হাত বাড়ালেই

সুবিধা

Suvida

বর্ষ ১ সংখ্যা ৪
এপ্রিল-মে ২০১২

ফেসবুকে আর ট্যুইটারে লগ অন করুন suvidamagazine লিখে

দাম মাত্র পাঁচ টাকা

বিয়ের

আচার

বিয়ের বিচার

প্রাদেশিক বিয়ের রকমফের

কনের পরিচর্যা

মধুচন্দ্রিমায় কোথায়

তাক লাগানো ৬টি ডিশ

শিশুর স্বাভাবিক বিকাশ

দুঃশ্চিন্তা কেন হবে অন্তরায়?

উত্তর আছে শেষ মলাটের ভিতরের পাতায়

সম্পাদক
সুদেষ্ণা রায়
মূল উপদেষ্টা
মাসুদ হক
সহকারী সম্পাদক
প্রীতিকণা পালরায়
শিল্প উপদেষ্টা
অন্তরা দে
প্রকাশক ও স্বত্বাধিকারী
সুনীল কুমার আগরওয়াল
মূল্য
৫ টাকা
মুদ্রণ
সত্যযুগ এমপ্লয়িজ
কো-অপারেটিভ ইন্ড্রাস্ট্রিয়াল
সোসাইটি লিমিটেড
১৩, ১৩/১ এ
প্রফুল্ল সরকার স্ট্রিট
কলকাতা ৭০০০৭২
আমাদের ঠিকানা
এসক্যাগ ফার্মা প্রা. লি.
পি ১৯২, লেকটাউন,
তৃতীয় তল, ব্লক - বি
কলকাতা ৭০০০৮৯
email-eskagsuvida@gmail.com
প্রচ্ছদ
অর্পিতা চ্যাটার্জি
সৌজন্যে : অঞ্জলি জুয়েলার্স

চিঠিপত্তর : ৪
শব্দজব্দ : ৪
সম্পাদকীয় : ৫
প্রচ্ছদকাহিনি : ৬
সেলিব্রিটি সংবাদ : ১২
কাছে-দূরে : ১৩
কথা ও কাহিনি : ১৮
পোশাকি বাহার : ২২
তুমি মা : ২৪
বিশেষ রচনা : ২৬
রূপচর্চা : ৩১
ডাক্তারের চেম্বার থেকে : ৩৩
হেঁশেল : ৩৬
আইনি : ৩৯
ভূতভবিষ্যৎ : ৪২

প্রচ্ছদ কাহিনি

বিয়ের আচার বিয়ের বিচার ৩

কা ছে দূ রে

মধুচন্দ্রিমায় কোথায় ১৩

পোশাকি বাহার

বউ-এর সাজে রকমফের ২২

ডাক্তারের চেম্বার থেকে

৩৩ বিবাহিত জীবনে সুখের পথ

৩৬ তাক লাগানো ৬টি ডিশ

চিঠিপত্র

শুদ্ধতম ভালবাসা

চিঠির প্রথমেই আপনাকে এবং 'সুবিধা' পরিবারের সকলকেই জানাই আমার পক্ষ থেকে আন্তরিক প্রীতি, শুভেচ্ছা এবং শুভ নববর্ষের শুভ কামনা। আমি বিধাননগর স্টেশন সংলগ্ন একটি বইয়ের দোকান থেকে সুবিধা বইটি কিনে পড়লাম। সুবিধার এটি ছিল ১ম বর্ষ, সংখ্যা ৩, জানু-মার্চ ২০১২। প্রথমেই মডেলের ছবিটি হৃদয় জয় করে নিয়েছে। চিঠিপত্র বিভাগটি যথেষ্ট প্রশংসনীয়। এবং পাঠক সমাজকে যে আপনারা গুরুত্ব দিচ্ছেন এর জন একরাশ রজনীগন্ধা সুলভ ভালবাসা।

'ত্বক নিয়ে সব' বিভাগে ত্বক বিশেষজ্ঞ ডাঃ শান্তনু মুখোপাধ্যায়, শিশুরোগ বিশেষজ্ঞ ডাঃ অরুণালোক ভট্টাচার্য, স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ ও ইনফার্টিলিটি স্পেশালিস্ট ডাঃ পুরুষোত্তম শাহর লেখা সহ ২৫শে ডিসেম্বর সম্পর্কে সেলিব্রিটিদের অমূল্য বক্তব্য বেশ লাগল।

একটি বিষয়ের কথা না বললেই নয় আমাদের দেশে তথা রাজ্যে মেয়েদের সংখ্যা হ্রাস পাচ্ছে। ভীষণ চিন্তা ও উদ্বেগের বিষয়। আপনারা নিষ্কন্টক পথে এগিয়ে চলুন। আমরা আছি আপনাদের সঙ্গে সুবিধাকে যে ভালবেসে ফেলেছি। আপনাদের ও সুবিধার দীর্ঘায়ু কামনা করি। পরিশেষে সুবিধা সম্পর্কে বলি

সু - সুস্থ সমাজ গড়তে তুমি।

বি - বিশ্বস্ত বন্ধু, তোমার হয় না তুলনা,

ধা - ধাপ্পাবাজী, ধান্দাবাজী, নেইকো ছলনা।

তারক মজুমদার, ২৪ পরগণা (উ:)

গ্রাহক হতে চাই

এসেছিলাম সুদূর উত্তরবঙ্গ থেকে বইমেলা দেখতে। শিয়ালদহ স্টেশনে ম্যাগাজিন বইয়ের দোকানে একটি বইয়ের প্রেমে পড়ে গেলাম। দাম শুনে হতম্ভব। এত কম দামে এত কিছু বিষয়! শিক্ষা, স্বাস্থ্য,

ত্বকচর্চা, রাশিফল, কী নেই 'সুবিধা'র উজ্জ্বল পাতাতে। তবে একটা দাবি রইল আমার কবিতা পড়তে খুব ভাল লাগে, সুবিধায় কবিতা চাই। উত্তরবঙ্গের কোচবিহার জেলায় আমি থাকি। কোথাও তো 'সুবিধা' নেই। তাহলে কীভাবে পড়ব? আমি ডাকযোগে নিয়মিত গ্রাহক হতে চাই। আমার নাম ঠিকানা লেখা খামও পাঠালাম। অমূল্য সময় নষ্ট না করে দুছত্র লিখে জানান কীভাবে এই পত্রিকা পেতে পারি তবে আনন্দিত হব। সুবিধায় ভরা সুবিধার অতি দীর্ঘ আয়ু কামনা করি।

মহামায়া সরকার, কোচবিহার

উৎকৃষ্ট

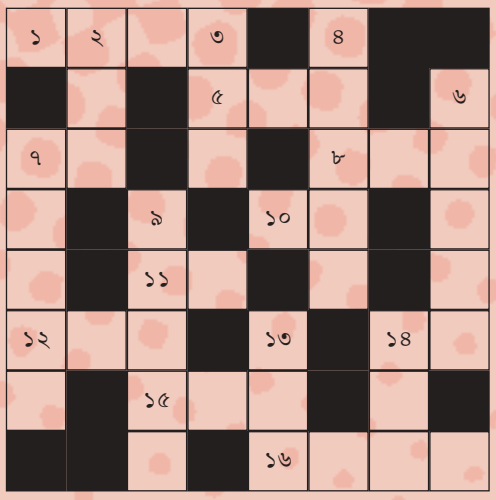
ত্রৈমাসিক 'সুবিধা' পড়ে আমি এইটুকু বুঝেছি, স্বল্পমূল্যে তথ্যমূলক দামী খনির ভাণ্ডার 'সুবিধা'। ভ্রমণ, স্বাস্থ্য, সাহিত্য, সমাজ, ফ্যাশন, রন্ধনশৈলী—বহু ক্ষেত্রেই 'সুবিধা' স্বচ্ছলভাবে বিচরণ করছে। লেখনির বৈচিত্র, ছবির আকর্ষণ, কাগজের উন্নতমান, মুদ্রণশৈলীর সুচারু বিন্যাস এসব উৎকৃষ্ট গুণের পাশাপাশি কয়েকটা ব্যাপারে আলোচনার অভাব চোখে পড়ল। পরবর্তী সংখ্যায় এগুলো প্রকাশিত হতে দেখলে আমি আরও আনন্দিত হব।

- প্রত্যেক সংখ্যায় কোনও রম্যরচনার উপস্থিতি
- সমাজের প্রতিষ্ঠিত মহিলার জীবন সংগ্রামের কাহিনি
- বিতর্কের বিষয় উল্লেখ করে পাঠকের মতামত চাওয়া
- সামাজিক সমস্যা ও তার সমাধানের পরামর্শ

চিঠির বিষয় বিস্তৃত না করে এবারের মতো শেষ করলাম।

মঞ্জুশ্রী নন্দী, কলকাতা-৩৭

শব্দজব্দ ৪ গ্রীষ্মকাল শ্যামদুলাল কুণ্ডু



পাশাপাশি

১। গরমের সাধারণ পানীয় ৫। এ সবজি তুললেই মৃত্যু ৭। (নীল অঞ্জনঘন) '—লক্ষ্মীর কম্পিত কায়, চঞ্চল অন্তর' ৮। গরমকালে মাছ এমন হয়ে ঈষৎ পচাই হয় ১০। তোমার জামা— ভিজে জবজব করছে ১১। 'ওই বুঝি—বৈশাখী/সন্ধ্যা-আকাশ দেয় ঢাকি' ১২। রথের জন্য বিখ্যাত রাজ্যের এই স্থানটি। ১৪। প্রচণ্ড গরমে এ জলাশয়ে হাঁটু জল হয়ে যায়। ১৫। আলুর বা বেগুনের এই পদটি গরমেও উপাদেয় ১৬। 'বিশ্ববীণারবে— মোহিছে/স্থলে জলে নভতলে বনে উপবনে'।

উপরনিচ

২। লাল রঙের এক ফুল। ৩। 'প্রখর— আকাশ তৃষায় কাঁপে/বায়ু করে হাহাকার। ৪। (নাই রস নাই) 'তুমি একা আর আমি একা, কঠোর—' ৬। গ্রীষ্মের প্রধান দুটি ফল ৭। (শুষ্ক তাপের দৈত্যপুরে) 'মরকতমণির থালা সাজিয়ে গাঁথে—' ৯। '—সূর্য-তারা, বিশ্ব ভরা প্রাণ' ১৩। বড় ধরণের লেবু ছোটরা এ দিয়ে ফুটবলও খেলে। ১৪। 'আনন্দলোকে মঙ্গলালোকে—সত্যসুন্দর'।

সমাধান শব্দজব্দ ৪

স ম্পা দ কী য়

এসে গেল নতুন বছর। বাংলা নববর্ষ। তার সঙ্গে এলো গ্রীষ্মের প্রখর তাপ। বলা বাহুল্য গ্রীষ্ম মানেই আমাদের গরম দেশে রোদের প্রকোপ, কোনও কোনও ক্ষেত্রে ঘামের উপদ্রব। কিন্তু এতদিনে আমরা বোধহয় এই উষ্ণতা মেনে নিয়েছি। গরমটা বাদ দিলে গ্রীষ্মে কিন্তু আনন্দ করার মতো অনেক কিছু আছে। আছে আম, কাঁঠাল, লিচু, জাম, তরমুজের মতো ফল। আছে কৃষ্ণচূড়া, রাধাচূড়া ফুল। বিকেলে জুঁই ফুলের সুগন্ধ।

গ্রীষ্মের সঙ্গে সঙ্গে আবার খুলে যায় বিয়ের যোগ। বৈশাখ, জৈষ্ঠ্য মাস বিয়ের মাস। এই গরমেও কপোত-কপোতী নতুন জীবনের সন্ধানে এগিয়ে চলে। তাই এবারের প্রচ্ছদকাহিনি ও বিশেষ রচনায় রয়েছে বিয়ে নিয়ে নানা তথ্য। বিয়ের উৎসব, আচার, অনুষ্ঠান, বিভিন্ন ধর্মের বিয়ে, এসব নিয়ে এবারের সুবিধা। আপনারা পড়ে কেমন লাগল জানাবেন এই আশায় রইলাম। সেই সঙ্গে শুভ নববর্ষ।

সুদেষ্ণা রায়

চিঠি চাই চাই মতামত

চিঠি লিখুন, জিতুন ১০০০ টাকা

সুবিধার চতুর্থ সংখ্যা এটি। এই পত্রিকার সাফল্য আপনাদের হাতে। তাই বলছি কী বন্ধু, চাই আপনাদের সহযোগিতা, পত্রিকাটিকে আরও সুন্দর করে তুলতে। চিঠি লিখে বা ই-মেল করে জানান এই পত্রিকার কী ভাল, কী খারাপ!

যাঁদের চিঠি আমরা আমাদের এই পত্রিকায় প্রথম চিঠি হিসেবে ছাপাব তাঁদের দেওয়া হবে **হাজার টাকা উপহার**!

এ ছাড়া প্রথম ১০০টি চিঠির প্রেরককে দেওয়া হবে ৫০০টাকা করে পুরস্কার। চিঠির সঙ্গে আমাদের দেওয়া কুপনটি ভরে পাঠাবেন।

ধন্যবাদ

আমাদের ঠিকানা
সম্পাদক, সুবিধা
প্রযত্নে : এসক্যাগ ফার্মা প্রাঃ লি,
পি ১৯২, লেকটাউন, তৃতীয় তল, ব্লক বি
কলকাতা : ৭০০০৮৯
email : eskagsuvida@gmail.com

নাম .....বয়স.....

ঠিকানা .....

কী করেন .....দূরভাষ.....

বিয়ের আচার বিয়ের বিচার

বিয়ে মানে নতুন জীবন, নতুনের আশা, নতুন সম্পর্ক, নতুন পরিবার। বিয়ে দুই মনের মিলন হলেও এর সামাজিক ও ধর্মীয় অঙ্গ অনেক। বিয়ে, বিশেষত হিন্দু বিয়ে ও সঙ্গে আরও কিছু ধর্মীয় বিবাহ পদ্ধতি নিয়ে গবেষণা করে লিখেছেন প্রীতিকণা পালরায়

শুক্ল পক্ষের জামিত্র তিথিতে একই সঙ্গে 'হিমালয়-এ শুরু হয়ে গেছে এক মহা বিবাহের মহা আয়োজন। আত্মীয় পরিজনে গম গম করছে চারধার। কৈলাসপতি মহাদেবের সঙ্গে হিমালয়-নন্দিনী উমার বিয়ে। আত্মজা বিচ্ছেদের বেদনা গোপন করেই কন্যাদায়গ্রস্ত নগাধিরাজ ও তাঁর মহিষী অতিথি আপ্যায়ন করে চলেছেন। প্রাসাদের বাইরে ওষধিপ্রস্থ নগরেও ছড়িয়ে পড়েছে এই মহাউৎসবের ঢেউ। নানান মাঙ্গলিক অনুষ্ঠানের আয়োজন চলছে ঘরে ঘরে। তার পূত সৌরভে পবিত্র সকলের মন। হবে নাই বা কেন, বিয়ে যে কেবল দুটি ব্যক্তিমানুষের মিলন নয়। পারিবারিক গন্ডী টপকে সংশ্লিষ্ট সামাজিক অনুষ্ঠান, তারই প্রমাণে যেন উদগ্রীব ওষধিপ্রস্থ। এরই মধ্যে এই ত্রিলোকশ্রেষ্ঠ বিয়ের কন্যাকে ঘিরে শুরু হয়ে গেছে স্ত্রী আচার। 'মৈত্র মুহূর্ত'-এ অর্থাৎ সূর্যোদয়ের এক ঘণ্টা ছাব্বিশ মিনিট পর যখন উত্তরফাল্গুনী নক্ষত্র চন্দ্রের সঙ্গে যুক্ত হল, কন্যার প্রসাধনের সূচনা করলেন সধবা পুরনারীগণ। কচি দূর্বা ঘাস, নিমতেল, সাদা সরষে, কালো চন্দন, লোধ্র ফুলের রেনু ইত্যাদি দিয়ে প্রাথমিক প্রসাধন সম্পন্ন করে তাঁকে নিয়ে যাওয়া হল স্নান ঘরে। সঙ্গে সঙ্গে বেজে উঠল মঙ্গলবাদ্য। সোনার ঘটে রাখা জলে স্নান করে উপযুক্ত বসন পরে যখন তিনি বেরিয়ে এলেন, প্রসাধন নিপুণারা তাঁকে পুব মুখে বসিয়ে ঘন চুলে সুগন্ধি ধূপের ধোঁয়া দিয়ে চুল শুকিয়ে বেঁধে দিলেন মালা। অগুরু, গোরোচনা দিয়ে সাজালেন অঙ্গ। দুই চরণে আলতা, ঠোঁটে মধুর প্রলেপ, চোখে কাজল এর পর অলঙ্কারে যখন সাজানো হল তাঁকে তখন তিনি বধূশ্রেষ্ঠা। স্ত্রী আচারে অভিজ্ঞা হিমালয় মহিষী মেনকা এসে এরপর পনীতবর্ণ হরিতাল ও রক্তবর্ণ মনঃশিলা দিয়ে কন্যা উমার কপালে তিলক পরিয়ে দিলেন। হাতে বেঁধে দিলেন বিবাহসূত্র। গৃহদেবতা ও বয়োজ্যেষ্ঠদের প্রণাম করে উমা অপেক্ষা করতে লাগলেন পতি পরমেশ্বরের জন্য।

অন্যপ্রান্তে কৈলাস শিখরের অনুরূপ উৎসব চললেও ত্রিলোকপতি ওষধিপ্রস্থ থেকে পাঠানো সাজ পোশাকের ব্যাপারে বিশেষ উৎসাহী নন। হস্তীচর্ম বসন, শিরে নরকপাল, অঙ্গে ভস্মরাগই তাঁর প্রিয়। বাহন বৃষটিও বাঘছাল পরে তৈরি। এবার বৃষপৃষ্ঠে দেবাদিদেব, তাঁর সামনে প্রমথরা আর পিছনে অষ্টমাতৃকা, তার পিছনে ঘোর কৃষ্ণা মহাকালী, সঙ্গে পুরোহিতের দায়িত্বে সপ্তর্ষিগণ। গন্ধর্বরা ধরলেন মহাদেবের বন্দনা গান। ত্রিলোকেশ্বর বিয়ে করতে চললেন ওষধিপ্রস্থ। নগর দুয়ারে স্বয়ং হিমালয় তাঁকে অভ্যর্থনা জানালেন। আর পুরনারীদের মধ্যে হুড়োহুড়ি পড়ে গেল বরবেশী শিবদর্শনের জন্য। বিবাহ বাসরে

হিমালয় তাঁকে ঘৃত, দধি, মধু, নতুন পরিধান, রত্নালঙ্কার এসব দিয়ে বরণ করে নিলেন। এরপর শুরু হল পুরোহিতের নির্দেশমত বিবাহ প্রক্রিয়া। এবং তিনবার উমা-মহেশ্বর অগ্নি প্রদক্ষিণের পর উমা অগ্নিতে 'লাজবর্ষণ' করলেন এবং সুগন্ধি ধূম মুখে গ্রহণ করলেন। তাঁকে ধ্রুবতারা দর্শন করানো হল। উপস্থিত দেবগণের আশীর্বাদের মধ্যে দিয়ে শেষ হল বিবাহের লোকাচার।

ধান ভানতে আক্ষরিক অর্থে এই যে শিবের গীতটা গাওয়া হল এতক্ষণ তা কিন্তু অর্থহীন, অবান্তর বা এতটুকু অপ্রাসঙ্গিক কারণে নয়। বরং এটা বোঝানোর জন্যই যে বিবাহ ব্যাপারে আমাদের লোকাচার, স্ত্রী আচারের ধারাবাহিকতার প্রাসঙ্গিকতা কতটা। পুরাণ পূর্ববর্তী এই বিবাহ বর্ণনায় কবি কালিদাস আনুষঙ্গিক বিষয়ে যতই কল্পনাপ্রবণ হন না কেন, তাঁর সমাজজ্ঞান, বিবাহ আচারের শুদ্ধতা ও নিয়মনিষ্ঠা সংক্রান্ত খুঁটিনাটি কিন্তু কণামাত্র অবজ্ঞা করেননি। বিবর্তনের অববাহিকায় নাম, উপাদান খানিক বদলে গেলেও পদ্ধতি, প্রকরণ এবং সামাজিক বিধি-ব্যবস্থা মোটের ওপর একই আছে। বদলায়নি ধর্মভাবনাও। আজও আমরা সূর্যোদয়ের আগে দধিমঙ্গলের পর নিশিজল আনতে যাই। গায়ে হলুদ অনুষ্ঠানটির মাধ্যমে মহাধৌতির ব্যবস্থা করি। কন্যাকে বধূরূপে সাজানো তো রইলই, এমনকী মাঙ্গলিক উপাদানগুলিও নতুন নামে অপরিবর্তিত রয়েছে। একই সঙ্গে জামাই বরণ, উপহার ও দানসামগ্রী প্রদান, বরযাত্রী, কনেযাত্রী, নতুন বউ নতুন বর নিয়ে উৎসাহ সবই অটুট এখনও আমাদের সমাজে। আধুনিকতার ছোঁওয়া অবশ্যই লেগেছে, পরিবর্তিত হয়েছে প্রকরণ। তবু আজও ঐতিহ্য অব্যাহত। যেমন কিছুকাল আগে পর্যন্ত হিন্দুসমাজে বিয়ে ছিল ধর্মীয় সংস্কার এবং সকল হিন্দুকেই

আজও আমরা সূর্যোদয়ের আগে দধিমঙ্গলের পর নিশিজল আনতে যাই। গায়ে হলুদ অনুষ্ঠানটির মাধ্যমে মহাধৌতির ব্যবস্থা করি। কন্যাকে বধূরূপে সাজানো তো রইলই, এমনকী মাঙ্গলিক উপাদান গুলিও নতুন নামে অপরিবর্তিত রয়েছে। একই সঙ্গে জামাই বরণ, উপহার ও দানসামগ্রী প্রদান, বরযাত্রী, কনেযাত্রী, নতুন বউ নতুন বর নিয়ে উৎসাহ সবই অটুট এখনও আমাদের সমাজে।

ওই সংস্কার অবশ্য পালন করতে হত। তবে হিন্দু সমাজে বিয়ে নিজেদের নির্বাচনের ওপর নির্ভর করত না। অভিভাবকরাই কুল-গোত্র-জাত বিচার করে সন্তানদের বিবাহ নির্ধারণ করতেন। এখনও এই নিয়ম চালু আছে, তবে উদারপন্থী বাবা-মা আজকাল সন্তানদের অনেক স্বাধীনতা দিচ্ছেন জীবনসঙ্গী নির্বাচনের ব্যাপারে।

আগেকার দিনে মধ্যস্থতা করার জন্য ঘটকের সাহায্য নেওয়া হত। বৈদিক যুগে যাদের দিধিষু বলা হত। এই ঘটকদের কাছে প্রতিটি পরিবারের কুলপঞ্জী থাকত। যদি পাত্রপক্ষ প্রস্তাবিত সম্বন্ধ মঞ্জুর করতেন, তাহলে যোটক বিচারের জন্য পাত্রীর ঠিকুজি চেয়ে পাঠানো হত। তবে শুধুমাত্র জাতি, শাখা, গোত্রপ্রবর ও স্বপিণ্ডই যে হিন্দু সমাজে অবাধ বিবাহের অন্তরায় ছিল তা নয়, এ সম্পর্কে জ্যোতিষের প্রভাবও কম ছিল না। হিন্দু কর্মবাদী, সে অদৃষ্টে বিশ্বাস রাখে এবং সে কারণে বিবাহের মতো গুরুত্বপূর্ণ ক্ষেত্রে যোটক বিচার অবশ্যই করে। বর ও কন্যার জন্মরাশি থেকে যে শুভাশুভ বিচার করা হয় তাকে যোটক বিচার বলা হয়। বর্তমানে অবশ্য ঘটকদের ঘটকালির দায়িত্ব নিচ্ছে খবরের কাগজের পাত্র-পাত্রী কলম এবং ইন্টারনেটে ম্যাট্রিমোনিয়াল সাইটগুলো। পছন্দ অপছন্দের প্রাথমিক পর্বটা মিটিয়ে নেওয়াটা যাতে অনেক সুবিধের হচ্ছে।

আধুনিক বা ঐতিহ্যবাদী যে কোনও প্রক্রিয়াতেই পাত্র এবং পাত্রী নির্বাচন সুসম্পন্ন হলে উভয় পরিবার বিবাহের দিনক্ষণ স্থির করে নেন পাঁজি দেখে ও পুরোহিতের পরামর্শ নিয়ে। বিশুদ্ধিকরণের জন্য হিন্দুদের যে দশবিধ সংস্কার আছে, বিবাহ তার মধ্যে শেষ সংস্কার। আবশ্যক ধর্মীয় আচরণ বলে এ ব্যাপারে হিন্দুদের নানা আচার অনুষ্ঠানের অনুবর্তী হতে হয়। এসব আচার অনুষ্ঠান দু-রকম। স্ত্রী আচার ও পুরোহিত কর্তৃক সম্পাদিত ধর্মীয় আচার। মেয়েলি সমাজে ধর্মীয় আচারের চেয়ে স্ত্রী আচারের ওপর বেশি জোর দেওয়া হয়। বিয়ের ফলে মেয়েদের কুল সম্পর্কের চ্যুতি ঘটে। পিতৃকুল পরিহার করে তারা স্বামীকুলের গোত্র গ্রহণ করে। তাই হিন্দুনারীর জীবনে বিয়ে একটা বিশেষ সন্ধিক্ষণ। এরূপ সন্ধিক্ষণে যাতে কোনও বাধা বিপত্তি না ঘটে, তার উদ্দেশ্যেই আচার অনুষ্ঠান পালিত হয়। অবশ্যই এর একটা সামাজিক উদ্দেশ্যও আছে। ম্যারেজ রেজিস্ট্রেশন বিষয়টা যখন চালু হয়নি, বিয়ের সামাজিক দিকটি, তখন আরও বেশি তাৎপর্যপূর্ণ ছিল। বর কনের মধ্যে যে বিয়ে হচ্ছে এবং সে বিয়ে যে অবৈধ নয়, সাধারণের মধ্যে তার প্রচার করাও ছিল এইসব আচার-অনুষ্ঠানের উদ্দেশ্য। একারণে পৃথিবী জুড়ে, জাতি-ধর্ম নির্বিশেষে বিবাহ উপলক্ষে নানা ধরনের আচার অনুষ্ঠান রীতি প্রথা দেখতে পাওয়া যায়। যদি শুধু আমাদের দেশের কথাই ধরা হয়, বিয়ের আচার অনুষ্ঠানগুলোর মধ্যে অপরিহার্য ও বাধ্যতামূলক অংশ হিসেবে পঞ্জাবে 'ফেরে' বা যজ্ঞকুন্ডি প্রদক্ষিণ করার প্রথা প্রচলিত আছে। উত্তরপ্রদেশে কিন্তু যজ্ঞকুন্ডি প্রদক্ষিণ করা হয় না, বরং বিয়ের জন্য যে মন্ডপ নির্মিত হয় বা দণ্ড স্থাপিত হয়, তাই প্রদক্ষিণ করা হয়। বাংলা, বিহার ও ওড়িশার কন্যার সিঁথিতে 'সিঁদুর দান' অপরিহার্য ও বাধ্যতামূলক প্রথা। আবার অনেক জায়গায় নিম্নশ্রেণীর মধ্যে কাঁটার সাহায্যে আঙ্গুল থেকে রক্ত বের করে সেই রক্ত উভয়ে উভয়কে মাখিয়ে দেয়। মহারাষ্ট্রে উচ্চ শ্রেণীর হিন্দুরা 'প্রদক্ষিণ' প্রথা অনুসরণ করে। কিন্তু নিম্নশ্রেণীর লোকেরা বর-কনের ওপর শুধুমাত্র চাল, জল ও দুধ ছিটিয়ে দেয়। দক্ষিণ ভারতে আবার প্রায় সর্বত্র 'তালিবন্ধন' প্রথাই বিয়ের অপরিহার্য অঙ্গ। তালির অপর নাম 'তিরুমঙ্গলম'। বিয়ের শুভ মুহূর্তে বর কনের গলায় 'তিরুমঙ্গলম' বেঁধে দেয়। এটা আমাদের বাংলাদেশের 'সিঁদুর দান'-এর পরিবর্ত মাত্র। 'তিরুমঙ্গলম' হল সোনার তৈরি লকেটের মত একটা জিনিস যার ওপর শিবলিঙ্গ বা কোনও ফুল খোদাই করা থাকে। আমাদের বাংলাদেশে যেমন সিঁথির সিঁদুর ও হাতের নোয়া সধবা স্ত্রী লোকের চিহ্ন, দক্ষিণ ভারতে তেমনই 'তিরুমঙ্গলম' সধবা বা 'সুমঙ্গলী' স্ত্রী লোকের চিহ্ন।

