

পুষ্টি, ৱাশ (WASH) আৰু বলপূৰ্বক বিবাহৰ
ক্ষেত্ৰত বিভিন্ন মতবাদৰ সিদ্ধান্তসমূহ

উন্নত

পুষ্টি



বাল্য বিবাহ হ্রাসকৰণ



উন্নত অনাময়



বিদ্যালয়ত নামভৰ্তি
আৰু উপস্থিতি বৃদ্ধিকৰণ

ইছলাম

ইছলামত বিবাহ এক গুৰুত্বপূৰ্ণ চুক্তি (মীছাকান গালিজা) সফল তথা সকলো পৰিয়ালতে ধনাঙ্ক ফলাফল প্ৰাপ্তিৰ ইছলামত ই এক গুৰুত্বপূৰ্ণ চুক্তি।

কোৰআনত বিবাহক এক গুৰুত্বপূৰ্ণ চুক্তি হিচাপে বিবেচনা কৰা হৈছে :



আৰু কেনেকৈ তোমালোকে সেয়া ঘূৰাই ল'বা? অথচ তোমালোকে ইজনে সিজনৰ লগত সংগত হৈছিল (সজোগ কবিছা) আৰু সিহঁতেও তোমালোকৰ পৰা দৃঢ় অঙ্গীকাৰ লৈছিল। (কোৰআন, ৪ঃ২১)

বিবাহ কোনো শিশুৰ খেলা নহয়। ই দুয়োটা পক্ষৰ পৰা দায়িত্বৰ পৰিপক্বতা বিচাৰে- কেতিয়াবা সন্তানসকল ইয়াৰ বাবে প্ৰস্তুত নহয়। গতিকে, কোৰাণত বিবাহক “সবাতোকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ শপত” হিচাপে ঘোষণা কৰা হৈছে।

দৰাচলতে “মীছাকান গালিজা” (مَيْثَاقًا غَلِيظًا) শব্দটো আল্লাহ আৰু তেওঁৰ দূতৰ মাজত হোৱা চুক্তিৰ লেখীয়া বিবাহ চুক্তিৰ ক্ষেত্ৰতো ব্যৱহাৰ কৰা হয়।

আৰু স্মৰণ কৰা যেতিয়া আমি নবী (মহাপুৰুষ) সকলৰ পৰা অঙ্গীকাৰ গ্ৰহণ কৰিছিলো আৰু তোমাৰ (অৰ্থাৎ মোহাম্মদৰ পৰাও) লগতে নূহ, ইব্ৰাহিম, মুছা আৰু মৰিয়মৰ পুত্ৰ ঈছাৰ পৰাও। আমি তেওঁলোকৰ পৰা গ্ৰহণ কৰিছিলো দৃঢ় অঙ্গীকাৰ। (কোৰআন, ৩ঃ৭৭)

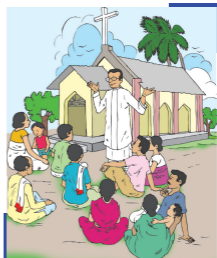
দূতগৰাকীয়ে (PBUH) তেওঁলোকক তেওঁৰ অধীনৰ ব্যক্তি তথা স্বাভাৱিকভাৱে জড়িত হোৱা শিশুসকলৰ বাবে এক সুৰক্ষিত পৰিবেশ সৃষ্টি কৰিবলৈ আদেশ দিছিল, যিয়ে তেওঁলোকক অপমান, হিংসা আৰু শোষণৰ পৰা ৰক্ষা কৰিব : “তদুপৰি আল্লাহে এইসমূহৰ দায়িত্বত থকা লোকক প্ৰশ্ন সুধিব যে তেওঁলোকে এই দায়িত্ব সুচাৰুৰূপে পালন কৰিব পাৰিছে নে নাই।” (ছুনান, জিহাদৰ গ্ৰন্থ, আল-তিৰমিধি)

কোৰাণে মহিলাক বলপূৰ্বকভাৱে বিবাহত বহাত বাধা প্ৰদান কৰিছে:

হে বিশ্বাসী সকল! বলপূৰ্বকভাৱে নাৰীসকলৰ উত্তৰাধিকাৰী হোৱা তোমালোকৰ বাবে বৈধ নহয়। তোমালোকৰ যি প্ৰদান কৰিছা তাৰ পৰা কিছু অংশ আত্মসাৎ কৰাৰ উদ্দেশ্যে সিহঁতক অৱৰুদ্ধ কৰি নাৰাখিবা, কিন্তু যদি সিহঁতে স্পষ্ট বেয়া আচৰণ কৰে (তেস্তে সেয়া সুকীয়া কথা)। আৰু তোমালোকে সিহঁতৰ লগত সন্ত্ৰাৰে জীৱন-যাপন কৰিবা। তোমালোকে যদি সিহঁতক অপছন্দ কৰা তেস্তে এনেকুৱাও হ'ব পাৰে যে, যিটোত আল্লাহে বহু কল্যাণ নিহিত কৰি ৰাখিছে আৰু তোমালোকে সেইটোকে অপছন্দ কৰি আছা। (কোৰআন, ৪ঃ১৯)

খ্ৰীষ্টিয়ান

খ্ৰীষ্টিয়ান ধৰ্মত মানৱক ভগৱানৰ প্ৰতিমূৰ্তি তথা তেওঁৰ দৰে একেই হিচাপে বিবেচনা কৰা হৈছে আৰু তেওঁলোকৰ জীৱনত যীশুৰ আদৰ্শ অনুসৰণ কৰিবলৈ কোৱা হৈছে। যীশুৱে সদায়েই দুৰ্বলসকলক প্ৰেম আৰু কৰুণাৰ দৃষ্টিৰে চাইছিল।



শিশুক মৰম আৰু সন্মান প্ৰদান কৰক:

নিম্নোল্লিখিত যীশু আৰু শিশুৰ মাজত হোৱা বাৰ্তালাপত দয়া আৰু সন্মান প্ৰকট হৈছে:

