



• A^r... ABHIH •
AN ANNUAL JOURNAL OF AMADER ARPAN

*Truth, Purity and Unselfishness - Wherever these are present, there is
no power below or above the sun to crush the possessor thereof.
Equipped with these, one individual is able to face the
whole universe in opposition.*

~ Swami Vivekananda



AMADER ARPAN

A Philanthropic Organization

206, Purbalok, P.O- Mukundapur, Kolkata 700099
Website- www.amaderarpan.org

INSIDE FRONT COVER

With best compliments from :

**Rachaita
Bhattacharjee**



Courtesy :
Rajib Bhattacharjee
Sudipta Bhattacharjee
Jamshedpur



• A^r.. ABHIH •

AN ANNUAL JOURNAL OF AMADER ARPAN

2020, Vol.10



AMADER ARPAN

A Philanthropic Organization

206, Purbalok, P.O- Mukundapur, Kolkata 700099

Website- www.amaderarpan.org



*"Dare to be free, dare to go as far as your thought leads,
and dare to carry that out in your life."*

- Swami Vivekananda

Contents

Messages

From Revered President of Ramakrishna Math & Ramakrishna Mission	4
From Hon'ble Governor of West Bengal	5
Organisational brief	6
From the President's Desk	7
From the Secretary's Desk	8
Brief Report, 2019-20	9
Drawings	19
Governing Body, 2020-21	21
 <u>রামকৃষ্ণ মঠ ও রামকৃষ্ণ মিশনের সন্মাসী রচিত</u>	
শ্রীমা সারদাদেবী স্বামী চৈতন্যানন্দ	22
‘সংসারে দাসীর মতো থাকবে’ স্বামী শিবদানন্দ	24

প্রবন্ধ

দেখা হবে শীর্ষেন্দু মুখোপাধ্যায়	26
শক্তির উপাসকই শাক্ত সঞ্জীব চট্টোপাধ্যায়	28
Consciousness and Adoptability Dr. T. G. K. Murty	30

কবিতা

Preventing Iron Deficiency Anemia Reeta Bandyopadhyay	32
অনাহারই অমর ভাইরাস দীপক রঞ্জন কর	33
স্বাধীনতা এক্সপ্রেস প্রসাদ রঞ্জন দাস	34
অমৃতস্য পুত্রাঃ সীমা সাহা	35
Advertisements	36



Phone PBX:
(033) 2654-1144 / 1180
FAX: (033) 2654-4346
Email: mail@belurmath.org
Website: www.belurmath.org



**RAMAKRISHNA MATH AND
RAMAKRISHNA MISSION**
(The Headquarters)
P.O. BELUR MATH, DIST. HOWRAH
WEST BENGAL : 711202
INDIA

MESSAGE

I am glad to learn that **Amader Arpan** will be publishing the 10th volume of its annual magazine **ABHIH** in October 2020.

Swami Vivekananda explains a true spiritual person as: "Selfishness is the chief sin, thinking of ourselves first. He who thinks, 'I will eat first, I will have more money than others, and I will possess everything', he who thinks, 'I will get to heaven before others, I will get *mukti* before others' is the selfish man. The unselfish man says, 'I will be last, I do not care to go to heaven, I will even go to hell if by doing so I can help my brothers.' This unselfishness is the test of religion. He who has more of this unselfishness is more spiritual and nearer to Siva."

May by the grace of the Holy Trio the publication be a grand success!

I convey my good wishes to all.

Belur Math
17 September 2020, Mahalaya

(Swami Smaranananda)
President

Telephone No: 2200-0707
Fax No: 2200-2444



ADDITIONAL CHIEF SECRETARY
TO THE GOVERNOR OF WEST BENGAL
Raj Bhavan, Kolkata-700 062
e-mail: secy-gov-wb@nic.in

No.2341-G

Dated : 21.10.2020

MESSAGE

Shri Jagdeep Dhankhar, Hon'ble Governor of West Bengal is glad to learn that 'Amader Arpan' is bringing out 10th Volume of its Annual Magazine 'ABHIH' in October, 2020.

The Governor conveys his felicitations and best wishes to all those associated with the Organization and congratulates them on the occasion.

Satish Chandra Tewary

Shri Tapas Saha,
President,
Amader Arpan,
206, Purbalok,
P.O. Mukundapur,
E.M. By-Pass, Kolkata-700099
[e. mail: tapassaha206@gmail.com]

ORGANISATIONAL BRIEF

Registered Office :

AMADER ARPAN

206, Purbalok, P.O. Mukundapur

E.M.By-Pass, Kolkata 700 099

Branch Office : 5/1N, Panditia Road, Kolkata - 700 029

E-mail: amaderrarpan@gmail.com, tapassaha206@gmail.com

Web: www.amaderarpan.org

PAN No. AACTA4569Q

Registration Under W.B. Act XXVI of 1961 S/1L/55575

Donations to Amader Arpan are exempted from Income-Tax u/s 80G of I.T. Act 1961

Contact Person :

Tapas Saha - 94337 55045 & Soumya Sankar Bose - 8583997354



BANKING DETAILS

Bank Name : ICICI Bank
Account Name : Amader Arpan
Bank Address : 22, R. N. Mukherjee Road, Kolkata - 700001
Type of Account : Savings
Account No. : 000601052566
MICR No. : 700229002
IFSC Code : ICIC0000006
SWIFT Code : ICICINBB006

OR

Bank Name : Indian Bank
Account Name : Amader Arpan
Bank Address : 1, Ganesh Chandra Avenue, Kolkata - 700013
Type of Account : Savings
Account No. : 807147277
MICR No. : 700019010
IFSC Code : IDIB000G003

From the President's Desk

Firstly, I would like to thank each and everyone associated with 'Amader Arpan', our members, teachers, students and well wishers for supporting and staying with us even in this tough period of '**Covid 19 Pandemic**'. This allowed us to publish the 10th Volume of 'ABHIIH'. Though we don't be able to publish a full volume like previous year due to financial crisis but we still didn't want to discontinue.

It has been a year and we have tried our best to reach out to people who are in real need of attention. This year five (5) of our students passed graduation with **First Class** marks, one of our student went to Paris, France for doing PhD, one of our student joined in **ONGC** as Chemist, Executive-1 level and one of our student joined as a **Assistant Professor**, Department of Physics at a college in the city. We also went to Sitalia village, Sandeshkhali, Sunderban with relief goods after the deadly **Super Cyclonic Storm 'Amphan'** almost created a huge devastation.

'**Service to Man is Service to God**' – is what Swami Vivekananda has said, and this is what has touched our hearts. We, the members of 'Amader Arpan' are fortunate enough to get this opportunity of serving others.

Since beginning of our organization from the year of 2008, we have been focusing on most downtrodden and disadvantaged section of the children to bring positive changes in their activities, education, discipline etc. With this objective, we have successfully implemented the set up of education facilities at different remote areas. Apart from the education, the students are being developed by attending cultural activities like drawing, dance and singing classes.

It is my perception that most of the people around us are sensitive to the problems faced by the deprived section of the society. However, at the end of the day very few people come forward, to extend their helping hand. Thus, it is my earnest request to the well established of our society to broaden their vision and set up their minds for these deprived people, in any form and any extent possible.

One more important thing that I would like to share something from our experiences is that, in spite of lot wrong and discouraging things going on around us, there is no death of honest and sincere people in this society. They have shown us how objectives could be methodically achieved. A little bit of honesty and sincerity in our day to day life can do wonder.

– Tapas Saha

From the Secretary's Desk

On the occasion of publication of the 10th volume of our annual magazine "ABHIH", I convey my best wishes to our members, our well-wishers. I would like to convey my gratitude to all of them for their sincere efforts and hard works for upliftment of the students, downtrodden people of our society, to make it a better place of living. I consider myself highly privileged to be a part of this wonderful team of highly motivated individuals. I offer my sincere Prayers at the lotus feet of Shri Shri Thakur, Shri Shri Ma & Swamiji for their constant blessings upon us.

Our journey started in the year 2008 with a group of motivated people. Right from the beginning, we have set our goal to mould the poor but talented children of the society with special attention on their upbringing for education.

Apart from education we distribute puja dress, Sharee, blanket to our students, teacher, needy people across Sundarban area, Bankura, Jaynagar, etc.

We sincerely acknowledge the whole hearted efforts and contribution made by our members, the constant support of our well wishers and different social organizations. We express our humble gratitude and best regards to the advertisement donors, the magazine publisher and all the support staffs for their active support and co-operation throughout the years. Our earnest appeal to all the readers is to come forward and join hands with us to make a barrier free world. In this context I would like to quote Swamiji:

"The more we come out and do good to others, the more our hearts will be purified, and God will be in them".

Be safe & Healthy.

- Maloy Dey




A BRIEF REPORT OF THE ACTIVITIES OF AMADER ARPAN IN THE LAST ONE YEAR - APRIL'19 to MARCH'20

SPONSORING HIGHER EDUCATION STUDENTS

Amader Arpan has taken every care to guide the following needy but talented students of the society in all possible ways including financial assistance in order to make their dreams fulfilled against all odds.






Amader Arpan has been sponsoring the following students:

Current Students

Sl No	Name with Photograph	Year of Association with Amader Arpan	Previous education & Back-ground	Current Education from School/ College	Remarks
1	Gouranga Naskar Kultali, South 24 Parganas, W.B. 	2016 After completing B.Sc. from R.K. Mission, Narendrapur	B.Sc. completed from R.K. Mission, Narendrapur after completing Madhyamik & H.S Exam. M.Sc. completed from IIT, Chennai Father is a farmer	Pursuing Ph.D. in Chemistry from IIT, Chennai.	Selected in IIT, Chennai after clearing the JAM exam and enrolled in Ph.D. after clearing NET exam.
2	Nabanita Mahato Bansdroni, Kolkata 	2014 After completing Madhyamik Exam. from Khanpur Girls High School	92% & 89% marks obtained in Madhyamik & H.S Exam. respectively. Father is working in a private organization on contract basis	Completed B.Sc. (Physics Hons) from Asutosh College, Hazra, Kolkata this year, marks obtained 73%	Now she is studying for competitive exam. for Govt. services
3	Rohit Kumar Asansol, Burdwan, W.B. 	2015 After completing Madhyamik Exam. from Asansol Eastern Rly Boys High School	96.85% & 97% marks obtained in Madhyamik & H.S.Exam. respectively from Asansol Eastern Rly Boys High School. Father is working as an attendant of a private Doctor at Asansol.	Pursuing B.Tech. in Computer Science & Technology 6th Semester completed at IEST, Shibpur	Ranked 6th in West Bengal in Madhyamik Exam. & 5th in Higher Secondary Examination.

Sl No	Name with Photograph	Year of Association with Amader Arpan	Previous education & Back-ground	Current Education from School/ College	Remarks
4	Subhajit De Rajpur, South 24 Pdns, W.B. 	2015 After completing Madhyamik Exam. from Mansur Habibullah Memorial School, Kolkata	90.8% & 77% marks obtained in Madhyamik & H.S. Exam. Respectively from Habibullah Memorial School, Kolkata. Mother is working as an attendant of a private Nursing home.	Completed B.Sc. (Zoology Hons.) from Andrews College, Kolkata, marks obtained 64%	Now she is studying for competitive exam. for Govt. services
5	Souvik Karmakar Baruipur, South 24 Parganas, W.B. 	2015 After completing Madhyamik Exam. from Baruipur High School	94% & 92% marks obtained in Madhyamik & H.S. Exam. Respectively from Baruipur High School, South 24 Parganas. His father is working as a supplier of medical items for a medical company	Pursuing B.Tech. (Ceramic Engineering) 6th Semester completed in Government College of Engineering & Ceramic Technology)	
6	Vidit Sarkar Tribeni, Hooghly 	2017 After completing H.S. Exam. from Krishna Chandrapur High School	93.8% marks obtained in H.S. Exam. from Hooghly Branch (Govt.) School. Mother runs a private tuition for the children of jute mill workers.	Pursuing B.Tech. in Computer Science & Technology, 6th Semester completed in Engineering College, Jadavpur, Kolkata	
7	Arambhik Nath N. N. Ghosh Lane, Kolkata - 40 	2017 After completing H.S. Exam. from Jodhpur Park Boys' School.	91.2% marks obtained in H.S. Exam. from Jodhpur Park Boys School. Mother stitches with her sewing machine at her home.	Completed B.Sc. (Chemistry Hons.) from Jadavpur University, Kolkata, this year marks obtained 73%	Now he will admit in M.Sc. in Jadavpur University and also studying for competitive exam. For Govt. services

