



জাতির উদ্দেশে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর ‘মন কি বাত’ (৩৭-তম পর্ব) অনুষ্ঠানের বাংলা অনুবাদ দীপাবলীর ছ’দিন পরে পালিত মহাপরব ‘ছট

Posted On: 30 OCT 2017 1:50PM by PIB Kolkata

আমার প্রিয় দেশবাসী, নমস্কার!

দীপাবলীর ছ’দিন পরে পালিত মহাপরব ‘ছট’। আমাদের দেশে সবথেকে বেশি নিয়ম-নিষ্ঠার সঙ্গে পালিত উৎসবের মধ্যে একটা। যেখানে খাওয়া দাওয়া থেকে শুরু করে বেশভূষা পর্যন্ত প্রতিটি বিষয় পরম্পরা মেনে পালন করা হয়। ছট পূজার অনুপম-পর্ব প্রকৃতি আর প্রকৃতির উপাসনার সঙ্গে পুরোপুরি যুক্ত। একদিকে সূর্য আর জল, মহাপরবছটের উপাসনার কেন্দ্রে, অন্যদিকে বাঁশ আর মাটি দিয়ে তৈরি বাসনপত্র আর মূল, এর পূজা বিধির সঙ্গে জড়িত অতিম সামগ্রী। আশ্বার এই মহা পর্বে উদীয়মান সূর্যের উপাসনা আর ভুবন সূর্যের পূজার বার্তা অদ্বিতীয় সংস্কারে পরিপূর্ণ। সমস্ত জগৎ উদীয়মান সূর্যের পূজাকরে থাকে কিন্তু ছট পূজা অস্তগামী সূর্যকে আরাধনা করার সংস্কারও দেয় আমাদের। আমাদের জীবনে স্বচ্ছতার মহত্বের অভিব্যক্তিও এর মধ্যে নিহিত। ছটের আগে গোটাবার্দির সাফাই, সঙ্গে নদী, পুকুর, খানাদ্বারের আশপাশ, পূজাস্থল অর্থাৎ ঘাটেরও সাফাই, প্রচুর উৎসাহের সঙ্গে সব লোক একজোট হয়ে করে। সূর্য বন্দনা অথবা ছট পূজা – পরিবেশ সংরক্ষণ, রোগ নিবারণ এবং অনুশাসনের পর্ব।

সাধারণভাবে কিছু চেয়ে নেওয়ায় মানুষ হীন বলে মনে করে কিন্তু ছট পূজায় সকালের অর্ঘ্য শেষ হওয়ার পরে প্রসাদ চেয়ে খাওয়ার এক বিশেষ পরম্পরা আছে। প্রসাদ চেয়ে খাওয়ার এই রীতির পেছনে এই যুক্তিও দেওয়া হয় যে-এতে অহঙ্কার নষ্ট হয়। এই অহঙ্কার এমন ভাবনা যা ব্যক্তির প্রগতির পথে বাধা হয়ে দাঁড়ায়। ভারতের এই মহান পরম্পরা নিয়ে সবার গর্বিত হওয়া খুব স্বাভাবিক।

আমার প্রিয় দেশবাসী, ‘মন কি বাত’-এর প্রশংসাও হচ্ছে আবার সমালোচনাও হচ্ছে। কিন্তু যখন আমি ‘মন কি বাত’-এর প্রভাবের দিকে তাকিয়ে দেখি তখন আমার বিশ্বাস দৃঢ় হয় যে ‘মন কি বাত’ এদেশের জনমানসের সঙ্গে অটুট সম্পর্কে বাঁধা পড়েছে। যদি আর হ্যান্ডলুমের উদাহরণই নিন। গান্ধী জয়ন্তীতে আমি সবসময় হ্যান্ডলুমের জন্য, খাদির পক্ষে ওকালতি করে চলি। আর তার পরিণাম কী হয়েছে! আপনারাও এটা জেনে খুশি হবেন, আমাকে জানানো হয়েছে যে এই মাসের ১৫ই অক্টোবর ধনতরারসের দিন দিল্লির খাদিগ্রামোদ্যোগ ভবন স্টোরে প্রায় এক কোটি বিশ লক্ষ টাকার রেকর্ড বিক্রি হয়েছে। খাদিআর হ্যান্ডলুমের একটা মাত্র স্টোরে এত বেশি বিক্রি হওয়া, এটা শুনে আপনাদেরও নিশ্চয়ই আনন্দ হয়েছে, সন্তুষ্টি হয়েছে। দীপাবলীর সময় খাদি গিফট কুপনের বিক্রিতে প্রায় ছ’শো আশি শতাংশ বৃদ্ধি দেখা গিয়েছে। খাদি আর হ্যান্ডিক্রাফটের মোট বিক্রিতেও গত বছরের তুলনায় এই বছরে প্রায় নব্বই শতাংশ বৃদ্ধি দেখা গিয়েছে। এটা দেখা যাচ্ছে যে আজ তরুণরা, প্রবীণ-বৃদ্ধরা, মহিলারা – প্রত্যেক বয়সসীমার মানুষখাদি আর হ্যান্ডলুম পছন্দ করছে। আমি কল্পনা করতে পারছি যে এতে কত তাত্তি পরিবারের,গরীব পরিবারের, হস্তচালিত তাঁতে কাজ করা পরিবারের কতটা লাভ হয়েছে। আগে খাদি, ‘খাদিফর নেশন’ ছিল। আর আমরা ‘খাদি ফর ফ্যানশন’-এর কথা বলেছিলাম। কিন্তু বিগত কিছু সময়ধরে আমি অন্তর থেকে বলতে পারছি যে ‘খাদি ফর নেশন’ আর ‘খাদি ফর ফ্যানশন’-এর পরে এখন, ‘খাদি ফর ট্রান্সফরমেশন’ ওই জায়গা নিচ্ছে। খাদি দ্রব্রি থেকে দ্রব্রিতর ব্যক্তির জীবনে, হ্যান্ডলুম গরীব থেকে আরও গরীব মানুষের জীবনে বদল এনে তাকে সশক্ত বানানোর শক্তিশালী উপকরণ হিসাবে উঠে এসেছে। গ্রামোদয়ের জন্য খুব বড় ভূমিকা পালন করছে।

