

P.R.A.N.A.M.
presents

AALOK

INSIGHTS & INSPIRATIONS

শুভ

শো

বৈশাখ



BOISHAKHI PATRIKA || 4TH EDITION || 2026

বৈশাখী পত্রিকা

TOGETHER FOR CHANGE, EMPOWERING COMMUNITIES,
ENRICHING LIVES

সূচিপত্র || Table of Contents

Ahana Roy	Climate Change	01-03
Aishiki Hajra	A Rendezvous with the Grand Canyon	04-06
PRANAM Jr Family	Junior Art Zone	07
Aparajita Mitra	A Villain's Biography	08
Ayantika Nag	If Only...	09
PRANAM Jr Family	Junior Art Zone	10
Dipak Saha	স্বপ্নে আস তুমি	11
Digital Art Zone	PRANAM Family	12
Ishan Chatterjee	Ode To A Book	13
Photo Wall	PRANAM Family	14
Koushik Roy	ফিরতে চাই	15
Krishnendu Saha	শান্তিনিকেতন ভ্রমণ	16-20
PRANAM	Pranam Impact Stories	21-22
Paramita Saha	রাজ কাপুর - ভারতের চার্লি চ্যাপলিন	23-24
Sraboni Bose	We Are Going on a Bear Hunt!	25-27
Photo Gallery	Recap of PRANAM journey	28-30
Rini Mondal	Backyard Gardening - Part 2	31-37

“PRANAM editorial team reviews submitted contents prior to publication, but do not necessarily verify validity and originality of submissions. By submitting materials, contributors release PRANAM any and of all liabilities, claims or damages, arising out of the contents.”

সম্পাদকীয়

Dear Readers,

As we welcome the Bengali New Year, it brings with it a sense of renewal, positivity, and new possibilities. Poila Boishakh is a time to celebrate our heritage, reflect on our journey, and look ahead with hope and enthusiasm.

Over the past year, P.R.A.N.A.M. has continued to strengthen the bonds within our community through cultural, social, and charitable activities. The true strength of our organization lies in the collective spirit of our members and well-wishers who come together to celebrate traditions and support one another.

This magazine is a reflection of that spirit. It brings together creative thoughts, stories, and expressions from members of our community, highlighting the diversity and talent that make our community vibrant.

As we step into a new year, let us continue to inspire one another, nurture our cultural roots, and work together toward a stronger and more connected community. Wishing you and your family a joyful, peaceful, and prosperous New Year. Shubho Noboborsho!

With heartfelt wishes,

Ankita Chatterjee

[Ankita Chatterjee]

Member of **P.R.A.N.A.M.**

(**P**rogressive and **R**esilient **A**ssociation **N**oble **A**merican **M**ission)

Magazine Team

Design and Development

1. Ankita Chatterjee

Editorial Team

1. Krishnendu Saha (chief editor)
2. Aniruddha Roy Choudhury
3. Paramita Saha
4. Samridhi Ganguly



Email: pranam.org@pra-nam.org



Website: pra-nam.org



Facebook: Pranam



Instagram: [pranam.humanity](https://www.instagram.com/pranam.humanity)



Youtube: PRANAM-DFW

Send your feedback to pranam.magazine@pra-nam.org



+1 972-841-3885

Climate Change

Ahana Roy



Standing outside on a hot summer day is unbearable here in Texas, and I know it will only continue to get more and more unbearable every passing year. This is not a coincidence, the phenomenon of climate change has been occurring for centuries, and humans have been playing a hand in it for the past several decades. Many people are aware that climate change exists, but there are still some people who don't believe in climate change. Some places even ban teachers from teaching about climate change or admitting that it's real. Unfortunately, it is real, actively occurring daily, and very dangerous.

Although many people do acknowledge climate change and global warming, not many people know its dangers or take steps to slow climate change. First, let's discuss the dangers of climate change, the immediate effects that are occurring right now, and what will happen in the future if climate change continues to rise at this speed.

Currently, due to climate change, global temperatures are rising. You may be thinking, "It's just a few degrees hotter outside than 20 years ago, how is it dangerous?" What you may not know is the effects of those few degrees of rising. They include heat waves, which can cause illness to people who don't have the infrastructure to protect themselves from the heat. Many people, especially children, are dying from hot vehicles or suffering from heat exhaustion. Heat waves are also terrible for people who must work or do activities outdoors during the summer. Heatwaves cause significant health issues like heatstroke and heart attacks.

Rising temperatures can also lead to food and water scarcity. The excessive heat can ruin crops. This deprives many people of food and many farmers of income. Similarly, droughts can occur, making water hard to access in many places around the world. Dehydration can lead to serious health issues and potentially kill. Climate change only makes it harder for not just people, but also animals, to be able to access food and water.

Not only does climate change reduce animals' access to food and water, but it can also make animals' habitats uninhabitable. Not only due to increased heat, but also due to overflowing, which can be caused by increased precipitation, which is caused by rising temperatures. Many animal populations are on the decline both on land and in water due to climate change.

Finally, let's talk about climate change's impact on the oceans. Rising heat levels lead to glaciers melting. The water from the melted glaciers will directly flow into the ocean, causing sea levels to rise. This isn't hypothetical; it's happening, and it will continue at an even faster rate if nothing is done. Many coastal cities are being flooded, and we are losing land due to the oceans rising higher and higher. Many people and animals are losing their homes. Along with this, the higher water temperatures are increasing the frequency of storms like hurricanes.

Now that we've gone over many of the major consequences of climate change, you might be wondering how we can prevent it. But before delving into that, it's crucial to know what causes climate change. It can be narrowed down to one direct cause, which is greenhouse gases like carbon being released into the atmosphere. However, there are many things that we do that allow these greenhouse gases to be released. Let's talk about many common reasons and healthy habits anyone can adopt to reduce harmful emissions.

A very common cause of carbon emissions being released is energy consumption. Humans use energy every day. For lighting, fuel for our cars, to cook, and to charge our phones. It is impossible for anyone not to use energy today. I'm using energy while writing this to keep my laptop plugged in. While we cannot stop using energy completely, we can cut down on how much energy we use or shift to eco-friendly alternatives. First, if you don't need lights, don't turn them on. In an empty room, while there's sunlight outside, flick the light switch off. If everyone does this, climate change can surely be slowed, and it starts with individuals. You could even save some money. Another factor is transportation. In many countries, public transportation or even walking is common, which is great for the environment! Rather than having millions of cars on the road emitting harmful gases as they run, public transportation, walking, and biking are great and healthy alternatives. Another option is to shift to eco-friendly energy if you have the resources. For example, solar-powered energy is eco-friendly! Installing solar panels on the roof of your house or getting a solar-powered car will help the environment heal. Electric cars are also good alternatives, they do still consume electricity, but they emit less carbon into the environment while driving.

Other causes of carbon emissions being released include factories that mass-produce things. For example, the fast fashion industry uses cheap materials and cheap labor to mass produce unsustainable clothes while mistreating workers, giving them terrible pay under life-threatening conditions, and emitting large amounts of carbon into the atmosphere. Many goods on the

market today use similar types of manufacturing to cut costs. There is also the issue of deforestation, as trees are cut down, they release carbon dioxide, and animals lose their habitats. It's a lose-lose for the environment, carbon is being released, and ecosystems are being shattered. Ways we can combat these are by buying from sustainable brands, thrifting, and not buying new things unless they are needed, preventing the funding of unsustainable practices. We can also try to implement more greenery within urban and suburban areas. Plant trees, start gardens, anything green, because plants absorb carbon dioxide, a harmful greenhouse gas.

Climate change is very scary, and it's rapidly increasing every day. Society must be educated on it so that together we can work to slowly combat climate change and heal the planet.

Resources:

<https://www.carbonbrief.org/scientists-clarify-starting-point-for-human-caused-climate-change/#:~:text=The%20instrumental%20temperature%20record%20shows,120%20years%20C%20to%20the%201830s.>

<https://www.nrdc.org/stories/what-are-effects-climate-change#weather>

<https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/heat-stress-and-heat-related-illness#:~:text=Heat%20can%20cause%20serious%20and,Extreme%20heat%20can%20affect%20anybody.>

https://www.earthisland.org/journal/index.php/articles/entry/7_popular_foods_that_might_disappear_because_of_climate_change/?utm_source=google&utm_medium=paid&utm_campaign=tfd_dsa&gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw8MG1BhCoARIsAHxSiQnRsS2UkrR5N0KS_MUA9dg56OGS3ooqdS7XhvF7rsEjOFydp98g4i4aAqo6EALw_wcB

<https://science.nasa.gov/climate-change/effects/>

<https://www.un.org/en/climatechange/science/key-findings#physical-science>

TITLE SPONSOR



For more information on DANNY'S CAFE call: +1 (972) 677-7055

A Rendezvous with the Grand Canyon

Aishiki Hajra



Stretching over 270 miles across the state of Arizona, the Grand Canyon is more than just a landmark, it's a timeline of earth's history. Carved by the Colorado river over 600 million years ago, this natural wonder mesmerizes everyone time and again. This is one of the 7 wonders of the natural world and the 2nd widest canyon on Earth; it speaks for itself.

