Boighar.com

Z@far's

শর্টকাট

বইঘর নিবেদন

বইঘর নিবেদন বইঘর নিবেদন

নলেজ পাওয়ার

IUD Boighar

স্কুল, কলেজ, মাদরাসা, বিশ্ববিদ্যালয়সহ সকল শিক্ষার্থী এবং সরকারি-বেসরকারি চাকুরী ও যে কোনো প্রতিযোগিতামূলক পরীক্ষার জন্য।

সংকলনে

মোঃ আবু জাফর

বাংলা, ইংরেজি, কিছু অমূল্য উপদেশ

IUD BG

এবং সাধারণ জ্ঞানভিত্তিক অনেক জানা-অজানা তথ্যের সমাহার

নিউ দিশারী পাবলিকেশন্স-ঢাকা

Email: newdishari@gmail.com

www. facebook.com/newdishari

IUD বইঘর

সকল শিক্ষার্থী, জ্ঞানপিপাসুদের এবং প্রতিযোগিতামূলক পরীক্ষার জন্য...

NDP

শর্টকাট টেকনিকসহ

নলেজ পাওয়ার

[Knowledge Power]

(বাংলা, ইংরেজি, সাধারণ জ্ঞানের কিছু
সহজ টেকনিক ও গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্নোত্তর এবং
জীবন পরিবর্তনে সহায়ক কিছু উপদেশ, বাণী ও ফিচার)

সংকলনে
মোঃ আবু জাফর
এম.এফ, বি.এ, এম.সি.পি (আমেরিকা)
হায়ার ডিপ্লোমা ইন কম্পিউটার সায়েন্স এন্ড প্রোগ্রামিং
বহু গ্রন্থের প্রণেতা, সম্পাদক ও প্রকাশক।

নিউ দিশারী পাবলিকেশন্স
৩৮, বাংলাবাজার, ঢাকা।
সু-সংযোগঃ ০১৮৪২-০৫৮২০০, ০১৯৪২-০৫৮২০০
ইমেইলঃ newdishari@gmail.com

সাধারণ জ্ঞান
শর্টকাট নলেজ পাওয়ার

প্রকাশক কর্তৃক সংরক্ষিত

প্রথম প্রকাশকাল:
নভেম্বর, ২০১৬

সতর্কীকরণঃ
এ বইয়ের কোন অংশ মূদ্রণ কিংবা ফটোকপি করা সম্পূর্ণ নিষিদ্ধ এবং কপিরাইট আইনে আইনত: দণ্ডনীয় অপরাধ।

বর্ণবিন্যাস ও প্রচ্ছদঃ
নিউ দিশারী পাবলিকেশন্স
কম্পিউটার সেকশন

পরিবেশক
ইনকিলাব পাবলিকেশন্স
বুকস এন্ড কম্পিউটার কমপ্লেক্স,
৩৮/৩ বাংলাবাজার, ঢাকা।
ফোন- ০২-৯৫৮০৬৯৪, ০১৭১২-৮৯১৪৫১

মূল্য ঃ
সাদা: ৬০.০০ (ষাট) টাকা মাত্র।

যেভাবে পুস্তকটি সাজানো হয়েছে

একের ভিতর অনেক কিছু: ৭৫টি সহজ টেকনিক---- ৩
গণিত টেকনিক ------------------------- ১৫
স্পোকেন ইংলিশ-এর জন্য গুরুত্বপূর্ণ কিছু ভোকাবুলারী বা শব্দার্থ ------------------------------ ১৬
খুব গুরুত্বপূর্ণ ৮০টি Antonyms (বাংলা অর্থ সহকারে) -- ১৯
বাংলা অর্থ সহকারে গুরুত্বপূর্ণ ইংলিশ প্রবাদ বাক্য (Proverbs)------------------------------২১
ইংলিশ রচনা বা অনুচ্ছেদ নিজ থেকে লিখতে ও Translation বা বঙ্গানুবাদ লেখার ক্ষেত্রে যে ইংলিশ শব্দার্থগুলো জানা প্রয়োজন ----------------২৩
Correct Spelling *(Common Spelling Mistake* -- ২৫
দৈনন্দিন জীবনে ব্যবহৃত কিছু তথ্য প্রযুক্তি শব্দের পূর্ণরূপ- ২৭
ইংরেজি থেকে বাংলা অনুবাদের কৌশল ও ১৪টি অনুবাদ- ২৮
কম্পিউটার ও তথ্যপ্রযুক্তি বিষয়ক গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্নোত্তর----- ৩২
পুষ্টি উপাদান ও ভিটামিন, বাংলা----------------৩৪
কারক ও বিভক্তি বিভ্রান্তি, অনুবাদ সাহিত্য, বাংলাদেশের অর্থনৈতিক সমীক্ষা ২০১৬ ------------------৩৫
বাংলা সাহিত্য অংশে আসা গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্ন-উত্তরগুলো দেখে নিন -- ৩৭
ভৌগলিক উপনাম- ৫০টি ----------------- ৩৯
'রসায়ন+সাধারণ বিজ্ঞান' বিষয়ের ৭০+৬০টি খুব গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্নোত্তর- ------------------------৪০
খুব গুরুত্বপূর্ণ বাংলা সমার্থক শব্দ----------------৪৩
আপনি কেন চাকরি পাচ্ছেন না?----------------৪৬
সফল না হওয়া ------------------------৪৮
ইন্টারভিউতে খেয়াল রাখবেন যে ১০ বিষয় --------৫০
ভালো Salesman হওয়ার জন্য অবশ্য পালনীয় ১০টি নির্দেশনা --৫১
বিস্ময়কর, জানা অজানা অদ্ভুত ও অবাক করা মজার মজার তথ্য---- ---------------------৫২
পৃথিবীর বা বিশ্বের প্রথম সবকিছু নিয়ে প্রশ্নোত্তর ----৫৪
দৈনন্দিন জীবনে বিজ্ঞানের সেরা আবিষ্কার ও তাদের সংক্ষিপ্ত ব্যাখ্যা---- -----৫৬
জেনে রাখা ভাল: দৈনন্দিন জীবনে কিছু ঘটনার বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা -----------------------৫৮
দৈনন্দিন জীবনের বিভিন্ন সমস্যা সমাধানের জন্য প্রয়োজনীয় কিছু ঘরোয়া উপায় ও টিপস -----------৫৯
যে ৭টি খাবার এবং ওষুধ একসাথে ভুলেও খাবেন না-৬১
ভাত খাওয়ার পর যে পাঁচটি কাজ করবেন না -----৬১
এলার্জিকে বিদায় জানান আজীবনের জন্য --------৬২
খুব সহজে খুশকি দূর করুন ঘরোয়া উপায়ে -------৬২
হঠাৎ কেউ স্ট্রোক করলে কি করবেন,/ সুখ -------৬৪
নিজেকে জানো --------------------------৬৭
লাইফে বড় হতে চান!!, /কিছু শিক্ষামূলক উপদেশ, উক্তি ও বাণী --------------------------৬৯
পারস্যের মহাকবি শেখ সাদীর উপদেশ ও বিখ্যাত বাণীসমূহ..৭১
পরীক্ষায় ভালো রেজাল্ট অর্জনের জন্য ৯ কার্যকর টিপস-- ৭২
কঠিন পড়া মনে রাখার কিছু কৌশল, একজন শিক্ষার্থীর কিছু গুণ ---------------------------৭৩
নিখুঁতভাবে বইপড়ার সঠিক অঙ্গবিন্যাস শিখে নিন, স্মৃতিশক্তি বাড়াতে- ৭৪
বুদ্ধি বাড়ানোর সহজ কিছু উপায় ৭৫
গণিতের কিছু কৌশল দিয়ে অবাক করে দিন আপনার বন্ধুকে ৭৬
নিজেকে কখনো ক্ষুদ্র ভেবো না...................... ৭৬
জীবনকে সফল ও উপভোগ্য করতে ৭৯
অন্যের মনে জায়গা করে নেয়ার উপায় ৮০

BOIGHAR.COM
Please Give Us Some Credit When You Share Our Books!
Don't Remove This Page!
EXCLUSIVE
EDIT
SCAN
Visit Us at boighar.com
If You Don't Give Us Any Credits, Soon There ll Nothing Left To Be Shared!

একের ভিতর অনেক কিছু: ৭৫টি সহজ টেকনিক

প্রতিযোগিতামূলক পরীক্ষার প্রস্তুতির জন্য মনে রাখার মত ৭৫টি সহজ টেকনিক।

 # টেকনিক-১ যে সকল দেশের মুদ্রার নাম "ডলার" সেগুলো মনে রাখার উপায়।

✉ "গনি মাঝির জামাই HSC পাশ করে BBA পড়তে অস্ট্রেলিয়া গেল।"

★ গ- গায়ান
★ নি- নিউজিল্যান্ড
★ মা- মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র
★ ঝি- জিম্বাবুয়ে
★ জামাই- জামাইকা
★ H- হংকং
★ S- সিংগাপুর
★ C- কানাডা
★ B- বেলিজ
★ B- ব্রুনাই ও বারমুডা
★ A- এন্টিগুয়া, অস্ট্রেলিয়া
★ গেল-গ্রানাডা।

 # টেকনিক-২ : মধ্যপ্রাচ্যের দেশসমূহ মনে রাখার সহজ কৌশল।

✉ "সুমি তুই আজ ওই বাম সিলিকার কুলে।"

★ সু- সুদান/সৌদিআরব
★ মি- মিশর
★ তু- তুরস্ক/তিউনিসিয়া
★ ই- ইরাক/ইসরাইল
★ আ- আলজেরিয়া, আরব আমিরাত
★ জ- জর্ডান
★ ও- ওমান
★ ই- ইরান/ইয়েমেন
★ বা- বাহরাইন
★ ম- মরক্কো
★ সি- সিরিয়া
★ লি- লিবিয়া
★ কা- কাতার
★ কু- কুয়েত
★ লে- লেবানন

 # টেকনিক-৩ : ছিটমহলগুলো (১১১টি) বাংলাদেশের যে সকল জেলায় অবস্থিত।

✉ "কুলাপনী/ অথবা "লাল' নীল' পাঁচ' কুড়ি" wink emoticon

★ কু- কুড়িগ্রাম (১২টি)
★ লা- লালমনিরহাট (৫৯টি)
★ প- পঞ্চগড় (৩৬টি)
★ নী- নীলফামারী (৪টি)

 # টেকনিক-৪ : পারমাণবিক সাবমেরিন আছে ৬টি।

✉ UNR BF CI (উনার BF চাই)

★ UN = যুক্তরাষ্ট্র
★ R = রাশিয়া
★ B = ব্রিটেন
★ F = ফ্রান্স
★ C = চীন
★ I = ভারত

 # টেকনিক-৫ : বাংলাদেশে সর্বমোট নিরক্ষর মুক্ত জেলা-৭টি। প্রথম নিরক্ষর মুক্ত জেলা-মাগুরা

✉ "সিরাজ চুমা লাগা"

★ ১। সি- সিরাজগঞ্জ (৭ম, ১০ মে ২০০৩)
★ ২। রা- রাজশাহী
★ ৩। জ- জয়পুরহাট
★ ৪। চু- চুয়াডাঙ্গা
★ ৫। মা- মাগুরা (১ম)
★ ৬। লা- লালমনিরহাট
★ ৭। গা- গাজীপুর

 # টেকনিক-৬ : GCC ভুক্ত দেশগুলোঃ উপসাগরীয়। সহযোগিতা পরিষদ।

✉ 'ওমা সৌদি বেয়াইন আমারে কাতুকুতু' দেয়।

★ ওমা= ওমান
★ সৌদি = সৌদি আরব
★ বেয়াইন = বাহরাইন
★ আমারে = সংযুক্ত আরব আমিরাত
★ কাতু = কুয়েত
★ কুতু = কাতার

টেকনিক-৭ : দূরপ্রাচ্যের দেশগুলোঃ

✉ "চীনতা কর মফিজ"

★ চীন = চীন
★ তা = তাইওয়ান
★ কর= কোরিয়া (উত্তর/ দক্ষিণ)
★ ম = মঙ্গোলিয়া
★ ফি = ফিলিপাইন
★ জ = জাপান

টেকনিক-৮ : OPEC ভুক্ত দেশগুলোঃ

✉ ইরান, ইরাকের, ইক্ষু, আম, আলু ও লেবুতে ভেজাল নাই। সৌদি আমারে কাতুকুতু দেয়।

★ ইরান = ইরান
★ ইরাকের = ইরাক
★ ইক্ষু = ইকুয়েডর
★ আম = অ্যাঙ্গোলা
★ আলু = আলজেরিয়া
★ লেবু = লিবিয়া
★ ভেজাল = ভেনেজুয়েলা
★ নাই = নাইজেরিয়া
★ সৌদি = সৌদি আরব
★ আমারে = সংযুক্ত আরব আমিরাত
★ কাতু = কাতার
★ কুতু = কুয়েত।

টেকনিক-৯ : CIRDAP-এর অন্তর্ভুক্ত দেশগুলোঃ

✉ NIPAI MTV FILM BS [নিপা'ই MTV FILM BS (ভালোবাসে)]

★ N-Nepal,
★ I-Iran,
★ P-Pakistan,
★ A-Afganistan,
★ I-India.
★ M-Malaysia,
★ T-Thailand,
★ V-Vietnam,
★ F-Filipine,
★ I-Indonesia,
★ L-Laos,
★ M-Mayanmar,
★ B-Bangladesh,
★ S-Srilanka.

টেকনিক-১০ : পারস্য উপসাগরীয় দেশঃ

GCC+ ইরাক, ইরান। আরব উপদ্বীপ= GCC+ ইয়েমেন। পূর্ব এশিয়ার দেশগুলোঃ

✉ "তাজাকোচি"

★ তা = তাইওয়ান
★ জা = জাপান
★ কো = কোরিয়া (উত্তর, দক্ষিণ)
★ চি = চীন

টেকনিক-১১ : দূরপ্রাচ্যের দেশগুলোঃ

✉ "তাজাকোচিফিম"

★ তা = তাইওয়ান
★ জা = জাপান
★ কো = কোরিয়া (উত্তর, দক্ষিণ)
★ চি = চীন
★ ফি = ফিলিপাইন
★ ম = মঙ্গোলিয়া

টেকনিক-১২ : SUPER SEVEN দেশঃ

✉ "থামাই সিতাদহ"

★ থা = থাইল্যান্ড
★ মা = মালয়েশিয়া
★ ই = ইন্দনেশিয়া
★ সি = সিঙ্গাপুর
★ তা = তাইওয়ান
★ দ = দক্ষিণ কোরিয়া
★ হ = হংকং

টেকনিক-১৩ FOUR IMAGINE TIGERS দেশঃ

✉ "সিতাদহ"

★ সি = সিঙ্গাপুর
★ তা = তাইওয়ান
★ দ = দক্ষিণ কোরিয়া ★ হ = হংকং

টেকনিক-১৪ 7 SISTERS: ভারতের ৭টি অঙ্গরাজ্য।

✉ "আমি অমেত্রি মনা"

★ আ = আসাম (গোয়াহাটি)
★ মি = মিজরাম (আইজল)
★ অ = অরুনাচল (ইন্দিরাগিরি)
★ মে = মেঘালয় (শিলং)
★ ত্রি = ত্রিপুরা (আগরতলা)
★ ম = মনিপুর (ইম্ফল)
★ না = নাগাল্যান্ড (কোহিমা)

(বিঃ দ্র- বন্ধনির ভিতর সংশ্লিষ্ট প্রদেশের রাজধানি)

টেকনিক-১৫ : স্কেন্ডেনেভিয়ান রাষ্ট্র ৫টিঃ

✉ "ফিডে আসুন"

★ ফি = ফিনল্যান্ড
★ ডে = ডেনমার্ক
★ আ = আইসল্যান্ড
★ সু = সুইডেন
★ ন = নরওয়ে

টেকনিক-১৬ : বাল্টিক রাষ্ট্র ৩টিঃ

✉ "ALL"

★ A = এস্তনিয়া
★ L = লাটভিয়া
★ L =লিথুনিয়া

টেকনিক-১৭ : D-8 ভুক্ত দেশঃ

✉ "মা বাপ নাই তুমিই" সব।

★ মা =মালেয়েশিয়া
★ বা =বাংলাদেশ
★ পা =পাকিস্তান
★ না =নাইজেরিয়া
★ ই =ইরান
★ তু =তুরস্ক
★ মি =মিশর
★ ই = ইন্দোনেশিয়া

টেকনিক-১৮ : ASEAN ভুক্ত ১০টি দেশঃ

✉ "MTV এর FILM দেখলে BCS" হবেনা

★ M =মালেয়েশিয়া (কুয়ালালামপুর)
★ T = থাইল্যান্ড (ব্যাংকক)
★ V = ভিয়েতনাম (হ্যানয়)
★ F = ফিলিপাইন (ম্যানিলা)
★ I = ইন্দোনেশিয়া (জাকার্তা)
★ L = লাওস (ভিয়েন তিয়েন)
★ M = মিয়ানমার (নাইপিদ)
★ B = ব্রুনাই (বন্দর সেরি বেগাওয়ান)
★ C = কম্বোডিয়া (নমপেন)
★ S = সিঙ্গাপুর (সিঙ্গাপুর সিটি)

(বিঃ দ্রঃ- বন্ধনির ভিতর সংশ্লিষ্ট দেশের রাজধানি)

টেকনিক-১৯ (Golden Cresent) মাদক উৎপাদক অঞ্চল।

✉ "আপাই"

আ=আফগানিস্তান
পা= পাকিস্তান
ই=ইরান

টেকনিক-২০ : (Golden Ways) মাদক চোরাচালানের জন্য বিখ্যাত ৩টি দেশ।

✉ "নেভাবা"

নে= নেপাল,
ভা= ভারত ,
বা= বাংলাদেশ

টেকনিক-২১ (Golden Triangle) মাদকের জমজমাট আসর ৩টি দেশ।

✉ "মাথাল"

মা= মায়ানমার
থা=থাইল্যান্ড
ল= লাওস

টেকনিক-২২ বিজ্ঞানীদের মধ্যে কার পর কে এসেছে

✉ "SPAA" (স্পা পানির নাম মনে রাখলে হবে)

S=Socratics (সক্রেটিস)
P=Pleto (প্লেটো)
A=Aristotole (এরিস্টটল)
A=Alekgender (আলেকজান্ডার)

টেকনিক-২৩ : মোগল সম্রাটদের মধ্যে কার পরে কে এসেছে

✉ "বাবার হয়েছিল একবার জ্বর- সারিল ঔষধে"

বাবার=বাবর।
হয়েছিল=হুমায়ুন।
একবার= আকবর।
জ্বর = জাহাঙ্গীর।
সারিল= শাহজাহান।
ঔষধ= আওরঙ্গজেব।

 # টেকনিক-২৪ : যে সব রাষ্ট্রের আইন সভার নাম "কংগ্রেস"

✉ "কুলি BBA পড়তে নেপাল থেকে চীনে চলিশ গেল।"

★ ক-কলম্বিয়া
★ লি-লিবিয়া
★ B- ব্রাজিল
★ B-বলিভিয়া
★ A-আমেরিকা
★ নেপাল-নেপাল
★ চীনে-চীন
★ চলিশ-চিলি

 # টেকনিক-২৫ বিদেশি শব্দ মনে রাখার অসাধারণ টেকনিকঃ

✉ "জাপানিরা জুডো, কম্ফু, কারাতে খেলে হারিকেনসহ রিক্সায় করে হাসনাহেনা ফুল নিয়ে প্যাগোডায় যায়, সুনামির ভয়ে সামপানে চড়ে হারিকিরি করে।"

জাপানি শব্দঃ জুডো, কম্ফু, কারাতে, হারিকেন, রিক্সা, হাসনাহেনা, প্যাগোডা, সুনামি, সামপান, হারিকিরি

 # টেকনিক-২৬ :

✉ "গুজরাটিরা হরতাল এর দিন কোন জয়ন্তী হলে খদ্দর পরে।"

গুজরাটি শব্দঃ হরতাল, জয়ন্তী, খদ্দর পরে।

 # টেকনিক-২৭ :

✉ "এক তুর্কি উজবুক দারোগা তোপের বসে তার কুলি ও চাকরকে মুচলেকা দিয়ে বলল যদি জঙ্গলে গিয়ে চাকু ও কাচি দিয়ে লাশ কাটতে পার তবে আমার বাবুর্চি তোমাদের চকমক কোর্মা রেধে খাওয়াবে।"

তুর্কি শব্দঃ উজবুক, দারোগা, তোপ, কুলি, চাকর, মুচলেকা, জঙ্গল, চাকু, কাচি, লাশ, বাবুর্চি, চকমক, কোর্মা।

 # টেকনিক-২৮ :

✉ "ফরাসি বুর্জোয়ারা আঁতাত করলেও কুপন ছাড়া ফিরিঙ্গির মত কার্তুজ নিয়ে রেস্তোরাঁ, ক্যাফে ডিপোতে প্রবেশ করে না।"

ফরাসি শব্দঃ বুর্জোয়া, আঁতাত, কুপন, ফিরিঙ্গি, কার্তুজ, রেস্তোরাঁ, ক্যাফে, ডিপো।

 # টেকনিক-২৯ :

✉ "ওলন্দাজরা হরতন রুইতন ইস্কাপন ও টেক্কা দিয়ে তাসে তুরুপ মারে।"

ওলন্দাজ শব্দঃ হরতন, রুইতন, ইস্কাপন ও টেক্কা, তাস, তুরুপ।

 # টেকনিক-৩০ : মৌলিক রঙ মনে রাখার কৌশলঃ

✉ "আসল"

★ আ = আসমানী (নীল)
★ স = সবুজ
★ ল = লাল

 # টেকনিক-৩১ মুক্তিযুদ্ধের সেক্টরসমূহ সংক্ষেপে মনে রাখার জন্য শর্ট টেকনিক:

১) এজির- এক নম্বর সেক্টর, জিয়াউর রহমান, রফিকুল ইসলাম

২) মটুখাহা- দুইনম্বর, খালেদ মোশাররফ, হায়দার

৩) সতিনু- সফিউল্লাহ, তিন নম্বর সেক্টর, নুরুজ্জামান

৪) সিচা- সি আর দত্ত, চার নম্বর সেক্টর

৫) পাঁচশত- পাঁচ নম্বর সেক্টর, মেজর শওকত

৬) বাছ- উইং কমান্ডার বাশার, ছয় নম্বর সেক্টর

৭) সাতানু- সাত নম্বর সেক্টর, কাজী নুরুজ্জামান

৮) ও-আটমন- ওসমান, আটনম্বর সেক্টর, মনসুর

৯) জনম- জলিল, নয় নম্বর সেক্টর, মঞ্জুর

১০) ঐ২৬- নৌবাহিনী দ্বারা চালিত, ১০ নম্বর সেক্টর

১১) এগারহাতা- এগার নম্বর সেক্টর, হামিদুল্লাহ, কর্ণেল তাহের।

 # টেকনিক-৩২ : একনজরে টেকনিকে বিখ্যাত প্রণালীসমূহঃ (প্রণালী থেকে প্রায় পরীক্ষায় ১টি প্রশ্ন থাকে।)

মনে রাখার শর্ট টেকনিক

১. পক- (ভারত শ্রীলঙ্কাকে পোক দিলো) ভারত হতে শ্রীলঙ্কা পৃথক।

২. বেরিং- (আমেরিকা হতে এশিয়াতে আসা বোরিং) আমেরিকা হতে এশিয়া পৃথক।

৩. জিব্রাল্টার- (মরক্কো ও স্পেনে জেব্রা পাওয়া যায়) মরক্কো (আফ্রিকা) হতে স্পেন (ইউরোপ) পৃথক।

৪. ফ্লোরিডা- (ফ্লোরিডা কিবা?) ফ্লোরিডা হতে কিউবা পৃথক।

৫. মালাক্কা- (সুমিত্রা মালির মেয়ে) সুমিত্রা হতে মালয়েশিয়া পৃথক।

৬. হরমুজ- (আমিরাতের ইরানী তরমুজ খায়) আরব আমিরাত ও ইরানের মধ্যে অবস্থিত।

৭. বাব-এল-মান্দেব- (লোহা এখন আরবে) লোহিত সাগর ও আরব সাগরে অবস্থিত।

৮. ডোভার- (UK ও FRANCE এর মাঝে ডোবা আছে) যুক্তরাজ্য হতে ফ্রান্স পৃথক।

৯. বসফোরাস- (ইউরেশিয়া) ইউরোপ হতে এশিয়া পৃথক।

১০. পানামা খাল- (উত্তর দক্ষিণ আমেরিকায় পান খাওয়া নিষেধ) উত্তর আমেরিকা হতে দক্ষিণ আমেরিকা পৃথক।

 # টেকনিক-৩৩ : জেলার নামে নদী তিনটি

⊠ "পফভ"

প = পটুয়াখালী

ফ = ফেনী

ভ = ভোলা

 # টেকনিক-৩৪ : দেশের বাইরে শহীদ মিনার

⊠ "টোকাও"

টো = টোকিও

কা = কানাডা

ও = ওমান

 # টেকনিক-৩৫ : জাতিসংঘের ৬টি ভাষা:

⊠ "আফা চাই স্প্যানিশ রুটি"

আ = আরবি,

ফা = ফারসি,

চা = চীনা,

ই = ইংরেজি,

স্প্যানিশ = স্প্যানিশ

রুটি = রুশ

এর মধ্যে যদি "রুচী (রুশ ও চীনা)" কে বাদ দেওয়া হয় তবে বাকি ৪টি ইন্টারপোলের ভাষা।

 # টেকনিক-৩৬ : কাজী নজরুলের সৃষ্টিকর্ম মনে রাখার কৌশল:

** উপন্যাস মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

⊠ "কুহেলিকা মৃত্যুক্ষুধায় বাঁধনহারা হয়ে গেল"

ব্যাখ্যা: ১) কুহেলিকা ২) মৃত্যুক্ষুধা ৩) বাঁধনহারা

** নাটক মনে রাখার শর্ট টেকনিক

⊠ "আলেয়া তাঁর পুতুলের বিয়েতে ঝিলিমিলি রঙের শাড়ি পড়েছে"

ব্যাখ্যা: ১) আলেয়া ২) পুতুলের বিয়ে ৩) ঝিলিমিলি

 # টেকনিক-৩৭ : পর্যায় সারণির শর্ট টেকনিক:

অপধাতু:

⊠ "আসেন বিয়াই সবাই গিয়ে টেবিলে বসি"

As Bi Sb Ge Te B Si

তরল ধাতু:

⊠ "ফ্রান্সে বেড়াতে গেলাম হাজীর সাথে"

Fr Br Ge Hg Sb

উজ্জ্বল ধাতু:

⊠ "কানা ম্যাকাইভার আগে এল"

Ca Na Mg Ag Al

নরম ধাতু:

⊠ "পাব না কাকে"

Pb Na Ca K

 # টেকনিক-৩৮ মীর মশাররফ হোসেনের সৃষ্টিকর্ম:

**প্রহসন মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

✉ "ভাইয়ে ভাইয়ে ফাঁস ক্বাগজে একি করল? এর উপায় কি?"

ব্যাখ্যা: ১। ভাই ভাই এই তো চাই ২। এঁকি ৩। এর উপায় কি ৪। ফাঁস কাগজ

**নাটক মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

✉ "বেটা বসন্ত জমিদার।"

ব্যাখ্যা:

১। বে- বেহুলা গীতাভিনয়

২। টা- টালা অভিনয়

৩। বসন্ত- বসন্ত কুমারী

৪। জমিদার- জমিদার দর্পন

**উপন্যাস মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

"রত্নাবতী বিষাদসিন্ধুর পানে তাকিয়ে থাকা উদাসীন পথিকের মনের কথা বুঝতে পেরে বাঁধা খাতাটি গাজী মিয়ার বস্তানীতে রাখলেন।"

ব্যাখ্যা:

১। রত্নাবতী (বাংলা সাহিত্যের মুসলমান রচিত ১ম উপন্যাস)

২। বিষাদসিন্ধু

৩। উদাসীন পথিকের মনের কথা

৪। বাঁধা খাতা

৫। গাজীমিয়ার বস্তানী

 # টেকনিক-৩৯ দ্বিজেন্দ্রলাল রায় রচিত নাটকগুলো মনে রাখার সহজ উপায়ঃ

✉ "কল্কি অবতার ও সিংহল বিজয় দুই ভাই বঙ্গনারী নূরজাহানের ঘরে পূনর্জন্ম নিলে প্রতাপ সিংহ ও চন্দ্রগুপ্ত দূর্গাদাস এর প্রায়চিত্তে আনন্দের বিদায় ঘটে।"

★ কল্কি অবতার
★ সিংহল বিজয়
★ বঙ্গনারী
★ সাজাহান
★ নূরজাহান
★ পূনর্জন্ম
★ প্রতাপ সিংহ
★ চন্দ্রগুপ্ত
★ দূর্গাদাস
★ প্রায়চিত্ত
★ আনন্দ বিদায়

অথবা, *প্রতাপ সিংহের নেতৃত্বে *বঙ্গনারীর ২ সন্তান *সাজাহান ও *নূরজাহান *কল্কি অবতার ও *চন্দ্রগুপ্ত *দূর্গাদাসকে পরাজিত করলে *প্রায়চিত্তের *পুনর্জন্ম হয় ফলে *আনন্দের বিদায় ঘটে।

 # টেকনিক-৪০ শরৎচন্দ্র চট্টোপাধ্যায় রচিত গল্পগুলো সহজে মনে রাখার উপায়ঃ

✉ "বিলাসীর মেজদিদি বিন্দুর দুই ছেলে মহেশ ও পরেশ আর এক মেয়ে সতী, মন্দিরের ছবি নিয়ে মামলার ফলে তারা আজ নিঃস্ব।"

★ বিলাসী
★ মেজদিদি
★ বিন্দুর ছেলে
★ মহেশ
★ পরেশ
★ সতী
★ মন্দির
★ ছবি
★ মামলার ফল

 # টেকনিক-৪১ জসীম উদ্‌দীনের সৃষ্টিকর্ম মনে রাখার কৌশল:

* কাব্যগ্রন্থসমূহ মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

✉ "রাখালীদের বালুর চরের ধানক্ষেতে মা জননী হাসুকে নিয়ে সুচয়নী জলের লেখায় সজন বাদিয়ার ঘাটে হলুদবরণ নকশিকাঁথা বিছিয়ে গল্প করছেন।"

ব্যাখ্যা: ১) রাখালী ২) বালুর চর ৩) ধানক্ষেত ৪) মা যে জননী কাঁন্দে ৫) হাসু ৬) সুচয়নী ৭) জলের লেখায় ৮) সজন বাদিয়ার ঘাট ৯) হলুদবরণ ১০) নকশি কাঁথা

অথবা, "হলুদ বরণীর দেশে হাসু ডালিমকুমার, সখিনা ও সূচয়নী ভয়াবহ সেই দিনগুলোতে একপয়সার বাঁশি বাজিয়ে ধানক্ষেতের বালুচরে মাটির তৈরি কবর জলে লেখা নকশীকাঁথার কাফন মুড়িয়ে সোজন বাদিয়ার ঘাটে এসে রাখালির মা যে জননী রঙ্গিলা নায়ের মাঝির জন্য কাঁদতে লাগল।

 # টেকনিক-৪২ টেকনিকে শিখি নির্মলেন্দু গুণ-এর কাব্যগ্রন্থঃ

✉ "রক্ত আর ফুলগুলি যেন কবিতা অমীমাংসিত রদমনী, না প্রেমিক না বিপ্লবী, প্রেমাংশুর রক্ত চাই, তার আগে চাই সমাজতন্ত্র এবং বলতে শুনি দূর-হ-দুঃশাসন।"

 # টেকনিক-৪৩ : টেকনিকে শিখুন পর্যায়ক্রমিক পাল বংশ:

✉ "MAPS"

★ বংশ-------- প্রতিষ্ঠাতা

M- মৌর্য বংশ- চন্দ্রগুপ্ত মৌর্য

A- আর্য বংশ- ঋকভেদ

P- পাল বংশ- গোপাল

S- সেন বংশ- সামন্ত সেন

 # টেকনিক-৪৪ টেকনিকে নিতুল কুন্ডের ভাস্কর্যগুলোঃ

✉ "বাংলাদেশের নিতুল সার্কসফরে সাবাস পেয়েছেন।"

* নিতুল ⟶ নিতুল কুন্ড
* সার্ক ⟶ সার্ক ফোয়ারা
* সাবাস ⟶ সাবাশ বাংলাদেশ

 # টেকনিক-৪৫ : পদার্থ বিজ্ঞান এর কিছু শর্ট টেকনিক:

১. ab থমসন ক্রিয়া মনে রাখার উপায়:

✉ "আন্টি রুপার দোস্ত কপিল ক্যাডার"

আন্টি--অ্যান্টিমনি।

রুপার---রুপা।

দোস্ত---দস্তা।

কপিল--কপার।

ক্যাডার---ক্যাডমিয়াম।

২. FY থমসন ক্রিয়া মনে রাখার উপায়:

✉ "লোহার পাটি কবে নিবি"

লোহার--লোহা।

পাটি---প্লাটিনাম।

কবে---কোবাল্ট।

নি-----নিকেল।

বি-----বিসমাথ।

 # টেকনিক-৪৬ : রবীন্দ্রনাথের উপন্যাস মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

✉ "গোড়া শেষের কবিতার চার অধ্যায় লিখতে গিয়ে চতুরঙ্গের চোখের বালিতে পরিণত হল। এদিকে দুইবোন মালঞ্চ ও রাজর্ষিকে ঘরের বাইরে যোগাযোগ করে পেলনা বলে বৌ ঠাকুররানীর হাটে খুঁজতে গিয়ে নৌকাডুবি হল।"

ব্যাখ্যা: ১. গোরা

২. শেষের কবিতা

৩. চার অধ্যায়

৪. চতুরঙ্গ

৫. চোখের বালি

৬. দুই বোন

৭. মালঞ্চ

৮. রাজর্ষি

৯. ঘরের বাইরে

১০. যোগাযোগ

১১. বৌ ঠাকুররানীর হাট

১২. নৌকাডুবি

 # টেকনিক-৪৭ : যে সকল বিহারের অবস্থান নওগাঁয়

✉ "জগদ্দলের পাহাড় হলুদ"

জগদ্দলের- জগদ্দল বিহার

পাহাড়- পাহাড়পুর বিহার

হলুদ- হলুদ বিহার

 # টেকনিক-৪৮ : তৎসম উপসর্গ বিশটি তা সকলেই জানি। তবে বেশির ভাগ সময়ই ভুল করে ফেলি আমরা। মনে রাখার শর্ট টেকনিক-

✉ "অনুকে অভি ও অপি বললো দুর্ভাগ্যের বিষয় যে, সুজনদের পরিবারের বিষয় সম্পত্তি সমা গ্রহণ করে নি।"

অনু, অভি, অপি, দু, সু, পরি, বি, সমা, নি।

 # টেকনিক-৪৯ বেগম রোকেয়ার প্রবন্ধ ও উপন্যাসগুলো মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

✉ "বেগম রোকেয়ার পদ্মরাগ উপন্যাসে অবরোধবাসিনী ডেলিসিয়া হত্যা হওয়ায় মতিচূর ও সুলতানার স্বপ্ন ভেঙ্গে যায়।"

পদ্মরাগ উপন্যাস বাকি সবগুলো প্রবন্ধ।

 # টেকনিক-৫০ : ব্যাকটেরিয়াজনিত রোগ:

✉ "টাককু গনি মিআ যদি ধোকা খায়।"

টা=টাইফয়েড
ক=কলেরা
কু=কুষ্ঠ
গ=গনোরিয়া
নি=নিউমোনিয়া (ফুসফুস)
মি=মেনিনজাইটিস
আ=আমাশয়
য=যক্ষা
দি=ডিপথেরিয়া (গলা)
ধো=ধনুষ্টংকার
কা=কাশি/হুপিং

 # টেকনিক-৫১ : Fe (আয়রন) এর আকরিক সমূহের নাম মনে রাখার টেকনিক:

✉ "মাগো, লিসারে ফিরে পেতে" চাই।

মাগো = ম্যাগনেটাইট
লি = লিমোনাইট
সা = সাইডেরাইট
রে = রেড হিমাটাইট
ফিরে = Fe (এই আকরিকগুলো যে আয়রনের সেটা মনে রাখার জন্য)
পেতে = পাইরাইটস

 # টেকনিক-৫২ : দীনবন্ধু মিত্র রচিত নাটক ও প্রহসন সহজে মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

✉ "নবীন জামাই কমল সধবার একাদশীতে লীলাবতীকে নিয়ে নীলদর্পণ নাটক দেখলে এক বুড়ো তাকে বিয়ে করার জন্য পাগল হয়ে যায়।"

প্রহসন- বিয়ে পাগলা বুড়ো, সধবার একাদশী।

নাটক- জামাই বারিক, লীলাবতী, নবীন তপস্বিনী, কমলে কাহিনী, নীল দর্পণ।

 # টেকনিক-৫৩ কোনটা প্রাইমারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ আর কোনটা সেকেন্ডারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ তা নিয়ে প্যাঁচ লাগে? আসুন টেকনিকটা দেখে নিই:

✉ "যেসব যৌগে C বর্ণ আছে তারা সবাই প্রাইমারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ।"

হোক সেটা কার্বন (C)
হোক সেটা ক্রোমিয়াম (Cr)
হোক সেটা ক্লোরিন (Cl)

C বর্ণ থাকলেই সেটা প্রাইমারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ।

যেমন- Na_2CO_3, $H_2C_2O_4.2H_2O$, $K_2Cr_2O_7$, $Na_2C_2O_4.2H_2O$.

**ব্যতিক্রম- HCl. অর্থাৎ এ যৌগে C বর্ণ থাকা সত্ত্বেও এটি প্রাইমারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ নয়। এটি সেকেন্ডারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ।

** যেসব যৌগে C বর্ণ নেই তারা সেকেন্ডারী স্ট্যান্ডার্ড পদার্থ।

যেমন- NaOH, H_2SO_4, $KMnO_4$, $Na_2S_2O_3.5H_2O$

 # টেকনিক-৫৪ ঘাস ফড়িং এর লালা রসে থাকে (আকাস)।

✉ "আ কা সে"

আ- অ্যামাইলেজ
কা- কাইটিনেজ
সে- সেলুলোজ

 # টেকনিক-৫৫ : ইউরো মুদ্রার দেশ:

✉ "এই অবেলা আপনে ফ্রাই গ্রীল" খাচ্ছেন কেন? "ফিজা" প খান "স্পেন" যান।

এ = এস্তোনিয়া
ই = ইতালি
অ = অস্ট্রিয়া
বে = বেলজিয়াম
লা = লাটভিয়া
আ = আয়ারল্যান্ড
প = পর্তুগাল
নে = নেদারল্যান্ড
ফ্রা = ফ্রান্স
ই = ইতালি
গ্রী = গ্রীস
ল = লুক্সেমবার্গ
ফি = ফিনল্যান্ড
জা = জার্মানী
স্পেন = স্পেন

 # টেকনিক-৫৬ : গণিত শর্টকাটঃ

ঘড়ির কাঁটা ও মিনিটের কাঁটার মধ্যবর্তী কোণ নির্ণয়ের জন্য শুধু ১টি শর্ট টেকনিক জেনে রাখুনঃ

✉ $(11\times M - 60\times H) \div 2$

এখানে,

M = প্রশ্নে উল্লেখিত মিনিট

H= প্রশ্নে উল্লেখিত ঘণ্টা

(দ্রষ্টব্যঃ কোণের মান (-) মাইনাস হলে (-) মাইনাস বাদ দিতে হবে এবং কোন কোণের মান ১৮০° এর উপরে হলে তা ৩৬০° হতে বিয়োগ করলে কোণের মান পাওয়া যাবে।)

* মনে রাখুনঃ

★ ঘড়ির ২টি ঘণ্টার দাগের মধ্যেবর্তী কোণ = 30°

★ ঘড়ির কেন্দ্রে উৎপন্ন কোণ = 60°

* উদাহরণঃ ২টা ১৫ মিনিটের সময় ঘণ্টার কাটা ও মিনিটের কাটায় কত ডিগ্রি কোণ উৎপন্ন করে? (১১তম বিসিএস)

* সমাধানঃ মধ্যবর্তী কোণ =

$(11\times M - 60\times H)\div 2$

$=(11\times 15 - 60\times 2)\div 2$

$=(165 - 120)\div 2$

$=45\div 2$

$=22\,{}^1/_2$ (ডিগ্রি) (উত্তর)

 # টেকনিক-৫৭ টেকনিকে শিখি যৌগিক শব্দঃ

✉ "মধুর পড়ুয়া গায়ক কর্তব্য না করে বাবুয়ানা ভাব করে দৌহিত্রকে নিয়ে চিকামারাতে গেলেন।"

 # টেকনিক-৫৮ : সাধারণ বিজ্ঞানের একটি গুরুত্বপূর্ণ শর্ট টেকনিক। ইলেকট্রন, প্রোটন ও নিউট্রন নিয়ে কার না ঝামেলা হয়। এগুলো কে আবিষ্কার করছেন। মুখস্ত করলেও উল্টা-পাল্টা হয়ে যায়। এই একটা লাইন মনে রাখলে আপনি জীবনেও ভুলবেন না।

✉ "ইট পরে নিচে"

এবার আসুন মিলিয়ে নেই

ই= ইলেকট্রন

ট= টমসন

প= প্রোটন

রে= রাদারফোর্ড

নি= নিউট্রন

চে= চেডউইক

 # টেকনিক-৫৯ : কৃষিতে উন্নত জাত:

* ধান: ব্রিশাইল, ইরাটম, সোনার বাংলা, হরি, চান্দিনা, মালা।

✉ "হরির সোনার বাংলায় ব্রিশাইল ইরাটম ধানে ভরা গোলা আরো আছে চান্দিনা মালা।"

* গম: আকবর, বরকত, কাঞ্চন, সোনালিকা, দোয়েল, বলাকা, আনন্দ।

✉ "আকবর বরকত ও কাঞ্চন সোনালিকে নিয়ে গম খেতে খেতে আনন্দে দোয়েল ও বলাকা পাখি ধরতে গেল।"

 # টেকনিক-৬০ : যে সকল বিহারের অবস্থান কুমিল্লায়

✉ ময়নামতি শালবনে আনন্দ করে ভোজ খায়।

ময়নামতি- ময়নামতি বিহার

শালবনে- শালবন বিহার

আনন্দ- আনন্দ বিহার

ভোজ- ভোজ বিহার

 # টেকনিক-৬১ জাতিসংঘের যে সকল সংস্থার সদর দপ্তর জেনেভায়।

✉ "যে সকল সংস্থা W দ্বারা শুরু এবং O দ্বারো শেষ।"

WTO, WHO, WMO, WIPO

 # টেকনিক-৬২ বিভিন্ন দেশের মুদ্রা মনে রাখার শর্ট টেকনিক:

১. পাউন্ড

✉ "যুক্তরাজ্যে সিসা মিলে।"

যুক্তরাজ্য- যুক্তরাজ্য

সি- সিরিয়া

সা- সাইপ্রাস

মি- মিশর

লে- লেবানন

২. শিলিং

✉ "সোমবারে কেউ তাস খেলে?"

সোম- সোমালিয়া

কে- কেনিয়া
উ- উগান্ডা
তাস- তাঞ্জানিয়া
৩. ক্রোনার
✉ "ডেনমার্কে আসুন"
ডেনমার্ক- ডেনমার্ক
আ- আইসল্যান্ড
সু- সুইডেন
ন- নরওয়ে
৪. লিরা
✉ "তোর বেটি?"
তোর- তুরস্ক
বেটি- ভ্যাটিকান
৫. দিনার
✉ "আকুতি, বাহ"
আ- আলজেরিয়া
কু- কুয়েত
তি- তিউনিশিয়া
বাহ- বাহরাইন

 # টেকনিক-৬৩ আবদুল্লাহ আল মুতী সাহিত্যকর্ম/ বিজ্ঞান বিষয়ক গ্রন্থগুলো:

✉ "আবদুল্লাহ এসো বিজ্ঞানের রাজ্যে, জানা-অজানার দেশে রহস্যের শেষ নেই; অবাক পৃথিবীতে বিপন্ন পরিবেশে কিট পতঙ্গের দ্বারা বিচিত্র জগত পূর্ণ। আবিষ্কারের নেশায় তুমি মেঘ, বৃষ্টি, রোদ উপেক্ষা করে নতুন দিগন্ত উন্মোচিত কর।"

ব্যাখ্যা:
১. এসো বিজ্ঞানের রাজ্যে
২. বিজ্ঞান জিজ্ঞাসা
৩. জানা অজানার দেশে
৪. রহস্যের শেষ নেই
৫. সাগরের রহস্যপুরী
৬. অবাক পৃথিবী
৭. বিপন্ন পরিবেশ
৮. কিট পতঙ্গের বিচিত্র জগত
৯. আয় বৃষ্টি ঝেপে
১০. মেঘ বৃষ্টি রোদ
১১. আবিষ্কারের নেশায়
১২. নতুন দিগন্ত

অথবা, "অবাক পৃথবীর রহস্যের শেষ নেই, বিজ্ঞান ও মানুষের জানা অজানার দেশে সাগরের রহস্যপুরী আবিষ্কারের নেশায় মত্ত এ যুগের বিজ্ঞান। তাইতো বলি এসো বিজ্ঞানের রাজ্যে।"

ব্যাখ্যাঃ
অবাক পৃথিবী
রহস্যের শেষ নেই
বিজ্ঞান ও মানুষ
জানা অজানার দেশে
সাগরের রহস্যপুরী
আবিষ্কারের নেশায় মত্ত
এ যুগের বিজ্ঞান
এসো বিজ্ঞানের রাজ্যে।

 # টেকনিক-৬৪ : টেকনিকে রসায়ন বিজ্ঞানঃ
টেকনিকে উপধাতু/অপধাতুঃ
✉ "জি বেয়াই আসতেছি, সাবধানে বসেন।"
জি→ Ge (জার্মেনিয়াম)
বেয়াই→ Bi (বিসমাথ)
আস→ As (আর্সেনিক)
তে→ Te (টেলুরিয়াম)
সি→ Si (সিলিকন)
সাবধানে→ Sb (এ্যান্টিমনি)
বসেন→ B (বোরন)
* টেকনিকে উজ্জ্বল ধাতুসমূহঃ
✉ "কানা ম্যাকগাইভার আগে এলো।"
ব্যাখ্যাঃ
কা → Ca (ক্যালসিয়াম)
না→ Na (সোডিয়াম)
মেকগাইভার → Mg (মেগনেসিয়াম)
আগে → Ag (সিলভার)
এলো → Al (অ্যালুমিনিয়াম)

 # টেকনিক-৬৫ : ভাইরাস জনিত রোগ-এর নাম:
✉ "জন্ডিজ ইহা এই পোলি রানির বসন্ত।"
জন্ডি = জন্ডিস
জ = জলাতংক
ই = ইনফ্লুয়েঞ্জা
এই= এইডস
পোলি= পোলিং
রানির= রানিক্ষেত
বসন্ত=বসন্ত

 # টেকনিক-৬৬ : বাংলায় বিভিন্ন পর্যটকদের আগমন:

✉ "মরক্কোর ইবনে ফখর এবং চীনের ফা.হি চন্দ্র, হিউ হর্ষ ও মা. হু গিয়াস প্রাচীন বাংলায় এসেছিলেন।"

ব্যক্তি → দেশ → যার শাসন আমলে এসেছে

১. ইবনে বতুতা → মরক্কো → ফখরুদ্দিন মোবারক শাহ

২. ফা-হিয়েন → চীন → ২য় চন্দ্রগুপ্ত

৩. হিউয়েন সাং → চীন → হর্ষবর্ধন

৪. মাহুয়ান → চীন → গিয়াসউদ্দিন আযম শাহ

৫. মেহে স্থিনিস → গ্রীস → চন্দ্রগুপ্ত

 # টেকনিক-৬৭ : ১২ জোড়া করোটিক স্নায়ুর নাম। ক্রমানুসারে মনে রাখার সহজ ছন্দঃ

✉ "অলস অপু এখন ট্রাকে, তাই আবদুল ফয়সাল অদিত গাল ভরে শুধু হাসে।"

ব্যাখ্যা:

অলস - অলফ্যাক্টরি

অপু - অপটিক

এখন - অকুলোমোটর

ট্রাকে - ট্রকলিয়ার

তাই - ট্রাইজেমিনাল

আব্দুল - অ্যাবডুসেন্স

ফয়সাল - ফ্যাসিয়াল

অদিত - অডিটরি

গাল - গ্লসোফ্যারিঞ্জিয়াল

ভরে - ভেগাস

শুধু - স্পাইনাল অ্যাকসেসরি

হাসে - হাইপোগ্লসাল

 # টেকনিক-৬৮ : সৌর জগতের গ্রহগুলোর নাম:

✉ "Work For Education & Touch The SUN."

