ସାପ୍ତାହିକ
ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 18 | 01 - 07 May 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

କୃଷ୍ଣକେଶବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ପାଇବେ 'ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପ୍ରତିଭା ସମ୍ମାନ'

ବଲାଙ୍ଗୀର : ଓଡ଼ିଶାର ବିଶିଷ୍ଟ ସଂସ୍କୃତ- ସାହିତ୍ୟ-ବିଦ୍ୱାନ ତଥା ବାଗ୍ମୀ ଡାକ୍ତର କୃଷ୍ଣକେଶବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ୨୦୨୧ ବର୍ଷ ପାଇଁ 'ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପ୍ରତିଭା ସମ୍ମାନ' ପାଇବେ ।

ଆସନ୍ତା ୧୦ ରୁ ୧୪ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛତିଶଗଡ଼ର ସରିଆ ନିକଟସ୍ଥ ଲୁକାପଡ଼ା ଠାରେ ହେବାକୁ ଥିବା ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଲୋକେଶ୍ୱର ମହାଦେବ ମନ୍ଦିର ଓ ବିଗ୍ରହ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଉତ୍ସବରେ ଶ୍ରୀ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କୁ ବଲାଙ୍ଗୀରର ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଜନକ ସମ୍ମାନ ଦିଆଯିବ । ମଇ ୧୩ ତାରିଖ ଦିନ ପରିଷଦର ଅଧକ୍ଷ ପରମହଂସ ସ୍ୱାମୀ ଶ୍ରୀ ସତ୍ୟପ୍ରଜ୍ଞାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଚିତ୍ରକୁଟସ୍ଥ କାମଦପୀଠାଧିଶ୍ୱର ଜଗତ୍‌ଗୁରୁ ରାମାନନ୍ଦାଚାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱାମୀ ଶ୍ରୀ ରାମ ସ୍ୱରୂପାଚାର୍ଯ୍ୟ ଜୀ ମହାରାଜ ଶ୍ରୀ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କୁ ଏହି ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦାନ କରିବେ ।

ଆଇଟିଆଇ ହୀରାକୁଦ ଛାତ୍ରୀ ସର୍ବଭାରତୀୟ ଟପ୍ପର

ସମ୍ବଲପୁର: ଆଇଟିଆଇ ହୀରାକୁଦର ଛାତ୍ରୀ

ସାଗରିକା ବକଲି ସମଗ୍ର ଭାରତ ବର୍ଷରେ ଅଣପାରମ୍ପରିକ (ଇଲେକ୍ଟ୍ରିସିଆନ୍) ଟ୍ରେଡରେ ୯୬.୯୨ ପ୍ରତିଶତ ସହିତ ଶୀର୍ଷ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛନ୍ତି । ହୀରାକୁଦର ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ପଡାର ବାସିନ୍ଦା କୁମାରୀ ବକଲିଙ୍କ ବାପା ଥୋମାସ ବକଲି ଜଣେ ଅଟୋ ଡ୍ରାଇଭର ଏବଂ ମାଆ ପାର୍ବତୀ ଗୃହିଣୀ ଅଟନ୍ତି । ବୈଷୟିକ ଶିକ୍ଷାରେ ଆହୁରି ଆଗକୁ ବଢିବା ସହିତ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏକ ଇଞ୍ଜିନିୟର ହେବାର ସେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛନ୍ତି । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ଗତ ବର୍ଷ ମଧ ଏହି ଆଇଟିଆଇରୁ ବୀରେନ୍ଦ୍ର ସେଠ୍ ସର୍ବଭାରତୀୟ ପରୀକ୍ଷାରେ ମେସିନିଷ୍ଟ ଟ୍ରେଡରେ ଶୀର୍ଷ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିଲେ ।

ଓଡ଼ିଶା ଏବେ ଦେଶର ଦ୍ରୁତ ବିକାଶଶୀଳ ରାଜ୍ୟ : ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ଦିନ ଥିଲା କେବଳ କ୍ଷୁଧା, ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଅସହାୟତା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ଖବରକାଗଜର ଶିରୋନାମା ମଣ୍ଡନ କରୁଥିଲା । ୧୯୯୯ ମସିହା ମହାବାତ୍ୟା ପରେ ୨୦୦୦ ମସିହାରେ ମୁଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପଦଭାର ଗ୍ରହଣ କରିବା ସମୟରେ ଓଡ଼ିଶା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ ସମୟ ଦେଇ ଗତି କରୁଥିଲା । ରାଜ୍ୟ ରାଜକୋଷ ଶୂନ୍ୟ ଥୁଲା, ଆର୍ଥିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଶୁଡ଼ି ପଡ଼ିଥିଲା । ଏପରିକି ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଦରମା ଦେବା ପାଇଁ ବି ହାତରେ ଟଙ୍କା ନ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଗତ ଦୁଇ ଦଶନ୍ଧି ମଧରେ ଓଡ଼ିଶାର କାୟାକଳ୍ପ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଛି ଆମର ଶାସନ କାଳରେ । ଓଡ଼ିଶା ଏହି ସଙ୍କଟଜନକ ସ୍ଥିତିରୁ ବାହାରି ଦ୍ରୁତ ପ୍ରଗତି ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହୋଇଛି । ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓଡ଼ିଶା ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱ ପାଇଁ ଉଦାହରଣ ଭାବେ ଉଭା ହୋଇଛି ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ କହିଛନ୍ତି ।

'ଇଣ୍ଡିଆ ଟୁଡେ' କନକ୍ଲେଭରେ ଯୋଗଦେଇ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଶାସନ ଭାର ଗ୍ରହଣ କରିବା ପରଠାରୁ ଏହି ସଫଳତା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାତ୍ରା କିଛି କମ୍ ଆହ୍ୱାନପୂର୍ଣ୍ଣ ନ ଥିଲା । ରାଜନୈତିକ ଦୁର୍ନୀତିର ଲମ୍ବା ରାଜୁତି, ସୁପ୍ତ ପ୍ରଶାସନିକ କଳ ଭଳି ଆହ୍ୱାନ ସହିତ ଆମକୁ ଲଢ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିଛି । ଓଡ଼ିଶାର ବୃହତ୍ତର ଅଞ୍ଚଳ ଭୌଗୋଳିକ ଓ ସାମାଜିକ-ଅର୍ଥନୈତିକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ମଧରେ ସୀମାବଦ୍ଧ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଓଡ଼ିଶାବାସୀଙ୍କ ଆଶା ଓ ଆକାଂକ୍ଷା ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧ ଥିଲୁ । ଓଡ଼ିଶାରେ ନୂଆ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ଥିଲୁ । ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ଓଡ଼ିଶାର ଜନସାଧାରଣ ଆମ ସରକାରଙ୍କ ଉଦ୍ୟମକୁ ଆକୁଣ୍ଠ ସମର୍ଥନ କରିବା ସହିତ ଆମ ଦଳ ପ୍ରତି କ୍ରମାଗତ ପଞ୍ଚମ ପାଳି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ୱାସ ବ୍ୟକ୍ତ କରି ଚାଲିଛନ୍ତି ।

ନୂଆ ଓଡ଼ିଶାର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଆମର ଶାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା

ସର୍ବଦା ରୂପାନ୍ତରିତ ଶାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟି ନିବଦ୍ଧ କରିଆସିଛି ଓ ଆମର ଶାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ମୂଳ ଆଧାର ହେଉଛି '୫-ଟି' । ସ୍ୱଚ୍ଛତା, ବୈଷୟିକ ବିଦ୍ୟା, ମିଳିତ ଉଦ୍ୟମ, ସମୟ ଓ ରୂପାନ୍ତରଣ ଆମ ସରକାରରେ ପାରଦର୍ଶୀତା ହେଉଛି ସର୍ବାଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଙ୍ଗ । ଦୁର୍ନୀତି ପ୍ରତି ଆମେ ଶୂନ୍ୟ ସହନଶୀଳତା ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆସୁଛୁ । ଦୁର୍ନୀତିଗ୍ରସ୍ତ ସରକାରୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଆମେ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିଛୁ । ରାଜ୍ୟର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ବିକାଶ ହାସଲ କରିବା ପାଇଁ ମାନବ ସମ୍ପଦର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିନିଯୋଗ ଜରିଆରେ ଜନକୈନ୍ଦ୍ରୀକ ଶାସନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ ଉପରେ ଆମେ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରୁଛୁ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି ।

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଆହୁରି କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଶାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ଉତ୍ତମ ଲୋକ ସେବାରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା ପାଇଁ ଆମ ସରକାର ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ଉପଯୋଗକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଉଛୁ ଓ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କର ଅଧିକାଂଶ ସେବା ଏବେ ଅନ୍‌ଲାଇନ୍‌ରେ ଉପଲବ୍ଧ କରାଯାଇ ପାରିଛି । ସ୍କୁଲ ରୂପାନ୍ତରଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅଧୀନରେ ସ୍ମାର୍ଟ ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୧ ପୃଷ୍ଠାରେ)

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଡିଜିଟାଲ କଭରେଜରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଶ୍ରେଷ୍ଠ

ସମ୍ବଲପୁର: ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ଡିଜିଟାଲ କଭରେଜ୍ ବର୍ଗରେ ସମ୍ବଲପୁର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜିଲ୍ଲା ବିବେଚିତ ହୋଇଛି । 'ଇଣ୍ଡିଆ ଟୁଡ଼େ' ପତ୍ରିକା ପକ୍ଷରୁ ଅର୍ଥନୀତି, ଭିତ୍ତିଭୂମି, ଶିକ୍ଷା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, କୃଷି, ଆଇନଶୃଙ୍ଖଳା, ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା, ମହିଳା ଶିକ୍ଷା, ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ, ପରିମଳ, ଡିଜିଟାଲ କଭରେଜ, ଉଦ୍ୟୋଗ ଆଦି ବର୍ଗକୁ ବିଚାରକୁ ନେଇ ଗତ ୫ ବର୍ଷର ସର୍ବେକ୍ଷଣ ପରେ ସାମଗ୍ରୀକ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଆଧାରରେ ଏହି ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ଡିଜିଟାଲ କଭରେଜ ବର୍ଗରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜିଲ୍ଲା ବିବେଚିତ ହେଇଥିଲା । ଏହି ପତ୍ରିକା ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜିତ 'ଷ୍ଟେଟ ଅଫ ଦି ଷ୍ଟେଟ କନକ୍ଲେଭରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିବେଚିତ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାକୁ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପକ୍ଷରୁ ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ରାହୁଲ ଜୈନ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଏସ୍.ପି

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଏସ୍.ପି ଶ୍ରୀ ରାହୁଲ ଜୈନଙ୍କୁ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଏସ୍.ପି ରୂପେ ଅବସ୍ଥାପିତ କରାଯାଇଛି । ୨୦୧୫ ବ୍ୟାଚ୍‌ର ଆଇପିଏସ୍ ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ଜୈନ ଜଣେ ଦକ୍ଷ ଅଫିସର ରୂପେ ପୋଲିସ୍ ମହଲରେ ଖ୍ୟାତି ରହିଛି । ବର୍ତ୍ତମାନର ଏସ୍.ପି ଶ୍ରୀ ବିକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାଶ ଅବସର ଗ୍ରହଣ କରିବା ପରେ ଶ୍ରୀ ଜୈନଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ବଦଳି କରାଯାଇଛି ।

ସକ୍ରାବତୀ ନରସିଂହ ରୋଟାରୀ ମା' ଓ ଶିଶୁ ହାସ୍‌ପାତାଲ ଲୋକାର୍ପିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ମା' ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଚିକିତ୍ସା ନିମନ୍ତେ ରୋଟାରୀ କ୍ଲବ୍ ପକ୍ଷରୁ ବିନା ଲାଭ ଓ କ୍ଷତିରେ ଭତରାଠାରେ ଏକ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ସୁବିଧାଯୁକ୍ତ ଡାକ୍ତରଖାନା ସକ୍ରାବତୀ ନରସିଂହ ରୋଟାରୀ ମା' ଓ ଶିଶୁ ହସ୍ପିଟାଲ୍ ଲୋକାର୍ପିତ ହୋଇଛି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ମନ୍ତ୍ରୀ ନବ କିଶୋର ଏହି ଡାକ୍ତରଖାନାର ଲୋକାର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଉଦ୍‌ଘାଟନୀ ସମାରୋହରେ ରୋଟାରୀ ଇଣ୍ଟରନ୍ୟାସ୍‌ନାଲର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଏ.ଏସ୍. ଭେଙ୍କଟେଶ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ରୋଟାରି ଗଭର୍ଣ୍ଣର ସୁନୀଲ ପାଠକ, ହିଣ୍ଡାଲକୋର ମୁଖ୍ୟ କେ.ସି. ପାଣ୍ଡେ, ଜେଏସ୍‌ପିଏଲ୍‌ର ମୁଖ୍ୟ ଅନୀଲ ସିଂହ, ଡାକ୍ତର ଅଶୋକ ସିଂହ, ଡାକ୍ତର ନାରାୟଣୀ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଏହି ଅବସରରେ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ । ରୋଟାରି କ୍ଲବର ସଭାପତି ବିକ୍ରମ ସେନାପତି ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ଶେଷରେ ପ୍ରଦୀପ ଲାଠ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ୨୦୧୩ ମସିହାରେ ଏହି ଡାକ୍ତରଖାନା ପାଇଁ ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ନିଜର ୨୦ ଡେସିମିଲ୍ ଜମି ଯୋଗାଇ ଦେଇଥିଲେ । ୨୦୧୫ ମସିହାରେ ଏହାର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ୨୦୧୭ ମସିହାରେ ପ୍ରଥମ ମହଲା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରିବା ପାଇଁ ରୋଟାରି ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ପକ୍ଷରୁ ୪୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ଅନୁଦାନ ମିଳିଥିଲା । ରୋଟାରି ସ୍ୱିଜରଲ୍ୟାଣ୍ଡର ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିନିଧିମାନଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରଥମ ମହଲାରେ ଥିବା ଓପିଡି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।

ଏହାର ଅନ୍ୟ ଏକ ଅଂଶରେ ସିକିଲ୍ ସେଲ୍ କ୍ଲିନିକ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରବିବାର ଦିନ ଡାକ୍ତର ନାରାୟଣୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଚାଲୁଛି । ଡାକ୍ତର ନାରାୟଣୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ସହଯୋଗ ଯୋଗୁ ଡାକ୍ତରଖାନାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ତୃତୀୟ ମହଲା କୋଠା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛି । ଏହି ଦୁଇ ମହଲାରେ ପ୍ରସୁତି ଓ ଶିଶୁ ବିଭାଗ ରହିବ । ଅପରେସନ୍ ଥିଏଟର, ଲେବର ରୁମ୍, ମାତୃତ୍ୱ ୱାର୍ଡ ପାଇଁ ଯନ୍ତ୍ରପାତି ନିମନ୍ତେ ରୋଟାରି ଫାଉଣ୍ଡେସନ ଇତିମଧରେ ୨୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ପୁଣି ଯୋଗାଇ ଦେଇଛି । ସ୍ୱିଜରଲ୍ୟାଣ୍ଡ ରୋଟାରୀ ଜିଲ୍ଲା-୧୯୯୦ର ସହଯୋଗ ଯୋଗୁ ଏହି ଅନୁଦାନ ରାଶି ମିଳିଛି । ରୋଟାରୀ କ୍ଲବର ସକ୍ରାବତୀ-ନରସିଂହ ଶିଶୁ ହସ୍ପିଟାଲ ଟ୍ରଷ୍ଟ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଡାକ୍ତରଖାନା ପରିଚାଳିତ ହେବ ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ସକାଳର ଶୁଭାରମ୍ଭ ବାଦାମରୁ କରନ୍ତୁ

ଦେହକୁ ହିତ ମେଥି

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ପିଜୁଳି

ନଡ଼ିଆ ତେଲର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ହଳଦୀ ଚା'ର ଉପକାରିତା

ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ ଓ ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦ ଖାଲି

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ (ଏସ୍‌ଏମ୍‌ସି) ଏବଂ ଏସ୍‌ଡିଏର ଅଧକ୍ଷ ପଦ ଦୀର୍ଘଦିନ ହେବ ଖାଲି ପଡିଛି । ସମ୍ବଲପୁର ପୌରପରିଷଦ ମହାନଗର ନିଗମରେ ପରିଣତ ହେବା ଘୋଷଣା କରାଯିବା ପର ଠାରୁ ନିର୍ବାଚନ ହେଉ ନ ଥିବାରୁ ମହାନଗର ନିଗମରେ ବାବୁରାଜ୍ ଚାଲିଛି । ମହାନଗର ନିଗମର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ଅଫିସରମାନେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରୁଛନ୍ତି । ଏପଟେ ସରକାରଙ୍କ ମନୋନୟନ ଆଧାରରେ ସମ୍ବଲପୁର ଉନ୍ନୟନ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ(ଏସ୍‌ଡିଏ) ଅଧକ୍ଷ ପଦ ପୂରଣ ହେଉଥିବା ବେଳେ ପ୍ରାୟ ଅଢ଼େଇ ବର୍ଷ ହେଲାଣି ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ଆସନ ଖାଲି ପଡ଼ିଛି ।

ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ରାଜ୍ୟରେ ବିଜେପି ବିଜେଡି ମେଣ୍ଟ ସରକାର ଥିବା ବେଳେ ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ବିଜେପି ଖାତାରେ ଯାଇଥିଲା । ଜୟବ୍ରତ ଦେ ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ହୋଇଥିଲେ । ତେବେ, ମେଣ୍ଟ ସରକାର ଭାଙ୍ଗିଯିବା ପରେ ଜୟବ୍ରତ ଦେ ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ଛାଡ଼ି ଥିଲେ । ଅନେକ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପଦ ଖାଲି ପଡ଼ିବା ପରେ ପୂର୍ବତନ ବିଜେଡ଼ି ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ବିଜୟ ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ମିଳିଥିଲା । ୨୦୧୯ ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନର କିଛି ମାସ ପରେ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ନିଜ ପଦରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିଲେ । ଗତ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୧୯ରୁ ଏସ୍‌ଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ଖାଲି ପଡ଼ିଛି । ନିର୍ବାଚନ ପରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବିଭିନ୍ନ ନିଗମ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସରକାରୀ ସଂସ୍ଥାରେ ରାଜନେତାମାନଙ୍କୁ ଥଇଥାନ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ, ଏସଡିଏ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ନେଇ କୌଣସି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇ ନଥିଲେ । ଏପଟେ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟ ଆଗେଇ ପାରୁନାହିଁ । ଅନେକ ପ୍ରକଳ୍ପ ଏବେ ଶୀତଳ ଭଣ୍ଡାରରେ ରହିଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେବାକୁ ଇତିମଧରେ ୭ ବର୍ଷ ଅଧିକ ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ହେଲାଣି । ସମ୍ବଲପୁର ପୌର ପରିଷଦ, ବୁର୍ଲା ଓ ହୀରାକୁଦ ବିଜ୍ଞାପିତ ପଞ୍ଚାୟତର ନେଇ ଗଠିତ ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମରେ ୪୧ଟି ୱାର୍ଡ ରହିଛି । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଗତ ସେପଟ୍ମେର ୨୦୧୩ରେ ସମ୍ବଲପୁରକୁ ମହାନଗର ନିଗମରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିଲା । ସଂରକ୍ଷଣକୁ ନେଇ ହାଇକୋର୍ଟରେ ଏକ ମାମଲା ବିଚାରାଧୀନ ରହିଛି । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଆଗ୍ରହ ଦେଖାଇଲେ ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ପଥ ପରିଷ୍କାର ହୋଇ ଯାଆନ୍ତା । ମାତ୍ର, ତାହା ହେଉନାହିଁ । ନିର୍ବାଚନ ହେଲେ ଏଠାକାର ମେୟରଙ୍କ ହାତରେ ମୁଖ୍ୟତଃ ସହର ଉନ୍ନତି ନିର୍ଭର କରନ୍ତା । ମେୟର ନ ଥିବାରୁ ଏବେ ପ୍ରଶାସକ ରହିଛନ୍ତି । ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସକ ଅଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମୁଖ୍ୟତଃ କମିସନରଙ୍କ ହାତରେ ସବୁକିଛି ନିର୍ଭର କରୁଛି । ଗତ ୨ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୧୪ରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ଏହା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେବା ସହିତ ସୁଧାଂଶୁ କୁମାର ଭୋଇ ଏହାର ପ୍ରଥମ କମିସନର ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସେ ୨୩ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୧୪ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ । ୨୪ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୧୪ରୁ ୧ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୧୬ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବରିଷ୍ଠ ଓଏଏସ୍ ଅଧିକାରୀ ତ୍ରିଲୋଚନ ମାଝୀ କମିସନର ଦାୟିତ୍ୱ ସମ୍ଭାଳି ଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ମାଝୀଙ୍କ ପରେ ବିମଳେନ୍ଦୁ ରାୟ ୧ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୧୬ରୁ ୨୦ ନଭେମ୍ବର ୨୦୧୮ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦୁଇଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ । ଏହା ପରେ ପୁଣି ସୁଧାଂଶୁ ଭୋଇ ଅଳ୍ପ ସମୟ ନିମନ୍ତେ କମିସନର ଦାୟିତ୍ୱରେ ରହିଥିଲେ । ଜ୍ଞାନରଂଜନ ଭଞ୍ଜଦେଓ ମଧ କିଛି ମାସ ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପଦରେ ରହିଥିଲେ । ତେବେ, ତ୍ରିଲୋଚନ ମାଝୀ ପୁଣି ୧୦ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୧୯ରୁ ୨ଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ୧୯ ସେପଟ୍ମେର ୨୦୧୯ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କମିସନର ରହିଥିଲେ । ଏହା ପରେ ୪ ଜଣ ଅଧିକାରୀ ବଦଳିଲେଣି । ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମର ପ୍ରଥମ ଆଇଏଏସ୍ ଅଧିକାରୀ ଭାବେ ଲିଂଗରାଜ ପଣ୍ଡା ୧୯ ସେପଟ୍ମେରରେ ୨୦୧୯ରେ ଯୋଗ ଦେଇ ସେ ମାତ୍ର ୫ ମାସ ପାଇଁ ଏହି ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ । ଏହା ପରେ ପ୍ରଥମ ମହିଳା କମିସନର ଭାବେ ଯୁଗଳେଶ୍ୱରୀ ଦାଶ ୩ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୦ରୁ ୧୩ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୦ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ । ଏହା ପରେ ଅନିରୁଦ୍ଧ ପଧାନ ଦୁଇଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସେହିଦିନଠାରୁ ଗତ ୨୧ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କମିସନର ରହିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ପରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ ଗତ ୨୧ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୧ରୁ ସମ୍ବଲପୁର କମିସନର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରୁଛନ୍ତି ।

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ସରକାରଙ୍କୁ ହସ୍ତାନ୍ତର

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ଆଦିବାସୀ ବହୁଳ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ତଥା ଏହାର ଆଖପାଖ ଜିଲ୍ଲାର ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ଉନ୍ନତମାନର ଚିକିତ୍ସା ସେବା ଯୋଗାଇ ଦେବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଏନ୍‌ଟିପିସି ପକ୍ଷରୁ ନିର୍ମିତ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ଓ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ହସ୍ତାନ୍ତର କରାଯାଇଛି । ଏନ୍‌ଟିପିସି ଜେନେରାଲ ମ୍ୟାନେଜର ପରେଶ ଗଜଲେୱାର ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ଭିଭିଭୂମି ହସ୍ତାନ୍ତର କରିଥିଲେ । ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ଡିନ ପ୍ରଫେସର ଡାକ୍ତର ଦୈତାରୀ ରାଉତରାୟ ଏବଂ ପୂର୍ତ୍ତ ଓ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ ଅଧୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ରୀ ନାରାୟଣ ପଟେଲ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ କାଗଜପତ୍ର ଓ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ହସ୍ପିଟାଲର ଏକ ପ୍ରତିକୃତି ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ୨୦୧୪ରେ ଏନ୍‌ଟିପିସି ପକ୍ଷରୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ୨୧ ଏକର ଜମିରେ ଏକ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ହସ୍ପିଟାଲ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ୨୦୨୧ ମସିହାରେ ଏହାର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇଥିଲା । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଗତବର୍ଷ ଏହାକୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ସରକାରୀ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ଓ ହସ୍ପିଟାଲ ଭାବରେ ମଞ୍ଜୁରୀ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ମେଡିକାଲ କଲେଜ ପାଇଁ ଦିନ ଓ ଆଡିସନାଲ ସୁପରିଣ୍ଟେଣ୍ଡେଣ୍ଟଙ୍କୁ ମଧ ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିସାରିଛି । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ସରକାରୀ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ହସ୍ପିଟାଲ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ଓ ଏହାର ସୁପରିଚାଳନା ପାଇଁ ଗତ ଏପ୍ରିଲ ୮ରେ ଜିଲାପାଳ ନିଖିଲ ପବନ କଲ୍ୟାଣଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଏକ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ମେଡିକାଲ କଲେଜ ପରିସରରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ବୈଠକରେ ନ୍ୟାସନାଲ ମେଡିକାଲ କାଉନସିଲର ନିୟମାବଳୀ ସମ୍ପର୍କରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦେବା ସହିତ ମେଡିକାଲ କଲେଜକୁ ସଫଳ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସମସ୍ତଙ୍କର ସହଯୋଗ ଲୋଡ଼ିଥିଲେ । ଏହି ହସ୍ତାନ୍ତର ପ୍ରକ୍ରିୟା ପୂର୍ବରୁ ଏନଟିପିସିର ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଜିଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ମେଡିକାଲ କଲେଜର ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ସମସ୍ତ ଭିତ୍ତିଭୂମି ବୁଲି ଦେଖାଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ମେଡିକାଲ କଲେଜର ସୁପରିଣ୍ଟେଣ୍ଡେଣ୍ଟ ପ୍ରଫେସର ପଙ୍କଜ କୁମାର ପରିଡ଼ା, ଏଡିଏମଓ (ପିଏଚ) ଡାକ୍ତର ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଏଡିଏମ ରବିନାରାୟଣ ସାହୁ, ସଦର ଉପଜିଲାପାଳ ଅଭିମନ୍ୟୁ ବେହେରା, ଜିଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ନନ୍ଦିନୀ ମୁଣ୍ଡାରୀ, ମେଡିକାଲ କଲେଜ ମ୍ୟାନେଜର ଅଭିନ କର ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ନିଃଶୁଳ୍କ ଡାଏଲିସିସ୍ ସେବା ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟ ଠାରେ ନିଃଶୁଳ୍କ ଡାଏଲିସିସ୍ ସେବା ଉଦ୍‌ଘାଟନ ହୋଇଯାଇଛି । ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଉମାକାନ୍ତ ରାଜ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୟୁର ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶୀ, ସିଡିଏମ୍‌ଓ ଡା. ଅଶୋକ କୁମାର ଦାଶ ପ୍ରମୁଖ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଏହା ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ସହାୟ ଯୋଜନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଏକ ନିଃଶୁଳ୍କ ଯୋଜନା, ଯାହାର ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଖର୍ଚ୍ଚ ସରକାର ବହନ କରିଥାନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଅଞ୍ଚଳର କିଡନୀ ରୋଗୀ ଉପକୃତ ହେବେ । ଏହା ପିପିପି ମୋଡ଼ରେ ପରିଚାଳିତ ହେବ । ପରିଚାଳନା ଦାୟିତ୍ୱ ରାହି କେୟାର ଉପରେ ନ୍ୟସ୍ତ ରହିଛି । ରାହି କେୟାର ସମସ୍ତ ମାନବସମ୍ବଳ ନିୟୋଜିତ କରି ଲୋକଙ୍କୁ ସେବା ଯୋଗାଇବ । ୭ ଶଯ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ନିଃଶୁଳ୍କ ସେବା ସକାଳ ୮ରୁ ସନ୍ଧ୍ୟା ୮ ଯାଏ ପରିଚାଳିତ ହେବ । ଦୈନିକ ୧୮ ଜଣ ରୋଗୀ ଡାୟାଲିସିସ୍ କରିପାରିବେ । ପ୍ରଥମ ଦିନ ୧୬ ଜଣ ପଞ୍ଜିକରଣ କରିଥିବା ବେଳେ ୩ ଜଣଙ୍କ ଡାୟାଲିସିସ୍ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ରାହି କେୟାରର ବିବେକ ସିଂ, ଡାକ୍ତର ସୁଧାଂଶୁ ପଣ୍ଡା, ମୌସୁମୀ ମିଶ୍ର, ଡିପିଏମ ଗୁରୁ କୁମାର ଭୋଇ, ହରିପ୍ରସାଦ ପ୍ରଧାନ, ମ୍ୟାନେଜର ବିଷ୍ଣୁପ୍ରିୟା ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଗୁଡ଼େଶ୍ୱର ବାବା ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାର ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ

ସମ୍ବଲପୁର: ଦୁର୍ଗାପାଲି ସ୍ଥିତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଗୁଡ଼େଶ୍ୱର ବାବାଙ୍କ ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରା ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ ମନ୍ଦିର ଟ୍ରଷ୍ଟ ବୋର୍ଡର ମ୍ୟାନେଜିଂ ଟ୍ରଷ୍ଟି ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । କୋଭିଡ କଟକଣା ସମୟରେ ଗତ ବର୍ଷ ଯେପରି ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ଶିବ ପାର୍ବତୀଙ୍କ ବିବାହ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା, ସେହିପରି ଚଳିତ ବର୍ଷ ମଧ ମନ୍ଦିର ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ହିଁ ଦେବ ଦମ୍ପତିଙ୍କ ବିବାହ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥର ମଧ ଶୋଭାଯାତ୍ରା ବାହାର କରା ନ ଯାଇ ମନ୍ଦିର ଠାରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ଲୁପ୍ତପ୍ରାୟ ସମ୍ପ୍ରଦା ଓ ସଂଚାର ଭଳି ଲୋକନୃତ୍ୟ ପରିବେଷଣ କରାଯିବ । କନ୍ୟାପିତା ହେବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛୁକ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନଙ୍କ ଆବେଦନ ପତ୍ର ଗୁଡିକ ଉପରେ ବୈଠକରେ ବିଚାର କରାଯାଇଥିଲା । ଖୁବ ଶୀଘ୍ର କନ୍ୟାପିତା ଚୟନ କରାଯାଇ ଟ୍ରଷ୍ଟ ବୋର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ଘୋଷଣା କରାଯିବ । ଏହାଛଡା ମନ୍ଦିର ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାରରେ ଅର୍ଦ୍ଧନିର୍ମିତ ଥିବା ତୋରଣର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ତୁରନ୍ତ ଆରମ୍ଭ କରାଯିବା ପାଇଁ ବୈଠକରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଥିଲା । ଏହି ବୈଠକରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମାନଙ୍କ ମଧରେ ଟ୍ରଷ୍ଟ ବୋର୍ଡର ସଦସ୍ୟ ସର୍ବଶ୍ରୀ ଗୌରୀଶଙ୍କର ଦାଶ, ଦୀନଦୟାଲ ଅଗ୍ରୱାଲ, ହରିଶ ଅଗ୍ରୱାଲ, ପ୍ରଦୀପ ତୁଳଶ୍ୟାନ, ଲଳିତ ଅଗ୍ରୱାଲ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ସମଲେଇ ଯୋଜନାର ସମୀକ୍ଷା

ସମ୍ବଲପୁର : ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଆୟୁକ୍ତ ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳେଇ ସମଲେଇ ଯୋଜନାର ସମୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି । ଆରଡିସିଙ୍କ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ ଥଇଥାନ ହେବାକୁଥିବା କୁସୁମପଡ଼ାରେ ପିଇବା ପାଣି, ଆପ୍ରୋଚ ରୋଡ, ଇଣ୍ଟରନାଲ ରୋଡ, ଗୋଷ୍ଠୀ ପାଇଖାନା, ଡ୍ରେନ, କମ୍ୟୁନିଟି ସେଣ୍ଟର, ଏଡବ୍ଲୁସି ବିଲଡିଂ ସମେତ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ବିଷୟରେ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ପଚାରି ବୁଝିଥିଲେ । ନିର୍ମାଣ ହେବାକୁ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ କାମ ଏବଂ ନିର୍ମାଣ ଅଗ୍ରଗତିର ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟ ମଧରେ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକ ଶେଷ କରିବାକୁ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ଆରଡିସି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ମଧରେ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଉମାକାନ୍ତ ରାଜ, ସଦର ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୟୁର ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶୀ ବିକାଶ, ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ କମିଶନର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟ ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଭାଗବତ

ନାରଦ-ବାସୁଦେବ ଓ ଭାଗବତ ଧର୍ମ

ନାରଦ ବହୁତ ପ୍ରକାର କହିଲେ ଏବଂ ଭଗବାନ୍ ନାରଦଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୁକ୍ତିକୁ ଖଣ୍ଡନ କରିଦେଲେ । ନାରଦଙ୍କ ଧର୍ମ ହେଲା ଭକ୍ତଙ୍କ ସହିତ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଦର୍ଶନ କରାଇଦେବା । ତେଣୁ କୌଣସି ପ୍ରକାରରେ ପ୍ରଭୁ ଥରେ ତାକୁ ଦର୍ଶନ ଦେବା ପାଇଁ ଯାଆନ୍ତୁ, ଏହା ସେ ବାରମ୍ବାର ବିନତି କଲେ ।

ପ୍ରଭୁ କହିଲେ, "ନାରଦ ! ଶୁଣ ତୁମେ ଅତି ଭୋଳାଲୋକ । ସେ ଧନୀଲୋକଟି ତାମସୀ ଓ ରାଜସୀ ପ୍ରକୃତିର । ଆମେ ଗଲେ ସେ ଆମକୁ ଦେଖିବାକୁ ଆସିବ ନାହିଁ । ତୁମେ ଅତି ବାଧ କରୁଛ । ଚାଲ ଦେଖିବ ।

ଭଗବାନ ଏକ ବୃଦ୍ଧବ୍ରାହ୍ମଣ ବେଶରେ ଧନୀ ଲୋକଟିର ସିଂହଦ୍ୱାର ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ଦ୍ୱାରପାଳ ହାତରେ ଖବର ପଠାଇଲେ, "ବହୁ ଦୂରରୁ ଆମେ ଆସିଛୁ, ତୁମ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ଦେଖା କରିବା ପାଇଁ ।"

ଦ୍ୱାରପାଳ ଗୃହଭିତରେ ଥିବା ଧନୀ ଶେଠଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲା ଏବଂ ଭଗବାନ କହିଥିବା କଥା କହିଲା । ଶେଠ କୌଣସି ଏକ ହିସାବ କିତାବରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିଲେ । ସେ ବିରକ୍ତି ପ୍ରକାଶ କରି କହିଲେ, "ମୁଁ ଯାଇପାରିବି ନାହିଁ । ମୋର ବେଳ ନାହିଁ । କେଉଁଠି ଏହି ବୃଦ୍ଧ ବ୍ରାହ୍ମଣଗୁଡ଼ାକ ଥାଆନ୍ତି କେଜାଣି, ଯେତେବେଳେ ମାନେ ସେତେବେଳେ ଭିକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ ପଳାଇ ଆସନ୍ତି । ମଣିଷର ଯେମିତି ଆଉ କାମଧନ୍ଦା କିଛି ନାହିଁ । ହଉ ! ତୁମେ ଗୁମାସ୍ତାକୁ କହି ସେ ଯାହା ମାଗୁଛି, ଭୋଜନ, ଦ୍ରବ୍ୟ, ବସ୍ତ୍ର ଆଦି ଦେଇ ବିଦା କରିଦିଅ ।

ଗୁମାସ୍ତା ତା ସ୍ୱାମୀର କଥାରେ ସିଂହଦ୍ୱାର ପାଖକୁ ଆସି ଏଣୁ ତେଣୁ କଥା କହି ବ୍ରାହ୍ମଣ ବେଶଧାରୀ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ବିଦା କଲା । ପ୍ରଭୁ ନାରଦଙ୍କୁ ଚାହିଁ କହିଲେ, କ'ଣ ଦେଖିଲ ତ ! ମୋ ଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ସେ ଦାନଧର୍ମ କରୁନାହିଁ । ଆମେ କ'ଣ କିଛି ମାଗିବା ପାଇଁ ତା' ପାଖକୁ ଯାଇଥିଲେ କି ?

ନାରଦ ପୁଣି ଯୁକ୍ତି କଲେ, 'ପ୍ରଭୁ ! ବ୍ରାହ୍ମଣ ବେଶର ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଭିକ୍ଷାରେ ଅଛି । ଆପଣ ବ୍ରାହ୍ମଣ ବେଶରେ ଯାଇଥିବାରୁ ଆପଣଙ୍କ ଅଭିପ୍ରାୟ ପୂରଣ ନିମନ୍ତେ ସେ ବ୍ୟବସ୍ଥା କଲା । ଆପଣ କାହିଁକି ବ୍ରାହ୍ମଣ ବେଶରେ ଗଲେ କି ? ଜଣେ ତ୍ୟାଗୀ ବୈରାଗୀ ବେଶରେ ଯାଇ ତାକୁ ଦର୍ଶନ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ନାରଦଙ୍କ ଜିଦ୍ ଦେଖି ଭଗବାନ ଜଣେ ତ୍ୟାଗୀ ବେଶରେ ଗଲେ । ଏଥର ବି ଶେଠ ଦ୍ୱାରପାଳ ହାତରେ କିଛି ଦେଇ ବିଦା କରିଦେବାକୁ କହିଲା ଓ ବେଳନାହିଁ ତେଣୁ ସାଧୁ, ତ୍ୟାଗୀଙ୍କୁ ସେ ଦେଖା କରିବାକୁ ଯାଇପାରିବ ନାହିଁ ବୋଲି ଖବର ପଠାଇଦେଲା । ଭଗବାନ୍ ନାରଦଙ୍କ ମୁହଁକୁ ଚାହିଁ କହିଲେ, କ'ଣ ଦେଖିଲ ନାରଦେ । ଏବେ କୁହ, କେଉଁ ବେଶରେ ଯିବା ।

ନାରଦଙ୍କର ତ ଏକା ଜିଦ । ସେ କହିଲେ, ପ୍ରଭୁ ! ସଂସାରରେ ଭଣ୍ଡ ସାଧୁ ସନ୍ୟାସୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ପ୍ରଚୁର ବଢ଼ିଯାଇଛି । ଏମାନେ ତ୍ୟାଗୀ, ବୈରାଗୀଙ୍କ ନାମକୁ କଳଙ୍କିତ କରି ଦେଉଛନ୍ତି । ଆପଣ ଏପରି ଛଦ୍ମବେଶରେ ନ ଯାଇ ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରକୃତ ବେଶରେ ଚାଲନ୍ତୁ ।

ନାରଦ ଓ ଭଗବାନ ସାଙ୍ଗ ହୋଇଗଲେ । ଭଗବାନ ତାଙ୍କ ନିଜ ସ୍ୱରୂପରେ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇ ପାଖରେ ରହିଲେ । ଶେଠ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ସ୍ୱରୂପ ଦର୍ଶନ ଦେବେ ଭଗବାନଙ୍କ କଥାରେ ନାରଦ ଦ୍ୱାରପାଳ ହାତରେ ଶେଠ ପାଖକୁ ଖବର ପଠାଇଲେ । ଦ୍ୱାରପାଳ ଶେଠକୁ କହିଲା, ଜଣେ ସାଧୁ ଆସି କହୁଛନ୍ତି ଯେ, ଭଗବାନ ଆପଣଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ ଦେବାକୁ ଆସିଛନ୍ତି ।

ଶେଠ ଏପରି କଥା କହି ଠୋ ଠୋ ହସିଲା । ସେ କହିଲା, ହଇରେ ମୂର୍ଖ ! ଭଗବାନଙ୍କର କ'ଣ କିଛି କାମଧନ୍ଦା ନାହିଁ ଯେ ସେ ମୋତେ ଦର୍ଶନ ଦେବାକୁ ଆସିଲେ । କେହି ବହୁରୂପୀ ଧୂର୍ତ୍ତ ଆସିଥିବ । କହିଦେ, ମୋର ଦର୍ଶନ ଫର୍ଶନର କିଛି ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ ।

ଦ୍ୱାରପାଳ ନାରଦଙ୍କୁ ସବୁକଥା ଜଣାଇ ଦେଲା । ଭଗବାନ ନାରଦକୁ ଚାହିଁ କହିଲେ, କ'ଣ ହେଲା, ଦେଖିଲ ତ । ସେ ମୋ ଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ଅଧିକାରୀ ହୋଇନାହିଁ । ଦାମ୍ଭିକ ମୋ ଦର୍ଶନର କଦାପି ଅଧିକାରୀ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଜୀବର ତୀବ୍ର ଭକ୍ତିଭାବ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବ ଭଗବାନଙ୍କର ଦର୍ଶନ ପାଇପାରେ ନାହିଁ ।

ଭଗବାନ ବ୍ରଜରୁ ମଥୁରା ଓ ଦ୍ୱାରିକାକୁ ଆସିଯିବା ପରେ ବସୁଦେବ ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଓ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ମଧ୍ୟରେ କାଳାତିପାତ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେ ଥିଲେ ସଦାଚାରୀ ସତପୁରୁଷ । ତେବେ ବି ସେ ପରମ ଭାଗବତ ହୋଇପାରି ନ ଥିଲେ ।

ନାରଦ ଦ୍ୱାରିକାରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ଆସୁଥିଲେ । ଦିନେ ସେ ବସୁଦେବଙ୍କ ଆଗରେ ପଡ଼ିଗଲେ । ବସୁଦେବ ତାଙ୍କୁ ପାଦ୍ୟାର୍ଘ୍ୟ ଅର୍ପଣ କରି ଆସନରେ ବସାଇବା ପରେ କହିଲେ, 'ଭଗବନ । କୃପାକରି ମୋତେ ଏପରି କଥା କୁହନ୍ତୁ, ଯାହା ଶ୍ରବଣ କରି ମୁଁ ଏହି ଭୟାନକ ଜନ୍ମ-ମୃତ୍ୟୁ ରୂପୀ ସଂସାରରୁ ଅନାୟାସ ପାରି ହୋଇପାରିବି । ଶୁଣିଛି ଭାଗବତ ଧର୍ମ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ଶ୍ରବଣ କଲେ, ଆଚରଣ କଲେ, ମଣିଷ ସକଳ ପ୍ରକାର ଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଦେବର୍ଷି । ପରମାତ୍ମା କିଏ ? ଭାଗବତ-ଧର୍ମ କ'ଣ ? ଏହାର ସ୍ୱରୂପ କିପରି ? ଏହାର ଆଚରଣ କିପରି କରାଯାଏ ?

ନାରଦ ସେତେବେଳେ ନବଯୋଗେଶ୍ୱର ଓ ନିମି ରାଜାଙ୍କ କଥୋପକଥନ ମାଧ୍ୟମରେ ଭାଗବତ-ଧର୍ମର ଉପଦେଶ ମହାମନା ବସୁଦେବଙ୍କୁ କହିଥିଲେ ।

ଏକଦା ବିଦେହରାଜ ନିମିଙ୍କ ରାଜସଭାକୁ ନବଯୋଗେଶ୍ୱର ଆସିଥିଲେ । ଏହି ନବଯୋଗେଶ୍ୱରଙ୍କ

ନାମ ଥିଲା କବି, ହରି, ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ, ପ୍ରବୁଦ୍ଧ, ପିପ୍ପଲାୟନ, ଆବିରହୋତ୍ର, ଦ୍ରୁମିଳ, ଚମସ ଓ କରଭାଜନ । ଏମାନେ ସତ୍ ଅସତ୍, ଜଡ଼ ଚେତନ ଅଥବା ବ୍ୟକ୍ତ ଅବ୍ୟକ୍ତ ରୂପ ସମସ୍ତ ସଂସାରକୁ ଭଗବାନ୍‌ଙ୍କ ରୂପ ବୋଲି ଜାଣିଥିଲେ । ଏଣୁ ଏମାନେ ନିଡ଼ର ହୋଇ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦରେ ପୃଥିବୀ ଭ୍ରମଣ କରିବାରେ ଲାଗିଥିଲେ । ଏମାନଙ୍କୁ ଦରବାରରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥିବା ଦେଖି ନିଷ୍ପାପ ବିଦେହରାଜ ପଚାରିଥିଲେ, ଏହି ଅସାର ସଂସାରରେ ପରମ କଲ୍ୟାଣ କେଉଁଥିରେ ଅଛି ? କି ପ୍ରକାର କର୍ମ କଲେ ପରମପଦ ପ୍ରାପ୍ତି ସୁଲଭ ହୋଇଥାଏ ? ସଂସାରର ସମସ୍ତ ମାନ, ସମ୍ମାନ, ଧନ, ବୈଭବ ପାଇ ସୁଦ୍ଧା ପ୍ରକୃତ ଆତ୍ୟନ୍ତିକ ସୁଖ ମିଳି ନ ଥାଏ । ଆତ୍ୟନ୍ତିକ ଶାନ୍ତି ନିମନ୍ତେ କି ପ୍ରକାର ସାଧନା କରାଯିବା ଉଚିତ୍ । ଆପଣ ଆମକୁ ଭାଗବତ-ଧର୍ମର ଉପଦେଶ ଦେଇପାରିବେ କି ?

ଅଧକ୍ଷଣ ପାଇଁ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ବି ମନୁଷ୍ୟଙ୍କ ପାଇଁ ପରମ ନିଧି ହୋଇଯାଇ ଥାଏ ।

ଭଗବାନଙ୍କର ଆସକ୍ତ ସନ୍ଥଙ୍କର କ୍ଷଣକ ପାଇଁ ପାଇଥିବା ସତସଙ୍ଗ ବି ସ୍ୱର୍ଗ ଓ ମୋକ୍ଷ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ସ୍ଥଳରେ ଅନ୍ୟ ପଦାର୍ଥର ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବାର କି ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି ?

ଯୋଗେଶ୍ୱର କହିଲେ, "ରାଜନ୍ ! ଧ୍ୟାନର ସହିତ ଶୁଣନ୍ତୁ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ହେଉଛନ୍ତି ଅଂଶୀ ଏବଂ ଜୀବ ଅଂଶ । ତେବେ ଏ ଦୁହେଁ କେବେ ଓ କିପରି ବିଭକ୍ତ ହେଲେ । ଅଜ୍ଞାନ କେବେଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହେଲା ? ଏ ପ୍ରକାର ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ନିମନ୍ତେ ମୁଣ୍ଡ ଖେଳାଇବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅଜ୍ଞାନକୁ ନାଶ କରିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ କରିବା ଉଚିତ ।

ଜୀବ-ଅଂଶ, ଈଶ୍ୱର ଅଂଶୀଙ୍କ ସହିତ ମିଳିତ ହେଲେ ସୁଖ ଓ ଶାନ୍ତି ପାଇପାରେ । ଏହି ବିରହ ହେଉଛି ମହାଦୁଃଖର କାରଣ । ଜୀବ ଯେବେଠାରୁ ପରମାତ୍ମାଙ୍କଠାରୁ ବିଭକ୍ତ ହୋଇଛି, ସେହି ଦିନଠାରୁ ଦୁଃଖୀ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ନିର୍ଭୟ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା ଥିଲେ ଭଗବାନଙ୍କର ଶରଣ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ ।

ଜୀବ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରୁ ସାମାନ୍ୟ ମାତ୍ର ବିୟୋଗ ହେବାମାତ୍ରେ ଦୁଃଖୀ ହୁଏ । ଜୀବ ମାତ୍ରକେ ରୋଗୀ, କାରଣ ସେମାନେ ବିୟୋଗୀ । ଏପରି ବିୟୋଗ-ଦୁଃଖକୁ ଦୂର କରିବାର ଉପାୟ କ'ଣ ହୋଇପାରେ ? ଆମକୁ ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚୟ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଆମେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ମିଳିତ ହେବ । ଆମର ଏହି ଶରୀର ମଳିନ । ତେଣୁ ଶରୀର ଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମସମ୍ବନ୍ଧ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ଶରୀର ତ ଦୁର୍ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ, ଏଣୁ ଦେବ ଏହାଠାରୁ ଦୂରକୁ ପଳାଇଯାଆନ୍ତି । ମନକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ଯୋଡ଼ି ଦେବାକୁ ହେବ ।

କାଳ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ଉପରେ ବସିଛି । ଯଦି ଆମେ କାଳର ହାତରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥାଉ ତେବେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଶରଣ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଭଗବାନଙ୍କର ଆଜ୍ଞା ବୋଲି ମନେକରି, ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରିବା ପାଇଁ, ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ଉନ୍ମୁଖ ହୋଇ କରୁଥିବା ବିଧେୟ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟବହାରରେ ପ୍ରଭୁ ଅନୁସନ୍ଧିତ୍ସ ରହିଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରିୟା ଭକ୍ତିରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଯାଏ ।

କର୍କଶ ବାଣୀ କେବେ ବି ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ଅନୁଚିତ । ସବୁଥିରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅଂଶ ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି, ଏହା ଜାଣି ଜଗତ ସହିତ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିଲେ ତାହା ଭକ୍ତିମୟ ହୋଇଯାଏ । ଜଡ଼-ଚେତନ ଏକ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜଡ଼-ଚେତନ ଈଶ୍ୱରମୟ- ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାପରୁ ବଞ୍ଚିଯାଇ ହୁଏ । ପାପ କରିବାଠାରୁ ଦୂରେଇ ଯିବାମାତ୍ରେ ଶାନ୍ତି ଇ ଶାନ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ସନ୍ଥମାନେ ବି ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ ନିର୍ବାହ ପାଇଁ କିଛି କିଛି କର୍ମ କରୁଥିଲେ । ସେନାନାଇ ଥିଲା ବାରିକ, ଭଣ୍ଡାରି । ସେ ସବୁବେଳେ ଭାବୁଥିଲା, 'ମୁଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମସ୍ତକର ମଳ ସଫା ପ୍ରତ୍ୟହ କରୁଛି । ମାତ୍ର ମୋ ନିଜ ମସ୍ତକରେ ଥିବା ମଳକୁ ଆଦୌ ସଫା କରିବାକୁ ପ୍ରଯତ୍ନ କରୁନାହିଁ ।' ଏପରି କଥା ସେ ସ୍ଥିର ଚିତ୍ତରେ ଭାବିବାରେ ଲାଗିଲା । ଧୀରେ ଧୀରେ ତା ଜୀବନ ବଦଳିଗଲା । ପରିଶେଷରେ ସେ ଜଣେ ମହାନ୍ ସନ୍ଥ ହୋଇଗଲା । ବ୍ୟବସାୟ ବାଣିଜ୍ୟ କାରବାର ଇତ୍ୟାଦି କରୁଥିବା ସମୟରେ ବି ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ମନେ ପକାଉଥିବା ଉଚିତ । ସାଂସାରିକ ବ୍ୟବହାର ଓ ଭକ୍ତିକୁ ଏକ କରିଦେବା ଉଚିତ ।

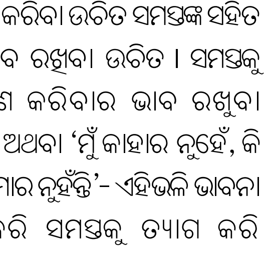
ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିଦିନ ସତସଙ୍ଗ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏଣୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ସଙ୍ଗ କରୁଥିବା ଉଚିତ । ସତସଙ୍ଗ ଦ୍ୱାରା ମନର ଅଶୁଦ୍ଧି ଦୂର ହୋଇଯାଏ । ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଜୀବ ଶୁଦ୍ଧ ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ପରେ ପରେ ସଙ୍ଗର ରଙ୍ଗ, ଢଙ୍ଗଢ଼ାଙ୍ଗ ତା ଉପରେ ପଡ଼ିଯାଏ । ଏଣୁ ସର୍ବଦା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସନ୍ଥଙ୍କ ସଙ୍ଗରେ ରହିବା ଉଚିତ ।

ସନ୍ଥ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଦେଖେ, କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ମନକୁ ରମଣ କରିବାକୁ ଦିଏନାହିଁ । ସନ୍ଥ ସବୁ ସମୟରେ ଭଗବାନଙ୍କୁହିଁ ସ୍ମରଣ-ଚିନ୍ତନ କରୁଥାଏ । ତ୍ରୈଲୋକର ରାଜ୍ୟ ମିଳିଯିବା ପରେ ବି ଯିଏ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଭୁଲେ ନାହିଁ, ସେ ହିଁ କେବଳ ପ୍ରକୃତ ସନ୍ଥ ହୋଇଥାଏ । ଯିଏ ପ୍ରେମ-ରଜ୍ଜୁରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ତା' ହୃଦୟରେ ବାନ୍ଧି ରଖିଥାଏ, ସେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ସନ୍ଥ ପଦବାଚ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ସନ୍ଥଙ୍କ ସଙ୍ଗରେ ସର୍ବଦା ରହୁଥିବା ଉଚିତ ।

ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାଂସାରିକ ବିଷୟ ପ୍ରିୟ ଲାଗୁଥିବ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ବୈଷ୍ଣବ ହୋଇପାରିବା ନାହିଁ ଏବଂ ଆମେ ମୁକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ଯଥାଯୋଗ୍ୟ ପାତ୍ର ହୋଇପାରିବା ନାହିଁ । ସୁନ୍ଦର ବିଷୟ ଉପଭୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଶକ୍ତି ଓ ସୁବିଧା ମିଳୁଥିଲେ ବି ମନକୁ ସେଥିରେ ନିମଗ୍ନ ଯିଏ କରେନାହିଁ, ସେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ବୈଷ୍ଣବ ହୋଇପାରେ । ମାନବଙ୍କ ପାଇଁ ଦୁଇଟି ମାର୍ଗ ପ୍ରଶସ୍ତ ତାହା ହେଲା ତ୍ୟାଗ ଓ ସମର୍ପଣ । ଯିଏ ତ୍ୟାଗ କରିପାରେ ସେ ସମର୍ପଣ କରିବା ଉଚିତ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହିତ ପ୍ରେମଭାବ ରଖିବା ଉଚିତ । ସମସ୍ତକୁ କୃଷ୍ଣାର୍ପଣ କରିବାର ଭାବ ରଖୁବା ଉଚିତ ; ଅଥବା 'ମୁଁ କାହାର ନୁହେଁ, କି କେହି ମୋର ନୁହଁନ୍ତି'- ଏହିଭଳି ଭାବନା ଦୃଢ଼ କରି ସମସ୍ତକୁ ତ୍ୟାଗ କରି ଭଗବାନଙ୍କୁ, ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ, ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ପ୍ରେମ କରିବା ଉଚିତ ।

ଏନିମିୟା ଦୂର କରେ ଚଣା-ଗୁଡ଼

ଏଭଳି ଅନେକ ରୋଗ ଅଛି ଯାହା ଘରୋଇ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଭଲ ହୋଇ ପାରିବ । ସେହିଭଳି ରୋଗ ମଧ୍ୟରେ ଏନିମିୟା ଗୋଟିଏ । ଶରୀରରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍‌ର ପରିମାଣ କମ୍ ହେଲେ ଏନିମିୟା ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଆଇରନର ପରିମାଣ କମ୍ ରହୁଥିବାରୁ ଏହି ରୋଗ ଅଧିକ ଦେଖାଯାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ବହୁତ ଶୀଘ୍ର ଥକି ଯିବା ସହ ଦୁର୍ବଳତା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।



ତେଣୁ ଏହି ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ମହିଳାଙ୍କୁ ଆଇରନଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ କୁହାଯାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ହିମୋଗ୍ଲୋବିନର ସ୍ତର ସଠିକ୍ ରହିଥାଏ । ତେବେ ସାଧାରଣତଃ ଗୁଡ଼ ଓ ଚଣା ଦେହ ପାଇଁ ବହୁତ ହିତକର । ମାତ୍ର ଏହାକୁ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ନ ଖାଇ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବା ଉଚିତ ।

