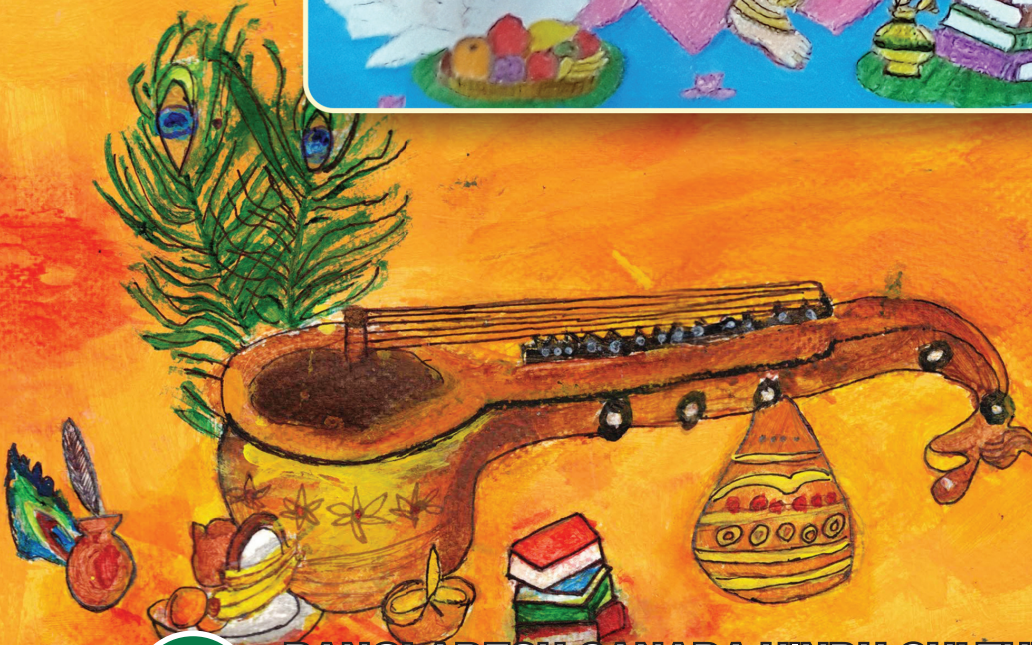


চিন্ময়ী

Chinmayee 2024



BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY &
BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR
TORONTO

LAW OFFICE



সবাইকে
সরস্বতী পূজার
শুভেচ্ছা



Chayanika Dutta

Barrister, Solicitor & Notary Public
Nagpal Dutta Professional Corporation
2224 Kingston Road, Scarborough
Ontario, M1N 1T9

Phone: (416) 406-4529, Ex-3

Cell: (416) 879-5240

Fax: (416) 778-4528

E-mail: chaya@duttalaw.com

Areas of Practice

- Real Estate: Residential/Commercial - Purchase, Sale and Refinancing
- Civil Litigation: Claims, Defences, Writs and Garnishment
- Immigration: Invitation letters, Family Sponsorship, Appeals, Refugee Matters, Skilled Worker & Business Class
- Family Law: Separation Agreements, Divorce, Child/Spousal support, Custody/Access
- Power of Attorney, Wills, Affidavits, Declaration & Notarization.

Proficient in English, Bengali, Urdu & Hindi

SARASWATI PUJA AND SCHOOL ANNIVERSARY ISSUE



চিন্ময়ী

Chinnmayee 2024



BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY &
BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR
TORONTO

চিন্ময়ী

সরস্বতী পূজা সংখ্যা - ২০২৪

ফেব্রুয়ারি ২০২৪ / মাঘ ১৪৩০



**BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY &
BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR**
TORONTO, CANADA

বাংলাদেশ কানাডা হিন্দু কালচারাল সোসাইটি ও
বাংলাদেশ কানাডা হিন্দু মন্দির
টরন্টো, কানাডা



Saraswati Puja Students' Committee, 2024 (Bani Archana Parishad)-2024

President	:	Sarbabhouma Roy Majumder
Vice President	:	Shrestha Karmaker, Aurgha Dhar, Shayan Mitra, Sam Paul,
General Secretary	:	Prithviraj Banerjee
Assistant Secretary	:	Anirvan Das, Romit Das
Cultural Committee	:	Devi Paul (Secretary), Swapnil Saha, Adyashree Saha, Debasmita Bhowmik, Rituraj Roy, AdrijaSarker, Parizat Paul
Finance Committee	:	Parthib Debnath and Ishan Biswas (Joint Secretary), Deboraj Roy
Publication Committee	:	Debosmita Banerjee (Secretary), Wriddhobroto Biswas, Pundarick Paul, Sujata Das
Creative Committee	:	Shirsho Sarker and Dibyajit Bhowmik (Joint Secretary), Roddur Biswas, Prithwiraz Das, Sayani Goswami
Puja and Ritual Committee	:	Purbasha Debnath (Secretary), Saptarshi Roy Majumder, Krish Karmaker, Ayan Mitra, Prithviraj Chakraborty, Sohom Goswami
Cleaning & Environment Committee	:	Smith Halder (Secretary), all other students are members of the committee
Members	:	Sreyojit Paul, Debojit Paul, Rajit Paul, Aarya Biswas, Trinobh Deb Chowdhury, Satvika Shome, Brijesh Shrestho
Advisor	:	Rupkatha Das, Abeer Das, Aditi Biswas, Choa Saha

Shool Secretaries and Tenures Since Inception



Prof. Bimal Ghosh
2012-2014



Dilip Saha
2010-2016



Satyabrata Purakayastha
2016-2018



Ashis Das
2018-2020, 2022-2023



SARASWATI VANDANA

ওঁ ভূৰ্ভুবঃ স্বঃ ভগবতী শ্রীশ্রীসরস্বতী দেবি স্বকীয় গণসহিতে ইহা গচ্ছ, ইহা গচ্ছ, (আবাহনী মুদ্রায়),
 ইহতিষ্ঠ ইহতিষ্ঠ (স্থাপনি মুদ্রায়), ইহ সন্নিধেহি (সন্নিধাপনি মুদ্রায়);
 ইহ সন্নিরুধ্যস্ব (সন্নিরোধনী মুদ্রায়), অত্রাধিষ্ঠানং কুরু (সম্মুখীকরণ মুদ্রায়), মমপূজাং গৃহাণ ।
 ওঁ স্থাং স্থীং স্থিরো ভব, যাবত পূজাং করোম্যহম্ ।

Om Bhurbhubaswa bhagabati Shri Shri Saraswati Devi Sakiya ganasahitey
Eha agachya, eha agachya (abahani, welcome) |
Eha tishtha, eha tishtha (sthapani, sit),
Eha sannidehi (sannidhapani, settle down)
Eha sannirudhaswa (sannirodhani, come close),
Atradhithanam kuru (sammukhikarana, establishing),
Mama pujan grihana (pray with folded hands) ||
Om stham sthim sthiro bhava jabat pujam karyomaham |

Oh the Goddess of the universe Saraswati, you are welcome you are welcome, sit here,
 settle down, come close, and get established and receive my worship.
 Stay settled here with me as long as I do the worship.

Welcome

to all devotees, parents, guests & well-wishers
 on the occasion of
 Sree Sree Saraswati Puja 2024
 &
 19th Annual Founding Ceremony of the
 Bangladesh Canada School of Hinduism & Cultural Studies
ESTD: 2005
 A permanent educational establishment of
 Bangladesh Canada Hindu Cultural Society
 &
 Bangladesh Canada Hindu Mandir

Bangladesh-Canada School of Hinduism and Cultural Studies is an institution which aims at spreading the teaching and principles of Hinduism and promoting rich traditions and hertiage of the Bangla language and cultural to the new generations of Bangladeshi Canadians growing up in multi cultural Canadian society.

বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অব হিন্দুয়িজম এন্ড কালাচারাল স্টাডিজ এমন একটি শিক্ষা প্রতিষ্ঠান যার লক্ষ্য হিন্দুধর্মের মূলনীতি, আর সেই সাথে বাংলা ভাষা, সংস্কৃতি ও ঐতিহ্যের চেতনাকে কানাডার বহুবিচিত্র সংস্কৃতির মধ্যে বেড়ে ওঠা আমাদের পরবর্তী প্রজন্মের কাছে সঠিকভাবে তুলে ধরা ।



বাংলাদেশ কানাডা হিন্দু কালচারাল সোসাইটি ও বাংলাদেশ কানাডা হিন্দু মন্দিরের নিজস্ব ভবন
Own Building of Bangladesh Canada Hindu Cultural Society & Bangladesh Canada Hindu Mandir



বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অব হিন্দুয়িজম এন্ড কালচারাল স্টাডিজ
Bangladesh Canada School of Hinduism & Cultural Studies



সরস্বতী পূজা সংখ্যা
Saraswati Puja Issue



BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY & BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR TORONTO, CANADA

Message From Board of Trustee (BOT) For Special Edition of Chinmoyee - Saraswati Pooja 2024

সরস্বতী পূজার পুষ্পাঞ্জলি মন্ত্র

ওঁ জয় জয় দেবী চরাচর সারে, কুচয়ুগশোভিত মুক্তাহারে ।
বীনারঞ্জিত পুস্তক হস্তে, ভগবতী ভারতী দেবী নমহস্ততে ॥
নমঃঅদ্রকালৈ নমো নিত্য সরস্বতৈ নমো নমঃ ।
বেদ-বেদাঙ্গ-বেদান্ত-বিদ্যা-স্থানেভ্য এব চ ॥

Dear Respected Devotees, Community Members and Students,

It was one of the principal agenda of BCHCS and BCHM to establish a school and teach our kids (our generation) for language, art, culture, and tradition. It is our great pride and pleasure to proclaim the students at Bangladesh Canada School of Hinduism and Cultural Studies have been continuing to organize Saraswati Pooja since it established. So, like previous years, they are taking all responsibilities to organize Saraswati Pooja through a committee "Saraswati Pooja Celebration 2024". Now, students' leadership, volunteerism, contribution, and success stories are all noticeable in our community.

Mata Saraswati is not only the Goddess of Knowledge, but also Goddess of Education, Music, Dance and Wisdom. Mata Saraswati is worshipped since ancient times and mentioned in the holy Vedas. Education and Knowledge are the power of all success. We should worship Mata Saraswati every day to achieve our goal and prosperity.

Thanks everyone who are contributed directly or indirectly to make the program success.

Our Devotees our power and our Volunteers our backbone.

Best Wishes, On Behalf of Board of Trustee,

Bijit Roy
Chairman

Dilip K. Halder
Secretary



BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY & BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR TORONTO, CANADA

Message from School Secretary

I am very happy that the "Chinmoyee" Saraswati Puja magazine and School Anniversary issue 2024 is going to be published. Our annual publication is dedicated to students of Bangladesh Canada School of Hinduism and Cultural Studies who write or draw to express what their minds want to say.

Students from the School made their Saraswati Puja Students' committee, 2024. They are prepared to invite and receive our devotees to come to the Mandir and celebrate Saraswati Puja together. This year they arranged different competitions (drawing, recitation, show and tell etc.) where any student from the community can participate.

Sunday School Students every year go on excursions to different places including places of worship and museums. On 2023 students visited different places of worship as part of annual study tour, celebrate Durga Puja, Kali Puja, Diwali, Bengali New Year and others. They also participate in mainstream activities like the Terry fox run, Canada Day celebration etc.

I want to thank all the students and parents who submitted their works for publication in this issue and participated in cultural functions and competitions.

Special thanks to our Publication Secretary Seema Das, Bimal Chowdhury who continuously worked hard to make this publication successful. My gratitude goes to all teachers of the school for their unparalleled contribution and dedication. I also thank all EC and BOT members for their utmost support for this Puja festival at large.

Nomoshker

Ashis Das

School Secretary, BCSH & CS



BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY & BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR TORONTO, CANADA

Message from the President of Students' Committee Saraswati Puja Celebration-2024

Serving as President of our revered committee has been an incredible privilege, one that I hold with utmost gratitude. Working alongside all of you and the dedicated Executive Committee has been an enriching experience. Together, we have orchestrated yet another remarkable Saraswati Puja celebration, weaving together the fabric of our culture and unity.

I want to extend my appreciation to each and every one of you—our devoted members, volunteers, and parents. Your unwavering passion, commitment and hard work have been the cornerstone of our accomplishments. Without your efforts, the success we've achieved wouldn't have been possible.

I am deeply grateful to our esteemed advisors, Mr. Ashis Das, Mr. Mihir Das, and Guruji Shyamal Bhattacharjee, whose guidance and support have been invaluable. Your wisdom has been very significant in steering us towards the fulfillment of our shared vision. Let us continue to nurture this sense of teamwork as we strive for continued success in our endeavors.

With warm regards,

Sarbabhouma Roy Majumder (Riddhi)

President

Saraswati Puja Committee





BANGLADESH CANADA HINDU CULTURAL SOCIETY & BANGLADESH CANADA HINDU MANDIR TORONTO, CANADA

My Gratitude to Everybody's Devotion

Namaskar. This year, I am honoured to take on the role of General Secretary of the Saraswati Puja student Committee at Bangladesh Canada Hindu Mandir. I would like to wish everyone a very happy Saraswati Puja.

I thank all students, parents, guardians, and staff members of the Bangladesh Canada School of Hinduism and Cultural Studies for dedicating themselves towards the success of this year's Saraswati Puja and related cultural celebrations. I am grateful to Guruji Shymal Bhattacharjee, School Secretary Ashis Das, and Mentor Mihir Das for guiding us through this wonderful spiritual journey. As well, thank you to the BCHM Executive Committee for heavily supporting the preparations for this Saraswati Puja.

As many of us know, Maa Saraswati is the goddess of learning, knowledge, and wisdom. These things are incredibly valuable in our lives - therefore, to obtain them, it is vital that we worship Maa Saraswati with earnestness. Celebrated by Hindus around the world, students fully devote themselves to the occasion of Saraswati Puja. As students of the Bangladesh Canada School of Hinduism and Cultural Studies, we, together with parents and teachers and the mandir EC, tried our best to make this year's celebration of Saraswati Puja a success. I hope that you, too, will find 2024's Saraswati Puja memorable.