This time we decided to have a road trip all the way from Irving, our home sweet home. After six long hours of driving, we reached Amarillo, Texas. In the evening, we drove around Palo Duro State Park, also known as the Grand Canyon of Texas. This park gave us a glimpse of a canyon and was a teaser to the real Grand Canyon. Our second day was filled with more driving. After eight long hours we finally reached the entrance of the Grand Canyon South Rim gate, only to be greeted with an ocean of traffic. It was a race against time to make it in before sunset. Our first look of the Grand Canyon was at Mather's point, the gateway overlook. As the sun descends, the canyon keeps changing colors. The rim turns into a fiery shade of apricot, and the inner gorge plunges into a sea of violet and red. The canyon layers, each with its vibrant colors look like a ballgown of red, orange, and yellow. As the crowd cleared and the sun finally set, the moon's soft glow filled the air. The stars pieced together to form a jigsaw of the night sky and we realized that the sun sets every day, but it never looks quite like this anywhere else on earth. Walking on the rim trail of the Grand Canyon under a moonlit sky is magical, no picture can capture this immortal view, you need to be in person there to perceive complete beauty. We drove back to Flagstaff for the night, but the Grand Canyon village at Tusayan can also make a wonderful lodging nearby.

We returned next day to meet the South Rim in its morning glory. This most visited part of the Grand Canyon includes the Desert View watch tower, Grandview point, Yapavi geology museum and much more. We got a map and raced to the Desert View Watchtower, a 70 foot tall stone structure completed in 1932. Designed by the pioneer architect Mary Colter, each floor of this tower shows many Native stories. Despite its ancient appearance, it has a sturdy steel frame and a concrete foundation hidden behind the native stones. At the top of the watchtower, there is an observation point where hundreds go everyday to see the Colorado River transition from a narrow stream to a broad river. Our second stop was Grandview point.

The Grandview trail looked vicious, steep, and unapologetic. Still, we went down and witnessed the romantic pictures of the canyon, and the raw beauty of it. Afterwards we headed to the Yapavi geology museum. Built in 1928 out of indigenous Khabib limestones, this museum makes the Grand Canyon a living textbook. The floor to ceiling windows, annotated models, and fossilized animals all make this museum a perfect place to visit. After a trip to visiting center, we were ready to leave the canyon and make our way to Las Vegas for the night. Of course, you could stay at any of the other hotels near the Grand Canyon Village, but our plan was to go to the West Rim the next day. Going to Las Vegas makes it easier to get there and see the Hoover dam along the way.

We were driving through the night, there were tall trees that whispered like ghosts, and it was only 9 pm but the sky was darker than midnight and felt like an unending void of darkness. We had been driving on a straight but smooth road in Nevada. Finally, there was a curve in the road ahead and in the blink of an eye, pitch black turned into a magnificent array of lights. The city of lights, Las Vegas appeared with all its aura. We soon got to our hotel, Circus Circus. It was huge with 3 buildings, an amusement park, many shops, restaurants, casino's and much more. We freshened up and went to walk the famous strip and feel the buzzing night life vives. Instead of crosswalks there were bridges, and to get up you would use escalators. Although we missed the Lava show of the Mirage this time but the dancing fountains of Bellagio, the fake but magical night sky of the Venetian, and the Sphere with screens that go all around filled our hearts.

Our second day starts at the Hoover Dam. Today the Dam is no longer used for taming a wild river, but more for managing a disappearing one. The west side of the dam is located in Nevada, with pacific time. While the east side is in Arizona, which follows mountain time. In other words, when you walk across the dam, you either gain an hour or lose one. Then we headed to the West Rim of the Grand Canyon, the land of the Hualapai. First, we bought tickets for a shuttle bus that would take us across this rim. The first stop was Eagle point. At 4000 feet above the Colorado river and these majestic views are where heaven meets Earth. To our right there was a huge natural rock formation shaped like an eagle soaring over the canyon, the protector of the Hualapai tribe. In front of us stood the Skywalk, a 1.2-million-pound horseshoe made of glass and steel. We bought tickets to walk the famous Skywalk of the West Rim, needless to say there was a long line. So we decided to have lunch at the

Skywalk café first. Although the food wasn't that great, the view made up for it. Through the floor to ceiling glass windows, you could clearly see the Skywalk and the gorgeous canyon. After a million pictures, we finally got ready to walk the famous horseshoe. The first step onto the glass was a step of faith and beneath our shoes was lying the ancient heart of the Grand Canyon. By the end of the Skywalk, we finally understood what makes this place so fascinating. Although the opaque glass underneath was bit disappointing but the stunning views over the railing were unparalleled. Our next stop was Guano Point, we raced against the sun to catch the marvelous views of the sunset. Just as we reached there, we saw the sun was dipping towards the horizon. The jagged edges of the west rim began to glow with brilliant yellow and golden hue. Each layer of the canyon reflected a different color, turning it into a magnificent painting painted by God himself. The Colorado river shimmered below, under the soft hues of the canyon. Our last stop for the day was Hualapai point. Reached there just after sunset when the stars began to pierce through the darkening skies. The 'People of the Pines' kept this sacred rim as theirs for many generations. During the trip my dad kept saying this place repeatedly, now I realized why he was so exuberant about it.

Driving through the night was difficult. We were running low on gas, GPS had lost its signal, there was no light around except car's headlights, and we had no idea where we were going because there were no signs. After about five wildlife crossing signs and six panic attacks, we saw a dollar general that helped us to figure out that we were heading in the wrong direction. After turning around and driving for another 3 hours, we reached Williams, AZ. to stay for the night after a delicious dinner at a local Panjabi Dhaba.

The next day's adventure was driving for long 7 hours to Santa Fe. Driving was boring, but the evening at Santa Fe made it worthwhile. Standing at the heart of the Santa Fe Plaza, we admired the Indigenous style buildings and architectures. Under the soft sunset light, the buildings seemed to glow. Stores of pottery, jewelry and so much more lined across the streets. We had dinner at the Plaza Cafe of New Mexico and had the best Mexican food of our lives. We took home some famous Santa Fe biscuits and went to our hotel to prepare ourselves for the last long stretch of this trip. Next day after nice breakfast we started the long nine hours of drive. During this whole trip I was keeping my dad's speed in check, but during this stretch, I was trying to learn how to read Bengali and didn't realize he was speeding, but the State trooper did and as you can guess, gave appropriate reward. As we approached Irving, we started recognizing our neighborhood stores and buildings. Finally, our 2,922 miles journey had come to an end exactly where it started, Home Sweet Home.

Junior Art Zone

PRANAM Jr Family



Artist: **Deveshi Sarkar** - 9 Years

A Villain's Biography

Aparajita Mitra



When I was young, I was an evil villain, causing problems here and there.

I'd make the water tank explode, and even kidnapped the mayor.

But once, when I was being chased, I fell and hit my leg.

That was when, very sadly, I was caught by Deputy Meg.

I was held in a miserable place, with thick walls on each side.

Deputy Meg was being unfair; she had rules I had to abide.

Now, these were not the usual rules, like being mean and wrong.

She made me be compassionate, and even taught me to sing songs.

One day, I heard a knock. "Can I come in?" someone called.

He was wearing a police uniform, and was really very bald.

"Who are you?" I asked him, "and why are you here?"

"I'm here to get you out. Is that not clear?"

"You've been sent to stop me from escaping!" I immediately said.

Escaping then and there never really occurred in my head.

"Why would I do that?" he said. "You're such a nice man.

In fact, I'll get you out of here as soon as I can."

"You don't understand! Not even a bit!

This is where I belong, and this is where I fit!"

He reluctantly went, and slowly glanced at me.

Right then, the joy of freedom, I couldn't see!

I should've listened to him all those years back.

Then I wouldn't be here, still looking for a crack.

I've learned that you should always take the chances that you get.

Then only you can be the winner of your own fate.

If only....

Ayantika Nag



If only I'd hope
with faith not fear

I'd trust my
intuition to make
my life clear

If only I could
catch my dreams and
put them in a jar
I'd watch them dance
like fireflies flickering
like stars

They would grow
and I would let
them free to see how
far they go.....