ଇ-ଗେମ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ କେୱାଇସି

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ପ୍ରବାହ ସହ ତାଳ ଦେଇ ଭାରତରେ ଇ-ଗେମର ଲୋକପ୍ରିୟତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଚାଲିଥିବା ଅବସରରେ ଇ-ଗେମ ମାଧ୍ୟମରେ ବେଆଇନ ଆର୍ଥିକ କାରବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ସରକାରୀସ୍ତରରେ ଇ-ଗେମ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନେଇ ୨୦୨୨ ଆରମ୍ଭସୁଦ୍ଧା ତତ୍ପରତା ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା । ଏକ ହିସାବ ଅନୁଯାୟୀ ଦେଶରେ ୨୦୨୦ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ଗେମିଂ ଶିଳ୍ପରେ ୯ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା କାରବାର ହୋଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୨୨ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ୧୪,୩୦୦ କୋଟି ଛୁଇଁବାର ଆକଳନ ହୋଇଥିଲା । ଏଥି ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାୟ ପଚାଶ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କାର କାରବାରରେ ସନ୍ଦେହଜନକ ଗତିବିଧି ସରକାରୀ ସ୍ତରରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଭାରତରେ କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ଇଣ୍ଟରନେଟ ଭିତ୍ତିକ ଉପଯୋଗ ନିମନ୍ତେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଆଇନାବଳୀ ପ୍ରଣୟନ ହୋଇ ପାରିନାହିଁ । ପ୍ରସ୍ତାବିତ 'ପରସନାଲ ଡାଟା ପ୍ରୋଟେକସନ ବିଲ ୨୦୨୧' ଅନୁଶୀଳନସ୍ତରରେ ଦୀର୍ଘକାଳ ଅଟକି ରହିଥିବା ସ୍ଥଳେ ଅନଲାଇନ ପରିବେଶରେ ତାହା ମୌଳିକ ଆଇନ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ଆଶା କରାଯାଉଛି । ଇ-ଗେମ ଶିଳ୍ପ ବାର୍ଷିକ ନଅ ପ୍ରତିଶତ ହାରରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ଚାଲିଥିବା ବେଳେ ବ୍ରିଟେନରେ 'ଗେମିଂ ଆକ୍ଟ' ଆଧାରରେ ତୁରନ୍ତ କେତେକ ନିୟମାବଳୀ ଲାଗୁ କରାଯିବା ବିଚାର କରାଯାଇଥିବା ଜଣାଯାଏ ।

ସ୍ଥାନୀୟ ଅନଲାଇନ ଗେମ ୱେବସାଇଟ ଓ ଆପ ଗୁଡ଼ିକ 'ମିନିଷ୍ଟ୍ରୀ ଅଫ କର୍ପୋରେଟ ଏଫାଏର୍ସ' ଦ୍ୱାରା ପଞ୍ଜୀକୃତ । ଇ-ଗେମ ଶିଳ୍ପରେ ବୈଦେଶିକ ପୁଞ୍ଜିଲଗାଣ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ନ ଥାଏ । ଇ-ଗେମ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ନିମନ୍ତେ କୌଣସି ବିଧିବଦ୍ଧ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନଥିବା ହେତୁ ଖେଳ ମାଧ୍ୟମରେ ବେଆଇନ ଆର୍ଥିକ କାରବାର 'ମନି ଲଣ୍ଡରିଂ' ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଶସ୍ତକ୍ଷେତ୍ର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ରହୁଥିବା ସନ୍ଦେହ କରାଯାଉଛି । ଏହି ଭଳି ଆର୍ଥିକ କାରବାର ସନ୍ତ୍ରାସବାଦୀ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଆୟୋଜନରେ ମଧ୍ୟ ବିନିଯୋଗ ହେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି ।

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁମାନରେ ଭାରତରେ ଇ-ଗେମ ଆର୍ଥିକ କାରବାର ଖୁବଶୀଘ୍ର ସରକାର 'ପ୍ରିଭେନସନ ଅଫ ମନି ଲଣ୍ଡରିଂ ଏକ୍ଟ' ପରିସରଭୁକ୍ତ କରି ଇ-ଗେମ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଗ୍ରାହକ ପରିଚିତି ବା 'କେୱାଇସି' ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ କରିପାରନ୍ତି । ଫଳରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇ-ଗେମ ମଞ୍ଚରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ କେୱାଇସି ସଂଗୃହୀତ ହୋଇ ପାରିଲେ ଅଧିକ ଅର୍ଥ ଦେଣନେଣ ମାମଲାଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ସ ସହଜରେ ଖୋଜି ବାହାର କରିହେବ । ଉଦାହରଣରେ ପଚାଶ ହଜାର ଟଙ୍କାରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଆର୍ଥିକ କାରବାର ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ଭାବେ ଇ-ଗେମ ମଞ୍ଚ ଗୁଡ଼ିକ ଚିହ୍ନଟ କରି ଅନୁସନ୍ଧାନ ନିମନ୍ତେ ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି, ସଂପୃକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ସ୍ଥିତି ଯାଞ୍ଚ ଓ ତତକ୍ଷଣାତ ଯୋଗାଯୋଗ ସଂଭବ ହୋଇ ପାରିବ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ତଦାରଖ କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇ-ଗେମ ମଞ୍ଚକୁ ନିୟମାନୁଯାୟୀ ଜଣେ ଚିହ୍ନିତ କର୍ମଚାରୀ ନିଯୁକ୍ତ କରାଯିବାଲାଗି ବାଧ୍ୟ କରାଯାଇପାରେ ଇତ୍ୟାଦି ।

ଏହି ପରିବେଶରେ 'ପରସନାଲ ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକସନ ବିଲ ୨୦୨୧'ରେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ 'ଶିଶୁ'ଙ୍କ ବୟସସୀମା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ନେଇ ବିବାଦ ଉପୁଜିଛି । 'ଜଏଣ୍ଟ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟାରୀ କମିଟି' ଦ୍ୱାରା ବିଲରେ କେତେକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହ ଶିଶୁଙ୍କ ବୟସ ସୀମା ୧୮ ବର୍ଷ ଧାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥଳେ 'ଇଣ୍ଟରନେଟ ଏଣ୍ଡ ମୋବାଇଲ ଏସୋସିଏସନ ଅଫ ଇଣ୍ଡିଆ' ପକ୍ଷରୁ ବିରୋଧ କରାଯାଉଛି । ପ୍ରମୁଖ ଅନଲାଇନ ମଞ୍ଚ ମେଟା, ଗୁଗୁଲ, ଡିସନୀ-ଷ୍ଟାର, ଡେଲ ଓ ରିଲାଏନ୍ସ ଜିଓ 'ଇଣ୍ଟରନେଟ ଏଣ୍ଡ ମୋବାଇଲ ଏସୋସିଏସନ ଅଫ ଇଣ୍ଡିଆ'ର ସଦସ୍ୟ । ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ଯୁକ୍ତି ବଢ଼ା ଯାଇଛି ଯେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଅନଲାଇନ କାରବାର ଲାଗି 'ଶିଶୁ'ଙ୍କ ବୟସ ସୀମା ୧୮ ବର୍ଷରୁ କମ ରହିଛି, ଭାରତରେ ମଧ୍ୟ ନୂଆ ଆଇନରେ ସେହି ପ୍ରାବଧାନ ରହୁ ।

ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାର 'ଚିଲ୍ଡ୍ରେନସ ଅନଲାଇନ ପ୍ରାଇଭେସି ପ୍ରୋଟେକସନ ଆକ୍ଟ'ରେ 'ଶିଶୁ'ଙ୍କ ବୟସ ସୀମା ୧୩ ବର୍ଷ ଓ ୟୁରୋପୀୟ ରାଷ୍ଟ୍ରପୁଞ୍ଜରେ 'ଇୟୁ ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକସନ ରେଗୁଲେସନ'ରେ ୧୬ ବର୍ଷ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଥାଏ । ଭାରତରେ 'ଶିଶୁ'ଙ୍କ ବୟସ ସୀମା ୧୮ ବର୍ଷ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହେଲେ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ କମ ବୟସର ଉପଭୋକ୍ତା ସହଜରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସେବା, ମୁଖ୍ୟତଃ ଶିକ୍ଷା ଓ ମନୋରଞ୍ଜନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅବହେଳିତ ହେବେ । ଏଥିସହ ବୟସ ଯାଞ୍ଚ କରିବା ଦିଗରେ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ, ଅଭିଭାବକଙ୍କ ଅନୁମତି ହାସଲ ଇତ୍ୟାଦି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାସ୍ତବାଭିମୁଖୀ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ ନିମନ୍ତେ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି ।

ଭାରତରେ ଇ-ଗେମ ଶିଶୁ, କିଶୋର ଓ ଯୁବ ବର୍ଗରେ ଲୋକପ୍ରିୟତା ହାସଲ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ଆଗାମୀ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏହାର ବ୍ୟାପ୍ତି ଅଧିକ ପ୍ରଶସ୍ତ ହେବା ନିଶ୍ଚିତ । ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ଇ-ଗେମ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭାରତ ପଛୁଆ ରହି ଆସିଛି । ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାରେ ଇ-ଗେମ ଷ୍ଟାର୍ଟଅପ ସଂଖ୍ୟା ୪୪୬, ବ୍ରିଟେନରେ ୧୩୯ ଓ ଚୀନରେ ୧୩୭ ଥିବା ସ୍ଥଳେ ଭାରତରେ ମାତ୍ର ୬୪ ରହିଛି । ସେହିପରି ଚୀନରେ ଇ-ଗେମରେ ଉପଭୋକ୍ତାଗଣ ୭୩ରୁ ୭୭ ପ୍ରତିଶତ ଖର୍ଚ୍ଚ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଭାରତରେ ୩ରୁ ୧୦ ପ୍ରତିଶତରେ ସୀମିତ ରହିଛି । ଏହି ପରିସଂଖ୍ୟାନରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ସୂଚିତ ହୁଏ ଯେ ଭାରତରେ ଆଗାମୀ କିଛିବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଇ-ଗେମ ଶିଳ୍ପର ପରିସର ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ଏବଂ ଅଧିକ ଉପଭୋକ୍ତା ଅଧିକ ଅର୍ଥ କାରବାର କରିବେ ।

ଭାରତରେ ଇ-ଗେମ ସମ୍ବନ୍ଧିତ 'ଆନିମେସନ, ଭିଜୁଆଲ ଏଫେକ୍ଟସ, ଗେମିଂ ଏଣ୍ଡ କମିକ' ଶିଳ୍ପର ବ୍ୟାପକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ସୁଯୋଗ ରହିଛି । ମୁଖ୍ୟତଃ, ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶ୍ରମଶକ୍ତି ନିୟୋଜନଲାଗି ଦକ୍ଷତା ମଧ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ । ସୂଚନା ଓ ପ୍ରସାରଣ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟର ସଚିବ ଅପୂର୍ବ ଚନ୍ଦ୍ର ୨୦୨୨ ଫେବୃୟାରୀରେ ସଂପୃକ୍ତ ଶିଳ୍ପ କର୍ମକର୍ତ୍ତାଙ୍କୁ ଏକ ଉତ୍ସବରେ ଉଦବୋଧନ ଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ ଗେମିଂ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭାରତ ବିଗତ ସାତ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅଗ୍ରଗତି କରିଛି ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ସ୍ତରରେ ନେତୃତ୍ୱ ନେବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମରତ । ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ବଜେଟ ଭାଷଣରେ ଏହି କ୍ଷେତ୍ରର ବିକାଶ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଟାସ୍କଫୋର୍ସ ଗଠନର ପ୍ରସ୍ତାବ ରଖିଥିବା ସରକାରୀ ପ୍ରୋତ୍ସାହନର ସୂଚନା ଦେଉଥାଏ ।

'ଫେଡ଼ରେସନ ଅଫ ଚେମ୍ବର ଅଫ କମର୍ସ ଏଣ୍ଡ ଇଣ୍ଡଷ୍ଟ୍ରୀଜ' ନିମନ୍ତେ 'ଏରନଷ୍ଟ ଏଣ୍ଡ ୟଙ୍ଗ' ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବିବରଣୀରେ ଭାରତରେ ୨୦୨୦ରେ ୩୬ କୋଟି ଅନଲାଇନ ଗେମ ଉପଭୋକ୍ତା ହିସାବ କରାଯାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୨୧ରେ ୩୯ କୋଟି ଅତିକ୍ରମ କରି ୨୦୨୩ ସୁଦ୍ଧା ୪୫ କୋଟି ପହଞ୍ଚିବା ଆକଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦା ଦେବା ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୨୦୨୦ରେ ଆଠ କୋଟି ଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୨୧ରେ ନଅକୋଟି ୫୦ ଲକ୍ଷ ହିସାବ ହୋଇଥିଲା । ଅର୍ଥାତ, ଇ-ଗେମ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବର୍ଷକ ମଧ୍ୟରେ ଆଠ ପ୍ରତିଶତ ବଢ଼ିଥିବା ବେଳେ ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦା ଦେବା ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧୭ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏ ବୃଦ୍ଧିପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ପରିସଂଖ୍ୟାନରୁ ଇ-ଗେମର ଅଭିବୃଦ୍ଧିର ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିହୁଏ ।

ଇ-ଗେମ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନଯାତ୍ରାରେ ଗଭୀର ପ୍ରଭାବ ପକାଉଥାଏ । ଏକପକ୍ଷରେ ଏହାର ଆସକ୍ତି ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ଅପରପକ୍ଷରେ ଖେଳରେ ଆର୍ଥିକ କାରବାରରେ ସଂପୃକ୍ତି ଧନହାନୀର କାରଣ ପାଲଟିପାରେ । ମନୁଷ୍ୟର ରୁଚିକୁ ବିଜ୍ଞାନସମ୍ମତ ଧାରାରେ ପରଖି ତଦନୁଯାୟୀ ଇ-ଗେମ ବିକଶିତ ହେଉଥିବା ହେତୁ ଥରେ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଲେ ସହଜରେ ଛାଡ଼ି ହୁଏନାହିଁ । ସେହିପରି ଗଭୀର ଗବେଷଣାକେନ୍ଦ୍ରୀକ ପୂର୍ବପ୍ରସ୍ତୁତ ଖେଳର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନେକ ସମୟରେ ଖେଳାଳିର ନିପୁଣତାକୁ ପ୍ରାଥମିକସ୍ତରରେ ପୁରସ୍କୃତ କରି ପରବର୍ତ୍ତୀସ୍ତରରେ ବିପନ୍ନ ସ୍ଥିତିକୁ ଠେଲିଦେବା ଉଦାହରଣ ସର୍ବଜନଜ୍ଞାତ । ସମାଜରେ ଇ-ଗେମର ଆଦର ବଢ଼ୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଏହାର ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବକୁ ରୋକିବା ନିମନ୍ତେ ବୈଧାନିକ ସତର୍କତା ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ସମୟ ଉପଯୋଗୀ ମନେହୁଏ ।

ପେଟର ଚର୍ବି କମ୍ ପାଇଁ ଭଲ ଦଲିଆ

ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରସବ ପରେ ମହିଳାଙ୍କ ଓଜନ ବଢ଼ିବା ସହ ପେଟର ଚର୍ବି ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଏଣୁ ସେମାନେ ରୀତିମତ ଯୋଗ, ବ୍ୟାୟାମ, ଡାଏଟିଂ କଲେ ମଧ୍ୟ ସେଭଳି ଆଖିଦୃଶିଆ ଲାଭ ମିଳି ନ ଥାଏ । ଏପରିସ୍ଥଳେ ଦଲିଆ ସେବନ କଲେ ୧ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ପେଟର ଚର୍ବି କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଅଞ୍ଜୁ ମେହେରା, ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ଦଲିଆ ସୁପରଫୁଡ୍ ବୋଲି ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଆଜିକାଲି ସମସ୍ତ ସୁପରମାର୍କେଟ୍ ମଲରେ ଦଲିଆ ଉପଲବ୍ଧ ।

ଦଲିଆରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବର ଥିବାରୁ ତାହା କୋଲଷ୍ଟ୍ରଲର ସ୍ତର କମ୍ କରିଥାଏ । ଏହା ଖାଇଲେ ଶୀଘ୍ର ଭୋକ ଲାଗେ ନାହିଁ । ପେଟର ଚର୍ବି

ମଧ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ହ୍ରାସ ପାଏ । ନିୟମିତ ଭାବେ ସକାଳ ଜଳଖିଆରେ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାମାନେ ଏହା ଖାଇଲେ ଦିନସାରା ସେମାନଙ୍କୁ ଫୁର୍ତ୍ତି ଲାଗିଥାଏ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

କବୀର ଜଣେ ବିଧବାଙ୍କ ଗର୍ଭରୁ କାଶୀରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କଲେ । ମା' ତାଙ୍କୁ ଜନ୍ମ ହେବା ମାତ୍ରେ ରାସ୍ତାରେ ଛାଡ଼ିଦେଇ ଚାଲିଗଲେ । ତାଙ୍କୁ ଜଣେ ମୁସଲମାନ ତନ୍ତୀ ପାଳିଲା । ସେ ବଡ଼ କୁଶଳୀ ଥିଲେ । ପିତାଙ୍କ କାମରେ ପିଲାଦିନରୁ ହିଁ ମନ ଲଗାଇ ସହଯୋଗ କରୁଥିଲେ । ଏହା ସହିତ ସ୍ୱାମୀ ରାମାନନ୍ଦଙ୍କର ସତ୍ସଙ୍ଗରେ ବି ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ସେଠାରେ ସେ ପଢ଼ିବା, କବିତା ଲେଖିବା ଓ ବାଦନ ଶିଖିନେଲେ । ଏକଲବ୍ୟ ଯେପରି ମାଟିର ଦ୍ରୋଣାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଗୁରୁ କରିଥିଲେ, ସେହିପରି କବୀର ମଧ୍ୟ ରାମାନନ୍ଦଙ୍କ ଶରୀରସ୍ପର୍ଶ ହୋଇଯିବା ଓ 'ରାମ ରାମ' କହିଦେବା ଦ୍ୱାରା ନିଜର ଗୁରୁଦୀକ୍ଷା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ମାନିନେଲେ ।

କବୀର ବୟସ୍କ ହେବା ପରେ କୁରୀତି ନିବାରଣ, ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ଉନ୍ମୂଳନ, ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ସଦ୍ଭାବ ଓ ସଚ୍ଚରିତ୍ରତା, ଲୋକ ସେବାରେ ଅସଲି ଭକ୍ତିଭାବନା ଥିବାର ପ୍ରଚାର କଲେ । ତାଙ୍କର ଅସଂଖ୍ୟ ଅନୁଗାମୀ ହେଲେ । କଠୋରପନ୍ଥୀ ତାଙ୍କର ଶତ୍ରୁ ମଧ୍ୟ ହେଲେ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ସହିବାକୁ ପଡ଼ିଲା, କିନ୍ତୁ କବୀର ନିଜ ମାର୍ଗରେ ଚାଲିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେ ପିତାଙ୍କ କାମ କରି ଆଜୀବିକା ଉପାର୍ଜନ କରୁଥିଲେ ।

କବୀର ନିଜ ସ୍ୱଭାବର ଜଣେ ଯୁବତୀକୁ ବିବାହ କଲେ । ସେ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚିଲେ ଓ ଅନ୍ତିମ ସମୟରେ ସେ କାଶୀରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କଲେ ମୁକ୍ତି ମିଳେ ବୋଲି ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଚଳିତ ଥିବା ମାନ୍ୟତାକୁ ଖଣ୍ଡନ କରିବା ପାଇଁ ମଗହର ଗଲେ । ସେଠାରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ହଜାର ହଜାର ଭକ୍ତ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇଗଲେ । ମୁସଲମାନମାନେ କବର ଦେବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଓ ହିନ୍ଦୁମାନେ ପୋଡ଼ିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ । ଝଗଡ଼ା ବଢ଼ିବାରୁ କବୀରଙ୍କ ଶବ ଗାଏବ ହୋଇଗଲା । କଫିନ ତଳେ ଫୁଲ ପଡ଼ିଥିଲା । ସେଗୁଡ଼ିକୁ ହିନ୍ଦୁମାନେ ପୋଡ଼ିଦେଲେ ଓ ସମାଧି ତିଆରି କଲେ । ମୁସଲମାନମାନେ ସେଇ ଫୁଲ ନେଇ କବର ଦେଲେ ଓ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ମକବରା ତିଆରି କଲେ । କବୀର ଏହିପରି ସଚ୍ଚା ଭକ୍ତ ଥିଲେ । ସେ ଜାତିଗତ ଉଚ୍ଚ-ନୀଚକୁ ଆଜୀବନ ବିରୋଧ କରିଥିଲେ ।

ପ୍ରକୃତିର ସେବା ଓ ସୁରକ୍ଷା ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ବାସ୍ତବ ପୂଜା

ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ପ୍ରକୃତି ଓ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣକୁ ବିଶେଷ ମହତ୍ତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଏପରି ନ ହେବ ବା କାହିଁକି ? କାରଣ ପ୍ରକୃତି ହିଁ ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ଭୌତିକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଅଟେ । ଏହି ଜଗତ୍, ଏହି ସୃଷ୍ଟି, ଏହି ପ୍ରକୃତି ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ତ ରଚିତ । ସ୍ୱୟଂ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ ପ୍ରକୃତିର ହିଁ ଅଙ୍ଗ ଅବୟବ । ମନୁଷ୍ୟର ନିର୍ମାଣ ମଧ ପ୍ରକୃତି ତତ୍ତ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଛି । ମାନସକାର କହିଛନ୍ତି – ଛିତି ଜଲ ପାବକ ଗଗନ ସମୀରା । ପଞ୍ଚ ରଚିତ ଅତି ଅଧମ ସରୀରା ।

ଅର୍ଥାତ୍– ପୃଥିବୀ, ଜଳ, ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ ଓ ଆକାଶ ଆଦି ପାଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନିର୍ମିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପାଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ ମଧରୁ ଅଧିକ ସ୍ଥୁଳ ତତ୍ତ୍ୱ ହେଉଛି ପୃଥିବୀ ତତ୍ତ୍ୱ । ଏଥିରେ ଅବଶିଷ୍ଟ ଚାରି ତତ୍ତ୍ୱ ମହଜୁଦ ରହିଛି । କୌଣସି ପ୍ରାଣୀ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୁସ୍ଥ ରହେ, ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ ନିଜ ନିଜର ଅନୁପାତରେ ମହଜୁଦ ଥାଏ ଆଉ ଏହି ପାଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ ଶୁଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକ କମ୍ ଅଥବା ଅଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ପ୍ରାଣୀ ମଧରେ ବିକାର ଆସିଯାଏ ଏବଂ ସେ ରୋଗୀ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଉପଚାରରେ ପୃଥିବୀ, ଜଳ, ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ, ଆକାଶ ଆଦି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଉପଯୋଗ କରାଯାଏ । କହିବାକୁ ଗଲେ ଅନ୍ନ ଓ ଔଷଧଗୁଡ଼ିକରେ ମଧ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକ ଭରି ରହିଥାଏ ।

କହିବାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଲା ପ୍ରକୃତି ବିନା ମନୁଷ୍ୟର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଅସମ୍ଭବ । ପ୍ରକୃତି କେବଳ ମନୁଷ୍ୟର ନିର୍ମାଣ କରି ନଥାଏ, ବରଂ ତା'ର ଜୀବନଯାପନ ପାଇଁ, ତା'ର ଜୀବନକୁ କାଏମ ରଖିବା ପାଇଁ ଅନ୍ନ, ଜଳ, ବସ୍ତ୍ର, ବାୟୁ, ଔଷଧ ଆଦି ସବୁ କିଛି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।

ତେଣୁ ପ୍ରକୃତିକୁ ମା'ର ଉପମା ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରକୃତି ମା' ହୋଇ ମା' ପରି ହିଁ ଆମକୁ ଜୀବନ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ଆଉ ଆମର ଜୀବନକୁ ଜୀବନ ତମାମ ପୋଷଣ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ, ତେଣୁ ବୈଦିକ ବାଙ୍ଗ୍ମୟରେ ବସୁନ୍ଧରା, ସୂର୍ଯ୍ୟ, ବାୟୁ, ଜଳ, ଆକାଶ ଆଦି ପ୍ରାକୃତିକ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ଭାବପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ତୁତି କରାଯାଇଛି ।

ଅଥର୍ବ ବେଦର ଭୂମି ସୂକ୍ତର ରଚୟିତା ବୈଦିକ ଋଷିମାନେ ତ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ଉଦ୍‌ଘୋଷଣ କରିଛନ୍ତି –

ମାତା ଭୂମିଃ ପୁତ୍ରୋ ଅହଂ ପୃଥବ୍ୟାଃ । ଅର୍ଥାତ୍ ବସୁନ୍ଧରା ଆମର ଜନନୀ, ଆମେ ସବୁ ତାହାର ପୁତ୍ର । ଏଠାରେ ବସୁନ୍ଧରା (ପୃଥ୍ୱୀ)ର ଅର୍ଥ ହେଉଛି – ପାହାଡ଼, ବୃକ୍ଷଲତା, ମରୁସ୍ଥଳ, ପର୍ବତ, ମହାସାଗର, ନଦୀ, ଝରଣା, ବୃକ୍ଷ, ଚଟାଣ, ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ, ଜଳବାୟୁ, ମୌସୁମି ଓ ଋତୁ ଆଦି ।

ଏହି ପ୍ରକାର ମନୁଷ୍ୟ ପୃଥିବୀର ଅବଦାନ, ପ୍ରକୃତିର ଦାନ, ଆଉ ସେ ପୃଥିବୀ ବ୍ୟତୀତ, ପ୍ରକୃତି ବ୍ୟତୀତ ଜୀବିତ ରହିବା ମଧ ଅସମ୍ଭବ । ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ଓ ପ୍ରକୃତିର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ଦେଖି ଆମର ଋଷି ଏବଂ ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ଓ ପ୍ରକୃତିର ସଂରକ୍ଷଣ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଆରୋପ କରିଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଯଥାର୍ଥ ପ୍ରକୃତି ପୂଜାର ଆଶୟ ହେଉଛି ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ସମ୍ମାନ, ସଂବେଦନଶୀଳତା ଓ ସଂରକ୍ଷଣର ଭାବନା ।

ବୃକ୍ଷ, ଜଳ, ବାୟୁ, ପର୍ବତ, ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆଦିର ପୂଜା ଉପାସନାର ମୂଳ ଦର୍ଶନ ହେଉଛି ଆମେ ପ୍ରକୃତି ଭଳି ନିଷ୍କଳ, ନିଷ୍ପାପ ଓ ପବିତ୍ର ହେବା । ଆମେ ପ୍ରକୃତି ପରି ପରୋପକାରମୟ ଜୀବନଯାପନ କରିବା । ଆମେ ପ୍ରକୃତି ଭଳି ସଂବେଦନଶୀଳ ହେବା, ପ୍ରକୃତି ଓ ସ୍ୱୟଂର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତିର ପୂଜା ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରକୃତିର ସମ୍ମାନ କରିବା, ସଂରକ୍ଷଣ କରିବା । ଯଦି ପ୍ରକୃତି ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ସଂରକ୍ଷିତ ରହେ ତେବେ ଆମେ ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ସଂରକ୍ଷିତ ରହିବା । ବେଦ, ଉପନିଷଦ, ପୁରାଣ, ରାମାୟଣ, ମହାଭାରତ, ଗୀତା, କୋରାନ, ବାଇବେଲ, ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଗ୍ରନ୍ଥ ସାହେବ ତଥା ଅନ୍ୟ ଧର୍ମଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡ଼ିକରେ ମଧ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ସଂବେଦନଶୀଳ ହେବା କଥା କୁହାଯାଇଛି ।

ଜୀବନଯାପନର ସମସ୍ତ ପଦାର୍ଥର ପୂର୍ତ୍ତି ପ୍ରକୃତି ମାଧମରେ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରାକୃତିକ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକୁ ସଂରକ୍ଷିତ ରଖିବା ପାଇଁ ତାହାକୁ କୌଣସି ନା କୌଣସି ପର୍ବପର୍ବାଣି, ଦେବୀ –ଦେବତାମାନଙ୍କର ପୂଜା-ଅର୍ଚ୍ଚନା ସହିତ ଯୋଡ଼ା ଯାଇଛି । ଔଷଧଗୁଡ଼ିକ ରୂପେ ଫଳ ତଥା ଜଡ଼ିବୁଟିଗୁଡ଼ିକର ରକ୍ଷା କରିବାର କଥା କୁହାଯାଇଛି । ଅଶ୍ୱତ୍ଥ, ନିମ, ତୁଳସୀ, ଅଁଳା ଆଦି ପର୍ଯ୍ୟାବରଣକୁ ସଂରକ୍ଷିତ କରୁଥିବା ବୃକ୍ଷଲତାଗୁଡ଼ିକୁ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ରଖିବା ପାଇଁ ନିଜ ଆଖପାଖରେ ଲଗାଇବା ଓ ସେଗୁଡ଼ିକର ପୂଜା କରିବାର କଥା କୁହାଯାଇଛି ।

