

অন্ধকারের উৎস হতে উৎসারিত আলো...

শান্তনু রায়

তাহাদেরকাছে এই অসম্পূর্ণতা ধরা পড়িবেইহকি—তাহা লইয়া আমি ক্ষোভ করিতে চাই না বিশেষত এই সকল গান লইয়া আমি লোকের প্রশংসা লাভ করিতে ইচ্ছুক নহি। ইচ্ছুকে নহি বলিলে মিথ্যা কথা বলা হইবে—এটুকু বলিতে পারি সেই লোকমুখেরপ প্রশংসা দ্বারা আমি মূল্য শোধ করিতে চাই না—এই গানগুলি আমারই জীবনের পাথের—এগুলি আর কেহই যদি গরহণ না করেন তথাপি আমার ইহা কাজে লাগিতেছে সেই আমার লাভ।

তাঁর রচিত দুটি রাজনৈতিক উপন্যাস ‘ঘরে বাইরে’ আর ‘চার অধ্যায়’ ও আলোড়ন বিতর্ক ও উত্তেজনার জন্ম দেয় বাংলার সাংস্কৃতিক ও রাজনৈতিক পরিসরে। ঘরের বাইরে ‘সবুজ পত্রে’ ধারাবাহিক প্রকাশের সময়ই বাংলার পাঠকাজে তীব্র প্রতিক্রিয়া ও বিরূপতার সৃষ্টি হয় সেকারণে সবুজ পত্রেই এব্যাপারে

আমার এখানে প্রায় দুশো লোক অথচ হাসপাতাল প্রায় শূন্যই পড়ে আছে এমন কখনও হয় না তাই মনে ভাবছি এটা নিশ্চয়ই পাঁচনের গুণেই হয়েছে রামানন্দ চট্টোপাধ্যায়-কন্যা সসীতা দেবী মুক্তিকথায় লিখেছেন ,সেবার তিনি (রবীন্দ্রনাথ) একটি ভেযজ প্রতিবেধক তৈরি করলেন সেই প্রতিবেধকের নাম ‘পঞ্চতিক্ত পাঁচন’। তেউরি নিম গুলঞ্চ, নিশিন্দা এবং থানকুনি পাতা বেটে একসঙ্গে মিশিয়ে তৈরি হত এই পাঁচন।কবি এই পাঁচন প্রস্তুত করে শাস্তিনিকেতনের প্রত্যেক আশ্রমবীকে নিয়ম করে খাওয়াতেন এবং সে সময়ে ইফুয়েঞ্জার মত মহামারী আটকে ছিলেন।

সারা জীবন হাজার শোকের মাঝেও তিনি কিন্তু কদাচ তাঁর সৃষ্টিকর্ম থেকে ছুটি নেননি।একই সঙ্গে শিলাইদহের জমিদারি সামলে শাস্তিনিকেতন গড়ে তোলার কাজ করেছেন

যেমন মৎস্যো, স্থল যেমন জীবজন্তুতে, বায়ু তেমনি অসংখ্য জীবাণু-বীজে পরিপূর্ণ একথা আজকালকার দিনে নূতন নহে এই এক মারণ ব্যাধি হিংসায় উন্মত্ত পৃথিবীকে যেন আজ সাময়িকভাবে হলেও একতাবদ্ধ করেছে এ লড়াইয়ে—ভালোবাসায় না হোক মৃত্যুভয়ে এ দেশ, এ রাজ্য, এ আমার প্রিয় শহর কেউ আজ মুক্ত নয় এর করাল থাবা থেকে। বিশ্বসাথে যোগ যেথায় বিহারো/ সেইখানে যোগ তোমার সাথে আরো—যে সে এমনভাবে সহ্য হবে কে জানত। এর মাঝেই আবার এল পঁচিশে বৈশাখ। বাঙালির প্রিয় আর একটি দিন এদিন বিশ্বের কাছে বাঙালির সর্গর্বা আত্মপরিচয় নতুন করে উন্মোচিত হওয়ার দিন—সূতীর আবেগ ভেসে যাওয়ার দিন তবে এখন উৎসব উদযাপন সমারোহের সময় নয়। কিন্তু তাই বলে কি সর্বজনের প্রাণের ঠাকুরের স্মরণ শ্রদ্ধার্থ নিবেদন আর স্মৃতিতর্পণে ছেদ পড়তে পারে? এ বিপন্ন সময়ে

তিনিই তো ভরা—শক্তিদাতা,, সব মনের সখ আবার পথদ্রষ্টা ইতিমধ্যে বাঙালির আর এক পার্বণ বাংলা নববর্ষ কখন যেন এসে চলেও গেছে ‘নিশ্চল চরণ’ নববৈশাখের আবাহনের মত এবারের রবীন্দ্রজনয়তীতেও

হয়ত হবে ভাূর্যাল উদযাপন শোনা যাচ্ছে সে উদ্দেশেই লকডাউনের এই অবসরেই চলেছ ভাূর্যাল রবীন্দ্রজয়ন্তী পালনের প্রস্তুতি বাধ্যতামূলক এই অবকাশ যাপন হয়ে উঠছে শিল্পতির অবসর যত দুঃসময়ই হোক শিল্পীর সৃজন তো থেমে থাকতে পারেনা বরং প্রতিকূলতা দুঃখ যাতনাই হয়ে ওঠে হয়ত এক অমর শিল্প সৃষ্টির প্রণোদনা মারণব্যাপি করোনার এই আকস্মিক আক্রমণে এস্ত ও পৃথিবীর সভ্যতা। কিন্তু এই কালবেলার উপাখ্যান যেমন স্থান করে নেবে আগামী দিনের মরণী সৃজনে তেমনই এই অবরুদ্ধ জীবনই দিতে পারে সৃষ্টির অখণ্ড অবসর রুদ্ধ আবেগ বলতে না পারা কথা এই ক্ষণের সূক্ষ্ম অনুভূতির দ্যোতনা প্রকাশের স্বাভাবিক নির্গমন। সময়ের দাবিতে সদরোজরিত একাকীত্বের আর্তিও পৌছে যেতে পারে একাধিকে পরশ করতে পারে বিবিধ মননকে এসময়ের সৃষ্টির মাধ্যমে। পঁচিশে বৈশাখ তারিখটিকে চিরস্মরণীয় করেছে যে মহাপ্রাণের আবির্ভাব তাঁরও জীবন ছিল না নিরুদ্দগ অন্তরের গভীরে বিরাজ করত এক বাউলসত্তা মৃত্যুশোক তো তাঁর জীবনেও এসেছে বারবার—করছে বেদনাবিধুর তেরো বছর বয়সে মাতৃতিয়োগে যার শুরু। বাইশ বছরের সে তরুণের বিয়ের অনুষ্ঠানের মাঝে খবর এসেসছিল বড় ভগ্নিপতি সারদাপ্রসাদের মৃত্যুর। বিয়ে হয়েছিল, অনুষ্ঠান সমারোহ আর হয়নি।

মহামারীর সাথে পরিচয় হয়েছিল আগেই কিশোর রবীন্দ্রনাথের প্রশান্ত পালের রবিজীবনী থেকে জানা যায় ১৮৭২-এ কলকাতায় ডেঙ্গু মহামারী আকার ধারণ করায় ঠাকুবাড়ির অনেকে কলকাতা ছেড়ে পানিহাটি বাগানবাড়িতে, অকেটেরিঘড়ার বাগানবাড়িতে আশ্রয় নিয়েছিলেন জীবনস্মৃতিতে রবীন্দ্রনাথ নিজেই লিখেছেন একবার কলিকাতায় ডেঙ্গুজ্বরের তাড়নায় আমাদের বৃহৎ পরিবারের কিয়দংশশ পেনেটিটে(বর্তমান পানিহাট) ছাড়াবাবুর বাগানে আশ্রয় লইল আমরা তাহার মধ্যে ছিলাম। ১২৯৮-এর পৌষে ‘রোগশঙ্কু ও দেহরক্ষক নৈস্য’ প্রবন্ধে রবীন্দ্রনাথ লিখেছিলেন, জল

শোকাঘাত জার্মানিতে পড়তে যাওয়া দৌরিছ নীতেন্দ্রনাথের অকাল মৃত্যুতে। মানকিভাবে বিধসস্ত তখন তিনি এক চিঠিতে লিখেছিলেন; কিছুকাল আমি আছি মৃত্যু ছায়ায় ডুবে। এভাবে একে একে স্ত্রী-পুত্র ও কন্যা প্রিয়জনদের অকালে হারিয়ে নিঃস্ব রবীন্দ্রনাথের অবলম্বন বলতে রইল বড় ছেলে রথীন্দ্রনাথ ও ছোট মেয়ে মীরা গুরুকে অসঙ্গী।

অবিদিত থাকিবে না। উনিশ শতকের অন্তিম পর্ব থেকে বিশ শতকের প্রথম পর্বের সময়কালে এ দেশে যক্ষ্মা, ম্যালেরিয়া কালাজ্বর আর প্লেগের মহামারীতে কত শত লোকের মৃত্যু ঘটত প্রতি বছর মহামারীর আঘাত

ঠাকুরবাড়িতেও পড়েছিল তেরো পূর্ণ হওয়ার আগেই মারণব্যাবি যা ছিনিয়ে নেয় মেজমেয়ে রেণুকাকে(রানি)। সেটা ১৯০৩ সালের কথা।

১৮৯৮-এ কলকাতায় প্লেগের এমন প্রাদুর্ভাব হয় যে প্রাণ বাঁচাতে অনেকেই কলকা থেকে পালাতে থাকেন মহামারী প্রাদুর্ভাবের সবাব্দে বিশেষভাবে বিচলিত বিবেকানন্দ নিজেকে সপে দিলেন সেবাকার্ষ্য রামকৃষ্ণ মিশন সেবারই প্রথম ণ্ণাকর্ষে অংশগ্রহণ করে এগিয়ে এসেছিলেন নির্বেদিতা। ঘুরে ঘুরে মুম্বৈ রোগীর সেবা করেছেন রবীন্দ্রনাথও অংশগ্রহণ করেছিলেন শ্লেগের জন্য হাসপাতাল তৈরি হল সঙ্গে ছিলেন ভ্রাতৃপুত্র অবনীন্দ্রনাথ কিন্তু প্লেগের থাবা থেকে রেহাই পেল না ঠাকুরবাড়িও, কেড়ে নিল অবনীন্দ্রনাথের কনিষ্ঠা কন্যাকে। আবার ১৯০৭-এ কলকাতায়

নিরলসভাবে আজকের বাঙালি নিশ্চয়ই আরও একবার স্মরণ করতে পারে সে অধ্যায় আবার কালজয়ী সৃষ্টির জন্য বিশ্ববাসীর কাছে অমর হয়ে অছেন তিনি শেশকালের গভী় অতিক্রম করে তার সৃজনের আবেদন সার্বজনীন ‘সং অফারিংস’-এর নোবেলপ্রাপ্তির পরবর্তীকালে গীতাঞ্জলির অন্তর্ভূত কবিতাওছ প্রতীচোর শিক্ষিত পরসিরে ও সাংস্কৃতিক মহলে ক্রমে পরিচিতি লাভ করে এবং প্রাচ্যের একবির সৃজন সমাদর আদায় করেনেয় জন পরিসরের। তাঁর কবিতা যুদ্ধক্ষেত্রের সৈনিকেরও মানসিক গুঞ্জযা যোগায় উল্লেখ্য গীতাঞ্জলির ১৪২ নম্বর কবিতার ইংরেজি তর্জমা পাওয়া গিয়েছিল রণামগণে আহত ইংরেজ কবি-সৈনিক আলফ্রেড আওয়েনের সঙ্গে পরেক্টবুকে ,যে কবিতার দুটি পঙ্ক্তি তিনি শেষবারের মত যুদ্ধযাত্রার আগে বিদায় নেবার কালে শুনিয়ে গিয়েছিলেন মাকে।

প্রসঙ্গত যদিও গীতাঞ্জলির জন্যই নোবেল প্রাপ্তি কিন্তু এই গীতাঞ্জলির অন্তর্ভুক্ত অনেক কবিতাই প্রকাশের পর কটাক্ষ ও সমালোচনার সম্মুখীন হতে হয়েছিল রবীন্দ্রনাথকে যা তাঁকে ব্যথিত করেছিলে মধো আমার জীবনের বিকা ব্যক্ত করেছিলে তার চরিত্রে ভদ্রতার আদর্শ নেই সীতার পক্ষে সম্মানকর নয় তাহলে সেটাকে রবীন্দ্রনাথের বাণী বলা মুচুতা।.... আমার বাঙালি জন্ম প্রায় শেষ করে এনেচি ,আজ আমার ক্লান্ত আয়ুর অন্তিম নিবেদন এই যে যদি নিঃসন্দেহেই এই গানগুলির মধ্যে তাহার প্রমাণ থাকিয়া যাইতেছে যাঁহারা জীবনের সাধনায় সিদ্ধিলাভ করিয়াছেন

রবীন্দ্রনাথের একটি কৈফিয়ত প্রকাশ করতে হয় ওই দীর্ঘ কৈফিয়ত যে সবাইকে সমস্ত করতে পারেনি তা বলাই বাহুল্য। উত্তজনা স্তিমিত না হওয়ায় প্রবাসী পত্রিকার ১৩২৬-এর চৈত্র সংখ্যায় রবীন্দ্রনাথ ‘সাহিত্য বিচার’ নামে আবার একটি কৈফিয়ত লিখলেন।

তেজস্বী থাকে এবং ব্যাবিধীজকে সহজে পরাহত করিতে পারে অনাহার অতিক্রম অজীর্ণ প্রভৃতি কারণে শরীরের দুর্বল অবস্থায় যখন ইহারা হীনতেজ থাকে তখন ম্যালেরিয়া ওলাওঠা প্রভৃতি ব্যাবিধীজগণ অকস্মাৎ আমাদিগকে আক্রমণ করিয়া প্ররাভূত করে । যাহা হউক বায়ুবিহারী জীববীজাণুগণ ব্যাবিধশ্য উৎপাদনের জন্য সর্বদা উপযুক্ত ক্ষেত্র অনুসন্ধান করিতেছে এই কথা স্মরণ করিয়া আহাৰ, পানীয় ও বাবস্থান পরিষ্কার রাখা আমাদের নিজেরও প্রতিবেশীদের হিতের পক্ষে কত অত্যাবশ্যক তাহা কাহারও অবদিত থাকিবে না।

