



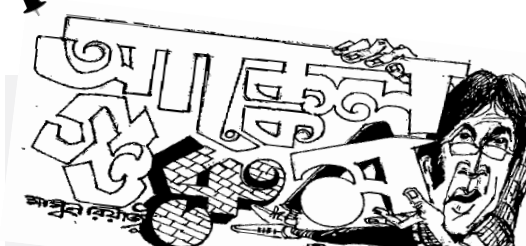
# সাহিত্য-বিনোদন-বিচিত্রা



রম্য রচনা

মামুন রিয়াজী

## আক্কেল গুরুম



“মোরা একটা ফুলকে বাঁচাবো বলে লুট করি, মোরা একটা মুখের হাসির জন্যে মাদক ধরি।” এই আলোচ্য বিষয়টুকু পায়ক আপেল মাহমুদের জনপ্রিয় স্বাধীনতা যুদ্ধের অন্যতম গানের উল্লেখ্য, লেখক বেঙ্কল মারির লিখনিতে প্রকাশ পেয়েছে। বেঙ্কল লেখক আক্কেলের অভাবে এখানে উক্তি লিখিয়া কি প্রমাণিত করিতে চাইয়াছে, তাহাই এখন পাঠক/পাঠিকাদের কাছে প্রশ্ন ?

জোর যার, মুহুর্ত তার। ওরা এখন বাঁচার জন্যে পালিয়ে বেড়াচ্ছে। এইতো আমাদের স্বাধীনতার ফল। কোথায় বিচার ? আশ্রয়হীন মানুষের স্বাধীনতা ? বাংলাদেশের কোটি কোটি টাকা এখন পৃথিবীর আনাচে কানাচে অসং ব্যক্তিরের হুকামে ব্যাংকে রয়েছে। সরকার ফেরত আনার জন্যে চেষ্টায় রয়েছে বাট নট সিওর এই ক্যান বি হ্যাপেন। তাহলে কি হবে ? সব কিছুতেই শুধু প্রশ্ন থেকে যায়। কোন কিছু করার আগে আলোচনা তারপর প্র্যান করে কাজ করলে তাতে বরকত পাওয়া যায়। এইতো কোথ ননা, সারা পৃথিবীতে এখন অত্যাধুনিক টেকনোলজিতে কতদূর এগিয়ে গেছে, অথচ আমরা অর্থাৎ বাংলাদেশ কোথায় ? গত বছর যখন ইস্টারনেটে দেখলাম, র্যাংগস ভবন ভাঙ্গা হবে, বেশ ভালো কথা। এই বহুতল বিশিষ্ট ভবনটি ভাঙতে রাজউকের বুদ্ধিজীবীরা আদেশ দিলো। তাদের এই উদ্যোগ দেখে মনে হলো, তারা বুঝি পৃথিবীর সপ্তম আশ্চর্যকে হাড়িয়ে অষ্টম আশ্চর্য কিছু একটা করে বসাতে যাচ্ছে।

হুকুম পাওয়া মাইই হাতুড়, বাটল, শাবল নিয়ে লুটী কাটা মেরে উপরে উঠে গেলো ভবনটি ভাঙ্গার জন্যে। হায়রকে পাল, অকি অস্বকর সিগ্নাল। দেশে ভয় পেয়ে গেলাম, ভাবলাম হাতুড়ীতে কিভাবে এই কংক্রিট ভাঙবে ? নির্ঘাত সর্বনাশ হবে। এই অবুধ হেঁচটা পড়া মানুষগুলো ২৪ তলা ভবনটি ভাঙতে শুরু করে দিলো। হায়রে রূপাল, কাকেই বা বলবো, শুধু ভাবলাম কত মূর্খ আমরা। পৃথিবীর প্রযুক্তি কোথায় পৌঁছে গেছে আর কোথায় আমরা।

২০ বছর আগে যখন এদেশে এলাম, তখন কোন একদিন বন্ধুর বাসায় রাতে টেলিভিশন দেখছিলাম, লাস ভোগাসে একটি বহুতল বিশিষ্ট ভবন ভেঙ্গে ফেলবে আর তা টিভিতে দেখাবে। কৌতুহল নিয়ে বন্ধুকে জিজ্ঞেস করলাম, কিরে বিভিন্ন ভেঙ্গে ফেলবে তা আবার টিভিতে দেখাবে কেন ? বন্ধু বললো, দেখ এই উঁচু ২০ তলা বিল্ডিংটি ৩০ সেকেন্ডে ভেঙ্গে ফেলবে।

মূর্খতার অভাবে ? অবৈধ টাকাগুলো (বেশ উঁচু অংকের টাকা দেশে ফিরিয়ে) সম্বন্ধে প্রশ্ন থেকে যায়। কোথায়, কিভাবে, কি কাজে লাগাবেন সরকার ?

সম্রাট চাকা শহরে ১২ ঘন্টা হাসপাতালে ইলেকট্রিকসিটি বন্ধ ছিলো। অপারেশনে ঘাটতি হয়েছে, রোগীরা ছটফট করেছে কিডনী ডায়ালিসিস করার জন্যে অথচ ২২ ঘন্টা রোগীদের ছটফট করতে হয়েছে। জেনারেলের দিয়ে কি এই হাসপাতাল চালানো যেত না ? টাকার অভাবে কি এই দশা নাকি বুদ্ধি ?