Junior Art Zone

PRANAM Jr Family



Maa Durga by **Abir Saha** - 6 Years



Garden by **Samridhi Saha** - 10 Years



স্বপ্নে আস তুমি

দীপক সাহা



আজও তুমি স্বপ্নে আস,
স্বপ্নে বাঁধি ঘর;
"অমিত- লাভণ্যর" মত
"সেতুর এপার ওপার"।
যখন তুমি কাছে আস,
জড়িয়ে ধরি বুকে;
লজ্জায় হয়ে লাল,
মুখ লুকাও মোর বুকো।

আমিও কাঁপি থরথরিয়ে,
অনভ্যস্ত হাতে
মুখটা তুলে, ঠোঁট ছোঁয়াই
তোমার কপালেতে।
তোমার দেখি স্বেদ ঝরছে,
সারা শরীর বেয়ে;
তোমায় আমি মুক্ত করি
কিছুটা ভয় পেয়ে।

সেটাই আমার আলিঙ্গন,
প্রথম কোন নারীকে,
আজও সেই অনুভবটা,
নাড়িয়ে দেয় মনকে।
যতই সেটা স্বপ্ন হোক,
হোক না কেন মিথ্যে;
আমি তোমায় ভালোবাসি,
সেটা তো নয় মিথ্যে।

আজ তুমি আমার নয়,
অন্য কারও ঘরণী;
তোমায় আমি কেমনে বোঝাই,
আজও মন মানেনি।
তাই বুঝি আজও তুমি,
স্বপ্নে আস বারে-বারে;
স্বপ্ন শেষে বুকের মাঝে,
আগুন জ্বলে হু হু করে।

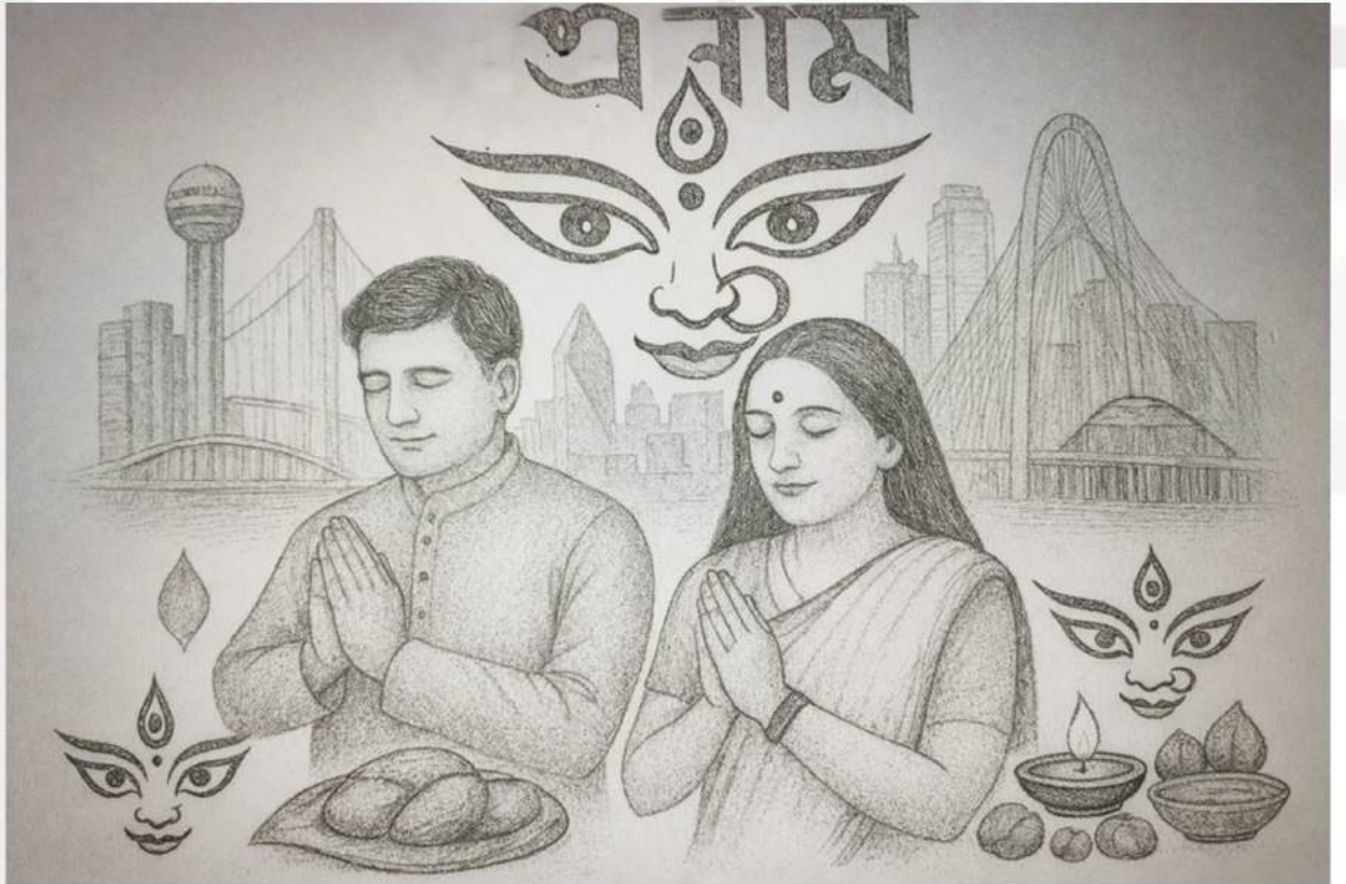
তোমার সাথে টুকরো কথা,
সিনেমাতে পাশে বসা;
আঙুলের হালকা ছোঁওয়া,
একটুখানি মিষ্টি হাসা,
ধর্মতলায় কেবিনেতে বসে,
এক প্লেটে চাইনিজ খাওয়া,
আজ সবই স্মৃতিই বটে,
স্বপ্নে তবু কিছুটা পাওয়া।

স্বপ্নগুলো যদি সত্যি হ'ত,
"ও" কি তোমার বর হ'ত!
আমাদের স্বপ্নের নীড়,
নদীর তীরেই গড়ে উঠত।
যা হবার তা হয়েই গেছে,
শূন্য বুকে রইব পরে;
আশায় থাকি পরজন্মে,
থাকব মোরা একই ঘরে।

Digital Art Zone

PRANAM Family

“দূর দেশে থেকেও বাংলার টান অটুট, মায়ের আশীর্বাদে একসাথে বাঙালির হৃদয়,
স্মৃতি আর ভালোবাসার বন্ধনে।
শিকড় বাংলায়, হৃদয়ে বাঙালিয়ানা — প্রণাম ডালাসা।”



