ସାପ୍ତାହିକ ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/14/2019-2021
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.25 | Issue - 40 | 07 - 13 November 2021 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

୨୦୨୨ରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତି ଘରକୁ ପାଇପ ପାଣି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ: ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ସମ୍ବଲପୁର: ୨୦୨୨ରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତି ଘରକୁ ପାଇପ ପାଣି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି ।

କୁଚିଣ୍ଡାରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା ଅଧୀନ ରେ ସ୍ମାର୍ଟ ହେଲ୍‌ଥକାର୍ଡ ବଣ୍ଟନର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରି ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ କହିଥିଲେ ଯେ, ସମ୍ବଲପୁରରେ ପିଇବା ପାଣି ପାଇଁ ୧୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି । ଗାଁ ଓ ସହର ସବୁ ପରିବାର

ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାରେ ସାମିଲ ହେଲା ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା

ପାଖରେ ପିଇବା ପାଣି ପହଞ୍ଚିପାରିବ । କୁଚିଣ୍ଡା ଓ ରେଢାଖୋଲ ଏନ୍.ଏ.ସି.ର ସବୁ ଘରକୁ ପାଇପ ପାଣି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ।

ସେ କହିଥିଲେ ଯେ, ଜିଲ୍ଲାର ୭ ଲକ୍ଷ ୭୩ ହଜାର ଲୋକ ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାରେ ସୁବିଧା ପାଇବେ । କୁଚିଣ୍ଡାର ସରସ୍ୱତୀ ଭୋଇ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରଥମ ହିତାଧିକାରୀ ଭାବରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଠାରୁ କାର୍ଡ଼ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ସମ୍ବଲପୁର ସହିତ ରାଜ୍ୟର ୮ଟି ଜିଲ୍ଲା ଏହି

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇଛି । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଲେ ଯେ ସ୍ମାର୍ଟ ହେଲ୍‌ଥ କାର୍ଡ ଦ୍ୱାରା ରାଜ୍ୟର ୯୬ ଲକ୍ଷ ପରିବାରର ସାଢେ ତିନି କୋଟି ଲୋକ ଉପକୃତ ହେବେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଗରିବ ଲୋକମାନେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ପାଇଁ ଅନେକ ସମସ୍ୟାରୁ, ବିଶେଷକରି ଆର୍ଥିକ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରିବେ । ଲୋକମାନେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାରେ ପଡିଲେ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ କିପରି ଜମିବାଡି ବିକିବାକୁ ବାଧ ହୁଅନ୍ତି, ପିଲାଙ୍କ ପାଠପଢା ବନ୍ଦ କରନ୍ତି, ସେ ସବୁ ସମସ୍ୟା ବିଷୟରେ ଆଲୋକପାତ କରି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଲେ ଯେ ଏହା ତାଙ୍କୁ ବହୁତ ଦୁଃଖ ଦେଇଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଲୋକମାନେ ବିନା କୌଣସି ଅସୁବିଧାରେ କାର୍ଡ ଖଣ୍ଡିଏ ଧରି ଦେଶର ୨୦୦ ବଡ ବଡ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭଲ ଚିକିତ୍ସା ପାଇପାରିବେ । ଏଥି ପାଇଁ ଟଙ୍କାଟିଏ ବି ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପଡିବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ଯେ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରତିଟି ଜୀବନ ମୂଲ୍ୟବାନ । ଚାଷୀ ହେଉ ବା ମୂଲିଆ ବା ରିକ୍ସା ବାଲା - ସମସ୍ତେ ସମ୍ମାନର ସହ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ । ଏହା ତାଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ କଲ୍ୟାଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଓଡିଶା ହେଉଛି ଏକମାତ୍ର ରାଜ୍ୟ ଯେଉଁଠାରେ କରୋନା ସମୟରେ ସବୁ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଟେଷ୍ଟିଂ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଚିକିତ୍ସା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁ ଖର୍ଚ୍ଚ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବହନ କରୁଛନ୍ତି ।

ଏହି ଅବସରରେ ସଡକ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ବହୁ ଲୋକଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହେଉଥିବା ସଂପର୍କରେ ଚିନ୍ତାପ୍ରକଟ କରି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ଯେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ସେବା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରିଲେ, ଅନେକ ମୂଲ୍ୟବନ ଜୀବନ ବଞ୍ଚାଇ ହେବ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୧ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଦେଶରେ ୫୪ ହଜାର ୩୮୨ ଟି ଆରଏସଏସର ଶାଖା କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି: ବିପିନ ନନ୍ଦ

ସମ୍ବଲପୁର: କରୋନା ମହାମାରୀ ସମୟରେ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସ୍ୱୟଂ ସେବକ ସଂଘର ଶାଖା ଗୁଡିକୁ ବନ୍ଦ ରଖାଯାଇ ସଂଘର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତାଙ୍କୁ ସେବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିୟୋଜିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏବେ ଧିରେ ଧିରେ ସଂଘ କାର୍ଯ୍ୟର ପୂର୍ବାବସ୍ଥାକୁ ଫେରୁଥିବା ବେଳେ ସାରା ଦେଶରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ୫୪ ହଜାର ୩୮୨ ଟି ଶାଖା ଚାଲୁଛି ବୋଲି ସଂଘର ପଶ୍ଚିମ ପ୍ରାନ୍ତ ସଂଘ ଚାଳକ ବିପିନ ବିହାରୀ ନନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି ।

ନିକଟରେ କର୍ଣ୍ଣାଟକର ଧାରୱାଡ଼ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଆରଏସଏସ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ମଣ୍ଡଳର ତିନିଦିନିଆ ବୈଠକରେ ଗୃହୀତ ହୋଇଥିବା ନିଷ୍ପତ୍ତି ସମ୍ପର୍କରେ ଶ୍ରୀ ନନ୍ଦ ସୂଚନା ଦେଇ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ସଂଘର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ଆଗାମୀ ବର୍ଷରେ କୁଟୁମ୍ବ ପ୍ରବୋଧନ, ସାମାଜିକ ସମରସତା ଓ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ଆଦି ୩ ଟି ବିଷୟ ଉପରେ ଜୋର ଦେଇ ସମାଜରେ ସକାରାତ୍ମକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଉପରେ ଜୋର ଦେବା ପାଇଁ ବୈଠକରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । ଏହା ସହିତ ସ୍ୱାଧୀନତାର ୭୫ ବର୍ଷ ପୂର୍ତ୍ତି ଅବସରରେ ଚାଲୁଥିବା

ଅମୃତ ମହୋତ୍ସବ ଉପଲକ୍ଷେ ଦେଶର ଅଜଣା ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ମାନଙ୍କ ବଳିଦାନକୁ ସମାଜର ଯୁବବର୍ଗ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ଯୋଜନା କରାଯାଇଛି । ୨୦୨୫ ମସିହାରେ ଆରଏସଏସର ଶତାବ୍ଦୀ ବର୍ଷକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ରଖାଯାଇ ସଂଘର ବିସ୍ତାର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣ୍ଡଳରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯିବ । ଏଥି ସହ ବାଙ୍ଗଲାଦେଶରେ ହିନ୍ଦୁ ମାନଙ୍କ ଉପରେ ହେଉଥିବା ଉନ୍ମାଦି ଇସଲାମିକ୍ ଆକ୍ରମଣକୁ ବୈଠକରେ ଘୋର ନିନ୍ଦା କରାଯାଇଥିଲା । ଦେଶ ବିଭାଜନ ସମୟରେ ବାଙ୍ଗଲାଦେଶରେ ୨୮ ପ୍ରତିଶତ ହିନ୍ଦୁ ରହିଥିବା ବେଳେ ଏବେ ତାହା ୮ ପ୍ରତିଶତକୁ ଖସି ଆସିଛି । ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କ ଉପରେ କ୍ରମାଗତ ଭାବରେ ଆକ୍ରମଣ କରାଯାଉଛି । ଏହି ଘଟଣାରେ ମାନବାଧିକାରର ପ୍ରହରୀ, ସଂଯୁକ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ର ସଂଘର ଅନେକ ସଂସ୍ଥାର ଏ ଦିଗରେ ନୀରବତାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ମଣ୍ଡଳ ଚିନ୍ତା ପ୍ରକଟ କରି ବାଙ୍ଗଲାଦେଶ ସରକାର ହିନ୍ଦୁ ମାନଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ସେଠାରେ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ବୋଲି ଏକ ପ୍ରସ୍ତାବ ବୈଠକରେ ଗୃହୀତ କରାଯାଇଛି ।

ଭାରତୀୟ ଚିତ୍ର ସାଧନା ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଉତ୍ସବ ୨୦୨୨ ପାଇଁ ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରାନ୍ତ ସଂଘ ଚାଳକ ନନ୍ଦ ଓ ଅନ୍ୟ କର୍ମକର୍ତ୍ତାମାନେ ପୋଷ୍ଟର ଉନ୍ମୋଚନ କରି ଏହି ଉତ୍ସବ ପାଇଁ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ର ବନ୍ଦ ଘଟଣାରେ କଳାକାର ସଂଘର ପ୍ରତିବାଦ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରର କ୍ୟାମେରା ମୁଜାଫରପୁରକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଏଠାରେ ଥିବା ଟ୍ରାନ୍ସମିସନକୁ ମଧ ନେଇଯିବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ପ୍ରସ୍ତୁତ ଚଳାଇଛନ୍ତି । ଏନେଇ ସରକାରଙ୍କ ସୂଚନା ଓ ପ୍ରସାରଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ଚିଠି ମଧ ଆସିଛି । ତେବେ ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ର ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର କଳା, ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରମ୍ପରା ଆଦି ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାରରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ଆଶଙ୍କା କରି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା କଳାକାର ସଂଘ ବିଭାଗୀୟ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବ ।

ଗତ କିଛିଦିନ ପୂର୍ବରୁ ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଖାଲିଥିବା ପଦ

ପୂରଣ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭାଗକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଚାଲୁ ରଖିବା ପାଇଁ କଳାକାର ସଂଘ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ଆନ୍ଦୋଳନ କରାଯାଇଥିଲା । କେନ୍ଦ୍ରର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀ ଭାବେ ରାଜ୍ୟରୁ ଜଣେ ଅଧିକାରୀ ଏଠାରେ ନିଯୁକ୍ତି କରାଯିବ ବୋଲି ମାସେ ତଳେ ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଏକ ଚିଠି ଆସିଥିଲା । ମାତ୍ର ଉକ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଜଣକ ଆଜି ଯାଏଁ ଯୋଗ ଦେଇ ନାହାନ୍ତି । ଫଳରେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ସଂସ୍କୃତି, ପରମ୍ପରା ଓ ଐତିହ୍ୟକୁ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର କରିବାରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି । ୧୯୭୮ ମସିହାରୁ ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥିବା ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରର ଭିତ୍ତିଭୂମି ବିକାଶ କରିବା ସହ ଖାଲି ପଡିଥିବା ୩୧ ଟି ଯାକ ପଦ ତୁରନ୍ତ ପୂରଣ କରାଯାଉ ବୋଲି ଦାବି ହେଉଛି । ଏପରିକି ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭାଗରେ ଖାଲିଥିବା ୧୫ଟି ପଦକୁ ପୂରଣ କରି ଏହି ବିଭାଗ ପୁଣି ଥରେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରାଯାଉ ବୋଲି ରାଜନୈତିକ ଦଳ ସମେତ କଳାକାର ସଂଘ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ଦାବି କରାଯାଇଥିଲା ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୧ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଟଙ୍କଧର ତ୍ରିପାଠୀ ଏସ.ଇ.ସି.ଏଲ୍‌ର ନନ ଅଫିସିଏଲ ପାର୍ଟଟାଇମ ଡାଇରେକ୍ଟର ହେଲେ

ସମ୍ବଲପୁର : ବିଜେପିର ଜଣାଶୁଣା ଯୁବନେତା ଟଙ୍କଧର ତ୍ରିପାଠୀ ଏସ.ଇ.ସି. ଏଲର ବୋର୍ଡର ନନ ଅଫିସିଏଲ ପାର୍ଟଟାଇମ ଡାଇରେକ୍ଟର ରୂପେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଛନ୍ତି । ନିଯୁକ୍ତି ଦିନଠାରୁ ପାର୍ଟ ଟାଇମ୍ ଭାବେ ୩ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଏହି ପଦବୀରେ ରହିବେ । ଭାରତ

ସରକାରଙ୍କ କୋଇଲା ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟର ଉପ ସଚିବ ସଞ୍ଜୀବ ଭଟ୍ଟାଚାର୍ଯ୍ୟ ସାଉଥ ଇଷ୍ଟର୍ଣ୍ଣ କୋଲଫିଲ୍ଡ ଲିମିଟେଡର ଅଧକ୍ଷ ତଥା ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଏ.ପି. ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ଚିଠି ଲେଖି ଏହି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଭାରତୀୟ ଜନତା ପାର୍ଟି ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚାର ପୂର୍ବତନ ରାଜ୍ୟସଭାପତି ତଥା ବର୍ତ୍ତମାନ ଦଳର ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ଥିବା ଟଙ୍କଧର ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଭାଜପା ପ୍ରଭାରୀ ମଧ ରହିଛନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନଙ୍କ ଜଣେ ଘନିଷ୍ଠ ସହଯୋଗୀ ରୂପେ ପରିଚିତ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ର ମୂଳବାସିନ୍ଦା ଶ୍ରୀ ତ୍ରିପାଠୀ ଗତ କିଛିଦିନ ହେବ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ରାଜନୀତିରେ ବେଶ୍ ସକ୍ରିୟ ଅଛନ୍ତି ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ଓଜନ ହ୍ରାସ କରେ ପାନମଧୁରୀ ପାଣି

ଦେହକୁ ହିତ ଧନିଆ ପତ୍ର

କେତେ ଦରକାରୀ ପୋଦିନା ?

ଫୁସଫୁସ୍ କର୍କଟ ଆଶଙ୍କା କମାଇବ ଦହି

ଅଁଳାର ଉପକାରିତା

ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ଦାବିପତ୍ର

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷକ ସଂଘ ଉପସଭାପତି ସୁରେଶ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଶତାଧିକ ଶିକ୍ଷକ ଓ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ବିଧାୟକ କିଶୋର କୁମାର ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ସାକ୍ଷାତ କରି ଏକ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାର ୨୯ଟି ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ପଦୋନ୍ନତି ଦୁଇ ଥର ଲେଖାଏଁ ହୋଇ ସାରିଥିବା ବେଳେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଏଥିରୁ ବଞ୍ଚିତ ରହିଛନ୍ତି ବୋଲି ଶିକ୍ଷକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ।

ପ୍ରକାଶ ଥାଉ ଜିଲ୍ଲାର ୨୧ ଜଣ ଶିକ୍ଷକ ହାଇକୋର୍ଟରେ ଏକ ରିଟ୍ ପିଟିସନ୍ ଦାୟର କରିଛନ୍ତି । ମାମଲା ବିଚାରାଧୀନ ଅଛି । ଫଳରେ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରାୟ ୨୨୦୦ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ପଦୋନ୍ନତି ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯାଇଛି ବୋଲି ଲଖନପୁର ପଞ୍ଚାୟତ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକରେ

ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ପୁଷ୍ପା ମିଞ୍ଜ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ତେଣୁ ଏହାର ସ୍ଥାୟୀ ସମାଧାନ ନିମନ୍ତେ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲା ଏନପିଏସ୍ ଶିକ୍ଷକ ସଂଘର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ଚୋଳଦେବ ସା, ଲଖନପୁର ସଭାପତି ସୋମନାଥ ରାଉତ, ସଂପାଦକ ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟ ବିଶ୍ୱାଳ, ଉପଦେଷ୍ଟା ସାଇ ପ୍ରକାଶ ମହାନ୍ତି, ପ୍ରମୋଦ ବିଶ୍ୱାଳ, ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ପ୍ରଧାନ, ଉମାକାନ୍ତ ନେଟୀ, ଅମୂଲ୍ୟ କୁମାର ମଲ୍ଲିକ ସମେତ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରାଥମିକ ସଂପାଦକ ରାଜକିଶୋର ଜେନା, ମହିଳା ସଭାନେତ୍ରୀ ରଞ୍ଜିତା ନାଏକ, ବ୍ରଜରାଜନଗର ସଭାପତି ଚାନ୍ଦ୍ରାମ ଭୋଇ, ଦମୟନ୍ତୀ ହୋତା, ସୁରମା ପଟେଲ, ପଞ୍ଚାନନ ପଟେଲ, ଲଳିତ ପ୍ରଧାନ, ଚନ୍ଦ୍ରାନନ ବୁଢ଼ା, କାର୍ତ୍ତିକ ପାଣ୍ଡେ, ପରମେଶ୍ୱର ନାଏକ, ମାଧବ ରଣା, ବିଜୟ ନାଏକ ପ୍ରମୁଖ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଛେଣ୍ଡ ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଉପେନ୍ଦ୍ର ଭଞ୍ଜ ଜୟନ୍ତୀ

ରାଉରକେଲା: ଛେଣ୍ଡ ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଗୋପବନ୍ଧୁ ପାଠାଗାର ସତ୍ୟବାଦୀ ଭବନରେ କବି ସମ୍ରାଟ ଉପେନ୍ଦ୍ର ଭଞ୍ଜଙ୍କ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ଅଧ୍ୟାପକ ଗିରିଜା ଶଙ୍କର ଗୋସ୍ୱାମୀଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରଶାସକ ମହେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ ବିଶିଷ୍ଟ ସାହିତ୍ୟିକ ବାଗ୍ମୀ କୃଷ୍ଣ କେଶବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ଉପେନ୍ଦ୍ର ଭଞ୍ଜଙ୍କ କବିତାରେ ଓଡ଼ିଶାର ଇତିହାସ ଓ ପୁରପଲ୍ଲୀର ବାସ୍ତବ ଚିତ୍ର ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇଥିବା କହିଥିଲେ । କବି ରାଜୀବ ପାଣି ସଭା କାର୍ଯ୍ୟ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଲକ୍ଷ୍ମଣନାଥ ଦାସ, ହରିହର ଶତପଥୀ, ଅଶୋକ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ବିଭୂତି ଦାସ, ରଶ୍ମିବାଳା ରାଉତରାୟ, କିଶୋରୀ ମୋହନ କର ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ଡାକ୍ତର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଚନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ରେଢ଼ାଖୋଲରେ ୧୫୨୫ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କାର୍ଡ ବଣ୍ଟନ

ରେଢ଼ାଖୋଲ :ରେଢ଼ାଖୋଲ ବ୍ଲକ ଓ ଏନଏସି ଅଞ୍ଚଳରେ ୧୫୨୫ ଜଣ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ସ୍ଥାନୀୟ ବିଧାୟକ ତଥା ସରକାରୀ ଦଳର ଉପମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ଇଂ.ରୋହିତ ପୂଜାରୀ ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା ସ୍ମାର୍ଟ କାର୍ଡ ବଣ୍ଟନ କରିଛନ୍ତି । ଏଥି ମଧ୍ୟରୁ ରେଢ଼ାଖୋଲ ଏନଏସିରେ ୫୪୯ ଜଣ ଓ ବ୍ଲକର ୪ ଟି ପଞ୍ଚାୟତରେ ୯୭୬ ଜଣ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଛି । ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ପବିତ୍ର ବେହେରାଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭା ମାନଙ୍କରେ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଏନଏସିର ଭୀମଭୋଇ କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପରେ ୫୪୯ ଜଣ ଓ ବ୍ଲକର ବଂଶାଜାଲ ପଞ୍ଚାୟତରେ ୨୧୬, ବୁର୍ଲା ପଞ୍ଚାୟତରେ ୧୬୦, ଗରଗଡ଼ବାହାଲ ପଞ୍ଚାୟତରେ ୩୦୦ ଓ ଚାରମାଳ ପଞ୍ଚାୟତରେ ୩୦୦ଜଣ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ସ୍ମାର୍ଟ କାର୍ଡ ବଣ୍ଟନ କରିଥିଲେ । ବିଡିଓ ପରୀକ୍ଷିତ ସାହୁ, ଏନଏସି ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ କନିକା ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପ୍ରଦୀପ ପ୍ରଧାନ, ଏନଏସି ପୂର୍ବତନ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ସୁନୀଲ ପ୍ରଧାନ, ବିଜେଡି ଜିଲ୍ଲା ସମ୍ପାଦକ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ପ୍ରଧାନ, ତ୍ରିବେଣପୁର ସରପଞ୍ଚ ସୂର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ, ବଂଶାଜାଲ ସରପଞ୍ଚ କସ୍ତୁରୀ ପ୍ରଧାନ, ଚାରମାଳ ସରପଞ୍ଚ ସୁପ୍ରଭା ପ୍ରଧାନ, ବୁର୍ଲା ସରପଞ୍ଚ ପାଞ୍ଚାଳୀ ମହାକୁଡ଼, ଗରଗଡ଼ ବାହାଳ ସରପଞ୍ଚ ଦୀପ୍ତିବାଳା ଗଡ଼ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ବୀମା କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବାର୍ଷିକ ସାଧାରଣ ସଭା

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ବେହେରାମାଲ ସ୍ଥିତ ଜୀବନ ଜ୍ୟୋତି ଭବନଠାରେ ଅରୁଣ ଚଇନିଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ୪୭ତମ ବାର୍ଷିକ ବୀମା କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସାଧାରଣ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଡିଭିଜନ ବୀମା କର୍ମଚାରୀ ସଂଘର ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ମନୋରଞ୍ଜନ ବିଶି ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବ୍ରାଞ୍ଚ ସଂପାଦକ ବେଦବ୍ୟାସ ଭୋଇ ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଗୋପୀନାଥ ମିଶ୍ର, ସମ୍ବଲପୁର ଡିଭିଜନ ପୂର୍ବତନ ଉପସଭାପତି ତଥା ଶ୍ରମିକ ନେତା ରତ୍ନାକର ପ୍ରଧାନ, ସମ୍ବଲପୁର ଡିଭିଜନ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ପ୍ରମୁଖ ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଇଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ଆଗାମୀ ବର୍ଷ ପାଇଁ ସର୍ବସମ୍ମତିକ୍ରମେ ସଭାପତି ଅରୁଣ ଚଇନି, ସଂପାଦକ ବେଦବ୍ୟାସ ଭୋଇ, କୋଷାଧକ୍ଷ ଶଶିଭୂଷନ ସା ଏବଂ ୧୩ ଜଣ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଦସ୍ୟ ସଦସ୍ୟାଙ୍କୁ ମନୋନୀତ କରାଯାଇଛି । ଅର୍ଜୁନ ପ୍ରଧାନ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଔଷଧୀୟ ଉଦ୍ୟାନ ଲୋକାର୍ପିତ

ବରଗଡ : ବରଗଡ଼ ସଦର ବ୍ଲକ ନାଗେନପାଲି ସ୍ଥିତ ଆୟୁଷ ହସ୍‌ପିଟାଲ ଓ କଲ୍ୟାଣ କେନ୍ଦ୍ର ପରିସରରେ ଔଷଧୀୟ ଉଦ୍ୟାନ ଓ ଯୋଗକେନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୋଇଛି । ହସ୍‌ପିଟାଲର ମୁଖ୍ୟ ଡ଼କ୍ଟର ଅଜିତ ଦର୍ଜିଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିଧାୟକ ଦେବେଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଧନ୍ୱନ୍ତରୀ ଯୋଗପୀଠ ଓ ଚରକ ଉଦ୍ୟାନ ଲୋକାର୍ପିତ କରିଥିଲେ । ବରଗଡ଼ ବ୍ଲକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷାଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ଭାବେ ଉମେଶ ପଣ୍ଡା, ଜିଲ୍ଲା ଆୟୁଷ ଚିକିତ୍ସାଧିକାରୀ ଡ଼.ଡ଼ୋଳାମଣି ପୁରୋହିତ, ନାଗେନପାଲି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଚେତନାଶ୍ରମର ମହନ୍ତ ପରମାନନ୍ଦ ଦାସ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ଡ଼. କିଶୋର ମିଶ୍ର, ଡ଼. ଆର୍ତ୍ତ ମିଶ୍ର, ସୌଭାଗ୍ୟ ରଞ୍ଜନ ନାୟକ, ଶୁଭେନ୍ଦୁ ସାହୁଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ଗ୍ରାମବାସୀ ସହଯୋଗ କରିଥିବା ବେଳେ ବିଭାଗୀୟ କର୍ମଚାରୀ ପରିଚାଳନାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ୪୪ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ

ବରଗଡ଼ : ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ନିଜର ଚକ୍ଷୁ ଦାନ କରିଥିବା ସ୍ୱର୍ଗତା ଶୈଳବାଳା ଧରଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ଏକ ରକ୍ତ ଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଶିବିରକୁ ସ୍ୱର୍ଗତା ଧରଙ୍କ ସ୍ୱାମୀ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଧର ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଅତାବିରା ବିଧାୟିକା ସ୍ନେହାଙ୍ଗିନୀ ଛୁରିଆ ସମ୍ମାନୀତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ସର୍ବମୋଟ୍ ୪୪ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ନିଷ୍ଠା ପରିବାରର ଉପଦେଷ୍ଟା ଉମେଶ ପ୍ରଧାନ, ସମ୍ପାଦକ ଅଶ୍ୱିନୀ ତ୍ରିପାଠୀ, କୋଷାଧକ୍ଷ ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ସାହୁ, ଚିତ୍ର ପ୍ରଧାନ, ଲୋକନାଥ ସାହୁ, ହେମାଞ୍ଜଳ ସାହୁ, ଶତ୍ରୁଘ୍ନ ସାହୁ, ଲିଙ୍ଗରାଜ ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଶିବିର ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ମେଗା ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଇଗଲ୍ ଗ୍ରୁପ୍ ପକ୍ଷରୁ ମେଗା ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ଏଥିରେ ୮୦ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଶିବିରରେ ତାପସ ରାୟ ଚୌଧୁରୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ସନ୍ଦୀପ ଅଗ୍ରୱାଲ, ଅର୍ଜୁନ ମୋର, ବବନ ସିଂହ, ରମେଶ ଗାନ୍ଧୀ, ଅର୍ଜୁନ ମୁଣ୍ଡା ଓ ଦେବାନନ୍ଦ ବାରିକ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଶିବିରକୁ ଇଗଲ୍ ଗ୍ରୁପର ସଭାପତି ରାକେଶ ସାହୁ, ସଦସ୍ୟ ହିମାଦ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ, ସନ୍ଦୀପ ସ୍ୱାଇଁ, ଦିବ୍ୟସିଂହ ପଟ୍ଟନାୟକ, ନାଗିନ ମହାପାତ୍ର, ସୁଶାନ୍ତ ଚାନ୍ଦ, ରାଜେଶ ପ୍ରଧାନ ଓ ଅଙ୍କିତ ତ୍ରିପାଠୀ ପ୍ରମୁଖ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ଭାଗବତ /// ଉଦ୍ଧବାଗମନ ପ୍ରସଙ୍ଗ

ଯଶୋଦା କହିଲେ- ହେ ଉଦ୍ଧବ ! କହ୍ନେଇଙ୍କୁ କହିବ, ଯଦି ତାଙ୍କର ମନ ହୁଏ ତେବେ ସେ ଏଠାକୁ ଆସନ୍ତୁ । କେବଳ ଆମ ପାଇଁ ଆସିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏଠାକୁ ଆସିବା ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ । ସେଠାରେ ଯଦି ତାଙ୍କୁ ସୁଖ ଆଉ ଆନନ୍ଦ ମିଳୁଛି, ତେବେ ସେ ସେହିଠାରେ ହିଁ ରୁହନ୍ତୁ । ଆମ ବିୟୋଗରେ ଯଦି ତାଙ୍କୁ ସୁଖ ଲାଗୁଛି ତେବେ ସେ ସେହି ମଥୁରାରେ ହିଁ ରହିଥାନ୍ତୁ । ଏଠାରେ ତାଙ୍କ ବିରହରେ ଜଳି, କାନ୍ଦି, ଆମେ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବୁ । ଆମ ସୁଖ ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ କଷ୍ଟ କରିବାର କୌଣସି ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ । ସେ ଯେଉଁଠି ରୁହନ୍ତୁ ପଛେ, ଖୁସିରେ, ଆନନ୍ଦରେ ରହିଥାନ୍ତୁ । ଯଶୋଦା ଏତିକି କହୁ କହୁ ଅଧୀରା ହୋଇଗଲେ । ତାଙ୍କର ବାକ୍‌ରୁଦ୍ଧ ହୋଇ ଆସିଲା । ଆଖିରୁ ଝରଝର ଲୋତକ ନିର୍ଗତ ହେବାରେ ଲାଗିଲା । ରାଧା ମୌନ ହୋଇଗଲେ । ଯଶୋଦାଙ୍କ ଭକ୍ତି ପୁଷ୍ଟିଭକ୍ତି । ପୁଷ୍ଟିଭକ୍ତି ନିଜ ସୁଖର ନୁହେଁ, ନିଜର ଆରାଧ୍ୟର ସୁଖ କଥା ସବୁବେଳେ ଚିନ୍ତା କରୁଥାଏ ।

ଶ୍ରୀରାଧା କହିଲେ ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ତୁମେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଏହି ବଂଶୀ ନେଇଯାଅ । ମୋ ପାଖରେ ଏହା ରହିବାର କୌଣସି ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ମୁଁ ଯାକୁ ପାଖରେ ରଖି କ'ଣ ପାଇବି ? ତାଙ୍କୁ ତୁମେ ଦେଇଦେବ ।

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! କୃଷ୍ଣ ଏବେ ବଡ଼ ରାଜା ହୋଇଗଲାଣି । ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ମୁଁ ଛାର କ'ଣ ବା ପଠାଇ ପାରିବି । ମୁଁ ତା' ପାଇଁ ସରଳବଣୀ ତୁମ ହାତରେ ପଠାଉଛି । ମୁଁ ଏହା ପଠାଉଛି ବୋଲି ତୁମେ କିନ୍ତୁ କହିବ ନାହିଁ । ନିଜ ହାତରେ ତାଙ୍କୁ ଖୋଇଦେବ ।

ଉଦ୍ଧବ ସମସ୍ତଙ୍କ କଥା ଶୁଣିଲେ । ସେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଦେଇ କହିଲେ 'ଆପଣମାନେ କିଛି ଚିନ୍ତା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମୁଁ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଅତିଶୀଘ୍ର ଏଠାକୁ ନେଇ ଆସିବି ।

ଏଥର ଉଦ୍ଧବଙ୍କ ରଥ ମଥୁରା ମାର୍ଗରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଗଡ଼ିଚାଲିଲା । ତାଙ୍କର ମନ ଚିନ୍ତାରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାରାକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ସେ ଭାବିବାରେ ଲାଗିଥିଲେ ମୁଁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜାଣିଥିଲି, କୃଷ୍ଣ ହେଉଛନ୍ତି କରୁଣାସାଗର, ସେ ହେଉଛନ୍ତି କୃପାସାଗର ଓ ଦୟାସାଗର । କିନ୍ତୁ

ଏବେ ଜାଣୁଛି, ସେ ଅତି କଠୋର । ସେ ଏହି ସରଳ ବ୍ରଜବାସୀଙ୍କୁ ବିରହାଗ୍ନିରେ ଦାହ କରିବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ମୁଁ ତାଙ୍କୁ ଭଲକରି ଦି ପଦ ଶୁଣାଇବି ।

ଉଦ୍ଧବ ଯଥା ସମୟରେ ମଥୁରାରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ସେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ତ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ । ଉଦ୍ଧବ ତାଙ୍କୁ କ'ଣ ସବୁ କହିବାକୁ ଆସୁଛନ୍ତି, ସେ ତାହା ଜାଣିଥିଲେ । ତେଣୁ ସେ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ଦେଖିବା କ୍ଷଣି ଆଦରରେ ପାଖରେ ବସାଇ କହିଲେ କ'ଣ, ଗୋକୁଳରୁ ବୁଲି ଆସିଲ ? କ'ଣ ସବୁ ଦେଖିଲ ଉଦ୍ଧବ । ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ଏଠାରେ ଥିଲ, ସବୁବେଳେ ମୋର ପ୍ରଶଂସା କରୁଥିଲ । ଗୋକୁଳ ବୁଲି ଆସିବା ପରେ ନିଶ୍ଚୟ ଗୋପୀଙ୍କୁ ଅଧିକ ପ୍ରଶଂସା କରିବାକୁ ତୁମର ମନ ହେଉଥିବ । ମୁଁ ନିଷ୍ଠୁର ବୋଲି ତୁମର ତ ଦୃଢ଼ ଧାରଣା ହୋଇ ଯାଇଥିବ । ଉଦ୍ଧବ ପ୍ରଥମେ ତ ହତବାକ୍ ହୋଇଗଲେ । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ମୁହଁରୁ ତାଙ୍କର ଅଜାଣତରେ ହିଁ ଶବ୍ଦଟି ବାହାରି ଯାଇଥିଲା ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଲେ- ଉଦ୍ଧବ ! ମୁଁ ନିଷ୍ଠୁର ନୁହେଁ ।

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଉଦ୍ଧବଙ୍କ ମସ୍ତକରେ ତାଙ୍କର ବରଦ ହସ୍ତ ରଖିଦେଲେ । ଉଦ୍ଧବ ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସମାଧିସ୍ଥ ହୋଇ ଦେଖିଲେ ଏବଂ ଜାଣିଲେ ଏ ସମସ୍ତ ତ ହେଉଛି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଲୀଳା । ସେ ମଥୁରାରେ ବି ଅଛନ୍ତି, ସେ ଗୋକୁଳରେ ବି ଅଛନ୍ତି । ଭଗବାନ ତାଙ୍କର ଗୋକୁଳ ଲୀଳା ତାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରାଇଥିଲେ । ଗୋଟିଏ ସ୍ୱରୂପ ମଥୁରାରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ବେଳେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱରୂପ ଗୋକୁଳରେ ଦେଖାଯାଉଥିଲା । ଗୋଟିଏ ସ୍ୱରୂପ ଯଶୋଦାଙ୍କ କୋଳରେ ଖେଳୁଥିବା ବେଳେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱରୂପ ରାଧାଙ୍କ ସହିତ ରାସ କ୍ରୀଡ଼ା କରୁଥିଲା ।

ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ଶୁଣାଗଲା ଉଦ୍ଧବ, ମୋ ଯଶୋଦାମାତା ମୋତେ ଏପରି ପ୍ରେମ ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ରଖିଛନ୍ତି ଯେ ମୁଁ ଗୋକୁଳ ଆଦୌ ଛାଡିପାରୁ ନାହିଁ । ମୁଁ ହୁଏତ ମଥୁରାରେ ଦେଖା ଯାଉଥାଇ ପାରେ, ମାତ୍ର ମୁଁ ଗୋପୀଙ୍କ ସହିତ ସବୁବେଳେ ରହିଛି । ମୁଁ ଗୋପୀଙ୍କ ଠାରୁ ଅଭିନ୍ନ ରାଧା କୃଷ୍ଣ ହେଉଛନ୍ତି ଏକ ।

ଉଦ୍ଧବଙ୍କର ଗୋକୁଳ ଗମନ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଜ୍ଞାନ ଓ ଭକ୍ତିର ହେଉଛି ମଧୁର କଳହର ଚିତ୍ର । ଉଦ୍ଧବଙ୍କ ଜ୍ଞାନ ଆଉ ଗୋପୀଙ୍କର ଭକ୍ତି ନିର୍ଗୁଣ ଆଉ ସଗୁଣ ଏହା ହେଉଛି ସଂଘର୍ଷ ଓ ସମନ୍ୱୟ ।

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଗୋପୀ କୃଷ୍ଣଲୀଳା ଭାଗବତର ଅଠଚାଳିଶ ଅଧ୍ୟାୟରେ ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି । ଏହାପରେ ଭଗବାନଙ୍କର ରଜସ ଲୀଳା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ।

ଜୀବନଶୈଳୀର ବିକାର ଏବଂ ଏହାର ଉପଚାର

ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନଶୈଳୀ ଏବଂ ତା'ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଗଭୀର ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିଛି । ଏକ ସଂଯମିତ, ଅନୁଶାସିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଓ ନିରୋଗ ଜୀବନର ଆଧାର ହୋଇଥାଏ ତ ସେହି ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଅସ୍ତବ୍ୟସ୍ତତା ଏବଂ ବିକୃତି ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଜାରି ରହିଲେ ଆମକୁ ବହୁତ ଭାରୀ ପଡିଯାଏ ଓ ଜୀବନ ନାନା ପ୍ରକାରରୋଗ ଓ ବିକାର ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଜୀବନଶୈଳୀରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ଏପରି ରୋଗଗୁଡିକୁ ଆଜି ମୃତ୍ୟୁର ଏକ ବଡ଼ କାରଣ ମନେ କରାଯାଉଛି ।

ଇଣ୍ଡିଆନ କାଉନସିଲ ଅଫ ମେଡିକାଲ ରିସର୍ଚ୍ଚ ଜୀବନଶୈଳୀ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ରୋଗଗୁଡିକ ଉପରେ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣ କରିଥିଲା, ଯାହାର ୨୦୧୬ ମସିହାର ରିପୋର୍ଟ ଇଣ୍ଡିଆ, ହେଲ୍‌ଥ ଅଫ୍ ଦି ନେସନ୍ସ ଷ୍ଟେଟ ଅନୁସାରେ ଜୀବନଶୈଳୀ ରୋଗ କାରଣରୁ ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରତିଶତ ୧୯୯୦ ମସିହାରେ ୩୭% ଥିଲା, ଯାହା ୨୦୧୬ ମସିହାରେ ବଢ଼ି ୬୧.୮% ହୋଇଗଲା ଅର୍ଥାତ୍ ୬୧% ରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଭାରତରେ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ରୋଗଗୁଡିକ କାରଣରୁ ହେଉଛି । ଏଥିରେ ମେଦବହୁଳତା ଏକ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ । ନ୍ୟାସନାଲ ଫ୍ୟାମିଲି ହେଲଥ ସର୍ଭେ ଅନୁସାରେ ଭାରତ ବିଶ୍ୱରେ ୧୫ କୋଟି ମେଦବହୁଳଗ୍ରସ୍ତ ନାଗରିକଙ୍କ ସହିତ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ଅଛି, ଯେଉଁମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ପ୍ରତିବର୍ଷ ୩୩ ରୁ ୫୧% ହାରରେ ବଢ଼ି ଚାଲିଛି । ଯଦି ବ୍ୟକ୍ତିର ବଡ଼ି ମାସ ଇଣ୍ଡେକ୍ସ ୨୫ ରୁ ଅଧିକ ରହେ, ତ ସେ ମେଦବହୁଳ ଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅହିତକର ଆହାର, ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ଜୀବନଶୈଳୀ, ଶାରୀରିକ ଶ୍ରମର ଅଭାବ ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଶରୀରରେ ଅନ୍ୟ ଜୀବନଶୈଳୀର ବିକାରଗୁଡିକ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର ପ୍ରଥମ ଚରଣ ମଧ୍ୟ ।

ମେଦବହୁଳତା ଟାଇପ-୨ ମଧୁମେହର ଏକ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ଏହି ରୋଗ ପ୍ରୌଢ଼ ଲୋକମାନଙ୍କର ବିଗିଡି ଯାଇଥିବା ଖାଇବା ଓ ଜୀବନଶୈଳୀ

କାରଣରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଏବେ ପିଲାମାନେ ମଧ୍ୟ ଏହାର କବଳରେ କବଳିତ ହେଉଛନ୍ତି । ପ୍ରତି ବାର ଜଣ ଭାରତୀୟ ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ଏବଂ ଭାରତ ବିଶ୍ୱରେ ଏପରି ରୋଗୀ ଥିବା ଦ୍ୱିତୀୟ ସର୍ବବୃହତ ଦେଶ ।

ମେଦବହୁଳତା, ମଧୁମେହ ଓ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ସହିତ ଜଡିତ ଆଉ ଏକ ରୋଗ ହେଉଛି ଧମନୀକାଠିନ୍ୟ, ଯାହା ରକ୍ତବାହିକା ଧମନୀଗୁଡିକର ପ୍ରାଚୀନ ମୋଟା ହେବା ଯୋଗୁଁ ଏବଂ ଏହାର ନମନୀୟତା କମ୍ ହେବା କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିକାର, ଛାତିରେ ବ୍ୟଥା ଏବଂ ହାର୍ଟ ଆଟାକ ହୋଇଥାଏ ।

ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଜଡିତ ଏକ ବଡ଼ ରୋଗ ଅଟେ । ଯେକୌଣସି ଅସାଧାରଣତା, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ହୃତପିଣ୍ଡର ମାଂସପେଶୀ ତଥା ରକ୍ତବାହିକା ପ୍ରାଚୀନ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ- ସେସବୁ ହୃଦରୋଗର ଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତ ଅଟେ । ଭାରତ ବିଶ୍ୱରେ ପାଞ୍ଚ କୋଟି ରୋଗୀଙ୍କ ସହିତ ଏଥିରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି । ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ଧୂମ୍ରପାନ, ମଧୁମେହ ଏବଂ ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । ଭାରତରେ ସର୍ବମୋଟ ୨୬% ମୃତ୍ୟୁ ହୃଦରୋଗ କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଭାରତରେ ୧୦ କୋଟି ଲୋକ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପର ସମସ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ପୀଡ଼ିତ । ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ମେଦବହୁଳତା, ଆନୁବଂଶିକତା ତଥା ଅହିତକର ଖାଦ୍ୟପେୟର ଅଭ୍ୟାସ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ରକ୍ତଚାପ ୧୪୦/୯୦ ବା ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଏ । ଏହାର ଉଚ୍ଚ ଓ ଗମ୍ଭୀର ଅବସ୍ଥାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ତୀବ୍ର ଅସ୍ତବ୍ୟସ୍ତ ଏବଂ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୧୫ ରୁ ୪୯ ବର୍ଷ ଆୟୁ ଭିତରେ ୧୧% ମହିଳା ଏବଂ ୧୫% ପୁରୁଷ ଅଛନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ ମସ୍ତିଷ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରକ୍ତ ନେଇ ଯାଉଥିବା ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀଗୁଡିକ କ୍ଲାନ୍ତ ହୋଇଯାନ୍ତି, ତ ମସ୍ତିଷ୍କର ସେହି ଭାଗରେ ଅକ୍ସିଜେନର ଅଭାବ ହୋଇଯାଏ, ଯାହା ଆଘାତର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପର ଯଦି ଉଚିତ ଉପଚାର ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ କରା ନ ଯାଏ, ତାହା ହୃଦଘାତର କାରଣ ହୋଇପାରେ ।

ଏହିପରି ଅନ୍ୟ ଏକ ଜୀବନଶୈଳୀ ରୋଗ 'ସ୍ୱିମର୍ସ ଇଅର' ଅଟେ ଯାହା ଅଧିକ ତୀବ୍ର ସ୍ୱରରେ ହେଡ୍‌ଫୋନ ଶୁଣିବା କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ । ଗବେଷଣାତ୍ମକ ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁସାରେ ୧୨.୫ ପ୍ରତିଶତ ବ୍ୟକ୍ତି କୋଳାହଳର ସତତ ସଂସର୍ଗ କାରଣରୁ ସ୍ଥାୟୀ ରୂପେ ଶୁଣିବାର କ୍ଷମତା ହରାଇ ବସନ୍ତି ଏବଂ ଏମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ନିରନ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ଚାଲିଛି ।

କ୍ୟାନ୍ସର ମଧ୍ୟ ୭୦-୯୦ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଏକ ଭୟାବହ ରୋଗ ଅଟେ । ଆଜିର ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ଜୀବନ କାରଣରୁ ଆମର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା କମ୍ ହୋଇ ଯାଉଛି, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ଶ୍ୱେତ ରକ୍ତକଣିକାଗୁଡିକ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ଭାଇରସ୍ ସହିତ ଲଢ଼ିବାର ଶକ୍ତି ହରାଇ ବସନ୍ତି । ଏହି କାରଣରୁ କୋଷଗୁଡିକର ଅନିୟମିତ ବିକାଶ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ଯାହା ପରେ କ୍ୟାନସର ରୂପରେ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ । ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଧୂମ୍ରପାନ- ଫୁସଫୁସର କ୍ୟାନସରର ତଥା ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣର ଅତ୍ୟଧିକ ସଂସର୍ଗ ଚର୍ମ କ୍ୟାନସରର କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଭାରତରେ କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ୨୦୧୪ ମସିହାରେ ୧୩.୩ ଲକ୍ଷ ଥିବା ବେଳେ ୨୦୧୭ ମସିହାରେ ୧୫.୨ ଲକ୍ଷ ହୋଇ ଯାଇଛି । କ୍ୟାନସରର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ, ତମାଖୁ ତଥା ମଦ୍ୟ ସେବନ ଏବଂ ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିକୃତି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ସହିତ ସିରୋସିସ୍ ଅତ୍ୟଧିକ ମଦ୍ୟପାନ କାରଣରୁ ହେଉଥିବା ଯକୃତର ରୋଗ ଅଟେ । ମଦ୍ୟବ୍ୟତୀତ ହେପାଟାଇଟିସ୍ କାରଣରୁ ଯକୃତ ବହୁତ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ଜୀବନଶୈଳୀର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ରୋଗ ରୂପେ ବିକଶିତ ହୋଇ ସାରିଛି ଯେତେବେଳେ କି ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଚାପ ଯୋଗୁଁ ବ୍ୟକ୍ତି ମଦିରାର ଅତ୍ୟଧିକ ସେବନ କରୁଛି ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଜୀ-ଇନଭେସ୍କୋ ବିବାଦ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର

ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଭାରତରେ ପ୍ରଥମ ଘରୋଇ ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରସାରକ 'ଜୀ' ମହାମାରୀ-ପର ଗଣମାଧମ ବ୍ୟବସାୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ହେତୁ ଅନ୍ୟତମ ପ୍ରସାରକ 'ସୋନୀ' ସହ ମିଶ୍ରଣ ନିମନ୍ତେ ୨୨ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧ରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଘଟଣାର ପୂର୍ବରୁ ଓ ପରେ ମାସକ ମଧରେ 'ଜୀ ଏଣ୍ଟରଟେନମେଣ୍ଟ ଏଣ୍ଟରପ୍ରାଇଜର୍ସ ଲିମିଟେଡ଼'ର ପରିଚାଳନାକୁ କେନ୍ଦ୍ରକରି ବିବଦମାନ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା ।

୧୯୯୨ରୁ ଗଠିତ 'ଜୀ'ର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଗଣମାଧମ ଉଦ୍ୟୋଗୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ରା ମହାମାରୀ-ପୂର୍ବାବସ୍ଥାରେ ବ୍ୟାବସାୟିକ ସଂକଟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ଫଳରେ ୨୦୧୯ରେ ୧୩ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ଋଣ ପରିଶୋଧ କରିବା ନିମନ୍ତେ 'ଜୀ'ରେ ନିଜ ଅଂଶଧନ ବିକ୍ରୀ କରି ଓହରି ଯାଇଥିଲେ । କମ୍ପାନୀରେ ତାଙ୍କରି ଅଂଶଧନ ଚାରି ପ୍ରତିଶତକୁ ଖସି ଆସିଥିବା ସ୍ଥଳେ ମାର୍କିନ ନିବେଶକ ଇନଭେସ୍କୋ ଓ ଏହାର ସମର୍ଥକ ଓଏଫଆଇ ଗ୍ଲୋବାଲ ଚୀନ ଫଣ୍ଡ ୧୮ ପ୍ରତିଶତ ଅଂଶଧନ ଅଧିକାରୀ ହେଲେ । 'ଜୀ' ଓ 'ସୋନୀ'ର ମିଶ୍ରଣକୁ ସେମାନେ ବିରୋଧ କରିବା ଫଳରେ ମାମଲା କମ୍ପାନୀ ନିୟାମକ ଓ ନ୍ୟାୟାଳୟ ସମୀକ୍ଷାକୁ ଯାଇଥିଲା ।

ଏହି ବିବାଦ ଉପୁଜିବା କେତେଗୋଟି କାରଣ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ । ପ୍ରଥମତଃ, 'ଜୀ ବ୍ୟାବସାୟିକ ସ୍ତରରେ ନୈରାଶ୍ୟଜନକ ପରିସ୍ଥିତି ସାମ୍ନା କରିନଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏହାର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ନିବେଶକ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ରାଙ୍କ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବ୍ୟବସାୟରେ କ୍ଷତି ହେତୁ 'ଜୀ'ର ଅଂଶଧନ ବନ୍ଧକ ରଖି ସଂଗ୍ରହ କରିଥିବା ଋଣ ଭାରରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ନିମନ୍ତେ ନିଜ ଅଂଶଧନ ବିକ୍ରୀ କରିବାକୁ ବାଧ ହୋଇଥିଲେ । ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ରାଙ୍କ 'ଏସେଲ ଗ୍ରୁପ' କୋଠାବାଡ଼ି ନିର୍ମାଣ, ଶିକ୍ଷା, ଅର୍ଥ ଓ କୃଇଜ ଲାଇନସ ଭଳି ବହୁମୁଖୀ ବ୍ୟବସାୟରେ ନିବେଶ କରିଥିଲା । କୁହାଯାଏ ଯେ 'ଜୀ'ରେ ତାଙ୍କରି ଅଂଶଧନ ୪୦ ପ୍ରତିଶତରୁ ପାଞ୍ଚ ପ୍ରତିଶତରୁ କମ୍ ସ୍ତରକୁ ଆସି ଯାଇଥିଲା ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ବ୍ୟାବସାୟିକ କ୍ଷତି ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ରା ଓହରି ଯାଇଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ତାଙ୍କରି ପୁତ୍ର ପୁନିତ ଗୋଏଙ୍କା 'ଜୀ'ର ମୁଖ୍ୟ ପରିଚାଳକ 'ସିଇଓ' ଭାବେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ରହି ଆସିଥିଲେ । 'ଜୀ'ର 'ସୋନୀ' ସହ ମିଶ୍ରଣ ପରେ ମଧ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ରାଜିନାମା ଅନୁଯାୟୀ ପୁନିତ ହିଁ ନୂତନ କମ୍ପାନୀର ମୁଖ୍ୟ ପରିଚାଳକ ପଦବୀରେ ରହିବା ସ୍ଥିରୀକୃତ ହୋଇଥିଲା ।