চলচ্চিত্রের মাত্রা ভুল ট্রিটমেন্টে মারা গেলে বলে তার স্ত্রীসহ পরিবারবর্গ প্রতিবাদ করেছেন। বুকে প্রচণ্ড ব্যথা নিয়ে হাসপাতালে যান তিনি, ডাক্তার সাহেব নাকি সঙ্গে সঙ্গে ঘুমের বড়ি খাইয়ে দিয়েছে অন্যান্য পরীক্ষা না করেই। বসে পয়সা হজম, কিসসা খতম। টাকার অভাব নয়, শুধু মেধা আর সং মানুষের অভাব - এই কষ্টের স্বাধীন দেশে।

সারা বিশ্ব জুড়েই রয়েছে এই আমরা অর্থাৎ মানুষ নামে মানুষ জাতি। খোদাতায়াল্লা বলেছেন, “আমার স্রষ্টার মধ্যে মানুষ হচ্ছে আশারফুল মোকলুকাত শ্রেষ্ঠ জীব।” জায়াতে শয়তানের প্ররোচনায় পড়ে আদম(আঃ) বিভাড়িত হয়েছিলেন ওখান থেকে এবং অবতরণ করেছিলেন এই দুনিয়ায়। আর তার মাধ্যমেই আমাদের মানুষ জাত, পিতা আদম(আঃ)।

এখন আমরা কি না করতে পারি। হতা, লুট, অসং পথ অবলম্বন, যিদে দেগে বিচার জন্যে মানুষের মাংস খাওয়া, অযোগ্যতা নিয়ে অন্যের ওপরে উঠা দেখে তার বুদ্ধি ধরে কিভাবে নিজে নামানো যায়, সর্বকমতা প্রয়োগ করা। এইতো আমরা।

৩৭ বছর ফেলে আসা কষ্টের স্বাধীনতা। শুধু কষ্ট নয়, রক্তের প্রবাহিত ছিটকে পড়া একটি মানচিত্রের জন্ম। মায়ের ছেলে হারানো আত্মবিকার। বোনের হারানো ইজ্জত। বাকদে পুড়ে যাওয়া একটি পা কেটে ফেলবো, অন্য এক পায়ে ভর করে দাঁড়িয়ে স্বাধীনতার নতুন সূর্য দেখা, এই কি স্বাধীনতার ইতিহাস ? এ কিসের যুদ্ধ ? কাকে বিচ্যনার জন্যে যুদ্ধ ? কার মুখে হাসি ফোটারো যুদ্ধ ? কোথায় গেলো আমার বা-বাবার হুমড়ি খেয়ে কঁাদার মধ্যে পড়ে যাবার স্বাধীনতা ? প্রজন্মদের কাছে কিভাবে এবং কাকে নিয়ে সত্য ইতিহাস তুলে ধরবো, কোথায় পাবো একটি সং মানুষ ? আর একটি পবিত্র ফুল ?

অহংকারকে কলুষিত করেছে বিশেষ দরবারে, মাথা উঁচু করে কথা বলার মতো মুখ রাখেনি, অসং হিসেবে প্রমাণিত করেছে এরা কারা ? রাজাকার, আলবদর না বাংলাদেশের রক্ষক হয়ে যারা শুদ্ধক হয়েছে ? মন্ত্রী আর মন্ত্রীদের পরিবার লুটেছে খেটে খাওয়া সাধারণ মানুষের অর্জিত টাকা পয়সা। খোদা ছাড়া চলেছে বড় ধীরগতিতে, তরুণ চমুক - খেটে খাওয়া মানুষগুলো জেগে পয়সাকে বিচারের অপেক্ষায়। অভাব, অনায়াস, রাসেলনা, অসং ব্যক্তিরের নিয়েই আমরা।

