

पुस्तक

প্ৰকৃত চিন্তা

হাঁহি এখন মুখ্যত,
কিন্তু মানৱ এক জড়ৰ ধুমুহা।
অকাথিত সন্দেহৰ
ধূবি ফুৰে নীৰৱজত।
যি অনুভৱ কোৱা নহ'ল,
সেইকোৰেই বেছি জেৰেয়ে কয় -
মানৱ লুকমৰ থকা কাহিনী,
কোঁতহাও সম্বূৰ্ণ নুপুন্স।

স্মৰাংশ

মানুহৰ মনটো এখন গভীৰ জাগৰাৰ দৰে, য'ত বহু চিন্তা আৰু
অনুভৱ লুকমৰি থাকে। কাহিনীৰ আঁহা যি দেখুৱায়, ভিতৰত
সেইটো নতমকিৰাও পাবে। কোঁতহাও আঁহা হাঁহেঁ, বিকল্প
অনুভৱ দুখোৱে গুৰু থাকে। এই লুকোচা চিন্তাকোৰে অসহায়
কোঁতহাও সলল কৰে। কিন্তু এইকোৰ ছাঁকৰ কাৰণেও
প্ৰয়োজনীয়। মানৱ ভিতৰত সত্য চিন্তাকোৰ বৃদ্ধি পালে
আঁহা নিজৰ মৈতে অধিক সত্য ৰখাৰ পাৰে।



স্বীকৃতি

"এই ঠিকেরে আছে" —
এই মিত্র কায়,
অক কেম্ব হয়
শক্তিবন্ধ।
অনুভব কিন্তু,
উপাধি পক্ষ অব,
চূপেৰ কয় —
"এই ঠিক নয়।"
সত্য কেম্ব কঠিন,
কিন্তু সত্যই আছে মুক্তি।

সাধাংশ

স্বাধীন বহু সাহায্যে অভিনয় কৰে — "এই ঠিকেরে আছে"। বুলি
যদিও বিতৰত স্বাধীন উপাধি হৈ থায়ে। এই অভিনয়ৰে
অসহক এম্ব বেছি একেলগে দুখী কৰে। নিজৰ অনুভৱকোৰ
স্বীকাৰ কৰা কেম্ব দুৰ্বলতা নয়, বৰঞ্চ ই সাহায্য পিনে।
যেতিয়া স্বাধীন সন্তৰ্ভে স্বীকাৰ কৰে, তেতিয়াই মানৰে শল ক
হয়। সকলো সাহায্য ক্ষতি কালী শেৰা প্ৰয়োজন নাই, কেতিয়াবা
দুৰ্বলতা দেখুওৱাও প্ৰয়োজন।

যিবোৰ আমি দেখুৱাওঁ নে

ছবিবোৰত হাঁহি থাকে,
কিন্তু ব্যস্তত চকু লগনী।
পোহুটো আনন্দৰ বং,
আঁতৰত দুখৰ কাহিনী।
যি সুহৃৎকোৰ লগাঠিওকা,
সেইকোবেই সঁচা জীৱন —
বৰ্হতা, ভয়, উৰাও পৰা,
আৰু পুনৰ উঠাৰ আঁহু।

আৰাংশ

ছাচিয়েল মিডিয়াত আমিহ আছাৰ জীৱনৰ কেবল সুখৰ সুহৃৎকোৰে
দেখুৱাওঁ। কিন্তু বৰ্হতা, ভয়, আৰু চকু লগনীকোৰ লুকুৱাই থাওঁ।
সেইকোবেই জীৱনৰ প্ৰকৃত আংশ, যিবোৰ আমাক আঁহু কালী কৰে।
আকলোৰে জীৱনত কঠিন সময় আহে, কিন্তু আমি সেইকোৰ প্ৰকাশ
নকৰো, এই "নেপাটী কৰা" সুহৃৎকোবেই আমাৰ ব্যস্ততা, যাক আমি
লোকা উচিত।

তুমি কি দেখা পাও ?