Prithviraj Banerjee

General Secretary

Saraswati Puja Celebration Committee-2024



সৃষ্টিপত্র

বিষয়	লেখক	পৃষ্ঠা
দেবী সরস্বতী : ঋগ্বেদের বাণী ও আজকের প্রাসঙ্গিকতা	সুমন ধর	১০
গীতার ভক্তিয়োগ ধর্মামৃত	শুভ্রা শিউলী সাহা	১২
সাংখ্যযোগ	ড. ছন্দা দেবনাথ	১৩
আলোকবর্তিকা	শ্যামল ভট্টাচার্য	১৫
শহীদ মিনার	রোদ্দুর বিশ্বাস	১৬
The Meaningful Impact of Bhagavad Gita and Guru-ji	Sreshtha Karmakar	১৬
Supreme Leader of Pure Enjoyment	Adyashree Saha	১৭
The Evolution of Hinduism	Aurgha Dhar	১৮
Does Social Media Contribute to High Rates of Depression and Anxiety in Young People?	Anirvan Das	১৯
Effect of Technology on Human Life	Parthib Debnath	২০
Impacts of Artificial Intelligence on Society	Shirsho Sarker	২৯
Learning Piano	Pundorick Paul	২৯
What Hinduism has Contributed to the World	Ishan Biswas	৩০
Diversity and Similarities within Hinduism	Prithviraj Banerjee	৩১
Saraswati Puja - A Devotion to Knowledge, Wisdom, and Art	Parizat Paul	৩২
Saraswati Puja 2024 Write-Up for Hindu Class	Sreyojit Paul	৩৩
Victory Day : Celebrating Independence and Resilience	Devi Paul	৩৩
Cultural Diversity in Bangladesh :	Sarbabhouma Roy Majumder (Riddhi)	৩৪
Celebrating Ancient Hindu Traditions Amidst Challenges		
Maa Saraswati	Prithwiraz Das	৩৪
The Intrinsic Beauty of Hinduism	Debosmita Banerjee	৩৫
Meditation	Smith Haldar	৩৫
Welcome to Gayatri	New Age Purohit Darpan	৩৬
সনাতনী ও সাংস্কৃতিক শিক্ষাসূচী	-	৩৮

Publishers : Bangladesh Canada Hindu Cultural Society
Bangladesh Canada Hindu Mandir
Toronto, Canada
16 Dohme Ave., Toronto, ON. M4B 1Y9
Phone: (416) 693-4444

Published Date : February 2024

Cover : Roddur Biswas & Debosmita Banerjee

Graphics & Printing : **Sufala Printers**
49/4-A R K Mission Road
Dhaka-1203, Bangladesh
Cell: +880 1715 295843
Email: sufala.printers@gmail.com

বি: দ্র: এ সংখ্যায় প্রকাশিত প্রবন্ধ, অন্যান্য লেখা ও মতামতের জন্য সম্পাদক দায়ী নন।

কৃতজ্ঞতা স্বীকার: সকল কার্যক্রম সুষ্ঠুভাবে পরিচালনার পেছনে যারা আমাদের আর্থিক, কায়িক, নৈতিক এবং সার্বিক সমর্থন দিয়েছেন ও সহযোগিতা করেছেন তাঁদের সকলের প্রতি জানাই কৃতজ্ঞতা।



দেবী সরস্বতী : ঋগ্বেদের বাণী ও আজকের প্রাসঙ্গিকতা

সুমন ধর

ঋগ্বেদে সরস্বতী দেবীরূপিণী নদী। প্রাচুর্য এবং প্রমত্ততার প্রতীক। তাঁকে কখনো পাওয়া যায় ঝড়ের দেবতা ‘মারুত’-এর সাথে। কখনোবা তাঁকে অন্য দুই যজ্ঞদেবী ‘ইলা’ এবং ‘ভারতী’র সাথে আহ্বান করা হয়। আবার তাঁকে আমরা ঋগ্বেদের অন্যতম প্রধান ধারণা ‘ধী’-এর সাথে খুঁজে পাই। (তথ্যসূত্র-এক)

আজকের লেখা সরস্বতী দেবীর সেইসব উৎস-দিশা নিয়ে।

ঋগ্বেদের ২য় মণ্ডলের ৪১ সূক্তে দেবী সরস্বতী নদী হিসেবে বন্দিতা। প্রশস্তিবাচক বিশেষণগুলো খেয়াল করার মতো।

অস্মিতমে নদীতমে দেবীতমে সরস্বতী।

অপ্রশস্তা ইব স্মসি প্রশস্তিমশ্ব নক্ষুধি ॥

(ঋগ্বেদ, ২/৪১/১৬)

ভাবার্থ : প্রথমেই যথাযথ সম্মানপূর্বক আবাহন-মাতৃগণের বা শিক্ষাদাতাগণের মধ্যে তুমি শ্রেষ্ঠ (অস্মিতমে)। তারপর বলা হচ্ছে, তুমি নদীগণের মধ্যেও শ্রেষ্ঠ (নদীতমে)। শেষে দেবীগণের মধ্যে শ্রেষ্ঠ (দেবীতমে)। বুদ্ধিবৃত্তিক অস্মিতা, ভৌগলিক সচেতনতা এবং ধর্মাচারের কি সুন্দর সমন্বয়! (তথ্যসূত্র-দুই)

তারপর মন্ত্রদ্রষ্টা ঋষি গৃৎস্মদ প্রণত হচ্ছেন। আমরা অসমৃদ্ধির মধ্যে আছি (অপ্রশস্তা ইব), আমাদের সমৃদ্ধশালী করো (প্রশস্তিমশ্ব নক্ষুধি)।

এরপরে মন্ত্র আরেকটু বিস্তৃত।

ত্বে বিশ্বা সরস্বতী শ্রিতায়ুধি দেব্যম্।

শুনহোত্রেষু মৎশ্ব প্রজাং দেবি দিদিড়িচ নঃ ॥

(ঋগ্বেদ, ২/৪১/১৭)

ভাবার্থ : হে আলোকিত শিক্ষয়িত্রী! তোমার ঐশ্বরিক জ্ঞানে আমাদের আশ্রয়। যারা যোগাভ্যাসের মাধ্যমে জ্ঞান অর্জন করেছে (শুনহোত্রেষু), তাদের প্রতি তুমি প্রসন্ন হও। আমাদের পরবর্তী প্রজন্মকে (বিদ্যার আলোয়) সমৃদ্ধ কর (দিদিড়িচ)।

এই মন্ত্রের আরাধনাকারী সত্যজ্ঞানের আলোয় আলোকিত হতে চান। উদ্দেশ্য ঐশ্বরিক শক্তির প্রসন্নতা লাভ। জ্ঞানের আফলন নয় মোটেই। আর শুধু তাই না। জ্ঞানী চান, পরের প্রজন্মও যেন বিদ্যার আলোয় আলোকিত হতে পারে।

তার পরেই বেদঋষির উপলব্ধি এরকম।

ইমা ব্রহ্ম সরস্বতী জুষশ্ব বাজিনীবতি।

যা তে মন্ব গৃৎস্মদা ঋতাবরি প্রিয়া দেবেষু জহস্বতি ॥

(ঋগ্বেদ, ২/৪১/১৮)

ভাবার্থ : হে সত্যজ্ঞানধারিণী (ইমা ব্রহ্ম)! তুমি বিদ্যা ও অল্পের আধার (বাজিনীবতি)। যারা (যা তে) বেদজ্ঞান লাভ করে পরমানন্দ পেয়েছেন (মন্ব গৃৎস্মদা), তাঁরা যেন

দায়িত্বশীলতার সাথে (ঋতাবরি) অনুধ্যানীদের হৃদয়ে সে জ্ঞান সঞ্চার করতে পারেন। তোমার প্রিয় এই হব্য (জহস্বতি) স্বীকার করো।

সম্মানিত পাঠক-পাঠিকাবৃন্দ, কথাটা খুব সাবধানে খেয়াল করতে হবে। মন্ত্রের শুরুতেই বিদ্যা এবং অল্পকে একীভূত করা হয়েছে। এর দুইরকম ব্যাখ্যা হতে পারে। প্রথমতঃ অল্পলাভের চেষ্টা করতে হবে বিদ্যার নিরিখে। অবিদ্যার ভিত্তিতে নয়। মোটাদাগে বলতে গেলে, উপার্জনখানা সৎপথে হচ্ছে কিনা। দ্বিতীয়তঃ মন্ত্রের সারটুকু এভাবেও বোঝা যায় যে, জ্ঞানলাভের মাধ্যমেই সৎপথে উপার্জনের উপায় খুলে যায়। উপযুক্ত শিক্ষণ আনে যথাযথ উপার্জন।

কিন্তু এখানেও একটা গুহ্য কথা আছে। উপার্জনের চেয়ে বড় হচ্ছে অর্জন। জীবনের সার্বিক অর্জনের ক্ষেত্রে উপার্জন একটি গুরুত্বপূর্ণ উপাদান। কিন্তু সেটাই একমাত্র কথা নয়। সেখানে ঋগ্বেদের একটা ব্যাপার আছে। কথাটা তলিয়ে বুঝতে হবে।

আর এই বিষয়টাই পরিষ্কার হয় ঋগ্বেদের ৬ষ্ঠ মণ্ডলের ৬১ সূক্তে এসে। সরস্বতী এখানে আবারও দেবী হিসাবে আবির্ভূত। তবে তাঁর গুণবাচক বিশেষণগুলো বিশেষভাবে লক্ষণীয়। আমরা সংক্ষেপে বলার চেষ্টা করব। মন্ত্রদ্রষ্টা ভরদ্বাজ ঋষি প্রথম মন্ত্রেই দেবী সরস্বতীকে উপলব্ধি করেছেন ঋগ্বেদ মুক্তিদায়িনী হিসেবে (ইয়মদদাদ্রভসমৃগ্চ্যতম)। মন্ত্রটি এরকম।

ইয়মদদাদ্রভসমৃগ্চ্যতং দিবোদাসং বর্ধুশ্বায় দাশুষে।

যা শশ্বন্তমাচখাদাবসং পণিং তা তে দাত্রাণি তবিষা সরস্বতী ॥

(ঋগ্বেদ, ২/৬১/১)

কিন্তু কোন ঋগ্বেদ থেকে মুক্তি দেবেন দেবী? এ প্রশ্নে শ্রীগীতার আলোচনা স্মর্তব্য। শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার ৩য় অধ্যায়ে (কর্মযোগ) ১৩শ’ শ্লোকের শুরুতে উল্লেখ আছে ‘যজ্ঞশিষ্টাশিনঃ’ শব্দটি। এর মানে হলো, শাস্ত্রে যজ্ঞাবশেষ গ্রহণের বিধান রয়েছে। মহাযজ্ঞ পাঁচটি, যা দিয়ে পাঁচপ্রকার ঋগ্বেদ শোধ হয়। এই পাঁচটি ঋগ্বেদকে একত্রে পঞ্চঋগ্বেদ বলে এবং এই ঋগ্বেদসমূহ শোধ করাকে পঞ্চযজ্ঞ বলে।

১. ব্রহ্মযজ্ঞ (স্বাধ্যায় বা বেদ-জ্ঞানার্জন),

২. দেবযজ্ঞ (দেবঋগ্বেদ),

৩. পিতৃযজ্ঞ (পিতৃঋগ্বেদ),

৪. মনুষ্য বা নৃযজ্ঞ, ও

৫. ভূতযজ্ঞ (ভূতঋগ্বেদ)

(শ্রীজগদীশ চন্দ্র ঘোষ, পৃষ্ঠা ৮০; শ্রী বুলবুল ভৌমিক, পৃষ্ঠা ১৫৫, তথ্যসূত্র-তিন)।

প্রথম যে ঋগ্বেদ, ‘ব্রহ্মযজ্ঞ’ তার সুষ্ঠুপালনের জন্যে এবং তার সাথে বাকিসব ঋগ্বেদ থেকে মুক্তির জন্যে দেবী সরস্বতীর



আরাধনা করা হচ্ছে (ঋগ্বেদ, ৬/৬১/১)। (ঋগ্বেদ, ৬/৬১/১)

সেই ২য় মণ্ডলেরই ৬১ সূক্তের ৪র্থ মন্ত্রে এসে আমরা পুরনো 'বাজিনীবতী' স্ততিশব্দের সাথে নতুন আরেকটি শব্দ পাই- 'ধী'।

প্রণো দেবী সরস্বতী বাজেভির্বাজিনীবতী। ধীনামবিত্যবতু ॥
(ঋগ্বেদ, ৬/৬১/৪)

ভাবার্থ : মূলকথা হচ্ছে দেবী সরস্বতী যেন আমাদের অনু দিয়ে তৃপ্ত করেন। কারণ তিনি অনুসম্পদে সমৃদ্ধা (বাজিনীবতী), জ্ঞানে বিভূতা (ধীনাম > ধী)।

পরবর্তী মন্ত্রটি আরেকটু গভীরে গিয়েছে।

যজ্ঞা দেবী সরস্বতু্যপক্রতে ধনে হিতে। ইন্দ্রং ন বৃত্রতূর্থে ॥
(ঋগ্বেদ, ৬/৬১/৫)

ভাবার্থ : যে ব্যক্তি (যজ্ঞা) তোমাকে ইন্দ্রের সমতুল্যজ্ঞানে (ইন্দ্রং) স্তব করে, তিনি যখন ধনলাভের জন্যে (ধনে) যুদ্ধ করেন (বৃত্রতূর্থে), তাকে তুমি রক্ষা কোর (হিতে)।

ভক্তের প্রার্থনায় আবারও জ্ঞানের সাথে ধন-সম্পদের পারস্পর্য স্থাপিত হল।

২য় মণ্ডলের ৬১ সূক্তের শেষ মন্ত্রে গেলে এইসকল প্রার্থনার সর্বগ্রাহী সমাপ্তি দেখা যায়। ভাষাও বেশ জোরালো।

সরস্বত্যভি নো নেষি বসোয়া মাপ স্করীঃ পয়সা মান আ ধক্।
জুষশ্ব নঃ সখ্যা বেশ্যা চ মা ত্বৎক্ষেত্রাণ্যরণানি গন্ম।
(ঋগ্বেদ, ৬/৬১/১৪)

ভাবার্থ : হে দেবী সরস্বতী! তুমি আমাদের প্রশস্ত ধনে নিয়ে যাও (অভি নো নেষি বসোয়া)। তুমি আমাদের হীন কোর না (মাপ স্করীঃ)। তুমি আমাদের মিত্রতা (সখ্যা) ও আধার (ক্ষেত্রাণ্য) স্বীকার করো। আমরা যেন তোমার নৈকট্য (বিদ্যা) থেকে অপকৃষ্টস্থানে (অবিদ্যায়) না যাই, চ মা ত্বৎক্ষেত্রাণ্যরণানি গন্ম।

অধুনা মনে প্রশ্ন আসতে পারে, এগুলো জেনে কি লাভ? লাভ এই যে, আমাদের আধুনিক জীবন প্রযুক্তির বিপুল ভারে ন্যূজপ্রায়। এইরকম অবস্থায় দেবী সরস্বতী'র ভাবরূপে কয়েকটি বিষয় স্পষ্ট করে তোলে।

একেকবারে গুরুর মন্ত্রটি (ঋগ্বেদ, ২/৪১/১৬) আমাদেরকে জ্ঞানের সার্বিক দিকটি দেখায়।

দ্বিতীয় মন্ত্রটিতে (ঋগ্বেদ, ২/৪১/১৭) নিজেদের জ্ঞানার্জনের প্রার্থনার পাশাপাশি উত্তরপ্রজন্মকেও আলোকিত করার নিবেদন করা হয়েছে। এভাবেই জ্ঞানের স্রোতস্বিনী চলবে প্রজন্ম থেকে প্রজন্মাস্তরে।

উল্লিখিত তৃতীয় মন্ত্রটিতে (ঋগ্বেদ, ২/৪১/১৮) দেখা গেছে যে, জ্ঞানের সাথে উপার্জনের কার্যকারক সম্পর্ক স্থাপিত হয়েছে।

চতুর্থ মন্ত্রটিতে (ঋগ্বেদ, ২/৬১/১) উপার্জনের পাশাপাশি ঋণমুক্ত হবার অর্জনের কথা আলোচিত হয়েছে।

পরের মন্ত্রে (ঋগ্বেদ, ৬/৬১/৪) দেবীকে অনুসম্পদে সমৃদ্ধা হিসেবে বর্ণিত। সাথে 'ধী' বা জ্ঞানের কথা এসেছে।

ষষ্ঠ মন্ত্রে (ঋগ্বেদ, ৬/৬১/৫) ধনার্জনের পথে সচেষ্ট ভক্তকে সুরক্ষার প্রার্থনা করা হয়েছে।

উল্লিখিত শেষ মন্ত্রের (ঋগ্বেদ, ৬/৬১/৬) প্রার্থনা একটু বিস্তৃত। বিনত ভক্ত 'প্রশস্ত ধনে'র দিকে যেতে চাচ্ছেন। আর এই যাত্রায় চাচ্ছেন নিজের আধারে দেবীর সাহচর্য। সবশেষে প্রার্থনা জানাচ্ছেন যে, এই জ্ঞানভিত্তিক উপার্জনের অভিযাত্রায় তিনি যেন বিদ্যা থেকে অবিদ্যার দিকে না যান।

আজকের যুগে এই উপলব্ধি অত্যন্ত প্রাসঙ্গিক।

কারণ মনে রাখতে হবে, আজকালকার অর্থনৈতিক ব্যবস্থাকে বিশেষজ্ঞগণ 'নলেজ ইকোনমি' বা 'জ্ঞানভিত্তিক অর্থনীতি' বলে থাকেন। (তথ্যসূত্র-চার)

তাই দেবী সরস্বতীর পাদপদ্মে মতি হোক সবার। বিদ্যাময় উপার্জনে সমৃদ্ধ হোক আমাদের এবং আমাদের উত্তরপ্রজন্মের জীবন।

ওম্ সরস্বতৈ নমঃ। □

তথ্যসূত্রের তালিকা :

তথ্যসূত্র-এক :

◆ Catherine Ludvik, Sarasvatī: Riverine Goddess of Knowledge, Brill NV, Leiden, The Netherlands, 2007।

তথ্যসূত্র-দুই : উল্লিখিত সকল মন্ত্রসমূহের ভাবার্থ নির্ণয়ে তিনটি অর্থসূত্রের সাহায্য নেয়া হয়েছে।

◆ মহাঋষি দয়ানন্দ সরস্বতীকৃত ভাষ্য, (ইংরেজি অনুবাদে, আচার্য ধর্মদেব বিদ্যামার্ত্ত), সর্বদেশিক আর্থ প্রতিনিধি সভা, নিউ দিল্লী-২, এপ্রিল ২০০২।

◆ Rigveda, English translation by Dr. Tulsi Ram M.A., Ph.D. (London, U.K.), Paropakarini Sabha, Ajmer, Edition : First, 2013, Publisher: Vijaykumar Govindram Hasanand, Delhi.

