



Volume-VI

# ReUnion

2023

*Act to protect and preserve the planet green.*

*Support underprivileged children to grow.*

*Bestow your mite to dependent Senior Citizens.*

*Make your life a charitable journey.*

**GAUHATI COMMERCE COLLEGE (1978 BATCH)  
ALUMNI ASSOCIATION**



*With best compliments from Nirmal Goenka*



**Mfg. Of :**  
**Carbon Seal Ring, Carbon Bush, Carbon Gland  
Ring, Carbon Vane for Dry Vacuum Pump,  
Lubricating Block for Rotary Kiln**



304, The Residency, Sector-2A, Plot No. 62, Koparkhairane, Navi Mumbai 400 709, INDIA.

Work Address:

162/2 Adavli Bhutavli Near HP Pertol Pump, Mahape Shil Phata Road Navi Mumbai 400710.

E-mail : [nirmal@vskcarbons.com](mailto:nirmal@vskcarbons.com)

Mobile : +91 9321028871 / +91 8655028871

[www.vskcarbons.com](http://www.vskcarbons.com)

**GST NO 27AJXPG2831K1ZR**





Remembering our Respected  
Principal



**DR BHAGAWAN CHANDRA LAHKAR**







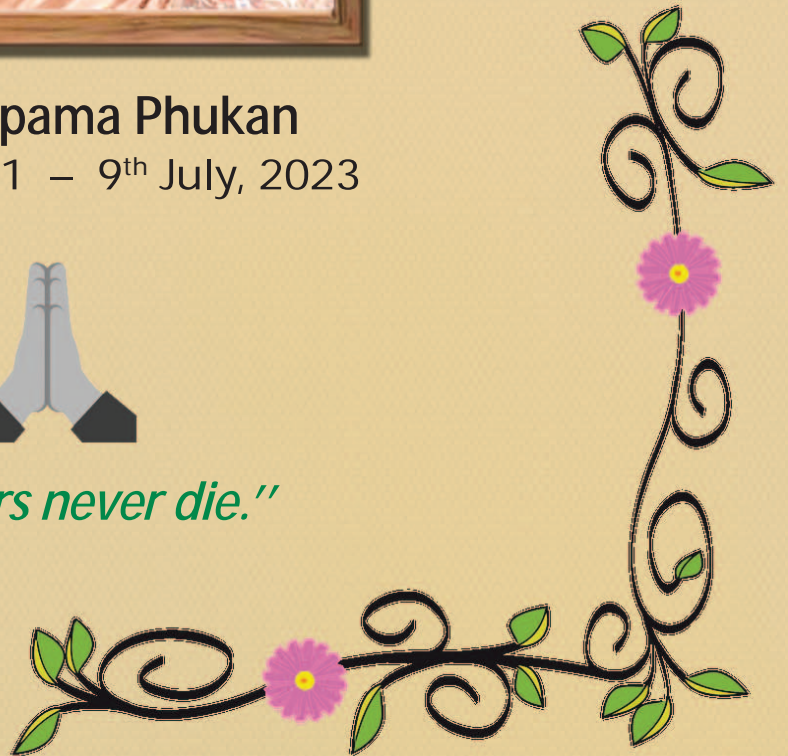
**Tribute to our respected teacher**



**Prof Nirupama Phukan**  
8<sup>th</sup> April, 1941 – 9<sup>th</sup> July, 2023



*"Teachers never die."*





ড° হিমন্ত বিশ্ব শর্মা  
Dr. Himanta Biswa Sarma



মুখ্যমন্ত্রী, অসম  
Chief Minister, Assam



দিছপুৰ  
চি এম এছ. ৭/২০২৩/ ১৬১৮  
১৮ আঘোণ, ১৪৩০ ভাস্কৰাব্দ  
০৫ ডিচেম্বৰ, ২০২৩ ইং

### শুভেচ্ছাবাণী

গুৱাহাটী বাণিজ্য মহাবিদ্যালয়ৰ পৰা ১৯৭৮ বৰ্ষত স্নাতক ডিগ্রী লাভ কৰা প্ৰাক্তন ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে গঠন কৰা সংস্থাৰ বাৰ্ষিক সাধাৰণ সভা চলিত মাহত আয়োজনৰ প্ৰস্তুতি চলোৱা হৈছে বুলি জানিবলৈ পাই মই সুখী হৈছোঁ। এই সভাৰ লগত সংগতি ৰাখি এখন স্মৃতিগ্ৰন্থ প্ৰকাশৰ দিহা কৰাটো নিতান্তই প্ৰশংসনীয়।

অসমৰ বাণিজ্য শিক্ষাৰ বাটকটীয়া হিচাপে গুৱাহাটী বাণিজ্য মহাবিদ্যালয়ৰ মেধাসম্পন্ন ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে আজি ৰাজ্যখনতেই নহয়, দেশ তথা বিদেশত অতি কৃতিত্বৰে নিজস্ব দক্ষতা প্ৰদৰ্শন কৰিবলৈ সক্ষম হৈছে। ১৯৬২ চনত প্ৰতিষ্ঠা হোৱা এই মহাবিদ্যালয়খনৰ বহু বিদ্যাৰ্থী আজি ৰাষ্ট্ৰৰ বাবে এক বৃহৎ সম্পদ হিচাপে পৰিগণিত হৈছে। কেৱল ব্যৱসায়িক ব্যৱস্থাপনাই নহয়, অঞ্চলটোৰ উদ্যোগিক বিকাশ তথা সাহিত্য, ক্ৰীড়া, কলা-সংস্কৃতিৰ জগতলৈও এই মহাবিদ্যালয়ৰ শিক্ষাৰ্থীয়ে অপৰিসীম অৱদান যোগাইছে। মহাবিদ্যালয়খনৰ প্ৰতিষ্ঠাপক বৰেণ্য ব্যক্তিসকল আৰু শিক্ষাগুৰুসকলৰ নিৰৱচ্ছিন্ন প্ৰয়াসৰ ফলত এই মহাবিদ্যালয়খনে অতি কম সময়ৰ ভিতৰতে ৰাজ্যৰ শৈক্ষিক ক্ষেত্ৰখনত উজলি উঠিবলৈ সক্ষম হয়।

প্ৰতিগৰাকী বিদ্যাৰ্থীৰে নিজে অধ্যয়ন কৰা বিদ্যালয়খনৰ সৈতে আৱেগ আৰু স্মৃতি জড়িত হৈ থাকে। সেই বিশেষ বিদ্যালয়খনৰ সৈতে সংযুক্ত কৰাৰ বাবে আৰম্ভ কৰা হৈছে বিদ্যাঞ্জলি আঁচনি। ঠিক একেদৰেই গুৱাহাটী বাণিজ্য মহাবিদ্যালয়ৰ ১৯৭৮ চনৰ স্নাতক ডিগ্রী লাভ কৰা শিক্ষাৰ্থী সমাজে একেখন মঞ্চতে সমৱেত হৈ পৰিৱেশ সুৰক্ষা, সেউজ আৱৰণ বৃদ্ধি, দৰিদ্ৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ শৈক্ষিক বিকাশ, জ্যেষ্ঠ নাগৰিকলৈ সহায়, অভাৱগ্ৰস্ত লোকৰ জীৱিকাৰ মান উন্নয়ন আদিৰ লেখীয়া পদক্ষেপসমূহ গ্ৰহণ কৰি আহিছে। এয়াও কৃতজ্ঞ প্ৰাক্তন শিক্ষাৰ্থীৰ সমাজৰ প্ৰতি আগবঢ়োৱা এক অঞ্জলি। মানৱ সেৱাৰে সামাজিক কাম-কাজত জড়িত হৈ গুৱাহাটী বাণিজ্য মহাবিদ্যালয়ৰ প্ৰাক্তন ছাত্ৰ সংস্থাটোৰ এই অঞ্জলিয়ে দূৰদৰ্শী আৰু সমাজমুখী চেতনাৰ বাৰ্তা বহন কৰে। ৰাজহুৱা দাতব্য ন্যাস গঠনৰ লগতে বেচৰকাৰী স্বেচ্ছাসেৱী সংগঠনৰ সহযোগত সংস্থাটোৱে চলাই অহা কাম-কাজসমূহ অতিশয় প্ৰশংসনীয়। এনে নিদৰ্শনে অমৃত কালৰ প্ৰজন্মকো তেনে দিশত আগবাঢ়ি আহিবলৈ উদ্বুদ্ধ কৰিব।

মই সংস্থাৰ বাৰ্ষিক সাধাৰণ সভাৰ সকলো কাৰ্যসূচীৰ সফলতা আন্তৰিকতাৰে কামনা কৰাৰ লগতে স্মৃতিগ্ৰন্থখনৰ সফল প্ৰকাশৰ কামনা কৰিলোঁ।

(ড° হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মা)





Fax : 0361-2410064

OFFICE OF THE PRINCIPAL  
**GAUHATI COMMERCE COLLEGE**

গুৱাহাটী কমাৰ্চ কলেজ

(Affiliated to Gauhati University, Assam, India)

R.G. Barooah Road, Guwahati -781021, Ph. (0361) 2413095 (O), 94353-56060 (M)  
http:// www.gauhaticommercecollege.in e-mail : gccgolden@gmail.com

Dr. Homeswar Kalita, M.Com., Ph.D.

Ref. No. : .....

**MESSAGE**



It gives me immense pleasure to learn that Gauhati Commerce College Alumni Association (1978 Batch) is celebrating its 6<sup>th</sup> Alumni Meet on 17<sup>th</sup> December 2023, in Guwahati and going to publish the most awaited Souvenir "ReUnion".

This group of ex-students of our College is associated with various programs of our College. Their way of "giving back to the society" by way of various social work is praise worthy. The present project of Old-Age Home undertaken by the Alumni would immensely help the needy.

I convey my best wishes to the editorial team of the souvenir all the success in its endeavours.



28/11/23

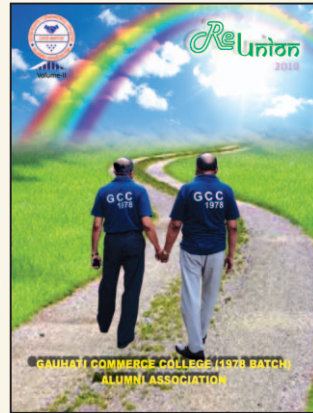
(Dr. Homeswar Kalita)  
Principal  
Gauhati Commerce College  
Guwahati- 781021

DR. HOMESWAR KALITA  
Principal,  
Gauhati Commerce College

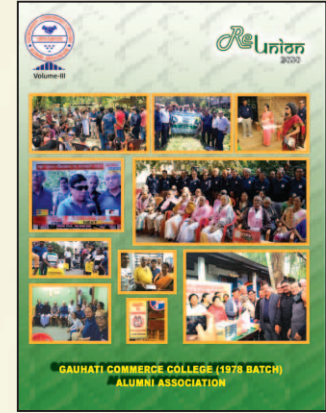




**SOUVENIR 2018**



**SOUVENIR 2019**



**SOUVENIR 2020**



**SOUVENIR 2021**



**SOUVENIR 2023**



**SOUVENIR 2022**

**Souvenir Sub Committee Members :**

Abhijeet Barooah, Bhaskar Das, Dhruvajit Dutta, Dinesh Jain, Nirmal Goenka, Ratul Goswami, Shashanka Mohan Goswami, Sumanta Roy (Editor)

**Ex-officio Members :**

Mangilal Maheswari (President), Utpal Baruah (Secretary),  
Pawan Kumar Agarwal (Treasurer)

**Composed at :** Assam Book Hive, H.B. Road, Panbazar, Guwahati – 781 001

**Layout :** Mukul Baruah

**Date of publication :** 17<sup>th</sup> December, 2023

**Published by :** Gauhati Commerce College (1978 Batch) Alumni Association

**Printed at :** Saraighat Phototypes Pvt. Ltd.

Bamunimaidam, Guwahati-781021 :: Phone: 94351 97515





# Editorial



Dear Readers,

Most respectfully we pay homage to our Professor Nirupama Phukan who breathed her last on 9<sup>th</sup> July this year.

The cover page picture depicts volume for us. That is the photograph of our proposed Old Age Home site at Guwahati. Two visible plants and many other different types of plants were planted by us and the Donor's family members on this year World Environment Day. The imprinted taglines signify four different objectives of our Association.

This issue covers a wide variety of articles on Mental Health, Fitness, Social Values, Climate Change and many other interesting topics. Glimpses of various social activities undertaken during the year are also incorporated for information of readers.

We are thankful to alumnus as well as their family who have contributed with their articles and special thanks to esteemed members who contributed financially by giving advertisement of their own Company/Firms and One-Line Messages. Our sincere thanks to various Govt Departments, Institutions and many others who have helped us in publication of **ReUnion 2023**.

We are thankful to Assam Book Hive for composition and Saraighat Phototypes Pvt Ltd for printing and timely delivery of Souvenir copies.

We the members of Souvenir Sub Committee wish you all a very **Happy & Prosperous New Year 2024**.

(Sumanta Roy)



## GCC (1978 BATCH) ALUMNI ASSOCIATION Extended Managing Committee



Front row ( L to R ) : Lakheswar Sarma, Abhijeet Barooah, Jai Chand Bothra, Gautam Datta, M L Maheswari, Utpal Baruah, Ratul Goswami, Javed Ali Ahmed, Balen Chandra Das.

Middle row ( L to R ) : Dipak Chakrabarty, Pawan Kumar Agarwalla, Jitendra Dauka, Dhruvajit Dutta, Bhaskar Das, Ratan Goenka, Promitosh Das, Dalil Uddin Ahmed.

Back row ( L to R ) : Balabhadra Talukdar, Surajit Goswami, Shashanka Mohan Goswami, Dinesh Jain, Sajjan Agarwalla, Sumanta Roy, Satnam Singh Syan, Alope Goswami.



## GCC (1978 BATCH) ALUMNI ASSOCIATION Souvenir Sub-Committee



Left to Right : Dhrubajit Dutta, Sumanta Roy, Dinesh Jain, Ratul Goswami, M L Maheswari, Utpal Baruah, Abhijeet Barooah, Bhaskar Das, Shashanka Mohan Goswami, Pawan Kumar Agarwalla, Nirmal Goenka (not in picture).

## GCCAA LADIES TEAM



Left to Right : Anamika Goswami, Gitali Das, Sumana Roy, Rula Barooah, Nizara Das, Nilima Goswami, Daisy Baruah, Updesh Kaur Syan, Manju Devi, Leela Devi, Loni Dutta, Shanku Datta.





## **EXTENDED MANAGEMENT COMMITTEE OF GCC 1978 BATCH ALUMNI ASSOCIATION**

**Advisor :** Santosh Bhattacharjee

**President :** Mangilal Maheswari

**Vice-Presidents :** Shashanka Mohan Goswami, Gautam Datta

**Secretary :** Utpal Baruah

**Joint Secretaries :** Dhruvajit Dutta, Ratul Goswami

**Treasurer :** Pawan Kumar Agarwalla

**MC Members :** Abhijeet Barooah, Balabhadra Talukdar, Bhaskar Das, Dinesh Jain, Dipak Chakrabarty, Javed Ali Ahmed, Jaichand Bothra, Ratan Goenka, Sajjan Agarwalla, Satnam Singh Syan, Sufal Kumar Dutt, Sumanta Roy

### **ENVIRONMENT PROTECTION SUB COMMITTEE**

**Convenor :** Balen Chandra Das

**Joint Convenor :** Prabindra Bhuyan

#### **MEMBERS**

Daliluddin Ahmed, Surajeet Goswami

### **CHILDREN EDUCATION SUB COMMITTEE**

**Convenor :** Javed Ali Ahmed

**Joint Convenor :** Krishna Sureka

### **SENIOR CITIZENS WELFARE COMMITTEE**

**Convenor :** Satnam Singh Syan

**Joint Convenor :** Dinesh Jain

#### **MEMBERS**

Pawan Siotia, Jitendra Dauka

### **OTHER OBJECTIVES SUB COMMITTEE**

**Convenor :** Laksheswar Sarma

**Joint Convenor :** Kabindra Nath Das

#### **MEMBERS**

Pratul Deka, Binod Jain

(President & General Secretary will be the ex-officio members of all the sub committees)

**Views expressed in this Souvenir– ReUnion 2023 are  
exclusively personal views of the writers.**





## Special Invitees to the Executive Committee of GCC 1978 Batch Alumni Association who stays outside North East



Santosh Bhattacharjee  
*Advisor*  
Mumbai



Nirmal Goenka  
Mumbai



Sushilkumar Jain Lunkar  
Mumbai



Rajendra Periwal  
Ahmedabad



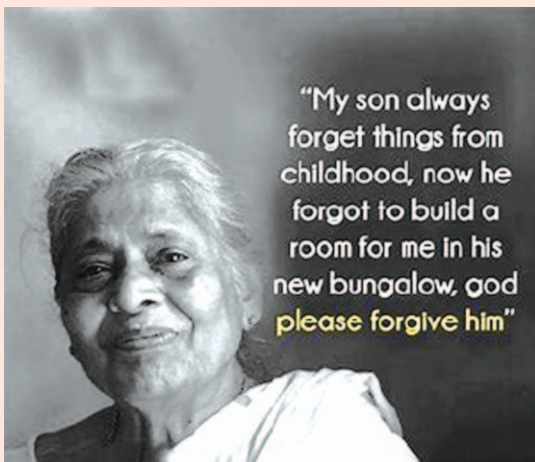
Pankaj Paul  
Kolkata



Satyajit Barooah  
Siliguri



## *From the Desk of the President*



Today on 6<sup>th</sup> Year of our journey of GCC 1978 Batch Alumni Association I remember the song of a Hindi Movie Avtaar " Yaaron Utho Chalo Bhago Daudo Marne Se Pehle Jeena Naa Chodho" and the time has come for the realisation of our long cherished dream of " OLD AGE CUM SENIOR CITIZEN HOME" and the same is planned to be inaugurated by mid of 2024. All this could have been possible from the generous donation from our big-hearted donor from Late Mrigendra Nath Bharali's family supported by our army of Senior Citizens who had toiled day and night and left no stone unturned in making this project a reality.

In the first phase we shall be starting with the Old Age Home having facility of 38 persons and Senior Citizen Home with 27 rooms of double occupancy with attached bathrooms. Both the Homes shall be having separate Dining Rooms, Reading Rooms and Libraries. A Temple surrounded by lush green gardens for Morning Walkers and Yoga Lovers will be a bonus for our Old Age Home and Senior Citizen Home residents.

Now We, GCC 1978 Batch Alumni Association members shall pledge to do every possible effort to run both the Homes smoothly and provide excellent services to the inmates. I am quite grateful to the Architect – Mr. Santosh Banka, Our Advisor CA. B K Bansal who is one of the eminent builders in Guwahati, all Contractors and labourers who are creating two beautiful paradise.



This year in 2023 we had done various activities to achieve our mission of "SWACHH, SAKSHAR & BEHATAR GUWAHATI" and a "SWACHH, SAKSHAR & BEHATAR INDIA" summary of which is as below:

- Tree Plantation at Old Age Home on the World Environment Day (5<sup>th</sup> June 2023)
- Felicitation of Teachers on Teacher's Day (5<sup>th</sup> September 2023)
- Supported a Carpenter's daughter with a Laptop for her higher education.
- Supported Ashwakhanta Devalaya MahaJogya
- Visited Akshar Forum and contributed Ration and other utility items.
- Visited Parijat Academy and contributed Galvanised Sheets, Ration and other utility items.

The activities in Work In Progress Mode for the next year are as follows:

- Adoption of Schools and Infrastructure support to other schools.
- Providing Financial Support to the needy students based on their grades/marks.
- Plan to assist Guwahati Commerce College in setting up some college infrastructure subject to the concurrence of College Administration which shall be a memorable gift to our college.

In the past six years we have grown strong and our highly motivated team of Senior Citizens working day and night have made us all at-least 20-30 years younger.

I am thankful to each and every one who have directly or indirectly supported in all our endeavours of in all of our projects in the areas of Creating Environment Protection Awareness, Child Education, Skill Development and Welfare of Senior Citizen.

I heartily conclude my address with greetings and well wishes for a "*Happy & Prosperous 2024*" and a quote from an Unknown Author:

*"Don't Worry About Getting Old, Worry About Thinking Old"*



(M L Maheswari)  
President  
GCC 1978 Batch Alumni Association



## *From The Desk of the Secretary*



At the very outset, I wish to take this opportunity to put across my heartfelt gratitude for the responsibility bequeathed on me for propelling GCC 1978 Batch Alumni Association (GCCAA) towards the accomplishment of its purposes and consolidating a step forward for social betterments.

I also would like to wish each one of you and your family a very bright, prosperous and happy 2024 with peace, prosperity and good health.

As we are aware that our association has been shaped and framed to serve certain objectives that warranted urgent attention in today's context and the ethos and its strong foundation has already marched a long way forward towards consolidating a firm hold and now its time for a successful takeoff.

In the post COVID years we observed that many businesses and the economically weaker section of the society are still taking oxygen in their battle to cope up. The middle class is worst effected with the turbulent economy leading to unprecedented price rise etc.

Withstanding its effect, we still carried out our objectives in a positive direction along with another long-term objective of the Old Age Home, under construction now and its various official formalities. I wish to lay before you the list of the major activities that we have given effect to during the interim period since we last published our souvenir **ReUnion**.

1. Like every year this year also on Teachers Day we visited residence of all the teachers of our days and take their blessings. We felicitated them with a Gamucha, packet of fruits, memento and a copy of our souvenir ReUnion.
2. Not only our members, our family members are also contributing to the society in various field. A book written by Ms. Ajanta Jain, wife of our friend Mr Ramesh Chand Jain was inaugurated at the Guwahati Book Fare. Members of GCCAA attended in large number and encouraged the prominent writer.
3. GCCAA donated a laptop to a needy girl student, daughter of a carpenter. This was donated by our friend Mr Dhrubajit Dutta.
4. On invitation of the Principal, Guwahati Commerce College, we attended the peer committee members of the NAAC at the college premises and presented a detailed report on our various activities and our contribution to the society at large. You will be pleased to know that ours was the only Alumni with vigorous track record in this front and appreciated by one and all.
5. Arranged one gorgeous IFTAR and invited all our Muslim friends. This was 1<sup>st</sup> of its kind from our association and as much as six invitees along with 12 EC members



- attended the program. They performed prayer and Dua for peace, harmony and progress of all our friends and their families.
6. On the 1<sup>st</sup> Roof Casting day of our Old Age Home project a Large number of members involved themselves in to the program. This is a sign of great starting and we are confident with such involvement of all of you GCCAA will succeed very soon.
  7. We donated some Garden Umbrellas to different road side vendors to protect themselves from sun burn and rain.
  8. Accomplished our Tree plantation program on 5<sup>th</sup> June at our Old Age Home site, Bongora, near Airport to celebrate the World Environment Day.
  9. 9<sup>th</sup> July 2023 is another sad day for us. We lost another respected teacher of our days Nirupoma Phukan Madam and we paid our last homage to respected Madam at Guwahati Commerce College premises on 10<sup>th</sup> July 2023
  10. Parijat Academy, at Pamohi, a school runs by an individual for the needy children of the society with the support of various charitable organizations. We also donated one month's Grocery and some usable items to Parijat Academy for its 400+ students who are basically from very down towards back ground.
  11. Akshar Forum, at Pamohi, is another such institution where training on various trades

is imparting to the needy children of the society at free of cost so that after completion they can establish themselves in respective trade. In the name of school fee they take used polythene which they recycle and use for various purposes. GCCAA is grateful to get associated with this noble organization and this year also on 3<sup>rd</sup> November we donated groceries and other items for their 110 plus children.