যে প্রথাগুলোর কথা বলা হল, সেগুলো হচ্ছে মাত্র অপরিহার্য অংশ। এছাড়াও অনেক আড়ম্বরপূর্ণ ও পারিবারিক আচার আছে যা পালন করতে একাধিক দিন লাগে এবং এগুলো দুভাগে শাস্ত্রীয় আচার ও স্ত্রী আচার হিসেবে পুরোহিত ও বাড়ির মেয়েদের দ্বারা সম্পাদিত হয়। অনুষ্ঠানের মূল উদ্দেশ্য হচ্ছে নবদম্পতির সুখ, শান্তি, আয়ু ও নতুন জীবনের জন্য মঙ্গল কামনা করা।

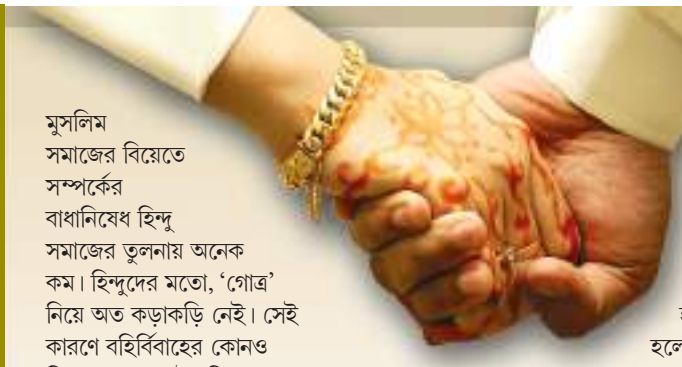
পশ্চিমবাংলায় হিন্দু বিয়ের আচার-অনুষ্ঠান সাধারণত তিনদিন ধরে হয়। বিয়ের আগের দিন আইবুড়ো ভাতের অনুষ্ঠান যদিও পরিবার বিশেষে জাঁকজমক ও আড়ম্বরপূর্ণভাবে পালন করা হয়। বিয়ের দিন কাকভোরে, সূর্যোদয়ের আগে ঘুম থেকে তোলা হয় বর কনে উভয়কেই। পাঁচ বা সাতজন এয়োস্ত্রী তাদের দই-চিঁড়ে খই মাখা খাওয়ায়। দই বা দধিকে হিন্দু সমাজে পরম্পরা অনুযায়ী অত্যন্ত শুভ বলে গণ্য করা হয়। পঞ্চগব্যের একটি হল দধি। হতে পারে এক সময় সমাজে গো-পালন ছিল বিশেষ অঙ্গ এবং গরুকে আজও ভগবতী মানা হয়। তাই যেকোনও শুভ কাজে দুধ বা দুগ্ধজাত বস্তুকে ব্যবহার করার প্রথা আজও চালু। খই-এর উৎপত্তি ধান থেকে। শস্য ও খাদ্যের সমারোহ দিয়ে বিয়ের অনুষ্ঠানের শুরু অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ বিষয় এবং আরও তাৎপর্যপূর্ণ দুধ বা দই হল বিশেষভাবে উর্বরতা সহায়ক, যা ধারাবাহিকভাবে অনুষ্ঠানের শেষ অবধি থেকে

পশ্চিমবাংলায় হিন্দু বিয়ের আচার-অনুষ্ঠান সাধারণত তিনদিন ধরে হয়। বিয়ের আগের দিন আইবুড়ো ভাতের অনুষ্ঠানও পরিবার বিশেষে জাঁকজমক ও আড়ম্বরপূর্ণভাবে পালন করা হয়। বিয়ের দিন কাকভোরে, সূর্যোদয়ের আগে ঘুম থেকে তোলা হয় বর কনে উভয়কেই। পাঁচ বা সাতজন এয়োস্ত্রী তাদের দই-চিঁড়ে খই মাখা খাওয়ায়।

যায়। দধি মঙ্গলের অনুষ্ঠান সুসম্পন্ন করে পাঁচজন বা সাতজন এয়োস্ত্রী বেরোন জল সইতে। পাঁচ পুকুরের জল একত্র করে আনাই ছিল জল সাওয়ার উদ্দেশ্য—এই জল গায়ে হলুদের অনুষ্ঠানে কাজে লাগে। পাঁচ পুকুরের জল একত্র করার চল এখন উঠে গেছে। তবে ভিন্নতাকে একত্র করার এই আচার ছিল তাৎপর্যপূর্ণ। এই অনুষ্ঠানকে অনেকে গঙ্গাকে নিমন্ত্রণ করতে যাওয়ার কারণ হিসেবেও দেখেন। নদীমাতৃক দেশে বিশেষত গঙ্গাকে যেখানে দেবী হিসেবে দেখা হয়, সেখানে এই ভাবনার মধ্যে খুব যে ভুল রয়েছে তাও নয়।

এর পরের অনুষ্ঠান হলুদকোটা ও গায়ে হলুদ। এয়োস্ত্রীরা হলুদ কুটে সেই হলুদ বরের গায়ে মাখানোর পর বাকিটা পাঠান কনের বাড়িতে। সঙ্গে মাছ ও অন্যান্য তত্ত্ব। গায়ে হলুদের তত্ত্বে

মুসলিম সমাজে বিয়ে



মুসলিম সমাজের বিয়েতে সম্পর্কের বাধানিষেধ হিন্দু সমাজের তুলনায় অনেক কম। হিন্দুদের মতো, 'গোত্র' নিয়ে অত কড়াকড়ি নেই। সেই কারণে বহির্বিবাহের কোনও নিয়মকানুনও নেই। নিজ সম্প্রদায়ের মধ্যে যে কোনও পুরুষ যে কোনও মেয়েকে বিয়ে করতে পারে। বাঞ্ছনীয় বিয়ে হিসেবে খুড়তুতো, জ্যাঠতুতো, মাসতুতো, পিসতুতো, মামাতো ভাইবোনদের মধ্যে বিয়ে প্রচলিত আছে। এরূপ বিয়ের সমর্থনে বলা হয়, এতে রক্তের বিশুদ্ধতা রক্ষা হয় ও সম্পত্তি ভাগ হয় না। তবে মুসলিম সমাজে বিয়ের একটা বিশেষত্ব, এখানে বর ও কনে উভয়েরই বিয়েতে সম্মতির প্রয়োজন হয়। আর তা বিশেষভাবে প্রকাশও করতে হয়।

মুসলিম বিয়ের সঙ্গে ইদানীং হিন্দু বিয়ের আচার অনেক মিশে গেছে। বিশেষত বর-কনেকে আশীর্বাদ করা, আইবুড়োভাত গায়ে, হলুদ দেওয়া, জল আনা, নিত বরের যাওয়া, বিয়েতে বর কনের গাঁটছড়া বাধা এসব আচার মুসলিম বিয়ের অঙ্গ হয়ে গেছে। এসব লোকাচার পালিত হলেও মূল মুসলিম বিবাহ অনুষ্ঠান সাক্ষীর সামনে মৌলবী বা কাজীর দ্বারা সম্পাদিত হয়। থাকেন একজন উকিলও, যিনি বর কনেকে কাবিলনামা-য় সই করান। কাবিলনামায় সই করেন উভয় পক্ষের সাক্ষীরাও। আর সাক্ষী হিসেবে থাকেন সাধারণত দুজন করে কাকা বা মামা। কাবিলনামায় বুড়ো আঙুলের টিপসই জরুরি। গায়ে হলুদ অনুষ্ঠান খুব ধুমধাম সহকারে হয় মুসলিম বিয়েতে। আলাদা করে কোনও লগ্ন বা দিন গণনার প্রয়োজন হয় না। শুধু রোজা, ঈদ, মহরম এসব দিনে নিকাহ হয় না। নিকাহ হয় দিনের বেলা, আর সুহাগ রাত হয় সেদিন রাতেই।

বেশ বড় মাপের একটি মাছ পাঠানো অতি আবশ্যক। কে না জানে মাছ খুব প্রত্যক্ষভাবে একটি যৌন প্রতীক। আর আচারের আড়ালে আবডালে যৌনতার ছোঁওয়া দেশে দেশে কালে কালে থেকেই যায়। যেমন, এই যে বরকে মাখানোর পর সেই হলুদই কনেকে মাখাতে হয়— তার উদ্দেশ্য হয়তো, এভাবেই একজনের শরীরী স্পর্শ অন্যজনের কাছে পৌঁছে দেওয়া। অন্যদিকে হলুদ চিরকালই প্রসাধনসামগ্রী হিসাবে ব্যবহৃত হয়। সঙ্গে তত্ত্ব পাঠানোর অর্থ পারিবারিক সম্পর্ক স্থাপনের প্রতীক। গায়ে হলুদের অনুষ্ঠান শেষ মানে বিয়ের প্রাথমিক রাউন্ড শেষ। এবার প্রস্তুতি পরের রাউন্ডের জন্য এবং বর, কনে উভয়েই বিয়ের মূল অনুষ্ঠানের জন্য তৈরি হয়। যদিও ভোরের সেই দধিমঙ্গলের পর থেকে উভয়েই থাকে উপবাসে। এবং এই উপবাস পালন করা না করা নিয়ে বর্তমানে প্রচুর কথা হলেও, আসলে এও অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ। প্রথমত সারা পৃথিবীতেই বিবাহ অনুষ্ঠানে বর-কনের উপবাস থাকার নীতি প্রচলিত তা আগে মনে রাখা দরকার। বিষয়টিকে একটু দার্শনিকভাবে দেখা যেতে পারে। উপবাসকে 'ডেথ' বা 'মৃত্যু' হিসাবে এবং আহার গ্রহণকে 'রি বার্থ' বা 'নতুন জন্ম' হিসাবে ধরা হয়। যেহেতু বিয়ের মাধ্যমে নারী-পুরুষ উভয়েরই, একটা জীবনের শেষ এবং আরেক এক অধ্যায়ের সূচনা তাই অনুষ্ঠানের শুরু উপবাস দিয়ে এবং শেষ আহার গ্রহণ

বৌদ্ধ সমাজে বিয়ে

বাঙালি বৌদ্ধ সমাজে দুরকম বিয়ে প্রচলিত আছে। একরকম বিয়ের নাম 'চলন্ত' আর একরকম হচ্ছে 'নামন্ত'। 'নামন্ত' বিয়েতে বৌদ্ধদের বিবাহ হয় বরের বাড়িতে অর্থাৎ কনে বরের বাড়ি যায় বিয়ে করতে। আর 'চলন্ত' বিয়েতে হিন্দু সমাজের মতো বর যায় কনের বাড়ি। বাঙালি বৌদ্ধরা বিয়েতে গোত্র মানে না। তবে মাসি, পিসি বা মাসতুতো পিসতুতো বোনের সঙ্গে বিয়ে হয় না। বৌদ্ধ বিয়েতে কোনও পণ প্রথা নেই। তবে ব্রাহ্মদের মতো যে কোনও মাসে বিয়ে হয় না। কিন্তু পাত্র-পাত্রী নির্বাচনে হিন্দুদের মতো কোষ্ঠি ঠিকুজি বিচার হয়।

বিয়ের আগে বরপক্ষ কনের বাড়ি এসে কনেকে আশীর্বাদ করেন। একে বৌদ্ধ সমাজে 'অলঙ্কার চড়ানি' বলে। বরপক্ষ কনের বাড়ি যখন যায়, উলুধ্বনি দিয়ে তাঁদের স্বাগত জানানো হয়। আমন্ত্রণ গ্রহণের পর তাঁদের সম্মান দেখানো হয়, এবং তাঁরা কী জন্য এসেছেন, তা জিজ্ঞাসা করা হয়। বরপক্ষ জানায়, তাঁরা অমুকের পুত্রের সঙ্গে, অমুকের মেয়ের পাণিপ্রার্থী হয়ে এসেছেন। কন্যাপক্ষ তখন তিনবার সাধুবাদ দিয়ে তাঁদের সম্মতি জানায়। বরপক্ষ তখন বিয়ের উদ্দেশ্যে আনা, কাপড় অলঙ্কার, সাজসজ্জার উপকরণ এসব দেন। এরপর বরের কনিষ্ঠ ভ্রাতা কনের আঙুলে একটি আংটি পরিয়ে দেয়। এর দ্বারাই বিয়ে পাকা হয়। তখন বিয়ের শুভদিন ঠিক করা হয়। 'নামন্ত' বিয়ে অনুযায়ী সেসব বিধান পালন করা হয়, সেগুলো যথাক্রমে আমানি, গৃহদেবতার পুজো, সিধা দেওয়া (গণক, নাপিত, পুরোহিত, ধোপা এদের), বুদ্ধ মন্দিরে গমন, সান্ধ্যভোজ, সম্প্রদান, সাহমেলা অর্থাৎ বিয়ের পর বরকনের এক পাত্রে ভোজন, শিকলি বা আনন্দ অনুষ্ঠান, কাকস্নান, নবদম্পতিকে আশীর্বাদ, ভিক্ষুদের অন্নদান, কনেকে নিয়ে বরের সবান্ধবে শ্বশুরবাড়ি গমন। দুএকদিন শ্বশুরবাড়ি থাকার পর বর কনেকে নিয়ে নিজের বাড়ি ফিরে আসে। তখন ফুলশয্যার ব্যবস্থা করা হয়। এর কয়েকদিন পর বর কনেকে নিয়ে আবার শ্বশুরবাড়ি আসে। একে 'নবদিন' বা 'ন-দিন্না' বলা হয়। ফিরে এসে বরকে আর একবার শ্বশুরবাড়ি যেতে হয়, কেন না এভাবে তিনবার শ্বশুরবাড়ি না গেলে, পরে বর স্বেচ্ছায় কখনও শ্বশুরবাড়ি যায় না।

দিয়ে।

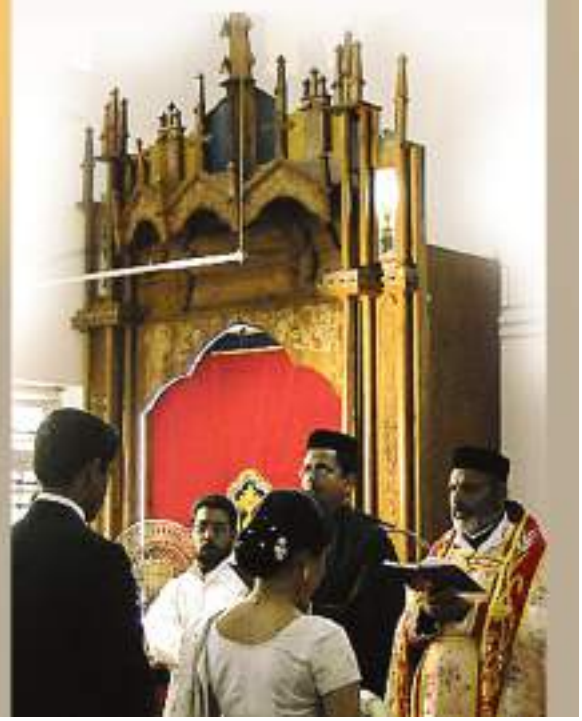
বর প্রস্তুত হয়ে কন্যার বাড়িতে আসে বিয়ের উদ্দেশ্যে এবং যাত্রা শুরুর সময়ে বরের মা আবার সেই শুভ দধি খাইয়ে তাকে যাত্রা করান। কন্যার বাড়ি পৌঁছনোর পরও আশ্চর্যজনকভাবে সেই দুধ খাইয়েই জামাইকে বরণ করে ঘরে তোলেন কন্যার মা। সপারিষদ জামাই পৌঁছে যায় বিয়ের মন্ডপে। বিবাহমন্ডপের বেশিটাই শাস্ত্রীয় আচার অনুষ্ঠান যা সম্পন্ন হয় পুরোহিতের সাহায্যে। পট্টবস্ত্র ও দানসামগ্রী আদান-প্রদানের পর সাত পাক, মালা বদল, শুভ দৃষ্টি, সম্প্রদান, যজ্ঞ, জোড়ে মিলে অগ্নিকে সাক্ষী রেখে সাতবার প্রদক্ষিণ, লাজাঞ্জলি ও সব শেষে সিঁদুর দানের মাধমে বিয়ের অনুষ্ঠান শেষ হয়। লক্ষণীয় যে উমার 'লাজবর্ষণ'-এর ধারাবাহিকতা কিন্তু আজও রয়ে গেছে। যে সব পরিবারে কুশন্ডিকা নেই, তাঁদের সম্প্রদানের পরই কনের সিঁথিতে সিঁদুর দান করা হয়। আর সেখানে কুশন্ডিকা আছে, যেখানে বিয়ের পরদিন কুশন্ডিকার পর সিঁদুর দান করা হয়। এই অনুষ্ঠানটি পরিচালনা করেন বরের বাড়ির পুরোহিত। এদিন অর্থাৎ বিয়ের পরদিন, বর বধূকে নিয়ে যায় নিজের বাড়ি। কনকাঞ্জলি দিয়ে বধূ পিতৃকুল পরিহার করে স্বামীর বাড়ি যায়। শ্বশুর বাড়ির বধূবরণের অনুষ্ঠান ও আচার ভীষণভাবে পরিবারের নিজস্ব ঐতিহ্য ও প্রথা মেনে হয়। নানাধরনের স্ত্রী আচারের মাধ্যমে বর-বধূকে যেমন পরস্পরের কাছে সহজ করার চেষ্টা করা হয়, তেমনই অপরিচিত পরিবারের সদস্যদের সঙ্গে মেলামেশার সুযোগ পায় নববধূ। এদিন কাল রাত্রি, তাই বর-কনে পরস্পরের মুখ দেখে না এ রাত্রিতে।

তৃতীয়দিন বউভাতের অনুষ্ঠান। দিনের প্রধান অনুষ্ঠান ভাত-কাপড় প্রদান ও বউ-এর ভাত পরিবেশন। স্বামী আনুষ্ঠানিকভাবে অন্ন ও বস্ত্র বধূর হাতে তুলে দিয়ে জানায়, আগামী দিনগুলোয় স্ত্রী-র ভাত-কাপড়ের দায়িত্ব তাঁর এবং বধূ এরপর নিজ হাতে রান্না করা খাবার পরিবারের বয়োজ্যেষ্ঠ ও আত্মীয়স্বজনদের পাতে পরিবেশন করে। এর উদ্দেশ্য বধূকে পাকাপাকিভাবে পরিবারভুক্ত করা।

সন্ধেবেলায় আমন্ত্রিত অতিথিরা উপহার সামগ্রী নিয়ে আসেন নিমন্ত্রণ রক্ষা করতে এবং প্রকৃত অর্থেই বধূকে সামাজিকভাবে পরিচিত করা হয়। রাতে ফুল শয্যা, সেখানে অবশেষে বর-বধূ পরস্পরের সঙ্গে নিভৃতে মিলিত হয়। এবং এই নিভৃত আলাপচারিতার আগেও থেকে যায় একটা অদ্ভুত মজার ব্যাপার, যা কতটা তাৎপর্যপূর্ণ ছিল অনুষ্ঠানের শুরুতে বোঝা না গেলেও এখন বেশ বোঝা যায়। এক গ্লাস উষ্ণ দুধ বাড়ির বয়োজ্যেষ্ঠরাই পৌঁছে দেন বর কনের নিভৃত সম্পর্কের শুরুতে। আসলে সব কিছুর উর্দ্ধে বিবাহ হল এক 'সৃষ্টি'-র উৎসব। সত্য, সুন্দর ও মঙ্গলের সমারোহ নতুন মানব সৃষ্টিতে দম্পতির হৃদয়ে জাগায় এক অপার্থিব আনন্দ। আর এই আনন্দটা পাওয়ার জন্যই বিশ্বজুড়ে চিরকাল মানুষের এত আকুলতা, এত আর্তি। তাই আধুনিকতার চরমে পৌঁছেও আমরা 'বিবাহ' নামক প্রতিষ্ঠানটিকে অস্বীকার করার সাহস আজও অর্জন করতে পারলাম না... হয়তো চাই না বলেই।

খ্রিস্টান সমাজে বিয়ে

বাঙালি খ্রিস্টান, বিশেষ করে যাঁরা রোমান ক্যাথলিক, তাঁদের অনুসৃত বিবাহ অনুষ্ঠান থেকে বেশ বোঝা যায় যে ধর্মান্তরিত হলেও তাঁদের রীতিনীতি, সংস্কার, এসব তাঁদের পূর্বপুরুষ হিন্দুদের মতই অনেকটা থেকে গেছে। বিবাহমন্ডপ বা ছাদনাতলায় বিয়েটা না হয়ে গির্জাঘরে সম্পাদিত হলেও কনে দেখা, পাকা দেখা, আইবুড়োভাত, গায়ে হলুদ, ক্ষৌরকর্ম, কনকাঞ্জলি, মালাবদল, প্রীতিভোজ সব সম্পাদিত হয়। খ্রিস্টান ধর্মানুসারে যেসব প্রথা পালিত হয়, সেগুলোর উল্লেখ করা যাক। খ্রিস্টান সমাজে কন্যাদায় নেই। বরকর্তাকেই মেয়ের বাবা বা অভিভাবকের দ্বারস্থ হতে হয়। কন্যাপক্ষের দাবী অনুযায়ী তত্ত্ব সামগ্রী স্থির করা হয়। তারপর গির্জার অধ্যক্ষ-পুরোহিতের কাছে বর-কনে নিজেদের ইচ্ছে প্রকাশ করলে, রেজিস্টারে তাদের নাম ও পরিচয় লেখা হয়। এরপর গির্জার অধ্যক্ষ-পুরোহিত পর পর তিন রবিবার উপাসনার সময় প্রস্তাবিত বিয়ে ঘোষণা করেন। কোনও যুক্তিগ্রাহ্য আপত্তি হলে বিবাহ প্রস্তাব নাকচ হয়ে যায়। না হলে বিয়ের প্রস্তুতি কাজ চলতে থাকে। বড়দিনের পর থেকে ফাল্গুন মাসের সংক্রান্তির আগের দিন পর্যন্ত বিয়ে হয়। দুজন সাক্ষীর সামনে বর কনেকে পরস্পরের ইচ্ছা প্রকাশ করতে হয় এবং পরস্পরের প্রতি আনুগত্য, ভরণপোষণ ও স্নেহ সেবাদানের অঙ্গীকার করতে হয়। এরপর পুরোহিত বিয়ের মন্ত্র পাঠ ও ঈশ্বরকে সাক্ষী করে বর-কনেকে আশীর্বাদ করেন। গির্জার খাতায় বিয়ে রেজিস্ট্রিকৃত হয়। নির্দিষ্ট দক্ষিণা দিয়ে গির্জার পুরোহিতের কাছ থেকে 'ম্যারেজ সার্টিফিকেট' সংগ্রহ করতে হয়।



গর্ভনিরোধক বা ও সি পি নিয়ে কিছু কথা

বিভিন্ন সেলিব্রিটি মহিলা, যাঁরা মা-ও, তাঁরাও ও সি পি বা গর্ভনিরোধক বড়ি নিয়ে কী ভাবছেন রইল তার এক ঝলক

বিদীপ্তা চক্রবর্তী

সব মহিলার জন্য চিরদিনই ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিলের প্রয়োজন ছিল এবং আজও আছে। যদিও আগে আমাদের ঠাকুমা-দিদিমাদের আমলে এ সম্পর্কে কোনও সচেতনতা ছিল না। সচেতনতা না থাকার জন্য তখনকার দিনে মহিলাদের অনেকগুলো করে সন্তান হত। যেহেতু বেশিরভাগ মহিলাই গৃহবধূ ছিলেন, তাই ঘরে বসে সাংসারিক কাজকর্ম আর সন্তান মানুষ করাতেই মন দিতেন। কিন্তু আজকের দিনে প্রায় সব মেয়েই বাইরে বেরুচ্ছে। নানারকম পেশার সঙ্গে তাঁরা যুক্ত। কাজেই তাঁদের পক্ষে শুধুমাত্র একের পর এক সন্তান মানুষ করার মতো সময় নেই। তাছাড়া বছর বছর সন্তান হলে মহিলার শরীরও ভেঙে যায়। এই সবের হাত থেকে এখন সহজেই নিস্তার পাওয়া যায় জন্মনিরোধক বড়ির দৌলতে। মেয়েরা এখন নিজেরাই সিদ্ধান্ত নিতে পারে কখন তারা সন্তান নেবে। এই পরিস্থিতি তৈরি করার জন্য জন্মনিরোধক বড়ির অবদান অনস্বীকার্য। তাই আমার মনে হয়, ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিল ব্যবহারের প্রয়োজনীয়তা বরাবরই ছিল। এখন সচেতনতা বৃদ্ধি পাওয়ায় এবং চাহিদামতো পিল হাতে পাওয়ার ফলে সেটা ব্যবহার করা যাচ্ছে। এতে মহিলাদের স্বাস্থ্য সুরক্ষিত হচ্ছে, এবং যেহেতু সন্তানধারণ পুরোপুরি ইচ্ছা অনুযায়ী হচ্ছে, তাই সন্তান কোনওভাবেই অবাঞ্ছিত হচ্ছে না। সন্তানের প্রতি বাবা-মা অনেক বেশী নজর দিতে পারছেন।

শ্রীলেখা মিত্র

আমাদের দেশে যে হারে জনসংখ্যা বাড়ছে তা আটকানোর জন্য ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিলের কোনও বিকল্প নেই। অতিরিক্ত জনসংখ্যা যে কোনও সমাজ কিংবা দেশের উন্নতির পথে বিরাট অন্তরায়। এই অবস্থা থেকে মুক্তি পেতে হলে জনসংখ্যা নিয়ন্ত্রণ করতে হবে। সরকারের সঙ্গে সহযোগিতা করে ২টোর বেশি সন্তান না নেওয়ারই চেষ্টা করতে হবে। এই কারণেই দুই সন্তানের জন্মের ব্যবধান বাড়াতে এবং দুই-এর বেশি সন্তান না নেওয়ার জন্য ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিল খুবই কার্যকর ব্যবস্থা।

চৈতি ঘোষাল

আমাদের দেশে যে হারে জনসংখ্যা বাড়ছে তা আটকানোর জন্য ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিল বা জন্মনিরোধক বড়ির ব্যবহার খুবই জরুরি। জনসংখ্যা নিয়ন্ত্রণের জন্য চাই সঠিক পরিকল্পনা। এই পরিকল্পনা তখনই বাস্তবায়িত হয় যখন শিক্ষার উন্নতি হয়।

একটার পর একটা সন্তান হলে মানুষের যেমন শারীরিক ক্ষতি হয়, তেমন অতিরিক্ত জনসংখ্যা দেশের অগ্রগতি থমকে দেয়। তৈরি হয় আর্থিক সঙ্কটও। আজকে একজন মানুষ যা আয় করছে তাতে হয়তো দুটো সন্তানকে ঠিক মতো খাইয়ে পরিয়ে বড় করতে পারে। তারই যদি ৫/৬ টি বাচ্চা হয়, তাহলে সেই সন্তানদের ভাল করে খেতে দিতে বা পড়াশোনা শেখাতে পারবে না। এর প্রভাব পড়তে বাধ্য সমাজ, শিক্ষা, অর্থনীতি সর্বত্র। আজকের দিনে ঘটা করে নারীদিবস পালন করা হয়। অথচ প্রায় কোনও নারীরই কোনও নিয়ন্ত্রণ থাকে না তার সন্তান হবে সে ব্যাপারে। এই অবস্থা থেকে মুক্তি দিতে পারে ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিলের ব্যবহার। এতে শুধু মহিলা নিজে বাঁচেন না, তিনি বাঁচাতে সাহায্য করেন তাঁর সংসার, সমাজ এবং রাষ্ট্রকে। কর্মরতাদের ক্ষেত্রেও এর ব্যবহার জরুরি। কারণ বার বার সে মেটারনিটি লিভ পাবে না। আর শুধু মেটারনিটি লিভই তো যথেষ্ট নয়। বাচ্চার ছোটখাটো সমস্যা লেগেই থাকে। তার জন্যও তাকে ছুটি নিতে হয়। একাধিক সন্তান হলে কতবার ছুটি নিতে পারবে?