এর প্রায় ১৫ বছর পরে এই প্রসঙ্গটি রবীন্দ্রনাথ আবার উত্থাপন করেন হেমন্তবালা দেবীকে এখ পত্রে এভাবে ঘরে বাইরে উ পন্যাসে সঞ্জীব (সন্দীপ) বলে একটা মানুষ খাড়া করেছিলুম তার চরিত্রে ভদ্রতার আদর্শ নেই সীতার পক্ষে সম্মানকর নয় তাহলে সেটাকে রবীন্দ্রনাথের বাণী বলা মুচুতা।.... আমার বাঙালি জন্ম প্রায় শেষ করে এনেচি ,আজ আমার ক্লান্ত আয়ুর অন্তিম নিবেদন এই যে যদি জন্মান্তর থাকে তবে যেন বাংলা দেে আমার জন্ম না হয়—এই পৃণ্যভূমিতে পৃণাবানোরাই জন্মে লীলা করতে থাকুন—আমি

দেশে যেখানে আচার শাস্ত্রসম্মত নয় কিন্তু বিচার ধর্মসম্মত। অনুরূপে চার অধ্যায় গ্রন্থাকারে প্রকাশিত হওয়ার পর রবীন্দ্রনাথ তীব্র সমালোচনার সম্মুখীন হন বিশেষত বাংলার বিপ্লবী সমাজের যা প্রকাশ পেয়েছে তৎকালীন রাজবন্দীদের অন্যতম সরোজ আচার্যের একটি লেখায়। উপন্যাসের প্রথম সংস্করণে সন্নিবেশিত ‘আভাস’ অংশটি দ্বিতীয় সংস্কারণে বর্জন করা ছাড়াও এব্যাপারে ১৩৪২-এর বৈশাখ সংখ্যার প্রবীীতে রবীন্দ্রনাথের ‘চার অধ্যায় সম্বন্ধে কৈফিয়ত’ শীর্ষক ব্যাখ্যাও সম্ভু্ত করতে পারেনি সংলিষ্ট সকলকে তার প্রমাণ পাওয়া যায় ১৩৪২-এর ২৮ বৈশাখ সংখ্যা দেশে প্রকাশিত কবি বিজয়লাল চট্টোপাধ্যায়ের ‘কবিগুরুনং কৈফ্যত’ শীর্ষক প্রবন্ধে রবীন্দ্রনাথ তীব্রভাষায় সমালোচনা এসেছিল সৌম্য ঠাকুর ও সুভো ঠাকুরের কাছ থেকেও।

তবে এ প্রসঙ্গে কেমব্রিজ থেকে কবি অমিত চক্রবর্তী কবিকে লিখেছিলেন, দেশ থেকে () পেয়েছি অজ্ঞাত লোকের কাছ থেকে ‘চার অধ্যায়’ সম্বন্ধে মূঢ়তা হীনতার চরম পরিচয় তাতে আছে... আপনি জন্মেছিলেন আমাদের মূখ্যতা মূঢ়তার মধ্যে—আপনাকে আমরা যথাসক্তি চেষ্টা করলাম ধুলো দিয়ে ঢাকতে, কিন্তু সে ধুলো আমাদেরই। কোথাও তার কোনও চিহ্ন থাকবে না।

একবার শাস্তিনিকেতনে দেখা করতে আসা সাহিত্যিক তারাশঙ্করকেও কথায় কথায় আক্ষেপে বলেছিলেন ভগবানকে বলি পুনর্জন্ম যদি হয় তবে এদেে যেন না জন্মাই।

পরিশেষে উল্লেখ্য, প্রায় একশ বাইশ বছর আগে কলকাতায় প্লেগের মহামারীর পরিপ্রেক্ষিতে রবীন্দ্রনাথ ১৩০৫ বঙ্গব্দের জ্যৈষ্ঠ সংখ্যার ভারতী পত্রিকার প্লেগ -রেওগুলেনের কড়া কড়ি সম্বন্ধে এক প্রবন্ধ লেখেন যা রবীন্দ্র রচনাবলীর এয়োদ খণ্ডে অন্তর্ভুক্ত হয়েছে প্রসঙ্গ কথা শিরোনামে। যার বিষয়বস্তুর নির্বাস প্রেক্ষিত কিঞ্চিৎ ভিন্ন হলেও আজকের বিপন্ন সময়েও প্রাসঙ্গিক হওয়ায় অংশবিশেষ উদ্ধৃত করা। যেতে পারে—‘তথাপি নীতিতত্ত্ববিৎ মাদ্রেই বলিয়া থাকেন পরের অপেক্ষা নিজেকে কঠিন বিচারারীনে আতিক্রমে নিজের পক্ষেই মঙ্গল।।.... নিজেরদিকে

সকলে কানা এইজন্য সর্বাপেক্ষা গুরুতর অকল্যাণ সেই দিকেই প্রবল হইয়া ওঠে....। যাহা সর্বপ্রাে আমাদের নিজের কর্তব্য তাহার প্রতি আমরা উদাসীন এবং গবর্মেন্টের কর্তব্যের প্রতি আমাদের শত চক্ষু এবং সমস্ত জিহ্বা তাঁর এবিধ বক্তব্য থেকে সহজবোধ্য যে তিনি সমকালীন পরিস্থিতির মূল্যায়নে দুটি পরস্পর বিপ্রতীপ যুগ্যমান শক্তির মধ্যে কোন একদিকে না ঝুঁকে নিজের বিবেকের সিদ্ধান্তই উচ্চারণ করেছেন সুস্পষ্টভাবে দৃঢ় প্রত্যয়ে। তাই তিনি অনন্য স্বতন্ত্র এক দেব প্রতিকম উচ্চতায় প্রতিষ্ঠিত, সসহজলভ্য জনপ্রিয়তা ও প্রশংসার মায়াজল থেকে যোজন দূরদূ নিরাসক্ত অবস্থানে।

তিনিই আজও আমাদের সর্ববিপদে বাতিঘর-আত্মার আয়ী়র, নির্নিমেষ আঁধারেও বুক বেঁধে দাঁড়ানোর অনিশ্চেষ প্রত্যয়। অতিমারীর এ মহারণে সেই মহাপ্রাণের বাণীতে আমাদের সম্মিলিত প্রার্থনা হোক— বিপদে মোরে রক্ষা করো এ নহে যোর প্রার্থনা/ বিপদে আমি না যেন কবি ভয় আর সবখানে পাতা ভাঁ পায়ের পাতায়’ থাকুক অগণিত প্রণাম।

(সৌজনে-সে : স্টেটসম্যান)

জাগরণ	
	
আগরণতলা ■ বর্ষ-৬৭ ■ সংখ্যা ২০৫ ■ ১০ মে ২০২১ ইং ■ ২৬ বৈশাখ ■ সোমবার ■ ১৪২৮ বঙ্গাব্দ	
ভয়াল সংকট	
দেশের বর্তমান ভয়াবহ পরিস্থিতি মোকাবিলা করিবার জন্য কেন্দ্রীয় সরকারকে আরও সময় উপযোগী জরুরি পদক্ষেপ গ্রহণ করা অবশ্যই কর্তব্য। কেননা ভারতীয় সংবিধানে স্বীকৃত রহিয়াছে জীবন ধারণের ন্যূনতম চাহিদা মেটাইতে ,সকলের জন্য অন্নবস্ত্র-বাসস্থান-পানীয় জলের ব্যবস্থা করিবে রাষ্ট্র। প্রাথমিক শিক্ষার আলো পেঁছিয়া যাইবে দেশের প্রতিটি কোণে ঘরে ঘরে। সংবিধানই মৌলিক অধিকারের কথা বলিয়াছে। কিন্তু এইসব না অধিকার না পাইয়া ধীরে লয়ে কত শত জীবন গিয়াছে চলিয়া তাহার হিসাব কে রাখে?স্বাধীনতার সাত দশক পরে এখনও এই ন্যূনতম চাহিদাগুলোই ফাঁপা প্রতিশ্রুতি হইয়া সরকারের ‘অগ্রাধিকারের’ তালিকায় থাকিয়া যাইতেছে ! করোনার কোনও ইতিহাস নাই। বড়ের গতিতে আশিয়া সব তছনছ করিয়া দিতেছে। মৃত্যু এখানে ঘণ্টা-মিনিট-সেকেন্ড ধরিয়া আসিতেছে। রোগের সংক্রমণ ছড়াইতেছে আলোর গতিতে। এখন আর রোগী-কাপড়া-মকান নয়, এই অসমযুদ্ধে বাঁচিয়া প্রতিবাদ ন্যূনতম চাহিদা হইয়া দেখা দিয়াছে টিকা-অক্সিজেন-ওষুধ। কোভিডের প্রবল গতির ঝড় সামলাইয়া দেশের সরকারের কাছে বাঁচিবার রসদ জোগাইবার আর্জি জানাইয়া চলিতেছে বিভিন্ন রাজ্য সরকার। রাজ্য সরকার দেশব্যাপী গণ টিকাকরণের আর্জি জানাইয়াছে। দেশের এই বিজেপি সরকার তো সব ক্ষমতাই কেন্দ্রীভূত করিতে চায়। এক দেশ এক রেশন কার্ড চালু করিতেও তারা বদ্ধপরিকর। তাহা হইলে কেন জরুরি পরিস্থিতিতে অভিন্ন টিকানীতি থাকিবে না? প্রশ্ন সেখানেই। বিনামূল্যে সব ভারতবাসীর জন্য টিকাকরণ নিশ্চিত করিবার দায়িত্ব তো কেন্দ্রেরই। কিন্তু সেই দায়িত্ব তাহারা যথাযথভাবে পালন না করায় দেশের বিভিন্ন প্রান্ত থেকে বৈষম্যের অভিযোগও উঠিয়াছে। করোনা সঙ্কটে মানুষের প্রাণ বাঁচাইতে অব্যাহত দেশের বিভিন্ন আদালত একের পর এক নির্দেশ দিতেছে কেন্দ্রকে। অক্সিজেন ইস্যুতে এক মামলায় সুপ্রিম কোর্টে হারিয়া গেছে মোদি সরকার। এবারও অগাম প্রস্তুতি না থাকায় কোভিডের দ্বিতীয় ঢেউয়ে বিপর্যস্ত দিল্লি থেকে বিভিন্ন রাজ্যের স্বাস্থ্য পরিকাঠামো। অথচ জাতীয় বিপর্যয়ের সময়ে স্বাস্থ্য পরিকাঠামো ডালিয়া সাজাইবার দায় কেন্দ্রেরই। সে দায়িত্ব তাহারা পালন করেনি। তাই আক্রান্তদের চিকিৎসার জন্য হাসপাতালে পর্যাপ্ত বেড নাই। বুক ভরে শ্বাস নেওয়ার মতো অক্সিজেন নাই। সংক্রমণের সঙ্গে পাল্লা দিতে প্রয়োজনীয় ওষুধ সরবরাহ নাই। সংক্রমণ তৈকহিতে প্রতিবেধক টিকাও অপ্রতুল। এমনকী মৃত্যুর পর স্মাশানে দাহ করিবার জয়গাও বাড়ন্ত। করোনার আতঙ্কে গোটা দেশ আতঙ্কগ্রস্থ। আর্তনাদ আর নেই নেই হাহাকার দেওয়ালে ধাক্কা খাই আফরিয়া আসিতেছে। তবু নির্বিকার কেন্দ্রীয় সরকার। দেশের এমন ভয়াবহ দুর্ঘ্যোগেও তাহাদের অগ্রাধিকার দিল্লিতে হাজার হাজার কোটি টাকা ব্যয়ে সেন্ট্রাল ভিত্তা, প্রধানমন্ত্রীর বাসভবন নির্মাণের কাজ সময়ে শেষ করা। এই হইল ‘জনকল্যাণকামী’ সরকারের কাজের নমুনা ! এসব দেখে শুনে স্বভাবতই প্রশ্ন উঠিয়াছে মোদি-শাহদের কাছে জীবনের মূল্য কতটা? একজন আক্রান্ত শ্রেফ অক্সিজেন না পাইয়া মারা যাইবেন? একজন অসুস্থ মানুষ ওষুধ না পাইয়া , হাসপাতালে বেড না পাইয়া জীবনে দাঁড়ি পুরিয়া যাইবে? প্রধানমন্ত্রী দেশমাতার কথা বলেন, নিজেকে দেশমাতার সন্তান বলে গর্বের ঘোষণা করেন, কিন্তু যাঁহারা আক্রান্ত হইয়া চিকিৎসা পাইতেছেন না, যাঁহারা মৃত্যু পথযাত্রীতাঁহারাও তো এই দেশমায়েরই সন্তান। দেশের আমজনতা ভাগ্যহীন। মৃত্যুর হাতছানি শিরেরে কড়া নাড়িতেছে অহরহ। এই দুর্বিসহ অবস্থা হইতে মানুষকে রক্ষা করিতে কেন্দ্রীয় সরকারকে সময় উপযোগী ব্যবস্থা গ্রহণ করা জরুরি অনাথায় দেশে যেভাবে করোনার সংক্রমণ বাড়িতেছে তাহাতে মানুষের প্রাণ বাঁচানো কষ্টকর হইয়া উঠিবে। বিষয়টি বিবেচনার অগ্রাধিকারের ক্ষেত্রে আনিয়া প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ না করিলে দেশে মহামারীর হাতছানি আর বেশি দিন দূরে নয়। বাঁচিয়া থাকার অধিকার যেহেতু সংবিধান স্বীকৃত সেহেতু সরকারকে মানুষের জীবন রক্ষার প্রয়োজনীয় সব ব্যবস্থা গ্রহণ করিতে হইবে।	

