

About the Book

The World Health Organization has declared COVID-19 situation as Pandemic Outbreak that has posed a contemporary threat to humanity. This pandemic has successfully forced global shutdown of several activities globally, including educational activities, and this has resulted in tremendous crisis-response migration of universities with online learning serving as the educational platform. The crisis-response migration methods of universities, faculty and students, challenges and opportunities were discussed and it is evident that online learning is different from emergency remote teaching; online learning will be more sustainable while instructional activities will become more hybrids provided the challenges experienced during this pandemic are well explored and transformed to opportunities.

The good-to-have narrative changed as a result of the global closure of educational institutions has part of measures to maintain social distancing in order to curb rapid transmission of COVID-19, institutions switched instructional activities to remote learning platforms and this migration came with several logistical challenges, and one major issue is that the migration has caused compulsory modification in the attitudes of education administrators, instructors and learners on the significance of online learning.

Online learning in its entirety is dependent on technological devices and internet, instructors and students with bad internet connections are liable to be denied access to online learning. The dependency of online learning on technological equipment and the provision of the equipment was a big challenge for institutions.

Through this edited book volume we are aiming to have the researchers' and academicians' valuable ideas in written documents and we will be to hoping your kind cooperation.

NP
NEW DELHI PUBLISHERS

Head Office:

90 Sanikh Vihar, Mohan Garden,
Uttam Nagar, New Delhi-110059

Corporate Office:

7/28, Room No 208, Vardaan House,
Ansari Road, Daryaganj, New Delhi-110002

Branch Office:

216, Green Park, Naraina, New Delhi-110028

Phone number: 011-23256188, 9953694312, 9582248909

Email: ndpublisters@gmail.com

Website: www.ndpublisters.in

Price ₹ 1395.00

ISBN 978-93-91012-13-7



9 789391 012137

Challenges of Online Education during the crisis of COVID – 19

Udayan Mandal
Ujwal Mahato

Challenges of Online Education during the Crisis of COVID – 19



Udayan Mandal
Ujwal Mahato

Challenges of Online Education during the Crisis of COVID - 19
edited by *Dr. Udayan Mandal* and *Mr. Ujjwal Mahato* Published by
New Delhi Publishers, New Delhi.

© Publisher

Edition: August, 2021

ISBN: 978-93-91012-13-7

All rights reserved. No part of this book may be reproduced stored in a retrieval system or transmitted, by any means, electronic mechanical, photocopying, recording, or otherwise without written permission from the publisher and authors.



NEW DELHI PUBLISHERS

Head Office: 90, Sainik Vihar, Mohan Garden, New Delhi - 110 059

Corporate Office: 7/28, Room No.-208, Vardaan House, Mahavir Lane, Ansari Road, Daryaganj, New Delhi-110002

Branch Office: 216, Flat-GC, Green Park, Narendrapur,
Kolkata - 700103

Tel: 011-23256188, 011-45130562, 9971676330, 9582248909

E-Mail: ndpublishers@rediffmail.com/[gmail.com](mailto:ndpublishers@gmail.com)

Website: www.ndpublisher.in

Contents

<i>Preface</i>	v
<i>Acknowledgement</i>	vii
<i>About the Editors</i>	ix
1. Positive and Negative Effects of Social Media on Education during COVID-19 Situation	1
<i>Arabinda Jana</i>	
2. Effectiveness of Socio-Psycho Impact of Current COVID-19 Epidemic Situation	9
<i>Asis Manna</i>	
3. Impact of COVID-19 on School Level Learning	19
<i>Atul Kumar Biswas</i>	
4. The Problems of Online Education among the Girl Students at Graduate Level in West Bengal	27
<i>Binod Kumar Sardar</i>	
5. Online Education and COVID-19 in India	39
<i>Biswajit Das</i>	
6. Online Education and the Digital Divide in India	51
<i>Dr. Debolina Mukherjee</i>	
7. Impact of COVID-19 Pandemic on Students' Life	63
<i>Dr. Nandini Banerjee, Dr. Amarnath Das and Sreya Ghosh</i>	
8. The Problems of Online Education among the Students	73
<i>Goutam Pal</i>	
9. Impact of Online Education during COVID-19 Pandemic Situation	85
<i>Khalid Raja Khan, Jibanbandhu Gayak, Santosh Mahato, Tapas Mahato and Rajesh Paramanik</i>	
10. Health Awareness is the Best Suppressant of Pandemic in Activity of COVID-19	95
<i>Monoj Maiti and Nanigopal Das</i>	

Health Awareness is the Best Suppressant of Pandemic in Activity of COVID-19

Monoj Maiti¹ and Nanigopal Das²

¹ State Aided College Teacher, Department of Physiology, Bajkul Milani Mahavidyalaya, Purba Medinipur, West Bengal, India

² State Aided College Teacher, Department of Philosophy, Swarnamoyee Jogendranath Mahavidyalaya, Purba Medinipur, West Bengal, India

Abstract: The state of complete emotion and physical well-being is health. WHO (1948) state 'health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity'. The broad type of health is physical that mean physical or bodily functions or activity of working in peak level and mental health is denoted as well while emotional, social and psychological activity are well being. The virus means poisons contain nucleic acid DNA or RNA and an envelope of protein coat. The viruses also grow in only host cell while their living activities are noted. The corona virus disease -19 or COVID -19 is a viral infectious disease by corona virus spreads by droplet of mouth and nose of infected persons, and it's grow in throat and infects the target organ lungs including alveoli cells. The infected persons characterized by fever, dry cough, tiredness, sore throat, diarrhea, conjunctivitis, headache, loss of taste or smell and serious symptoms are shortness of breath, chest pain, loss of speech or movement and death may occurs. Total death recorded approximately 71,642 in India, in West Bengal this number is approximately 3,562, and the number of death in Purba Medinipur district is 11 till the early month of September, 2020. There is no proper treatment with co-vaccine, vaccine or medicine till now. There is best treatment is health awareness, at that time the simple some factors or process can prevent this pandemic situation as well as prevent the spreading of infections of corona virus. These are maintain of social distance or physical distance (at least 1 meter), use of clean musk, hand sanitizer repeatedly, use of soap and water for hand wash, avoid the touch your hand in mouth and nose, avoid smoking, etc. If any mention symptoms are found must be appointed with Physician. The lockdown can stop the spread this infections, but it can hampered the others activities of human lifestyle, the health awareness include maintain social distance and use of soap, hand sanitizer depress the spread the infections that must

may be best suppressant of pandemic. This article surrounds about cause, symptoms, immunity and preventive measure of COVID-19 and there health awareness is the best keyword.

Keywords: COVID-19, Health awareness, Treatment, Symptom, Social distance.

Introduction

The virus composed by nucleoprotein and capsid of protein envelope, while the virus contain nucleic acid DNA then it is called DNA virus, similarly virus contain nucleic acid RNA then it called RNA virus. The virus has both characters while in host or in living body then they only can replicate their nucleic acid and forms new virus cells but when they in outside of living body there is no replication process is noted. In last 2019, a respiratory disease has been first identify in Wuhan city of China that cause a virus known as coronavirus has symptoms similar to severe acute respiratory syndrome (SARS) and middle east respiratory syndrome. The virus infections rapidly spread in different countries through droplet of mouth or nose and in early March 2020 the number of infected persons more than 90000 in world and death approximately 3100, the WHO declare pandemic situation for COVID-19 or SARS-coV-2 (U.S. Department of Health & Human Services, 2020). The coronavirus which contain RNA and its target organ for infection in lung include alveolar cells of human. The corona virus can produce four proteins by their genome are nucleocapsid, membrane, spike, envelop protein, out of the nucleocapsid protein very active, attached to RNA of the virus, helps in replication process of the virus by which the no of the virus is rapidly increase (Viral Zone, 2020). The target organ of the virus is lung include type 2 bronchiolar cell, there reduced the activity of ACE -2 or angiotensin converting enzyme 2 which is important for treatment of severe acute respiratory syndrome or SARS. The large numbers of virions are released from the infected cells by exocytosis and attack the neighboring cells that results the infected cells as well as infected lung loss the functional activity as well as gaseous

exchange, oxygen deliver to tissues are decrease then fever, shortness of breath, cough etc common symptoms may appear ultimately death occurs.

Symptoms of COVID-19

The symptoms of COVID-19 may appear within 2 – 14 days after entering the virus into in to body. There is large numbers of symptoms e.g. fever, cough, tiredness, shortness of breath etc are common, others symptoms are sore throat, headache, chest pain, weakness, etc. The physiologically or clinically illness persons e.g. cancer, COPD, coronary heart disease or CHD, obesity, type-2 diabetes, low immunity etc has more trends for infections by COVID-19 and there is more death rate is recorded. In China, 4% children are severely suffering with COVID – 19. Most of infected patients show the fever, cough and then others clinical symptoms appear. WHO reported over 30.6 million peoples is infected with COVID – 19 and 950000 people death in world (CDC, 2020).

Immunity with COVID-19

The immunity is protection system against the antigen or foreign particles, due to cause of low immunity, there is more chance infections or diseases in body. The in born type immunity or innate immunity and after born the developed immunity is acquired immunity, the acquired immunity dividing into cell mediated and humeral immunity is developed by T and B lymphocyte respectively. The T cell or T lymphocyte is of two types are CD8+ T-cell or cytotoxic T-cell and CD4+ T-cell or helper T-ell. The experimental report shows that COVID-19 infected person is recover while CD4+ T-cell and CD8+ T-cell number 100% and 70% respectively (WHO, August 2020). The hard immunity persons have fewer tendencies to infect with COVID-19.

Food stuffs with COVID-19

The immunity can be increased by intake of fresh foods, food stuffs contain vitamin – C, E and zinc enriched e.g. food lemon, green

vegetables, orange, cabbage, tomato, guava, food egg, fish, milk, cod-liver oil, butter, cereals etc and Zn contain food wheat germ, meats, shellfish, pumpkin seeds, fruits, vegetables, mushroom, spinach, dark chocolate etc. For the good health intake of appropriate energy with fresh vegetables, fresh food and regular exercise is very important, there is tendency of disease is decreased, immunity is high though maintain of plasma cholesterol level, sugar level, lipid profile etc (Narayana Health, 2nd April 2020). There is large numbers of food stuffs which increase immunity as well as may preventive the infections by corona virus.

Management of COVID-19

There is most powerful way for prevention of spread of COVID-19 is lockdown, through which it is possible to prevention of spread performed in Indian and other some countries, but there are so many problems in populations that are more economical problem, social problem, educational problem etc. The pandemic situation by COVID 19 in 2020 has effects in socio-economic-education problem. There is large numbers of production house, plant are close that results many numbers of labors or stuffs are discharge from job, their family members are suffering with starvation. The maintain of social distance or physical distance in outdoor of home for every individual is important that prevent the rapid spread of the infections. Now time use of musk and hand sanitizer is latest preventive way and with wash hand by use of shop and water. When the co-vaccine or vaccine will success able acting in human in prevention of COVID-19 available in health center then the condition totally recover but socio-economic-education problem recover time is more long able get the previous in all condition. There is require for prevention of infection from affected person to healthy individual health awareness, health education e.g. know about immunity enhancing foods, intake of vitamin and mineral enriched food stuffs, symptoms, preventive ways e.g. use of musk and hand sanitizer, maintain physical distance in outdoor etc for COVID-19.

Health awareness with COVID – 19

There are two major types of disease in a community e.g. communicable disease which is spread from infected person to healthy individual such as 2019-nCoV, ebola, hepatitis – B & A, sexually transmitted disease (STD), rabies, tuberculosis etc cause of pathogen viruses, bacteria, fungi and non-communicable which are not spread from one person to another such as cardiovascular disease, coronary heart disease, thalassemia, anemia, hemophilia, cancer, diabetes etc which can cause of unhealthy lifestyle, genetically disturbance etc (ACPHD, 2020 & Judith Marcin, 2018). The known disease has more preventive way that is awareness e.g. if the cause of disease and prevention is already discover then it can be more preventable via social awareness. The corona virus is rapidly spread via touch, droplets of nose and mouth cavity, by maintain social distance (Minimum 1 meter) it is not spreadable. There must be requiring treatment in home isolation with normal or medium symptoms with COVID -19 so that the infection not spread to others members of the family or persons of the community.

Conclusion

There are so many hazards of the COVID-19 infected persons and large number of death is record. The pandemic situation caused by COVID -19 has not proper treatment as well as proper medicine, vaccine till now, it is treated by parallel like the treatment of pneumonia, fever, malaria etc, now a day's plasma therapy which contain specific antibody against corona virus is present, in severe situation oxygen therapy is mandatory, but the spread of the infection is prevented only by some awareness and maintain the some points e.g. use of musk, sanitizer, shop with water and maintain physical distance.

References

1. U.S. Department of Health & Human Services, Novel coronavirus structure reveals targets for vaccines and treatments, National Institutes of Health Turning Discovery into Health, 3rd March 2020.

2. Viral Zone, Coronaviridae, SIB Swiss Institute of Bioinformatics, 2020.
3. WHO, What we know about the COVID – 19 immune response, EPI. Win, Infodemic Management, 2nd August 2020.
4. Narayana Health, Boosting your immune system against coronavirus: How to minimize the risk of the infection, 2nd April 2020.
5. CDC, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), Symptoms of coronavirus, Centers for Disease Control and Prevention, 2020.
6. Alameda County Public Health Department (ACPHD), List of communicable diseases, 2020.
7. Judith Marcin, Most common non-communicable disease, healthline, 2018.

ଆଦିଆର୍ଯ୍ୟାମାନଙ୍କର ସମ୍ମାନ ଓ ଜୀବନଶାସ୍ତ୍ର



ଆଦିଆର୍ଯ୍ୟମାନଙ୍କର ସମ୍ମାନ ଓ ଜୀବନଶାସ୍ତ୍ର

ସମ୍ପାଦନା : ଜୟଦେବ ବେରା



ସମ୍ପାଦନା
ଜୟଦେବ ବେରା

Adibasider Samaj O Jibanyatra
A Collection of Essay Edited by Joydev Bera
Editor: Joydev Bera
Rs. 800.00 Only

Adibasider Samaj O Jibanyatra
A Collection of Essay Edited by Joydev Bera
Editor: Joydev Bera

Edition: 1st, September, 2021
Volume: 1
Cover: Sampad Chowdhury

Copyright @ Publisher
All Rights Reserved

Published by: **Nyra Books**
An Imprint of Myth Publication
Radhanagar, Bon-Radhanagar,
Bishnupur, Bankura, W.B.,
PIN-722157

Printed by: **Jayshree Press**
91/B Baithakkhana Road,
Kolkata-91

ISBN: 979-85-29166-14-7

MRP: Rs. 800.00 Only

আদিবাসী সমাজ ও সংস্কৃতি : অরণ্যবহি আখ্যানের প্রেক্ষিতে	৪০৮
শ্যামসুন্দর হাঁসদা	
বাসনার ধুম্ভুড়িয়া ও আদিবাসী সমাজের লোকসংস্কৃতিঃ	
একটি পর্যালোচনা	
সুবল কুমার কিস্কু	৪২৪
আদিবাসী সমাজে নারী জীবন	
শুভশ্রী ইন্দ্র	৪৩৭
বিশ্বায়নের প্রেক্ষাপটে পশ্চিমবঙ্গের আদিবাসী সমাজ	
কৃতিবাস দত্ত	৪৪৮
আদিবাসীদের করম উৎসব	
রিস্কু নাথ	৪৭০
ভারতীয় বানজারা উপজাতির জীবনযাত্রা ও ভাষা পরিচয়	
দেবপ্রিয়া বারিক	৪৭৯
গারোদের সামাজিক - সাংস্কৃতিক ও শিক্ষাগত জীবনের	
রূপরেখা	
মমতা পাত্র	৪৯৯
আদিবাসী কুড়মি সমাজের পরব পার্বণ	
সাগর মাহাত	৫১১
ভারতীয় রাজনীতিতে তফসিলী উপজাতি জনগোষ্ঠীর ভূমিকা	
সুদীপ মণ্ডল	৫৩১
পশ্চিমবঙ্গে আদিবাসী সম্প্রদায়ের আর্থ-সামাজিক, মানসিক	
অবস্থা ও এতে কোভিড-১৯ এর প্রভাব	
ননীগোপাল দাস	৫৫২
'দেবীগর্জন' নাটকে আদিবাসী সমাজজীবন : সমকালীন	
প্রাসঙ্গিকতা	
মৌ চক্রবর্তী	৫৬৫
লেখক পরিচিতি	
	৫৮৩

পশ্চিমবঙ্গে আদিবাসী সম্প্রদায়ের অর্ধ-সামাজিক, মানসিক
অবস্থা ও এতে কোভিড-19 এর প্রভাব

