Rs. 2.00
মূল্য ঃ ২ টাকা

PRABINBARTA
প্রবীণবার্তা

MONTHLY
মাসিক

Vol : VIII Issue : XI, 15th, Feb, 2020 মাঘ, ১৪২৬, বার্ষিক মূল্য-২০ টাকা RNI NO. WBBEN/2012/46375

আমাদের বিনম্র শ্রদ্ধাঞ্জলি

নেতাজী সুভাষ চন্দ্র বসু

১৬ নভেম্বর ২০১৯ তারিখে সংস্থার সাথে যুক্ত চিকিৎসকদের সম্মাননা অনুষ্ঠানে ডাঃ কৃষ্ণার্জুন মুখার্জীকে সম্মাননা প্রদান করছেন সভাপতি শ্রী পেলব মুখার্জী

ভারতের সংবিধান

প্রস্তাবনা

আমরা, ভারতের জনগণ, ভারতকে একটি **সার্বভৌম সমাজতান্ত্রিক ধর্মনিরপেক্ষ গণতান্ত্রিক সাধারণতন্ত্র** রূপে গড়িয়া তুলিতে, এবং উহার সকল নাগরিক যাহাতে :
সামাজিক, অর্থনৈতিক ও রাজনৈতিক ন্যায়বিচার;
চিন্তার, অভিব্যক্তির, বিশ্বাসের, ধর্মের ও উপাসনার স্বাধীনতা;
পদমর্যাদা ও সুযোগসুবিধা লাভ নিশ্চিতকরণ;
এবং তাঁহাদের সকলের মধ্যে ব্যক্তি-মর্যাদা ও জাতীয় ঐক্য ও সংহতির আশ্বাসক ভ্রাতৃভাব বর্ধিত হয়;
তজ্জন্য সত্যনিষ্ঠার সহিত সংকল্প করিয়া আমাদের সংবিধান সভায় অদ্য, ২৬শে নভেম্বর, ১৯৪৯ তারিখে, এতদ্দ্বারা এই সংবিধান গ্রহণ করিতেছি, বিধিবদ্ধ করিতেছি এবং আমাদিগকে অর্পণ করেতিছে।

THE CONSTITUTION OF INDIA

PREAMBLE

WE, THE PEOPLE OF INDIA, having solemnly resolved to constitute India into a SOVEREIGN SOCIALIST SECULAR DEMOCRATIC, REPUBLIC and to secure to all its citizens :
JUSTICE, social economic and political;
LIBERTY of thought, expression, belief, faith and worship;
EQUALITY of status and of opportunity; and to promote among them all;
FRATERNITY assuring the dignity of the individual and the unity and integrity of the Nation;
IN OUR CONSTITUENT ASSEMBLY this twenty-sixth day of November, 1949, do HEREBY ADOPT, ENACT AND GIVE TO OURSELVES THIS CONSTITUTION.

