে চিকিৎসকদেরও দায়িত্বশীল ভূমিকা পালন করতে হবে। ডাঃ পাল বলেন, অহেতুক ও অপ্রয়োজনীয় পরীক্ষা-নিরীক্ষা এড়িয়ে চলা উচিত। পাশাপাশি একজন চিকিৎসককে রোগীর জন্য পর্যাপ্ত সময় বরাদ্দ করতে হবে এবং মনোযোগ সহকারে রোগীর সমস্যার কথা শুনতে হবে। রোগীর শারীরিক ও মানসিক অবস্থাকে সহানুভূতির সঙ্গে বিবেচনা করাও একজন চিকিৎসকের গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব। তিনি আরও বলেন, চিকিৎসা দীর্ঘায়িত না করে রোগী যাতে দ্রুত সুস্থ হয়ে স্বাভাবিক জীবনে ফিরতে পারেন, সেদিকেই বেশি গুরুত্ব দেওয়া প্রয়োজন।

শুধু চিকিৎসা নয়, রোগ প্রতিরোধ ও সুস্থ জীবনযাপনের ক্ষেত্রেও একাধিক পরামর্শ দিয়েছেন তিনি। তাঁর মতে, মদ্যপান, ধূমপান ও তামাকজাত নেশা থেকে দূরে থাকলে বহু রোগের ঝুঁকি কমে যায়। পাশাপাশি সময়মতো খাবার গ্রহণ, পর্যাপ্ত ও নিয়মিত ঘুম এবং বাইরের খাবারের পরিবর্তে ঘরের স্বাস্থ্যকর খাবার খাওয়ার অভ্যাস গড়ে তোলা জরুরি।

তিনি আরও বলেন, ছোটবেলা থেকেই শিশুদের মধ্যে ফলমূল ও শাকসবজি খাওয়ার অভ্যাস তৈরি করতে হবে। একই সঙ্গে নিয়মিত শরীরচর্চা ও খেলাধুলাকে জীবনের অংশ করে তুললে সুস্থ ও রোগমুক্ত জীবনযাপন অনেকটাই সম্ভব।

সুস্থ জীবনের চাবিকাঠি সঠিক খাদ্যাভ্যাস



নিজস্ব প্রতিবেদন : শুধু ওষুধ খেলেই হবে না, সুস্থ থাকতে চাই সঠিক খাদ্যাভ্যাস ও নিয়মিত ব্যায়াম কী খাবেন,

কতটা খাবেন; সেই গুরুত্বপূর্ণ পরামর্শ দিচ্ছেন পুষ্টি বিশারদ ডাঃ জয়শ্রী জানা। ওষুধের থেকেও গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে আপনার খাবারের অভ্যাস!

বর্তমান সময়ে ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ, থাইরয়েড, স্কুলতা-সহ নানা সমস্যার কারণে বহু মানুষ নিয়মিত ওষুধ

সেবন করছেন। তবে শুধু ওষুধের উপর নির্ভর করলেই চলবে না। সুস্থ ও স্বাভাবিক জীবনযাপনের জন্য প্রয়োজন নিয়মিত ব্যায়াম, যোগাসন এবং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সঠিক খাদ্যাভ্যাস।

কী খাবেন, কতটা খাবেন এবং কীভাবে খাবেন; এই বিষয়ে সচেতনতা না থাকলে অনেক ক্ষেত্রেই কাঙ্ক্ষিত স্বাস্থ্যলাভ সম্ভব হয় না। অথচ উত্তরবঙ্গের বিস্তীর্ণ এলাকায় প্রশিক্ষিত পুষ্টি বিশেষজ্ঞের সংখ্যা এখনও তুলনামূলকভাবে কম।

এই পরিস্থিতিতে বহু মানুষকে স্বাস্থ্যকর জীবনযাপনের পথ দেখাচ্ছেন পুষ্টি বিশারদ ডাঃ জয়শ্রী জানা। তিনি একজন হোমিওপ্যাথি চিকিৎসক হওয়ার পাশাপাশি পুষ্টিবিদ হিসেবেও দীর্ঘদিন ধরে কাজ করছেন। শিলিগুড়ি জংশন এলাকার বিশ্বদীপ সিনেমা হলের বিপরীতে উত্তরাপন মার্কেট কমপ্লেক্সে অবস্থিত সাউন্ড হেলথ ক্লিনিকে তিনি নিয়মিত রোগী দেখেন এবং খাদ্যাভ্যাস সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শ দিয়ে থাকেন।

অন্নপূর্ণা ভান্ডার ফর্মে উৎসাহ, ঘোষোমালিতে বিনামূল্যে সহায়তা

নিজস্ব প্রতিবেদন : মহিলাদের জন্য মাসে ৩ হাজার টাকা! অন্নপূর্ণা ভান্ডারের ফর্ম পূরণ শুরু,

