ସାପ୍ତାହିକ
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
ସ୍ୱୀକାର
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 28 | 10 - 16 July 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ସମ୍ବଲପୁରରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ଚେତାବନୀ ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର : ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀରୁ ଅଧିକ ସମୟ ଧରି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ଚାଲିଥିବା ସ୍ଥାୟୀ ହାଇକୋର୍ଟ ଆନ୍ଦୋଳନ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ରୂପ ନେବାକୁ ଯାଉଛି । କେନ୍ଦ୍ର ଆଇନମନ୍ତ୍ରୀ କିରନ୍ ରିଜ୍‌ଜୁଙ୍କ ପତ୍ର ଓ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚକୁ କଟକ ଆଇନ୍‌ଜୀବୀଙ୍କ ବିରୋଧ ପରେ ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନ ଆହୁରି ତୀବ୍ର ଓ ଶାଣିତ ହୋଇଛି । ପୂର୍ବରୁ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ହେଉ ବୋଲି ଦାବି ହେଉଥିବା ବେଳେ ଏବେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ବିଭିନ୍ନ ଓକିଲ ସଂଘ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବେ ପୂର୍ବ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଅନୁଯାଏ ସିଏସି ଆହ୍ୱାନରେ ଶୁକ୍ରବାର ବିଭିନ୍ନ ଓକିଲ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଚେତାବନୀ ଦିବସ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଅବିଳମ୍ବେ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାଇବାକୁ ଏଥିରେ ଦାବି କରାଯାଇଥିଲା । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ରାଜଗାଙ୍ଗପୁର, ସମ୍ବଲପୁର, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ଦେବଗଡ଼, ବୌଦ୍ଧ ଆଦି ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ସମେତ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ସଂଗଠନ ମାନେ ସହରର ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ ଦୁଇଚକିଆ ର୍‌ୟାଲିରେ ଆସି ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଆୟୁକ୍ତଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଠୁଳ ହୋଇଥିଲେ । ସେଠାରେ ଚେତାବନୀ ସମାବେଶରେ ବିଭିନ୍ନ ରାଜନୈତିକ ଦଳର ନେତା, ଶିକ୍ଷାବିତ୍, ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ, ପ୍ରଶାସକ, ସମାଜସେବୀ ସମସ୍ତେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ଦଳୀୟ ରାଜନୀତିରୁ ଉପରକୁ ଉଠି ସମ୍ବଲପୁରରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ଏକ ସ୍ୱରରେ ଦାବି କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପୂର୍ବତନ ପାଇଁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାନ୍ତୁ ବୋଲି ଦୃଢ଼ ଦାବି ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ବିଜେଡି ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଦାସ, ବିଜେପି ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଗିରୀଶ ପଟେଲ, କଂଗ୍ରେସ୍ ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଅଶ୍ୱିନୀ ଗୁରୁ ପାର୍ଟିଠାରୁ ମାଟି ବଡ଼ କହିବା ସହ ଏକ ସ୍ୱରରେ ସମ୍ବଲପୁରରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ଦାବି ଉତ୍‌ଥାପନ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ସଭାପତି ସୁରେନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ବରିଷ୍ଠ ଆଇନ୍‌ଜୀବୀ ପ୍ରଦୀପ ବହିଦାର, ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ ରଥ, ସତ୍ୟ ନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା,

ସମ୍ବଲପୁରରେ ହିଁ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ହେଉ ବୋଲି ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ଓକିଲ ସଂଘ ସମୂହ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କମିଟି (ସିଏସି) ପକ୍ଷରୁ ଗତ ମେ ମାସରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ ଜୁନ୍ ୩୦ ତାରିଖ ସୁଦ୍ଧା ରାଜ୍ୟ ସରକାର ହାଇକୋର୍ଟ ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ସମ୍ବଲପୁରରେ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାନ୍ତୁ ବୋଲି ସମୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରା ଯାଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଏହା ଦେବାରେ ବିଫଳ ହେବାରୁ ବହୁ ଓକିଲ ସଂଘ ଏହି ଦାବି ଉଠାଇ ଚେତାବନୀ ଦିବସ ଆୟୋଜନ କରିଥିଲେ ଓ ସମ୍ବଲପୁରରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ବରଗଡ଼ ଓ ସୋନପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଅନେକ ଓକିଲ ସଂଘ ବି ଏଥିରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ସମ୍ବଲପୁରରେ ଆୟୋଜିତ ବିଶାଳ ସମାବେଶରେ ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ସମସ୍ତ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ଓ ସହରର ୬୦ରୁ ଅଧିକ ନାଗରିକ ସଂଗଠନ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନ ଗଡିଆ, ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀ, ପୂର୍ବତନ ପ୍ରଶାସକ ରଘୁନାଥ ମିଶ୍ର, ନାଗରିକ କମିଟି ସଭାପତି ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର, ହୀରାଖଣ୍ଡ ନାଗରିକ ପରିଷଦର ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ଜୟଦେବ ମେହେର, ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହୋତା, ପ୍ରମୋଦ ଦାଶ, ଭକ୍ତ ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦ, ଗୋକୁଳ ମେହେରଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଉ କାଳକ୍ଷେପଣ ନୀତି ଅବଲମ୍ବନ ନକରି ରାଜ୍ୟ ସରକାର ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ଅତନୁ ଘୋଷ, ରବି ରଂଜନ ପୂଜାରୀ, ବସନ୍ତ ମିଶ୍ର, ଦୁର୍ଗା ପାଢ଼ୀ, ଦିଲୀପ ବିଶି, ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତ ମହାନ୍ତି, ପ୍ରମୋଦ ସରାଫ, ସଂଘ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ସରୋଜ କୁମାର ସାହୁଙ୍କ ସମେତ ଶତାଧିକ ଆଇନ୍‌ଜୀବୀ ଉପସ୍ଥିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ଶେଷରେ ସରୋଜ ଦାଶ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶେଷରେ ଆର୍‌ଡିସିଙ୍କ ସଚିବ ଭିନସେଣ୍ଟ ପୁନମକାନ୍ତ ଏକ୍କା ସମାବେଶ ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ଆନ୍ଦୋଳନକାରୀଙ୍କ ଠାରୁ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଦାବିପତ୍ର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ବିଧାନସଭାରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉଠାଇଲେ ନାଉରୀ ନାୟକ

ସମ୍ବଲପୁର : ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାରେ ସ୍ଥାୟୀ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପ୍ରସଙ୍ଗ ବିଧାନସଭାରେ ରେଙ୍ଗାଲି ବିଧାୟକ ନାଉରି ନାୟକ ଉଠାଇଛନ୍ତି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାରେ ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଆଇନଜୀବୀ ମାନଙ୍କ ଦାବି ହୋଇ ରହି ନାହିଁ । ଦୀର୍ଘ ଚାରି ଦଶନ୍ଧିରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସମୟରୁ ଚାଲୁଥିବା ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନ ଏବେ ଜନ ଆନ୍ଦୋଳନର ରୂପ ନେଇଛି । ଜାତି, ଧର୍ମ ଓ ବର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ବିଶେଷରେ ସମଗ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାବାସୀ ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନରେ ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହି ଅଞ୍ଚଳ ଲୋକଙ୍କର ଏକ ନ୍ୟାର୍ଯ୍ୟ ଦାବିକୁ ଅଣଦେଖା କରାଯାଉଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଓଡିଶାରେ ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟରେ ହାଇକୋର୍ଟର ଦୁଇଟି ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ପଶ୍ଚିମ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଓଡିଶାର ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ଦାବି ବହୁ ପୁରୁଣା ଓ ଏକ ନ୍ୟାର୍ଯ୍ୟ ଅଧିକାର ମଧ୍ୟ । ଏହା ବିଚାର ବିଭାଗୀୟ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ବିକେନ୍ଦ୍ରିକରଣ କରିବା ସହିତ ବିଚାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଆହୁରି ସରଳ ଓ ସହଜ କରିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିବାରର ଦ୍ୱାରଦେଶ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆଇନ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଏକ ମାଇଲ ଖୁଣ୍ଟ ହେବ । ଏହା ଦୁଇ ଅଞ୍ଚଳବାସୀଙ୍କ ଭାବାବେଗ ସହିତ ଜଡିତ ଅଟେ । ତେଣୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଯଥା ଶୀଘ୍ର ଏହି ବିଷୟକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ସହକାରେ ଗ୍ରହଣ କରି କେନ୍ଦ୍ର ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପତ୍ରର ଉତ୍ତର ଦିଅନ୍ତୁ । ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ ମାଗିଥିବା ସମସ୍ତ ବିଷୟକୁ ସମ୍ବଳିତ କରି ଏକ ଠୋସ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପ୍ରେରଣ କରନ୍ତୁ ବୋଲି ବିଧାନସଭାର ଦୃଷ୍ଟିଆକର୍ଷଣ କରିଥିଲେ । ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ବାରମ୍ବାର ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପାଇଁ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର କୌଣସି ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରୁ ନାହାନ୍ତି । ଓଡିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ମତାମତ ସଂଲଗ୍ନ କରି ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ପ୍ରସ୍ତାବ ଓ ଦସ୍ତାବିଜ ସହିତ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ କିରଣ ରିଜୁ ଚିଠି ଲେଖିବାର ଦୁଇମାସ ବିତିଗଲେ ସୁଦ୍ଧା ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଚୁପ ରହିଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରଦେଶରେ ଆଇନକୁ ପହଞ୍ଚାଇବା ସହ ଆଞ୍ଚଳିକ ବୈଷମ୍ୟ ଦୂର କରିବା

‘ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍’କୁ ମିଳିଲା ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ୱୀକୃତି

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରୀ ଡିଜାଇନ କ୍ଷେତ୍ରରେ କାମ କରୁଥିବା ସହରର ଡିଜାଇନର ଅନୁଷ୍ଠାନ ‘ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍’ କୁ ମିଳିଛି ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ମଞ୍ଚରେ ବଡ ସଫଳତା । ସାରା ଦେଶ ତଥା ବିଦେଶର ଜଣାଶୁଣା ସବୁ ଡିଜାଇନରଙ୍କ ଡିଜାଇନକୁ ପଛରେ ପକାଇ ‘ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍’ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ଡିଜାଇନର ପୁରସ୍କାର ହାସଲ କରିଛି । ଦବଙ୍ଗ -୩ର ଅଭିନେତ୍ରୀ ସାଇ ମଞ୍ଜରେକରଙ୍କ ହାତରୁ ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍‌ର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସେମ୍ ସାମନ୍ତରାୟ ଓ ରାଜୀବ ପାଢ଼ୀ ଏହି ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଦେଶର ଜଣାଶୁଣା ୭ ଜଣ ଡିଜାଇନର ଓ ୧୦୦ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମଡେଲ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ମାଂସପେଶୀକୁ ଶକ୍ତ କରେ ହଳଦୀ

ପ୍ରକୃତିର ଦାନ ବିଟ୍

ନିମ୍ବ ବଡ଼ ଗୁଣକାରୀ

କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଖାଇ ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତୁ

ଶାଲଗମ୍‌ର ଉପକାରିତା

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁରରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶନି ଓ ରବିବାର ଦିନ ହେଲମେଟ ଦିବସ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର: ଦୁର୍ଘଟଣା ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ହ୍ରାସ ପାଇଁ ଗତ ଜୁନ ୦୧ ତାରିଖ ଠାରୁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ 'ନୋ ହେଲମେଟ୍ ନୋ ପେଟ୍ରୋଲ' କଡାକଡି ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଉଛି । ତେବେ ଏହି ଧାରାକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ସହ ଗାଡିଚାଳନା ସମୟରେ ହେଲମେଟ ପିନ୍ଧିବା ଅଭ୍ୟାସକୁ ଆହୁରି ବ୍ୟାପକ କରିବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ସବୁ ବର୍ଗଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଚଳିତ ମାସ ଠାରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶନିବାର ଓ ରବିବାର ଉଭୟ ଦିନକୁ ସମଗ୍ର ଜିଲ୍ଲାରେ ଶତ ପ୍ରତିଶତ ହେଲମେଟ ଦିବସ ଭାବରେ ପାଳନ କରିବାକୁ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା କମିଟିରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଉଭୟ ଦିନ ରାସ୍ତାରେ ଯାଉଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ବାଇକ ଚାଳକ ଓ ପଛରେ ବସିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱଇଚ୍ଛାରେ ହେଲମେଟ ପିନ୍ଧି ଗାଡିଚାଳନା କରିବାକୁ କୁହାଯାଇଛି । ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଏହି ବୈଠକରେ ଜିଲ୍ଲା ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା କମିଟି ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ତଥା ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ଆବୋଲି ସୁନୀଲ ନରୱାଣେ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା କରି ଚଳିତ ମାସ ତୃତୀୟ ଶନିବାର ଠାରୁ ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ଜିଲ୍ଲାରେ ଲାଗୁ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏପରିକି ଏଥିପାଇଁ ପୂର୍ବରୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ସଂଗଠନ, ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ, ନାଗରିକ, ବିଭିନ୍ନ ଗୋଷ୍ଠୀ, ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ, ପରିବହନ ବିଭାଗ ଓ ପୋଲିସ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ବୈଠକ କରି ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଆହୁରି ବିସ୍ତୃତ ଆଲୋଚନା କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ତେବେ ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ସମଗ୍ର ଜିଲ୍ଲାର ସହରାଞ୍ଚଳ ଓ ବ୍ଲକ ସଦର ମହକୁମା ଅଂଚଳରେ ଏକକାଳୀନ ବ୍ୟାପକ ଭାବେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କରିବାକୁ ବୈଠକରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ଏହି ବୈଠକରେ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା ଯୋଗ ଦେଇ ଜିଲ୍ଲାରେ ଦୁର୍ଘଟଣା ତଥା ଦୁର୍ଘଟଣା ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥାନା ଅଂଚଳରେ ଗାଡିମୋଟର ଯାଞ୍ଚ କରାଯିବା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ନିଶାସକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଗାଡିଚାଳନା, ବିନା ସିଟ ବେଲ୍ଟ ରେ ଗାଡିଚାଳନା, ବାଇକ ପଛରେ ବସିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ ହେଲମେଟ ପିନ୍ଧିବା, ଉଚିତ ସ୍ଥାନରେ ଗାଡିପାର୍କିଙ୍ଗ ସହ ଗାଡିଚାଳନା ପ୍ରମାଣ ପତ୍ର ଓ ବୀମା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିବା ଉପରେ ମଧ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରି ପୋଲିସ ଏ ଦିଗରେ କଡା ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ଆରମ୍ଭରେ ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗ ଅଧିକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ରୀ ଦାମୋଦର କୈବର୍ତ୍ତ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ପ୍ରଦାନ କରି ବୈଠକର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ଅତିରିକ୍ତ ଆଞ୍ଚଳିକ ପରିବହନ ଅଧିକାରୀ ଶିବାଶିଷ ସାହୁ ଜିଲ୍ଲାରେ ମୋଟର ଯାନ ଆଇନ ଉଲଂଘନ ସମ୍ପର୍କିତ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରି ଗତ ୨୦୨୧ ଜାନୁଆରୀରୁ ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସଡ଼କ ଦୁର୍ଘଟଣା ଓ ଦୁର୍ଘଟଣା ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଚଳିତ ବର୍ଷ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୭୫ ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିଥିବା ବେଳେ ସର୍ବାଧିକ ୪୬ ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି ଜିଲ୍ଲାରେ ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ ଅଧିକ ବେଗରେ ଯାତାୟତ କରୁଥିବା ଯାନ ବିରୋଧରେ ୨୦୩ ମାମଲା ରୁଜୁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଗତ ମଇ ଓ ଜୁନ ମାସରେ ପୋଲିସ ବିଭାଗ ୭୭ ଓ ପରିବହନ ବିଭାଗ ୪୩ ନିଶାସକ୍ତ ଗାଡି ଚାଳକଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ମାମଲା ରୁଜୁ କରିଥିବା ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ଜାନୁଆରୀରୁ ଜୁନ ମଧ୍ୟରେ ୩୧୭୩ ଟି ବିଭିନ୍ନ ମୋଟର ଯାନ ଆଇନ ଉଲଂଘନ କାରୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ମାମଲା ରୁଜୁ କରାଯାଇ ୭୩୬ ଜଣଙ୍କ ଗାଡିଚାଳନା ପ୍ରମାଣ ପତ୍ର ରଦ୍ଦ କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ବିନା ହେଲମେଟ ରେ ଗାଡିଚାଳନା କରୁଥିବା ସର୍ବାଧିକ ୪୯୨ ଗାଡିଚାଳକ ଥିବା ବେଳେ ଦ୍ରୁତ ଗତି ରେ ଯାଉଥିବା ୨୦୮ ଜଣ ଗାଡିଚାଳନା ବେଳେ ମୋବାଇଲ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ୩୬, ନିଶାସକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଗାଡିଚାଳନା କରୁଥିବା ୫୨ ଜଣଙ୍କ ଗାଡିଚାଳନା ପ୍ରମାଣପତ୍ର ରଦ୍ଦ କରାଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଥିଲା । ଏହି ବୈଠକରେ କମିଟି ସଦସ୍ୟ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଭୋଇ, ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ରେଆର ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଅନଙ୍ଗ ନେଗୀ, ସାମ୍ବାଦିକ ସ୍ୱାଧୀନ କୁମାର ମେହେର, ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟ ଶତପଥୀ, ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ଭୋଇ, ତଥା ପରିବହନ ବିଭାଗ କର୍ମଚାରୀ ସହ ସଦସ୍ୟ ସଦସ୍ୟା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଆଲୋଚନାରେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ଓଡ଼ିଶାରେ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣ ୨୨ ହଜାର ୪୨ ଟଙ୍କା

ଭୁବନେଶ୍ୱର: ରାଜ୍ୟର ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣ ପରିମାଣ ୨୨ ହଜାର ୪୨ ଟଙ୍କା ହେଲାଣି । ଅର୍ଥାତ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତିଟି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁଣ୍ଡରେ ୨୨ ହଜାର ୪୨ ଟଙ୍କାର ଋଣ ରହିଛି । ୧୯୯୯-୨୦୦୦ ମସିହାରେ ରାଜ୍ୟର ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣ ପରିମାଣ ୪ ହଜାର ୯୧୮ ଟଙ୍କା ଥିଲା । ବିଗତ ୨୨ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଏହା ୫ଗୁଣରୁ ଅଧିକ ବଢ଼ିଛି ।

୨୦୨୨-୨୩ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ବଜେଟ ଉପରେ ବିଧାନସଭାରେ ଚାଲିଥିବା ଆଲୋଚନାର ଉତ୍ତର ଦେଲାବେଳେ ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ନିରଞ୍ଜନ ପୂଜାରୀ ରାଜ୍ୟର ଋଣ ସ୍ଥିତି ନେଇ ତଥ୍ୟ ରଖିଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ରାଜ୍ୟ ଅର୍ଥନୈତିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହେବା ସହ ରାଜ୍ୟର ଋଣ ଧାରଣ କ୍ଷମତା ଓ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣରେ ବୃଦ୍ଧି ସ୍ୱାଭାବିକ । ତେବେ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଆୟର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଋଣର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଠାରୁ ଅଧିକ ରହିଲେ ଏହା ପୋଷନୀୟତା ।

ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ୧୯୯୯-୨୦୦୦ ମସିହାରେ ଯେତେବେଳେ ରାଜ୍ୟର ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣ ଭାର ୪ ହଜାର ୯୧୮ ଟଙ୍କା ରହିଥିଲା ସେତେବେଳେ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଆୟ ପରିମାଣ ମାତ୍ର ୧୩ ହଜାର ୧୨ ଟଙ୍କା ଥିଲା । ଅର୍ଥାତ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଆୟ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣର ୨.୬୫ ଗୁଣ ରହିଥିଲା । ଏବେ ୨୦୨୨ ମାର୍ଚ୍ଚ ୩୧ ସୁଦ୍ଧା ରାଜ୍ୟର ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣ ପରିମାଣ ୨୨ ହଜାର ୪୨ ଟଙ୍କା ହୋଇଥିବାବେଳେ ଆୟ ପରିମାଣ ୧ ଲକ୍ଷ ୨୭ ହଜାର ଟଙ୍କା ହୋଇଛି ।

ଏବେ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଆୟ ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣ ତୁଳନାରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ୫.୮ ଗୁଣ ହୋଇଛି । ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଓଡ଼ିଶାର ଋଣ ପରିମାଣ ଏକ ସହନୀୟ ସ୍ତରରେ ଅଛି । ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ଋଣରେ ଓଡ଼ିଶା ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ନିମ୍ନତମ ରାଜ୍ୟଭାବେ ରହିଛି । ଯେତେବେଳେ ଋଣ ଭାର ରାଜ୍ୟର ସକଳ ଘରୋଇ ଉତ୍ପାଦର ବା ଜିଏସଡିପିର ୨୫ ପ୍ରତିଶତ ଅନୁପାତରେ ରହିବା କଥା ସେତେବେଳେ ଓଡ଼ିଶାର ୧୫, ୮ ପ୍ରତିଶତରେ ରହିଛି ।

ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ନିୟମ ଅନୁଯାୟୀ ସୁଧ ଦେୟ ଓ ରାଜସ୍ୱ ଆୟ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁପାତ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ମଧ୍ୟରେ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଓଡ଼ିଶାରେ କିନ୍ତୁ ଏହା ୪.୨୯ ପ୍ରତିଶତରେ ସୀମିତ ଅଛି । ଏହାବ୍ୟତୀତ ୨୦୦୫-୦୬ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରୁ କ୍ରମାଗତ ଭାବରେ ଓଡ଼ିଶା ରାଜସ୍ୱ ବଳକା ସ୍ଥିତି ବଜାୟ ରଖିଛି ।

ପଣ୍ଡିତ ଶ୍ୟାମ ପ୍ରସାଦ ମୁଖାର୍ଜୀଙ୍କ ଜନ୍ମତିଥିରେ ରକ୍ତ ଦାନ ଶିବିର

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର: ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାର ସଦର ମହକୁମା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ଥିବା ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାର ଠାରେ ନେହେରୁ ଯୁବ କେନ୍ଦ୍ର ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏ ମାଟ୍ପାଲିର ସହଯୋଗରେ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାର ସଂସ୍କାର ଭାରତୀ ପଶ୍ଚିମ ପ୍ରାନ୍ତ ର ମହା ମନ୍ତ୍ରୀ ଗଦାଧର ବାରିକ ଓ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ରକ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରର ମୁଖ୍ୟ ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ଦୂର୍ଗାଦତ୍ତ ଦାଶ ଫିତା କାଟି ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ନେହେରୁ ଯୁବ କେନ୍ଦ୍ରର ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଯୁବ ସମାଜସେବୀ ହୃଷିକେଶ ଦେହୁରୀ, ଧବଳେଶ୍ୱର ଭୁକ୍ତା ଉପସ୍ଥିତ ରହି ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଶାନ୍ତନୁ ମେଣ୍ଡିଲି, ବିଶ୍ୱନାଥ କର୍ମୀ, ସମାଜ ସେବୀ ଶମ୍ଭୁ ରାଜ କର୍ଣ୍ଣ, ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ମାଝୀ, ରାକେଶ ମହାଲା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ରକ୍ତ ଦାତାଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ ।

ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା କ୍ରିୟାନ୍ୱୟନରେ ଓଡ଼ିଶା ଏକ ନମ୍ବର

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଖାଦ୍ୟ ଓ ପୋଷଣ ସୁରକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦେଶର ସମସ୍ତ ରାଜ୍ୟ ଓ କେନ୍ଦ୍ରଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରେ ଓଡ଼ିଶା ଶୀର୍ଷ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି । କେନ୍ଦ୍ର ଖାଉଟି ବ୍ୟାପାର, ଖାଦ୍ୟ ଓ ସାଧାରଣ ବଣ୍ଟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପିୟୁଷ ଗୋୟଲ ଏହା କହିଛନ୍ତି । ଏଠାରେ 'ଭାରତରେ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପୋଷଣ ସୁରକ୍ଷା' ଶୀର୍ଷକ ଏକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଯୋଗଦେବା ଅବସରରେ ଶ୍ରୀ ଗୋୟଲ କହିଛନ୍ତି, ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ଆଇନ (ଏନଏଫଏସଏ) ର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତାରେ ଓଡ଼ିଶା ସର୍ବାଗ୍ରେ ରହିଛି । ଏହା ପଛକୁ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି । ଦେଶର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବର୍ଗର ରାଜ୍ୟଗୁଡିକ (ଉତ୍ତର ପୂର୍ବାଞ୍ଚଳ ରାଜ୍ୟସମୂହ, ହିମାଳୟ ପାଦଦେଶରେ ଥିବା ରାଜ୍ୟ ଏବଂ ଦ୍ୱୀପ ରାଜ୍ୟ) ମଧ୍ୟରେ ତ୍ରିପୁରା ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି । ଏହି ସୂଚୀରେ ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶ ଏବଂ ସିକିମ ଯଥାକ୍ରମେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ଭିଭିଭୂମି ଓ ପରିବହନଗତ ସମସ୍ୟା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏହି ରାଜ୍ୟ ଗୁଡିକ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାଧାରଣ ରାଜ୍ୟଗୁଡିକ ସହିତ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦିତା କରି ସେଥିରେ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ।

କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷାକୁ ନେଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥିବା ସୂଚୀରେ ଓଡ଼ିଶା ୦.୮୩୬ ପଏଣ୍ଟ ସହିତ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି । ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ ୦.୭୯୭ ଏବଂ ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶ ୦.୭୯୪ ପଏଣ୍ଟ ସହିତ ଯଥାକ୍ରମେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ସମ୍ପ୍ରତି ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଉଥିବା ସୂଚୀ ମୁଖ୍ୟତଃ ଲକ୍ଷ୍ୟଭିତ୍ତିକ ସାଧାରଣ ବଣ୍ଟନ ବ୍ୟବସ୍ଥା (ଟିପିଡିଏସ୍) ଅଧୀନରେ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସୁକ୍ଷା ଆଇନ (ଏନଏଫଏସ) ର ପରିଚାଳନା ଓ ଏଦିଗରେ ଆବଶ୍ୟକ ପଦକ୍ଷେପ ଜରିଆରେ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷାକୁ କେତେ ସଫଳତାର ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଉଛି, ତାହା ଉପରେ ଆଧାରିତ ହୋଇଛି । ଶ୍ରୀ ଗୋୟଲ କହିଥିଲେ ଯେ ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବାବେଳେ ଏକ ତୃତୀୟ ପକ୍ଷ ସଂସ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଂଗୃହୀତ ତଥ୍ୟ ଗୁଡିକର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରାଯାଇଥିଲା । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ଯେ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଆଇନ ଅଧୀନରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଦେଶର ପ୍ରାୟ ୮୦ କୋଟି ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ରିହାତି ମୂଲ୍ୟରେ ଅର୍ଥାତ୍ ମୁଣ୍ଡପିଛା ମାସିକ ୫ କିଲୋଗ୍ରାମ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ କିଲୋପିଛା ୧ ଟଙ୍କାରୁ ୩ ଟଙ୍କା ମୂଲ୍ୟରେ ଯୋଗାଇ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏହି ରାଙ୍କିଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଦ୍ୱାରା ଏନଏଫଏସ ଅଧିକ ସଫଳତାର ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବାକୁ ରାଜ୍ୟ ଓ କେନ୍ଦ୍ରଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳ ଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରେ ସୁସ୍ଥ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦିତା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ଗୋୟଲ କହିଥିଲେ । ତେବେ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ବିଷୟ ହେଉଛି ଏହି ସୂଚୀ କେବଳ ଟିପିଡିଏସ୍ର ସଫଳ ପରିଚାଳନା ଉପରେ ଆଧାରିତ । ଏଥିରେ କୌଣସି ରାଜ୍ୟ ଅଥବା କେନ୍ଦ୍ରଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଯଦି କିଛି କ୍ଷୁଧା ଅଥବା ପୋଷଣଗତ ସମସ୍ୟା ରହିଥାଏ, ତାହା ବିଚାରକୁ ନିଆଯାଇନାହିଁ । ସୂଚୀ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଏନଏଫଏସଏ ଏବଂ ଟିପିଡିଏସ ସଂସ୍ଥାର ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି ।

ଭାଗବତ /// ଭଗବାନଙ୍କ ବିଭୂତି

ଭଗବାନ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ମହନୀୟ ବିଭୂତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଉପଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଭଗବାନ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଜୀବନ ଦାତା । ଭଗବାନ ହେଉଛନ୍ତି ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଅନ୍ତରାତ୍ମା । ତେବେ ବି ସେ ନିଜକୁ ଗୁପ୍ତ ରଖି ଲୀଳା କରିବାରେ ଲାଗିଥାନ୍ତି । ଭଗବାନ ଅନ୍ତରାତ୍ମା ରୂପେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଦେଖିଥାଆନ୍ତି । ମାତ୍ର ଜୀବ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ । ଦେଖିଲେ ବି ଚିହ୍ନିପାରେ ନାହିଁ । ଚିହ୍ନିଲେ ବି ଆପଣାର କରିପାରେ ନାହିଁ । ଜୀବ ଭଗବାନଙ୍କ ମାୟାରେ ମୋହିତ ହୋଇ ରହିଥିବାରୁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ । ଉଦ୍ଧବଙ୍କର ସନ୍ଦେହ ଏହିପରି ଥିଲା ।

କୁରୁକ୍ଷେତ୍ର ଯୁଦ୍ଧରେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କର ଶଙ୍କା ଜାତହୋଇଥିଲା । ସେ ନିଜ ଉପରେ କର୍ତ୍ତାପଣ ରୋପଣ କରି ବିହିତ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ-କର୍ମ-ମୋହରେ ପଡ଼ିଯାଇଥିଲେ । ନିଜେ କୁରୁବୀର କୁଟୁମ୍ବୀଙ୍କୁ ବଧ କରିଦେବେ ଏବଂ ତଦ୍ୱାରା ମହାପାପର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଯିବେ- ଏପରି ଧାରଣା ତାଙ୍କ ମନରେ ଦୃଢ଼ରୂପେ ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ସେତେବେଳେ ସେ ବିକଳରେ ଧର୍ମସଙ୍କଟରେ ପଡ଼ିଯାଇ କହିଥିଲେ- ସ୍ୱଜନଂ ହି କଥଂ ହତ୍ୱା ସୁଖିନଃ ସ୍ୟାମ ମାଧବ ।

ଭଗବାନ ଅର୍ଜୁନଙ୍କର ଏପରି ବିମୂଢ଼ ଚିତ୍ତକୁ ନାନା ଉପଦେଶ ମାଧ୍ୟମରେ ବୁଝାଇବାକୁ ଯାଇ ବିଭୂତି ଯୋଗର ଉପଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଭଗବାନ କହିଥିଲେ-

ଅହମାତ୍ମା ଗୁଡ଼ାକେଶ ସର୍ବଭୂତାଶୟ ସ୍ଥିତ ।

ହେ ଅର୍ଜୁନ, ଆମ୍ଭେ ସକଳ ଭୂତଙ୍କ ହୃଦୟରେ ଅବସ୍ଥିତ ଆତ୍ମା ଏବଂ ସର୍ବଭୂତର ଉତ୍ପତ୍ତି, ସ୍ଥିତି ଓ ବିନାଶ ସ୍ୱରୂପ ।

ଭଗବାନଙ୍କର ଏହି ବିଭୂତି ସମଗ୍ର ବର୍ଣ୍ଣନା ଶ୍ରବଣ ପାଇଁ ଉଦ୍ଧବଙ୍କର ଇଚ୍ଛା ଥିଲା ।

ଭଗବାନ ଅତି ସଂକ୍ଷେପରେ ସେତେବେଳେ କହିଥିଲେ—

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ଆମ୍ଭେ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ଆତ୍ମା, ହିତୈଷୀ, ସୁହୃଦ୍ ଓ ଈଶ୍ୱର (ଅର୍ଥାତ୍ ନିୟାମକ) । ଆମେ ହିଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଓ ପଦାର୍ଥ ରୂପରେ ସ୍ଥିତ ଅଛୁ ଏବଂ ସମସ୍ତର ଉତ୍ପତ୍ତି, ସ୍ଥିତି ଓ

ପ୍ରଳୟର (ଏକମାତ୍ର) କାରଣ ଅଟୁ ।

ଭଗବାନ ହେଉଛନ୍ତି କ୍ରିୟାଶକ୍ତିର ସୂତ୍ରାତ୍ମା ଏବଂ ଜ୍ଞାନଶକ୍ତିର ମହତତ୍ତ୍ୱ । ବସ୍ତୁତଃ ଯେଉଁଠାରେ ତେଜ, ଶ୍ରୀ, କୀର୍ତ୍ତି, ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ, ଲଜ୍ଜା, ତ୍ୟାଗ, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ସୌଭାଗ୍ୟ, ପରାକ୍ରମ, ତିତିକ୍ଷା ଓ ବିଜ୍ଞାନାଦି ଶ୍ରେଷ୍ଠଗୁଣ ଥାଏ ସେ ସମସ୍ତ ଭଗବାନଙ୍କର ଅଂଶ ବୋଲି ଜାଣିବାକୁ ହେବ ।

ଭଗବାନ୍ କହିଲେ, ''ବହୁତ ବକର ବକର ହେବା ଅନୁଚିତ । ବାଣୀ ସଂଯମ ଆବଶ୍ୟକ । ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ଭାଷଣ ପାପ । ଏଣୁ ବାଣୀ ଉପଯୋଗ କରିବା ବେଳେ ଭାବିଚିନ୍ତି କରୁଥିବା ଉଚିତ ।

ପ୍ରାଣାୟାମ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରାଣକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମ କରିବା ଉଚିତ । ସାତ୍ତ୍ୱିକ ବୁଦ୍ଧିଦ୍ୱାରା ପ୍ରପଞ୍ଚାଭିମୁଖ ବୁଦ୍ଧିକୁ ଶାନ୍ତ କରିବା ଉଚିତ ।

ଭଗବାନ ଏହାପରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟାଶ୍ରମ, ଗୃହସ୍ଥାଶ୍ରମ, ବାନପ୍ରସ୍ଥାଶ୍ରମ ଓ ସନ୍ୟାସାଶ୍ରମ ଧର୍ମ ବିଷୟରେ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ଉପଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ସନ୍ୟାସୀଙ୍କ ମୁଖ୍ୟ ଧର୍ମ ହେଉଛି ଶାନ୍ତି ଓ ଅହିଂସା । ବାନପ୍ରସ୍ଥଙ୍କ ମୁଖ୍ୟଧର୍ମ ତପସ୍ୟା ଓ ଭଗବଦ୍ ଭାବ । ଗୃହସ୍ଥଙ୍କ ମୁଖ୍ୟ ଧର୍ମ -ପ୍ରାଣୀଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିବା ଓ ଯାଗ-ଯଜ୍ଞ କରିବା । ବ୍ରହ୍ମଚାରୀଙ୍କ ମୁଖ୍ୟ ଧର୍ମ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଗୁରୁଙ୍କ ସେବା କରିବା ।

ଭଗବାନ୍ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ଭକ୍ତି, ଜ୍ଞାନ ଓ ଯମ-ନିୟମାଦି ସାଧନ କଥା ବି କହିଛନ୍ତି । ଜଗତର କୌଣସି ଜୀବଙ୍କୁ ହୀନ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହାପରେ ଉଦ୍ଧବ କେତେକ ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ଓ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ପଚାରିଛନ୍ତି । ଭଗବାନ ଯାହା କହିଲେ ନିମ୍ନରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ହୋଇଛି ।

''ଆତ୍ମଠାରେ ବୁଦ୍ଧି ସ୍ଥାପନା କରିବା ଶମ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଙ୍କୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ଦମ । କୌଣସି ପ୍ରାଣୀଙ୍କୁ ଦ୍ରୋହ ନ କରିବା ହେଉଛି ଦାନ ।''

''ଜଗତର କୌଣସି ଜୀବ ପ୍ରତି କୁଭାବ ନ ରଖିବା ଓ ସଦ୍‌ଭାବ ନ ରଖିବା ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଦାନ । ଭୂତଦ୍ରୋହର ତ୍ୟାଗ ହେଉଛି ଦାନ । ଚେତନ ଓ ଜଡ଼, କାହାକୁ ହେଲେ ଦ୍ରୋହ ନ କରିବା ଉଚିତ ।

''କାମନା ସମୂହର ତ୍ୟାଗ ହେଉଛି ତପ । କାମସୁଖ ବିଷୟରେ ଟିକିଏ ବୋଲି ଭାବନା କରନାହିଁ । ଯେ କାମସୁଖ କଦାପି ଇଚ୍ଛାକରେ ନାହିଁ ସେ ହୋଇଥାଏ ମହାନ୍ ତପସ୍ୱୀ । ବାସନା ଓ ସ୍ୱଭାବକୁ ଜିତିବା ହେଉଛି ଶୌର୍ଯ୍ୟ ।''

ବର୍ଷାଜଳ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ

ଗତ କେତେ ବର୍ଷ ତଳୁ ପାଣି ଏକ ବଡ଼ ସମସ୍ୟାର ରୂପ ଧାରଣ କରିଛି । ଏହି ସଂକଟର ଅନେକ ରୂପ ରହିଛି, ଯାହା ସହର ଓ ଗାଁ ଗୁଡ଼ିକରେ ଅଲଗା-ଅଲଗା ଦେଖାଯାଏ । ଗାଁଗୁଡ଼ିକରେ ଏହା କ୍ଷେତ ଓ ଜଳସେଚନର ସଂକଟ ରୂପେ ଠିଆ ହୋଇଛି ତ ସହରଗୁଡ଼ିକରେ ପିଇବା ପାଣିର ଅଭାବ ରୂପେ ଦେଖାଯାଉଛି । ପିଇବା ପାଣିର ସମସ୍ୟା ଗାଁ ଗୁଡ଼ିକରେ ବି ଅଛି, କିନ୍ତୁ ମିଡିଆର ଧ୍ୟାନ ସହର ଉପରେ ଅଧିକ କେନ୍ଦ୍ରିତ ହେବା କାରଣରୁ ସହରୀ ସମସ୍ୟା ଅଧିକ ଭୟାବହ ରୂପରେ ସାମନାକୁ ଆସିବାର ଦେଖାଯାଉଛି । ଆମେ ପାନୀୟଜଳ ବିଷୟରେ ହିଁ ଶୁଣୁଛେ, ତେଣୁ କ୍ଷେତ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ସମସ୍ୟା ସାମନାକୁ ଆସୁ ନାହିଁ; ଯଦ୍ୟପି ଏହି ସମସ୍ୟାର ବାସ୍ତବିକ ରୂପ ଏହି ଦୁଇଟିଙ୍କୁ ଏକାଠି ରଖି ହିଁ ବୁଝା ଯାଇପାରେ ।

ସହରୀକରଣର ବିସ୍ତାର ଦ୍ୱାରା ଗାଁ ଗୁଡ଼ିକରୁ ଲୋକମାନେ ସହର ଆଡ଼କୁ ପଳାୟନ କରୁଛନ୍ତି । ଏହାକୁ ଦେଖି ସହର ଗୁଡ଼ିକରେ ପାଣିର ସମସ୍ୟା ଉପରେ ଦେଶର ଧ୍ୟାନ କେନ୍ଦ୍ରିତ ହୋଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଚେନ୍ନାଇ ସହରରୁ ଯେଉଁ ଚିତ୍ର ସବୁ ମିଳିଛି, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖି ଅବଶିଷ୍ଟ ଭାରତରେ ବିଚଳନ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଅତୀତରେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବଜେଟରେ ଭାରତ ସରକାର ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ ଯେ ୨୦୨୪ ସୁଦ୍ଧା ଦେଶର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘରେ ନଳ ଦ୍ୱାରା ଜଳ ପହଞ୍ଚାଇ ଦିଆଯିବ । ସରକାର ଜଳଶକ୍ତି ନାମରେ ନୂତନ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ମଧ ଗଠନ କରିଛନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନଳ ପହଞ୍ଚିଯିବ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି ଯେ କ'ଣ ସେହି ନଳ ଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା ପାଣି ମଧ ଆସିବ ।

ନୀତି ଆୟୋଗର ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଦେଶର ପ୍ରାୟ ୧୦ କୋଟି ଲୋକ ପାଣି ସମସ୍ୟାରେ ପୀଡ଼ିତ । ଦେଶର ୨୧ଟି ପ୍ରମୁଖ ସହରରେ ଭୂମିଗତ ଜଳ ପ୍ରାୟ ସମାପ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଏଗୁଡ଼ିକର ପରମ୍ପରାଗତ ଜଳସ୍ରୋତ ଶୁଖି ଗଲାଣି । କୂପ ଓ ପୁଷ୍କରିଣୀ ସହରଗୁଡ଼ିକର ବିକାଶ ଯୋଗୁଁ ବଳି ପଡିଗଲେଣି । ଦେଶରେ ପାଣିର ସଂକଟ ଦେଖାଦେବା ସଂଗେ ସଂଗେ ପାଣିର ଗୁଣବତ୍ତା ଉପରେ ମଧ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିଲାଣି ।

ନୀତି ଆୟୋଗର ଗତ ବର୍ଷର ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ପାଣିର ଗୁଣବତ୍ତାର ବୈଶ୍ୱିକ ସୂଚକାଙ୍କରେ ଭାରତର ସ୍ଥାନ ଦୁନିଆର ୧୨୨ଟି ଦେଶ ମଧ୍ୟରେ ୧୨୦ତମ ଥିଲା । ଏହି ଜଳ ସଂକଟର ପ୍ରସ୍ତାବନାରେ ଚେନ୍ନାଇର ଉଦାହରଣ ଦିଆଯାଇପାରେ, ଯେଉଁଠି ପାଣିର ଆପୂର୍ତ୍ତି କରୁଥିବା ଚାରିଟି ଜଳାଶୟ ପ୍ରାୟ ଶୁଖି ଗଲାଣି ।

ଏହି ସ୍ଥିତି ସେହି ସହରର, ଯାହା ବଡ ବର୍ଷା କାରଣରୁ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ି ଯାଉଥିଲା । ଚେନ୍ନାଇରେ ଆଜିକାଲି ଘରର ପାଣି ପାଇଁ ମାସରେ ୧୫ ରୁ ୨୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲୋକଙ୍କୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପଡୁଛି । ରିପୋର୍ଟରେ ଏହା ମଧ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ପ୍ରାୟ ୬୦ କୋଟି ଲୋକ ପାଣିର ଅଭାବର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ପ୍ରତିବର୍ଷ ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ଲକ୍ଷ ଲୋକ ଶୁଦ୍ଧ ଜଳର ଅଭାବ କାରଣରୁ ପ୍ରାଣ ହରାଉଛନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଜଳ ଆୟୋଗ କହିଛି ଯେ ଦେଶର ଦୁଇ ତୃତୀୟାଂଶ ଜଳାଶୟର ସ୍ତର ବହୁତ ତଳକୁ ଚାଲିଗଲାଣି ।

ବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ମଧ ଏହି ସଂକଟର ଏକ ବଡ଼ କାରଣ ବୋଲି କୁହାଯାଉଛି । ଜାତିସଂଘର ଏକ

ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ୨୦୫୦ ମସିହା ବେଳକୁ ଦେଶର ସହରଗୁଡ଼ିକରେ ରହିବା ପାଇଁ ୪୧.୬ କୋଟି ଲୋକ ଆସିଯିବେ । ସହର ଗୁଡ଼ିକର ବିକାଶ ମଧ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଉପାୟରେ ହେଉ ନାହିଁ । ମୋଟ ଜନସଂଖ୍ୟାର ଏକ ବଡ଼ ଭାଗ ଏପରି ବସ୍ତିଗୁଡ଼ିକରେ ରହୁଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆଦୌ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇ ନାହିଁ । ଏହି ସହରଗୁଡ଼ିକରେ ପିଇବା ପାଣିର ଯେଉଁ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, ତାହା ୨୦୩୦ ବେଳକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ଦୁଇ ଗୁଣ ହୋଇଯିବ । ଏସବୁ ଉପରେ ରହିଛି ବୈଶ୍ୱିକ ଜଳବାୟୁ, ଯାହାର ଅନ୍ତର୍ଗତ କେବେ ପ୍ରଚୁର ବର୍ଷା ହେଉଛି ତ ଆଉ କେବେ ମରୁଡି ପଡୁଛି ।

ପୃଥିବୀର ପ୍ରାୟ ୭୦ ପ୍ରତିଶତ କ୍ଷେତ୍ରଫଳ ପାଣିରେ ଭରି ହୋଇ ରହିଛି, ଯେଉଁଥିରେ ପିଇବା ଯୋଗ୍ୟ ପାଣି ମାତ୍ର ୩ ପ୍ରତିଶତ, ଅବଶିଷ୍ଟ ଖାରିଆ । ଏଥିରୁ ବି କେବଳ ଏକ ପ୍ରତିଶତ ମିଠା ପାଣିର ହିଁ ଆମେ ବ୍ୟବହାର କରି ପାରିଥାଉ । ପ୍ରାକୃତିକ ଜଳଚକ୍ର ରୂପେ ଘୂରି ଘୂରି ଏହି ପାଣି ଆମ ପାଖକୁ ଆସିଥାଏ । ଏହି ଜଳ ସେତିକି ହିଁ ଅଟେ, ଯେତିକି ୨ ହଜାର ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ଥିଲା । ଯଦ୍ୟପି ଜନସଂଖ୍ୟାର ଅନୁପାତ ସେହି ସମୟ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ, ତଥାପି ଏହା ଆମ ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଏବଂ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ରହିବ । କିନ୍ତୁ ସର୍ତ୍ତ ହେଉଛି ଯେ ତାହାର ପ୍ରବନ୍ଧନ ଠିକ୍ ରୂପେ କରାଯିବା ଉଚିତ ।

ଦେଶରେ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଷ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ପାଣିର ହିଁ ଉପଯୋଗ କରିପାରିଥାଉ । ବାକି ୮୫ ପ୍ରତିଶତ ପାଣି ବହି ସମୁଦ୍ରକୁ ଚାଲିଯାଏ । ଇସ୍ରାଏଲ ଭଳି ଦେଶକୁ ଯଦି ଦେଖାଯାଏ ତେବେ ସେଠାରେ ବାର୍ଷିକ ବୃଷ୍ଟିହାର ମାତ୍ର ୪୦ ସେ.ମି. ପାଖାପାଖି, କିନ୍ତୁ ସେଠାରେ ସେମାନେ ନିଜର ଚାଷ କରିବାର ପ୍ରଣାଳୀ ବଦଳାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସମୁଦ୍ରର ଖାରି ପାଣିକୁ ମିଠା ପାଣିରେ ପରିଣତ କରିବାର ବଢ଼ିଆ ଟେକ୍‌ନିକ୍ ମଧ ସେମାନେ ବିକଶିତ କରିଛନ୍ତି । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହନ୍ତି ଯେ ଜମିର ମାତ୍ର ୫ ପ୍ରତିଶତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପଡୁଥିବା ବର୍ଷା ଜଳକୁ ଯଦି ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଏ ତ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ପ୍ରାୟ ୧୦୦ ଲିଟର ପାଣି ଜଣ ପିଛା ପ୍ରତିଦିନ ମିଳିପାରିବ ।

ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଭାରତରେ ସାଧାରଣ ବର୍ଷା ବାର୍ଷିକ ପ୍ରାୟ ୧୧୦ ସେ.ମି. ହୋଇଥାଏ । ଯଦ୍ୟପି ଚୀନ ଓ ଆମେରିକା ଭଳି ଦେଶଗୁଡ଼ିକରେ ଏହାର ଅଧା ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ବିପରୀତ ସେଠାକାର ଚାଷବାସ ଆମଠାରୁ ବହୁତ ଭଲ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ଜଳ ପ୍ରବନ୍ଧନ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଦେଶର ଅନେକ ଅଞ୍ଚଳରେ ଜଳ ପ୍ରବନ୍ଧନର ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ପରମ୍ପରାଗତ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରଚଳିତ, ଯାହାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ଓ ସଂରକ୍ଷଣ ଦେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଜଳ ପ୍ରବନ୍ଧନକୁ ଦେଶବ୍ୟାପୀ ଆନ୍ଦୋଳନର ରୂପ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଉଚିତ ।

ବିଦ୍ୟାଳୟ, କଲେଜଗୁଡ଼ିକରେ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନଙ୍କୁ ଏ ବିଷୟରେ ଜାଗ୍ରତ କରିବା ଉଚିତ ଏବଂ ଏହା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଉଚିତ ସୂଚନା ମଧ ସେମାନଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇବା ଦରକାର । ଏଥିରେ ଦେଶର ମିଡିଆ ତନ୍ତ୍ର ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି, ତାହା ପ୍ରଶଂସନୀୟ, କିନ୍ତୁ ତାହାକୁ ଆହୁରି ଅଧିକ ଗମ୍ଭୀରତା ପୂର୍ବକ ନେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଏହା ସହିତ ଏପରି ଜଳପ୍ରବନ୍ଧନର ଆଦର୍ଶ ଉଦାହରଣ ଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ ଜନସମୂହଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏଭଳି ଅନେକ ସାମୂହିକ ପ୍ରୟାସ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ତଥା ଆଗାମୀ ପିଢ଼ିକୁ ଜୀବନ ରୂପୀ ଜଳ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଉପହାର ରୂପେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖ ପରିବେଶ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ତୃତୀୟ ଦଶକ ଆରମ୍ଭରେ ଗଣମାଧ୍ୟମର ନବୀନତମ ସୋପାନ ସାମାଜିକ ଗଣମାଧ୍ୟମର ପ୍ରସାର ଏବଂ ସେଥିରେ ଦୈନନ୍ଦିନ ଭିତ୍ତିରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସଂପୃକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଚାଲିଥିବା ସ୍ଥଳେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ବିମୁଖ 'ନିଉଜ ଆଭଏଡ଼ାନ୍ସ' ଚିନ୍ତାର କାରଣ ପାଲଟିଛି । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଗବେଷଣାଲବ୍ଧ ତଥ୍ୟ ଉଦ୍ଧାର କରି କହୁଛନ୍ତି ଜନସାଧାରଣ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସମୟ ବିଭିନ୍ନ ଗଣମାଧ୍ୟମ ମଞ୍ଚରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହୁଥିଲେ ହେଁ କ୍ରମଶଃ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ନିମନ୍ତେ ସମୟ କାଟଛାଟ କରିବା ଧାରା ପ୍ରବର୍ତ୍ତିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚର ଡିଜିଟାଲ ରୂପାନ୍ତରୀକରଣ ହୋଇସାରିଥିବା ତଥା କରୋନାଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣଜନିତ ମହାମାରୀ କାଳରେ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚର ଗୁରୁତ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ମହାମାରୀ-ପର ପରିବେଶରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖି ମନୋଭାବ ସମ୍ବାଦ ଶିଳ୍ପର ଭବିଷ୍ୟତକୁ ନେଇ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଶ୍ନ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ।