উৎসবহীন শান্তিনিকেতন

শান্তিনিকেতন, ৯ মে (হি.স.) : আজ বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের ১৬০তম জন্মজয়ন্তী। তবে দেশে ভয়াবহ আকার নিচ্ছে করোনা সংক্রমণ। যার জেরে সমস্ত সরকারি ও বেসরকারি স্কুল বন্ধ। তাই কোথাও কোনও বড়ো অনুষ্ঠান হচ্ছে না। এই একই চিত্র ধরা পড়ল রবীন্দ্রনাথের শান্তিনিকেতনে। সকাল থেকেই ধু ধু করছে রবীন্দ্রনাথের শান্তিনিকেতন। ২৫ বৈশাখ মানেই তো আরও এক উৎসব। বাংলা তারিখ মানে রাখার আরও একটা দিন। তবে করোনার কালো মেঘে এবার সেই উৎসবের রেশে রাশ টেনেছে। তাই রবীন্দ্রনাথের কর্মভূমি শান্তিনিকেতনে এবার কবির জন্ম উৎসব উদযাপিত হচ্ছে না। যদিও গতবছর করোনায় কারণে বিশ্ববিদ্যালয় চত্বর বন্ধ থাকলেও সামাজিক দূরত্ব বজায় রেখে রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী পালন করেছিলেন বিশ্বভারতী কর্তৃপক্ষ। কিন্তু এবছর করোনার বাড়বাড়ন্তের কারণে সরবকম সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠানই বাতিল। স্বাভাবিক অবস্থায় অনান্যবার ২৫ বৈশাখ, কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের জন্মদিনে, উপাসনা গৃহে বিশেষ উপাসনা, রবীন্দ্রভবনে গুরুদেবের বিভিন্ন বিষয়ে চিত্র প্রদর্শনী, বিভিন্ন বই প্রকাশ ও নানা রবীন্দ্র সৃষ্টি দিয়ে স্মরণ করা হয় তাঁকে। রবীন্দ্রভবন হোক অথবা পুরনো ঘন্টাভলা রবীন্দ্র সংগীত, রবীন্দ্র কবিতায় সরগরম হয়ে ওঠে। আর উৎসব সন্ধ্যায় সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠানে রবীন্দ্র নৃত্যনাট্য তাতে করোনা কালে সব বন্ধ। করোনার কারণে গতবছর মাস মাস থেকে বন্ধ বিশ্বভারতীর ক্যাম্পাস। অনলাইনে পঠন-পাঠন হলেও শেড় বছরেরও বেশি সময় ধরে বিশ্বভারতীর ক্যাম্পাস ছাত্র-ছাত্রী শূন্য হয়ে রয়েছে। গতবছর স্থানীয় ছাত্র-ছাত্রীদের নিয়ে রবীন্দ্র সংগীতের মাধ্যমে উদযাপিত রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী হলেও এবছর আর সে সবের বলাই নাই। আগেই এবছর ১৭ এপ্রিল থেকে ৯ মে, রবিবার পর্যন্ত বিশ্বভারতীর বিভিন্ন ভবন, সদন, সেন্টার, অফিস বন্ধ করা হয়েছে করোনা সংক্রমণের জন্য। বিশ্বভারতীর এক আধিকারিক জানান, বর্তমান প্রেক্ষাপটে বিশ্বভারতীর অনেক কর্মী, অধ্যাপক করোনায় আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে ভর্তি। পরিস্থিতি উদ্বেগজনক, এমতাবস্থায় রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী উদযাপন করা সম্ভবপর হচ্ছে না। তবে এদিন সকালে, রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী উপলক্ষে গুধুমার বিশ্বভারতীর উপাচার্য অধ্যাপক বিদ্যুৎ চক্রবর্তী উপাসনা গৃহে পুষ্প দিয়ে শ্রদ্ধার্থ্য জানান, আর উত্তরাংশে উদয়ন বাড়ির কবিকক্ষকে ফুল দিয়ে সাজানো হয়। তার বাইরে আর কোনও অনুষ্ঠানই এবার করা হচ্ছে না শান্তিনিকেতনে।

আগামী ৪৮ ঘণ্টা নিমতলা শ্মশানে করোনা আক্রান্ত ছাড়া ব্যক্তির সংকার

কলকাতা,৯ মে (হি.স) : করোনা হানা কিছুতেই পিছু ছাড়ছে না শহরের। যত সময় বাড়ছে বেড়েই চলেছে আক্রান্তের সংখ্যা। গত ২৪ ঘন্টার করোনা আক্রান্তের সংখ্যা ১৯ হাজার ছাড়িয়েছে। সেই সঙ্গে তাল রেখে বাড়ছে মৃতের সংখ্যাও। এই পরিস্থিতিতে আগামী ৪৮ ঘণ্টা নিমতলা শ্মশানে করোনা আক্রান্ত ছাড়া কোনো ব্যক্তির সংকার হবে না রবিবার এমটাই সিদ্ধান্ত হয় প্রশাসনের তরফে। করোনার বাড়বাড়ন্ত চোখে পরার মত। এই পরিস্থিতিতে ক্রমাগত শ্মশানে গুলোতে বাড়ছে মৃতদেহের চাপ। এই চাপ সামলাতে নয়। সিদ্ধান্ত প্রশাসনের। জানা গিয়েছে, আগামী ৪৮ ঘণ্টা করোনা আক্রান্ত ছাড়া অন্য কোনও ব্যক্তির সংকার হবে না নিমতলা শ্মশানে। আপাতত বন্ধ থাকবে সাধারণের সংকার। যদিও পরে মঙ্গলবার সকাল ৬টা থেকে ফের শুরু হবে সমস্ত মৃতদেহের সংকার।

সম্পাদকীয় পাতায় প্রকাশিত নিবন্ধ গুলির বক্তব্য সম্পূর্ণ লেখকদের ব্যক্তিগত অভিমত। সম্পাদক এরজন্য দায়ী নয়।



সদভাবনা সামাজিক সংস্থার উদ্যোগে রক্তদান শিবির পরিদর্শন করেন বিধায়ক সূদীপ রায় বর্মন। ছবিঃ নিজস্ব

দিল্লিতে আরও এক সপ্তাহের লকডাউন ঘোষণা করলেন মুখ্যমন্ত্রী অরবিন্দ কেজরিওয়াল

নয়াদিল্লি, ৯ মে (হি. স) : করোনা ভাইরাসের ক্রমবর্ধমান সংক্রমনকে ঠেকাতে রাজধানী দিল্লিতে আরও এক সপ্তাহের লকডাউন ঘোষণা করলেন মুখ্যমন্ত্রী অরবিন্দ কেজরিওয়াল। রবিবার তিনি লকডাউনের মেয়াদ

বৃদ্ধি করার কথা জানিয়ে বলেন, আগামী ১৭ মে পর্যন্ত এই লকডাউনের মেয়াদ বাড়ানো হল। এর পাশাপাশি আগামীকাল সোমবার থেকে দিল্লি মেট্রোরেলের পরিষেবাও বন্ধ থাকবে বলে তিনি জানিয়েছেন। গত ২০ এপ্রিল

থেকে রাজধানী দিল্লিতে লকডাউন পর্ব শুরু হয়েছিল। করোনা ভাইরাসের দ্বিতীয় ঢেউয়ের সংক্রমণে বিধ্বস্ত রাজধানী দিল্লি। এদিন মুখ্যমন্ত্রী কেজরিওয়াল জানান, গত ২-৩ দিন ধরে দিল্লিতে নতুনভাবে সংক্রমিত হয়েছে, যার করোনা ভাইরাস সংক্রমণের হার

৩৫ শতাংশ থেকে নেমে ২৩ শতাংশে দাঁড়িয়েছে। দিল্লি স্বাস্থ্য দফতর সূত্রে প্রকাশিত খবরে জানা গেছে, গত ২৪ ঘন্টায় নতুনভাবে ১৭,৩৬৪ জন মধ্যে ৩৩২ জন মারা গিয়েছেন।

লকডাউনের মেয়াদ আরও এক সপ্তাহ বাড়াল উত্তরপ্রদেশ সরকার

লখনউ, ৯ মে (হি. স) : করোনা সংক্রমণ ক্রমশ বাড়ছে। তাই লকডাউনের মেয়াদ আরও এক সপ্তাহ বাড়াল উত্তর প্রদেশের যোগী আদিত্যনাথের সরকার। নতুন ঘোষণা অনুযায়ী আগামী ১৭ মে পর্যন্ত বন্ধ থাকবে যোগীর রাজ্যের সমস্ত অ-জরুরি পরিষেবা। পঞ্চায়েত নির্বাচনের কারণে উত্তরপ্রদেশের গ্রামাঞ্চলগুলিতে সংক্রমণ অনেকটাই বেড়েছে। এরই মধ্যে আগামী ১৪ মে ইদ। উত্তরপ্রদেশের অতিরিক্ত মুখ্যসচিব নবনীত শেহগল জানিয়েছেন, এই পরিস্থিতিতে লকডাউন তুলে নিলে সংক্রমণ নতুন করে বাড়তে পারে আশঙ্কা করছে সরকার। তাই লকডাউনের মেয়াদ বাড়ানো হয়েছে। তবে লকডাউন থাকলেও জরুরি সমস্ত পরিষেবা চালু থাকবে বলে জানিয়েছেন নবনীত। গত ৩০ এপ্রিল থেকে আংশিক কার্যু জারি রয়েছে উত্তরপ্রদেশে। আগামীকাল ১০ মে পর্যন্ত ওই কার্যু থাকার কথা ছিল। উত্তরপ্রদেশ প্রশাসনের দাবি, করোনা কার্যুর কারণে রাজ্যে সক্রিয় করোনা রোগীর সংখ্যা কমেছে। গত দু’দিনে দৈনিক সংক্রমণের সংখ্যাও কিছুটা কম বলে জানিয়েছে উত্তরপ্রদেশ প্রশাসন।

কোচবিহারে রেললাইন থেকে উদ্ধার অজ্ঞাত পরিচয় মহিলার দেহ

যোকসাদাঙ্গা, ৯ মে (হি.স.) : কোচবিহারের যোকসাদাঙ্গা এলাকায় ট্রেনে কাটা পড়় লেন অজ্ঞাত পরিচয় মহিলা। রবিবার যোকসাদাঙ্গা-গুমানিহাট রেল স্টেশনের মাঝে রেললাইন থেকে রেলের কাটা অবস্থায় ওই মহিলার দেহ উদ্ধার হল। ওই মহিলার বয়স ৫৫-৬০ হতে পারে বলে অনুমান। রেল পুলিশ ঘটনাস্থলে পৌঁছে দেহ উদ্ধার করে কোচবিহারে ময়নাতদন্তের জন্য পাঠিয়েছে। স্থানীয় সূত্রে জানা গিয়েছে, এদিন যোকসাদাঙ্গা-গুমানিহাট রেল স্টেশনের মাঝে হাসপাতাল মোড় সংলগ্ন এলাকায় রেললাইনে রেলের কাটা অবস্থায় ওই মহিলার মৃতদেহ দেখতে পান স্থানীয়রা। স্থানীয়রা কেউ ওই মহিলাকে সনাক্ত করতে পারেনি। রেল পুলিশ সূত্রে জানা গিয়েছে, উদ্ধার হওয়া মহিলার পরিচয় জানা যায়নি। ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে পুলিশ।—হিন্দুস্থান সমাচার / কাকলি

সোমবার থেকে সাউথ পয়েন্ট স্কুলে হবে করোনা টেস্ট

কলকাতা, ৯ মে (হি.স.) : সোমবার থেকে সাউথ পয়েন্ট স্কুলেও হবে করোনা পরীক্ষা। করোনার আরটিপিসিআর টেস্ট চালু করা হয়েছে। মাত্র ৫০০ টাকা ধার্য করা হয়েছে করোনা পরীক্ষার জন্য। সাউথ পয়েন্ট স্কুলের তরফে এই উদ্যোগ নেওয়া হয়েছে। স্কুলের এই উদ্যোগে সন্মিল হয়েছেন প্রান্তনীরাও। এই পুরো ব্যবস্থাপনা দেন্ডাভাল করছেন সিআইআই ইয়ং ইন্ডিয়ানস কলকাতা এবং সাউথ পয়েন্ট স্কুলের প্রাক্তন ছাত্রছাত্রীদের সংগঠন।

জানা গেছে, থাইরেকার ল্যাবরে সহযোগিতায় করানো হবে এই করোনা পরীক্ষা।যেদিন করোনা পরীক্ষা করানো হবে ঠিক তার পরের দিনই মিলবে টেস্ট রিপোর্ট। সোমবার অর্থাৎ ১০ মে থেকেই শুরু হয়ে যাবে এই কর্মসূচি। প্রতিদিন ১২০ টি সোমাবের নমুনা সংগ্রহ করা হবে। সকাল সাড়ে ৯ টা থেকে শুরু হবে নমুনা সংগ্রহ। শেষ করা হবে বিকেল ৩ টের দিকে। দক্ষিণ কলকাতার ম্যাডেভিলা গার্ডেন এর স্কুল ক্যাম্পাসটিতেই আপাতত এই কর্মসূচি চলাবে। স্কুল ক্যাম্পাসের একটি নির্দিষ্ট জায়গায় এই করোনা পরীক্ষার জন্য ব্যবহার করা হবে।

সাউথ পয়েন্ট এডুকেশন সোসাইটির ট্রাস্টি ও প্রাক্তন শিক্ষার্থীদের সংগঠনের সভাপতি কৃষ্ণ দামানী বলেন, ‘করোনা পরিস্থিতিতে সংকটের সময়ে সাধারণ মানুষের পাশে থাকাটাই আমাদের কর্তব্য বলে মনে করি। আর যেহেতু আমাদের স্কুলের সমস্ত ক্লাস অনলাইনে হচ্ছে তাই স্কুলের বিল্ডিং ফাঁকা পড়ে রয়েছে তাই স্কুলের বিল্ডিংয়ের একটি অংশে এই কর্মসূচি চালুর উদ্যোগ নেওয়া হল। আমরা আশাবাদী এরপর আমরা আমাদের স্কুল বিল্ডিং থেকে গণটীকাকরণ কর্মসূচি চালুও করতে পারবো।’

করুণাময়ীতে দীর্ঘ ১৫ ঘন্টা ধরে পরে বৃদ্ধা মহিলার দেহ

কলকাতা, ৯ মে (হি.স.) : করোনা হানা কিছুতেই যেন পিছু ছাড়ছে না কারার।ক্রমাগত করোনার বাড়বাড়ন্ত- এ দেওয়ালে পিঠ ঠেকে যাওয়ার জোগাড় হয়েছে সকলের। এরই মাঝে খাস কলকাতার করুণাময়ীতে দীর্ঘ ১৫ ঘন্টা ধরে পরে বৃদ্ধা মহিলার দেহ।

যত সময় বাড়ছে ততই আতঙ্ক বাড়়াচ্ছে করোনা আক্রান্তের সংখ্যা। গত কয়েকদিনে করোনা আক্রান্তের সংখ্যা ক্রমাগত বাড়ছে। কিন্তু এরই মাঝে অভিযোগ খাস কলকাতার করুণাময়ীতে দীর্ঘ ১৫ ঘন্টা ধরে বাড়়ির মধ্যেই পরে বৃদ্ধা মহিলার দেহ। এলাকাবাসীদের অভিযোগে ওই মহিলার করোনা আক্রান্ত হয়ে মৃত্যু হয়েছে। সন্টলেকের করুণাময়ী আবাসনের এফ ৫৪/৭ এ ঘটেছে এই ঘটনা। জানা গিয়েছে মৃত্যুর নাম গীতা কুমার। করোনা আক্রান্ত হয়ে মৃত্যু হয়েছে এই অভিযোগে দীর্ঘ ১৫ ঘন্টা ধরে বাড়়িতেই পরে রয়েছে বৃদ্ধা মহিলার দেহ।

