নাটোর | রেজি: নং-রাজ: ১৬১ | বুধবার, ২৮ অক্টোবর ২০২৬ | ২৯ বর্ষ

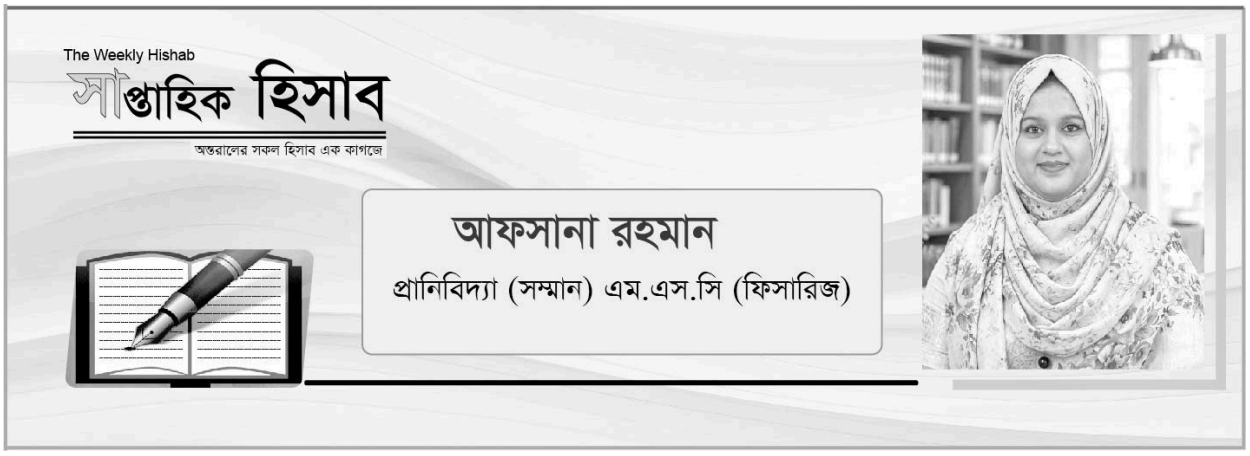
The Weekly Hishab
সাপ্তাহিক হিসাব
অন্তরালের সকল হিসাব এক কাগজে

খাদ্য ও জীবনযাপন

ইলিশ কি শুধুই উচ্চবিত্তের আহার?

প্রায় ৫ হাজার বছর আগের সিন্ধু সভ্যতার খনন কাজে ইলিশ মাছের হাড় পাওয়া যায়। এই অঞ্চলে ইলিশের অস্তিত্ব সেই সময় থেকে, ধারণা করা হয় এই মাছটি সেই সময় থেকে মানুষের খাবারের তালিকায় ছিল। প্রাপ্ত ইলিশের হাড় তার প্রমাণ বহন করে। পন্ডিত জিমুতবাহন এবং সর্বানন্দ দ্বাদশ শতাব্দীতে তার "টাকা সর্বস্ব" গ্রন্থে "ইললিশ" শব্দটির উল্লেখ করেন। ১৮২২ সালে গবেষক হ্যামিলটন বুকানন বঙ্গোপসাগরে মাছ নিয়ে গবেষণা করার সময় এর ইংরেজি নাম Hilsa যুক্ত করেন। মধ্যযুগীয় বিভিন্ন কাব্যে ও লেখায় ইলিশের নানা পদের খাবারের উল্লেখ পাওয়া যায়।

আফসানা রহমান প্রকাশ: ১৮ অক্টোবর ২০২৬ ৫ মিনিট পাঠ



ইলিশ ও বাঙালির রসনা আহার অঙ্গাঙ্গিভাবে জড়িত। ইলিশ কে বাদ দিলে বাঙালির রসনা বিলাসের গল্প অসম্পূর্ণ থেকে যায়। বাংলাদেশের জাতীয় মাছ ইলিশ। এই বাক্যটি এদেশের প্রতিটি শিশু প্রথম শ্রেণী থেকে মুখস্ত করে আসছে। কিন্তু সেই শিশুটি যখন বড় হয়ে দেখছে ইলিশ মাছ উচ্চবিত্তের টেবিলের সৌখিন আহার। সাধারণ মানুষের কাছে ইলিশ কেনা যেন এক স্বপ্নের মত। ইলিশের দাম সাধারণ ক্রেতার নাগালের বাইরে। বর্তমানে একজন নিম্নবিত্ত বা মধ্যবিত্ত বাবা তার সন্তানকে একটি ভালো ইলিশ কিনে খাওয়াতে সক্ষম নন, তখন জাতি

