



জাগরণ

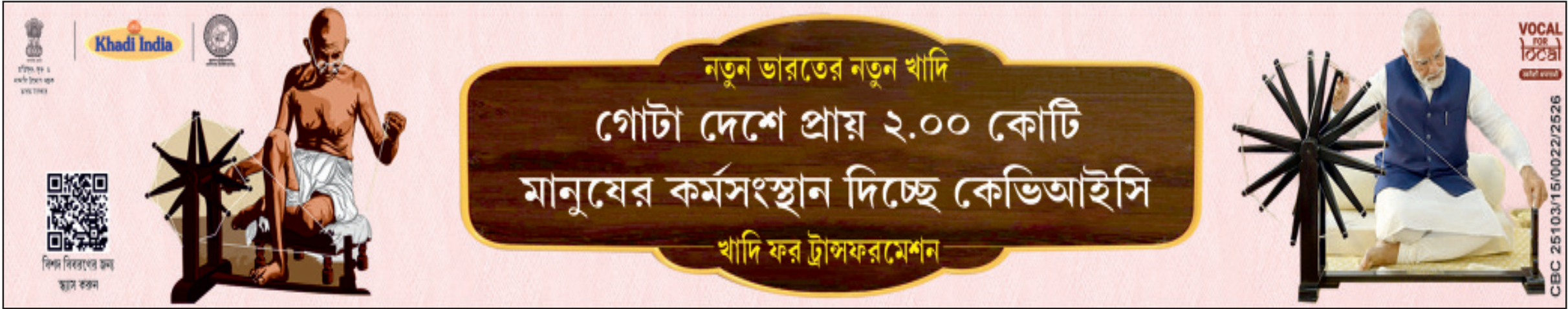
THE FIRST DAILY OF TRIPURA

Founder : J.C.Paul ■ Former Editor : Paritosh Biswas

গৌরবের ৭১ তম বছর



JAGARAN ■ 71 Years ■ Issue-333 ■ 12 September, 2025 ■ আগরতলা ১২ সেপ্টেম্বর, ২০২৫ ইং ■ ২৬ ভাদ্র, ১৪৩২ বঙ্গাব্দ, শুক্রবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা



রাশিয়া থেকে তেল আমদানি বন্ধ করলেই ভারতের সঙ্গে বাণিজ্য চুক্তি চূড়ান্ত করবে যুক্তরাষ্ট্রঃ লুটনিক

যুক্তরাষ্ট্রের সঙ্গে বাণিজ্য চুক্তির আলোচনা ইতিবাচক পরিবেশে এগোচ্ছে, আশাবাদী ভারত

ওয়াশিংটন/নয়াদিল্লি, ১১ সেপ্টেম্বর।। অবস্থান থেকে একচুল নড়তে রাজি নয় মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র। ফলে, রাশিয়া থেকে তেল কেনা বন্ধ না করলে ভারতের সঙ্গে বাণিজ্য চুক্তি সম্ভব নয় বলে জানানো যুক্তরাষ্ট্রের বাণিজ্য সচিব হওয়ার্ড লুটনিক। তিনি জানান, দিল্লি যদি রাশিয়ান তেল কেনা বন্ধ করে, তাহলে খুব শীঘ্রই যুক্তরাষ্ট্র-ভারত বাণিজ্য চুক্তি কার্যকর হতে পারে। তবে ভারত আশাবাদী, যুক্তরাষ্ট্রের সঙ্গে বাণিজ্য চুক্তির আলোচনা ইতিবাচক পরিবেশে এগোচ্ছে।

আন্তর্জাতিক সংবাদ মাধ্যমে দেওয়া এক সাক্ষাৎকারে লুটনিক বলেন, আমরা ভারতের বিষয়টি মিটিয়ে নেব। তবে তার আগে ওদের রাশিয়ান তেল কেনা বন্ধ করতে হবে। তাঁর এই মন্তব্য এমন এক সময়ে এল, যখন দুই দেশের মধ্যে বাণিজ্য ও জ্বালানি নীতিকে কেন্দ্র করে উত্তেজনা তৈরি হয়েছে।

লুটনিক আরও জানান, তাইওয়ানের সঙ্গে একটি বড় চুক্তি আসতে চলছে এবং সুইজারল্যান্ডের সঙ্গেও বাণিজ্য চুক্তি চূড়ান্ত হওয়ার পথে। এদিকে, ভারতের প্রতি কিছুটা নরম সুরে কথা বলেন লুটনিক, যখন প্রাক্তন মার্কিন প্রেসিডেন্ট ডোনাল্ড ট্রাম্প প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীকে “প্রিয় বন্ধু” বলে অভিহিত করেন এবং দু’দেশের সম্পর্কের উন্নতির

ইঙ্গিত দেন।

টুথ সোশ্যাল-এ একটি পোস্টে ট্রাম্প লেখেন, আমি আমার অত্যন্ত ঘনিষ্ঠ বন্ধু প্রধানমন্ত্রী মোদীর সঙ্গে আগামী সপ্তাহগুলোতে কথা বলার অপেক্ষায় রয়েছি। বাণিজ্য সমস্যা সমাধানের জন্য আলোচনা চলছে এবং আমি নিশ্চিত, এই আলোচনা উভয় দেশের পক্ষেই সাফল্য এনে দেবে। প্রধানমন্ত্রী মোদী তার জবাবে বলেছেন, ভারত ও যুক্তরাষ্ট্র ঘনিষ্ঠ বন্ধু এবং প্রাকৃতিক অংশীদার। আমাদের বাণিজ্য আলোচনাগুলি ভারত-আমেরিকা অংশীদারিত্বের সীমাহীন সম্ভাবনা উন্মোচনে

সহায়ক হবে।

এর আগে লুটনিক ভারতের বিরুদ্ধে কঠোর ভাষা ব্যবহার করেছিলেন। তিনি বলেছিলেন, ওরা ভাবছে যুক্তরাষ্ট্রের সঙ্গে বণ্ণা করাটা সাহসের ব্যাপার, কিন্তু শেষ পর্যন্ত ব্যবসায়ীরা ওদের বলবে, এইসব বন্ধ করা, গিয়ে আমেরিকার সঙ্গে চুক্তি করো। তিনি আরও বলেছিলেন, আমি মনে করি এক বা দুই মাসের মধ্যেই ভারত আলোচনার টেবিলে ফিরে আসবে, এবং বলবে তারা দুঃখিত। তখন সিদ্ধান্তটা ট্রাম্পের হাতে থাকবেতিনি কীভাবে মোদীর সঙ্গে এগোতে চান।

এদিকে, ভারতের বাণিজ্য ও শিল্পমন্ত্রী পীম্ব্য গোয়েল জানিয়েছেন, ভারতের সঙ্গে যুক্তরাষ্ট্রের বাণিজ্য চুক্তির আলোচনা ইতিবাচক পরিবেশে এগোচ্ছে। বৃহস্পতিবার পটনায় সাংবাদিকদের তিনি বলেন, মার্চ থেকে আলোচনাগুলি অত্যন্ত আন্তরিকতা ও সদিচ্ছা নিয়ে চলছে। উভয় দেশই আগ্রহগত সন্তুষ্ট। গোয়েল জানান, ফেব্রুয়ারিতে প্রধানমন্ত্রী মোদী ও ডোনাল্ড ট্রাম্প দুই দেশের বাণিজ্য মন্ত্রীদের নির্দেশ দিয়েছিলেন যাতে ২০২৫ সালের নভেম্বরের মধ্যে ঝিপাঙ্কিক বাণিজ্য চুক্তির প্রথম পর্ব সম্পন্ন হয়। তিনি আরও বলেন, আমরা এখানে যুক্তরাষ্ট্রের সঙ্গে সক্রিয় সংলাপে রয়েছি এবং এটি ইতিবাচকভাবে এগোচ্ছে।

কৈলাসহরে কংগ্রেসের বনধ ঘিরে উত্তেজনা, ভাঙচুর, প্রতিবাদ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। উনকোটি জেলা কংগ্রেসের ডাকা ১২ ঘণ্টার বনধকে ঘিরে উত্তেজনা ছড়ালো গোটা কৈলাসহরে। বনধ চলাকালীন গাড়ি ভাঙচুর, চালককে মারধর, এমনকি পুলিশের বিরুদ্ধে ঘুষ নেওয়ার অভিযোগ ওঠে। পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণ রাখতে সর্বশক্তি প্রয়োগ করেছে প্রশাসন। জেলা পুলিশ সুপার সুধাশ্রিকা আর সহ গোটা পুলিশ প্রশাসন ময়দানে ছিলেন।

চালক রাহুল সন্দার অভিযোগ করেন, আমরা জানতাম না কৈলাসহরে বনধ চলছে। ধর্মনগর থেকে লাল গাড়ি নিয়ে আসছিলাম। চিনিবাগান নাকা পয়েন্টে পুলিশ আমাদের আটকে দুইশো টাকা ঘুষ নেয়। কিন্তু তারা একবারও বলেনি যে এখানে বনধ চলছে। এরপর

নাকা পয়েন্ট পার হতেই কিছু দুচ্ছতকারী আমাদের গাড়ি ভাঙচোর করে এবং আমাদের ও আমার সঙ্গীকে মারধর করে। বর্তমানে হাসপাতালে চিকিৎসা নিচ্ছি, সারা শরীরে ব্যথা করছে। আরেক চালকও অভিযোগ করেন, আমার গাড়ি দাঁড়ানো অবস্থায় ছিল, তবুও কংগ্রেস কর্মীরা এসে ভাঙচুর চালায়। ঘটনা প্রসঙ্গে উনকোটি জেলা পুলিশ সুপার সুধাশ্রিকা আর বলেন, বনধকে কেন্দ্র করে ছোটখাটো কিছু ঘটনা ঘটেছে বটে, তবে কোনো ধরনের অগ্নীতিকর ঘটনা ঘটেনি। এদিকে, বনধের বিরোধিতায় রাস্তায় নামে ভারতীয় জনতা পার্টি। কৈলাসহর মন্ডলের সভাপতি প্রীতম ঘোষের নেতৃত্বে সকাল থেকেই কয়েক হাজার বাহিক নিয়ে শহরের বিভিন্ন এলাকা পরিদর্শন

করেন বিজেপি কর্মীরা। প্রীতম ঘোষ বলেনজনবর্জিত কংগ্রেস যে কর্মনাশা বনধের ডাক দিয়েছে তা প্রত্যাহার করার জন্য আমরা মানুষকে সচেতন করছি। সবাইকে কাজে ফেরার আহ্বান জানাচ্ছি। তাছাড়া, বনধের ব্যাপারে ভারতীয় জনতা পার্টির উনকোটি জেলা কমিটির সভাপতি বিমল কর বলেন, বিরোধী দল তাদের দাবি-দাওয়া পূরণের লক্ষ্যে আন্দোলন কর্মসূচি করেউই পারে, কিন্তু বনধ কোন সমাধানের রাস্তা নয়। পূজোর প্রাক মুহূর্তে ও পরীক্ষার দিন এই বনধ ঘোষণা করে সাধারণ জনজীবন বিপর্যস্ত করে তুলেছে কংগ্রেস। বনধের নামে সড়ক অবরোধ করে শহরকে অবরুদ্ধ করে রেখেছিল কংগ্রেস। তাতে অসুবিধার সম্মুখীন হতে হয়েছিল **৩৬ এর পাতায় দেখুন**

হতাশা থেকে বিতর্কিত মন্তব্য, ভিলেজ ভোট আসন্ন হলেও, ত্রিাক্ষিক চুক্তি বাস্তবায়নের লক্ষ্য নেই, প্রদ্যোতকে বিঁধলেন সুদীপ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। ত্রিপুরার মালিক জনগণ। রাজ্যে আমরা, আপনার, প্রদ্যোতবাবু জেরে গোটা রাজ্যে তীব্র প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি হয়েছে। এর সহ সকল অংশের মানুষের অধিকার রয়েছে। আজ কংগ্রেস ভবনে সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে বিধায়ক সুদীপ রায় বর্মণ বলেন, ত্রিপুরার মালিক প্রদ্যোত কিশোর দেববর্মণের মন্তব্যের এমনটাই প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করলেন বিধায়ক সুদীপ রায় বর্মণ। তাঁর দাবি,আসলে প্রদ্যোত হতাশা থেকে বিতর্কিত মন্তব্য করেছেন। কারণ, সামনেই ভিলিজ কমিটির নির্বাচন কিন্তু এখানে পর্যন্ত ত্রিাক্ষিক চুক্তি বাস্তবায়নের কোনো লক্ষ্য নেই।

তিপ্রাসাদের কি জবাব দেবেন তিনি। প্রসঙ্গত, গত ১৮ মাস অতিক্রম করলেও এখানে পর্যন্ত কিছুদিন আগে তিপ্রা মথার কর্মী ডেবিড মুজাসিং-র উদ্যোগে দিল্লির যন্তর মন্ডরে একটি প্রতিবাদ সভা অনুষ্ঠিত হয়েছে। ওই সভায় উপস্থিত ছিলেন তিপ্রা মথার প্রাক্তন সুপ্রিম তথা এমডিসি প্রদ্যোত কিশোর দেববর্মণ। ওই সভায় ত্রিপুরার মালিক বলে নিজেকে



আখ্যায়িত করেছেন তিনি। ওই বিতর্কিত মন্তব্যের জেরে গোটা রাজ্যে তীব্র প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি হয়েছে। এর জবাবে আজ সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে কংগ্রেস বিধায়ক সুদীপ রায় বর্মণ বলেন, ত্রিপুরার মালিক জনগণ। রাজ্যে আমরা, আপনার, প্রদ্যোতবাবু সহ সকল অংশের মানুষের অধিকার রয়েছে। তাঁর কথায়, এখানে প্রদ্যোতের মানসিকতা রাজ্যশাসনে থাকলে তা ভুল হবে। তার মানসিকতা পরিবর্তন করতে হবে।

শ্রীবর্মণের দাবি, আসলে হতাশা থেকে প্রদ্যোত বিতর্কিত মন্তব্য করেছেন। কারণ, ছয় মাসের কথা বলে ১৮ মাস অতিক্রম করলেও এখানে পর্যন্ত ত্রিাক্ষিক চুক্তি মানছে না কেন্দ্র ও রাজ্য সরকার। সামনেই ভিলিজ কমিটির নির্বাচন অনুষ্ঠিত হবে। তিপ্রাসাদের কাছে কি জবাব দেবেন তিনি। এই চিন্তায় তিনি দিল্লিতে ত্রিপুরার মালিক বলে নিজেকে অখ্যায়িত করেছেন।

আজ উপ-রাষ্ট্রপতি পদে শপথ সি পি রাধাকৃষ্ণনের

নয়াদিল্লি, ১১ সেপ্টেম্বর ।। নবনির্বাচিত উপ-রাষ্ট্রপতি চন্দ্রপুরম পদ্মস্বামী রাধাকৃষ্ণন আগামী ১২ সেপ্টেম্বর* শুক্রবার রাষ্ট্রপতি ভবনে শপথ গ্রহণ করবেন। পবিত্রের মতে, নবনির্বাচিত উপ-রাষ্ট্রপতি সিপি রাধাকৃষ্ণনের শপথগ্রহণ অনুষ্ঠানটি সকালে অনুষ্ঠিত হবে। কারণ সময়টি শুভ। রাষ্ট্রপতি দ্রৌপদী মুর্মু রাধাকৃষ্ণনকে উপ-রাষ্ট্রপতির পদে শপথ বাঁধা পাঠ করাবেন। এই শপথগ্রহণ অনুষ্ঠানকে ঘিরে ইতিমধ্যে দ্রষ্টব্যে প্রস্তুতি জোরকদমে চলছে। বিশিষ্ট রাজনৈতিক নেতা ও বিশিষ্ট বাজিবর্গ অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকবেন। ত্রিপুরার মুখ্যমন্ত্রী অধ্যাপক(ডা.) মানিক সাহা ওই শপথগ্রহণ অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকবেন। তার জন্য আজকেই তিনি দিল্লি গেছেন।