ଅକ୍ସଫୋର୍ଡ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର 'ରଏଟର ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ ଫର ଷ୍ଟଡ଼ି ଅଫ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ପକ୍ଷରୁ 'ଡ଼ିଜିଟାଲ ନିଉଜ ରିପୋର୍ଟ ୨୦୨୨' ଜୁନ ମଧ୍ୟଭାଗରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା । ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ୨୦୧୨ରୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାଶନ ଜାରି ରହିଛି । ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ନିମନ୍ତେ ୨୦୨୨ ଜାନୁୟାରୀ ଓ ଫେବୃୟାରୀ ଦୁଇମାସ ଧରି ଏକ ବଡ଼ ଧରଣର ସର୍ବେକ୍ଷଣ 'ସର୍ଭେ' ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ୪୬ ଗୋଟି ରାଷ୍ଟ୍ରର ୯୩ ହଜାର ବ୍ୟକ୍ତି ଅନଲାଇନ ସର୍ଭେରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା, ବ୍ରିଟେନ ଓ ବ୍ରାଜିଲକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅଧ୍ୟୟନବର୍ଗ 'ଫୋକସ ଗ୍ରୁପ' ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଭାରତରେ ଏହି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ୨୦୨୧ରୁ ସାମିଲ ହୋଇଛି ।

'ଡ଼ିଜିଟାଲ ନିଉଜ ରିପୋର୍ଟ ୨୦୨୨'ରେ କ୍ରମବିକଶିତ ଚାରିଗୋଟି ଗଣମାଧ୍ୟମ ସମସ୍ୟାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ହ୍ରାସ, ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚରେ ଉପସ୍ଥିତିକୁ ଏଡ଼ାଇଯିବା, ଦର୍ଶକ ବିଭାଜନ ବା ଧ୍ରୁବଣ 'ପୋଲାରାଇଜେସନ' ଏବଂ ଯୁବ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସମ୍ବାଦ ଆହରଣରେ ବିଘଟନ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ସାମଗ୍ରିକଭାବେ ରଏଟର ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ ପକ୍ଷରୁ ରିପୋର୍ଟରେ ଏହାକୁ ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖ ପରିବେଶ 'ସିଲେକ୍ଟିଭ ନିଉଜ ଆଭଏଡ଼ାନ୍ସ' ନାମିତ କରାଯାଇଛି । ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖିଥିଲା ଉପଭୋକ୍ତା ଯେ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ପଢୁନାହାନ୍ତି, ଟେଲିଭିଜନ ସମ୍ବାଦ ଦେଖୁନାହାନ୍ତି କିମ୍ବା ଅନଲାଇନ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚରେ ପହଞ୍ଚୁନାହାନ୍ତି ତାହା ନୁହଁ; ଗଣମାଧ୍ୟମ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଉପସ୍ଥିତି ରହିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ତଥା କେତେକ ବର୍ଗର ସମ୍ବାଦ ପଢ଼ିବା ବା ଦେଖିବାରୁ କ୍ଷାନ୍ତ ରହୁଛନ୍ତି । ଏହି ଧାରା କ୍ରମଶଃ ବଢୁଥିବା ଉଦବେଗର କାରଣ ।

ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ୨୦୧୭ ରୁ ୨୦୨୨ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ରାଜିଲରେ ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୫୪ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ବ୍ରିଟେନରେ ୪୬ ପ୍ରତିଶତ ବଢ଼ିଛି । ଅବଶ୍ୟ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାରେ ଏହା ୩୮ ପ୍ରତିଶତରୁ ୪୨ ପ୍ରତିଶତରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ଅପରପକ୍ଷେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସେଠାରେ କୌଣସି ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚର ଧାର ନମାଡୁଥିବା ନାଗରିକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ । ଜାପାନରେ ମଧ୍ୟ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ, ବ୍ରିଟେନରେ ୯ ପ୍ରତିଶତ, ଫ୍ରାନ୍ସ ଓ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ୮ ପ୍ରତିଶତ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିଥାନ୍ତି ।

ଏହିସବୁ ପରିସଂଖ୍ୟାନ ମୁଖ୍ୟତଃ ଡ଼ିଜିଟାଲ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ଆଶ୍ରିତ । ଭାରତ ଭଳି ଦେଶରେ ୧୪୦ କୋଟି ଜନସଂଖ୍ୟାରୁ ମାତ୍ର ୫୪ ପ୍ରତିଶତ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇଥିବା ହେତୁ ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଡିଜିଟାଲ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚରେ ଦେଖାଦେଇଥିବା ସମସ୍ୟାବଳୀ ହୁଏତ ତତକ୍ଷଣାତ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ମନେନହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରଚଳିତ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଧାରା ପାରମ୍ପରିକ ଗଣମାଧ୍ୟମ ମଞ୍ଚର ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଆଚରଣରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହେବା ଏବଂ କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧମାନ ଡ଼ିଜିଟାଲ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ନିମନ୍ତେ ଅଗ୍ରିମ ସୂଚକ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହେବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ।

ସାଧାରଣ ପାଠକ ଓ ଦର୍ଶକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପ୍ରତି ବିମୁଖ ହେବା ସଂପର୍କରେ ରିପୋର୍ଟରେ ଛଅଗୋଟି କାରଣ ଉଲ୍ଲେଖ ହୋଇଛି । ଏକପକ୍ଷରେ ୪୩ ପ୍ରତିଶତ ଉପଭୋକ୍ତା ପ୍ରକାଶିତ ସମ୍ବାଦଗୁଡ଼ିକରେ ମାତ୍ରାଧିକ ରାଜନୀତି ଓ କୋଭିଡ଼ ମହାମାରୀ ବିଷୟବସ୍ତୁ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ହେଉଥିବା, ୨୯ ପ୍ରତିଶତ ସମ୍ବାଦ ବିଶ୍ୱାସନୀୟତା ହରାଉଥିବା ଏବଂ ୧୬ ପ୍ରତିଶତ ପ୍ରକାଶିତ ସମ୍ବାଦ ପାଠକଙ୍କ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଆସୁନଥିବା ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ଅପରପକ୍ଷେ ୩୬ ପ୍ରତିଶତ ଉପଭୋକ୍ତା ସମ୍ବାଦଗୁଡ଼ିକର ବିଷୟବସ୍ତୁ ମାନସିକସ୍ତରରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଥିବା, ୨୯ ପ୍ରତିଶତ ସମ୍ବାଦର ପରିମାଣ ଓ ୧୭ ପ୍ରତିଶତ ସମ୍ବାଦ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଲେ ଯୁକ୍ତିତର୍କର ସାମ୍ନା ହେବା ନିମନ୍ତେ ପସନ୍ଦ କରୁନଥିବା ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖର କାରଣ ରୂପେ ଦର୍ଶାଇଥିଲେ । ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ଡ଼ିଜିଟାଲ ସମ୍ବାଦ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଏହି ଉପଲବ୍ଧି ଆମ ଦେଶର ପାରମ୍ପରିକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ, ମୁଖ୍ୟତଃ ମୁଦ୍ରିତ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ଓ ଟେଲିଭିଜନ ନିମନ୍ତେ ଚେତାବନୀ ମନେହୁଏ । ଏଭଳି ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଆଧାର କରି କେତେକ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ନିଜ ସମ୍ପାଦକୀୟ ନୀତି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରୁଥିବା ଉଦାହରଣ ଦୃଷ୍ଟିକୁ ଆସିଥାଏ ।

ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକର ରାଜନୀତିକ ସଂପୃକ୍ତି ହେତୁ ରାଜନୀତି ସମ୍ବାଦକୁ ପ୍ରମୁଖ ସ୍ଥାନ ଦେବା ଏବଂ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ରାଜନୀତିକ ବିଭାଜନ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖକୁ ସର୍ବାଧିକ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଆଲୋଚ୍ୟ ଗବେଷଣାରୁ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ସାଧାରଣରେ ରାଜନୀତିକ ସଂଘର୍ଷପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିସ୍ଥିତି, ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ସଂକଟ, ମହାମାରୀ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଭଳି ସମ୍ବାଦକୁ ଉଭୟ ପାରମ୍ପରିକ ଓ ଡ଼ିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସଂଖ୍ୟାଧିକ ପାଠକ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଚାହୁଁ ନଥିବା ତଥ୍ୟ ହସ୍ତଗତ ହୋଇଛି । ମୁଖ୍ୟତଃ ଯୁବବର୍ଗର ପାଠକ ଓ ଦର୍ଶକ ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖ ହେଉଥିବା ହେତୁ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ବିଷୟବସ୍ତୁକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା ଧାରା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଜଣାଯାଏ । ତେବେ ପାଠକ ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କ ରୁଚିକୁ ଚରିତାର୍ଥ କରିବାକୁ ଯାଇ ସମ୍ପାଦକୀୟ ନୀତି ପରିବର୍ତ୍ତନର ସୀମାକୁ ନେଇ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିଥାଏ ।

ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ହ୍ରାସ ଅନ୍ୟତମ ସମସ୍ୟା । ରିପୋର୍ଟରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ୪୨ ପ୍ରତିଶତ ନମୁନାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ସଂକଟ ଦେଖାଦେଇଛି । ସମ୍ବାଦ ପ୍ରତି ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଆଗ୍ରହ ୨୦୧୭ରେ ୬୩ ପ୍ରତିଶତ ରେକର୍ଡ କରାଯାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ତାହା ୨୦୨୨ ରେ ୫୧ ପ୍ରତିଶତକୁ ଖସିଆସିଛି । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରବାହ ମଧ୍ୟରେ ଯୁବବର୍ଗର ପାଠକ ଓ ଦର୍ଶକ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସମ୍ବାଦ ବଦଳରେ ସମ୍ବାଦର ଅଂଶବିଶେଷ ଆହରଣ କରୁଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଘଟଣାର ପୂର୍ବାପର ସଙ୍ଗତି ସଂପର୍କରେ ପରିଚିତ ହେବାରୁ ଦୂରେଇ ରହୁଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଅଳ୍ପ ଶିକ୍ଷିତ ଯୁବକଯୁବତୀ ଅନଲାଇନ ପରିବେଶରେ ପହଞ୍ଚୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପରିବେଶିତ ସମ୍ବାଦ ଅବୋଧ ଅଭିଯୋଗ କରିଥାନ୍ତି ।

'ଡ଼ିଜିଟାଲ ନିଉଜ ରିପୋର୍ଟ ୨୦୨୨' ପ୍ରଯୋଜନା ନିମନ୍ତେ ଆୟୋଜିତ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ବିଶ୍ୱର ପ୍ରାୟ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ଜନସଂଖ୍ୟାରୁ ନମୁନା ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇ ସେମାନଙ୍କ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଆଚରଣ ସଂପର୍କରେ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଥିଲା । ଭାରତରେ ଡିଜିଟାଲ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଶ ସଂପର୍କରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଏଠାରେ ୭୨ ପ୍ରତିଶତ ଉପଭୋକ୍ତା ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଏବଂ ୩୫ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଯୋଗେ ଡିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚରେ ପହଞ୍ଚିଥାନ୍ତି । ସମ୍ବାଦ ଆହରଣ ନିମନ୍ତେ ୫୩ ପ୍ରତିଶତ 'ୟୁଟ୍ୟୁବ' ଓ ୫୧ ପ୍ରତିଶତ 'ହ୍ୱାଟସଆପ' ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ଡ଼ିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚରେ ଅସତ୍ୟ ସମ୍ବାଦ ସାଙ୍ଗକୁ କୁତ୍ସାରଟନା ଆଗାମୀ ଭବିଷ୍ୟତ ନିମନ୍ତେ ଅମୀମାଂସିତ ସମସ୍ୟା । ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ସମ୍ବାଦ ସରବରାହରେ ପ୍ରମୁଖ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଏହା ଯେ କେବଳ ପାରମ୍ପରିକ ଗଣମାଧ୍ୟମଠାରୁ ଭିନ୍ନ ତାହା ନୁହ, ଏହାର ଭୂମିକା ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ସମୟଠାରୁ ଭିନ୍ନ ରୂପରେ ଆତ୍ମପ୍ରକାଶ କରୁଛି । ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ସମ୍ବାଦ ସରବରାହ ଆଙ୍ଗିକ ସାଙ୍ଗକୁ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ସମ୍ବାଦ ବିମୁଖ ଆଚରଣ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରଯୋଜନା, ବିତରଣ ଓ ବ୍ୟବସାୟରେ ନୂତନ ଆଦର୍ଶ 'ମଡ଼େଲ' ଆବଶ୍ୟକ କରିବା ସୁନିଶ୍ଚିତ ।

ମାଂସପେଶୀକୁ ଶକ୍ତ କରେ ହଳଦୀ

ହଳଦୀରେ ଏପରି ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ଯାହା ଶରୀର ପାଇଁ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ 'କୁରକୁମିନ୍' ନାମକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି, ଯାହା ଶରୀରରେ ଥଣ୍ଡା ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା କୋଷଗୁଡ଼ିକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଏହାକୁ ମାଂସପେଶୀ ଖାଇଲେ ଦୃଢ଼ ହୋଇଥାଏ । ହଳଦୀ ଶରୀରରେ ଇନ୍‌ସୁଲିନ୍ ପ୍ରତିରୋଧକକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଏଥିରେ ଥିବା କୁରକୁମିନ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ମସ୍ତିଷ୍କ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କ କାର୍ଯ୍ୟଧାରାକୁ ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ କରାଇଥାଏ । ରକ୍ତଚାପ ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ନିଜର ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ସାମିଲ କରିପାରିବେ । ହଳଦୀ ରକ୍ତ ଚାପକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବା ସହ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିଥାଏ । ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ଏହା ମଧ୍ୟ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ୟୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ ୱାଶିଂଟନର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ହଳଦୀରେ ମଧ୍ୟ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ପିଗମେଣ୍ଟ ରହିଛି ଯାହା ଆମ ଚର୍ମ କୋଷଗୁଡ଼ିକୁ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଥରେ ଧର୍ମ ଓ ଅଧର୍ମ ଦୁହେଁ ନିଜ ନିଜ ରଥରେ ବସି କେଉଁଆଡ଼େ ଯାଉଥିଲେ । ସେହି ଦୁଇ ଜଣଙ୍କ ରଥ ଗୋଟିଏ ରାସ୍ତାରେ ମୁହାଁମୁହିଁ ହୋଇଗଲା । ଏବେ କିଏ ଅନ୍ୟ ପାଇଁ ରାସ୍ତା ଛାଡ଼ିବ, ଏହା ଉପରେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିବାଦ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଗଲା । ଧର୍ମ ଅଧର୍ମକୁ କହିଲା- " ଭାଇ ! ତୁ ଅଧର୍ମ ଆଉ ମୁଁ ଧର୍ମ । ମୋର ମାର୍ଗ ଠିକ୍ ହୋଇଥାଏ । ମୁଁ ପୁଣ୍ୟଦାୟକ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଶଂସିତ, ସେଥିପାଇଁ ମୋତେ ମାର୍ଗ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ । "ଅଧର୍ମ କହିଲା- "ହେ ଧର୍ମ ! ମୁଁ ଅଧର୍ମ ଅଟେ, ସେଥିପାଇଁ ମୋତେ ମାର୍ଗ ଦିଆଯାଉ । ଅଧର୍ମ ପୁଣି କହିଲା-"ହେ ଧର୍ମ ! ମୁଁ ଅଧର୍ମ ଆଉ ନିର୍ଭୟ ଓ ବଳବାନ୍ ଅଟେ । ମୁଁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବେ ବି କାହାକୁ ମାର୍ଗ ଦେଇ ନାହିଁ । ଏହା ମୋର ସ୍ୱଭାବର ବିରୁଦ୍ଧ । ମୁଁ ତୋତେ ମାର୍ଗ କିପରି ଦେଇପାରିବି ?' ଧର୍ମ ପୁଣି ବୁଝାଇଲା- "ଦେଖ ଭାଇ । ଲୋକରେ ପ୍ରଥମେ ଧର୍ମର ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବ ହେଲା, ପରେ ଅଧର୍ମର । ଧର୍ମ ହିଁ ଜ୍ୟେଷ୍ଠ, ଧର୍ମ ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ, ସନାତନ ଅଟେ । ତେଣୁ ହେ କନିଷ୍ଠ ! ତୁ ମୋତେ ଜ୍ୟେଷ୍ଠ ଭାବି ମାର୍ଗ ଛାଡ଼ିଦିଏ । ଏହା ପରେ ଅଧର୍ମ କହିଲା- ଏସବୁ କୌଣସି ଉଚିତ କାରଣ ନୁହେଁ । ଆସ ଯୁଦ୍ଧ କର । ଯିଏ ଜିତିବ, ରାସ୍ତା ତାହାର" ପୁଣି ଧର୍ମ ବୁଝାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲା- "ମୁଁ ଚାରି ଦିଗରେ ବିସ୍ତୃତ ମହାବଳବାନ, ଯଶସ୍ୱୀ ଓ ଅତୁଳନୀୟ, ପରମ ଗୁଣବାନ୍ ଅଟେ । ତୁ ମୋ ଠାରୁ ଜିତିବୁ କିପରି ? ଅଧର୍ମ କହିଲା – "ଲୁହା ଦ୍ୱାରା ସୁନା ତରଳେ, ସୁନା ଦ୍ୱାରା ଲୁହା ନୁହେଁ । ଆଜି ଅଧର୍ମ ହିଁ ଧର୍ମକୁ ପରାଜିତ କରିବ ।' ଧର୍ମ ବଡ଼ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଗଲା । ଧର୍ମ କହିଲା- ମୁଁ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଚାହୁଁ ନାହିଁ । ମୁଁ ତୋର ବଚନ ପାଇଁ ତୋତେ କ୍ଷମା କରି ଯିବାର ମାର୍ଗ ଛାଡ଼ି ଦେଉଛି । ସଜ୍ଜନ ଲୋକମାନଙ୍କର ଏହା ହିଁ ପରିଚୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଅନୁଭୂତି ଜନିତ ହେଉଛି ସତ୍ୟ

ସତ୍ୟ ଧର୍ମର ପରିଭାଷା । ସତ୍ୟ ଧର୍ମ ଓ ଅସତ୍ୟ ଅଧର୍ମ । ଏଠାରେ ସତ୍ୟର ଅର୍ଥ କେବଳ ବାଣୀର ସତ୍ୟତା ନୁହେଁ, ବରଂ ଧର୍ମ ଶବ୍ଦ ଭଳି ଏହାର ମଧ ସେହି ବ୍ୟାପକ ଅର୍ଥ ରହିଛି ଏବଂ ଏହାର ଅନ୍ତର୍ଗତ ସ୍ୱଭାବ, ଗୁଣ, ନିୟମ, ବିଧାନ ଇତ୍ୟାଦି ଆସିଥାଏ । ପ୍ରକୃତିର ନିଜର ଗୁଣ-ସ୍ୱଭାବ ଅଛି, ନିୟମ-ବିଧାନ ଅଛି । ସେହି ନିୟମ- ବିଧାନଗୁଡ଼ିକର ସତ୍ୟତା ସହିତ ସାରା ଚରାଚର ବିଶ୍ୱ ବନ୍ଧା ହୋଇଛି । ଏହି ଅର୍ଥରେ ସତ୍ୟ ଓ ଧର୍ମ ପର୍ଯ୍ୟାୟବାଚୀ ଶବ୍ଦ ।

ପ୍ରକୃତିର ସ୍ୱଭାବର ସତ୍ୟତାକୁ ଆମେ ଯେତିକି ବୁଝିଥାଉ ଓ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଉ, ସେତିକି ଧର୍ମକୁ ମଧ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଉ । ସତ୍ୟତାକୁ ତିନି ପ୍ରକାରେ ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଏ । ସ୍ୱୀକାର କରିବାର ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ଭୂମିକାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ମହାତ୍ମା ବୁଦ୍ଧ ନିଜର ବୋଧିଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ଏହି ସତ୍ୟତାକୁ ଶବ୍ଦରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ଆମ ମନରେ ସେହି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଜାଗ୍ରତ ହେଲା ଓ ଆମେ ତାଙ୍କର ଶବ୍ଦକୁ ସ୍ୱୀକାର କଲୁ ।

ଏହି ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହେବ, କିନ୍ତୁ ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟରେ ସତ୍ୟତାର ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ହୋଇ ନଥାଏ । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଅନୁଭୂତିଜନିତ ଜ୍ଞାନକୁ ଶବ୍ଦରେ ଅବତରଣ କରାଯାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଯେବେ କୌଣସି ସତ୍ୟଦ୍ରଷ୍ଟା ଋଷି ଶବ୍ଦସ୍ରଷ୍ଟା ହୁଅନ୍ତି ତ ସତ୍ୟର କିଛି ଅଂଶ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟ ଆଂଶିକ ସତ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ଶବ୍ଦ ଓ ଭାଷାର ନିଜସ୍ୱ ସୀମା ରହିଛି ।

ଉନ୍ନତରୁ ଉନ୍ନତ ଭାଷା ମଧ ଆନ୍ତରିକ ଅନୁଭୂତିଗୁଡ଼ିକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ବ୍ୟକ୍ତ କରି ପାରିବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସତ୍ୟଶୋଧକଙ୍କର କିଛି ଅନୁଭୂତି ଏପରି, ଯାହା ବର୍ଣ୍ଣନାତୀତ ହୋଇଥାଏ । ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରା ତାହାର ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ନ ପାରେ । ସେ ବିଷୟରେ 'ନେତି ନେତି' କୁହାଯାଏ । କହିବା ଲୋକେ କେବଳ ଏତିକି କହି ରହିଯାନ୍ତି ଯେ ଏପରି ନୁହେଁ, ଏପରି ତ ବିଲକୁଲ ନୁହେଁ ।

ତିନି ଆୟାମକୁ ଦେଖୁଥିବା-ବୁଝୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଚତୁର୍ଥ ଆୟାମର ଜ୍ଞାନ କେଉଁ ଶବ୍ଦରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯିବ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତୀତ ଅବସ୍ଥାର ଅନୁଭୂତି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ମାଧମରେ କିପରି ବୁଝାଯିବ । ବୁଝାଇବାର ଚେଷ୍ଟା କଲେ ବି କେହି ବା ବୁଝିବ କିପରି । ଏଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ମନୁଷ୍ୟ ସକାଶେ ଏହି ଅନୁଭବ ଗୁଡ଼ିକର ଚର୍ଚ୍ଚା କରି ଅସ୍ୱୀକାର କରିବା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଚାରା ନାହିଁ । ଏପରି ପରମ ସତ୍ୟ କେବେହେଲେ ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତୀତ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାରେ ଶବ୍ଦ ଅସମର୍ଥ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜନିତ ଅନୁଭୂତିଗୁଡ଼ିକୁ ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକରେ ସମୁଚିତ ରୂପେ ବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଇ ନପାରେ । ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଆନ୍ତରିକ ଅନୁଭୂତିଗୁଡ଼ିକ ଅଧିକାଂଶତଃ ଅନୁଭବ ହିଁ କରାଯାଇପାରେ, ଅଥଚ ବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ସେଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବାର ସମସ୍ତ ପ୍ରୟନ୍ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ରହିଥାଏ । ଭାଷାର ସୀମା ବ୍ୟତୀତ କହିବା ଓ ଲେଖିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଏବଂ ତା'ଠାରୁ ବି ଅଧିକ ଶୁଣିବା ଓ ପଢ଼ିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜ ନିଜର ସୀମା ରହିଛି, ଯାହା କି ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ହେବାରେ ବାଧକ ହୋଇଥାଏ ।

କହିବା ଲୋକ ଯାହା କହିବାକୁ ଚାହେଁ, ତାହା ଠିକ୍‌ରେ କହିପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ଯାହା କହେ ତାହା ଯେଉଁ ଅର୍ଥରେ କୁହାଯାଇଛି, ଶୁଣିବା ଲୋକ ସେହି ଅର୍ଥରେ ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ, ଏହା ଶବ୍ଦର ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା, ତଥାପି ଅନୁଭୂତିଜନିତ ସତ୍ୟକୁ ଶବ୍ଦରେ ଉତାରିବାର ପ୍ରୟନ୍ ହୋଇଥାଏ । କିଛି ଅଂଶରେ ତାହାର ଲାଭ ହେଉଛି ଓ କିଛି ଅଂଶରେ ହାନି ମଧ ହେଉଛି । ଯେଉଁଠି ତାହାକୁ ଖୋଲା ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଗ୍ରହଣ କରାଗଲା, ସେଠାରେ ଲାଭ ହେଲା, କିନ୍ତୁ ଯେଉଁଠି ତାହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ମାନିବାର ହଠଧର୍ମିତା ହେଲା, ସେଠାରେ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ଓ ଅନ୍ଧମାନ୍ୟତାଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ମିଳିଲା । ସତ୍ୟ ଅନୁସନ୍ଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମାନବର ପ୍ରଗତି ଅଟକିଗଲା । କିନ୍ତୁ ମାନବ ତ ମନୁପୁତ୍ର ଅଟେ । ମନରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି । ମନନ-ଚିନ୍ତନ କରି ହିଁ କୌଣସି ସତ୍ୟକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ତା'ର ଜନ୍ମଜାତ ସହଜ ସ୍ୱଭାବ । ତା'ର ଚିନ୍ତନ-ମନନର ପ୍ରତିଭାକୁ କୁଣ୍ଠିତ କରି ତାକୁ ଜଡ଼ଭରତ କରି ରଖିବାର ଅସଂଖ୍ୟ ପ୍ରୟନ୍ ସତ୍ତ୍ୱେ ମାନବ ସମାଜର ଏକ ପ୍ରବୁଦ୍ଧ ବର୍ଗ ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟକୁ ଯାଞ୍ଚ କରିବା-ପରଖିବା, ବୁଦ୍ଧିର ତରାଜୁରେ ତଉଲିବା, ତର୍କର କଷଟିରେ କଷିବା ଓ ଯୁକ୍ତିର ହାତୁଡ଼ିରେ ଆଘାତ କରିବାର କାମ କରି ଚାଲିଛି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ସତ୍ୟର ଅନ୍ୟ ଏକ ସ୍ୱରୂପ ଉଜାଗର ହୋଇଛି, ଯାହାକୁ ଅନୁମାନ ସତ୍ୟ ବା ବୌଦ୍ଧିକ ସତ୍ୟ କୁହାଯାଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ୟତାକୁ ବୁଦ୍ଧିର ଭାଟିରେ ତପ୍ତ କରାଯିବା ଉଚିତ । ତାହାର ଯାଞ୍ଚ ପାଇଁ ମୁଣ୍ଡ ଖଟାଇବା ଦରକାର । ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ଓ ତର୍କସଙ୍ଗତ ଲାଗିଲେ ହିଁ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ନୀତି କାରଣରୁ ସତ୍ୟର ଅନୁସନ୍ଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମାନବର ପ୍ରଗତି ଆରମ୍ଭ ହେଲା ।