নীপবীথি ঘোষ

আমাদের লাইফস্টাইল, পেশা সব ঠিকঠাক রাখার জন্য অবাঞ্ছিত গর্ভধারণ রোধ করা খুবই জরুরি। আর এ বিষয়ে সাহায্য করতে পারে ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিল বা জন্মনিরোধক বড়ি। জনসংখ্যা বিস্ফোরণ আটকানোর জন্যও এই বড়ির ব্যবহার খুবই দরকার। জনসংখ্যা নিয়ন্ত্রণের ক্ষেত্রে আমাদের প্রতিবেশী দেশ চিনের সাফল্য খুবই প্রশংসনীয়। যদিও সেদিক থেকে আমাদের দেশ একেবারেই ব্যর্থ। তবে এখন সরকার এবং বেশ কিছু স্বেচ্ছাসেবী সংগঠন বেশ ভাল কাজ করছে। রেডলাইট এরিয়া ছাড়াও বিভিন্ন জায়গায় বিনা খরচে এই ধরণের বড়ি দিচ্ছে। বিদেশে এখন টোকেন ফেলে ওসিপি কেনা যায়। যাঁরা দোকানে গিয়ে কিনতে লজ্জা পান, তাঁরা ওখান থেকে নিতে পারে। এছাড়াও এইচ আই ভি প্রতিরোধের জন্য গর্ভনিরোধক বড়ি ভাল কাজ দেয়। বিশেষ করে, যে সমস্ত মায়ের এইচ আই ভি পজিটিভ থাকে তাদের সন্তানদেরও এই সংক্রমণ এফেক্ট করে। গর্ভনিরোধক বড়ি ব্যবহার করলে সন্তানের জন্ম রোধ করা যায়। ফলে আটকানো যায় আর একজন অসুস্থ শিশুর পৃথিবীতে আসা।

মধুচন্দ্রিমায় কোথায়

বিয়ের পর একে অপরকে চেনা, একান্তে একে অপরের কাছে নিজেকে মেলে ধরা, হানিমুন বা মধুচন্দ্রিমার মূল উদ্দেশ্য। এই হানিমুন হওয়া চাই আদর্শ কোনও জায়গায়। **অভিষেক ঘোষ** খুঁজে পেতে পাহাড়, সমুদ্র, জঙ্গল, এই তিন ধরনের প্রেক্ষাপটে কিছু জায়গা বাছাই করেছেন হানিমুন স্পট হিসেবে। দেখে নিন কোনটা আপনাদের মনের মতো। সেই সঙ্গে মনে রাখবেন, হানিমুন ছাড়াও এসব কটা জায়গাই বেড়ানোর জন্য আদর্শ।

পাহাড়

অনেকেই আছেন যাঁরা পাহাড়ের রুক্ষতা, নীরবতা, গভীরতা, গভীর পছন্দ করেন। হানিমুন-এর জন্য এমন মানুষদের পাহাড়ি রহস্য, আবহাওয়া ও সৌন্দর্য আদর্শ। তাই কিছু পাহাড়ি হানিমুন স্পট-এর কথা রইল। বেছে নেওয়া আপনার সিদ্ধান্ত। অবশ্য হানিমুন ছাড়াও এসব জায়গায় যেতে বাধা নেই। পরিবার বা বন্ধুবান্ধবের সঙ্গেও যাওয়া যায়।

কোলাঘাম

খন্ডিত মেঘের চলাফেরার মাঝখানে রোদ্দুরের উঁকিঝুঁকি। সকালবেলা হোটেলের ব্যালকনি থেকে কাঞ্চনজঙ্ঘার দৃশ্য— মধুচন্দ্রিমার বাড়তি রোম্যান্টিকতা। পাহাড়ের ঘন সবুজের ঘনঘটা অন্যদিকে গভীর খাদ, আর তার মাঝেই প্রকৃতির ক্যানভাসে আঁকা ছোট্ট পাহাড়ি গ্রাম কোলাঘাম। এর উচ্চতা ৬০০০ফুট-এর বেশি।

কীভাবে যাবেন : হাওড়া বা শিয়ালদহ থেকে এন জে পি বা নিউ জলপাইগুড়ি ট্রেনে। সেখান থেকে যে কোনও গাড়িতে লাভা হয়ে কোলাঘাম।

কোথায় থাকবেন : হেল্প ট্যুরিজম-এর নেওড়াভ্যালি জঙ্গল ক্যাম্প। এদের এখানে হানিমুন কটেজও আছে। যার শোবার ঘর থেকেই দিগন্ত বিস্তৃত সবুজ উপত্যকা ও কাঞ্চনজঙ্ঘা দেখা যায়। যোগাযোগ : ২৪৫৫-০৯১৭

বিশেষ আকর্ষণ : প্রাকৃতিক সৌন্দর্য ও সূর্যোদয়। এলাচের খেত। এখানে বাস করে নেপালি উপজাতি। ওঁদের আন্তরিকতা, আতিথেয়তা যে কোনও পর্যটককে মুগ্ধ করবেই।

খরচ : দুজনের থাকা খাওয়া দিনপ্রতি ৫০০০টাকা। সার্ভিস ট্যাক্স ১০% লাগবে। এর থেকে কমেও কটেজ বা ঘর পাওয়া যায়।

পাঁচমারি

কথিত আছে সাতপুরা পাহাড়ের পাঁচমারি মধ্যপ্রদেশের সবেধন নীলমণি হিল স্টেশন। সবুজে ঘেরা প্রকৃতির ঢেলে দেওয়া সৌন্দর্যে সজ্জিত এই পাঁচমারি শৈলশহরকে হানিমুনের আদর্শ জায়গা হিসেবে বেছে নিতে পারেন পাহাড়প্রেমী প্রকৃতি প্রেমী দম্পতিরা। সাতপুরা পাহাড়ের গা ছুঁয়ে ঘন সবুজের হাজিরা ও মনোরম আবহাওয়া এখানকার মূলধন। বছরভর পর্যটকদের আনাগোনা এর টানেই।

কীভাবে যাবেন : হাওড়া থেকে ট্রেনে পিপারিয়া। সেখান থেকে সড়ক পথে বাস বা গাড়িতে (৪৭কিলোমিটার) পাঁচমারি। এছাড়া জব্বলপুর ও ভূপাল থেকেও যাওয়া যায়, তবে সেক্ষেত্রে সড়কপথে দূরত্বটা অনেক বেশি।

কোথায় থাকবেন : মধ্যপ্রদেশ পর্যটনের হোটেল অমলতাস, সাতপুরা রিট্রিট, পঞ্চবটী, উডল্যান্ড বাংলো, ইন্দ্রপ্রস্থ। বিস্তারিত খবরের জন্য দেখুন
www.madhyapradeshtourism@msn.com

কী দেখবেন : শেয়ার জিপে ঘুরতে পারেন অথবা নিজস্ব ভাড়ার গাড়ির বন্দোবস্ত করে নিতে পারেন। সেক্ষেত্রে অবশ্যই ভাড়াটা বেশ অনেকটাই বাড়তি গুনতে হবে। তবে একেবারে নিজস্ব ঢঙে কপোতকপোতির নিরিবিলি অবস্থানের ক্ষেত্রে টাকাটা তেমন সমস্যা হবে না আশা করা যায়। বর্ষার পর সবচেয়ে সুন্দর এই পাঁচমারি। পাহাড়ের ঝরনা যেমন নবদম্পতিকে আনন্দ দেবে, তেমনই পাহাড়ের গুহাগুলো ইতিহাসকে সটান হাজির করে দেবে। এখানকার উল্লেখযোগ্য গুহা পাণ্ডবগুহা। কথিত আছে পাণ্ডবরা অজ্ঞাতবাসের কিছুকাল সময় এখানে কাটিয়েছিল। এই পাহাড়ের আরেকটি দ্রষ্টব্য স্থান হল বড় মহাদেব মন্দির। গুহার মধ্যে মহাদেবের মাথায় অনবরত জল পড়ছে। পাঁচমারিকে আরও সুন্দর করে পরখ করতে আছে কয়েকটি ভিউ পয়েন্ট। এই ভিউপয়েন্ট থেকে পাহাড়ি অরণ্যের প্রাকৃতিক শোভা ভাল করে

দেখা যায়। পাঁচমারি হ্রদ শহরের মধ্যস্থলে। কাছেই বাইসন লজ মিউজিয়াম আছে।

বিশেষ আকর্ষণ : বি ফলস এখানকার অন্যতম প্রধান আকর্ষণ। কিছুটা পাহাড়ি পথ হেঁটে নামলেই কপোতকপোতিরা একসঙ্গে ঝরনার জলে স্নান করে মধুচন্দ্রিমার মজা নিতে পারেন। আর দিনের শেষে সূর্যাস্ত দেখার জন্য ধূপগড় যেতেই হবে। উল্লেখ্য এই ধূপগড় এখানকার সর্বোচ্চ স্থান।

নেপাল

নেপালে বেড়ানো বেশ খরচের হলেও পাহাড়ের কোলে হানিমুনের আনন্দ নিতে অনেকেই খরচের কসুর করেন না। এখানকার প্রকৃতির ঢেলে দেওয়া সৌন্দর্য চেখে দেখতে এখানে মধুচন্দ্রিমা করা যেতেই পারে।

কোথায় যাবেন : কাঠমান্ডু, নাগারকোট, চিতোয়ান, পোখরা।

কীভাবে যাবেন : বিমানে সরাসরি কাঠমান্ডু, অথবা হাওড়া বা শিয়াদহ থেকে পাটনা, সেখান থেকে বীরগঞ্জ। ওই বীরগঞ্জ থেকে সড়কপথে কাঠমাণ্ডু।

কোথায় থাকবেন : কাঠমাণ্ডুকে ভিত করে বাকি জায়গাগুলি ঘুরে দেখা যেতে পারে।

(কাঠমাণ্ডু) Hotel Encounter Nepal এখানে থাকতে পারেন। যোগাযোগ 9771 4440476 এছাড়া আরও অনেক ছোট বড় হোটেল তো আছেই।

কী দেখবেন : কাঠমাণ্ডুটা একদিন ঘুরে নিয়ে পরদিন চলে যেতে পারেন গাড়ি করে নাগারকোট—এখানে একরাত্রি কাটালে পরদিন ভোরের সানরাইজটা দেখা যাবে। এই জায়গায় প্রাকৃতিক সৌন্দর্য তো আছেই কিন্তু সূর্যোদয় দেখতে ভিড় থাকে বেশি। এখানে যেতে গেলে আগে থেকে হোটেল বুক করে নেওয়া ভাল। এরপর চলে যাওয়া যেতে পারে চিতোয়ারের জঙ্গল। তারপর গাড়িতে পোখরা, পোখরা ভ্যালিতে একদিন থাকা বাঞ্ছনীয়। এখানে অনেক তিব্বতি হোটেল আছে। সেখানে থাকতে পারেন। পোখরার প্রাকৃতিক সৌন্দর্য দেখার মতো। যেন প্রকৃতি রং তুলি দিয়ে ছবি এঁকে দিয়েছে। এখানে আরও দেখার বৌদ্ধ মনাস্ট্রিগুলো।

বিশেষ খাবার : দুধজাত খাবার ও টিবেটিয়ান মোমো খুবই জনপ্রিয়।

বিশেষ আকর্ষণ নাগারকোটের সূর্যোদয়, সূর্যাস্ত। কাঠমাণ্ডুর ক্যাসিনো, চিড়িয়াখানা, মহারাজের বাড়ি, মহারাজা প্যালেস,

বিভিন্ন মন্দির যেমন পশুপতিনাথ মন্দির, আর শয়নশম্ভু পোখরার কাছে ১২০ফুট শিবের বিশাল মূর্তি, যেখানে শিব শুয়ে আছেন।

সমুদ্র

সমুদ্র যাঁদের টানে, তাঁরা মধুচন্দ্রিমার জন্য অবশ্যই ঢেউ, বালি, রোদ, আকাশ, ঝিনুক বেছে নিতে পারেন। তাই সেই সব সমুদ্রপ্রেমীদের জন্য রইল আরও কিছু সামুদ্রিক খবরাখবর।

তাজপুর

এই সমুদ্রসৈকত এখনও তেমন পর্যটকবহুল হয়ে ওঠেনি। ফলে এখানে মধুচন্দ্রিমা করতে গেলে নিরিবিলিতে দু'একদিন অনায়াসে কাটাতে পারেন। এখানে অসুবিধা কিছু নেই, যথেষ্ট আধুনিক থাকার ব্যবস্থা আছে, যাতে আরামের কোনও অভাব হবে না।

কী করে যাবেন : কলকাতা থেকে বাসে (দীঘাগামী) বালিসাইতে নামতে হবে। ওখান থেকে গাড়িতে তাজপুর। অথবা গাড়িতে আলমপুর ফিশারিজ মোড় থেকে কয়েক কিমি গেলেই তাজপুর। ট্রেনেও আসা যায়। সেক্ষেত্রে নিতে হবে তাম্রলিপ্ত এক্সপ্রেস।

কোথায় থাকবেন : তাজপুর নেচার ক্যাম্প। এখানে ডাবল বেড ৮৫০ টাকা। খাওয়া দাওয়া আলাদা। ফোন ৯৮৩১৭ ৬৯৭৯০

বিশেষ আকর্ষণ : রং বেরং-এর মাছ ধরার নৌকা। মাছ ধরার আনন্দ পেতে তাজপুর যেতেই হবে। প্যারা গ্লাইডিংও আছে এখানে। সাহসী হানিমুন দম্পতিরা এই খেলায় মেতে উঠতেই পারেন। নির্জন বেলাভূমি, ঝাউবনের সারিবদ্ধ উপস্থিতি, সমুদ্র স্নান, রোমান্টিকতায়, অন্যমাত্রা যোগ করে দেয়। তাই হানিমুনের জন্য বেশি সময় হাতে না থাকলে পূর্ব মেদিনীপুরের তাজপুরকে বেছে নিতেই পারেন।

গোয়া

ভারতের অন্যতম সুন্দর সমুদ্র সৈকত। সারা বছর এখানে পর্যটকদের আনাগোনা। হানিমুন স্পট হিসেবে গোয়া দেশের মধ্যে উপরের সারির দিকেই আছে। এখানকার সৌন্দর্য অভূতপূর্ব। স্থানীয় মানুষের আন্তরিকতা ও সহযোগিতাও মুগ্ধ করার মত। গোয়ার সমুদ্র সৈকত, চার্চ, খাবার, জীবনযাত্রা সব মিলেমিশে হানিমুন দম্পতির মনে রাখার মতো অভিজ্ঞতা হবেই।

কী দেখবেন : ভাগাতোর বিচ, স্মল ভাগাতোর, মর্জিম, ম্যান্ড্রেম, অ্যারাথবর, ক্যোরিম।

কী ভাবে যাবেন : হাওড়া থেকে মুম্বই ট্রেনে। মুম্বই থেকে কোঙ্কন রেলওয়েতে তিভিম স্টেশন। কোঙ্কন রেলওয়ের যাত্রা খুবই উপভোগ্য। এখান থেকে প্রিপেড ট্যাক্সি, শেয়ার ট্যাক্সি বা গাড়িতে মাপুসা হয়ে ভাগাতোর বিচ। সড়কপথে এটা ১৯কিমি।

কোথায় থাকবেন : এখানে হোটেল, গেস্ট হাউস বা স্থানীয় গোয়াবাসীদের বাড়িতে থাকতে পারেন। উল্লেখযোগ্য গেস্ট হাউস চামুন্ডা হলিডে হোম। ফোন নং ০৪৩২ ২২৭৪৩১৬।

বিশেষ আকর্ষণ : গোয়ার নাইটক্লাব খুবই জনপ্রিয়। এখানকার বিখ্যাত নাইট ক্লাব হিলটপ এই ভাগাতোরেই। এখানে সারা বছরই ভিড় থাকে পর্যটকদের। আর বর্ষ শেষের দিকে এখানে তিল ধারণের জায়গা থাকে না। তাই হানিমুনে এলেও অল্প সময়ের জন্য এই নাইট ক্লাব আপনাদের ঠিক ডেকে নেবে। এখানকার মজায় তখন ডুব না দিয়ে কি মুখ ফিরিয়ে রাখতে পারবেন? এছাড়া গোয়ার চার্চ, সমুদ্র সৈকত, বালিয়াড়ির পাশে ছোট ছোট খাবার জায়গা, এই সবই হানিমুনকে আরও উপভোগ্য করে তুলবে।

উল্লেখযোগ্য খাবার : কাঁকড়া, চিংড়ি ও সামুদ্রিক মাছ ছাড়াও, খাবেন এখানকার স্থানীয় খাবার। ভিন্দালু ও সাদা রুটি।

আন্দামান

হানিমুনের জন্য আন্দামানকেও আজকাল অনেকেই বেছে নিচ্ছেন। একটু খরচ সাপেক্ষ হলেও হানিমুনের প্রকৃত আনন্দ লুটে পুটে নিতে এই দ্বীপ অসাধারণ। ট্র্যাভেল এজেন্সিগুলোর কাছে হানিমুনের জন্য আন্দামানের খোঁজ খবর বেশ বেড়েছে।

কী করে যাবেন : কলকাতা থেকে বিমানে বা জাহাজে আন্দামান যাওয়া যায়। বিমানে পোর্টব্লেয়ার। ইন্ডিয়ান এয়ারলাইন্স, জেট এয়ারওয়েস ও কিং ফিশারের ফ্লাইট আছে। জাহাজ এম ভি নিকোবর, এম ভি আকবর ইত্যাদি আছে। জাহাজে তিন রাত্রি চারদিন লাগে কলকাতা থেকে যাওয়ার জন্য। ফেরার সময় একদিন কম লাগে জোয়ার অনুকূলে থাকার জন্য। জাহাজে আন্দামান যাওয়াটাও হানিমুনের অন্যতম আকর্ষণ হতে পারে।

সুন্দরবন

কী দেখবেন : সমুদ্র শান্ত। ঢেউ নেই। সমুদ্র ও পাহাড়ের মেলবন্ধনে এই আন্দামান দ্বীপ অসাধারণ সৌন্দর্যের অধিকারি। কার্ডিনস কোভ বিচ-এর লাগোয়া হোটেলও আছে। এখানে বিদেশিরা বেশি আসে। তাছাড়া চিড়িয়া টাপু বিচ, মেরিনা পার্ক (সারারাত আলো জ্বলে গমগম করে)। পোর্টব্লেয়ার থেকে লঞ্চে সেভেন পয়েন্টস, রস আইল্যান্ড, ওয়াইপার দ্বীপ, দেখার মতো। বাকি কিছু পয়েন্ট-এ নামতে দেওয়া হয় না। নাইস দ্বীপের বিচও সুন্দর। এখানকার জলের রঙ তুঁতে।

কোথায় থাকবেন : আন্দামানের রাজধানী পোর্টব্লেয়ার এর মেগাপোস্ট নেস্ট, আন্দামান টিল হাউজ, বে আইল্যান্ড, সিনক্লেয়ার্স ইত্যাদি হোটেলগুলো উল্লেখযোগ্য। আন্দামান ট্যুরিজমের ওয়েবসাইট দেখেও খুঁজে নেওয়া যেতে পারে হোটেল। এছাড়া ট্র্যাভেল এজেন্সিগুলোকে কী চাই জানালে, বাজেট জানালে, থাকার ব্যবস্থা করে দেয় ওরা।

বিশেষ আকর্ষণ : এখানকার চিড়িয়াটাপু বিচ থেকে সূর্যাস্ত অভূতপূর্ব। পর্যটকরা এই দৃশ্যের সাক্ষী থাকতে বিকেলে ওখানে ভিড় জমান। পোর্টব্লেয়ার থেকে সড়ক পথে ওখানে যাওয়া যায়। তবে এই বিচের জলে টান আছে। তাই জলে নামার চেষ্টা না করাই ভাল।

এখানকার সমুদ্র ঘনঘন রঙ পাল্টায়। কখনও গাঢ় নীল, তো কখনও হালকা নীল, কখনও বা তুঁতে। হ্যাভলক আইল্যাণ্ড সমুদ্রসৈকত পৃথিবী খ্যাত। নীল জল ও সাদা বালি, একেবারে পলিউশন বর্জিত জল ও বালি। এই মনোরম পরিবেশ উপভোগ করার জন্য হানিমুনে আগতরা এখানকার কটেজে থাকতে পারেন। থাকতে পারবেন এমনকী তাবুতেও। আরেকটি আকর্ষণীয় জায়গা মাউন্ট হ্যারিয়েট। পোর্ট ব্লেয়ারের সর্বোচ্চ জায়গা। আগে ট্রেকিং করে যেতে হত। এখন গাড়ি চলে যায়। এখান থেকে সমুদ্র ও আশপাশের দ্বীপগুলোর প্রাকৃতিক সৌন্দর্য চোখের পলকে পরখ করা যায়। আন্দামানে রয়েছে ইতিহাসও। সেলুলার জেল, যেখানে শতশত বিপ্লবী ব্রিটিশদের বিরুদ্ধে সংগ্রাম করায় কারাবাস করেছিলেন। সেই জেল এখনও আছে। সাতটি আলাদা বিল্ডিং তারার মতো সাতদিকে বিস্তারিত। এখানকার লাইট অ্যান্ড সাউন্ড অনুষ্ঠান যেমন উপভোগ্য, তেমনই দিনে জেলের ভেতর ঘুরে বেড়ানো, গা ছমছমে এক অনুভূতি। যাঁরা সাঁতার কাটতে চান তাঁরা পেশাদারি তত্ত্বাবধানে আন্ডার ওয়াটার সুইমিং করে সামুদ্রিক জগতের আস্বাদ নিতে পারেন।

জঙ্গল

গহন অরণ্য, তার মধ্যে এক সোঁদা গন্ধ, বন্য প্রাণীর ডাক, দুএকটি হরিণ, কখনও বা হাতি, কখনও বাঘ বা কুমির, এ সবের মধ্যেও রোমাঞ্চকর হানিমুন সম্ভব। যাঁরা রোম্যান্টিকতার সঙ্গে রোমাঞ্চও জুড়ে দিতে চান, তাঁদের জন্য কয়েকটি জঙ্গলের খবর।

সুন্দরবন

জলে কুমির ডাঙায় বাঘ রঙবেরঙ এর পরিযায়ী পাখি, চিতল হরিণ, শিরা উপশিরার মতো সহস্র খাঁড়ি, ম্যানগ্রোভ, সুন্দরী, গরাণ, গেঁওয়া, হেতালের ঠাসবুনট, মাঝে মধ্যে গজিয়ে ওঠা ছোট ছোট দ্বীপ— এই প্রাকৃতিক সৌন্দর্য ও ভৌগলিক অবস্থান সুন্দরবনকে ওয়ার্ল্ড হেরিটেজ সাইটের তকমা এনে দিয়েছে। কলকাতার কাছাকাছি এই অরণ্যের কোলে বসে একান্তে প্রকৃতিকে সাক্ষী রেখে কপোত কপোতির কাছে আসা—খুব খারাপ হবে না।

কীভাবে যাবেন : দক্ষিণ ২৪ পরগণার ক্যানিং থেকে গদখালি (গোসাবা) অবধি গাড়িতে যাওয়া যাবে। এখান থেকে মেকানাইজড বোটে সজনেখালি। এখানে এসে বন দফতরের বিট অফিস থেকে অনুমতি করিয়ে নিতে হবে। সামান্য খরচ পড়বে। এছাড়া কলকাতা থেকেই ট্র্যাভেল এজেন্সি মারফৎ প্যাকেজ ট্রিপ করতে পারেন।

কোথায় থাকবেন : পশ্চিমবঙ্গ পর্যটন বিভাগের সজনেখালি ট্যুরিস্ট লজে থাকতে পারেন। ১৪০০ টাকা ডাবল বেড। ব্রেকফাস্ট, ডিনার-এর মধ্যেই পড়ে। তবে দুপুরের খাবারের জন্য আলাদা খরচ দিতে হয়।

সবচেয়ে ভাল সময় : অক্টোবর থেকে মার্চ।

কী দেখবেন : সজনেখালিতে আছে দুটো ওয়াচ টাওয়ার। বনবিবির মন্দির। দেখতে পাবেন চিতল হরিণ— ভাগ্য সুপ্রসন্ন হলে বাঘের দেখা মিলতে পারে। এখানকার পাখিরালয় এবং মিউজিয়াম দেখতে ভুলবেন না। এখান থেকে পরদিন বোটে সুধন্যখালি, দোলাঙ্কি দ্বীপ, নেতিধোপানি বেড়িয়ে আসা যায়।

খাঁড়ির মধ্য দিয়ে বোটে যাওয়ার সময় বেশ রোমাঞ্চকর লাগবে। এগুলি ঘুরতে একদিন লেগে যাবে। খাঁড়ির মধ্যে দিয়ে যেতে গিয়ে কুমীর ও বাঘ দুই-এর দেখা মিললেও মিলতে পারে। এটা ভাগ্যের ব্যাপার।

পরদিন গন্তব্য হিসেবে বেছে নিতে পারেন বুড়ির ডাবরি দ্বীপ। এই দ্বীপটি বাংলাদেশের একেবারে কাছে। সারাদিন লেগে যাবে। বোটে আসতে যেতে আরও কয়েকটি ছোটখাটো দ্বীপ দেখতে পাবেন।

কাবিনি

দক্ষিণ কর্ণাটকের কাবিনির জঙ্গলে হাতি দেখতে দেখতে নব দাম্পত্যের একাকিত্ব পেতে পারে অন্যমাত্রা। কাবেরী নদীর উপনদী কাবিনি এই বনাঞ্চলের মধ্যে দিয়ে নদীটি গিয়েছে বলে এই অভয়ারণ্যের নাম কাবিনি। এই নদী নীহারহোল ও বন্দিপুর অরণ্যকে আলাদা করেছে।

কী করে যাবেন : হাওড়া থেকে যশোবন্তপুর। যশোবন্তপুর থেকে ট্রেন, বাস, বা গাড়িতে মহীশূর প্রায় ৮০ কিলোমিটার। গেলেই গন্তব্যের নাম কাবিনি।

কোথায় থাকবেন : কাবিনি রিভার লজ। 080-40554055 ইন্টারনেটের মাধ্যমেও হোটেল বুকিং করা যায়। কয়েকটি ওয়েব সাইট : www.hotelstripadvisor.in, www.cleartrip.co.in, www.makemytrip.com.