করোনাভাইরাসমুক্ত হলেন বিএনপি প্রধান খালেদা জিয়া

ঢাকা, ৯ মে (হি. স) : করোনা সংক্রমণ শনাক্ত হওয়ার প্রায় চার সপ্তাহ পর বিএনপি প্রধান খালেদা জিয়া হয়েছেন বলে চিকিৎসকরা জানিয়েছেন। রবিবার বিএনপি চেয়ারপার্সনের মেডিকেল বোর্ডের সদস্য ডা. মহম্মদ আল মামুন জানান, খালেদা জিয়ার কোভিড পরীক্ষার ফল ‘নেগেটিভ’ এসেছে। তিনি বলেন, “ম্যাডামের তৃতীয় দফা টেস্টের ফলাফল নেগেটিভ এসেছে। প্রথম ও দ্বিতীয় দফা টেস্টের রেজাল্ট পজেটিভ ছিল।”গত ১১ এপ্রিল গুলশানে করোনাভাইরাসের আক্রান্ত হন খালেদা জিয়া। সেখানে অধ্যাপক এফএম সিদ্দিকীর তত্ত্বাবধানে তার চিকিৎসা চলছিল। এরপর ২৫ এপ্রিল দ্বিতীয় দফার টেস্টের ফলাফল পজেটিভ আসে। সর্বশেষ দফায় শনিবার রাতে পরীক্ষার ফল ‘নেগেটিভ’ আসে। তবে গত ২৭ এপ্রিল খালেদা জিয়াকে পরীক্ষার জন্য বসুন্ধরার এভারকেয়ার হাসপাতালের ‘নন কোভিড’ ইউনিটে ভর্তি করা হয়। গত ৩ মে তিনি শ্বাসকষ্ট অনুভব করলে তাকে করোনারি কেয়ার ইউনিটে নেওয়া হয়। হাসপাতালে বিশেষজ্ঞ চিকিৎক ডা. শাহাবুদ্দিন

তালুকদারের নেতৃত্বে ১০ সদস্যের মেডিকেল বোর্ড গঠন করে তার চিকিৎসা চলছে। কোভিড পরবর্তী নানা জটিলতায় আক্রান্ত হওয়ায় তাকে সিসিইউতে রাখা হয়েছে। মেডিকেল বোর্ডের সদস্য অধ্যাপক এজেডএম জাহিদ হোসেন বলেন, কোভিড চিকিৎসার আন্তর্জাতিক নির্দেশাবলীতে শনাক্ত হওয়ার দুই সপ্তাহ পরে রোগীর শরীর যদি কোনো উপগর্গ না থাকে তাহলে ধরে নেওয়া হয় যে ওই ব্যক্তির মাধ্যমে কেউ করোনা সংক্রমিত হবে না।

করোনা বিধি মেনেই উত্তরবঙ্গের বিভিন্ন প্রান্তে পালিত হল রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী

শিলিগুড়ি, ৯ মে (হি.স.) : আজ বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের ১৬০তম জন্মজয়ন্তী। তবে দেশে ভয়াবহ আকার নিচ্ছে করোনা সংক্রমণ। সমস্ত সরকারি ও বেসরকারি স্কুল বন্ধ। তাই কোনও বড়ো অনুষ্ঠান হচ্ছে না। এই পরিস্থিতিতে এবছর অন্যভাবে রবীন্দ্র জয়ন্তী পালন করা হল। ঘরোয়া অনুষ্ঠান গুলোতেও স্বাস্থ্যবিধি মেনেই করা হচ্ছে। তবে এবছর সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমেই রবীন্দ্র জয়ন্তী পালনের প্ররণতা দেখা যায়। এদিন উত্তরবঙ্গের সহিত মেটেলি, চালসা, বাতাবাড়ি এলাকায় বড়ো স্বেনও অনুষ্ঠান না হলেও কিছু ঘরোয়া অনুষ্ঠানে রবীন্দ্র জয়ন্তী পালন করা হয়।

দিনটির তাৎপর্য নিয়ে আলোচনা করেন। বিদ্যালয়ের প্রধান শিক্ষক সুরভ চক্রবর্তী জানান, খুব কম সংখ্যক পড়ুয়া ও শিক্ষক শিক্ষিকাদের নিয়ে দিনটি পালন করা হয়েছে। পাশাপাশি, করোনা ঠেকাতে সচেতনতামূলক প্রচারও করা হয়। পাশাপাশি, এদিন ময়নাগুড়িতেও ঘরেই কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের জন্মদিবস পালিত হল। কচিকালী থেকে বড় সকলকেই দেখা যায় নিজের বাড়ি থেকে ২৫শে বৈশাখ পালন করতে। কেউ বাড়ির বারান্দায়, কেউ বাড়ির ছাদে, কেউ বাড়ির উঠানে কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের ছবিতে মাল্যদান ও পুষ্পার্ঘ্য নিবেদন করে নাচ ও গান

পরিবেশনের মধ্য দিয়ে দিনটি পালন করে।

করোনা আবহে ২৫শে বৈশাখের চিরাচরিত ছবি বালুরঘাট শহরে আজ দেখা গেল না। বালুরঘাট পৌরসভাতে এবং তথ্য-সংস্কৃতি দপ্তরের সামনে রবীন্দ্রনাথের মূর্তিতে মাল্যদান করেন আধিকারিকরা। অন্যান্যবার প্রভাতফেরির আয়োজন করে বিভিন্ন সংস্থা এবার তা দেখা যায় নি। পৌরসভা ও তথ্য-সংস্কৃতি দপ্তরের সামনে জমায়েত ছিল নগণ্য। হাতে গোনা কয়েকজন আধিকারিক অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করেন এবং প্রতিকৃতিতে মাল্যদান করেন।

গ্রেফতারের ২৪ ঘন্টার মধ্যে জেল হেফাজতে মৃত্যু যুবকের, চাঞ্চল্য রায়গঞ্জে

রায়গঞ্জ, ৯ মে (হি.স.) : উত্তর দিনাজপুরে গ্রেফতারের ২৪ ঘন্টার মধ্যেই জেল হেফাজতে যুবকের মৃত্যু। জেল হেফাজতে যুবকের মৃত্যু ঘিরে রহস্য দানা বেঁধেছে রায়গঞ্জে। মৃতের পরিবার এই ঘটনায় পুলিশের দিকে আঙুল তুললেও ওই যুবকের মৃত্যু হয়েছে অসুস্থ হয়েই হয়েছে বলে দাবি করেছে পুলিশ। তবে এই মৃত্যুর তদন্তের জন্য আদালতের দ্বারস্থ হবে বলে জানিয়েছে মৃতের পরিবার।

পুলিশ সূত্রে জানা গিয়েছে ওই যুবকের নাম অজয় বর্মন।আত্মহত্যার প্ররোচনা দেওয়ার অভিযোগে অজয়কে শনিবার গ্রেফতার করে পুলিশ। এরপর তাকে আদালতে পেশ করা হয়। আদালত থেকে তাকে জেল হেফাজতে দেওয়া হলে রােইই মৃত্যু হয় ওই যুবকের। পেশায় ব্যবসায়ী অজয় বর্মন সুদে টাকা খাটাতেন। আর সেই সূত্রেই তার বিরুদ্ধে

চলাকালীন মৃত্যু হয় অজয় বাবুর। তবে এই মৃত্যু নিয়ে ধন্দে রয়েছে পরিবার। পরিবারের অভিযোগ, পুলিশের অত্যাচারেই মৃত্যু হয়েছে অজয় বাবুর। তবে রায়গঞ্জ থানার এক পুলিশ আধিকারিক জানান , ওই যুবকের মৃত্যু হয়েছে অসুস্থ হয়েই। কোনও রকম অত্যাচারের ঘটনা ঘটেনি। তবে এই মৃত্যুর তদন্তের জন্য আদালতের দ্বারস্থ হবে বলে জানিয়েছে মৃতের পরিবার।

কোভিড - ১৯:বাংলাদেশে জাতীয় সাংবাদিক সংস্থার ঈদ সামগ্রী বিতরণ



মনির হোসেন,ঢাকা, মে ০৯।। বাংলাদেশের নারায়ণগঞ্জের সিদ্ধিরগঞ্জ পবিত্র ঈদুল ফিতরে ও করোনা মহামারিতে সিদ্ধিরগঞ্জ থানা জাতীয় সাংবাদিক সংস্থার ৪০ বছর পূর্তি উপলক্ষে অসহায় পরিবারের মধ্যে ঈদ উপহার সামগ্রী বিতরণ করা হয়েছে। নারায়ণগঞ্জ সিটি করপোরেশন ৬ নং ওয়ার্ড কাউন্সিলর ও প্যালে মেয়র ২ আলহাজ্ব মতিউর রহমান প্রতিনিধি আব্দুল হামান প্রধান। মতি প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত থেকে রবিবার ২৬ শে রমজান দুপুর ২ টায় সিদ্ধিরগঞ্জের মুনলাইট চৌরাস্তা এলাকায় ঈদ উপহার সামগ্রী বিতরণ করা হয়। এ সময় বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন, মোঃ আলমগীর গনি, সভাপতি জাতীয় সাংবাদিক সংস্থা, ঢাকা বিভাগ ও সহ-সভাপতি কেন্দ্রীয় কমিটি, জি. এম মাসুদ ঢালী, নির্বাহী সদস্য, ঢাকা।

সাংবাদিক ইউনিয়ন (ডিইউজে), ওয়ার্কিং জার্নালিস্ট ফোরামের সভাপতি মনির হোসেন ও সাধারণ সম্পাদক মোস্তাক আহমেদ শওন। ঈদ উপহার সামগ্রী বিতরণ অনুষ্ঠানে সভাপতিত্ব করেন, জাতীয় সাংবাদিক সংস্থার সিদ্ধিরগঞ্জ থানা কমিটির সভাপতি ও দৈনিক সংবাদ প্রতিদিন এর নারায়ণগঞ্জ জেলা প্রতিনিধি আব্দুল হামান প্রধান। আরও উপস্থিত ছিলেন, মোঃ শাহরিয়ার কবির রিপন, সাধারণ সম্পাদক-জাতীয় সাংবাদিক সংস্থা, সিদ্ধিরগঞ্জ থানা।মোঃ মারুফ হোসেন (তুবার), সাংগঠনিক সভাপতি জাতীয় সাংবাদিক সংস্থা, সিদ্ধিরগঞ্জ থানা। সার্বিক তত্ত্বাবধানে ছিলেন, মোঃ ওয়াশিম, অর্থ- সম্পাদক সিদ্ধিরগঞ্জ থানা জাতীয় সাংবাদিক সংস্থা, সাংবাদিক জাকির হোসেন,

বিশেষ অতিথি মোঃ আলমগীর গনি জাতীয় সাংবাদিক সংস্থা ঢাকা বিভাগের সভাপতি ও কেন্দ্রীয় কমিটির সহ-সভাপতি বলেন, জাতীয় সাংবাদিক সংস্থার কেন্দ্রীয় সাধারণ পরিষদের সদস্য ও সভাপতি- আব্দুল হামান প্রধান এর উদ্যোগে তার আর্থিক প্রচেষ্টায় তিন শতাধিক অসহায় পরিবারের মাঝে ঈদ উপহার সামগ্রী বিতরণ করতে পেরে আমি গর্বিত। আমি আশা করি তার এ প্রচেষ্টা অব্যাহত থাকবে। তিনি আরও বলেন, গত বছর ২০২০ সালে করোনা মহামারীতে সিদ্ধিরগঞ্জ সাংবাদিক সংস্থা পরিষদের সদস্য ঘোষণা করা হয়।

হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

ঘরে অক্সিজেন নেওয়ার ক্ষেত্রে করণীয় ও বর্জনীয়



করোনাভাইরাস মহামারীতে ঢাকার মগবাজারে একটি দোকান থেকে অক্সিজেন সিলিন্ডার কিনে নিয়ে যাচ্ছেন একজন। ছবি: আসিফ মাহমুদ অভি

করোনাভাইরাস মহামারীতে ঢাকার মগবাজারে একটি দোকান থেকে অক্সিজেন সিলিন্ডার কিনে নিয়ে যাচ্ছেন একজন। ছবি: আসিফ মাহমুদ অভি

করোনাভাইরাস মহামারী আবারও মারাত্মক আকার ধারণ করার পর প্রতিদিন হাজারও মানুষ আক্রান্ত হচ্ছেন। পরিস্থিতি আরও জটিল হয়ে পড়ে হাসপাতালের শয্যা সঙ্কট তৈরি হলে। সে কারণে বাড়ি তেই অক্সিজেনের ব্যবস্থা রাখার চেষ্টা করছেন অনেকে।

কোভিড-১৯ আক্রান্তদের অনেকেই ফুসফুস সংক্রমণের কারণে স্বাভাবিকভাবে বাতাস থেকে পর্যাপ্ত অক্সিজেন নিতে পারে না। তাদের কৃত্রিমভাবে অক্সিজেন দিতে হয়।

তবে শুধু অক্সিজেনের সিলিন্ডার আনলেই তো হবে না, তা ব্যবহার করাও জানতে হবে। আর সেখানেও প্রয়োজন আছে অনেক সতর্কতার।

স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে

প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে জানানো হলো সেই বিষয়গুলো সম্পর্কে।

অক্সিজেন কখন ব্যবহার করতে হবে

রক্তে অক্সিজেন বা ‘এসপিওটু’য়ের মাত্রা ৯৩ শতাংশের নিচে নেমে গেলেই কৃত্রিমভাবে অক্সিজেন সরবরাহের ব্যবস্থা নিতে হবে। রক্তে অক্সিজেনের আদর্শ মাত্রা ৯৪ থেকে ৯৯ শতাংশ।

যদিও কোনো অক্সিজেন খেরাপি তাৎক্ষণিক রক্তে অক্সিজেনের মাত্রা বাড়াতে বা স্বাভাবিক করতে পারে না। তবে কোভিড-১৯ রোগীদের ক্ষেত্রে ৮৮ থেকে ৯২ শতাংশ ‘স্যাচুরেশন’ পাওয়াই হবে অত্যন্ত উপকারী।

১০০ শতাংশ ‘স্যাচুরেশন’য়ে কখনই পৌঁছানো উচিত নয়। সুস্থ কিংবা অসুস্থ, শতভাগ ‘স্যাচুরেশন’ হবে অক্সিজেনের অপচয়।

একদিকে কারও জন্য অক্সিজেন দুস্পাশ্য, অপরদিকে কিছু মানুষ প্রয়োজনের অতিরিক্ত মজুদ করে রাখছেন। চিকিৎসক ও বিশেষজ্ঞদের নিবেদন, প্রয়োজন অনুযায়ী নেওয়া।