ননীগোপাল দাস

সারাংশ (ABSTRACT)

আমরা যদি একটু পুরনো ইতিহাসের পাতাগুলোর দিকে তাকিয়ে উত্তর খোঁজার চেষ্টা করি তাহলে ব্রিটিশ সাম্রাজ্যের কথা জানতে পারবো যারা দীর্ঘ দূশত বছর ধরে আমাদের দেশ ভারতবর্ষকে শাসন করেছিল। সেই ব্রিটিশ শাসনকালে ইতিহাস থেকে আদিবাসী সম্প্রদায়ের চিত্র খুঁজে পাওয়া যায় আদিবাসী সমাজকে ব্রিটিশরা একাধারে করে রেখে দিয়েছিল সেখানে আদিবাসীরা মানুষের মর্যাদা পেতেন না ক্রীতদাসে পরিণত করে দেওয়া হয়েছিল। তার পরবর্তী কালে দেখা যায় ব্রিটিশদের কর্তার নীতিকে সম্পূর্ণরূপে দমন করার লক্ষ্যে ইতিহাসে আমরা দেখতে পাই বিভিন্ন সময়ে বিভিন্ন আদিবাসী সম্প্রদায়ের বিদ্রোহ। তাদের মধ্যে উল্লেখযোগ্য হলো 1855 সালে সাঁওতাল বিদ্রোহ কাছারী ছিলেন সিধু কানু। তবে ভারত স্বাধীন হওয়ার পর আদিবাসীদের স্বীকৃতি দিয়েছিলেন বটে অধিকন্তু তাদের সামাজিক উন্নতি তেমন আশানুরূপ হয়নি। আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজন সমাজ শ্রেণী, প্রকৃতি শ্রেণী হওয়ার জন্য এরা নিরাবিল জায়গা হিসেবে বন-জঙ্গল সংলগ্ন এলাকায় বসবাস করেন এবং জীবন-জীবিকা নির্বাহের জন্য এরা বন-জঙ্গল থেকে বিভিন্ন ধরনের ছাতু, পাতা, কাঠ, মধু, বিভিন্ন ধরনের ফল-মূল সংগ্রহ করে থাকেন। তবে বর্তমানে এরা অনেকেই এখন চাষাবাদের সঙ্গে চাষাবাস করেন এবং বর্তমানে সরকার আদিবাসীদের জন্য স্বনির্ভরশীল কিছু প্রকল্প প্রণয়ন করায় তাদের সঙ্গে যুক্ত হয়ে জীবিকা

নির্বাহ করে। আদিবাসীরা দুর্গ গোষ্ঠীবদ্ধ, সমাজবদ্ধ, সহজ-সরল, শান্ত প্রকৃতির মানুষ এবং এরা প্রকৃতির পরিবেশের সঙ্গে মানিয়ে নিয়ে নিজে চক্রেতে পারে বলে এদের দেহে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা প্রখর। কোনও রোগ এদের দেহে সহজেই সংক্রমণ ঘটতে পারেনি এবং মানসিক দিক থেকে এরা সবল হয় কিন্তু বর্তমানকালে তা অনেকাংশে হ্রাস প্রাপ্ত হয়েছে। এই কোভিড-19 পরিস্থিতিতেও কোনো ভাইরাস তেমন কোনও আক্রমণ করতে সক্ষম হয়নি। এই সময়কালে দীর্ঘদিন লকডাউন এর জন্য দিশাহীন হয়ে পড়েছিলেন। যদিও ওই সময়কালে সরকারি অনুদান পেলেও তা সীমিত হওয়ার কারণে প্রত্যন্ত গ্রামে বসবাসকারী আদিবাসী মানুষজনদেরকে একাধারে জীবন-যাপন করতে হয়েছে।

ভূমিকা (INTRODUCTION)

ভারতের ইতিহাস পর্যালোচনা করলে দেখা যায় যে ভারত যখন স্বাধীন হয়নি তখনও পর্যন্ত আদিবাসীদের অস্তিত্ব ছিল। আর সেই কারণে ব্রিটিশ সরকার সহ আমাদের ভারত সরকার ও আদিবাসীদের অস্তিত্বের কথা স্বীকার করে নিয়েছে। তাছাড়া স্বাধীন ভারতে ১৯৫০ সালে যখন ভারত সংবিধান রচনা করা হয় তখন ডঃ বি.আর.আম্বেদকর এর প্রচেষ্টাতে আদিবাসীদেরকে আমাদের ভারতবর্ষের বাসিন্দা হিসেবে পরিগণিত করা হয়। স্বাধীন ভারতের তথা পশ্চিমবঙ্গের আদিবাসীরা নানা রকমভাবে বৈষম্যের শিকার হয়ে থেকে গিয়েছেন। এখন দেখা যাক 'আদিবাসী' শব্দটির অর্থ কি? বা কাদেরকে 'আদিবাসী' বলব? উত্তরে বলা যায় 'আদিবাসী' এই শব্দটি দুটি শব্দের সমন্বয়ে গঠিত এক: 'আদি' যার অর্থ হলো 'প্রথম' এবং 'বাসি' যার অর্থ

হলো 'বাসিন্দা'। অর্থাৎ 'আদিবাসী' কথাটির আভিধানিক অর্থ হলো 'প্রথম বাসিন্দা'। আদিকাল থেকে যারা নিজে নিজে ভূখণ্ডে বসবাস করে এসেছে এবং শুধু তাই নয় যাদের নিজস্ব ভাষা, সংস্কৃতি, শাসন পদ্ধতি ও বিচার ব্যবস্থা রয়েছে তাদেরকেই আদিবাসী বলা হয়। পশ্চিমবঙ্গের আদিবাসীদের সংখ্যা প্রায় 53 লক্ষ যায় রাজ্যে জনসংখ্যার প্রায় 5.8 শতাংশ। এই জনসংখ্যায় চিল্লিশটি গোষ্ঠী বা আদিবাসী সম্প্রদায় রয়েছে যাদেরকে আদিবাসী হিসেবে স্বীকৃত করা হয় (আদিবাসী অধিকার ও উন্নয়ন আন্দোলনই পথ, 2019)। এই সম্প্রদায়গুলির মধ্যে উল্লেখযোগ্য হলো সাঁওতাল, মুন্ডা, কোল, হো, ভিল, ভূমিজ, মালপাহাড়ি, লেপচা, মাহালি, কাভরিয়া, ছানাবরাইক ইত্যাদি। পশ্চিমবঙ্গের বেশিরভাগ আদিবাসী সম্প্রদায় 'সাঁওতাল'-এর বসবাস রয়েছে। পশ্চিমবঙ্গের পুরুলিয়া, ঝাড়গ্রাম, পশ্চিম মেদিনীপুর, মালদা, উত্তর ও দক্ষিণ দিনাজপুর জেলার অন্তর্গত করণদিঘি, রায়গঞ্জ, কালিয়াগঞ্জ, ইটাহার, অঞ্চলগুলোতে সাঁওতাল বসতি লক্ষ্য করা যায়। সাঁওতাল সম্প্রদায়ের মানুষজন, যারা পশ্চিমবঙ্গে বসবাস করেন এমন জনসংখ্যা হল প্রায় 2280540 জন (Office of the Registrar General, 2001)। এছাড়াও রয়েছে ভূমিজ সম্প্রদায়ের মানুষজন যারা মূলত কাঁসাই ও সুবর্ণরেখা নদীর মধ্যবর্তী অঞ্চলে বসবাস করেন। পশ্চিমবঙ্গে 'ভূমিজ' দ্বিতীয় স্থান অধিকার করে রয়েছে সাঁওতালদের পরে। পশ্চিমবঙ্গে 2001 সালের জনগণনা অনুসারে ভূমিজ এর সংখ্যা হল প্রায় 330436 জন।

সামাজিক অবস্থা (SOCIAL STATUS / ACTIVITY)

পশ্চিমবঙ্গে অবস্থানরত আদিবাসী মানুষজনের জীবনযাত্রা তারতবর্ষের স্বাধীনতার পরবর্তীকালে গুলোতে সামাজিক চিত্র নানাভাবে কিছুটা পরিবর্তন ঘটলেও তা আশাভঙ্গক নয়। যেহেতু এরা প্রকৃতি পূজারী সেহেতু প্রকৃতির সঙ্গে বিশেষ থাকার প্রবণতা খুবই প্রখর। তাই প্রকৃতি তাদের জীবনের সঙ্গে ওতপ্রোতভাবে জড়িত এবং এগুলির মাধেই তাদের আরাধ্য। সমাজে বসবাসকারী এই আদিবাসীদেরকে আমরা অনেকেই এদেরকে জংলী বলে থাকি। কিন্তু যদি আমরা একটু ইতিহাসের দিকে তাকাই তাহলে দেখতে পাব বিভিন্ন সভ্যতার কথা হরপ্পা সভ্যতা, সিন্ধু সভ্যতা, মেহরগড় সভ্যতা এগুলোতে আর্ষা এসে আদিবাসী সম্প্রদায়ের আদিমতাকে নষ্ট করে দেওয়ার ফলে আদিবাসীরা তাদের কঠোর হাত থেকে রেহাই পাওয়ার জন্য জঙ্গলে আশ্রয় গ্রহণ করেন। তবে এরা জঙ্গলে বসবাস করলেও এরাই হলেন আসলে প্রকৃতিপ্রেমী ও শান্তি প্রেমী মানুষ। এরা কোলাহলপূর্ণ এলাকাকে বসবাসযোগ্য ভূমি হিসেবে মনে নিতে না পারার কারণে। জঙ্গল সংলগ্ন নিরাশ্রয় খুঁজে বসবাসের বেশি অভ্যস্ত (সুমন্ত মাহালি হেমরম, 2020)। এরা প্রকৃতির সঙ্গে মিশে থাকতে বেশি পছন্দ করেন। যার ফলে এরা কঠোর শ্রম এর অধিকারী হয়। আদিবাসী সম্প্রদায়ের বেশিরভাগ মানুষ জন্মের বিভিন্ন ধরনের পাথর মাটি ঘাস পাতা দিয়ে নিজেদের বাসস্থান তৈরি করে বসবাসের উপযোগী করে তোলেন। হিন্দু বা অন্যান্য ধর্মের দেব দেবীর সঙ্গে আদিবাসী সম্প্রদায়ের ধর্মীয় আচার অনুষ্ঠানের অনেকখানি পার্থক্য দেখা যায়। আদিবাসী সম্প্রদায়ের বহু ধরনের দেবদেবী রয়েছে তবে সাঁওতাল আদিবাসী সম্প্রদায়ের প্রধান দেবতার নাম

ঠাকুর। এই ঠাকুরকে এরা বিভিন্ন নামে অভিহিত করে থাকেন। যেমন কান্দো, সিন বোঙ্গা ইত্যাদি। এছাড়া যে সমস্ত দেবদেবীর তারা আরাধনা করে থাকেন তা এরকম মারাংবুরক, জাহের এরা, মরে ক তুরকই ক, বাহা (দোল) সাকরাভ প্রভৃতি। এছাড়া বিভিন্ন ধরনের পর অনুষ্ঠান হয়ে থাকে যেমন পাতা পরব, ছাতা পরব, করম পরব, যাথা পরব প্রভৃতি।

আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজনদের অনেকেই শিক্ষার আলোকে আশার ফলে তারা এখন শিক্ষিত হয়ে ঢাকার-বাকারি করছেন। আবার কেউ কেউ ছোট-খাটো ব্যবসার সঙ্গে যুক্ত, বিভিন্ন কোম্পানির সঙ্গে কর্মে নিযুক্ত হয়ে জীবিকা নির্বাহ করছেন। তবে এরা সংখ্যা খুবই কম। আদিবাসী সমাজের মানুষদের বেশিরভাগ মানুষ অল্প বয়স থেকেই রোজগারের তাগিদে কোন পেশার সঙ্গে যুক্ত হয়ে পড়েন, আদিবাসী মানুষদের মধ্যে এমন প্রবণতা থাকার জন্য এরা শিক্ষা থেকে দূরে থাকতে বাধ্য হন। আদিবাসী সমাজের অশিক্ষিতের পরিমান বেশি থাকার কারণ হল গ্রাম্য এলাকাগুলোতে শিক্ষার ব্যবস্থা সেরূপ চোখে পড়ার মতো নয়। আবার যদিও খুব কম সংখ্যক বিদ্যালয় রয়েছে তথাপি সেখানকার পরিবারের গাড়িয়ান তেমন সচেতন নয় বলে শিক্ষার হার কম। তবে আদিবাসীদের জন্য সরকারি উদ্যোগের ফলে নারী শিক্ষা আগের থেকে অনেক বেশি উন্নত হয়েছে। আদিবাসী সম্প্রদায়ের নিজস্ব একটা সামাজিক শাসন ব্যবস্থা রয়েছে এবং তার রীতি-নীতিকে এরা আন্তরিকতা ও কঠোরতার সহিত মেনে চলেন। যদি এই রীতি-নীতি কোন আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষ লঙ্ঘন করেন তাহলে তাকে শাস্তি দেওয়ার বিধান রয়েছে। যেমন- সাঁওতাল সমাজের সর্বপ্রধান শাস্তি হল বিটলাহা (অর্থাৎ চরম অপরাধে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিকে সমাজ

বর্হিত্বত করে দেওয়ার নামই হল বিটলাহা)। আবার দেখা যায় আদিবাসী সমাজে বিবাহ প্রথার নাম বাপলা, যা সাত ধরনের হয়। যথা

- 1) কিরিং বহু বাপলা, 2) টুংকি দিগিল বাপলা, 3) ইতুং বাপলা, 4) ঘরদি জাওয়াই বাপলা, 5) নির বোলক বাপলা, 6) কিরিং জাওয়াই বাপলা, 7) সাঙ্গ বাপলা।

অর্থনৈতিক অবস্থা (ECONOMICAL CONDITION)

যদি আমরা আদিবাসীদের অর্থনৈতিক অবস্থার দিকে তাকাই তাহলে দেখতে পাওয়া যাবে, যে সমস্ত আদিবাসী সম্প্রদায় বনভূমির পার্শ্ববর্তী এলাকা গুলোতে বসবাস করে তাদের অর্থনৈতিক পরিস্থিতি একেবারে দুর্বল। তাদের জীবিকা নির্বাহ করতে হয় বন বা জঙ্গলের ওপর নির্ভর করে। তাঁরা বন বা জঙ্গল থেকে বিভিন্ন ধরনের জিনিস পত্র সংগ্রহ করে থাকেন, যেমন:

- 1) বন বা জঙ্গল থেকে এরা বিভিন্ন ধরনের পাতা: শালপাতা, কেন্দু পাতা, বাচকর্ম পাতা- এই সব পাতা সংগ্রহ করে ঝাল, প্লেট, ঠোঁজা বানিয়ে বাজারে বিক্রি করে অর্থ উপার্জন করে জীবিকা নির্বাহ করে।
- 2) বন বা জঙ্গল থেকে এরা বিভিন্ন ধরনের ছাত্তু। যেমন- আদান ছাত্তু, কাঠ ছাত্তু, পুটকা ছাত্তু, মোতাম ছাত্তু, পটকার ছাত্তু প্রভৃতি ছাত্তু সংগ্রহ করে নিজেরা খাদ্য হিসেবে খায় এবং বাজারে বিক্রি করে অর্থ উপার্জন করে।
- 3) এছাড়া ও এরা বন থেকে মধু, কাঠ, আম, জাম, খেজুর সহ বিভিন্ন ধরনের ফল-মূল সংগ্রহ করে থাকেন।
- 4) অনেকে আবার বন-জঙ্গল থেকে বাঁশ ও বিভিন্ন ধরনের কাঠ সংগ্রহ করে তা দিয়ে তলাই (বসার আসন), পুটিয়া

(মানুষ) তৈরি করে তা বাজারে বিক্রি করে অর্থাৎ উপার্জন করে জীবিকা নির্বাহ করে থাকেন।