## বাংলাদেশ ডে ২০০৮ - উক্তি

	“একাত্মি বল। বাংলাদেশের পরিচয় হোক সর্বত্র এবং ব্যাপকভাবে।”
	হাবিব আহমেদ চিরা বাবসায়ী, মন্ত্রিসভাসভক
	“নিজেকে দেশকে বিদেশে পরিচিত করার একটি মাধ্যম হচ্ছে এই আরোড। সং চরিত্রবান নাপিরিকারী দেশের মুখ উজ্জ্বল করতে পারে।”
	আয়েজ আলী শরীফ অবসরপ্রাপ্ত শিক্ষক
	“এতো সংগঠনের ছড়াছড়িতে নিজেকে যে কোন ধরনের সাথে জড়িত করবো তা বুঝতে পারছি না।”
	আইয়ুব প্রাক্তন ব্যবসায়ী
	“বাংলাদেশ ডে প্যারেড বিদেশে বিহুতেই দেশের পরিচিতি আনবে এবং ভিন্ন জাতির কাছে আমাদের নতুন প্রজন্মের দেশকে পরিচিত করে তোলার অগ্রাহ বাড়বে।”
	বিলকিস পারভীন এ্যাথলেট/চাকুরীজীবী
	“এই ধরণের সম্মিলন বা মেলায় নতুন আকর্ষণ হচ্ছে প্যারেড, যেখানে নিজের কৃতি নিয়ে গর্ব করে এদেশের মায়ের কাছে আমরা নিজেরদেরকে সহজই নিয়ে যেতে পারি।”
	মোঃ হিটান/ব্যবসায়ী
	“দলমত নির্বিশেষে নিজের দেশকে অন্যান্য সম্ভাব্যদের কাছে তুলে ধরার মাঝেই হলো আসল দেশপ্রেম।”
	আবদুল্লাহ ইউসুফ সেন্টু সিনিয়র সিটিজেন/কর্মজীবী
	“বাংলাদেশকে সম্মানের সাথে সামনে রেখে যে কোন অনুষ্ঠানেই সমর্থনযোগ্য। প্যারেডে সংগঠন, দল, মত, বয়স ও এলাকা নির্বিশেষে সবকোই অংশগ্রহণ করলেই পরিপূর্ণভাবে আনন্দিত হবে।”
	খন্দকার আলম রিয়েলটর ও ফ্রেঞ্চাইসর

	“মিলন মেলা ও দেশজ কর্মসূচি যতো বেশী হয় ততোই ভালো। একতার লক্ষ্যে আপামর জনতার অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা জরুরী এবং তা করতে হলে উদ্যোগের উল্লেখ্য-ক্রটি কাটিয়ে উঠতে হবে।”
	মুশফিকুর খসরু বাবসায়ী
	“আমার মতে সবাই মিলে দেশের স্বার্থে এক হয়ে কাজ করাই মহত্বের পরিচয়।”
	মাহমুদ রেজা ব্যবসায়ী
	“বাংলাদেশকে তুলে জড়িত করবো যে কোন ভাগে কারের প্রতি আমার সমর্থন রইলো।”
	মিসেস মিল্লা গৃহকর্তা
	“যে কোন বাংলাদেশীদের সম্মেলন, মেলা বা প্যারেড এই সুদূর পরস্পরে ছেঁটে বাংলাদেশ গড়ার অনুরোধনা দেয়।”
	রবিউল ইসলাম ব্যবসায়ী/পরদেশ
	“বাফলা টিকে থাকুক। প্রতি বছর প্যারেডে না করে অন্যান্য জাতীয় দিবস বা সাংস্কৃতিক কর্মকাণ্ডকে বাফলার মাধ্যমে করা যেতে পারে যাতে নতুন প্রজন্মদের মাঝে উৎসাহ উদ্দীপনার সৃষ্টি হয়।”
	তাহমিনা হোসেইন রোজী শিক্ষক
	“গত বছরের মতো এ বছরও যদি স্বাধীনতা বিজয়ী শক্তি ও জন্মাত শিবিরস্বহীদদের দাপট দেখা যায় তাহলে তা হবে অত্যন্ত দুঃখজনক এবং অনির্ভরশীল।”
	মিলন শহীদ ব্যবসায়ী
	“দেশের মঙ্গলের জন্য প্যারেড সফল হবে। দল মত নির্বিশেষে সবকোই অংশগ্রহণ করলেই পরিপূর্ণভাবে আনন্দিত হবে।”
	শাবলি চৌধুরী চাকুরীজীবী

“বাংলাদেশের পরিচয় তার স্বাধীনতার চেতনায় ও সার্বভৌমত্বে। লাম্বা শহীদের আরা, নির্ঘাতিত বীরগণের আরা, মুক্তিযোদ্ধাদের অসম্মান হয় এমন কিছু সেখানে যেন না হয়।”

তৌফিক তুহীন কবিত্রায়াল

“এই ধরণের আয়োজন বাংলাদেশের পরিচিতি বাড়াবে।”

আব্রাহাম শফিক শিক্ষক, বাংলা পাঠশালা।

“বাফলাই কি কমিউনিটির মুক্তি ? এ ব্যাপারে আমি সন্দিহান।”

শাহ আলম চাকুরীজীবী

“প্রবাসে আমাদের নিজস্ব আইডেনটিটি বজায় রাখার জন্যে এই ধরণের বিশেষ দিবস উদ্‌যাপন মূলধারার সাথে আমাদের পরিচয়কে আরো সুদৃঢ় করবে।”

শামসুদ্দীন মানিক রয় প্রবাসী ম্যানেজমেন্ট

“সমিতিটি উপস্থাপনা সবাইকে নিয়ে হওয়ার কোন বিকল্প নেই। সেইজন্য দেশপ্রেমিক সকল প্রাণী প্রতিদিনের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা জরুরী।”

সিদ্দিকুর রহমান ব্যবসায়ী, সমাজসেবী

“উদ্ভিতি থাকা উচিত কিন্তু ইউনিটি কি আবার তৈরী করতে পারছি ? বাংলাদেশ ডে প্যারেড একটা ভালো উদ্যোগ সেখানে রাজনীতি দলাদলির উর্ধ্বে আমাদের দেশকে স্থান দিতে হবে।”