নেপালে আটকে আগরতলার স্বপ্নজিত দিশেহারা পরিবার

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। নেপালে চলতে থাকা রাজনৈতিক অস্থিরতার জেরে আটকা পড়েছেন ত্রিপুরার ছেলে স্বপ্নজিত চৌধুরী। জানা যায়, গত ৪ সেপ্টেম্বর একটি সেমিনারে যোগ দিতে নেপালে গেছিলেন তিনি। পুরাতন আগরতলার বাসিন্দা খোকন চৌধুরী ছেলে স্বপ্নজিত **৩৬ এর পাতায় দেখুন**

রাজ্যের ২১টি বাজারকে ই-মার্কেটে রূপান্তরিত করা হবে ঃ কৃষি মন্ত্রী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। কৃষকদের আয় বৃদ্ধির লক্ষ্যে রাজ্যের কৃষি ও কৃষক কল্যাণ দপ্তর, কেন্দ্র সরকারের সহায়তায় রাজ্যের মোট ২১টি বাজারকে ই-মার্কেটে রূপান্তর করতে চলেছে। এর মাধ্যমে রাজ্যের কৃষকরা তাঁদের উৎপাদিত পণ্য অনলাইনের মাধ্যমে দেশের বিভিন্ন প্রান্তে বিক্রি করতে পারবেন। আজ এই ঘোষণা করেন রাজ্যের কৃষি ও কৃষক কল্যাণ দপ্তরের মন্ত্রী রতন লাল নাথ। মন্ত্রী আজ ধলাই জেলার কুলাইয়ে নবনির্মিত বাজার এবং নোয়াগাঁও গ্রামে গ্রামীণ জ্ঞানকেন্দ্রের উদ্বোধন করেন।



বাজার অন্তর্ভুক্ত। কৃষিমন্ত্রী বলেন, আমাদের সরকার গত সাত বছর ধরে ক্ষমতায় রয়েছে। আমরা মনে করি শুধুমাত্র কৃষিজ উৎপাদন যথেষ্ট নয়। উৎপাদিত পণ্যকে

শিল্প পণ্যের মতোই বাজারজাত করার ব্যবস্থা করতে হবে। ২০১৮ সালের আগে সাত বছরে আগের সরকার বাজার উন্নয়নে খরচ করেছিল ২০ কোটি ২০ লক্ষ টাকা।

মন্ত্রী জানান, প্রথম পর্যায়ে সাতটি বাজার বেগুলা হল পানিসাগর, পাঁচিয়াছড়া, কুলাই বাজার, তেলিয়ামুড়া, মোহনপুর, সোনামুড়া **৩৬ এর পাতায় দেখুন**

ঐক্যবদ্ধ থাকুন, তবেই পূরণ হবে দাবিদাওয়া রেশন ডিলারদের পরামর্শ খাদ্যমন্ত্রীর



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। সকল ন্যায্য মূল্যের দোকানের মালিকদের ঐক্যবদ্ধ থাকতে হবে। তাহলে সরকারের ক্ষেত্রেও সুবিধা হবে সরকারি সুযোগ সুবিধা ও দাবিদাওয়াগুলি পৌঁছে দিতে। রাজ্যের রেশন ডিলাররা সংঘবদ্ধ না থাকলে রাজ্য সরকারও তাদের সাহায্যে উৎসাহ হারাবে। আজ ত্রিপুরা ন্যায্যমূল্যের দোকান পরিচালক সমিতির সদস্য এমএসি কমিটির ৮ম ত্রিবার্ষিক সম্মেলনে একথা বলেন মন্ত্রী সুশান্ত চৌধুরী। **৩৬ এর পাতায় দেখুন**

সরকারি বিদ্যালয়গুলিতে ‘ইউনিফাইড স্কুল ইউনিফর্ম’ বাধ্যতামূলক করল রাজ্য সরকার

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। রাজ্যে সমস্ত সরকারি বিদ্যালয়গুলিতে ‘ইউনিফাইড স্কুল ইউনিফর্ম’ বাধ্যতামূলক করল রাজ্য সরকার। দেওয়া হয়েছে যাতে ধাপে ধাপে রূপান্তর সম্ভব হয়। তবে, আগামী শিক্ষাবর্ষ থেকে ‘ইউনিফাইড স্কুল ইউনিফর্ম’ ব্যবহার বাধ্যতামূলক করা হয়েছে। সমগ্র শিক্ষা প্রকল্পের আওতায় ইতিমধ্যে প্রথম শ্রেণি থেকে অষ্টম শ্রেণি পর্যন্ত শিক্ষার্থীদের জন্য ইউনিফর্ম সরবরাহ শুরু হয়েছে এবং শীঘ্রই তা সম্পূর্ণ বিদ্যালয়টি বিদ্যালয়, প্রধানমন্ত্রী-শ্রী

চারটি প্রতিষ্ঠানকে এই নির্দেশনার বাইরে রাখা হয়েছে। বর্তমান শিক্ষাবর্ষে বিদ্যালয়গুলিকে নতুন পুরনো উভয় ইউনিফর্ম ব্যবহারের অনুমতি দেওয়া হয়েছে। যাতে ধাপে ধাপে রূপান্তর সম্ভব হয়। তবে, আগামী শিক্ষাবর্ষ থেকে ‘ইউনিফাইড স্কুল ইউনিফর্ম’ ব্যবহার বাধ্যতামূলক করা হয়েছে। সমগ্র শিক্ষা প্রকল্পের আওতায় ইতিমধ্যে প্রথম শ্রেণি থেকে অষ্টম শ্রেণি পর্যন্ত শিক্ষার্থীদের জন্য ইউনিফর্ম সরবরাহ শুরু হয়েছে এবং শীঘ্রই তা সম্পূর্ণ বিদ্যালয়টি বিদ্যালয়, প্রধানমন্ত্রী-শ্রী

(ক্লকফ্রন্ট) বিদ্যালয় এবং অন্যান্য সকল সরকারি বিদ্যালয়ে ‘ইউনিফাইড স্কুল ইউনিফর্ম’ প্রয়োগ করা হবে। তবে, পশ্চিম ত্রিপুরা জেলার শিববিহার উচ্চ মাধ্যমিক বিদ্যালয়, সখুময় উচ্চ মাধ্যমিক বিদ্যালয়, উমাকান্ত একাডেমি এবং উনকোটি জেলার পিএম-শ্রী রাধাকিশোর ইন্সটিটিউশন, এই

পুর নিগমের ১৬ কোটি টাকা উধাও, গঠিত হল বিশেষ তদন্তকারী টিম

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১১ সেপ্টেম্বর।। পুর নিগমের টাকা আত্মসাতের মামলায় বিশেষ তদন্তকারী টিম (সিট) গঠন করা হয়েছে। আগরতলা পশ্চিম থানার আওতায় এই মামলার তদন্তে বিশেষ তদন্তকারী দল গঠন করেছে পশ্চিম ত্রিপুরা জেলা পুলিশ প্রশাসন। জেলা পুলিশ সুপার নামিত পাঠকের জারি করা আদেশে এ কথা জানা গেছে।

আর মাত্র ১৬ দিন

আদেশ অনুযায়ী, ৪ সেপ্টেম্বর দায়ের হওয়া আ।গ.ব.ত.ল। পশ্চিম থানার মামলা নং ২০২৫ ডাউনউজি ১০১ ধারা ৬১(২)/৩১৮(২)/৩১৯/৩১৬(৫)/৩৩৬(৩)/৩৪০(২)/ ৩৪১/৩৩৮ ভারতীয় দণ্ডবিধি (বিশনএস) অনুসারে তদন্তের জন্য এই বিশেষ দল গঠন করা হয়েছে। মামলাটি সংবেদনশীল হওয়ায় ন্যায়সঙ্গত বিচার নিশ্চিত করতে সিট সদস্যদের দ্রুত ও নিখুঁত তদন্ত করার নির্দেশ দেওয়া হয়েছে। বিশেষ তদন্তকারী দলে রয়েছেন, ধ্রুব নাথ, তদন্তকারী দলের প্রধান তথা অতিরিক্ত পুলিশ সুপার (আরবান) পশ্চিম। এছাড়াও রয়েছেন দেব প্রসাদ রায়, এসডিপিও সদর, পশ্চিম আগরতলা থানার অফিসার-ইন-চার্জ রাণা চ্যাটার্জি এবং রঞ্জিত দাস, তদন্তকারী অফিসার। পুলিশ সুপার নামিত পাঠক নির্দেশ দিয়েছেন, সিট সদস্যরা নিয়মিত বৈঠকের মাধ্যমে মামলার **৩৬ এর পাতায় দেখুন**

ভারত থেকে বিদ্যুৎ আমদানি বাড়াল বাংলাদেশ

জাকির হোসেন, ঢাকা, ১১ সেপ্টেম্বর ।। বিদ্যুতের ক্রমবর্ধমান চাহিদা মোকাবিলায় ভারত থেকে বিদ্যুৎ আমদানি ও তেলভিত্তিক বিদ্যুৎ উৎপাদন বাড়িয়েছে বাংলাদেশ। গতাস সরবরাহে সীমাবদ্ধতা ও কয়লাভিত্তিক বিদ্যুৎকেন্দ্রগুলির রক্ষণাবেক্ষণজনিত কারণে এই পদক্ষেপ নিতে হয়েছে বলে জানিয়েছেন সংশ্লিষ্টরা। ২০২৫ সালের প্রথম সাত মাসে ভারতের কাছ থেকে বাংলাদেশের বিদ্যুৎ আমদানি ৭০ শতাংশ বেড়েছে। এর বেশিরভাগই এসেছে ঝাড়খণ্ডে অবস্থিত আদানি পাওয়ারের একটি কয়লাভিত্তিক কেন্দ্র থেকে। একসময় গ্যাস নির্ভরতা বেশি থাকলেও অবকাঠামোগত চ্যালেঞ্জ ও উচ্চ ব্যয়ের কারণে বাংলাদেশ এখন আমদানি ও তেলভিত্তিক উৎপাদনের দিকে **৩৬ এর পাতায় দেখুন**



বৃহস্পতিবার আগরতলার দশমীঘাট পরিদর্শনে গেলেন মেয়র দীপক মজুমদার। ছবি নিজস্ব।

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের সঙ্গে বাণিজ্য আলোচনায় ইতিবাচক ইঙ্গিত, যুক্তরাষ্ট্র সফরে যাচ্ছেন আলোচক রাজেশ আগরওয়াল

নয়াদিল্লি, ১১ সেপ্টেম্বর: ভারত-যুক্তরাষ্ট্র বাণিজ্য আলোচনায় বরফ গলতে শুরু করেছে বলে ইঙ্গিত মিলেছে। আগামী সপ্তাহেই ভারতের প্রধান বাণিজ্য আলোচক রাজেশ আগরওয়ালের নেতৃত্বে একটি প্রতিনিধিদল ওয়াশিংটন সফরে যেতে পারেন বলে সরকারি সূত্রে জানা গেছে। এরই মাঝে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী ও মার্কিন প্রেসিডেন্ট ডোনাল্ড ট্রাম্পের মধ্যে সামাজিক মাধ্যমে সৌহার্দ্যপূর্ণ বার্তা আদান-প্রদান হয়েছে, যা দুই দেশের সম্পর্কের উন্নতির ইঙ্গিত বোঝে ধরা হচ্ছে। সম্প্রতি যুক্তরাষ্ট্র ভারতের রুশ তেল আমদানি নিয়ে অতিরিক্ত ২৫ শতাংশ শুল্ক আরোপ করলে কিছু সময়ের জন্য বাণিজ্য আলোচনা স্থগিত হয়ে পড়ে। তবে সেই অচলাবস্থা কাটিয়ে আলোচনার টেবিলে ফেরার প্রস্তুতি নিচ্ছে উভয়

দেশ। ট্রাম্প এবং মোদীর মধ্যে টেলিফোনে আলোচনাও শীঘ্রই হতে পারে বলে জানা গেছে। এদিকে, একটি প্রতিবেদনে উল্লেখ করা হয়েছে, ছল্লেখ সম্মেলনে রাশিয়া, ভারত এবং চীনের নেতাদের অনানুষ্ঠানিক সাক্ষাতের পরেই ট্রাম্প প্রশাসনের ভেতরে ভারত-বিষয়ক মনোভাব কিছুটা নরম হয়েছে। প্রাক্তন মার্কিন প্রেসিডেন্ট ট্রাম্প তার সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম টুথ সোশ্যাল-এ লিখেছেন, “ভারত ও যুক্তরাষ্ট্র বাণিজ্যিক প্রতিবন্ধকতা দূর করতে আলোচনা চালিয়ে যাচ্ছে।” তিনি আরও বলেন, “আমার খুব ভালো বন্ধু প্রধানমন্ত্রী মোদীর সঙ্গে কথা বলার অপেক্ষায় রয়েছি। আমাদের দুই দেশের জন্যই সফল ফলাফল আসবে বলে আমি নিশ্চিত।”

প্রধানমন্ত্রী মোদী এক্স প্ল্যাটফর্মে ট্রাম্পের পোস্টের জবাবে লেখেন, “ভারত ও আমেরিকা ঘনিষ্ঠ বন্ধু। আমি নিশ্চিত যে আমাদের বাণিজ্য আলোচনা দুই দেশের অংশীদারিত্বের সীমাহীন সম্ভাবনা উন্মোচনে সহায়ক হবে। আমাদের দলগুলি দ্রুত আলোচনার কাজ শেষ করার জন্য কাজ করছে।” সম্প্রতি আমেরিকা ভারতের আমদানি পণ্যের উপর শুল্ক ২৫ থেকে বাড়িয়ে ৫০ করেছে, যা মোদী সরকারের রুশ তেল ক্রয় অব্যাহত রাখার সিদ্ধান্তের জবাব হিসেবে দেখা হচ্ছে। হোয়াইট হাউসের উ পদেষ্টা পিটার নাভারোসহ একাধিক ট্রাম্প প্রশাসনের কর্মকর্তারা অভিযোগ করেছেন, রাশিয়া থেকে ভারতের তেল আমদানি ইউক্রেন যুদ্ধের পেছনে মস্কোর সামরিক তহবিল জোগাতে সহায়ক হচ্ছে। তবে ভারতের অর্থমন্ত্রী নির্মলা সীতারামন সাফ জানিয়ে দিয়েছেন, দেশের শক্তি নিরাপত্তা ও মূল্য