Sl No	Name with Photograph	Year of Association with Amader Arpan	Previous education & Back-ground	Current Education from School/ College	Remarks
8	Soumyadeep Roy 1, Jodhpur Colony Kolkata-700045 	2017 After completing Madhyamik Exam. from Jodhpur Park Boys' School, Kolkata	85% & 85% marks obtained in Madhyamik & H.S. Exam. respectively from Jodhpur Park Boy's School, Kolkata Father earns a living running a stall, which sells exercise books & other stationery items.	B.Sc. (Statistics, Hons.) 2nd. Semester completed in Vivakananda College, Thakurpukur, Kolkata	
9	Archisman Giri Shibnagar Abad, Namkhana, South 24 Pgs 	2017 After completing Madhyamik Exam. from Akshaynagar Kumar Narayan Madhyamik Sikshayatan, Namkhana	93.4% & 78% marks obtained in Madhyamik & H.S. Exam. Respectively from Akshaynagar Kumar Narayan Madhyamik Sikshayatan & Namkhana Union High School, Namkhana. Father is a farmer	Admitted in Diploma in Dialysis Technology at ESI Hospital, Maniktala, Kolkata	
10	Manisha Mahato 129, Hari Sava Math, Ushapara, Kolkata - 700084 	2017 After completing Madhyamik Exam. from Khanpur Girls High School	91% & 91% marks obtained in Madhyamik & H.S. Exam. from Khanpur Girls High School. Father works in a private organization on contract basis.	B.Sc. (Nursing) 1st. year completed in W.B. Govt. College of Nursing, S.S.K.M. Campus	Ranked 12th (OBC) in West Bengal Joint Entrance Examinations Board for Nursing
11	Puja Majhi AbdalPur, Parulia, Costal, 24 Pags (S), W.B. 	2016 After completing H.S.Exam.from Parulia Sri Ramakrishna High School, Diamond Harbour	90.8% & 49.12% marks obtained in H.S. Exam & B.A. (English Hons.) from Parulia Sri Ramakrishna High School & Fakir Chand College, Diamond Harbour, South 24 Parganas. Father is a Cycle Van Driver	M.A. (English, Hons.) 2nd. Semester completed in Diamond Harbour Women's University	

Sl No	Name with Photograph	Year of Association with Amader Arpan	Previous education & Back-ground	Current Education from School/ College	Remarks
12	Abir Ch. Karmakar Manicktala Main Rd. Kolkata - 700054 	2016 After Completing H.S. Exam.	90% marks obtained in H.S. Exam from Taki House (Govt Spon) Multipurpose School. Father is Physical Handicap last 20 years due to road accident.	B.Sc. (Economics, Hons) 3rd Year in Maulana Azad Govt. College, Kolkata	
13	Debrup Ray Chowdhury Batanagar, Mahestala, Kol-140 	2017 After Completing H.S. Exam.	79.67% marks obtained in H.S. Exam from Nimpith Ramakrishna Vidyabhavan, Joynagar, South 24 Parganas. He is a Orphan	Completed B.Sc. (Zoology, Hons) from Bangabasi Day College, Sealdah, Kolkata, this year marks obtained 66%	Now he admit in M.Sc. in Calcutta University and also studying for competitive exam. For Govt. services
14	Sampa Pramanick Purba Goadah, Krishnanagar, Nadia, W.B. 	2015 After Completing H.S. Examination from Kabi Bijoynal H.S. Institute, Krishnanagar	74% & 56.75% marks obtained in H.S. Exam. & B.A. (Bengali Hons.) respectively from Kabi Bijoynal H.S. Institute & Dwijendralal College, Krishnanagar. Father works as a daily wage agricultural labourer.	Completed B.ED. from Rishi Arabindo College of Education, Saktinagar, Nadia	Now she is studying for competitive exam. For School Service Commission & other Govt. services
15	Abiduzzaman Vill.+ P.O. Palishgram P.S. Mongalkote, Purba Bardhaman 	2018 After Completing H.S. Exam. from Memari Vidyasagar Memorial Institution, Memari, Bardhaman	88% & 83% marks obtained in Madhyamik & H.S. Exam. respectively from Bhagra High School & Memari Vidyasagar Memorial Institution. Father works in a private organization.	B.Sc. (Mathematics, Hons) 5th Semester in Bangabasi College, Sealdah, Kolkata	
16	Poulami Ghosh Boral Majher Para, P.O. Boral, Sonarpur, South 24 Pgs., WB 	2019 After Completing H.S. Exam. from Khanpur Girls' High School	90% marks obtained in H.S. Exam. from Khanpur Girl's High School	Admitted in B.A.(Political Science, Hons.) 2nd. Semester completed in Muralidhar Girls' College, Golpark, Kolkata	

Passed out Students

Sl. No.	Name & Address	Year of Association with Amader Arpan	Education Completed & Current Status	Passed Out from	Remarks
1	Anjan Chatterjee North 24 Parganas	2011 After completing H.S. Exam.	Completed B.Tech (E & C)	Madhyamgram, North 24 Parganas	
2	Mitali Biswas North 24 Parganas	2011 After completing H.S. Exam.	Completed B.A. (English Hons.) in the year 2014	Barasat Govt. College North 24 Parganas	
3	Satabdi Rana Midnapur	2012 After completing H.S. Exam.	Completed B.A. (Philosophy Hons.) in the year 2015	Binpur, Midnapur	
4	Shipra Mahata Purulia	2013 After completing H.S. Exam	Completed B.A. (English Hons) in the year 2016	J. K. College, Purulia, 2012	Now she is studying for competitive exam. For Govt. services
5	Manoj Halder North 24 Parganas	2011 After completing H.S. Exam	Completed B.Sc. (Geography Hons) in the year 2014	South Barasat College	
6	Sovona Khanra Domjur, Howrah	2014 After completing H.S. Exam.	Completed B.A. (Geography Hons.) in the year 2017	Azad Hind Four Smriti Maha Vidyalaya	House-wife
7	Rupali Mahata Hura, Purulia	2014 After completing H.S. Exam.	Completed B.A. (English Hons.) in the year 2017	M.G. College, Purulia	Now she is studying M.A(English)
8	Jamuna Shil Gosaba, South 24 Parganas	2012 After completing Madhyamik Exam.	Completed B.A. (History Hons.) in the year 2015	Susil Kar College, Champahati, South 24 Parganas	
9	Palash Naiya Basanti, South 24 Parganas	2014 After completing H.S. Exam.	Completed B.A. (Bengali Hons) in the year 2017	Sukanta College, Basanti, South 24 Parganas	He is doing B.Ed.
10	Nandita Mandal Vill + P.O. Patghara, P.S. Coastal Hemnagar, North 24 Pgs	2011 After completing H.S. Exam.	Completed B.A. (English Hons) in the year 2014	Taki Government College, North 24 Parganas	

SUCCESS STORY :

Sl. No.	Name & Address	Year of Association with Amader Arpan	Previous Education & Family Background	Current Status	Remarks
1	Ujjal Saren Raipur, Bankura, W.B.	2011 After completing Higher Secondary education	90% & 85% marks obtained in Madhyamik & H.S Exam. respectively. 1st Class in B.Sc. from Jadavpur University. M.Sc. from IIT, Kanpur. Father is a daily wage agricultural labourer.	Pursuing Ph.D. in Physics from Jadavpur University, Kolkata and joined as Asst. Professor, Dept. of Physics at Sammilani Mahavidyala, Kolkata	Selected in IIT, Kanpur after clearing the JAM exam and enrolled in Ph.D. after clearing NET exam. Now he is a member of 'Amader Arpan'
2	Krishnendu Majhi Debra, Medinipur, W.B.	2011 After completing Secondary education	91% & 89% marks obtained in Madhyamik & H.S Exam. respectively. B.Sc. completed from R.K. Mission, Narendrapur. M.Sc. completed from IIT, Kharagpur. Father is a daily wage agricultural labourer.	Pursuing Ph.D. in Chemistry from 'Caen Normandy University', Paris, France.	Selected in IIT, Kharagpur after clearing the JAM exam (All India Rank109)
3	Malay Naskar Kulpi, South 24 Parganas, W.B.	2014 After completing 1st year exam. of B.Sc.	85% & 81% marks obtained in Madhyamik & H.S Exam. respectively. B.Sc. completed from R.K. Mission, Narendrapur. M.Sc. completed from IIT, Kanpur. Father is a farmer	Joined in ONGC as Chemist, Executive - 1 level and posted at Ankleshwar, Gujarat	Selected in IIT, Kanpur after clearing the JAM exam (All India Rank 228) and enrolled in Ph.D. after clearing NET exam. Now he is a member of 'Amader Arpan'
4	Tania Bairagi 1 No. Shibsohagini Colony, Tribeni, Hooghly, WB	2019 After Completing B.A. (Eng. Hons.) from Sreegopal Banerjee College	79.8% & 45% marks obtained in H.S. Exam. & B.A. (English, Hons) respectively from Bansbaria Municipal High School & Sreegopal Banerjee College. Father works as a daily wage labourer.	Joined in INDOGO as a Officer Security at Netaji Subhash Chandra Bose International Airport.	Frankfinn Diploma in Hospitality, Travel & Consumer Service (FDHTCS) Course in Frankfinn Institute of Air Hostess Training at Gariahat, Kolkata
5	Suresh Majhi Vill.:Pratap Nagar, P.O.-Tepakali, P.S.-Kulpi, Dist.- South 24 Pgs.	2008 After Completing H.S. Exam.	Department of Jute and Fibre Technology, Calcutta University	Completing Jute & Fibre Technology, Calcutta University	Got the job in SGS India Pvt. Limited, Kolkata
6	Rupam Bhattacharyya Dibrugarh, Assam	2012 After Completing H.S. Exam.	Silchar National Institute of Technology (NIT) IIT, Delhi	Completed Electrical Engineering. and Completed M.Tech.	Got the job in Accenture at Bangalore.

RUNNING COACHING CENTRES

Following educational coaching centres are run by Amader Arpan, where students from Class I to Class VI are being taught

- Coaching centre at PUTKHALI Village, North 24 Parganas - Around 40 students with 2 teachers



- Coaching centre at RANIGARH near Sundarban, South 24 Parganas - Around 60 students with 2 teachers

- Coaching centre at Tribeni, Hooghly - Around 23 students with 1 teacher



EXERCISE BOOKS DONATED TO STUDENTS

Exercise books are handed over to all our students as and when required over the year.

Exercise books, pencils, erasers etc. are also donated from time to time to students of other philanthropic organisations.



COMPUTER INSTALLED AT TRIBENI COACHING CENTRE



One PC handed over to the students of Tribeni Coaching Centre on 01.03.2020 during Lunch programme.

BLANKET DISTRIBUTION DURING THE WINTER

Around 300 blankets were distributed in the remote villages of Ranigarh (near Sundarban), Challapara, Kheadaha, P.S. Sonarpur, Joynagar Mozilpur (South 24 Parganas).



GARMENT/INCENTIVE DISTRIBUTION BEFORE DURGA PUJA FESTIVAL

As token of our Durga Puja offerings, new Clothes / Incentive were given to:

- Students of our coaching centres
- Teachers of our coaching centres
- Higher education students



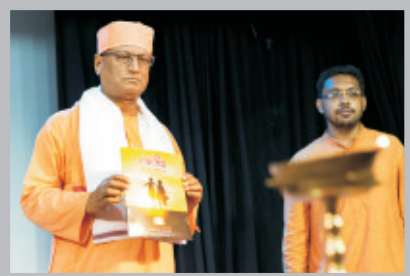
ANNUAL NARAYAN SEVA (LUNCH) PROGRAMME

A lunch programme comprising of Khichdi with vegetables was arranged at Ranigarh, Basanti near Sunderban on 24.11.2019. During this programme, old garments and blankets were donated to these local villagers. Around 800 local villagers attended the programme and take lunch.



PUBLICATION OF ANNUAL MAGAZINE 'ABHIH' – 9TH VOLUME

The Ninth volume of ABHIH, annual magazine of Amader Arpan was published in September 2019. A short cultural programme was organised on 22nd September'2019 during the release of ABHIH. Revered Monks of the Ramakrishna Order were invited during this programme as Chief guests of our programme. Jadusamrat P.C. Sorcar Jr. was also invited in our programme, his daughter well known Odissi Dancer and Cinema Artist Ms. Moubani Sorcar also performed in that auspicious evening. As a token of our Durga Puja offering, Sarees were distributed to the local needy women and garments were given to the students and teachers of our coaching centres.



PARTICIPATED AS A CSO/NGO IN THE EVENT OF "TATA STEEL KOLKATA 25K 2019"

We have participated in the event of 'Tata Steel Kolkata 25K 2019' on 15.12.2019 in the event of 'Ananda Run'.



ORGANISED LUNCH PROGRAMME AT TRIBENI COACHING CENTRE

We have organised Lunch Programme with our students on 01.03.2020 at our Tribeni coaching centre, Hooghly.



RUNNING HAND-TO-HAND WITH OTHER SOCIAL ORGANISATIONS

- Financial aid to Karunamoyee Kali Bari, Tollygunge, Kolkata for running of Ananda Ashram, a permanent shelter for upbringing bright, small children who were born of deprived families.
- Financial aid to Mission for Human Excellence (MHE), Kolkata for organizing Durga Puja for the tribal communities at Belpahari.
- Bharat Sevashrama Sangha, Ghatsila, Jharkhand.
- Hatpara Vivek Seva Niketan, Joynagar Mozilpur, South 24 Parganas.