12. Our dream project of setting up an Old Age and Senior Citizen Home, are going on in full swing. The Construction of both the buildings are in the final stage. Expected to get the hand over by the builder in the mid of next year.

With the support, guidance of all of you we aspire to achieve many more such objectives in the days to come like establishment of model school for street children, Orphans home, creation of awareness on recycling of usable water etc.

With sense of gratification I wholeheartedly thank all the members, well-wishers for their support guidance in rendering all these social services. I also thank the PRAG Channel our media partner who encourage us with wide publicity and stand with us in each social activities.

**SAY NO TO POLYTHENE**, our maiden project was started in 2017. Before concluding I request you all, kindly to avoid single use plastic and help us in protecting our Environment by planting Trees in and around us. ■

Yours faithfully,



(UTPAL BARUAH)

Secretary

GCC 1978 Batch Alumni Association



## *From the Desk of the Adviser*



CS Santosh Bhattacharjee  
*Mumbai*  
Member & Adviser, GCCAA

### Dear Friends

The Climate Change has already knocked our doors and has started affecting our physical environment, ecosystems and human societies - extreme weather events (more floods/blizzards/storms/cyclones), extreme heat wave, increased drought, sea-level rise, loss of species, destruction of infrastructural facilities, scarcity of foods, more poverty & displacement, disturbed water systems, more health risks, etc.

Fossil fuels (coal, oil and gas) are by far the largest contributor to global climate change, accounting for over 75 per cent of global Greenhouse Gas (GHG) emissions and nearly 90 per cent of all carbon dioxide (CO<sub>2</sub>) emissions. Deforestation, together with agriculture and other land use changes, are also a major contributor to global greenhouse gas emissions.

A large chunk of global greenhouse gas emissions is linked to private households. Our lifestyles - our home and use of power/water, how we move around, how much/what we eat, how much we throw away, what & how much non-food items we use (clothes, electronics, plastics, other non-biodegradable items, items made from forest produce/animals) - all contribute to greenhouse gas emissions and have a profound impact on our planet

BHARAT contributes only a small percentage of overall GHG Emissions in the World as compared to China, USA and European Union. But the brunt of climate change on BHARAT may be more mainly because of huge population, fragile Himalayan mountain range, vast coastlines, dependence on monsoon and above all, lack of adequate finance to meet the loss & replace the damaged infrastructure. As per the Study conducted by Guwahati & Mandi IIT and IISc, Bengaluru in 2018-19, Assam is most vulnerable to climate change among the 12 States/UTs of the Indian Himalayan Region.

The Government of India has taken/is taking major steps in reducing GHG emission and has committed i) reducing the emissions intensity of its GDP by 45% by 2030, ii) meeting 50% of the energy requirements from renewable energy by 2030, iii) achieving a long-term net Zero emission level by 2070 and iv) introduction of LIFE – Lifestyle for Environment, a healthy and sustainable way of living based on traditions and values of conservation and moderation, including through a mass movement. Structural changes in energy, transportation and agricultural systems is taking place in our Country. Adverse impact of freebies in respect of power and water needs to be looked into seriously.



The vision of LIFE is to live a lifestyle that is in tune with our planet and does not harm it. India's long-held ethos of eco-friendly, sustainable lifestyles can show the way. The concept of LIFE was first proposed by our Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modiji at the COP26 Summit in Glasgow in November, 2021. Work on LIFE has already started and detailed guidelines awaited from Government of India. Pending these Guidelines, let us see what are the lifestyle changes we can make (both at individual and community level) to fight climate change :

1. Avoid single-use plastic/non-biodegradable items.
2. Carry re-usable water bottle and fill it up with quality drinking water, when required.
3. Carry re-usable bags/containers/cloth bags to the markets for buying groceries, vegetables, fruits, non-veg items, etc.
4. Avoid 'use & throw' items and follow the principle - reduce, re-use and re-cycle – as much as we can.
5. Choose products that have less packaging and safer packaging. Avoid temptation of buying economy pack with multiple layer of packaging.
6. Avoid using tissue paper and plastic disposables at restaurants, birthday parties, home, etc. Carry handkerchiefs.
7. Grow more trees & nurture them. If at all necessary, cut trees but plant saplings 10

times of the trees cut, well in advance.




8. Save as much energy as possible – unplug chargers/plugs when not in use, switch off electrical devices/appliances when not in use, use energy efficient appliances, use A/C judiciously, switch off main switch at home when away for a longer period, etc
9. Use carpool or public transport wherever available. Walking for short distance travel or climbing staircase (if health permits) is always advisable.
10. Conserve/save as much water as possible – avoid shower bath, store rain water in barrels/adopt rain water harvesting, avoid keeping water tap open while brushing teeth/shaving, keep a check on usage of water by maid servants, check & fix water leakages immediately, check the water taps when you leave home, etc.

Changing our lifestyle is not easy as our habits are deeply ingrained in our daily lives. Moreover, BHARAT is a growing economy and the consumption is bound to increase due to economic growth. With growing consumption, many of the eco-friendly lifestyle changes may not happen so easily. But let us try to change 1 habit at a time and achieve the impossible. Collectively, this will strengthen the hands of our Hon'ble Prime Minister in achieving the targets mentioned above and demonstrate to the World that BHARAT can do it. □

“

The World will not be destroyed by those who do evil, but by those who watch them without doing anything.

– by *Albert Einstein* ”



**Celebrating 28 glorious years  
of supporting entrepreneurship development  
in the Northeast !**

Providing credit to Industries  
Capacity Building and market linkages  
Advisory and Consultancy Services

**For investment opportunities in the North East, please contact us.**

**NORTH EASTERN DEVELOPMENT FINANCE CORPORATION LIMITED**  
नॉर्थ ईस्टर्न डेवलपमेंट फायनेंस कॉर्पोरेशन लिमिटेड  
[www.nedfi.com](http://www.nedfi.com) 0361 2222200



# TRIDENT ENTERPRISES

GUWAHATI ROLLER MILLS COMPOUND

G.S. Road, Opp. Hotel Gateway Grandeur

Dispur, Guwahati - 781005

CELL : 90850 98122 / 75769 41208 / 69005 32165

Email : tridententerprisesghy@gmail.com

**AUTHORISED DISTRIBUTOR  
FOR NE REGION**



➤ **E3 EDGE BEND TAPE**

➤ **WPC DECO PANNELS**

➤ **ABRO MASKING TAPE**

➤ **WPC BOARDS & CHAUKHAT**

## ASSOCIATE CONCERN

# TRIDENT AGENCIES

GUWAHATI ROLLER MILLS COMPOUND

G.S. Road, Opp. Hotel Gateway Grandeur

Dispur, Guwahati - 781005

CELL : 94350 40365 / 91270 11422 / 76700 11422





# অসম কৰ্মচাৰী প্ৰণাম আইন

(অসম কৰ্মচাৰীসকলৰ পিতৃ-মাতৃৰ প্ৰতি দায়িত্ব আৰু দায়বদ্ধতাৰ নিৰ্দেশনা তথা নিৰীক্ষণ আইন, ২০১৭)  
বৰ্ষীয়ান তথা অৱহেলিত পিতৃ-মাতৃ আৰু নিৰ্ভৰশীল দিবাংগ ভাতৃ-ভগ্নীসকলৰ মৰ্যাদাসম্পন্ন জীৱন নিশ্চিত কৰা এক অনন্য বিধি



## উল্লেখনীয় বৈশিষ্ট্যসমূহ

- অসম চৰকাৰ, চৰকাৰী প্ৰতিষ্ঠান আৰু ৰাজ্যিক ৰাজস্বাৰ্থৰ খণ্ড কৰ্মচাৰীসকলক এই আইনৰ ভিতৰত সামৰি লোৱা হ'ব।
- অসম চৰকাৰৰ দ্বাৰা তিনি ভৰপীয়া গাঁথনিৰে প্ৰস্তুত কৰা সময় সাপেক্ষ ব্যৱস্থালীৰে সঠিক সময়ত ন্যায় প্ৰদান কৰা হ'ব।
- উল্লেখিত কৰ্মচাৰীৰ পিতৃ-মাতৃ বা দিবাংগ ভাতৃ-ভগ্নী যদি আৰ্থিকভাৱে অৱহেলিত হয়, তেনেহ'লে তেওঁলোকে দাবী কৰিলে সংশ্লিষ্ট কৰ্মচাৰীজনৰ মাহিলি বেতনৰ পৰা ১০ শতাংশ ধনৰান্ধি (আৰু বিশেষ পৰিস্থিতিত ১৫ শতাংশ পৰ্যন্ত) আৰ্থিক সাহায্যৰূপে প্ৰদান কৰা হ'ব।
- যদি কৰ্মচাৰীজনৰ অৱসৰৰ আগতে মৃত্যু হয়, তেন্তে তেওঁৰ ওপৰত নিৰ্ভৰশীল আৰু আৰ্থিকভাৱে অৱহেলিত পিতৃ-মাতৃ বা দিবাংগ ভাতৃ-ভগ্নীসকলে পত্নী/উত্তৰাধিকাৰীয়ে লাভ কৰা সহানুভূতিশীল পেঞ্চনৰ (Compassionate Pension) ১০% (বাতিক্ৰমী ক্ষেত্ৰত ১৫%) লৈকে ক্ষতিপূৰণ দাবী কৰিব পাৰিব। অৱশ্যে পাৰিবাৰিক পেঞ্চন (Family Pension)ৰ ক্ষেত্ৰত এইটো প্ৰযোজ্য নহয়।
- যদি সংশ্লিষ্ট কৰ্তৃপক্ষই কোনো যুক্তিসংগত কাৰণ নোহোৱাকৈ ক্ষতিপূৰণ আবেদন পত্ৰ এখন গ্ৰহণ কৰিলে অস্বীকাৰ কৰে নাইবা নিৰ্ধাৰিত সময়সীমাৰ ভিতৰত আবেদন পত্ৰখন নিষ্পত্তি নকৰে তেনে ক্ষেত্ৰত প্ৰণাম আয়োগে প্ৰতিদিনে ১০০ টকাৰ জৰিমনা বিহিব পাৰে।

## ক্ষতিপূৰণৰ বাবে আবেদন পদ্ধতি :

- প্ৰণাম আইনৰ অধীনত সামৰি লোৱা পিতৃ-মাতৃ বা দিবাংগ ভাতৃ-ভগ্নীসকলে সংশ্লিষ্ট কৰ্মচাৰীজনৰ কাৰ্যালয়ৰ আৰ্থিক আহৰণ আৰু বিতৰণকাৰী বিষয়ক (DDO) আবেদন পত্ৰ দাখিল কৰিব লাগিব। এইক্ষেত্ৰত সৰ্বোচ্চ কৰ্তৃত্ব DDOৰ হাতত ন্যস্ত আৰু তেওঁ ৯০ দিনৰ ভিতৰত বিষয়টো নিষ্পত্তি কৰাৰ বাবে ব্যথা থাকিব।
- সীমিত সময়সীমাৰ ভিতৰত DDOজনে যদি বিষয়টো নিষ্পত্তি কৰাত অসমৰ্থ হয় অথবা কৰ্মচাৰীজনে, পিতৃ-মাতৃ বা দিবাংগ ভাতৃ-ভগ্নীসকলে যদি মনোনীত কৰ্তৃপক্ষই জাৰি কৰা নিৰ্দেশত অসন্তুষ্ট হয়, তেনেহ'লে প্ৰথম আপীলকৰ্তা বিষয়াকাৰে থকা সমগুণ আয়ুক্তৰ ওচৰত আবেদন কৰিব লাগিব।
- সংগুণ আয়ুক্তজনে যদি ৬০ দিনৰ ভিতৰত বিষয়টো নিষ্পত্তি কৰিব নোৱাৰে অথবা সংশ্লিষ্ট যিকোনো পক্ষই উক্ত নিৰ্দেশত অসন্তুষ্ট হয়, তেনেহ'লে তেওঁলোকে প্ৰণাম আয়োগৰ ওচৰত আবেদন কৰিব পাৰিব।
- প্ৰণাম আয়োগে ৯০ দিনৰ ভিতৰত বিষয়টো নিষ্পত্তি কৰিব আৰু আয়োগৰ সিদ্ধান্তই চূড়ান্ত আৰু সকলোৰে বাবে প্ৰযোজ্য হ'ব।



আমি গৌৰৱান্বিত যে চৰকাৰী কৰ্মচাৰীৰ বৃদ্ধ পিতৃ-মাতৃ আৰু দিবাংগ ভাতৃ-ভগ্নীসকলৰ নিঃস্ব সময়েত নিৰাপত্তা প্ৰদান কৰাৰ এক প্ৰয়াস ৰূপে **প্ৰণাম আইন**ৰ কাৰ্যকৰীকৰণ কৰাত দেশৰ ভিতৰতেই অসম হৈছে প্ৰথমখন ৰাজ্য



ড° হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মা  
মাননীয় মুখ্যমন্ত্রী, অসম



জনহিতাৰ্থে প্ৰচাৰিত :

**প্ৰণাম আয়োগ**

জি এ ডি ভৱন, পাণবজাৰ, গুৱাহাটী- ৭৮১০০১  
দুৰত্ব- ০৩৬১-২৭৩০৫১৫ (মুখ্য আয়ুক্ত) আৰু ৮৪৭৪০-৯৩৩৪২ (পঞ্জীয়ক)  
ৱেবছাইট: <https://pranam.assam.gov.in>

তথ্য আৰু জনসংযোগ সঞ্চালকালয়, অসমৰ দ্বাৰা প্ৰচাৰিত

Connect with us @diprassam @diprassam dipr.assam.gov.in

অসম ৰাষ্ট্ৰ ছাৰ্কুলাই কৰিবলৈ ৮২৮৭৯২১১৫৮ ত Assam লিখি বাটছূপা কৰক





*Transforming  
Spaces  
Enriching  
Lives*



VINAYAK  
FURNISHINGS | FURNITURE | LIFESTYLE

+91 92517-51751

ULUBARI, G.S. ROAD, GUWAHATI





**Nirmal Goenka**  
*Mumbai*

## School or College Reunion After Long Gap Is A Nostalgic Experience

When we talk about reunion its always very exciting affair, as you go back to memory lane.

During School or college days you always make few friends with whom you remain in touch somehow or other may be casually or intimately also.

This is exactly happened with me way back in 2019. Anil Rungta, Pankaj Paul, Niranjana Dhirasaria, Sanjay Kedia were few such friends who were somehow in touch with me prior to reunion.

Anil was in regular touch and Niranjana got in touch with me through my Facebook Account and his daughter was instrumental to get my contact through Facebook which was very pleasant surprise to me.

One fine day, Anil called me up and said that one Mr Santosh Bhattacharjee is trying to connect with GCC 1978 Batch students and I should contact him.

I was hesitant as I never met him before, although he was also in Navi Mumbai where I stay.

I got his number from Anil and called up and

introduced myself as Nirmal Goenka, GCC 1978 Batch.

He was excited and asked me to meet some time and enquired about other group members and I said - sorry not many, but yes Neeru is in touch.

After few days I got a call from Santosh that one Alope Goswami is in Mumbai and we should meet in Vashi, although I did not meet Alope before but was still excited to meet peer group member and decided to meet in INORBIT Mall Vashi.

I started my imagination as to how these guys would look like and if I would be comfortable meeting them, as normally I am very freaky guy and love to meet people.

On the decided date I met Santosh at Vashi Station and called up on his mobile to ensure I am meeting the right person and when I met Santosh, I thought I am meeting an old elderly person (by his looks with Gray Hair), when I met Alope at Food Mall it was quick connect with 1978 year.

We decided that we should have a meeting



in Guwahati which really triggered my happiness leaps and bound.

Waited for the day to meet all old friends and finally in November 2017 we decided to meet.

My first visit to Guwahati for get-together was in November 2017 and stayed in Pearl International, Pan Bazar. I met many old batchmates there but out of which many of them I met for the first time. But it was an exciting reunion. We hugged each other with lots of love and warmth. It only strengthens my belief that OLD IS GOLD.

Our journey has started and going and getting stronger each day and year.

Visiting the College and meeting the Old Professors was a nostalgic experience and addressing them standing on the Dias was a good experience.

Meeting the better half of friends and exchanging notes were exciting moment of life.

Talking to friends although many not even knowing the name properly still gave lots of thrill and happiness.

This togetherness has brought us lots of opportunities for contribution towards Society and our group is doing lots of Projects for Environment, Senior Citizens Welfare cause and under privileged students needs for better education and help them in need.

Only serious work and no fun makes us dull and lazy, so we also have great fun, dance, games and had delicious food to keep our age at bay to enjoy the togetherness.

I can write on and on but I need to give a pause to my expression and look forward to have many more such meetings and reunion of our GCC 1978 Batch in future to come. ■



Back to Class Room after of gap of more than four decades.

# COUNTING CALORIE CONSUMPTION IS LIKE COUNTING YOUR MONEY



**Ipsha Barooah**  
Pune

*(Daughter of Mousumi & Satyajit Barooah)*

Food gives us energy. We use this energy to do mental and physical work.

However, a lot of people gain weight after their school and college life comes to an end. This happens when we join the active workforce and become sedentary.

Once upon a time, we used to play school sports. Today, the young adults suffer from early onset of physical pain and lifestyle based problems.

The information in this article might help people solve a small percentage of lifestyle based problems.

Overeating is one of the root causes of excess fat gain. Food gives us energy. The unit of energy found in food is known as a **Calorie** (with an upper case C) **or Kilocalorie** (Kcal). When we consume more food than necessary, we gain weight. Now when we eat lesser than required, we have the chance to lose fat and feel fit. However, this doesn't mean that we starve ourselves (which is a detrimental approach to health and wellness).

People can learn to gauge how much they are eating. The concept is as simple as counting your money and having a financial budget.

There are three macronutrients we consume

on a daily basis. Carbohydrates, proteins and fats (the fourth macronutrient is alcohol but we will not discuss this). Most food items have a combination of these macronutrients.

Carbohydrates are found in rice, grain, pulses, pasta and bread. Proteins are found in animal products of meat, eggs and fish. Fats are found in nuts, milk products, fish and cooking oils.

Carbohydrates and proteins are considered to have 4 Kcal per 1 gram. Fats contain 9 Kcal per 1 gram.

We love eating rice. Now if we measure 100gms of raw basmati rice, what will be the Calories in it? Rice is carbohydrate dominant with tiny amount of protein and little to no fats.

100gms of uncooked rice has 78g of carbohydrates, 8.2g of protein content and 0.5g of fat content as mentioned on the nutrition labels. The total Calories will be as follows:

$(78 \times 4\text{Kcal}) + (8.2 \times 4\text{Kcal}) + (0.5 \times 9\text{Kcal})$  gives us  $312 + 32.8 + 4.5 = 349.3$  Calories or Kilocalories (Kcal) in 100gms of uncooked rice.

Food labels are allowed to deviate from exact measurements and round up figures for our convenience. As per the FDA, nutrition labels can



be up to 20% inaccurate when it comes to listing calories for packaged foods in USA.

However as per the Food Safety and Standards Authority of India (FSSAI), nutrition labels can deviate up to 25% of the exact caloric value.

So now you can use the above formula to find out if your packaged foods are accurate or have missed the mark.

Now you may ask– how do I know how much Calories I need to eat?

The answer is simple yet again.

When you eat more than you need, you gain weight. A lot of our Calories come from snack based items we eat in between meals.

My immediate recommendation would be to eliminate or reduce snack based item and focus on three good meals in a day. When people skip meals, they tend to snack on food products that are energy dense (*bhujia*, chocolates, biscuits, snack based items and excess of dry fruits).

Adding vegetables to your food will help you stay full until your next meal. Protein is a

macronutrient that will also contribute to your general wellness by keeping you satiated for a longer time. Staying adequately hydrated is also a good way to keep fit. The stomach is food volume sensitive. This way, you can go into a “calorie-deficit” state without starving yourself. This is a great way to lose fat, keep fit and feel good through the entire day. Calorie deficit simply means eating slightly lesser than you actually require.

The body is a robust biological machine. It can take you through very tough journeys and bounce back from internally and externally inflicted problems. However, you have to create an environment for the body to recover so that our physique can support us in return.

Eating as per your requirements is same as spending as per your weekly budget. It is good to know how to count calories but it is not the only method to keep you fit.

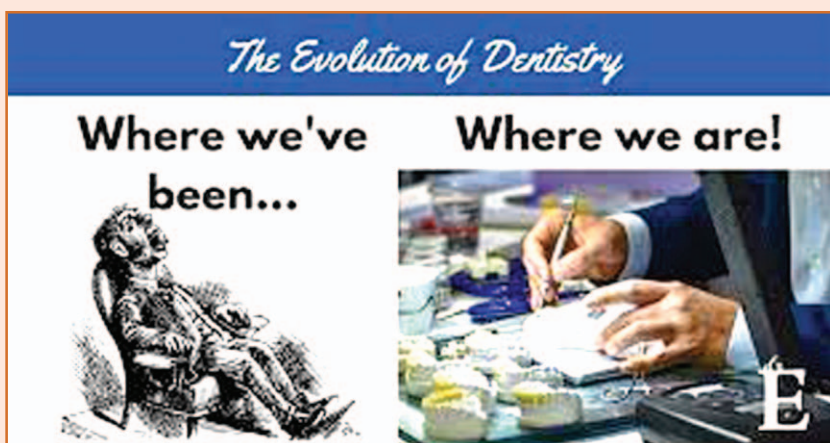
Indulge in some physical activities to avoid long term injuries, keep you alert and stay fit for a longer time. ■

Ipsa Barooah is a Nutrition and Exercise Science professional. GCC alumni and their family members can avail of a free 40-minute customized consultation call with Ipsa (valid until January 15<sup>th</sup> 2024). She can be promptly reached at [barooahipsa@gmail.com](mailto:barooahipsa@gmail.com).

# Smiles Through Time: The Evolution of Dentistry Across the Ages



**Dr. Manash Pratim Baruah**  
*Lucknow*  
*(Son of Daisy & Utpal Baruah)*



cultural practices and beliefs. In ancient Egypt, around 5000 BC, oral care involved a concoction of crushed pumice stone and wine vinegar, highlighting the early recognition of the importance of maintaining clean teeth. Meanwhile, ancient Greeks and Romans used various herbs and minerals to create rudimentary toothpaste.

