







ত্রিপুরা চেম্বার অব কমার্সের কর্মকর্তারা বাজেট পর্যালোচনা করেন। ছবি নিজস্ব।

# বাজেট পেশের পরেই প্রশংসা বরিষ্ঠ কেন্দ্রীয় মন্ত্রীদের

କଳକାତା, ୧ ଫେବ୍ରୁଆରି (ହି. ସ.) :  
ବାଜେଟ ପେଶେ ପରେ ଏବ ପ୍ରଶଂସନ  
ଶୁଣୁ କରେନ ବରିଷ୍ଠ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ମନ୍ତ୍ରୀରା  
କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅଭିନିତ ଶାହ ଏହି  
ଆର୍ଥିକ ବାଜେଟରେ ଭୂଯାସୀ ପ୍ରଶଂସନ  
କରେ ଜାନିଯେଛେ, ‘ଏହି ବାଜେଟ  
ଦୂରଦୃଶ୍ୟ । ଆଗାମୀ ଦିନେର କଥା  
ଭେବେ ଏହି ବାଜେଟ ଖୁବ ଭାଲୋ  
ହେୟେଛେ ।’  
କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜନାଥ

সিংয়ের প্রতিক্রিয়া ‘প্রতিরক্ষা মূলধন সংগ্রহের জন্য এই বাজেটে ৬৮ শতাংশ স্থানীয় ক্ষয়ের জন্য বরাদ্দ করা হয়েছে। এটি ‘ভোকাল ফর লোকাল’ কেন্দ্রের এই দাবির সঙ্গে সঙ্গতিপূর্ণ এবং এটি অবশ্যই দেশীয় প্রতিরক্ষা শিল্পকে আরও এগিয়ে নিয়ে যাবে।’ মঙ্গলবার আর্থিক বাজেট পেশের পরে টাইটারে এই কথাই জনিয়েছেন তিনি।

মঙ্গলবার নির্মলা সীতারামনের বাজেট পেশের পরেই এর সাফল্য প্রচার শুরু করে বিজেপি। ঠিক হয়েছে, আগামী দুই সপ্তাহ শিন ও রবিবার কেন্দ্রীয় মন্ত্রীরা তো বটেই সেই সঙ্গে বিজেপি শাসিত রাজ্যের মন্ত্রীরা রাজ্য রাজ্যে সফর করবেন। লক্ষ্য একটাই, বাজেট নিয়ে প্রচার।

সাংবাদিক বৈঠক ছাড়াও আলোচনা চক্র, বিশিষ্টজন এবং বণিকসভার প্রতিনিধিদের সঙ্গে কথা বলবেন। সব রাজ্যকে এখন থেকেই এর জন্য আয়োজন শুরুর নির্দেশ দেওয়া হয়েছে। কারা ওই আলোচনাগুলিতে অংশ নেবেন তাঁদের এখন থেকে স্থান ও কাল জানিয়ে আমন্ত্রণ জানাতে হবে হিন্দুস্থান সমচার/ অশোক

# বাজেট-বিরোধিতায় কংগ্রেস নেতৃবৃন্দ

কলকাতা, ১ ফেব্রুয়ারি (ই. স.) :  
কেন্দ্ৰীয় বাজেটোৱ বিৰোধিতা  
কৰলেন রাহুল গান্ধী, শশী থারুৰ,  
ৱণ্ণপ সুজেওয়ালা-ৱ মত প্ৰথম  
সারিৰ কংগ্ৰেস নেতৱো।  
কংগ্ৰেস নেতা রাহুল গান্ধীৰ  
প্ৰতিক্ৰিয়া, “আজকেৱ বাজেট  
হতাশাজনক। দেশেৱ মানুষ  
কৰভাৱে জৱিৰিত। সেখানে কৰ  
বাড়িয়ে আয় কৰাব চেষ্টা কৰছে  
সবকাৰ। সাধাৰণ মানুষেৱ

সমস্যা নিয়ে কোনও মাথাব্যাথা  
নেই, এই সরকার শুধু ভাণ্ডারের  
দিকে তাকিয়ে।' আর্থিক  
বাজেটের নিম্না করে মঙ্গলবার  
টুইটারে লিখেছেন তিনি।  
কংগ্রেস নেতা শশী তাবর্ড  
মঙ্গলবারের আর্থিক বাজেটের  
সমালোচনা করেছেন কংগ্রেস  
নেতা শশী তাবর্ডও। এদিন তিনি  
বলেন, 'দেশে মুদ্রাস্ফীতি নিয়ে  
এত আলোচনা চলছে, কিন্তু

বাজেটে এ নিয়ে কোনও উল্লেখ  
নেই। প্রতিরক্ষা খাতে বরাদ্দ  
নিয়ে কোনও স্পষ্ট কথা নেই।  
একশো দিনের কাজে বরাদ্দ  
নিয়েও কোনও কথা নেই। এই  
বাজেট হতাশাজনক।'  
মঙ্গলবারের আর্থিক বাজেট  
পেশের পরেই কংগ্রেস নেতা  
রণবীপ সুরজেওয়ালা কড়া ভাষায়  
কেন্দ্রকে আক্রমণ করেন। তিনি  
টুইটারে লিখেছেন, 'অতিমারীর  
সময় একটু স্বস্তি চাইছিলেন  
দেশের চাকরিজীবী ও মধ্যবিত্ত  
শ্রেণি। মুদ্রাস্ফীতি ও বেতন  
সঙ্কোচনের সময় এটাই ছিল  
তাঁদের কাছে শেষ আশা কেন্দ্রীয়  
অর্থমন্ত্রী ও প্রধানমন্ত্রী তাঁদের  
গভীরভাবে হতাশ করেছেন। এটা  
দেশের চাকরিজীবী ও মধ্যবিত্ত  
শ্রেণির প্রতি

পর্বতমালা প্রকল্পে দেশে মোট ৮টি রোপওয়ে  
তৈরি করা হবে, ঘোষণা বাজেটে

নয়াদিল্লি, ১ ফেব্রুয়ারি (হি.স.)  
: মঙ্গলবার ২০২২-২৩  
অর্থবর্ষের বাজেট পেশ করলেন  
কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী নির্মলা  
সীতারামণ। কেন্দ্রীয় বাজেটে  
এবার পার্বত্য এলাকার পর্যটন  
ও উন্নয়নে বিশেষ জোর দেওয়া  
হয়েছে।  
চলতি অর্থবর্ষে দেশে মোট  
আটটি রোপওয়ে তৈরি করা হবে  
বলে বাজেট ভাষণে  
জানিয়েছেন কেন্দ্রীয় আর্থমন্ত্রী

ন্যাশানাল রোপওয়ে  
ডেভেলপমেন্ট প্রোপ্রামের  
অস্তুর্ক পর্বতমালা প্রকল্পে প্রায়  
৬০ কিলোমিটার বিস্তৃত আটচি  
রোপওয়ে তৈরি করার কথা  
জানান নির্মলা সীতারমণ।  
পিপিপি মডেলে তৈরি হবে এই  
রোপওয়েগুলি। সরকারি সুস্থের  
খবর, টেক্সার ডেকে দ্রুত  
প্রক্রিয়া শেষ করে কাজ শুরুর  
কথা বলা হয়েছে। কেন্দ্রীয়  
আর্থমন্ত্রী জানান প্রাৰ্থনা