Art by: **Kuntal Banerjee**

Ode To A Book

Ishan Chatterjee

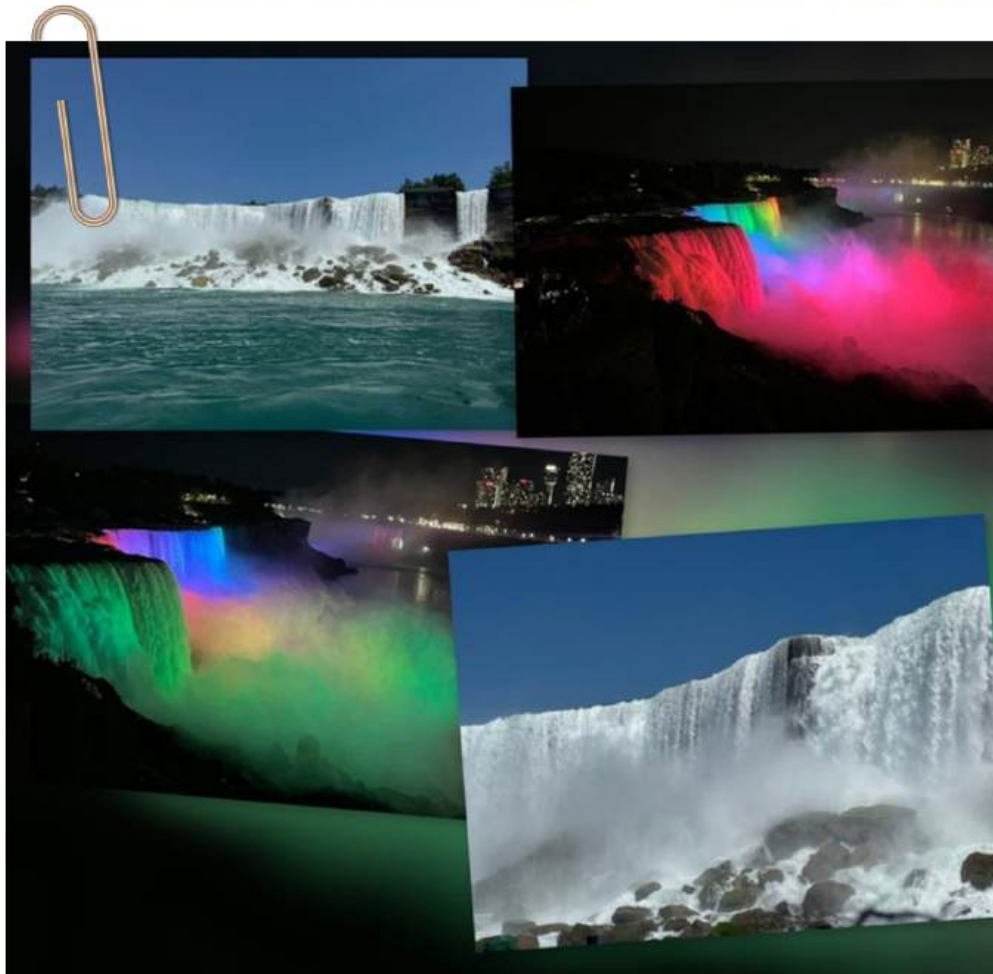


The crispy, flipping pages of a book,
Is very appealing to the eyes and mind.
It paints a picture of a story,
It gives you the joy to explore the different worlds,
It can bring you to dragons, go fishing, or play with friends,
It allows you to ignore the problems around you,
And make reality a world of your liking,
It eases the mind and lets it wander,
A book lets you ponder,
To build your mind,
It renews the working mind,
Opens you up to a new perspective of the world,
The many stories provide you lore,
And when you're finished you'll want some more.

Photo Wall



Singapore at the Changi Airport's flower garden
P.C. **Bidisha Roy**



Lost in the mist 💙 Niagara Falls, P.C. **Sujoy Chakraborty**

ফিরতে চাই কৌশিক রয়



ঘরের থেকে অনেক দূরে, এগিয়ে যাওয়ার আশায়;
সবাইকে পিছনে ফেলে, একলা আমি হেথায় |
এগিয়ে যাবার নেশা, আমায় পাগল করেছিলো;
ভুলেই গেছিলাম, ফিরে যাবার কথা দেওয়াছিলো|
নাড়ির বাঁধন ছিন্ন করে, ভুলে আপনজন;
পর দেশেতে করছি বাস, সার্থক এ জীবন|
অনেক বছর পেরিয়েছে আজ, স্বপ্ন ভেঙ্গে গেছে;
শান্তি চাই, ফিরতে চাই, আবার আপনজনের কাছে|
অনেক দিন পরে আবার, ফিরছি নিজের ঘরে;
মা দাঁড়িয়ে অপেক্ষাতে; বলল “খোকা এলি ফিরে”||

শান্তিনিকেতন ভ্রমণ

কৃষ্ণেন্দু সাহা

ছোটবেলা থেকেই শান্তিনিকেতনের কথা শুনে ও গল্প পড়ে আমরা বড় হয়েছি, বিভিন্ন চলচ্চিত্রে শান্তিনিকেতন নানাভাবে ধরা দিয়েছে। রবীন্দ্রনাথ ও শান্তিনিকেতন চিরকাল ওতপ্রোত ভাবে জড়িত, কবিগুরুর দর্শনে প্রাচ্য ও পাশ্চাত্যের সংস্কৃতির সমন্বয়ে স্থাপিত বিশ্বভারতী বিশ্ববিদ্যালয়ে প্রকৃতির মাঝে শিক্ষাদান এক অনন্যসাধারণ প্রয়াস। শান্তিনিকেতন ভ্রমণ অনেক দিন ধরেই আমার বাকেট লিস্টে ছিল, এবার শীতে দেশে গিয়ে অবশেষে এই সাধ পূর্ণ হল।

জানুয়ারির শেষে ডালাস থেকে কলকাতা ফিরলাম প্রায় দুই বছর পর। বছরের এই সময়টা কলকাতার আবহাওয়া বেশ মনোরম থাকে। 'বন্দে ভারত' ট্রেনে হাওড়া থেকে বোলপুর যাত্রা স্থির হল ৩ দিনের জন্য। এক মঙ্গলবার সকাল ৭ঃ৪৫-এর ট্রেনে হাওড়া থেকে রওনা হলাম, কিছু পরেই প্যান্ট্রিকার থেকে চা, বিস্কুট ও চিঁড়ে ভাজা দিয়ে গেল। জানালা দিয়ে ছুটন্ত ট্রেনে বাইরের প্রকৃতি দেখতে দেখতে চা খাওয়ার মজাই আলাদা। যাত্রার মাঝামাঝি প্রাতরাশ পরিবেশিত হল, সেটা শেষ হতে না হতেই বোলপুর চলে এলাম। 'বন্দে ভারত' হাওড়া থেকে একটানা যাত্রা করে দেড় ঘণ্টায় বোলপুর পৌঁছে দিল সকাল দশটার মধ্যে।

রেলস্টেশনে নেমে উল্টোদিকেই গীতাঞ্জলী মিউজিয়াম প্রথমে দর্শন করলাম। এখানে শান্তিনিকেতন আশ্রম শুরুর সময়কাল থেকে বর্তমান পর্যন্ত বিশদ তথ্য ও প্রামাণ্য ছবি খুব সুন্দর ভাবে সংরক্ষিত আছে। তিন ঘণ্টা সময় ভালভাবে কেটে গেল একতলা ও দুইতলা ঘুরে সমস্ত দুষ্প্রাপ্য ছবি ও লেখা দেখতে দেখতে, শান্তিনিকেতনের গত একশ বছরের ইতিহাস খুব সুন্দর ভাবে ধরে রাখা হয়েছে এখানে। কবিগুরুর গীতাঞ্জলি রচনা, নোবেল পুরস্কার পাওয়ার আগের ও পরের অনেক অজানা তথ্য বিশদে জানা গেল। কবির শান্তিনিকেতন থেকে শেষ কলকাতা যাত্রার সেলুন কারটিও সযত্নে রক্ষিত আছে। এরপর একটি টোটো নিলাম স্টেশন থেকে, তিনদিন ধরে শান্তিনিকেতনের দর্শনীয় স্থানগুলি সে ঘুরিয়ে দেখাবে, তেমনই কথা হল। প্রথমে হোটলে গিয়ে স্নান সেরে মধ্যাহ্নভোজনে বেরলাম রাম-শ্যাম রিসর্টে। এখানে ভাল রেস্টোরাঁতে বাঙালি খাবারের থালি পাওয়া যায় ২-৩ রকমের তরকারি ও ডাল দিয়ে, সাথে মাছ বা মাংস আলাদা নেওয়া যায় নিজের ইচ্ছামত। সর্ষে-ভাপা ইলিশ ও মাটন ডাকবাংলো সহযোগে থালিটা খুবই সুস্বাদু ছিল।



এলাহি খাওয়ার পর প্রথমে বাংলাদেশ ভবন দর্শনে গেলাম, এটি গেটের বাইরে থেকেই দেখতে হল, কোভিডের পর থেকে আর ভেতরে প্রবেশের অনুমতি নেই। এরপর বিশ্বভারতীর চত্বরে ভাল করে ঘুরলাম - শান্তিনিকেতন ভবন, কাঁচ ঘর, তিন পাহাড়, তবলা গাছ, তালধ্বজ বাড়ি, ছাতিমতলা দেখে মন জুড়িয়ে গেল। অদূরেই রবীন্দ্রভবন মিউজিয়াম পরবর্তী গন্তব্য, এটি এক সময় রবীন্দ্রনাথের বাসস্থান ছিল শান্তিনিকেতনে। দোতলায় গুরুদেবের ব্যবহৃত দ্রব্যাদি সংরক্ষিত রয়েছে সুন্দর

ভাবে, নোবেল পুরস্কার মেডেল ও শংসাপত্র সর্বসাধারণের জন্য প্রদর্শিত। গীতাঞ্জলী কাব্যগ্রন্থ প্রকাশিত হওয়ার পর বিশ্বজোড়া আলোড়ন, পাশ্চাত্য দেশে কবির গুনগ্রাহকদের অপারিসীম সাহায্য, নোবেল পাওয়ার সংবাদ পেয়ে কবির সরস প্রতিক্রিয়া ও আশ্রমিকদের উল্লাস, পুরস্কার গ্রহন অনুষ্ঠানে কবির বিতর্কিত ভাষণ, প্রতিটি ঘটনা এখানে সুসংরক্ষিত রয়েছে।