হিসেবে আমাদের জন্য সত্যিই তা লজ্জার। কিন্তু কেন আজ ইলিশের এই দুষ্প্রাপ্যতা? এর পেছনে কারণ কি? ইলিশের এই দুষ্প্রাপ্যতার পেছনে প্রাকৃতিক কারণের চেয়ে মানুষ নিজে বেশি দায়ী।

প্রথমেই আমরা জানব- ইলিশের ইতিহাস ও ঐতিহ্যগত বিভিন্ন দিক। বাঙালি সংস্কৃতি এবং বাংলা জনপদের ইতিহাসে ইলিশের একটি সুপ্রাচীন ইতিহাস রয়েছে। যা হাজার বছর ধরে এই জনপদের মানুষের খাদ্য ও ঐতিহ্যের একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ। প্রায় ৫ হাজার বছর আগের সিন্ধু সভ্যতার খনন কাজে ইলিশ মাছের হাড় পাওয়া যায়। এই অঞ্চলে ইলিশের অস্তিত্ব সেই সময় থেকে, ধারণা করা হয় এই মাছটি সেই সময় থেকে মানুষের খাবারের তালিকায় ছিল। প্রাপ্ত ইলিশের হাড় তার প্রমাণ বহন করে। পন্ডিত জিমুতবাহন এবং সর্বানন্দ দ্বাদশ শতাব্দীতে তার "টাকা সর্বস্ব" গ্রন্থে "ইললিশ" শব্দটির উল্লেখ করেন। ১৮২২ সালে গবেষক হ্যামিলটন বুকানন বঙ্গোপসাগরে মাছ নিয়ে গবেষণা করার সময় এর ইংরেজি নাম Hilsa যুক্ত করেন। মধ্যযুগীয় বিভিন্ন কাব্যে ও লেখায় ইলিশের নানা পদের খাবারের উল্লেখ পাওয়া যায়। এত গেল ইলিশ মাছের ইতিহাস। এর ঐতিহ্যগত নানা দিক রয়েছে- বাঙালির প্রাণের উৎসব বাংলা বছরের প্রথম দিন পহেলা বৈশাখে পান্তা-ইলিশের স্বাদ না নিলে, বাঙালির বর্ষবরণ যেন অপূর্ণ থেকে যায়। আগের দিনে বিয়ের অনুষ্ঠানে কনের বাড়িতে বরপক্ষ জোড়া ইলিশ উপহার হিসেবে পাঠাতো। বাঙালি হিন্দু পরিবারে বিভিন্ন পূজা উৎসবে জোড়া ইলিশ কেনা শুভ লক্ষণ হিসেবে বিবেচিত হয়। নতুন জামাই ও অতিথি আপ্যায়নে ইলিশ একটি ঐতিহ্যগত বাঙালি খাবার। ইলিশ ছাড়া যে কোন বাঙালি উৎসব ও আপ্যায়ন পুরোপুরি অসম্পূর্ণ। ইলিশের বিভিন্ন দিক বিবেচনা করে ১৯৭২ সালে সদ্য স্বাধীন বাংলাদেশে "ইলিশ"-কে জাতীয় মাছ হিসেবে ঘোষণা করা হয়। পরবর্তীতে ২০১৭ সালে ইলিশ বাংলাদেশের ভৌগোলিক নির্দেশক বা জিআই পণ্য হিসেবে স্বীকৃতি লাভ করে। পদ্মার ইলিশের স্বাদ সবচেয়ে সেরা। চাঁদপুরের পদ্মার ইলিশের খ্যাতির সাথে অন্য কোন জেলার ইলিশের তুলনাই হয় না। এজন্য চাঁদপুরের প্রবেশ দ্বারে নির্মিত হয়েছে বিখ্যাত ইলিশ চত্বর। চাঁদপুর জেলার পদ্মা মেঘনা নদীতে ও ভোলা জেলার তজুমুদ্দিন মেঘনা ও বঙ্গোপসাগরের মোহনায় সর্বাধিক পরিমাণ ইলিশ পাওয়া যায়। বিশ্বে ইলিশ উৎপাদনকারী ১১ টি দেশের মধ্যে বাংলাদেশের স্থান শীর্ষে। ওয়ার্ল্ড ফিশের পরিসংখ্যান অনুযায়ী ৮৬ শতাংশ ইলিশ বাংলাদেশে উৎপাদিত হয়। অন্যান্য দেশের মধ্যে ভারত ও বার্মা অন্যতম।