Jyotishka Kundu, St. Mary's School, Pune, Class-IV



Aditya Mandal, Class VII, DPS, New Town



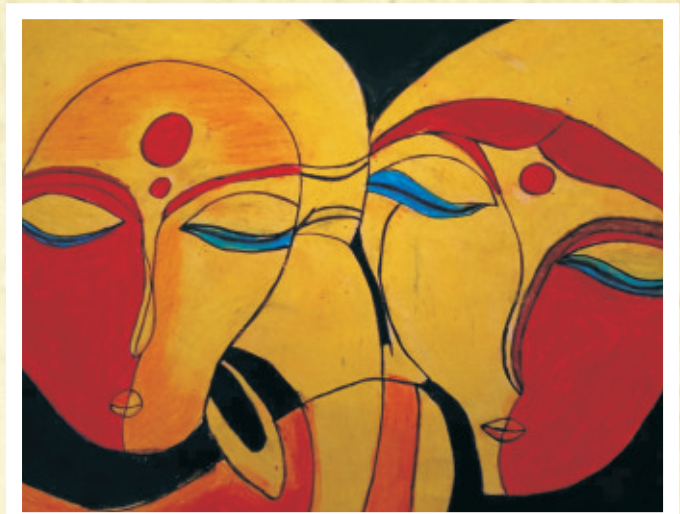
Oitijhya Mallick, MBWA, Class VI



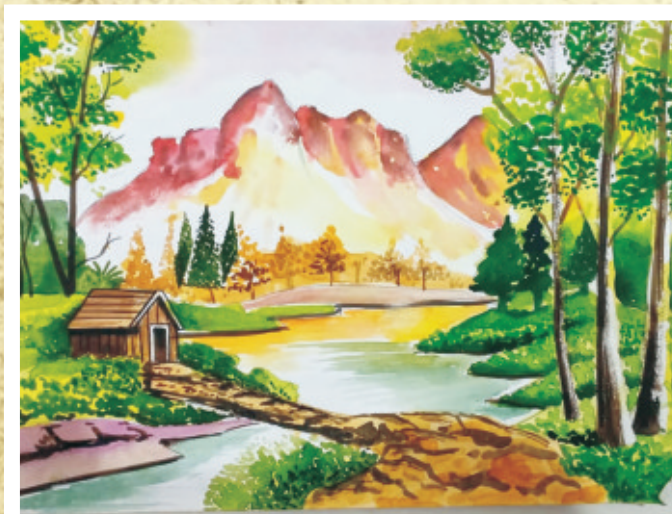
Manjima Dhar, MBWA, Class VI



Ritujit Dhara, MBWA, Class VI



Sampreeti Kundu, St. Mary's School, Pune, Clas-IV



Priyodarshini Das, Shalom Hills International School,
Gurugram, Haryana, Class-V



Ipsita Das, Patha Bhavan, Class-IV

Governing Body of Amader Arpan for The Financial Year 2020-21

<u>SL.NO.</u>	<u>NAME</u>	<u>DESIGNATION</u>
1.	Mr. Tapas Saha	President
2.	Mr. Soumya Sankar Bose	Vice President
3.	Mr. Maloy Dey	Secretary
4.	Mrs. Sarbari Dhara	Treasurer
5.	Ms. Shyamali Banerjee	Asst. Treasurer
6.	Mr. Probir Kr. Ghosh Mr. Asish Ghosh Mr. Bijan Krishna Adhikari	In-charge of Students' Home
7.	Mr. Arindam Chakraborty	In-charge, Annual Magazine
8.	Mrs. Sima Saha	Editor, Annual Magazine
9.	Mr. Priyabrata Garai Mr. Asish Ghosh	In-charge of Annual Programme
10.	Mr. Puspall Dhara Mr. Arghyadeep Dey	Social Media
11.	Mr. Subhankar Kundu Mr. Angshuman Garai, Students Mr. Ujjal Saren	Co-ordinator of Higher Education students
12.	Mrs. Shreerupa Roy	Councillor of Students
13.	Mr. Sanchayan Paul Mr. Debranjana Sar Mr. Partha Das Mr. Sudip das	Co-ordinator of Coaching Centers
14.	Mr. Joydev Das	Associate Treasurer
15.	Mr. Pijush Kanti Mandal	Legal Advisor
16.	Mr. Dipak Ranjan Kar Mr. Shyamal Kumar Sengupta Mr. Saktipada Roy Mr. Subir Mukherjee Mr. Goutam De	Advisor " " " "

শ্রীমা সারদাদেবী

স্বামী চৈতন্যানন্দ

রামকৃষ্ণ মিশন ইনস্টিটিউট অব কালচার

সাধারণ মানুষ জানে না যে, আসক্ত হয়ে কর্ম করলে মন তমোগুণে আচ্ছন্ন হয়, আবার রাজসিকভাবে প্রবল উৎসাহ ও উদ্দীপনা নিয়ে কর্ম করলে মন চঞ্চল হয়। তাই সাধারণ মানুষের ধারণা, আধ্যাত্মিকতায় উন্নত হতে হলে জগতের কর্মের প্রতি উদাসীন থাকতে হয়; দু-দিকে নজর দেওয়া চলে না। এই তুল ধারণার বশবর্তী হয়েই ভারত বেশ কিছুকাল জাগতিক উন্নতিকে অবহেলা করে এসেছে, যার ফলে জাতির এই ঐহিক অবনতি। আবার কর্মে এই অবহেলার ফলে আধ্যাত্মিক উন্নতি থেকেও ভারত পিছিয়ে পড়েছে। আবার সাত্ত্বিক ভাবের অনুসরণ করতে গিয়ে অধিকতর তমোগুণে আচ্ছন্ন হয়ে পড়েছে। অন্যদিকে, পাশ্চাত্য জাতিগুলি বিপুল উদ্যমে নিরত—ধর্ম তাদের কাছে একটি সামাজিক প্রথামাত্রেরি পর্যবসিত বলা যায়।

স্বামীজী বলেছেন যে, এই চিন্তা-ভাবনার পরিবর্তন করে আমাদের কর্ম করতে হবে ব্যক্তিজীবনে ও সমষ্টিজীবনের উন্নতির জন্য। শ্রীরামকৃষ্ণও আধ্যাত্মিকতার চরম শিখরে পৌঁছিয়েও তিনি কখনই কর্ম পরিত্যাগ করেননি। কারণ, কর্ম কখনই প্রতিবন্ধক নয় আধ্যাত্মিক উন্নতিলাভের পথে। তাই দেখতে পাওয়া যায়, শ্রীরামকৃষ্ণ লোককল্যাণকর্মে নিযুক্ত থাকলেও তিনি গার্হস্থ্যজীবন থেকে দূরেই ছিলেন; বিবাহ করলেও আত্মীয়স্বজনকে ত্যাগ না করেও তাদের প্রতি যথোচিত ব্যবহার করেছেন। যাকে ‘সংসার’ বলে, তার সঙ্গে কোন সংস্রবই তাঁর ছিল না। অতি উচ্চ আধ্যাত্মিকতা সম্পন্ন হয়েও যে নিখুঁত ভাবে সংসারের কাজও করা যায়—তার দৃষ্টান্ত স্থাপনের জন্য তিনি রেখে গেছেন শ্রীমা সারদাদেবীকে। গীতায় সাত্ত্বিক কর্মের বর্ণনায় রয়েছে—ফলাকাঙ্ক্ষাশূন্য হয়ে ধৃতি ও উৎসাহ নিয়ে একাগ্রচিত্তে যে কর্ম করে—বিষয়ে আসক্ত ব্যক্তি যতখানি উৎসাহী হয়ে কর্ম করে ততখানি বা ততোধিক কর্মোদ্যমই তার মধ্যে দেখতে পাওয়া যায়, অথচ সর্বোচ্চ সর্ব-অবস্থায় সে সিদ্ধিতে ও অসিদ্ধিতে নির্বিকার এবং আসক্তি ও অহঙ্কার-শূন্য থাকে। এর জ্বলন্ত উদাহরণ শ্রীমা সারদাদেবীর পূণ্য জীবন।

শ্রীমায়ের দরিদ্র পরিবারে জন্ম। অনুন্নত ছোট গ্রাম জয়রামবাটিতে তাঁর জন্ম। গ্রামের এই দরিদ্র সংসারে ছোটবেলা থেকেই তিনি তাঁর মা শ্যামাসুন্দরীকে সংসারের কাজে সহায়তা করেছেন—গরুর জন্য ‘একগলা জলে নেমে দলঘাস কাটা’, খেতে গিয়ে ধানের শিষ কুড়ানো ইত্যাদিও করেছেন; আবার ছোট ভাইদের লালন-পালনেও মা শ্যামাসুন্দরীকে সাহায্য করেছেন। দক্ষিণেশ্বরে নহবতের ছোট ঘরটি (৮' X ৮')-র মধ্যে শ্রীরামকৃষ্ণদেবের জন্য রান্না ও সেবা এবং তাঁর মা চন্দ্রমণিদেবীর সেবা ইত্যাদি ছাড়াও ভক্তদের জন্য প্রায় প্রতিদিনই রান্না করতে হতো, পান সাজতে হতো। এ-সব করেও কিছু সময় আছে দেখে শ্রীরামকৃষ্ণদেব একবার কিছু পাটের ফেঁয়ো এনে শিকে তৈরি করতে দিয়েছিলেন—মেয়েদের অলস হয়ে বসে থাকতে নেই বলে। শ্যামপুকুর ও কাশীপুরে শ্রীরামকৃষ্ণদেবের থাকার সময় শ্রীমায়ের অনলস নীরব সেবার কথাও সকলের জানা। শ্রীরামকৃষ্ণের মহাসমাধির পর কামারপুকুরে থাকাকালীন কিছুদিন তিনি নিজে কোদাল দিয়ে কোপিয়ে জমি তৈরি করে শাক বুনেছিলেন, আক্ষরিক অর্থেই সে-সময়ে শাকস্নেহে মা জীবনধারণ করেছিলেন। অনেক সময় নুনও জোটেনি। পরবর্তিকালে ভক্তজননীরাপে যখন তিনি বহুজন-পূজিতা, তখনও জয়রামবাটিতে পল্লীজননীর মতোই সন্তানদের জন্য রান্না প্রভৃতি সব কাজই করেছেন। এটা ছাড়া সর্বাধিক উল্লেখযোগ্য, পাগল রাধুদিদি ও তার মা প্রমুখকে নিয়ে যে-সংসারে তিনি শ্রীরামকৃষ্ণদেব কর্তৃক প্রাপ্ত লোককল্যাণ-কর্মকে সুস্পষ্ট রূপ দেওয়ার জন্য দেহরক্ষার প্রয়োজনেই শ্রীরামকৃষ্ণদেবেরই আদেশে স্বেচ্ছায় নিজেকে জড়িত করেছিলেন এবং যে রূপ সুস্বয়ংর সঙ্গ তিরোধানের প্রায় পূর্ব পর্যন্ত সে-সংসার চালিয়েছিলেন—কয়জন পাকা সংসারীও তা সেভাবে চালাতে সক্ষম, জানি না। একজন মহিলা তো একদিন বলেই ফেললেন: “মা, আপনাকে মায়ায় ঘোর বদ্ধ দেখছি!” (মা শুনে অবশ্যই মৃদুস্বরে স্বগতোক্তি করেছিলেন: “কি করি মা, নিজেই যে মায়া!”)

অথচ এই ‘মায়ায় ঘোর বদ্ধ’ সংসারীর ন্যায় কর্মরত থাকলেও তাঁকে কোন বা কর্মফলে লিপ্ত করতে পারেনি। কারণ তিনি ছিলেন পূর্ণজ্ঞানী, ব্রহ্মজ্ঞানী—তাঁর জৈনকা আত্মীয়া তাঁকে খুবই বিরক্ত করলে বলেছিলেন: “তুই আমাকে সামান্য মনে করিসনি। আমি দেবাংশী ঈশ্বরজানিত লোক। তুই যে আমাকে এত বাপাস্ত মা-আস্ত করে গাল দিচ্ছিস, আমি তোরা অপরাধ নিই না—ভাবি, দুটো শব্দ বই তো নয়? আমি যদি অপরাধ নিই তালে কি তোরা রক্ষা আছে?” ব্রহ্মজ্ঞান বিরল হলেও বহু সাধকের হতে পারে। তিনি যে এরও বহু উর্ধ্ব—জ্ঞানরাপিনী—যাঁকে আমরা মহামায়া, জগন্মাতা, কালী প্রভৃতি বলি, তাই এ-কথাও তিনি জানতেন এবং কখন কখন বিভিন্ন ভাষায় তা স্পষ্ট করে বলেছেন।

স্পষ্টাক্ষরে বলেছেন যে, বিশ্বব্রহ্মাণ্ডে সবাই তাঁর সন্তান।

যে নিরাকার নির্গুণ সত্তা লীলাচ্ছলে সাকার সগুণা হয়ে জগদীশ্বরী ও জীবজগৎ হন বলে মহানির্বাণতন্ত্র বলেছেন, যাঁকে উদ্দেশ্য করে মহাদেব বলেছেনঃ

“ত্বং পরা প্রকৃতিঃ সাক্ষাৎ ব্রহ্মণঃ পরমাত্মনঃ।

ত্বত্তো জাতং জগৎ সর্বং ত্বং জগজ্জননী শিবে।।

মহাদ্যাণুপর্যন্তং যদেতৎ সচরাচরম্।

ত্বয়ৈবোৎপাদিতং ভদ্রে ত্বদধীমিদং জগৎ।।

ত্বমাদ্যা সর্ববিদ্যানাম্ অম্মীকমপি জন্মভূঃ।” (চতুর্থোহ্লাসঃ ১০-১২ শ্লোক)

