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

খবরের ঘন্টা
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 ঃ ৩২, সাপ্তাহিক ০৮ নভেম্বর ২৬, রবিবার KHABARER GHANTA, Bengali weekly, 08 Nov 26, Sunday, Siliguri, Vol. 10, Issue 32, Rs. 2

শতবর্ষে আনন্দময়ী কালীবাড়ি, ঐতিহ্যের শোভাযাত্রায় মাতল শিলিগুড়ি



নিজস্ব প্রতিবেদন ঃ শতবর্ষের আবেগ, ধর্মীয় ঐতিহ্য আর বর্ণাঢ্য সাংস্কৃতিক আয়োজনের মেলবন্ধনে উৎসবের রঙে সেজে উঠল শিলিগুড়ি। ঐতিহাসিক আনন্দময়ী কালীবাড়ির ১০০ বছর পূর্তি উপলক্ষে শনিবার, ৩১ অক্টোবর শহরে বের হলো এক জমকালো শোভাযাত্রা। ভক্তি, সংস্কৃতি ও সম্প্রীতির বার্তা নিয়ে এই শোভাযাত্রা শহরবাসীর মধ্যে তৈরি করে বিশেষ উৎসাহ ও উদ্দীপনা।

শিলিগুড়ির বাবুপাড়ায় জ্যোৎস্নাময়ী গার্লস হাইস্কুলের সামনে থেকে শুরু হয় এই বর্ণাঢ্য শোভাযাত্রা। সেখানে একসঙ্গে পা মেলান পর্যটন মন্ত্রী তথা বিধায়ক ডঃ শঙ্কর ঘোষ, প্রাক্তন মন্ত্রী তথা প্রাক্তন মেয়র গৌতম দেব, প্রাক্তন বিধায়ক শঙ্কর মালাকার,অবসরপ্রাপ্ত অতিরিক্ত জেলা শাসক পরিতোষ চক্রবর্তী -সহ বিশিষ্ট ব্যক্তিরা। আনন্দময়ী কালীবাড়ি সমিতির সভাপতি সুমিত ঘোষ ও সাধারণ সম্পাদক ভাস্কর বিশ্বাসের পরিচালনায় বিকেলের এই শোভাযাত্রা ঘিরে শহরে তৈরি হয় উৎসবমুখর পরিবেশ।

দীর্ঘদিন ধরেই আনন্দময়ী কালীবাড়ি শিলিগুড়ির মানুষের ধর্মীয় বিশ্বাস, ভক্তি ও আবেগের অন্যতম কেন্দ্র। কালীপুজো, বিভিন্ন ধর্মীয় অনুষ্ঠান এবং উৎসবকে ঘিরে এই মন্দিরে বহু মানুষের সমাগম ঘটে। প্রজন্মের পর প্রজন্ম ধরে কালীবাড়িটি বহন করে চলেছে শহরের ধর্মীয় ও সাংস্কৃতিক ঐতিহ্য। তাই শতবর্ষ উদযাপনের এই আয়োজন শুধু একটি মন্দিরের প্রতিষ্ঠাবার্ষিকী নয়, বরং শিলিগুড়ির ইতিহাস ও মানুষের আত্মিক সম্পর্কের এক বিশেষ উদযাপন।

সামনেই কালীপুজো। তার আগে কালীবাড়ির শতবর্ষ উপলক্ষে আয়োজিত এই শোভাযাত্রা যেন ভক্তি ও ঐতিহ্যের এক বিশেষ বার্তা পৌঁছে দিল শহরবাসীর কাছে। শোভাযাত্রার বিভিন্ন ট্যাবলোতে শিব, মা কালী ও পার্বতীর সাজে অংশ নেন বহু শিল্পী। তাঁদের পরিবেশনা শোভাযাত্রাকে আরও আকর্ষণীয় করে তোলে।

বিশেষ আকর্ষণ ছিল উত্তর দিনাজপুর জেলার চোপড়া থেকে সুবল গোপের নেতৃত্বে আসা মুখোশ শিল্পীদের রামায়ণভিত্তিক পরিবেশনা। মুখোশ পরে রামায়ণের বিভিন্ন পর্ব অভিনয়ের মাধ্যমে তাঁরা শোভাযাত্রায় এক অনন্য মাত্রা যোগ করেন।

এদিনের শোভাযাত্রায় অংশ নেয় শিল্পী শুভম ঘোষের 'সোনার তরী' টিম, 'মৃত্তিকা ইন্টারন্যাশনাল ডান্স ট্রুপ'-এর সুজাতা চ্যাটার্জী ও অয়ন ভট্টাচার্য, 'নৃত্য মঞ্জিল মিউজিক একাডেমি'র শ্রাবনী চক্রবর্তী ও তাঁর দল। পাশাপাশি উপস্থিত ছিল সাংস্কৃতিক সংগঠন 'ফুলেশ্বরী নন্দিনী', মহিলা পরিচালিত স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা 'সৌমি', 'শিল্পী তীর্থ' এবং অপুরানি উকিল। শোভাযাত্রায় সহযোগিতার হাত বাড়িয়ে দেয় স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা 'সেন্ট জন অ্যাম্বুলেন্স'-সহ আরও বিভিন্ন সংগঠন ও শিল্পীরা। বিশিষ্ট সমাজসেবী এবং সেন্ট জন এম্বুলেন্স এসোসিয়েশন এর সভাপতি জ্যোৎস্না আগরওয়ালাও অনুষ্ঠানে উপস্থিত হন যোগ দেন।