ইলিশের জন্ম নদীতে। এর বেড়ে ওঠা নদীতে। সাধারণত ছোট ইলিশ যাকে আমরা জাটকা বলি এরা নদী ও মোহনার মিষ্টি ও হালকা লবণাক্ত পানিতে পাঁচ থেকে ছয় মাস বয়স পর্যন্ত

থাকে। কারণ বাংলাদেশের নদী ও মোহনায় ইলিশের ডিম ছাড়া এবং ছোট ইলিশের জন্য প্রচুর প্লাংটন জাতীয় খাবার এবং উপযুক্ত পরিবেশ থাকে। প্রজনন মৌসুমে হাজার হাজার মাইল পাড়ি দিয়ে ইলিশের সমুদ্র থেকে নদী অভিমুখে যাত্রার এটি প্রধান কারণ। নদীতে নির্দিষ্ট কয়েক মাস থাকার পর এরা আবার পূর্বের আবাসস্থল সমুদ্রে ফিরে যায়। ইলিশের এরূপ অভিপ্রায়নিক আচরণের জন্য একে Anadromous Fish বলা হয়। প্রজনন মৌসুমে নদীতে আসা এবং সমুদ্রে ফিরে যাবার এই নির্দিষ্ট সময়টাতেই জেলেরা প্রচুর ইলিশ ধরে থাকে। অর্থাৎ ইলিশ চাষ করতে হয় না। মহান আল্লাহ প্রতিবছর সাগরে ও নদীতে লক্ষ লক্ষ টন ইলিশ আল্লাহতালার নিয়ামতস্বরূপ দিয়েছেন।

ইলিশের উৎপাদন ব্যয় না থাকলেও , মাছ ধরা, সংরক্ষণ ও বাজারজাতকরণে একটি বিশাল প্রক্রিয়া রয়েছে। যা ইলিশের দামে প্রভাব ফেলে। সাধারণ ক্রেতা পর্যন্ত পৌঁছানোর আগেই মধ্যস্বত্বভোগীরা দাম দুই তিন গুণ বাড়িয়ে দেয়। চলতি বছরগুলোতে কিছু অসাধু জেলে কারেন্ট জাল ব্যবহার করে প্রচুর পরিমাণে জাটকা ইলিশ ধরেছে। যা ইলিশের উৎপাদনকে কয়েক গুণ কমিয়ে দিয়েছে।

এবার আসি আরেকটি বড় কারণ উদঘাটনে। “অনলাইন বাজার” বর্তমানে অনলাইন বাজার সম্পর্কে আমরা সকলেই কম-বেশী আবহিত। এবার আসি “মাছের অনলাইন বাজার” নিয়ে আলোচলায়। মাছের অনলাইন বাজারে দেখা যায়, কিছু ক্রেতা হাজার হাজার টাকা আবার কখনো লক্ষাধিক টাকার মাছ একবারে ক্রয় করে থাকেন। স্থানীয় বাজারে এত বিপুল পরিমান টাকার মাছ একবারে কিনলে জনগণের নজরে আসে। সুতরাং কিছু ক্রেতা অনলাইন বাজার থেকে বিপুল পরিমান ইলিশ মাছ ক্রয় কে নিরাপদ ভেবে থাকেন। অনলাইন বিক্রেতাগণ এসব ক্রেতাকে আকৃষ্ট করতে বাংলাদেশের সব ভালো ইলিশ মাছ সংগ্রহ করে বললে ভুল হবে, মাছগুলোকে নিংড়ে নিয়ে উচ্চবিত্ত ক্রেতার নিকট পৌঁছে দেন। এইসব বিক্রেতার থাবা থেকে বাদ যায় না “ইলিশের ডিম”। ইলিশের পেট থেকে ডিম বের করে বক্সে ভরে চড়া মূল্যে বিক্রি হয় অনলাইন বাজারে। বাংলাদেশের প্রত্যন্ত অঞ্চল থেকে অন্যন্য দেশী সেরা ও বড় সাইজের ইলিশ মাছগুলো তারা সংগ্রহ করে। ফলে স্থানীয় বাজারগুলোতে ভালো ইলিশ মাছের আমদানি কমে যায়। তাই আমদানি কমে গেলে ইলিশের দাম বাড়ে। ফলে ইলিশ মাছ সাধারণ ও মধ্যবিত্ত ক্রেতার নাগালের বাহিরে চলে যাচ্ছে। এ কারণে বাজার থেকে মাছ কিনে “মাছে ভাতে বাঙালি”-র মাছ-ভাত খাওয়াটা আজ কষ্টসাধ্য হয়ে দাঁড়িয়েছে। অনেকেই প্রশ্ন করবেন, অনেক মাছের তো দাম চড়া, শুধু ইলিশ নিয়ে কেন এত মাতামাতি। উত্তর হচ্ছে, যে কোন মাছের চেয়ে ইলিশ মাছের স্বাদ ও গন্ধ অতুলনীয়। ইলিশ মাছ আমাদের স্বাস্থ্যের জন্য অত্যন্ত