যদিও পশ্চিমবঙ্গের বেশিরভাগ আদিবাসী সম্প্রদায় মানুষজনের প্রধান জীবিকা কৃষি। গ্রামীণ আদিবাসী কৃষকরা অধিকাংশই প্রান্তিক ও ক্ষুদ্র চাষি। আদিবাসীদের মধ্যে কমসংখ্যকই প্রকৃত কৃষক, বেশিরভাগই কৃষি শ্রমিক হিসেবে কৃষির ওপর নির্ভরশীল। সাধারণত এরা আদিম পদ্ধতিতে বর্ষার ওপর করে চাষাবাদ করে থাকেন। এরা সাধারণত কৃষি থেকে জীবিকা নির্বাহ করে থাকলেও বিভিন্ন ধরনের শাক-সবজি, খাদ্যশস্যের চাষও করে থাকেন। জেয়ার, বাজরা, ভূট্টা ইত্যাদির চাষ করে থাকেন। তাছাড়াও আবার দেখা যায় যে সমস্ত আদিবাসী মানুষজন নদীর তীরে বসবাস করে থাকেন তারা নদী থেকে বিভিন্ন ধরনের মাছ ধরে তা দিয়ে নিজেরা যেমন খেয়ে জীবন ধারণ করে এবং অবশিষ্ট বিক্রি করে অর্থাৎ উপার্জন করে জীবিকা নির্বাহ করে থাকেন। আবার দেখা যায় যে আদিবাসী মানুষরা তাদের জীবন জীবিকার জন্য বিভিন্ন ধরনের পেশার সঙ্গে নিযুক্ত হয়েছেন। এরা চা বাগানের শ্রমিক, বিড়ি শ্রমিক, কয়লাখনির শ্রমিক, রাস্তা-ঘাট তৈরি ও মেরামতের শ্রমিক, পাকাবাড়ি তৈরির শ্রমিক হিসেবে কর্মের সঙ্গে নিযুক্ত। বর্তমানে পশ্চিমবঙ্গ সরকার বিভিন্ন ধরনের প্রকল্প সহ স্বনির্ভর ঋণ প্রকল্পগুলি রূপায়ন করার সুবাদে আদিবাসী সম্প্রদায় মানুষজনের অর্থনৈতিক পরিকাঠামোয় অনেক বেশি উন্নত হয়েছে। অর্থনৈতিক পরিকাঠামোয় অনেক বেশি উন্নত হলেও সার্বিকভাবে অর্থনৈতিক পরিকাঠামোতে এখনও এরা সমাজে পিছিয়ে পরা মানুষ।

মানসিক অবস্থা (MENTAL STATUS)

আদিবাসী মানুষের জীবনযাত্রায় দেখা যায় এরা সাধারণত সহজ-সরল মনের অধিকারী। এরা কোলাহলপূর্ণ এলাকাকে সেরকম নেই বললেই চলে। এরা গোষ্ঠীবদ্ধ হয়ে বসবাসে বেশি অভ্যস্ত এবং পরিবেশের সঙ্গে খাপ খাইয়ে নিয়ে চলতে পারে ফলে এদের দেহে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা প্রবল হয়। এরা কায়িক শ্রম বা অল্পকৃত শ্রম করতে সক্ষম। আমরা জানি একজন সুস্থ স্বাভাবিক মানুষের দুটি দিক থেকে সবল থাকতে হয়। একটি হল শারীরিক দিক ও অপরটি হলো মানসিক দিক, শারীরিক ও মানসিক দিক থেকে একে অপরের ক্রিয়া প্রতিক্রিয়ামূলক। একদিক দুর্বল হলে অপর দিক দুর্বল হয় আবার একদিক সবল হলে অন্যদিকে সবল হয়। আদিবাসীদের মধ্যে বর্তমানে দেখা যায় যে এরা শারীরিক দিক থেকে সুস্থ স্বাভাবিক মানুষ হলেও এদের মানসিক দিক থেকে সুস্থ স্বাভাবিক নয়। ফলে আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজন সুস্থ-স্বাভাবিকভাবে জীবন কাটাচ্ছেন একথা বলা কখনই সমীচীন হবে না। এদের মধ্যে অধিকাংশ মানুষজন এর মানসিক স্বাস্থ্য ক্রমশ হ্রাস প্রাপ্ত হচ্ছে।

যে সমস্ত আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজন প্রত্যন্ত গ্রাম্য এলাকাতে বা বনভূমিতে থেকে কৃষির ওপর নির্ভর করে জীবিকা ও জীবন ধারণ করে থাকেন। তাদের ক্ষেত্রে দেখা যায় অধিকাংশ সময়ে বন থেকে আসা বনাশ্রমী উৎপন্ন ফসল নষ্ট করে দেয়, যার ফলে তাদেরকে অনেকটা অভাব অনটনের মধ্যে থেকে জীবন কাটাতে হয়। ফলে তাদের মনের মধ্যে গভীর ক্ষত সৃষ্টি হয়। মানসিক দিক থেকে তারা দুর্বল হয়ে পড়ে, বাড়াতে থাকে মানসিক চাপ। এছাড়াও যারা

বিভিন্নভাবে আর্থিক অনটনের মধ্যে দিন যাপন করে থাকেন দেখা যাচ্ছে তাদের মধ্যে মানসিক স্বাস্থ্য অনেকাংশে হ্রাস পাচ্ছে। সম্প্রতি আদিবাসী সম্প্রদায়ের একটি বড় অংশ জুড়ে বৃদ্ধি পাচ্ছে মানসিক চাপ। ফলে মানসিক রোগে ভুগছেন অনেকেই। অশিক্ষিতের হার বৃদ্ধির ফলে, নানাভাবে প্রাকৃতিক বিপর্যয়, বিভিন্নভাবে জরি অধিগ্রহণ ও আর্থিক অনটনের মধ্যে জীবন ধারণ করে বেঁচে থাকা খুবই কষ্টের। ফলে মানসিক চাপ বহুলাংশে বৃদ্ধি পাচ্ছে আর তার থেকে মুক্তি পাওয়ার জন্য মূলতঃমূল্যে পাওয়া মাদক দ্রব্য সেবন ও আশ্রয় গ্রহণ করছে অনেকেই। এইভাবে যদি চলতে থাকে তাহলে আদিবাসী সম্প্রদায়ের জনসমাজে মানুষের মানসিক ক্ষত অতিমাত্রায় বৃদ্ধি পাবে ও মানসিক রোগীর সংখ্যা বহুলাংশে বৃদ্ধি পাবে এবং সমাজে এদের অস্তিত্বের হানি ঘটবে দ্রুততার সাথে।

কোভিড-19 এর প্রভাব (EFFECT OF COVID - 19)

সারা বিশ্বব্যাপী মানুষের কাছে এখনও একটাই আতঙ্ক মনের মধ্যে সর্বদা ঘুরপাক খাচ্ছে তা হল করোনা ভাইরাস। যা 31 ডিসেম্বর 2019 সালে চীনের হুবেই প্রদেশের উহান শহরে ছড়িয়ে পড়েছিল। চীনা গবেষকেরা প্রাথমিক রিপোর্ট অনুযায়ী নভেল করোনা ভাইরাস (সার্স কোভ-2) হিসেবে নামকরণ করেন এবং তারই নামানুসারে রোগটি নাম হয় কোভিড-19। যা কিনা বাদুর নামক প্রাণী থেকে এসেছে। বিজ্ঞানীরা গবেষণার দ্বারা জানান যে- সার্স করোনা নামক ভাইরাসের মতো সার্স কোভ-2 ভাইরাসের স্পাইক প্রোটিন করোনা ভাইরাস ডিজিজ-19 অর্থাৎ কোভিড-19 এর সংক্রমণ হয় এবং মানুষের দেহে যে কোন রয়েছে সেই কোষে

এনাজিওটেনসিন কনভার্টিং এনজাইম-2 নামক রিসেপ্টরের সহযোগিতায় দ্রুততার সহিত প্রবেশ করে। আর তা হাঁচি, কাশি বা শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত অতি সুস্পাতিসুক্ষ্ম ড্রপলেটগুলোর মাধ্যমে একজনের দেহ থেকে অন্যজনের দেহে ছড়িয়ে পড়ে। এই কোভিড-19 এর প্রধান লক্ষণগুলো হল- জ্বর, সর্দি, কাশি, শ্বাসকষ্ট এছাড়াও গা কামকামি অব, গাটে গাটে ব্যাথা, মাথাধরা, খাবারের গন্ধ ও স্বাদ না পাওয়া প্রভৃতি। কোভিড-19 দেশ-বিদেশের বিভিন্ন প্রান্তে আক্রান্তের সংখ্যা বৃদ্ধি ঘটলেও তা সারা বিশ্বব্যাপী মৃত্যুর মার্মিছিল তৈরি করতে পারলেও পশ্চিমবঙ্গের আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজনদের দেহে তেমন একটাভাবে সংক্রমণ ও বিস্তার লাভ করতে সক্ষম হয়নি। যা রাজ্যের বিভিন্ন প্রান্তে সম্প্রদায়ের মানুষদের দেহে প্রভাব বিস্তার ঘটিয়েছে। কোভিড-19 তেমনভাবে এদেরকে আক্রমণ না করলেও পারার কারনস্বরূপ বলা যেতে পারে যে

- ১) যেহেতু এরা কঠোর শ্রমের এবং পরিবেশের সঙ্গে সহজে খাপ খাইয়ে নিতে সক্ষম। এদের দেহের ইমিউনিটি পাওয়ার অনেক বেশি হওয়ার কারণে কোভিড-19 এদের দেহকে তেমনভাবে আক্রমণ করতে পারেনি।
 - ২) আদিবাসীদের গ্রামগুলিতে সুস্বচ্ছ অবস্থায় সংগঠন ভিত্তিক কঠোর নিয়মের দ্বারা পরিচালিত হয়। কোভিড-19 পরিস্থিতিতে 'লকডাউন' ব্যবস্থাকে এরা কঠোর রূপে পালন করার জন্য 'করোনা ভাইরাস' বহনকারী মানুষজন ওদের গ্রামগুলোতে প্রবেশ করতে পারেনি। তাই আদিবাসী সমাজে কোভিড-19 এ আক্রান্ত তেমন লক্ষ্য করা যায়নি।
- কোভিড-19 এই রোগটি মহামারী রূপ ধারণ করার কারণে পশ্চিমবঙ্গসহ গোটা দেশ ও বিদেশে শুরু হয়

'লকডাউন' প্রক্রিয়া। যার দরুন মুখ খুঁড়ে পড়ে গোটা বিশ্বের অর্থনৈতিক অবস্থা। কোভিড-19 মহামারীর কারণে লকডাউন এর জেরে আমাদের দেশেও অত্যন্তপূর্ব পরিস্থিতি তৈরি হয়। যার প্রভাব পড়েছে আদিবাসী তপশিলি ও উপজাতি সম্প্রদায়ের তথা সমাজের সর্বস্তরের মানুষের। যে সমস্ত আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজন দারিদ্র ও প্রান্তিক জনগোষ্ঠীর অন্তর্ভুক্ত তাদের জীবন-জীবিকা মারাত্মকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছিল। এছাড়াও ব্যাপকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছেন যে সমস্ত আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজন পরিযায়ী শ্রমিক হিসেবে অসংগঠিত ক্ষেত্রে শ্রমিকদের কর্মচারীর কর্মে নিযুক্ত ছিলেন। কেননা তারা কার্যত কাজের অনুপাতে পারিশ্রমিক পান আর সেই পারিশ্রমিক অর্থ না পাওয়ার কারণে এই দ্রব্যমূল্য বৃদ্ধির বাজারে বর্তমান পরিস্থিতিতে সংসার চালানো খুবই কষ্টকর হয়ে পড়েছিল, যা এখনও পর্যন্ত বহন করতে হচ্ছে অনেকেই। তাছাড়া যে সমস্ত আদিবাসী মানুষজন বন বা জঙ্গল থেকে বিভিন্ন জিনিস পত্র সংগ্রহ করে বাজারে তা বিক্রয় করে অর্থ উপার্জনের মধ্য দিয়ে জীবন-জীবিকা নির্বাহ করতো তাদের অচলাবস্থার সৃষ্টি হয়েছিল। আবার যারা কৃষির উপর নির্ভর করে জীবন-জীবিকা নির্বাহ করতো তাদের অনুরূপ অবস্থার সৃষ্টি হয়। ফলে কার্যত এদের অর্থ উপার্জনের রাস্তা বন্ধ হয়ে যায়। যার ফলস্বরূপ তাদের বহু কষ্টের মধ্য দিয়ে দিন যাপন করতে হয়। এমনকি এক বেলার খাদ্যকে দু'বেলা খেয়ে জীবন কাটাতে হয়েছিল। যদিও সরকারি কিছু অনুদান তৎসময়ে দেওয়া হয়েছিল কিন্তু তা প্রয়োজনের তুলনায় সীমিত হওয়ার কারণে ব্যাপকভাবে কষ্টের মধ্য দিয়ে সংসারে বসবাসকারী মানুষদেরকে দিন যাপন করতে হয়েছিল। তবে বর্তমান সময়কালে লকডাউন

মুক্ত হওয়াতে ওই অনটনের কিছুটা পরিবর্তন হয়েছে।
(জয়দেব বেরা, ২০২০)

উপসংহার (CONCLUSION)

পশ্চিমবঙ্গে অবস্থানরত আদিবাসী সমাজের মানুষদের জীবনযাত্রার জীবনমানের উন্নয়ন, শিক্ষার ক্ষেত্রে স্কুল-কলেজ-বিশ্ববিদ্যালয় প্রসার, স্বাস্থ্যের প্রসার, জমি, বাসস্থান প্রভৃতি ক্ষেত্রে আগের থেকে উন্নয়নমূলক হলেও সরকারের উচিত সমাজে পিছিয়ে পড়া মানুষদের সামগ্রিক পরিস্থিতিকে বিচার বিশ্লেষণের মধ্য দিয়ে সামাজিক, অর্থনৈতিক ও শিক্ষাগত বিষয়গুলোতে অধিক পরিমাণে অগ্রাধিকার দেওয়া এবং জমি, বাসস্থান ও তাদের সংস্কৃতি, জীবিকাকে সুরক্ষিত করা। বর্তমানে দেখা যাচ্ছে সমাজে পিছিয়ে পড়া আদিবাসী মানুষদের মধ্যে অধিকাংশ মানুষ বিভিন্ন কারণবশত মানসিক স্বাস্থ্য হারাচ্ছেন। আদিবাসীদের এই মানসিক স্বাস্থ্যকে সুস্থ ও সবল করার লক্ষ্যে সমাজে বসবাসকারী গুণবুদ্ধিসম্পন্ন মানুষের এগিয়ে আসা দরকার। যদিও বর্তমানে পশ্চিমবঙ্গ সরকার আদিবাসীদের বিভিন্ন সমস্যা-সমাধানকল্পে একটি কমিটি গঠন করেছেন তা যদি দ্রুত কার্যকর হয়ে থাকে তাহলে আদিবাসী সম্প্রদায়ের মানুষজন অনেকাংশে মানসিক চাপ থেকে মুক্ত হতে পারবেন। কিন্তু তা যদি না হয়ে থাকে তবে ভারত সরকার ও পশ্চিমবঙ্গ সরকারের যৌথ উদ্যোগে আদিবাসী সম্প্রদায়ের ওপর মানসিক স্বাস্থ্য সম্বন্ধীয় বোর্ড গঠন করে এবং সমীক্ষা ও পর্যালোচনা করে মানসিক চাপ যাতে কমানো যায় তারজন্য বিভিন্ন পদক্ষেপ অবলম্বন করা এবং তা দ্রুততর সহিত কার্যকর করা উচিত।

ব্যক্তিগণ

- 1) কালীচরন মান্ডি, পেশা: স্টেট এ্যাডেড কলেজ টিচার, বয়স: 32 বৎসর, লিঙ্গ: পুরুষ, গ্রাম: মোহাভাব, পোস্ট: কর্তিয়া, থানা: গোপীপল্লবপুর, জেলা: পশ্চিম মেদিনীপুর, তারিখ: 21.03.2021।
- 2) শ্রাবনী হাঁসদা, পেশা: স্টেট এ্যাডেড কলেজ টিচার, লিঙ্গ: মহিলা, গ্রাম: ভাইনমারী, পোস্ট: জাহানপুর, থানা: জাহানপুর, জেলা: ঝাড়গ্রাম, তারিখ: 22.03.2021।
- 3) সনাতন হেমরম, লিঙ্গ: পুরুষ, বয়স: 62 বৎসর, গ্রাম: তেতুলডাঙ্গা, পোস্ট: ছোটনাকডোনা, থানা: গোয়ালতোড়, জেলা: পশ্চিম মেদিনীপুর, তারিখ: 23.03.2021।
- 4) জগমন মান্ডি, পেশা: কৃষক, লিঙ্গ: পুরুষ, বয়স: 43 বৎসর, গ্রাম: রামচক, পোস্ট: করকাই, থানা: পিলা, জেলা: পশ্চিম মেদিনীপুর, তারিখ: 24.03.2021।
- 5) গুরুপদ টুডু, পেশা: কৃষক, লিঙ্গ: পুরুষ, বয়স: 45, গ্রাম: রয়না, পোস্ট: বেলঘরিয়া, থানা: বোরো, জেলা: পুরুলিয়া, তারিখ: 25.03.2021