এছাড়াও টিকিয়াপাড়ার পরমানন্দ যোগানন্দ অনাথ আশ্রমের সঞ্জয় মহারাজ বাউল শিল্পীদের নিয়ে একটি সুসজ্জিত ট্যাবলোয় অংশগ্রহণ করেন। তাঁদের বাউল সংগীত শোভাযাত্রায় লোকসংস্কৃতির আবহ এনে দেয়।

পরবর্তী অংশ তিনের পাতায়

কালীপুজোয় লাল জবার কদর, দাম বাড়ার ইঙ্গিত



নিজস্ব প্রতিবেদন ঃ কালীপুজো মানেই শক্তির আরাধনা, আর সেই আরাধনায় লাল জবার গুরুত্ব বিশেষ। মা কালীর চরণে লাল জবা অর্পণ করার দীর্ঘদিনের ধর্মীয় রীতি রয়েছে। শাক্ত পরম্পরায় এই ফুলকে দেবীর অন্যতম প্রিয় পুষ্প হিসেবে গণ্য করা হয়। লাল রং শক্তি, সাহস ও প্রাণশক্তির প্রতীক। তাই ভক্তদের কাছে জবা শুধু একটি ফুল নয়, বরং শ্রদ্ধা, ভক্তি ও আত্মনিবেদনের বিশেষ উপকরণ।

মা কালীর শক্তিময় ও উগ্র রূপের সঙ্গে লাল জবার রঙের এক প্রতীকী যোগ রয়েছে। দেবীর গলায় মুণ্ডমালা, হাতে অস্ত্র এবং রক্তবর্ণ জিহ্বার যে পরিচিত রূপ, তার সঙ্গে লাল জবার রঙের সাদৃশ্য ভক্তদের মনে বিশেষ তাৎপর্য বহন করে। কালীপুজোর রাতে মায়ের চরণে একটি লাল জবা অর্পণ করেও ভক্তরা নিজেদের বিশ্বাস ও ভক্তি প্রকাশ করেন।

এদিকে, কালীপুজো যত এগিয়ে আসছে, ততই শিলিগুড়ির ফুলবাজারে জবা ফুলের চাহিদা বাড়ার সম্ভাবনা তৈরি হচ্ছে। শিলিগুড়ি ফুল ব্যবসায়ী সমিতির সম্পাদক রনপদ সেন জানান, বর্তমানে একটি জবা ফুলের দাম এক টাকা। কিন্তু কালীপুজোর সময় সেই দাম দ্বিগুণেরও বেশি হতে পারে। তিনি আরও জানান, একসময় দক্ষিণবঙ্গ থেকে শিলিগুড়িতে জবা ফুল আসত। তবে বর্তমানে উত্তরবঙ্গের বিভিন্ন প্রান্তেই জবার চাষ শুরু হয়েছে। ফলে স্থানীয়ভাবেও এই ফুলের জোগান তৈরি হচ্ছে। শুধু জবা নয়, কালীপুজোর পাশাপাশি ছটপুজোকে সামনে রেখেও গাঁদা ফুলের চাহিদা বাড়তে শুরু করেছে। উৎসবের মরশুমে ফুলের বাজারে বাড়তি চাহিদার কথা মাথায় রেখে ইতিমধ্যেই প্রস্তুতি শুরু করেছেন শিলিগুড়ির ফুল ব্যবসায়ীরা। লাল জবার পাপড়িতে ভক্তির নিবেদন, প্রদীপের আলোয় অমাবস্যার অন্ধকার দূর করার প্রার্থনা; সব মিলিয়ে কালীপুজোয় জবা ফুলের আবেদন চিরন্তন।

Owner : Bapi Ghosh, Printer : Bapi Ghosh, Publisher : Bapi Ghosh. Published From Matri Villa, Arabinda pally, Siliguri-06, Darjeeling (West Bengal) and Printed from Media Zone, Hakimpara, Siliguri, Dist Darjeeling, Editor : Bapi Ghosh