একজনে অতিরিক্ত মজুদ হবে

অন্যের দুস্পাশ্যতার কারণ।

‘স্যাচুরেশন’য়ের লক্ষ্যমাত্রা কতটুকু হওয়া উচিত

ভারতের ‘এআইআইএমএস নিউ দিল্লি’ল প্রধান ডা. রানদিপ গুলেরিয়া বলছেন, “যাদের অক্সিজেন ‘স্যাচুরেশন’য়ের মাত্রা ৯২ থেকে ৯৪ শতাংশ, তাদের অক্সিজেন নেওয়ার প্রয়োজন নেই, এটা আপনাকে কোনো উপকার দেবে না। আর এর বেশি হলে তো কথাই নেই।” যাদের ৯৪ শতাংশের কম তাদের নিবিড় পর্যবেক্ষণের আওতায় রাখতে হবে। তারও যদি অবস্থা স্থিতিশীল থাকে তবে অক্সিজেন নেওয়ার প্রয়োজন নেই। যারা শ্বাসতন্ত্রের দূরারোগ্য ব্যাধিতে ভুগছেন তাদের ক্ষেত্রে অক্সিজেন ‘স্যাচুরেশন’ বেশি রাখতে হয়।

তাই বলে ৯৭ শতাংশতে রাখাও অপচয়। এছাড়াও একজন রোগীর প্রতি মিনিটে কত লিটার অক্সিজেন প্রয়োজন সেই সিদ্ধান্ত একমাত্র একজন অভিজ্ঞ চিকিৎসকই নিতে পারেন। সেই হিসেবের ওপর নির্ভর করবে একটি সিলিন্ডার কতক্ষণ চলবে আর কখন তাতে নতুন অক্সিজেন দিতে হবে। অক্সিজেন দেওয়া মানেই সমস্যার সমাধান নয়

কৃত্রিম অক্সিজেন সরবরাহ করার পর রোগী ঝুঁকিমুক্ত হয় না। তাই তার শরীরে অক্সিজেনের মাত্রা ও নাড়ির স্পন্দনের গতির দিকে তীক্ষ্ণ নজর রাখতে হবে।

এথেকেই বোঝা যাবে শরীরে রোগের সঙ্গে কতটুকু লড়তে পারছে, কতটুকু অক্সিজেন তার কোনো উপকারে আসছে কি না।

অক্সিজেনের মাত্রায় ওঠানামা চোখে পড়লে প্রতি দুই ঘণ্টায় পরিমাপ নিতে হবে এবং দেখতে হবে কৃত্রিম অক্সিজেন দেওয়ার অবস্থা উন্নতি হচ্ছে কি না। যদি উন্নতি না হয় তবে দ্রুত হাসপাতালে নিতে হবে।

অক্সিজেন মাস্ক ব্যবহার

অনভিজ্ঞ হাতে অক্সিজেন মাস্ক বা ‘নেসাল ক্যানুলা’ বেশ ঝামেলায় বিষয় হতে পারে।

ভাইরাস থেকে বাঁচতে মুখে মাস্ক পরার মতো অক্সিজেন মাস্কটিই রোগীর মুখে বায়ুরোধকভাবেই বসতে হবে। রোগীর মুখের আকৃতি হিসেবে করে মাস্ক বেছে নেওয়াটা এক্ষেত্রে বিশেষ জরুরি।

এই মাস্কও থাকে ‘নোজ ক্লিপ’ কিংবা পেছনের ফিতা, যার সাহায্যে মুখের ওপর আঁটসাঁট করে অক্সিজেন মাস্কটি বসানো যায়। সঠিক মাস্ক বেছে নেওয়া এবং তার সঠিক ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে। কারণ তা বহবার এবং লম্বাসময় ব্যবহার করতে হবে।

অনেক সময় একাধিক রোগী একই সরঞ্জাম ব্যবহার করতে পারে। সেক্ষেত্রে সরঞ্জামগুলো সঠিকভাবে জীবাণুমুক্ত করা জানতে হবে এবং সবচেঁচওরুদ্ধ সহকারে তা করতে হবে।

শরীরে অক্সিজেনের মাত্রা বাড়ানোর ঘরোয়া উপায়

কৃত্রিমভাবে অক্সিজেন সরবরাহের ব্যবস্থা থাকলেও শরীরে অক্সিজেনের মাত্রা বাড়ানো কিছু ব্যায়াম বা পদ্ধতি সবার জন্য উচিত।

ঢেকে রাখা চুলের যত্ন

যারা হিজাব ব্যবহার করেন তাদের মাথা যেমন নানান সমস্যা দেখা দিতে পারে।

এজন্য নিয়মিত শ্যাম্পু করার পাশাপাশি চাই বাড়তি যত্ন।

বইরে যাওয়ার সময় হিজাব বা কাপড় দিয়ে মাথা ঢেকে বের হলে সরাসরি সূর্যের আলো না পড়লেও চুলের ক্ষতি হতে পারে। এমনকি হিজাব শক্ত করে পরলে সমস্যা আরও বাড়ে। কারণ এতে চুল পর্যাপ্ত অক্সিজেন পায় না।

যা থেকে চুল রক্ষা হয়ে যেতে পারে। সমস্যা আরও বাড়ে যদি হিজাব পরার আগে ‘গ্লো ড্রায়ার’ বা ভুল প্রসাধনী ব্যবহার করা হয়।

আবার মাথার ত্বক থেকে প্রাকৃতিকভাবে কিছু তেল নিঃসৃত হয়। ঘাম আর তেল মিলেমিশে একাকার হয়ে মাথার ত্বককে চটচটে করে তোলে। এতে চুলকানি, র্যাপ, খুশকি ইত্যাদির মতো হাজারও সমস্যা দেখা দেয়। এ জন্য হিজাবি নারীদের চুলের বিশেষ যত্ন নেওয়া প্রয়োজন।

যে কারণে এমন শ্যাম্পু ব্যবহার করা উচিত যা পুষ্টি যোগানোর পাশাপাশি ঝরঝরে রাখবে চুল।

এজন্য চুল নিয়মিত শ্যাম্পু দিয়ে আগার দিকে। পাশাপাশি প্রতিবার শ্যাম্পু করার সময় মাথার একই জায়গায় শ্যাম্পু ঢালা হলে সেখানের ত্বক শুষ্ক হয়ে যেতে পারে।

অন্তত তিন দিন ভালো মানের শ্যাম্পু ব্যবহার করতে হবে।

বাজারে এখন হিজাবিদের জন্য রয়েছে ‘ক্লিয়ার হিজাব পিওর’। এই শ্যাম্পু মাথার ত্বকের সব তেল-চিটচিটে ময়লা পরিষ্কার করে দীর্ঘস্থায়ী সজীবতা ও সুরক্ষা দেয়। রয়েছে টি ট্রি অয়েল, যা একটি প্রদাহ, ভাইরাস, ব্যাক্টেরিয়া, ফাঙ্গাস থেকে রক্ষা করে।

পাশাপাশি মাথার ত্বকের অতিরিক্ত শুষ্কতা দূর করে চুলের স্বাভাবিক আর্দ্রতা বজায় রাখতে সাহায্য করে।

‘ক্লিয়ার হিজাব পিওর’ শ্যাম্পু ব্যবহারের নিয়ম

- শ্যাম্পু করার আগে চুল ভালোভাবে ভেজানো না হলে, শ্যাম্পু তার কাজও ভালোভাবে করতে পারে না। ফলে চুল রক্ষা, শুষ্ক হয়ে যায়। তাই চুলে ক্লিয়ার হিজাব পিওর’ শ্যাম্পু দেওয়ার আগে দুতিন মিনিট পর্যন্ত চুল ভিজিয়ে নেওয়া উচিত।
- চুলের গোড়ায় শ্যাম্পু পৌঁছানো বেশি জরুরি। মনে রাখতে হবে শ্যাম্পু বেশি দরকার হয় চুলের গোড়ায়। আর কন্ডিশনার কাজ করবে চুলের আগার দিকে। পাশাপাশি প্রতিবার শ্যাম্পু করার সময় মাথার একই জায়গায় শ্যাম্পু ঢালা হলে সেখানের ত্বক শুষ্ক হয়ে যেতে পারে।



- ব্যবহারের পর দ্রুত ধুয়ে ফেললে শ্যাম্পু ত্বক মতো কাজ করার সুযোগ পায় না। চুল মালিশ করে কয়েক মিনিট রেখে তারপর ধুয়ে ফেলুন। আর গরম পানি দিয়ে চুল ধোয়া এড়িয়ে চলার চেষ্টা করুন। ঠাণ্ডা পানি দিয়ে ধুলে চুলের গোড়া বন্ধ হয়। ফলে কেশ হয় বলমলে ও নরম। পাশাপাশি চুল পড়াও কমে।

অন্যান্য যত্ন

বাতাস চলাচল করতে পারে এরকম কাপড়ের হিজাব ব্যবহার করতে হবে। সেটা হতে পারে সুতি, সিল্ক, সাটিন বা সিল্ক। আসলে কোন ধরনের কাপড় নিজের চুলের জন্য ভালো হবে তা নিজেই পরখ করে বুঝে নিতে হবে।

ভেজা চুলে হিজাব ব্যবহার না

করা: হিজাব পরার আগে সবসময় খেয়াল রাখতে হবে যেন চুল ভেজা না থাকে। কারণ ভেজা চুলে স্কার্ফ বা হিজাব পরলে অবশ্যই মাথায় দুর্গন্ধ হবে। তাই ভেজা থাকা চুল অবশ্যই চুল ভালো মতো চুল শুকিয়ে নিন। বেশি ভাড়া থাকলে ‘গ্লো ড্রায়ার’ ব্যবহার করুন। তবে তার আগে চুলের ক্ষতি এড়াতে ‘লিভ অন হেয়ার অয়েল’ ব্যবহার করতে ভালো যাবে না।

চুল বাঁধা: হিজাব পরার আগে চুল খুব হালকা করে বেঁধে নেওয়া উচিত। বেশি শক্ত করে বাঁধলে চুলের গোড়া নরম হয়ে যায়। ফলে চুল পড়ার আশঙ্কা তৈরি হয়। লম্বা বেগি, পনিটেইল বা হালকা খোঁপা করলেই চলবে।

প্রতিদিনের খাবার থেকে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানোর পন্থা



স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলার পাশাপাশি রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা জোরদার করাও দরকার। ভারতের কিউইউএ নিউট্রিশন’য়ের প্রতিষ্ঠাতা রায়ান ফার্নান্দো স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদনে বলেন, “সংক্রমণ থেকে সুরক্ষিত থাকা এবং সুস্বাস্থ্য অর্জনের চাবিকাঠি হল শক্তিশালী রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা। আর সেই ক্ষমতা দুর্বল হয়ে যাওয়ার পেছনে বড় কারণ হলো অস্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস ও পুষ্টিহীনতা।”

তাই প্রাকৃতিক উপায়ে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা শক্তিশালী করতে সহায়ক কিছু খাবারের নাম এখানে দেওয়া হল।

আমলকী: কয়েক শতাব্দী জুড়ে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানোর একটি কার্যকর উপাদান হিসেবে বিশেষ স্থান দখল করে আছে আমলকী। এতে আছে ভিটামিন সি’য়ের প্রাচুর্য, যা শরীরে শ্বেত রক্তকণিকা তৈরিতে সাহায্য করে। এই শ্বেত রক্তকণিকা অসংখ্য জীবাণুর সংক্রমণ ও

রোগের বিরুদ্ধে লড়াই করে শরীরকে সুরক্ষিত রাখে।

পাশাপাশি আমলকী যোগায় শক্তিশালী অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট।

কমলা: এতেও আছে ভিটামিন সি, যা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার জোর বাড়ায়। কোষকে সংক্রামক ভাইরাস ও অন্যান্য জীবাণু থেকে সুরক্ষা দেওয়ার পাশাপাশি ‘ইমিউন সেল’ তৈরিতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে ভিটামিন সি।

পেয়ারা: ভিটামিন সি তো আছেই, পাশাপাশি সবচেঁচ পুষ্টিকর ফলের তালিকায় প্রথমসারির সদস্য পেয়ারা। কমলাতে যে পরিমাণ ভিটামিন সি থাকে তার থেকে চার গুন বেশি থাকে পেয়ারায়।

শরীরে যে মুক্ত মৌল বা ‘ফ্রি র্যাডিক্যাল’ তৈরি হয় তাকে নিষ্ক্রিয় করতে কার্যকর কয়েকটি অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট হল ‘কুয়েরসেটিন’, ‘লাইকোপেন’, ‘ভিটামিন সি এবং অন্যান্য ‘পলিফেনল’। এদের মধ্যে কয়েকটি উপাদান মেলে পেয়ারাতে। আদা: এতে থাকে ‘জিনজেরল’ নামক উপাদান যা রোগ প্রতিরোধ

ক্ষমতাকে শক্তি যোগায়।

ভাইরাসের বংশবৃদ্ধিতে শক্ত বাধা হয় দাঁড়ায় এই উপাদান।

রসুন: ভাইরাস, ছত্রাক এবং ব্যাকটেরিয়া নাকশ গুণ থাকে রসুনে। আর এর সব কৃতিত্বের মূলে আছে ‘অ্যালিসিন’ নামক উপাদান। এটাও রক্তে শ্বেত রক্তকণিকা বাড়ানোর মাধ্যমে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে।

হলুদ: ‘কারকিউমিন’ হল হলুদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানোর অস্ত্র।

‘মলিকিউল’য়ের কারণে হয়। আর সেই ‘মলিকিউল’ ধরসে করা হয় হলুদ।

‘কারকিউমিন’য়ের কাজ। এছাড়াও ভাইরাসের বংশবৃদ্ধির গতিও কমায় এই উপাদান।

তুলসি: ঔষধি গাছ হিসেবে তুলসি বেশ সুপরিচিত। ভিটামিন সি ও দস্তা প্রচুর পরিমাণে থাকে। ফলে ভাইরাস, ব্যাক্টেরিয়া, ছত্রাক ধ্বংস করতে তুলসি একটি শক্তিশালী অনুসদ। খালি পেটে দুই পেঁকে

তিনটি সতেজ তুলসি পাতা খেতে পারলে প্রচুর উপকার পাওয়া যায়।

গোলমরিচ: ব্যাক্টেরিয়া ধ্বংস করা এবং ‘অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট’ উপাদান সমৃদ্ধ এই গোলমরিচ। আরও রয়েছে ভিটামিন সি। ফলে প্রাকৃতিকভাবে তা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে সহায়ক।



সঙ্গীর সঙ্গে যোগাযোগ করলে ভালোলাগার পরিবর্তে উল্টো দুঃশ্চিন্তার স্রোত বয়ে যায়।

মনমেজাজের বারোটা বাজে, সম্পর্ক ভাঙার ভয় জাগে। আর এসব বিষয় মনের ওপর আরও চাপ তৈরি করতে থাকে।

বিরক্তি, অকারণ ভয় ইত্যাদি দেখা দিলে বুঝতে হবে উদ্বেগের সমস্যায় ভুগছেন। এটা মানসিক ও শারীরিক অবস্থার ওপর বাজে

প্রভাব ফেলে।

মানসিক স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে এরকম মানসিক উদ্বেগ চিহ্নিত করার কয়েকটি উপায় সম্পর্কে জানানো হল।