ଏହି କାରଣରୁ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ, ଅନ୍ଧମାନ୍ୟତାଗୁଡ଼ିକୁ ଓ ପୁରୁଣା ବିଚାରର ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଗଭୀର ଆଘାତ ଲାଗିଲା । ଏହାଦ୍ୱାରା ମାନବୀୟ ବିକାଶର ରାସ୍ତା ଖୋଲିଲା । ଅନ୍ଧ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ଭକ୍ତି ଭାବାବେଶର ଶ୍ୱାସରୁଦ୍ଧକର ବାତାବରଣ ଏବଂ ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ମାନିବାର ଦୁରାଗ୍ରହପୂର୍ଣ୍ଣ ଘନ କୁହୁଡ଼ିରୁ ବାହାରି ଆସିବାରେ ସଫଳତା ମିଳିଲା । କୌଣସି କଥାକୁ ଆଖିବୁଜି ମାନିନେବାର ଅଭ୍ୟାସ ଛାଡ଼ିଗଲା । ଏପରି କାହିଁକି ? କିପରି ? ଏହା ଜାଣିବାର ଉତ୍ସୁକତା ବଢ଼ିଲା ।

ଯେପରି ସତ୍ୟ ଶବ୍ଦର ମାନ୍ୟତା ଅଧିକାଂଶ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ଦ୍ୱାରା ଦୂଷିତ ହୋଇଯାଇଛି, ସେହିପରି ଅନୁମାନ ଅର୍ଥାତ୍ ବୌଦ୍ଧିକ ସତ୍ୟର ମାନ୍ୟତା ମଧ ବହୁଧା ଶୁଷ୍କ ତର୍କ-ବିତର୍କର ଘଞ୍ଚ ଜଙ୍ଗଲରେ ହିଁ ବାଟବଣା ହୋଇ ରହିଯାଇଛି । ଅବଶ୍ୟ ଏ ଦୁଇଟି ଦ୍ୱାରା ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦ ଓ ଅନୁମାନ ଦ୍ୱାରା ସତ୍ୟର ଆଭାସ ହୋଇପାରେ, ଅନୁଭୂତି ନୁହେଁ । ସତ୍ୟାଭାସ ମାନେ ଧର୍ମାଭାସ ଏବଂ ଯେଉଁଠି ଧର୍ମାଭାସ ଥାଏ, ସେଠାରେ ଧର୍ମ ନାଁରେ ଭ୍ରାନ୍ତି ବିସ୍ତାରର ଆଶଙ୍କା ରହିଥାଏ ।

ସତ୍ୟର ଅନୁଭୂତି ହିଁ ଧର୍ମର ସଠିକ ଅନୁଭୂତି । ଏଣୁ ଏ ଦୁଇଟିର ଭବିଷ୍ୟତ କଲ୍ୟାଣକାରୀ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସତ୍ୟର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅଟେ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସତ୍ୟ ମାନେ ସ୍ୱାନୁଭୂତିର ସ୍ତରରେ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥିବା ସତ୍ୟ । ଆଧାତ୍ମିକ ସତ୍ୟର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଭ୍ୟନ୍ତରିକ ଅନୁସନ୍ଧାନର ଏହା ସଠିକ ଯାତ୍ରା ଅଟେ । ଏହା ଧର୍ମର ଗଭୀର ଓ ବାସ୍ତବିକ ଅନ୍ୱେଷଣ ଅଟେ । ଏହି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭୂତି ଦ୍ୱାରା ଯେତେ ସତାଂଶ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ, ମାନବ ଧର୍ମପଥରେ ସେତେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଅନୁଭୂତି ସ୍ତରରେ ସତ୍ୟଧର୍ମର ସ୍ୱୟଂ ଅନ୍ୱେଷଣ କରି ତାହାକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିବା କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ । ଯେତେବେଳେ କି ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସ ସ୍ତରରେ କୌଣସି ପର କଥାକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିନେବା ସରଳ । ତେଣୁକରି ମାନବ ଜାତିର ଦୀର୍ଘ ଇତିହାସରେ ଅଧିକାଂଶ ଶବ୍ଦ ସତ୍ୟ ଆଧାରରେ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସୀ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ହିଁ ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ । କିଛି ଲୋକ ହିଁ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରି ସତ୍ୟାନ୍ୱେଷଣ କଲେ, କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ମଧ ବହୁଧା ଅନୁଭୂତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶୂନ୍ୟ ରହିଯିବା କାରଣରୁ ବୌଦ୍ଧିକ ମତ-ମତାନ୍ତର ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ପ୍ରଣେତା ଅଥବା ଅନୁଯାୟୀ ହୋଇ ରହିଗଲେ । ଯେଉଁଠି ଆନ୍ତରିକ ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ, ସେଠାରେ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ଭେଦଭାବ ପାଇଁ ସମ୍ଭାବନା କମ୍ ରହିଥାଏ, ଅନ୍ୟଥା ଶବ୍ଦ ଓ ବୌଦ୍ଧିକ ତର୍କ-ବିତର୍କର ଭିନ୍ନତା ବିଭିନ୍ନ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ପୋଷଣ କରିଥାଏ ।

ଆନ୍ତରିକ ଅନୁଭୂତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ ନିଷ୍ପକ୍ଷ ସତ୍ୟଶୋଧନ ହେତୁ ହେଲେ ହିଁ ଶୁଦ୍ଧ ଧର୍ମକୁ ବଳ ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ଯଦି ଏହା ପୂର୍ବାଗ୍ରହପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ ତେବେ ଏହା ମଧ ମତ-ମତାନ୍ତରକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବ । ସତ୍ୟ ତ କେବଳ ତାହା, ଯାହା ସମାଧିରେ ଅନୁଭୂତ ହୋଇଥାଏ । ସତ୍ୟ ତାହା, ଯାହାର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସର୍ବଦା ବଜାୟ ରହିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସତ୍ୟକୁ ସ୍ୱୟଂ ପରମାତ୍ମା କୁହାଯାଏ । ଏହାକୁ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ନୁହେଁ, ବରଂ ଅନୁଭୂତି ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଜାଣିହୁଏ । ଏହି ଅନୁଭୂତି ଜନିତ ସତ୍ୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହିଁ ଧର୍ମର ଧ୍ୟେୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଆଣ୍ଟାସିଡ୍‌ର ଉପରେ ପାକସ୍ଥଳୀ ପ୍ରଭାବ

ପେଟଜନିତ କିଛି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଡାକ୍ତର ଆମକୁ କେତେକ ଔଷଧ ବ୍ୟତୀତ ଆଣ୍ଟାସିଡ୍ ଖାଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ହେଲେ ଏହାକୁ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଖାଇଲେ ତାହାର ପ୍ରଭାବ ପାକସ୍ଥଳୀ ଉପରେ ପଡିବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି ବୋଲି କାଲିଫର୍ନିଆ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ସତର୍କ କରାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ପାକସ୍ଥଳୀଜନିତ ସମସ୍ୟା ଉପରେ ତର୍ଜମା କରିବା ସମୟରେ ସେମାନେ କେତେକ ନୂଆ ତଥ୍ୟ ବିଷୟରେ ଅବଗତ ହୋଇଥିଲେ । ସେଗୁଡିକ ମଧରେ ଥିଲା ଆଣ୍ଟାସିଡ୍ ବ୍ୟବହାର । ଅଧିକ ଦିନ ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ତାହାର କୁପ୍ରଭାବ ପାକସ୍ଥଳୀ ଉପରେ ପଡିବାର ସେମାନେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲେ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ସୋଲେ ଫିଲ୍ମ ଦେଖି ଆସିବା ପରେ ଘରେ ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀକୁ : ନାଚ୍ ବସନ୍ତି ନାଚ୍.... ।

ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତାଙ୍କ ଛୋଟ ପୁଅ- ଇସ୍ କୁତେ କେ ସାମ୍‌ନେ ମତ ନାଚ୍‌ନା ... ମମି ।

× × × ×

ସାର୍ ଝୁମିକୁ : ତୋର ସ୍କୁଲକୁ ଆସିବା ଏତେ ଡେରି କାହିଁକି ହେଲା ?

ଝୁମି : ମତେ ଜଣେ ପିଛା କରୁଥିଲା ତ ସେଇଥି ପାଇଁ ।

ସାର୍ : ତେବେ ତ ତୁ ଜଲଦି ପହଞ୍ଚିବା କଥା ।

ଝୁମି : ସାର୍, ସେ ପରା ବହୁତ ଧୀରେ ଧୀରେ ଚାଲୁଥିଲା ।

× × ×

ସ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ : ଜାନ୍, ତମେ ମତେ ରାଣୀ ବୋଲି କାହିଁକି ଡାକ ?

ସ୍ୱାମୀ : ଚାକରାଣୀ ଶବ୍ଦଟା ବଡ଼ ହେଇଯାଉଛି ତ ସେଥିପାଇଁ ।

ସ୍ତ୍ରୀ (ରାଗିକି) : ମୁଁ ତୁମକୁ ଜାନ୍ କାହିଁକି ଡାକେ ଜାଣିଛ ?

ସ୍ୱାମୀ : ଜାଣିନି ।

ସ୍ତ୍ରୀ : ଜାନଓ୍ୱର ଶବ୍ଦଟା ଲମ୍ବା ହୋଇଯାଉଛି ତ ସେଇଥିପାଇଁ ।

× × × ×

ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଜାନୁ, ମତେ ତୁମ ହୀରା ମୁଦି ଦିଅ ।

ବଏଫ୍ରେଣ୍ଡ : କ'ଣ ପାଇଁ ?

ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ସେଇ ମୁଦି ଦେଖି ସବୁବେଳେ ତୁମ କଥା ମନେ ପକାଇବି ।

ବଏଫ୍ରେଣ୍ଡ : ମନେ ତ ମତେ ତୁ ସେମିତି ବି ପକେଇବୁ ।

ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : କେମିତି ?

ବଏଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଏହା ଭାବକି, ମତେ ହୀରା ମୁଦି ମାଗିଲୁ ଆଉ ମୁଁ ଦେଲିନି ।

× × × ×

ସାଣ୍ଟା : କାଲି ମୋ ସ୍ତ୍ରୀ କୂଅରେ ପଡିଗଲା, ବହୁତ ଖଣ୍ଡିଆଖାବରା ହେଲା ଆଉ ଚିଲଉଥିଲା ।

ବାଣ୍ଟା : ଏବେ କେମିତି ଅଛି ?

ସାଣ୍ଟା : ଠିକ୍ ଥିବ, କାଲିଠାରୁ କୂଅ ଭିତରୁ ତା' ପାଟି ଶୁଣାଯାଉନି ।

× × × × × ×

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନଟୁକୁ ପଚାରିଲା ତୋ ଭିତରେ ଆଉ ମନୁ ଭିତରେ କ'ଣ ସଂପର୍କ ?

ନଟୁ : ବହୁତ ଦୂର ସଂପର୍କୀୟ ।

ବ୍ୟକ୍ତି : ତା' ହେଲେ ସେ ତୋର ସଂପର୍କରେ କ'ଣ ହେବ ?

ନଟୁ : ମୋ ନିଜ ଭାଇ ।

ବ୍ୟକ୍ତି : ଦୂର ସଂପର୍କୀୟ କେମିତି ହେଲା ?

ନଟୁ : କାରଣ ତା' ମୋ ଭିତରେ ଆହୁରି ୭ ଜଣ ଭାଇ ଅଛନ୍ତି ।

× × × × ×

ପିଣ୍ଟୁ ଜିଲାପି ବିକୁଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଡାକୁଥିଲା ଆଳୁ ନିଅ ଆଳୁ ।

ଚିଣ୍ଟୁ : ଏସବୁ ତ ଜିଲାପି ।

ପିଣ୍ଟୁ : ଚୁପ୍ ହୋଇଯା ନ ହେଲେ ମାଛି ଆସିଯିବେ ।

ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୨୮, ୧୦ - ୧୬ ଜୁଲାଇ ୨୦୨୨

ଚାଷୀ ଆୟ ଦୁଇଗୁଣ ପ୍ରହେଳିକା

ଓଡ଼ିଶା ଚାଷୀଙ୍କ ମାସିକ ଆୟ ୫୧୧୨ ଟଙ୍କା । ଅର୍ଥାତ ଅଣକୁଶଳୀ ଶ୍ରମିକଙ୍କ ସର୍ବନିମ୍ନ ମଜୁରିଠାରୁ ମଧ କମ୍ । ସମଗ୍ର ଦେଶରେ ଝାଡ଼ଖଣ୍ଡ ପରେ ଓଡ଼ିଶା ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ସର୍ବନିମ୍ନ ଅଟେ । କିଛି ମାସ ପୂର୍ବରୁ ଓଡ଼ିଶା ଚାଷୀଙ୍କୁ ନେଇ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଏଭଳି ରିପୋର୍ଟ ରାଜ୍ୟରେ ଚହଳ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିଲା । ଏହା ଭିତରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ବଡ କଥା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ସବୁ ଚାଷୀଙ୍କୁ ନୁହେଁ ବରଂ ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ୨୦ ହଜାର ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ କରିବା ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଥିଲେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର । ସେ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏଯାଏ ପୂରଣ ହୋଇନାହିଁ । ସରକାର କିନ୍ତୁ ଆଉପାଦେ ଆଗକୁ ଯାଇ ଚଳିତ ବର୍ଷ ୧ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ପାଇଁ ନୂତନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ୫-ଟି ଅନ୍ତର୍ଗତରେ ନୂତନ କମିଟି ଗଠନ ହୋଇଛି । ଏପିକଲ୍ ଏମ୍‌ଡିଙ୍କ ଆବାହକତ୍ୱରେ ଗଠିତ କମିଟିରେ କୃଷି, ମତ୍ସ୍ୟ, ପଶୁପାଳନ, ଉଦ୍ୟାନ, ମୃତ୍ତିକା ସଂରକ୍ଷଣ ବିଭାଗ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଷୀଙ୍କୁ ଋଣଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିକ୍ରି ମୂଲ୍ୟ ଠିକ୍‌ରେ ମିଳିବ ନାହିଁ, ଯୁଗ ଉପଯୋଗୀ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ମିଳିବ ନାହିଁ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ବୃଦ୍ଧି ହେବ ନାହିଁ ।

୨୦୧୬ ମସିହାରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ ଯେ ୨୦୨୨ ସୁଦ୍ଧା ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ହେବ । ଏସଂକ୍ରାନ୍ତରେ କମିଟି ଗଠନ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ରାଜ୍ୟରେ ବି ସରକାର ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ସେବେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ଓୟୁଏଟି ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପ୍ରସ୍ତାବ ରଖିଥିଲା । ଏଥିରେ ପ୍ରମୁଖ କଥା ଥିଲା ଯେ ସମନ୍ୱିତ କୃଷି ପଦ୍ଧତି କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା । ଅର୍ଥାତ୍ ଚାଷୀ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଚାଷ ନକରି ଏକାଧିକ ଚାଷକୁ ଆପଣେଇବା ପାଇଁ ଓୟୁଏଟି ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲା ।

ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଧାନ ଚାଷୀ ଧାନ ସହିତ ପରିବା ଚାଷ, କୁକୁଡ଼ା ପାଳନ, ବତକ ପାଳନ କରିପାରିବେ । ଦୁଗ୍ଧ ଚାଷୀ ହୋଇଥିଲେ ଦୁଗ୍ଧ ଉତ୍ପାଦନ ସହିତ ଛେନା, ପନିର ତିଆରି କରିବେ । ପରିବା ଚାଷୀ ହୋଇଥିଲେ ଟମାଟୋସସ୍ କରି ବିକ୍ରି କରିବା ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ମୂଲ୍ୟ ଯୁକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି । ଏଥିସହିତ କ୍ଷେତ ପୋଖରୀ ଯୋଜନାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ, ଉତ୍ପାଦିତ ସାମଗ୍ରୀର ବଜାର, ଚାଷୀଙ୍କୁ କୃଷି ଉଦ୍ୟୋଗୀ ଏବଂ କ୍ଷୁଦ୍ର, ଭୂମିହୀନ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ପାଇଁ ମଧ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପ୍ରସ୍ତାବ ଓୟୁଏଟି ପକ୍ଷରୁ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ସେବେ ଚାଷୀ ଗ୍ରୁପ୍ ଗଠନ କରି ବିକ୍ରି କରିବା ପାଇଁ କୁହାଯାଇଥିଲା । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ମହିଳା ଚାଷୀଙ୍କୁ ସାମିଲ ସହିତ ଧାନ ଚାଷୀଙ୍କୁ ଅଣଧାନ ଚାଷ ପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରାଯାଇଥିଲା । କୃଷି ବିଭାଗ ଦାବି କରୁଛି ଯେ ଏସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଜାରି ରହିଛି ।

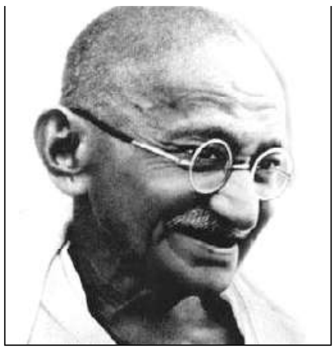
ହେଲେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଉଛି, ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୨୦୧୯ ମସିହାର ଧାର୍ଯ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସରକାର ପୂରଣ କରିପାରି ନାହାନ୍ତି । ବରଂ ସ୍ଥିତି ଏଭଳି ହୋଇଛି ଯେ ଜଣେ ଅଣକୁଶଳୀ ଶ୍ରମିକଙ୍କଠାରୁ ଚାଷୀଙ୍କ ସ୍ଥିତି ଆହୁରି ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି । ମାର୍କେଟିଂ ଯାହା ଓଡ଼ିଶା ଚାଷୀଙ୍କ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା, ତାକୁ ଚଳିତ ବର୍ଷ ପ୍ରଥମ କରି ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ଯୋଜନାରେ ସାମିଲ କରାଗଲା । କୃଷକ ପୋର୍ଟାଲରେ କରାଯାଉଥିବା ପଞ୍ଜୀକରଣ ଅନୁଯାୟୀ, ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାଜ୍ୟର ୫୦ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀ ପରିବାର ପଞ୍ଜୀକୃତ ହୋଇ ସାରିଛନ୍ତି । ଯାହାକି ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ସମୁଦାୟ ପରିବାର ସଂଖ୍ୟାର ପ୍ରାୟ ୫୯ ପ୍ରତିଶତ । ଜୁଲାଇ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପଞ୍ଜୀକରଣ ଜାରି ରହୁଥିବାରୁ ଚାଷୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଆହୁରି ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ହେଲେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ଚାଷୀଙ୍କ ମଧରୁ ମାତ୍ର ୧ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଉଛି । ୨୦୨୩ ମସିହାରେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସରିବା ପରେ ୨୦୨୪ କିମ୍ବା ୨୦୨୫ ମସିହାରେ ୧ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଦୁଇ ଗୁଣ ହେବ । ବାକି ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ କେତେ ବର୍ଷରେ ଦୁଇ ଗୁଣ ହେବ, ଏହାକୁ ନେଇ ଓୟୁଏଟି କିମ୍ବା କୃଷି ବିଭାଗ କେହି ସ୍ପଷ୍ଟ ସୂଚନା ଦେଇନାହାନ୍ତି ।

ଏଣେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ୨୦୨୨ ମସିହା ଟାର୍ଗେଟ୍ ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇସାରିଛି । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା, ବର୍ତ୍ତମାନ ରାଜ୍ୟରେ ଚାଷୀଙ୍କ ହାରାହାରି ଆୟ ୫୧୧୨ ହିସାବ କରାଗଲେ, ଦୁଇ ଗୁଣ ଅର୍ଥାତ ରାଜ୍ୟର ଚାଷୀଙ୍କ ହାରାହାରି ଆୟକୁ ସରକାର ୧୦ ହଜାର କରିବେ । ତାହା ମଧ କେତେ ଦିନରେ ପୂରଣ ହେବ ଜଣାନାହିଁ । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଓଡ଼ିଆ ଚାଷୀଙ୍କ ଭବିଷ୍ୟତ ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି ।

ଏଠାରେ ଉଲ୍ଲେଖଥାଉକି, ୧୯୭୦ ମସିହାରୁ ୨୦୨୧ ମସିହା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୫୧ ବର୍ଷ ମଧରେ ୪୩ ବର୍ଷ ଧରି ଓଡ଼ିଶା ଚାଷୀ ମରୁଡ଼ି, ବନ୍ୟା, ବାତ୍ୟା ଭଳି ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ଶିକାର ହୋଇଛି । ତା'ର ସମାଧାନ ପାଇଁ ଜଳବାୟୁ ସହଣି କୃଷି ନୀତି ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇ ପାରିନାହିଁ । କିଛି ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ଅନେକ ଗୁଣ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଛି । ଅନ୍ୟ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ କୃଷି ଯୋଜନା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଖକୁ ପହଞ୍ଚିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଏଥିସହିତ ଠିକ୍ ସମୟରେ କୃଷି ଋଣ, ସାର, କୀଟନାଶକ, ଅଚଳ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ସଚଳ କରିବା, ଉପଯୁକ୍ତ ପ୍ରାପ୍ୟ ପ୍ରଦାନ ଏବଂ ଆଧୁନିକ ଚାଷ ପ୍ରଣାଳୀର ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଦିଆଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଶ୍ୱେତ ନୀତି ଓ ପ୍ରତିଶୋଧ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକାରେ ଶ୍ୱେତାଙ୍ଗ ନୀତି ଅଦୃଶ୍ୟଭାବରେ ଏକ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧର ବୀଜକୁ ନିଜ ଗର୍ଭ ମଧରେ ବହନ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ଶ୍ୱେତମାନଙ୍କର ଯଦି ପ୍ରକୃତରେ କୌଣସି ବରିଷ୍ଠତା ରହିଥାଏ, ତେବେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଆଇନ୍ ରୂପୀ ବାହ୍ୟ ଖୁଣ୍ଟ ଦେଇ ସୁରକ୍ଷିତ କରି ରଖୁବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି କି ? ଯେଉଁ ସଭ୍ୟତା ଆପଣାର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସକାଶେ ଜାତିବାଦୀ ଆଇନ୍-ପ୍ରଣୟନ ଏବଂ ଉତ୍ପୀଡ଼ନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣସଂହାରର ଆଇନ୍‌କୁ ଅନିଶ୍ଚିତ ଆଶ୍ରୟଖୁଣ୍ଟରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥାଏ, ତାହାକୁ ପ୍ରକୃତ ସଭ୍ୟତା ବୋଲି କୁହାଯିବ କି ?