মিউজিয়ামের বাইরে উত্তরায়ণ চত্বরে সুন্দর ফুলের বাগান ও রামকিকঙ্কর বেজের কিছু অমূল্য ভাস্কর্য রাখা। বিভিন্ন ঋতুতে থাকার জন্য কবির অন্য বাড়িগুলিও রয়েছে এখানে - কোনার্ক, উদীচী, শ্যামলী ও পুনশ্চ। কবির ব্যবহৃত গাড়িটিও একটি কাঁচের ঘরে সুসংরক্ষিত দ্রষ্টব্য। গাইডের থেকে জানতে পারলাম প্রতি বুধবার সকাল ৭-৮টা উপাসনা গৃহ খোলা হয় সর্বসাধারণের জন্য, কিন্তু শুধু সাদা পোশাক পড়েই প্রবেশ অনুমোদিত। মহর্ষি দেবেন্দ্রনাথ ঠাকুর এক বুধবার ব্রাহ্মধর্মে দীক্ষিত হয়েছিলেন, তাই শুধু এই দিন সকালে সবাই প্রার্থনায় অংশগ্রহণ করতে পারে। আমার সঙ্গে পুরো সাদা পোশাক ছিল না, তাই নৈশভোজ সেরে হোটেল ফেরার পথে সাদা পাজামা পাঞ্জাবি কেনা হল।



পরদিন সকালে যথাসময়ে উপাসনা গৃহে উপস্থিত হলাম, বিশ্বভারতীর প্রচুর ছাত্রছাত্রী ও অনেক বহিরাগত মানুষ সমবেত হয়েছেন। বিশ্বভারতীর উপাচার্য একটি স্তোত্র পড়ে সভা শুরু করলেন, কয়েকটি রবীন্দ্রসঙ্গীত পরিবেশিত হল। একজন বর্ষীয়ান শিক্ষক রবীন্দ্রনাথের একটি লেখা পাঠ করলেন, তারপর আরও দুটি গানের মধ্য দিয়ে সুশৃঙ্খলিত উপাসনা সভাটির পরিসমাপ্তি হল। উপাসনা গৃহ থেকে বেরিয়ে টোটে নিয়ে কঙ্কালীতলা কালী মন্দিরে গেলাম পুজো দিতে। এটি একটি সতীপীঠ, মন্দিরের পিছনের কুণ্ডটি অতি পবিত্র, এখানেই কথিত আছে সতীমায়ের দেহাংশ পরেছিল। মন্দিরের সামনের দোকান থেকে ফুল-মিষ্টি কিনে ভক্তি ভরে কালী মায়ের পুজো দিলাম। মন্দির চত্বরের বাইরে সারি দিয়ে কচুরি জিলিপির দোকান, দেবীপুজোর পর এখানে চা সহযোগে পেটপুজোটা বেশ ভালই হল। হোটেলে ফিরে একটু বিশ্রাম নিয়ে পোশাক পরিবর্তন করে বেরিয়ে পরলাম পরবর্তী গন্তব্যের উদ্দেশ্যে।



এবার যাওয়া হল সৃজনী শিল্পগ্রামে, ৩০ টাকা প্রবেশমূল্য। সৃজনীতে সেদিন একটি সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান হচ্ছিল, প্রচুর বহিরাগত কলাকুশলী ও তাঁদের পরিবারের সমাগম হয়েছে। কিছুক্ষণ সেখানে চমৎকার নাচ গান উপভোগ করলাম সবার সঙ্গে। সৃজনী শিল্পগ্রাম বেশ বড় জায়গা, অনেক সুন্দর শিল্পকলা পুরো চত্বর জুড়ে সাজিয়ে রাখা আছে। বিভিন্ন রাজ্যের শিল্পের উদাহরণ স্বরূপ একটি করে কুটীর বানিয়ে সেখানে এগুলি প্রদর্শিত হচ্ছে। পশ্চিমবঙ্গের কুটীরটি বেশ বড় একটি চত্বরের মধ্যে নির্মিত, সেখানে দুর্গাপুজো থেকে শুরু করে গ্রামবাংলার শিল্প, সবই প্রতিফলিত হয়েছে। একটি অপূর্ব বিশাল বুদ্ধ মূর্তিও বাগানের একধারে স্থাপিত রয়েছে। এখানে ঘণ্টা দুয়েক থেকে চলে গেলাম সুরুল রাজবাড়ি, বাড়ির পিছনে বিশাল নাটমন্দিরটি অসামান্য। মধ্যাহ্নভোজন করলাম দুই কন্যা রিসর্টের রেস্টোরাঁতে, ভেটকি পাতুরি ও রুই পোস্ট সহযোগে আজ তৃপ্তি করে খাওয়া হল।

কাছেই রয়েছে আমার কুটির, এখানকার
হস্তশিল্পের দোকানে অপূর্ব সামগ্রীর সমাহার,
সবই স্থানীয় শিল্পীদের সৃষ্টি। কিছু দর্শনীয়
সামগ্রী কেনা হল, আরো অনেক কেনার ইচ্ছা
সংঘত করে। এই আমার কুটির স্বাধীনতা
আন্দোলনের সময় বিপ্লবীদের লুকানোর গুপ্ত
আস্তানাও ছিল, তার বেশ কিছু বর্ণনা এখানে
লিপিবদ্ধ করা আছে। অদূরে একটি চাতালে
সুমধুর বাউল গান হচ্ছে, অনেকের সঙ্গে
দাঁড়িয়ে সেই চিরনতুন গানগুলি উপভোগ করা
এক অনবদ্য অনুভূতি। পাশেই কোপাই নদী
বয়ে চলেছে একেবেঁকে, নদীর ধারে কিছুক্ষন
হাঁটতে হাঁটতে শৈশবে পড়া সহজপাঠের কবিতা মনে পেরে।



সোনাবুরির হাট প্রতি বুধবার বন্ধ থাকে, টোটোওয়ালা তাই একটু দূরে কর্মতীর্থ হাটে নিয়ে গেল। জীবনে
প্রথমবার হাট দর্শন হল এখানে, নানাবিধ জিনিসের বিকিকিনি চলছে অনেকটা জায়গা জুড়ে। কিছু
জামাকাপড় ও ব্যাগ কিনলাম উপহার হিসেবে। এখান থেকে গেলাম প্রকৃতি ভবনে, এটি প্রাকৃতিক ভাস্কর্যের
একটি অনন্য প্রদর্শনশালা। আমাদের কল্পনাশক্তি দিয়ে অনুধাবন করতে হয় এখানকার কাঠের, ধাতব ও
প্রস্তর নমুনাগুলিকে। এরপর গেলাম শালবনি পলাশবনিতে, চলচ্চিত্রে দেখা এই স্থানগুলি অবশেষে চাক্ষুষ
দেখার অনুভূতিই আলাদা। বনের মাঝে গাছতলায় এক বাউল বসে গান গাইছে, সেখানে বেশ কিছুক্ষণ
দাঁড়িয়ে তার গান শুনলাম। বন পেরিয়ে হেঁটে চলে গেলাম পেছনের আদিবাসী গ্রামে, বাড়িগুলি নানা রঙে
বেশ সুন্দর করে সাজান। ফেরার সময় বিশ্বভারতীর ক্যাম্পাস আরেকবার ঘুরে নিলাম, অমর্ত্য সেনের
বাড়ি, নন্দলাল বসুর বাড়ি, তাঁর নামে নন্দন বয়েজ হোস্টেল, এগুলো দেখার ও বহুদিন মনে রাখার মতো।



তৃতীয় দিন সন্ধ্যাবেলা ফেরার ট্রেন। সকালে স্নান সেরে বেরোলাম বল্লভপুর ডিয়ার পার্কে। এখানে ঘন্টাখানেক সময় কাটিয়ে দুপুরের ভোজন করলাম বনবীথীর হেঁশেলে, এক বন্ধু আগেরদিন বলেছিল এখানে একবার খেতে। ভাপা ইলিশ আর মেটে চচ্চড়ি দিয়ে জমিয়ে খাওয়া হল, সঙ্গে এদের স্পেশাল বেগুনভাজা। পরের গন্তব্য বহু প্রতীক্ষিত সোনাবুরির হাট, এর সতিই বিশাল ব্যাপ্তি আর জমজমাট পরিবেশ। চারিদিকে রকমারি রংবেরঙের দ্রব্যের সমাহার দেখে চোখ জুড়িয়ে যায়। অল্প অল্প করেও সব মিলিয়ে অনেক কিছুই কেনা হয়ে গেল। আদিবাসী নৃত্যের দলের পরিবেশনা কিছুক্ষণ দাঁড়িয়ে উপভোগ করলাম। পাশের দোকানে মাটির খুরিতে চা আর ফিশফ্রাই খেয়ে হল এক অসাধারণ যাত্রার পরিসমাপ্তি। ফেরার পথে শেষবারের মত বিশ্বভারতীর ক্যাম্পাস দেখে নিলাম, পৌষ মেলার মাঠ, সেন্ট্রাল লাইব্রেরি, কলাভবন, সঙ্গীতভবন, নাট্যঘর, খেলার মাঠ, এগুলি চিরদিন মনে থেকে যাবে।