◆ বেদ (রমেশচন্দ্র দত্তের অনুবাদ অবলম্বনে), হরফ প্রকাশনী, কলকাতা, বঙ্গাব্দ ১৩৮৫।

তথ্যসূত্র-তিন :

◆ শ্রীগীতা, শ্রীজগদীশ চন্দ্র ঘোষ, প্রেসিডেন্সী লাইব্রেরী, কলকাতা, নভেম্বর ২০০৬।

◆ শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা-আলোচনা, শ্রী বুলবুল ভৌমিক, ঢাকা, বঙ্গাব্দ ১৪২৮।

তথ্যসূত্র-চার :

◆ Unger, R. M. (2022). The knowledge economy. Verso Books.



গীতার ভক্তিয়োগ ধর্মামৃত

শুভ্রা শিউলী সাহা

গীতা ভগবানের বাণী, ১৮ অধ্যায়ের একখানি ভগবত গান। একাদশ অধ্যায়ে বিশ্বরূপ দর্শনের পরই রয়েছে ভক্তিয়োগ। গান যখন সর্বোচ্চ স্বরগামে আরোহন করে তখন সবচেয়ে বেশি মাধুরী বিকাশ হয় ঠিক তেমনই, এখানেই গীতার পরম প্রকাশ। অর্জুন সখারূপী ও বিশ্বরূপী কৃষ্ণকে দেখলেন। এ অবস্থায় নিজের দিকে দৃষ্টি পড়লো আর মনোরাজ্যকে আলেড়িত করে তুললো। বুঝলেন ভগবানের ব্যক্ত ও অব্যক্ত স্বরূপ। তাই তার সংশয় দূর করার জন্য প্রশ্ন করলেন এই দুই সাধনার মধ্যে কোনটি উত্তম। অর্জুন জিজ্ঞাসা করলেন—হে ভগবান এই ভাবে নিরন্তর ভক্তিয়ুক্ত হয়ে যারা সমাহিত চিন্তে তোমার আরাধনা করে এবং যারা ইন্দ্রিয়াতিত অব্যক্ত ব্রহ্মের উপাসনা করে তাদের মধ্যে কারা শ্রেষ্ঠযোগী?

রামের বনবাসে যাবার সময় লক্ষ্মণের রাম সাকার আর ভরতের রাম নির্গুণ নিরাকার। শ্রীরামের পাদুকা মাথায় রেখে তিনি সর্বত্র রাম দর্শন করেন। কিন্তু এ দুটি উপাসনার মধ্যে কোনটি শ্রেয় এই প্রশ্ন দিয়ে ভক্তিয়োগের শুরু? ভক্তিয়োগে ২০টি শ্লোক আছে। দ্বিতীয় থেকে সপ্তম শ্লোকে এ প্রশ্নের উত্তর দিয়েছেন ভগবান শ্রীকৃষ্ণ। ভগবান বললেন, যিনি আমার সবিশেষ রূপে তার মনকে নিবিষ্ট করেন, অপ্রাকৃত ভক্তি সহকারে উপাসনা করেন আমার মতে তারাই শ্রেষ্ঠ যোগী। যারা সমস্ত ইন্দ্রিয় সংযত করে সমভাবপন্থা হয়ে সর্বভূতের কল্যাণে রত হয়ে আমার অক্ষর, অনির্দেশ্য, অব্যক্ত, অচিন্ত্য, কুটস্থ, অচল, ধ্রুব ও নির্বিশেষ স্বরূপকে উপাসনা করেন, তারা অবশেষে আমাকেই লাভ করে। যারা সমস্ত কর্ম আমাতে সমর্পণ করে মতপরায়ণ হয়ে অনন্য ভক্তিয়োগের দ্বারা আমার উপাসনা ও ধ্যান করেন, সেই সমস্ত ভক্তদের আমি অচিরেই সংসার থেকে উদ্ধার করি।

অষ্টম থেকে দ্বাদশ পর্যন্ত কিভাবে ভক্তিপথে চলতে হবে তারই উপদেশ দিয়েছেন। যদি তুমি আমাতে চিন্ত সমাহিত করতে না পার, তাহলে অভ্যাস যোগ দ্বারা আমাকে লাভ করতে চেষ্টা কর। যদি তুমি এই ভাবে অভ্যাস করতে

অসমর্থ হও, তাহা হলে আমার জন্য কর্ম করতে চেষ্টা কর কারণ আমার জন্য কর্ম করতে করতেই তুমি ক্রমে সিদ্ধিলাভ করবে। আর যদি তাও করতে অক্ষম হও, তবে আমাতে সমস্ত কর্ম অর্পণ করে কর্মের ফল ত্যাগ কর। তুমি যদি সেই প্রকার অভ্যাসে সক্ষম না হও, তা হলে জ্ঞানের দ্বারা অনুশীলন কর। জ্ঞান থেকে ধ্যান শ্রেষ্ঠ, এবং ধ্যান থেকে কর্ম ফল ত্যাগ শ্রেষ্ঠ, কারণ এই প্রকার কর্মফল ত্যাগে পরম শান্তি লাভ হয়।

শ্লোক ১৩ থেকে ১৯ শ্লোকে ভক্ত সাধকের গুণাবলীর বর্ণনা করেছেন। ভগবান বললেন, যিনি সমস্ত জীবের প্রতি দ্বেষ শূন্য, বন্ধুভাবাপন্য, দয়ালু, মমতাবুদ্ধিশূন্য, নিরহঙ্কার, সুখ দুঃখ সমভাবাপন্য সর্বদা সন্তুষ্ট সবসময় ভক্তিয়োগে যুক্ত, সংযত স্বভাব, দৃঢ় নিশ্চয় এবং যার মন ও বুদ্ধি সর্বদা আমাতে অর্পিত তিনি আমার প্রিয় ভক্ত। ভগবান বললেন— আমার প্রতি শ্রদ্ধা সহকারে যারা আমার প্রদর্শিত ধর্মামৃতে উপাসনা করেন, তারাই আমার ভক্ত, তাই তারা আমার অত্যন্ত প্রিয়।

এমনি ভাবেই মীরা বাঈ তার দিয়ে ভক্তি ভগবানের সঙ্গে বিলীন হয়ে গেছেন। ভক্ত প্রহ্লাদকে রক্ষা করেছিলেন নরসিংহ রূপী ভগবান। এমন আরও কত উদাহরণ। তাই নিয়মিত নাম-জপ, হরিনাম সংকীর্তন, সাধুসঙ্গ, ভগবানের পূজা অর্চনার মধ্যদিয়ে মনের মধ্যে জমে থাকা অন্ধকার অহংকার দূর করা যায়, ভক্তি বিকাশের স্তরে উন্নিত হওয়া যায়। ধর্ম শুধু বিশ্বাস নয় একে অনুভব করা যায় অচরণের মধ্য দিয়ে। অর্থাৎ নিজেকে শ্রীকৃষ্ণের বাঁশীর মত ফাঁপা হতে হবে তবেই তিনি শ্রীমুখ নিয়ে তার থেকে মধুর সুর তুলবেন।

একজন অভিভাবক হিসেবে আমি মনে করি আমাদের সন্তানদের সুন্দর সুস্থ আলোকিত জীবন প্রবাহের জন্য গীতা শিক্ষা একান্ত আবশ্যিক। বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অব হিন্দুইজমের এই সনাতনী শিক্ষার ধারা অব্যাহত থাকুক এবং প্রসারিত হোক। সকলের তরে ভগবানের কৃপা বৃষ্টি বর্ষিত হোক। □

সূত্র : গীতা ধ্যান- ড. মহানামব্রত ব্রহ্মচারী



সাংখ্যযোগ

ড. ছন্দা দেবনাথ

আন্তর্জাতিক কৃষ্ণভাবনাময় সঙ্গের কল্যাণে বর্তমানে ডিসেম্বর মাসটি বেশ ঘট করে গীতা পাঠ হচ্ছে, গীতা জয়ন্তী পালন হচ্ছে। এ-বছর বিষ্ণুপ্রিয়া সংগঠনটিও বেশ সবাইকে নিয়ে অর্থাৎ ভক্ত অভক্ত, সংগীতশিল্পী, সাহিত্যিক, দার্শনিক, ইসকন সংঘসহ অনেককে একত্রিত করে গীতা জয়ন্তী পালন করেছে। আমরা অনলাইনে ভক্তি বিকাশ সংগঠন নামে একটি গ্রুপে গীতা-ভাগবত পাঠ করি প্রতি শুক্রবার। অনলাইনেও সেখানে গীতা জয়ন্তী পালন হলো। ডিসেম্বর মাস এখনো শেষ হয়নি তাই এবার এক একজনকে এক একটি অধ্যায় সংক্ষিপ্তকারে উপস্থাপন করতে বলা হলো। আমার জন্য দ্বিতীয় অধ্যায়টির সারাংশ নির্বাচিত হলো। আমি শ্রীমদ্ভগবদগীতা যথার্থ থেকে সাংখ্যযোগের সেই সারাংশই এখানে তুলে ধরার প্রয়াস করলাম।

সাংখ্যযোগ অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ, এখানে অর্জুন নিজের দেহকে নিজের স্বরূপ মনে করে দেহের সম্পর্কিত আত্মীয়-স্বজনকে আপন মনে করে আমাদের এই জাগতিক মানুষের মতো শোক, অশ্রুসিক্ততা, ব্যাকুলতা, অনুতপ্ততা, জয়-পরাজয়ের, লাভ-ক্ষতির হিসাব করছেন। আবার ধর্মের বর্ণাশ্রম প্রথার বিধি-বিধানগুলো আর তার ফলাফলের কথা বলছেন যেটা আমরা করে থাকি। অজ্ঞানতার আবরণে ঢেকে ধর্মের দৃষ্টান্ত দিয়ে তাকে প্রতিষ্ঠিত করতে চাই। একটা কথা এখানে বলবো, অর্জুন ভগবানের নিত্য পার্শ্বদ, তাঁর সম্পূর্ণরূপে গীতা জ্ঞান আছে। এখানে ভগবান শ্রীকৃষ্ণ কুরুক্ষেত্রের যুদ্ধে অর্জুনের সঙ্গে এই লীলা করেছেন যাতে অর্জুনের মাধ্যমে আমরা গীতাজ্ঞানে আলোকিত হতে পারি।

ভগবান আমাদের প্রকৃত স্বরূপ এ অধ্যায়ে জানাচ্ছেন। আমরা দেহ নই, আত্মা; দেহটি আত্মার আবরণ। আত্মা ভগবানেরই ক্ষুদ্রতম অংশ। তার আকার একটি কেশের অগ্রভাগের দশ সহস্র ভাগের একভাগ। গুণগতভাবে সে পূর্ণব্রহ্মের স্বরূপের মতই সৎ, চিৎ, আনন্দময়। যাকে কাঁটা, ছেড়া, দহন করা, শুকানো, ভেজানো, হত্যা করা কিছুই সম্ভব নয়। এই জীবাত্মা- যার জন্ম নেই, মৃত্যু নেই কিন্তু মিথ্যা অহংকারের আবরণে অর্থাৎ এই দেহটাকেই তার স্বরূপ বলে মনে করে তার শুদ্ধ চেতনাকে আচ্ছাদিত করে এই জন্ম মৃত্যুর চক্রে বিভিন্ন দেহে পরিভ্রমণ করছে। শ্লোক ১১তে ভগবান বলছেন, “গতাসূন গতাসূশ্চ নানুশোচন্তি পণ্ডিতা”-অর্থাৎ যারা যথার্থ পণ্ডিত তারা কি জীবিত কি মৃত কারো জন্মই

শোক করেন না। একটা ছোট উদাহরণ দেই- একটি ছোট বালক ও একজন বয়স্ক লোক সিনেমা দেখছেন। সিনেমাতে হঠাৎ একটি হিংস্রবাঘ চলে আসলো আর বালকটি ভয়ে জড়োসড় হয়ে গেল। কিন্তু বয়স্ক লোকটি জানে যে ওটা পর্দার মধ্যে সিনেমা, সত্যি না তাই সে দৃশ্যটি উপভোগ করলো। সেরকমই আমাদের এই দেহটি আমার স্বরূপ নয় এই সত্য কথাটি যখন আমার সত্যিকারের উপলব্ধি হবে তখন এই দেহ সম্পর্কিত যাবতীয় সম্পর্ক, হিংসা, দ্বेष, লোভ, সম্মান প্রাপ্তি, অসম্মানে গ্লানি, ধনী-দরিদ্র ভেদ, রোগ, শোক, ক্ষুধা, যন্ত্রণা এগুলো থেকে আমি যে পৃথক এবং সেগুলো শুধুমাত্র এই দেহের ইন্দ্রিয়জাত অনুভূতি আর এই প্রকৃতির তিন গুণের প্রতিক্রিয়ার ফল তা হৃদয়ে প্রকাশিত হবে। ভগবান বলেছেন-

“মাত্রাস্পর্শাস্ত কৌন্তয় শীতোষ্ণং সুখদুঃখদাঃ।

আগমাপাইনোহনিত্যাস্তাংস্থিতিক্ষষ ভারত ॥ (শ্লোক ১৮)”

ইন্দ্রিয়ের সঙ্গে বিষয়ের সংযোগের ফলে অনিত্য সুখ ও দুঃখের অনুভব হয়, যেমন প্রকৃতিতে শীত ও গ্রীষ্ম হয়। তাই এতে প্রভাবিত না হয়ে ভগবান বললেন, সহ্য করার চেষ্টা করো-এগুলোই সাংখ্যযোগ।

এবার ভগবান কর্ম বন্ধন থেকে মুক্ত হওয়ার জন্য অর্জুনকে ৩৮তম শ্লোকে খুব গুরুত্বপূর্ণ কথা বলেছেন-“আমরা যদি ইন্দ্রিয় তৃপ্তি সাধন করার জন্য কর্ম করি তাহলে তার শুভ অশুভ ফল বহন করতে হবে কিন্তু সবকিছু যদি ভগবানে অর্পণ করতে পারি তাহলে তার ফলাফল আমাদেরকে আর আবৃত করতে পারবে না। ফল কামনাই আমাদের এই আবরণের ফল যার জন্য আমরা বিভিন্ন দেহ ধারণ করে পরিভ্রমণ করছি। ৪২-৪৪ শ্লোকে ভগবান বলছেন অল্পবুদ্ধি, মূঢ় ব্যক্তিগণই বেদের পুষ্টিপিত বাক্যে আসক্ত হয়ে ইন্দ্রিয় সুখভোগ ও ঐশ্বর্যকে মনে করে সবকিছু, তারা মনে করে এর উর্ধ্বে আর কিছুই নেই। এদের কখনোই ভগবানে একনিষ্ঠতা লাভ হবে না। ৫১তম শ্লোকে ভগবান বলছেন মহাত্মারা ভগবানের সেবায় যুক্ত হয়ে কর্মজাত ফলত্যাগ করে মৃত্যুময় সাগর অতিক্রম করেছেন।