শ্রীমান রাজন ভট্ট ‘নরেন্দ্রমোদী অ্যাপ’-এ লিখেছেন যে উনি প্রতিরক্ষা বাহিনীর সঙ্গে আমার দীপাবলীর অভিজ্ঞতার ব্যাপারে জানতে চান আর উনি এটাও জানতে চান যে প্রতিরক্ষা বাহিনী কীভাবে দীপাবলীপালন করে। শ্রীমান তেজস গায়কোয়াড়-ও নরেন্দ্র মোদী অ্যাপে লিখেছেন – আমাদের বাড়ির মিষ্টিও প্রতিরক্ষা বাহিনীর কাছে পৌঁছানোর ব্যবস্থা কি করা যায়? আমরাও আমাদের বীর প্রতিরক্ষা বাহিনীর কথা ভাবি। আমরাও মনে করি যে আমাদের ঘরের মিষ্টি দেশের জওয়ানদের কাছে পৌঁছানো দরকার। আপনারা সবাই দীপাবলী খুব হর্ষাষারসের মধ্যে দিয়ে কাটিয়েছেন নিশ্চয়ই। আমার জন্য দীপাবলী এবার এক বিশেষ অভিজ্ঞতা নিয়ে এসেছে। আবার একবার সীমান্তে নিযুক্ত আমাদের বীর প্রতিরক্ষা বাহিনীর সঙ্গে দীপাবলী পালনের সৌভাগ্য হল আমার। এবার জম্মু-কাশ্মীরের গুরজ সেন্টরে প্রতিরক্ষা বাহিনীর সঙ্গে দীপাবলী পালন আমার জন্য অবিস্মরণীয় হয়ে রইল। সীমান্তে যে কঠিন পরিস্থিতির মোকাবিলা করে আমাদের প্রতিরক্ষা বাহিনী দেশকে রক্ষা করে সেই সম্ভব, সমগণ আর ত্যাগের জন্য, আমি সকল দেশবাসীর পক্ষ থেকে আমাদের প্রতিরক্ষা বাহিনীর প্রত্যেক জওয়ানকে সম্মান জানাই। যখন আমাদের কাছে অবকাশ আসে, যখন সুযোগ পাই তখন আমাদের জওয়ানদের অভিজ্ঞতা জানা উচিত, তাঁদের গৌরবগাথা শোনা উচিত। আমাদের মধ্যে অনেক লোক জানেই না যে আমাদের প্রতিরক্ষা বাহিনীর জওয়ান, শুধু বর্ডারেই না, গোটা বিশ্বে শান্তি স্থাপনে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করছেন। রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষা বাহিনীর হয়ে এরা সারা দুনিয়ায় ভারতের নাম উজ্জ্বল করছেন। এই তো কয়েক দিন আগে, ২৪শে অক্টোবর সারা বিশ্বে ইউ এন ডে, সংযুক্তরাষ্ট্র দিবস পালন করা হল। বিশ্বে শান্তি স্থাপনে রাষ্ট্রসম্মত প্রয়াস, এরসদর্ধক ভূমিকার কথা মনে রাখে সবাই। আর আমরা তো ‘বসুঁধেব কুটুম্ব কমে’ মেনে চলি অর্থাৎ পুরো বিশ্বই আমাদের পরিবার। আর এই বিশ্বাসের জন্য শুরু থেকে ভারত রাষ্ট্রসম্মত বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ উদ্যোগে সক্রিয় অবদান রেখে চলেছে। আপনারা নিশ্চয়ই জানবেন যে ভারতের সংবিধানের প্রস্তাবনা আর ইউ এন চার্টারের প্রস্তাবনা, দুটোই ‘উই দ্য পিপল’-এই শব্দগুণে দিয়ে শুরু হয়। ভারত নারীর সমান অধিকারের উপর সব সময় জোর দিয়েছে আর ইউএন ডিক্রেশন অফ হিউম্যান রাইটস এর জীবন্ত উদাহরণ। এর প্রারম্ভিক বাক্যাংশেই প্রস্তাব করা হয়েছে, সেটা ছিল ‘অল মেন আর বর্ন ফ্রি অ্যান্ড ইকুয়াল’ যাবারভরের প্রতিনিধি হংসা মেহতার চেষ্টায় পালটে নেওয়া হয়েছে আর পরে সেটা হল ‘অলহিউম্যান বিথিংস আর বর্ন ফ্রি অ্যান্ড ইকুয়াল’।এমনিতে তো এটা খুব ছোট একটা পরিবর্তন মনে হয় কিন্তু এর মধ্যে একটা স্বাভাবিক চিত্রার দর্শন পাই আমরা। ইউ এন আমব্রেলার ক্ষেত্রে ভারত যে এক সবথেকে গুরুত্বপূর্ণ অবদান রেখেছে তা হল রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষা প্রচেষ্টায় ভারতের ভূমিকা। সংযুক্তরাষ্ট্রের শান্তি-শিক্ষা মিশনে, ভারত সবসময়ই এক বড় ভূমিকা পালন করে এসেছে। আপনারদেরমধ্যে এমন অনেকে আছেন যারা হযত প্রথমবার এই তথ্য জানছেন। আঠেবো হাজারের বেশি প্রতিরক্ষা বাহিনীর সদস্য রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষা প্রচেষ্টায় নিজেদের অবদান রেখেছে। বর্তমানে ভারতের প্রায় সাত হাজার সৈনিক রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষার উদ্যোগের সঙ্গে জড়িত রয়েছে আর গোটা বিশ্বে এটা তৃতীয় সর্বোচ্চ সংখ্যা। ২০১৭ সালেরঅগাস্ট পর্যন্ত বিশ্বের একাত্তরটি শান্তিরক্ষার প্রয়াসের মধ্যে প্রায় পঞ্চাশটিতে তারা নিজেদের অবদান রেখেছে। এই সব প্রচেষ্টা কোরিয়া, কাসোভিয়া, লাওস, ভিয়েতনাম,কঙ্গো, সাইপ্রাস, লাইবেরিয়া, লেবানন, সুদান প্রভৃতি বিশ্বের নানা ভূ-ভাগে, বিভিন্নদেশে চলেছে। কঙ্গো আর দক্ষিণ সুদানে ভারতীয় সেনার হাসপাতালে কুড়ি হাজারেরও বেশিরোগীর চিকিৎসা হয়েছে এবং অগুণ্টি মানুষকে বাঁচানো হয়েছে। ভারতের প্রতিরক্ষা বাহিনী বিভিন্ন দেশে কেবল সেখানকার মানুষদের রক্ষাই করে নি, সেখানে শান্তিরক্ষার প্রচেষ্টা চালিয়ে তাদের মনও জয় করে নিয়েছে।