আবেগকে প্রশ্রয় দেওয়া: অনেকই নিজের উদ্বেগ বা মানসিক চাপ সম্পর্কে আবগত থাকেন না। যদি ছোট খাট কোনো বিষয় আপনার আবেগকে

আক্রান্ত করে তাহলে বুঝতে হবে এটা উদ্বেগের একটা লক্ষণ।

উদ্বেগের কারণে যে কোনো ছোটখাট বিষয় আপনার কাছে অনেক বড় হয়ে উঠতে পারে।

সঙ্গীর সঙ্গে ছোট খাট কথা কাটাকাটি বা রাগাণুগির কারণে আপনার অতিরিক্ত প্রতিক্রিয়া প্রকাশ বা কান্না পাওয়া ইত্যাদি দেখা দিতে পারে। এর মানে হল, সম্পর্কে কোনো বিষয় হয়ত আপনাকে বিরত করছে বা কোনো বিষয় নিয়ে আপনি বেশ আশঙ্কায় ভুগছেন।

মত প্রকাশ নিয়ে ভীতি: উদ্বেগের কারণে দ্বিধার সৃষ্টি হয় এবং নিজের কোনো মতামত বা সঙ্কটের কথা সঙ্গীর সঙ্গে মন খুলে বলার ক্ষেত্রেও আশঙ্কা সৃষ্টি হতে পারে।

এত কিছু চিন্তা না করে নিজের মনের কথা খুলে বলুন যাওয়ার হোক, এতে দুজনের মাঝে বোঝাপড়া ভালো হবে। একে

অপরের অনুভূতি বুঝতে পারবে। নিজের মতামত ও অনুভূতি শান্তিপূর্ণভাবে প্রকাশ করুন।

আবেগ চেপে রেখে কখনও উদ্বেগের সৃষ্টি হতে দেওয়া ঠিক নয়। এটা নানান শারীরিক ও মানসিক সমস্যার সৃষ্টি করতে পারে। সবসময় সম্পর্ক নিয়ে দৃষ্টিভঙ্গি: যে কোনো কিছুই বাড়াবাড়ি ক্ষতিকর। অতিরিক্ত চিন্তা করাও এর ব্যতিক্রম নয়।

সঙ্গী ও সম্পর্কে নিয়ে চিন্তা করা খারাপ কিছু নয়। কিন্তু এর মাত্রাতিরিক্ততা ক্ষতিকারক। যদি নিজেরও বুঝতে পারেন যে, খুব বেশি চিন্তা করছেন তাহলে নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে প্রতিদিন কমপক্ষে ১৫ মিনিট ধ্যান বা শ্বাসের ব্যায়াম করুন। এটা নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে, দৃষ্টিভঙ্গি, অতিচিন্তা এবং উদ্বেগ কমাতে সহায়তা করবে।

শিশুর ভালো ঘুমের অভ্যাস গড়ে তোলার উপায়

শিশুরা ঘুমতে চায় না সহজে। ফলে তাদের ঘুমের নির্দিষ্ট অভ্যাস গড়ে তোলা সহজ নয়।

নবজাতক থেকে শুরু করে বৃদ্ধ পর্যন্ত সবার জন্যই রাতের নির্ভেজাল ঘুম অত্যন্ত জরুরি।

সন্তানের ঘুমের ঘাটতি মেটাতে তাই যখনই সে ক্লান্ত হয় তখনই তাকে ঘুম পাড়িয়ে দেওয়া হয়।

আর অসময়ে ঘুমানোর কারণে যখন সবার ঘুমানোর সময় তখন সে আর ঘুমাতে চায় না।

অপরদিকে সন্তানের ঘুম পর্যাপ্ত না হলে তার উৎফুল্লতা কমে, বিরক্তি বাড়ে, কান্না লেগেই থাকে। ঘুমের অভাবে মস্তিষ্ক ক্লান্ত থাকার কারণে শিশুদের মস্তিষ্কের বিকাশও বাধাগ্রস্ত হয়।

শিশু খেলতে আগ্রহী হয় বেশি, ঘুমাতে চায় না।

শোবার ঘরের পরিবেশ: শিশুদের ঘুম পাতলা হয়, সামান্য শব্দেই তার ঘুম ভেঙে যাওয়া সম্ভব।

মা ও শিশু-বিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদনের আলোকে জানানো হলো সেই কাজে সফল হওয়া উপায়।

ঘুমানোর আগের রণটন:

গোসল, কাপড় বদলানো আর দাঁত মাজা ঘুমের জন্য প্রস্তুতি ইঙ্গিত করে। প্রতিদিন রাতে ঘুমানোর আগে একই সময়ে শিশুকে গোসল না করালেও অন্তত দাঁত ব্রাশ করিয়ে পরিষ্কার কাপড় পরিয়ে ঘুম পাড়াতে নিয়ে গেলে ক্রমেই সেটা শিশুর অভ্যাসের অংশ হয়ে আসবে।

ফলে ঘুম আসবে সহজেই।

রাতের খাবার: শিশুর রাতের খাবারটা ঘুমাতে দুই থেকে তিন ঘণ্টা আগে হতে হবে। এর আগে খেলে শিশুর আবার ক্ষুধা লেগে যেতে পারে কিংবা ক্ষুধার কারণে ঘুম ভেঙে যেতে পারে।

আবার ঘুমানোর কিছু ক্ষণ আগেই রাতের খাবার খেয়ে শিশু খেলতে আগ্রহী হয় বেশি, ঘুমাতে চায় না।

শোবার ঘরের পরিবেশ: শিশুদের ঘুম পাতলা হয়, সামান্য শব্দেই তার ঘুম ভেঙে যাওয়া সম্ভব।

মা ও শিশু-বিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদনের আলোকে জানানো হলো সেই কাজে সফল হওয়া উপায়।

ঘুমানোর আগের রণটন:



হবে। বৈদ্যুতিক যন্ত্রে ব্যবহার: রাতে ঘুমানোর আগে শিশুদের টিভি কিংবা মোবাইল দেখা থেকে বিরত রাখতে হবে। এসব যন্ত্রের বৈদ্যুতিক পর্দা থেকে নিঃসৃত নীল আলো ঘুমকে দূরে রাখে।

আর কাটুন দেখা বা গেইম খেলার সুযোগ থাকতে ঘুমাতে যাওয়া শিশুকে খুঁজে পাওয়া হয়ত অসম্ভব। ক্যাফেইন গ্রহন না করা: প্রাপ্তবয়স্ক মানুষ

ঘুম তাড়ানো জন্য ‘ক্যাফেইন’ গ্রহণ করে তা যদি শিশু ঘুমানোর আগে গ্রহণ করে তবে তার ঘুম আসবে না এটাই স্বাভাবিক।

চা-কফি ছাড়াও ক্যাফেইন’য়ের আরও উৎস আছে। যেমন- চকলেট ও কোমল পানীয়।

আর দুটোই ঘুমানোর আগে খাওয়া শিশুর জন্য অসম্ভব নয়।

ঘুমের নির্দিষ্ট সময় ধরে রাখা: গতরাতে অনেক যত্ননা করেছে,

ঘুমায়নি বলে আজকে দুপুরে তাকে ঘুম পাড়ানো প্রবল চেষ্টা দেখা যায় অনেকের মাঝে। হয়ত ভাবছেন রাতের ঘুমের ঘাটতিটা কমে যাবে। কিন্তু সমস্যা হলো বিকেল কিংবা সন্ধ্যা পর্যন্ত ঘুমানোর পর শিশুর সকল ক্লাস্তি হারিয়ে গেছে। ফলে রাতে ঘুমানোর স্বাভাবিক সময়ে তার কোনো ক্লাস্তি নেই, চোখে ঘুম নেই।

বিরাটদের প্রায় চারমাসের লম্বা সফর রয়েছে ইংল্যান্ডে

বিরাটদের প্রায় চারমাসের লম্বা সফর রয়েছে ইংল্যান্ডে

নয়াদিল্লি, ৯ মে।। ভারতীয় দলের মিশন এবার বিশ্ব টেস্টচ্যাম্পিয়নশিপের ফাইনাল। সাথে রয়েছে ইংল্যান্ডের বিরুদ্ধে পাঁচ ম্যাচের টেস্ট সিরিজ। ইতিমধ্যেই টেস্ট চ্যাম্পিয়নশিপের ফাইনাল ও পাঁচ ম্যাচের টেস্ট সিরিজের জন্য দল ঘোষণা করে দিয়েছে বিসিসিআই। বিরাটদের প্রায় চারমাসের লম্বা সফর রয়েছে ইংল্যান্ডে। আগামী ১৮ জুন থেকে নিউজিল্যান্ড ও ভারতের মধ্যে শুরু হতে চলেছে বিশ্ব টেস্ট চ্যাম্পিয়নশিপের ফাইনাল।

যা শেষ হবে ২২জুন। তারপরেই ইংল্যান্ডের বিরুদ্ধে পাঁচটি টেস্ট খেলবে বিরাটবাহিনী। তবে কোভিড পরিস্থিতির কারণে আবারও কঠোর নিয়মের মধ্যে থাকতে হবে ভারতীয় দলকে ভারতে এই মুহূর্তে করোনা পরিস্থিতি ভয়াবহ আকার ধারণ করেছে। ব্রিটিশমূলকেও



মারগ ভাইরাস ফের মাথাচাড়া দিয়েছে। আর তাই বিরাটদের কাঁটতে হবে কঠোর কোয়ারেন্টাইন পর্ব। প্রথমে দেশের মাটিতেই ৮ দিন ও পরে ইংল্যান্ডের মাটিতে ১০ দিন কোয়ারেন্টাইনে থাকতে হবে ভারতীয় দলকে। অর্থাৎমোট ১৮ দিনের কোয়ারেন্টাইন পর্বের

মধ্যে থাকতে হবে বিরাটদের। তবে ভারতীয় ক্রিকেটাররা পরিবার নিয়ে পাড়ি দিতে পারে ইংল্যান্ডে। এই নিয়ে কোনোরকম নির্দেশিকা জারি করেনি ভারতীয় ক্রিকেটের সর্বোচ্চ নিয়ামক সংস্থা। তবে জানা যাচ্ছে, আগামী ২৫শে মে-র মধ্যে কোভিড টেস্ট করে কোভিড সুরক্ষা বলয়ে ঢুকে

পড়বে বিরাটরা। যেখানে তারা ৮ দিন থাকবে। এরপর ২রা জুন ইংল্যান্ডে পৌঁছে সেখানে ১০ দিনের কোয়ারেন্টাইনে থেকে তারপর কিউইদের মুখোমুখি হবে বিরাটবাহিনী। তবে ইংল্যান্ডে কোয়ারেন্টাইন পর্ব থাকাকালীন প্র্যাকটিস শুরু করে দিতে পারবে ভারতীয় দল।

কোভিড থেকে সুস্থ হয়ে উঠলেন ভারতীয় মহিলা হকি দলের অধিনায়ক রানি

নয়াদিল্লি, ৯ মে।। কোভিড থেকে সুস্থ হয়ে উঠলেন ভারতীয় মহিলা হকি দলের অধিনায়ক রানি রামপাল। শুধু রানি নয়, সুস্থ হয়েছেন ভারতীয় মহিলা দলের আরও ছয় জন খেলোয়াড় সহ দলের ২ জন সদস্য। দীর্ঘ ২ সপ্তাহ নিভৃতবাসে থাকার পরে শেষ পর্যন্ত ফের কোভিড পরীক্ষা করা হয় তাঁদের। পরে তাদের রিপোর্ট নেগেটিভ আসে। অবশেষে নিশ্চিত হয়ে ভারতের হকি সংস্থা। সুস্থ হওয়ার পরে সকলের উদ্দেশ্যে সোশ্যাল মিডিয়াতে একটি বার্তাও দেন রানি অলিম্পিক্সের প্রস্তুতি শুরু করার আগেই ঘোর বিপদ পড়েছিল ভারতের মহিলা হকি দল। সমস্যার কারণ ছিল করোনা। বেঙ্গালুরুর স্পোর্টস অথরিটি অফ ইন্ডিয়া (সাই) সেন্টারে বসেছে ভারতীয় মহিলা হকি দলের অলিম্পিক্সের প্রস্তুতি শিবির। সেখানেই শিবির চলাকালীন করোনায় আক্রান্ত হয়েছিলেন



ভারতীয় দলের অধিনায়ক রানি রামপাল-সহ বেশ কিছু মহিলা হকি খেলোয়াড় এই নিয়ে সাই এবং হকি ইন্ডিয়ার মধ্যে শুরু হয়েছিল চাপান উত্তোর। করোনা অতিমারীর মধ্যে জৈব সুরক্ষা বলয়ে মাঝেই ভারতীয় মহিলা হকি দলকে বেঙ্গালুরুর স্পোর্টস অথরিটি অফ ইন্ডিয়া সেন্টারে রাখা হয়েছে।

সাইয়ে যেভাবে বায়ো-বাবলের ব্যবস্থা করা হয়েছে, তাতে একেবারেই খুশি ছিলনা হকি ইন্ডিয়া। সাইয়ের দাবি ছিল ক্যাম্পাসের মধ্যে বেশ কয়েকজন খেলোয়াড়কে বাইরে থেকে খাবার আনিয়ে খেতে দেখা গিয়েছে। যুঁ পাল্টা যুক্তির মধ্যেই সুস্থ হয়ে ওঠেন রানি রামপালরা। সুস্থ

হওয়ার পরে রানি রামপাল নিজের সোশ্যাল মিডিয়াতে লিখেছেন, "ম্যাসেজ এবং ফোন কলের মাধ্যমে যারা এই সময় আমাদের পাশে থেকেছেন ও মানসিক সাপোর্ট দিয়েছেন তাদের সকলকে অনেক ধন্যবাদ। আমি এবং আমাদের দলের সদস্যরা এখন সম্পূর্ণ সুস্থ। আমাদের পরিবার, হকির মানুষজন, বন্ধু, সমর্থক, ভক্ত সকলের আশীর্বাদে আজ আমরা সুস্থ। বিশেষ করে হকি ইন্ডিয়া ও সাইকে ধন্যবাদ জানাই যারা আমাদের এত ভাল খেয়াল রেখেছিলেন। আমার খারাপ লাগছে অনেকেই নিজেদের প্রিয়জনদের হারাচ্ছেন, তাদের জন্য আমি প্রার্থনা করি। বেশি করে নিজের প্রয় মানুষ ও পাশের মানুষের সাহায্য করুন। একসঙ্গে আমরা এই অতিমারীর সঙ্গে লড়াই করব। সবধামনে থাকবেন এবং মাস্ক পড়বেন এবং কোভিডের নিয়ম মেনে চলবেন।"