—“যিনি পরমাত্মা ও পরমব্রহ্ম তাঁর সঙ্গে একমাত্র তোমারই সাক্ষাৎ সম্বন্ধ ও নিত্য সম্বন্ধ। তুমি তাঁর পরা প্রকৃতি। শিবে! তোমার থেকেই সমুদয় ব্রহ্মাণ্ড সমুৎপন্ন হয়েছে, সুতরাং একমাত্র তুমিই নিখিল জগতের জননী। ভদ্রে! মহত্ত্ব অবধি পরমাণু পর্যন্ত এই সমুদয় চরাচর জগৎ তোমার দ্বারাই সমুৎপাদিত হচ্ছে এবং এই সমুদয় জগৎ তোমারই অধীন। তুমি সকলেরই অদ্যা, সমুদয় মহাবিদ্যা, সিদ্ধিবিদ্যা, বিদ্যা ও উপবিদ্যা তোমার থেকেই উৎপন্ন হয়েছেন, এমনকি ব্রহ্মা, বিষ্ণু প্রভৃতি দেবগণ এবং আমিও তোমার থেকেই উৎপন্ন হয়েছি। অর্থাৎ তুমিই আমাদের জননী।’

দেবীভাগবতে যিনি নিজেই সে-কথা বারবার বলেছেন—সেই সত্তাই সাধারণ পল্লীমাতার রূপ ধারণ করে বলে গেলেন: “বিশ্বব্রহ্মাণ্ড সবাই আমার সন্তান।” বাল্যকাল থেকেই তিনি নিজের অসাধারণত্বের ইঙ্গিত পেয়েছেন। দলঘাস কাটবার সময় দেখতেন তাঁরই মতো আর-একটি মেয়ে সঙ্গে সঙ্গে থেকে দলঘাস কেটে দিচ্ছে— এক আঁটি রেখে এসে দেখছেন, সে আর-এক আঁটি রেখেছে; কামারপুকুরে খিড়িকির দরজা দিয়ে হালদারপুকুরে স্নানে যাওয়ার সময় কোথা থেকে তাঁরই সমবয়সী আঁটিটি মেয়ে এসে তাঁর সঙ্গে স্নান করত, তাঁকে আবার পৌঁছিয়ে দিত (মহামায়ার আঁট সখী)। পরবর্তিকালে তাঁর নিজের সাক্ষাৎ উপলব্ধি এবং শ্রীরামকৃষ্ণদেবের কথায় সে-সবের সমর্থন ও সাক্ষাৎ জগন্মাতাজ্ঞানে তাঁকে পূজা—এ-সবও তো হয়েছিল। কিন্তু কখন কোথাও, তাঁর জীবনের আবরণে এই বিপুল মহিমা বিন্দুমাত্র ‘অহং’ - এর ছায়াপাত করতে পারেনি। যদি পারত, তবে কারও পক্ষে কোন মুহূর্তেও তাঁকে ‘ঘোর বন্ধ’ ভাবা সম্ভবই হতো না। আর সম্ভব হতো না স্বামী বিবেকানন্দ, স্বামী ব্রহ্মানন্দ, স্বামী সারদানন্দ প্রমুখ কয়েকজন বাছা বাছা সন্তান ছাড়া আর কারও পক্ষে ‘মা’ বলে তাঁর কাছে অগ্রসর হওয়া। এইরূপ হয়েও তিনি যে নিজেকে ব্রহ্মজ্ঞানীর মতো দেখিয়েছিলেন, আধ্যাত্মিকতা-সমুজ্জ্বল জীবন নিয়েও নিজেকে সাধারণ পল্লীমাতার ন্যায় বা সাধিকার ন্যায় দেখিয়ে জাগতিক কর্মে, সংসারে লিপ্ত হয়ে রইলেন, ইহা শুধুমাত্র আমাদের কাছে আদর্শ স্থাপনের জন্য। যে-আদর্শ শ্রীরামকৃষ্ণ নিজের জীবনে দেখিয়েছেন, নবযুগের যে-আদর্শের কথা স্বামী বিবেকানন্দ প্রাচ্য ও পাশ্চাত্য উভয় স্থানেই বারবার মুক্তকণ্ঠে ঘোষণা করে গিয়েছেন—আধ্যাত্মিকতার সঙ্গে কর্মোদ্যমের মিলন।

এটাই যুগধর্ম। আধ্যাত্মিকতাকে বাদ দিয়ে কেবল জাগতিক কর্মে উন্মত্তের মতো লিপ্ত থাকা নয়, আবার আধ্যাত্মিকতার দোহাই দিয়ে কর্ম ত্যাগ করাও নয়। শ্রীভগবানই সব হয়ে রয়েছেন, সব কর্মই তাঁরই সেবা—এই ভাবই জাগতিক কর্ম ও আধ্যাত্মিকতার সংযোগসেতু—যে-সেতুবন্ধন অতি সাধারণ মানুষের পক্ষে যেমন সম্ভব, তেমনি সম্ভব উচ্চ আধ্যাত্মিকতার পক্ষেও। সেটাই জীবনে দেখাতে অবতীর্ণ হয়েছিলেন ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণ, আর তাঁরই সহায়করূপে এসেছিলেন মহাশক্তি স্বয়ং আমাদের শ্রীমা সারদাদেবী রূপে। এবারই শুধু নয়, ভগবান যখনই অবতীর্ণ হন, তখনই তাঁর শক্তি সঙ্গে আসেন তাঁর কাজে সহায়তা করতে। পরাশর মুনি মৈত্রেয়ীকে বলেছেন:

“এবং যদা জগৎস্বামী দেবদেবো জনার্দনঃ।

অবতারং করোতেষ তথা শ্রীস্তুং-সহায়িনীঃ।।”

(বিষ্ণুপুরাণ, ১ম অংশ, ৯ম অধ্যায়, ১৪০ শ্লোক)

—এরকম জগৎপতি দেবাদিদেব জনার্দন যখনই অবতীর্ণ হন তখনই তাঁর শক্তি লক্ষী ও সহায়িনীরূপে সঙ্গে আসেন।

শ্রীমা সারদাদেবী যে পূর্ব- পূর্ব অবতারের সঙ্গে সীতাদেবী, শ্রীরাধা প্রভৃতি রূপে অবতীর্ণ হয়েছিলেন, তাও নিজেই স্বয়ং বা ইঙ্গিতে বলেছেন।

আমাদের মাতৃজাতি আধুনিক যুগসন্ধিকালে বহিজীবনে যিনি যাই করুন, তাঁদের অন্তর্জীবন যেন সদা নিবন্ধদৃষ্টি থাকে শ্রীমা সারদাদেবীর অমল-ধবল চির-প্রশান্তি স্নিগ্ধ অধ্যাত্মজীবনের প্রতি। আমাদের জাতীয় চরিত্রগঠনে তা বিপুলভাবে সহায়ক হবে। কুমারী কন্যারূপে, বিবাহিত স্ত্রীরূপে, জননীরূপে—সর্বাবস্থাতেই পুরুষের চরিত্রের উপর নারী-চরিত্রের প্রভাব প্রচণ্ড। স্বামীজী বলছেন যে, মায়েরা উন্নত হলে তাঁদের সন্তানদের মহৎ কীর্তি দেশের মুখ উজ্জ্বল করতে পারবে, আর তখনই হবে দেশে সংস্কৃতি, পরাক্রম, জ্ঞান ও ভক্তির পুনরুজ্জীবন। সনাতন ভারতের যোগ্য সন্তান বলে আমরা বুক ফুলিয়ে নিজের পরিচয় দিতে পারব সেই দিনই।

‘সংসারে দাসীর মতো থাকবে’

স্বামী শিবদানন্দ

রামকৃষ্ণ মিশন ইনস্টিটিউট অব কালচার

সব যুগেই দেখা যায় জনসমষ্টির মুষ্টিমেয় বা অতি অল্পসংখ্যক মানুষ ভগবানকে পাওয়ার জন্য সরাসরি ত্যাগের পথ বেছে নেয়। ত্যাগের পথ বড়ো কঠিন পথ। ত্যাগব্রতীরা বলেছেন : ‘ক্ষুরস্য ধারা নিশিতা দূরতয়া’ — আত্মজ্ঞানের পথ ক্ষুরের উপর দিয়ে চলার মতোই কঠিন। কারণ ত্যাগব্রতীর কাছে ভগবান ও সে নিজে ছাড়া অন্য কোনও কিছুই স্থান নেই। ত্যাগব্রতীর সঙ্গে রয়েছে তার বিবেক ও বিচারবুদ্ধি। এ-বড়ো কঠিন পথ। খুব মুষ্টিমেয় মানুষই এ-পথে যেতে পারে। কিন্তু তার মানে এই নয় যে, ধর্ম মুষ্টিমেয়ের জন্য। সংসারে যাঁরা থাকবেন তাঁরাও ধর্মজীবন যাপন করবেন। যুগাবতার ভগবান শ্রীরামকৃষ্ণ এযুগের সংসারী মানুষের জন্য যুগোপযোগী পথের কথা বলেছেন। এযুগের যুগোপযোগী পথটি হল : ‘সংসারে দাসীর মতো থাকবে; দাসী সব কাজ করে, কিন্তু দেশে মন পড়ে আছে। মনিবের ছেলেদের মানুষ করে; বলে আমার হরি, কিন্তু জানে, ছেলে আমার নয়’।

সংসারে ‘দাসীর মতো’ থাকার অর্থ অনাসক্ত হয়ে সংসার করা। দাসী কীভাবে কাজ করে সেটাই আমাদের শিক্ষণীয়, সংসারে অনাসক্ত হয়ে থাকার জন্য। মনিব যেমন কাজ আশা করেন দাসী বিরক্ত না হয়ে আনন্দসহকারে সেসব কাজ সম্পাদন করে। দাসী মনিবের মন জুগিয়ে কাজ করে। ভালো কাজ করলে মনিব দাসীর সুখ-সুবিধার প্রতি যত্নবান হন, প্রয়োজনের থেকে দাসীকে অতিরিক্ত জিনিসপত্র দেন। মনিবের মনের মতো কাজ না করলে মনিব তাকে কাজ থেকে বরখাস্ত করতে পারেন। যদিও বা কাজে রাখেন তাহলেও বেতন বৃদ্ধি ও অন্যান্য সুখ-সুবিধার দিকে নজর দেন না।

আমরা অনেক দাসীর ক্ষেত্রে দেখি, দীর্ঘদিন মনিবের বাড়িতে থাকতে থাকতে ঐ পরিবারের সঙ্গে দাসীর একটা আপন আত্মীয়তার বোধ তৈরী হয়ে গিয়েছে। দাসীর কথাবার্তা, আচার-আচরণ দেখে তাকে ঐ সংসারের বাইরের মানুষ বলে মনে হয় না। যেন সে-ও সংসারের আপনজন। কিন্তু দাসী ভালভাবেই জানে, ‘এ সংসার আমার নয়। আমার সংসার দেশ-পাড়াগাঁয়ে।’ দাসী ভালভাবে জানে এ বাড়ি-ঘর, এ-সংসার তার নয়। মনিবের সঙ্গে দাসীর সম্পর্ক শ্রম ও অর্থের। এই ভেবে দাসী যদি মনিবের সুখ-সুবিধা ও অন্যান্য দিকের প্রতি নজর না দিয়ে কাজ করে তাহলে মনিবের সঙ্গে দাসীর একটা মানসিক দূরত্ব তৈরী হয়। ফলে দাসী কাজ করে অর্থ পায় ঠিকই, কিন্তু মনের মধ্যে একটা অশান্তি তৈরী হয়। মনিবের পরিবারে থেকেও যেন মনে হয়, কোথাও একটা দূরত্ব তৈরী হয়েছে।