“যীচুৱে তাকে দেখি কুপিত হৈ তেওঁলোকক ক’লে— শিশুবিলোকক মোৰ ওচৰলৈ আহিবলৈ দিয়া, নিষেধ নকৰিবা, কিয়নো ঈশ্বৰৰ ৰাজ্য এনেকুৱাবিলাকৰহে।” (মাৰ্ক ১০ঃ১৪)

শিশুৰ ক্ষতিসাধন কৰাসকলে শান্তি পোৱা উচিত:

শিশুৰ ক্ষতিসাধন কৰাসকলৰ বিষয়ে (মেথিউ ১৮.৬) তেওঁৰ সূচীত শব্দ, আৰু এনেকুৱা কৰাৰ পৰিণতিসমূহ নতুন নিয়মত সকলোতকৈ অধিক শক্তিশালী।

“কিন্তু যিকোনোৱে খোদ বিশ্বাস কৰা, এই সৰুবিলোকৰ মাজৰ এজনৰ বিধিনি জন্মায়, তাতকৈ, তেওঁৰ ডিঙিত ডাঙৰ জাঁত আঁৰি, অগাধ সমুদ্ৰত ডুবাই দিয়াই তালৈ ভাল।” (মেথি ১৮ঃ৬)

হিন্দু

বেদৰ কিছুমান শ্লোকত বিবাহৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা হৈছে যিহেতু বৈবাহিক জীৱনক জীৱনৰ বৈদিক পথ অনুসৰি মানৱ জীৱনৰ দ্বিতীয় পৰ্যায় বুলি বিবেচনা কৰা হয়। নিম্নোক্ত শ্লোকটোত পুৰুষ মনুহে বৈবাহিক জীৱনত প্ৰৱেশৰ কিছুমান মৌলিক প্ৰয়োজনীয়তাৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰা হৈছে।



“ব্ৰহ্মচাৰ্যৰ শপত গ্ৰহণ কৰা ব্যক্তিজনক ছাত্ৰ জীৱনত সুস্বভাৱে পৰ্যবেক্ষণ কৰা হৈছে আৰু জ্ঞানেৰে পৰিপাক কৰা হৈছে, তেওঁৰ চৰিত্ৰ সংশোধন কৰা হৈছে আৰু পৰিপাটি পোছাকেৰে তেওঁৰ যৌৱনৰ সম্পূৰ্ণ সুবাসেৰে বৈবাহিক জীৱনত প্ৰৱেশ কৰিছে।” (ঋগ বেদ III ৮.৪)

ছোৱালীসকলক তৰুণ অৱস্থাতে বেদত বিয়াত বহিবলৈ বাধা আৰোপ কৰি তেওঁলোকৰ ব্ৰহ্মচাৰ্য (“ব্ৰহ্মাৰ সৈতে সামঞ্জস্য স্থাপন”- অবিবাহিত অৱস্থাত ব্ৰহ্মচাৰ্য পালন আৰু বিবাহিত অৱস্থাত সত্যৰ প্ৰতি নিষ্ঠা) সমাপ্ত হোৱাৰ পিছতহে তেওঁলোকৰ সহোদৰ শিষ্যৰ দৰে বিয়াত বহিবলৈ কোৱা হৈছে।

“এগৰাকী শিক্ষিত বিবাহিত কন্যাই তেওঁক শিক্ষিত বুলি ভালপোৱা ল’ৰাৰ সৈতেহে বিবাহত বহা উচিত, অতিশয় কম বয়সতে কন্যাক বিবাহত আৱদ্ধ কৰোৱাৰ বাবে কেতিয়াও নাভাবিব।” (ঋগ বেদ III ৫৫:১৬)

অপুষ্টি আৰু বাল্য বিবাহৰ সৈতে ইয়াৰ সংযোগ

বাল্য বিবাহে শিশুৰ অধিকাৰক বাধা প্ৰদান কৰে আৰু শাৰীৰিক বিকাশ, স্বাস্থ্য, মানসিক তথা আবেগিক বিকাশ আৰু শিক্ষাৰ সুবিধাৰ ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ ঋণাত্মক প্ৰভাৱ আছে।

বাল্য বিবাহ আৰু কম বয়সতে জন্ম হোৱা সন্তানৰ ফলত শিশু আৰু মাতৃগৰাকীৰ স্বাস্থ্যত গুৰুত্বপূৰ্ণ প্ৰভাৱ পৰে। অৰ্থনৈতিক বিশেষজ্ঞসকলে বিভিন্ন দেশত অন্যান্য কাৰকসমূহৰ নিয়ন্ত্ৰণৰ পিছতো ১৮ বছৰতকৈ ওপৰৰ মাতৃসকলৰ তুলনাত ১৮ বছৰৰ তলৰ মাতৃসকলৰ শিশু ৫ বছৰৰ ভিতৰত মৃত্যু অথবা দুৰ্বল হোৱাটো পৰিলক্ষিত কৰিছে।

শিশুৰ অপুষ্টি বহু ধৰণে তিনিটা প্ৰধান কাৰণত লিংগভিত্তিত নিৰ্ভৰ কৰে:

১. ই পুৰুষৰ তুলনাত মহিলাৰ ওপৰত কিশোৰী সময়ত, গৰ্ভাৱস্থাত আৰু দুগ্ধপান কৰাই থকা অৱস্থাত পুষ্টিজনিত কাৰণত প্ৰভাৱ পেলায়;
২. মহিলাসকলৰ মাজত হোৱা ব্যাপক পুষ্টি হ্ৰাসে সন্তানৰ পুষ্টি হ্ৰাসৰ এক আন্তঃপ্ৰজন্মৰ চক্ৰক বৰ্তাই ৰাখে। পুষ্টিহীন কিশোৰী গৈ পুষ্টিহীন মহিলাত পৰিণত হয়, যি পুষ্টিবিহীন শিশুৰ নতুন প্ৰজন্ম জন্ম দিয়ে; বাল্য বিবাহৰ দ্বাৰা মহিলাসকলৰ মাজত আন্তঃপ্ৰজন্মৰ ক্ষতিৰ সৃষ্টি কৰে।
৩. অনাময় সমস্যাই অপুষ্টিজনিত সমস্যাৰ বৃদ্ধি কৰে।