উপকারী। ইলিশ মাছ হচ্ছে, ওমেগা থ্রি ফ্যাটি এসিডের ভান্ডার। ডাক্তাররা হার্টের স্বাস্থ্য ভালো রাখতে ইলিশ মাছ খাওয়ার পরামর্শ দিয়ে থাকেন। এক কথায় ইলিশের এর উচ্চ খাদ্যমান রয়েছে। যেহেতু বিশ্বে ইলিশ উৎপাদনের সিংহভাগ বাংলাদেশের সমুদ্র উপকূল ও নদীতে পাওয়া যায়, তাই দেশের চাহিদা পুরন করে ইলিশ রপ্তানি করে মোটা অংকের বৈদেশিক মুদ্রা অর্জন করা সম্ভব।। এছাড়া উপকূলীয় বহু মানুষের জীবিকা ও কর্মসংস্থানের ব্যবস্থা ইলিশের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত। এর খাদ্য মান এবং অর্থনৈতিক গুরুত্ব যেমন ব্যাপক, তেমনি ইলিশ আমাদের বাঙালির কাছে একটি আবেগ ও ঐতিহ্যের নাম। যার সংরক্ষণ এবং সহজলভ্যতা বাঙালি হিসেবে আমাদের অধিকার। এটি আমাদের জাতীয় সম্পদ। এই জাতীয় সম্পদ আজ হুমকির দোরগোড়ায়। আসুন আমরা সচেতন হই, সোচ্চার হই, ইলিশ রক্ষার আন্দোলনে। বাংলাদেশ সরকারের প্রতি আহ্বান জানাই, রূপালি ইলিশ রক্ষায় গুরুত্বের সাথে কারণ চিহ্নিত করে দ্রুত কার্যকর পদক্ষেপ গ্রহন করুন। ইলিশ যেন শুধু উচ্চবিত্তের বিলাসী রসনার আহার না হয়। বাংলার প্রতিটি মানুষ যেন তৃপ্তিভরে এর স্বাদ নিতে পারে। ইলিশ রক্ষার জন্য জাটকা ইলিশ ধরা, ডিমওয়ালা ইলিশ ধরা, ইলিশের ডিম বিক্রি ও কারেন্ট জাল নিষিদ্ধকরা সময়ের দাবী। অসাধু ব্যবসায়ীদের দৌরাত্ম বন্ধ করে, ইলিশ রক্ষায় সরকারিভাবে কার্যকর পদক্ষেপ আশা করছি। নইলে অদূর ভবিষ্যতে, বাংলাদেশের জাতীয় মাছ ইলিশ, এই বাক্যটি শিশুরা বইয়ে পড়বে আর আমাদের মুখ থেকে গল্প আকারে শুনবে-“বাংলাদেশে একসময় ইলিশ মাছ পাওয়া যেত”। দ্রুত প্রয়েজনীয় ব্যবস্থা গ্রহন না করলে, ইলিশ হয়ে যেতে পারে রূপকথার রূপালী মাছ।