সহায়ক গ্রন্থ:

1. আদিবাসী অধিকার ও উন্নয়ন আন্দোলনই পথ, TRIBAL-RSS. pdf-CPIMWB।
2. Office of the Registrar General, West Bengal DATA HIGHLIGHTS: THE SCHEDULED TRIBES, Census of India 2001, October 2010।
3. সুমন্ত মাহালি হেমরম, আদিবাসী কাদের বলে? আদিবাসী কারা? ভারতীয় আদিবাসী ও তাদের বিষয় সমূহ, ইউনিকুই নলেজ বাংলা, 18th ফেব্রুয়ারি, 2020।
4. বেরা, জয়দেব (২০২০); 'কোভিড-১৯ ও সমাজতত্ত্ব', NYRA BOOKS, বিষ্ণুপুর।

প্রতিফলন
PRATIFALLAN

প্রতিফলন প্রবন্ধ সংকলন
PRATIFALLAN PRABANDHA SANKALAN

প্রথম প্রকাশ আগস্ট ২০২১

গ্রন্থস্বত্ব
প্রতিফলন প্রবন্ধ সংকলনটির সমস্ত লেখক-লেখিকা বৃন্দ

প্রচ্ছদ

প্রকাশক: ইচ্ছেবাতি সাহিত্য পত্রিকা ও প্রকাশনী
ব্যান্ডেল নলডাঙ্গা নারায়নপুর, ব্যান্ডেল - ৭১২১২৩

Publishedby : ICCHEBATI PUBLISHER'S

Publisher's Address : BANDEL NALDANGA NARAYANPUR NEAR

BARUN DECORATOR HOUSE &

NANDI PRESS. BANDEL, 712123

Mobile : 9123088576 / 8910899621

E-mail : icchebatimagazinepublishers222@gmail.com

Printer's Details : MONDAL DESIGN & PRINTER'S

Address : DHARAMPUR, CHINSURAH, HOOGHLY 712101

EditionDetails : 1ST EDITION

ISBN:



Copyright:©ICCHEBATIPUBLISHER'S

প্রকাশক এবং স্বত্বাধিকারীর লিখিত অনুমতি ছাড়া এই বইয়ের
কোন অংশেরই কোনো পুনরুৎপাদন বা প্রতিলিপি করা যাবে না।

মূল্য - ১৫০ টাকা

সূচীপত্র

- মন ও মননে সংগীতের প্রভাব, মধুশ্রী মাইতি শাসমল।
- শিশুদের মানসিক বিকাশ ও কাউন্সেলিং, জয়দেব বেরা
- হাবিব তনবীর : ভারতীয় নাট্য-সাহিত্যের অন্যতম অধ্যায়, ড. চন্দন বারিক।
- ফুটবল খেলা প্রসঙ্গে স্বামী বিবেকানন্দ-একটি অজানা দিক, সনাতন দাস।
- কোভিড -১৯ এর যুগে আর্থসামাজিক ও মানসিক স্বাস্থ্যের অবস্থান, অতীন কুমার মাইতি।
- দর্শনের মূল্য কোথায় ?, ননীগোপাল দাস।
- সংস্কৃতির রক্ষায় প্রাচীন সংস্কৃত সাহিত্য, অমিতাভ পাহাড়ি।
- ভারতের 'বারমুডা ট্রাইএঙ্গেল', নারায়ণ চন্দ্র বেরা।
- করোনা ভাইরাস কি কি শেখালো, মনোজ মাইতি।
- মনের ক্রিয়ায় শরীরের প্রতিক্রিয়া, শীতলী জানা (গুড়িয়া) ।
- প্রাকৃতিক শব্দের সঙ্গে তবলার শব্দের মেলবন্ধন, তরুন মিশ্র।
- জল দূষণ এবং মানুষের স্বাস্থ্য, মৌসুমী মান্না।
- তর্কবিজ্ঞানে বচনের প্রাথমিক ধারণা, দেবশিস গিরি।
- বিশ্ব উষ্ণায়ন পরিবেশ সমস্যা ও সমাধান, দেবশীষ কুমার চাকি।
- ভারতীয় দার্শনিক দৃষ্টিভঙ্গিতে ঈশ্বর ধারণা, পহেলী মাইতি।

দর্শনের মূল্য কোথায় ?

নর্দীগোগাল দাস, স্টেট অ্যাডেড কলেজ টিচার (SACT)

দর্শন বিভাগ, স্বর্ণময়ী যোগেন্দ্রনাথ মহাবিদ্যালয়

আমদাবাদ, নন্দীগ্রাম, পূর্ব মেদিনীপুর, 721650

"আকাশ ভরা সূর্য তারা বিশ্বভরা গ্রাণ

তাহারি মাঝখানে আমি পেয়েছি মোর স্থান

বিশ্বয়ে তাই জাগে আমার গান " (১)।।

আদিম অরণ্যচারী মানুষের চোখে বৈচিত্র্যময়ী বিশ্ব প্রকৃতি প্রথমেই জাগিয়েছিল বিশ্বয় আর এই বিশ্বয়ে থেকেই আসে জিজ্ঞাসা। সৃষ্টির উমাগল্প থেকেই মানুষের মনে তাই যে জিজ্ঞাসার আলোড়ন সৃষ্টি হয়েছে - আমি কোথা থেকে এলাম? কোথায় ছিলাম? কেনইবা এলাম? আমিবা কে? - এইসব নানান জিজ্ঞাসাগুলি থেকেই উৎপত্তি হয় দর্শনশাস্ত্রের। আর এই সব খন্ড জ্ঞান থেকে পরম তত্ত্বের সামগ্রিক জ্ঞান উত্তরণের চেষ্টাই হলো দর্শন চিন্তার ভিত্তিভূমি। তাই দর্শন শাস্ত্রের সংজ্ঞা স্বরূপ বলা যায় - জগৎ ও জীবনের স্বরূপ ব্যাখ্যা এবং তার মূল্য অবধারণ অর্থাৎ দর্শন চিন্তার বিলাসিতা নয় জীবন ও জগতের স্বরূপ অবহিত হয়ে তারই আলোককে জীবনকে সুনিয়ন্ত্রিত করা। যথার্থ পথে জীবনকে চালিত করা। এই প্রসঙ্গে দার্শনিক পেরি বলেন "Philosophy is neither accidental nor Subnatural but inevitable and normal"। সংক্ষেপে বলতে গেলে যে সমস্ত বিষয়ের জ্ঞান অসম্ভব সেই সমস্ত বিষয়কে কেন্দ্র করে অনর্থক বুলচেরা বিশ্লেষণ ও বিতর্ক হল দর্শন। দর্শন শব্দটি 'দৃশ্য' ধাতুর সঙ্গে 'অনর্ট' প্রত্যয় যোগে 'দর্শন' শব্দটি উৎপত্তি হয়েছে। দর্শন বলতে সাধারণত চাক্ষুষ প্রত্যক্ষ কে বোঝায় যায় না এক্ষেত্রে দর্শন মানে সত্যের প্রত্যক্ষ উপলব্ধি বা তত্ত্ব সাক্ষাৎকরণ। 'দৃশ্য' শব্দের অর্থ হল 'দেখা' অর্থাৎ মানুষ ব্যাপকভাবে অন্তরিক্ষিত ও বহিঃরিক্ষিতের মাধ্যমে বিশ্বব্রহ্মাণ্ড সম্পর্কে যে জ্ঞান অর্জন করে তাই হল দর্শন। আবার ইংরেজি প্রতিশব্দ

'ফিলোসফি' শব্দটির অর্থ হলো 'জ্ঞানের প্রতি বা সত্যের প্রতি অনুরাগ। Philosophy শব্দটি মূলত দুটো গ্রীক শব্দের সমন্বয়ে গঠিত হয়েছে। 'Philos' শব্দটির অর্থ হল 'ভালোবাসা' বা 'অনুরাগ' এবং 'Sophia' শব্দের অর্থ হল 'জ্ঞান'।

প্রাত্যহিক জীবনে ঘটমান রহস্য গুলি সম্পর্কে আলোচনা করাই দর্শনের কাজ আর আধিভৌতিক বিষয়গুলি দর্শন শাস্ত্রের বিষয়বস্তু। কিন্তু প্রকৃতপক্ষে এটাই দর্শনের ভিত্তিভূমি নয়। জীবন কি? মানুষ জীবনের উৎস কোথায়? জীবনের প্রকৃত উদ্দেশ্য কি? - এই সমস্ত প্রশ্নগুলি দর্শনের মূল প্রতিপাদ্য জিজ্ঞাসা আর এইভাবে সৃষ্টি দর্শনশাস্ত্রের। দর্শনশাস্ত্র কিন্তু মানুষের জীবন এবং অতিক্রমতা থেকে বিচ্ছিন্ন নয়। তবুও এসবের মধ্য দিয়ে মানুষের মধ্যে সদা প্রশ্ন জাগে- দর্শনের মূল্য কি? দর্শন পাঠের উপযোগিতা কোথায়? কেননা বিজ্ঞান যেভাবে আমাদের উপকার করে সেভাবে দর্শনের উপকারিতা কোথায়? যারা বিজ্ঞান পড়েন না বা জানেন না তারাও বিজ্ঞানের দ্বারা উপকৃত বা তারাও বিজ্ঞান সম্পর্কে আগ্রহী। কিন্তু দর্শনের জ্ঞান কেবল দর্শনের ছাত্রদের মধ্যে সীমাবদ্ধ। যদিও কিছুমাত্র প্রভাব পড়ে তাও পরোক্ষভাবে। তবে এ কথা ঠিক হলেও দর্শনের মূল্য খুঁজতে গেলে প্রথমে বাস্তববাদী বা হিসেবী মানুষদের একটা সংজ্ঞা খুঁজতে হবে। যারা অর্থাৎ আমরা সমাজস্থ বিচারবুদ্ধি সম্পন্ন মানুষ। এই আমরা যদি আমাদের দৈহিক সুখ সম্পদ ও দৈহিক ক্ষুধা নিবৃত্তির মধ্য থেকে দর্শনের মূল্য খোঁজার চেষ্টা করি তাহলে সেক্ষেত্রে কখনো সম্ভবপর হবে না। মানুষের জীবনে দৈহিক সুখ-সম্পদ কাম্য হলেও তা একমাত্র কাম্য বস্তু নয়। ইতর প্রাণী দৈহিক সুখ-সম্প্রাপ্তে তৃপ্তি হতে পারে, কিন্তু মানুষ আরও কিছু কামনা করে। মানুষের চাওয়া-পাওয়ার অস্ত্র নেই। আজ বাড়ী তো কাল গাড়ি, পরের দিন আরো অন্য কিছু, পরে আবার সুন্দর অন্যকিছু। যার আছে সে আরো চায়। তাই কবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের ভাষায় বলা যায়

"এ জগতে হয়, সেই বেশি চায় আছে যার ভূরি ভূরি
রাজার হস্ত করে সমস্ত কাঙালের ধন চুরি" (৩)।।

এ জগতে ধনী বা গরীব যাইতোক না কেন তারা মানুষ। এই মানুষের চাওয়া-পাওয়ার মধ্যে সে কখনো খুঁজে না কোনটা স্থায়ী আর কোনটা অস্থায়ী। এই জীবন শ্রেষ্ঠ মানুষ জানতেও পারেনা যে অস্থায়ী জিনিসের কামনায় সে আশ্বির, চঞ্চল। আমরা সত্যিই কি সুখকে ভালোবাসি নাকি শান্তিকে? সুখ না শান্তি কাম্য? কখনো বুঝলেও এই জগতে চাকচিক্যে সহজাত সৌন্দর্যকে আমরা ভুলে যাই। সুখ বাহ্যিক, শান্তি মানসিক। শুধু চাওয়া-পাওয়ার ভিড়ে মানুষ আজ অন্ধ। তাই প্রকৃতক্কে সে দেখতে পায় না। এরকম দৃষ্টিকোণ থেকে দর্শনের মূল্য সন্ধান করলে তা হবে অর্থহীন। কেননা দর্শন বলে দেয় যে- এই সমস্ত চাওয়া-পাওয়ার সম্পদ অস্থায়ী যা মানুষকে সুখ-শান্তি কোনটাই দিতে পারেনা। জ্ঞান অবেষণ এর মধ্য দিয়ে সত্যাত্মবেষণ এর মধ্য দিয়ে দর্শনের আহ্বাস প্রদান করে মানুষকে তৃপ্তি করে। তাই জার্মান দার্শনিক যথাধই বলেছেন "মানুষকে লক্ষ্য রূপে ব্যবহার করে উদ্দেশ্য রূপে নয়"।

দর্শন শাস্ত্রের উদ্দেশ্য হল বিশ্বব্রহ্মাণ্ড সম্পর্কে চিরন্তন সত্যের অনুসন্ধান করার প্রবণতা। বিখ্যাত দার্শনিক রায়মন্ড বলছেন "Philosophy is an uncesing effort to discover the general truth lies behind the particular facts to discover also the realities that lies behind appearance" (8)। সত্যতার উন্মলন থেকে মানুষ যে জগতে বাস করে সেই জগত দর্শন করে আসছে। জ্ঞান বা বোধশক্তির বিকাশের সঙ্গে সঙ্গে মানুষ বুঝতে পারল যে সাধারণভাবে তারা ব্যবহারিক যা কিছু দেখেছে তা সত্যিকারের দেখা নয়। কেননা ব্যবহারিক জগতের বিষয়গুলি মানুষের মনকে প্রকৃতপক্ষে সুখ বা তৃপ্তি দিতে পারে না। প্রতিটি মানুষই তার অন্তরের দুটি সত্তা নিয়ে জন্মগ্রহণ করে। এক হল জীবসত্তা ও দুই হল বুদ্ধিসত্তা। জীবসত্তা ব্যবহারিক জগতের বিষয়গুলির মধ্যে তার সুখ ও তৃপ্তি খুঁজে নেয়। কিন্তু বুদ্ধিসত্তা মানুষের মধ্যে বিদ্যমান সেই বুদ্ধি সত্তা ব্যবহারিক জগতের বিষয় বা সম্পদের মাঝে কোনভাবে তৃপ্তি খুঁজে পায়না। ব্যবহারিক জগতের সম্পদগুলির অতিরিক্ত কোন কিছুর মধ্যে সে তৃপ্তি খোঁজার চেষ্টা করে এবং অতিরিক্ততা খুঁজে পেলে তবেই তার তৃপ্তি ও চির আনন্দ। বুদ্ধিবৃত্তির প্রয়োজন সাধনের কারণেই দর্শন

শপাটিকে সাধারণভাবে দেখা অর্থে ব্যবহার করা যায় না। সাধারণভাবে আমরা যা কিছু দেখি তাকে বঙ্গা যায়না দর্শন। আমাদের যা কিছু দর্শনীয় তা সত্য বা তবু দর্শনের পর্যায়ে পড়ে না। সত্য বা তবু দর্শন সম্ভব কেবলমাত্র যদি আমরা বুদ্ধিবৃত্তির বা আধ্যাত্মিক জ্ঞান দ্বারা সম্পূর্ণরূপে পরিচালিত হই এবং শুদ্ধ বুদ্ধি ও যুক্তির জীবনে উন্নীত হতে পারি। তবেই কেবল মাত্র আমরা প্রকৃত সত্য দর্শন করতে পারব। দর্শনকে পাঠ করার সার্বকতা তখনই আসবে যদি আমরা সত্যিকারের দর্শনের মানসিকতাকে গ্রহণ করতে এবং সেই পথে জীবনকে পরিচালিত করতে পারি। দর্শন আমাদের যা দিতে পারে এবং যে পথে দেখাতে পারে অন্য কোন বিষয়ের পক্ষে তা করা সম্ভব নয়। যে জগতে আমরা বসবাস করি সেই জগতে জীবন এক মূল্যবান বিষয় আর সেই জীবনকে মহত্বের লক্ষ্য, মহত্বের পথে পূর্ণতার দিকে পৌঁছে দিতে পারে দর্শন, যা অন্য কোন বিষয় পারেনা। চিন্তা থেকেই দর্শনের উৎপত্তি। মানুষ যদি চিন্তা না করতো তাহলে অপরাপর জীবনের ন্যায় মানুষকে এই জগতে জীবন অতিবাহিত করতে হতো। চিন্তাই মানুষের সাধারণ অর্থে দেখাকে দর্শনের রূপায়িত করে দিয়েছে। অতি আদিমকাল থেকে বর্তমান সময় পর্যন্ত জগতে যা কিছু উন্নততর যাটছে তার পশ্চাতে অবদান হল দর্শনের। দর্শন মানুষকে ভাবতে শিখিয়েছে আর সেই ভাবনাকে ভিত্তি করে মানুষ জগতে যা কিছু উন্নতি করা সম্ভব তা করে চলেছে। জগতের সামগ্রিক কল্যাণ এর পশ্চাতে অবদান হল দর্শনের। মানুষ যদি ভাবতে না পারতো তাহলে মানুষকে জীবন কাটতে হতো বঙ্কল বসন পরে, বৃক্ষের ফল খেয়ে, বৃক্ষের নিচে গৃহ নির্মাণ করে। দর্শনের লক্ষ্য এমন জ্ঞানলাভ করা যার সাহায্যে সকল বৈজ্ঞানিক জ্ঞানের মধ্যে একটা ঐক্য স্থাপিত হতে পারে। আর এই রকম জ্ঞান আসে বিচার-বিশ্লেষণ প্রত্যয় ও বিশ্বাসের সাহায্যে। কিন্তু এ বিষয়ে দর্শন উল্লেখযোগ্য সাফল্য পেতে পারেনি, এর মূলে একটিই ঘূর্ণায়মান চক্র বিদ্যমান। কোন গণিতশাস্ত্রবিদ বা ঐতিহাসিকবিদ বা ভৌগোলিকবিদকে প্রশ্ন করা হয় যে তাদের বিজ্ঞানের সাহায্যে তারা কি কি জানতে পেরেছেন, তাহলে আমরা যতক্ষণ শুনতে চাইবো ততক্ষণ তারা তাদের সাফল্যের তালিকা আমাদের শনিয়ে যেতে পারবেন। কিন্তু একই প্রশ্ন একজন দার্শনিককে যদি করা হয় তিনি স্বীকার