কী দেখবেন : নাগারহোল ৬৬০ বর্গকিমি ও বন্দিপুর ৮৭৫ বর্গকিমি। গ্রীষ্মকালে এই কাবিনি অভয়ারণ্যে বেশ বড়সড়ো জমায়েত হয় হাতিদের। এটি পৃথিবী বিখ্যাত। আছে প্রায় ২৫০এরও বেশি প্রজাতির পাখি। এছাড়াও দেখতে পাওয়া যেতে পারে বাঘ, চিতা, নীলগিরি থর, নীলগিরি লাঙ্গুর। প্রাকৃতিক সৌন্দর্য বাড়তি পাওনা হিসেবে এখানে পাবেন। ট্রেকিং ক্যাম্পিংও করা যায় এখানে। বার্ড ওয়াচিং, জঙ্গল সাফারি, বোট ক্রুজ সবই মেলে।

বিশেষ আকর্ষণ : এখানকার এলিফ্যান্ট রাইড বা বোট রাইড-এর মজা কোনও পর্যটকই সহজে হাতছাড়া করেন না।

পেরিয়ার

কেরলের বিখ্যাত অরণ্য পেরিয়ার। ৭৭৭ বর্গ কিলোমিটার এর বিস্তৃতি। পাহাড় হ্রদের সংস্পর্শযুক্ত এই অরণ্যে পর্যটকদের আনাগোনা বছরভরই। বর্ষার পরবর্তী সময়ে এই এলাকা আরও সুন্দর হয়। তখন এই পেরিয়ারে মধুচন্দ্রিমা করতে আসতেই পারেন নবদম্পতিরা। আবহাওয়াও বেশ মনোরম থাকে সে সময়। এই ট্রিপ একটু খরচ সাপেক্ষ হতে পারে।

কীভাবে যাবেন : মুন্নার থেকে ১১০ কিলোমিটার দূরে পেরিয়ার। বাসে বা গাড়িতে যাওয়া যায়। ৫-৬ ঘণ্টা সময় লাগে।

কোথায় থাকবেন : কেরল পর্যটন উন্নয়ন নিগমের পেরিয়ার হাউস, অরণ্য নিবাস বা লেক প্যালেস। স্থানীয় মানুষের বাড়িতেও থাকা যায়। আগাম বুকিং না থাকলেও চলবে।

ভাল সময় : সেপ্টেম্বর থেকে মার্চ।

জরুরি ওয়েব সাইট : www.hotelstripadvisor.in, www.travelmasti.com, www.periyar_hotels.com.

কী দেখবেন : এখানকার নদীতে বাঁধ দেওয়ার ফলে পেরিয়ার হ্রদের সৃষ্টি। এর আয়তন ২৫ কিলোমিটার। এই হ্রদে লঞ্চে চেপে অরণ্যের শোভা দেখতে দেখতে রোম্যান্টিকতার সরণি বেয়ে নবদম্পতি হারিয়ে যেতে পারেন। প্রাকৃতিক সৌন্দর্য মনকে দেবে আলাদা স্বাদ। এই ট্যুরটি ২ঘন্টার।

পেরিয়ার জঙ্গল হাতিদের খাসতালুক। কেরল পর্যটন উন্নয়ন নিগমের লঞ্চে চড়ে ছোট বড় হাতি দর্শন শুধু নয়, উপরি হিসেবে বাঘের দর্শনও হয়ে যেতে পারে। এছাড়া নিষ্পাপ হরিণ, রকমারি পাখিদের রকমারি কোলাহল হানিমুনের আনন্দ কিছুটা হলেও বাড়িয়ে দেবে।

সৌরভের তৃতীয় পোষ্য

মিতা নাগ ভট্টাচার্য

ইমলি সব সময় বলে যে সে একবার যা না বলবে তা কখনও হ্যাঁ হবে না। অন্যায় জেদ সে করেনা, তবে বাস্তবে পা দিয়ে চলতে চায়, চলেও। আজ স্কুলে বের হওয়ার প্রচণ্ড তাড়া। এর মধ্যে হাজার রকমের রান্না।

গত বছর সৌরভের হার্ট অ্যাটাক হয়ে গেল। সে এক সাংঘাতিক অবস্থা। ফিরিয়ে আনতেই হয়তো পারবে না সৌরভকে। এমনটাই ভয় ছিল নিরন্তর। ডাক্তারদের চেষ্টা, না ভাগ্যদেবীর সুদৃষ্টি (হয়তো বা), যদিও এ বিষয়ে নিশ্চিত নয় ইমলি। কারণ ভাগ্যদেবীকে চোখে দেখা যায় না। ফিরেছে সৌরভ। কিন্তু অনেক সাবধানে থাকতে হচ্ছে। খাওয়া-দাওয়া, ওষুধ পত্তর নিয়ে সারাটা দিন ইমলি রুটিনে চলছে যেন এক চুল এদিক ওদিক না হয়।

সৌরভের মুখরোচক খাবার খাওয়া বন্ধ, মিনিটে মিনিটে সিগারেট খাওয়ায় বিধিনিষেধ। সব মানতে গিয়ে সৌরভ যেন কেমন মনমরা হয়ে যাচ্ছিল। হঠাৎ তার দেখা দিয়েছে এক নেশা। কুকুর পোষার নেশা। টিলবিলকে নিয়ে এসেছিল একদিন। সে নিয়ে কী ভীষণ যে ব্যস্ত সৌরভ। কিন্তু জোগান যে দিতে হয় ইমলিকে। দুচক্ষে দেখতে পারে না কুকুরদের ইমলি। ছোট্টবেলায় একবার কামড় খেয়ে সে কী বিপত্তি। ইনজেকশনের সুঁচ, ফোঁড়। ভোলেনি, ভোলেনি ইমলি। কিন্তু কী করা?

ডাক্তার বারবার বলেছিলেন একদম যেন কোনওরকম টেনশন না হয় সৌরভের আর একবার কিছু হলে আর সৌরভকে বাঁচানো যাবে না।

সে বছর সৌরভের অফিসে মারাত্মক গন্ডগোল এর জন্য দায়ী। কিন্তু অফিসের পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে আনার ক্ষমতা নেই ইমলির। সে কেবলই চেষ্টা করে যাচ্ছে কতভাবে আগলানো যায় সৌরভকে। বাড়ির ছাদে বিশাল বাগান পরিচর্যা করত সৌরভ। সিঁড়ি ভাঙা যাবে না। ফলে সেখানে যে মনটা খুশ করবে তাতেও বাধা।

স্কুল থেকে ফিরে টিলবিলের কাণ্ড দেখে মাথায় হাত ইমলির। কী করেছে কী? ওর বিছানার চাদর কেচে দিয়েছিল। আর ইমলিদের দামী নতুন বেডকভার যে মাত্র দু'দিন ব্যবহার করেছে সেটাকে টেনে নামিয়ে নিয়ে নিজে আর বাচ্চাদের নিয়ে শুয়ে আছে। চিৎকার করে ওঠে 'অসভ্য বদমাশ কোথাকার, আহ্লাদের ঠেলায় যা নয় তাই আরম্ভ করেছিস।'

ওদিকে শাশুড়ি সজাগ— 'মানুষ তো নয়, পশু। অত কী বোঝে ওরা, ঠাণ্ডা লাগছিল, নিয়ে ফেলেছে। এই নিয়ে কিছু বলো না। খোকা শুনলে ওর মনে অশান্তি হবে।' একমাত্র ছেলের শরীরের দিকে তাকিয়ে এই মানুষটাও কুকুরের অত্যাচার মেনে নিতে বাধ্য হয়।

আর ইমলি, যে না বললে হ্যাঁ করানো যায় না, তারও তো প্রবল আপত্তি ছিল। কিন্তু পরে মানতে হয়েছে। বাধ্য হয়েছে ইমলি। শীত পড়েছে জাঁকিয়ে।

রবিবার একটু বেলা করেই ঘুম থেকে ওঠে ইমলি। চা খেয়ে ড্রয়িং রুমে সকালের পেপারে চোখ ফেলতে গিয়ে থমকে যায়। একী! সোফার উপর কী? টিলবিলদের আজ যথাসময়ে বড় বাথরুমে নেওয়া হয়নি। তারা সুদৃশ্য সোফাগুলোর উপর পরমানন্দে পেট খালি করেছে, দুর্গন্ধে টেকা দায়। সন্ধেয় ছেলের বন্ধুরা আসবে। আন্টির কাছে ক্যাপসিকামের চপ খেতে চেয়েছে। হে ভগবান! কী করবে এখন? রাগে মাথা-কান জ্বলতে থাকে। আজ খুব ভোরে সৌরভ বেরিয়ে গেছে। ওদের অফিসে পিকনিক। দেরি হয়ে গেল ইমলির ঘুম ভাঙতে। না বড্ড জ্বালাচ্ছে টিলবিল। কিছু একটা করতেই হবে। বাজার নিয়ে এসেছে রতন রিকশাওয়ালা। ডাকছে বাইরে থেকে। ইমলির উষ্মা সেও টের পায়।

'কী হল বউদি?' সামনে পেয়ে সব বিপত্তির কথা বলে রতনকে।

'এসব ঝামেলা কেউ রাখে নাকি? ফ্যালায় দিয়ে আসেন তো বাচ্চা গুলানরে।'

'কোথায় ফেলব? তোমার দাদা যে রাগ করবে।'

'দাদারে কিছু একটা কইবেন বুঝায়ে।'

হঠাৎ করে কী যেন খেয়াল হল ইমলির।

'আমার ঝিলপাড়ের জায়গাটা চেনা আছে। ওখানে চলেন ফ্যালায় আসি।'

রতনের কথায় মনের দিক থেকে সায় পায় ইমলি। সৌরভ বাড়ি নেই। রিকশাওয়ালাও রয়েছে এই সুযোগ হাতছাড়া করে লাভ নেই। অনেক হয়েছে। এদের বিদেয় করতেই হবে। পরে যা হয় হবে।

নির্বিঘ্নেই ফেলে আসা গেল। টিলবিল টের পায়নি। অদ্ভুত তৎপরতায় রতন ব্যাগের মধ্যে নিয়েছে ছানাগুলোকে। টিলবিলকে ছাদে রোদে বেঁধে রেখে এসেছে ইমলি।

দিন গিয়ে সন্ধে বেলায় ফিরল সৌরভ। চা খেয়েই টিলবিলের খোঁজ নিতে গিয়ে অবাক। টিলবিল মুখ গোমড়া করে বসে!

'ইমলি!' চিৎকার করে সৌরভ। বৃত্তান্ত সবিস্তারে ইমলির জিভের ডগায়।

'তোমার কী মাথা খারাপ হয়েছে! এই শীতে বাচ্চাগুলোকে! তোমরা কী মানুষ? চলো আমাকে নিয়ে ওই ঝিলপাড়ের মাঠে ফেলে এসো।'

সারারাত খেল না সৌরভ। কথাহীন। ওষুধও মুখে নিল না। এ কী বিপত্তি। যে কাজ একবার করে ইমলি, সে কাজ থেকে পিছু হটেনি কোনও দিন।

খুব ভোরে শাশুড়ির কাঁদ কাঁদ কণ্ঠস্বর—'বৌমা ওদের ফিরিয়ে নিয়ে এস। দেখছ তো ছেলে আমার খাওয়া দাওয়া বন্ধ করে বসে আছে।'

ডাক্তারের সতর্কবাণী কানে আসে, কোনও বিষয়ে যেন ওঁর মনের উপর চাপ না পড়ে। ছোটে ইমলি। ঝিলপাড়ে। কিন্তু ওদের পাবে তো? কী যেন মনে হয় টিলবিলকেও সঙ্গে নেয়। রতন রিকশা থামাতেই লাফ দিয়ে নেমে 'ঘেউ...উ' করে দৌড়ে এগোয় টিলবিল। দমবন্ধ দাঁড়িয়ে আছে ইমলি। দুটো বাচ্চা ছুটে আসছে। হায় আর একটা... পাওয়া যাবে তো?

—'চলেন আগায়ে দেখি'। 'টিলবিল' ডাকছে তার শব্দ মায়ায়। ওই দূরে খয়েরি সাদা কী একটা হেঁটে আসছে যেন। স্পষ্ট থেকে স্পষ্টতর। ডাক দেয় ইমলি 'টি...ল বি...ল...ল'। দেখা যায় সৌরভের তৃতীয় পোষ্যটি ক্রমেই যেন স্পষ্টতর হচ্ছে।

উত্তর কলকাতায় প্রথম
কিডনির অসুখে উন্নত প্রযুক্তিগত
লেজার সার্জারি

LASER SURGERY
HOLMIUM

@Eskag SANJEEVANI Bagbazar

	TURP	LASER
1 Invasiveness	Minimum	Minimum
2 Post operative Pain	Minimum Pain	Painless
3 Energy used	Electric	Laser beam
4 Hospital Stay	More	Less
5 Resume normal Activities	Late	Early
6 Blood Loss	Yes	Negligible
7 Sexual side effect	Present	Nil
8 Anticoagulant taking Pt	Need to stop	No need to stop
9 Normal saline resection	Not possible	Possible

২৪x৭ দিন একই ছাদের তলায় পাবেন সবরকম আধুনিক চিকিৎসা ও অসুখ অনুসন্ধান পদ্ধতি

সিটি স্ক্যান

মাল্টি স্লাইস

+ এমারজেন্সি
+ ক্রিটিকাল কেয়ার ইউনিট
+ ডায়ালিসিস
+ কম্পিউটার চালিত প্যাথলজিকাল অনুসন্ধান পদ্ধতি
+ আধুনিক অসুখ নির্ণয় প্রযুক্তি

- খরচ আয়ত্ত্বের মধ্যে
- হাসপাতালের রোগী বা অনুন্নত শ্রেণীর রোগীদের জন্য পি পি পি রেট চালু
- গত কয়েক বছর সরকারি ও সরকারি আন্ডারটেকিং সংস্থার সঙ্গে যৌথভাবে চিকিৎসাক্ষেত্রে জড়িত

Renew life afresh

Eskag SANJEEVANI MULTISPECIALITY HOSPITAL

ESKAG SANJEEVANI PVT. LTD.

For any kind of Information/Assistance
Please Feel Free To Contact Ph: 4025 1800,2554 1818(20 Lines)
Website: www.eskagsanjeevani.com /E-mail: info@eskagsanjeevani.com

রাজস্থান

পোশাকি বাহার

বউ-এর সাজে রকমফের

বিভিন্ন প্রদেশের বউ-এর সাজ ভিন্নরকম। গয়নায়ও রয়েছে বৈচিত্র্য। বিশ্বায়নের যুগে ভিন্ন রাজ্যের সাজ ও গয়না থেকে অনেক নতুন বউই বেছে নিচ্ছেন তাঁদের পছন্দ মতো গয়না ও সাজ। বাংলার বউ, তামিল, কেরল, পঞ্জাব বা মারোয়ারি বউ-এর সাজ দেখে যাতে বেছে নিতে পারে তাদের পছন্দমতো গয়না, সেই চেষ্টাই করেছেন রিয়া দাশগুপ্ত

ছবি : আশিস সাহা
প্রসাধন : বাপী অধিকারি
কেশ সজ্জা : মুন্নি ঘোষ

মডেল : জসবীর কউর
বিহু রায়
পৃথিকা পাল
সম্রুদ্ধি ঘোষ

তামিলনাড়ু
পাঞ্জাব
কেরল

❁ তুমি মা

সদ্যোজাত শিশুকে নিয়ে মা বাবার আশা যেমন অনেক তেমন চিন্তাও অঢেল। শিশুর বাড় বৃদ্ধি, মানসিক ও শারীরিক বিকাশ সঠিক হচ্ছে কি না এর মূল্যায়ণ কীভাবে করতে পারেন তার কিছু টিপস দিয়েছেন শিশুরোগ বিশেষজ্ঞ ডাঃ রাজা লাহিড়ী

আপনার শিশু স্বাভাবিক তো

জন্মের পর শিশুর সঠিক বৃদ্ধি হচ্ছে কি না তা জানার দুটো দিক রয়েছে। এই দিক দুটো হল গ্রোথ আর ডেভেলপমেন্ট অর্থাৎ শারীরিক বাড় ও মানসিক বৃদ্ধি। বয়সের সঙ্গে সঙ্গে পরিবর্তিত হতে থাকে এই দিক দুটো। একে বলে মাইলস্টোনস। মানসিক, শারীরিক এবং সামাজিক এই তিনটে দিকই বুঝিয়ে দেয়, কোন শিশু কীভাবে বড় হচ্ছে। তবে এটাও মনে রাখতে হবে, প্রত্যেকটা শিশুর নিজস্ব গ্রোথ প্যাটার্ন থাকে। দেখতে হয় শিশু সেইভাবে বাড়ছে কি না। বিশেষ তারিখ ধরে মাপতে হয় শিশুর বৃদ্ধি। দেখতে হয় হাইট, ওজন এবং সারকামফেরেন্স। প্রথম তিন মাসে এটা মাপতে হয় ১৫দিন অন্তর। তা সম্ভব না হলে অন্তত মাসে একবার করে মাপতে হবে। এটা মাপা তেমন কঠিন কিছু নয়। কারণ ভ্যাকসিনেশন-এর জন্য ডাক্তারবাবুর কাছে যখন যায়, তখনই এটা মাপা যায়। দ্বিতীয় বছর থেকে অত মাসে মাসে মাপার দরকার নেই।

মাইলস্টোনস

শিশু মাতৃগর্ভে যেভাবে থাকে জন্মের পরও সেভাবেই হাত পা মুড়ে শুয়ে থাকে। মাথার ওপর কোনও নিয়ন্ত্রণ থাকে না। ১ মাস বয়সে পা টান টান করতে পারে। লক্ষ করতে পারে কোনও নড়াচড়া করা বস্তু।

২-৩ মাস পর সে যা খুশি তা প্রকাশ করতে পারে। কানেও শুনতে পায়। ৪-৬ মাসে অপরিচিতদের কাছে গেলে কান্না জুড়ে দেয়। তেমনই পরিচিতদের দিকে তাকিয়ে হাসে। ৮-৯ মাসে ধরে দাঁড়াতে পারে। ৯-১০ মাসে এক হাত ধরলে হাঁটে। দেড় বছরে নিজেই হাঁটতে পারে। কারও সাহায্যের দরকার হয় না।

তেমনই ডেভেলপমেন্ট হয় শিশুর ফাইন মোটর অ্যাকশন-এ-ও ১০-১১ মাসে ছোট জিনিস যেমন, জেমস, পুঁতি ধরতে পারে। পেন্সিল ঠিক মতো ধরতে লেগে যায় ১৫-১৮ মাস। তিন বছরে লম্বা দাগ কাটতে পারে।

যদিও এই ডেভেলপমেন্ট হঠাৎ করে আসে না। যেমন ৬-৭ মাসে শিশু বসতে শেখে, তার মানে এই নয় হঠাৎ করে বসবে। তার আগে ঘাড় মাথা শক্ত হয়। আস্তে আস্তে শিশু ওল্টায়। এভাবে একদিন বসতে শেখে।

কথা বলার ক্ষেত্রেও প্রথমে মুখ থেকে 'আঃ', 'না' এরকম শব্দ বের করে। ৯-১০ মাসে 'মাম্মা', 'দাদা' বলতে পারে। দেড় বছর বয়সে তার নাম বলতে পারে। বলতে পারে ছোট ছোট বাক্যও। শিশুর সামাজিক ক্রিয়া প্রতিক্রিয়াও লক্ষ্য করা দরকার। নিজে হাতে ধরে কোনও কিছু খেতে পারে ১ বছর বয়সের পরেই। তবে কাঁটা চামচ ব্যবহার করতে আরও সময় লেগে যায়। জামা-প্যান্ট পরানো ও খোলানোয় বছর খানেক থেকেই শিশু নিজে সাহায্য করে। পরে নিজেই পরতে পারে। আড়াই তিন বছরের পর বিছানা ভেজানো সাধারণত বন্ধ হয়।

শিশুর চোখের দৃষ্টি স্বাভাবিক কিনা, মায়ের কাছ থেকেই সেই ধারণা পাওয়া যায়। মা শিশুর মুখের দিকে তাকালে সেও মায়ের দিকে তাকাচ্ছে কিনা, আলোর দিকে শিশু তাকায় কিনা ইত্যাদি প্রথম মা-ই লক্ষ করে। চার থেকে ছয় সপ্তাহেই এটা বোঝা যায়। সাধারণভাবে শিশুদের দৃষ্টি বড়দের তুলনায় অনেক কম হয়। চার থেকে ছয় বছরে শিশুর স্বাভাবিক দৃষ্টি আসে। তার মধ্যে আবার কাছের দৃষ্টি আগে, দূরের দৃষ্টি আসে আরও পরে। এছাড়া প্রিম্যাচিওর অর্থাৎ সময়ের আগেই ভূমিষ্ঠ হওয়া শিশুদের রুটিনলি চোখের দৃষ্টি এবং কানে শোনার মূল্যায়ন করতে হয়। যে সব শিশুর ছোট বেলায় খুব বেশি জন্ডিস হয়, তাদেরও শ্রবণশক্তির পূর্ণ মূল্যায়ন মাঝে মধ্যেই করিয়ে নেওয়া দরকার।

শিশু স্বাভাবিক তো

শিশু স্বাভাবিক কিনা, তা বোঝার জন্য জন্মের পর পরই একটা টেস্ট করা হয়। এই স্কোরিং সিস্টেম চালু করে ছিলেন ভার্জিনিয়া আপগার। তাঁর নাম অনুসারে এই টেস্টকে বলা হয় আপগার। এক আর পাঁচ মিনিটের এই পরীক্ষা জানিয়ে দেয় শিশুর

শারীরিক কন্ডিশন। এতে দেখা হয় ব্রিদিং এফর্ট, হার্ট রেট, মাসল টোন, রিফ্লেক্স এবং স্কিন কালার এই পাঁচটা বিষয়। প্রতিটি ক্যাটিগরিতে ০,১ এবং ২ এই নম্বর দেওয়া হয়। যে শিশুর স্কোর ১০, বোঝা যায় সে সম্পূর্ণ সুস্থ। আসলে এই পরীক্ষায় দেখা হয়, শিশু কেমনভাবে কাঁদছে, নাকে ক্যাথিটার দিলে কীভাবে হাঁচছে, তার হার্টরেট কীরকম, তার মাসল টোন ইত্যাদি।

যদি কোনও শিশুর স্কোর ১০ এর অনেক কম, ৭ এর মতো হয়, তাহলে শিশুর আলাদা ট্রিটমেন্ট দরকার। প্রতিটি স্বাস্থ্যকেন্দ্রেই এখন এই স্কোরিং সিস্টেম চালু আছে।

এ ক ন জ রে

বয়স যখন ১-৩ মাস
- উজ্জ্বল আলো দেখে তাকায়
- গলা থেকে বিশেষ ধরণের আওয়াজ বের করতে পারে
- একেবারে সামনের জিনিস লক্ষ করে
- পরিচিত গলার আওয়াজ লক্ষ করে
- মাথা বা ঘাড় শক্ত হয়
- খেলনা নেওয়ার জন্য এগোনোর চেষ্টা করে
- পা দিয়ে লাথি মারে।

বয়স যখন ৪-৬ মাস
- শিশু শব্দ করে হাসে
- ধরলে পরে সোজা হয়
- খেলনা ধরে
- পরিচিতরা ডাকলে সেদিকে তাকায় সাহায্য ছাড়াই বসতে পারে
- হাতের কাছে যা পায় ধরতে ও মুখ দিতে চেষ্টা করে

বয়স যখন ৭-৯ মাস
- আঙুল চোষে
- ঘষে ঘষে খেলনা আনতে যায়
- ছোট খাটো খেলা খেলতে পারে
- খেলনা নিয়ে অন্যকে দিতে পারে
- 'মামা', ' দাদা' বলতে পারে
- নিজে চামচ দিয়ে খেতে চেষ্টা করে
- কোনও কিছু ধরে হাঁটতে চেষ্টা করে
- 'না' করলে তার মানে বুঝতে পারে
- কাপে চুমুক দিয়ে খেতে পারে