স্থিতিশীলতার কথা মাথায় রেখেই রুশ তেল আমদানি করা হচ্ছে। তিনি আরও বলেন, “আমাদের অর্থনৈতিক সিদ্ধান্ত জাতীয় স্বার্থে এবং বাস্তবতা বিবেচনায় নেওয়া হয়, বাইরের চাপের ভিত্তিতে নয়।” তথ্য অনুযায়ী, রিজার্ভ ব্যাঙ্ক অফ ইন্ডিয়া মার্কিন ট্রেজারি হোল্ডিংস থেকে সরে এসে সোনায় বিনিয়োগ বাড়িয়েছে। পাশাপাশি, ইউরোপীয় ইউনিয়নের প্রতি ট্রাম্পের আহ্বান, চীনা পণ্যের ওপর ১০০ পরায়ত্ত শুল্ক আরোপের ব্যবস্থা নিতে, যা ভবিষ্যতে ভারতের ক্ষেত্রেও প্রয়োগ করা হতে পারে বলে আশঙ্কা করা হচ্ছে। বর্তমানে পরিস্থিতি বেশ অনিশ্চিত, বিশেষত যুক্তরাষ্ট্রের সম্ভাব্য শুল্ক রেয়াত নিয়ে। তবে উভয় দেশের নেতৃত্বের সদিচ্ছা থাকায় আলোচনায় অগ্রগতি হতে পারে বলেই মনে করছেন কূটনৈতিক মহল।

‘আমার বিরুদ্ধে পেইড ক্যাম্পেইন চলছে’: ই২০ পেট্রোল বিতর্ক নিয়ে মন্তব্য নীতিন গড়কড়ির

নয়াদিল্লি, ১১ সেপ্টেম্বর: নতুন জ্বালানী নীতির অংশ হিসেবে ই২০ পেট্রোল চালু করা নিয়ে চলমান বিতর্কের মাঝেই কেন্দ্রীয় সড়ক পরিবহন ও মহাসড়ক মন্ত্রী নীতিন গড়কড়ি অভিযোগ করেছেন, তাঁর বিরুদ্ধে একটি ‘পেইড রা জনৈতিক ক্যাম্পেইন’ সোশ্যাল মিডিয়ায় চালানো হচ্ছে। বৃহস্পতিবার দিল্লিতে অনুষ্ঠিত সোসাইটি অব ইন্ডিয়ান অটোমোবাইল ম্যানুফ্যাকচারার্স-এর ৬৫তম বার্ষিক সম্মেলনে বক্তব্য রাখতে গিয়ে গড়কড়ি বলেন, ২০ শতাংশ ইথানল মিশ্রিত ই২০ পেট্রোল নিয়ে কিছু মানুষ ইচ্ছাকৃতভাবে বিভ্রান্তিকর কথা ছড়াচ্ছেন এবং সাধারণ মানুষকে ভুল বোঝানো হচ্ছে। মন্ত্রী দাবি করেন, ই২০ পেট্রোল নিয়ে প্রযুক্তিগত ও আইনি দিক থেকে কোনও সমস্যা নেই। অটোমোটিভ রিসার্চ অ্যাসোসিয়েশন অফ ইন্ডিয়া ও সুপ্রিম কোর্ট এই প্রকল্পের বৈধতা নিশ্চিত করেছে। তিনি বলেন,

“সোশ্যাল মিডিয়ায় আমার বিরুদ্ধে একটি রাজনৈতিক ক্যাম্পেইন চলছে। জনগণকে অনুরোধ করব, এর মধ্যে না জড়িয়ে প্রকৃত তথ্যের উপর নির্ভর করুন।” সম্প্রতি বহু গাড়ি মালিক অভিযোগ করেছেন, ই২০ পেট্রোল ব্যবহারে গাড়ির মাইলেজ কমছে এবং বিশেষ করে ২০২৩ সালের পূর্ববর্তী মডেলগুলিতে ইঞ্জিনের সমস্যাও দেখা দিচ্ছে। কিছু সার্ভিস সেন্টার ও বিশেষজ্ঞরা এমন অভিজ্ঞতার কথা জানিয়েছেন। তবে গড়কড়ি এসব অভিযোগকে ভিত্তিহীন বলে উড়িয়ে দেন। গত মাসে এক অনুষ্ঠানে তিনি বলেন, কেউ যদি একটি প্রমাণ দেখাতে পারেন যে ই২০ পেট্রোল কোনো গাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত করেছে, তবে তিনি বিষয়টি বিবেচনা করবেন। এখনো পর্যন্ত এআরএআই বা

সিয়াম-এর পক্ষ থেকে এমন কোনো নিশ্চিত অভিযোগ আসেনি। সুপ্রিম কোর্টও সম্প্রতি একটি জনস্বার্থ মামলাকে খারিজ করে ছে, যেখানে ই২০ পেট্রোল রোলআউট বন্ধ করে ইথানল-মুক্ত পেট্রোল বাজারে রাখার দাবি তোলা হয়েছিল। আদালতের এই রায় সরকারের পরিবেশবান্ধব জ্বালানী নীতিকে এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার ক্ষেত্রে বড় সাফল্য হিসেবে ধরা হচ্ছে। গড়কড়ি বলেন, ই২০ পেট্রোল শুধু পরিবেশ রক্ষার দিক থেকে নয়, কৃষকদের জন্যও এটি লাভজনক। তিনি জানান, ভূট্টা থেকে ইথানল উৎপাদনের সিদ্ধান্তের পর উত্তরপ্রদেশ, বিহারসহ বিভিন্ন রাজ্যে ভূট্টার চাষ তিনগুণ বেড়েছে। এর ফলে কৃষকদের আয় বৃদ্ধি পেয়েছে এবং কৃষি খাতের বৈচিত্র্যকরণ সম্ভব হয়েছে। কেন্দ্রীয় মন্ত্রী আরও

জানান, এই জ্বালানী নীতি ভারতের তেল আমদানির ওপর নির্ভরতা কমাবে এবং ধার্মীয় অর্থনীতিকে মজবুত করবে। পরিশেষে, তিনি আরও একটি গুরুত্বপূর্ণ প্রস্তাব তুলে ধরেন যাতে পূর্বনো গাড়ি স্ক্র্যাপ করার পর নতুন গাড়ি কেনার ক্ষেত্রে গ্রাহকদের জিএসটি ছাড় দেওয়া হয়। তিনি বলেন, “আমি প্রধানমন্ত্রী ও অর্থমন্ত্রীকে অনুরোধ করছি, স্ক্র্যাপিং সেন্টার গাড়ি জমা দিলে নতুন গাড়ি কেনায় করছাড় দেওয়া হোক, যাতে পরিষ্কার জ্বালানী ও যানবাহনের প্রতি আর্থহ বাড়ি।” সরকারের পক্ষ থেকে বারবার বলা হয়েছে, ই২০ পেট্রোলের মাধ্যমে দেশে স্বচ্ছ জ্বালানি, কৃষক কল্যাণ এবং শিল্প-শিক্ষিকাদের স্বনির্ভরতা এই তিনটি লক্ষ্য একসঙ্গে পূরণ সম্ভব।

ধুবরিতে কোচ রাজবংশী আন্দোলনে পুলিশ নিপীড়নের বিরুদ্ধে সরব নব কুমার সরনিয়া, ধুবরি এসপি-র বরখাস্ত দাবি

ধুবরি, ১১ সেপ্টেম্বর: অসমের ধুবরি জেলার গোলকগঞ্জে কোচ রাজবংশী আন্দোলনকারীদের উপর পুলিশ বলপ্রয়োগের ঘটনার তীব্র প্রতিক্রিয়া জানিয়েছেন গাঁও সুরক্ষা পার্টি-র সভাপতি ও প্রাক্তন সাংসদ নব কুমার সরনিয়া। তিনি অভিযোগ করেন, শান্তিপূর্ণ প্রতিবাদে অংশ নেওয়া সাধারণ জনগণের উপর অসম পুলিশ যে ভাবে বল প্রয়োগ করেছে, তা অগণতান্ত্রিক এবং সম্পূর্ণ অগ্রহণযোগ্য। এক কড়া বিবৃতিতে সরনিয়া বলেন, “গোলকগঞ্জে যা হয়েছে, তা গণতন্ত্রে চলতে

পারে না। দোষীদের বিরুদ্ধে অবিলম্বে ব্যবস্থা নিতে হবে।” তিনি এই ঘটনার জন্য ধুবরির পুলিশ সুপার লীনা দোলেকে দায়ী করে অবিলম্বে তাঁর বরখাস্তের দাবি জানান। অন্যদিকে, অল কোচ রাজবংশী স্টুডেন্টস ইউনিয়ন-ও এই ঘটনার তীব্র নিন্দা জানিয়ে একে ‘গণতান্ত্রিক অধিকারের উপর বর্বর হামলা’ বলে উল্লেখ করেছেন। এই ঘটনার প্রেক্ষিতে অল আসাম কোচ রাজবংশী স্টুডেন্টস ইউনিয়ন বৃহস্পতিবার, ১১ সেপ্টেম্বর ধুবরি জেলাজুড়ে ১২ ঘণ্টার

বন্ধ আহ্বান করে। বন্ধ জেলার স্বাভাবিক জীবন এক প্রকার স্তব্ধ হয়ে যায়। জেলার সর্বত্র থেকে আসা রিপোর্ট অনুযায়ী, বন্ধ ছিল কার্যত সর্বাঙ্গিক এবং শান্তিপূর্ণ। শিক্ষা প্রতিষ্ঠানগুলির উপর ছিল এর বড় প্রভাব সব স্কুল ও কলেজ বন্ধ ছিল। আগোমনী উচ্চ মাধ্যমিক বিদ্যালয়ে সকালেই শিক্ষক-শিক্ষিকাদের ও ছাত্রছাত্রীদের ভিতরে ঢুকতে বাধা দেন আরকসু-র কর্মীরা, এবং সবাইকে বাড়ি ফিরিয়ে দেন। এক আন্দোলনকারী জানান, “আমরা দুঃখিত ছাত্রছাত্রী ও

অভিভাবকদের অসুবিধার জন্য, কিন্তু এই বন্ধ অত্যন্ত প্রয়োজনীয় ছিল আমাদের দাবির জোরালো বার্তা পৌঁছে দিতে।” পরিবহণ ব্যবস্থাও সম্পূর্ণভাবে বিপর্যস্ত হয়ে পড়ে। জাতীয় ও রাজ্য সড়কে কোনও যানবাহন চাচ্ছে পড়েনি। যা প্রভাব ফেলে দৈনন্দিন যাত্রী এবং ক্ষুদ্র ব্যবসায়ীদের উপর। ধুবরির রাজপথ ও বাজার এলাকাগুলো ছিল কার্যত জনশূন্য। এই পরিস্থিতিতে প্রশাসনের ভূমিকা নিয়ে প্রশ্ন তুলছেন বিশ্লেষকরা। এখন দেখার, সরকার ও প্রশাসন কী পদক্ষেপ নেয় আন্দোলনকারীদের দাবি ও অভিযোগের প্রেক্ষিতে।

অন্তর্বর্তীকালীন সরকারের নেতৃত্ব নির্ধারণে নেপালে গুরুত্বপূর্ণ বৈঠক, জেনারেশন জেড-এর একক প্রার্থী সুসিলা কার্কি

কাঠমান্ডু, ১১ সেপ্টেম্বর: নেপালের চলমান রাজনৈতিক অস্থিরতার মধ্যে আজ একটি গুরুত্বপূর্ণ ত্রিপাক্ষিক বৈঠক অনুষ্ঠিত হতে যাচ্ছে। রাষ্ট্রপতি রামচন্দ্র পাণ্ডেডল, নেপালি সেনাবাহিনীর প্রধান অশোকরাজ সিংডেল এবং জেনারেশন জেড আন্দোলনের প্রতিনিধিরা এতে অংশ নিচ্ছেন। বৈঠকের প্রধান আলোচ্য বিষয় অন্তর্বর্তীকালীন সরকারের নেতৃত্ব নির্ধারণ। খবর পাওয়া গেছে, জেনারেশন জেড আন্দোলনের প্রতি সমর্থন জানিয়ে ১০ দফা বিবৃতি প্রকাশ করেছেন। তিনি শান্তিপূর্ণ আন্দোলনের আহ্বান জানিয়ে সাম্প্রতিক সহিংসতার স্বাধীন বিচার বিভাগীয় তদন্তের দাবি তোলেন। পাশাপাশি সাংবিধানিক কাঠামোর বাইরে গিয়ে আন্দোলন করলে তা পশ্চাদপদ ও অগণতান্ত্রিক শক্তির সুযোগ হয়ে উঠতে পারে বলে সতর্ক করেন। নিরাপত্তাজনিত কারণে নেপালি সেনাবাহিনী আগামীকাল ১২ সেপ্টেম্বর সকাল ৬টা পর্যন্ত রাজধানী কাঠমান্ডু, ললিতপুর ও ভক্তপুর জেলায় কারফিউ ও ১৪৪ ধারা কার্যকর থাকবে বলে ঘোষণা দিয়েছে। তবে নিত্যপ্রয়োজনীয় পরিষেবা ও যানবাহন চলাচলে ছাড় দেওয়া হয়েছে। এছাড়া

সংসদ সদস্যদের মন্ত্রী হওয়ার সুযোগ সীমিত করার মত গুরুত্বপূর্ণ প্রস্তাব নিয়ে আলোচনা হয়। এই পরিস্থিতিতে সিপিএন (মাওবাদী কেন্দ্র) দলের চেয়ারম্যান ও প্রাক্তন প্রধানমন্ত্রী পুষ্পকমল দাহাল ‘প্রচণ্ড’ জেনারেশন জেড আন্দোলনের প্রতি সমর্থন জানিয়ে ১০ দফা বিবৃতি প্রকাশ করেছেন। তিনি শান্তিপূর্ণ আন্দোলনের আহ্বান জানিয়ে সাম্প্রতিক সহিংসতার স্বাধীন বিচার বিভাগীয় তদন্তের দাবি তোলেন। পাশাপাশি সাংবিধানিক কাঠামোর বাইরে গিয়ে আন্দোলন করলে তা পশ্চাদপদ ও অগণতান্ত্রিক শক্তির সুযোগ হয়ে উঠতে পারে বলে সতর্ক করেন। নিরাপত্তাজনিত কারণে নেপালি সেনাবাহিনী আগামীকাল ১২ সেপ্টেম্বর সকাল ৬টা পর্যন্ত রাজধানী কাঠমান্ডু, ললিতপুর ও ভক্তপুর জেলায় কারফিউ ও ১৪৪ ধারা কার্যকর থাকবে বলে ঘোষণা দিয়েছে। তবে নিত্যপ্রয়োজনীয় পরিষেবা ও যানবাহন চলাচলে ছাড় দেওয়া হয়েছে। এছাড়া

বৃহস্পতিবার সকাল ৬টা থেকে ৯টা এবং বিকেল ৫টা থেকে ৭টা পর্যন্ত কারফিউ শিথিল থাকবে। সেনাবাহিনী নাগরিকদের ছোট ছোট দলে বিভক্ত হয়ে চলাফেরা ও দৈনন্দিন কাজ করার জন্য অনুরোধ জানিয়েছে। একদিকে, কুলমান খিসিং, যিনি দীর্ঘদিন ধরে নেপালের বিদ্যুৎ সংকটের সমাধান করেছেন এবং নেপাল ইলেকট্রিসিটি অথরিটির প্রাক্তন ব্যবস্থাপনা পরিচালক ছিলেন, এখন জেনারেশন জেড তরুণ প্রজন্মের অন্তর্বর্তী প্রধানমন্ত্রী পদে প্রস্তাবিত প্রার্থীদের মাঝে রয়েছেন। দুই দিন আগে কেপি শর্মা ওলি সরকারের পদত্যাগের পর শুরু হওয়া বিক্ষোভের মাঝে সেনাবাহিনী দেশজুড়ে কারফিউ জারি করেছে। প্রাথমিক তালিকায় কুলমান খিসিং ছাড়াও প্রাক্তন প্রধান বিচারপতি সুশীলা কার্কি এবং কাঠমান্ডুর মেয়র বেলেন্দ্র শাহের নাম রয়েছে। কুলমান খিসিং ভারতের জ্যামশেদপুরের রিজিওনাল ইনস্টিটিউট অফ টেকনোলজি

