

# জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৭০ তম বছর

অনলাইন সংস্করণ : [www.jagrandaily.com](http://www.jagrandaily.com)

JAGARAN ■ 27 November, 2023 ■ আগরতলা ২৭ নভেম্বর ২০২৩ ইং ■ ১০ অগ্রহায়ণ, ১৪৩০ বঙ্গাব্দ, সোমবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder : J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা



## ১০৭ তম মন কি বাত অনুষ্ঠানে

# লোকসভা ভোক্তার রণকৌশল চূড়ান্ত নেতাকর্মীদের ঝাঁপিয়ে পড়ার নির্দেশ



মালিগাঁও, ২৬ নভেম্বর, ২০২৩: আজ মাননীয় প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদি মন কি বাত অনুষ্ঠানের ১০৭ তম পর্বে বক্তৃতা রাখেন। উত্তর পূর্ব সীমান্ত রেলওয়ে ০৮টি পৃথক স্টেশনে এই অনুষ্ঠানের লাইভ সম্প্রচার করে। এই স্টেশনগুলি হলো আগরতলা, গুয়াহাটি, হাজিগাঁও, তিনসুকিয়া, নাহরলাগুন, নিউ জলপাইগুড়ি, নিউ কোচবিহার

এবং কাটিহার। বিশিষ্ট ব্যক্তিদের মধ্যে কাটিহারে মাননীয় বিধায়ক তারকিশোর প্রসাদ ও মাননীয় এমএলসি শ্রী অশোক আগরওয়ালা এবং নিউ জলপাইগুড়িতে মাননীয় বিধায়ক ড শংকর ঘোষ ও শ্রীমতি শিখা চ্যাটার্জি সংশ্লিষ্ট স্টেশনগুলিতে আয়োজিত অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করেন।

২০০৮ সালে মুম্বাইয়ে উগ্রপন্থী আক্রমণে শহিদদের স্মরণ করে এবং শ্রদ্ধাার্ঘ্য নিবেদন করে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী অনুষ্ঠানটির ১০৭ তম পর্ব শুরু করেন। ভাষণ প্রসঙ্গে তিনি 'সংবিধান দিবস'-এর অনুষ্ঠানে দেশবাসীকে শুভেচ্ছা জ্ঞাপন করেন এবং সংবিধানের যে সমস্ত সংশোধনের মাধ্যমে মহিলাদের ক্ষমতায়ন করা হয়েছে, সেগুলির

উপর আলোকপাত করেন। 'স্বচ্ছ ভারত মিশন' সম্পর্কে তিনি উল্লেখ করে এর বৃহৎ সাফল্যের জন্য দেশবাসীকে ধন্যবাদ জানান এবং একই ধরনের থিম 'লোকসভা ফর ভোকাল'-কেও গ্রহণ করার জন্য জনগণের প্রতি আহ্বান জানান। কারণ রাজস্ব উৎপাদনের জন্য শুধুমাত্র উৎসবের সময়েই নয় বরং তার পাশাপাশি আসন্ন বিয়ের

সময়েও এই সভাবনাকে জাগিয়ে তোলে। এর পাশাপাশি তিনি 'ডিজিটাল পেমেন্ট'-এর নতুন ধারার বিবর্তন সম্পর্কেও আলোচনা করেন এবং একে বিস্তৃত পরিসরে বাস্তবায়ন করার জন্য জনগণকে উৎসাহিত করেন। এছাড়াও তিনি বৃদ্ধিমত্তা, খারগা ও উদ্ভাবনকে নিজেদের মূল পরিচয় হিসেবে গ্রহণ করার জন্য যুব প্রজন্মকে ধন্যবাদ জ্ঞাপন করে বলেন এটি দেশকে প্রযুক্তিগত দিক থেকে শীর্ষস্থানে নিয়ে যেতে এবং বৃদ্ধিমত্তায় সমৃদ্ধ হয়ে উঠতে দিক নির্দেশ করবে, যা দেশের সক্ষমতা বৃদ্ধি করবে এবং নতুন সুযোগের নতুন পথ খুলে দিবে।

‘মন কি বাত’ হলো সামাজিক যুদ্ধের ঘোষণা এবং দেশের আমজনতার সংগৃহীত প্রচেষ্টার একটি মঞ্চ। সমাজের কাজে নিজের কণ্ঠস্বর নিয়ে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী দেশের বিভিন্ন প্রান্তে পৌঁছে যাচ্ছেন এবং রেলওয়ে এই অনুষ্ঠান লাইভ সম্প্রচার করার মাধ্যমে প্রধানমন্ত্রীর মহৎ এই প্রচেষ্টার অংশীদার হয়েছে।

দুটি আসন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদির উপহার দেওয়ার জন্য এখন থেকেই প্রস্তুতি শুরু করেছে বিজেপি। রবিবার রাজধানী আগরতলা শহরের গীতাঞ্জলি অতিথিশালায় বিজেপির রাজ্য কর্মকর্তাদের নিয়ে এক গুরুত্বপূর্ণ সাংগঠনিক সভা অনুষ্ঠিত হয়। সাংগঠনিক সভা থেকে বিজেপির সংগঠনকে তৃণমূল স্তর পর্যন্ত আরো শক্তিশালী করার উপর প্রত্যেক নেতৃত্ব গুরুত্ব আরোপ করেছে। আর কয়েক মাস বাদেই ত্রিপুরা রাজ্যের দুটি আসন অনুষ্ঠিত হবে লোকসভা নির্বাচন। এই নির্বাচনকে সামনে রেখে ইতিমধ্যেই রাজ্যের শাসকদল বিজেপি জোড় প্রস্তুতি শুরু করে দিয়েছে। লক্ষ্য একটাই, আসন্ন লোকসভা নির্বাচনে দুটি আসনেই বিজেপির জয় নিশ্চিত করা উদ্দেশ্যে, উক্ত বৈঠকে এছাড়াও উপস্থিত ছিলেন প্রাক্তন উপমুখ্যমন্ত্রী যীশু দেববর্মা, বিজেপি প্রদেশ সভাপতি রাজীব ভট্টাচার্য, রাজ্যের সংগঠন মন্ত্রী রবীন্দ্র রাজ সহ সমস্ত মন্ত্রী-বিধায়কগণ। উপস্থিত ছিলেন সাংসদ থেকে শুরু করে রাজ্য ও জেলাস্তরের বিভিন্ন পদাধিকারীগণ। এদিন বৈঠকের শুরুতেই প্রধানমন্ত্রীর ১০৭ তম মন কি বাত অনুষ্ঠান শোনেন সকলে। প্রধানমন্ত্রীর মার্গ দর্শনে ত্রিপুরার দুটি লোকসভা কেন্দ্রের নির্বাচনে সকল স্তরের নেতা কর্মীদের ঝাঁপিয়ে পড়ার জন্য বৈঠক থেকে সিদ্ধান্ত গৃহীত হয়েছে।

## ব্রহ্মকুন্ডে ৩ দিনের মেলা ও প্রদর্শনীর উদ্বোধন

# ধর্মীয় পর্যটন কেন্দ্রগুলির পরিকাঠামো উন্নয়নে কাজ করছে সরকার : প্রতিমা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২৬ নভেম্বর। রাস পূর্ণিমা উপলক্ষে বঙ্গ কুণ্ডে তিনদিনব্যাপী আয়োজিত মেলা ও প্রদর্শনী আজ থেকে শুরু হয়েছে। কেন্দ্রীয় সামাজিক ন্যায় ও ক্ষমতায়ন প্রতিমন্ত্রী প্রতিমা ভৌমিক এই মেলা ও প্রদর্শনীর উদ্বোধন করেন। তথ্য ও সংস্কৃতি দপ্তর, মোহনপুর মহকুমা প্রশাসন এবং বঙ্গ কুণ্ড মেলা ও প্রদর্শনীর আয়োজন করা হয়েছে। মেলা ও প্রদর্শনীর উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে কেন্দ্রীয় প্রতিমন্ত্রী বলেন, কেন্দ্র ও রাজ্য সরকার ধর্মীয় পর্যটন কেন্দ্রগুলির পরিকাঠামো উন্নয়নে গুরুত্ব দিয়ে কাজ করছে। তিনি বঙ্গ কুণ্ড মেলা শতাব্দি প্রাচীন

মেলা। কথিত আছে দেবদেবদের মহাদেব এই স্থানে ধ্যানমগ্ন হয়েছিলেন। সেইসূত্রে বঙ্গ কুণ্ড আমাদের কাছে একটি তীর্থস্থানে পরিণত হয়েছে। এই পবিত্র তীর্থস্থানে আমরা প্রতিবছর দু'বার জাতি-ধর্ম-বর্ণ নির্বিশেষে মিলিত হই। এই মেলার মধ্য দিয়ে আমাদের কৃষ্টি ও সংস্কৃতি বিকশিত হচ্ছে। জাতি, জনজাতির ঐতিহ্যময় সংস্কৃতি ও বিকশিত হলে, কেন্দ্রীয় প্রতিমন্ত্রী বলেন, কেন্দ্র ও রাজ্য সরকার ধর্মীয় পর্যটন কেন্দ্রগুলির পরিকাঠামো উন্নয়নে গুরুত্ব দিয়ে কাজ করছে। তিনি বলেন, প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি

দেশব্যাপী বিকশিত ভারত সংকল্প যাত্রার সূচনা করেছেন। রাজ্যে বিকশিত ভারত সংকল্প যাত্রা শুরু হয়েছে। সরকারি প্রকল্প ও পরিষেবার সুযোগ মানুষের কাছে পৌঁছে দিতেই এই উদ্যোগ নেওয়া হয়েছে। আমাদের লক্ষ্য এক ত্রিপুরা শ্রেষ্ঠ ত্রিপুরা গড়ে তোলা। তিনি আশা প্রকাশ করেন বিকশিত ভারত সংকল্প যাত্রার মধ্য দিয়ে বঙ্গ কুণ্ড এলাকার মানুষ উপকৃত হবেন। অনুষ্ঠানে টিটিএএডিসির কার্যনির্বাহী সদস্য রবীন্দ্র দেববর্মা শান্তি সম্প্রীতি বজায় রেখে তিন ৩৬ এর পাতায় দেখুন