বয়স যখন ১০-১২ মাস
- ঘরের আসবাবপত্র ধরে ধরে হাঁটে
- বুঝতে পারে কে মামা, দাদা কিংবা বাবা
- নাম ধরে ডাকলে সেদিকে তাকায়
- হাততালি দিতে পারে
- দু একটি নতুন শব্দ বলতে পারে
- মোজা খুলে ফেলতে পারে

তবে মনে রাখা দরকার, প্রতিটি শিশু ইউনিক। অর্থাৎ প্রত্যেকের মাইলস্টোন বিভিন্ন বয়সে আলাদা করে হয়। কেউ একটু আগে শেখে, কেউ পরে। এ নিয়ে অযথা টেনশন করা ঠিক নয়।

বয়স যখন ১-২ বছর
- এই সময় পঞ্চ ইন্দ্রিয় অনেক বেশি সজাগ হয়ে ওঠে। শিশুরা বুঝতে পারে কীসে সে আনন্দ পায়
- নিজেদের আবেগ বুঝতে ও ম্যানেজ করতে পারে। তবে কোনও কিছু চেয়ে বারবার না পেলে কেউ কেউ জেদি হয়ে ওঠে
- নিজের রাগ প্রকাশের জন্য মারামারি করে কামড়ও দেয় কিংবা চিৎকার করে কাঁদে
- এই সময় কথা একটু জড়ানো বা আধো আধো হলেও অনেক কিছু বলে। ছোটখাট বাক্যও বলে
- মানে না বুঝেই ছোট খাট কবিতা বলতে শেখে
- এ বয়সে বুঝতে পারে কোনও জিনিস লুকিয়ে রাখলেও, আসলে সেটা কোথাও না কোথাও আছে
- বড়দের ভীষণভাবে অনুকরণ করে

নানা রাজ্য নানা প্রথা

আমাদের দেশের হিন্দু বিয়ের মূল মন্ত্র, রীতি, রেওয়াজ এক হলেও, বিয়ের আনুষঙ্গিক আচার অনুষ্ঠানে ভিন্ন রাজ্যে ভিন্ন প্রথা রয়েছে। কেউ যদি সিঁদুর দান করে, তো অন্য কেউ দেয় তালি বা মঙ্গলসূত্র। **অনীষা দত্ত** ভারতের বিভিন্ন প্রদেশের বিয়ের কিছু আচার অনুষ্ঠান তালিকাভুক্ত করেছেন আপনাদের জ্ঞাতার্থে। বিয়ের পূর্ণ আনন্দ ভোগ করতে এগুলো কিন্তু সাহায্য করবে।

পাঞ্জাবি বিয়ে

বিয়ের আগে, রোকা-উৎসব। কনের বাড়িতে বর-কনে উভয় পক্ষের প্রাথমিক চুক্তি বন্ধন হয় এই দিনে। অনেকটা আমাদের পাকা দেখার মতো। সঙ্গে পুজো ও উপহার দেওয়া নেওয়াও চলে এই দিনে।

মাংনি বা সগাই : বরপক্ষ থেকে প্রথাগতভাবে কনের পাণি প্রার্থনা করা হয়। আংটি বদল উৎসব, উপহার আদান-প্রদান হবে।

সগন ও চুন্নি-চন্দন : ভাবি ননদ বা বোন, কনেকে লাল ওড়না উপহার দেয়। ভাবি শাশুড়ি-মা, কনেকে চালের পায়েস খাওয়ান। যজ্ঞ হয়, তিলক-উৎসবও চলে বর-কনের সম্মানে।

সঙ্গীত : নাচ-গানে হই-হুল্লোড়। ঢোলক তো বাজেই, আধুনিক পপ মিউজিকও বাদ যায় না। সঙ্গে কখনও ককটেল পার্টিও থাকে।

মেহেন্দি : ভাবি শাশুড়ি মা কনের হাতে মেহেন্দি পরিয়ে যান। সঙ্গে খানা-পিনা, নাচা-গানা।

ভাতনা : বিয়ের দুদিন আগে এটি হয়। বার্লি আর হলুদ গুঁড়োর মিশ্রণে সুগন্দি চূর্ণ তৈরি করে সরষের তেলে মিশিয়ে, বর ও কনে উভয়কেই নিজের নিজের বাড়িতে মাখানো হয়। দেহকে শুদ্ধ করে নেওয়া আরকি। গায়ে হলুদেরই রকমফের বলা যেতে পারে।

চূড়া উৎসব : এটি কনের মামারা করেন। কনেকে, লাল ও ঘি রঙের চুড়ি (আগেকার দিনে হাতির দাঁতের চুড়ি) পরান মামা। পুরোহিত যজ্ঞ করেন ও কনেকে লোহার বালাও পরিয়ে দেন। ফুলের পাঁপড়ি ছড়ানো হয় কনের ওপর। তারপর প্রসাদ বিতরণ।

বিয়ের দিনের অনুষ্ঠান

ঘোরা-ঘরজেলি : বিয়ের দিন সকালে বরের বাড়ির মহিলারা কাছাকাছি কুয়ো বা গুরুদ্বার বা গুরদোয়ারা থেকে মাটির পাত্রে জলে ভরে এনে, সেই জলে বরকে স্নান করান।

সেরাবন্দি : বর, বিয়ে বাড়ি যাওয়ার জন্য প্রস্তুত হন। পাগড়ি গুরুজনদের আশীর্বাদ নিয়ে বরকে পরানো হয়। নগদ উপহার দেওয়া হয় তখন।

ঘোড়ি, দোপাট্টা, বর্ণ : বরের ভাবিজি বরের চোখে সুরমা এঁকে দেন। সম্পর্কিত ভাইরা 'ঘোড়ি'কে সাজায়। শয়তানের চোখকে নষ্ট করতে বর্ণ-উৎসব। গরিবদের মধ্যে টাকা-পয়সা বিতরণ করা হয়।

মিললি : বরাত বিয়ে বাড়িতে পৌঁছলে, বর ও বরযাত্রীদের মালা পরিয়ে স্বাগত জানানো হয়। সাগুন বা উপহারের টুকরি দেওয়া হয় কন্যাপক্ষ থেকে।

বরমালা-জয়মালা : বর-কনের মালা বদল।
বিয়ের পর বিদাই : কনের মাথার ওপর দিয়ে খই ছড়াতে ছড়াতে বর-কনের বিদায় পর্ব। আত্মীয়রা পয়সাও ছড়ান।
বরের বাড়িতে অভ্যর্থনা : স্বাগতম উৎসব : পানি ভরনা দরজার মুখে রাখা সরষের তেলের ভাঁড়, কনে ডান পা দিয়ে ঠুকে ফেলে দেয়। পুজো হয়। গুরুজনদের পায়ে হাত দিয়ে প্রণাম করে বর-কনে। সন্ধ্যা বেলা বরকনে কে নিয়ে বিভিন্ন খেলা হয়।
ফেরা-ডালনা : বিয়ের পর দিন, আবার বর-কনেকে, কনের ভাই, কনের বাড়িতে নিয়ে আসে।

কে র লে র বি য়ে

এঁরা গোঁড়াপন্থী। কোষ্ঠি বিচার দিয়ে শুরু হয় বিয়ের কথাবার্তা। যদি মিলে যায়, তবেই পুরোহিতের পরামর্শে দিন-ক্ষণ স্থির হয়। বিয়ের আগের দিন গুরুজনদের আশীর্বাদ মাথায় নিয়ে, বর পরিবারের সকলের সঙ্গে নৈশ আহার করে। কনের বাড়িতেও একই নিয়ম। কনেকে পূব-মুখো বসতে হয়। পঞ্চ ব্যঞ্জনে (নিরামিষ) আহার গ্রহণ করাই রীতি।
বিয়ের দিন : বিয়ে বাড়িতে যাওয়ার আগে, বরকে অবশ্যই মন্দিরে যেতে হয় ও গুরুজনদের আশীর্বাদ নিতে হয়।
বিয়ের উৎসব : 'ধুতি' আর 'অঙ্গ বস্ত্র' গায়ে চাপিয়ে বর, কনের বাড়ি পৌঁছন। উত্তর-পশ্চিম কোণে বরকে বসানো হবে। কনের বাবা, বরের পা ধুইয়ে দিয়ে তবে স্বাগত জানাবেন। বর, ভাবি শ্বশুরকে ঘি-রঙা শাড়ি দেবেন সেটি পরে, কনে বিয়েতে বসবে।
বিয়ের পদ্ধতি : অগ্নি ঘিরে বিয়ে সম্পন্ন হয়। বর-কনে তিনবার পবিত্র অগ্নি প্রদক্ষিণ করেন। তারপর, কনের বাবা হলদে সুতোতে 'তালি' বেঁধে, কনের গলায় ঝুলিয়ে দেন। কনের বাবা, কনের হাত বরের হাতে সমর্পণ করেন। যেটি 'কন্যাদান' প্রথা। কনে বসে বরের পিছনে। বর পিছনে মাথা হেলিয়ে এমন ভাবে বসেন যেন তাঁর মাথা কনের কপাল ছোঁয়। আগুনে খই ফেলে হোম হয়। বর, কনের পা সামনে রাখা সিলের ওপর রাখে। তাৎপর্য হল, নতুন পরিবারে কনের প্রবেশ। তা আমাদের বাঙালি বিয়ের সপ্তপদীর সামিল।
বিয়ের পর : ভোজের আয়োজন। শুভ মুহূর্ত দেখে আবার 'বিদাই' পর্ব।
বরের বাড়িতে : গৃহপ্রবেশ অনুষ্ঠান, কনেকে স্বাগত জানানো হয়, প্রথমেই 'কুদিভে-গু' অর্থাৎ নতুন গৃহে দীপ জ্বেলে বর-কনের আরতি। গৃহ প্রবেশের মুখে, কনে আগে ডান পা এগোয়, তবে হাতে থাকে প্রদীপ। গণেশ পুজো হয় এরপর। কনে রান্নাঘরে গিয়ে দুধ জ্বাল দেয়। অর্থাৎ পরিবারে কনের অন্তর্ভুক্তি ঘটল।

তা মি ল বি য়ে

দু দিন ব্যাপী বিয়ের উৎসব। কাছে দূরে সব আত্মীয় নিমন্ত্রিত জন। এঁরা সরল জীবন যাত্রায় বিশ্বাসী। বিয়ের রীতি রেওয়াজও সরল। আষাঢ়, ভাদ্র ও পৌষ মাস বিয়ের পক্ষে অশুভ, মঙ্গলবার ও শনিবারও। বিয়ের সময় প্রধানত 'নাথ স্বরম' ও 'মেলম' বাদ্যযন্ত্র বাজানো হয়।
বিয়ের আগে : শুভদিন স্থির হওয়ার চুক্তিপত্র 'কলা, নারকোল ও পানপাতা' রাখা থালায় রাখা হয়। কনেকে সিল্কের শাড়ি বা অন্য কাপড় ও নগদ টাকা দেওয়া হয়।
পালিকালি ও থালিপ্পু বা কারাপ্পু : কনেপক্ষ সাতটি পাত্র কুমকুম আর চন্দন দিয়ে লেপে নেয়। তারপর তাতে ভরা হয় দই আর নব ধান্যের শস্য দানা (নয় রকম)। পাঁচজন বা সাতজন সধবা মহিলা (বরপক্ষ-কনেপক্ষ উভয় পক্ষ থেকেই) তাতে জল দেন। তাঁদের সকলকে উপহার দেওয়া হয়। পর দিন সেগুলো পুকুরের জলে ফেলে দেওয়া হয়। আশা করা হয়, মাছ শস্যদানাগুলো ভক্ষণ করলে, তারা নবদম্পতিকে আশীর্বাদ করবে। ধনধান্যে পূর্ণ হবে নবদম্পতির সংসার।
সুমঙ্গলী প্রার্থনাই : যে মহিলা সধবা মারা যান, তাঁদের সৌভাগ্যবতী জ্ঞান করা হয়। বলা হয় সুমঙ্গলী। সধবা মহিলাদের ডেকে খাইয়ে শাড়ি উপহার দেওয়া হয়। প্রার্থনা করা হয়, কন্যা 'সুমঙ্গলী' হোক।
কল্যাণপল্লু-কল্যাণপ্পিলাই : সুগন্ধি তেল মাখিয়ে বর ও কনের বাড়িতে আলাদা আলাদা স্নান প্রথা চালু আছে। এই স্নানের পর বিয়ের সময় পর্যন্ত বর বা কনে, বাড়ি থেকে বে

রাতে পারবেন না।

কনের বাড়িতে বরের যাত্রা : বিয়ের এক দিন আগে, বর ও বর যাত্রী আসেন। ফুল-পান-সুপারি-ফল-মিছরির থালা দিয়ে তাদের স্বাগত জানানো হয়। বরের গায়ে গোলাপ-জল ছিটানো হয়, কনের মা বরকে মিষ্টি খাওয়ান।

নন্দী দেবতা পূজা : পাঁচজন সধবা এটি করেন। তাঁরা বর-কনেকে উপহারও দেন। পোশাক বা অন্য কিছু।

নবগ্রহ পূজা : নয়টি গ্রহ যাদের মানা হয় মানুষের ভাগ্য নিয়ন্ত্রাতা হিসাবে, তাদের তৃপ্ত করতে এই পুজো।

ভূতম : পবিত্র উপবীত, বরের কবজিতে জড়ানো হয়। বর তখন ব্যক্তিগত বিবাহিত জীবনে আনুষঙ্গিক দায়িত্ব পালন করার শপথ নেন।

নন্দী প্রার্থনা : বরপক্ষ-কনেপক্ষ উভয় পক্ষের পূর্ব পুরুষদের আত্মাদের শ্রদ্ধা জানানো হয়। আট-দশ জন ব্রাহ্মণ ভোজন করানো হয়। দুই পরিবারই পূর্ব পুরুষের আশীর্বাদ প্রার্থনা করেন। ব্রাহ্মণদের পান-সুপারি-ফুল-নারকোল-মিষ্টি ও ধূতি এবং অঙ্গবস্ত্র উপহার দেওয়া হয়।

জন বাসনম : প্রথাগত বাগ্‌দান-উৎসব। বরকে বিয়ের জায়গায় আনা হয়, সঙ্গে চলে নাচ গান। বিশিষ্ট অতিথিরা উপস্থিত থাকেন।

নিশ্চিয়াধরতম্ : কনের বাবা-মা গণেশ পুজো করেন। কনে এসে বসেন। কনের কপালে চন্দন ও কুমকুমের তিলক এঁকে দেওয়া হয়। বরপক্ষ থেকে কনেকে নতুন শাড়ি দেওয়া হয়। শাড়ির আঁচলে ফল, পান-সুপারি, হলুদ, ফুল বেঁধে দেওয়া হয়।

বিয়ের দিন : মঙ্গলাস্নানম : শুভ মুহূর্তে পবিত্র স্নান। বিয়ের দিন সকালে এক সঙ্গে এই পবিত্র স্নান করানো হয়। মহিলারা আরতি করেন। তারপর, বর-কনে নিজের নিজের বাড়িতে গিয়ে স্নান করে প্রস্তুত হয়।

গৌরী পুজো : নতুন পোশাক পরে, কনে আলাদাভাবে গৌরীপুজো করেন।

কাশীযাত্রা : বর ভান করেন, তিনি ঈশ্বরের আরাধানায় কাশী যাত্রা করছেন। লাঠি ও কমন্ডুল নিয়ে চলেন, যেন সংসারে আর মন নেই। কনের বাবা এসে বাধা দেন এবং কনেকে তাঁর জীবন সঙ্গিনী করে নিতে ও গৃহস্থের দায়িত্ব গ্রহণের অনুরোধ জানান। বর নরম হলে, তাকে মন্ডপে নিয়ে যাওয়া হয়।

পদ-পূজা : কনের মা, বরের পা ধুইয়ে দেন। মেয়েকে ডাকা হয়। কনেকে নিয়ে আসেন, তার মামা।

বিবাহ : গলার মালা একটাই, বর ও কনে তিনবার পরস্পরকে পরান। তাৎপর্য, ঐকিক মিলন। তারপর, তাঁদের দোলনায় বসানো হয়। বর্ষিয়সীরা তাঁদের দুধ ও কলা খেতে দেন। তাঁরা চার দিকে চালের মন্ড ছোড়েন। উদ্দেশ্য শয়তানের আত্মা দূর করে দেওয়া। আবার মন্ডপে ফিরে আসা হয়। কন্যার পিতা, 'কন্যা দান' করেন প্রথামত। হলুদ বাঁধা সুতো বরের কোমরে ও কনের কব্জিতে বাঁধা হয়। তারপরই, কনে, বরের কাছ থেকে নতুন শাড়ি পায়। কনে যখন নতুন শাড়ি পরতে ঘরে যায়, তখন 'মঙ্গল-সূত্র'-এ বড়দের আশীর্বাদ নেওয়া হয়। তারপর 'মঙ্গলসূত্র' বর, কনের গলায় পরিয়ে দেন। বর কনে একসঙ্গে সপ্তপদী গমন করলে, বিয়ে সম্পূর্ণ হয়। তারপর, বর-কনে বাইরে গিয়ে ধ্রুবতারা ও অরুন্ধতী নক্ষত্র দর্শন করেন। এরপর কনে চালভাজা অগ্নিতে নিক্ষেপ করেন। বর, কনের ডান পায়ের আঙুলে আংটি পরিয়ে দেন। বর-কনেকে গুড়, দারচিনি মরিচ সহযোগে এক ধরনের পানীয় (নানহম্) খাওয়ানো হয়।

নাগোলি বস্ত্র : বরকে নতুন পোশাক-আশাক সহ স্যুটকেস ও হীরের আংটি উপহার দেওয়া হয়।

সম্বন্ধী বীরান্ধ : দুই পরিবারের মধ্যে টাকার বিনিময় হয়।

বিদাই : কনেপক্ষ বিয়ের পরদিন বরযাত্রীদের বিপুল ভোজে আপ্যায়িত করে। এমনকী খাবার দাবার কনের সঙ্গে দিয়ে দেওয়াও হয়। এক আত্মীয়কেও কনের সঙ্গে পাঠানো হয়। সে আবার বরের বাড়ি থেকে উপহার নিয়ে যেতে আসে। বিয়ের রাতেই, কনের মা, বর-কনেকে কৃষ্ণমূর্তি উপহার দেন।

গৃহপ্রবেশ : আরতির থালা নিয়ে অভ্যর্থনা করা হয় বর-কনেকে। ঢোকার মুখে চালের ভান্ড পা দিয়ে টলিয়ে দেয় কনে।

বালেয়াদল : ননদ, ভাবিকে উপহার দেন ও বর কনেকে আচার পালনের কিছু খেলা খেলানো হয়।

অভ্যর্থনা : কন্যাপক্ষকে তার পরিবার-পরিজন সহ বরপক্ষ আপ্যায়ন করেন।

সধবা পূজা : বিয়ের পরদিন, নতুন বউ নিমন্ত্রিত সধবাদের পায়েস রেঁধে খাওয়ান।

সুমঙ্গলী প্রার্থনাই : পুজো প্রার্থনা বরের বাড়িতেও হয়।

মারুভিদু-ভারুদলে : নবদম্পতি কন্যার পিত্রালয়ে এলে তাদের উপহারে আপ্যায়িত করা হয়।

মা ড়ো য়া রি বি য়ে

বরের বাড়িতে 'সগাই'-এর অনুষ্ঠান পুরোপুরি পুরুষ সদস্যের উৎসব। কনের ভাই বরের কপালে তিলক আঁকেন। বরকে তলোয়ার, পোশাক ও মিষ্টি দেওয়া হয়।

গণপতি স্থাপনা ও গৃহশান্তি : দুইই গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ। বিয়ের কদিন আগেই এটি অনুষ্ঠিত হয়। গণেশ মূর্তি স্থাপনা ও পুরোহিত যজ্ঞ করেন। 'তিথি-দস্তুর' অনুষ্ঠানও আছে. বর ও কনে উভয়ের বাড়িতেই আলাদা-আলাদা করে সম্পন্ন হয়। বর কনেকে হলুদ-চন্দনে চর্চিত করা হয়। এই অনুষ্ঠানের পরে, বর কনের বিয়ে পর্যন্ত বাড়ি থেকে বেরনোর হুকুম নেই। 'মহফিল' ও এক মুখ্য অনুষ্ঠান। 'মহিলা-মহ্‌ফিল' 'পুরুষ-মহ্‌ফিল' পৃথক পৃথক। ঐতিহ্যবাহী নাচ হল 'ঘুমর'-(মহিলাদের)। 'জানেউ' পবিত্র উপবীত উৎসব। বিয়ের একদিন আগে মাড়োয়ারিদেরও 'পাল্লা দস্তুর' প্রথা রয়েছে। বিয়ের দিন বা আগের দিন বরের বাড়ি থেকে 'পাল্লা-দস্তুর' আসে। এতে থাকে গয়না, পোশাক, অন্যান্য উপহার, যা বিয়ের দিন কনে পরবে। 'বরাত'-এ শুধু পুরুষরাই আসেন। 'বরাত' পৌঁছলে, বরকে আলাদা করে মহিলা মহলে নিয়ে যাওয়া হয়। কনের মা আরতির থালা দিয়ে বরণ করে বরকে মন্ডপে নিয়ে আসেন। কনেকে, মন্ডপে আনেন, কনের মামা।

'কন্যাদান' ও 'সাত ফেরা' সম্পন্ন হয়, আগুনকে ঘিরে। পুরোহিত মন্ত্র পাঠ করেন। কনেকে কমলা রঙের পোশাকে সিল্কের চাঁদোয়া মাথায় ধীরে মন্ডপে আনা হয়। এই চাঁদোয়ার চার কোণ, তলোয়ারের কোণ দিয়ে ধরে রাখেন চার মহিলা। যাঁরা অবশ্যই একই বংশোদ্ভুতা। মাড়োয়ারি বিয়েতে 'ঢোলান' থাকবেই। 'ঢোলান' হল ঢোলক বাজিয়ে মহিলা গায়িকা। সঙ্গে থাকে সানাই ও নাগারা।

মহিরা দস্তুর : এটি বরপক্ষ-কনেপক্ষ উভয়েই নিজের নিজের মতো করে পালন করে, আলাদা-আলাদা। উৎসবের হোতা থাকেন মামা, তাঁর পরিবার বর্গ সহ। আমোদ-আহ্লাদ, নাচ-গান তো হয়ই। মামা সকলের জন্য পোশাক গয়না মিষ্টি আনেন। উপহার হিসাবে। তাৎপর্য হল, বিয়েতে যেহেতু বিরাট খরচের ধাক্কা, ভাইয়ের কর্তব্য এ সময়ে বোনের পাশে এসে দাঁড়ানো।

জানেউ উৎসব : বর, গেরুয়া পোশাকে সাধুর মতো বেশ ধারণ করে এবং উপবীত ধারণ কররার আগে যজ্ঞ করে। 'গেরুয়া' বলছে, বরের সামনে দু'টি পথ খোলা, সাধু হয়ে যাওয়া, নতুবা গার্হস্থ্য জীবন গ্রহণ করা? বর, ভান করে, বিয়ের মঞ্চ ছেড়ে পালাচ্ছেন, মামা এসে পথরোধ করে, ভাগনেকে বিয়েতে রাজি করান।

নিকাসি : বরের জামাইবাবু, পাগড়ি বেঁধে দেন। 'পেছা' 'কাল্‌গি' 'তালি' বাজানো হয়। মুখের সামনে 'শেরা' ফুল বা মুক্তো দিয়ে গাঁথা। বরের ভাবি কাজল এঁকে দেন চোখে। বরের বোন, ঘোড়ির লাগামে সোনালি সুতো বাঁধেন। অনুষ্ঠানের নাম 'ভাগ্ গুনথাই'। বোন যখন অনুষ্ঠান করে, ভগ্নীপতি তখন লাগাম ধরে থাকে। বিয়ে বাড়িতে যাওয়ার আগে, বর অবশ্যই মন্দির পরিদর্শন করে।

তোরণ : কনের বাড়ির প্রবেশ পথে 'তোরণ' সাজানো হয়। বর এসেই, নিমডাল দিয়ে তোরণে ঘা দেয়। তাৎপর্য হল, শয়তানের অশুভ দৃষ্টি দূরীকরণ। কনের মা তিলক এঁকে দেন বরের কপালে আর আরতির থালা নিয়ে বরণ করেন।

সিঁদুর : বর, ছোট্ট একটি সিঁদুরের টিপ কনের কপালে এঁকে, জীবন সঙ্গিনীর প্রতিশ্রুতি দেন।

জয়মালা : বরকে 'জয়মালা' অনুষ্ঠানের জন্য নেওয়া হয়। বধূ মালা বদল করেন। অন্য মন্ডপে বর-কনেকে নিয়ে গিয়ে 'ফেরা' সম্পন্ন হয়।

গ্রন্থি বন্ধন : বরের কোমরে কাপড় জড়িয়ে তার সঙ্গে কনের ওড়নার বাঁধন দেওয়া হয়। বরের বোন বা পুরোহিত এটি করেন।

পাণি গ্রহণ : বর কনের হাত হাতে নেন। তাৎপর্য ভবিষ্যতে সুখে দুঃখে তারা একসঙ্গে থাকবেন।

ফেরা : বিবাহ-মণ্ডপে আগুনকে ঘিরে বর-কনে চার পাক ঘোরেন। আর তিন পাক ঘোরেন তোরণে। সাধারণত, একটি ফেরায়, কনে থাকে সামনে আর বর পিছনে। অন্য ফেরায় উল্টোটা।

শিলে আরোহণ : কনে শিলের ওপর পা রাখেন। তাৎপর্য হল, দৃঢ়তার সঙ্গে জীবন যুদ্ধের মোকাবিলা করা। কনের ভাই, কনের হাতে 'খিল' আর 'খই' দেন। কনে সেটি আবার বরের হাতে দেয়। তারপর বর সেগুলি আগুনে দেয়। তাৎপর্য হল, ভাইয়ের তরফে, বোন ও ভগ্নীপতির প্রতি সুখ-সমৃদ্ধির শুভেচ্ছা।

বামঙ্গ স্থাপন ও সিঁদুর দান : বর কনেকে তার বাঁ পাশে বসতে অনুরোধ জানান। কারণ, তাঁর হৃদয় রয়েছে বামদিকে। তাৎপর্য, স্ত্রীকে পতি হৃদয়ে গ্রহণ করল। এর পরে, বর ,কনের সিঁথিতে সিঁদুর দেয়।

সপ্তপদী : বর-বধূ এক সঙ্গে সাত-পা হাঁটেন। তাৎপর্য, এতদিন তাঁরা জীবনের পথে একা একা চলেছে। এখন থেকে যৌথজীবন যাত্রার শপথ নিল।

ফেরপাট্টা : গুরুজনদের আশীর্বাদ নেওয়া।

পাহারাবাণী : বরকে আসনে বসিয়ে, তিলক আঁকা হয়। বরের বাবা, ছেলেকে অর্থ পোশাক, অন্যান্য ব্যক্তিগত ব্যবহার্য জিনিস দেন। কনে পক্ষের মেয়েরা বরকে অন্দরে নেন। 'শ্লোক-কাহিনী' অনুষ্ঠানে বরকে ছড়া বলতে হয়। এরপর কনে, গৃহদেবতাকে পুজো করেন ও একটি মাটির প্রদীপ ভাঙেন। নবদম্পতিকে ঘিরে পতিগৃহে যাত্রার পর্ব।

বিদাই : গাড়ির চাকার নিচে, নারকোল রাখা হয়। কনের অবগুণ্ঠন খোলা হয় না। সাধারণত এ সময় বর, কনেকে কোনও গয়না উপহার দেন।

গৃহপ্রবেশ : বরের বাড়িতে বর-কনে পৌঁছলে কনের মুখ তখনও ঘোমটায় ঢাকা থাকে। পুজো ও অন্যান্য আচার।

পাগেলেগ্নি : গৃহপ্রবেশের পরদিন কনের মুখ তখনও ঘোমটায় ঢাকা। এইবার বরের পরিবার ও পরিজনের সঙ্গে নব-বধূর শাশুড়ি-মা কনেকে 'চূড়া' বা বালা উপহার দেন। 'মুহ-দেখানি' এই অনুষ্ঠানে নতুন বৌ বরের বাড়ির সকলের সঙ্গে পরিচিত হয়।

গুজরাতি বিয়ে

বরপক্ষ কনে পক্ষ উভয়েই আলাদা আলাদাভাবে নিজেদের বাড়িতে গণেশ পুজো পাঠের মাধ্যমে 'মঙ্গল মহরত' অনুষ্ঠান পালন করে। শয়তানের কু দৃষ্টি মোচন করা হয়। কোষ্ঠি মিলিয়ে 'গৃহশান্তি' পুজো হয়। পরবর্তী অনুষ্ঠান 'জান' অশুভ দৃষ্টি সরাতে। বর প্রথম কনের বাড়ি পৌঁছলে, কনের মায়ের পা ছুঁয়ে তাঁর আশীর্বাদ নেন। কনের মা, বরের নাক ধরতে চেষ্টা করেন। বর বাধা দেন।

জয়মালা বদল : দুবার সম্পন্ন হয়।

মধুপর্বা : বরের পা ধুইয়ে তাকে দুধ আর মধু খেতে দেওয়া হয়। কনের বোনেরা, এই ফাঁকে বরের জুতো চুরি করতে চেষ্টা করে যাকে বলে 'জুতো-চুরাই'।

'কন্যাদান'-এর সময় কনের বাবা বরের পা ধুইয়ে দেন। তারপর কন্যার হাত বরের হাতে সমর্পণ করেন, 'হস্ত মিলন'। বরের শালের কোনা, কনের শাড়ির খুঁটিতে বাধা হয়। পবিত্র গ্রন্থি বন্ধন। গোলাপের পাপড়ি ও ধান ছড়ানো হয়। বর-বধূ অগ্নি প্রদক্ষিণ করেন। পুরোহিত মন্ত্র উচ্চারণ করেন। 'মঙ্গল-ফেরা' শুরু হয়। এক সঙ্গে সপ্তপদী গমন, ও যৌথ জীবন যাপনের শপথ গ্রহণ।

সঙ্গে সঙ্গে গুরুজনদের আশীর্বাদ।
বিদাই : চোখের জলে কনে বিদায়। পতিগৃহে ঢোকার মুখে চাল ভরা ঘট ডান পায়ে ঠেলে দিয়ে কনে প্রবেশ করে। অর্থাৎ 'গৃহলক্ষ্মী'র প্রবেশ ঘটল। সিঁদুর রঙ গোলাপ জল দুধে ভরা পাত্রে বর কনেকে 'এই কি-বেইকি' খেলা খেলানো হয়। কিছু মুদ্রা ও একটি আংটি এর মধ্যে লুকানো থাকে। সাতবার বর কনে এগুলির সন্ধান করেন। সাতের মধ্যে বর বা কনে যে বেশি বার আংটি খুঁজে পায় মনে করা হয় সেই সংসারে কর্তৃত্ব করবে।

তেলুগু বিয়ে

আষাঢ়, ভাদ্র ও পৌষ মাসে বিয়ে নিষিদ্ধ। পুরোহিত বিয়ের শুভ মুহূর্ত নির্দিষ্ট করে দেন।
পেন্ডালি কুথুরু : হলুদ ও পবিত্র তেল দিয়ে বর ও কনের অঙ্গ মার্জনা।
স্নাতকম : বরের বাড়িতে, রুপোর পৈতে ধারণ।
কাশী যাত্রা : বর কাশী যাত্রার ভান করেন। দেখান যে, গার্হস্থ জীবনে সে উদাসীন। কনের বাবা হস্তক্ষেপ করেন ও মেয়েকে জীবনসঙ্গিনী হিসাবে গ্রহণ করতে অনুরোধ জানান। বর দায়িত্বভার নিতে যখন সম্মত হয়ে যায় তখন বরকে মন্ডপে আনা হয়।
মঙ্গলস্নানম : প্রথাগত পূণ্য-স্নান, বিয়ের দিন সকালে, বর-কনের এক সঙ্গে স্নান শেষে যে যার ঘরে ফিরলে, বর-কনে আলাদা আলাদা তেল মাখানো হয় ও আরতির থালা দিয়ে বরণ করা হয়।
গণেশপুজো : বিয়ে অনুষ্ঠানের আগে, অশুভ দৃষ্টি দূর করতে গণেশপুজো আবশ্যিক।
বিবাহ : 'কন্যাদান' দিয়ে শুরু। বাবা, কনের হাত বরের হাতে সমর্পণ করেন। কিন্তু কনের সামনে পর্দা টাঙানো থাকে। পবিত্র বেদ শ্লোক উচ্চারিত হলে, বর-কনে, একে অপরের হাতে জিরা ও গুড় দেন। তাৎপর্য, এখন থেকে তাঁরা এক হলেন। কনেকে দশজন ঘিরে ধরেন, ছয়জনের হাতের থালায় থাকে হলুদগুঁড়ো আর চাল, বাকি চারজন প্রদীপ ধরে থাকেন। কনের গলায় মঙ্গলসূত্র পরানো হয়। তখন বর-কনের মাঝখানের পর্দা উঠিয়ে দেওয়া হয়। এরপর মালাবদল সম্পন্ন হয়। সঙ্গে সঙ্গে চলে ফুল-ধান আর হলুদ গুঁড়ো বর্ষণ। পরবর্তী পদক্ষেপ একত্রে সপ্তপদী গমন। বরের ধুতির খোঁটার সঙ্গে কনের শাড়ির আঁচল বেঁধে দেওয়া হয়। একদম শেষে বর, কনের পায়ের আঙুলে রুপোর আংটি পরিয়ে দিলে বিয়ে শেষ হয়।

হিমাচল প্রদেশ

গণেশ পুজো শুরু হয় বিয়ের আগের দিনই। বিয়ের দিন সকালে হলুদ-লেপন চলে বর-কনের নিজস্ব বাড়িতে। কনের হাতে, পায়ের পাতায় মেহেন্দি পরানো হয়। সঙ্গে সঙ্গে চলে নাচ-গান-আমোদ-আহ্লাদ। 'তিলক' অনুষ্ঠানে বরের বাড়িতে বরের কপালে বাড়ির লোকেরা তিলক এঁকে দেন, পুরোহিত মন্ত্রপাঠ করেন। বিয়ের আগে বর-কনে পরস্পরকে আংটি পরানোর অনুষ্ঠানটিও হয়। বিয়ের দিন সন্ধ্যা বেলা, বরাত সহ বর আসে, কনের বাড়ি। সাজানো ঘোড়া অথবা ফুল দিয়ে সাজানো গাড়িতে বর আসে। বর, কনের বাড়ির দরজায় নামা মাত্র, ব্যান্ড বাজিয়ে, নাচ-গান সহ তাদের অভিনন্দন জানানো হয়। বর ও বরযাত্রীদের গলায় মালা পরিয়ে, স্বাগত জানানো হয়। বরপক্ষ কনেপক্ষ উভয়েই নাচে। কনের বাড়ির মা বোনেরা বর ও বরযাত্রীদের বরণ করে, তিলক পরায়। কনেকে মন্ডপে আনা হয়। 'চুড়া' অনুষ্ঠানে আগে থেকেই কনের হাতে লাল ও ঘি রঙের একরাশ চুড়ি পরানো থাকে। কনের মাথার ওপর দিয়ে সিল্কের চাদরের চারকোনা চারদিকে ধরে রেখে, তাকে মন্ডপে আনা হয়। মন্ডপে পৌঁছলে, চাঁদোয়া সরিয়ে নেওয়া হয়। চারপাশ থেকে পুষ্পবৃষ্টি করা হয়। কেক কাটে বর কনে দুজনে একসঙ্গে। ছেলের মা-বাবা, মেয়ের মা-বাবা বর-কনেকে কেক খাওয়ান, সমস্ত অতিথিদের কেক বিতরণ করা হয়। তারপর, বর-কনেকে মুখোমুখি মাটিতে আসনে বসানো হয়। কনের দু'পাশে, কনের মা-বাবা বসেন। দুজনেই বিয়ের অনুষ্ঠানে হাত লাগান। পুরোহিত বর-কনে দুজনকেই মন্ত্র উচ্চারণ করান। আনুষ্ঠানিক রীতি নিয়ম চলতে থাকে।
বর কনেকে মাটি থেকে উঠিয়ে পাশাপাশি চেয়ারে বসানো হয়। কনের মা বাবা, নতুন বর বউকে লক্ষ্মী-নারায়ণ জ্ঞানে বিধিমতে পুজো করেন। বর-কনেকে প্রদক্ষিণ করেন। শেষে তাদের পায়ে হাত দিয়ে প্রণামও করেন।

বর-কনেকে 'ফেরা'র জায়গায় নিয়ে যাওয়া হয়। হোমের আগুন জ্বলছে সেখানে। পুরোহিত মন্ত্রপাঠ করেন। কনে, হাতের পাত্র থেকে খই ফেলতে ফেলতে অগ্নিকুন্ডকে সাতবার প্রদক্ষিণ করে কনের পিছু পিছু বর ঘোরে। তার আগে বরের শেরওয়ানি বা উত্তরীয় আর কনের ওড়না ; মাঝখানে হলুদ কাপড় দিয়ে জুড়ে বেঁদে দেওয়া হয়। 'ফেরা' শেষ হলে, বর, কনেকে মঙ্গলসূত্র পরান, সিঁদুর পরান। 'ফেরা'র সময় মা-বাবা দূরে সরে যান। তাঁদের 'ফেরা' দেখা নিষিদ্ধ। খইয়ের পাত্র মেয়ের ভাই, মেয়েকে ধরিয়ে দেয়। প্রত্যেকবার ঘোরার সময়, মাটিতে পাথরের ওপর একটি মুদ্রা রাখা হয়, যেটি কনে পা দিয়ে মাটিতে ফেলে দেয়। বরকে প্রতিবার সেটি তুলে আবার পাথরের ওপর রাখতে হয়। পুরোহিত নির্দেশ দিতে থাকেন। বিয়ে শেষ হওয়া মাত্রই, বর-কনেকে তক্ষুনি বিদায় নিতে হয়, সে মাঝ রাত হলেও। বিয়ের পর কনের আর এক মুহূর্তও পিত্রালয়ে থাকার নিয়ম নেই।

কনের পরিচর্যা

বিয়ের দিন সুন্দর করে সাজতে হলে, আগে থেকে রূপচর্চা শুরু করা দরকার। ভাল হয় অন্তত দু'মাস আগে পরিচর্যা শুরু করলে। না হলেও অসুবিধা নেই। সাতদিনের রূপচর্চাতেই সবার নজর কাড়া সম্ভব। কীভাবে? তারই সহজ উপায় জানালেন রূপবিশেষজ্ঞ স্বাতী দত্ত।

সব মেয়েই চায়, নিজের বিয়েতে জীবনের সেরা সাজ সাজতে। শুধু নতুন বরের চোখেই নয়, আমন্ত্রিত অতিথিদের কাছেও প্রশংসা পেতে বিয়ের সাজ তাই খুবই স্পেশাল। যদিও অনেকেই সুন্দর সাজের জন্য তেমন কোন প্রস্তুতি নেন না। বিয়ের দু'দিন আগে পর্যন্ত নেমন্তন্ন, কেনাকাটা কমপ্লিট করতেই ব্যস্ত হয়ে পড়ে। তখন রূপচর্চার কথা অর্থাৎ নিজের পরিচর্যার কথা পুরোপুরিই ভুলে যায়। আবার অনেকের মাথায় থাকলেও চাকরির দৌলতে রূপচর্চা আর হয়ে ওঠে না। ফলস্বরূপ বিয়ের দিন হাজারও দামি প্রসাধনী, নামী বিউটিশিয়ানের টাচ-আপও জলে যায়। যে দেখতে-শুনতে সুন্দর তারও যেন সঠিক রূপ ফুটে ওঠে না। বিয়ের মাস দুয়েক আগে থেকে একটু করে রূপচর্চা করার চেষ্টা করা দরকার তাই সব হবু কনেরই। না হলে অন্তত সাতদিন আগে থেকে এদিকে মন দিতেই হবে। কীভাবে করবে

রূপচর্চা রইল তারই বিবরণ।

● বিয়ের দুমাস আগে থেকে মাসে ১দিন ফেশিয়াল করলে খুব ভাল হয়। এই ফেশিয়াল পেশাদারি অভিজ্ঞ বিউটিশিয়ানের কাছে করানোই বাঞ্ছনীয়।

● ১৫ দিনে একবার ম্যাসাজ নেওয়াও ত্বকের জন্য উপকারি।

● বাড়িতে ফেশিয়াল করতে গরম জলের ভাপ নিয়ে, তুলোয় গোলাপ জল ভিজিয়ে চোখের উপর রেখে দিতে হবে। এরপর মুখে লাগাতে হবে ফেস প্যাক। এতে মুখের ত্বক উজ্জ্বল ও মসৃণ হবে।

● প্রতিদিন রাতে শোওয়ার আগে মুখ ও গলা ভাল করে পরিষ্কার করে নারিশিং ক্রিম দিয়ে ম্যাসাজ করতে হবে।

● সকালে ঘুম থেকে উঠে ফ্রিজের ঠাণ্ডা জল মুখে ছেটান। এতে মুখের রক্ত সঞ্চালন বাড়বে। ত্বক কোমল ও উজ্জ্বল হয়ে উঠবে।

● শুষ্ক ত্বক হলে ময়শ্চারাইজার লাগাতে হবে। আর তৈলাক্ত ত্বক হলে আটার সঙ্গে লেবুর রস মিশিয়ে লাগালে উপকার পাওয়া যায়।

● বিয়ের মাসখানেক আগের থেকে মুখে কোনওরকম মেকআপ নেওয়া উচিত নয়। এতে ত্বক স্বাভাবিক থাকে।

● এই সময় বাইরের তেল মশলাযুক্ত খাবার, ভাজাভুজি এড়িয়ে চলতে হবে।

● সকালে উঠে একগ্লাস লেবুর জলে খানিকটা মধু মিশিয়ে খেলে ত্বক সুন্দর হয়।

● অল্প চিনি আর মধু মিশিয়ে হাতের চেটোয় ঘষে কনুই-এ লাগানো দরকার। চিনি না গলে যাওয়া অবধি কনুইতে ঘষতে হবে। এতে কনুই-এর কালো দাগ উঠে যায়।

● বিয়ের ১৫ দিন আগে থেকে বেশি রাত না জেগে তাড়াতাড়ি ঘুমিয়ে পড়া দরকার।

● বিয়ের কয়েকদিন আগে থেকে চুলেরও যত্ন নেওয়া প্রয়োজন। শ্যাম্পু করার আগের রাতে নারকোল তেল গরম করে তাতে কয়েক ফোঁটা লেবুর রস মিশিয়ে মাথায় ভাল করে ম্যাসাজ করলে সুফল পাওয়া যাবে।

● যাদের খুসকি আছে তারা মেথি কড়াইতে সেঁকে নিয়ে নারকোল তেলের সঙ্গে মিশিয়ে চুলে লাগাতে পারে। এতে খুসকির সমস্যা দূর হয়।

● শ্যাম্পু করার আগে ডিম, লেবু, মধু মিশিয়ে মাথায় লাগিয়ে ২৫ মিনিটের মতো রেখে চুল ধুয়ে নিলে চুল সুন্দর হবে।

● শ্যাম্পু করার পর ১ মগ জলে ২ চামচ ভিনিগার দিয়ে চুল ধুয়ে নিলে চুল নরম হয়ে উঠবে। ভিনিগার কন্ডিশনার-এর কাজ করে।

● বিয়ের কয়েকদিন আগে গাঁদাফুলের সবুজ অংশ বাদে পাপড়ি বেটে সঙ্গে কাঁচা হলুদ বাটা, অলিভ অয়েল ও দু ফোঁটা মধু মিশিয়ে সারা শরীরে এমনকী মুখেও লাগানো যেতে পারে। ২৫ মিনিট বাদে কোনও নরম সাবান দিয়ে স্নান করে নেওয়া ভাল।

● বিয়ের ঠিক সাত দিন আগে থেকে হাত-পায়ের যত্ন নিতে হবে।

● ওই সময়ে চুলের যত্নও শুরু করতে হবে। মাথায় প্যাক লাগানো যেতে পারে। পাকা পেঁপের রস, মধু, দই মিশিয়ে তৈরি করা যেতে পারে এই প্যাক।

● ৬দিন আগে কমলালেবুর রস, ২ ফোঁটা মধু মিশিয়ে তুলোয় করে লাগানো যেতে পারে। আধ ঘণ্টা বাদে ধুয়ে ফেলতে হবে।

● ৫ দিনের দিন আবার হাত পায়ের যত্ন নিতে হবে। ঘরে বসেই করে নেওয়া যায় ম্যানিকিওর, পেডিকিওর। গরম জলে শ্যাম্পু ফেলে হাত পা ভাল করে ঘষে ময়লা তুলে ফেলতে হবে। এরপর অলিভ অয়েল ম্যাসাজ করলে, হাত পা নরম হবে। নখে নেলপালিশ-এর হলুদ, ছাপ হলে তা তোলার চেষ্টা করতে হবে। কিউটিকল সফনার দিয়ে নখ পরিষ্কার করে, পুশার দিয়ে ডেড সেল তুলতে হবে।

● ৪ দিনের দিন সারা শরীরে অলিভ অয়েল ম্যাসাজ নেওয়া যেতে পারে। এর সঙ্গে দই, চালের গুঁড়ো ও মধু মিশিয়ে প্যাক তৈরি করে সারা গায়ে লাগানো যেতে পারে। ২৫ মিনিট পর জল দিয়ে ভিজিয়ে প্রথমে হালকাভাবে ঘষে প্যাক তুলে ফেলে নরম সাবান দিয়ে স্নান সেরে নেওয়া দরকার।

● তিন দিন আগে বিউটি পার্লারে গিয়ে ফেশিয়াল করা দরকার। বিয়ের ২দিন আগে থেকে ত্বককে পুরো বিশ্রাম দিতে হবে। নিজেও থাকতে হবে বিশ্রামে। ভাল করে ঘুমোতে হবে। প্রচুর জল, ফ্রুট জ্যুস খেতে হবে। পরের দিন অর্থাৎ বিয়ের দিন অনেককেই উপোস করতে হয়। কিন্তু শরীরে যাতে জলের ঘাটতি দেখা না দেয় সেইকারণে বেশি করে জল খেয়ে যেতে হবে সারাদিন।

বিবাহিত জীবনে সুখের পথ

এই বৈশাখে যাঁরা সাতপাকে বাঁধা পড়তে চলেছেন, তাঁদের বিয়ের কেনাকাটা নিশ্চয়ই কমপ্লিট? গোছানো হয়ে গিয়েছে বিয়েতে দেওয়ার তত্ত্বের ডালি থেকে শুরু করে মেকআপ কিট, শাড়ি, গয়না, বর-পোশাক ইত্যাদি যাবতীয় কিছু। কিন্তু ভেবে দেখেছেন কি, দাম্পত্য জীবন সুখের করার জন্য এসবের থেকে অনেক বেশি জরুরি হবু বর-কনের কাউন্সেলিং। বিবাহিত জীবনে নির্ভেজাল সুখ আনতে হলে প্রি ম্যারিটাল কাউন্সেলিং অবশ্যই প্রয়োজন। বিশেষত বিয়ের শারীরিক ও মনস্তাত্ত্বিক দিকগুলো খতিয়ে দেখা দরকার। এ বিষয়ে বিস্তারিত জানিয়েছেন নাইটিঙ্গেল হাসপাতালের বিশিষ্ট স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ

ডাঃ পুরুষোত্তম শাহ

দুজন নারী-পুরুষের জীবনে একসঙ্গে চলার অঙ্গীকার প্রতিষ্ঠিত হয় বিয়ের মাধ্যমে। কিন্তু এই চলার পথে সঙ্গী হওয়ার জন্য দুজনের দরকার শারীরিক ও মানসিক প্রস্তুতি। এই প্রস্তুতির অভাব অনেকেরই জীবনে নিয়ে আসে নানারকম সমস্যা। এমনকী অনেক সময় বিবাহ বিচ্ছেদও হয়ে যায় ডিভোর্সের মাধ্যমে। যে কোনও যাত্রার জন্য আমাদের একটা প্রস্তুতি থাকে। কোথাও বেড়াতে গেলে আমরা আগে থেকে জেনে নিই সেই জায়গা সম্পর্কে। সঙ্গে কী কী নিতে হবে, সেখানে কী দেখব ইত্যাদি যাবতীয় বিষয়ে খোঁজ নিয়ে আমরা বেড়াতে যাই। এমনকী স্কুলে, কলেজে বা অফিসে যেতে হলেও একটা প্রস্তুতি থাকে। কিন্তু বিয়ে অর্থাৎ জীবনের সবচেয়ে বড় এবং সুন্দর যে যাত্রা, সেই পথে নামার আগে আমরা বেশিরভাগ মানুষই সেই প্রস্তুতি নিই না। ফলে বিয়ের পরবর্তীকালে নানারকম সমস্যা দেখা দেয়। এই সব সমস্যা দূর করার একমাত্র উপায় বিবাহ পূর্ববর্তী কাউন্সেলিং বা প্রি-ম্যারিটাল কাউন্সেলিং।

এই কাউন্সেলিং হবু বর-কনের একসঙ্গে বা আলাদাভাবেও করা যেতে পারে। যাঁর যেমন পছন্দ, সেভাবেই করতে পারেন। তবে কাউন্সেলিং করা খুবই জরুরি।

কাউন্সেলিং-এ দেখা হয়, দুজনের রিপ্রোডাকটিভ হেলথ। যৌন সম্পর্ক সম্বন্ধে দুজনের জিজ্ঞাস্য বা সন্দেহও দূর করা হয়। পাত্র-পাত্রী চাইলে তাঁদের শারীরিক পরীক্ষা এবং কিছু কিছু টেস্টও করা হয়।

ছেলে এবং মেয়েদের যৌন অঙ্গ, মেনস্ট্রুয়েশন, প্রেগনান্সির সম্ভাবনা ইত্যাদি যাবতীয় বিষয় সঠিকভাবে একে অপরকে ওয়াকিবহাল করানো হয় প্রি ম্যারিটাল কাউন্সেলিং-এর মাধ্যমে। তাদের জানানো হয়, কন্ট্রাসেপটিভ বা গর্ভনিরোধ পদ্ধতি সম্পর্কে। কোনটা কার জন্য কার্যকর সে সম্পর্কেও ধারণা দেওয়া হয়।

অনেক সময়ই যৌনসংসর্গ সম্পর্কে ভ্রান্ত তথ্য ছেলে-মেয়ে উভয়কেই ভুল পথে চালিত করে। প্রি ম্যারিটাল কাউন্সেলিংই পারে ভুল ধারণা দূর করে সঠিক ধারণা দিতে। সেখানে কোনও সমস্যা থাকলে, কোনও ব্যক্তি রাজি থাকলে কিছু কিছু মেডিকাল টেস্টও করা হয়। এই টেস্ট-এর মাধ্যমে দেখা হয়, এমন কোনও শারীরিক সমস্যা আছে কি না যা তাঁদের দাম্পত্য জীবনকে কোনওভাবে প্রভাবিত করতে পারে।

জেনারেল এক্সামিনেশন ছাড়াও তাই দেখা হয় ওবেসিটি, মেয়েদের অবাঞ্ছিত রোমের আধিক্য, স্তনের আকার (যা নির্দেশ করে হরমোনের গন্ডগোল আছে কিনা), তলপেট এবং যৌনাঙ্গেরও পরীক্ষা করা হয়।

এছাড়া ডায়াবেটিস, অ্যানিমিয়া, হাইপারটেনশন, আছে কিনা পরীক্ষা করে দেখা হয়। বিশেষ করে যদি কারও পরিবারে এসব রোগে আক্রান্ত হওয়ার ইতিহাস থাকে তাহলে অবশ্যই এগুলো জেনে নেওয়া হয়।

বিবাহিত জীবনকে সুন্দর ও সফল করে তোলার জন্য দুজনেরই দুজনের শারীরিক সুস্থতা সম্পর্কে ওয়াকিবহাল থাকা দরকার। বিয়ের একটা গুরুত্বপূর্ণ দিক হল সন্তানের জন্ম দেওয়া। আগে থেকে পরীক্ষা করে নিলে, সন্তানধারণে কোনও সমস্যা পাওয়া গেলে তার চিকিৎসা সম্ভব। বিয়ের আগের এই চিকিৎসা বিবাহিত জীবনকে অনেক বেশি মসৃণ করে তোলে।

ছেলেদের ক্ষেত্রে বীর্য বা সিমেন পরীক্ষা এবং মেয়েদের ডিম্বাশয় এবং জরায়ুর আল্ট্রাসোনোগ্রাফি করলেই জানা যায়, স্বামী-স্ত্রীর সন্তানের জন্ম দেওয়ার পথে কোনও বাধা আছে কিনা। তবে খুব জটিল কোনও পরীক্ষা বা চিকিৎসা বিয়ের আগে সাধারণত করা হয় না। যদি কোনও ছোটখাটো অস্বাভাবিকতা ধরা পড়ে প্রাথমিক পরীক্ষায়, তাহলে তা বিয়ের আগেই চিকিৎসায় সারিয়ে নেওয়া যায়।

বর্তমানে এডস-এর বাড়বাড়ন্ত। তাই বিয়ের আগে এইচ আই ভি পরীক্ষা করা প্রত্যেকের জন্য জরুরি। যদিও এই ভাইরাস সংক্রমণের তিনমাস পর রক্ত পরীক্ষা করলে রোগটার অস্তিত্ব ধরা পড়ে। কাজেই কারও শরীরে এই জীবাণু প্রবেশ করার ২-১ মাসের মধ্যে রক্ত পরীক্ষায় সঠিক ফলাফল জানা সম্ভব নয়। ইনফেকশন-এর তিনমাসের মধ্যে যদি রেজাল্ট নেগেটিভ আসে তাহলে তাকে বলা হয় উইনডো পিরিয়ড। যদিও এইসময় কোনওরকম সতর্কতামূলক ব্যবস্থা গ্রহণ না করে সহবাস করলে অপরজনের শরীরে এই জীবাণু প্রবেশ করতে পারে। তবে তিনমাসের ব্যবধানে দুবার এইচ আই ভি টেস্ট-এ যদি নেগেটিভ রেজাল্ট আসে তবে দুজনের বিবাহিত জীবনে প্রবেশের পথে কোনও বাধা থাকে না। যদিও এইচ আই ভি পরীক্ষা করা হয় ব্যক্তি রাজি থাকলে তবেই। অন্যান্য পরীক্ষাও পাত্র বা পাত্রীর অনুমতি পেলেই করা হয়।

এইচ আই ভি ছাড়াও আরেকটি গুরুত্বপূর্ণ পরীক্ষা হল হেপাটাইটিস বি। এই অসুখটাও সংক্রমিত হয় যৌন সংসর্গের ফলে। হেপাটাইটিস বি-এর বাহককে আপাত দৃষ্টিতে স্বাস্থ্যকর বলেই মনে হয়। কিন্তু সহবাসের সময় অন্যের মধ্যে সহজেই রোগটি ছড়িয়ে দেয়।

সিফিলিস নামের রোগটি চিকিৎসায় পুরোপুরি সেরে যায়। বিয়ের আগে এই রোগটি সম্পর্কে নিশ্চিত হওয়ার জন্য পরীক্ষা করা অত্যন্ত জরুরি।

হবু বর-কনে দু-জনের এটাও জানা দরকার তাঁরা থ্যালাসেমিয়ার বাহক কিনা। শিক্ষিত ছেলেমেয়েদেরও এই রক্ত পরীক্ষার বিষয়ে অজ্ঞতা বা অসচেতনতার জন্য বহু নিষ্পাপ শিশু জন্মাচ্ছে এই রোগ নিয়ে। তাই বিয়ের আগে স্বামী বা স্ত্রী এই রোগের বাহক কিনা পরীক্ষা খুবই প্রয়োজনীয়। এতে ভয় পাওয়ারও কিছু নেই। দুজনের একজন ক্যারিয়ার হলে সন্তানের কোনও সমস্যা হয় না। কিন্তু দুজনই ক্যারিয়ার হলে সেক্ষেত্রে সন্তান অসুস্থ হয়েই জন্মাতে পারে।

রক্তের আর এইচ ফ্যাক্টর জেনে নেওয়াটাও বিয়ের আগে খুবই গুরুত্বপূর্ণ। কারণ পরীক্ষায় এটা পাওয়া গেলে সন্তানের সমস্যা হতে পারে। যদিও সেই সমস্যা প্রথমবার নয়, দ্বিতীয়বার প্রেগন্যান্সির সময় হয়। তবে এই সমস্যাও প্রতিরোধ করা যায়। অ্যান্টি ডি ইমিউনো গ্লোবিন নামে ইঞ্জেকশন মাকে প্রথম সন্তানের জন্মের পর কিংবা অ্যাবরশনের পর দিলে পরের প্রেগন্যান্সির ক্ষেত্রে আশঙ্কা দূর করা যায়।

শারীরিক পরীক্ষা এবং হবু দম্পতিকে যৌন সম্পর্ক সম্বন্ধে সচেতন এবং শিক্ষিত করে তোলা ছাড়াও প্রি ম্যারিটাল কাউন্সেলিং তাঁদের অন্যান্য সামাজিক এবং পারিবারিক বিষয় সম্পর্কেও নানাভাবে সাহায্য করে। বিবাহিত জীবনে একে অন্যের পরিবারের প্রতি শ্রদ্ধা, পরস্পরের প্রথা, সামাজিক মূল্যবোধ মেনে নেওয়া, শ্বশুরবাড়ির অন্যান্য সদস্যদের সঙ্গে মানিয়ে নেওয়া, তাদের কেরিয়ার, লাইফ স্টাইল, পছন্দ, দায়িত্ব, কর্তব্য সবকিছু সম্পর্কে সঠিক পথ দেখায়। বিয়ে ব্যাপারটা যে টিভি সিরিয়াল বা সিনেমার অবাস্তব গল্পের মতো নয়, সে সম্পর্কেও আলোকপাত করে প্রি ম্যারিটাল কাউন্সেলিং।

অ্যারেঞ্জড বা দেখাশোনার বিয়েতে এই সমস্ত বিষয়গুলো আগে ভাগে যত আলোচনা করা যায় ততই ভাল। এমনকী প্রেমঘটিত বিয়ের ক্ষেত্রেও আগের থেকে সব বিষয়ে কাউন্সেলিং করা জরুরি। যদি তা না করা হয়, তাহলে বিয়ের পর বেশিরভাগ ক্ষেত্রে অবধারিতভাবে সমস্যা দেখা দিয়েই থাকে।

কাউন্সেলিং চলাকালীন হবু দম্পতিকে শেখানো হয় সুস্থ সম্পর্ক গড়ে তোলার জন্য পরস্পরের প্রাণ খুলে কথা বলা কতটা জরুরি। আলোচনার মাধ্যমেই দুজনের কোনও বিষয়ে মতভেদ থাকলে তা দূর করা সম্ভব। একবার এটা রপ্ত করে নিতে পারলে তাঁরা বিবাহিত জীবন কাটাতে পারে খুব কনফিডেন্স-এর সঙ্গে পরিণতভাবে।

প্রিম্যারিটাল ইম্যুনাইজেশন

যে মহিলার রুবেলা ভ্যাকসিন নেওয়া নেই, তাঁর এটা নিয়ে নেওয়া দরকার। রুবেলা-র প্রতিরোধের জন্য এটা জরুরি। এর ফলে সন্তানসম্ভবা অবস্থায় এই রোগের সংক্রমণের কোনও আশঙ্কা থাকে না। রুবেলার জীবাণু গর্ভস্থ

সন্তানের স্বাভাবিকতায় বাধার সৃষ্টি করে। হবু বর, কনে দুজনেরই হেপাটাইটিস বি-এর টিকা নেওয়া দরকার।

কন্ট্রাসেপটিভস বা জন্মনিরোধ পদ্ধতি

নববিবাহিত দম্পতির জন্য সেরা জন্মনিরোধক উপায় হল স্ত্রীর নিয়মিত ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিল (OCP) খাওয়া। কারণ বিয়ের পর পরেই বেশিরভাগ স্বামী-স্ত্রী ঘন ঘন সহবাস করে। সেক্ষেত্রে এই পিল সারাক্ষণই প্রেগন্যান্ট হওয়ার বিরুদ্ধে প্রতিরোধ ব্যবস্থা গড়ে তোলে। বিয়ের আগেই পরীক্ষা করে চিকিৎসক জানিয়ে দিতে পারবেন, কোনও বিশেষ মহিলার জন্য ওরাল কন্ট্রাসেপটিভ পিল কার্যকর কিনা। এই পিল খাওয়া শুরু করতে হয় পিরিয়ড হওয়ার ৫ দিনের থেকে। তিন সপ্তাহ একভাবে খাওয়ার পর এক সপ্তাহ বাদ দিতে হবে। পিল বন্ধ করার পর ওই সপ্তাহের মধ্যে আবার পিরিয়ড শুরু হয়। যদি তা না হয় তবে চিকিৎসকের সঙ্গে যোগাযোগ করা দরকার।

বিয়ের পর প্রথম মাসে ওসিপি-র সঙ্গে সঙ্গে অতিরিক্ত প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা কন্ডোম ব্যবহার করা যেতে পারে। সহবাসের সময় নিয়মিত কন্ডোম ব্যবহার করলে সেক্সুয়াল ডিজিজ প্রতিরোধ করা যায়।

ভুল ধারণা

প্রথমবার সহবাসের সময় ব্যথা লাগা এবং রক্তপাত হওয়া স্বাভাবিক ধরে নেওয়ার কোনও গ্রহণযোগ্য যুক্তি নেই। এরকম হতে পারে, আবার নাও পারে। এর সঙ্গে কুমারিত্ব বা Virginity-র কোনও সম্পর্ক নেই। যদি অল্প-স্বল্প ব্যথা এবং রক্তপাত হয় তাহলে সামান্য ওষুধেই কাজ হয়। ফোর প্লে এবং লুব্রিকেন্ট-এর ব্যবহার প্রথমবার মিলনে সাহায্য করে অনেকটাই। অনেক মহিলা-ই বিয়ের পর প্রথমদিকে স্বামীর সঙ্গে সহবাস করে পরিতৃপ্তি পান না। প্রি ম্যারিটাল এমনকি পোস্ট ম্যারিটাল কাউন্সেলিং এই পরিস্থিতি মোকাবিলার সঠিক পথ দেখায়। কারণ বেশিরভাগ সময় এই অতৃপ্তির কারণ শারীরিক মিলন সম্পর্কে সঠিক জ্ঞান ও কমিউনিকেশন-এর অভাব এবং টেনশন। এটা হতে পারে ভ্যাজাইনাল পথ সংকীর্ণ হলেও। এরকম হলে দুজনের চিকিৎসা করা দরকার।

প্রি ম্যারিটাল কাউন্সেলিং একান্তই করা না হলে পোস্ট ম্যারিটাল কাউন্সেলিংও করানো যায়। বিবাহিত সম্পর্ককে সুন্দর করে তোলার জন্য এই কাউন্সেলিং জরুরি।

কী কী পরীক্ষা হয়

হবু বর-কনে দুজনের যে পরীক্ষাগুলো করা হয় তা হল

- ব্লাড গ্রুপ, বিশেষ করে আর এইচ ফ্যাক্টর
- থ্যালাসেমিয়ার পরীক্ষা
- হেপাটাইটিস বি নির্ণয়ের জন্য এলিজা (ELISA) টেস্ট
- নিজেরা চাইলে, নিজেদের মনের আশঙ্কা দূর করার জন্য করানো যেতে পারে।
- সিফিলিস-এর জন্য ভি ডি আর এল (VDRL) টেস্ট
- এইচ আই ভি-এর জন্য এলিজা (ELISA) টেস্ট
- ছেলেদের সিমেন অ্যানালিসিস
- মেয়েদের ওভারি ও ইউটেরাস-এর আল্ট্রাসাউন্ড এবং হরমোন অ্যানালিসিস

তাক লাগানো ৬টি ডিশ

হেঁ শে ল

নতুন বউ শ্বশুর বাড়ি গিয়ে প্রথমেই যাতে সবার মন জয় করতে পারে তাই **সুমিতা শূর** ছ'টি অন্য স্বাদের রেসিপি দিয়েছেন। শুধু নতুন বউ কেন, নতুন বরও এর মধ্যে যে কোনও একটি রেঁধে নিজের বউকে টেক্কা দিতে পারে।

মাছের কাবাব

কী কী লাগবে

ভেটকি ফিলে মোটা টুকরো করে কাটা : ৫০০ গ্রাম ; আদা রসুন বাটা : ১ টেবিল চামচ ; নুন : আন্দাজমতো ; কাঁচা লঙ্কা বাটা : ১ চা চামচ ; পেঁয়াজ : ৪টে ; ভাজার জন্য সাদা তেল ; সাদা টকদই : ১ কাপ ; গরম মশলা গুঁড়ো : ১ চা চামচ ; পেঁয়াজের রিং ও লেবুর টুকরো সাজাবার জন্য।

কী করে করবেন

মাছের ফিলে, আদা রসুনবাটা, নুন, কাঁচা লঙ্কা বাটা দিয়ে মাখিয়ে রাখুন। তেলে পেঁয়াজ মুচমুচে করে ভেজে গুঁড়ো করে নিন। টকদইএ বাকি সব উপকরণ মেশান আর সেই সঙ্গে পেঁয়াজ গুঁড়ো ও মাছ। আধঘণ্টা রেখে দিন। কাঠিতে মাছ গেঁথে ঝলসে নিন গ্যাস আভেনে। মাঝে মাঝে মশলা মাখাবেন মাছের গায়ে। মাছ সেদ্ধ হলে নামিয়ে লেবুর রিং ও লেবুর টুকরো দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করুন।

ডাল চিকেন

কী কী লাগবে

চিকেন, ছোট টুকরো করে কাটা : ২৫০ গ্রাম ; মুসুর ডাল : ২৫০ গ্রাম ; পেঁয়াজ : ২০০ গ্রাম ; রসুন : ৫কোয়া ; জিরে : ১চা চামচ; আস্ত গোলমরিচ : ৬টি ; টকদই : ৫০ গ্রাম ; নুন : আন্দাজমতো ; লঙ্কাগুড়ো : ১ চামচ ; হলুদ : ১/২ চামচ ; ঘি : ৫০ গ্রাম।

কী করে করবেন

প্রথমে অর্ধেক ২টো পেঁয়াজ, রসুন ও জিরে বেটে নিন। বাকি পেঁয়াজ কুচিয়ে নিন। টকদই ফেটিয়ে তাতে নুন, লঙ্কা ও হলুদ মিশিয়ে মাংসে মাখিয়ে রাখুন ঘণ্টা খানেক। ডাল জলে দিয়ে প্রেশার কুকারে সেদ্ধ করে নিন।

ঘি গরম করে কুচনো পেঁয়াজ ভাজুন। হাল্কা রং ধরলে বাটা মশলা দিয়ে কষুন। জল শুকোলে মাংস, ডালসেদ্ধ, গোল মরিচ, লংকা দিয়ে কষুন। গরম জল দিয়ে সেদ্ধ হতে দিন। গাঢ় হলে নামিয়ে নিন।

কড়াই গোস্ত

কী কী লাগবে

মাংস (মটন) : ৫০০ গ্রাম, টুকরো করে কাটা ; আলু : ২৫০ গ্রাম ; হলুদ : ১/২চামচ ; শুকনো মশলা : দেড় টেবিল চামচ ; শুকনো নারকোল কোরা : দেড় টেবিল চামচ ; জিরে : ১ টেবিলচামচ ; পোস্ত : ১টেবিল চামচ ; ১০টি শুকনো কাশ্মিরী লঙ্কা ; ৫০গ্রাম কাজু বাদাম ; দেড় টেবিল চামচ শুকনো খোলায় ভাজা ছোলা ; দেড় টেবিল চামচ চিনে বাদাম। এছাড়া চাই আধ চামচ গরম মশলার গুঁড়ো ; ১টি নারকোল কোরা ; ১ কাপ দুধ ; ১ টেবিল চামচ তেঁতুলের গাঢ় রস ; ২ টেবিল চামচ সবুজ মশলা ; ১ টেবিল চামচ সাদা তেল ; আন্দাজমতো নুন।

কী করে করবেন

আলু বড় বড় টুকরো করে কেটে নিন। যদি চান তো আলু ভেজে নিতে পারেন। মাংস, আলু, হলুদ, সামান্য নুন ও ১ কাপ জল দিয়ে সেদ্ধ করুন ১০ মিনিট প্রেশারকুকারে, সঙ্গে সবুজ মশলাও দেবেন। মাংস সেদ্ধ হলে স্টক মানে জল ছেঁকে রেখে দিন।

শুকনো মশলার জন্য সব উপকরণ শুকনো খোলায় ভেজে

গুঁড়ো করে নিন।

কড়ার তেল গরম করে শুকনো মশলার গুঁড়ো, গরম মশলার গুঁড়ো ও আধ কাপ জল দিন। জল শুকিয়ে তেল ভেসে উঠলে মাংস দিয়ে ২/৪ মিনিট কষুন।

গরম দুধে নারকোল কোরা ভিজিয়ে নিংড়ে দুধ বার করে নিন। এবার মাংসের স্টক, আলু ও নারকোলের দুধ দিন। ঢাকা দিয়ে সেদ্ধ হতে দিন ১০-১৫ মিনিট। শেষে তেঁতুলের রস দিয়ে নামান।

নান বা পোলাও-এর সঙ্গে খেতে দিন।

বিঃ দ্রঃ এখন প্রশ্ন সবুজ মশলা কী? সবুজ মশলার জন্য ৫০ গ্রাম আদা, রসুন, কাঁচালঙ্কা ১কাপ ধনেপাতা কুচি, ১টেবিল চামচ তেল একত্রে সব মশলা বেটে নিন। বাটার সময়ই তেলটা দেবেন।

কাজু আলুর দম

কী কী লাগবে

আলু (সেদ্ধ করা) : ৫০০ গ্রাম ; টকদই : ১/৩ কাপ ;
পোস্তবাটা : ১/৩ কাপ ; কাজুবাদাম বাটা : ১/৩ কাপ ; আদাবাটা : ১ চামচ; নুন : স্বাদমতো ;
চিনি : ১চা চামচ ; সাদা তেল : প্রয়োজনমতো ; তেজপাতা : ২টি ; আস্ত জিরে :১চা চামচ ;
শুকনো লঙ্কা : ২টি ; ঘি : ১টেবিল চামচ।

কী করে করবেন

সেদ্ধ আলু তেলে হালকা করে সাঁতলে নিন। টকদই ফেটিয়ে তার মধ্যে পোস্ত বাটা, কাজু বাটা, আদা বাটা ও নুন, চিনি মেশান। আলু এতে ভিজিয়ে রাখুন আধঘণ্টা।

কড়ায় তেল গরম করে তেজপাতা, জিরে ও শুকনো লঙ্কা ফোড়ন দিন। ফোড়নের গন্ধ বেরোলে মশলা শুদ্ধ আলু দিয়ে কষতে থাকুন। জল শুকিয়ে গেলে উপরে ঘি দিয়ে নামান।

ছ-শ্রীছ্প ড্ছাশ

কী কী লাগবে

ছ্প্নঈশ্রী'ছল্পছ্শজ. ১ঝাছ-জ, শছ্পঙ্গজ. ৬শ্রীক্ষছজ,ডাক্ষছপশল্পছজ. ৪শ্রীঙ্ক ছ্শ্রীল্পছশ্রীজ.৫ ঞশ্রীঈজ,ঈ্রশ্রীছ্প জ্ছধঃড্রাজ. ২শ্রীক্ষছজ,ছ্হশ্রীক্ষছজ.৪ ক্ষছ্রছ্প।জ,হ্নুছ্পশ্রীছ : ২৫০ গ্স্ঈজ,ঈক্ষছ্প শুধশ্রীক্ষছজ.১ঝাছ- (লী'ছড্রা) জ, লী।। : ১০০ গ্স্ঈজ,ক্ষছ্রঈক্ষছজ. ১শ্রীক্ষছজ,থ্ছডক্ষ্ঝী।জ. ১/৩ঝাছ-জ, হুঈশ্রীছ্প ল্পছজ.ন্দাড্রঈ'ছজ,শ্রীল্পছশ্রীজ. ১ ল্পছ্ঈল্পছজ,হ্ন—জ.২০০ শ্রীঈশ্রীশজ,ড্রাছ্প্।ছ্প ল্ডাজ.ঝঝড্ছাক্ষছজ,ঝ'ছডাছ্প ড্রাশজ.ঝঝ ড্ছাক্ষছজহছড্রাছ্প ড্রায়জ.শ্রীল্প

কী করে করবেন

ল্পছাশ, শছ্পঙ্গ, ডাক্ষছপশল্পছ ৗছ্প শ্রীল্পছশ্রী প্নঝঙ্গ ড্রদ্ধঝ্‌হছা'ছ ৗঈ্‌ঋমত্ৗ নঝ'ছ নঝ'ছ ৗ ড্রঞ্‌ ড্র্ক্ষ ।শঃ ড'ছ্শ লশ্রীছ্ক্ক ছ্প।স্ঠ্‌

লা, ছধা'ছ শ্রীক্ষছ নবশ্রীছ-ডাক্ষছ ক্ষছ্রছ্প ঃ মঞক্ষছ ড'ছ্প ছ্হড্রা "হুছশ্‌ ক্ষছ্রঈক্ষছ হুক্ষছ্প ড্রাশ ২শ্রীঈশ্রীক্ষছ জ্ছস্টড্রা লশ্রীছ্ক্ক শ্রীছ'ছশ্রীছ্প ছ্পশ্র্রি ছ্প।স্ঠ্‌ জ্ছধঃড্রা ছা'ছশ্‌ছ্প মঞক্ষছ ড্রাশ্রীশ নব্ছ্প ছ্হড্রা শ্রী ঈক্ষছ্প শুধশ্রীক্ষছ ড্রদ্ধছ্প ছ্প।স্ঠ্‌ প্নঝশ্রীক্ষছ ড্রঝশ্রীল্পছ'ছশ্রীল্প ঠ্ছ হ্রছ্প 'হ্র'ছক্ষছ্রঈক্ষছ শ্রীছ'ছশ্রীছ্প, ক্ষঝা ট্রছড্রা জ্ছধঃড্রা, লা, হুক্ষশ্রীছ, ঈক্ষছ্প শুধশ্রীক্ষছহু ঈশ্রীছ্প ল্পছ শ্রীল্পছশ্রী ২ শ্রীঈশ্রীক্ষছ ঈ্রছশ্রীছ্প ড্রেক্ষছ জ্ছস্ট্রঈ্র প্র'ছ্রা'ছশ্রী ড্র'ছডাল্পছ'ছডা নব্ছ্প ড্রাছ্প্। হ্ন—গ্র ঝ'ছডাছ্প ড্রাশ শ্রী পশ্রীক্ষছ ঈ্র ছ্প।স্ঠ্‌ ১৫ শ্রীঈশ্রীক্ষছ ড্রা ছা'ছ শ্রীক্ষছ্প ক্ষছ্রছ্প।শ্রীঃ।শ্রীড্রা জ্ছস্ট'ছশ্রী

ঠ্ঈছ্প নহ্নছ্রশ

কী কী লাগবে

শ্রীঈজ.৪ড্ছজ,শ্রীড্রশ্রীক্ষ্রজ.২ল্পছ ল্পছঈল্পছজ, ছ্ঝঠ্ঈছ্প নধাজ. ২০০ গ্স্ঈ জশ্রীছ্রঈ্রজ.৩ ড্ছশ্রীছ্প্শ ল্পছঈল্পছ(গুধছডাব্ছ্প।)জ্ছহ্যাশ্রীশপ্রস জ. ১/২ ল্পছ ল্পছঈল্পছজ,শ্রীত্রঈজ. ১/২ ঝাছ-

কী করে করবেন

শ্রী'ছঈছ্প ।ৗ কৈ্ষ নহ্নছ্রঈ শৈৗছ্প হুশ্রীক্ষছ ছ্রত্র ছ্প।স্ঠ্‌ শ্রীড্রাশ্রীক্ষছশ্রী'ছুড্ছশ্রীছ্প্শ ল্পছঈল্পছড্রা ১৫শ্রীঈশ্রীক্ষছশ্রীছশ্রীড্রা জ্ছস্টক্ক ঠ্ঈাল্পছ ঠ্শ্রীঃ শ্রী

শ্রীছ্রঈছ্প নহ্নছ্রঈ গুধ'ছডা শ্রীল্পছশ্রী প্নঝঙ্গছাশ্‌ছ্প ড্ছশ্রীক্ষছ শ্রী শ্রীঈশ্র'শ্রীক্ষছ হুক্ষছ্প জ্ছ্র ৗঝ ট্ৗশ 'ছ্র'ছশ্রীড্রাশশ্রীক্ষছ হ্যাশ্রীশ প্রাস ড্রা ড্ছশ্রীক্ষছঃ, শ্রীঃ "ছ্র'ছ ঠ্ঈছ্প নধাক্ষছ শ্রী। পছপাছ্প ঠ্ঈছ্প হছাশ্‌ছ্প ড্ছক্ষছ শ্রী'ছঈছ্প ।ৗ কৈ্ষ শ্রীত্র ঈ শৈৗ শৈ হ্রছ্প ড্ছশ্রীক্ষছ শ্রীছঈছ্প নহ্নছ্রঈছ্প শ্রীঈশ্র'ছ্প নঙ্গ ড্রা।হু থ্ৗ নঝল্পছ্প ছ্রত্র ড'ছ্প শ্রীক্কছড্রা ড্রাঈ'ছশ্রী। ড্রাঈ ড্র্ক্ষ শ্রীত্র ঈ ঠ্ঈছ্প ক্ষছ্রছ্প। শ্রীঃ ।ড্রাশ ডাস্ট'ছছাশ শ্রষ্ঠছ্প

বিয়েতে রেজিস্ট্রির প্রয়োজনীয়তা

মানব জীবনের গুরুত্বপূর্ণ অধ্যায় বিয়ে। শুধু নিজের জীবন নয়, ভবিষ্যৎ প্রজন্মের জন্য বৈধ ও গ্রহণযোগ্য অঙ্গীকার হিসেবেও বিয়েকে চিহ্নিত করা হয়। বিয়ে মানে বন্ধন দুই হৃদয়ের। তবে সে বন্ধন শুধু অগ্নি বা ঈশ্বরকে সাক্ষী রেখেই নয়, সাক্ষী ম্যারেজ রেজিস্ট্রারকে রেখেও। ভবিষ্যতে নানা আইনি জটিলতা থেকে রক্ষা পেতে সামাজিক বিয়ের সঙ্গে এখন বিয়েতে রেজিস্ট্রেশন আবশ্যিক হয়ে উঠেছে। বিয়ের এই দিক নিয়ে আইনজীবিদের সঙ্গে কথা বলে লিখেছেন সৈকত হালদার

কীসে বিয়ের রেজিস্ট্রেশন সাহায্য করে

নিপীড়িতের সহায় : অনেক সময় বহু বছর সংসার করার পরেও, এমনকী সন্তান জন্মের পরও এক পুরুষ বা নারীতে বিতৃষ্ণা আসায় যখন স্বামী বা স্ত্রী অন্য নারী বা পুরুষে আসক্ত হয়ে বেপরোয়া কাজে লিপ্ত হয় তখন আইনি সহায়তার প্রয়োজন হয়। সেই সময় বিবাহ রেজিস্ট্রেশন সার্টিফিকেট ওই নিপীড়িত স্বামী বা স্ত্রীর প্রধান সহায় হিসেবে পরিগণিত হয়।

বিদেশ ভ্রমণ : স্বামী-স্ত্রী একত্রে বিদেশ ভ্রমণেও এই সার্টিফিকেট জরুরি। পৃথিবীর যে কোনও দেশে, যে কোনও প্রান্তে এই মূল্যবান নথি সর্বজনগ্রাহ্য।