থেকে ইলেকট্রিক্যাল ইঞ্জিনিয়ারিং স্নাতক এবং ত্রিভুবন বিশ্ববিদ্যালয়ের পুলাচোং থেকে পাওয়ার সিস্টেম ইঞ্জিনিয়ারিংয়ে মাস্টার্স ডিগ্রি লাভ করেন। ১৯৯৪ সালে তিনি নেপাল ইলেকট্রিসিটি অথরিটিতে যোগদান করেন এবং ২০১৬ সালে ব্যবস্থাপনা পরিচালক হিসেবে নিযুক্ত হন। তার নেতৃত্বে ১৮ ঘণ্টার দৈনিক লোডশেডিং বন্ধ হয়ে যায়, যা দেশের জনজীবনে ব্যাপক পরিবর্তন আনে। তবে ২০২৫ সালের ২৪ মার্চ, তার নিয়োগ মেয়াদের মাত্র চার মাস বাকি থাকা অবস্থায় কেপি শর্মা ওলি সরকার তাকে বরখাস্ত করে এবং হিতৈষ্য দেব শাক্যাকে তার স্থলে নিয়োগ দেয়। এই সিদ্ধান্তকে রাজনৈতিক প্রেক্ষাপটে নেওয়া হয়েছে বলে বিরোধী দল ও নাগরিক সমাজ কঠোর সমালোচনা করেছে। বর্তমানে কুলমান খিসিং নেপালের রাজনৈতিক সঙ্গনে একটি সম্ভাবনাময় নাম হিসেবে স্থান করে নিচ্ছেন এবং দেশের মানুষের নজর তাঁর দিকে বিশেষভাবে কেন্দ্রীভূত

বারাণসীতে নরেন্দ্র মোদির সঙ্গে দ্বিপাক্ষিক বৈঠকে মরিশাসের প্রধানমন্ত্রী নবীচন্দ্র রামগুলাম, সম্পর্কের নতুন অধ্যায়ে প্রবেশ দুই দেশের

বারাণসী, ১২ সেপ্টেম্বর: ভারতের প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী বৃহস্পতিবার বারাণসীতে তাঁর সংসদীয় কেন্দ্র থেকে প্রথমবারের মতো কোনো বিদেশি রাষ্ট্র প্রধানকে আনুষ্ঠানিক ভাবে স্বাগত জানান। মরিশাসের প্রধানমন্ত্রী নবীচন্দ্র রামগুলাম-এর সঙ্গে এই ঐতিহাসিক দ্বিপাক্ষিক বৈঠক অনুষ্ঠিত হলো বারাণসীর হোটেল তাজ-এ। দুই নেতার মধ্যে আলোচনা হয় উন্নয়ন সহযোগিতা এবং বিভিন্ন খাতে দক্ষতা গঠনের বিষয়ে। সরকারি বিবৃতি অনুযায়ী, স্বাস্থ্য, শিক্ষা, বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি, শক্তি, পরিকাঠামো, নবায়নযোগ্য শক্তি, ডিজিটাল পাবলিক অবকাঠামো এবং ব্রহ্মকোনিম-র মতো নতুন খাতও আলোচ্য বিষয়ে অন্তর্ভুক্ত ছিল। মোদির মরিশাস সফরের সময়

দুই দেশ নিজেদের সম্পর্কে উন্নত কৌশলগত অংশীদারিত্ব পর্যায়ে উন্নীত করে। বৃহস্পতিবারের এই বৈঠকে সেই ধারাবাহিকতায়ই একটি গুরুত্বপূর্ণ ধাপ হিসেবে দেখা হচ্ছে। বারাণসীতে মোদির আগমনে শহরজুড়ে ছিল উৎসবমুখর পরিবেশ। সকাল ১১:৩০ নাগাদ তাঁর কনভয় শহরে প্রবেশ করে। পথে ঢাক-টোল, শঙ্খধ্বনি ও ‘হার হার মহাদেব’ স্লোগানে মুখরিত হয় চারপাশ। সাধারণ মানুষ ও দলীয় কর্মীরা মোদিকে স্বাগত জানাতে পথে সার বেঁধে দাঁড়ান, কেউ কেউ মরিশাসের জাতীয় পতাকাও বহন করেন দুই দেশের বন্ধুত্বের প্রতীক হিসেবে। বাবতপুর বিমানবন্দরে প্রধানমন্ত্রীকে স্বাগত জানান উত্তরপ্রদেশের রাজ্যপাল আনন্দীবেন প্যাটেল এবং মুখ্যমন্ত্রী যোগী আদিত্যনাথ। অন্যদিকে, একদিন আগেই

বারাণসী পৌঁছানো নবীচন্দ্র রামগুলামকে স্বাগত জানান রাজ্যপাল ও রাজ্যের অর্থমন্ত্রী সুরেশ খন্না। রামগুলামের সফরসূচিতে রয়েছে বৃহস্পতিবার সন্ধ্যায় গঙ্গা আরতির অংশগ্রহণ এবং শুক্রবার কাশী বিশ্বনাথ মন্দিরে পূজা। যদিও মোদির আগেও ফরাসি প্রেসিডেন্ট এমানুয়েল ম্যাক্রোঁ (২০১৮) এবং জাপানের প্রধানমন্ত্রী শিনজো আবে (২০২২)-কে বারাণসীতে স্বাগত জানানো হয়েছে, তবে এই প্রথম কোনো বিদেশি রাষ্ট্রপ্রধানের সঙ্গে আনুষ্ঠানিক দ্বিপাক্ষিক বৈঠক অনুষ্ঠিত হলো এই কেন্দ্রে। বিজেপি নেতারা এই ঘটনাকে বারাণসীর জন্য এক ‘রাজনৈতিক ও কূটনৈতিক মাইলফলক’ হিসেবে বর্ণনা করেছেন। শহরজুড়ে সাজানো হয়েছে স্বাগত ব্যানার ও হোর্ডিং, যেগুলিতে রামগুলামকে স্বাগত

ও দুঃখজাত পণ্যে জিএসটি হ্রাসের জন্য মোদীকে ধন্যবাদ জানানো হয়েছে। সফর নির্ধারিত রাখতে মোতামের করা হয়েছে তিন স্তরের নিরাপত্তা ব্যবস্থা। এই সফরটি মোদির ২০১৪ সাল থেকে বারাণসীতে ৫২তম সফর, যা তাঁর এই কেন্দ্রের প্রতি রাজনৈতিক ও ব্যক্তিগত অঙ্গীকারকে স্পষ্টভাবে তুলে ধরে। বিশেষজ্ঞদের মতে, মোদি-রামগুলামের এই বৈঠক ভারত-মরিশাস সম্পর্কে আরও গভীর করবে। পরিকাঠামো উন্নয়ন থেকে শুরু করে নতুন প্রযুক্তিতে সহযোগিতাসহ ক্ষেত্রেই দুই দেশের সম্ভাবনা বিস্তৃত। ভারত মহাসাগরীয় অঞ্চলে ভারতের ক্রমবর্ধমান প্রভাব এবং মরিশাসের টেকসই উন্নয়ন ও ডিজিটাল রূপান্তরের লক্ষ্যে এই অংশীদারিত্ব অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ বলে মনে করা হচ্ছে।

নগাঁওয়ে ১৭,০০০’রও বেশি ছাত্রছাত্রী মিলে গাইলেন ভূপেন হাজরিকার ‘মানুহে মানুহর বাবে’, ভারতীয় রেকর্ড বুকে স্থান

নগাঁও, ১১ সেপ্টেম্বর: ভূপেন হাজরিকার জন্মশতবার্ষিকী উপলক্ষে অসমের নগাঁও জেলায় এক ঐতিহাসিক অনুষ্ঠানে ১৭,০০০’রও বেশি ছাত্রছাত্রী একসাথে গাইলেন তাঁর কালজয়ী গান ‘মানুহে মানুহর বাবে’। নগাঁও জেলা প্রশাসনের উদ্যোগে নগাঁও নৃংল আমিন স্টেডিয়ামে বুধবার সন্ধ্যায় অনুষ্ঠিত হয় এই গণসঙ্গীতানুষ্ঠান, যা ‘ইন্ডিয়া বুক অব রেকর্ডস’-এ স্থান পেয়েছে।

৬৩টি শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ছাত্রছাত্রী, যার মধ্যে স্কুল ও কলেজ অন্তর্ভুক্ত, অংশ নেন এই মহতী অনুষ্ঠানে। ভূপেন হাজরিকাকে শ্রদ্ধা জানাতে এবং তাঁর মানবতাবাদী চিন্তাধারাকে তুলে ধরতেই এই আয়োজন বলে জানান জেলা প্রশাসন। অনুষ্ঠানটি নথিভুক্ত করতে উপস্থিত ছিলেন ‘ইন্ডিয়া বুক অব রেকর্ডস’-এর একটি প্রতিনিধি দল, যার নেতৃত্বে ছিলেন সুনীতা কেদিয়া।

অনুষ্ঠান শেষে নগাঁও জেলার উপায়ুক্ত দেবানীশ শর্মাকে রেকর্ডের স্বীকৃতিপত্র প্রদান করা হয়। উপস্থিত ছিলেন নগাঁও এবং রাহার বিজেপি বিধায়ক রূপক শর্মা ও শশীকান্ত দাস, নগাঁও বিশ্ববিদ্যালয়ের উপাচার্য হিতেশ ডেকা, রাজ্যের শীর্ষ সরকারি কর্তা, বিশিষ্ট শিল্পী এবং সাংস্কৃতিক ব্যক্তিত্বর। ভূপেন হাজরিকার জন্মশতবর্ষ উদযাপন ৮ সেপ্টেম্বর থেকে শুরু হয়েছে এবং তা চলবে এক

বছর ব্যাপী। এই উপলক্ষে আগামী ১৩ সেপ্টেম্বর নগাঁওয়ে মরিশাস শ্রদ্ধার্থী অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকবেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। উল্লেখ্য, ১৯২৬ সালের ৮ সেপ্টেম্বর অসমের তিনসুকিয়া জেলার সদিয়া শহরে জন্মগ্রহণ করেন ‘সুখাচর্চ’ ভূপেন হাজরিকা। তিনি শুধু অসম নয়, সমগ্র ভারতের সাংস্কৃতিক অঙ্গনে এক উজ্জ্বল নক্ষত্র, যার গান আজও মানুষকে ছুঁয়ে যায় হৃদয়ের গভীরে।



এম ডুকলি মহকুমা সম্মেলনে বক্তব্য রাখছেন প্রাক্তন মন্ত্রী মানিক দে। ছবি নিজস্ব।

হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

গ্রীষ্মে যত্ন নিন ত্বক এবং চুলের

জলই আসল-এই গরমে প্রচুর জল পান করার প্রয়োজন। এতে শরীরে জলের ভারসাম্য যেমন বজায় থাকে তেমনই দেহের ভিতরের টক্সিক বর্জ্যগুলিও বেড়িয়ে যায়, ফলত ত্বক পরিষ্কার হয়। কাজে বেরোনোর সময় ব্যাগে নিয়ে নিন একটা ময়শ্চারাইজার এবং বাড়িতে তৈরি ফ্রেডার্ড জল নিয়ম করে সারাদিন শরীর ও ত্বককে পানীয় দিন।

ব্যবহার করুন সানস্ক্রিন-কখনোই সঠিক এস পি এফ সহ সানরক ছাড়া বাড়ির বাইরে বেরোবেন না।আমরা সকলেই সানরুক সম্পর্কে অবগত হলেও সঠিক পরিমাণে তা ব্যবহার করাও প্রয়োজন। রাস্তায় বেরোনোর ১৫-২০ মিনিট আগে সানরুক ব্যবহার করুন এবং প্রয়োজনমতো তা সারাদিনে পুনর্ব্যবহার



করুন।প্রতিদিন নিয়ম করে সানরুক ব্যবহার করুন। পার্লার ট্রিটমেন্ট—মাসে একবার অ্যান্টি-ডালনেস অথবা ডি-ট্যানিং ফেশিয়াল করতে পারেন।এতে আপনার ত্বক অনেক সহজ গরমের সঙ্গে লড়াই করতে পারবে।রক্ষতা এবং ট্যান কমানোর জন্য ত্বককে বিশেষ যত্ন নেওয়া প্রয়োজন। এক্সফোলিয়েশন— ত্বকের মৃত কোষগুলিকে পরিষ্কার করে নেওয়া

দরকার, এতে ত্বক ভাল এবং মোলায়েম হয়। প্রতিদিন হাইড্রেটিং ফেস ওয়াশ এবং এক্সফোলিয়েটর দিয়ে মুখ অতি অবশ্য পরিষ্কার করুন।খাম এবং তেল পরিষ্কার করান।জনা গ্রীষ্মে ত্বক ফ্রেক্জিং এবং তরতাজা করা দরকার।হিটিং টুলস ব্যবহার বন্ধ করুন—গ্রীষ্মের উত্তাপ আপনার চুলকে ঘর্মাক্ত করে এবং আর্দ্রতা চুলকে ফ্রিজি করে। তাই হেয়ার আয়নার বা ব্রো ড্রায়ারের মত

হিট স্টাইলিং প্রোডাক্ট ব্যবহার না ক্রাই ভাল।পরিবর্তে হেয়ার জেল, ওয়াক্স বা স্প্রে ব্যবহার করতে পারেন।

হেয়ার হাইড্রেটিং এবং ফ্রিজ কন্সটোলিং প্রোডাক্ট ব্যবহার করুন।গ্রীষ্মে আপনার চুল শুষ্ক এবং ফ্রিজি হয়ে যায়।এই সমস্যাগুলি কমানোর জন্য সঠিক প্রোডাক্ট ব্যবহার করা দ্রকার।চুলকে ময়শ্চারাইজ করা দরকার। এছাড়াও সিরাম এবং লিভ-ইনস ব্যবহার করুন। শ্যাম্পু ও কন্ডিশনার-গরমে প্রতিদিন চুল ধোয়া একটু অসুবিধার হতে পারে, এতে স্ক্যাল শুষ্ক হয়ে যেতে পারে।এই পরিস্থিতিতে কন্ডিশনার ব্যবহার করতে ভুলবেন না। এছাড়াও গরম জলে চুল ধোবেন না। এতে স্ক্যালের উত্তাপ বেড়ে যায় এবং চুলের ক্ষতি করে।

তীব্র দহনে নাজেহাল

তীব্র দাবদাহে নাজেহাল মানুষ। বৈশাখের শেষেই দহন বেড়ে গেল জ্যৈষ্ঠ এখনও বাকি। দিল্লীর মৌসম ভবন কিছুদিন আগেই জানিয়েছিল, এবার তাপমাত্রা রেকর্ড ছাড়িয়ে যাবে বিভিন্ন রাজ্যে, তার মধ্যে পশ্চিমবঙ্গও ধরা আছে। আবহাওয়া বিশেষজ্ঞরা জানাচ্ছেন, তাপমাত্রা লাগামহীনভাবে বৃদ্ধি পাবে, কারণ পরিবেশ ক্ষতিগ্রস্ত নানাভাবে। সম্প্রতি ফণী বৃষ্টি দিল-সেই সঙ্গে তাপমাত্রাও কয়েক ধাপ নেমে গেল-তাপদাহে পীড়িত রাজ্যের মানুষ অনেকটাই স্বস্তি পেলেন। কিন্তু দু’দিন যেতে না যেতেই তাপ আবার বৃদ্ধি পেতে থাকল। আলিপুর আবহাওয়া দফতর জানিয়েছে এই দাবদাহ আরও বেশ কয়েকদিন চলবে।তার মানে মানুষকে দুর্বিসহ গরমে আরও ভুগতে হবে। তাপবৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে আশ্রিতাও বাড়ছে, যার জন্য ঘাম ঝরছে বেশি এবং মানুষ হাঁসফাস করছেন। এই



তীব্র গরমে পথচলতি মানুষ, টেঁচেন বাসের যাত্রীরা হটফট করছেন।বিশেষ করে বয়স্ক যাত্রীদের কষ্টের শেষ নেই। এদিকে গরম যেভাবে বাড়ছে তার সঙ্গে পাল্লা দিয়ে বাড়ছে বিদ্যুতের চাহিদাও। বিদ্যুৎ উৎপাদনে এবং প্রতিদিনের চাহিদা মেটাতে এখন কোনও অসুবিধে হচ্ছে না। কিন্তু কয়লা সরবরাহে বিদ্ব ঘটলে উৎপাদন ব্যাহত হতে পারে বলে জানিয়েছেন পশ্চিমবঙ্গ বিদ্যুৎ উন্নয়ন নিগমের কর্তারা।তারা জানিয়েছেন, রাজ্যের সবকটা উৎপাদন

কেন্দ্রের ইউনিটগুলি উৎপাদনমুখী। গত দুইদিন হল রাজ্যে এলাকায় বিদ্যুতের চাহিদা বৃদ্ধি পেয়ে প্রায় তিন হাজার মেগাওয়াট ছাড়িয়ে গেছে।দহন চললে বিদ্যুতের চাহিদা লাফিয়ে লাফিয়ে বাড়লে আর তা পূরণে কোনও অসুবিধে হবে না, যদি যাক্সিক কারণে উৎপাদন ব্যাহত হয়,তাহলে কেন্দ্রীয় বিদায় সংস্থাগুলি থেকে বিদ্যুৎ নেওয়া হলে মে মাসেই তের চাহিদা বাড়তে থাকলে বলে বিদ্যুৎ কর্তাদের। ধারণা। তত্র গরমের জন্য সরকারি এবং

শিক্ষক সংগঠনের নেতাদের আশঙ্কা এই দীর্ঘ অবকাশের জন্য সিলেবাস শেষ হবে না, ফলে ছাত্রছাত্রীরা সন্ধটে পড়বে। আবার ক্লাস বন্ধ থাকলেও,শিক্ষকদের প্রতিদিন স্কুলে এসে হাজিরা দিতে হবে,তা নিয়ে তাদের আপত্তি। যেভাবে গরম বাড়ছে তাতে স্কুল শিক্ষা দফতরের ছুটির সিদ্ধান্ত পাটানোর কোনও সম্ভাবনা এই মুহুর্তে দেখা যাচ্ছে না। তবে দীর্ঘ ছুটির ফলে ছাত্রদের পড়াশোনা ব্যাহত হবে, তা নিয়ে সন্দেহের জন্য অবকাশ নেই।

মুখের দুর্গ কী করলে মিলবে স্বস্তি

মুখের দুর্গ হল হ্যালিটোসিস যেমন অস্বস্তিকর তেমন বিরতকর সমস্যা। অনেক সময় আমরা নিজেরাই বুঝতে পারি না মুখ থেকে দুর্গন্ধের কারণে আশপাশের মানুষ অস্বস্তিতে পড়েন। এটি কিন্তু বড় স্বাস্থ্যে সমস্যার ইঙ্গিত হতে পারে।

মুখে দুর্গন্ধ কেন হয়? ১. অপরিষ্কার দাঁত ও মাড়ি — যথাযথ ব্রাশ ও ফ্লস না করলে দাঁতের ফাঁকে খাবারের কণা আটকে যায়। সেখান থেকে ব্যাকটেরিয়া জমে দুর্গন্ধ তৈরি করে। ২. জিহ্বায় জমে থাকা ময়লা — অনেক সময় জিভের উপরিভাগে সাদা আবরণ বা জীবাণু জমে, যা দুর্গন্ধের প্রধান উৎস। ৩. শুষ্ক মুখ — লালা মুখকে স্বাভাবিকভাবে পরিষ্কার রাখে। পর্যাপ্ত লালা না হলে ব্যাকটেরিয়া দ্রুত বৃদ্ধি পায় এবং দুর্গন্ধ সৃষ্টি করে।

৪. পেট ও হজমের সমস্যা — গ্যাস, অ্যাসিডিটি বা কোষ্ঠকাঠিন্য অনেক



সময় মুখের গন্ধের সঙ্গে যুক্ত থাকে। ৫. খাবারের প্রভাব — পেঁয়াজ, রসুন, কফি, মদ্যপান বা ধূমপানের কারণে মুখে দুর্গন্ধ হয়। ৬. দাঁতের রোগ বা সংক্রমণ — প্যারোডিয়া, দাঁতের পচন বা মাড়ির প্রদাহ থাকলে দুর্গন্ধ আরও বেড়ে যায়। ৭. শারীরিক অসুখ — ডায়াবেটিস, লিভার বা কিডনির সমস্যা থাকলেও মুখে দুর্গন্ধ হতে পারে। মুন্ডির উপায় কী? ১.

সঠিকভাবে ব্রাশ ও ফ্লস করুন — প্রতিদিন অন্তত দুইবার দাঁত ব্রাশ করতে হবে এবং ফ্লস ব্যবহার করতে হবে। দাঁতের ফাঁকে জমে থাকা খাবার বের করলে দুর্গন্ধ অনেকটাই কমে। ২. জিভ পরিষ্কার করুন — জিভের স্ক্র্যাপার বা ব্রাশের পিছনের অংশ দিয়ে জিভ পরিষ্কার করা উচিত। এতে জীবাণু জমতে পারে না। ৩. পর্যাপ্ত জল পান করুন — মুখ শুকনো থাকলে দুর্গন্ধ বাড়ে।

সারাদিনে প্রচুর জল পান করলে মুখ আর্দ্র থাকে এবং লালা উৎপাদন ঠিক থাকে। ৪. মাউথওয়াশ ব্যবহার করুন — অ্যান্টিসেপটিক মাউথওয়াশ ব্যাকটেরিয়া কমায় এবং মুখে সতেজতা আনে। তবে কেবল মাউথওয়াশ ব্যবহার যথেষ্ট নয়, এটি ব্রাশের বিকল্প নয়। ৫. খাদ্যাভ্যাসে পরিবর্তন আনুন — রসুন, পেঁয়াজ, ধূমপান ও অ্যালকোহল কমাতে হবে। তার পরিবর্তে ফল, শাকসবজি ও ফাইবারসমৃদ্ধ খাবার বেশি খেতে হবে। ৬. চিনি ছাড়া চুইংগাম চিবোন — এটি লালারস উৎপাদন বাড়ায় এবং অস্থায়ীভাবে মুখের দুর্গন্ধ কমায়। ৭. ডাক্তারের পরামর্শ নিন — যদি নিয়মিত মুখে দুর্গন্ধ থাকে, তবে দস্তকিৎসককে দেখানো জরুরি। দাঁতের রোগ, সংক্রমণ বা অন্য শারীরিক অসুখ থাকলে তার সঠিক চিকিৎসা করতে হবে।

শরীরের দূষণ দূর করে কিডনি

কিডনি শরীরের অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ অংশ। প্রতিদিন শরীরে যে দূষণ হয়, তা ছেঁকে বের করার কাজ কিডনির যাড়েই রয়েছে। আর এর ফলে যে কোনও ব্যক্তির শরীর ভাল থাকে। এই জৈবিক প্রক্রিয়া সক্রিয় রাখতে কিডনি নিজের কাজ করে যায়। আর কিডনি ঠিক কীভাবে ভাল থাকবে? এর জন্য বেশ কয়েকটি পানীয়তে ভরসা করতে পারেন। আসলে কিডনির যত্ন নিতে যদি চান, তা হলে বেশ কিছু নিয়ম মানা জরুরি। যেমন — সুস্থ জীবনযাপন করতে হবে, পর্যাপ্ত বিশ্রাম নিতে হবে, নিয়মিত পর্যাপ্ত জলপান করতে হবে, সেই সঙ্গে কিডনিকে যে পানীয় পরিষ্কার করতে পারে, তাতে চুমুক দিতে হবে। পুষ্টিবিদের মতে বেশ কয়েকটি পানীয় সঠিক মাপে পান করলে কিডনির স্বাস্থ্য ভাল থাকে। নিম্নে তা নিয়ে আলোচনা করা হল ১) আদা ও হলুদের চা — পুষ্টিবিদের মতে কিডনিকে দূষণমুক্ত করার জন্য সবচেয়ে ভাল পানীয় হল আদার রসের সঙ্গে হলুদ মেশানো চা।

আসলে আদাতে আছে প্রদাহনাশক উপাদান। আর হলুদে রয়েছে কার্যকরী অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট। রোজ সকালে খালি পেটে এক কাপ এই চা যদি কেউ খেতে পারেন, তা হলে কিডনিকে প্রদাহজনিত সমস্যা থেকে বাঁচানো যায়। পাশপাশি সমস্ত বিষাক্ত পদার্থও শরীর থেকে দূর করা যায়। ২) লেবু-ধনেপাতা-শসাের জল — কিডনি ভাল রাখার জন্য লেবু, ধনেপাতা এবং শসা দিয়ে ভিট্রঙ্গ ওয়াটার বানাতে হবে। একটি কাচের বোতলে এই জল রেখে দিয়ে সারা দিনে ৩-৪ বার যদি কেউ খেতে পারেন, তা হলে কিডনিকে ভাল রাখতে সাহায্য করবে। ৩) খেড়ের রস — প্রতিদিন সকালে খালি পেটে কেউ যদি ১০০ মিলিলিটার খেড়ের রস খান, তা হলে একদিকে কিডনি স্টোনের সম্ভাবনা কমেবে, পাশাপাশি মূত্রনালি পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন এবং দূষণমুক্ত হবে। যদিও এই পানীয় খাওয়া আগে অবশ্যই চিকিৎসকের সঙ্গে কথা বলা উচিত।

রক্তের প্লেটলেট বাড়াতে কোনটা বেশি কার্যকর পৈঁপে

রক্তে প্লেটলেট কমে যাওয়ার নানা কারণ থাকতে পারে। প্লেটলেট রক্ত জমাট বাঁধতে সাহায্য করে, রক্তপাত বন্ধ করে এবং ক্ষত দ্রুত সারতে সহায়তা করে। প্লেটলেট কমে গেলে তা বিপজ্জনক হতে পারে, কারণ এতে রক্তের জমাট বাঁধার ক্ষমতা ব্যাহত হয়।

তাই প্লেটলেট বাড়ানোর জন্য প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ নেওয়া জরুরি। বিশেষ করে কেউ ডেঙ্গিতে আক্রান্ত হলে এই সমস্যা সবচেয়ে বেশি দেখা যায়। দ্রুত করে কমে যায় প্লেটলেট। যা রোগীর জন্য জীবননাশক হয়ে উঠতে পারে। সাময়িক ভাবে তা ওষুধ দিয়ে সামলে নেওয়া গেলেও দীর্ঘস্থায়ী সুস্থতার জন্য প্রয়োজন সঠিক ডায়েট। এমন কিছু খাবার আছে যা এই সময় খাওয়াটা অত্যন্ত জরুরী। কেউ বলেন পৈঁপে খাওয়ার কথা। কেউ বলেন কিউই রক্তে প্লেটলেটের মাত্রা বজায় রাখতে সাহায্য করে। কিন্তু বাস্তবে কোনটা কার্যকরী? ভিটামিন সি কিউই: এতে আছে প্রচুর ভিটামিন সি। যা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায় এবং কোলাজেন তৈরি করে



রক্তনালীর দৃঢ়তা বজায় রাখে।

পৈঁপে: ভিটামিন সি-তেও সমৃদ্ধ, তবে কিউইয়ের তুলনায় কিছুটা কম। রক্ত গঠনে ফোলেটের ভূমিকা কিউই: ফোলেট রয়েছে, যা লোহিত রক্তকণিকা ও প্লেটলেট তৈরিতে সহায়তা করে।পৈঁপে: পৈঁপে পাতার রস বিশেষভাবে পরিচিত ডেঙ্গুর সময় প্লেটলেট বৃদ্ধিতে কার্যকর হওয়ার জন্য। অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট গুণাবলি কিউই: এতে পলিফেনলস ও ক্যারোটিনয়েডসের মতো অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট থাকে, যা প্লেটলেটকে অক্সিডেটিভ স্ট্রেস থেকে রক্ষা করে। পৈঁপে:

বিটা-কারোটিন ও ফ্ল্যাভোনয়েড সমৃদ্ধ, যা সংক্রমণ থেকে দ্রুত সেরে উঠতে সাহায্য করে।হজমে সহায়ক কিউই: অ্যান্টিনিউন এনজাইম রয়েছে, যা হজম ও পুষ্টি শোষণে সাহায্য করে, ফলে রক্তের স্বাস্থ্যে ইতিবাচক প্রভাব ফেলে। পৈঁপে: প্যাপেইন এনজাইম হজম সহজ করে, যাতে শরীর পুষ্টিগুণ সঠিকভাবে ব্যবহার করে প্লেটলেট বৃদ্ধি করতে পারে। জলীয় অংশ ও ইলেক্ট্রোলাইট কিউই: পটাশিয়াম ও পানীয় উপাদান সরবরাহ করে, যা জ্বরের পর সুস্থ হতে সাহায্য করে।

পৈঁপে: এতে পানির পরিমাণ বেশি, যা ডিহাইড্রেশন প্রতিরোধ করে এবং কোষের সার্বিক স্বাস্থ্যে সাহায্য করে। প্রদাহনাশক প্রভাব কিউই: প্রদাহ কমায়, ফলে অস্থিমজ্জা ভালোভাবে কাজ করে এবং প্লেটলেট তৈরি করে। পৈঁপে: কাইমোপ্যাপেইন ও প্যাপেইন নামক উপাদান প্রদাহ কমায়, যা দ্রুত আরোগ্যে সাহায্য করে। কিউই এবং পৈঁপে উভয়েই অসাধারণ পুষ্টিগুণে ভরপুর। তবে প্রাকৃতিকভাবে প্লেটলেট বাড়ানোর ক্ষেত্রে পৈঁপে সামান্য এগিয়ে। এটি সহজলভ্য সন্তা।

চোখের উজ্জ্বল দৃষ্টি ও সুস্থ থাকার গোপন রহস্য



চোখ আমাদের শরীরের অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ। তাই এর সঠিক যত্ন নেওয়া খুব জরুরি। আজকাল বাচ্চা থেকে বড় সকলের চোখের সামনে থাকে মোবাইল ফোন। যা চোখকে রীতিমতো চাপে ফেলে। অনেক সময় এর ফলে চোখে কেউ কেউ ঝাপসা দেখেন, মাঝে মাঝে চোখে জ্বলুনি ভাব বোধ হয়। এই সকল সমস্যা থেকে মুক্তি পেতে গেলে চোখের যত্ন নিতে হবে। তাই কিছু বিষয় মেনে চলা উচিত। নিম্নে তা নিয়ে আলোচনা করা হল।

চোখের যত্নের জন্য কোন জরুরি বিষয়গুলো মাথায় রাখবেন চোখ পরিষ্কার রাখা — প্রতিদিন পরিষ্কার ঠান্ডা জল দিয়ে চোখ ধুতে হবে।

বাইরে থেকে এসে চোখে হাত দেওয়ার আগে অবশ্যই হাত ভাল করে ধুয়ে নিতে হবে।

সঠিক খাবার খাওয়া — ভিটামিন

এ, সি ও ই সমৃদ্ধ খাবার (গাজর, পালং শাক, কুমড়া, ক্যাপসিকাম, আম, ডিম, বাদাম, মাছ) চোখের জন্য উপকারী। সঙ্গে পর্যাপ্ত জল পান করুন, যাতে চোখ শুষ্ক না হয়।

কিন্তু টাইম নিয়ন্ত্রণ — দীর্ঘ সময় মোবাইল বা কম্পিউটার ব্যবহার করলে প্রতি ২০ মিনিট পর ২০ সেকেন্ডের জন্য দূরে তাকান (২০-২০-২০ নিয়ম)। সেইসঙ্গে

ঘষবেন না, এতে কর্নিয়া ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে। সঠিক আলোতে পড়াশোনা বা কাজ — খুব কম বা খুব বেশি আলোতে পড়বেন না। আলো সবসময় চোখের পিছন বা উপর থেকে আসা উচিত। চশমা বা লেন্স নিয়মিত ব্যবহার — ডাক্তার যে পায়ের লিখে দিয়েছেন, সেটাই মেনে চলুন। লেন্স ব্যবহার করলে সঠিকভাবে পরিষ্কার ও যত্ন নিতে হবে। ধূমপান ও অতিরিক্ত অ্যালকোহল এড়িয়ে চলুন — এগুলো চোখের ক্ষতি বাড়ায় এবং ছানি ও অন্যান্য সমস্যার ঝুঁকি বাড়ায়। চোখের নিয়মিত পরীক্ষা — বছরে অন্তত একবার চোখের ডাক্তার দেখানো ভাল। চোখে ঝাপসা দেখা, জ্বালা, পানি পড়া, ব্যথা বা হঠাৎ দৃষ্টিশক্তি কমে গেলে দেরি না করে বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিন।

কোন ডাল কতক্ষণ ভিজিয়ে রাখা উচিত

ভারতীয়দের খাদ্যতালিকার সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ স্থানে রয়েছে ডাল। যা থেকে প্রোটিন এবং বিভিন্ন ধরণের পুষ্টি মেলে। প্রতিটি ডাল ভিন্ন পুষ্টির জন্য পরিচিত। অনেক ধরণের ডাল হয়, যেমন—মুগ, মসুর, অড়হড়, বিউলি, চানা ও অন্যান্য। প্রতিটি ডালের আলাদা আলাদা ও অসংখ্য উপকারিতা রয়েছে। মানুষ ভাত এবং রুটি উভয়ের সঙ্গেই ডাল খায়। দুধ ছাড়াও, শিশুদেরও প্রায়শই ডালের জলও দেওয়া হয়। তবে ডাল খাওয়ার

পরে অনেকেই পেট ফাঁপার সমস্যায় ভোগেন, এ ছাড়া গ্যাস এবং পেটে ভারী ভাব বোধ করেন। এই পরিস্থিতিতে, রান্না করার আগে উপযুক্ত সময় মতো তা জলে ভিজিয়ে রাখা ভাল। পুষ্টিবিদ লিমা মহাজন তাঁর ইনস্টাগ্রামে একটি ভিডিও শেয়ার করেছেন। যেখানে তিনি বাখ্যা করেছেন যে, রান্না করার আগে ডাল কেন ভিজিয়ে রাখা গুরুত্বপূর্ণ এবং কোন ডাল কতক্ষণ ভিজিয়ে রাখা উচিত। চলুন জেনে নেওয়া যাক এই সম্পর্কে।

খোসা ছাড়ানো মুগ ডাল, লাল মসুর ডাল এবং অড়হর ডাল রান্না করার আগে ৩০ মিনিট জলে ভিজিয়ে রাখতে হবে। খোসা ছাড়ানো মুগ, খোসা ছাড়ানো অড়হড় এবং চানা ডাল ২ থেকে ৪ ঘণ্টা ভিজিয়ে রাখতে হবে। রান্না করার আগে গোটা মুগ, গোটা মসুর ডাল, গোটা অড়হড় ডাল ৬ থেকে ৮ ঘণ্টা ভিজিয়ে রাখতে হবে। রান্না করার আগে রাজমা, সাদা ছোলা এবং কালো ছোলা সারা রাত জলে ভিজিয়ে রাখতে হবে। এর পাশাপাশি,

রাজমা বা চানা ডাল রান্না করার সময়, তেজপাতা, বড় এলাচ এবং শুকনো লঙ্কা যোগ করতে হবে। ওই ভাবে পান্না করলে পেট ফাঁপা, গ্যাস, পেট ভারী হওয়ার মতো সমস্যা কমে। এবং হজমে সহায়তা করে। বিশেষ টিপস — যে জলে ডাল ভিজিয়ে রাখবেন, সেই জল দিয়ে রান্না করবেন না। ওই জল ফেলে উৎপাদন জলে রান্না করতে হবে। আর স্বাদ বাড়ানোর জন্য ম্যাজিক উপায় অবলম্বন করতে ভুলবেন না।িং, আদা ও জিরা তড়কা দিতে হবে।

রক্তে হঠাৎ কেন শর্করা কমে যায়

রক্তে শর্করা কমে যাওয়া বা হাইপোগ্লাইসেমিয়া সাধারণত ডায়াবেটিস রোগীদের ক্ষেত্রে অত্যন্ত স্বাভাবিক। এমনটা ঘটলে শরীরে আনচান ভাব, মাথা ঘোড়ার মতো নানা সমস্যা দেখা যায়। অনেকেই হঠাতে জানেন না, ডায়াবেটিস না থাকলেও হতে পারে এই সমস্যা। কমাতে পারে রক্তে শর্করার পরিমাণ। কখনও কখনও এই সমস্যা কিন্তু গুরুতর স্বাস্থ্যঝুঁকি বয়ে আনে। কেন এমনটা হয়? ডায়াবেটিস না থাকলেও হাইপোগ্লাইসেমিয়া হতে পারে, যদিও তুলনামূলকভাবে কম দেখা যায়। জীবনযাত্রা, কোণ্ড রকম অন্তর্নিহিত রোগ বা কিছু ক্ষেত্রে হরমোনের তারতম্যের প্রভাবে হতে পারে। অগ্ন্যাশয় থেকে উৎপন্ন ইনসুলিন

রক্তে শর্করার মাত্রা স্বাভাবিক রাখতে সাহায্য করে। কিন্তু যখন এই ভারসাম্য নষ্ট হয়, তখন ডায়াবেটিস না থাকলেও হঠাৎ রক্তে শর্করা নেমে যেতে পারে। ১. ওষুধ --- অন্য কারও ডায়াবেটিসের ওষুধ ভুলবশত খেয়ে ফেলা, বা কিছু নির্দিষ্ট ওষুধ খাওয়ার ফলে হাইপোগ্লাইসেমিয়া হতে পারে। যেমন, ম্যালেরিয়ার ওষুধ কুইনাইন রক্তে শর্করা কমাতে পরিচিত। শিশু এবং কিডনির রোগীরা এতে বিশেষভাবে ঝুঁকিপূর্ণ। ২. অতিরিক্ত মদ্যপান --- খালি পেটে অ্যালকোহল খেলে দেখা যায়। জীবনযাত্রা, কোণ্ড রকম অন্তর্নিহিত রোগ বা কিছু ক্ষেত্রে হরমোনের তারতম্যের প্রভাবে হতে পারে। ৩. গুরুতর অসুস্থতা --- যেমন সিরোসিস বা

হেপাটাইটিসের মতো উন্নত স্তরের লিভারের অসুখ, কিডনি বিকল হওয়া, গুরুতর সংক্রমণ বা হৃদরোগ গ্লুকোজ নিয়ন্ত্রণে ব্যাঘাত ঘটাতে পারে। বিশেষ করে কিডনি বিকল হলে ওষুধ শরীর থেকে বের হতে পারে না, ফলে হঠাৎ রক্তে শর্করা পড়ে যেতে পারে। ৪. অনাহার এবং খাওয়াদাওয়ার সমস্যা --- দীর্ঘ সময় উপোস থাকা, অনাহার বা অ্যানোরেক্সিয়া নাভোসা-র মতো ইটিং ডিসঅর্ডারে শরীরের গ্লাইকোজেনের ভান্ডার ফুরিয়ে যায়, যা বারবার হাইপোগ্লাইসেমিয়ার কারণ হতে পারে। ৫. ইনসুলিনের অতিরিক্ত উৎপাদন --- ঘুবিজ বিরল একটি টিউমার ইনসুলিনোমা, যা অগ্ন্যাশয় থেকে অতিরিক্ত ইনসুলিন তৈরি করায় এবং রক্তে শর্করার মাত্রা

উল্লেখযোগ্যভাবে কমিয়ে দেয়। আবার কিছু টিউমার ইনসুলিনের মতো কার্যকরী পদার্থ উৎপন্ন করে, যার ফলেও একই সমস্যা দেখা দেয়। ৬. হরমোনের ঘাটতি --- অ্যাড্রেনাল বা পিটুইটারি গ্রন্থির অসুখে গ্লুকোজ বিপাক যুক্ত হরমোনের নিঃসরণ কমে যেতে পারে। যেমনশিশুদের ঘোঁথ হরমোন ঘাটতির কারণে বারবার বা অ্যানোরেক্সিয়া নাভোসা-র মতো ইটিং ডিসঅর্ডারে শরীরের গ্লাইকোজেনের ভান্ডার ফুরিয়ে যায়, যা বারবার হাইপোগ্লাইসেমিয়ার কারণ হতে পারে। ৫. ইনসুলিনের অতিরিক্ত উৎপাদন --- ঘুবিজ বিরল একটি টিউমার ইনসুলিনোমা, যা অগ্ন্যাশয় থেকে অতিরিক্ত ইনসুলিন তৈরি করায় এবং রক্তে শর্করার মাত্রা

উল্লেখযোগ্যভাবে কমিয়ে দেয়। আবার কিছু টিউমার ইনসুলিনের মতো কার্যকরী পদার্থ উৎপন্ন করে, যার ফলেও একই সমস্যা দেখা দেয়। ৬. হরমোনের ঘাটতি --- অ্যাড্রেনাল বা পিটুইটারি গ্রন্থির অসুখে গ্লুকোজ বিপাক যুক্ত হরমোনের নিঃসরণ কমে যেতে পারে। যেমনশিশুদের ঘোঁথ হরমোন ঘাটতির কারণে বারবার বা অ্যানোরেক্সিয়া নাভোসা-র মতো ইটিং ডিসঅর্ডারে শরীরের গ্লাইকোজেনের ভান্ডার ফুরিয়ে যায়, যা বারবার হাইপোগ্লাইসেমিয়ার কারণ হতে পারে। ৫. ইনসুলিনের অতিরিক্ত উৎপাদন --- ঘুবিজ বিরল একটি টিউমার ইনসুলিনোমা, যা অগ্ন্যাশয় থেকে অতিরিক্ত ইনসুলিন তৈরি করায় এবং রক্তে শর্করার মাত্রা



কেসিএ ক্রিকেটে বৃষ্টির থাবা, ত্রিপুরা ছত্তিশগড় ম্যাচের অন্তিম দিন আজ

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। কেসিএ ক্রিকেটের বৃষ্টির থাবা। চার দিনের ম্যাচের তৃতীয় দিন পুরোপুরি নিম্নফলা। ব্যাদ্দলুরুতে প্লাটিনাম ওভালে একটি বলও খেলা হয়নি। ত্রিপুরা বনাম ছত্তিশগড়ের ম্যাচে। দ্বিতীয় দিন পর্যন্ত যা রোজন্ট ছিল তাই রয়েছে। আগামীকাল ম্যাচের চতুর্থ তথা অন্তিম দিন। প্রথম ম্যাচ অর্থাৎ মধ্যপ্রদেশের বিরুদ্ধে খেলার মতোই দ্বিতীয় ম্যাচটিও হয়তো অসম্পূর্ণ অমীমাংসিত অবস্থায় শেষ হবে। কেননা ত্রিপুরার ৩১৪ রানের জবাবে ছত্তিশগড় এক উইকেট হারিয়ে ১৬৯ রান সংগ্রহ করেছে। রানের হিসেবে ছত্তিশগড় ১৪৫ রান পিছিয়ে রয়েছে। হাতে উইকেট নয়টি। আগামীকাল যদি খেলার পরিস্থিতি তৈরি হয় এবং ছত্তিশগড়

১৪৫ রান সংগ্রহ করে নেয় তবে হয়তো প্রথম ইনিংসে লিড নেওয়ার সুবাদে মূল্যবান ৩ পয়েন্ট পেয়ে যাবে। উল্লেখ্য, ঋতুরাজের পর বিক্রম দেবনাথের দুর্দান্ত ব্যাটিং। অনবদ্য স্কোরে ত্রিপুরা দলের প্রথম ইনিংসের স্কোর কার্ড কিছুটা সমৃদ্ধ হলেও শিবিরে কিন্তু চিন্তার ঝাঁজ রয়েছে। কেননা প্রতি পক্ষ ছত্তিশগড়ের ওপেনিং জুটির ১৬৮ রান ত্রিপুরার বিরুদ্ধে বেশ জবাব দিচ্ছে। ওপেনার ঋষভ তেওয়ারিকে ৫৮ রানে ত্রিপুরার পেশাদারি অলরাউন্ডার স্বপীল সিং লেগ বিফোর উইকেট করে পাভিলিয়নে ফেরত পাঠালেও অনুজ তেওয়ারি কিন্তু উইকেটে রয়েছেন ব্যক্তিগত ৯০ রান নিয়ে। আগামীকাল ম্যাচের তৃতীয়

দিনে শশাঙ্ক তেওয়ারিকে সঙ্গী করেই নিজের শতকাটা সেরে নিতে চাইবে অনুজ। শশাঙ্ক তেওয়ারির ব্যক্তিগত স্কোর এক। উল্লেখ্য, কর্ণাটক ক্রিকেটে এসোসিয়েশন আয়োজিত ডঃ ক্যাপ্টেন কে থিম্মাথ্লিয়া ক্রিকেট টুর্নামেন্টের দ্বিতীয় রাউন্ডের খেলায় আলুর এক নম্বর মাঠ অথাৎ প্লাটিনাম ওভালে ত্রিপুরা ও ছত্তিশগড় পরস্পরের বিরুদ্ধে খেলছে। বৃথবারে দ্বিতীয় দিনের খেলা শেষে ছত্তিশগড় ৫৫ ওভারে ১ উইকেট হারিয়ে ১৬৯ রান সংগ্রহ করেছে। এদিকে, মঙ্গলবার থেকে শুরু করে ডেড় দিনে ত্রিপুরা দল ১১৩.৫ ওভার খেলে ৩১৪ রানে প্রথম ইনিংস শেষ করে। ত্রিপুরা দলের পক্ষে ঋতুরাজ ঘোষ

রায়ের ৬৩ রানের পর বিক্রম দেবনাথ এর ৭৪ রান এবং শুভম ঘোষের ৪৩ রান উল্লেখযোগ্য। বিক্রম ১৫৭ বল খেলে সাড়াটি বাউন্ডারি হাঁকিয়ে ৭৪ রান সংগ্রহ করে। জবাবে ছত্তিশগড় ব্যাট করতে নেমে দ্বিতীয় দিনের খেলা শেষ হওয়া পর্যন্ত সময়ে ৫৫ ওভারে এক উইকেট হারিয়ে ১৬৯ রান সংগ্রহ করে। আজ, বৃহস্পতিবার তৃতীয় দিন বৃষ্টির জন্য এক বলও খেলা হয়নি। ত্রিপুরা এই মুহূর্তে ১৪৫ রানে এগিয়ে রয়েছে। পক্ষান্তরে ছত্তিশগড় শিবিরে এই কিন্তু ন-টি উইকেট বর্তমান। আগামীকাল চতুর্থ দিনে যদি খেলা হয় ছত্তিশগড়ের লক্ষ্য থাকবে ১৪৫ রান সংগ্রহ করে ত্রিপুরার প্রথম ইনিংসের রান উপকে যাওয়া।

আইপিএল থেকে ইংল্যান্ড সিরিজ, শুভমনের সাফল্যের নেপথ্যে ফলের রস বিক্রেতা!

প্রথম আইপিএল, তার পর ইংল্যান্ড। গত এক মাস ব্যাট হাতে সময়টা ভালই গিয়েছে শুভমন গিলের। ভারতের টেস্ট ক্রিকেটের অধিনায়ক হওয়ার পর টি-টোয়েন্টি দলের সহ-অধিনায়ক হয়েছেন। অর্থাৎ নেতৃত্বের পথও পরিষ্কার হচ্ছে। ব্যাটীর শুভমনের উত্থানের নেপথ্যে রয়েছেন ফলের রস বিক্রেতা, যিনি প্রয়োজনে শুভমনকে ধোঁড়াউন দেন। ক্রিকেটার হওয়ার স্বপ্ন নিয়েও বার্থ হওয়া এক তরুণের নিরলস প্রয়াসেই ব্যাটিংয়ে উদ্ভি হয়েছ শুভমনের মোহালি স্টেডিয়ামের বাইরে অনেক বছর ধরেই ঠেলাগাড়িতে ফলের রস বিক্রি করতেন উত্তর প্রদেশের কুশিনগরের বাসিন্দা রামবিলাস শাহ। ছোটবেলায় রোজ সেই দোকান থেকে ফলের রস খেতেন শুভমন এবং তাঁর বাবা লখবিন্দর গিল। রামবিলাসের ছেলে অবিনাশ কুমার মোহালি স্টেডিয়ামের পিছনে একটি মাঠে জোরে বোলিং করতেন।২০১৪-এ একদিন ঠেলাগাড়িতে অবিনাশকে দেখে লখবিন্দর প্রশ্ন করেছিলেন তাঁর বাবার ব্যাপারে। অবিনাশ

বলেছিলেন, “পাজি, আমি ক্রিকেট ছেড়ে দিয়েছি। এখন স্টুডিয়ায় চাকরি করি। বাবার শরীর খারাপ বলে আজ এখানে এসেছি।” টাইমস অফ ইন্ডিয়া’কে অবিনাশ বলেছেন, “পঞ্জাব ক্রিকেট সংস্থার এক কোচকে আমার বাবা রাজি করানোর পর ক্রিকেট খেলা শুরু করি। শুভমনের থেকে আমি দু’বছরের বড়। জোরে বোলার ছিলাম। কিন্তু আর্থিক অনটনের কারণে ক্রিকেট ছেড়ে দিি।”কয়েক মাস পর আবার লখবিন্দর ঠেলাগাড়ি তে অবিনাশকে দেখতে পান। তখন ক্রিকেট ছাড়ার জন্য বেশ বকাঝকা করেন তাঁকে। অবিনাশ বলেছেন, “লখবিন্দর পাজি রেগে গিয়েছিলেন। স্টুডিয়ায় কাজ করি জেনে আরও রেগে গিয়েছিলেন।”এক সপ্তাহ পরে লখবিন্দর একটি ভিডিয়ো দেখান অবিনাশকে। সেই ভিডিয়ো ছিল সাইড-আর্ম ধোয়ারের ও অবিনাশকে নির্দেশ দেন সেটি

অনুশীলন করতে।কী ভাবে করতে হবে সেটাও দেখিয়ে দেন। এর পর থেকেই শুভমনের সঙ্গে অবিনাশের বন্ধুত্ব হয়ে যায়। অবিনাশ বলেছেন, “ওকে অ্যাকাডেমির দিন থেকেই চিনতাম। এখন আমি ওর ব্যক্তিগত সাইড-আর্ম প্লোয়ার। কী দিন ছিল আর কী দিন দেখছি। আমরা একসঙ্গেই রয়েছি।”অবিনাশ দিনে ১৫০-২০০ টাকা রোজগার করেন। তবে কখনও শুভমন বা তাঁর বাবার থেকে এক টাকাও নেননি। অবিনাশের কথায়, “শুভমনের বাবা আমার জীবনের পথ দেখিয়েছেন। হোলি বা দিওয়ালিতে টাকা দিয়েছেন। হাসপাতালে নিয়ে গিয়েছেন। এমনকি দরকারে পরিবারকেও সাহায্য করেছেন। আমি সাাঞ্জীবন কৃতজ্ঞ থাকব।”২০১৯-এ অবিনাশ পঞ্জাব দলের সাইড-আর্ম প্লোয়ার হন। তখনই মনদীপ সিংহ, গুরুকিরত মানের মতো সিনিয়রেরা তাঁকে পছন্দ করতে শুরু করেন। শুভমন, অভিষেক শর্মা, প্রভসিন্দার সিংহের সঙ্গেও বন্ধুত্ব হয়ে যায়। ২০২৪-এ এক দিন

হঠাৎই শুভমনকে অবিনাশ বলে দেন, “এখন তো তুই অধিনায়ক হয়ে গিয়েছিস। আমাকেও আইপিএলে একটা সুযোগ করে দে।” শুভমন তাঁকে পরামর্শ দেন চিন্তা না করার এ বছরের শুরুতে, আইপিএলে একটা ভেঙে যায়। অর্থাৎ নিয়ম অনুযায়ী জুনেইদ আউট। সেই সিদ্ধান্তই জানিয়ে দেন তৃতীয় আম্পায়ার। কিন্তু হঠাৎই দেখা যায়, আম্পায়ারের সঙ্গে কথা বলছেন সূর্য। আউটের আবেদন প্রত্যাহার করে নেন। আবারও ব্যাট করতে ফেরেন জুনেইদ। কিন্তু কেন এমনটা? করলেন ভাঙত অধিনায়ক? আসলে আউট হওয়ার বলটির ঠিক আগেই জুনেইদেব কোমারের গোঁজা তোয়ালে মাঠে পড়ে যায়। জাতে হযতো কিছু টা সমস্যা হয়েছিল আমিরশাহীর ক্রিকেটারের। সেই সমস্যাটি আম্পায়ারকে বলতে গিয়েই ভুল বলতে ক্রিজ খেলতে নামলেন সূর্যকুমার যাদবের। এশিয়া কাপের বাকি ম্যাচগুলিতেও স্পিনারদের উপর ভরসা রাখারই বার্তা দিলেন অধিনায়ক।

ক্রিকেট এখনও জেস্টলম্যানস গেম! আউট হওয়া ব্যাটারকে মাঠে ফিরিয়ে ‘নায়ক’সূর্য

কথায় বলে, ক্রিকেট ইস জেস্টলম্যানস গেম। তবে ব্যাটে-বলে যুদ্ধের মাঝে আগ্রাসন দেখে অনেক সময় ক্রিকেটপ্রেমীরা দাবি করেন, ‘ভদ্রতা’ হারাচ্ছে ক্রিকেট। কিন্তু বৃথবার দু’বাইয়ে এশিয়া কাপের ম্যাচ চলাকালীন ভারত অধিনায়ক সূর্যকুমার যাদব অবশ্য প্রমাণ করে দিলেন, বহু যুগ কেটে গেলেও ক্রিকেট এখনও জেস্টলম্যানস গেম। এদিন মাঠে তাঁর আচরণ ক্রিকেট প্রেমীদের মন জিতেছে।

ঠিক কী করেছেন ভারত অধিনায়ক? ঘটনার সূত্রপাত ১৩তম ওভারে। তখন করতে আসেন শিবম দু’বে। প্রথম বলই উইকেট তুলে নেন তিনি। দু’বল পরে শিবমের বাউন্ডারে ব্যাট ছোঁয়াতে পরেননি জুনেইদ সিদ্দিকি। সঙ্গে সঙ্গে বল ধরে নিয়ে উইকেটে ছুড়ে দেন সঞ্জু স্যামসন। জুনেইদ ক্রিজের বাইরে থাকাকালীনই সঞ্জুর ঠোয়ে উইকেট ভেঙে যায়। অর্থাৎ নিয়ম অনুযায়ী জুনেইদ আউট। সেই সিদ্ধান্তই জানিয়ে দেন তৃতীয় আম্পায়ার।

কিন্তু হঠাৎই দেখা যায়, আম্পায়ারের সঙ্গে কথা বলছেন সূর্য। আউটের আবেদন প্রত্যাহার করে নেন। আবারও ব্যাট করতে ফেরেন জুনেইদ। কিন্তু কেন এমনটা? করলেন ভাঙত অধিনায়ক? আসলে আউট হওয়ার বলটির ঠিক আগেই জুনেইদেব কোমারের গোঁজা তোয়ালে মাঠে পড়ে যায়। জাতে হযতো কিছু টা সমস্যা হয়েছিল আমিরশাহীর ক্রিকেটারের। সেই সমস্যাটি আম্পায়ারকে বলতে গিয়েই ভুল বলতে ক্রিজ খেলতে নামলেন সূর্যকুমার যাদবের। এশিয়া কাপের বাকি ম্যাচগুলিতেও স্পিনারদের উপর ভরসা রাখারই বার্তা দিলেন অধিনায়ক।

মাঠের পর সূর্যকুমার জানানেন, “এখনকার পিচ সম্পর্কে দলের অনেকেরই ধারণা রয়েছে। ৫৮ রানের টার্গেট ভারত হাসতে হাসতে তুলে দেয়। ওপেন করতে নেমে মাত্র ১৬ বলে ৩০ রান করে অভিষেক শর্মা। মাত্র ৯ বলে ২০ রান করে দলকে জিতিয়ে মাঠ ছাড়েন ভারতের সহঅধিনায়ক শুভমন গিল। কিন্তু আলাদা করে ক্রিকেট প্রেমীদের নজর কেড়েছে সূর্যর এই আচরণ। মাঠেই হাততালি দিয়ে দম্‌করা ভারত অধিনায়ককে কুশির্শ জানিয়েছেন।

রবিবারে লীগের অন্তিম ম্যাচের শেষে মাঠেই হবে পুরস্কার বিতরণী অনুষ্ঠান

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। রবিবার, ১৪ সেপ্টেম্বর প্রথম ডিভিশন লীগের শেষ ম্যাচ। সুপার ফোরের এই ম্যাচে মুখোমুখি হবে এগিয়ে চলো সংঘ বনাম নাইন বুলেটস ক্লাব। এদিন ম্যাচ শেষের পরই রাজা ফুটবল সংস্থার তরফে উমাকান্ত ময়দানে করা হবে পুরস্কার বিতরণী

অনুষ্ঠান। লিগ ফুটবলে যে দল চ্যাম্পিয়ন হবে তাদেরকে দেয়া হবে এক লক্ষ টাকার আর্থিক পুরস্কার সঙ্গে সুদৃশ্য ট্রফি। রানার্স দলকে দেয়া হবে ৭৫ হাজার টাকার আর্থিক পুরস্কার এবং সুদৃশ্য ট্রফি। এছাড়াও রয়েছে বেস্ট স্কোরারের পুরস্কার, সেরা রেফারির পুরস্কার সঙ্গে উদীয়মান

তরঙ্গ ফুটবলারের পুরস্কার ও। লীগের শেষ ম্যাচে পুরস্কার বিতরণী অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকবেন রাজ্যের ক্রীড়া মন্ত্রী টিংকু রায়। সঙ্গে থাকার কথা রয়েছে প্রদেশ বিজেপির সভাপতি তথা সাংসদ রাজীব ভট্টাচার্য এর ও। রাজা ফুটবল সংস্থার তরফে এই খবর পাওয়া গেলে।

লড়ইয়ে নামতে প্রস্তুত, সোশাল মিডিয়ার এক পোস্টেই অবসর জঙ্ঘনা উড়িয়ে দিলেন রোহিত?

তাঁর অবসর নিয়ে বহু কথা শোনা যাচ্ছে। ফিটনেস নিয়ে বহু প্রশ্ন উঠেছে। কেউ কেউ বলেছেন, অস্ট্রেলিয়ার বিরুদ্ধে আসন্ন ওয়ানডে সিরিজের পরই বৃটজোড়া তুলে রাখতে বাধ্য করা হবে রোহিত শর্মাকে। কিন্তু সেসব ‘গুজব’ কানাঘুষোকে গুরুত্ব না দিয়ে রোহিত এখনও মগ্ন ক্রিকেট সামন্যায়। সোশাল মিডিয়া পোস্টে তিনি বুঝিয়ে দিলেন, সমস্তরকম লড়াইয়ের জন্য তিনি প্রস্তুত। এমনিতে ভারতের ওয়ানডে অধিনায়ক সোশাল মিডিয়ায় ওয়ানডে সিরিজের স্টেটসেট নিয়ে বুঝিয়ে দিলেন, সমস্তরকম লড়াইয়ের জন্য তিনি প্রস্তুত। এমনিতে ভারতের ওয়ানডে অধিনায়ক সোশাল মিডিয়ায় ওয়ানডে সিরিজের স্টেটসেট নিয়ে বুঝিয়ে দিলেন, সমস্তরকম লড়াইয়ের জন্য তিনি প্রস্তুত। এমনিতে ভারতের ওয়ানডে অধিনায়ক সোশাল মিডিয়ায় ওয়ানডে সিরিজের স্টেটসেট নিয়ে বুঝিয়ে দিলেন, সমস্তরকম লড়াইয়ের জন্য তিনি প্রস্তুত। এমনিতে ভারতের ওয়ানডে অধিনায়ক সোশাল মিডিয়ায় ওয়ানডে সিরিজের স্টেটসেট নিয়ে বুঝিয়ে দিলেন, সমস্তরকম লড়াইয়ের জন্য তিনি প্রস্তুত।

রবিবার পাকিস্তানের বিরুদ্ধে কাদের খেলাবে ভারত? আমিরশাহিকে উড়িয়ে দিয়েই আভাস দিয়ে রাখলেন সূর্য

আন্তর্জাতিক টি-টোয়েন্টি ক্রিকেটে ভারতের সফলতম বোলার অশ্বিন সিংহ। অত্য় তাঁকে ছাড়াই সংযুক্ত আমিরশাহির বিরুদ্ধে খেলতে নামলেন সূর্যকুমার যাদবের। এশিয়া কাপের বাকি ম্যাচগুলিতেও স্পিনারদের উপর ভরসা রাখারই বার্তা দিলেন অধিনায়ক।

একাদশে জায়গা পাওয়া নিয়ে প্রশ্ন থাকলই। টস জিতে প্রথম ফিফিং করা নিয়ে সূর্যকুমারের বক্তব্য, “প্রথম ম্যাচে আমরা দেখে নিতে চেয়েছিলাম, পিচ কেমন আচরণ করে। পিচ দ্বিতীয় ইনিংসেও একই রকম ছিল। পরিবর্তন তেমন হয়নি।” সঞ্চলক সঞ্জয় মঞ্জুরের মজা করে জিজ্ঞেস করেন, এত তাড়াতাড়ি খেলা শেষ হয়ে গেল। তোমরা কি পুরো ম্যাচ ফি নেবে? জবাবে হাসতে হাসতে সূর্যকুমার বলেন, “এটা নিয়ে আমরা পরে ভেবে দেখব।” প্রশংসা করেন ওপেনার অভিষেক শর্মার। সূর্যকুমার বলেন, “অভিষেক দুর্দান্ত ব্যাটার। ২০ ওভারের ক্রিকেটে ও কেন এখন বিশ্বের এক নম্বর ব্যাটার, সেটা আরও এক বার বোঝা গেল।” এর পর সামনে পাকিস্তান। সেই ম্যাচ নিয়েও সূর্যকুমারকে খুব একটা চিন্তিত মনে হল না। তিনি জানানলেন, “আমরা সকলে ওই ম্যাচের দিকে তাকিয়ে রয়েছি।

দলের সবাই খুব উত্তেজিত। আমরা আরও একটা ভাল ম্যাচ খেলতে চাই। ম্যাচটা খেলার অপেক্ষায় রয়েছি আমরা।” ৭ রানে ৪ উইকেট নিয়ে ম্যাচের সেরা। ক্রিকেটার হয়েছেন কুলদীপ। তিনি জানানলেন লাইন-লেংথ ঠিক রেখে সাফল্য পেয়েছেন। কুলদীপের বক্তব্য, “বোলিং এবং ফিটনেস নিয়ে পরিশ্রম করছি। ফিটনেসের জন্য কৃতিত্ব প্রাপ্য আমাদের ট্রেনার অ্যাড্রিয়ান লেরদর। এই ম্যাচে আসলে সব কিছুই ঠিকঠাক হয়েছে। ক্রিকেটের এই ফরম্যাটে লেংথ খুব গুরুত্বপূর্ণ। ব্যাটার কী করতে চাইছে, সেটা বুঝতে পারাও জরুরি। এই দুটো ঠিকঠাক বিশ্বের এক নম্বর ব্যাটার, সেটা আরও এক বার বোঝা গেল।” এর পর সামনে পাকিস্তান। সেই ম্যাচ নিয়েও সূর্যকুমারকে খুব একটা চিন্তিত মনে হল না। তিনি জানানলেন, “আমরা সকলে ওই ম্যাচের দিকে তাকিয়ে রয়েছি।

আইএসএল নিয়ে অনিশ্চয়তার মাঝেই সুপার কাপের ঘোষণা, বদলাচ্ছে টুর্নামেন্টের ফরম্যাট?

ইস্টবেঙ্গল, মোহনবাগানকে বাদ দিয়ে বৃহস্পতিবারে আইএসএলের আট দল ফেডারেশন সভাপতির সঙ্গে আলোচনায় বসেছিল। আইএসএলের ভবিষ্যৎ নিয়ে কী হবে তা জানতে। সেখানে এআইএফএফ সভাপতি কল্যাণ চৌবে নিশ্চিত করেছেন, চলতি বছরেই হবে আইএসএল। তবে, তার আগে হতে চলেছে সুপার কাপ বলেও উঠে এসেছে ফেডারেশন সভাপতির কথায়। অন্যদিকে, বিভিন্ন আইএসএল ক্লাবের ফুটবলার ও কর্মচারীদের বেতন বন্ধ করে দেওয়া নিয়েও মন্তব্য করেছেন তিনি ক্লাব প্রতিনিধিদের সঙ্গে বৈঠকের পর কল্যাণ বলেন, “এতে কোনও সম্ভেহ নেই, চলতি বছরেই আইএসএল অনুষ্ঠিত হবে। কিন্তু তার আগে, সেপ্টেম্বরের দ্বিতীয় বা তৃতীয় সপ্তাহে আয়োজিত হতে পারে সুপার কাপ। দলগুলি প্রস্তুতি নেবে। ফুটবলারদের বিশেষ থেকে আনতে ৬ থেকে ৮ সপ্তাহ সময় লাগতে পারে। পরবর্তী সভায় এই প্রতিযোগিতা শুরুর তারিখ আমরা ঘোষণা করব।” অর্থাৎ, এই বৈঠকে স্পষ্ট বোঝা গেল না আইএসএলের ভবিষ্যৎ কোন খাতে বইতে চলেছে। অনেকেই বলছেন, হয়তো এই কারণে ‘এ বছরেই আইএসএল হবে’ বলে ছেড়ে দিয়ে সুপার কাপ শুরুর কথা বলেছেন তিনি প্রসঙ্গত, আইএসএলের ভবিষ্যৎ নিয়ে জট এখনও কাটেনি। এফএফডিএলের সঙ্গে এআইএফএফের চুক্তি মাস্টার্স রাইটস এগ্রিমেন্ট অর্থাৎ এমআরএ নবীকরণ নিয়ে এখনও কোনও নিশ্চয়তা নেই। যে কারণে আগামী মরশুমের আইএসএল নিয়ে ডামাডোল

অব্যাহত। দেশের শীর্ষ ফুটবল লিগ নিয়ে এই অনিশ্চয়তার মধ্যে ওড়িশা এফসি এবং বেঙ্গালুরু এফসির পক্ষে হেঁটে দু’বারের আইএসএল চ্যাম্পিয়ন চেম্বাইয়িন এফসি ফুটবলার ও কর্মচারীদের বেতন স্থগিত রাখা সিদ্ধান্ত নিয়েছে। এ ব্যাপারে মুখ খুলেছেন ফেডারেশন সভাপতি তিনি বলেন, “এটা তো ক্লাবের সিদ্ধান্ত। কোন ক্লাব কীভাবে তাদের ফুটবলার বা কর্মীদের বেতন দেবে, সেটা তাদের নিজস্ব ব্যাপার। এ নিয়ে আমরা কোনওভাবেই হস্তক্ষেপ করতে পারি না। বিশেষ যে কোনও সেরা লিগে এটাই নিয়ম।” এর ফলে ফেডারেশনের ক্লাবগুলোর সঙ্গে আলোচনা করে সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়েছে, আপাতত বিকল্প পথ একমাত্র সুপার কাপ। ২০১৮ সালে ফেডারেশন কাপের বদলে চালু হয়েছিল এই টুর্নামেন্ট। কিন্তু আইএসএলের আগে সুপার কাপ শুরু হলে টুর্নামেন্টের ফরম্যাটই বা কোনম হতে চলেছে, তা নিয়েও বিভ্রান্তি রয়েছে প্রশ্ন হল, যে ক্লাবগুলি আইএসএলের অনিশ্চয়তার মাঝে কঠিন সিদ্ধান্তের পথে হাঁটল, তাদের কী হবে? তারা কীভাবে সুপার কাপ খেলবে? এর উত্তর নেই। এদিনের বৈঠকে অনেক আশা নিয়েই উপস্থিত হয়েছিল তারা। কিন্তু তাদের আশা যে পূরণ হল না, তা ফেডারেশন সভাপতির কথা থেকেই স্পষ্ট। উল্লেখ্য, এফসি গোয়া, নর্থ-ইস্ট উইনাইফসি, কেেরালা ব্লাস্টার্স, ওড়িশা এফসি, হায়দরাবাদ এফসি, বঙ্গালুরু এফসি, জামশেদপুর এফসি ও পাঞ্জাব এফসি একত্র হয়ে এই চিঠি দিয়েছিল ফেডারেশনকে। তারাই উপস্থিত ছিল এদিনের বৈঠকে।

গত তিন বছর ধরেই আইপিএলে সে ভাবে বল করেন না তিনি। এ বছরের আইপিএলে মাত্র দু’ওভার বল করেছেন। ফলে ভারতের দলে শুধুমাত্র ব্যাটার হিসাবে কেনে তাঁকে খেলানো হবে তা নিয়ে প্রশ্ন উঠছিল। এশিয়া কাপের প্রথম ম্যাচে আমিরশাহির বিরুদ্ধে সেই প্রশ্নের উত্তর দিয়েছেন শিবম দু’বে। কী ভাবে বোলিংয়ে শান দিয়েছেন, সে কথাও জানিয়েছেন এই অলরাউন্ডার। আইপিএলে ‘ইমপ্যান্ট প্লেয়ার’ নিয়মের কারণে ফিফ্টিয়ের সময় তুলে নেওয়া হত শিবমকে। ফলে বল করার সুযোগ পাতেন না। ভারতের হয়ে পুরোদস্তুর অলরাউন্ডার হিসাবেই খেলতে চান শিবম। জানিয়েছেন, কোচ

গৌতম গম্ভীর এবং বোলিং কোচ মর্নি মাকে’লের সাহায্যেই আত্মবিশ্বাস ফিরে পেয়েছেন। বৃথবার ম্যাচের পর শিবম বলেছেন, “ইংল্যান্ড সিরিজে দলে ফেরার পর থেকেই মর্নি আমার পিছনে পড়ে রয়েছে। নির্দিষ্ট কিছু পরামর্শ দিয়েছে। সেগুলো নিয়ে কাজ করছি। আমাকে অফস্টাম্পের বাইরে একটা নির্দিষ্ট লাইনে বল করতে বলেছে। স্লোয়ার ডেলিভারি কী ভাবে করতে হবে সেটাও শিখিয়েছে। আমার রান-আপেও ছোট বদল এনেছে। কোচ এবং অধিনায়ক আগেই জানিয়েছিলেন এশিয়া কাপে আমার বোলিং কাজে লাগবে।”

সুযোগ পান না শিবম। তাই মাকের দুটি মাসে পরিশ্রম করে নিজেকে শক্তিশালী করে তুলেছেন বলে জানিয়েছেন তিনি। শিবমের কথায়, “গত দুটো মাসে নিজের ফিটনেস নিয়ে অনেক কাজ করেছি। ব্যাটিংয়ের ব্যাপারে বলতে পারি, মাঝের ওভারগুলোয় একটা নির্দিষ্ট ভূমিকা থাকবে আমার। গত কয়েক বছরে বোলারেরা শর্ট বল করে আমায় সমস্যায় ফেলেছে। তাই শর্টের বৈচিত্র বাড়ানোর দিকে নজর দিয়েছি। প্রতিযোগিতা যত এগাবে তত পিচ মধুর হবে। তখন আমার স্লোয়ার কাজে লাগবে।” ভারতীয় দলে শিবমকে বার বারই তুলনা করা হয় হার্ডিক পাণ্ডার সঙ্গে। তবে হার্ডিকের

সঙ্গে যে কোনও প্রতিযোগিতা নেই তা স্পষ্ট করে দিয়েছেন শিবম। বলেছেন, “হার্ডিক আমার ভাইয়ের মতো। ওর থেকে অনেক কিছু শিখি। কারণ আমার মতো করে বেশি আইপিএল এবং আন্তর্জাতিক ক্রিকেটে খেলার অভিজ্ঞতা রয়েছে ওর। তুলনার কথা কখনওই ভাবিনি। আমার লক্ষ্য ওর থেকে যতটা বেশি সম্ভব শেখা।”

আগামী রবিবার পাকিস্তানের বিরুদ্ধে খেলবে ভারত। তবে এই ম্যাচ নিয়ে বাড়তি মাতামাতিতে রাজি নন শিবম। বলেছেন, “আমিরশাহি হোক বা পাকিস্তান, গৌতি ভাই যা বলবেন আমি সেটাই করব। দেশের হয়ে খেললে ভাল কিছু করার ইচ্ছা সকলের মধ্যেই থাকে।”

বিশ্ব ব্যাডমিন্টনে পদক নিশ্চিত সাত্ত্বিক-চিরাগের

বিশ্ব ব্যাডমিন্টন চ্যাম্পিয়নশিপে ভারতের পদক নিশ্চিত করলেন সাত্ত্বিকসাইরাজ রানকিরেরজ ও চিরাগ শেঠি। পুরুষদের ডবলসের সেমিফাইনালে উঠেছেন তারা। বিশ্বের দ্বিতীয় বাছাই জুটিকে হারিয়ে ব্রোঞ্জ পদক নিশ্চিত করেছে ভারতীয় জুটি। পিভি সিন্ধু সিঙ্গলসের কোয়ার্টার ফাইনালে হেরে যাওয়ার পর পদকের জন্য ভারতীয় ক্রীড়াপ্রেমীরা তাকিয়েছিলেন সাত্ত্বিকসাইরাজ-চিরাগ জুটির

দিকে। তাঁরা হতাশ করেননি। বিশ্বের প্রাক্তন এক নম্বর ডবলস জুটি কোয়ার্টার ফাইনালে জয় ছিনিয়ে নিল মালয়েশিয়ার অ্যারন চিয়া-সো উইইয়িক জুটির বিরুদ্ধে। শুরু থেকেই আগ্রাসী মেজাজে ছিলেন বিশ্ব ক্রমতালিকার ননম্বরে থাকা সাত্ত্বিকসাইরাজ-চিরাগ। দু’পক্ষের মধ্যে ৪৩ মিনিটের লড়াইয়ের পর ভারতীয় জুটির পক্ষে ফল ২১-১২, ২১-১৯। প্রথম গেমে প্রতিপক্ষ জুটিকে প্রায় দাঁড়াতেই

দেননি সাত্ত্বিকসাইরাজ-চিরাগ। দ্বিতীয় গেমে খানিকটা লড়াই হলেও তাঁদের জয় আটকাতে পারেনি মালয়েশীয় জুটি। শুক্রবারের ম্যাচের আগে মুখোমুখি সাত্ত্বিকসাইরাজ-চিরাগ জুটি ৩-১১ ব্যবধানে পিছিয়ে ছিল চিয়া-ইয়িক জুটির থেকে। এই রেকর্ড এবং যক্ষিৎয়ের নিরীখে কোয়ার্টার ফাইনালে এগিয়ে থেকে নেমেছিলেন মালয়েশীয়েরা। কিন্তু ম্যাচে তা

বোঝা যায়নি। সাত্ত্বিকসাইরাজ-চিরাগের আগ্রাসী খেলার সামনে শুরু থেকেই চাপে পড়ে যায় বিশ্বের দ্বিতীয় বাছাইয়েরা। ২০২২ সালের বিশ্বচ্যাম্পিয়নশিপে ব্রোঞ্জ জিতেছিল এই জুটি। এই সাত্ত্বিকসাইরাজ-চিরাগ। এই প্রতিযোগিতায় তাঁদের জুটির দ্বিতীয় পদক নিশ্চিত হল। সেমিফাইনালে তাঁদের প্রতিপক্ষ চিনের ই লিউ-বয়াং চেন জুটি।