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

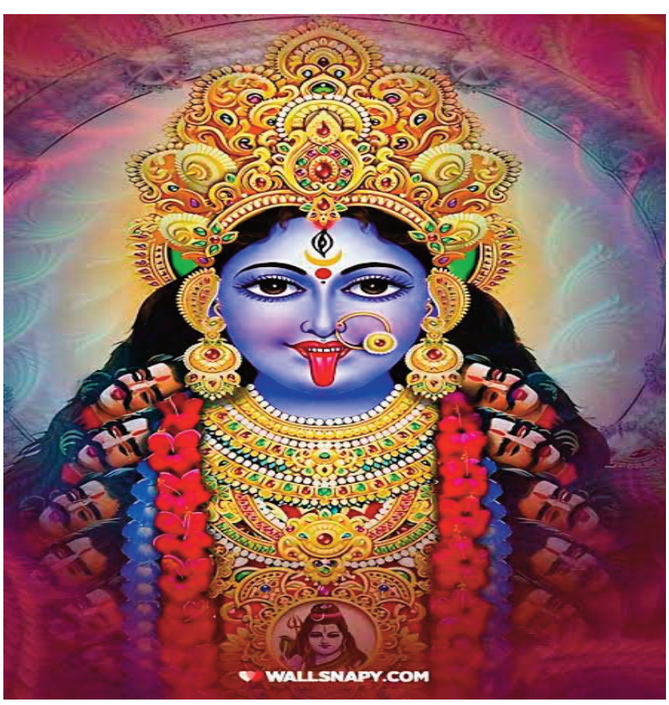
উপদেষ্টামণ্ডলী ঃ জ্যোৎস্না আগরওয়ালা (পরিবেশবিদ ও সমাজসেবী), ডাঃ শীর্ষেন্দু পাল গৌরীশঙ্কর ভট্টাচার্য (লেখক), গৌতমবুদ্ধ রায়, মনা পাল (শিল্পোদ্যোগী), তরুন মাইতি (সমাজকর্মী), রাজ বসু (ভ্রমণ গবেষক), দীপজ্যোতি চক্রবর্তী (পরিবেশবিদ), সোমনাথ চট্টোপাধ্যায় (সমাজকর্মী), ডাঃ জি বি দাস (স্ত্রী রোগ বিশেষজ্ঞ), নির্মল 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 ইঞ্জিনীয়ার), 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, উত্তরধ্বনি 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), প্রিসকিল্লা ইলোরা লাকড়া (সমাজসেবী, শিলিগুড়ি), ডঃ বিমল চন্দ

সম্পাদকীয়

আলোর উৎসবে আলোকিত হোক মন

কালীপুজো ও দীপাবলি মানেই অন্ধকারের বুকে আলোর জয়গান। প্রদীপের শিখা আমাদের মনে করিয়ে দেয়, অশুভ ও হতাশাকে দূরে সরিয়ে আশার আলোয় এগিয়ে চলাই জীবনের প্রকৃত অর্থ। উৎসবের আনন্দ ছড়িয়ে পড়ুক প্রতিটি ঘরে, প্রতিটি মানুষের মনে। তবে শব্দবাজি ও দূষণমুক্ত পরিবেশে উৎসব পালন হোক আমাদের অঙ্গীকার। মানুষের প্রতি ভালোবাসা, সহমর্মিতা ও সম্প্রীতির আলোয় আলোকিত হোক সমাজ। এই দীপাবলিতে প্রার্থনা, সবার জীবন ভরে উঠুক শান্তি, সুস্বাস্থ্য ও নতুন আশার আলোয়।

খবরের ঘন্টার পক্ষ থেকে সকলকে জানাই শুভ কালীপুজো ও দীপাবলির আন্তরিক শুভেচ্ছা।



সাহিত্য-সংস্কৃতির মিলনমেলায় কবি-সাহিত্যিকদের সম্মিলন, প্রকাশিত তিন সংকলন



নিজস্ব প্রতিবেদন ঃসাহিত্য, সংস্কৃতি ও সৃজনশীলতার মেলবন্ধনে শিলিগুড়িতে জমজমাট হয়ে উঠল বিশেষ সাহিত্য অনুষ্ঠান। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন উত্তরবঙ্গের পাশাপাশি রাজ্যের বিভিন্ন প্রান্ত এবং মহারাষ্ট্রের বিশিষ্ট কবি, সাহিত্যিক, লেখক ও সংস্কৃতিপ্রেমী ব্যক্তিত্বরা।

অনুষ্ঠানের সভাপতিত্ব করেন শিলিগুড়ির স্বপন কুমার দত্ত। সহ-সভাপতির দায়িত্বে ছিলেন কলকাতার বিশিষ্ট আইনজীবী প্রবীর ভট্টাচার্য্য এবং সহ-সম্পাদক ছিলেন শিলিগুড়ির বিশিষ্ট লেখক ও নাট্যব্যক্তিত্ব মলয় সরকার।

বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ডানকুনির বিশিষ্ট চিকিৎসক ও লেখক ডাঃ অভীক নাহা, আলিপুরদুয়ারের টেকনো ইন্ডিয়া গ্রুপ শিক্ষক প্রশিক্ষণ মহাবিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ ড. সুভাষ চন্দ্র রাউত, শিলিগুড়ির লেখক ও সমাজসেবী অলোক চক্রবর্তী, কোচবিহার জেলা সমগ্র শিক্ষা মিশনের রাজীব প্রামাণিক, মালদহ ও পুনের বিশিষ্ট কবি-সাহিত্যিক গৌতম তরফদার এবং মহারাষ্ট্রের পুনে থেকে আগত কবি ও সাহিত্যিক শ্রীমতি আত্রেয়ী বসু গুহ। এছাড়াও উল্লেখযোগ্য উপস্থিতি ছিল কলকাতার বিশিষ্ট কবি ও বাচিকশিল্পী সুনীল বনিক, দেবাশিস সেনগুপ্ত এবং বিভাস দাসের। বালুরঘাট, সামসি, মালদহ, কলকাতা, শিলিগুড়ি ও মালবাজার-সহ বিভিন্ন প্রান্ত থেকে বহু কবি ও সাহিত্যিকের সমাগমে অনুষ্ঠানটি হয়ে ওঠে আরও প্রাণবন্ত।