এলাকার পর্যটন ও যোগাযোগ  
ব্যবস্থার উন্নয়নের লক্ষ্যেই এই  
রোপওয়ে তৈরির পরিকল্পনা  
নেওয়া হয়েছে।  
দেশের বিভিন্ন পার্বত্য এলাকায়  
বহু দর্শনীয় জায়গা রয়েছে।  
যোগাযোগ ব্যবস্থার অভাবে  
সেগুলি অবহেলিত রয়ে  
গিয়েছে। বেশকিছু দর্শনীয় স্থান  
অত্যন্ত দুর্গম এলাকা। সেইসব  
এলাকায় যাতায়াতের মাধ্যম  
হচ্ছে পার্কে এই রোপওয়ে।  
সরকার মনে করছে, রোপওয়ে  
তৈরি হলে পার্বত্য এলাকার  
গুটিসব দর্শনীয় স্থান ভ্রমণপিপাসু  
মানুষের নাগালে চলে আসবে।  
মানুষ যাতায়াত শুরু করলে সেই  
স্থানগুলি ক্রমশ জনপ্রিয় হয়ে  
উঠবে। সেগুলিকে ঘিরে  
পর্যটনের বিকাশ ঘটবে। এই  
রোপওয়েগুলি কোথায় কোথায়  
হবে, বাজেটে তার বিস্তারিত  
তথ্য নেই। হিন্দুস্থান সমাচার/  
কান্দলি

মানসিক স্বাস্থ্যের জন্য চালু করা হবে ‘জাতীয়  
মেটাল হেলথ প্রোগ্রাম’, যোষণা বাজেটে

নয়াদিল্লি, ১ ফেব্রুয়ারি (ই.স.): গত  
কয়েকবছর ধরে করোনা কালে  
ঘরবন্দি রয়েছেন সকলে এই  
পরিস্থিতিতে সকলের মানসিক  
স্বাস্থ্যের কথা চিন্তা করেন  
২০২২-২০২৩ অর্থ বর্ষের বাজেটে  
নজর দেওয়া হল মানসিক স্বাস্থ্যের  
দিকে। বিশেষ মানসিক স্বাস্থ্যের  
চিকিৎসার জন্য ‘জাতীয় মেট্টাল  
হেল প্রোগ্রাম’ চালু করার কথা  
ঘোষণা করলেন অর্থমন্ত্রী নির্মলা  
সীতারমণ।  
২০২০ সাল থেকে শুরু হয়েছে  
করোনা অভিযান। যার জেরে প্রায়  
দুর্বল দুর্বল সময়সূচী বঙ্গে

ରଯେଛେ ସ୍କୁଲ, କଲେଜ, ଏମନକୀ ଅଫିସାନ୍ ଓ ସାରବନ୍ଦି ହେଁ କାଟିଛେ ବେଶିରଭାଗ ସମୟ। ଅଫିସର କାଜ ଓ ଚଳିଛେ ବାଡ଼ି ଥେକେଇ। ଫଲେ ମାନସିକ ସ୍ଵାଷ୍ଟ୍ରେର ଅବନତି ହେଁଛେ ଦ୍ରୁତ। ଯିରେ ସରରେ ଅବସାଦ। ସ୍କୁଲ ବନ୍ଧ ଥାକାଯା ଅବସାଦର ଶିକ୍ଷାର ହେଁଛେ ଶିଶୁରାଗ। କରୋନା ପରିହିତିତେ ଟାନ ପଡ଼େଥିଲେ ଅର୍ଥନ୍ତିତିତେ। ଚାକରି ଖୁଇଯେଛେନ ଅନେକେ। ଫଲେ ଅର୍ଥନ୍ତିକ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଁ ମାନସିକ ସ୍ଵାଷ୍ଟ୍ରେର ସମସ୍ୟାଯ ପଡ଼େଛେନ ଅନେକେ। ଅନେକେ ଆବାର ଭୁଗଛେନ ଏକାକୀତେ। ଫଲେ, ବେଦେ ଯାଇଛେ ଆତତାନାବ ପରଗଣା।

ଏହି ପରିହିତିତେ ଅନେକେର ପଞ୍ଚେଇ ଚିକିଂସକେର କାହେ ଯାଓଡ଼ା ସମ୍ଭବ ହୟ ନା। କାରଙ୍ଗ ଅନେକେଇ ବୁଝାତେ ପାରେନ ନା କୋନ ଚିକିଂସକେର କାହେ ଯାବେନ। କିଂବା ଆଦେଶ ଓ ତା'ର କାଉଲେଲିଙ୍ଗେର ପ୍ରୟୋଜନୀୟତା ଆହେ କି ନା। ଫଲେ ସମୟମତ ଚିକିଂସା ପାନ ନା ତାରା।

ଏହି ସବ ଦିକ ବିବେଚନା କରେ ନାଗରିକଦେର ମାନସିକ ସ୍ଵାଷ୍ଟ୍ରେର ଦିକେ ନଜର ଦିଯେଇଛେ କେନ୍ଦ୍ର। ୨୦୨୨ ଅର୍ଥବର୍ଷେର ବାଜେଟେ ମେନ୍ଟାଲ ହେଲଥେର ବିବ୍ୟାଟି ରାଖା ହେଁଛେ। କେନ୍ଦ୍ରେର ତରଫ ଥେକେ ଜାନାନୋ ହେଁଛେ ସବକାବା ସକଳେର ଜନ୍ମାନ୍ତରେ ମେନ୍ଟାଲ ହେଲଥେର ପ୍ରୟୁକ୍ଷିଗତ ଦିକ ଉନ୍ନତ କରତେ ସାହାଯ୍ୟ କରବେ ଆଇଆଇଆଇଟି ବେଙ୍ଗାଲୁରୁଁ।

—ନିର୍ଦ୍ଦେଶନ ମୟାଚାର/

ব্যাক্সের বহু সুবিধা এবার পোস্ট অফিসে, ঘোষণা বাজেটে

নয়াদিল্লি, ১ ফেব্রুয়ারি (ই.স.):  
মঙ্গলবার বাজেট পেশ করলেন  
কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী নির্মলা  
সীতারামণ। ২০২২-২৩ বর্ষের  
কেন্দ্রীয় বাজেটে ব্যাঙ্কিং পরিবেষার  
উপর বিশেষ জোর দেওয়ার কথা  
ঘোষণা করলেন কেন্দ্রীয়  
অর্থমন্ত্রী। এদিনের বাজেটে  
অর্থমন্ত্রী জানান, এবার পোস্ট  
অফিসকে ব্যাঙ্কিং পরিবেষার মধ্যে  
নিয়ে আসা হচ্ছে। সেই সঙ্গে তিনি  
বলেন, স্বাধীনতার ৭৫ বছর  
উপরক্ষে দেশের ৭৫টি জেলায়  
৭৫টি ডিজিটাল ব্যাঙ্ক হবে

ডিজিটাল ব্যাক্সিং ইউনিটগুলিতে সাধারণ ব্যাক্সের মতই যাবতীয় সুবিধা মিলবে।  
২০২২ সালের বাজেট দেশের পোস্ট অফিস পরিষেবার জন্য অত্যন্ত গুরুত্ব পূর্ণ হল। কারণ এবাবে পোস্ট অফিসকে ব্যাক্সিং পরিষেবার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত করা হল। কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রীর কথায়,  
২০২২-এ প্রতিটি পোস্ট অফিস কোর ব্যাক্সিং করতে পারবে। দেড় লক্ষ পোস্ট অফিসকে কোর ব্যাক্সিং ব্যবস্থার অধীনে আনা হবে। এই পোস্ট অফিসগুলি থেলে সমস্ত ব্যাক্সিং পরিষেবা দেবে। মিলবে মোবাইল, ইন্টারনেট ব্যাক্সিং, এটিএমের সুবিধা। কী কী সুবিধা পাওয়া যাবে এর ফলে?  
পোস্ট অফিসে যাঁরা টাকা জমা রাখেন, তাঁরা নেট ব্যাক্সিং পরিষেবার সুযোগ পাবেন। অনলাইনে টাকা পাঠাতে পারবেন তাঁরা।  
মোবাইল ব্যাক্সিংয়ের সুযোগও পাওয়া যাবে এই পরিষেবায়। এবাব থেকে এটিএম ব্যবহার করেও পোস্ট অফিসের অ্যাকাউন্টে রাখা টাকা তুলতে পারবেন ব্যবহারকারীরা।  
কৃষিজীবী এবং বয়স্কদের জন্য পোস্ট অফিস পরিষেবায় এই বদল অত্যন্ত কাজে লাগবে বলে মনে করা হচ্ছে।  
আইসিআইসিআই ব্যাক্সের অধিকর্তা এক সাক্ষাৎকারে বলেছেন, ভারতের অর্থনৈতিক অবস্থার উন্নতিতে এই পদক্ষেপটি অত্যন্ত গুরুত্ব পূর্ণ। পোস্ট অফিসকে ব্যাক্সিং পরিষেবার মধ্যে নিয়ে আসার ফলে অবশ্যই লক্ষ্যের দিকে আরও এগোনো যাবে।