ସୂର୍ଯ୍ୟ ଜଗତର ଆତ୍ମା, ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ବିନା ଜୀବନ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏଣୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ ସାକ୍ଷାତ୍ ଦେବତା, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦେବ ଅଟନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କର ଉର୍ଜାଃ ଦ୍ୱାରା ପୁରା ଜଗତ୍, ପ୍ରାଣିଜଗତ୍ ଓ ବନସ୍ପତି ଜଗତ୍ ମଧ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱସ୍ଥିତ । ଏଣୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ ପୂଜାର ବିଧାନ ପ୍ରଚଳିତ । ବାୟୁ ହିଁ ପ୍ରାଣବାୟୁ ହୋଇ ଆମର ନାଡ଼ିଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ । ଜଳ ବିନା ବି ଜୀବନ କେଉଁଠି ସମ୍ଭବ ? ଏଥିପାଇଁ ନଦୀ ଓ ସାଗରଗୁଡ଼ିକର ପୂଜାର ମହାନ୍ ପରମ୍ପରା ଆମର ଏଠାରେ ରହିଛି । ଏଠାରେ ପୂଜାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ପ୍ରଦୂଷଣ ମୁକ୍ତ ରଖିବା । ଏହା ସେଗୁଡ଼ିକର ବାସ୍ତବିକ ପୂଜା ଓ ସମ୍ମାନ ଅଟେ ।

ନିଃସନ୍ଦେହ ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନକୁ କାଏମ ରଖିବା ଏବଂ ସଫଳ କରିବାରେ ପ୍ରକୃତିର ମହାନ୍ତି ଯୋଗଦାନ ରହିଛି । ମନୁଷ୍ୟର ଉପଚାର ପାଇଁ ଔଷଧ, ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ, ଉଦର ପୂର୍ତ୍ତି ପାଇଁ ଅନ୍ନ, ଜଳ, କନ୍ଦମୂଳ, ଫଳ, ପନିପରିବା, ଶରୀର ଘୋଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ବସ୍ତ୍ର, ଉଦ୍ୟୋଗ ପାଇଁ କଞ୍ଚାମାଲ, ଭୂମିକୁ ଉର୍ବର କରିବା ତଥା ଭୂସ୍ଖଳନରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ବୃକ୍ଷଲତା ଓ ପ୍ରକୃତିର ମହାନ୍ ଭୂମିକା ରହିଛି । କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡକୁ ଆମ ପାଇଁ ଅମୃତ (ଅକ୍ସିଜେନ)ରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ଗଛ-ବୃକ୍ଷଲତା ଗୁଡ଼ିକର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

ପୂଜା, ହବନ, ଯଜ୍ଞ କରିବାରେ ପୁଷ୍ପ, ଫଳ, ସମିଧ ଆଦିର ପୂର୍ତ୍ତି ପ୍ରକୃତି ହିଁ କରିଥାଏ ବୃକ୍ଷଲତାରେ ଦେବୀ–ଦେବତାମାନଙ୍କର ନିବାସ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଗୀତାରେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସ୍ୱୟଂ କହିଛନ୍ତି ଯେ 'ମୁଁ ବୃକ୍ଷମାନଙ୍କ ମଧରେ ଅଶ୍ୱତ୍ଥ ବୃକ୍ଷ ଅଟେ ।'' ତୁଳସୀ ବୃକ୍ଷ ସ୍ୱୟଂ ବିଷ୍ଣୁପ୍ରିୟା ରୂପେ ପୂଜନୀୟ । ବଟ ବୃକ୍ଷରେ ଭଗବାନ ଶିବଙ୍କ ନିବାସ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଏଣୁ ବୃକ୍ଷଲତାଗୁଡ଼ିକର ଔଷଧୀୟ ମହତ୍ତ୍ୱ ଥିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଧାର୍ମିକ-ଆଧାତ୍ମିକ ମହତ୍ତ୍ୱ ମଧ ରହିଛି । ପ୍ରକୃତିର ପୂଜନ, ସଂରକ୍ଷଣ ଆମର ଭୌତିକ ଜୀବନ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆଧାତ୍ମିକ ଜୀବନ ପାଇଁ ମଧ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆମର ଅଧିକାଂଶ ତୀର୍ଥ ସ୍ଥଳ ପ୍ରକୃତିର ସୁରମ୍ୟ ବାତାବରଣରେ ଅବସ୍ଥିତ, ସିନ୍ଧୁ-ସରିତ, ସାଗର କୂଳରେ ସ୍ଥିତ । ହିମାଳୟ ଠାରୁ ନେଇ କନ୍ୟାକୁମାରୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୀର୍ଥଗୁଡ଼ିକର ଶୃଙ୍ଖଳା ଲାଗି ରହିଛି । ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଦିବ୍ୟ-ପବିତ୍ର ବାତାବରଣରେ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ମଧ ଦିବ୍ୟ ଓ ପବିତ୍ର ହେବାରେ ଲାଗେ । ପ୍ରକୃତିର ନିଷ୍ପାପର, ନିଷ୍କଳତା, ନିଷ୍କପଟତା, ସୌମ୍ୟତା ଓ ପବିତ୍ରତା ମନୁଷ୍ୟକୁ ମଧ ନିଜର ଏହି ଦିବ୍ୟ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକରେ ଭରି ଦେଇଥାଏ ।

ଏଥିପାଇଁ ଋଷିମାନଙ୍କର ଆଶ୍ରମ, ଆରଣ୍ୟକ ଆଦିର ବିବରଣ ପ୍ରକୃତି କୋଳରେ ଉପସ୍ଥିତି ରୂପେ ମିଳିଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ସେଠାକାର ନିଷ୍କଳ ଓ ସୌମ୍ୟ ବାତାବରଣରେ ଜପ, ତପ, ଧାନ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଆଧାତ୍ମିକ ପ୍ରଗତିର ଶୀର୍ଷକୁ ଛୁଇଁ ପାରୁଥିଲେ ଏବଂ ନିଜ ଜୀବନର ପରମ ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଲାଭ କରି ପାରୁଥିଲେ ।

ଭୌତିକତାର ଅନ୍ଧଦୌଡ଼ରେ ଦୌଡୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଥକି ଯାଏ, ଦୁଃଖୀ ହୋଇଯାଏ, ନିରାଶ ହୋଇଯାଏ ତ ସେ ମଧ ଶେଷରେ ପ୍ରକୃତି ମାତାର କୋଳରେ ବସି ସ୍ୱୟଂକୁ ପୁଣି ସତେଜ କରିଥାଏ । ପ୍ରକୃତିର ନୈସର୍ଗିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକୁ ଦେଖି ମାନବ ମନକୁ ଅସୀମ ଶାନ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ଓ ଦୋଳାୟମାନ ରଙ୍ଗବେରଙ୍ଗର ପୁଷ୍ପ, ନଦୀଗୁଡ଼ିକର କଳ କଳ ନାଦ କରି ବହୁଥିବା ଜଳଧାରା, ସାଗରରେ ଉଠୁଥିବା ଲହରୀଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖି, ଉଦୟ ଓ ଅସ୍ତ ହେଉଥିବା ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକୁ ଦେଖି, ପୂର୍ଣ୍ଣିମାର ଚନ୍ଦ୍ରକୁ ଦେଖି ଆମକୁ ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ଓ ଆତ୍ମିକ ଆନନ୍ଦର ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ଦିବ୍ୟ, ଶାନ୍ତ, ନିଷ୍ପାପ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରହି ବ୍ୟକ୍ତି ଧାନ, ଜପ, ତପରେ ଶୀଘ୍ର ଉନ୍ନତି କରିବାରେ ଲାଗେ ।

ବୃକ୍ଷ, ନଦୀ, ପୁଷ୍କରିଣୀ, ପାହାଡ଼, ଗୁମ୍ଫା, କନ୍ଦରାଗୁଡ଼ିକ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବସି ହିଁ ଆମର ମୁନି-ଋଷି, ତପସ୍ୱୀ, ଚିନ୍ତକ ଓ ସାଧୁ-ସନ୍ଥମାନେ ଜ୍ଞାନ ଅର୍ଜନ କଲେ ଏବଂ ଧାର୍ମିକ ଓ ଆଧାତ୍ମିକ ଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡ଼ିକର ରଚନା କଲେ ପର୍ବତ ଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରାଣଦାୟିନୀ ସଂଜୀବନୀ ଜଡ଼ିବୁଟି ଗୁଡ଼ିକର ଭଣ୍ଡାର ରହିଛି, ତେଣୁ ଆମର ଏଠାରେ ପର୍ବତଗୁଡ଼ିକୁ ପୂଜା କରିବାର ବିଧାନ ପ୍ରଚଳିତ କେତେକ ନଦୀର ଜଳସ୍ରୋତ ହିମାଳୟ ଆଦି ପର୍ବତ ଅଟେ, ତେଣୁ ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ ସାକ୍ଷାତ୍ ଦେବତୁଲ୍ୟ ।

ଆଜି ଗମ୍ଭୀର ଚିନ୍ତା ଓ ଚିନ୍ତନର କଥା ହେଉଛି ଯେ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରକୃତିର ଆଖିବୁଜା ଦୋହନ କରି ପ୍ରକୃତି ସହିତ ସ୍ୱୟଂ ନିଜର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ପାଇଁ ମଧ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିଦେଇଛି । ବୃକ୍ଷଗୁଡ଼ିକୁ କାଟିବା, ଔଦ୍ୟୋଗିକ ଆବର୍ଜନା ଦ୍ୱାରା ଜଳ, ବାୟୁ ଓ ମାଟିକୁ ପ୍ରଦୂଷଣ କରିବା ଜାରୀ ରହିଛି । ରାସାୟନିକ କୃଷି ଦ୍ୱାରା ଭୂମି ପ୍ରଦୂଷିତ ହେବା ମଧ ଜାରୀ ରହିଛି ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ଭାଲେଣ୍ଟାଇନ ଡେ ଦିନ ସ୍ତ୍ରୀ ପାଇଁ ସ୍ୱାମୀ ଧଳା ଗୋଲାପ ଧରି ଆସିଲା ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ଇଏ କ'ଣ ଧଳା ଗୋଲାପ ଆଣିଛ ?
ଭାଲେଣ୍ଟାଇନ ଡେରେ ନାଲି ଗୋଲାପ ଦିଅନ୍ତି ।
ସ୍ୱାମୀ : ଏବେ ଜୀବନରେ ପ୍ରେମଠାରୁ ଅଧିକ ଶାନ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି ।

× × × ×

ପୁଅ : ଆଇ ଲଭ୍ ୟୁ ।
ଝିଅ : ହେଲେ ମୋର ତ ବଏଫ୍ରେଣ୍ଡ ଅଛି ।
ପୁଅ : ତା' ହେଲେ ତୁ ଗୋଟେ କାମ କର ।
ଓଏଲଏକ୍ସରେ ବିକ୍ରି କରିଦେ ।
ପୁରୁଣା ଗଲେ ସିନା ନୂଆ ଆସିବ ।

× × ×

ମମି : ସକାଳୁ ଫୋନରେ ଲାଗିଛୁ ।
ବାପା ଆଡ଼େ ଜରରେ ଥରୁଛନ୍ତି । ଶୀଘ୍ର ଡକ୍ଟର ଡାକ ।
ପପୁ : ଫୋନ କରି ଦେଉଛି ।
ମମି : ଶୀଘ୍ର କର ।
ପପୁ : ସାର୍ ଶୀଘ୍ର ଘରକୁ ଆସନ୍ତୁ ।
ସକାଳୁ ବାପା ଭାଇବ୍ରେଟିଙ୍ଗ ମୋଡରେ ଅଛନ୍ତି ।

× × × ×

ସ୍ତ୍ରୀ : ଜାଣିଛ ନା ତୁମେ ବହୁତ ସରଳ ।
ତୁମକୁ କେହି ବି ଅତି ସହଜରେ ବୋକା ବନେଇ ଦେବ ।
ସ୍ୱାମୀ : ହଁ ତୁମେ ନିରାଟ ସତ କଥା କହୁଛ ।
ଆରମ୍ଭ ତ ତୁମ ବାପା ହିଁ କରିଥିଲେ ।

× × × ×

ପହିଲବାନକୁ ମୁନା : ଆପଣ ଏକାସାଙ୍ଗରେ କେତେ ଜଣଙ୍କୁ ଉଠେଇ ପାରିବେ ?
ପହିଲବାନ : ୫ ଜଣଙ୍କୁ ।
ମୁନା : କ'ଣ ଏତିକି ! ତା' ହେଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ତ ଭଲ ମୋ କୁକୁଡ଼ା ।
ପହିଲବାନ : କେମିତି ?
ମୁନା : ସେ ତ ଗୋଟିଏ ରାବରେ ପୂରା ଗାଁ ଲୋକଙ୍କୁ ଉଠେଇ ଦେଉଛି ।

× × × × × ×

ଶିକ୍ଷକ : ମୁଁ ଗୋଲୁକୁ ଚାପୁଡ଼ା ମାରିଲି । ଏହାର ଭବିଷ୍ୟତ କାଳ କ'ଣ ହେବ କହିଲୁ ।
ଗୋଲୁ : ସ୍କୁଲ ଛୁଟି ବେଳକୁ ଆପଣ ନିଜ ବାଇକ ପଙ୍କଚର ହୋଇଥିବା ଦେଖିବାକୁ ପାଇବେ ।

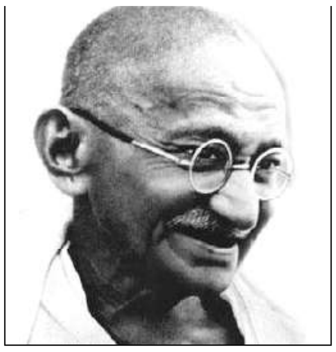
ସ୍ୱୀକାର
ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୧୮, ୧ - ୭ ମଇ ୨୦୨୨

ନେତା ଓ ଜନତା

ଆଗେ ସମାଜର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଲୋକେ ଜନସେବାକୁ ଜୀବନର ପରମ ବ୍ରତ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରି ରାଜନୀତିରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିଲେ । ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କର ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଉପରେ ଗଭୀର ଆସ୍ଥା ରହୁଥିଲା ଏବଂ ସେମାନେ ମଧ ସମାଜରେ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ପାଉଥିଲେ । ମାତ୍ର ଏବେ ରାଜନୀତି ସାହାଣମେଳା ହୋଇଯାଇଛି । ଯିଏ ପାଇଲା ସିଏ ରାଜନୀତିରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରୁଛି । ଗଣତନ୍ତ୍ରରେ ଲୋକେ ହେଉଛନ୍ତି ପ୍ରକୃତ ଶାସକ । ସେମାନେ ନିର୍ବାଚନରେ ନିଜର ପସନ୍ଦର ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କୁ ଭୋଟ ଦେଇ ନିର୍ବାଚିତ କରିଥାନ୍ତି । ନେତା ସେମାନଙ୍କ ଭୋଟରେ କ୍ଷମତା ଚଉକି ପାଉଥିବା ହେତୁ, ସେମାନଙ୍କର ଦୁଃଖ, ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ମୋଚନ କରିବେ ବୋଲି ଆଶା ମଧ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ କରିବା ମଧ ସ୍ୱାଭାବିକ । ନିର୍ବାଚନ ବେଳ ଆସିଲେ ନେତାମାନେ ଭୋଟ ପାଇଁ ଲୋକଙ୍କ ପାଖକୁ ଧାଁ ଧଉଡ କରିଥାନ୍ତି । ଲୋକଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇ, ସେମାନଙ୍କର ଭୋଟ ହାତେଇବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରିଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ଲୋକଙ୍କ ଭୋଟରେ ନିର୍ବାଚିତ ହେବାପରେ ନେତା ସେମାନଙ୍କୁ ଦେଇଥିବା ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ପାଳନ ଲାଗି ତତ୍ପରତା କରିବା ଜରୁରୀ ।

ଭୋଟ ପାଇଁ ନେତାମାନେ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚନ୍ତି । ତେଣୁ ଭୋଟ ପରେ ମଧ ସେମାନେ ଜନତାଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚି ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ୟା ପଚାରି ବୁଝି, ଏହାର ତୁରନ୍ତ ସମାଧାନ କରିବା ନିହାତି ଦରକାର । ମାତ୍ର ବାସ୍ତବରେ ତାହା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁନାହିଁ । ମାତ୍ର ବାସ୍ତବରେ ତାହା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁନାହିଁ । ନେତା ଓ ଜନତାଙ୍କ ମଧରେ ସମ୍ପର୍କ ଅତି ନିକଟତର ହେଲେ ହିଁ ଅନେକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହୋଇପାରିବ । ମାତ୍ର ନେତାମାନେ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟର ଆଳ ଦେଖାଇ ଲୋକଙ୍କ ଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରେଇ ରଖିବାକୁ ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି । ଯାହା ଫଳରେ ସାଧାରଣ ଲୋକେ ନିଜର ନିର୍ବାଚିତ ପ୍ରତିନିଧିଙ୍କୁ ନିଜ ମନରକଥା କହିବାକୁ ସୁଯୋଗ ପାଉନାହାନ୍ତି । ଫଳରେ ଗଣତନ୍ତ୍ରର ପ୍ରକୃତ ମୂଲ୍ୟ ରହୁନାହିଁ । ଗଣତନ୍ତ୍ରରେ ଗଣ ଯେ ଆଦୌ ଗୌଣ ନୁହଁନ୍ତି, ଏହା ନେତାମାନେ ବୁଝିବା ଦରକାର । ଯାହା ପାଇଁ ସେମାନେ କ୍ଷମତାରେ ବସିବାର ସୁଯୋଗ ପାଉଛନ୍ତି । ଜନତାଙ୍କ ସେବା ଲାଗି ସଂକଳ୍ପ ନେଇ ନେତାମାନେ କେବଳ ଆତ୍ମସେବାରେ ମାତିଯିବା ମୋଟେ ଗ୍ରହଣୀୟ ନୁହେଁ । କାରଣ ଭୋଟର ହୁଡିଲେ ପାଞ୍ଚ ବରଷ । ତେଣୁ ଭୋଟରଙ୍କର ଭୋଟର ମୂଲ୍ୟକୁ ଜନପ୍ରତିନିଧିମାନେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା ଦରକାର ।

କେବଳ ଅର୍ଥ ଓ ବାହୁବଳ ଦ୍ୱାରା ଭୋଟରଙ୍କ ମନକୁ ଦୀର୍ଘଦିନ ବାନ୍ଧି ରଖିବା ସମ୍ଭବପର ନୁହେଁ । ଦୀର୍ଘଦିନ ଜନ ପ୍ରତିନିଧି ହେବାର ଇଚ୍ଛାଥିଲେ । ନେତାମାନେ ନିଜର ଆଚରଣ ଓ ଉଚ୍ଚାରଣକୁ ଠିକ ରଖିବା ଦରକାର । ଏଥିରେ ମନରେ ଭାବନା ଉଦ୍ରେକ ହେବା ଦରକାର । ଜନତାଙ୍କର ଅଭାବ, ଅସୁବିଧାକୁ ଜନପ୍ରତିନିଧିମାନେ ଠିକ ଭାବରେ ଚିହ୍ନଟ କରି ଏହାର ଆଶୁ ସମାଧାନ କଲେ ହିଁ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟଶୈଳୀ ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବେଶ ଗ୍ରହଣୀୟ ହୋଇଥାଏ । ମାତ୍ର ଏଥିରେ ଅବହେଳା କଲେ ଜନତାଙ୍କର ମନ ବଦଳିଯାଏ ଏବଂ ସେମାନେ କ୍ଷମତାରେ ବସାଇଥିବା ନେତାଙ୍କୁ ଗାଦିରୁ ତଳକୁ ଖସାଇବାକୁ କେବେହେଲେ ପଛଘୁଞ୍ଚା ଦେଇନଥାନ୍ତି । ଗଣତନ୍ତ୍ରରେ ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିବ । ନେତାମାନେ ଲୋକଙ୍କ ସହଯୋଗରେ ହିଁ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟଧାରାକୁ ଆଗେଇ ନେଇଥାନ୍ତି । ଲୋକଙ୍କର ଅବସ୍ଥାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଜନପ୍ରତିନିଧିମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ । ଏହାଦ୍ୱାରା ନେତାଙ୍କ ଉପରେ ଜନତାଙ୍କର ଭରସା ବଢିଥାଏ । କେତେକେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନେତାମାନେ ଜନତାଙ୍କର ପ୍ରଭୁ ବୋଲି ନିଜକୁ ବିବେଚନା କରୁଛନ୍ତି ମାତ୍ର ଏହା ସୁସ୍ଥ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପରମ୍ପରାର ବିରୋଧୀ । ଜନତାଙ୍କୁ ବାଦ ଦେଇ ନେତା କେବେହେଲେ ଜୀବନରେ ସଫଳତା ହାସଲ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ଲୋକେ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଘେରରେ ଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରୁଥିବାରୁ ନେତାଙ୍କ ଉପରେ ଅଧିକ ଭରସା କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ କଥା । ମାତ୍ର ଏଥିରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଘଟୁଥିବା ହେତୁ ରାଜନୀତି ପ୍ରତି ଜନତାଙ୍କର ବିତୃଷ୍ଣାଭାବ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଏଥିପ୍ରତି ତୀକ୍ଷ୍ଣ ନିଜର ନେତାମାନଙ୍କର ଧ୍ୟେୟ ହେବା ବିଧେୟ ।



ବିଷାକ୍ତ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କର ସମସ୍ୟା

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

ଗୋଟିଏ ସାପ ଜୀବନର ବିନିମୟରେ ମଧ ମୁଁ ବଞ୍ଚି ରହିବାକୁ ଆଦୌ ଇଚ୍ଛା କରେନାହିଁ । ତାକୁ ହତ୍ୟା କରିବା ଅପେକ୍ଷା ମୁଁ ବରଂ ତାକୁ ମୋତେ କାମୁଡ଼ିବା ଲାଗି ଛାଡ଼ିଦେବି । ମାତ୍ର, ଏପରି ବି ହୋଇ ପାରେ ଯେ, ଯଦି ଈଶ୍ୱର ମୋତେ ସେହି ନିଷ୍ଠୁର ପରୀକ୍ଷାର ସମ୍ମୁଖୀନ କରାଇବେ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ସର୍ପକୁ ମୋତେ ଆକ୍ରମଣ କରିବା ସକାଶେ ଅନୁମତି ଦେବେ, ସେତେବେଳେ ମୋ' ଭିତରେ ହୁଏତ ମରିବାକୁ ସାହସ ନ ଥାଇପାରେ, ମାତ୍ର ତଥାପି ମୋ' ଭିତରର ପଶୁଟି ଆପଣାର ପରିଚୟ ଦେବ ବୋଲି ବାହାରି ଆସିପାରେ ଏବଂ ତାହା ଫଳରେ ଏହି ବିନାଶଶୀଳ ଶରୀରଟିର ରକ୍ଷା କରିବାର ଅଭିପ୍ରାୟ ରଖି ମୁଁ ହୁଏତ ସାପଟିକୁ ହତ୍ୟା କରିବା ନିମନ୍ତେ ବି ଇଚ୍ଛା କରିପାରେ ।

ସାପମାନଙ୍କୁ ମଧ ମୁଁ ନିଜର ବନ୍ଧୁ କରିନେଇ ପାରୁଥାନ୍ତି ବୋଲି ମୁଁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛି ସତ, ମାତ୍ର ସେପରି କରି ପାରିବା ନିମନ୍ତେ ମୁଁ ନିଜ ଭିତରୁ ସବୁ ସର୍ପଭୟକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରିଦେଇଛି ବୋଲି ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ କହିପାରିବା ନିମନ୍ତେ ମୋ'ର ବିଶ୍ୱାସ ମୋ' ଭିତରେ ଯଥେଷ୍ଟ ମୂର୍ତ୍ତି ରୂପ ଯେ ଗ୍ରହଣ କରି ପାରିନାହିଁ, ମୁଁ ତାହା ସ୍ୱୀକାର କରୁଛି । ମାତ୍ର, ମୋ' ଭିତରେ ଏକ ବିଶ୍ୱାସ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ହୋଇ ରହିଛି ଯେ, ଆମ ଭିତରେ ଆମେ ଯେଉଁସବୁ ବିଷାକ୍ତ, ଦୁଷ୍ଟ ଏବଂ ମନ୍ଦ ଭାବନାମାନ ସାଇତି ରଖିଛୁ, ତାହାରି ଉତ୍ତରସ୍ୱରୂପ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ତରଫରୁ ସାପ, ବାଘ ପ୍ରଭୃତି ଜନ୍ତୁ ରହିଛନ୍ତି । ସକଳ ଜୀବନ ଏକ ବୋଲି ମୁଁ ବିଶ୍ୱାସ କରେ । ଭାବନାମାନେ ସର୍ବଦା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଆକାର ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ବାଘ ଓ ସାପମାନଙ୍କର ଆମ ସହିତ ଜ୍ଞାତିତ୍ୱ ରହିଛି । ଆମେ ଯେପରି ନିଜ ଭିତରେ ମନ୍ଦ, ଦୁଷ୍ଟ ଏବଂ କାମାସକ୍ତ ଭାବନାଗୁଡ଼ିକୁ ଆଦୌ ସ୍ଥାନ ନଦେବା, ସେଥିଲାଗି ସେମାନେ ଚେତାବନୀ ପରି ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଯଦି ଆମେ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ବିଷାକ୍ତ ପଶୁ ଓ ସରୀସୃପମାନଙ୍କରୁ ମୁକ୍ତ ରଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥାଉ, ତେବେ ଆମକୁ ସକଳ ବିଷାକ୍ତ ଭାବନାରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଯଦି ଆମେ ନିଜ ଅଜ୍ଞାନଦ୍ୱାରା ଧୈର୍ଯ୍ୟ ହରାଇ ଓ ଏହି ଶରୀରର ଜୀବନଟିକୁ ଆହୁରି ଲମ୍ବା କରି ରଖିବାର ବାସନାରେ ପଡ଼ି ତଥାକଥିତ ବିଷାକ୍ତ ଓ ଦ୍ୱେଷଯୁକ୍ତ ପଶୁ ଓ ସରୀସୃପମାନଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରି ବାହାରିବା, ତେବେ ଆମେ ସେକଥା କରି ପାରିବା ନାହିଁ । ଯଦି ଏସବୁ ଅନିଷ୍ଟକାରୀ ଜୀବଙ୍କଠାରୁ ନିଜର ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା ନ କରି ମୋ'ର ପ୍ରାଣପାତ ହୋଇଯାଏ, ତେବେ ହୁଏତ ମୁଁ ଜଣେ ଅଧିକ ଭଲ ଓ ଅଧିକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମନୁଷ୍ୟ ହୋଇ ପୁଣି ଜନ୍ମଲାଭ କରିପାରିଛି । ନିଜ ଭିତରେ ସେହି ବିଶ୍ୱାସଟିକୁ ପୋଷଣ କରି ମୁଁ ଗୋଟିଏ ସାପ ଭିତରେ ଥିବା ଏକ ସହଚାରୀ ସତ୍ତାକୁ ମାରିଦେବା ଲାଗି କିପରି ମନ କରିବି ?