## নিয়োগের দাবিতে বিক্ষোভ চাকুরী প্রার্থীদের

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২৬ নভেম্বর। ত্রিপুরা ফায়ার অ্যান্ড ইমার্জেন্সি বিভাগে ড্রাইভার এবং অন্যান্য কর্মী নিয়োগের দাবিতে রবিবার সিটি সেন্টারের সামনে প্রতিবাদ বিক্ষোভ আন্দোলন কর্মসূচি সংঘটিত করেছে চাকুরী প্রার্থীরা। তারা জানিয়েছেন ২০২২ সালের ১৪ মে ত্রিপুরা ফায়ার এন্ড এমার্জেন্সি বিভাগের তরফ থেকে ইন্টারভিউ আহ্বান করা হয়েছিল। সেই ইন্টারভিউতে যারা অংশগ্রহণ করেছিলেন তাদের ফলাফল এখনো ঘোষণা করা হয়নি। অবিলম্বে ফলাফল ঘোষণা করে উপযুক্ত প্রার্থীদের নিয়োগ করার জোরালো দাবি জানিয়েছেন তারা এদিন।

## সরকারকে ধন্যবাদ জানিয়ে শহরে র্যালি

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২৬ নভেম্বর। আজ রাজ্য সরকারকে ধন্যবাদ জানিয়ে রাজধানী আগরতলা শহরে মিছিল সংগঠিত করল ত্রিপুরা সরকারি খাদ্য ওদাম শ্রমিক সংঘ। এ বছরের প্রথম খাদ্য ওদাম শ্রমিকদের জন্য ২ হাজার টাকা করে পুজা বোনাস প্রদান করছে রাজ্য সরকার। রাজ্য সরকারের এই সিদ্ধান্তে দারুণ খুশি খাদ্য ওদাম শ্রমিকরা। সে কারণেই রাজ্য সরকারকে ধন্যবাদ জানাতে রাজপথে মিছিল সংগঠিত করলেন তারা। মিছিলে অংশগ্রহণ করে সংগঠনের রাজ্য নেতৃত্ব বলেন ত্রিপুরা সরকারি খাদ্য ওদাম শ্রমিক সংঘের দ্বিবার্ষিক রাজ্য সম্মেলন উপলক্ষে এই মিছিল সংগঠিত করা হয়েছে। মিছিলটি রাজধানী আগরতলা শহরের বিভিন্ন পথ পরিভ্রমণ করে। এদিন খাদ্য ওদাম শ্রমিক সংঘের দ্বিবার্ষিক সম্মেলনে উপস্থিত ছিলেন খাদ্য দপ্তরের মন্ত্রী সুশান্ত চৌধুরী।



রবিবার গীতাঞ্জলি টেস্ট গেস্ট হাউসে মন কি বাত অনুষ্ঠানে উপস্থিত মুখ্যমন্ত্রী ডঃ মানিক সাহা, প্রদেশ সভাপতি রাজীব ভট্টাচার্য ও প্রাক্তন উপমুখ্যমন্ত্রী যীশু দেববর্মা সহ অন্যান্যরা। ছবি- নিজস্ব।

## কল্যাণপুরে আশ্বেদকরের মূর্তির আবরণ উন্মোচন রাজ্যে নানা অনুষ্ঠানে পালিত সংবিধান দিবস



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা / কল্যাণপুর / ধর্মনগর, ২৬ নভেম্বর। আজ সকালে রাজ্যভবনে এক অনুষ্ঠানের মধ্য দিয়ে সংবিধান দিবস পালন করা হয়। অনুষ্ঠানে রাজ্যপালের সচিব ইউ কে চাকমা সংবিধানের প্রস্তাবনা পাঠ করেন। রাজ্যভবনে সংবিধান দিবস পালন অনুষ্ঠানে রাজ্যভবনের অন্যান্য কর্মীগণ উপস্থিত ছিলেন। রাজ্যভবনে থেকে এই সংবাদ জানানো হয়েছে।

কল্যাণপুর ব্লক উপদেষ্টা কমিটির চেয়ারম্যান ইন্দ্রানী দেববর্মা, জিলা পরিষদের সহ সভাপতি হরি শংকর পাল, সমাজ কর্মী জীবন দেবনাথ, পঞ্চায়ত সমিতির ভাইস চেয়ারম্যান রাজীব পাল, জলি বর্মন প্রমুখ। অনুষ্ঠানে সভাপতিত্ব করেন পঞ্চায়ত সমিতির চেয়ারম্যান সোমন গোপ। বিধায়ক পিনাকী দাস চৌধুরী তার বক্তব্যে বলেন, সব জাতির মানুষকে সম্মান জানিয়ে দেশের সংবিধান লেখা হয়েছিল। ১৯৪৯ সালের ২৬ নভেম্বর ভারতের গণপরিষদে সংবিধান গৃহীত হয় এবং ১৯৫০ সালের ২৬ জানুয়ারি থেকে সেটি কার্যকর করা হয়। তাই ২৬ নভেম্বর দিনটি সংবিধান দিবস হিসাবে উৎসাহ উদ্বীপনার মধ্য দিয়ে পালন করা হয়। তিনি আশ্বিনের সুরে বলেন বিজেপি সরকার প্রতিষ্ঠিত হবার আগে কল্যাণপুরে আগের সরকার কোন ভারতীয় মনীষীর মূর্তি স্থাপন করেনি। তিনি বলেন কিছু দিন পূর্বে কল্যাণপুর স্কুলের সামনে রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের মূর্তি স্থাপন করা হয়। ৩৬ এর পাতায় দেখুন

## বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হয়ে এক যুবকের মৃত্যু

নিজস্ব প্রতিনিধি, শান্তিরবাজার, ২৬ নভেম্বর।। পতিছড়ী মুড়াসিং পাড়ায় বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হয়ে মৃত্যু হলো এক ব্যক্তির। ঘটনার বিবরণে প্রকাশ, তুলামুড়া এলাকার বাসিন্দা প্রদীপ সাহার ছেলে তুফাই সাহা শান্তির বাজার মহকুমার পতিছড়ী মুড়াসিং পাড়ায় নিজ অস্থায়ী মুদিদোকানে বিদ্যুৎতর সংযোগ দিতে গিয়ে বিদ্যুৎ স্পৃষ্ট হয়েছে। আর তাতেই প্রাণ হারিয়েছে সে। জানা যায় তুফাই সাহা প্রত্যেক সাপ্তাহিক বাজারবারে মুড়াসিং পাড়ায় নিজ অস্থায়ী মুদি দোকানে বসে। এখন মুড়াসিং পাড়ায় ঐতিহ্যবাহী রাস মেলাকে কেন্দ্র করে কয়েকদিন ব্যাবসা করার জন্য দোকান সাজিয়ে বসেছিল। এরইমধ্যে পাশবর্তী একটি দোকান থেকে নিজ দোকানে বিদ্যুৎ এর সংযোগ দিতে গিয়ে বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হয়ে গুরুতর আহত হয় সে। তুফাই সাহা বিদ্যুৎ স্পৃষ্ট হয়ে অজ্ঞান হয়ে পড়ে যায়। সঙ্গে সঙ্গে স্থানীয় লোকজনেরা তুফাই সাহাকে চিকিৎসার জন্য বীরচন্দ্র প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে গেলে সেখানে কর্তব্যরত চিকিৎসক তুফাই সাহাকে মৃত বলে ঘোষনা করেছেন। ঘটনায় শোকের ছায়া এলাকা জুড়ে।

www.sisterspices.in

### বায়ু দূষণের ভয়াবহ চিত্র

দূষণের মাত্রা দিনের পর দিন বাড়িতেছে। মারাত্মক ধরণের ফলে মানব সভ্যতা রীতিমতো চ্যালেঞ্জের বিষয় হইয়া দাঁড়াইয়াছে। যানবাহনের সংখ্যা বৃদ্ধি পাইয়াছে। শিল্প কল কারখানা বাড়িতেছে। জনবিক্ষেপণ ব্যাপক আকার ধারণ করিতেছে। পরিবেশের উপর মারাত্মক প্রভাব বাড়িতেছে। ফলশ্রুতিতে দিল্লিতে দূষণের মাত্রা সীমা ছাড়াই ছাড়াইয়াছে গিয়াছে। সারকার-প্রশাসন-আদালতের যুম ওড়াতেছে দূষণের খবর। দিল্লিতে দূষণের মাত্রা ছুইয়েছে ৪৬৯। এবার দূষণ "ধুইয়ে" ফেলিতে কৃত্রিম বৃষ্টির পরিকল্পনা করিয়াছে দিল্লি প্রশাসন। দিন কয়েক ধরিয়াই খবরের শিরোনামে দূষণের খবর। ক্রমশ বাড়িতে থাকিতেছে রাজধানীর বায়ু দূষণের পরিমাণ। ইতিমধ্যেই বন্ধ করিয়া দেওয়া হইয়াছে স্কুল। প্রয়োজন ছাড়া বাড়ি থেকে না বেরোনোর ও পরামর্শ দেওয়া হইয়াছে। কিছুতেই বাগে আনা যাইতেছে না দূষণের মাত্রা। এই পরিস্থিতিতে কৃত্রিম ভাবে বৃষ্টি নামানোর চিন্তাভাবনা শুরু করিয়াছে সরকার। দূষণের মাত্রা সবচাইয়ে বেশি দক্ষিণ ও পশ্চিম দিল্লিতে। রাজধানী সংলগ্ন এলাকার মধ্যে অতিরিক্ত বিষাক্ত গ্যেটার নয়।

বরাবরই ভারতের সবচাইতে দূষিত শহর হিসেবে পরিচিত দিল্লি দূষণের খবর শিরোনামে উঠিয়া আসে। প্রত্যেক বছরই দীপাবলির আবেহে বায়ু দূষণের মাত্রা বৃদ্ধি পায়। তবে চলতি বছর দিল্লির দূষণ রীতিমতো যুম উড়াইয়াছে দেশের সকলের। সম্প্রতি এই দূষণ সম্পর্কেই বড় তথ্য প্রকাশ করিয়াছে নাসা। নাসার প্রকাশ করা উপগ্রহ চিত্রে ধরা পড়িয়াছে গোটা ভারতের ভয় ধরানো দূষণের ছবি। বঙ্গোপসাগর পর্যন্ত ধোয়াশার চাদর বিস্তৃত রহিয়াছে। পরিস্থিতিতে ক্রমাগত চিন্তা বাড়ানো দিল্লির দূষণ নিয়ন্ত্রণে আনতেই ইতিমধ্যে নভেম্বরেই অরবিদ কেজরীওয়াল সরকার দিল্লিতে কৃত্রিম বৃষ্টি নামানোর চিন্তাভাবনা শুরু করিয়াছে। কিন্তু তাহাতে দিল্লির দূষণের মাত্রা কি প্রকৃতপক্ষে কমিবে?