মাসে ৩,০০০ টাকা পাওয়ার সুযোগ। অনলাইন ও অফলাইনে ফর্ম জমা দেওয়া যাচ্ছে শিলিগুড়ি ঘোষোমালিতে বিনামূল্যে ফর্ম পূরণে সহায়তা। বিজেপি নেতা শ্যামল সাহা'র উদ্যোগ

রাজ্যে অন্নপূর্ণা ভান্ডার প্রকল্পের ফর্ম পূরণকে ঘিরে সাধারণ মানুষের মধ্যে আগ্রহ বাড়ছে। শিলিগুড়ি ঘোষোমালিতে বিজেপি নেতা শ্যামল সাহা জানান, এই ফর্ম পূরণ করা অত্যন্ত সহজ এবং এ নিয়ে আতঙ্ক বা বিভ্রান্তির কোনো কারণ নেই। তাঁর দাবি, ফর্ম জমা দিলে মহিলারা প্রতি মাসে ৩ হাজার টাকা করে আর্থিক সহায়তা পেতে পারেন।

শ্যামল সাহা আরও জানান, অনলাইন ও অফলাইন; দুইভাবেই ফর্ম পূরণ করা যাচ্ছে। মানুষের সুবিধার্থে মঙ্গলবার থেকে শিলিগুড়ির ঘোষোমালি এলাকায় বিনামূল্যে অনলাইনে ফর্ম পূরণের ব্যবস্থা করা হচ্ছে। এলাকার বাসিন্দাদের পাশে দাঁড়িয়ে এই কাজে সহযোগিতা করতে চান তাঁরা।

শিলিগুড়ির ক্ষুদ্র ব্যবসায়ীদের ঐক্যের নতুন দিশা!

গঠিত হলো বিশাল মোড় দুই মাইল সেবক রোড ক্ষুদ্র ব্যবসায়ী সমিতি
নিজস্ব প্রতিবেদন : শিলিগুড়ির বিশাল মোড় দুই মাইল সেবক রোড এলাকায় ক্ষুদ্র ব্যবসায়ীদের স্বার্থরক্ষা ও সার্বিক উন্নয়নের লক্ষ্যে গঠিত হলো বিশাল মোড় দুই মাইল সেবক রোড ক্ষুদ্র ব্যবসায়ী সমিতি।

সম্প্রতি অনুষ্ঠিত এক সভায় সর্বসম্মতিক্রমে নতুন কমিটি ঘোষণা করা হয়। সমিতির সভাপতি নির্বাচিত হয়েছেন শতাব্দী গোস্বামী ঘোষ, সহ-সভাপতি সমীর সিংহ রায়, সম্পাদক প্রদীপ কুমার দত্ত এবং সহ-সম্পাদক

দেবশীষ রায়।
সমিতির পক্ষ থেকে জানানো হয়েছে, এলাকার ক্ষুদ্র ও মাঝারি ব্যবসায়ীদের বিভিন্ন সমস্যা সমাধান, পারস্পরিক সহযোগিতা বৃদ্ধি এবং ব্যবসায়িক পরিবেশকে আরও শক্তিশালী করে তোলাই হবে তাদের প্রধান লক্ষ্য।

নতুন কমিটি গঠনের খবরে ব্যবসায়ী মহলে উৎসাহের সঞ্চার হয়েছে। সকলকে সঙ্গে নিয়ে এলাকার ব্যবসায়িক উন্নয়ন ও সামাজিক কর্মকাণ্ডে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালনের আশাবাদ ব্যক্ত করেছেন সমিতির সদস্যরা।

অনুপ্রেরনা

ব্যর্থতা শেষ নয়, শুরু

যে ছাত্র পরীক্ষায় ব্যর্থ হয়ে আবার উঠে দাঁড়ায়, যে ব্যবসায়ী ক্ষতির পর নতুন করে চেষ্টা করে, যে গৃহবধু নিজের হাতে উদ্যোগ শুরু করেন-- তাঁরাই প্রকৃত অনুপ্রেরনা।

জীবন মানেই সংগ্রাম। কিন্তু সংগ্রামের মাঝেও হাসতে শেখাই আসল শক্তি। আমরা চাই, শিলিগুড়ির প্রতিটি মানুষ নিজের গল্প লিখুক সাহসের কালি দিয়ে।

এই অনুপ্রেরনা বিভাগে আমরা তুলে ধরবো এমন একেকজন মানুষকে, যারা ইতিবাচক মনোভাব দিয়ে নিজের জীবন ও সমাজকে এগিয়ে নিয়ে চলেছেন।