চৌধুরী আজমিয়া রহমান খুশরু/ব্যবসায়ী

“উদ্যোগ হিসাবে বাফলাকে প্যারেডের ক্রেডিট দেওয়া উচিত। প্রতিটি প্যারেডে মাইলফলক হিসাবে গণ্য হোক। এটিকে সহযোগিতা করা উচিত।”

আহমেদ কবীর ম্যানেজার

## শুভ বাংলা নববর্ষ ১৪১৫ এপ্রিল ১৪, ২০০৮



## বাঙালির সাংস্কৃতিক রূপান্তরের উৎস

শামসুজ্জামান খান বাংলা সন ঠিক কখন, কীভাবে প্রচলিত হয়েছিল তা এখনো একেবারে নিশ্চিত করে কেউ বলতে পারেননি। তবে নানা পরোক্ষ প্রমাণে মনে করা হয়- সম্রাট আকবর এই সন প্রবর্তন করেন। সম্রাট আকবর যদি সরাসরি বাংলা সন প্রবর্তন না করে থাকেন, তবু এমন প্রমাণে যে তাঁর পরোক্ষ অবদান আছে এ বিষয়ে কোনো সন্দেহ নেই। কারণ সম্রাট আকবর সর্বজরতীয় ইলাহি সন প্রবর্তন করেছিলেন। বাংলা সন সেই ইলাহি সনের প্রত্যক্ষ প্রভাবেই প্রচলিত হয়েছে। সেলজারি অধিবাস পণ্ডিত এবং খাতামানা ব্যক্তি মনে করেন যে বাংলা সন সম্রাট আকবর বা কোনো মুসলমান রাজা-বাদশাহ বা সামন্ত প্রভু প্রচলন করেছিলেন। এরপর উড়িষ্যার বিখ্যাত ঐতিহাসিক কাশিপ্রসাদ জরসোয়ালি মনে করেন আকবরই বাংলা সন বা বঙ্গাবদের প্রবর্তক। বিজ্ঞানী মেঘনাদ সাহা মনে করেন আকবরের ডায়ম-ই-ইলাহি বা ইলাহি সন হল বঙ্গাবদের হলে। অন্যদিকে নোবেল পুরস্কার বিজয়ী অতীতবিদ অধ্যাপক অমর্ত্য সেনও তাঁর মিলেনিয়াম বক্তৃতায় (দিল্লী ২০০০) সম্রাট আকবরকেই বাংলা সনের প্রবর্তক হিসাবে অভিহিত করেন। সাল তারিখের ইতিহাস নিয়ে লেখালেখি করেছেন এমন একজন যীমান গবেষক নিলাশবরণ পাল বাংলা সনের নানা সমস্যা নিয়ে বিতর্ক করতে গিয়ে বলেছেন- “বুড়ি পঁচিশ বছরের আগে বঙ্গদ শব্দটার লিখিত নথি, তখন বলা হতো শুধুই ‘সাল’ বা ‘সন’। পশ্চিম ভারতে উক্ত বিক্রম সংকে-কে বিক্রম সাল বা বিক্রম সন বলে না। নেপালে বুদ্ধ সংকে-কে বিক্রম সাল বলে না। তাহলে বাংলায় সাল বা সন বলা হয় কেন? এখানে মনে রাখতে হবে, সাল কথাটা ফার্সি, সন কথাটা আরবী। এ থেকে মনে হয়, হিজরী ক্যালেন্ডার থেকেই কোনোভাবে উক্ত আমলের বাংলা সন বা বাংলা সাল। তা যদি হয়, তাহলে আকবর খিয়ারিবি চেয়ে বিশ্বাস্য অন্য কোনো খিয়ারিবি সন পাওয়া মুশকিল (সাল তারিখের ইতিহাস- পলাশবরণ পাল পৃঃ ৯৫, সম্রাট প্রকাশনী, কলকাতা, ১৯৯৪)।

কোনো কোনো গবেষক সপ্ত শতকের রাজা শাহজাহান ‘বঙ্গাবদের’ প্রবর্তক বলে মনে করেন। আবার কেউ কেউ বাংলার সুলতানী আমলের বিখ্যাত সম্রাট হোসেন শাহকেই বাংলা সনের প্রবর্তক বলে মনে করেন। কিন্তু কলকাতা বিশ্ববিদ্যালয়ের জাভান ভারতীয় ইতিহাস ও সংস্কৃতি বিভাগের সূত্রপূর্ব কারমাইকেল কলেজের অধ্যাপক ও মধ্য এশিয়ার ইতিহাস-বিষয়জ্ঞ ব্রুভীন্দ্র নান্দ মুখোপাধ্যায় বলেন- “... এটা পরিষ্কার যে আকবরের রাজত্বের পূর্বে বাংলা সন বা বঙ্গাব ব্যবহারের কোনও নিশ্চিত প্রমাণ নেই। এখন পর্যন্ত আবিষ্কৃত ও আলোচিত তথ্যাদি আকবরের আমলে চান্দ্র-হিজরী সনের সংস্কারের মাধ্যমে বঙ্গাবদের সূচনার ইঙ্গিত করে। এর বিপরীত কোনও ঘটনা নির্দেশক বিশ্বাসযোগ্য তথ্যসূত্র আবিষ্কৃত না হওয়া পর্যন্ত এই মতই গ্রহণযোগ্য (বাঙ্গালা সনঃ বঙ্গ, বাঙ্গালা ও ভারত- ব্রুভীন্দ্র নান্দ মুখোপাধ্যায়, পৃঃ ৮৭, কলকাতা, প্রোগ্রেসিভ পাবলিশার্স, ২০০০)।