ତୃତୀୟତଃ, ଇନଭେସ୍କୋ ଓ ଚୀନ ଫଣ୍ଡ ମିଳିତ ଭାବେ 'ଜୀ'ର ସର୍ବାଧିକ ଅଂଶଧନ ନିବେଶକ ଭାବେ କମ୍ପାନୀର ସୁପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ ତିନିଜଣ ପରିଚାଳନା ପରିଷଦ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କୁ ହଟାଇ ନୂତନ ଭାବେ ନିଜ ସମର୍ଥିତ ଛଅ ଜଣଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରିବା ଲାଗି ୧୧ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧ରେ ପତ୍ର ଲେଖିଥିଲେ । ଇନଭେସ୍କୋ ହଟାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ତିନିଜଣଙ୍କ ମଧରେ ପୁନିତ ଗୋଏଙ୍କା ସାମିଲ ଥିଲେ । ଅର୍ଥାତ, ମାତ୍ର ଚାରି ପ୍ରତିଶତ ଅଂଶଧନ ଅଧିକାରୀ କମ୍ପାନୀର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ପରିବାର ଓ ସମର୍ଥକଙ୍କୁ ପରିଚାଳନା ପରିଷଦରୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବାଦ ଦେବା ନିମନ୍ତେ ଦାବି ଜୋର ଧରିଥିଲା ।

ଇନଭେସ୍କୋର ପତ୍ର ପାଇବା ପରେ ୧୩ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧ରେ ପୁନିତ ଗୋଏଙ୍କାଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ଅନ୍ୟ ଦୁଇ ଜଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିଲେ । ସେମାନେ 'ଜୀ' ପରିଚାଳନା ସହ ଦୀର୍ଘ ଦିନରୁ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ଦର୍ଶାଯାଇ ସେମାନଙ୍କ ନିଯୁକ୍ତି କମ୍ପାନୀ ଆଇନ ଉଲଂଘନ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଥିଲା । ଅପରପକ୍ଷେ ପୁନିତ ଗୋଏଙ୍କା ପୂର୍ବବତ ମୁଖ୍ୟ ପରିଚାଳକ ପଦବୀରେ ରହିଲେ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦୋଷାରୋପ ମଧରେ କମ୍ପାନୀର ବାର୍ଷିକ ସାଧାରଣ ପରିଷଦର ମଞ୍ଜୁରୀ ବିନା ତାଙ୍କରି ଦରମା ୪୬ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଥିବା ଦର୍ଶାଯାଇଥିଲା । ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ୨୦୨୦-୨୧ରେ 'ଜୀ'ର କୌଣସି କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ଦରମା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ନ ଥିଲା ।

ଚତୁର୍ଥତଃ, ଏହି ବିବଦମାନ ପରିବେଶରେ ୨୨ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧ରେ ସାଧାରଣ ପରିଷଦ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଅନୁଯାୟୀ 'ଜୀ' ଓ 'ସୋନୀ' ସହ ମିଶ୍ରଣ ଘୋଷିତ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରସ୍ତାବିତ ମିଶ୍ରଣ ରାଜିନାମାରେ 'ଜୀ' ନୂଆ ବ୍ୟବସାୟରେ ୪୭ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ 'ସୋନୀ' ୫୩ ପ୍ରତିଶତ ଅଂଶଧନ ଅଧିକାର କରିବା ପ୍ରାବଧାନ ରହିଥିଲା ।

ନୂତନ କମ୍ପାନୀ ସହ ପ୍ରତିଯାଗିତାରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ ନହେବା ସର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ରାଙ୍କ ପରିବାରକୁ 'ସୋନୀ' ପକ୍ଷରୁ ଦୁଇ ପ୍ରତିଶତ ଅଂଶଧନ ପ୍ରତ୍ୟାର୍ପଣ କରାଯିବା ସର୍ତ୍ତ ରହିଲା । ଫଳରେ 'ସୋନୀ' ୫୧ ପ୍ରତିଶତ ଓ 'ଜୀ' ୪୯ ପ୍ରତିଶତ ଅଂଶଧନ ଭାଗୀଦାର ହେବେ । ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ରାଙ୍କ ପାରିବାରିକ ଅଂଶଧନ ଭବିଷ୍ୟତରେ ୨୦ ପ୍ରତିଶତରୁ ର୍ଉଦ୍ଧ୍ୱ ସୀମା ଅତିକ୍ରମ କରିବ ନାହିଁ ।

୧୧ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୧ରେ ଇନଭେସ୍କୋ ପକ୍ଷରୁ 'ଜୀ'-'ସୋନୀ' ମିଶ୍ରଣ ରାଜିନାମା ସାଧାରଣ ନିବେଶକଙ୍କ ସ୍ୱାର୍ଥରେ ପରିପନ୍ଥୀ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇ ପତ୍ର ଲେଖା ଯାଇଥିଲା । ଇନଭେସ୍କୋ ପକ୍ଷରୁ ୧୧ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧ରେ ଜରୁରୀ ସାଧାରଣ ପରିଷଦ ବୈଠକ ଡ଼ାକିବା ଦାବିକୁ 'ଜୀ' ପରିଚାଳନା ପରିଷଦ ଅକ୍ଟୋବର ପହିଲା ୨୦୨୧ରେ ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କରି ଦେଇଥିଲେ । ଫଳରେ ମାମଲା ଜାତୀୟ କମ୍ପାନୀ ଲ ଟ୍ରିବ୍ୟୁନାଲ ଓ ବମ୍ବେ ହାଇକୋର୍ଟକୁ ଯାଇଥିଲା ।

ପଞ୍ଚମତଃ, ୧୨ ଓ ୧୩ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୧ରେ ଯଥାକ୍ରମେ 'ଜୀ' ଓ 'ଇନଭେସ୍କୋ' ପକ୍ଷରୁ 'ଜୀ' ସହ 'ରିଲାଏନ୍ସ ଇଣ୍ଡାଷ୍ଟ୍ରୀଜ ଲିମିଟେଡ଼' ମିଶ୍ରଣ ନିମନ୍ତେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିବା ତଥା 'ଇନଭେସ୍କୋ' ଏହାର ସୂତ୍ରଧର ସାଜିଥିବା ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା । ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ବିଷୟ ଏହିଯେ ଏହି ପ୍ରସ୍ତାବ ସଂପର୍କରେ ଉଭୟ ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ ସର୍ବସାଧାରଣରେ କୌଣସି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇ ନ ଥିଲା । ଏପରିକି ନିୟାମକ କିମ୍ବା ଅଦାଲତରେ ଅପିଲରେ ମଧ ଏହି ପ୍ରସ୍ତାବର ଆଭାସ ନଥିଲା ।

ସାଧାରଣ ବିଚାରରେ 'ଜୀ' ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ଟେଲିଭିଜନ କମ୍ପାନୀ ସହ ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚୂଡ଼ାନ୍ତ ହୋଇ ସାରିଥିବା ଏବଂ ଏଥିନେଇ ବିବାଦ ଉପୁଜିଥିବା ଅବସରରେ ରିଲାଏନ୍ସ ସହ ଆଲୋଚନା ପ୍ରସଙ୍ଗ ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରକାଶ କରାଯିବା ଉଚିତ ଥିଲା । ସେହିପରି 'ଇନଭେସ୍କୋ' ମିଶ୍ରଣରେ ନିବେଶକଙ୍କ ଲାଭକ୍ଷତି ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଉଥିବା ବେଳେ ପୂର୍ବ ପ୍ରସ୍ତାବ ସଂପର୍କରେ ନୀରବ ରହିବା ସଦାଚାର ବିରୋଧୀ । କୁହାଯାଏ ଯେ କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକର ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପର୍କରେ ପ୍ରଘଟ ହେଲେ ସେୟାର ମୂଲ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ କିମ୍ବା ଛିଣ୍ଡି ଥାଏ । ତେବେ ନିବେଶକ, ମୁଖତଃ ଛୋଟ ନିବେଶକଙ୍କୁ କମ୍ପାନୀ ପରିଚାଳନା ସଂପର୍କରେ ଅବଗତ ନ କରାଇବା ସେମାନଙ୍କ ଅର୍ଥନୀତିକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ସୁନିଶ୍ଚିତ । 'ଜୀ'ରେ ମ୍ୟୁଚୁଆଲ ଫଣ୍ଡ ଓ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ନିବେଶକଙ୍କ ଅଂଶଧନ ପ୍ରାୟ ୭୮ ପ୍ରତିଶତ ହିସାବ କରାଯାଏ ।

ଏହି ବିବାଦ ଘେରରେ 'ରିଲାଏନ୍ସ ଇଣ୍ଡଷ୍ଟ୍ରୀଜ ଲିମିଟେଡ଼' ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରେଇ ରଖିଥିବା ସ୍ପଷ୍ଟୀକରଣ ଦେଇଥିଲା । କୌଣସି ବିବାଦ ମଧକୁ ରିଲାଏନ୍ସ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଚାହେଁନାହିଁ ବୋଲି କହିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ରିଲାଏନ୍ସର ନାମ ନନେଇ ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଏହା ଭୂମିକାକୁ ସମାଲୋଚନା କରାଯାଇଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା । ରିଲାଏନ୍ସ ଟେଲିଭିଜନ କମ୍ପାନୀ 'ନେଟୱାର୍କ ୧୮' ଓ 'ଟିଭି ୧୮'ର ମାଲିକ ।

'ଜୀ'ର କର୍ପୋରେଟ ସମସ୍ୟା ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀ ତୃତୀୟ ଦଶକ ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଭାରତୀୟ ଗଣମାଧମ ପରିବେଶର ଏକ ସୂଚକାଙ୍କ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ପାରେ । ଏନ. ରାମ ଓ ଶେଖର ଗୁପ୍ତାଙ୍କ ଭଳି ଅଭିଜ୍ଞ ଗଣମାଧମ ବିଶ୍ଳେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଦଶକ ଶେଷ ବେଳକୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଗଣମାଧମ ଶିଳ୍ପ ଏକରକମ ଭୁଷୁଡ଼ିବା ଅବସ୍ଥାକୁ ଆସି ଯାଇଥିଲା । ଶିଳ୍ପପତି ମାନେ ଏହାକୁ କଳେ-ବଳେ-କୌଶଳେ ତାଳି ପକାଇ ବଞ୍ଚାଇବାକୁ ଅହରହ ସଂଗ୍ରାମ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ମହାମାରୀଜନିତ ପରିବେଶ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଗଭୀର ପ୍ରଭାବିତ କରିଥିଲା । ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠେ ଗଣମାଧମ ଶିଳ୍ପ ପରିଚାଳନାରେ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଅବଲମ୍ବନ ନ କରାଗଲେ ନିବେଶକ ମାନେ ତ ଅର୍ଥନୀତିକ କ୍ଷତି ସହିବେ, ତେବେ ବଡ଼ ବଡ଼ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଉପରେ ଭରସା ରଖି ଥିବା ଅଗଣିତ ସାମ୍ବାଦିକ ଓ ସମ୍ବାଦ କର୍ମୀ ଅନିଶ୍ଚିତ ଭବିଷ୍ୟତର ଶୀକାର ହେବେ ନାହିଁ କି ?

ବେହେରାରେ ଅଙ୍ଗନୱାଡି କୋଠା ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ବରଗଡ : ବେହେରା ଠାରେ ଆଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ର- ୧ ର ନବନିର୍ମିତ କୋଠା ଲୋକାର୍ପିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଧାୟକ ଦେବେଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଏହାର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ଜୟଦେବ ଗଡ଼ତିଆ, ଉମେଶ ପଣ୍ଡା ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

କର୍ମଭୂମିରେ କର୍ମର ନିୟମ ବଡ କଠୋର ହୋଇଥାଏ । ଯାହାଙ୍କର ନାମ ସ୍ମରଣ ମାତ୍ରେ ଭବ ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଯାଏ, ସେହି ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ରୂପରେ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ମଧ ବସୁଦେବ ଦେବକୀଙ୍କ ପ୍ରାକୃତ ବନ୍ଧନ, କାରାଗାର ବନ୍ଧନ କଟିଲା ନାହିଁ । ବାର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା କଂସର କାଳ କୋଠରୀରେ । କଂସର ପୁଣ୍ୟ କ୍ଷୟ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ବାରବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଧ । ଶ୍ରୀ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଗୋକୁଳରେ ରହିବାକୁ ପଡିଥିଲା । ଯେଉଁ ଦେବକୀ, ଅନନ୍ତ କୋଟି ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ନାୟକ, ସର୍ବେଲୋକ ଅଧୀଶ୍ୱର, ନିଗମାଗମ ବିବନ୍ଦିତ, ଯୋଗ ଯୋଗେଶ୍ୱରେଶ୍ୱର ପତିତପାବନ ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ମଧ ନିଜ ଗର୍ଭରେ ଧାରଣ କରିବାର ମେରୁ ତୁଲ୍ୟ ପୁଣ୍ୟ ମିଳିଥିଲା, ସେହି ମାତୃଦେବୀ ଦେବକୀଙ୍କୁ ନିଜର ଛଅ ପୁତ୍ରଙ୍କ ଶୋକାନଳରେ ଦଗ୍ଧ ହେବାକୁ ପଡିଥିଲା । ଏହା ତାଙ୍କର କେଉଁ କର୍ମର ଫଳ ଥିଲା ? ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ହେଉଛି, ପୂର୍ବ କର୍ମର । ଭୋଗ ବିନା କୋଟି କୋଟି କଳ୍ପରେ ମଧ କର୍ମର କ୍ଷୟ ନାହିଁ । ଅବଶ୍ୟମେବ ଭୋକ୍ତବ୍ୟଂ, କୃତ କର୍ମ ଶୁଭାଶୁଭମ୍ । କର୍ମର ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଅଟଳ ଯେ, ପୁଣ୍ୟର ଫଳ ସୁଖ ହୋଇଥାଏ, ପାପର ଫଳ ଦୁଃଖ । ଦେବକୀଙ୍କ ସେହି ପୁଣ୍ୟ ସାଗରରେ ପୁତ୍ର ଶୋଇ ଜନକ ପାପ ଧୋଇ ହୋଇ ଯାଇ ନ ଥିଲା, ପୁଣ୍ୟ ଥିଲା, ପାପର ନିବାରଣ ହେଲା ନାହିଁ । ଏଥିରୁ ଜଣାଯାଏ, ପୁଣ୍ୟର ଫଳ ସଖ ପ୍ରାପ୍ତି କିନ୍ତୁ ପୁଣ୍ୟ ତା' ସ୍ଥାନରେ ପାପ ତା' ସ୍ଥାନରେ । ପୁଣ୍ୟ କେବେ ପାପକୁ କାଟି ପାରେ ନାହିଁ । ପାପର ଫଳ ଭୋଗିବାକୁ ହିଁ ପଡ଼ିବ । ପୁଣ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଏହାର ନିସ୍ତାର ନାହିଁ । ତା ହୋଇଥିଲେ ଯେଉଁ ଅନନ୍ତାନନ୍ତ ପୁଣ୍ୟ ବଳରେ ଦେବକୀ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ନାୟକଙ୍କ ଜନନୀ, ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ, ହୋଇ ପାରିଲେ, ସେହି ପୁଣ୍ୟ ତୁଳନାରେ ତାଙ୍କର ପାପ କିଛି ନୁହେଁ । ସେ କିଞ୍ଚିତ ପାପ ନିବାରିତ ହୋଇ ପାରିଥାନ୍ତା, ଦେବକୀଙ୍କୁ ଏ ଦୁଃଖ ଭୋଗିବାକୁ ପଡି ନଥାନ୍ତା । ଯେଉଁ ସୌଭାଗ୍ୟ ବଳରେ ସେ ଛଅ ପୁତ୍ରର ଜନନୀ, ଶେଷରେ ଅଷ୍ଟମ ଗର୍ଭରେ ଅଖିଳ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡପତିଙ୍କ ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ ହୋଇ ପାରିଲେ, ସେ ସୌଭାଗ୍ୟ କୁଆଡେ ଗଲା । ଯାହାକୁ ଜନ୍ମ ଦେଲେ ତା'ର ଲାଳନ ପାଳନ ତେଣିକି ଥାଉ, କୋଳରେ ଧରିବା, ଶ୍ରୀମୁଖ ଦେଖିବା ସୌଭାଗ୍ୟ ମଧ ମିଳିଲା ନାହିଁ । ପୂର୍ବ ଜନ୍ମର ପାପର ଫଳ ତାଙ୍କୁ ବଞ୍ଚିତ କଲା, ପୁତ୍ର ମୁଖ ଦର୍ଶନ ଜନିତ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତିରୁ । ବରଂ ସେ ଦଗ୍ଧ ହେଲେ ଶୋକାନଳରେ । ସନ୍ତାନହରା ଜନନୀର ଶୋକ, ଦୁଃଖ ଭୁକ୍ତଭୋଗୀ ବିନା କିଏ ବୁଝିବ ? କହି ହେବ ନାହିଁ, ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ତ ଦୂରର କଥା । କର୍ମ କେତେ ଶକ୍ତି ସମ୍ପନ୍ନ ଏଥିରୁ ବୁଝିବା କଥା । ସ୍ୱୟଂ ସକଳ କର୍ମର ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ପରମ କର୍ମଯୋଗୀ, କର୍ମ ସ୍ୱରୂପ ଭଗବାନ ମଧ କର୍ମଜନିତ ପାପରୁ ତାଙ୍କର ଗର୍ଭଧାରୀ ଜନନୀ, ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ ଦେବକୀଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରି ପାରିଲେ ନାହିଁ । ଦେବକୀ ବାର ବର୍ଷ କାଳ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦଗ୍ଧ ଜୀବନ ଯାପନ କଲେ ।

ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଏକ ସାହସିକ ଅଭିଯାନ

ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସ୍ୱଭାବର ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି ଓ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଯାଉଥିବା ସଂଘର୍ଷ ପଥ, ଯାହା ଉପରେ ଚାଲିବାକୁ ହେଲେ ନିଜର ଦୁର୍ବଳତାଗୁଡିକ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ ତଥା ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଜାଗ୍ରତ ରହି ସାଧନାରେ ନିମଗ୍ନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହି ପଥ ଦେଇ ଆମେ ସେହି ପବିତ୍ର ଭୂମିରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଚାହିଁଥାଉ, ନିଜର ଅଧିକାର ଚାହିଁଥାଉ, ତାହାର ସ୍ୱାଧୀନତା ଚାହିଁଥାଉ, ଯାହା ଏବେ ଷଡ଼ରିପୁଙ୍କ କବଜରେ ଅଛି ଏବଂ ଏପରି କରି ପାରିବା ସରଳ ନୁହେଁ । ଏହା ଏକ ସାହସ, ଦୁଃସାହସ ଚାହିଁଥାଏ, କାରଣ ଏଠାରେ ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରରୁ ପଡ଼ିଥିବା ଅଭ୍ୟାସଗୁଡିକ, ଚେରମାଡ଼ି ବସିଥିବା ସଂସ୍କାରଗୁଡିକ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଲଢ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ସମାଜର ପ୍ରଚଳିତ ପ୍ରବାହର ବିପରୀତ ଚାଲିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ସନାତନ ଧର୍ମରେ ଏହାର ଚରମ ଅବସ୍ଥାକୁ ମୁକ୍ତି, ମୋକ୍ଷ, କୈବଲ୍ୟ ଆଦି ନାମ ଦିଆଯାଇଛି । ଭଗବାନ ବୁଦ୍ଧ ଏହାକୁ ନିର୍ବାଣର ନାମ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ ଅଧ୍ୟାତ୍ମକୁ ଅନନ୍ତ ଆତ୍ମା ଓ ଅନନ୍ତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ବନ୍ଧ ମାନୁଥିଲେ । ଏହା ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସହିତ ନିଜର ସିଧା ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ, ଯାହାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମରେ, ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ନାମ ଦିଆଯାଇଛି, ଯଥା ଗଡ଼, ଅଲ୍ଲା, ଈଶ୍ୱର, ତାଓ, ଜେହୋବା, ୱାହେଗୁରୁ ଆଦି । ସେ ଭାବାତୀତ ଓ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ ମଧ୍ୟ । ସେ ବାହାରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ଓ ଭିତରେ ଆମ ହୃଦୟ ଗୁହାରେ ବି ବ୍ୟାପ୍ତ । ସେ ଏପରି ଏକ ସମ୍ପଦ, ଯାହା ଆମ ହୃଦୟରେ ଲୁଚି ରହିଛି ଓ ଆମକୁ ତାହାର ଜ୍ଞାନ ନାହିଁ । ଆମେ ଏହାକୁ ବାହାରେ ଖୋଜି ବୁଲୁଛେ । ରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ କହୁଥିଲେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ବାହାରେ ବିଛେଇ ହୋଇ ପଡିଥିବା ସୃଷ୍ଟି ପ୍ରତି ଅଧିକ ରୁଚି ଦେଖାନ୍ତି, ଏହାର ରଚୟିତାଙ୍କ ପ୍ରତି ନୁହେଁ । ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକୃତି ହେଉଛି ସେ ସତ୍ୟର ସାମନା କରେ ନାହିଁ, ବରଂ ତାହାର ଛାୟା ପଛରେ ଧାଇଁଥାଏ ।

ସାଂସାରିକ ମାୟା ପଛରେ ଯାତ୍ରା କରି ପରମାତ୍ମା ରୂପୀ ବାସ୍ତବିକ ସତ୍ୟକୁ ଭୁଲିଯିବା ମନୁଷ୍ୟର ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ । ବହୁତ କମ୍ ଲୋକ ଜୀବନର ପରମ ସତ୍ୟକୁ ଜାଣିବାର ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି, ତାହାର ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି । ଅଧିକାଂଶ ତ ଚମତ୍କାର ପଛରେ ଗୋଡାଇ ଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଦୌଡରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଚର୍ଚ୍ଚା ପ୍ରବଚନ ବହୁତ ହୋଇଥାଏ, ଲେଖାପଢ଼ା ବହୁତ ହୋଇଥାଏ, ଭଜନ କୀର୍ତ୍ତନ ବି ବହୁତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତରେ ତାଙ୍କୁ ପାଇବାର ଗମ୍ଭୀର ଚେଷ୍ଟା କେତେ ହୋଇଥାଏ, ଏହା ବିଚାରଣୀୟ ।

ଯଦି ସେପରି ଚେଷ୍ଟା ହୋଇଥାନ୍ତା ତ ଜୀବନ ଏତେ ବିପନ୍ନ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡିରହି ନ ଥାନ୍ତା, ବରଂ ଜୀବନରେ ଶାନ୍ତି ପ୍ରସନ୍ନତା ଓ ଆନନ୍ଦର ପୁଷ୍ପ ଫୁଟିଥାନ୍ତା । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦର୍ଶନ ଭାରତୀୟ ହେଉ ବା ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ପରମ୍ପରା, ଧର୍ମ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଓ ଦର୍ଶନର ଆଦର୍ଶ ରହି ଆସିଛି । ଭାରତରେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଯୋଗୀ କହନ୍ତି ଓ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟରେ ଗୁହ୍ୟବାଦୀ ବା ମିଷ୍ଟିକ କହନ୍ତି । ଯୋଗୀ ବା ଗୁହ୍ୟବାଦୀ ପରମ ସତ୍ୟର ଏକାନ୍ତିକ ଅଭୀପସୁ ହୋଇଥାନ୍ତି ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଚାହିଁଥାନ୍ତି । ଯଦିଓ ଏମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ହାତଗଣତି ହୋଇଥାଏ । ଗୀତାରେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଏହି ସତ୍ୟକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି ଯେ ହଜାର ହଜାର ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କେହି ଜଣେ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ଇଚ୍ଛା ରଖିଥାଏ, ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ ଓ ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହି ଜଣେ ହିଁ ସେହି ସତ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚି ପାରେ ।

ବାସ୍ତବରେ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରାୟ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପରବାୟ କରେ ନାହିଁ । ସେ ତ ତାଙ୍କ ଛାୟା ପଛରେ ଧାଇଁଥାଏ । ବାଟରେ ଯାଉଥିବା ଜଣେ ବାଟୋଇ ଗୋଟିଏ ସୁନ୍ଦର ବଗିଚାକୁ ଦେଖି ତାହାର ସୁନ୍ଦରତାରେ ମୋହିତ ହୋଇଯାଏ, ତାହାକୁ ଦେଖିବାରେ ମଗ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ତାହାର ମାଲିକ ସହିତ ଭେଟିବା ପାଇଁ ତା'ର ଜ୍ଞାନ ରହେ ନାହିଁ । ଏହି ଅବସ୍ଥା ସଂସାରରେ ଲିପ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ହୋଇଥାଏ, ଯିଏ ଏହାର ଚାକଚକ୍ୟରେ ହିଁ ହଜିଯାଏ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତି ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଜୀବାତ୍ମାର ସଚ୍ଚା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ସତ୍ୟକୁ ପାଇବା, ନିଜର ବାସ୍ତବିକ ସ୍ୱରୂପକୁ ଜାଣିବା, ସଂସାରର ଚାକଚକ୍ୟରେ ଏଣେତେଣେ ଭ୍ରମିତ ହେବା ନୁହେଁ ଏବଂ ନିଜର ଆରାଧ୍ୟ, ଇଷ୍ଟ ଓ ଜୀବନର ଧ୍ୟେୟକୁ ଭୁଲିଯିବା ନୁହେଁ । ଏହି ରୂପରେ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଏକ ସାହସିକ ଅଭିଯାନ, ପର୍ବତାରୋହଣ ପରି କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ, ଯାହା ନିଜର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଦରକାର କରିଥାଏ ।