অযত্নে চাইছে তুমি,
মুখ্যমান দেখা যায় ফাঁটে,
যিন্দু অন্তর ছাঁসে
মনে এককমের লুকায়।
প্রশ্ন এটা নীরবে উঠে —
“এই জনেই নোঁকা গাই?”
নে এটা ছবি কখন,
যখন গাই নিজের কানে প্রাণদান।

আস্বাংস

অযত্নে এখন কেবল এটা শুধু নয়, ই অসমত শ্রিতর সত্য প্রতিক্রম।
যাতিয় এটি নিজের মুখ্যমান চাঁও, যেতিয় কেবল ফলটোরে নয়,
নিজের চিত্ত, অন্তর এক অস্বাংস গায়ক দেখা মেলায়।
কৌতুক্য দৃষ্টি অন্তর্ভুক্ত হও, এল কল্পিত নিজকে লৈ প্রবেশ
কলে। যিন্দু অযত্নে কৌতুক্যও ছিছা নকয়। ই দেখুয়াই দিয়ে
এটি অসমত কেবলকয়। প্রকৃতিতে হল — এটি কি সত্যটো
যেবেল অস্বাংস কখনে, নে কেবল কৌতুক্যে চাঁও যিটে এটি
যে বিবেক?

নিজৰ ওপৰত চিন্তা

নীৰব্ৰ ক্ৰান্তি, নিজেই জন্মগ্ৰেণ,
“গাই কোন? ক’ত আশ্ৰয়?
জীৱনৰ ডিৱত হেৰাই গ’লোঁ,
নিজকে মিনি মেপোকা এজন।

ভুলকোৰ শিকমই হেনক,
দুখকোৰে গঢ়ে হেনক,
নিজকে বুজা সম্ভৱতই
আছে স্নাতকৰ মুক্তি।

সাৰাংশ

নিজকে বুজা জীৱনৰ অৰ্ণৱতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ দিক্ষাসমূহৰ এনে।
আত্মা ক্ৰান্তিৰ হানুহনোৰ বিষয়ে বহুত চিন্তা কৰোঁ, কিন্তু
নিজৰ ডিৱতৰ কখনোৰ বহু সাহায্যে উলক্ষ্য কৰি য়াওঁ।
আত্মা-চিন্তাই আমাক নিজৰ ক্ষতি আৰু দুৰ্বলতা বুজিবলৈ সহায়
কৰে। যোত্মা আত্মা নিজৰ ভুলকোৰ স্বীকাৰ কৰোঁ, তেতিয়াই
উদ্ধৃতিৰ পথ মুকলি হয়। নিজৰ হাতে কিছু সাহায্য কৰোঁক,
নিজৰ মানৱ কৰ্ম শূন্য - এইমোৰেই আমাক স্নাতকৰ ক্ষান্তি
দিয়ে।

परफेक्ट vs वास्तविकता

"परफेक्ट दिखना आसान है,
असली होना मुश्किल।"

1. परिचय:

वास्तविकता और विश्वास के बीच हमेशा एक अंतर होता है। आज के समय में लोग अपनी जिंदगी का वही दिखावा दिखाते हैं जो सुंदर, खुश और परफेक्ट लगता है, लेकिन उसके पीछे की सच्चाई अक्सर छिपी रहती है। सोशल मीडिया ने इस अंतर को और बढ़ा दिया है, जहाँ हर कोई अपनी जिंदगी को एक आदर्श रूप में प्रस्तुत करता है।

असल जिंदगी में हर व्यक्ति संघर्ष, असफलता और मुश्किलों से गुजरता है, लेकिन ये चीजें अक्सर सामने नहीं आती। इस कारण देखने वाले को लगता है कि बाकी सबकी जिंदगी बेहतर है, जिससे खुद के प्रति असंतोष बढ़ता है। हमें समझना चाहिए कि जो दिखावा है, वह पूरी सच्चाई नहीं होती।

2. Perfect vs Real

"Perfect" और "Real" के बीच बहुत बड़ा फर्क होता है। "Perfect" वह है जो हम दिखाना चाहते हैं - बिना "Perfect" किसी वही के, हर चीज सजी-संवरी हुई। वहीं "Real" वह है जो सच में होता है - जहाँ गलतियाँ, भावनाएँ और अपुणितारें शामिल होती हैं। जब हम सिर्फ परफेक्ट चीजों को देखते हैं, तो हमें लगता है कि वही सही है, लेकिन असल में असली जीवन उन्हीं अपुणितारों से बना होता है। यही असली अनुभव हमें दिखाते हैं और हमें मजबूत बनाते हैं। इसलिए "Real" हीना "Perfect" से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण है।

3. तस्वीर बनाम सच्यार्ड

एक परफेक्ट फॉर्ले अक्सर एक परफेक्ट जिंदगी का भाग वेदा करती हैं। लोग अपनी सबसे अच्छी तस्वीरें चुनकर शेयर करती हैं, जिनमें रीशनी, एंगल और एडिटिंग का पूरा ध्यान रखा जाता है। इससे देखने वाले को लगता है कि उनकी जिंदगी भी उतनी ही सुंदर और खुशहाल है।