বাংলা সনের ইতিহাস ও এর উদ্ভবের বিষয়ে বিতর্ক থাকলেও বাঙালির ইতিহাস ও তাদের জীবনমাত্রায় এই সনের প্রভাব ছিলো ব্যাপক ও গভীর। কৃষ্টিভিত্তিক গ্রামীণ বাংলাদেশে উৎপাদনমুখী সকল কর্মকাণ্ডে বাংলা সনের ছিলো একান্তই আধিপত্য। ফসল বোনা, ফসলের সময়ভিত্তিক যত্ন বা পরিচর্যা, ফসলপাতিসহ যাবতীয় কৃষিকাজ বাংলা সন তারিখ অনুযায়ী নিষ্পন্ন করা হতো। সেই সঙ্গে ভাল ফসল ঘরে উঠলে বাঙালির বার মাসের ভোগে পার্বণও উদ্‌যাপিত হতো বাংলা পঞ্জিকার দিনমুখ হিসাবে করে। বাংলায় হরেক কবম মেলায় দিন তরিখও নির্ধারিত ছিলো বাংলা সনের সঙ্গে।

## ২৫ মার্চ, ১৯৭১

প্রথম পাতার পর: কোন একটা দৈব সহায়তার আশায় দিনগুনতে থাকে। বলা হয় তাদের সাহায্যে এগিয়ে আসে মার্কিন সপ্তম দৌ বহর। কিন্তু তার আগেই সোভিয়েত ইউনিয়নের চাপে সেই নৌবহরের অগ্রথা বন্ধ হয়। ফলে ১৯৭১ সালের ১৬ই ডিসেম্বর ৯৩ হাজার সৈন্যসহ পাকিস্তানি জেনারেল নিয়াজী রেসকোর্স ময়দানে ভারত-বাংলাদেশ যৌথ কমান্ডের প্রধান জগজিৎ সিং অরোরার কাছে আত্মসমর্পণ করে।

জন্ম হয় একটা স্বাধীন দেশের - যার নাম বাংলাদেশ।

এই ৯ মাস ব্যাপী যুদ্ধে পাকিস্তানি বাহিনী আর রাজাকার-আলবদর বাহিনীর হাতে শহীদ হয় ৩০ লক্ষ বাঙালি আর সপ্তম হাজার ২ লক্ষ মা-বোন। সবচেয়ে জঘন্য ঘটনা ঘটা ঘাতক আলবদর বাহিনী। যুদ্ধে পরাজয় নিশ্চিত জেনে বিজয়ের মাত্র দুই দিন আগে ১৪ই ডিসেম্বর বাংলাদেশকে বহির্ভিন্ন জাতি হিসাবে রূপান্তরিত করার একটা নীলনগ্নার অংশ হিসাবে ঢাকায় অবস্থান করত বুদ্ধিজীবীদের হত্যা করে। যা এখন বুদ্ধিজীবী দিবস হিসাবে পালিত হয়। আজ আমরা কৃতজ্ঞ আর শ্রদ্ধাভরে স্মরণ করছি সকল শহীদ আর জীবিত মুক্তিযোদ্ধাদের। মাগফেরাত কামনা করছি - সকল শহীদের আত্মা। যাদের আত্মদান আর স্মরণের বিনিময়ে অস্তিত্ব এই স্বাধীনতা - জাতি তাদের বলসময়ই সন্মানের সূচী আসনে রাখবে - স্মরণ করবে সর্বোচ্চ সন্ত্রাসের সাথে।