ଆମେ ମୃତ୍ୟୁ ଭିତରେ ବାସ କରୁଛୁ ଓ ପରମସତ୍ୟ ଆଡ଼କୁ ଆମର ବାଟଟିକୁ ଖୋଜି ପାଇବାଲାଗି ଚେଷ୍ଟା କରୁଛୁ । ସମ୍ଭବତଃ, ସମାନଭାବରେ ଏପରି ମଧ ହୋଇପାରେ ଯେ, ବିପଦ ବିଷୟରେ ଆମର ସକଳ ଜ୍ଞାନ ଓ ଆମ ଅନିଶ୍ଚିତ ଜୀବନଟି ବିଷୟରେ ମଧ ଆମର ଜ୍ଞାନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଆମ ଜୀବନର ପ୍ରତି ପଦରେ ଆମେ ବିପଦଦ୍ୱାରା ଆପନ୍ନ ହୋଇ ରହିଛି ; ତଥାପି ସକଳ ଜୀବନର ପରମ ଉତ୍ସ ବିଷୟରେ ରହିଥିବା ଉଦାସୀନତାକୁ କେବଳ ଆମର ବିସ୍ମୟକାରୀ ଅଜ୍ଞାନଟା ହିଁ ବଳିଯାଇ ପାରୁଛି ।

ଯେକୌଣସି ଆକାରରେ ହୋଇଥାଉ ପଛକେ, କୌଣସି ଜୀବନକୁ ନଷ୍ଟ କରିବା ବିରୋଧରେ ମୋ'ର ବିବେକବୁଦ୍ଧି ସର୍ବଦା ବିଦ୍ରୋହ କରିଉଠେ । ମାତ୍ର, ମୋ'ର ହୃଦୟ ଏତେ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ଦୃଢ଼ ହୋଇ ପାରିନାହିଁ ଯେ ତାହା ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ବିନାଶକାରୀ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥିବା ଏହି ଜନ୍ତୁମାନଙ୍କୁ ମଧ ନିଜର ବନ୍ଧୁରେ ପରିଣତ କରିନେଇ ପାରିବ ।

ଯଥାର୍ଥ ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ଯେଉଁ ହୃଦ୍‌ବୋଧକାରୀ ବିଶ୍ୱାସର ଭାଷା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ, ମୋ'ଠାରେ ତାହାର ଅଭାବ ରହିଛି ଏବଂ ମୁଁ ସାପ, ବାଘ ଓ ସେହିପରି ଅନ୍ୟ ଜନ୍ତୁମାନଙ୍କୁ ଭୟ କରିବାଭଳି ଯଥେଷ୍ଟ ଭୀରୁ ହୋଇ ରହିଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ଅଭାବ ଅବଶ୍ୟ ଲାଗି ରହିଥିବ ।

ମୁଁ ପ୍ରକୃତରେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛି ଯେ, ଏତେ ଟିକିଏ ବାହାନା ପାଇଲେ ମଣିଷ ଯେ ଆଉଜଣେ ମଣିଷକୁ ମାରି ଦେବାରେ ଏପରି ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଗଲାଣି, ତାହା ହିଁ ତା'ର ବୁଦ୍ଧିକୁ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରି ରଖିଛି ଏବଂ ଆଉ ଏକ ଜୀବନର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲାବେଳେ ସେ ନିଜକୁ ଏପରି ଏକାଧିକ ସ୍ୱାଧୀନତା ଲାଗି ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେଇପାରୁଛି । ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ପ୍ରେମ ଏବଂ କରୁଣାର ଈଶ୍ୱର ବୋଲି ପ୍ରକୃତରେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିଲେ ଯେଉଁ ସ୍ୱାଧୀନତାମାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ସେ ହୁଏତ ହୃତ୍‌କମ୍ପ ଅନୁଭବ କରୁଥାନ୍ତା । ମାତ୍ର ସେକଥା ଯାହା ହୋଇଥାଉ ପଛକେ, ଭୟର କାରଣରୁ ମୁଁ ହୁଏତ ବାଘ, ସାପ, ମାଛି, ମଶା ପ୍ରଭୃତି ଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ମାରୁଥିଲେ ମଧ ମୁଁ ତଥାପି ଅଧିକ ଆଲୋକ ଲାଗି ହିଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଛି, ଯାହା ଲାଭ କଲେ ମୋ'ଠାରୁ ସମସ୍ତ ଭୟ ଦୂର ହୋଇଯିବ ଏବଂ ତା'ଫଳରେ ଜୀବନ ନେବାକୁ ମନା କରିଦେଇ ତାହା ଆହୁରି ଅଧିକ ଭଲ ବାଟଟିଏ ପ୍ରକୃତରେ ଜାଣିବ, କାରଣ ମୋ'ଠାରେ ଅନୁକମ୍ପା ରଖିଥିବା ସେହି ପରମଶକ୍ତିଠାରୁ ଶିକ୍ଷାଲାଭ କରି, ମୁଁ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ମଧ ଅନୁକମ୍ପା ରଖିଥାଏ ।

ସକାଳର ଶୁଭାରମ୍ଭ ବାଦାମରୁ କରନ୍ତୁ

ସୁସ୍ଥ ରହିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଦିନର ଶୁଭାରମ୍ଭ ଥଣ୍ଡା ପାଣି, ବାଦାମ ଏବଂ ଏକ୍ସରସାଇଜରୁ କରନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ଆପଣ ଦିନସାରା ଏନର୍ଜେଟିକ୍ ଫିଲ୍ କରିବେ । ଏକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଟିମ୍ ଏକଥା ପ୍ରକାଶ କରିଛି । ଫିଟନେସ୍ ପରାମର୍ଶ କମ୍ପାନୀ ବେଟର ଅଫ୍ ବଲଜେସ୍ର ସଂସ୍ଥାପକ ଚିରାଗ ସେଠୀ ତାଙ୍କ ଫିଟନେସ୍ ଟିପ୍ସରେ କୁହନ୍ତି.. ।

ସକାଳୁ ଉଠିବା ପରେ ଅଧା ଲିଟର ଥଣ୍ଡା ପାଣି ଯେମିତି ହେଲେ ପିଅନ୍ତୁ । ଖାଲି ପେଟରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ମେଟାବଲିଜମ ବଢ଼ାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଖାଲି ପେଟରେ ୬-୧୦ ଟି ବାଦାମ କିମ୍ବା ଅଖରୋଟ ଖାଆନ୍ତୁ, ଏଥିରୁ କିଛି ଏଞ୍ଜାଇମ୍ସ ତିଆରି ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ମେଟାବଲିଜମକୁ ବଢ଼ାଇବାରେ ମଧ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବ୍ରେକଫାଷ୍ଟ ଟିକେ ହେଭି ହେବା ଦରକାର, ଯାହା ସାରା ଦିନ ପାଇଁ ମଣିଷକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହା କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ ଏବଂ ପ୍ରୋଟିନରେ ଭରପୂର ହୋଇଥିବା ଜରୁରୀ ।

ଏହା ପରେ ଟିକେ ଏକ୍ସରସାଇଜ କରି ନିଅନ୍ତୁ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ମାଂସପେଶୀ ଶକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଡିଜେନେରେସନର ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ କମି ଆସିଥାଏ । ଯେତେ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ ଚଲାବୁଲା କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଅତିରିକ୍ତ କ୍ୟାଲୋରୀ ବର୍ଣ୍ଣ ହେବାରେ ସହାୟତା ମିଳିଥାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ପିଜୁଳି

ଆମ ବାଡ଼ି ବଗିଚାରେ ଏବଂ ବଜାରରେ ବହୁଳ ପରିମାଣରେ ପିଜୁଳି ମିଳିଥାଏ । ଛୋଟଠାରୁ ବଡ଼ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ପିଜୁଳି ଖାଇବାକୁ ଭଲ ପାଇଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ପିଜୁଳିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି, ଲାଇକୋପେନି ଏବଂ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ତେବେ ପିଜୁଳିରେ ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବର ଏବଂ ଗ୍ଲାୟସେମିକ୍ ମାତ୍ରା ରହୁଥିବା କାରଣରୁ ଏହା ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ବହୁତ ଉପକାରୀ । ପିଜୁଳିରେ ବହୁ ଗ୍ଲାୟସେମିକ୍ ମାତ୍ରା ରହୁଥିବାରୁ ହଠାତ୍ ଶର୍କରା ସ୍ତର ବୃଦ୍ଧି କରେ ନାହିଁ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏଥିରେ ଫାଇବର ମାତ୍ରା ରହୁଥିବାରୁ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୀନ ରହିଥାଏ ।

➢ ପିଜୁଳିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଭିଟାମିନ୍ ଏବଂ ଫାଇବର ମାତ୍ରା ରହୁଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରରେ ମେଟାବାଲିଜିମ୍ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଶରୀରର ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପିଜୁଳି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଭରି ଯାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ କ୍ୟାଲୋରି ବହୁତ୍ କମ୍ ରହିଥାଏ । କଞ୍ଚା ପିଜୁଳିରେ କଦଳି, ସେଓ, କମଳା ଏବଂ ଅଙ୍ଗୁର ତୁଳନାରେ କମ୍ ଶର୍କରା ମାତ୍ରା ଥାଏ ।

➢ ପିଜୁଳିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । କମଳାଠାରୁ ୪ ଗୁଣ ଅଧିକ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ରହିଛି । ଯାହାକି ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ଅର୍ଥାତ୍ ଇମ୍ୟୁନିଟ୍ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଏଥିସହିତ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ସଂକ୍ରମଣ ଏବଂ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

➢ ଅନ୍ୟ ଫଳ ତୁଳନାରେ ପିଜୁଳିରେ ଡାଏଟରି ଫାଇବର ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଯାହାକି ଶରୀର ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ୧୨ ପ୍ରତିଶତ ଖାଇବାକୁ ପୁରା କରିପାରିବ । ହଜମ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ଏହା କୌଣସି ରାମବାଣ ଔଷଧ ଠାରୁ ମଧ କମ୍ ନୁହେଁ । ପିଜୁଳି ମଞ୍ଜି ପେଟକୁ ସଫା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

➢ ପିଜୁଳି ପତ୍ରରେ ଆଣ୍ଟି ଇନଫ୍ଲେମେଟାରି ଏବଂ ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଗୁଣ ରହିଥାଏ । ଯାହାକି ଦାନ୍ତରେ ହୋଇଥିବା ସଂକ୍ରମଣ ଦୂର କରିବା ସହ ଜୀବାଣୁ ମାରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଦାନ୍ତ ବିନ୍ଧୁଥିଲେ ପିଜୁଳି ପତ୍ର ରସ ଦାନ୍ତ ଏବଂ ମାଢ଼ିରେ ମାଲିସ୍ କଲେ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

➢ ପିଜୁଳିରେ ଭିଟାମିନ୍ ୩ ଏବଂ 'ବି-୬' ରହିଛି । ଯାହାକି ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଭଲ ଭାବେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପିଜୁଳି ଖାଇଲେ ସ୍ମରଣଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ ।

➢ ପିଜୁଳିରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ରହିଥାଏ । ଯାହାକି ଆଖିର ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ପାଇଁ ଭଲ କାମ କରିଥାଏ । ପିଜୁଳି ଖାଇଲେ କେବଳ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧିପାଇଥାଏ ତାହା ନୁହେଁ ବରଂ ମୋତିୟାବିନ୍ଦୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଚକ୍ଷୁ ରୋଗରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରିବ ଚା' ପତ୍ରର ନାନୋପାର୍ଟିକିଲ୍ସ

ଚା' ପତ୍ରରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ନାନୋପାର୍ଟିକିଲ୍ସ ଫୁସଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର କୋଷିକାର ବିକାଶକୁ ରୋକିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରିବ । ଏଥିସହ ଏହା କ୍ୟାନସର କୋଷିକାକୁ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନଷ୍ଟ ମଧ କରି ପାରିବ । ଭାରତୀୟ ଏବଂ ବ୍ରିଟିଶ୍ ବୈଜ୍ଞାନିକଙ୍କ ଏକ ଦଳ ଗବେଷଣା ମାଧମରେ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛନ୍ତି । ଆପ୍ଲାଏଡ୍ ନାନୋ ମ୍ୟାଟେରିୟଲ୍ସ ଜର୍ଣ୍ଣାଲରେ ପ୍ରକାଶିତ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ, ନାନୋପାର୍ଟିକିଲ୍ସର କ୍ୱାଣ୍ଟମ୍ ଡଟସ୍ ନାମକ ତତ୍ତ୍ୱ ଏହି ବିଭବରେ ସହାୟକ ହେବ । ବ୍ରିଟେନର ସ୍ୱାନସୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବୈଜ୍ଞାନିକ ସୁଧାଗର ପିଚାଇମୁଥୁଙ୍କ ମତରେ ଏହି କ୍ୱାଣ୍ଟମ ଡଟ୍ସ ସକ୍ରିୟ ରୂପରେ ଫୁସଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର କୋଷିକାର ବିକାଶ ରୋକିବାରେ ଅଭୁତପୂର୍ବ ଦକ୍ଷତା ବହନ କରିଛି । କ୍ୱାଣ୍ଟମ୍ ଡଟ୍ସକୁ ରାସାୟନିକ ରୂପରେ ତିଆରି କରାଯାଇଥାଏ ଯାହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜଟିଳ ଏବଂ ମହଙ୍ଗା । ଏହାର ଅନେକ ଦୁଷ୍ପଭାବ ମଧ ରହିଛି । ଗବେଷକମାନେ କାଡମିୟମ୍ ସଲଫେଟ୍ ଏବଂ ସୋଡିୟମ୍ ସଲଫାଏଡ୍ ସହ ଚା' ପତ୍ରରୁ କଢ଼ାଯାଇଥିବା ରସର ମିଶ୍ରଣକୁ କ୍ୱାଣ୍ଟମ୍ ଡଟ୍ସ ତିଆରି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥିଲେ ।

ପରେ ଏଥିରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ଡଟ୍ସକୁ ଫୁସଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର କୋଷିକା ଉପରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥିଲେ । ଦେଖାଗଲା, ଚା' ପତ୍ରରୁ ଉତ୍ପାଦିତ କ୍ୱାଣ୍ଟମ୍ ଡଟ୍ ଫୁସଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର କୋଷିକାର ବିକାଶକୁ ରୋକିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଥିଲା । କ୍ୟାନସର କୋଷିକାର ନାନୋପାରୋରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପରେ ଏହି ଡଟ୍ସ

ସେଥିରୁ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଥିଲା । ଏହି ବିଧିକୁ ଅନୁଧାନ କରି ଏବେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କହିଛନ୍ତି, କ୍ୟାନସର ଉପଚାର ବିକାଶ ପାଇଁ କ୍ୱାଣ୍ଟମ୍ ଡଟ୍ସ ଆଶାଜନକ ସଫଳତା ପ୍ରଦାନ କରିବ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ

କୁହାଯାଏ ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ହିଁ ସୁସ୍ଥ ମନ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କର ନିବାସ ଥାଏ । କେବଳ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ପାଇଁ ଜରୁରୀ । ତାହା ନୁହେଁ, ନିୟମିତ ଭାବରେ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ମଧ ଜରୁରୀ । ଏକ ନୂତନ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ କିଛି କିଛି ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ୱାରା ଆମର ମସ୍ତିଷ୍କ ଭଲ ଭାବରେ କାମ କରିବ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କ ଏକ ପରୀକ୍ଷା ମୂଷା ଉପରେ କରି ଏହା ଜାଣି

ସାରିଛନ୍ତି ଯେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ କିଛି କିଛି ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏନ ଜିନ୍ ସକ୍ରିୟ ହୋଇଯାଏ ଯାହା ମସ୍ତିଷ୍କର ହିପପୋକ୍ୟାମ୍ପସ୍ ନାମକ ଅଂଶରେ ସ୍ଥିତ ନ୍ୟୁରାନ୍ସ ମଧରେ ଯୋଗସୂତ୍ରକୁ ଆହୁରି ଅଧିକ ମଜଭୁତ କରେ । ବ୍ରେନର ଏହି ଅଂଶ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ଓ ଶିଖିବା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅଟେ । ପରୀକ୍ଷାରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ମୂଷାକୁ ୨ ଘଣ୍ଟା ପାଇଁ ଏକ ରନିଙ୍ଗ୍ ହ୍ୱିଲ ଉପରେ ରଖାଗଲା ଓ ଏହି ସମୟରେ ଏହାର ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟ ଶୈଳୀକୁ ମପାଗଲା । ତେଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ କିଛି କିଛି ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କର ହିପ୍‌ପୋକ୍ୟାମ୍ପସ୍ ରେଜିଅନରେ ସିନେପ୍ସେସ୍‌ର ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ । ଏହି ନିଷ୍କର୍ଷ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ସମୟରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ କରାଯାଇଥିବା ସିଙ୍ଗଲ୍ ନ୍ୟୁରାନ୍ସରେ ହେଉଥିବା ଜିନର ବୃଦ୍ଧିର ବିଶ୍ଳେଷଣରୁ ବାହାର କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ପଶୁ ଓ ମଣିଷଙ୍କ ଉପରେ କରାଯାଇଥିବା ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ନିୟମିତ ଭାବରେ ବ୍ୟାୟାମ କରିଲେ ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ସକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ।

ଦେହକୁ ହିତ ମେଥି

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ମେଥିର ବହୁ ହିତକାରୀ ଗୁଣର ବର୍ଣ୍ଣନା ରହିଛି । ଶରୀର ପାଇଁ ଏହାର ପତ୍ର ଏବଂ ଦାନା ଉଭୟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପାଦେୟ । ମେଥିଚାରା ଦୁଇ ଫୁଟରୁ ୩ ଫୁଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼େ । ଏହାକୁ ବାଡ଼ିରେ ମଧ ଲଗାଯାଇ ପାରିବ । ମଧକ୍ଷେତ୍ର, ଦକ୍ଷିଣ ୟୁରୋପ ଓ ପଶ୍ଚିମ ଏସିଆରେ ଏହାର ଉତ୍ପାଦନ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ହୁଏ । ଏହାର ସଂସ୍କୃତ ନାମ ମେଥିକା । ହିନ୍ଦୀ, ବଙ୍ଗଳା, ଓଡ଼ିଆ, ପଞ୍ଜାବୀ, ଗୁଜୁରାଟୀ ଓ ମରାଠୀରେ ଏହାକୁ ମେଥି ଏବଂ ତେଲଗୁରେ ମେନ୍ତଲୁ, ତାମିଲରେ ବେଣ୍ଡୟମ, ଇଂରାଜୀରେ ଫେନୁଗ୍ରିକ କୁହାଯାଏ ।

ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ନିୟମିତ ମେଥି ଖାଇବାକୁ ଆୟୁର୍ବେଦରେ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି ।

ମେଥି ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ବାତ ପାଇଁ ଅବ୍ୟର୍ଥ ଔଷଧ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ପ୍ରଭାବରୁ କମ୍ କରେ ।

ନିୟମିତ ମେଥି ଖାଇଲେ ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା କମ୍ ହୁଏ ।

ମେଥି ପାଚନତନ୍ତ୍ରକୁ ଦୃଢ଼ କରେ ଏବଂ ବଦହଜମି ଦୂର କରେ ।

ଏହାର ତେଲରେ କର୍କଟ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ରହିଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ।

ମେଥି ଶରୀରରେ ଥିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଚର୍ବି ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଫେଲୋନିକ ଫ୍ଲେବୋନାଇଟ୍ ବୃକ୍‌କର ରକ୍ଷାକବଚ ପରି କାମ କରେ ।

ମେଥିରେ ଲେସିଥିନ ନାମକ ଏକ ବିରଳ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କର ଦୁର୍ବଳତା ଦୂର କରିଥାଏ ।

ମେଥିଦାନାର ଗଜା ଯକୃତ ବିକାର ଦୂର କରେ ।

ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର୍‌ରୁ ରକ୍ଷାକରେ ଗାଜର

ଷ୍ଟେଟ୍ ୟୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ ନ୍ୟୁୟର୍କର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ ଅଧିକ ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଠାରେ ଅନ୍ୟଲୋକଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଦେଖାଯାଏ । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ସପ୍ତାହରେ ଦୁଇଥର ଗାଜର୍ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା

ଫୁସଫୁସ୍ କ୍ୟାନସର ଆଶଙ୍କା ୬୦ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଗାଜରରେ ମହଜୁଦ୍ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ କ୍ୟାନସର ରୋକିବାରେ ଏବଂ ତାହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ଯୋଗୁଁ କ୍ୟାନସର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଅନିୟମିତତା ସାଙ୍ଗକୁ ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ଜଙ୍କଫୁଡର ସେବନ ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ । ତେଣୁ ଖାଦ୍ୟରେ ଗାଜରକୁ ସାମିଲ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ମାରାତ୍ମକ ରୋଗଠାରୁ ଦୁରେଇ ରହିବା ସମ୍ଭବପର ହୋଇପାରିବ ।

ଗ୍ରୀନ୍ ଟି'ରେ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି

ମଣିଷଙ୍କ ଠାରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ପାଉଥିବା ଦେଖାଯାଉଛି । ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଥିବାରୁ ଏପରି ସମସ୍ୟା ହେଉଥିବା ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ପ୍ରକାଶ କରୁଛନ୍ତି । ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ଗବେଷକମାନେ ଗ୍ରୀନ୍ ଟି ପିଇବା ପାଇଁ କହିଛନ୍ତି । କାରଣ ଗ୍ରୀନ୍ ଟିରେ ଥିବା ରସାୟନ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସହାୟକ

ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଏହା ଜଣାପଡିଛି । ଚୀନ୍‌ର ଥର୍ଡ ମିଲିଟାରୀ ମେଡିକାଲ୍ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଗ୍ରୀନ୍ ଟି 'ରେ ଥିବା ରସାୟନ ମସ୍ତିଷ୍କର କୋଷିକାକୁ ସକ୍ରିୟ କରି ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ ଏବଂ ଶିଖିବାର ଦକ୍ଷତା ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ କରିଥାଏ । ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଗ୍ରୀନ୍ ଟି ପିଇଲେ, ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଫେସର ୟୁନ୍ ବାଇ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଗ୍ରୀନ୍ ଟି' ହୃଦରୋଗ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ଅକ୍ଷର କୋ ବ୍ରହ୍ମ କହତ ହେଁ,
ଅକହ ପ୍ରଜାପତି ସୋୟ ।
ଆଦି ଶବ୍ଦ ସଂଚାଲକ, ପ୍ରକୃତୀ ମେଁ
ଗତି ହୋୟ ॥୦୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ଏକପାଦ ଜଗତରେ ଅକ୍ଷର ବ୍ୟାପକ ଅଟନ୍ତି । ସେହି ଅକ୍ଷରଙ୍କୁ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ କୁହାଯାଏ । ସେହି ବ୍ରହ୍ମ ଅବାଚ୍ୟ ଏବଂ ସମସ୍ତ ଜଗତର ସ୍ୱାମୀ ଅଟନ୍ତି । ସେହି ଅକ୍ଷର ସୃଷ୍ଟିର ଆଦି ଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି ଏବଂ ସମସ୍ତ ଜଗତକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥାନ୍ତି । ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କଳ୍ପର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଯେତେବେଳେ ସୃଷ୍ଟିର ନିର୍ମାଣ ସମୟ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ମୂଳ ପ୍ରକୃତିରେ କ୍ରିୟା ପ୍ରକଟ ହୁଏ । ସୃଷ୍ଟିର ମୂଳରେ ଶବ୍ଦ ପ୍ରକଟ ହୁଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ପରମାଣୁ ଗୁଡ଼ିକରେ ଗତି ଆସିଯାଏ ଏବଂ ବିଶାଳ ସୃଷ୍ଟିର ରଚନା ହେବାରେ ଲାଗେ । ସେଥିପାଇଁ ଏହି ଜଗତର ସଂଚାଳକ ଅବ୍ୟକ୍ତ, ଆଦିବାଣୀ ଅଟନ୍ତି ଯାହାଙ୍କୁ ପ୍ରଜାପତି ଆଉ ବ୍ରହ୍ମ କହନ୍ତି । ଅକ୍ଷର ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମ ଉଭୟ ଏକ ହିଁ ସତ୍ତାଙ୍କର ନାମ ଅଟେ ଏବଂ ସେ ହିଁ ସୃଷ୍ଟିର ଆଦି ଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି ।

ୟହ ଅସାର ସଂସାର ମେଁ, ରଚନା
ଦୋ ୱିଧି ହୋୟ ।
ଶାବ୍ଦିକ ପ୍ରାକୃତ ଜାନିୟେ, କାରଣ
କାରଜ ସୋୟ ॥୦୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷର ଆଉ ପ୍ରକୃତି - ଏ ଦୁହିଙ୍କର ସମ୍ବନ୍ଧରୁ ଏହି ବିଶାଳ ଜଗତର ରଚନା ହୋଇଛି । ପ୍ରକୃତିର କାର୍ଯ୍ୟ-ଜଗତ ଅନିତ୍ୟ ଅଟେ ଏବଂ ପ୍ରକୃତିରେ ଅକ୍ଷର ଆଉ ଜୀବ ଏ ଦୁହେଁ ନିତ୍ୟ ଚେତନ ସତ୍ତା ଅଟନ୍ତି ଏବଂ ଏହି ତିନୋଟିର ସର୍ବାନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ ଆଧାର, ପରମ ପ୍ରଭୁ ନିଜ ନାମ ତଥା ସତ୍‌ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି । ଏହି ଅନିତ୍ୟ ଜଗତରେ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ରଚନା ହୋଇଥାଏ । ଗୋଟିଏ ରଚନା ଶାବ୍ଦିକ ଅଟେ, ଯାହା ଅକ୍ଷର ଆଧାରରେ ଶବ୍ଦ, ବର୍ଣ୍ଣ, ଅନହଦ ଏବଂ ପଞ୍ଚ ଶବ୍ଦର ହୋଇଥାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ ରଚନା ନିର୍ଜୀବ ଜଡ଼ ପଦାର୍ଥ ଏବଂ ସ୍ଥୁଳ ଦେହାଦିକ ମାନଙ୍କର ହୋଇଥାଏ । ସୃଷ୍ଟିରେ ସଜୀବ ଆଉ ନିର୍ଜୀବ ଏପରି ଦୁଇଟି ରଚନା ବିଦ୍ୟମାନ । ଅକ୍ଷର ଦ୍ୱାରା ପିଣ୍ଡ ଆଉ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ସୂକ୍ଷ୍ମ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକରେ ଯେଉଁ ନାନାବିଧ ବିଧି ଶବ୍ଦ ଥାଆନ୍ତି, ସେ ସମସ୍ତ ଶାବ୍ଦିକ ସୃଷ୍ଟି ଅଟନ୍ତି । ପ୍ରକୃତିର କାରଣରୁ ଯେଉଁ ସ୍ଥୁଳ ନିର୍ଜୀବ ସୃଷ୍ଟି ରଚିତ ହୁଏ, ତାହା ପ୍ରାକୃତିକ ରଚନା ଅଟେ ଏ ଦୁଇ ରଚନା ପ୍ରକୃତି ଆଉ ଅକ୍ଷର ଦୁଇ ପଦାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ଦୋନୋଁ କୀ ଶାଖା ପ୍ରକଟ, ଇସ
ଦେହ କେ ମାହିଁ ।
ଦୋନୋଁ କା ୱିସ୍ତାର ହୈ, କର୍ମ
ଗୁଣ ଭିନ ପାହିଁ ॥୦୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଏହି ଶରୀରରେ ଅକ୍ଷର ଆଉ ପ୍ରକୃତି ଉଭୟର କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକଟ ଅଟେ ଏବଂ ଏହା ଏହି ଦୁଇ ତତ୍ତ୍ୱର ବିସ୍ତାର ଅଟେ ଆଉ ଦୁଇଟିର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କର୍ମ ଆଉ ଗୁଣ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ଏକ ତତ୍ତ୍ୱ ହୈ ଆତମା, ଅନୁଭୱ
ମେଁ ୟହ ଆୟ ।
କରତା ଭୋଗତା ସୋୟ ହୈ,
ଜନମ ମରଣ ଦୁଖ ପାୟ ॥୦୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତି ଆଉ ଅକ୍ଷରଠାରୁ ଭିନ୍ନ, ସମଗ୍ର ଦେହ ସଂଘାତର ପ୍ରକାଶକ ଆତ୍ମା ଏକ ପଦାର୍ଥ ଅଟେ, ଯାହାକୁ ଚେତନ ବିଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିହୁଏ । ସେହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କର୍ମ ଆଉ ପୁଣି ସେହି ସୁଖ ଦୁଃଖର ଉପଭୋଗ କରି ଜନ୍ମ ମରଣ ଦୁଃଖକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । କର୍ମ ଏବଂ କର୍ମ ପ୍ରବାହରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବା ସୁଖ ଦୁଃଖର ଭୋକ୍ତା ଆତ୍ମା ଜନ୍ମ ମରଣ ଚକ୍ରର ଭ୍ରମରେ ପଡ଼ି ନାନାବିଧି କଷ୍ଟ ଭୋଗ କରିଥାଏ ।

ଶବ୍ଦ ପ୍ରକାଶ ସ୍ୱରୂପ ହୈ, ଶବ୍ଦହିଁ
କେର ପ୍ରକାଶ ।
ସକଲ ସୃଷ୍ଟି ୟହ ଚଲତ ହୈ,
ଶବ୍ଦହିଁ ଶବ୍ଦ ପ୍ରକାଶ ॥୦୫॥