### দেশজুড়ে যায় মর্যাদায় পালিত সংবিধান দিবস, শুভেচ্ছা বিনিময় অমিত শাহের

নয়াদিল্লি, ২৬ নভেম্বর (হি.স.): সংবিধান দিবস উপলক্ষে সমস্ত দেশবাসীকে শুভেচ্ছা জানানো কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ রবিবার সকালে সামাজিক মাধ্যম এক্স-এ কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ জানিয়েছেন, 'আমাদের দেশের প্রতিটি নাগরিককে সংবিধান দিবসের শুভেচ্ছা। এই দিনটি আমাদের সংবিধানের মূল্যবোধ ও নীতি উদযাপন করে।' কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ আরও জানিয়েছে, 'আমাদের নাগরিকরা যে স্বাধীনতা উপভোগ করেন, তা প্রদান করার জন্য সংবিধানের নির্মাতারা যে বেদনা নিয়েছিলেন তা স্মরণ করারও দিন। আসুন আমরা সবাই অক্ষরে অক্ষরে, চর্চা করে পবিত্র সংবিধানের চেতনাকে মজবুত করার অঙ্গীকার করি।'

যথার্থ মর্যাদায় দেশে রবিবার সংবিধান দিবস পালিত হচ্ছে। ভারতের সংবিধান গৃহীত হওয়ার স্মরণে প্রতি বছর ২৬ নভেম্বর দিনটি সংবিধান দিবস হিসেবে পালিত হয়। ১৯৪৯ সালের ২৬ নভেম্বর গণ পরিষদে ভারতের সংবিধান গৃহীত হয়, যা ২৬ জানুয়ারি ১৯৫০ থেকে কার্যকর হয়। ১৯ নভেম্বর ২০১৫-এ সামাজিক ন্যায়বিচার ও ক্ষমতায়ন মন্ত্রক নাগরিকদের মধ্যে সংবিধানের মূল্যবোধের প্রচারের জন্য প্রতি বছর নভেম্বরের ২৬-তম দিনটিকে 'সংবিধান দিবস' হিসাবে পালন করার

### কলকাতায় ফের দুর্ঘটনা, ময়দান এলাকায় গাড়ির ধাক্কায় মৃত্যু বাইক আরোহীর

কলকাতা, ২৬ নভেম্বর (হি.স.): কলকাতায় আবারও ঘটে গেল মর্মান্তিক দুর্ঘটনা। রবিবার সকালে ময়দান এলাকায় বেপরোয়া গাড়ির ধাক্কায় মৃত্যু হল এক বাইক আরোহীর। সকাল ৬টা নাগাদ ফোর্ট উইলিয়ামের দক্ষিণ গেটের সামনে দুর্ঘটনা ঘটে। পুলিশ সূত্রে খবর, খিদিরপুরের দিক থেকে ময়দানের দিকে পাশাপাশি আসছিল গাড়ি এবং বাইক। বাইকে ছিলেন তিন তরুণ। গাড়ির ধাক্কায় তিনজনই আহত হন।

বছর ১৯-এর মহম্মদ শাহজাহান আনসারিকে আশঙ্কাজনক অবস্থায় এসএসকেএম-এর ট্রমা কেয়ার সেন্টারে নিয়ে যাওয়া হয়, সেখানে চিকিৎসকরা তাঁকে মৃত বলে ঘোষণা করেন। ঘাতক গাড়িটিকে ধরতে দ্রুত আশপাশের ট্রাফিক গার্ডদের সতর্ক করা হয়। কিছুক্ষণের মধ্যেই কিড স্ট্রিটে গাড়িটির হদিশ মেলে। গাড়ি চালককে আটক করেছে ময়দান থানার পুলিশ। ডেকে পাঠানো হয়েছে গাড়ির মালিককে।

### চিংড়িঘাটায় গান চালানো নিয়ে ঝামেলা! গলায় কাঁচি ঢুকিয়ে যুবককে খুন

কলকাতা, ২৬ নভেম্বর (হি.স.): জগদ্ধাত্রী পূজার প্রতিমা বিসর্জনে গান চালানো নিয়ে দু'পক্ষের বচসা, মারধর করা হয় এক যুবককে। বাধা দেওয়ায় ২২ বছরের তরুণের গলায় কাঁচি ঢুকিয়ে খুনের অভিযোগ উঠল বন্ধুর বিরুদ্ধে। মৃতের নাম সাহেব আলি সর্দার। রবিবার ভোররাত ২টো নাগাদ চিংড়িঘাটার কাছে বাসন্তী দেবী কলোনিতে এই ঘটনা ঘটেছে। খুনের প্রতিবাদে বাইপাসের ওপর চিংড়িঘাটা মোড় অবরোধ করেন স্থানীয়রা।

পুলিশ সূত্রে খবর, জগদ্ধাত্রী পূজার প্রতিমা বিসর্জনে গান চালানো নিয়ে দু'পক্ষের বচসা, মারধর করা হয় এক যুবককে। বাধা দেওয়ায় ২২ বছরের তরুণের গলায় কাঁচি ঢুকিয়ে দেয় বলে অভিযোগ। অভিযুক্তের সন্ধান চালাচ্ছে বিধাননগর দক্ষিণ থানার পুলিশ। বিটুকে এখনও গ্রেফতার করা যায়নি। ঘটনার পর থেকেই সে পলাতক। তাঁকে নিয়ে এলাকায় দোহা রয়েছে। অভিযোগ, এর আগেও একাধিক অপরাধমূলক ঘটনায় তাঁর নাম লড়িয়েছিল। রবিবার সকাল থেকে তাকে গ্রেফতারের দাবিতে বিক্ষোভ দেখান এলাকার বাসিন্দারা। ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে বিধাননগর পুলিশ কমিশনারেটের অন্তর্গত বিধাননগর দক্ষিণ থানার পুলিশ। তারা অভিযুক্তের খোঁজে তল্লাশি শুরু করেছে।

কার্তিক মাসের পূর্ণিমা তিথিতে পালিত হয় রাসযাত্রা। মহाराजा ईन्द्राय कौन एककाले उडिवाय डोल गोविन्द नामक एकटि एकक कठिपाथरैर कृष्णमूर्ति स्थापन करेहिलेन। षोडश शताब्दीते बांग्लार वारो दुईयार अन्यातम यशारेर महापराक्रमशाली राज प्रतापदिता उडिवा आक्रमन करले मन्दिरैर पुरोहित डोल गोविन्दके बिपदर हात थेके सुरक्षित राखार उद्देश्ये विग्रहटि तार गुरु महाप्रदु श्रीचैतन्येर प्रथम पार्श्व अद्वैताचार्येर पौरुष मथुरेश गोस्वामीर हाते तुले दियेहिलेन। मथुरेश गोस्वामी विग्रहटिके अबिषे श्रीहृत् जेलार अन्तर्गत तार पित्र पुरखन्देर वासभूमि नवप्रामे नये आसेन। सेখানে नव निर्मित एकटि मन्दिर तैरी करे डोल गोविन्दके पुनराय प्रतिष्ठा करन। एखाने अन्वय डोल गोविन्दकाली नय पासे राधारानीर मूर्तिओ प्रतिष्ठित हय। सेई युगल मूर्तिर नतून नामकरण हय 'राधारमण'

१६१२ ख्रिस्ताब्दे मानसिंह यशेर आक्रमन करले मथुरेश गोस्वामीर शिष्य वसन्त रायेर वारधार अनुरोधे एवं मथुरेश गोस्वामीर समतिक्रमे तार वाडि थेके राधा ओ कुशेर मूर्ति दुटे। तिन गोपने लुकिये निजेर वासस्थान शांतिपुरे वड़ गोस्वामी (अद्वैताचार्य) वाडिते नये आसेन एवं राधारमण —एर पुनः स्थापन करेन।

एरपर श्रीहृत् वासीदेर अनेकेई शांतिपुरे एसे वासा बाँधेन। अद्वैताचार्येर परवर्ती वंशधरराई शांतिपुरे वैष्णव भावधारार प्रवर्तक। सेकाले ज्ञान ओ उक्तिर युगल सन्मिलने शांतिपुरेर ख्याति छिल सुदूर प्रसारी। शांतिपुरे हये उठैछिल भाववर्षेर वैष्णवीय भावधारार अन्यातम पीठस्थान। एकबिके अद्वैताचार्येर वैष्णवीय प्रभाव अपर दिके तांत्रिक कुशानन्द आगमवागीशेर तन्त्र साधनार ख्याति। এই দুই বিপরীত ধর্মী ভাবধারার মিশ্রণে গঠিত শান্তিপুত্রের ঐতিহ্য ও সংস্কৃতি যা আজও অক্ষুণ্ণ। পূর্বে একক কৃষ্ণ মূর্তিকেই তাঁরা পূজা করতেন। পরবর্তী কালে রাধা কৃষ্ণের যুগল মূর্তি প্রতিষ্ঠিত হওয়ার পথ থেকেই বৈষ্ণবী ভাবধারায় জড়িত মানুষদের শ্রেষ্ঠ রাসোৎসব উৎসবটি ত্বন বিখ্যাত হয়ে ওঠে।

# রাসযাত্রা

## অভিজিৎ মুখোপাধ্যায়

রাসলীলা পাঠের যোগ্য হওয়া যায় না।

ত্যাগ, সংযম, তিতিক্ষা এবং সকল সর্কমতার মাঝে গভীর ভাবে স্মরণ মনন দ্বারা মনকে কৃষ্ণনামে কেন্দ্রিত করতে না পারলে বৃন্দাবনের রাসলীলা সম্পর্কে ধারণা করা সম্ভব নয়। আধ্যাত্মিক রসে মন আপ্ত হলে বিষয়াসক্ত এবং কামুক মন নিয়ে রাসলীলার গূঢ় তত্ত্ব অনুভবের বাইরেই থেকে যায়। আর কথায় আছে — 'বাদশী ভাবনা যসা সিদ্ধির্ভবতি তাদৃশী'। নিকৃষ্টমত মন নিয়ে কখনো উৎকৃষ্টতম ভাবনার অধিকারী