জীবের প্রকৃত স্বরূপ কি? এই কথাটি মহাপ্রভু শ্রীকৃষ্ণ চৈতন্যকে সনাতন গোস্বামীপাদ জিজ্ঞেস করেছিলেন। “কে আমি কেন মোরে জারে তাপত্রয় (ত্রিতাপ জ্বালা), ইহা না জানিলে জীবের কেমনে হিত হয়”। তার উত্তরে মহাপ্রভু বলেছিলেন জীবের স্বরূপ হয় নিত্য কৃষ্ণ দাস। প্রত্যেকটা



জীবের সঙ্গেই ভগবানের এক প্রকার ভাবের সম্পর্ক আছে যেমন শান্ত, দাস্য, সখ্য, বাৎসল্য, মধুর। আমরা অনাদিকাল অজ্ঞানতায় পরিভ্রমণ করতে করতে সেই সম্পর্কটি ভুলে গেছি। গুরুদেব সেই কাজটি করেন- ভগবান শ্রীকৃষ্ণের সঙ্গে সেই ভাবের সম্পর্কটি আমাদের স্মরণ করে দিয়ে সেই ভাব অনুযায়ী তাঁর সেবায় নিয়োজিত করেন। সেটাই জীবের প্রকৃত স্বরূপ- আর দেহগত সম্পর্ক, অনুভূতি, হিসাব-নিকাশ, কামনা-বাসনা সব অজ্ঞানতার ফল। আমাদের বারংবার নিজের স্বরূপ স্মরণ করতে হবে, উপলব্ধিতে আনতে হবে যে এ দেহটা আমি নই। ৫৫ নম্বর শ্লোকে ভগবান বললেন মনোগত সব কামনা পরিত্যাগ করলে আত্মাতেই পূর্ণ তৃপ্তি লাভ হবে। এটাই স্থিতিপ্রজ্ঞতা অর্থাৎ জীব যখন নিজের সরূপ চেতনাতে থাকে। তখন জড় কোনো বিষয়ের প্রতি মন বিচলিত হবে না। রাগ, ভয়, ক্রোধ, লোভ বিদ্বেষ, সুখ-দুঃখ, প্রিয়-অপ্রিয় তুল্য জ্ঞানে চেতনা চিন্ময় জ্ঞানে নিজের সরূপে অধিষ্ঠিত হবে। ৫৯ নম্বর শ্লোকে ভগবান বলেছেন ভোগের নিবৃত্ত হলেও আসক্তি থেকে যায়, কিন্তু উচ্চতর আশ্বাদনের ফলে বিষয় তৃষ্ণা চিরতরে নিবৃত্ত হয়। তাই আমাদের আসক্তি ভগবানের দিকে ফেরাতে হবে- ভগবানের সেবাতে যেন

আমাদের আসক্তি হয়, তাহলে অন্য আসক্তির কথা মনে আসবে না। বিষয়টাকে ভগবানের সঙ্গে সংযোগ করতে হবে এটাই ভক্তিযোগ, সরল পন্থা স্থিতপ্রজ্ঞ হবার। ৭০তম শ্লোকে ভগবান বলছেন কৃষ্ণভাবনায় মগ্ন ব্যক্তি স্থিতপ্রজ্ঞ, সর্বাবস্থায় অবিচল থাকেন। কৃষ্ণভক্তের কোন অভাব নেই, জড়জগতে ভোগ বাসনার প্রতি সম্পূর্ণ উদাসীন যদিও সে বাসনাগুলো তার ভিতরে আছে- তিনি সম্পূর্ণরূপে শান্ত। ৭২তম শ্লোকে বলেছেন অন্তিম সময়ে যদি এই স্থিতি থাকে তাহলে ভগবানের ধামে প্রবেশ করা যাবে।

পরিশেষে বলবো- ক'দিন আগে যেমন বক্সিং ডে ছিল, অনেক দামি জিনিস যদি অল্প পয়সায় পাওয়া যায় তার জন্য মানুষ হুমড়ি খেয়ে পড়ে। তেমনি এখন এই কলি যুগে সেই সেল চলছে- কোন কৃচ্ছসাধন, কঠিন তপস্যা, বিধি-নিষেধের প্রয়োজন নেই শুধুমাত্র হরে কৃষ্ণ মহামন্ত্র জপ করে আমরা সেই সর্বোচ্চ পরমতত্ত্ব পরমেশ্বর ভগবানকে লাভ করতে পারি। এই সুযোগ আমাদের সবার গ্রহণ করা উচিত। হরিনামে সর্ব সিদ্ধি হয়। আমরা আমাদের এই নম্বর জীবনকে সার্থক করে জন্ম-মৃত্যু, জরা-ব্যাধির চক্র থেকে বেরিয়ে অমৃতত্ব লাভ করতে পারি। □

DrivingSchool.com.bz

Tel: 416-756-1044

আমাদের সেবাসমূহ-

- ❖ আপনাকে একজন ক্যানাডিয়ান মানের দক্ষ ড্রাইভার তৈরি করা
- ❖ ড্রাইভিং টেকনিকসমূহ আপনার কাছে স্ফটিকস্বচ্ছ ও সহজ করা
- ❖ ন্যূনতম সময় ও অর্থ ব্যয়ে টরন্টো থেকে লাইসেন্স পেতে সহযোগিতা করা
- ❖ আপনার প্রার্থীত সময়ে টেস্ট বুকিং দেয়া

ব্যবস্থাপনায়:
অজয় বনিক
ব্যস্ত সড়কে উপযুক্ত প্রশিক্ষণই
আমাদের প্রকৃত বন্ধু
নিরাপদ ড্রাইভিং শেখার
অন্যতম প্রতিষ্ঠান

Mr. Ajoy

416-756-1044



আলোকবর্তিকা

শ্যামল ভট্টাচার্য

স্রষ্টার সেরা উপহার হলো মানুষ। আর মানুষই ক্রমাগতভাবে সৃষ্টি করে চলেছে আশ্চর্য বিষয়সমূহ, যার কোনো শেষ নেই। পৃথিবী জুড়ে চলেছে Next Project-এর অপেক্ষা বা প্রতিযোগিতা। এইসব প্রচেষ্টা পৃথিবীময় মানুষ, প্রকৃতি ও সুখী জীবন যাপনের জন্য। যা কিছু “হয়েছে” “হচ্ছে” এবং “হবে” তার দৃশ্যমান নিয়ন্ত্রণ মানুষ ও তার জ্ঞানের প্রতিফলন।

জ্ঞানকে আপাতত দুইটা ভাগে ভাগ করতে পারি- ১। বৈজ্ঞানিক জ্ঞান ও ২। Spiritual Knowledge বা ধর্মীয় জ্ঞান। বৈষয়িক জ্ঞান নিয়ন্ত্রণ করছে বিজ্ঞানী, অর্থনীতিবিদ, সাহিত্যিক, চিকিৎসক, রাজনীতিবিদগণ। আর Spiritual জ্ঞানকে নিয়ন্ত্রণ বা সমৃদ্ধ করছে সাধু, সন্ন্যাসী, মুনি, ঋষি ও তাদের অনুসারীগণ।

জাগতিক জ্ঞাননির্ভর বিষয়সমূহের সাথে যদি ধর্মীয় জ্ঞানের Guidelines থেকে প্রাপ্ত ধারণাসমূহ পাশাপাশি রেখে আমরা অগ্রসর হই তাহলে সমগ্র পৃথিবী আরো অনেক বেশি শান্তিযোগ্য হবে। গীতায় জ্ঞান সম্পর্কে বলা হয়েছে :

“ন হি জ্ঞানেন সদৃশং পবিত্রমিহ বিদ্যতে।

তৎ স্বয়ং যোগসংসিদ্ধঃ কালেনাত্মনি বিন্দতি ॥” ৪/৩৮

বঙ্গানুবাদ : ইহলোকে জ্ঞানের ন্যায় পবিত্র আর কিছু নাই। কর্মযোগে সিদ্ধ পুরুষ সেই জ্ঞান কালক্রমে আপনিই অন্তরে লাভ করেন।

“শ্রদ্ধাবান লভতে জ্ঞানং তৎপরঃ সংযতেন্দ্রিয়ঃ

জ্ঞানং লব্ধা পরাং শান্তিমচিরেনাধি গচ্ছতি ॥”

বঙ্গানুবাদ : যিনি শ্রদ্ধাবান, একনিষ্ঠ, সাধনতৎপর এবং জিতেন্দ্রিয়, তিনিই জ্ঞান লাভ করতে পারেন। আত্মজ্ঞান লাভ করিয়া পরম শান্তি লাভ করেন।

শাস্ত্র আরো বলছে “জ্ঞানেনহীনা পশুতিঃ সমানাঃ” অর্থাৎ জ্ঞানহীন মানুষ পশুর সমান।

আজকের পৃথিবীতে মুনি ঋষিগণের সাধনালব্ধ উপায়সমূহ ব্যবহারের প্রতিযোগিতা চলছে যেমন YOGA, MEDITATION, Naturopathy, Herbal Medication ইত্যাদি ও আরো অনেক কিছু। জীবনের সমস্ত Challenge ও তার সমাধানের উপায়সমূহ প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে আমরা Spiritual Knowledge-এর অফুরন্ত ভাণ্ডার থেকে পাই।

সমৃদ্ধ ভারত বা সমৃদ্ধ পৃথিবীর অগ্রগতিতে Spiritual Knowledge খুবই কার্যকর প্রমাণিত হচ্ছে। বেদ, বেদান্ত, রামায়ণ, মহাভারত, পুরাণ, উপনিষদ ইত্যাদিতে অসংখ্য উপায়, পদ্ধতি ও নির্দেশনা বিরাজমান। আমাদের শুধু আহরণ করতে হবে।

সে আহরণ কর্মযজ্ঞে অনেকের সাথে ব্রতী হয়েছে “বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অফ হিন্দুইজম এন্ড কালচারাল স্টাডিজ”। যেখানে শিক্ষণীয় বিষয়াদির মধ্যে; জপ, ধ্যান, প্রার্থনা, শ্রদ্ধা-ভক্তি শিষ্টাচার, আদেশ-পালন, গুরু শিক্ষা, উপাসনা ও সামাজিক নেতৃত্বদান বিষয়াদি শেখানো হয়।

আমাদের শিক্ষার্থীরা জাগতিক বৈষয়িক জ্ঞানের জন্য School, College, University ইত্যাদিতে অসামান্য সফলতা প্রদর্শন করছে। সাথে সাথে Spiritual Knowledge জ্ঞান আহরণের মাধ্যমে Balanced Life বিনির্মাণে সমভাবে অগ্রসর হচ্ছে এবং পরিণত হচ্ছে স্বতন্ত্র ও আদর্শ “আলোকবর্তিকা”তে।

আমাদের আশা ও দৃঢ় বিশ্বাস, এক আলোকবর্তিকা থেকে লক্ষ কোটি আলোকবর্তিকা-তে পরিণত হয়ে শান্তিময় ও Spiritual Knowledge সম্পন্ন পৃথিবী বিনির্মাণে তারা সফল হবে, এবং চন্দ্র-সূর্যেরসম আলোকবর্তিকাতে পরিণত হয়ে জগতের কল্যাণকারী হয়ে উঠবে। □





শহীদ মিনার

রোদ্দুর বিশ্বাস, বয়স : ৯, গ্রেড : ৩



শহীদ মিনার হলো বাংলাদেশের একটি বিখ্যাত স্থাপত্য। এটি এমন একটি স্থাপত্য, যা বাঙালিদের জন্য অনেক

গুরুত্বপূর্ণ অর্থ বহন করে। এটি বাংলা ভাষার জন্য যাঁরা জীবন দিয়েছেন তাঁদের ত্যাগের প্রতিনিধিত্ব করে। বাংলা হলো আমাদের মাতৃভাষা। আমার পূর্বপুরুষেরা এবং আরও অনেকে বাংলার ভাষার জন্য অনেক সংগ্রাম করেছেন। অনেক ত্যাগের বিনিময়ে ১৯৫২ সালের ২১শে ফেব্রুয়ারি বাংলা ভাষা পূর্ব পাকিস্তানের (বাংলাদেশের আগের নাম) রাষ্ট্র ভাষা হওয়ার গৌরব অর্জন করে। ১৯৯৯ সালের ১৭ই নভেম্বর UNESCO ২১শে ফেব্রুয়ারিকে আন্তর্জাতিক মাতৃভাষা দিবস হিসেবে ঘোষণা করে। তাই আমরা সেসব শহীদ যাঁরা বাংলা ভাষার জন্য লড়াই করেছিলেন, বাংলা ভাষায় তাদের অবদান স্মরণ করার জন্যই ২১শে ফেব্রুয়ারি আন্তর্জাতিক মাতৃভাষা দিবস পালন করে থাকি। □

The Meaningful Impact of Bhagavad Gita and Guru-ji

Sreshtha Karmakar, Grade-10

The Bhagavad Gita is a revered scripture within Hinduism that stands as a timeless guide, illuminating the path of righteousness, duty, and spirituality. It is composed of 700 ślokas (verses) imparted by Lord Krishna to his warrior, Arjuna. The Gita serves as a direct source of spiritual guidance, providing philosophical insights and practical teachings. Verses are often contemplated upon by individuals seeking to deepen their understanding of life's purpose and spiritual truths.

However, I feel that while we have the Bhagavad Gita as a direct source for such wisdom, we can also have someone play an interactive role in one's spiritual journey with the help of someone like Guru-ji. In my experiences from Sunday class, I believe that our Guru-ji embodies the teachings of scriptures like the Gita and serves as a living example of those principles. The life he follows exemplifies the teachings from his knowledge and the Gita, inspiring learners to embody those virtues and integrate them into their daily lives. This practical demonstration reinforces the teachings, deeming them to be tangible and attainable for all.

2.47 in the Bhagavad Gita recites...

*karmany evādhikāras te mā phaleṣu kadācana
mā karma-phala-hetur bhūr mā te saṅgo 'stv akarmani*

Meaning : You have a right to perform your prescribed duty, but you are not entitled to the fruits of action. Never consider yourself the cause of the results of your activities, and never be attached to not doing your duty.

As an example, being on our best behaviour without attachment to their outcomes is something we should all follow. This is a deep rooted principle in Hinduism as it follows the law of karma and the detachment from frustration and disappointment. This mindset allows us to have a balanced approach to our life, encouraging individuals to focus on their actions and duties while forgetting about the control and fixation on projected outcomes, ultimately leading to inner joy and fulfillment.

To me, the principles discussed in the Bhagavad Gita, as well as the understandings and life examples we receive from Guru-ji are what I feel that allow me to work on becoming a better individual each day. □



Supreme Leader of Pure Enjoyment

Adyashree Saha, Grade-8

We all have felt happiness in our life at least once in our lives, but is that enjoyment pure? How do we redeem pure enjoyment? First, we consume our time devouring the “enjoyment” by hanging out with our friends or relatives, by living the best moments of our lives, but we never realize the enjoyment’s consequences, because this enjoyment is not pure, but in fact artificial.

Many people seek happiness in many ways but only desire artificial happiness, but if we want to elevate our mind to the transcend universe and want to actually know the true meaning, happiness, and independence, by going beyond the limits, we have to establish ourselves by remaining in our constitutional position as pure consciousness (soul that is fully aware of its existence, at its deliberate will).