আজ স্বাধীনতার ৩৭ বছর অতিক্রান্ত হতে চলেছে। আমরা শ্রদ্ধা দেখাতে পেরেছি বীরশ্রেষ্ঠ হামিদুর রহমানের প্রতি - তার শেষ শয্যা রচিত হলো নিজের দেশেই। বীরশ্রেষ্ঠ মতিউর রহমানের স্মাধি হয়েছে দেশে। নতুন প্রজন্ম জানছে মুক্তিযুদ্ধের সঠিক ইতিহাস। দীর্ঘ প্রচেষ্টার পরও পরাজিত শক্তি প্রতিবিপ্লবীরা বারো ইতিহাসের উলা ধারা তৈরী করলেও শুল্ক সাক্ষ্য হিসাবে মুক্তিমেয় সন্ত্রাসী তৈরী করতে পেরেছে। অন্যদিকে আমাদের আক্ষেপ, রাজনৈতিক চড়াই-উতড়াইয়ের মধ্যে নিজেরের রক্ষা করতে নশু শূন্য - বাংলাদেশের মন্ত্রী হিসাবে জাতিয় পতাকা উড়িয়ে বেড়াতে সর্মথ হয়েছে ৭১ এর যাতক দালালরা। এরা এখন হুমকি দিচ্ছে আমাদের অস্তিত্বকে। শত্কনের বছরের মতো এরা খামচাতে চেষ্টা করছে আমাদের জাতীয় পতাকা - স্বাধ্যতে চাইছে আমাদের জাতীয় সঙ্গীত। আশার কথা হলো - দেশে যুদ্ধাপরাধী বিচারের দাবী প্রবল থেকে প্রবলতর হচ্ছে। আমাদের অস্তিত্বের সার্থে, শহীদদের আত্মার শান্তির সার্থে, সপ্নম হারানোর মা বোনদের সান্ত্বনার সার্থে আমাদের সবাইকে যুদ্ধাপরাধীর বিচারের দাবীকে প্রবলতর করে তোলার শপথ নবোদর দিন আজ। আসুন - আমরা সবাই শহীদের রক্তের শপথ নিই - যুদ্ধাপরাধীর বিচার চাই। এই দাবীকে প্রবলতর জনদাবী হিসাবে পরিণত করার মাধ্যমে সরকারকে ঘাতকদের মায়ার জাল থেকে মুক্ত করে যুদ্ধাপরাধীর বিচারের ব্যবস্থা করার মাধ্যমেই শহীদদের রক্তের শপথ পূরণ করা প্রত্যয় হোক আজ আমাদের সবার।

একটা সমাজকে এগিয়ে নিতে হলে তার অতীতের সকল অমিমাংসিত বিষয়গুলো সমাধান করতে হয়। ভ্রাতৃত্বপূর্ণ যুদ্ধাপরাধীদের বিষয়ে কঠন কঠন অবস্থান নিয়েছিলো বলেই আজ সেখানে যুদ্ধাপরাধীদের কোন আশ্রয় দেখা যায়নি। সেখানে যে কোন যুদ্ধাপরাধীর বিচারের মুখোমুখি হতে হয় - এর কোন ব্যত্যয় নেই। আমরা যদি একটা উন্নত এবং সমৃদ্ধ আধুনিক বাংলাদেশে দেখতে চাই - যদি সত্যই একটা সুপ্তের বাংলাদেশে বিশ্বাস করি - তাহলে অতীতের অমিমাংসিত সকল বিষয়গুলোর মৌলিক সমাধানের লক্ষ্যে দেশে যুদ্ধাপরাধীর বিচারের বাংলাদেশের জরুরি বিরোধী সকল সংগঠনের কার্যক্রম বন্ধ করতে হবে। একবার ভুল করে প্রধর মূল্য দিতে হয়েছে - আর ভুল করা যাবে না।

অবিলম্বে সকল যুদ্ধাপরাধীর বিচার শুরু হবে - এটাই হোক এই সময়ের প্রধান দাবী।



## My Trip to Bangladesh

By : Bijoja Syeda, 6th Grade  
A little while ago I visited to Bangladesh for the first time. When I got there I met most of my family members from my dad's side of the family. We went to a lot of places. One of the places we went to is the Shohid Minar. When we went to the Shohid Minar, I got to put a flower down on it to show my respect for the people who protested against the Pakistanis for our mother language. We also went to Kaligonj, where I met most mom's side of the family. There they showed me the village houses, the rice fields, and the animals that lived there, like goats, cows, chickens, chicks, calves. We also went to Budhijibhi Shriti Shouddh, where we read what was on the tablet. My grandfather was a freedom fighter who was apart of the war of independence, and during the war he lost his younger brother. My grandfather explained what happened during the war. The war started on March 25, 1971 and lasted 9 months. My Grandfather's story made me very sad so we took a moment and prayed for all of the freedom fighters. After that we went to Shriti Shouddh, a monument/graveyard (for the unknown freedom fighters that died). There we prayed some for the freedom fighters who fought and who gave their life to protect our country. After a while, we went to Lal Mati Kella. There we went to the museum. At Lal Mati Kella I learned more about Bangladesh's history. After a few days I went to one of my uncle's house in the village, where I got to go on a noika. It was my very first time getting on one. When the noika started to sail I saw a lot of beautiful sceneries that I only saw in pictures. It was a lot of fun. My highlight of the trip was when I met most of my other family members. The time I spent with them was wonderful, and the love and compassion that they gave me made me feel good inside. Even though I am here in America I feel aas I left a part of me in Bangladesh.