অনুষ্ঠানের অন্যতম আকর্ষণ ছিল তিনটি সাহিত্য সংকলনের প্রকাশ। পাশাপাশি মালবাজার, জলপাইগুড়ির বিশিষ্ট কবি শ্রীমতি বিভা দাসের একক কাব্যগ্রন্থ 'নীল স্বপ্নের ওড়নার' আনুষ্ঠানিক মোড়ক উন্মোচন করা হয়। অনুষ্ঠানে বিভিন্ন সংবাদ মাধ্যমকে সংবর্ধনা প্রদান করা হয়। রবিবার সংবর্ধনা প্রদান করা হয় খবরের ঘন্টাকে। সাহিত্যচর্চা, পারস্পরিক সৌহার্দ্য ও নতুন সৃষ্টির আনন্দে এই আয়োজন কবি-সাহিত্যিকদের মধ্যে এক সুন্দর মেলবন্ধনের পরিবেশ তৈরি করে।

পাঠক সংযোগ বিভাগ

আপনার শহর, আপনার কথা

শহর আমাদের সবার। তাই শহরের কথা বলার অধিকারও সবার।

রাস্তার সমস্যা হোক বা ভালো উদ্যোগ--আপনার চোখে যা গুরুত্বপূর্ণ, তা আমাদের জানান।

ইতিবাচক মতামত, গঠনমূলক পরামর্শ এবং সমাজের উন্নয়নের ভাবনা--সবই আমরা স্বাগত জানাই।

কারণ খবরের ঘন্টা শুধু একটি পত্রিকা নয়, এটি শিলিগুড়ির মানুষের কণ্ঠস্বর।

হোয়াটসঅ্যাপে মেসেজ করুন ঃ ৯৬৪১৮৫৯৫৬৭

সম্পাদক, খবরের ঘন্টা

এক পাতার পর



সময় বদলেছে, শহরের পরিসর বেড়েছে, বদলেছে মানুষের জীবনযাত্রা। কিন্তু আনন্দময়ী কালীবাড়িকে ঘিরে মানুষের বিশ্বাস, শ্রদ্ধা ও ভালোবাসা আজও অটুট। শতবর্ষের এই বর্ণাঢ্য শোভাযাত্রা যেন সেই দীর্ঘদিনের আবেগ ও ঐতিহ্যকেই নতুন করে সামনে নিয়ে এল। আগামী প্রজন্মের কাছে ধর্মীয় সম্প্রীতি, সংস্কৃতি ও ঐতিহ্যের এক উজ্জ্বল উত্তরাধিকার হয়ে থাকুক শিলিগুড়ির এই ঐতিহাসিক আনন্দময়ী কালীবাড়ি।

'এ আই মা' ও 'শক্তিবাহন'-এর পথচলা শুরু

নিজস্ব প্রতিবেদন ঃ প্রযুক্তি, শিক্ষা ও সমাজকল্যাণের এক অভিনব ভাবনার বাস্তবায়নের সাক্ষী হয়ে রইল শিলিগুড়ির বিজয়া সম্মিলনী। ব্যতিক্রমী টোটোচালক মুনমুন সরকার ওরফে মুনিয়াদির হাত ধরে আনুষ্ঠানিকভাবে পথচলা শুরু হলো 'এ আই মা' ও 'শক্তিবাহন' প্রকল্পের।

শুভ বিজয়ার আবহে শনিবার, ৩১ অক্টোবর শিলিগুড়ির বর্ধমান রোডের স্পেন্সার প্লাজায় তরাই এডুকেশন ফাউন্ডেশন ও স্বাধীন ট্রাস্টের যৌথ উদ্যোগে আয়োজিত হয় বিজয়া সম্মিলনী। অনুষ্ঠানে বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন রাষ্ট্রপতি পুরস্কারপ্রাপ্ত বানারহাটের নার্স সোনালী সামন্ত, তরাই এডুকেশন ফাউন্ডেশনের কর্ণধার তথা বিশিষ্ট শিক্ষাবিদ ডঃ পুষ্পজিৎ সরকার, তরাই নার্সিং ইনস্টিটিউটের ডিরেক্টর তথা প্রধান শিক্ষক প্রসেনজিৎ সরকার, স্বাধীন ট্রাস্টের কো-অর্ডিনেটর সোমেশ মাহাতো-সহ বিশিষ্ট ব্যক্তিরা।