## Introduction

In the grand tapestry of human history, the evolution of dentistry has been a remarkable journey, weaving through centuries of innovation, perseverance, and a commitment to the preservation of one of our most precious assets—the smile. From ancient rituals to modern marvels, the story of dentistry is a testament to humanity's relentless pursuit of oral health and the quest for that perfect, radiant grin.

## Ancient Beginnings

The roots of dentistry trace back to ancient civilizations where oral hygiene was intertwined with

## Middle Ages : A Dark Age for Dental Care

The Middle Ages presented a challenging era for dental health. With the decline of the Roman Empire, medical knowledge stagnated, and dental care took a backseat. The prevalent belief in superstitions and myths fueled the notion that toothaches were a result of supernatural forces. Barber-surgeons, often untrained in dentistry, were responsible for extracting teeth, leading to a lack of precision and increased suffering for patients.

## Renaissance and the Birth of Modern Dentistry

The Renaissance marked a pivotal period in the evolution of dentistry. Advances in anatomy and



the scientific method led to a more systematic understanding of the human body, including the teeth. Ambroise Paré, a French barber-surgeon, made significant contributions to dentistry in the 16th century, debunking myths and emphasizing the importance of oral hygiene.

### 18th-19th Century: The Dental Revolution

The 18th and 19th centuries witnessed the establishment of dentistry as a distinct profession. Pierre Fauchard, often hailed as the “Father of Modern Dentistry,” published “The Surgeon Dentist” in 1728, laying the groundwork for dental science. The advent of anesthesia in the 19th century transformed dentistry, making procedures less painful and more accessible. This era also saw the invention of the dental chair, a revolutionary development that enhanced patient comfort and streamlined dental procedures.

### 20th Century: Technological Boom

The 20th century ushered in a technological revolution, bringing innovations that reshaped dentistry. X-rays, introduced in the early 1900s, allowed dentists to visualize internal structures, aiding in diagnosis and treatment planning. The development of fluoride treatments and the introduction of fluoride in public water supplies

significantly reduced tooth decay. The latter half of the century saw the rise of cosmetic dentistry, with advancements like veneers and teeth whitening procedures, emphasizing not just oral health but the aesthetics of a captivating smile.

### 21st Century: Precision and Personalization

As we step into the 21st century, dentistry continues to evolve at a rapid pace. Digital technologies, such as 3D printing and computer-aided design, have revolutionized the fabrication of dental prosthetics, enhancing precision and customization. Minimally invasive techniques, laser dentistry, and the integration of artificial intelligence in diagnostics mark the current frontier of oral healthcare.

### Conclusion:

The evolution of dentistry is a saga of resilience, innovation, and a commitment to the pursuit of healthier, brighter smiles. From ancient rituals to cutting-edge technologies, the journey has been one of continuous improvement. As we marvel at the strides taken in oral healthcare, it becomes evident that the story of dentistry is not just a tale of scientific progress but a narrative that reflects our collective dedication to the well-being and radiance of the human smile. ■

“

“All of us do not have equal talent. But, all of us have an equal opportunity to develop our talents.”

- APJ Abdul Kalam ”

## Memorable Moments of last year Annual Meet





## Memorable Moments of last year Annual Meet





## Memorable Moments of last year Annual Meet





## Memorable Moments of last year Annual Meet





## Memorable Moments of last year Annual Meet





## Visit to our Old Age Home project site during Annual Meet 2022





# DREAM PROJECT OF GCCAA: OLD AGE & SENIOR CITIZEN HOME

Utpal Baruah

Secretary, M N B Trust, Guwahati

The Assam Govt has introduced "Assam Employees PRANAM Act" (Parent Responsibility and Norms for Accountability and Monitoring Act) to safeguard the elderly parents of employees. Under this Act it is mandatory for the employees to look after their parents and unmarried differently-able siblings who do not have their own sources of income. If it is reported that any employee do not taken care of their elderly parents then 10% or 15% of their salary will be deducted at source and will be paid to their parents or differently-able siblings of the employee.

Now a days many elderly parents are suffering due to age-old ailment and feel lonely as because their children are unable to stay with them due to their professional compulsions. In spite of their financial stability, these people are feeling insecure as no one to take proper care of their physical and mental ailments.

1978 Batch students of Gauhati Commerce College had formed "GCC 1978 Batch Alumni Association" (GCCAA) in the year 2017 with the following objectives:

- a) Environment protection including Water Conservation, Swatch Bharat and Campaign against use of plastics.
- b) Education support to needy children.
- c) Welfare of Senior Citizens including helping them in productive ageing & leading a better life and providing shelters to the

needy Senior Citizens through old-age homes or otherwise.

- d) Skill development (educational development & economic cooperation) and employment generation.

We, in Association with a Philanthropic Family of Guwahati, have registered a Public Charitable Trust viz. Mrigendra Nath Bharali Memorial Trust for setting up an Old Age Home (free stay for needy) and also a separate unit as Senior Citizens Home (pay & stay) in Guwahati. The Trust has procured a plot of land measuring about 2.10 Acres near LGBI Airport, Guwahati. Out of 13 Trustees, 9 are from GCCAA. Constructions of two G+2 buildings are nearing completion. We are hopeful to start our dream project by middle of the year 2024.

At Senior Citizen Home we propose to provide facilities which is normally available in one's own home. Such facilities are –

1. One double-bedded size room with facilities like Lobby, Pantry, TV, Room with sofa, Iron table etc
2. Common Recreation room, Library, Drawing room, Washing Machine etc
3. Doctor on call service, Nursing facility, Oxygen Cylinders and Ambulance services.
4. Walking zone, Organic Garden, Temple and Auditorium are some of the additional facilities.
5. Hygienic Common Kitchen, Team of



dedicated Caretakers for the occupants, Deployment of Security Guards.

6. Occupant may garage their own vehicle at the site. Arrangement of Drivers on payment for their family visit may be arranged.

The Senior Citizen Home, probably will be the first of its kind in North East. GCCAA is obliged to the Philanthropic Family of Guwahati who came forward

and joined with us to make our dream project into a reality. The Mrigendra Nath Bharali Memorial Trust already been awarded with Section 80 G benefit by Income Tax Department Govt of India.

We are confident to get cooperation from multiple corner of the society to start and run our dream project with an intention to provide utmost care and comfort to these elderly people. ■

---

---

## *With best wishes from:*

/// Kumud Kr Kakati, Banashree, Joshika & Manish

---

---

/// Promitosh Das & Gitali

---

---

/// Balabhadra Talukdar, Gauri & Biswajit

---

---

/// Ramesh Chand Jain & Anjana

---

---

/// Rajendra Periwal, Pramila, Punit, Rashmi & Anika

---

---

/// Nekibur Zaman & Sajida Zaman

---

---

/// Arindra Chandra Das, Kaveri & Aditya

---

---

# MENTAL HEALTH



**Dr. Shanta Kalia**  
Mumbai

*(Daughter of Ashima & Santosh Bhattacharjee)*

The World Health Organisation (WHO) defines Mental Health as 'state of well-being in which the individual realises his or her own abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to his or her community'. Peak mental health is not only about managing active conditions but also looking after ongoing wellness and happiness. It also emphasizes that preserving and restoring mental health is crucial individually and at a community and society level.

We generally give more emphasis on our physical health/appearance and less attention to our mental health. But our mental and physical health are deeply interlinked and connected to the point that one can't function optimally in isolation. A healthy person should be both physically and mentally strong.

## Myths about Mental Health

There are several myths (a widely held but false belief or idea) about mental health that are

present in our mind. Some of them are given below:

**a) Mental health issues are not common** - as per WHO, 1 in 4 people in the World will be affected by mental or neurological disorders at some point in their life

**b) Mental health issue is sign of weakness** - a mental health condition has got nothing to do with being weak or lacking willpower. Mental health disorders are illnesses, not signs of poor character. Fighting a mental health condition requires a great deal of strength

**c) Children and adolescents do not experience mental health issues**- both Children and adolescents experience mental health issues. In fact, almost half of the mental health conditions starts at the age of 14.

**d) People with mental health issues are violent/dangerous** - people with mental illness are much more often the victims of violence rather than the perpetrators. However, in some severe mental illness viz. schizophrenia and bipolar disorders, the violence may be high.



**e) People with mental health conditions cannot work-** majority of the people with mental health issues (excepting severe one) can be as productive as people without mental health issues. However, with the advancement of age, such productivity will go down faster.

**f) Mental health issues are permanent and not treatable** - it is treatable. However, the journey to full recovery takes time but positive changes can happen all along the way.

The World Federation of Mental Health, a global mental health organisation, celebrates **World Mental Health Day** on 10<sup>th</sup> October every year, as an international day for global mental health education, awareness and advocacy against social stigma. WHO supports this programme. On this day, thousands of supporters/volunteers/professionals come together to celebrate this annual awareness programme to bring attention to mental illness, its major effects on people's lives worldwide and the myths surrounding mental health.

## PILLARS OF MENTAL HEALTH

There are basically four key pillars on which the mental health and wellness of an individual depends. These are all inter-connected pillars. If anyone is unstable, the rest gets affected. Therefore, let's take a look at each of these pillars of mental health and how it affects our overall mental health & wellness.

**1. Emotional Health and Social Health :** Emotional health refers to having awareness of our feelings and emotions as well as having the ability to recognise, express, manage and control these feelings & emotions. Emotional and mental health go hand-in-hand. Our emotions and feelings impact our physical health also.

Social health means our ability to interact and form meaningful relationship with others. It is all

about close bond with family & friends, enjoying a sense of belongings to a Group and feeling supported, valued & loved.

We should be socially active and interact on a regular basis with Family Members/Friends/Colleagues. Lack of regular social interaction can lead to depression, anxiety, and poor overall mental health. In the present situation in this World, regular face-to-face interaction may not be possible always. We can, therefore, take the help of technology and interact on a regular basis through phone calls, Zoom or other digital video platform. We should also find out a purpose of our life & work for it sincerely. Expressing gratitude for whatever we have and saying kind words to others, will also help us.

**2. Physical Health :** Physical health and mental health go hand-in-hand. Being active physically, improves mental well being. When we take care of our body and mind, we are keeping our entire system running. Our diet, exercise routine/physical activity, inherited Genes, chronic pain / health issues, lifestyle and the amount of sleep we get, all have a direct effect on not just our physical well-being but our mental well-being as well.

**3. Financial Health :** Our level of income/limited financial means, family responsibilities, savings, lifestyle, borrowings beyond capacity & EMIs, future plans, etc. also have great impact on our mental health. To maintain mental peace, let us go back to our old saying –Cut your coat according to your cloth (spend within your means).

**4. Cognitive Health :** Cognitive health (the ability to clearly think, learn & remember) determines the health of our Brain and is an important component of performing everyday activities. It helps us in judgemental skill, interpret a situation, stress management, etc.

Common cognitive dysfunctions are confusion, regular headaches, difficulty in concentrating, having trouble in focusing or

thinking clearly, memory loss, difficulty in sleeping, etc.

Strengthening and exercising the brain can go a long way in improving cognitive function. Some of the activities that we can do are – maintain healthy diet, have enough sleep, keep physically active / exercise regularly (including Yoga), manage stress, meditation, nurture social contacts, give challenge to your Brain (puzzles, reading, writing, sitting in exams for skill upgradation/qualification, research activity), reduce time spent on screen like mobile, laptop, etc., manage genetic & environmental factors, pursue our hobbies (singing, playing an instrument, cooking, art, travelling, etc.)

In addition to the above pillars, adverse childhood experiences such as child abuse, parental loss, parental separation and parental illness significantly affect a growing child's mental and physical health.

### EARLY SIGNS & SYMPTOMS, DIAGNOSIS AND TREATMENT

There are no physical test or scan which can reliably indicate whether a person has developed a mental illness. However, there are some possible signs/symptoms which can indicate mental health disorder in a person. Some of them are – sleeping/eating too much or too little, withdrawing from friends/family/colleagues,

avoiding activities we would normally enjoy, feeling hopeless, having persistent thoughts or memories that reappear regularly, displaying negative emotions, having consistently low energy, using mood-altering substances (including alcohol & nicotine) more frequently, thinking of causing physical harm to ourselves or others, hearing voices (auditory hallucinations – when we hear voices or noises that do not exist in reality), experiencing delusions (delusions are a type of abnormal thought content that involve false beliefs that are firmly held despite evidence to the contrary), etc.

Diagnosing a mental health disorder requires a multi-step process. After diagnosing, the mental health problems have to be managed by choosing a method out of the several options available. Treatment is highly individual and what works for one person may not work for another. Moreover, a person with a chronic mental disorder may require different options at various stages in his life. The individual needs to work closely with a Mental Health Expert (Counsellor, Psychologist, Psychiatrist, etc) who can help him identify his needs and provide suitable treatment. **Whatever method of treatment adopted, support from Family Members & Friends will go a long way in overcoming this situation. We should note that untreated mental health issues worsen physical disorders and reduce treatment efficacy.**

Pyre (Chita) burns the dead, Worry (Chinta) burns the alive.  
DO NOT WORRY, BE HAPPY

*The writer is a Consultant Homoeopath,  
Trichologist & Traditional Reiki Master,*





*With Best Complements from :*

**MACROVISION TEA**  
**&**  
**ALLIEDS (P) LTD**

**Address:**  
**82 Dr. DAUDAR RAHMAN RPAD**  
**LP - 37 - 4, KOLKATA - 700033**

## छात्र जीवन के पश्चात् का काल प्रवाह



रतन गोयनका  
गौहाटी

शैक्षणिक जीवन काल किसी के भी जीवन का एक स्वर्णिम काल होता है। इसकी महत्ता तब और बढ़ जाती है जब की संस्था भी शैक्षणिक जगत में अपना स्थान रखती हो। मैं इस सन्दर्भ में बहुत भाग्यशाली रहा हूँ। स्कूली शिक्षा के पश्चात् स्वनाम धन्य गौहाटी कॉलेज में दाखिला मिला। एक अच्छे कॉलेज का वातावरण और साथ में उसी तबके के संगी साथी। सन् १९७८ में बी.कॉम. करने के पश्चात् सभी अपने अपने पथ पर अग्रसर होते के लिये जुदा हो गये। कोई व्यापार में तो कोई नौकरी में तो कोई उच्च शिक्षा में अपनी सम्भावनायें स्वोजने में लग गये।

किन्तु कुछेक दोस्तों की बदौलत हमने १९७८ गुप का एक मंच तैयार कर लिया और एक निश्चित अन्तराल में हमने आपस में मिलना और विचारों का आदान प्रदान जारी रखा।

हमारा मिलन जहाँ एक और पुरानी यादों को तरोजा करने का जरिया था तो दुसरी ओर कुछ कर गुजरने की भी तमन्ना थी। हम सभी ने मिलजुल कर समाज हित में कई छोटे बड़े कार्यक्रम किये। कोविड काल में ऑक्सीजन बैंक की स्थापना ने हमें हौसला प्रदान किया।

समाज सेवा के लिय सबसे महत्वपूर्ण होता है- अर्थ (धन) का सम्पादन। चूँकि हम सभी साथी आर्थिक रूप से सम्पन्न थे एतएव हमें कोई परेशानी नहीं हुई।

वर्तमान में हमारे मंच ने वृद्धाश्रम की स्थापना का

प्रकल्प हाथ में लिया है, जिसका निर्माण कार्य पूरे शोर से चल रहा है। वृद्धाश्रम आज के समय की आवश्यकता है। हालांकि यह हमारे सामाजिक पारिवारिक रिस्तों के दर्दनाक परिदृश्य का भी परिचायक है, किन्तु बास्तविकता यह है कि आज इसकी नितान्न आवश्यकता है।

मैं अपने कॉलेज जीवन एवं उसके पश्चात होने वाली प्रगति से पूर्णरूपेण सन्तुष्ट हूँ और मुझे गर्व है कि मैं सामाजिक सरोकार रखने वालै ऐसे मंच से जुड़ा हूँ, जिसका नाम है जी.सी.सी. बैच-१९७८ फ्रैण्ड्स फॉर एवर (G.C.C. Batch-1987 Friends for Ever).

**“G.C.C. BATCH-1978 FRIENDS FOR EVER” द्वारा समाज हित में किये गये कुछ कार्य:-**

१. प्लास्टिक के उपयोग को रोकने के लिये अभियान (SAY NO TO PLASTIC)
२. प्रतिभाशाली मेधावी छात्रों को आर्थिक सहायता देना।
३. पारिजान एकेडेमी को डीजिटल क्लासरूम बोर्ड (Digital Classroom Board) प्रदान किया।
४. जरूरतमन्द वृद्धाश्रम एवं गूंगे बहरों के स्कूल (Deaf & Dumb School) को जरूरी सहायता प्रदान करना।
५. समय समय पर वरिष्ठ बुजुर्ग आध्यापकों का सम्मान करना।
६. विश्व पर्यावरण दिवस गनाना। ■



Three Leaves'  
**MAAZA  
GOLD**  
Temptation

चाय



दिन की ताजगी भरी शुरुआत  
माजा गोल्ड चाय के साथ



**25** Years of  
**TRUSTED LEGACY**  
Three Leaves' India

गुणवत्ता  
का वादा  
पच्चीस सालों से  
ज्यादा



[www.threeleavesgroup.com](http://www.threeleavesgroup.com)

## शिक्षा के बाद की समाज सेवा



विनोद जैन  
गौहाटी

वो कॉलेज के दिन भी क्या दिन थे जब हर समय उमंग, मस्तियाँ, भविष्य की फिक्र, जवानी का जोश, नया भविष्य, नया परिवार बसाने का जज्बा, सब कुछ नई जिन्दगी में प्रवेश करने के लिये भविष्य की आशांकाओं सहित उत्साहपूर्ण था। फिर धीरे धीरे मस्तियाँ जिम्मेदारियों में बदल गयी। हम अपने परिवार, बच्चों एवं भविष्य संवारने में व्यस्त हो गये।

किन्तु अब पुनः हम अपनी व्यस्तताओं से, जिम्मेदारियों से मुक्त होते हुए पुनः एक स्वतंत्र पर परिपक्व जीवन की ओर अग्रसर हैं, जहाँ हम अपनी पारिवारिक जिम्मेदारियाँ बच्चों को सौंप चुके हैं या सौंपने के निकट हैं।

यह सबसे अच्छा समय है जब हम अपना समय समाज के कार्यों में, उसके उत्थान में दे सकते हैं। अशक्त होने से पहले समाज के लिये कुछ कर सकते हैं।

हम खुशानसीब हैं कि हमें सामाजिक जिम्मेदारियों को निभाने के लिये G.C.C.-1978 Friends for Ever के रूप में एक अच्छा मंच भी मिला जहाँ हम समग्र रूप से तन-मन-धन से अपना योगदान दे सकते हैं।

यह एक ऐसा मंच है जहाँ दोस्तों का साथ भी है, मस्तियाँ भी हैं और समाज के लिये कुछ करने के रास्ते भी हैं। यहाँ दोस्तों की महफिलें भी हैं तथा साथ ही समाज के लिये कुछ कर पाने का आनन्द भी है, जो हमारी पूर्णता एवं परिपक्वता का अहसास भी है।

तो क्यों न हम इस मंच का लाभ उठाते हुए सामाजिक कार्यों में अपना योगदान दें।

**“Long Live G.C.C. Friends for Ever**





# LIGHT & LIVING

It is during our darkest moments that we must focus to see the light."



► Light & Living  
No. 1571, Hsr Outer Ring Road,  
Near Dominos Pizza. Sector 1,  
HSR Layout, Agara, Bangalore -560102  
Contact : +91 9886098970



[www.lightsandliving.com](http://www.lightsandliving.com)  
VISIT OUR WEBSITE





*With Best Compliments from : Pawan Siotia*

Feel The  
**Purity**  
#StaySwachh



For Trade Enquiries Please contact:

+91-94350-10784    info@easterninfratech.com

# A SOUND MIND in a SOUND BODY

## IMPORTANCE of SPORTS in STUDENTS LIFE



Ms. Sonia Shahnaaz Majumdar

Guwahati

(Daughter of Elizabeth Blah & Nurur Rahim Majumdar)

Modern day parents are stressed, especially Moms, do not allow children to play outdoors by themselves and are constantly keeping an eye while their child is playing with their friends. Modern day parenting expectations have put a lot of pressure on parents, which is not the best thing for their children either.

According to a new study from the University of Essex, being constantly monitored by parents is limiting opportunities for children to enjoy “spontaneous play”. This can adversely impact their overall development and growth. As a result of being constantly watched by their parents, children have less time to play independently and learn the risks and dangers of outdoor play by themselves. To make things worse, children these days are more sedentary as they choose to spend more time using technology and less time playing with their friends.

Being protective may be limiting your child. One aspect of the problem is increased fears around stranger danger and more traffic on the roads which means opportunities for children to be physically

active through spontaneous play have become limited. The study found that in recent years, parents are expected to spend more time in watching, noticing and responding to their children’s desire and behaviors.

“A sound mind in a sound body” as believed by the Greek Philosopher Thales, sports tend to shape personality and complements growth. Regular engagement in sports develops a healthy mind and great strength. Physical health is essential as education for the entire development of students and their character. Most parents are not aware of importance of sports in students’ life because of their tight schedules and they struggle to learn how sports benefits students mentally and physically.

The consistent participation in sports ultimately boosts their confidence and helps to maintain good health. Sports are something which is beneficial for students physical and mental alertness and reduce their stress. Regular sports activities could prevent chronic diseases and lead to a good healthy life without worrying about any sickness.



It is crucial for parents to know about the mental and physical benefits of sports for students. Sports is most crucial and beneficial to boost the mental and physical health of the students.

Sports have a direct connection to a healthy body as it keeps students physically fit and active. Playing sports not just leads to a healthy life but also helps in building good relationship with peers, classmates, friends and family and it strengthens students' horizons of conceiving things.

Through sports students also learn to overcome obstacles and challenges that comes their way. Indulging in any kind of sports will ultimately enhance students' skills, self-esteem and strength. Sports not only reduce depression, anxiety and stress in students but also reinforce them to develop social skills by allowing them to connect with various people. engaging students in physical activities will make them feel healthier and happier.

Mental health is very imperative and essential for all students to focus on academics as well as sports. Playing sports or energetically engaging in sports could enhance the strong grasping energy and social skills of the students and help them to make bonds with many kids of their age or above.

- ◆ Sports helps to reduce boredom and aid in the growth of better positions to handle challenging situations.
- ◆ Playing sports reduces the depression and stress levels of students.
- ◆ Engaging in physical activities will keep your mind at peace and relaxed.
- ◆ Complete involvement in physical activities will help to improve concentrations.

- ◆ Improvement in sleeping habits.

Physical benefits of sports for students inculcate them to learn about physical fitness and its lifestyle. Physical activities help in the proper functioning of the digestive system and overall body fitness. Playing sports will help students to lose weight gain and help them to maintain a healthy physique.

- ◆ Daily exercise helps muscles
- ◆ Regular involvement in sports help bones and ligaments to become stronger and heathier.
- ◆ Playing sports or other physical activities will help students to control weight gain.
- ◆ Indulging in physical activities will improve blood circulation in the body.
- ◆ Physical activities help proficiency to manage blood pressure levels.
- ◆ Playing sports will help to get stronger in the immunity system.

Sports play an imperative role in students' life for their holistic development. It not only broadens their horizon but also help them to maintain a good healthy life. Sports is as important as education for the overall development of students mentally and physically. Regular physical activities will help students to reduce stress levels and motivate them not to give up anything without challenging it.

In the words of the "Missile Man of India", the esteemed scientist and our former President Dr APJ Abdul Kalam –

"Success is when your Signature changes to Autograph".

“ N.B.: The writer is the Sports faculty of International School, Guwahati. She has been awarded with “AXOM JYOTI-2023” Award for her outstanding contribution in sports and for the overall development of students mentally and physically. ”

# Unveiling the Depths: Navigating the Seas of Offshore Oil and Gas Exploration



**Markandeya Patowary**

*Mumbai*

*(Son-in-law of Loni & Dhrubajit Dutta)*

In the expansive canvas of the world's oceans lies a mystery that has not only captured the imagination of scientists and engineers but has also fuelled the engines of modern civilization. What lies beneath the surface of the ocean, hidden from our view but playing a crucial role in powering the present and shaping the future? Join me on a journey to unveil the intricacies of the offshore oil and gas industry, an exploration that takes us

to the heart of the deep blue and into the core of our energy needs.

Imagine standing on the shore, gazing out at the seemingly endless horizon, and pondering the invisible force that propels our cars, lights up our homes, and fuels the machinery that drives progress. The answer to this enigma lies beneath the waves, where the offshore oil and gas industry extracts the lifeblood of our modern civilization.





Offshore drilling, a process that involves extracting oil and gas reserves from beneath the seabed, is a technological marvel that has revolutionized the global energy landscape. The transition from onshore to offshore drilling began in the mid-20th century as onshore oil reserves started to dwindle. Engineers and scientists embarked on a journey that would redefine the limits of human ingenuity. The result? The birth of offshore drilling platforms, colossal structures that stand as a testament to human determination and technological prowess.

These platforms, standing tall above the ocean's surface, are strategically positioned over underwater reservoirs, sometimes located miles below. The drilling process itself is a symphony of advanced machinery and cutting-edge technology. Dynamic Positioning Systems, utilizing satellite navigation and thrusters, maintain the platform's position over the drilling location with remarkable precision, even in the face of powerful ocean currents and adverse weather conditions.

The heart of the operation lies in the drilling rig, a complex structure equipped with state-of-the-art sensors, robotic arms, and a drill string that descends into the Earth's crust. Advanced drilling techniques, such as directional drilling, enable engineers to reach reservoirs that were once thought inaccessible. This process involves deviating the wellbore at various angles to navigate through geological formations and reach the desired reservoir, maximizing the extraction of valuable resources.

The challenges faced by the offshore oil and gas industry are as deep and complex as the ocean itself. Severe weather conditions, including storms and hurricanes, pose significant threats to the safety of personnel and the integrity of equipment. Corrosion, a constant companion in the salty marine environment, necessitates the use of

specialized materials and coatings to protect infrastructure. Subsea engineering, a field that focuses on the design and maintenance of underwater structures and pipelines, is crucial for ensuring the smooth extraction and transportation of hydrocarbons to the surface.

However, the industry is not only defined by challenges but also by a steadfast commitment to safety, environmental responsibility, and the pursuit of sustainable energy practices. Modern offshore platforms are equipped with advanced monitoring systems to detect and mitigate potential hazards. Additionally, rigorous safety protocols and emergency response measures are in place to ensure the well-being of personnel and the preservation of the marine ecosystem.

As our world grapples with the effects of climate change and the imperative to transition to cleaner energy sources, the offshore oil and gas industry is at the forefront of innovation. Engineers are exploring technologies such as enhanced oil recovery and carbon capture to minimize environmental impact. The industry is also investing in renewable energy projects, leveraging its expertise in offshore engineering to harness the power of wind and waves.

For our readers, who may have witnessed the evolution of energy production from coal to oil and gas, this technical journey into the depths of offshore exploration offers a unique perspective. It is a testament to the continuous evolution of engineering marvels, from the early days of simple drilling platforms to the sophisticated structures that now dot our oceans. As we stand on the shores of discovery, let us appreciate the remarkable strides that have been made in the offshore industry and look forward to the continued evolution of energy production in the years to come. ■

# বৰ্তমান সমাজ ব্যৱস্থাত নাৰীৰ কৰ্তব্য



বিন্দু ডেকা চৌধুৰী  
গুৱাহাটী  
(প্ৰতুল ডেকাৰ পত্নী)

আধুনিক যুগত নাৰীৰ সবলীকৰণৰ চৰ্চা সৰ্বত্ৰ চলিয়েই আছে। পুৰুষপ্ৰধান ভাৰতীয় সমাজ ব্যৱস্থাত আজিৰ বিজ্ঞানৰ এই যুগত নাৰীয়ে সকলো ক্ষেত্ৰতে পূৰ্ণ স্বাধীন নহয়— অথবা নাৰীক এই স্বাধীনতা দিয়া হোৱা নাই। বহু ক্ষেত্ৰত স্বাধীন হ'বলৈ নাৰী নিজেই নিজৰ বাধা হৈ পৰিছে। আজিৰ দিনত স্ত্ৰী শিক্ষাৰ উত্তৰণ তুংগত উঠিছে যদিও প্ৰকৃতপক্ষে মানসিকভাৱে শিক্ষিত নাৰী যথেষ্ট নহয়। বৰ্তমানৰ শিক্ষাগত অৰ্থতাই নাৰীৰ জীৱিকাৰ পথ সুচল কৰা সত্ত্বেও ঘৰুৱাভাৱে তথা সামাজিকভাৱে নাৰী নানা দিশত বাধাগ্ৰস্ত হৈ আছে। এই বাধা কেতিয়াবা আৱেগিক, কেতিয়াবা পৰম্পৰাগত আৰু কেতিয়াবা সহনশীলতাৰ বাবে বা স্নেহৰ বাবে। এখন ঘৰত সাধাৰণতে পুৰুষতকৈ নাৰীৰ আধিপত্য বেছি। কাৰণ মাতৃ, পত্নী, ভগ্নী অথবা কন্যাকাৰুণ্যে নাৰীয়েই ঘৰখনৰ সকলো কামৰ আঁত ধৰে। ৰান্ধনি ঘৰ, সন্তানৰ দায়িত্ব, ঘৰখন নিয়াৰিকৈ চলোৱাৰ দায়িত্ব সদায়েই নাৰীৰ ওপৰতে ন্যস্ত থাকে আৰু এই সকলো কাম নাৰীয়ে আনন্দেৰে গ্ৰহণ কৰে। সেইবাবেই ঘৰখনৰ ভাল-বেয়াৰ ফলাফলৰ সিংহভাগ নাৰীয়েই পায়। এইক্ষেত্ৰত পুৰুষ সদায় মুখ্য সহায়কাৰী।

তথাপি ঘৰতেই হওক বা সমাজতেই হওক নাৰীয়ে নিজৰ মৰ্যাদা কাৰ্চিৎহে লাভ কৰা দেখা যায়। ভাৰতীয় ৰক্ষণশীল সমাজত নাৰীৰ কৰ্মৰ মৰ্যাদাও দিয়া নহয়। জন্মৰ লগে লগে যেন নাৰীয়ে কৰ্মৰ তালিকা এখন লৈ আহে আৰু পৰম্পৰাগতভাৱে মাক আৰু শাছুৱেকৰ পৰা এই দীক্ষা গ্ৰহণ কৰে আৰু নিজ কন্যাক একেধৰণে

গঢ় দিবলৈ চেষ্টা কৰে।

এনে ধৰণৰ সমাজ স্বীকৃত শিক্ষাই নাৰীক কৰ্মমুখী কৰাৰ লগতে জীৱনমুখীও কৰি তোলে। কিন্তু তাৰ মাজতে যুগৰ পৰিৱৰ্তন, যিবোৰে নাৰীৰ উত্তৰণক আৰু এখোপ আঙুৱাই নিবলৈ সহায় কৰে আৰু স্বীকাৰ কৰিবলৈ টান পায়।

বৈদিক যুগত সামাজ্যত নাৰীৰ স্থান মৰ্যাদাপূৰ্ণ আছিল। সেই সময়ত নাৰীৰ প্ৰতিভা আৰু গুণাৱলীক শ্ৰদ্ধাৰে স্বীকৃতি প্ৰদান কৰা হৈছিল। গাৰ্গীৰ বিদগ্ধতা, মৈত্ৰেয়ীৰ বৌদ্ধিক প্ৰখৰতা, ভিক্ষুণী সুলভাৰ ধৰ্মতত্ত্বজ্ঞান, দ্ৰৌপদীৰ ৰাজনৈতিক আৰু আধ্যাত্মিক বিচক্ষণতা আদিৰ যশস্যা আজিও সৰ্বজনবিদিত। এনে অজস্ৰ নাৰীক পুৰুষৰ সমমৰ্যাদা প্ৰদান কৰাৰ মানসিকতাৰে আনন্দেৰে স্বীকৃতি দিছিল।

কিন্তু পিছলৈ হিন্দু শাস্ত্ৰীয় গ্ৰন্থ মনুসংহিতা নাৰীৰ বিপৰ্যয়ৰ কাৰণ হৈ ব'ল। পূৰ্বৰ সকলো মৰ্যাদা নাকচ কৰি নাৰীক একেবাৰে নিম্ন পৰ্যায়লৈ অৱনমিত কৰা হ'ল। মনুসংহিতাত নাৰীৰ সকলো স্বাধীনতা খৰ্ব কৰি পিতৃ, স্বামী আৰু পুত্ৰৰ অধীনত স্থান দিয়া হ'ল। সেই সময়ত নাৰীৰ শিক্ষা, বিবাহ অথবা প্ৰতিভা বিকাশ কেৱল পুৰুষৰ অধীনস্থ কৰা হৈছিল। পুৰুষৰ ইচ্ছাতহে নাৰীৰ জীৱনধাৰা ধাৰিত হৈছিল। নাৰীৰ শিক্ষা, বিবাহ বা কৰ্মৰ গতি শুদ্ধ হৈ আছিল। এটা সময়ত নাৰী আছিল কেৱল ঘৰৰ টোহদৰ ভিতৰতে আবদ্ধ এক সাংসাৰিক কামকৰা দাসী আৰু সন্তান জন্ম দিয়া এটা যন্ত্ৰ। তাত নাৰীৰ নিজস্ব কোনো সপোন নাছিল। আনকি



দেৱদাসী প্ৰথাৰ প্ৰচলনেৰে নাৰীক ভোগ্য সামগ্ৰীত পৰিণত কৰা হৈছিল। সময়ে দেৱদাসী প্ৰথাৰ বিলুপ্তি কেৱল নামটোৰেহে কৰিলে। আজিও দেশৰ চুকে-কোণে চলি থকা বাৰবণিতাগৃহবোৰ দেৱদাসীৰে অন্য ৰূপত চলি আছে। এইবোৰত আজিও দৰিদ্ৰ, নিপীড়িত দুৰ্বল শ্ৰেণীৰ অনেক নাৰীয়ে অন্ধকাৰ জীৱন-যাপন কৰি আছে।

যুগৰ পৰিৱৰ্তনৰ লগে লগে চিকিৎসা, শিক্ষা, আইনী, কাৰিকৰী, ক্ৰীড়া, শিল্প, বিজ্ঞান, ৰাজনীতি আদিত নাৰীৰ উৎকৰ্ষই শিখৰত অভিহিত হোৱাৰ সময়তো নাৰীক অৱনমিত কৰাৰ প্ৰক্ৰিয়া অৱধাৰিত ৰূপত চলি আছে। নিত্যশুই ব্যক্তিগতভাৱে কাৰো সাহায্য নেপোৱাকৈ প্ৰীতি, উষা, লাভলীনা বৰগোহাঞি, হিমা দাস, মেৰী কমৰ দৰে খেলুৱৈ, কল্পনা চাওলাৰ দৰে বিজ্ঞানী, ইন্দিৰা গান্ধী, সুসমা স্বৰাজৰ দৰে ৰাজনীতিবিদ উজ্জ্বলি উঠিছে। মাদাৰ টেৰেছা, মামণি ৰয়ছম গোস্বামী, মহাদেৱী বৰ্মা, নিৰুপমা বৰগোহাঞি আদিৰ দৰে অনেক নাৰী প্ৰাতঃস্মৰণীয় হৈ আছে।

ঠিক তেনেদৰেই এই দেশতেই অশোকৰ দৰে ৰজাই সেই দিনতে নাৰীৰ সম অধিকাৰৰ বিষয়ে সচেতন আছিল বাবেই কন্যা সংঘমিত্ৰাক সুদূৰ সিংহললৈ ধৰ্ম প্ৰচাৰৰ বাবে পঠিয়াব পাৰিছিল। গাৰ্গী, মৈত্ৰেয়ী, খনা, মীৰাবাই, লক্ষ্মীবাই, জয়মতী, মূলাগাভৰু, বৰবাণী ফুলেশ্বৰীৰ দৰে নাৰীয়ে প্ৰজ্ঞা, জ্ঞান, আধ্যাত্মিকতা, ৰাজনীতি আদি বিভিন্ন ক্ষেত্ৰত নিজ দক্ষতাৰে সম অধিকাৰ সিদ্ধ কৰিছিল এই দেশতেই। বৰ্তমানো, ৰাজনীতি, শিক্ষা, ব্যৱসায়, বিজ্ঞান, ক্ৰীড়া, প্ৰশাসনিক ক্ষেত্ৰ আদিত আজিৰ নাৰীৰ সশক্ত বিচৰণ। বহু ক্ষেত্ৰতেই নাৰীৰ অগ্ৰণী ভূমিকা লক্ষ্যণীয়। তাৰ মাজতো নাৰীৰ সম অধিকাৰৰ বিষয়ৰ চৰ্চা হৈ থাকিবলগীয়া হোৱাটো দুৰ্ভাগ্যৰ কথা। অথচ শ্ৰীমন্ত শংকৰদেৱৰ আইতাক অশিক্ষিত খেৰসুঁতীৰ চিন্তন আৰু দূৰদৰ্শিতাৰ ফলত শংকৰ, শংকৰদেৱলৈ ৰূপান্তৰিত হ'ব পাৰিছিল। চন্দ্ৰপ্ৰভা শইকীয়ানী, ইন্দিৰা মিৰি, শুচিত্ৰতা ৰায়চৌধুৰী আদি বিদুষী নাৰীৰ সমাজৰ প্ৰতি থকা দায়বদ্ধতাই সমাজৰ উত্তৰণত বিশেষ ভূমিকা গ্ৰহণ কৰিছিল। আজিও এনে নাৰীৰ এনে পৰিক্ৰমা বিমুগ্ধকৰ আৰু অনুকৰণীয়।

তথাপি আমি প্ৰয়োজনীয় উৎকৰ্ষৰ দিশত পিছ পৰি আছোঁ। ইয়াৰ বাবে অধিকাংশ নাৰীয়েই কম-বেছি পৰিমাণে জগৰীয়া। সমাজৰ পৰম্পৰাগত বিশ্বাস, লোকবিশ্বাস, ধৰ্মীয় আচাৰ-নীতিৰ অন্ধ অনুকৰণে নাৰীক সততে দুৰ্বল কৰি তোলা দেখা যায়।

অন্ধবিশ্বাসো নাৰীৰ অন্য এক দুৰ্বলতা। প্ৰাকৃতিক ঋতুজনিত কাৰণতো পায়-নেপায়ৰ সীমা ভাঙিব পৰা নাই আজিৰ শিক্ষিত নাৰীয়েও। ঋতুস্ৰাবৰ সময়ত এতিয়াও প্ৰচলিত নিয়মৰ দোহাই দি হাজাৰ সমস্যাৰ মাজতো নিয়মিত কৰ্মত বাধা প্ৰদান কৰাই নহয়, এই প্ৰাকৃতিক অৱস্থাত ঘৃণাৰ দৃষ্টিৰে চাবলৈও এৰিব পৰা নাই আজিৰ নাৰীয়ে। সামাজিক নিৰ্যাতন বা বন্দিভুক্ত এতিয়াও নাৰীয়ে সহজভাৱেই স্বীকাৰ কৰি আহিছে। বিবেকতকৈ বা আত্মবিশ্বাসতকৈ শুদ্ধ-অশুদ্ধ, প্ৰয়োজনীয়-অপ্ৰয়োজনীয় বিচাৰ নকৰাকৈ প্ৰচলিত অযুক্তিৰ নিয়মক প্ৰাধান্য দি নিজৰেই অস্তিত্বক বিপদাপন্ন কৰি আহিছে।

আজিৰ যুগতো নাৰীয়ে নিজেই এনেবোৰ অৱস্থাক ত্যাগ কৰিব নোখোজে। যাৰ ফলত বিধৱা নাৰীক মাংগলিক কৰ্মত সৰ্বতাপ্ৰকাৰে বাধা দিয়া হৈছে, তোলনী বিয়াৰ নামত জাক-জমকতা অনুষ্ঠানৰ যোগেদি সকলোকে কন্যাৰ স্বাভাৱিক প্ৰক্ৰিয়া এটাক উদঙাই দিয়া হৈছে আৰু নতুন প্ৰজন্মক একপ্ৰকাৰৰ ভুল শিক্ষাৰ প্ৰতি আকৰ্ষিত কৰা হৈছে।

বস্তুবাদী চিন্তাধাৰাৰ বশৱৰ্তী আজিৰ এচাম নাৰীয়ে ধন-সম্পত্তি, জাক-জমক জীৱন-যাপনৰ প্ৰতি অহেতুক আকৰ্ষিত হৈছে ফলত উপাৰ্জনৰ বিপদগামী পথক উৎসাহিত কৰিছে। সন্তানকো আধুনিকতাৰ নামত বিপথগামী কৰি তুলিছে। ধৰ্মীয় কু-সংস্কাৰৰ ফলত সমাজত এচাম দুস্কৃতিকাৰীয়ে অহৰহ ডাইনী হত্যা, পত্নী হত্যা আদিৰ দৰে অপৰাধ সংঘটিত কৰাৰ সাহস পাইছে। ধৰ্মগ্ৰন্থসমূহতো নাৰীক হয় কৰা অনেক কথা লিপিবদ্ধ হৈ আছে। যাক সংশোধন কৰাৰ কথা কোনেও আজিলৈ চিন্তাই কৰা নাই। কিয়নো প্ৰায় সকলো ধৰ্মৰ প্ৰৱৰ্তনৰ সময়ত থকা সামাজিক ভুল চিন্তাধাৰাৰ সলনি নিজ নিজ স্বার্থতে কোনেও কৰিব নোখোজে। অথচ সময়ৰ পৰিৱৰ্তনত সামাজিক তেনে চিন্তাধাৰা সলনিও হৈছে।

কিন্তু পুৰুষৰ লগত সমতা স্থাপনৰ বাবে নাৰীয়েহে সফল প্ৰয়াস কৰিব পাৰে। তাৰ বাবে নাৰীয়ে জীৱনযাত্ৰাৰ পুৰণিকলীয়া নীতি-নিয়মৰ সংশোধন কৰি এটি পৰিষ্কাৰ জীৱন-যাপন কৰিব পাৰিব লাগিব। আধুনিক হ'ব লাগিব মন আৰু কৰ্মৰে। পশ্চিমীয়া অন্ধ অনুকৰণত সাজ-পাৰ, বস্তুবাদী মনোবৃত্তিৰে জীৱনত অগ্ৰগতি লাভ কৰা সম্ভৱ নহয়। সেইবুলি কেবল সাজপাৰৰ পৰম্পৰা ৰক্ষা কৰিলেই উৎকৰ্ষ সাধন নহয়। সুৰুচিপূৰ্ণ সাজপাৰ পৰিধান কৰা এটা সুৰুচিপূৰ্ণ মনৰ পৰিচয়। সেয়া নিজৰ বা আন দেশৰ বুলি কোনো কথা নাই।

আনহাতে, মৌলিক গুণ আৰু অধিকাৰৰ বিষয়ে নিজেও সচেতন হৈ নতুন চিন্তাৰে নৱ-প্ৰজন্মক গঢ় দিয়াৰ দায়িত্ব নাৰীৰেই। আজিৰ নাৰী স্বাধীনমনা বা স্বাধীনতা প্ৰিয়। নাৰী-পুৰুষৰ মানসিক সুস্থিৰতাই আৰু সৰলতাই সমাজ শান্তিপূৰ্ণ কৰে।

নিজক প্ৰতিষ্ঠা কৰিবলৈ নাৰীয়ে সততে যুঁজ দিব লগা হৈছে। এই যুঁজত নাৰীয়ে জয়ী হ'বলৈ প্ৰথমেই মনৰ দৃঢ়তা আৰু সাহস অটুট ৰাখিব লাগিব। নিজৰ অধিকাৰ আৰু স্বাধীনতাৰ প্ৰতি সজাগ হ'ব লাগিব আৰু পুৰুষতান্ত্ৰিক ব্যৱস্থাত নিজকে শক্তিশালী কৰিব পাৰিব লাগিব। নাৰীৰ আজিৰ এই যুঁজে ভবিষ্যৎ প্ৰজন্মৰ পথ মসৃণ কৰিব বুলি নিশ্চয়েই বিশ্বাস ৰাখিব পাৰি।

সময়ৰ ধাৰমান পৰিৱেশত পূৰ্বৰ নাৰীৰ দায়িত্বতকৈ বৰ্তমানৰ নাৰীৰ পাৰিবাৰিক-সামাজিক দায়িত্ব বহুগুণে বৃদ্ধি পাইছে। বৰ্তমানৰ দৃষ্টিভঙ্গীও সলনি কৰিবলগীয়া হৈছে। বৰ্তমানৰ নাৰীৰ প্ৰথম দায়িত্বই হ'ল নিজকে আত্মনিৰ্ভৰশীল কৰা। শিক্ষা-দীক্ষাৰ অনেক পথ বৰ্তমান মুকলি হৈছে। উপাৰ্জনৰ পথো নাৰীয়ে ল'বলগীয়া হৈছে। তাৰ লগতে চিৰন্তন পাৰিবাৰিক দায়িত্বতো আছেই। সামাজিক দায়বদ্ধতাৰ পৰাও নাৰী মুকলি হ'ব নোৱাৰে। বৰং সমাজ গঠনত ভূমিকা বাঢ়িছেহে। সন্তানৰ শাৰীৰিক, মানসিক, নৈতিক শিক্ষাৰ দায়িত্ব মাতৃগৰাকীৰে আটাইতকৈ বেছি। সেয়ে বৰ্তমানৰ নাৰীৰ জীৱন অত্যন্ত কৰ্মব্যস্ততাৰ জীৱন হিচাপে