উন্নত পুষ্টি



বাল্য বিবাহ হ্রাসকরণ



উন্নত অনাময়



বিদ্যালয়ত নামভর্তি
আৰু উপস্থিতি বৃদ্ধিকৰণ

কাৰণ আৰু ফলাফলসমূহ

বাল্য বিবাহ



প্ৰভাৱৰ বিষয়

উৰ্বৰতা আৰু জনসংখ্যা বৃদ্ধি

স্বাস্থ্য, পুষ্টি আৰু হিংসা

শৈক্ষিক প্ৰাপ্তি আৰু শিক্ষণ

শ্ৰমিক শক্তিত অংশগ্ৰহণ আৰু
কামৰ প্ৰকাৰ

অংশগ্ৰহণ, সিদ্ধান্ত-গ্ৰহণ আৰু বিনিয়োগ

প্ৰভাৱসমূহ
পৰিলক্ষিত হোৱাকৈ
বিভিন্ন পথ আৰু
অন্তঃপ্ৰজন্মত প্ৰভাৱ

প্ৰভাৱ আৰু ব্যয়ৰ মুঠ পৰিমাণ আৰু ব্যয়

উপাৰ্জন, উৎপাদনশীলতা
আৰু মূলধন অনুসাৰে
ব্যয়

.....
ব্যক্তিগত আৰু ৰাজহুৱা
ব্যয়

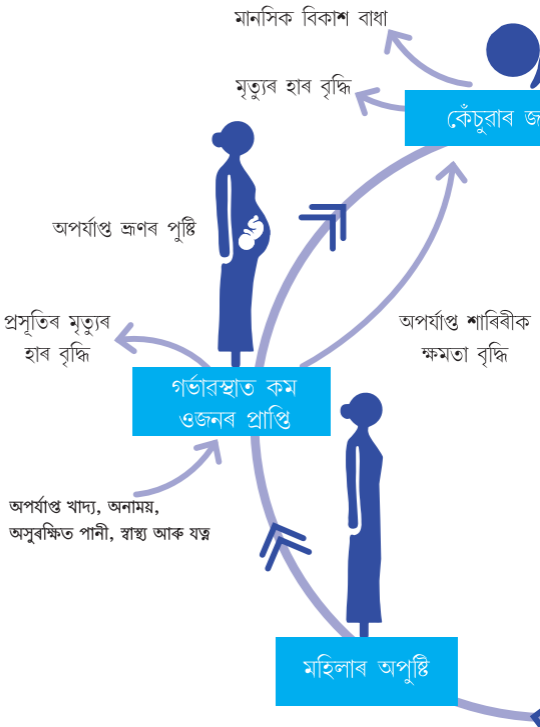
.....
বাধ্যতামূলক নোহোৱা
আৰু সামাজিক ব্যয়

উন্নয়নৰ
ফলাফল



চিৰস্থায়ী আৰু
অতিশয় দৰিদ্ৰতা
তথা অসমতা

জীৱন চক্ৰত দুৰ্বল পুষ্টি



প্ৰাপ্তবয়স্কৰ ক্ৰনিক ৰোগৰ বৰ্ধিত ক্ষতিৰ শংকা

মূৰ নিম্ন ওজন

অসময়/অপৰ্যাপ্ত খাদ্য গ্ৰহণ

সঘনাই হোৱা সংক্ৰমণ

অপৰ্যাপ্ত খাদ্য, স্বাস্থ্য
আৰু যত্ন

দুৰ্বল শিশু

মানসিক সামৰ্থ হ্রাস



দুৰ্বল
কিশোৰ-কিশোৰী

অপৰ্যাপ্ত খাদ্য, স্বাস্থ্য
আৰু যত্ন

শাৰীৰিক সামৰ্থ আৰু চৰীৰবিহীন
ওজনৰ হ্রাস

পৰিচ্ছন্নতা আৰু স্বাস্থ্য বিধি (ৰাস্থ) সন্দৰ্ভত বিভিন্ন মতবাদৰ কি কোৱা হৈছে?

ইছলাম

পৰিচ্ছন্নতাৰ গুৰুত্ব আনুষ্ঠানিক
পৰিষ্কাৰ :

প্ৰতিদিনে সূৰ্য উদয় হোৱাৰ পূৰ্বে আৰু
সূৰ্য উদয় হোৱা পিছত নিজৰ প্ৰতিপালক
(আল্লাহ)ৰ নাম বা গুণ-গান কৰাৰ বাবে
অজু-গোচল অৰ্থাৎ পাক-পবিত্ৰ হোৱা অতি
প্ৰয়োজন।



কোৰআনত পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতাৰ উপৰত সুন্দৰভাৱে বিশ্লেষণ কৰা হৈছে। কেৱল
শাৰিৰিক পৰিচ্ছন্নতাই নহয়, ইয়াত আমাৰ আত্মাৰ শুদ্ধিৰ বিষয়েও উল্লেখ কৰা হৈছে।
তাহাৰাহ হ'ল এক আৰবিক শব্দ যাৰ অৰ্থ হ'ল অশুদ্ধিৰ পৰা মুক্তি, আত্মিক আৰু
কায়িক দুয়ো দিশৰ পৰা। শুদ্ধি, পাপৰ পৰা মুক্তি হ'ল প্ৰাৰ্থনাৰ চাৰি-কাঠি আৰু
আত্মিক তাহাৰাহৰ অৰ্থ।