এখন মিলিয়ে নিন (ছোট থেকে বড় ক্রমিক অনুসারে সাজানো হয়েছে।)

W = বুধ,

F = শুক্র,

E = পৃথিবী,

T = মঙ্গল,

T = বৃহস্পতি,

S = শনি,

U = ইউরেনাস,

N = নেপচুন।

 # টেকনিক-৬৯: আল-মাহমুদের সাহিত্যকর্ম:

✉ "বখতিয়ারের ঘোড়ায় চড়ে,
খুঁজেছি তোকে লোক-লোকান্তরে।
কালের কলস কাধে নিয়ে,
গিয়েছি আমি পাখির কাছে ফুলের কাছে,
শুধু তোকে ভালবাসি বলে।
সোনালি কাবিন করবো বলে,
নোলক কিনেছি পান কৌড়ির রক্ত দিয়ে।
কাবিলের বোন, আগুনের মেয়ে তুমি।
উপমহাদেশে থাক তা আমি জানি।
এতটা ডাহুকী মেয়ে হবে তুমি,
তা আগে কখনো ভাবিনি আমি।"

কাব্যগ্রন্থ : ঘোড়া,
লোক-লোকান্তর, পাখির কাছে
ফুলের কাছে, সোনালি কাবিন,
কালের কলস।

কবিতা: নোলক

উপন্যাস: কাবিলের বোন, আগুনের মেয়ে, উপমহাদেশ, ডাহুকী।

 # টেকনিক-৭০ :

✉ "নিউটনের ওজন ও বলে, ওয়াটের ক্ষমতায়/জুলের কাজ, শক্তি ও তাপ বৃদ্ধি পায়।"

ব্যাখ্যা:

ওজন ও বলের একক নিউটন (N)

ক্ষমতার একক ওয়াট (w)

কাজ ও শক্তির একক জুল/সেকেন্ড (s)

এবং তাপের এস আই একক জুল (j)

 # টেকনিক-৭১ :

✉ ১ম "স্পিকার শিরীন জাতীয় মো. গণ শাহ।"

ব্যাখ্যা:

দেশের ১ম মহিলা স্পিকার ড. শিরীন শারমিন চৌধুরী

জাতীয় সংসদের ১ম স্পিকার: মোহাম্মদ উল্ল্যাহ

গণপরিষদের ১ম স্পিকার: শাহ আব্দুল হামিদ

টেকনিক-৭২ : জহির রায়হানের উপন্যাস সমূহ:

✉ হাজার বছর ধরে শেষ বিকেলের মেয়ের জন্য বরফ গলা নদীর পাশে আর কতদিন অপেক্ষা করব। নাকি আরেক ফাল্গুনের সূর্য গ্রহণে তৃষ্ণার্ত কয়েকটি মৃত্যু দেখবো।

টেকনিক-৭৩: টেকনিকে ফররুখ আহমেদের কাব্যগ্রন্থঃ

[সহজে শেখার জন্য আপনার কোন ছন্দটি পছন্দ হয় বাছাই করে নিন।]

ছন্দ- ১: সাত সাগরের মাঝি সিরাজুম মুনীরা মুহূর্তের মধ্যেই নৌফেল ও হাতেম তাইয়ের জন্য পাখির বাসা বানালো।

অথবা, ছন্দ- ২: সাত সাগরের মাঝি নৌফেল ও হাতেম ফররুখ আহমেদের শ্রেষ্ঠ কবিতা মুহূর্তের কবিতা বলতে পারায়, সিরাজুম মুনীরা তাদেরকে পাখির বাসা উপহার দিলো।

অথবা, ছন্দ-৩: হাতেম তায়ী এক সিরাজুম মুনিরা যিনি সাত সাগরের মাঝি হয়ে মুহূর্তের কবিতা রচনা করেন।

অথবা, ছন্দ- ৪: দরিয়ার শেষ রাত্রিতে লাশ দেখে হাতেমতায়ীর সেনাপতি নৌফেল ও হাতেমকে সংগে নিয়ে সাত সাগর পার হয়ে রাজকন্যা সিরাজুম মুনিরাকে উদ্ধার করেছিলেন।

ব্যাখ্যাঃ

সাত সাগরের মাঝি

দরিয়া

শেষরাত্রি

লাশ

সিরাজুম মুনিরা

মুহূর্তের কবিতা

হাতেম তায়ী

নৌফেল ও হাতেম

পাখির বাসা।

(বিঃ দ্রঃ- দরিয়া, শেষরাত্রি, লাশ সাত সাগরের মাঝি কাব্যের অন্তর্গত।)

টেকনিক-৭৪: টেকনিকে কায়কোবাদের কাব্যগ্রন্থঃ

✉ "অমিয়ের সাথে কুসুমের আর দহরম মহরম নেই বিরহ চলছে। তাই সে মহাশ্মশানের শিব মন্দিরে অশ্রুমালা বিসর্জন দিল।"

★ অমিয়ধারা

★ কুসুমকানন

★ মহরম শরীফ

★ বিরহ বিলাপ

★ শিব মন্দির

★ অশ্রুমালা

★ মহাকাব্য

★ মহাশ্মশান (বাংলা সাহিত্যের মুসলমান কর্তৃক রচিত প্রথম মহাকাব্য।)

টেকনিক-৭৫ : রংপুরের শস্য মনে রাখার শর্ট টেকনিকঃ

✉ রংপুরে "গম পাতা" ভাল জন্মে।

ব্যাখ্যাঃ গম, পা=পাট, তা=তামাক।

*মিষ্টি আলুর জাত মনে রাখার কৌশলঃ

✉ "দৌলতপুরী কমলা খেলে তৃপ্তি" পাই।

ব্যাখ্যাঃ দৌলতপুরী, কমলা, তৃপ্তি।

*ভূট্টার জাত মনে রাখার কৌশলঃ

✉ তমা'র বিয়েতে "মোহরানা হিসেবে শুভ্র বর্ণের ভূট্টার খই" দেওয়া হলো।

ব্যাখ্যাঃ মোহরানা=মোহর , শুভ্র= শুভ্র, বর্ণের= বর্ণালী, খই=খই।

(একত্রে ৭৫টি শর্ট-টেকনিক দিলাম। টেকনিকের মাধ্যেমে একের ভিতর অনেক কিছু সহজ করে নিতে পারবেন। ভাষাগত কারণে ২/১টি টেকনিক খারাপ লাগতে পারে আশাকরি ক্ষমা দৃষ্টিতে দেখবেন।)

গণিত টেকনিক

৫টি টেকনিকেই মাত্র ২০-২৫ সেকেন্ডে করে ফেলুন ত্রিকোণমিতির সব অংকগুলোঃ

সূত্র : ১.

শীর্ষবিন্দুর উন্নতি কোণ ৩০° হলে উচ্চতা নির্ণয়ের ক্ষেত্রে টেকনিক মনে রাখুন -

উচ্চতা= [পাদদেশ হতে দূরত্ব ÷ √৩]

উদাহরণ: একটি মিনারের পাদদেশ হতে ২০ মিটার দূরের ১টি স্থান হতে মিনারটির শীর্ষবিন্দুর উন্নতি কোণ ৩০° হলে মিনারের উচ্চতা কত?

সমাধানঃ উচ্চতা =[পাদদেশ হতে দূরত্ব ÷√৩]

=২০/√৩ (উঃ)

সূত্র ২.

শীর্ষ বিন্দুর উন্নতি কোণ ৬০ হলে উচ্চতা নির্ণয়ের ক্ষেত্রে টেকনিক মনে রাখুন-

উচ্চতা= [পাদদেশ হতে দূরত্ব × √৩]

উদাহরণঃ একটি তাল গাছের পাদবিন্দু হতে ১০ মিটার দূরবর্তী স্থান থেকে গাছের শীর্ষের উন্নতি কোণ ৬০° হলে গাছটির উচ্চতা নির্ণয় করুন?

অথবাঃ সূর্যের উন্নতি কোণ ৬০° হলে একটি গাছের ছায়ার দৈর্ঘ্য ১০ মিটার হয়। গাছটির উচ্চতা কত?

সমাধান : উচ্চতা=[পাদদেশ হতে দূরত্ব ×√৩]

=১০√৩=১৭.১৩ (উঃ)

(মুখস্ত রাখুন √৩=১.৭৩২০৫)

(শুধু মনে রাখুন ৩০° হলে ভাগ এবং ৬০° হলে গুণ হবে।)

সূত্র ৩.

সম্পূর্ণ ভাবে বিচ্ছিন্ন না হয়ে ভুমির সাথে ৩০ কোণ উৎপন্ন হলে ভুমি হতে ভাংগা অংশের উচ্চতা নির্ণয়ের ক্ষেত্রে-

কত উঁচুতে ভেংগেছিলো= (খুঁটির মোট দৈর্ঘ্য ÷ ৩)

উদাহরণ: একটি ৪৮ মিটার লম্বা খুঁটি ভেংগে গিয়ে সম্পূর্ণভাবে বিচ্ছিন্ন না হয়ে ভুমির সাথে ৩০ কোণ উৎপন্ন করে। খুঁটিটি কত উঁচুতে ভেঙ্গেছিলো?

সমাধান: কত উঁচুতে ভেঙ্গেছিলো =(খুঁটির মোট দৈর্ঘ্য ÷ ৩)

=৪৮ ÷ ৩=১৬ (উঃ)

সূত্র ৪.

সম্পূর্ণ ভাবে বিচ্ছিন্ন না হয়ে ভুমির সাথে ৩০ কোণ উৎপন্ন হলে ভূমি হতে ভাংগা অংশের উচ্চতা নির্ণয়ের ক্ষেত্রে-

কত উঁচুতে ভেংগেছিলো=(খুঁটির মোট দৈর্ঘ্য ÷ ৩)

উদাহরণ: ১৮ ফুট উঁচু একটি খুঁটি এমনভাবে ভেংগে গেলো যে ভাংগা অংশটি বিচ্ছিন্ন না হয়ে ভুমির সাথে ৩০ কোণে স্পর্শ করলো। খুঁটিটি মাটি থেকে কতফুট উঁচুতে ভেংগে গিয়েছিলো?

সমাধান: কত উঁচুতে ভেংগেছিলো=(খুঁটির মোট দৈর্ঘ্য ÷ ৩)

= (১৮ ÷ ৩) =৬ ফুট (উঃ)

সূত্র ঃ ৫

যখন মই দেয়ালের সাথে হেলান দিয়ে লাগানো থাকে তখন-

(মইয়ের উচ্চতা)^২ =(দেয়ালের উচ্চতা)^২ + (দেয়ালের দূরত্ব)^২

* উদাহরণ:

একটি ৫০ মিটার লম্বা মই খাড়া দেয়ালের সাথে হেলান দিয়ে রাখা হয়েছে। মইয়ের একপ্রান্তে মাটি হতে ৪০ মিটার উপরে দেয়ালকে স্পর্শ করে মইয়ের অপর প্রান্ত হতে দেয়ালের লম্ব দূরত্ব কত মিটার?

সমাধান:

(মইয়ের উচ্চতা)^২ =(দেয়ালের উচ্চতা)^২ + (দেয়ালের দূরত্ব)^২

বা, (দেয়ালের দূরত্ব)^২ =(মইয়ের উচ্চতা)^২-(দেয়ালের উচ্চতা)^২

বা, (দেয়ালের দূরত্ব)^২ = (৫০)^২ -(৪০)^২

= ২৫০০-১৬০০

অতএব, দেয়ালের দূরত্ব= √৯০০

=৩০ মিটার (উঃ)

স্পোকেন ইংলিশ-এর জন্য গুরুত্বপূর্ণ কিছু ভোকাবুলারী বা শব্দার্থ ...

(Important Vocabulary)

১) Abase ➞ হীন/ নিচু / মানহানি করা
২) Abatement ➞ প্রশমন / উপশম
৩) Abhorrent ➞ ঘৃণাপূর্ণ / জঘন্য
৪) Abidingly ➞ চিরন্তন / স্থায়ীভাবে
৫) Abode ➞ আবাস / গৃহ
৬) Abolish/ Annul/ Blow Off/ Nullified/ Quash/ Repeal/ Rescind ➞ বাতিল করা / বিলোপ / খণ্ডিত / রদ / রহিত
৭) Abolition ➞ বিলোপ / রদ
৮) Abscond/ Escape ➞ পলায়ন করা / গা ঢাকা
৯) Abstinent ➞ মিতাচারী / উপরত
১০) Abundance/ Opulence ➞ ধনাঢ্যতা / প্রাচুর্য / সমৃদ্ধি
১১) Abuse ➞ অপব্যবহার করা / অপব্যবহার
১২) Abusive ➞ গালিগালাজপূর্ণ / অবমাননাকর
১৩) Accelerate ➞ ত্বরান্বিত করা / দ্রুততর করা
১৪) Access/ Entrance ➞ প্রবেশ করা / প্রবেশ / প্রবেশিকা
১৫) Accessible ➞ সহজে কথা বলা যায় বা বন্ধুত্বপূর্ণ হওয়া যায় এমন / প্রবেশযোগ্য
১৬) Accomplice ➞ দুষকর্মে সহযোগী / যোগদানকারী
১৭) Accomplish ➞ খুবই দক্ষ/ অত্যন্ত সফল
১৮) Accomplishment ➞ কৃতিত্ব, সমাপ্তি / নিষ্পাদন
১৯) Accuse ➞ অভিযুক্ত/ অভিযোগ করা / অভিযুক্ত করা
২০) Acidulous ➞ তিক্ততা / সামান্য টক্
২১) Acquaintance ➞ দেখা হয়েছে কিন্তু ভালোভাবে পরিচিত হয়নি এমন / জানাশোনা
২২) Acquisition ➞ অর্জন
২৩) Acrimonious ➞ তিক্ত / বদমেজাজি
২৪) Acumen ➞ কোনো বিষয় সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে ও যাচাইয়ে দাম / সূক্ষ্ম বিচারশক্তি
২৫) Acute ➞ তীব্র, হঠাৎ সংকটজনক হয়ে ওঠা / তীব্র
২৬) Adamant ➞ কঠোর, গোঁয়ার / হীরক
২৭) Adapt ➞ খাপ খাওয়ানো
২৮) Adept/Masterful ➞ দক্ষ/ সক্ষম / পারদর্শী / মাস্টারফুল
২৯) Adjourn ➞ মূলতবি রাখা / স্থগিত রাখা
৩০) Admire/ Pay Homage ➞ সম্মান দেয়া / তারিফ / পে শ্রদ্ধার্ঘ্য
৩১) Admonish ➞ সর্তক করা / সতর্ক করা
৩২) Admonishment ➞ ভর্ৎসনা/ তিরস্কার / মৃদু ভর্ৎসনা
৩৩) Admonition ➞ তর্ক/ তিরস্কার / উপদেশ
৩৪) Adopt ➞ গ্রহণ করা / পোষ্যপুত্র গ্রহণ করা
৩৫) Adulterate ➞ ভেজাল/ দূষিত করা / ভেজালমিশ্রিত
৩৬) Advent ➞ আগমন, আবির্ভাব / খ্রীষ্টের আবির্ভাব
৩৭) Adventurous ➞ দু:সাহসিক
৩৮) Adverse ➞ প্রতিকূল, কারো বা কোনো কিছুর পক্ষে নয় / প্রতিকূল
৩৯) Afflicted ➞ পীড়িত / নিপীড়িত
৪০) Affluence ➞ প্রাচুর্যতা, পর্যাপ্ত / সমৃদ্ধি
৪১) Afford ➞ সামর্থ্য
৪২) Affront ➞ প্রকাশ্য অপমান / অপমান করা

৪৩) Ageless/ Legend ➞ কিংবদন্তী / অজর / লেজেন্ড
৪৪) Aggravate ➞ খারাপ পরিস্থিতিতে আরো খারাপ করা / বাড়া / সঙ্গিন, শোচনীয় করে তোলা
৪৫) Agile ➞ ক্ষিপ্র / কর্মতৎপর
৪৬) Agitate ➞ আন্দোলন করা/ উত্তেজিত
৪৭) Ailing ➞ দুর্বল / পীড়িত
৪৮) Ailment ➞ অসুস্থতা / আময়
৪৯) Alimony ➞ বিচ্ছেদের পর দেওয়া ভরণপোষণ
৫০) Alien ➞ ভির্নদেশী / পরক
৫১) All Through ➞ প্রথম থেকে শেষ পর্যন্ত / সতর্ক, সাবধান, বিচক্ষণ, বিবেচক / যদিও
৫২) Allegation ➞ অভিযোগ
৫৩) Alleviate ➞ প্রশমিত করা, কমানো / উপশম করা
৫৪) Allure ➞ প্রলুব্ধ করা ।/ মোহ
৫৫) Aloof ➞ দূরে থাকা/ বিরত থাকা/ দূরে দূরে/ আলাদাভাবে / নির্লিপ্ত
৫৬) Altruism ➞ পরোপকারি / পরার্থপরতা
৫৭) Altruistic ➞ পরের কল্যাণ করে এমন / কল্যাণময়
৫৮) Amateur ➞ অপেশাদার
৫৯) Ambience ➞ পরিবেশ / বাতাবরণ
৬০) Ambient ➞ পরিবেষ্টনকারী / আকাশ
৬১) Ambiguous ➞ সন্দেহজনক/ স্পষ্ট নয় এমন / দ্ব্যর্থক
৬২) Ambivalent ➞ দু'টানা অবস্থা / পরস্পরবিরোধী/ দোদুল্যমান/ দ্বিধায় পড়েছে এমন/ দ্বিমুখী
৬৩) Ameliorate ➞ অপেক্ষাকৃত উন্নত বা ভাল করা বা হওয়া / উন্নয়নসাধন করা
৬৪) Amenable ➞ শাসনযোগ্য / এক্তিয়ারভুক্ত
৬৫) Amiable/ Amicable ➞ বন্ধুত্বপূর্ণ / বন্ধুসুলভ / বন্ধুত্বপূর্ণ
৬৬) Amid ➞ মধ্যে, ভিতরে / অভ্যন্তরে
৬৭) Amnesia ➞ স্মরণশক্তি হারানো / অস্মার
৬৮) Amputation ➞ অঙ্গছেদন / অঙ্গচ্ছেদ
৬৯) Anarchist ➞ নৈরাজ্যকারী / নৈরাজ্যবাদী
৭০) Annoyance/ Irritation/ Irked ➞ বিরক্ত বা উত্যক্ত হওয়া / বিরক্তি / জ্বালা করা বা বিরক্তি
৭১) Annoyed ➞ বিরক্তিকর / উত্ত্যক্ত
৭২) Anomalous ➞ অস্বাভাবিক অবসাদ / ব্যতিক্রমী
৭৩) Anonymity ➞ অপ্রকাশিত
৭৪) Antipathy ➞ অনীহা / প্রতিযোগ
৭৫) Anxiety ➞ দুঃশ্চিন্তা / উদ্বেগ
৭৬) Apart ➞ পৃথকভাবে / পৃথক
৭৭) Apex ➞ চূড়া
৭৮) Aplenty ➞ অঢেল
৭৯) Apologize ➞ ক্ষমা প্রার্থনা করা / ক্ষমাপ্রার্থী
৮০) Apostate ➞ স্বদল ত্যাগ / ধর্মত্যাগী
৮১) Appearance ➞ দৃশ্যমান / চেহারা
৮২) Appease/ Mollify/ Pacify/ Soothe ➞ প্রশমিত করা/ শান্ত করা / তৃপ্ত / প্রশমিত / ঠাণ্ডা
৮৩) Applaud/ Eulogy/ Extol/ Praise ➞ প্রশংসা করা / উচ্চপ্রশংসা / প্রশংসা
৮৪) Appreciate/ Evaluate ➞ কদর করা, মূল্যায়ন করা / ধন্যবাদ / মূল্যনির্ধারণ
৮৫) Approbation ➞ কোন কিছুর অনুমোদন / অনুমোদন
৮৬) Approve ➞ অনুমোদন করা
৮৭) Arduous/ Grueling/ Onerous ➞ কষ্টসাধ্য / শ্রমসাধ্য / কঠোর / গুরুভার
৮৮) Argument ➞ বিতর্ক / যুক্তি
৮৯) Arouse ➞ কোন ব্যক্তির মধ্যে কোন বিশেষ অনুভূতি সৃষ্টি করা / জাগানো
৯০) Arrogant ➞ অহংকারী/ উদ্ধত্ত/ বেয়াদব

৯১) Arson ➞ ইচ্ছাকৃত এবং অবৈধভাবে কোন কিছুতে অগ্নি সংযোগ দেওয়া / অগ্নিসংযোগ

৯২) Articulate ➞ স্পষ্টভাবে বলা বা ব্যাখ্যা করা / গ্রন্থিবদ্ধ

৯৩) Artifice ➞ নকল/ কৃত্রিম / কারচুপি

৯৪) Artificial ➞ কৃত্রিম/ নকল

৯৫) Artless ➞ ছলাকলা বিহীন / আলাভোলা

৯৬) Ascetic ➞ সন্ন্যাসী / তপস্বী

৯৭) Aspire ➞ ইচ্ছা/ আকাঙ্ক্ষা / আকুলভাবে কামনা করা

৯৮) Assault ➞ আক্রমন / লাঞ্ছনা

৯৯) Assertive ➞ দৃঢ়প্রত্যয়ী / জিদপূর্ণ

১০০) Assessment ➞ মূল্যায়ন / অ্যাসেসমেন্ট

১০১) Assiduous ➞ অধ্যবসায়ী/ নিষ্ঠাবান / অবিশ্রান্ত

১০২) Babble ➞ আধো আধো বুলি

১০৩) Brocade ➞ রেশমের কারুকার্যখচিত পোশাক

১০৪) Chastise ➞ কঠোরভাবে শাস্তি দেওয়া

১০৫) Collosal ➞ বিশাল

১০৬) Commotion ➞ উত্তেজনা

১০৭) Condone ➞ না দেখার ভান করা / পুষিয়ে দেওয়া

১০৮) Confide ➞ বিশ্বাস করে কাউকে গোপনে কথা বলা

১০৯) Credo ➞ ধর্মীয় মতবাদ / বিশ্বাস

১১০) Disdain ➞ অবজ্ঞা করা

১১১) Edify ➞ নৈতিক বা মানসিক উন্নতি

১১২) Ensnare ➞ ফাঁদে ফেলা

১১৩) Esoteric ➞ নিগূঢ় / অল্পসংখ্যক মানুষ বোঝে এমন

১১৪) Fidget ➞ স্নায়ুবিক অস্থিরতায় ভোগা

১১৫) Fret ➞ ছটফট

১১৬) Grandeur ➞ বিশালতা

১১৭) Grind ➞ চূর্ণ করা

১১৮) Indigenous ➞ সহজাত / দেশীয়

১১৯) Intrusive ➞ অনাহূতপ্রবেশ

১২০) Languid ➞ ধীরগতি সম্পন্ন / নিস্তেজ

১২১) Motility ➞ সচলতা

১২২) Muster ➞ সমাবেশ / জড়ো করা (ক্রিয়া)

১২৩) Newfangled ➞ অধুনা প্রচলিত

১২৪) Ostracize ➞ সমাজবিচ্ছিন্ন করা / একঘরে করা

১২৫) Pervasive ➞ পরিব্যাপক

১২৬) Plea ➞ অজুহাত / অনুরোধ

১২৭) Rapport ➞ সহানুভূতিপূর্ণ সম্পর্ক

১২৮) Ravage ➞ ধ্বংস / বিনাশ

১২৯) Robust ➞ শক্তপোক্ত

১৩০) Shoddy ➞ নিম্নমানের বস্ত্র

১৩১) Sophisticated ➞ দুনিয়াদারি দেখিয়ে বেড়ানো / জটিল

১৩২) Squander ➞ বেহিসাবি খরচ

১৩৩) Steep ➞ ঢালু বা খাড়া হয়ে উঠেছে এমন / অযৌক্তিক / মাত্রাতিরিক্ত / বিশ্বাসযোগ্য নয়

১৩৪) Subsidy ➞ অর্থসাহায্য / ভর্তুকি

১৩৫) Telltale ➞ হাঁড়ির খবর বলে বেড়ানো

১৩৬) Tenacity ➞ ধৈর্যশীলতা / আঁকড়ে ধরে থাকার ক্ষমতা

১৩৭) Truism ➞ স্বতঃসিদ্ধ সত্য

১৩৮) Vicissitudes ➞ উত্থানপতন

১৩৯) Warp ➞ বাঁকিয়ে দেওয়া / বিকৃত করা

১৪০) Zealot ➞ অতিউৎসাহী

খুব গুরুত্বপূর্ণ ৮০টি Antonyms (বাংলা অর্থ সহকারে)

(Important Antonyms)

১) ABLE (সক্ষম) :- ⇨ Unable (অক্ষম)
২) ABSOLUTE (পরম) ⇨ Limited (সীমিত)
৩) ACQUITTED (বেকসুর খালাস) :- ⇨ Convicted (অপরাধী)
৪) ADAPTABLE (অভিযোজ্য) :- ⇨ Rigid (অনমনীয়)
৫) ADDITION (সংযোজন) :- ⇨ Subtraction (বিয়োগ)
৬) ADHERENT (অনুগত) :- ⇨ Enemy (শত্রু)
৭) ANNOY (বিরক্ত করা) :- ⇨ Please (অনুগ্রহ করে)
৮) ARROGANT (অহংকারী) :- ⇨ Humble (নম্র)
৯) ARTIFICIAL (কৃত্রিম) :- ⇨ Natural (প্রাকৃতিক)
১০) AWARE (সচেতন) :- ⇨ Ignorant (অবিদিত)
১১) BELITTLE (তুচ্ছতাচ্ছিল্য করা) :- ⇨ Exaggerate (ফলান)
১২) BENIGN (সদাশয়) ⇨ Malevolent (হিংসুক)
১৩) BUSY (ব্যস্ত) :- ⇨ Relaxed (নিরুদ্বেগ)
১৪) CAPACIOUS (প্রশস্ত) :- ⇨ Limited (সীমিত)
১৫) COMFORT (সান্ত্বনা) :- ⇨ Discomfort (অস্বস্তি)
১৬) COMIC (কমিক) :- ⇨ Tragic (মৃত্যুসম্বন্ধীয়)
১৭) COMMISSIONED (অনুমত) :- ⇨ Terminated (পর্যবসিত)
১৮) CONDENSE (সংক্ষিপ্ত করা) :- ⇨ Expand (বিস্তৃত করা)
১৯) CONFESS (স্বীকার করা) :- ⇨ Deny (অস্বীকার করা)
২০) CROWDED (জনাকীর্ণ) :- ⇨ Deserted (অমানব)
২১) CULPABLE (নিন্দনীয়) ⇨ Blameless (অনিন্দনীয়)
২২) DEAR (প্রিয়) ⇨ Cheap (সস্তা)
২৩) DOUBTFUL (সন্দিহান) :- ⇨ Certain (নির্দিষ্ট)
২৪) ENMITY (শত্রুতা) :- ⇨ Friendship (বন্ধুত্ব)
২৫) ENORMOUS (বিরাট) :- ⇨ Tiny (ছোট)
২৬) EPILOGUE (পরিশেষ) :- ⇨ Prelude (প্রস্তাবনা)
২৭) EQUANIMITY (মনের স্থিরতা) :- ⇨ Excitement (হুজুগ)
২৮) EVASIVE (ছলনাকারী) :- ⇨ Honest (ন্যায়বান)
২৯) EXODUS (যাত্রা) :- ⇨ Influx (অন্তঃ প্রবাহ)
৩০) EXPAND (সম্প্রসারণ) :- ⇨ Condense (সংক্ষিপ্ত করা)
৩১) EXTRAVAGANCE (বেহিসাব) :- ⇨ Economical (লাভজনক)
৩২) EXTRICATE (মুক্ত করা) :- ⇨ Entangle (ফাঁদে ফেলা)
৩৩) FAINT-HEARTED (ভীরু) :- ⇨ Stout-hearted (দৃঢ়হৃদয়)
৩৪) FAMILIAR (পরিচিত) :- ⇨ Strange (অদ্ভুত)
৩৫) FLAGITIOUS (কলুষিত) :- ⇨ Innocent (নির্দোষ)
৩৬) FLIMSY (যুক্তিহীন) :- ⇨ Firm (দৃঢ়)
৩৭) FRAUDULENT (প্রতারণাপূর্ণ) :- ⇨ Genuine (অকৃত্রিম)
৩৮) FRESH (তাজা) :- ⇨ Stale (মামুলি)

৩৯) FRUGAL (মিতব্যয়) :- ⇨ Extravagant (অসংযত)
৪০) GRACEFUL (সুতনু) :- ⇨ Awkward (বিশ্রী)
৪১) GREGARIOUS (যূথচর) :- ⇨ Antisocial (অসামাজিক)
৪২) GULLIBLE (অতিসরল) :- ⇨ Incredulous (অবিশ্বাসী)
৪৩) HAPHAZARD (এলোমেলো) :- ⇨ Deliberate (ইচ্ছাকৃত)
৪৪) HAPLESS (অসুখী) :- ⇨ Fortunate (ঋদ্ধ)
৪৫) HINDRANCE (অন্তরায়) ⇨ Aid (সাহায্য)
৪৬) HIRSUTE (লোমশ) :- ⇨ Bald (পালকহীন)
৪৭) HOLLOW (ফাঁপা) :- ⇨ Solid (কঠিন)
৪৮) HONORARY (অবৈতনিক) :- ⇨ Paid (প্রদত্ত)
৪৯) HOSTILITY (শত্রুতা) :- ⇨ Friendliness (বন্ধুভাবাপন্নতা)
৫০) IMPASSE (কানাগলি) :- ⇨ Breakthrough (শত্রুবূহ্যভেদ)
৫১) INSIPID (বিরস) :- ⇨ Tasty (সুস্বাদু)
৫২) LEND (ধার) :- ⇨ Borrow (ধার করা)
৫৩) LOQUACIOUS (বহুভাষী) :- ⇨ Reticent (স্বল্পভাষী)
৫৪) LOVE (প্রেম) :- ⇨ Hatred (ঘৃণা)
৫৫) MALICIOUS (ক্ষতিকারক) :- ⇨ Kind (সদয়)
৫৬) METICULOUS (অতিসতর্ক) :- ⇨ Slovenly (অগোছাল)
৫৭) MORTAL (মরণশীল) :- ⇨ Immortal (অমর)
৫৮) NADIR (কুবিন্দু) :- ⇨ Zenith (সুবিন্দু)
৫৯) NIGGARDLY (কিপটে) :- ⇨ Generous (উদার)
৬০) OBEYING (বাধ্য হওয়ার) :- ⇨ Ordering (ক্রমানুসার)
৬১) OBSCURE (অখ্যাত) :- ⇨ Explicit (স্পষ্ট)
৬২) PATCHY (বেমানান) :- ⇨ Uniform (ইউনিফর্ম)
৬৪) PERENNIAL (বহুবর্ষজীবী) :- ⇨ Rare (বিরল)
৬৫) PERTINENT (প্রাসঙ্গিক) :- ⇨ Irrelevant (অপ্রাসঙ্গিক)
৬৬) PROVOCATION (বিরক্তি) :- ⇨ Pacification (সন্ধিস্থাপন)
৬৭) QUIESCENT (নিস্তব্ধ) :- ⇨ ACTIVE (সক্রিয়)
৬৮) RARELY (কদাচিৎ) :- ⇨ Frequently (ঘনঘন)
৬৯) RELINQUISH (পরিত্যাগ করা) :- ⇨ Possess (ভোগদখল করা)
৭০) REMISS (শিথিল) :- ⇨ Dutiful (কর্তব্যনিষ্ঠ)
৭১) REPEL (প্রতিরোধ করা) :- ⇨ Attract (আকর্ষণ করা)
৭২) REPRESS (দমান) :- ⇨ Liberate (মুক্ত করা)
৭৩) SHRINK (খাপা) :- ⇨ Expand (বিস্তৃত করা)
৭৪) STARTLED (সচকিত) :- ⇨ Relaxed (নিশ্চিন্ত)
৭৫) SUBSERVIENT (পরাধীন) :- ⇨ Dignified (মহৎ)
৭৬) SUPPRESS (দমন করা) :- ⇨ Encourage (উৎসাহিত করুন)
৭৭) TANGIBLE (বাস্তব) :- ⇨ Ethereal (গগনচারী)
৭৮) TRANSPARENT (স্বচ্ছ) :- ⇨ Opaque (অস্বচ্ছ)
৭৯) URBANE (ভদ্র) :- ⇨ Discourteous (অভব্য)
৮০) VICTORIOUS (বিজয়ী) :- ⇨ Defeated (পরাজিত)

বাংলা অর্থ সহকারে গুরুত্বপূর্ণ ইংলিশ প্রবাদ বাক্য (Proverbs)

যে কোনো পরীক্ষার ইংলিশ বিষয়ের জন্য তো অবশ্যই প্রয়োজন হবে। তাছাড়া এই সকল প্রবাদ বা উপদেশ বাক্য (Proverbs) আপনার প্রাত্যহিক জীবনের কথাবার্তায় কাজে লাগাতে পারেন। এছাড়া ইংরেজিতে কথা বলার জন্য প্রবাদ বাক্য (Proverbs) ব্যবহার করলে সেই কথা হয়ে উঠে আরও শ্রুতিমধুর, আরও সুন্দর। প্রবাদ বাক্য (Proverbs) ব্যবহার করে কথাগুলো শ্রোতার নিকট আরও সহজে এবং স্পষ্টভাবে বোঝানো যায়। কোনো স্বচ্ছন্দ, আন্তরিক কথাবার্তায় বা বর্ণনায় বক্তব্যকে চমকপ্রদ করে ইঙ্গিতময় করে তোলার ক্ষেত্রে সাধারণত প্রবাদ-প্রবচনের ব্যবহার হয়ে থাকে। কিন্তু আমরা অনেকেই প্রবাদ বাক্য (Proverbs) খুবই কম জানি। হয়তো অনেকেই পড়ার চেষ্টা করেছি, অলসতা কিংবা অন্যান্য কারণে আর পড়া হয় নি অথবা অনেক আগে পড়েছেন কিন্তু এখন প্রায় ভুলে গেছেন।

১. A bad workman quarrels with his tools. ⇨ নাচতে না জানলে উঠান বাঁকা।
২. A burnt child always fears fire. ⇨ ন্যাড়া একবারই বেলতলায় যায়।/ ঘরপোড়া গরু সিঁদুরে মেঘ দেখলে ভয় পায়।
৩. A cat has nine lives. ⇨ কই মাছের প্রাণ শক্ত বড়।
৪. A cat loves fish but is loath to wet her feet. ⇨ ধরি মাছ না ছুঁই পানি।
৫. A drowing man catches at a straw. ⇨ ডুবন্ত মানুষ খড়কুটো পেলেও আঁকড়ে ধরে।
৬. A little learning is a dangerous thing. ⇨ অল্পবিদ্যা ভয়ঙ্করী।
৭. A stitch in time saves nine. ⇨ সময়ের এক ফোঁড় অসময়ের দশ ফোঁড়।
৮. A tree is known by its fruit. ⇨ ফলেই পরিচয়।
৯. Adversity often leads to prosperity. ⇨ দুর্ভাগ্যই অনেক স্থানে সৌভাগ্যের মূল।
১০. After cloud comes fair weather. ⇨ দুঃখের পর সুখ আসে।
১১. After death comes the doctor. ⇨ চোর পালালে বুদ্ধি বাড়ে।
১২. After meat comes mustard. ⇨ নুন আনতে পান্তা ফুরায়।
১৩. After sweetmeat comes sauce. ⇨ যত হাসি তত কান্না।
১৪. All covet, all lost. ⇨ অতি লোভে তাঁতি নষ্ট।
১৫. All his geese are swans. ⇨ নিজের জিনিস সকলেই ভাল দেখে।
১৬. All that glitters is not gold. ⇨ চক্ চক্ করলেই সোনা হয় না।
১৭. All's well that ends well. ⇨ শেষ ভাল যার সব ভাল তার।
১৮. As you sow, so shall you reap. ⇨ যেমন কর্ম তেমন ফল।
১৯. Barking dogs seldome bite. ⇨ যত গর্জে তত বর্ষে না।
২০. Better alone than in bad company. ⇨ কু সঙ্গে থাকার চেয়ে একা থাকা ভাল।
২১. Better an empty house than an ill tenant. ⇨ দুষ্ট গরুর চেয়ে শুন্য গোয়াল ভাল।
২২. Birds of a same feather flock together. ⇨ চোরে চোরে মাসতুতো ভাই।
২৩. Black will take no other hue. ⇨ কয়লা ধুলেও ময়লা যায় না।
২৪. Carry coal to Newcastle. ⇨ তেলে মাথায় তেল দেওয়া।
২৫. Charity begins at home. ⇨ আগে ঘর, তবে তো পর।
২৬. Cheap goods are dear in the long run. ⇨ সস্তার তিন অবস্থা।
২৭. Child is father to the man. ⇨ উঠন্তি মুলো পত্তনেই চেনা যায়।
২৮. Cut your coat according to your cloth. ⇨ আয় বুঝে ব্যয় কর।
২৯. Devil would not listen to the scripture. / You can't reform a rogue. ⇨ চোরে না শুনে ধর্মের কাহিনী।

৩০. Diligence is the mother of good luck. / Industry is the mother of success. ⇒ পরিশ্রমই সৌভাগ্যের মূল ।/ পরিশ্রমই সৌভাগ্যের প্রসূতি।
৩১. Do or die / Risk all to win. ⇒ মন্ত্রের সাধন কিংবা শরীর পাতন।
৩২. Empty vessels sound much. ⇒ শুন্য কলসী বাজে বেশী।
৩৩. Too much talk ends nothing. ⇒ অসারের তর্জন গর্জনই সার।
৩৪. Every man is for himself. ⇒ চাচা আপন প্রাণ বাঁচা।
৩৫. Example is better than percept. ⇒ উপদেশের চেয়ে দৃষ্টান্ত ভাল।
৩৬. Familiarity breeds contempt. ⇒ বেশি মাখামাখি করলে মান থাকে না।
৩৭. Faults are thick where love is thin. ⇒ যাকে দেখতে নারি, তার চলন বাঁকা।
৩৮. Fine words butter no parsnips. ⇒ কথায় চিড়ে ভিজে না।
৩৯. Fools rush in where angels fear to tread. ⇒ হাতী ঘোড়া গেল তল, পিঁপড়া বলে কত জল / বিজ্ঞ যেথা ভয় পায়, অজ্ঞ সেথা আগে ধায়।
৪০. Give him an inch and he'll take an ell. ⇒ লাই দিলে কুকুর মাথায় ওঠে / বসতে পেলে শুতে চায়।
৪১. Give me roast meat and beat with the spit. ⇒ পেটে খেলে পিঠে সয়।
৪২. Grasp all, lose all. ⇒ অতি লোভে তাঁতী নষ্ট। লোভে পাপ, পাপে মৃত্যু।
৪৩. Harm hatch, harm catch. ⇒ পরের মন্দ করতে গেলে নিজের মন্দ আগে ফলে।
৪৪. Harm watch, harm catch. ⇒ ভয় করলে ভয় আপনি এসে পড়ে।
৪৫. Honesty is the best policy. ⇒ সততাই সর্বোৎকৃষ্ট পন্থা।
৪৬. Hunger gives taste to foods. ⇒ ক্ষুধা পেলে বাঘে ধান খায়।
৪৭. Hunger is the best sauce. ⇒ খিদে থাকলে আলুনিও রোচে।
৪৮. Ill got, ill spent. ⇒ পাপের ধন প্রায়শ্চিত্তে যায়।
৪৯. It takes two to make a quarrel. ⇒ এক হাতে তালি বাজে না।
৫০. Leopard cannot change its spats. ⇒ ইল্লোত যায় না ধুলে, স্বভাব যায়না মলে।
৫১. Like father, like son. ⇒ যেমনি বাপ, তেমনি বেটা।
৫২. Look before you leap. ⇒ ভাবিয়া করিও কাজ ।/ দেখে শুনে পা বাড়াও।
৫৩. Make the best of an opportunity / Make hay while the sun shines. ⇒ ঝোপ বুঝে কোপ মার।
৫৪. Man proposes, God disposes. ⇒ মানুষ ভাবে এক, হয় আর এক।
৫৫. Many drops make a shower. ⇒ বিন্দু বিন্দু জলে সিন্ধু হয়।
৫৬. Many men, many minds. ⇒ যত মানুষ, তত মত।
৫৭. Might is right. ⇒ জোর যার মুল্লুক তার।
৫৮. Misfortune never comes alone. ⇒ বিপদ কখনো একা আসে না।
৫৯. Necessity is the mother of invention. ⇒ প্রয়োজনই আবিষ্কারের প্রসূতি।
৬০. Nero fiddles while Rome burns. ⇒ কারো পৌষমাস, কারো সর্বনাশ।
৬১. No pains, no gains. ⇒ কষ্ট না করলে কেষ্ট মেলে না।
৬২. No smoke without fire. ⇒ কিছু রটে তো কিছু বটে।
৬৩. Oil your own machine. ⇒ আপন চরকায় তেল দাও।
৬৪. One beats the bush, another catches the bird. / One sows another reaps. ⇒ যার ধন তার ধন নয়, অন্যে খায় দই।
৬৫. One doth the scath, another hath the scorn. ⇒ উদোর পিন্ডি বুধোর ঘাড়ে।
৬৬. One swallow does not make a summer. ⇒ এক মাঘে শীত যায় না।
৬৭. One thorn drives away another. ⇒ কাঁটা দিয়ে কাঁটা তোলা।
৬৮. Practice makes perfect. ⇒ ঘষতে ঘষতেই ধার ওঠে।

ইংলিশ রচনা বা অনুচ্ছেদ নিজ থেকে লিখতে ও Translation বা বঙ্গানুবাদ লেখার ক্ষেত্রে যে ইংলিশ শব্দার্থগুলো জানা প্রয়োজন

মোট ওয়ার্ড ১২০টি। এই ইংলিশ ওয়ার্ডগুলোর অর্থ জানা থাকলে আপনি ইংলিশ রচনা (Essay/ Composition) বা প্যারাগ্রাফ ও যে কোন ইম্পরট্যান্ট টপিক্স নিজে নিজে বানিয়ে লিখতে পারবেন। জাস্ট একবার দেখুন তাহলেই সব বুঝতে পারবেন।

১. A New Era = নতুন দিগন্ত।
২. Accelerate development = উন্নয়নকে ত্বরান্বিত করা।
৩. Adulterated food = ভেজাল খাদ্য।
৪. Aegis = আয়ত্তে, অধীনে।
৫. Aftermath = পরিণাম, ফলাফল।
৬. Amid Disillusionment = অনাকাঙ্ক্ষিত পরিস্থিতির মাঝে
৭. Austere Fiscal Measure = কঠোর অর্থনৈতিক পদক্ষেপ
৮. Bid = প্রতিশ্রুতি, আহ্বান
৯. Bizarre comment = উদ্ভট মন্তব্য
১০. Borrow = ঋণ নেয়া
১১. Breach = লঙ্ঘন
১২. Carve Out = গঠন করা
১৩. Client = গ্রাহক
১৪. Come to consensus = ঐক্যমত্যে পৌঁছা
১৫. Commensurate = সমপরিমাণ
১৬. Commit suicide = আত্মহত্যা করা
১৭. Common interest = অভিন্ন স্বার্থ
১৮. Communal harmony = সাম্প্রদায়িক সম্প্রীতি
১৯. Concerned Source = সংশ্লিষ্ট সূত্রে
২০. Congenial atmosphere = সুষ্ঠু পরিবেশ
২১. Conjugal life = দাম্পত্য জীবন
২২. Contemporary Commercial Bank = সমসাময়িক বাণিজ্যিক ব্যাংক
২৩. Controversial discussion = বিতর্কিত আলোচনা
২৪. Corresponding Year = একই বছর
২৫. Cut-throat competition = নিষ্ঠুর প্রতিযোগীতা
২৬. Decline =হ্রাস পাওয়া, পড়ে যাওয়া
২৭. Deep conspiracy = গভীর ষড়যন্ত্র
২৮. Deficit Financing = আর্থিক ঘাটতি
২৯. Deflation = মুদ্রাস্ফীতি কমানো
৩০. Delayed = বিলম্বিত
৩১. Departed soul = বিদেহী আত্মা
৩২. Depleting Trend =হ্রাসের প্রবণতা
৩৩. Devastating flood = প্রলয়ংকারী বন্যা
৩৪. Distribution of aid = ত্রাণ বিতরণ
৩৫. Down Loaded = গৃহীত
৩৬. Eco-Friendly = পরিবেশ সহায়ক
৩৭. Economic diplomacy = অর্থনৈতিক কুটনীতি
38. Economic Emancipation = অর্থনৈতিক মুক্তি
৩৯. Economy Related Newspaper Words
৪০. Edge Up = বর্ধিত করা
৪১. Emerge = উত্থান ঘটা
৪২. Emphatic victory = ব্যাপক বিজয়
৪৩. Fabricated information = বানোয়াট বা মনগড়া তথ্য
৪৪. Fanfare = উচ্ছ্বাস
৪৫. Feasibility = সম্ভাবনা
৪৬. Fiasco (N)= ভরাডুবি, চরম ব্যর্থতা
৪৭. Fierce clash = ভয়াবহ সংঘর্ষ
৪৮. Financially Troubled = অর্থনৈতিকভাবে বিপর্যস্ত
৪৯. Fiscal = আর্থিক
৫০. Flow Of Loan = ঋণ প্রবাহ
৫১. Formal inauguration = আনুষ্ঠানিক উদ্বোধন
৫২. Founder = ভেস্তে যাওয়া
৫৩. Gain Slight / Slight Increment = অল্প পরিমাণে বৃদ্ধি
৫৪. Geared Up = উদ্যমী, উদ্যোগী
৫৫. Glitches And Grumbles = অতৃপ্তি, অসন্তোষ
৫৬. Good Days = সুদিন
৫৭. Governance = শাসন / পরিচালনা

৫৮. Grew Sluggishly = ধীরে বৃদ্ধি
৫৯. Heartiest felicitation = আন্তরিক শুভেচ্ছা
৬০. Immediate Monetary Needs = তাৎক্ষণিক নগদ অর্থ চাহিদা
৬১. In a message of condolence এক শোক বার্তায়
৬২. In Collaboration With= সহযোগিতায়
৬৩. Incentive = সুযোগ সুবিধা
৬৪. Incumbent = দায়িত্বশীল
৬৫. Indecent gesture = অশ্লীল অঙ্গভঙ্গি
৬৬. Indorse = সমর্থন করা
৬৭. Inflation = মুদ্রাস্ফীতি
৬৮. Infrastructure = অবকাঠামো
৬৯. Initiate Vigorous Campaign = শক্তিশালী অভিযান পরিচালনা করা
৭০. Inquisitive mind = কৌতুহলী মন
৭১. Lash of criticism = সমালোচনার কষাঘাত
৭২. Latest Refixation = সর্বশেষ পুনর্নির্ধারণ
৭৩. Lay-Off/Shed = ছাটাই
৭৪. Liquidity Crisis = তারল্য সংকট
৭৫. Looming Grim/ Dire Consequence = ভয়াবহ পরিণতি
৭৬. Massive Logistical Challenge = বিরাট সরবরাহমূলক চ্যালেঞ্জ
৭৭. Massive = বড় ধরণের
৭৮. Military superpower = সামরিক পরাশক্তি
৭৯. Misdemeanor = বিধিবহির্ভূত কাজ, মন্দ আচরণ
৮০. Much talked agenda = বহু আলোচিত বিষয়
৮১. On Circulation = বিতরণ
৮২. Operational Profit = কারবারি মুনাফা
৮৩. Parental property = সম্পত্তি
৮৪. Plummeted = দ্রুত পতন ঘটা
৮৫. Point Out = উল্লেখ করা
৮৬. Population explosion = জনসংখ্যা বিস্ফোরণ
৮৭. Pose Image Crisis = ভাবমূর্তির সংকটাপন্ন অবস্থা হওয়া
৮৮. Potential Threat = বড় মাপের হুমকি
৮৯. Poverty Alleviation / Poverty Eradication = দরিদ্র দূরীকরণ
৯০. Pragmatic step = বাস্তব পদক্ষেপ
৯১. Price Hike = মূল্যবৃদ্ধি
৯২. Readjustment = পুনর্বিন্যাস
৯৩. Rebate = দাম কমানো
৯৪. Recession = মন্দাবস্থা
৯৫. Recovered Dimmed = রিকভারির সম্ভাবনা ক্ষীণ
৯৬. Religious festival = ধর্মীয় উৎসব
৯৭. Rescue operation = উদ্ধার অভিযান
৯৮. Revenue Earning = রাজস্ব আয়
৯৯. Ringing Down = বিপুল উৎসাহ সহকারে
১০০. Rule Out = নাকচ করে দেয়া
১০১. Say prayer = নামাজ পড়া
১০২. Scarce Resources= অল্প পরিমাণ সম্পদ
১০৩. Setback = প্রতিবন্ধকতা
১০৪. Sound sleep = ভাল ঘুম
১০৫. Spark Off = প্রজ্জ্বলিত করা
১০৬. Static / Stagnant/Standstill = স্থবির
১০৭. Structural criticism = গঠনমূলক সমালোচনা
১০৮. Subsidy = ভর্তুকি/ বাড়তি সহায়তা
১০৯. Suffocating environment = শ্বাসরুদ্ধকর পরিবেশ
১১০. Take Over Negotiation= আলাপ আলোচনা চালিয়ে যাওয়া
১১১. Tariff / Duty = শুল্ক
১১২. Tax Reform= খাজনা সংস্করণ
১১৩. To Boost = উন্নতি/ বৃদ্ধি
১১৪. To Corporatize = সমন্বয় করা
১১৫. To Slash = মূল্য খুব বেশী কমানো
১১৬. Uphold Image = ভাবমূর্তি তুলে ধরা
১১৭. Usher = উন্মোচন করা
১১৮. Vehement Criticism = কঠোর সমালোচনা
১১৯. Viable Way = বিকল্প পথ
১২০. Vibrant = চাঙ্গা
১২১. Whimsical decision = খামখেয়ালীপূর্ণ সিদ্ধান্ত

Correct Spelling

(Common Spelling Mistake words)

- Aquittance
- Abbreviate
- Aberration
- Abhorrence
- Acceleration
- Acclamation
- Acclivity
- Accompaniment
- Accumulation
- Accuracy
- Addendum
- Address
- Adherence
- Admission
- Admittance
- Affable
- Affection
- Affluence
- Aggregate
- Aggression
- Albatross
- Alimony
- Allegation
- Alleviate
- Allocation
- Ambassador
- Ambiguous
- Ambulatory
- Ameliorate
- Amenable
- Anaemia
- Anaesthesia
- Annihilate
- Anniversary
- Anopheles
- Antidote
- Apostrophe
- Apparatus
- Appreciate
- Apprehension
- Approximation
- Aquarium
- Arbitrator
- Arrogance
- Arsonist
- Artillery
- Ascendancy
- Assassin
- Asthma
- Attorney
- Audacious
- Avenge
- Ballot
- Banquet
- Barrack
- Belittle
- Bequeath
- Billiards
- Bouquet
- Brilliant
- Burgeoning
- Cabbage
- Cafeteria
- Cannoneer
- Canonesses
- Carriage
- Catalogue
- Cemetery
- Challenge
- Champagne
- Charlatan
- Cheque
- Coalesce
- Colleague
- Collision
- Colonel
- Commission
- Committee
- Commotion
- Complain
- Conciliate
- Confiscated
- Congenitally
- Consign
- Contention
- Contentious
- Contravene
- Contravened
- Convertible
- Corpulent
- Counselor
- Counteract
- Countermand
- Credulous
- Critique
- Crustaceans
- Deceive
- Decimate
- Deliberate
- Demographer
- Denigrated
- Depression
- Dialogue
- Diarrhoea
- Dilemma
- Diligent
- Disappointment
- Domicile
- Ecstasy
- Efficacious
- Efficiency
- Embarrass
- Encyclopaedia
- Enigmatic
- Entrepreneur
- Equilibrium
- Exaggerate
- Exasperating
- Excellency
- Exhort
- Exhortation
- Expediency
- Expeditions
- Explosive
- Factitious
- Fahrenheit
- Familiar
- Fascinate
- Ferocious
- Flagrant
- Garage
- Garrison
- Garrulous
- Gauntlet
- Gazette
- Gratuitous
- Gustatory
- Gymnasium
- Hallucination
- Headland
- Hegemony
- Hilarious
- Homogeneous
- Horrible
- Humdrum
- Humiliate
- Humorous
- Hurricane
- Hydraulic
- Hygienic
- Hypocrisy
- Hypothesis
- Illimitable
- Illiterate
- Immemorial
- Immutable
- Imprecise
- Impulsive
- Inaccessible
- Inappellable
- Incoherent
- Innovation
- Insignia
- Interruption
- Irrational
- Jurisprudence
- Kerosene
- Kindling

- Kinesthetic
- Legerdemain
- Liaison
- Literature
- Loquacious
- Ludicrous
- Luminosity
- Magnanimous
- Maintenance
- Malaria
- Malignant
- Malleable
- Mammoth
- Man oeuvre
- Massiveness
- Matriarchy
- Maverick
- Mediaeval
- Mediterranean
- Messenger
- Metallurgy
- Metropolitan
- Military
- Millionaire
- Miraculous
- Miscellaneous
- Mistress
- Mitigate
- Modulate
- Momentarily
- Mushroom
- Mysterious
- Necessary
- Negligent
- Negligible
- Obeisance
- Obliterate
- Occurrence
- Officiating
- Olfactory
- Ominous
- Oscillation
- Ostentatious
- Ostracize
- Paramilitary
- Parliament
- Passenger
- Passionate
- Penchant
- Penicillin
- Peninsula
- Perfunctory
- Peripheral
- Permission
- Perseverance
- Pessimism
- Philanthropy
- Picturesque
- Pigeon
- Plausible
- Possession
- Precepts
- Predecessor
- Predecessor
- Preliminary
- Premier
- Privilege
- Procession
- Prodigality
- Prodigious
- Profession
- Progression
- Prominent
- Prominently
- Promontory
- Pronunciation
- Propitiate
- Proprietor
- Prosecutor
- Pseudonym
- Psychiatrist
- Psychiatry
- Psychology
- Pusillanimous
- Quarantine
- Quinine
- Raccoon
- Ranches
- Reappearance
- Rebellion
- Recalcitrant
- Recommendation
- Redeem
- Reference
- Reflection
- Rehabilitation
- Relevancy
- Remuneration
- Renaissance
- Renaissance
- Rendezvous
- Renegade
- Reprehensible
- Resonant
- Restaurant
- Resurrect
- Resurrected
- Resurrection
- Revealed
- Rhododendron
- Sabotage
- Sacrilegious
- Sagacious
- Sanatorium
- Sapphire
- Satellite
- Saxophone
- Scaffold
- Scenario
- Scientist
- Scintillating
- Scissors
- Sculpture
- Secretary
- Seismograph
- Semester
- Separation
- Sheepish
- Shepherd
- Signature
- Simultaneous
- Souvenir
- Sovereignty
- Sparrow
- Spontaneous
- Sportsmanlike
- Stationery
- Stipulation
- Submission
- Substitute
- Successive
- Succulent
- Summarize
- Sumptuous
- Supplementary
- Supposedly
- Suppression
- Surgeon
- Surmised
- Surrender
- Suspicion
- Sycophant
- Syllogism
- Symmetry
- Tentative
- Terrific
- Territory
- Therapeutic
- Thesaurus
- Thong fully
- Timorousness
- Tomorrow
- Tongue
- Transitory
- Treasure
- Tremendous
- Unaccompanied
- Unendurable
- Unnecessary
- Vacillate
- Vacuum
- Vagrant
- Ventured
- Veterinary
- Visionary
- Wrathful

দৈনন্দিন জীবনে ব্যবহৃত কিছু তথ্য প্রযুক্তি শব্দের পূর্ণরূপ

১. HTTP এর পূর্ণরূপ — Hyper Text Transfer Protocol.
২. HTTPS এর পূর্ণরূপ — Hyper Text Transfer Protocol Secure.
৩. IP এর পূর্ণরূপ — Internet Protocol.
৪. URL এর পূর্ণরূপ — Uniform Resource Locator.
৫. USB এর পূর্ণরূপ — Universal Serial Bus.
৬. VIRUS এর পূর্ণরূপ — Vital Information Resource Under Seized.
৭. SIM এর পূর্ণরূপ — Subscriber Identity Module.
৮. 3G এর পূর্ণরূপ — 3rd Generation.
৯. GSM এর পূর্ণরূপ — Global System for Mobile Communication.
১০. CDMA এর পূর্ণরূপ — Code Divison Multiple Access.
১১. UMTS এর পূর্ণরূপ — Universal Mobile Telecommunication System.
১২. RTS এর পূর্ণরূপ — Real Time Streaming.
১৩. AVI এর পূর্ণরূপ — Audio Video Interleave.
১৪. SIS এর পূর্ণরূপ — Symbian OS Installer File.
১৫. AMR এর পূর্ণরূপ — Adaptive Multi-Rate Codec.
১৬. JAD এর পূর্ণরূপ — Java Application Descriptor.
১৭. JAR এর পূর্ণরূপ — Java Archive.
১৮. MP3 এর পূর্ণরূপ — MPEG player III.
১৯. 3GPP এর পূর্ণরূপ — 3rd Generation Partnership Project.
২০. 3GP এর পূর্ণরূপ — 3rd Generation Project.
২১. MP4 এর পূর্ণরূপ — MPEG-4 video file.
২২. AAC এর পূর্ণরূপ — Advanced Audio Coding.
২৩. GIF এর পূর্ণরূপ — Graphic Interchangeable Format.
২৪. BMP এর পূর্ণরূপ — Bitmap.
২৫. JPEG এর পূর্ণরূপ — Joint Photographic Expert Group.
২৬. SWF এর পূর্ণরূপ — Shock Wave Flash.
২৭. WMV এর পূর্ণরূপ — Windows Media Video.
২৮. WMA এর পূর্ণরূপ — Windows Media Audio.
২৯. WAV এর পূর্ণরূপ — Waveform Audio.
৩০. PNG এর পূর্ণরূপ — Portable Network Graphics.
৩১. DOC এর পূর্ণরূপ — Document (Microsoft Corporation).
৩২. PDF এর পূর্ণরূপ — Portable Document Format.
৩৩. M3G এর পূর্ণরূপ — Mobile 3D Graphics.
৩৪. M4A এর পূর্ণরূপ — MPEG-4 Audio File.
৩৫. NTH এর পূর্ণরূপ — Nokia Theme (series 40).
৩৬. THM এর পূর্ণরূপ — Themes (Sony Ericsson).
৩৭. MMF এর পূর্ণরূপ — Synthetic Music Mobile Application File.
৩৮. NRT এর পূর্ণরূপ — Nokia Ringtone.
৩৯. XMF এর পূর্ণরূপ — Extensible Music File.
৪০. WBMP এর পূর্ণরূপ — Wireless Bitmap Image.