ভারতীয় মহিলারা শান্তি স্থাপন প্রক্রিয়ায় অত্যন্ত অগ্রণী ভূমিকা পালন করেছেন। খুব কমজনই একথা জানেন যে, ভারতই প্রথম দেশ যে লাইবেরিয়ায় রাষ্ট্রসম্মত শান্তি অভিযানে ‘মহিলা পুলিশ ইউনিট’ পাঠায়।আর দেখুন, ভারতের এই পদক্ষেপ এরপর থেকে সব দেশগুলির কাছে প্রেরণা হয়ে উঠল। এরপরথেকে সব দেশ নিজেদের ‘মহিলা পুলিশ ইউনিট’ পাঠাতে শুরু করল। আপনারা শুনে গর্ববোধ করবেন যে – ভারতের ভূমিকা শুধুমাত্র শান্তিরক্ষার কাজেই সীমাবদ্ধ নেই, ভারত ৮৫-টিদেশের শান্তিরক্ষা বাহিনীকে প্রশিক্ষণ দেওয়ার কাজও করে। মহাত্মা গান্ধী ও গৌতম বুদ্ধের এই মাটি থেকে আমাদের বাহাদুর শান্তিরক্ষাকর সারা বিশ্বে শান্তি ওসম্ভাবনার বার্তা পৌঁছে দিচ্ছেন।

শান্তি-সুরক্ষার অভিযানটি মোটেই সহজসাধ্য নয়। আমাদের সুরক্ষা বাহিনীর জওয়ানদের গর্গম সব এলাকায় গিয়ে কাজ করতে হয়। তাঁদের ভিন্ন ভিন্ন পরিস্থিতি এবং আলাদা আলাদা সংস্কৃতি জানতে বুঝতে হয়।তাঁদের সেখানকার স্থানীয় প্রয়োজন, পরিবেশ নিজেদেরই বিচার- বিবেচনায় অনুভব করতে হয়।আজ যখন ‘রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষা বাহিনী’র কথা আমরা স্মরণ করছি, তখন ক্যান্টনগুর কন সিংহ সালারিয়ার কথা কে ভুলতে পারে। আফ্রিকার কঙ্গোয় শান্তির জন্য লড়াই করতেগিয়ে নিজের সর্বশ্র ত্যাগ করেছিলেন। তাঁকে স্মরণ করে সমস্ত দেশবাসীর বুক গর্বে ভরেওঠে। তিনি একমাত্র রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষী বাহিনী-র সদস্য ছিলেন – বীরপুরুষছিলেন – যাঁকে পরমবীর চক্র সম্মানে সম্মানিত করা হয়।