# বাজেট পেশের পর চাঞ্চা শেয়ার বাজার, ৮৮৮ পয়েন্ট বাড়ল সেনসেক্স, ১৭, ৫৭৬-এ নিফটি

নয়াদলিঙ্গি, ১ ফেব্রুয়ারি (ই.স.) :  
মঙ্গলবার সকালে শেয়ার বাজার  
যেভাবে শুরু হয়েছিল। শ্বেত ও হল  
সেইভাবে। দেশের মূল দুটি ইন্ডিপি-  
সুচকে ইতিবাচকভাবেই এই  
লেনদেন শেষ হয়। এদিনের  
সাধারণ বাজেটকে ভাবােই স্বাগত  
জানালেন লগিকারীরা।  
অর্থমন্ত্রী নির্মলা সীতারামন  
এদিন যে ৩৯.৪৫ লক্ষ কোটি  
টাকার বাজেট পেশ করেন,  
তাতে সড়ক থেকে শুরু করে  
সহজলভ্য আবাসনের ওপর  
জোর দেওয়া হয়েছে। অতিমারী  
বিধ্বন্ত অবস্থা থেকে উত্তরণের

জন্য অর্থনৈতিক মূল  
চালিকাশক্তিগুলিকে গতি  
দেওয়ার দাবি বাজেটে করা  
হয়েছে। মঙ্গলবার বস্তে স্টক  
এক্রাচেঞ্চ (বিএসই)-র সূচক  
৮৪৮ পয়েন্ট বেড়েছে। মেটাল  
ও ক্যাপিটাল পণ্য স্টকগুলিতে  
ব্যাপক লেনদেন দেখা গিয়েছে  
এদিন। এরই হাত ধরে সূচকের  
উর্ধ্বগতি লক্ষ্য করা গিয়েছে।  
অর্থমন্ত্রী এদিন যে সাধারণ  
বাজেট পেশ করেছেন, তাতে  
পরিকাঠামো বৃদ্ধির ক্ষেত্রে গুরুত্ব  
দেওয়া হয়েছে। আর এতেই  
শেয়ার বাজারে লগিকারী

মনোভাব আরও ইতিবাচক  
হয়েছে। ফলে ওই শেয়ারগুলির  
লেনদেন ব্যাপক বেড়েছে।  
বাজেট প্রস্তাব তো বটেই, সেই  
সঙ্গে আন্তর্জাতিক পরিস্থিতিও  
দেশের শেয়ার বাজারে অনুকূল  
পরিস্থিতি তৈরি করেছে। দিনের  
লেনদেনের একটা সময়  
সেনসেসন ৫৯,০৩২-এ পৌঁছে  
যায়। প্রেনএসই-র সূচক নিফটিও  
২৩৭ পয়েন্ট বেড়ে ১৭,৫৭৬-এ  
শেষ করেছে। সেনসেসনে সবচেয়ে  
বেশি লাভবান হয়েছে টাটা  
স্টিলের শেয়ার। তা ৭.৫৭  
শতাংশ বেড়েছে। সান ফোর্মা,

ইন্ডাসইন্ড ব্যাঙ্ক, এলআর্যান্ডটি,  
আলট্রাসিমেন্ট ও এইচসিএল  
টেকের মতো আরও কিছু  
শেয়ারের দাম চড়েছে।  
অন্যদিকে, এমআর্যান্ডএম,  
পাওয়ার প্রিড, এসবিআই, ভারতী  
এয়ারটেল, এনটিপিসি, মার্গতি ও  
রিলায়েন্সের শেয়ার সূচক লাল  
সঙ্কেতেই দিনের লেনদেন শেষ  
করেছে। বৃহত্তর বাজারের ক্ষেত্রে  
বিএসই মিডক্যাপ ইনডেক্স ১  
শতাংশ বৃদ্ধি সহ লেনদেন শেষ  
করেছে। বিএসই স্মলক্যাপ সূচক  
০.৯ শতাংশ বেড়ে লেনদেন শেষ  
করেছে।

এবারের বাজেটেও উত্তরপূর্বের প্রবৃদ্ধি আরও দৃঢ় করতে  
বিশেষ গুরুত দেওয়া হয়েছে বলেছেন কন্দীয় মন্ত্রী সনায়াল

নয়াদিল্লি, ১ ফেব্রুয়ারি (ই.স.) : এবাবের বাজেটেও উত্তর-পূর্বাঞ্চলের প্রদৰ্শনী আরও দড়িকরতে বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে। ভারতের পরিকাঠামো উন্নয়নের জন্য 'প্রধানমন্ত্রী গতিশক্তি'র উদ্যম অপিরিসীম। আজ ২০২২-২৩ অর্থবর্ষের যে বাজেট পেশ করা হয়েছে তার প্রশংসন করে বলেছেন কেন্দ্রীয় বন্দর, জাহাজ ও জলপথ এবং আয়ুষ দফতরের মন্ত্রী সর্বানন্দ সনোয়াল।

আজ মঙ্গলবার সংসদে ২০২২-২৩ অর্থবর্ষের বাজেট প্রস্তাব পেশ করেছেন অর্থমন্ত্রী নির্মলা সীতারমণ। বাজেটে "উত্তর-পূর্বাঞ্চলের জন্য প্রধানমন্ত্রীর উন্নয়ন উদ্যোগ"-এর অধীনে ১,৫০০ কোটি টাকা বরাদ্দ করা হয়েছে।

বাজেট পেশ পর্বের পর তাঁর দফতরে সাংবাদিক সম্মেলন ডেকে মন্ত্রী সনোয়াল বলেন, আজ অর্থমন্ত্রী যে বাজেট পেশ করেছেন তা একটি উন্নয়নমুখী এবং সর্ব-অন্তর্ভুক্তিমূলক বাজেট, যা ভারতের অর্থনৈতিক প্রবন্ধিতে ব্যাপক অবদান রাখবে। উত্তর-পূর্বাঞ্চলের জন্য বিশেষ ঘোষণাকেও সাগত জানিয়েছেন সর্বানন্দ সনোয়াল। তিনি বলেন, উত্তর পূর্ব পরিষব (নর্থ-ইস্টার্ন কাউন্সিল, এনইসি)-এর হাতে ক্ষমতা দিয়ে এই অঞ্চলের বিশাল সভাবনাকে খুলে দিতে চাইছেন প্রধানমন্ত্রী মোদী। কেন্দ্রীয় মন্ত্রী উচ্চাস্ত ব্যক্ত করে আরও বলেন, উত্তর-পূর্বাঞ্চলের জনগণ প্রধানমন্ত্রী মোদী নেতৃত্বাধীন সরকার যে উন্নয়ন এবং প্রগতির মজবুত ধারা অব্যাহত রেখে চলেছে তার জন্য খুব খুশি। মোদীজি উত্তর-পূর্বাঞ্চলকে যে ধরনের সাসটেইনড ফোকাস করছেন ইতিমধ্যে তা উল্লেখযোগ্য অগতি লাভ করেছে এবং অব্যাহতও থাকবে, বলেছেন সর্বানন্দ।

