



“শ্রী”



রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়ের
সাহিত্যপত্র-2022

রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়
কৈলাসহর, উনকোটি, ত্রিপুরা

“শ্রী”

রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়ের
সাহিত্যপত্র-2022

‘আত্মনো মোক্ষাথং জগদ্ধিতায় চ’

ওঠ্ জাগ নিজে জেগে অপর
সকলকে জাগ্রত কর। নর জন্ম সার্থক করে চলে যা।
‘উত্তিষ্ঠত বরান্ নিবোধত।’

স্বামী বিবেকানন্দ

রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়
কৈলাসহর, ঊনকোটি, ত্রিপুরা

“শ্রী”

রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়ের সাহিত্যপত্র

:সম্পাদিকা:

শ্রীমতি শান্তশ্রী মজুমদার

:সহ সম্পাদক:

শ্রীযুক্ত সুমন মন্ডল

:সদস্য/ সদস্যা:

ড: তৃষা চক্রবর্তী

ড: সুমন দাস

শ্রী ভেঙ্কট রমন ত্রিপুরা

শ্রীঅরুণপরতন চক্রবর্তী

:প্রকাশকাল:

১লা ডিসেম্বর ২০২২

:প্রচ্ছদ ও মুদ্রনে:

শ্রী ভেঙ্কট রমন ত্রিপুরা

অন্তরধারা

প্রসঙ্গ সূচী ও লিপিকার	পৃষ্ঠক
সম্পাদিকার কলমে	4
শুভেচ্ছা বার্তা	5
এক রাজার গল্প শান্তশ্রী মজুমদার	6
নেশা মুক্তির গান রিয়া দাস (3rd semester)	8
Unakoti Santasree Majumder	9
দেশান্তর অরুণ রতন চক্রবর্তী	9
মা সুরজিৎ চন্দ্র দেব (3rd semester)	10
ভ্রাতৃদ্বিতীয়া আশীষ দাস (প্রথম সেমিস্টার)	10
বিকেল বেলা পিয়ালী দাস, (তৃতীয় বর্ষ)	11
আগামী পিয়ালী দাস (3rd semester)	11
THE BATTLE OF REZANG-LA Deeptanu Sharma	12
THE LION OF NAUSHERA- BRIGADIER MOHAMMAD USMAN Deeptanu Sharma	12
আকন্দ পাতা শান্তশ্রী মজুমদার	13
SIBAI TOKSA JABANIKA TRIPURA	14
MOKJAK NOKHA JABANIKA TRIPURA	14
Devi Movement and David Hardimans' perspective Prasenjit Sinha	15
HIV/AIDS: PREVENTION AND CONTROL Samsat Debbarma	16
Gravitational waves - Einstein's ripples in spacetime Dr. Bijan Deb	18
EDUCATING TO BE ANSWERABLE Ramengzaua Kaipeng	20
Write about the Mountbatten plan. Mentions it's significance Anamul haque (Department of History)	22
কেন প্রতিদিন কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খাবেন Prasenjit Sinha	26

সম্পাদিকার কলমে



সম্পাদকীয়:

1950সালে প্রতিষ্ঠিত রামকৃষ্ণ আশ্রমের কাঁঠালতলার কলেজ আজকের রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়। বিশাল কলেবরে শাখা প্রশাখা বিস্তার করে জ্ঞানের আলোক বর্তিকা হয়ে দাঁড়িয়ে আছে বটবৃক্ষের মতো।

আবহমান কাল থেকেই সাহিত্য ও সংস্কৃতি চর্চার ধারাবাহিকতা বহমান স্রোতের মতো বয়ে চলছে রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়ের অধ্যাপক অধ্যাপিকা ও ছাত্র ছাত্রীদের মননে ও চিন্তনে।

ঋতু পরিবর্তনের কালের নিয়মে হেমন্তের সোনালী ধানে মনুর পাড়ের মাঠঘাট সেজে উঠেছে নববঁধুর সাজে। সাহিত্য চর্চা হোল সুস্থ মানসিকতার পরিচায়ক। মানব মনের অব্যক্ত কথন ফুটে ওঠে লেখনীতে কবিতা ও গল্পের ভাষায়। কলেজের সাহিত্য সংস্কৃতি চর্চার দর্পন হোল সাহিত্য পত্রিকা ---"শ্রী"।

এতো দিন ধরে নানা প্রতিকূলতা সত্ত্বেও শ্রী প্রকাশিত হয়ে এসেছে তার নিজস্ব গরিমায়। আমরা তথ্যপ্রযুক্তির উন্নত যুগে পথ চলছি। কাগজের পাতায় এতোদিন ধরে প্রকাশিত "শ্রী" --সাহিত্য পত্রিকা কে এবার নিয়ে আসা হয়েছে বৈদ্যুতিন মাধ্যমে। ওয়েব ম্যাগাজিন হিসাবে শ্রী এর যাত্রা শুরু হোল প্রথম।

"শ্রী" ---যাত্রা প্রবহমান থাকুক যুগে যুগে মনুর স্রোতের মতোই।

ধন্যবাদ শ্রদ্ধাসহ

Santasri Majumder.

সম্পাদিকা, "শ্রী"

রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়

শুভেচ্ছা বার্তা



ডঃ পিনাকী পাল
অধ্যক্ষ, রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়

হেমন্তের সোনালী ধানে মাঠে মাঠে প্রকৃতির অপরূপ সাজে। কৃষকেরা তাদের শ্রমের ফসল ঘরে তুলছে। চারদিকে প্রকৃতির এই অপরূপ সৌন্দর্য মানব মনে নিয়ে আসে অপরিসীম পরিতৃপ্তি। প্রকৃতির সৌন্দর্য মানবমনের সৃষ্টিশীলতাকে উদ্দীপ্ত করে। ঋতুপরিবর্তনের সাথে সাহিত্য সংস্কৃতি চর্চা অঙ্গাঙ্গী ভাবে জড়িত।

রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়ের সাহিত্য পত্রিকা "শ্রী" এতোদিন প্রকাশিত হয়ে এসেছে পত্রিকা হিসাবেই।

"শ্রী" দ্বিতীয় প্রকাশিত হল ওয়েব ম্যাগাজিন হিসাবে। "শ্রী"র যাত্রাকে সাধুবাদ জানাই এবং আন্তরিক ভাবে সাফল্য কামনা করি।

সামাজিক রাজনৈতিক মনস্তাত্ত্বিক চিন্তাধারা পরিবর্তনের সাথে সাথে মহাবিদ্যালয়ের অধ্যাপক, অধ্যাপিকা, ছাত্র-ছাত্রীদের সৃষ্টি কর্ম মননশীলতা এগিয়ে চলুক। ভবিষ্যৎ প্রজন্মের সাহিত্যসৃষ্টিতে "শ্রী" গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখুক এই আশা ব্যক্ত করছি এবং "শ্রী" র সর্বাঙ্গীন সাফল্য কামনা করি।

ধন্যবাদ শ্রদ্ধাসহ

ডঃ পিনাকী পাল

অধ্যক্ষ, রামকৃষ্ণ মহাবিদ্যালয়
কৈলাসহর, ঊনকোটি, ত্রিপুরা

এক রাজার গল্প

শান্তশ্রী মজুমদার

শান্ত নির্জন পাহাড়ী
ছোঁয়া পাহাড়ের কোল
গোমতী। ত্রিপুরার রাজা
করছেন.....। দুই পাড়ের
আনন্দধারা অন্তঃসলিলা
অন্তরে। রাজার বজরা
যাচ্ছে....। গোমতীর পাড়ে
এক পাহাড়ী কন্যা সুতা