কৌশল। তাঁদের তনু-মন জুড়ে ছিল একটিমাত্র আকৃতি 'তোমাতে আমি হব হারা'। কৃষ্ণের সুমিষ্ট বংশীর ধ্বনিতে তাঁদের কৃষ্ণ বিরহে নিমজ্জিত প্রাণ যখন উতলা হয়ে উঠতো তখন সংসারের দৈনন্দিন জীবনের গৃহকর্ম পর্যন্ত তুচ্ছ মনে করে তাঁরা কোথা কৃষ্ণ, কোথা কৃষ্ণ করে ছুটে আসতেন গৃহকোনে ছেড়ে। কারণ মহৎ বা বড় কিছু পাওয়ার আশায় ছোট অনিত্য বস্তু সমূহের প্রতি মনে জাগে ঘোর অনীহা। কৃষ্ণ ছিলেন সেই পরমব্রহ্ম যার সন্দর্শনে গোপিনীরা আত্মহারা হয়ে উঠতেন। সেই মুহূর্তে তাঁদের আনন্দে সংসারের যাবতীয় সবকিছু তুচ্ছ এবং অসাড় মনে হতো। যেমন ঠাকুর শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণ বলেছিলেন — মায়ের দেখা না পেলে আমি বাঁচবে কেমন করে? মাতৃ দর্শনের পূর্বে ছিল হ্রৈত ভাব আর মাতৃ দর্শনের পরে অদ্বৈতের ঘরে উ পনিত হয়েছিলেন। তখন দুইয়ে মিলে এক 'ঐহিক সব ভিন্ন ভিন্ন অন্তিমে সব একাদ্মী'। তখন মাকে খাওয়াতে গিয়ে নিজেই খেতেন। ঠাকুর শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণ ছিলেন মাতৃভাবে বিভোর আর শ্রীরাধিকা বা গোপিনীরা ছিলেন মধুর ভাবে বিভোর। রাধা-কৃষ্ণের অপার্থিব সম্পর্কটি ছিল পুরুষ ও প্রকৃতির লীলাখেলা।

(২)

সর্বজনস্বীকৃত কিংবদন্তির দেশ নদীয়া জেলার শান্তিপুত্র ভারতবর্ষে রাসলীলার জন্যই প্রসিদ্ধ। সেকালের দিনে শান্তিপুত্র ছিল বৈষ্ণব ও শাক্ত ধর্মের পীঠস্থান। একদা নবদ্বীপ অঞ্চলকে ইংরেজরা 'প্রাচ্যের

অল্পফোর্ড' নামে অবিহিত করেছিল। রাসযাত্রার উৎসবকে কেন্দ্র করে সেখানকার সকল মানুষ রাধা-কৃষ্ণের অনন্তলীলা মাধুর্যে মেতে ওঠেন। কৃষ্ণস্তুত প্রাণ গোপীগণ আত্ম সমর্পণের দ্বারাই পরমব্রহ্মকে লাভ করতে পেরেছিলেন। সেই অপার্থিব প্রেমলীলাকে স্মরণ করেই প্রতি বছর কাতকি পূর্ণিমা তিথিতে মহা উৎসাহ ও উদ্দীপনার সহিত উদযাপিত হয় রাস উৎসব। এখানে প্রশ্ন উঠতে পারে — কেন কাতকি পূর্ণিমা তিথিতেই রাসোৎসব পালন করা হয়?

বড় গোস্বামীর বাড়িতে রাধা-কৃষ্ণের যুগলমূর্তি (রাধারমণ) প্রতিষ্ঠিত হওয়ার কিছুদিনের মধ্যেই কাতকি পূর্ণিমা তিথিতেই শ্রীরাধার অষ্টপাত্ নির্মিত মূর্তি স্থাপন করা হয়েছিল (শ্রীকৃষ্ণের অষ্টপাত্ নির্মিত মূর্তি আগেই ছিল)। সেই ঘটনা আজ থেকে প্রায় তিনশো বছর আগের কথা। এই উপলক্ষকে কেন্দ্র করে শান্তিপুত্রের বাকি সকল গোস্বামীর পূজিত বিগ্রহ সহ সাদার নিমন্ত্রন করা হয়েছিল। সেদিন বিকলে বেলায় সম্মিলিত বিগ্রহ সহ শোভাযাত্রার আয়োজন করা হয়েছিল। এই শোভাযাত্রাকে বলা হয় 'ভাঙ্গারাস'।

কিন্তু এরপর বিভিন্ন সময়ে শান্তিপুত্রবাসী বহু বৈষ্ণব বাড়ির মন্দির থেকে অষ্টপাত্ নির্মিত মূর্তি চুরি হতে থাকে। চুরি হয়েছিল বড় গোস্বামী বাড়ির অষ্টপাত্ নির্মিত রাধা মূর্তিটিও। যদিও তা ফিরে পাওয়া সম্ভব হয়েছিল দৈবাৎ। ফিরে পাওয়া রাধারানীকে বিবাহের তৃতীয় দিনে অনুষ্ঠিত বৌভাতের বঁধু রূপে উপস্থাপিত করার উদ্দেশ্যেই কার্তিক মাসের কৃষ্ণপক্ষের তৃতীয় তিথিতে শোভাযাত্রার প্রচলন শুরু হয়। শান্তিপুত্রের রাসোৎসব, চন্দন নগরের জগদ্ধাত্রী পূজা আর মাহেশের রথযাত্রার আকর্ষণ ও সুনাম শুধুমাত্র পশ্চিমবঙ্গের ভৌগোলিক সীমারেখার মধ্যেই আবদ্ধ নয়, সমুদ্র পাড়েও এই উৎসবগুলির অসীম সূচ্যাত্ম। পরবর্তী কালে শান্তিপুত্রের অদ্বৈতাচার্যের বংশধরগণ বিভিন্ন শাখায় বিভক্ত হয়ে গিয়েছিলেন। তাঁরা সকলেই নিজ নিজ মন্দিরে রাধা-কৃষ্ণের যুগল মূর্তি প্রতিষ্ঠা করার পর থেকেই রাসলীলা উৎসবে মেতে ওঠেন। রাসোৎসবের সময় সীমা মাত্র

# 'কথামৃত' লিখে জুটেছিল খুনের হুমকি

## আজও কেন অতুলনীয় শ্রীরামকৃষ্ণ সৃষ্টি

### বিশ্বদীপ দে

পরে শুরু হয় কথামৃত লেখার কাজ। যদিও তাঁর সঙ্গে ঠাকুরের ৭১টি সাক্ষাতের সবটাই ডায়েরিতে লেখা হয়নি। কিন্তু বই লেখা শুরু সেই সময়ই। বেশ কিছুটা লেখা হওয়ার



পর নীলাম্বরবাবুর ভাড়াবাড়িতে সেই পাণ্ডুলিপি শুনিয়েছিলেন শ্রীমা সারদাকে। দিনটা ছিল রথযাত্রা। সারদা মুগ্ধ হয়েছিলেন শুনে। পরে ১৮৯০ সালেও আরও কিছু অংশ শ্রীমা সারদার সামনে পড়ে শোনান। এর পর প্রকাশিত হয় 'পরমহংসদেবের উক্তি'। এসবই কথামৃত প্রকাশিত হওয়ার আগের পর্ব। বইয়ের নাম প্রথমে ছিল 'শ্রীশ্রীরামকৃষ্ণলীলামৃতম'। কিন্তু শেষ পর্যন্ত নাম রাখা হয়

লেখার আগে ধ্যান করতেন। তার পর সমস্ত কথা খুঁটিনাটি স্মৃতি থেকে সংগ্রহ করে সাদা পাতায় ফুটিয়ে তুলতেন। এমন নিখুঁত লিখিত বিবরণ ছিল বলেই পরবর্তী সময়ে এমন মহাগ্রন্থের পরিকল্পনা ও স্বার্থক রূপায়ণ সম্ভব হয়েছিল। বই ছাপতে গিয়ে কিন্তু বেগ পেতে হয়েছিল। বসুমতীর উপেন চট্টোপাধ্যায় থেকে প্রকাশক গুরুদাস চট্টোপাধ্যায় বইটি ছাপতে রাজি ছিলেন না। অগত্যা প্রকাশক হতে রাজি হন তাঁরই ছাত্র স্বামী ত্রিগুণাতীতানন্দ। বইটি লেখার উদ্দেশ্য প্রথম থেকেই ছিল বেদান্তের বাণী থেকে লোককে সাহেব পৌঁছে দেওয়া। আদর্শে সংসারী মানুষটি ছিলেন ধোরতর সন্ন্যাসী। এই পুরো সময়টাই আধ্যাত্মিকতার ভিতরই ছিলেন তিনি। তাঁরই কথায়, "একি আর আমি করেছি, ঠাকুরের কাজ ঠাকুরই করেছেন। তিনি মেধারূপে, ইচ্ছাশক্তিরূপে আমার ভিতরে আবির্ভূত হয়ে লিখিয়েছেন।" সব সময়ই চেয়েছেন বইয়ের দাম যতটা সম্ভব কম রাখা। যাতে বেশি সংখ্যক মানুষ পড়তে পারে। পরিকল্পনা ছিল আরও দুটি খণ্ড লেখার। তাঁর



# হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

## পাঁচ খাবার: জ্বর সেরে ওঠার পর মুখের অরুচি দূর করতে পারে



মরসুম বদল মানাই ঘরে ঘরে সর্দি, কাশি, জ্বরের সমস্যা। এই সময়ে ভাইরাল জ্বর, ফ্লু -তে আক্রান্ত হছেন অনেকেই। আর জ্বর, সর্দি মানাই খাবারের প্রতি অনীহা। মুখে তিতকুটে ভাব। চিকিৎসকেরা বলেন, এই ধরনের জ্বর হলে শরীর দুর্বল ও হয়ে পড়ে। রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যায়। তাই চটপট সেরে উঠতে গেলে ভাল-মন্দ খাবার খাওয়া প্রয়োজন।

১) খিচুড়ি চাল, ডালের মিশ্রণে তৈরি সহজপাচ্য এই খাবার শিশু থেকে বয়স্ক সকলের জন্যই উপযোগী। কার্বোহাইড্রেট, প্রোটিনের উত্ হিসেবে খিচুড়ি বেশ ভালই। শরীরে শক্তির জোগান দেওয়ার পাশপাশি মুখের অরুচিও দূর করতে সাহায্য করে এই খাবার।

২) দই অল্প ভাল রাখতে সাহায্য করে দই। জ্বরের সময়ে দেহের তাপমাত্রা বেড়ে যায়। তাই তা আবার স্বাভাবিক পর্যায়ে ফিরিয়ে আনতে দই খাওয়ার পরামর্শ দেন পুষ্টিবিদেরা।