লক্ষটেন্ট্যাট জেনারেল প্রেমচন্দ্রজী ভারতীয় শান্তিরক্ষী বাহিনীর একজন, যিনি সাইপ্রাস-এও নিজের কাজের বিশেষ স্বীকৃতি পেয়েছেন। ১৯৮৯ সালে, ৭২ বছর বয়সে তাঁকেনামিবিয়ার অভিযানে বাহিনী কমান্ডার নিযুক্ত করা হয়। তিনি নামিবিয়ার স্বাধীনতা সূনিশ্চিত করতে নিজের সেবা প্রদান করেন।

ভারতীয় সেনার পূর্ব-প্রধান জেনারেল থিমোয়া, সাইপ্রাস-এ রাষ্ট্রসম্মত শান্তিরক্ষা বাহিনীর নেতৃত্ব দেন এবং শান্তিস্থাপনে নিজের সর্বশ্র নিয়োজিত করেন। ভারত সর্বদাই শান্তির দূত হিসেবে বিশ্বে শান্তি, একতা আর সম্ভাবনার বার্তা বয়ে নিয়ে যাচ্ছে। আমাদের বিশ্বাস,প্রত্যেক শান্তি ও সম্ভাবপূর্ণ জীবন যাপন করুক এবং এক উন্নততর ও শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যৎ নির্মাণের লক্ষ্যে এগিয়ে চলুক।

আমার প্রিয়দেশবাসী, আমাদের পূণ্যভূমি এই ভারতবর্ষ এমন সব মহামানবের আবির্ভাবে সুবর্তিত, যাঁরাসারা জীবন নিঃস্বার্থভাবে মানবতার সেবাই করে গেছেন। সিস্টার নিবেদিতা, যাঁকে আমরা ভালোবাসায়, শ্রদ্ধায় ভগিনী নিবেদিতা বলেই জানি – তিনিও এই সব অসাধারণ মহামানবদের একজন। মার্গারেট এলিজাবেথ নোবেল আয়ারল্যান্ডে জন্মেছিলেন, পরে তাঁকে স্বামী বিবেকানন্দ ‘নিবেদিতা’ নাম দেন। ‘নিবেদিতা’র অর্থই হল যিনি পূর্ণরূপে সমর্পিতা।পরে তিনি নিজের নামের যথার্থ মহিমাটি প্রমাণ করে দেখিয়েছিলেন। গতকাল সিস্টার নিবেদিতার সার্থশত জন্মজয়ন্তী ছিল। তিনি স্বামী বিবেকানন্দের দ্বারা এতটাইপ্রভাবিত হয়েছিলেন যে, নিজের সুখ-স্বাস্থ্যদের জীবন ত্যাগ করে গরীব-দুঃখীমানুষদের জন্যই নিজের জীবন উৎসর্গ করেন। সিস্টার নিবেদিতা, বৃটিশ রাজের অত্যাচারী শাসনে ভীষণ কষ্ট পেতেন। ইংরেজরা ভারতীয়দের সেসময়ে শুধুই শারীরিক ভাবেই নয়, মানসিকভাবেও গোলামি ও দাসত্ব মানতে বাধ্য করার চেষ্টা করেছিল। আমাদের সংস্কৃতিকে নীচ, হীন প্রতিপন্ন করার চেষ্টাও চলতো সব সময়। ভগিনী নিবেদিতা ভারতীয় সংস্কৃতির গৌরব পুনঃস্থাপিত করেন। রাষ্ট্রীয় চেতনায় উদ্বুদ্ধ করে, আগরিত করে, মানুষজনকে একজোটহতে সাহায্য করেন। তিনি বিশ্বের বিভিন্ন দেশে ঘুরে ঘুরে সনাতন ধর্ম ও দর্শন বিষয়ে অপ্রচারের বিরুদ্ধে সোচ্চার হন। প্রসিদ্ধ জাতীয়তাবাদী তামিল কবি সুব্রহ্মণ্যভারতী তাঁর বৈজবিক কবিতা ‘পুদুমই পেম’, NewWomen আর ‘নারী সশক্তিকরণ’-এর জন্য চিরপ্রণাম হয়ে থাকবেন। বলা হয়, এসবেরও প্রেরণার উৎস ছিলেন ভগিনী নিবেদিতা।