জনপদ। ঢেউ খেলানো আকাশ
ঘেসে কুলুকুলু রবে বয়ে চলেছে
দেবমানিক্য নৌকাবিহার
অপূর্ব শোভায় প্রবহমান গোমতীর
হয়ে বয়ে যাচ্ছে দেবমানিক্যের
কচুয়াছড়া গ্রামের পাশ দিয়ে
টিলার ওপর টংঘর। টং ঘরে বসে
কাটছে। গামছা বুনছে একমনে।

রাজার চোখ আটকে গেলো পাহাড়ী ফুলের অনিন্দ্য রূপে। নৌকা বাঁধা হোল কচুয়াছড়ার ঘাটে। রাজার লোকজন সৈন্যসামন্ত টিলা বেয়ে হাজির হোল টং ঘরের নীচে।

কে এই পর্বত দুহিতা? নাম কি? কি তার পিতৃ পরিচয়? জানা গেলো মেয়েটির পিতা রাজার ই সেনাবাহিনীর এক সামান্য সৈনিক। যার উপাধি হাজরা। যা হোক, রাজার চোখ পড়েছে, আর তো রক্ষে নেই। এই পাহাড়ি ফুল কে রাজা বিয়ে করলেন গান্ধর্ব মতে। সৈনিকের কন্যা হোল মেছুয়া রানী।

রাজা দেবমানিক্য আদেশ দিলেন সঙ্গীসার্থীদের কেউ যেনো জানতে না পারে এই গোপন বিয়ের কথা। সম্পূর্ণ গোপন রাখা হোল এই বিবাহকাহিনী।

সেই কচুয়াছড়া গ্রামে টং ঘরে পর্বতদুহিতা গর্ভে ধারণ করলেন দেবমানিক্যের সন্তান। চোখের জলে, লোকচক্ষুর অন্তরালে জন্ম নিলো দেবমানিক্যের সন্তান রাজকুমার রামদাস। রাজার কানে পৌঁছলো পুত্রের জন্ম সংবাদ। কিন্তু এবারেও রইলো গোপনীয়তা। কয়েকজন ছাড়া কেউ জানলো না রাম দাসের জন্ম সংবাদ।

কচুয়াছড়া গ্রামের প্রাকৃতিক পরিবেশে বড় হো তে লাগলো রামদাস। শিখতে লাগলো অস্ত্রচালনা, যুদ্ধবিদ্যা। রামদাস জানতো না তার পিতৃ পরিচয়। মৃত্যুশয্যায় দাদু রাজ সৈনিক হাজরা বলে গেলো - তার পিতৃ পরিচয়।

যুবক রামদাস চাকরি নিলো রাজার সৈন্য বাহিনীতে। নিজের নাম পাল্টে ফেললেন। নতুন নাম নিলেন অমরদেব।

শৌর্ষে বীর্ষে জনপ্রিয়তায় অমরদেব সবার ঈর্ষার কারণ হয়ে উঠলো। তখন ত্রিপুরার মহারাজা জয় মানিক্য। দুর্বল প্রকৃতির রাজা সেনাপতি রণগন না রাখণের ওপর নির্ভরশীল। রাজার বিশ্বাস, নির্ভরতার সুযোগ নিয়ে রণ গন নারায়ণ সর্বসর্বা হয়ে উঠেছেন। তিনি অমর দেব কে সহ্য করতে পারতেন না।

দিলেন তারও শিরশ্ছেদ করা হবে। অমরদেব ষড়যন্ত্র টের পেয়ে শিউরে উঠলেন। পলায়ন করলেন সেখান থেকে।

আর নয়, এবার আত্মপরিচয় দেওয়ার সময় এসেছে। শিবিরে এসে ঘোষণা করলেন নিজের পরিচয় তিনি রাজা দেবমানিক্যের পুত্র। আমিই ত্রিপুরা রাজ্যের উত্তরাধিকারী।

সেনাপতি রণ গন নারায়ণ চুপ করে রইলেন না। অমর দে বের পরিচয় জেনে, তার সমরসজ্জার খবর পেয়ে তার ভাই সমরজিত্ নারায়ন কে চিঠি লিখলেন। কিন্তু চিঠি নিয়ে যাওয়ার সময় অমর দে বের গুপ্তচর পত্রবাহককে মেরে তার পোশাক পরে চিঠি নিয়ে সমরজিত্ নারায়ণের কাছে গিয়ে হাজির হোল। সমরজিত্ নারায়ণ যখন ভ্রাতার চিঠি পড়তে মনোনিবেশ করলো তখন তলোয়ারের কোপে তার মুণ্ডু কেটে ফেললো। সেই কাটা মুণ্ডু কে অমরদেব নর গন না রায় নের কাছে পাঠালো। ভ্রাতার কাটা মুণ্ডু দেখে সেনাপতি নরগণ নারায়ণ ভীত হয়ে পালাতে লাগলেন। তার পিছুপিছু অমর দেবের সৈন্যরা ধাওয়া করলো। নর গন নারায়ন সারারাত একটা পুকুরের জলে ডুবে রইলো। কিন্তু সকাল হোতেই অমর দে বের লোকেরা তাকে হত্যা করলো।

মহারাজ জয় মানিক্য তখন অমরদেবের কাছে জানতে চাইলো, কেন সে সেনাপতি কে হত্যা করেছে?

কিন্তু অমরদেব এর উত্তর দিলেন আক্রমণের দ্বারা। রাজধানী উদয়পুর আক্রমণ করে তিনি জয় মানিক্যকে হত্যা করলেন। এবং ১৫৭৭খ্রীষ্টাব্দে রাজ সিংহাসনে বসেন।

রাজার কাহিনী, রাজসিংহাসন যুগে যুগে কতো যে হত্যার দ্বারা কলঙ্কিত --এগুলো পড়লে আজো শিউরে উঠতে হয়।



নেশা মুক্তির গান

রিয়া দাস (3rd semester)

শোনো শোনো বন্ধুগণ

করি সবে নিবেদন
নেশামুক্ত ত্রিপুরা গড়বো
সবে মিলে করছি পণ।

নেশা হানে মরণবান
নস্ট হয় শরীর মন
সুখের ঘর ধ্বংস করে
আনে নানা সংক্রমণ।
শোনো শোনো বন্ধুগণ
করি সবে আজকে পণ

নেশার চমক হরেক রকম
নেশার ঘোরে রঙিন জীবন
মদ গাঁজা হেরোইন চরস
নেশার রূপ হরেক রকম।
সমাজে আজ নেশার রাজ
কলুষ মুক্ত মোদের পণ
শোনো শোনো বন্ধুগণ

দাদা দিদি মা বোনেরা
ছেলে বুড়ো জোয়ানভাইরা
এসো সবাই ছুটে এসো
কেন দেবী করছো অকারণ।

জেগে থেকেও কেন ঘুমে
সময় চলে যাচ্ছে স্রোতে

আয় মিলে হালটা ধরো
নেশামুক্ত ত্রিপুরা গড়ো।

Unakoti

Santasree Majumder



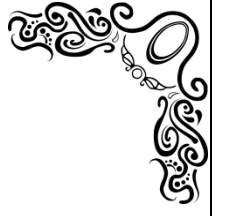
Unakoti I think one time
You are a Arabian
Who support themselves
in overalls.
just like that you also
surround yourself behind
deep green jungles.
And keep you undisclosed.
I think one time
A Greek soldier you are.
who fight against the
storm and hurricane
Constantly.
on your stone chest.
I think one time
you are a shy village girl of Bengal.
I think one time
you are an oppressed bride
ever since the beginning.
who also even alive
age after age
suffering many outrages.
Unakoti one time I think
you are a sky of Autumn
that full of moon light.
Today also you are ever
stable before light.

