



নামের সঙ্গে স্বাস্থ্যের সম্পর্ক

বৃত্তি AtbK wKQb Avtm hvq | gvbtl i bvg thgb cffve
tdtj Zvi mvgwRK Rxe#b, tZgub tdtj ~#~i
lci | ~#~i lci bvtgi cffve tKgb nte Zv
mnrRB tei Kiv hvq Ask Ktl | mnR Ask | Avcbtl
tei Kti wbtZ cv#b ~#~i mv#_ Avcbvi bvtgi
m#úK@.. wj #L#Qb Re#vi tnr#mb

‘নামে কী বা আসে যায়’ এ জাতীয় একটি কথা বেশ প্রচলিত আছে। কিন্তু জ্যোতিষ এবং সংখ্যাতত্ত্ববিদরা প্রমাণ করে দেখিয়েছেন যে নামে অনেক কিছুই ‘আসে যায়’! মানুষের নামের ভাইব্রেশন বা ঘাত তার সামাজিক জীবনের ওপর যেমন প্রভাব ফেলে তেমনি প্রভাব ফেলে তার স্বাস্থ্যের ওপর। নামের হেলথভ্যালু বা স্বাস্থ্যমূল্য বের করে আপনি প্রমাণ করে দেখুন ব্যাখ্যাকৃত অংশ আপনার স্বাস্থ্যগত অবস্থানকে নির্দেশ করে কি না।

আপনার নামের যে কয়টি অংশ থাকে তার প্রত্যেকটি অংশের হেলথভ্যালু আলাদাভাবে বের করুন। কোনো অংশের ভ্যালু যদি ২২-এর বেশি হয় তবে সেই সংখ্যার অঙ্কগুলো আবার যোগ করুন। এবার প্রাপ্ত অংশগুলো পুনরায় যোগ করুন। এটিও যদি ২২-এর বেশি হয় তবে অঙ্কগুলো পুনরায়

যোগ করুন। এরপর ব্যাখ্যা দেখুন।

Sweety Farhana Jhumur নামটাকে উদাহরণ হিসেবে নেয়া যাক।

Sweety = ২১+৬+৫+৫+২২+১০= ৬৯; যা ২২-এর বেশি। সুতরাং ৬৯=৬+৯= ১৫

F a r h a n a = ১৭+১+২০+৮+১+১৪+১= ৬২; যা ২২-এর বেশি সুতরাং ৬২=৬+২=৮

Jhumur = ১০+৮+৬+১৩+৬+২০= ৬৩; যা ২২-এর বেশি। সুতরাং ৬৩=৬+৩=৯।

চূড়ান্ত মূল্য দাঁড়ায়, ১৫+৮+৯= ৩২; যা ২২-এর বেশি। সুতরাং ৩২=৩+২=৫। আপনাকে ৫-এর স্বাস্থ্যমূল্য দেখতে হবে। মনে রাখবেন, আপনার সম্পূর্ণ নামের স্বাস্থ্যমূল্য বের করতে হবে। ডাকনাম বা ছদ্মনাম গ্রহণযোগ্য হবে না।

১. দৃষ্টিভঙ্গি ও মানসিক চাপ দূর করতে পারলেই সংখ্যাটি আপনার স্বাস্থ্যের ওপর

ভালো প্রভাব ফেলবে। ইতিবাচক চিন্তা-ভাবনা করবেন। উন্মুক্ত এলাকায় অনেকক্ষণ হাঁটাইটি এবং ভ্রমণ আপনার উৎকর্ষা ও অস্থিরতা দূর করতে সাহায্য করবে।

২. ‘২’ সংখ্যাটি পরিপাকতন্ত্র ও রেচনতন্ত্রের ওপর দারুণ প্রভাব বিস্তার করে। আলস্য দেখা দিলে দ্রুত প্রতিকারক ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন। ছোটখাটো কাজে নিজেই সর্বদা ব্যস্ত রাখার চেষ্টা করবেন। বারবার খাওয়ার অভ্যাস পরিত্যাগ করুন।

৩. রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা ও সুগঠিত শরীরের ইঙ্গিত দেয় সংখ্যাটি। সংখ্যাটি পিঠের নিম্নাংশ, কিডনি ও ত্বকের মধ্যে প্রাধান্য বিস্তার করে। আবেগ ও মানসিক উত্তেজনা বা অশান্তি মারাত্মকভাবে আপনার ক্ষতি করে। কিডনির রোগ, মূত্রনালী সমস্যা, জন্ডিস, কিডনিতে পাথর ইত্যাদি রোগে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা আছে। এছাড়াও সর্দিতে ভুগবেন ঠাণ্ডাজনিত কারণে।