অনুষ্ঠানের অন্যতম আকর্ষণ ছিল 'এ আই মা' ও 'শক্তিবাহন' প্রকল্পের আনুষ্ঠানিক সূচনা। প্রযুক্তির সহায়তায় শিক্ষা, স্বাস্থ্য পরিষেবা ও সমাজকল্যাণকে আরও মানুষের কাছে পৌঁছে দেওয়ার লক্ষ্যেই এই উদ্যোগ। আগামী দিনে এই প্রকল্প সমাজে ইতিবাচক পরিবর্তনের নতুন দিশা দেখাবে বলে আশাবাদ ব্যক্ত করেন উপস্থিত অতিথিরা।

এদিনের অনুষ্ঠানে খবরের ঘন্টার পক্ষ থেকে বিশেষ সম্মাননা প্রদান করা হয় ব্যতিক্রমী টোটো চালক মুনমুন সরকার, রাষ্ট্রপতি পুরস্কারপ্রাপ্ত নার্স সোনালী সামন্ত, বিশিষ্ট সমাজসেবী ও শিক্ষাবিদ ডঃ পুষ্পজিৎ সরকার এবং তরাই নার্সিং ইনস্টিটিউটের ডিরেক্টর তথা শিক্ষক প্রসেনজিৎ সরকারকে।

তরাই এডুকেশন ফাউন্ডেশন ও স্বাধীন ট্রাস্ট তথা শান্তিনিকেতন মেডিকেল কলেজের এই উদ্যোগের ভূয়সী প্রশংসা করেন মুনমুন সরকার ও সোনালী সামন্ত। বিশেষ করে নারীদের আরও স্বনির্ভর ও প্রযুক্তি-সচেতন করে তোলার পাশাপাশি আধুনিক এ আই টোটো 'মা' চালুর ভাবনাকে তাঁরা সময়োপযোগী ও প্রশংসনীয় বলে উল্লেখ করেন।

উত্তরবঙ্গের বিভিন্ন প্রান্ত থেকে বহু এ আই মা এদিনের সম্মিলনীতে যোগ দেন। প্রাথমিকভাবে ১০ জনকে এই প্রকল্পের জন্য নির্বাচিত করা হয়েছে। আগামী দিনে তাঁদের বিশেষ প্রশিক্ষণের মাধ্যমে ডিজিটাল হাসপাতালের পরিষেবায় যুক্ত করা হবে। পাশাপাশি পর্যটন শিল্পের বিকাশেও তাঁরা গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করবেন বলে উদ্যোক্তাদের আশা।

অনুষ্ঠানে খবরের ঘন্টার তরফে সঞ্চালনার দায়িত্বে ছিলেন সোমা দাস ও নন্দিতা ভৌমিক। উপস্থিত ছিলেন খ বরের ঘন্টার সংবাদ পাঠিকা সোমা সেনগুপ্ত ও পাঞ্চালি চক্রবর্তীও।

সমাজের কল্যাণে নতুন ভাবনা, নারীর ক্ষমতায়ন এবং আধুনিক প্রযুক্তির সমন্বয়ে এদিনের বিজয়া সম্মিলনী শুধু উৎসবের আনন্দেই সীমাবদ্ধ থাকল না, হয়ে উঠল এক নতুন সম্ভাবনার সূচনালগ্ন।

সুরের মূর্ছনায় বিজ্ঞান

ড.অসমঞ্জ সরকার (শিবমন্দির)



সঙ্গীত ভালবাসে না এমন মানুষ বিরল। সঙ্গীতের মধ্যে আধ্যাত্মিকভাবে পরিপুষ্ট, সমৃদ্ধ গানগুলি মানুষের মনকে অনেক বেশি প্রভাবিত করে ও আকর্ষণ করে। স্বামী বিবেকানন্দের কথায়, যাঁরা সঙ্গীতটি বোঝেন তাদের নিকট এটি সর্ব্বোচ্চ উপাসনা । ভক্তিগীতি যেমন শ্যামাসংগীত, কীর্তন, শ্রীরামকৃষ্ণ ভক্তিগীতি, স্বরূপানন্দ সঙ্গীত, কালি কীর্তন, পদাবলী কীর্তন, ভজন বা মার্গ সঙ্গীত আমাদের মনকে নিয়ে যায় এমন এক স্তরে,যেখ ানে রয়েছে অপার শান্তি, তৃপ্তি ও অপরিসীম আনন্দ। আমাদের মন সাংসারিক কোন কারণে যখন দুখে ভারাক্রান্ত, বিষন্ন তখনই আধ্যাত্মিক সঙ্গীত আমাদের নিকট যেন সঞ্জীবনীসুধা বহন করে আনে এবং মনকে করে শান্ত, স্থিতিশীল ও প্রদাহমুক্ত। মুহূর্তে সমস্ত বিষাদ দূরীভূত হয়ে মন হয় প্রফুল্ল।