দেশান্তর

অরুণ রতন চক্রবর্তী



আর কি তুমি ভুলতে আমায় পারো
সঙ্গে যদিও চলো অন্য কারো,
নদী যেমন হল দেশান্তরী
হৃদয় গঙ্গা ভাসায় সোনার তরী,
ডানা মেলে পাখিরা যায় চলে
বইছে বাতাস এপাশে ওপাশে
নীল আকাশের ভাগ তো কিছুই নেই
দেশ বিভাগের দাগটা কোথায় দিই,
রইলো পড়ে কাঁটাতারের বেড়া
মাটি ও তার খবর রাখে না।
এবার তুমি যখন খুশী এসো
মন যমুনায় ভাসিয়ে তরী দিও
আর কি তুমি ভুলতে আমায় পারো
হৃদয় জুড়ে ভালো শুধুই ভালো।



মা



সুরজিত্ চন্দ্র দেব (3rd semester)

মা এই শব্দটি আমাদের সবার চেনা
তাই তো বলি সবাই মিলে করো মায়ের ভজনা।
মা ছাড়া এই দুনিয়ায় আর কেউ নেই আপন
ঘরে এসে মা কে না দেখলে মনে জাগে আলোড়ন।
দশ দিন দশ মাস কষ্ট করে
জন্ম দেন মা সন্তানে।
তা হলে কেন সেই মা অস্তিমকালে থাকে বৃদ্ধাশ্রমে।
সন্তানের জন্য মা প্রতিনিয়ত
সহেন কতো কষ্ট
সেই মাকেই কিছু বর্বর পুত্র অস্তিমে দেয় কষ্ট।
এসো আজ আমরা সবাই মিলে অঙ্গীকার বদ্ধ হই
শেষ অবধি যেন আমরা
মায়ের প্রতি সহনশীল হই।।

ভ্রাতৃদ্বিতীয়া



আশীষ দাস (প্রথম সেমিস্টার)

ভাই আর বোনের লেগেই আছে নিত্য ঝগড়াঝাঁটি।
সারাটি দিন তর্ক কথা কাটাকাটি।
ছোটবেলা খেলাঘরে
পুতুল কাড়াকাড়ি।
এই ভাব তো পরক্ষণেই আড়ি।
আজ দেখি আড়ি ভুলে
বেজায় হয়েছে ভাব
দুজনে গলা জড়িয়ে
হাঁটছে পাশাপাশি।
মুখে ফুটেছে মিষ্টি হাসি
কারণটা হচ্ছে আজকে ভাইফোঁটা।
ভাইকে দেবে বোনটি ফোঁটা
থালায় সাজাবে মিষ্টি
আসন পেতে দুর্বা চন্দনে
জানাবে ভালো থাকার প্রার্থনা।
ভাইয়ের জীবন কখনো যাতে হয়না বিফল
যমের দুয়ারে পড়লো কাটা
যমুনা দেয় যমকে ফোঁটা।
সবাইকে জানাই ভাইফোঁটার আমন্ত্রণ।।





বিকেল বেলা

পিয়ালী দাস, তৃতীয় বর্ষ



দিনের যখন ঘনিয়ে আসে শেষ
মনে তখন জাগে খুশির আবেশ
উষ্ণ বায়ু শীতল হয়ে আসে
সারা মনে খুশির ছটা ভাসে
সূর্যি মামা পাটে যাচ্ছে চলে
চারিদিকটা রাঙা আলোয় ভরে
পাড়ার ছেলেরা জুটি বেঁধে বেঁধে
খেলছে তারা মনের আনন্দেতে
পাখিরা উড়ে যাচ্ছে আকাশ জুড়ে
যে যার নিজের বাসায় ফিরে
বইছে মৃদু বাতাস পাখির কুজন নিয়ে
চাষিরা সবাই যাচ্ছে ঘরে ফিরে।
বিকেল শেষে সন্ধ্য ঘনিয়ে আসে
গ্রামের মেয়েরা ঘরে প্রদীপ জ্বালে
যদি বল কোন বেলাটা সেরা
বিকেল বেলা আনন্দ দিয়ে ঘেরা।

আগামী

পিয়ালী দাস (3rd semester)



হে শিশু তুমি তুচ্ছ নও
তোমার মধ্যই লুকিয়ে আছে
আগামী দিনের ভবিষ্যৎ
তুমি নিশ্চিত করবে
দেশের কল্যাণ
তুমি শেখাবে
মাথা উঁচু করে বাঁচতে।
তোমার হাত ধরেই শিখবে সারা পৃথিবী নতুন ছন্দের গান
কুসংস্কার আচ্ছন্ন সমাজ ভেঙে গড়বে নতুন সমাজ
তুমিই পারবে পুরোনোকে
ভুলিয়ে নতুন আলো ফুটাতে
যেখানে থাকবে না কোনো জাতিভেদ।
কোনো উঁচু নীচু বর্ণ বিদ্বেষ
তোমার সঙ্গে হাত মেলাবে
আরো অনেক নতুন প্রাণ
গড়ে তুলবে সুস্থ সবল সুপ্রতিষ্ঠিত সমাজ।





THE BATTLE OF REZANG LA

Deeptanu Sharma

There is a military term called "The Last Stand" which means fight unto the last even knowing that they will be defeated even may be killed also. I am going to narrate an incident of Last Stand which took place during the Indo-China war of 1962. On 18th November of 1952 a fears battle took place between the 120 soldiers of the 13th battalion of the Kumaon regiment of the Indian army and more the 3000 invading Chinese troops. The Indian troops were not only less in men power but also having no modern weapon as they were equipped with bolt action 303 Rifles on the other hand the Chinese troops were equipped with modern automatic rifles along with artillery support also. Even the Indian troops had fewer amounts of ammunition and having no proper winter clothing. But inspired by those drawbacks the Indian troops under the command of Major Saitan Singh Bhati decided to fight to their last breath. They have faced several waves of invading Chinese troops. They were involved in hand to hand combat with the Chinese troops as their ammunition was exhausted. Out of 120 Indian soldiers 114 attained martyrdom before killing more than 1400 Chinese troops. 3 months after the war was over search parties were sent to the battle field. The scene of the battle field made them astonished. Due to the extreme cold the dead bodies were in frozen condition. There were no dead body of any Indian soldier with a wound on their back. Many of the dead bodies were even in fighting posture as some were having their finger on the trigger of their rifle. Several gallantry awards were given though the Indian soldiers. Major Saitan Singh Bhati was awarded with India's highest wartime gallantry award Param Vir Chakra posthumously.

THE LION OF NAUSHERA- BRIGADIER MOHAMMAD USMAN



Deeptanu Sharma

Brigadier Usman had joined the Indian army in the year 1934 as a second lieutenant. During the partition of India he was on the rank of Brigadier at the age of 36 years (youngest to obtain that rank till now). At that time proposals were issued to the soldiers and officers of the Indian armed forces to choose to whom they wish to serve India or Pakistan. Brigadier Usman was offered the post of the chief of Pakistan army if he joins the Pakistan army. But he refused the proposal and remained on the Indian side. During the 1st Indo-Pak war of 1947-48 he was given the charge to defend Naushera and Jhanjhar of Kashmir under his command huge damage was done over the Pak forces. The price of his head was declared as 50,000. He has taken an oath that he would sleep on the ground instead of bed until the removal of the Pakistani invasion. On 3rd July 1948 during a battle at Naushera he got a hit by a mortar shell and attained martyrdom. His last words to his troops were-"I am dying but let not the territory we are fighting for fall for the enemy". He holds the record of highest-ranked officer till today to be killed in action. For his immense leadership, courage and doing his duties even at the cost of his life by doing the Supreme sacrifice he was awarded with India's 2nd highest gallantry award Maha Vir Chakra posthumously.





আকন্দ পাতা

শান্ত্রী মজুমদার

আজ রাসপূর্ণিমা। হেমন্তের শীতে ছায়া ছায়া রাত। রূপালী জ্যোত্স্নায় ঐশ্বরিক প্রেম
তরঙ্গ মানব মানবীর মন যমুনায়। সুন্দরী চাঁদের মোহিনী রূপে অনুরাগ, পূর্বরাগ,
পরকীয়া প্রেমে উথাল পাতাল জগত্ সংসার।

---বৈষ্ণব পদাবলী কবির যুগে যুগে নর নারীর প্রেম নিয়ে কাব্য সৃষ্টি করেছেন। তবু
প্রেমের শেষ কথা বলা যায় নি। প্রেম নিত্য, নবীন, সুন্দর ও চির রহস্যময়। প্রেম
মনস্তত্ত্বের সু নিপুণ রূপকার বৈষ্ণব কবি গণ, রাগাত্মিকা রাগানুগা, বৈধী, কান্তা, স্বকীয়া, পরকীয়া -ইত্যাদি
সব ধরণের প্রেমের মধ্যে পরকীয়া প্রেমকেই প্রাধান্য দিয়ে কাব্যরস সৃজন করেছেন। যার মধুর রস মাধুর্যে
ডুবে ডুবে আনন্দসুধা পান করে আসছেন মর্ত্যের মানব মানবী।

সংসারের গারদে নিজেকে বন্দী করার জন্য কান্তপ্রিয় এক নারী মনের অনুসন্ধান করছিলেন। কোকিলা তো
ঈশ্বরের বিধানে তারই অপেক্ষায় ছিলো। সংসার হোল নিয়ম মেনে।
দিনের পর রাত আসে। রাতের পর দিন। সময় চলে তার নিজের গতিতে। কোকিলার কোলে ফুটফুটে
ছেলে। কোকিলা আর কান্তপ্রিয়র পুত্র কমলাকান্ত।

ছেলে বড় হচ্ছে....। পিতৃভক্ত বাধ্য ছেলে। পুত্রসুখে কান্তপ্রিয়বাবুর সংসার কলস কানায় কানায় পূর্ণ।
কোকিলার ঘর সংসার, চাকরি, পূজা অর্চনা, রান্নাবান্না --ব্যস্ত জীবন।

মাস যায়, বছর যায়, --কোকিলার মধুর কুঁহু ডাক আজ আর সুরেলা কণ্ঠে বাজে না।

কান্তপ্রিয়র মনে কিসের যেনো অতৃপ্তি। সব পেয়েও না পাওয়ার কষ্ট। মন আশ্রয় খোঁজে.....।

এক অদ্ভুত জিনিষ এই মন নামক অদৃশ্য অনুভূতি টি। রাগাত্মিকা রাগানুগা, বৈধী, স্বকীয়া প্রেমের ধাপের
পর আছে আরেকটি শেষ ধাপ। পরকীয়া যার নাম। সেই ধাপে না আছে শান্তি, না আছে সুখ, না আছে স্বস্তি।
শুধু বিরহ অনলে জ্বলেপুড়ে যাক হওয়া।

যে কোন সময় বিনা কারণে ধূলিস্যাত্ হোতে পারে প্রেমের শেষ ধাপটি।

এ যেনো সমাজ পরিবর্তনের বিভিন্ন পর্যায় গুলি সংগ্রাম করে করে উত্তীর্ণ হোতে হোতে শেষ ধাপে
পৌঁছানো। আদিম সাম্যবাদী সমাজ -দাস সমাজ -সামন্ত তান্ত্রিক সমাজ, পূঁজিবাদী সমাজ -সমাজতন্ত্র---
তারপর সাম্যবাদ। ##

কান্তপ্রিয়বাবু সাম্যবাদী সমাজের স্বপ্ন দেখেন। মনের ধাপগুলো সব পর্যায় অতিক্রম করে পরকীয়া স্বপ্নে
বিভোর।

সমাজ আছে, পরিবার আছে, কলঙ্ক আছে, সব কিছুকে কি ফাঁকি দেওয়া যায়? শত সহস্র অনুসন্ধানী চোখ
চারদিকে। কিন্তু তার স্বপ্নকে, মনের একান্ত ইচ্ছাকে অবহেলা করবেন কি করে? উচাটন মন নিয়ে তো বাঁচা
যায় না।

ঘড়ির কাটা ঘুরতে ঘুরতে ষাট পেরিয়ে গেলো। পুত্র কমলাকান্ত আজ যুবক স্বাবলম্বী। বাধ্যপুত্রটিই পারে
কান্তপ্রিয়বাবুর জীবন সম্পূর্ণ করতে।

কমলা কান্ত ই শেষ অবলম্বন। ---

পুত্রের বিয়ে ঠিক করলেন গোপন প্রেমিকার কন্যার সাথে। পরকীয়া কে বাঁধলেন মধুর সম্পর্ক বেয়াই -
বেয়ানে।

---জীবন তো চলবেই.... চলা ই তো তার ধর্ম।

পরকীয়া প্রেম ই শ্রেষ্ঠ প্রেম। যা নিকষিত হেম, সর্ব সংস্কার মুক্ত প্রেম। সর্ব লজ্জা মুক্ত প্রেম, যা শুধু মাত্র
প্রেমের জন্যই প্রেম।

----এমন পিরীতি কভু নাহি দেখি শুনি

পরানে পরাণ বাঁধা আপনা আপনি।।



SIBAI TOKSA



JABANIKA TRIPURA

Lama korogwi sibai toksa
 Pung phaio ani nok koreni
 thaichu bophango
 Bojangni phailang tama bo khao
 tobogwi phailang!
 Hor kuthugo si si sibai
 Tama hinwi bo kok surphailang
 Nini khorango mayani kokthai
 Kha sip sip kokthai turukjak
 Sana rophaio tabukno salangnai hai.
 Ang bo sagono khani kokno
 Birwi beraiwi haywngno naiwi
 Joto koktunma thumwi tobogwi.
 Nini pungmung bai khatangma tubugwi
 Jabui jabuini silino hene rophailang
 Tini pungphaiwi, ani kok koreni thaichuk bophango.
 Angbo sagano khani kokno
 Thumwi tilangdi kiya pirwi rojadi kiya
 Nwnglai birwi berainai toksa ba.
 Hayung pirjaknai kokbiti wngkhalai
 Joto khanagano salya salsa.
 O sibai toksa salangdi nini kokbitino.
 O salangdi nini kokbitino

MOKJAK NOKHA



JABANIKA TRIPURA

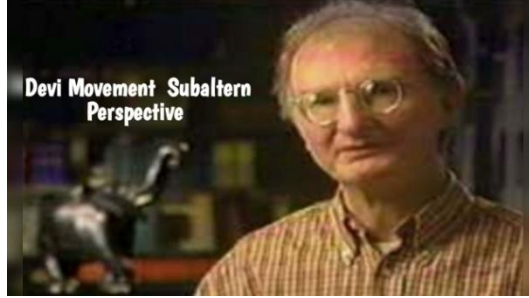
O nokhano machang ronai hamdugiri
 Nukjak phailiya- nado
 Tini saraimung chajakna.
 Khapang khani kogwi maniliya -nado.
 Mwktwi sokorwi saichung tini.
 Kabwi tongjago nokha.
 Saichung sandari chogwi.
 Kha khamjagwi mogwi.
 Chumwi koboljak tabuk,
 Barai khaiwi yoknai O manakni
 Nokha wansugo.
 Amotwi jorao talno wansugwi
 Aro bo kha khamjago.
 Tophano thwiya khani puito,
 Manakma chumwi koboljakphano
 Khapang bisingo kok sago
 Katal chwnsajak tal paswi phainai.
 Hindi do jorano rwgwise.



Devi Movement and David Hardimans' perspective

Prasenjit Sinha

The Devi Movement, is a indigenous adivasi movement, started from Palghar Taluk of Western Maharashtra (presently South Gujarat) in late 1921 where the Adivasis were facing extreme poverty and indebtedness as a result of involvement with rule and fixed land upon them. the Sahukars other tax led to the land, often between 1895 -1913, 42% adivasi land has passed to moneylenders through sale or mortgage in Baroda Taluk, Mahuva. In addition Parsi acts as tax collectors of the state under the Abkari Act. Adivasis' drank 'toddy' and also offered it to the Gods in different rituals. It was a food to the poor for several months of the year. Parsis imposed a tree tax on toddy preparation and forced them to drink 'daru' (distilled liquor in Parsi owned factories) by pricing toddy out of market.



The educated Adivasis first began to resist the sordid process, but the true protest from the poor people came to light in the form of Devi Movement which originated from a smallpox propitiation ceremony. The Devi assumed the name of "Solabai" (Devi who gives advice) giving messages to abstain from meat and liquor, to stop working in non-adivasi land, and later, to use khadi, spin the charkha and to send children to nationalist schools.

David Hardiman analyses the relationship of Adivasis to their land and with each other. Before their subjugation in 19th century different adivasi communities lived in harmony and respected each other's identity while sharing a common material culture. They were anti non-adivasis but never harmed others. In the face of danger they instinctively flight.

A few points to be noted:

- (1) David Hardiman does not see any direct link between the macro level happenings and the adivasi movement.
- (2) He also rejects "sanskritization" and views it as their claim to social equality with the Brahmins and Vaniyas.
- (3) He also examined the applicability of the concept of 'revitalization, i.e first the individual, then the groups as a whole undergo a psychological disorientation, leading to revitalization through their resistance. The adivasi of Southern Gujarat has changed their rituals but not their religion.
- (4) Devi was the legitimization of their social voice but not a product of superstitions or beliefs but the ideological superstructure of which their economic and political action was a part.

(5) He describes the adivasi society as more egalitarian in its relation between men and women.

(6) It is not only a social reform movement by getting rid of the drinking habit, but also a rebellion against the domination of Parsi liquor vendors also the domination of large landlords.

Finally, it still left a lingering impression on the tribal's of this region by making them more assertive and giving the memories, which involves self-help and action for the collective good.

HIV/AIDS: PREVENTION AND CONTROL

Samsat Debbarma

Biology of HIV

HIV stands for Human and the disease caused is deficiency syndrome). HIV the virus attached to and uses host cells and infect helper T cells and macrophages,



Immunodeficiency virus AIDS (Autoimmune is a retrovirus meaning fuse with the host cell machinery to convert replicate. HIV Primarily (specially CD4⁺ T cells), dendritic cells. HIV

infection leads to low level of CD4⁺ cells because the virus directly kills infected cells and the infected T cells are also attacked by the immune system. If untreated, most HIV infected individuals will develop AIDS leading to collection of symptoms and infection resulting from the damage to the immune system by HIV.

History

HIV infection in humans came from a type of chimpanzee in central Africa. Studies show that HIV may have jumped from chimpanzee to humans as far back as late 1800s. The chimpanzee version of the virus is called **simian immunodeficiency virus**. It was probably passed to humans when humans hunted these chimpanzees for meat and came in contact with infected blood. Over the decade, HIV slowly spread across Africa and later into other parts of the world. The virus existed in the United States since at least the mid to late 1970s.

Stages of HIV

HIV can be categorized into 3 stages.

1. Stage 1: Acute HIV infection

- People may have a large amount of HIV in their blood and are contagious
- People may have flu like symptoms.
-



2. Stage 2: Chronic HIV infection

- This stage is also called asymptomatic HIV infection or clinical latency
- People may not get sick during this phase but can transmit HIV.
- Without treatment, this stage may last a decade or longer, or may progress faster which may lead to next stage.

3. Stage 3: AIDS (acquired immunodeficiency syndrome)

- This is the most severe stage of HIV infection.
- People at this stage can have a high viral load and may easily transmit HIV to others.
- At this stage people have badly damage immune system
- At this stage chance of survival is less.

Transmission

1. **Sex:** Having unprotected sex with someone who has been infected by HIV.
2. **Perinatal or mother to child:** HIV can be transmitted from mother to her baby during pregnancy, birth or breastfeeding. Therefore, it is recommended to test all pregnancy women for HIV.
3. **Needle, syringe or other drug injection equipment's:** There is high chance of getting HIV infection if needle, syringe or other drug injection equipment's is shared with someone who is HIV positive.

Prevention & Control

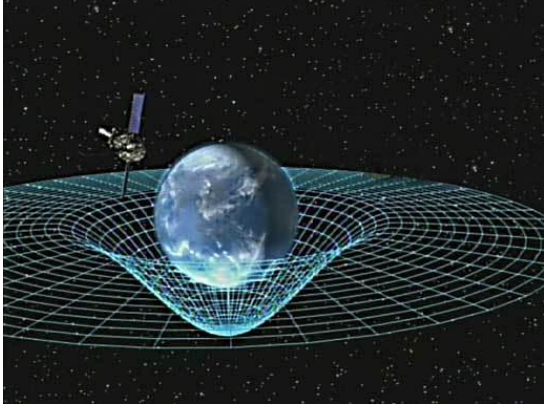
Today, more tools than ever are available to prevent HIV.

1. Choose sexual activities with little to No risk i.e., using condom the right way every time during sex. Condoms are highly effective in preventing HIV and other sexually transmitted disease (STDs).
2. Use always new, clean syringe or other injecting equipment's and safely disposed needles, syringe after use.
3. The earlier HIV is diagnosed and treated; more effective HIV medicine will prevent transmission from mother to baby. And giving HIV medicine to your baby for 4 to 6 weeks after giving birth, the risk of transmitting HIV to your baby can be 1% or less.
4. Prevent Transmitting HIV to baby by avoiding breastfeeding, since breast milk contains HIV.





Gravitational waves - Einstein's ripples in spacetime



Dr. Bijan Deb

Introduction

A gravitational wave is a ripple in the fabric of space and time - if you imagine space as a giant, tightly-pulled sheet of rubber and imagine objects with mass, like planets and stars, are objects placed on top of the sheet, then you can understand how these objects create 'distortions' in the space around them, like "a bowling ball on a trampoline," as they put it.

These distortions are why the Earth and other planets orbit around the Sun - there's no force pulling them towards the Sun, just a big distortion in the space around it.

Gravitational waves occur when mass accelerates - distorting space like usual and sending ripples as it moves. For these waves to be noticeable, they need to be created by very massive objects, like two super-heavy neutron stars rotating around each other, or a pair of black holes.

It's hard to detect these waves and ripples using conventional

measurements, because if space between two points was stretched or compressed, we wouldn't be able to notice, since our potential frames of reference would appear to remain the same distance apart.

However, by taking advantage of a universal constant like the speed of light, we can measure changes in distance by recording how long light takes to travel between two points.

That's what researchers at the **Laser Interferometer Gravitational Wave Observatory (LIGO)** in Louisiana did - by using lasers to monitor the changes in distance of a pair of 4km-long tunnels, they were able to spot the tiny interferences caused by gravitational waves.

Since the effects of the waves are so miniscule, it's taken a lot of time and effort to actually detect them and make sure the changes weren't caused by other factors - compares to trying to determine what song someone is humming at a very big, loud party.

Why is the discovery significant? It's like spending your entire life deaf, and then suddenly having your hearing restored. Before, you were still able to perceive things, but afterwards, you'd be able to explore and experience the world in a completely different way. In short, the discovery is hugely significant, and it's set to completely change how we study the universe.

Einstein's distorted spacetime

In the words of the eminent relativist

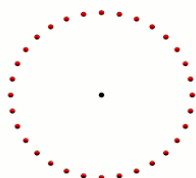
John Wheeler, Einstein's theory of general relativity can be summarized

in two statements: Matter tells space and time how to curve. And (curved) space and time tell matter how to move.

Einstein published the final form of his theory in November 1915. By spring 1916, he had realized another consequence of distorting space and time: general relativity allows for gravitational waves, rhythmic distortions which propagate through space at the speed of light.

For quite some time, physicists weren't sure whether these gravitational waves were real or a mathematical artifact within Einstein's theory. (For more about this controversy, see Daniel Kennefick's book "Traveling at the Speed of Thought and this article.) But since the 1980s, there has been indirect evidence for these waves (which earned its discoverers a Nobel prize, no less, in 1993).

Gravitational waves are emitted by orbiting bodies and certain other accelerated masses. Right now, major international efforts are underway to detect gravitational waves directly. Once detection is possible, the scientists hope to use gravitational waves to "listen" to some of the most violent processes in the universe: merging black holes and/or neutron stars, or the core region of supernova explosions.



What do gravitational waves do?

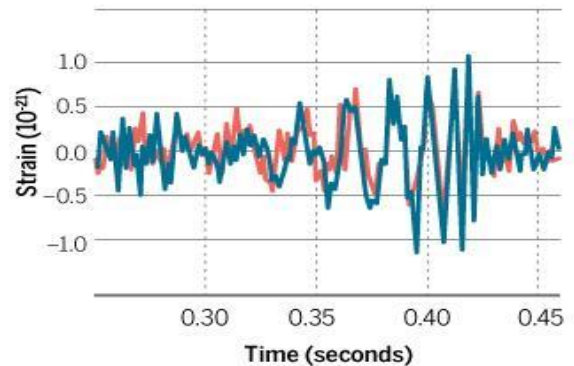
For that, let us look at a simplified, entirely hypothetical situation. (The following are variations on images and animations originally published here on Einstein Online.) Consider particles drifting in space, far from any sources of gravity. Imagine that the particles (red) are arranged in a circle around a center (marked in black):

When the circle is stretched in the vertical direction, it is compressed in the horizontal direction, and vice

Signals in synchrony

When shifted by 0.007 seconds, the signal from LIGO's observatory in Washington (red) neatly matches the signal from the one in Louisiana (blue).

● LIGO Hanford data (shifted) ● LIGO Livingston data



versa. That's typical for gravitational waves ("quadrupole distortion").

Albert Einstein predicted the existence of gravitational waves 100 years ago, but directly detecting them required mind-boggling technological prowess and a history of hunting. (See a timeline below of the history of the search for gravitational waves.) LIGO researchers sensed a wave that stretched space by one part in 10²¹



making the entire Earth expand and contract by 1/100,000 of a nanometer, about the width of an atomic nucleus. The observation tests Einstein's theory

of gravity, the general theory of relativity,

with unprecedented rigor and provides proof positive that black

holes exist. "It will win a Nobel Prize," says Marc Kamionkowski, a theorist at Johns Hopkins University in Baltimore, Maryland. On 14 September 2015, at 9:50:45 universal time—4:50 a.m. in Louisiana and 2:50 a.m. in Washington—LIGO's automated systems detected just such a signal. The oscillation emerged at a frequency of 35 cycles per second, or Hertz, and sped up to 250 Hz before disappearing 0.25 seconds later. The increasing frequency, or chirp, jibes with two massive bodies spiraling into each other. The 0.007-second delay between the signals in Louisiana and Washington is the right timing for a light-speed wave zipping across both detectors.

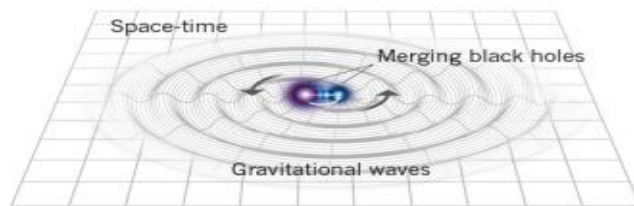
LIGO watches for a minuscule stretching of space with what amounts to ultraprecise rulers: two L-shaped contraptions called interferometers with arms 4 kilometers long. Mirrors at the ends of each arm form a long "resonant cavity," in which laser light of a precise

wavelength bounces back and forth, resonating just as sound of a specific pitch rings in an organ pipe. Where the arms meet, the two beams can overlap. If they have travelled different distances along the arms, their waves will wind up out of step

and interfere with each other. That will cause some of the light to warble out through an exit called a dark port in

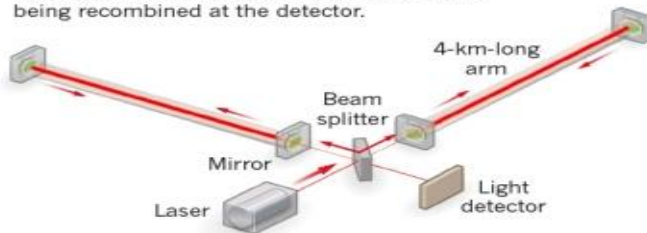
HOW LIGO CAUGHT A WAVE

The Advanced Laser Interferometer Gravitational-Wave Observatory (LIGO) has detected ripples in the fabric of space-time predicted by Einstein's general theory of relativity.



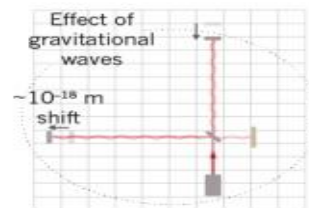
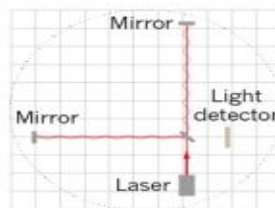
The gravitational waves were produced when two black holes — one weighing 36 solar masses and the other 29 — spiralled towards each other and merged, distorting the space-time around them in the process.

In the LIGO facility, a laser beam is split to travel down two perpendicular 4-kilometre tunnels. The beams then reflect back and forth before being recombined at the detector.



Normally, the two light beams travel paths of identical lengths, so that they cancel each other out when they recombine at the detector.

When a gravitational wave passes LIGO, the tunnels deform slightly and the distance travelled by each beam changes so that they no longer cancel out. This produces a measurable signal at the detector.



synchrony with undulations of the

wave. From the interference, researchers can compare the relative lengths of the two arms to within

1/10,000 the width of a proton—enough sensitivity to see a passing gravitational wave as it stretches the arms by different amounts. To spot such tiny displacements, however,

scientists must damp out vibrations such as the rumble of seismic waves, the thrum of traffic, and the crashing of waves on distant coastlines. Comparison with computer simulations reveals that the wave came from two objects 29 and 36 times as massive as

the sun spiraling to within 210 kilometers of each other before merging. Only a black hole—which is made of pure gravitational energy and gets its mass through Einstein's famous equation $E=mc^2$ —can pack so much mass into so little space. The observation provides the first evidence for black holes that does not depend on watching hot gas or stars swirl around them at far greater distances.

The collision produced an astounding, invisible explosion. Modeling shows that the final black hole totals 62 solar masses—3 solar masses less than the sum of the initial black holes. The missing mass vanished in gravitational radiation—a conversion of mass to energy that makes an atomic bomb look like a spark. “For a tenth of a second [the collision] shines brighter than all of the stars in all the galaxies,”

From prediction to reality: a history of the search for gravitational waves

1915 - Albert Einstein publishes general theory of relativity, explains gravity as the warping of spacetime by mass or energy

1916 - Einstein predicts massive objects whirling in certain ways will

cause spacetime ripples—gravitational waves

1936 - Einstein has second thoughts and argues in a manuscript that the waves don't exist—until reviewer points out a mistake

1962 - Russian physicists M. E. Gertsenshtein and V. I. Pustovoi publish paper sketch optical method

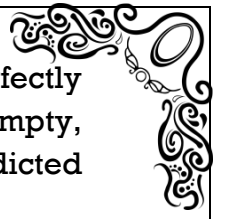
for detecting gravitational waves—to no notice

1969 - Physicist Joseph Weber claims gravitational wave detection using massive aluminum cylinders—replication efforts fail

1972 - Rainer Weiss of the Massachusetts Institute of Technology (MIT) in Cambridge independently proposes optical method for detecting waves

1974 - Astronomers discover pulsar orbiting a neutron star that appears to be slowing down due to gravitational radiation—work that later earns them a Nobel Prize

1979 - National Science Foundation (NSF) funds California Institute of



Technology in Pasadena and MIT to develop design for LIGO

1990 - NSF agrees to fund \$250 million LIGO experiment

1992 - Sites in Washington and Louisiana selected for LIGO facilities; construction starts 2 years later

1995 - Construction starts on GEO600 gravitational wave detector in Germany, which partners with LIGO and starts taking data in 2002

1996 - Construction starts on VIRGO gravitational wave detector in

Italy, which starts taking data in 2007

2002–2010 - Runs of initial LIGO—no detection of gravitational waves

2007 - LIGO and VIRGO teams agree to share data, forming a single global network of gravitational wave detectors

2010–2015 - \$205 million upgrade of LIGO detectors

2015 - Advanced LIGO begins initial detection runs in September

2016 - On 11 February, NSF and LIGO team announce successful detection of gravitational waves

Gravitational waves: 6 cosmic questions they can tackle

The discovery of ripples in space-time has vindicated Einstein — but it can also do so much more.

1. Do black holes actually exist?

One of the important scientific consequences of LIGO's detection of a black-hole merger is, quite simply, that it confirms that black holes really

do exist — at least as the perfectly round objects made of pure, empty, warped space-time that are predicted by general relativity.

2. Do gravitational waves travel at the speed of light?

When scientists start to compare observations from LIGO with those from other types of telescope, one of the first things that they will check is whether the signals arrive at the same time. Physicists hypothesize that gravity is transmitted by particles called gravitons, the gravitational

analogue of photons. If, like photons, these particles have no mass, then gravitational waves would travel at the speed of light, matching the prediction of the speed of gravitational waves in classical general relativity.

3. Are neutron stars rugged?

Neutron stars are the remnants of bigger stars that collapsed under their own weight, becoming so dense that they pushed their constituent electrons and protons to fuse into neutrons. Their extreme physics is poorly understood, but gravitational waves could provide unique insights.

4. What makes stars explode?

Black holes and neutron stars form when massive stars stop shining and collapse in on themselves. Depending on what the bursts' waveforms look like, how loud the bursts are, how frequent they are and how they correlate with the supernovae as seen with electromagnetic telescopes, the

data could help to validate or discard various, existing models.

5. How fast is the Universe expanding?

The expansion of the Universe means that distant objects that are receding from our Galaxy look redder than they really are, because the light that they

emit stretches as it travels. The gravitational waves could provide an independent estimate of the rate of cosmic expansion, possibly more accurate than current methods.

References: *Reference materials & data for this article were taken from various authentic.*

EDUCATING TO BE ANSWERABLE

Ramengzaua Kaipeng



This is the period of great advancement, a rapid development of human experience which was often through the result of every human situation of times. Professionalism of Teacher requires mastery of content knowledge and pedagogical knowledge. In this present world education needs to provide to people with various tools, So that one can find their own way which would ultimately helps to cope up with an increasing life's circumstances and difficulties. Due to the rapid development of source and technologies our future jobs will connect with computer Intelligence with the human knowledge, Skills, qualities and values unlike before. Hence, the need for the creation of innate human innovative ideas, awareness and significant of realizing the sense of understanding one's responsibility would help to adjust with the growing the power of machine. It is not new to us that shorts have new increasingly recognize the importance for focusing individual ethics, character. It also aims to develop the social and emotional skills. Here the emotional skills were sympathy, mindfulness, responsibility and self regulation. With confrontations of diversity, change and ambiguity it is assumes that individuals can think for themselves and knows what is good or bad for himself. Education should enable Individual to acquire self- controls. Self-efficiency, responsibly, problem- solving and should be adaptable. To develop these qualities one needs to focus on to the teaching and learning is all about passing on the knowledge. Today making teaching a Profession of advanced

knowledge workers has become a challenge, the workers work with high professional autonomy/ freedom- and within a specific cultural co-operation. In the past instruction was subject- based, in fact instruction in the future needs to be more project based, which would helps build experiences that ultimately would help students/ learners think on the line of subject's discipline. Teachers and Students should be recognized both as resources and co-creator. But the key agents of change and champion education need to identify for a more effective impact and circulating innovations among the learners.



Write about the Mountbatten plan. Mentions it's significance



Anamul haque (Department of History)

Lord Mountbatten (India's last viceroy) proposed a plan in May 1947 according to which provinces were to be declared independent successor states with the power to choose whether to join the constituent assembly or not.

Mountbatten Plan Background

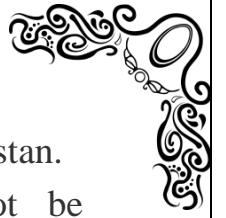
- Lord Mountbatten last Viceroy and of a speedy the then British Clement Atlee.
- In May 1947, up with a plan proposed that the declared successor states to choose whether constituent assembly or not. This plan was called the 'Dickie Bird Plan'.



came to India as the was assigned the task transfer of power by Prime Minister

Mountbatten came under which he provinces be independent and then be allowed to join the

- Jawaharlal Nehru (Born on [November 14, 1889](#)) when apprised of the plan, vehemently opposed it saying it would lead to Balkanisation of the country. Hence, this plan was also called Plan Balkan.
- Then, the viceroy came up with another plan called the June 3 Plan. This plan was the last plan for Indian independence. It is also called the Mountbatten Plan.
- The June 3 Plan included the principles of partition, autonomy, sovereignty to both nations, right to make their own constitution.
- Above all, the Princely States such as Jammu and Kashmir were given a choice to either join India or Pakistan. The consequences of these choices would affect the new nations for decades to come.
- This plan was accepted by both the Congress and the Muslim League. By then, the Congress had also accepted the inevitability of the partition.
- This plan was put into action by the Indian Independence Act 1947 which was passed in the British Parliament and received the royal assent on 18 July 1947.



Provisions of the Mountbatten Plan

- British India was to be partitioned into two dominions – India and Pakistan.
- The constitution framed by the Constituent Assembly would not be applicable to the Muslim-majority areas (as these would become Pakistan). The question of a separate constituent
- assembly for the Muslim-majority areas would be decided by these provinces.
- As per the plan, the legislative assemblies of Bengal and Punjab met and voted for the partition. Accordingly, it was decided to partition these two provinces along religious lines.
- The legislative assembly of Sind would decide whether to join the Indian constituent assembly or not. It decided to go to Pakistan.
- A referendum was to be held on NWFP (North-Western Frontier Province) to decide which dominion to join. NWFP decided to join Pakistan while Khan Abdul Gaffar Khan boycotted and rejected the referendum.
- The date for the transfer of power was to be August 15, 1947.
- To fix the international boundaries between the two countries, the Boundary Commission was established chaired by Sir Cyril Radcliffe. The commission was to demarcate Bengal and Punjab into the two new countries.
- The princely states were given the choice to either remain independent or accede to India or Pakistan. The British suzerainty over these kingdoms was terminated.
- The British monarch would no longer use the title ‘Emperor of India’.
- After the dominions were created, the British Parliament could not enact any law in the territories of the new dominions.
- Until the time the new constitutions came into existence, the Governor-General would assent any law passed by the constituent assemblies of the dominions in His Majesty’s name. The Governor-General was made a constitutional head.

On the midnight of 14th and 15th August 1947, the dominions of Pakistan and India respectively came into existence. Lord Mountbatten was appointed the first Governor-General of independent India and M .A. Jinnah became the Governor-General of Pakistan.

Significance of Mountbatten plan: In Mountbatten Plan it was clearly said to divide India into two and create a state of Pakistan for Muslims. The Muslim League encouraged it. But the national leaders who repeatedly declared to maintain peace in India also accepted the decision of partition of India in the interest of peace and prosperity of the people. Among the Congress leaders, Sardar Patel and Nehru played a key role in the decision-making of the partition of India.



In 1946, as the activities of the interim government became deadlocked, they felt that it was not possible to run the government with the Muslim League. According to modern historians, Congress's support for India-Partition was 'realistic' and significant. In fact, tired of the daily quarrels of the interim government, Patel once commented 'There is no alternative to divide'. Dr. S. And Mehrotra said that by agreeing to the partition of India, the Congress had taken the less harmful option – otherwise civil war, anarchy and utter chaos would have plagued the land of India. Dr. Discussing the significance of the Mountbatten Plan, Rajendra Prasad said that partition is better than civil war. Even though the state of Pakistan was born, Jinnah could not be completely happy. Because he wanted to include the whole of Bengal and Punjab in Pakistan.

Thus, under various adverse circumstances, after both the National Congress and the Muslim League accepted the Mountbatten Plan, the transfer of power was quickly effected by the British. In July, the Indian Independence Act was adopted by the British Charter and based on the Act itself.

কেন প্রতিদিন কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খাবেন



Prasenjit Sinha

মরিচের বৈজ্ঞানিক নাম হল *Capsicum frutescens* বা *Capsicum annuum* । বাজারে সজ্জি হিসেবে যে বড় বড় মরিচ বিক্রি হয় তা *Capsicum frutescens var.grossum* । এর ইংরেজি নাম sweet pepper বা bell pepper । অপরদিকে ঝালের জন্য বা মসলার জন্য *Capsicum annuum var.longum* ব্যবহার করি, এর ইংরেজি নাম Chili । মরিচ মূলত Tropical America এবং West Indies থেকে সারা বিশ্বে ছড়িয়ে পড়েছে। বর্তমানে একমাত্র শীতের দেশ ছাড়া সর্বত্র এর চাষ হয় ।

রান্না ঘরে চাল ,নুন , কাঁচা মরিচ থাকলে লক ডাউনের মতো দিনে অন্তত না খেয়ে থাকতে হয় না । আর সাথে যদি পুটি সিদল থাকে , তাহলে তো আর কোন কথাই নেই !

এবার আসল কথায় আসা যাক । কাঁচা মরিচ কাঁচা খেলে তবেই আপনি তার উপকার পাবেন, কখনোই তরকারিতে দিয়ে বা ভেজে খেলে পাবেন না । প্রতিদিন ভাত বা রুটি খাবার সময় অন্তত ১টি কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খাবেন ।

১০০ গ্রাম কাঁচা মরিচে আপনি ১-৬ গ্রাম করে Capsaicin পাবেন। কাঁচা মরিচের অমরাতে এই অ্যালকালয়েড যৌগটি বেশি করে জমা থাকে। এই যৌগটিই কাঁচা মরিচের ঝাল এবং বিশেষ স্বাদের জন্য দায়ী। Capsaicin ব্যাকটেরিয়া প্রতিরোধী, ক্যানসার প্রতিরোধী, এনালজেসিক এবং ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রক। কাঁচা মরিচের জ্বালার জন্য দায়ী Capsaicin, এই গুণটি কাজে লাগিয়ে তৈরি করা হয়েছে ব্যাথানাশক ঔষধ Capzasin। এই Capsaicin আমাদের মস্তিষ্ক থেকে ব্যাথা দূর করার জন্য প্রয়োজনীয় নিউরোট্রান্সমিটার নিঃসৃত করায়।

আপনারা হয়তো জানেন যে সর্দিজ্বর ও সাইনাসের ইনফেকশন কমাতে অনেকেই কাঁচা মরিচ খান। Capsaicin নাকের ও সাইনাসের মেমব্রেনে রক্ত সঞ্চালন বৃদ্ধি করে দিয়ে মিউকাস ক্ষরণ হালকা করে দেয়। তাছাড়া Capsaicin মাইগ্রেনের সমস্যা দূর করে।

কাঁচা মরিচ বা Capsicum annuum L. এর খাদ্য গুণ:	(প্রতি ১০০ গ্রামে)
Water	88.0 gm
Calorie.	40 kcal
Protein	1.9 gm
Carbohydrates	8.8 gm
Fibre.	1.5 gm
Sugar.	5.3 gm
Total fat.	0.4 gm
Vit A.	45 micro gm
Beta carotene	535 micro gm
Vit B6	0.51 micro gm
Vit C.	144 mg
Fe.	1 mg
Mg.	23 mg
K.	322 mg
Capsaicin.	1-6 mg

(Source : USDA Nutrient Data Base 2016)

Vit C একটি জলে দ্রবনীয় অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট, যা আপনার রক্তনালী, ত্বক, বিভিন্ন অঙ্গ ও অস্থির জন্য প্রয়োজনীয় কোলাজেন তৈরি করে। এতে আপনার ত্বকের গুঞ্জল্য বেড়ে যায়। এছাড়াও Vit C free radical সমূহ থেকে আপনার হার্টের পেশীকে রক্ষা করে।

মাংস তরকারি ঝাল হলেও খাবার পরে একটি কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খাবেন, কারণ Capsaicin আপনার পাকস্থলীর প্রাচীর থেকে গ্যাসট্রিক রসের ক্ষরণ বাড়িয়ে নিষ্ক্রিয় পেপসিনোজেনকে সক্রিয় পেপসিনে পরিণত করে প্রোটিনের পরিপাককে ত্বরান্বিত করে।



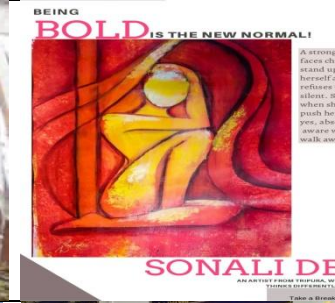
যেহেতু কাঁচা মরিচে Vit A ও Beta carotene আছে তাই আপনি কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খেলে আপনার চোখের লাভ হবে। এর Dietary fibre আপনার কোলোনকে পরিষ্কার করে দেবে। স্থূলতা কমাতে কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খাবেন, কারণ এতে করে আপনার মেটাবোলিজম ৫০% বাড়বে এবং অতিরিক্ত ফ্যাট / চর্বি কমবে। ডায়াবেটিক রোগীদের জন্য কাঁচা মরিচ উপকারী। এটি দেহে ইনসুলিনের বিক্রিয়াতে সহায়ক রূপে কাজ করে।

আপনার মন খারাপ হলে কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খাবেন, আপনি জানতেই পারবেননা যে কখন আপনার মন ভাল হয়ে গেছে! গ্রামের লোকজনেরা জ্বর কমাতে কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খায়। কেন, জানেন কি! কারণ, কাঁচা মরিচ দেহের তাপমাত্রা কমায়। যারা রক্তাল্পতা সমস্যা দূর করতে চান তাদেরকে অবশ্যই কাঁচা মরিচ চিবিয়ে খেতে হবে, কারণ কাঁচা মরিচে Fe পাওয়া যায়।

সতর্কতা হিসেবে মনে রাখবেন, বেশি ঝাল মরিচ খেতে যাবেন না এবং আলসারের রোগীদের কাঁচা মরিচ থেকে দূরে থাকা উচিত। মরিচের জ্বালা কমাতে জল খাবেন না। কারণ, Capsaicin জলে অদ্রবণীয়।

আপনি ঠান্ডা দুধ, দই বা অ্যালকোহল আছে এমন পানীয় খাবেন, তবেই আপনি যন্ত্রণা মুক্ত হবেন।





“उठो, जागो और तब तक नहीं
रुको जब तक मंजिल प्राप्त न हो
जाये”

Swami Vivekananda



रामकृष्ण महाविद्यालय
कैलासहर, उनकोटि, त्रिपुरा