সেই রকম তথ্য থাকলে আমাদের হোয়াটসঅ্যাপে মেসেজ করুন : ৯৬৪১৮৫৯৫৬৭

সম্পাদক, খবরের ঘন্টা

ইতিবাচক শিলিগুড়ি

শহর মানেই শুধু যানজট, অভিযোগ আর সমস্যা নয়। শহর মানে মানুষ, মানুষের চেষ্টা আর ছোট ছোট ভালো উদ্যোগ। শিলিগুড়ির অলিগলিতে প্রতিদিন এমন অনেক কাজ হচ্ছে, যা হয়তো বড় শিরোনাম পায় না-- কিন্তু সমাজকে বদলে যাচ্ছে নীরবে। কেউ ছাদে গাছ লাগাচ্ছেন, কেউ বিনামূল্যে পড়াচ্ছেন দরিদ্র ছাত্রছাত্রীদের, কেউ আবার রক্তদান শিবির আয়োজন করছেন। এই ছোট ছোট আলোর বিন্দুগুলো মিলেই শহরকে সুন্দর করে তোলে।

খবরের ঘন্টা বিশ্বাস করে-- নেতিবাচকতার ভিড়ে ইতিবাচক খবরই মানুষের মনকে শক্তি দেয়। তাই আমরা খুঁজে চলবো সেই মানুষদের, যারা বদলের গল্প লিখছেন নীরবে।

সেই রকম বদলের গল্প থাকলে আমাদের হোয়াটসঅ্যাপ করুন, জানান তথ্য : ৯৬৪১৮৫৯৫৬৭

সম্পাদক, খবরের ঘন্টা

আমাদের অঙ্গীকার

সংবাদপত্র শুধু খবর দেয় না, দিকনির্দেশও দেয়।

আমাদের অঙ্গীকার--

সত্যপ্রকাশ,

সমাজের গঠনমূলক খবর তুলে ধরা,

তরুণ প্রজন্মকে অনুপ্রানিত করা,

স্থানীয় প্রতিভাকে সামনে আনা।

আমরা বিশ্বাস করি, একটি ইতিবাচক সংবাদ অনেক সময় একটি পরিবারের মনোবল বাড়িয়ে দিতে পারে। একটি সঠিক তথ্য একজন নাগরিককে সচেতন করে তুলতে পারে।

খবরের ঘন্টা থাকবে মানুষের পাশে--সততা ও দায়িত্ববোধ নিয়ে

বাপি ঘোষ

সম্পাদক, খবরের ঘন্টা

বিশ্ব পরিবেশ দিবসে সীমান্ত এলাকায় পরিবেশ সচেতনতার বিশেষ কর্মসূচি



নিজস্ব প্রতিবেদন : বিশ্ব পরিবেশ দিবস উপলক্ষে শুক্রবার রাজ্যের বিভিন্ন

প্রান্তের মতো পুরাতন মালদার মুচিয়া গ্রাম পঞ্চায়েত এলাকার মনোহরপুর মুচিয়া প্রাথমিক বিদ্যালয়েও নানা সচেতনতামূলক কর্মসূচির মধ্য দিয়ে দিনটি উদযাপন করা হয়। বিদ্যালয়ের উদ্যোগে ছাত্রছাত্রীদের নিয়ে ভারত-বাংলাদেশ সীমান্ত সংলগ্ন মুচিয়া মোহনা নদীর তীরে একটি বিশেষ সচেতনতা শিবিরের আয়োজন করা হয়।

অনুষ্ঠানে পরিবেশ সংরক্ষণের গুরুত্ব, নদী ও জলসম্পদ রক্ষার প্রয়োজনীয়তা এবং প্রাকৃতিক সম্পদের সঠিক ব্যবহার সম্পর্কে পড়ুয়াদের বিস্তারিতভাবে জানানো হয়। পাশাপাশি নদীর জল কীভাবে পরিশোধনের মাধ্যমে ব্যবহারযোগ্য করে তোলা হয়, সে সম্পর্কেও শিক্ষার্থীদের ধারণা দেওয়া হয়।

এদিন সীমান্তবর্তী অঞ্চলে কাঁটাতারের বেড়ার ভূমিকা এবং সীমান্ত নিরাপত্তার বিভিন্ন দিক নিয়েও ছাত্রছাত্রীদের অবহিত করা হয়। বিদ্যালয়ের শিক্ষক-শিক্ষিকারা পরিবেশ দূষণ প্রতিরোধ, বৃক্ষরোপণ বৃদ্ধি এবং নদী-নালা পরিচ্ছন্ন রাখার ক্ষেত্রে সকলকে সক্রিয় ভূমিকা পালনের আহ্বান জানান।

অনুষ্ঠানের শেষে শিক্ষার্থীরা পরিবেশ রক্ষা ও সবুজ পৃথিবী গড়ার অঙ্গীকার করে শপথ গ্রহণ করে। বিশ্ব পরিবেশ দিবসে বিদ্যালয়ের এই ব্যতিক্রমী উদ্যোগ স্থানীয় বাসিন্দাদের মধ্যে যথেষ্ট সাদা ফেলেছে এবং প্রশংসা কুড়িয়েছে।