ଦିନେ ନା ଦିନେ କୃଷ୍ଣକାୟ ଜାତିମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଶ୍ୱେତ ଉତ୍ପୀଡ଼ନକାରୀମାନଙ୍କ ବିରୋଧରେ ପ୍ରତିଶୋଧପରାୟଣ ଆଣିଲା ପରି ଜାଗ୍ରତ ହୋଇ ଉଠିବେ । କେହି ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ନେଇ ସତ୍ୟାଗ୍ରହର ଅସ୍ତ୍ରଟିକୁ ପହଞ୍ଚାଇ ନପାରିଲେ ସେକଥା ଅବଶ୍ୟ ହେବ ।

ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକାରେ ଯଦି ଉପୀଡ଼ନଦ୍ୱାରା ବଧ କରିବାର ଆଇନ୍‌କୁ ତା'ର ଆପଣା ମାର୍ଗରେ ଯିବାଲାଗି ଅନୁମତି ଦିଆଯାଏ, ତେବେ ଶ୍ୱେତ ସଭ୍ୟତାର ଇତିହାସ ଉପରେ ତାହା ଗୋଟିଏ କଳା ଦାଗ ହୋଇ ରହିବ । ମୁଁ ଆଶା କରୁଛି ଯେ, ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ସରକାର ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟସମାଜର ସଭ୍ୟ ବିବେକ ତାହାକୁ କଦାପି ଅନୁମତି ଦେବନାହିଁ ।

ଭାରତୀୟ ଜାତିବିଚାର ସେହି ପ୍ରାଚୀନ ମାତ୍ର ମରଣୋନ୍ମୁଖ ପ୍ରଥାଟି ତୁଳନାରେ ନୂଆ କିସମର ଏହି ଜାତିବିଚାରଟି ଅଧିକ ଖରାପ । ଭାରତୀୟ ଜାତିପ୍ରଥା ଲୁପ୍ତ ହୋଇ ଯାଉଥିଲେ ମଧ ସେଥିରେ କେତେକ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଉପାଦାନ ମଧ ତଥାପି ରହିଛି । ମାତ୍ର ଏହି ନୂତନ ସଭ୍ୟ ସଂସ୍କରଣଟିରେ ସେପରି କିଛିହେଲେ ନାହିଁ । ଅତ୍ୟନ୍ତ ନିର୍ଲଜଭାବରେ ତାହା ଘୋଷଣା କରୁଛି ଯେ ଏସୀୟ ଏବଂ ଆଫ୍ରିକୀୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଆପଣାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ କରି ରଖିବାଲାଗି ଶ୍ୱେତସଭ୍ୟତା କେତେକ ଆଇନ୍‌ଗତ ପ୍ରତିବନ୍ଧକକୁ ଛିଡ଼ା କରି ରଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛି ।

ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପରୁ ରକ୍ଷା କରେ ପନିର

ପନିର ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପରୁ ରକ୍ଷା କରେ ବୋଲି ସଦ୍ୟ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛନ୍ତି । ଦୁଗ୍ଧଜାତୀୟ ଉତ୍ପାଦ ମାଧମରେ ସୋଡିୟମ ସେବନ କରୁଥିଲେ ହୃଦ୍ ପ୍ରଣାଳୀ ଉପରେ ଥିବା ଏହାର ହାନିକାରକ ପ୍ରଭାବରୁ ପନିର ରକ୍ଷା କରିପାରେ । ପନିରରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଉପାଦାନରୁ ଏହି ସୁରକ୍ଷା ମିଳେ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି । ଖାଦ୍ୟ ସଚେତନତାରେ ସୋଡିୟମ ପରିମାଣରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରଖିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଆଯାଉଥିବା ବେଳେ ସଦ୍ୟ ଅଧ୍ୟୟନ ଏହାକୁ ଖଣ୍ଡନ କରିଛି । ଅଧ୍ୟୟନର ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ, ଦୁଗ୍ଧ ଉତ୍ପାଦ ଯେମିତିକି ପନିର ମାଧମରେ ସୋଡିୟମ ସେବନ ରକ୍ଷାକାରୀ ହୋଇପାରେ । ଆମେରିକାର ପେନସିଲଭାନିଆ ଷ୍ଟେଟ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ସହ ପ୍ରଫେସର

ଲାସି ଆଲେକଜାଣ୍ଡର ଏହା କହିଛନ୍ତି । ଅଧିକ ଦୁଗ୍ଧଜାତୀୟ ଉତ୍ପାଦ ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ରକ୍ତଚାପ ନିମ୍ନ ରହେ ବୋଲି ସେ କହନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଉତ୍ପାଦ ତୁଳନାରେ ପନିର ମାଧମରେ ସୋଡିୟମ ଶରୀରକୁ ଗଲେ ହୃଦୟ ଉପରେ ତା'ର ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ନ ଥାଏ । ପନିରରେ ଉପଲବ୍ଧ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ସୋଡିୟମର ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବରୁ ରକ୍ତବାହିକାକୁ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରେ । ତେବେ ଏହି ସୁରକ୍ଷା ଦୀର୍ଘକାଳୀନ କି ନୁହେଁ, ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇନାହିଁ । ଅଧ୍ୟୟନ ନିମନ୍ତେ ଗବେଷକମାନେ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ତିନି ଦିନ ମଧରେ ୫ ଟି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସମୟରେ ପନିର, ପ୍ରିଜେଲ (ଏକ ପ୍ରକାର ବିସ୍କୁଟ) ଓ ସୋୟା ପନିର ଖାଇବାକୁ ଦେଇଥିଲେ । ଏହା ପରେ ହୃତ୍ ପ୍ରଣାଳୀ ଉପରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରଭାବକୁ ତୁଳନା କରିଥିଲେ । ବ୍ରିଟିଶ ପତ୍ରିକା 'ନ୍ୟୁଟ୍ରିସନ'ରେ ଅଧ୍ୟୟନ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ସକାଳେ ବିଳମ୍ବରେ ଉଠିବାର ଅପକାରିତା

ସକାଳ ହେବା ମାତ୍ରେ ଉଠିବା ଏକ ଭଲ ଅଭ୍ୟାସ । ହେଲେ ଏମିତି କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ସକାଳୁ ଉଠିବାରେ ବିଳମ୍ବ କରିଥାନ୍ତି । କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଏହା ଏକ ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ତେବେ ସକାଳୁ ବିଳମ୍ବରେ ଉଠିଲେ

ତାହାର ପ୍ରଭାବ ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟାଧାରା ଉପରେ ପଡିଥାଏ । ସକାଳୁ ବିଳମ୍ବରେ ଉଠିବା ଏବଂ ତାହାର ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ' ଶୀର୍ଷକ ବିଷୟକୁ ନେଇ ସିଡନୀ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏକ ସର୍ଭେ କରିଥିଲେ । ଏହାର ପରିସରଭୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧରୁ ଯେଉଁମାନେ ବିଳମ୍ବରେ ଉଠୁଥିଲେ ଏବଂ ଏହା ସେମାନଙ୍କର ଏକ ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ସେପରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କ କାର୍ଯ୍ୟଧାରା ଏଥିଯୋଗୁଁ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିବାର ଜଣାପଡିଥିଲା । ତେବେ ଏପରି ଅଭ୍ୟାସକୁ ତୁରନ୍ତ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ଉକ୍ତ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ପ୍ରକୃତିର ଦାନ ବିଟ୍

ବିଟ୍ ଏକ ପୁଷ୍ଟିକର ପରିବା । ଏହା ଶରୀରର ଦୁର୍ବଳତା ଦୂର କରିବା ସହିତ ରକ୍ତଶୋଧକ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ଉପଶମ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷକରି ସାଲାଡ ଏବଂ ସୁପରେ ଏହା ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ବିଟ୍‌କୁ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ଏହି ପାଣିରେ କିଛି ସମୟ ପାଦ ଦେଇ ବସିଲେ ପାଦ ଫାଟିବା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଲେମ୍ବୁରସରେ ବିଟ୍ ରସ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ହଜମ ସଂକ୍ରାନ୍ତ ସବୁ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହୋଇପାରେ ।

ଶହେଗ୍ରାମ ବିଟ୍ ରସରେ ୨୫ ଗ୍ରାମ୍ ସିରକା ମିଶାଇ କେଶମୂଳରେ

ଲଗାଇଲେ ରୂପି ସମସ୍ୟା ଶେଷ ହେବା ସହିତ କେଶ ଝଡିବାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ ।

ଯକୃତ ତଥା ପିତାଶୟ ସମ୍ପର୍କିତ ସମସ୍ୟାରେ ବିଟ୍ ରସ ସହିତ ସମ ପରିମାଣରେ ଗାଜର ତଥା କାକୁଡି ରସ ମିଶାଇ ସକାଳ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ପିଇଲେ ଲାଭ ମିଳେ ।

ବିଟ୍ ରସ ସହିତ ସମାନ ପରିମାଣରେ ଗାଜର ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି ଓ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ବଢ଼େ ଏବଂ ମେଦ ବହୁଳତା ଆକ୍ରାନ୍ତ କରେନାହିଁ ।

ପରିସ୍ରା ପୋଡା ହେଉଥିଲେ ବିଟ୍‌ର ସାଲାଡ୍ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ ।

ମାସିକ ଋତୁସ୍ରାବରେ ସମସ୍ୟା ହେଉଥିଲେ କଞ୍ଚା ବିଟ୍ ଅଧିକ ଖାଇବା ଉଚିତ । ଏହା ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ପରିମାଣ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ବିଟ୍ ପତ୍ର ରସରେ ମହୁ ମିଶାଇ ଯାଦୁରେ ଲଗାଇଲେ ଏଥିରେ ଉପଶମ ମିଳେ ।

କାନ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଥିଲେ ଏହି ପତ୍ର ରସକୁ ହାଲ୍‌କା ଉଷୁମ କରି ପକାଇଲେ ଆରାମ ମିଳିବ ।

ବିଟ୍ ଖାଇବା ତ୍ୱଚା ପାଇଁ ବି ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ତ୍ୱଚାକୁ ଭିତରୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହିତ ଚମକ ମଧ ଦେଇଥାଏ ।

ନିମ୍ବ ବଡ଼ ଗୁଣକାରୀ

ନିମ୍ବର ଶୁଖିଲା ପତ୍ରକୁ ପେସି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ଲୁଣ ମିଶାଇ ଦାନ୍ତ ଘଷିଲେ ପାଇରିୟା, ଦାନ୍ତ ବିନ୍ଧା, ମାଢ଼ି ଦରଜ ଆଦିରୁ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ନିମ୍ବ ଗଛର ଛେଲିକୁ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ କୁଳି କଲେ ଦାନ୍ତ ଦରଜରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ନିମ୍ବ ଫଳର ମଞ୍ଜିକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଉଷୁମ୍ ପାଣି ସହିତ ପିଇଲେ ଅର୍ଶରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି କାନ ବିନ୍ଧା ହେଉଛି ତେବେ ନିମ୍ବ ତେଲକୁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । କାନରୁ ପୂଜ ବାହାରିବା ସମସ୍ୟାରେ ବି ନିମ୍ବ ତେଲ ଲାଭପ୍ରଦ ।

ନିମ୍ବ ତେଲକୁ ନାଭିରେ ପକାଇଲେ ବ୍ରଣ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ ।

ଡାଲଚିନି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ମେଦବୃଦ୍ଧି

ଡାଇବେଟିସ୍ ଓ ମେଦବହୁଳ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଖୁସି ଖବର । ଡାଲଚିନିର ବ୍ୟବହାର କରି ଡାଇବେଟିସ୍ ଓ ମୋଟାପଣକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଭାରତୀୟମାନଙ୍କ ଉପରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ରିସର୍ଚ୍ଚରୁ ଜଣାପଡିଛି ଦୈନିକ ୩ ଗ୍ରାମ ଡାଲଚିନି ପାଉଡର ଖାଇଲେ ମେଦବୃଦ୍ଧି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଅଣ୍ଟା ପାଖରେ ଜମିଥିବା ଚର୍ବି କମ୍ ହେବା ସହ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ଓ ହାଇ ବ୍ଲଡପ୍ରେସରକୁ ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖାଯାଇ ପାରିବ । ରିସର୍ଚ୍ଚ ବେଳେ ଡାଇବେଟିସ୍ ପାଇଁ ଡାଲଚିନି ଏକ ଅମୋଘ ଔଷଧ ବୋଲି ଜଣାପଡିଛି । ଏମସ୍ ଓ ଦିଲ୍ଲୀ ୟୁନିଭର୍ସିଟି ଫୋର୍ଟିସ୍ ସିଡିଓସି ହସ୍ପିଟାଲ ପକ୍ଷରୁ ମିଳିତ ଭାବେ ହୋଇଥିବା ଏହି ରିସର୍ଚ୍ଚରେ ୧୩୦ ଜଣ ରୋଗୀଙ୍କୁ ୧୬ ସପ୍ତାହ ଧରି ଡାଲଚିନି ପାଉଡର ଦିଆଯାଇଥିଲା । ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଦୈନିକ ୩ ଗ୍ରାମ୍ ଡାଲଚିନି ପାଉଡର ଦିଆଯାଇଥିଲା, ଯେଉଁଥିରେ ସେମାନଙ୍କ ଓଜନ ୩.୮ ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇଥିବା ଦେଖାଯାଇଥିଲା । ସେହିଭଳି ଶରୀରର ଚର୍ବି ୪.୩ ପ୍ରତିଶତ ଓ ଅଣ୍ଟା ଚଉଡ଼ା ୫.୩ ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇଥିଲା । ବ୍ଲଡପ୍ରେସର ୯.୭

ପ୍ରତିଶତ କମିଥିଲା ଓ ରକ୍ତରେ ଫାଷ୍ଟିଂ ଗ୍ଲୁକୋଜର ସ୍ତର ୭.୧ ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇଥିଲା । ସବୁଠାରୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ କଥା ହେଉଛି ଦୈନିକ ୩ ଗ୍ରାମ୍ ଡାଲଚିନି ପାଉଡ଼ର ଖାଉଥିଲେ ମଧ ରୋଗୀଙ୍କର କୌଣସି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୋଇ ନ ଥିଲା । ଏହି ରିସର୍ଚ୍ଚ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ପତ୍ରିକା 'ଲିପିଡ୍ ଇନ୍‌ହେଲ୍‌ଥ୍ ଡିଜିଜ୍'ରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ବନ୍ଧୁ ଓଟ୍‌ସ

ଓଟସ୍‌ରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ପୋଟାସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ -ବି ଥାଏ । ଯାହା ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ । ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାମାନେ ମଧ ଓଟ୍‌ସ ଖାଇବା ଉଚିତ ।

ପେଟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ ପାଇଁ ଏହା ଅଧିକ ସୁଫଳ ଦେଇଥାଏ ଓ ପାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ମଜଭୁତ କରିଥାଏ ।

କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଏଥିରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଧୁମେହ ରୋଗର ସମସ୍ୟା ମଧ ଦେଖାଦେଇ ନଥାଏ ।

କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଖାଇ ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତୁ

କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଖାଇବାକୁ କେହିକେହି ଖୁବ୍ ଭଲ ପାଉଥିଲେ ହେଁ କେହି କେହି ଏହାକୁ ରାଗ ଲାଗୁଥିବା ଯୋଗୁଁ କମ୍ ଖାଇଥାଆନ୍ତି । ଲଙ୍କା ରାଗ ସତ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ଫାଇଦା ଅନେକ ।

କଞ୍ଚାଲଙ୍କାକୁ କୌଣସି ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ ପକାଇ ଖାଇବା ଅପେକ୍ଷା ଅଲଗା ଭାବେ ଖାଇଲେ ଅଧିକ ଲାଭପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ । କଞ୍ଚାଲଙ୍କାରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ରହିଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରରୁ ଚର୍ବିହ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ମ୍ୟାଲେରିଆ ଜ୍ୱର ହୋଇଛି ତେବେ କଞ୍ଚାଲଙ୍କାର ମଞ୍ଜି ବ୍ୟବହାର କରି ଅଙ୍ଗୁଠିରେ ବାନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଜ୍ୱର ଆସିବା କିଛି ମାତ୍ରାରେ କମ୍ ହୋଇଯାଇଥାଏ ।

କଞ୍ଚାଲଙ୍କାରେ ଭିଟାମିନ୍ -ସି ଥିବାରୁ ଏହା କ୍ୟାନ୍ସରରୁ ଦୂରେଇ ରଖିଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଇଲା ବେଳେ କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଖାଇବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ଆପଣ ଜାଣି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବେ କି ଯଦି ଶରୀରରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଜଳାପୋଡ଼ା ହେଉଛି ତେବେ ସେ ସ୍ଥାନରେ କଞ୍ଚାଲଙ୍କାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ପାରିବେ । କିନ୍ତୁ ଆୟୁର୍ବେଦ ଅନୁସାରେ ଲଙ୍କାରେ ଏପରି କିଛି ଗୁଣ ରହିଛି ଯାହା ଆମମାନଙ୍କୁ ଅଗୋଚର । ଲଙ୍କାରେ ଟିକେ ପାଣି ଦେଇ ଏହାର ଏକ ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ଜଳୁଥିବା ସ୍ଥାନରେ

ଲଗାନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ କ୍ଷତକୁ ଭଲ କରି ଦେଇଥାଏ ।

ଯଦି ଆପଣ ଦୁଃଖରେ ଅଛନ୍ତି, ତେବେ କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଖାଆନ୍ତୁ । ଏହା ଶୁଣି ଆପଣଙ୍କୁ ହୁଏତ ବିଶ୍ୱାସ ନ ଆସିପାରେ କିନ୍ତୁ କଥାଟି ସତ । ଦୁଃଖରେ ଥିବା ସମୟରେ ଆପଣ ଯଦି ଲଙ୍କା ଖାଉଛନ୍ତି ତେବେ ଦେଖିବେ ଆପଣଙ୍କ ମନଖୁସି ହୋଇଯିବ ।

କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟର ଉପକାରିତା

ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ୬ ରୁ ୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ସହ ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟପାନୀୟ ମଧ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ନିଜ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଶୋଇବାର ଘଣ୍ଟାଏ ପୂର୍ବରୁ ଉଷୁମ କ୍ଷୀର ୧ ଗିଲାସରେ ୧ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ଏହି ପାନୀୟରେ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ଥିବାରୁ

ରାତିରେ ଏହାକୁ ପିଇଲେ ଭଲ ନିଦ ହୋଇଥାଏ । କ୍ଷୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଓ ମହୁରେ ଭିଟାମିନ୍ ଇ ଥିବାରୁ ମହିଳାମାନେ ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ପିଇଲେ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ରୋଗ ଆଶଙ୍କା କମ୍ । କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଥିବାରୁ ଯୁବତୀମାନେ ଏହି ପାନୀୟ ନିୟମିତ ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କ ତ୍ୱଚାରେ ବୟସରେ ଛାପ ପଡେନାହିଁ । କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଏହି ପାନୀୟରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ମାଂସପେଶୀ ଶକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କ୍ଷୀରରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ରହିଥିବାରୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ପିଇଲେ ଶରୀରର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । କ୍ଷୀର ଓ ମହୁରେ ଫାଇବର ଥିବା କାରଣରୁ ଏହାକୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ହଜମ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ଧୂମପାନ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ

ଧୂମପାନ ଶରୀର ପାଇଁ ଖୁବ୍ କ୍ଷତିକାରକ ଜାଣିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏବେ ମଧ ଅନେକ ଲୋକ ନିୟମିତ ଧୂମପାନ କରୁଛନ୍ତି । ଆମେରିକୀୟ ଲଙ୍ଗ ଆସୋସିଏସନ୍ ନିକଟରେ ବିଭିନ୍ନ ପରୀକ୍ଷା କରି ଲୋକଙ୍କୁ ଧୂମପାନଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛି । ଶରୀରର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗ ଉପରେ ଧୂମପାନ କୁପ୍ରଭାବ ପକାଉଥିବାର ଏହି ଗବେଷଣାରୁ ପ୍ରକାଶ ।

ସିଗାରେଟରେ ଥିବା କେତୋଟି ତତ୍ତ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତିର ଲାଳ ଶୁଖାଇବା ସହ ଦାନ୍ତକୁ ଦୁର୍ବଳ କରେ । ଏହା ସହ ମୁଖ ଗହ୍ୱର କର୍କଟ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ମଧ ସର୍ବାଧିକ ଥାଏ ।

ନିୟମିତ ଧୂମପାନ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କର ରକ୍ତଚାପ ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି କି ହୃଦଘାତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ଗବେଷକଙ୍କ ମତ ।

ସିଗାରେଟରେ ମହଜୁଦ ଥିବା ତମାଖୁ ଆଖିକୁ ମଧ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ।

ଧୂମପାନ କଲେ ହାଡ଼ର ହରମୋନ୍ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ସିଗାରେଟ୍ ପିଉଥିବା ଲୋକେ ଚାଲିବାରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି ।

ସିଗାରେଟ ଧୂଆଁ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ସହ ବୃକ୍କ ଉପରେ ମଧ କୁପ୍ରଭାବ ପକାଏ ।

ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ସିଗାରେଟରେ ଫେନାନଥେରନ୍ ନାମକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ରକ୍ତରେ ମିଶି ଡିଏନଏକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ କର୍କଟ ରୋଗର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଥାଏ ।

ସିଗାରେଟରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ଆର୍ସେନିକ୍ ମୂଷା ମାରିବା

ବିଷରେ ମଧ ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବାର ଜଣାପଡିଛି ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଆମୋନିଆ ଶୌଚାଳୟ କ୍ଲିନର ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ । ସିଗାରେଟରେ ଥିବା ଅନ୍ୟ ଏକ ତତ୍ତ୍ୱ ବେଞ୍ଜିନ କାରଣରୁ ରକ୍ତ କର୍କଟ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ଅନ୍ତର ଦୃଷ୍ଟି ସମ୍ବନ୍ଧ ହୈ, ଆତମ ଅରୁ ସତ୍ୟନାମ ।
ଅନ୍ୟ ପ୍ରଦେଶ ଅନ୍ୟ ୱସ୍ତୁ ସେ, ହୈ ନହିଁ ଦୂସର କାମ ॥୪୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯୋଗଜନ୍ୟ ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟିରେ ଆତ୍ମା ଆଉ ସାରଶବ୍ଦଙ୍କର ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିଛି, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଅଥବା ପଦାର୍ଥରେ କିଛି କାମ ନାହିଁ । ସବୁକୁ ତ୍ୟାଗକରି ଆତ୍ମାର ସମ୍ବନ୍ଧ ଯେତେବେଳେ ସତ୍ୟନାମ ଅର୍ଥାତ୍ ସାରଶବ୍ଦଙ୍କ ସହିତ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ପୂର୍ଣ୍ଣଆନନ୍ଦ ଆଉ ବାସ୍ତବିକ ସୁଖର ପ୍ରାପ୍ତିହୋଇଥାଏ । ଏକ ଧ୍ୟେୟ, ଏକ ମାର୍ଗ ଆଉ ଏକ ଚେତନ ଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଏକ ରୂପରେ ତନ୍ମୟ ତଦାକାର ହୋଇଯାଆନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ବାସ୍ତବିକ ଆନନ୍ଦର ପ୍ରାପ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବନର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ଥିର ହୈ ଅବ ଦେଖ ଲୋ, କୈସା ଅଦ୍‌ଭୁତ ରୂପ ।
ଦୁଖ ସୁଖ କଛୁ ବ୍ୟାପେ ନହିଁ, ସହଜାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ॥୪୪।

ଭାଷ୍ୟ - ଶରୀର, ମନ, ପ୍ରାଣ ତଥା ଶରୀର ସ୍ଥିର ରହିବା ପରେ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ଅଦ୍ଭୁତ ସ୍ୱରୂପ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇଥାଏ । ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକ ସ୍ଥିର ହୋଇଯିବା ପରେ ଗ୍ରନ୍ଥକାର ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଦ୍ଭୁତ ସ୍ୱରୂପର ଦର୍ଶନ ହେଉଅଛି, ଯାହାକୁ ଦେଖି ସେ ପରମାନନ୍ଦରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇଯାଉଛନ୍ତି ଏବଂ ଏହାର ଦର୍ଶନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଏହି ପଦରେ ସେ କହିଛନ୍ତି । ସ୍ଥିର ହେବା ପରେ ହିଁ ଶବ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ପରମବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଦର୍ଶନ ହୋଇଥାଏ ଆଉ ମନର ସମ୍ବନ୍ଧ ଛାଡ଼ିଯିବା ପରେ ଆତ୍ମାରେ ଦୁଃଖ ସୁଖର ଭାବ ତିଳେମାତ୍ର ହୁଏ ନାହିଁ । ଆତ୍ମା ପରମାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ହୋଇ ନିମଗ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ଅତଏବ ଶରୀର, ମନ ପ୍ରାଣ, ସୁରତି ଆଉ ନିରତି ସ୍ଥିର ହେବା ପରେ ନିଃଶବ୍ଦ, ଅନିର୍ବାଚ୍ୟ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ଦର୍ଶନ ହୋଇଥାଏ ।

ଗୁଁଗା କେରୀ ସୈନ କୋ, ଗୁଁଗା ହୀ ପହିଚାନ ।
ଗୁଁଗା ଅପନେ ସ୍ୱପ୍ନ କୋ, କୈସେ କରେ ୱଖାନ ॥୪୫॥

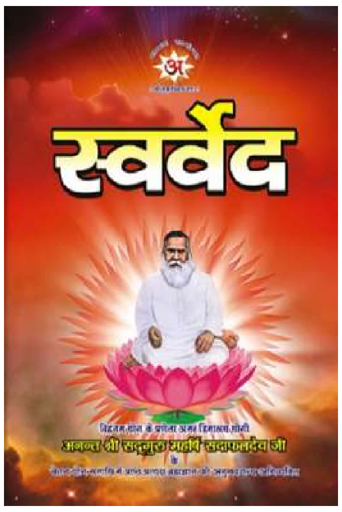
ଭାଷ୍ୟ - ମୂକର ଠାରକୁ ମୂକ ହିଁ ବୁଝିପାରେ । ତେବେ ମୂକ ନିଜ ସ୍ୱପ୍ନକୁ କଥାରେ ନ କହି କିପରି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବ ? ଠିକ୍ ସେହିପରି ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀର ଅନୁଭୂତ ଜ୍ଞାନକୁ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ଯୋଗୀ ହିଁ ଜାଣି ପାରନ୍ତି । ଯୋଗୀ ନିଜ ଆତ୍ମ ଅନୁଭବ ପ୍ରାପ୍ତ ପରମ ସୁଖକୁ ବାଣୀ ଦ୍ୱାରା କହି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେହି ବ୍ରହ୍ମସୁଖ ମୂକ ବ୍ୟକ୍ତିର ସ୍ୱପ୍ନ ସମାନ ଅଟେ । ସାଂସାରିକ ସୁଖର ଲକ୍ଷଣ ବାଣୀ ଦ୍ୱାରା କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ, ବରଂ ତାହାର ଉପଭୋଗ ପଶ୍ଚାତ୍ ହିଁ ସେହି ବସ୍ତୁର ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ପରମାନନ୍ଦ ଯିଏ ପ୍ରକୃତିପାର ଆତ୍ମାର ଆନନ୍ଦ ଅଟେ, ତାହାର ଉପଭୋଗ ପରେ ହିଁ ଆତ୍ମା ପୂର୍ଣ୍ଣ ତୃପ୍ତ ଆଉ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ତାହାର ବର୍ଣ୍ଣନା ବାଣୀର ସାଧ୍ୟାତୀତ । ଆତ୍ମାର ବାସ୍ତବିକ ସୁଖ ପରମାନନ୍ଦର ଉପଭୋଗ ଅଟେ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଦି ବିଷୟାରସର ଉପଭୋଗ ନୁହେଁ । ସେଥିପାଇଁ ବୀତରାଗୀ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ ପିପାସୁମାନେ ସର୍ବଦା ଜଡ଼ ସୁଖ ତ୍ୟାଗ କରି ଚେତନ ପରମ ଆନନ୍ଦକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ଉଚିତ ।