এরকমই একটি ঘটনা দেখতে পাই হরিপদ মিত্রের কর্মজীবনে। তিনি একটি নামকরা প্রতিষ্ঠানে কাজ করতেন এবং ভালো টাকা বেতনও পেতেন — যেটি সব মানুষের লক্ষ্য হয়ে থাকে। অথচ এমন ভালো চাকরি পেয়েও একদিনের জন্যও তিনি সুখী হননি। কারণ অফিসের ওপর ওয়ালাদের সঙ্গে তাঁর বড় একটা বনতো না। তাঁরা সামান্য কিছু একটা বললে তাঁর মাথা গরম হয়ে যেত। হরিপদ মিত্র তাঁর এই মানসিক অশান্তির কথা স্বামীজীকে বলায়, স্বামীজী বলেন : ‘কিসের জন্য চাকরি করছ? বেতনের জন্য তো? বেতন তো মাসে মাসে ঠিক পাচ্ছ, তবে কেন মনে কষ্ট পাও? আর ইচ্ছা হলেই যখন চাকরি ছেড়ে দিতে পার, কেউ নোঁধে রাখেনি, তখন বিষম বন্ধনে পড়েছি ভেবে, দুঃখের সংসারে আরও দুঃখ বাড়াও কেন? আর একটা কথা, বল দেখি, যার জন্য বেতন পাচ্ছ, অফিসের সেই কাজগুলো করে দেওয়া ছাড়া, তোমার ওপর ওয়ালারা সাহেবদের সন্তুষ্ট করার জন্য কখনও কিছু করেছ কি? কখনও সেজন্য চেষ্টা করনি, অথচ তারা তোমাব ওপর সন্তুষ্ট নয় বলে তাদের ওপর বিরক্ত। এটা কি বুদ্ধিমানের কাজ?’ প্রত্যেক কর্মচারীর অফিসের নির্দিষ্ট কাজ ছাড়াও অফিসের অন্যান্য বিষয়ে সংশ্লিষ্ট কর্মীর একটা দায়বদ্ধতা থাকে। সেই দায়বদ্ধতা যখন কর্মী এড়িয়ে যায় তখন ওপর ওয়ালার সঙ্গে কর্মীর একটা দূরত্ব তৈরী হয়। আর সেই দূরত্ব বাড়তে বাড়তে এমন একটা জায়গায় পৌঁছায় যে, সব কিছু থেকেও, সব কিছু পেয়েও কর্মীটি মানসিক অশান্তিতে ভুগতে থাকে। শুধু তাই নয়, ওপর ওয়ালার প্রতি বিরূপ মনোভাব কাজের মধ্যে প্রকাশ পায়। সুস্থ মানসিকতায় কাজ আর অসুস্থ মানসিকতায় কাজ—এর মধ্যে অনেক পার্থক্য থেকে যায়। এক্ষেত্রে মানসিক অশান্তি এড়ানোর উপায় কী? মানসিক অশান্তি এড়ানোর উপায় ‘দাসীর মতো’ কর্মক্ষেত্রে ভূমিকা পালন করা। দাসী বাবুর-সংসারে বাবুর মন জুগিয়ে কাজ করে। ফলে, বাবুর সঙ্গে দাসীর একটা মানবিক সম্পর্ক তৈরী হয়। আর সেই মানবিক সম্পর্কের খাতিরে দাসী বাবুর বাড়িকে দেখিয়ে বলে ‘আমাদের বাড়ি’। দাসীর মানসিকতা সবক্ষেত্রে প্রযোজ্য—কি কর্মক্ষেত্রে, কি বাড়িতে—সর্বত্র।

দাসী বাড়ির সব কাজ করে নিজের বাড়ি মনে করে, কিন্তু দাসী ভালোভাবে জানে, মনিবের বাড়িটা আমার বাড়ি নয়, আমার বাড়ি দেশপাড়াগাঁয়ে—অর্থাৎ মালিকানার ভাব দাসীর নেই। বাড়িতে স্বামী ভাবেন, স্ত্রী তাঁর মনোমতো কাজ করবেন, সবসময়ে তাঁর অনুগত হয়ে

থাকবেন, সন্তানও বাবার কথা শুনে চলবে। আবার অপরদিকে স্ত্রী চান, স্বামী ও সন্তান তাঁর কথা মেনে চলবে। সন্তানও চায়, বাবা ও মা তার কথা মেনে চলুক। অর্থাৎ প্রত্যেকের মনের গভীরে তীব্র ইচ্ছা থাকে, অন্যের ওপর কর্তৃত্ব করার। তখনই বাধে সংঘর্ষ। কেন এমন হয়? সবাই তো খাওয়া-পড়া নিয়ে বেশ ভালো আছে। মানুষ নির্দিষ্ট গন্ডির মধ্যে সীমাবদ্ধ হয়ে থাকতে চায় না। কেন চায় না? সেই উত্তরটি দিয়েছে বেদান্তঃ বেদান্তের মতে, প্রতিটি মানুষই স্বাধীনতা চায় কারণ অন্তরে সে নিত্যমুক্ত ব্রহ্ম।

মানুষ নিজেকে নির্দিষ্ট গন্ডির মধ্যে সীমাবদ্ধ রাখতে চায় না—জীবনের বিস্তার ঘটতে চায়। বিস্তার ঘটতে গিয়ে মানুষের মনের অগোচরে কর্তৃত্বের ভাব স্বাভাবিকভাবে চলে আসে। আবার অপরদিকে আধ্যাত্মিক উন্নতির জন্য একান্ত প্রয়োজন নিরাসক্ত হওয়া—অর্থাৎ কর্তৃত্বের ভাব বর্জন করা। এটা কি সম্ভব? হ্যাঁ সম্ভব। গৃহী, সন্ন্যাসী সবাইকেই কর্তৃত্বের ভাব ত্যাগ করতে হবে। আমরা অনেক সাধুর কথা শুনেছি ও দেখেছি, তিনি প্রচুর পরিশ্রম করে একটি কেন্দ্র তৈরি করেছেন। কেন্দ্রটি পরিপূর্ণভাবে সবকিছু হয়ে যাবার পর, মঠ ও মিশনের প্রধান কার্যালয় থেকে আদেশ এলো, তাঁকে অন্য কেন্দ্রে যেতে হবে। কোনওরকম দ্বিধা না করে, তিনি অন্য কেন্দ্রে চলে গেলেন। আবার অনেক সন্ন্যাসী নিজেদের কর্মক্ষেত্রে প্রচুর কাজ করেছেন, এখন সবকিছু ছেড়ে দিয়ে অবসরজীবন-যাপন করছেন। এটা সম্ভব হলো কী করে? কারণ এখানেও সেই দাসীর ভাব—সব কাজ করেছেন, কর্তৃত্ব বর্জন করে। ঠাকুরের কাজ ভেবে সব কাজ করেছেন, কর্তৃত্ব বর্জন করে। সেইজন্য তাঁরা নিজেদের কখনও আশ্রমের মালিক মনে করতেন না।

এখানে প্রশ্ন উঠতে পারে : তাঁরা ত্যাগী, সন্ন্যাসী আর আমরা গৃহী, আমাদের পক্ষে কি সম্ভব? আমরা প্রত্যেকে বিভিন্ন পেশায় জড়িয়ে আছি—কেউ চাকরি, কেউ ব্যবসা ইত্যাদি। আপনি একটু বিচার করলে দেখতে পাবেন, আপনার অফিসে, কর্মীহিসেবে আপনি নিজের মনে করে রোজ কাজ করেন। রুম নোংরা থাকলে আপনি রেগে যান, পাখা কাজ না করলে নিজেই সারানোর ব্যবস্থা করেন, টেবিল-চেয়ার সুন্দরভাবে সাজিয়ে রাখেন। সবই যেন নিজের। অথচ ছুটি হলেই সব ভুলে বাড়ির উদ্দেশ্যে রওনা দেন। নিজের বলে ভাবলেও ওই অফিসের মালিক যে আপনি নন একথা ভালোভাবেই জানেন। তার মানে আপনি জানেন, বড় মানুষের বাড়ির দাসী হয়ে কীভাবে কাজ করতে হয়। কিন্তু এটা আমরা কখনও ভাবিওনি, লক্ষ্যও করিনি। আপনি অফিসে নিজের যে মানসিকতা, শক্তি ও দক্ষতা দেখান, সেটা বাড়িতে নিয়ে আসতে হবে।

সমাজ-সংসারের জন্য যা-কিছু করবে প্রত্যাশা ছাড়া করব, অনাসক্তভাবে করব। অর্থাৎ কোনও প্রতিদান আশা না করে, কর্তব্য পালন করব। আপনি ছেলে-মেয়েকে মানুষ করার সময় আশা করবেন না যে, তারা ভবিষ্যতে আপনাকে দেখবে। এক্ষেত্রে আমাদের মানসিকতা কীরকম হওয়া উচিত? এক্ষেত্রে আমাদের দাসীর মানসিকতা হওয়া উচিত। যেমন দাসী, মনিবের ছেলেকে মানুষ করে, আর বলে—হরি আমার বড় দুষ্ট হয়েছে। আমার হরি মিষ্টি খেতে ভালোবাসে না ইত্যাদি। ‘আমার হরি’ মুখে বলে বটে, কিন্তু দাসী জানে যে, হরি আমার নয়, মনিবের ছেলে। দাসী তার সাধ্যমতো মনিবের ছেলেকে সেবা দিচ্ছে, ভবিষ্যতে ঐ ছেলের কাছ থেকে কোনও প্রত্যাশা ছাড়াই। অথচ যেন মনে হচ্ছে, তার নিজের সন্তান। আসলে তার ছেলে হয়তো পাড়াগাঁয়ে আছে। এখানে গ্রামের ছেলের প্রতি দাসীর ভালবাসা আছে আবার ত্যাগও আছে। কারণ মনিবের বাড়িতে থাকার জন্য নিজের ছেলের প্রতি যত্ন নিতে পারে না। আবার বাবুর বাড়িতে কাজ করে যে-অর্থ দাসী পায়, তাই দিয়ে ছেলের ও সংসারের প্রয়োজন মেটায়। ‘আমার হরি’ বললেও অর্জিত অর্থ দাসী হরির জন্য কোনও কাজে লাগায় না। এখানে হরির জন্য দাসীর অমূল্য দান আছে। কী সেই দান? হরির বড় হওয়ার জন্য প্রয়োজন ছিল শ্রমের আর দাসীর প্রয়োজন ছিল অর্থের। উভয়েই জানে কেউ কারও আপন নয়। অথচ প্রত্যেকের প্রত্যেকের প্রতি ভালবাসা আছে। সেইজন্য ছেলে-মেয়েকে মানুষ করার সময় কোনোকিছু আশা করবেন না যে, তারা আপনাকে দেখবে। দেখলে খুব ভালো, না দেখলে আরো ভালো। ঘুম থেকে উঠেই আশা করবেন না যে, স্ত্রী বেড-টা নিয়ে আসবেন। যদি আনেন তো ভালই, না আনলেও নিজে চা তৈরী করে খান আনন্দসহকারে। প্রতিকূল পরিস্থিতিতে দুঃখ না করে, আনন্দকে খুঁজে বের করতে হবে। এই আনন্দকে খুঁজে বের করার জন্য আমাদের সংকীর্ণ মানসিকতা ত্যাগ করে, মনকে যতদূর সম্ভব সাধ্যমতো উদার করতে হবে। মনকে উদার করার উপায় বলেছেন শ্রীরামকৃষ্ণঃ : তাই যারা আসে, তাদের আমি বলি, সংসার কর না কেন, তাতে দোষ নাই। তবে ঈশ্বরের মন রেখে কর, জেনো যে, বাড়ি-ঘর, পরিবার আমার নয়, এ সব ঈশ্বরের। আমার ঘর ঈশ্বরের কাছে। সংসারে দাসীর মতো থেকে ঈশ্বরকে ভালোবাসলে বিবেক-বৈরাগ্য আপনি আসে। তাঁর প্রতি ভালবাসা যখন আসে তখন স্ত্রী-পুত্র, আত্মীয়-কুটুম্বের উপর সে মায়ার টান থাকে না। দয়া থাকে। সংসার বিদেশ বলে বোধ হয়, একটি কর্মভূমিমাত্র বোধ হয়।

দেখা হবে

শীর্ষেন্দু মুখোপাধ্যায়

প্রখ্যাত সাহিত্যিক

নকশি কাঁথার মতো বিচিত্র এক পৃথিবী ছিল আমাদের শৈশবে। এখনও পায়ের তলায় পৃথিবীর মাটি, চারিদিকে গাছপালা, মাথার ওপর আকাশ। বুক ভরে শ্বাস টেনে দেখি। না, শীতের সকালে কুয়াশায় ভেজা বাগান থেকে যে রহস্যময় বন্য গন্ধটি পাওয়া যেত তা আর পাওয়া যায় না। আমাদের সাঁওতাল মালি বিকেলের দিকে পাতা পুড়িয়ে আগুন জ্বালত। সেই গন্ধ কতবার আমাকে ভিন্ন এক জন্মের স্মৃতির দিকে টেনে নিয়ে গেছে। আর আর মনে আছে মায়ের গায়ের ঘ্রাণ। সে গন্ধে ঘুমের ভেতরেও টের পেতাম, মা অনেক রাতে বিছানায় এল। মা'র দিকে পাশ ফিরে শুতাম ঠিক। তখন নতুন ক্লাসে উঠে নতুন বই পেতাম ফি বছর। কী সুঘ্রাণ ছিল সেই নতুন বইয়ের পাতায়। মনে পড়ে বর্ষার কদম ফুল কুড়িয়ে এনে বল খেলা। হাতে পায়ের কদমের রেণু লেগে থাকত বুঝি। কী ছিল! কী থাকে মানুষের শৈশবে! বিকেলের আলো মরে এল যেই অমনি পৃথিবীটা চলে যেত ভুতেদের হাতে। এক ঘর থেকে অন্য ঘরে যাওয়া ছিল ভারী শক্তি। বিশাল বাড়িতে কয়েকটি প্রাণী আমরা গায়ে-গায়ে ঘেঁষে থাকতাম। ভোরের আলোটি ফুটতে-না-ফুটতে ঘুম ভেঙে লাফ দিয়ে বিছানা থেকে নেমে ছুটতাম বাইরে। বাইরেটাই ছিল বিস্ময়ের। সূর্য উঠছে, আকাশটা নীল, গাছপালা সবুজ। সব ঠিক আগের দিনের মতোই। তবু অবাক হয়ে দেখতাম, মনে হত, গতকাল ঠিক এরকম দেখিনি তো। সেই আনন্দিত ছেলেবেলায় একটা দুঃখের ঘটনা ঘটে গেল। আমার ছোটকাকা মৃত্যুশয্যা। মাত্র দেড় বছর আগে কাকিমা এসেছেন ঘরে। একটি ফুটফুটে মেয়েও হয়েছে। সে তখন হাত পা নেড়ে উপুড় হয়, কত আহ্বাদের শব্দ করে। তবু বউ মেয়ে রেখে ছোটকাকার মরণ ঘনিয়ে এল। বিকেলে শ্বাস উঠে গেছে। দাদু তখন বাইরের বারান্দায় বসে আছেন। বাঁ-হাতে ধরা তামাকের নল, কক্ষেতে আগুন নিবে গেছে কখন। সন্দের পর জ্যোৎস্না উঠেছে সেদিন। দাদু সেই জ্যোৎস্নায় পা মেলে বসে আছেন। ভিতর বাড়িতে কান্নার শব্দ উঠেছে। বাবা আর জ্যাঠামশাইরা এসে দাদুকে ডাকলেন।

—আসুন, প্রিয়নাথকে একবার দেখবেন না?