করতে বাধ্য হবেন যে অন্যান্য বিজ্ঞান সুনির্দিষ্টভাবে যেমন অনেক কিছু জানতে পেরেছে ঠিক সেই ধরণের কোনো জ্ঞান দর্শন এখনো লাভ করতে পারেনি। এর একটি কারণ হলো যখন কোন বিষয়ের জ্ঞান সুনির্দিষ্টভাবে জানা হয়ে যায় তখন আর সেই বিষয়টিকে দর্শন বলা যায় না। তাকে স্বতন্ত্র একটি শাস্ত্র বলে আখ্যা দেওয়া হয়। আমরা আমাদের সব দুঃখ, বেদনা, আকাঙ্ক্ষা, অনুভূতি, আবেগ- এসমস্ত প্রকাশ করে থাকি তার মূলে রয়েছে মন। আর এই মানুষের মন সম্পর্কিত আলোচনা ও দর্শনের অন্তর্ভুক্ত ছিল। কিন্তু এখন মনোবিদ্যা একটি স্বতন্ত্র বিজ্ঞান। আসলে দর্শন হলো সেই শাস্ত্র যেসব সমস্যার এখনো কোনো সুষ্ঠু সমাধানের পথ খুঁজে পাওয়া যায়নি সেগুলি সেই দর্শন আলোচনা করে এবং করে চলেছে।

ব্যক্তি জীবনের মূল্যবোধকে কিভাবে প্রাধান্য দেওয়া হবে ও বিকাশ ঘটানো হবে তা দর্শনের নির্ধারণ করে। নীতিবিদ্যা দর্শনের একটা গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ, নীতিবিদ্যা প্রসঙ্গেই চলে আসে নৈতিকতা আর এই নৈতিকতা মানুষের মূল্যবোধকে সচেতন করে তুলতে সাহায্য করে। এই যুগ হল আধুনিকতার মুখ যা বৈজ্ঞানিক প্রযুক্তি দ্বারা পরিচালিত। এই কারণেই সমাজে এত হানাহানি মানুষের অবিশ্বাস, আত্মহত্যা, রাগ, বিদ্বেষ ইত্যাদির হাতছানি। তাই যদি বৈজ্ঞানিক প্রযুক্তির সঙ্গে নীতিবিদ্যাকে অর্থাৎ দর্শনকে সংযুক্ত করা যায় তাহলে প্রত্যেকটি মানুষই তাদের আত্ম মূল্যবোধ সম্পর্কে সক্রিয় হতে পারবে এবং সমাজের মধ্যে যে এত অশ্রুতির হাতছানি তা নাশ হবে। অধ্যাপক লিগির ভাষায় বক্তব্যে হয় "We may define ethics as the normative science of conduct of human beings living in societies- a science which judges this conduct to be right or wrong, to be good or bad or in some similar way" (৫)। এক্ষেত্রে মনে রাখতে হবে যে, বিজ্ঞানের উপযোগিতা যেমন বিজ্ঞানের ছাত্রদেরকে ছাড়াও প্রভাব বিস্তার লাভ করে অন্যদের ওপর কিন্তু দর্শন এমনটা নয়। দার্শনিক জ্ঞান কেবলমাত্র দর্শনের ছাত্রছাত্রীদের মধ্যে সীমাবদ্ধ। যদিও দর্শনের বিন্দুমাত্র প্রভাব অন্যদের উপর পড়ে থাকে বা পড়েছে তা

পরোক্ষভাবে। দার্শনিক চিন্তার সাহায্যে কেবল মানুষ তার ব্যক্তিগত ক্ষুদ্র স্বার্থের জগতে থেকে মুক্তি লাভ করতে পারে। যে মানুষের মধ্যে দার্শনিক চিন্তা কণামাত্র নেই সে সেই যুগের প্রচলিত ধারণা বিশ্বাস ও সংস্কারের মধ্যে আবদ্ধ। প্রচলিত বিশ্বাসের বন্দীদশায় না থেকে সংশয়ের পথ ধরে এগিয়ে গেলে এবং নতুন কিছু দেখেই আতঙ্কিত হয়ে না উঠলে সুনির্দিষ্ট জ্ঞান না পাওয়া যাক জ্ঞানের পরিধি যে ক্রমশ বৃদ্ধি প্রাপ্ত হয় তাতে কোন সন্দেহ নেই। দার্শনিক চিন্তার মূলে মূল্য এখনেই। তাছাড়া হিসেবী মানুষের মতো দৃষ্টিভঙ্গি নিয়ে যদি আমরা দর্শনের মূল্য খুঁজতে যাই তাহলে আমরা ব্যর্থ হব। কারণ দর্শনের মূল্যের কোন শেষ নেই। অতি আদিমকাল থেকে বর্তমান কাল পর্যন্ত তাত্ত্বিক ও ব্যবহারিকভাবে জগতে যা কিছু হয়েছে তার মূলেই রয়েছে দর্শনের অবদান। দর্শনের মূল্য নিরূপণ এর কোনো সীমা নেই কারণ যে জগতে আমরা বসবাস করি সেই জগৎ যতকাল স্থায়ী ততকালই দর্শন তার মূল্য দিতে থাকবে। কাগজে-কলমে যদি আমরা দর্শনের মূল্য লিপিবদ্ধ করার চেষ্টা করি তাহলে তা হবে সাগরের জল পরিমাণের ন্যায় মূর্খতার কাজ। জ্ঞানের যে বিভিন্ন শাখা বিজ্ঞান, সাহিত্য, ইতিহাস, ভূগোল এমনকি মনোবিদ্যা প্রভৃতি এরা প্রত্যেকেই দর্শনের কাছে বন্দী। দর্শন হলো এদের উৎস এবং দর্শন বর্তমান সময় পর্যন্ত এদেরকে এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার একমাত্র সঙ্গী। যে ব্যবহারিক জগতে আমরা বসবাস করি সেই ব্যবহারিক জগতের যে অসামঞ্জস্য আচার-আচরণ করে থাকি তা যদি আমরা একটু স্থির ভাবে সার্বিক দৃষ্টিভঙ্গি দর্শন করি তাহলে বুঝতে পারবো আমাদের আচরণের মধ্যে বিভ্রান্তি আছে।

দর্শন আমাদের পরিচিতি বদ্ধ যরের বাতায়ন উন্মুক্ত করে এক অজানা ও উন্মুক্ত জগতের প্রতি আহ্বানী করে তোলে। ব্যক্তি স্বার্থকে অতিক্রম করার জন্য দার্শনিকের জীবন হল শান্ত সমাহিত ও মুক্ত। কাজেই অবশেষে দর্শনের মূল্য অনুসন্ধান করতে গিয়ে এটুকু বলা যেতে পারে যে - জগতের বর্তমান সময় পর্যন্ত যত পরিমাণ উন্নয়ন হয়েছে তার সবই দর্শনের মূল্য এবং ভবিষ্যতে যত পরিমাণ উন্নয়ন হবে তারও মূলে থাকবে দর্শন। কাজেই বলা যায় যে

দর্শনের মূল্য নিরূপণের কোন সীমাবদ্ধতা নেই।

তথ্যসূত্রঃ

- ১) গীতবিতান/প্রকৃতি/৮, রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর, উইকিসংকলন, ২০২০।
- ২) Parry, the Approach of Philosophy, pg. 22।
- ৩) কথা ও কাহিনী/দুই বিঘা জমি, রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর, ৩১ জৈষ্ঠ ১৩০২।
- ৪) Raymount, T- The Principles of Education।
- ৫) William Lillie: An Introduction to Ethics, pg.2।

সুখের



প্রবন্ধ শিল্পী:
মৌমিতা গাঙ্গুলী

ইচ্ছাশক্তি সাহিত্য পত্রিকা ও প্রকাশনী

মূল্য : ২৫০/-



শিল্পী (কালেক্টর)

ইচ্ছাশক্তি সাহিত্য পরিষদ ও প্রকাশনী



খাম্বা

সংস্করণকায়
পিকব ডে
গোপালী বাবু মন্ডলগোবিন্দ

ICCHEBATI

*a collection of Bengali Poems and Stories edited
by Pikon Dey & Mousumi Saha Mahalanabish*

দ্বিতীয় প্রকাশ: 29 শে সেপ্টেম্বর 2021

প্রচ্ছদ শিল্পী: মৌমিতা গাঙ্গুলী

গ্রন্থস্বত্ব: লেখক ও লেখিকা

মুদ্রণ: Mondal Design & Printers
ধরমপুর, চুঁচুড়া, হুগলী - ৭১২১০১

প্রকাশক: ইচ্ছেবাতি সাহিত্য পত্রিকা ও প্রকাশনী
ব্যাভেল নলডাঙ্গা নারায়নপুর, ব্যাভেল -712123
Mobile: 9123088576/8910899621

E-mail : icchebatimagazinepublishers222@gmail.com

ISBN :



9 788195 319572

বিনিময় : 250/-

প্রকাশকের লিখিত অনুমতি ছাড়া এই বইয়ের কোন অংশের কোন ধরনের
প্রতিলিপি বা পুনরুৎপাদন করা যাবে না কিংবা ইলেকট্রনিক্স পদ্ধতিতে ই-বুক
আকারে পুনঃপ্রকাশ / পুনরুদ্ভার করা যাবে না। বইয়ের প্রচ্ছদ এবং প্রকাশনীর
লোগো কোনভাবে কপি করা যাবে না। বইটির কোন গ্রহীতার ক্ষেত্রেও তাকে
এই একই শর্ত আরোপ করতে হবে। এই শর্ত অমান্য করা হলে উপযুক্ত আইনি
ব্যবস্থা নেওয়া হবে।

রিস্কু পাল-৮৮), (সময়~মধুমিতা চন্দ-৮৯), (খোকা হল সাহেব~সমীর চ্যাটার্জী-৯০), (যদি এমন হতে
 ~শ্যামল বিশ্বাস-৯১), (বেয়াড়া সেই ছোট বোনটি~নিখিলরঞ্জন গুহ-৯২-৯৩), (ইচ্ছেরা জুতগৃহে-
 সুখময় সাহা-৯৪), (অনুভব~গিরিধারী দত্ত-৯৫), (ঠিকানা~নয়নাভ বিশ্বাস-৯৬), (বিনিসুতোর সীমারেখ
 ~অমিত কুমার সাহা-৯৭), (নিবেদন~রামদাস মন্ডল-৯৮), (নীরব বসন্ত~সুমনা মন্ডল-৯৯), (আমার প্র
 ~রামকৃষ্ণ মিশ্র-১০০), (গার্হস্থ্য সঙ্গীত~চঞ্চল দুবে-১০১), (বেদুইন ঘর~সুরজিৎ সাহা-১০২), (স্বদেশের
 চিঠি~ভাস্বর দে-১০৩), (তোমার কথা~অনিরুদ্ধ বাগচী-১০৪), (ব্যস্ততা~জয়ন্ত সরকার-১০৫), (একটুকরে
 মেঘ~প্রদীপ কুড়ু-১০৬)

অগুগল্প

(ওষুধের দাম~সৈকত ঘোষ-১০৮>১০৯), (ভগ্ন হৃদয়~ওবাইদুল্লা সেখ-১০৯), (বিসর্জন~কথা-১১০
 >১১৩), (জ্যোছনা~মোনালিসা দত্ত-১১৪), (প্রচেষ্টা~শুভ্রা মজুমদার-১১৫), (অপরাজিতা~প্রিয়াঙ্কা দাস
 -১১৬>১১৭)

গল্প

(সম্মান হত্যা>অমিতাভ শীল~১১৯-১২৪), (ফিরে আয় মিনু>রাণা চ্যাটার্জী~১২৫-১২৮), (মেয়েটির নাম
 জয়>মুকুলিকা দাস~১২৯-১৩৮), (কুছকিনী>পারমিতা ঘোষ~১৩৯-১৪৭), (মুঙ্গেরের গাঁদা বন্দুক>উজা
 ~১৪৭-১৬১), (একটা সিলিং ফ্যান এবং....>মৌপ্রিয়া গঙ্গোপাধ্যায়~১৬১-১৬৪), (শৈশব>পদ্মাবতী মন্ডল
 ~১৬৪-১৬৮), (তুমি রবে নীরবে>সুমিত্রা চৌধুরী~১৬৮-১৭১), (একটি ফাঁসি>সুজাতা সরকার~১৭২-
 ১৭৪), (এ যুগের কৃষ্ণকলি>মুনমুন মন্ডল~১৭৫-১৭৭), (রক্তের দাম>পায়েল ঘোষ~১৭৮-১৭৯), (ফিরে
 দেখা>বন্দনা দাস~১৭৯-১৮০), (কৃষ্ণচূড়া>রুদ্রাংশ সূর্য রায়~১৮১-১৯০), (ভারসাম্যহীন>সোমা পাল-
 ১৯০-১৯২), (ট্যাক্সি ড্রাইভার>অসীম কুমার চট্টোপাধ্যায়~১৯৩-১৯৮), (ভালোলাগার টানে>দেবব্রত
 সাহা~১৯৮-২০২), (তাপসদের পৃথিবী>প্রহ্লাদ দাস~২০৩-২১০), (নয়ন ও আশ্চর্য আলো>সৌম্যদীপ
 হালদার~২১১-২১৩), (ফেরারি পাখি>সমুদ্র মন্ডল~২১৪-২১৭), (Satyajit Ray: Ray of light>দীপ
 মান্না~২১৮-২১৯), (বেড়া জাল>রিয়া মিত্র~২১৯-২২০), (টোন>সৌমেন ঠাকুর~২২১-২২২), (বিকেলের
 রিকশা যাত্রী>রাজদীপ ভট্টাচার্য~২২২-২২৬), (সিঁদুর>পরিতোষ বাদ্যকর~২২৬-২২৯), (লক্ষ্মীর পদচিহ্ন
 >শুভময় মন্ডল~২৩০-২৩৩), (লাঠি>রিমলী রায়~২৩৪-২৩৮), (ঋতুবদল>রিমা মজুমদার~২৩৯-২৪২)
 (পরিমাণ>বুবাই দাস~২৪২-২৪৬), (জাতে মাতাল তালে ঠিক>শঙ্খ দে~২৪৬-২৪৯), (অরুণোদয়ঃ
 স্বাতী বণিক ঘোষ~২৫০-২৫৪), (বোন>অহনা রায়চৌধুরী~২৫৪-২৫৯), (ভ্রমণ>স্বর্ণালী বিশ্বাস~২৬০-
 ২৬৩), (স্বাধীনতা দিবসের ছুটি>কাজী সামসুল আলম~২৬৪-২৬৫), (ভালবাসা>সুমিত্রা বন্দ্যোপাধ্যায়
 ~২৬৬-২৬৭), (ডাকাত সুন্দর>কুন্তল ঘোষ~২৬৭>২৭১), (বাঙালী সন্তান>কাজী প্রিয়াঙ্কা সিলমী~২৭১-
 ২৭৩), (সুইসাইড নোট>সোনালী দেবনাথ (শ্রুতি)~২৭৩-২৭৪), (গটআপ কেস>অর্ঘ্য ঘোষ~২৭৫-
 ২৮৩), (শিকার>আকাশ দত্ত~২৮৪-২৮৮)