৩) ডালিয়া গমের কণা দিয়ে তৈরি রাখতে হয়। এমন পাঁচ খাবারের সন্ধান দেওয়া রইল এখানে।

## ধূমপান করলে শরীরে কী ধরনের ক্ষতি হয়

ধূমপান করলে শরীরে কী ধরনের ক্ষতি হয়, তা প্রায় সকলেই জানেন। তাই অনেক চেষ্টা করে ধূমপানের অভ্যাস ত্যাগ করেছেন। পরোক্ষ ভাবেও যাতে শরীরে তার প্রভাব না পড়ে, তাই ধূমপায়ীদের আশপাশে থাকেন না। কিন্তু তাতে নাকি লাভের লাভ কিছুই হচ্ছে না! কেন জানেন? চিকিৎসকেরা বলছেন, ঘণ্টা দুয়েক এক ভাবে চেয়ারে বসে অথবা গুয়ে থাকলে শরীরে ধূমপান করার মতোই ক্ষতি হতে পারে।

টাইপ ২ ডায়াবিটিস, হার্টের সমস্যা, উদ্বেগ থেকে অবসাদ এসবের কারণ হতে পারে একটানা বসে অথবা গুয়ে থাকার অভ্যাস। দীর্ঘ ক্ষণ চেয়ারে বসে থাকলে কী ধরনের সমস্যা হতে পারে? ১) পা এবং নিতম্বের পেশি দুর্বল হয়ে পড়তে পারে। যার ফলে বেশি ক্ষণ দাঁড়াতে কষ্ট হয়। দেহের ভারসাম্য নষ্ট হতে পারে।

২) দীর্ঘ ক্ষণ এক ভাবে বসে থাকলে দেহে চর্বি জমতে থাকে। অঙ্গ সঞ্চালনের অভাবে হজমেরও সমস্যা দেখা দেয়। ৩) পা, নিতম্বের মতো কোমর এবং পিঠের পেশিও দুর্বল হয়ে পড়ে। ফলে অস্থিসন্ধির সমস্যায় ভুগতে হয়। ভুল ভঙ্গিতে বসার অভ্যাসেও নানা রকম সমস্যা দেখা দিতে পারে।

৪) একটানা অনেক ক্ষণ বসে থাকলে মানসিক স্বাস্থ্য খারাপ হতে পারে বলে মনে করেন অনেকেই। এই বিষয়ে অবশ্য কোনও বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা পাওয়া যায়নি। তবে শরীরচর্চা না করলে অবসাদ বেড়ে যেতে পারে, সে কথা প্রমাণিত।

৫) দীর্ঘ ক্ষণ বসে থাকলে হার্টের সমস্যা বেড়ে যেতে পারে। বিভিন্ন গবেষণায় দেখা গিয়েছে, সপ্তাহে ২৩ ঘণ্টা বা তার বেশি সময় বসে বসে টিভি দেখেন যারা, তাঁদের মধ্যে কার্ডিওভাসকুলার রোগের প্রকোপ বেশি।

## মাটি ছাড়া সস্তব চাষ

'মাটিবিহীন চাষ প্রযুক্তির' একটি পদ্ধতি হাইড্রোপনিঞ্জ। এটি একটি শিল্পকলা এবং আধুনিক বিজ্ঞান প্রযুক্তি, যার দ্বারা মাটি ছাড়া যে কোনও পাত্র বা আধারে খনিজ খাদ্য ব্রবণ জলে লেভে শাকসবজি, স্যালাড জাতীয় ফসল, দানাশস্য, ফুল, ফল, বাহারি গাছ পালা, ভেজ গাছগাছড়ার সহজে কম সময়ে বেশি ফলন-সহ চাষাবাস করা সম্ভব। লিখেছেন রাজ্য কৃষি পরিচালন ও সম্প্রসারণ প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠান (স্যামেটি)-এর কৃষি প্রশিক্ষণ কেন্দ্রের বরিশত অধ্যাপক ড সৌরেন্দ্রনাথ দাস।

হাইড্রোপনিঞ্জ কথটি এসেছে দুটি গ্রিক শব্দ থেকে। Hydro মানে জল ও Ponos মানে কাজ করা অর্থাৎ উ পাদান (নিউট্রি কালচার) ব্যবহারের মাধ্যমে চাষ। একে বিভিন্ন নামে অভিহিত করা হয়। যথা কেমিক্যালচার, কৃত্রিম বৃদ্ধি, মাটিবিহীন কৃষি, অ্যাকোয়াকালচার (ব্রবণীয় খাদ্য) ব্যবহার করে গাছপালার চাষ, আলোর কালচার বা সবজি চাষ এবং ট্যাংক ফার্মিং ইত্যাদি।

হাইড্রোপনিঞ্জ হচ্ছে জলের কাজ যার দ্বারা সহজ পদ্ধতিতে বিভিন্ন আকৃতির পাত্রে বালি, মুড়ি, পাথর, ইটভাঙ্গা বস্তু, পার্লাইট, ভার্মিকুলাইট ইত্যাদি জড়বস্তুর উপর বীজ বপন বা চারা লাগিয়ে চটজলদি খাদ্য ফসল (শাকসবজি), তণ্ডুল জাতীয় ফসল (ধান, গম), ক্ষুদ্র দানাশস্য (মিলেট জাতীয় ফসল), ভেজ গাছ-গাছড়া, ফুল-ফল ইত্যাদি চাষ করা সম্ভব। এটি হচ্ছে প্রকৃতি এবং প্রযুক্তির একসঙ্গে আনয়ন। হাইড্রোপনিক পদ্ধতিতে গাছ মাটি বিহীন আধারে ব খাদ্যপ্রদানে যথাযথ পরিমাণে ব্যবহারের সাহায্যে বৃদ্ধি লাভ করে। যাতে গাছের বৃদ্ধির জন্য সমস্ত প্রয়োজনীয় মৌলিক পদার্থ যথাযথ ঘনীকরণ অবস্থায় শিকড় দ্বারা গ্রহণ করে।

উদ্দেশ্য: এই মাটিবিহীন চাষের উদ্দেশ্যগুলি হল \* গ্রাম ও শহরের জমিহীন জনগণকে এই বিকল্প পদ্ধতিতে চাষের আওতায় আনা। \* পারিবারিক শ্রম কাজে লাগিয়ে বিকল্প আয়ের সৌযোগ সৃষ্টি করা। \* প্রতিকূল পরিবেশে খাদ্যের যোগান ঠিক রাখা সম্ভব। \* বিভিন্ন শাকসবজি, দানাশস্য, ফুল-ফল, স্যালাড জাতীয় ফসল, ভেজ গাছ-গাছড়ার চাষ হাইড্রোপনিক পদ্ধতিতে ছড়িয়ে দেওয়া।

## পরিপূরক খাদ্যপণ্য ব্যবহারের প্রয়োজনীয়তা কী?

তাহলে নিউট্রাসিউটিক্যালের ব্যবহারের প্রয়োজন কী? আসলে এটার পরিমাণ খুবই গুরুত্বপূর্ণ। যেমন একটি কাঁচা টম্যাটো খেলে কিছু পরিমাণে লাইকোপিন পাওয়া যায়। এটি একটি ক্যান্সার প্রতিরোধী যৌগ কিন্তু এই পরিমাণ লাইকোপিন যথেষ্ট নয়। গাজরের লাল স্টেন্ডেন প্রোভিটামিন-এ, ক্যারোটিনয়েড, আলফা এবং বিটা-ক্যারোটিন ছাড়াও প্রচুর পরিমাণে লাইকোপিন থাকে। এটি একটি কার্যকরী খাদ্য হিসাবে ভাবা যেতে পার। কারণ, অপরিহার্য ভিটামিন-এ প্রদানের পাশাপাশি এটি লাইকোপিনের

কার্যকলাপ সহ শরীরে অনাক্রমণ প্রতিক্রিয়াকে নিয়ন্ত্রণ করে। ব্রকলিতেও গ্লুকোরাফেনিন নামক একটি যৌগের রয়েছে, যা ক্যান্সার প্রতিরোধী যৌগ সালফোরাফেনে তৈরি করে। কিন্তু সবজি সিদ্ধ করলে ব্রকোলির উপকারিতা কমে যায়। ডালিম ফলে আছে উচ্চ উষ্ণীয় মূল্যের ফাইটোকেমিক্যাল (উদ্ভিদজাত যৌগ)।

এগুলি স্বাস্থ্য উপকারী এবং রোগ প্রতিরোধকারী অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট সম্ভাবনার জন্য প্রশংসিত। পলিফেনল সমৃদ্ধ ডালিমের রস এল ডি এল কে অক্সিডেশন (জারণ) উৎস ও বটে। আমলা ফলে রয়েছে অধিক পরিমাণে অ্যাসকরবিক অ্যাসিড (ভিটামিন সি), যা কমলার তুলনায় ২০ গুণ বেশি। এটিতে শক্তিশালী অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট পলিফেনল যেমন ফ্ল্যাভোনয়েড, কেমফেরল, এলাজিক অ্যাসিড, ফিলেপলিন (ইথাইল গ্যালিকট) এবং গ্যালিক অ্যাসিড রয়েছে। সাধারণভাবে নিউট্রাসিউটিক্যালের উঁচু উপকারী নিয়ে মতভেদ রয়েছে। সাধারণভাবে, বায়োঅ্যাকটিভ যৌগ বা মিশ্রণে স্বাস্থ্যের উপকারী

মুর্গির হাড়- আখ কেজি, মুর্গির মাংস- আখ কেজি, চিনি- ২ টেবিল চামচ, লাভ চিলি সস- ৫ টেবিল চামচ, চিংড়ি- আখ কাপ, কটমিলওয়া- ৬ টেবিল চামচ, হাঁসের ডিম- ৬টি, কাঁচালাস্কার ফালি- ৪টি, লেমন গ্রাস- ৮ টুকরো, টিকেন স্যুপের স্টক- ১২ কাপ, নুন স্বাদমতো, লেবুর রস- ৪ টেবিল চামচ।