In the minds of those who are too attached to the material sense of enjoyment; which are the material opulence, reaching to the spiritual platform, to become attached with the Supreme Lord, cannot and never be reached. Artificial enjoyment is not pure and factually, these bodies are not us. We are all seeking this enjoyment through these given bodies, but bodily enjoyment is not our actual superior enjoyment.

All feelings of happiness and distress are all desired by our bodily actions. We are hankering after artificial happiness, but forget who we truly are and what are the main reasons for our existence. This body belongs to the Supreme So – who is also known as sac-cid-ananda vigraha; who is the embodiment of eternity, knowledge, and bliss.

Our bodies, also known as the atman, are very limited and stubborn, but the Supreme Lord is invincible and the controller of every small detail. If we want to elevate our spiritual sense to the Supreme Lord and attain our spiritual position as a pure minded bhakta, we have to steady our mind; meaning to minimize our demands and pleasures of material enjoyment.

This world is a repeated cycle of birth and death, that is filled with pain and miseries to every action that is preserved by these bodily desires. At the end of the day, all of this material happiness comes to a conclusion, but when you reach the Supreme Lord, the happiness is endless and meaningful as he is the sac-chid-ananda (joy).

The true freedom of enjoyment that is pure, and endless is to become closer with the Supreme Lord and create an undestroyable bond, and that will be the key point to redeem the pure enjoyment, along with freedom from this birth and death cycle. The only way we can reach the Supreme Lord, is to chant the maha mantra with a steady mind. This may be complicated, as a steady mind comes with great empowerment and belief, as our surroundings are a great distraction. By saying the maha mantra everyday, you can unlock the spiritual platform and knowledge of the transcend universe by saying: **hare krishna, hare krishna, krishna krishna, hare hare, hare rama, hare rama, rama rama, hare hare.** □





The Evolution of Hinduism

Aurgha Dhar, Grade-10

Hinduism is the oldest recorded religion in history, starting out in about 2300 BC. Hinduism is also one of the only polytheistic religions in the world. It is also one of the most practiced religions in the world, with over one billion followers. Hinduism also has no founding members, as it is a mixture of many other beliefs from a variety of societies. It has had 5 yugas, where one yuga is an age of time in Hinduism. The first yuga was Satya yuga, Tretha yuga, Dwapara yuga, and Kali yuga. All of these yugas have a few things in common as well as a few differences.

Let's start with the Satya Yuga, an era of enlightenment. The Satya Yuge is the best out of the four yugas for multiple reasons, because the Satya Yuga was where everyone did mindful things all day, everyone was truthful and everyone was very close to god. This era lasts 1,728,000 years approximately, where gods completely govern the human race. In this era people would believe in nothing outside of the gods that protect and keep their stomachs full, which is why they were able to achieve the trust of such divine beings.

The Tretha Yuga is known for the epic of Hinduism, The Ramayana. In this yuga, lord Rama ascended upon the planet to give divine judgment upon the people making it a bad place. The Tretha Yuga lasts for 1,296,00 years approximately. This yuga is the second best of the yugas. In this age, people were very religious, and very few were atheistic. This very characteristic made the basis for

what would soon become a world of immorality in the Kali Yuga.

The Dwapara Yuga is the third best and second worst yuga out of them all. The Dwapara Yuga is particularly popular because of the occurrence of the Mahabharata and the appearance of the Supreme god and incarnation of Lord Vishnu, Krishna. The Dwapara Yuga lasted for approximately 864,000 years. In this era people were a lot more cold-hearted and apart from god than the other yugas, and therefore had a lot more problems.

The Kali Yuga is the worst yuga in the Hindu faith, where immorality is spread across the globe. The Kali Yuga is also the Yuga we are experiencing today. The Kali Yuga lasts 432,00 years. The Kali Yuga began 5,124 years ago, making it so that there are 426,876 years to go. At the end of the Kali Yuga all of the bad things will be re-established as dharma, and the world will again enter into a Satya Yuga, going into a never-ending cycle of yuga's.

Each Yuga had its incarnations, where the more immorality, the less avatars of Vishnu would emerge. The Satya Yuga had Fish, Tortoise, Boar, and Man-Lion. The Tretha Yuga had Vamana, Parasurama, and Rama. The Dwapara Yuga had Balarama and Krishna. Finally, the Kali Yuga, the worst yuga of them all, has no avatar of Vishnu.

What we can do until the day that dharma is restored, is pray that God will make the last day of Kali Yuga a day where nobody will ever suffer again. □





Does Social Media Contribute to High Rates of Depression and Anxiety in Young People?

Anirvan Das, Grade - 9

It's no secret that social media have become an integral part of our daily lives. Whether it's keeping in touch with friends and family, or keeping up with the latest news, social media platforms offer a wealth of information and opportunities for interaction. However, as with any technology, there are potential drawbacks to consider. One area of concern is the impact of social media on mental health, particularly among young people. In recent years, a research says that social media may contribute to high rates of depression and anxiety in young people. Social media contributes to depression and anxiety in young people through their impact on self-esteem and body image, their potential for cyberbullying and harassment, and their effect on sleep patterns.

First of all, social media contributes to these problems and to the comparison they encourage. They are interrupted by images and messages that represent a highly focused, idealized version of other people's lives. A study published in the "International Journal of Eating Disorders", revealed that people who sometimes compared their bodies to those of others on social networks had a higher risk of developing body dysmorphic disorder, a mental condition in which a person thinks too much about the flaws in their body. What's more, another study published in the journal JAMA Psychiatry found that young adults who spend more than two hours a day on social networks are twice as likely to report symptoms of poor mental health. Social media can have a negative impact on mental health by encouraging constant comparison, unrealistic expectations and pressure to present a perfect self-image, which can lead to feelings of low self-esteem, depression and anxiety for young people.

Secondly, one of the main ways in which social media can contribute to sleep problems is the constant stimulation it provides. Young people are often exposed to a constant stream of notifications, messages and updates, which prevents them from switching off and relaxing. What's more, the blue light emitted by screens can also disrupt the production of melatonin, the hormone that regulates the sleep-wake cycle, making it harder to fall asleep. According to the National Sleep Foundation, exposure to blue light in the evening can suppress

melatonin production by up to 22%, which can lead to insomnia, poor sleep quality and daytime fatigue. In addition, a study by the Sleep Research Society found that the use of electronic devices before bedtime is associated with insomnia symptoms and poor sleep quality in adolescents. The constant stimulation and exposure to blue light associated with social media use can lead to sleep problems and disrupted sleep patterns in young people.

In addition, social media can also contribute to depression, anxiety and cyberbullying by fostering a false sense of social connection and anonymity. Social media can be used as a tool for cyberbullying because it allows individuals to hide behind a screen and anonymity, which can make them more likely to engage in bullying behavior. Cyberbullying can take many forms, such as spreading rumours, posting cruel comments or embarrassing images. Studies show that victims of cyberbullying are more likely to experience symptoms of depression and anxiety, as well as suicidal thoughts. According to a study by the Cyberbullying Research Center, nearly one in three teenagers has been a victim of cyberbullying, and those who have been bullied online are more likely to experience symptoms of depression and anxiety. In addition, a study by the National Institutes of Health found that victims of cyberbullying are 2 to 9 times more likely to consider suicide than non-victims.

In conclusion, social media contributes to depression and anxiety in young people through their impact on self-esteem and body image, their potential for cyberbullying and harassment, and their effect on sleep patterns. Studies have shown that social media can contribute to sleep problems, depression, anxiety and cyberbullying. It's important for young people to be mindful of their social media use and develop good habits for disconnecting and relaxing. In addition, it's important for parents, educators and mental health professionals to be aware of the potential risks of social media and to teach young people how to protect themselves from these negative effects. By being aware of the potential negative effects of social media and taking steps to reduce them, we can ensure that young people can continue to use social media in healthy and beneficial ways. □



Effect of Technology on Human Life

Parthib Debnath (Grade-9)

Technology has changed the ways we live. It has made our lives easier and more convenient. Technology is all around us. Common examples include your smartphone or computer. The internet is another example of advanced wireless technology. In this writing I will be talking about the impact of these types of technologies on humans' life.

For starters, we now have greatly improved communication. We can now easily talk to our friends and family who are far away through phone calls, text messages, and video chats. Social media platforms like Facebook and Instagram allow us to share our lives and connect with others. However, sometimes we rely too much on technology for communication and may forget the importance of face-to-face interactions. This technology has greatly been used during online schooling and provides a virtual alternative to in person interactions.

Technology has made it easier for us to access information and learn new things. With the internet, we can search for any topic and find answers quickly. Online platforms like Khan Academy and YouTube provide educational videos and tutorials that help us learn at our own pace. However, we need to be careful about the accuracy of the information we find online and make sure to use reliable sources. This has forever changed education for the better and can give us access to more information than we need on almost every topic.

Entertainment is another sector that has been revolutionized by technology. We can watch movies

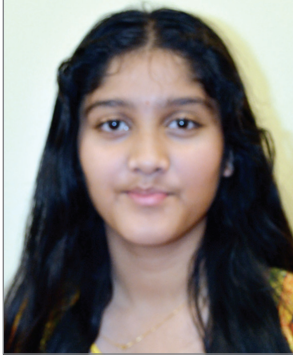
and TV shows on streaming platforms like Netflix. Video games have become more advanced and realistic, providing us with interactive experiences. We can also listen to music and discover new artists through platforms like Spotify and YouTube. However, excessive screen time and reliance on technology for entertainment can affect our physical health and social interactions. It is important to keep a healthy balance between screen time and regular natural activities.

Increased productivity in many workplaces has also been observed as a result of technology. Computers and software programs help us complete tasks faster and more efficiently. We can communicate with colleagues through email and video conferences, which saves time and allows for remote work. It is important to develop skills that are in demand in the digital age so your job can be future-proof.

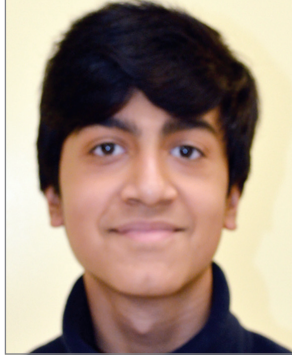
Technology has had a significant impact on our lives. It has improved communication, provided access to information, enhanced entertainment options, and increased productivity at work. However, we should also be mindful of the potential drawbacks, such as the need for face-to-face interactions, the reliability of online information, and the importance of maintaining a balance between screen time and other activities. As technology continues to evolve, it is essential to embrace its benefits while being aware of its potential challenges. □



বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অব হিন্দুইজম এন্ড কালচারাল স্টাডিজের ছাত্র-ছাত্রীবৃন্দ



Adyshree Saha



Anirban Das



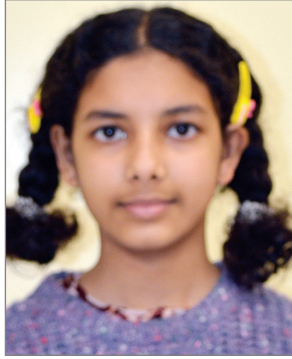
Aurgha Dhar



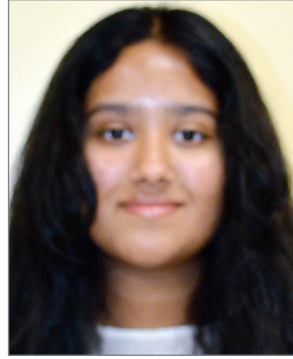
Brijesh Srestho



Debaasmita Bhowmik



Debosmita Banerjee



Devi Paul



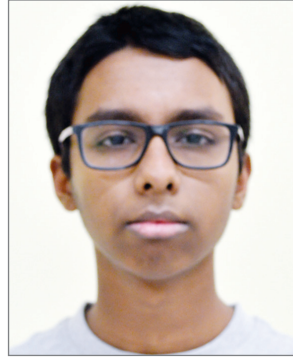
Dibyajit Bhowmik



Ishaan Biswas



Kris Karmakar



Parthib Debnath



Prithviraj Banerjee



Prithwiraz Das



Pundorick Paul



Purbasha Debnath



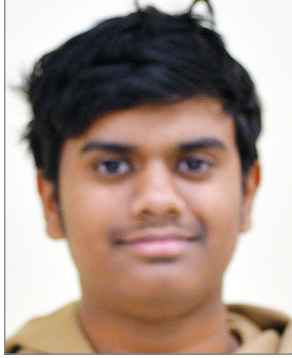
Rituraj Roy



বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অব হিন্দুইজম এন্ড কালচারাল স্টাডিজের ছাত্র-ছাত্রীবৃন্দ



Roddur Biswas



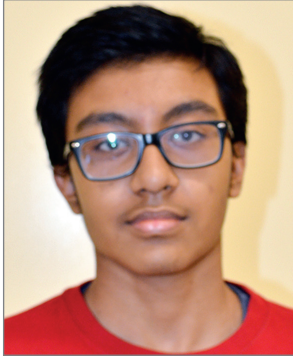
Romit Das



Saptarshi Roy Majumder



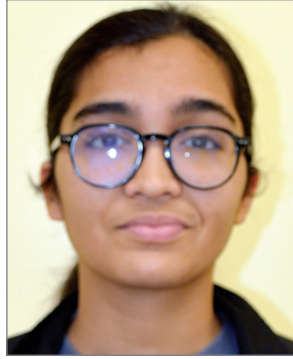
Sarbabhouma Roy Majumder



Shirsho Sarkar



Smith Haldar



Sreshtha Karmakar



Trinobh Chowdhury





BANGLADESH-CANADA SCHOOL OF HINDUISM & CULTURAL STUDIES YEAR AROUND ACTIVITIES





BANGLADESH-CANADA SCHOOL OF HINDUISM & CULTURAL STUDIES YEAR AROUND ACTIVITIES





ADYASHREE SAHA, GRADE : 8



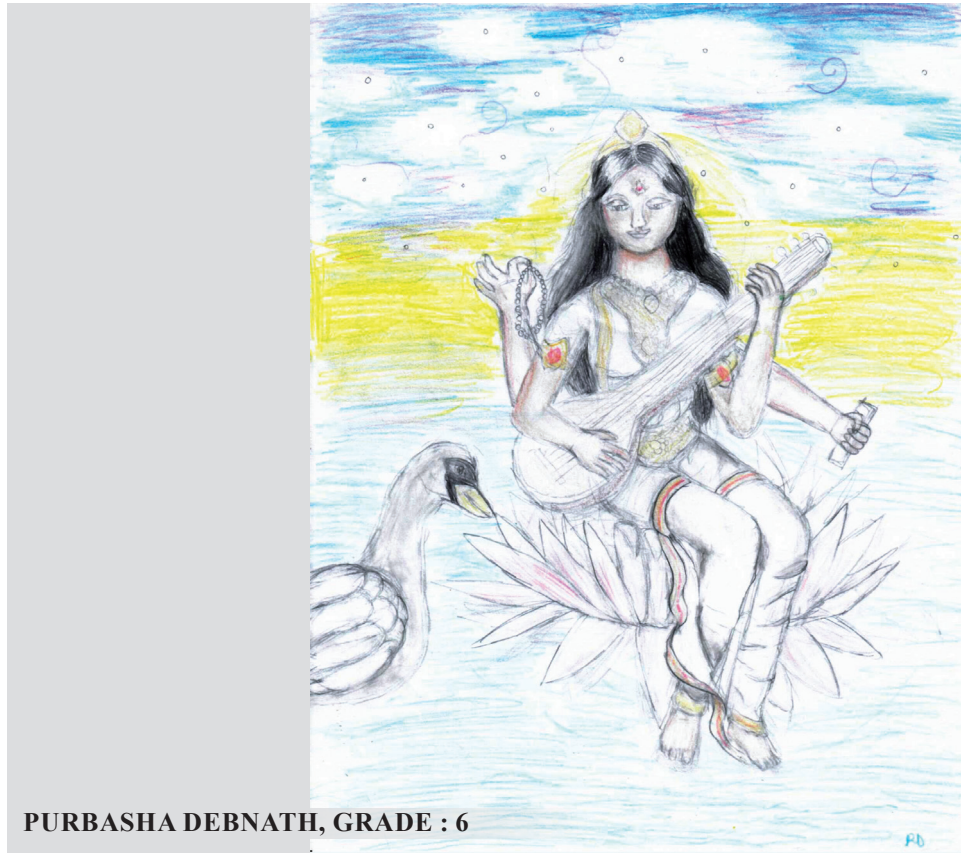
DIBYAJIT BHOWMIK, GRADE : 6



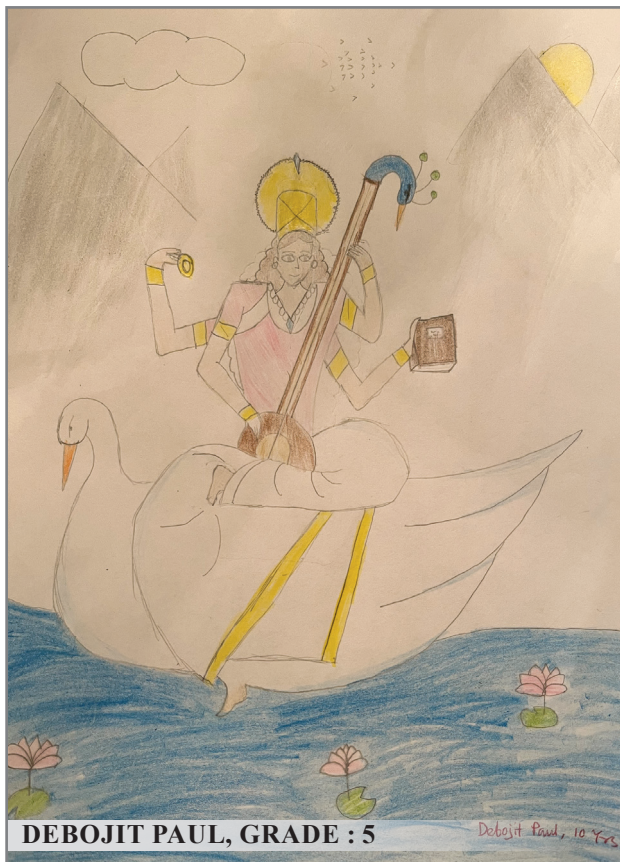
DEBASMITA BHOWMIK, GRADE : 4



AYAN MITRA, GRADE : 6



PURBASHA DEBNATH, GRADE : 6



DEBOJIT PAUL, GRADE : 5

Debojit Paul, 10 Yrs



RAJIT PAUL, GRADE : 2

Rajit Paul, 7 Yrs



shenextfashion.com



She next fashion
Exclusive Fashion For Exclusive You

সরস্বতী পূজার
শুভেচ্ছা

Where Tradition Meets Timeless Glamour

Shop from the Best Collections of
Traditional Wear - Sarees, Kurtis, Tops,
Salwars Suits, and Lehengas.
Men's Wear - Punjabi & Sherwani
Kid's Wear, Accessories.
Special Bridal Collections

Deliver all over
Canada & USA

Follow Us



@shenextfashion

2960 Danforth Ave, Toronto, ON M4C 1M6 | +1 416-546-3130





Impacts of Artificial Intelligence on Society

Shirsho Sarker, Grade-9

In recent years, artificial intelligence has become more and more mainstream, changing the way people live, work, and live. With recent advancements, AI has been integrated into many parts of society such as the workforce, healthcare, and education. The rapid increase in the use of AI however has raised many concerns about how it will affect society.

One of the most noticeable impacts of AI is on the economy and workforce. Automation is replacing human workers at a very high speed, taking over repetitive and dangerous jobs. For example, machines are now used to make and assemble car parts in some factories. This could increase efficiency and reduce costs significantly. But this also comes with the challenge of job displacement, as routine and manual tasks become automated.

Another large impact AI has is in healthcare. AI could take over jobs such as scheduling and billing so that workers would have more time to work with the patients. Machine learning could help predict disease outcomes and to recognize patterns, which would allow doctors to cure patients quicker and

stop further spreading of illnesses. AI is especially useful in surgery, where it can be used to get to places where it would be very difficult to get to with normal human hands. AI surgery could decrease blood loss, pain, and increase recovery speed.

AI can also be useful in education. AI can provide students with personalised learning experiences. By identifying the strengths and weaknesses of students, AI could create ways to make learning easier. Teachers can also use AI to track how well their students are understanding a subject, enabling them to see where students need extra help.

However despite all the ways AI could benefit society, there are also many cons about it. Cons could include job displacement, high initial costs, and security risks.

In conclusion, AI has many positive impacts on society such as increased efficiency, reduced costs in the long term, and doing tasks that are too dangerous for humans, as well as negative impacts. □

Learning Piano

Pundorick Paul, Grade-4

The piano is considered to be the best musical instrument because it covers all 88 notes of the musical scale. Electric pianos work by electrical power while natural pianos work by a hammer that strikes the string or strings, and the strings vibrate, making a controlled musical tone. Learning the piano can enhance cognitive skills and provide relaxation. Piano helps to keep your memory sharp. Playing piano develops your memory “muscles” better so that you can memorize more. Kids also can be more creative when they play piano. Studies have shown that while playing music, the parts of the brain involved in creativity are very active. Because pianists can modify the pieces in a different way, they can play them faster, slower, harder, and softer. Piano teaches you to be more disciplined. It

helps you to concentrate and focus on one lesson that will help you into your studies. Playing piano also helps you to learn about time management, since you know when a song is started and when it ends. You have to know how long a sound should make. You can develop your math skills if you play piano since it follows a lot of rules like math. For example, understanding the dynamics and using right hand, left or both hand. We can coordinate our body parts when we play piano like using our brain, eyes, ears, hands, and legs together to play piano. Playing the piano helps getting your stress away if you can't clam down. It will give you peace to your mind. □



What Hinduism has Contributed to the World

Ishan Biswas, Grade-8

Hinduism, one of the oldest religions in the world and dates to 4000 years ago, has made significant contributions to the world. Without these contributions, the world would not be the same as it is right now.

Here are some examples below : Philosophy and Spirituality: Hindus have created books such as the Bhagavad Gita which deeply explore the nature of reality, consciousness, the meaning of living, the connection between the body and mind, and the self. Yoga was created by Hindus and has gained global popularity and has been recognized for its physical, mental, and spiritual benefits.

Literature and Poetry : Many famous people such as Rabindranath Tagore wrote famous poems that inspired many. These epic poems are not only important religious texts but also profound works of literature. Stories from the Mahabharata and Ramayana have inspired countless plays, adaptations and cultural poems which were passed down from generation to generation.

Art and Architecture : Numerous Hindu temples have engraved designs onto walls, ceilings, pillars and more which express Hindu creativity and tradition. Hindus have created several designs which are constructed in their own way. These designs have been used in several clothes and fashion such as sarees, dresses, and Punjabis.

Mathematics and Science : Hindus have created zero and the decimal system which is crucial to modern mathematics and has contributed to several technologies that use the binary system. Hindus have recorded their findings on astronomy, psychology, philosophy, physics, medicine, and more and continue to share their knowledge with others.

Medicine : The Sushruta Samhita is an ancient book written in Sanskrit about medicine and surgery. It is one of the most important books of its kind from ancient times. It is one of the foundational texts of Ayurveda, which is a traditional Indian medicine. The book talks about surgical training, instruments, and procedures that are still used in modern surgery.

Environmental Practices : Hindus use sustainable living practices such as reducing waste, conserving resources, and using eco-friendly habits. Many Hindus are against animal cruelty and are vegetarian or vegan to support this. They think that all lives should be treated equally including animal lives.

Dance : There are eight main Hindu dances that originated in India and those are Bharatanatyam,

from Tamil Nadu, Kathak, from Uttar Pradesh, Kathakali, from Kerala, Kuchipudi, from Andhra Pradesh, Manipuri, from Manipur, Mohiniyattam, from Kerala, Odissi, from Odisha, and Sattriya, from Assam. All these dances are practiced till date.

Music : There are two main genres of Indian classical music: Carnatic music in the south and Hindustani music in the north, east, and central regions. Microtones (Shruti), notes (Swaras), ornamentations (Alankar), melodies created from basic structures (Raga), and rhythmic patterns (Tala) are the main elements of this music. Indian classical music has seven notes, Sa, Re, Ga, Ma, Pa, Dha and Ne. Bollywood music got inspired by Hindu music creations. There are many instruments made by Hindus which are String Instruments: Sitar, sarod, veena, and violin. Wind Instruments: Flute, shehnai, and bansuri. Percussion Instruments: Tabla, mridangam, pakhavaj, and ghatam. Rhythm Instruments: Dholak, dhol, and kanjira.

Traditions : The most common rituals practiced in most Hindu households and temples are pujas such as Saraswati puja and Durga puja, meditation, silent or group prayers, yoga, recitation of text from the Bhagavad Gita, Ramayana or another Hindu religious book. There are also many festivals that Hindus follow such as Diwali (the festival of lights) and Holi (the festival of colors).

Languages : Hindus have developed languages which have been created long ago and even exist now such as Sanskrit and Hindi which convey important information and have been a part of many cultures.

Community Service and Charity : Hindus have created several statues dedicated to their gods without charge. Hindu temples often play a central role in community service. Hindus have given out food to everyone including the poor, they provide shelter, distribute clothes, provide spiritual guidance, include entertainment, host competitions that have prizes and even donate money to charities.

Hindus tolerate and value anyone from any race or ethnicity. They believe that humans are responsible for their own actions and should be forgiven for any past mistakes if they learn from their mistakes for the future. Hindus are diverse and inclusive ranging from various cultural backgrounds, languages, and traditions with many beliefs and practices that many individuals around the world respect and follow. □



Diversity and Similarities within Hinduism

Prithviraj Banerjee, Grade-10

Currently, approximately one billion people on Earth identify as believers of Hinduism. Amongst themselves, these one billion Hindu devotees have many different and unique ways of embracing their religion within their daily lives. And while there is much diversity among Hindu worshippers, some key beliefs, practices, and ideas are central to Hinduism, which any devotee will know and emphasize.

One key principle is that Hinduism is a diverse collection of religious ideas, thoughts, and practices, instead of a centrally-controlled religious system. Different groups of Hindus may worship different gods and goddesses - these include major deities such as Brahma, Vishnu, and Shiva, as well as other, lesser-known figures. Many of these different groups are known as *sampradayas*, essentially Hindu schools or communities that mostly share the same beliefs and practices.

Hindus may choose to worship their deities using external methods, such as through religious ceremonies known as *pujas*, by offering sacrifices, or by attending pilgrimages. Yet others may choose to utilize internal methods, such as yoga or meditation, as forms of worship. Hindus and Hindu groups have the option to make use of the concepts of knowledge (known as *jnana*), duty (known as *karma*), renunciation of the material world (known as *sanyasa*), or devotion (known as *bhakti*), as ways of practicing their religion and showing devotion.

Nevertheless, many major similarities are evident among Hindu devotees and their beliefs. One

common characteristic is the universal acceptance of the Vedas as primary sacred texts. The Vedas are a collection of writings recorded by Hindu sages in the Sanskrit language, documenting the fundamental truths and discoveries about the nature of humanity and reality. Hindus also believe in *Brahman*, the supreme force of God present in all living beings. Another related concept is that of the soul, or *atman*, stating that all living entities have souls that are connected to the supreme soul.

Yet another key concept of Hinduism is the constant cycle of rebirth of the individual soul among different bodies, also known as *samsara*. This idea states that we are constantly subjected to reincarnation into a different body every time we experience death. The body that we are reborn into depends entirely on our *karma*, or the quality of our deeds and actions in our prior lifetime. In general, it is widely accepted that Hindus should strive to gain liberation, or *moksha*, from this constant cycle of reincarnation by practicing religion.

Because of the variety of beliefs, practices, and ideas among Hindus, Hinduism is regarded as a way of life, or *Sanatana dharma*, instead of one strict and authoritative religion. According to the Bhagavad Gita, regardless of the particular deity that one chooses to worship, all paths lead to the Supreme God. Thus, the diversity of Hinduism is a strength that ultimately allows Hindus to better understand their relationship between themselves and God. □





Saraswati Puja - A Devotion to Knowledge, Wisdom, and Art

Parizat Paul, Grade-9

Saraswati Puja also known as Vasant Panchami is a festival we Hindus celebrate to honor the goddess of knowledge, Maa Saraswati. Every year on the fifth day of the bright half of the Hindu lunisolar calendar month of Magha, usually in late January or early February, Vasant Panchami is commemorated. This day of the year 2024 occurs on the 14th of February. The first thing we need to do during this day is take a shower in the morning. It is considered a good sign to wear white or yellow on this day to signify the purity and peace on this day. We acknowledge Maa Saraswati by praying to her statue and decorating it with flowers, fruits, and sweets. It's important to have a day in the year where we devote the whole day to Maa Saraswati so that we can receive blessings and so we can lead a life with truth and purity. During Saraswati Puja, we put out books near the goddess for blessings so we can study better as education is key to success.

Maa Saraswati is part of the Tridevi, which is a triad of 3 goddesses, Maa Parvati, Maa Laxmi, and Maa Saraswati. She is married to Brahma, the

creator of the universe and is the daughter of Maa Durga, and Lord Shiva.

Through this puja, we host many activities in Mandirs such as recitations, art, and performing songs and dances. This puja that we celebrate also marks the preparation of the arrival of spring. Saraswati Puja is also a puja that marks the beginning of the preparation for Holika, or Holi.

We commemorate Saraswati Puja in schools too because school is a place for education so what better place to celebrate it. In 2018, Saraswati Puja was celebrated in my school where I performed a dance (Saraswati Vandana). There were other activities such as plays and Hate Khori. Hate Khori is one of the many things done on Saraswati Puja. It is performed to formally introduce toddlers to education. This would basically be their first writing ceremony.

Saraswati Puja is a day where we all can have fun and enjoy all the auspicious activities. It's important to acknowledge this day as a special annual fest. □

সবাইকে বাণী অৰ্চনাৰ শুভেচ্ছা

Honesty is My Main Policy

Cell : 416 721 1497

E-mail : mitonkanti@yahoo.ca



MITON KANTI PARIAL

M. Com., Smrititirtha

- **Mortgage Agent & Real Estate Sales Person**
- **Accountant and Tax Return Preparer**
- **Hindu Priest and Pandit**



Saraswati Puja 2024 Write-Up for Hindu Class

Sreyojit Paul, Grade-8

Vasant Panchami, or more commonly known as The Saraswati Puja, is a celebration that is overserved by millions of Hindus worldwide. Vasant Panchami usually marks the first day of Spring and is the preparation for Holi or Holika, which often occurs forty days afterward. However, there is one goddess that is the center of attention during this occasion, and that goddess's name is Saraswati. Goddess Saraswati is one of the four kids of Maa Durga, others being Lakshmi, Ganesha, and Kartikeya. Mother Saraswati is the goddess who represents Education, Creativity, and Music. Saraswati is also known for helping solve problems and bringing order to Chaos. The day Saraswati Puja is celebrated is often unknown, as it changes from year to year. An example of this is the years 2023 and 2024. In 2023, the Saraswati Puja was set for January 26th, but for 2024, it is February the 14th. Since Mother Saraswati is the goddess of Education, it is no surprise that the Saraswati Puja is considered the day to the holy start

of a child's education journey. This is often done by many families bringing their young children to the temple to try and encourage them to write their first words with their fingers, and/or create some music together with the Guru. Then the child is often given the Blessing of knowledge and wisdom from Maa Saraswati, to help them continue with their studies in the years to come.

To conclude, the Saraswati Puja is one of the many pujas we Hindus observe throughout the year. But the Saraswati Puja stands out from its crowd as it celebrates Maa Saraswati, Goddess of Education. Praying to Mother Saraswati is believed to help us with our studies, and often comes with great rewards in our education. Finally, Saraswati Puja is often what many consider to be the first day of spring and the beginning of a momentous year. I hope you have learned a lot about this amazing tradition Hindus observe, and I wish you the absolute best Saraswati Puja! □

Victory Day : Celebrating Independence and Resilience

Devi Paul, Grade-10

Every year on December 16th, Bangladesh celebrates Victory Day, commemorating its hard-earned independence from Pakistan in 1971. This significant day holds deep historical and emotional significance for our people, marking the end of a nine-month-long struggle for freedom, independence, and sovereignty.

The journey to independence began with the declaration of the Bangladesh Liberation War on March 26, 1971. The people of Bangladesh, formerly East Pakistan, sought autonomy from West Pakistan, starting a brutal conflict. The Pakistani military unleashed a campaign of atrocities, leading to widespread suffering and loss of life.

As the situation escalated, the Mukti Bahini, a resistance force, emerged with the goal of liberating Bangladesh. The conflict eventually drew international attention, and humanitarian concerns grew as reports of mass killings and human rights abuses reached the global community.

The turning point in the Bangladeshis' fight was on December 16, 1971, when the Pakistani military surrendered to the joint forces of the Mukti Bahini and the Indian military. The signing of the Instrument of Surrender in Dhaka marked the birth of Bangladesh as an independent nation. The war had taken a heavy toll, with millions of lives lost and significant damage to infrastructure, but the resilience of Bangladesh prevailed.

Victory Day is not just a historical event, but a testament to our nation's ability to overcome obstacles and thrive against all odds. The celebrations on this day echo the sentiment that the sacrifices made in 1971 were not in vain and that the spirit of independence lives on in the hearts of the Bangladeshi people. □



Cultural Diversity in Bangladesh : Celebrating Ancient Hindu Traditions Amidst Challenges

Sarbabhouma Roy Majumder (Riddhi), Grade-9, Age-14

Bangladesh, celebrated for its rich cultural tapestry, embraces a diversity that includes a significant Hindu minority, constituting about 8-10% of the population. Amidst the myriad cultural expressions, the Hindu community in Bangladesh significantly contributes to the nation's cultural mosaic, with Saraswati Puja being a standout celebration.

Saraswati Puja, devoted to the goddess of knowledge and arts, is a livelay celebration that highlights the unity and diversity of Bangladesh. Educational institutions, cultural centers, and communities burst into life with colorful decorations, traditional rituals, and artistic performances during this ancient festival. Dating back over 5000 years, this enduring tradition not only marks a religious observance but also symbolizes the cultural richness and communal harmony within the Hindu community.

Bangladesh is known for its awesome mix of music, dance, art, and stories, beyond just the religious festivals. The Bengali New Year celebration, Pohela Boishakh, is a big deal where people from

all backgrounds join in for some traditional music, dance, and good food.

But let's not overlook the challenges faced by the Hindu minority in Bangladesh. They often deal with unfair treatment in education, jobs, and land ownership, creating social and economic gaps. Some even face pressure to change their beliefs, and there's tension between different groups.

In a nutshell, Bangladesh has this cool blend of cultures celebrated together, like during Saraswati Puja. However, it's crucial to address the struggles of the Hindu community to ensure everyone can enjoy and protect their unique traditions in a fair and inclusive way. □

Maa Saraswati

Prithwiraz Das, Grade-6

O Maa Saraswati, goddess of eternal knowledge
 During Saraswati Puja it is you we acknowledge
 So pleasant to see you holding veena, beads and book
 On Vasant Panchami, a devotional look
 Your swan and lotus flower symbolizes purity
 I become so blessed to see your Magnificent deity
 You are one of the glorious daughters of Parvati
 Along with Lord Brahma you created humanity
 You are so beautiful dressed in pure white
 This signifies your truth and light

We worship you by doing puja and pushpanjali
 For prasadam we offer fruits, sweets and vegetable thalis
 O Maa Saraswati please bless us with your wisdom,
 intelligence and knowledge
 So that people can enlighten their inner darkness and
 purify their souls of all age
 Jai Ma Saraswati □

The Intrinsic Beauty of Hinduism

Debosmita Banerjee, Grade-6

Hinduism is a complex religion that has many beautiful features to it. While being one of the most ancient religions in the world, it is considered the third largest religion world-wide. Thousands of years ago, Hinduism originated in the Indian subcontinent. Our culture has various beliefs, emphasizes dharma, karma, and yoga, as ways to attain liberation, and is known for our festivals, rituals, and traditions that take place every year. While Hinduism is quite diverse, all practices are united by the belief of the cycle of life, death, and rebirth, and the goal of life.

The concept of karma; Actions and consequences is the definition of karma. One's actions can shape their future, and each one has a consequence. This is a very powerful theory. The word karma comes from the Sanskrit word *kri* which means *to act*.

The diversity of deities; Hinduism has an extensive range of deities, each matched with unique beliefs, stories, characteristics, allowing for a rich

religious experience. The *Vedas* explain that there are 33 types of Devatas, and with God's guidance, these 33 Devatas sustain the world.

Respect for nature; Respect for the natural world is encouraged by Hinduism teachings, as well as that all living beings are manifestations of the divine, which establishes a sacred respect for the environment. Hindu art and architecture; One of Hinduism's most recognized traditions is art and architecture. Hindu temples, statues, and carvings are admired by people all around the world. They are known for their intricate details and designs.

Hinduism is recognized for its deep spiritual teachings and diversity, and gives knowledge about devotion and self realization. It explains the meaning of life and offers a path for individuals to find meaning, fulfillment, and a chance to connect with the divine. □

Meditation

Smith Haldar, Grade 7



Meditation is not just someone saying aum over and over again it is something else. Meditation is focusing on a particular thing and setting your mind on it. It is an activity to train your attention. When you drift off to something else you go back to what you were focused on, and then do that multiple times and gain attention span. This also dates long ago in Hinduism and Buddhism. The word meditation is derived from the old French word *meditacioun*. So this is what meditation really is. □



Welcome to Gayatri

গায়ত্রী আবাহন

Gayatri Avahan

Call Gayatri with folded hands placed on your heart:

ওঁ আয়াহি বরদে দেবি, ত্র্যক্ষরে ব্রহ্মবাদিনি ।
গায়ত্রি চন্দসাং মাত-ব্রহ্মযোনি নমো হস্ততে ॥

**Om aayahi baradey devi, traksharey
Brahmabadini |
Gayatricha chandasam matar-Brahmayoni
namohastutey ॥**

Come Oh the revered goddess, Oh the imperishable, Oh the teacher of the Vedas, Oh the mother of Gayatri meter, who came out of the supreme Lord (Brahman), allow me to bow with deep reverence.

Gayatri Meditation

গায়ত্রীধ্যান

Gayatri Dhyan

Dhyan is the process of invoking the image of the God/Goddess on the mental screen.

গায়ত্র্যা বিশ্বামিত্র ঋষি-গায়ত্রীচন্দঃ
সবিতা দেবতা জপোপনয়নে বিনিয়োগঃ ।

**Gayatraya Viswamitra rishi-Gayatrighanda
Sabita devata japopanyaney biniyogah ॥**

Gayatri, initiated by sage Viswamitra in Gayatri meter and addressed to the sun, bringing him near, I am offering that mantra to you feeling detached from the material world.

Morning

ওঁ কুমারী-মৃগ, বেদযুতাং ব্রহ্মরূপাং বিচিন্তয়েৎ ।
হংসস্তিতাং কুশহস্তাং সূর্য্যমণ্ডল-সংস্তিতাং ॥

**Om kumarim-Rigvedajutan Brahmarupan
bichintayet
Hamsasthetam kushahastam
Suryamandala-sansthitam ॥**

In the morning meditate on Gayatri as a small girl, holding the sacred Rigveda, looking over the universe while sitting on a swan, holding

Kusha(the sanctified grass that captures sun's rays) in her hands; while located on the divine solar system.

High Noon

ওঁ মধ্যাহ্নে বিষ্ণুরূপাঞ্চ তাক্ষ্যস্থান্ পীতাবাসসং ।
যুবতীঞ্চ যজুর্বেদাং সূর্য্যমণ্ডল-সংস্তিতাং ॥

**Om madhyanhye Vishnurupancha
tarakshastham peetabasam |
Yubatincha Yajur-vedam Suryamandala-
sansthitam ॥**

At noon, like Vishnu riding on his Gaduda, Gayatri takes the form of a young grown up lady, holding Yayurveda in her hands, wearing a yellow dress and located in the divine solar system.

Evening

ওঁ সায়াহ্নে শিবরূপাঞ্চ বৃদ্ধাং বৃষভ-বাহিনীং ।
সূর্য্যমণ্ডল-মধ্যাহ্নাং সামবেদ সমায়ুতাং ।

**Om sayaneh Shibarupanchya bridam
brishabha-bahining
Suryamandala-madhyastam Samaveda
samajutam ॥**

In the evening, like the image of Shiva, Gayatri takes the form of an old lady riding on a bull while located in the Solar system and holding the Samaveda in her hands.

Gayatri Chant

গায়ত্রী জপ

Gayatri Jap

Light is a symbol for knowledge and wisdom. Many would like to meditate on light as a formless symbol of the Supreme divine. Gayatri mantra helps in such a meditation. The following Gayatri prayer is mentioned in Rigveda and Brihadaranyaka Upanishad. It is considered as the ultimate vaidic prayer.

This is the short version of Sandhya or Gayatri prayer. The full version has been presented earlier.



ওঁ ভূ ভূবঃ স্বঃ । তৎসবিতুর্ভরোগ্যং ভর্গো দেবস্য ধীমহি ।
ধিয়ো যো নঃ প্রচোদয়াৎ ওঁ ॥

**Om Bhur-Bhuba-Svah, Tat Savitur vareyna,
Vhargo devasva dhimahi. Dhio yo nah
prochodayat Om!**

Let us meditate on the glory of that effulgent reality, through which the whole universe is projected, may He enlighten our intellect.

Say the entire sentence by touching your right hand thumb either in the spaces between the horizontal natural markings on your finger or the tip of the finger. Repeat the same ten times.

Start the first number with your right hand thumb touching on the ring finger inner aspect mid segment then go down to the next segment and so forth as outlined in the attached figure.

Elaboration of Gayatri Prayer:

ওঁ ভূভূবঃস্বঃ, তৎ সবিতুর্ভরোগ্যং,
ভর্গো দেবস্য ধীমহি । ধিয়ো যো নঃ
প্রচোদয়াৎ ওঁ ॥

**Om Bhur-Bhuba-Svah, Tat
Savitur varenyam,
Vhargo devasva dhimahi,
Dhio yo nah prochodayat, Om!**

Om (primordial sound that represents divinity)! In the three worlds – the physical

(bhur), the mental (bhuvah) and the spiritual (suvah) – you that transcendental Paramatama, the adorable (barenyam) Sun (Savitur, creator of this world), destroy the darkness (bhargo, sin), with your divine effulgence (devasya). We meditate upon (dheemahi) Thee, Enlighten our intellect (dhiyo yonah pracodayat). Om!

Conclusion of Sandhya

গায়ত্রী বিসর্জন
Gayatri Bisarjan

Take a little water on your right palm, chant the following mantra and throw on the puja plate:

ওঁ মহেশ-বদনোৎপন্না বিশ্বেগর্হদয়-
সম্ভবা । ব্রহ্মণা সমনুজ্জতা গচ্ছ দেবি
যথেচ্ছয়া ॥

**Om Mahesha-
vadanotpanna
Vishnuhridaya-sambhava |
Brahmana samnugyata
gachcha devi
jatheychchhaya ॥**

Oh goddess Gayatri, you have come from the mouth of Shiva, reside in the heart of Vishnu, and hold to the conscience of Brahma, now you can go anywhere you wish.



Counting of Gayatri is done by moving the thumb between finger segments. Counting of 10 is shown by arrow.





বাংলাদেশ কানাডা স্কুল অব হিন্দুইজম এন্ড কালচারাল স্টাডিজ

টরন্টো, কানাডা, স্থাপিত: ২০০৫

সনাতনী ও সাংস্কৃতিক শিক্ষাসূচী

পরিচালনায়: বাংলাদেশ কানাডা হিন্দু কালচারাল সোসাইটি ও বাংলাদেশ কানাডা হিন্দু মন্দির

বিভাগ: সনাতন ধর্ম

(১) সনাতন ধর্মের পরিচয় :

- (ক) ধর্ম বলতে কি বুঝায়, হিন্দু শব্দের উৎপত্তি
- (খ) হিন্দুধর্মের ইতিহাস, বেদ, উপনিষদ, মহাভারত, রামায়ণ এবং পৌরাণিক কাহিনী
- (গ) সনাতন ধর্মের সারমর্ম- সত্যকথন, সদাচার, জীবসেবা, জীবাত্মা-পরমাত্মা, দেব-দেবী ও ভগবানের স্ব-স্তুতি
- (ঘ) পূজা ধ্যান, জপ ইয়োগা, আসন মুদ্রা প্রভৃতি কি ও কেন?
- (ঙ) ভক্তি, শ্রদ্ধা, দয়া, প্রেম, ভালবাসা, মানবতা প্রভৃতি মানবীয় গুণাবলী
- (চ) গীতা, ভাগবত, পুরাণ এবং অন্যান্য ধর্মীয় গ্রন্থাদি ও পরিচয়।

(২) সামাজিক শিক্ষা :

- (ক) পিতা-মাতা, বন্ধু-বান্ধব, আত্মীয়-স্বজন ও গুরুজনদের প্রতি ব্যবহার/আচার-আচরণ/কর্তব্য (সনাতনী ঐতিহ্যের আলোকে)
- (খ) পঞ্চতন্ত্র, হিতোপদেশ প্রভৃতির গল্প
- (গ) চানক্য শ্লোক ইত্যাদি

(৩) ঐতিহ্য :

- (ক) ধর্ম, দর্শন ও বিজ্ঞানের আলোকে সনাতন ধর্মের অবদান এবং বিশ্বজনীনতা।

(৪) পরিচয়: ভগবান এবং অবতারের স্বরূপ, বাঙালি ধর্মীয় মনীষীদের জীবনী, বাণী, নিজ নিজ পরিবার ও বংশের ইতিহাস, নাম গোত্র।

(৫) শিক্ষা সফর: ধর্মীয় পীঠস্থান, মিউজিয়াম, ঐতিহাসিক স্থাপনা ইত্যাদি।

(৬) সনাতন ধর্ম এবং বিশ্বে প্রচলিত অন্যান্য ধর্ম সম্পর্কে ধারণা।

(৭) বাৎসরিক উপস্থাপনা, স্মরণিকায় অংশগ্রহণ সম্পর্কে ধারণা।

(৮) পূজা প্রশিক্ষণ ও ধর্মগ্রন্থ (বিশেষত: গীতা) শিক্ষার আয়োজন।

নির্দেশাবলী

- (১) সনাতন ধর্মাবলম্বী শিশু-কিশোর যাদের বয়স ৫-১৫ বৎসর তারা এই শিক্ষা কার্যক্রমে অংশ নিতে পারে।
- (২) সনাতন ধর্ম সম্পর্কে জানতে আগ্রহী বিশ্বের যেকোন ধর্মাবলম্বী শিশু-কিশোরদের অংশগ্রহণ সदा উন্মুক্ত।
- (৩) পাঠ্যসূচী সমূহ ইংরেজি, বাংলা এবং সংস্কৃত ভাষার সমন্বয়ে পরিচালিত হবে।
- (৪) স্কুল কর্তৃক আয়োজিত সামাজিক সাংস্কৃতিক কর্মসূচীতে অংশগ্রহণ বাধ্যতামূলক।
- (৫) যেকোন বয়সের ধর্ম শিক্ষায় আগ্রহী ব্যক্তি ধর্মশিক্ষা কার্যক্রমে (পূজা প্রশিক্ষণ কর্মসূচী) অংশ নিতে পারে।
- (৬) জুনিয়র ও হাই স্কুলের ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য কো-আপ/ভলান্টিয়ার কার্যক্রমের ব্যবস্থা আছে।