এবারে আমরা জানতে চেষ্টা করবো , কেন এমন হয় ! এর পেছনে কোনো বৈজ্ঞানিক যুক্তি আছে কিনা । অবশ্যই আছে। এবারে সেটাই আমরা এখানে আলোচনা করবো। যখন আমরা ভক্তিগীতি বা কোন মার্গ সঙ্গীত মন দিয়ে শুনি , সেসময় এই গানগুলো মানুষের স্নায়ুতন্ত্রকে শান্ত করে এক ধ্যানমগ্ন অবস্থার সৃষ্টি করে। নিউরো-এন্ডোক্রিনোলজি এবং মিউজিক থেরাপির বৈজ্ঞানিক ভিত্তি অনুযায়ী ভক্তিগীতি শোনার সময় মানবদেহে প্রধান যে হরমোনগত পরিবর্তনগুলো ঘটে তার বিস্তারিতভাবে এখানে আলোচনা করা হয়েছে।

১) স্ট্রেস হরমোনকর্টিসল হল মানবদেহের প্রধান স্ট্রেস হরমোন বা মানসিক চাপের হরমোন। যখন আমরা ভক্তিগীতি যেমন কোন ভজন বা শ্যামাসংগীত শুনি সেই সঙ্গীতের ভক্তিভরা সুর ও লয় তখন আমাদের মস্তিষ্কের অ্যামিগডালাকে ,যা কিনা স্মৃতি প্রক্রিয়া করণ, সিদ্ধান্ত গ্রহন ও সংবেদনশীল প্রতিক্রিয়াগুলোতে নিজ প্রভাব বিস্তার করে, শান্ত রাখে । এর ফলে রক্তে কর্টিসল হরমোনের মাত্রা দ্রুত হ্রাস পায় এবং মানসিক চাপ ও উদ্বেগ দূর হয়। মন থাকে দুশ্চিন্তা মুক্ত ও প্রশান্ত।

২) আনন্দ ও মানসিক প্রশান্তি বৃদ্ধি কারী হরমোন

শ্রীরামকৃষ্ণ ভক্তিগীতি, স্বরূপানন্দ সঙ্গীত বা কীর্তন শোনার সময় আমাদের মস্তিষ্কে বেশ কিছু ফিল গুড বা আনন্দদায়ক হরমোন ও নিউরোট্রান্সমিটার নিসৃত হয় ।

ঽ) ক) ডোপামিন সঙ্গীতের চমৎকার সুর ,তাল ও লয় মস্তিষ্কের রিওয়ার্ড সেন্টার বা আনন্দ কেন্দ্রকে উদ্দীপিত করে। এরফলে ডোপামিন বা ফিল গুড হরমোন নিঃসৃত হয়, যা মানুষকে প্রফুল্ল ও উজ্জীবিত রাখে।

ঽ)খ) সেরোটোনিন এইসব মধুর সঙ্গীতের আধ্যাত্মিক বাণী , তার অর্থ, ধীরস্থির লয় ও সুর মানুষের মেজাজ বা মুড ভালো করতে সাহায্য করে। এরফলে সেরোটোনিন হরমোনের ক্ষরণ বৃদ্ধি পায় যা বিষন্নতা ও একাকীত্ব দূর করে। মন হয় শান্ত ও আনন্দে ভরপুর।

গ) এন্ডোরফিন আধ্যাত্মিক ভাবে সমৃদ্ধ গানের সুর দেহে একধরণের প্রাকৃতিক প্রশান্তি এনে দেয়, যা এন্ডোরফিন হরমোন ক্ষরণ বাড়িয়ে তোলে। এরফলে শরীরের ক্লান্তি দূর হয় এবং মৃদু ব্যাথা উপশম করতে কার্যকর হয়। অর্থাৎ শরির ও মন সতেজ হয়ে ওঠে। যেন নতুন প্রভাত।

ঽঘ) অক্সিটোসিন শ্যামাসংগীত বা ভক্তিমূলক গান মা ও সন্তানের মধ্যে গভীর টান, আব্দার ও ভক্তির সম্পর্ক ফুটিয়ে তোলে। এই ধরণের গান শুনলে মানব-মস্তিষ্কে অক্সিটোসিন বা লাভ হরমোন এর ক্ষরণ অনেকটা বৃদ্ধি পায়। তাতে করে মানুষের মনে ভালবাসা, মানসিক সংযোগ এবং পরম সুরক্ষার অনুভূতি জেগে ওঠে। মন খুশিতে ও অনাবিল তৃপ্তিতে ভরে ওঠে।

৩) ঘুম ও মেজাজ নিয়ন্ত্রণকারী হরমোন

মেলাটোনিন রাতের বেলা মৃদু স্বরে কোন ভক্তিগীতি বা ভজন বা কীর্তন চালিয়ে দিলে সেই সঙ্গীতের ধীর গতি মানুষের শরীরে মেলাটোনিন হরমোনের ক্ষরণ বাড়িয়ে দেয় অনেকাংশে।ফলে উদ্দীপনা জাগে , যা শরীরকে শিথিল করে দ্রুত এবং গভীর ঘুমে তলিয়ে যেতে সাহায্য করে। ভাল ঘুমের ফলে শরীর ও মন থাকে তরতাজা। আমাদের কর্মক্ষমতা যায় বেড়ে।