মুর্গির হাড় সেদ্ধ করে টিকেন স্যুপের স্টক ছেঁকে নিন। মুর্গির মাংস ছোট ছোট টুকরো করে কেটে নিন। চিংড়ি ছোট ছোট টুকরো করে নিন। ডিম অল্প ফেটিয়ে নিন। কর্নফ্লাওয়ার এক কাপ জলে গুনে নিন। টিকেন স্টকে অর্ধেক গোলানো কর্নফ্লাওয়ার ও ডিম দিয়ে মিশিয়ে কাঁচালাস্কা, মাংস, চিংড়ি, চিনি, চিলি সস, লেমন গ্রাস, লবণ দিয়ে নেড়ে নেড়ে মিশিয়ে নিন। আঁচে বসিয়ে হালকাভাবে ঘন ঘন নাড়তে থাকুন। অনবরত না নাড়লে ফেটে যাবে। মাঝারি আঁচে ১৫-১৭ মিনিট নেড়ে নেড়ে ফুটিয়ে আঁচ কমিয়ে দিন। ৩-৪ মিনিট পর লেবুর রস দিয়ে হালকাভাবে নেড়ে, প্রয়োজন হলে আরও চিলি সস ও নুন মেশান। গরম-গরম পরিবেশন করুন। গলা খুশখুশ করলে কিংবা সর্দি-কাশি হলে এই পিয়ার সাওয়ার স্যুপ কিন্তু দারুণ অস্ত্র। এবার জানুন ইমিউনিটি পাওয়ার বাড়ানোর মন্ত্র। যাতে পেটও ভরে আবার পুষ্টিগুণও দারুণ।

উপকরণ- সেক্ষ মুর্গির মাংস- সিকি কাপ, সয়া অয়েল- ২ চা চামচ, সেক্ষ নুডলস- আখ কাপ, নারকেলের দুধ- ৪ কাপ, কাজুবাদাম কুচি- ৩ টেবিল চামচ, অঙ্কুরিত ডাল- সিকি কাপ, কচি পিয়াজ- ৪টি, কাঁচালাস্ক- ১টি, সাদা গোলমরিচের গুঁড়ো- সিকি চা চামচ, চিনি- আধা চা চামচ, বড় টমেটো- ১টি, পিয়াজকুচি- ২টি, রসুনকুচি- আধ চা চামচ, জিরেগুঁড়ো- আধ চা-চামচ, ধনেপাতা সামান্য ও শুকনো মরিচের গুঁড়ো- সিকি চা চামচ।

প্রণালী- ফ্রাইং প্যানের তেলে দিয়ে কাজুবাদাম, কাঁচালাস্ক, জিরে, রসুন ও পিয়াজ দিয়ে ৪ মিনিট ভেজে এতে টমেটো টুকরো করে দিন। নেড়ে ১ চা-চামচ চিনি, নুন, গোলমরিচ ও নারকেলের পাতলা দুধ দিন। একবার ফুটে উঠলেই আঁচ কমিয়ে মৃদু আঁচে ৬-৮ মিনিট রেখে ওভেন থেকে নামিয়ে রাখুন, যেন গরম থাকে। অঙ্কুরিত ডাল বাঁজরিতে নিয়ে ফুটিয়ে রাখা জলে ১ মিনিট রেখে, তুলে ঠান্ডা জল দিয়ে ধুয়ে নিন। মাংস ছোট টুকরো করে কেটে নিন। চারটি স্যুপের বাটিতে সেক্ষ নুডলস সমান ভাগ করে নিয়ে নুডলসের উপরে অঙ্কুরিত ডাল, মাংস, কচি পিয়াজ দিয়ে ২ টেবিল চামচ ঘন নারকেলের দুধ দিন। গরম নারকেলের স্যুপের মধ্যে কাঁচালাস্ক ও ধনেপাতা ছড়িয়ে দিলেই তৈরি টিকেন নুডলস স্যুপ।



উপস্থিতিতে দীর্ঘস্থায়ী রোগের বিরুদ্ধে সুরক্ষা দিতে পারে। কালো বা বেগুনি গাজর (ডেকাস কারোটা) এবং বাঁধাকপি (ব্রাসিকা অনলারেসিয়া) অ্যাঙ্কোসায়ানিনের অন্যতম প্রধান উৎস যা কালো গাজরের গাঢ় বেগুনি রঙের কারণ। বিভিন্ন রঙের মরিচে ক্যারোটিনয়েড ছাড়াও, মরিচের স্বাভাবিক সাদা কাপসাইলিনয়েড গ্রুপের যৌগের উপস্থিতির লক্ষ্য করা যায়। আজকাল কাপসাইলিন ০.০২৫ থেকে ০.০৭৫ শতাংশ মলমগুলিতে ব্যবহৃত হয়। যা ছোটখাটো বাধা যেমন পেশির, জয়েন্টের, পিঠের, পেরিফেরাল নিউরোপ্যাথিক এবং অস্টিওআর্থরাইটিস ব্যথা, স্ট্রোক এবং হাড় মচকোনা ইত্যাদির উপশমে ব্যবহৃত হয়। ব্রকোলিতে থাকে যৌগ ৩, ৩'-ডি- ইন্ডোলিলমিথেন যা অ্যান্টি-ভাইরাল, অ্যান্টি-ব্রাসিকেলিয়ার এবং অ্যান্টি-ক্যান্সার

থেকে রক্ষা করে, যা ধমনী শক্ত করার জন্য দায়ী। ফল এবং খোসায় উপস্থিত পুনিক্যালজিন একটি শক্তিশালী অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট, কার্ডিওভাসকুলারের স্বাঞ্ছন এবং সঠিক কোষীয় প্রতিক্রিয়া রক্ষা করে। এটি আংশিকভাবে অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট কার্যকলাপের জন্য দায়ী। রঙিন আঙুর রয়েছে অ্যাঙ্কোসায়ানিন, প্রোঅ্যাঙ্কোসায়ানিন, স্টিলবেন (রেসভেরাট্রল), পলিফেনোল (ক্যাটচিন) এবং ফেনোলিক অ্যাসিড (গ্যালিক এবং এলাজিক অ্যাসিড) ইত্যাদি।

এগুলি স্বাস্থ্যের উপকারী পদার্থ। জাম ফলের অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট কার্যকলাপ অ্যাঙ্কোসায়ানিন সহ অন্যান্য মোট ফেনোলিক যৌগের জন্য হয়। তরমুজ একটি অল্প অ্যামিনো অ্যাসিড যেমন সিট্রুলিনের একটি সমৃদ্ধ উৎস। যা একটি সঞ্জবী অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট এবং ভাসোডিলাটর (রক্তের প্রবাহ নিয়ন্ত্রক)। এটি লাইকোপিনের

গুণের দাবিগুলি বৈজ্ঞানিক তথ্য দ্বারা প্রমাণিত হওয়া প্রয়োজন। পেশাদার স্বাস্থ্য চিকিৎসক ধীরে ধীরে স্বাস্থ্য সুরক্ষায় ফাইটোকেমিক্যালের ভূমিকা স্বীকার করছেন। স্বাস্থ্য-সচেতন ভোক্তারা তাঁদের নিজস্ব স্বাস্থ্য এবং মঙ্গলের জন্য কার্যকরী এবং সংমিশ্রণযুক্ত খাদ্য পণ্যের সন্ধান করছে। সুস্থতা এবং স্বাস্থ্যের উন্নতিতে নিউট্রাসিউটিক্যাল এবং কার্যকরী খাবারের প্রভূত সম্ভাবনা বিবেচনা করে, ফিউশন পণ্যগুলিতে সুনির্দিষ্ট নিউট্রাসিউটিক্যাল গুলিকে অন্তর্ভুক্ত করা প্রয়োজন। প্রক্রিয়াকরণ পদ্ধতি যেমন পিলিং, যান্ত্রিক ক্রাশিং, নিষ্কাশন তাপমাত্রা, রাস্তা, হট ব্রেকিং, ডায়ালিসিং এবং হিমায়িত স্টোরাজ ইত্যাদি প্রক্রিয়াজাত পণ্যের গুণমান এবং আন্টি-অক্সিডেন্টের উপর অভাবনীয় প্রভাব ফেলতে পারে।

উপকরণ- সেক্ষ মুর্গির মাংস- সিকি কাপ, সয়া অয়েল- ২ চা চামচ, সেক্ষ নুডলস- আখ কাপ, নারকেলের দুধ- ৪ কাপ, কাজুবাদাম কুচি- ৩ টেবিল চামচ, অঙ্কুরিত ডাল- সিকি কাপ, কচি পিয়াজ- ৪টি, কাঁচালাস্ক- ১টি, সাদা গোলমরিচের গুঁড়ো- সিকি চা চামচ, চিনি- আধা চা চামচ, বড় টমেটো- ১টি, পিয়াজকুচি- ২টি, রসুনকুচি- আধ চা চামচ, জিরেগুঁড়ো- আধ চা-চামচ, ধনেপাতা সামান্য ও শুকনো মরিচের গুঁড়ো- সিকি চা চামচ।

প্রণালী- ফ্রাইং প্যানের তেলে দিয়ে কাজুবাদাম, কাঁচালাস্ক, জিরে, রসুন ও পিয়াজ দিয়ে ৪ মিনিট ভেজে এতে টমেটো টুকরো করে দিন। নেড়ে ১ চা-চামচ চিনি, নুন, গোলমরিচ ও নারকেলের পাতলা দুধ দিন। একবার ফুটে উঠলেই আঁচ কমিয়ে মৃদু আঁচে ৬-৮ মিনিট রেখে ওভেন থেকে নামিয়ে রাখুন, যেন গরম থাকে। অঙ্কুরিত ডাল বাঁজরিতে নিয়ে ফুটিয়ে রাখা জলে ১ মিনিট রেখে, তুলে ঠান্ডা জল দিয়ে ধুয়ে নিন। মাংস ছোট টুকরো করে কেটে নিন। চারটি স্যুপের বাটিতে সেক্ষ নুডলস সমান ভাগ করে নিয়ে নুডলসের উপরে অঙ্কুরিত ডাল, মাংস, কচি পিয়াজ দিয়ে ২ টেবিল চামচ ঘন নারকেলের দুধ দিন। গরম নারকেলের স্যুপের মধ্যে কাঁচালাস্ক ও ধনেপাতা ছড়িয়ে দিলেই তৈরি টিকেন নুডলস স্যুপ।

উদ্দেশ্য: এই মাটিবিহীন চাষের উদ্দেশ্যগুলি হল \* গ্রাম ও শহরের জমিহীন জনগণকে এই বিকল্প পদ্ধতিতে চাষের আওতায় আনা। \* পারিবারিক শ্রম কাজে লাগিয়ে বিকল্প আয়ের সৌযোগ সৃষ্টি করা। \* প্রতিকূল পরিবেশে খাদ্যের যোগান ঠিক রাখা সম্ভব। \* বিভিন্ন শাকসবজি, দানাশস্য, ফুল-ফল, স্যালাড জাতীয় ফসল, ভেজ গাছ-গাছড়ার চাষ হাইড্রোপনিক পদ্ধতিতে ছড়িয়ে দেওয়া।