ভারতীয় প্রজাতন্ত্র দিবস

ব্রিটিশ শাসনের হাত থেকে মুক্তি পেয়ে ভারত স্বাধীনতা লাভ করেছিল ১৯৪৭ সালের ১৫ আগস্ট। কিন্তু প্রয়োজন ছিল সুষ্ঠুভাবে দেশ শাসনের জন্য ১৯৩৫ সালের ভারতীয় আইনের পরিবর্তন করে নতুন সংবিধান রচনার। তাই ১৯৪৭ সালের ২৮ আগস্ট স্থায়ী সংবিধান রচনার জন্য একটি ড্রাফটিং কমিটি গঠন করা হয়। যার চেয়ারম্যান ছিলেন ডঃ ভীমরাও রামজি আম্বেদকর। সে বছরই ৪ নভেম্বর কমিটি একটি খসড়া সংবিধান রচনা করে গণপরিষদে জমা দেয়। গণপরিষদের অধিবেশনে এই খসড়া সংবিধান নিয়ে আলোচনা চলে। তাতে সাধারণেরও প্রবেশাধিকার ও মতামত জানানোর অধিকার ছিল। ১৯৪৯ সালের ২৬ নভেম্বর গণপরিষদে খসড়া সংবিধান গৃহীত হয়। দীর্ঘ তর্কবিতর্ক ও সংশোধনের পর ১৯৫০ সালের ২৪ জানুয়ারি গণপরিষদের ৩০৮ জন সদস্য চূড়ান্ত সংবিধানের দু'টি হাতে লেখা নথিতে (একটি হিন্দি ও অপরটি ইংরেজিতে) স্বাক্ষর করেন। ১৯৩০ সালের ২৬ জানুয়ারি ভারতের জাতীয় কংগ্রেস পূর্ণ স্বরাজের সংকল্প ঘোষণা ও গ্রহণ করেছিল। তাই ২৬ জানুয়ারি দিনটিই সংবিধান কার্যকর করার জন্য বেছে নেওয়া হয়েছিল। সেই থেকে প্রতি বছর ২৬ জানুয়ারি দিনটি সাধারণতন্ত্র দিবস বা প্রজাতন্ত্র দিবস হিসাবে পালিত হয়। ভারতের প্রথম রাষ্ট্রপতি ডঃ রাজেন্দ্র প্রসাদ প্রথম প্রজাতন্ত্র দিবসের অনুষ্ঠানে (২৬শে জানুয়ারি, ১৯৫০) জাতীয় পতাকা উত্তোলন ও অভিবাদন গ্রহণ করেন।

ভারতের সংবিধানে ঘোষণা করা হয়েছে, ভারতীয় যুক্তরাষ্ট্র সার্বভৌম সমাজতান্ত্রিক ধর্মনিরপেক্ষ এবং গণতান্ত্রিক প্রজাতন্ত্র। ধর্মনিরপেক্ষ এবং সমাজতান্ত্রিক শব্দ দুটি ১৯৭৬ সালে ভারতের সংবিধানের ৪২ তম সংশোধনীর মাধ্যমে সংযুক্ত করা হয়েছে।

নাগরিকত্ব সংশোধনী আইন, ২০১৯ এর দ্বারা সংবিধানের অন্যতম ভিত্তি ধর্মনিরপেক্ষতার উপর আঘাত হানা হয়েছে। CAA বাতিল এবং সংবিধান রক্ষা করতে ভারতব্যাপী চলছে জনগণের স্বতঃস্ফূর্ত আন্দোলন।

বিশ্ব ক্যান্সার দিবস

তথ্য সংগ্রহে অশোক রঞ্জন ধর

Union for International Cancer Control (UICC) ১৯৩৩ সালে বিশ্ব ক্যান্সার দিবস পালনের পরিকল্পনা করে। UICC ২০০৫ সালে বিশ্বব্যাপী ক্যান্সার সচেতনতা প্রসারের কাজ শুরু করে। পরে ২০০৮ সালে লেখা World Cancer declaration রূপায়নের জন্য কাজ আরম্ভ করে। ২০০০ সালে রাষ্ট্রসংঘের প্যারিস অধিবেশনে সনদ পেশ করা হয় এবং ৪ ফেব্রুয়ারিকে বিশ্ব ক্যান্সার দিবস হিসাবে পালনের কথা ঘোষণা করা হয়। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, রাষ্ট্রসংঘ, সরকার এবং বে-সরকারী স্বাস্থ্য সংগঠনগুলি ক্যান্সারের বিষয়ে সংগ্রাম, চিকিৎসার মাধ্যমে ক্যান্সার নিরাময় এবং ক্যান্সার প্রতিরোধে সতর্কতামূলক ব্যবস্থা গ্রহণের বিষয়ে প্রচারের জন্য প্রতি বছর ৪ ফেব্রুয়ারি ক্যান্সার দিবস পালন করে। কয়েকটি বছরের বিশ্ব ক্যান্সার দিবসের থিম :—

* 2015 — Not Beyond Us
* 2016-18 — We Can. I Can.
* 2019-21 — I am and I will.