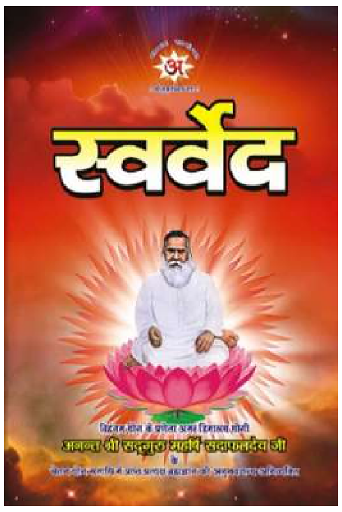
ଭାଷ୍ୟ - କ୍ଷର, ଅକ୍ଷର ସମସ୍ତଙ୍କର ଆଧାର ଶବ୍ଦ ଅଟେ ଏବଂ ସେହି ଶବ୍ଦ ପ୍ରକାଶ ସ୍ୱରୂପ ଅଟେ ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ପ୍ରକାଶ ରହିଅଛି । ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟିର କାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ବ୍ୟବହାର ଶବ୍ଦର ପ୍ରକାଶରେ ହିଁ ଶବ୍ଦମାନଙ୍କର ଦ୍ୱାରା ଚାଲିଥାଏ । ଶବ୍ଦ ବିନା କୌଣସି ବ୍ୟବହାର ଚାଲିପାରିବ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ସମସ୍ତଙ୍କର ମୂଳ ଆଧାର ଶବ୍ଦ ଅଟେ ।

ସକଲ ପଦାରଥ ଜଗତ କେ, ଶବ୍ଦ
ମେଁ ହୋକର ବ୍ୟକ୍ତ ।
ଶବ୍ଦହିଁ ମେଁ ପରକାଶିତ, ଅର୍ଥ ଜ୍ଞାନ
ଅବ୍ୟକ୍ତ ॥୦୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଂସାରର ସମସ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଶବ୍ଦରେ ହିଁ ପ୍ରକଟ କରାଯାଏ । ତାହାର ଅଭିପ୍ରାୟ, ଭାବ ମଧ୍ୟ ଯାହା ଅପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଟେ, ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ପ୍ରକଟିତ ହୋଇ ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଗୁପ୍ତ ମନୋଭାବ ଯାହା ଶବ୍ଦ ରୂପରେ ହିଁ ନିଜ ଭିତରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ, ତାହାକୁ ବାଣୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ବାହାରେ ପ୍ରକଟ କରିହୁଏ । ଅତଏବ ସଂସାରର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ, ବ୍ୟବହାର, ନୀତିଶିକ୍ଷାର ଆଧାର ଶବ୍ଦ ହିଁ ଅଟେ ।

ପ୍ରଭୁ କେ ସୁମିରନ ଧ୍ୟାନ ମେଁ,
ଶୁଦ୍ଧ ହୋୟ ସବ ଅଂଗ ।
ଆତମ ଅନ୍ତଃକରଣ ମେଁ, ଚଢ଼ତା
ନିର୍ମଲ ରଂଗ ॥୦୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ସ୍ମରଣ ଦ୍ୱାରା ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଅନ୍ତର କବାଟ ଖୋଲିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ସଦୈବ ଏକ ପ୍ରବାହ



ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ଭାବରେ ପ୍ରବହମାନ ହୋଇ ଚାଲିଥାଏ । ସେହି ପ୍ରବାହ ହେବା ପରେ ଶରୀର, ମନ ଏବଂ ଆତ୍ମାର ସମସ୍ତ କଳୁଷ, ବିକ୍ଷେପ, ଆବରଣ କ୍ଷୟ ହେବାରେ ଲାଗେ ଆଉ ଆତ୍ମା ପବିତ୍ର ଏବଂ ନିର୍ମଳ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମଶକ୍ତିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ଧାରଣ କରିବାରେ ଲାଗେ । ଆତ୍ମାର ଏହି ରଙ୍ଗ ଅଲିଭା ଅଟେ, ଯାହାକୁ ପ୍ରକୃତିର କୌଣସି ରଙ୍ଗ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଅତଏବ, ଆତ୍ମା ପବିତ୍ର ଆଉ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦରେ ସର୍ବଦା ବିଚରଣ କରିଥାଏ ।

ପ୍ରଭୁ କା ସୁମିରନ ଧ୍ୟାନ ସମ, ସ୍ୱଚ୍ଛ
କେ ସାଧନ ନାହିଁ ।
ଚାରୋଁ ଫଲ ୱେ ମିଲନ ହେଁ,
ପ୍ରଭୁ ସୁମିରନ କେ ମାହିଁ ॥୦୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମାର ଜ୍ଞାନ ତଥା ପ୍ରକାଶ ଅଜ୍ଞାନ-ମୋହର ଆଭରଣରେ ଢାଙ୍କି ହୋଇ ରହିଛି । ଯେତେବେଳେ ଆଭରଣ ଖୋଲିଯାଏ ସେତେବେଳେ ଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ବ୍ରହ୍ମପ୍ରଭା ଆତ୍ମାର କଳୁଷ ଦୋଷକୁ କ୍ଷୟ କରିବାରେ ଲାଗେ । ବ୍ରହ୍ମ-ପ୍ରବାହରୁ ହିଁ ଆତ୍ମା ପବିତ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମା ପବିତ୍ର ହେବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଭୁ-ସ୍ମରଣ ଅତିରିକ୍ତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସାଧନ ଏବଂ ଯୁକ୍ତି ନାହିଁ । ଚେତନ ଆତ୍ମା ବ୍ରହ୍ମର ପ୍ରକଟ ପ୍ରବାହକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କଲା ପରେ ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ପ୍ରକାଶମାନ ହୋଇ ପବିତ୍ର ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଆତ୍ମା ପବିତ୍ର ଆଉ ବଳବତୀ ହେବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଭୁ ସ୍ମରଣ କରିବା ଉଚିତ । ପ୍ରଭୁ ସ୍ମରଣରୁ ହିଁ ଧର୍ମ, ଅର୍ଥ, କାମ ଆଉ ମୋକ୍ଷର ଚତୁର୍ବର୍ଗ ଫଳପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ପରମ ପୁରୁଷ ଅରୁ କାଲ କେ,
ମଧ୍ୟ ମେଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଧାମ ।
ଶବ୍ଦ କୀ ଡୋର ଧରାୟ କର,
ଦେୱେଁ ଅୱିଚଲ ନାମ ॥୦୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତିମଣ୍ଡଳର ସୀମା ଏକପାଦ ଅଟେ ଆଉ ଶୁଦ୍ଧ ପରମାନନ୍ଦ ତିନିପାଦ ଅଟନ୍ତି । ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଚତୁର୍ଥାଂଶରେ ହିଁ ସୃଷ୍ଟିର ସମସ୍ତ ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକୃତି ଭିତରେ କାଳ ଏକ ନିତ୍ୟ ସତ୍ତା ଅଟେ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟିର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ବ୍ୟବହାର ଓ ପରିଶେଷରେ ପ୍ରଳୟ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି କାଳ ରହିବ ନାହିଁ ତେବେ ସମୟ କିମ୍ବା ଅବଧିର ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ରହିବ ନାହିଁ । ପ୍ରଳୟାନ୍ତରେ କାଳ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସୃଷ୍ଟି ନିର୍ମାଣର ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ସୃଷ୍ଟି ଆଉ ପ୍ରଳୟ ଏ ଦୁଇଟି କାଳ ଭିତରେ ସମାହିତ ହୋଇ ରହିଥାନ୍ତି । କାଳର ପରିଣାମରୁ ହିଁ ସୃଷ୍ଟି ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ-ବ୍ୟବହାର ସମ୍ପାଦନ କରାଯାଇଥାଏ । ଉତ୍ପତ୍ତି, ପାଳନ ଆଉ ଲୟ ଏ ତିନି କାର୍ଯ୍ୟ କାଳରେ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ଏହି କାଳର ଜାଲରୁ ମୁକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରୁଥିବା ଶକ୍ତି ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଅଟନ୍ତି । ଏହାଙ୍କର ନିବାସ, କାଳ ଆଉ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କ ମଝିରେ ଥିବା ଶବ୍ଦର ଧାରରେ ଜୀବାତ୍ମା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ କରି ସ୍ଥିର, ଶାନ୍ତ ଏବଂ ପବିତ୍ର ଶବ୍ଦାନନ୍ଦ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦର ଡୋରୀ ପ୍ରଦାନ କରି ସାରଶବ୍ଦର ପ୍ରାପ୍ତି କରାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଅଟନ୍ତି । ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆମକୁ ପରମ ପୁରୁଷ, ସାରଶବ୍ଦଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ସହଜ ଶୂନ୍ୟ ମେଁ ୱାସ ହୈ,
ଡୋରୀ କର ନିରଦେଶ ।
ସଦ୍‌ଗୁରୁ ମହିମା କୋ କହୈ, ହାର
ଶାରଦା ଶେଷ ॥୧୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅନ୍ତର ମଣ୍ଡଳର ସୀମାରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ନିବାସ ଅଛି, ଯେଉଁଠାରୁ ସେ ଶବ୍ଦର ଧାର ଧରେଇ ଜୀବକୁ ଶବ୍ଦ ସହିତ ମିଳିତ କରି ମୁକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ମହିମା ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ନିମନ୍ତେ ସାକ୍ଷାତ ସରସ୍ୱତୀ ଏବଂ ଦେବତାଗଣ ମଧ୍ୟ ଅସମର୍ଥ ଅଟନ୍ତି । ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ମହାନ୍ ଶକ୍ତି ଅଛି, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଜୀବ ପ୍ରକୃତି ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଚେତନ ଅମର ପଦକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ ।

ଅତି ଅଧୀନ ଶରଣାଗତ, ଆତ୍ମ
ସମର୍ପଣ କୀନ ।
ସଦ୍‌ଗୁରୁ ସୁକୃତ ଦେୱ ଜୀ, ଆପନ
ମାରଗ ଦୀନ ॥୧୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଯେଉଁ ଅଧିକାରୀ ନିଜର ସମସ୍ତ କାମନାଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଏକମାତ୍ର ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଆଶ୍ରୟ ନିଏ ଓ ତାଙ୍କରି ଶରଣରେ ନିଜର ଜୀବନକୁ ସମର୍ପି ଦିଏ, ସେହି ଆତ୍ମସମର୍ପିତ ଅନନ୍ୟ ଶରଣ ଭକ୍ତକୁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ସୁକୃତଦେବ ଜୀ ନିଜ ବିଶୁଦ୍ଧ ମାର୍ଗ ପ୍ରଦାନ କରି କୃତକୃତ୍ୟ କରି ଦିଅନ୍ତି । ଆତ୍ମସମର୍ପିତ ଭକ୍ତକୁ ହିଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଦ୍ୱାରା ବିହଙ୍ଗମ ମାର୍ଗର ଗୋପନୀୟ ସୁଲଭ ପଥ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ଅମ୍ବୁ ଦୀପ ମେଁ ବୈଠକର,
ସୁମିରନ ଧ୍ୟାନ ଜୋ ହୋୟ ।
ସତ୍ୟ ଲୋକ ନିଃଶବ୍ଦ କେ,
ପରକଟ ଦୀଶେ ସୋୟ ॥୧୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ଜଳକୁ ଅମ୍ବୁ କୁହାଯାଏ ଆଉ ଦ୍ୱୀପ, ପ୍ରକାଶ ଏକଅର୍ଥର ବାଚକ ଶବ୍ଦ ଅଟେ । ଦୀପ ଦ୍ୱାରା ଘରର ଚତୁର୍ଦିଗ ଆଲୋକିତ ହୁଏ । ଅମ୍ବୁ ଦ୍ୱୀପ ସେହି ସ୍ଥାନ ଅଟେ ଯେଉଁଠି ବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ପ୍ରଥମ ପ୍ରଭା ପଡ଼ିବା ପରେ ଏକ ପ୍ରଦୀପ୍ତି ପ୍ରକଟିତ ହୋଇଥାଏ ଆଉ ସେହି ପ୍ରଦୀପ୍ତି ସୁଧାର ପ୍ରବାହରେ ଯୋଗୀ ସ୍ନାନ କରି ପରମ ପବିତ୍ର ଆଉ ନିର୍ମଳ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି । ସେହି ସ୍ଥାନରୁ ସ୍ମରଣ ଆଉ ଧ୍ୟାନ କରିବା ଫଳରେ ନିଃଶବ୍ଦଙ୍କର ମଣ୍ଡଳ-ଚେତନ ଧାମ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦେଖାଯାଏ । ଚେତନ ମଣ୍ଡଳକୁ ସତ୍ୟଲୋକ କୁହାଯାଏ । ଏହି ସତ୍ୟଲୋକ ପିଣ୍ଡ-ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ସମସ୍ତ ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରଦେଶମାନଙ୍କରୁ ଭିନ୍ନ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଏବଂ ଅଗୋଚର ଅଟେ । ଯୋଗର ପଞ୍ଚମ ଭୂମିକୁ ଏହି ପଦରେ ସତ୍ୟଲୋକ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମାର ଶକ୍ତି ପ୍ରକୃତିରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଅଗ୍ରସର ହେବାରେ ଲାଗେ, ସେତେବେଳେ ଆତ୍ମାର ଚେତନା କ୍ରମଶଃ ସ୍ଥାନଭେଦରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେବାରେ ଲାଗେ ଆଉ ଆତ୍ମାର କ୍ରମିକ ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଯୋଗର ଆନ୍ତରିକ ଭୂମିଗୁଡ଼ିକୁ ଲୋକ ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ଥାନ ବୋଲି ସମ୍ବୋଧନ କରାଯାଏ । ବ୍ରହ୍ମପ୍ରାପ୍ତି ପଶ୍ଚାତ୍ ଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟାପକ ଏବଂ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମା ଏକ ଦେଶୀ ଅଣୁ ପଦାର୍ଥ ହୋଇଥିବାରୁ ତାହାକୁ ପ୍ରକୃତିର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆବରଣରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଅନେକ ସ୍ଥାନ ଆଉ ଭୂମିକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଶୁଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥାର ପ୍ରାପ୍ତି କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ଅମ୍ବୁ ଦ୍ୱୀପ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ସ୍ମରଣ ଆଉ ଧ୍ୟାନର ସ୍ଥାନ ଅଟେ ଯାହାକୁ ଅନୁଭବୀ ଆଉ ବିବେକୀ ସାଧକ ବୁଝିପାରିବେ ।

ମୃତ୍ୟୁ ଲୋକ ସେ ଆଇୟେ, ପୁଷ୍ପ
ଦୀପ କେ ମାହିଁ ।
ଅମ୍ବୁ ଦୀପ ସୁମିରନ କରୋ, ହଁସ
ସ୍ୱରୂପହିଁ ମାହିଁ ।

ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବାତ୍ମା ସମସ୍ତ ଦେହ ସଂଘାତରୁ ମନକୁ ଅଟକାଇ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ସ୍ଥିର କରିଥାଏ ଯେଉଁଠାରେ ସେ ନିଜ ମନର ମାୟିକ ପ୍ରକାଶକୁ ପ୍ରାପ୍ତକରି ମୁଗ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଆଗକୁ ସ୍ମରଣ ସ୍ଥାନରେ ମନ ପବିତ୍ର ହୋଇଯିବା ପରେ ଦୃଢ଼ ଏବଂ ଅନବରତ ଅଭ୍ୟାସ ଉପରାନ୍ତ ଆତ୍ମା ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ସ୍ମରଣ କରିଥାଏ । ଆତ୍ମାକୁ ହଂସ କହନ୍ତି ଏବଂ ଆତ୍ମାର ପବିତ୍ର ଶୁଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥା ନାମ ହଂସ ଅବସ୍ଥା ଅଟେ । ପ୍ରକୃତିର ମଳ, ଆଭରଣ କ୍ଷୟ ହେବା ପରେ ହିଁ ହଂସ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ପବିତ୍ର ହଂସ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିଦିନ ସଦ୍‌ଗୁରୁ-ଦେବ-ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଚେତନ ଯୋଗର ସାଧନା କରିବା ଉଚିତ ।

ହଳଦୀ ଚା'ର ଉପକାରିତା

ହଳଦୀ ନିଜର ସୁଗନ୍ଧ ଏବଂ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ଘରେ ଘରେ ପରିଚିତ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ କୁହାଯାଇଛି କି ହଳଦୀ ଛୋଟ ଛୋଟ କ୍ଷତଠୁ ନେଇ କ୍ୟାନସର ପରି ଦୁଃସାଧ ରୋଗକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ । ହଳଦୀକୁ କ୍ଷୀରରେ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ । ହଳଦୀର ଚା' ମଧ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ହଳଦୀ ଚା ର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ଦୁଇ କପ୍ ଗରମ ପାଣିରେ ଏକ ଇଞ୍ଚର ଖଣ୍ଡେ ହଳଦୀ ପକାଇ ୨-୩ ମିନିଟ୍ ଫୁଟିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ସେଥିରେ ମହୁ ଏବଂ ଲଙ୍କାଗୁଣ୍ଡ ପକାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରତ୍ୟହ ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ସକାଳ ଜଳଖିଆ ପୂର୍ବରୁ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ଲାଭ ମିଳି ପାରିବ ।

କ୍ୟାନସର ସମ୍ଭାବନା କମ୍ କରିଥାଏ: କ୍ୟାନସର ଏକ ଜଟିଳ ବେମାରି । ହଳଦୀ ଚା'ରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ କ୍ୟାନସରରୁ ବଞ୍ଚାଇଥାଏ ।

ଅଲଜିମରରୁ ବଞ୍ଚାଇଥାଏ: ଏହି ରୋଗରେ ମଣିଷର ମସ୍ତିଷ୍କ କାମ କରିବା ବନ୍ଦ କରିଦିଏ । ହଳଦୀ ଚା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କର

କୋଷିକାଗୁଡ଼ିକୁ ନଷ୍ଟ ହେବାରୁ ବଞ୍ଚାଇଥାଏ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍‌ରୁ ଆରାମ ଦିଏ: ଏହି ରୋଗରେ ଗୋଡ଼ର ଶିରା ଟାଣିହେବା ସହ ଗଣ୍ଠିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ । ହଳଦୀରେ ଆଣ୍ଟି ଇନଫ୍ଲାମେଟୋରି ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ଏହା ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ଉପଶମ ଦେଇଥାଏ ।

ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ: ହଳଦୀ, ଲଙ୍କା, ମହୁର ମିଶ୍ରଣକୁ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ । ଆପଣଙ୍କୁ ରୋଗ ସହ ଲଢ଼ିବାର ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

କୋଲେଷ୍ଟରଲ କମ୍ କରିଥାଏ: ଶରୀରରୁ କୋଲେଷ୍ଟରଲ କମ୍ କରିବାରେ ହଳଦୀ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ହୃଦୟ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା କମ୍ ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ୟୁଆଇଟିସ୍ କମ୍ କରିଥାଏ: ଏହି ରୋଗରେ ଆଖି ତୋଳା ନାଳିପଡି ଫୁଲିଯିବା ସହ ଆଖିକୁ ଧୂଆଁଳିଆ ଦେଖାଯାଏ । ହଳଦୀ ଚା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରୁ ବହୁତ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ।

ପେଟରୋଗ ଠିକ୍ କରିଥାଏ: ହଳଦୀ ଚା' ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇପାରିବ ।

ଡାଇବେଟିସରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ: ହଳଦୀ ଶରୀରର ରକ୍ତ ଶର୍କରା ସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ଡାଇବେଟିସ୍‌ରୁ ମଧ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ।

ଓଜନ କମ୍ କରିଥାଏ: ହଳଦୀ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରର ମେଟାବୋଲିଜ୍ ସ୍ତରକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ଓଜନ ଶୀଘ୍ର କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ନ୍ୟାୟ ଦର୍ଶନ ଗୌତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲେ ।
- ମହର୍ଷି କଣାଦ ବୈଶେଷିକ ଦର୍ଶନ, ମହର୍ଷି କପିଳ ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲେ ।
- ଏକ ସର୍ଭେ ଅନୁଯାୟୀ ବିଶ୍ୱରେ ସମୁଦାୟ ୬,୫୦୦ ଭାଷା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଛି ।
- ଉଦ୍ଭିଦଗୁଡିକ ଝାଉଁଳି ପଡିବାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହେଉଛି ପ୍ରସ୍ୱେଦନ ।
- ୧୯୮୮ ମସିହାରେ ସିଓଲରେ ଅଲିମ୍ପିକ ଖେଳରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଟେବଲ୍ ଟେନିସ୍ ଖେଳାଯାଇଥିଲା ।
- ବୁକର୍ ପୁରସ୍କାର ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସାହିତ୍ୟ ପୁରସ୍କାର । ୧୯୬୯ ମସିହାରେ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଚଳନ ହୋଇଥିଲା ।
- ସାରା ଭାରତରେ ଷ୍ଟେଟ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ ପକ୍ଷରୁ ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ ଶାଖା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଇଛି ।
- ଭାରତର ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟଗୁଡିକ ଠାରୁ ସହରୀ ଲୋକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଅଧିକ ।
- ବହୁ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଉପନ୍ୟାସ 'ଗଡ୍ ଅଫ୍ ସ୍ମଲ୍ ଥିଙ୍ଗସ୍' ଲେଖିକା ଅରୁନ୍ଧତି ରାୟ ।
- ହିମାଳୟର ସୃଷ୍ଟି ୪୫ ମିଲିୟନ୍ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ବୋଲି ବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣା ପଡିଛି ।
- ସଂସଦର ତଳସଦନ ଲୋକସଭାର ସଦସ୍ୟମାନେ ସିଧାସଳଖ ଲୋକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ସ୍ଲିମ୍ ହେବାର ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟ

ଆପଣଙ୍କ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି । ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ବି ଓଜନକୁ ସହଜରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ତେବେ ବ୍ୟସ୍ତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏବେ ଆପଣାନ୍ତୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟ । ଏହା ଓଜନକୁ ହ୍ରାସ କରି ଆପଣଙ୍କୁ ଦେବ ସ୍ଲିମ୍ ଲୁକ୍ସ ।

ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଖାଲିପେଟରେ ୧-୨ ଟି ଟମାଟର ଖାଆନ୍ତୁ ।

୩ ଚାମଚ ଲେମ୍ବୁ ରସ, ଦୁଇ ଚିମୁଟାଏ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ଓ ୧ ଚାମଚ ମହୁ ଏକ ଗ୍ଲାସ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ତିନି ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାକୁ ପାନ କଲେ ସ୍ଲିମ୍ ହୋଇଯିବେ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ଗ୍ଲାସ ଗାଜର ଜୁସ୍ ପିଅନ୍ତୁ ମେଦ ହ୍ରାସ ହୋଇଯିବ ।

ସାଲାଡରେ ବନ୍ଧାକୋବି ମିଶାଇ ଖାଆନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣ ସ୍ଲିମ୍ ରହିପାରିବେ । ବନ୍ଧାକୋବି ସହଜରେ ହଜମ ହୁଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭୋକ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଏକ ଗ୍ଲାସ ପାଣିରେ ଅଦା ଓ ଲେମ୍ବୁ ରସ ମିଶାଇ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଛାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଓଜନ ସହଜରେ ହ୍ରାସ ହୋଇଯିବ ।

ଅଙ୍ଗୁର, ଅମୃତଭଣ୍ଡା, ସପୁରୀ, ସେଓ, ବିନ୍ସ, ଲିଚୁ ଆଦି ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଗ୍ରୀନ୍ ଟି ବି ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ସପ୍ତାହରେ ଥରେ କେବଳ ପାଣି, ଜୁସ୍ ପିଇ ରହନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଥିବା ଅଧିକ ଚର୍ବି ହ୍ରାସ ହୋଇଥାଏ । ଅଧିକ ଲୁଣ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ମୋଟା କରାଇଦେବ । ଭାତ ଓ ଆଳୁ ଅଧିକ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଅଧିକ ମୋଟା ହୋଇଯିବେ । ଯେତେ ସମ୍ଭବ କମ୍ ଭାତ ଓ ଆଳୁ ଖାଆନ୍ତୁ ।

ଔଷଧୀୟ ସଜନା ଶାଗ

ସଜନା ଶାଗ ମଧୁମେହ ପ୍ରତିରୋଧୀ । ଶାଗ ଭଜା, ସୁପ, ଚଟଣି ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହେ । କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ, ଚର୍ବି ସମସ୍ୟାରେ ପଡିଥିଲେ ସଜନା ଶାଗ ଖାଆନ୍ତୁ । କମିଯିବ । ଏହା ତନ୍ତୁରେ ସମୃଦ୍ଧ । ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ବଢ଼ାଏ । ଅନ୍ତ୍ରନଳିକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖେ । କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ରହେନାହିଁ । ସଜନା ଶାଗ ଏଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟରେ ଭରପୂର ଥିବାରୁ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । ହୃଦ୍ ଧମନି ରୋଗରୁ ନିରାପଦ ରଖେ । ରକ୍ତହୀନତା ଓ ଦୁର୍ବଳ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ପାଇଁ ସଜନା ଶାଗ ଖାଆନ୍ତୁ, ସୁଫଳ ମିଳିବ । ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧିକାରୀ ଶାଗ । ସଜନା ଶାଗ ଖାଇଲେ ଋତୁସ୍ରାବ ସମସ୍ୟା ରହେ ନାହିଁ, ନିୟମିତ ହୁଏ । ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ବି ଉପଶମ ମିଳେ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) 'ଭର୍ଣ୍ଣାକୁଲାର ପ୍ରେସ୍ ଆକ୍ଟ' କାହା ଦ୍ୱାରା ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିଲା ?
(୨) ଜୋଜିଲା ସୁଡ଼ଙ୍ଗ ଭାରତର କେଉଁ ରାଜ୍ୟରେ ଅଛି ?
(୩) ଭାରତର ପ୍ରଥମ ଇଲେକଟ୍ରୋନିକ୍ସ ୱେଷ୍ଟ ଇକୋ ଫ୍ରେଣ୍ଡଲି ପାର୍କ କେଉଁଠାରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି ?
(୪) 'ଧର୍ମ ଗାର୍ଡିୟନ୍' ସୈନ୍ୟ ଅଭ୍ୟାସ ଭାରତ ଓ କେଉଁ ଦେଶ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥାଏ ?
(୫) 'ବିଶ୍ୱ ଘରଚଟିଆ ଦିବସ' କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୬) ସଙ୍ଗାଇ ମହୋତ୍ସବ ଭାରତର କେଉଁ ରାଜ୍ୟରେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୭) ୪୪ ତମ ସମ୍ବିଧାନ ସଂଶୋଧନରେ କେଉଁ ମୌଳିକ ଅଧିକାରକୁ ହଟେଇ ଦିଆଗଲା ?
(୮) ହଙ୍ଗେରୀର ପ୍ରଥମ ମହିଳା ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୯) ରାମାୟଣରେ ବାନର ରାଜା ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କ ପତ୍ନୀଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ଥିଲା ?
(୧୦) 'ମାଇଁ ଲାଇଫ୍ ମାଇଁ ମିଶନ୍' ପୁସ୍ତକର ଲେଖକ କିଏ ?

JUMBLE WORDS

1) ROCIPT	=	6) DRSUIA	=
2) TTMANU	=	7) CABKA	=
3) GAAED	=	8) TYEPT	=
4) ASRHH	=	9) SSUHAQ	=
5) EEECXD	=	10) GFRUIE	=

ଏହି ସମସ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ସଂପାଦକ, "ସ୍ୱୀକାର", ଲେବର କଲୋନୀ ମୁଦିପଡ଼ା, ସମ୍ବଲପୁରଙ୍କ ଠିକଣାରେ ପଠାଇବାକୁ ଅନୁରୋଧ । ସମସ୍ତଙ୍କ ଜାଣିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଆସନ୍ତା ସଂଖ୍ୟାରେ ଦିଆଯିବ ।

ଗତ ସଂଖ୍ୟାର କହିପାରିବେ କି ? ର ଉତ୍ତର :-

୧.ଉସ୍ତାଦ ଅହମ୍ମଦ ଲାହୋରି, ୨.ଖଣ୍ଡୱା (ମଧ ପ୍ରଦେଶ), ୩. ୨୭ ଫେବୃୟାରୀ, ୪.ଯମୁନା, ୫.ପ୍ରଦୀପ ଶାହ, ୬.ଶିଶୁଙ୍କ ଟିକାକରଣ, ୭. ଅପରେଶନ୍ ଗଙ୍ଗା, ୮.ଡକ୍ଟର ପ୍ରାଣକୃଷ୍ଣ ପରିଜା, ୯. ନରୱେ, ୧୦. 'ପୁଷ୍ପା ଦ ରାଇଜ୍' ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) BLUNT (2) SPELL (3) PURELY (4) UNJUST (5) BEACH (6) CAGEY (7) PEOPLE (8) CHANCE (9) WITCH (10) XENON.