* হে' বিশ্বাসী সকল! যেতিয়া তোমালোকে ছালাত (নামাজ, উপসনা)ৰ বাবে থিয় হ'ব
বিচৰা তেতিয়া তোমালোকে নিজৰ মুখমণ্ডল ধোৱা আৰু তোমালোকৰ দুয়োখন হাত
কিলাকুটিলৈকে ধোৱা! আৰু তোমালোকৰ মূৰ মছেহ কৰা আৰু ভৰি দুয়োখন সৰু
গাঁঠিলৈকে ধোৱা।

সাধাৰণতে মানুহে পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতাক অভ্যাস হিচাপে গণ্য কৰে কিন্তু ইছলামত
ইয়াক মৌলিক বিশ্বাস হিচাপে গণ্য কৰে।

আৰু যদি তোমালোক অপবিত্ৰ (জুনুৰী) অৱস্থাত থাকা তেনেহ'লে বিশেষভাৱে পবিত্ৰতা অৰ্জন কৰা আৰু যদি তোমালোক অসুস্থ হোৱা অথবা ভ্ৰমণত থকা আৰু সিহঁতে তোমাক হায়েজ মাহেকীয়া সম্পৰ্কে প্ৰশ্ন কৰে, আপুনি (মোহাম্মদ) কৈ দিয়ক— ই এবিধ অশুচি। এতেকে তোমালোকে হায়েজ (মাহেকীয়া বক্তাৰ) অৱস্থাত স্ত্ৰী সংগমৰ পৰা বিৰত থাকা আৰু পবিত্ৰ নোহোৱালৈকে (সংগমৰ বাবে) সিহঁতৰ নিকটৱৰ্তী নহ'বা। তাৰ পিছত সিহঁতে যেতিয়া উত্তম ৰূপে পৰিশুদ্ধ হ'ব তেতিয়া সিহঁতৰ ওচৰত ঠিক তেনেকৈ গমন কৰিবা, যেনেকৈ আল্লাহে তোমালোকক আদেশ দিছে। নিশ্চয় আল্লাই তওবাকাবীসকলক ভাল পায় আৰু সিহঁতকো ভাল পায় যি সকলে অধিক পবিত্ৰতা অৰ্জন কৰে। (কোৰ্আন, ২ঃ২২২)

* যি মছজিদৰ ওপৰত প্ৰথম দিনাৰ পৰাই তাক্ৰাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি স্থাপিত হৈছে তাত ছালাত (নামাজ)ৰ বাবে থিয় হোৱা। তোমাৰ বাবে সেইখিনি ঠাই তোমাৰ বাবে অধিক উপযুক্ত। তাত এনেকুৱা লোক আছে যি সকলে উত্তমৰূপে পবিত্ৰতা অৰ্জন কৰাক ভাল পায় আৰু পবিত্ৰতা অৰ্জনকাৰীসকলক আল্লাহে ভাল পায়। (কোৰ্আন, ৯ঃ১০৮)

পৰিষ্কাৰ পানীৰ গুৰুত্ব:

পানী হ'ল আল্লাই (SWT) আমাক প্ৰদান কৰা দয়াৰ এক কপ। ই আমাৰ গৃহৰ জীৱন বন্ধ, আকাশৰ পৰা আশীৰ্বাদ হিচাপত বৰ্ষণ হয় যাতে ই আমাৰ নিজৰ, শিশুৰ তথা প্ৰকৃতিৰ সকলোৰে মাজেৰে প্ৰবাহিত হৈ জীৱনদান কৰিব পাৰে।

* (আৰু) তোমালোকে যি পানী পান কৰা সেই সম্পৰ্কে কোৱাচোন (দেখিছানে)? (কোৰ্আন, ৫৬ঃ৬৮) মেঘৰ পৰা সেইটো তোমালোকে নমাই আনা নে আমি সেইটো বৰ্ষণ কৰো? (কোৰ্আন, ৫৬ঃ৬৯) আমি ইচ্ছা কৰিলে সেইটো লুণীয়া কৰি দিব পাৰো। তথাপি কিয় তোমালোকে কৃতজ্ঞতা প্ৰকাশ নকৰা? (কোৰ্আন, ৫৬ঃ৭০)

কোৱা হৈছে যে আমি সৃষ্টিকৰ্তাৰ উপহাৰক প্ৰদূষিত কৰিছোঁ, সেয়ে সৃষ্টিকৰ্তাৰ প্ৰতি আমি আমাৰ গভীৰ কৃতজ্ঞতাৰোধ প্ৰকাশ কৰি এনে এক বিশ্ব নিৰ্মাণ কৰোঁ আহক য'ত প্ৰত্যেকেই সকলোতে পৰিষ্কাৰ আৰু বিশুদ্ধ পানী পাব পাৰে। এই কাৰ্য আমাৰ ঘৰ তথা

সমাজৰ পৰাই আৰম্ভ হয় আৰু পানী সংৰক্ষণ তথা ইয়াক পৰিষ্কাৰ তথা প্ৰদূষণমুক্ত কৰি ৰখাৰ নিশ্চিতৰ জৰিয়তে স্বাস্থ্যৱান পৰিয়াল আৰু সমাজ গঠন কৰা হয়।

স্মৰণ কৰা, যেতিয়া তেওঁ তেওঁৰ ফালৰ পৰা স্বস্তিৰ বাবে তোমালোকক তদ্ৰাচ্ছন্ন কৰিছিল আৰু আকাশৰ পৰা তোমালোকৰ বাবে পানী বৰ্ষাইছিল, যাতে ইয়াৰ দ্বাৰা তেওঁ তোমালোকৰ পৰা চয়তানৰ কুমস্ত্ৰণা দূৰ কৰে। তোমালোকৰ হৃদয়সমূহ দৃঢ় ৰাখে আৰু ইয়াৰ মাধ্যমত তোমালোকৰ ভৰিসমূহ স্থিৰ ৰাখে। (কোৰআন, ৮ঃ১১)