ভগিনী নিবেদিতা মহান বিজ্ঞানী জগদীশ চন্দ্র বসুকেও নানা ভাবে সাহায্য করেছিলেন। তাঁরলেখনী ও বিভিন্ন সম্মেলনের মাধ্যমে শ্রী বসুর যাবতীয় পরীক্ষা-নিরীক্ষার প্রকাশনাএবং প্রচার – দুটিতেই খুব সাহায্য করেন। আমাদের ভারতবর্ষের এই এক আশ্চর্য সুন্দরসহাবস্থান – যেখানে আমাদের সংস্কৃতির আধ্যাত্মিকতা ও বিজ্ঞান – একে অন্যেরপরিপূরক। সিস্টার নিবেদিতা এবং আচার্য জগদীশ চন্দ্র বসু – এই ভাবনার সুন্দরউদাহরণ।

১৮৯৯ সালেকলকাতা মহানগরীতে মারাম্বক গ্রেগের প্রাদুর্ভাবে দেখতে দেখতে শ’য়ে শ’য়ে মানুষমৃত্যুর কোলে ঢলে পড়েন। সিস্টার নিবেদিতা, নিজের শরীর-স্বাস্থ্য অবজ্ঞা করে,রাস্তাঘাট, নর্দমা সাফাই অভিযানে এগিয়ে আসেন। ইনি সেই মহিলা, যিনি বিলাস-ব্যসন,সুখ-ভোগ ছেড়ে গরীব-দুঃখী মানুষের জন্য নিজেকে বিলিয়ে দিয়েছিলেন। ওঁর এই ত্যাগ ওনিষ্ঠার প্রেরণায় সেসময় বহু মানুষ তাঁর পাশে দাঁড়িয়ে কর্মে ব্রতী হয়। নিজের কর্মেরউদাহরণ স্থাপন করে তিনি মানুষকে সেবা ও স্বচ্ছতার পথে চালিত করেন। তাঁর সমাধির ওপরলেখা আছে – “ Here reposes Sister Nivedita,who gave her all to India. ” – এখানে বিশ্রামকরছেন সিস্টার নিবেদিতা, যিনি তাঁর সবকিছুই দিয়ে গেছেন ভারতবর্ষকে। নিঃসন্দেহেএকথা সঁর্বৈ সত্য। এই মহিষী ব্যক্তির প্রতি এটাই হবে আমাদের যথার্থপ্রদ্বাঞ্জলি – যদি প্রত্যেক ভারতবাসী তাঁর জীবন থেকে শিক্ষাগ্রহণ করি ও

তাঁরপ্রদর্শিত সেবার পথ অনুসরণ করি।

একটি ফোন কল আসে আমার কাছে -

মাননীয় প্রধানমন্ত্রী, আমার নাম ডক্টর পাথ শাহ্। ১৪-ইনভেন্ডর আমাদের প্রথম প্রধানমন্ত্রী জওহরলাল নেহরুর জন্মদিনকে ‘শিশু দিবস’ হিসেবে পালন করি। আবার এই দিনটি ‘বিশ্ব ডায়াবেটিস দিবস’ হিসেবেও স্বীকৃত। ডায়াবেটিস শুধুমাত্র বৃদ্ধদের রোগই নয়, বহু শিশুও এই অসুখে আক্রান্ত। আমরা এই অসুখরমোকাবিলা কীভাবে করতে পারি?

আপনার ফোরের জন্য ধন্যবাদ। সবার আগে সমস্ত ব্যাকবের জন্যই আমাদের প্রথম ধন্যনমস্কৃত জগৎরালনদেবের জন্মদিন উপলক্ষে উদ্ঘাষিত 'শিশু দিবস'-এর অনেক অনেক শুভেচ্ছা। শিশুরাই হ'ল'নর ভারত' নির্মাণের সবথেকে গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ, আগামীদিনের নায়ক। আপনার উদ্বেগ যথার্থ।(যে সমস্ত রোগব্যাদি আগে প্রোড়ে দেখা যেত, তা আজকাল শৈশবেই দেখা যাচ্ছে। গুণতরআসুচ্য লাগলেও এটা সত্যি যে ব্যাকবরাও আজকাল ডায়াবেটিস-এর শিকার। আগেকার দিনে এইসমস্ত অসুখ 'রাজ রোগ' নামে পরিচিত ছিল। 'রাজ রোগ' অর্থাৎ এমন সমস্ত রোগব্যাদি যা আগে কেবল স্বচ্ছন্দ হলে, আরাম-আয়েসে জীবন কাটানো মানুষদের মধ্যে দেখা যেত। যুবকসমূহ এই রোগ প্রায় হতই না। কিন্তু এখন আমাদের জীবনযাত্রার অনেক পরিবর্তনঘটেছে। আজকাল এই অসুখগুলিকে **lifestyle disorder** বলা হয়। কব বয়েসে এই সমস্ত রোগেআক্রান্ত হওয়ার প্রথান কারণ হল পারিবারিক পরিপ্রশ্নের ঘাটতি এবং খাদ্যাভ্যাসেরপরিবর্তন। সমাজ এবং পরিবার উভয়ইএতে নাজ দেওয়া প্রযোজ্য। এই বিষয়ে বিবচনা করলেদেখা যাবে, অস্বাভাবিক বা মারাত্মক কোনো পরিবর্তনের দরকার নেই। যেটা দরকার তা হ'লছেটো। ছোটো ব্যাপারে মনোযোগ দেওয়া এবং তা নিজেদের অভ্যাসের অন্তর্গত করা। আমি চাইপরিবারের লোকজন সচেতনভাবে চেষ্টা করুন যাতে ব্যাকবরা খোলা মাঠে খেলাধুলা করারঅভ্যাস তৈরি করে। সম্ভব হলে পরিবারের বড়রাও তাদের সঙ্গে অংশ নিব। ব্যাকবের লিফ্ট-এপরিবর্তে সিডি ব্যবহার করার অভ্যাস করানো হোক। ডিনারের পর পুরো পরিবার ব্যাকবদেরসঙ্গে নিয়ে যাইগাটি করতে যাক। 'Yogafor Young India' - যোগ আমাদের যুবক-যুবতীদেরস্বাস্থ্যকর জীবনযাপনের অভ্যাস তৈরি করতে এবং **lifestyle disorder** থেকে বাঁচতে সাহায্য করবে। স্কুলেরআগে তিরিশ মিনিটের যোগাভ্যাস দেখুন কত উৎসাহ হতে পারে। যোগ অন্যমাসে ঘরেও অভ্যাসকরা যেতে পারে। যোগের বৈশিষ্ট্যই হল তা অত্যন্ত সহজ, এবং সহজ বলেই আমি বলছি, যেকোনো বয়সের মানুষই স্বচ্ছন্দ যোগাভ্যাস করতে পারেন। যোগ সরল এই জন্য যে, যোগঅন্যঅসুখই দেখা যেতে পারে। সর্বস্বলন এই জন্য যে, যেকোনো জায়গাতেই যোগ অভ্যাস করাযাবে। বিবেচনা করুনযে যন্ত্রপাতি বা মধ্যমার প্রয়োজন নেই। ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে যোগকর্তা কার্যকরী এই বিষয়ে অনেক পরীক্ষা-নিরীক্ষা চলছে। এইমস-এও এই বিষয়ে অনেক কাজচলছে এবং এখন পর্যন্ত যে ফলাফল পাওয়া গেছে তা অত্যন্ত আশাবাঞ্ছক। আয়ুর্বেদ এবংযোগকে শুধুমাত্র রোগমুক্তির পদ্ধতি না ভেবে একে দৈনন্দিন জীবনের অঙ্গ করা উচিত।

আমার প্রিয়দেশবাসী, বিশেষ করে আমার যুবা বন্ধুরা, খেলাধুলার জগত থেকে বিগত কয়েকদিনে সুখবর এসেছে। বিভিন্ন ধরনের খেলায় আমাদের ক্রীড়াবিদরা দেশের নাম উজ্জ্বল করেছেন। হকিতেভারত অসাধারণ খেলে এশিয়া কাপ জিতেছে। তাদের এই অসাধারণ ক্রীড়াটপ্পুরের জন্য দীর্ঘদশ বছর পর ভারত এই খেতাব পেয়েছে। এর আগে ২০০৩ ও ২০০৭-এ ভারত এশিয়া কাপ চ্যাম্পিয়ন হয়েছিল। পুরো টিম ও সাপোর্ট স্টাফদের আমার ওদেশবাসীর তরফ থেকে অনেক অনেক শুভেচ্ছা।

হকির মতাব্যামিটনেও ভারতের জন্য সুখের আছে। ব্যামিটন ঠার Kidambi Srikant অসাধারণ খেলভেনমার্ক ওপেন জয় করেছেন এবং প্রত্যেক ভারতবাসীকে গৌরবায়িত করেছেন। ইন্দোনেশিয়ানওপেন ও অস্ট্রেলিয়ান ওপেন-এর পর এটা ওঁর তৃতীয় সুপার সিরিজ খেতার জয়। আমি এই যুবাত্লেয়ারকে তাঁর সামল্যের জন্য এবং ভারতের গৌরববৃদ্ধির জন্য অভিনন্দন জানাই।

বন্ধুরা, এইমাসেই FIFA Under-17 World Cup আয়োজিত হয়েছে। বিশ্বের নানা দেশের টিম এতে অংশগ্রহণ করতে ভারতে এসেছে এবং তাদের ক্রীড়াকৌশল আমাদের মুগ্ধ করেছে। আমরাও একটি ম্যাচ দেখার সুযোগ হয়েছিল। খেলোয়াড় থেকে দর্শক সবাই খুব উৎসাহী ছিলেন। ওয়ার্ল্ড কাপ বড় একটি আয়োজন, যেখানেগোটা বিশ্বের ভক্তর আছে আপনার উপর। আমি যুবা খেলোয়াড়দের উৎসাহ, স্মৃতি আর উদ্দীপনাদেখি বিস্মিত হয়ে গেছিলাম। ওয়ার্ল্ড কাপের আয়োজন সূষ্ঠ ও সফল ভাবে সম্পন্ন হয়েছেঅন্য সব টিমই তাদের সর্বশ্রেষ্ঠ নৈপুণ্য দেখিয়েছে। ভারত যেথার না জিততে পারলেওভারতের খেলোয়াড়রা সকলের মন জয় করে নিয়েছে। ভারত তথা গোটা বিশ্ব খেলাও উৎসাহেরকুপভোগ করছে। ফুটবলপ্রেমীদের জন্য পুরো ফুটবল টার্নামেন্টই ছিল অতরুণ মনোরঞ্জনক।ফুটবলের ভবিষ্যৎ খুবই উজ্জ্বল এবং এর পূর্বাভাস পাওয়া যাচ্ছে। আমি পুনরায় সমস্তখেলোয়াড়, তাঁদের সহযোগীদের এবং সমস্ত ক্রীড়াপ্রেমী সাধারণকে আমার অভিনন্দন ওশুভেচ্ছা জানাই।

আমরা প্রিয় দেশবাসী, ‘স্বচ্ছ ভারত’ বিষয়ে আমরা শুধু মানুষ কেন তাঁদের প্রতি যদি সুবিচার করতে হয়, তবে আমরা প্রত্যেকদিন ‘মন কি বাত’ অনুষ্ঠান করতে হবে এবং প্রত্যেকটা ‘মন কি বাত’-এই স্বচ্ছতা বিষয়ে চর্চা করতে হবে। কেউ ছোটো ছোটো বান্ধাদের নানান প্রচেষ্টার ছবি পাঠায় তাতে আমরা কোথাও তরুণদের এক ফোনের সফল্যের কথা থাকবে। কোথাও স্বচ্ছতা নিয়ে ‘innovation’-এর ঘটনা থাকে, আবার কোথাও কোনো আশির্কাহরিকের কাজের প্রতি উৎসাহ। News যায় যদি। কিছুদিন আগে আমি একটি বক্তারিপিটি পেয়েছি, যেখানে মহারাষ্ট্রের চন্দ্রপুর কেসার নরকপাশের বর্ণনা রয়েছে। **Ecological Protection Organisation** নামে একটি NGO-এর পুরো টিম চন্দ্রপুর কেসময় অফিসই আভিভান চালিয়েছিল। টানা দুশোদিন অবিরাম অক্ষয় টিম ওয়ার্ক চালিয়ে বৃক্ককে তক্তকে করার কাজ চলেছে। একটানা দুশোদিন! সাফাইয়ের আগের ও পরের দুটো ছবিই ওঁরা আমরা পাঠিয়েছেন। দেখে আমি অবাক হয়ে গেছি এবং আমার মনে হয়েছে যারা চারপাশের আবর্জনা, দুর্গন্ধময় পরিবেশ দেখে হতাশ হয়ে পড়েছেন, ভাবছেন এতো নোংরা পরিষ্কার করা কী করে সম্ভব, তাঁরা এই চন্দ্রপুরকেসার ছবি দেখতে পারেন। তাঁদের আমি বলবো **Ecological Protection Organisation**-এর তরুণ-তরুণীদের শ্রম, সংকল্প, জেদ, সজীবতা ছবিতে কীভাবে প্রতিফলিত হয়েছে তা দেখুন। ওঁদের দেখে আপনাদের ভেতরের হতাশা, অবিশ্বাস সব দূর হয়ে যাবে। স্বচ্ছতার জন্য এই ‘ভগীরথ প্রয়াস’ সৌন্দর্য, দলবদ্ধতা ও ক্রমাযুক্ততা এক অদ্ভুত উদাহরণ। কেসা তো আমাদের ঐতিহ্যের প্রতীক। ঐতিহাসিক সৌধ সুরক্ষা ও সংরক্ষণ সমস্ত দেশবাসীর দায়িত্ব। আমি **Ecological Protection Organisation**-এর সমস্ত কর্মীকে এবং চন্দ্রপুরের সমস্ত অধিবাসীকে আমরা অনেক অনেক ধন্যবাদ জানাই।

আমার প্রিয়দেববাসী, আগামী ৪-ঠা নভেম্বর আমরা গুরু নানকের জন্মজয়ন্তী পালন করবো। গুরু নানকশুধু শিখ সম্প্রদায়ের প্রথম গুরুই নন, তিনি জগৎপুরু। তিনি সমগ্র মানবজাতিরকল্যাণের কথা ভেবেছেন। সমস্ত জাতি-সম্প্রদায় সমান এই বাণী দিয়েছেন। নারীরআত্মসম্মান ও সশক্তিকরণের ওপর জোর দিয়েছেন।

গুরু নানক দেব২৮ হাজার কিলোমিটার পদযাত্রা করেছেন এবং এই পদযাত্রায় তিনি মানবতার ব্যর্থতা ছড়িয়ে দিয়েছেন। তিনি মানুষের সঙ্গে মিশেছেন, তাদেরকে সততা, ত্যাগ ও কর্মনিষ্ঠার পথ দেখিয়েছেন। তিনি শুধু বুয়েই একথা বলেননি, নিজের জীবনে, নিজের কাজেও তা পালন করেছেন। তিনি লঙ্গরখানা চালু করে মানুষের মধ্যে সেবারতের সঞ্চার করেছেন। একসঙ্গেই লঙ্গরখানায় খাদ্য গ্রহণ করলে ঐক্য ও সাম্যভাব জাগ্রত হয়। গুরু নানক সার্থকজীবনের তিনটি সাধনার কথা বলে গেছেন। পরমাত্মার নাম জপ কর, শ্রমকার্যে মগ্ন থাকো এবং বিপদগ্রস্তকে সাহায্য কর। গুরু নানক নিজের বাণী প্রচারের জন্য ‘গুরুবাণী’ও রচনা করেছিলেন। আগামী ২০১৯-এ গুরু নানকের ৫৫০-তম জন্মজয়ন্তী উদ্‌যাপিত হবে। আসুন, আমরা তাঁর বাণী ও শিক্ষা মেনে জীবনে অগ্রসর হওয়ার চেষ্টা করি।

আমার প্রিয়দেশবাসী, আর দু'দিন পরে ৩১শে অক্টোবর সর্দার বম্ভডভাই প্যাটেলের জন্মজয়ন্তী পালন করা হবে। আমরা সবাই জানি, অখণ্ড আয়ুক্তিক ভারতের পরিকল্পনা তিনিই রচনা করেছিলেন। ভারতমাতার এই মহান সন্তানের অসাধারণ জীবন থেকে আমরা বহু কিছু শিখতে পারি। ৩১শে অক্টোবর শ্রীমতী ইন্দিরা গান্ধী এই জগৎ ছেড়ে চলে গেছিলেন। সর্দার বম্ভডভাই প্যাটেলের বেশিষ্ঠা ছিল তিনি শুধু পরিবর্তনের সিদ্ধান্তই নিতেন না, জটিল থেকে জটিলতর সমস্যার সমাধান করার কার্যকরী উপায় খুঁজে বের করতেও সমর্থ ছিলেন। পরিকল্পনাব্যবস্থানে তাঁর এক মহান ক্ষমতা ছিল। সর্দার বম্ভডভাই প্যাটেল ভারতকে এক সুদ্রোণার কাজ করেছিলেন। কোটি কোটি ভারতবাসীকে ‘এক রাষ্ট্র এক সংবিধান’-এর ছত্রছায়ায় আনতে সূচিন্তিত করেছিলেন। তাঁর বিচক্ষণতা সমস্ত বাধা অতিক্রম করার শক্তি দিয়েছিল। যেখানে মর্যাদা, সম্মান দেওয়ার প্রয়োজন - দিয়েছেন, আবার যেখানে বলপ্রয়োগের প্রয়োজন হয়েছে - বলপ্রয়োগ করেছেন। তিনি একটা লক্ষ্য স্থির করেছেন এবং পূর্ণদানে সেই লক্ষ্যপূরণে এগিয়ে গেছেন, আগেতেই থেকেছেন। তিনি বলতেন - “দেশকে এক সুদ্র গণ্যার কাজ সেইমানুষই করতে পারেন, যিনি এমন রাষ্ট্রের স্বপ্ন দেখেন যেখানে সমস্ত মানুষের সমান অধিকার আছে।” আমি চাই, সর্দার বম্ভডভাই প্যাটেলের এই বাণী আমাদের সদা সর্বদা অনুপ্রাণিত করুক। তিনি বলেছিলেন, জাতি ও সম্প্রদায়ের বিভিন্নতা আমরা বদলাতে পারবোনা, ভারতের প্রত্যেক নারী-পুরুষের নিজের দেশকে ভালোবাসা এবং পারস্পরিক প্রেম ও সদৃভাবনায় নিজেদের ভবিষ্যৎ নির্দিষ্ট করা উচিত।

সর্দার সাহেবের বাণী আজও আমাদের ‘New India Vision’-এর অনুপ্রেরণা ও শক্তি। আর সেই কারণেই তাঁর জন্মদিবস রাষ্ট্রীয় একতা দিবস’ হিসেবে পালন করা হবে। আমাদের দেশকে একটা অখণ্ড রূপ দেওয়ায় তাঁর অবদান অমিস্রীয়। সর্দার সাহেবের জন্মদিন ৩১শে অক্টোবর, সেই উপলক্ষে সারাদেশ জুড়ে ‘Run for Unity’-এর আয়োজন করা হবে, যেখানে শিশু, নারী, যুবসমাজ, প্রবীণেরাপ্রত্যেকেই शामिल হবে। আমরা আপনাদের সবার কাছে অনুরোধ, আপনারা প্রত্যেকেই Run for Unity - এই সন্ডভারনাউৎসবে অংশগ্রহণ করুন।

আমারপ্রিয় দেশবাসী, দিওয়ালির ছুটির পর আপনারা নতুন সংকল্প, নতুন নির্ণয় নিজেদেরনন্দনিন জীবনযাত্রায় ফিরে গেছেন। সমস্ত দেশবাসীর সমস্ত স্বপ্ন পূরণের শুভেচ্ছাইল আমার তরফ থেকে। অনেক অনেক ধন্যবাদ!

(Release ID: 1507437) Visitor Counter : 3

Background release reference

দীপাবলীর ছ'দিন পরে পালিত মহাপরব 'ছট