এই পর্যালোচনা থেকে আমরা স্থির সিদ্ধান্তে উপনীত হতে পারি যে , বিজ্ঞান সম্মতভাবে আধ্যাত্মিক ধ্যান-ধারণায় পরিপূর্ণ সঙ্গীত আমাদের শারীরিক ও মানসিক দুই ভাবে প্রভাবিত করে ও উন্নতমানের জীবন যাপন সম্ভব করে তোলে।

প্রতিমা বিসর্জনে দূষণ রুখতে বার্তা, বিকল্প ভাবনা জ্যোৎস্নার



নিজস্ব প্রতিবেদক শেষ হয়েছে দুর্গাপ্রতিমা বিসর্জন। সামনে কালীপুজো ও ছটপুজো। এই সময় মহানন্দা নদীকে দূষণমুক্ত ও পরিচ্ছন্ন রাখার জন্য শহরবাসীর কাছে বিশেষ আবেদন জানালেন বিশিষ্ট সমাজসেবী তথা পরিবেশবিদ জ্যোৎস্না আগরওয়ালা। প্রতিমা নিরঞ্জনের সময় কেউ যাতে নদীতে দূষণ ছড়িয়ে পরিবেশের ক্ষতি না করেন, সেই বিষয়ে সকলকে সচেতন হওয়ার আহ্বান জানিয়েছেন তিনি।

মহানন্দা নদীকে বাঁচাতে মহানন্দা বাঁচাও কমিটির মাধ্যমে দীর্ঘদিন ধরেই আন্দোলন চালিয়ে যাচ্ছেন জ্যোৎস্না আগরওয়ালারা। নদীর প্রতি মানুষের দায়বদ্ধতা বাড়াতে প্রতি পূর্ণিমায় আয়োজন করা হয় মহানন্দা আরতি।

এবার প্রতিমা বিসর্জনের জন্য বিকল্প ব্যবস্থার ভাবনাও সামনে আনছেন জ্যোৎস্নাদেবী। সূর্যসেন পার্কের পাশে উত্তরবঙ্গ পৌষ মেলা মাঠে প্রতিমা বিসর্জনকে কেন্দ্র করে কোনও অনুষ্ঠান বা উপযুক্ত ব্যবস্থা করা যায় কি না, তা নিয়ে প্রশাসনের কাছে প্রস্তাব দেওয়ার পরিকল্পনা রয়েছে তাঁর।

জ্যোৎস্না আগরওয়ালার মতে, পৌষ মেলার মাঠে প্রতিমা বিসর্জনের ব্যবস্থা করা গেলে নদীর উপর চাপ কমানোর পাশাপাশি মাটিও সংরক্ষণ করা সম্ভব হতে পারে। বর্তমানে প্রতিমা তৈরির উপযুক্ত মাটি পাওয়া নিয়েও সমস্যা দেখা দিচ্ছে। এর ফলে উদ্বেগ বাড়ছে মৃৎশিল্পীদের জীবন-জীবিকা নিয়েও।

নদী রক্ষা, পরিবেশ সংরক্ষণ এবং মৃৎশিল্পীদের স্বার্থ;এই তিনটি বিষয়কে গুরুত্ব দিয়েই বিকল্প বিসর্জন ব্যবস্থার কথা ভাবছেন তিনি। মহানন্দাকে দূষণমুক্ত রাখতে প্রশাসন ও সাধারণ মানুষকে একযোগে এগিয়ে আসার আবেদন জানিয়েছেন এই পরিবেশপ্রেমী সমাজসেবী।

অনুপ্রেরনা

ব্যর্থতা শেষ নয়, শুরু

যে ছাত্র পরীক্ষায় ব্যর্থ হয়ে আবার উঠে দাঁড়ায়, যে ব্যবসায়ী ক্ষতির পর নতুন করে চেষ্টা করে, যে গৃহবধূ 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

কালীপুজো, সৃষ্টি, আলো ও মাতৃত্ব জীবনের গভীরতম দর্শন

ডাঃ জি বি দাস

(বিশিষ্ট স্ত্রী রোগ বিশেষজ্ঞ, নিউ রামকৃষ্ণ সেবা সদন, আশ্রমপাড়া, পাকুড়তলা মোড়, শিলিগুড়ি)