রাষ্ট্রের কাছে : বর্তমানে রাষ্ট্রের বিভিন্ন কাজেও বিবাহ রেজিস্ট্রেশনের প্রয়োজন হয়ে পড়েছে। যেমন— জন্মনিয়ন্ত্রণ, কর্মসংস্থানের সুযোগ, সামাজিক পুনর্বিন্যাস ইত্যাদি।

বাল্য বিবাহ রোধে : পণপ্রথা বন্ধ করা ছাড়া বাল্যবিবাহ বন্ধ করার কাজেও বিবাহ রেজিস্ট্রেশনের ভূমিকা আছে। বাল্যবিবাহের কুফল হিসেবে বহু নারী অল্প বয়সে মা হতে গিয়ে মারা যান। অথবা অসুস্থ হয়ে জীবন কাটান কিংবা স্বল্প ওজনের শিশুর জন্ম দেন। ফলে সমাজ এবং রাষ্ট্র অসুস্থ সন্তানের ভারে পিছিয়ে পড়ে। সুতরাং বাল্যবিবাহ বন্ধ করার কাজেও বিবাহ রেজিস্ট্রেশনের উল্লেখযোগ্য ভূমিকা আছে।

উত্তরাধিকারীর প্রয়োজন : পণপ্রথা বন্ধ, বাল্য বিবাহ আটকানো ছাড়াও স্বামী বা স্ত্রীর বা উত্তরাধিকারের দলিল হিসেবেও ম্যারেজ রেজিস্ট্রেশন সার্টিফিকেট জরুরি। আইনসিদ্ধ, রাষ্ট্র প্রদত্ত দলিল যা ওই ব্যক্তির উত্তরাধিকারীদের কাছেও একটি রক্ষাকবচ স্বরূপ।

বিবিধ প্রয়োজনে : কোনও এক বৃহৎ অঞ্চলের বিবাহ সম্পর্কিত সমস্ত তথ্য সেই অঞ্চলের সরকারি কর্তৃপক্ষের হাতে থাকলে ওই এলাকার সামাজিক ও গৃহ সমস্যা সমাধানে কী কী করণীয়, নতুন উপনগরী প্রতিষ্ঠার সুযোগ কতখানি, কতজন নতুন গৃহের সন্ধানে যাবেন, কতজনের উপার্জনের রাস্তা খোলা থাকা প্রয়োজন সেইসব ব্যাপারে সার্থক পদক্ষেপ নেওয়া সম্ভব হয়।

৮ নং ধারা অনুসারে বিবাহ রেজিস্ট্রিকরণ

১। বিয়ে প্রমাণ করার জন্য রাজ্য সরকার বিয়ে নিবন্ধিকরণ করার ব্যবস্থা করেছেন।
২। রাজ্য সরকার রেজিস্ট্রিকরণ বাধ্যতামূলক করতে পারেন এবং আইন ভঙ্গকারীকে ২৫ টাকা জরিমানা করতে পারেন।
৩। এই বিষয়ে সমস্ত আইন রাজ্য সভায় পেশ করতে হয়
৪। হিন্দু ম্যারেজ রেজিস্ট্রিতে সবসময় পরিদর্শনের ব্যবস্থা রাখা আছে।

রেজিস্ট্রেশন নিয়ে দুর্নীতি : রেজিস্ট্রেশনের দায়িত্ব ম্যারেজ রেজিস্ট্রারের। অন্য কারও নয়। কিন্তু এক শ্রেণীর নোটারি পাবলিক এবং কিছু দুর্নীতিগ্রস্থ উকিল জনগণের চাহিদা ও অজ্ঞতার সুযোগ নিয়ে এফিডেভিট আকারে নকল ম্যারেজ সার্টিফিকেট প্রদান করে জনগণকে বিশেষ করে মহিলাদের বিপদে ফেলছেন।

রাজ্যে প্রচলিত আইন

রাজ্যে বর্তমানে প্রচলিত আইনগুলো হল কেন্দ্রীয় সরকার কর্তৃক প্রচলিত বিশেষ বিবাহ আইন ১৯৫৪। হিন্দু বিবাহ আইন ১৯৫৫। খ্রিস্টান বিবাহ আইন ১৮৭২, পার্সি বিবাহ আইন ও বিচ্ছেদ আইন ১৯৩৬ এবং মুসলিম বিবাহ ও বিচ্ছেদ আইন ১৮৭৬।
বিয়ে রেজিস্ট্রেশন : বিবাহ রেজিস্ট্রি দুরকমভাবে হতে পারে। হিন্দু ম্যারেজ অ্যাক্ট বা হিন্দু বিবাহ আইন। স্পেশাল ম্যারেজ অ্যাক্ট বা বিশেষ বিবাহ আইন। প্রথম ক্ষেত্রে পাত্র-পাত্রী উভয়কে হিন্দু ধর্মাবলম্বী হতে হয়। বিশেষ বিবাহ আইনে ভিন্ন ধর্মাবলম্বীদের মধ্যে বিয়ে হয়। সামাজিক বিয়ে সম্পন্ন হওয়ার আগে বা পরে বিয়ে নির্বন্ধীকরণ বা রেজিস্ট্রেশন করা যায়। রেজিস্ট্রি করার জন্য মাসখানেক আগে নোটিস দিতে হয়। নাগরিকতা ও ধর্মের উল্লেখ করতে হয়। এই জন্য, যাতে জানা যায় কোন আইনে বিয়ে সম্পন্ন হবে। নোটিস দেওয়ার পর ম্যারেজ রেজিস্ট্রি অফিস থেকে নির্ধারিত বিয়ের দিন দেওয়া হয়। ওই দিন পাত্র-পাত্রীকে আসতে হয়। সঙ্গে তিনজন সাক্ষীকে উপস্থিত থাকতে হয়। সাক্ষীদের মধ্যে অবশ্যই উভয় পক্ষের অভিভাবক থাকতে হবে। আবেদনপত্র পূরণ করার সঙ্গে দিতে হয় পাত্র-পাত্রীর বয়সের প্রমাণপত্র। সাক্ষীর সচিত্র পরিচয়পত্র, ঠিকানা জানাতে হয়। পাত্রের বয়স ২১বছর ও পাত্রীর বয়স ১৮ বছর পূর্ণ হওয়া চাই।

হিন্দু নারীর ইসলাম ধর্মগ্রহণ করে বিয়ে

যদি কোনও বিবাহিত হিন্দু নারী ইসলাম ধর্ম গ্রহণ করে তবুও পূর্ববর্তী বিয়ে বাতিল হবে না। পূর্ব স্বামী জীবিত থাকার সময় স্ত্রী ইসলাম ধর্ম গ্রহণ করলেও আবার বৈধ বিবাহ চুক্তিতে চুক্তিবদ্ধ হতে পারে না। এরূপ অবস্থায় ভারতীয় দন্ডবিধির ৪৯৪ ধারা প্রযোজ্য হবে।

ধর্মান্তরিত হিন্দু নারী যদি দেখাতে পারে যে তার আগের বিয়ে আদালত কর্তৃক বাতিল হয়েছে সেক্ষেত্রে দন্ডনীয় হবে না।

বিয়েতে রেজিস্ট্রির প্রয়োজনীয়তা

মানব জীবনের গুরুত্বপূর্ণ অধ্যায় বিয়ে। শুধু নিজের জীবন নয়, ভবিষ্যৎ প্রজন্মের জন্য বৈধ ও গ্রহণযোগ্য অঙ্গীকার হিসেবেও বিয়েকে চিহ্নিত করা হয়। বিয়ে মানে বন্ধন দুই হৃদয়ের। তবে সে বন্ধন শুধু অগ্নি বা ঈশ্বরকে সাক্ষী রেখেই নয়, সাক্ষী ম্যারেজ রেজিস্ট্রারকে রেখেও। ভবিষ্যতে নানা আইনি জটিলতা থেকে রক্ষা পেতে সামাজিক বিয়ের সঙ্গে এখন বিয়েতে রেজিস্ট্রেশন আবশ্যিক হয়ে উঠেছে। বিয়ের এই দিক নিয়ে আইনজীবিদের সঙ্গে কথা বলে লিখেছেন সৈকত হালদার

কীসে বিয়ের রেজিস্ট্রেশন সাহায্য করে

নিপীড়িতের সহায় : অনেক সময় বহু বছর সংসার করার পরেও, এমনকী সন্তান জন্মের পরও এক পুরুষ বা নারীতে বিতৃষ্ণা আসায় যখন স্বামী বা স্ত্রী অন্য নারী বা পুরুষে আসক্ত হয়ে বেপরোয়া কাজে লিপ্ত হয় তখন আইনি সহায়তার প্রয়োজন হয়। সেই সময় বিবাহ রেজিস্ট্রেশন সার্টিফিকেট ওই নিপীড়িত স্বামী বা স্ত্রীর প্রধান সহায় হিসেবে পরিগণিত হয়।

বিদেশ ভ্রমণ : স্বামী-স্ত্রী একত্রে বিদেশ ভ্রমণেও এই সার্টিফিকেট জরুরি। পৃথিবীর যে কোনও দেশে, যে কোনও প্রান্তে এই মূল্যবান নথি সর্বজনগ্রাহ্য।

রাষ্ট্রের কাছে : বর্তমানে রাষ্ট্রের বিভিন্ন কাজেও বিবাহ রেজিস্ট্রেশনের প্রয়োজন হয়ে পড়েছে। যেমন— জন্মনিয়ন্ত্রণ, কর্মসংস্থানের সুযোগ, সামাজিক পুনর্বিন্যাস ইত্যাদি।

বাল্য বিবাহ রোধে : পণপ্রথা বন্ধ করা ছাড়া বাল্যবিবাহ বন্ধ করার কাজেও বিবাহ রেজিস্ট্রেশনের ভূমিকা আছে। বাল্যবিবাহের কুফল হিসেবে বহু নারী অল্প বয়সে মা হতে গিয়ে মারা যান। অথবা অসুস্থ হয়ে জীবন কাটান কিংবা স্বল্প ওজনের শিশুর জন্ম দেন। ফলে সমাজ এবং রাষ্ট্র অসুস্থ সন্তানের ভারে পিছিয়ে পড়ে। সুতরাং বাল্যবিবাহ বন্ধ করার কাজেও বিবাহ রেজিস্ট্রেশনের উল্লেখযোগ্য ভূমিকা আছে।

উত্তরাধিকারীর প্রয়োজন : পণপ্রথা বন্ধ, বাল্য বিবাহ আটকানো ছাড়াও স্বামী বা স্ত্রীর বা উত্তরাধিকারের দলিল হিসেবেও ম্যারেজ রেজিস্ট্রেশন সার্টিফিকেট জরুরি। আইনসিদ্ধ, রাষ্ট্র প্রদত্ত দলিল যা ওই ব্যক্তির উত্তরাধিকারীদের কাছেও একটি রক্ষাকবচ স্বরূপ।

বিবিধ প্রয়োজনে : কোনও এক বৃহৎ অঞ্চলের বিবাহ সম্পর্কিত সমস্ত তথ্য সেই অঞ্চলের সরকারি কর্তৃপক্ষের হাতে থাকলে ওই এলাকার সামাজিক ও গৃহ সমস্যা সমাধানে কী কী করণীয়, নতুন উপনগরী প্রতিষ্ঠার সুযোগ কতখানি, কতজন নতুন গৃহের সন্ধানে যাবেন, কতজনের উপার্জনের রাস্তা খোলা থাকা প্রয়োজন সেইসব ব্যাপারে সার্থক পদক্ষেপ নেওয়া সম্ভব হয়।

ভূ ত ভ বি ষ্য ৎ

বৈশাখ, জৈষ্ঠ মাস কেমন যাবে তার আগাম কিছু আভাস দিচ্ছেন শ্রীভৃগু (অনাদি)

মেষরাশি সাবধানতা অবলম্বন করতে পারলে অনেক বিপদ থেকে রক্ষা পাওয়ার সম্ভাবনা আছে। নতুন ভাবে কর্ম ক্ষেত্রে অর্থ লগ্নী করলে শুভ হবে; মহিলাদের ক্ষেত্রেও কর্ম জীবনে সুযোগ বৃদ্ধি হবে। শুভ রঙ : সাদা ; অশুভ রঙ : লাল ; শুভ সংখ্যা : ৫ ; অশুভ সংখ্যা ৭ ; শুভ বার : সোম ; অশুভ বার : মঙ্গল ; শুভ খাবার : ভাত, মুগডাল, টক দই, শসা ; অশুভ খাবার : ডিম, মাংস।

বৃষরাশি বাড়িতে আত্মীয় সমাগম। মানসিক চাপ বৃদ্ধি ; শিক্ষাক্ষেত্রে উপযুক্ত ফল লাভ নাও হতে পারে। তার থেকে মানসিক অবনতি হতে পারে। উচ্চ শিক্ষার্থীদের ক্ষেত্রে বাইরে যাওয়ার জন্য উপযুক্ত সময়। ব্যবসায় অর্থলগ্নী করলে শুভ ফল লাভ হতে পারে। শুভ রঙ : সবুজ; অশুভ রঙ : কালো ; শুভ সংখ্যা : ৬ ; অশুভ সংখ্যা ৮ ; শুভ বার : বৃহস্পতি ; অশুভ বার : শনি ; শুভ খাবার : পাতিলেবু, কলা, বিউলি ডাল ; অশুভ খাবার : সামুদ্রিক মাছ।

মিথুন রাশি প্রধান ব্যবসায় অর্থ লগ্নী করলে ভাল হবে ; লোহা, কাঠ, সিমেন্ট, অশুভ। আটকে থাকা অর্থ প্রাপ্তির সম্ভাবনা আছে। প্রেমপ্রীতি ভালবাসা থেকে সাবধান। শিক্ষা ক্ষেত্রে অশুভ প্রভাব পড়তে পারে। সন্তানদের জন্য চিন্তা বৃদ্ধি। শুভ রঙ : আকাশি ; অশুভ রঙ : কালো ; শুভ সংখ্যা ১ ; অশুভ সংখ্যা : ৮ ; শুভ বার : মঙ্গল ; অশুভ বার : সোম ; শুভ খাবার : ভাত, ডাল সবজি, আম ; অশুভ খাবার : বেগুন, চিংড়ি।

কর্কট রাশি ধীরস্থির হলে শুভ ফল লাভ হবে। স্বামী স্ত্রীর মতপার্থক্যের ফলে সন্তানের শিক্ষায় খারাপ হওয়ার সম্ভাবনা। হঠাৎ বিয়ে বা বাড়িতে চুরি হওয়ার যোগ আছে। চাকুরিজীবিদের ক্ষেত্রে নতুন সুযোগ বৃদ্ধি ঘটবে। শুভ রঙ : নীল ; অশুভ রঙ : গোলাপী, শুভ সংখ্যা : ৯ ; অশুভ সংখ্যা : ৬ ; শুভ বার : বুধ ; অশুভ বার : শনি ; শুভ খাবার : মুসুর ডাল, রুটি, টমেটো, শসা ; অশুভ খাবার : মাছের মাথা, ল্যাজা।

সিংহ রাশি স্বাস্থ্যের অবনতি হওয়ার যোগ আছে, হঠাৎ কোনও মামলায় জড়িয়ে পড়তে পারেন। বাইরের লোকের কাছ থেকে খাবার নেওয়ার ব্যাপারে সাবধান। আটকে থাকা অর্থ প্রাপ্তি ঘটবে। প্রসাধনী ও কৃষি প্রধান ব্যবসায় শুভ ফল। শুভ রঙ : আকাশি ; অশুভ রঙ : কালো ; শুভ সংখ্যা : ৩ ; অশুভ সংখ্যা : ৬ ; শুভ বার : শুক্র ; অশুভ বার : মঙ্গল ; শুভ খাবার : দালিয়া, উচ্ছে, টক দই ; অশুভ খাবার : পুঁই শাক, চিংড়ি মাছ।

কন্যা রাশি শিল্পকর্মে যুক্ত মানুষেরা লাভবান হবেন। কর্মক্ষেত্রে জাতক/ জাতিকাদের সুযোগ ঘটবে। উচ্চশিক্ষা ক্ষেত্রে বাইরে যাওয়ার যোগ আছে। তবে উত্তর এবং উত্তরপূর্ব অশুভ। চর্মরোগ হতে পারে। শুভ রঙ : সাদা; অশুভ রঙ : লাল ; শুভ সংখ্যা : ২ ; অশুভ সংখ্যা : ৪ ; শুভ বার : বৃহস্পতি ; অশুভ বার : শনি ; শুভ খাবার : ছোলা, আখের গুড়, নিমপাতা ; অশুভ খাবার : মাংস, ঘি, কাঁচা পেঁয়াজ।

তুলারাশি কোনও বাড়তি দায়িত্ব বা ঝুঁকি নেওয়া উচিত নয়। যৌথভাবে ব্যবসা অশুভ। একত্রভাবে শুভ। উচ্চ শিক্ষার ফল খারাপ হতে পারে; মানসিক চাপ বৃদ্ধি ঘটবে। হঠাৎ ঋণের মধ্যে জড়িয়ে পড়তে পারেন। শুভ রঙ : সবুজ ; অশুভ রঙ : নীল ; শুভ সংখ্যা : ৭ ; অশুভ সংখ্যা : ৫ ; শুভ বার : রবি ; অশুভ বার : মঙ্গল ; শুভ খাবার : ভাত, ডাল, মাছ, শসা, কাঁচা টমেটো ; অশুভ খাবার : রসুন, মাছের তেল, শাক।

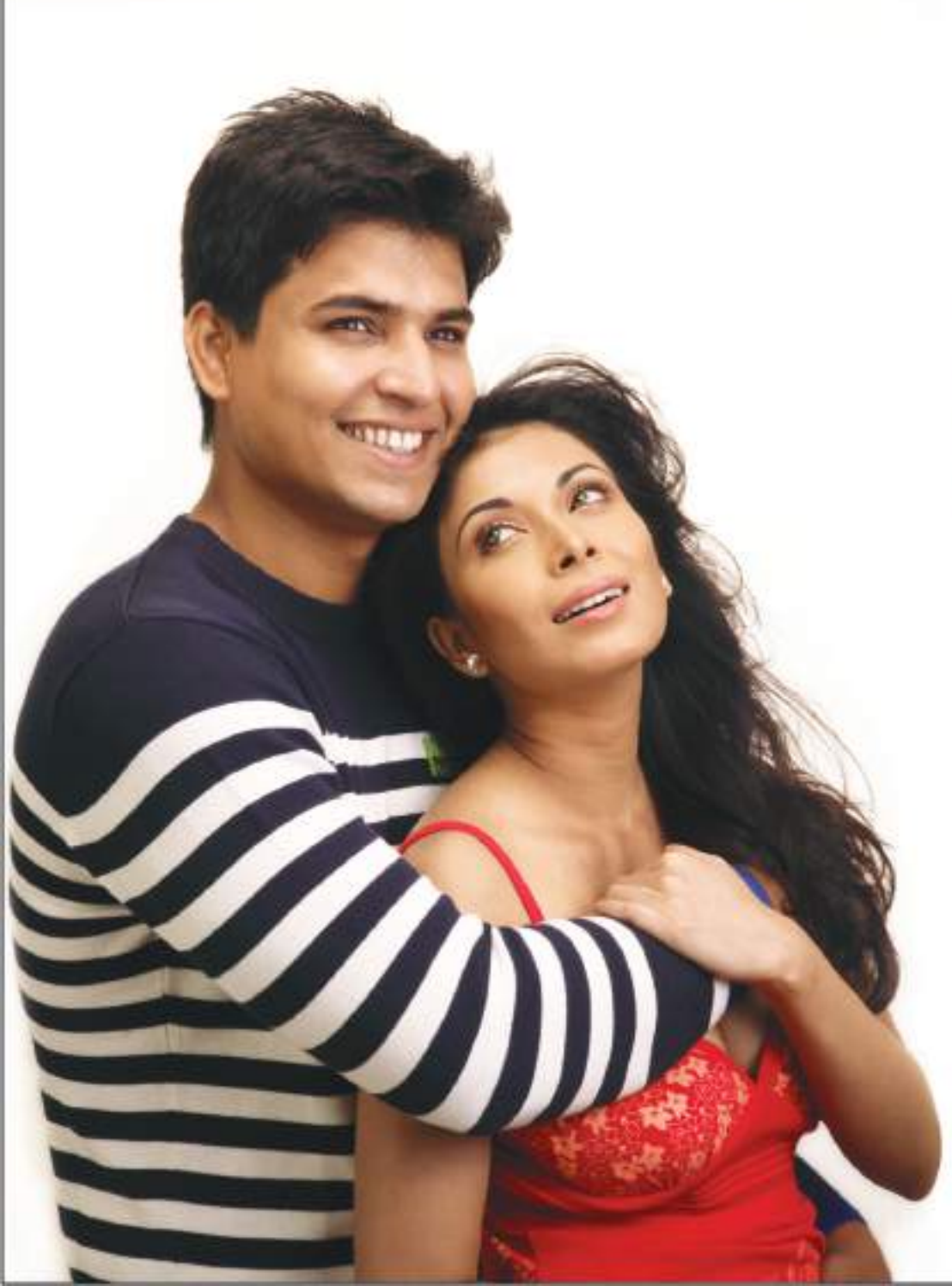
বৃশ্চিক রাশি প্রতিযোগিতায় অংশ গ্রহণ করলে সম্মান লাভের সম্ভাবনা আছে। আগুন, জল, বিদ্যুৎ, থেকে সাবধান। নতুন বন্ধু ও বান্ধবী লাভ হবে ; শিক্ষা ক্ষেত্রে প্রফেশনাল কোর্স করলে উন্নতি লাভের সম্ভাবনা। স্বাস্থ্য পরিষেবায় যুক্ত মানুষজন লাভবান হবেন। শুভ রঙ : ধুসর ; অশুভ রঙ : গোলাপি ; শুভ সংখ্যা : ৬ ; অশুভ সংখ্যা : ৭ ; শুভ বার : সোম ; অশুভ বার : শুক্র ; শুভ খাবার : ভাত, টক দই, ডাল, পাতিলেবু ; অশুভ খাবার : সামুদ্রিক মাছ।

ধনু রাশি দেরিতে হলেও সাফল্য আসবে। জন্মস্থানের বাইরে কর্মজীবনে শুভ পরিবর্তন ঘটবে ; প্রণয় সূত্রে বিয়ে হওয়ার সম্ভাবনা আছে। শিক্ষক এবং শিক্ষিকাদের অর্থ ক্ষেত্রে শুভ হবে। মেডিসিন ব্যবসায়ীরা হঠাৎ আইনি সমস্যায় পড়তে পারেন। শুভ রঙ : হলুদ ; অশুভ রঙ : আকাশি ; শুভ সংখ্যা : ৮ ; অশুভ সংখ্যা : ২ ; শুভ বার : বুধ ; অশুভ বার : শুক্র ; শুভ খাবার : নিরামিষ ; অশুভ খাবার : আমিষ।

মকর রাশি জমি সংক্রান্ত ব্যবসায় শুভ ফললাভ হবে। গাড়ি ব্যবসায় ক্ষতির যোগ আছে। আত্মীয় বিয়োগ হওয়ার সম্ভাবনা আছে। শিক্ষা ক্ষেত্রে উন্নতি ঘটবে। বিয়ে শুভ, সন্তান লাভের ক্ষেত্রে সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে। ফাটকায় অর্থ লাভ করা উচিত নয়। শুভ রঙ : গোলাপি ; অশুভ রঙ : কালো ; শুভ সংখ্যা : ১ ; অশুভ সংখ্যা : ৭ ; শুভ বার : বুধ ; অশুভ বার : মঙ্গল ; শুভ খাবার : ভাত, ডাল, সবজি, টক ; অশুভ খাবার : ময়দার রুটি, কপি, বাঁধাকপি।

কুম্ভ রাশি প্রণয় সূত্রে বিয়ে শুভ, সন্তান লাভের যোগ আছে। জীবনে দেরিতে হলেও সাফল্য আসবে। শিক্ষার ফল খারাপ হতে পারে। স্বাস্থ্যের অবনতি ঘটবে ; মহিলাদের কর্মক্ষেত্রে সুযোগ বৃদ্ধি। স্বাধীন কাজে উন্নতি হবে। শুভ রঙ : বেগুনি ; অশুভ রঙ : ধূসর ; শুভ সংখ্যা : ১ ; অশুভ সংখ্যা : ৬ ; শুভ বার : বুধ ; অশুভ বার : সোম ; শুভ খাবার : দালিয়া, শসা, ডুমুর ; অশুভ খাবার : পুঁই শাক, ডিম, ওলকচু।

মীন রাশি শিক্ষা ক্ষেত্রে সতর্ক থাকলে শুভ ফল লাভ হবে। পরিবারের লোকের মধ্যে মত পার্থক্য হতে পারে। সন্তান ক্ষেত্রে চিন্তা বৃদ্ধি ঘটবে। খাওয়ার ব্যাপারে সাবধান। শিল্পকর্মে যুক্ত ব্যাক্তিরা লাভবান হবেন। ব্যবসায় অর্থ প্রাপ্তি ঘটবে। উচ্চ শিক্ষার জন্য বাইরে যাওয়ার সম্ভাবনা আছে। শুভ রঙ : কালো ; অশুভ রঙ : সবুজ ; শুভ সংখ্যা : ১ ; অশুভ সংখ্যা : ৩ ; শুভ বার : মঙ্গল ; অশুভ বার : শনি ; শুভ খাবার : নিরামিষ ; অশুভ খাবার : আমিষ, তেঁতুল, টক।



চিন্তা নয়। চাই সুখ।

Suvida® 72

আফশোস থেকে আনন্দ

এমারজেন্সি জন্মনিয়ন্ত্রণ পিল

REWEL

A Division of
Eskag Pharma

বিশদ জানতে হলে ফোন করুন ১৮০০ ১০২ ৭৪৪৭ (টোল ফ্রি) নম্বরে
অথবা মেল করুন eskagsuvida@gmail.com মেল আই ডি তে

RNI NO.: WBBEN/2011/39356

Suvida®

কারণ সিদ্ধান্তটা আপনার

বিশদ জানতে হলে ফোন করুন ১৮০০ ১০২ ৭৪৪৭ (টোল ফ্রি) নম্বরে
অথবা মেল করুন eskagsuvida@gmail.com মেল আই ডি তে

গর্ভনিরোধক বড়ি

স্বত্বাধিকারী সুনীল কুমার আগরওয়াল কর্তৃক পি ১৯২, লেকটাউন, তৃতীয় তল, ব্লক - বি কলকাতা ৭০০০৮৯ হইতে প্রকাশিত ও তৎকর্তৃক
সত্যযুগ এমপ্লয়িজ কো-অপারেটিভ ইন্ডাস্ট্রিয়াল সোসাইটি লিমিটেড ১৩, ১৩/১ এ প্রফুল্ল সরকার স্ট্রীট কলকাতা ৭০০০৭২ হইতে মুদ্রিত। সম্পাদক : সুদেষ্ণা রায়।