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
A	B	C	D	E	V, U, W	Z	H	Th	I, J, Y	C, K
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
L	M	N	X	O	F, P	Ts, Tz	Q	R	S	T

৪. জরায়ু, মূত্রথলি, রেচনতন্ত্র এবং শৌণী অঞ্চলের (মেরুদণ্ডের নিচের অংশ ও নিতম্বের মধ্যকার অস্থি কাঠামো) ওপর সংখ্যাটি প্রভাব ফেলে। আপনার শারীরিক শক্তি ও সহ্যক্ষমতা প্রচুর। যৌন আচরণের ব্যাপারে খুব সতর্ক থাকবেন। প্রায়শই জুরে আক্রান্ত হতে পারেন।

৫. স্বাস্থ্যের জন্য এটি একটি মানানসই সংখ্যা। ক্যালরি গ্রহণে বা খাদ্য গ্রহণে বেশ সজাগ থাকবেন। যকৃতের অকার্যকারিতা, ফোঁড়া এবং পুঁজযুক্ত ঘা থেকে সাবধান থাকুন। খাদ্য ও পানীয় গ্রহণে মানসম্পন্নতার দিকে লক্ষ্য রাখুন। সুস্থতা পুনরুদ্ধারের ক্ষমতা আপনার যথেষ্ট ভালো।

৬. এ সংখ্যাটিও স্বাস্থ্যের পক্ষে অনুকূল। চারপাশের পরিবেশ ও পারস্পরিক সুসম্পর্কের ওপর অনেকাংশে আপনার সুস্থতা নির্ভর করে। আবেগময় চিন্তাধারা আপনার শরীরের ওপর দারুণ প্রভাব ফেলে। এর ফলে আপনি অসুস্থ হয়ে যেতে পারেন। দ্রুত সুস্থ হওয়ার ক্ষমতা এবং শারীরিক অবস্থা দুই-ই আপনার ভালো।

৭. আপনার দ্রুত আরোগ্য লাভের ক্ষমতা এবং শারীরিক গঠন খুবই চমৎকার। অতিরিক্ত কাজ ও মানসিক চাপ আপনার স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর। আপনার শারীরিক ও মানসিক বিশ্রাম দরকার এবং অস্থিরতা নিয়ন্ত্রণ করা জরুরি। ভ্রমণ, খেলাধুলা বা পশুপাখির দ্বারা বিপদ ঘটতে পারে।

৮. বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে আপনার শারীরিক অবস্থার উন্নতি ঘটবে। যৌবনে সুন্দর ও কমনীয় হবেন। ত্বক ও অঙ্গের সংযোগস্থলগুলোর ওপর সংখ্যাটি প্রভাব ফেলে। ঠাণ্ডা, সর্দি-কাশি, বাতের ব্যথা, শ্লেশ্মা, হাঁপানিতে ভুগতে পারেন। রেচনতন্ত্র ও পরিপাকতন্ত্রের প্রতি অতিরিক্ত খেয়াল রাখবেন।

৯. পা, গোড়ালি এবং চোখের ওপর এ সংখ্যাটি প্রভাব ফেলে। আলসেমিভাব অবশ্যই দূর করবেন, তা না হলে রক্ত ও হার্টের সমস্যায় পড়তে পারেন। ঠাণ্ডা লাগা ও সর্দিতে সহজে আক্রান্ত হবেন। আপনার স্থায়ীভাবে ফোলা শিরা, পায়ে বা গোড়ালিতে সমস্যা এবং দুর্ঘটনায় আহত হওয়ার প্রবণতা লক্ষ্য করা যায়।

১০. আপনার শারীরিক অবস্থা সম্পূর্ণভাবে স্নায়ুতন্ত্রের ওপর নির্ভর করে। নিদ্রাহীনতা, টেনশন ও দুশ্চিন্তার কারণে পরিপাকতন্ত্রে গোলযোগ দেখা যায়। ভ্রমণ বা পর্বতারোহণে কোনো ঝুঁকিই নেবেন না। এ সংখ্যাটি আঘাত বা দুর্ঘটনাজনিত অসুস্থতাকে নির্দেশ করে।