## জাতীয় পুষ্টি মাস -মার্চ nineteen seventy one

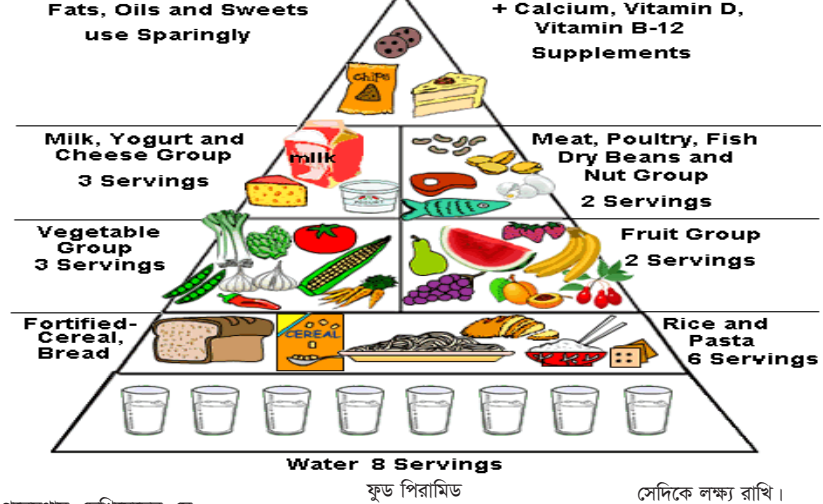
একুশ ডে:

মার্চ জাতীয় পুষ্টি মাস। পরিমিত খাওয়া কাঙ্গার, ডায়াবেটিস এবং হাইপারটেনশন জাতীয় জনিক রোগসমূহ থেকে রক্ষা পেতে সাহায্য করে। পরিমিত খাবার বলতে সব ধরনের স্বাস্থ্যকর খাবার (Healthy Food) যতটুকু শরীরে দরকার যার পুষ্টি ভাগে স্বাস্থ্য রক্ষা করবে এবং সঠিক কাজ দিবে। খাবার থেকে কি ধরনের পুষ্টিগুণ পাওয়া যায় ? বিভিন্ন খাবারে বিভিন্ন ধরনের পুষ্টিগুণ বিরাজ করে।

- গ্রেটিন (মাংস, ডিম, বাদাম এবং বীজ)। মাংসপেশী গঠন এবং immune system গুলোকে শক্তিশালী করে তুলে।
- কার্বোহাইড্রেটস, যা শক্তি সরবরাহ করে।
- চর্বি (Fats) জাতীয় খাবার অতিরিক্ত খাওয়া পেচাতে সাহায্য করে।
- ভিটামিনস এবং মিনারেল - সচরাচর ফল, শাকসবজিতে পাওয়া যায়। কোয়ের সঠিক পুষ্টি এবং কার্বাইলী এবং immune system গুলোর গঠন বৃদ্ধিতে সাহায্য করে।
- পানি শরীরের এবং কোষের কার্যাবলীর ভারসাম্য নিয়ন্ত্রণ করে।

our soldiers died our families cried they ties were broken then again it was mended

for the soldiers the months were cold we'd like to thank u now that your old we sent our boys and our men but some we'll never see again



গবেষণায় দেখিয়েছেন যে ওমেগা ৬ ফ্যাটি এসিড (Omega 6 Fatty Acid)। মানব শরীরের টিউমারের কোষ বৃদ্ধিতে সহায়তা করে যা পরবর্তীতে ক্যান্সারে রূপান্তরিত হয়। এককম ফ্যাটি ওমেগা ৬ ফ্যাটি এসিড হতে হয় Corn oil যার সাথে আমরা সকলে পরিচিত। আমেরিকাতে খাবার প্রস্তুত করতে, ফ্রাই করতে এ তেল ব্যবহৃত হচ্ছে অতিরিক্ত। গবেষণায় আরো বলা হয়েছে, খাবার তৈরীতে স্বাস্থ্যসম্মত জেঞ্জা তেল অলিভ (Olive), কনোলা (Conola) এবং বাদাম তেল (Peanut oils) যদিও এর মধ্যে ওমেগা ৬ ফ্যাটি এসিড বিদ্যমান।

স্বাস্থ্যকর খাবার প্রস্তুত করার সময় এবং রান্নার সময় খাবারের অনেক পুষ্টিগুণ ও ভিটামিন নষ্ট করে ফেলি। অথবা খাবারের সাথে সিরাপ (Syrup) এবং স্লেসি মিশ্রণের ফলে স্যাটে এসিডের পরিমাণ বেড়ে যায়। আবার কিছু খাবার আছে ক্যালোরিবিহীন মেনেন - সোডা ও আহার চিপস যা শরীরে কোন কাজে আসে না। VA মেডিকেল সেন্টারের ২০০৪ এর গবেষণায় দেখিয়েছেন যে, যারা ডায়েট করতে চান তাদের জন্য নানা রঙের ফল, টাটকা শাকসবজি এবং পানি হলো স্বাস্থ্যসম্মত ডায়েট।

আসুন আমরা এই মাসে এবং প্রত্যেক মাসে গবেষণায় দেখিয়েছেন যে, যারা ডায়েট করতে চান তাহলে জন্ম নানা রঙের ফল, টাটকা শাকসবজি এবং পানি হলো স্বাস্থ্যসম্মত ডায়েট।

শরীরের খাবার খাওয়ার অভ্যাস করি। জাক ফুড তথা ফাস্ট ফুড খাওয়া থেকে বিরত থাকি। নীচে কিছু টিপস দেওয়া হলো। আসুন আমরা এসব অনুশীলন করি।

- পরিমাণে কম, দিনে ৪/৫ খাবার খেতে চেষ্টা করি। প্রতিটি খাবারের সাথে ফল ও শাকসবজি যেন থাকে