আৰু তেৱেই তেওঁৰ বহমতৰ বৰযুগৰ আগতে সু-সংবাদবাহীৰূপে বতাহ প্ৰেৰণ কৰে, আৰু আমিয়েই আকাশৰ পৰা পবিত্ৰ পানী বৰ্ষণ কৰে। (কোৰআন, ২ঃ৪৪৮)

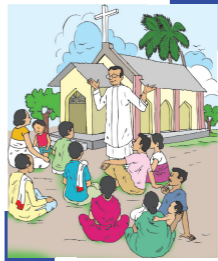
অনাময়ৰ গুৰুত্ব:

যেতিয়া মানুহে মুক্তস্বাৰ্থনত মলত্যাগ কৰে তেতিয়া তেওঁলোকে কেৱল পানী আৰু মাটি প্ৰদূষিত কৰাই নহয়, বেমাৰৰ বীজাণুও বিয়পায়। ফলস্বৰূপে প্ৰতি বছৰে অগণন মানুহ গুৰুতৰ অসুখত আক্ৰান্ত হয় আৰু বিশেষকৈ শিশুসকল আৰু যিয়ে পূৰ্বে পৰা ৰোগৰ সৈতে যুঁজি আছে তেওঁলোক ক্ষতিগ্ৰস্ত হয়, আৰু পুৰোজনক অনাময় ব্যৱস্থা তথা পৰিষ্কাৰ শৌচাগাৰ ব্যৱহাৰত হোৱা ব্যৰ্থতাৰ বাবে মৃত্যুবৰণ কৰে। মহিলা আৰু ছোৱালীয়ে শৌচাগাৰ ব্যৱহাৰ কৰাত ব্যৰ্থ হোৱাৰ বাবে তেওঁলোক হাৰাশাস্তি, বলাৎকাৰ আৰু সন্মান হেৰুওৱাৰ উপক্ৰম হয়। বহুতো কিশোৰী ছোৱালীয়ে প্ৰধানকৈ বিদ্যালয় এই কাৰণেই পৰিত্যাগ কৰে কাৰণ তাত সুৰক্ষিত আৰু সংলগ্ন শৌচাগাৰ সুবিধাৰ অভাৱ।

দূতে (PBUH) তেওঁৰ অনুগামীসকলক অন্যৰ অনিষ্ট নোহোৱা অভ্যাসসমূহ অনুসৰণ কৰিবলৈ উপদেশ দিছে: “তিনিটা কাৰকৰ পৰা সদায়েই সাৱধান হ’বা যিয়ে তোমাক অভিশপ্ত কৰিব পাৰে: জলমগ্ন স্থান, ফুটপাথ অথবা ছাঁ পৰা স্থানত মলত্যাগ কৰা।” (আবু ডাউদ, নং ২৬)

খ্ৰীষ্টিয়ান

পানী হ'ল জীৱনদায়িনী শক্তি, আমাৰ সকলোৰে বাবে প্ৰয়োজনীয় আৰু অন্য মতবাদতো এয়া বিশ্বাস কৰা হয়, খ্ৰীষ্টিয়ানতো পানীক আৰম্ভণিৰে পৰা সকলো জীৱিত সৃষ্টিৰ বাবে ভগৱানৰ সৃষ্টি বুলি গণ্য কৰি অহা হৈছে। খ্ৰীষ্টিয়ানৰ বাবে পানী অতিশয় প্ৰয়োজনীয় আৰু ইয়াৰ এক গভীৰ আধ্যাত্মিক গুৰুত্ব আছে। বাস্তৱিকতে, পানী হ'ল যীশুৱে প্ৰতিজ্ঞা কৰা অনুসৰি নতুন আধ্যাত্মিক জীৱনৰ ৰূপক।



যীচুৱে উত্তৰ দি তেওঁক ক'লে— “এই পানী খোৱা প্ৰতিজনৰ আকৌ পিয়াহ লাগিব, (যোহন ৪ঃ১৩) কিন্তু মই যি পানী দিম, তাক যিকোনোৱে খায় তেওঁৰ কেতিয়াও পিয়াহ নালাগিব, বৰং মই যি পানী তেওঁক দিম, সেই পানী তেওঁৰ ভিতৰত অনন্ত জীৱনলৈকে বুৰবুৰাই ওলাই থকা পানীৰ ভুমুক হ'ব। (যোহন ৪ঃ১৪)

পানী আৰু পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতাৰ গুৰুত্ব:

পানীৰ এক গুৰুত্বপূৰ্ণ গুণ আছে। ইয়ে আমাক জীৱন প্ৰদান কৰে: কিয়নো যি কোনোৱে খ্ৰীষ্টিৰ লোক বুলি তেওঁৰ নামেৰে তোমালোকক এবাটি পানীকে খোৱায়, মই তোমালোকক স্বৰূপকৈ কওঁ, তেওঁ নিজৰ পুৰস্কাৰ কোনোমতে নেহেৰুৱাব। (মাৰ্ক ৯ঃ৪১) আৰু অশুদ্ধতাসমূহ ধুই নিয়ে। এই কাৰ্যিক পৰিচ্ছন্নতাই এক নতুন আধ্যাত্মিক পৰ্যায়ক সংকেতায়িত কৰিব। বেপ্টিমিজমত ব্যৱহৃত হোৱা পানীয়ে এক নতুন আধ্যাত্মিক জীৱনৰ জন্ম হোৱাক সংকেতায়িত কৰে। গছপেলে কৈছে যে যীশু বেপ্টিষ্ট জনৰ দ্বাৰা জৰ্দ্দান নদীত বেপ্টিজাইছড হৈছিল।

আৰু কু-বিবেকৰ পৰা আমাৰ হৃদয় শান্তি কৰা হোৱাত, আহা, আমি সত্য হৃদয়ৰ সহিত সম্পূৰ্ণ নিশ্চয়তায়ুক্ত বিশ্বাসেৰে ঈশ্বৰৰ ওচৰলৈ চাপি যাওঁহঁক। (ইব্ৰী ১০ঃ২২)