দাদু খড়মের শব্দ তুলে ভিতর বাড়িতে এলেন। তার মুখখানা একটু ভার দেখাচ্ছিল, আর কিছু নয়। ছোটকাকা তখন বড়-বড় চোখে চারিদিকে তাকাচ্ছেন। কাকে যেন খুঁজছেন। কী যেন খুঁজে পাচ্ছেন না। বারবার বলছেন—তোমরা সব চুপ করে আছ কেন? কিছু বলো, আমাকে কিছু বলো।

জ্যাঠামশাই নীচু হয়ে বললেন—কী শুনতে চাও প্রিয়নাথ?

ছোটকাকা ক্লান্ত, বিরক্ত হয়ে বললেন—আমি কী জানি। একটা ভালো কথা, একটা সুন্দর কথা কিছু আমাকে বলো, আমার কষ্ট ভুলিয়ে দাও। আমি কেন এই বয়সে সবাইকে ছেড়ে যাচ্ছি—আমার মেয়ে রইল, বউ রইল—আমার এই কষ্টের সময় কেউ কোনও সুখের কথা বলতে পারো না!

বড় কঠিন সেই পরীক্ষা। কেউ কিছু বলতে পারে না। সবাই কেবল মরণোন্মুখ মানুষটার মুখের দিকে চেয়ে থাকে, কথা খুঁজে পায় না। কিন্তু প্রত্যেকেরই চোঁট কাঁপে।

একজন অতি কষ্টে বলল—তুমি ভালো হয়ে যাবে প্রিয়নাথ।

শুনে ছোটকাকা ধমকে বললেন—যাও যাও—।

আর একজন বলল—তোমার মেয়ে বউকে আমরা দেখব, ভয় নেই।

শুনে ছোটকাকা মুখ বিকৃত করে বললেন—আঃ, তা তো জানিই, অন্যকিছু বলো।

কেউ কথা খুঁজে পাচ্ছিল না।

সেই সময়ে দাদু ঘরে এলেন। স্বাভাবিক ধীর পায়ের সঙ্গে বসলেন ছোটকাকার বিছানার পাশে। ছোটকাকা মুখ ফিরিয়ে তাঁকে দেখে বললেন—বাবা, সারাজীবন আপনি কোনও ভালো কথা বলেননি, কেবল শাসন করেছেন। এবার বলুন।

সবাই নিস্তর। সেই নিস্তরতায় একটা পাহাড়প্রমাণ ঢেউ অদৃশ্য থেকে এগিয়ে আসছে। ছোটকাকাকে জীবনের তীরভূমি থেকে অথই অন্ধকারের এক সমুদ্রের দিকে নিয়ে যাবে বলে ঢেউটা আসছে, আসছে। আর সময় নেই। ছোটকাকার জিভটা এলিয়ে পড়েছে, বারবার চোখ বন্ধ হয়ে আসছে, মুখ প্রবল ব্যথায় বিকৃত।

দাদু একটু ঝুঁকে শান্তস্বরে বললেন—প্রিয়নাথ, আবার দেখা হবে।

কী ছিল সেই কথায়। কিছুই না। অতিথি অভ্যাগত বিদায় দেওয়ার সময় মানুষ যেমন বলে, তেমনি সাধারণভাবে বলা। তবু সেই কথা শুনে মৃত্যুপথযাত্রী ছোটকাকার মুখ হঠাৎ আনন্দে উদ্ভাসিত হয়ে গেল। তিনি শান্তভাবে চোখ বুজলেন। ঘুমিয়ে পড়লেন।

এসব অনেকদিন আগের কথা। নকশিকাঁথার মতো বিচিত্র সুন্দর শৈশবের পৃথিবী কোথায় হারিয়ে গেছে। সেই সুন্দর গন্ধগুলো আর পাই না, তেমন ভোর আর আসে না। মায়ের গায়ের সুঘ্রাণের জন্য প্রাণ আনচান করে। পৃথিবী বিবর্ণ হয়ে যাচ্ছে ক্রমে। বুড়ো গাছের মতো শুকিয়ে যাচ্ছে আমার ডালপালা। খসে যাচ্ছে পাতা। মহাকালের অন্তঃস্থলে তৈরি হচ্ছে একটি ঢেউ। একদিন সে এই পৃথিবীর তীরভূমি থেকে আমাকে নিয়ে যাবে।

বুকের মধ্যে শৈশবের একটি কথা তীরের মতো বিঁধে থরথর করে কাঁপছে আজও। সেই অমোঘ ঢেউটিকে যখনই প্রত্যক্ষ করি, মনে-মনে তখনই ওই কথাটি বুকের মধ্যে কেঁপে ওঠে। শৈশবের সব ঘ্রাণ, শব্দ ও স্পর্শ ফিরিয়ে আনে। মায়ের গায়ের ঘ্রাণ পেয়ে যেমন ছেলেবেলায় পাশ ফিরতাম তেমনি আবার পৃথিবীর দিকে পাশ ফিরে শুই। মনে হয়, দেখা হবে। আবার আমাদের দেখা হবে।

With best compliments from :

Sobha Das Samanta



NTPC, Farakka



With best compliments from :

A Well Wisher



Jayabrata Chakraborty

শক্তির উপাসকই শান্ত

সঞ্জীব চট্টোপাধ্যায়

প্রখ্যাত সাহিত্যিক

স্বামীজী বলছেন, শক্তির উপাসকই শান্ত। পঞ্চমকার, শব সাধনা, কারণপান, পঞ্চমুখী, অং বং চং ইত্যাদি, যা আছে থাক। শক্তির বিভিন্ন প্রকাশ। শুভ-অশুভ। ধবংসাত্মক, গঠনাত্মক। হুই করে, হুই করে, হাও করে সময় ছুটছে। সৃষ্টির আদি থেকে আজ পর্যন্ত যত মানুষ মরেছে, এর হাড়গোড় যদি তাগাড় দিয়ে রাখা হত এভারেস্টের চেয়েও উঁচু একটা হাড়ের পাহাড় তৈরি হত। হাড়গুলো সব গেল কোথায়। সব ছাই হয়ে গেল। তান্ত্রিকদের শেষ সাধন হল শব সাধনা। ব্যাপারটা বেশ ইন্টারেস্টিং। এখন আর শব সাধনা হয় না। শব জোগাড় করা দুঃসাধ্য ব্যাপার। করলেও জেলে যেতে হবে। যাঁর জন্যে সাধনা তিনিও সাহায্য করবেন না। এক কালে নরবলিও দেওয়া হত। সে একটা যুগ ছিল বটে। রাত মানেই রহস্য। ঝোপ-ঝাড়, জঙ্গল। বন্য প্রাণী। চোর-ডাকাত, ঠ্যাঙ্গাড়ে, ফাঁসুড়ে, খুন-জখম, রাহাজানি। নারী নির্যাতন, হরণ। জমিদারদের দেশ সেবা। ম্যালেরিয়া, কালাজ্বর, প্লেগ। এরই মাঝে সংসার। নানা উৎসব। বেশির ভাগ মানুষের আয়ু পঞ্চাশ পেরত না। সেকালের বাঙালিরা জানত ধনকুবের হওয়ার যোগ্যতা তাদের নেই। ওসব শেঠজিদের ব্যাপার। বড় বাজার বাঙ্গালিদের জন্যে নয়। মাঠে, ঘাটে, হাটে বাঙালিদের গুলতানি। ভাত, ডাল, চচ্চড়ি। এক খিলি পান। এই হল বিলাসিতা। দাওয়ায় একটা মাদুর পেতে ছোট্ট একটু দিবানিদ্রা। বেলা শেষে মশকবাহিনীর জাতীয় সংগীত। কোথাও আলো, কোথাও অন্ধকার। মন্দিরে মন্দিরে সবেগে সন্ধ্যারতি। গৃহে গৃহে শঙ্খধ্বনি। স্বাগত সন্ধ্যা। পশ্চিম আকাশে ড্যাবড্যাবে একটি তারা। কুমড়োর ফালির মতো সপ্তমির চাঁদ। ডোবার জলে চিকচিকে আলো। ঘাস ফড়িং, জল ফড়িং সারা দিনের খাটাখাটির পর পাতার আড়ালে বিশ্রামে। হাঁসের পাল সারা দিন প্যাঁক প্যাঁক হর্ন বাজিয়ে ঢুকে গেছে কোটরে। তালপুকুরে নথ পরা সেই বনেদী রোহিত মৎস্যটি হঠাৎ হঠাৎ ঘাই মেরে জানাতে চাইছে, আমি একটা কেউকেটা। দর্পনারায়ণের নাতির জন্মদিনে আমাকে ছাড়া হয়েছিল সেই কবে। সময়ের শ্যাওলা জমেছে শরীরে। দত্তবাড়ির উঠানে কিসের ব্যস্ততা। মালসায় আগুন। ভারিক্কি চেহারার পদ্মমাসি ওই ছোট ঘরটায় ঢুকে কি করছে? নারী কণ্ঠের আর্তনাদ। নির্যাতন না কি? পরক্ষণেই শিশুর ক্রন্দন। শঙ্খধ্বনি। ছোট বউয়ের প্রথম সন্তান পৃথিবীতে বেড়াতে এল। রূপসী নন্দিনী মা হলেন। সামনের বৈশাখে সাতেরোয় পা দেবেন। দোতলার ঘরে বৃদ্ধ গৃহকর্তা আরাম কেদারায় অর্ধশায়িত। মুগুরভাঁজা শরীরে সেই শক্তি আর নেই। অনেক ছাগল খেয়েছেন। মাছের মাথা। এদিক-সেদিক অনেক করা গেছে। তন্ত্রও করেছেন। তবে ঈশ্বরলাভের জন্যে নয়। ভগবানের কোলেই ত বসে আছেন, নতুন করে পাওয়ার কি আছে! ‘সকলি তোমারি ইচ্ছা’। গুরুর নির্দেশ, শক্তি থাকতে থাকতে ভোগের পাঁটটা চুটিয়ে করে নাও। তারপর তো অটোমেটিক ত্যাগ। শ্বাসকষ্ট, হাঁটুতে জং কোমরে খিল। দুমুঠো টাকা এক মুঠো শক্তি, কয়েক বছরের ধৈর্য নাচ, তাপর আমার কথাটি ফুরলো, নটে গাছটি মুড়লো। কয়েক বছরের মোড়লি শেষ হল। দাদা থেকে দাদু। গতি থেকে পরমগতি। কৃতী থেকে নিষ্কৃতি। যৌবনকালে সরপড়া খাঁটি দুধ। বয়েস বাড়ছে, দুধে জল বাড়ছে, শেষে ছানা। আবার কোথায় কার ছানা। ছানা শব্দটা ইঙ্গিতবাহী। হজমশক্তি কমছে। খাদ্যতালিকা ক্রমশই সংক্ষিপ্ত হচ্ছে। একেবারে শেষ কালে ‘হরি’ বলে কয়েক ফোঁট গঙ্গাজল। ‘জগা যম জিনতে চায়’। একটি সত্য ঘটনা। এই জগারই সৃষ্টি ‘জগা খিচুড়ি’। কালীঘাটে মায়ের মন্দিরে যাওয়ার পথের ফুটপাথে একদিন একটি মানুষের আবির্ভাব হল। পরিধানে খাঁকি রঙের পোশাক। ফুটপাথই হল তার আস্তানা। ভালো নাম হয়তো ছিল। ডাক নাম জগা। এই জগা সৈন্যবাহিনীতে চাকরি করত। ছুটি হয়ে গেছে। তিন কুলে কেউ নেই। ইচ্ছে করলে ঘরভাড়া করে থাকতে পারত; কিন্তু কি হবে। আর যে-কটা দিন হাতে আছে পথের মানুষদের সঙ্গেই থাকা যাক। পড়ে থাকা জীবন। যে-সব জীবন ঘরে উঠবে না কোনো দিন। মা রয়েছেন মন্দিরে। সারা দিনই শুনছেন মানুষের শত দুঃখের কথা। দুঃখ কিন্তু ঘুচছে না। পৃথিবীর ধর্মণীর মূল প্রবাহই তো দুঃখ।

জগার কি কি ছিল? জাগতিক সম্পদ? পেলায় একটা টিনের কৌটো। আরো গোটা কতক ছোট ছোট কৌটো। একটা তোলা উনুন। বড় একটা মাটির হাঁড়ি, একটা চ্যাটাই। জগা খুব আমুদে মানুষ। তার নিজের কোনও দুঃখ নেই। তাকে দেখে লোকে দুঃখ পায়। অনেকেই বলতে লাগলেন, ‘এই আধপাগলা মানুষটা একজন সাধক-গুপ্ত যোগী।’ সকালে জগা ওই মস্ত কৌটোটা নিয়ে ভিক্ষায় বেরতো। কোনো চাহিদা নেই। যে যা দেয়। না দিলে না দেয়। বেলা বারোট নাগাদ জগার রান্না চাপল। হাঁড়িতে জল ফুটছে। কোনো বাছ-বিচার নেই। যে যা দিয়েছে সব ওই হাঁড়িতে। চাল-ডাল, তরি-তরকারি, শাক-পাতা। কি হচ্ছে? জগার খিচুড়ি-‘জগা খিচুড়ি’।

রান্না শেষ। জগা হাক পাড়ল, ‘ওরে। তোরা কে কোথায় আছিস, চলে আয়। ভোগ নেমেছে।’

ফুটপাথে বসে গেল ভোজসভা। শালপাতায় গরম গরম খিচুড়ি। অমৃতের মতো স্বাদ। ‘জগাদা। তোমার হাতে কি আছে গো?’ হাতে নেই রে।

হাটে আছে। ওই মন্দিরের মা! মায়ের শক্তি, প্রেম, ভালোবাসা। মা তোদের জন্য কাঁদেন। আদিগঙ্গার জল বাড়ে।’ জগা কি খায়? জগা খায় না, খাওয়ায়।

‘জগা দা। তুমি রাত্তিরে কোথায় যাও?’