কুস্তিগীর খুন! বড়সড় ঝামেলায় ফাঁসলেন কুস্তিগীর সুশীল কুমার

কলকাতা, ৯ মে।। বড়সড় ঝামেলায় ফাঁসলেন কুস্তিগীর সুশীল কুমার। কিছুদিন আগে নয়াদিল্লির ছত্রশাল স্টেডিয়ামে দুজন কুস্তিগীরের মধ্যে ব্যাপক মারপিট হয়। সাগর ধনখড় নামের একজন কুস্তিগীর মৃত্যুর কোলে ঢলে পড়েন। সেই ঘটনায় অলিম্পিকে পদক জয়ী সুশীল কুমারের নাম জড়িয়ে যায়। আসলে বহু বছর ধরেই সুশীল দিল্লির ছত্রশাল স্টেডিয়ামে অনুশীলন করেন। দিনের অনেকটা সময় তাঁকে ওখানেই পাওয়া যায়। এমনকী ছত্রশাল স্টেডিয়ামের কর্মকর্তা হিসেবে দায়িত্বে রয়েছেন সুশীল কুমার। ওই ঘটনার পর সুশীল কুমার জানিয়েছিলেন, বহিরাগতরা স্টেডিয়ামের ভিতরে ঢুকে ঝামেলা করেছিল। যে দুজন কুস্তিগীরের মধ্যে মারামারি হয়েছিল তাঁরা ছত্রশাল স্টেডিয়ামে অনুশীলন করেননি কখনও। তবে পুলিশ অন্য কথা বলছে। বেশ কয়েকটি কারণে সুশীল কুমারের নাম এই ঘটনার সঙ্গে ওতপ্রোতভাবে জড়িয়ে যায়। সুশীল



কুমারের বাড়িতে হানা দিয়েছিল পুলিশ। কিন্তু দিল্লি পুলিশের তরফে জানানো হয়েছে, সুশীল ফেরার। তাঁর খোঁজ শুরু করেছে পুলিশ। ওই কুস্তিগীরের মৃত্যুর ঘটনার পর থেকেই সুশীল কুমারকে খুঁজছে পুলিশ। এরই মধ্যে সুশীল কুমারের মোবাইলের টাওয়ার লোকেশন পাওয়া যায় উত্তরাখণ্ডে। পুলিশ মনে করছে, উত্তরাখণ্ডের কোনও জায়গায় লুকিয়ে রয়েছেন অলিম্পিকে পদক জয়ী কুস্তিগীর।

এরই মধ্যে পুলিশের চারটি দল সুশীল কুমারের খোঁজে উত্তরাখণ্ড পৌঁছেছে। সুশীল ছাড়াও অজয়, মোহিত নামের দুজনকেও খুঁজছে দিল্লি পুলিশ। সাগর নামের ওই কুস্তিগীরের হত্যাকাণ্ডে সুশীল কুমার এবং তাঁর ঘনিষ্ঠদের বিরুদ্ধে অভিযোগ দায়ের হয়েছিল। এর পর পুলিশের তরফে জানানো হয়, স্টেডিয়ামের পার্শ্ব চত্বরে সেদিন সুশীল কুমার, অজয়, প্রিন্স দালাল, অমিত এবং অনারের মধ্যে ব্যাপক

মারপিট হয়েছিল। ওই কুস্তিগীরের খুনের ঘটনায় মূল অভিযুক্ত প্রিন্স দালাল মোবাইলে গোটা ঘটনা রেকর্ড করেছিল বলেও পুলিশের কাছে খবর রয়েছে। ঘটনাস্থল থেকে দুটি এসইউভি সমেত মোট পাঁচটি গাড়ি বাজেয়াপ্ত করে পুলিশ। যার মধ্যে একটি গুরুপ্রাণের কোনও কোম্পানির নামে নথিভুক্ত রয়েছে। আরেকটি গাড়ি হরিয়ানার কুখ্যাত অপরাধী মোহিতের নামে রেজিস্ট্রেশন রয়েছে। তদন্তের স্বার্থে পুলিশ স্টেডিয়ামের একাধিক সিসিটিভি ক্যামেরা স্ক্যান করেছে। তবে যে জায়গায় ঘটনা ঘটেছে, সেখানে সিসিটিভি ছিল না। স্টেডিয়ামের বাইরে সিসিটিভি ক্যামেরা স্ক্যান করে পুলিশ জানতে পেরেছে, ঘটনার সময় ওই এলাকায় ১০-১৫ জন কুস্তিগীর ছিল। তবে পুলিশ ঘটনাস্থলে পৌঁছানোর আগেই তারা ফেরার হয়ে যায়। ২৩ বছর বয়সী কুস্তিগীর সাগর হাসপাতালে মারা যান। দুপুর বারোটার সময় ঘটনা ঘটেছিল বলে জানতে পেরেছে পুলিশ।

বার্সা-আতলেতিকোর শিরোপা স্বপ্নে ড্রয়ের ধাক্কা

মাদ্রিস।। লিগ টেবিলের এক ও তিন নম্বরের লড়াইটা হলো দারুণ জমজমাট। দুই অর্ধে আক্রমণে আধিপত্য করল দুই দল। কিন্তু মিলল না গোলের দেখা। বার্সেলোনা ও আতলেতিকো মাদ্রিদের ড্রয়ে লা লিগার শিরোপা ভাগ্য চলে গেল রিয়াল মাদ্রিদের হাতে। ক্যাম্প নউয়ে শনিবার স্থানীয় সময় দুপুরে শুরু হওয়া লা লিগার ম্যাচটি গোালশূন্য হু হয়েছে ঘরের মাঠে পয়েন্ট হারানায় শিরোপা লড়াইয়ে জোর ধাক্কা খেল বার্সেলোনা। শিরোপা ভাগ্য ছুটে গেছে আতলেতিকোর থেকেও। তবে শীর্ষস্থানে এখনও তারাই আছে। ৩৫ ম্যাচে ২৩ জয় ও আট ড্রয়ে ৭৭ পয়েন্ট আতলেতিকোর। দুই নম্বরে উঠে আসা বার্সেলোনার পয়েন্ট ৭৫। এক ম্যাচ কম জালে রিয়াল ১ পয়েন্ট কম নিয়ে নেমে গেছে তৃতীয় স্থানে। আসরে প্রথম দেখায় গত নভেম্বরে আতলেতিকোর মাঠে ইয়ানিক কারাসকোর একমাত্র গোলে হেরেছিল বার্সেলোনা। দ্বিতীয়ার্ধে তারা বেশ কয়েকটি সুযোগ পেলেও ফরোয়ার্ডদের ব্যর্থতায় পারেনি পার্থক্য গড়ে দিতে নিশ্চিতত সুযোগের হিসেবে একটি হলেও এগিয়ে আতলেতিকো। কিন্তু বিরতির পর ছন্দ ধরে রাখতে পারেনি তারা। প্রথমার্ধে গোলের লক্ষ্যে ছয়টি শট নেয়া দলটি দ্বিতীয়ার্ধে পারেনি একটিও ম্যাচের প্রথম সুযোগটি আসে উনবিংশ মিনিটে। মারিও এরোসোর ক্রস



ডি-বক্সে খুঁজে পায় আনহেল কোররোয়াকে; তবে আর্জেন্টাইন ফরোয়ার্ডের শট দারুণ স্লাইডিং চ্যালেঞ্জে কর্নারের বিনিময়ে বিপদমুক্ত করেন ক্লেমৌ লগোলে বিরতির আগের ১৫ মিনিটে প্রবল চাপ বাড়ায় সফরকারীরা। ৩৪তম মিনিটে কয়েক সেকেন্ডের ব্যবধানে দারুণ দুটি সুযোগ তৈরি করে তারা; মার্ক আন্ড্রে টের স্টেগেনের দোলা ভাঙতে পারেনি দলটি। ডি-বক্সে ফাঁকায় বল পেয়ে যথেষ্ট গতির শট নিতে পারেননি মার্কোস ইয়োরোস্তে, ঝাঁপিয়ে ঠেকান গোলরক্ষক। এরপর সাবেক সতীর্থ লুইস সুয়ারেসের দুরূহ কোণ থেকে নেওয়া ক্রসও ঠেকান তিনি। দুই মিনিট পর কারাসকোর প্রচেষ্টাও ঠেকিয়ে দেন জার্মান গোলরক্ষক। ৪১তম মিনিটে মেরির জাদুকরী ফুটবলে প্রথম সুযোগ পায় বার্সেলোনা। ডান দিক থেকে একজনকে কাটিয়ে চোখের পলকে সামনে আরও দুজনের ফাঁক দিয়ে বামে ঢুকে জয়গা বানিয়ে ট্রেভমার্ক শট নেন আর্জেন্টাইন তারকা।

অসাধারণ নৈপুণ্যে ঝাঁপিয়ে কোনোটাই আঙুল ছুঁয়ে জাল অক্ষত রাখেন ইয়ান ওবলাক। চার মিনিট পর আরেকটি নিশ্চিত সুযোগ উড়িয়ে মেরে হত্যা করেন আতলেতিকোর ফেলিপে। মৌসুমের শুরুতে আতলেতিকো মাদ্রিদে যোগ দেওয়ার পর এই ম্যাচ দিয়েই প্রথমবারের মতো বন্ধু লিওনেল মেসির মুখোমুখি হন লুইস সুয়ারেস। প্রথমার্ধে দুই শিবিরেই চোট আঘাত হানে। শুরুর দিকে গোড়ালির সমস্যা মাঠ ছাড়েন আতলেতিকোর ফরাসি মিডফিল্ডার তুমা লুমা, বদলি নামেন সাউল নিগেস। আর ৩৩তম মিনিটে অবস্থি নিয়ে মাঠ ছাড়ে সের্হি বসকেতস, বদলি নামেন তরুণ মিডফিল্ডার ইলাইশ মোরিস। দ্বিতীয়ার্ধের শুরুতেই দূর থেকে ভীতি ছড়ান সুয়ারেস। যদিও

তার জোরালো হাফ ভলি পোস্টের বেশ বাইরে দিয়ে যায়। পরের ১৫ মিনিটে ধীরে ধীরে চাপ বাড়াতে থাকে বার্সেলোনা। ৭১তম মিনিটে জর্দি আলবার ক্রসে হেডে বল জালে পাঠান রোনালদো আরাহো। তবে অফসাইডে ছিলেন উরুগুয়ের এই ডিফেন্ডার। আক্রমণের ধার বাড়াতে সের্জিনো দেস্তকে বসিয়ে উসমান দেস্তকে নামায় বার্সেলোনা। ৮৫তম মিনিটে তার হাত হাত ধরেই এগিয়ে যেতে পারতো তারা। তবে অরক্ষিত এই ফরোয়ার্ডের হেড ক্রসবারের ওপর দিয়ে উড়ে যায় শেষ সময়ে শেষ একটা চেষ্টা করেন মেসি। কিন্তু তার প্রচেষ্টা অক্লের জন্য লক্ষ্যভ্রষ্ট হলে একরাশ হতাশা নিয়ে মাঠ ছাড়ে বার্সেলোনা। নিষেধাজ্ঞায় ভাগাউটে ছিলেন না বার্সেলোনা কোচ রোনাল্ড কুমান। দলের সুযোগ স্টেপ গ্যালারিতে বসা এই ডাচের চোখে-মুখে ছিল দেওয়ার পর এই ম্যাচ আউনিয় পয়েন্ট হারালেও শিরোপা লড়াইয়ে ঠিকই আছে বার্সেলোনা। আগের দিন কুমানও ঠিক তাই বলেছিলেন, এই ম্যাচ শিরোপা নির্ধারণক নয়। শিরোপা ভাগ্য রিয়ালের হাতে গেলেও তা ধরে রাখতে বাকি চার ম্যাচের সবগুলো জিততে হবে তাদের। দুরূহ সে চ্যালেঞ্জের প্রথম ধাপে রোববার তাদের প্রতিপক্ষ পয়েন্ট তালিকার চার নম্বর দল সেভিয়া। ৩৪ ম্যাচে ৭০ পয়েন্ট নিয়ে শিরোপা লড়াইয়ে আছে তারাও।

কলকাতা, ৯ মে।। বাংলার বর আর বাড়খণ্ডের কনে। এই দম্পতির বিশেষত্ব হল দু'জনেই বিশ্বজয়ী তিরন্দাজ। বঙ্গসন্তান অতনু দাস ও বাড়খণ্ডের মেয়ে দীপিকা কুমারী মুখি বদলে গিয়েছে অনেকটা। নেপথ্যে অবশ্যই বিশ্বজুড়ে করোনার নতুন সংক্রমণ শনিবার দুপুরে পুণের সেনাবাহিনীর অতিথি নিবাস থেকে অতনু বলছিলেন, "গুয়াতেমালার বিশ্বকাপ যাওয়া-আসার মাঝেই বুঝলাম

কতটা কীটা বিছানো রাস্তায় হাঁটতে হচ্ছে।" দীপিকারও ইতিবাচক মেজাজ বলেন, "পরিস্থিতি যা-ই হোক, আমাদের প্রতিযোগিতার জন্য তৈরি থাকতেই হবে। করোনার জন্যই সুইংজারল্যান্ডে স্টেজ টু বিশ্বকাপে যাওয়া হল না। প্যারিসে স্টেজ থ্রি বিশ্বকাপে নামতেই হবে। তাই ১৫ মে থেকে একজনকে কাটিয়ে ডি-বক্সের বাইরে থেকে শট নেন স্টার্লিং।

মানচেস্টার সিটি অধ্যায়ের ইতি টানতে যাওয়া সের্হিও আণ্ডোরো। শুরুর দিকে বল দখলে সিটি একটু এগিয়ে থাকলেও পরিস্কার সুযোগ তৈরি করতে পারছিল না কোনায়ে। ৩২তম মিনিটে স্টার্লিং টিমো ভেরনার বল জালে পাঠালেও অফসাইডের কারণে গোল মেলেনি। পরের মিনিটে ডি-বক্সে ঢুকে বাইরে মেরে হত্যাশ করেন এই জার্মান ফরোয়ার্ড। ৩৫তম মিনিটে একজনকে কাটিয়ে ডি-বক্সের বাইরে থেকে শট নেন স্টার্লিং।

রিকার্ড বিভাগে ছাড়পত্র পেয়েছেন অতনু-দীপিকার

কলকাতা, ৯ মে।। বাংলার বর আর বাড়খণ্ডের কনে। এই দম্পতির বিশেষত্ব হল দু'জনেই বিশ্বজয়ী তিরন্দাজ। বঙ্গসন্তান অতনু দাস ও বাড়খণ্ডের মেয়ে দীপিকা কুমারী মুখি বদলে গিয়েছে অনেকটা। নেপথ্যে অবশ্যই বিশ্বজুড়ে করোনার নতুন সংক্রমণ শনিবার দুপুরে পুণের সেনাবাহিনীর অতিথি নিবাস থেকে অতনু বলছিলেন, "গুয়াতেমালার বিশ্বকাপ যাওয়া-আসার মাঝেই বুঝলাম