ୟହ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଧାମ ହୈ, ସୁଖନ ଶାନ୍ତି ଭଣ୍ଡାର ।
ସଦ୍‌ଗୁରୁ ହଁସନ ମିଲତ ହୈ, ଜାପର କୃପା ଅପାର ॥୪୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ଏହା ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ପରମ ଚେତନ ଧାନ ଏବଂ ସର୍ବସୁଖ ତଥା ଶାନ୍ତିର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ କେନ୍ଦ୍ର ଅଟେ । ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଉପରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଅସୀମ କୃପା ହୋଇଥାଏ, ସେହି ଅନନ୍ୟ ଶରଣ ହଂସମାନଙ୍କୁ ପରମ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଧାମ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ତୀନଲୋକ କେ ବାହରେ, ଶୂନ୍ୟ ଅରଷଠ କେ ପାର ।
ଦେଓ୍ୱ ସଦାଫଲ ମହଲ ହୈ, ପରମ ପୁରୁଷ ଦରଓ୍ୱାର ॥୪୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତି ମଣ୍ଡଳ ଭିତରେ ତ୍ରିଲୋକ ଅବସ୍ଥିତ । ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି ତ୍ରିଲୋକକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଯୋଗୀ ନିଜ ଚତୁର୍ଥ ଧାମରେ ବିରାଜମାନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ବ୍ରହ୍ମ ସତ୍ତାର ଜ୍ଞାନ ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ପୃଥିବୀ, ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ ଆଉ ଦିବ୍ୟଲୋକ - ଏଗୁଡ଼ିକ ଯୋଗର ତ୍ରିଭୂମି ଅଟନ୍ତି ଯାହାକୁ ଏହି ପଦରେ ତ୍ରିଲୋକ ଅଥବା ତିନି ଲୋକ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ବେଦମାନଙ୍କରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ତିନି ଭୂମିର ବର୍ଣ୍ଣନା ରହିଛି । ପ୍ରକୃତିର ଆଭରଣରେ ଆତ୍ମାର ସ୍ୱରୂପ ଢାଙ୍କି ହୋଇ ରହିଛି । ନିଜ ସ୍ୱରୂପକୁ ଆସିବାର ଅନେକ ସ୍ଥିତି ରହିଛି ଯାହାକୁ ସେ ଅତିକ୍ରମ କରି ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରେ ଆସିଥାଏ । ସେହି ଅବସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକୁ ଲୋକ ଅଥବା ସ୍ଥାନ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଆତ୍ମା ଏକ ଦେଶୀ ଅଣୁତତ୍ତ୍ୱ ଅଟେ ଆଉ ପରଂବ୍ରହ୍ମ ସର୍ବଦେଶୀ ଅଟନ୍ତି, ବିଭୁ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଟନ୍ତି । ଅଣୁତତ୍ତ୍ୱକୁ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରୁ ବାହାରି ଆଉ ଅନ୍ୟ ଏକ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନକୁ ଯିବା ନିମନ୍ତେ ଅନେକ ସମୟ ଆଉ ନାନାଦି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକୁ ବେଦରେ ଅଥବା ଏହି ସ୍ୱର୍ବେଦରେ ଲୋକ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ପରଂବ୍ରହ୍ମ ସର୍ବବ୍ୟାପକ ହୋଇଥିବାରୁ ସର୍ବତ୍ର ପ୍ରାପ୍ତ ଅଟନ୍ତି, ପରନ୍ତୁ ଆତ୍ମାକୁ ପ୍ରକୃତିର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଉ ସ୍ଥୂଳ ଆଭରଣ ସବୁକୁ ଦୂର କରିବା ନିମନ୍ତେ ଅନେକ ଅବସ୍ଥା ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରକାଶମାନ ପଦାର୍ଥ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ରହିଥାଏ । ପ୍ରକଟ ଗତିଶୀଳ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ସେହି ଉଚ୍ଚ ପ୍ରକାଶମାନ ପଦାର୍ଥର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଯତ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସାଧକ ନିକଟରେ ସାଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଉ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ଯାହାକୁ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ



କରାଯାଇଥାଏ ଏବଂ ଯାହାର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ସାଧନା, ପରିଶ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତା ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଏହି ପଦରେ ତିନି ଲୋକର ବାହାରେ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି ଏବଂ ସେହି ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ତତ୍ତ୍ୱର ନିରୂପଣ କରାଯାଇଛି । ଅର୍ଦ୍ଧ ଶୂନ୍ୟ, ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଶୂନ୍ୟ, ସର୍ବ ଶୂନ୍ୟ, ମଧ୍ୟ ଶୂନ୍ୟ ଆଉ ମହାଶୂନ୍ୟ - ଏହପରି ପାଞ୍ଚ ଶୂନ୍ୟ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଅରସଠ ଶୂନ୍ୟ ରହିଛି । ଶୂନ୍ୟରେ ହିଁ ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟି ସ୍ଥିତ ଅଛି । ସେହି ପରମ ପ୍ରଭୁ ଏହି ସର୍ବ ଶୂନ୍ୟର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଅନୁଭବ ଗମ୍ୟ ଅଟନ୍ତି । ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ପରମ ଚେତନ ଧାମ ଚେତନ ମହଲ ତ୍ରିଲୋକ ଏବଂ ସମସ୍ତ ଶୂନ୍ୟର ପାର ଅଟନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ପାର ଅନୁଭବଗମ୍ୟ ତତ୍ତ୍ୱ ପରଂବ୍ରହ୍ମ ଅଟନ୍ତି ଯାହାର ପ୍ରାପ୍ତିରେ ଜୀବନର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ଥାନ ଆଉ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କର ଉପଲବ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

॥ ଇତି ସ୍ୱର୍ବେଦ ପ୍ରଥମ ମଣ୍ଡଳ, ଦଶମ ଅଧ୍ୟାୟ ଭାଷ୍ୟ ସମାପ୍ତ ॥

ଅକ୍ଷର ଧାର ପ୍ରଓ୍ୱାହ ଜୋ, ସୁକ୍ଷ୍ମ ଘଟ ମହଁ ଆୟ ।
ପଞ୍ଚ ବ୍ରହ୍ମ ତାସେ ଭୟେ, ମୁଖ ସବ ୱର୍ଣ୍ଣ ରଚାୟ ॥୦୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷରର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଧାର ଯେତେବେଳେ ଘଟ ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହା ଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ପଞ୍ଚ ବ୍ରହ୍ମ ଅର୍ଥାତ୍ ପଞ୍ଚ ଶବ୍ଦ ପ୍ରକଟ ହୁଏ ଏବଂ ସେହି ପ୍ରବାହରେ ଦନ୍ତ, ଓଷ୍ଠ, କଣ୍ଠ ଆଦି ସ୍ଥାନମାନଙ୍କରୁ ମୁଖ ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ବର୍ଣ୍ଣ ତିଆରି ହୋଇ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଅମୃତ ଅମିତ ଭଣ୍ଡାର କୋ, ସୁକ୍ଷ୍ମ ସୋତ ହିୟ ଧାର ।
ଜୀଓ୍ୱନ ଆତ୍ମ ଅଧାର ହୈ, ଅର୍ଧ ପ୍ରଓ୍ୱାହୀ ସାର ॥୦୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଚେତନ ଶବ୍ଦ ଅର୍ଧ ପ୍ରବାହ ହୃଦୟରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଆତ୍ମାର ଜୀବନ ଆଧାର ଅଟେ । ଅପରିଚ୍ଛିନ୍ନ ଶବ୍ଦ ମଣ୍ଡଳର ଧାର ଆତ୍ମାରେ ଆସି ପଡ଼ିଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମାକୁ ଜୀବନ ଆଉ ବଳ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମାର ଭୋଜନ ଶବ୍ଦ ଆନନ୍ଦ ଅଟେ, ଯେଉଁ ଅମୃତକୁ ପାନ କରି ସେ ତୃପ୍ତ ଆଉ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଯୋଗ ଯୁକ୍ତିରେ ଅମୃତ ଚେତନ ପ୍ରବାହକୁ ଆତ୍ମାରେ ଧାରଣ କରିବା ଉଚିତ ।

ପରମ ପୁରୁଷ କେ ମହଲ ମେଁ, ପହୁଁଚେ ଦର୍ଶନ ହୋୟ ।
ଶୋଭା ଅଦ୍‌ଭୁତ ଦେଖିୟେ, ଦୁର ଦରଶନ ନହିଁ ସୋୟ ॥୦୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧି ଦ୍ୱାରା ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସାରଶବ୍ଦଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ଅକ୍ଷର ପାର ଶବ୍ଦ ମଣ୍ଡଳରେ ହୋଇଥାଏ । ଶବ୍ଦ ମଣ୍ଡଳ ଆନନ୍ଦ ସାଗର ଅଟେ । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ଚେତନ ବିଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ସେହି ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ଯାଏ ସେତେବେଳେ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ୍‌କାର ଆଉ ଆନନ୍ଦ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ଦର୍ଶନ ସତ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସରଳତାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ତାହା ଦୁର୍ଗମ ପଥ ଅଟେ । ଆତ୍ମସମର୍ପିତ ଅନନ୍ୟଶରଣ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ସେହି ଦୁର୍ଲଭ ଦର୍ଶନ ବେଶୀ ଦୂର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସର୍ବ ଅଭିମାନ, ଆଶା, ବାସନାକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଯେତେବେଳେ ଏକମାତ୍ର ସତ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତିରେ ସମର୍ପିତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ ବିଦ୍ୟାର ପଥ ସୁଗମ ହୋଇ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେବ । ସୁତରାଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମପିପାସୁ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଦର୍ଶନ ଦୂର ନୁହେଁ । ସେହି ପରମ ସତ୍ତାଙ୍କର ଅଲୌକିକ ଛଟାକୁ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧି ଦ୍ୱାରା ଅନୁଭବ ସାକ୍ଷାତକାର କରନ୍ତୁ । ଏହା ଜୀବନର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅଟେ ।

ଅକ୍ଷର ମଣ୍ଡଲ ଆୟ କର, ଦୃଶ୍ୟନ ଦର୍ଶନ ହୋୟ ।
ବିନ ପହୁଁଚେ ଉସ ଦେଶ କୋ, ଅକ୍ଷର ପେଖ ନ କୋୟ ॥୦୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷର ଆଉ ଶବ୍ଦ ଉଭୟଙ୍କର ମଣ୍ଡଳ ଭିନ୍ନ ଅଟେ । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ପ୍ରକୃତି ମଣ୍ଡଳର ସୀମା ଅତିକ୍ରମ କରି ଚେତନ ଲୋକକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ ସେତେବେଳେ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ଆଉ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କର ଉପଲବ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଏକ ପାଦ ଜଗତ ଅଟେ ଆଉ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ତିନି ପାଦ ଅମୃତ ଅଟେ । ଏକ ପାଦର ସୀମାରେ ହିଁ ଶବ୍ଦାଲୋକର ପ୍ରକାଶ ଦ୍ୱାର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅକ୍ଷର ପାର ନିଃଶବ୍ଦ ଚେତନର ଭୂମି ଅଟେ । ଅକ୍ଷର ମଣ୍ଡଳକୁ ଆସିବା ପରେ ସାରଶବ୍ଦ ସତ୍‌ପୁରୁଷଙ୍କର ଦର୍ଶନ ହୋଇ ନ ଥାଏ, କିମ୍ବା ଦୃଶ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେନାହିଁ । ଚେତନ ମଣ୍ଡଳକୁ ନ ପହଞ୍ଚିବା ଯାଏଁ ସେହି ବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି କଦାପି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଅକ୍ଷର ପ୍ରକାଶକୁ ଦେଖିବା ପରେ ହିଁ ଯୋଗୀ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ, ବରଂ ଚେତନ ମହଲର ପଞ୍ଚମ ଭୂମିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ତାହା ଅକ୍ଷର ପ୍ରକାଶ ନୁହେଁ, ବରଂ ଅକ୍ଷର ଆଧାର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚେତନ ପ୍ରକାଶ, ସମସ୍ତ ପ୍ରକାଶମାନଙ୍କର ପ୍ରକାଶ ଅଦ୍ଭୁତ ଦିବ୍ୟ ଚେତନ ପ୍ରକାଶ ଅଟେ । ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ବିଧାନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଅକ୍ଷର ଆଉ ନିଃଶବ୍ଦ ମଣ୍ଡଳର ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଦୁଇ ମିତ୍ର ତତ୍ତ୍ୱମାନଙ୍କର ପ୍ରକାଶ ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ପ୍ରକାଶରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ ଗୂଢ଼ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଅନୁଭବ ଯୁକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଭ୍ରାନ୍ତ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ଉଚିତ । ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଚେତନ ସାଧନାର ପଥ ଅଟେ, ଯାହା ସଦ୍‌ଗୁରୁ ପ୍ରସାଦରୁ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଟଳିଯିବା ପରେ ଅନ୍ତରାକାଶ ଭେଦ ତତ୍ତ୍ୱର ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ବିମଳ ଚେତନ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ପରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।

ପଞ୍ଚ ଭୂମି ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ମେଁ, ପଞ୍ଚ ଶବ୍ଦ ତହଁ ଜାନ ।
ଭୂମି ପ୍ରାପ୍ତ ଜବ ହୋୟଗୀ, ତବହିଁ ଶବ୍ଦ କର ଜ୍ଞାନ ॥୦୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ପଞ୍ଚ ଶବ୍ଦର ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଭୂମି ଅଛି, ଯେଉଁଠାରେ ସେ ସମସ୍ତ ଶବ୍ଦ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେହି ଭୂମି ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଶବ୍ଦମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମାର ଚେତନା ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ସ୍ଥିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡୀ ପଞ୍ଚଶବ୍ଦର ନିଜ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରକଟ ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡୀ ପଞ୍ଚଶବ୍ଦ ପ୍ରକୃତି ମଣ୍ଡଳର କୈନ୍ଦ୍ରିକ ଶବ୍ଦ ଅଟେ, ଯାହା ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ ।

ଅନହଦ ୱିୱିଧ ପ୍ରକାର କେ, ଭୂମି ଭେଦ କର ଜ୍ଞାନ ।
ସୁରତି ପହୁଁଚି ଉସ ଦେଶ ମେଁ, ସୁନତ ୱିୱିଧ ଧ୍ୱନି କାନ ॥୦୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ଥାନଭେଦରେ ବିବିଧ ପ୍ରକାରର ଅନହଦ ନାଦ ହୋଇଥାଏ । ସାଧକର ସୁରତି ସେହି ସ୍ଥାନମାନଙ୍କରେ ସ୍ଥିର ହୋଇ ବିବିଧ ପ୍ରକାରର ଅନହଦ ନାଦକୁ କର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱାରା ଶୁଣେ । ଅନହଦ ନାଦ ଏକ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡୀ ଜଡ଼ ଶବ୍ଦ ଅଟେ, ଯାହା ସୁରତି ସ୍ଥିର ହେବା ପରେ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ଶୁଣାଯାଏ । ଏହା ଯୋଗର କୌଣସି ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥା ନୁହେଁ । ଅନ୍ତର ଅନୁଭବ ସାକ୍ଷାତକାର ଏହାଠାରୁ ବହୁତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅଟେ ।

ସ୍ଥାନ ଭେଦ ପରୟତ୍ନ ସେ, ୱର୍ଣ୍ଣ ଉଚ୍ଚାରଣ ହୋୟ ।
ଭୂମି ଭେଦ ତିମି ଶବ୍ଦ କେ, ଦେଖେ ପହୁଁଚେ ସୋୟ ॥୦୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ଅନେକ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରାଣର ପ୍ରଯତ୍ନ ଦ୍ୱାରା ବର୍ଣ୍ଣ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସେହି ପ୍ରକାର ସ୍ଥାନ ଭେଦରେ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ଚେତନାକୁ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ସେଠାରେ ନାନାଦି ପ୍ରକାରର ଅନହଦ ନାଦ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଶାଲଗମ୍‌ର ଉପକାରିତା

ଶାଲଗମ୍ ଖୁବ୍ କମ୍ କ୍ୟାଲୋରିଯୁକ୍ତ ପରିବା । ଏହା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ, ମିନେରାଲ, ଫାଇବରର ଏକ ଭଲଉତ୍ସ । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ସି ଶରୀର ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ବେଶ୍ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ । ଏହା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ । କ୍ଷତିକାରକ ଫ୍ରି ରାଡିକାଲସ୍, କ୍ୟାନସର ଏବଂ ଫୁଲିବାରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦିଏ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଭରପୁର ପରିମାଣରେ ରହିଛି । ଶାଲଗମ୍ ତରକାରୀ ଯେକୌଣସି ରୋଗୀଙ୍କୁ ନିର୍ଭୟରେ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଇପାରେ । କଞ୍ଚା ଶାଲଗମ୍ ଖାଇଲେ ପତଳା ଝାଡା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ।

ଶାଲଗମରେ ପ୍ରଚୁର ଫାଇବର ଥିବାରୁ ଏହା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟରୁ ମୁକ୍ତି ଦେବା ଲାଗି ଏକ ଭଲ ପରିବା । ପେଟ ପୁରା ସଫା କରିଦେଇ ପାରେ ।

ଏଥିରେ ଏକାଧିକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ମିନେରାଲ୍ସ ସହିତ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ସି, କ୍ୟାରୋଟିନଏଡ ଏବଂ ଲ୍ୟୁଟିନ ପରି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟର ସମୃଦ୍ଧ ଉତ୍ସ । ଏହାର ପତ୍ରଗୁଡିକରେ ଭିଟାମିନ୍ କେ ଭରି ରହିଛି । ଏଥି ସହିତ କ୍ୟାଲସିୟମ, କପର, ଆଇରନ୍, ମାଙ୍ଗାନିଜ୍ ପରି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମିନେରାଲ୍ସ ଶାଲଗମରେ ଅଛି ।

ପଟାସିୟମ ପରିମାଣ ଅଧିକ ଥିବାରୁ ଶାଲଗମ ଧମନୀକୁ ସଙ୍କୁଚିତ ହେବାକୁ ଦିଏନାହିଁ ଏବଂ ଶରୀରରେ ସୋଡିୟମ ପରିମାଣ ସଠିକ୍ ରଖେ ।

ଗୋଇଠି ଫାଟିଲେ ଶାଲଗମକୁ ସିଝାଇ ସେହି ପାଣିରେ ଗୋଇଠି ଧୋଇବା ସହିତ ତା' ଉପରେ ଶାଲଗମ ଘଷିବେ । ରାତିରେ ଏପରି କରିବା ସହିତ ପାଦରେ ସଫା କପଡ଼ା ଗୁଡାଇ ଶୋଇବେ । ଫଟା ଗୋଇଠି ଠିକ୍ ହୋଇଯିବ । ଶାଲଗମକୁ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ଛାଣି ସେଥିରେ ଚିନି ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଶ୍ୱାସ, କାଶ ଏବଂ ତଣ୍ଟି ବସିବାରୁ ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏବଂ ଫାଇଟୋ କେମିକାଲସ ସ୍ତର ଏଥିରେ ଉଚ୍ଚ ଥିବାରୁ କ୍ୟାନସର ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାରେ ଶାଲଗମ୍ ବେଶ୍ ସହାୟକ । ଗ୍ଲୁକୋସାଇନୋଲେଟସ୍ ଉପସ୍ଥିତ କ୍ୟାନସର ପ୍ରଭାବ କମାଏ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ଶାଲଗମକୁ ସାମିଲ କଲେ ସ୍ତନ କର୍କଟ ସହିତ ମଳାଶୟ କର୍କଟ ଏବଂ ଟ୍ୟୁମର କମାଇପାରିବେ ।

ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ବି ପ୍ରତିଦିନ ଶାଲଗମ୍ ଖାଇବା ଜରୁରୀ । ଶାଲଗମରେ ଭିଟାମିନ ଏ ଥିବାରୁ ଏହା ଆଣ୍ଟି ଇନଫ୍ଲାମେଟୋରୀ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୁର । ତେଣୁ ହୃଦଘାତ, ଷ୍ଟ୍ରୋକ ଆଦିରୁ ହୃଦୟକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ଫୋଲେଟ୍ ଥିବାରୁ ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ସକ୍ରିୟ ରଖେ ।

ଅଙ୍ଗୁଳିରେ ଫୁଲା ରହୁଥିଲେ ୫୦ ଗ୍ରାମ ଶାଲଗମ୍ ୧ ଲିଟର ପାଣିରେ ଫୁଟାନ୍ତୁ । ଏବେ ସେହି ପାଣିରେ ହାତ, ଗୋଡ ବୁଡ଼ାଇ କିଛି ସମୟ ରଖିଲେ ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଶାଲଗମ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଏବଂ ପଟାସିୟମର ଏକ ଭଲ ଉତ୍ସ । ତେଣୁ ଅସ୍ଥି ବିକାଶ ଏବଂ ସୁଦୃଢ଼ ରହିବା ଲାଗି ଏହା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଶାଲଗମ୍ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିବା, ଅସ୍ଥି ସୁଶୀରତା ତଥା ଗଣ୍ଠିବାତ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ ।

ପରିସ୍ରା ଭଲଭାବେ ହେଉନ ଥିଲେ ଶାଲଗମ୍ ଓ ମୂଳା କଞ୍ଚା ଚୋବାଇ ଖାଇପାରିବେ ।

ସିଗାରେଟ୍ ଧୂଆଁରେ ଥିବା କାର୍ସିନୋଜେନ୍ସ ଶରୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ସ ଏ ଅଭାବ କରାଏ । ଫଳରେ ଫୁସଫୁସ୍ ଫୁଲିବା, ଆର୍ମ୍ଫିସେମା ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଫୁସଫୁସଜନିତ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ । ଶାଲଗମ୍ ଖାଇଲେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଅଭାବ ଦୂର ହୋଇ ଫୁସଫୁସ୍ ସୁସ୍ଥ ରହେ ।

ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟରେ ଭରପୁର କଦଳୀ

ପ୍ରଦୂଷଣର ପ୍ରଭାବରେ ସବୁଠୁ ଅଧିକ ଶରୀରର ତ୍ୱଚା ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛି । ସେଥିପାଇଁ ନିୟମିତ ଭାବେ ଯୁବତୀ ଓ ମହିଳାମାନେ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବା ଜରୁରୀ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କସମେଟିକ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଘରୋଇ ଉପାୟକୁ ଆପଣେଇବା ଉତ୍ତମ । ଏହା ଦ୍ୱାରା କମ୍ ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବା ସହ ତ୍ୱଚା କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୁଏନାହିଁ । ପାଚିଲା କଦଳୀର ପ୍ରୟୋଗ ତ୍ୱଚାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକୁ ଦ୍ୱିଗୁଣିତ କରିଥାଏ ବୋଲି ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

୧ ଚାମଚ ମହୁରେ ଗୋଟିଏ କଦଳୀକୁ ଭଲଭାବେ ଚକଟି ମୁହଁ, ହାତ ଓ ବେକରେ ଲଗାଇ ୨୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ନଖ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ଧୋଇନିଅନ୍ତୁ । ବାହାରୁ କାମ ସାରି ଫେରିବା ପରେ ପ୍ରତ୍ୟେକଦିନ ତ୍ୱଚା ସଫା ପାଇଁ ଏହି ନିୟମ ଆପଣାନ୍ତୁ ।

ତ୍ୱଚାରେ ଚମକ ଆଣିବା ନିମନ୍ତେ ୨ ଚାମଚ ଲେମ୍ବୁରସରେ କଦଳୀ ଚକଟି ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ୩୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ମୁହଁ ଧୋଇବା ପରେ ତ୍ୱଚାର ଔଜ୍ଜ୍ୱଲ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିହେବ ।

କଦଳୀ ଓ ଚିନିକୁ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଘଷିଲେ ଏହା ସ୍କ୍ରବ୍ ପରି କାମ କରିଥାଏ ।

ଆଖି ତଳ ଦାଗ ପଡିଲେ କଦଳୀ ଚକଟି ସେଥିରେ ୧ ଚାମଚ ଗୋଲାପ ଜଳ ମିଶାନ୍ତୁ । ଆଖି ଉପରେ ଛୋଟ ଧଳା କପଡ଼ା ରଖି ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ରଖନ୍ତୁ । ୩୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ତାହାକୁ ବାହାର କରି ଆଖି ଧୋଇ ନିଅନ୍ତୁ । ୧ ସପ୍ତାହ ଏପରି କଲେ ଆଖିତଳ ଦାଗ କମ୍ ହୋଇଥାଏ ।

କଦଳୀକୁ କଞ୍ଚା କ୍ଷୀର ସହ ମିଶାଇ ତ୍ୱଚାରେ ଲଗାଇଲେ ଦାଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ୨୦୧୬ ରୁ କାମ୍ବୋଡିଆ ଦେଶରେ ବାଘ ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି ।
- ବିଶ୍ୱର ଏକମାତ୍ର ଦେଶ ଭାରତ, ଯାହାର ଜାତୀୟ ପ୍ରାଣୀ ହେଉଛି ବାଘ ।
- ବାଘ ନିଜ ଶିକାରର ମାତ୍ର ୧୦ ପ୍ରତିଶତ ସଫଳତା ପାଇଥାଏ । ହରିଣ, ଜେବ୍ରା ପରି ଶିକାରମାନେ ବାଘକୁ ଚକ୍‌ମା ଦେଖାଇ ଜୀବନ ବଞ୍ଚାଇବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରନ୍ତି ।
- ଦିନ ଅପେକ୍ଷା ରାତିରେ ଶିକାର କରିବାକୁ ବାଘମାନେ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । ରାତିରେ ସେମାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ମନୁଷ୍ୟଠାରୁ ୬ ଗୁଣ ଉନ୍ନତ ।
- ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ବଜାରରେ ଏକ ମଲା ପୁରୁଷ ବାଘର ଦାମ ପ୍ରାୟ ୧୦ ହଜାର ଆମେରିକୀୟ ଡଲାର ବା ୬,୪୬,୫୧୨ ଟଙ୍କା ।
- ବାଘ ଓ ସିଂହୀ ବା ସିଂହ ଓ ବାଘୁଣୀର ସଙ୍ଗମରେ ଯଦି ଅଣ୍ଡିରା ପିଲା ହୁଏ ତାକୁ ଟାଇଗନ୍ସ ଓ ମାଈ ପିଲାକୁ ଲାଇଜର୍ସ କୁହାଯାଏ ।
- ବାଘ ଦୈନିକ ପ୍ରାୟ ୨୭ କିଲୋ ମାଂସ ଖାଇବା ପରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।
- ଜଙ୍ଗଲରେ ଥିବା ବାଘର ହାରାହାରି ଜୀବିତ ସମୟ ହେଉଛି ୧୦ ବର୍ଷ । ସେହିପରି ଚିଡ଼ିଆଖାନାରେ ରହୁଥିବା ବାଘ ପ୍ରାୟ ୨୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚି ପାରନ୍ତି ।
- ୧୮୦୦ ଖ୍ରୀ.ଅରୁ ୨୦୦୯ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ୱରେ ବାଘମାନଙ୍କ ଆକ୍ରମଣରେ ୩,୩୭,୦୦୦ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦଶ ହଜାର ସାଧାରଣ ବାଘଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ବାଘ ଠାରେ ଧଳା ବାଘର ଏକ ଜିନ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ପାଣ୍ଡବମାନେ କେତେ ଭାଇ ଥିଲେ ?
(୨) ଅର୍ଜ୍ଜୁନଙ୍କ ମାଁଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୩) ମାଦ୍ରୀଙ୍କ ଦୁଇ ପୁତ୍ର କିଏ କିଏ ଥିଲେ ?
(୪) ପାଣ୍ଡବଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ କୁନ୍ତୀଙ୍କ ଆଉ ଦୁଇ ପୁତ୍ର କିଏ ?
(୫) ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର ଓ ଗାନ୍ଧାରୀଙ୍କ କେତେ ପୁତ୍ର ଥିଲେ ?
(୬) କୌରବମାନଙ୍କର ଭଗ୍ନୀଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ଥିଲା ?
(୭) ଗୀତା କିଏ କାହାକୁ ଶୁଣାଇଥିଲେ ?
(୮) ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜ୍ଜୁନଙ୍କୁ ଗୀତା କେବେ ଶୁଣାଇଥିଲେ ?
(୯) ଗୀତାରେ କେତୋଟି ଅଧ୍ୟାୟ ଅଛି ?
(୧୦) ଗୀତାକୁ ଅର୍ଜ୍ଜୁନଙ୍କ ଛଡ଼ା ଆଉ କିଏ କିଏ ଶୁଣିଥିଲେ ?