৪১. DVX এর পূর্ণরূপ — DivX Video.
৪২. HTML এর পূর্ণরূপ — Hyper Text Markup Language.
৪৩. WML এর পূর্ণরূপ — Wireless Markup Language.
৪৪. CD এর পূর্ণরূপ — Compact Disk.
৪৫. DVD এর পূর্ণরূপ — Digital Versatile Disk.
৪৬. CRT এর পূর্ণরূপ — Cathode Ray Tube.
৪৭. DAT এর পূর্ণরূপ — Digital Audio Tape.
৪৮. DOS এর পূর্ণরূপ — Disk Operating System.
৪৯. GUI এর পূর্ণরূপ — Graphical User Interface.
৫০. ISP এর পূর্ণরূপ — Internet Service Provider.
৫১. TCP এর পূর্ণরূপ — Transmission Control Protocol.
৫২. UPS এর পূর্ণরূপ — Uninterruptible Power Supply.
৫৩. HSDPA এর পূর্ণরূপ — High Speed Downlink Packet Access.
৫৪. EDGE এর পূর্ণরূপ — Enhanced Data Rate for GSM [Global System for Mobile Communication].
৫৫. VHF এর পূর্ণরূপ — Very High Frequency.
৫৬. UHF এর পূর্ণরূপ — Ultra High Frequency.
৫৭. GPRS এর পূর্ণরূপ — General Packet Radio Service.
৫৮. WAP এর পূর্ণরূপ — Wireless Application Protocol.
৫৯. ARPANET এর পূর্ণরূপ— Advanced Research Project Agency Network.
৬০. IBM এর পূর্ণরূপ — International Business Machines.
৬১. HP এর পূর্ণরূপ — Hewlett Packard.
৬২. AM/FM এর পূর্ণরূপ — Amplitude/ Frequency Modulation.
৬৩. WLAN এর পূর্ণরূপ — Wireless Local Area Network.

ইংরেজি থেকে বাংলা অনুবাদের কৌশল + খুব গুরুত্বপূর্ণ ও পরীক্ষায় আসা সবচেয়ে কমন ১৪টি অনুবাদ

অনুবাদ মানে এক ভাষার শব্দের বদলে অন্য ভাষায় শব্দ সাজানো নয়। বরং মূল ভাব বা বক্তব্য অন্য ভাষায় প্রকাশ করা। তাই ইংরেজি থেকে বাংলা অনুবাদের সময় নিচের কয়েকটি প্রধান দিকের প্রতি লক্ষ রাখা দরকার :

১. অনুবাদ করার সময় নির্ধারিত অংশটুকু মন দিয়ে বারবার পড়ে মূল কথা বোঝার চেষ্টা করতে হবে ।

২. দুর্বোধ্য শব্দ বা বাক্যাংশের অর্থ জানা না থাকলে বক্তব্য বিষয়ের সঙ্গে সংগতি রেখে সম্ভাব্য কাছাকাছি বাংলা শব্দ ব্যবহার করতে হবে। অনুবাদ সম্ভব না হলে দুর্বোধ্য শব্দ বা বাক্যাংশটুকু হুবহু বাংলা বাক্যে ব্যবহার করা যেতে পারে।

৩. ইংরেজি অনেক শব্দের আক্ষরিক বাংলা অনুবাদ সম্ভব নয়। এমন ক্ষেত্রে ভাবানুবাদ করা ছাড়া উপায় থাকে না।

৪. মূল্যের বাচ্য ও ক্রিয়ার কাল অনুবাদে অপরিবর্তিত রাখতে হয়।

৫. মূল বাচ্য জটিল বা যৌগিক বাক্য হলে বাংলা অনুবাদের সুবিধার জন্য তা একাধিক বাক্যে ভেঙ্গে অনুবাদ করা ভালো। যেমন:

মূল বাক্য: I know the man who died yesterday is the father of my friend Shabuj.

আড়ষ্ট অনুবাদ : আমি ঐ লোকটাকে জানি যে গতকাল মারা গেছে সে আমার বন্ধু সবুজের বাবা।

সাবলীল অনুবাদ: গতকাল যিনি মারা গেছেন তাঁকে আমি চিনি। তিনি আমার বন্ধু সবুজের বাবা।

৬. মূলের প্রত্যক্ষ ও পরোক্ষ উক্তি অনুবাদে অক্ষুন্ন রাখতে হবে।

৭. ব্যক্তি, স্থান ইত্যাদি সংখ্যাবাচক বিশেষ্য শব্দের অনুবাদ হয় না। এ ধরনের শব্দ বাংলায় প্রতিবর্ণীকরণ করতে হয়। অর্থাৎ উচ্চারণ অনুয়ায়ী বাংলায় লিখতে হয়। যেমন: Shakespesre-শেকসপিয়র, Newton-নিউটন, London-লন্ডন।

৮. মূলে পরিভাষা থাকলে অনুবাদে সুপ্রচলিত বাংলা পরিভাষা ব্যবহার করা উচিত। বাংলা পরিভাষা অপ্রচলিত বা দুর্বোধ্য হলে মূল পরিভাষার বাংলা প্রতিবর্ণীকরণ করতে হয়। যেমন: পারিভাষিক শব্দের প্রতিবর্নিকরণি: Physics-পদার্থ, Adjective- বিশেষণ, Court-আদালত।

পারিভাষিক শব্দের প্রতিবর্ণীকরণ: Television-টেলিভিশন, Computer-কম্পিউটার, Station-স্টেশন।

৯. মূল পাঠে ব্যবহৃত শব্দের একাধিক অর্থ থাকলে অনুবাদে অধিকতর গ্রহণযোগ্য শব্দ বেছে নিতে হয়।

যেমন: Telephone line- টেলিফোনের লাইন/তার

A fishing line-মাছ ধরার সুতো

Parallel lines-সমান্তরাল রেখা

A bus line-বাস চলাচল ব্যবস্থা

The family line- বংশপরম্পরা।

১০. বাংলা অনুবাদে যেন সাধু ও চলিত রীতির মিশ্রণ না হয় সেদিকে লক্ষ রাখতে হয়।

১১. বাংলা অনুবাদের ভাষা যেন কৃত্রিম বা আড়ষ্ট না হয়। বাংলা ভাষার মাধুরর্য, সরলতা,স্পষ্টতা, সাবলীলতা ইত্যাদি যেন বজায় থাকে সেদিকে লক্ষ রাখা উচিত।

১২. বাংলা ছাঁদের বাক্য রীতি ও ইংরেজি ছাঁদের বাক্যরীতির মধ্যে সুস্পষ্ট পার্থক্য দেখা যায়। তাই অনুবাদ করার সময় ইংরেজি রীতির বাক্যকে বাংলা রীতিতে বদলে নেওয়া উচিত। এ ক্ষেত্রে কয়েকটি লক্ষণীয় দিক হচ্ছে:

ক. ইংরেজিতে কর্তার পর ক্রিয়া ও শেষে কর্ম বসে। পক্ষান্তরে বাংলায় কর্তার পরে কর্ম ও শেষে ক্রিয়া বসে ।

যেমন : He played football yesterday {কর্তা+ক্রিয়া+কর্ম(+অন্য পদ)}

সে গতকাল ফুটবল খেলেছিল। {কর্তা(+অন্য পদ)+কর্ম +ক্রিয়া}

খ. ইংরেজিতে verb ব্যবহার করতেই হয়। বাংলার অন্য পদে ক্রিয়া পদ উহ্য থাকে। যেমন The door is open.- দরজাটা খোলা {ক্রিয়াপদ উহ্য}

গ ইংরেজি বাক্যে a,an,the থাকলে অনেক ক্ষেত্রে বাংলায় সেগুলো অনুবাদ হয় না। যেমন: Honesty is the best policy.- সততা মহৎ গুণ।

He knows a lot about the earth, the sun and the moon.- তিনি পৃথিবী, সূর্য ও চন্দ্র সম্পর্কে অনেক কিছুই জানেন।

ঘ. ইংরেজি বাক্যে অনেক ক্ষেত্রে it, there, may ইত্যাদি বিশেষ রীতি হিসেবে ব্যবহৃত হয়। বাংলায় এগুলো বাদ দিতে হয়। যেমন:

There is a school in our village.- আমাদের গ্রামে একটি স্কুল আছে ।

ইংরেজি বাগধারা বা প্রবাদ-প্রবচন অনুবাদের সময় লাগসই বংলা বাগধারা বা প্রবাদ-প্রবচন ব্যবহার করা উচিত। যেমন :

As you sow so say you reap .- যেমন কর্ম তেমন ফল।

He has gone to the dogs.- সে গোল্লায় গেছে ।

P. ইংরেজি বা বংলা প্রশ্নবাক্যের পদক্রম আলাদা। বংলা অনুবাদে বংলা রীতি অনুসরণ করতে হয়। যেমন :

Are you ill? {ক্রিয়া /সহায়ক ক্রিয়া +কর্তা+}

আপনি কি অসুস্থ ? {কর্তা + প্রশ্নসূচক অব্যয় +}

খুব গুরুত্বপূর্ণ ১৪টি অনুবাদ

1. Smoking is very harmful. It is expensive too. It pollutes the environment. Those who smoke cannot live long. So, everyone should give up smoking.

বঙ্গানুবাদ: ধূমপান খুব ক্ষতিকর। সেই সঙ্গে ব্যয়বহুলও। এটি পরিবেশকে দূষিত করে। যারা ধূমপান করেন তারা বেশিদিন বাঁচতে পারেন না। তাই প্রত্যেকের উচিত ধূমপান ত্যাগ করা।

2. Cleanliness is a virtue. It is the habit of keeping the body and the other things free from dirts. Without a clean body one can not have a pure mind. Cleanliness keeps health sound. It is also a mark of politeness. Good health keeps mind sound.

বঙ্গানুবাদ: পরিচ্ছন্নতা একটি গুণ। শরীর ও অন্য সবকিছু ময়লা মুক্ত রাখার এটি একটি অভ্যাস। বিশুদ্ধ মনের জন্য চাই পরিচ্ছন্ন দেহ। পরিচ্ছন্নতা স্বাস্থ্য রক্ষা করে। এটা বিনয়ের লক্ষণ। ভালো স্বাস্থ্য মনকে প্রফুল্ল রাখে।

3. Punctuality is to be cultivated and formed into a habit. This quality is to be acquired through all our works from our childhood. Childhood is the seed- time. The habit formed at this time will continue all through our life. Everything at right time should be our motto.

বঙ্গানুবাদ : সময়ানুবর্তিতার চর্চা করে একে অভ্যাসে পরিণত করতে হয়। শৈশবকাল থেকেই বিভিন্ন কাজের মধ্য দিয়ে এই গুণ অর্জন করতে হয়। শৈশব হচ্ছে বীজ বপনের সময়। এ সময়ে গড়ে ওঠা অভ্যাসই আমাদের মধ্যে সারা জীবন বজায় থাকে। আমাদের উদ্দেশ্য হওয়া উচিত 'যথাসময়ে যথা কাজ।'

4. Honesty is a noble virtue. It is the secret of success in every sphere of life. The value of honesty is great. It wins love, respect and fearlessness. An honest man passes his days in respect and happiness. Honesty is the best policy.

বঙ্গানুবাদ : সততা মহৎ গুণ। জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে সাফল্যের গোপন রহস্য হলো সততা। সততার মূল্য খুবই বেশি। সততা দিয়ে ভালোবাসা, শ্রদ্ধা ও নির্ভীকতা জয় করা যায়। সৎ ব্যক্তি সুখে ও মর্যাদায় দিন অতিবাহিত করে। সততাই সর্বোৎকৃষ্ট পন্থা।

5. Students have youth and energy. They are filled with high ideals. They are free from the responsibility of maintaining families. So, it is easy foe them to devote themselves to social service.

বঙ্গানুবাদ : ছাত্রদের আছে তারুণ্য ও শক্তি। তারা উচ্চ আদর্শে ভরপুর। পরিবার চালানোর দায়িত্ব থেকে তারা মুক্ত। কাজেই, সমাজসেবায় নিজেদের উৎসর্গ করা তাদের পক্ষে সহজ।

6. Our life is short. But we have to do many things. Human life is nothing but the collection of moments. So we must not spend a single moment in vein. To kill time is a shorten life. Time and tide wait foe none.

অনুবাদ আমাদের জীবন সংক্ষিপ্ত। কিন্তু আমাদের অনেক কিছু করার থাকে। মানবজীবন কিছু মুহূর্তও আমাদের অকারণে নষ্ট করা উচিত নয়। সময় নষ্ট করার অর্থ জীবনকে সংক্ষিপ্ত করা। সময় ও জোয়ার-ভাটা কারও জন্য অপেক্ষা করে না।

7. Books introduce us with the best society; they bring us into the presence of the greatest mind that have ever lived. We have what they said and did. We see them as if they were really alive. We become participators in their thoughts. We sympathies with them.

অনুবাদ: গ্রন্থের মাধ্যমে আমরা সর্বোত্তম সমাজের পরিচয় পাই। গ্রন্থ আমাদের শ্রেষ্ঠ মননশীল ব্যক্তিদের অস্তিত্বের কাছে নিয়ে আসে। আমরা তাদের কথা ও কাজের সম্বন্ধে জ্ঞাত হই। আমরা দেখি, যেন তারা সত্যিই জীবিত। আমরা তাদের চিন্তাধারার অংশগ্রহণকারী হয়ে পড়ি। তাদের সঙ্গে আমরা সমব্যাথী হয়ে যাই।

8. Patriotism is love for one's country. It is powerful sentiment and wholly unselfish and noble. A patriot can sacrifice even his own life for the welfare of his country. It is idealism that gives courage and strength. But false patriotism makes a man narrow – minded and selfish.

অনুবাদ: নিজের দেশকে ভালবাসাই স্বদেশপ্রেম। এটি একটি প্রবল ভাবাবেগ, যা স্বার্থহীন ও মহৎ। স্বদেশের কল্যাণ কামনায় একজন দেশপ্রেমিক নিজের জীবন পর্যন্ত উৎসর্গ করতে পারেন। এটি একটি আদর্শ, যা দেয় সাহস ও শক্তি। কিন্তু মেকি স্বদেশপ্রেম মানুষকে সংকীর্ণমনা ও স্বার্থপর করে তোলে।

9. Honesty is a great virtue. If you do not deceive others, if you do not tell a lie, if you are strictly just and fair in your dealing with others, you are an honest man.Honesty is the best policy. An honest man is respected by all. An honest man is respected by all. No one can prosper in life if he is not honest.

অনুবাদ সততা মহৎ গুণ। যদি অপরকে প্রতারণা না কর, মিথ্যা না বল, অন্যের সঙ্গে যথার্থ ও ন্যায়সঙ্গত আচরণ কর, তবে তুমি সৎ ব্যক্তি। সততাই শ্রেষ্ঠ পন্থা। সৎ ব্যক্তিকে সকলে সম্মান করে। সততা ব্যতীত কেউ জীবনে উন্নতি করতে পারে না।

10. We are living in an age of science. Science has discovered and invented many things. We use them in our daily life for our comfort and convenience. Electricity is one of the greatest and most important gift of science to man.Electricity has almost changed the mode of our life.

অনুবাদ : আমরা বিজ্ঞানের যুগে বাস করি ।বিজ্ঞানের দ্বারা অনেক জিনিস আবিষ্কার ও উদ্ভাবিত হয়েছে। আমরা দৈনন্দিন জীবনে সেগুলি সুখ- সুবিধার জন্য ব্যবহার করছি। বিদ্যুৎ মানুষের কাছে বিজ্ঞানের শ্রেষ্ঠ উপহার। বিদ্যুৎ আমাদের জীবনধারাকে অনেকখানি বদলে দিয়েছে।

11. Student life is the stage of preparation for future. This is the most important period of life. A student is young today. But he will be a man tomorrow. He has different duties. He should perform them all. As a students, his first duty is to study and learn. He should be careful to his lessons.

অনুবাদ ছাত্রজীবন ভবিষ্যতের প্রস্তুতিপর্ব। এ সময়টি জীবনের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ অধ্যায়। আজ যে ছাত্র তরুণ, আগামী দিনে সে হয়ে উঠবে পরিণত মানুষ। তার নানা কর্তব্য আছে। সেগুলি তাকে সুষ্ঠুভাবে পালন করতে হবে। ছাত্রজীবনে তার প্রাথমিক কর্তব্য হচ্ছে অধ্যয়ন ও শিক্ষালাভ। পড়াশুনায় তার যত্নশীল হওয়া উচিত।

12. Computer is the new miracle of science. It can make thousand of calculations in a moment.It can store in its memory millions of facts and figures. It can also recall them at ease. In our country, the use of computer is growing rapidly. Now a day computer is growing rapidly. Now a day computers are used in banks, shops, airlines,offices, libraries, everywhere. It seems that computer is going to dominate the future civilization of man.

অনুবাদ কম্পিউটার বিজ্ঞানের এক নতুন বিস্ময়। তা মুহূর্তে মধ্যে হাজার হাজার হিসেব কষতে পারে. লক্ষ লক্ষ তথ্য ও সংখ্যা স্মৃতিপটে ধরে রাখতে পারে এবং অনায়াসেই তা স্মরণ করতে পারে। আমাদের দেশে কম্পিউটারের ব্যবহার দ্রুত গতিতে বেড়ে চলছে। বর্তমানে ব্যাংক, দোকান, বিমান, অফিস, গ্রন্থাগার সর্বত্র কম্পিউটার ব্যবহৃত হচ্ছে। মনে হয়, ভবিষ্যতের মানবসভ্যতায় কম্পিউটারের ভূমিকা প্রাধান্য লাভ করতে চলছে।

13. No man can live alone. When we are children the family protects us. When we grow up, we need the help of all the people around us.If you try to live alone, our lives are no other than those of animals. Our father and mother, our teachers, our government, all these train us to do our duty.

অনুবাদ মানুষ একা বাঁচতে পারে না। আমরা যখন শিশু, পরিবার আমাদের রক্ষা করে। আমরা যখন বেড়ে উঠি চারপাশের লোকজনের সাহায্য আমাদের দরকার হয়। যদি আমরা একাকী জীবনযাপনের চেষ্টা করি, তাহলে আমাদের জীবন পশুর জীবনের চাইতে আলাদা কিছু হবে না। পিতা-মাতা, শিক্ষকমন্ডলী, সরকার- সবাই আমদের কর্তব্য পালনের শিক্ষা দেয়।

14. The life of student is a life of preparation, preparation for the struggle of life. To make him well fitted for the struggle, education is necessary. Students of today will lead the nation tomorrow. But if their education is not completed, would they be able to lead the country to peace and prosperity?

অনুবাদঃ ছাত্রজীবন জীবন সংগ্রামের প্রস্তুতির সময়। সেই সংগ্রামের জন্য তাকে যথাযোগ্য করে তুলতে শিক্ষা দরকার। আজকের ছাত্ররাই আগামী দিনের জাতির নেতৃত্ব দেবে। কিন্তু তাদের শিক্ষা পূর্ণাঙ্গ না হলে তারা কি দেশকে শান্তি ও সমৃদ্ধির দিকে নিয়ে যেতে পারবে?

কম্পিউটার ও তথ্যপ্রযুক্তি বিষয়ক গুরুত্বপূর্ণ ১০০টি প্রশ্নোত্তর

১) ১ কিলোবাইটে কত বাইট? ✔Ans:- ১০২৪ বাইট।
২) ১ বাইটে বিটের সংখ্যা কত? ✔Ans:- ৮।
৩) ১৯৮১ এপসন কোম্পানি সর্বপ্রথম ল্যাপটপ কম্পিউটার প্রচলন করেন তার নাম অসবর্ন-১।
৪) ২১মে ২০০৬ সালে কক্সবাজারের ঝিলংজাতে ল্যান্ডিং স্টেশন স্থাপনের মাধ্যমে বাংলাদেশ সাবমেরিন ক্যাবলে যুক্ত হয়।
৫) ARPANET এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Advanced Research Projects Administration Network.
৬) B2C প্রথম ইন্টারনেট ব্যবহার করে ব্যবসা পরিচালনা শুরু করেন? ✔Ans:- ১৯৯২ সালে।
৭) Bandwith বলতে কী বুঝায়? ✔Ans:- বিট পার সেকেন্ড Bit per second (bps).
৮) BCD কোডে বিটের সংখ্যা কয়টি? ✔Ans:- ৪টি
৯) BCD শব্দের পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Binary Coded Decimal.
১০) Biometrics এর অর্থ কী? ✔Ans:- গ্রীক শব্দ Bio অর্থ জীবন ও Metric অর্থ পরিমাপ।
১১) BIOS কী? ✔Ans:- Basic Input Output System.
১২) CIH ভাইরাস কম্পিউটারে বিশ্বব্যাপী কবে বিপর্যয় সৃষ্টি করে? ✔Ans:- ২৬ এপ্রিল, ১৯৯৯ সালে।
১৩) CIH ভাইরাস কে তৈরি করেন? ✔Ans:- তাইওয়ানের নাগরিক Chen-Ing-Hau.
১৪) Cookie কী? ✔Ans:- Internet Information File.
১৫) CPU এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Centeral Processing Unit
১৬) Data Transmission speed কে কী বলা হয়? ✔Ans:- Bandwith/ Band speed.
১৭) Database Management System কে সংক্ষেপে কী বলা হয়? ✔Ans:- DBMS.
১৮) DNS এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Domain Name Services.
১৯) DOEL ল্যাপটপ প্রস্তুতকারী প্রতিষ্ঠানের নাম কী? ✔Ans:- টেসিস।
২০) E-mail এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Electronic Mail.
২১) Email কবে আবিষ্কৃত হয়? ✔Ans:- ১৯৭১ সালে।
২২) ENIAC এর পূর্ণরূপ কী? ✔ Ans:- Electronic Numerical Integrator and Computer.
২৩) Facebook কত সালে প্রতিষ্ঠিত হয়? ✔Ans:- ২০০৪ সালে।
২৪) Google Chrome কী? ✔Ans:- একটি জনপ্রিয় ওয়েব ব্রাউজার।
২৫) Google কত সালে আবিষ্কৃত হয়? ✔Ans:- ১৯৯৮ সালে।
২৬) Hotmail কত সালে আবিষ্কৃত হয়? ✔Ans:- ১৯৯৬ সালে।
২৭) HTML এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Hyper Text Markup Language.
২৮) http এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Hyper Text Transfer Protocol.
২৯) IBM এর পূর্ণরূপ কোনটি? ✔Ans:- International Business Machine.
৩০) IBM কম্পিউটার প্রথম বাজারে ছাড়ে কবে? ✔Ans:- ১৯৮১ সালে।
৩১) IC চিপ দিয়ে তৈরি প্রথম ডিজিটাল কম্পিউটার ✔ Ans:- IBM system 360.
৩২) Internet কবে আবিষ্কৃত হয়? ✔Ans:- ১৯৬৯ সালে।
৩৩) IPOS Cycle-এ কী কী থাকে? ✔Ans:- ইনপুট, প্রসেসিং, আউটপুট এবং স্টোরেজ।
৩৪) ISP এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Internet Service Provider বা ইন্টারনেট সেবাদানকারী প্রতিষ্ঠান।
৩৫) LAN, MAN এবং WAN এর পার্থক্য কী? ✔Ans:- আওতাধীন দূরত্ব।
৩৬) LAN এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Local Area Network.
৩৭) LED এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Light Emitting Unit
৩৮) Non-volatile মেমোরি কোনটি? ✔Ans:- ROM.

৩৯) Oracle Corporation এর প্রতিষ্ঠাতা কে? ✔Ans:- Lawrence J. Elison.
৪০) PC এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Personal Computer.
৪১) Plotter কোন ধরনের ডিভাইস? ✔Ans:- আউটপুট
৪২) SMTP এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Simple Mail Transfer Protocol.
৪৩) System software থাকে Start up disc এ।
৪৪) Twitter কত সালে আবিষ্কৃত হয়? ✔Ans:- ২০০৬ সালে।
৪৫) Unicode কী? ✔Ans:- Unicode মূলত ২ বাইট বা ১৬ বিটের কোড।
৪৬) UNIX অপারেটিং সিস্টেমের উদ্ভাবক কোন প্রতিষ্ঠান? ✔Ans:- বেল ল্যাব।
৪৭) URL এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Uniform Resource Locator.
৪৮) USB এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Universal Serial Bus.
৪৯) VDU এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Visual Display Unit.
৫০) VIRUS শব্দের পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Vital Information Resources Under Size.
৫১) WAN এর পূর্ণরূপ কী? ✔Ans:- Wide Area Network.
৫২) Web Page থেকে কোন কিছু খোঁজাকে কী বলে? ✔Ans:- সার্চ
৫৩) Wi-Fi কোন স্টান্ডার্ড এর উপর ভিত্তি করে কাজ করে? ✔Ans:- IEEE802.11
৫৪) Youtube কত সালে আবিষ্কৃত হয়? ✔Ans:- ২০০৫ সালে।
৫৫) অত্যাধুনিক কম্পিউটারের দ্রুত অগ্রগতির মূলে রয়েছে- ইন্টিগ্রেটেড সার্কিট (আইসি)।
৫৬) অপটিকাল ফাইবারে কয়টি অংশ ? ✔Ans:- ৩টি কোন, ক্লাডিং এবং জ্যাকেট।
৫৭) অবৈধভাবে যারা হ্যাকিং করে তাদের বলা হয়- ✔ Ans:- ক্রেকার।
৫৮) আধুনিক কম্পিউটারের জনক কে? ✔ Ans:- জন ভন নিউম্যান।
৫৯) অ্যাকসেন্ট মেমোরী কী? ✔Ans:- মেমোরী চিপ।
৬০) অ্যান্ড্রয়েডের নতুন সংস্করণ- ✔ Ans:- - marshmallow
৬১) অ্যান্ড্রয়েড অপারেটিং সিস্টেম প্রথম ব্যবহৃত কত সালে? ✔Ans:- ২০০৮ সালে অক্টোবরে।
৬২) অ্যান্ড্রয়েড উদ্ভাবন করে প্রথম অ্যান্ড্রয়েড ব্যবহৃত ফোন কোনটি? ✔ Ans:- ওপেন হ্যান্ডস্যাড অ্যালিয়ান্স। HTC Dream যা T-Mobile নামে পরিচিত।
৬৩) অ্যাপল কত সালে প্রথম আইফোন অবমুক্ত করে ? ✔Ans:- ২০০৭ সালে।
৬৪) অ্যাপেল কোম্পানী প্রথম কম্পিউটার বাজারে ছাড়ে কত সালে? ✔Ans:- ১৯৭৬ সালে
৬৫) অ্যাবাকাস কী? ✔Ans:- এক প্রকার প্রাচীন গণনা যন্ত্র।
৬৬) আইসি প্রথম কোন কম্পিউটারে ব্যবহৃত হয়? ✔Ans:- তৃতীয় প্রজন্মের কম্পিউটারে।
৬৭) আধুনিক কম্পিউটারের জনক ✔ Ans:- জন ভন নিউম্যান।
৬৮) কম্পিউটারের জনক কে? ✔Ans:- চার্লস ব্যবেজ।
৬৯) আধুনিক কম্পিউটারের সূত্রপাত ঘটে কত সালে? ✔Ans:- ১৯৫০ সালে।
৭০) আধুনিক মুদ্রণ ব্যবস্থায় ধাতু নির্মিত অক্ষরের প্রয়োজনীয়তা শেষ হওয়ার কারণ- ফটো লিথোগ্রাফী।
৭১) ইউনিকোডে অদ্বিতীয় অঙ্ক, অক্ষর এবং প্রকাশ করা হয় কিভাবে? ✔Ans:- ২১৬ বা ৬৫৫৩৬।
৭২) ইউনিক্স অপারেটিং সিস্টেমে দুইশ'র অধিক কমান্ড ব্যবহার করতে হয়।
৭৩) ইনটিগ্রেটেড সার্কট (IC) কে আবিষ্কার করেন? ✔Ans:- জ্যাক কেলবি ও রবার্ট নয়েস ।
৭৪) ইনটেল প্যারাগন কী? ✔Ans:- একটি পঞ্চম স্তরের কম্পিউটার।
৭৫) ইনফরমেশন বা তথ্যের ক্ষুদ্রতম একককে কী বলে? ✔Ans:- ডেটা।
৭৬) ইন্টারনেট একাউন্ট গ্রহণকারীদের কী বলা হয়? ✔Ans:- নেটিজেন।
৭৭) ইন্টারনেটের জনক কে? ✔Ans:- ভিনটন গ্রে কার্ফ।
৭৮) ইন্টারনেটের মাধ্যমে উনড়বত চিকিৎসা পদ্ধতিকে বলা হয়- টেলিমেডিসিন।
৭৯) ইন্টারপ্রেটার- অনুবাদক প্রোগ্রাম।
৮০) ইন্সটাগ্রাম কে উদ্ভাবন করেন? ✔Ans:- কেভিন সিস্ট্রম মাইক ক্রিঞ্জার
৮১) উইকিলিকসের প্রতিষ্ঠাতা কে? ✔Ans:- জুলিয়ান অ্যাসাঞ্জ।
৮২) উচ্চতর ভাষাকে মেশিনের ভাষায় রূপান্তর করে কোনটি? ✔Ans:- Interpreter ও Compiler.

৮৩) উপাত্ত গ্রহণ ও নির্গমন বাসের নাম- ডেটাবেস।
৮৪) একটি স্প্রেডশীট সফটওয়্যার কী? ✔Ans:- এমএস এক্সেল।
৮৫) এনকোডার কী? ✔Ans:- ডিজিটাল সার্কিট।
৮৬) এন্ড্রয়েড ব্যবহৃত প্রথম ফোন কোনটি? ✔Ans:- HTC Dream (T-Mobile এ)
৮৭) ওয়াল্ড ওয়াইড ওয়েবের জনক কে? ✔Ans:- টিম বার্নস লি।
৮৮) ওয়্যারলেস কমিউনিকেশন সিস্টেমে কী করা যায়? ✔Ans:- দ্রুত তথ্য প্রেরণ করা যায়।
৮৯) ওরাকল- একটি ডেটাবেস সফটওয়্যার।
৯০) ওরাকল কী? ✔Ans:- এক ধরনের ডাটাবেস প্রোগ্রাম।
৯১) কমপাইলারের কাজ কী? ✔Ans:- প্রোগ্রামকে কম্পিউটারের ভাষায় পরিবর্তন করা।
৯২) কমপ্লেক্স কম্পিউটারের নক্সা তৈরী করেন- ✔Ans:- ড. স্টিবিজ।
৯৩) কম্পিউটার ও ইন্টারনেট ব্যবহার করে কোন অপরাধ করাকে কী বলে? ✔Ans:- সাইবার অপরাধ।
৯৪) কম্পিউটার কী? ✔Ans:- একটি হিসাবকারী যন্ত্র।
৯৫) কম্পিউটার কে আবিষ্কার করেন? ✔ Ans:- হাওয়ার্ড এইকিন
৯৬) কম্পিউটার কোন কাজের জন্য বেশি উপযোগী? ✔Ans:- পুনরাবৃত্তিমূলক কাজের জন্য
৯৭) কম্পিউটার নেটওয়ার্কের বর্তমান পরিচিতি ইন্টারনেট চালু হয় ১৯৯৪ সালে।
৯৮) কম্পিউটার পদ্ধতিতে এক মেগাবাইটে ✔ Ans:- ১০২৪ × ১০২৪ বাইট।
৯৯) কম্পিউটার পদ্ধতির দুটি প্রধান অংশ কী? ✔Ans:- হার্ডওয়্যার ও সফটওয়্যার।
১০০) কম্পিউটার পোর্ট কী? ✔Ans:- এক ধরনের পয়েন্ট বা সংযোগ মুখ।

পুষ্টি উপাদান ও ভিটামিন

- রোগ প্রতিরোধক শক্তি বৃদ্ধি করে প্রধানত- ভিটামিন।
- গাজরে সবচেয়ে বেশি ভিটামিন এ থাকে। (ভিটামিন এ অপর নাম ক্যারোটিন)
- বেরিবেরি রোগ হয় ভিটামিন বি-১ এর অভাবে।
- ঠোঁটের কোণ ও মুখের চারিদিক ফেটে যায় ভিটামিন বি-২ এর অভাবে।
- স্কার্ভি রোগ বা মাড়ি দিয়ে পুজ ও রক্ত পড়ে ভিটামিন সি এর অভাবে।
- তাপে নষ্ট হয় ভিটামিন সি (ভিটামিন সি এর অপর নাম অ্যাসাকরবিক এসিড)।
- যে ভিটামিনের অভাবে রক্তশূন্যতা দেখা দেয় ভিটামিন বি-১২।
- ভিটামিন বি এর অভাবে ঠোঁটে ও জিহবায় ঘা হয়। ভিটামিন বি পানিতে দ্রবনীয়।
বৃষ্টির পানিতে ভিটামিন বি থাকে।
- ভিটামিন এ এর অভাবে রাতকানা রোগ হয়।
- ভিটামিন ডি এর অভাবে শিশুদের রিকেটস রোগ হয়।
- ভিটামিন ক্ষতস্থান হতে রক্ত পড়া বন্ধ করতে সাহায্য করে।
- ভিটামিন ই প্রজননে সহায়তা করে।
- ল্যাথারাইজম রোগ হয় খেসারি ডাল খেলে।
- কচুশাকে সবচেয়ে বেশি লৌহ থাকে (অ্যানিমিয়া রোগ হয় লৌহের অভাবে)
- ইনসুলিন হরমোনের অভাবে ডায়বেটিস বা বহুমূত্র রোগ হয়।
- আয়োডিনের অভাবে গলগন্ড রোগ হয়।
- ডাবে সবচেয়ে বেশি পটাশিয়াম থাকে।
- হাড় ও দাঁতকে মজবুত করে ফসফরাস।
- মানুষের কোয়াশিয়রকর রোগ হয় প্রোটিনের অভাবে। প্রোটিন বেশি থাকে মসুর ডালে।
- চা পাতায় ভিটামিন বি-কমপ্লেক্স থাকে।
- শর্করার অভাবে কিটোসিস রোগ হয়ে থাকে।
- দেহের ক্ষয়পূরণ ও বৃদ্ধি সাধনের জন্য আমিষ দরকার।
- মানবদেহ গঠনে সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন আমিষের। আমিষের পরিমাণ সবচেয়ে বেশি শুটকী মাছে।
- আমলকীতে সবচেয়ে বেশি ভিটামিন সি থাকে।

বাংলা

ফারসি/ফার্সি (Persian): ইরানের রাষ্ট্রভাষা **ফরাসি (French) :** ফ্রান্সের রাষ্ট্রভাষা	**দেনাপাওনা (ছোটগল্প):** রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের **দেনাপাওনা (উপন্যাস):** শরৎচন্দ্র চট্টোপাধ্যায়
সঞ্চিতা (কাব্যগ্রন্থ): কাজী নজরুল ইসলামের **সঞ্চয়িতা (কাব্যগ্রন্থ):** রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের	**কবর (নাটক):** মুনীর চৌধুরী **কবর (কবিতা) :** জসীম উদ্‌দীন

কারক ও বিভক্তি বিভ্রান্তি

তিলে তৈল হয়।	অপাদানে ৭মী	টাকায় টাকা আনে।	কর্তায় ৭মী
তিলে তৈল আছে।	অধিকরণে ৭মী	টাকায় কিনা হয়।	করণে ৭মী
রবিবার হতে স্কুল বন্ধ।	অপাদানে ৭মী	টাকায় টাকা হয়।	অপাদানে ৭মী
রবিবার স্কুল বন্ধ।	অধিকরণে ৭মী		

♦ **সকল কারকে এ বিভক্তি বা ৭মী বিভক্তির উদাহরণ = পাগুটা দীপতি = পাগলে কিনা বলে,** গুরুজনে কর নতি, টাকায় কিনা হয়, দীনহীনে দান কর, পরাজয়ে ডরে না বীর, তিলে তৈল আছে।

পাগলে কিনা বলে	কর্তায় ৭মী	গুরুজনের কর নতি।	কর্মে ৭মী
পরাজয়ে ডরে না বীর।	অপাদানে ৭মী	দীনহীনে দান কর।	সম্প্রদানে ৭মী

আলোয় আঁধার কাটে/ সাধনায় সিদ্ধি লাভ হয় → করণে ৭মী (নামবাচক বা গুণবাচক বিশেষ্য দ্বারা সংগঠিত হলে করণ কারক হবে)

কান্নায় শোক কমে/কান্নায় শোক মন্দীভূত হয়/ সূর্যোদয়ে অন্ধকার কাটে → ভাবাধিকরণে ৭মী (ক্রিয়াবাচক বিশেষ্য দ্বারা সংঘটিত হলে অধিকরণ করার বা ভাবাধকরণে ৭মী হবে)

জেনে রাখুন: যে বিভক্তি একাধিক কারকে ব্যবহৃত হয় তাকে **তির্যক বিভক্তি** বলে।

অনুবাদ সাহিত্য

♦ **সৈয়দ ওয়ালিউল্লাহ্র 'লালসালু' এর ইংরেজি অনুবাদের নাম** 'Tree Without Roots'

♦ পল্লীকবি জসীম উদ্‌দীনের 'নকশী কাঁথার মাঠ' এর ইংরেজি অনুবাদের নাম 'The Field of Embroidered Quilt'। এর অনুবাদক E. M. Milford

♦ বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের 'গীতাঞ্জলী' এর ইংরেজি অনুবাদের নাম 'Song Offerings' এর অনুবাদক রবীন্দ্রনাথ নিজেই। তবে এর ভূমিকা লিখেছিলেন আইরিশ করি W B Yeats

♦ প্যারিচাঁদ মিত্র রচিত বাংলা সাহিত্যে প্রথম উপন্যাস 'আলালের ঘরের দুলাল' এর ইংরেজি অনুবাদের নাম 'The Spoilt Child : A Tale of Hindu Domestic Life' এর অনুবাদক George Devereux Oswell.

♦ বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমান রচিত 'অসমাপ্ত আত্মজীবনী' এর ইংরেজি অনুবাদের নাম 'The Unfinished Memoirs'। এর অনুবাদক ফখরুল আলম। ভূমিকা লিখেছেন শেখ হাসিনা।

বাংলাদেশের অর্থনৈতিক সমীক্ষা ২০১৬

বিসিএস ও ব্যাংক এর লিখিত পরীক্ষা + মাধ্যমিক ও উচ্চমাধ্যমিকের স্টুডেন্টদের জন্য অনেক কাজে আসবে। বাংলাদেশের যে কোন বিষয় সম্পর্কে রচনা লিখতে এই বইয়েরে তথ্য ব্যবহার করা উচিত ফলে রচনা তথ্য নির্ভর হবে এবং ভালো নম্বর পাওয়া যাবে।

🖂 বর্তমানে দেশে উপজেলার সংখ্যা → ৪৯০টি। সর্বশেষ কর্ণফুলী (চট্টগ্রাম)

🖂 বর্তমানে দেশে ইউনিয়ন পরিষদের সংখ্যা → ৪,৫৩৬টি

🖂 মাথাপিছু জাতীয় আয় ১৪৬৬ মার্কিন ডলার (গত অর্থবছরে ছিল ১৩১৬, চলতি অর্থবছরে বৃদ্ধি পেয়েছে ১৫০ মার্কিন ডলার)

🖂 জিডিপি প্রবৃদ্ধি হার → ৭.০৫% (২০১৬-১৭ বছরে প্রক্ষেপন ৭.২%)

🖂 ২০০৯-১০ থেকে ২০১৪-১৫ জিডিপির গড় প্রবৃদ্ধি → ৬.২%

🖂 জিডিপি প্রবৃদ্ধির হার প্রক্ষেপন:

২০১৬-১৭ অর্থ বছরে → ৭.২%
২০১৭-১৮ → ৭.৪%
২০১৮-১৯ ---------- → ৭.৬%

🖂 মাথাপিছু আয় → ১৪৬৬ মার্কিন ডলার

🖂 দারিদ্র্যের হার → ২৪.৮%। অতিদ্রারিদ্রের হার → ১১.৮%

🖂 পদ্মাসেতু নির্মাণে ব্যয় ➡ ২৮,৭৯৩,৩৯ কোটি টাকা।
🖂 জিডিপি আকার ➡ ১৭,২৯,৫৬৭ কোটি টাকা
🖂 চলতি বাজার মূল্যে মাথাপিছু জিডিপির পরিমাণ ১,০৮,১৭২ টাকা
🖂 স্থির মূল্যে জিডিপিতে
শিল্পখাতের অবদান ➡ ৩১.২৮%
সেবা খাতের অবদান ➡ ৫৩.৩৯%
কৃষি খাতের অবদান ➡ ১৫.৩৩%
🖂 জাতীয় সঞ্চয় হার ➡ ৩০.০৮%
🖂 বিনিয়োগ জিডিপির ➡ ২৯.৩৮%
🖂 খাদ্যশষ্য উৎপাদন ➡ ৩৮৯.৯৭ লক্ষ মেট্রিক টন
🖂 দেশের মোট জনগণের শতকরা ৭৫ ভাগ বিদ্যুৎ সুবিধা পাচ্ছে।
🖂 বিদ্যুৎ উৎপাদন ক্ষমতা ➡ ১২,৩৩৯ মেগাওয়াট।
🖂 আবিষ্কৃত গ্যাস ক্ষেত্র ➡ ২৬টি। মোট মজুদ ৩৮.০২ ট্রিলিয়ন ঘনফুট। তবে উত্তোলন যোগ্য ২৭.১২ ট্রিলিয়ন ঘনফুট।
🖂 জ্বালানি তেলের মজুদ ➡ ১০.৯১ লক্ষ মেট্রিক টন।
🖂 গড় মূদ্রাস্ফীতির হার ➡ ৬.০১%। এপ্রিল ২০১৬ ➡ ৫.৬১%
🖂 বৈদেশিক মুদ্রার রিজার্ভ ➡ ২৯.১ বিলিয়ন মার্কিন ডলার।
🖂 মানব উন্নয়ন সূচকে বাংলাদেশের অবস্থান = ১৪২
🖂 রপ্তানি আয় ➡ ২৭,৬৩৭.২২ মিলিয়ন মার্কিন ডলার
🖂 আমদানি ব্যয় ➡ ৩১,৩৩৫.৮ মিলিয়ন মার্কিন ডলার
🖂 রেমিট্যান্স ➡ ১২,২৫৫.২৯ মিলিয়ন মার্কিন ডলার
🖂 জনশক্তি রপ্তানি ➡ ৫.৬২ লক্ষ জন।
🖂 বৈদেশিক বাণিজ্য ➡ ২৯৩৩ মিলিয়ন মার্কিন ডলার
🖂 দেশে রাষ্ট্রায়াত্ব প্রতিষ্ঠান ➡ ৪৫টি।
🖂 জলবায়ু তহবিলে বরাদ্দ টাকার পরিমাণ ৩,০০০ কোটি টাকা।
🖂 দেশে বর্তমানে প্রাথমিক স্কুলের সংখ্যা ➡ ১,১২,১৭৬টি (ব্র্যাক সেন্টার, মাদ্রাসা, শিশু কল্যাণসহ)
🖂 প্রাথমিকে ভর্তি হার ➡ ৯৭.৯% (ছেলেঃ মেয়ে = ৪৯.১৪% : ৫০.৮৬%)
🖂 প্রাথমিকে ঝড়ে পড়ার হার ➡ ২০.৪%
🖂 দেশে বর্তমানে পাবলিক বিশ্ববিদ্যালয়ের সংখ্যা ➡ ৩৮টি।
🖂 দেশে বর্তমানে মেডিক্যাল কলেজের সংখ্যা ➡ ৩৬টি।
🖂 দেশে বর্তমানে কমিউনিটি ক্লিনিকের সংখ্যা ➡ ১৩,১৩৬টি।
🖂 স্থুল জন্মহার (প্রতি হাজারে) ➡ ১৮.২ (জাতীয়)
🖂 স্থুল মৃত্যুহার (প্রতি হাজারে) ➡ ৫.২ জন (জাতীয়)
🖂 প্রত্যাশিত গড় আয়ু ➡ ৭০.৭ বছর (জাতীয়) পুরুষ ৬৯.১ বছর নারী ৭১.৬ বছর
🖂 জন প্রতি ডাক্তারের সংখ্যা ➡ ২১২৯ জন।
🖂 বিবাহের গড় বয়স ➡ পুরুষ ২৪.৯ বছর নারী ১৮ বছর
🖂 শিশু মৃত্যু হার (১ বছরের কম প্রতি হাজারে) ➡ ৩০ জন
🖂 শিশু মৃত্যু হার (৫ বছরের কম প্রতি হাজারে) ➡ ৩৮ জন
🖂 মাতৃমৃত্যুহার ➡ ১.৯৩% (জাতীয়)
🖂 গর্ভনিরোধ ব্যবহারকারী ➡ ৬২.২%
🖂 উর্বরতার হার (মহিলা প্রতি) ➡ ২.১১
🖂 দেশে আগামী ১৫ বছরে ১০০টি অর্থনৈতিক অঞ্চল প্রতিষ্ঠার করা উদ্যোগে এখন পর্যন্ত ৫৬টির (এপ্রিল ২০১৬) (সরকারী ৪২ ও বেসরকারী ১৪)টির অনুমোদন দেওয়া হয়েছে। এখন পর্যন্ত ১১টি উদ্বোধন করা হয়েছে।

বিসিএস + ব্যাংক + শিক্ষক নিবন্ধনসহ সকল সরকারী চাকরির পরীক্ষায় বাংলা সাহিত্য অংশে আসা গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্ন-উত্তরগুলো দেখে নিন

১. ছাড়পত্র কাব্য→ সুকান্ত ভট্টাচার্য
২. পঞ্চতন্ত্র গ্রন্থ→ সৈয়দ মুজতবা আলী
৩. নজরুলের প্রথম উপন্যাস→ বাঁধনহারা
৪. মেঘনাদ বধ কাব্যে সর্গ→ ৯টি
৫. "পদ্মাবতী" কে রচনা করেন?→ মহাকবি আলাওল।
৬. "পদ্মাবতী" কোন জাতীয় রচনা?→ ঐতিহাসিক প্রণয় উপাখ্যান।
৭. 'প্রসন্ন প্রহর' গ্রন্থের রচয়িতা কে?→ সিকান্দর আবু জাফর।
৮. 'বাংলা ছাড়ো' গ্রন্থের রচয়িতা কে?→ সিকান্দার আবু জাফর।
৯. 'প্রেমের সমাধি'র রচয়িতা কে?→ মোহাম্মদ নজীবর রহমান।
১০. 'পদ্মা-মেঘনা-যমুনা' উপন্যাসের রচয়িতা কে?→ আবু জাফর শামসুদ্দিন।
১১. 'পদ্মরাগ' গ্রন্থটির রচয়িতা কে?→ বেগম রোকেয়া।
১২. 'পারস্য প্রতিভা' গ্রন্থের রচয়িতা কে?→ মুহাম্মদ বরকতউল্লাহ।
১৩. 'পথে প্রবাসে' গ্রন্থের রচয়িতা কে?→ অন্নদাশঙ্কর রায়।
১৪. 'পলাশীর যুদ্ধ' গ্রন্থের লেখক কে?→ নবীন চন্দ্র সেন।
১৫. 'নির্জন স্বাক্ষর' গ্রন্থটির রচয়িতা কে?→ বুদ্ধদেব বসু।
১৬. 'নুরনামা' কাব্যগ্রন্থের রচয়িতা কে?→ আব্দুল হাকিম।
১৭. 'পদ্মা নদীর মাঝি' উপন্যাসের রচয়িতা কে?→ মানিক বন্দোপাধ্যায়।
১৮. 'পথের পাচালী' উপন্যাসের রচয়িতা কে?→ বিভূতিভূষণ বন্দোপাধ্যায়।
১৯. 'পথের পাঁচালী' উপন্যাসের উপজীব্য বিষয় কী? → গ্রামীণ জীবন।
২০. 'পথের দাবী' উপন্যাসটির রচয়িতা কে?→ শরৎচন্দ্র চট্টপ্যাধায়।
২১. 'বেদান্ত' গ্রন্থটির রচয়িতা কে?→ রাজা রামমোহন রায়।
২২. বাংলা ভাষার প্রথম সামাজিক নাটক কোনটি? → কুলীনকুল সর্বস্ব।
২৩. 'বত্রিশ সিংহাসন' গ্রন্থের রচয়িতা কে? → মৃত্যুঞ্জয় বিদ্যালঙ্কার।
২৪. 'বেদান্ত চন্দ্রিকা' ও 'প্রবোধ চন্দ্রিকা' গ্রন্থ দুটির রচয়িতা কে? → মৃত্যুঞ্জয় বিদ্যালঙ্কার।
২৫. শায়ের কারা? → পুঁথি সাহিত্যের রচয়িতার শায়ের বলা হয়।
২৬. পুঁথি সাহিত্যের প্রথম সার্থক কবির রচয়িতা কে ? → ফকির গরীবুল্লাহ।
২৭. উল্লেখযোগ্য শায়েরের নাম কী? → ফকির গরীবুল্লাহ, সৈয়দ হামজা, মালে মুহম্মদ, আয়েজুদ্দিন, মুহম্মদ মুনশী, দানেশ প্রমুখ।
২৮. পুঁথি সাহিত্যে কোন কোন ভাষার সংমিশ্রণ ঘটেছে? → আরবি, ফার্সি, বাংলা, হিন্দি, তুর্কি প্রভৃতি।
২৯. কালুগাজী ও চন্দ্রাবতী কোন ধরনের সাহিত্য? → পুঁতি সাহিত্য।
৩০. কোন ঐতিহাসিক কাহিনী নিয়ে আলাওল পদ্মাবতী কাব্য রচনা করেন? → চিতোরের রানী পদ্মীনির কাহিনী।
৩১. আবদুল্লাহ্ উপন্যাস→ কাজী ইমদাদুল হক
৩২. অরন্য গোধুলী কাব্য→ বন্দে আলী মিয়া
৩৩. বটতলার উপন্যাস→ রাজিয়া খান
৩৪. নজরুল ইসলামের দারিদ্র্য কবিতা→ সিন্ধু হিন্দোল কাব্যের অন্তর্গত
৩৫. চিলেকোঠার সেপাই→ আখতারুজ্জামান ইলিয়াস
৩৬. শান্তিধারা→ এয়াকুব আলী চৌধুরী
৩৭. বৈষ্ণব পদাবলীর আদি রচয়িতা→ চন্ডীদাস
৩৮. ইসমাইল হোসেন সিরাজী যে কাব্যগ্রন্থের জন্য কারাবরণ করেন তার নাম কী? → অনল প্রবাহ।
৩৯. 'উমর ফারুক' কবিতা কাজী নজরুল ইসলামের কোন কাব্যগ্রন্থের অন্তর্ভুক্ত?→ জিঞ্জির।
৪০. 'উদাসিন পথিকের মনের কথা' উপন্যাসের রচয়িতা কে? → মীর মশাররফ হোসেন।
৪১. 'উত্তম-পুরুষ' উপন্যাসের রচয়িতা কে? → রশীদ করিম।
৪২. 'এ গ্রামার অব দি বেংলী ল্যাঙ্গুয়েজ' এর রচিয়তা কে? → ন্যাথানিয়েল ব্রাসি হ্যালহেড।
৪৩. 'একেই কি বলে সভ্যতা' প্রহসনটি কার রচনা? → মাইকেল মধুসূদন দত্ত।