প্রবন্ধ

(CODID 19___ মহামারীর প্রভাবে জনজীবনে আর্থ-সামাজিক, মানসিক ও নৈতিক দৃষ্টিভঙ্গি এবং
 বর্তমানে এর প্রতিকার ব্যবস্থা>ননীগোপাল দাস~২৯০-২৯৪) (দ্বিশত জন্মবার্ষিকীতে ঈশ্বরচন্দ্র
 বিদ্যাসাগর>গৌতম মান্না~২৯৫-২৯৮) (পিতৃ দিবসে ভালোবাসার আহ্বান>রাজীব কুমার নন্দী~২৯৮-
 ৩০০) (নান্দনিক সৃষ্টি সুখ বাজারের শাকসবজির মাধ্যমে দেহে কীটনাশক জমা হয়ে মানবদেহে
 বিভিন্ন রোগের আবির্ভাব সৃষ্টি>মনোজ মাইতি~৩০০-৩০৪)

COVID 19 - মহামারীর প্রভাবে জনজীবনে আর্থ-সামাজিক, মানসিক ও নৈতিক দৃষ্টিভঙ্গি এবং বর্তমানে এর প্রতিকার ব্যবস্থা।

ননীগোপাল দাস

এই বিচিত্রময় মহাজাগতিক বিশ্বমানবের জগতে বিভিন্ন যাত-প্রতিযাতের সময়স্বে গড়ে ওঠা পৃথিবীতে কোনো না কোনো সময়ে কোনো না কোনো স্থান থেকে গড়ে ওঠা ধ্বংসলীলা আমরা দেখতে পাচ্ছি। ইতিহাস পর্যালোচনা করলে দেখা যায় প্রতি একশো বছর অন্তর কোন না কোন রোগ মহামারীর আকার ধারণ করে পৃথিবীর মানব প্রজাতির জগতকে ধ্বংসের পথে নিয়ে গেছে। যেমন ১৭২০ সালে বাবনিক প্লেগ, ১৮২০ সালে কলেরা আবার ১৯২০ সালে স্প্যানিশ ফ্লু এবং বর্তমানে ২০২০ সালে নভেল করোনা ভাইরাস (সার্স কোভ-২)। এই কোভিড নাইনটিন এর প্রভাবে চলতে থাকে সারা বিশ্বব্যাপী মৃত্যুর মহা মিছিল। পৃথিবী জুড়ে শুরু হয় কারফিউ জারি, বন্ধ রাখা হয় ট্রেন ও বিমান চলাচল, বাস, ট্রাম এবং বিভিন্ন ধরনের যোগাযোগ স্থাপনকারী পরিবহন ব্যবস্থাকেও। সর্বোপরি স্কুল-কলেজ, অফিস-আদালত, শপিং মল থেকে শুরু করে বাজারহাট প্রভৃতি বন্ধ রাখার নির্দেশ দেওয়া হয়। এগুলোর পরিবর্তে আরম্ভ করা হয় কেকারেন্টাইন ব্যবস্থা, বিমানবন্দর পরীক্ষা, বিভিন্ন জায়গা স্যানিটাইজিং এর ব্যবস্থা এবং ঘোষণা করা হয় সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার কথা।

ব্যবস্থা নেওয়া হয় সরকারি হাসপাতাল গুলোর বেডের সংখ্যা বাড়াবার, এবং তার সঙ্গে আনুষঙ্গিক চিকিৎসা ব্যবস্থাকে উন্নীত করার। এই রোগ মহামারীর রূপ ধারণ করার কারণে দেখা যায় বিগত কয়েক মাসে মানুষের জীবনে বিভিন্ন পরিবর্তন যা এখনো পর্যন্ত ঘটে চলেছে। সেই পরিবর্তনের ফলে আমাদের অর্থাৎ মানুষের মধ্যে মানসিক দৃষ্টিভঙ্গি যেন বহুলাংশে বৃদ্ধি পেয়েছে। নভেল করোনা ভাইরাসের প্রকোপের জন্য সারা বিশ্বব্যাপী শুরু হয় লকডাউন ব্যবস্থা। তৈরি হয় বিভিন্ন ভাবে মানুষের জীবন-জীবিকা লড়াই। এই লড়াইয়ে বহু মানুষ জীবিকা হারিয়েছেন এবং গৃহবিন্দু হয়ে পড়ার ফলে অর্থ উপার্জনের রাত্তা প্রায় বন্ধের মুখে এসে পড়ে ফলে মানুষ এখন আর্থিক অনটনের মধ্যে।

নভেল করোনাভাইরাস রোগটির প্রাদুর্ভাব প্রথমে ২০১৯ সালের ডিসেম্বর মাসে চীনের ছবেই প্রদেশের উহান নগরীতে চিহ্নিত করা হয় এবং তার পরবর্তীতে ২০২০ সালের ১১ ই মার্চ তারিখে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা রোগটিকে একটি বিশ্বব্যাপী মহামারী হিসেবে স্বীকৃতি দেয়। এবং সেই অনুসারে ভাইরাসটির নাম দেওয়া হয় কোভিড নাইনটিন (আর. প্রসাদ, ২০২০)।

তারও পরবর্তীতে এই কোভিড নাইনটিন এর প্রকল্পের সংবাদ পাওয়া যায় ভারতসহ ১৯৭টি দেশে। এই নভেল করোনা ভাইরাসের হাত থেকে জনমানব কে বাঁচানোর জন্য সারা বিশ্বজুড়ে সরকার বিভিন্ন পন্থা অবলম্বন করার কাজ শুরু করেন। সাধারণভাবেই আমাদের মনে প্রশ্ন জাগে "কোভিড নাইনটিন" কি? কোথা থেকেই বা এলো?

যা মানুষকে ধ্বংসের মুখে ঠেলে দিচ্ছে এবং যার ফলস্বরূপ প্রভাব পড়ছে অর্থনৈতিক, সামাজিক, মানসিক, নৈতিক ব্যবস্থাতে।

'ভাইরাস' কথাটির অর্থ হল 'বিষ'। এই ভাইরাস বিভিন্ন সময়ে বিভিন্ন নাম নিয়ে কোন না কোন প্রাণী জগৎ থেকে আবির্ভূত হয়ে মানব সমাজে ছড়িয়ে পড়ে। ভাইরাস গুলো যেমন ধরুন পোলিও ভাইরাস, ইনফ্লুয়েঞ্জা ভাইরাস আবার হিউম্যান করোনাভাইরাস OC43, হিউম্যান করোনাভাইরাস 229E, সার্স করোনা ভাইরাস যা ২০০৩ সালে মানব সমাজে ছড়িয়ে পড়েছিল, সার্স করোনাভাইরাস NL63 ২০০৪ সালে, HKU1 ভাইরাস ২০০৫ সালে, মার্স করোনাভাইরাস ২০১২ সালে মানুষের মধ্যে সংক্রমিত হয়। এই ভাইরাস মহামারী আকার ধারণ না করলেও ২০১৯ সালে নোভেল করোনাভাইরাস (SARS-COV-2) -- এই ভাইরাসের সংক্রমণের যে রোগ হয় তার নাম দেওয়া হয় কোভিড নাইনটিন, যা মানুষের মধ্যে দিয়ে সংক্রমিত হয় এবং যার ফলস্বরূপ সারা বিশ্বব্যাপী চলছে মৃত্যুর মিছিল, যা বর্তমানে মহামারীর আকার ধারণ করেছে।

নভেল করোনাভাইরাস এটিকে অণুবীক্ষণিক যন্ত্রে দেখলে দেখা যায় এই ভাইরাস গোলাকৃতি এবং ব্যাঙের ছাতার মতো কতগুলো খোঁচা খোঁচা কাঁটার মতো অংশবিশেষ প্রোটিন (স্পাইক প্রোটিন) দ্বারা নির্মিত। ফলে এটিকে দেখতে লাগে অনেকটা মুকুট এর মত। 'মুকুট' কথাটির লাতিন শব্দ হলো 'করোনা'। বিজ্ঞানীরা

পরীক্ষা-নিরীক্ষার সাহায্যে বলেন যে নোভেল করোনা এই ভাইরাসটি সিডিয়ায় অ্যাকাউন্ট রেসপিরেটরি সিনড্রোম (সার্স, SARS) ভাইরাসের সঙ্গে এক ঘনিষ্ঠ মিল রয়েছে, যা বাদুড নামক প্রাণী থেকে এসেছে। বিজ্ঞানীরা জানান বাদুদের থেকে পাওয়া করোনাভাইরাস এর স্পাইক প্রোটিনের সঙ্গে আটারবই শতাংশ সাদৃশ্য পাওয়া গেছে এ নভেল করোনা ভাইরাসের প্রোটিনে।

তারা এও জানান যে সার্স করোনা নামক ভাইরাসের মত সার্স কোভ-২ ভাইরাসের স্পাইক প্রোটিন করোনাভাইরাস-১৯। অর্থাৎ কোভিড নাইনটিন এর সংক্রমণ ঘটায়।

এই ভাইরাস মানব কোষ ACE-2 অর্থাৎ এনজিওটেনিন কনভার্টিং এনজাইম-২ নামক রিসেপ্টরের সাহায্যে প্রবেশ করে। এই নোভেল করোনা ভাইরাসের স্পাইক প্রোটিন মানুষের কোষের রিসেপ্টরের সঙ্গে আবদ্ধ হওয়ার প্রবণতা প্রায় দশ থেকে কুড়ি গুন বেশি। আর এই কারণে এই ভাইরাস খুবই দ্রুততার সহিত মানবসমাজে একজনের থেকে অন্যজনের দেহে ছড়িয়ে পড়তে পারে। শরীর (দেহ) এবং মন দুটোই ভিন্নধর্মী হলেও একে অপরের ওপর ক্রিয়া প্রতিক্রিয়া করে এবং সেই কারণে একটি দুর্বল হলে অপরটি দুর্বল হয়ে পড়ে। নভেল করোনা ভাইরাস এর প্রভাবের ফলে বাস্তব জীবন যাত্রার পরিস্থিতির চাপে মানুষের মানসিক দুশ্চিন্তা খুব দ্রুতগতিতে বৃদ্ধি পাওয়ার ফলে মানসিক ভারসাম্য হারিয়ে ফেলার ফলে দৈনিক দিক থেকে দুর্বল হয়ে যাওয়ার কারণে মানুষের ইমিউনিটি পাওয়ার ক্রমশ হ্রাস প্রাপ্ত হচ্ছে। যার ফলে নভেল করোনা ভাইরাস এর সঙ্গে যুদ্ধ করে বেঁচে থাকার জন্য যে ইমিউনিটি পাওয়ার প্রয়োজন তা পর্যাপ্ত রূপে না থাকার কারণেও ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত হয়ে পরলোক গমন করছেন অনেকেই।

বাজারে খাদ্য-পণ্য-দ্রব্যের টান পড়ায় দ্রব্য পণ্যের মূল্য বৃদ্ধি হতে শুরু করেছে। এক্রপ পরিস্থিতিতে দিন আনা দিন খাওয়া মানুষদের কাছে এক প্রকারের সংকট, যার পরিণতি খুবই ভয়ঙ্কর। এইসব পরিস্থিতি সত্যিই উদ্বেগের। এই ধরনের সমস্যা জটিল থেকে জটিলতর করেছে একশ্রেণীর অসাধু ব্যবসায়ী এবং দায়িত্বজ্ঞানহীন গুজব ছড়ানো কিছু ভণ্ড ও স্বার্থপর মানুষ, যারা নিজেদের স্বার্থকেই কেবল প্রাধান্য দেন। শুধু যে মানুষ এরমধ্যে সীমিত হয়ে থাকেছেন তা নয়। এই

অর্থ সামাজিক পতনকে ঘিরে সমাজে সক্রিয় হয়ে উঠেছে বিভিন্ন অপরাধমূলক কর্মের কালো দুনিয়া। মারণ ভাইরাস করোনা পরিস্থিতিতে মানুষ যেখানে দেশেহারা হয়ে পড়েছেন সেখানে এই ধরনের মানুষের কর্মনীতি সমাজের চোখে আঙুল দিয়ে দেখিয়ে দিয়েছে যে মানুষের এই কর্মনীতির ঐনৈতিকতা। যা কখনো নৈতিক রূপে স্বীকৃত হতে পারে না। মারণ ভাইরাস করোনা তামাম বিশ্বের অগণিত মানুষের জীবন নিয়ে বিতর্ষিকার খেলায় মত্ত হয়ে উঠেছেন। কিন্তু এই খেলার একদিন অবসান অবশ্যই হবে। তখন মানুষ নতুন করে এই বিশ্বসমাজে বাঁচার স্বপ্ন দেখবে।

বন্যা হয়ে যাওয়ার পর যেমন জমে থাকা পলি থেকে নতুন উন্নতমানের ফসল উৎপন্ন হয়, তদ্রূপ এই বিশ্বসমাজ যেন দেখে যে, সবকিছুর উর্ধ্বে উঠে মনুষ্যত্বই জয়ী হচ্ছে, Ajanta Sinha, 2020। COVID-19 প্রতিরোধে দেহে ইমিউনিটি ক্রমশ বৃদ্ধি করা, এতে দেহে ভাইরাসের আক্রমণ অনেকাংশে কমে যাবে। দেহে যে কোন রোগ জীবাণুর বিরুদ্ধে প্রতিরোধ ব্যবস্থা গঠনের জন্য দরকার নিয়মিত শ্রম ও ভিটামিন এ, ই, সি এবং জিংক সমৃদ্ধ খাদ্য বস্তু ডিম, দুধ, মাছ, পেয়ারা, কমলা লেবু, পাতিলেবু, বাঁধাকপি, পেঁপে, পাকা কলা, সবুজ টাটকা শাক-সবজি ইত্যাদি নিয়মিত গ্রহণ করা। এতে দেহে অ্যান্টিবডি উৎপাদনের হার বৃদ্ধি পায় যা COVID-19 এর প্রধান প্রতিরোধক। মানব সমাজের মধ্যে দরকার স্বাস্থ্য সচেতনতা বৃদ্ধি, নিয়মিত মাস্ক ব্যবহার, শারীরিক দূরত্ব বজায়, হাত স্যানিটাইজার ব্যবহার, সাবান ও জল দিয়ে হাত বারবার ধোয়া গুরুত্বপূর্ণ। এর মাধ্যমে COVID-19 এর সংক্রমণের প্রতিরোধ সম্ভব।

(WHO, 2020)। সাধারণ মানুষ থেকে শুরু করে সবার জানার প্রয়োজন ভাইরাস দ্বারা সংক্রমণ হওয়ার জন্য মানবদেহে কিভাবে বা কোন কোন মাধ্যমে এই ভাইরাস বা প্যাথোজেন টি শরীরে প্রবেশ করে, শরীরে কোন না কোন অঙ্গ কে ক্ষতিসাধন করে এবং এর প্রভাবে শরীরে কি কি লক্ষণ দেখা যায় এবং আমাদের নিয়মিত কোন কোন অভ্যাস পরিবর্তনের মাধ্যমে এই সংক্রমণ প্রতিরোধ সম্ভব। COVID-19 এর সংক্রমণ প্রতিরোধ এর সঙ্গে সঙ্গে জনজীবনে আর্সামাজিক অবস্থা পূর্বকার অবস্থায় নিয়ে আসার জন্য সরকারি ভাবে সাহায্য প্রদান খুবই গুরুত্বপূর্ণ ও জরুরি। একই সঙ্গে মানবিক নৈতিক দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তনের জন্য

সোশ্যাল মিডিয়া, বিভিন্ন টিভি চ্যানেলের প্রোগ্রাম এবং প্রতিবেশীদের ভূমিকা অনস্বীকার্য, এতে মানসিক ভাবে ক্ষতিগ্রস্ত ব্যক্তিরাও যেমন উপকৃত হবে একই সঙ্গে আর্থসামাজিক অবস্থারও পরিবর্তন হবে এবং স্বাভাবিকভাবে বসবাসের উপযোগী হবে।