সর্বানন্দ সনোয়াল বলেন, 'প্রধানমন্ত্রী গতিশক্তি' মডেলের অধীনে পরিকাঠামোগত উন্নয়নের মাধ্যমে দেশের অর্থনৈতিক প্রবন্ধির দিকে বিশেষ ফোকাস প্রত্যাশিত। এই বাজেট দেশে কর্মসংস্থানের সুযোগ সৃষ্টি করবে। কেন্দ্রীয় মন্ত্রী বলেন, প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর নেতৃত্বে অর্থমন্ত্রী নির্মলা সীতারমণ একটি

# আয়কর জমার পরও ভুল সংশোধনের জন্য ২ বছর সময়, ঘোষণা বাজেটে

নয়াদিল্লি, ১ ফেব্রুয়ারি (ই.স.):  
কর্দাতাদের জন্য দারণ সুখবর।  
বাজেট ঘোষণায় আয়কর রিটার্ন  
নিয়ে নতুন নিয়ম ঘোষণা করলেন  
কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী নির্মলা  
সীতারমণ। এবার থেকে আয়কর  
জমা দেওয়ার পরও ভুল  
সংশোধনের জন্য ২ বছর সময়  
মিলবে বলে জানান সীতারমণ।  
পরিবর্তন আসছে আয়কর জমা  
দেওয়ার নিয়মে।

মঙ্গলবার কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী নির্মলা  
সীতারমণ বাজেট বন্ধুত্ব বলেন,  
এখন থেকে জমা দেওয়ার ২ বছর  
পরেও আয়কর বদল করা যাবে।  
আয়কর জমা দেওয়ার সময়  
কোনও ভুল থাকলে তা ঠিক করে  
২ বছরের মধ্যে জমা দেওয়ার  
সুযোগ পাবেন কর্দাতারা। ২  
বছরের মধ্যে আপডেটেড রিটার্ন  
ফাইল করা যাবে। এরফলে  
কর্দাতাদের রিটার্ন ফাইলের  
ক্ষেত্রে অনেকখনি সুবিধা হবে। এর  
ফলে কর্দাতাদের রিটার্ন ফাইল  
করার প্রক্রিয়া সরল হবে। মামলার  
ঝাঞ্জি করবে।

তার উপর ৩০ শকাংশ কর ধার্য করা  
হবে। নির্মলা বলেন, ‘ভার্চুয়াল  
টপহার সম্পত্তি থেকে কোনও  
আয় করলে তাতে আপকদের কর  
ধার্য করা হবে। ৩০ শতাংশ ধর দিতে  
হবে। ডিজিটাল সম্পত্তির  
লেনদেনে ৩০ শতাংশ কর শুনতে  
হবে।’

এদিকে এদিনের বাজেটে  
অর্থমন্ত্রী আত্মনির্ভর ভারত গড়ে  
তোলার লক্ষ্যে কর্মসংস্থানের  
উপর জোর দেন। পাশাপাশি ৬০  
লক্ষ কর্মসংস্থানের ঘোষণা করে  
তিনি বলেন, ‘আত্মনির্ভর  
ভাবতের লক্ষ্য পর্বণের জন্য  
হচ্ছে। সঙ্গে বাড়তি ৩০ লাখ  
কোটি উতাদন হবে।’  
পাশাপাশি সীতারমণ ঘোষণা  
করেন, মূলধনী খাতে ব্যয়  
বাড়ানো হচ্ছে ৩৫.৪ শতাংশ।  
অর্থমন্ত্রী বলেন, ‘কর্মসংস্থান তৈরি  
করতে, উতাদন বৃদ্ধিতে,  
কৃষকদের উন্নত পরিকাঠামো  
প্রদানে, সার্বিক অর্থনৈতিক  
উন্নয়নের ক্ষেত্রে অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ  
মূলধনী বিনিয়োগ। বেসরকারি  
বিনিয়োগের ধারা অবশ্যই জারি  
রাখতে হবে।  
২০২২-২৩ সালে মূলধনী খাতে  
ব্যয় বাড়ানো হবে ৩৫.৪ শতাংশ।

ବାଜେଟ, ଏନ ରୁଷ୍ମାନ	ଏହିକେ କ୍ରିପ୍ଟୋ କାରେଲିକେ ଏକ ଅକାର ବୈତା ଦିଯେ ଅର୍ଥମ୍ଭାବୀ ଏଦିନ ଯୋଗଣା କରେନ, ଏବାର ଥେକେ କ୍ରିପ୍ଟୋ କାରେଲି ଥେକେ ଆୟ ହଲେ	ଉତ୍ତରାଧିକାରୀଙ୍କ ବିଶେଷ ଉତ୍ସାହ ବା ଇନ୍‌ସେନ୍‌ଟିଚ ପ୍ରକଳ୍ପ ଦାରଗ ମାଡ଼୍ ମିଳେଛେ। ତାର ମଧ୍ୟମେ ୬୦ ଲକ୍ଷ କର୍ମସଂହାନ ତୈରି ହେବେ ଆଶା କରା	୨୦୨୨-୨୩ ମାର୍ଚ୍ଚିଆରୀ ମଧ୍ୟମେ ୭.୫ ଲାଖ କୋଟି ଟାକା । ୨୦୨୧-୨୨ ମାର୍ଚ୍ଚିଆରୀ ମଧ୍ୟମେ ୫.୫୪ ଲାଖ କୋଟି ଟାକା ।
-------------------	---	--	--

# জি বি হাসপাতালে প্রথম অ্যাঞ্জিওপ্লাস্টি সার্জিরি

নেই। বেকারত্ত, দারিদ্র, ক্ষুধা দেশে  
রীতিমতো লাফিয়ে লাফিয়ে  
বাড়ছে। কিন্তু তারপরেও এই  
অতিমারীতে যাঁরা সবথেকে বেশি  
লাভ করেছেন তাঁদের ওপর  
কোনও কর চাপানো হবেনা। কেন  
এই সিদ্ধান্ত নিল সরকার?”  
প্রসঙ্গত, বাজেট পেশের পর শুরু  
হয়েছে বিতর্ক। বিজেপি নেতারা  
যেমন এর সাফল্যের প্রচারে মুখর,  
তেমনই বিরোধিতায় সরব  
নিজস্ব প্রাতানাথ, আগরতলা, ১  
ফেব্রুয়ারী। রাজ্যের হাদরোগের  
সমস্যায় আক্রান্ত রোগীদের  
পরিয়েবার এজিএমসি অ্যাণ্ড  
জিবিপি হাসপাতালের কার্ডিও  
থোরাসিক অ্যাণ্ড ভাসকুলার  
সার্জারির অ্যাণ্ড ইন্টারভেনশনাল  
রেডিওলজি (সিটিভিএস অ্যাণ্ড  
আইআর) ডিপার্টমেন্টের সাফল্য  
অব্যাহত রয়েছে। ওপেন হার্ট  
সার্জারি ও বাইপাস সার্জারির পর  
অ্যাঞ্জিওপ্লাস্ট সার্জার সম্প্রস্ত হল।  
গত ২৯ জানুয়ারি সন্ধিয়া ৫৫ বছর  
বয়সী উদয়পুরের হারাধন সুত্রধর  
বুকে ব্যথা নিয়ে জিবি হাসপাতালে  
আসেন। সিটিভিএস অ্যাণ্ড  
আইআর ক্যাথ ল্যাবে অ্যাঞ্জিওপ্রাম  
করলে তার হার্টের একটি ধমনিতে  
ব্লকেজ ধরা পরে। ডাঃ অনিল্য সুন্দর  
ত্রিদেবী তাঁর অ্যাঞ্জিওপ্লাস্ট করেন।  
সঙ্গে ছিলেন কনসাল্টেট অ্যাণ্ড  
ইনচার্জ কার্ডিয়াক সার্জন ডাঃ কনক