কতটা কীটা বিছানো রাস্তায় হাঁটতে হচ্ছে।" দীপিকারও ইতিবাচক মেজাজ বলেন, "পরিস্থিতি যা-ই হোক, আমাদের প্রতিযোগিতার জন্য তৈরি থাকতেই হবে। করোনার জন্যই সুইংজারল্যান্ডে স্টেজ টু বিশ্বকাপে যাওয়া হল না। প্যারিসে স্টেজ থ্রি বিশ্বকাপে নামতেই হবে। তাই ১৫ মে থেকে একজনকে কাটিয়ে ডি-বক্সের বাইরে থেকে শট নেন স্টার্লিং।

কলকাতা, ৯ মে।। বাংলার বর আর বাড়খণ্ডের কনে। এই দম্পতির বিশেষত্ব হল দু'জনেই বিশ্বজয়ী তিরন্দাজ। বঙ্গসন্তান অতনু দাস ও বাড়খণ্ডের মেয়ে দীপিকা কুমারী মুখি বদলে গিয়েছে অনেকটা। নেপথ্যে অবশ্যই বিশ্বজুড়ে করোনার নতুন সংক্রমণ শনিবার দুপুরে পুণের সেনাবাহিনীর অতিথি নিবাস থেকে অতনু বলছিলেন, "গুয়াতেমালার বিশ্বকাপ যাওয়া-আসার মাঝেই বুঝলাম

কলকাতা, ৯ মে।। বাংলার বর আর বাড়খণ্ডের কনে। এই দম্পতির বিশেষত্ব হল দু'জনেই বিশ্বজয়ী তিরন্দাজ। বঙ্গসন্তান অতনু দাস ও বাড়খণ্ডের মেয়ে দীপিকা কুমারী মুখি বদলে গিয়েছে অনেকটা। নেপথ্যে অবশ্যই বিশ্বজুড়ে করোনার নতুন সংক্রমণ শনিবার দুপুরে পুণের সেনাবাহিনীর অতিথি নিবাস থেকে অতনু বলছিলেন, "গুয়াতেমালার বিশ্বকাপ যাওয়া-আসার মাঝেই বুঝলাম



রবিবার উদয়পুরের চন্দ্রপুর কোভিড কেয়ার সেন্টার পরিদর্শন করেছেন মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব।

সাংবাদিক আক্রান্ত একাধিক জায়গায় খোঁজ নিলেন এফডিপিএমসি

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৯ মে।। গতকাল রাতে দৈনিক সংবাদ পত্রিকার কীকড়াবন প্রতিনিধি দেবব্রত রুদ্রের উপর আক্রমণ করে এক দুর্বৃত্ত। রেগার কাজে একটি দুর্নীতির সংবাদ সংগ্রহ করতে গিয়েছিলেন দেবব্রত বাবু। দুর্নীতির সংবাদ ফাঁস হয়ে যাবার ভয়ে এলাকার এক দুর্বৃত্ত শনিবার রাত ৯ টায় চড়াও হয় সাংবাদিক দেবব্রত রুদ্রের উপর। হাতে ও বুকে আঘাত লাগে দেবব্রত রুদ্রের।

এফআইআর হয় কীকড়াবন থানায়। স্বভাবসিদ্ধভাবেই আবারও কীকড়াবনে দেবব্রত রুদ্রের বাড়িতে ছুটে যান এফডিপিএমসি এর এক প্রতিনিধিদল। প্রতিনিধি দলে ছিলেন এফডিপিএমসির সভাপতি জয়ন্ত ভট্টাচার্য, আগরতলা প্রেস ক্লাবের সম্পাদক প্রণব সরকার, এফডিপিএমসি এর সাধারণ সম্পাদক সেরক ভট্টাচার্য ও এফডিপিএমসি এর রাজ্য কমিটির সদস্য দীপন্ত মজুমদার। কীকড়াবন থানার ভারপ্রাপ্ত ওসির সাথে দেখা করে অভিযুক্ত দুর্বৃত্তকে অনতিবিলম্বে গ্রেপ্তারের দাবী জানান প্রতিনিধিদল। ভারপ্রাপ্ত ওসি আশ্বাস দিয়েছেন দুর্বৃত্তকে গ্রেপ্তারের।

গত শুক্রবার দামছড়াতে সাংবাদিক দীপক চক্রবর্তী সংবাদ সংগ্রহে গেলে সেখানেই নিগৃহীত হয় দুকৃতীদের হাতে। এফডিপিএমসি এর ১০/১২ জনের প্রতিনিধি দল গতকালই ছুটে যায় দামছড়ায়। আসামী গ্রেপ্তারের জন্য চাপ সৃষ্টি করে থানার উপর। আগরতলা কেন্দ্রে থেকেও একাধিকবার যোগাযোগ করা হয় উত্তর জেলার পুলিশ সুপারের সাথে। শেষ পর্যন্ত আজ গ্রেপ্তার হয় ২ জন দুকৃতী। কীকড়াবনের ক্ষেত্রেও অনতিবিলম্বে গ্রেপ্তারের দাবী জোরালো এফডিপিএমসি রাজ্য কমিটির এবং সাংবাদিকদের উপর সংঘটিত এই ধরনের আক্রমণের তীব্র নিন্দা জানাচ্ছে সংগঠন।

প্রশাসন ও শুভবুদ্ধিসম্পন্ন নাগরিকদের কাছে আমাদের বিনীত আবেদন গণতন্ত্রের চতুর্থ স্তরের সৈনিকদের উপর এই ধরনের আক্রমণের বিরুদ্ধে সকলে মিলে রুখে দাঁড়ান। তাতে শক্তিশালী হবে গণতন্ত্র। এফডিপিএমসির তরফ থেকে এক প্রেস বিবৃতিতে এই সংবাদ জানানো হয়েছে।

তেলিয়ামুড়া স্টেশনেও রেলযাত্রীদের করোনার পরীক্ষা হচ্ছে

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৯ মে।। রেলযাত্রীদের নিত্যদিনের মতো কোভিড টেস্ট চলছে। প্রতিদিনের ন্যায় রবিবারও ধর্মনগর থেকে আগরতলা গামী লোকাল প্যাসেঞ্জার রেলের যাত্রীদের তেলিয়ামুড়া রেল স্টেশনে তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতাল থেকে বর্তমান করুণা পরিস্থিতি কথা মাথায় রেখে কোভিড টেস্ট করা হয়। এর মধ্যে অনেক অসচেতন যাত্রীরা তেলিয়ামুড়া রেলস্টেশন থেকে কোভিড টেস্ট করার ভয়ে পালিয়ে যায়। যদিও মাত্র ৪৪ জনের শরীর থেকে কোভিড টেস্টের নমুনা পরীক্ষা করতে সক্ষম হয়েছে তেলিয়ামুড়া মহাকুমা হাসপাতালে স্বাস্থ্যকর্মীরা। এরমধ্যে ২ জনের শরীরে করোনার জীবাণু পাওয়া যায়। জানা যায় তারা, পেঁচারখল থেকে একটি বিয়ে বাড়ির অনুষ্ঠান শেষ করে পেচারখল

জয়পুর এলাকার ২৭ বছর বয়সি এক যুবক তার নিকট আত্মীয় খোয়াই তুলাশিখর এলাকার ১৭ বছর বয়সী যুবতীকে তার বাড়ি পৌঁছে দিতে এসেছিল খোয়াই তুলাশিখর এলাকায়। তেলিয়ামুড়া ক্রিশাভাঙি স্থিত রেলস্টেশনে তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালে স্বাস্থ্যকর্মীরা তাদের শরীরে কোভিড পরীক্ষা করলে এই দুজনের শরীরে করোনার উপসর্গ মেলে। তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালের স্বাস্থ্যকর্মীরা তাদের তেলিয়ামুড়া রেলস্টেশন থেকে তেলিয়ামুড়া মহাকুমা হাসপাতালে নিয়ে আসে। এখন তাদের শরীরের অবস্থা বুঝে অর্থাৎ যদি তাদের শরীরে কোন অসুবিধা থাকে তবে তাদের আগরতলায় নিয়ে যাওয়া হবে নতুবা তাদের হোম কোয়ারেন্টাইনে রাখা হবে।

সামান্য বৃষ্টিতেই আঠারমুড়া পাহাড়ে ধস

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৯ মে।। সামান্য বৃষ্টিতে ১৮ মুড়া পাহাড়ের নেমে পড়লো ধস। গতরাত তেলিয়ামুড়া মহাকুমার মুন্সিয়াকান্দি ব্লকের ১৮ মুড়া পাহাড়ের ৪৩,৪৪,৪৫ ৪৭ মাইল এলাকায় জাতীয় সড়কের রবিবার আনুমানিক পাঁচটা নাগাদ সংবাদে জানা যায় আঠারোমুড়া পাহাড়ে দীর্ঘ কয়েক দিন ধরে জাতীয় সড়ক চার লাইনের সংস্কারের কাজ চলছে তার জন্য জাতীয় সড়কের দুই পাশের পাহাড় গুলি কেটে চার লাইনের রাস্তা নির্মাণ কাজ চলছে দীর্ঘ কয়েক মাস যাবত। তার ফলে

রবিবার বিকেলে এক পশলা বৃষ্টিতে জাতীয় সড়কে ধস নেমে পড়ে। ধ নামার ফলে ১৮ মুড়া পাহাড়ের ৪৩ ৪৪ ৪৫ এবং ৪৭ মাইল মাটি স্লিপার হওয়াতে জাতীয় সড়ক শুক্ক হয়ে যায়। দুই দিক থেকেই শত শত ছোট-বড় দুর্পাল্লার গাড়িআটকে পড়ে। দীর্ঘ কয়েক ঘণ্টা যাবত ছোট-বড় দুর্পাল্লার গাড়ি চলাচল বন্ধ হয়ে পড়ে। এদিকে আরো জানা যায় রাস্তা স্লিপার হওয়ার ফলে অনেক অনেক গাড়ি মাঝপথে আটকে রয়েছে। এদিকে যাত্রীর দুর্ভোগে চরমে উঠেছে বলে সংবাদে জানা যায়।

তেলিয়ামুড়াতেও যথাযথ মর্যাদায় পালিত রবীন্দ্র জন্মজয়ন্তী

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৯ মে।। বিশ্বকবি, কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের ১৬০ তম জন্মদিন রবিবার। সারা রাজ্যের ন্যায় তেলিয়ামুড়াতে ও কবিগুরুর জন্মদিন পালিত হল মহাসারস্বে কোভিড-১৯ নীতি নির্দেশিকাকে মান্যতা দিয়ে। তেলিয়ামুড়া পৌর পরিষদ এবং তথ্য সংস্কৃতি দপ্তরের যৌথ উদ্যোগে তেলিয়ামুড়া চিত্রাঙ্গদা কলা কেন্দ্রের সামনে অর্থাৎ কবিগুরুর প্রতিকৃতির পাদদেশে অনুষ্ঠানটি হয়। অনুষ্ঠানে কবিগুরুর প্রতিকৃতিতে মাল্যদান করেন তেলিয়ামুড়া পৌর পরিষদের প্রাক্তন চেয়ারম্যান নীতিন কুমার সাহা সহ উপস্থিত

কর্মকর্তারা। করুণা অতি মারির কারণে কবিগুরুর জন্ম জয়ন্তী অনুষ্ঠানটি অনেকটা সাদামাটা ভাবে করা হয়। পরে কবিগুরুর প্রসঙ্গে আলোচনা করতে গিয়ে তেলিয়ামুড়া পৌর পরিষদের প্রাক্তন চেয়ারম্যান নীতিন কুমার সাহা বলেন,এবছর করুণা অতি মারির জন্য এই অনুষ্ঠান অনেকটা সাদামাটা ভাবে হয়েছে। আগামী বছর গুলোতে বৃহৎ আকারে এই অনুষ্ঠান অনুষ্ঠিত হবে। তাছাড়া তিনি বলেন, কবিগুরুর রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর যে সম্পদ রেখে গেছেন তা মানব সভ্যতার কৃষ্টি, সংস্কৃতির জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

তেলিয়ামুড়ায় গাড়ির নিচে ঝাপ দিয়ে আত্মহত্যার চেষ্টা মহিলার

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৯ মে।। এক অপরিচিত মহিলা চলন্ত গাড়ির নিচে পড়ে আত্মহত্যা করতে চায় গত শনিবার বিকেলে পুলিশ পুর জাতীয় সড়কে। ঘটনাটি প্রত্যক্ষ করে এলাকাবাসীরা ওই মহিলাকে তেলিয়ামুড়া থানা পুলিশের হাতে তুলে দেয়। এই ঘটনার খবর সোশ্যাল মিডিয়ায় ভাইরাল হতেই ওই মহিলার পরিবারের নজরে আসে। পরে শনিবার মধ্যরাতে পরিবারের লোকজনরা তুই অপরিচিত মহিলা অর্থাৎ শান্তা পুন্ডা সাহাকে তেলিয়ামুড়া থানায় এসে যোগাযোগ করে ওই মহিলাকে মিলন সংঘ স্থিত নিজ বাড়িতে নিয়ে যায়। তবে পরিবার সূত্রে জানা যায় ওই মহিলা মানসিক রোগী ছিলেন। তিনি নিয়মিত ওষুধ ও সেবন করছেন। শনিবার সকাল সাতটায় মহিলা বাড়ি থেকে নিখোঁজ হয়েছিল। তবে তার পরিবারের লোকজন রা ওই মহিলাকে ফিরে পেয়ে ওই পরিবারে স্থিতি ফিরে এল।

করোনার ওষুধ এবং চিকিৎসা সামগ্রী থেকে প্রত্যাহার হোক জিএসটি, প্রধানমন্ত্রীকে চিঠি মুখ্যমন্ত্রী মমতার

কলকাতা, ৯ মে (হি. স) : দেশের করোনা সংকট নিয়ে ফের প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীকে চিঠি লিখলেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। তাঁর দাবি, সংকটজনক পরিস্থিতিতে করোনা চিকিৎসায় ব্যবহৃত ওষুধ এবং চিকিৎসা সামগ্রীর উপর থেকে জিএসটি পুরোপুরি প্রত্যাহার করা হোক। যে সমস্ত চিকিৎসা সামগ্রী বিদেশ থেকে আমদানি করা হচ্ছে, সেগুলি থেকে আমদানি শুল্কও প্রত্যাহার করার দাবি জানিয়েছেন মমতা। রবিবার প্রধানমন্ত্রীকে লেখা চিঠিতে মুখ্যমন্ত্রী জানিয়েছেন, গোটা দেশের মতো রাজ্যেও সংক্রমণ হঠাৎ বেড়ে যাওয়ায় অভূতপূর্ব সংকট তৈরি