BHARATI INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY
RESEARCH & DEVELOPMENT (BIJMRD)
(Open Access Peer-Reviewed International Journal)
DOI Link : https://doi.org/10.70798/Bijmrd/03070034
Available Online: www.bijmrd.com|BIJMRD Volume: 3| Issue: 07| July 2025| e-ISSN: 2584-1890

বিবেকানন্দ : জীবন গঠনে বাণীরূপ সঞ্জীবনী সুধা

ড. সুচরিতা চৌধুরী

সহকারী অধ্যাপিকা, বাংলা বিভাগ, কাছাড় কলেজ, শিলচর, কাছাড়, আসাম

সংক্ষিপ্তসার: *শ্রীরামকৃষ্ণ মহাযোগী বিবেকানন্দ সম্পর্কে লিখে গেছিলেন 'নরেন লোক শিক্ষা দেবে', সেই বাণী কতটা সত্য তা আজকেও অনুভব করতে পারি। আজকের দিনে একদিকে এই সমাজে ক্রমাগত ঘটতে থাকা নারকীয় ঘটনা, লোভ এবং আস্ফালনের বিপুল আয়োজন অন্যদিকে হতাশাগ্রস্ত, আত্মবিশ্বাসহীন, পলায়নবাদী মানসিকতা আমাদেরকে জর্জরিত করে ফেলছে। আমাদের শিক্ষাব্যবস্থার চরিত্র গঠনমূলক দিক না থাকাতে শিক্ষিত হয়েও আমরা মনুষ্যত্বহীন জড়-জীবে রূপান্তরিত হচ্ছি। এই চরম মানসিক হাহাকার থেকে অব্যাহতি পেতে হলে যার বাণী আমাদের জীবনে সঞ্জীবনীর কাজ করবে তিনি হলেন স্বামী বিবেকানন্দ। শুধু আমাদেরই নয়, দেশে-বিদেশে বিখ্যাত মনীষীদের জীবনেও তাঁর বাণীর প্রভাব অনস্বীকার্য। তাঁর বাণীর যে অমোঘ আকর্ষণীয় শক্তি রয়েছে, যে বাণী মানুষের অন্তরাত্মাকে জাগিয়ে তুলতে পারে, তার যথাযথ অনুশীলন ও অধ্যয়নই মনুষ্যত্বের সার্বিক বিকাশ ঘটাতে পারবে।*

মূলশব্দ: *লোকশিক্ষা, সত্যবদ্ধ, শিক্ষাবিদ, কলকারখানা, শিক্ষা-প্রতিষ্ঠান, ইচ্ছাপূরণকারী, পরোপকার, সহনশীলতা, পারমার্থিক, নিঃস্বার্থপরতা, শিক্ষা পদ্ধতি, চরিত্র গঠন, অগ্নিবর্ষী বাণী, সার্বিক বিকাশ।*

মূল আলোচনা:

জীবন গঠনে বাণীরূপ সঞ্জীবনী বিবেকানন্দ। বিবেকানন্দ শ্রীরামকৃষ্ণকে সম্বোধন করে বলেছিলেন— "বাণী তুমি ... বীনাপানি কণ্ঠে মোর"। রামকৃষ্ণ চেয়েছিলেন মহাযোগী নরেন (বিবেকানন্দ) এক বটবৃক্ষ হয়ে তাপিত-পীড়িত মানুষের হৃদয়ে শান্তির ছায়া বিস্তার করবে আর স্বহস্তে লিখে দিয়েছিলেন ইতিহাসের সেই অমোঘ সত্য বচন 'নরেন লোকশিক্ষে দেবে'। গুরুর এ দায় বিবেকানন্দ দেহে এবং দেহান্তের পরেও বহন করতে সত্যবদ্ধ। তাঁর উচ্চারণ— "আমি উদ্দীপিত করে যাব পৃথিবীকে— যতদিন না তা ঈশ্বর-সত্যের সঙ্গে একাত্ম হয়।"[১]

তাঁর বাণীর প্রভাব অতীত-বর্তমান হয়ে ভবিষ্যতেও প্রবহমান হবে কিন্তু আমাদের কান কি তা গ্রহণ করতে প্রস্তুত? যদি উত্তর 'না' হয় তবে বুঝতে হবে আমরা মৃতপ্রায় হয়ে বেঁচে আছি। আর উত্তর যদি 'হ্যাঁ' হয় তবে তাঁর জীবন ও বাণী আত্মস্থ করা আমাদের অবশ্য কর্তব্য। প্রতিদিনের অবক্ষয়ী সমাজে ঘটতে থাকা নানা হৃদয়-বিদারক ঘটনা যেরকম আমাদের আতঙ্কিত ও বিষাদগ্রস্ত করে তুলছে তার থেকে মুক্তি পেতে হলে বিবেকানন্দের বাণীই সঞ্জীবনীর কাজ করতে সক্ষম। যে বাণীর দিব্য প্রেরণা ভারত তথা বিশ্বের মণীষীদের প্রেরণার উৎস ছিল তাকে যদি আমাদের বর্তমান প্রজন্ম আপন চিত্তে জাগ্রত করতে পারে তবেই তার সার্থকতা। কিন্তু একদিনে তা সবার নয়। এর জন্য দরকার বিবেকানন্দ অনুধ্যান ও অনুশীলন, যা শুরু হবে বাল্যাবস্থায়।

স্বামী জগদাত্মানন্দ লিখিত 'জীবন গঠনের পথে' বইটিতে বলা হয়েছে একটি ঘটনার কথা।

“একজন মা এক শিক্ষাবিদকে জিজ্ঞাসা করেছিলেন কত বছর বয়সে তাঁর সন্তানের শিক্ষা আরম্ভ করা উচিত। বিশেষজ্ঞ জিজ্ঞাসা করেছিলেন তাঁর ছেলের বয়স কত? তিনি বলেছিলেন ‘মাত্র তিন বছর’। তিন বছর বয়স হয়ে গেছে? তুমি তাকে এখনও শিক্ষা দিতে আরম্ভ করনি? যাও যাও বাড়ি যাও, এখনই আরম্ভ কর। তুমি এখনই প্রায় তিন বছর সময় নষ্ট করে ফেলেছ।”[২]

এই কাহিনির মাধ্যমে বোঝা যায় শিক্ষার অর্থ শুধুমাত্র লিখতে-পড়তে পারা নয়। মাতৃগর্ভে থাকাকালীন শিশুর মস্তিষ্কের বিকাশ ঘটতে থাকে। সে শিখতে থাকে তখন থেকেই। ভূমিষ্ঠ হবার পর থেকে সে তার পরিচিত পৃথিবীতে যা দেখে, তাই শেখে। পূর্বে যৌথ পরিবারে শিশু বহু অভিভাবকের ছায়ায় মানুষ হত, এখনকার সময়ে তার সম্মুখে থাকেন শুধুমাত্র মা ও বাবা। মা কিন্তু শিশুর জন্য সর্বাপেক্ষা বড় শিক্ষাগুরু। শিশুর মন কাঁচা মাটির মতন। যেদিকে বাঁকানো যায় সেদিকেই বেঁকে যায়। বস্তুত এ সময়টাই তার জীবনের গুরুত্বপূর্ণ সময়। শিশুর প্রথম বিদ্যালয় হল তার গৃহকোণ। বাড়ির বড়দের আচার-আচরণ হল তার অনুকরণের বস্তু। অনেক ক্ষেত্রে বাবা-মা চিন্তা করেন নিজের শিশুকে কীভাবে ভালো মানুষ হিসাবে তৈরি করা যায়। কিন্তু এই চিন্তার নিরসনের উপায় হল মা-বাবাকে নিজেকে ভালো মানুষ হিসাবে গড়ে তোলা, এতে করে শিশু ভালো মানুষ হবেই। প্রথম তিন বছর যা দেখে তাই শিশুর জীবনে চিরস্থায়ী হয়। তাই বাড়ির অভিভাবকদের শিশুর সম্মুখে কোন অন্যায় কথা বলা কিংবা অন্যায় আচরণ না করাই বাঞ্ছনীয়। সন্তান তৈরি করতে হলে নিজেকে তৈরি করা প্রথম কর্তব্য।

আমরা বর্তমানে বহুল অর্থ ব্যয়ে নামী শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে ভর্তি করাকেই একটি শিশুর জীবনের সাফল্যের প্রথম চাবিকাঠি বলে মনে করি। অভিভাবকবৃন্দ সন্তানের শিক্ষার জন্য অর্থের বন্যা বইয়ে সাফল্যের যে মাপকাঠি তৈরি করেন তাদের প্রথমটি হল বাচ্চাকে প্রতি অবশ্যই স্মার্ট হতে হবে। স্মার্ট হবে, সে ঝরঝরে ইংলিশ বলে সকলের দৃষ্টিকে তার দিকে ঘুরিয়ে দিতে দিয়ে।

দ্বিতীয়ত: সদা সর্বদা ক্লাসে এবং পরীক্ষায় সর্বোচ্চ স্থান ও নম্বর পাবে।

তৃতীয়ত: তাকে অতি অবশ্যই ডাক্তার কিংবা বহুজাতিক সংস্থায় কাজ করে প্রচুর অর্থ রোজগার করতে হবে। সেই অর্থ উপার্জনের জন্য দেশ পরিত্যাগ করে বিদেশের নাগরিকত্ব গ্রহণ করতে পারলে নিঃসন্দেহে তা উপরি পাওনা।

মা-বাবার ইচ্ছা পূরণকারী পুতুলগুলো এ সব কিছুই একদিন লাভ করে, কিন্তু একাকী নিঃসঙ্গ বৃদ্ধ মা-বাবা তাদের দৃষ্টি এড়িয়ে যান। বিচার করতে হবে এই ভবিষ্যতের জন্য কি একমাত্র সন্তান দায়ী? উত্তর কিন্তু সবার জানা। সে মা-বাবার কাছে কেবল শুনেছে তাকে পড়তে হবে। তার জীবনের লক্ষ্য কাঙ্ক্ষিত স্থানে নিজেকে প্রতিষ্ঠা করা। সহনশীলতা, সততা, স্বার্থত্যাগ, পরোপকার এই বহুমূল্য গুণগুলো সে আয়ত্ত করেনি বা তাকে করানো হয়নি। সে শিখেছে বাড়ির অথবা প্রতিবেশী বৃদ্ধ ব্যক্তির প্রতি, কিংবা বাবা-মার প্রতি তাকে কোনো কর্তব্য করতে হবে না। শুধুমাত্র পাঠ গ্রহণে পরিপূর্ণ মনোযোগ দিলেই সবাই তৃপ্ত হবেন। পড়াশোনা ক্ষতিগ্রস্ত হবার আতঙ্কে চিন্তিত অভিভাবককুল পুত্র/কন্যাকে শেখাতে ভুলে গেলেন কারো প্রতি তার কোনো কর্তব্য আছে। তাকে মানুষের সঙ্গে কিছু ভাগ করতে গিয়ে ত্যাগও করতে হতে পারে। সর্বাবস্থায় সে প্রথম নাও হতে পারে। ব্যাস্, শুধুমাত্র এই গুণগুলোর অভাবে এক সফল ব্যক্তি হয়েও সে হয়ে ওঠে স্বার্থপর, নিষ্ঠুর, উচ্চাকাঙ্ক্ষী, নীতিহীন ব্যক্তি। সেই সন্তানের কাছে বৃদ্ধাবস্থায় পিতা-মাতা কী করে সহানুভূতি আশা করতে পারেন? যে গাছ তার ফল তেমন। কালীয় দমনের সময় কালীয় কৃষ্ণের প্রতি বিষ নিক্ষেপ করে বলেছিল ‘তুমি আমাকে বিষ দিয়েছিলে তাই বিষ দিয়েই তোমার সেবা করলাম’।

চরিত্র গঠন শুরু হয় শৈশব থেকেই। চরিত্র গঠন না হলে মনুষ্যত্বের বিকাশ কোনোভাবেই সম্ভব নয়। প্রথমত এই প্রক্রিয়া শুরু করতে হলে তিক্ত ওষুধ বোলানোর মত করে সদ্‌গুণ অভ্যাস করাতে হয়। বাবা-মার নিজেও সে অভ্যাসের অংশ হয়ে ওঠা অবশ্য কর্তব্য। সন্তানের কাছে সোশ্যাল মিডিয়ার কুফল বর্ণনা করে তার থেকে তাকে নিবৃত্ত করতে চাইলে নিজের জীবনেও তাকে কার্যকরী করতে হবে। কথায় আছে ‘আপনি আচরি ধর্ম শিখাও পরেরে’। আসলে অভ্যাসগুলো মাকড়সার সূক্ষ্ম জালের মতো, যতদিন যাবে সেই জাল শক্ত লোহার মতো হয়ে ওঠে। সদভ্যাস এ জন্যই বড় জরুরী। গীতায় শ্রীকৃষ্ণ এই অভ্যাসের কথাই বার বার বলেছেন অর্জুনকে। অভ্যাস ভালো হবার জন্য যদি বাল্যকাল থেকে সন্তানের কথা ফোটার আগেই তার কানে গীতার শ্লোক (সে বুঝুক আর না বুঝুক), মহাপুরুষদের বাণী শোনানো যায়, সেই সঙ্গে মহৎ ব্যক্তিদের ছবির সঙ্গেও পরিচয় ঘটানো এবং গল্পের আকারে তাদের মহৎ জীবনগুলো বর্ণনা করা যায় তবে শিশুর ব্যক্তিত্বের বিকাশে একটি বিশাল পার্থক্য আমাদের চোখে

অবশ্যই পড়বে। শিশু যদি বাড়ির অভিভাবকদের মুখে স্বামী বিবেকানন্দের সাহসিকতার, নিঃস্বার্থপরতার, বীরত্বের গল্প শুনে তবে অতি অবশ্যই তার জীবন গঠনে এ এক গভীর ও স্থায়ী প্রভাব ফেলবে। বিবেকানন্দের বাণীগুলোকে একটি শিশুকে বাল্যাবস্থা থেকে পাঠ করানো হলে একটি সৎ, বিবেকবান, নিঃস্বার্থপরায়ণ, সমাজ-সচেতন মানুষের সর্বপ্রকার লক্ষণ তার মধ্যে ফুটে উঠতে বাধ্য।

স্বামীজীর বাণী পাঠের আবশ্যকতা যে আজকের সমাজে অধিক জরুরী সে কথা অনস্বীকার্য। নিজের অন্তরের আসুরিক প্রবৃত্তি দমনের থেকে ভালো উপায় নেই। সকল অভিভাবককে মনে রাখতে হবে আমরা নিজেদের সন্তানদের সাফল্যের যে ইঁদুর দৌড়ে নামিয়েছি সেখানে অকৃতকার্য হবার সম্ভাবনাও প্রবলভাবে বিদ্যমান। আমরা যে পড়াশোনার প্রতি তাদের সর্বস্ব উজাড় করে দিতে বাধ্য করি তাতে পড়াশোনা তাদের জীবনে ভীতির কারণ হয়ে ওঠে। সে জানতে ও বুঝতে শেখে শুধুমাত্র পরীক্ষায় কৃতকার্যতাই তার পিতা-মাতার মুখের প্রসন্নতার একমাত্র কারণ। কিন্তু যখন সেই ছেলে বা মেয়েটি অকৃতকার্য হয় সে মানসিক যন্ত্রণার হাত থেকে নিস্তার পেতে বেছে নেয় আত্মহত্যার মতো ঘৃণ্য পথ। সন্তানহারা এমন অনেক অভিভাবক আছেন এ দেশে, তাদের জিজ্ঞেস করতে ইচ্ছে করে কেন এমনটা ঘটল? কেন তারা সন্তানদের আত্মবিশ্বাসের পাঠ শেখাতে পারলেন না? কেন শুধুমাত্র কৃতকার্য হওয়ার কথা না বলে অকৃতকার্য হলে কীভাবে নিজেকে প্রস্তুত করতে হবে তা শেখালেন না? কেন তাদেরকে বললেন না স্বামীজীর সেই কথা— "উঠে দাঁড়াও, অবলোকন কর, শক্তিশালী হও, তুমি তোমার ভাগ্যের স্রষ্ঠা— এই জেনে তুমি সমস্ত দায়িত্ব তোমার কাঁধে তুলে নাও, সমস্ত শক্তি ও প্রতিকার, যা তুমি চাও তা তোমার অন্তরেই আছে। সুতরাং তুমিই তোমার ভাগ্য গড়ে তোল।"[৩]

কেন শেখালেন না স্বামীজীর ইংরেজি কবিতা 'Hold on Yet a while, brave heart' এর ব্রহ্মচারী পূর্ণ চৈতন্যকৃত বাংলা অনুবাদ?

"সূর্য যদি মেঘাচ্ছন্ন হয় কিছুক্ষণ
যদি বা আকাশ হের বিষণ্ণ গম্ভীর,
ধৈর্য ধর কিছুকাল হে বীর হৃদয়,
জয় তব জেনো সুনিশ্চয়।
... ...
কর্ম নষ্ট নাহি হবে, কোন চেষ্টা হবে না বিফল,
আশা হোক উন্মূলিত, শক্তি অস্তমিত,
... ...
ধৈর্য ধর কিছুকাল হে বীর হৃদয়
কল্যাণের নাহিক বিলয়।"[৪]

স্বামীজীর বাণীতে বার বার গভীর আত্মবিশ্বাসের সুর ধ্বনিত হয়েছে— "অনন্ত ধৈর্য, অনন্ত পবিত্রতা, অনন্ত অধ্যবসায়— এই তিনটি জিনিস থাকলে যে কোনও সাধু আন্দোলনে অবশ্যই সফল হতে পারা যায়— সিদ্ধির ইহাই রহস্য। যতক্ষণ পর্যন্ত আমাদের মধ্যে সেই জ্বলন্ত অনুরাগ, প্রেম ও সরলতা সঞ্জীবিত থাকিবে— ততক্ষণ পর্যন্ত আমাদের সাফল্য অবশ্যম্ভাবী।

সত্যমেব জয়তে নানৃতাম।
সত্যেন পন্থা বিততো দেবযানঃ।।"[৫]

তাই অবক্ষয়ী এ সমাজে বিবেকানন্দের আজ বড় প্রয়োজন। যে দেশের মাটিতে এই মহান ব্যক্তি জন্মেছিলেন সেই মাটির সন্তানেরা শুধুমাত্র সাফল্যের পরীক্ষায় অকৃতকার্যতার ভয়ে ও লজ্জায় আত্মহত্যা করতে চায়। কলেজে নতুন ভর্তি হওয়া জুনিয়র ছাত্রকে শারীরিক ও মানসিক নির্যাতন ও হেনস্থার পর সিনিয়র ছাত্র আত্মহত্যা করতে বাধ্য করে। সমাজের যে কোনো স্তরের মহিলারা যত্রতত্র ধর্ষণের শিকার হচ্ছে, কখনো বা তাদের পুড়িয়ে মারা হচ্ছে প্রমাণ লোপাটের চেষ্টায়। মদের নেশায় চূর হয়ে গভীর রাতে রাতের নিদ্রিত মানুষ বা পথচারীকে পিষ্ট করে যে নাবালক ছেলে অর্থের বৈভবে সেই অপরাধকে আড়াল করতে বাড়ির বৃদ্ধ দাদু, মা, বাবা সকলে প্রমাণ নিঃশ্চিহ্ন করার সকল জালিয়াতি সম্পূর্ণ করেন। এই সকল নীচতাগুলো আমরা যখন সংবাদমাধ্যমে জানতে পারি তখন কি আৎকে উঠি না? যে সন্তানদের জন্য আমরা বিশ্বের সকল সুখ সম্মিলিত করতে সর্বস্ব লুটিয়ে দিই তাদেরকে ভালো মানুষ করার জন্য কোনো পরিশ্রম করতে চাই না। এই হতভাগ্য শিশুরা কোনোদিন জানতে পারে না, বুঝতে শেখে না, জীবনে গ্রহণ করতে পারে না কোনো আদর্শকে। জানতে চায় না স্বামীজীর দিব্যবাণীর মাহাত্ম্য, কারণ কেউ তাদের বলেনি— "They alone live who live for others, the rest are more dead then alive."[৬]

যে সন্তানেরা সহায়-সম্বলহীন বৃদ্ধ পিতা-মাতাকে নির্বাসিত করে বৃদ্ধাশ্রমে, তাদের জানা উচিত— "Knowing that mother and father are the visible representation of God, the householder, always and by all means, must please them. If the mother is pleased, and the father God is pleased with the man. That child is ready a good child who never speaks harsh words to his parents."[৭]