# তেলিয়ামুড়া থানা থেকে ২০০ মিটার দূরত্বে নিশিকৃটস্থদের হানা

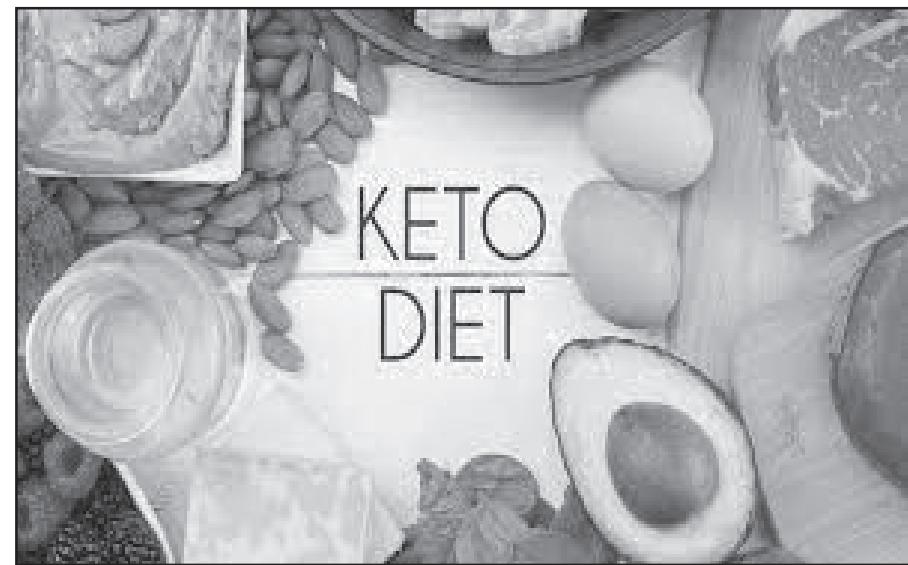
নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ১ ফেব্রুয়ারী।। তেলিয়ামুড়া থানা থেকে প্রায় ২০০ মিটার দূরত্বে নিশি-কুটুম্বদের হানা। ফলে আতকে দিন অতিবাহিত করছে গাড়ির চালক সহ-চালক এবং গাড়ির মালিক পক্ষ। ঘটনা তেলিয়ামুড়া থানা এলাকার নেতাজি নগর স্থিত মোটর স্ট্যান্ড চতুরে। খবরে প্রকশ, প্রায় পাঁচ কোটি টাকা ব্যয় করে অত্যাধুনিক সুবিধা যুক্ত এক মোটর স্ট্যান্ডের নির্মাণ কাজ ইতিমধ্যেই শুরু হয়েছে তেলিয়ামুড়া নেতাজি নগর এলাকায়। ফলে এই স্ট্যান্ডে নির্মাণ কাজ করার সুবিধার্থে চারিদিকে বাউন্ডারি তৈরি করে নির্মাণ কাজ করছে শ্রমিকরা। তাই বর্তমানে তেলিয়ামুড়া নেতাজি নগর স্থিত মোটর স্ট্যান্ডের ভেতরে বিভিন্ন যানবাহন রাতের বেলা রাখা যায়”না। ফলে বাধ্য হয়ে তারা মোটর স্ট্যান্ডের পাশে রাস্তার কিনারে নিজেদের গাড়ি গুলো সারিবদ্ধ ভাবে দাঁড় করিয়ে শ্রমিকরা ধরনুরী হয় রাতের বেলা। আর এই রাতের অন্ধকারের সুযোগ বুঝে সমাজদোষী, মাদকসেবনকারী দের আড়াস্থল হয়ে উঠে এই জায়গাটি। ফলে বিভিন্ন নেশা সেবন করে এই স্থানে দিনের পর দিন থারে। সেইসঙ্গে নেশা সামগ্রী ক্রয় করার অর্থের যোগান দিতে সারিবদ্ধ ভাবে দাঁড়িয়ে থাকা গাড়িগুলো থেকে বিভিন্ন যন্ত্রপাতি, তেল সহ গাড়ির মূল্যবান জিনিসপত্র হাত সাফাই করে সেই নিশিকুটুম্ব তথ্য মাদক সেবনকারী। ফলে পরদিন সকালে গাড়িতে এসে গাড়ি চালক, সহ-চালক রা প্রত্যক্ষ করে গাড়ির তেল, যন্ত্রপাতি সহ বিভিন্ন মূল্যবান সামগ্রী নেই। এ বিষয় গুলো সম্পর্কে তারা তাদের সেন্টিকেট অফিসে জানিয়েছেন, যদিও তেলিয়ামুড়া থানাকে এই বিষয়গুলো সম্পর্কে অবগত করেনি গাড়ির চালক সহ মালিক পক্ষ। তবে স্বভাবতই নিশিকুটুম্ব কর্তৃক রাতের অন্ধকারে হাত-সাফাইয়ের ঘটনাকে ঘিরে তেলিয়ামুড়া থানার বাতের ছেলেদের নিয়ে উঠেছে পশ্চ। তবে কি রাতের অন্ধকারে ঠিক-ঠাক মতো করে নিজেদের কর্তব্য পালন করেনা তেলিয়ামুড়া থানার পুলিশ? আর যদি নিজেদের মতো করে তেলিয়ামুড়া থানার পুলিশ কর্তব্য পালন করতো তবে কিভাবে দিনের পর দিন তেলিয়ামুড়া থানা থেকে চিল ছোড়া দূরত্বে অবস্থিত ওই মোটর স্ট্যান্ড থেকে গাড়ির যন্ত্র সামগ্রী সহ বিভিন্ন আনুষঙ্গিক জিনিসপত্র ছুরি হয়?

# ବ୍ୟାକିଲାବ୍ୟାକି

# ହୃଦୟକର୍ମ

ରତ୍ନକଥା

କିଟୋ ଡାଯେଟ ଯାରା କରବେନ ନା  
କରଲେ ହତେ ପାରେ ମାରାଅୁକ କ୍ଷତି



কিটো ডায়েটে শরীরের মেদ দ্রুত কমাতে পারে। এজন্য প্রয়োজন সঠিক নিয়ম মেনে ডায়েট করা। স্বল্প কার্বহাইড্রেট ও উচ্চ ফ্যাট্যুক্ত ডায়েট কেবল ওজন কমাতেই সাহায্য করে না বরং ডায়াবেটিস ও কোলেস্টেরলের মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখে।  
তবে দীর্ঘ সময় ধরে কিটো ডায়েট করলে শরীরের মারাত্মক প্রভাব পড়তে পারে এমনকি মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে।

কম কার্ব এবং লো ফাইবার গ্রহণের কারণে বেশিরভাগ মানুষের এই ডায়েটটি অনুসরণ করার সময় প্রায়শই কোষ্ঠকাণ্ঠ্য দেখা দেয়। শি কিটো একটি উচ্চ চরিয়ুক্ত ডায়েট। চর্বি ছিন্ন করতে এবং শরীর থেকে অতিরিক্ত চর্বি বের করতে আপনার কিডনিকে খুব কঠোর পরিশ্রম করতে হবে। আপনি যদি এই মধ্যে কিডনিজিনিত সমস্যায় ভুগে থাকেন তবে এই ডায়েটটি অনুসরণ না করা উচিত।

ওমিক্রন আসে তার নিজস্ব উপসর্গ নিয়ে। তবে, ওমিক্রন এবং অন্যান্য রূপের মধ্যে লক্ষণগুলির কিছু পার্থক্য রয়েছে। দ্য সান-এর প্রতিবেদনে বলা হয়েছে, দুটি প্রধান ওমিক্রনের লক্ষণ হচ্ছে নাক ও মাথাব্যথা ইউনিভাসিটি কলেজে লন্ডনের এপিডেমিওলজি এবং হেলথ ইনফরমেটিক্সের অধ্যাপক আইরিন পিটারসনের মতে, নাক দিয়ে জল পড়া এবং মাথাব্যথা অন্যান্য সংক্রমণের লক্ষণ, তবে