## জীবন যথোনে

আরা আহমেদ

খেকে বেরোলেই মনে হয় ঠিকভাবে ঘরে ফিরবোতো ? বেঁচে থাকাই যেন দুঃখ। যখন চারপাশের মানুষগুলোকে দেখি তখন চিন্তা-চেতনায় আসে দুঃখ-কষ্টে, পারিবারিক-মানসিক জটিলতায় ভরা মানুষগুলোর মুখ। কতো কষ্টে ভরা শরীর-মন। তারপরও মানিয়ে চলছে ওরা। যখন নিজের কারণে শারীরিক-মানসিক কারণ ঘটে, তখন নিজেকে বড় দুঃখী মনে হয়। কিন্তু এই কারণ ঘটে যখন অন্যের কারণে এবং শরীরিক ক্রটি ঘটে যায় তখন কি করা ? নিজেকে শরীরের প্রবোধ দেওয়া দুঃখী করে, তার উপরে আশেপাশের মানুষের কষ্ট দেওয়া, প্রবোধ বাক্য শোনার চেয়ে বেশী ভীষণ মনে হয় যারা এতদিন বেশী খ্রিয় ছিলো কারণে-অকারণে, প্রয়োজনে-অপ্রয়োজনে যারা কাছে ছিলো তাদেরকে দুঃখের মনে হয়। মন থাকে অস্থির। এই সময়ে বন্ধুদের উচিত বন্ধুর পাশে থাকা, সময় দিয়ে ফোনে কথা বলা, বন্ধুর হাত বাড়িয়ে দিয়ে সান্তনা দেওয়া। পিছনে কথা না বলে সামনে তাকে সান্তনা, অন্তোলনা দিয়ে তার অথবা ওনার আশ্রয়স্থলের জন্যে সোওয়া দিন।

ঠিক এমনিভাবেই ৭১'এর স্বাধীনতা যুদ্ধে পশ্চত বরণ করে নেয়া মুক্তিযোদ্ধাদের কথা মনে করিয়ে দেয়, যারা আমাদের গর্ব, শ্রদ্ধা। তাদের আত্মত্যাগের জন্যই আজ আমাদের দেশে বাংলাদেশ, বাংলা ভাষায় কথা বলা-চমা। বলতে ইচ্ছে করছে বাংলার সুযোগ্য সন্তানরা তোমাদের লাল সালাম।

ষ্টক এমনিভাবেই ৭১'এর স্বাধীনতা যুদ্ধে পশ্চত বরণ করে নেয়া মুক্তিযোদ্ধাদের কথা মনে করিয়ে দেয়, যারা আমাদের গর্ব, শ্রদ্ধা। তাদের আত্মত্যাগের জন্যই আজ আমাদের দেশে বাংলাদেশ, বাংলা ভাষায় কথা বলা-চমা। বলতে ইচ্ছে করছে বাংলার সুযোগ্য সন্তানরা তোমাদের লাল সালাম।



## ফ্রেডস ক্লাবের সভা

গত ৪ মার্চ, ২০০৮ ফ্রেডস ক্লাবের অস্থায়ী কার্যালয়ে (17129 Sherman Way, Van Nuys, CA) ফ্রেড শাহীনের সভাপতিত্বে এক জরুরী সভা অনুষ্ঠিত হয়। এতে ফ্রেডস ক্লাবের পরবর্তী কর্মসূচী নিয়ে আলোচনা হয়। আগামী এপ্রিলের মাঝামাঝি বৈশাখী উৎসব, জুন মাসে দ্বিতীয় প্রতিযোগিতা (ক্রিকেট, ক্যারাম, ফুটবল, দাঁড়া, ব্যাটমিন্টন ইত্যাদি) আয়োজিত করার সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়। ৩০ মার্চে বাংলাদেশ প্যারেডে বাংলাদেশের জাতীয় জগতকে উপস্থাপন করার সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়। সভায় উপস্থিত ছিলেন সর্ব ফ্রেড বাবু, নাহিন, শাহীন, ফেরদৌস, মুখ ফেরদৌস, শহীদ, মন্টু, স্বপন, জরাল ও শামু।

বনফুলের বাংলা নববর্ষ বৈশাখী মেলা ও পিঠা উৎসব

আগামী ১৯ এপ্রিল, ২০০৮, শনিবার দুপুর ১১টা থেকে রাত ৮টা পর্যন্ত অনুষ্ঠিত হবে বৈশাখী মেলা, পিঠা উৎসব এবং বিচিত্রানুষ্ঠান। বনফুলের পক্ষ থেকে সবাইকে আমন্ত্রণ জানানো হচ্ছে অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকার জন্য। অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করার জন্য এবং স্টলস দেবার জন্য যোগাযোগ করুন।

ডাঃ রুবী এবং ডাঃ মোয়াজ্জেম ফোনঃ (৯৫১)-২১২-৭৯৩৩, (৯০৯)-৭৫৪-০৪৮৮

বিশির্ আখার (৯৫১)-৫০০-০৩০৭, নাহিদা আখার (৯৫১)-৬৮৭-৮৮২৩