স্বামীজী বাণীর মধ্যে বিদ্যুতের তরঙ্গের মতো ক্ষমতা রয়েছে, পাশ্চাত্যের দার্শনিক রোমাঁ রোলা মনে করতেন। শুয়ে থাকা ব্যক্তি যার প্রভাবে উঠে বসে, আর বসে থাকা ব্যক্তি চলতে শুরু করে। এই অগ্নিদীপ্ত বাণী ভারতের বীর স্বাধীনতাকামী সন্তানদের ব্রিটিশের বিরুদ্ধে যুদ্ধে উদ্বুদ্ধ করেছে। স্বামীজী তখন স্থূলদেহ ত্যাগ করেছেন, কিন্তু তার বাণী আন্দোলনকারী সেনানীদের মনে দেশপ্রেমের আগুন জ্বালিয়ে দিয়েছে। তারা উপলব্ধি করেছেন— "all power is within you, you can do anything and everything."[৮]

ভারতবর্ষকে জানতে হলে বিবেকানন্দকে জানতে হবে এ কথা বলেছেন স্বয়ং রবীন্দ্রনাথ। ভারতের মৃত্তিকা তাঁর 'যৌবনের উপবন বার্ধক্যের বারাণসী'। অস্পৃশ্য মুচি, মেথর সকলেই আমাদের রক্ত, সকলেই আমাদের ভাই। স্বামীজীর বাণীর এই গভীর প্রভাব যদি মস্তিষ্ককে অধিকার করে অন্তরের অন্তঃস্থলে পৌঁছাতে পারে; তবেই মনুষ্যত্বের যথার্থ বিকাশ সম্ভব। আজকের বিক্ষিপ্ত, বিষাদগ্রস্ত, বিভ্রান্ত, দিক্‌ভ্রষ্ট প্রজন্ম যদি বিবেকানন্দকে মনে প্রাণে গ্রহণ করতে পারে তবেই এক মহান পরিবর্তনের সাক্ষী হবে বিশ্ব। সার্বিক মনুষ্যত্বের বিকাশ ঘটবে এই পথ ধরেই।

তথ্যসূত্র:

১. শঙ্করী প্রসাদ বসু, বিবেকানন্দ ও সমকালীন ভারতবর্ষ, সপ্তম খণ্ড, পৃ. ৬২৯

২. স্বামী জগদাত্মানন্দ, জীবন গঠনের পথে, প্রথম খণ্ড, পৃ. ৭৭

৩. তদেব, পৃ. মুখবন্ধ (ছ)

৪. স্বামী বিবেকানন্দ বিরচিত, বীরবাণী, সংস্কৃত বাংলা ও ইংরেজি কবিতা সংগ্রহ, শতবার্ষিকী সংস্করণ, পৃ. ৮২ এবং ৮৩

৫. বিবেকানন্দ বাণী শতক, রামকৃষ্ণ মিশন, কলিকাতা বিদ্যার্থী আশ্রম, পৃ. ২৯

৬. The Complete Works of Swami Vivekananda, Volume- 4, Advaita Ashrama Edition, P. 363

৭. The Complete Works of Swami Vivekananda, Volume- 1, Karma Yoga, Each is great in his own place, P. 84

৮. The Complete Works of Swami Vivekananda, Volume- 3, P. 284

সহায়ক গ্রন্থাবলী:

১. জীবন গঠনের পথে (প্রথম খণ্ড), স্বামী জগদাত্মানন্দ

২. বীরবাণী, বিবেকানন্দ সোসাইটি

৩. স্বামীজীর আহ্বান, উদ্বোধন কার্যালয়, কলিকাতা- ৩

৪. বিবেকানন্দ বাণী শতক, বিবেকানন্দ শতাব্দী জয়ন্তী গ্রন্থমালা, রামকৃষ্ণ মিশন, কলিকাতা বিদ্যার্থী আশ্রম, বেলঘরিয়া, ২৪ পরগণা

৫. বিবেকানন্দ ও সমকালীন ভারতবর্ষ, সপ্তম খণ্ড, মণ্ডল বুক হাউস, ৭৮/১, মহাত্মা গান্ধী রোড, কলকাতা-০৯

৬. The Complete Works of Swami Vivekananda, Published by Swami Mumukshanav, President Advaita Ashrama, Mayavati

Citation: **চৌধুরী. সু.,** (2025) "বিবেকানন্দ : জীবন গঠনে বাণীরূপ সঞ্জীবনী সুধা", *Bharati International Journal of Multidisciplinary Research & Development (BIJMRD)*, Vol-3, Issue-07, July-2025.