৪৪. 'এসো বিজ্ঞানের রাজ্যে' গ্রন্থটির রচিয়তা কে? → আব্দুল্লাহ্ আল মুতী সরফুদ্দিন।
৪৫. 'ওরা কদম আলী' নাটকের রচিয়তা কে? → মামুনুর রশিদ।
৪৬. *'ওজারতির দুই বছর' গ্রন্থটির রচিয়তার নাম কী?
*'প্রধানমন্ত্রীত্বের নয় মাস' গ্রন্থটির রচিয়তার নাম কী? → আতাউর রহমান খান।
৪৭. 'স্বৈরাচারের দশ বছর' গ্রন্থটির রচিয়তার নাম কী? → আতাউর রহমান খান।
৪৮. 'কড়ি দিয়ে কিনলাম' উপন্যাসটি রচনা করেন কে? → বিমল মিত্র।
৪৯. 'কড়ি ও কোমল' গ্রন্থের রচিয়তা কে? → রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর।
৫০. *'কমলাকান্তের দপ্তর' গ্রন্থের রচিয়তা কে?
*'কৃষ্ণকান্তের উইল' উপন্যাসের রচিয়তা কে? → বঙ্কিমচন্দ্র চট্টোপাধ্যায়।
৫১. 'কমলাকান্তেরদপ্তর' কোন ধরনের রচনা? → তীর্যক ব্যঙ্গাত্মক।
৫২. 'ক্রীতদাসের হাসি' উপন্যাসের রচিয়তা কে? → শওকত ওসমান।
৫৩. 'কুলীনকুল সর্বস্ব' নাটকের রচিয়তা কে? → রামনারায়ণ তর্করত্ন।
৫৪. *'কাফেলা' নাটকের রচিয়তার নাম কী?
*'কামাল পাশা' ও 'আনোয়ার পাশা' গ্রন্থ দুটির রচয়িতার নাম কী? → ইব্রাহিম খাঁ।
৫৫. 'কবর' নাটকটির রচিয়তা কে? → মুনীর চৌধুরী।
৫৬. 'কবর' নাটকের পটভুমি কী? → ৫২-এর ভাষা আন্দোলন।
৫৭. 'কবর' নাটকটি প্রথম কোথায় মঞ্চায়িত হয়? → ঢাকা কেন্দ্রীয় কারাগারে।
৫৮. 'কবর' কাবিতাটির রচয়িতা কে? → জসীমউদ্দিন।
৫৯. 'কবর' কাবিতাটি যে কাব্যগ্রন্থের অর্ন্তগত- → রাখালী।
৬০. 'কৃষ্ণপক্ষ' গ্রন্থটির রচিয়তা কে? → আব্দুল গাফ্ফার চৌধুরী।
৬১. 'কাদোঁ নদী কাঁদো' উপন্যাসের রচিয়তা কে? → সৈয়দ ওয়ালীউল্লাহ।
৬২. 'খেয়া' রবীন্দ্রনাথের কোন ধরনের রচনা? → কাব্য রচনা।
৬৩. 'গ্রানাডার শেষ বীর' গ্রন্থটির রচয়িতা কে? → এস. ওয়াজেদ আলী।
৬৪. গোলাম মোস্তফার বিখ্যাত গ্রন্থ কোনটি? → বিশ্বনবী।
৬৫. চৈতন্যদেব জন্মগ্রহণ করেন কোথায়? → নবদ্বীপে।
৬৬. 'চোখের বালি' উপন্যাসটি লিখেছেন কে? → রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর।
৬৭. The Captive Lady-র রচয়িতা কে? → মাইকেল মধুসূদন দত্ত।
৬৮. 'দুই বোন' রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরের কোন শ্রেণির রচনা? → উপন্যাস।
৬৯. 'দুধে ভাতে উৎপাত' গ্রন্থের রচয়িতা কে? → আখতারুজ্জামান ইলিয়াস।
৭০. 'দত্তা' উপন্যাসটির লেখক কে? → শরৎচন্দ্র চট্টোপাধ্যায়।
৭১. 'নবী কাহিনী' গ্রন্থের রচয়িতা কে? → কাজী ইমদাদুল হক।
৭২. 'নয়া খান্দান' নাটকের রচয়িতা কে? → নূরুল মোমেন।
৭৩. 'নীল দর্পন' নাটকের রচয়িতা কে? → দীনবন্ধু মিত্র।
৭৪. 'নকশী কাঁথার মাঠ' কাব্যটির রচয়িতা কে? → জসিম উদ্দিন।
৭৫. 'চাচা কাহিনী' গ্রন্থের রচিয়তা কে? → সৈয়দ মুজতবা আলী।
৭৬. 'চণ্ডীমঙ্গল'কাব্যের কবি কে? → কবিকঙ্কন মুকুন্দরাম চক্রবর্তী।
৭৭. 'জমিদার দর্পন' নাটক রচনা করেছেন কে? → মীর মোশারফ হোসেন।
৭৮. 'জিব্রাইলের ডানা'র গল্পকার কে? → শাহেদ আলী।
৭৯. 'আরেক ফাল্গুন', হাজার বছর ধরে', 'বরফ গলা নদী' এগুলো কার রচিত উপন্যাস? → জহির রায়হান।
৮০. 'তোতা ইতিহাস' গ্রন্থটি কোন ভাষা থেকে অনূদিত? → ফারসি।
৮১. 'তেইশ নম্বর তৈলচিত্র' উপন্যাসের রচিয়তা কে? → ডঃ আলাউদ্দিন আল-আজাদ।
৮২. 'নরুল দীনের সারাজীবন' নাটকের রচয়িতা কে? → সৈয়দ শাসসূল হক।
৮৩. *'পায়ের আওয়াজ পাওয়া যায়' নাটকের রচয়িতা কে?
*'খেলা রাম খেলে যারে' কার রচনা? → সৈয়দ শামসুল হক।
৮৪. 'তিতাস একটি নদীর নাম' উপন্যাসের রচয়িতা কে? → অদ্বৈত মল্লবর্মণ।

৮৫. 'তারাবাঈ' নাটকটির রচিয়াত কে? → দ্বিজেন্দ্রলাল রায়।

৮৬. 'দেওয়ানা মদিনা' পালার রচয়িতা কে ? → মনসুর বয়াতী।

৮৭. 'নবীন মাধক' কোন নাটকের চরিত্র? → নীল দর্পন নাটকের।

৮৮. 'নারীর মূল্য' প্রবন্ধের রচয়িতা কে? → শরৎচন্দ্র চট্টোপাধ্যায়।

৮৯. *'নৌকাডুবি' উপন্যাসের রচয়িতা কে? *'নৈবেদ্য' গ্রন্থটির রচয়িতা কে? → রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর।

৯০. 'ধন্যবাদ' কবিতাটি কার রচিত? → আহসান হাবিব।

৯১. 'নকশী কাঁথার মাঠ' কাব্যটির ইংরেজি অনুবাদক কে? → E. M. Miiford.

৯২. 'দেশে বিদেশে' গ্রন্থটির রচয়িতা কে? → সৈয়দ মুজতবা আলী।

৯৩. 'দন্ডকারন্য' গ্রন্থটির রচয়িতা কে? → মুনীর চৌধুরী।

৯৪. 'ধন ধান্যে পুষ্পে ভরা'- দেশাত্মবোধক গানটির রচয়িতা কে? → দ্বিজেন্দ্রলাল রায়।

৯৫. আরাকান রাজসভায় বাংলা সাহিত্যের উল্লেখযোগ্য সাহিত্যিকের নাম কী কী? → দৌলত কাজী, আলাওল, কোরেশী মাগন ঠাকুর, মরদন, আব্দুল করিম খোন্দকার।

৯৬. আরাকানকে বাংলা সাহিত্য কি নামে উল্লেখ করা হয়েছে? → রোসাং বা রোসাঙ্গ নামে।

৯৭. কবি আলাওল কোথায় জন্মগ্রহণ করেন? → ফতেহাবাদের জালালপুরে।

৯৮. মাগন ঠাকুর কে ছিলেন? → রোসাঙ্গ রাজ্যের প্রধানমন্ত্রী।

৯৯. "নসীহত নামা" কোন জাতীয় গ্রন্থ, কে রচনা করেছেন? → মরদন রচিত কাব্যগ্রন্থ।

১০০. কার আদেশে দৌলত কাজী 'সতি ময়না ও লোরচন্দ্রানী' কাব্য রচনা করেন? → শ্রী সুধর্ম রাজার আমলে তাঁর লষ্কর উজির আশরাফ খানের আদেশে।

১০১. 'সতি ময়না ও লোরচন্দ্রানী' কোন শতকে কাব্য? → সপ্তদশ শতাব্দী।

১০২. সতী ময়না ও লোরচন্দ্রানী হিন্দি ভাষার কোন কাব্য অবলম্বনে রচিত? → হিন্দী কবি সাধন এর 'মৈনাসত'।

ভৌগলিক উপনাম- ৫০টি

১. সূর্যোদয়ের দেশ- জাপান
২. ভূ-স্বর্গ- কাশ্মীর ৩. নিষিদ্ধ দেশ- তিব্বত
৪. নিষিদ্ধ নগরী- লাসা
৫. মুক্তার দ্বীপ- বাহরাইন
৬. সমুদ্রের বধূ- গ্রেট ব্রিটেন
৭. নিশীথ সূর্যের দেশ- নরওয়ে
৮. সাদা হাতির দেশ- থাইল্যান্ড
৯. বাজারের শহর- কায়রো
১০. নীল নদের দেশ- মিশর
১১. আগুনের দ্বীপ- আইসল্যান্ড
১২. প্রাচ্যের ডান্ডি- নারায়ণগঞ্জ
১৩. বজ্রপাতের দেশ- ভূটান
১৪. সোনালী তোরণের শহর- সানফ্রান্সিসকো
১৫. ইউরোপের ককপিট- বেলজিয়াম
১৬. স্কাই স্ক্রাপার্সের শহর- নিউইয়র্ক
১৭. ব্রিটেনের বাগান- কেন্ট (ইংল্যান্ড)
১৮. মসজিদের শহর- ঢাকা
১৯. সাদা শহর- বেলগ্রেড (যুগোস্লাভিয়া)
২০. মুক্তার দেশ- কিউবা
২১. বাতাসের শহর- শিকাগো
২২. হাজার দ্বীপের দেশ- ফিনল্যান্ড
২৩. মন্দিরের শহর- বেনারস
২৪. মরুভূমির দেশ- আফ্রিকা
২৫. নীরব শহর- রোম
২৬. পবিত্র ভুমি- প্যালেস্টাইন
২৭. ভূমিকম্পের দেশ- জাপান
২৮. সাত পাহাড়ের শহর- রোম
২৯. দক্ষিণের গ্রেট ব্রিটেন- নিউজিল্যান্ড
৩০. প্রাচ্যের গ্রেট ব্রিটেন- জাপান
৩১. শ্বেতাঙ্গদের কবরস্থান- গিনিকোস্ট
৩২. পান্না দ্বীপ- আয়ারল্যান্ড
৩৩. চির সবুজের দেশ- নাটাল
৩৪. পোপের শহর- রোম
৩৫. উত্তরের ভেনিস- স্টকহোম
৩৬. স্বর্ণ নগরী- জোহানেসবার্গ
৩৭. ল্যান্ড অব মার্বেল- ইটালি
৩৮. পবিত্র পাহাড়- ফুজিয়ামা (জাপান)
৩৯. গোলাপি শহর- রাজস্থান (ভারত)
৪০. দ্বীপের নগরী- ভেনিস
৪১. আফ্রিকার সিংহ- ইথিওপিয়া
৪২. সকাল বেলার শান্তি- কোরিয়া
৪৩. ইউরোপের রণক্ষেত্র- বেলজিয়াম
৪৪. চির বসন্তের নগরী-কিটো (দ. আমেরিকা)
৪৫. চীনের দুঃখ- হোয়াংহো নদী
৪৬. ভূ-মধ্য সাগরের প্রবেশদ্বার- জিব্রাল্টার
৪৮. ম্যাপল পাতার দেশ- কানাডা
৪৯. দক্ষিণের রাণী- সিডনি
৫০. প্রাচ্যের ভেনিস- ব্যাংকক।

বিসিএস পরীক্ষা, এসএসসি, এইচএসসি, ইউনিভার্সিটি ভর্তি ও যে কোন মাধ্যমিক বিজ্ঞান পরীক্ষার এমসিকিউ এর প্রস্তুতির জন্য "রসায়ন+সাধারণ বিজ্ঞান" বিষয়ের ৭৫+৬০টি খুব গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্নোত্তর

রসায়ন বিজ্ঞান

১. কচুতে ক্যালসিয়াম অক্সালেট, কমলায় এসকরবিক এসিড, আমলকিতে অক্সালিক এসিড, আপেলে ম্যালিক এসিড, টমেটো ম্যালিক এসিড, তেঁতুলে টারটারিক এসিড ও লেবুতে সাইট্রিক এসিড থাকে।

২. পানের রসে মিউসিলেজ ও খেজুরের রসে ফ্রুকটোজ থাকে।

৩. তামাকে নিকোটিন, পপি/আফিমে মরফিন, চা কফিতে ক্যাফেইন, সিঙ্কোনাতে কুইনাইন থাকে বাদামে থাকে ম্যাগনেসিয়াম, সয়াবিনে জেনিস্টেইন, সরিষার তেলে ইরসিক এসিড, পেঁপেতে প্যাপেন, সূর্যমুখীতে লিনোলিক এসিড, মরিচে ক্যাপসিন ও ধুতুরায় ডেটুরিন থাকে।

৪. অ্যাসবেস্টস হলো- এক ধরনের অগ্নি নিরোধক খনিজ ।

৫. আতশবাজি ও ফটোগ্রাফির ফ্লাশ পাওডার তৈরীতে ব্যবহৃত হয়- ম্যাগনেসিয়াম।

৬. ইউরিয়া সারের প্রধান কাঁচামাল- মিথেন গ্যাস, প্রাকৃতিক গ্যাস, নাইট্রোজেন।

৭. ইস্পাতে কার্বনের পরিমাণ- ০.১৫-১.৫%।

৮. ইস্পাতে সুনিয়ন্ত্রিত- কার্বন থাকে।

৯. উড়োজাহাজ বা মোটরগাড়ির খোলস তৈরী হয়- ডুরালুমিন (অ্যালুমিনিয়াম) দিয়ে।

১০. উপধাতু যে সব মৌল কখনো কখনো ধাতুর মতো আবার কখনো কখনো অধাতুর মতো আচরণ করে- সিলিকন।

১১. একমাত্র ধাতু যা বিদ্যুৎ পরিবাহী- গ্রাফাইট।

১২. এসিড নীল লিটমাসকে- লাল করে।

১৩. এসিডের Ph- ৭ এর কম।

১৪. এসিডের স্বাদ- টক।

১৫. এ্যাকোয়াম ১৫০ একটি- অত্যাধুনিক পানি বিশোধক যন্ত্র।

১৬. ওজোন (O_3) এর রং- গাঢ় নীল।

১৭. ওজোন স্তরের সর্বাপেক্ষা ক্ষতিকর গ্যাস- ক্লোরিন (Cl)।

১৮. কঠিন, তরল ও বায়বীয় এ তিন অবস্থায় থাকতে পারে- পানি।

১৯. কাগজে ঘষলে দাগ কাটে- লেড।

২০. কার্বন একটি- বহুরূপী মৌল।

২১. কার্বোরটরে মিশানো হয় R- বায়ু ও গ্যাসোলোনের বাষ্প।

২২. কৃত্রিম উপায়ে ফল পাকাতে ব্যবহৃত হয়- নাইট্রোজেন গ্যাস।

২৩. ক্ষার লাল লিটমাসকে- নীল করে।

২৪. ক্ষারে Ph – ৭ এর বেশী।

২৫. ক্ষারের স্বাদ- তিক্ত।

২৬. গ্রিক শব্দ গ্রাফাইট অর্থ- আমি লিখি।

২৭. চাঁদের নাম অনুসারে মৌলের নাম- সেলিনিয়াম।

২৮. চিটাগুড় তৈরী হয়- ইথানল থেকে।

২৯. ছুরি দ্বারা সহজে কাটা যায়- সোডিয়াম।

৩০. ডিনামাইটের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ উপাদান- নাইট্রোক্লিয়াফিল।

৩১. ডিম পঁচা গন্ধযুক্ত গ্যাস- হাইড্রোজেন সালফাইড।

৩২. ড্রাইসেলের তড়িৎচালক বল- ১.৫ ভোল্ট।

৩৩. ধাতু হিসাবে কিসের ব্যবহার সবচেয়ে বেশী- লোহার।

৩৪. ধাতুর ক্ষয়রোধ করার জন্য- ইলেক্ট্রোপ্লেটিং করা হয়।

৩৫. নাইট্রোজেনের পারমাণবিক সংখ্যা- ৭।

৩৬. নিউট্রন অনুপস্থিত- হাইড্রোজেনে।

৩৭. নীলা, চুনি, পান্না প্রভৃতি মূল্যবান পাথরগুলো- অ্যালুমিনিয়ামের যৌগ।

৩৮. পানি পরিশোধনে ব্যবহৃত হয়- ফিটকিরি।

৩৯. পানি হলো- অক্সিজেন ও হাইড্রোজেন এর মিশ্রণ।

৪০. পানিকে তড়িৎ বিশ্লেষণ করলে পাওয়া যায়- অক্সিজেন ও হাইড্রোজেন।

৪১. পানিতে অক্সিজেন ও হাইড্রোজেন এর অনুপাত- ১ ঃ ২।

৪২. পানির স্ফুটনাংক- ১০০০ সেন্টিগ্রেড।

৪৩. পৃথিবীর সবচেয়ে ভারী ধাতু- ওসমিয়াম (প্লাটিনাম জাতীয়)।

৪৪. পৃথিবীর সবচেয়ে মূল্যবান ধাতু- ক্যালিফোর্নিয়াম।

৪৫. পেট্রোলবাহি ট্রাকের নিচে ধাতব পাত ঝুলিয়ে রাখা হয়- দুর্ঘটনা রোধের জন্য।

৪৬. প্রকৃতিতে মুক্ত অবস্থায় পাওয়া যায়- অ্যালুমিনিয়াম।
৪৭. প্রসাধনী ও সাবান তৈরীতে ব্যবহৃত হয়- গ্লিসারিন।
৪৮. ফরমিক এসিডের অম্লিয়গুণের পাশাপাশি- ক্ষারীয় গুণ বিদ্যমান।
৪৯. বাজারে প্রাপ্ত মদের নাম- ইথাইল এ্যালকোহল।
৫০. বাতাসে মিথেনের পরিমাণ- ০.০০০০২%।
৫১. বায়ু একটি- মিশ্র পদার্থ।
৫২. ভিনেগার হলো- এ্যাসিটিক এসিডের (৪-৮) % জলীয় দ্রবণ।
৫৩. ভূ-ত্বকে সবচেয়ে বেশী পাওয়া যায়- অ্যালুমিনিয়াম (৭%)।
৫৪. মানুষ যে খনিজ পদার্থ বেশী খায়- ক্যালসিয়াম।
৫৫. রসুনের মতো গন্ধ- শ্বেত ফসফরাসের।
৫৬. রাজঅম্ল হলো- নাইট্রিক এসিড (HNO_3) ও হাইড্রোক্লোরিক এসিডের (HCl) এর 1:2 অনুপাতের মিশ্রণ।
৫৭. রাবার হলো- হাইড্রোকার্বনের পলিমার।
৫৮. রাসায়নিক বিক্রিয়ায় অংশগ্রহণ করে- পরমাণু।
৫৯. রেফ্রিজারেটরে ব্যবহৃত হয়- অ্যামোনিয়া ও ফ্রেয়ন।
৬০. ল্যাবরেটরিতে শুষ্ককারক ও নিরূপক হিসাবে ব্যবহৃত হয়- কুইক লাইম।
৬১. সবচেয়ে হালকা ধাতু- লিথিয়াম।
৬২. সর্বোত্তম তড়িৎ বাহক- তামা (Cu)।
৬৩. সাংকেতিক আলো তৈরিতে ব্যবহৃত হয়- ম্যাগনেসিয়াম।
৬৪. সাধারণ অবস্থায় অক্সিজেনের সাথে বিক্রিয়ায় জ্বলে ওঠে- সোডিয়াম।
৬৫. সাধারণ তাপমাত্রায় একমাত্র তরল ধাতু- পারদ।
৬৬. সাধারণ তাপমাত্রায় তরল অধাতু- ব্রোমিন।
৬৭. সাধারণ লবণকে তড়িৎ বিশ্লেষণ করলে পাওয়া যায়- ক্লোরিন ও সোডিয়াম।
৬৮. সাবান তৈরীর প্রধান উপাদান- চর্বি।
৬৯. সাবানের রাসায়নিক নাম- সোডিয়াম স্টিয়ারেট।
৭০. সিলিকনের পারমাণবিক সংখ্যা-১৪।
৭১. স্টেইনলেস স্টিলে থাকে- ক্রোমিয়াম, নিকেল ও লোহা।
৭২. স্বর্ণ গলাতে সাহায্য করে- রাজঅম্ল।
৭৩. স্বর্ণের বিশুদ্ধতা প্রকাশ করা হয়- ক্যারেট দিয়ে।
৭৪. স্যাকারিন প্রস্তুত হয়- টলুইন থেকে।
৭৫. হ্যালোজেন অর্থ- সামুদ্রিক লবণ উৎপাদক।

সাধারণ বিজ্ঞান

১. টমেটোতে কোন এসিড থাকে? ➡ ম্যালিক এসিড
২. লেবুর রসে কোন এসিড থাকে? ➡ সাইট্রিক এসিড
৩. আপেলে কোন এসিড থাকে? ➡ ম্যালিক এসিড
৪. তেঁতুলে কোন এসিড থাকে? ➡ টারটারিক এসিড
৫. আমলকিতে কোন এসিড থাকে? ➡ অক্সালিক এসিড
৬. আঙ্গুরে কোন এসিড থাকে? ➡ টারটারিক এসিড
৭. কমলালেবুতে কোন এসিড থাকে? ➡ এসকরবিক এসিড
৮. দুধে কোন এসিড থাকে? ➡ ল্যাকটিক এসিড
৯. পাকা কলায় কি থাকে? ➡ এমাইল এসিটেট
১০. পাকা আনারসে কি থাকে? ➡ ইথাইল এসিটেট
১১. পাকা কমলায় কি থাকে? ➡ অকটাইল এসিটেট
১২. কচু খেলে গলা চুলকায় কেন? ➡ কারণ কচুতে ক্যালসিয়াম অক্সালেট থাকে।
১৩. রেকটিফাইড স্পিরিট কী? ➡ ৯৫.৬% ইথাইল এলকোহল এবং ৪.৪% পানির মিশ্রণকে রেকটিফাইড স্পিরিট বলে।
১৪. ডিডিটির পূর্ণরূপ কী? ➡ ডাই- ক্লোরো-ডাই-ফিনাইল-ট্রাই-ক্লোরো-ইথেন
১৫. টিএনটির পূর্ণরূপ কী? ➡ ট্রাই নাইট্রো টলুইন
১৬. সাবানের রাসায়নিক নাম কী? ➡ সোডিয়াম স্টিয়ারেট
১৭. টেস্টিং সল্ট এর রাসায়নিক নাম কী? ➡ সোডিয়াম মনোগ্লুটামেট
১৮. পেট্রোলের অপর নাম কী? ➡ গ্যাসোলিন
১৯. সিরকায় কোন এসিড থাকে? ➡ এসিটিক এসিড
২০. একোয়া রেজিয়া বা রাজঅম্ল কী? ➡ এক মোল গাঢ় নাইট্রিক এসিড এবং তিন মোল গাঢ় হাইড্রোক্লোরিক এসিডের মিশ্রণকে রাজ অম্ল বলে।

২১. বেকিং পাউডার কী? ➡ সোডিয়াম বাই কার্বনেট, এলুমিনিয়াম সালফেট ও পটাসিয়াম হাইড্রোজেন টারটারেটের মিশ্রণকে বেকিং পাউডার বলে।
২২. লাফিং গ্যাস কী? ➡ নাইট্রাস অক্সাইডকে লাফিং গ্যাস বলে। এটি হাস্য উদ্দীপক।
২৩. দার্শনিকের উল কী? ➡ জিঙ্ক অক্সাইড দার্শনিকের উল নামে পরিচিত।
২৪. সাপের বিষে কোন ধাতুর অণু থাকে? ➡ জিংক
২৫. কোন ধাতুর উপর আঘাত করলে শব্দ হয় না? ➡ এন্টিমনি
২৬. বিজারক হিসেবে ক্রিয়া করে এমন একমাত্র অধাতু কোনটি? ➡ কার্বন
২৭. নির্বোধের সোনা কী? ➡ আয়রণ ডি সালফাইড
২৮. সবচেয়ে সক্রিয় ধাতু কী? ➡ পটাসিয়াম
২৯. স্বাদে মিস্টি অথচ কার্বোহাইড্রেট নয় কোনটি? ➡ গ্লিসারিন
৩০. কোন বিজ্ঞানী পরীক্ষাগারে সর্বপ্রথম জৈব যৌগ প্রস্তুত করেন? ➡ জার্মান বিজ্ঞানী উহলার
৩১. বিশুদ্ধ সালফিউরিক এসিডের অপর নাম কী? ➡ সালফান
৩২. প্রস্রাব থেকে যে গন্ধ আসে তা কিসের? ➡ এমোনিয়ার
৩৩. একজন পূর্ণবয়স্ক মানুষের দেহে কোষের সংখ্যা কত? ➡ ছয় লক্ষ কোটি থেকে দশ লক্ষ কোটি
৩৪. জীবকোষের কোথায় প্রোটিন সংশ্লেষিত হয়? ➡ প্রোটিন ফ্যাক্টরি খ্যাত রাইবোজমে প্রোটিন সংশ্লেষিত হয়।
৩৫. কোন জীবে সবচেয়ে কম সংখ্যক ক্রোমোসোম থাকে? ➡ এক ধরনের পুরুষ পিঁপড়ায় ১টি এবং স্ত্রী পিঁপড়ায় ২টি
৩৬. কোন উদ্ভিদে সর্বাধিক ক্রোমোসোম থাকে? ➡ ফার্ণবর্গীয় উদ্ভিদে প্রায় ১২৬০টি।
৩৭. মাছিতে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ১২টি
৩৮. কুকুরে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ৭৮টি
৩৯. গরু ছাগলে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ৬০টি
৪০. ধান গাছে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ২৪টি
৪১. ব্যাঙে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ২২টি
৪২. মুরগীতে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ৭৮টি
৪৩. ভেড়াতে কয়টি ক্রোমোজোম থাকে? ➡ ৫৪টি
৪৪. DNAতে কি থাকে না? ➡ ইউরাসিল থাকে না
৪৫. RNA এর প্রধান কাজ কী? ➡ প্রোটিন তৈরী
৪৬. RNAতে কী থাকে না? ➡ থায়ামিন থাকে না
৪৭. মানবদেহে জিনের সংখ্যা কত? ➡ ৪০০০০
৪৮. ভাইরাসজনিত রোগগুলো কী কী? ➡ হাম, বসন্ত, পোলিও, ইনফ্লুয়েঞ্জা, জলাতঙ্ক, হার্পিস, মাম্পস, এইডস, হেপাটাইটিস ইত্যাদি।
৪৯. ব্যাকটেরিয়াজনিত রোগগুলো কী কী? ➡ কলেরা, টাইফয়েড, কুষ্ঠ, যক্ষা, ডিপথেরিয়া, নিউমোনিয়া ইত্যাদি।
৫০. মরুভূমিতে জন্মানো উদ্ভিদকে কি বলে? ➡ জেরোফাইট
৫১. সূর্যালোকিত বর্ষায় ধান গাছের সালোক সংশ্লেষণের হার কিসের দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়? ➡ কার্বন ডাই অক্সাইডের ঘনত্ব হতে
৫২. টিকটিকির লেজ খসে যাওয়ার কারণ কী? ➡ ভয় পেলে টিকটিকির লেজ খসে
৫৩. বিশ্বের সবচেয়ে বিষাক্ত প্রাণীর নাম কী? ➡ Sea Wasp বা সমুদ্র বোলতা এরা একধরনের জেলী ফিস
৫৪. এমিবা শব্দের অর্থ কী? ➡ সর্বদা পরিবর্তনশীল
৫৫. প্রোটোজোয়া শব্দের অর্থ কী? ➡ প্রথম প্রাণী
৫৬. কোন পশু শব্দ করতে পারেনা ? ➡ জিরাফ
৫৭. নিউমোনিয়া রোগের পরোক্ষ কারণ কী? ➡ গোলকৃমি
৫৮. রাতের বেলা বিড়াল ও কুকুরের চোখ জ্বলজ্বল করে কেন? ➡ টেপেটোম নামক রঞ্জক কোষের কারণে।
৫৯. মস্তিষ্কের পর্দার নাম কী ? ➡ মেনিনজেস
৬০. হৃদপিন্ডের পর্দার নাম কী? ➡ পেরিকার্ডিয়াম

খুব গুরুত্বপূর্ণ বাংলা সমার্থক শব্দ

যে কোন জব ও ভর্তি পরীক্ষায় বাংলা অংশে প্রায় বাংলা শব্দের সমার্থক অর্থ থেকে প্রশ্ন আসে। কমন পাওয়ার জন্য এই ৯০টিই যথেষ্ট।

১. অগ্নি ⇒ অনল, পাবক, আগুন, দহন, সর্বভূক, শিখা, হুতাশন, বহ্নি, বৈশ্বানর, কৃশানু, বিভাবসু, সর্বশুচি।
২. অন্ধকার ⇒ আঁধার, তমঃ, তমিস্রা, তিমির, আন্ধার, তমস্র, তম।
৩. অখন্ড ⇒ সম্পূর্ণ, আস্ত, গোটা, অক্ষত, পূর্ণ, সমগ্র, সমাগ্রিক।
৪. অবকাশ ⇒ সময়, ফুসরত, অবসর, ছুটি, সুযোগ, বিরাম।
৫. অক্লান্ত ⇒ ক্লান্তিহীন, শ্রান্তিহীন, অনলস, নিরলস, অদম্য, উদ্যমী, পরিশ্রমী, অশ্রান্ত।
৬. অপূর্ব ⇒ অদ্ভুত, আশ্চর্য, অলৌকিক, অপরূপ, অভিনব, বিস্ময়কর, আজব, তাজ্জব, চমকপ্রদ, অবাক করা, মনোরম, সুন্দর।
৭. অক্ষয় ⇒ চিরন্তন, ক্ষয়হীন, নাশহীন, অশেষ, অনন্ত, অব্যয়, অবিনাশী, অলয়, অনশ্বর, লয়হীন, অমর, স্থায়ী।
৮. অঙ্গ ⇒ দেহ, শরীর, অবয়ব, গা, গাত্র, বপু, তনু, গতর, কাঠামো, আকৃতি, দেহাংশ।
৯. অবস্থা ⇒ দশা, রকম, প্রকার, গতিক, হাল, স্তিতি, অবস্থান, পরিবেশ, ঘটনা, ব্যাপার, প্রসঙ্গ, হালচাল, স্টাটাস।
১০. আইন ⇒ বিধান, কানুন, বিহিতক, অধিনিয়ম, বিধি, অনুবিধি, উপবিধি, ধারা, বিল, নিয়ম, নিয়মাবলি, বিধিব্যবস্থা।
১১. আসল ⇒ খাঁটি, মূলধন, মৌলিক, মূল, প্রকৃত, যথার্থ।
১২. আনন্দ ⇒ হর্ষ, হরষ, পুলক, সুখ, স্ফূর্ত, সন্তোষ, পরিতোষ, প্রসন্নতা, আমোদ, প্রমোদ, হাসি, উল্লাস, মজা, তুষ্টি, খুশি, হাসিখুশি।
১৩. আদি ⇒ প্রথম, আরম্ভ, অগ্র, পূর্ব, প্রাচীন, মূল।
১৪. অতনু ⇒ মদন, অনঙ্গ, কাম, কন্দর্প।
১৫. আকাশ ⇒ আসমান, অম্বর, গগন, নভোঃ, নভোমণ্ডল, খগ, ব্যোম, অন্তরীক্ষ।
১৬. আলোক ⇒ আলো, জ্যোতি, কিরণ, দীপ্তি, প্রভা।
১৭. ইচ্ছা ⇒ আকাঙ্ক্ষা, অভিলাষ, অভিরুচি, অভিপ্রায়, আগ্রহ, স্পৃহা, কামনা, বাসনা, বাঞ্ছা, ঈপ্সা, ঈহা।
১৮. উঁচু ⇒ উচ্চ, তুঙ্গ, সমুন্নত, আকাশ-ছোঁয়া, গগনচুম্বী, অভ্রভেদী, অত্যুচ্চ, সুউচ্চ।
১৯. উদাহরণ ⇒ দৃষ্টান্ত, নিদর্শন, নজির, নমুনা, উল্লেখ, অতিষ্ঠা।
২০. উত্তম ⇒ প্রকৃষ্ট, শ্রেষ্ঠ, সেরা, ভালো, অগ্রণী, অতুল।
২১. উত্তর ⇒ জবাব, প্রতিবাক্য, মীমাংসা, সাড়া, সিদ্ধান্ত।
২২. একতা ⇒ ঐক্য, মিলন, একত্ব, অভেদ, সংহতি, ঐক্যবদ্ধ, একাত্মতা, একীভাব।
২৩. কপাল ⇒ ললাট, ভাল, ভাগ্য, অদৃষ্ট, নিয়তি, অলিক।
২৪. কোকিল ⇒ পরভৃত, পিক, বসন্তদূত।
২৫. কষ্ট ⇒ মেহনত, যন্ত্রণা, ক্লেশ, আয়াস, পরিশ্রম, দু:খ।
২৬. কুল ⇒ বংশ, গোত্র, জাতি, বর্ণ, গণ, সমূহ, অনেক, যূথ, জাত, শ্রেণি, ইত্যাদি।
২৭. খ্যাতি ⇒ যশ, প্রসিদ্ধি, সুখ্যাতি, সুনাম, নাম, সুবাদ, প্রখ্যাতি, সুযশ, বিখ্যাতি, নামযশ, নামডাক, প্রখ্যা, প্রচার, হাতযশ, প্রতিপত্তি, প্রতিষ্ঠা।
২৮. কন্যা ⇒ মেয়ে, দুহিতা, দুলালী, আত্মজা, নন্দিনী, পুত্রী, সূতা, তনয়া।
২৯. গরু ⇒ গো, গাভী, ধেনু।

৩০. ঘোড়া ⇒ অশ্ব, ঘোটক, তুরগ, বাজি, হয়, তুরঙ্গ, তুরঙ্গম।
৩১. মেঘ ⇒ ঘন, অভ্র, নিবিড়, জলধর, গাঢ়, জমাট, গভীর।
৩২. চাঁদ ⇒ সুধাকর, শশী, শশধর, দ্বিজরাজ, বিধু, সোম, নিশাপতি, সুধানিধি, রাকেশ, সুধাময়, ইন্দু, তারানাথ।
৩৩. চতুর ⇒ বুদ্ধিমান, নিপুণ, কুশল, ধূর্ত, ঠগ, চালাক, সপ্রতিভ।
৩৪. ঘর ⇒ গৃহ, আলয়, নিবাস, আবাস, আশ্রয়, নিলয়, নিকেতন, ভবন, সদন, বাড়ি, বাটী, বাসস্থান।
৩৫. চক্ষু ⇒ চোখ, আঁখি, অক্ষি, লোচন, নেত্র, নয়ন, দর্শনেন্দ্রিয়।
৩৬. চন্দ্র ⇒ চাঁদ, চন্দ্রমা, শশী, শশধর, শশাঙ্ক, শুধাংশু, হিমাংশু, সুধাকর, সুধাংশু, হিমাংশু, সোম, বিধু, ইন্দু, নিশাকর, নিশাকান্ত, মৃগাঙ্ক, রজনীকান্ত।
৩৭. চুল ⇒ চিকুর, কুন্তল, কেশ, অলক।
৩৮. জননী ⇒ মা, মাতা, প্রসূতি, গর্ভধারিণী, জন্মদাত্রী।
৩৯. দিন ⇒ দিবা, দিবস, দিনমান।
৪০. দেবতা ⇒ অমর, দেব, সুর, ত্রিদশ, অমর, অজর, ঠাকুর।
৪১. দ্বন্দ্ব ⇒ বিরোধ, ঝগড়া, কলহ, বিবাদ, যুদ্ধ।
৪২. তীর ⇒ কূল, তট, পাড়, সৈকত, পুলিন, ধার, কিনারা।
৪৩. নারী ⇒ রমণী, কামিনী, মহিলা, স্ত্রী, অবলা, স্ত্রীলোক, অঙ্গনা, ভাসিনী, ললনা, কান্তা, পত্নী, সীমন্তনী।
৪৪. নদী ⇒ তটিনী, তরঙ্গিনী, প্রবাহিনী, শৈবালিনী, স্রোতস্বতী, স্রোতস্বিনী, গাঙ, স্বরিৎ, নির্ঝরিনী, কল্লোলিনী।
৪৫. নৌকা ⇒ নাও, তরণী, জলযান, তরী।
৪৬. পণ্ডিত ⇒ বিদ্বান, জ্ঞানী, বিজ্ঞ, অভিজ্ঞ।
৪৭. পদ্ম ⇒ কমল, উৎপল, সরোজ, পঙ্কজ, নলিন, শতদল, রাজীব, কোকনদ, কুবলয়, পুণ্ডরীক, অরবিন্দ, ইন্দীবর, পুষ্কর, তামরস, মৃণাল, সরসিজ, কুমুদ।
৪৮. পৃথিবী ⇒ ধরা, ধরিত্রী, ধরণী, অবনী, মেদিনী, পৃ, পৃথ্বী, ভূ, বসুধা, বসুন্ধরা, জাহান, জগৎ, দুনিয়া, ভূবন, বিশ্ব, ভূ-মণ্ডল।
৪৯. পর্বত ⇒ শৈল, গিরি, পাহাড়, অচল, অটল, অদ্রি, চূড়া, ভূধর, নগ, শৃঙ্গী, শৃঙ্গধর, মহীধর, মহীন্দ্র।
৫০. পানি ⇒ জল, বারি, সলিল, উদক, অম্বু, নীর, পয়ঃ, তোয়, অপ, জীবন, পানীয়।
৫১. পুত্র ⇒ তনয়, সুত, আত্মজ, ছেলে, নন্দন।
৫২. পত্নী ⇒ জায়া, ভার্যা, ভামিনী, স্ত্রী, অর্ধাঙ্গী, সহধর্মিণী, জীবন সাথী, বউ, দারা, বনিতা, কলত্র, গৃহিণী, গিন্নী।
৫৩. পাখি ⇒ পক্ষী, খেচর, বিহগ, বিহঙ্গ, বিহঙ্গম, পতত্রী, খগ, অণ্ডজ, শকুন্ত, দ্বিজ।
৫৪. ফুল ⇒ পুষ্প, কুসুম, প্রসূন, রঙ্গন।
৫৫. বৃক্ষ ⇒ গাছ, শাখী, বিটপী, অটবি, দ্রুম, মহীরুহ, তরু, পাদপ।
৫৬. বন ⇒ অরণ্য, জঙ্গল, কানন, বিপিণ, কুঞ্জ, কান্তার, অটবি, বনানী, গহন।
৫৭. বায়ু ⇒ বাতাস, অনিল, পবন, হাওয়া, সমীর, সমীরণ, মারুত, গন্ধবহ।
৫৮. বিদ্যুত ⇒ বিজলী, তড়িৎ, ক্ষণপ্রভা, সৌদামিনী, চপলা, চঞ্চলা, দামিনী, অচিরপ্রভা, শম্পা।
৫৯. মানুষ ⇒ মানব, মনুষ্য, লোক, জন, নৃ, নর।
৬০. মাটি ⇒ ক্ষিতি, মৃত্তিকা।
৬১. দখল ⇒ অধিকার, আয়ত্ত, জ্ঞান, কতৃত্ব, অধীনতা, পটুতা।

৬২. নারী ⇒ রমণী, রামা, বামা, অবলা, মহিলা, স্ত্রী, মেয়ে, মেয়েমানুষ, ললনা, মানবী, মানবিকা, কামিনী, আওরত, জেনানা, যোষা, জনি, বালা, বনিতা, ভামিনী, শর্বরী।
৬৩. বাতাস ⇒ বায়ু, পবন, সমীর, অনিল, মারুত, বাত, বায়, আশুগ, পবমান, সদাগতি, শব্দবহ, অগ্নিশখ, বহ্নিসখ, হাওয়া।
৬৪. মৃত্যু ⇒ মরা, ইন্তেকাল, বিনাশ, মরণ, নাশ, নিধন, নিপাত, প্রয়ান, লোকান্তরপ্রাপ্তি, চিরবিদায়, প্রাণত্যাগ, জীবননাশ, দেহান্তর, লোকান্তর, মারা যাওয়া, পটল তোলা, মহাপ্রয়াণ।
৬৫. সমুদ্র ⇒ সাগর, সায়ব, অর্ণব, সিন্ধু, দরিয়া, জলধি, পাথার, পারাবার, প্রচেতা, অকূল, জলধর, নদীকান্ত, নীরধি, তোয়াধি, পয়োধি, বারিধর, বারীন্দ্র, ইরাবান, দ্বীপী।
৬৬. স্বর্ণ ⇒ সোনা, কাঞ্চন, কনক, হেম, হিরণ্য, মহাধাতু, গোল্ড।
৬৭. সম ⇒ সমান, তুল্য, সদৃশ, যুগ্ন, অনুরূপ।
৬৮. দিন ⇒ দিবস, দিবা, অহ, বার, রোজ, বাসর, দিনরাত্রি, দিনরজনী, সাবন, অষ্টপ্রহর, আটপ্রহর।
৬৯. নিদ্রা ⇒ ঘুম, তন্দ্রা, নিদ, সুপ্তি, গাঢ়ঘুম, নিষুপ্তি।
৭০. ছাত্র ⇒ শিষ্য, শিক্ষানবিশ, পড়ুয়া।
৭১. জটিল ⇒ জড়ানো, কঠিন, শক্ত, খটমট, জটাযুক্ত।
৭২. ধরা ⇒ পৃথিবী, ধারণ করা, হাত দেয়া, ছোঁয়া, স্পর্শ, ধরণি, ধরিত্রী, পাকড়ানো।
৭৩. কবুতর ⇒ পারাবত, কপোত, পায়রা, নোটন, লোটন, প্রাসাদকুক্কুট।
৭৪. দক্ষ ⇒ নিপুণ, পটু, পারদশী, কর্মঠ, সুনিপুন, কামিল।
৭৫. রাত্রি ⇒ রাত, রাত্তির, নিশি, নিশীথ, রাত, রজনী, যামিনী, যামী, যামিকা, শমনী, বিভাবরী, ক্ষণদা, নক্ত, তামসী, অসুরা।
৭৬. মেঘ ⇒ জলধর, জীমূত, বারিদ, নীরদ, পয়োদ, ঘন, অম্বুদ, তায়দ, পয়োধর, বলাহক, তোয়ধর।
৭৭. রাজা ⇒ নরপতি, নৃপতি, ভূপতি, বাদশাহ।
৭৮. রাত ⇒ রাত্রি, রজনী, নিশি, যামিনী, শর্বরী, বিভাবরী, নিশা, নিশিথিনী, ক্ষণদা, ত্রিযামা।
৭৯. শরীর ⇒ দেহ, বিগ্রহ, কায়, কলেবর, গা, গাত্র, তনু, অঙ্গ, অবয়ব|
৮০. সর্প ⇒ সাপ, অহি, আশীবিষ, উরহ, নাগ, নাগিনী, ভুজঙ্গ, ভূজগ, ভুজঙ্গম, সরীসৃপ, ফণী, ফণাধর, বিষধর, বায়ুভুক।
৮১. স্ত্রী ⇒ পত্নী, জায়া, সহধর্মিণী, ভার্যা, বেগম, বিবি, বধূ।
৮২. স্বর্ণ ⇒ সোনা, কনক, কাঞ্চন, সুবর্ণ, হেম, হিরণ্য, হিরণ।
৮৩. স্বর্গ ⇒ দেবলোক, দ্যুলোক, বেহেশত, দ্যু, সুরলোক, ত্রিদশালয়, ইন্দ্রালয়, দিব্যলোক, জান্নাত।
৮৪. সাহসী ⇒ অভীক, নির্ভীক।
৮৫. সাগর ⇒ সমুদ্র, সিন্ধু, অর্ণব, জলধি, জলনিধি, বারিধি, পারাবার, রত্নাকর, বরুণ, দরিয়া, পারাবার, বারীন্দ্র, পাথার, বারীশ, পয়োনিধি, তোয়ধি, বারিনিধি, অম্বুধি।
৮৬. সূর্য ⇒ রবি, সবিতা, দিবাকর, দিনমনি, দিননাথ, দিবাবসু, অর্ক, ভানু, তপন, আদিত্য, ভাস্কর, মার্তণ্ড, অংশু, প্রভাকর, কিরণমালী, অরুণ, মিহির, পুষা, সূর, মিত্র, দিনপতি, বালকি, অর্ষমা।
৮৭. হাত ⇒ কর, বাহু, ভুজ, হস্ত, পাণি।
৮৮. হস্তী ⇒ হাতি, করী, দন্তী, মাতঙ্গ, গজ, ঐরাবত, দ্বিপ, দ্বিরদ, বারণ, কুঞ্জর, নাগ।
৮৯. লাল ⇒ লোহিত, রক্তবর্ণ।
৯০. ঢেউ ⇒ তরঙ্গ, ঊর্মি, লহরী, বীচি, মওজ।

আপনি কেন চাকরি পাচ্ছেন না?

বসে থেকে থেকে শুধু বলবেন চাকরি পাই না, চাকরি হয় না এই সব চলবে না। সময় নষ্ট না করে পরিশ্রম করুন। একবার ব্যর্থ হয়েছেন তো কি হয়েছে আবার চেষ্টা করুন, ব্যর্থতাকে কাজে লাগান; স্টাডি করুন আগের বার কেন ব্যর্থ হয়েছেন তা বের করে সেই গ্যাপগুলো পূরণ করুন। তবেই সাফল্য ধরা দেবে।

চাকরি বর্তমানে পরিণত হয়েছে দুর্লভ বস্তুতে। এমন একটি অবস্থা সৃষ্টি হয়েছে যেন মরুভূমিতে দাঁড়িয়ে পানি খুঁজছেন। আমাদের দেশে নিয়মিত নতুন নতুন বেকার যোগ হচ্ছে এই সোনার হরিণ খোঁজার তালিকায়। অনেকেই ভাবে চাকরি পাওয়াটা নাকি ভাগ্যের ব্যাপার। এটা একেবাই সঠিক নয়। আসলে এই ব্যাপারে যেই বিষয়টি প্রথমে আসে তা হলো প্রতিযোগিতা। পদের সংখ্যা অনুযায়ী আবেদনকারীর সংখ্যা অনেক অনেক বেশি। যেহেতু সীমিতসংখ্যক পদ তাই প্রতিযোগিতাও বেশি। ভাগ্যের দোষ দেওয়াটা সম্পূর্ণ ভুল। নিজেকে আগে প্রশ্ন করা উচিত যে আপনি কেন চাকরি পাচ্ছেন না? নিজেকে এই প্রশ্ন করে দেখেন নিশ্চয় উত্তর পেয়ে যাবেন।

বর্তমানে চাকরিদাতা প্রতিষ্ঠানগুলো কী দেখে সেটা বিবেচনা করতে হবে আর সেই অনুপাতে আপনি কতটুকু যোগ্য তা যাচাই করতে হবে।

✎ অনেক সময় দেখা যায় যে এমন একজন ব্যক্তি চাকরি পেয়েছে যার রেজাল্ট আপনার থেকে খারাপ। এতে আপনার মনে অনেক প্রশ্ন আসতে পারে। তবে আমি বলতে পারি যদি কোনো অনিয়ম না হয় তাহলে হয়ত সেই ব্যক্তির মধ্যে নিশ্চয় এমন কিছু গুণ ছিল যা চাকরিদাতা প্রতিষ্ঠানকে সন্তুষ্ট করতে পেরেছে। এখানে কিছু বিষয়ের কথা উল্লেখ করা হলো যা আপনার বেকার জীবন থেকে বের হওয়ার পথ তৈরিতে সহায়তা করবে-

★ চাকরি দাতা প্রতিষ্ঠানগুলো প্রথমে চায় স্মার্টনেস। তবে এই স্মার্টনেস শুধু আপনার পোশাক আশাকে নয় বরং আপনার সব দিক বিবেচনা করবে।

➩ এই ক্ষেত্রে হতে পারে আপনার কথা বলার ভঙ্গি,

➩ আপনি কতটুকু জানেন,

➩ কতটুকু চাপ নিতে পারবেন।

➩ অনেক সময় দেখা যায় আপনি সব জানেন কিন্তু তাদের সামনে উপস্থাপন করতে পারেননি তাই আপনি বাদ যেতেই পারেন।

➩ তাই নিজেকে স্মার্ট করে গড়ে তুলুন সব দিক থেকে।

➩ আর এর জন্য আপনাকে পড়াশুনা করতে হবে।

★ আপনি ইংরেজিতে কতটুকু দক্ষ তা চাকরি দাতা লক্ষ করে। তাই এই ক্ষেত্রে আপনি যদি ইংরেজিতে দুর্বল হয়ে থাকেন তাহলে সেই দিকটা নিয়ে আপনি কাজ করুন, সময় দিন। আপনি কখনোই এইটা ভাববেন না যে আপনাকে দিয়ে হবে না। এইটা ভাবুন কেন হবে না। আমিও করে দেখাতে পারব। সুতরাং ইংরেজির প্রতি দৃষ্টি বাড়ান।

★ আপনি যখন ইন্টারভিউতে যাবেন তখন সবচেয়ে বেশি নজর দেবেন কীভাবে নিজেকে তথ্যভিত্তিক করে উপস্থাপন করা যায়। কেননা আপনার সবচেয়ে বড় শক্তি হচ্ছে আপনার তথ্য।

তাই এ বিষয়টিতে গুরুত্ব দেয়া খুব জরুরি। হোক সেটা লিখিত বা ভাইভা পরীক্ষা। মনে রাখবেন- আপনার তথ্যজ্ঞানই পরিমাপ করবে আপনি কতটা বড় মাপের অফিসার হিসেবে যোগ দিতে যাচ্ছেন ভবিষ্যৎ কাজের জায়গায়। তাই মনে রাখতে হবে নিজেকে তথ্যভিত্তিক করে প্রতিষ্ঠা করা কিন্তু খুব সহজ কাজ নয়; এজন্য প্রচুর সময় দিতে হবে; লেগে থাকতে হবে। দরকার হবে সবসময় আপনার চোখ-কান খোলা রাখা।

★ বেসরকারি চাকরি খুঁজতে গেলে যোগাযোগ দক্ষতার বিকল্প নেই। সরকারি চাকরিতেও যে প্রয়োজন নেই তা কিন্তু বলছি না। তবে সরকারি চাকরিতে যেহেতু সব সময় একেবারে শুরুর ধাপ

থেকে নিয়োগ হয় তাই সরকারি চাকরিতে এমসিকিউ, রিটেন, ভাইভা বা সংশ্লিষ্ট ধাপের পরীক্ষাই মূলত চাকরি পাওয়ার একমাত্র হাতিয়ার। তারপরও কিন্তু ভাইভায় দেখা হয় আপনার কমিউনিকেশন্স ও যোগাযোগ দক্ষতা।

★ তবে আপনি যদি বেসরকারি প্রতিষ্ঠানে চাকরি খুঁজতে বা পেতে চান; আর সেটি যদি হয় মিড বা হায়ার লেভেলের; তাহলে তো কথাই নেই। কেননা বিশেষ করে বড় মানের প্রতিষ্ঠানগুলো সিনিয়র পজিশনের নিয়োগে বিজ্ঞপ্তি খুব একটা দেয় না। ওই প্রতিষ্ঠানই খুঁজবে তাদের কোন বয়সের বা অভিজ্ঞতার লোক দরকার। তাই নিজের কাজের গণ্ডিতে অন্যান্য নামি-দামি প্রতিষ্ঠানে নিজের দক্ষতা জানান দিতে যোগাযোগ স্থাপন করে রাখতে পারেন। হতে পারে সামনের প্রত্যাশিত একটি সিনিয়র পজিশনের জন্য আপনাকে ডেকে বসতে পারে সংশ্লিষ্ট প্রতিষ্ঠানের মানবসম্পদ অফিসার।

★ ডিজিটাল বাংলাদেশের এই যুগে এখন সব কিছুই ডিজিটাল। তাই এইক্ষেত্রে বলতে চাই কম্পিউটার পরিচালনায় আপনি কতটুকু দক্ষ তা যাচাই করুন। অফিস পরিচালনার জন্য যেই সব কাজ শিখা দরকার তা শিখে নিন। দরকার হলে কিছু কোর্স করুন। নেতৃত্ব, হ্যাঁ এই গুণটি আপনার ভিতর কেমন আছে তা বের করুন। একটি টিম পরিচালনায় আপনি কতটুকু সফল তা যাচাই করুন। নিজেকে গড়ে তুলুন একজন নেতৃত্বদানকারী ব্যক্তি হিসাবে।

★ ভাইভা বোর্ডে অবশ্যই নিজের ভালো দিকগুলো তুলে ধরুন। যতটুকু পারেন নিজেকে মেলে ধরুন। যেই প্রতিষ্ঠানে ভাইভা দিবেন তা সম্বন্ধে ভালোভাবে জেনে নিন। আপনার সিভিতে উচ্চপদস্থ কর্মকর্তার রেফারেন্স দেওয়ার চেষ্টা করুন।

'আমরা প্রশ্ন করবো, আর আপনি শুধু উত্তর দেবেন' এরকম একটি পরিবেশ সৃষ্টি করা হয়। কিন্তু নিয়োগকর্তাদেরকে এতো সুযোগ দিয়ে নিজেকে 'ভেড়া' বানাবেন না। একটি প্রশ্নের উত্তর দিয়ে পরবর্তী প্রশ্নটির জন্য বোকা হয়ে বসে থাকবেন, সেটি না করলেও চলবে। উত্তর দিন, তবে সুযোগমতো প্রশ্নও করুন। অনেক সময় প্রশ্নকর্তাদের মধ্যেও বিরতি থাকে। বিনয়কে অস্ত্র হিসেবে ধারণ করে সেসব বিরতিতে নিজেকে প্রবেশ করাতে হবে। সাধারণত, প্রশ্ন যে করে, চালকের আসনে সে-ই থাকে।

ইন্টারভিউ বোর্ডে 'সবই ঠিক আছে' বা 'আমি রাজি' গায়ে পড়ে এমন মনোভাব দেখানোর চেয়ে নিজের সামর্থ্যটুকু দেখানো বেশি গুরুত্বপূর্ণ। অনেকে মনে করেন, ইন্টারভিউ বোর্ডে প্রশ্ন বা কোন প্রকার জিজ্ঞাসা করলে তাতে কাজটির প্রতি প্রার্থীর অনীহা প্রকাশ পাবে। অথবা, নিয়োগকারী নাখোশ হতে পারেন। নিয়োগকারীকে খুশি করার চেষ্টা না করে, সন্তুষ্ট করার চেষ্টা করতে হবে। তারা আনন্দ পেতে বসেন নি, উপযুক্ত প্রার্থী খুঁজে পাবার জন্য বসেছেন।

কাজটি পেলেই করবো। নির্বাচিত হলেই ওই বিষয়ে পড়াশুনা শুরু করে দেবো। এরকম শর্তে নিজেকে আবদ্ধ না রেখে, পছন্দের প্রতিষ্ঠান/কাজটিকে লক্ষ্য করে আগে থেকেই কিছু জেনে রাখাটা বুদ্ধিমানের কাজ। 'আপনার কোন জিজ্ঞাসা আছে?' এরকম সুযোগে তখন কার্যকর কিছু জিজ্ঞেস করা যাবে। তাতে প্রতিষ্ঠান সম্পর্কে প্রার্থীর ইতিবাচক মনোভাব প্রকাশ পায়। নিয়োগকর্তাদের মনে আস্থার সৃষ্টি হয়। প্রশ্নে ব্যক্তিত্বের প্রকাশ। উত্তরের মধ্য নয়, প্রশ্নের মধ্য দিয়ে মানুষকে চেনা যায়।

একটি সফলতা পরেরটিকে এগিয়ে নিয়ে আসে। ইন্টারভিউ বোর্ডে বেয়াদবি করার দরকার নেই, সেটি যোগ্যতার অংশ নয়। নিয়োগকারীর প্রশ্ন আক্রমণাত্মক হলেও মনে করতে হবে, এর অন্য কোন অর্থ আছে। রেগে গিয়ে অনাকাঙ্ক্ষিত পরিবেশ সৃষ্টি করলে, সেটি ভালো ফল নিয়ে আসবে না। বরং নিজের সম্পর্কে নেতিবাচক অনুভূতির সৃষ্টি হবে, যা পরবর্তী প্রচেষ্টায় প্রভাব ফেলতে পারে।

প্রশ্নের উত্তরে যথাযথ আচরণ করাটাই বেশি গুরুত্বপূর্ণ। উত্তর জানতে হবে এমন কোন কথা নেই, সেক্ষেত্রেও নিজেকে ধরে রাখতে হবে। এখানে লজ্জার কিছু নেই। আবার অতি বিনয়কে তারা লাজুক বা অন্তর্মুখী স্বভাব হিসেবে ধরে নিতে পারেন। তাই বিনয়ের অবতার হয়ে জানা বিষয়টিকেও এড়িয়ে গেলে কোন ফল হবে না। একেকটি প্রশ্ন একেকটি সুযোগ।

যেকোনো প্রতিযোগিতামূলক পরিবেশে আত্মবিশ্বাস একটি গুরুত্বপূর্ণ কিন্তু বায়বীয় বিষয়। মনস্তাত্ত্বিকদের কাছে আত্মবিশ্বাস হলো বিশ্বাসের মধ্যে। আপনি ততটুকুই আত্মবিশ্বাসী যতটুকু আপনি মনে করেন। আরেকটি নিয়ম হলো, আত্মবিশ্বাস কেউ দিয়ে দেয় না, নিজে থেকেই অর্জন করতে হয়। সর্বোপরি আপনাকে ডেডিকেটেড হতে হবে।

সফল না হওয়া

সফল সবাই হতে চাই আমরা। কিন্তু স্বাভাবিকভাবে সবাই হতে পারি না। যারা হন, তাদের দূর থেকে দেখে দীর্ঘশ্বাস ফেলি। কখনও কি ভেবে দেখেছেন, তাদের সাথে আপনার পার্থক্য কি? ঠিক কি কারণে আপনি হতে পারছেন না তাদের মতো?

সফল না হওয়া বা ব্যর্থ হওয়ার কারণঃ সফল না হওয়া বা ব্যর্থ হওয়ার অন্যতম কারণ আমাদের চিন্তাভাবনা গুলো। এমন কিছু চিন্তা যা শুরুতেই আপনাকে সাফল্য থেকে দূরে সরিয়ে দিচ্ছে। এগুলো থেকে বের হতে পারলে অর্ধেক পথ এগিয়ে যাবেন।

'আমার সুযোগ নেই' ঃ সুযোগ কি নিজে থেকে কখনও এসেছে কারও কাছে? না। যে যেটার যোগ্য নয়, সে সেটার সুযোগ পাবে না। এটাই দুনিয়ার নিয়ম। তাই সুযোগ আপনাকে অর্জন করে নিতে হবে।

দশ বছর আগে হলেও একটা কথা ছিল। আপনি সাধারণ একটি পরিবারের সাধারণ সন্তান হলে অপেক্ষায় থাকতেন কখন নিজেকে প্রমাণ করার সুযোগ আসবে, ভাগ্যের চাকা ঘুরবে।

কিন্তু আজকের দিনে এই ধারণা বাতিল। ইন্টারনেট নিয়ে এমন কিছু নেই যা করা যায় না। ব্যবসার মূলধন নেই? ফেসবুক স্টোর খুলুন। দক্ষতা নেই? অসংখ্য অনলাইন কোর্স আছে বিনামূল্যে। বিদেশ যাবেন? ঘরে বসে আবেদন করা থেকে শুরু করে ভাষা শেখা- সব করুন। নতুন কিছুর আইডিয়া দরকার? প্রচুর ক্যাম্প হচ্ছে, তরুণদের গেট-টুগেদার হচ্ছে- স্বতঃস্ফূর্ত অংশ নিন।

এরপরও যদি মনে হয় আপনি 'সুযোগ' পাচ্ছেন না, তাহলে দুঃসংবাদ। আপনার মধ্যে চেষ্টা করার মানসিকতা নেই। যতক্ষণ পর্যন্ত না নিজে সুযোগ তৈরি করছেন, ততক্ষণ সাফল্য ধরা ছোঁয়ার বাইরে থাকবে।

'আমার দোষ নেই' ঃ হয়তো কেউ আপনার সুযোগ কেড়ে নিয়েছে, আইডিয়া চুরি করেছে। সাপ্লায়ার হয়তো টাকা মেরে দিয়েছে। ব্যবসার সঙ্গী প্রতারণা করেছে। কিংবা ক্রেতারা হয়তো আপনার পণ্যের উপকারিতা বুঝতে পারেনি।

দোষ কি তাদের দেবেন? না। মনে রাখবেন, তাদের নিয়ন্ত্রণ করার ক্ষমতা আপনার নেই। শুধু নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে পারবেন আপনি। তাই কেন অর্থহীন দোষারোপ করবেন?

ব্যর্থতা যে কারণেই আসুক না কেন- মেনে নিন ভুল আপনার ছিল। এই চিন্তা শুধু নিজেকে সান্ত্বনা দেওয়া না, অন্তত নব্বই ভাগ ক্ষেত্রে এটাই সত্য।

নিজের ব্যর্থতার দায় স্বীকার অনেক বড় একটা গুণ, যা সফল মানুষদের অন্যদের চেয়ে আলাদা করে দেয়। এর ফলে তারা ভুল থেকে শিক্ষা নিতে পারেন। এক ভুল আবার করেন না।

আর যদি না-ই পারেন সেটা, তাহলে ধরে নিতে পারেন পরের দশ বছরও এভাবে অন্যের ঘাড়ে দোষ চাপিয়ে কাটাতে হবে।

'এত সময় কোথায়?' ঃ সময় আছে। বিল গেটসের কাছে যত সময় ছিল, আপনার কাছেও আছে। এই সময়কে কিভাবে কাজে লাগাবেন সেটা হচ্ছে কথা।

সময় পূর্ব নির্ধারিত কিছু নয়। এটি নিজের মতো চলবে, আপনাকে সেটার সদ্ব্যবহার করতে হবে। সদ্ব্যবহার মানে এই না যে সারাদিন কাজ করতে হবে। আপনি যা অর্জন করতে চান, সেটাকে সবার উপরে রেখে তারপর বাকি সময় সাজাতে হবে।

বিশ্বের সবচেয়ে সফল ব্যক্তিদের একটি কমন বিষয় সময় নিয়ে সচেতনতা। নিজেদের ইচ্ছা বাস্তব করার জন্য যত সময় দরকার তারা দিয়েছেন। স্টিভ জবস যদি পড়াশোনাকে বেশি গুরুত্বপূর্ণ দিতেন আর 'অবসর' সময়ে কাজ করতেন তাহলে কি অ্যাপল দাঁড়াতো?

যা হতে চান, তার জন্য যত ইচ্ছা সময় ব্যয় করুন। এরপরও যদি মনে হয় সময় বের করতে পারছেন না, তাহলে চেষ্টাটি বাদ দেওয়াই ভালো।

'এটা হলে ওটা করতাম' ঃ 'আমি যদি আরেকটু বেশি বেতন পেতাম, তাহলে আরও বেশি পরিশ্রম করতাম।' 'আমার যদি আরেকটু অভিজ্ঞতা থাকতো, তাহলে অবশ্যই নিজে কিছু করতাম।'

কথাগুলো উলটো হয়ে গেল, তাই না?

পরিশ্রম করার কারণেই পদোন্নতি হয়, বেতন বাড়ে। সোজা কথায়, বেশি বেতন অর্জন করে। নিজে কিছু চেষ্টা করার ফলে অভিজ্ঞতা হয়, একসময় সাফল্য আসে। এটাও অর্জন করতে হয়।

এই খুব সাধারণ সমীকরণটি আমরা বুঝেও যেন বুঝি না। ঘোড়ার আগে গাড়ি জুড়ে বসে থাকি, অর্থাৎ কাজে নামার আগেই বিনিময় আশা করি।

সাফল্য বা বিনিময়কে পুরস্কার হিসেবে চিন্তা করুন। প্রতিযোগিতায় আগে নামতে হবে, তারপর পুরস্কারের প্রশ্ন। এভাবে চিন্তা করতে না পারলে বেশি বেতন বা অভিজ্ঞতার আশায় হতাশ হয়ে বসে থাকতে হবে।

'আমার কোনো বিশেষ কোনো গুণ নেই' ঃ 'সফল ব্যক্তিদের অসাধারণ কিছু গুণ থাকে। আইডিয়া, ট্যালেন্ট, উৎসাহ, দক্ষতা, সৃজনশীলতা এর কোনোটাই আমার নেই।'

এভাবে চিন্তা করা খুব সহজ ও নিরাপদ। সেজন্যই সম্ভবত আমরা এভাবে চিন্তা করে আগেই অবসর নিয়ে বসে থাকি।

অথচ এর চেয়ে ভুল চিন্তা আর হতে পারে না। মেধা বিকাশের জিনিস, চর্চার জিনিস। কেউ এমন কোনো ক্ষমতা নিয়ে জন্মায় না তাকে নিজে নিজে সফল করে। একটু একটু করে চেষ্টা করে নিজের গুণকে বিকশিত করতে হয়, মেধা যাচাই করতে হয়। এর চূড়ান্ত ফলাফলের নাম সফলতা।

শচীন টেন্ডুলকারের মতো ক্রিকেটের মেধা নিয়ে আপনি জন্মাননি। তাই বলে কি ফুটবলের গুণ থাকতে পারে না? যতক্ষণ না যাচাই করে দেখছেন, কিভাবে বুঝবেন?

ক্যারিয়ারের ক্ষেত্রেও একইভাবে চিন্তা করে দেখুন। সবচেয়ে সাধারণ গুণটি নিয়েই লেগে থাকলে নিজের জায়গায় টেন্ডুলকার হওয়া কেউ আটকাবে না।

মনে রাখবেন, চর্চা দিয়েই সবচেয়ে সাধারণ গুণটি অসাধারণ হয়ে ওঠে। আর মানুষ হিসেবে মস্তিষ্ক ও মন যেহেতু সবার আছে, তাই এই সাধারণ গুণটি সবারই আছে। কাজ শুধু নিজেকে বিশ্বাস করা।

সফল হতে হলে কতিপয় বিষয়ের প্রতি লক্ষ্য রাখতে হবেঃ

১. কাজ করার আগে সিদ্ধান্ত নিতে হবে।
২. যখন একটি কাজ শেষ হবে তখন অন্য কাজে হাত দেওয়ার চিন্তা করতে হবে।
৩. সময়ের স্রোতে গা ভাসিয়ে দিলে চলবে না।
৪. নিজেরে ইচ্ছার প্রধান্য দিলে হবে না।
৫. দূষনীয় অভ্যাস পরিহার করতে হবে।
৬. ভালোমন্দ বিচার করতে হবে।
৭. সর্বক্ষেত্রে বিচার বুদ্ধির ক্রিয়া প্রকাশ করতে হবে।
৮. জীবনে যারা প্রতিষ্ঠা অর্জন করেছেন তাদের শিক্ষাকে সর্বদা মনে স্থান দিতে হবে।
৯. হেয়ালিপনার বশবর্তী হয়ে কাজ করা যাবে না। সর্বক্ষেত্রে নিজের ওজন বজায় রাখতে হবে। সঠিক কাজের মূল্য সর্বক্ষেত্রে দিতে হবে। কোন কাজে অমোনোযোগী হলে চলবে না।
১০. যা সম্ভব নয় এরূপ চিন্তা নিয়ে মগ্ন থাকলে চলবে না।
১১. উত্তেজনায় অনেক সময় পরিস্থিতি ঘোলাটে হয় এটা মনে রাখতে হবে।
১২. নিজেরে কৃতিত্ব জাহির না করা।
১৩. বেশী কথা বলে কোন অনুষ্ঠানকে ঘোলাটে না করা।
১৪. ভদ্রতা জ্ঞান থাকতে হবে। হিংসা-বিদ্বেষ পরিহার করতে হবে, নম্রতা ও খোশমেজাজী হতে হবে।
১৫. এরূপ কোন আচরণ থাকবে না চরিত্রে যার দ্বারা প্রকাশ পায় চরিত্রের কদর্য রূপ।
১৬. প্রতারণা প্রবঞ্চনা কোন কাজে যেন ভুলক্রমে না দেখা দেয়।
১৭. ভালবাসা স্নেহ মমতা বোধ সকলের জন্য, এরূপ কথার তাৎপর্য কর্মক্ষেত্রে প্রয়োগ করতে হবে।
১৮. সুন্দর আদর্শের প্রতি-দৃষ্টি নিবন্ধ করতে হবে।
১৯. অন্যায় আচরণ করা থেকে বিরত থাকবে।
২০. নিজের মধ্যে দোষ রেখে অন্যের সমালোচনা করা যাবে না, কোন অন্যায় করলে ক্ষমা প্রার্থনা করতে হবে।
২১. নিজের স্বার্থের চাইতে অপরের স্বার্থকে বড় করে দেখতে হবে।

ইন্টারভিউতে গোপন রাখবেন যে ১০ বিষয়

আমেরিকান মানবসম্পদ বিশেষজ্ঞ লিজ রায়ান প্রায় ৩৬ বছর ধরে চাকরির ইন্টারভিউ বোর্ডে উপস্থিত থেকে নানা ধরনের কর্মী নিয়োগ করে আসছেন। লিজের বয়স যখন ২০ বছর তখন তিনি একটি ছোট আমেরিকান কোম্পানির অনভিজ্ঞ সুপারভাইজার। একদিন তার বস তাকে নতুন কর্মী নিয়োগের জন্য বোর্ড গঠন করতে বলেন। যদিও এ বিষয়ে লিজের কোনো রকম প্রশিক্ষণ ছিল না। নিজের আত্মবিশ্বাসকে পুঁজি করে লিজ সে পরীক্ষায় সফলভাবে উত্তীর্ণ হন। এই দীর্ঘ অভিজ্ঞতায় তিনি লক্ষ্য করেছেন, চাকরি প্রার্থীরা প্রয়োজন ছাড়াও অনেক অতিরিক্ত ও অপ্রয়োজনীয় কথা ইন্টারভিউ বোর্ডে বলে থাকেন। সে রকম ১০টি সমস্যার কথা আজ বলা হলো যেগুলো ইন্টারভিউ বোর্ডে মোটেও উল্লেখ করা উচিত নয়।

১। আর্থিক সমস্যাঃ চাকরির সঙ্গে আর্থিক ব্যাপার, বেতন-এসব বিষয় জড়িত থাকবেই, কিন্তু ইন্টারভিউ দিতে বসে নিজের আর্থিক অনটনের কথা প্রকাশ করা বুদ্ধিমানের কাজ নয়। আবার আর্থিক অনটন নেই শুধুমাত্র স্মার্ট জীবনযাপনের জন্য চাকরি করতে চাই- এমন কথাও চাকরির সঙ্গে সঙ্গতিপূর্ণ নয়। আপনার আর্থিক অবস্থা নিয়ে চাকরিদাতার কোনো মাথাব্যথা নেই। তারা চায় একজন যোগ্য প্রার্থী।

২। ব্যক্তিগত সম্পর্কঃ অনেক প্রার্থীর ক্ষেত্রেই দেখা যায় তারা তাদের পারিবারিক অবস্থান, জীবন সঙ্গীর অবস্থান নিয়ে ইন্টারভিউ বোর্ডে কথা বলতে ভালোবাসেন। কিংবা তার চাকরি খোঁজার পেছনে কী কারণ রয়েছে সেগুলো বিস্তারিত বলেন। যেমন-কোনো নারী প্রার্থী বলতে চান তার স্বামী বেকার ছিলেন, তিনি নিজে চাকরি করে স্বামীকে তার দুঃসময়ে সাপোর্ট দিয়েছিলেন কিন্তু আজ সেই স্বামী তাকে ছেড়ে চলে যাওয়ায় তিনি খুব আপসেট হয়ে পূর্বের চাকরি ছেড়ে দিয়েছেন। এসব বলে মাঝে মাঝে বোর্ড সদস্যদের দৃষ্টি আকর্ষণ করা যায় ঠিকই, কিন্তু বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই চাকরিদাতারা বিরক্ত বোধ করেন এবং নিজের ব্যক্তিগত কষ্টের কথা বলে নাটক করেছেন মনে করেন।

৩। কোনো আইনি জটিলতাঃ বেশিরভাগ বেসরকারি চাকরির ক্ষেত্রেই প্রার্থীর নামে কোনো কেস রয়েছে কিনা কিংবা পূর্ববর্তী চাকরিদাতা প্রতিষ্ঠানের সঙ্গে কোনো আইনি জটিলতা রয়েছে কিনা- সে সব বিষয়ে কোনো সমস্যা সৃষ্টি করে না। কাজেই আগ বাড়িয়ে আইনি জটিলতাসংক্রান্ত বিষয় প্রকাশ করা বুদ্ধিমানের কাজ নয়।

৪। কোনো আঘাত বা অসুস্থতাজনিত সমস্যাঃ আপনি যদি অসুস্থতা বা আঘাতজনিত কারণে পূর্ববর্তী চাকরি থেকে কিছুদিন বিরতি নেন তবে তা নতুন চাকরির ইন্টারভিউয়ের সময় প্রকাশ না করলেও চলবে। পূর্বে দীর্ঘদিনের কোনো ছুটির কথা বললে নতুন চাকরিদাতা ভেবে নিতে পারে যে আপনি অসুস্থতার দোহাই দিয়ে বড় ধরনের ছুটি কাঁটাতে অভ্যস্ত। তাই সব সমস্যা ইন্টারভিউয়ের সময়ই বলার দরকার নেই। চাকরিতে যোগদানের পর অসুস্থতাজনিত ছুটির কথা উপস্থাপন করার অনেক সুযোগ পাবেন।

৫। পরিবার পরিকল্পনার কথাঃ সাধারণত দেখা যায় গর্ভবতী নারীদের অনেক কোম্পানিই নিয়োগ দেয়া থেকে বিরত থাকে এটা ভেবে যে, নিয়োগের পরই তো তিনি দীর্ঘ মাতৃত্বকালীন অবকাশ যাপন করবেন, যদিও গর্ভবর্তী হওয়ার কারণে চাকরিতে নিয়োগ না দেয়া সম্পূর্ণ বেআইনি। কিন্তু অনেক নিয়োগ কর্তাই এ আইন সম্পর্কে অবগত নন। সে জন্য বাহ্যিকভাবে যদি বোঝা না যায় তবে নিজে থেকে আপনার শারীরিক অবস্থার কথা ইন্টারভিউ বোর্ডে প্রকাশ না করাই ভালো। আবার আপনার ছোট বাচ্চা রয়েছে কিনা কিংবা আপনি কোনো সন্তান দত্তক নিয়েছেন কিনা- এসব বিষয়ে কোনো তথ্য না দেয়াই ভালো।

৬। আপনার ধর্মীয় অনভূতিঃ কিছু কিছু প্রতিষ্ঠান রয়েছে যারা নির্দিষ্ট ধর্মাবলম্বী ছাড়া অন্য কোনো ধর্মের প্রার্থীকে নিয়োগ দিয়ে থাকে। সে সব ব্যতিক্রম প্রতিষ্ঠান ছাড়া অন্য কোথাও ধর্মীয় অনুভূতি নিয়ে আলোচনা না করাই ভালো। আপনি কোন ধর্মের, সেটা আপনার নাম দেখে অথবা জীবনবৃত্তান্ত দেখেই কর্তৃপক্ষ বুঝে নেবে।

৭। রাজনৈতিক দৃষ্টিভঙ্গিঃ আপনি কোনো রাজনৈতিক মতাদর্শে বিশ্বাসী সেটা যেন আপনার কোনো কথাতেই প্রকাশ না হয় সে ব্যাপারে যত্নশীল হতে হবে। কারণ ধর্ম ও রাজনীতি দুটোই খুব সংবেদনশীল বিষয়।

৮। **দায়বদ্ধতা বা অঙ্গীকারনামা:** আপনি যে পদের জন্য আবেদন করেছেন সেই পোস্টের দায়িত্বসমূহ কী কী তা নিয়োগ বিজ্ঞপ্তিতেই উল্লেখ করা থাকে। এর বাইরে অতিরিক্ত কোনো কাজে আপনি পারদর্শী কিনা, এসব কোনো অঙ্গীকারনামা নিয়োগকর্তা না চাইলে নিজ থেকে দেয়ার দরকার নেই। অন্যদিকে, আপনি কী কী কাজে আগ্রহী নন সেটাও ইন্টারভিউ বোর্ডে প্রকাশ করার কোনো প্রয়োজন নেই।

৯। **পূর্বের চাকরির বস সম্বন্ধে অভিযোগ:** আপনার ইন্টারভিউ বোর্ডের পরিবেশ যতই বন্ধুত্বপূর্ণ হোক না কেনো কোনো কারণেই সেখানে আপনার পূর্বের বসের সম্বন্ধে কোনো সমালোচনা করবেন না, হতে পারে আপনার আগের বস আপনাকে মূল্যায়ন করেননি কিংবা তিনি অসৎ, দুশ্চরিত্র, কপট যেগুলো নিয়ে আপনি বন্ধুমহলে হাসি তামাশা করেন, সেগুলো ইন্টারভিউ বোর্ডে উল্লেখ করার দরকার নেই।

১০। **তোতলানো থেকে নিজেকে বিরত রাখা:** অনেক প্রার্থীই ইন্টারভিউয়ের আগের রাতে নীরব কোনো স্থানে বসে কল্পনায় ভাইভা বোর্ডের চিত্র এঁকে সেখানে কীভাবে প্রবেশ করবেন, কীভাবে সম্বোধন করবেন, প্রশ্নকর্তা কী কী প্রশ্ন করতে পারেন-এ নিয়ে বিচলিত হন। এ বিষয়ে লিজ রায়ানের পরামর্শ হলো আগের রাতে খোলা বাতাসে কিছুটা সময় অবস্থান করতে হবে, হাঁটাহাঁটি করতে হবে, মনকে সতেজ রাখতে হবে। কোনোমতেই মনকে উত্তেজিত করা যাবে না। কোম্পানি সম্বন্ধে প্রয়োজনীয় তথ্যাদি অনুশীলন করে আত্মবিশ্বাসের সঙ্গে আপনি ইন্টারভিউ বোর্ডে প্রবেশ করলে অযাথা তোতলামো হবে না এবং আপনি স্মার্টভাবে সফলতা অর্জন করতে পারবেন।

ভালো Salesman হওয়ার জন্য অবশ্য পালনীয় ১০টি নির্দেশনা

১. সবার আগে ক্রেতার কাছে নিজেকে 'Sale' করতে হবে। অর্থাৎ আপনার পোশাক-পরিচ্ছদ, চলন-বলন সবকিছুর মধ্যে Professional image create করতে হবে। সুন্দরভাবে কথা বলতে পারাটাও গুরুত্বপূর্ণ আর্ট।

২. বিক্রয়কর্মীকে অবশ্যই পণ্য সম্পর্কে পর্যাপ্ত জ্ঞান রাখতে হবে। ক্রেতার সম্ভাব্য সকল প্রশ্নের উত্তর আগে থেকেই রেডি রাখতে হবে। কোনো অবস্থাতেই আটকে/থমকে যাওয়া যাবে না।

৩. ক্রেতাকে হাসিমুখে প্রশ্ন করে তাঁর প্রয়োজনটা আগে ভালো করে বুঝে নিতে হবে। তারপর কীভাবে এবং কোন পণ্য দিয়ে তাঁকে সন্তুষ্ট করা যায়, সেটা আগে মনে মনে ভেবে নিতে হবে। তারপর সেই মোতাবেক বিক্রয় উপস্থাপনা করতে হবে।

৪. ক্রেতাকে তাঁর কাঙ্ক্ষিত পণ্যের কথা শুধু মুখে বললে হবে না, সম্ভব হলে তাঁর হাতে তুলে দিয়ে নেড়েচেড়ে দেখার সুযোগ তৈরি করে দিতে হবে। ক্রেতা পণ্যটি যত বেশি স্পর্শ করবেন, তত কেনার বাসনা জাগবে তাঁর মনে।

৫. মানুষ আসলে পণ্য কেনে না; তাঁরা কেনেন সুবিধা। পণ্যের বৈশিষ্ট্য বলার পাশাপাশি পণ্যটি ব্যবহার করলে কী কী সুবিধা বা উপকারিতা পাওয়া যাবে, সেদিকে বেশি ফোকাস করুন। ক্রেতার ইচ্ছেটাকে পণ্যের মধ্যে ফুটিয়ে তোলাতেই বিক্রয়কর্মীর সার্থকতা।

৬. ক্রেতা পণ্য সংক্রান্ত যত প্রশ্ন করবেন, সবগুলোর সঠিক উত্তর দিয়ে তাঁকে সন্তুষ্ট করতে হবে। অভিযোগের সন্তোষজনক জবাবদানের মধ্যেই বিক্রির পরবর্তী সম্ভাবনা লুকিয়ে থাকে।

৭. বিক্রয় সম্পন্ন হওয়ার পরও after sales service দেওয়ার প্রয়োজন হতে পারে। অথবা ব্যবহার বিধি বুঝিয়ে বলার প্রয়োজন হতে পারে। শেষ পর্যন্ত ক্রেতার প্রতি পূর্ণ মনোযোগ ধরে রাখতে হবে এবং পুনরায় আসার আমন্ত্রণ জানিয়ে হাসিমুখে ধন্যবাদ জানিয়ে বিদায় দিতে হবে।

৮. অনেক সময়ে সম্ভাব্য ক্রেতা পণ্য কিনতে আসেন না, তাঁরা আসেন ঘোরাঘুরি করে পণ্য সম্পর্কে আগাম ধারণা নিতে। সেটা বোঝার পরও তাঁর সঙ্গে এমন আন্তরিক ব্যবহার দেওয়া উচিত- যেন তিনি কিছু কিনে ফেলেছেন। তাঁকে পুনরায় আসার আমন্ত্রণ জানাতে হবে। খুব ভালো হয়- তাঁর মুঠোফোন নম্বর ও ইমেইল চেয়ে নিয়ে লিখে রাখলে, যেন তাঁর সঙ্গে যোগাযোগ করে কেনার বাসনাটাকে জাগ্রত/চাঙ্গা রাখা যায়।

৯. কোনো অবস্থাতেই হাল ছাড়া যাবে না; ধৈর্য ধারণ করতে হবে। নাছোড়বান্দা মনোভাবাপন্ন হতে হবে। মনে রাখবেন- NO মানে Next opportunity!

১০. আত্মবিশ্বাস থাকতে হবে; মনোভাব হতে হবে ইতিবাচক। নিজেই নিজেকে বারবার বলুন- 'আমি পারি, আমি পারব, আমাকে পারতেই হবে'। মনে রাখবেন- জয় অতি নিকটে যদি আপনার জয় করার ইচ্ছে থাকে।

৭৭টি বিস্ময়কর, জানা-অজানা অদ্ভুত ও অবাক করা মজার মজার তথ্য

এটা আপনার অসীম জ্ঞান পিপাসার কিছুটা হলেও পূর্ণ করবে এবং কিছু সময়ের জন্য হলেও আপনাদের আনন্দিত ও পুলকিত করবে।

১. ৮৮% মানুষই ডানহাতি হয়ে থাকে।
২. অধিকাংশ ক্ষেত্রেই দিন অপেক্ষা রাতেই শিশু জন্মহার বেশী।
৩. বই এর ইংরেজি শব্দ বুক এসেছে ল্যাটিন শব্দ লিবার থেকে।
৪. আকার অনুযায়ী গুবরে পোকা (বিটল) হল পৃথিবীর সবচেয়ে শক্তিশালী পোকা। একটা রাইনোসোরাস গুবরে পোকা তার নিজের ওজনের চেয়ে প্রায় ৮৫০ গুণ বেশী ওজন বইতে পারে।
৫. আমরা যেসকল পোকাকে আলোর প্রতি আকৃষ্ট বলে মনে করি, প্রকৃতপক্ষে ব্যাপারটি তা নয়, এসব পোকা আসলে বাল্বের অন্ধকারতম জায়গাটির খোঁজ করতে থাকে।
৬. উটপাখির চোখ তার মস্তিষ্কের চাইতে বড়।
৭. উটের চোখের তিনটি পাতা থাকে।
৮. এক কাপ কফিতে ১০০০ এরও বেশী রাসায়নিক পদার্থ থাকতে পারে।
৯. একটা কম্পিউটারের অন্তত দশ লক্ষাধিক শক্তিশালী হওয়া লাগবে মানব মস্তিষ্কের সমান কাজ করতে হলে।
১০. একটা নয়া মডেলের শক্তিশালী কম্পিউটার একটা ০.১ গ্রাম ওজনের গোল্ডফিসের মস্তিষ্কের সমানও কাজ করতে সক্ষম নয়।
১১. একটা পেন্সিল দিয়ে গড়ে ৩৫ মাইল লম্বা দাগ টানা যায়।
১২. একটা বজ্রপাত ভূপৃষ্ঠে ১০০০০০০০০ (১০ মিলিয়ন) ভোল্ট শক্তিতে আসতে পারে।
১৩. একটা রাই গাছের শিকড় মাটির নীচে ৪০০ মাইল বিস্তার লাভ করতে পারে।
১৪. একটি কুকুরের গন্ধ শোকার ক্ষমতা মানুষের চাইতেও ১০০০ গুণ বেশী ।
১৫. একমাত্র ভেনাস বা শুক্রগ্রহই আমাদের সৌরজগতের গ্রহগুলোর উল্টো দিকে ঘোরে।
১৬. একমাত্র হামিংবার্ড পেছন দিকে উড়তে পারে।
১৭. একসময় চাইনিজরা কাগজ বানাতে রেশমি সুতা ব্যবহার করত।
১৮. এ্যান্টার্কটিকার ভষ্টককে পৃথিবীর সবচাইতে শীতল স্থান বলা হয়, এখানে -১২৯ ডিগ্রি ফারেনহাইটের (-৮৯ সেল) রেকর্ড আছে (১৯৮৩, ২১ জুলাই)।
১৯. এ্যালকোহোল পুরুষের শরীরের টেস্টোস্টেরন যৌন হরমোনকে কমিয়ে দিলেও নারী শরীরে তা বাড়িয়ে দেয়।
২০. গোল্ডফিশের স্মৃতি ৩ সেকেন্ড পর্যন্ত স্থায়ী থাকে।
২১. চিংড়ির হৃৎপিন্ড মাথায় থাকে।
২২. চিঠিতে জিপ কোডের ব্যবহার আমেরিকার ডাকবিভাগের দ্বারা শুরু হয় ১৯৬৩ সালে।
২৩. চিতাবাঘ কিন্তু সিংহের মতো গর্জন দেয় না, অনেকটা বিড়ালের মতোই ডাকে।
২৪. চেইন বা জিপারের আসল আবিষ্কর্তা ছিলেন এলিয়াস হাওয়ে।
২৫. জন্মের পর জিরাফের বাচ্চা প্রায় ৬ ফুট উঁচু হতে মাটিতে পড়ে, কোনো প্রকার আঘাত ছাড়াই।
২৬. জিরাফ তার ২১ ইঞ্চি লম্বা জিহ্বা দিয়ে নিজের কান পরিস্কার করতে পারে।
২৭. দাবা খেলাটি ভারতে আবিস্কৃত হয়।
২৮. দ্রুত গতির দৌড়বিদরা ঘন্টায় প্রায় ৩০ কি.মি (১৮ মাইল) বেগে দৌড়াতে পারে। কিন্তু একটা চিতাবাঘ ঘন্টায় ৭৬ কি.মি বা ৪৬ মাইল বেগে দৌড়াতে পারে।
২৯. দ্রুত গতির সাতারুরা ঘন্টায় প্রায় ৬ মাইল বেগে সাঁতার কাটতে পারে।
৩০. নীল তিমি পৃথিবীর সবচেয়ে বড় প্রাণী। এর জিহ্বা একটা হাতির মতো লম্বা এবং এর হৃদযন্ত্র একটা গাড়ির সমান।
৩১. পানি ছাড়া ইঁদুর উটের তুলনায় বেশিক্ষণ টিকতে সক্ষম।
৩২. পুটোর গড় তাপমাত্রা প্রায়-৩৯০ ডিগ্রি ফারেনহাইট।
৩৩. পৃথিবীর ৩% পানি বিশুদ্ধ, তারমধ্যে ২% পানি জমাট বরফরূপে আছে, বাকি ১% পানি আমরা ব্যবহার করে থাকি।
৩৪. পৃথিবীর কেন্দ্রস্থলের তাপমাত্রা ধরা হয় ৫৫০০ ডিগ্রি সেলসিয়াস।
৩৫. পৃথিবীর ভূপৃষ্ঠের আকার হলো ৫,২৫,০০,০০০ বর্গমাইল।
৩৬. পৃথিবীর ভূপৃষ্ঠের মাত্র ১১% (প্রায়) খাদ্য উৎপাদনে ব্যবহার হয়।
৩৭. পৃথিবীর সবচাইতে ছোট পাখি হলো হামিংবার্ড।

৩৮. পৃথিবীর সবচেয়ে বড় মরুভূমি হলো সাহারার মরুভূমি। এটির আয়তন প্রায় ৩,৫০০,০০০ বর্গমাইল।
৩৯. পেন্সিলে রবার যোগ করার ধারণা আসে প্রথম জোসেফ রিচেনডর্ফার এর কাছ থেকে।
৪০. প্রজাপতির ইংরেজি আসল নাম ছিলো ফ্লুটারবাই, বাটারফ্লাই নয়।
৪১. প্রতি ঘণ্টায় বিশ্বজগৎ চারদিকে শতকোটি মাইল বিস্তৃত হচ্ছে।
৪২. প্রতি বছর আমেরিকাতে প্রায় ৭০০ এর মতো ঘূর্ণিঝড় হয়।
৪৩. প্রতিদিন মহিলারা গড়ে ৭০০০ বাক্য বলে থাকে, আর পুরুষরা বলে থাকে ২০০০ বাক্য।
৪৪. প্রথম এ্যালার্ম ঘড়ি আবিষ্কার হয় ৩,৫০০ বছর আগে এক মিশরীয়র দ্বারা।
৪৫. প্রথম চাকা তৈরি করে সুমেরীয়রা, ৩৪৫০ বি.সি।
৪৬. প্রথম বাইসাইকেল তৈরী হয় ১৮১৭ সালে।
৪৭. প্রথম লেখার ও আবিষ্কার করে সুমেরীয়রা।
৪৮. প্রায় শত বছর আগে চিনারা রকেট তৈরি করে, যা দেখতে তীরের মতো।
৪৯. বরফ এলাকার ভালুকেরা এক বসায় প্রায় ৮৬টির মতো পেঙ্গুইন খেয়ে ফেলতে পারে।
৫০. বাঁশের এমন কিছু প্রজাতি আছে যেগুলো দিনে প্রায় ৩ ফুট পর্যন্ত বাড়ে।
৫১. বাদুর প্রায় ৯০০ ধরনের হয়ে থাকে, তাদের মধ্যে রক্তচোষা বাদুরের দাঁত সবচেয়ে কম।
৫২. বাদুররা আস্তানা ছেড়ে সবসময় বাম দিকে উড়াল দেয়।
৫৩. বিশ্বে প্রায় ৯৫০০ প্রজাতির ঘাস আছে।
৫৪. ব্যাঙের সবচেয়ে বড় জাতটির নাম গোলিয়া।
৫৫. মঙ্গলগ্রহ বা মারস এর নামকরণ রোমান যুদ্ধদেবতার নামে করা হয়, মার্চ মাসের নামও তার নামানুসারে করা।
৫৬. মরুভূমি পৃথীবির প্রায় একসপ্তমাংশ জুড়ে আছে।
৫৭. মরুভূমির তাপমাত্রা প্রায় ৭৭ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেডে উঠতে পারে।
৫৮. মাছেরা কিন্তু কথা বলে। কিছু কিছু মাছ দাঁতে দাঁত ঘসে শব্দ সৃষ্টির মাধ্যমে যোগাযোগ করে।
৫৯. মাথা ছাড়াও তেলাপোকা ৯ দিন বেঁচে থাকতে পারে।
৬০. মাধ্যাকর্ষণ শক্তি থেকে বের হতে একটি রকেটকে সেকেন্ডে ৭ মাইল গতিতে চলতে হয়।
৬১. মানব হৃৎপিণ্ড দিনে প্রায় ১০০,০০০ বার স্পন্দিত হয়।
৬২. মিশরের আসওয়ান সবচেয়ে শুষ্ক এলাকা এবং সেখানে বছরে মাত্র .০২ ইঞ্চি বৃষ্টি হয়।
৬৩. যদি আলোর গতিতেও যাত্রা শুরু করা হয়, তাহলেও নিকটস্থ ছায়াপথ এন্ড্রোমিডাতে যেতে বিশ লক্ষ বছর লাগবে।
৬৪. যদিও রেইনফরেস্ট পৃথীবির ভূপৃষ্ঠের মাত্র ৭% জুড়ে আছে, কিন্তু পৃথীবির অন্তত ৪০% প্রাণী ও গাছপালা এর উপর নির্ভরশীল থাকে।
৬৫. লাল ও সবুজ গ্যাসের ট্রাফিক সিগন্যাল বাতি প্রথম শুরু হয় লন্ডনে ১৮৬৮ সালে। কিন্তু দুঃখজনকভাবে সেগুলো বিস্ফোরিত হয় এবং একজন পুলিশ নিহত হয়, প্রথম সফল সিগন্যাল বাতি স্থাপন হয় ১৯৮৪ সালে ক্লিভল্যান্ড, ওহিওতে।
৬৬. শিকারের কারণে বিলুপ্ত হবার প্রায় ১০০ বছর পর ১৫০৭ সালে ডোডো আবিষ্কার হয়।
৬৭. শোয়ার ৫ মিনিটের মধ্যেই ঘুমানোর অর্থ হলো আপনার ঘুমের ঘাটতি আছে। ১০-১৫ মিনিট হলে অবশ্য তা ঠিক আছে ।
৬৮. সংস্কৃত হলো ইউরোপীয় ভাষার জননী।
৬৯. সবচাইতে বড় ফুল হলো রাফ্লেশিয়া আর্নল্ড, যা ৩ ফুটের মতো ও ১৫ পাউন্ড ওজনের হয়। দুর্লভ প্রজাতির এই ফুল ইন্দোনেশিয়াতে পাওয়া যায়।
৭০. স্তন্যপায়ী প্রাণীদের মধ্যে ব্যতিক্রম হলো পাটিপাস এবং একিডনা, যারা ডিম পাড়ে এবং স্তন্যপান করায় বুধ গ্রহের (মার্কারী) তাপমাত্রা দিনে ৪০০ ডিগ্রী সেন্টিগ্রেডেরও বেশী হয়ে থাকে, কিন্তু রাত্রে-২০০ ডিগ্রী সেন্টিগ্রেডের নীচে নেমে যায়।
৭১. স্থলচরদের মধ্যে মানুষ ছাড়া আর যে প্রাণীটি কাঁদতে পারে সেটি হল হাতি।
৭২. হাঙরের চামড়াকে একসময় সিরিশ কাগজ হিসেবে ব্যবহার করা হতো।
৭৩. হীরাকে এ্যাসিড দিয়েও গলানো সম্ভব নয়, কেবল মাত্র তীব্র তাপের মাধ্যমেই একে গলানো সম্ভব।
৭৪. মানব মস্তিষ্ক শরীরের আয়তনের মাত্র ২% হলেও এর শক্তি চাহিদা অনেক। মোট শক্তির ২০%।
৭৫. ১৯৬১ সালে ব্যাংক অব স্টকহোম প্রথম ব্যাংক নোট ছাড়ে।
৭৬. ১৯৭৯ সালে জাপানের সনি প্রথম ওয়াকম্যান বাজারে ছাড়ে।
৭৭. ৪,৮০০ বছর আগে মিশরীয়রা ৩৬৫ দিনের বছর সম্পর্কে জানতো।

পৃথিবীর বা বিশ্বের বৃহত্তম সবকিছু নিয়ে প্রশ্নোত্তর

বিশ্বের বৃহত্তম সাগর, দেশ, পাখি, দ্বীপ, মরুভূমি, শহর, বাঁধ, মসজিদ, পর্বত, প্রাণী, প্রাসাদ, পার্ক, অরণ্য, চিড়িয়াখানা, বন্দর, বিল্ডিং, হোটেল।

১) বিশ্বের বৃহত্তম অভ্যন্তরীণ সাগর ➪ ভূমধ্যসাগর
২) বিশ্বের বৃহত্তম - মহাদেশ ➪ এশিয়া
৩) বিশ্বের বৃহত্তম মহাসাগর ➪ প্রশান্ত মহাসাগর
৪) বিশ্বের বৃহত্তম- দেশ (আয়তনে) ➪ রাশিয়া
৫) বিশ্বের বৃহত্তম দেশ (জনসংখ্যায়) ➪ চীন
৬) বিশ্বের বৃহত্তম - মুসলিম দেশ (জনসংখ্যায়) ➪ ইন্দোনেশিয়া
৭) বিশ্বের বৃহত্তম - মুসলিম দেশ (আয়তনে) ➪ কাজাখস্তান
৮) বিশ্বের বৃহত্তম - ঘণ্টা ➪ মস্কোর ঘণ্টা
৯) বিশ্বের বৃহত্তম - পাখি (ওজনে) ➪ উটপাখি (১৫৫ কেজি)
১০) বিশ্বের বৃহত্তম - ব-দ্বীপ ➪ বাংলাদেশ
১১) বিশ্বের বৃহত্তম - চলচ্চিত্র প্রেক্ষাগৃহ ➪ রক্সি (নিউইয়র্ক)
১২) বিশ্বের বৃহত্তম সাগর ➪ দক্ষিণ চীন সাগর
১৩) বিশ্বের বৃহত্তম দিন ➪ ২১ জুন (উত্তর গোলার্ধে)
১৪) বিশ্বের বৃহত্তম - রাত ➪ ২২ ডিসেম্বর (উত্তর গোলার্ধে)
১৫) বিশ্বের বৃহত্তম - মরুভূমি ➪ সাহারা
১৬) বিশ্বের বৃহত্তম - শহর (আয়তনে) ➪ লন্ডন
১৭) বিশ্বের বৃহত্তম - শহর (লোকসংখ্যায়) ➪ টোকিও
১৮) বিশ্বের বৃহত্তম- বাঁধ (আয়তনে) ➪ তারবেলা (পাকিস্তান)
১৯) বিশ্বের বৃহত্তম- বাঁধ (উচ্চতায়) ➪ রগুন (তাজিকিস্তান)
২০) বিশ্বের বৃহত্তম - দ্বীপ ➪ গ্রিনল্যান্ড
২১) বিশ্বের বৃহত্তম ম্যানগ্রোভ ফরেষ্ট ➪ সুন্দরবন
২২) বিশ্বের বৃহত্তম মিষ্টি পানির হ্রদ ➪ সুপিরিয়র হ্রদ
২৩) বিশ্বের বৃহত্তম - গ্রন্থাগার ➪ লাইব্রেরি অব দি কংগ্রেস (ওয়াশিংটন)
২৪) বিশ্বের বৃহত্তম জাদুঘর ➪ ব্রিটিশ মিউজিয়াম
২৫) বিশ্বের বৃহত্তম - মসজিদ ➪ শাহ্ ফয়সাল মসজিদ (পাকিস্তান)
২৬) বিশ্বের বৃহত্তম - পর্বতমালা (উচ্চতায়) ➪ হিমালয়
২৭) বিশ্বের বৃহত্তম পর্বতমালা (দৈর্ঘ্যে) ➪ আন্দিজ
২৮) বিশ্বের বৃহত্তম- সামুদ্রিক পাখি ➪ এলবাট্রস
২৯) বিশ্বের বৃহত্তম - দ্বীপপুঞ্জ ➪ ইন্দোনেশিয়া
৩০) বিশ্বের বৃহত্তম - প্রাণী ➪ নীল তিমি
৩১) বিশ্বের বৃহত্তম স্তন্যপায়ী প্রাণী ➪ নীল তিমি
৩২) বিশ্বের বৃহত্তম - স্থলজ প্রাণী ➪ হাতি
৩৩) বিশ্বের বৃহত্তম প্রাসাদ ➪ ইম্পেরিয়াল প্যালেস (চীন)
৩৪) বিশ্বের বৃহত্তম - উপদ্বীপ ➪ ভারত
৩৫) বিশ্বের বৃহত্তম পানি বিদ্যুৎ কেন্দ্র ➪ তুরখানাস্ক (রাশিয়া)
৩৬) বিশ্বের বৃহত্তম Disco ➪ Buffalo Convention Center Buffalo, NY
৩৭) বিশ্বের বৃহত্তম পার্ক ➪ ইয়েলো ষ্টোন ন্যাশনাল পার্ক (যুক্তরাষ্ট্র)
৩৮) বিশ্বের বৃহত্তম গির্জা ➪ সেন্ট পিটারের প্রাসাদ (ভ্যাটিকান)
৩৯) বিশ্বের বৃহত্তম গিরিখাত ➪ গ্র্যান্ড ক্যানিয়ন
৪০) বিশ্বের বৃহত্তম হীরক খনি ➪ কিম্বার্লি (দক্ষিণ আফ্রিকা)
৪১) বিশ্বের বৃহত্তম যাত্রীবাহী বিমান ➪ এয়ারবাস এ-৩৮০
৪২) বিশ্বের বৃহত্তম ব্যাংক ➪ সিটি ব্যাংক (যুক্তরাষ্ট্র)
৪৩) বিশ্বের বৃহত্তম জেলখানা ➪ খারকভ জেলখানা (রাশিয়া)