এই মারণ ভাইরাস যেহেতু ছোঁয়াচে এবং নিজে আক্রান্ত হওয়ার ভয় বা ভীতি সঞ্চর করে সেই কারণে সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার সঙ্গে সঙ্গে করোনা ভাইরাস সংক্রান্ত সঠিক তথ্য জানা প্রয়োজন এবং প্রয়োজনে চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী মেনে চলা অত্যন্ত প্রয়োজন। এতে অনেকটা আমাদের মানসিক প্রশান্তি মেলে। আবার মানসিক দূশ্চিন্তা বা অশান্তি থেকে মুক্ত হওয়ার জন্য আপনারা যে কর্মগুলো পছন্দ করেন সেগুলোও নিয়মিত কিছুক্ষণের জন্য হলেও করা আবশ্যিক। তাছাড়া আপনার পছন্দের গান, নাটক বা ধর্মগ্রন্থের বই পড়তে পারেন, আবার এই করোনা পরিস্থিতিতে বন্ধু, আত্মীয়- স্বজনদের বাড়িতে গিয়ে বা ফিজিক্যালি কথা বলতে না পারলেও ভার্চুয়ালভাবে কথা বলুন। মানসিক চাপ কমানোর জন্য নিয়মিত ঘুম অবশ্যই প্রয়োজন। মানসিক চাপ বা দূশ্চিন্তাকে যদি এই পরিস্থিতিতে প্রশমিত করা না যায় তবে ভবিষ্যৎ পৃথিবীর মানবজাতি চরম ভয়ের সম্মুখীন হবে। তাই আমাদের উচিত বিভিন্ন পন্থা অবলম্বন করে মানসিক চাপ ক্রমশ প্রশমিত করা।

এই করোনা পরিস্থিতি কালে মানুষকে বুঝতে হবে নিজে নিজে বেঁচে থাকাটা বাঁচা নয় সমাজের সকলকে নিয়ে জীবন যুদ্ধে বেঁচে থাকাই প্রকৃত বাঁচা। তাই মানুষকে স্বার্থপরতা ভুলে গিয়ে হতে হবে মানবিক, সহানুভূতিশীল এবং সর্ব জীবে প্রেম বিতরণকারী।

অভিব্যক্তি
Abhibyakti
Monoj Maiti & Nanigopal Das
All right reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form
Published By Placentia Publication
Cover & Graphics: Amartya Biswas

যোগেজ মাইতি ও ননীগোপাল দাস সম্পাদিত গুরুত্বপূর্ণ বই



অনুভব
মূল্য : ₹ 350/-



অভিব্যক্তি
মূল্য : ₹ 450/-

যোগেজ মাইতি এবং সুপর্ণা গিরির গুরুত্বপূর্ণ বই



মেদিনীপুলনার গাউন্স
মূল্য : ₹ 120/-



প্লাসেন্টা পাবলিকেশন
E-mail: placentiapublication@gmail.com
Website: www.placentia.in



Price : ₹ 450/-

9 789394 271296

Books Are Available On www.placentia.in, placentia.in, & Various book stalls

অভিব্যক্তি

সম্পাদনায : যোগেজ মাইতি এবং ননীগোপাল দাস

অভিব্যক্তি

সম্পাদনায : যোগেজ মাইতি এবং ননীগোপাল দাস



ABHIBYAKTI

A Collection Of Bengali Essay Edited By Monoj Maiti & Nanigopal Das, Published By
Placenta Publication, Bagula College Para, Bagula, Nadia, Pin- 741502, May: 2022

ISBN: 978-93-94271-29-6

প্রকাশকাল: ২৫ শে বৈশাখ

Rs. 450. 00

প্রকাশক ও স্বত্বাধিকারীর লিখিত অনুমতি ছাড়া কোনো উপায়েই এই গ্রন্থের কোনো অংশের কোনো রূপ
পুনরুৎপাদন বা প্রতিলিপি করা যাবে না। এই শর্ত লঙ্ঘিত হলে উপযুক্ত আইনি ব্যবস্থা গ্রহন করা হবে।

সম্পাদক:

মনোজ মাইতি এবং ননীগোপাল দাস

প্রচ্ছদ:

অমর্ত্য বিশ্বাস

বর্ণ সংস্থাপন:

রাহুল মণ্ডল

মুদ্রক:

লেসন কম্পিউটার, রানাঘাট

অনলাইন বিপণি:

Eduwalla.com, placenta.in ও Flipkart

Order on WhatsApp: +918637562282

অফলাইন বিপণি:

কলেজ স্ট্রিটের বিভিন্ন দোকান

মূল্য: চারশত পঞ্চাশ টাকা মাত্র

অবদানকারী

১. যোগ সম্পর্কে প্রকৃত ধারণা, সৌমেন্দ্র নাথ মান্না, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, শরীরবিদ্যা বিভাগ, প্রভাত কুমার কলেজ, কন্টাই এবং পরিদর্শনকারী শিক্ষক, ক্রীড়া বিজ্ঞান ও যোগ বিভাগ, রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ শিক্ষা ও গবেষণা ইনস্টিটিউট, বেলুড় মঠ, হাওড়া, ৭১২২০২।
২. বৈদিক যুগের নারী এবং বর্তমানে তাদের প্রাসঙ্গিকতা, সুশীল কুমার করণ, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, সংস্কৃত বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২২৬৫৫।
৩. মশরুম চাষের পদ্ধতি ও উপকারিতা, সৌমিতা সামন্ত, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, পুষ্টি বিভাগ, মুগবেড়িয়া গঙ্গাধর মহাবিদ্যালয়, মুগবেড়িয়া, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২২৪২৫।
৪. সাহিত্য মানবজীবন ও বর্তমান সময়: একটি সংক্ষিপ্ত আলোচনা, সুচেতা আদক, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, ইংরেজি বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২২৬৫৫।
৫. জীববৈচিত্র্য রক্ষায় মানুষের কর্তব্য, রতন ঘোড়াই, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, ময়না কলেজ, ময়না, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬২৯।
৬. মানব কল্যাণে পতঙ্গ জগতের অবদান: একটি আদিম সম্পর্কের ইতিবাচক পর্যালোচনা, শুভনীল ব্রহ্ম, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, ষাণ্মিবিদ্যা বিভাগ, দুর্গাপুর গবেষণা কলেজ, দুর্গাপুর, পশ্চিম বর্ধমান, ৭১৩২০৯।
৭. আণবিক বিশৃঙ্খলা ও মহাবিশ্বের নিয়তি, শুভদীপ জানা, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, পদার্থবিদ্যা বিভাগ, ময়না কলেজ, ময়না, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬২৯।
৮. নারী ও নারীবাদ: আধুনিক সমাজে একটি কালো সালা দুশাকসু, সুজিত মাইতি, অ্যান্টিস্ট্যান্ট প্রফেসর ও সূত্রদা বেরা, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫।
৯. কাশিমবাজার, শ্রীমন্ত দাস, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, রাজা বীরেন্দ্র চন্দ্র কলেজ, ইতিহাস বিভাগ, কান্দি, মুর্শিদাবাদ, ৭৪২১৩৭, পশ্চিমবঙ্গ।
১০. আত্মা, প্রকৃতি ও ঈশ্বর: স্বামী বিবেকানন্দের ব্যাখ্যায় বিশ্বমুক্তি, বিশেষ্য ও বিশৃঙ্খলিত, সুরজিৎ মান্না, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২২৬৫৫।

১১. বর্তমান সমাজ ও সামাজিক বিপর্যয়, অতীন কুমার মাইতি, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, সমাজবিজ্ঞান বিভাগ, স্বর্ণময়ী যোগেন্দ্রনাথ মহাবিদ্যালয়, আমাদাবাদ, নন্দীগ্রাম, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫০।
১২. বিবেকানন্দের শিক্ষা দর্শন: প্রসঙ্গ অত্যাধুনিক শিক্ষা, সেক তাবারক আলী, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫।
১৩. ক্রটিপূর্ণ খাদ্যাভ্যাস ও ক্যান্সার, পিউ শানমল, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, পুষ্টি বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫।
১৪. পরিবেশের ওপর নগরায়নের প্রভাব: একটি আলোচনা, শুভদীপ ঘোষ, স্টেট এডেড কলেজ টিচার ক্যাটগরি - ১, সমাজতত্ত্ব বিভাগ, ময়না কলেজ, ময়না, পূর্ব মেদিনীপুর।
১৫. বিবেকানন্দ ও রবীন্দ্রনাথ সম্পর্কের অতীন্দ্রিয় বন্ধন, ড. পিয়া বিশ্বাস, স্টেট এডেড কলেজ টিচার ক্যাটগরি-২, বাংলা বিভাগ, সিউড়ি বিদ্যালয়গর কলেজ, সিউড়ি, বীরভূম।
১৬. সংস্কৃত ভাষার গৌরব, বাস্তবতা উপলব্ধি, জগন্নাথ মাইকপা, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, সংস্কৃত বিভাগ, মুগবেড়িয়া গঙ্গাধর মহাবিদ্যালয়, মুগবেড়িয়া, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৪২৫।
১৭. আত্ম অনুশোচনায় জীবন, দেনাশীষ গিরি, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, যোগদা সংসদ পালাপাড়া মহাবিদ্যালয়, পালাপাড়া, পূর্ব মেদিনীপুর।
১৮. স্বজাতিভ্রমণ, সোমানাথ চ্যাটার্জী, স্টেট এডেড কলেজ টিচার-১, ষাণ্মিবিদ্যা বিভাগ, ড. হুপেন্দ্রনাথ দত্ত স্মৃতি মহাবিদ্যালয়, হাটগোবিন্দপুর, পূর্ব বর্ধমান।
১৯. চা পানের স্বাস্থ্য উপকারিতা, রিম্পা মালাকার, পুষ্টি বিভাগ, মেদিনীপুর কলেজ (স্বায়ত্বশাসিত), মেদিনীপুর, পশ্চিম মেদিনীপুর, ৭২১১০২, পশ্চিমবঙ্গ।
২০. নারীর ক্ষমতায়ন ও জনজীবনের উন্নয়ন, মানসী মাইতি, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, শিক্ষাবিজ্ঞান বিভাগ, স্বর্ণময়ী যোগেন্দ্রনাথ মহাবিদ্যালয়, আমাদাবাদ, নন্দীগ্রাম, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫০।
২১. ভারতের উপভোজ্য সুরক্ষা আইন: সুরীক্ষিত ক্রেতা, পদ্মাবতী চৌধুরী, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, মানব অধিকার বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ।

সূচিপত্র

১. যোগ সম্পর্কে প্রকৃত ধারণা, সৌমেন্দ্র নাথ মান্না পৃষ্ঠা - ১৮
২. বৈদিক যুগের নারী এবং বর্তমানে তাদের প্রাসঙ্গিকতা, সুদীপ্ত কুমার করণ পৃষ্ঠা - ২২
৩. মাশরুম চাষের পদ্ধতি ও উপকারিতা, মৌমিতা সামন্ত পৃষ্ঠা - ৩০
৪. সাহিত্য মানবজীবন ও বর্তমান সময়: একটি সংক্ষিপ্ত আলোচনা, সুচেতা আদক পৃষ্ঠা - ৩৫
৫. জীববৈচিত্র্য রক্ষায় মানুষের কর্তব্য, রতন ঘোড়াই পৃষ্ঠা - ৪০
৬. মানব কল্যাণে পতঙ্গ জগতের অবদান: একটি আদিম সম্পর্কের ইতিবাচক পর্যালোচনা, শুভনীল ব্রহ্ম পৃষ্ঠা - ৫১
৭. আণবিক বিশৃঙ্খলা ও মহাবিশ্বের নিয়তি, শুভদীপ জানা পৃষ্ঠা - ৬৬
৮. নারী ও নারীবাদ: আধুনিক সমাজে একটি কালো সাদা দৃশ্যকল্প, সুজিত মাইতি ও সুছন্দা বেরা পৃষ্ঠা - ৭০
৯. কাশিমবাজার, শ্রীমন্ত দাস পৃষ্ঠা - ৮১
১০. আত্মা, প্রকৃতি ও ঈশ্বর: স্বামী বিবেকানন্দের ব্যাখ্যায় বিশ্বমুক্তি, বিশ্বপ্রেম ও বিশ্বশান্তি সুরজিৎ মান্না পৃষ্ঠা - ৯১
১১. বর্তমান সমাজ ও সামাজিক বিপর্যয়, অতীন কুমার মাইতি পৃষ্ঠা - ১০০
১২. বিবেকানন্দের শিক্ষা দর্শন: প্রসঙ্গ অত্যাধুনিক শিক্ষা, সেক তাবারক আলী পৃষ্ঠা - ১০৭
১৩. ত্রুটিপূর্ণ খাদ্যভ্যাস ও ক্যান্সার, পিউ শাসমল পৃষ্ঠা - ১১৬
১৪. পরিবেশের ওপর নগরায়নের প্রভাব: একটি আলোচনা, শুভদীপ ঘোষ পৃষ্ঠা - ১৫১
১৫. বিবেকানন্দ ও রবীন্দ্রনাথ সম্পর্কের অতীন্দ্রিয় বন্ধন, ড. পিয়া বিশ্বাস পৃষ্ঠা - ১৫৬
১৬. সংস্কৃত ভাষার গৌরব, বাস্তুবতা উপলদ্ধি, জগন্নাথ মেইকাপ পৃষ্ঠা - ১৬৭
১৭. আত্ম অনুশোচনায় জীবন, দেবশীষ গিরি পৃষ্ঠা - ১৭২
১৮. স্বজাতি ভক্ষণ, সোমনাথ চ্যাটার্জী পৃষ্ঠা - ১৭৫
১৯. চা পানের স্বাস্থ্য উপকারিতা, রিম্পা মালাকার পৃষ্ঠা - ১৮০
২০. নারীর ক্ষমতায়ন ও জনজীবনের উন্নয়ন, মানসী মাইতি পৃষ্ঠা - ১৮৩
২১. ভারতের উপভোক্তা সুরক্ষা আইন: সুরীক্ষিত ক্রেতা, পদ্মাবতী চৌধুরী পৃষ্ঠা - ১৮৮
২২. আধুনিককালে মনুষ্যজীবনে যোগশাস্ত্রের প্রাসঙ্গিকতা, সৌরভ গোস্বামী পৃষ্ঠা - ১৯৫
২৩. স্বামী বিবেকানন্দ চিন্তাচেতনায়: জাতীয়তাবাদ, সোনম মাইতি পৃষ্ঠা - ২০
২৪. নিকাম কর্মই মোক্ষলাভের উপায়: শ্রীমদ্ভগবদগীতার আলোকে, সুস্মিতা সাহ পৃষ্ঠা - ২১৪
২৫. দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুদের শিক্ষার সমস্যা ও সমাধানের উপায়, সুমন কামিলা পৃষ্ঠা - ২২১

ପଦ୍ୟ

Title: Anubandh
Edited By: Manoj Kumar and Manoj Kumar Das

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

Cover: Anubandh

ପଦ୍ୟ ସମ୍ପାଦନାୟ : ମନୋଜ କୁମାର ଓ ମନୋଜ କୁମାର ଦାଶ



ଅନୁବନ୍ଧ

ସମ୍ପାଦନାୟ : ମନୋଜ କୁମାର ଓ ମନୋଜ କୁମାର ଦାଶ



ମନୋଜ କୁମାର
ସମ୍ପାଦନା

E-mail: manojkumardas@gmail.com
Website: www.manojkumardas.com



BOOKS ARE AVAILABLE ON eduwalla.com, gocentia.in, & various book stalls.

Anubhav

A Collection Of Eassay Edited by Monoj Maiti and Nanigopal Das

প্রকাশকাল: বইমেলা ২০২২ সাল

ISBN: 9789391506667

মনোজ মাইতি এবং ননীগোপাল দাস

গ্রন্থস্বত্ব: মনোজ মাইতি এবং ননীগোপাল দাস

মো: ৮৩৪৩০৬৯৭৪১

প্রচ্ছদ: অমর্ত্য বিশ্বাস

বর্ণসংস্থাপন ও বিন্যাস: প্লাসেন্টা টিম

নিবেদক: প্লাসেন্টা প্রকাশনী

www.placenta.in

কচিপাতা প্রকাশনার পক্ষে জয় কাপিশ, নিউ মার্কেট, পানাগড় বাজার,
পশ্চিম বর্ধমান থেকে মুদ্রিত ও কচিপাতা প্রকাশন কর্তৃক প্রকাশিত।

প্রাপ্তিস্থান: eduwalla.com, placenta.in, amazon, flipkart ও বিভিন্ন পুস্তকালয়।

বিনিময়: ₹৩৫০ টাকা মাত্র

সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত:-

স্বত্বাধিকারীর লিখিত অনুমতি ছাড়া এই বইয়ের কোনো অংশেরই কোনো রূপ পুনরুৎপাদন বা প্রতিলিপি করা যাবে না। কোনো যান্ত্রিক উপায়ের মাধ্যমে (ইলেকট্রনিক, গ্রাফিক্স বা অন্য কোনো মাধ্যমে যেমন টেপ, ফটোকপি বা পুনরুদ্ধারের সুযোগ সংবলিত তথ্য সঞ্চয় করে রাখার কোনো পদ্ধতি) প্রতিলিপি করা যাবে না। পারফরেটেড মিডিয়া, ডিস্ক, মেমোরী, টেপ বা অন্য কোনো তথ্য সংরক্ষণের যান্ত্রিক পদ্ধতিতে পুনরুৎপাদন করা যাবে না।

সূচিপত্র

১. প্রাচীন বাদ্যযন্ত্র গুলির বিবর্তনে প্রচলিত বাদ্যযন্ত্র, তরুন মিশ্র, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫। পৃষ্ঠা - ১৩
২. মানব জাতির উত্থান ও বিকাশে পরিবেশ ও রাজনীতি, শ্রীমন্ত দাস, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, রাজা বীরেন্দ্র চন্দ্র কলেজ, ইতিহাস বিভাগ, কান্দি, মুর্শিদাবাদ, পিন - ৭৪২১৩৭, পশ্চিমবঙ্গ। পৃষ্ঠা - ১৯
৩. রবীর পূজায় প্রেম, শম্পা মল্লিক, সংগীত বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ। পৃষ্ঠা - ৩২
৪. গ্রামীণ এলাকায় শিশুদের স্বাস্থ্য বিধিসম্মত ব্যবস্থা, মৌমিতা সামন্ত, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, পুষ্টি বিভাগ, মুগবেড়িয়া গঙ্গাধর মহাবিদ্যালয়, মুগবেড়িয়া, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৪২৫। পৃষ্ঠা - ৪০
৫. মানুষ, পরিবেশ ও স্থিতিশীল উন্নয়ন - একটি বিশ্লেষণ, সুছন্দা বেরা, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, ৭২১৬৫৫, পূর্ব মেদিনীপুর, পশ্চিমবঙ্গ। পৃষ্ঠা - ৪৫
৬. রবীন্দ্র গীতধারায় বাউল দর্শনের প্রত্যক্ষতা, মধুশ্রী মাইতি শাসমল, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, সংগীত বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ। পৃষ্ঠা - ৫৫
৭. একবিংশ শতাব্দীতে উত্তর ভারতীয় শাস্ত্রীয় সঙ্গীতের ঘরানার রূপরেখা, অনুপম জানা, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, সংগীত বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ। পৃষ্ঠা - ৭৬
৮. স্থল শামুকের জীবন ইতিহাস, উর্মিতা চন্দ্র চৌধুরী, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, প্রাণবিদ্যা বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, ৭২১৬৫৫, পূর্বমেদিনীপুর। পৃষ্ঠা - ৮৭
৯. প্রতিবন্ধী শিশুদের সমস্যা বিষয়ে পিতা-মাতাদের অবগতকরণ, সুমন কামিলা, স্টেট এডেড

কলেজ টিচার, শিক্ষাবিজ্ঞান বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ৯৪

১০. শিশুর সঠিক বিকাশে, রামধনু আসুক খাবার প্লেটে, রিম্পা মালাকার, রাজ্য সরকার অনুমোদিত কলেজ শিক্ষক, পুষ্টি বিভাগ, মেদিনীপুর কলেজ (স্বায়ত্তশাসিত), মেদিনীপুর, পশ্চিম মেদিনীপুর, পিন-৭২১১০১, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ৯৮

১১. উন্নততম জীব হিসাবে দাবীদার মানুষ (Homo sapiens sapiens) সত্যিই উন্নতির পথে না অবলুপ্তির দোরগোড়ায়; অভিব্যক্তিরহ আঙ্গিকে বিশ্লেষণ, সোমনাথ চ্যাটার্জী, স্টেট এডেড কলেজ টিচার-১, প্রাণীবিদ্যা বিভাগ, ড. ভূপেন্দ্রনাথ দত্ত স্মৃতি মহাবিদ্যালয়, হাটগোবিন্দপুর, পূর্ব বর্ধমান।
পৃষ্ঠা - ১০৯

১২. কাব্যের যুগের শাসন ব্যবস্থা, গঙ্গাধর মেইকাপ, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, ইতিহাস বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, ৭২১৬৫৫, পূর্ব মেদিনীপুর, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ১১২

১৩. বর্তমান সময়ে আয়ুর্বেদ চিকিৎসায় আমলকীর ব্যবহারিক প্রয়োগ, সুপ্রভাত দাস, শিক্ষার্থী, ব্যাচেলার অফ ফার্মেসি (WBUHS), হলদিয়া ইন্সটিটিউট অফ ফার্মেসী, হাতিবেড়িয়া, হলদিয়া, পূর্ব মেদিনীপুর পিন-৭২১৬৫৭, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ১১৫

১৪. মনুসংহিতার আলোকে প্রাচীন ভারতের যুদ্ধনীতি, অমিতাভ পাহাড়ী, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, সংস্কৃত বিভাগ, সেবা ভারতী মহাবিদ্যালয়, কাপগাড়ী, ঝাড়গ্রাম, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ১২৩

১৫. রবীন্দ্রনাথের সহজ পাঠ: শিশুমন ও শিশুশিক্ষা, ড. চন্দন বারিক, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, ইতিহাস বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, ৭২১৬৫৫, পূর্ব মেদিনীপুর, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ১২৭

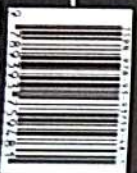
১৬. নারী শিক্ষা সম্পর্কে স্বামী বিবেকানন্দের চিন্তাভাবনা: একটি পর্যালোচনা, সোনম মাইতি, স্টেট এডেড কলেজ টিচার, মানব অধিকার বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ।
পৃষ্ঠা - ১৩৯

শ্রীমত গীর্জিতা

সম্পাদনা: মনোজ মহিতি ও ননীশোপালা দাস



Rs. 150/-



Whatsapp: 8617540627

Gebon o Jibika

A book of research based articles

Edited by: Monoj Malty & Nantgopal Das

Published by Anwasha

প্রথম প্রকাশঃ

কলকাতা বইমেলা ২০২৩

গ্রন্থস্বত্বঃ

সম্পাদক

ISBN: 978-93-93759-48-1

প্রচ্ছদঃ

সম্পূর্ণ কর্মকার

প্রকাশকঃ

অবেশা

Working Office: Bagbazar, Kolkata-05

Editorial Office: Rasulpur, East Burdwan

ph-8617540627, editoranwasha22@gmail.com

বিনিময়ঃ ১৫০ টাকা মাত্র

সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত প্রকাশক এবং স্বত্বাধিকারীর লিখিত অনুমতি ছাড়া এই বই এর কোন অংশের কোনরূপ পুনরুৎপাদন বা প্রতিলিপি করা যাবে না। কোন গ্রাফিক্স, ইলেক্ট্রনিক মাধ্যম, যেমন ফটো কপি, টেপ বা পুনরুৎপাদনের সুযোগ সম্বলিত তথ্য সংগ্রহ করে রাখার কোন পদ্ধতির মাধ্যমে প্রতিলিপি করা বা ডিস্ক, টেপ, পারফোরেটেড মিডিয়া বা কোন তথ্য সংরক্ষণের যান্ত্রিক পদ্ধতিতে পুনরুৎপাদন করা যাবে না। এই শর্ত লঙ্ঘিত হলে উপযুক্ত আইনি ব্যবস্থা গ্রহণ করা হবে।

সম্পাদনকারী কলমে:

গণেশবাগলক আটিকেগ বা গ্রন্থক নিয়ে গঠিত "জীবন ও জীবিকা" সম্পাদিত বইটি রাজনৈতিক ও ধর্মীয় নিয়মবন্ধ জড়ানো। এখানে কোন জিনিস বা বিতর্কিত বিষয় নেই। ছাত্রের সামান্য গবেষণার জটিল জিনিস নিয়ে বইটি সমৃদ্ধ হয়েছে। ২০২৩ এবং ২০২১ সালে সারা পৃথিবীর মানুষেরা কেউ-উ-এক রোগ এবং তার সংক্রমণ, তার নিরাময় ইত্যাদি সম্পর্কে অবগত হয়েছেন; এর প্রভাবে ক্ষতিগ্রস্ত শিক্ষার ব্যবস্থা, অর্থনৈতিক ব্যবস্থা, এর পাশাপাশি পারিবারিক সম্পর্কগুলিতে প্রভাব, বেকারত্ব ইত্যাদি ঘটেছে। "জীবন ও জীবিকা" গ্রন্থক সংকলনে কেউ-উ-এক রোগ এবং প্রভাব সম্পর্কে একে বেকারত্ব কীভাবে আস করেছে তা বর্ণিত হয়েছে; অন্যদিকে বর্তমান সময়ে শিক্ষার পৃষ্টিগত অবস্থা সম্পর্কে একটি প্রবন্ধ রয়েছে, এটি শিশুদের স্বাস্থ্য পরিসর্যা এবং খাদ্য তালিকা সম্পর্কিত বিশেষ ধারণা বৃদ্ধিতে বৃহৎ দরকার। বর্তমান সময়ে বায়োমিক খাদ্য যা নিয়ে গবেষণার ক্রম উন্নতির নিশা দেখতে পাচ্ছেন, যা পেশাগত জীবনে আন্টি ডিবেশন হিসাবে ব্যবহৃত হচ্ছে, কিন্তু কীভাবে এর শুরু কোথায় সাধারণ মানুষের কাছে তার ব্যাখ্যা রয়েছে। "জীবন ও জীবিকা" গ্রন্থকে সারকেশী মানার, যা অনেক পুরনো শব্দ এবং প্রচলিত শব্দ, এর ব্যতীত জীবনে বর্তমান মার্জন টেকনোলজির যুগে এখনো কতটা গুরুত্বপূর্ণ, কতটা দায়িত্বপূর্ণ তার বর্ণনাও রয়েছে। জীবনে প্রবাহমান সংস্কৃতি তাৎপর্যপূর্ণভাবে বর্ণিত হয়েছে। জীবনে যার অনেকগুলি উপাদান দরকার হয়, যার মধ্যে সবথেকে গুরুত্বপূর্ণ জীবিকা জীবন ও জীবিকা পাশাপাশি রেখেই আমাদের এগিয়ে চলা, বেঁচে থাকা; পরবর্তী প্রজন্মকে জীবিকা মুখর কার্যমুখর করে তোলায় অঙ্গীকারবদ্ধ আমরা।






মানোজ মাইতি

তেতিয়ারি, কিসমত বাজকুল, ভগবানপুর

721655, পূর্ব মেদিনীপুর, পশ্চিমবঙ্গ, ভারতবর্ষ।

কর্তৃত্ব নাথার - 8343069741

অবদানকারী

<p>মানোজ মাইতিঃ সাতকোত্তর (ফার্স্ট ক্লাস), হিউম্যান ফিজিওলজি সার্বজৈষ্ঠ, বিন্যাসাগর বিশ্ববিদ্যালয়, পিএইচটি ক্লার (সেন্টার ফর এনভায়রনমেন্টাল স্টাডিজ, বিন্যাসাগর বিশ্ববিদ্যালয়), অ্যাডভান্স ডিপ্লোমা ইন কম্পিউটার অ্যাপ্লিকেশন। স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, শারীরবিদ্যা বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ। ফর্মার গেস্ট টিচার, শারীরবিদ্যা বিভাগ, যোগদা সংসদ পালপাড়া মহাবিদ্যালয় এবং মহিষদল রাজ কলেজ। যোগাযোগের ঠিকানা - ৮৩৪৩০৬৯৭৪১ Email ID matimono@gmail.com</p>	
<p>ননীগোপাল দাস, সাতকোত্তর, দর্শন বিষয় (ফার্স্ট ক্লাস), বিন্যাসাগর বিশ্ববিদ্যালয়। স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, স্বর্ণময়ী যোগোছনাখ মহাবিদ্যালয়, আমালদাস, ননীগ্রাম, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫০, পশ্চিমবঙ্গ। যোগাযোগের ঠিকানা-৯৬৩৫৫৪২৫২৬ Email ID dasnaniGOPAL96@gmail.com</p>	
<p>সুমন কামিলা, সাতকোত্তর, এডুকেশন বিষয় (ফার্স্ট ক্লাস), ফকিরচাঁদ কলেজ, এম.এড. (ফার্স্ট ক্লাস), যোগদা সংসদ পালপাড়া মহাবিদ্যালয়। স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, ডিপার্টমেন্ট অফ এডুকেশন, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫, পশ্চিমবঙ্গ। যোগাযোগের ঠিকানা - ৯৭৩৩৫৭৫৬৬২ Email ID suman.kamila2015@gmail.com</p>	
<p>শেখারীক কুমার চাকি, সাতকোত্তর, পরিবেশ বিদ্যা সার্বজৈষ্ঠ, রবীন্দ্রভারতী বিশ্ববিদ্যালয়, পিএইচটি ক্লার (সেন্টার ফর এনভায়রনমেন্টাল স্টাডিজ, বিন্যাসাগর বিশ্ববিদ্যালয়)। প্রফেসর, এনভায়রনমেন্টাল মনিটরিং সেল, দক্ষিণ দিনাজপুর DED কর্তৃক, দক্ষিণ দিনাজপুর, পশ্চিমবঙ্গ এবং গেস্ট টিচার, বরেন্দ্রভারতী বিশ্ববিদ্যালয় বুরহিন্দা বিভাগ, পরিবেশ বিদ্যা বিষয়, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, সেন্টার কোড 11। যোগাযোগের ঠিকানা - ৯৪৭৫১০২০৭৬ Email ID sahebchaki1999@gmail.com</p>	
<p>সৌমিত্র সামল, সাতকোত্তর (ফার্স্ট ক্লাস), পুষ্টি এবং ডায়েটিস বিষয়, বিন্যাসাগর ইনস্টিটিউট অফ স্টেশ, এম.এড. (ফার্স্ট ক্লাস) স্তম্ভর চন্দ্র বসু বি এড স্ট্রেনিং কলেজ। স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, পুষ্টি বিভাগ, যুগপেছিয়া পঞ্চদশ মহাবিদ্যালয়, যুগপেছিয়া, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৪২৫। যোগাযোগের ঠিকানা - ৭১৫৫৭ ৪১১৫০ Email ID b9samantriam@gmail.com</p>	

মহামারী কোভিড-১৯: সফটে দাম্পত্য ও বেকারত্বের কবলে নারী, রঞ্জিৎ নাযক, স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, সমাজতত্ত্ব বিভাগ, প্রভাত কুমার কলেজ, কাঁথি, পূর্ব মেদিনীপুর।

বর্তমান সমাজে শিশুদের পুষ্টির (Severe Acute Malnutrition) অবস্থা, একটি আলোচনা, সৌমিত্র সামল।

প্রবাহমান সংস্কৃতি, বিপ্লব মঞ্জল, স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, বিভাগ রাষ্ট্রবিজ্ঞান, সিউডি বিন্যাসাগর কলেজ, সিউডি, 731101, বীরভূম।

আধুনিক সমাজে নৈতিক মূল্যবোধের অবক্ষয়: একটি বিশ্লেষণমূলক পর্যালোচনা, সুহৃদা বেরা, স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫।

পেশাগত জীবনে অ্যাঙ্কিডিপ্রেসেন্ট হিসেবে সিনারায়োটিকস, পিউ শাসন, স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, পুষ্টি বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫।

সারোগেসি মাদার: ব্যবসা, দায়িত্ব ও নৈতিকতা, সেক অব্যবসায়িক অর্থাৎ, সুব্রজিৎ মল্লা, স্টেট এডভেড কলেজ টিচার, দর্শন বিভাগ, বাজকুল মিলনী মহাবিদ্যালয়, বাজকুল, পূর্ব মেদিনীপুর, ৭২১৬৫৫।

সূচিপত্রঃ

মহামারী কোভিড-১৯: সঙ্কটে দাম্পত্য ও বেকারত্বের কবলে নারীঃ রণজিৎ নায়ক ৯,
বর্তমান সমাজে শিশুদের পুষ্টির (Severe Acute Malnutrition) অবস্থা, একটি
আলোচনাঃ মৌমিতা সামন্ত ১১, প্রবাহমান সংস্কৃতিঃ বিপ্লব মণ্ডল ১৮, আধুনিক সমাজে
নৈতিক মূল্যবোধের অবক্ষয়ঃ একটি বিশ্লেষণমূলক পর্যালোচনাঃ সুহন্দা বেরা ২৬,
পেশাগত জীবনে অ্যান্টিডিপ্রেসেন্ট হিসেবে সিনবায়োটিকসঃ পিউ শাসমল ৩৫,
সারোগেসি মাদারঃ ব্যবসা, দায়িত্ব ও নৈতিকতাঃ সেক তাবারক আলী, সুরজিৎ মান্না ৪৯