প্রচুর মধুর স্মৃতি নিয়ে অবশেষে বোলপুর স্টেশনের উদ্দেশ্যে রওনা হলাম। বহুদিনের ইচ্ছা পূরণের এক বিচিত্র পরিতৃপ্তি মনের মধ্যে ঘোরা ফেরা করছে। কুলির সহায়তায় ৭-৮টি ব্যাগ নিয়ে বিকেলে 'বন্দে ভারত' ট্রেনে উঠলাম। সন্ধ্যার চা আর রাতে নৈশভোজ বেশ ভালই দেয় এই ট্রেনে, তিন দিনের স্মৃতি রোমন্থন করতে করতে একটা ঘোরের মধ্যে বাড়ি ফিরলাম। এই শান্তিনিকেতন যাত্রা অনেক দিনের অপেক্ষার ফল, মনের মণিকোঠায় এর স্মৃতি ততোধিক কাল রয়ে যাবে।

PRANAM Impact Stories



January 2025 Blood Drive Camp, partnered with the **American Red Cross**



May 2025 Food Can Donation Drive, partnered with the **North Texas Food Bank**

PRANAM Impact Stories



Food Packaging Drive – December 2025, in association with **Feed My Starving Children** — proudly packed 79,056 meals



Hope Restored Missions

January 17 · 🌐

PRANAM, a non profit organization working with One Warm Coat brought dozens of warm coats to the outreach event at Hope Restored Missions Saturday. This is their second large donation this winter. Our clients will be so appreciative.

Thank you ❤️

PRANAM successfully completed its first charity event of 2026 by delivering all donated coats — thank you all for your support in making a difference.

রাজ কাপুর - ভারতের চার্লি চ্যাপলিন

পারমিতা সাহা

শ্রী রাজ কাপুর ভারতীয় সিনেমার ইতিহাসে এক অবিস্মরণীয় ব্যক্তিত্ব। তিনি ভারতীয় সিনেমার চার্লি চ্যাপলিন নামে পরিচিত ছিলেন। ভারতীয় সিনেমার গ্রেট শোম্যান নামে পরিচিত শ্রী রাজ কাপুর জন্ম গ্রহণ করেন ১৯২৪ সালের ১৪ই ডিসেম্বর ব্রিটিশ অধীনস্থ পেশাওয়ারে। তিনি ছিলেন একাধারে অভিনেতা, চিত্র প্রযোজক এবং পরিচালক।

তঁার পিতা বিখ্যাত অভিনেতা শ্রী পৃথ্বীরাজ কাপুর এবং মাতার নাম রামশারানি দেবী কাপুর। কাপুর পরিবার পাঞ্জাব রাজ্যের লালপুর জেলার বাসিন্দা। ছয় ভাই বোনের মধ্যে রাজ কাপুর ছিলেন সবার বড়। কাপুর পরিবার পরে পেশাওয়ার থেকে মুম্বাইয়ে চলে আসে শিক্ষাগত কারণে। মুঘল -এ -আজাম সিনেমাতে সম্রাট আকবরের ভূমিকাতে পৃথ্বীরাজ কাপুরের অভিনয় বহুল চর্চিত। পৃথ্বীরাজ কাপুরকে ১৯৩০ সালে জীবিকার জন্য বিভিন্ন জায়গায় ঘোরাঘুরি করতে হয়েছিল। রাজ কাপুরের পড়াশোনা হয়েছে অনেক স্কুল এবং কলেজে, যেমন দেরাদুনের কর্নেল ব্রাউন কেম্ব্রিজ স্কুল এবং মুম্বাইয়ের ক্যাম্পিয়ান স্কুল।

১৯৩৫ সাল তঁার জীবনে এক বিশেষ সময়। এই সালে তঁার প্রথম হিন্দি ছবি "ইনকিলাব" মুক্তি পায়। এরপর থেকে তঁার বিজয় যাত্রা শুরু। ১৯৪৭ সালে রাজ কাপুরের ছবি "নীলকমল" মুক্তি পায়। এই ফিল্মে তঁার বিপরীতে ছিলেন অভিনেত্রী বেগামপারা এবং মধুবালা। ফিল্মটি বক্স অফিসে যথেষ্ট সাফল্য অর্জন করে। যদিও তঁার অন্যান্য সিনেমা গুলি যেমন চিতোর বিজয়, দিল কি রানী সেরকম সাফল্য পায়নি বক্স অফিসে।

১৯৪৮ সালে তিনি নিজের কোম্পানি খোলেন আর .কে. ফিল্মস। এই কোম্পানির প্রথম ছবি "আগ" মুক্তি পায়। এই ফিল্মে তঁার সাথে অভিনয় করেন নাগিস, প্রেমনাথ এবং কামিনী কৌষাল। ফিল্মটি বিভিন্ন চিত্র সমালোচকদের কাছে জনপ্রিয় হয়েছিলো। ১৯৪৬ সালে তিনি কৃষ্ণ দেবীর সাথে পরিণয় বাঁধনে বাঁধা করেন। তঁার তিন পুত্র রণধীর, রাজীব ও ঋষি অভিনেতা জীবনে সফল। তঁার দুই ভাই শামী কাপুর এবং শশী কাপুর সিনেমা জগতে পরিচিত মুখ।

কাপুর পরিবার মুম্বাইয়ের ফিল্ম জগতে বহু দিন ধরে অভিনয় করে চলেছেন। আজও এই পরিবার অনেক স্টারের জন্ম দিয়েছে। রাজ কাপুর অভিনীত আন্দাজ ও বরসাত সিনেমাগুলি আজও সিনেমা প্রেমীদের মুগ্ধ করে। বরসাত সিনেমাটি কলকাতার প্যারাডাইস সিনেমা হলে প্রায় ২ বছর ধরে প্রদর্শিত হয়েছিল।

আন্দাজ ও বরসাতের সাফল্য তাঁকে অভিনেতা হিসাবে দিলীপ কুমার ও দেবজির সাথে এক সারিতে স্থান দেয়। ১৯৫১ সালে পিতা পৃথ্বীরাজ কাপুর এবং তখনকার স্টার নাগিসের সাথে ছবি "আওয়ারা" মুক্তি পায়। এই সিনেমা বহুল ভাবে সাড়া জাগিয়েছিল সাধারণ মানুষ এবং চিত্রসমালোচকদের মধ্যে। এই সিনেমাতে তিনি এক সাধারণ বোকাসোকা যুবকের ভূমিকাতে অভিনয় করেন। সুন্দরী নাগিসের সাথে তাঁর রোম্যান্টিক অভিনয় মানুষের ভালো লেগে ছিল। তাঁদের অনস্ক্রীন কেমিস্ট্রি ছিল অসাধারণ।

১৯৫৫ সালে রাজ কাপুরের ফিল্মশ্রী ৪২০ মুক্তি পায়। এই সিনেমার প্রধান কলা কুশলিরা হলেন নাগিস এবং নাদিরা। এখানে রাজ কাপুর এক অনাথ গরিব ছেলের ভূমিকায় অভিনয় করেন, যে দুচোখে স্বপ্ন নিয়ে এলাহাবাদ থেকে মুম্বাই আসে। এখানে তাঁর অভিনয় অনেকটা চার্লি চ্যাপলিনের বিখ্যাত সিনেমা "লিটল ট্র্যাম্পের" কথা মনে পড়িয়ে দেয়।

এই সিনেমার গানগুলি "প্যার হুয়া একরার হুয়া", "মেরা জুতা হ্যায় জাপানি" আজও সমান ভাবে জনপ্রিয়। সুরকার শঙ্কর জয় কিশিনের সুরে এই গানগুলি ভারতবর্ষে বিশাল হিট করেছিল। ৪০ এবং ৫০-এর দশকে তাঁর সিনেমাগুলির মূল ভাবনা ছিল ভারত ও স্বদেশপ্রেম। "ফির ভি দিল হ্যায় হিন্দুস্তানি" লাইনটি মনে করিয়ে দেয় যে পোশাক আশাক বিদেশি ভাবাপন্ন হলেও আমরা মনে প্রাণে ভারতীয়। "মেরানাম জোকার" সিনেমাতে হাসির সাথে বেদনাও লুকিয়ে আছে। এই ভূমিকাতে অনন্য অভিনয় করে তিনি বুঝিয়ে দেন যে তিনি জাত অভিনেতা।

শ্রী শম্ভু মিত্রের পরিচালনায় "জাগতে রহ" সিনেমাতেও তিনি অভিনয় করেন। ফিল্মটি বক্স অফিসে হিট না করলেও বিভিন্ন চিত্র সমালোচকদের প্রশংসা লাভ করেছিল। ৭০-এর দশকে মুক্তিপায় "ববি"। তাঁর পরিচালিত এই সিনেমাটি খুবই জনপ্রিয় হয়েছিলো। এই সিনেমাতে প্রথম অভিনয় করেন রাজপুত্র ঋষি এবং ডিম্পল কাপাদিয়া।