যিহোৱাৰ ধন্যবাদ কৰা, কিয়নো তেওঁ মঙ্গলময়, কাৰণ তেওঁৰ দয়া চিৰকাললৈকে থাকে। যি জনাই জলসমূহৰ ওপৰত ভূ-মণ্ডলৰ বিস্তাৰ কৰিলে তেওঁৰ ধন্যবাদ কৰা, কাৰণ তেওঁৰ দয়া চিৰকাললৈকে থাকে। (গীতমালা ১৩৬ঃ১ঃ৬)

ভগবানৰ চকুত পানী আৰু ন্যায় জুৰিৰ দৰে স্ৰোতশ্ৰীনি-সকলোৰে জীৱনক পৰিতৃপ্ত কৰাৰ বাবে নিৰন্তৰে উপলব্ধ।



ন্যায় বিচাৰ কৰিবলৈ পুৰুষাৰ্থ কৰা, অত্যাচাৰীক দণ্ড দিয়া, পিতৃহীনৰ বিচাৰ কৰা, বিধৱাৰ নিমিত্তে প্ৰতিবাদ কৰা। (যিচয়া ১ঃ১৭)

কিন্তু ন্যায় বিচাৰ পানীৰ নিচিনাকৈ, আৰু ধাৰ্মিকতা অনবৰত বৈ থকা নদীৰ নিচিনাকৈ বাগৰি আহক। (আমোচ ৫ঃ২৪)

আৰু তুমি ছাউনিৰ বাহিৰত এটা ঠাই নিৰূপণ কৰিবা, বাহিৰ ফুৰিব লাগিলে সেই ঠাইলৈকে যাবা, (১৩) আৰু তোমাৰ সামগ্ৰীৰ মাজত এখন খন্তি থাকিব, বাহিৰ ফুৰিবলৈ যাওঁতে বহা কালত তাৰে মটি খানিবা, পাছে ঘূৰি তোমাৰ পৰা বাহিৰ হোৱা মল পুতি থবা, (১৪) কিয়নো তোমাক বক্ষা কৰিবলৈ আৰু তোমাৰ শত্ৰুৰোৰক তোমাৰ হাতত দিবলৈ তোমাৰ ঈশ্বৰ যিহোৱাই তোমাৰ ছাউনিৰ মাজত অহা যোৱা কৰে এই হেতুকে, তেওঁ তোমাৰ মাজত কোনো অশুচি বস্তু দেখি তোমাৰ পৰা বিমুখ নহ'বলৈ, তোমাৰ ছাউনি পবিত্ৰ হ'ব লাগে। (দ্বিতীয় বিৱৰণ ২৩ঃ১২, ১৩, ১৪)

হিন্দু

পানী-জীৱনৰ উপহাৰ:

আমাৰ গৃহটো প্ৰচুৰ পানীৰে ভৰা, প্ৰচুৰ জীৱনেৰে ভৰা। পানী সকলো সৃষ্টিৰ মাতৃস্বৰূপ, আমাক জীৱন দিয়ে, আমাৰ বিশ্বখনক সুন্দৰ কৰি তোলে। সেয়ে ঋগবেদত পানীক আপা, মাতৃস্বৰূপে বৰ্ণনা কৰা হৈছে।



“পানী, তুমি স্বাস্থ্য আৰু সুখ কঢ়িয়াই আনা।” (সামবেদ ২:৯)

“হে পানী! বাস্তৱিকতেই তুমি আনন্দদায়ক! সেইধৰণে তুমি আমাক খাদ্য প্ৰদান কৰিছা আৰু অনন্ত ঈশ্বৰৰ সুন্দৰ অন্তৰ্দৃষ্টি প্ৰদান কৰিছা।” (মহানাৰায়ণ উপনিষদ ১:৫৪)

এই পৃথিৱীয়ে আমাক সকলোকে প্ৰদান কৰে আৰু আমাক বক্ষা কৰে। হিন্দুৱে তেওঁ সৃষ্টিৰ শক্তি আৰু খাদ্যক স্বীকৃতি প্ৰদান কৰে: “হে মাতৃ, তোমাৰ সাগৰৰ সৈতে আৰু পানীৰ অন্য উৎসৰ সৈতে তুমি আমাৰ শস্য উৎপাদনৰ বাবে ভূমি প্ৰদান কৰিছা য’ত আমাৰ জীৱন নিৰ্ভৰ কৰে।” (অথৰ্ববেদ সংহিতা ৩)

পৰিচ্ছন্নতা আৰু অনাময়:

জীৱনক সমৃদ্ধ কৰাৰ উপৰি পানী এক উত্তম পৰিশোধক, ই জাগ্ৰত হ’লে সকলো পৰিষ্কাৰ কৰে আৰু নতুন জীৱনৰ সূচনা কৰে। ই আমাৰ শৰীৰ আৰু গৃহ পৰিষ্কাৰ কৰি আমাৰ স্বাস্থ্য আৰু কল্যাণ নিশ্চিত কৰে। এয়া গুৰুত্বপূৰ্ণ যে প্ৰত্যেকেই যাতে পানী সংৰক্ষণ কৰে আৰু ন্যায়সংগতভাৱে ব্যয় কৰে আৰু ইয়াৰ চোপাশ পৰিষ্কাৰ কৰি ৰাখে।



“পানীয়ে প্ৰদূষণৰ দৈত্যৰ পৰা মানৱতাক পৰিষ্কাৰ কৰে।” (অথৰ্ববেদ সংহিতা ১২-২-৪০)

“যিজনে পৰিচ্ছন্নতা বৰ্তাই ৰাখে তেওঁৰ পৰা ৰোগ দূৰত থাকে।” (সামবেদ)