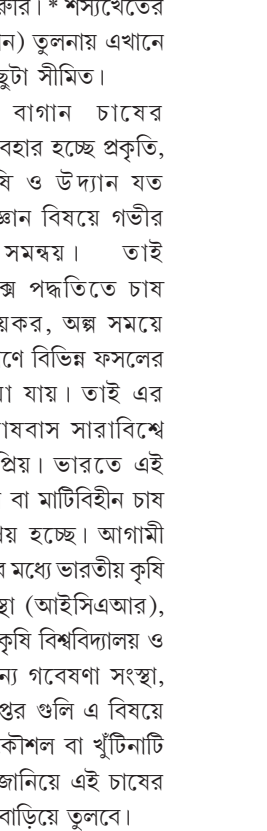
হাইড্রোপনিঞ্জের সুবিধা হাইড্রোপনিঞ্জ এর তাত্ত্বিক ও ব্যবহারিক এই দুটোই বৈজ্ঞানিক নীতির উপর প্রতিষ্ঠিত। যার সঙ্গে উদ্ভিদ শারীরবিদ্যা, রসায়নবিদ্যা, উদ্যান বিজ্ঞান, শস্যবিজ্ঞান এবং বিভিন্ন পরিশেষগত ও রোগ পোকা নিয়ন্ত্রণ ইত্যাদির মাধ্যমে বাণিজ্যিক ফসল হিসেবে যথাযথ নিয়ন্ত্রিত অবস্থায় চাষ করা হয়। হাইড্রোপনিঞ্জের ইতিহাস \* ৬০০ খ্রিস্টপূর্বাব্দে হাইড্রোপনিঞ্জ-এর মূলনীতির প্রত্যক্ষ প্রমাণ প্রাচীন ব্যাবিলনের বুলবল্ড বাগানে। \* ৯০০ থেকে ১০০০ খ্রিস্টাব্দে স্ট্রুটেনোকটিটলান ব্রদর জলভূমিতে অ্যাগ্ৰোটেক্স-এর ভাসমান বাগান। যা এখন সার্কোনিয়া বিশাল সেন্ট্রাল ভ্যালিতে অবস্থিত। \* ১২০০ শতাব্দীর শেষে মার্কো পোলো চীনে বুলবল্ড বাগানের দৃশ্য লিপিবদ্ধ করে গেছেন। \* ১৬২০ সালে ইংরেজ বিজ্ঞানী জন উডওয়ার্ড নিজের গবেষণার উপসংহারে বলেন যে গাছের সঠিক বৃদ্ধির জন্য সাধারণ উপাদান পরিপোষকের মধ্যে দিয়ে সুন্দরভাবে হয়। কিন্তু পাতিল (ডিসাইক্লিড) জলে ভাল হয় হতে পারেন। \* যেখানে সাধারণ সস্তব নয়, সেখানে হাইড্রোপনিঞ্জ প্রযুক্তি ব্যবহার করে গ্রিন হাউসের মধ্যে সংরক্ষিত চাষ সম্ভব। \* চম্বিদের চাষের জমি না থাকলে বাড়ির ছাদে এই প্রযুক্তি ব্যবহার করে বেশি ফলন ফলানো সম্ভব। এতে জায়গা পুরোপুরি বাঁচানো যাবে। \* শহরে বা গ্রামে নিজের বসতবাড়ির ছাদ, অব্যবহৃত ওদামঘর, পতিত জমিকে শস্যশ্যামেলা করা যাবে। \* সারা বছর ধরে ঘরের চাহিদা পূরণে সবজি ও অন্যান্য ফসলের চাষ যেমন: ফল, ফুল, ভেজ উদ্ভিদ, স্যালাড জাতীয় সবজি, বাহারি ফুল ও বিভিন্ন গাছপালা চাষ করা যাবে। \* অতিরিক্ত ফসল বাজারে বিক্রি করে আয় বাড়ানো সম্ভব। \* পরিবারের স্বাস্থ্য এবং পুষ্টি ক্রমিক রাখতে সাহায্য করে। \* খুব বেশি লাভজনক, সহজ সরল চাষ পদ্ধতি টাটকা খাদ্যসম্পদ যোগান ফলে মানুষের স্বাস্থ্য ঠিক রাখে। \* বাণিজ্যিক চাষের পরিচালনা করে শহর বা শহরতলির ফ্লাটে, বাড়ির ছাদ, ব্যালকনি, জাদার ঘরে, কার্নিশে সবজি, ফুলের চাষ সম্ভব। \* শহরের বাসিন্দা এবং কাজের লোকেরা বিশেষ করে শিল্পাঞ্চলের এলাকার তাদের বৃহৎ ব্যাপাচার ব্যবহার কর্মই করে থাকেন। এইসব জায়গায় হাইড্রোপনিঞ্জ প্রযুক্তির সাহায্যে নিত্যদিন স্বাস্থ্যকর সবুজ ফসল কম খরচে ফলাতে পারেন।

\* মরুভূমি, পাথুরে এবং শুষ্ক এলাকায়, পার্বত্য জেলাগুলিতে বা অনুর্বর বন্ধ জমিতে হাইড্রোপনিঞ্জ প্রযুক্তিতে প্রচুর তাজা ফসল ফলানো সম্ভব। \* এই পদ্ধতি একটি চিত্তাকর্ষক শখ এবং লাভজনক পেশা হিসেবে প্রতিটি দেশের মানুষের ঘরে ঘরে সম্প্রসারিত হবে। হাইড্রোপনিঞ্জের বিভিন্ন বাধা ও সমস্যা \* হাইড্রোপনিঞ্জ বাগান

ব্যবহার করা হয় না। শুধুমাত্র নিউট্রিয়েন্ট সলিউশন ব্যবহার করা হয়। মাধ্যম চাষ পদ্ধতিতে একটি হাইড্রোপনিক পদ্ধতিতে ছড়িয়ে দেওয়া।

চাষের দরকার সব সময় একপ্রত্যয়ুজ্ঞ প্রতিশ্রুতি। \* অভিজ্ঞতা ও প্রযুক্তি সম্বন্ধে জ্ঞান থাকা জরুরী। \* হঠাৎ ব্যবস্থা পদ্ধতির ব্যর্থতা উৎপাদনে ব্যাঘাত ঘটতে পারে। \* প্রাথমিকভাবে খরচ অনেকটা বেশি। \* বন্ধ পদ্ধতিতে জলের সংযুক্তির মাধ্যমে এই প্রক্রিয়া হয় বলে খুব অল্প সময়ে কৃষি শক্তির আক্রমণ দ্রুত ছড়িয়ে যাওয়ার সম্ভাবনা থাকে। \* এক ভাবে পর্যবেক্ষণ জরুরী। \* শস্যের (ফিঙ্গ ক্যান্সন) তুলনায় এখানে উৎপাদন কিছুটা সীমিত।

মাটিবিহীন বাগান চাষের আকর্ষণীয় ব্যবহার হচ্ছে প্রকৃতি, জৈবিক কৃষি ও উদ্যান যত ফসলের বিজ্ঞান বিষয়ে গভীর জ্ঞানের সমন্বয়। তাই হাইড্রোপনিঞ্জ পদ্ধতিতে চাষ প্রকৃত বিশ্বাকর, অল্প সময়ে অধিক পরিমাণে বিভিন্ন ফসলের ফলন পাওয়া যায়। তাই এর বাণিজ্যিক চাষব্যয় সারাবিশ্বে অত্যন্ত জনপ্রিয়। ভারতে এই হাইড্রোপনিঞ্জ ব্যবহার মাটিবিহীন চাষ ক্রমশ জনপ্রিয় হচ্ছে। আগামী কয়েক বছরের মধ্যে ভারতীয় কৃষি গবেষণা সংস্থা (আইসিআর), বিভিন্ন রাজ্য কৃষি বিশ্ববিদ্যালয় ও আরও অন্যান্য গবেষণা সংস্থা, রাজ্য কৃষি দপ্তর গুলি এ বিষয়ে বিভিন্ন কলাকৌশল বা খুঁটিনাটি ব্যাপারগুলি জানিয়ে এই চাষের অপরিহার্যতা বাড়িয়ে তুলবে।









## জাতীয় স্কুল যোগাসনে ভারত সেরা ত্রিপুরা

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা, ২৬ নভেম্বর। জাতীয় স্কুল যোগাসনে ভারতে শ্রেষ্ঠ স্থান পেতে চলেছে ত্রিপুরা। রবিবারে ত্রিপুরার দখলে আরো দুটো স্বর্ণপদ। রিদমিক ইভেন্টের রেজাল্ট এখনও বাঁকি ইতোমধ্যে তিনটি স্বর্ণ ও একটি রৌপ্য পদক নিয়ে ত্রিপুরার দখলে ৪টি পদক। পদক তালিকায় ত্রিপুরা আপাতত শীর্ষে রয়েছে। দ্বিতীয় শীর্ষে তামিলনাড়ু এবং তৃতীয় স্থানে পশ্চিমবঙ্গ। আগরতলায় আয়োজিত ৬৭ তম জাতীয় স্কুল গেমস এর যোগাসন ইভেন্টের মেগা আসর অনুষ্ঠিত হচ্ছে। পাঁচ দিন ব্যাপী আয়োজিত এই যোগাসন চ্যাম্পিয়নশিপ শেষ হবে আগামীকাল। অনূর্ধ্ব ১৭ বালক ও বালিকাদের জাতীয় স্কুল পর্যায়ের যোগাসন প্রতিযোগিতায় চতুর্থ দিনে আজ রবিবার যোগাসন টিম ইভেন্টে বালক বালিকা উভয় বিভাগে ত্রিপুরা প্রথম স্থান অধিকার করে জোড়া স্বর্ণপদক পেয়েছে। বালক বিভাগে ত্রিপুরা ১৭৮ এবং বালিকা বিভাগে ১৭৫.৮০ পয়েন্ট করেছে। বালক বালিকা উভয়-বিভাগে পশ্চিমবঙ্গ পেয়েছে দ্বিতীয় স্থান এবং জোড়া রৌপ্য পদক। এপর্বন্ত দুটি রৌপ্য পদকের পাশাপাশি একটি ব্রোঞ্জ পদক পেয়ে