৪৪) বিশ্বের বৃহত্তম পার্লামেন্ট ⇨ চায়না ন্যাশনাল কংগ্রেস
৪৫) বিশ্বের বৃহত্তম মরুভূমি (এশিয়ায়) ⇨ গোবি (মঙ্গোলিয়া)
৪৬) বিশ্বের বৃহত্তম- সামুদ্রিক বন্দর ⇨ সাংহাই (চীন)
৪৭) বিশ্বের বৃহত্তম - অরণ্য ⇨ তৈগা (রাশিয়া)
৪৮) বিশ্বের বৃহত্তম - তৃণাঞ্চল ⇨ প্রেইরি
৪৯) বিশ্বের বৃহত্তম - Indoor Theme Park ⇨ Ferrari World, Abu Dhabi
৫০) বিশ্বের বৃহত্তম লৌহ খনি ⇨ বুরুকুটুর (ব্রাজিল)
৫১) বিশ্বের বৃহত্তম - গাছ ⇨ রেড উট
৫২) বিশ্বের বৃহত্তম চিত্রকর্ম ⇨ প্যানোরমা মিসিসিপি (John Banvard)
৫৩) বিশ্বের বৃহত্তম চিড়িয়াখানা ⇨ San Diego Zoo, USA
৫৪) বিশ্বের বৃহত্তম - দেয়াল ঘড়ি ⇨ Abraj Al Bait Towers clock in Mecca
৫৫) বিশ্বের বৃহত্তম নদী অববাহিকা ⇨ আমাজান
৫৬) বিশ্বের বৃহত্তম - জাহাজ (কনটেইনারবাহী) ⇨ Maersk Triple-E (400 metres in length)
৫৭) বিশ্বের বৃহত্তম - জাহাজ (ক্রুস) ⇨ Oasis of the Seas, Allure of the Seas
৫৮) বিশ্বের বৃহত্তম - পর্বত শৃঙ্গ ⇨ এভারেস্ট
৫৯) বিশ্বের বৃহত্তম - পর্বতমালা (উচ্চতায়) ⇨ হিমালয়
৬০) বিশ্বের বৃহত্তম পর্বতমালা (দৈর্ঘ্যে) ⇨ আন্দিজ
৬১) বিশ্বের বৃহত্তম- সামুদ্রিক পাখি ⇨ অ্যালবাট্রস
৬২) বিশ্বের বৃহত্তম লবনাক্ত পানির হ্রদ ⇨ কাস্পিয়ান সাগর
৬৩) বিশ্বের বৃহত্তম ফুটবল স্টেডিয়াম ⇨ Rungnado May Day Stadium, North Korea, capacity 150,000
৬৪) বিশ্বের বৃহত্তম বিশ্ববিদ্যালয় (তালিকাভুক্তকরণে) ⇨ ইন্দিরা গান্ধী জাতীয় উন্মুক্ত বিশ্ববিদ্যালয়
৬৫) বিশ্বের বৃহত্তম হোটেল ⇨ The Venetian and The Palazzo (৭,১১৭ কক্ষ)
৬৬) বিশ্বের বৃহত্তম হীরা ⇨ "Sergio": 3167 carats, ব্রাজিল
৬৭) বিশ্বের বৃহত্তম মঠ ⇨ ডুরাং বৌদ্ধ মঠ, তিব্বত
৬৮) বিশ্বের বৃহত্তম মন্দির ⇨ আন্‌কারভাট, কম্বোডিয়া
৬৯) বিশ্বের বৃহত্তম বিমানবন্দর ⇨ King Abdul Khalid International Airport, Riyadh
৭০) বিশ্বের বৃহত্তম - উপসাগর ⇨ Hudson bay , Northern Canada
৭১) বিশ্বের বৃহত্তম - কবরস্থান ⇨ Ohlsdorf Cemetery in Hamburg, Germany
৭২) বিশ্বের বৃহত্তম বদ্বীপ ⇨ গঙ্গা-পদ্মা-ব্রক্ষপুত্র
৭৩) বিশ্বের বৃহত্তম - সেনাবাহিনী ⇨ People & Republic of China, 2,255,000 active
৭৪) বিশ্বের বৃহত্তম Gulf ⇨ Gulf of Mexico
৭৫) বিশ্বের বৃহত্তম Solar Energy Building ⇨ Shandong Province, China
৭৬) বিশ্বের বৃহত্তম পাবলিক কোম্পানী ⇨ ICBC Bank, China
৭৭) বিশ্বের বৃহত্তম Complex Inter-Change ⇨ Interstate 10 Highways Interchange – Houston, Texas
৭৮) বিশ্বের বৃহত্তম অ্যাকোয়ারিয়াম ⇨ Hengqin Ocean Kingdom, China
৭৯) বিশ্বের বৃহত্তম বিল্ডিং ⇨ New Century Global Center, Chengdu, China
৮০) বিশ্বের বৃহত্তম - আউটডোর সুইমিংপুল ⇨ San Alfonso del Mar, Algarrobo, Chile
৮১) বিশ্বের বৃহত্তম Land Vehicle ⇨ German strip mining machine (Bagger 288)
৮২) বিশ্বের বৃহত্তম - Aircraft ⇨ Antonov An-225 Mriya

দৈনন্দিন জীবনে বিজ্ঞানের শ্রেষ্ঠ আবিষ্কার ও তাদের সংক্ষিপ্ত ব্যাখ্যা

বিজ্ঞান যেমন জ্ঞানকে সমৃদ্ধ করেছে তেমনি আমাদের জীবনকে করেছে অনেক সহজ এবং গতিশীল। প্রতিদিন আমরা বিভিন্ন ধরণের যন্ত্রপাতি ব্যবহার করে থাকি। মূলত এর সবই বিজ্ঞানের আবিষ্কার। আমাদের দৈনন্দিন জীবনে বহুল ব্যবহৃত এমন কিছু শ্রেষ্ঠ আবিষ্কার ও তাদের বর্ণনা।

☞ **ছাপাখানাঃ** বই পুস্তক বা কোন তথ্য ছাপার কথা বললেই আসে ছাপাখানার কথা। পূর্বে বিভিন্ন ফাইল, বই পুস্তক হাতে লিখে প্রকাশ করা হত। এটি সর্বপ্রথম ১৪৪০ সালে জন গুটারবারগ আবিষ্কার করেন। একটি ছাপাখানা প্রতিষ্ঠার উদ্দেশে তার এই আবিষ্কার। যদিও প্রাথমিক দিকে এর গঠন আজকের মত ছিল না। তবে এশিয়াতে প্রথম ছাপাখানার ব্যবহার শুরু হয় চীনে। কম্পিউটার আবিষ্কারের সাথে সাথে এর বৈপ্লবিক পরিবর্তন এসেছে। বর্তমানে ছাপাখানা কিন্তু আমাদের বাড়িতেই যা প্রিন্টার হিসেবে পরিচিত।

☞ **ক্যালকুলেটর ঃ** প্রতিদিনের হিসাবের কাজে সবচেয়ে বেশি ব্যবহৃত হয় ক্যালকুলেটর। নবম শতকে চীনে আবিষ্কৃত ক্ষুদ্র ক্যালকুলেটর অ্যাবাকাস। সর্বপ্রথম ১৬৪২ সালে গণিতবিদ ব্লেইসি প্যাসকেল ক্যালকুলেটর আবিষ্কার করেন। উইলিয়াম সেওয়ারদ ১৮৮৬ সালে বাণিজ্যিক ক্যালকুলেটর আবিষ্কার করেন। তবে আধুনিক ক্যালকুলেটর আবিষ্কার ১৯৬৩ সালে এবং আবিষ্কারক বেল পাঞ্চ কোম্পানি।

☞ **বিদ্যুৎ ঃ** বিজ্ঞানের সকল আবিষ্কারের মধ্যে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ আবিষ্কার বিদ্যুৎ। বিদ্যুৎ আবিষ্কার ছাড়া চার্জ ব্যবহৃত সকল আবিষ্কার বিফলে পরিণত হত। বিদ্যুৎ কে আবিষ্কার করেছে তা সঠিকভাবে বলা দুরূহ। খ্রিস্টপূর্ব ৬০০ থেকে শুরু করে খ্রিস্টাব্দ ১৯৩৫ সাল পর্যন্ত বিভিন্ন গবেষণার ফলে আজকের অবস্থানে বিদ্যুৎ। বিদ্যুৎ তৈরির উৎসগুলোর মধ্যে প্রাকৃতিক গ্যাস, কয়লা, পেট্রোলিয়াম, নিউক্লিয়ার শক্তি, সৌর শক্তি, বায়ু শক্তি অন্যতম।

☞ **টেলিফোনঃ** মোবাইলের ব্যবহারে টেলিফোন চাহিদা কমে গেলেও এর গুরুত্ব অনেক। আলেকজেনডার গ্রাহাম বেল ১৮৭০ সালে টেলিফোন আবিষ্কার করেন। এটি আবিষ্কারের পিছনে ছিলেন অ্যান্টনি মিউকি, ফিলিপ রিস, ইলিশা গ্রে এবং আলেকজান্ডার গ্রাহাম বেল। কিন্তু ১০ মার্চ ১৮৭৬ সফলভাবে টেলিফোন আবিষ্কার করেন আলেকজান্ডার গ্রাহাম বেল। আর টেলিফোনের ব্যবহারে প্রথম বাক্য ছিল "এখানে আসো, তোমাকে আমার প্রয়োজন"।

☞ **বৈদ্যুতিক বাতিঃ** বিদ্যুৎ আবিষ্কারের মধ্যে দিয়ে মানুষ এর বিভিন্ন ব্যবহার শুরু করে। পাশাপাশি রাতের অন্ধকার দূর করে আলোকিত করার স্বপ্ন ব্যতিক্রম কিছু নয়। এর থেকেই আবিষ্কার বৈদ্যুতিক বাতির। এর আবিষ্কারক আমেরিকান বিজ্ঞানী টমাস আলভা এডিসন। তার আবিষ্কারের এক বছর পূর্বে ব্রিটিশ বিজ্ঞানী জোসেফ সন একই ধরনের বাতি আবিষ্কার করেন। কিন্তু তা ব্যবহার উপযোগী ছিল না। সর্বপ্রথম মানুষ সফলভাবে বৈদ্যুতিক বাতির ব্যবহার শুরু করে ১৮৭৯ সালে। আর বর্তমানে পৃথিবীর প্রায় সকল মানুষ বৈদ্যুতিক বাতি ব্যবহার করে।

☞ **কম্পিউটারঃ** যুগে যুগে বিখ্যাত কিছু আবিষ্কার হয়েছে যা মানুষের জীবনকে সবচেয়ে বেশি প্রভাবিত করে। তেমনি এক বিস্ময়কর আবিষ্কার কম্পিউটার। কম্পিউটার আবিষ্কার যেন মানুষের জীবনে এক বৈপ্লবিক পরিবর্তন এনেছে। যুগান্তকারী এই কম্পিউটারের আবিষ্কারক হাওয়ার্ড আইকেন। ডেস্কটপ কম্পিউটার সর্বপ্রথম মানুষের হাতে আসে ১৯৭৪ সালে। পরবর্তীতে ১৯৮১ সালে অ্যাডাম অসবর্ণ ল্যাপটপ আবিষ্কার করেন।

☞ **টেলিভিশনঃ** মানুষের বিনোদন যোগাতে বিজ্ঞানের সর্বপ্রথম আবিষ্কার টেলিভিশন। এর আবিষ্কারক জন লেজি বেয়ারড, ফার্নসয়রথ এবং জরিকিন। টেলিভিশনের ব্যবহার সর্বপ্রথম শুরু হয় ১৯৫৮ সালে। এটি শোনার পাশাপাশি দেখার সুবিধাও রয়েছে। বর্তমানে বিশ্বের তিন বিলিয়নেরও বেশি মানুষ টেলিভিশন ব্যবহার করে। আবিষ্কারের শুরু থেকে টেলিভিশনের গঠন পরিবর্তন হচ্ছে। এক সময়ের বারো ইঞ্চি লম্বা টিউবযুক্ত টেলিভিশন থেকে আজ আমরা পঞ্চাশ ইঞ্চি এল.সি.ডি টেলিভিশন দেখতে পাই।

☞ **বিমানঃ** বিমানের ধারণা আসে মূলত রাইট ভ্রাতৃদ্বয়ের পরীক্ষার মধ্যে দিয়ে। ১৯০৩ সালের ১৭ ডিসেম্বর অরভিল এবং উইল্‌ভার রাইট প্রথম মানুষের ভাসমানের সম্ভাব্যতা নিয়ে পরীক্ষা চালান। আর বাণিজ্যিকভাবে ১৯১১ সালে এরোপ্লেন আবিষ্কার করা হয়। বর্তমানে এক স্থান থেকে অন্য স্থানে যাওয়ার সবচেয়ে দ্রুতগামী মাধ্যম হচ্ছে এরোপ্লেন। এরোপ্লেন এর নীতির উপর ভিত্তি করেই জেট বিমান, রকেট ইত্যাদি আবিষ্কৃত হয়েছে। বর্তমানে বিমানের যাত্রী সংখ্যার সঠিক হিসাব নেই। তবে ধারণা করা হয় বিমান যাতায়াতকারী যাত্রীর সংখ্যা ১.৫ বিলিয়ন।

☞ **এয়ার-কনডিশনঃ** বছরের সকল সময় আরামদায়ক আবহাওয়া সৃষ্টিতে ব্যবহৃত যন্ত্র এয়ার কন্ডিশন। বর্তমান বিশ্বের ৯৫ ভাগ মানুষ অফিস, বাড়িঘরে এয়ার কন্ডিশন ব্যবহার করে থাকে। আমেরিকান বিজ্ঞানী উইলিস কারিয়ার এটি আবিষ্কার করেন। ১৯০২ সালে একটি প্রিন্টিং এর দোকানের অতিরিক্ত আদ্রতা কমাতে একটি পদ্ধতি আবিষ্কার করেন। এটিই বর্তমানে এয়ার কন্ডিশন হিসেবে সমগ্র বিশ্বে ব্যবহৃত হচ্ছে।

☞ **ক্রেডিট কার্ডঃ** বর্তমানে বড় বড় বিপণিতে কেনাকাটা করতে নগদ টাকার পরিবর্তে একটি কার্ড ব্যবহার করা হয়। এটি কোনকিছু ক্রয় করে বিপণি বিতানে বসে শুধু একটি কার্ড দিয়ে দাম পরিশোধ করা যায়। আর এই প্লাস্টিক কার্ডই ক্রেডিট কার্ড। সর্বপ্রথম ১৯২০ সালে যুক্তরাষ্ট্রে এর ব্যবহার সফলভাবে শুরু হয়। সবপ্রথম ক্রেডিট কার্ড ব্যবহারকারী যুক্তরাষ্ট্রের জন.বিগিন।

☞ **ডিজিটাল ক্যামেরাঃ** ১৯৭৫ সালে স্তেভেন সাসন ডিজিটাল ক্যামেরা আবিষ্কার করেন। সর্বপ্রথম আবিষ্কৃত ডিজিটাল ক্যামেরা ছিল ০.০১ মেগা পিক্সেল ক্ষমতাসম্পন্ন। আর আজ আমরা ১৬০ মেগা পিক্সেল ক্ষমতাসম্পন্ন ক্যামেরা ব্যবহার করে থাকি। এমনকি বর্তমানে মোবাইল ফোনেও ডিজিটাল ক্যামেরা সুবিধা রয়েছে। গুরুত্বপূর্ণ স্মৃতি ধরে রাখাসহ গবেষণায় বিভিন্ন ডিজিটাল ছবির জন্য ডিজিটাল ক্যামেরা ব্যবহৃত হয়ে থাকে।

☞ **ওয়ার্ল্ড ওয়াইড ওয়েভঃ** বর্তমানে যে কোন প্রয়োজনে আমরা ইন্টারনেটের সাহায্য নিয়ে থাকি। আর ইন্টারনেট ব্যবহারকারীদের কাছে ডব্লিউ.ডব্লিউ.ডব্লিউ শব্দটি খুব পরিচিত। আর এই শব্দ তিনটির পূর্ণরূপ ওয়ার্ল্ড ওয়াইড ওয়েব। সর্বপ্রথম ১৯৯০ সালে ব্রিটিশ বিজ্ঞানী টিম বারনারস লি এটি আবিষ্কার করেন। বর্তমানে সারা বিশ্বে ১.৯ বিলিয়ন মানুষ এটি ব্যবহার করে থাকে। এই শব্দ তিনটি দ্বারাই সকল ওয়েবসাইট তৈরি হচ্ছে আর আমরা পেয়ে যাচ্ছি আমাদের প্রয়োজনীয় তথ্য।

☞ **অটোমোবাইলঃ** মানুষ চলার পথকে আরও অনেক আরামদায়ক এবং দ্রুত করতে বিজ্ঞানের এক আবিষ্কার অটোমোবাইল। সর্বপ্রথম জার্মানির একদল বিজ্ঞানী রাস্তায় এটির ব্যবহার শুরু করেন। কিন্তু তারা সফল হতে পারেন নি। পরবর্তীতে স্বদেশীয় দুই বিজ্ঞানী কার্ল বেলজ এবং ডেইলমলারের আবিষ্কৃত অটোমোবাইল খুব জনপ্রিয় হয়ে ওঠে। আর এজন্য অটোমোবাইলের আবিষ্কারক হিসেবে বিবেচনা করা হয় কার্ল বেনজকে।

☞ **মোবাইল ফোনঃ** বর্তমান সময়ে মানুষের জীবনের একটি অংশ হয়ে দাঁড়িয়েছে মোবাইল। প্রিয়জনের সাথে যোগাযোগ থেকে শুরু করে গেইম খেলা, হিসাব নিকাশ, ইন্টারনেট ব্রাউজিংসহ সকল কাজে মোবাইল ব্যবহার করা হয়। বহুল ব্যবহৃত এই যন্ত্রটির আবিষ্কার কৌশল এসেছে আলেকজান্ডার গ্রাহাম বেলের টেলিফোন আবিষ্কারের মাধ্যমে। সর্বপ্রথম তারহীন এই মোবাইল ফোন বাজারে আসে ১৯৮৩ সালে। আর প্রথম বাজারজাত কোম্পানি মটোরলা। বর্তমানে বিশ্বের শতকরা ৭৫ ভাগ মানুষ মোবাইল ব্যবহার করে থাকে।

☞ **এ.টি.এমঃ** জরুরী বা ছুটির দিনে ব্যাংকে গচ্ছিত টাকা উঠানোর একটি বিশেষ পদ্ধতি এ. টি.এম বা অটোমেটেড টেলার মেশিন। বিজ্ঞানী লুথার জর্জ সিমজান এটি আবিষ্কার করেন। এখানে একটি পিন কোডের মাধ্যমে গোপনীয়তা বজায় রাখা হয়। বর্তমানে বিশ্বের সকল দেশে এটি বহুলভাবে ব্যবহৃত হচ্ছে।

☞ **রেফ্রিজারেটরঃ** কোন খাবার টাটকা রাখতে বহুল ব্যবহৃত যন্ত্রের নাম রেফ্রিজারেটর। সর্বপ্রথম উইলিয়াম কুলেন ১৭৮৪ সালে রেফ্রিজারেটরের ডিজাইন করেন। কিন্তু এর কোন ব্যবহারিক কোন প্রয়োগ হয় নি। পরবর্তীতে ১৮০৫ সালে আমেরিকান উদ্ভাবক অলিভার ইভান রেফ্রিজারেটরের নকশা করেন। সবচেয়ে উন্নত রেফ্রিজারেটর আবিষ্কার করেন আফ্রিকান-আমেরিকান বিজ্ঞানী থমাস এল্কিন্স এবং জন স্ট্যান্ডার্ড। বর্তমানে এটি সকল দেশের মানুষ কম বেশি ব্যবহার করে থাকে।

জেনে রাখা ভাল: দৈনন্দিন জীবনে কিছু ঘটনার বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা

পায়ে ঝিঁ ঝিঁ ধরে কেন? ✪ ঔ পায়ের উপর পা চেপে বসলে বা শরীরের কোনো অংশে বেশিক্ষণ চাপ পড়লে অনেক সময় ঝিঁ ঝিঁ ধরে। সাধারণত এই ঝিঁ ঝিঁ ধরা পায়েই বেশি হয় এবং সেক্ষেত্রে আলপিন বা সূঁচ ফোটা অথবা অবশ অবশ ভাব অনুভূত হয়। কেন হয়?

পায়ের স্নায়ুতে অনেকক্ষণ চাপ পড়লে স্নায়ু তার যথার্থ বার্তা মস্তিস্কে ভালো করে পৌঁছাতে পারে না। চাপের ফলে পায়ে স্বাভাবিক রক্ত সঞ্চালনও ব্যাহত হয় এবং এ কারণেও মস্তিষ্কে স্নায়ুবার্তা ঠিকমতো পৌঁছে না। ব্যাহত এই স্নায়ু উদ্দীপনাই মস্তিস্কে সূঁচ ফোটা এবং অবশ ভাবের জন্ম দেয়। আমরা বলি ঝিঁ ঝিঁ ধরেছে। অবশ্য কিছুক্ষণ পরেই চাপমুক্ত হলে এবং রক্ত সঞ্চালন স্বাভাবিক হলে এই ঝিঁ ঝিঁ ধরা কেটে যায়।

পায়ে এই ঝিঁ ঝিঁ ধরা বা অবশ ভাব যদি কোনো আপাত কারণ ছাড়াই ঘটে এবং প্রায়শ হয় অথবা এর স্থায়িত্ব বেশি থাকে তবে তা একটু চিন্তার বিষয়, কারণ- চিকিৎসকের মতে, মেরুদণ্ডের কোনো সমস্যা বা অন্যকোনো কারণ থেকেও তা হতে পারে।

চুল বা নখ কাটলে রক্ত বের হয় না কেন? ✪ ঔ চুল তৈরি হয় এক বিশেষ ধরনের মৃত কোষ দিয়ে। এই কোষগুলোর ভেতরেই যথেষ্ট প্রোটিন জমা থাকে। আর তাই আলাদা করে রক্ত দিয়ে অক্সিজেন বহন করে আনতে হয় না। যেখানে অক্সিজেন আনারই কোনো দরকার নেই, সেখানে আর রক্ত প্রবাহ রেখে লাভ কী? তবে নখের কোষগুলো কিন্তু মৃত নয়, এগুলো এক ধরনের জীবিত কোষ। কিন্তু এগুলোতেও বিশেষ উপায়ে প্রোটিন জমা থাকে। আর তাই এখানেও রক্তপ্রবাহ থাকার দরকার নেই।

মোমবাতির শিখা উপরের দিকে উঠে কেন? ✪ ঔ আমরা চিরকাল দেখে এসেছি যে মোমবাতির শিখা উপরের দিকেই উঠে। কখনো নিচের দিকে যায় না কিন্তু কেন যায় না? কোন কিছুর প্রজ্বলনের অর্থ হল- এর সাথে অক্সিজেনের সংযোগ সাধন। এর ফলে সৃষ্ট তাপে গ্যাস উত্তপ্ত হয়ে উঠে এবং তার ঘনত্ব কমে যায়। আশে-পাশের বাতাসের ঘনত্বের তুলনায়, এই তপ্ত গ্যাসের ঘনত্ব কম হওয়ায় তা পৃথিবীর মধ্যাকর্ষণ টানের বিপরীতমুখী তথা উপর মুখী প্রবাহ সৃষ্টি করে। এ কারণেই মোমবাতি বা অন্য কোন আগুনের শিখা উপরের দিকে যায়। যদি এমন কোন স্থানে মোমবাতি জালানো হয় যেখানে মধ্যাকর্ষণ জনিত ত্বরণ বা অভিকর্ষজ ত্বরণ এর মান শূন্য। তাহলে মোমবাতির শিখা উপরে বা নিচে কোন দিকে না গিয়ে চারিদিকে ছড়িয়ে পরবে।

বোতলের পানি উপুর করে ঢালার সময় ঢক্ ঢক্ শব্দ হয় কেন? ✪ ঔ পানি ভরা বোতল যখন উপুড় করা হয় তখন কিছু পানি সঙ্গে সঙ্গে নিচের গ্লাসে পড়ে। এ সময় বোতলের ভিতরে পানির সম-পরিমাণ শূন্যতা সৃষ্টি হয়। বোতলের কিছু অংশ হয়ত আগে থেকেই ফাঁকা থাকে। কিছু কিছু পরিমাণ পানি বেরিয়ে যাওয়ার ফলে ফাঁকা অংশের আয়তন বেড়ে যায়।

এ অবস্থায় বোতলের ভিতরের ফাঁকা অংশের বায়ুর ঘনত্ব কমে গিয়ে চাপ হ্রাস পায়। অবস্থাটা দাড়ায় এ রকম যে- বোতলে বায়ু চাপ কম, বাইরে বেশি। তখন বাইরের বাতাসে ঠেলে ভেতরে ঢোকার চেষ্টা করে। বাতাসের এই উর্ধ্বমুখী চাপে পানি বাইরে বেরুনোর পথে সাময়িক বাধা প্রাপ্ত হয় এবং এক ধরনের ঢক্ ঢক্ শব্দ হয়।

মিসাইল কেন আকাশের দিকে ছোড়া হয়? ✪ ঔ মিসাইল বা মর্টার সেল সাধারণত আকাশের দিকে নির্দিষ্ট কোণে ছোড়া হয়। যদিও লক্ষ্য বস্তু আকাশের নয়, মাটিতে হয়ত বেশ কিছু দূরে।

এর সহজ কারণ হল, লক্ষ্য বস্তুর পথে অনেক গাছপালা, বাড়ি-ঘর, পাহাড়-পর্বত থাকে যা এড়ানোর জন্য অনেক উঁচু দিয়ে গোলা মারতে হয়। কিন্তু যদি পথে কোন বাধা না থাকে তাহলেও উপরের দিকেই নিক্ষেপ করা হয়। এর সহজ কারণ হলো, ভূমির সমান্তরালে ছোড়া হলে এর উপর পৃথিবীর অভিকর্ষ বল এবং বাতাসের বাধা কিয়া করে। ফলে ছুড়ে মারা বস্তুটি নির্দিষ্ট দিকের সরল রেখায় না চলে ধনুকের মত বাঁকা হয়ে মাটিতে পড়ে। ফলে লক্ষ্য বস্তুতে আঘাত হানতে পারে না।

মশা কিভাবে মানুষ চেনে? ✪ ঔ বিছানায় শোয়া মাত্রই ঘিরে ধরে হুল ফোটাতে শুরু করে। কিন্তু মশা কিভাবে চেনে কোনটা মানুষ আর কোনটা বালিশ? মশা আসলে মানুষ চেনে না, চেনে মূলত মানুষের শরীর থেকে নির্গত তাপ এবং প্রশ্বাসে নির্গত কার্বন-ডাই- অক্সাইড। এই দুটির অস্তিত্ব টের পেলেই মশা বুঝতে পারে সেখানে খাদ্য আছে।

দৈনন্দিন জীবনের বিভিন্ন সমস্যা সমাধানের জন্য প্রয়োজনীয় কিছু ঘরোয়া উপায় ও টিপস

মোট টিপস সংখ্যা ৭০টি। সকলের পড়ার সুবিধার কথা চিন্তা করে ক্যাটাগরি অনুযায়ী দেওয়া হলো।

✯ সাদা প্লেট, কাপ বা অন্য কিছুতে লেগে যাওয়া দাগ উঠাতে কাপড় কাঁচা সোডা ও গুঁড়া সাবান দিয়ে ১ ঘণ্টা ভিজিয়ে মেজে দেখুন কেমন করে সব দাগ উঠে প্লেট ঝকঝক করছে।

✯ বৃষ্টির দিনে পিঁপড়ার উৎপাত হলে ব্লিচিং পাউডার পানিতে মিশিয়ে ঘর মুছুন। পিঁপড়ার উৎপাত কমে যাবে।

✯ সিল্ক এবং জরির কাজ করা শাড়ি, জামা, ওড়না ইত্যাদিতে সহজেই ছত্রাক পড়ে। টিস্যু পেপার দিয়ে মুড়ে রাখুন, ছত্রাক পড়বে না।

✯ পেয়াজ কাটলে হাতে গন্ধ হয়। তাই কাটার পর হাতে সরিষার তেল মেখে নিবেন। গন্ধ হবে না।

✯ পারলে প্রতিদিন একবার করে মুখে বরফ ঘষুন। এটি ত্বকের জন্য ভালো।

✯ মুখে ব্রণ উঠলে বেশি বেশি পানি পান করুন ।

✯ যাদের রাতে ঘুম হয় না তারা ঘুমুতে যাবার আগে চিনিসহ এক গ্লাস দুধ খান। এমনিতেই ঘুম পাবে।

✯ তাজা ফুল অনেকেই পছন্দ করেন। কিন্তু তা বেশিদিন ঘরে রাখা যায় না। নেতিয়ে যায়। ফুল বেশিদিন তাজা রাখতে হলে ফুলদানির পানিতে একটু কর্পূর মিশিয়ে দিন। ফুল অনেকদিন তাজা থাকবে।

✯ ঘরে বিভিন্ন ফলফলাদি থাকলে মাছির উৎপাত হয়। মাছির উৎপাত এড়াতে চাইলে ঘরে একটি হালকা ভেজা দড়ি ঝুলিয়ে রাখুন। মাছি সব দড়িতে বসবে।

ছোটখাট রোগ নিরাময়ের জন্য কিছু ঘরোয়া টিপস

✯ অনিদ্রার সমস্যায় মধু কার্যকর। কুসুম গরম দুধের সাথে মধু মিশিয়ে শোবার আগে পান করুন।

✯ স্ট্রোক প্রতিরোধে চা খান। একটি গবেষণায় দেখা গেছে যে নিয়মিত চা পানে স্ট্রোকের ঝুঁকি হ্রাস পায়।

✯ জ্বর হলে খান প্রচুর পানি। পানি বা তরল খাবার জ্বর সারাতে ভীষণ সহায়ক।

✯ জ্বরের নিরাময়ে দই কার্যকর ভূমিকা পালন করে। মধুও জ্বর নিরাময়ে ভূমিকা রাখে।

✯ মাথা ব্যথা নিয়মিত সমস্যা হলে প্রচুর মাছ খান।

✯ মাথা ব্যথায় উপকারী আদা। খেতে পারেন আদা চা।

✯ হাঁপানির সমস্যা থাকলে অবশ্যই কাঁচা পিঁয়াজ খান। শ্বাসনালীর সংকোচন রোধ করে।

✯ ঠাণ্ডা লাগলে রসুন খান, সেরে যাবে।

✯ পেটের পীড়ায় খেতে পারেন কলা ও আদা। কাঁচা কলা পেটের পীড়ায় ভীষণ উপকারী।

ক্ষতের দাগ মুছে ফেলার ঘরোয়া উপায় ও টিপস

✯ **লেবু ও শসার রসঃ** একটি গোটা লেবু চিপে নিন। এতে একটি মাঝারি আকারের শসার চার ভাগের এক ভাগ অংশের রস বের করে মিশিয়ে নিন। এই মিশ্রণটি আক্রান্ত জায়গায় আলতো ঘষে লাগান। দিনে অন্তত ৩ বার লাগাবেন। লেবুর সাইট্রিক অ্যাসিড নতুন কোষ গঠনে সাহায্য করবে আর শসার রস দাগ হালকা করবে।

✯ **অ্যালোভেরার রসঃ** অ্যালভেরাকে বলা হয় জাদুকরি গাছ। এর পাতার রসের অ্যান্টিইনফ্লেমেটরি উপাদান গভীর দাগ দূর করতে অনেক কার্যকরী। তাজা অ্যালভেরা পাতার রস দিনে ২/৩ বার আক্রান্ত স্থানে লাগান। নিয়মিত লাগাবেন। কিছুদিনের মধ্যেই দাগ হালকা হতে শুরু করবে।

✯ **চন্দনগুঁড়ো ও গোলাপ জলঃ** চন্দনগুঁড়ো অনেক প্রাচীনকাল থেকেই দাগ দূর করার কাজে ব্যবহার হয়ে আসছে। এটা সবচাইতে কার্যকরী উপাদান। একটি বাটিতে ২ চা চামচ চন্দনগুঁড়ো নিয়ে এতে ঘন পেস্ট তৈরি করতে প্রয়োজন মত গোলাপ জল দিয়ে মিশিয়ে নিন। এই পেস্টটি আক্রান্ত স্থানে লাগিয়ে রাখুন সারারাত। সকালে উঠে ধুয়ে ফেলুন। প্রতিদিন পেস্টটি ব্যবহার করুন। দাগ দূর হবে।

★ **পেঁয়াজ কিংবা রসুনের রসঃ** অনেক আগে থেকেই পেঁয়াজ অথবা রসুনের রসের অ্যান্টিইনফ্লেমেটরি ও অ্যান্টিব্যাকটেরিয়াল উপাদানের জন্য বেশ জনপ্রিয়। যে কোন ধরনের দাগ দূর করতে এদের জুড়ি নেই। তবে নিয়মিত ব্যবহার না করলে কাজ হতে বেশ দেরি হয়। সুতরাং প্রতিদিন অন্তত ৩/৪ বার তাজা পেঁয়াজ বা রসুনের রস লাগাবেন আক্রান্ত স্থানে। দাগ দূর হবে ও নতুন কোষ হতে সাহায্য করবে।

★ **নিমের পাতাঃ** নিমে গাছে ডাল ও পাতা যে কোন বড় ধরনের অসুখ দূর করতে যেমন কার্যকরী তেমনই গভীর দাগ দূর করতেও বেশ কার্যকরী। এর অ্যান্টিফাঙ্গাল উপাদান আক্রান্ত স্থানের অস্বাভাবিক কোষ দূর করে। দিনে অন্তত ২ বার নিম পাতা বাটা আক্রান্ত স্থানে লাগান। পাশাপাশি একটি বড় পাত্রে পানি দিয়ে ৩০/৪০টি নিম পাতা সিদ্ধ করে সেই পানি গোসলের কাজে ব্যবহার করুন।

দাগ দূর করার অন্যান্য কিছু টিপস

* দৈনিক ২.৫ লিটার পানি পান করুন। এতে নতুন কোষ গঠন হয় দ্রুত।
* একটি তুলোর বল গ্রিন টি তে ভিজিয়ে আক্রান্ত স্থানে ঘষে নিন। দাগ হালকা হবে।
* আক্রান্ত স্থান মধু দিয়ে ম্যাসাজ করুন দিনে ৬/৭ বার করে প্রতিদিন। মধুর অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট দাগ দূর করে।
* ভিটামিন ই তেল কিংবা ক্যাপস্যুল ভেঙে আক্রান্ত স্থানে লাগান। সারারাত রেখে সকালে ধুয়ে ফেলুন। চামড়ার উঁচুনিচু ভাব দূর করে মসৃণতা ফিরিয়ে আনবে।
* একটি কলা পিষে আক্রান্ত স্থানে লাগিয়ে ১০ মিনিট পর ধুয়ে ফেলুন। দাগ দূর হতে সাহায্য করবে।

দাঁতের হলদেটে ভাব দ্রুত দূর করার কিছু সাধারণ টিপস

★ একটি লেবু চিপে নিন। তাতে সমপরিমাণ পানি মেশান। এবার এই পানি দিয়ে দাঁত ব্রাশ করার পর কুলকুচা করে নিন। দাঁতের হলদেটে ভাব কেটে যাবে।

★ লেবুর খোসা শুকিয়ে গুঁড়ো করে নিন। এতে পানি মিশিয়ে পেস্টের মত তৈরি করে ফেলুন। দাঁত ব্রাশ করার পর এই পেস্ট দিয়ে দাঁত ম্যাসাজ করুন। দাঁতের হলদেটে ভাব দূর হবে।

★ বেকিং সোডার সাথে পরিমিভ পরিমাণে লেবুর রস মিশিয়ে একটি পেস্ট তৈরি করুন। দাঁত ব্রাশ করার পর এই ব্রাশে এই পেস্ট নিয়ে দাঁত ঘষুন। পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন। দাঁতের হলদেটে ভাব দূর হবে।

★ এছাড়াও তাৎক্ষণিকভাবে দাঁতের হলদেটে ভাব দূর করতে চাইলে একটি আপেল খেয়ে নিন। দেখবেন দাঁতের হলদেটে ভাব কমে গেছে অনেকাংশে।

পেটের অতিরিক্ত চর্বি দূর করার ঘরোয়া টিপস

★ এক গ্লাস হালকা গরম পানিতে লেবু চিপে নিন। তারপর একটু লবণ মিশিয়ে শরবত তৈরি করে প্রতিদিন সকালে খান। চর্বি দৌড়ে পালাবে।

★ সকালে দুই-তিন কোয়া কাঁচা রসুন খেতে পারেন। লেবুর শরবত পান করার পর পর রসুন খেয়ে নিলে ভালো ফল পাওয়া যেতে পারে। এ অভ্যাসটি আপনার শরীরের ওজন এবং পেটের চর্বি কমানোর প্রক্রিয়াটি দ্বিগুণ করবে। শরীরের রক্ত সঞ্চালনও হবে সাবলীল গতিতে।

★ সকালের নাশতায় শক্ত খাবারের পরিমাণ কমিয়ে ফলের জায়গা করে দিন। নিয়মিত সকালে এক বাটি ফল আপনার পেটের চর্বি কমাতে দারুণ সাহায্য করবে।

★ পেটের চর্বি থেকে মুক্তি চাইলে পানির সঙ্গে বন্ধুত্ব করতে হবে। কারণ পানি আপনার শরীরের পরিপাক ক্ষমতা বাড়িয়ে দিয়ে শরীর থেকে ক্ষতিকর পদার্থ বের করতে সাহায্য করে।

★ দৈনন্দিন খাবার তালিকা থেকে সাদা চালের ভাত বাদ দিন। এর পরিবর্তে আটার তৈরি খাবার খাওয়ার অভ্যাস করুন।

★ নানা রকম মসলা না দিয়ে খাবারে দারুচিনি, আদা, কাঁচা মরিচ বেশি ব্যবহার করে রান্না করুন। এগুলো শরীরের রক্তে শর্করার মাত্রা কমিয়ে রাখবে।

★ চিনি জাতীয় খাবার শরীরে চর্বি জমতে সাহায্য করে। তাই চিনি খাওয়া বাদ দিতে হবে। পেটের চর্বি থেকে রেহাই পেতে হলে চিনির সঙ্গে শত্রুতা ছাড়া উপায় নেই।

যে ৭টি খাবার এবং ওষুধ একসাথে ভুলেও খাবেন না

আপনি কি জানেন সারা পৃথিবীতে কি পরিমাণের মানুষ ক্যান্সার, ডায়াবেটিস এবং অন্যান্য মারাত্মক স্বাস্থ্য সমস্যায় ভুগছে? পরিসংখ্যানে দেখা গেছে এর সংখ্যা প্রায় ৭.৮ বিলিয়ন! আরেক গবেষণায় দেখা গেছে বেশির ভাগ ওষুধের সাথে ভুল খাবার খাওয়ার কারণে সুস্থ হওয়ার পরিবর্তে রোগ আরও বেশি বেড়ে যায়। কিছু রোগের সাথে কিছু কিছু খাবার খাওয়া একদমই উচিত নয়। যেমন অ্যাজমা রোগীদের প্রচুর পরিমাণে কফি পান করা উচিত নয়, তেমনি প্রেশারের রোগীদের লবণ এবং লবণ জাতীয় খাবার কম খাওয়া উচিত।

১। কলা এবং রক্তচাপ সম্পর্কযুক্ত ওষুধ আপনি যদি রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণের ওষুধ খেয়ে থাকেন, তবে পটাশিয়াম যুক্ত ফল কম পরিমাণে খাওয়া উচিত। কলা পটাশিয়ামের অনেক ভাল উৎস। রক্তচাপের ওষুধের সাথে কলা কম খাওয়া উচিত। অতিরিক্ত কলা খাওয়া হার্ট বিট বৃদ্ধি করে বুক ধড়ফড় বাড়িয়ে দিয়ে থাকে।

২। অ্যালকোহল এবং পেইনকিলার : আপনি যদি ডায়াবেটিস, অ্যানথিস্টামিনস অথবা অন্য কোন পেইন কিলার খেয়ে থাকেন তবে অ্যালকোহল পান করা থেকে বিরত থাকুন। এই ওষুধগুলোর সাথে আপনি যখন অ্যালকোহল পান করবেন, তখন লিভারের কার্যক্ষমতা হ্রাস পাবে। অ্যালকোহল শরীরের মিশিয়ে নিতে লিভারকে অনেক বেশি কাজ করতে হয়। লিভারের এই অতিরিক্ত কাজ করার জন্য শরীরে অভ্যন্তরীণ কোন অঙ্গও হানি হতে পারে।

৩। সবুজ শাক সবজি এবং অ্যান্টিকোঅ্যাগুলান্টস : রক্ত ঘন অথবা রক্ত বৃদ্ধি করার সবচেয়ে ভাল এবং কার্যকরী উপায় হল শাক সবজি যেমন পালং শাক, ব্রকলি ইত্যাদি খাবার খাওয়া। এই সবজিগুলোতে ভিটামিন-কে রয়েছে যা রক্ত পরিষ্কার করে ঘন করতে সাহায্য করে। কিন্তু আপনি যদি রক্ত বৃদ্ধি করার ওষুধ খেয়ে থাকেন তবে শাক সবজি খুব বেশি পরিমাণে না খাওয়াই ভাল।

৪। যষ্টিমধু এবং হার্টের ওষুধ : আপনি যদি হার্টের রোগী হয়ে থাকেন, তবে যষ্টিমধু খাওয়া থেকে বিরত থাকুন। এই খাবারটি রক্তে পটাশিয়াম পরিমাণ হ্রাস করে দেয়। পটাশিয়াম লেভেল কমে যাওয়ার কারণে রোগী দুর্বলবোধ করে এবং হার্টবিট অনিয়মিত হয়ে পড়ে।

৫। জাম্বুরা এবং স্টায়াটিন : জাম্বুরায় থাকা উপাদানগুলো শরীরের স্টায়াটিন ভেঙ্গে দিয়ে থাকে। এটি রক্তচাপ কমিয়ে দিতে সাহায্য করে। তাই প্রেশারের রোগীদের জাম্বুরা একটি সীমা পর্যন্ত খাওয়া উচিত।

৬। দুধ এবং অ্যান্টিবায়োটিক : কিছু অ্যান্টিবায়োটিক যেমন টেট্রাসাইক্লিন, কিপ্রোফ্লোক্সাসিন এবং অস্টিওপরোসিস সমৃদ্ধ কিছু অ্যান্টিবায়োটিকের সাথে দুধ খাওয়া উচিত নয়। এই অ্যান্টিবায়োটিকগুলোর সাথে দুধ পান করলে অনেক সময় এইগুলো ব্যাকটেরিয়া ধ্বংস করতে এর কার্যকারিতা কমে যায়।

৭। লেবু এবং কাশির ওষুধ : ডেক্সথ্রোমেথফেইন জাতীয় কাশির ওষুধের সাথে লেবু জাতীয় ফল খাওয়া উচিত নয়। লেবুতে থাকা অ্যাসিড এই ওষুধের সাথে মিশিয়ে আপনাকে আরও বেশি ক্লান্ত, তন্দ্রালু করে তুলবে।

ভাত খাওয়ার পর যে পাঁচটি কাজ করবেন না

পৃথিবীতে অন্তত তিনশ কোটি মানুষের প্রধান খাবার ভাত। চিকিৎসকরা স্বাস্থ্যরক্ষায় ভাত খাবার পর পাঁচটি কাজ করতে অনুৎসাহিত করেন। এগুলো হলোঃ

১. ভাত খাওয়ার এক ঘণ্টা আগে বা ১/২ ঘণ্টা পর ফল খাবেন। কেননা, ভাত খাওয়ার পরপর কোনো ফল খেলে গ্যাস্ট্রিকের সমস্যা হতে পারে।

২. সারাদিনে অনেকগুলো সিগারেট খেলে যতখানি ক্ষতি হয়, ভাত খাওয়ার পর একটি সিগারেট বা বিড়ি তার চেয়ে অনেক বেশী ক্ষতি করে। তাই ধূমপান করবেন না।

৩. চায়ের মধ্যে প্রচুর পরিমাণ টেনিক এসিড থাকে যা খাদ্যের প্রোটিনের পরিমাণকে ১০০ গুণ বাড়িয়ে তোলে। ফলে খাবার হজম হতে স্বাভাবিকের চেয়ে অনেক বেশী সময় লাগে। তাই ভাত খাওয়ার পর চা খাবেন না।

৪. বেল্ট কিংবা প্যান্টের কোমর ঢিলা করবেন না। খাবার পরপরই বেল্ট কিংবা প্যান্টের কোমর ঢিলা করলে অতি সহজেই ইন্টেস্টাইন (পাকস্থলি) থেকে রেক্টাম (মলদ্বার) পর্যন্ত খাদ্যনালীর নিম্নাংশ বেঁকে যেতে পারে, পেঁচিয়ে যেতে পারে অথবা ব্লকও হয়ে যেতে পারে। এ ধরনের সমস্যাকে ইন্টেস্টাইনাল অবস্ট্রাকশ বলা হয়। কেউ বেশি খেতে চাইলে আগে থেকেই কোমরের বাধন ঢিলা করে নিতে পারেন।

৫. গোসল করবেন না। ভাত খাওয়ার পরপরই গোসল করলে শরীরের রক্ত সঞ্চালনের মাত্রা বেড়ে যায়। ফলে পাকস্থলির চারপাশের রক্তের পরিমাণ কমে যেতে পারে যা পরিপাক তন্ত্রকে দুর্বল করে ফেলবে, ফলে খাদ্য হজম হতে সময় স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী লাগবে।

এলার্জিকে বিদায় জানান আজীবনের জন্য

এলার্জিজনিত রোগের লক্ষণ ও করণীয় এলার্জি বাংলাদেশের লাখ লাখ মানুষের কাছে এক অসহনীয় ব্যাধি। এলার্জি হাঁচি থেকে শুরু করে খাদ্য ও ওষুধের ভীষণ প্রতিক্রিয়া ও শ্বাসকষ্ট হতে পারে। কারো কারো ক্ষেত্রে এলার্জি সামান্যতম অসুবিধা করে, আবার কারো ক্ষেত্রে জীবনকে দুর্বিষহ করে তোলে।

ঘরের ধুলাবালি পরিষ্কার করছেন? হঠাৎ করে হাঁচি এবং পরে শ্বাসকষ্ট অথবা ফুলের গন্ধ নিচ্ছেন বা গরুর মাংস, চিংড়ি, ইলিশ ও গরুর দুধ খেলেই শুরু হলো গা চুলকানি বা চামড়ায় লাল লাল চাকা হয়ে ফুলে ওঠা। এগুলো হলে আপনার এলার্জি আছে ধরে নিতে হবে। মানব জীবনে এলার্জি কতটা ভয়ংকর সেটা ভুক্তভোগী যে সেই জানে। উপশমের জন্য কতজন কত কি না করেন। এবার প্রায় বিনা পয়সায় এলার্জিকে গুডবাই জানান আজীবনের জন্য। যা করতে হবে আপনাকে-

১) ১ কেজি নিম পাতা ভালো করে রোদে শুকিয়ে নিন।

২) শুকনো নিম পাতা পাটায় পিষে গুড়ো করুন এবং সেই গুড়ো ভালো একটি কৌটায় ভরে রাখুন।

৩) এবার ইসব গুলের ভুষি কিনুন। ১ চা চামচের তিন ভাগের এক ভাগ নিম পাতার গুড়া ও এক চা চামচ ভুষি ১ গ্লাস পানিতে আধা ঘন্টা ভিজিয়ে রাখুন।

৪) আধা ঘণ্টা পর চামচ দিয়ে ভালো করে নাড়ুন।

৫) প্রতি দিন সকালে খালি পেটে, দুপুরে ভরা পেটে এবং রাত্রে শোয়ার আগে খেয়ে ফেলুন। ২১ দিন একটানা খেতে হবে।

৬) কার্যকারীতা শুরু হতে ১ মাস লেগে যেতে পারে। ইনশাআল্লাহ ভালো হয়ে যাবে এবং এরপর থেকে এলার্জির জন্য যা যা খেতে পারতেন না যেমন- হাঁসের ডিম, বেগুন, গরু, চিংড়িসহ অন্যান্য খাবার খেতে পারবেন।

চিকিৎসা:- তবে অনেক দিন যাবৎ চুলকানি এবং এলার্জির সমস্যায় ভুগতে থাকলে অভিজ্ঞ এবং নিবন্ধনকৃত হোমিও ডাক্তারের পরামর্শ মত কিছুদিন প্রপার ট্রিটমেন্ট নিতে পারেন, আশা করি আপনার এলার্জির সমস্যা দূর হয়ে যাবে।

খুব সহজে খুশকি দুর করুন ঘরোয়া উপায়ে

অনেকের চুলে সারাবছরই খুশকির উপদ্রব দেখা যায়। এর মূল কারণ হচ্ছে রুক্ষ আবহাওয়া এবং ধুলোবালি যা মাথার ত্বকে খুশকির উপদ্রব বাড়ায়। খুশকি থেকে রেহাই পেতে বাজারে নানান ধরনের শ্যাম্পু ও লোশন পাওয়া যায়। তবে খুশকির উপদ্রব দ্রুত দূর করার রয়েছে বেশ কিছু কার্যকরী ঘরোয়া উপায়। একটু সময় বের করে নিয়ে এই পদ্ধতিগুলো ব্যবহার করলে মুক্তি পাবেন যন্ত্রণাদায়ক খুশকির হাত থেকে।

১. লেবুর রস: দুই টেবিল-চামচ লেবুর রস অল্প পানির সাথে মিশিয়ে মাথার ত্বকে ভালোভাবে ম্যাসাজ করুন। ২-৫ মিনিট ম্যাসাজ করার পর চুল ধুয়ে নিতে হবে। খুশকির সমস্যা পুরোপুরি দূর না হওয়া পর্যন্ত এইভাবে চুলে লেবু ব্যবহার করা যাবে।

২. নারিকেল তেল: নারিকেল তেল খুশকির প্রকোপ কমাতে সাহায্য করে। তাছাড়া চুলে গোড়ায় ময়েশ্চারাইজ করে খুশকি এবং চুলকানি থেকে রেহাই পেতে সাহায্য করবে নারিকেল তেল। মাথার ত্বকে নারিকেল তেলও লেবুর রসের মিশ্রণ ম্যাসাজ করে ২০ মিনিট পরে ভালো করে চুল ধুয়ে ফেলুন। এটি সপ্তাহে দুইবার ব্যবহার করুন।

৩. জলপাই তেল: মাথার ত্বকে আর্দ্রতা ধরে রাখতে চুলের গোড়ায় খুব ভালোভাবে জলপাই তেল ম্যাসাজ করুন। এতে চুলের গোড়ায় জমে থাকা খুশকি আলগা হয়ে আসবে। একটু গরম করে মাথার ত্বকে লাগাবেন ও ঘণ্টাখানেক পর ধুয়ে ফেলুন।