কালী পুজো মানেই অন্ধকারের বুকে আলোর সন্ধান। কিন্তু এই আলো কি শুধুই প্রদীপের শিখায় সীমাবদ্ধ? আমার দৃষ্টিতে কালীপুজো, সৃষ্টি, মানুষের জন্ম এবং মাতৃত্বের মধ্যে রয়েছে এক জীবনদর্শন। মা কালী সৃষ্টির শক্তির এক অনন্য প্রতীক। তাঁর মধ্যে যেমন রয়েছে ধ্বংসের প্রতীকী রূপ, তেমনই রয়েছে অশুভ বিনাশ করে নতুন সৃষ্টির পথ তৈরি করার দর্শন। প্রকৃতিও ঠিক এভাবেই চলে। পুরোনোকে সরিয়ে নতুনের আগমন ঘটে। অন্ধকার পেরিয়েই আসে আলো, আর সেই আলোর মধ্যেই জীবনের নতুন সম্ভাবনা জন্ম নেয়। মানুষের জন্ম পৃথিবীর অন্যতম বিস্ময়কর সৃষ্টি। একজন নারীর গর্ভে যখন একটি নতুন প্রাণের সূচনা হয়, তখন শুরু হয় এক অসাধারণ যাত্রা। মাতৃগর্ভের অন্ধকারে ধীরে ধীরে বেড়ে ওঠে একটি শিশু। বাইরে থেকে সেই পরিবেশ অন্ধকার মনে হলেও, সেখানেই রচিত হয় জীবনের প্রথম অধ্যায়। মায়ের হৃদস্পন্দন, শরীরের উষ্ণতা এবং নাড়ির মাধ্যমে পাওয়া পুষ্টির মধ্যে দিয়েই তৈরি হয় নতুন জীবনের ভিত।

একজন স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ হিসেবে প্রতিদিন এই সৃষ্টির বিস্ময়কে খুব কাছ থেকে দেখার সুযোগ হয়। গর্ভধারণ থেকে সন্তান প্রসব;প্রতিটি পর্যায়ই একদিকে যেমন বিজ্ঞান, অন্যদিকে তেমনই গভীর আবেগ ও অনুভূতির বিষয়। একটি শিশুর প্রথম কান্না শুধু একটি পরিবারের আনন্দ নয়, সেটি নতুন জীবনের পৃথিবীতে আগমনের ঘোষণা।

মা হওয়া কোনও সাধারণ ঘটনা নয়। এটি একজন নারীর জীবনে এক গভীর শারীরিক, মানসিক ও আবেগের পরিবর্তন। মাতৃত্বের মধ্যে রয়েছে ত্যাগ, দায়িত্ব, ভালোবাসা এবং অপরিসীম ধৈর্য। তবে মনে রাখতে হবে, প্রতিটি নারীর মাতৃত্বের অভিজ্ঞতা এক নয়। কেউ সহজে মা হন, কারও দীর্ঘ অপেক্ষা করতে হয়, আবার কেউ নানা কারণে মাতৃত্বের পথে এগোতে পারেন না। তাই কোনও নারীর মাতৃত্বকে তাঁর পরিচয় বা যোগ্যতার একমাত্র মাপকাঠি হিসেবে দেখা উচিত নয়। দীপাবলির প্রদীপের আলো আমাদের মনে করিয়ে দেয়, অন্ধকার যত গভীরই হোক, আশার আলো জ্বালিয়ে রাখা সম্ভব। মাতৃগর্ভের অন্ধকার থেকে পৃথিবীর আলোয় আসা একটি শিশুর যাত্রাও যেন সেই চিরন্তন আলোর প্রতীক। একটি নতুন শিশুর জন্মের সঙ্গে জন্ম নেয় নতুন স্বপ্ন, নতুন আশা এবং নতুন ভবিষ্যৎ।

এই কালীপুজো ও দীপাবলিতে আমাদের অঙ্গীকার হোক;প্রতিটি নারীর সম্মান, সুস্বাস্থ্য ও নিরাপদ মাতৃত্ব নিশ্চিত করা। গর্ভবতী মায়ের যথাযথ চিকিৎসা, পুষ্টি, মানসিক সহযোগিতা এবং নিরাপদ প্রসবের ব্যবস্থা করা আমাদের সকলের দায়িত্ব।

প্রদীপের আলো শুধু ঘর আলোকিত না করুক, আলোকিত করুক আমাদের চিন্তাভাবনাকেও। প্রতিটি শিশুর জন্ম হোক নিরাপদে, প্রতিটি মায়ের জীবন হোক সুস্থ ও সুন্দর।

শুভ কালীপুজো ও দীপাবলির আন্তরিক শুভেচ্ছা। একজন স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞের ভাবনায় সৃষ্টি, মাতৃত্ব ও জীবনের আলো।

স্বত্বাধিকারী ঃ বাপি ঘোষ, মুদ্রক ঃ বাপি ঘোষ, প্রকাশক ঃ বাপি ঘোষ। মাতৃ ভিলা, অরবিন্দ পল্লী, শিলিগুড়ি-০৬, দার্জিলিং জেলা থেকে প্রকাশিত এবং মিডিয়া জোন, হাকিমপাড়া, শিলিগুড়ি থেকে মুদ্রিত। সম্পাদক ঃ বাপি ঘোষ। Owner : Bapi Ghosh, Printer : Bapi Ghosh, Publisher : Bapi Ghosh. Published From Matri Villa, Arabinda pally, Siliguri-06, Darjeeling (West Bengal) and Printed from Media Zone, Hakimpara, Siliguri, Dist Darjeeling, Editor : Bapi Ghosh Mobile No. 98320-64424, email : bapighosh300@gmail.com / khabarerghanta@gmail.com, whatsapp : 9641859567 Vol. 10 Issue 32

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