କିଛୁ ମାନୁଷେର କ୍ଷେତ୍ରେ ଏ ଧରଣେ  
ଡାଯ়ୋଟ ଅନୁସରଣ କରଲେ ତାଶରୀରେର  
ମାରାଞ୍ଚକ କ୍ଷତି କରତେ ପାରେ ।

ଶ୍ଵେତାବଦ୍ଧାୟ ଅବଶ୍ୟକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକର  
ଡାଯେଟ ମେନେ ଚଳତେ ହବେ । ଏଦିକେ  
କିଟିକେ ଡାଯେଟ କାର୍ବସ ଏବଂ ଫାଇବାର  
ଥେକେ ବନ୍ଧିତ କରେ । ଏହାଡା ଏହି  
ଡାଯେଟେ ମାଇକ୍ରୋନିଉଟ୍ରିଯେନ୍ଟେର  
ଅଭାବ ରହେଛେ, ଯା ଗର୍ଭାବଦ୍ୱାୟ  
ଅସ୍ଵାସ୍ୟକର ଡାଯେଟେର ଦିକେ ଠେଲେ  
ବିଶେଷଜ୍ଞରା ? ୧୯  
ଏହି ଲଙ୍ଘଣଗୁଲି ଚିନିଯେ ଦେବେ  
ଓମିକ୍ରନ୍କେ ! କୀ ଜାନାଛେନ୍  
ଯେଭାବେ ହୃଦକରେ ଓମିକ୍ରନ୍ରେ ସଂଖ୍ୟା  
ବେଦେଇ ଚଲେଛେ, ଅନେକେ  
ଆତକିତ ହେଁ ପଡ଼େଛେନ୍ । ଯଦିଓ  
ଓମିକ୍ରନ୍ ନିଯେ ସେଭାବେ ଭରେ କିଛୁ  
ନେଇ । କାରଣ ଡେଲ୍ଟାର ଥେକେ  
ଓମିକ୍ରନ୍ ଭେରିଯେନ୍ଟ ଅନେକ କମ  
ବିଶ୍ଵଜନକ । ଅନେକେଇ ବାଡ଼ିତେ  
ଏଣ୍ଟଲି କରୋନା ବା ଓମିକ୍ରନ୍ରେ  
ଲଙ୍ଘଣ ହତେ ପାରେ । ଅତ୍ୟବ୍ରତ,  
ଉ ପର୍ମଗଗୁଲି ଅବ୍ୟାହତ ଥାକଲେ  
କୋଭିଡ - ୧୯ ଏର ଜନ୍ୟ ଗିଯେ  
ପରୀକ୍ଷା କରା ଉଚିତ । ଅଧ୍ୟାପକ  
ପିଟାରମନରେ ମତେ, ଓମିକ୍ରନ୍ରେ ପ୍ରାୟ  
୨୦୩୮ ଲଙ୍ଘନ ରହେଯା ରିପୋର୍ଟ କରା  
ହେଁଛେ । ତାର ମଧ୍ୟେ ବିଶେଷ ହଲ ନାକ  
ଦିଯେ ଜଳ ପଡ଼ା ଏବଂ ମାଥାବ୍ୟଧା ।  
ଆପନି ସଦି ଉପ୍ଲେଖିତ

দেয়।  
নিরামিয়াশীদের জন্য কিটো ডায়েট অনুসরণ করা কঠিন। এই ডায়েটে কিছু শাকসবজি, পুরো শস্য এবং ফলের মতো উচ্চতর কার্বস এবং উচ্চ ফাইবারযুক্ত খাবার প্রয়োজন নির্বিদ্ধ করা হয়।  
নিরামিয়তোজীদের জন্য পুষ্টির প্রাথমিক উত্তর হলো ডেইরি খাবার। এই ডায়েট অনুসরণ করলে তারা শরীরের প্রয়োজনীয় পুষ্টি থেকে বঞ্চিত হবে।  
কিটো ডায়েটের অন্যতম ক্ষতিকর একটা দিক হলো কোষ্টাকাণ্ঠিন।

থেকে অসুস্থ হয়ে যাচ্ছেন, তবে ওমিক্রনের উপসর্গ গুলি নিয়ে রয়েছে অনেক ধন্দ। কোনটা সাধারণ ফু আর কোনটা ওমিক্রনের লক্ষণ, তার মধ্যে ফারাক বোকা বেশ কষ্টকর। তবে ওমিক্রনের এমন বিশেষ কিছু উপসর্গ রয়েছে যা দেখে চট করে বোকা যায়, তা সাভাবিক ফু নয়। যদিও করোনা আবহে এই সাধারণ উপসর্গগুলি দেখা যায়, সেক্ষেত্রেও খুব দ্রুত চিকিৎকের পরামর্শ নেওয়া উচিত।  
ডেলটা মারাত্মকভাবে প্রভাব ফেলেছিল ফসফেস তারপরে

উপসর্গগুলির কোনোটি অনুভব না করেন তবে আপনি সম্পূর্ণ নিরাপদ। গবেষণায় আরও পাঁচটি উপসর্গের কথা বলা হয়েছে - সার্দি এবং অস্বস্তিভাব মাথাব্যথা ক্লান্সি বারবার হাঁচি গলা ব্যথা এর সাথে, আরও ২০টি উপসর্গ রয়েছে যা শনাক্ত করতে পারে যে আপনার ওমিক্রন ভেরিয়েট কেভিড আছে কিনা। সেই উপসর্গ গুলির মধ্যে কিছু উপসর্গ হলো - গলা ধরে যাওয়া ঠাণ্ডা বা কাঁপুনি ঘাম হওয়ামাথা ঘোরা খাবারে আরঞ্জি ক্লান্সি আনন্দের প্রভৃতি।

ଦୁ'ବଢ଼ରେର ମଧ୍ୟେଇ ମହାକାଶେ ଚାଲୁ ଫିଲ୍ମ  
ମୁଦିଯୋ ବାନାଗା ତାଙ୍କ ସ୍ପୋର୍ଟ୍ସ ଏବିନାଓ

ଦୁ'ବଢ଼ରେର ମଧ୍ୟେଇ ମହାକାଶେ ଚାଲୁ ଫିଲ୍ମ  
ମୁଦିଯୋ ବାନାଗା ତାଙ୍କ ସ୍ପୋର୍ଟ୍ସ ଏବିନାଓ

দু’-এক দিনের জন্য মহাকাশে গিয়ে শুধুই কোনও চলচিত্রের শৃঙ্টিৎ নয়। মহাকাশে এ বার পাকাপাকি ভাবে গড়ে তোলা হচ্ছে পূর্ণদৈর্ঘ্যের চলচিত্র, ডকুমেন্টারি ও টেলিভিশন সিরিয়ালের শৃঙ্টিখের স্টুডিয়ো। গড়ে তোলা হচ্ছে খেলাধুলোর জন্য বিশাল “স্পোর্টস এরিনা”ও।

ভূ পৃষ্ঠ থেকে প্রায় ৪০০ কিলোমিটার উপরে পৃথিবীর কক্ষপথে দিনে ১৫ থেকে ১৬ বার প্রদর্শিত করা আন্তর্জাতিক মহাকাশ স্টেশনেই গড়ে তোলা হচ্ছে এই ফিল্ম স্টুডিয়ো ও স্পোর্টস এরিনা। মহাকাশের পটভূমিতে বানানো অভিনেতা, পরিচালক, প্রযোজক টম ব্রুজের চলচিত্রের সহ প্রযোজক সংস্থা স্পেস

এন্টারটেনমেন্ট এন্টারপ্রাইজ (এসইই) বানাচ্ছে মহাকাশ স্টেশনের প্রথম ফিল্ম স্টুডিয়ো ও স্পোর্টস এরিনা।