আগবাঢ়িছে।

পৰিয়ালৰ লগতে সমাজৰ প্ৰতি থকা দায়বদ্ধতাৰ বাবে নাৰীয়ে একপ্ৰকাৰ যুঁজ দি কৰ্তব্য পালন কৰিব লগা হৈছে। এই ক্ষেত্ৰত বিশ্বাস-অবিশ্বাসৰ মাজত অন্ধবিশ্বাসক প্ৰাধান্য দিয়া, এচাম পুৰুষৰ শাৰীৰিক-মানসিক নিৰ্যাতন, নিপীড়ন আদিত মৌনতা অৱলম্বন কৰা, নিজৰ শিক্ষা তথা বিবেকতকৈ প্ৰচলিত অহেতুক বীতি-নীতি, ধ্যান-ধাৰণাক গুৰুত্ব দিয়া আদি ক্ষেত্ৰবোৰত বৰ্তমানৰ নাৰীৰ বেছিভাগৰে শক্তিশালী স্থিতি নাই যাৰ বাবে কেৱল নিজৰ বা পৰিয়ালৰে ক্ষতি নহয়— সমাজৰো ক্ষতি সাধন হয়। সেয়ে পৰিৱৰ্তনশীল সময়ৰ লগত সমাজ ব্যৱস্থাত থকা ক্ষতিকাৰক বিশ্বাস, পৰম্পৰাৰ বিৰুদ্ধে প্ৰথম খোজ দিব লাগিব নাৰীয়ে। তাৰ বাবে নাৰী কেৱল শিক্ষিত হ'লেই নহ'ব— শিক্ষাৰ ব্যৱহাৰো কৰিব পাৰিব লাগিব। ইয়াৰ লগতে আজিৰ নাৰীৰ মানসিক স্থিতি আৰু আত্মবিশ্বাস দৃঢ় কৰাৰ বাবে পুৰুষসকলেও সম্পূৰ্ণ সহযোগ কৰিব লাগিব। সম মনোভাৱেৰে পুৰুষসকলে খোজ মিলালে নাৰী-পুৰুষৰ যৌথ প্ৰচেষ্টাত সমাজত বাঢ়ি অহা বস্তুবাদ, আড়ম্বৰ আৰু বিলাসিতাৰ বিপৰীতে সৰল জীৱন-যাপনেৰে আৰু মানৱ মংগল মন্ত্ৰেৰে আমাৰ উত্তৰ পুৰুষক উদ্ভাসিত কৰিব পাৰিলেই সমাজত সুস্থ বাতাবৰণ সৃষ্টি হ'ব আৰু এক শান্তিময় পৰিৱেশত জীৱন যাপন সহজ হ'ব। ■

***With best wishes from:***

**P R Krishnan & Family**

**Gautam Datta, Shanku, Baibhab & Kushaal**

**Nikhilesh Sarkar, Ratna & Barnita**

**Shashanka M Goswami, Nilima, Tanaya, Kiran & Ankita**

**Pankaj Ray, Nilima & Koyel**



# S.M.B. Construction

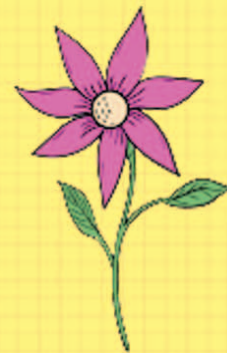
Civil Contractor & Order Supplier  
Notboma, Guwahati- 781038



+91 98640 50687

+91 70020 28291

+98640 32841



E-mail : [safiurrahman1274@gmail.com](mailto:safiurrahman1274@gmail.com)



# S.M.B. Construction

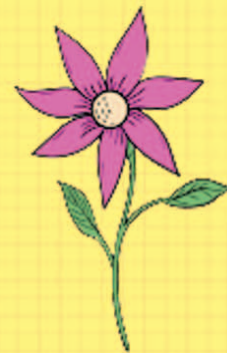
Civil Contractor & Order Supplier  
Notboma, Guwahati- 781038



+91 98640 50687

+91 70020 28291

+98640 32841



E-mail : [safiurrahman1274@gmail.com](mailto:safiurrahman1274@gmail.com)

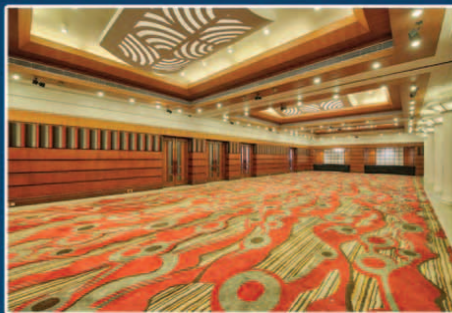
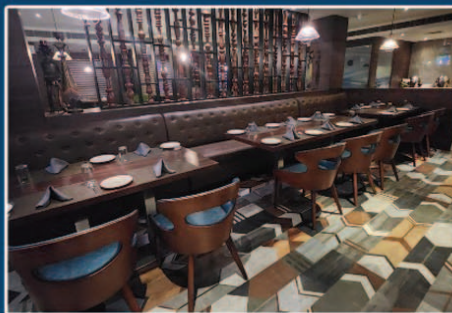


With Best Compliments From **RATAN GOENKA**



(An ISO 9001:2015 CERTIFIED HOTEL)

◆ RESTAURANT ◆ ROOMS ◆ BAR ◆ BANQUETS ◆ SALON



☎ 2607712 / 13 | ✉ [info@vishwaratnahotel.com](mailto:info@vishwaratnahotel.com)  
☎ 0361-2607716 | 🌐 [www.vishwaratnahotel.com](http://www.vishwaratnahotel.com)  
📍 A. T. Road, Guwahati-781 001



## TREE PLANTATION AT OUR OLD AGE HOME SITE ON ENVIRONMENT DAY (5<sup>th</sup> JUNE, 2023)





**Sa-I-Mika**  
PARK

*Go Somewhere*  
FAR FAR AWAY

#GO SOMEWHERE CAMPING

## MEGHALAYA'S FIRST LUXURY CAMP AT SA-I-MIKA PARK, SOHRA (CHERAPUNJEE)

WINTER WONDERS AWAIT!  
OUR CAMPSITE OPENS FROM DECEMBER TO MARCH

### OUR CAMP FACILITIES

- ✔ Luxury Tent with Bed + Air Mattress
- ✔ Modern Clean and Comfortable bathroom with Geyser
- ✔ Fully Functioning Restaurant
- ✔ Guided Tours
- ✔ Bonfire
- ✔ 24 hours reception
- ✔ Weekend activities like Yoga, Star Gazing, and more

**BOOK NOW:** ☎ +91 60330 99990 ✉ [enquiry@gosomewhere.in](mailto:enquiry@gosomewhere.in)  
 🌐 [www.gosomewhere.in](http://www.gosomewhere.in) 📷 [gosomewhere](https://www.instagram.com/gosomewhere) 📱 [gosomewhere](https://www.facebook.com/gosomewhere)



## Honouring our respected Teachers on TEACHERS' DAY - 5<sup>th</sup> September, 2023



Shri Bijan Bihari Dam Sir being felicitated by our members.



Shri Ranjit Narayan Deka Sir being felicitated by our members.



Shri Hare Krishna Das Sir being felicitated by our members.



Shri Kumud Ranjan Das Sir being felicitated by our members.



Srimati Bharati Chakrabarty Madam being felicitated by our members.



← Shri K S Paul Choudhury Sir was away. His son received our token of respect.



JAI BHISHU

OM ARHAM

JAI TULSI



# SAYAM SALES CORPORATION

51, PEDARIAR KOIL STREET  
CHENNAI – 600001, TAMILNADU



DEALERS IN TEXTILE COATED FABRICS &  
BAGS MATERIALS



**TEJKARAN KHATER**

**Phone No. : 99620 05558, 92837 06050**



We have donated ration and other useable items to Parijat Academy- Guwahati, a non-profit organisation that offers education to about 400 children from less privileged tribal community.



We have donated ration to Akshar Forum – Guwahati, a School of around 110 underprivileged children where weekly 25 waste plastic materials is the only form of fees for the students.





*With best compliments from:*

***Pannalal Bhansali***

**H.P. INSTITUTE OF  
INSURANCE**

**Guwahati, Shillong, Agartala**



Inauguration of five Books, written by Smt Bindoo Deka Choudhury, wife of our member Pratul Deka at Guwahati Press Club.



Inauguration of Book, written by Smt Anjana Jain, wife of our member Ramesh Chand Jain at Guwahati Book Fair.



Meeting with peer committee members of NAAC at Gauhati Commerce College.



Donated Garden Umbrella to various street vendors of Guwahati



Enjoyed Iftar Party with our members.



**NG MERCANTILE PVT LTD** *Gangaj* **interio**



Come and avail exciting offers & get a chance to win gold coin this Dhanteras.

Contact At : +91 88764 22723

Itag Plaza, ABC, Near Rajiv Bhawan, G. S. Road, Guwahati, Assam -781005

*With best compliments from :* Shrawan Sarawgi

## **KAMRUP ALUMINIUM WORKS**

**MANUFACTURER OF ALUMINIUM UTENSILS SINCE 1977 BASED IN ASSAM**



**Address : Kamrup Aluminium Works, Mirjamal Jagdish Prasad Bldg., SRCB Road, Fancy Bazar, Guwahati - 781001, Assam. M: 9435015365**



# ভিয়েটনাম ভ্ৰমণৰ অভিজ্ঞতা



নিলিমা গোস্বামী  
গুৱাহাটী,  
(স্বশাংক মোহন গোস্বামীৰ পত্নী)

ভ্ৰমণ সদায় বৰ সুখদায়ক, কাৰণ এই সময়খিনিত সংসাৰৰ আন কোনো চিন্তা ভাৱনা, সাংসাৰিক দায়িত্ব নাথাকে, কেবল আনন্দ আৰু উপভোগ। গতিকে বছৰত এবাৰ অন্তত দূৰ ভ্ৰমণ বৰ আদৰনীয়। এই বছৰ দূৰ ভ্ৰমণ হিচাপে পৰিকল্পনা হ'ল ভিয়েটনাম ভ্ৰমণ। ৰাজনৈতিক আৰু অৰ্থনৈতিকভাৱে চীনৰ প্ৰভাৱ থকা ভিয়েটনাম পূৰ্বতে ইন্দোনেছিয়াৰ পৰা অহা শাম বা অৱশিষ্ট চম্পা ৰাজবংশৰ ভূমি আছিল। সেই দীঘলীয়া বুৰঞ্জী পাৰ হৈ বৰ্তমানৰ ভাৰতীয় মানুহখিনিয়ে এক সংমিশ্ৰিত ধৰ্ম আৰু মহায়ান বৌদ্ধ ধৰ্ম পালন কৰে। পৰিকল্পনা অনুযায়ী মই মোৰ স্বামী আৰু আমাৰ সৰু জীয়াৰী অংকিতা নবেম্বৰ মাহৰ ৪ তাৰিখে কলকাতাৰপৰা কোৱালামপুৰ হৈ ভিয়েটনামৰ দানাং চহৰ ৫ তাৰিখে পালোগৈ।

দানাং দেশখনৰ পঞ্চম খন ডাঙৰ আৰু পৰিকল্পিত চহৰ আৰু স্থানীয় নগৰনিগমৰ এক নম্বৰ পৰিস্কাৰ আৰু সুন্দৰ চহৰ। হান নদীৰ পাৰত গঢ় লোৱা ভিয়েটনামৰ উত্তৰ সাগৰৰ পাৰত অৱস্থিত এখন মনোৰম চহৰ, এই পৰিকল্পিত চহৰখনৰ বৈশিষ্ট্য হ'ল ইয়াত গৃহহীন, সংস্থান হীন, শিক্ষাহীন, ভিক্ষা কৰা মানুহ নাই, তেনে মানুহ বিছাৰি দিলে চৰকাৰে হেনো পুৰস্কৃত কৰে, কথাষাৰ বৰ গৌৰবেৰে আমাক গাইডজনে ক'লে। শুনি আমাৰ চকু-মুখ মেল খাই ব'ল, কেনে আশ্য।

নবেম্বৰ মাহৰ ৫ তাৰিখে আমি চহৰ খনৰ Haian river view hotel-ত প্ৰবেশ কৰিলো সন্ধিয়া খোজকাঢ়ি গৈ হান নৈৰ ওপৰত বনোৱা dragon bridge আৰু fire and water show







চালো। ঘৰুৱা আৰু বিদেশী পর্যটকৰ আকৰ্ষণৰ বাবে চৰকাৰী প্ৰচেষ্টা শলাগিবলগীয়া।

৬ তাৰিখে পৰিকল্পনা অনুযায়ী আমি ৰাতিপুৱা ৮ বজাত যাত্ৰা কৰিলো french architecture in Ba \_na hills আৰু marble mountains চাবলৈ, প্ৰায় ২ ঘণ্টা বাছেৰে অতিক্ৰম কৰি ba\_na hill, পাও, তাৰ পৰা ২০ মিনিট কেবল কাৰেৰে গৈ পাহাৰখনৰ ওপৰ পায় বিখ্যাত Golden bridge-ৰ ওপৰত বিচৰণ কৰাৰ উপৰিও পাহাৰ খনৰ উপৰত কৰা বিভিন্ন কাৰুকাৰ্য্য, sun world park on hill, 4d movie, শিলৰ ওপৰত খোদিত দৃশ্য দেখি অভিভূত হওঁ, এই আটাইবোৰ কাম তেওঁলোকৰ চৰকাৰে দেশৰ অৰ্থনীতি সবল কৰিবলৈ কৰা আঁচনিৰ কাম।

৭ তাৰিখে আমি নিজাকৈ চহৰখন ভ্ৰমণ কৰি হাত বজাৰবোৰ চাই hai\_an market-ৰ পৰা দুই এপদ স্থানীয় সামগ্ৰী কিনো।

দুপৰীয়া ২ বজাত এখন গাড়ী guide লৈ আমি মাৰ্বল কাৰখানা, মাৰ্বল পাহাৰ পৰিদৰ্শন কৰোঁ ১৫০ টা চিৰি বগাই, ইয়াৰ উপৰিও unesco declared world heritage of culture centre চাও, (thang\_long imperial citadel) য'ত তেওঁলোকে সংৰক্ষণ কৰিছে এখন french house, china town and Japanese house, লগতে ২০ মিনিটৰ নৈশ নৌকা ভ্ৰমণ কৰোঁ। অতি সুন্দৰভাৱে সজোৱা চহৰখন পর্যটকৰ বাবে যেন বম্বুভূমি। আমি সম্পূৰ্ণ দিনটো বৰষুণৰ মাজতেই ফুৰিলোঁ কিন্তু পৰিবেশ ইমান সুন্দৰ আৰু পৰিস্কাৰ যে আমি অলপো অসুবিধা নাপালোঁ।

৮ তাৰিখে ৰাতিপুৱা নিজাকৈ ওলাই বজাৰ চালো, সৰু-সুৰা সামগ্ৰী দুই এপদ কিনি উভতি আহোঁ। সন্ধিয়া হানং আইৰ ওপৰত উঠি ৰাতিৰ চহৰখন উপভোগ কৰোঁ। ৰাতি ১০.৩০ হোটেল এৰি ৰাতিপুৱা ৩ বজাৰ আকাশী যানেৰে দানাং এৰি ৰাতিপুৱা ৬ বজাত ভিয়েটনামৰ ৰাজধানী হানৈত উপস্থিত হও।

৯ তাৰিখে ha\_long river cruise-ৰ বাবে ৰাতিপুৱা ৮.৩০-ত আমাক পূৰ্বে নিৰ্ধাৰিত দ'লে হোটেলৰ পৰাই লৈ যায়, সুন্দৰ হানৈ চহৰৰ মাজেৰে মসৃণ ৰাষ্ট্ৰৰ দুয়োকাষৰ বিভিন্ন দৃশ্য চাই ১২ বজাত আমি Tuan chau harbour গৈ পাও।

১০ তাৰিখে আমি Temple of literature দৰ্শন কৰো, য'ত দেখিলোঁ চহৰখনৰ শিক্ষার্থী কিছুমানক আগন্তুক পৰীক্ষাৰ বাবে আশীৰ্বাদ ল'বলৈ শিক্ষক সকলে লৈ আহিছে, আটাইবোৰে নিতী-নিয়মৰ মাজেৰে সৰ্বশক্তিমানৰ ওচৰত সেৱা জনাইছে। তেওঁলোকৰ শৃংখলাবদ্ধতা দেখি ভাল লাগিল। এটা ডাঙৰ lake-ৰ পাৰত বৈ নিৰ্মল দৃশ্য উপভোগ কৰিলোঁ, লগতে স্থানীয় ফল Durian fruits-ৰ সোৱাদ ললোঁ, আমাৰ কথালৰ দৰে কোহবোৰ মঙহাল যদিও ইমান সোৱাদ নাপালো।

ট্ৰাণ কোঁচ পাগডা the oldest Buddhist temple চালো। সন্ধিয়া আমি বিখ্যাত Thang long water puppet show চালো, প্ৰায় এক ঘণ্টা সময় শিল্পীসকলে পানীত নামী প্ৰদৰ্শন কৰা পুতলা নাচ অতি উচ্চ মানৰ। উভতি অহাৰ সময়ত ৰাতিৰ beer street উপভোগ কৰিলোঁ, অংশ ল'ব নোৱাৰিলেও চাই মন ভৰি গ'ল। ইয়াৰ বৈশিষ্ট্য হ'ল সাধাৰণ ৰাস্তাতো গুৰু, শণি আৰু ৰবি তিনি দিনৰ সন্ধিয়াৰ পৰা ৰাতি দহ এঘাৰ বজালৈ beer bar cum restaurant লৈ পৰিবৰ্তিত হয় সৰু সৰু টুল আৰু মেজৰ সহায়ত, পৰিবেশন কৰা হয় দেশীয় beer আৰু দেশীয় খাদ্য, দেশী বিদেশী গ্ৰাহকেৰে ভৰপূৰ হৈ পৰা ৰাস্তা যান-বাহনৰ বাবে বন্ধ কৰি দিয়া হয়, ৰাস্তাৰ নাম beer street লৈ সলনি হৈ পৰিছে, মাত্ৰ বিশেষত্ব হ'ল আমি সোমবস খাই মতলীয়া হোৱা এজন মানুহো লগ নাপালোঁ। ৰাতিৰ ৰঙীন সৌন্দৰ্য উপভোগ কৰি ৮ বজাত হোটেল সোমাই ১০.৩০ হোটেল সহায়কৰ লগত কিছুদূৰ খোজকাঢ়ি আহি গাড়ীত উঠিলো স্বদেশলৈ বুলি, লগত কঢ়িয়াই ললোঁ তেওঁলোকৰ নিভাজ মৰম আৰু আদৰ সাদৰ। ভিয়েটনামৰ কোনো মানুহৰ উচ্চ স্তৰৰ কথা-বতৰা নুশুনিলো, নাপালো ঠগ বাজি। অতিথিপৰায়ন দেশখনত বহুতো পর্যটক। চৰকাৰৰো এই ক্ষেত্ৰৰ পদক্ষেপ চকুত লগা। অতি সুন্দৰ ভিয়েটনাম ভবাতকৈ বেছি সুন্দৰ মানুহ বোৰ স্বাস্থ্যৱান আৰু সুৰুচিবান। পশ্চিমীয়া junk food-ৰ কোনো প্ৰভাব নোহোৱা মানুহখিনিৰ তেল-মচলা বিহীন সিজোৱা খাদ্য আৰু চাউলৰ খাদ্য খায়, ইমানেই হিচাপত খাই যে অতিৰিক্ত মেদবহুলতা নাই। অতি সুন্দৰ ভিয়েটনাম ভ্ৰমণ কৰি মন ভৰি গ'ল। ■



संकलन : राजेन्द्र पेड़ीवाल  
अहमदाबाद

## ख्वाहिश- दोस्तो से मिलन की

पुराने दोस्तों के मिलने की ख्वाहिश से,  
बिखरे से जीवन में, बहार सी आ जाती है,  
यादों के समंदर में, अकस्मात ही,  
भुली-बिसरी बातें फिर से उमड़ जाती हैं।

कुछ बचकानी सी, कुछ नादानी सी हरकातों पर,  
अनायास ही, चेहरे पर हँसी बिखर जाती है।  
फिर मचल उठता है नादान यह दिल,  
उन बीते हुए लम्हों की, आगोश में समेट लेने को,  
पर भूल जाता है कि बीते हुए पल,  
कभी लौट कर कहाँ आते हैं।

चलो! एक कोशिश हम मिलकर आज करते हैं,  
कुछ कदम तुम चलो, कुछ हम चलते हैं,  
बीते हुए सुनहरे पलों की,  
नए रूप में, आगोश में भर लेते हैं। □





**मंजु लडा**

दिल्ली

(राजेन्द्र पेड़ीवाल की बहन)

## धरती कहे पुकार के

नींद से जागो ऐ सोने वालों! धरती माँ पुकारती है,  
फिर सीने में नशतर से चुभ रहे, दर्द से यह कराहती है,  
अपने खून-पसीने से सींचकर, तुमने अपना धर्म निभाया था,  
धन के लोभी, तन-भोगी से तुमने, मेरा अस्तित्व बचाया था,

पहले गैरों ने लूटा था, अपना साम्राज्य बटाने को,  
घर के भेदो ही अब लूट रहे, अपना अधिपत्य जमाने को,  
जखम मिले थे गैरों से, वो निशान अभी तक है बाकी,  
अपने ही जब करें सितम तो, मिलेगी उनको किससे माफी

पद और मद के लोभ में मानव क्या इतना नीचे गिर सकता है!  
अपनी ही जमीर का करके सौदा, कैसे वह जी सकता है!  
ऐसे ईन्सान को स्वर्ग तो क्या नर्क में भी जगह नहीं मिल सकती,  
इस धरा-लोक में भी उसकी, कभी पनाह नहीं फिर मिल सकती,

अब भी ज्यादा देर नहीं हुई, जब जागो तभी सबेरा है,  
मैं कोई तुम से गैर नहीं, मुझ पर ही सबका भरोशा है,  
समय हाथ से निकल गया तो, लौट कर फिर नहीं आएगा,  
कुछ भी पास ना रहेगा तुम्हारे,  
हाथ मलतै ही रह जाएगा। ■



সুমনা রায়

গৌহাটী

(সুমন্ত রায়ের পত্নী)