৪. তুলসী ও আমলকির মিশ্রণ: কয়েকটি তুলসী পাতা নিয়ে আমলকী পাউডারের সঙ্গে মিশিয়ে ভালো করে পেস্ট করে নিন। তিন মিনিট এই পেস্ট মাথার ত্বকে লাগিয়ে ধুয়ে ফেলতে হবে। এই মিশ্রণ চুলের ত্বকে পুষ্টি জোগায় এবং খুশকি কমাতে সাহায্য করে।

৫. আপেল সাইডার ভিনেগার: কুসুম গরম পানিতে অল্প আপেল সাইডার ভিনেগার মিশিয়ে নিন। পুরো চুল এই মিশ্রণে ভিজিয়ে কিছুক্ষণ আলতো হাতে মাথার ত্বকে ঘষে নিতে হবে। এরপর চুল ধুয়ে ফেলুন। তবে গোসলের আট থেকে দশ ঘণ্টা আগে যেন চুলে আপেল সাইডার ভিনেগার ব্যবহার করা হয়।

৬. বেকিং সোডা: এক কাপ কুসুম গরম পানিতে এক টেবিল-চামচ বেকিং সোডা মিশিয়ে নিন। প্রতিদিন শ্যাম্পুর বদলে এই মিশ্রণ ব্যবহার করে চুল পরিষ্কার করতে হবে। তবে চাইলে প্রতিদিনই ব্যবহার করতে পারেন। আর যদি শ্যাম্পুই ব্যবহার করতে হয় তাহলে শ্যাম্পুর সঙ্গে খানিকটা বেকিং সোডা মিশিয়ে চুল পরিষ্কার করুন। বেকিং সোডা খুশকি প্রতিরোধে বেশ কার্যকর।

৭. দই: খুশকির সমস্যা থেকে বাঁচতে দই খুব কার্যকরী। খুশকি দূর করতে দই মাথার ত্বকে ভালোভাবে ম্যাসাজ করুন। ১০ মিনিট রেখে ভালোভাবে ধুয়ে ফেলুন।

৮. অ্যালোভেরা: চুল ধোয়ার ১৫ মিনিট আগে মাথার ত্বকে অ্যালো ভেরা জেল মালিশের পর চুল শ্যাম্পু করে পরিষ্কার করুন।

৯. রসুন: খুশকি দূর করার জন্য রসুনও বেশ কার্যকরী। রসুন পেস্ট করে চুলে ৩০ মিনিট রাখার পর শ্যাম্পু দিয়ে ধুয়ে ফেলুন।

১০. লবণ: তিন চামচ লবণ মাথার শুষ্ক ত্বকে ভালোভাবে ম্যাসাজ করে নিতে হবে দু'তিন মিনিট। এরপরই চুলে শ্যাম্পু করে চুল পরিষ্কার করে ফেলতে হবে।

১১. বিট এবং আদার পেস্ট: খানিকটা আদা এবং বিট নিয়ে ভালো করে মিশিয়ে পেস্ট করে নিন। প্রতি রাতে মাথায় এই মিশ্রণ লাগিয়ে মালিশ করতে হবে। সকালে চুল ধুয়ে ফেলতে হবে।

১২. রিঠা: চুলের সৌন্দর্য বাড়াতে রিঠার জুরি নেই। তেমনি খুশকি দূর করতেও এটি বেশ কার্যকর। রিঠা পাউডার চুলের ত্বকে লাগিয়ে দুই ঘণ্টা অপেক্ষা করে ভালোমতো ধুয়ে ফেলুন।

১৩. পেঁয়াজের রস: দুটো পেঁয়াজের রস নিয়ে এক মগ পানিতে মিশিয়ে নিন। মাথায় এই রস ভালো করে লাগিয়ে মালিশ করুন। কিছুক্ষণ পর হালকা গরম পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন।

১৪. নিমের রস: মাথার খুশকি তাড়তে নিম অত্যন্ত উপযোগী। নিমের রস বা নিম পাতার পেস্ট বানিয়ে মাথায় লাগান। কিছুক্ষণ পর ধুয়ে ফেলুন। খুশকি তাড়ানোর পাশাপাশি চুলে পুষ্টি জোগাবে।

১৫. মেথি: মেথি সারারাত পানিতে ভিজিয়ে রেখে সকালে ছেঁকে নিয়ে বেটে নিন। ছেঁকে নেয়া পানি ফেলে দেবেন না। এবার বেটে নেয়া মেথি চুলের গোঁড়ায় মাথার ত্বকে ভালো করে লাগিয়ে নিন। ৩-৪ ঘণ্টা রেখে চুল ভালো করে ধুয়ে ফেলুন। চুল ধোয়ার পর মেথি ভিজিয়ে রাখা পানি দিয়ে সব শেষে চুল ধুয়ে নিন।

ছেলেরা অতি সহজে খুশকি দূর করতে যা করবেন: খুশকির সমস্যায় ভুগে থাকেন অধিকাংশ পুরুষেরাই। সঠিক যত্নের অভাবে পুরোপুরি খুশকি দূর করা সম্ভব হয় না সবসময়। কর্মব্যস্ত দিনের মাঝেই খানিকটা সময় করে যত্ন নিতে হবে চুল ও স্ক্যাল্পের। তবেই খুশকির যন্ত্রণা থেকে মুক্তি পাওয়া সম্ভব। চলুন দেখে নেয়া যাক খুশকি দূর করার সঠিক উপায়-

১. একটি কাপে এক কাপ পরিমাপ গরম পানিতে এক কাপ হোয়াইট ভিনেগার নিয়ে ভালোভাবে মিশান। এবার এই মিশ্রণ নিয়ে চুলের গোঁড়ায় সুন্দর করে লাগিয়ে নিন। ১০ থেকে ২০ মিনিট পর পরিষ্কার পানি দিয়ে মাথা ধুয়ে ফেলুন। এভাবে সপ্তাহে একবার এই পদ্ধতি অনুসরণ করলে খুশকি কমে আসবে।

২. এক কাপ গরম পানিতে এক টেবিল চামচ বেকিং সোডা নিয়ে ভালোভাবে মেশান (বোতলে নিয়ে ঝাঁকিয়ে মেশাতে পারেন।) শ্যাম্পু করার আগে বা শ্যাম্পুর সাথে মিশ্রণটি মিশিয়ে নিয়ে ভালোভাবে চুলে শ্যাম্পু করুন। সপ্তাহে একবার এই পদ্ধতি অনুসরণ করুন।

৩. পরিমাণ মতো নিমপাতা ও গরম পানি নিন। তারপর পানিতে নিমপাতা সারারাত ভিজিয়ে রাখুন। পরের দিন সকালে এই পানি দিয়ে আপনার মাথা ধুয়ে ফেলুন। এভাবে কিছুদিন ব্যবহার করলে খুশকি কমে যাবে।

৪. মাথার ত্বকে পরিমাণ মতো লেবুর রস নিয়ে ভালোভাবে ম্যাসাজ করে ৫ থেকে ৭ মিনিট রাখুন। এরপর ১ চা চামচ লেবুর রস ও ১ কাপ পানি মিশিয়ে সেটা দিয়ে মাথা ধুয়ে ফেলুন। যতদিন খুশকি পুরোপুরি না যায় ততদিন এভাবে ব্যবহার করুন।

৫. পরিমাণমতো অ্যালোভেরা জেল মাথার ত্বকে লাগিয়ে ১৫ মিনিট পর শুধু পানি দিয়ে চুল ধুয়ে নিন। এরপর আরো ১৫ মিনিট পর চুল শ্যাম্পু করে ফেলুন। মাসে দুইবার ব্যবহার করুন।

হঠাৎ কেউ স্ট্রোক করলে কি করবেন

চীনের অধ্যাপকরা বলেছেন- স্ট্রোক আজ অকালে কেড়ে নিচ্ছে মানুষের প্রাণ। যদি দেখেন কারো স্ট্রোক হচ্ছে তাহলে রোগীকে বাঁচানোর জন্য আপনাকে জরুরীভিত্তিতে নিম্নলিখিত পদ্ধতি অবলম্বন করতে হবে-

যখন কেউ স্ট্রোকে আক্রান্ত হয় তখন তার রক্তচাপ বেড়ে যায়, মস্তিষ্কে রক্তক্ষরণ হয় ও মস্তিষ্ক কোষ ধীরে ধীরে প্রসারিত হয়। এসময় একজন মানুষের জরুরী ভিত্তিতে ফার্স্ট এইড এবং বিশ্রামের প্রয়োজন হয়।

যদি স্ট্রোকে আক্রান্ত রোগী দেখেন তবে তাকে তাৎক্ষণিক সরানো যাবে না কারণ মস্তিষ্কে রক্তক্ষরণ বিস্ফোরিত হতে পারে, এটা ভাল হবে যদি আপনার বাড়িতে পিচকারি সুঁই থাকে, অথবা সেলাই সুই থাকলেও চলবে, আপনি কয়েক সেকেন্ডের জন্য আগুনের শিখার উপরে সুঁচটিকে গরম করে নেবেন যাতে করে এটি জীবাণুমুক্ত হয়।

তারপর রোগীর হাতের ১০ আঙ্গুলের ডগার নরম অংশে ছোট ক্ষত বা বিদ্ধ করতে এটি ব্যবহার করুন। এমনভাবে করুন যাতে প্রতিটি আঙ্গুল থেকে রক্তপাত হয়, কোন অভিজ্ঞতা বা পূর্ববর্তী জ্ঞানের প্রয়োজন নেই। কেবলমাত্র নিশ্চিত করুন যে আঙ্গুল থেকে যথেষ্ট পরিমাণে রক্তপাত হচ্ছে কি না। এবার ১০ আঙ্গুলের রক্তপাত চলাকালীন, কয়েক মিনিটের জন্য অপেক্ষা করুন দেখবেন ধীরে ধীরে রোগী সুস্থ হয়ে উঠছে।

যদি আক্রান্ত ব্যক্তির মুখ বিকৃত হয় তাহলে তার কানে ম্যাসেজ করুন। এমনভাবে তার কান ম্যাসেজ করুন যাতে ম্যাসেজের ফলে তার কান লাল হয়ে যায় এবং এর অর্থ হচ্ছে কানে রক্ত পৌঁছেছে। তারপর প্রতিটি কান থেকে দুইফোঁটা রক্ত পড়ার জন্য প্রতিটি কানের নরম অংশে সুঁচ ফুটান। কয়েক মিনিট অপেক্ষা করুন দেখবেন মুখ আর বিকৃত হবে না। কিছুক্ষণ অপেক্ষা করে রোগীর অবস্থা একটু স্বাভাবিক হলে যথাসম্ভব তাড়াতাড়ি হাসপাতালে ভর্তি করান।

জীবন বাঁচাতে রক্তক্ষয়ের এই পদ্ধতি চীনে প্রথাগতভাবে চিকিৎসার অংশ হিসেবে ব্যবহার হয়ে আসছে। এই পদ্ধতির ব্যবহারিক প্রয়োগ ১০০% কার্যকরী হিসেবে প্রমাণিত হয়েছে।

সুখ

আমি আসলেই সুখী ...আমার এই সুখের আবেশ সবার মাঝে ছড়িয়ে দিতে চাই ... সুখ অনেকটা গানের কলির মত আবেশিয় প্রভাবে ছড়িয়ে পড়ে ... তাই সুখী হতে চাইলে পড়ুন ... ১% গ্যারান্টি দিতে পারব যে আপনি সুখী হবেন... হতাশ হবার কারণ নাই। এই রকম ১০০টা ১% এর যোগফলই ১০০% হয়।

যদিও লেখাটা একটু বড় তাই একটু কষ্ট করে ধৈর্য্য ধরে পড়তে হবে। সুখী হবেন অথচ একটু কষ্ট করবেন না তা কি হয় !!!!

অনেকে ভাবতে পারেন "আমি নিজেক সুখী ভাবি বা কল্পনা করি" তাই সুখী ...!!

এইটা হয়তো কিছুটা (মানে ২০%) সত্য...পুরাপরি না কারণ আপনি ৮০% সুখী না হলে আপনি নিজেকে সুখী মনে করতে পারবেন না ... ২০% বা তার কম বা সামান্য বেশি অপূর্ণতা সব মানুষের থাকে। যে এই অপূর্ণতাকে স্বাভাবিক ভাবে মেনে নিতে পারে সেই সুখী হতে পারে ...

আর যে ওই বাকি ২০% কে ১০০% পরিপূর্ণতা দিতে ছুটতে থাকবে সে সারা জীবনই ছুটবে এভাবেই তার জীবন শেষ সুখের দেখা পাওয়া তারপক্ষে সম্ভব নয় ...।

একটা ছোট্ট গল্প বলি এইটা না বললে লেখাটি কার্যত বিফল হবে। যদিও গল্পটি সবাই জানেন।

"একজন সুখী মানুষের সন্ধানে বের হওয়া মোড়লের লোকেরা সুখী মানুষ খুঁজেই পায় নি, তবে শেষ পর্যন্ত একজন মানুষ পেয়েছেন যার কোন দুঃখ ছিল না। যখন সেই ব্যক্তিটিকে সুখী মানুষ হিসেবে কাউন্ট করে তার জামাটি মোড়লের জন্য চাওয়া হল- তখন-ই জানা গেল অই লোকের জামা-ই ছিলো না। বিষয়টি কি মজার নয়?"

সুখ নিয়ে মানুষের জানার কোন শেষ নেই। আগ্রহের শেষ নেই। তাই যুগে যুগে এই সুখের জন্য হয়েছে হাজারো যুদ্ধ বিগ্রহ, শান্তি বাস্তবায়নের জন্য করা হয়েছে সংঘ। তবু সুখ নেই কারো মনে। এর চেয়ে বড় শাস্তি আর নেই বুঝি।

সুখ এই কথাটার আসল অর্থ কী? কাকে আমরা সুখ বলে ভাবি? কী সেটা?

রাতদিন আমরা বলে ফিরি, এ জীবনে সুখ পেলাম না, আমার কপালে সুখ নাই, জন্মের পর থেকে সুখের মুখ দেখলাম না, এমন আরও কত কী! কিন্তু আমরা কি জানি সুখ মানে কী বা কোথায় আছে সুখ?

সুখকে আমরা যে যার মতো করে সংজ্ঞায়িত করার চেষ্টা করি। কেউ ভাবি এটা পেলে সুখী হতাম, কেউ ভাবি ওটা পেলে সুখ পেতাম। একেকজনের ভাবনা একেক রকম।

একজন ব্যবসায়ী কী চায়? টাকা। সে ভাবে যদি এক কোটি টাকার কন্ট্রাক্ট পেতাম বা টেন্ডারটা যদি মিলে যেত, তবে আমার মতো সুখী আসলেই কেউ হতো না। যারা চাকরিজীবি তারা চায় বেতন বাড়ুক বা প্রমোশন হোক।

একজন গৃহিণীর চাওয়া পাওয়ার হিসেবটা আবার অন্যরকম। সে চায় শাড়ি গয়না, নিজের একটা সংসার। কেউ জয়েন্ট ফ্যামিলিতে থাকলে ভাবতে থাকে, কবে হবে নিজের একটা ছোট্ট সংসার। তা না হলে আমার সুখ নাই।

সন্তান চায় স্বাধীনতা। তারা ভাবে আর কতদিন বাবা মায়ের শাসনে থাকতে হবে।

অর্থাৎ আমরা যে যার মতো করে শুধু চেয়েই যাচ্ছি অবিরত। কেউ কেউ সেই চাওয়াগুলোকে হয়তো পাওয়াতেও রূপান্তরিত করতে পারছি। কিন্তু তারপর? তারপর কি হচ্ছে? আমরা কি আসলেই সুখী হতে পারছি?

সুখ এমন একটি অনুভূতির নাম যা সকলেই স্বাধ সমেত অনুভব কিংবা উপভোগ করতে পারেন না। সুখের ভোগ কিংবা অনুভবের জন্য সবার আগে যেটা দরকার তা হলো একটি ইন্দ্রীয়। এই মজার ইন্দ্রীয়টি অনেকেই ব্যবহার করেছেন নানান ধরনের ড্রাগস আর হাবিজাবিতে। তাই সেই ইন্দ্রীয় আসলেই সুখ পেয়েছেন কিনা আমার সেটা জানা নেই। তবে আমি গ্যারান্টি দিতে পারি, আপনার একটি সতেজ ইন্দ্রীয় আপনার সুখানুভুতি ফিরিয়ে দিতে পারে। সেই ইন্দ্রিয়কেই পরোক্ষভাবে মনকেই বোঝায়।

মন আর মানুষের বোধ ক্ষমতা তার মাঝে সুখকে পরিচালনা করতে পারে। অনেকের সহস্র আকাংখ্যা পূর্ণ হয় কিন্তু তিনি সুখ পেয়েছেন বলে স্বীকার করেন না। কারন তিনি মন দিয়ে সেটা উপলব্ধি না করে কেবল ভোগ করে গেছেন।

যিনি খাদক তার কাছে স্বাদ বিষয়টি মুখ্য নয়। যিনি খাদক নন তবে সাধক তিনিই কেবল স্বাদ বুঝতে পারেন। বাকীরা পারেন না। তাই সাধক হবার চেষ্টা করে দেখা যেতে পারে।

এখন একটু অন্য প্রসঙ্গে আসি। ধরে নেই, সমাজ সংসার ধর্ম বাদ দিয়ে জঙ্গলকে কেউ বেছে নিল সুখের নিবাস হিসেবে। যেখানে কোনো দায় নেই। তারপরও কি কোনো মানুষ হলফ করে বলতে পারবে, সে ১০০% সুখি? তা যদি নাই হয় তবে সুখটা কোথায়???

আমি নিজেই এতদিন সুখের কোনো সঠিক সংজ্ঞা পাচ্ছিলাম না। ছোটবেলায় পছন্দের জামাটা যতক্ষণ না পাচ্ছি দুঃখ নিয়ে ঘুরে বেড়াতাম। পেলেই মনটা আনন্দে মেতে উঠতো। আবার পরীক্ষায় রেজাল্ট ভালো হলেও মনের কোণে একটা সুখ সুখ ভাব হতো। তখন ভাবতাম এরই নামই কি তাহলে সুখ?

স্রেফ চাহিদার পূর্ণতা পাওয়া সুখ নয়। কোন কিছুর চাহিদা অর্থাৎ বিত্ত, অর্থ এসব একে অন্যকে দিতে পারে কিন্তু সুখ নয়।

আপনি হয়তো জীবনে অনেক কষ্ট করে সুখের জন্য ধন সম্পদ সংগ্রহ করলেন, টাকার পাহাড় গড়লেন কিন্তু দেখা গেল ধন সম্পদ থাকার পরেও আপনি সেটা ভোগ করতে পারছেন না। আপনার অনেক ধরনের অসুখ দেখা দিয়েছে (দাঁতের সমস্যা, হার্টের সমস্যা, ডায়াবেটিস ইত্যাদি) যার কারণে এত সম্পদ থাকার পরেও আপনি নিজেকে অসুখী ভাববেন। কিন্তু টাকার পাহাড় গড়লেন সুখের জন্য কিন্তু তারপরেও আপনি সুখ পেলেন না। অথচ যারা রাস্তায় ভিক্ষা করে বা রিক্সা চালায় বা কঠোর পরিশ্রম করে এমন কোন শ্রমিক অল্প টাকা রোজগার করে সে আরাম মত খাইতেও পারছে এবং নাক ডেকে ঘুমাতেও পারছে। অথচ আপনি যেটা পারছেন না। এজন্য সুখের সংজ্ঞা একেক জনের কাছে একেক রকম।

বয়সের সাথে সাথে যখন জীবনের কঠিন বাস্তবতার মুখোমুখি তখন এই সুখের সংজ্ঞায় অনেকগুলো নিয়ামক যুক্ত হল। অনেক চিন্তাভাবনা করে সেইগুলো খুঁজে বের করলাম। আসলে খুঁজে বের করলাম বললে ভুল হবে কারণ এইটা সবার জীবনেই থাকে আমি স্রেফ খেয়াল করে আপনাদের সামনে উপস্থাপন করলাম। প্রথমেই বলেছিলাম আমি সুখী, এবার যাদের আমার সুখী হবার গোপন রহস্য সম্পর্কে আগ্রহ আছে তারা নিচের লেখাটা পড়ুন।

✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯ ✯

আমি নিজেকে পুরা চিন্তা শূন্য করে ফেলি... মানে জিরো টেনশন ...নিজের সকল চিন্তার ভার ছেড়ে দিয়েছি আল্লাহর উপর। নিজেকে। আমি একটা নীতিতে চলি যা হবে দেখা যাবে। আমি জানি আল্লাহ সবকিছু ভালোর জন্যই করবেন।

তাই নিজের জীবনকে চলতে দিয়েছি বহমান শান্ত নদীর মত। নদী যেমন পাহড়ের চূড়া থেকে সুবিধা মত নিজের পথ সৃষ্টি করে আশেপাশের প্রকৃতিকে সেবা দিয়ে এঁকে-বেঁকে সাগর কূলের দিকে চলতে থাকে ঠিক তেমনি আমি জানি এই বহমান নদীকে যদি বাঁধা দেই তাহলে সে তার সৌন্দর্য্য ও গতি দুটোই হারাবে। তাই চলুক এক সময় না এক সময় সমুদ্রের দেখা পাবেই!

আমার সুখী হবার আরেকটা কারণ আমি কখনো কারো কাছে কিছু প্রত্যাশা করি না, সো না পাওয়ার হতাশা নাই...

আমি কোন কিছু আমার মনে করি না আমাদের মনে করি যদি কোন জিনিস আমার এইটা মাথায় ঢুকে যায় তাহলে আপনার মাঝে নিশ্চিত লোভ ঢুকে যাবে। আপনি নিজেই শুধু ভোগ করার চিন্তা করবেন। অন্য কেউ করতে চাইলে তখন অশান্তি দেখা দিবে। দেখবেন যৌথ পরিবারে আমার যখন আসবে তখনই ঝামেলা দেখা যাবে। এর আগ পর্যন্ত থাকবে সুখ ।

✯ আমি আমার লোভকে কিছুটা নিয়ন্ত্রণ করতে পেরেছি। মানুষের লোভ থাকটা স্বাভাবিক একেই নিয়ন্ত্রণ করতে পারলেই সুখী হবেন।

✯ আমি আমার চাহিদা কমিয়ে নিয়েছি জাস্ট জীবন চলতে যতটুকু দরকার ঠিক ততটুকুর ব্যবস্থা আমি কষ্ট করে করে ফেলেছি।

✯ সর্বশেষ কথা হল আমি অল্পতে সন্তুষ্ট আল্লাহ আমাকে যা দিয়েছেন তা নিয়েই আমি সন্তুষ্ট এবং আল্লাহর কাছে শুকরিয়া আদায় করছি।

একটা কথা কেউ বিশ্বাস করবেন কিনা আমি জানি না "আমি বর্তমানে বাস্তবিক অর্থে যে পরিস্থিতিতে আছি আমার জায়গায় যদি অন্য কেউ থাকত তাহলে সে নিশ্চিত সুইসাইড খাইত" আর কিছুই বললাম না এই কথাটাই যথেষ্ট।

আজ আমি একটা জিনিস বুঝেছি, সেটা হলো চাওয়ার মাঝে কিন্তু কোনো সুখ নেই। সুখ আছে দেয়ার মাঝে। তাই আমি শুধুই দিতেই চাই। মন-প্রাণ উজাড় করে শুধুই দিতে চাই। ভালবাসা দিতে চাই অসহায় বঞ্চিতের মাঝে, প্রকৃতির মাঝে বিলিয়ে দিতে চাই আমার সমস্ত সত্তা। সৃষ্টির লালনে বিলাতে চাই আমার ছোট এই জীবন।

আমি ধার্মিক। আমি প্রকৃতি ভালবাসি। ভালবাসি গাছপালা পশুপাখি। আমি বিশ্বাস করি আমি এক সফরে আছি। এই সফর শেষে যেতে হবে আরেক অনন্ত সফরে। সেই জীবনে গিয়ে আমি আমার সুখের সন্ধান পাবো।

আর এই জীবনে! এই জীবনে আমি অনেক সুখী। কারণ আমি আল্লাহর তথা স্রষ্টার কাছে নিজেকে সমর্পিত করেছি। মানুষের কল্যাণের মাঝেই আমি আমার সুখকে খুঁজে নিয়েছি।

নিজেকে জানো

➻ আমাদের সকলেরই কোনও না কোনও বিষয়ে দক্ষতা আছে ঃ হামিংবার্ড খুব ছোট্ট পাখি, এক আউন্সের দশভাগের একভাগ মাত্র ওজন। কিন্তু দেহ এত নমনীয় যে সে খুব জটিল ভাবে প্রতি সেকেন্ডে ৭৫ বার পাখা সঞ্চালন করতে পারে। ফলে হামিংবার্ড ফুলের উপর উড়ে উড়ে মধু পান করতে পারে কিন্তু সোজা আকাশে উড়তে, বাতাসে ভেসে বেড়াতে কিংবা লাফিয়ে লাফিয়ে মাটির উপর বেড়াতে পারে না। ৩০০ পাউন্ড ওজনের উটপাখি পাখিদের মধ্যে বৃহত্তম; কিন্তু উড়তে পারে না। কিন্তু এদের পা এত শক্ত যে ঘণ্টায় ৫০ মাইল বেগে দৌড়াতে পারে; এক পদক্ষেপে ১২ থেকে ১৫ ফুট যায়।

➻ অজ্ঞতা ঃ জ্ঞানের প্রতি মোহ থাকলেই তাকে শিক্ষিত বলা যায় না, বরং বলা যায় সে অজ্ঞ। মূঢ় লোকদের এক বিশেষ ধরনের আত্মবিশ্বাস থাকে যা অজ্ঞতা থেকে জন্ম নেয় বেনজামিন ফ্রাঙ্কলিন এই প্রসঙ্গে বলেছিলেন, "কোনও কোনও বিষয়ে অজ্ঞ হওয়ার মধ্যে কোনও লজ্জা নেই, কিন্তু কোনও করণীয় কাজের সঠিক পদ্ধতিটি আয়ত্ত করার অনিচ্ছা প্রকৃতই লজ্জাকর।"

কোনও বিষয়ে না জানা দোষের নয়, কিন্তু এই অজ্ঞতাকে সম্বল করে জীবনে উন্নতি করা ইচ্ছাই মূঢ়তা। কিছু মানুষ অজ্ঞতাকে জমিয়ে জমিয়ে তাকেই শিক্ষা বলে চালাতে চায়। অজ্ঞতা মানুষকে সুখী করে না। অজ্ঞতার অর্থ দুঃখ, বিপদ, দারিদ্র্য ও অসুস্থতা। অজ্ঞতা যদি সুখদায়কই হতো তবে বেশিরভাগ মানুষ সুখী নয় কেন? অল্পবিদ্যা যদি ভয়ঙ্করী হয় তবে বেশি অজ্ঞতাই তাই; কারণ অজ্ঞতাও ক্ষুদ্রতা, ভয়, গোঁড়ামী আত্মম্ভরিতা ও কুসংস্কারের জন্ম দেয়। প্রজ্ঞা অজ্ঞতার অন্ধকার দূর করে।

আমরা যে যুগে বাস করি সে যুগে সংবাদের গুরুত্ব অনেক। হিসাব করে দেখা গেছে যে প্রত্যেক বৎসর আমাদের জ্ঞাতব্য বিষয় প্রায় দ্বিগুণ হয়ে যাচ্ছে। তথ্য ও সংবাদ এত সহজে পাওয়া যায় বলে অজ্ঞতা দূর করাও সহজ। কিন্তু এসব সত্ত্বেও আমাদের শিক্ষায় অতি প্রয়োজনীয় বিষয়গুলিই বাদ পড়ে যায়। আমরা পড়ি, লিখি, অঙ্ক শিখি, কিন্তু এই বুদ্ধির চর্চায় আমাদের কী লাভ হবে যদি আমাদের মানবিক মর্যাদাবোধ ও মানুষের প্রতি সহমর্মিতাবোধ সম্পর্কে কোনও ধারণা না থাকে? আমাদের স্কুলগুলি জ্ঞানের ঝরণা ধারার মতো- কিছু ছাত্র সেই ধারায় তৃষ্ণা নিবারণ করে, কেউ আবার একটু আধটু চুমুক দিয়ে দেখে, আবার কেউ কেউ মুখ ধুয়ে নেয়।

➻ সাধারণ বুদ্ধি ঃ সাধারণ বুদ্ধি ছাড়া শিক্ষা ও জ্ঞানের কোনও মূল্যই নেই। সাধারণ বুদ্ধির অর্থ বাস্তব অবস্থাকে যথাযথভাবে অনুধাবন করা এবং সেই অনুসারে যেভাবে কাজ করা উচিত সেইভাবে কাজ করা। আমরা সবাই পাঁচটি ইন্দ্রিয় নিয়ে জন্মেছি- স্পর্শ, স্বাদ, দৃষ্টি, ঘ্রাণ ও শ্রুতি। কিন্তু সকল মানুষদের আর একটি ষষ্ঠ ইন্দ্রিয় আছে- সেটি হল সাধারণ বুদ্ধি। সাধারণ বুদ্ধি শিক্ষার ফলশ্রুতি নয়। শিক্ষা ব্যতিরেকেও লাভ করা যায়। সাধারণ বুদ্ধি ব্যতিরেকে শ্রেষ্ঠতম প্রাতিষ্ঠানিক শিক্ষাও বিশেষ ফলপ্রসূ হয় না। প্রখর সাধারণ বুদ্ধির নামই প্রজ্ঞা।

➻ কুঠারে শান দাওঃ জন নামে এক কাঠুরে একটি সংস্থায় পাঁচ বছর কাজ করার পরও তার মাইনে বাড়েনি। সেই সংস্থা তখন বিল নামে এক কাঠুরেকে কাজে লাগাল এবং এক বছরের মধ্যে তার মাইনে বাড়িয়ে দিল। জন ক্ষুব্ধ হয়ে তার উপরওয়ালার কাছে গিয়ে ব্যাপারটা জানতে চাইল। উপরওয়ালা বলল, "পাঁচ বছর আগে তুমি যে পরিমাণ কাঠ কাটতে আজও তাই কাটছ! তুমি যদি তোমার কাঠ কাটার ক্ষমতা বাড়াও তাহলে আমরাও তোমার মাইনে বাড়িয়ে দেব। জন ফিরে গিয়ে কাজ আরম্ভ করল। কিন্তু অনেক বেশি সময় ব্যয় করে এবং সর্বশক্তি দিয়ে আঘাত করেও সে আগের থেকে বেশি গাছ কাটতে পারলো না। তখন সে উপরওয়ালার কাছে গিয়ে তার সমস্যার কথা বলল। উপরওয়ালা পরামর্শ দিল বিলের সঙ্গে কথা বলতে। বিলের হয়ত কিছু কায়দাকানুন জানা আছে- এই ভেবে জন

বিলকে জিজ্ঞেসা করল সে এত বেশি কাঠ কাটে কীভাবে? বিল উত্তর দিল, "প্রত্যেকটি গাছ কাটার পর আমি দু' মিনিটের বিরতি নিয়ে আমার কুড়ালটতে শান দিয়ে দিই। তুমি তোমার কুড়ালে শেষবার কখন শান দিয়েছ?" এই প্রশ্নটিই জনের চোখ খুলে দিল এবং সে তার সব প্রশ্নের জবাব পেয়ে গেল।

এই প্রশ্নটিই গুরুত্বপূর্ণ। "তুমি শেষবার কখন তোমার অস্ত্রে শান দিয়েছ?" অতীত গৌরবগাঁথা কিংবা উচ্চশিক্ষার মর্যাদাপূর্ণ তকমা দিয়ে হবে না। সফল হতে হলে সকলকেই সদা সর্বদা কুড়ালে শান দিয়ে কাজ করতে হবে।

➸ মনের খোরাক যোগাওঃ আমাদের দেহের পুষ্টির জন্য যেমন ভালো খাদ্যবস্তুর প্রয়োজন, তেমনি মানসিক উন্নতির জন্য প্রত্যহ সৎ চিন্তার প্রয়োজন। ভালো খাদ্যের বদলে খারাপ খাদ্য খেলে যেমন শরীর অসুস্থ হবে, তেমনি সৎ চিন্তা না করলে মনও অসুস্থ হবে। সৎ ও ইতিবাচক চিন্তার দ্বারাই মনকে সঠিক পথে চালনা করতে হয়। বাস্কেট বল খেলায় যেমন, তেমনি ক্রমাগত অনুশীলন এবং অনেকের সঙ্গে সংস্পর্শের মধ্য দিয়েই সাফল্যের মূলমন্ত্রগুলি আয়ত্ত্ব করতে হয়।

➸ জ্ঞানই শক্তি ঃ আমরা প্রায়ই শুনি জ্ঞানই শক্তি। ঠিক তা নয়। জ্ঞান শক্তির উৎস। জ্ঞান হচ্ছে তথ্যের সমাহার। এই জ্ঞানকে শক্তিতে রূপান্তরিত করা হয়, যখন তা যথাযথভাবে প্রয়োগ করা হয়। যে মানুষ পড়তে জানে না আর যে পড়তে জেনেও পড়ে না তাদের মধ্যে বিশেষ কোনও তফাৎ নেই। জ্ঞান অর্জন খাদ্য গ্রহণের মতো কতটা খাওয়া হচ্ছে তার উপর স্বাস্থ্য নির্ভর করে না-কতটা হজম হচ্ছে তার উপর স্বাস্থ্য নির্ভর করে। জ্ঞান শক্তির উৎস, আর প্রজ্ঞা, যা হচ্ছে জ্ঞানের নির্যাস হচ্ছে প্রকৃত শক্তি।

শিক্ষা অনেকভাবেই গ্রহণ করা যায়। কেবল স্কুল-কলেজের 'ডিগ্রি'বা 'গ্রেড' ই শিক্ষার মান নির্ধারন করে না। শিক্ষার অর্থ-

-আত্মশক্তি বৃদ্ধি করা
-স্থিরভাবে শোনার ও বোঝার ক্ষমতা অর্জন করা
-আরও জানার ইচ্ছা অর্জন করা।

মাংসপেশীর সংকোচন ও প্রসারণ যেমন ব্যায়ামের উপর নির্ভর করে, সেই ভাবে আমাদের মনও কতটা সংকুচিত বা প্রসারিত হবে তা নির্ভর করে মানসিক ব্যায়ামের উপর।

ডেরেক বক বলেছেন, 'শিক্ষাকে যদি দুর্মূল্য মনে হয় তবে অজ্ঞতাই বাঞ্ছনীয়।' শিক্ষা ইতিবাচক হলে চিন্তাধারাও ইতিবাচক হবে।

➸ শিক্ষা যেন একটা ভান্ডার বিশেষঃ ইতিবাচক চিন্তাশীলরা অ্যাথিলেটদের মতো, তারা অনুশীলনের দ্বারা তাদের পরিশ্রমের ক্ষমতা এত বাড়িয়ে নিতে পারে যে প্রতিযোগিতার সময় সেই ভান্ডার থেকে খরচ করতে পারে। অনুশীলন না করলে ভান্ডারে সঞ্চয়ও বাড়ে না এবং সেই সঞ্চয় থেকে ব্যয়ও করা যায় না।

এইভাবে চিন্তাশীলরা নিয়মিতভাবে পরিচ্ছন্ন, দৃঢ় ও ইতিবাচক চিন্তার দ্বারা তাদের মনের সমৃদ্ধি ঘটায় এবং একটি ইতিবাচক মনোভাব গড়ে তোলেন। একথা তারা জানেন যে ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি থাকলে নঞর্থক চিন্তার সঙ্গে প্রতিঘাত অবশ্যম্ভাবী এবং ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি যদি দৃঢ়ভাবে ইতিবাচক চিন্তার উপর প্রতিষ্ঠিত না হয় তবে নঞর্থক চিন্তাকে জয় করা সহজ হবে না। শেষ পর্যন্ত হয়ত নঞর্থক চিন্তাই প্রবল হয়ে উঠবে। যারা ইতিবাচক চিন্তা করেন তারা মূর্খ নন এবং তারা চোখ বুজে পথ চলেন না। তারা বিজয়ীর দলে এবং সেই জন্যই তাদের সীমাবদ্ধতা সম্পর্কে অবহিত। তাই তারা সীমাবদ্ধতাকে জয় করে তাদের ক্ষমতাকেই তুলে ধরার চেষ্টা করেন। কিন্তু যারা পরাজিতের দলে তারা তাদের ক্ষমতা সম্পর্কে একটি বাস্তব ধারণা পোষণ করেন; কিন্তু যা তুলে ধরেন তা আসলে তাদের দুর্বলতা।

"তুমিও জিতবে" থেকে সংগৃহীত।

লাইফে বড় হতে চান!! তাহলে নিচের প্রত্যেকটা লাইন ভালো করে খেয়াল করুন ...

জীবনে বড় হওয়া বা সফলতার জন্য বিশেষ কোন চিরন্তণী সূত্র বা নিয়ম নেই। তারপরও অধিকাংশ সফল মানুষের সফল হওয়ার ক্ষেত্রে নিচের নিয়মগুলো মিল থাকে। তাই সেই নিয়মগুলো আপনাদের সামনে তুলে ধরলাম। এখানে জাস্ট দুই তিন শব্দের কয়েকটা পয়েন্ট দেওয়া হয়েছে। যাতে পড়তে বোরিং না লাগে। যে কেউ বুঝার জন্য এই পয়েন্টগুলোই যথেষ্ট।

- ✯ লক্ষ্য স্থির করুন। সেই লক্ষ্যকে সামনে রেখে এগিয়ে যান এবং সঠিক লক্ষ্য পূরণের স্বপ্ন দেখুন এবং সেই বিষয়ে ভালো করে জ্ঞান অর্জন করুন।
- ✯ মিষ্টি ব্যবহার-বড় পুঁজি।
- ✯ মিষ্টি করে হাসতে হবে।
- ✯ মানুষকে তার নিজের বিষয়ে উৎসাহী করে তুলুন।
- ✯ উপযুক্ত প্রশংসা করুন লাভবান হবেন।
- ✯ মানুষকে স্বমতে আনার সহজ উপায় হল তার কথা শুনুন ও বুঝুন তারপর তার পছন্দের বিষয়ের সাথে আপনার মতামত যুক্ত করে বলুন।
- ✯ অপরের দোষ খুঁজবেন না।
- ✯ বড় বড় কথায় লাভের চেয়ে ক্ষতি বেশী।
- ✯ তর্ক করে অপ্রিয় হতে যাবেন না।
- ✯ ঘ্যান ঘ্যান করা ভাল নয়।
- ✯ অনুকরণ করবেন না।
- ✯ সহানুভূতিশীল হোন।
- ✯ পৃথিবীতে ব্যক্তিত্ব ছাড়া সুন্দর জীবনযাপন সম্ভব নয়।
- ✯ অহংকারী ব্যক্তিকে কেউ পছন্দ করে না।
- ✯ বাস্তবতাকে মেনে নিন।
- ✯ আনন্দে থাকুন।
- ✯ উদ্বেগহীন জীবন ভাল নয়।
- ✯ মানুষ বড় অকৃতজ্ঞ।
- ✯ স্রষ্টার কাছে নত হোন।
- ✯ আপনি যা ভাবেন তাই হবে।
- ✯ বিশ্রাম নিতেই হবে।
- ✯ ইচ্ছাটাই বড় কথা।
- ✯ দুশ্চিন্তামুক্ত থাকুন।
- ✯ লাভ লোকসানের হিসাব করবেন না।
- ✯ মন জয় করুন।
- ✯ কাকে কখন হুকুম করা যেতে পারে সেই দিকে খেয়াল করুন যাকে ইচ্ছা তাকে হুকুম করবেন না। এক্ষেত্রে স্ট্যাটাস মেইন্টেইন করুন।
- ✯ নিজের ভুল আলোচনা করলে ক্ষতি হয়।
- ✯ পুরান ব্যাপারে নতুন করে বলবেন না।
- ✯ ছোটদের সমালোচনা করা ভালো নয়।
- ✯ সততা এবং শ্রম আপনাকে আশ্চর্য ফল দেবে।
- ✯ ভাষাকে সংযত করুন।
- ✯ নিজের মাঝে ডুব দিন সুখ পাবেন।
- ✯ উত্তেজিত হবেন না।

বিখ্যাত বিজ্ঞানী 'অ্যালবার্ট আইনস্টাইনের' কিছু শিক্ষামূলক উপদেশ, উক্তি ও বাণী

✔ **নিজের কৌতুহলকে অনুসরণ করোঃ** 'I have no special talent. I am only passionately curious.'

অ্যালবার্ট আইনস্টাইন মনে করতেন তার মধ্যে কোনো বিশেষ প্রতিভা নেই। তিনি শুধুই নিজের কৌতুহলকে অনুসরণ করতেন, কৌতুহল মেটানোর জন্যই তার এতো সব কাজ করা। তিনি তার উক্তি দিয়ে বলতে চেয়েছেন, যে ধরণের কৌতুহলই হোক না কেন তা অনুসরণ করে ভেতরের মূল কাহিনী বের করা উচিৎ। এতে করে জীবনের অনেক সমস্যার সমাধান খুঁজে পাওয়া সম্ভব।

✔ **সমস্যাটিকে সময় দেয়াঃ** 'It's not that I'm so smart; it's just that I stay with problems longer.'

নিজেকে অনেক বেশি বুদ্ধিমান বলে কখনোই আখ্যায়িত করতে চাননি তিনি। তার মতে একটি সমস্যার সমাধান তখনই হবে যখন তার পেছনে আপনি সময় দেবেন। সেই সমস্যার সমাধান নিয়ে ভাবতে থাকবেন। যে বিষয়টি নিয়ে আপনি বিভিন্ন উপায়ে ভাবছেন তার কোনো না কোনো উপায়

আপনার সমস্যাটি সমাধান করবেই। কিন্তু আপনি শুরুতেই তা নিয়ে ভাবনা ছেড়ে দিলে এর সমাধান খুঁজে পাবেন না কখনোই।

✔ **ভুল করুন:** 'A person who never made a mistake never tried anything new.'

আমরা মনে করি ভুল করলে আমরা ছোটো হয়ে যাবো, অন্যেরা আমাদের নিয়ে মজা করবে, কে কী বলবে ইত্যাদি। কিন্তু, সত্যিকার অর্থেই যিনি কোনো ভুল করেননি তার অর্থ হচ্ছে তিনি কখনোই নতুন কিছু করার চেষ্টা করেননি। তিনি যা পারেন তার মধ্যেই সীমাবদ্ধ আছেন। অর্থাৎ এই চিন্তা করে আমরা নিজেরাই নিজেদের প্রতিভাকে সীমাবদ্ধ করে পিছিয়ে পড়ছি। নতুন কিছু করে জীবনটাকে উন্নত করার চেষ্টাই করছি না।

✔ **নিজের মূল্য নিজে তৈরি করুন:** 'Strive not to be a success, but rather to be of value.'

অনেকেই আছেন যিনি শুধুমাত্র সফলতার পেছনে ছুটে চলেন, বাদবাকি অন্য কিছু নজরেই পড়ে না। এতে করে তিনি কী হারাচ্ছেন তা বুঝতে পারেন না একেবারেই। হয়তো সফলতার পেছনে ছুটতে গিয়ে হারিয়ে ফেলছেন নিজের মূল্যবান কিছু, নিজের মান-সম্মান। সে কারণেই তার এই উক্তিটি, যার অর্থ হচ্ছে ' সফলতার পেছনে সংগ্রাম না করে, নিজের মান রাখার জন্য সংগ্রাম করা উচিৎ'।

✔ **কল্পনার অনেক ক্ষমতা:** 'Imagination is everything. It is the preview of life's coming attractions. Imagination is more important than knowledge.'

কল্পনার রয়েছে অসীম ক্ষমতা। এটি জ্ঞানের চাইতেও বেশি পরিধি সম্পন্ন। কারণ যিনি সব দিক থেকে অনেক বেশি জ্ঞান অর্জন করেছেন, যার অভিজ্ঞতা অনেক বেশি সর্বক্ষেত্রে তিনিই অনেক কিছু নিজের ভেতর থেকে কল্পনা করতে পারেন। এবং সেই কল্পনাকে বাস্তবতায় রূপ দেয়ার চেষ্টা তখন অনেক প্রবল হয়ে ওঠে। এতে করেই মানুষ ভবিষ্যতের প্রতিচ্ছবি দেখতে পায়। অনেক ক্ষেত্রে আপনি যখন কোনো ব্যাপার নিয়ে কল্পনা করবেন তখন এই ব্যাপারটি সম্পর্কে আপনার আরো বেশি জানার আগ্রহ বাড়বে। এজন্যেই তিনি বলেছেন, 'কল্পনা জ্ঞানের চেয়ে আরো গুরুত্বপূর্ণ'।

অ্যালবার্ট আইনস্টাইন-এর বিখ্যাত বাণী বা উক্তিসমূহ

✯ ''যারা আমাকে সাহায্য করতে মানা করে দিয়েছিল আমি তাদের প্রতি কৃতজ্ঞ, কারণ তাদের 'না' এর জন্যই আজ আমি নিজের কাজ নিজে করতে শিখেছি।''

✯ এই পৃথিবী কখনো খারাপ মানুষের খারাপ কর্মের জন্য ধ্বংস হবে না, যারা খারাপ মানুষের খারাপ কর্ম দেখেও কিছু করেনা তাদের জন্যই পৃথিবী ধ্বংস হবে।

✯ আমাদের রহস্যময়তার পরীক্ষণে প্রাপ্ত সবচেয়ে সৌন্দর্যময় জিনিসগুলো হলো শিল্প, বিজ্ঞান এবং বন্ধুত্ব।

✯ একজন ব্যক্তি বসবাস শুরু করতে পারে, যখন তিনি নিজে বাইরে বাস করতে পারে।

✯ যেকোন বুদ্ধিমান বোকা জিনিষকে বড় করতে পারে, আরো জটিল এবং আরও তীব্র। এটি একটি প্রতিভাকে স্পর্শ করে এবং সাহস অনেকটা বিপরীত দিকে অগ্রসর হয়।

✯ দুর্বল মনোভাব হচ্ছে চরিত্রের দুর্বলতা।

✯ বাস্তবতা নিছক একটি বিভ্রম, যদিও এটি খুব স্থায়ী।

✯ বিশ্বের সবচেয়ে অজ্ঞেয় বিষয় তা বোধগম্য হয় না।

✯ ভালোবাসায় পতনের জন্য কোনোভাবেই আমরা মহাকর্ষ-অভিকর্ষকে দায়ী করতে পারি না।

✯ শুধুমাত্র বাস্তব মূল্যবান জিনিস অনুভূতি হয়।

✯ সফল মানুষ হওয়ার চেষ্টা করার থেকে বরং মূল্যবোধ সম্পন্ন মানুষ হওয়ার চেষ্টা করো।

✯ সবকিছু সম্ভব সহজ করা উচিত, কিন্তু সহজ নয়।

✯ সমগ্র বিজ্ঞান দৈনন্দিনের একটি পরিশোধন চিন্তা ছাড়া আর কিছুই না।

পারস্যের মহাকবি শেখ সাদীর উপদেশ ও বিখ্যাত বাণীসমূহ.

☆ অজ্ঞের পক্ষে নীরবতাই হচ্ছে সবচেয়ে উত্তম পন্থা। এটা যদি সবাই জানত তাহলে কেউ অজ্ঞ হত না।

☆ অকৃতজ্ঞ মানুষের চেয়ে কৃতজ্ঞ কুকুর শ্রেয়।

☆ আমি আল্লাহকে সবচেয়ে বেশী ভয় পাই, তার পরেই ভয় পাই সেই মানুষকে যে আল্লাহকে মোটেই ভয় পায় না।

☆ এমনভাবে জীবনযাপন করে যেন কখনো মরতে হবেনা, আবার এমনভাবে মরো যেন কখনো বেঁচেই ছিলে না।

☆ হিংস্র বাঘের উপর দয়া করা নীরিহ হরিণের উপর জুলুম করার নামান্তর।

☆ যে সৎ, নিন্দা তার কোন অনিষ্ট করতে পারেনা।

☆ প্রতাপশালী লোককে সবাই ভয় পায় কিন্তু শ্রদ্ধা করে না।

☆ দেয়ালের সম্মুখে দাঁড়িয়ে কথা বলার সময় সতর্ক হয়ে কথা বলো, কারণ তুমি জান না দেয়ালের পেছনে কে কান পেতে দাঁড়িয়ে আছে।

☆ মুখের কথা হচ্ছে থুথুর মত, যা একবার মুখ থেকে ফেলে দিলে আর ভিতরে নেওয়া সম্ভব নয়। তাই কথা বলার সময় খুব চিন্তা করে বলা উচিত।

☆ মন্দ লোকের সঙ্গে যার উঠা বসা, সে কখনো কল্যাণের মুখ দেখবে না।

☆ দুই শত্রুর মধ্যে এমন ভাবে কথাবার্তা বল, তারা পরস্পরে মিলে গেলেও যেন তোমাকে লজ্জিত হতে না হয়।

☆ বাঘ না খেয়ে মরলেও কুকুরের উচ্ছিষ্ট মুখে তুলে না।

☆ অযোগ্য লোককে দায়িত্ব দেওয়া চরম দায়িত্বহীনতা ।

☆ ইহ-পরকালে যাহা আবশ্যক তাহা যৌবনে সংগ্রহ করিও।

☆ কোন কাজেই প্রমাণ ছাড়া বিশ্বাস করিও না।

☆ তিন জনের নিকট কখনো গোপন কথা বলিও না- (ক) স্ত্রী লোক, (খ) জ্ঞানহীন মূর্খ, (গ) শত্রু।

☆ না শিখিয়া ওস্তাদি করিও না।

☆ পথের সম্বল অন্যের হাতে রাখিও না।

☆ পরীক্ষা ভিন্ন কিছু বিশ্বাস করিও না।

☆ বল অপেক্ষা কৌশল শ্রেষ্ঠ ও কার্যকারী।

☆ বানরকে স্নেহ করিলে মাথায় উঠে।

☆ বিড়ালকে স্নেহ করিলে কোলে উঠে।

☆ মিথ্যাবাদীর স্বরণশক্তি অধিক।

☆ সকল কাজেই মধ্যপন্থা অবলম্বন করিও।

☆ স্ত্রী লোককে বেশী বিশ্বাস করিও না।

☆ একজন ঘুমন্ত ব্যক্তি আর একজন ঘুমন্ত ব্যক্তিকে জাগ্রত করতে পারে না ।

☆ বিদ্যা এমন সম্পদ যা বিতরণে বাড়ে।

☆ ভদ্র লোক সেই, যে সত্যের উপাসক।

☆ যে সৎ, নিষ্ঠা তার কোন অনিষ্ঠ করতে পারেনা।

☆ প্রতিশ্রুতি খুব কম দিও। দয়া করবার আগে ন্যায়বান হও ।

☆ নিজের হাতের উপার্জিত একটি রুটি, অন্যের দয়ায় দেওয়া খোরমা পোলাওয়ের চাইতেও উত্তম।

☆ এক জনের জুতো নেই। এই নিয়ে তার আক্ষেপ। তার আক্ষেপ ঘুচল। কেননা সে দেখল এক জনের পা-ই নেই।

☆ জাতিসংঘের 'হল অভ নেশন' এর প্রবেশপথে গুলিস্তাঁর নিচের চরণ খোদিত

Human beings are members of a whole,
In creation of one essence and soul.
If one member is afflicted with pain,
Other members uneasy will remain.
If you have no sympathy for human pain,
The name of human you cannot retain.