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা ২০১৮ সালের রিপোর্ট প্রকাশ করে জানিয়েছে শুধু ঐ বছরে নতুন করে ক্যান্সারে আক্রান্ত হয়েছেন প্রায় ১২ লক্ষ ভারতীয়, মৃত্যু হয়েছে প্রায় ৮ লক্ষের। পাঁচ বছর ধরে ভুগছেন প্রায় ২৩ লক্ষ। প্রতি ১০ জন ভারতীয়ের মধ্যে অন্তত একজন ক্যান্সারের কবলে পড়বেন এবং এই মারণরোগে প্রতি ১৫ জনের মধ্যে এক

জনের মৃত্যু হবে। শুধু ভারত নয়, গোটা বিশ্বের ক্যান্সার পরিস্থিতি নিয়ে এই সংস্থা উদ্বেগ প্রকাশ করেছে, এই রোগ থেকে মুক্তি পেতে এবং সুস্থ সমাজ গড়ে তুলতে সমাজের সর্বস্তরের মানুষের মধ্যে চেতনার বিকাশ অতীব প্রয়োজন।

ক্যান্সার

অধ্যাপক (ডাঃ) জ্ঞানব্রতশীল
(চলভাষ) ৯৪৩৩২৪৪৯৪৫

ক্যান্সার কী?

অনেকগুলি সমধর্মী অসুস্থতাকে একত্রে ক্যান্সার নামে অভিহিত করা হয়। সব রকমের ক্যান্সারেই শরীরের এক বা একাধিক কোষ (সেল) হঠাৎ বিশৃঙ্খল অস্বাভাবিকতায় সব বাধা-বাঁধন মুক্ত হয়ে অনিয়মিত বিভাজিত হতে থাকে এবং এই বিভাজন প্রক্রিয়া থামে না। মানুষের শরীরের বিভিন্ন অংশ বিভিন্ন ধরনের কোটি কোটি কোষ দিয়ে তৈরি হয়। সব স্বাভাবিক কোষ নিজ নিজ নির্দিষ্ট নিয়ম ও ছন্দানুসারে বৃদ্ধি পায়, নিজের সুনির্দিষ্ট কাজ করে বৃদ্ধ বা ক্ষতিগ্রস্ত হলে মারা যায় এবং নতুন কোষ তার শূন্যস্থান পূর্ণ করে একই কর্ম সম্পাদন করে। অদ্যাবধি বিজ্ঞানীদের জানার বাইরের কোনো কোনো অস্বাভাবিক পরিস্থিতিতে শরীরের মধ্যে অবস্থিত যে কোনো কোষই যে কোনো সময়ে ক্যান্সারাগ্রস্ত হয়ে পড়তে পারে এবং তারা তার আশ-পাশের বা দূরবর্তী টিশু (কলা)-গুলিতে ছড়িয়ে পড়ে।

যে কোনো কোষ ক্যান্সারগ্রস্ত হলে সে তার সুস্থাবস্থার নিয়ম, বৈশিষ্ট্য ও ছন্দ ভুলে যায়। বৃদ্ধ বা ক্ষতিগ্রস্ত কোষ নিজ নিয়মে মারা যায় কিন্তু তার জায়গা নেবার জন্য সুস্থ নিয়ম, বৈশিষ্ট্য ও ছন্দ-যুক্ত কোষের বদলে আদিম বৃদ্ধি-ক্ষমতাযুক্ত অগুন্তি অপ্রয়োজনীয় কোষ জড়ো হয়ে টিউমার ও অন্যবিধ বৈকল্য সৃষ্টি করে। বেশিরভাগ ক্যান্সারই টিশুর মধ্যে টিউমার (শক্ত-পিণ্ড) তৈরি হয় কিন্তু রক্তের ক্যান্সারে তা হয় না।

ক্যান্সারগ্রস্ত টিউমারকে ম্যালিগন্যান্ট-টিউমারও বলা হয় কারণ এই সব টিউমারে অবস্থিত ক্যান্সারগ্রস্ত কোষ সারা শরীরে ছড়িয়ে পড়তে পারে। ক্যান্সারগ্রস্ত কোষ রক্ত বা লিম্ফ (দেহ রস)-এর মাধ্যমে সারা দেহে ছড়াতে পারে এবং যেখানেই যায় সেখানেই টিউমার তৈরি করে এবং তজ্জনিত বাড়তি সমস্যা উৎপন্ন করে। ম্যালিগন্যান্ট-টিউমারের বিপরীতে অবস্থানকারী এবং কম বিপদজনক টিউমারের নাম বিনাইন-টিউমার, যারা ম্যালিগন্যান্ট টিউমারের মতো অন্যত্র ছড়ায় না, বড় হতে পারে কিন্তু অপারেশন করার পরে আবার বাড়ে না।

ক্যান্সার কী ভাবে শুরু হয়?

ক্যান্সার একটি জীন ঘটিত অসুখ। যেসব জীন আমাদের দেহকোষের বিভাজন, বৃদ্ধি, কর্ম-পদ্ধতি, ইত্যাদি নিয়ন্ত্রণ করে তাদের কোনো ব্যত্যয় বা মিউটেশন ঘটলে অনিয়ন্ত্রিত কোষ বিভাজন ঘটে ক্যান্সার শুরু হয়। আমাদের জীনগুলি বংশপরম্পরায় আমরা পেয়ে থাকি—তাই ক্যান্সারের বংশগতির অস্তিত্ব স্বীকৃত। কিন্তু বংশগতিই একমাত্র কারণ নয়। বয়োবৃদ্ধি, পরিবেশ, রাসায়নিক পদার্থের প্রভাব, তামাক ইত্যাদি নানাবিধ কারণকে ক্যান্সারের সঙ্গে জড়িত থাকার জন্য সংখ্যাতাত্ত্বিক প্রমাণ পাওয়া গেছে ও যাচ্ছে এবং তার ভিত্তিতে সতর্কতামূলক ব্যবস্থা নেবার প্রচেষ্টা চলছে। তবুও একথা বলতেই হচ্ছে যে লুই পাস্তুরের গবেষণার মাধ্যমে জীবাণু ঘটিত রোগের কারণ যতটা সুনিশ্চিতভাবে বলা যায়, ক্যান্সারের বিষয়ে অদ্যাবধি নিরন্তর গবেষণা চলতে থাকলেও তদ্রুপ সুনিশ্চিত কারণ এযাবৎ জানা যায়নি।

ক্যান্সার ছড়ায় কী ভাবে

প্রথমদিকে বেশিরভাগ ক্যান্সারগ্রস্ত কোষ যেখানে শুরু হয় (প্রাথমিক স্থান) সেখানেই

সীমাবদ্ধ থাকে। পরে যত সময় যেতে থাকে তত ব্যাপকভাবে শরীরের বিভিন্ন অংশ ছড়াতে বা মেটাস্টি সিস হতে থাকে, ছড়িয়ে যাওয়া ক্যান্সারকে মেটাস্টিটিক-ক্যান্সার বলা হয়। এর ফলে বিপদের মাত্রা বাড়তে থাকে। মেটাস্টিসিসই বেশিরভাগ ক্যান্সারজনিত মৃত্যুর কারণ।

পিকনিক

সংস্থার সদস্যদের আনন্দদানের উদ্দেশ্যে প্রতিবছরের মতো এ বছরেও ৩১ জানুয়ারি শুক্রবার সংস্থার পক্ষ থেকে পিকনিকের আয়োজন করা হয়। দক্ষিণ ২৪ পরগণার বজবজ-এর সন্নিকটে পূজালী পৌরসভার নেতাজী পিকনিক পার্ক-এ পিকনিকের আয়োজন করা হয়। গঙ্গার তীরে মনোরম পরিবেশে এই পার্কটি অবস্থিত।

৭৭ জন সদস্য এই পিকনিকে অংশগ্রহণ করেছেন। সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান ও খেলাধুলার আয়োজন করা হয় এবং অংশগ্রহণকারীগণ খুব আনন্দ উপভোগ করেছেন।

নোটিশ

সংস্থা কর্তৃক আয়োজিত নিম্ন বর্ণিত অনুষ্ঠানগুলোতে উপস্থিত থাকতে অনুরোধ করছি। স্থান - বিমল চ্যাটার্জী সভাগৃহ।

(১) ২৫ ফেব্রুয়ারি ২০২০ মঙ্গলবার বিকাল ৫টায় আন্তর্জাতিক মাতৃভাষা দিবস উপলক্ষে অনুষ্ঠান। বক্তা - অধ্যাপিকা মালিনী ভট্টাচার্য।

(২) ১৩ মার্চ ২০২০ শুক্রবার বিকাল ৫টায় ডাঃ হেনরি নর্মাণ বেথুনের জন্মদিন ও সংস্থার প্রতিষ্ঠা বার্ষিকী দিবস উপলক্ষে অনুষ্ঠান।

(৩) ২৫ মার্চ ২০২০ বুধবার বিকাল ৫টায় শ্রদ্ধেয় বিমল চ্যাটার্জী ও শ্রদ্ধেয় হরিদাস মালাকার স্মরণে স্মারক বক্তৃতা।

- বিজ্ঞাপন -

জনস্বাস্থ্য পরিষেবায় ৭৬ বছর

পিপলস্ রিলিফ কমিটি (পঃ বঃ)

২৬সি, দিলখুসা স্ট্রিট, কলকাতা-৭০০ ০১৭

দূরাভাষ ঃ ২২৮০ ৪৯৪০ / ৯৪৪৪

যাদবপুর কেন্দ্র

বকুল দত্ত স্মৃতি ভবন

৩/৮০, চিত্তরঞ্জন কলোনি, রাজা এস.সি.মল্লিক রোড, যাদবপুর, কলকাতা - ৭০০ ০৩২

বাস স্টপ ঃ অন্নপূর্ণা, 'একতা হাইটস' এর পাশে

দূরভাষ-২৪২৫ ৪৪৫৪ (সন্ধ্যা ৭-৬টা)

কম খরচে

রোগনির্ণয়ে রক্ত পরীক্ষা

সোমবার থেকে শনিবার (সকাল ৮টা-১১টা)

স্পেশালিষ্ট ক্লিনিক

পরামর্শ ১০০ টাকা + পি. আর. সি. সহায়তা ১০ টাকা

১) ডঃ বিপ্লব আচার্য-এম.এস. (অর্থোপেডিক) সোম ও শুক্র সন্ধে ৭টা-৯টা

২) ডঃ প্রদ্যুৎ শূর এম.ডি. (গাইনোকলজিস্ট) বুধবার, সন্ধ্যে ৭টা-৯টা

৩) ডঃ বি. বাউর-এম.ডি. (জেনারেল মেডিসিন)-বুধবার, ৩টা-৪টা

৪) ডঃ সৌম্য চ্যাটার্জি এম. ডি. (নিউরো-সাইকিয়াট্রিস্ট ও নেশা মুক্তি) মঙ্গলবার, ৮টা-৯টা

৫) ডঃ মৌমিতা চ্যাটার্জী এম.ডি. (জেনারেল অ্যান্ড চেষ্ট মেডিসিন), সোমবার, সন্ধ্যে ৮টা-৯টা

আবেদন _____

বিধান পল্লিতে নির্মিয়মান বৃদ্ধাবাসের জন্য অর্থ সাহায্য করুন।

সম্পাদকীয়

আমরা, ভারতীয় নাগরিকরা বর্তমানে এক অসহনীয় দুঃসময়ের মধ্য দিয়ে দন কাটাচ্ছি। আমরা জানিনা নাগরিকত্ব পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে পারব কি না। নাগরিকত্ব সংশোধনী আইন, ২০১৯ চালু হয়েছে। সরকারের বড়-মেজ-ছোট কর্তারা এই বিষয়ে বাণী বিতরণ করে চলেছেন। তবে সকলের বাণী এক নয়—বিভিন্ন অর্থ। আমাদের অর্থাৎ আমজনতার নিকট সবটাই ধোঁয়াশা। তবে জনতার লড়াই চলছে। লড়াই চলছে শাহিনবাগে—ঘন্টাঘরে —পার্কসার্কাসে।

আরও একটা ধোঁয়াশার সৃষ্টি হল পহেলা ফেব্রুয়ারি। মাননীয় কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রীর দীর্ঘ বাজেট ভাষণের পর কি পাইলাম—বুঝিলাম না—শুধু বলিলাম বেশ! বেশ!! শুধু বুঝলাম Fixed Deposit-এ সুদের হার কমছে।