## বিশ্বকবিৰ অসম ভ্ৰমন : একটি পর্যালোচনা

রবীন্দ্রনাথ বিশ্বমানবের আত্মার সঙ্গে আপন আত্মার বন্ধনের উদ্দেশ্যে পথে বেড়িয়েছেন, বিভিন্ন দেশে গেছেন মানুষের সঙ্গে মানুষের মিলনের জন্যে, মানব সভ্যতার স্বরূপ প্রত্যক্ষ করার জন্যে, এই দৃষ্টিভঙ্গী নিয়ে, প্রাচ্য ও পাশ্চাত্য বহু দেশে বহু রাজ্যে পরিভ্রমণ করেছেন এই বলে,— “ঘরে ঘরে মোর ঘর আছে, আমি সেই ঘর মরি খুজিয়া/দেশে দেশে মোর দেশ আছে, আমি সেই দেশ লব যুঝিয়া।” এই চেতনা নিয়েই রবীন্দ্রনাথ বার বার গেছেন ভারতবর্ষের বিভিন্ন রাজ্যে। এসেছেন আমাদের অসমেও। আসামের প্রাকৃতিক সৌন্দর্য, অতিথি বৎসল মানুষ, রবীন্দ্রনাথ কেও বেঁধেছিল তাঁর হৃদয়বন্ধনে। রবীন্দ্রনাথ ও অসমের সম্পর্ক বিষয়ে অসমের সাংস্কৃতিক ইতিহাস গবেষক যোগেন্দ্র নারায়ণ ভূঞা, তাঁর “আমার রবীন্দ্রনাথ” নিবন্ধে বলেছেন— “ভাৰতৰ ভিতৰত আমি অসমীয়া জাতি এটা বিষয়ত বৰ ভাগ্যবান, আমি বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথৰ প্ৰতিবেশী; যেন তেওঁৰ নিচেই কাষৰ মানুহকেই ঘৰৰ ভিতৰতে আমি এঘৰ।”

ঠাকুরবাড়ীৰ সৰ্গেঁ অসমের বিশিষ্ট কয়েকটি পরিবারের বৈবাহিক সম্পর্ক তৈরী হয়েছিল। অসমের দীননাথ বেজবরুয়ার পুত্র লক্ষীনাথ বেজবরুয়ার বিবাহ হয় হেমেন্দ্রনাথ ঠাকুরের কন্যা প্রজ্ঞাসুন্দরী দেবীর। লক্ষীনাথ বেজবরুয়া আত্মজীবনী— ‘মোৰ

জীৱন সোঁৱৰণ’— এ বিবাহের নানা কথার উল্লেখ আছে। অসমের অন্যতম বিশিষ্ট ব্যক্তিত্ব সর্বজন শ্রদ্ধেয় গুণাভিৰাম বরুয়ার বিবাহ হয় ঠাকুর পরিবারে বিষ্ণুপ্রিয়া দেবীর সাথে। তাঁর কনিষ্ঠপুত্র জ্ঞানদাভিৰাম বরুয়ার বিবাহ হয় মহর্ষি দেবেন্দ্রনাথ ঠাকুরের প্রপৌত্রী দ্বিজেন্দ্রনাথ ঠাকুরের পৌত্রী, অরুনেন্দ্র নাথ ঠাকুরের কন্যা ললিতার। ঠাকুরের পরিবারে গগনেন্দ্র নাথের পৌত্র তথা কনকেন্দ্রনাথের পুত্রের সর্গেঁ বিবাহ হয় অসমের শ্রদ্ধেয় পুরুষ, প্রথম আইন কলেজের অধ্যক্ষ, জ্ঞানদাভিৰাম বরুয়ার কন্যা ইরার। অসমের রবীন্দ্র সঙ্গীতের স্বনামধন্য শিল্পী দিলীপ শর্মার ভগ্নী, আরতির বিবাহ হয় হেমেন্দ্র ঠাকুরের পৌত্র, ঋতেন্দ্রনাথ ঠাকুরের পুত্র সুভগেন্দ্র নাথ ঠাকুরের এর সর্গেঁ। এভাবেই রবীন্দ্রনাথকে স্মরণে মননে গ্রহণ করে নিয়েছেন অসমবাসী।

রবীন্দ্রনাথের প্রভাব অসমের কবিতা, নাটক, সঙ্গীতের ক্ষেত্রেও সম্প্রসারিত ছিল। ষাটের দশকে অসমে বেশ কিছু রবীন্দ্রগীতি অনুদিত হয়েছিল। অনুবাদের দায়িত্ব নেন নবকান্ত বরুয়া, নীলিমা দত্ত, লক্ষীহীরা দাস, কেশব মহন্ত, নির্মলপ্রভা বরদলৈ ও আরও অনেকে। নির্মলপ্রভার “রবীন্দ্রনাথৰ গীতি আৰু কবিতা” সংকলনে তাঁর অনুদিত পয়ত্রিশটি রবীন্দ্রগীতি ও পনেরটি রবীন্দ্রকবিতা রয়েছে। নবকান্ত বরুয়ার অনুদিত রবীন্দ্রসঙ্গীত গুলি



সারা অসমে জনপ্ৰিয়তা লাভ কৰেছিল। পদ্মধৰ চলীহা ৰবীন্দ্ৰনুসৰণে তাঁৰ ‘ফুলনী’তে অনেকগুলি সঙ্গীতৰ উপহাৰ দিয়েছে।

ৰবীন্দ্ৰনাথৰ অসম ভ্ৰমণকে তিনিটি পৰ্বে ভাগ কৰা যায়। প্ৰথমবাৰ কবি এলেন ১৯১৯ এৰ ১১ ই অক্টোবৰ। গুয়াহাটী থেকে সূৰ্যকুমাৰ ভূঞা কবিকে সাদৰ আমন্ত্ৰণ জানান। তৎকালীন আইন কলেজৰ অধ্যাপক, সত্যনাথ বৰাৰ পৌৰহিত্যে এক সভাৰ আয়োজন কৰা হয়। বিপুল সংখ্যক জনতাৰ উপস্থিতিতে কবি ভাষণ দেন। অসমীয়া মহিলাৰাও নিজেদেৰ তৈৰী এণ্ডি ও মুগাৰ কাপড় দিয়ে কবিকে বৰণ কৰেন। এই সময় তিনি প্ৰথম মণিপুৰী নৃত্যৰ সঙ্গৈ চাম্বুৰ পৰিচিত হন। দ্বিতীয়বাৰ কবি অসম সফৰে আসেন ১৯২৩ এৰ ২৬ এপ্ৰিল। শিলং এৰ ৰিলবঙে ‘জিৎভূমি’ নামে বাড়াটিতে ওঠেন। বৰ্তনানে জিৎভূমি’ বাড়াটিৰ প্ৰবেশ পথে বামদিকে পিলারে কবিৰ ‘ভাৰততীৰ্থ কবিতাৰ কয়েকটি পংক্তি আছে। শিলং এৰ পাহাড় প্ৰকৃতি ৰবীন্দ্ৰনাথকে সৰ্বদা আকৰ্ষণ কৰতো। শৈলমালায় মেঘেৰ খেলা, বাৰণাৰ কলধৰনি ও পাইন পাতাৰ গন্ধ কবিকে মুগ্ধ কৰেছিল। ‘শিলঙেৰ চিঠি’— তে বৰ্ণনা কৰেছে—

“শিলঙশিৰিৰ বৰ্ণনা চাও? আছা না হয় তাই হবে  
উচ্চদেৱেৰ কাব্যকলা না যদি হয় নাই হবে—

.....

গৰ্মি যখন ছুটলোনা আৰ পাখাৰ হাওয়াৰ সৰবতে,  
ঠাণ্ডা হতে দৌড়ে এলুম শিলঙ নামক পৰ্বতে।”  
‘ৰক্তকৰবী নাটকীটৰ পাণ্ডলিপি ও শিলং এই ৰচনা

কৰেছিলেন। কবিৰ তৃতীয় সফৰ গুৰু কৰেন ১৯২৭ এৰ জুন মাসে।

অসমেৰ ব্ৰহ্মপুত্ৰ, অৰন্য পাহাৰ কবিকে মায়ায় ঘিৰে রেখেছিল। কবিৰ হৃদয় স্পৰ্শ কৰেছিল এই অঞ্চলেৰ মানুষেৰ সৱলতা, তাঁদেৰ ভালবাসাৰ নানা অভিব্যক্তি। ১৯১৯ সালে অসম সফৰ থেকে ফিৰে গিয়ে কবি কালিদাস নাগকে একখানি চিঠি লিখে তাঁৰ অবিশ্বাস্য সুখকৰ অভিজ্ঞতা উল্লেখ কৰেছে—  
“ওখানকাৰ মানুষ এখনো আমাকে হৃদয় দিয়ে আদৰ কৰে থাকে। ওটা দেখে আমি বিস্মিত হয়েছিলুম।” অসমবাসীৰ কাছে তিনি যে কত আপনজন, আত্মাৰ আত্মীয় ছিলেন তাৰ প্ৰমাণ পাওয়া যায় কবি প্ৰয়ানে অসমেৰ বিভিন্ন স্থানে অনুষ্ঠিত শোকসভা ও মিছিল তথা বিভিন্ন প্ৰতিষ্ঠানেৰ শ্ৰদ্ধা নিবেদনেৰ মাধ্যমে। ৰবীন্দ্ৰনাথৰ প্ৰতি শ্ৰদ্ধা নিবেদন কৰে অসমেৰ ৰবীন্দ্ৰ অনুরাগিনী কবি, কৰ্মবীৰ নবীনচন্দ্ৰ বৰদলৈৰ কন্যা, নলিনীবালা দেৱী, তাঁৰ ‘ৰবীন্দ্ৰ তৰ্পন’ কবিতাই লিখছে :-

“হে ঋষি : হে তাপস সুন্দৰ!

দূৰ অৰ্দ্ধ শতাব্দীৰ এন্ধাৰ যুগত নিপীড়িত মানবৰ প্ৰাণৰ বাতৰি তব সুৰ সাধনাৰ বিনাৰ সুৰত মহামানবৰ চিত্ত-সাগৰ তীৰত।  
পালা সুৰ তুমিয়ে বিচাৰী। শুনালো তুমিয়ে সেই মহাবানী জগতক  
অৱনত ভাৰতবাসীক।”

—এভাবেই ৰবীন্দ্ৰনাথ

সমাদৃত দেশ দেশান্তৰে, দেশবিদেশেৰ মানুষকে তিনি  
বেধেছিলেন গভীৰ আত্মীয়তায়। ■



## সম্পর্কবোৰ



জেহ্মিনা ইছলাম

গুৱাহাটী

(দলিল উদ্দিন আহমেদৰ ভনী)

পৰিবৰ্তিত পৰিস্থিতিৰ প্ৰভাৱ সামাজিক বাতাবৰণৰ ওপৰত বৰকৈ পৰিবলৈ লৈছে। মানুহৰ মাজত থকা আপোন আপোন ভাৱ মিলান্ৰীতিবোৰ ক্ৰমান্বয়ে যেন নোহোৱা হ'বলৈ লৈছে। আনকি সন্তান আৰু পিতৃ-মাতৃৰ মাজৰ নিভাঁজ সম্পর্কটো এতিয়া ঘূৰ্ণে ধৰাৰ উপক্ৰম। প্ৰচাৰ মাধ্যম যোগে পোৱা হৃদয় বিদাৰক কিছুমান খবৰে বুকু কঁপাই দিয়ে। অনুভূতিহীন হৈ পৰা জগতত এতিয়া এনে এক অৱস্থাৰ সৃষ্টি হৈছে যে, সন্তান আৰু পিতৃ-মাতৃৰ মাজত কোন মুহূৰ্তত কোনে কাৰ ওচৰত লাঞ্চিত হয় বা মৃত্যুক সাৱটি লয় তাৰো যেন ঠিকনা নোহোৱা হৈছে। আন্তৰিকতা, দায়িত্ববোধ, শ্ৰদ্ধা ভক্তি, মৰম চেনেহৰ ৰেখাডাল যে ক্ৰমান্বয়ে নিলগামী হৈ গৈ আছে তাক অস্বীকাৰ কৰাৰ উপায় আৰু নাই।

চাৰিত্ৰবান ব্যক্তিসকলেহে সুস্থ সমাজ এখনক ধৰি ৰাখিব পাৰে, পিতৃ-মাতৃ, সন্তান বা যি সম্পর্কই নহওক কিয়। জীৱনত হাবু-ডুবু খাইও এওঁলোকে অটুট ৰাখিব বিচাৰে সততাক, মানৱীয় মূল্যবোধক। অন্যায় অপকৰ্মই যথেষ্ট মনোকষ্ট দিয়ে এনে লোকসকলক। যিমান আপোন মানুহেই নকৰক কিয় নীতিহীন ভুল কৰ্মক তেওঁলোকে মানি ল'ব নোৱাৰে। অধ্যাপক সুব্ৰমনিয়মো তেনে এগৰাকী সততা সম্পন্ন ব্যক্তি। যাৰ বাবে মৰমৰ সন্তানসকলে তেওঁলোকৰ প্ৰতি কৰা হৃদয়হীন আচৰণক নতশিৰে তেওঁ মানি ল'ব নোৱাৰিলে; আৰু সন্তান সকলৰ বাবে তেওঁলোকলৈ আগবঢ়োৱা গৌৰৱময় সন্মানকো আন্তৰিকতাৰে গ্ৰহণ কৰিবলৈ ইচ্ছা নকৰিলে। সেয়েহে ৰাজ্যপাল আৰু সমাজৰ গণ্য-মান্য ব্যক্তিসকল উপস্থিত থকা সভাখনতো তেওঁ ব্যক্ত কৰিবলগা হ'ল

অস্তৰ গভীৰ আঘাতক। (এই লিখা লিখি থাকোতে বাতৰি কাককত পঢ়িলো গেংটক আমেৰিকাত থকা দুই অভিযন্তা পুত্ৰ আৰু উচ্চ শিক্ষাধাৰী কন্যাৰ মাতৃয়ে আমাৰ গুৱাহাটীতে সৌ সিদিনা মৃত্যুক সাৱটিলে। তেখেতৰ উৱলি যোৱা মৃতদেহ চুবুৰীয়াইহে উদ্ধাৰ কৰিলে কিমান দুৰ্ভাগ্যজনক হ'ব পাৰে পিতৃ-মাতৃৰ এনে মৃত্যু)

একেদৰে পখিলা খেদি নাচি-বাগি ফুৰা বয়সতে 'আয়াৰলেণ্ড'ৰ কেথী আবেগেই নিজৰ ঘৰখনতে ভোগ কৰিব লগা হ'ল যন্ত্ৰনাকাতৰ জীৱন। কম বয়সতে বৰ্ডিং স্কুলত পঢ়াৰ বাবে থৈ আহিবলৈ যোৱা পিতৃয়েও স্কুল কৰ্তৃপক্ষক কেথী সম্পর্কে ভুল ব্যাখ্যা দিলে। যাৰ বাবে স্কুলতো অমানৱীয় অত্যাচাৰত কেথীৰ জীৱন অভিশপ্ত হৈ পৰিল। দুৰ্ভাগীয়া কেথীয়ে বিচৰা নাছিল তাইৰ দৰে এনে দুৰ্ভাগ্যজনক ঘটনা আন অনেকৰে হওক আৰু এনে মানসিকতা সমাজত গা কৰি উঠক। যাৰ বাবে কেথীয়ে জীৱনৰ সেই নিৰ্মম সত্যক নিজৰ ডায়েৰীৰ পাতৰ পৰা সাহসেৰে প্ৰকাশ কৰিলে।

সন্তান আৰু পিতৃ-মাতৃৰ এনে দুখ লগা দুটি ঘটনাৰে মোৰ এই লিখনি।

সম্পূৰ্ণ ভিন্ন ভাষা-সংস্কৃতিৰ দুখন ঠাই, অসম আৰু লণ্ডনৰ বাতৰি কাকতত ইতিমধ্যে প্ৰকাশিত দুটি পৃথক হৃদয়স্পৰ্শী ঘটনা।

অসমৰ কলেজ এখনৰ অৱসৰপ্ৰাপ্ত অধ্যক্ষ এজনে লিখা (অনুমতি লোৱা হৈছে) লিখনীৰ, কিয়দংশৰ কিছু ভাৱ আৰু ভাষা আপোনালোককো অৱগত কৰিছো—



এইয়া হ'ল এহাল প্ৰখ্যাত প্ৰবক্তাৰ অন্তৰপৰশা জীৱনৰ কথা। দেশৰ শীৰ্ষ পৰ্য্যায়ৰ বিশ্ববিদ্যালয় এখনৰ, স্বনামধন্য অৱসৰপ্ৰাপ্ত অধ্যাপক ড° আশুতোষ সুব্ৰমনিয়াম আৰু তেখেতৰ পত্নী, সেইখন বিশ্ববিদ্যালয়ৰে অধ্যাপিকা তথা আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় লেখিকা জয়া সুব্ৰমনিয়াম। প্ৰচুৰ মেধা সম্পন্ন তেওঁলোকৰ উচ্চশিক্ষিত সন্তান সকল, লণ্ডন, কানাডা, আমেৰিকাৰ দৰে দেশ কেইখনত, যথেষ্ট উচ্চ পদবীত কৰ্মৰত। সন্তানসকলৰ এনে কৃতিত্বৰ বাবে পিতৃ-মাতৃক 'বেষ্ট পেৰেণ্টচ্' সন্মান প্ৰদানৰ বাবে আয়োজিত এটি অনুষ্ঠানৰ কথা। গণ্য-মান্য, গুণী-জ্ঞানী ব্যক্তিকে সভাগৃহ ঠাই খাই পৰিছিল। ৰাজ্যপালে নিজে সেই সন্মান প্ৰদান কৰিব। দেশখনৰে সন্মানৰ পাত্ৰ ড° সুব্ৰমনিয়ামৰ বক্তব্য শুনিবলৈ সকলোৱে অধীৰ আগ্ৰহেৰে অপেক্ষাৰত হৈ আছিল।

পিছে যথা সময়ত, যথেষ্ট বিমৰ্ষ মনেৰে, অধ্যাপক গৰাকীয়ে সভাক উদ্দেশ্যি ক'বলৈ ধৰিলে— আপোনালোকে হয়তো ভুল কৰিয়ে, এনে এক সন্মানৰ বাবে আমাক নিৰ্বাচন কৰিলে, আমি অপৰাধ অনুভৱ কৰিছোঁ। আজিৰ সভালৈ আপোনালোকে আনুষ্ঠানিকভাৱে নিমন্ত্ৰণ কৰাৰ পাছতো, মাকেও বাৰে বাৰে খবৰ দিও, আমাৰ সন্তানসকলৰ কোনো এজনকে এই অনুষ্ঠানলৈ আনিব নোৱাৰিলে। অৱশ্যে সিহঁত প্ৰত্যেকে, নিজ নিজ কৰ্মত যথেষ্ট ব্যস্ত। আমাৰ বৰপুত্ৰ আমেৰিকাৰ বিখ্যাত বিশ্ববিদ্যালয় এখনত জ্যেষ্ঠ অধ্যাপক। সমগ্ৰ বিশ্বৰে এতিয়া এটি পৰিচিত নাম। বিদেশত বিয়া পাতি নাতি এটিৰো জন্ম দিলে। ভিডিও কলিং কৰি আমাক দেখুৱায়। বিশ্বৰ বিভিন্ন দেশলৈ, নিজৰ গৱেষণা পত্ৰ পাঠ কৰিবলৈ গৈ থাকে। কিন্তু, বিশ বছৰৰ আগতে তালৈ যোৱা পুত্ৰই নিজ ঘৰলৈ এবাৰো অহাৰ সময় পোৱা নাই। ল'ৰাই অসুবিধা নাপাওক বুলিয়ে কেইবা বছৰো ল'ৰালৈও মই ফোন কৰা নাই।

দ্বিতীয় পুত্ৰ, কানাডাৰ 'চিকিউৰিটি' বিভাগৰ উচ্চপদস্থ বিষয়া। আমি ফোনতো পোনপটীয়াকৈ কথা পতাৰ সুযোগ নাপাও। তলতীয়া বিষয়াসকলে আমাৰ ফোনৰ খবৰ জনায়। ল'ৰাৰ আমালৈ ফোন কৰাৰ সুবিধা আছে যদিও কামৰ হেঁচাত কথা পাতিবলৈ সি সময় নাপায়। বিগত পোন্ধৰটা বছৰে, তাৰ মাতটো শুনাব সৌভাগ্যও আমাৰ হোৱা নাই।

জীয়াৰীও লণ্ডনত, পৃথিৱীৰ ঐতিহ্যমণ্ডিত প্ৰাচীনতম বিশ্ববিদ্যালয়খনত কৰ্মৰত। ক্লাছ, ছেমিনাৰ পেপাৰ, গৱেষণা পত্ৰ আদিৰ মাজতে সদাব্যস্ত ছোৱালীৰ জীৱন। আনকি মাকৰ অতি প্ৰয়োজনীয় দুই এটা কথা শুনিবলৈকো তাই ইচ্ছা নকৰে। আমাৰ পুৰণিকলীয়া আবেগ অনুভূতিৰ প্ৰতিও বীতশ্ৰদ্ধ তাই।

শ্ৰদ্ধাৰ সুধীবৃন্দ, এয়াই আমাৰ সন্তানসকলৰ কৃতিত্বৰ খতিয়ান। যিখন শিক্ষা প্ৰতিষ্ঠানে সফলতাৰ উচ্চ শিখৰ পাবলৈ সমৰ্থ কৰিলে, সেই শিক্ষানুষ্ঠানখনৰে একাধিকবাৰৰ আমন্ত্ৰণকো নিৰ্লজ্জভাৱে প্ৰত্যাখ্যান কৰিব পৰা, সুদূৰত এৰি যোৱা পিতৃ-মাতৃক এবাৰো লগ পাই যোৱাৰ দায়িত্ব অনুভৱ নকৰা এনে সন্তানসকল, কি যুক্তিত কাৰ বাবে 'কৃতী সন্তান'! দেশৰ নে পিতৃ-মাতৃৰ! সিহঁতৰ মাতৃ মোৰ পত্নী এতিয়া দুৰাৰোগ্য ৰোগত আক্ৰান্ত। তেখেতৰ চিকিৎসা বা যত্নৰ ক্ষেত্ৰত মই অলপো ত্ৰুটি কৰা নাই। কিন্তু তথাপিও এনে অৱস্থাত কাষত পাবলৈ, সন্তানহঁতক এবাৰ চাবলৈ ব্যাকুল মাতৃয়ে যদি বৰকৈ বিচাৰে, পাৰিম জানো মই তেওঁৰ অনুৰোধ ৰক্ষা কৰিব! মাতৃৰ অন্তিম খবৰটো শুনিলেও হয়তো সিহঁতৰ সময় নহ'ব, এবাৰ আহি মাতৃক চাই যাবলৈ। ওলাই অহা কান্দোন কোনোমতে ধৰি ৰাখি, পত্নীৰ সেমেকা চকুত চকু থৈ বিষাদত ভাৰাক্ৰান্ত, এহাল অসহায় পিতৃ-মাতৃৰ, এক কৰুণ স্বীকাৰোক্তিৰ ক্ষণ এইয়া...।