\*জাতীয় স্কুল গেমস ২০২৩-২৪ : যোগাসন : পদক তালিকা\*

রাজ্য	স্বর্ণ	রৌপ্য	ব্রোঞ্জ	মোট
ত্রিপুরা	০৩	০১	০০	০৪
তামিলনাড়ু	০১	০০	০০	০১
পশ্চিমবঙ্গ	০০	০২	০১	০৩
গুজরাট	০০	০১	০০	০১
মহারাষ্ট্র	০০	০০	০২	০২
দিল্লি	০০	০০	০১	০১

মোট তিনটি পদকে পশ্চিমবঙ্গ রয়েছে তৃতীয় শীর্ষে। যোগাসন টিম ইভেন্টে বালক বিভাগে দিল্লি এবং বালিকা বিভাগে মহারাষ্ট্র পেয়েছে ব্রোঞ্জ পদক। শনিবার, তৃতীয় দিনে আর্টিস্টিক বালক ও বালিকা বিভাগের চূড়ান্ত পর্যায়ের প্রতিযোগিতা অনুষ্ঠিত হয়েছে। বালক বিভাগে ত্রিপুরার রত্নদীপ ভট্টাচার্য ৫৫ পয়েন্ট পেয়ে প্রথম স্থান অধিকার করে স্বর্ণপদক পেয়েছিল। দ্বিতীয় ও তৃতীয় স্থান পেয়ে রৌপ্য ও ব্রোঞ্জ পদক পেয়েছিল যথাক্রমে গুজরাটের আকাশ বার্মা ও মহারাষ্ট্রের শ্রীরাম শচীন সুপসাদে। বালিকা বিভাগে তামিলনাড়ুর নাভ্যা এস এইচ ৪৭.১৬ পয়েন্ট পেয়ে প্রথম স্থান অধিকার করে স্বর্ণপদক পেয়েছিল। ত্রিপুরার পারিজাত সাহা ৪৬.৮৩ পয়েন্ট পেয়ে দ্বিতীয় স্থান অর্জন করে রৌপ্য পদক পেয়েছে।

## বিজয় হাজারে : টানা জয়ের লক্ষ্যে ত্রিপুরা আজ সৌরাষ্ট্রের মুখোমুখি

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা, ২৬ নভেম্বর। সিকিম জয়ের পর সোমবার শক্তিশালী সৌরাষ্ট্রের মুখোমুখি হতে চলেছে ত্রিপুরা। ব্যাঙ্গালুরুর আলোর ক্রিকেট স্টেডিয়ামে হবে ম্যাচটি। বিজয় হাজারে ট্রফি ক্রিকেটে। দুই আসরে দুটি করে ম্যাচ খেলে একই জায়গায় থাকলেও অভিজ্ঞতায় ত্রিপুরা থেকে এগিয়ে থাকবেন উনাদকর-রা। বৃষ্টিতে আউট ফিল্ড ভিজে থাকার জন্য দুইদিনই এদিন অনুশীলন করতে

\*বিজয় হাজারে ট্রফি ক্রিকেট : এ-গ্রুপ\*

দল	ম্যা:	জ:	প:	নো:	গড় প:
মুম্বাই	২	২	০	০	৩.৭৯৩
ত্রিপুরা	২	১	০	০	০.৮০৯
সৌরাষ্ট্র	২	১	০	০	০.৬৯১
রেলওয়াজ	২	১	০	০	০.০২৮
ওড়িশা	২	১	০	০	০.০০৬
কেরালা	২	১	০	০	-০.১৮৬
পশ্চিমবঙ্গ	২	১	০	০	-০.৫৮০
সিকিম	২	০	২	০	-৪.৩৩০

পারেনি। শেষ ম্যাচে সিকিমের বিরুদ্ধে ৩ ব্যাটসম্যান বিক্রম কুমার দাস, রজত দে এবং বিক্রম দেবনাথ অর্ধশতরান করায় ত্রিপুরা ৩০০ রানে পা রেখেছিলো। ওই ম্যাচে ব্যাটসম্যান-রা ফর্মে ফেরার আভাষ দিয়েছিলেন। কিন্তু ওপেনার পল্লব দাস পর পর দুই

কাকে প্রথম একাদশে নেওয়া হবে তা চূড়ান্ত হয়নি। ওই একটি পরিবর্তন ছাড়া আর কোনও পরিবর্তন হওয়ার সম্ভাবনা নেই বলে জানা গেছে। আজও টেসে জয়লাভ করলে ত্রিপুরা প্রথমে ব্যাট নেবে এমনই পরিকল্পনা নেওয়া হয়েছে। তবে সকালে উইকেট দেখেই চূড়ান্ত সিদ্ধান্ত নেওয়া হবে বলে টিম ম্যানেজমেন্ট সূত্রে খবর। প্রসঙ্গতঃ ওড়িশার বিরুদ্ধে আসরের প্রথম ম্যাচে পরাজিত হওয়ার পর শনিবার সিকিমের বিরুদ্ধে ডি জে ডি ম্যাথডে ৬৮ রানে জয় পেয়েছিলো ত্রিপুরা।

## ইউনাইটেড ফ্রেন্ডস-এর পরিচালন কমিটি পুনর্গঠিত

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা, ২৬ নভেম্বর। ত্রিপুরার ঐতিহ্যবাহী ক্লাব ইউনাইটেড ফ্রেন্ডস এর ত্রিবার্ষিক সাধারণ সভা আজ, রবিবার অনুষ্ঠিত হয়েছে। বৈঠক শেষে আগামী তিন বছরের জন্য নির্বাচনের মাধ্যমে ইউনাইটেড ফ্রেন্ডস এর পরিচালন কমিটি

পুনর্গঠিত হয়েছে। সভাপতি হিসেবে নির্বাচিত হয়েছেন সুবল কুমার দে। সহ-সভাপতি অর্ধেন্দু বণিক ও ডা: উৎপল চন্দ নির্বাচিত হয়েছেন। জেনারেল সেক্রেটারি পদে নির্বাচিত হয়েছেন মানিক দেব। জয়েন্ট সেক্রেটারি হিসেবে দুজন, ডা: রণবীর রায় ও প্রসেনজিৎ পোদ্দার এবং কোষাধ্যক্ষ

হিসেবে নির্বাচিত হয়েছেন শ্যামল দে। এছাড়া, এক্সিকিউটিভ কমিটি মেম্বার হিসেবে চন্দন সেন, তিমির চন্দ, ডা: দীপ দত্ত ও লাল বাবু সিং নির্বাচিত হয়েছেন। নির্বাচনী ফলাফল ঘোষণার পর ইউনাইটেড ফ্রেন্ডস-এর পক্ষ থেকে এক বিবৃতিতে এ খবর জানানো হয়েছে।

# সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রুতি

# উন্নত মুদ্রণ

## সাদা, কালো, রঙিন

## নতুন ধারায়

# রেণুবো প্রিন্টিং ওয়ার্কস

জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন  
 প্রভুবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১  
 মোবাইল :- ৯৪৩৬১২৩৭২০  
 ই-মেল :- rainbowprintingworks@gmail.com

**PRESS NOTICE INVITING TENDER NO. EE-IED/AGT/63/2023-24 dated 23/11/2023**  
 The Executive Engineer, Internal Electrification Division, PWD (Building), Agartala, West Tripura invites on behalf of the 'Governor of Tripura' item rate tender from the appropriate registered owner of the commercial vehicle Maruti Van/ EECO of model not older than 2018, up to 3.00 P.M. on 08/12/2023.

Sl No	Name of work	ESTIMATED COST	EARNEST MONEY	TIME OF COMPLETION	LAST DATE AND TIME FOR RECEIPT OF APPLICATION FOR ISSUE OF TENDER FORM	TIME AND DATE OF OPENING OF TENDER	PLACE OF SALE OF TENDER DOCUMENTS	CLASS OF BIDDER
1	DNIT No: EE-IED/AGT/92/2023-24	₹ 380,840.00	₹ 7,617.00	276 (two seven six) working days	Up to 16:00 Hrs on 07/12/2023	At 11.30 Hrs on 08/12/2023	Office of the Executive Engineer, Internal Electrification Division, Agartala, West Tripura	Appropriate Class
2	DNIT No: EE-IED/AGT/93/2023-24	₹ 380,840.00	₹ 7,617.00	276 (two seven six) working days	Up to 16:00 Hrs on 07/12/2023	At 11.30 Hrs on 08/12/2023	Office of the Executive Engineer, Internal Electrification Division, Agartala, West Tripura	Appropriate Class
3	DNIT No: EE-IED/AGT/94/2023-24	₹ 380,840.00	₹ 7,617.00	276 (two seven six) working days	Up to 16:00 Hrs on 07/12/2023	At 11.30 Hrs on 08/12/2023	Office of the Executive Engineer, Internal Electrification Division, Agartala, West Tripura	Appropriate Class

Details of the PNIT can be seen at Internal Electrification Division, Agartala during office hour.  
 (Debashis Paul)  
 Executive Engineer  
 Internal Electrification Division,  
 PWD (Buildings), Agartala, West Tripura

**PNIT NO: e-PT-XXXV/EE/RD/ABS/2023-24 DATED-10/11/2023**  
 On behalf of the 'Governor of Tripura' the Executive Engineer, R.D Ambassa Division, Ambassa, Dhalai District, Tripura invites e-tender from eligible bidders up to 3.00 P.M. on 30/11/2023 for 06(Six) nos. Construction work at different site under RD Ambassa Division. For details visit website https://tripuratenders.gov.in and contact at M-08732042622 (during office hours only). Any subsequent corrigendum will be available in the website only.  
 ICA/C-3301/23  
 [Er.B. Sutradhar]  
 Executive Engineer  
 R.D. Ambassa Division

**PRESS NOTICE INVITING e-TENDER NO : e-PT-34/EE/RD/KGT/DIV/2023-24 Dt. 24/11/2023**  
 On behalf of the Governor of Tripura, The Executive Engineer, R D Kumarghat Division, Kumarghat, Unakoti, Tripura invites percentage rate e-tender on double bid system from the eligible bidders up to 2.00 P.M. of 08/12/2023 for 16 nos. work. For details visit website https://tripuratenders.gov.in/ eprocure.gov.in and may contact at ph. No.9612590474 (M)/ e-mail- eenikgt@gmail.com. Any subsequent corrigendum will be available in the website only  
 ICA/C-3306/23  
 Executive Engineer  
 RD Kumarghat Division