সঙ্গীত বিভাগ

কর্তৃ সঙ্গীত :

- + সঙ্গীতের উৎপত্তি ও ইতিহাস
- + বিভিন্ন প্রখ্যাত সঙ্গীত সাধকের নাম
- + প্রাচ্য ও পাশ্চাত্য সঙ্গীতের পার্থক্য
- + শাস্ত্রীয় ও আধুনিক সঙ্গীত
- + সরগম শিক্ষা/কীর্তন শিক্ষা
- + সঙ্গীত শিক্ষা বিষয়ে কর্মশালা
- + উৎসব ভিত্তিক গান শিক্ষা



সঙ্গীত সহায়ক যন্ত্র (যন্ত্র সঙ্গীত)

- (ক) তবলা/মৃদঙ্গ
- (খ) করতাল (মন্দিরা)
- (গ) হারমোনিয়াম (ক্যাসেটের সাথে লহরা)
তবলা/মৃদঙ্গ ইত্যাদি বিষয়ে অতিথি শিক্ষক আমন্ত্রণ ও কর্মশালা
- (ঘ) হারমোনিয়াম ও কীবোর্ডের পার্থক্য।
- (ঙ) সঙ্গীতে ব্যবহৃত অন্যান্য যন্ত্রাদির সাথে পরিচয়।

নৃত্য বিভাগ

- + সঙ্গীত নৃত্যের পার্থক্য
- + সনাতন ধর্মের সাথে নৃত্যের সম্পর্ক সনাতনী মুদ্রা
- + দেব-দেবীর নৃত্য ভঙ্গী (নটরাজ)

বাংলা বিভাগ

- (ক) বর্ণ, শব্দ, বাক্য
- (খ) বর্ণ ও শব্দের মধ্যে পার্থক্য
- (গ) শব্দ ও বাক্য গঠন
- (ঘ) স্বরবর্ণ ও ব্যঞ্জন বর্ণ
- (ঙ) যুক্তাক্ষর
- (চ) লিঙ্গ পরিচয়
- (ছ) বিপরীত শব্দ
- (জ) বাংলা গল্প বলা
- (ঝ) হাতের লেখা ইত্যাদি

কম্পিউটার বিভাগ

- + বাংলা বর্ণমালা ও যুক্তাক্ষরের সাথে পরিচিতি
- + বাংলা সফটওয়্যার ও কীবোর্ড পরিচিতি
- + বাংলা টাইপ
- + অপারেটিং প্রক্রিয়া
- + ফন্ট পরিচিতি
- + বিভিন্ন বাংলা ওয়েবসাইট ভ্রমণ
- + স্কুলের সময়ে উপস্থিত সকল অভিভাবকদের বাংলা কম্পিউটার কোর্সে অংশ নিতে হবে

চারুকলা বিভাগ

- (ক) সাধারণ অংকন
- (খ) চিত্রকলায় ব্যবহৃত জিনিসপত্রের ধারণা
- (গ) চিত্রকলার উদ্দেশ্য
- (ঘ) সনাতন ধর্মে ব্যবহৃত প্রতীক, যন্ত্র, চিহ্ন, মণ্ডল ইত্যাদি ধারণা
- (ঙ) অংকন বিষয়ক বিভিন্ন কর্মশালায় অংশগ্রহণ।



**STUDENTS LIST OF BANGLADESH CANADA SCHOOL OF
HINDUISM AND CULTURAL STUDIES, TORONTO, CANADA
FROM 2004 – 2024**

1 Abir Saha
2 Aditya Dhar
3 Adri Bhattacharjee
4 Adri Saha
5 Adrita Banik
6 Adyashree Saha
7 Ahana Saha (Misty)
8 Ajoy Bhattacharjee
9 Alya Chakraborty Dayal
10 Amit Sur
11 Amrita Banik
12 Anamik Dutta
13 Ananka Bhattacharjee
14 Ananna Dutta
15 Ananya Poddar
16 Anick Ghose
17 Animesh Nath
18 Aninda Paul
19 Aninda Paul
20 Aninda Poddar
21 Anirvan Das
22 Anirban Mitra
23 Aniruddha Das
24 Argha Debnath
25 Aritra Banik
26 Aritra Mitra
27 Aritra Paul
28 Aritra Paul
29 Arko Bhattacharjee
30 Arnab Majumder
31 Arnab Sarker
32 Arpita Sarkar
33 Arthur Dutta
34 Arun Hur
35 Arunima Chakraborty (Joyeta)
36 Asmit Chowdhury
37 Asmita Banerjee
38 Atul Banik
39 Auditi Dutta
40 Auik Dutta
41 Auik Saha
42 Aungkan Datta
43 Aungkur Dutta

44 Aurgha Dhar
45 Avi Deb Mazumder
46 Avijit Nath
47 Avishek Bhattacharjee
48 Ayon Das
49 Ayushi
50 Bablo Chanda
51 Badhan Dutta
52 Bappi Chanda
53 Bihongo Sarkar
54 Bihungu Sarkar
55 Binita Dutta
56 Binita Dutta
57 Biprojit Sanyal
58 Biraj Das
59 Bishwajit Das
60 Bejoy Chowdhury
61 Bondon Roy
62 Borsha Paul
63 Brijesh Sreshtho
64 Brothi Adikary
65 Choa Saha
66 Chowkas Dey
67 Deb Sharma
68 Debashish Roy
69 Debosmita Banerjee
70 Debashmita Bhowmik
71 Debosmita Banerjee
72 Deepjoy Roy
73 Deepyaman Bhowmik
74 Dev Mukherjee
75 Devary Roy
76 Devi Paul
77 Devika Nath
78 Dia Chakraborty
79 Dia Sanyal
80 Dibyajit Bhowmik
81 Dip Das
82 Dipayan Halder
83 Dipongkor Halder
84 Disha Shome
85 Divya Roy
86 Dristi Ghose

87 Durba
88 Guranthana Purohit
89 Hitonkar Halder
90 Hridi Paul
91 Indrani Paul
92 Ishan Biswas
93 Janhui Bhattacharjee
94 Jhinuk Gope
95 Jishnu Chatterjee
96 Jyoti Dutta Purkayastha
97 Kongkan Sarkar
98 Krishi
99 Kris Karmaker
100 Krishti Dey
101 Madhurja Biswas
102 Milton
103 Mohawa Dhar
104 Monami Saha
105 Moumita Chanda
106 Mridula Dey
107 Mugdha Roy
108 Nandita Nath
109 Newton Paul
110 Newton Paul
111 Nijum Saha
112 Nilima Sarkar
113 Niloy Basak
114 Niloy Roy
115 Niloy Saha
116 Niloy Sarkar
117 Nirjhar Biswas
118 Nirjhor Dey
119 Nirob Biswas
120 Nirob Saha
121 Nishita Parial
122 Nishita Parial
123 Nishuti Saha
124 Noinita Chakraborty
125 Oishi Das
126 Oishi Dash
127 Oyshee Ahana Saha
128 Partha Pratim Roy Ballave
129 Parthib Debnath



130 Pion Das
 131 Piyal Dutta
 132 Pragya Kar
 133 Prali Roy
 134 Prama Kar
 135 Pranab Sarkar
 136 Prantik Roy
 137 Prantika Saha
 138 Pratik Saha
 139 Prerona Gope
 140 Prima Dutta
 141 Pritheraj Roy Ballave
 142 Prithviraj Banerjee
 143 Prithiraj Chakraborty
 144 Prithviraj Banerje
 145 Prithwi Shome
 146 Prithwiraj Das
 147 Prithwish Halder
 148 Pritom Dutta
 149 Priyaka Chakraborty
 150 Priyanjana
 151 Projoyti Saha
 152 Proteeti Biswas
 153 Purbash Purohit
 154 Purbasha Debnath
 155 Pundorick Paul
 156 Rahi Rahi Ridhita Das
 157 Raj Ghosh Biswas
 158 Rajarshi Dasgupta
 159 Rajasree Roy
 160 Rajshree Ghosh Biswas
 161 Rajsree Chowdary
 162 Rhidita Saha

163 Ria Chakraborty
 164 Ridita Rahi Das
 165 Riti Pramanik
 166 Rituraj Roy
 167 Roddur Biswas
 168 Romit Das
 169 Ruchira Datta
 170 Ruhit Paul
 171 Rupayan Halder
 172 Rupkatha Das
 173 Ruponti Roy
 174 Saikat Paul
 175 Sam Paul
 176 Samanta Purkayastha
 177 Sananda Choudhury
 178 Songeta Chowdhury
 179 Sonjoy Chowdhury
 180 Saptarshi Sarma Puja
 181 Sarbabhouma Roy Majumder
 182 Saronica Routh
 183 Sayantani Das (Prova)
 184 Sejuti Saha
 185 Shaishob Paul
 186 Shaon Parial
 187 Shawnak
 188 Shemanto Banik
 189 Shirsha Sarker
 190 Shoumik Bhattacharjee
 191 Shouvik Das
 192 Showmya Biswas
 193 Shownak Avik Saha
 194 Shravana Goswami
 195 Sinjini Saha

196 Smith Halder
 197 Soham Chakraborty
 198 Sologna
 199 Songvedan Goswami
 200 Soptarshi Roy Majumder
 201 Soptodeep Purkatastha
 202 Sougata Majumder
 203 Sreshtha Karmaker
 204 Sreyoshi Mondol
 205 Srijan Paul
 206 Srijita Das
 207 Srmiti Pramanik
 208 Subhasish Roy
 209 Sudipta Saricar
 210 Sufal Deb
 211 Sukannya Paul
 212 Sulav Deb
 213 Sumit Sarkar
 214 Suprea Banik
 215 Sushital Roy
 216 Sushmita Routh
 217 Sushmita Sur
 218 Tanmoy Paul
 219 Tonmoy Ghose
 220 Toshon Debnath
 221 Trisha Paul
 222 Trinobh Chowdhury
 223 Tuly Ghose
 224 Turja Ghose
 225 Udichi Paul
 226 Udoy
 227 Uttsob Saha
 228 Zitonoror Halder





Joyanta Banik

DECIDE TODAY, CELEBRATE TOMORROW

সরস্বতী পূজার প্রীতি
শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন



Off: 416-391-3232
Cell: 416-879-7817

email: jbanik@trebnet.com

MEMBERS OF THE TORONTO REAL ESTATE BOARD

Morneau Sobeco Centre II
Fax : 416 391 0319 / 416-615-0063
895 Don Mills Rd, Suite # 202
Toronto, ON M3C 1W3
www.rightathomerealty.com



JOYANTA BANIK

Sales Representative

C@systemsDTP@gmail.com

Cell: 416-879-7817

Ranked among Top 3% RAH salesforce for consecutive years.



RE/MAX



Realtron Rahul Saha Realty Inc. Brokerage

Each Office is independently owned and operated

Rahul Saha, M.Sc. (Elect. Eng.)

Broker of Record



সরস্বতী
পূজার
শুভেচ্ছা

885 Progress Avenue., #209, Toronto, ON M1H 3G3

Cell: 416-832-5835

Office: 416-289-3333

Fax: 416-289-4535

Email: rahulremax@gmail.com

www.rahulsaha.com



Chitta Das and Team

Many times award
winner Realtor

সবস্বতী পূজার শুভেচ্ছা

CHAIRMAN'S CLUB **REMAX HALL OF FAME**

**HALL OF FAME 2020 BY
REMAX INTERNATIONAL
CHAIRMAN CLUB AWARD
2021 AND MANY MORE
PLATINUM
AWARD 2017, 2019 AND 2020**

LET ME HELP YOU FIND YOUR DREAM HOME

Your Trusted Realtor **416.655.0996**
chitta.realtor@gmail.com

RE/MAX[®]
ALL-STARS REALTY INC., BROKERAGE
TEL: 416.265.2000 FAX: 905 477 6839

NOW SERVING YOU FROM 2 LOCATIONS

TORONTO OFFICE
3000 Danforth Ave
Unit#108 C, Toronto, ON
M4C 1M7, Canada



HEAD OFFICE
5071 Hwy 7
Unionville, ON
L3R 1N3, Canada





সরস্বতী পূজার শুভেচ্ছা



Manoranjan Talukder

**PROVIDING RELIABLE TAX
SERVICES FOR OVER 12 YEARS**

- ✓ Personal & Corporate Tax Returns
- ✓ Complete Small Business Tax Solutions
- ✓ Multi-Year Tax & CRA Audit Assistance
- ✓ Year Round Open & Free Tax Consultation!!!

**205 - 2390 EGLINTON AVE. EAST,
(EGLINTON & KENNEDY) SCARBOROUGH, ON. M1K 2P5
PHONE: 647-827-2220 / 647-340-1004**

Visit Our New Branch!

**2163A LAWRENCE AVE. EAST, (2ND FLOOR)
(LAWRENCE & BIRCHMOUNT) SCARBOROUGH, ON. M1P 2P5
PHONE: 647-368-7310**



info@kennedyaccounting.ca



www.kennedyaccounting.ca



GLS BUILDERS & CONSTRUCTION INC.

DESIGN | BUILD | RENOVATE

☎ 416-846-6815 | ☎ 647-780-9572

✉ MITHUSHOME2021@GMAIL.COM



অরস্বতী পূজার শুভেচ্ছা

SHOME TEAM
REALTY SERVICES

ON YOUR SIDE 24/7

🌐 WWW.SHOMETEAM.COM

ঋণীয় সুব্রত সোমের ছোট জাই মিতু সোম
ও তার সহধর্মিণী এখন আপনাদের সেবায়

Mithu Shome

Salesperson

☎ 416-846-6815

🌐 mitoshome@yahoo.ca



Subarna Dey

Broker

☎ 647-780-9572

🌐 subarnadey2011@gmail.com

RE/MAX METROPOLIS
REALTY BROKERAGE



* Each office independently owned and operated.



সরস্বতী পূজার শুভেচ্ছা



SELL FOR TOP DOLLAR & BUY WITH CONFIDENCE!
BUY . SELL . INVEST. Call Me For All Your Real Estate Needs

DULAL BHOWMIK

REALTOR®

437-770-3486

dulalrealtor@gmail.com

www.dulalrealtor.ca

f i t in dulalrealtor



FOR BUYERS

- › New Owner Orientation
- › Strong Negotiation Skills
- › Service Commitment
- › Assist with Mortgage, Inspection & Lawyers



FOR SELLERS

- › Free Home Evaluation
- › Best Value For Your Property
- › Professional Home Staging Available
- › Competitive Commission Structure
- › MLS Listing. Advertise in Social Media

CENTURY 21

Heritage Group Ltd

11160 Yonge Street

Richmond Hill, ON L4S 1H5



Independently Owned and Operated



Your best interest is my top Priority! My commitment & My goal is to provide my clients Great service that leads to great satisfactions.

For your convenience I provide extended service from 4 other offices

○ THORNHILL, ONTARIO
7330 Yonge Street

○ BRADFORD, ONTARIO
49 Holland Street West

○ HAMILTON, ONTARIO
209 Limeridge Road East #2

○ NEWMARKET, ONTARIO
17035 Yonge Street Suite 100




LAW OFFICE

“You are the Purpose,
Part and the Opportunity of our Work”

SLPC

SINGHA LAW PROFESSIONAL CORPORATION

PRACTICE AREAS



**Real Estate
Litigation
Family Law
Immigration
Wills & Power of Attorney**



**We speak English,
Bengali, Hindi & Urdu**

JAYANTA K. SINGHA

Barrister & Solicitor, Notary Public

2249 Kingston Road, Main Floor, Toronto, Ontario. M1N 1T8

T : 416 265 9449 F : 416 265 4044

Email : info@singhalaw.ca. www.singhalaw.ca

Gautam Paul

Broker

*Many Times Award Winner
REALTOR since 2003*



Gautam Paul

416-882-5467

gautampaul69@gmail.com
www.gautampaul.com