রাজ কাপুর সোভিয়েত ইউনিয়নে খুবই জনপ্রিয় ছিলেন। "রাম তেরি গঙ্গা মাইলি" তাঁর পরিচালিত শেষ সিনেমা। এই সিনেমাটি বিতর্কিত এবং সেন্সর বোর্ডের সাথে তাঁর ঝামেলা চলে কিছুদিন। তাঁর প্রিয় গায়ক ছিলেন মুকেশ এবং লতাজি। ১৯৮৮ সালে হৃদরোগজনিত অসুস্থতায় ভারতবর্ষের মানুষকে চোখের জলে কাঁদিয়ে এই মহান অভিনেতা পরলোক গমন করেন।

রাজ কাপুর প্রায় ৩৭ বছর হল মারা গেছেন। কিন্তু তিনি আজও সিনেমা প্রেমীদের কাছে এক অনুপ্রেরণা হয়ে রয়েছেন। তাঁর সিনেমাগুলি আজও মানুষকে ভাবায়, রোম্যান্টিক মায়া জালে মুগ্ধ করে। ১৯৭১-এ ভারত সরকার প্রদত্ত পদ্মভূষণ পুরস্কার পান তিনি। ১৯৮৮ সালে দাদাসাহেব ফালকে পুরস্কার পাবার ঠিক আগে অমৃতলোকে পাড়ি দেন বর্ষীয়ন এই অভিনেতা। তিনি আজ আমাদের মধ্যে না থাকলেও তাঁর স্মৃতি সতত উজ্জ্বল থাকবে মানুষের মনে।

We Are Going on a Bear Hunt!

Sraboni Bose

Disclaimer: Based on a true story, all the characters except the Bear are real: because we never crossed paths ...



“Oh, for goodness sake! You mustn’t keep any food in the car trunk,” Augustine warned. “Bears can smell it from miles away.”

The next morning, she was still at it, reminding her husband Aero that fruity or musky deodorants were a complete no-no.

This was their trip to Lassen Volcanic National Park in 2019. As excited as Augustine, Aero, and three-year-old Apricot were about the adventure, there was an equal measure of nervousness hovering in the background—what if they actually ran into a bear.

Lassen greeted them blanketed in snow. They spent the afternoon sliding down snowy slopes, laughing, and forgetting all about bears. That evening, they gazed at Burney Falls, mesmerized by the water cascading gracefully into the emerald pool.

The next morning, Hedge Creek Falls was a delightful hike—water tumbled over moss-covered rocks, misting their faces, and mom-daughter duo kept on urging Aero to click some photos in the beautiful backdrop.

Bears didn't make an appearance, much to Augustine's secret relief.

Time moved on, quietly and quickly. Apricot grew into a ten-year-old—an age of adventure, when sleeping under the stars sounds thrilling, but parents prefer a cozy resort. This time, their mission was Yellowstone National Park.

Yellowstone greeted them with steaming geysers, boardwalks that hissed and bubbled beneath their feet and the constant reminder to stay on the trails. Apricot counted elk from the car window. Aero drove cautiously, eyes sharp for wildlife. Augustine scanned the distance—half in awe, half on bear duty. Every rustle of bushes made her heart jump; every wildlife warning sign was read twice.

Old Faithful erupted right on schedule. A bison grazed nearby, utterly unimpressed by the gazing crowd. At Hayden Valley, excitement peaked: wolves slinked through tall grass, bison herds moved majestically, and a bald eagle soared over the Yellowstone River. Apricot squealed but Augustine and Aero whispered, “Quiet, don't disturb the wildlife.”

They ate packed sandwiches only in designated areas and laughed about how even a forgotten brownie felt like a potential crime. At night, tucked safely into their beds at the Headwaters Lodge, Augustine planned the next day's itinerary: Mormon Row, Chapel of the Transfiguration and Jenny Lake Boat tour, while Aero silently thanked the universe for walls, doors, and the absence of claw marks.

Adventure had returned—bigger, wilder, and louder—but so had the same question, quietly lingered in the background: what if there was a bear?

The following day was busy and breathtaking, the grandeur of the Grand Tetons stretching far beyond words. As they boarded their return flight to Dallas, Apricot sighed in mild disappointment.

“We didn't see a bear this time.”

“There's always a next time,” her mother assured.

Months passed, and Christmas plans were made suddenly, this time pointing towards the Smoky Mountains. Augustine had seen her friend Sara's Facebook stories—casual bear sightings, blurry photos, excited captions and felt calmly optimistic about the upcoming trip. Surely, this would be their third time lucky.

They drove through winding mountain roads framed by frost-tipped trees, floated in the Gatlinburg SkyLift and watched the holiday fireworks of Dollywood that made the journey feel like the perfect Holiday getaway. The Smokies welcomed them with misty peaks, silent forests, and cabins tucked deep into the woods.

And yet—no bear!!

Not by the roadside. Not near the trails. Not even a fleeting shadow in the distance. Just warning signs, whispered stories, and the lingering promise that somewhere out there, unseen, a bear was minding its own business.

Maybe Augustine realized **bears** preferred suspense. Maybe they had read **the book** too. After Lassen, Yellowstone, the Grand Tetons, and the Smokies—after scanning, whispering, worrying, and sacrificing deodorants—this family was truly committed to the mission. They couldn't go over it, couldn't go under it, couldn't go around it... but somehow, they kept going without it.

No bear. Not even a glimpse. Just one slightly disappointed child, two overprepared parents, a lifetime supply of bear-safe habits... and already, **secret plans for the next hunt.**

Recap of PRANAM Journey



Poila Boisakh (Bengali New Year), 2025



College Planning
Workshop, August'2025

Recap of PRANAM Journey



Durga Puja 2025



Recap of PRANAM Journey



Kali Puja 2025



Saraswati Puja 2026



Backyard Organic Gardening Part 2

Rini Mondal

Grow Food, Grow Freedom: The Ultimate Guide to Organic Backyard Gardening

There is something deeply satisfying about stepping outside your home and harvesting fresh, vibrant vegetables grown with your own hands. Organic backyard gardening is more than a trend—it is a powerful movement toward healthier living, environmental sustainability, and personal independence. Whether you have a large yard, a small patio, or even just a few containers, organic gardening allows you to produce safe, nutritious food while reconnecting with nature.

In a world increasingly dependent on processed foods and industrial agriculture, organic backyard gardening offers a refreshing return to simplicity and control. It empowers individuals to know exactly where their food comes from and how it was grown.

What Is Organic Backyard Gardening?

Organic backyard gardening is the practice of growing fruits, vegetables, herbs, and flowers without using synthetic fertilizers, pesticides, or harmful chemicals. Instead, it relies on natural methods such as composting, crop rotation, biological pest control, and soil enrichment to support plant health.

The foundation of organic gardening is healthy soil. Rather than feeding plants directly with chemical fertilizers, organic gardeners focus on feeding the soil. Rich, living soil contains beneficial microorganisms, earthworms, and



nutrients that naturally support plant growth. Healthy soil produces stronger plants, and stronger plants are naturally more resistant to pests and diseases.

Organic gardening works with nature, not against it. It encourages balance, biodiversity, & sustainability.

Why Organic Backyard Gardening Matters

Health Benefits

One of the biggest reasons people choose organic gardening is to avoid harmful chemicals. Conventionally grown produce may contain pesticide residues that can impact long-term health. Organic produce, on the other hand, is grown naturally and is safer for families. Fresh backyard produce is also more nutritious. Fruits and vegetables begin losing nutrients shortly after harvest. When you harvest food from your own garden, you consume it at peak freshness and nutritional value.

Environmental Benefits

Organic gardening protects the environment. Chemical fertilizers and pesticides can contaminate soil, water, and air. Organic methods preserve soil quality, reduce pollution, and support beneficial insects such as bees, butterflies, and earthworms. Organic gardens also improve biodiversity by creating small ecosystems that support various forms of life. Even a small backyard garden can contribute to environmental sustainability.

Financial Savings

Growing your own food can significantly reduce grocery bills. Herbs, tomatoes, peppers, and leafy greens are expensive when purchased regularly, but they are relatively easy and inexpensive to grow at home. Over time, a backyard garden can produce hundreds of dollars' worth of fresh produce.

Mental and Emotional Well-Being

Gardening is known to reduce stress, anxiety, and depression. Spending time outdoors, caring for plants, and watching them grow creates a sense of accomplishment and peace. Gardening provides a healthy break from digital screens and busy routines.

It is both physically and emotionally rewarding.



Getting Started with Organic Backyard Gardening

Starting an organic garden does not require expert knowledge. With a few basic steps, anyone can begin growing food at home.