আনটো হ'ল 'আয়াৰলেণ্ড'ৰ পঞ্চল্লিশ বছৰীয়া 'কেথী অবেৰ্ণেৰ' আত্মজীৱনী সম্পৰ্কে ইংলেণ্ডৰ 'মৰ্ণিংষ্টাৰ' নামৰ কাকতখনে কৰা মন্তব্য। তাত লিখিছিল— নিৰ্মম নিৰ্যাতনক সহ্য কৰিও, জীয়াই থাকিবলৈ সক্ষম হোৱা বাবে কেথী প্ৰশংসিত নহয়, কেথী প্ৰখ্যাত হৈ পৰিছে পৰিয়ালৰ অতি আপোন সকলেই, তেওঁৰ ওপৰত চলোৱা সেই অন্যায় অত্যাচাৰক, সাহসেৰে উদঙাই দিব পৰা বাবেহে। শৈশৱতে পৰিয়াল আৰু তেওঁলোকৰ উচৰ্চনিত আনৰ দ্বাৰাও, কেথী সন্মুখীন হৈছিল নিষ্ঠুৰ অমানুষিকতাৰ; যি স্মৃতি মনত পৰিলেই, চকুলো নিগৰে কেথীৰ। নিজৰ ঘৰৰ যন্ত্ৰণাত, ভাগি পৰাৰ পাছতো পিছলৈ 'মেগডেলীন লন্দী' নামৰ বিশেষ স্কুলখনত কেথীক নাম লগাই দিবলৈ যাওঁতেও দেউতাকে স্কুল কৰ্তৃপক্ষক কেথী সম্পৰ্কে ভুল ধাৰণা কিছুমান দিলে, যাৰ বাবে, ভীষণ নিষ্ঠুৰ হৈ পৰিল কেথীৰ প্ৰতি তেওঁলোক। শৈশৱৰ হাঁহি-আনন্দৰ পৰা বঞ্চিত কেথীয়ে আৰু অধিক যন্ত্ৰণাকাতৰ জীৱন পাৰ কৰিবলগীয়া হ'ল। কেৱল শাৰিৰীক আৰু মানসিক অত্যাচাৰতে ক্ষান্ত নাথাকি, পাছলৈ 'ফাডাৰ' সকলে কেথীক ধৰ্ষণ কৰিবলৈকো ধৰিলে। ফুল আৰু পখিলাৰ পাছে পাছে লৰৰি ফুৰা, জীৱনৰ মধুময় দিনবোৰ, কেথীৰ বাবে আছিল অভিশপ্ত। কিন্তু ভগৱানে 'কেথীক' শক্তি দিলে। জীৱনৰ যন্ত্ৰণাক আত্মজীৱনীৰ ৰূপত লিপিবদ্ধ কৰি গ'ল। যাৰ বাবে কেথীৰ জীৱন দুৰ্দশাক সকলোৱে জানিব পাৰিলে।

পাৰিবাৰিক এনে অন্যায় নিষ্ঠুৰতা পশ্চিমীয়া দেশবোৰতকৈ,

আমাৰ ফালে অনেক বেছি। পিছে এনে ব্যভিচাৰ অমানুষিকতাক ব্যক্তিগত বা সামাজিকভাৱে উপশম ঘটাবলৈ চেষ্টা কৰাটো দূৰৰে কথা, বৰঞ্চ থাপি-থুপি তাকে ঢাকি ৰখাহে হয়। ভুক্তভোগী কোনোবাই সাহসেৰে তেনে অপৰাধক ব্যক্ত কৰিলে, যম-যমুণাৰে তেওঁৰ বাকী জীৱন নিঃশেষ কৰি পেলোৱা হয়। যাৰ বাবে বাঢ়ি গৈ গৈ, আমাৰ সমাজত এনে অপৰাধে এতিয়া ভয়ঙ্কৰ ৰূপ ধাৰণ কৰিছে।

উন্নত দেশবোৰৰ কথাই সুকীয়া; ‘কেথীৰ আত্মজীৱনী’য়ে ভীষণ প্ৰতিক্ৰিয়াৰ সৃষ্টি কৰিলে। এবছৰতে চাৰে তিনিলাখতকৈয়ো অধিক কপি বিক্ৰী হৈ, ‘বেষ্ট চেলিং অথৰ’ৰ সন্মানো লাভ কৰিলে।

আশা কৰো প্ৰচুৰ সন্তানৰনা সম্পন্ন আমাৰ উঠি অহা চামে সামাজিক এনে বিভিন্ন অন্যায়-অবিচাৰক নিৰ্মূল কৰিবলৈ যত্নপৰ

হ’ব। যাতে কেথীৰ দৰে আমাৰ সমাজৰ দুৰ্ভাগীয়া সকলেও সাহসেৰে জীৱনৰ সত্যক প্ৰকাশ কৰিবলৈ শক্তি পায়।

সন্তানৰ অন্যায়-অপৰাধক জাপ দি ৰখাৰ প্ৰৱণতা আমাক সমাজত এতিয়াও অনেক। অধ্যাপক সুব্ৰমনিয়ামৰ দৰে সন্তানৰ ভুলক অকপটে প্ৰকাশ কৰিব পৰাৰ পৰিৱেশ আমাৰ দেশতো গঢ় লৈ উঠিলে নিশ্চয় পথভ্ৰষ্ট সন্তানসকলেও কথাবোৰ অনুভৱ কৰিবলৈ বাধ্য হ’ব।

উন্নত শিক্ষা-দীক্ষাৰে ভৰা আমাৰ সমাজত মানৱীয় প্ৰমূল্যবোধ অটুট থকাটো নিশ্চয় সকলোৱে কামনা কৰে।

মোৰ নিজৰ কবিতাৰ ভাষাৰে শেষত ক’বলৈ বিচাৰিছো—

“বিজ্ঞানে সপ্তাকাশ জিনিলে, জ্ঞান বিধ্বস্ত কিয়!

কিয় মানৱতাই উভতি আঁতৰিছে পিছ দুৱাৰেৰে? ■

***With best wishes from:***

**Dhrubajit Dutta, Minakshi, Markandeya & Ananya**

**Sufal Kr Dutt, Nirobi, Surajit, Arijit, Sudena & Sharanya**

**Banchit Deka, Bibha, Priyanka, Amit, Debashish & Bedashree**

**Goenka Traders**

**Chandan Kr Dowerah, Company Secretary in practice.**





## ANANT CREATION FINANCIAL SERVICE TRAVEL SOLUTION

- ✓ Flight /Railway Ticket
- ✓ Life Insurance
- ✓ General Insurance
- ✓ Stock Broking
- ✓ Holiday Package
- ✓ Mutual Funds
- ✓ Health Travel Insurance
- ✓ Fixed Deposit & Govt. Bonds

**DINESH KUMAR JAIN**  
**9864022979**

**DEEPAK JAIN**  
**9435017786**

**EDVENTURE  
COACHING  
INSTITUTE**



**HAPPY SOULS  
LIFE SKILL  
CLASSES**

Home Tutition and Online Classes Available

**CBSE | SEBA | ICSE**

**CLASS 3 - 10  
(ALL SUBJECTS)**

**CLASS 11 - 12 (COMMERCE & HUMANITIES )  
(ACCOUNTANCY, BUSINESS STUDIES, APPLIED  
MATHEMATICS, ENGLISH, ECONOMICS,  
GEOGRAPHY, HISTORY, POLITICAL SCIENCE,  
SOCIOLOGY, EDUCATION)**

- ✓ **Financial Management**
- ✓ **Critical Thinking**
- ✓ **Decision Making**
- ✓ **Time Management**
- ✓ **Self Awareness**
- ✓ **Problem Solving**

📞 **Varsha Jain 9387699252**  
**Deepak Jain 9435017786**

📍 **1st Floor, Jain Complex, Near Axis Bank,  
G.S. Road, Old Post Office, Guwahati-781005**



## প্রধানমন্ত্রী মাত্ৰ বন্দনা যোজনা (পী এম এম ভী ৰাই)

### কোনে এই যোজনাৰ অধীনত সুবিধা লাভ কৰিব পাৰিব-

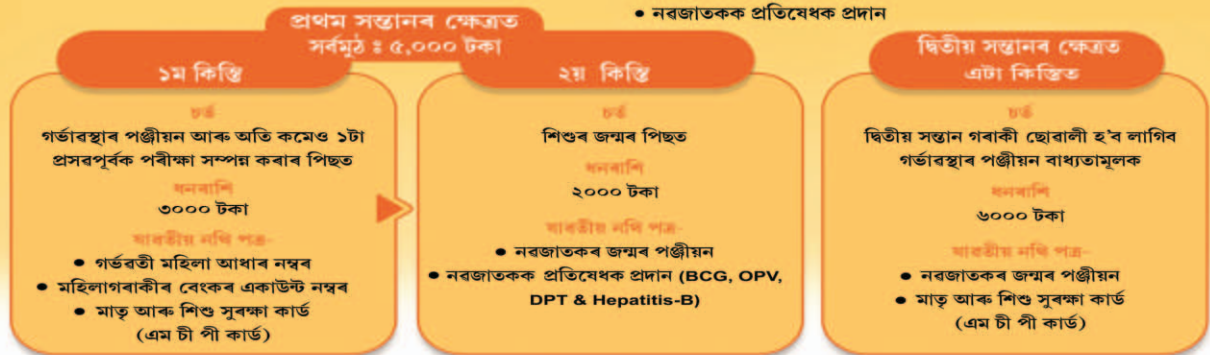
- অনুসূচিত জাতি আৰু জনজাতিৰ মহিলা
- ৪০% দিব্যাংগ বা সম্পূৰ্ণ দিব্যাংগ মহিলা
- BPL বেচন কাৰ্ড থকা মহিলা
- প্রধানমন্ত্রী জন আৰোগ্য যোজনাৰ অধীনত আয়ুদ্মান ভাৰত লাভ কৰা মহিলা
- E-Shram কাৰ্ড থকা মহিলা
- কৃষক সন্মান নিধিৰ অধীনত সুবিধা লাভ কৰা মহিলা কৃষক
- MGNREGAৰ জব কাৰ্ড থকা মহিলা
- যিসকল মহিলাৰ পৰিয়ালৰ বছৰি আয় ৮ লাখ টকাতকৈ কম
- গৰ্ভৱতী অঙ্গনবাড়ী কৰ্মী / সহায়িকা আৰু আশাকৰ্মীয়ে এই সুবিধা লাভ কৰিব

### প্রধানমন্ত্রী মাত্ৰ বন্দনা যোজনাৰ উদ্দেশ্য -

- গৰ্ভৱতী মহিলা সকলৰ মাজত স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় সজাগতা বৃদ্ধি কৰা
- গৰ্ভাৱস্থাৰ সময়ত মহিলাগৰাকীয়ে যাতে পৰ্যাপ্ত জিৰণী লব পাৰে
- গৰ্ভাৱস্থাৰ সময়ত মহিলাগৰাকীয়ে যাতে পুষ্টিৰ খাদ্য লাভ কৰিব পাৰে

### এই যোজনাৰ অধীনত ধনবাশি লাভ কৰাৰ বাবে আপুনি কি কৰিব লাগিব-

- গৰ্ভাৱস্থাৰ পঞ্জীয়ন
- গৰ্ভাৱস্থাৰ সময়ত অন্ততঃ এটা প্ৰসৱপূৰ্বক পৰীক্ষা সম্পন্ন কৰা
- নবজাতকৰ জন্মৰ পঞ্জীয়ন
- নবজাতকক প্ৰতিষেধক প্ৰদান



ৰাজ্য চৰকাৰ, কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰ অথবা ৰাজহুৱা খণ্ডত স্থায়ীভাৱে কৰ্মৰত কোনো মহিলা কৰ্মচাৰীয়ে এই আঁচনিৰ অধীনত সুবিধা লাভ কৰিব নোৱাৰিব। তাৰোপৰি কোনো গৰ্ভৱতী-প্ৰসুতিয়ে যদি পূৰ্বে এনে কোনো আঁচনিৰ দ্বাৰা লাভাৱান্বিত হৈছে তেন্তে তেওঁ এই আঁচনিৰ সুবিধা লাভ কৰিব নোৱাৰিব।

**সৰ্বিশেষ তথ্যৰ বাবে আপোনাৰ ওচৰৰ অঙ্গনবাড়ী কৰ্মীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক।**

মহিলা আৰু শিশু বিকাশ বিভাগ, কামৰূপ মহানগৰ জিলা



*With Best Compliments from : Madan Siotia*

# ছেফটি ইণ্ডিয়া SAFETY INDIA

- ROAD SAFETY PRODUCTS
- WIRE ROPES
- FIRE FIGHTING PRODUCTS
- LIFTING MATERIALS
- WELDING MATERIALS



**ONKAR PLAZA, A.T. ROAD, GUWAHATI  
GSTIN : 000000000000000000**



Dildaar hain  
hu♡

## PRATAAP SNACKS LTD.



**GOURIPUR, AMINGAON  
GUWAHATI - 781031**



## যজ্ঞই জীৱন



লক্ষ্মেশ্বৰ শৰ্মা  
গুৱাহাটী

সনাতন ধৰ্মত যাগ-যজ্ঞ কৰণীয় কৰ্ম হিচাবে বিবেচিত হৈ আহিছে। ঘিৰে আত্মতী দান অথবা দেৱতা সকলৰ উদ্দেশ্যে য'ত হৰিদান কৰা হয় তাক যজ্ঞ বুলি কোৱা হয়। প্ৰজাপতি ব্ৰহ্মাই কল্পৰ আদিতে যজ্ঞৰ দ্বাৰা প্ৰজাক সৃষ্টি কৰি কৈছিল “তোমালোকে এই যজ্ঞৰ দ্বাৰা সমৃদ্ধ হোৱা আৰু ইয়ে তোমালোকক অভীষ্ট ভোগ সম্পদ প্ৰদান কৰিব”।

যজ্ঞপৰায়ণ বিষ্ণুৰ আদেশত চৈধ্যমনুয়ে হাজাৰ বছৰ ধৰি ঘৃতাৰ্হতি প্ৰদান কৰিছিল যাতে সত্য, ত্ৰেতা, দ্বাপৰ, কলি কালত সৃষ্টিৰ কোনো অসুবিধা নজন্মে। আত্মতী গ্ৰহণ কৰি অগ্নিয়ে সমাপ্ত কৰিব পৰা নাছিল আৰু ই ভূগৰ্ভত সোমাই পৰিছিল। এই ঘৃতাৰ্হতিৰ অৱশেষখিনি বৰ্তমানৰ তেলৰ খনি বুলি কব পাৰি আৰু মনুৰ যজ্ঞৰ আধা পুৰা কাঠবোৰ কয়লা বুলি অনুমান কৰিব পাৰি। ইয়াৰ সত্যতা গৱেষণা কৰিলে ওলাই পৰিব।

সাত্ত্বিক, ৰাজসিক আৰু তামসিক হৈ তিনি প্ৰকাৰে যজ্ঞ ত্ৰিবিধ।

সাত্ত্বিক — ফলক আশা নকৰি যিয়ে বিধি অনুসাৰে যজ্ঞক কৰণীয় বুলি কাৰ্য্য সম্পাদন কৰে তাকে সাত্ত্বিক যজ্ঞ বুলি কোৱা হয়।

ৰাজসিক — যিয়ে ফলক উদ্দেশ্য কৰি কামনা সিদ্ধিৰ বাবে আৰু অহংতাৰ ৰাখি এই কাৰ্য্য সম্পন্ন কৰে তাকে ৰাজসিক যজ্ঞ বোলে।

তামসিক — কোনো শাস্ত্ৰীয় নিয়ম নীতি নমনাকৈ অন্নদান বিহীন, মন্ত্ৰহীন, শ্ৰদ্ধাশূণ্য যজ্ঞকে তামসিক যজ্ঞ বুলি কোৱা হয়।

প্ৰাচীন কালৰে পৰা ঋষিমুণি সকলে চাৰি বৰ্ণাশ্ৰম ধৰ্মৰ ব্যৱস্থা কৰিছিল। সকলো প্ৰকাৰে গাৰ্হস্থ্য বা গৃহাশ্ৰম ধৰ্মক শ্ৰেষ্ঠ বুলি কোৱা হয়। যজ্ঞৰ দ্বাৰা ঐশ্বৰ্য্য বৃদ্ধি হয়। লগতে সদৃগুণ, সুচিন্তা, সদাচাৰ আৰু সত্যজ্ঞান প্ৰাপ্ত হয়। যজ্ঞ হৈছে তপস্যা। ঋষিমুণি সকলে গৃহস্থৰ বাবে পাঁচ প্ৰকাৰৰ মহাযজ্ঞৰ বিধান দিছে—

বেদ অধ্যয়ন ব্ৰহ্মযজ্ঞ, পিতা-মাতাৰ পিণ্ডদান আৰু তৰ্পণ কৰাক পিতৃযজ্ঞ, দেৱতাক উদ্দেশ্যে আত্মতী প্ৰদান দেৱযজ্ঞ, জীৱ আৰু প্ৰাণীক খাদ্যদান ভূতযজ্ঞ আৰু অতিথি সেৱাক ন্যযজ্ঞ বুলি কৈছে।

সকলো গৃহস্থই এই পঞ্চযজ্ঞ কৰা দৰ্কাৰ।

যজ্ঞত অগ্নি অপৰিহাৰ্য্য। ঋকবেদত কোৱা হৈছে যে “অগ্নিয়ে, যজ্ঞৰ পুৰোহিত আৰু দীপ্তিমান, তেৱেই দেৱতা, দেৱতা আহ্বানকাৰী ঋত্বিক আৰু ৰত্ন ধাৰণ কৰোতা।

সেয়ে সনাতনীয় চিন্তাধাৰাৰ বৈদিক ক্ষেত্ৰখন অতীৰ প্ৰয়োগাত্মক আৰু অপৰিহাৰ্য্য। সনাতন ধৰ্মগ্ৰন্থৰ বিশ্ব বিশ্ৰুত শ্ৰীমদ্ভাগৱত গীতা উপনিষদ সমূহৰ সাৰস্বৰূপ। উপনিষদ সমূহ খীৰতী গোমাতাৰ দৰে। গোপাল নন্দন ভগৱান শ্ৰীকৃষ্ণই গোমাতাসকলক পালন কৰিছিল। অমৃত স্বৰূপ গাখীৰেই গীতা। সুধীবৃন্দই গাখীৰৰ নিচিনাকৈ অমৃতময়ী গীতা আনন্দেৰে পান কৰিছে।

যজ্ঞৰূপ নৌকাই মানুহক অনায়াসে ভৱনদী পাৰ কৰাব পাৰে। আত্মবিশ্বাস থাকিলেহে একাগ্ৰতাৰে কাৰ্য্যসিদ্ধি হয়। যিটো



বৈদিক ক্ৰিয়াকৰ্মৰ দ্বাৰা সকলোৰে মঙ্গল ও উপকাৰ সাধন হয় সেইটো সদায় কৰণীয়। সেয়েহে যাগ-যজ্ঞাদি পূজা পাঠ শস্ত্ৰায়াণ কৰ্মবোৰ প্ৰকৃত শ্ৰদ্ধাপূৰ্বক আত্মিক ভাৱনাৰ সৈতে সম্পাদন কৰিলে ইপ্সিত ফল পোৱা যায়।

“দেৱো দাণাৎ বা দীপণাৎ বা দ্যোতনাৎ বা ভৱতি”

যিজনে দান কৰে তেওঁ দেৱতা, যিজনে নিজে প্ৰকাশ পাই আনকো প্ৰকাশিত কৰে তেওঁ দেৱতা। সেয়েহে দেৱতাৰ উদ্দেশ্যে মন্ত্ৰ পাঠ কৰিলে, স্তুতি, বন্দনা কৰিলে আৰু যজ্ঞৰ অনুস্থান কৰিলে

মানুহৰ অভীষ্ট সিদ্ধি হয়। ভগৱানৰ আৰ্শ্ববাদ লাভ কৰে। ইয়াৰ দ্বাৰা একোখন সমাজৰ লগতে একোতা অঞ্চল তথা সমগ্ৰভূতৰে উপকাৰ সাধন হয়। যজ্ঞৰ দ্বাৰা প্ৰাণীজগতৰ প্ৰাণসঞ্জীৱনী প্ৰাপ্ত হয়।

“ওঁ সৰ্বে ভৱন্ত সুখীনঃ

সৰ্বে সন্ত নিৰাময়ঃ

সৰ্বে ভদ্ৰাণি পশ্যন্ত

মা কশ্চিদ্ দুঃখভাগ্ ভৱেত্”।। ■

***With best wishes from:***

**Kabindra & Ela**

**Parimal Kanti Roy, Sikha & Priyankar**

**Abhijeet Barooah, Rula, Mayuri & Uddipan**

**Surajit Goswami & Family**

**Shekhar Barthakur, Ruma, Natsha & Woody**

## শৰতৰ আহ্বান



বিভা ডেকা

গুৱাহাটী

(বঞ্চিত ডেকাৰ পত্নী)

তলসৰা শেৱালীৰ সুবাসে  
স্নিগ্ধ শীতল জোনাকত বহি  
মাতিলে শৰতক  
আহা তুমি আহিনৰ বোকোচাত উঠি।  
মুকুতাৰ মালা গাঠি  
সেউজী কোমল দুবৰিৰ দলিচাত বহি  
নিয়ৰৰ টুপ টুপ কণাবোৰে  
তিৰ্বিৰাই থাকে মৰিচিকা হৈ  
বিব্ বিব্ মলয়াৰ স্পৰ্শত।  
কৃষকৰ হিয়াৰ আমঠু  
সিন্ত ধাননি পথাৰখনে  
সেউজীয়া নিচ্ছিদ্র চাদৰ মেৰিয়াই  
সগৰ্ভা কৰিলে আই লখিমীক।  
শুভ্ৰ কছৰাই আচল উৰুৱাই  
নৈৰ পাৰে পাৰে গীত গাই  
কুৱলীৰ জাল ফালি

মৃদু মৃদু খোজেৰে  
লয়লাস ভংগীৰে  
দিলেহি বতৰা বঙীন উৎসৱৰ।  
আহিনে আনিলে শৰতক  
দিলেহি আশাৰ বতৰা  
একতাৰ দোলেৰে বাতে হাত ধৰি  
মানৱে ৰচিলে বৰ্ণিল জীৱনত  
স্বৰ্ণীল অলেখ স্বপ্ন। ■



## SAGAR ENTERPRISE

Cloth Merchants & Commission Agent



House Of Exclusive Designer Fabrics

China Sourcing Representative

Regd. Add :- 15-A, 4th Floor, Haroon Building,  
190- Princess Street, Marine Lines (East),  
Mumbai- 400 002, Maharashtra, (India).