হিন্দু অথবা সনাতন ধৰ্মত, পৰিচ্ছন্নতা অতিশয় প্ৰয়োজনীয়, লাগিলে সেয়া যোগাভ্যাসেই হওক অথবা ধৰ্মীয় ৰীতিয়েই হওক। স্নান (স্নানস্বয়ম্ভি) হ’ল পাঁচটা নিয়মৰ প্ৰথমটো (যোগৰ নিয়ম)। গতিকে, বহিঃ আৰু অন্তঃৰতী স্নানস্বয়ম্ভি অতিশয় গুৰুত্বপূৰ্ণ। এটা স্নানস্বয়ম্ভিৰ শৰীৰে স্নানস্বয়ম্ভিৰ মন গঠন কৰে আৰু ই অন্তঃৰাগ পবিত্ৰ কৰি ৰাখে। আমাৰ পৰিবেশে এটা চাপ এৰে আৰু আমাৰ শৰীৰত প্ৰভাৱ পেলায় যদি আমাৰ পৰিবেশ উৎসাহী আৰু পৰিষ্কাৰ হয় তেন্তে পবিত্ৰতাই অন্তঃৰাগ আৰু বহিঃৰাগ দুয়োটা জয় কৰিব পাৰে। সেয়ে আমাৰ পৰিবেশ, আমাৰ গৃহ, পানীৰ উৎস, ভূমি পৰিষ্কাৰ আৰু জাবৰ তথা প্ৰদূষকৰ পৰা পৰিষ্কাৰ কৰি ৰখাটো প্ৰয়োজনীয়।



“হে পৃথিৱী, যিসকল তোমাৰ পৰা জন্ম হৈছে, তেওঁলোকৰ কল্যাণ হওক, তেওঁলোক ৰোগমুক্ত তথা প্ৰদূষণমুক্ত হওক।” (অথৰ্ববেদ সংহিতা)

কিছুমান মানুহে এয়া ভাবি আচৰিত হয় যে মুক্তস্থানত কৰা মলত্যাগ আৰু নদী তথা পানী প্ৰদূষণ হঠাতে কিয় এক সমস্যা হৈ উঠিল, শতিকাৰুৰি এই সন্দৰ্ভত কোনো প্ৰশ্ন উত্থাপন হোৱা নাছিল। আমি এইটো অনুভৱ কৰা নাই যে সেইসময়ত মানুহ কম আছিল। মানুহৰ আধিপত্যই সেইসময়ত ইমান জাবৰ তথা প্ৰদূষণৰ সৃষ্টি কৰা নাছিল যিটো এতিয়া হৈছে। ইয়ে আমাৰ পানী, ভূমি, মহাসাগৰ আৰু প্ৰাকৃতিক প্ৰক্ৰিয়াসমূহক গ্ৰাস কৰি পেলাইছে।

আমাৰ ধৰ্মগ্ৰন্থত কোৱা হৈছে যে সময়ৰ পৰিৱৰ্তনৰ লগে লগে আমি আমাৰ পদক্ষেপো পৰিৱৰ্তন কৰা উচিত আমি আমাৰ অভ্যাস আৰু আচৰণ পৰিৱৰ্তন কৰা উচিত।

আমি মনত ৰখা উচিত যে শৰীৰটো এটা মন্দিৰস্বৰূপ: “শৰীৰমধ্যম খলু ধৰ্মসাধনম” (শৰীৰটো পুণ্য অৰ্জনৰ এক প্ৰাথমিক আহিলা)। শৰীৰটো এক মন্দিৰ। আহক ইয়াক সন্মান কৰোঁ আৰু আমাৰ পৰিবেশ পৰিষ্কাৰ কৰি ৰখাৰ অভ্যাস কৰোঁ। নিজকে পৰিষ্কাৰ কৰি ৰখাৰ আৰু ৰোগৰ সংক্ৰমণ বাধা দিয়াৰ নিশ্চিতৰ বাবে এক সহজ পথ হ’ল শৌচাগাৰৰ ব্যৱহাৰ আৰু পৰিবেশ পৰিষ্কাৰ কৰি ৰখাটো।

কি কৰিব পাৰি?

সুযোগৰ মহত্বপূৰ্ণ খিৰিকী, যেতিয়া পুষ্টি হস্তক্ষেপে শিশুসকলক জীৱিত আৰু তেওঁলোকৰ পূৰ্ণ বিকাশৰ বাবে শ্ৰেষ্ঠতম অৱকাশ প্ৰদান কৰে, সেয়া হ'ল কন্যাৰ কিশোৰীৰস্থা, মহিলাৰ গৰ্ভাৱস্থা আৰু শিশুৰ জীৱনৰ প্ৰথম দুবছৰটো। দুবছৰ হোৱাৰ পিছত সেই খিৰিকী বন্ধ হৈ পৰে আৰু শিশুৰ বাবে সেই সুযোগ নোহোৱা হৈ পৰে।

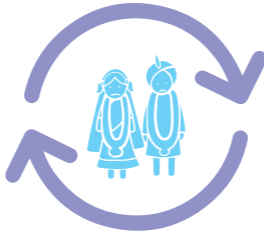
প্ৰমাণিত হৈছে যে উচ্চ প্ৰভাৱিত পুষ্টি হস্তক্ষেপে শিশুৰ অপুষ্টিৰ হাৰ অৰ্ধেকলৈ হ্ৰাস কৰে

