

Quality Time for Stronger Family Bonds



আধুনিক জীবনের ব্যস্ততার কারণে পরিবারে deprivation তৈরি হচ্ছে, যেখানে একসাথে সময় কাটানো কমে যাচ্ছে। তবে, পারিবারিক সম্পর্ক ameliorate করতে চাইলে quality time অপরিহার্য।

একটি harmonious পরিবার গঠনের জন্য mindfulness এবং authenticity দরকার। পরিবারের সদস্যদের সাথে coherence বজায় রেখে একসাথে সময় কাটালে euphoria অনুভূত হয়, যা সম্পর্ককে আরও দৃঢ় করে।

অনেক সময় juxtaposition হয়, যেখানে ব্যক্তিগত চাহিদা ও পারিবারিক সময়ের মধ্যে ভারসাম্য রাখা কঠিন হয়। তবে, পারস্পরিক discernment এবং nurturing মানসিকতার মাধ্যমে এই synergy তৈরি করা সম্ভব।

অতএব, পরিবারে facet অনুযায়ী একে অপরের সাথে যুক্ত থাকতে হবে। একসাথে খাওয়া, গল্প করা এবং anecdotal স্মৃতিচারণা করা পরিবারে resonance সৃষ্টি করে।

এই সময়গুলো শুধু পারিবারিক সম্পর্কই মজবুত করে না, বরং এটি reconciliation এবং enrichment এর সুযোগ দেয়।

Word	Antonyms	Bangla Translation
Deprivation (N.) /ˌdeɪprɪ'veɪʃən/ (ডেপ্রিভেশন) বঞ্চনা, অভাব, সংকট Synonyms: Deficiency Scarcity	Abundance Sufficiency	Sleep deprivation can harm cognitive functions. ঘুমের ডেপ্রিভেশন মস্তিষ্কের কার্যকারিতার ক্ষতি করতে পারে।
Ameliorate (V.) /ə'miː.li.ə.reɪt/ (অ্যামিলিওরেট) উন্নতি করা, প্রশমিত করা, সংহত করা Synonyms: Improve Enhance	Worsen Deteriorate	New policies were introduced to ameliorate living conditions. জীবনযাত্রার মান অ্যামিলিওরেট করতে নতুন নীতিমালা চালু করা হয়েছে।
Quality time (N.) /'kwɒl.ɪ.ti taɪm/ (কোয়ালিটি টাইম) অর্থবহ সময়, মনোযোগী মুহূর্ত, ঘনিষ্ঠ সময় Synonyms: Meaningful moments Valuable interaction	Neglect Disregard	Spending quality time with family enhances relationships. পরিবারের সঙ্গে কোয়ালিটি টাইম কাটানো সম্পর্ক উন্নত করে।
Harmonious (Adj.) /hɑːr'moʊ.ni.əs/ (হারমোনিয়াস) সুসম, সামঞ্জস্যপূর্ণ, ঐক্যপূর্ণ Synonyms: Balanced Congruous	Discordant Chaotic	A harmonious work environment boosts productivity. হারমোনিয়াস কর্মপরিবেশ উৎপাদনশীলতা বাড়ায়।
Mindfulness (N.) /'maɪnd.fəl.nəs/ (মাইন্ডফুলনেস) সতর্কতা, মনোযোগ, আত্মসচেতনতা Synonyms: Awareness Presence	Distraction Neglect	Mindfulness helps reduce stress and anxiety. মাইন্ডফুলনেস চাপ ও দুশ্চিন্তা কমাতে সাহায্য করে।
Authenticity (N.) /ˌɔːθən'tɪs.ə.ti/ (অথেনটিসিটি) স্বতঃসিদ্ধতা, সত্যতা, বিশ্বুদ্ধতা Synonyms: Genuineness Legitimacy	Falseness Deception	Customers prefer brands that reflect authenticity. গ্রাহকরা সেই ব্র্যান্ড পছন্দ করেন যা অথেনটিসিটি বজায় রাখে।
Coherence (N.) /koʊ'hɪr.əns/ (কোহিরেন্স) সংহতি, সুসংগতি, যুক্তিসংগততা Synonyms: Clarity Logical connection	Incoherence Disarray	His speech lacked coherence, making it difficult to follow. তার বক্তব্যে কোহিরেন্স ছিল না, তাই বোঝা কঠিন হচ্ছিল।
Euphoria (N.) /juː'fɔː.ri.ə/ (ইউফোরিয়া) আনন্দোচ্ছ্বাস, চরম সুখ, উচ্ছ্বাস Synonyms: Bliss Elation	Misery Despair	Winning the championship brought a sense of euphoria. চ্যাম্পিয়ন হওয়া তার জন্য ইউফোরিয়া নিয়ে এলো।
Juxtaposition (N.) /dʒʌk.stə.pə'ziː.ən/ (জাক্সটাপোজিশন) পাশাপাশি অবস্থান, তুলনা, সামঞ্জস্য Synonyms: Contrast Comparison	Separation Isolation	The juxtaposition of old and new architecture was fascinating. পুরনো ও নতুন স্থাপত্যের জাক্সটাপোজিশন ছিল চমকপ্রদ।
Discernment (N.) /dɪ'sɜːrn.mənt/ (ডিসার্নমেন্ট) উপলব্ধি, বিচক্ষণতা, গভীর অনুধাবন Synonyms: Perception Insight	Ignorance Misjudgment	Her discernment in financial matters saved the company. তার আর্থিক ডিসার্নমেন্ট কোম্পানিটিকে রক্ষা করেছে।

Nurturing (Adj./N.) /'nɜːr.tʃə.ɪŋ/ (নারচারিং) লালন-পালন, যত্নশীল, বিকাশ Synonyms: Fostering Cultivating	Neglect Abandonment	A nurturing environment helps children thrive. একটি নারচারিং পরিবেশ শিশুদের বিকাশে সহায়তা করে।
Synergy (N.) /'sɪn.ə.dʒi/ (সিনার্জি) সম্মিলিত শক্তি, পারস্পরিক সহযোগিতা, সামগ্রিক উন্নতি Synonyms: Collaboration Cohesion	Disunity Discord	The synergy between departments boosted efficiency. বিভিন্ন বিভাগের সিনার্জি দক্ষতা বাড়িয়েছে।
Facet (N.) /'fæs.ɪt/ (ফ্যাসেট) দিক, উপাদান, অংশ Synonyms: Aspect Dimension	Uniformity Simplicity	Every facet of the project was carefully analyzed. প্রকল্পের প্রতিটি ফ্যাসেট গভীরভাবে বিশ্লেষণ করা হয়েছে।
Anecdotal (Adj.) /ˌæn.ɪk'doʊ.təl/ (অ্যানেকডোটাল) গল্পের আকারে, ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতাভিত্তিক, উপাখ্যানমূলক Synonyms: Illustrative Narrated	Empirical Scientific	The book was filled with anecdotal evidence rather than data. বইটিতে তথ্যের পরিবর্তে অ্যানেকডোটাল প্রমাণ ছিল।
Resonance (N.) /'rez.ən.əns/ (রেজোন্যান্স) প্রতিধ্বনি, গভীর সংযোগ, কার্যকারিতা Synonyms: Reverberation Impact	Insignificance Dullness	The speech had a profound resonance with the audience. বক্তৃতাটি দর্শকদের মধ্যে গভীর রেজোন্যান্স সৃষ্টি করেছিল।
Reconciliation (N.) /ˌrek.ən.sɪ.li'eɪ.ʃən/ (রিকনসিলিয়েশন) মীমাংসা, পুনর্মিলন, বিরোধ নিরসন Synonyms: Resolution Settlement	Conflict Estrangement	The two countries worked towards reconciliation after years of tension. দীর্ঘ বিরোধের পর দুই দেশ রিকনসিলিয়েশন এর দিকে এগিয়েছে।
Enrichment (N.) /ɪn'ɹɪtʃ.mənt/ (এনরিচমেন্ট) সমৃদ্ধকরণ, মানোন্নয়ন, বিকাশ Synonyms: Enhancement Improvement	Deprivation Impoverishment	Cultural enrichment fosters a deeper understanding of traditions. সাংস্কৃতিক এনরিচমেন্ট ঐতিহ্যের গভীর বোঝাপড়া বৃদ্ধি করে।