এসইই-র তরফে বৃহস্পতিবার জানানো হয়েছে পৃথিবীতেই বানানো হবে মহাকাশের সেই ফিল্ম স্টুডিয়ো আর স্পোর্টস এরিনা। দুটিকে বসানো হবে একটি মডিউলে। যার নাম “এসইই-১”। তার পর সেই মডিউলটিকে মহাকাশযানে চাপিয়ে পাঠানো হবে আন্তর্জাতিক মহাকাশ স্টেশনে। এসইই-১ মডিউলটি মহাকাশ স্টেশনের বাণিজ্যিক অংশ আঞ্চলিক স্টেশনে গিয়ে নামবে। সেখানেই বসানো হবে মহাকাশের প্রথম ফিল্ম স্টুডিয়ো আর স্পোর্টস এরিনা। এসইইচায়, ২০২৪ সালের শুরুতেই মহাকাশে ফিল্ম স্টুডিয়ো ও স্পোর্টস এরিনা পাঠিয়ে দিতে।

এসইই জানিয়েছে, এই ফিল্ম স্টুডিয়োতে যে কোনও দেশের অভিনেতা, পরিচালক, প্রযোজকই তাঁদের নিজেদের চলচিত্র বা টেলিভিশন সিরিয়ালের শৃঙ্টিৎ করতে পারবেন। তবে এসইই নিজেও সেই স্টুডিয়োয় কয়েকটি চলচিত্রের শৃঙ্টিৎ করবে।

২০২৮ সালের পর এই আঞ্চলিক স্টেশনটি আলাদা হয়ে যাবে মহাকাশ স্টেশন থেকে। তার পর থেকে আঞ্চলিক স্টেশন স্বাধীন ভাবেই পৃথিবীর কক্ষপথে প্রদর্শিত করতে শুরু করবে। অভিনেতার টম ব্রুজেরও এ বছর মহাকাশ স্টেশনে যাওয়ার কথা একটি চলচিত্রের শৃঙ্টিখের জন্য।

# শীতকালে তৈলাক্ত চুলের যত্ন নেওয়ার কিছু টিপস

সময়ে শ্যাম্পু না করলে চুল তেলাক্ত হয়ে যেতে পারে।  
আবার অনেকেই শীতে চুল আর্দ্ধ রাখতে বিভিন্ন হেয়ার মাস্ক ব্যবহার করেন। তবে সব ধরনের হেয়ার মাস্ক সবার চুলের জন্য প্রযোজ্য নয়। ভুল হেয়ার মাস্ক ব্যবহারের কারণেও চুল তেলাক্ত হয়ে পড়ে। যদি কেউ মনে করেন, তেলাক্ত চুলে কভিশনারের প্রয়োজন নেই, তাহলে খুব বড় ভুল করবেন। যে কোনো ধরনের চুলের প্রয়োজন কভিশনিংয়ের। এর জন্য ভরসা রাখুন ঘরোয়া টেটিকায়। শীতে

গরমে মাথার দ্রুক ঘামে ও দূষণে  
চুল অনেক নোংরা হয়ে যায়।  
অন্যদিকে শীতে এ সমস্যা  
অনেকটাই কমে যায়। তবে  
ঠাণ্ডা আবহাওয়ায় চুল রঞ্জ ও  
শুষ্ক হয়ে যায় চুলও কিছুটা রঞ্জ  
হয়ে যায়। তাই চুলে আর্দ্ধভাব  
বজায় রাখতে সবাই বিভিন্ন  
প্রসাধনী ব্যবহার করেন।  
অনেকেই আছেন যাদের  
শীতেও চুল অতিরিক্ত তৈলাক্ত  
চুল নরম ও মোলায়েম করার  
সেরা উপায় হল নারকেলের  
দুধ। এজন নারকেল কোরা  
নিয়ে দুধ তৈরি করে নিন।  
এতে একটি লেবুর রস মিশিয়ে  
তাতে কয়েক ফেঁটা  
ল্যাভেডার অয়েল মিশিয়ে  
নিন। এই মিশ্রণ চুলে জাগিয়ে  
রাখুন ৩-৪ ঘণ্টা। তার পর  
শ্যাম্পু করে নিন। এতে চুল  
তৈলাক্তও হবে না আবার

A black and white photograph showing a close-up of a person's head from behind, focusing on the hair and the back of the neck. A hand is visible, gently holding the hair. The lighting creates strong shadows and highlights, emphasizing the texture of the hair and the skin.

তীর্থযাত্রীদের মধ্যে ভিড় মরংর দেশের  
শুধু এই দুটি শহরে ! কেন জানেন ?



মরংর দেশে তীর্থস্থান বলতে  
ভেসে ওঠে আজমিরের কথা।  
এই শহরের কোনও তথাকথিত  
নাম নেই। জনপ্রিয় পর্যটন  
কেন্দ্রে রয়েছে হাতে গোনা।  
রয়েছে শুধু ইন্দু ও মুসলিম  
তীর্থ্যাত্মিকদের ভিড়। কারণ  
আজমির শরীফ দরগাহের মত  
মিলনক্ষেত্র খুব কমই আছে।  
তবও আজমির ভারতীয় সংস্কৃতি  
ভালবাসার প্রধান কারণ হল  
আজমির শরীফ দরগাহ।  
আজমির শরীফ দরগাহ  
এরপর ১৬১৬ সালে মোঘল রাজা  
জাহাঙ্গীর এবং ইংল্যান্ডের রাজা  
জেমস ১ এর আদালতের রাষ্ট্রদূত  
স্যার টমাস রো-এর মধ্যে  
সাক্ষাতারের মাধ্যম হয়ে ওঠে এই  
আজমির। তার বেশ কিছু বছর পর  
আজমির পরোপরি চলে যায় ব্রিটিশ  
দূরত্বে রয়েছে পুষ্কর, যা হিন্দু  
তীর্থ্যাত্মিকদের মধ্যে খুব জনপ্রিয়।  
ভারতের প্রাচীনতম শহরগুলির  
মধ্যে একটি হল এই পুষ্কর। ৫১০  
মিটার উচ্চতায় অবস্থিত পুষ্করকে  
তিন দিকে দিয়ে বেষ্টন করে  
রেখেছে টিলা। আজমির ও পুষ্করের  
মধ্যে একটি প্রাকৃতিক সীমানা গঠন  
করে আরাবল্লি পাহাড় যা ‘নাগ  
পাহাড়’ নামে পরিচিত।

ও নৈতিকতার বৈচিত্র্যের একটি প্রারফেক্ট ডেস্টিনেশন।

রাজধানী জয়পুর থেকে ১৩০ কিলোমিটার দূরে আরাবল্লি পর্বতের মাঝে অবস্থিত আজমির। আরাবল্লি পর্বত আর আনা সাগর হুদ ঘিরে রয়েছে গোটা আজমির শহরটিকে। ‘অজয় মের’ শব্দ থেকে এই শহরের নাম হয়েছে আজমির, যার অর্থ হল অজয় পাহাড়। দিল্লি, আগ্রা বা উত্তর ভারতের অন্যন্য শহরের মত আজমির ঐতিহাসিক দিক থেকে সমৃদ্ধ।

সপ্তম শতাব্দীতে রাজা অজয়পাল চৌহান এই শহরটি প্রতিষ্ঠা করেন। দ্বাদশ শতাব্দী পর্যন্ত এখানে চৌহান রাজবংশ রাজত্ব করে। এরাই তৈরি করেছিল ভারতের প্রথম হিন্দু ফোর্ট অর্থাৎ পাহাড়ের ওপর দুর্গ, যা তারাগড় নামে জনপ্রিয়। মোহাম্মদ ঘোরির কাছে পৃথীবীরাজ চৌহানের প্রারজ্যের পর আজমিরে বসতি স্থাপন করে মোঘলরা। যদিও মোঘলদের আজমিরের পতি আজমির নুনোয়ান চৰ্গ বার আবু সামাজের হাতে। রাজপুতানাদের একমাত্র অঞ্চল যা ছিল ব্রিটিশ দ্বারা নিয়ন্ত্রিত। রাজপুত, মোঘল তারপর ব্রিটিশ- এইসব কিছুরই নির্দশন ও স্থাপত্য একসঙ্গে দেখতে পাবেন যখন উষর ও টিলাময় ভূ মি পেরিয়ে আপনি আজমিরে প্রবেশ করবেন।