‘ডাকাতি করতে যাই রে। মায়ের ধন-দৌলত যেখানে যা আছে, সব আমি লুটে নোবো রে। তোদের সব ভাগ করে দেবো।’

এর পরে এল সেই দিন। কালীঘাটের মানুষ দেখলেন। জগার অন্য রূপ। ফুল ইউনিফর্ম। পাক্সা সৈনিক। সবাই জিজ্ঞেস করছে, ‘জগা দা! তুমি কি যুদ্ধে যাচ্ছ?’

‘হ্যাঁ রে। বিরাট যুদ্ধ। যে-যুদ্ধে সব মানুষই হেরে যায়।’

কোমরে লম্বা একটা দড়ি। দড়ির আগায় বেঁধেছে সেই খালি টিনটা, এত দিন যেটা ছিল ভিক্ষাপাত্র। সেটা শরীরের পেছন দিকে এমনভাবে বুলছে, যেন রাস্তা স্পর্শ করে। ‘জগা দা। এটা তুমি কি করছ?’ – একটি বালকের প্রশ্ন।

‘যুদ্ধে যাব; বাজনা বাজবে না।’

জগা ছুটছে আর বলছে, ‘আজ জগা যম জিনতে যায়।’ অর্থাৎ জগা আজকে যমরাজকে জয় করতে যাচ্ছে। জগা, যম জিনতে যায়। ম্যারাথন দৌড়। রাস্তার এ মাথা থেকে ও মাথা, ও মাথা থেকে এ মাথা। অবশেষে আদিগঙ্গার দিকে। দৌড়-ঝাঁপ শেষ। ধীরে ধীরে, পারের নৌকা খুলে গেল – ‘জগা জম জিনতে যায়’ – হাড় মাসের খাঁচাটা পড়ে রইল। এই হল শক্তি। মাতৃগর্ভ থেকে বেরিয়ে এসেছি গুঁতিয়ে। এইবার ফেরার পালা। একেবারে কবিতার মতো। হু হু করে ছুটছে গাড়ি, চুল উড়ছে, উত্তরীয় এলোমেলো, মেঘ ভেসে যাচ্ছে পাশ দিয়ে। বিম্ব বিম্ব সঙ্গীত। অজস্র অগ্নি পিণ্ড, যাদের পৃথিবীতে থাকার সময় চিনেছিলুম ‘তারা’ নামে, সেই তারাদের জটলার পাশ দিয়ে – ফাঁক ফাঁক দিয়ে একটা অনুভূতিকে উড়িয়ে নিয়ে চলেছে এক মহাশক্তি, কোথায় কোনখানে, তা কে জানে!

With best compliments from :



Adhir Kumar Sahana



With best compliments from :

Ritopratin Dey



Rotterdam, Netherlands
Europe

Consciousness and Adoptability

Dr. T. G. K. Murthy
Fellow Academy of Sciences

Swamiji (Vivekananda) was taking rest at noon in the house of Srijut Girish Chandra Ghosh. The disciple arriving there saluted him and found that Swamiji was just ready to go to the garden-house of Gopal Lal Seal. A carriage was waiting outside. He said to the disciple, "Well come with me." The disciple agreeing, Swamiji got up with him into the carriage and it started. When it drove up the Chitpur road, on seeing the Gangâ, Swamiji broke forth in a chant, self-involved: etc. The disciple listened in silent wonder to that wave of music, when after a short while, seeing a railway engine going towards the Chitpur hydraulic bridge, Swamiji said to the disciple, "Look how it goes majestically like a lion!" The disciple replied, "But that is inert matter. Behind it there is the best intelligence of man working, and hence it moves. In moving thus, what credit is there for it?"

Swamiji: Well, say then, what is the sign of consciousness?

Disciple: Why, sir, that indeed is conscious which acts through intelligence.

Swamiji: Everything is conscious which rebels against nature: there, consciousness is manifested. Just try to kill a little ant, even it will once resist to save its life. Where there is struggle, where there is rebellion, there is the sign of life, there consciousness is manifested.

Conceptually, consciousnesses are all pervading. While in insentient consciousness is at base level in sentient life the consciousness is high. From ameba to human being the consciousness is the driving force. The degree of manifestation being different in ameba and man.

Consciousness helps us learn quickly in a changing world:

To understand human consciousness, we need to know why it exists in the first place. New experimental evidence suggests it may have evolved to help us learn and adapt to changing circumstances far more rapidly and effectively.

We used to think consciousness was a uniquely human trait, but neuroscientists now believe we share it with many other animals, including mammals, birds and octopuses. While plants and arguably some animals like jellyfish seem able to respond to the world around them without any conscious awareness, many other animals consciously experience and perceive their environment. The existence and its influence on life forms at bacterial and virus levels is unknown.

However, one must bear in mind that in life forms it is not the mightiest or intelligent that survive, but one which is adoptable to its environmental conditions survives and expands its domain.

Corona is a tiny virus that has adopted itself to humans and started causing devastating effects on human kingdom.

On one side, without distinction it attacked large population of human all over globe bringing unimaginable misery to them. It has widened the social, economic gaps between haves and have not. International, National outlooks have changed. Family strength and structural changes. As far as attack on human life on one side, 103-year-old woman recovers, 99-year-old veteran discharged from hospital and on the other side healthy young people lost their lives. In desert like situations cities are flooded with wilderness.

Climate change was so conspicuous one could see the blue skies clearly. Unpredictability has become a watchdog.

These spontaneous changes have awakened the human consciousness to think and adopt to new situations that the virus has brought. The internet has become a scary place. Instagram and Facebook are no longer a friendly

escape to see what friends and loved ones are up to, but now often filled with alarming posts regarding the pandemic. It's overwhelming for all of us...and the world at large is going through. If you filter through the negative news, you'll read about the everyday heroes, nurses and doctors on the frontlines and the soccer moms hand sewing masks. Hotels have opened their doors to medical professionals for their proximity to the hospitals. Positivity can be contagious, no matter who you are and how big or small an idea -- pursue it and pass on the good

On the other hand isolations to self protect have increased at all levels of humanity. New degradation levels to the extent of literal cannibalism have set in exploiting the fellow beings. The silver line in all these things is the humanism.

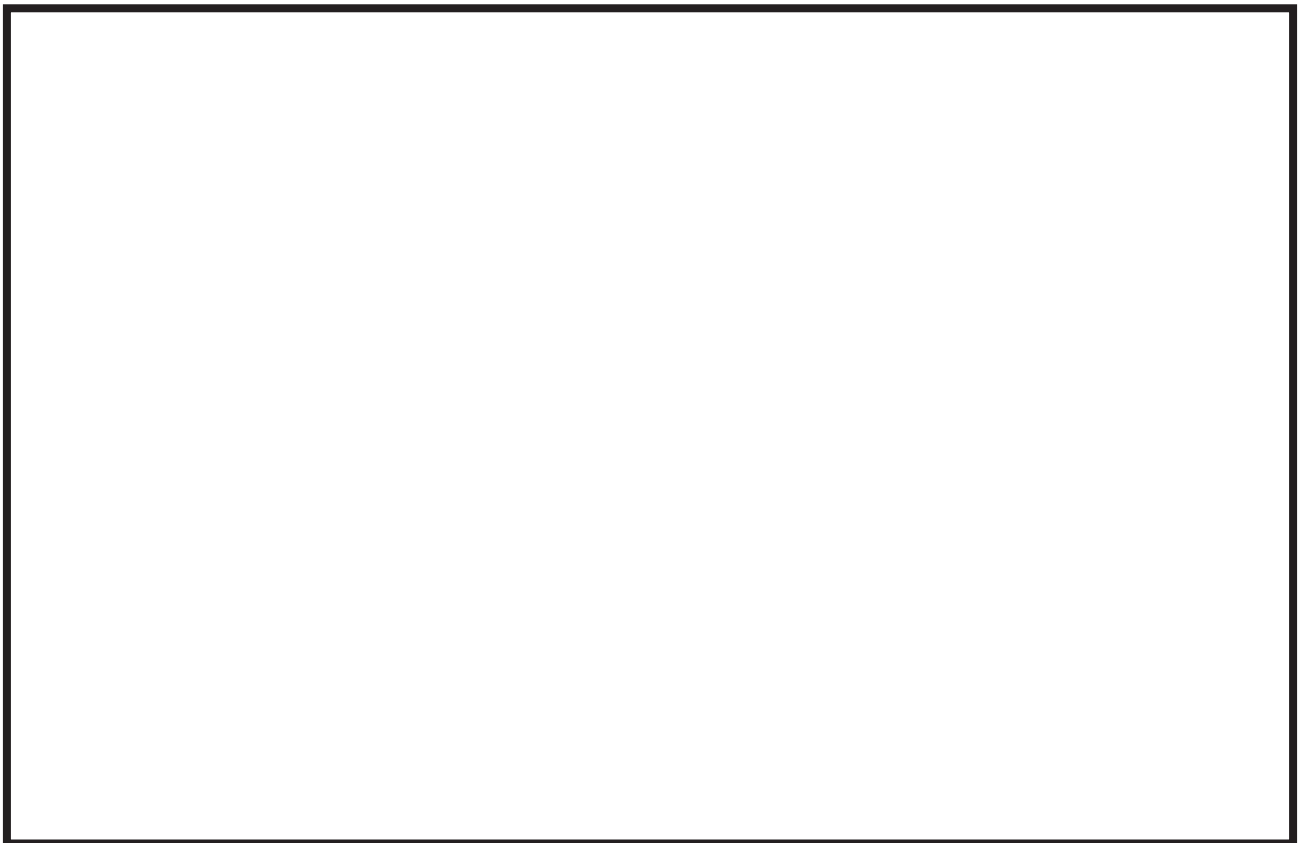
In human history it is seen that whenever an epidemic came, either natural or anthropogenic, human consciousness rised to new levels to combat the associated human misery, and it is invariably NGO played a pivotal role. Let us recall the train and associated consciousness mentioned in the opening paragraph. With reference to that wouldn't it be apt to say that NGOs became the tiny ants for self sustaining and saving millions of lives threatened by natural and anthropological disasters. Of Course they had to fight the mighty trains of pure materialistics. Their consciousness kept rising in commensurate to fight the odds in serving the living gods.

Inspired by Swami Vivekananda words that Jeevaradhane Shivaradhana many spiritual, secular organisations are doing service activities to uplift the underprivileged and down trodden, in terms of physical, mental, emotional and spiritual activities.

Now the unforeseen corona disaster has added to already existing problems, a host of new challenges.

Amaderarpan over the last few years has been doing outstanding service through extensive educational programs uplifting many. These activities now have to be rendered in new corona environments.

May Holy Trinity further strengthen their resolve, resources and requisites to continue their benchmark activities.



Preventing Iron Deficiency Anemia

Reeta Bandyopadhyay

(Completing Masters Degree in Dietetics from
Lipscomb University, Nashville, Tennessee, USA)

What is iron?

Iron is a mineral that is essential for human health. The purpose of iron is to carry oxygen in the hemoglobin of the red blood cells throughout the body in order for cells to produce energy.¹ Additionally, iron is important to help remove carbon dioxide from the body, various gastrointestinal processes, regulating body temperature, and keeping the immune system strong.¹

What is iron deficiency anemia?

Iron is important to consume in the diet because of the many important biological functions that it is involved with. One of these that is especially important is iron deficiency anemia. Iron deficiency anemia is a major health problem that occurs in India. An article in 2013 described that iron deficiency anemia was directly related to 20% of maternal deaths and associated with another 50% of maternal deaths.² The primary cause of iron deficiency anemia that leads to these deaths are inadequate intake of iron in the diet, a defect in the absorption process of iron in the body, increased iron requirements that happen during pregnancy and lactation, inadequate iron stores in the body, and many others.³

What foods contain iron?