১১. সংখ্যাটি স্বাস্থ্যের ওপর মিশ্র প্রতিক্রিয়া ফেলে। এটি একটি চিকিৎসা শাস্ত্রীয় সংখ্যা। আপনি খুব কল্পনাপ্রবণ। মনস্তাত্ত্বিক ও আবেগপূর্ণ স্বভাবের কারণে সক্রিয়ভাবে আপনার অসুস্থতা বৃদ্ধি পেতে পারে।

১২. আপনার শারীরিক গঠন খুব শক্ত নয়। ঠাণ্ডা ও সর্দির বিরুদ্ধে অবশ্যই ব্যবস্থা নেবেন নতুবা ফুসফুস ও শ্বসনতন্ত্র সংক্রমিত হতে পারে। সুস্বাস্থ্য রক্ষার জন্য খাবার গ্রহণের বেলায় বেশি যত্নবান হবেন। টিনজাত ও টকযুক্ত পানীয় এড়িয়ে চলবেন। স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলবেন এবং যকৃত ও পায়ের গোড়ালির ব্যাপারে সতর্ক থাকবেন।

১৩. সবল শারীরিক গঠন ও জীবনীশক্তি বিদ্যমান থাকবে যদি নিজের প্রতি যত্নবান হন। অতিরিক্ত মানসিক বা শারীরিক শ্রম আপনার স্বাস্থ্যহানির কারণ হতে পারে। অনিদ্রার কারণে তীব্র অস্থিরতা ও অসুস্থতা দেখা দেবে। ইনফ্লুয়েঞ্জায় সহজে আক্রান্ত হবেন। অতএব সাবধান!

১৪. এ সংখ্যাধারীরা শক্ত শারীরিক গঠন, প্রচণ্ড সহনশীল ও দারুণ রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার অধিকারী। ভালো রুটির কারণে মধ্য বয়সে মুটিয়ে যেতে পারেন। গলা, ঘাড়, টনসিল, স্বরতন্ত্রী, কান, লম্বু মস্তিষ্ক (মস্তিষ্কের পেছনের নিম্নাংশ) এবং চোখের ওপর এ সংখ্যাটি প্রাধান্য বিস্তার করে। পানীয় গ্রহণে অতিরিক্ত সতর্কতা গ্রহণ করে সুস্বাস্থ্য অক্ষুণ্ণ রাখতে পারেন।

১৫. এ সংখ্যাটি আপনার স্বাস্থ্যের পক্ষে অনুকূল নয়। হাড়ের সমস্যা, দুর্বল হাঁটু, বাতের ব্যথা, সর্দি এবং ভিটামিন বা খনিজ পদার্থের অপ্রতুলতার দরুন বিভিন্ন রোগে ভুগতে পারেন। সুস্বাস্থ্য খাদ্যাভ্যাসই আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা গড়ে তুলবে। এ সংখ্যাটি দীর্ঘ আয়ুষ্কাল নির্দেশ করে। শরীরের উযুক্ত যত্ন নিল পরবর্তীতে স্বাস্থ্যের উন্নতি ঘটবে।

১৬. চমৎকার স্বাস্থ্যের অধিকারী হবেন। আপনার পেশীর গঠন সবল। বিশেষ করে হাত ও মুখমণ্ডলে কাটা যাওয়া এবং আঘাত পাওয়ার সম্ভাবনা বেশি। উষ্ণ জলবায়ুতে অবস্থানকালে বা ভ্রমণকালীন সময়ে জুরে ভুগে থাকেন।

১৭. আপনার শারীরিক গঠন ভালো কিন্তু ব্যক্তিগত ও পেশাগত জীবনে বিবিধ মানসিক অসামঞ্জস্যতায় ভোগেন। অতিরিক্ত কায়িক ও মানসিক কাজকর্ম অবশ্যই এড়িয়ে চলবেন। খুব সহজে হাঁপানি, ব্রংকাইটিস, স্নায়বিক বৈকল্য, কণ্ঠ ও ফুসফুসের ঝিল্লির প্রদাহ এবং

ফুসফুসের অন্যান্য সমস্যায় ভুগতে পারেন।

১৮. সংখ্যাটি দীর্ঘ জীবনের ইঙ্গিত দেয় কিন্তু মোটামোটা বা মাংসল দেহের নিশ্চয়তা দেয় না। দুশ্চিন্তা ও আজীবনে খাদ্য গ্রহণের ফলে আপনার পরিপাকতন্ত্রের গোলযোগ দেখা দেয়। এ সংখ্যাটি পাকস্থলী, তলপেট, বুক ও বুকুর হাড়ের এলাকায় প্রাধান্য বিস্তার ঘটায়। আপনি দ্রুতই হজম ও গ্যাসট্রিক সমস্যা, শুকনো কফ ও বুক জামে আক্রান্ত হতে পারেন।

১৯. শক্ত-সামর্থ্য শরীর কাঠামোর অধিকারী আপনি। এ সংখ্যাটি মেরুদণ্ড, পিঠ, হৃৎপিণ্ড ও রক্তে প্রভাব ফেলে। জুরে ভুগতে পারেন যখন-তখন এবং অন্যান্য অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ রোগাক্রান্ত হতে পারে। যথেষ্ট আরোগ্য লাভের ক্ষমতা থাকা সত্ত্বেও অসুস্থতা আপনাকে খুব ভোগান্তি দেয়। অযথা উত্তেজনা ও মাত্রাতিরিক্ত কাজ করা থেকে বিরত থাকবেন, নইলে এগুলো হৃৎপিণ্ডের ওপর বিরূপ প্রভাব ফেলবে।

২০. পাকস্থলী ও তলপেটের অংশে '২০' সংখ্যাটি প্রভাব বিস্তার করে। মহিলাদের ক্ষেত্রে এ সংখ্যাটি স্তন ও জরায়ুতে কর্তৃত্ব বজায় রাখে। মহিলারা স্ত্রী রোগ

ও প্রসূতি রোগে ভোগেন। সুন্দর স্বাস্থ্য রক্ষার্থে নিরাপদ ও ব্যক্তিগত পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা যথাযথভাবে মেনে চলবেন।

২১. এ সংখ্যাটি সুন্দর জীবনীশক্তি ও সুস্বাস্থ্য নির্দেশ করে। যৌবনে খুব সহজে রোগাক্রান্ত হতে পারেন। সুস্বাস্থ্য রক্ষার জন্য নিয়মিত ব্যায়াম করবেন। ৬০ বছর পর্যন্ত আপনার শরীর ভালো থাকবে এবং পরবর্তী সময়ে খুবই সতর্ক থাকতে হবে স্বাস্থ্যরক্ষার ব্যাপারে।

২২. যে ঋতুতে জন্মেছিলেন, যে ঋতুর ওপর আপনার স্বাস্থ্য নির্ভর করে। শীতকালে জন্মগ্রহণ করে থাকলে ঠাণ্ডা থেকে দূরে থাকবেন। দাম্পত্য জীবন ও ব্যক্তিগত সম্পর্ক আপনার স্বাস্থ্যের ওপর অনেকাংশে প্রভাব ফেলবে যদি শরৎকালে জন্মগ্রহণ করে থাকেন। আনন্দে থাকতে না পারলে আপনার স্বাস্থ্য ভালো নাও থাকতে পারে। নিজেকে সব সময় হাসিখুশি রাখার চেষ্টা করবেন। বসন্তে জন্মে থাকলে আত্মনিয়ন্ত্রণ ক্ষমতা বাড়াবেন এবং শারীরিক ও মানসিক অস্থিরতা নিয়ন্ত্রণে রাখবেন। গ্রীষ্মকালে জন্মগ্রহণ করলে আপনার মেজাজ উগ্র হতে পারে যা শরীরের জন্য ক্ষতিকর। জীবনের শেষার্ধ্বে আপনার স্বাস্থ্যের উন্নতি ঘটবে এবং ভালো থাকবেন।

যে ঋতুতে জন্মেছিলেন, যে ঋতুর ওপর আপনার স্বাস্থ্য নির্ভর করে। শীতকালে জন্মগ্রহণ করে থাকলে ঠাণ্ডা থেকে দূরে থাকবেন। দাম্পত্য জীবন ও ব্যক্তিগত সম্পর্ক আপনার স্বাস্থ্যের ওপর অনেকাংশে প্রভাব ফেলবে যদি শরৎকালে জন্মগ্রহণ করে থাকেন। আনন্দে থাকতে না পারলে আপনার স্বাস্থ্য ভালো নাও থাকতে পারে