পরীক্ষায় ভালো রেজাল্ট অর্জনের জন্য ৯ কার্যকর টিপস

শিক্ষা জীবনের আসল ভয় পরীক্ষা। কথাই আছে শিক্ষা জীবন বড় সুখের জীবন যদি না থাকত পরীক্ষা। আর বাকিটুকু অনেক মজার সময়। বন্ধু-বান্ধব, লেখাপড়া, আর ঘুরে বেড়ানো, আড্ডা সবাইকে অনেক ভালো লাগে। কিন্তু মধ্যে রাজ্যের যত টেনশন চলে আসে পরীক্ষার সময় এগিয়ে আসলে। তাই শিক্ষার্থীদের জন্য বিশেষজ্ঞ শিক্ষকদের ৯ দারুণ পরামর্শ। বিশেষ পদ্ধতিতে পড়াশোনার কাজটি চালিয়ে গেলে পরীক্ষার সময় কাঁধে দুশ্চিন্তা ভর করবে নাম-

✍ **বিশেষ অংশ এবং পরিকল্পনায় রঙিন কোড করুন:** লেখাপড়ার অন্যতম কার্যকর ১টি উপায় এটি। পড়ার কাজটি কীভাবে চালিয়ে যাবেন তার ১টি পরিকল্পনা নিশ্চয়ই থাকে। এই অংশটিসহ নোটের গুরুত্বপূর্ণ অংশগুলো রঙিন মার্কার দিয়ে চিহ্নিত করে রাখুন। ভিন্ন ধরনের অংশের জন্য বিভিন্ন রং ব্যবহার করা বুদ্ধিমানের কাজ। যেমন-কুইজের অংশ গোলাপি, বিভিন্ন টেষ্ট হালকা সবুজ, আন্ডার লাইন অংশ হালকা নীল ইত্যাদি। এই কালার কোড সিষ্টেম গুছিয়ে লেখাপড়া চালিয়ে যাওয়ার কার্যকর একটি উপায়।

✍ **সময় বের করুন :** সেমিষ্টারের আগের রাতে সব পড়ে শেষ করা অসম্ভব ব্যাপার। তাই বেশ কিছু দিন সময় বের করে রাখুন। অল্প সময়ের মধ্যে পড়ে পরীক্ষার ঝামেলা মেটানো যায়। কিন্তু সে পড়ায় শেখা হয় না। ফলে ভবিষ্যতে বিপদে পড়তে হবে। তাই বেশ কিছু দিন হাতে নিয়ে হালকা মেজাজে পড়লেও শিখতে পারবেন। এতে পরীক্ষা হয়ে আসবে আরো সহজ এবং অনেক ভালো।

✍ **শিক্ষকদের সাথে দেখা করুন** আপনার শিক্ষক কখনোই আপনাকে ফিরিয়ে দেবেন না। তাদের কয়েকজন ভীতিকর হতে পারেন। কিন্তু সবকিছুর শেষে তিনিই আপনার শিক্ষক। শেখা বা পরামর্শ দিতে তার কাছে গেলে তিনি তার শিক্ষার্থীকে বহু যত্নে শিখিয়ে দেবেন। আপনার সমস্যা মেটাতে সর্বোচ্চ চেষ্টা করবেন যে কোনো শিক্ষক। কাজেই পরীক্ষা বিষয়ে পরামর্শ পেতে শিক্ষকদের দ্বারস্ত হন। তাহলেই ভালো রেজাল্ট করা সম্ভব।

✍ **বইয়ে কি-পয়েন্ট হাইলাইট করুন :** অনেক ধরনের পরীক্ষা রয়েছে সেখানে বই দেখে পরীক্ষা দেয়া যায়। এসব ক্ষেত্রে বইয়ের কি-পয়েন্টগুলো হাইলাইট করে নিন। আর বই দেখার সুযোগ না থাকলেও পড়াশোনার সুবিধার জন্য নিজের বইয়ের গুরুত্বপূর্ণ অংশ মার্কার দিয়ে হাইলাইট করে রাখুন। সেগুলো বারবার দেখে নিতে সুবিধা হবে।

✍ **স্লাইড শো বানিয়ে পড়াশোনা করুন:** ডিজিটাল পদ্ধতিতে লেখাপড়া করুন। বিশেষ নোটগুলোকে কম্পিউটারে স্লাইড শো বানিয়ে পড়ুন। এতে মনে ভালোমতো ঢুকে যাবে সবকিছু।

✍ **নিজের পরিকল্পনা বানিয়ে পড়াশোনা করুন:** পড়াশোনাকে দারুণ কার্যকর করতে হলে পরিকল্পনা দরকার। পড়াশোনার, বিষয় আর পড়ার পদ্ধতি সবকিছু নিয়ে সময়সূচি করে নিন। সেই সময় অনুযায়ী পড়াশোনা চালিয়ে যান।

✍ **নিজের পরীক্ষা নিজেই দিন:** প্রতিষ্ঠানের পরীক্ষার মতো করে বন্ধুরা একসাথে বা আপনি একাই পরীক্ষা দিতে পারেন। এতে মূল পরীক্ষা নিয়ে যতো অজানা আশংকা কেটে যাবে আপনার। অধিকাংশ ক্ষেত্রে দেখা গেছে যে, এসব পরীক্ষামূলক পরীক্ষা মূলপরীক্ষার কাছাকাছি হয়ে থাকে।

✍ **একই পড়া কয়েকবার পড়ুন:** কয়েকবার করে দেখে নিন। এতে মাথায় বসে যাবে সবকিছু। নোটের বিশেষ পয়েন্টগুলোতে চোখ বুলিয়ে নিন। বারবার মুখস্থ করতে হবে না। হাইলাইট করা অংশগুলোতেও চোখ দিন। একবার মুখস্থ করে কয়েকবার শুধু দেখলেই তা ঠোঁটস্থ হয়ে যাবে।

✍ **গড়িমসি করবেন না:** যা পড়তে হবেই তা পড়ছি পড়ব বলে ফেলে রাখবেন না। অন্তত পরীক্ষা এগিয়ে এলে এমনটি করার সুযোগ নেই। এ কাজটির জন্যই পরীক্ষার আগের রাতে মাথায় আকাশ ভেঙে পড়ে। কাজেই অল্প-বেশি পড়ার কাজ চালিয়ে যান। দেখবেন, পরীক্ষা আগ দিয়ে প্রায় সব প্রস্তুতি গুছিয়ে এনেছেন আপনি।

কঠিন পড়া মনে রাখার কিছু কৌশল

লেখাপড়া বেশিক্ষণ মনে রাখতে পারেন না? কোন পড়া সহজে মুখস্থ হতে চায় না, কিংবা কঠিন কিছু বারবার চেষ্টা করেও শিখতে পারেন না? যতই চেষ্টা করুন না কেন, পরীক্ষার হলে গিয়ে সব ভুলে যান? আপনার সমস্ত সমস্যার সমাধান পেতে পারেন এই ফিচারে। জেনে নিন খুব সহজে কোন কিছু শিখে ফেলার দারুণ কার্যকরী ও বৈজ্ঞানিক ৫টি কৌশল। কেবল লেখাপড়া নয়, অন্য যে কোন কিছু শিখতেও কাজে আসবে।

১. চোখ দেখবে, কান শুনবে, মস্তিষ্ক বুঝবে কঠিন পড়াগুলো জোরে জোরে উচ্চারণ করে পড়ুন। তবে কেবল জোরে উচ্চারণ করলেই হবে না, শুনতে হবে খুব মন দিয়ে। একই সাথে বিষয়টা বোঝার চেষ্টাও করতে হবে। যে অংশিত বুঝতে পারবেন না, সেটি একাধিক বার করে পড়ুন।

২. লিখে লিখে পড়া অভ্যাস করুন যেটা পড়বেন, সেটা না দেখে লেখার চেষ্টা করুন। লিখে মিলিয়ে নিন যে ঠিক হলো কিনা। ঠিক না হলে আবার লিখুন। একবার লিখলেই রপ্ত হয়ে যাবে।

৩. বিশেষ সময় কঠিন কিছু শিখতে হলে নিজেকে জোর করে পড়ার টেবিলে বসাবেন না। শুধুমাত্র তখনই চেষ্টা করুন যখন আপনি খুব আগ্রহ বোধ করছেন শেখার। না হলে রাতের বেলায় পড়তে বসুন। যেন পড়া শেষ করেই ঘুমিয়ে পড়তে পারেন। এতে পড়া সহজে মনে থাকবে।

৪. মস্তিষ্ককে সময় দিন একটা কিছু জানার পর মস্তিষ্কের সময় প্রয়োজন সেই তথ্যগুলো গুছিয়ে সংরক্ষণ করতে। মূলত আপনার ঘুমের সময়ে মস্তিষ্ক এই কাজটি করে। তাই চেষ্টা করুন খুব কঠিন কিছু পড়া শেষ করার মত ১০ মিনিট ঘুমিয়ে নিতে। এই সময়ে মস্তিষ্ক সব ডাটা সুন্দরভাবে গুছিয়ে নেবে। যদি সেটা সম্ভব না হয়, তাহলে রাতে ঘুমাতে যাবার আগে সমস্ত পড়া অবশ্যই একবার রিভিশন করে তবেই ঘুমাতে যাবেন।

৫. কিছু বিশেষ পদ্ধতি ছোট্ট কিছু কৌশল অবলম্বন করুন নিজের সাথে। যেমন ধরুন, পড়াটি না শেখা পর্যন্ত টেবিল ছেড়ে উঠবেন না। কিংবা এটা শেখা হলে এক কাপ চা খাবেন। এমন ছোট ছোট পুরস্কারের ব্যবস্থা করুন নিজের জন্য। একটা কঠিন পড়া শেষ করে মিনিট পাঁচেক গল্প করে নিলেও মন ফ্রেশ হয়।

একজন শিক্ষার্থীর কিছু গুণ

সক্রেটিস বলেছিলেন, Know Thyself (নো দাই সেলফ) অর্থাৎ নিজেকে জানো। সুতরাং আগে তোমার নিজেকে জানতে হবে তুমি কে? তোমার সর্বপ্রথম পরিচয় হলো তুমি মানুষ। মানুষ কিসে শ্রেষ্ঠ? জ্ঞানে? আর সেই জ্ঞান অর্জনের অন্যতম পন্থা হলো শিক্ষা গ্রহণ করা। যারা শিক্ষা গ্রহণ করে তাদেরকে বলা হয় শিক্ষার্থী। তোমরা শিক্ষা গ্রহণ করছো। সুতরাং তোমরা হলে শিক্ষার্থী। এখন জেনে নেয়া প্রয়োজন, শিক্ষার্থীর পরিচয় কী? একজন শিক্ষার্থীর কী কী গুণ থাকা প্রয়োজন? এসো বন্ধুরা, শিক্ষার্থী শব্দের ইংরেজি STUDENT শব্দের প্রতিটি অক্ষরে একটি করে শব্দ বসিয়ে একজন শিক্ষার্থীর ৭টি গুণ সম্পর্কে জেনে নিই।

S=Study: অধ্যয়নের গুণ।

T=Time Value: সময়কে গুরুত্বদানের গুণ।

U=Unity: একতার গুণ।

D=Desipline: নিয়মানুবর্তিতার ও শৃঙ্খলার গুণ।

E=Economy: অর্থ কী ও কেন তা বোঝার গুণ।

N=Neat and Clean: পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা, শরীরকে যত্ন রাখা ও স্মার্টনেসের গুণ।

T=Truthfulness: সত্যবাদীতার গুণ।

নিখুঁতভাবে বইপড়ার সঠিক অঙ্গবিন্যাস শিখে নিন

যারা বই পড়তে পছন্দ করেন, তাদের জন্য টিপস দিয়েছেন বিশেষজ্ঞরা। অনেক পড়ুয়া এক বসায়ই একটি বই অনায়াসে শেষ করতে পারেন। কিন্তু বসার ভঙ্গিতেই কোনো বই আরো উপভোগ্য হয়ে ওঠে। এ কৌশলে মস্তিষ্কের শতভাগ সংযোগ ঘটানো যায়। এখানে বিশেষজ্ঞরা শিখিয়েছেন নিখুঁতভাবে বই পড়ার ছয়টি কার্যকর পদ্ধতির কথা।

১. পায়ের দৈর্ঘ্যের সঙ্গে মানানসই আসনে বসা: বইয়ের জটিল ঘটনার মধ্যে দিয়ে যখন যাচ্ছেন, তখন যে চেয়ারে বসবেন এর উচ্চতা যেন আপনার পায়ের দৈর্ঘ্যের সঙ্গে খাপ খায়। আসন গ্রহণের পর পা দুটি এমনভাবে ভূমিতে থাকবে যেন তা দৈহিক যন্ত্রণার কারণ না হয়। চেয়ারের কিনারা যেন পায়ের রক্ত চলাচল বন্ধ করে না দেয়। এত পায়ে ঝিঝি ধরে যাবে। হাঁটু থেকে পায়ের নিচের অংশ ভূমিতে অনেকটা খাড়াভাবে অবস্থান করবে।

২. পিঠে আরাম দিন: যে আসনে বসছেন সেখানে পিঠ যেন সুষ্ঠুভাবে ঠাঁই পায় তার ব্যবস্থা থাকা বাঞ্ছনীয়। কুঁজো হয়ে বসতে হলে ঘাড় ও পিঠের ব্যথা শুরু হবে। এতে মনোযোগ নষ্ট হয়। বইটি শেষ করতে সময়ও বেশি লাগবে। পিঠ ঠেকানোর অংশটি একটু হেলানো হলে আয়েশি ঢঙে বইটি পড়তে পারবেন।

৩. পায়ের জন্য বাড়তি অবলম্বন: চেয়ারে যেন পা ওপর-নিচ করে রাখা যায়। অধিকাংশ চেয়ারে পা দুটি মাটি থেকে একটু ওপরে রাখার ব্যবস্থা থাকে। মাঝেমধ্যে একটি পা একটু উঁচিয়ে রাখলে একঘেয়েমি দূর হবে।

৪. মেরুদণ্ডের স্বস্তি: বসার পর মেরুদন্ড নিরপেক্ষ অবস্থানে রাখা প্রয়োজন। ভালো হয় যদি চেয়ারে মেরুদন্ড না বাঁকিয়ে খাড়া করে বসতে পারেন। এতে বইটি পড়তে মাথা সামনে হেলবে না। ফলে মাথার ওজন বইতেও হবে না। কাঁধ সামনের দিকে হেলিয়ে বই পড়লে মেরুদন্ডে ব্যথা সৃষ্টি হয়। এ জন্য অনেক সময় শিরদাড়া খাড়া করে বসার মতো চেয়ার বেশি সুবিধাজনক।

৫. নিবন্ধ দৃষ্টি: লেখার সঙ্গে চোখের সম্পর্ক সুদৃঢ় করতে দৃষ্টিপথ বরাবর বইটি হাতে ধরা উত্তম। বইয়ের ভাষা আরো স্পষ্ট হয়ে চোখে ধরা পড়ে। আসনের হাতলে দু-একটি বালিশ দিয়ে বসলে আরো বেশি আরমদায়ক হবে।

৬. বিরতি: পৃথিবীর সব কাজ থেকে কিছু সময়ের বিরতি দরকার। দারুণ একটি বইয়ের শ্বাসরুদ্ধকর কাহিনীর মাঝেও বিরতি প্রয়োজন। একটু হেঁটে আসুন, চিন্তা করুন এবং গল্পটা কল্পনায় তুলে আনুন। এর মাধ্যমে বইয়ের সঙ্গে আপনার আত্মিক যোগাযোগ সৃষ্টি হবে। বইয়ের ওজন খুব বেশি হলে তো বিরতি অতি জরুরি হয়ে ওঠে। তাই বিরতি দিন। নয়তো যত মনোযোগের সঙ্গেই পড়েন না কেন, তা মোটেও আনন্দ দেবে না।

স্মৃতিশক্তি বাড়াতে

স্মৃতিশক্তি বাড়াবার ইচ্ছে কম-বেশি আমাদের সবার মধ্যেই আছে। আমরা চাই সব কিছু যেন আমাদের মনে থাকে। বাস্তবে সেটা সম্ভব নয়। কিন্তু মনে রাখার পরিমাণ বাড়ানো সম্ভব। এ জন্য আপনাকে কিছু নিয়ম-কানুন মানতে হবে। যেমন: লক্ষ্য করুন এবং নোট নিন, তথ্য সুশৃঙ্খলিত করুন, ডায়েরি ব্যবহার করুন, শরীর ফিট রাখুন, নিয়মিত স্বাস্থ্য পরীক্ষা করান, মগজ ব্যায়াম করুন। মনে রাখবেন কেউই স্বয়ংসম্পূর্ণ নয়। অধিকাংশ মানুষ যারা নিজেদের স্মরণশক্তি নিয়ে দুশ্চিন্তাগ্রস্ত নন তারাও যে সব কিছুই মনে রাখতে পারেন, তা নয়। যুবকদের মধ্যে যারা ভুলে যায় তারা হয়ত অজুহাত দেখায়- পড়াশোনা নিয়ে খুব ব্যস্ত ইত্যাদি। বয়স্করা ভাবেন 'আমার কি স্মৃতিভ্রংশ দেখা দিল? আসলে এরা সবাই স্বাভাবিক। মানুষ একটু আধটু ভুলবেই। যতক্ষণ পর্যন্ত এটা সাধারণ কাজকর্মে ব্যাঘাত না ঘটাচ্ছে, ততক্ষণ দুশ্চিন্তার কিছু নেই। সত্যি যদি মনে ভুলে যাওয়া ব্যাপারটা আপনাকে বেশ ভোগায় তা হলে ডাক্তারের পরামর্শ নিন। সে ক্ষেত্রে যত দ্রুত চিকিৎসা শুরু করবেন ততই ভালো।

বুদ্ধি বাড়ানোর সহজ কিছু উপায়

ক্লাসে কিছু ছাত্র থাকে যারা যেমন বুদ্ধিমান তেমনি জ্ঞানী। আবার কিছু ছাত্র আছে যাদের স্মৃতি শক্তি একেবারে দুর্বল এবং অনেক পড়াশুনার পরও কিছুই মনে রাখতে পারে না। তাদরে মূল সমস্যা হলো বুদ্ধি বা কৌশলের অভাব। তারা যদি সঠিক নিয়মে অর্থাৎ বুদ্ধি খাটিয়ে পড়াশুনা করতো তাহলে এ অবস্থার সৃষ্টি হতো না। শুধু স্কুলেই নয়, আমাদের সমাজের পরতে পরতে বুদ্ধিমান ও বুদ্ধিহীন এই দুই শ্রেণির মানুষ দেখা যায়।

মানুষরে মস্তিষ্ক যেসব কাজ করে তার সামগ্রিক প্রকাশের নাম বুদ্ধি। চিকিৎসা বিজ্ঞানীরা বলেন, একজন মানুষের মগজের মোট ওজনের ৮০ ভাগই তৈরি হয় জীবনরে প্রথম তিন বছরে। তবে মজার ব্যাপার হলো, বয়স বাড়ার সাথে সাথে মানুষের বুদ্ধি কিছুটা কমে যেতে পারে।

মানুষ দু'ভাবে বুদ্ধি লাভ করে থাকে।

১. সহজাত এবং ২. শিক্ষার মাধ্যমে।

✯ 'সহজাত' বুদ্ধি হলো- যে বুদ্ধি আল্লাহর পক্ষ থেকে দেয়া হয়েছে।

✯ আর শিক্ষণীয় বুদ্ধি হলো, যা শেখার মাধ্যমে বাড়ানো যায়।

তবে বুদ্ধির বড় একটা অংশ নির্ভর করে শেখার পরিবেশ, পদ্ধতি, আবেগ ইত্যাদির ওপর। জন্মের পর প্রথম দিকে প্রোটিন বা জরুরি কোন খাদ্য উপাদানের ঘাটতি থাকলে পরবর্তীতে বুদ্ধির স্বাভাবিক বিকাশে বাধাগ্রস্ত হয়। তবে শিক্ষণীয় অংশ হিসেবে নানা উপায়ে বুদ্ধি বাড়ানো যায়। মনোবিজ্ঞানীদের গবেষণা থেকে এ কৌশলগুলো বের হয়েছে।

✯ কোন কিছু শিখতে হলে সে বিষয়ের প্রতি প্রচণ্ড উদ্দীপনা থাকতে হবে।

✯ যে বিষয়টি শিখতে যাচ্ছি, তা শেখার তথ্য ও পদ্ধতি বার বার দেখা।

✯ যে বিষয়টি শিখছি তার প্রতি প্রবল আবেগ থাকতে হবে। তবে তা যেন একঘেঁয়েমি না হয় সেদিকে লক্ষ্য রাখা।

✯ শেখার পরিবেশ হবে স্বত:স্ফূর্ত।

✯ শেখার প্রতিটি বিষয়কে সহজভাবে নেয়া কঠিন বিষয় হলেও তা সহজভাবে নেয়া।

✯ সর্বোপরি শেখা ও জানার বিষয়টি আনন্দ ও বিনোদনের মাধ্যমে নিতে হবে।

বুদ্ধি বিকাশের জন্য কী কী করা উচিত?

✯ সব সময় যন্ত্রনির্ভির না হয়ে বই, কম্পিউটার, মোবাইল দূরে রেখে পরিবারের লোকের সাথে সময় কাটানো।

✯ জটিল চিন্তা থেকে সব সময় নিজেকে বাইরে রাখার চেষ্টা করতে হবে। প্রয়োজনে অনকে সময় খোলা আকাশের নিচে কাটানো।

✯ যোগ ব্যায়াম শরীর ও মন দুটোই ভালো রাখে এ জন্য নিয়মিত যোগ ব্যায়াম করা।

✯ মাঝে মাঝে মনকে কল্পনার জগতে নেয়া।

✯ বুদ্ধি বিকাশের সবচয়ে বড় মাধ্যম বই। এ জন্য নিয়মিত বইপড়া।

যে সব কাজ করা উচিত নয়?

০ যতটুকু কাজ করা সম্ভব তার চেয়ে বেশি কাজ করা উচিত নয়।

০ কেউ সমালোচনা করলে ভেঙ্গে না পড়ে ইতিবাচকভাবে নেয়া।

০ অযথা টিভি বা কম্পিউটারের সামনে সময় নষ্ট না করা।

০ মোবাইল ফোন সবসময় চালু না রাখা।

০ সর্বদা যন্ত্র নির্ভর না হওয়া।

০ প্রয়োজন ছাড়া ঘণ্টার পর ঘণ্টা ইন্টারনেটে সময় ব্যয় না করা।

০ নিজরে মতামতের সাথে অন্যের মতামতকে গুরুত্ব দেয়া।

০ আবেগ বা বিশ্বাসকে প্রাধান্য না দিয়ে যুক্তির গুরুত্ব দেয়া।

উপরোক্ত নিয়মগুলো মেনে চললে বুদ্ধির বিকাশ ঘটানো সম্ভব ইনশাআল্লাহ।

গণিতের কিছু কৌশল দিয়ে অবাক করে দিন আপনার বন্ধুকে

আপনি বন্ধুর বাসায় কোনো অনুষ্ঠানে গেছেন। সেখানে চট করে গণিতের কিছু কৌশল দেখিয়ে সবাইকে তাক লাগিয়ে দিতে পারেন। যেমন ধরা যাক, আপনি বন্ধুকে বলছেন, একটা কাগজে কিছু সংখ্যার যোগ, বিয়োগ, গুণ, ভাগ করবে; আমি দেখব না, জানব না, কিন্তু ফল বলে দিতে পারব!

-সেটা আবার হয় নাকি, বন্ধু বলল।

-দেখোই না কীভাবে হয়, আপনি বললেন।

প্রথমে আপনি একটা কাগজে একটি সংখ্যা লিখে বন্ধুকে দিয়ে বললেন, উত্তরটা আগেই লিখে রাখলাম, পকেটে রেখে দাও।

এরপর বন্ধুকে বললেন, একটা খাতায় যেকোনো একটি অঙ্ক (ডিজিট) পরপর তিনবার সাজিয়ে কোনো একটি সংখ্যা লেখো। যেমনঃ ২২২ অথবা ৭৭৭। এবার সংখ্যার অঙ্ক তিনটি যোগ করো। যেমন: ২ + ২ + ২ = ৬ অথবা ৭ + ৭ + ৭ = ২১। এই যোগফল দিয়ে তোমার তিন অঙ্কের সংখ্যাটিকে ভাগ করো। দেখো তো উত্তর কত? আমার লেখা উত্তরের সঙ্গে মিলে গেছে কি না?

আপনার বন্ধু অবাক হয়ে যাবে। কারণ, আপনার উত্তর একেবারে কড়ায়-গন্ডায় মিলে গেছে।

ধরা যাক, আপনার বন্ধু ৫৫৫ সংখ্যাটি লিখেছিল। এখন, ৫ + ৫ + ৫ = ১৫। ৫৫৫ কে ১৫ দিয়ে ভাগ করলে ভাগফল হবে: ৫৫৫ ÷ ১৫ = ৩৭। এই সংখ্যাই আপনি প্রথমে কাগজে লিখে বন্ধুর কাছে রাখতে দিয়েছিলেন।

প্রশ্ন হলো, আপনি উত্তরটা জানলেন কীভাবে? খুব সোজা। একই অঙ্ক পরপর তিনবার সাজিয়ে প্রাপ্ত সংখ্যাকে ওই তিন অঙ্কের যোগফল দিয়ে ভাগ করলে সব সময়ই উত্তর হবে ৩৭! বিশ্বাস না হলে ২২২ বা ৯৯৯ সংখ্যাগুলো নিয়ে আপনি নিজেই হিসাব করে দেখুন না।

গণিতের এ রকম আরেকটি মজার কৌশল দেখুন। আপনার বন্ধুকে কাগজে গোপনে যেকোনো দুটি অঙ্ক (ডিজিট) লিখতে বলুন। আপনি জানবেন না, দেখবেন না। এবার বন্ধুকে বলুন কিছু যোগ-বিয়োগ-গুণ-ভাগ করতে। এরপর বন্ধু অবাক হয়ে দেখবে, যে দুটি অঙ্ক সে প্রথম লিখেছিল, সে দুটিই সে ফিরে পেয়েছে!

যেমনঃ বন্ধু ৩ ও ৯, এই দুটি অঙ্ক লিখল। বন্ধুকে বলুন ওই অঙ্ক দুটির যেকোনো একটি দ্বিগুণ করে ৫ যোগ করতে। আপনার বন্ধু বেছে নিল ৩। ৩ × ২ + ৫ = ১১। এবার এই যোগফলকে ৫ দিয়ে গুণ করে গুণফলের সঙ্গে অপর অঙ্কটি যোগ করতে বলুন। অর্থাৎ ১১ × ৫ + ৯ = ৫৫ + ৯ = ৬৪। এবার প্রাপ্ত সংখ্যা থেকে প্রথমে ৪ ও পরে আরও ২১ বিয়োগ করতে বলুন। হিসাবটা দাঁড়াল, ৬৪- ৪ - ২১ = ৬০-২১= ৩৯। লক্ষ করুন, ৩৯ সংখ্যার অঙ্ক দুটি ৩ ও ৯, যে দুটি অঙ্ক আপনার বন্ধু প্রথমে লিখেছিল!

আপনার বন্ধু যদি প্রথম অঙ্ক ৩ বেছে না নিয়ে শেষের অঙ্ক ৯ বেছে নিত, তাহলে একই ধারায় হিসাব করার পর ফল হতো ৯৩। সেখানেও ৩ ও ৯ অঙ্ক দুটিই থাকত, যদিও বিপরীতক্রমে।

নিজেকে কখনো ক্ষুদ্র ভেবো না, বারাক ওবামা

নিজেকে কখনো ক্ষুদ্র ভেবো না → বারাক ওবামা...বার্নার্ড কলেজের সমাবর্তনে তিনি এই অনুপ্রেরণা মূলক বক্তৃতা দেন।

উপস্থিত সবাইকে আমার অসংখ্য ধন্যবাদ! অভিনন্দন ২০১২ ব্যাচের শিক্ষার্থীরা! তোমাদের চারপাশের সবাই আজ তোমাদের নিয়ে গর্বিত। তোমাদের বাবা-মা, পরিবার, শিক্ষক, বন্ধুবান্ধব, সবাইকে অভিনন্দন!

আমি গ্র্যাজুয়েশন করি ১৯৮৩ সালে। তখন আমাদের আইপড ছিল না, ছিল শুধু ওয়াকম্যান। টাইমস স্কয়ারও আজকের মতো ছিল না। সেসব এখন ইতিহাস। আমি জানি, সমাবর্তন বক্তা ইতিহাসের বুলি কপচানো শুরু করলে তার মতো বিরক্তিকর ব্যাপার আর হয় না!

তোমাদের জন্য আমার প্রথম উপদেশ, কোনো কাজই দায়সারাভাবে করবে না। কাজ যখন করবেই, দারুণ কিছু একটা করবে। নিজের স্বপ্নের জন্য সংগ্রাম করবে। যদি বড় কিছু হতে চাও, তার জন্য কাজও সেভাবেই করতে হবে। তোমাদের সামনে যে অবারিত সুযোগ আছে, সেগুলোকে ঠিক সময়ে কাজে লাগাতে হবে। শুধু নিজেদের উন্নতির জন্য নয়, যারা তোমাদের সমান সুযোগ এখনো পায়নি, তাদের উন্নয়নের জন্য তোমাদের কাজে ঝাঁপিয়ে পড়তে হবে।

তোমার ভবিষ্যৎ কেমন হওয়া উচিত, তা নিয়ে অন্যের কথায় কান দিয়ো না। জীবন তোমার নিজের হাতে। কোনটা উচিত, কোনটা অনুচিত নিজেই বুঝে নিতে শেখো। সব সময় নিজের অধিকার নিজেকেই আদায় করে নিতে হবে। তোমার সমস্যা তোমাকেই সবার সামনে তুলে ধরতে হবে, রাস্তায় তোমাকেই নামতে হবে। শুধু বসে বসে কী হচ্ছে দেখলে চলবে না।

যা ঠিক, তাকে জোর গলায় বলতে দ্বিধা করো না। অন্য কেউ বলবে, সেই আশায় বসেও থেকো না। হয়তো অন্যরাও একই কথা ভাবছে, হয়তো সবাই তোমার অপেক্ষায় বসে আছে, কে জানে! আর তাই তোমাদের জন্য আমার দ্বিতীয় উপদেশ, নিজেকে কখনো অবমূল্যায়ন করো না। তুমি নিজেই সম্ভাবনার এক জ্বলন্ত উদাহরণ হয়ে উঠতে পারো, তখন তোমার সাফল্য আর দশজনকে স্বপ্ন দেখাতে উৎসাহিত করবে। নিজের এই বিপুল সম্ভাবনাকে কখনো ছোট করে দেখো না। তোমাদের আমি এক নারীর গল্প বলতে পারি। তার পরিবার এ দেশে অভিবাসী হয়ে এসেছিল। স্কুলে থাকতে তাকে বলা হতো, তার মাথায় যে বুদ্ধি, তাতে কলেজে ভর্তি না হওয়াই শ্রেয়। তার শিক্ষক উপদেশ দিয়েছিলেন, স্কুলের পড়ার পাট চুকিয়ে কোনো একটা কাজে লেগে যেতে। কিন্তু মেয়েটি ছিল ভীষণ জেদি, সে শিক্ষকের কথা কানে তোলেনি। সে কলেজে ভর্তি হলো। একসময় মাস্টার্স ডিগ্রিও লাভ করল। স্থানীয় পর্যায়ে নির্বাচন করল, জিতে গেল। প্রাদেশিক পদের জন্য লড়াই করল, সেখানেও জিতল। কংগ্রেস নির্বাচনে অংশ নিল, সেখানেও না জিতে ছাড়ল না। শেষ পর্যন্ত হিলডা সলিস পড়াশোনার পাট চুকিয়েছে, কাজও করছে। তবে যেখানে-সেখানে নয়, সে আজ মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের শ্রমমন্ত্রী হিসেবে দায়িত্ব পালন করছে!

ভেবে দেখো, আজ যখন কোনো ছোট্ট লাতিন মেয়ে দেখছে তার মতোই আরেকজন মেয়ে দেশের মন্ত্রী হতে পেরেছে, তখন সে কতটা উৎসাহিত বোধ করে! একজন কৃষ্ণাঙ্গ তরুণী যখন দেখে তার মতো কেউ জাতিসংঘের দূত হিসেবে দায়িত্ব পালন করছে, তখন নিজের ভবিষ্যৎ নিয়ে তার স্বপ্ন কতটা বদলে যায়। তুমি জানোও না, নিজের অজান্তেই এই পৃথিবীতে তুমি কত কিছু বদলে দিতে পারো। নিজেকে কখনো ক্ষুদ্র ভেবো না, নিজের সম্ভাবনার অমর্যাদা করো না। নিজেকে দশজনের জন্য রোল মডেল হিসেবে প্রতিষ্ঠিত করো। তুমি আজ যেখানে এসেছ, সেখানে আসতে অন্যদের উৎসাহিত করো, সহযোগিতা করো। একজন মেয়ে যত দিন না নিজেকে কম্পিউটার প্রোগ্রামার কিংবা সামরিক কমান্ডার হিসেবে কল্পনা করবে না, তত দিন সে তা হতেও পারবে না। আশপাশের নারীরা যত দিন তাকে না জানাবে যে বাহ্যিক সৌন্দর্য কিংবা ফ্যাশন ছাড়াও চিন্তাভাবনার অনেক কিছু আছে- নতুন কিছু আবিষ্কার করতে হবে, প্রতিযোগিতার মাধ্যমে নিজেকে প্রতিষ্ঠিত করতে হবে, নেতৃত্ব দিতে হবে- তত দিন পর্যন্ত সে হয়তো ভাববে সৌন্দর্যের মধ্যেই তার জগৎ সীমাবদ্ধ। তোমরা নিজেদের গুরুত্ব অনুধাবন করো এবং নিজেদের শক্তিকে সঠিকভাবে কাজে লাগাও।

আমার শেষ উপদেশ হলো, ধৈর্য ধরো। শুনতে খুবই সহজ আর সাদামাটা মনে হচ্ছে, কিন্তু এটিই সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। কোনো ভালো জিনিসই সহজে পাওয়া যায় না। এমন কোনো সফল মানুষ পাবে না, যে ব্যর্থতাকে এড়িয়ে যেতে পেরেছে। বরং তার উল্টোটাই হতে দেখা যায় সব সময়। তারা মারাত্মক সব ব্যর্থতার মুখোমুখি হয়েও দাঁতে দাঁত চেপে সহ্য করে। তারা ভুল থেকে শিক্ষা গ্রহণ করে। তারা কখনো হাল ছেড়ে দেয় না।

তোমাদের বয়সে আমার পকেটে টাকা বলতে গেলে ছিলই না, সামনে এত সুযোগও ছিল না। এই বিশাল পৃথিবীতে আমি নিজের স্থান খুঁজে ফিরছিলাম। আমি চাইতাম বড় কিছু করতে, চারপাশকে বদলে দিতে। কিন্তু কীভাবে তা করব, এ নিয়ে বিন্দুমাত্র ধারণাও ছিল না আমার। গ্র্যাজুয়েশনের পর আমাকে এই নিউইয়র্কে অনেক ছোটখাটো কাজ করে জীবন চালাতে হয়েছে। তবু আমি ভুলে যাইনি আসলে কী করতে চেয়েছিলাম।

অসীম ধৈর্য আমার জন্মগত কোনো গুণ নয়। আমি ধৈর্য ধরতে শিখেছি। শৈশবে যে নারীরা আমাকে লালনপালন করেছিলেন, তাঁদের দেখে আমি শিখেছি ধৈর্য কী জিনিস। আমার মা কী সংগ্রাম করে একই সঙ্গে পড়াশোনা, চাকরি আর আমাকে সামলেছেন, তা আমি দেখেছি। অসম্ভব অর্থকষ্ট, তার ওপর ভেঙে যাওয়া সংসার। কিন্তু তিনি কখনো হাল ছাড়েননি। খুব ভোরে মা আমাকে ডেকে তুলতেন ইংরেজি পড়ার জন্য। আমার বিরক্তির সীমা ছাড়িয়ে যেত। অভিযোগ করলে মা বলতেন, 'এটা আমার জন্যও পিকনিক নয়, গাধা কোথাকার!' পরে আমি আমার নানির কাছে বেড়ে উঠি। তিনি হাইস্কুলের পর আর পড়তে পারেননি। একটা স্থানীয় ব্যাংকে কাজ করতেন নানি। যেসব পুরুষকে তিনি একসময় প্রশিক্ষণ দিয়েছিলেন, তাঁর চোখের সামনে তারা পদোন্নতি পেয়ে ওপরে উঠে যেত। কিন্তু তিনি ভেঙে পড়েননি। নিজের সবটুকু ঢেলে দিয়ে কাজ করে গেছেন। একসময় তিনি সেই ব্যাংকের ভাইস প্রেসিডেন্ট হন। না, তিনিও হার মানেননি।

পরে আমার সঙ্গে এক নারীর দেখা হয়, যাঁর দায়িত্ব ছিল আমার চাকরির ব্যাপারে পরামর্শ দেওয়া। তিনি আমাকে এমন পরামর্শ দিয়েছিলেন যে শেষ পর্যন্ত আমি তাঁকে বিয়েই করে ফেলি। বিয়ের পর ক্যারিয়ার আর সংসার একসঙ্গে সামলাতে গিয়ে মিশেল ও আমি দুজনেই দারুণ হিমশিম খেয়েছি। আমাদের ধৈর্য ছিল বলেই সেই কঠিন সময়গুলোতে সংসার টিকিয়ে রাখতে পেরেছি। মিশেলের বাবা-মা শত প্রতিকূলতার মধ্যেও তাঁদের ছেলেমেয়েদের লেখাপড়া শিখিয়েছিলেন। তাঁদের আদর্শের গুণেই আজ মিশেল এত কিছু সামলে নিতে পেরেছে, আমার জীবনের ওঠানামার সঙ্গে নিজেকে মানিয়ে নিয়েছে।

এই মানুষেরাই আমার সব অনুপ্রেরণার উৎস। যাদের কথা কখনো খবরে আসে না, যারা দেশের আনাচকানাচে ছড়িয়ে আছে, কেউ চেনেও না তাদের। তারা শুধু নিজের দায়িত্ব নিঃশব্দে পালন করে যায়, বিপদের সামনে শক্ত হয়ে মাথা উঁচু করে দাঁড়ায়, কোনো কিছুতেই তারা হার মানে না। আমি আজ তাদের জন্যই এতদূর আসতে পেরেছি। তারা নিজেরা পৃথিবী বদলানোর জন্য উঠেপড়ে লাগেনি, কিন্তু তারা আছে বলেই পৃথিবীটা ধীরে ধীরে বদলে যাচ্ছে, যাবে।

মনে রেখো, এই পৃথিবীতে নিজের চিহ্ন রেখে যাওয়া সোজা নয়। এর জন্য ধৈর্য ধরতে হয়, প্রতিজ্ঞা থাকতে হয়। হেসেখেলে সফল হওয়া যায় না। সাফল্যের জন্য প্রতি মুহূর্তে ব্যর্থতার সঙ্গে যুদ্ধ করতে হয়। তুমি যদি সংগ্রাম করে নিজের জায়গা করে নিতে পিছপা না হও, দশজনের সামনে নিজেকে দিয়ে উদাহরণ সৃষ্টি করতে পারো আর যত বাধা আসুক না কেন হাল ছেড়ে না দিয়ে লেগে থাকতে জানো, তাহলে আমি নিশ্চিত বলতে পারি, শুধু তুমিই সফল হবে না, তোমাকে দেখে আরও অনেকে সফল হতে শিখবে। তোমাদের সাফল্যে গোটা জাতি সামনের দিকে এগিয়ে যাবে।

জীবনকে সফল ও উপভোগ্য করতে

জীবনকে সফল ও উপভোগ্য করতে এবং সর্বোপরি কর্মক্ষেত্রে সাফল্য পেতে ফিটনেস ধরে রাখতে হবে। শরীর-স্বাস্থ্য ভালো থাকলে মনও থাকে প্রফুল্ল। মনকে প্রফুল্ল রাখতে এবং কাজে দ্বিগুণ মনোযোগী হতে সকালের ব্যায়ামের বিকল্প নেই। আসলে একে ব্যায়াম না বলে বলতে পারেন নিয়ম মেনে অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ নড়াচড়া... অর্থাৎ আমার সাধারণ যেই কাজগুলো করি তা যদি নিয়ম মেনে করি তাহলে আমাদের এক্সট্রা ব্যায়াম করা লাগে না (অধিকাংশের ক্ষেত্রে)।

আমি জানি আমারা সবাই যার যার কাজে ব্যস্ত আলাদা করে ব্যায়াম করার মত সময় কারো হাতে নাই ... কিন্তু নিজেকে ফিট রাখার ইচ্ছা সবারই আছে... কিন্তু এর জন্য এক্সট্রা পরিশ্রম করতে অধিকাংশ বন্ধুই রাজি না ...

তাই আপনাদের জন্য বিভিন্ন মানবদরদী চিকিৎসক ও গবেষকের পরামর্শের ওপর ভিত্তি করে কিছু লেখার এ ক্ষুদ্র প্রয়াস... এই লেখা পড়ে আপনি কিছুটা হলেও ফিট থাকতে পারবেন ...

ফিটনেস ধরে রাখতে চাইলে অর্থাৎ ব্যায়াম সম্পর্কে যাদের আগ্রহ আছে তারা একবার এটা পড়ুন।

১. উপযুক্ত ব্যায়াম ও খাদ্যাভ্যাস এবং প্রফুল্ল মনই হচ্ছে সুস্থ থাকার চাবিকাঠি। আসলে আমাদের জীবনে এত দুশ্চিন্তা বা টেনশন থাকে যে, আমরা হাসিখুশী থাকতে পারি না। অথচ কথায় আছে, ক্যান্সারে যত না কবর ভরেছে তার চেয়ে বেশী ভরেছে টেনশনে। সুতরাং ভালভাবে বাঁচতে চাইলে মনকে প্রফুল্ল রাখতে হবে। এ জন্য ভাল চিন্তা ও ভাল কাজের কোনো বিকল্প নেই। সেই সাথে নিজেকে জড়াতে হবে কোনো না কোনো সৃজনশীল কাজের সাথে।

২. চার বছর বয়স থেকেই ব্যায়াম শুরু করা উচিত। ব্যায়াম অনেক রকম। যেমন হাঁটা, সাঁতার কাটা ও দৌড়-ঝাঁপ ইত্যাদি ব্যায়াম, সাইকেল কিংবা অন্যান্য যন্ত্রপাতি চালিয়ে ও ভারি কিছু ওপরে তোলার মাধ্যমে ব্যায়াম, দেহের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ মালিশের দ্বারা ব্যায়াম এবং দেহকে বিশেষ ভঙ্গিমায় স্থির রেখে যোগ ব্যায়াম। সব ব্যায়ামেই উপকার হয়। তবে বয়স, শারীরিক অবস্থানুযায়ী প্রয়োজন, পরিবেশগত সুবিধা, সময়ের সীমাবদ্ধতা মানসিক প্রবণতার কথা ভেবে ব্যায়াম বেছে নেয়া ভাল। কিন্তু কিছু ব্যায়াম আছে যা একেবারে শয্যাশায়ী বা চলাফেরায় অক্ষম না হলে সকলের পক্ষেই করা সম্ভব। এ লেখায় সেগুলোর ওপরেই জোর দেয়া হয়েছে।

৩. প্রতিদিন ৪৫ মিনিট জোরে হাঁটুন। একবারে না পারলে কয়েকবারে। এতে দেহের সমস্ত অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ নমনীয় থাকে ও মগজে প্রচুর অক্সিজেন ঢোকায় দুশ্চিন্তা কমে। হাঁটায় মহিলাদের ঋতু বন্ধজনিত হাড় ক্ষয় এবং অন্যান্য জটিলতাও রোধ হয়।

৪. অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ নড়াচড়া এবং মালিশ করা ভাল ব্যায়াম। কারণ এতে রক্ত সঞ্চালন সহজ হওয়ায় চর্বি জমতে পারে না। এখানে দেহের গুরুত্বপূর্ণ কিছু স্থানে মালিশের উল্লেখ করা হল যার দ্বারা কাছের তো বটেই, দূরের অঙ্গ-প্রত্যঙ্গও উপকৃত হয়।

ক) যখনই সম্ভব পুরো মাথা মালিশ করলে মাথায় ভালোভাবে রক্ত চলাচল করে বলে মগজ তথা স্নায়ুকেন্দ্র ভাল থাকে ও সহজে চুল পড়ে না কিংবা পাকে না।

খ) প্রত্যহ ১০ মিনিট হাত ঘুরিয়ে ভেজা কপাল মালিশ করলে শারীরিক বৃদ্ধির জন্য দায়ী পিটুইটারি গ্রন্থি সতেজ থাকে।

গ) কানের সামনে-পেছনে মালিশ করলে এবং কানের লতিসহ কান মোচড়ালে পাকস্থলী ভাল থাকে।

ঘ) নাকের ডগা হাতের তালু দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে ডললে কিডনি সবল থাকে।

ঙ) শরীর ও মনের যে কোনো চাপের প্রথম শিকার হচ্ছে ঘাড়। কাজেই ঘাড় মালিশ করলে এবং মাথা ওপর-নিচ ও চারপাশে হেলিয়ে ঘোরালে ঘাড় নমনীয় থাকে।

চ) চোয়ালের নিচে গলার দু'পাশে মালিশ করলে থাইরয়েড ও টনসিল গ্রন্থি ভাল থাকে।

ছ) কনুইয়ের জোড়ায় হালকা চাপ দিয়ে এবং কনুই ও কব্জির মাঝখানে স্বাভাবিকভাবে মালিশ করলে হাত খুব সচল থাকে।

জ) নাভির চারপাশে মালিশ করলে দুশ্চিন্তা কমে এবং চিৎ হয়ে শুয়ে এটি করলে সহজে আন্ত্রিক গোলযোগ হয় না।

৫. শুয়ে পেটের ওপরে দু'হাত রেখে গভীরভাবে নাক দিয়ে শ্বাস নিয়ে পেট ফুলিয়ে মুখ দিয়ে ধীরে ধীরে শ্বাস ছাড়লে ফুসফুসের শক্তি বাড়ে এবং দিনে ২০ মিনিট এটি করলে ভাল ঘুম হয়। দেহের সার্বিক শক্তি বৃদ্ধি ও তারুণ্য ধরে রাখার জন্য একটানা যতক্ষণ পারা যায় মলদ্বার সংকোচন করা ও ছেড়ে দেয়া খুবই ভাল একটি ব্যায়াম।

৬. স্নায়ুতন্ত্রের এক বড় অংশ শেষ হয়েছে হাতের তালুতে ও পায়ের তলায়। এ জন্য হাততালি দিলে চোখের ছানি দূর হয়, উচ্চ রক্তচাপ কমে এবং স্মরণশক্তি বাড়ে। পায়ের তলা কর্কশ কোনো কিছু, যেমন ধুন্দুলের ছোবড়া কিংবা প্লাস্টিকের ব্রাশ দিয়ে দিনে মোট ২০ মিনিট ঘষলে দেহের সব অঙ্গ-প্রত্যঙ্গই উদ্দীপ্ত হয়, সতেজ থাকে এবং রোগাক্রান্ত হলেও ধীরে ধীরে সুস্থ হয়। বিশেষতঃ অনিদ্রা, হৃদরোগ ও স্ট্রোক প্রতিরোধে এবং মহিলাদের গর্ভাবস্থায় খুব উপকার পাওয়া যায়। পায়ের তলা ঘষার পর আঙ্গুলগুলো ওপর-নিচ করে টানুন।

৭. মুখ ধোয়ার সময়ে চোখে ২৫ বার পানির ঝাপটা দিন। নাক দিয়ে পানি যতটা পারা যায় টানুন ও ছাড়ুন। এতে সহজে সর্দি-কাশি হবে না। উপরন্তু এটি মাথাব্যথা, সাইনাসাইটিস ও মাইগ্রেইনে খুব উপকারী।

অন্যের মনে জায়গা করে নেয়ার উপায়

কারো কাছে পছন্দনীয় হয়ে ওঠা হয়তো সহজেই বটে। কিন্তু মানুষের মনে চিরকালের জন্য ঠাঁই করে নেয়া মোটেই সহজ নয়। সঠিক অঙ্গভঙ্গি এবং ভাষার ব্যবহারে অনেকটাই এগিয়ে যাওয়া যায়। মানুষ আসলে এমন কিছু করতে চায় যেন অন্যরা তাকে দীর্ঘ সময়ের জন্য মনে রাখেন। এমনকি প্রথম সাক্ষাতেই এ কাজটি করা সম্ভব। সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম 'কুয়োরা'তে অনেকেই প্রশ্ন রেখেছেন, 'প্রথম সাক্ষাতেই আমি কীভাবে কারো মনে স্মরণীয় হয়ে থাকতে পারি?' এর জবাব দিয়েছেন বিশেষজ্ঞরা।

১. এমনভাবে নিজেকে মেলে ধরুন যেন মনে হয় আপনার সবকিছু কথা বলছে। এমনকি মাথার হ্যাটটিও যেন কিছু বলতে চায়। প্রশ্ন করতে কোনো অস্বস্তি থাকা চলবে না। আবার যে কোনো বিষয়ে কিছু বলতে দ্বিধাগ্রস্ত হবেন না। নিজের গল্প বলতে পারেন। স্পষ্টভাবে মতমত ব্যক্ত করুন। এসব পরামর্শ দিয়েছেন সম্পর্ক বিষয়ক বিশেষজ্ঞ জুলিয়ান রেইসিঙ্গার। কাজেই নিজেকে গুটিয়ে রাখবেন না।

২. সততার সঙ্গে স্পষ্টভাবে কথা বলুন। মানুষ চরম কিছু মনে রাখেন। মাঝামাঝি কিছু ভুলে যান অনায়াসে। আলাপচারিতায় নিজের মতামত ও মন্তব্য প্রকাশে অস্পষ্টতা রাখবেন না। ভদ্রভাবে ও বিনয়ের সঙ্গে কথা বলুন। এমনকি আপনার কথা অন্যের কাছে কিছুটা কষ্টদায়ক হলেও প্রকাশের সাহসিকতা হারাবেন না। এতেই আপনি অন্যের কাছে অন্যরকম মানুষ হিসেবে স্মরণীয় হয়ে থাকবেন।

৩. পোশাক বা ফ্যাশনে একটু অন্যরকম হওয়াটা খারাপ কিছু নয়। সাংস্কৃতির ধারার বাইরে যাওয়ার প্রয়োজন নেই। আবার রুচিশীলতা ধরে রেখে কিছু বাইরে গেলেও লোকে মন্দ বলবে না। তবে আপনাকে মনে রাখবে। তাই ইতিবাচকভাবে স্টাইলিশ হয়ে ওঠুন।

৪. আত্মবিশ্বসী আচরণ ফুটিয়ে তুলুন। বিশেষজ্ঞ রব রিকার বলেন, দৃঢ় কিন্তু বিনয়ী হ্যান্ডশেক অন্যকে আপনার প্রতি আগ্রহী করে তুলবে। চোখের চোখ রেখে কথা বলা, আন্তরিক অঙ্গভঙ্গি ইত্যাদি আত্মবিশ্বাসী হিসেবে আপনাকে তুলে ধরবে। আপনি ঠিক যেমন, তার চেয়ে একটু বেশি মেলে ধরুন। আপনি হয়ে উঠবেন স্মরণীয়।

৫. আবেগের সংযোগ ঘটান। যার সঙ্গে পরিচয় ঘটেছে, এমন ভাব প্রকাশ করুন যেন তার সঙ্গে দেখা হওটা বিশেষ কিছু। হাসি হবে আন্তরিক। তাদের আবেগ বুঝে সেখানে কারসাজি করুন। তিনি যা পছন্দ করেন তা নিয়ে আলোচনা করুন। তার কাছে পছন্দসই হয় এমন কথা বলুন। দুজনের মনোভাব মিলে গেলে তার মনে দীর্ঘকালের জন্য ঠাঁই করে নিতে পারবেন।

৬. ভালো শ্রোতাদের কথা মানুষ সব সময় মনে রাখেন। যার সঙ্গে পরিচয় হয়েছে, তিনি যা বলতে চান তা মনোযোগ দিয়ে শুনুন। শুধু নিজের কথা বললেই হয় না, অন্যেরটাও শোনার মানসিকতা থাকতে হয়। মানুষ তাকেই মনে রাখেন যিনি তার সব কথা শোনেন, জানান বিশেষজ্ঞ ও সাংবাদিক বেকি ব্লান্টন। তাই আদর্শ শ্রোতা বনে যান, অন্যের মনে জায়গা করে নিন।