Iron rich foods include red meats, poultry, fish, shellfish, legumes, nuts, seeds, cruciferous vegetables and diet fruit. Iron is more bio-available in meat products, but that does not mean that plant products are not good sources of iron. In order to absorb iron from plant sources it is important to consume a greater amount of these foods during each meal.

How can I ensure better absorption of iron?

Consuming foods that contain vitamin C also increase absorption of iron from foods!⁴ Vitamin C containing foods include citrus fruits, tomatoes, potatoes, red and green peppers, kiwi, broccoli, strawberries, brussels sprouts, and cantaloupe. In order to also absorb the most iron from food it is also important to avoid consuming calcium at the same time. Calcium rich foods include any dairy foods, green leafy vegetables, and many other products with added calcium. Calcium rich foods need to also be consumed in the diet for nutrient needs, but need to be eaten around two hours apart from one another to ensure the most absorption of iron. Iron supplements are also an option for those who are unable to eat enough iron rich foods for their needs, but these supplements may cause stomach upset and pain among other uncomfortable feelings.⁴

References

- Abbaspour N, Hurrell R, Kelishadi R. Review on iron and its importance for human health. Journal of research in medical sciences : the official journal of Isfahan University of Medical Sciences. 2014;19(2):164-174.
- Anand T, Rahi M, Sharma P, Ingle GK. Issues in prevention of iron deficiency anemia in India. Nutrition. Jul-Aug 2014;30(7-8):764-70. doi:10.1016/j.nut.2013.11.022
- Abu-Ouf NM, Jan MM. The impact of maternal iron deficiency and iron deficiency anemia on child's health. Saudi Med J. 2015;36(2):146-149. doi:10.15537/smj.2015.2.10289
- Fisher AEO, Naughton DP. Iron supplements: the quick fix with long-term consequences. Nutr J. 2004;3:2-2. doi:10.1186/1475-2891-3-2

অনাহারই অমর ভাইরাস

দীপক রঞ্জন কর
সদস্য, আমাদের অর্পণ

অনাহার ভাইরাস জগৎ ছাড়েনা
নতুন ভাইরাস আজ, করোনা
উপদ্রব বেশীদিন থাকবে না।
অনাহারে আজও কোটিতে মরে
করোনাতে সংখ্যাটা অনেক দূরে।
অনাহার ছুঁতে পারেনা যাদের
করোনা ছুঁতে পেয়েছে তাদের
তাইতো আলোড়ন বিশ্বে ওদের।
ধনীরা বাঁচে অনাহারিকে শুষে
অনাহার ভাইরাস রাখে পুষে।
আহারের সম বন্টন নিষিদ্ধ
ব্যাপারীরা এটা করেই প্রসিদ্ধ
গরিব হাটাতে গরিবি বাঁচাও
অনাহার ভাইরাসের আয়ু বাড়িও।
করোনাকে ব্যবসা করে আজ
ব্যাপারীরা পরেছে ধনের তাজ,
করোনার প্রভাব কমেতে মুক্তি
এটাই বিজ্ঞমহলে সকলের যুক্তি,
তবে কি সাধারণ আমি, অনাহারে
চলেছি মরণের পথে, হাহাকারে।



৩৩

৩৩



স্বাধীনতা এক্সপ্রেস

প্রসাদ রঞ্জন দাস

কথা ছিল এক অপরূপ দেশে যাব
নিয়ে যাবে বলে তৈরিও রেলগাড়ি
সহযাত্রীরা হয়ে গেছে জমায়েত
ইচ্ছা যাদের — সে দেশে জমায় পাড়ি।।

কেননা এ গাড়ি সেই দেশে নিয়ে যাবে
যেখানে মানুষ থাকবে না পরাধীন
পয়সা দিয়ে কি স্বাধীনতা কেনা যায়?
ভিক্ষা করেও আসে না সে কোনওদিন।।...

তবু সেই কালরাত্রিতে কী যে হল
ভুল শান্টিং'য়ে বেলাইন, ছারখার
দুমড়ে-মুচড়ে গাড়িটা দু'ভাগ হল
কত প্রাণ গেল, হিসেব তো নেই তার।।...

কার সিগন্যালে ঘটে গেল অঘটন
প্রশ্ন অনেক, উত্তর মেলা ভার
পালা-বদলের পালায় মধ্যরাতে
বদলে গেল কি এঞ্জিন ড্রাইভার...

আমিও সওয়ারি, এসেছি সময় মতো
সাথে টুকিটাকি আর টিকিটের ভাড়া
তবে এ টিকিট অর্থমূল্যে নয়
কেনাও যায় না শপথবাক্য ছাড়া।।

বহু উৎসাহ, প্রচুর উদ্দীপনা
হাতে হাত রেখে গাইছে সবাই গান
তীর গতিতে ছুটে চলে রেলগাড়ি
তীক্ষ্ণ সিটিতে মুক্তির আহ্বান।।

ভোর হতে দেখি সব শেষ হয়ে গেছে
ভাগ হয়ে গেছে স্বাধীনতা এক্সপ্রেস
দূরে রয়ে গেল কাঙ্ক্ষিত জংশন
গন্তব্য তো ছিল একটাই দেশ।।...

আগামী দিনের প্রজন্ম শুনছ কি?
আকাশে বাতাসে অপূর্ণ অভিলাষ
অগ্নিশুদ্ধ স্বদেশে আবার লিখো
জন্মভূমির অজ্ঞাত ইতিহাস।।

(অগ্নিযুগের বিপ্লবীদের উদ্দেশ্যে)

অমৃতস্য পুত্রাঃ

সীমা সাহা
সদস্যা, আমাদের অর্পণ

- ক খন কীভাবে আবহমান
সনাতন কালচক্রের আবর্তনে;
- ও হেন পরাক্রমী-দুর্বল, ধনী-নির্ধনের
ঠুনকো জাত্যাভিমান—
- ভ বিতব্য করে ক্রীড়া নিরন্তর;
খেয়ালে আপনে.....
- ই তিকথা রচি কত জীবনগাথায়—
অতি ক্ষুদ্র এক ভাইরাস নাকি ব্যাক্টেরিয়া সংক্রমণে।
- দ ভু-দয়া-দমন তথা সংযম সহিষ্ণুতা ভুলি
বিলাসী জীবন যাপনে মেতে—
- ১ই ধরিদ্রীমাতার সন্তান মোরা তবু
বিভেদ কত ভিন্ন জীবন চরিতে!
- ৯ নয় কোনো বিলম্ব আর — সাবধান!
হও সচেতন এখনি, 'শৃঙ্খল' বিশ্ব অমৃতস্য পুত্রাঃহতে।

ক-ও ভ-ই দ ১-৯ (কোভিড ১৯)

With best compliments from :

অনুসূয়া দত্ত



‘আমাদের অর্পণ’-কে গ্রহী মহৎ কর্মের জন্য
অনেক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন।

With best compliments from :

Mousumi Majumdar



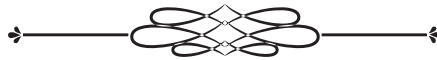
Purba Putiary



With best compliments from :

A Well Wisher

SAPTARSHI BHATTACHARYA
CHINMOYEE BHATTACHARYA
SYAMANTAK BHATTACHARYA



Baidyabati, Hooghly

অমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Rajat Subhra Das

Beauty Das

Rounak Das



Seven Tank Lane,
Kolkata - 700 030



With best compliments from :

**A
WELL
WISHER**



আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

PRADIP DAS

M/s. Das Steel Furniture

All Kinds of Steel Almirah, Office Table,
Steel Rack, Steel Window, Collapsible Gate,
Grille and Rolling Shutter etc.
Manufacturer & Order Suppliers



**PREPARED
ALL TYPE OF
ROOF SHADE**

Mobile : 98300 12806
463, Purbalok, Kalikapur, Kolkata - 700 099

আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Sumit Acharjee

All types of Investment in India Post

All types of Mutual Fund Investment



Contact : 9433353266



With best compliments from :

K. P. RAY



Mangalik B : 12/03, P.O. Panchasayar

Kolkata 700094



With best compliments from :

NABIN CHANDRA MAITY

Sonarpur



অমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Sanghamitra Ray & Bidyut Ray

Patuli, Kolkata



With best compliments from :

MR. ARINDAM CHAKRABORTY



11/2, A. C. Sen Road, Rishra, Hooghly
P.O. Morepukur, PIN : 712250, West Bengal
Mobile : 9051048848



With best compliments from :

Barnali Bera

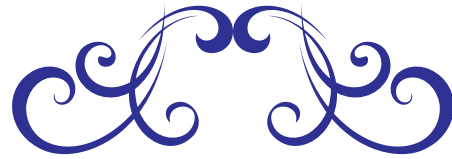


Ramkrishnanagar, Dharma
Paschim Medinipur

আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Well Wishers



**Dr. (Mrs.) Bulbul Ray
&
Mr. Kaushik Ray**

অমাত্যের অর্পণ

With best compliments from :

Brahma Refractories Pvt. Ltd.

*Manufacturer of High Grog and High Alumina Shaped Bricks &
Monolithics up to 90% Alumina and Catering the requirements of
Steel, Ferrous, Non Ferrous, Cement & Glass Industries.*

Contact Person :

Mr. B. K. Sinha (Director) - 9431120441
Mr. Pinaki Mukherjee (General Manager) - 9204065005
Mr. B. K. Pathak (Manager Marketing) - 9204056914

E-mail :

brahma_dhn@rediffmail.com
brahmarefractories@gmail.com

Works :

**Madhugora, Rajganj Sijua Road,
Rajganj-826006, Dist-Dhanbad (Jharkhand)**

Regd. Office :

**307, B.I.A. Merlin Chambers, 18-British India Street,
Kolkata-700 069, W.B., India**



আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

***M/s. Sudeshna
Enterprises
Pvt. Ltd.***



Debra Bazar, Paschim Medinipur
PIN : 721126 (West Bengal)

অমাদেৰ অৰ্পণ

With best compliments from :

Arvind Agrawal, M.S. (USA)
Director



ARVIND CERAMICS PVT. LTD.

**Manufacture of Refractory Shapes, Castables,
Insulating & Acid Resistance Bricks.**



**Railway Colony Road, NH - 49,
P.O. - CHAMPA 495671 (C.G.)
TEL. : 07819-245867 / 244805,
FAX : 245077, Mob. : 9425223141, 9630094441
Web. : www.tirupalirefra.com
E-mail. : arvindrefra@yahoo.com**

আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

ASTIKA GHOSH

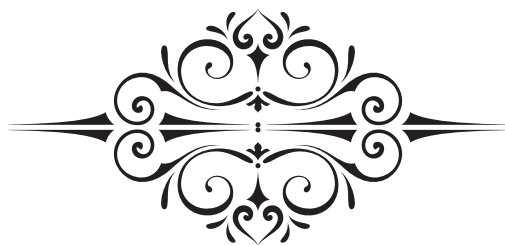


Shibpur, Howrah

অমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Subhasis Dhara

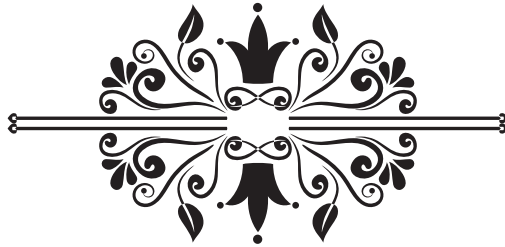


Joda, Odisha

ଆମାନ୍ଦେର ଅର୍ପଣ

With best compliments from :

Pintu Maity



অমাত্যের অর্পণ

With best compliments from :

*A
Well
Wisher*



Arnab Kumar Ray

অমাদেৰ অৰ্পণ

With best compliments from :

A Well Wisher



Saurav Ghosal

আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Sutapa Choudhury

Jodhpur Park, Kolkata



আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

Avidipta De



Portland, Oregon
USA

অমাদেৰ অৰ্পণ

With best compliments from :

**Abir Nag
Debajyoti Kar
Dipak Ranjan Kar**



488, S. H. K. Bose Sarani
Dum Dum, Kolkata - 700 074

With best compliments from :

আনুগ্ৰহ
শ্ৰেষ্ঠা মহ



তমালী
ও
সোমনাথ

With best compliments from :

**Late Susanta Kumar
Bhowmik
&
Kalyani Bhowmik**



**Courtesy
Siladitya Bhowmik**

With best compliments from :

A
WELL
WISHER



আমাদের অর্পণ

With best compliments from :

GHOSEALS



Houston Texas, USA



RHI MAGNESITA

WORLD LEADER IN REFRACTORIES



RHI India Private Limited

Vintage Aspiration, Block-B

12 Pretoria Street, 4th Floor, Kolkata - 700 071

Tel: + 91 33 4018 1212

Email: jyotirmoy.bhattacharjee@rhimagnesita.com

Website: www.rhimagnesita.com

INSIDE BACK COVER

With best compliments from :

KISHALAYA DE



Boston, Massachusetts

INSIDE BACK COVER

With best compliments from :

**Mrs. Maitreyee Sengupta
&
Dr. Shyamal Sengupta**

233, Purbalok, Kolkata

With best compliments from :



WELL WISHER



**Ashim Bhattacharya
Arka Bhattacharya**



With best compliments from :

**Arup, Nandita & Reeta
Bandyopadhyay**

**Nashville, Tennessee
USA**