Step 1: Choose the Right Location

Most vegetables require at least six to eight hours of direct sunlight each day. Choose a location that receives plenty of sunlight and has good drainage. Avoid areas where water collects after rain.

Accessibility is also important. A garden close to your home is easier to maintain, water, and monitor.

Step 2: Build Healthy Soil

Soil is the most important element in organic gardening. Healthy soil provides nutrients, supports root growth, and retains moisture.

You can improve soil quality by adding organic matter such as:

- Compost
- Aged manure
- Leaf mulch
- Grass clippings(except a few varieties)
- Kitchen vegetable scraps

Compost is especially valuable because it adds nutrients and improves soil structure naturally. Avoid using synthetic fertilizers, as they can harm soil microorganisms and reduce long-term fertility.

Step 3: Start with Easy-to-Grow Plants

Beginners should start with plants that are easy to grow and require minimal maintenance.

Some excellent choices include:

- Okras
- Peppers
- Lettuce
- Basil
- Spinach
- Mint
- Green beans
- Cucumbers

These plants grow quickly and yield well, making them ideal for new gardeners. Herbs are particularly easy to grow and can thrive in small spaces or containers.

Step 4: Water Properly

Plants need consistent watering, but overwatering can damage roots. Water deeply and less frequently to encourage deep root growth.

Morning is the best time to water because it reduces evaporation and allows plants to dry before nightfall, preventing disease.

Mulching around plants helps retain moisture and reduces the need for frequent watering.

Composting: Turning Waste into Powerful Fertilizer

Composting is one of the most important practices in organic gardening. It transforms household waste into nutrient-rich fertilizer.

Common compost materials include:

- Fruit and vegetable scraps
- Coffee grounds
- Eggshells
- Dry leaves
- Grass clippings

Avoid composting meat, dairy, and oily foods, as they attract pests.

Over time, microorganisms break down organic waste into dark, rich compost that improves soil fertility and structure.

Composting reduces household waste while providing free fertilizer.

Natural Pest Control Without Chemicals

Pests are a natural part of gardening, but organic methods offer safe and effective ways to manage them.

Companion Planting

Certain plants protect others from pests. For example:

- Marigolds repel harmful insects
- Basil protects tomatoes
- Garlic deters many pests

Companion planting creates a balanced garden ecosystem.

Beneficial Insects

Not all insects are harmful. Ladybugs, spiders, and praying mantises eat pests and protect plants. Encouraging beneficial insects reduces the need for intervention.

Natural Sprays

Organic pest control solutions include:

- Neem oil spray
- Baking soda and water spray
- Garlic spray

These methods protect plants without harming the environment.

Healthy plants are naturally more resistant to pests, so maintaining strong soil and proper care is essential.

Container Gardening: Perfect for Small Spaces

You do not need a large backyard to grow food. Container gardening allows plants to grow in pots, buckets, or raised beds.

Plants that grow well in containers include:

- Tomatoes
- Peppers
- Herbs
- Lettuce
- Spinach
- Eggplant

Containers can be placed on balconies, patios, or windowsills.

Ensure containers have drainage holes and use high-quality organic soil.

Vertical gardening using trellises or stacked planters can maximize limited space.

Seasonal Planning for Continuous Harvest

Organic gardening becomes more productive with seasonal planning.

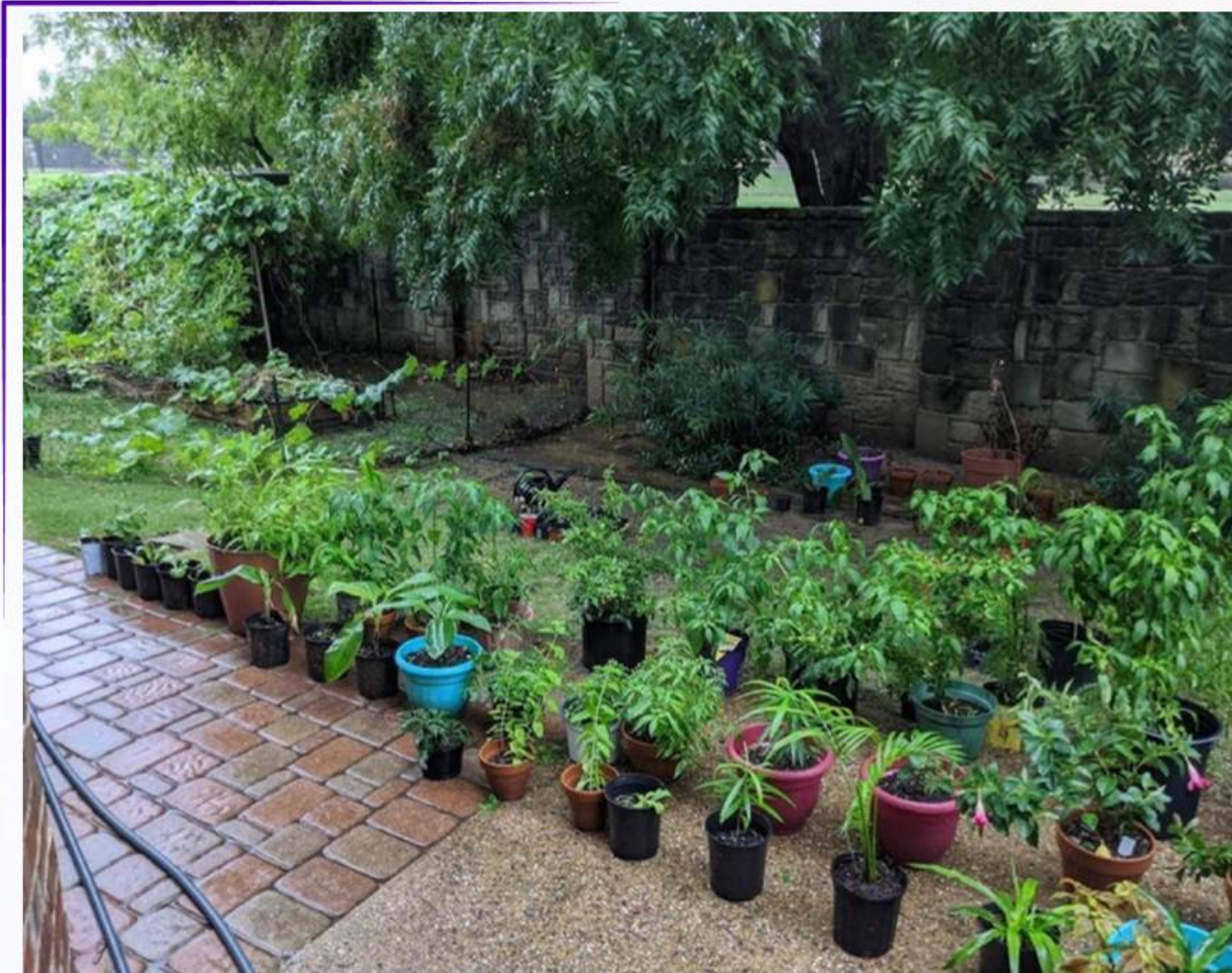
Cool-season crops include:

- Lettuce
- Spinach
- Carrots
- Broccoli

Warm-season crops include:

- Tomatoes
- Peppers
- Cucumbers
- Beans
- Okras
- Different kinds of gourds





Planting crops according to season ensures better growth and higher yields. Succession planting—planting new crops as old ones finish—provides a continuous harvest throughout the year.

Building a Sustainable Garden Ecosystem

Organic gardening focuses on long-term sustainability.

Practices that improve sustainability include:

- Crop rotation to prevent soil depletion
- Mulching to conserve water
- Composting to recycle nutrients
- Avoiding chemical inputs

Over time, the garden becomes more productive and easier to maintain. Soil quality improves naturally, and pest problems decrease.

The Deeper Rewards of Organic Gardening

Organic backyard gardening provides more than food. It creates independence, confidence, and connection with nature.

Gardeners develop patience, responsibility, and awareness of natural cycles. Watching seeds grow into productive plants is deeply fulfilling.

Families benefit from healthier meals and shared outdoor activities. Children learn valuable lessons about food, nature, and sustainability.

Gardening transforms outdoor spaces into living ecosystems filled with life, color, and purpose.

Your Backyard, Your Power

Organic backyard gardening is not just about growing vegetables—it is about growing freedom, health, and sustainability. It empowers individuals to take control of their food choices, reduce their environmental impact, and improve their overall well-being.

You do not need perfect conditions or expert skills to begin. Start small. Plant a few herbs, grow a tomato plant, or build a simple compost bin.

Each step brings you closer to a healthier lifestyle and a more sustainable future.

Your backyard holds incredible potential. All it needs is a seed—and your decision to grow.





**প্রণাম পরিবারের পক্ষ থেকে সকলকে জানাই
আন্তরিক প্রীতি, শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন**