Literary, Cultural & Social Foundation

LCSF ANANDADHARA

Patron :–
Dr. Arun Kumar Raj

Curator :–
Asish Basak

Copy Editor :–
Sankar Sarkar

Editorial Board Members :–
Dr. Pratapranjan Hazra
Rupa Dutta Chowdhury
Arpita Ghosh Mitra
Lalita Kumari

Diamon Creative Pulication
E-mail : dcpindia11@gmail.com

Copyright :

Literary, Cultural and Social Foundation President Dr. Arun Kumar Raj & Chairperson Asish Basak preserve the Copyright of this book LCSF ANANDADHARA.

No part of this Book can be Copied, Stored or Transmitted by Any Means or made into any AV Presentation, Film etc. without the Written Permission of LCSF President Dr Arun Kumar Raj & Chairperson Asish Basak.

Legal Disclamer :

The Publisher, Printer and Copyright Owner are not at all liable for anything happening due to the content of this book.

This book is for Recreational/Informational purpose and for General Information and Discussion only.

Users who follow, heed or Adhere to any suggestions narrated here do so at their own discretion and also Solely responsible for the outcome and results of following the suggestions recounted in the book.

The Publisher will not be liable for any sort of inconvenience, loss or damage, incurred (if any) by a user due to practice of any recommendation outlined here. The guidelines given in this book may not be an alternative to medical help and proper clinical guidance must be sought as and when needed.

Year - 2 ● Issue - 7th ● June 2026

Creative Designer : Arijit Hazra

Published by : Diamond Creative Publications

Printed at : Pritangshu Offset, Kolkata - 12

Printed by : Literary, Cultural and Social Foundation

ISBN : 978-81-924209-0-6

Price : ₹ 150/-

Promoted by : Teachers Association of Bengal (TAB) | National Human Rights Society (NHRS) | Bangla Reporters Guild (BRG)

Hello Kolkata News, Events & Films | LIONS CLUB OF KOLKATA MAGNATES | ROTARY CLUB Of Kasba

"Light the Way"

With words we build, with hearts we serve,
Through art and acts, we find our nerve.
A pen to voice the silent plea,
A hand to lift humanity.

Where culture blooms and stories flow,
We plant the seeds that help us grow.
From stage to street, from thought to deed,
We rise together, serve the need.

One stage, one dream, one purpose true—
To shape a world both kind and new.
Literary, Social, Cultural light—
LCSF, our flame burns bright.

DISCLAIMER :—

LCSF (Literary, Cultural and Social Foundation) has published all writing in Good Faith without Editing, Grammatical Check-up, Verification of Copyright or Creative Right of anyone.

LCSF believes that each Writer or Poet has Contributed his/her own Original Composition and has not hurt anyone else.

If any Poet or Writer is found guilty, Founder President Dr. Arun Kumar of LCSF bears no Liability.

☞ Please Note – If somone else than the contributor claims his/her copyright over the write-up, the Poet/Writer has to justify his/her Claim and if found Guilty will be Penalised and Prosecuted with Strict Legal Actions.

☞ No Blame or No Bad Remark must come up against the Publisher, Printer or LCSF.

☞ We humbly submit that LCSF has published the writings to promote Literature and not for any other reason or motive.

For Details :–
President - ***Dr. Arun Kumar Raj*** Phone : 8334914320
Chairperson - ***Asish Basak*** Phone : 6289583507
E-mail ID : lcsf.kolkata@gmail.com

FROM THE EDITORIAL DESK

The seventh issue of LCSF: 'LCSF Anandadhara' stands as a radiant testimony to the creative spirit that transcends boundaries of language, culture and thought. Conceived as a Tri-lingual book-cum-magazine, it faithfully embodies the motto—LCSF (Literary, Cultural And Social Foundation) aims to promote the talents of all sectors and this book is a reflection of all shades of life.

Each page becomes a mirror of diverse experiences, voices and imaginations, offering readers a panoramic view of human existence in its myriad hues.

Under the aegis of two visionaries, President Dr. Arun Kumar Raj and Chairperson Asish Basak, LCSF has flourished into a vibrant platform where literature and culture converge with social values.

As Editor, my endeavour has been to weave together contributions that echo with both local sensibilities and global perspectives, ensuring that the Tri-lingual nature of the book enriches rather than divides.

This volume presents poetry, essays, reflections and translations that traverse realism, philosophy, nature, and contemporary society.

It is not merely a collection of writings but a celebration of creativity and the human spirit.

By embracing multiple languages and perspectives, 'LCSF Anandadhara' becomes a bridge across cultures, a festival of ideas and a testament to the enduring power of literature.

The seventh edition of LCSF, therefore, is a living record of talent and imagination—an invitation to readers to journey through the shades of life and discover unity within diversity.

– Sankar Sarkar
Editor,
'LCSF Anandadhara'

5th June, 2026

~ CONTENT ~

1. तुम चुनाव नहीं लड़ोगे (हास्य व्यंग्य)..... 6
2. একুশে ঝড় 8
3. আমার বনলতা সেন........ 9
4. অনড় পৃথিবী 10
5. অপেক্ষা........ 11
6. ভীমরতি 12
7. তোমায় প্রথম দেখেছিলাম........ 13
8. ফুল শয্যা........ 14
9. তিন বছর পর... আবারও........ 15
10. একাকী পথ........ 16
11. আজও চলেছি........ 17
12. पानी की एक्सपायरी डेट क्या है? . . . 18
13. বৃষ্টি দিনের গল্প........ 19
14. ভবিষ্যত........ 20
15. লহ প্রণাম........ 21
16. জীবের জ্যোতি আঁধারে গতি........ 22
17. সূর্যাস্ত 23
18. সব মাছি মধু আহরণ করে না........ 24
19. প্রেমের ঠাকুর........ 25
20. Realism 26
21. On Summer 27
22. Today's World 28
23. Oh Doctor........ 29
24. The Frozen World........ 30
25. Varanasi in Daniélou's Lens 31
26. লিট্টী–চোখা........ 32
27. France's homage to Rabindranath Tagore 34
28. EL mar lejano/The Faraway Sea... 35
29. ঠিকানা বৃদ্ধাশ্রম........ 36
30. Moments To Memory... 37
31. সূর্যতপা........ 38
32. নববর্ষের আলোকে 39
33. প্রবাদ প্রবচন 40
34. বিশ্ব নারী দিবস (৮ই মার্চ)........ 41
35. না থেকেও থেকে যাওয়া........ 42
36. অভিমান........ 43
37. কবি গুরু 44
38. দাবদাহ........ 45
39. অলীক........ 46
40. তিন সত্যি 47
41. স্রোত........ 48
42. When Purpose Became My Greatest Position 49
43. সুস্বাগতম........ 50
44. Sourav S. Chowdhury : A lawyer & Socio-Cultural Motivator........ 51
45. Gazing on a Summer Day 52
46. আমার শান্তিনিকেতন দর্শন 53
47. অঙ্গীকার 54
48. স্বচ্ছ আয়না........ 55
49. ঘুম ভেঙে দেখি........ 56
50. ঠাকুরবাড়ির রান্নাশৈলী........ 57
51. মাস্টার মশাই........ 58
52. সঠিক খাদ্যাভ্যাস সুস্থতার চাবি-কাঠি. 59
53. বিবেক 60
54. বন্ধু 61
55. সেই হারানো সুর........ 62
56. প্রেয়সী বর্ষা........ 63
57. ANAPANASATI MEDITATION...... 64
58. বৃষ্টি সিক্ত ভালোবাসা........ 65
59. জীবন 66
60. Hard Work Does Pay 67
61. It's "Me" Anyway 68
62. Spiritual State of West Bengal... 69
63. India in 3rd Strata........ 70
64. অহিংসা........ 71
65. Voice 72
66. রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর ও নাথপন্থা : সাধনা, দর্শন ও সুরের মিলন........ 73
67. The Last Hope........ 74
68. অলীক সুখ........ 75
69. প্রাক্তন 76
70. হে বিদ্রোহী কবি........ 77
71. আনন্দধারা........ 78
72. রামধনু - সাত রঙের পাপ কাহন (Rainbow- 7 Colours of Sins) 79

तुम चुनाव नहीं लड़ोगे (हास्य व्यंग्य)

डा. अरुण कुमार राज

अचानक जो फैसला लिया जाता है कभी-कभी वह बहुत ही महत्वपूर्ण हो जाता है। मैंने फैसला कर लिया कि चुनाव लड़ूंगा। बुद्धिजीवियों के लिए चुनाव लड़ना अब जरूरी हो गया है। राजनीति में अपराधियों का वर्चस्व बढ़ रहा है। इसलिए अपराधियों को राजनीति से खदेड़ने के लिए बुद्धिजीवियों को आगे आना चाहिए। यह तभी संभव है जब चुनाव में बुद्धिजीवी सक्रिय रूप से हिस्सा ले।

मैंने यह फैसला पत्नी को सुनाया। इस पर वह आग बबूला हो गई और चाय की प्याली टेबल पर पटकते हुए बोली - 'तुम्हारा दिमाग खराब हो गया है। कहीं कोई भला आदमी चुनाव लड़ता है। चुनाव तो लुच्चे-लफंगे लड़ते हैं, अपराधी लड़ते हैं। बुद्धिजीवी का काम है पुस्तक पढ़ना और चिंतन मनन करना। '

मैं चुप कैसे हो जाता। मुझे चुनाव लड़ना है, अपनी बात जनता तक संप्रेषित करने की कला आनी चाहिए, इसलिए मैंने उनकी आवाज से दुगनी जोरदार आवाज में कहा, 'क्या बकबक करती हो। क्या भले आदमी चुनाव नहीं लड़ते हैं। नेहरू, शास्त्री, अटल बिहारी, क्या अच्छे आदमी नहीं थे, जिन्होंने चुनाव में विजय प्राप्त की और देश की सेवा की। मैं देश की सेवा करना चाहता हूं। इससे मुझे कोई नहीं रोक सकता।

पत्नी नरम हुई। उन्होंने समझते हुए कहा, देखो, अच्छे ढंग से घर गृहस्थी चल रही है। इसमें जहर मत धोलो। चुनाव में तुम रुपए लूटा दोगे, तो फिर हम लोगों का सोसाइटी में फ्लैट खरीदने का सपना टूट बिखर जाएगा। मेरा विश्वास है कि तुम चुनाव हार ही जाओगे और रुपया पानी में डूब जाएगा।

मैं भी अपनी आवाज मुलायम की और समझाया, 'तुम मुझे चुनाव लड़ने से नहीं रोक सकती हो। मेरे हृदय में अब देश प्रेम का सागर लहराने लगा है।रूपए पैसे की मुझे कोई चिंता नहीं है। देश से बड़ी मेरी आकांक्षा नहीं है। मैं चुनाव लड़ कर रहूंगा मेरे जैसे लोगों की आज देश की सख्त जरूरत है। '

पत्नी की आंखों से दोबारा अंगारे बरसने लगे। वे फिर दहाड़ी, 'तुम चुनाव नहीं लड़ोगे। तुम्हें यह अधिकार नहीं है कि अपने घर-गृहस्तथी में आग लगा दो। वैसे भी लड़ना-भिड़ना किसी शरीफ आदमी का काम नहीं है।

मैं उनसे किसी मायने में कम कैसे रहता। इसलिए मैंने भी ऊंची आवाज में कहा, 'जहां नहीं लड़ना चाहिए वहां तो मना नहीं किया और जब अच्छे काम के लिए लड़ रहा हूं तो मुझे रोक रही हो। तुमने मुझे उकसाया और मैं एडिटर से लड़ पड़ा। इसका नतीजा यह हुआ कि मेरा प्रमोशन तक नहीं हुआ। तुम्हारे ही मना करने पर

मैं अपने पड़ोसी से नहीं लड़ा और उसका नतीजा यह हुआ उसने मेरी जमीन हड़प ली। तुमसे डरकर मैंने आज तक किसी से आंख तक नहीं लड़ाई और मैं अपने मित्रों के बीच हमेशा दब्बू और कायर समझा जाता हूं। लेकिन अब मैं तुम्हारी बातों में नहीं आने वाला। मैं चुनाव जरूर लडूंगा और पूरे देश में प्रख्यात व्यक्ति बनूंगा। कोई नहीं जानता पुरुष का भाग्य कब आसमान पर सूरज और चांद की तरह चमकने लगे। चुनाव जीतकर जब मंत्री बन जाऊंगा, तो हमारा फ्लैट का सपना पलक झपकते ही पूरा हो जाएगा। एक नहीं कई-कई फ्लैट होंगे। कलम घिसते-घिसते उम्र बीत गई, लेकिन पड़ोस का भी कोई आदमी नहीं जानता। लेकिन जब चुनाव जीत जाऊंगा तो चारों ओर यह सम्मान और आदर मुझे प्राप्त होगा। गले में फूलों की माला होगी। इस सुखद कल्पना से मैं पुलकित हो जाता हूं। '

इतना कहकर मैं उठकर चलने लगा। श्रीमती जी ने रोका, लेकिन मैं रुका नहीं। चुनाव में मेरा प्रचार हो, इसके लिए आज ही से कुछ पत्रकारों से संपर्क स्थापित करना चाहिए और जनसंपर्क करने के लिए सड़कों पर निरुद्देश्य घूमना चाहिए।

मैं दृढ़ संकल्प के साथ सड़क पर निकल जाता हूं और चुनाव लड़ने की तैयारी के संबंध में सोचने लग जाता हूं। मैंने फिर एक बार अपनी इस्पाती इरादे को हवा में मुट्ठीयां तानते हुए दूहराया कि मैं चुनाव जरूर लडूंगा।

Truth Justice Journalism

BRG

Commitment to Truth & Ethics

BANGLA REPORTERS GUILD

(A Leading Journalist Organisation to Fight for Reporters Right)

Contact for Membership & Press Card

PRINTS, ELECTRONICS
& SOCIAL MEDIA HOUSE

Follow us :

8334914320 | 9903914320

E-mail : brgpress@gmail.com

একুশে ঝড়

দেবার্ঘ্য হাজরা

আকাশটা আজ খুব চেনা লাগে—
কালো মেঘে ঢাকা, ঠিক আমার মত,
বুকের ভিতর জমে থাকা কথাগুলো,
বজ্রপাত হয়ে নামতে চাই যত।

দূরে কোথাও হাওয়ার গর্জন,
আমি শুনি— ওটা আমারই চিৎকার,
কালবৈশাখী আসছে বলে,
তিলোত্তমার নিচ্ছে প্রস্তুতি বারবার।

আমি একুশ—
কিন্তু মাথার ভেতর যুদ্ধ।
বন্ধ দরজা আড়ালে,
স্বপ্নগুলো করতে চায় আত্মহত্যা।

হঠাৎ ঝড়—
ধুলো উড়ে চোখে লাগে।
আমি দেখি,
আত্ম প্রত্যয়ে পড়ে থাকে রাস্তার ওপারে।

বিদ্যুৎ চমকায়—
এক সেকেন্ডে সত্যি।
তারপর আবার অন্ধকার,
থাকি আমি আমার একলা ঘরেই বন্দি।

আবার ধাক্কায় গাছ ভাঙে,
বন্ধ হয়ে আসে আমার শ্বাস।
সবকিছু এলোমেলো হয়ে গেলেও,
আমার চাই না কারোর আশ্বাস।

কালবৈশাখী থামে—
কিন্তু আমার ঝড় থামে না।
একুশে দাঁড়িয়ে আমি,
এখনো নিজের ঠিকানা খুঁজে পাই না।

আমার বনলতা সেন

শিখা হাজরা

গহন বনের আঁধার পার হয়ে
হিজল গাছের ক্লান্ত পাতায়
আজও জীবনানন্দে মাতাল হয়ে
দেখি শুধু বাংলার মুখ।

কিন্তু হায়, তবু খুঁজে পাই না
পাখির নীড়ের মতো চোখ নিয়ে
অনেক অনেক দিনের চেনা
জীবনানন্দের বনলতা সেন।

মনে হয় ধান সিঁড়িটি বেয়ে
আবার তুমি আসবে ফিরে,
বলবে হেসে ক্লান্ত হয়ে,
কেমন আছো— আমার বনলতা সেন?

অনেকদিনের পথ চলার শেষে
আজও দেখি অন্ধকারের মুখ,
অনেক কষ্টে বলবো অবশেষে–
হারিয়ে গেছে, আমার বনলতা সেন।

The Literary, Cultural & Social Foundation (LCSF) Cordially invites writers and poets to contribute to our upcoming publication, LCSF Anandadhara.
Poem (within 23 lines)
Short Story (within 23 lines or 220 Words)
Language acceptated - English, Bangla, Hindi
Each Contributor will recognised by complimentary Copy of the Book LCSF Anandadhara, LCSF Medal, and LCSF Appreciation Certificate.
Send your entries to —
: 8334914320 / 6289583507 | : lcsf.kolkata@gmail.com

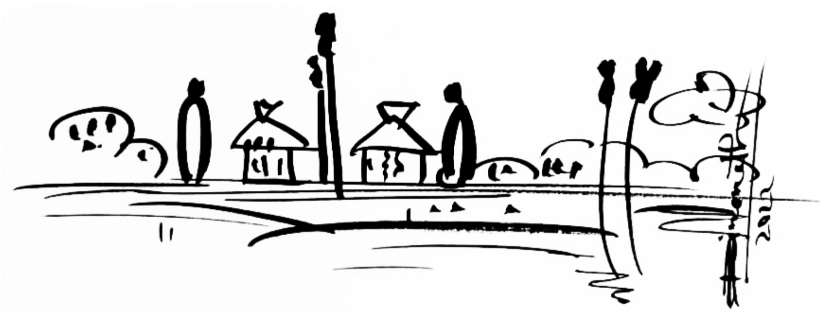
অনড় পৃথিবী

প্রতাপরঞ্জন হাজরা

ভোর হয় পাখি ডাকে
নতুন আশ্বাস ভাসে,
প্রাচীন অনড় পৃথিবীর বুকে।
সরীসৃপের মত বুকে হাঁটা
বিপন্ন মানুষের ভিড়ে
পর্যুদস্ত জীবনের বোঝা বয়ে
বেঁচে মরে থাকা মানুষেরা জাগে।
অবসরের অবসন্ন বেলায়
বসে থাকে নিরব নিথর,
ম্লান প্রদীপ শিখার মতো।

ভৌতিক বিস্ময়ে দেখা
সভ্যতার নির্বাক অন্তর্জলি
নিদ্রাহীন খোলা চোখে।

বিবর্ণ বিধ্বস্ত মূর্তি শুধু
পড়ে আছে প্রাণ টুকু নিয়ে
সীমাহীন নৈরাজ্যের মাঝে
অনন্ত অবজ্ঞায়।



অপেক্ষা

অপর্ণা বিশ্বাস

কত বসন্ত পার হল অনাদরে
বিনিসুতোর বন্ধন গেঁথে গেছে
রক্তক্ষরণ আর বয়ে যাওয়া সময়।
ভোরের স্নিগ্ধতায় জেগে ওঠে প্রকৃতি
কোকিল ডাকছে অনর্গল,
ভোরের আলো ফোটার আগেই,
কি বার্তা দিচ্ছে?
ঝড়ের তাণ্ডবে গাছেরা আহত।
এখন সব শান্ত, ঠাণ্ডা হাওয়ায় আহত
হৃদয়ে শীতলতা আনে।
নদী পাহাড় কেমন নিঃসঙ্গ
রাত্রি যাপন করে,
আমার ও বুকের ভেতর
নিঃসঙ্গতা নেমে আসে।
নদী পাহাড়ের কোলাহল কে,
দেখতে চাই ছুঁতে চাই
সেই সময়ে ফিরে যেতে চাই
শীতল বাতাস শরীর ছোঁয়
হৃদয় ছুঁতে পারে না।
হাহাকার খুঁজে ফিরি
দু চোখের নিরব অশ্রুতে
আমি ভীক্ষুকের ন্যায়
তোমার পথ চেয়ে আছি

ভীমরতি

রমাতোষ সরকার

সময়ে-অসময়ে আকাশের দিকে তাকিয়ে
অনন্ত-অবকাশ খুঁজি
একপসলা বৃষ্টি আর সাদা মেঘ
থেকে থেকে
মহাশূন্যকে ভুলিয়ে দেয়।
তবু জানিনা কেন
সন্ধ্যার আকাশে নক্ষত্রেরা উঁকি দিলে
অসীম, অনন্তকে পরিমাপ করার
মিথ্যা নেশা মাথায় চাপে।
নি:সীম শূন্যতায় জীবনের চাওয়া-পাওয়াগুলি
যেন ধীরে ধীরে ফিকে হয়ে যায়
মহাকাশে দৃশ্যমান ছোটো ছোটো গ্রহ-নক্ষত্রের মতো।
তখন ভালো মন্দের যাবতীয় তফাৎ ভুলে
শূন্যতাকে জীবনের অর্থ মনে হয়।

The Literary, Cultural & Social Foundation (LCSF) Cordially invites doctors, advocates, social workers to contribute to our upcoming publication, LCSF Anandadhara.

Health (within 23 lines or 220 Words)
Lifestyle (within 23 lines or 220 Words)
Legal (within 23 lines or 220 Words)

Language acceptated - English, Bangla, Hindi
Each Contributor will recognised by complimentary Copy of the Book LCSF Anandadhara, LCSF Medal, and LCSF Appreciation Certificate.
Send your entries to —
: 8334914320 / 6289583507 | : lcsf.kolkata@gmail.com

তোমায় প্রথম দেখেছিলাম

দীনেশ বর্মণ

আকাশ জুড়ে আবীর রাঙানো মেঘ
ফাগুনের উথালপাথাল হাওয়া
কোকিলের কুহুতান আর নব বসন্তের আনাগোনা
পশ্চিমা বাতাসের তীক্ষ্ণ দাপট
এরই মাঝখানে তোমাকে হেঁটে যেতে দেখেছিলাম।

তোমার এলোকেশী চুল ঝর্ণাধারায় উবছে পড়েছিল
উতলে উঠেছিল ঢেউ বক্ষ জুড়ে
আমি নয়ন জুড়ে শুধু নির্বাক ছিলাম
প্রকৃতির সমস্ত রূপ দেখেছিলাম তোমার অবয়বে
ধরিত্রী সমস্ত রস ঢেলে দিয়েছিল তোমার বুকে
আমার ক্লান্ত শরীর উজ্জীবিত হয়েছিল
এক অজানা মাধ্যাকর্ষণ শক্তির টানে।

খোলা মাঠের মাঝখান দিয়ে তুমি হেঁটেছিলে
শরীরের সুগন্ধি ঘ্রাণ আমার তন্দ্রা কেটে দিয়েছিল
তোমার চলার পথে তৈরি হয় ছন্দ
আমি দুদন্ড শান্তি অনুভব করি শান্ত সমাহিত চিত্তে
কখনো আঁচলের ফাঁকে চোখ বুলিয়ে নেই
তরঙ্গের মতো ঢেউ খেলে যায় সর্ব অঙ্গে।

আমি সেদিন কথা বলতে পারিনি ভয়ে, বিস্ময়ে
তোমার মুক্তঝরা হাসিতে আজও তরঙ্গ খেলে
আজ আমার চোখের সামনে হেঁটে যাও অন্যের হয়ে
ব্যর্থতা চেপে ধরে মুখ খুলে বলি তোমাকে
এ জন্মে নয়, তুমি পরজনমে আমার হবে।

ফুল শয্যা

কবিতা মজুমদার

বধু ফুলে ফুলে তব
কবরী সাজাও
ফুল হার পরো গলে।
ফুল মালাখানি,
রাখিও যতনে নব পালঙ্ক পরে।
ফুল ঝাঁপি রেখো চিকন কটিতে,
ফুল রেনু মেখো শুভ্র ললাটে।
ফুল ডোরে বেঁধো সখারে তোমার
ফুলে ঢেকো তব শয্যা।
ফুল দলে খেলো নিভৃতে দুজনে
কুসুম সুবাসে মাতিয়া।
সখা সাথে যাপ রজনী পুলকে
কুসুমে রচিয়া শয্যা।

তিন বছর পর... আবারও

মৌলি বর্মন

আজও পারলাম না তোমাকে কিছুটা করুনা ছুঁড়ে না দিতে,
তুমি তো ঘুনাক্ষরে টেরও পাওনি—
দিনের পর দিন যখন মিথ্যে ইতিহাস রচনা করেছিলে
ঠিক তখনও পারিনি তোমাকে ঘৃনা ভিক্ষা না দিয়ে থাকতে
কারন আমি সত্যিই জানি না
তুমি মানসিক রুগি নাকি
তোমার চরিত্রের ত্রুটি
শুধু দেখি তুমি সত্যের কাছে বরাবর বড্ড বেশী অসহায়,
তোমারই মতো কিছু কিছু ব্যাক্তি আছে যারা বৈশাখ জৈষ্ঠ মাসেও
বসে বসে আগুন পোহায়......

Central Council of Business Leaders

UNITING BUSINESS LEADERS FOR GROWTH & INNOVATION

A Research & Welfare Organisation for
Business Growth & Success

Follow us :

Contact for
MEMBERSHIP & IDENTITY CARD

Call : 7449914320 | E-mail : ccbl.india1@gmail.com

Where Leaders Meet to Grow | Shaping the Future of Business

একাকী পথ

অভিজিৎ বর্মণ

পথের ভিড়ের মাঝে সবাই একা
যে পথে যেতে যেতে কত চোখ তাকায়
না গভীরভাবে নয়, ভালোবেসে নয়
সবাই যেন ডুবে আছে একাকিত্বে

যে পথ ছিল আনন্দ উল্লাসে উচ্ছ্বসিত
অধীর আগ্রহে কারো জন্য অপেক্ষা করতো
ভালোবাসা বারে বারে ফিরে ফিরে আসতো

সেই পথ আজ নিঃসঙ্গ
বুঝতে পারে না পায়ের ভাষা
ছুঁতে পারে না মনকে
ধরতে পারে না চলার ছন্দ
এলোমেলো কথার রন্ধ্র

তবুও সেই একাকী পথ, সবকিছুর সাক্ষী
পথের প্রতিটি ধূলোকণা নীরবে ইতিহাস বয়ে নিয়ে চলে।

আজও চলেছি

তনুশ্রী রায়

অজানার খোঁজে অনন্ত স্রোতে
স্বপ্নের ভেলায় আজও চলেছি
বহুদূর হেঁটে আজও চলেছি
কখনো নীল আকাশের দিকে তাকিয়ে
কখনো গহন বনের আড়ালে
কখনো বৃষ্টির সুরে সুরে
এক অপরূপ ছন্দে আজও চলেছি
বহুদূর হেঁটে আজও চলেছি

কখনো হৃদয়ে ব্যথা বেজে ওঠে
কখনো কালো অন্ধকার ঘনিয়ে আসে চারিদিকে
তবুও ভাঙ্গা সুরে নতুন আশার আলোর খোঁজে
আজও চলেছি
বহুদূর হেঁটে ক্লান্ত আমি আজও চলেছি

আমি এক নীরব পথিক
আমার শব্দহীন সুর
মনের ভেতরের গভীর ঝড়
নিঃশব্দ রাতের আকাশ
চোখের রঙিন স্বপ্ন
অদম্য আশার উন্মত্ততা
তাই বিরামহীন পথে আজও চলেছি হেঁটে...

The Literary, Cultural & Social Foundation (LCSF) Cordially invites artists, painters & photographer to contribute to our upcoming publication, LCSF Anandadhara.

Painting / Sketch

Language acceptated - English, Bangla, Hindi
Each Contributor will recognised by complimentary Copy of the Book LCSF Anandadhara, LCSF Medal, and LCSF Appreciation Certificate.
Send your entries to —
: 8334914320 / 6289583507 | : lcsf.kolkata@gmail.com

पानी की एक्सपायरी डेट क्या है? . . .

सर्वज्ञ राज

- जहां नल में पानी हर दिन आता है।वहीं पानी हर दिन बासी हो जाता है और हर दिन बहा दिया जाता हैं।

  समाप्ति तिथि 1 दिन

- जहां 2 दिन में पानी आता है।वहां 2 दिन में पानी बासी हो जाता है और बहा दिया जाता है।
- **जहां आठ दिन बाद पानी आता है। वहीं आठ दिन बाद पानी बासी हो जाता है।**
- शादी समारोह में अगली बिसलरी का सामना होते ही हाथ में रखी पानी की आधी बोतल खत्म हो जाती है। और उसे फेंक दिया जाता है।
- **रेगिस्तान में यात्रा करते समय अपने पास रखा पानी तब तक चलता है, जब तक पानी दिखाई न दे।**
- अगले मानसून तक बांध में पानी ताजा बरकरार रहता है।

  यदि सूखे की स्थिति बनती है। तो यह दो से तीन साल तक ताजा पानी बना रहता है।...

- जहां 50 फीट के बोरवेल से पानी निकाला जाता है। वह जमीन के नीचे सैकड़ों साल पुराना है।

  यानी सैकड़ों साल पुराना पानी पीने के लिए सुरक्षित है। एक्सपायरी डेट सैकड़ों साल।

- जहां 400 से 500 फीट पर पानी के बोरवेल से पानी निकाला जाता है।वह हजारों साल तक जमीन के अंदर जमा रहता है।

  फिर भी चलता रहता है।

- कुल मिलाकर पानी की समाप्ति हमारी कमजोर बुद्धि पर तय होती है।... पानी का संयम से उपयोग करें, नहीं तो आपके विचार आपको मार डालेंगे...

  जल है तो कल है।

বৃষ্টি দিনের গল্প

রীতা মোদক

বাদল দিনের গল্প বলি শোনো—
আমি তখন ছোট্ট বেলা।
উঠোন জুড়ে জল জমলে,
নৌকো ভাসিয়ে করতাম খেলা।

ঘর ছাড়িয়ে খানিক দূরে
যেতাম যখন নদীর ধারে,
একলা আমায় খুঁজে পেয়ে
বৃষ্টির এসে গায়ে পড়ে।

উথাল-পাতাল মনের ভেতর
অঝোর ধারায় বৃষ্টি নামে,
ভিজছি আমি, শিক্ত বসন,
চোখ সাগরে জল জমে।

জীবন যখন এলোমেলো
ছন্ন ছাড়া মেঘের মত,
শ্রাবন বানে ঘর ভেসে যায়...
গেরি-গুগলি আসে কত।

এখনো আমি একলা ঘরে
শ্রাবন মেঘের দিন গুনি...
টিনের চালে ঝম ঝমাঝম
বৃষ্টি দিনের গান শুনি।

ভবিষ্যত

বিক্রমজিত ঘোষ

অদ্ভুত এক আঁধার আমাদেরকে
রেখেছে ঘিরে—
তালে তাল মিলিয়ে আমরা
পারছি না এগোতে।
জীবনটাকে বদ্ধ করে রেখেছি
ঘরের মধ্যে।

কখনও রাতের অন্ধকার ঘিরে থাকলেও
আমরা কখনও হতাশ হইনি এরকম।
আজ জীবন-মৃত্যুর মাঝে দাঁড়িয়ে
দেখতে পাচ্ছি অনিশ্চিতের হাতছানি।
হাজার হাজার মানুষের শব যাত্রা
আমাদেরকে করে তুলেছে ভীত সন্ত্রস্ত।
অন্ধকারের মধ্যে দিয়েছে ঠেলে
গোটা পৃথিবীটাকে।

রক্ত মাংসের মানুষ আমরা—
কলম দিয়ে 'জীবন মৃত্যু পায়ের ভৃত্য'
কথাটা আমরা লিখতে পারি,
বাস্তবে সত্যি কি তাই ঘটে?
হয়তো বাকি জীবনটা—
বনবাসের মতো দিতে হবে কাটিয়ে।

লহ প্রণাম

সৌমিলি দেবনাথ

বাতায়ন পাশে বনবীথি
পথ দিয়েছে সে
নদীর কাছে যাওয়ার।
জীবনের গতি, বিশ্বাসের কোণ
কোথায় যেন থমকে গেছে!
তবু চলা তো আছে...
সে পথ পাথেয় করেই
চলেছে টুকরো সঞ্চয়।
বৃষ্টি থামার শেষে
ভেজা মাটির গন্ধ,
অনুভূতিরা যখন নিস্তব্ধ
একমুঠো আলোর খোঁজে মনন।
নিভৃতে হৃদিমাঝে রয়েছো—
সত্যেরে তাই নিয়েছি সহজে।
ব্যথা-বাধার আকুলতায়
চলে জীবনের গল্পগাথা...
দৃষ্টি জুড়ে দিয়েছো আলোক
অন্তরে-বাহিরে...
সীমার মাঝে অসীম রয়েছে
বুঝি, তফাৎ আছে মিলনে-বিরহে।
ছায়া ঢাকা জীবনে
আলোক-অনুসন্ধানে
হে ঠাকুর, লহ প্রণাম।

জীবের জ্যোতি আঁধারে গতি

কামাখ্যা রঞ্জন দাস

অধিক আহার অধিক বিহার এতেই জীবের শুধুই দুর্বার
দুর্বার ছিল কি জীবের প্রত্যাশা অধিক প্রত্যাশা,
জীবের হতাশা জীবের হতাশা কি মানতে পারে?
অধিক আহারে জীবনেই অনাহারে

অনাহার কারণ কর্মের দোষ
বিধেকে অশ্রদ্ধা, বিধাতা রোষ
বিধাতার রোষের কারণ সঠিক
প্রত্যাশা জীবের, প্রমাণ অধিক
রোষের কারণ নিজেও বুঝি,
তবু অন্তরালে বৃত্তটা খুঁজি
বৃত্ত তো আসে আবার চলে যায়,
বৃত্ত হারিয়ে, জীবনে হায় হায়

হায় হায়-টা একা একা নয়
বৃত্ত হারিয়ে নিজের পরাজয়
নিজের পরাজয় মানতে পারিনা
পরাজয়ে, অন্যায় নিজেই ছাড়ি না
লোভ সংবরণ করতে পারি না
বাঁচতে চাই ছি, পরাজয়ে হারি না

পরাজয়ে, শিক্ষাগ্রহণ করি না
জীবের এটাই অধিক বেদনা।
বেদনা মধ্যেই, বুঝি বেদনাহীন,
সজীব হয়েও কেন অধিক ক্ষীণ
নিজেই ক্ষীন, তাতে কি যায় আসে
অন্যরা আমাকে তো ভালোই বাসে
প্রকৃত ভালো বাসা বোঝে নিজের অন্তর?
ভালো বাসা কোথায়? হৃদয় টা জেরবার

সূর্যাস্ত

রুমা হালদার

কে বলে বিদায় বিষন্ন, ধূসর?
বিদায় লালিমা মাখা নরম আদরের পরশ,
বিদায় ঘরে ফেরার অভিলাষ।
আগমনীর তান বিদায়ের গানে,
সাঁঝবেলায় পাখিদের কলরব বয়ে আনে
ভোরে শুরুর সূচনা,
মিষ্টি মধুর কলতানে।
বিদায় তো নয়,
যেন নববধূর লজ্জাবস্ত্রে ঢাকা
সিঁদুরের সাজ,
এলোমেলো চালে যত্র তত্র মাখামাখি
ভালবাসার আঁকিবুঁকি
চোখে লুকানো লাজ।

আমিও ভাসি গোধূলির রঙে
মিলিয়ে যাই শেষ কিরণছটার
প্রতিবিম্বের তরঙ্গে...

সব মাছি মধু আহরণ করে না

সুমনা দাস

সব ফুলে যেমন মধু থাকে না,
তেমনি সব মাছি মধু আহরণ করে না।
ও বাড়ির মেজ মেয়ে মসীবর্ন একঢাল দীঘল কালো চুল।
পুরু নিতম্ব, নকসি কাটা খাঁজ দেখিয়ে দুলে দুলে হাঁটে।
ডাগর ডাগর চোখগুলোর প্রলুব্ধ দৃষ্টি পরে।
রিকশাওয়ালা, সাইকেল আরোহী, মুসাফির তাকায় টেরা ভাবে।
কেউ থমকে দাঁড়ায় শেষ ছায়াটুকু দেখার আশায়।
মহিলারাও থমকে দাঁড়ায় দুদণ্ড দেখে, দেখে উৎসুক জনতাকে।
মেহগিনি কাঠের মতো শরীর,
গাওয়া ঘি এর মতো পিচ্ছিল নরম ত্বক
গাছের ডালপালার মতো কোমর হাওয়ায় দোলে।
পাহাড়ের চূড়ার ফাঁক দিয়ে সূর্য কিরনের ছটা বিকিরণ করে
উষ্ণতা ছড়াতে ছড়াতে চলে নির্দিষ্ট ঠিকানা ধরে।
কাউকে ভালো ভেবে প্রত্যয় করা ভারি দায় চিরকালের।
মধু আছে বলে মাছিরা ভনভন করে বটে,
তবে সব মাছি মধু আহরণ করে না বিশেষ।

প্রেমের ঠাকুর

দেবাশীষ মজুমদার

প্রেমের ঠাকুর রামকৃষ্ণ তুমি এসেছ, এই ধরা ধামে,
সকলেই জানে তুমি যে আছ সকলেরই প্রাণে।

অন্তর দিয়ে ভালবাস তুমি, তাই যে এ নাম হয়েছে,
তোমার কৃপায় সকলেই কৃপা তব পেয়েছে।

আশ্চর্য এ সংসার মাঝে ভালবাসা আজ অস্তমিত,
তুমি আশীবাদ কর – সকলে জানে তুমি জীবন্ত!

আজও আছে মনের মাঝে সূক্ষ্ম তব অন্তরের ভালবাসা,
তুমি যে পুরুষ-প্রকৃতি হয়েছে জীবাত্মা।

Creativity Impact Connection
Diamond Creative Publication
(Where Creativity Meets Excellance)
With ISBN Registration
DCP
We Invite Authors and Poets to Publish Books
We will Provide Media Publicity Also of Your Books
Phone : 8334914320 E-Mail : dcpindia11@gmail.com
Polishing Ideas, Publishing Perfection

Realism

Motilal Patua

'Realism through our senses, is attached to physical objects and events,
Also it is owed to things, distinct from imaginary too facts.

Realism exists independently of human perception or belief;
It is what we see, hear, notwithstanding feel that we have.'

Realism makes relationship between mind and matter,
It also includes mathematical model rather

It is formal which can be used to understand
Realism actualises, truth and here we stand.

On Summer

Sumita Paul

Summer arrives with a golden smile
Stretching the days mile by mile
The sun glows bright in a cloudless sky
While soft warm breeze wonder by

Mangoes ripen on branches High
Sweet scents drifting as days go by
Children play in fields so wide
Shadows nap beneath the trees

The river sparkle under the sun
Reflecting light a dazzling run
Butterflies fly here and there
Turning garden roaming flower

Afternoons rest calm and quiet
Time pass away slowly
Thunderstorm comes without knock
Temperature fall down too hurriedly

Evenings arrive with a gentle step
Painting the sky in a fiery show
Stars peep out in velvet sky
Summer whispers like a dream.

Today's World

Susmita Paul

We in normal cycle of life live in a magic world
Where we may not have the worth as we deserve
Till we are in this great world
By those as they blame rebuke and share criticism

But if luck favour under grace of God
We may get praise fame credentials
But again we be looked upon in heinous eye by
Our own men friends relatives and so on
But these persons change their sentiment
When we be no more

Then they utter
How Nice! How Beautiful!
How lively are they!
So what a funny magic world we live in!
Oh God!

Oh Doctor

Supratim Paul

Within a span of a few days
You appear as an angel
Removing not only all darkness as well as obstacles
Lighting in the heart of all as Sunrays of hope

You exist in the patient's heart like kith and kin
You remain in their heart and soul
You are their life compass like sunlight
Through days of toil stand so true
To make the sick people well and new
It's not about ailments and cute
But also for empathy and secureness
A heart with affection and expectation

A soul with passion
A mind with precision and dedication
As there is a desire and hope
And an oath to fulfil
You are not only a life saver to every patient
But also a friend a philosopher and an enduring source
of guidance to every patient lifelong....

The Frozen World

Dr. Anupreeta Chatterjee

In my dreams, I see all the glaciers melting,
But hearts getting frozen.
There's no universal drop left
That can feed humanity.
There's no humanity left
That can help revive anything.
In my dreams, there lies crudeness
Inside the soil of Earth
Which has lost its nourishment
Due to frozen ashes.
There's nothing to long for.
There's no value of life.
The game of safety
Gets murdered cold-handed.
We are lying in mud of dirt
While being blindfolded.
There's no survival without love.
There's no awakening without soul.
Where is the soul?
We have lost it all, amidst chaos
We created on our own.

The Literary, Cultural & Social Foundation (LCSF) Cordially invites chef, housewives, tourists & cultural promoters to contribute to our upcoming publication, LCSF Anandadhara.

✍ **Cooking Recipe** (within 23 lines or 220 Words)
✍ **Travel** (within 23 lines or 220 Words)

Language acceptated - English, Bangla, Hindi
Each Contributor will recognised by complimentary Copy of the Book LCSF Anandadhara, LCSF Medal, and LCSF Appreciation Certificate.
Send your entries to —
✆ : 8334914320 / 6289583507 | ✉ : lcsf.kolkata@gmail.com

Varanasi in Daniélou's Lens

Dr. Nishant Singh

Indian culture has long attracted thinkers from around the world, and French scholar Alain Danielou was no exception.

During his extended stays in Varanasi, Danielou went far beyond the role of a mere observer and immersed himself deeply in the city's spiritual and cultural life.

This experience gave him a deep understanding of Indian civilization, especially its sacred traditions, classical music and everyday cultural life in Varanasi.

A pioneering musicologist, writer, and intercultural thinker, Danielou played an important role in fostering intellectual and artistic exchanges between France and India.

Fascinated by Varanasi's musical and choreographic heritage, he chose to settle there and spent several decades studying and engaging with its traditions.

Although his extensive part of work has been widely studied, his profound attachment to Varanasi has received far less attention.

Yet the city deeply influenced his philosophical outlook, intellectual positions, and literary writings. Through a historical and analytical perspective, it is essential to understand the encounter between East and West that Alain Daniélou sought to embody.

By immersing himself in Indian culture, he created a genuine dialogue between two traditions.

His journey reflects a dynamic cultural exchange, and its relevance continues today as it underscores the importance of mutual understanding in a connected world.

लिट्टी–चोखा
(बिहार की मिट्टी से जन्मा स्वाद)

ललिता कुमारी राज

भूमिका

लिट्टी–चोखा केवल एक व्यंजन नहीं, बल्कि बिहार और पूर्वी उत्तर प्रदेश की सांस्कृतिक पहचान है। यह मिट्टी की सोंधी खुशबू, सादगी और पोषण का अद्‌त संगम है। सरसों के तेल की खुशबू, सत्तू का पौष्टिक स्वाद और आग पर सेंकी गई लिट्टी— ये सब मिलकर इस व्यंजन को विशेष बनाते हैं।

लिट्टी बनाने की विधि

आवश्यक सामग्री

लिट्टी के आटे के लिए

- गेहूँ का आटा – 2 कप
- अजवाइन – ½ छोटा चम्मच
- नमक – स्वादानुसार
- सरसों का तेल – 2 छोटे चम्मच
- गुनगुना पानी – आवश्यकतानुसार

सत्तू भरावन (स्टफिंग) के लिए

- चना सत्तू – 1½ कप
- सरसों का तेल – 3 बड़े चम्मच
- हरी मिर्च (बारीक कटी) – 2
- अदरक (कद्‌कस किया हुआ) – 1 छोटा चम्मच
- लहसुन (कुचला हुआ) – 4–5 कलियाँ
- नींबू का रस – 1–2 बड़े चम्मच
- आमचूर पाउडर – 1 छोटा चम्मच
- अजवाइन – ½ छोटा चम्मच
- कलौंजी – ½ छोटा चम्मच
- हरा धनिया (बारीक कटा) – 2 बड़े चम्मच
- नमक – स्वादानुसार
- सरसों का तेल – स्वादानुसार

लिट्टी बनाने की विधि

✷ आटा गूँथना

एक परात में गेहूँ का आटा लें। उसमें नमक, अजवाइन और सरसों का तेल मिलाएँ।

गुनगुने पानी से कड़ा आटा गूँथ लें और ढककर 20 मिनट के लिए रख दें।

सत्तू का भरावन तैयार करना

एक बड़े कटोरे में सत्तू लें।

उसमें हरी मिर्च, अदरक, लहसुन, अजवाइन, कलौंजी, आमचूर, नमक और हरा धनिया मिलाएँ।

अब इसमें सरसों का तेल और नींबू का रस डालकर अच्छी तरह मिलाएँ।

भरावन न बहुत सूखा हो, न बहुत गीला—ऐसा रखें कि मुट्ठी में दबाने पर बँध जाए।

लिट्टी भरना

आटे की मध्यम आकार की लोई लें।

उसे हथेली पर फैलाकर बीच में सत्तू भरें।

किनारों को मोड़कर अच्छी तरह बंद करें और गोल आकार दें।

लिट्टी सेंकना

पारंपरिक विधि : उपलों या कोयले की आँच पर

घरेलू विधि : गैस तवे या ओवन में

लिट्टी को मध्यम आँच पर चारों ओर से पलट-पलट कर सेंकें, जब तक वह सुनहरी और कुरकुरी न हो जाए।

घी में डुबोना

सेंकी हुई लिट्टी को गरम देसी घी में हल्का डुबोकर निकाल लें।

चोखा बनाने की विधि

आवश्यक सामग्री

बैंगन का चोखा

- बड़ा बैंगन – 1
- सरसों का तेल – 2 बड़े चम्मच
- लहसुन (कुचला हुआ) – 5–6 कलियाँ
- हरी मिर्च – 2
- प्याज (बारीक कटा) – 1
- हरा धनिया – 2 बड़े चम्मच
- नमक – स्वादानुसार

टमाटर का चोखा

- टमाटर – 2–3
- सरसों का तेल – 1 बड़ा चम्मच
- लहसुन – 3–4 कलियाँ
- नमक – स्वादानुसार

आलू का चोखा

- उबले आलू – 2
- सरसों का तेल – 1 बड़ा चम्मच
- प्याज – 1
- हरी मिर्च – 1–2
- नमक – स्वादानुसार

चोखा बनाने की विधि

बैंगन और टमाटर को सीधे आग पर भून लें।

छिलका उतारकर अच्छी तरह मसल लें।

उसमें सरसों का तेल, लहसुन, प्याज, हरी मिर्च, नमक और हरा धनिया मिलाएँ।

आलू चोखा के लिए उबले आलू मसलकर उपरोक्त मसाले मिलाएँ।

परोसने की विधि

गरम-गरम लिट्टी को देसी घी में डुबोकर, बैंगन–टमाटर–आलू के चोखे के साथ परोसें। साथ में हरी मिर्च और नींबू स्वाद को और बढ़ा देते हैं।

पोषण और परंपरा

लिट्टी–चोखा प्रोटीन, फाइबर और ऊर्जा से भरपूर भोजन है। यह मेहनतकश जीवनशैली के अनुरूप विकसित हुआ व्यंजन है, जो आज भी अपनी सादगी और स्वाद के कारण लोकप्रिय है।

उपसंहार

लिट्टी–चोखा स्वाद, संस्कृति और स्वास्थ्य—तीनों का अद्त संगम है। यह व्यंजन न केवल पेट भरता है, बल्कि अपनी मिट्टी से जोड़ता भी है।

France's homage to Rabindranath Tagore

Dr. Ashis Mahato

In 1961, the National Library of France published a collective work, enriched by the contributions of numerous French critics, to celebrate the centenary of Rabindranath Tagore's birth.

Julien Cain, the library's Administrator General, highlights that three major intellectual figures played a decisive role in the dissemination of Tagore's work in France: Sylvain Lévi, André Gide, and Romain Rolland. Several prestigious institutions contributed to this cultural dissemination, notably the French Ministry of Cultural Affairs, the Indian Council of Scientific Research, the School of Oriental Languages, and the Institute of Indian Civilization at the University of Paris.

The volume Textes et Documents by François Chan brings together several thematic articles exploring the poet's life and works including his musical and pictorial dimensions, his educational commitment, and his vision of humanity as well as his reflection titled Les Ailes de la mort. Through these contributions, the volume brilliantly celebrates the poetic genius and universality of a man whose legacy remains alive far beyond the borders of India.

Moreover, numerous French critics and translators devoted themselves to the study and translation of his works into French. Romain Rolland spent several weeks with the poet in order to gain a direct understanding of his intellectual universe and spiritual vision. Deeply influenced by his thought, Rolland sought, in collaboration with the poet, to promote a genuine intellectual and cultural dialogue between Europe and Asia.

EL mar lejano

Juan Ramòn Jimènez

La fuente trueca su cantanta,
Se mueven todos los caminos...
Mar de la aurora, Mar de la plata,
¡ què nuevo estàs entre los pinos!

Viento del sur ¡ vienes sonoro
de granas ciegan los caminos...
Mar de la siesta, mar de oro,
¡ què loco estàs sobre los pinos!

Dice el verdòn no sè què cosa.
MI alma se va por los caminos...
Mar de la tarde, mar de rosa,
¡ què dulce estàs bajo los pinos!

The Faraway Sea

Spanish poem by
Juàn Ramòn Jimènez
(Translated from Spanish to
English by Lopamudra Sarkar)

The fountain exchanges her song,
All the roads move...
The sea of dawn, the silver sea,
How new are you among the pines!

The southern wind!
The loud sound of your steps,
Through the seeds,
Make the roads blind.
Sea of sleep, the golden sea,
How mad are you over the pines!

I don't know what the greenery says.
My soul goes by the road...
The sea of evening, the sea of rose,
How beautiful are you under the pines!

ঠিকানা বৃদ্ধাশ্রম

তনয়া শ্রীমানী

পেয়েছি হাতে এক আনন্দের চিঠি
কেমন আছি নিয়ে হাতে লাঠি।
বৃদ্ধ বয়সে পারি না আর পরিশ্রম
আছি যদিও ঠিকানা বৃদ্ধাশ্রম।
সেই কবে ছেড়ে এসেছি ওই বাড়ি,
সাধ করে আমার পতি করেছিল বাড়ি।
আজ আছে সেই বাড়িটা হয়ে ফাঁকা
এইখানে আমি যদিও নেই একা।
মনে পড়ে কত ফুলের গাছ ছিল
কত প্রজাপতির যাওয়া আসা ছিল।
এখন সেসব অতীত কথা
স্মৃতিপটে সব থাক অঙ্কিত গাঁথা।
এখানে আমি ছাড়াও সব আমারই মতো,
গল্পের ছলে বেদনা দূর করে সব যতো।
ছেলেমেয়ে থাকে কর্মসূত্রে বহুদূরে,
আসে না খুব একটা আদরে।
মাঝে মাঝে তাই আসে চিঠি
তবুও ভালো খোঁজ নেয় লিখে চিঠি।
আজও তাই নিচ্ছে সন্ধান চিঠি দিয়ে
মন ব্যাকুল হয় ওদের দেখতে না পেয়ে॥

Moments To Memory...

Biswanath Saha

We share the seat and sit together
Under the clear blue sky
In multi rows trees stand there
Along the way walk the passers-by.

Side by side we sit and softly speak
Though unknown we were
We feel happy and pleasure at its peak
We converse, each we endear.

No matter, if known or unknown
It's our wish to know the new
No wonder, a place or a person
That day brings you to me and me to you!

Days, months, even years to roll by
But moments to perpetuate we share
And enlivens the memory in friendship-tie
When hearts open to love, care and share.

সূর্যতপা

শর্মিলা মাজী

সকালে ঘুম থেকে উঠেই জানালার কাঁচ সরাই, না চাইলেও শব্দটা হয়, বুক কেঁপে ওঠে, তার হাতে কি আঘাত লাগল!

"না না যা ভাবছ তা নয়, লাগেনি আমার" বলে আমার হাত দুটো জড়িয়ে নেয় তার হাতে,

সরু সরু আঙুলগুলো দিয়ে আমার কপাল থেকে চুল সরিয়ে ছোটো ছোটো চুমু এঁকে দেয়।

আমি চোখ বুজে তার আদরটুকু মাখতে না মাখতে সে দৌড়ে পালিয়ে যায় কখনো সামনে কখনো পাশের বহুতল ফ্ল্যাটের পূব দেওয়ালে বসে মুচকী মুচকী হাসে, আমি দেখি ফ্ল্যাটগুলির মধ্যবর্তী রাস্তার ওপর গাছের ডালপালাগুলি আলপনা আঁকছে, পাতাগুলি খুনসুটি করছে বাতাসের সাথে। আর দেখি তার ওপর দিয়ে প্রাতঃভ্রমণরত মানুষগুলোকে।

পূবদিকে যখন কেউ হেঁটে আসে তখন ছায়া তার পিছনে এঁটুলির মতো সেঁটে থাকে আর যখন পশ্চিম-মুখো কেউ হাঁটে তখন ছায়া প্রভুর মতো তার আগে আগে যায়।

আমি জানালার ধারে গাছ হয়ে দাঁড়িয়ে থাকি।

রোদ এবার একছুটে আমায় জড়িয়ে ধরে আমাদের ফ্ল্যাটের দেওয়ালে গ্যাঁট হয়ে কিছুক্ষণ বসে থাকে।

বাতাস আমার পাতায় পাতায় খেলা করে।

একটু পরেই রোদ আবার ছুটে ছুটে প্রতিটি ফ্ল্যাটের দেওয়ালে আপনমনে এক্কা-দোক্কা খেলে, আমার কথা তখন ওর আর মনে থাকে না।

আমি চকিতে আমার সত্বা ফিরে পাই।

এবার ঘরে জমে থাকা রাজ্যের কাজ আমার আঁচল ধরে ক্রমাগত টেনে চলে।

নববর্ষের আলোকে

অর্পিতা ঘোষ মিত্র

নববর্ষ জগতের মধ্যে এসে দাঁড়িয়েছে
কিন্তু আমাদের হৃদয়ে প্রবেশ করেছে কি?
আকাশ ভরা অন্ধকার একেবারে নিঃশব্দে অপসারিত হয়েছে—
নববর্ষের ঊষা লোক কি এমন নিঃশব্দে আমাদের অন্তরে প্রকাশিত হয়?
প্রকৃতিতে, পুরাতনের আবরণের ভেতর থেকে মুক্তি লাভ কত অনায়াসে সম্পন্ন হয়
কোন সংগ্রাম সেখানে থাকে না।
শুকনো পাতা খসে গিয়ে নবীন কিশলায় পুলকিত হয়।

মানুষ কি এত সহজে পুরাতন আবরণের মধ্যে থেকে হাসিমুখে নতুন কে বরণ করতে পারে?
বাধাকে ছিন্ন করে, বিদীর্ণ করে,
বিপ্লবের ঝড় বয়ে যায়।
অন্ধকার রাত্রি এত সহজে প্রভাত হয় না—
শত সহস্র সংস্কারের দ্বারা, অভ্যাসের দ্বারা আবদ্ধ থাকে।
বহুকালের আবর্জনা সঞ্চিত হয়ে থাকে
প্রকৃতির স্বাভাবিক নিয়মে সেগুলি ক্ষয় হয় না।
স্তূপের ভেতর থেকে নবীন আলোকে বেরিয়ে আসা মানুষের পক্ষে প্রাণান্তিক হয়ে পড়ে।
সুষমার পরিবর্তে কুশ্রীতার জঞ্জালে অবরুদ্ধ হয় মানুষ।

তাই নববর্ষ আজ
শান্তিতে পরিপূর্ণ, শীতল মধুর হয় না
পাখির গান তার গান হয় না
অরুণের আলো তার আলো হয় না
আবরণের পর আবরণ কে ছিন্নবিন্ন করে
তার ও অভ্যুদয় ঘটে।

তাই বিধাতার এই অরুণ আলোর দান যেন আমরা গ্রহণ করি—
আমরা যেন না বলি—
"তোমার এ ভার বহন করতে পারিনি প্রভু...."
কারণ তিনি নতুন কে আহ্বান করে বলেন
"হে বীর জাগ্রত হও...."
তাই তার আনন্দ সঙ্গীতে বিশুদ্ধ হয়ে
প্রসন্নতায় ভরে উঠুক সকল মন।

"রুদ্র যত্তে দক্ষিণং মুখং তেন মাং পাহি নিত্যম"

প্রবাদ প্রবচন

শিল্পী সরকার

"দেয়ালের-ও কান আছে" জানো কি সব কিছু সে বুঝতে পারে?
কোন কথা পারেনা বলতে শুধুই নীরবে সহ্য করে।

সত্য সামনে আসলে কিন্তু বিপদ সহাস্যে ডাকে আয়,
নিরাপদে সব থাকেনা গোপন এটাই কেবল বলতে চায়।

সকল কথা শোনার সবার পরিস্থিতি থাকে না জেনো,
সাবধানে চলতে হবে ঠিক পথে এই বচনটিকে মেনো।

সতর্ক বার্তার সুযোগ করে দেয় গোপনীয়তা বজায় রাখতে,
তৃতীয় ব্যক্তির উপস্থিতির কারণে তথ্য ফাঁসে সজাগ থাকতে।

আমাদের থেকে বেশি শোনে ভাবলে ভীষণ রকম মজা লাগে,
ফিসফিস করে বললে আবার আগ্রহ কি তার বেশি জাগে?

এক ধরনের নজরদারি বোঝাতে এই কথাটির অনেক মূল্য,
যদিও হাসির কথা মনে হয় তবুও জানবে শত্রুর সমতুল্য।

হও সাবধান গুপ্ত কথার অপেক্ষায় সে রয়েছে মুখিয়ে,
প্রবাদটি কে অগ্রাহ্য করোনা বিপত্তি জড়িয়ে আছে লুকিয়ে।

বিশ্ব নারী দিবস (৮ই মার্চ)

স্বরূপ ঘোষ

শৈশব থেকে কৈশোর, আর কৈশোর পেরিয়ে যৌবন....
"মা" ও সেই নারী শক্তি, গর্ভদাত্রী চিরন্তন....
জন্ম দিয়েই তাঁর প্রথম হাসি,
যখন আমরা করি ক্রন্দন....
এত ভারী ঋণের বোঝা, বইবো মরণপণ....
স্বার্থত্যাগী জননী মোদের, অধীর মোদের জন্য....
সুখ দুঃখের সাথী মুখে ধরে অন্ন....
বয়সে যতোই হই না বড়ো, মা যে ভাবে ছোট্ট....
অশ্রুধারা মুছিয়ে বলে, কিসের এত কষ্ট?
মায়ের আশীষ, মায়ের আঁচল, মায়ের কোলে শোয়া....
স্পর্শ কাতর হাতের ছোঁয়ায় জীবন পূণ্যতোয়া....
মা শব্দের, মা বর্ণের, হয়না তুলনা....
অর্থ দিয়ে যায় না মাপা তাঁর গর্ভ যন্ত্রণা....
ছোট্ট শিশুর প্রথম বোল – "মা" দিয়ে হয় শুরু....
মা হারালেই সর্বহারা, বুক করে দুরু দুরু....
বাকি জীবন নিঃস্ব মোরা, যখন রাখতে হবে দেহ....
পরলোকের ওপার থেকে মা তুমি গো দেখো....
জন্ম থেকে মৃত্যু, নানা রূপে নারী,
তাই ভ্রূণ হত্যার বিশেষ শাস্তি, আইন করো জারি....
এত নিষ্ঠুর কন্যা সন্তান করছো তুমি হত্যা....
তাঁরাই জীবন রাঙিয়ে দিয়ে, গড়বে পৃথক সত্ত্বা....
নারী পারেন জন্ম দিতে, তাঁদের করো সম্মান....
তাঁর জঠরেই ঘুমিয়ে আছে ভাবী বিশ্বের হাজার প্রাণ....
নারী সাহস, নারী সহ্য আবার করুণা ধারার সরস....
আজকের দিন বিশেষ দিন— "বিশ্ব নারী দিবস"॥

না থেকেও থেকে যাওয়া

ঈশানী

কিছু মানুষ থাকে, যারা চলে যাওয়ার পরও পুরোপুরি হারিয়ে যায় না। তারা "না থেকেও থেকে যায়" — অভ্যাসে, স্মৃতিতে, হঠাৎ ভেসে ওঠা কোনো গানের লাইনে।

রাতের শেষে ফোনটা হাতে নিয়ে এখনও মনে হয়, হয়তো একটা মেসেজ আসবে। ভিড়ের মাঝে হঠাৎ পরিচিত হাসির মতো কাউকে দেখলে বুকটা থেমে যায় এক মুহূর্ত। অথচ মানুষটা নেই, অনেক দূরে।

তবু তার শেখানো কথা, রাগ করার ভঙ্গি, যত্ন নেওয়ার ছোট ছোট অভ্যাসগুলো থেকে যায়। সময় মানুষকে দূরে সরিয়ে দেয় ঠিকই, কিন্তু কিছু সম্পর্ককে মুছে ফেলতে পারে না।

"না থেকেও থেকে যাওয়া" আসলে ভালোবাসার সবচেয়ে নীরব রূপ। যেখানে উপস্থিতি নেই, কিন্তু অনুভূতি রয়ে যায়। কেউ পাশে না থেকেও প্রতিদিনের জীবনের অংশ হয়ে থাকে।

হয়তো এটাই কিছু মানুষের বিশেষত্ব — তারা বিদায় নেয়, কিন্তু শেষ হয়ে যায় না।

Creativity ***Quality*** ***Passion***

Literary, Cultural & Social Foundation

(Empowering Through Knowledge, Enriching Through Culture)

Presents

Following Programs & Shows :–

- Recitation
- Srutinatak (Spoken Drama)
- Singing/Dancing Program
- Talent Hunt Show
- Cooking Contest
- Song without Music
- Short Film Festival
- Indoor Games Tournament
- Socio-Cultural Welfare Program
- Picnic
- Tour (Domestic) at Reduced Rate
- Acting in Album or Short Film at Nominal rate
- Video Feature/Telecast in YouTube/ TV Channel at Discounted Rate
- Interesting & Interactive Shows like Fun Quiz, Debate, Extempore, Antakshari.

FOR DETAILS 8334914320 | 6289583507
E-mail : **lcsf.kolkata@gmail.com**

Inspiring Through Literature, Uplifting Through Culture

অভিমান

ইন্দ্রাণী সরকার

কোন এক বসন্তের রাতে
তুই এসেছিলি অফুরন্ত
ভালোবাসা হাতে-
সেদিন আরো এক বসন্ত
তুই আসবি বলে-
সাজিয়েছিলাম ঘরখানি নানারকম ফুলে,
মনের কোনে রাখা ছিল কত গানের ডালি,
ফিকে হল সব সাজানো, তুই এলি না বলে,
হাসিমুখখানি হল মলিন,
তোর পথ চেয়ে চেয়ে।
একদিন যাবোই চলে তোর জীবন ছেড়ে
ডাকবো না আর ওই নাম ধরে,
ফিরবো না আর তোর জীবনে।
তখন তুই থাকিস ভালো নিজের মত করে,
কষ্ট ছাড়া কিছুই কেনো দিলি না তুই আমায়?
ভেবেছিলাম আমার আকাশ শুধুই আমার
কাউকেই দেব না ভাগ যতই করুক দাবী
নাই বা হলাম তোর   সুখের সাথী,
দুঃখেই নিতাম ভাগ,
বিদায় নিলাম চিরতরে
চোখের জল টুকু নিয়ে,
থাকিস তখন খুব ভালো তুই
আমায় ভুলে গিয়ে।
জানি তুই আসবিই ফিরে আবার
মরনের পরে কোনো একদিন॥

কবি গুরু

মিলন কুমার ভৌমিক

আজ আমার দিন।
কবিতা আমাকে নিয়ে
ঘরে ঘরে পূজা হচ্ছে। কবিতা, ডাকো, ডাকো,
ঐ কচি-কাঁচাদের।
শোনো মেয়ে - ভয় কেন পাচ্ছো মনে।
রাত জেগে বসে আছি, রাঙিয়ে দাও আমাকে।
হলুদ রঙের শাড়ি, হাতে, কানে, মালা
পরে বসবে আমার কাছে।
লম্বা মালা পড়াবে মনের সুখে।
আমি আছি তোমাদের হৃদয়ে।
সবাই চলে গেছে। আত্মার বিনাশ নেই।
কষ্ট কি পাচ্ছোনা শুনতে।
ওরে আয়রে আয় দল বেঁধে,
আমার কাছে আয় ছুটে
দুঃখ যাবে ঘুচে,
আমি কি কম কষ্ট
পেয়েছি সুন্দর এই পৃথিবী থেকে।
সময় মানুষ কে ভালোবাসে।
রেখো মনে।আসি।

দাবদাহ

রোমী রায়

গরমে হাঁসফাঁস, প্রাণ করে আনচান
প্রচণ্ড তাপ, মাথা গরম, রাস্তা সব শুনশান্,
জল চাই, জল চাই, প্রকৃতির হাহাকার
জীবন শুষ্ক করে অট্টহাসি হাসছে দিবাকর
সকলের মুখ যেন ঝলসানো, ঘর্মাক্ত;
কাজ করতে গিয়ে ফুটছে শরীরের রক্ত
কবে নামবে বৃষ্টি,
কবে মিলবে রেহাই?
আবহাওয়া দপ্তর কি বলে,
জানা নাই—
দাও শীতলতা, তাপপ্রবাহে কষ্ট যারপরনাই
বৈশ্বিক উষ্ণতা আমাদের দোষেই,
ক্ষমা করো প্রভু, ভগবানের কাছে এই আর্জি জানাই।

'গাছ লাগাও, পৃথিবী বাঁচাও'—
কানে তুলিনি এতদিন
নির্মম মনুষ্যত্বের দাবদাহের পরিণাম ভুগতে হবে জীবনে জলহীন
তরুবরের শীতল ছায়ায় কবে জুড়িয়ে যাবে প্রাণ, কবে আসবে সুদিন
প্রকৃতির ঝলমলে হাসির তোড়ে ইতি হবে ইঁট-কাঠ-পাথরের নির্মম দুর্দিন।

অলীক

জয়শ্রী বসু

অলীক স্পর্শ,
দিব্যময় তনু,
অন্ধকার ভেঙে যাই
পরাবৃত্তে আলোকচুর্ণ্য কণিকা,
মুগ্ধ অন্তর মম,
অন্তরতম।

উতল সারিগানে
নদী বহে "ডুবাইলিরে ভাসালিরে,
আকুল দরিয়ায় বুঝি কুল নাহিরে—"

ঢেউ ভাঙে আলোছায়া
ভেঙে যাই আমি।
জীবন শতধা,
দিয়েছে যা কিছু
কম কিছু নয়।

তবু নির্জনতা ভালোবেসে
পরবাসে মন চায়
নিরন্তর সুখ দুঃখহীন অবসর।
বিমুখ উদাসীন মূর্ত প্রহর।

তবে কী বিবাগী আমি,
তাতো নয়।
মধুর মায়া মোহ
আঁখি পক্ষে প্রেম ভাষ্য,
গভীর প্রণয়।
বুক ভরা অভিলাষ
ঘন আবেষ্টনি
অতরঙ্গ হৃদয় গভীর।

নীল নীল আকাশের নীলে
শ্রাবনের মেঘে,
মেঘ মনে ঝরেছে
কদম কেশরে।

পৃথিবী তোমার ধূলির কণিকায়,
হীম সিক্ত
সিক্ত শিশিরে,
আমার এই ভালোবাসা,
কিছু অশ্রু
থেকে যাবে।

"সাজন ন বিসরিও মোহে।"

তিন সত্যি

অমিথ্যাবাদী

ঝাড়ু মারিস নি, কত কাজ বাকি
সারা দিন তোর কেবল ফাঁকি!
ময়লা-ওয়ালা, ও ময়লা-ওয়ালা
শুনতে পাস্ না দমড়া?
ওমা, আমায় ডাকছ নাকি?
ডাক ঠিক হ'লে শুনব ঠিকই,
আমি এ পাড়ার সাফাই-ওয়ালা।
ময়লা-ওয়ালা তো তোমরা!

দারিদ্র নিয়ে এক বিশাল সম্মেলনে
হাজির সর্বদেশীয় কবিগণে,
জুতসই বিষয় চান যশস্বী এক কবি
সূক্ষ্ম অনুভূতিই তার হবি।
দারিদ্র্যের রোম্যান্স খুঁজে অকস্মাৎ
দেখেন এক খোলা ফুটপাথ,
যেখানে ভূষণ নয় নারীর লজ্জা
প্রেম বিবাহ থেকে ফুলসজ্জা
এমন কি কামুকতা, সহবাস, প্রজনন
সবই ফুটপাথে আয়োজন।
এখানে থমকে গেছে গৌতমের স্তব
লাল থেকে সবুজ সব বিপ্লব।
ঈশ্বরপুত্র, বংশীবাদক ফিরে আসবেন, তবে
ততদিন মনে রাখতে হবে—
দারিদ্র বিষয়ক কবিতার আসরে
দরিদ্ররা যেন ঢুকে না পরে!

আজ বোধহয় প্রবচন তাড়াতাড়ি থামবে না
চলছে পরমেশ্বরের অপরূপ বর্ণনা—
ভোজনে জনার্দন, শয়নে পদ্মনাভ।
মন্দিরের বাইরে ভিখারী মেয়েটা হ্যাংলপানা
ভাবছে, খালি পেটে ঘুম আসে না,
কখন যে ভোগের এঁটো পাতা কুড়াব!

স্রোত

অসীম কুমার মালাকার

স্রোতের বিপরীতে চলতে চলতে
আমি ক্লান্ত অবসন্ন।
ঘুরে দাড়ালাম।
এখন স্রোতের অনুকূলেই চলছি
নয়ত অবলুপ্তি পাব।
এখন আর
অন্যায় অবিচারের প্রতিবাদ করিনা,
মুখ ফিরিয়ে রাখি।
মিথ্যা ও অসত্য জেনেও
মেনে নিই
কারণ এদিকেই পাল্লা ভারী।
ঝগড়া করতে যাইনা।
ঘুস দেওয়া নেওয়া
যা কোনো দিনই মানতে পারিনি
কষ্ট হলেও এখন মেনে নিচ্ছি।
টাকাই জগতে সবার উপরে-
এটাও স্বীকার করে নিচ্ছি।
মনের মত চলতে পারছি না,
তবুও এখন শান্তিতেই আছি।

When Purpose Became My Greatest Position

Dr. Shanoli Ray

There was a time in my life when I believed success meant constantly proving myself — working harder, saying yes to every opportunity, carrying responsibilities quietly, and continuing even when exhausted.

From classrooms to conference halls, from leadership tables to late-night planning sessions, I kept moving.

The world saw achievements, awards, and positions.

But behind every milestone was a woman rebuilding herself through pressure, uncertainty, self-doubt, and silent resilience.

Then one day, I realised something profound:

Leadership is not about being the loudest person in the room.

It is about continuing to stand with purpose, even after life has tested your strength.

That realization changed me.

I stopped chasing visibility and started building value.

I stopped trying to impress everyone and started focusing on meaningful impact.

It was from this shift that EDVISHAN and PROLEARNZ were born—not merely as organisations, but as platforms with a deeper purpose.

EDVISHAN was created to strengthen education through professionalism, structure and meaningful learning ecosystems.

PROLEARNZ was founded to help professionals build confidence, credibility and leadership readiness in a rapidly changing world.

Both emerged from one belief:

People do not transform through information alone.

They transform when someone helps them believe in their own potential again.

Today, I no longer measure success only through titles or applause.

I measure it through lives empowered, minds inspired, and individuals who begin seeing themselves differently after one meaningful conversation, one opportunity, or one moment of encouragement.

And perhaps, that is where true success truly begins.

সুস্বাগতম

অচিন্ত্য দাস

অবশেষে এলে তুমি,
শুকনো ছিল ধরার ভূমি,
প্রতিক্ষায় ছিলাম আমরা সবাই।

কালকে তুমি যখন এলে,
সবাইকে যে শান্তি দিলে,
গরমটাকে আপাতত bye bye।

চব্বিশ দিনের দহন জ্বালা,
প্রখর রোদের যে তাপ ঢালা,
এবার বুঝি ছেদ পড়লো তাতে।

কবে থেকেই চাইছি তোমায়,
তোমার ধারা পড়বে ধরায়,
ঠান্ডা হাওয়া আনবে তুমি সাথে।

আপাতত ঠান্ডা হলাম,
সবাই অনেক শান্তি পেলাম,
মাঝে মাঝেই তুমি এসো চলে।

তোমার কাল তো দুমাস বাদেই,
এলে না হয় একটু আগেই,
আমরা সবাই তোমায় চাইছি বলে॥

Sourav S. Chowdhury : A lawyer & Socio-Cultural Motivator

Hello Kolkata Network

Mr. Sourav S. Chowdhury epitomizes juridical excellence, humanitarian rectitude and an unwavering allegiance to the tenets of justice and constitutional morality.

With over eight years of distinguished experience within the legal fraternity, he has meticulously cultivated a reputation for erudite advocacy, ethical probity and indefatigable perseverance in the pursuit of equitable justice.

His professional trajectory reflects a profound commitment toward safeguarding the rights and dignities of marginalized and disenfranchised communities through sagacious legal intervention and humanitarian engagement.

In recognition of his exemplary contribution to human rights advocacy and societal amelioration, Mr. S. Chowdhury was conferred with the esteemed designation of Peace Ambassador by the World's Human Rights Protection Commission under the United Nations framework.

Beyond his forensic acumen, he remains actively associated as a Decision-Maker EC Governing Body official with distinguished organizations such as Rotary Club Of Kasba and Lions Club Of Kolkata Magnates, contributing extensively toward philanthropic, educational and social welfare initiatives.

His illustrious journey exemplifies how jurisprudence, when guided by compassion and moral fortitude, can become an instrument of profound societal transformation.

Gazing on a Summer Day

Dr. Vivekananda Chakraborty

The copper sky awakes at dawn’s first gleam,
As early heat stirs through the waking land.
The koel calls beside the shaded stream,
While shadows shrink across the golden sand,
And the day begins, magnificent and grand.
By noon, the sun sits sovereign in the sky,
A blazing monarch on a ruthless throne.
Across the cracked, dry plains the heat-haze flies,
The dusty village streets grow still and prone,
Left to the fierce, white glare to rule alone.
Within the mango groves, the shadows hide,
Where green fruits dangle under leaves of jade.
The cattle rest along the riverside,
And weary souls seek out the banyan's shade,
Where transient drafts of cooling air are made.
Then twilight brings a cool, redeeming grace,
A sudden breeze revives the sleeping neem.
The purple dusk steals o’er the quiet space,
As silver stars begin to softly gleam,
And wrap the weary earth in peaceful dream.

Hello Kolkata
News, Events & Films

HELLO KOLKATA
REAL TO REEL
a Web Series on Daily Incidents
for Acting
✆ : 9339228087 | ✉ : hellokolkata1@gmail.com

আমার শান্তিনিকেতন দর্শন

শুভ্রা দাস

আজ বলব শান্তিনিকেতনের কথা। সেটা ছিল ১৯৮৫ সালের ৮ই মে, যেদিন আমি কলকাতা থেকে বদলি হয়ে বোলপুর শাখায় যোগ দিই। আমি তখন স্টেট ব্যাঙ্কে কর্মরত ছিলাম।

আমার বয়স ছিল ২৬ বছর, আর আমার মেয়ের বয়স তখন দু-বছর চার মাস। সেই সময়ের শান্তিনিকেতন ছিল সম্পূর্ণ আলাদা—একটি লাল মাটির শান্ত গ্রাম।

চারদিকে গাছপালা, জঙ্গল, আম্রকুঞ্জ, ঘণ্টাতলা আর কাচঘর—সব মিলিয়ে এক অদ্ভুত সরলতায় ভরা ছিল তখনকার শান্তিনিকেতন।

বিশ্বভারতী প্রাঙ্গণে ভোরের আম্রকুঞ্জের নীচে পাঠশালায় সব ছাত্র-ছাত্রীদের নিয়ে শিক্ষক-শিক্ষিকাদের ক্লাস নেওয়া দেখবার মতন ছিল। প্রকৃতি যেন ঢেলে সাজানো।

আমি থাকতাম বোলপুর কলেজের সামনে ভাড়া বাড়িতে। ছুটির দিনে আমরা মেয়েকে নিয়ে বাইকে চেপে যেতাম প্রান্তিক স্টেশনে স্টিম ইঞ্জিনের রেলগাড়ি দেখাতে। রেলগাড়ি চলত বিকট শব্দে হুইসেল দিয়ে। সে এক মজার দিন ছিল।

প্রান্তিক স্টেশন থেকে ৫ কিমি দূরত্বে ৫১ সতীপীঠের ১ পীঠ হল কঙ্কালীতলা। একটি ছোট মন্দির ছিল। যার চারদিকে সর্ষে খেত, শুধুই সর্ষে খেত আর জঙ্গলে ভরা। সেই মন্দির এলাকা এখন জনবহুল এলাকায় গড়ে উঠেছে। মন্দিরকে কেন্দ্র করে অনেক দোকান, বাড়ি হয়েছে, পুকুর বুজিয়ে দেওয়া হয়েছে আর অনেক কিছু নির্মাণ হয়েছে।

লাল মাটির গ্রাম হারিয়ে গিয়েছে সিমেন্ট-কনক্রিটের আগমনে। সেই আমবাগান, সর্ষে খেত, পলাশ ফুলে ও কাশ ফুলে ঢাকা প্রান্তর এখন কোথায় হারিয়ে গিয়েছে।

অফিস থাকাকালীন তখন যাঁদের সংস্পর্শ আমরা পেয়েছিলাম, তাঁদের মধ্যে স্বনামধন্য অর্থনীতিবিদ ড. অমর্ত্য সেন, রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের অত্যন্ত প্রিয় শান্তিদেব ঘোষ, সুচিত্রা মিত্র, কণিকা বন্দ্যোপাধ্যায়, নীলিমা সেন প্রমুখ আমাদের ব্যাঙ্কে আসতেন।

তাঁদের সঙ্গে পরিচয় হওয়ার সুবাদে রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর সম্বন্ধে অনেক অজানা তথ্য জানতে পারা ও তাঁদের গান শোনা আমাদের এক পরম সৌভাগ্য হয়েছিল।

আজ তাঁরা কেউ নেই, কিন্তু সেই দিনগুলির কথা ভাবলে আজও রোমাঞ্চ অনুভব করি।

অঙ্গীকার

গীতা রাহা হালদার

পৃথিবী জুড়ে এক অস্থির পরিস্থিতি
মানুষ প্রযুক্তিতে গ্রহ থেকে গ্রহান্তরে যাচ্ছে।
কিন্তু এই সভ্যতার অগ্রগতি আমাদের মরণ ফাঁদ।
দ্রুত আমরা ধ্বংসের দিকে ধাবিত হচ্ছি।
হিংসা, লোভ, লালসা, নিরাপত্তা হীনতায়
এ লজ্জা ঢাকবার জায়গা কোথায়?
রাষ্ট্রের এক নীরব পরাজয়।
আধিপত্যের মুখোশ খসে পড়ুক,
নির্মম ভাবে ভেঙে পড়ুক সংগ্রামী দাদাগিরি।
ভয়ালোক আগ্রানী এক মনোভাবে ধাবিত
অহংকার ধুয়ে মুছে এক সুন্দর সকাল
আমরা কি উপহার দিতে পারি না?
আসুন এই ধরিত্রিকে ভালবেসে
মানব ধর্মকে করি অন্তর ধর্ম।
সবাই পায়ে পায়ে এগিয়ে আসুন;
আমাদের জোট বদ্ধতা আনতে পারে
এক শুভদিনের সূচনা।
প্রকৃতির বান্ধব হয়ে প্রকৃতির সাথে
মিলে মিশে একতাবদ্ধ হতে পারি।
এই আমাদের দৃঢ় অঙ্গীকার।

Hello Kolkata
News, Events & Films

HELLO KOLKATA LIVE
@ Asish Basak
for Interview at Various Channels
✆ : 9339228087 | ✉ : hellokolkata1@gmail.com

স্বচ্ছ আয়না

শ্যামল ব্যানার্জি

ভূখণ্ড মাটি খাঁটি এদেশ
মনোহর মন-মুগ্ধময় পরিবেশ,
প্রকৃতির পরিবেশ - একটি স্বচ্ছ আয়না!
সৃষ্টি আর স্মৃতি লইয়া
মানব কুলে মানব জাতি
এই বিশ্বব্রহ্মাণ্ডে সকলেই যে মাতে।
রূপ হইতে রূপান্তরের পরিণত হয়,
একদিকে ধর্ম, একদিকে অধর্ম
সমান দাঁড়িপাল্লায়
সমতারে কি বিকায়
সৃষ্টি তারে হাতে ঈশ্বরের কৃপা
জীবন ধন্য হয় তখন
ধর্মের জয় ও ধর্মের ক্ষয় হয়।
দিব্যদৃষ্টিতে যখন দেখে স্বচ্ছ আয়না সামনে,
আয়না বিস্ফোরণ ঘটে
আয়নায় প্রতিফলিত হয়ে তেমনটিতে দেখায়,
সত্য ছিল, আছে, থাকবে;
বাস্তব শুধু কথা কবেই।
স্বচ্ছ আয়না স্মৃতি হয়ে
সৃষ্টির সেই বালি রাশি থেকে তৈরি,
শুধু মানব জীবনে সংসার এই বাস্তবে
শৃংখল বন্দির মায়াজালে আবদ্ধ সকলে।
শুধু কথার কথা থেকে যায় ভাসিয়া,
সাক্ষী ওই স্বচ্ছ দৃষ্টির আয়না।
এই ভূখণ্ডের পূণ্যভূমি খাঁটি ব্রহ্মাণ্ডের মাটিতে,
এই বাস্তবে স্বচ্ছ আয়না সাক্ষী।
গল্প তো অল্প নয় বাস্তব বডড কঠিন।

ঘুম ভেঙে দেখি

জয়দীপ রায়চৌধুরী

ঘুম ভেঙে দেখি
একটা অস্ফূট স্বপ্ন থেকে
জাগরণে,
স্থবিরতা চোখ
সুন্দর সকালের আলোয়
নিজেকে খুঁজে পেতে চায়।
জীবনের ঘুম ভাঙে
তবু বাস্তবের আকাশে
ছিঁটেফোটা বৃষ্টির দেখা মেলা ভার,
বেলা বাড়ার সাথে সাথে
অনুভব করি,
নিজের মনকে প্রবোধ দিই
রাত্রির দেখা পাব বলে॥

Collaboration Research Driven Solutions Social Impact

INDIAN COMMITTEE OF NGOs RESEARCH AND WELFARE

INDIAN COMMITTEE OF NGOS RESEARCH & WELFARE

Researching Solutions, Empowering Communities

A Research & Welfare Organization for Development of **Non Government Organizations, Society, Trust, Firms & Companies.**

Follow us :

CONTACT FOR

PROJECTS, FUNDS, LOANS, GRANTS ETC.

Call 8334914320 / 9903914320 E-mail icngosrandw@gmail.com

Empowering Communities, Enhancing Lives Empowering NGOs, Empowering Communities

ঠাকুরবাড়ির রান্নাশৈলী

মঞ্জুলা দে

রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের জোড়াসাঁকোর ঠাকুরবাড়ি শুধুমাত্র শিল্প সাহিত্য নয়, নতুন নতুন রন্ধন-শৈলীর উদ্ভাবন ও প্রচলনের জন্য হয়ে উঠেছিল এক সমৃদ্ধ আধার। ঠাকুরবাড়ির রান্নায় সেই সময়ের প্রচলিত মোঘলাই ও পাশ্চাত্য রন্ধনের এক অনন্য মেলবন্ধন দেখা যেত।

ঠাকুরবাড়ির অভিজাত মহিলারা রান্নায় নতুনত্ব আনতে বিশেষ আগ্রহী ছিলেন।

দেশীয় পদ্ধতি ব্যবহার করে কাঁঠালের কর্মা, ডিমের দোলমা, মাছের পাতুরি, নানা প্রকার মাংসের পদ, ঋতু ভিত্তিক চাটনি ও বিভিন্ন ঘরে তৈরী মিষ্টান্ন প্রস্তুত করতেন।

রান্নায় স্বাভাবিক স্বাদ বজায় রাখার জন্য মশলার পরিমিত ব্যবহার করা হতো।

ঠাকুর বাড়িতে নিরামিষ রান্নার ও বিশেষ প্রচলন ছিল।

রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের রচনায় - ‘আমসত্ত্ব দুধে ফেলি, তাহাতে কদলি দলি, সন্দেশ মাখিয়া তাহে, হাপুস হুপুস্ শব্দ চারিদিক নিঃস্তব্ধ পিপিড়া কাঁদিয়া যায় পাতে’— সেই সময়ের অভিনব নিরামিষ খাদ্য রসিকতার অনন্য উদাহরণ।

নিয়মিত শাক-সবজি, দুগ্ধজাত ও ডাল জাতীয় শষ্য সমৃদ্ধ স্বাস্থ্য সম্মত খাদ্য তৈরী ও রুচিসম্মত পরিবেশন এ ঠাকুরবাড়ি অতুলনীয় ছিল।

রবীন্দ্রনাথের কাছে খাদ্য শুধুমাত্র আহার নয়, ছিল তাঁদের শিল্প চেতনার অঙ্গ বিশেষ। অতিথি আপ্যায়নেও ছিল আভিজাত্য ও সৌন্দর্যের ছাপ।

আজও ঠাকুরবাড়ির রন্ধন-শৈলী বাঙালিয়ানার এক উজ্জ্বল ঐতিহ্য রূপে সম্মানিত।

মাস্টার মশাই

ডাঃ সাবিনা ইয়াসমিন (রোজলিন)

বীরাঙ্গনা হাই স্কুলের শিক্ষক মহাশয়, তিনি সংস্কৃত বিষয় পড়াতেন। সংস্কৃত বিষয়ে তার অগাধ পাণ্ডিত্য থাকলেও ছাত্র-ছাত্রীরা নির্মল স্যারের পড়ানোর ধরন কেউ পছন্দ করত না।

অন্যদিকে ছাত্র-ছাত্রীদের অভিযোগে প্রধান শিক্ষক মহাশয় বাংলা পড়ানোর দায়িত্ব দেন সংস্কৃত শিক্ষক নির্মল স্যার-কে।

নির্মল স্যার বাংলা পড়াতে ইতস্তত বোধ করতেন। এভাবে রাগ, ক্ষোভ, অপমান পুষে রাখতে রাখতে একটা সময় তিনি কঠিন রোগে পড়ে যান।

সেই সময় তিনি সস্ত্রীক চলে যান ডাক্তার মোহিত বাবুর ক্লিনিকে। ডাক্তার মোহিত বাবুকে তিনি মনের সমস্ত কথা খুলে বলেন এবং তিনি আরো বলেন যে, ছাত্র-ছাত্রীরা বাংলা বিষয় পড়ানোর সময়েও অপমান করে থাকে আমাকে।

ডাক্তার মোহিত বাবু শিক্ষক নির্মল মহাশয়কে জিজ্ঞাসা করলেন, "আপনার রাগ কেমন?"

মাস্টারমশাই বললেন— "আমার রাগ কম।"

কিন্তু তার স্ত্রী হঠাৎ বলে উঠলেন— "আমার স্বামী যথেষ্ট রাগ দেখায় বাড়িতে। স্কুলে যেদিন অপমানজনক ঘটনা ঘটে সেদিন আমার স্বামী বাড়িতে পৌঁছে ঘরের মধ্যে দাঁড়িয়ে থরথর করে কাঁপতে থাকে। আমার স্বামী খুব রেগে গেলে তবে এ দৃশ্য দেখতে পাওয়া যায় এবং পরে মন-মরা হয়ে পড়ে। যথেষ্ট রাগ আছে, কিন্তু বোঝা যায় না। মনে মনে রাগ পুষে রাখেন।"

ডাক্তারবাবু বললেন আপনি তো প্রধান শিক্ষক মহাশয়কে আপনার সমস্যার কথা খুলে বলতে পারেন। কিন্তু মাস্টারমশাই উত্তর দিলেন-না! আমি তা পারি না! আমি ঝগড়া-তর্ক পছন্দ করি না, তাছাড়া আমি অন্যায় হচ্ছে দেখেও কিছু বলতে পারি না।

ডাক্তার বাবু মাস্টার মশায়ের সব কথা শুনে বললেন যে—

"প্রধান শিক্ষক মহাশয়এর ইচ্ছা মেনে নিয়ে অনিচ্ছায় পড়াচ্ছেন?

কোন বাজে ব্যবহার দ্বারা নির্দোষ ব্যক্তির অপমান হলে যে ক্রোধের সৃষ্টি হয় এবং অপমানে অবহেলায় উত্তর দিতে না পারায় ক্ষোভ, রাগ পুষে রেখে যে রোগের সৃষ্টি হয় সেটাই মেডিসিন Staphysagria-এর পেশেন্ট হয়।"

সঠিক খাদ্যাভ্যাস সুস্থতার চাবি-কাঠি

ঈশানী গাঙ্গুলী

সুস্থভাবে বাঁচতে গেলে প্রত্যেক মানুষেরই ভালো খাদ্যাভ্যাস অনুসরণ করা জরুরি। ছোট থেকে বড়, ছাত্রছাত্রী, কর্মজীবী মানুষ, গৃহিণী কিংবা প্রবীণ— সকলের শরীরের প্রয়োজন অনুযায়ী পুষ্টিকর খাবার দরকার।

আজকের ব্যস্ত জীবনে আমরা অনেক সময় অনিয়মিত খাওয়া, অতিরিক্ত জাঙ্ক ফুড, কম জল পান ও শারীরিক পরিশ্রমের অভাবের কারণে নানা রোগের শিকার হচ্ছি। ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ, স্থূলতা, হজমের সমস্যা কিংবা দুর্বলতা— এসবের পেছনে ভুল খাদ্যাভ্যাস বড় কারণ।

তাই সুস্বাস্থ্যের অধিকারী হওয়ার জন্য প্রয়োজন যথোপযুক্ত খাদ্য পরিকল্পনা এবং খাদ্য গ্রহণ। খাবারে সবচেয়ে বেশি পরিমাণে থাকবে ফল এবং সবুজ শাকসবজি। এছাড়া প্রোটিন, কার্বোহাইড্রেট ও ফ্যাট সঠিক মাত্রায় থাকবে। এছাড়াও দরকার পর্যাপ্ত পরিমাণে জল। পানীয় জল ছাড়াও বাকি জলযুক্ত ফল যেমন তরমুজ, শসা এগুলো প্রতিদিনের খাদ্য পরিকল্পনায় যোগ করা প্রয়োজন।

সঠিক ডায়েট এর সাথে প্রয়োজন পর্যাপ্ত ঘুম এবং নিয়মিত শরীরচর্চা— এই তিনটি একে অপরের পরিপূরক। শুধু ভালো খাবার খেলেই শরীর সুস্থ থাকে না, তার সঙ্গে দরকার ভালো ঘুম ও নিয়মিত ব্যায়াম।

পর্যাপ্ত ঘুম শরীরকে বিশ্রাম দেয়, হরমোনের ভারসাম্য বজায় রাখে এবং রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায়।

নিয়মিত ব্যায়াম শরীরকে সক্রিয় রাখে, হজমশক্তি উন্নত করে, মানসিক চাপ কমায় এবং ভালো ঘুমে সাহায্য করে।

অর্থাৎ, স্বাস্থ্য ভালো রাখতে শুধু ডায়েট নয়, পর্যাপ্ত ঘুম ও নিয়মিত শরীরচর্চা - এই তিনটির সমন্বয়ই একটি সুস্থ ও সুন্দর জীবনের মূল চাবিকাঠি।

মনে রাখতে হবে, "সুস্থ শরীরই জীবনের সবচেয়ে বড় সম্পদ।"

বিবেক

ঝর্ণা

রক্ত রক্ত খেলার রেষ -
অনেক হল যাত্রা শেষ।
ঠাণ্ডা মাথায় বলতে নেই,
বুদ্ধি দিয়েও খেলতে নেই।
সেকু মাকু R এর বালাই
আইপিএলে আমিও যাই।
নাচের তালে টাকার ছন্দে
মশা মাছি থাকুক দ্বন্দ্বে।
মরলো যাঁরা ফিরবে না আর
পরিবারে ভীষন আঁধার।
ধুর বেয়াদপ ছাড় তো এসব
ফেবু জুড়ে আমরা জ্ঞানী আমরা সরব।
কিসের এখন ছবির ঘটা মনোরঞ্জ চটি-চাটা
অভিনয়ের সলতে পাকা লোক দেখলেই কেঁদে ফাটা।
আজ তো আবার বার্সা খেলা,
মনে করিস দুপুরবেলা।
এসব থাকুক ঠান্ডা ঘরে, উইক এন্ডে সুরার খেলা।
কাশ্মীরে তোর ভাই মরেছে,
"শেয়ার বাজার ফল" করেছে?
তুই ও বাবা পারিস বটে, রক্তপাতও রোজ বেড়েছে।
আমার ঘরে আমিই রাজা,
মরুক গিয়ে প্রজা গজা।
রাজনীতি এর ধর্ম নিয়ে কপচে যাবো সেটাই মজা।
ওরে পাগল ওরে গাধা মায়ের আঘাত এবার দাঁড়া।
কলম ধরো লেখক দাদা,
শিল্পীরা আজ ধরুক খাড়া,
বীর জাওয়ান আজ রনের সাজে
সন্ত্রাসী চোখ বুজবে লাজে।

বন্ধু

দীপ্তি রানী সাহা

আমার বন্ধু আছে ভুবন জুড়ে,
হৃদয়ের শেষ টুকু শোনার নেইতো কেউ,
কে হবে? আমার হৃদয়ে প্রিয়জন?
যাকে বলবো হৃদয়ের একান্ত কথা, গোপন ব্যথা,
নিরবে নিভৃতে, ঝড় তুফানের রাতে।

এ সংসার বড় বৈচিত্র্যময়,
আপন হৃদয় কষ্ট, আপনারে ঢেকে রাখে।

রয়েছে হৃদয় খানি— হাড় পাঁজরের নিচে,
তাই অন্তর জ্বালায় পুড়ে, কতটা হলো যে ছাই
হৃদয় ভেদিয়া, দেখিতে হলো না নয়নে তাই।

মুখ দর্পণের উজ্জ্বলতায়
সর্বজন নির্ণয় করে
"বড়ই সুখে আছে"
—মিথ্যা অহংকারে বলি, "বেশ আছি, বেশ আছি।"
আপন আপন অন্তর জ্বালায়
মরি দিবানিশি কেবলি,
তবুও উঁচু স্বরে, বলতে না পারি
আমরা যে, সবাই মুখোশ পরে আছি।

Hello Kolkata
News, Events & Films
HELLO KOLKATA
MEDIA STUDIES
for Portfolio at Afordable Rate,
Short Films, Albums etc.
✆ : 6289583507 | ✉ : hellokolkata1@gmail.com

সেই হারানো সুর

শ্যামল বিশ্বাস

হারানো সেই সুর আজও বাজে,
আঁধার রাতে সে আমায় খোঁজে।
তার শরীরের গন্ধ চিলে কোঠায়,
ময় ময় করে ভাসে তা হাওয়ায়।

কত স্মৃতি জড়িত আজও সেখানে,
বাল্যের স্মৃতি আজও খেলে সেখানে।
আজ সে শূণ্য ঘরে ধূলো বালি ওড়ে,
ক্ষণিকে মন উড়ে ঝাড়ু দেয় তারে।

গন্ধ পাই তার ছড়ানো সে সেন্টে,
যদিও থাকে নির্জন পাহাড়ের টেন্টে।
মন নেচে ওঠে হাজারো ঢেউয়ে,
আনন্দে দোল ওঠে সাগরের ঢেউয়ে।

গোধূলি বেলায় দেখি দিল্লির মলে,
সুদর্শন এক নবীন বন্দি তার বগলে।
ব্যাস্ত তারা কেনাকাটার দন্দে,
বাইরে উঁকি দিচ্ছে দিনের সন্ধ্যে।

উথাল পাতালের দ্বন্দ্বে আমি দিশেহারা,
কল্পনার অলীক স্বপ্নেও গতি হারা।
পথ পেয়ে তবুও রাস্তায় বের হই,
সুপ্ত আছে আমারই মনের সই।

ক্লান্ত শরীরে আমি দাঁড়িয়ে গাছ তলায়,
পথহারা বিফল প্রেমের ছন্নছাড়া নেশায়।
পড়ে থাকে হাহাকার হৃদয়ের কোঠায়,
মাঝে মাঝে হারিয়ে যাই অজানায়।

প্রেয়সী বর্ষা

ডাঃ অনিরুদ্ধ পাল

অবশেষে বৃষ্টির দেখা পেলাম।
মোরা সবাই কিছুটা স্বস্তি পেলাম।
দগ্ধ পৃথিবী বৈশাখের খরতাপে,
মাঠে ঘাটে জল যায় শুকিয়ে।
প্রান্তরে মাটি যায় ফেটে,
হাহাকার শোনা যায় বুকে।
গ্রীষ্মের সেই তাপদগ্ধ খরা,
সিক্ত করে বর্ষার ধারা।
দেখি সেই রুক্ষতার মাঝে,
স্নিগ্ধ বারিধারা আসে।
সবুজ শ্যামলিমা মাঠে ঘাটে,
প্রাণ পেয়ে যেন জেগে ওঠে।
বৈশাখের সময় বর্ষার আগমনে,
পৃথিবী সাজে নতুন পরিধানে।
আকাশে জমে পুঞ্জ পুঞ্জ মেঘ,
শাখায় শাখায় দেখি প্রাণের উন্মেষ।
নবজীবনের গান শোনা যায় বনে-বনান্তরে,
বর্ষার সঞ্জীবনী সুধা প্রবেশিছে দগ্ধ প্রান্তরে।
প্রাণের জোয়ারে ভাসে নালা খাল-বিল-নদী,
শোনা যায় মেঘের মুরজ-মুরলী ধ্বনি।
প্রান্তরে ভরা সবুজ ধান,
বিশ্ব জুড়ে সবুজায়ন।
দাঁড়িয়ে দেখি মনের আনন্দে,
মন চলে যায় সুদূর অভিসারে।

ANAPANASATI MEDITATION

Dr. Suresh Kumar Agarwal
Director, International Institute of Lifestyle Medicine

ANAPANASATI is a foundational meditation practice from the teachings of Gautama Buddha. Meaning "mindfulness of breathing" in Pali, it uses the natural breath as the focus of awareness, leading from concentration to deep insight.

The Method to Practice develops awareness through four essential steps :

1. Establish Posture and Intent : Preparation -
   Sit comfortably with the spine upright, relax the body, close the eyes gently and resolve to remain fully present.
2. Locate the Anchor: Sustained Attention -
   Focus attention on the sensations of the breath, especially at the nostrils or upper lip.
3. Observe Without Interference: Bare Awareness
   Observe the natural breath without controlling it. Simply notice whether it is long or short.
4. Redirect Wandering Thoughts: Mindful Reset.
   When the mind wanders into thoughts or memories, acknowledge the distraction gently and bring awareness back to the breath.

Benefits of Steady Practice :

Regular practice of Anapanasati brings significant physical and psychological benefits.

1. Physiological Balance - Calms the nervous system, reduces stress, lowers blood pressure and improves overall well-being.
2. Enhanced Psychological Clarity - Anapanasati acts as mental training by strengthening attention and cognitive control, helping practitioners improve concentration, reduce anxiety and intrusive thoughts, and build greater emotional resilience.
3. Cultivation of Deep Insight (Vipassana) - As awareness deepens, practitioners observe the changing nature of thoughts, emotions, and sensations, leading to equanimity, inner peace, and holistic well-being.

The breath is a bridge between the body and the mind. When the breath is calm, the mind is still; when the mind is still, the true nature of life unfolds.

বৃষ্টি সিক্ত ভালোবাসা

ত্রিমোহনী ধর

আজ আষাঢের প্রথম দিন ঝরঝর বৃষ্টি ঝরছে সারাদিন
কখনোই এই জানালায় কখনো ও জানলায় দেখছি প্রকৃতির অপরূপ সৃষ্টি।
মন হারিয়ে যায় শুধু জমে থাকে ভালবাসা,
মনের মাঝে তোমায় ছোঁয়ায় বাসনাতে
বৃষ্টির টাপুর টুপুর শব্দে হারিয়ে যায় স্রোতের মাঝে,
তোমায় নিয়ে পাড়ি দিয়ে ওই আকাশে,
কৃষ্ণ বর্ণ মেঘ মাঝে লুকিয়ে থাকি দুজনে
তোমার মেঘ বরণ এলো চুলে ঝোড়ো হাওয়ায়ে প্রকৃতি নাচুক নতুন এক আপ্যায়নে।
আমরা হারিয়ে যাই স্রোতের মাঝে হাতে হাত রেখে দেখি নীল আকাশটাকে।
সে শুধু আমাদেরই কথা,আমাদেরই ছবি,
নৌকার ভেসে যাওয়া সুদূর উজান
বৃষ্টি থেমে গেলে দাঁড়াবো এবার কাশবনে,
দূরে রেল গাড়ির পথ দূরে বহুদূরে বহু দূরে।

জীবন

তারক ধর

বল্গাহীন ঘোড়ার মত কনকনে শীতে ঠান্ডা জলে
পুকুরের মাঝখানে ডুব দেওয়া ঘুটঘুটে ঘন কালো অমাবস্যায়।
নিজের ক্ষমতায় ছুটে চলা,
তীব্র বজ্রপাতের শব্দ কানে তালা ধরানো আওয়াজ,
এরপর ঝমঝমে বৃষ্টিতে এই ভেজা
এই ভাবেই চলে জীবন।
জীবন বিদ্ধ দিয়ে যায় তীব্র যন্ত্রণা,
কণ্ঠে চেতনা সে বড়ই দুর্লভ,
মানুষ তার কাছে গিয়ে দাঁড়ায়,
বিচার চায় এই নিয়মের ব্যতিক্রম হয় না
আকাশের শুকতারা ধ্রুবতারা দেখা যায়,
তাদের ধরা যায় না।
তবু শত শত দুঃখের মাঝে তোমার সাথে কাটাবো চিরকাল
আবার নতুন করে বাঁচবো॥

Inspiration Business Growth Expertise

IBMS

Inspiring Business Management Services

Empowering Businesses, Inspiring Services

- NGO & Trust Registration
- 12AA & 80G Registration
- CSR Registration
- NGO Darparpan & MSJE
- MSME & SSI Registration
- FCRA Registration
- NGO Audit & ITR
- Company Registration
- Startup Registration
- ISO Certification
- Trademark & Copyright
- GST & Income Tax
- Audit Report & ROC
- Import & Export License
- Trade License
- Food License
- Property Searching
- Property Registration
- Property Valuation
- Bank Loan Settlement
- Agreement & Notary

ADMISSION GUIDANCE | CAREER COUNSELLING
SKILL DEVELOPMENT TRAINING & CERTIFICATION

8334914320
9903914320

E-mail :
ibmsindia1@gmail.com

Hard Work Does Pay

Gunjan Roychowdhury

Wherever you are
Whatever is your style or way,
Always remember hard work does pay.

Hard work has no alternative,
It's effect is never negative,
Whatever is your style or way,
Just remember hard work does pay.

I am pretty sure your thoughts will change,
After you see the hard work game,
Whatever is your style or way,
Just remember HARD WORK does pay.

Holistic Approach Empowerment Wellness
UNITED HOLISTIC HEALTH FOUNDATION
Healing Body, Mind, and Spirit
Follow us :
A Welfare Organization for Doctors, Paramedical Staff & Health Workers.
CONTACT FOR
MEMBERSHIP & IDENTITY CARD
Call : 8334914320 9903914320
E-mai us : uhhf.india1@gmail.com
Empowering Health, Enriching Lives Healthy Body, Healthy Mind, Healthy Life

It's "Me" Anyway

Dr. Sutapa Bose Roychowdhury

What are you doing?? Do it like this.
Oh!! You silly girl, try it like that!
Why has it always been like this?
Why will I have to be like someone “her” or “his”?

The expectations mount up day and night.
Oh! I want to run away to my dream land in a flight.
Why do they love me according to their convenience?
Love what I feel should always have ‘ever presence’.

The baseless worries, threatening anxieties find way to depression.
But I suddenly hear a knock, “Hi I am HOPE!
I want to come in.
Do I have your permission!”

Empowerment Unity Impact
Teachers Association of Bengal
Empowering Educators, Enriching Lives
A Welfare Organization for Teachers, Tutors and Educators.
Follow us :
CONTACT FOR
MEMBERSHIP & IDENTITY CARD
Call : 8334914320 9903914320
E-mai us : tab.kolkata1@gmail.com
Teachers United, Education Elevated Transforming Education, Transforming Lives

Spiritual State of West Bengal

Adv. Basu Deo Agarwal

I am a die-hard believer of God & Goddess. Whether Baba Bhole Nath, Sri Bishnu, Ma Kali, Ma Durga and now recently in our state of WB we hear Jai Shree Ram very frequently.

Our state has seen Congress, then Left Front and then TMC in its helm. Now it's time for BJP. All of them promote religion in WB.

It's duty of this government to call big industries from world, create jobs for next generation people, utilise the vacant land so as to make competitive market and we must create opporutnies for young & old generation to stay peacefully here.

Irrespective of all castes & creed, we must respect all - Hindu, Sikh, Jain, Ishahi, Christian, Buddhist, Muslim and others.

We all must stay happily and enjoy our life in WB.

Think everything positive and then only everything good will be possible in our spiritual state of West Bengal.

Sangathan Sangharsh Safalta
National Anti Corruption Foundation
Empowering a Corruption Free India
NATIONAL ANTI CORRUPTION FOUNDATION • NACF •
CONTACT FOR MEMBERSHIP & IDENTITY CARD
Follow us :
Call : 8334914320 / 9903914320
E-mai us : nacf.india1@gmail.com
FIGHT CORRUPTION, BUILD A BETTER UNITING AGAINST CORRUPTION

India in 3rd Strata

Jayanta Chowdhury

Today, India is powering into the third stage— an era of digital and economic transformation. Initiatives like demonetisation reduced black money and cash transactions, bringing more money into formal banking and investment channels.

With UPI revolutionizing digital payments, India is now the world's fourth-largest economy.

Global giants like Tesla and Apple manufacturing in India reflect global trust in India's potential.

In the coming decades, rising per capita income, a young working population and robust sectors like IT, healthcare and AI will drive consumption and investment.

Mutual funds will remain the preferred vehicle for wealth creation as GDP, Tax collections and financial inclusion grow.

Travel *Events* *Memories*

SUNFLOWER EXPLORE & CELEBRATE

Creating Unforgettable Experiences

- *Domestic & International Package / Customised Tour Operator*
- *Corporate Events*
- *Social Events*
- *Brand Promotions etc.*

Where Travel Meets Celebration

Contact for more details :—

8334914320 | 9903914320

E-mail : **sunflowereandc@gmail.com**

অহিংসা

ডঃ বিশ্বনাথ মণ্ডল

অহিংসা মানে ভীরুতা নয়, জাগ্রত অগ্নিশিখা।
অন্যায় দেখে মাথা নোয়ায় না, সত্য তারই দীক্ষা।
রক্ত নয়, সে প্রেম বিলিয়ে জয় করে সব প্রাণ,
মানবতার দীপ জ্বালিয়ে গড়ে নতুন ভোরের গান।

যেখানে ঘৃণা বিষ ছড়ায়, হিংসা তোলে ঝড়,
অহিংসা সেখানে শান্ত নদী, স্নিগ্ধ কোমল ঘর।
ক্ষমার মাঝে শক্তি লুকায়, সহ্যের মাঝে বল,
এই মন্ত্রে জাগ্রত হয় যুগে যুগে অনল।

বুদ্ধের বাণী, গান্ধীর পথ, সত্যের দীপ্তি সাথে,
অহিংসা শেখায় মানুষ হতে বিপদেরই রাতে।
অস্ত্র হাতে জয় যে পায়, ক্ষণিক তারই মান,
ভালোবাসায় জয়ী হয় যে, অমর তারই প্রাণ।

যুদ্ধ যদি পৃথিবী জুড়ে অশ্রুধারা আনে,
অহিংসা তখন আশার প্রদীপ মানুষেরই প্রাণে।
ভাঙা হৃদয় জোড়া লাগে মমতার ছোঁয়ায়,
অন্ধকারের বুক চিরে সূর্য ওঠে হেসে রয়।

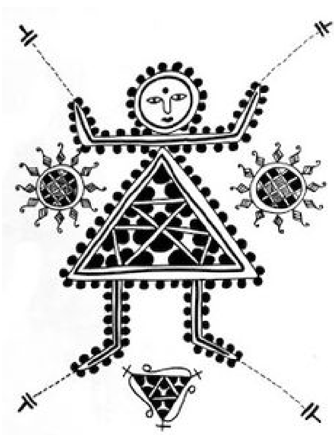
হিংসা শুধু ধ্বংস আনে, পোড়ায় ঘর-বসতি,
অহিংসা দেয় শান্তির বাণী, ভালোবাসার গতি।
এই পৃথিবী বাঁচবে আবার সত্য-প্রেমের টানে,
মানবতা জাগুক নিত্য অহিংসারই গানে।

এসো সবাই হাত বাড়িয়ে গড়ি নতুন দেশ,
যেখানে নেই ঘৃণা-আগুন, নেই বিভেদের রেশ।
অহিংসার পতাকা তুলে বলুক বিশ্ব আজ—
"মানুষ হয়ে মানুষ বাঁচাই,
এই হোক সত্য সাজ।"

Voice

Soumen Roy

I am certain yet not lost in the alleys of uncertainty.
I am a traveler with echoes of weariness.
I am the one who refuses to be quiet.
Let my boots speak my audacity.
I dwell in the Ganges,
Yet i speak of the Mediterranean Sea.
I haven't climbed the Himalayas,
Yet I bow down in humility.
The trees have been my best friends.
We endured every fall.
Light had never been the reason to hide my night.
I have been to expensive malls,
Yet I pause in the nearby stalls.
I know who I am in every rise and fall.
I healed myself,
Understood the reason of existence
And its importance after all.



রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর ও নাথপন্থা : সাধনা, দর্শন ও সুরের মিলন

মৌমিতা দে

ভারতীয় আধ্যাত্মিকতার বিস্তৃত ধারায় নাথপন্থা এক গভীর ও রহস্যময় অধ্যায়। এই ধারার সাধনা ও দর্শন বিভিন্ন ভাবে সাহিত্য ও সাংস্কৃতিক জগতকে প্রভাবিত করেছে। রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের সাহিত্য ও দর্শনে প্রত্যক্ষ ভাবে না হলেও, নাথপন্থার পরোক্ষ প্রতিফলন খুঁজে পাওয়া অসম্ভব নয়।

তিনি নাথযোগ ধারার সাথে যুক্ত না হলেও তাঁর দর্শনে ও বহু রচনায় নাথপন্থার মূল ভাব আত্ম অন্বেষণ ও বিশ্ব চেতনার প্রতিফলন দেখা যায়।

নাথপন্থার মূল ভাবটি হলো, দেহকে আশ্রয় করে প্রাণ শক্তির জাগরণ ও আত্ম উপলব্ধি।

মহা যোগী মৎস্যেন্দ্র নাথ দ্বারা প্রচারিত এই যোগ ধারায় মেল বন্ধন ঘটেছে অষ্টঙ্গিক যোগমার্গ এবং আন্তরিক শক্তি সাধনার।

পরবর্তী কালে এই সাধন ধারা একদিকে যেমন মহাযান বৌদ্ধ সাধনায় মিলে মন্ত্রযান ও বজ্রযানকে সমৃদ্ধ করে, তেমনই অপর দিকে সহজিয়া, আউলিয়া, বাউল সম্প্রদায়ের নির্মাণ হয়। রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের রচনা শৈলীতে আমরা বাউল সম্প্রদায়ের প্রভূত প্রভাব লক্ষ্য করি।

তিনি নিজেকে একাধিক স্থানে বাউল বলে সম্বোধন করেছেন।তাঁর দর্শনেও আমরা দেখি— মানুষের অন্তরে ঈশ্বরের সন্ধান, যা বাহ্যিক আচার নয়, বরং অন্তরের উপলব্ধির বিষয়।

রবীন্দ্র-সঙ্গীতে এই আধ্যাত্মিক চেতনা এক বিশেষ সুরে অনুরণিত হয়েছে। তাঁর অনেক গানে আত্মার সাথে পরমাত্মার মিলনের আকাঙ্খা ধ্বনিত হয়েছে, যার সাথে নাথপন্থার যোগ সাধনার সঙ্গে সাযুজ্যপূর্ণ।

যেমন— তাঁর বিখ্যাত গান, ‘আমার প্রাণের মানুষ আছে প্রাণে’— গানটি ঈশ্বরের উপস্থিতি অনুভব করায়, যা নাথ অন্তর সাধনারই প্রতিফলন।

অপর একটি গান, 'আপনারে দিয়ে রচিনু এ কি এ আপনারই আবরণ' গানটির আকুতি আত্ম-উপলব্ধির স্তর বিশেষ, আবার 'আনন্দধারা বহিছে ভুবনে' বিশ্ব চেতনার পরম উপলব্ধি নাথ সাধনারই বিশেষ প্রকাশ।

রবীন্দ্রনাথের দর্শনে প্রকৃতি ও মানবাত্মার একাত্মতা সর্বজনীন বিশ্ব চেতনার প্রাথমিক স্তর।

নাথুযোগেও প্রকৃতিকে শক্তির উৎস বলা হয়েছে।

এই মিলনবিন্দুতে দাঁড়িয়ে রবীন্দ্রনাথ তাঁর রচনার মাধ্যমে এক সার্বজনীন মানবতাবাদের কথা বলেছেন, যেখানে সমস্ত ধর্মের গন্ডি পেরিয়ে মানুষ নিজের মধ্যেই পরম সত্যের উপলব্ধি করে।

The Last Hope

Shouvik Sarkar

In around 1907, a ship was sailing in the Atlantic towards the present island of Trinidad. Two persons Alex and his wife Carey was also in the ship having a strength of 150.

Sudden temperature drifts in the ocean due to winter along with thunderstorm and rains caught the ship in midway. The passengers got frightened as was the crew and suddenly the engine stopped. The ship was floating in mid sea in winter night under a cloudy sky.

Among all the frightened men and women in the ship, Alex and Carey showed hope to all.

In those moments of fear, Alex told them his father's words he had heard in childhood: "You are on the way till you are trying for it. You are only done if you stop trying. While you try, there is hope and life is all about hope. It's the hope that makes us believe and make us win. So lets hope for the good and do what we can do the best."

The mariners were energised and gave their all to start back the engines. They found a large rock in the turbines which they removed and the engines started.

Suddenly they saw two other ships sailing nearby while the thunderstorm and rain also stopped in around six hours. And slowly the ship was nearing the island of Trinidad.

The next morning, with a brilliant sunrise in view, Alex and Carey, standing in the deck, together said, "While we try for good with hope, even God is there to help us."

অলীক সুখ

সফিউর রহমান

ছুটছে জীবন, বল্গা হারা
পাগলা ঘোড়ার মতো,
একটু-খানি সুখের তরে
ছুটছি অবিরত।

ছুটছে নারী, ছুটছে পুরুষ,
সুখের নাগাল পেতে
দিন শেষে,
কেহ সুখী নয়
এক-ই বিছানাতে।

একসাথে আছি, তবু এক নয়
কেহ কমি নয় হেথায়
নারীর হাতে,
পয়সা আছে
কে করে কার কেয়ার।

ছুটছে সবাই, সুখের খোঁজে,
শান্তিতে নাই কেহ,
সঙ্গী যদি স্বস্তি-ই না দেয়
একা থাকাই শ্রেয়।

এখন, সুখ সবার কল্পনাতে,
মরীচিকার মতো
যতই ছোট,
তাহারে পেতে
যাচ্ছে সরে তত।

ভালোবাসা যদি,
ভালো থাকাটাই কেড়ে নেয় তোমার থেকে
তবে, কাটিয়ে দিও জীবনখানি
একলা একা থেকে।

প্রাক্তন

রূপা দত্ত চৌধুরী

তনয়া স্কুল শিক্ষিকা। আজ গার্লস স্কুলের গেট থেকে বেরিয়ে রাজীবকে দেখে ও প্রথমে চমকে ওঠে। রাজীব ওর প্রাক্তন। প্রায় সাত বছর আগে ওদের ছাড়াছাড়ি হয়ে যায়। নানান অজুহাতে রাজীবই সম্পর্কটা ভেঙে কলকাতা ছেড়ে মুম্বই চলে গেছিল।

তনয়া হাসিমুখে প্রশ্ন করে, 'রাজীব, তুমি এখানে? তোমার মেয়ে এই স্কুলে পড়ে নাকি?'

'আমি তো বিয়েই করিনি!' রাজীব হেসে ফেলে। 'গত সপ্তাহ কলকাতা ফিরেছি। আজ তোমার বাড়ি গেছিলাম...'

'ও।'

'তোমার বাবার কাছে শুনলাম...'

'কি শুনলে?' তনয়া জিজ্ঞেস করে। 'যে আমি বিধবা হয়েছি?'

'আমি নিজের ভুল বুঝেছি, তনয়া!' রাজীব ব্যাকুলভাবে বলে ওঠে। 'আমি শুধু তোমাকেই চাই!'

'একদিন আমিও তোমায় পাগলের মত চেয়েছিলাম!' তনয়া সামান্য হেসে বলে।

'তবে এখন তুমি আমার অতীত। আর অতীতকে ফেলে এগিয়ে চলা মানুষের ধর্ম। আমিও এগিয়ে গেছি, রাজীব। চলি!' তনয়া পিছন ফেরে। ওকে এখন অনেক পথ একা চলতে হবে।

রাজীবের চোখে মেঘ জমে আসে। তনয়ার মুখে রোদ ঝলমল করছে।

হে বিদ্রোহী কবি

মণিমালা নন্দী

ষষ্ঠ শ্রেণীর ছাত্র তুমি, লেখায় করলে বাজিমাত,
লোকসঙ্গীতের টানে গিয়ে লেটোর দলে দিলে মাত।
ছোটবেলা থেকেই তোমার সুরে-ছন্দে ছিলো প্রাণ,
দুঃখ-কষ্ট সঙ্গী করেও জাগিয়েছিলে নতুন গান।
রান্নাঘরের কাজের ফাঁকে লিখতে তুমি ভালোবাসো,
বেকারি আর চায়ের দোকান— স্বপ্নগুলো তবু ভাসো।
কাজের মাঝে কলম ধ'রে ভাবনারা সব ডানা মেলে,
তোমার লেখার দীপ্তি দেখে দারোগাবাবু অবাক হলে।
সপ্তম শ্রেণীতে ভর্তি করে দিলেন তোমায় স্নেহভরে,
জ্ঞানপিপাসু মনটি তোমার ছুটে চলে দূর অচরে।
দশম শ্রেণীর পাঠশালা বেশিদিন আর টানল না,
নিজের চেষ্টায় বিশ্বজ্ঞান অর্জনে ছিলে থামল না।
কবিতা, ছড়া, গল্প লিখে হলে তুমি তুখোড় খুব,
অন্যায় আর নিপীড়নের বিরুদ্ধে ছিল তোমার রূব।
ফ্যাসিবাদের অন্ধকারে বজ্রকণ্ঠে উঠল সুর,
তোমার লেখায় জেগে উঠল নিস্তব্ধ যুগের ঘুমন্ত নূর।
'বাঁধনহারা' প্রথম লেখা যখন প্রকাশ পেল ধরা,
'বিজলী' পত্র পাতায় তখন আলোড়ন উঠল সারা।
'বিদ্রোহী'র অগ্নিবাণী কাঁপিয়ে দিল সবার মন,
সংবেদনশীল সেই ভাষাতে জাগল নতুন চেতনা-গান।
আটত্রিশ বছরের ছোট হয়েও কত গভীর সখ্যতা,
কবিগুরুর অপার স্নেহে পেয়েছিলে অনন্য মমতা।
'বসন্ত' গীতিনাট্যখানি তোমায় করে উৎসর্গ,
দুই মহাকবির বন্ধনে জেগেছিল সাহিত্য-স্বর্গ।
অনেকে সেই সখ্য দেখে হিংসায় করত নানা ভাষা,
তোমরা ছিলে অগ্নিসেতু— যেখানে নেই বিভেদ-বাসা।
হে বিদ্রোহী কবি, তুমি বেঁচে থাকো সৃষ্টির মাঝে,
আমরা যেন ডুব দিতে পারি তোমার কাব্য-সুরের সাজে।

আনন্দধারা

চিন্ময়ী মিত্র দাস চাকলাদার

চারিদিকে আনন্দধারা,
বহমান হৃদয়ের ফুল-রেণু।
যেন জীবন জীবনের কথা বলে।
ভালোবাসা বয়ে যায় হয়ে আনন্দধারা।
নিত্য আলোর ধারা,
বয়ে চলে হয়ে আমার আমি।
যেনো আনন্দধারা বয়ে চলে,
ইচ্ছের নিমিত্ত সাধনা।
বয়ে চলে, গেঁথে নিয়ে প্রেম মালা।

JUSTICE EQUALITY HUMANITY
NHRS
National Human Rights Society
(Defending Humanity, Upholding Justice)
Contact for Membership & Human Right Card
Dr. Arun Kumar
National President, N.H.R.S.
Follow us :
8334914320 | 9903914320
E-mail : nhrs.india1@gmail.com
Promoting Human Rights, Promoting Social Justice

রামধনু - সাত রঙের পাপ কাহন
(Rainbow- 7 Colours of Sins)
7 Short Films' Storylines
Asish Basak, Hello Kolkata

- **No End at Sight... (GREED)**

A trafficked girl became herself a pimp & then a high society racketeer.

To escape from the world of sleaze & dirt, she became an architect of it, due to GREED for quick fame & more money, good food, good places & much more....

- **Double-Cross (ENVY)**

Two Models envy each other & play games of one-upmanship and end up in ruins.

When you ENVY, you lose focus on WHAT is the real thing...

- **M-FACTOR (GLUTTONY)**

A less-educated boy learnt the art of fraud & deception & out of excess greed (GLUTTONY) killed people to gain power & money, leading to utter ruin.

- **সাত বাসনা (7 desires) (SLOTH)**

A bored wife is too lazy to do anything. She only wastes her time & fancies many things. Due to SLOTH, she falls deep into psychiatric problem & hallucinates herself in 7 different roles.

- **Check List (LUST)**

A widow satisfies her lust through fantasies with her neighbours.

As if to atone her own misdeeds, she secretly helps them also.

- **Make-Over (WRATH)**

A village girl comes to town to take revenge on her loved one. Her only weapon is her Make-Over. The person who helped her also turned against her. Anger & revenge does no good to anyone.

- **Club Culture (PRIDE)**

A popular football club was slowly crumbling due to the clash of ego of the Coach & the owner's spoilt son. But the team-mates & the owners himself swallowed PRIDE to emerge the ultimate winner.

Creativity *Quality* *Passion*

Literary, Cultural & Social Foundation

Empowering Through Knowledge, Enriching Through Culture

Certified by NITI Aayog, Govt. of India, Ministry of Parliamentary Affairs, Govt. of India, Ministry of Education, Govt. of India, Ministry of Law And Justice, Govt. of India

An Independent, Voluntary, Non-Political, Non-Religious and Non-Profit Organisation

Organisation focused in
Charitable Works, Research, Training & Welfare of Printers & Publishers, (News Paper, Journal, Periodical Books), Book Seller & Supplier
Attached with
Rotary Club of Kolkata Galaxy, Rotary Club of Kasba
Lions Club of Kolkata Magnates, Lions Club of Bolpur Santiniketan Greater

Literary, Cultural and Social Foundation (LCSF) is a Consortism of Writers, Poets, Artists, Social Workers, Painters, Media Persons, Photographers and any Cultural Promoters. LCSF is an open Platform for all Ages and all Sectors of Persons who wish to Showcase their Potential and Promote their Talents. LCSF Embraces all, including Writers & Poets, Artists (Visual & Performing), Cooking & Creative Enthusiasts and Social Workers.

Miscellaneous Initiatives of LCSF is Ideated, Nurtured and Executed by Multi Talented Visionary LCSF's President Dr. Arun Kumar and LCSF's Chairperson Asish Basak.

LCSF believes in the Motto of "Literature, Culture and Social for All" irrespective of his/her Mother Tongue, Gender, Social Status and Ethnicity.

LCSF is committed to Promote all types of Literacy Products and Services through Regular Publications and Various Events. We also Promote through various News Papers and Telecast Programs via TV Channels & YouTube Channels.

"LCSF Anandadhara" is a Compilation of Poems, Short Stories, Travels, Legal, Receipe jokes and Creative Compositions. The book reflects the Passion and Potential of Literacy Talents located in Various Parts of West Bengal.

Mob. : **8334914320, 6289583507** | Email : **lcsf.kolkata@gmail.com**

Follow Us :