এই অবস্থায় প্রবীণ-প্রবীণাদের একত্রিত হতে হবে। মর্যাদার সঙ্গে বাঁচতে সবাইকে সোচ্চার হতে হবে—জোট বাধতে হবে।

—ঃ বিজ্ঞপ্তি ঃ—

ডাঃ নর্মান বেথুন ক্লিনিক

জয় ইন্ডাস্ট্রিয়াল কো-অপারেটিভ ভবন
৯০/১, পি. জি. এইচ শাহ রোড,
কলকাতা - ৭০০ ০৯৫
যোগাযোগ - ০৩৩-২৪৭৩ ৯৬৪২ /
৯৬৭৪৫৫৩৪৭৭ / ৯৪৩৩৭৯৭০৫৮

সুলভে আধুনিক ফিজিওথেরাপী -

ছুটির দিন ব্যতীত সপ্তাহের
প্রতিদিন - সকাল ১০.৩০ থেকে সন্ধ্যা ৭টা।

সুলভে আকুপাংচার (যোগাযোগ সাপেক্ষে)

- ডাক্তার চেম্বার -

অর্থোপেডিক -

১) ডাঃ অমল ঘোষ, MBBS, DSM (Ortho, Surgeon)
মঙ্গলবার - সন্ধ্যা ৬টা

২) ডাঃ মিষ্টুন ব্যনার্জী, MBBS, DNB (Ortho)
শনিবার - বেলা ১টা

হোমিওপ্যাথ -

১) ডাঃ আলপনা সোম, BSC, DMS
বুধবার - বিকাল ৫টা

২) ডাঃ সুশীল কুমার দাস, BSC, DMS
শুক্রবার - বিকাল ৪টা

৩) ডাঃ অনিন্দ্য দেবনাথ, BHMS, (MSc. Psychology)
শনিবার - বেলা ১১টা

—ঃ বিজ্ঞপ্তি ঃ—

সদস্য/সদস্যা ও তাদের নিকটবর্তী আপনজনদের জন্মদিন, অন্নপ্রাশন, উপনয়ন, বিবাহ-বার্ষিকী প্রভৃতি বিষয় সামান্য খরচে প্রবীণবার্তায় ছাপানো যেতে পারে। বিজ্ঞপনের জন্য যোগাযোগ করুন।

প্রবীণতা
(পুনঃমুদ্রিত)
জিয়াদ আলী

প্রবীণতা-১

বয়স হলে অবেলার অনুজ্জ্বলে আলোর মতো ম্লান মুখে বসে থাকা। যারা দেয় বর্ণহীন বিদায়ের মূঢ় সম্বর্ধনা, মনে হয় বেঁচে আছি যেন তাদেরই শুশ্রূষা বা সহমর্মিতায়। প্রশ্ন জাগে, এ কি নয় দীনতা আমার। এ কেমন সাধ বাঁচিবার।

আলোর দীপ্তি এসে অন্ধকার তাড়ালে আবার কি এক বিচিত্র সংসারের টানে প্রাণে প্রাণে অমোঘ সঞ্চরণ শুরু হয়। তখনও নানান প্রশ্নে মন উতলা হয়ে ওঠে - এ-ও যেন সাংসারিক মানুষেরই দান। এভাবে কি বেঁচে থাকে জীবনের মান।

ভিতরে ভিতরে কেউ সিঁদ কেটে জাগায় আমাকে। মাদলের দ্রিমি দ্রিমি শব্দগুলো কাছে চলে আসে। মহুয়ার শুকনো পাতা ঝরে ঝরে পড়ে। যেন বলতে থাকে গর্ভিনী পাখির মতো এখনও এ সংসারই খুবই ভালবাসে তোমাকে।