	নিৰ্দিষ্ট পুষ্টি	সংবেদনশীল পুষ্টি
১	জন্মৰ এঘণ্টাৰ ভিতৰত সময় মতে দুগ্ধপান।	কেৱল ১৮ বছৰৰ ছোৱালীক বিয়া দিয়া
২	জীৱনৰ প্ৰথম ছমাহলৈ বিশেষ দুগ্ধপান, দুগ্ধপান কৰোৱাৰ আগত চাবুনেৰে হাত ধুৱক।	চাবুনেৰে হাত ধোৱা - আহাৰ প্ৰস্তুতৰ আগত - শিশুক খুওৱাৰ আগত - শৌচালয় ব্যৱহাৰৰ পিছত - শিশুৰ গুহাছাৰ ধোৱা/পৰিষ্কাৰ কৰাৰ পিছত - শিশুৰ মল নিষ্কাশন কৰাৰ পিছত
৩	ছমাহত সময় মতে পৰিপূৰক খাদ্যৰে পৰিচয়	মলত্যাগ কৰাৰ আগত আৰু পিছত চাবুনেৰে হাত ধোৱা
৪	ছমাহৰ পৰা দুই বছৰৰ ভিতৰত শিশুৰ বাবে বয়স-সাপেক্ষ খাদ্য।	স্বাস্থ্যসন্মত শৌচালয় ব্যৱহাৰ
৫	ৰোগৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ সুৰক্ষিত আৰু স্বাস্থ্যসন্মত পৰিপূৰক খাদ্য গ্ৰহণ আৰু উন্নত স্বাস্থ্যসন্মত অনুশীলন।	স্বাস্থ্যসন্মত শৌচালয়ত শিশুৰ মল পেলাই দিয়া
৬	সম্পূৰ্ণ টিকাকৰণ আৰু বছৰত দুবাৰ পৰিপূৰক ভিটামিন-এৰ দ্বাৰা কুমিনাশ।	
৭	ৰোগ আৰু ৰোগোত্তৰ পৰিস্থিতিত শিশুক যথার্থ খাদ্য প্ৰদান।	
৮	গুৰুতৰভাৱে অপুষ্টিত ভোগা শিশুক ভেষজ খাদ্য প্ৰদান।	
৯	কিশোৰীৰ ৰক্তহীনতা নিয়ন্ত্ৰণ আৰু পৰ্যাপ্ত পুষ্টি।	
১০	গৰ্ভৱতী তথা দুগ্ধপান কৰোৱা মহিলাৰ ৰক্তহীনতা নিয়ন্ত্ৰণ আৰু পৰ্যাপ্ত পুষ্টি।	

ছোৱালীৰ ১৮ বছৰ আৰু
ল'ৰাক ২১ বছৰৰ পূৰ্বে বিবাহ কৰোৱা উচিত নহয়
সকলো শিশুৱে বিদ্যালয়লৈ যাব লাগে

বাল্য বিবাহ প্ৰতিৰোধ আৰু শিশুক সুৰক্ষা দিবলৈ আইনী
পৰিকাঠামো:

- * বাল্য বিবাহ প্ৰতিৰোধী আইন, ২০০৬-য়ে ছোৱালীক ১৮ বছৰৰ পূৰ্বে আৰু ল'ৰাক ২১ বছৰৰ পূৰ্বে বিবাহ কৰোৱাটো বেআইনী ঘোষিত কৰিছে। বাল্য বিবাহক শিশুৱে অস্বীকাৰ কৰিব পাৰে কিন্তু প্ৰাপ্তবয়স্ক হোৱা দুবছৰৰ ভিতৰত।
- * বাল্য বিবাহ ১০০,০০০ টকাৰ জৰিমণা আৰু দুবছৰৰ কাৰাবাসৰ সৈতে শাস্তিযোগ্য অপৰাধ। ই এক অবিচাৰ্য আৰু জাৰিমণাহীন অপৰাধ।
- * ১৯৬১ চনত যৌতুক প্ৰতিৰোধী আইন অনুসৰি ১৫,০০০ টকা জৰিমণা অথবা যৌতুকৰ পৰিমাণ, যিটোৱে উচ্চ হয় আৰু ছয় মাহৰ পৰা পাঁচ বছৰলৈ কাৰাবাসৰ সৈতে যৌতুক নিষেধ কৰা হৈছিল।



- ✱ অন্যান্য আইন যিয়ে শিশুক বিবাহত বহাৰ পৰা প্ৰতিৰোধ কৰিব পাৰে, সেয়া হ'ল জুভেনাইল ন্যায় (শিশুৰ যত্ন আৰু সুৰক্ষা) আইন, ২০০০, ঘৰুৱা হিংসা আইন, ২০০৫ আৰু শিশুক যৌন নিৰ্যাতনৰ পৰা সুৰক্ষা আইন, ২০১২।
- ✱ বিবাহৰ বাধ্যতামূলক পঞ্জীয়ন আইন ২০০৫
- ✱ শিশুৰ অধিকাৰ ভংগ লগতে বাল্য বিবাহৰ বিৰুদ্ধে অভিযোগ প্ৰদানৰ বাবে চাইল্ডলাইন ১০৯৮ ব্যৱহাৰ কৰক।

অনাময়, স্বাস্থ্যসন্মত, পানী

১। স্বাস্থ্যসন্মত শৌচালয় ব্যৱহাৰ কৰক

- ক) ঘৰত, বিদ্যালয়, স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰ, অঙ্গণবাদী কেন্দ্ৰ আৰু বজাৰত।
- খ) শিশুৰ মল পেলাবলৈ এটি স্বাস্থ্যসন্মত শৌচালয় ব্যৱহাৰ কৰক।

২। নিজৰ হাত পানী আৰু চাবুনেৰে ধোৱক

- আহাৰ প্ৰস্তুতৰ আগত
- শিশুক খুওৱাৰ আগত
- শিশুৰ গৃহ্যদ্বাৰ ধোৱা/পৰিষ্কাৰ কৰাৰ পিছত
- শিশুৰ মল নিষ্কাশণ কৰাৰ পিছত

২। খোৱা পানীৰ সুৰক্ষিত ৰক্ষণাবেক্ষণ

- পানী ঢাকনিৰে ঢাকি ৰাখক
- পানী তুলিবলৈ হেতা ব্যৱহাৰ কৰক
- খোৱাপানী আঙুলিৰে নুচুব।