लेकिन सच्यार्ड यह है कि एक फॉर्ले सिर्फ एक पल को दिखाती है, पूरी कहानी नहीं। उस तस्वीर के पीछे की मेहनत, अंधाधुंध या दुख दिखाई नहीं देता। इसलिए हमें यह समझना चाहिए कि फॉर्ले हमें सच्यार्ड का पूरा प्रतिबिंब नहीं देती।

4. तुलना

तुलना करना इंसान की आदत बन चुकी है, खासकर सोशल मीडिया के कारण। जब हम दूसरी की जिंदगी को देखते हैं, तो अक्सर अपनी जिंदगी से उसकी तुलना करने लगते हैं। इससे हमें लगता है कि हम कहीं पीछे रह गए हैं या हम उतने अच्छे नहीं हैं।

यानी तुलना "Comparison steals joy" हमारी खुशी छीन लेता है। जब हम खुद को दूसरी से तुलना करते हैं, तो हम अपनी उपलब्धियाँ और खुशियाँ को नजरअंदाज कर देते हैं। इसलिए जरूरी है कि हम अपनी यात्रा पर ध्यान दें और सतीकार करें।

5. पहली

"मैं दूर से परफेक्ट दिखता हूँ, लेकिन पास आने पर मेरी सच्चाई बखल जाती है..."
इस पहली का उतर है - "थानी भ्रम। भ्रम हमें वैसे ही जीने "Illusion" पर विश्वास करने के लिए मजबूर करता है जो असल में वैसे नहीं होती। जैसे सोशल मीडिया पर दिखने वाली परफेक्ट जिंदगी, जो वास्तव में स्कज मजाया हुआ दृश्य होता है। यह हमें आकर्षित करता है, लेकिन जब हम सच्चाई के करीब जाते हैं, तो हमें असली रूप दिखाई देता है।"

6. सामाजिक दबाव

आज के समाज में परफेक्ट दिखने का दबाव बहुत बढ़ गया है। लोग चाहते हैं कि सामने स्क आकर्षक छवि बनाए रखें। यह दबाव स्वास्थ्य पर नुबानी पर ज्यादा असर डालता है। इस दबाव के कारण लोग अपनी असली पहचान छिपाने लगते हैं और दूसरों की उम्मीदों पर खरा उतरने की कोशिश करते हैं। इससे मानसिक तनाव और असंतोष बढ़ता है। हमें यह समझना चाहिए कि परफेक्ट होना जरूरी नहीं है, बल्कि खुद को स्वीकार करना ज्यादा महत्वपूर्ण है।

7. भावनात्मक पहलू

अक्सर हम लोगों की मुस्कुराते हुए देखाते हैं और मान लेते हैं कि वे खुश हैं। लेकिन कई बार उस मुस्कान के पीछे गहरी उदासी छिपी होती है। लोग अपनी भावनाओं को छिपाकर एक गजबुत छवि दिखाने की कोशिश करते हैं।

हर व्यक्ति अपने जीवन में किसी संघर्ष में गुजर रहा होता है, लेकिन वह जिसे जाहिर नहीं करता। इसलिए उसका जख्म है हम दूसरी की समस्या की कोशिश करें और सहानुभूति रखें। हर मुस्कान के पीछे एक कहानी होती है, जिसे समझना जरूरी है।

आशा

हमें यह सिखाता है "Perfect" vs "Real" जो हम देखते हैं, वह हमेशा पूरी सच्चाई नहीं सच्चाई नहीं होती। परफेक्शन एक भ्रम है, जबकि असल जिंदगी में अपूर्णता ही ज्ञान बनती है। हमें इस अंतर को समझना चाहिए और खुद को उसी रूप में स्वीकार करना चाहिए जैसे हम हैं, जब हम तुलना करना छोड़ देते हैं और अपनी सच्चाई को अपनाते हैं, तब हम असली खुशी पा सकते हैं। हमें यह याद रखना चाहिए कि हर व्यक्ति की कहानी अलग होती है, और वही उसे खास बनाती है।

Conclusion

In a world driven by screens, it is easy to get lost in appearances and forget what is real. Social media often shows only the best moments, creating an image of perfection that does not reflect true life.

This magazine highlights the gap between illusion and reality, reminding us that behind every perfect post, there may be unseen struggles and emotions.

True happiness comes from accepting ourselves, building real connection and valuing our journey instead of comparing it with others.