প্রবীণতা-২

বয়স হলে বন্ধু স্বজন কেমন যেন দূরে দূরে ছেলে-মেয়ে তারাও কেমন ঘুড়ির পেছন ছুটতে থাকে বৃদ্ধবটের মূল যে কোথায়, শিকড় মেলে শাখা বেয়ে শাখার সঙ্গে সখ্যতা খুব ভালবাসে নতুন পাখি। আমার তো নেই ধর্ম-কর্ম গুরু-ঠাকুর পীরের মাজার সেই যে ছিল রাজনীতি আর দেশোদ্ধারের লড়াই বড়াই, তার মধ্যে প্রাণের ছোঁয়া আগেরমতো মেলে কি আর তবুও তা চাদর হয়ে জড়িয়ে থাকে অঙ্গ জুড়ে। বয়স বলে বন্ধু স্বজন স্মৃতির মতো খুব ফ্যাকাশে প্রবীণ হাতে চিঠি লিখে খবর নিচ্ছি কারা কোথায় এবং খুবই উৎসাহ আর উদ্দীপনায় যাচ্ছি লড়ে ঘোড়ার ওপর সওয়ার হয়ে বানিয়ে যাচ্ছি বৃদ্ধ আবাস।

প্রবীণতা-৩

মানুষ প্রবীণ হলে কেন হবে কাঙালের মতো এমন প্রশ্নের কোনও সহজ উত্তর হতে পারে? মনের মধ্যে শুধু অন্য এক মন খেলা করে কাঙালের মতো তবু পড়ে থাকা তৃষিত প্রান্তরে। কে দেবে অন্ন তাকে, কে জোগাবে ওষুধ-পত্তর কার হাতে হাত রেখে হাঁটিবে সে অনন্ত যাত্রায় মানুষ কি গলগ্রহ? কেন দয়া, দাবি নিয়ে বাঁচো মানুষ ভাবিত খুবই বয়সের প্রাপ্ত সীমায়।

প্রবীণতা-৪

বয়স বাড়তে বাড়তে পাতা ঝরার বেলায় পৌঁছে যায়। তখন আকাশ নদী ও অরণ্য বালক বয়সের মতো একান্ত আত্মীয় হয়ে ওঠে। তাদের সঙ্গে শুরু হয় এক ভিন্ন পাতার কথা চালাচালি।

নদী বা অরণ্য মানুষের মতো মিথা কথা বলে না। আকাশ কখনও ভুল ঠিকানা দিয়ে বিপর্যস্ত করে না। বয়স বাড়তে থাকলে মনে হয় ঝরে পড়া হলুদ পাতারাও খুব ভাষাময় তখনও তা অজস্র দুঃখ ও আনন্দের ভিতরে মাখামাছি হয়ে দারুন প্রাণময়। তুমি তাকে ঝাঁট দিয়ে বিদায় করে দিও না।

শুকনো পাতার শরীরে হরিদ্রা বর্ণের গুঁড়ো।

সূর্যাস্তের গাঢ় রঙে কী দারুণভাবেই না তা ঝলমলে লাবণ্য সৃষ্টি করে।

প্রবীণতা-৫

প্রবীণেরও দাবি থাকে কিছু প্রেম কিছু ভালবাসা যেমন বৃষ্টি এসে ধুয়ে দেয় বৃক্ষের রুক্ষতা প্রবীণেরা বৃক্ষের মতোই ছায়া দেয়, মায়া দেয়, মমতাও দেয় বৃক্ষের মতোই তার ডালপালা মানব সংসারে সুবাসিত সৌন্দর্য ছড়ায়।

প্রবীণতা কাঙালের মতো কারণ করুণ কি চায়? উপেক্ষায় উড়ে যাওয়া খড়ের দোচালা নয় তারা। ভোরের শিশির হয়ে ধুয়ে দিও বৃদ্ধের চরণ।

Published by Dipesh Mitra on behalf of Bethune Institute of Geriatrics Research & Rehabilitation Centre Ph. : 033 2473 9642, 9674553477 and printed at Monalisa Printers, D/26 Katjunagar, Kolkata - 700 032 and Published at 392A, Prince Anwar Shah Road, Kolkata - 700 045, Editor - Sri Dipesh Mitra.
E-mail- Bethune geriatrics@gmail.com. Website : bethunegeriatrics.in