আজমির শরীফ দরগাহ ছাড়াও এখানের অন্যতম প্রয়টন কেন্দ্র হল আনা সাগর হুদ। ১৩ কিলোমিটার বিস্তৃত এই মানবসৃষ্ট হুদের সঙ্গে মিশে রয়েছে রাজপুত ও মোঘলদের ইতিহাস। এই হুদ তৈরি করেছিল চৌহান রাজবংশই। তবে এর পাশেই রয়েছে দণ্ডতবাগ। ১৬০৭ সালে সম্রাট শাহজাহান এই সবুজ উদ্যানটি গড়ে তোলেন। তবে এই হুদের নেসরিক সৌন্দর্য, শাস্ত পরিবেশ এবং স্থির নীল জল আগন্তুর মন কেড়ে নেবে।

**পুঁক্র**

শরীফ দরগাহ যেমন একটি জনপ্রিয় তীর্থস্থান, তেমনই আজমির থেকে ১৪ কিলোমিটার

পুঁক্রেও রয়েছে একটি হুদ। যদিও এটি মানবসৃষ্ট নয়। পুঁক্র হুদের সঙ্গে জড়িত রয়েছে পুরাণ। পৌরাণিক কাহিনি অনুযায়ী, ভগবান ব্ৰহ্মা, যিনি মহাবিশ্বের অস্ত বলে বিশ্বাস করা হয়, একটি পদ্ম মাটিতে ফেলে দেন যার ফলে অবিলম্বে একটি হুদ তৈরি হয়। এর পর তিনি ফুলের নামে জায়গাটির নাম রাখার সিদ্ধান্ত নেন এবং এইভাবে জন্ম হয় পুঁক্রের। সারা বিশ্বে ভগবান ব্ৰহ্মাকে উত্তর্গ করা একমাত্র মন্দির রয়েছে এই পুঁক্রের শহরেই। তাই হিন্দু তীর্থযাত্রীদের ভিড় এখানে লেগেই থাকে।

এই শহরের আরেকটি বিশেষত্ব রয়েছে। ‘রাজস্থানের গোলাপ বাগান’ নামে পরিচিত এই পুঁক্র। পুঁক্রের বিখ্যাত গোলাপ সারা বিশ্বে রপ্তানি করা হয়। পৌরাণিক ইতিহাসের পাশাপাশি, কালজয়ী স্থাপত্য, ঐতিহ্যের উত্তরাধিকারী পুঁক্রকে একটি আকর্ষণীয় শহর করে তোলে।

## শীতে শুকনো কাশি, রক্ষা পেতে যা করা উচিত

A black and white photograph of a woman with her eyes closed, holding her nose and mouth with her hands, appearing to be crying or deeply distressed.

এলাচ : এলাচ মসলা হিসেবেই পরিচিত। সর্দি, কাশি এবং ঝুঁতু পরিবর্তনের জুর থেকেও মুক্তি দিতে পারে এমসলাটি। অ্যান্টি অক্সিডেন্ট ভরা এলাচ জীবনুনাশকও। গলা ব্যথা এবং শুকনো কাশি হলে নিরাময়ে এলাচ খেতে পারেন। এজন্য এক কাপ পরিমাণে জল নিন। জল হালকা গরম হলে তাতে মধু এবং বেশ কয়েকটি ছোট এলাচ দিন। ফুটে গেলে এলাচ ছেঁকে ওই জল পান করুন। কয়েকদিন এলাচ মেশানো জল খেলেই গলাব্যথা কমে যাবে। এছাড়া ছেট একটি এলাচ মুখে রাখলেও শুকনো কাশির সমস্যা থেকে মুক্তি পাওয়া সম্ভব। শুধু কাশিই নয়, হজম ক্ষমতাও বাড়াতে সাহায্য করে এলাচ।

থেকে বড় সবার জন্যই মধু উপকারী। এক টেবিল চামচ মধু সারা দিনে তিন থেকে চারবার খেতে পারেন। মধু আবার কখনো হালকা গরম জল কিংবা চায়ের সঙ্গে মিশিয়েও খাওয়া যেতে পারে। অ্যান্টিব্যাকটেরিয়াল, অ্যান্টিঅক্সিড্যান্ট ও অ্যান্টিবায়োটিক সমৃদ্ধ মধু বুকে জমে থাকা কফও সহজে বের করে আনতে সাহায্য করে। এজন্য এক টেবিল চামচ মধু ও এক টেবিল চামচ ময়দা একসঙ্গে ঘন করে মিশিয়ে নিন। এরসঙ্গে এক টেবিল চামচ ভেজিটেবিল অয়েল মেশান। গজ কাপড় কেটে নিন। এই কাপড়ের মাঝখানে মধু, ময়দা, তেলের ছড়িয়ে নিন। বুকের যে দিকে কফ জমেছে সে দিকে এই কাপড়ের টুকরো টেপ দিয়ে লাগিয়ে নিন। বেশি ভালো ফল পেতে বুকের উল্লেটা দিকেও লাগিয়ে নিন।

হলুদ : হলুদের মধ্যে প্রোটিন, ভিটামিন, খনিজ লবণ, ফসফরাস, ক্যালসিয়াম, আয়রন ইত্যাদি নানা উপকারী উপাদান রয়েছে। তাই হলুদ খেলে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়। শুকনো কাশির জন্য হলুদ খুব কার্যকরী। ১ টেবিল চামচ হলুদ এর সঙ্গে ১/৮ টেবিল চামচ গোলমরিচ গুঁড়ো নিয়ে সেটি চা, দুধ কিংবা অন্য কোন পানীয় এব সঙ্গে মিশিয়ে খেলে সর্দি-কাশি কমে। কাশি টুকরো হলুদের সাথে মধু মাখিয়ে তা মুখের মধ্যে রেখে আস্তে আস্তে চুষতে পারেন। এছাড়া এক গ্লাস গরম দুধের মধ্যে হলুদের গুঁড়ো, সামান্য মাখন এবং গোলমরিচ গুঁড়ো মিশিয়ে খেতে পারেন। এতেও সর্দি-কাশি নিরাময় হবে।

তুলসি পাতা : সর্দি, কাশি দূর করতে তুলসি পাতার বস দাবংণ উপকারী। শিশুদের জন্য কয়েকটি তাজা তুলসি পাতার বসের সঙ্গে একটু আদার বস ও মধু দিয়ে খেলে খুব উপকার হয়। এই সময় জুর হলে জলের সঙ্গে তুলসি পাতা, গোল মরিচ ও মিছরি মিশিয়ে ভালো করে সিদ্ধ করে খেতে পারেন। এতে

করুন। গলায় খুসখুসে ভাব দূর করতে আদা চাও খেতে পারেন। ২ কাপ জলে কিছুটা আদার কুচি দিয়ে ফুটিয়ে নিয়ে এর সঙ্গে সামান্য মধু মিশিয়ে খেলেই গলার খুসখুসে ভাব থেকে মুক্তি পাওয়া যায়।

অ । দ । - ম ধু ব . অ্যান্টিব্যাকটেরিয়াল ও অ্যান্টি ইনফ্লেমেটরি উপাদান গলার প্ল্যান্ট ফুলে যাওয়া কমায় এবং ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণ ঠেকাতে সাহায্য করে। চায়ের পরিবর্তে হালকা গরম জলে সঙ্গে লেবুর বস মিশিয়ে পান করুন। প্রতিদিন এই মিশ্রণ পানের অভ্যাস করলে ভালো ফল পাওয়া যায়। এ ছাড়াও গিন-টি পানের অভ্যাস করতে পারেন। উপকার পাবেন।