JUMBLE WORDS

1) DJEGU	=	6) CROUC	=
2) FLYNT	=	7) LABEVI	=
3) MARHEP	=	8) GATIMS	=
4) CDROOT	=	9) SUTJO	=
5) GIFNE	=	10) ALYLR	=

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 :-

୧.୧୦ ହଜାର ହାତୀର, ୨. ୩୨ ଦିନ, ୩. ୫ଦିନ, ୪. ବିଶ୍ୱକର୍ମା, ୫.ତ୍ରିଜଟା, ୬. ସୁଶେନବୈଦ୍ୟ, ୭.ଅଜ, ୮.୩୯, ୯.ବ୍ରହ୍ମା, ୧୦.ବୈବସ୍ୱତ ମନୁ ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର :-

(1) FIBER (2) LOUNGE (3) HARSH (4) DIGIT (5) REMOVE (6) LENGTH (7) GLITZ (8) LADLE (9) HERMIT (10) THROAT

ଉତ୍ସାହ ଏବଂ ଉଲ୍ଲାସପୂର୍ଣ୍ଣ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ପ୍ରସ୍ତୁତି

ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଜୀବନର ଏପରି ଏକ ସତ୍ୟ, ଯାହା ସହିତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟର ସମ୍ବନ୍ଧ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ବା ପରେ ଯୋଡ଼ି ହୋଇଥାଏ । ଏହି କଥା ଅଲଗା ଯେ ଯୌବନର ଉତ୍ସାହରେ ଏହି ଦିଗକୁ କେହି ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ନଥାନ୍ତି, କେହି ଏହାକୁ ଅଧିକ ଖାତିର କରି ନଥାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଜୀବନର କୌଣସି ମୋଡ଼ରେ ଯେତେବେଳେ ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବା ପ୍ରାରମ୍ଭ ହୋଇଯାଏ ବା କଷ୍ଟ ଓ ପୀଡ଼ାରେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ସାମନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ନିରାଶ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଯୌବନରେ ଫସଲ ବୁଣା ଯାଇଥିଲା, ତାକୁ କାଟିବାର ସମୟ ଆସିଯାଏ ତ ପାଦ ଟଳମଳ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ ଏହାର ଉପଯୁକ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ଏଥପ୍ରତି ଜାଗୃତ ହୋଇ ପାରିଲେ ଏକ ଉତ୍ସାହ ଏବଂ ଉଲ୍ଲାସପୂର୍ଣ୍ଣ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ସାକାର କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ବିଶ୍ୱର କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେଉଁଠି ସବୁଠାରୁ ଦୀର୍ଘାୟୁ ଯୁକ୍ତ ସୁସ୍ଥ ଓ ନୀରୋଗ ଲୋକେ ରହନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଦୀର୍ଘାୟୁ ଉପରେ ଗବେଷଣା-ଅଧ୍ୟୟନ ଆଧାରରେ ମିଳିଥିବା ନିଷ୍କର୍ଷ ବହୁତ ପ୍ରେରକ ଓ ଅନୁକରଣୀୟ । ଦୀର୍ଘାୟୁଷର ପ୍ରଥମ ଆଧାର ହେଉଛି- କୌଣସି ନା କୌଣସି ରଚନାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା, ନିଜକୁ ବ୍ୟସ୍ତ ରଖିବା ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ପ୍ରସନ୍ନତା ପୂର୍ବକ ସାମନା କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବା । ବ୍ୟସ୍ତ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ଅନାବଶ୍ୟକ କୁକଳ୍ପନା ଓ କୁଚିନ୍ତନରୁ ରକ୍ଷା ପାଇଯାଏ, ଯାହା ଅନ୍ୟଥା ମୁଣ୍ଡ ଉପରେ ସବାର ହୋଇ ପ୍ରକାରାନ୍ତରେ ଉତ୍ତେଜନା ଏବଂ ରୋଗର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ବ୍ୟସ୍ତତା ସହିତ ଯଦି କାର୍ଯ୍ୟ ସୃଜନାତ୍ମକ ହୁଏ ତେବେ ଜୀବନର ଆନନ୍ଦ ଅନେକ ଗୁଣ ବଢ଼ିଯାଏ, କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରଚନାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ସୃଜନର ଆନନ୍ଦ ଜୀବନର ଗୁଣବତ୍ତାକୁ ବଢ଼ାଇଦିଏ ଏବଂ ଏକ ସୁଖମୟ ଜୀବନ ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିଥାଏ ।

ଦୀର୍ଘାୟୁଷର ଦ୍ୱିତୀୟ ଆଧାର ହେଉଛି- ନିୟମିତ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟା ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ଜୀବନ ଯାପନ କରିବା । ନିୟମିତ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟା ଜୀବନକୁ ସରଳ କରିଥାଏ, ଅନିୟମିତତା ଓ ଅସ୍ତବ୍ୟସ୍ତତା ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଅଭିଶାପରୁ ମୁକ୍ତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏକ ସରଳ-ସହଜ ଜୀବନ ସମ୍ଭବ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ପ୍ରାକୃତିକ ଜୀବନ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ତା'ର ମୂଳ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସହିତ ଯୋଡ଼ିଥାଏ, ଯାହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ନୀରୋଗତା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅତି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା ସହିତ ଦୀର୍ଘାୟୁଷର ତୃତୀୟ ଆଧାର ହେଉଛି- ସନ୍ତୁଳିତ, ସଂଯମିତ ଓ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଆହାର ।

ଆହାରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସହିତ ସିଧା ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିଛି । ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଆହାର ଶରୀର ସହିତ ମନକୁ ହାଲୁକା ରଖିଥାଏ । ସଂଯମିତ ଆହାର ଉର ଅନାବଶ୍ୟକ କ୍ଷରଣକୁ ରୋକିଥାଏ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସ୍ରୋତ ଜୀବନୀଶକ୍ତିକୁ ପୁଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର ଜୀବନକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରରେ ପୋଷଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରରେ ସୁସ୍ଥ ଓ ନୀରୋଗ ରଖିଥାଏ ।

ଏହା ସହିତ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ସୁଖମୟ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥା ଓ ଦୀର୍ଘାୟୁ ପାଇଁ ତିନିଟି କଥାର ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଉପରୋକ୍ତ ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ପୁଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ପ୍ରଥମ ହେଉଛି ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଦ୍ୱିତୀୟ ହେଉଛି ଆର୍ଥିକ ଆତ୍ମନିର୍ଭରତା ଏବଂ ତୃତୀୟ ହେଉଛି ମାନସିକ ଓ ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ଆର୍ଥିକ ରୂପେ ଅସୁରକ୍ଷିତ ଏବଂ ପରମୁଖାପେକ୍ଷୀ ଜୀବନ ପାଦେ ପାଦେ ଗଭୀର ମାନସିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ତ୍ରସ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ଗତି କରିବାକୁ ବିବଶ କରିଥାଏ, ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ସୁଖମୟ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର କଳ୍ପନା ମଧ୍ୟ କରାଯାଇ ନପାରେ । ସେଥିପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଆର୍ଥିକ ଆତ୍ମନିର୍ଭରତାର ଉପେକ୍ଷା କରିବା ଅନୁଚିତ ଏବଂ ଏ ଦିଗରେ ସମୟ ଥାଉ ଥାଉ ଉଚିତ ପ୍ରୟାସ କରିବା ଦରକାର । ପୁଣି ଶରୀର ସହିତ ମାନସିକ ଏବଂ ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ନିଜସ୍ୱ ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଯେଉଁଥିପାଇଁ ନିୟମିତ ରୂପେ ପ୍ରୟାସ- ପୁରୁଷାର୍ଥର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, ଯାହା ସନ୍ତୁଳିତ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟା, ପ୍ରାକୃତିକ ଜୀବନ, ବ୍ୟସ୍ତତା, କଠିନ ପରିଶ୍ରମ ଆଦିର ଆଧାରରେ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ନିତ୍ୟପ୍ରତି ସଜାଗ ପ୍ରୟାସ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ଆଧାରରେ ବିଶ୍ୱର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଣରେ ଏପରି ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ଉଦାହରଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ଯେଉଁମାନେ ସୁଖମୟ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାକୁ ଯାପନ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଚକିତ କଲା ଭଳି ଅନେକ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି ଇତିହାସର ପୃଷ୍ଠାଗୁଡ଼ିକରେ ଏପରି ଅନେକ ଉଦାହରଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ, ଯେଉଁମାନେ ବୃଦ୍ଧ ବୟସରେ ମଧ୍ୟ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ତିମ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସକ୍ରିୟ ଜୀବନଯାପନ କରିଛନ୍ତି । ଏପରି କିଛି ଉଦାହରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଉଛି, ଯାହା ଆଶାଭରା ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ଛବି ଉପସ୍ଥାପନ କରୁଛି ।

ଭଗବାନ ବୁଦ୍ଧ ୮୨ ବର୍ଷ ଆୟୁରେ ନିର୍ମାଣକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ତଥା ଦୀର୍ଘାୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପଦଯାତ୍ରା କରି ଧର୍ମପ୍ରଚାର କରିଥିଲେ । ଦ୍ରୋଣାଚାର୍ଯ୍ୟ ଶହେ ବର୍ଷ ପାର କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ରଣ ସଂଗ୍ରାମରେ ଅଗ୍ରଣୀ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପ୍ରଦାନ କରୁଥିଲେ । ଗାନ୍ଧିଜି ୫୧ ରୁ ୭୭ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା ସଂଗ୍ରାମରେ ଅଗ୍ରଣୀ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ ଓ ଏହା ସହିତ ସେ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ସାହିତ୍ୟ ମଧ୍ୟ ରଚନା କରିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରକାର ବିନୋବାଜି ମଧ୍ୟ ଜୀବନର ଉତ୍ତରାର୍ଦ୍ଧରେ ପ୍ରାୟ ତେର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କ୍ରମାଗତ ଭୂଦାନ ହେତୁ ସମଗ୍ର ଦେଶର ଅଧିକାଂଶ ଭାଗର ପଦଯାତ୍ରା କରିଥିଲେ । ୧୯୦୧ ମସିହାରେ ଇଂଲଣ୍ଡରେ ଜନ୍ମିତ ସାର୍ ଫ୍ରାନସିସ୍ ଚିଚେଷ୍ଟର ୧୯୬୦-୬୭ ମସିହା ମଧ୍ୟରେ ଏକାକୀ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର ପରିକ୍ରମା କରିଥିଲେ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଅନେକ ଦାର୍ଶନିକ, ବୈଜ୍ଞାନିକ, କବି, ସାହିତ୍ୟକାର, ରାଜନୀତିଜ୍ଞ ଆଦି ଅନ୍ତିମ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜର ସୃଜନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସକ୍ରିୟ ଥିଲେ ଓ ମାନବତା ପାଇଁ ନିଜର ଅପୂର୍ବ ସେବା ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ସନ୍ଥ ସକ୍ରେଟିସ, ପ୍ଲେଟୋ, ପିଥାଗୋରସ, ହୋମର, ଗାଲିଲିଓ, ନିକୋଲସ କୋପର୍ନିକସ, ୱିଲିୟମ ୱର୍ଥ, ବୈଜ୍ଞାନିକ ଥୋମାସ ଏଡ଼ିସନଙ୍କ ଠାରୁ ନେଇ ନିଉଟନ, ସିସରୋ, ଆଇନଷ୍ଟାଇନ୍, ଟେନିସନଙ୍କ ଭଳି ମହାମାନବ ଏହାର ପ୍ରେରକ ଉଦାହରଣ । ସକ୍ରେଟିସ ୭୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଦର୍ଶନର ବିଶଦ ବ୍ୟାଖ୍ୟାରେ ଲାଗିଥିଲେ । ପ୍ଲେଟୋ ଅନ୍ତିମ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କଠୋର ପରିଶ୍ରମ କରି ୮୧ ବର୍ଷ ବୟସରେ କଲମ ଧରି ମୃତ୍ୟୁକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ଟେନିସନ ୮୦ ବର୍ଷ ଆୟୁରେ, 'କ୍ରସିଂଗ ଦି ବାର' ର ରଚନା କରିଥିଲେ । ରବର୍ଟ ବ୍ରାଉନିଙ୍ଗ ୭୦ ବର୍ଷରେ ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ କବିତା ରଚନା କରିଥିଲେ ।

ଏଚ.ସି.ୱେଲ୍ସ ୭୦ ବର୍ଷ ବୟସ ପରେ ଏକ ଡଜନରୁ ଅଧିକ ପୁସ୍ତକ ରଚନା କରିଥିଲେ ଏବଂ ୟୁଟୋପିଆ ଉପରେ ଆଧାରିତ ପୁସ୍ତକ ଜୀବନର ଉତ୍ତରାର୍ଦ୍ଧରେ ହିଁ ଲେଖିଥିଲେ । ସିସରୋ ମୃତ୍ୟୁର ଏକ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ୬୩ ବର୍ଷ ବୟସରେ 'ଟ୍ରିଟାଇଜ ଓନ ଓଲ୍ଡ ଏଜ'ର ରଚନା କରିଥିଲେ । କାଟୋ ୮୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଗ୍ରୀକ୍ ଭାଷା ଶିଖିଥିଲେ । ୟୁନାନର ସାହିତ୍ୟକାର ପ୍ଲୁଟାର୍କ ୭୫ ବର୍ଷ ବୟସରେ ନୂତନ ଭାଷା ଶିଖିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଇଟାଲୀର ବିଖ୍ୟାତ ଉପନ୍ୟାସକାର ବୋକେଶିୟୋ ପରିଣତ ବୟସରେ ସାହିତ୍ୟକାର ହେବାକୁ ମନ ବଳାଇଲେ ଓ ମୂର୍ଦ୍ଧନ୍ୟ କଥାକାର ରୂପେ ସାହିତ୍ୟ ଜଗତରେ ଚମକିଲେ । ଗର୍ଭନିର ଫେରବନିସ ୫୦ ବର୍ଷ ବୟସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦର୍ଶନ ସହିତ ଅପରିଚିତ ଥିଲେ, ପୁଣି ରୁଚି ଜାଗିଲା । ବିଶ୍ୱବିଖ୍ୟାତ ହେଲେ । ସକ୍ରେଟିସ ୬୦ ବର୍ଷ ପରେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର କ୍ଲାନ୍ତି ଓ ଉଦାସୀନତା ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ସଂଗୀତକୁ ଉତ୍ତମ ମାଧ୍ୟମ ମାନି ଗାଇବା-ବଜାଇବା ଶିଖିଥିଲେ ।

ବିନୋବା ଭାବେ ଅନେକ ଭାଷାର ଜ୍ଞାତା ଥିଲେ ଓ ଅନ୍ତିମ ବର୍ଷଗୁଡ଼ିକରେ ସବୁଠାରୁ କଠିନ ଚୀନ ଭାଷା ଚୀନା ଶିକ୍ଷା କରୁଥିଲେ । ଦାମୋଦର ସାତବଲେକର ବେଦଭାଗ୍ୟ ଏବଂ ଆର୍ଷ ସାହିତ୍ୟରେ ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ୭୫ ବର୍ଷ ଆୟୁଷରେ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ଏବଂ ୧୦୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲେଖିଥିଲେ । (୧୯.୯.୧୮୬୭ ରୁ ୮୧.୭.୧୯୬୮) ଗ୍ଲେଡଷ୍ଟନ ଦୀର୍ଘ ଆୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାଜନୀତିରେ ସକ୍ରିୟ ରହିଲେ, ୭୬ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ତିନି ଥର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ହେଲେ ତଥା ୮୫ ବର୍ଷରେ ସେ 'ଓଡ଼େସୀ ଅଫ ହରେସ' ର ରଚନା କରିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରକାର ରାଜନୀତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚର୍ଚ୍ଚିଲ, ବେଞ୍ଜାମିନ ଫ୍ରାଙ୍କଲିନ, ଡିଜରେଲୀଙ୍କ ଭଳି ଲୋକମାନେ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାର ଆହ୍ୱାନପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବସ୍ଥାରେ ବହୁତ ସକ୍ରିୟ ଥିଲେ ଏବଂ ସମାଜର ଅମୂଲ୍ୟ ସେବା କରିଥିଲେ । ଆମେରିକାର ଅର୍ବୁଦପତି ରକ ଫେଲର ୧୦୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସକ୍ରିୟ ରହିଥିଲେ । ହେନରୀ ଫୋର୍ଡ ୮୨ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୁସ୍ଥ ଥିଲେ । ଏହିପରି ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର ଏହି ସବୁ ଆଦର୍ଶ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନର ଉତ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସକ୍ରିୟ ଜୀବନଯାପନ କରି ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ସବୁ ପ୍ରେରକ ଉଦାହରଣ ଆମକୁ ଗୋଟିଏ ସନ୍ଦେଶ ଦିଏ ଯେ ଯଦି ଆମେ ଜୀବନକୁ ଠିକ୍ ଢଙ୍ଗରେ ନିୟୋଜନ କରିବା ଶିଖିଯିବା ତେବେ ନିଜର ରଚନାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ସହିତ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ଉପଯୋଗୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ପାରିବା ଏବଂ ଉତ୍ସାହ, ଘୂର୍ତ୍ତି, ଉଲ୍ଲାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ଜିଇପାରିବା ।

ଶିଶୁଙ୍କ ପାଇଁ ଡାଲି

ଶିଶୁ ପାଇଁ ଡାଲିପାଣି ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ । କାରଣ ଡାଲିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ରହିଥାଏ, ଯାହା ଶିଶୁର ହଜମ କ୍ଷମତାକୁ ବଢ଼ାଏ । ତା' ସହିତ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଶିଶୁର ବିକାଶ କରିଥାଏ । ସେହିପରି ସେଥିରେ ଆଇରନ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଫାଇବର କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଆଦି ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି, ଯାହା ଶରୀର ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ।

ହଜମ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ: ଶିଶୁର ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଧୀରେ ଧୀରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ୬ ମାସରୁ କମ୍ ଶିଶୁକୁ ଗରିଷ୍ଠ ଖାଦ୍ୟ ଦିଆଯାଇ ନ ଥାଏ କାରଣ ସେ ଗରିଷ୍ଠ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ କରିପାରେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏହି ସମୟରେ ଶିଶୁକୁ ମା' କ୍ଷୀର ସହ ବାହାର ଖାଦ୍ୟ ଭାବରେ ପ୍ରଥମେ ସିଝା ଡ଼ାଲି ଦେବା ଉଚିତ, ଏହା ଧୀରେ ଧୀରେ ଶିଶୁର ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ ।

ପୁଷ୍ଟିସାର ଯୋଗାଏ: ଡାଲିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପୁଷ୍ଟିସାର ରହିଛି । ସେଥିପାଇଁ ଡାଲିକୁ କୁହାଯାଏ ପ୍ରୋଟିନର ଘର । ମୁଗ, ହରଡ଼ ଓ ମସୁର ଡାଲିରେ ୨୦ ରୁ ଅଧିକ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ ।

ରକ୍ତସ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ପାଏ: ଅଧିକାଂଶ ପିଲା ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳ ହେବା ସହ ରକ୍ତହୀନତାର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ଶିଶୁଟି ୬ ମାସର ହୋଇଗଲା ପରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ତାକୁ ଡାଲି ଦେବା ଜରୁରୀ । କାରଣ ଡାଲିରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଆଇରନ ରହିଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରରେ ରକ୍ତର ମାତ୍ରା ବଢ଼ାଇଥାଏ । ତାହା ସହିତ ଏଥିରେ ଥିବା ଫାଇବର ଶିଶୁର ଖାଦ୍ୟନଳୀକୁ ସଫା କରିଥାଏ ।

ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି: ଯେଉଁ ଶିଶୁଙ୍କର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା କମ୍ ହୋଇଥାଏ, ସେମାନେ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଡାଲି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶିଶୁର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ । କାରଣ ଡାଲିରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ରହିଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଏଥିରେ ଥିବା ଜିଙ୍କ ଓ ଫଲିକ୍ ଏସିଡ୍ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗରୁ ରକ୍ଷାକରିବା ସହ ଡିଏନଏ ବିକାଶରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରେ ।

ହାଡ଼ ମଜଭୁତ କରେ: ଡାଲିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ, ଫସଫରସ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ଡି ରହିଛି ଯାହା ଶିଶୁର ହାଡ଼ ମଜବୁତ କରିବା ସହ ମସ୍ତିଷ୍କ ବିକାଶରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ଲୋକକଳା ଓ କଳାକାରଙ୍କୁ ଅବହେଳା

ବଲାଙ୍ଗୀର: ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର କଳାକାର ପେନସନ ଓ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅବହେଳା ଓ ଉପେକ୍ଷାର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି । ସୂଚନା ଅଧିକାର ଆଇନ ବଳରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଓଡିଆ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟ ଓ ସଂସ୍କୃତି ବିଭାଗ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ତଥ୍ୟରୁ ଏହା ଜଣାଯାଇଛି । ଜୀବନ ବ୍ୟାପୀ ଉତ୍ସର୍ଗିକୃତ ଭାବେ ବିଭିନ୍ନ କଳାର ସାଧନା କରିଥିବା ଦୁଃସ୍ଥ କଳାକାରଙ୍କ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ପେନସନ ଓ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରୁଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କଳାକାର ସହାୟତା ଯୋଜନାରେ କଳାକାରମାନଙ୍କୁ ୧୨୦୦ ଟଙ୍କା ପେନସନ ବାବଦକୁ ଦେଉଥିବା ବେଳେ କେନ୍ଦ୍ରର ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ପାଇଁ ଯୋଗ୍ୟତା ଭିତ୍ତିରେ ସୁପାରିଶ କରିଥାନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ସହାୟତା ପାଇଁ ଯୋଗ୍ୟତା ବୟସ ପୁରୁଷ କଳାକାରଙ୍କ ପାଇଁ ୫୦ ବର୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ମହିଳା କଳାକାରଙ୍କ ପାଇଁ ୪୦ ବର୍ଷରୁ କମ ରହିଛି । ସେହିଭଳି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସହାୟତା ପାଇଁ ସର୍ବନିମ୍ନ ବୟସ ସୀମା ୬୦ ବର୍ଷ ରହିଛି ।

ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟ ଓ ସଂସ୍କୃତି ବିଭଗ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ତଥ୍ୟରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ, ୨୦୨୧ ମସିହାରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପେନସନ ଓ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ସମୁଦାୟ ୧୫୬୬ ଜଣ ଦୁଃସ୍ଥ କଳାକାରଙ୍କ ନାମ ୫ଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ସୁପାରିଶ କରିଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଭତ୍ତା ପାଉଥିବା ଏହି ୧୫୬୬ ଜଣ କଳାକାରଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ସମଗ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାରୁ ମାତ୍ର ୬୧ ଜଣଙ୍କ ନାମ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଭତ୍ତା ଓ ସହାୟତା ପାଇଁ ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ଦୁଇଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ରାଜ୍ୟର ସମୁଦାୟ ୩୪୮ ଜଣ ଭତ୍ତା ପାଉଥିବା କଳାକାରଙ୍କ ନାମ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଭତ୍ତା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଛି । ଏହି ୩୪୮ ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ମାତ୍ର ୨ ଜଣ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର କଳାକାର ରହିଥିବା ଜଣାଯାଇଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ଏହି ଦୁଇଜଣ କଳାକାର ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାର ବୋଲି ଜଣାଯାଇଛି ।

୨୦୧୮ ମସିହାରେ ରାଜ୍ୟର ସମୁଦାୟ ୧୧୪ ଜଣଙ୍କ ନାମ ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଛି । ଏହା ମଧ୍ୟରୁ ମାତ୍ର ୨୭ ଜଣ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର କଳାକାର । ଏହି ବର୍ଷ ମାତ୍ର ୩ ଜଣ ଆକାଶବାଣୀ କଳାକାରଙ୍କନାମ ମଧ ଏହି ୧୧୪ ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲା । ଏହି ୩ ଜଣଯାକ କଟକର ବୋଲି ଜଣାଯାଇଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ପୁରପଲ୍ଲୀରେ ଦୁଃସ୍ଥ ଓ ଅସହାୟ କଳାକାର ବହୁସଂଖ୍ୟାରେ ରହିଛନ୍ତି । ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ଆର୍ଥିକ ସ୍ଥିତି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦୁର୍ବଳ ଥିବାବେଳେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର କଳାକାରଙ୍କୁ ସରକାରଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ଯୋଜନାରେ ସାମିଲ କରାଯାଇ ପାରୁନି । ଏହି ଅଞ୍ଚଳର କଳାକାରମାନଙ୍କୁ ଏହି ଯୋଜନାରେ ସାମିଲ କରିବା ପାଇଁ କଳାକାରମାନେ କିଭଳି ଓ କେବେ ଆବେଦନ କରି ପାରିବେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସରକାରୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା ସଚେତନ କରି ପାରିନାହିଁ । ଆଧୁନିକ ଯନ୍ତ୍ର ସଙ୍ଗୀତର ପ୍ରଭାବରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର କଳାକାରମାନେ ଦୟନୀୟ ସ୍ଥିତିକୁ ଆସିଛନ୍ତି ଏବଂ ପାରମ୍ପରିକ କଳା ଓ କଳାକାର ଦୟନୀୟ ଅବସ୍ଥାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଡିଏଭି ସ୍କୁଲରେ ବନମହୋତ୍ସବ ପାଳିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷାଦାନ ବ୍ୟତିରେକ ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରିବା ତଥା 'ପରିବେଶ ବଞ୍ଚାଅ' ଅଭିଯାନରେ ସାମିଲ କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଡିଏଭି ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲ ତରଫରୁ ବନମହୋତ୍ସବ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡାଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ସପ୍ତାହବ୍ୟାପୀ ଉତ୍ସବରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ସ୍କାଉଟ ଆଣ୍ଡ ଗାଇଡ଼, କବ ବୁଲବୁଲ, ଡିଏଭି ଆର୍ମି, ଜୁନିଅର ରେଡ଼ କ୍ରସ, ଏନ.ସି.ସି. ଆଦି ସମସ୍ତ ବିଭାଗର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ସକ୍ରିୟ ଭାବେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ ପୂର୍ବକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ଥିବା ଖୋଲା ସ୍ଥାନ ତଥା ମୁଖ୍ୟରାସ୍ତା ପାର୍ଶ୍ୱରେ ୫୦ଟି ଚାରାରୋପଣ କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ପାଇଁ ବେଦାନ୍ତ ସିଏସଆର ହେଡ଼ ସୁବାଶିଷ ଦାଶଙ୍କ ସମେତ ସିଏସଆର ଟିମ ସଦସ୍ୟ ଜଗମୋହନ ସାହୁ ଓ ଆୟୁଶି ପାଣ୍ଡେ ମଧ ଚାରାରୋପଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ବରିଷ୍ଠ ଶିକ୍ଷକ ସୁବାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର, ଏମ.ଭି.ଏଲ.ଏନ. ରାଓ, ବିଜୟ କୁମାର ଦାଶ, ପବିତ୍ର ମୋହନ କବି, ବିଶ୍ୱରଞ୍ଜନ ପାଢ଼ୀ, ସବିତା ଧଳ ପ୍ରମୁଖ ଶିକ୍ଷକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ ।

ପାଲା ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ କେନ୍ଦ୍ର ଉଦଘାଟିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ମାଉଳି ବେର୍ଣ୍ଣା ଗ୍ରାମରେ ଧର୍ମ ସଂସଦର ଶାଖା ଅନୁଷ୍ଠାନ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଜୁବୁଲୀ ପାଲା ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ କେନ୍ଦ୍ର ପାଲାଗାୟକ ବୈକୁଣ୍ଠ ପୂଜାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦଘାଟିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସଂପାଦକ ସୁଧାଂଶୁ ଶେଖର ନାଥଙ୍କ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସୂଚନା ପରେ ପାଲା ଗାୟକ ବୈକୁଣ୍ଠ ପୂଜାରୀ ଏବଂ ଗାୟିକା ଭବାସିନୀ ଭଇଁସାଲଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାଦିପାଲା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଶିକ୍ଷକ ଚତୁର୍ଭୁଜ ସା ବିଚାରକ ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର: ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏଙ୍କ ଜୀବନୀ ଉପରେ ଅଧିକ ଅଧ୍ୟୟନ ଓ ଗବେଷଣା କରିବା ପାଇଁ ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ରୋହିତ ପୂଜାରୀ କହିଛନ୍ତି । ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱ ବିଦ୍ୟାଳୟର ୭୮ ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ଅବସରରେ ଅନଲାଇନ୍‌ରେ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ ସମାଜର ଆବଶ୍ୟକତା ପ୍ରତି ଅଧିକ ଯତ୍ନଶୀଳ ହେବା ପାଇଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ଇକୋନୋମିକ୍ସ ଆଣ୍ଡ ପଲିଟିକାଲ୍ ୱିକ୍ଲିର ସମ୍ପାଦକ ପ୍ର. ଗୋପାଲ ଗୁରୁ ନିଜ ବକ୍ତବ୍ୟରେ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନର ଭୂମିକା ଉପରେ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । କୁଳପତି ଏନ୍. ନାଗାରାଜୁଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଉପ କୁଳସଚିବ ଉମାଚରଣ ପତି ଅତିଥି ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ବେଳେ କୁଳପତି ଶ୍ରୀ ନାଗାରାଜୁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ସହିତ ଜଡିତ ଗର୍ବ ଓ ସ୍ମରଣୀୟ ମୁହୂର୍ତ୍ତକୁ ସ୍ମରଣ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ପିଜି କାଉନସିଲ୍ ଅଧକ୍ଷ ପ୍ର. ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ଦାସ, ବିତ୍ତ ନିୟନ୍ତ୍ରକ କନକଲତା ଏକ୍କା ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଶିବାନୀ ଶର୍ମା, ଡ. ମୁରଲୀଧର ଶର୍ମା ଓ ଡ. ଅନନ୍ତ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ କୁଳସଚିବ ଯୁଗଳେଶ୍ୱରୀ ଦାଶ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ବରଗଡ଼ରେ ହେବ ଦୁଇଦିନିଆ ନିଗମାନନ୍ଦ ଭକ୍ତଙ୍କ ସମ୍ମିଳନୀ

ବରଗଡ଼: ଆସନ୍ତା ୧୨ ଓ ୧୩ ତାରିଖ ଦୁଇଦିନ ଧରି ସ୍ଥାନୀୟ ଭଟଲିଛକ ସ୍ଥିତ କ୍ଷେତମପୁରିଆ ଭବନ ଠାରେ ସଦଗୁରୁ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ପରମହଂସଙ୍କ ପ୍ରବର୍ତ୍ତିତ ସପ୍ତବିଧାନୋକ୍ତ ୩୪ତମ ଅବିଭକ୍ତ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଭକ୍ତ ସମ୍ମିଳନୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ଏଥିରେ ଆସାମ ବଙ୍ଗୀୟ ସାରସ୍ୱତ ମଠ (କୋକିଳାମୁଖ)ର ମହନ୍ତ ଶ୍ରୀମଦ୍ ସ୍ୱାମୀ ଦିବ୍ୟାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କ ସମେତ ବହୁସାଧୁ ସନ୍ୟାସୀ ଓ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ଯୋଗଦେବେ । ୧୩ ତାରିଖ ଦିନ ସନ୍ଧ୍ୟା ୫ ଟାରେ ହେବାକୁଥିବା ସାଧାରଣ ଧର୍ମ ସଭାରେ ସମ୍ବଲପୁରର ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ଅଧକ୍ଷତା କରିବେ ଓ ବରଗଡ଼ ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧାପିକା ଡକ୍ଟର ସଂଘମିତ୍ରା ସଂଘ ବକ୍ତାରୂପେ ଯୋଗ ଦେବେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନରେ ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ମହାପାତ୍ର, ଗୌର ପ୍ରସାଦ ପାତ୍ର, ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା ଓ ଦୟାସାଗର ମେହେର ଏବଂ ସମ୍ବଲପୁରର ଏଡଭୋକେଟ ବୈକୁଣ୍ଠ ପ୍ରସାଦ ହୋତା ମୁଖ୍ୟଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

ସାପ୍ତାହିକ 'ସ୍ୱୀକାର' ନେବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ଗ୍ରାହକମାନେ ତାଙ୍କର ଦେୟ କାନାରା ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ବଲପୁର ଶାଖାର ଏକାଉଣ୍ଟ ନମ୍ବର ୦୧୮୫୨୦୧୦୧୫୩୮, ଆଇଏଫସି କୋଡ- ସିଏନଆର୍‌ବି ୦୦୦୦୧୮୫ ରେ ଏନଇଏଫଟି, ଆରଟିଜିଏସ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଜମା କରି ପାରିବେ ।

ବିଭିନ୍ନ ଦାବିନେଇ ଏଡିଟିଙ୍କୁ ଘେରିଲେ ବୁଣାକାର

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର: ବୁଣାକାର ବହୁଳ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ଏବେ ବୁଣାକାର ପ୍ରବଳମାତ୍ରାରେ ଅବହେଳିତ । ଜିଲ୍ଲାର ଡୁଙ୍ଗୁରିପାଲି ବ୍ଲକର ସୁଖା, ଦିଗଶିରା, ସୁନାପାଲି ଇତ୍ୟାଦି ଗ୍ରାମର ଶତାଧିକ ବୁଣାକାର ତାଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଦାବିନେଇ ସୋନପୁରର ଡିଟିଟି ଅଫିସ ଘେରାଉ କରିଥିଲେ । ଯୁବନେତା ତଥା ବରିଷ୍ଠ ଆଇନଜୀବୀ ବଳଦେବ ପ୍ରସାଦ ବେଦବାକଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଜିଲ୍ଲାର ଶତାଧିକ ବୁଣାକାର ବିଭିନ୍ନ ନାରାସହ ସହର ପରିକ୍ରମା କରି ଏଡିଟି ଶାନ୍ତନୁ କୁମାର ମେହେରଙ୍କୁ ଉକ୍ତ ଦାବି ପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ପ୍ରମୁଖ ଦାବି ମଧ୍ୟରେ ମଙ୍ଗାଗାତର କଂକ୍ରିଟ କରଣ, ଘର ତିଆରି ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ ରେ ଚଞ୍ଚକତା, ସୋଲାର ଇନଭର୍ଟର, ପଙ୍ଖା, ଲାଇଟ ପ୍ରଦାନରେ ବ୍ୟାପକ ଦୁର୍ନୀତି ହୋଇଥିବାରୁ ଦୋଷୀ ବିରୁଦ୍ଧରେ କଠୋର କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ସହ ମଙ୍ଗାଗାତର ମରାମତି ପାଇଁ ଅନେକ ପୂର୍ବରୁ ଅନଲାଇନ ରେଜିଷ୍ଟ୍ରେସନ କରାଯାଇଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ନମିଳିବାରୁ କ୍ଷୋଭ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ଘରତିଆରି ପାଇଁ ସଂପୃକ୍ତ ଅଧିକାରୀ ତଥା ସମିତିର ସଂପାଦକ ୧୫ହଜାର ଟଙ୍କା ଲାଞ୍ଚ ନେଇ ଅଣ ବୁଣାକାର ମାନଙ୍କୁ ଘର ଯୋଗାଇ ଦେଉଥିବା କଥାର ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ତଦନ୍ତ କରାଯିବାକୁ ଦାବିକରିଛନ୍ତି । ଏପରିକି ବୁଣାକାର ମାନଙ୍କୁ ରିହାତି ଦରରେ ସୂତା ଯୋଗାଇ ଦେବା ପାଇଁ ସରକାରୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିଲେ ବି ସୂତା ପ୍ରଦାନ ରେ ମଧ ଘୋର ଅନିୟମିତତା ହୋଇଥିବା ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଛନ୍ତି । ଏଇ ବିକ୍ଷୋଭ ସମାବେଶରେ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରାମରୁ ଆସିଥିବା ବୁଣାକାରଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘନଶ୍ୟାମ ମେହେର, ବୈଶାଖୁ ମେହେର, ଗଣେଶ ମେହେର, ଧନପତି ମେହେର, ସତ୍ୟ ମେହେର ,ଆକାଶ ମେହେର,କେଶବ ମେହେର, ପ୍ରକାଶ ମେହେର ସୁବଳ, ରାମ, ଉମାଶଙ୍କର ମେହେରଙ୍କ ସମେତ ସୁରେଶ ପାତ୍ର, ବ୍ୟାସଦେବ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

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

ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ଆଧାତ୍ମିକତାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ପ୍ରତି ସମାଜ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ସଭ୍ୟତାକୁ ଅନୁକରଣ କରି ଅଧୋଗତି ଆଡକୁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ଆଧାତ୍ମିକତାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମତପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ସାପ୍ତାହିକ 'ସ୍ୱୀକାର' ଓ ବୈଦ୍ୟନାଥ ପଣ୍ଡା ଏଜୁକେଶନାଲ ଟ୍ରଷ୍ଟର ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ସ୍ଥାନୀୟ ହୋଟେଲ ଶିଲାଟାୱାର ଠାରେ ଆୟୋଜିତ 'ଶିକ୍ଷାରେ ଆଧାତ୍ମିକତା' ଶୀର୍ଷକ ଆଲୋଚନାଚକ୍ରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଏନ. ନାଗରଜୁ ଶିକ୍ଷାନୀତି, ଆଧାତ୍ମିକତା ଓ ମାନବବାଦ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ଓଡିଶା ରାଜ୍ୟ ମୁକ୍ତ ବିଶ୍ୱ-ବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଅର୍କ କେଶରୀ ଦାସମହାପାତ୍ର ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ, ବିଗତ ଦିନର ସାମାଜିକ ଚଳଣି ଓ ବର୍ତ୍ତମାନର ସାମାଜିକ ଚଳଣି ଉପରେ ଏକ ତୁଳନାତ୍ମକ ଚିତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରି ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ଆଧାତ୍ମିକତା ରହିବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ

ବୋଲି ମତ ରଖିଥିଲେ ।

ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଆଲୋଚନାଚକ୍ରରେ ଭିଏସଏସୟୁଟିର ପ୍ରଫେସର ପ୍ରକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁ, ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରାକ୍ତନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ଶ୍ରୀବନ୍ତ ଦାଶ ଓ ପୂର୍ବତନ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର କାମଦେବ ସାହୁ, ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରଶାସକ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର ଓ ଡକ୍ଟର ଗିରିଧାରୀ ହୋତା ପ୍ରମୁଖ ଆଲୋଚନାରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ଅନାମିକା ପଣ୍ଡା ଭିତ୍ତିବକ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । 'ସ୍ୱୀକାର' ସମ୍ପାଦକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ସଞ୍ଜୟ ପଣ୍ଡା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଧାପକ ଡକ୍ଟର ଜୟନ୍ତ କର ଶର୍ମା, ଅଧାପକ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପ୍ରସାଦ ପ୍ରଧାନ, ଅଧାପିକା ଶ୍ରୀଲତା ମିଶ୍ର, ଡାକ୍ତର ସୁରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ପଣ୍ଡା, ଅଧାପକ ଅଶୋକ କୁମାର ପୁରୋହିତ, ଶିକ୍ଷକ ନେତା ରାଜେନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା, କବି ସୌଭାଗ୍ୟବନ୍ତ ମହାରଣା, ଉଦିତଚନ୍ଦ୍ର ପାଣିଯୋଶୀ, ପ୍ରଦ୍ୟୋତ କୁମାର ମିଶ୍ର, ସରୋଜ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ଶଶୀଭୂଷଣ ତ୍ରିପାଠୀ, ବଂଶୀଧର କର, ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ପ୍ରଧାନ, ଏମ୍.ଆର.କେ ରାଓ ଓ କ୍ଷେତ୍ରମଣି ବିଭାର ପ୍ରମୁଖ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ନୀଳାଦ୍ରୀଶ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଲୀଳା ହେଉଛି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆନନ୍ଦର ଚିରନ୍ତନ ଧାରା

ଭୁବନେଶ୍ୱର: ନୀଳାଦ୍ରୀଶ ଭଗବାନ ଜଗନ୍ନାଥ ଲୀଳା କରିବା ନିମନ୍ତେ ନୀଳାଦ୍ରିମଣ୍ଡପରେ ବିଦ୍ୟମାନ । ଭକ୍ତକୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟମୟ-ଲୀଳାରେ ଆନନ୍ଦ ବିତରଣ କରିବା ସହିତ ବିଶ୍ୱଚେତନାତ୍ମକ-ଲୋକଶିକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ସେହି କୋଟି ଜଗତର ନାଥ ସତତ ଧୁରନ୍ଧର । ତାଙ୍କ ଲୀଳା ହେଉଛି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆନନ୍ଦର ଚିରନ୍ତନ ଧାରା ବୋଲି ଅଗ୍ରଣୀ ସାରସ୍ୱତ ଅନୁଷ୍ଠାନ 'ଭୁବନେଶ୍ୱର ଭଞ୍ଜ ଭାରତୀ' ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ହୋଇ ଯାଇଥିବା ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଚେତନା ଆଧାରିତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାକ୍ତିକ ସତ୍ର 'ଲୀଳାମୟ ନୀଳାଦ୍ରୀଶ' ଅବସରରେ ବିଶିଷ୍ଟ ବକ୍ତାମାନେ ମତ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ଭଞ୍ଜ ଭାରତୀର ସଭାପତି ନୀଳାଦ୍ରିମୋହନ ଶତପଥୀଙ୍କ ପୌରୋହିତ୍ୟରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ସଭାରେ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ଓଡିଶା ଉଚ୍ଚନ୍ୟାୟାଳୟର ନ୍ୟାୟମୂର୍ତ୍ତି ଶଶିକାନ୍ତ ମିଶ୍ର ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ସଂସ୍କୃତିର ଉଚ୍ଚାଙ୍ଗ ଆଦର୍ଶଗତ ମହନୀୟତା ସଂପର୍କରେ ଆଲୋକପାତ କରିବା ସହିତ ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ସଂସ୍କୃତିର ଉଦାର-ସାମାଜିକ-ପରମ୍ପରା ଉପରେ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ । ବିଶିଷ୍ଟ ଅତିଥି ତଥା ରାଜ୍ୟ ମୁଖ୍ୟ ସୂଚନା-ଆୟୁକ୍ତ ଜଳଦ କୁମାର ତ୍ରିପାଠୀ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କୁ ପ୍ରତିମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଅନୁଭବରେ ଆଣି ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଲେ ଯାଇଁ କରୁଣା ମିଳିବ ବୋଲି ମତ ରଖିଥିଲେ । ବରେଣ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ଓଡିଶା ସଂସ୍କୃତି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ବ୍ୟୋମକେଶ ତ୍ରିପାଠୀ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ-ସଂସ୍କୃତିର ସାମାଜିକ- ଶିକ୍ଷଣୀୟତା ଉପରେ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ । ଭଞ୍ଜ ଭାରତୀର ସଂପାଦକ ତଥା ବିଶିଷ୍ଟ ଜଗନ୍ନାଥ ଚେତନା-ପ୍ରବକ୍ତା ଡାକ୍ତର କୃଷ୍ଣକେଶବ ଷଡଙ୍ଗୀ କଳାମୟ-ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ନାମ-ରୂପ-ଲୀଳା-ଧାମର ଯଥାର୍ଥ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଓ ଲୋକଶିକ୍ଷା ସଂପର୍କରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ ବକ୍ତବ୍ୟ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଦେଶବ୍ୟାପୀ ସାମାଜିକ ତଥା ଆଧାତ୍ମିକ ସେବା ମାଧ୍ୟମରେ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ଚେତନାର ପ୍ରଚାର-ପ୍ରସାର-କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ନିମନ୍ତେ 'ମା ଆଦିଶକ୍ତି ଚାରିଟେବୁଲ ଟ୍ରଷ୍ଟ' କୁ ମର୍ଯ୍ୟାଦାଜନକ ' ଭଞ୍ଜଭାରତୀ ସାଂସ୍କୃତିକ ସମ୍ମାନ-୨୦୨୨' ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ପ୍ରାରମ୍ଭରେ 'ନାଦବ୍ରହ୍ମ' ଅନୁଷ୍ଠାନପକ୍ଷରୁ ମହାପାତ୍ର ମୀନତି ଭଞ୍ଜ ଓ ପ୍ରଫେସର ଜଗନ୍ନାଥ କୁଅଁର ଶ୍ରୀ ଗୀତଗୋବିନ୍ଦ ଏବଂ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ଜଣାଣ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ଭଞ୍ଜ ଭାରତୀର କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷା ଶ୍ରୀମତୀ ଶୈଳଜା ମିଶ୍ର ସଭା ସଂଯୋଜନା ଓ ବରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ଡକ୍ଟର ବେଣୁଧର ଦାସ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ଭଞ୍ଜଭାରତୀର ଉପସଭାପତି ମିଳନ କୁମାର ସାହୁ, ସଦସ୍ୟ ପବିତ୍ରମୋହନ ସାହୁ, ନନ୍ଦ କିଶୋର ଜେନା, ବିମଳ ଲୋଚନ ପଟ୍ଟନାୟକ, ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଜ୍ଞା ସାହୁ, ପ୍ରସନ୍ନ କୁମାର ବେହେରା, ସୁକାନ୍ତ କୁମାର ଗିରି, ଦୀପ୍ତିମୟୀ ଦାସ, ଅଶୋକକୁମାର ମିଶ୍ର, ବିଜୟ ମିଶ୍ର, ଦିଲୀପ ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ।

'ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍'ର ଡିଜାଇନର ଓ ମଡେଲ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ନିକଟରେ ସାରା ଦେଶ ତଥା ବିଦେଶର ଜଣାଶୁଣା ସବୁ ଡିଜାଇନରଙ୍କ ଡିଜାଇନକୁ ପଛରେ ପକାଇ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ଡିଜାଇନର ପୁରସ୍କାର ହାସଲ କରିଥିବା 'ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍'ର ମଡ଼େଲ ମାନଙ୍କୁ ଏକ ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗଦେଇ ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍ ଅନୁଷ୍ଠାନକୁ ସମ୍ମାନିତ କରିଥିଲେ । ଏହାଛଡ଼ା ସବୁ ମଡେଲଙ୍କ ସହ ଟିମର ସମସ୍ତ ସଭ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ତଥା ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଦେଶର ଜଣାଶୁଣା ୭ ଜଣ ଡିଜାଇନର ଓ ୧୦୦ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମଡେଲ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ପୂର୍ବରୁ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ମଞ୍ଚରେ ନିଜର ଅନୁଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥିବା ଚମତ୍କାର ଡିଜାଇନ ପାଇଁ ପ୍ରଶଂସା ସାଉଣ୍ଟିଥିବା ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବକୁ ଏବେ ମିଳିଛି ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରୀୟ ବଡ ମଞ୍ଚରେ ଯଥେଷ୍ଟ ସମ୍ମାନ ଓ ଅନୁଷ୍ଠାନ ହାସଲ କରିଛି ପୁରସ୍କାର । ଜୁନ ୩୦ ତାରିଖରେ ନୂଆଦିଲ୍ଲୀଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଇଣ୍ଟରନ୍ୟାସନାଲ ରାମ୍ ରନୱେ (ଫ୍ୟାଶନ ସୋ)ରେ ଭାଗ ନେଇ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ପୁରସ୍କାର ଜିତିଛି ସମ୍ବଲପୁରୀ ହବ୍ । ଏଥିରେ ଭାଗନେବା ପାଇଁ ସୁନୀତା ରାଜୀବ ସୋନିଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ସମ୍ବଲପୁରର ୩୦ ଜଣ ମଡେଲ ଦିଲ୍ଲୀ ଯାତ୍ରା କରି ସମ୍ବଲପୁରକଳା,ସଂସ୍କୃତି,ପରମ୍ପରାରସୁନ୍ଦରଡିଜାଇନରଝଲକ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ରାଜୀବ ସୋନୀ ଓ ନେହା ଅଗ୍ରୱାଲ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଆୟୋଜନ କରିଥିଲେ ।

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