Email-Id:- mace040@gmail.com

Sushilkumar Jain Lunkar (Hanuman)  
+91-9967029312

Shrenik Lunkar  
+91 98673 18833

**i n o c e n C i a**

House Of Exclusive Designer Women's Wear

Regd. Add :- Thinktrek Solutions,  
Shop no.4/ 12 , Upper Basement Floor,  
Dheeraj Heritage Commercial Complex,  
S.V. Road, Near Milan Subway,  
Santacruz (West), Mumbai 400 054,  
Maharashtra (INDIA)

Email-Id:- info@parallelkart.com

**We entertain corporate and customised  
wholesale ladies garment orders.**

**Shrenik Lunkar**  
+91 98673 18833





## Among others, social activities done by our members of their own initiative.



**Shri Rajendra Periwal**, a GCC 1978 alumnus from Ahmedabad, is associated with Ahmedabad Municipal Corporations' Gaushala at Bakrol where around 2000 old, seek, disabled, injured cows and animals are sheltered. Apart from his regular visits to this place, on every Saturday and Sunday he used to spend considerable time and financial help for their nourishment of his own. As Chairman of Gujrat Yoga & Meditation Centre, he conducts free Yoga classes. As President of Ahmedabad District Maheshwari Samaj, he provides support to the needy widows, school students, patients and also conducts Blood Donation Camps.



**Shri Nirmal Goenka**, a GCC 1978 alumnus from Mumbai, is passionate to serve for the needy and underprivileged section of society. Recently he visited one unique School at Thane to do charity where street Beggars are picked up and education provided to them. This School (From KG - Class-X) is run under the flyover in a container which is fully Airconditioned. This School timing is from 8:00 AM to 3:00 PM. After coming to School, students takes bath and wear uniform and takes their breakfast. Apart from regular classes, technical training facilities such as Mechanical, Electrical, Plumbing, Computer Training, Robot Making etc are taught to them.





*With best compliments from:*



**Binod Jain  
Rekha Jain**

# ASHOK YARN STORES

**M.S. Road, Fancy Bazar  
Guwahati-781001**



*With best compliments from :*

 **96503 77748  
91017 38412  
91010 67966**

# PURBANCHAL DRUGS

**GMCH Complex,  
Bhangagarh, Guwahati,  
Assam-781032**

**e-mail : [purbanchaldurgsgmch@gmail.com](mailto:purbanchaldurgsgmch@gmail.com)**

## Among others, social activities done by our members of their own initiative.



**Shri Santosh Bhattacharjee**, a GCC 1978 alumnus from Mumbai, is an ardent lover of social activities specially related to environment protection and global warming awareness. On Vana Mahotsava Day (1st July) this year he along with other Members and Students of the Institute of Company Secretaries of India (ICSI) planted 40 plants (28 Ficus in 3 varieties and 12 Flower plants in 3 varieties) in Kharghar, Navi Mumbai.

**Dhrubajit Dutta**, a GCC 1978 alumnus from Guwahati, had donated all the medical books (1st Year to Final Year) of his daughter Dr Ananya Dutta to Lutfor Ali a deserving medical student who otherwise find it difficult to bear this expenditure. Two years back we provided financial support to Mr Lutfor Ali when he scored brilliantly in HSLC exam in spite of financial hardship. He also scored brilliantly in Higher Secondary exam and finally cleared Medical Admission Test. He is now studying in Assam Medical College & Hospital, Dibrugarh.

Mr Dutta also presented his own Laptop to Pompi Lahkar, a student of HS Second Year whose father is happens to be a carpenter.



Mr Lutfor Ali



***With best wishes from:***

// Niranjan Dhirasaria, Bimal Kr. Sethi, Renu, Deepak & Namrata

---

// Arvind Kr Singh, Manju, Nikhil and Nishrita

---

// Kailash Nath Mittal

---

// Atul Kr Kedia, Sunita, Shruti & Shashank

---

// Partha, Ritam & Soma Sengupta

---

// Anil Kr Rungta, Savita, Anurag, Amrita & Liasha

---

// Balen Ch Das, Sabita Das, Kankan Das & Smriti Rekha Deka

---

// Dilip Kr Sarmah, Dipali Sarmah, Pallabi Sarmah & Souvick Baruah

---

// Jabed, Jubeda, Dr Jesim & Jisan

---

// Utpal Baruah, Daisy & Dr. Manash Pratim

---

// Pratul Deka, Bindoo , Priyam & Kuldip

---

## IMPACT OF HATE SPEECH IN SOCIAL MEDIA



Alhaj Nurur Rahim Majumdar  
Guwahati

We often come across numerous hate speeches which are so widely floated in the social media and resulted in an unhealthy environment in our society. Unlike traditional media, online hate speeches can be produced and shared easily at low cost and anonymously. Today a public statement against race, ethnicity, religious belief, sexual orientation, physical & mental disabilities etc can be labeled as hate speech. Hate speech online sometimes leads to a global increase in violation, including mass shootings, lynchings and ethnic cleansing.

Social media refers to the means of interactions among people in which they create, share, and/or exchange information and ideas in virtual communities and networks. In other words, social media are interactive technologies that facilitates the creation and sharing of contents, ideas, interests and other forms of expression through virtual communities and network.

Social media outlets differ from traditional media for example, print magazines and newspapers, T.V and Radio broadcasting in many ways including quality, reach, frequency, usability, relevancy and permanence.

In common language, "hate speech" refers to offensive discourse targeting a group or an individual based on inherent characteristics, such as Race, Religion, Gender and that may threaten social peace.

In the 267<sup>th</sup> Report of the Law Commission of India, hate speech is stated as an incitement to hatred primarily against a group of persons defined in terms of Race, Ethnicity, Gender, Sexual Orientation, Religious Belief and the like.

Hate speech is a legal term with varied meaning. It has no single, consistent definition. It is defined by the Cambridge Dictionary as "*Public speech that expresses hate or encourages violence towards a person or group based on something such as race, religion, sex, or sexual orientation.*"

The main reason for the propagation of hate speech by individuals is that - they believe in stereotypes that are ingrained in their mind and these stereotypes lead them to believe that a class or group of persons are inferior to them and as such cannot have the same rights as them.

Hate usually stems from fear, insecurity or mistrust. Do not compare yourself with others, strive to the best version of yourself instead. When you feel hate or anger, it is best to take a step back and avoid reacting in heat of the moment.

Hate speech is the promotion of feelings of enmity or hatred between different classes of citizens of India on the grounds of race, religion, community, caste or language in reference to elections and include it under corrupt electoral practices.



As a matter of principle, hate speech must be confronted at every turn and be tackled in order to prevent armed conflict, atrocity crimes and terrorism, end violence against women and other serious violations of human rights and promote peaceful, inclusive and just societies.

Hate speech is rising around the world. However, its scale and impact are now amplified by new communication technologies. Hate speech including online has become one of the most common ways of spreading divisive rhetoric on a global scale, threatening peace around the world.

Hate speeches are dealt under IPC under Sections 153A, 153B, 295 A, 298, 505(1) and 502(2) that declares that word, spoken or written, that promotes disharmony, hatred or insults on the basis of religion, ethnicity, culture, community, race etc., is punishable under law.

Sections 123 (3A) and 125 of the Representation of Peoples Act bars the promotion of hate speech. In common language, "Hate Speech" refers to offensive discourse targeting a group or an individual base on inherent characteristics, such as race, religion or gender and that may threaten social peace.

Section 153 B of the Indian Penal Code penalizes any imputation regarding religious, racial, language, region, group, caste, community cannot bear true faith to the Constitution of India or deprived as Indian citizens, or cause disharmony or feelings of enmity or hatred or ill-will between such members and other persons.

United Nations (UN) unanimously adopting Resolution 2686(2023) Security Council urges

International Community to prevent Incitement, Condemn Hate speech, Racism, Acts of Extremism.

Whether "hate speech" is bailable or non-bailable?

The law prohibits blasphemy against all religions in India. Section 295 A is a cognizable, non-bailable and non-compoundable offence.

Genocides do not start with bullets or machetes; they begin with hate speech. The Holocaust did not start with gas chambers but with hate speech. In recent years, the world has witnessed several mass atrocities. In many of these cases, hate speech was identified as a "precursor to atrocity crimes, including genocide." While the use of social media and digital platforms to spread hatred is relatively recent, the weaponization of public discourse for political gain is unfortunately not new.

Freedom of speech is understood to be fundamental in a democracy. However, freedom of speech has its dangers for example, speech could damage a state, (i.e., it betrays state secrets), speech could incite violence against people and speech could offend other people.

The Court observed that hate speech constituted three elements – content, intent and harm or impact –that the content of a speech must be coupled with the intent of the speaker to incite or cause harm.

As history continues to show, hate speech coupled with disinformation can lead to stigmatization, discrimination and large-scale violence. According to Albert Einstein - "*Peace cannot be kept by force. It can only be achieved by understanding.*"

*N.B.: The writer is a social worker/sports organizer actively associated with various social and sports organizations and also the Editor-in-Chief of "Labbaika" – a Souvenir published annually by the North East Haj Pilgrims Reception Committee to commemorate "Holy Hajj".*

# Storytelling

## - The power of stories



**Biswajit Talukdar**

Hyderabad

(Son of Gauri & Balabhadra Talukdar)

When you grow up what's the story you want to tell to your grandchildren? Don't you think your story should be more exciting than your CV? Think of the story you want to tell a few decades from now and start writing it today, because in current times the world is a grand storytelling competition. Everyone is trying to present their own personal and cultural stories in the most persuasive manner.

Stories define us; stories sway people and change the course of policies and even the world.

During the Second World War, the United States listed the Japanese cities they wanted to destroy with the atomic bomb. The city of Kyoto was on that list, but it was removed by the United States Secretary of War, Henry L Stimson. Kyoto was removed, and instead, they put Nagasaki because Stimson had gone to Kyoto on his honeymoon and was moved by its beauty and culture and didn't want to see it destroyed.

In this case, Kyoto's story saved it from being bombed. Stories have power to connect emotionally.

In today's time, it is also important to understand what sets you apart is how you say the story.

Storytelling is one of the strongest communication tools, the power of a great story can have a massive effect which can inspire and persuade people to adopt and spread certain ideas.

Ancient Greek philosopher Plato said, "Those who tell stories rule the society."

People who have mastered the art of storytelling know the power of stories. The people who are making the biggest stories are leaders, politicians, media and marketing campaigns – they are the best storytellers.

I cherish storytelling as a journalist and I have embarked on a journey to try and understand human experiences in all their complexity and find and tell stories of triumphs and struggles. This is my story.

So what's your story? ■

**The writer is a Sports Journalist.**



***With best wishes from:***

/// Sarat Chandra Sarma, Bhaswati, Prasanta, Karavi & Jyotiripa

---

---

/// Sumanta Roy, Sumana & Hrishav

---

---

/// Bhaskar Das, Nizara, Dhiman & Niyanta

---

---

/// Mahabir Jain-Advocate, Smt Sumitra, Abhishek, C.A. Rahul & C.A. Sashi Jain

---

---

/// Jitendra Dauka, Anjali, Bidipta & Nimashri

---

---

/// Gopal Krishna Choudhury, Soma, Uttam & Siddharth

---

---

/// Sajjan Kumar Agarwalla, Saurav, Swastik, Smita & Swati

---

---

/// Satyajit, Mousumi, Dixa & Ipsha Barooah

---

---

/// Dipak Kumar Chakrabarty and Liza Chakrabarty

---

---

/// Himadri Sekhar, Anamika (Ruma) & Ratul Goswami

---

---

## LOL ~~ Laugh Out Loud



**Mayuri Barooah**  
Guwahati

*(Daughter of Abhijeet Barooah and Rula Barooah)*

"Laughter"...how costly is it? Is there any price tag on it or do we need to pay GST for it? Sounds funny right ! But if this valuable thing comes for free then why don't we make the best use out of it? Today the world is under stress and anxiety ,we are away from dear ones and have very less time for love and affection. Laughter proves to be the best solution and ultimate therapy for such issues. As a child we used to laugh a lot throughout the day,everyone around us try their best to make us laugh. But as we grow up laughter becomes costlier and tension becomes cheaper,isnt it? Well.. scientifically speaking laughter decreases stress hormones, increases immunity and infection fighting antibodies,also stimulates our body to eliminate toxins. It releases our stress which in turn provides physical and emotional relaxation to mind and body. In addition it normalises our blood pressure thus safeguarding our heart. Obese people will be glad to know that laughter burns calories thus helping one to keep fit and energetic. And those who feels demotivated with increasing age should laugh even more as it increases longitivity compared to those who laugh very less. Tension with spouse? No worry, as laughing is the ultimate secret weapon to resolve such conflicts. As it will definitely create a happy atmosphere in relationships. Are you lonely and have nobody to laugh with?There are special laughter sessions in open spaces where similar groups of people raise hands and laugh openly. Reading humorous books and watching comedy movies will also make us laugh alone. So laugh louder, laugh together and spread happiness. As Charlie Chaplin said - A day without laughter is a day wasted. Just one gentle reminder- Laughing in unusual situation might show you the way to mental asylum !! ■



***With best wishes from:***

/// Santosh Bhattacharjee, Ashima, Shibani, Dr Shanta, Ayush and Gauri

---

---

/// Satnam Singh Syan, Updesh Kaur Syan & Harmit Singh Syan

---

---

/// Nurur Rahim Majumdar, Elizabeth Blah, Prince Wazim Arafat,  
Sonia Shahnaaz & Zeenatur Rahim

---

---

/// Pawan Agarwalla, Lalita, Rohit & Rahul

---

---

/// Dalil Uddin Ahmed, Nafisa, Dr Dilufa, Nishad & Parveen

---

---

/// Ramendra Ch. Sarkar, Nanda, Ankita & Rachayita

---

---

/// Prabindra Nath Bhuyan & Anamika Bhagawati

---

---

/// Ms Banti Devi, Anurag Nath, Sushma K, Master Dhruv Jeet Nath

---

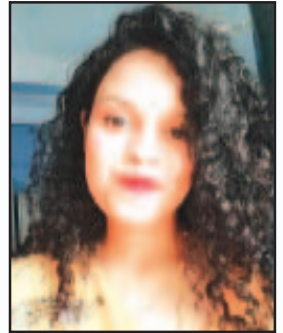
---

/// Abdul Majid, B.M. Shakila, Dr. Shafina Sultana & Shajid Mustakim

---

---

## RECOLLECTING AND FLAMING



Afsenta Sarma  
Bangalore

*(Daughter of Nilima Devi & Laksheswar Sarma)*

In the core of an unseen land  
In the hazy shore of existence  
Diving through the corridors of reminiscence  
Recollecting some, Flaming some  
Some wounds, Some warms  
Some heals, Some harms  
Toiling and plunging the life  
Lost and found, many a times  
Perennial extant in the self-same edge  
Made it to a mean-spirited personage. ■





# HOW DOES VAIKUNTHA LOOKS? YOU MAY NOT KNOW ABOUT THIS SECRET OF VAIKUNTHA



**Priyankar Roy**  
Kolkata

*(Son of Sikha & Parimal Kanti Roy)*

In this topic of presentation, we will know how does Vaikuntha Lok looks and in our Ethology (Shastra) how Vaikuntha is described. Also about Moksha (Salvation) we will tell you through this presentation.

The word Vaikuntha means to live without any worries.

Vai = No, Kuntha = Worry

Vaikuntha has many other meanings like where there is no worry;

Kuntha = Inactivity, Inaction, Stagnancy, Disappointment, Desperation, Sadness, Laziness, Sloth, Lethargy, Plight, Impoverishment, Poverty.

This means that Vaikuntha Dham is such a place where there is no ruthlessness-inactivity, Disappointment, Sadness, Impoverishment, Poverty, Laziness, Sloth, Lethargy, Desperation, Stagnancy, Inaction.

In the Pataal Khand (Part) of Padma Puran many names have been told of Vaikuntha, like Moksha, Param Pad, Amrit, Vishnu Mandir (Vishnu Temple), Akshar, Param Dham, Vaikuntha, Sasakhya Pad, Nitya Dham, Param Vyom, Sarvodkrishth Pad, Golok Dham.

Now I tell you about the Pataal Khand of Padma Puran where the description of Vaikuntha is given.

So take religiously and respectively learning. In Padma Puran, it has been told that Vaikuntha Lok is rampant with many districts. Its has been graceful with many houses, palaces made of Gems which are precious.

In the mid-part of Vaikuntha, Lord Vishnu's Saketh Nagari lies, whose four (4) directions consists of 4 (four) doors. East door has Chand-Prachand name of guardsmen (Dwarpal). South Door has Bhadra-Subhadra name of guards. West door has Jay-Vijay name of guards. As well towards North door Dhata-Vidhata name of guards lives.

Innumerable Councilors (Parshads) of Vishnu lives in Vaikuntha. Councilor means God devotee or helpers of God. The form of Councilor are like Lord Vishnu only, look-alike.

These Councilors holds Vanmala (Forest Necklace) around their neck instead of Kaustav Jewels. These Councilors (Parshads) are send to Earth time to time by Shri Hari Vishnu to give meaningful messages to Earthlings. Usually Shri Hari Vishnu has innumerable Councilors (Parshads), but among those 16 Councilors (Parshads) are main.

Vishwaksen, Jay, Vijay, Bal, Prabal. About them, it is said that they does good to the devotee and helps

in the game of the Lord/God. Jay & Vijay got cursed due to which Jay took birth as Raavan and Vijay took birth as Kumbhkarna on Earth. Chand, Prachand, Kumud & Kumudaksh does service of Shri Hari by becoming much merciful. Sheel, Sushen, Vaksusen takes care of all the emotional devotee of Shri Hari.

In the middle part of Nagari, Anteyapur resides of Lord Vishnu which is added to Gems and Gopur, is graceful with it. Divine Nymphs, Fairies and Women from all angles increases the beauty of Anteyapur. There is a divine pavilion (mandap) in the within or middle. That Pavilion is made up of Gems. (Note: Pavilion means Mandap), In between, in the middle of the Pavilion there is Ashtadal Lotus that raises brightness at the shining time, on which main Vishnu attains the enlightenment of self along with Goddess Lakshmi.

The Lord's statue (Vigraha) is calm like the Blue Lotus and it also illuminates like Crores of Suns and the brightness equals to chores of Suns. He is known as Tarun Kumar. Whole body is slim and every parts of the body is soft & blossomed like red Lotus. Hands & Legs are excessively developed and mind, eyes are known as developed Lotus. Beautiful Nose, Cheeks, Face, Teeths are like Grains of Pearls, & filled with slight smile and munch of Red Lips. The whole face signifies the brightness of Moon and the Lotus like face has a smile on it. Lord's hair has beautiful Coral Night-flowering Jasmine (Parijat), and Mandar's flowers symbolizes its beauty. Neck has Kaustav Gems which shines during the early morning of Vaikuntha. Goddess Maha Lakshmi sits on the left side, Lord Vishnu resides along with Maha Lakshmi. Vimla, Utkarshani, Gyana, Kriya, Yoga, Grahi, Satya & Ishana, these are all the Pat Queens of Shri Hari.

If anyone obtains Vaikuntha, he or she will be free from this life and death cycle, means that person will be free from this world, and this is called Salvation (Moksha). Moksha are of many kinds and you should know about these informations.

- ◆ Saahujiya Moksha:- Here, organisms merges with the universal soul means soul

loses its identity.

- ◆ Salokya Moksha:- Here, organisms can live with Lord Vishnu in one place together, means soul gets to stay in lively homes in Vaikuntha.
- ◆ Sarupya Moksha:- Here, organisms obtains same kind as Lord Vishnu, means soul also has a body in which the four (4) hands holds Shell, Wheel, Mallet/Blunt Mace, and Lotus.
- ◆ Sarsti Moksha:- Here, organisms obtain that same luxury as that of Lord Vishnu has, also the same power they gains.
- ◆ Samapya Moksha:- Here, organisms can stay in the continuous company of the God.

After knowing these informations about Moksha, I think your doubts are cleared enough. It has been said that, those who lives in Vaikuntha, there is fullness of nature in them, which means they are without desire. There is no Jealousy among the habitants of Vaikuntha. Via the service of Vishnu, they get full, complete satisfaction and peace. Like this there is complete harmony between the inhabitants of Vaikuntha and the Lord.

It is said, that the inhabitants of Vaikuntha has One Lakhs times more Love towards Lord Vishnu than the love towards their own self. In Vaikuntha, the service of Vishnu gives them so much joy that the sense gratification in the physical/material worlds becomes negligible and meaningless to them. In Vaikuntha, everything is present in pureness & goodness in nature.

I hope you will get my point of sharing of this writing about Vaikuntha and its secrets you never knew before. And I also hope you will continue to support my writing and help me out to explore more unexplored topics and talk about the less talked topics of discussions. By reading it, I hope you find this topic truly out of this World. Because I am a fact seeker and it's not a fiction guys. I will be waiting to write again soon as I have lots of surprises waiting for you & readers. Thank you my dear readers. ■





To those who inspire  
our nation's transformation,  
**SBI is your fan.**

SBI  
**DESH  
ka FAN**

-  22,000+ branches
-  65,000+ ATMs & ADWMs
-  490 million+ customers
-  76,000+ CSP outlets
-  Global presence in 29+ countries



#DeshKaFan

For assistance, call 1800 1234 / 2100 or visit [bank.sbi](http://bank.sbi)

Follow us on      



**ZANIBO**<sup>®</sup>  
Home, Kitchen & Office

1800 532 7009  
9810057067

875/1, PN Writer Building Main Road  
Sant Nagar Burari Delhi-110084  
Web: [www.zanibo.com](http://www.zanibo.com)  
Email: [customercare@zanibo.com](mailto:customercare@zanibo.com)



**ZANIBO**<sup>®</sup>

Home, Kitchen & Office

**ZANIBO TOASTERS**



**ZANIBO IRONS**



**ZANIBO CEILING FANS**



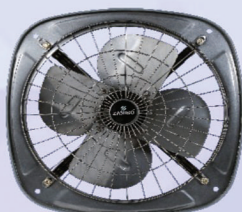
**ZANIBO KETTLES**



**ZANIBO RACKETS**



**ZANIBO VENTILATION FANS**



**ZANIBO HAND BLENDERS**



**ZANIBO IMMERSION RODS**



**ZANIBO GEYSERS**



**ZANIBO MIXER GRINDERS**



**ZANIBO HEATERS**



**ZANIBO CLOCKS**



ISO  
9001:2015

DELHI WATCH MARKETING PVT LTD



**Distributor Enquiry Solicited**



*With best compliments from :*

# Bimal Kothari & Family

Residence :

“Gunjan”, Bungalow No.3  
41, Pali Hill Road  
Bandra West, Mumbai-400050

Office :

123, Mittal Court, ‘B’, 12<sup>th</sup> Floor  
Nariman Point  
Mumbai 400021

☎ 9322121462, E-mail : [bimalkothari27@gmail.com](mailto:bimalkothari27@gmail.com)