ଗୁରୁ ପ୍ରଥମେ ଶିଷ୍ୟକୁ ପରୀକ୍ଷା କରନ୍ତି ଯେ ଏଥିପାଇଁ ସେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛି କି ନାହିଁ ? ସେ ତା'ର ତନୁ ମନର, ତା'ର ସାହସ, ତା'ର ପାତ୍ରତାର ପରୀକ୍ଷା ନିଅନ୍ତି । ଏହା ପରେ ଉଚିତ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରନ୍ତି । ପର୍ବତାରୋହୀ ପର୍ବତ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ନିମ୍ନ ଉପତ୍ୟକାଗୁଡିକର ମନୋହର ଦୃଶ୍ୟରେ ହଜି ଯାଇପାରେ କିମ୍ବା ଶିଖରଗୁଡିକର ଉଦ୍ୟତାକୁ ଚାହିଁ ରହି ଉପରକୁ ଚଢ଼ିବା ଭୁଲି ଯାଇପାରେ । ଏହିପରି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନରେ ଋଦ୍ଧି ସିଦ୍ଧିଗୁଡିକର ଆକର୍ଷଣ ପଥର ଅବରୋଧ ସାଜି ସାମନାରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀର ହାଲୁକା ହୋଇଯିବା, ପବନରେ ଉଡିବାର କ୍ଷମତା ଆସିଯିବା, ଅନ୍ୟର ମନକୁ ପଢ଼ିବାର ଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ ହେବା, ଦୂରଶ୍ରବଣ, ଦୂରଦର୍ଶନ ଆଦି । ଯିଏ ଏଗୁଡିକରୁ ପାର ହୋଇଯାଏ, ସେ ସତ୍ୟକୁ ଜାଣିପାରେ ।

ଏହି ପ୍ରଲୋଭନ ଏକ ପ୍ରକାରେ ଅଗ୍ନିପରୀକ୍ଷା ଭଳି ସାଧକର ଜୀବନରେ ଆସିଥାଏ ଓ ଶେଷ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାକୁ କଷଟିରେ କଷିଥାଏ । ବୌଦ୍ଧ ଧର୍ମରେ ଏହାକୁ ମାର, ଖ୍ରୀଷ୍ଟିଆନ ଧର୍ମରେ ସଇତାନ କହନ୍ତି ତଥା ରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ ଏହାକୁ ପାପପୁରୁଷ କହୁଥିଲେ, ଯାହା ଦୁର୍ବୁଦ୍ଧି ରୂପେ ସାଧକକୁ ଯେ କୌଣସି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ କରିପାରେ । ନିମ୍ନ ପ୍ରକୃତି କେବେ ବି ଜାଗି ଉଠି ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ବିଗାଡ଼ି ଦେଇପାରେ । ଶୀଘ୍ର ହେଉ କି ବିଳମ୍ବରେ ହେଉ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧକକୁ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବରୋଧଗୁଡିକର ଅଗ୍ନି ପରୀକ୍ଷା ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କ ଶବ୍ଦରେ ଧର୍ମ ଅଧ୍ୟାତ୍ମର ମାର୍ଗରେ ଅଧିକାଂଶ ସାଧକ ଛଳନାକାରୀ ହୋଇଯାନ୍ତି । କେତେକ ସିଦ୍ଧି ମିଳିଗଲେ ଚମତ୍କାରୀ ବାବା ରୂପ ଧାରଣ କରି ନିଅନ୍ତି । ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହୋଇଯାନ୍ତି । ଏଥିରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବାର କିଛି ନାହିଁ ।

ଏହି ସ୍ଥିତି ଅଧୀର ସାଧକମାନଙ୍କର ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ନିଜର ସ୍ନାୟୁ ସଂସ୍ଥାନ, ଶିରାପ୍ରଶିରା ଓ ମନଃ ସଂସ୍ଥାନକୁ ମଜଭୁତ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ବହୁତ କମ୍ ସାଧକ ହିଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚ ପାରନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ କ୍ରମିକ ରୂପେ ସ୍ୱୟଂକୁ ଶୁଦ୍ଧ କରି, ନିଜର ପାତ୍ରତା ବିକଶିତ କରି ଆଗକୁ ବଢ଼ନ୍ତି ଏବଂ ସ୍ୱୟଂ ଉପରେ ଅସାଧାରଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରଖି ମାର୍ଗର ଅବରୋଧଗୁଡିକୁ ପାର କରି ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ମହାପୁରୁଷ ମାର୍ଗର ନଶ୍ୱର ସୁଖ, କାମନା, ବାସନା ଓ ତୃଷ୍ଣାରୁ ବର୍ତ୍ତିବାର ଚେତାବନୀ ଦେଇଛନ୍ତି, ଏଥିରେ ବି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବା ଅନାବଶ୍ୟକ । ଏଥିପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବାକୁ ପଡିଥାଏ, ଏହା ନିଃସନ୍ଦେହ । ଏହି ମାର୍ଗ ପାଇଁ ଯୋଗ୍ୟତାର ଅଭିବର୍ଦ୍ଧନ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ବିବେକ, ବୈରାଗ୍ୟ, ତ୍ୟାଗ, ଅନାସକ୍ତ ଭଳି ସଦଗୁଣଗୁଡିକର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ, କାରଣ କାମନାଗୁଡିକରେ ଅଟକିଥିବା ନାବ ଆଗକୁ ବଢ଼ିପାରେ ନାହିଁ ।

ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମ, ମନର ସ୍ଥିରତା ସମତାକୁ ବିକଶିତ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ, ଯେପରି ତାହା ବାହାରର ପ୍ରଲୋଭନ ଓ ଚାପ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହେଉ ନଥିବ । ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ଗୁରୁ ବାକ୍ୟଗୁଡିକ ଉପରେ ଅସୀମ ଆସ୍ଥା ଧାରଣ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ ଏବଂ ମୁକ୍ତିର ତୀବ୍ର ଅଭୀପସା ଜାଗ୍ରତ ରଖି ସମର୍ପଣର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ବସ୍ତୁତଃ ଏହା ଏକାନ୍ତର ଏକାନ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଡାଣ ଅଟେ । ମାର୍ଗରେ ପବିତ୍ର ମନ ହିଁ ସାଧକର ଗୁରୁ ହୋଇଯାଏ । ହୃଦୟରେ ସ୍ଥିତ ସଦଗୁରୁଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକୁ ଶୁଣିବାର କ୍ଷମତା ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ନିୟମିତ ଧ୍ୟାନର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ, ଯାହା ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ସରଳ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଜପର ଆଶ୍ରୟ ନେଇ ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଏ ।

ଧୀରେ ଧୀରେ ମନ ଇଷ୍ଟରେ ଲୟ ହେବାରେ ଲାଗେ, ଧାରଣା ଶକ୍ତି ବିକଶିତ ହେବାରେ ଲାଗେ ଓ ତାପରେ ଧ୍ୟାନର ଅବସ୍ଥା ଆସିଥାଏ । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଦୀର୍ଘ ଅଭ୍ୟାସ, ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆବଶ୍ୟକ, ଶେଷରେ ଦିନେ ସମ୍ବାଦର ସ୍ଥିତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତଥା ଭିତରୁ ଆନନ୍ଦର ନିର୍ଝର ଫୁଟି ପଡେ । ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତ କେତେ କଠିନତା, ଦୁଃଖ କଷ୍ଟ ଓ ପୀଡ଼ାର ଝଡ଼ ତୋଫାନ ମଧ୍ୟରେ ଗତି କରିବା ପରେ ଯାଇ ଆସିଥାଏ- ଏକଥା ଭୁକ୍ତଭୋଗୀ ହିଁ ଜାଣନ୍ତି ।

ଏହି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ପଥ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମାନବର ଜନ୍ମସିଦ୍ଧ ଅଧିକାର, ବାସ୍ ଗଭୀରତାରେ ଅବତରଣ କରିବା, ଉପର ସ୍ତରରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖରେ ପହଁରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ବ୍ରହ୍ମ ସାଗରରେ ଗୋତା ମାରିବା ଏବଂ ସତତ ଅଭ୍ୟାସ ବଳରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ନିଜର ପାତ୍ରତା ବିକଶିତ କରି ଜୀବନର ସାର୍ଥକତା, ସଚ୍ଚା ସୁଖ ଓ ଆନନ୍ଦ ପାଇବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଏଥିପାଇଁ କାହିଁକି ସଂସାରରେ ଅନାବଶ୍ୟକ ରୂପେ ଫସି ରହି ଅନନ୍ତ ସମୟର ଅପେକ୍ଷା କରିବା ? ସ୍ୱୟଂକୁ ସାଉଁଟି ନେଇ ଆଜି ଏବେ ଠାରୁ ଏହି ମହାନ୍ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲାଗି ନ ଯିବା କାହିଁକି ?

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ପ୍ରେମିକା : ଚାଲ ନା ଜାନ୍ଟୁ, ମ୍ୟାକଡୋନାଲ୍ଡ ଯିବା ।

ପ୍ରେମିକ : ମ୍ୟାକଡୋନାଲ୍ଡର ସ୍ପେଲିଂ କୁହ ତା' ପରେ ଯାଇ ଯିବା ।

ପ୍ରେମିକା : ଛାଡ଼, ସେଠି ଯିବାନି । କେଏଫସି ଯିବା ।

ପ୍ରେମିକ : କେଏଫସିର ଫୁଲଫର୍ମ କୁହ ।

ପ୍ରେମିକା : କଞ୍ଜୁସ୍ କୋଉଠିକାର । ରାସ୍ତା କଡ଼ର ସିଙ୍ଗଡ଼ା ତ ଖାଇବାକୁ ଦେ ।

× × × ×

ରାକେଶ ମୋହନକୁ : ବାହାଘରରେ ତେବେ କ'ଣ ମିଳିଲା ?

ମୋହନ : ବିଏମଡବ୍ଲୁ ।

ରାକେଶ : ହେଲେ ତୋ ଘରେ ତ ମୁଁ ବିଏମଡବ୍ଲୁ କାର ଦେଖି ପାରିଲିନି ।

ମୋହନ : ଆରେ, ବିଏମଡବ୍ଲୁ ମାନେ 'ବହୁତ ମୋଟି ୱାଇଫ' ।

× ×

ବୟଫ୍ରେଣ୍ଡ : ବେୱଫା ତୁ ମୋର ହୃଦୟ ଜାଳିକି ପାଉଁଶ କରିଦେଲୁ ।

ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ତୁମର ବଳିଦାନ ବେକାର ଯିବନି । ଦେଇଦିଅ ସେଇ ପାଉଁଶ ମୁଁ ସେଥିରେ ବାସନ ମାଜିଦେବି ।

× × × ×

ବଣ୍ଟି : ପାପା ମୋ ପାଇଁ ଗୋଟେ ଡିଜେ ଆଣି ଦିଅନା ।

ପାପା : ନା, ମୁଁ ଆଣି ପାରିବି ନାହିଁ, ତୁ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ହଇରାଣ କରିବୁ ।

ବଣ୍ଟି : ନାହିଁ ପାପା, ମୁଁ କାହାକୁ ବି ହଇରାଣ କରିବି ନାହିଁ ଯେତେବେଳେ ସମସ୍ତେ ଶୋଇ ପଡ଼ିବେ ସେତେବେଳେ ରାତିରେ ମୁଁ ବଜାଇବି ।

× × × × × ×

ପତ୍ନୀ : ତୁମେ ସାରା ଦୁନିଆ ଖୋଜି ଆସିବ ତ ମୋ ଭଳି କେବେବି ଜଣେ ଝିଅ ପାଇବ ନାହିଁ ।

ପତି : ଆରେ କ'ଣ କହୁଛ । ଆରେ ମୁଁ ତୁମ ଭଳି ଝିଅ କାହିଁକି ଖୋଜିବି । ଅନ୍ୟ କ'ଣ କେହି ମିଳିବେ ନି ?

ପତ୍ନୀ : ପଞ୍ଚମ ।

× × × × × ×

ପାର୍ଟିରେ ସୁନ୍ଦରୀ ଝିଅକୁ ଦେଖି ପତି ହସି ହସି କଥା ହେଉଥିଲେ, ପତ୍ନୀ କହିଲେ ହେଇଟି ଘରକୁ ଚାଲ ମୁଁ ତୁମ ଜଖମରେ ମୁଭ ଲଗାଇ ଦେବି ।

ପତି : ଆରେ ମୋର କିଛି କ୍ଷତ ହୋଇନି ?

ପତ୍ନୀ : ଘରକୁ ଚାଲ ଆପେ ଆପେ ଜଖମ ହୋଇଯିବନି ।

ସ୍ପ୍ରୀଙ୍କାର

ବର୍ଷ ୨୫, ସଂଖ୍ୟା-୪୦, ୭ - ୧୩ ନଭେମ୍ବର ୨୦୨୧

କ୍ଷୁଧା ମୁକ୍ତ ଭାରତର ଲକ୍ଷ୍ୟ

ଦିନ ଥିଲା ଭାରତକୁ 'ସୁନାର ଚଢ଼େଇ' ଆଖ୍ୟା ମିଳିଥିଲା । ଧନ ରତ୍ନ ଲୁଣ୍ଠନଧାରୀ ବିଦେଶୀ ଶକ୍ତି ସଦାସର୍ବଦା ଭାରତ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କରୁଥିଲେ । ମାତ୍ର ଦୁଃଖର ବିଷୟ ଯେ ଭାରତ ତା'ର ସ୍ୱାଧୀନତାର ୭୫ ବର୍ଷ ପାଳନ କରିବାକୁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ବିଶ୍ୱ ଆମକୁ ଏବେ ଏକ କୁପୋଷଣ ଓ କ୍ଷୁଧାର୍ତ୍ତ ଭାବରେ ଚିତ୍ରିତ କରୁଛି ।

୨୦୧୫ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାଙ୍କର ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଭାରତରେ କୁପୋଷଣ ବ୍ରିକସ୍ (ବ୍ରାଜିଲ, ରୁଷିଆ, ଭାରତ, ଚୀନ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା) ଦେଶଗୁଡିକ ତୁଳନାରେ ସାତଗୁଣ ଅଧିକ ଥିଲା । ଜାତିସଂଘର ଖାଦ୍ୟ ଓ କୃଷି ସଂଗଠନର ସଦ୍ୟ ରିପୋର୍ଟରେ ମଧ ଆକଳନ କରାଯାଇଛି ଯେ ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ଭାରତ କ୍ଷୁଧାମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ତେବେ କରୋନା ମହାମାରୀ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ଆହୁରି ଭୟାବହ କରି ଦେଇଛି । ୨୦୨୧ ର ବିଶ୍ୱ କ୍ଷୁଧା ସୂଚକାଙ୍କ ଭାରତ ପାଇଁ ଏକ ଶକ୍ତ ସଂକେତ କହିଲେ ଭୁଲ୍ ହେବ ନାହିଁ । ଏହି ସୂଚକାଙ୍କ ତାଲିକାରେ ବାଂଲାଦେଶ ଓ ପାକିସ୍ତାନ ପରି ଗରିବ ରାଷ୍ଟ୍ର ତଳେ ଭାରତ ସ୍ଥାନ ପାଇଛି ।

ଜଣେ ମଣିଷର ସାଧାରଣ ଜୀବନ ନିର୍ବାହ ପାଇଁ ଯେତିକି କ୍ୟାଲୋରୀ ଆବଶ୍ୟକ ସେତିକି ନମିଳିଲେ ଆମେ ତାହାକୁ କ୍ଷୁଧାରେ ରହୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କହିଥାଉ । ବିଶ୍ୱରେ ଏକ ଆର୍ଥିକ ମହାଶକ୍ତି ରୂପେ ଉଭା ହେବାକୁ ସଂକଳ୍ପ କରିଥିବା ଭାରତ ଭୋକରେ ରହି କଦାପି ଅଗ୍ରଗତି କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ସବୁଜ ବିପ୍ଳବ ଜରିଆରେ ବିକଶିତ ଓ ଉନ୍ନତମାନର ଫସଲ ଉତ୍ପାଦନ ଇତ୍ୟାଦିର ସବୁ ସଫଳତା ମଧ ଭାରତର ଭୋକକୁ ଦୂର କରି ପାରି ନାହିଁ । ଏକଥା ସତ୍ୟ ଯେ, ବିଶାଳ ଜନସଂଖ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ଭାରତରେ ଗତ ଦୁଇଦଶନ୍ଧି ମଧରେ ଆଖି ଦୃଶିଆ ଆର୍ଥିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି । ମୋଟ ଘରୋଇ ଉତ୍ପାଦ ୪.୫ ଗୁଣ ଏବଂ ମୁଣ୍ଡପିଛା ଆୟ ୩ ଗୁଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ସେହିଭଳି ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ପ୍ରାୟ ୨ ଗୁଣ ବଢ଼ିଛି । କିନ୍ତୁ ଭାରତ ଏହାର ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ଭଲ କରି ମୁଠାଏ ଖାଇବାକୁ ଦେଇ ପାରୁ ନାହିଁ । ବିଶେଷ କରି ମହିଳା ଏବଂ ଶିଶୁମାନେ ଭୋକିଲା ରହୁଛନ୍ତି । ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଏହା ହିଁ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ବିଡ଼ମ୍ବନା ।

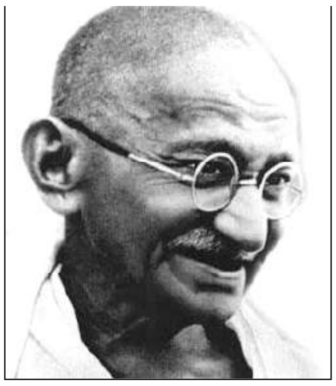
ବିଶ୍ୱ ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ଓ ପୋଷଣ ୨୦୨୦ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ଭାରତ ୧୮୯.୨ ନିୟୁତ ଲୋକ ବା ୧୪% ପୁଷ୍ଟିହୀନତାର ଶିକାର । ୧୫ ରୁ ୪୯ ବର୍ଷ ମଧରେ ପ୍ରଜନନକ୍ଷମ ବୟସର ୫୧.୪% ମହିଳା ରକ୍ତହୀନତାର ଶିକାର । ଭାରତରେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବୟସର ପିଲାମାନଙ୍କ ମଧରୁ ୩୪.୭% ସେମାନଙ୍କ ବୟସ ତୁଳନାରେ ଉଚ୍ଚତା କମ୍ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୨୦% ଶିଶୁଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ତୁଳନାରେ ଓଜନ କମ୍ । ପୁଷ୍ଟିହୀନ ଶିଶୁମାନଙ୍କର ହଇଜା, ନିମୋନିଆ ଏବଂ ମ୍ୟାଲେରିଆ ଭଳି ରୋଗରେ ମୃତ୍ୟୁ ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ଥାଏ । ତିନୋଟି ଅଗ୍ରଣୀ ସୂଚକାଙ୍କ ଆଧାରରେ 'ବିଶ୍ୱ କ୍ଷୁଧା ସୂଚକାଙ୍କ ୨୦୨୦' ଭାରତକୁ ୧୧୬ ଟି ଦେଶ ମଧରୁ ୧୦୧ ରେ ସ୍ଥାନିତ କରିଛି ।

ଏହା କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ ଯେ ଭାରତର ଏହି ଉଦବେଗଜନକ ଓ ଲଜ୍ଜାଜନକ ସ୍ଥିତି ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟତଃ ଖାଦ୍ୟ ଅପଚୟ ଦାୟୀ । ଏକ ଆକଳନ ଅନୁଯାୟୀ, ପ୍ରତିବର୍ଷ ବିଶ୍ୱରେ ଉତ୍ପାଦିତ ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରାୟ ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଯୋଗାଣ ଶୃଙ୍ଖଳା ପରିଚାଳନାରେ ଅପାରଗତା ହେତୁ ଫଳ ଏବଂ ପନିପରିବାର ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ଉତ୍ପାଦିତ ଶସ୍ୟର ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ବା ଉପଭୋକ୍ତା ବଜାରରେ ପହଞ୍ଚି ପାରେ ନାହିଁ । ସେହିପରି ଅନେକ ଖାଦ୍ୟ ଗୋଦାମ ଓ ବ୍ୟବସାୟୀମାନେ ଅବୈଧ ଭାବରେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ମହଜୁଦ୍ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ ତାହା ବ୍ୟବହାର ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ବଣ୍ଟନ ନେଟୱାର୍କକୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ନେଇ ଏହାକୁ ଏକତ୍ର କରି ତା'ପରେ ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇ ପାରେ ।

୨୦୧୧ ମସିହାରେ 'ବିଶ୍ୱ କ୍ଷୁଧା ସୂଚକାଙ୍କ'ରେ ଭାରତ ୬୭ ତମ ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ବେଳେ ତା' ପର ଠାରୁ ଲଗାତାର ତଳକୁ ଖସି ୨୦୨୧ରେ ୧୦୧ ତମ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବା ଆମର ଶାସନ ତନ୍ତ୍ର ଓ ପ୍ରଶାସନିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଉପରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଚିହ୍ନ ଛିଡ଼ା କରିଛି । ବିଶ୍ୱର ଦ୍ୱିତୀୟ ବୃହତ୍ ଜନସଂଖ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ଦେଶ ଭାବରେ ଭାରତ ସ୍ଥିର ଅର୍ଥନୈତିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଏବଂ ନିକଟ ଅତୀତରେ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନରେ ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳତା ହାସଲ କରିଛି ସତ୍ କିନ୍ତୁ ଦାରିଦ୍ର୍ୟ, ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ଏବଂ ପୁଷ୍ଟିହୀନତା ପରି ସମସ୍ୟା ମଧ କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ଚାଲିଛି । ଏହାପଛର ଆଉ ଏକ କାରଣ ହେଲା ବେରୋଜଗାର ବା କମ୍ ରୋଜଗାର । ଆମ ଜନସଂଖ୍ୟାର ପ୍ରାୟ ୨୧.୨୫ ପ୍ରତିଶତ ଦିନକୁ ୧୫୦ ଟଙ୍କାରୁ କମ୍ ଆୟ କରି ଜୀବନଯାପନ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଖାଦ୍ୟ କିଣିବାରେ ଓ ଖାଇବାରେ ସେମାନେ ଅସମର୍ଥ ।

ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ କ୍ଷୁଧାକୁ ମୁକାବିଲା କରିବା ପାଇଁ ଭାରତ ଏବେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛି । ଏହା କହିବା ବାହୁଲ୍ୟ ଯେ ବିଶ୍ୱ ଖାଦ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁସାରେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପୁଷ୍ଟିହୀନ ଲୋକଙ୍କ ମଧରୁ ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ଲୋକ ଭାରତରେ ରହନ୍ତି । ଗତ ଦୁଇଦଶନ୍ଧି ମଧରେ ଭାରତୀୟଙ୍କ ହାରାହାରି ମୁଣ୍ଡପିଛା ଆୟ ତିନିଗୁଣରୁ ଅଧିକ ହେଲେ ମଧ ଏହାର ଫଳ ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚି ପାରିନି । ଏମିତି ନୁହେଁ ଯେ ଭାରତ କ୍ଷୁଧା ନିବାରଣ ପାଇଁ କିଛି କରି ନାହିଁ । ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ସୁଲଭ ମୂଲ୍ୟରେ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଇବା ପାଇଁ 'ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଆଇନ ୨୦୧୩' ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିଲା । ତଥାପି ଏହାର ସୁଫଳ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଖରେ, ବିଶେଷକରି ଦଳିତ ଆଦିବାସୀମାନଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚି ପାରି ନାହିଁ ।

ନୋବେଲ ପୁରସ୍କୃତ ଅର୍ଥନୀତିଜ୍ଞ ଅଭିଜିତ ବାନାର୍ଜୀଙ୍କ ଏକ ଗବେଷଣା ଲବ୍ଧ ସନ୍ଦର୍ଭରୁ ଜଣା ପଡିଛି ଯେ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଉପାୟରେ ଏହି ବିଶାଳ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରାଯାଇ ପାରେ । ତାହା ହେଲା କୃଷକ ପାଖରେ ଚାଷ, ଉତ୍ପାଦନ, ବଣ୍ଟନ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ଫଳରେ ଖାଦ୍ୟ ଅପଚୟ ହେବ ନାହିଁ । ବଣ୍ଟନ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ହେଉଥିବା ଦୁର୍ନୀତି ଓ କଳାପୋତେଇ ଲୋପ ପାଇବ । ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନରେ ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ ଭାରତ ଭୋକିଲା ରହିବ ନାହିଁ । ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ଭାରତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ଷୁଧା ନିବାରଣ ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେବ । ଭାରତର ଟାଟା କର୍ନେଲ କୃଷି ଓ ପୁଷ୍ଟିକର ସଂସ୍ଥାନର ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ ଭାରତରେ ପୁଷ୍ଟିହୀନତା ହାର କମ କରିବାକୁ ହେଲେ ଧାନ ଓ ଗହମ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ବିବିଧ ପୁଷ୍ଟିସାର ଖାଦ୍ୟର ଉତ୍ପାଦନ ଓ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ କୃଷି ଭିତ୍ତିଭୂମିର ବିପୁଳ ସଂସାଧନ ବିନିଯୋଗ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।



ଧର୍ମ ପ୍ରଚାର

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

ବଳ ପ୍ରୟୋଗକରି କାହାକୁ ନିଜ ଧର୍ମକୁ ଦୀକ୍ଷିତ କରି ଆଣିବାର ଦିନ ସରିଗଲାଣି । ଗୋଟିଏ ଧର୍ମରୁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଧର୍ମକୁ ନିଜର ଆନୁଗତ୍ୟକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରି ଆଣିବା ଏବଂ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱୀ ଧର୍ମମାନଙ୍କର ପରସ୍ପରକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବା, ତାହାହିଁ ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଘୃଣା ପୋଷଣ କରିବାକୁ ଜନ୍ମ ଦେଇଥାଏ ।

କୋରାନରେ ଏପରି ଆଦୌ କିଛି ନାହିଁ ଯାହାକି ଆଉଜଣଙ୍କୁ ନିଜ ଧର୍ମକୁ ଦୀକ୍ଷିତ କରି ଆଣିବାକୁ ବଳପ୍ରୟୋଗ କରିବାଲାଗି ପରାମର୍ଶ ଦେଉଛି ।

ସାମାଜିକ ବ୍ୟାପାରରେ ଆମେ ଯେପରି ଜଣେ ଆଉଜଣକର ମୁଣ୍ଡ ଫଟାଇବାକୁ ଆଦୌ ଇଚ୍ଛା କରୁନାହିଁ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଧାର୍ମିକ ବ୍ୟାପାରଗୁଡିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ତାହା ଅବଶ୍ୟ କରି ପାରିବା ।

ମୋର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ହୋଇ ଯାଇଛି ଯେ, ଯଦି ନେତାମାନେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ନ ଚାହିଁବେ, ତେବେ ସାଧାରଣ ଲୋକେ ମଧ କଦାପି ତାହା କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରିବେ ନାହିଁ । ଯାବତୀୟ ଉନ୍ନତିଶୀଳ ଦେଶରେ ଯେପରି ହୋଇଛି, ପାରସ୍ପରିକ ଝଗଡ଼ା ଓ କଳହ ବର୍ବରୋଚିତ ଏବଂ ଧର୍ମର ବିରୁଦ୍ଧ ହୋଇଥିବାରୁ, ଆମ ସାଧାରଣ ଜୀବନରୁ ସେଗୁଡିକୁ ମୂଳପୋଛ କରି ଦିଆଯିବ ବୋଲି ନେତାମାନେ ରାଜି ହୋଇଯିବେ, ତେବେ ମୋ'ର ଆଦୌ କୌଣସି ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ଯେ, ଜନସାଧାରଣ ମଧ ନୀରବ ରହି ସେମାନଙ୍କର ଅନୁସରଣ କରିବେ ।

ମଧସ୍ଥତା ହେଉଛି ଏକ ପୁରାତନ ପଦ୍ଧତି ଏବଂ ଏକ ସଭ୍ୟ ପଦ୍ଧତି ।

ସବୁ କାଳ ଲାଗି ଏବଂ ସବୁ ଜାତିଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ପାରସ୍ପରିକ ସହିଷ୍ଣୁତା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଜନମତ ସଚ୍ଚୋଟ ହୋଇଥିଲେ ପୀଡ଼ିତ ପକ୍ଷମାନେ ଆଇନକୁ ନିଜ ହାତକୁ ନେଇଯିବା କଦାପି ସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିବାଦକୁ ଘରୋଇ ମଧସ୍ଥତା ଅଥବା ବିଚାରାଳୟକୁ ନେଇ ବିଚାର କରିବା ଉଚିତ ।

ଯେଉଁସବୁ ସ୍ଥାନରେ ହିନ୍ଦୁମାନେ ସ୍ୱତଃପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ବହୁକାଳରୁ ମସଜିଦ୍ ଆଗରେ ବାଜା ବଜାଇବେ ନାହିଁ ବୋଲି ନିୟମଟିକୁ ପାଳନ କରି ଆସୁଛନ୍ତି, ସେଠାରେ ସେମାନେ ସେହି ନିୟମଟିକୁ ଆଦୌ ଭାଙ୍ଗିବେ ନାହିଁ । ମାତ୍ର, ଯେଉଁଠାରେ ସେମାନେ ବାଜା ବଜାଇ ଆସୁଛନ୍ତି ଓ କେହି ତାହାର ବିରୋଧ କରୁ ନାହାନ୍ତି, ସେଠାରେ ମଧ ଯେଉଁଭଳି ଚାଲି ଆସିଛି, ସେହିଭଳି ଚଳିବ । ଯେଉଁଠାରେ ଗଣ୍ଡଗୋଳର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି ଏବଂ ସ୍ଥିତାବସ୍ଥା ବିଷୟରେ ବିବାଦ ରହିଛି, ସେଠାରେ ଦୁଇ ସଂପ୍ରଦାୟ ମଧସ୍ଥତାକୁ ମାନିଯିବା ଉଚିତ ହେବ ।

ଓଜନ ହ୍ରାସ କରେ ପାନମଧୁରୀ ପାଣି

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ସମସ୍ତେ ଫିଟ୍ ରହିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି । ଓଜନ ବୃଦ୍ଧିକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତାରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଘରେ ସହଜରେ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବେ । ମେଦ ବହୁଳତାକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତାରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ପାନମଧୁରୀ ପାଣି ଏକ ମହୌଷଧି ଭାବେ କାମ କରିଥାଏ । କାରଣ ଏହା ଓଜନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ସାଧାରଣତଃ ପାନମଧୁରୀକୁ ମସଲା ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଏହାକୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ମାଉଥ୍ ଫ୍ରେଶନର ଭାବରେ ମଧ ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ଭରପୁର ପାନମଧୁରୀକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହଜମ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ । ସବୁଠାରୁ ଖାସ୍ କଥା ହେଉଛି ପାନମଧୁରୀ ଅପେକ୍ଷା ଏହାର ପାଣି ଅଧିକ ଫଳପ୍ରଦ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଭରି ରହିଛି । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଏସିଡିଟି ସମେତ

ପେଟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ ପାନମଧୁରୀ ଏକ ଔଷଧ ରୂପେ ପରିଗଣିତ । ପାନମଧୁରୀରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ସୋଡିୟମ୍, ଆୟରନ ଏବଂ ପୋଟାସିୟମ ରହିଛି । ସେଥିପାଇଁ ଶରୀରକୁ ଥଣ୍ଡା ରଖିବା ପାଇଁ ପାନମଧୁରୀ ପାଣି ପିଇବା ଜରୁରୀ । ପାନମଧୁରୀରେ ଫାଇବର ମାତ୍ରା ବହୁତ ଅଧିକ ରହିଛି । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତିର ପେଟ ଭର୍ତ୍ତି ହେବା ପରି ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ଯାହାକି ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ସବୁଠୁ ଲାଭଦାୟକ । ଏହା ଶରୀରରେ ଅତିରିକ୍ତ ଚର୍ବି ଜମିବାକୁ ଦିଏନାହିଁ । ଏହି ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ବାହାରିଯାଏ । ଏହା ସହିତ ଶରୀରର ମେଟାବଲିଜିମ୍‌କୁ ସୁଦୃଢ଼ କରେ । ଫଳରେ ଉତ୍ତମ ମେଟାବଲିଜିମ୍ ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ରାତିରେ ଏକ ଗ୍ଲାସ ପାଣିରେ ୨ ଚାମଚ ପାନମଧୁରୀ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ମିଶ୍ରିକୁ ଭିଜାଇ ରଖନ୍ତୁ । ସକାଳୁ ଉଠିବା ପରେ ଖାଲି ପେଟରେ ପାନମଧୁରୀକୁ ଛାଣି କରି ସେହି ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଓଜନ ହ୍ରାସ ହୋଇଥାଏ ତାହା ନୁହେଁ ବରଂ ଶରୀରରେ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଦେହକୁ ହିତ ଧନିଆ ପତ୍ର

ଭାରତୀୟ ବ୍ୟଞ୍ଜନଗୁଡିକରେ ଧନିଆ ଗୁଣ୍ଡ ବା ଏହାର ପତ୍ରକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ସ୍ୱାଦ ଦ୍ୱିଗୁଣିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ପତ୍ରକୁ ଚଟଣି କରି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଅନେକ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । କାରଣ ଧନିଆ ପତ୍ରରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଫାଇବର, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଖଣିଜ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଫସଫରସ୍, ଆୟରନ୍, କ୍ୟାରେଟିନ୍, ଥିୟାମିନ୍ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ ମିଳିଥାଏ । ସବୁଜ ଧନିଆ ପତ୍ର ପେଟଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ସହ ହଜମଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଧନିଆର ତାଜା ପତ୍ରଗୁଡିକୁ ଘୋଳଦହି ସହିତ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବଦହଜମି, ବାନ୍ତି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ ବରଂ ତଟକା ଧନିଆ ପତ୍ର କଞ୍ଚାଲଙ୍କା, ଅଦା, ନଡିଆ କୋରା ଆଦି ମିଶାଇ ଚଟଣି କରି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଧନିଆ ପତ୍ରରୁ ସବୁଠୁ ଲାଭଦାୟକ ଗୁଣ ହେଉଛି ଏଥିରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାର ଭିଟାମିନ୍ ଏ' ମିଳିଥାଏ ଯାହାକି ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ପିଜୁଳି

ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କ ବାଡ଼ିଘରେ ପିଜୁଳି ଗଛଟିଏ ଥାଏ । ବର୍ଷାଦିନେ ଏହି ଫଳ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଫାଇବର, ଖଣିଜ ଓ ଖାଦ୍ୟସାର ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପକାରୀ । ପିଜୁଳି ଅନେକ ପ୍ରକାର ଶାରୀରିକ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏହା ତ୍ୱଚାରେ ଚମକ ଆଣିବା ସହିତ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଶରୀରରେ ଏହା ଜଳୀୟ ଅଂଶ ବୃଦ୍ଧି କରାଏ ।

ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଡାଏଟରେ ପିଜୁଳିକୁ ସାମିଲ କରିପାରିବେ । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଭୋକ ଲାଗେ ନାହିଁ । ପେଟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ଭଳି ଲାଗେ । ଏଥିରେ କମ୍ କ୍ୟାଲୋରି ଥିବାରୁ ଓଜନ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ ।

ପିଜୁଳି ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ସଠିକ୍ କରିଥାଏ । ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବେଶ୍ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ସବୁବେଳେ ଥଣ୍ଡା ଓ କାଶରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଉଥିବା ଲୋକେ ଏହାକୁ ଡାଏଟରେ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ । ପୁଜିଳି ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଫଳରେ ଥଣ୍ଡା କାଶ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ ପାଏ ।

ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ପିଜୁଳି ରାମବାଣ ସଦୃଶ । ଏହା ସୁଗାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଭୋଗୁଥିବା ଲୋକେ ନିୟମିତ ପିଜୁଳି ସେବନ କରିବା ଉଚିତ । ପିଜୁଳି ମଞ୍ଜି ପେଟକୁ ଭଲ ଭାବେ ସଫା କରିଥାଏ । ଫଳରେ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଏସି ଲଗାଇଲେ ଆସେନା ସୁଖନିଦ୍ରା

କବାଟ, ଝରକା ଖୋଲାଥିବା ଶୟନ କକ୍ଷ ସୁଖ ନିଦ୍ରା ଦିଏ ବୋଲି ଗବେଷକ କହିଛନ୍ତି । ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଶୟନ କକ୍ଷର କବାଟ ଝରକା ଖୋଲା ରହିଲେ ଭିତରେ ଥିବା ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ମାତ୍ରା କମି ଯାଇଥାଏ । ଫଳରେ କକ୍ଷରେ ଅମ୍ଳଜାନ ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଏକ ଶାନ୍ତ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଯାହାକି ସୁଖ ନିଦ୍ରା ଆଣିବାରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ତେବେ ଏସି ଲଗାଇ ଶୋଇଲେ ସୁଖ ନିଦ୍ରା ଆସି ନ ଥାଏ । ଏନେଇ ଆମେରିକା ଷ୍ଟାନଫୋର୍ଡ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣା ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଏସି ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶୟନ କକ୍ଷରେ ମୁକ୍ତ ବାୟୁ ଚଳାଚଳରେ ବ୍ୟାଘାତ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପଡେ । ଅପରପକ୍ଷରେ କବାଟ, ଝରକା ଖୋଲା ରଖିଲେ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ ଯୋଗୁଁ ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ । ଫଳରେ ମନରେ ଆନନ୍ଦ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବା ସହିତ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣର ବିଶ୍ରାମ ପାଇଥାନ୍ତି । ଏହା ସହିତ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ନାନା ପ୍ରକାର ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ଦୁରେଇ ଯାଇଥାଏ ବୋଲି ଏହି ରିପୋର୍ଟରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

କେତେ ଦରକାରୀ ପୋଦିନା ?

ବାଡିବଗିଚାରେ ମିଳୁଥିବା ପୋଦିନା ଶରୀର ପାଇଁ ନିହାତି ଦରକାରୀ । ଏହାର ଅନେକ ଔଷଧ ଗୁଣ ରହିଥିବାରୁ ସମସ୍ତେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଗୋଟିଏ ଚାମଚ ପୋଦିନା ରସ ସହିତ ଲେମ୍ବୁ ରସ ଓ ମହୁ ମିଶାଇ ଦିନରେ ଦୁଇ/ତିନିଥର ପିଇଲେ ବଦହଜମୀ ଏବଂ ପିତ୍ତଦୋଷ କଟିଥାଏ ।

ପୋଦିନା ରସରେ ଚିନି ମିଶାଇ ପିଇଲେ ହାକୁଟି କମିଯାଏ । ପୋଦିନା ସେବନ ଦ୍ୱାରା ପରିସ୍ରା ପରିଷ୍କାର ହେବା ସହ ମହିଳାଙ୍କ ମାସିକ ଧର୍ମର ଅନିୟମିତତା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ପୋଦିନାର ସିଝା ପାଣିରେ ଲୁଣ ମିଶାଇ କୁଳି କଲେ କଣ୍ଠ ପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ ।

କାଶ ହେଲେ ପୋଦିନା ପତ୍ର ଓ ଅଦା ରସ ସହିତ ଟିକିଏ ମହୁ ମିଶାଇ ଚାଟିଲେ, କାଶ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ବିଷାକ୍ତ ପୋକ, ମଶା ଆଦି କାମୁଡିଲେ ପ୍ରାଥମିକ ଉପଚାର ଭାବେ ପୁଦିନା ପତ୍ରକୁ ବାଟି କ୍ଷତ ଜାଗାରେ ଲଗାନ୍ତୁ ।

ତଟକା ପୁଦିନାପତ୍ର ପ୍ରତିଦିନ ଚୋବାଇବା ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତର ଜୀବାଣୁ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଦାନ୍ତ ସୁରକ୍ଷିତ ରହେ ।

ପୋଦିନା ପତ୍ର ସହିତ ଟିକିଏ ଗୋଲାପ ଡ଼ାଳ ଏବଂ ଲେମ୍ବୁ ରସ ମିଶାଇ ଲେପ ତିଆରି କରି ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ମୁହଁ ଧୋଇ ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ସକାଳେ ସଜ ପାଣିରେ ମୁହଁ ଧୋଇ ଦେଲେ ବ୍ରଣ ଦୂର ହେବା ସହିତ ମୁହଁ ଉଜ୍ୱଳ ଦେଖାଯାଏ ।

ଫୁସଫୁସ୍ କର୍କଟ ଆଶଙ୍କା କମାଇବ ଦହି

ନୂଆ ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁସାରେ ଉଚ୍ଚ ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବର ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଓ ଦହି ଫୁସଫୁସ କର୍କଟ ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ କରିପାରେ । ଆମେରିକା, ୟୁରୋପ ଓ ଏସିଆର ପ୍ରାୟ ୧୪ ଲକ୍ଷ ବୟସ୍କଙ୍କ ଉପରେ ହୋଇଥିବା ବିଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ ତଥ୍ୟ ଉପରେ ଅଧ୍ୟୟନ ଟି ଆଧାରିତ । ହୃଦରୋଗ ଓ ଗ୍ୟାଷ୍ଟ୍ରୋଇଷ୍ଟିନାଲ କର୍କଟ ମାମଲାରେ ଉଚ୍ଚ ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବର ଓ ଦହି ବିଶେଷ ହିତକର ବୋଲି ପୂର୍ବ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ତେବେ ସଦ୍ୟ ଅଧ୍ୟୟନରେ ସାମିଲ ପ୍ରତିଯୋଗୀ କେତେ ଫାଇବର ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଓ ଦହି ଖାଉଥିଲେ, ସେହି ଅନୁସାରେ ସେମାନଙ୍କୁ ୫ ଟି ଦଳରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଥିଲା । ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଦହି ଓ ଫାଇବର ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥିଲେ, ଆଦୌ ଦହି ଖାଉ ନ ଥିଲେ ଏବଂ କମ୍ ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବରଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସେମାନଙ୍କଠାରେ ଫୁସଫୁସ୍ କର୍କଟ ଆଶଙ୍କା ୩୩ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ଜଣାପଡିଲା । ଆମେରିକାର ୨୦୧୫-୨୦୨୦ ଖାଦ୍ୟ ନିୟମାବଳୀରେ ଏହାକୁ ସମର୍ଥନ କରାଯାଇଛି । ଉଚ୍ଚ ଫାଇବର ଓ ଦହିକୁ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ସାମିଲ କରିବାକୁ ଏହା ସୁପାରିଶ ଦେଇଛି ବୋଲି ଭ୍ୟାନଡରବିଲ୍ଟ ଇନଗ୍ରାମ କ୍ୟାନସର ସେଣ୍ଟରର ଅଧ୍ୟୟନର ବରିଷ୍ଠ ଲେଖକ ସାଓ -ଓଉ ଶୁ କହିଛନ୍ତି ।

ବାଇଗଣ ଖାଇଲେ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହେବ

ବିଭିନ୍ନ ପନିପରିବା ମଧ୍ୟରୁ ବାଇଗଣ ହେଉଛି ଅନ୍ୟତମ । ଏହି ପରିବାକୁ କିଏ ପୋଡି ଖାଏ ତ କିଏ ତରକାରି କରି ଖାଏ । ବାଇଗଣରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ବି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ । ଏସବୁକୁ ବାଦ ଦେଲେ ଏହା ଆମର ଚିକିତ୍ସା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବହୁ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କିଛି ଲୋକ ଏହି ପରିବାକୁ ନାପସନ୍ଦ କରୁଥିବାରୁ ଏବେଠାରୁ ଏହାକୁ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ବିଶ୍ୱର ପ୍ରତି ୧୦ ଜଣରେ ୫ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ବାଇଗଣ ଖାଇଥାନ୍ତି ।

ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଜାପାନ ଓ ଭାରତରେ ଏହି ପରିବାର ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ । ଜାପାନରେ ଏହାକୁ ଆମିଷ ତରକାରି ସହ ରନ୍ଧାଯାଏ । ନିକଟରେ ଆମେରିକୀୟ ଗବେଷକ କରିଥିବା ସେମାନଙ୍କ ଗବେଷଣାରୁ ନିଶ୍ଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି ଯେ ଦୈନିକ ବାଇଗଣ ଖାଇବା ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ । ବାଇଗଣ ଭର୍ତ୍ତାରେ ଛୋଟ ଚାମଚରେ ଏକ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ସୁନିଦ୍ରା ହୁଏ । ତରକାରିରେ ଏହା ଖାଇବା ଖୁବ ଲାଭପ୍ରଦ । ବାଇଗଣ ସୁପରେ ହେଙ୍ଗୁ ଓ ରସୁଣ ସମପରିମାଣରେ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଅମ୍ଳ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷାମିଳେ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି ।

କୋଲେଷ୍ଟେରଲ କମାଇବ ଆଭୋକାଡୋ

ଆଭୋକାଡୋ ଏକାଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହିତକର ଗୁଣ ରହିଛି । ହୃତପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ଏହାକୁ ବିଶେଷ ଲାଭକର ଫଳ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଏକ ସଦ୍ୟ ଅଧ୍ୟୟନ ଏହିତଥ୍ୟର ବଳିଷ୍ଠ ପ୍ରମାଣ ଦେଇଛି । ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁସାରେ, ଦିନକୁ ଗୋଟିଏ ଆଭୋକାଡୋ ଖାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଏଲଡିଏଲ ସ୍ତର କମିଥିଲା । ଅର୍ଥାତ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା । ଏଥିସହ ଅତିରିକ୍ତ ଓଜନ ଓ ମେଦବହୁଳତା ସ୍ତର ମଧ କମିଥିଲା । ଅଧ୍ୟୟନରେ ସାମିଲ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ସେମାନଙ୍କ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଦିନକୁ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ ଆଭୋକାଡୋ ସାମିଲ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ସେମାନଙ୍କ ଠାରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଳ୍ପ କ୍ଷୁଦ୍ର, ଘନ

ଏଲଡିଏଲ କଣିକା ହ୍ରାସ ପାଇବାର ଗବେଷକମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିବା ନ୍ୟୁଟ୍ରିସନ ପ୍ରଫେସର ପେନି କ୍ରିସ୍-ଇଥରଟନ୍ କହିଛନ୍ତି । କ୍ଷୁଦ୍ର ଓ ଘନ ଏଲଡିଏଲ କଣିକାଗୁଡିକ ବିଶେଷ କ୍ଷତିକାରକ, ଯାହା ଧମନୀରେ ଚର୍ବି ଜମା କରିଥାଏ । ଆଭୋକାଡୋ ବାସ୍ତବରେ ସୁସ୍ଥ ଚର୍ବି ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଏଥିରେ କାରୋଟେନଏଡସ ରହିଛି ଯାହା ଆଖିର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଅନ୍ୟ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ମଧ ଏହା ଭରପୁର ।

ବହୁ ଉପକାରୀ ଅଦା

ଅଦା ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ଭରପୁର । ଏହା ନାନା ପ୍ରକାର ରୋଗରୁ ଦୁରେଇ ରଖେ ବୋଲି ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଖଣ୍ଡେ ଅଦା ଚୋବାଇବା ସହିତ ଗ୍ଲାସେ ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇଲେ ଅନେକ ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ । ଏହା ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ କରିବା ସହିତ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରେ । ଫଳରେ ହାର୍ଟଆଟାକ୍‌ରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ନିଦ୍ରାହୀନତାରୁ ମୁକ୍ତି ଦେବା ସହିତ ଶାରୀରିକ ଦୁର୍ବଳତାକୁ ମଧ ଦୂର କରେ । ପ୍ରତିଦିନ ଅଭ୍ୟାସ କରି ଏପରି କଲେ ମାଂସପେଶୀ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ବାତରେ ଏହା ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଛି ।

ରାମକଥା

ସନ୍ଥ ତୁଳସୀ ଦାସ ଏଠାରେ ମାଙ୍କଡ଼ ଆଉ ଶୁଆର ଉଦାହରଣ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଛନ୍ତି । ଶିକାରୀ, ବଣୁଆମାନେ ଶୁଆ ଆଉ ମାଙ୍କଡ଼କୁ ଧରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟ କରନ୍ତି । ଶୁଆକୁ ଧରିବା ପାଇଁ ତଳେ କିଛି ବ୍ୟବଧାନରେ ଖୁଣ୍ଟି ପୋତନ୍ତି । ଟିକିଏ ଉଚ୍ଚା କରି ସରୁ ସରୁ ତାର ଦୁଇ ଖୁଣ୍ଟିରେ ବାନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତି । ତାର ବାଉଁଶ ନଳୀ ଭିତରେ ଯାଇଥାଏ, ଯେପରି ବାଉଁଶ ଘୁରିପାରେ । ତଳେ କିଛି ଦାନା ବୁଣି ଦେଇଥାନ୍ତି । ଶୁଆ ଦାନା ଖାଇବାକୁ ଆସେ । ସ୍ୱାଭାବିକ ରୀତିରେ ଟିକିଏ ଉଚ୍ଚାରେ ବସିବାକୁ ଯାଇ ତାର ଉପରେ ଥିବା ବାଉଁଶ ନଳୀ ଉପରେ ବସିଯାଏ । ନଳୀ ତା ଭାରରେ ଘୁରିଯାଏ । ଆଉ ଶୁଆ ଓଲଟା ଓହଳି ପଡ଼େ । ଶୁଆ ତା ପଞ୍ଝାରେ ନଳୀକୁ ମୁଠାଇ ଧରିଥାଏ, ଧରିଥାଏ ସେ ନିଜେ, ପରିଶେଷରେ ସେ ଛାଡିପାରେ ନାହିଁ । ଆଉ ବଣୁଆ ତାକୁ ଧରି ପକାଏ ।

ମାଙ୍କଡ଼କୁ ବି ଠିକ୍ ଏହିପରି ଧରାଯାଏ । ଶିକାରୀ ସରୁମୁହଁ ଥିବା ହାଣ୍ଡି ମାଟିରେ ପୋତିଦିଏ, ସେପରି ମୁହଁଟି ଟିକିଏ ଉପରକୁ ଟେକି ହୋଇ ରହିଥିବ । ହାଣ୍ଡି ଭିତରେ କିଛି ଚଣା ରଖିଦିଏ । ହାଣ୍ଡିରେ ଚଣା ଦେଖି ମାଙ୍କଡ଼ ଖୁସି ହୋଇଯାଏ । ଶୀଘ୍ର ଚଣା ଖାଇବାକୁ ଯାଇ ସେ ହାଣ୍ଡି ଭିତରେ ଦୁଇ ହାତ ପୁରାଇ ଦିଏ । ଆଉ ଚଣାକୁ ମୁଠାଇ ଧରେ । ମୁଠା ହୋଇଯିବା ପରେ ସେ ହାତକୁ ଆଉ ହାଣ୍ଡି ଭିତରୁ ବାହାରକୁ ବାହାର କରି ଆଣିପାରେ ନାହିଁ । ହାଣ୍ଡିରେ ଭୂତ ଅଛି ବୋଲି ମାଙ୍କଡ଼ ଭାବେ । ପ୍ରକୃତରେ ମାଙ୍କଡ଼କୁ କେହି ଧରି ନ ଥାଏ । ଚଣା ତାର ଅତି ପ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ । ତେଣୁ ସେ ଚଣାକୁ ଛାଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ଚଣାକୁ ଯଦି ସେ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତା ତେବେ ହାତ ସୁନ୍ଦର ବାହାରି ଆସନ୍ତା । ମାଙ୍କଡ଼ ନିଜେ ବନ୍ଧନରେ ପଡ଼ିଯାଏ, କିନ୍ତୁ ତା ହାତକୁ କେହି ବାନ୍ଧି ଧରିଛି ବୋଲି ଭାବୁଥାଏ ।

ଠିକ୍ ଏହିଭଳି ଏହି ସଂସାର ହେଉଛି ଏକ ହାଣ୍ଡି । ମାୟା ଏଥିରେ ବିଷୟରୂପୀ ଚଣା ଭର୍ତ୍ତିକରି ଦେଇଛି । ଅହଂତା ଆଉ ମମତା ରୂପୀ ଚଣା ଏଥିରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇ ରହିଛି । ମନ ମାଙ୍କଡ଼ ଭଳି । ମନ ବିଷୟକୁ ମୁଠାଇ ଧରିଛି । ବିଷୟରୂପୀ ଚଣାକୁ ମନ ଛାଡି ପାରୁ ନାହିଁ । ଏହି ହେତୁ ସେ ବନ୍ଧନରେ ପଡି ଯାଇଛି । ମଣିଷର ବନ୍ଧନ ବାନର ଭଳି । ମଣିଷଙ୍କୁ କିଏ ବାନ୍ଧିଛି ? ଜୀବର ବନ୍ଧନ ଅଜ୍ଞାନ ହେତୁ ରହିଛି । ଜୀବ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଶରଣକୁ ଚାଲିଗଲେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ହେଲେ ସେ ବିଷୟକୁ ଛାଡେ ନାହିଁ ।

ମଣିଷ କଥାରେ ଯେତେ ଚତୁର ଆଚରଣରେ ସେତେ ଚତୁର ନୁହେଁ । ଏହି ଜୀବକୁ ସଂସାର ଖୁବ୍ ମିଠା ଲାଗେ । ସଂସାର ସୁଖ ପ୍ରତି ଯାର ଘୃଣା ଆସେ ନାହିଁ । କାଳ ଧକ୍କା ମାରିବା ପୂର୍ବରୁ ଭାବି ଚିନ୍ତି ଯଦି ସଂସାରକୁ ଛାଡି ଦିଆ ହୁଅନ୍ତା ତେବେ କିଛି ଖରାପ ହୁଅନ୍ତା କି ?

ଜୀବ ମୁକ୍ତ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଅଂଶ, ଆନନ୍ଦ ରୂପ । ଯାକୁ କେହି ବାନ୍ଧି ନାହାନ୍ତି । ଇଏ ନିଜେ ବିଷୟକୁ ଛାଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ଅଜ୍ଞାନ ହେତୁ ନିଜେ ନିଜକୁ ବାନ୍ଧି ରଖିଛି । ଚୈତନ୍ୟ ଜୀବ ଜଡ଼ ମାୟା ଗଣ୍ଠିରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇଯାଇଛି । ବାସନାରେ ବଶୀଭୂତ ହୋଇଥିବା ଜୀବ ଯେତେ ସୁଖ ଭୋଗ କରୁଛି ସେତେ ସେତେ ଏହି ଗଣ୍ଠି ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ମଜବୁତ୍ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଏହି ଗଣ୍ଠିରୁ ମୁକୁଳିବା ପାଇଁ ଜ୍ଞାନୀପୁରୁଷମାନେ ଜ୍ଞାନ ରୂପୀ ଦୀପ ପ୍ରକଟ କରନ୍ତି । ଆଉ ଏହାର ପ୍ରକାଶରେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଗଣ୍ଠିକୁ ଫିଟାନ୍ତି । ଅତ୍ୟଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରିବା ଜ୍ଞାନରୂପୀ ଦୀପ ପ୍ରକଟ ହୋଇପାରେ ।

ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଶ୍ରଦ୍ଧା- ହେଉଛି ଗାଈ । ଏହି ଗାଈକୁ ଜପ, ତପ, ସ୍ୱାଧାୟ ସତକର୍ମ ରୂପୀ ଘାସ ଚରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଭାବ ରୂପୀ ବାଛୁରୀ ହେଲେ କ୍ଷୀର ବାହାରେ । ବିଶ୍ୱାସୀ ରୂପୀ ପାତ୍ରରେ ଶୁଦ୍ଧ ମନ ରୂପୀ ଗଉଡ଼ ଏହି ଗାଈକୁ ଦୁହେଁ । ନିବୃତି ରୂପୀ ପଘାରେ ଗାଈର କ୍ଷୁରାକୁ ବାନ୍ଧିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଧର୍ମରୂପୀ ଦୁଧକୁ ନିଷ୍କାମତା ରୂପୀ ଅଗ୍ନି ଉପରେ ଗରମ କରାଯାଏ । ସନ୍ତୋଷ ରୂପୀ ବାୟୁରେ ଗରମ କ୍ଷୀରକୁ ଥଣ୍ଡା କରିବାକୁ ହୁଏ । ଧୈର୍ଯ୍ୟରୂପୀ ଖଟା ଦୁଧରେ ପକାଇ ଦହି ବସାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ସଦବିଚାର ରୂପୀ ଖୁଆଦଣ୍ଡରେ ପ୍ରସନ୍ନତା ରୂପୀ ଦଉଡି ଗୁଡ଼ାଇ ବିଧି ମନ୍ଥନ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ସୁଖ ସିନ୍ଧୁ କା ମୁଖ କହାଁ, ପଞ୍ଚ ତୀର୍ଥ କହଁ ଧାମ ।
କୌନ ସଦ୍‌ମମୟ ନିତ୍ୟ ହେଁ, କୌନ ସ୍ୱରୂପ ଅନାମ ॥୨୪॥

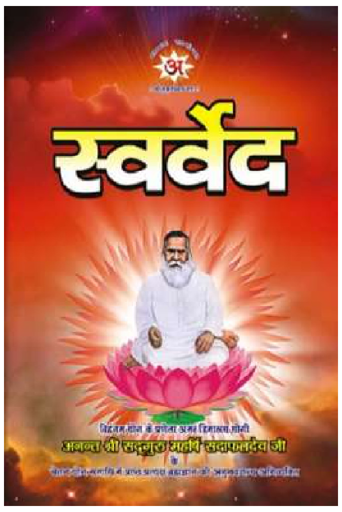
ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରଶ୍ନ କରି ଆଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଉପଦେଶ ଦେବା ବିଧାନ ବେଦରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଏ । ଅଥର୍ବ ବେଦରେ 'କେନ ସୁକ୍ତ' ଅଛି, ଯେଉଁଥିରେ ଋମ୍ଭ ସ୍ୱରୂପ ବିଷୟରେ ପ୍ରଶ୍ନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ପଦରେ ପ୍ରଶ୍ନ କରି ଉଦାତ୍ତ ବ୍ରହ୍ମତତ୍ତ୍ୱର ସଙ୍କେତ କରାଯାଇଛି । ସୁଖସାଗରର ଦ୍ୱାର କେଉଁଠି ଏବଂ ପଞ୍ଚତୀର୍ଥମାନଙ୍କର ସ୍ଥାନ କେଉଁଠି ତଥା ନିତ୍ୟ ଆନନ୍ଦମୟ ଗୃହ କେଉଁଠି ଏବଂ ଅବ୍ୟକ୍ତ ନାମ କାହାର ଅଟେ ? ଏସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଏହି ପ୍ରକାର ଅଟେ

୧) ଅକ୍ଷର ପାର ଚେତନ ଧାର ଯେଉଁଠାରେ ପ୍ରକଟ ହୋଇ ଆତ୍ମାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ତାହା ଚେତନ ଧାରର ଉଦ୍‌ଗମ ସ୍ଥାନ ସୁଖସାଗରର ଦ୍ୱାର ଅଟେ ।

୨) ଯୋଗରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ମନ, ପ୍ରାଣ, ସୁରତି ଏବଂ ଆତ୍ମା - ଏମାନଙ୍କର ପବିତ୍ର ହେବାର ପାଞ୍ଚଟି ସ୍ଥାନକୁ 'ତୀର୍ଥ' ବୋଲି ଅଭିହିତ କରାଯାଇଛି । ଯୋଗର ଏହି ପାଞ୍ଚ ଭୂମିରେ ସ୍ନାନ କରି ଯୋଗୀ ପବିତ୍ର ହୁଅନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଏମାନଙ୍କୁ ପଞ୍ଚତୀର୍ଥ କୁହାଯାଏ । ଏହି ପଞ୍ଚତୀର୍ଥମାନଙ୍କର ସ୍ଥାନ କ୍ରମଶଃ ଯୋଗଭୂମିରେ ଆଚାର୍ଯ୍ୟଗଣ କହିଥାନ୍ତି, ଯାହାକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନୀ ଅନୁଭବ ସାଧକ ଜାଣନ୍ତି ।

୩) ସଦ୍‌ମ ଗୃହକୁ କହନ୍ତି । ସଦ୍‌ମ ଶବ୍ଦ ବୈଦିକ ନିଘଣ୍ଟୁର ଅଟେ । ଚେତନ ପରଂବ୍ରହ୍ମପ୍ରାପ୍ତି ମଣ୍ଡଳ ସମାଧି ଧାମକୁ ନିତ୍ୟଗୃହ କହନ୍ତି । ଆତ୍ମା ଏକଦେଶୀ ହେବା ଯୋଗୁଁ ତାହାର ସାଧନା ଏବଂ ପ୍ରାପ୍ତି ମଧ୍ୟ ଏକଦେଶୀ ହୋଇଥାଏ, ପରନ୍ତୁ ବ୍ରହ୍ମତତ୍ତ୍ୱର ଅନୁଭବ ସର୍ବଦା ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ସାକ୍ଷାତକାର ଏକଦେଶୀ ଏବଂ ଅନୁଭବ ଅନ୍ତର୍ଦେଶୀ ବ୍ୟାପକ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ଥୂଳରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହୋଇଥିବାରୁ ସ୍ଥାନ-ଭେଦରେ ଭୂମିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ରୂପରେ ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ପ୍ରାପ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗେ । ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଭୂମି ନ ଥାଏ । ସେ ତ ସର୍ବବ୍ୟାପକ ଅଟନ୍ତି, ପରନ୍ତୁ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକୃତି ଆବରଣ ହଟାଇବା ନିମନ୍ତେ ଯୋଗସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମାରେ ନିହିତ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମିତ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେବାକୁ ପଡ଼େ ଏବଂ ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମତାର ଗହନ ସ୍ଥାନ-ଭେଦରେ ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେବାରେ ଲାଗେ । ସେଥିପାଇଁ ଆତ୍ମିକଶକ୍ତି କେନ୍ଦ୍ରୀତ କରିବା ପାଇଁ କ୍ରମଶଃ ପାଞ୍ଚ କେନ୍ଦ୍ର ଅର୍ଥାତ୍ ପାଞ୍ଚଭୂମିମାନଙ୍କର ନିରୂପଣ କରାଯାଇଛି । ଚେତନ ପରମାନନ୍ଦ ପରମ ପ୍ରଭୁ ହିଁ ନିତ୍ୟ ଗୃହ ଅଟନ୍ତି ଯେଉଁଥିରେ ସମସ୍ତ ଚରାଚର ପ୍ରାଣୀ ଆଶ୍ରୟ ପାଇ ନିଜ କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ଉପଭୋଗ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ଚେତନ, ନିତ୍ୟ ସତ୍ତା କେବେ ନାଶ ହୁଏନାହିଁ । ପରଂବ୍ରହ୍ମ ନିତ୍ୟ ହୋଇଥିବାରୁ ତାଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ମଧ୍ୟ ନିତ୍ୟ ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ସେହି ଚେତନ ଗୃହ ପରମାନନ୍ଦ ସମାଧି ମଣ୍ଡଳ ଧାମକୁ 'ନିତ୍ୟସଦ୍‌ମ' କୁହାଯାଇଛି ।

୪) ସେହି ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ସ୍ୱରୂପକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ କାହିଁକି ନା ସେ ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଏବଂ ବାଣୀର ବିଷୟ ନୁହନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ସେହି ବ୍ରହ୍ମ ସତ୍ତାଙ୍କ



ସ୍ୱରୂପର ଲକ୍ଷଣ ବାଣୀ ଦ୍ୱାରା ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ କାହିଁକି ନା ସେ ଅବାଚ୍ୟ ଏବଂ ଅକଥନୀୟ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଟନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତ, ଅବ୍ୟକ୍ତ ଏବଂ ଅଗୋଚର ହୋଇଥିବାରୁ ସେହି ସ୍ୱରୂପକୁ 'ଅନାମ' କହିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁ ପଦାର୍ଥକୁ ଆତ୍ମା ଅନୁଭବ କରେ ସେହି ଚେତନ ଅନୁଭବକୁ ଜଡ଼-ବାଣୀ ବୋଲି କେମିତି ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ପାରିବ ? ସଂସାରର ଭୌତିକ ସୁଖର ସ୍ୱରୂପ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ସେସବୁର ଅନୁଭବ ହେବା ପରେ ହିଁ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ପଷ୍ଟ ଯଥାର୍ଥତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇପାରିବ । ତେବେ ପ୍ରକୃତି ପାର ଅନୁଭବଗମ୍ୟ ଆନନ୍ଦର ବର୍ଣ୍ଣନା କେମିତି ହୋଇ ପାରିବ ? ସେଥିପାଇଁ ଏହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ମର୍ମ ରସାସ୍ୱାଦନ କଲା ପରେ ହିଁ ବୋଧ ହୋଇପାରିବ । ସେହି ଅନୁଭବଗମ୍ୟ, ପରମ ସୁଖର ବର୍ଣ୍ଣନା ବାଣୀର ବିଷୟ ନୁହେଁ । ଚେତନ, ଚେତନର ଆନନ୍ଦ ଅଟେ, ଯୋଗ ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ଏହି ପଦରେ ପରମପୁରୁଷଙ୍କର ସ୍ୱରୂପର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାରେ ଅସମର୍ଥତା ପ୍ରକଟ କରି ତାହାଙ୍କୁ 'ଅନାମ' ବୋଲି ଘୋଷିତ କରାଯାଇଛି ।

ସୁଖ ପଦାରଥ ଅନ୍ୟ ନହିଁ, ନହିଁ ପ୍ରାପ୍ତ ବଡ଼ କୋୟ ।
ଅନ୍ୟ ଉଚ୍ଚ କୋଇ ପଦ ନହିଁ, ନାମ ବଡ଼ା ନହିଁ ହୋୟ ॥୨୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ପରମପୁରୁଷଙ୍କଠାରୁ ଭିନ୍ନ ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରୁଥିବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହା ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପାଇବା ଯୋଗ୍ୟ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପଦାର୍ଥ ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ଏହି ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି, ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତିରୁ ଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଅବସ୍ଥା କିମ୍ବା ପଦ ନାହିଁ । ସାରଶବ୍ଦ ପରମପୁରୁଷଙ୍କଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ନାହିଁ । ପରଂବ୍ରହ୍ମ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଜୀବକୁ ସୁଖ ଏବଂ ଶାନ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ହିଁ ଜୀବନର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ କାର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ ଯାହା ମାନବ ଜୀବନରେ ହିଁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇପାରେ । ଅତଏବ ପୁରୁଷାର୍ଥୀ ଆତ୍ମାଗୁଡ଼ିକ ଏହି ଶରୀରରେ ପରମପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ପଦକୁ ଲାଭକରି ସବୁ ଦିଗରୁ କୃତକୃତ୍ୟ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ହିଁ ଜୀବନର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ସାର୍ଥକତା ଅଟେ ।

କାମ ବୃହତ ନହିଁ ଯାହି ସେ, ଭିନ୍ନ ତୁମ୍ହାରା ନ କୋୟ ।
ହେ ଅଜ୍ଞାନୀ ଜୀଓ ଜଡ଼, କ୍ୟୋଁ ନ ଭଜନ କର ସୋୟ ॥୨୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ ଈଶ୍ୱର ପ୍ରାପ୍ତି ଅତିରିକ୍ତ ଦ୍ୱିତୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନାହିଁ । ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କାମ ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତି ଅଟେ, ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ନୁହେଁ । ହେ ଅଜ୍ଞାନୀ ବିବେକହୀନ ଜୀବ ! ସେହି ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଭଜନ କାହିଁକି କରୁନାହଁ ? ସଂସାରର ସବୁଠାରୁ ମହାନ୍ ଏବଂ ଶ୍ରେଷ୍ଠ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଭଜନ ଅଟେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଜୀବନର ସମସ୍ତ 'ଳ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରଭୁ ଭକ୍ତି ହିଁ ଜୀବନର ସାର ଅଟେ । ଏଥିରୁ ବଡ଼ି ଅନ୍ୟ ଜୀବନର ମୌଳିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ, ଆମେ ସମସ୍ତ କାମ ତ୍ୟାଗକରି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଉପାସନା କରିବା କାହିଁକି ନା ଏହା ହିଁ ଜୀବନର ପରମକୃତକୃତ୍ୟତା ଅଟେ ।

ଅବ ତୁମ କ୍ୟା ସଂସାର ମେଁ, ଚାହୋ ଯାସେ ଭିନ୍ନ ।
ଭନ ସ୍ୱଭାଓ୍ୱ ଅଜ୍ଞାନ ମେଁ, ମନ ଓ୍ୱଚ କାୟା ଲୀନ ॥୨୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତି ଅତିରିକ୍ତ ତୁମେ ଏହି ଅସାର ସଂସାରରୁ କ'ଣ ଚାହଁ ? ଅଜ୍ଞାନ ଏବଂ ମୋହ ଯୋଗୁଁ ପ୍ରକୃତିର ବନ୍ଧନରେ ପଡ଼ି ଶରୀର, ମନ ଏବଂ ବାଣୀ ବିଷୟରେ ଲାଗି ରହିଛି । ଆତ୍ମା ଅଜ୍ଞାନରୁ ନିଜ ସ୍ୱରୂପକୁ ଭୂଲି ପ୍ରାକୃତିକ ଦେହ-ସଂଘାତର ମମତ୍ୱରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ଜଡ଼ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ଭୋଗରେ ଲୀନ ହୋଇଯାଇଛି ଏବଂ ଜଡ଼ତ୍ୱ ଅଭିମାନରେ ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ଶରୀର, ମନ ଏବଂ ବାଣୀର ବିଷୟଗୁଡ଼ିକରେ ତନ୍ମୟ ହୋଇ ଚାଲିଛି । ନିଜ ସ୍ୱରୂପର ତିଳେମାତ୍ର ଜ୍ଞାନ ନାହିଁ । ମାୟାର ଜଡ଼ ସ୍ୱରୂପକୁ ହିଁ ନିଜ ସ୍ୱରୂପ ମନେ କରୁଛ । ଏହି ମୋହ ଏବଂ ଅଜ୍ଞାନ ନିଶାରେ ଅନେକ ଜନ୍ମରୁ ଆସି ସଂସାର ଚକ୍ରର ଦାରୁଣ କଷ୍ଟକୁ ଭୋଗିଚାଲିଛ । ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରୟାସ କରୁନାହଁ । ପ୍ରଭୁଭକ୍ତିରୁ ହିଁ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଦୁଃଖରୁ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀରେକେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉପାୟ ନାହିଁ ।

ଅଁଳାର ଉପକାରିତା

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଅଁଳାର ଖୁବ୍ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନ ରହିଛି । ଅଁଳାରେ କେବଳ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି ତାହା ନୁହେଁ ଏହା ପୂଜା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ଅଁଳା ଗଛରେ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀ ବାସ କରନ୍ତି ତେଣୁ ଏହି ଗଛପୂଜା ଉପଯୋଗୀ । ଏଥିସବୁ ଅଁଳା ତ୍ୱଚା ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ ।

ଅଁଳାରେ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଗୁଣ ହେଉଛି ଯେ, ଏଥିରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଏହା ଆମ ଶରୀରରେ ଛୋଟ ବଡ଼ ରୋଗ ହେବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ରୋଗକୁ ଶୀଘ୍ର ଠିକ୍ କରି ଦେଇଥାଏ ।

ଅଁଳାରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି'ର ସବୁଠାରୁ ଉତ୍ତମ ସ୍ରୋତ ରହିଛି । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ରହିଛି । ୧୦୦ ଗ୍ରାମ ଅଁଳାରେ ୪୪୫ ମିଜି ଭିଟାମିନ୍ ସି' ତଥା ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିୟାଲ, ଆଣ୍ଟି କ୍ୟାନସର, ଆଣ୍ଟି ଇନଫ୍ଲେମେଟରୀ ଗୁଣ ଭରି ରହିଥାଏ ।

ଅଁଳା ନବମୀରେ ଅଁଳା ଗଛକୁ ପୂଜା କରାଯାଇଥାଏ । ଏହା ଏକ ଦେବ ଉପଯୋଗୀ ବୃକ୍ଷ ରୂପେ ପରିଚିତ ।

ଶନିଦେବଙ୍କୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ଅଁଳା ବୃକ୍ଷ ମୂଳରେ ଶନିବାର ପୂଜା କରି ତେଲ ଦୀପ ଜଳାଇଲେ ଶନି ଦେବ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ବର ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି ।

ଚ୍ୟବନପ୍ରାଶ ତିଆରି କରିବାରେ ଅଁଳା ସବୁଠାରୁ ମୁଖ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ସର୍ଦ୍ଦି ଥଣ୍ଡା, କାଶ ଆଦି ରୋଗ ହୋଇ ନଥାଏ । ଏହା ରକ୍ତରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ ଚଢ଼ାଇ ଥାଏ ଲିଭର, ଫୁସଫୁସ୍ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହିତ ରକ୍ତକୁ ସଫା କରିଥାଏ ।

ଅଁଳା ଆଖି ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ । ଏହା ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ପ୍ରଖର କରିଥାଏ । ଅଁଳା ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ, ଅନ୍ଧାରକଣା, ଆଖିର ଅନ୍ୟ ରୋଗ ଆଦିରେ ସୁଧାର ଆସିଥାଏ । ଅଁଳା ଓ ମହୁ ସହିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ଉତ୍ତମ ହୋଇଥାଏ ଓ ଆଖି ସଂକ୍ରମଣର ଭୟ କମ ରହିଥାଏ ।

ଅଁଳା ବଢ଼ୁଥିବା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ଲେବଲକୁ କମ କରିଥାଏ ରକ୍ତଚାପ ସାମାନ୍ୟ ରଖିଥାଏ । ଅଁଳା ଡାଇବେଟିଜ ରୋଗୀଙ୍କୁ ବ୍ଲଡ ସୁଗର ଲେବଲ ବାଲାନ୍ସ କରିବା କାମ କରିଥାଏ ।

ନିୟମିତ ରୂପରେ ଅଁଳା ରସ ପିଇବା ଫଳରେ ଶରୀରରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ବିଷାକ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଅଁଳା ସେବନ କରିବାରେ ଲାଲ ରକ୍ତ କୋଷିକା ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ । ଅଁଳା ଅସ୍ଥି ମଜଭୁତ କରିଥାଏ ଓ ଅସ୍ଥି ରୋଗର ଆଶଙ୍କାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ ।

ଅଁଳା ଜୁସ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନରୁ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ, ଏଥିପାଇଁ ଅଁଳା ଜୁସ୍ ସେବନ କରନ୍ତୁ ।

ଏଥିରେ ରକ୍ତ ଶୁଦ୍ଧ କରିବାର ଶକ୍ତି ରହିଛି । ଏହି କାରଣରୁ ଦାଗ ଚିହ୍ନ, ବ୍ରଣ, ଥକାପଣ, ଦୁର୍ବଳତା ଆଦି ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ ଅଁଳା । ଅଁଳା ଜୁସ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବହୁ ପ୍ରକାର ସ୍କିନ୍ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୁଏ ଓ ତ୍ୱଚା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଭରିଦିଏ ।

କେଶ ପାଇଁ ଅଁଳା ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ । ମେହେନ୍ଦି ସହିତ ଅଁଳା ପାଉଡରକୁ କେଶରେ ଲଗାଇଲେ କେଶ ମଜଭୁତ, ଘନ ଓ ଚମକଦାର ହୋଇଥାଏ ।

ଔଷଧରେ ଭରପୁର ଟମାଟୋ

ଟମାଟୋକୁ ସୁପରଫୁଡ୍ କୁହାଯାଏ । ଏହା ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍, ଭିଟାମିନ୍ ସି ଓ ଲାଇକୋପିନ ଦ୍ୱାରା ସମୃଦ୍ଧ । ଲାଇକୋପିନ ସ୍କିନର ଯତ୍ନ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟକାମ କରିଥାଏ ।

ସ୍କିନରେ ଚମକ ଆଣିବାକୁ ହେଲେ ସବୁଠାରୁ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଉପାୟ ହେଲା ଟମାଟୋକୁ ଖାଦ୍ୟରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ସ୍କିନର ପୋର୍ସ ଖୋଲିଯାଇଛି ତେବେ ଟମାଟୋ ଜୁସ୍ ପିଇବା ଉଚିତ୍ ବା ଏହାକୁ ଚେହେରାରେ ଲଗାଇବା ଉଚିତ୍ । ଟମାଟୋ ଜୁସ୍ ଚେହେରା ପାଇଁ ଏଷ୍ଟ୍ରିଜେଣ୍ଟ ଭାବରେ କାମ ଦେଇଥାଏ । ଏକ ଚାମଚ ଟମାଟୋ ଜୁସରେ ଚାରି ପାଞ୍ଚ ବୁନ୍ଦା ଲେମ୍ବୁରସ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ । କିଛି ସମୟ ପରେ ଅଳ୍ପ ଗରମ ପାଣିରେ ମୁହଁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ବ୍ଲାକହେଡ୍ ପ୍ରଭାବିତ ସ୍ଥାନରେ ଟମାଟୋକୁ କାଟି ସେ ସ୍ଥାନରେ ଲଗାଇଲେ ଆପଣ ସେ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତ ପାଇ ପାରିବେ ।

ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡିଛି ଟମାଟୋ ନାଚୁରାଲ ସନସ୍କିନ ଭାବରେ କାମ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଲାଇକୋପିନ ଅଲଟ୍ରା ଭାଓଲେଟ୍ କିରଣରୁ ସ୍କିନକୁ ରକ୍ଷା କରେ ।

ଟମାଟୋରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ସହିତ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଗୁଣ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଟମାଟୋ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସେଇ ଡ୍ୟାମେଜ ଫ୍ରି ରେଡିକଲର ମାତ୍ରା କମ୍ ହୋଇଥାଏ ଓ ଆପଣଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ଚେହେରା ମିଳିବ ।

ଟମାଟୋରେ ଥିବା ଏସିଡ୍ ବ୍ରଣକୁ କମ୍ କରିବା ଓ ସ୍କିନକୁ ସଫା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଓ ସି'କୁ ସାମାନ୍ୟ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ । ଏହା ଚେହେରା ଫୁଲିଯାଉଥିଲେ ତାହାକୁ କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଆଇରିସ୍ ଲେଖକ ବ୍ରାମ୍ ଷ୍ଟୋକର ହେଉଛନ୍ତି ଡ୍ରାକୁଲାର ମୂଳ ଲେଖକ ।
- ୧୯୭୫ ମସିହାରେ ସ୍ପେନୀୟ ସହରବାର୍ସେଲୋନାରେ ଜନ୍ମାରିଓ ମ୍ୟୁଜିୟମ୍ ଖୋଲା ଯାଇଥିଲା ।
- ମାନବସତ୍ତାର ଗୁଣବତ୍ତା ବୃଦ୍ଧି ତଥା ଅଧ୍ୟୟନକୁ ୟୁଜେନିକ୍ସ କୁହାଯାଏ ।
- ଭାରତ ପୃଥିବୀର ମାତ୍ର ୨.୪% ପ୍ରତିଶତ ସ୍ଥଳଭାଗରେ ଅବସ୍ଥିତ ।
- ଉପଗ୍ରହ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ଭାରତରେ ଥିବା ଜଙ୍ଗଲ କ୍ଷୟ ହେବାରେ ଲାଗିଛି ।
- ଆମ ଦେଶରେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଜଙ୍ଗଲ ଅଞ୍ଚଳ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶରେ ରହିଛି ।
- ଯୁବା ହାତୀ ସେମାନଙ୍କ ଲମ୍ବା ନାକକୁ ମଣିଷଙ୍କ ଭଳି ସୁଁ ସୁଁ କରନ୍ତି । ଏଭଳି କରି ସେମାନେ ଆରାମ ପାଆନ୍ତି ।
- ହାତୀ ଚର୍ମର ମୋଟେଇ ଏକ ଇଞ୍ଚ ।
- ହାତୀମାନେ ପରସ୍ପର ସହ ଯୋଗାଯୋଗ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଭୂଇଁରେ ପାଦ କଚାଡି ଏକ ପ୍ରକାର ଶବ୍ଦ ତରଙ୍ଗ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି ।
- ହାତୀଗୋଠରୁ କୌଣସି ହାତୀ ହଜିଗଲେ କି ମରିଗଲେ ଏମାନେ ନିଜ ଭିତରେ ସମାଧୀ ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଜାଗାରେ ଏକତ୍ର ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ଧରି ନିରବରେ ଠିଆ ହୋଇ ରହନ୍ତି ।
- ଗୋଟିଏ ହାତୀ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ୧୫୦ କି.ଗ୍ରା ତାଳପତ୍ର ଖାଇଥାଏ ।
- ହାତୀର ଜନ୍ମରୁ ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୬ ରୁ ୭ ଥର ଦାନ୍ତ ଉଠିଥାଏ ।
- ନିଜକୁ ଶୀତଳ ରଖିବା ପାଇଁ ହାତୀ କାନ ହଲାଇଥାଏ ।

କହିପାରିବେ କି ?

୧) ବୈଦ୍ୟୁତିକ ବଲ୍‌ବ କିଏ ଉଦ୍ଭାବନ କରିଥିଲେ ?
(୨) କେଉଁ ମହାନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ନୋବେଲ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଉଛି ?
(୩) ମହାକାଶକୁ ଯାଇଥିବା ପ୍ରଥମ ମହିଳା କିଏ ?
(୪) ଏଚସିଏଲ ଯୌଗିକର ପୁରା ନାମ କ'ଣ ?
(୫) ଓଟପକ୍ଷୀର ଆଖି ତା'ର ମସ୍ତିଷ୍କ ଠାରୁ ବି ବଡ଼ ନା ଛୋଟ ?
(୬) କେଉଁ ଋଷିଙ୍କ ଅସ୍ଥିରେ ବଜ୍ର ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିଲା ?
(୭) ବିରୁପାକ୍ଷକୁ କିଏ ବଧ କରିଥିଲେ ?
(୮) ରାମାୟଣର ପ୍ରଥମ କାଣ୍ଡର ନାମ କ'ଣ ?
(୯) ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ହସ୍ତୀର ନାମ କ'ଣ ?
(୧୦) ଏକଲବ୍ୟ କେଉଁ ହାତର ଆଙ୍ଗୁଠି କାଟି ଦେଇଥିଲେ ?

JUMBLE WORDS

1) LETNK	=	6) TYOERH	=
2) TTEEIP	=	7) MRUNEB	=
3) WABEER	=	8) UHNCB	=
4) CWIET	=	9) NAAER	=
5) DENKE	=	10) ANSAVC	=

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.ତମସା, ୨. ପଦ୍ମା, ୩. ଡବ୍ଲୁ.ସି ବାନାର୍ଜୀ, ୪. ଦାଦାଭାଇ ନାରୋଜୀ, ୫. ଲିଓ ଟଲଷ୍ଟୟ, ୬. ବିଜୟଘାଟ, ୭. ସୁରେଖା ଶଙ୍କର ଯାଦବ, ୮.ସିଲଭର୍ ବ୍ରୋମାଇଡ୍, ୯. ୧୮୯୭, ୧୦.ଜାନୁୟାରୀ ୧ ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) CALTEK (2) WATCH (3) HASTY (4) MOSAIC (5) TACKLE (6) DIGIT (7) DRIFT (8) EXEMPT (9) OBJECT (10) GLUCH.

ଦେବତାମାନେ ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତିଧାରା

ପ୍ରକୃତିରେ ଅନେକ ଶକ୍ତିଧାରା ରହିଛି । ଏହି ଶକ୍ତିଧାରାଗୁଡିକୁ ଶାସ୍ତ୍ର ଦେବତାର ଆଖ୍ୟା ଦେଇଥାଏ । ଭାରତୀୟ ପରମ୍ପରାରେ ଅନେକ ଦେବତା ରହିଛନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ଏହାକୁ ବହୁଦେବଦେବୀ କୁହାଯାଏ । ଦେବତା ବାସ୍ତବରେ କ'ଣ ? କ'ଣ ଏହା ଅନ୍ଧ ଆସ୍ଥା ? ଏମାନେ କ'ଣ ପୁରୋହିତ, ସାମନ୍ତଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଗଠିତ ଆସ୍ଥାର ପ୍ରତୀକ ଅଟନ୍ତି ? କିମ୍ବା ଦେବ ପ୍ରତୀକ ପଛରେ କୌଣସି ଦାର୍ଶନିକ ପ୍ରତୀତି ରହିଛି ? ବିଶ୍ୱର ପ୍ରାଚୀନତମ ଜ୍ଞାନକୋଷ ଋଗବେଦରେ ଦେବତାଙ୍କ ପାଇଁ ଦେବ ଶବ୍ଦର ପ୍ରୟୋଗ ହୋଇଛି । ବୈଦିକକାଳର ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ଦେବ କୁହାଯାଇଛି । ବୈଦିକ ସମାଜରେ ଦେବର ଅର୍ଥ ପ୍ରକାଶମାନ, କାରଣଦେବ ମନୁଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି । 'ତମସୋ ମା ଜ୍ୟୋତିର୍ଗମୟ' ଅନ୍ଧକାରରୁ ପ୍ରକାଶ ଆଡ଼କୁ ବଢ଼ିବାର ପ୍ରାର୍ଥନା ଦେବତାଙ୍କ ନିକଟରେ ହିଁ କରାଯାଇଛି ।

ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତି ଏବଂ ଋତ (ରୀତି)ର ଗଠନ ସତତ ତର୍କଦର୍ଶନ, ବୈଜ୍ଞାନିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ଏବଂ ଜିଜ୍ଞାସାରୁ ହୋଇଛି । ଏଠାରେ କୌଣସି ଉଦଘୋଷ ନାହିଁ । ଋଗବେଦର ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଦେବତାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୩୩ କୁହାଯାଇଛି, ଆଉ କେଉଁଠି ୩୩ କୋଟି ଲିଖିତ ଅଛି । ଦେବତା ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରକାଶମାନ ଶକ୍ତି ଅଟନ୍ତି । ଭାରତର ପ୍ରଜ୍ଞା ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରକାଶମାନ ଶକ୍ତି ଅଟନ୍ତି । ଭାରତର ପ୍ରଜ୍ଞା ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତିଗୁଡିକର ବିନମ୍ର ଅଧ୍ୟୟନ କରିଛି, ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିଛି । ଋଷିମାନେ ଯେଉଁ ଯେଉଁଠାରେ ଉର୍ଜାଃ ଦେଖିଛନ୍ତି, ସେଠାରେ 'ଦେବ'ର ଅନୁଭୂତି ପାଇଛନ୍ତି । ଇଂରାଜୀରେ 'ଡିଭାଇନ' ଏକ ଶବ୍ଦ ରହିଛି । ଏହା ଦିବ୍ୟର ହିଁ ରୂପାନ୍ତରଣ ପ୍ରତୀକ ହୋଇଥାଏ । 'ଡିଭ'ର ଅର୍ଥ ଦିବ୍ୟ, ଏଥିରୁ ହିଁ ଡିଭାଇନ ଓ ଡିଭିନିଟି- ପରମେଶ୍ୱର ଏବଂ ପବିତ୍ରତା ଶବ୍ଦ ଉଦ୍ଭୃତ ହୋଇଛି । ଡେଭିଲ ଏହାର ବିପରୀତ ଶବ୍ଦ । ଭାରତରେ ଦେବତାର ବିପରୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦ୍ୱିତୀୟ ଶବ୍ଦ ନାହିଁ ।

ଋଗବେଦରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଦେବତନ୍ତ୍ର ଋଗବେଦ ଯୁଗର ଦେବତନ୍ତ୍ର ନୁହେଁ । ଦେବତା ପୁରୁଣା ଅଟନ୍ତି । ଋଗବେଦର ଋଷି ପରମ୍ପରା ଅନୁସାରେ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ତୁତି କରିଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଦାର୍ଶନିକ ବିକାଶ କାରଣରୁ ସେମାନଙ୍କ ରୂପକୁ ବ୍ୟାପକ ଓ ବିଭୁ କରିଥାନ୍ତି । ଋଗବେଦର ଋଷି ପ୍ରାଚୀନ ଦେବତାଙ୍କ ସୀମିତ ରୂପ ଆକାରକୁ ଅସୀମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନେଇଯାନ୍ତି ।

ଦେଖିବା ଓ ଦର୍ଶନ କରିବାରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପ୍ରଭେଦ ରହିଛି । ଆମେ ବସ୍ତୁ, ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିଥାଉ, ଦେଖିବାରେ ଆଖି ଏକ ଉପକରଣ ହୋଇଥାଏ । ସଂସ୍କୃତରେ ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶବ୍ଦଟି ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଛି, କିନ୍ତୁ ଦର୍ଶନ କେବଳ ଦେଖିବାକୁ କୁହାଯାଏ ନାହିଁ, ସେଥିପାଇଁ ଲୋକ ପରମ୍ପରା ଅନୁସାରେ ମନ୍ଦିର ଯିବାକୁ ଦର୍ଶନ କରିବା କୁହାଯାଏ । ଦେଖିବାକୁ ମୂର୍ତ୍ତି ପଥର, କିନ୍ତୁ ଦର୍ଶନରେ ତାହା ଆଉ କିଛି, ଦେଖିବାକୁ ସନ୍ଥ ମହାତ୍ମା ମଧ ମନୁଷ୍ୟ, କିନ୍ତୁ ଦର୍ଶନରେ ଆଉ କିଛି ଅଟନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ଆସ୍ଥାବାଦୀ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ମଧ ଦର୍ଶନ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥାନ୍ତି । ଦେବତାମାନେ ମଧ କାବ୍ୟ, ମନ୍ତ୍ର ଓ ଋଚାରେ ରୂପ ଆକାର ପାଇଥାନ୍ତି । ଋଗବେଦର ପୂର୍ବ ସମାଜରେ ଦେବତାମାନଙ୍କର ରୂପ ଆକାର ସୁନିଶ୍ଚିତ । ଏହିପରି ୟୁନାନୀ ସମାଜରେ ମଧ ଦେବତାମାନଙ୍କର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ରୂପ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ । ଋଗବେଦରେ ଏହି କଥା ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି ଏବଂ କଠୋପନିଷଦରେ ଏହି ବିଷୟ ବାୟୁଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କୁହାଯାଇଛି ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଲଗା ରୂପ ରହିଛି, କୀଟ, ପତଙ୍ଗ, ବନସ୍ପତି ମଧ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ରୂପ ବିଶିଷ୍ଟ ଅଟନ୍ତି । ଋଗବେଦରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ମଧ କେତେକ ରୂପରେ ଦେଖାଯାଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୂପର ନିଜର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ରହିଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୂପର ଅଲଗା ଅଲଗା ନାମ ରହିଛି । ରୂପ ଅସ୍ଥାୟୀ । ତାହା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ । ସକାଳର ସୂର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ମଧ୍ୟାହ୍ନର ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ମଧରେ ଭିନ୍ନତା ରହିଛି । ଉଭୟଙ୍କ ନାମ ଏକ ସୂର୍ଯ୍ୟ । ମନୁଷ୍ୟକୁ ବାଲ୍ୟକାଳରେ ଶିଶୁ କୁହାଯାଏ, ରୂପ ଓ ବୟସ କାରଣରୁ ପୁଣି ତରୁଣ, ପୁଣି ବୃଦ୍ଧ ମଧ କୁହାଯାଏ । ୟୁନାନୀ ଦାର୍ଶନିକ ଆରିଷ୍ଟୋଟଲ ଲେଖିଛନ୍ତି, 'କଳା ପ୍ରକୃତିର ଅନୁକୃତି ଅଟେ ।' ସାହିତ୍ୟ, କାବ୍ୟ, ଚିତ୍ରକଳା ଓ ନୃତ୍ୟ ଇତ୍ୟାଦିର କାମ, ପ୍ରକୃତିରେ ବିଦ୍ୟମାନ ରୂପଗୁଡିକର ପୁନରୁକ୍ତି ଅଟେ, କିନ୍ତୁ ଦର୍ଶନର ଯାତ୍ରାରେ ରୂପର କୌଣସି ଅଧିକ ମହତ୍ତ୍ୱ ନ ଥାଏ ।

ଦର୍ଶନର ନାମ ଓ ରୂପ ପଛରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ସ୍ଥାୟୀ ସତ୍ତାର ଜିଜ୍ଞାସା କରାଯାଏ । ସୃଷ୍ଟିର ଜନ୍ମ ରହସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହାର ଏକ ବିକାଶବାଦୀ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ରହିଛି । ଆଜିର ସଂସାର ଏକ ସତତ ବିକାଶର ପରିଣାମ । ଡାରୱିନ ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତକୁ ଦୃଢ଼ୀଭୂତ କରିଛନ୍ତି । ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଆସ୍ଥାବାଦୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ, ତାଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଈଶ୍ୱର, ପରମାତ୍ମା, ଗଡ଼ ବା ଆଲ୍ଲାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟି ରଚିତ ହୋଇଛି । କିଛି ଚନ୍ତକ ଜଳକୁ ଆଦିତତ୍ତ୍ୱ ମାନିଥାନ୍ତି ତ ଆଉ କେତେକ ଅଗ୍ନି ତତ୍ତ୍ୱକୁ । ଗ୍ରୀକ ଦାର୍ଶନିକ ହିରାକ୍ଲିଟ୍ସ ଅଗ୍ନିକୁ ହିଁ ଆଦିତତ୍ତ୍ୱ ମାନୁଥିଲେ । ପରେ ୟୁନାନୀ ଚିନ୍ତକଗଣ ପୃଥିବୀ, ଜଳ, ବାୟୁ ଓ ଅଗ୍ନି ଏହି ୪ତତ୍ତ୍ୱକୁ ମାନିଲେ । ଭାରତୀୟ ଚିନ୍ତନ ଏହି ଚାରି ତତ୍ତ୍ୱ ସହିତ ପଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ ଆକାଶକୁ ମଧ ମାନ୍ୟତା ପ୍ରଦାନ କରିଛି ।

ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ ଚିନ୍ତନ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ସତତ ଜିଜ୍ଞାସା ଜରିଆରେ ବିକଶିତ ହୋଇଛି । ଭାରତୀୟ ଦେବତା ଶୂନ୍ୟ ଆସ୍ଥାର ପ୍ରତୀକ ନୁହନ୍ତି, ବରଂ ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତି ହିଁ ଏଠାରେ ଦେବତା ଅଟନ୍ତି । ପ୍ରକୃତିର ବିରାଟ ଉର୍ଜାଃ ହିଁ ସବୁଆଡ଼େ ବିବିଧ ରୂପ, ଶବ୍ଦ ଓ ଧ୍ୱନିରେ ଖେଳି ରହିଛି । ରୂପ, ରସ, ଗନ୍ଧ, ସ୍ପର୍ଶ ଓ ଶ୍ରବଣର ଶକ୍ତି ପଛରେ ଏକ ଅନାମ ମହାଉର୍ଜାଃ ଲୁଚି ରହିଛି । ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ ପ୍ରକୃତିର ବିସ୍ତାରକୁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ପଛରେ ଉର୍ଜାଃର କାରଣ ରହିଛି । ଏହା ମଧ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଶବ୍ଦାବଳୀ ଅଟେ । ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ ତାହାକୁ କାରଣ ବ୍ରହ୍ମ କହିଛି ଏବଂ ଏହାକୁ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଓ ସୃଷ୍ଟିକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କହିଛି ।

ସମସ୍ତ ନାମ ରୂପର କାରଣ ଏକ ହିଁ ଅଟେ । ନାମ ଅଲଗା ଅଲଗା, କାରଣ ରୂପ ହିଁ ଅଲଗା ଅଲଗା ଅଟେ । ନାମାନ୍ତରର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷରୁ ଜାରି ହୋଇଥିବା ବିରାଟ ଲୋକ ସମୁଦାୟ ମଧରେ ପ୍ରଚଳିତ ହୋଇ ଆସିଛି, କିନ୍ତୁ ଦର୍ଶନ ନାମାନ୍ତର ପଛରେ ଏକ କାରଣ ସତ୍ତାର ଅନୁଭୂତିର ପ୍ରତୀତକୁ ଦେଖିଥାଏ । ଦେବତା ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତିସ୍ରୋତ ଅଟନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ଅଭ୍ୟର୍ଥନା ଏବଂ ସ୍ତୁତି ପାଇଁ ନାମ ଓ ରୂପ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ତେଣୁ ଆମେ ଦେବତାମାନଙ୍କର ଏହି ରୂପଗୁଡିକୁ ମନନ କରିବା ଉଚିତ ।

ଜୀବନଶୈଳୀର ବିକାର...

ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ମାନସିକ ରୋଗ ମଧ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଜଡ଼ିତ । ଆଜି ଦେଶର ପ୍ରାୟ ୧ କୋଟି ଲୋକ ମାନସିକ ବିକାର ଦ୍ୱାରା ପୀଡିତ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା ଉପଚାରର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ସାମାଜିକ ସହଯୋଗ ଏବଂ ଉଚିତ ପୋଷଣର ଅଭାବ, ଆର୍ଥିକ ଅସ୍ଥିରତା ଇତ୍ୟାଦି ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଇଛି । ଅନେକ ଗବେଷଣା ଅଧାରରେ ପରିବେଶ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧରେ ଘନିଷ୍ଠ ସମ୍ବନ୍ଧ ଥିବାର ଜଣାପଡିଛି । ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ମଧ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ ।

୨୦୧୬ ମସିହା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାରତରେ ୩.୫ କୋଟି ଲୋକ ଶ୍ୱାସରୋଗୀ ଥିଲେ । ଆଜି ଦିଲ୍ଲୀରେ ପ୍ରତି ତିନି ଜଣରେ ଜଣେ ବାଳକ ଫୁସଫୁସ୍ ରୋଗ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ । ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ୩୦% ଅକାଳ ମୃତ୍ୟୁ ର କାରଣ ଯାହାର ମାନସିକ ରୋଗ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଜୀବନଶୈଳୀର ଏହି ଗମ୍ଭୀର ରୂପ ଧାରଣ କରୁଥିବା ରୋଗଗୁଡିକର ସମାଧାନ କରିବା ବହୁତ କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିର ହାତରେ ରହିଛି ତଥା ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ ନିଜର ଜୀବନଶୈଳୀରେ ଆବଶ୍ୟକ ସୁଧାର କରି ଅନେକ ସୀମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ଏହାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ନିଜର ଆହାର ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ । ଯଥା ସମ୍ଭବ ସାଦା, ପୌଷ୍ଟିକ, ପ୍ରାକୃତିକ ଆହାର ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ । ଋତୁ ଅନୁକୂଳ ଫଳ ଏବଂ ପନିପରିବାକୁ ପ୍ରାଥମିକତା ଦିଅନ୍ତୁ । ଚିନି ସ୍ଥାନରେ ଗୁଡ଼ ତଥା ଲୁଣରେ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣର ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ । ଏହାର କମ୍ ଉପଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସିଧାସଳଖ ହୃଦରୋଗ, ମେଦବହୁଳତା ଏବଂ ମଧୁମେହର ବିପଦ କମ୍ ହୋଇଯାଏ । ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦ୍ରା ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ, କାରଣ ନିଦ୍ରା ଉର୍ଜାଃର ସ୍ତରକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରିଥାଏ, ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେବାର କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଆତ୍ମ ବିଶ୍ୱାସ ପୂର୍ବକ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ସାମନା କରିବାର ଶକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ।

ବହୁତ କମ୍ ଶୋଇବା ଏବଂ ଅତ୍ୟଧିକ ଶୋଇବା, ଉଭୟ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଚିଡିଚିଡା ଓ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ କରିଥାଏ ତଥା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଜୀବନଶୈଳୀର ବିକାର ଦିଗରେ ଟାଣି ନେଇଥାଏ । ପ୍ରାତଃ ବ୍ୟାୟାମ ପାଇଁ କିଛି ସମୟ ଅବଶ୍ୟ ବାହାର କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ସାମାନ୍ୟ ଭାବରେ ଟହଲିବାରୁ ନେଇ ଆସନ, ପ୍ରଜ୍ଞାଯୋଗ ବା କେତେକ ହାଲୁକା ବ୍ୟାୟାମ ସାମିଲ ହୋଇପାରେ । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଏହାକୁ ଦିନେ ଛାଡି ଦିନେ କରି ପାରନ୍ତି ଏବଂ ଅଭ୍ୟାସରେ ପଡ଼ିବା ପରେ ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ କରାଯାଇପାରେ ।

ଓଜନ କମ୍ କରିବା ଫଳରେ ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ଓ ସତେଜତା ଇତ୍ୟାଦି ରୂପରେ ଏହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଲାଭ ଦେଖି ପାରନ୍ତି । ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହାର ସମୟ ବଢ଼ାଇ ପାରନ୍ତି । ଯଦି ବ୍ୟକ୍ତିର ଭାର ଅଧିକ ହୁଏ ତେବେ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟାରେ ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ଓ ଓଜନରେ ୧୦% ହ୍ରାସ ଦ୍ୱାରା ମଧ ରକ୍ତଚାପ, କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ନ୍ୟୂନତା ଆସିଥାଏ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତି ଉଶ୍ୱାସ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଛୋଟ ଛୋଟ ପ୍ରୟାସ କରାଯାଇ ପାରେ । ନିଜ ଘରୁ ଅଫିସ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାହାନରେ ଯାଆନ୍ତୁ । ଅଫିସ ଭବନର ଅଳ୍ପ ଦୂରରେ ଗାଡ଼ି ପାର୍କ କରନ୍ତୁ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଅଫିସ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତଚାଲିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଲିଫ୍ଟ ବଦଳରେ ପ୍ରାୟ ଶିଡିର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ । ନିଜ ଘର ଏବଂ ବଗିଚାକୁ ସ୍ୱୟଂ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ । ଟି.ଭି. ବା ମୋବାଇଲରେ ଲାଖି ରହିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ନିଜର ପୋଷା ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କୁ ବୁଲାଇବାକୁ ନିଅନ୍ତୁ । ଯଦି ଅଫିସ ନିକଟରେ ଥାଏ ତାହେଲେ ସାଇକେଲର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ । ଗବେଷଣା ଦ୍ୱାରା ଏହା ମଧ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି ଯେ, ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ନିଜର ଅଫିସ ଟେବୁଲରେ, ଟି.ଭି. ସାମନାରେ, ଫୋନରେ ବା ମିଟିଙ୍ଗରେ ବସି ରହନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ବସିବାର ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହାନିକାରକ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବସିବାର ସମୟକୁ କମ୍ କରନ୍ତୁ ତଥା ମଝିରେ ମଝିରେ ଉଠି ପାଞ୍ଚ ମିନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଠିଆ ହୋଇ ରହନ୍ତୁ ।

ଏପରି ଛୋଟ ଛୋଟ ଅଭ୍ୟାସ ଶରୀରକୁ ଶିଥିଳ ହେବାଠାରୁ ନେଇ ମେଦବହୁଳତା କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ । ସକାଳର ଶୁଭାରମ୍ଭ ଦୁଇ ଗ୍ଲାସ ପାଣି ସହିତ କରନ୍ତୁ । ଯଦି ତାହା ଅଳ୍ପ ଉଷୁମ ହୋଇଥାଏ ତାହେଲେ ଉତ୍ତମ । ଏହା ଅବଶିଷ୍ଟ ପଦାର୍ଥକୁ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆନ୍ତରିକ ଅଙ୍ଗ ଅବୟବଗୁଡିକର ଶୋଧନ ହୋଇଥାଏ, ଫଳରେ ଭୋଜନର ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡିକର ଉଚିତ ଅବଶୋଷଣ ହୋଇପାରେ । ଏହା ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଖାଇବାର ଅଧିକ ଅଭ୍ୟାସ ଉପରେ ମଧ ଅଙ୍କୁଶ ଲାଗିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ତ୍ୱଚାର ଚମକ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ତଥା ନିୟମିତ ଝାଳ ନିର୍ଗତ ହେବା ଦ୍ୱାରା ତଥା କୋଷଗୁଡିକର ପୁନର୍ନିର୍ମାଣ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଆମର ମନଃସ୍ଥିତି ମଧ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ମାନସିକ ଏବଂ ଭାବନାତ୍ମକ ରୂପେ ମଧ ସ୍ୱୟଂକୁ ସୁସ୍ଥ ଅନୁଭବ କରିପାରି ନ ଥାଉ । ଏଥିପାଇଁ ସେହି ଜିନିଷଗୁଡିକ ସହିତ ଯୋଡି ହେବାର ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କୁ ଖୁସି ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ସେହି ଅବରୋଧଗୁଡିକୁ ଖୋଜି ବାହାର କରନ୍ତୁ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରସନ୍ନତାରେ ବାଧକ ସାଜିଥାଏ, ଏଗୁଡିକୁ ଜାଣିବା ସହିତ ହଟାଇବାର ପ୍ରୟାସ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମାତ୍ରାରେ କରନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱୟଂ ସହିତ ଯୋଡି ହେବା, ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଯଥାବତ୍ ରଖିବା ହିଁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଓ ସନ୍ତୁଳିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ଏହା ସହିତ ଜଡ଼ିତ ବିକାରଗୁଡିକ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଲଢ଼ିବାର ସରଳ ତଥା ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଉପାୟ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଡ.ଅଜିତ କୁମାର ମିଶ୍ର ଡବ୍ଲ୍ୟୁଡିସି ସିଇଓ

ଭୁବନେଶ୍ୱର: ନବରଙ୍ଗପୁର ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ତଥା ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଓଏଏସ ଅଧିକାରୀ ଡକ୍ଟର ଅଜିତ କୁମାର ମିଶ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଡକ୍ଟର ମିଶ୍ର ଏହି ପଦବୀରେ ଆସନ୍ତା ଏକ ବର୍ଷ ଯାଏଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବେ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ତଥା ଓଡ଼ିଶା ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସଂଗଠନର ଅତିରିକ୍ତ ରାଜ୍ୟ ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରେମଚାନ୍ଦ ଚୌଧୁରୀଙ୍କୁ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ ସିଇଓ ପଦରୁ ମୁକ୍ତ କରାଯାଇଛି । ତାଙ୍କୁ ପଦୋନ୍ନତି ଦିଆଯାଇ ଓଡ଼ିଶା ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସଂଗଠନର ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭାବେ ଅବସ୍ଥାପିତ କରାଯାଇଛି ।

'ଜ୍ୟୋତି' ତରଫରୁ ଆଇଜାକ୍ ସାନ୍ତା ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର: 'ଜ୍ୟୋତି' ପକ୍ଷରୁ ପରେଶ୍ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାନୀଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଡାକ୍ତର ଆଇଜାକ୍ ସାନ୍ତା ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଉପସଭାପତି ଅଖିଳ ରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ , ଶିବ ନାରାୟଣ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ସୁକାନ୍ତ ବହିଦାର, ସୁମତି ବେରିହା , ରବିନାରାୟଣ ନନ୍ଦ ପ୍ରମୁଖ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ସଭା ଶେଷରେ ସଂଯୋଜକ କଳ୍ପନା ମିଶ୍ର ଧନ୍ୟବାଦ୍ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

କଳା ଗୌରବ ସମ୍ମାନ ରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେଲେ ଶତାଧିକ କଳାକାର

ବରଗଡ : କଳାକାର ମଞ୍ଚ ଓ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶା କଳାକାର ମହାସଂଘର ମିଳିତ ାନୁକୂଲ୍ୟରେ ଏକ ଆଲୋଚନା ଚକ୍ର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱର ପଧାନଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ବିଧାୟକ ଦେବେଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଡକ୍ଟର ଜିତେନ୍ଦ୍ର ହରିପାଲ, ସମାଜସେବୀ ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖର ବାଗ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମିର୍ଦ୍ଧା ଟପ୍ପୋ, ତହସିଲଦାର ସଂଜୀବ ମେହେର, ନାଟ୍ୟକାର ନକୁଳ ବାଦୀ, ସୌଖିନ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ସଭାପତି ଅଶ୍ୱିନୀ ପଣ୍ଡା, ସମ୍ପାଦକ ପ୍ରଭାସ ମହଲା, ନାଟ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଅଶାକ ବେହେରା, ଅଭିନେତା ଜଗଦାନନ୍ଦ ମିଶ୍ର, ସୁଶିଲ ମେହେର, ନୃତ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଗାନ୍ଧୀ ବାରିକ, ରମେଶ ସୁନା, ଧୀରେନ ପଣ୍ଡା, ଦେବେନ୍ଦ୍ର ଖମାରୀ, ସନ୍ତାଷ ପଣ୍ଡା, ଜୟାତି ନାଏକ, ଖଗେଶ୍ୱର ସାହୁ, ପର୍ଶୁରାମ ପାତ୍ର, ଚତୁର୍ଭୁଜ ସାହୁ, ଲଳିତ ଭୋଇ, ସତ୍ୟ ସାହୁ, ଲଳିତ ଜଗତ, ସାଗର ପାଟଦାର, ବିଜୟ ବେହେରା, କବି ନୀତିଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଦେବେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଓ ଅଭିନେତା କଳାକାହ୍ନୁ ଚୌହାନ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସଂସ୍କୃତି ଗବେଷକ ଅଧାପକ ମୋହନ ସାହୁ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ କଳାକାର କେବେ ଦୁସ୍ଥ ହୋଇ ପାରେ ନା ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ମିଳିତ କଳାକାର ମଞ୍ଚ ଅଧକ୍ଷ ଶଙ୍କର ପଟ୍ଟନାୟକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଜ୍ଞାପନ କରିଥିବା ବେଳେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶା କଳାକାର ମହାସଂଘ ଅଧକ୍ଷ ଚୈତନ୍ୟ ପାଇକ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ସମ୍ପାଦକ ଗୋପବନ୍ଧୁ ପୁରୋହିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । କଳା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ପାଇଁ ୧୧ ଜିଲ୍ଲାର ଶତାଧିକ ବିଶିଷ୍ଟ କଳାକାରଙ୍କୁ କଳା ଗୌରବ ସମ୍ମାନରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନାରେ ନୃତ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ରବୀନ୍ଦ୍ର ବାଗ, ତୁଳାରାମ ମହାନନ୍ଦ, କଣ୍ଠଶିଳ୍ପୀ ସନ୍ତୋଷ ସାହୁ, ମିଳିତ କଳାକାର ମଞ୍ଚ ଉପସଭାପତି ସୁରଥ କୁଅଁର, ବିଭୁଧେନ୍ଦୁ ମହାନନ୍ଦ, ନୃତ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଅନିରୁଦ୍ଧ ପାଇକ, ରାଜେଶ ବାରିକ, କୀର୍ତ୍ତନ ଗୁରୁ ପ୍ରମୋଦ ଦାସ, ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟ ସାହୁ, ପଞ୍ଚାନନ ମହାପାତ୍ର, ମୋହିତ ବାବୁ, ମୀନା ମାଝିଯା, ପ୍ରମୋଦ ମହାପାତ୍ର, ସୁଦାମ ଦଳାଇ, ରବି ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ମିଳିତ କଳାକାର ମଞ୍ଚ ସମ୍ପାଦକ ଡକ୍ଟର ଡୋଳାମଣି ଶତପଥୀ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ର ବନ୍ଦ...

ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ତେବେ ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ନେଇ ଜନ ଆନ୍ଦୋଳନ ହେବାରୁ ସମ୍ବଲପୁର ଓ ବରଗଡ଼ ସାଂସଦ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ସୂଚନା ଏବଂ ପ୍ରସାରଣ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଚିଠି ଲେଖିଥିଲେ ମଧ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇ ନାହିଁ । ଏକଦା ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ର ସମଗ୍ର ରାଜ୍ୟରେ ବେଶ ସୁନାମ ଅର୍ଜନ କରିଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷା, ସଂସ୍କୃତି, ବାନ୍ଧକଳା ଓ ସମ୍ବଲପୁର ଐତିହ୍ୟକୁ ନେଇ ଅନେକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମଧ ହୋଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷା ଓ ସଂସ୍କୃତିର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାରରେ ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରର ଅବଦାନ ରହିଛି । ମାତ୍ର ଏହି କେନ୍ଦ୍ରର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭାଗର ୧୫ ଟି ଯାକ ପଦ ଖାଲି ପଡିଥିଲେ ହେଁ ଏହାକୁ ପୂରଣ କରିବା ଦିଗରେ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ କୌଣସି ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇ ନାହିଁ । ଦୁଇ ଜଣ ଅସ୍ଥାୟୀ କର୍ମଚାରୀ ଏବେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭାଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ୨୦୦୦ ମସିହାରୁ ଆଉ ସ୍ଥାୟୀ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆଯାଉ ନ ଥିବା ବେଳେ ସମ୍ବଲପୁର ଦୂରଦର୍ଶନ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ପୂର୍ବରୁ ଦିଆଯାଉଥିବା ପାଣ୍ଠି ତୁଳନାରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଖୁବ କମ୍ ମାତ୍ରାରେ ପାଣ୍ଠି ଦିଆଯାଉଛି । ଏପରିକି ବରଗଡ଼, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ରେଢ଼ାଖୋଲ ଓ ସୋନପୁରରେ ପୂର୍ବରୁ ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥିବା ଲୋ ପାୱାର ଟି.ଭି ଟ୍ରାନ୍ସଫରମରକୁ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷରୁ ବନ୍ଦ କରାଯାଇଛି । ଏହି କେନ୍ଦ୍ରରେ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ଭିତ୍ତିଭୂମି ନ ଥିବାରୁ ଏଠାରୁ ସିଧାସଳଖ ପ୍ରସାରଣ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ଯାହା ବି ପ୍ରସାରଣ କରାଯାଉଛି ଏହି କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ମୁଖ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ପଠାଯିବା ପରେ ତାହା ଡ଼ିଡି - ୧ ଓ ଡିଡି- ୨ ରେ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ହେଉଛି । ଏହା ଏକ ପୁରୁଣା କେନ୍ଦ୍ର ହୋଇଥିବାରୁ ଏହାର ଭିତ୍ତିଭୂମି ବିକାଶ କରାଯିବା ସହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭାଗରେ ଖାଲି ପଡିଥିବା ସମସ୍ତ ପଦ ପୂରଣ କରଯାଇ ଏଥିସହ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷା, ସଂସ୍କୃତି ଓ ଐତିହ୍ୟର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ପାଇଁ ସରକାର ପଦକ୍ଷେପ ନିଅନ୍ତୁ ବୋଲି ବିଭିନ୍ନ ମହଲରୁ ଦାବି ହେଉଛି ।

୨୦୨୨ରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର...

ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ଆହତ ଲୋକଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ୧୪୭ କୋଟି ଟଙ୍କାର ଏକ ପାଣ୍ଠି ଗଠନ କରିଥିବା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ଦୁର୍ଘଟଣା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଥମ ୪୮ ଘଣ୍ଟ ମଧରେ ଚିକିତ୍ସା ଯୋଗାଇ ଦେବା ଅତି ଜରୁରୀ ବୋଲି ପ୍ରକାଶ କରି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ଯେ ଏହି ପାଣ୍ଠି ଜରିଆରେ ଦୁର୍ଘଟଣାର ପ୍ରଥମ ୪୮ ଘଣ୍ଟା ମଧରେ ସମସ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ଖର୍ଚ୍ଚ ଏହି ପାଣ୍ଠିରୁ ବହନ କରାଯିବ ।

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ଯେ, ରାଜ୍ୟର ସଂସ୍କୃତି, ରାଜନୀତି, ଶିକ୍ଷା, ଇତିହାସ, ଅର୍ଥନୀତି ସବୁକ୍ଷେତ୍ରରେ ସମ୍ବଲପୁରର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛ । ସମ୍ବଲପୁରୀ ଶାଢୀ, ସମ୍ବଲପୁରୀ ଗୀତ ଓଡିଶାର ମହାନ ସଂସ୍କୃତିର ପରିଚୟ ।

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ଯେ ମା ସମଲେଇଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଁ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଭକ୍ତ ମା'ଙ୍କ ପୀଠକୁ ଆସୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଏ ପୀଠର ବିକାଶ ପାଇଁ ସରକାରଙ୍କ ଉଦ୍ୟମରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହଯୋଗ କାମନା କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସମ୍ବଲପୁରରେ ୧୫୫୩ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଟଙ୍କାର ପ୍ରକଳ୍ପ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ଏବଂ ଏଥିରୁ ୩୫୦ କୋଟି ଟଙ୍କାର ପ୍ରକଳ୍ପ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନବ ଦାସ, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂହ, ସରକାରୀ ଦଳର ଉପମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ଶ୍ରୀ ରୋହିତ ପୂଜାରୀ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାଜ୍ୟର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରତିବଦ୍ଧତାର ଉଚ୍ଚପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ ।

ଆଇନ ଶୃଙ୍ଖଳା ଭଙ୍ଗର ଆଶଙ୍କା କରି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଗସ୍ତ ପୂର୍ବରୁ ପୋଲିସ୍ ପ୍ରତିଷେଧ ମୂଳକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ସ୍ୱରୂପ ବିଜେପି ଓ କଂଗ୍ରେସର କେତେଜଣ ନେତାଙ୍କୁ ଅଟକ ରଖିଥିଲେ ।

ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱରୀ ଧର୍ମ ସଂସଦର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱରୀ ଧର୍ମ ସଂସଦର ୪୬ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭାରେ ଷ୍ଟିୱାର୍ଟ୍ ସ୍କୁଲ୍‌ର ଅଧକ୍ଷା ଶ୍ରୀମତୀ ରଞ୍ଜନା ପୃଷ୍ଟି ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ କୈଳାଶ କୁମାର ମହାରଣା ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସଂସଦର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଅଧକ୍ଷ କାର୍ତ୍ତିକ ପ୍ରସାଦ ବହିଦାର୍, ଉପସଭାପତି ଦିଲ୍ଲିପ କୁମାର ପୃଷ୍ଟି, ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା, ଦିବ୍ୟଦର୍ଶନ ସଂଘ ଉପସଭାପତି ଶଙ୍କର୍ଷଣ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ସମ୍ବଲପୁରୀ ଲେଖକ ସଂଘ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଜୟକୃଷ୍ଣ ବେହେରା, ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର, ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷା କର୍ମୀ ହେମକାନ୍ତ ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସମ୍ପାଦକ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ପାଠ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ସହ ସମ୍ପାଦିକା ସବିତା ମିଶ୍ର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

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

ଉଡାନ ତରଫରୁ ଫେସନ୍ ସୋ'

ସମ୍ବଲପୁର: ଉଡାନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ତରଫରୁ ଏକ ଫେସନ ସୋ' ରନୱେ ସିଜନ ଫଲ୍ ୨୦୨୧ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ ୧୩ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବୟସର ୩୮ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ଫେସନ୍ ସୋ'ରେ ୱେଷ୍ଟର୍ଣ୍ଣ ଓ ସମ୍ବଲପୁରୀ ପୋଷାକର ଦୁଇଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସୁବ୍ରତ ଚୌଧୁରୀ ଏବଂ ମମତା ଚୌଧୁରୀ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଉଡାନର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ତମନ୍ନା ସାମନ୍ତରାୟ, ଅଧକ୍ଷ ରମେଶ ସାହା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀଙ୍କ ପରଲୋକ

ସମ୍ବଲପୁର: ରାଜ୍ୟପାଳ ପୁରସ୍କାରପ୍ରାପ୍ତ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ତଥା ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀଙ୍କ ପରଲୋକ ହୋଇଯାଇଛି । ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ତାଙ୍କୁ ୮୬ ବର୍ଷ ବୟସ ହୋଇଥିଲା । ସେ ତାଙ୍କ ପଛରେ ସ୍ୱାମୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର, ପୁଅ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ରସାୟନ ବିଭାଗର ପ୍ରଫେସର ଅମିତାଭ ମହାପାତ୍ର ଓ କୃଷି ବିଭାଗରେ ଇଞ୍ଜିନିୟର ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିବା ବେଦବ୍ୟାସ ଏବଂ ଝିଅ ଖଣ୍ଡୁଆଳ ସ୍ଥିତ ଉନ୍ନୀତ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟର

ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ରାକ୍ଷୀ ମହାପାତ୍ର ତଥା ପୁତ୍ରବଧୂ ମମତା ଓ ସଂଯୁକ୍ତା, ଜ୍ୱାଇଁ ପଞ୍ଚାନନ ତ୍ରିପାଠୀ ତଥା ନାତିନାତୁଣୀଙ୍କୁ ଛାଡି ଯାଇଛନ୍ତି ।

ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀ ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ ସେବିକା ରୂପେ ନିଜ କ୍ୟାରିଅର ଆରମ୍ଭ କରି ବିବାହ ପରେ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ବୃତ୍ତିକୁ ଆପଣେଇ ନେଇଥିଲେ । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା କୁଣ୍ଡୁକେଲାର ଲମ୍ବୋଦର ହାଇସ୍କୁଲରେ ସେ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ସେଠାରେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଥିବା ସ୍ୱାମୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ସହ କାର୍ଯ୍ୟକରି ତାକୁ ଏକ ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପରିଣତ କରିଥିଲେ । ପରେ ସେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ସମ୍ବଲପୁରର ଲେଡିଲୁଇସ ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ବରିଷ୍ଠ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟକରି ୧୯୯୪ ମସିହାରେ ଅବସର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଅବସର ପରେ ସେ ନିଜକୁ ସମାଜ ସେବାରେ ନିୟୋଜିତ କରି ନାରୀସେବା ସଂଘ, ହୀରାଖଣ୍ଡ ନାଗରିକ ପରିଷଦ, ଆଦର୍ଶ ସାମାଜିକ ତଥା ସାଂସ୍କୃତିକ ସଙ୍ଗଠନ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଥିଲେ । ସେ ଗତ କିଛି ବର୍ଷ ହେବ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ଶଯ୍ୟାଶାୟୀ ହୋଇ ରହିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ବିଭିନ୍ନ ମହଲରେ ଗଭୀର ଶୋକ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ପ୍ରମୋଦ ଭଗତଙ୍କୁ ଏଲ୍ଆଇସିର ସହାୟତା

ସମ୍ବଲପୁର: ଭାରତୀୟ ଜୀବନ ବୀମା ନିଗମ ସମ୍ବଲପୁର ମଣ୍ଡଳ ପକ୍ଷରୁ ପାରା ଅଲିମ୍ପିକ ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ବିଜେତା ପ୍ରମୋଦ ଭଗତଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ତାଙ୍କୁ ୧ କୋଟି ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ରାଶି ଚେକ୍ ଆକାରରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ସମ୍ବଲପୁର ମଣ୍ଡଳ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଆୟୋଜିତ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ସଭାରେ ଯୋଗ ଦେଇ ଏଲଆଇସି ସମ୍ବଲପୁର ମଣ୍ଡଳ ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରବନ୍ଧକ ବି.ଏଲ୍. ଦାସ କହିଥିଲେ, ଏଲଆଇସି ବିଗତ ୬୫ ବର୍ଷ ହେଲା କ୍ରୀଡ଼ାବିତଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେଇ ଆସୁଛି । କ୍ରୀଡ଼ା ସହିତ ଶିକ୍ଷା, ନିଯୁକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ସହଯୋଗର ହାତ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ହକିରେ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ ବିଜେତା ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଖେଳାଳିମାନଙ୍କୁ ୨୫ ଲକ୍ଷ ଓ ହକି ମହିଳା ଦଳରେ ସାମିଲ ଥିବା ଖେଳାଳିମାନଙ୍କୁ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଲେଖାଏ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ଦିଆଯାଇଛି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧରେ ମାର୍କେଟିଂ ମ୍ୟାନେଜର ଅଜୟ କୁମାର, ପିଆଣ୍ଡ ଜିଏସ୍ ମ୍ୟାନେଜର ସୁବୋଧ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସେଲ୍ସ ମ୍ୟାନେଜର ଶରତ କୁମାର ପଣ୍ଡା ଉତ୍ସବକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ଆୟକର ବିଭାଗର ନୂତନ କୋଠା ଉଦଘାଟିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ବେହେରାମାଲ ଠାରେ ଆୟକର ବିଭାଗର ନବନିର୍ମିତ ଭବନ ଉଦଘାଟିତ ହୋଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଆୟକର ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ ଆୟୁକ୍ତ ବିଜୟାନନ୍ଦ ପୃଷେଠ୍ ଏହି ନୂତନ ଭବନକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ଆୟକର ବିଭାଗର ଯୁଗ୍ମ ଆୟୁକ୍ତ କପିଳ ମଣ୍ଡଳ, ସୁନୀଲ କୁମାର ପରିଡ଼ା, ଆୟକର ଅଧିକାରୀ ଶୁଭଦୀପ ସାହୁ ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ସହ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ଆୟକର ବିଭାଗର ସମସ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଓ କର୍ମଚାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

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