ପ୍ରକୃତିର ସେବା ଓ ସୁରକ୍ଷା....

(ପଞ୍ଚମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ପ୍ରଦୂଷଣର ଦୁଷ୍ପରିଣାମ ଆଜି ଆମକୁ ଗ୍ଲୋବାଲ ୱାର୍ମିଙ୍ଗ, ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଅମ୍ଳୀୟ ବର୍ଷା, ଓଜୋନ ସ୍ତର କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହେବା ରୂପେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ପ୍ରାକୃତିକ ବିପରିଗୁଡ଼ିକ କ୍ରମାଗତ ବର୍ଷିବାରେ ଲାଗିଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଜଳ ସଂକଟ ବୈଶ୍ୱିକ ସଂକଟର ରୂପ ଧାରଣ କରିଛି । ବୃକ୍ଷ-ବନସ୍ପତିଗୁଡ଼ିକର ଅଭାବରେ ପ୍ରାଣବାୟୁର କଳ୍ପନା ମଧ କରାଯାଇ ନ ପାରେ । ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣ, ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ, ଧ୍ୱନି ପ୍ରଦୂଷଣ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ବେମାରିକୁ ଜନ୍ମ ଦେଇଛି । ଆଜି ମନୁଷ୍ୟ ଯେଉଁ ବୃକ୍ଷର ଡାଳରେ ବସିଛି, ସେହି ଡାଳକୁ କାଟିବା ପାଇଁ ଜିଦ୍ ଧରିଛି । ଆଜି ମନୁଷ୍ୟ ସେହି ଜଳକୁ ହିଁ ଦୂଷିତ କରିବାରେ ଲାଗିଛି, ସେହି ଜଳସ୍ରୋତକୁ ହିଁ ଦୂଷିତ କରିବାରେ ଲାଗିଛି, ଯାହା ତା'ର ଜୀବନ ପାଇଁ ଅମୃତ ସେହି ବାୟୁକୁ ହିଁ ଦୂଷିତ କରିବାରେ ଲାଗିଛି, ଯାହା ପ୍ରାଣବାୟୁ ହୋଇ ତା'ର ଶ୍ୱାସରେ ପ୍ରବାହିତ ଓ ସ୍ପନ୍ଦିତ ହୋଇଥାଏ । ଆଜି ଲୋକମାନଙ୍କ ହାତରେ ବିସଲେରୀ ପାଣି ବୋତଲ ଥିବାର ଦେଖାଯାଉଛି । ଯଦି କାଲି ସେମାନଙ୍କ ହାତରେ ଅକ୍ସିଜେନ୍ ବୋତଲ ଥିବାର ଦେଖାଯାଏ ତ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବାର କିଛି ନାହିଁ ।

ବାସ୍ତବରେ ପ୍ରକୃତି ଆମର ଆବଶ୍ୟକତା ତ ପୂରା କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ଆମର ଲାଳସା ବା ଅସଂଯମିତ ତୃଷ୍ଣାକୁ ନୁହେଁ ଯେମିତିକି କୁହାଯାଇଛି- 'ନେଚର କ୍ୟାନ ଫୁଲଫିଲ ଆୱାର ନୀଡ୍ ବଟ୍ ନଟ୍ ଆୱାର ଗ୍ରୀଡ' । ଆମର ଅସଂବେଦନଶୀଳତା, ଅଜ୍ଞାନତା, ଅଶିକ୍ଷା ଓ ବର୍ଦ୍ଧିତ ଜନସଂଖ୍ୟା ଏଥିପାଇଁ ଉତ୍ତରଦାୟୀ ଏଥିରେ ବ୍ୟକ୍ତି, ରାଷ୍ଟ୍ର ଓ ବିଶ୍ୱ ଆଦି ସମସ୍ତେ ସମ୍ମିଳିତ । ଏଣୁ ଏଥିରେ ବ୍ୟକ୍ତି, ରାଷ୍ଟ୍ର ଓ ବିଶ୍ୱର ସାମୂହିକ ଦାୟିତ୍ୱ ହେଉଛି ଯେ ଆମେ ପ୍ରକୃତିକ୍, ପର୍ଯ୍ୟାବରଣକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ସଂରକ୍ଷିତ ରଖିବା ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ବୃକ୍ଷରୋପଣକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା ଉଚିତ ଜନ୍ମ ଦିବସ, ବିବାହ ଦିବସ, ପୁଣ୍ୟ ଦିବସ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଅବସର ଗୁଡ଼ିକରେ ଚାରାରୋପଣ, ବୃକ୍ଷରୋପଣର ପରଂପରା ବିକଶିତ କରିବାର ପରମ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ପେଟ୍ରୋଲ ଓ ଡିଜେଲରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି, ମେସିନ ଓ କାରଖାନାଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ସୌର ଉର୍ଜ୍ଜା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପ୍ରାକୃତିକ ଉର୍ଜାଃ ଭଳି ବିକଳ୍ପ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାର ଅବିଳମ୍ବ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

ରାସାୟନିକ କୃଷି ସ୍ଥାନରେ ଜୈବିକ କୃଷି, ପ୍ରାକୃତିକ କୃଷି ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଜଳ, ବାୟୁ ଆଦିକୁ ଦୂଷିତ ହେବାରୁ ରକ୍ଷା କରି ପାରିବା । ଦୀପାବଳୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପର୍ବପର୍ବାଣିଗୁଡ଼ିକୁ ବାଣ ଫୁଟାଇ ପାଳନ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ, ଘିଅର ଦୀପ ଜଳାଇ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ଅନୁକୂଳ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ହୋଲି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପର୍ବପର୍ବାଣିକୁ ମଧ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ଅନୁକୂଳ କରି ଆମେ ସ୍ୱୟଂ ଓ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ବହୁତ ବଡ଼ ଉପକାର କରି ପାରିବା ।

ଜଳାଶୟଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରଦୂଷଣମୁକ୍ତ ରଖିବା ଉଚିତ । ବିକଶିତ ଏବଂ ବିକାଶଶୀଳ ଦେଶଗୁଡ଼ିକର ଔଦ୍ୟୋଗିକ ବିକାଶ ନାମରେ ଛଡ଼ା ଯାଉଥିବା କାର୍ବନ ଉତ୍ସର୍ଜନର ମାତ୍ରା ଅତି କମ୍ ହେବା ଉଚିତ ଏବଂ ଏଥି ନିମନ୍ତେ ସୌର ଉର୍ଜ୍ଜା ଭଳି ବୈକଳ୍ପିକ ଉର୍ଜ୍ଜାର ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆଜି ଜନସଂଖ୍ୟା ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅବିଳମ୍ବ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ଆଉ ଏଥିପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି, ସମାଜ ଓ ସରକାର ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସାମୂହିକ ରୂପେ ପ୍ରୟାସ-ପୁରୁଷାର୍ଥ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପର୍ଯ୍ୟାବରଣର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ 'ସିଙ୍ଗଲ ୟୁଜ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ' ନିର୍ମାଣର ପ୍ରୟୋଗ ଉପରେ କଡ଼ାକଡ଼ି ପ୍ରତିବନ୍ଧ ଲଗାଇବା ଉଚିତ । ଆମର ପାଠ୍ୟକ୍ରମ ଗୁଡ଼ିକରେ ସ୍କୁଲ ସ୍ତରରୁ ହିଁ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ଅଧ୍ୟୟନକୁ ସାମିଲ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ବାଲ୍ୟାବସ୍ଥାରୁ ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ବୁଝି ପାରିବା ଏବଂ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ବ୍ୟବହାର କରି ପାରିବା ।

ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ଆମେ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହେବା-ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ଧାର୍ମିକ ହେବା ଅଥବା ନ ହେବା, ଆସ୍ତିକ ହେବା ଅଥବା ନ ହେବା ଏଥିରେ ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆଧାତ୍ମିକ ଅବଶ୍ୟ ହେବା ଉଚିତ । ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହେବା ହିଁ ଆଧାତ୍ମିକ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସମାନ । ଆଧାତ୍ମିକ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ପାରିବ । ଆଧାତ୍ମିକ ବ୍ୟକ୍ତି ସୁଖ-ଦୁଃଖକୁ ସହଜରେ ଅନୁଭବ କରି ପାରିବେ ଆଉ ତାହାର ସେବା କରି ପାରିବେ । ଆମେ ନିଜର ଜୀବନଶୈଳୀରେ ଅଧାତ୍ମକୁ ଅର୍ଥାତ୍ ସେବା, ସଂଯମ, ସମ୍ବେଦନା, ନିଷ୍ଛଳତା, ନିଷ୍କପଟତା, ନିଷ୍ପାପତା, ପବିତ୍ରତାକୁ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ପାରିବା ।

ଆଧାତ୍ମିକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକ କମ୍ ହୋଇଯାଏ, ସେ ନ୍ୟୂନତମ ସାଧନରେ ନିଜର ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କରିପାରେ । ସେ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାର୍ଥରୁ ଉପରକୁ ଉଠି ସମଷ୍ଟିଗତ ହିତ କଥା ଚିନ୍ତା କରିଥାଏ । ସେ 'ସର୍ବେ ଭବନ୍ତୁ ସୁଖିନଃ' ଓ 'ବସୁଧୈବ କୁଟୁମ୍ବକମ୍'ର ଭାବନାରେ ବିଶ୍ୱାସ କରିଥାଏ ସେ ବ୍ୟକ୍ତି, ପରିବାର, ସମାଜ, ରାଷ୍ଟ୍ର ଓ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରତି ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟବୋଧକୁ ବୁଝିଥାଏ ଏବଂ ତାହାକୁ ଉତ୍ତମ ରୂପେ ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ ।

ଏଣୁ ଆଧାତ୍ମିକ ହୋଇ, ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ହିଁ ଆମେ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ପାରିବା ଏବଂ ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥରେ ପ୍ରକୃତିର ପୂଜା, ସମ୍ମାନ ଓ ସଂରକ୍ଷଣ କରି ପାରିବା । ଆମେ ପ୍ରକୃତିର ବ୍ୟଥାକୁ, ପୀଡ଼ାକୁ ଅନୁଭବ କରି ପାରିବା । ବୃକ୍ଷ ଉପରେ କରାଯାଇଥିବା ନିଜର ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରୟୋଗରେ ଜଗଦୀଶ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ଏହା ସ୍ୱୀକାର କରିଥିଲେ ଯେ ବୃକ୍ଷଲତା ସଂବେଦନଶୀଳ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ପୀଡ଼ାକୁ ଅନୁଭବ କରି ପାରନ୍ତି ଏବଂ ସ୍ନେହ ଅନୁଭବ କରି ପାରନ୍ତି । ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏକ ବଡ଼ ରୋଚକ କଥା ଅଛି । ଦିନେ ଗୌତମ ବୁଦ୍ଧ ଗୋଟିଏ ବୃକ୍ଷକୁ ନମନ କରୁଥିଲେ । ଏହା ଦେଖି ତାଙ୍କର ଜଣେ ଶିଷ୍ୟ ବଡ଼ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ପଡ଼ିଗଲେ । ସେ ବୁଦ୍ଧଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ- ''ଭଗବାନ । ଆପଣ ଏହି ବୃକ୍ଷକୁ ନମନ କାହିଁକି କଲେ ? ଶିଷ୍ୟର ଏହି କଥା ଶୁଣି ବୁଦ୍ଧ କହିଲେ- ଏହି ବୃକ୍ଷକୁ ନମନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କ'ଣ କିଛି ଅସୁବିଧା ହେଲା ? ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନ ଶୁଣି ଶିଷ୍ୟ କହିଲା- ନା ଭଗବାନ ! ଏପରି କିଛି କଥା ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ମୋତେ ଏହା ଦେଖି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଲାଗିଲା ଯେ ଆପଣଙ୍କ ଭଳି ମହାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ବୃକ୍ଷକୁ ନମସ୍କାର କାହିଁକି କରୁଛନ୍ତି ? ସେହି ବୃକ୍ଷ ଆପଣଙ୍କ କଥାର ଉତ୍ତର ଦେଇ ପାରିବ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଆପଣ ନମନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଖୁସୀ ଜାହିର କରି ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଏହା ଉପରେ ଭଗବାନ ବୁଦ୍ଧ ମୁରୁକି ହସିଲେ ଆଉ କହିଲେ- "ବତ୍ସ ! ତୁମେ ଭୁଲ ବିଚାର କରୁଛ । ବୃକ୍ଷ ଭଲା କହି ନ ପାରେ, କିନ୍ତୁ ଯେମିତି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀରର ନିଜସ୍ୱ ଭାଷା ଥାଏ, ସେହି ପ୍ରକାର ପ୍ରକୃତି ଓ ବୃକ୍ଷଗୁଡ଼ିକର ମଧ ନିଜର ଭାଷା ଥାଏ । ନିଜର ସମ୍ମାନ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଏମାନେ ମୁଣ୍ଡ ନୁଆଁଇ ପ୍ରସନ୍ନତା ଓ କୃତଜ୍ଞତା ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ବୃକ୍ଷ ତଳେ ବସି ମୁଁ ସାଧନା କଲି, ଏହାର ପତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ମୋତେ ଶୀତଳତା ପ୍ରଦାନ କଲେ, ମୋତେ ଖରା ଦାଉରୁ ରକ୍ଷା କଲେ । ଏହା ପ୍ରତି କୃତଜ୍ଞତା ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ମୋର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ସମସ୍ତେ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ସଦାବେଳେ କୃତଜ୍ଞ ରହିବା ଉଚିତ, କାହିଁକିନା ପ୍ରକୃତି ହିଁ ଆମକୁ ସୁନ୍ଦର ଓ ସୁଗଢ଼ ଜୀବନ ଦେଇଥାଏ ।

ପୁଣି ଶିଷ୍ୟକୁ ବୃକ୍ଷ ଆଡ଼କୁ ଦେଖିବାର ଇସାରା କରି ବୁଦ୍ଧ କହିଲେ- ତୁମେ ଟିକିଏ ଏହି ବୃକ୍ଷ ଆଡ଼କୁ ଦେଖ, ଏହା ମୋର ଧନ୍ୟବାଦକୁ କେତେ ସୁନ୍ଦର ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କଲା ଏବଂ ଜବାବରେ ମୋତେ ମୁଣ୍ଡ ନୁଆଁଇ କହୁଛି ଯେ ଆଗକୁ ମଧ ସେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଏହି ଭଳି ସେବା କରୁଥିବ ।

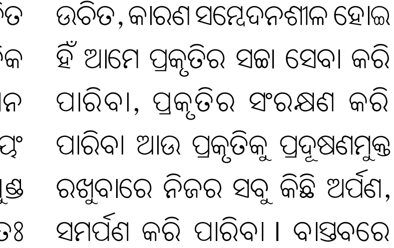
ବୁଦ୍ଧଙ୍କ କଥାରେ ଶିଷ୍ୟ ବୃକ୍ଷ ଆଡ଼କୁ ଦେଖିଲା ତ ତାକୁ ବୋଧ ହେଲା ପ୍ରକୃତରେ ବୃକ୍ଷ ଏକ ଅଲଗା ଉତ୍ସାହରେ ନାଚୁଛି, ତା'ର ଆନ୍ଦୋଳିତ ହେଉଥିବା ପତ୍ର, ଶାଖା ଓ ଫୁଲଗୁଡ଼ିକ ମନକୁ ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ଶାନ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରୁଛି । ଏହା ଦେଖି ଶିଷ୍ୟ ସ୍ୱୟଂ ବୃକ୍ଷକୁ ସମ୍ମାନ ଦେବା ପାଇଁ ମୁଣ୍ଡ ନୁଆଁଇଲା । ପ୍ରକୃତିର ଜୀବନ ପୂର୍ଣ୍ଣତଃ ପରୋପକାରମୟ । ପ୍ରକୃତି ଆମକୁ ମଧ ପରୋପକାରମୟ ଜୀବନଯାପନ କରିବାର ସନ୍ଦେଶ ଦେଇଥାଏ । ବାସ୍ତବରେ ଆଧାତ୍ମିକ ଦୃଷ୍ଟି ସଂପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ସୁଖ-ଦୁଃଖକୁ ଅନୁଭବ କରି ପାରେ । ନିଜର ପୁସ୍ତକ 'ନିର୍ଜନତାର ସହଚର'ରେ ଶ୍ରୀରାମ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକୃତିକୁ ହିଁ ନିଜର ସହଚର ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ହିମାଳୟ ଯାତ୍ରାରେ ତାଙ୍କ ସାଙ୍ଗରେ ଆଉ କେହି ନ ଥିଲା, ବରଂ ସେ ସ୍ୱୟଂ ଥିଲେ ଆଉ ତାଙ୍କ ସାଥିରେ ବୃକ୍ଷ -ବନସ୍ପତି, ଝରଣା, ନଦୀ, ପାହାଡ଼, ବାୟୁ ରୂପରେ ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକୃତି ହିଁ ଥିଲା, ଯିଏ ତାଙ୍କର ସହଚର ଓ ସାଥୀ ଥିଲା, ଯାତ୍ରା ସମୟରେ ତାଙ୍କ ମନୋଭାବକୁ ପ୍ରକୃତି ବୁଝୁଥିଲା ଆଉ ପ୍ରକୃତିର ସୁଖ-ଦୁଃଖକୁ, ପ୍ରକୃତିର ଦୈହିକ ଭାଷାକୁ ସେ ବୁଝୁଥିଲେ ।

ବ୍ୟକ୍ତିର ପବିତ୍ରତା ଯେତିକି ଅଧିକ ବଢ଼ିବ, ସେ ସେତିକି ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ନିକଟତର ହେବାକୁ ଲାଗିବ । ସେ ପ୍ରକୃତିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ସେତେ ଅଧିକ ଉତାରିବ, ଅନୁଭବ କରିବ ଆଉ ପ୍ରକୃତି ମଧ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତା'ର ରକ୍ଷା କରିବ ଏଣୁ ଯଦି ଆମେ ବାସ୍ତବରେ ପ୍ରକୃତିକୁ ପ୍ରେମ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛେ, ପ୍ରକୃତିର ପୂଜା କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛେ ତେବେ ଆମକୁ ମଧ ନିଷ୍ପାପ, ନିଷ୍ଛଳ, ନିଷ୍କପଟ ଓ ପବିତ୍ର ହେବା ଉଚିତ ।

ଆମେ ମଧ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହେବା ଉଚିତ, କାରଣ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ହିଁ ଆମେ ପ୍ରକୃତିର ସଚ୍ଚା ସେବା କରି ପାରିବା, ପ୍ରକୃତିର ସଂରକ୍ଷଣ କରି ପାରିବା ଆଉ ପ୍ରକୃତିକୁ ପ୍ରଦୂଷଣମୁକ୍ତ ରଖିବାରେ ନିଜର ସବୁ କିଛି ଅର୍ପଣ, ସମର୍ପଣ କରି ପାରିବା । ବାସ୍ତବରେ ଏହା ହିଁ ହେଉଛି ପ୍ରକୃତିର ପୂଜା, ପ୍ରକୃତିର ସମ୍ମାନ, ପ୍ରକୃତିର ଆଦର, ପ୍ରକୃତିର ସତ୍କାର, ଯାହାକୁ ଆମେ ସ୍ୱୟଂ ଓ ସମଷ୍ଟିଗତ ହିତରେ କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ହିଁ ହେଉଛି ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ଆମର ସଚ୍ଚା ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି । ଏହା ଆମର ମାନବୀୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ, ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ବୈଶ୍ୱିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ମଧ ।

ନଡ଼ିଆ ତେଲର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ଆଜିକାଲି କେଶ ଭଲ ରହିବା ପାଇଁ ବହୁକିସମର ତେଲ ବାହାରିଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଜେଜେମା, ଆଈ ଅମଳରୁ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ନଡ଼ିଆ ତେଲ କଥା କେହି ଭୁଲି ନଥାନ୍ତି । ନଡ଼ିଆତେଲର କେତେକ ଉପକାରିତା ବିଷୟରେ ଜାଣିବା କଥା ।



କେଶକୁ ଘନ ଓ କଳା ରଖିବା ପାଇଁ ନଡ଼ିଆରୁ ନିଜେ ତେଲ ମାରି ଲଗାଇପାରିଲେ ବେଶ୍ ଉପକାର ମିଳିଥାଏ ।

ଚର୍ମରେ ନଡ଼ିଆ ତେଲ ଲଗାଇ ତା' ଉପରେ ରେଜର ଚଳାଇଲେ କେବଳ ସେଭିଂ ଭଲ ଭାବରେ ହୋଇପାରେ ତାହାନୁହେଁ, ଶୁଷ୍କତ୍ୱତାରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ମିଳେ ଏବଂ ସେଭିଂ କ୍ରିମ ପାଇଁ ହେଉଥିବା ଖର୍ଚ୍ଚକୁ ସଞ୍ଚୟ ମଧ କରାଯାଇପାରେ ।

ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ମାଉଥୱାସରେ ଆଲକୋହଲ ବା ଫ୍ଲୋରାଇଡ ଭଳି ରସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ମିଶିଥାଏ, ମାତ୍ର ପାଣିରେ ନଡ଼ିଆ ତେଲ ପକାଇ କୁଳି କରିଲେ ପାଟିରୁ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ନଷ୍ଟ ହେବା ସହିତ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ କମିଯାଏ ।

ନଡ଼ିଆତେଲରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଖାଦ୍ୟ ସେବନ କଲେ, ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କ୍ଷୁଧା ନିବାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ନଡ଼ିଆତେଲ ଲଗାଇ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗାଧୋଇଲେ ମଧ ଏହା ଚର୍ମର ଶୁଷ୍କତାକୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଗାଧୁଆଘରେ ସାୱାର, କଳ ଭଳି ବିଭିନ୍ନ ଉପକରଣକୁ ଜନାରେ ନଡ଼ିଆତେଲ ଲଗାଇ ଭଲଭାବେ ପୋଛିଲେ, ତାହା ଚକ୍‌ଚକ୍ କରେ ।

ସଫଳ ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟେସନ ଲାଗି ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାକୁ ପ୍ରଥମ ପୁରସ୍କାର

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ମ୍ୟାଲେରିଆ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ କୀଟନାଶକ ଉପଚାରିତ ମଶାରୀ ବା ଏଲଏଲଆଇଏନ ବଣ୍ଟନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ସଫଳ ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟେସନ ଲାଗି ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ରାଜ୍ୟସ୍ତରରେ ପ୍ରଥମ ପୁରସ୍କାର ଲାଭ କରିଛି । ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ବିଶ୍ୱ ମ୍ୟାଲେରିଆ ଦିବସ ପାଳନ ଅବସରରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼କୁ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏହି କ୍ରମରେ ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ଦ୍ୱିତୀୟ ଏବଂ କେନ୍ଦୁଝର ଜିଲ୍ଲା ତୃତୀୟ ହୋଇଛି । ଏଥପାଇଁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ଥିତ ଜୟଦେବ ଭବନଠାରେ ଆୟୋଜିତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ସରୋଜ କୁମାର ମିଶ୍ର ଏହି ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ମନ୍ତ୍ରୀ ନବକିଶୋର ଦାସ ତାଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ଓ ଟ୍ରଫି ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାକୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଇଥିଲେ । ଏହି ସଫଳତା ପାଇଁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିଖିଲ ପବନ କଲ୍ୟାଣ ଜିଲ୍ଲାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗର ସମସ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଏବଂ କ୍ଷେତ୍ରସ୍ତରର କର୍ମଚାରୀ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀ ଏବଂ ଏଲଏଲଆଇଏନ ବଣ୍ଟନରେ ସହଯୋଗ କରିଥିବା ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ତରର କର୍ମୀମାନଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଓ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ଆନୁଆଲ ପାରାସାଇଟ ଇଣ୍ଡେକ୍ସ ଅନୁସାରେ ମ୍ୟାଲେରିଆ ପ୍ରଭାବିତ ଜିଲ୍ଲା ଭାବରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ପୂର୍ବରୁ ଯେଉଁ ସ୍ଥିତିରେ ଥିଲା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗର ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଫଳରେ ସେଥିରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଉନ୍ନତି ଆସିଛି । ଆୟତନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ରାଜ୍ୟର ଦ୍ୱିତୀୟ ବୃହତ୍ତମ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୦୦ରୁ ଅଧିକ ଦମନ କ୍ୟାମ୍ପ କରାଯାଇ ଦୁର୍ଗମ ଅଞ୍ଚଳରେ ମ୍ୟାଲେରିଆ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇଛି । ଅତି ଦୁର୍ଗମ ଅଞ୍ଚଳକୁ ମଧ ଏଲଏଲଆଇଏନ ପଠାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ପରୀକ୍ଷା, ଚିକିତ୍ସା ଏବଂ ତଦାରଖକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରାଯାଇଛି । ଫଳରେ ଜିଲ୍ଲାରେ ମ୍ୟାଲେରିଆ ଯଥେଷ୍ଟ କମିଛି ।

୨୦୨୫ ସୁଦ୍ଧା ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାକୁ ମ୍ୟାଲେରିଆ ମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖାଯାଇଛି ବୋଲି ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଧାକାରୀ ଡାକ୍ତର ସରୋଜ କୁମାର ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି । ମ୍ୟାଲେରିଆ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ଏଲଏଲ୍ଆଇଏନ ବଣ୍ଟନ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପଦକ୍ଷେପ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହାର ସଫଳ ପରିଚାଳନା ସହ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟର ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟେସନ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ର ବିଭିନ୍ନ ବଣପାହାଡ଼ ଓ ଦୁର୍ଗମ ଅଞ୍ଚଳରେ ମଶାରୀ ପହଞ୍ଚାଇବା, ସହରରୁ ଗାଁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟାପକ ଭାବେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ରୂପରେଖ ଦେବା ତଥା ବିଭିନ୍ନ ଅଭିନବ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ କିପରି ସଫଳ କରାଯାଇପାରିଛି, ତାହାର ପ୍ରାମାଣିକ ଚିତ୍ର ଭାବେ ଭିଡିଓ ଏବଂ ଫଟୋ ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟେସନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ପ୍ରାମାଣିକ ସୂଚନା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସୂଚନା ଏବଂ ମାଗଦର୍ଶକ ହୋଇପାରିବ । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ଏଲଏଲଆଇଏନ ବଣ୍ଟନର ଆମୂଳଚୂଳ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଭାବୀ ଢଙ୍ଗରେ ରେକର୍ଡ କରି ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ପ୍ରଶାସନ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କଠାରୁ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପାଇପାରିଛି । ଜାତୀୟ ଭେକ୍ଟରବାହିତ ରୋଗ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ, ଜନସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ମ୍ୟାଲେରିଆ ନୋ ମୋର – ଇଣ୍ଡିଆର ସହଭାଗିତାରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଠାରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା । ଜାତୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମିଶନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ଶାଳିନୀ ପଣ୍ଡିତ, ଜନସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଡାକ୍ତର ନିରଞ୍ଜନ ମିଶ୍ର, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ଅତିରିକ୍ତ ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ ରାଜ କୁମାର ଶର୍ମା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସଚିବ ଅଜିତ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ଓଡ଼ିଶା ମେଡିକାଲ । କର୍ପୋରେସନର ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ଯାମିନୀ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବଲାଙ୍ଗିରକୁ ସମ୍ମାନ

ବଲାଙ୍ଗିର : ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସର୍ବୋତମ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ 'ଇଣ୍ଡିଆ ଟୁଡେ' ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜିତ ଷ୍ଟେଟ କନକ୍ଲେଭ ଆୱାର୍ଡରେ ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାକୁ ପୁରସ୍କାର ମିଳିଛି । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଚଞ୍ଚଳ ରାଣାଙ୍କୁ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଇଣ୍ଡିଆ ଟୁଡେ ତରଫରୁ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ସର୍ଭେରେ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାର ବିଶେଷ ଉନ୍ନତି ହୋଇଛି । ଏନେଇ ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାକୁ ଏହି ସମ୍ମାନ ମିଳଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ଶ୍ରେଷ୍ଠ କୃଷିଭିତ୍ତିକ ଜିଲ୍ଲା ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କଲେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ

ବରଗଡ : କୃଷି କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାଜ୍ୟର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜିଲ୍ଲା ଓ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଜିଲ୍ଲା ଭାବେ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ବିବେଚିତ ହୋଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ଇଣ୍ଡିଆ ଟୁଡେ କନକ୍ଲେଭ ସମାରୋହରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମନିଷା ବାନାର୍ଜୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ସହ ମାନପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଡିଏଭିରେ ମଧୁବାବୁ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଡିଏଭି ପବ୍ଲିକ୍ ସ୍କୁଲ ପରିସରରେ ମଧୁବାବୁ ଜୟନ୍ତୀ ତଥା ସ୍ୱାଭିମାନ ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଡିଏଭି ପରିବାର ତରଫରୁ ସ୍ୱାଭିମାନୀ ତଥା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉତ୍କଳ ପ୍ରଦେଶ ଗଠନର ବରେଣ୍ୟ କର୍ଣ୍ଣଧାର ତଥା ଓଡ଼ିଆ ଜାତୀୟତାର ପ୍ରମୁଖ ମନ୍ତ୍ରଦାତା ଉତ୍କଳ ଗୌରବ ମଧୁସୂଦନ ଦାସଙ୍କ ପ୍ରତିଫଳକକୁ ମାଲ୍ୟାର୍ପଣପୂର୍ବକ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣପୂର୍ବକ ମଧୁବାବୁଙ୍କ ସ୍ମୃତିଚାରଣ କରି ତାଙ୍କ ଚିରସ୍ମରଣୀୟ ଓ ମାର୍ଗଦର୍ଶୀ କବିତା 'ତୁମ ପରି ଛୋଟ ପିଲାଟିଏ' ଏବଂ ତାଙ୍କର ସ୍ୱାଭିମାନୀ ବିଚାରଧାରା, ବିଚକ୍ଷଣ ଚିନ୍ତାଧାରା, ଅନ୍ତହୀନ ଜାତିପ୍ରେମ ଓ ସର୍ବୋପରି ତାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ଉପସ୍ଥିତ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ମଧୁସ୍ମିତା ପଲେଇ ମଧୁବାବୁଙ୍କ ଜୀବନଚରିତ ପାଠ କରି ସମସ୍ତଙ୍କ ହୃଦୟରେ ଜାତିପ୍ରାଣ ଚିନ୍ତାଧାରା ଉଦ୍ରେକ କରାଇବାର ପ୍ରୟାସ କରିଥିଲେ । ଶିକ୍ଷକଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀବୃନ୍ଦ ଓଡ଼ିଶା ମାଟିର ସମ୍ମାନାର୍ଥେ ତଥା ଉତ୍କଳମାତାର ବନ୍ଦନା ଲାଗି ସମବେତ କଣ୍ଠରେ ବନ୍ଦେ ଉତ୍କଳ ଜନନୀ ଗାନ କରିଥିଲେ । ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ବବିତା ମିଶ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଞ୍ଚାଳନକରିଥିବା ବେଳେ ଗୀତାଞ୍ଜଳି ମିଶ୍ର ମଧୁବାବୁଙ୍କ ଗୌରବଗାଥା ଆଧାରିତ କବିତା ପାଠ ସହ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ମଝାପଡ଼ାର ମେଢ଼େଶ୍ୱର ମନ୍ଦିରରେ ହେବ ଅଷ୍ଟକୁଞ୍ଜ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ମଝାପଡ଼ା ସ୍ଥିତ ମେଢ଼େଶ୍ୱର ମନ୍ଦିରରେ ଚଳିତ ମାସ ୧୯ ରୁ ୨୧ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଷ୍ଟକୁଞ୍ଜ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । କଟକର ରାସବିହାରୀ ମଠର ମହନ୍ତ ବୃନ୍ଦାବନ ଦାସଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଏହି ବିଶାଳ ଆଧାତ୍ମିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ମନ୍ଦିରରେ ଚାଲିଥିବା ଅଖଣ୍ଡ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନର ୨୫ ବର୍ଷ ପୂର୍ତ୍ତି ଅବସରରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରାଯାଉଅଛି । ଏକା ସାଙ୍ଗରେ ଆଠଟି ସ୍ଥାନରେ ଭଜ ନିତାଇଗୌର ରାଧେଶ୍ୟାମ ମନ୍ତ୍ରରେ ଅଷ୍ଟପ୍ରହର ନାମଯଜ୍ଞ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ନିକଟରେ ଆଖପାଖର ୩୦ଟି ଗ୍ରାମର ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କର ଏକ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରାଯିବାକୁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଅଛି । ମେଢ଼େଶ୍ୱର ଶିବ ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜନ କରାଯାଉଥିବା ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଯେପରି ସୁରୁଖୁରୁରେ ହେବ ସେଥିପାଇଁ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ନାମଯଜ୍ଞ କମିଟି ଗଠିତ ହୋଇଛି । ଅଞ୍ଚଳବାସୀଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଅଶୋକ ସାଏ, ହେମନ୍ତ ମେହେର, ସତ୍ୟବାନ ପୁରୋହିତ ଓ ଭୀଷ୍ମଦେବ କାଲୋ ପ୍ରମୁଖ ରହିଥିବା ବେଳେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ତାଳପଟିଆ ଗ୍ରାମର ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ଅଜୟ ଶର୍ମା ଓ ଲୋକେଶ ସାହୁ କମିଟିର ଉପଦେଷ୍ଟା ରହିଛନ୍ତି ।

ଓଡ଼ିଶା ଏବେ ଦେଶର... (ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

କୃଷକ ସଶକ୍ତିକରଣ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ବୈଷୟିକ ସହାୟତାରେ 'କାଳିଆ' ଭଳି ଏକ ଅଭିନବ ଯୋଜନା ଖୁବ୍ କମ୍ ସମୟ ମଧରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇପାରିଛି । ଆମେ 'ସମଗ୍ର ସରକାର' ଆଭିମୁଖ୍ୟକୁ ଅନୁସରଣ କରୁଛୁ । ବାତ୍ୟା ପରିଚାଳନା ହେଉ ଅବା କୋଭିଡ୍ ମହାମାରୀ ପରିଚାଳନା, ସମଗ୍ର ପ୍ରଶାସନିକ କଳ ପରିସ୍ଥିତିର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଆଗେଇ ଆସିଛି । 'ସମସ୍ତଙ୍କ ସହିତ ସରକାର'ର ଆମେ ହେଉଛୁ ଦୃଢ଼ ସମର୍ଥକ ଆଉ ଏହା ସମାଜର ସବୁଠାରୁ ଅବହେଳିତ ବର୍ଗଙ୍କ ସହିତ ଏହା ଛିଡ଼ା ହୋଇଛି ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି । ମହିଳା ସଶକ୍ତିକରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ମିଶନ୍ ଶକ୍ତି ବିଭାଗ ଜରିଆରେ ଏହା ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରିଛି । ୭୦%ରୁ ଅଧିକ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷ ପଦରେ ମହିଳାମାନେ ଅଭିଷିକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଅନୁରୂପ ଭାବରେ କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଗଠନ, କର୍ପୋରେଟ୍ ସଂସ୍ଥା ଏବଂ କ୍ରୀଡ଼ାବିତ୍ଙ୍କ ରାଜ୍ୟ ସରକାର କାମ କରୁଛନ୍ତି । ଆମେ ମିଳିତ ଭାବେ ହାଇପର୍ଫର୍ମାନ୍ସ ସେଣ୍ଟର ନିର୍ମାଣ କରିବା ସହିତ ଜାତୀୟ ଏବଂ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ କ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିଯୋଗିତା ମଧ ଆୟୋଜନ କରୁଛୁ । ଆମ ସରକାର ସର୍ବଦା ଗତି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ବିଶ୍ୱାସ କରେ । ଗତ ଦୁଇ ଦଶନ୍ଧିରେ ଓଡ଼ିଶା ଅନେକ ପ୍ରଗତି କରିଛି । ଉତ୍କଟ ଦାରିଦ୍ରତା ଓ କ୍ଷୁଧା ଭଳି ସ୍ଥିତିରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଓଡ଼ିଶା ଆଜି ଧାନ ଉତ୍ପାଦନରେ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ହୋଇପାରିଛି । ଦ୍ରୁତ ଶିଳ୍ପାୟନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ଓଡ଼ିଶାର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ହୋଇପାରିଛି । ଆସନ୍ତା ଦୁଇ ବର୍ଷରେ ଓଡ଼ିଶାରେ ଆହୁରି ଦେଖିବା ଭଳି ରୂପାନ୍ତରଣ ହୋଇଥିବା ବୋଲି ଆମେ ଆଶାବାଦୀ ଅଛୁ । ଆମର ବିଶ୍ୱାସ ଯେ ଓଡ଼ିଶାର ବିକାଶ ଇତିହାସରେ ଏହା ଏକ ବୃହତ ପଦକ୍ଷେପ ହେବ ଏବଂ ଦେଶର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ରାଜ୍ୟ ଭାବେ ଓଡ଼ିଶା ଉଭା ହେବ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ କହିଥିଲେ । ଏହି ସମ୍ମିଳନୀରେ ଦେଶ ବିଦେଶର ବହୁ ମାନ୍ୟଗଣ୍ୟ ବକ୍ତିବିଶେଷ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

ସାପ୍ତାହିକ 'ସ୍ୱୀକାର' ନେବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ଗ୍ରାହକମାନେ ତାଙ୍କର ଦେୟ କାନାରା ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ବଲପୁର ଶାଖାର ଏକାଉଣ୍ଟ ନମ୍ବର ୦୧୮୫୨୦୧୦୨୧୫୩୮, ଆଇଏଫସି କୋଡ- ସିଏନ୍ଆର୍ବି ୦୦୦୦୧୮୫ ରେ ଏନଇଏଫଟି, ଆରଟିଜିଏସ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଜମା କରି ପାରିବେ ।

Subscription Rate of The Sweekar

Life Member	-	Rs.5000.00
Annual	-	Rs. 500.00
Half-yearly	-	Rs. 250.00
Quarterly	-	Rs. 120.00

Advertisement Tariff of The Sweekar

Full Page	-	Rs. 2,00,000.00
Half Page	-	Rs. 1,00,000.00
Quarter Page	-	Rs. 50,000.00

Colour Advertisement - 100% Extra

କୃଷ୍ଣ କେଶବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ 'ଶରତ ସମ୍ମାନ'

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ପେନ୍ ଇନ୍ ବୁକ୍ ପକ୍ଷରୁ ରବୀନ୍ଦ୍ର ମଣ୍ଡପ ଠାରେ 'ଶରତ ସନ୍ଧ୍ୟା' ଆୟୋଜିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଲେଖକ ତଥା ବାଗ୍ମୀ କୃଷ୍ଣକେଶବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ 'ଶରତ ସମ୍ମାନ' ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । କବି ତଥା ଗୀତିକାର ଶରତ କୁମାର ଦାଶଙ୍କ ସୃଜନକୁ ନେଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଏହି ଉତ୍ସବ କବିତା, କଥା, ସଙ୍ଗୀତ, ନୃତ୍ୟ ଓ ଚିତ୍ରର ଏକ ସମନ୍ୱୟ ଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ଗଣଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ସମୀର ରଞ୍ଜନ ଦାଶ, ମେୟର ସୁଲୋଚନା ଦାସ, ପ୍ରଧାନ ଆୟକର ଆୟୁକ୍ତ ତଥା ଲେଖକ ଧୀରେନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର, ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଅତିରିକ୍ତ ଶାସନ ସଚିବ ମଧୁସୂଦନ ପାଢ଼ୀ, ଶିଶୁ ସାହିତ୍ୟିକ ଦାଶ ବେହୁର, ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଅଭିନେତା ସବ୍ୟସାଚୀ ମିଶ୍ର ଏବଂ ସଙ୍ଗୀତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରେମ୍ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପେନ୍ ଇନ୍ ବୁକ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ କବି ଦାଶଙ୍କ ନବମ କବିତା ସଂକଳନ ଓ ସଙ୍ଗୀତ ଆଲବମ 'ଅଭିସାର' ସହ ସ୍ମୃତିକଥା 'କାହାଣୀ ସରିନାହିଁ' ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଥିଲା । ଦାଶଙ୍କ ସଦ୍ୟତମ ସଂକଳନ ଅଭିସାର'ର ୧୦ଟି ନିର୍ବାଚିତ କବିତାକୁ ସଙ୍ଗୀତ ରୂପ ଦେଇ ' ଅଭିସାର' ଆଲବମ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି ପ୍ରେମ ଆନନ୍ଦ । ର୍ୟାମ୍ପ ଶୋ' ସହ କଣ୍ଠଶିଳ୍ପୀ ଦୀପ୍ତିରେଖା ପାଢ଼ୀ, ହ୍ୟୁମାନ ସାଗର, ସବିଶେଷ ମିଶ୍ର, ଦେବକୃପା ମିଶ୍ର, ଆଶୁତୋଷ ମହାନ୍ତି, ବିଷ୍ଣୁମୋହନ କବି, ଲୋପାମୁଦ୍ରା ଦାଶ, ସତ୍ୟଜିତ ପ୍ରଧାନ, ଅନନ୍ୟା ଶ୍ରୀତମ ନନ୍ଦ ଓ ଶଶାଙ୍କ ଶେଖର ପ୍ରମୁଖ କଣ୍ଠଦାନ କରିଥିଲେ । ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଲାଭ କରିଥିବା ୧୮ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱଙ୍କ ସମେତ 'ଅଭିସାର'ର ପ୍ରଚ୍ଛଦ ଚିତ୍ର ଆଙ୍କିଥିବା ସାମାଜିକ କର୍ମୀ ଶୁଚିସ୍ମିତା ପୃଷ୍ଟିଙ୍କୁ ମଞ୍ଚରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । କଥାକାର ଶୁଭ୍ରାଂଶୁ ପଣ୍ଡା ଅଧକ୍ଷତା କରିବା ସହ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସୂଚନା ଓ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ । କବି ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟ ରଥ ମଞ୍ଚ ସଞ୍ଚାଳନ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଉଦୟ ଷ୍ଟାର୍ସର ଶପଥ ଗ୍ରହଣ ଉତ୍ସବ

ସମ୍ବଲପୁର : ମାରୱାଡ଼ି ଯୁବମଞ୍ଚ ସମ୍ବଲପୁର ଉଦୟ ଷ୍ଟାର୍ସ ଶାଖାର ନୂତନ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀର ଶପଥ ଗ୍ରହଣ ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରାନ୍ତୀୟ ମାରୱାଡ଼ି ଯୁବମଞ୍ଚର ଅଧକ୍ଷ ନରେଶ ଅଗ୍ରୱାଲ, ଡାକ୍ତର ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଅଗ୍ରୱାଲ ଏବଂ ସମ୍ବଲପୁର ଏସ୍.ଡି.ପି.ଓ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ ଓ ମାରୱାଡି ଯୁବମଞ୍ଚ ଟିମ୍ ସମ୍ବଲପୁରର ଅଧକ୍ଷ ମାଧବ ଡାଲମିଆ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଶପଥ ଗ୍ରହଣ କରାଇଥିଲେ ।

ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନରେ ଅୟଙ୍କ ସାହୁ ଚାମ୍ପିୟନ

ସମ୍ବଲପୁର: ରାଜ୍ୟ ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଠାରେ ଆୟୋଜିତ ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ସମ୍ବଲପୁରର ଅୟଙ୍କ ସାହୁ ଅଣ୍ଡର ୧୧ ବାଳକ ଏକକ ବର୍ଗରେ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହା ସହିତ ସେ ଅଣ୍ଡର ୧୩ ବାଳକ ଏକକ ବର୍ଗ ଏବଂ ଅଣ୍ଡର ୧୩ ବାଳକ ଡବଲସ୍ ବର୍ଗରେ ମଧ ରନର୍ସ ଅପ୍ ହୋଇଛନ୍ତି । ସମ୍ବଲପୁର ସହଯୋଗ ନଗର ନିବାସୀ ରାକେଶ ସାହୁ ଏବଂ ସୁନିତା ସାହୁଙ୍କ ପୁତ୍ର ଅୟଙ୍କ ମାତ୍ର ୯ ବର୍ଷ ବୟସରେ ତିନୋଟି ବର୍ଗରେ ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇ ସମ୍ବଲପୁର ସହର ପାଇଁ ଗୌରବ ଆଣି ଦେଇଛନ୍ତି । ସେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମ୍ବଲପୁରର ଡାଲମିଆ ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ଏକାଡେମୀରେ ତାଙ୍କର ପିତା ତଥା କୋଚ୍ ରାକେଶ ସାହୁଙ୍କ ଠାରୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ନେଉଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ଆସୋସିଏସନର ସଭାପତି ରୋହିତ ପୂଜାରୀ, ଉଡାନ୍ ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ଏକାଡେମୀର ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ଉର୍ମିଳା ମିଶ୍ର ଏବଂ ଚେୟାରମେନ ଅଶୋକ ମିଶ୍ର ଶ୍ରୀ ସାହୁଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଓକିଲ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଓକିଲ ଦିବସ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଆଇନଜୀବୀ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ 'ଲୟର୍ସ ଡେ' ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ସଂଘର ସଭାପତି ସୁରେଶ୍ୱର ମିଶ୍ରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷ ଅସିତ କୁମାର ତ୍ରିପାଠୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ ଡକ୍ଟର ଗୌରୀଦାସ ପ୍ରଧାନ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଉମାକାନ୍ତ ରାଜ, ଏସ୍‌ପି ବି. ଗଙ୍ଗାଧର ଓ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୟୁର ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶୀ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ସଂଘର ପୂର୍ବତନ ସମ୍ପାଦକ ରବି ରଞ୍ଜନ ପୂଜାରୀ ଅତିଥି ପରିଚୟ, ସମ୍ପାଦକ ସରୋଜ କୁମାର ସାହୁ ବାର୍ଷିକ ରିପୋର୍ଟ ଉପସ୍ଥାପନ ଓ ଉପସଭାପତି ବସନ୍ତ କୁମାର ମିଶ୍ର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ବରିଷ୍ଠ ଆଇନଜୀବୀ ଗୋବିନ୍ଦ ନାରାୟଣ ଅଗ୍ରୱାଲ, ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ଦାଶ, ବୈକୁଣ୍ଠ ପ୍ରସାଦ ହୋତା ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ସମେତ କେତେକଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ୱେଲଫେୟାର ଟ୍ରଷ୍ଟ ପକ୍ଷରୁ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ

ସମ୍ବଲପୁର : ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ୱେଲଫେୟାର ଟ୍ରଷ୍ଟ ପକ୍ଷରୁ ରାଜ୍ୟବାହାରେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିବା ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ୨ ଜଣ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଉଭୟ ରୋଗୀ କୁଚିଣ୍ଡାର ମହମ୍ମଦ ସୌକତ ଏବଂ ସମ୍ବଲପୁର ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏ ମାର୍ଗର ପୂଜା ଦାସଙ୍କ ଆତ୍ମୀୟଙ୍କୁ ସହାୟତା ବାବଦ ଯଥାକ୍ରମେ ୧୦ ହଜାର ଓ ୫୦ ହଜାର ଟଙ୍କାର ଚେକ୍ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ଡାକ୍ତର ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ସମେତ ଟ୍ରଷ୍ଟ ସଭାପତି ପ୍ରଫେସର ଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ପତି, ସମ୍ପାଦକ ସୁଭାଷଚନ୍ଦ୍ର ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଏବଂ ସଭ୍ୟବୃନ୍ଦ ସୁଧୀର ପୂଜାରୀ, ସ୍ୱରୂପ ପୁରୋହିତ ଓ ଶିବ ନନ୍ଦ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ॐ नमः शिवाय

श्री श्री लोकेश्वर महादेव मंदिर प्रतिष्ठा महोत्सव

दिनांक 10 से 14 मई 2022

ग्राम - लुकापारा, सरिया, रायगढ़ (छ०ग०)

श्रद्धेय दिव्य आत्मन्!
हरि ॐ।

आगामी दिनांक १० से १४ मई २०२२ (वैशाख शुक्ल नवमी से त्रयोदशी) पर्यन्त पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री सत्यप्रज्ञानन्द सरस्वती जी की पवित्र जन्मभूमि ग्राम- लुकापारा, सरिया, रायगढ़ (छ०ग०) में विश्वात्म चेतना परिषद के सदस्यों-शिष्यों-भक्तों एवं समस्त लुकापारा ग्रामवासियों के सहयोग से पूज्यपाद श्री स्वामी जी महाराज के प्रत्यक्ष मार्गदर्शन में नवनिर्मित "श्री श्री लोकेश्वर महादेव मंदिर एवं विग्रह प्रतिष्ठा महोत्सव" दिव्य एवं भव्य रूप से सम्पन्न होने जा रहा है। इस अवसर पर कामदगिरि पीठाधीश्वर अनन्त श्री विभूषित जगद्गुरु रामानन्दाचार्य पूज्य स्वामी श्री रामस्वरूपाचार्य जी महाराज, चित्रकूट (उ.प्र.) सहित भारतीय सनातन संत-परंपरा के और भी अनेक विशिष्ट संत-महापुरुष पधार रहे हैं।

अत: इस दिव्य, भव्य एवं ऐतिहासिक आध्यात्मिक कार्यक्रम में सर्वविध सहयोग पूर्वक, इष्ट-मित्रों सहित सपरिवार उपस्थित होकर पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस श्री स्वामीजी महाराज के आशीर्वचन, पूज्य संत-महापुरुषों के दिव्य प्रवचन एवं भगवान श्री लोकेश्वर महादेव की अहैतुकी कृपा लाभ करने हेतु आपसे विनम्र निवेदन है।

निवेदक
स्वामी सत्यवेदानन्द सरस्वती
प्रबंध-संचालक
श्री श्री लोकेश्वर महादेव मंदिर प्रतिष्ठा महोत्सव एवं
समस्त लुकापारा ग्रामवासी

कार्यक्रम

दिनांक १० मई २०२२ (मंगलवार)
सुबह ९.०० बजे - विश्वात्म-ध्वजारोहण ।
अपराह्न ४.०० बजे - पूज्य साधु-संतों की उपस्थिति में दिव्य एवं भव्य "कलश शोभायात्रा"
संध्या ७.०० बजे - अधिवास पूजन एवं पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस श्री स्वामीजी महाराज के आशीर्वचन ।

दिनांक ११ मई २०२२ (बुधवार)
सुबह ८.३० बजे से - यज्ञाचार्य श्री राजीव पुरोहित जी के तत्वावधान में श्री श्री रुद्रमहायज्ञ एवं मंदिर प्रतिष्ठा से संबंधित अन्यान्य कार्यक्रमों का शुभारंभ।
सुबह १० से अपराह्न ४.०० बजे तक - प्रसिद्ध पुराण गायक श्री सुरेन्द्र त्रिपाठीजी (बलांगीर) द्वारा मानस गान।
अपराह्न ४ से संध्या ८.३० बजे - पूज्य साधु-संतों के प्रवचन, पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस श्री स्वामीजी महाराज के आशीर्वचन।

दिनांक १२ मई २०२२ (गुरुवार)
सुबह ८.३० बजे से - यथाविधि श्री श्री रुद्रमहायज्ञ सहित मंदिर एवं श्रीविग्रहों के प्राण-प्रतिष्ठा से संबंधित अनुष्ठान।
सुबह १० से अपराह्न ४.०० बजे तक - प्रसिद्ध पुराण गायक श्री सुरेन्द्र त्रिपाठीजी (बलांगीर) द्वारा मानस गान।
अपराह्न ४.०० से रात्रि ८.३० बजे तक - पूज्य साधु-संतों के प्रवचन, पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस श्री स्वामी जी महाराज के आशीर्वचन।

दिनांक १३ मई २०२२ (शुक्रवार)
सुबह ८.३०बजे से - यथाविधि श्री श्री रुद्रमहायज्ञ सहित मंदिर एवं श्रीविग्रहों के प्राण-प्रतिष्ठा से संबंधित अनुष्ठान।
सुबह १० से अपराह्न ४.०० बजे तक - प्रसिद्ध पुराण गायक श्री सुरेन्द्र त्रिपाठीजी (बलांगीर) द्वारा मानस गान।
अपराह्न ४.०० से रात्रि ८.३० बजे तक - पूज्य साधु-संतों के प्रवचन, पूज्यपाद जगद्गुरु रामानन्दाचार्य स्वामी श्री रामस्वरूपाचार्यजी महाराज द्वारा श्री रामकथा एवं पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस श्री स्वामी जी महाराज के आशीर्वचन।

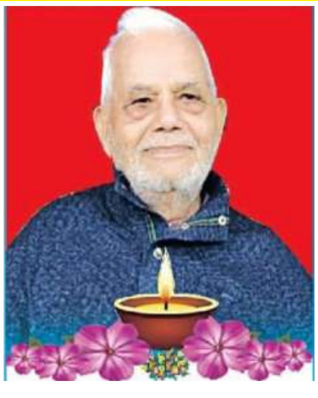
दिनांक १४ मई २०२२ (शनिवार)
सुबह ८.३० बजे से - भगवान श्री लोकेश्वर महादेव का महाभिषेक, हवन, यूप स्थापन, मन्दिर शिखर पर ध्वज एवं कलस स्थापन, श्री विग्रहों का मन्दिर प्रवेश, पूज्य साधु-संतों एवं पूज्यपाद सद्गुरुदेव परमहंस श्री स्वामीजी महाराज के आशीर्वचन, पूर्णाहुति, महाआरती एवं महाभंडारा।

०००

कार्यक्रम के संबंध में विशेष जानकारी हेतु संपर्क करें - स्वामी सत्यवेदानन्द सरस्वती - मो० 94370 39819 / 78529 14673

ଅଶ୍ରୁଳ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି

ପ୍ରଥମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ଉପଲକ୍ଷେ



ସ୍ୱ ଯଜ୍ଞେଶ୍ୱର ରାୟଗୁରୁ

ଆବିର୍ଭାବ: ୧୪.୦୮.୧୯୩୦

ତିରୋଧାନ: ୦୫.୦୫.୨୦୨୧

ଚାହୁଁ ଚାହୁଁ ବର୍ଷେ ବିତିଗଲା । ତୁମର ଅନୁପସ୍ଥିତି ଶୂନ୍ୟତା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ତୁମର ଅନାବିଳ ସ୍ନେହ, ଶ୍ରଦ୍ଧା, ତ୍ୟାଗ, ନିଷ୍ଠା, ଆଦର୍ଶ, ପରୋପକାରିତା, ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଜୀବନର ପାଥେୟ ହେଉ । ତୁମର ସ୍ମୃତି ଆମ ହୃଦୟରେ ଚିରଦିନ ଅମଳିନ ହୋଇ ରହୁ । ପ୍ରଥମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ଉପଲକ୍ଷେ ତୁମର ଆତ୍ମାର ସଦ୍‌ଗତି ନିମନ୍ତେ ମାଁ ସମଲେଶ୍ୱରୀଙ୍କ ନିକଟରେ ବିନମ୍ର ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଅଛୁ ।

ଶୋକସନ୍ତପ୍ତ : ପତ୍ନୀ, ପୁତ୍ର, ପୁତ୍ରବଧୂ, ଝିଅ, ଜ୍ୱାଇଁ

ଗିରିଧାରୀ ହୋତା ପାଇଲେ ପିଏଚ୍‌ଡି ଉପାଧି

ସମ୍ବଲପୁର : ପୂର୍ବତନ ଶିକ୍ଷା ମଣ୍ଡଳାଧୀଶ ଗିରିଧାରୀ ହୋତା ଅବସର ଗ୍ରହଣର ୧୪ ବର୍ଷ ପରେ ପିଏଚଡି ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ସେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୦୫ ମସିହାରେ ଅବସରଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହାପରେ 'ବହୁଭାଷା ଶିକ୍ଷା'

ବିଷୟରେ ଡକ୍ଟର ପରଶୁରାମ ମିଶ୍ର ଅଗ୍ରଗାମୀ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ପୂର୍ବତନ ଅଧକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ମୀନକେତନ ପାଠୀଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଗବେଷଣା କରିଥିଲେ । ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ୭୨ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଏହି ଉପାଧି ଲାଭ କରିଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ସମାବର୍ତ୍ତନ ଉତ୍ସବରେ ରାଜ୍ୟପାଳ ପ୍ରଫେସର ଗଣେଶୀଲାଲଙ୍କ ଠାରୁ ଉପାଧି ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ।

Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663-2400945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra