ସାପ୍ତାହିକ

# ସ୍ୱୀକାର

Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024

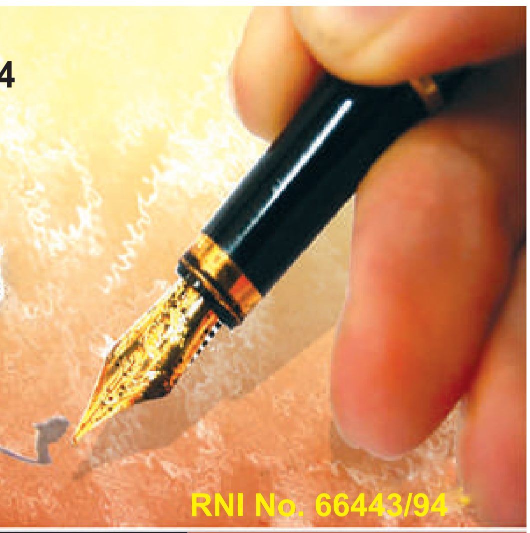
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର

www.sweekarweekly.com

ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା

RNI No. 66443/94

Vol.26 | Issue - 24 | 12 - 18 June 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10



## କଳାକାରମାନଙ୍କୁ ସମାଜ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଚିତ ସମ୍ମାନ ଦେଇ ନାହିଁ: ବ୍ୟୋମକେଶ ତ୍ରିପାଠୀ

**‘ସ୍ୱୀକାର’ ପକ୍ଷରୁ ଲୋକକଳା କଳାକାର ସମାବେଶ**

ସମ୍ବଲପୁର : ଲୋକକଳାକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସମସ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ବୋଲି ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମତପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ସାପ୍ତାହିକ ‘ସ୍ୱୀକାର’ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଲୋକକଳା କଳାକାର ସମାବେଶରେ ଉତ୍କଳ ସଂସ୍କୃତି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ବ୍ୟୋମୋକେଶ ତ୍ରିପାଠୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଲେ ଯେ, କଳାକାର ମାନଙ୍କୁ ସମାଜ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେଭଳି ସମ୍ମାନ ଓ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା କଥା, ତାହା ଦେଇନାହିଁ । ତେବେ କଳାକାର ମାନେ ନିଜସ୍ୱ ଉଦ୍ୟମରେ ଯେପରି କଳାକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଛନ୍ତି ତାହା ପ୍ରଶଂସନୀୟ । କଳା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଯୋଡି ରଖେ । କଳା ନ ବଞ୍ଚିଲେ ସଂସ୍କୃତି ଶେଷ ହୋଇଯିବ । ତେଣୁ କଳା ଯେପରି ସବୁଦିନ ପାଇଁ ବଞ୍ଚିରହିବ, ସେ ଦିଗରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଉଦ୍ୟମ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ସେ ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଫେସର କୁମୁଦ ରଞ୍ଜନ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ମୁଖ୍ୟ ବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଲେ ଯେ, କଳା ହେଉଛି ମୂଳ ସଂସ୍କୃତିର ପରିଚୟ ଓ କଳାକାର ମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ସଂସ୍କୃତିର ବାହକ । ତେଣୁ କଳାକାର ମାନେ ହିଁ ଲୋକକଳାକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖି ପାରିବେ ବୋଲି ସେ ପ୍ରକାଶ ରଖିଥିଲେ ।

ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର କାମଦେବ ସାହୁ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ସମାଜରେ କଳା ଓ କଳାକାରଙ୍କ ଗୁରୁତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ ।

ବିଶିଷ୍ଟ ଶିକ୍ଷାବିତ ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ପତ୍ରିକାର ସମ୍ପାଦକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିବା ବେଳେ କ୍ଷେତ୍ରମଣୀ ବିଭାର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ପାଟଣାଗଡ଼ ବ୍ଲକର ଦାବକାନୀ ଗ୍ରାମରୁ ଆସିଥିବା ମା ପାଟଖଣ୍ଡା ଗଣ୍ଡା ବାଜା ଦଳ, ଝାରସୁଗୁଡା ଜିଲ୍ଲା ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ବଡ଼ଧରା ଗ୍ରାମର ଶ୍ରୀ ରାଧାକୃଷ୍ଣ ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା ଦଳ, ବରିଷ୍ଠ ବାୟକ ଅଲେଖ ସାହୁ ଓ ଦୁଃଖନାଶାନ ବେହେରାଙ୍କ ସଞ୍ଚାର ଦଳ ଏବଂ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଭେଡେନ ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ତାଳମେଣ୍ଡା ଗ୍ରାମର ଶ୍ରୀ ରଜନୀ ଭୋଇ ଓ ଦେବରାଜ ସେଠ କରମସାନୀ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ ।

## ବିଳମ୍ବରେ ହେଲେ ମଧ ମନ୍ତ୍ରୀମଣ୍ଡଳରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଲେ ରୋହିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଦୀର୍ଘ ଦିନର ପ୍ରତୀକ୍ଷା ପରେ ରେଢ଼ାଖୋଲ ବିଧାୟକ ରୋହିତ ପୂଜାରୀଙ୍କୁ ମିଳିଛି ମନ୍ତ୍ରୀପଦ । ଦଳ ପ୍ରତି ଆନୁଗତ୍ୟ ଯୋଗୁଁ ତାଙ୍କୁ ବିଳମ୍ବରେ ହେଲେ ମଧ ମନ୍ତ୍ରୀ ପଦ ମିଳିଛି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ଏହି ଯୁବନେତାଙ୍କୁ । ତାଙ୍କୁ

ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷା ଭଳି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଭାଗର ମନ୍ତ୍ରୀ ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ରାଜ୍ୟ ଯୁବ କଂଗ୍ରେସ ସଭାପତି ପଦରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇ ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ ବିଜେଡିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ଜିଲ୍ଲାରେ ବିଜେଡିର ବିଶେଷ କୌଣସି ସଂଗଠନ ନ ଥିଲେ ମଧ ବିଜେଡିର ଜିଲ୍ଲା ଶାଖା ସଭାପତି ରହି ଦଳର ଆଖିଦୃଶିଆ ସଂଗଠନ କରିଥିଲେ । ଏହାପରେ ସେ ୨୦୧୪ ରେ ରେଢ଼ାଖୋଲରୁ ବିଧାନସଭାକୁ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ବିଧାୟକ ରୂପେ ନିର୍ବାଚିତ ହେବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ମନ୍ତ୍ରୀମଣ୍ଡଳରେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ନିଆଯିବ ବୋଲି ଦଳୀୟ ନେତା ଓ କର୍ମୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆଶା ରହିଥିଲା । ତେବେ ତାଙ୍କୁ ମନ୍ତ୍ରୀ ମଣ୍ଡଳରେ ନିଆ ନ ଯିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ଅନ୍ୟାୟ ଓ ଅବହେଳା କରାଯାଇଛି ବୋଲି ଦଳୀୟ କର୍ମୀ ମହଲରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା । ହେଲେ ଦଳ ତାଙ୍କୁ ଉପମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ଦାୟିତ୍ୱ ଦେଇଥିଲା । ୨୦୧୯ ରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ଜିତିଲା ପରେ ସେହି ସମାନ ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇ ଆସୁଥିଲେ । ତେବେ ବିଳମ୍ବରେ ହେଲେ ମଧ ଦଳ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ନ୍ୟାୟକରି ମନ୍ତ୍ରୀ ପଦ ଦେଇଛି । ଜୁନିୟର ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ଚମ୍ପିଆନ ରୋହିତ ମେକାନିକାଲ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂରେ ସ୍ନାତକ ପଢ଼ିଛନ୍ତି । ସେ ଟିସ୍କୋରେ ଇଞ୍ଜିନିୟର ରୂପେ କାମ କରୁଥିଲେ । ସେହିକାମ ଛାଡ଼ି ସେ ରାଜନୀତିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

## ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭେଟିଲେ ଅଳକା ମହାନ୍ତି

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ବ୍ରଜରାଜନଗର ଉପନିର୍ବାଚନରେ ବିପୁଳ ଭୋଟ ବ୍ୟବଧାନରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବା ପରେ ଅଳକା ମହାନ୍ତି ନବୀନ

ନିବାସରେ ପହଞ୍ଚି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ ଲୋଡିଛନ୍ତି । ଅଳକାଙ୍କ ସହ ପୁଅ ସଂଗ୍ରାମ ମହାନ୍ତି ଓ ଝିଅ ମଧ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭେଟିଥିଲେ ।

## ରାଜ୍ୟ ସଭାକୁ ନିରଞ୍ଜନ ବିଶି ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦରେ ନିର୍ବାଚିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ନିରଞ୍ଜନ ବିଶି ରାଜ୍ୟ ସଭାକୁ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ସଂଖ୍ୟା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭାଜପା ଓ କଂଗ୍ରେସ ଉପନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ କୌଣସି

ପ୍ରାର୍ଥୀ ଦେଇ ନ ଥିବାରୁ ନିରଞ୍ଜନ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ରାଜ୍ୟ ସଭାକୁ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ସଭା ସଦସ୍ୟ ସୁବାସ ସିଂ ଇସ୍ତଫା ଦେବା ପରେ ଉପନିର୍ବାଚନ ଲାଗି ନିରଞ୍ଜନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ସଭା ରିଟର୍ନିଂ ଅଫିସର ନିରଞ୍ଜନକୁ ରାଜ୍ୟ ସଭା ପାଇଁ ପ୍ରମାଣପତ୍ର ଦେଇଛନ୍ତି । ଆସନ୍ତା ୩ ବର୍ଷ ଲାଗି ସେ ରାଜ୍ୟ ସଭାକୁ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

**ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..**

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ ଗୁଡ଼

ଭଜା ବୁଟର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

କୋକୋ ପାଉଡରର ଉପକାରୀ ଗୁଣ

ମହୁର ଚମତ୍କାରୀତା

ଭେଣ୍ଡିର ଉପକାରିତା

# ମହାନଦୀ ଅବବାହିକାରେ ବ୍ୟାରେଜ ଘୋଷଣାରେ ମାଷ୍ଟର ପ୍ଲାନ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ମହାନଦୀ ଓ ଏହାର ପ୍ରମୁଖ ଉପନଦୀ ତେଲର ସଙ୍ଗମସ୍ଥଳ ହେଲା ସୋନପୁର ଜିଲ୍ଲାର ରାମେଶ୍ୱର । ଏଠାରୁ ୩.୫ କିଲୋମିଟର ତଳ ମୁଣ୍ଡ ଖଇରମାଳରେ ଏକ ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ୪ ବର୍ଷ ତଳେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରାଥମିକ ସର୍ଭେ ହେଲା । ୫.୫ ମିଟର ଉଚ୍ଚତା ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ ହେବ ବୋଲି କୁହାଗଲା । ପ୍ରକଳ୍ପ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ବୈଷୟିକ ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟି (ଟିଏସି)ର ଅନୁମୋଦନ ପାଇଲା । କିନ୍ତୁ କ'ଣ ହେଲା କେଜାଣି ଏହି ବ୍ୟାରେଜ୍ ପ୍ରସ୍ତାବ କେବଳ ଘୋଷଣାରେ ରହିଗଲା । ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ଆର୍ଥିକ ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟିର ଅନୁମୋଦନ ଅପେକ୍ଷାରେ ରହିଛି ଏହାର ଭାଗ୍ୟ । ଏଠାରୁ ମହାନଦୀରେ ପ୍ରାୟ ୫୦ କିଲୋମିଟର ତଳମୁଣ୍ଡରେ ଅର୍ଥାତ୍ ବୌଦ୍ଧ ଜିଲ୍ଲା ଗୁରୁଜିମୁଣ୍ଡାରେ ମଧ ଏକ ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ ପ୍ରସ୍ତାବ ରହିଛି । ଏହାର ଚୂଡାନ୍ତ ପ୍ରକଳ୍ପ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ୫ ବର୍ଷ ହେଲାଣି ଏହା ସରକାରୀ ନାଲିଫିତା ତଳେ ପଡି ରହିଛି ।

ମହାନଦୀର ମୁଖ୍ୟ ଉପନଦୀ ତେଲ ନଦୀରେ କୁକେଡମାଲଠାରେ ବ୍ୟାରେଜ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଗତ ୨୦ ବର୍ଷ ହେଲା ପ୍ରସ୍ତାବ ରହିଛି । ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ତୁଷରା ପାଖରେ କୁକେଡମାଲ ବ୍ୟାରେଜ୍ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ସ୍ଥାନ ବୋଲି ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ଅନୁସନ୍ଧାନ ଡିଭିଜନ୍ ରିପୋର୍ଟ ଦେଇଛି । ଏହାର ପ୍ରକଳ୍ପ ରିପୋର୍ଟ ଏବେ ବି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରିଲା ନାହିଁ । ଏଗୁଡିକ କିଛି ଉଦାହରଣ ମାତ୍ର । ଅଣମୌସୁମୀ ସମୟ ପାଇଁ ମହାନଦୀରେ ଜଳ ସଂରକ୍ଷିତ କରି ରଖିବାକୁ ମୋଟ ୭ଟି ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ନିଷ୍ପତ୍ତି ଅନୁଯାୟୀ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଧମା ନିକଟ ଦେଓଗାଁ (ଯେଉଁଠି ସିଣ୍ଡେଲ ୧ ପ୍ରକଳ୍ପ ହେବାର ଥିଲା), ସୋନପୁର ଜିଲ୍ଲାର କପାସିରା, ଖଇରମାଳ, ବୌଦ୍ଧ ଜିଲ୍ଲାର ଗୋଧନେଶ୍ୱର, ନୟାଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ମଣିଭଦ୍ରା ଓ ସୁବଳୟା ଏବଂ କଟକ ଜିଲ୍ଲାର ମୁଣ୍ଡଳି ତଳେ ବ୍ୟାରେଜ ନିର୍ମାଣ ପ୍ରସ୍ତାବ ଥିଲା ।

୨୦୧୬ ମସିହାରେ ଓଡ଼ିଶା-ଛତିଶଗଡ଼ ମଧରେ ମହାନଦୀ ଜଳବିବାଦ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଏହାର ଦୁଇ ବର୍ଷ ପରେ ଅର୍ଥାତ ୨୦୧୮ ମସିହା ମାର୍ଚ୍ଚ ମାସରେ ଏହି ବିବାଦ ଟ୍ରିବ୍ୟୁନାଲକୁ ଗଲା । ସେତେବେଳେ ଶାସକ ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ଏହାକୁ ଏକ ପ୍ରସଙ୍ଗ କରାଯାଇ ଶୋଭାଯାତ୍ରା, ଧାରଣା ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଛତିଶଗଡ଼ର ଧକ୍କା ଖାଇବା ପରେ ଓଡ଼ିଶାରେ ପ୍ରବାହିତ ମହାନଦୀ ପାଣିକୁ ବିନିଯୋଗ କରିବାକୁ ଅଣ୍ଟା ଭିଡ଼ିଥିଲେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର । ଟ୍ରିବ୍ୟୁନାଲ ଗଠନର ଦୁଇ ମାସ ପରେ ତତ୍‌କାଳୀନ ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଜେନା ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ ଯେ ମହାନଦୀରେ ୭ଟି ବ୍ୟାରେଜ୍ ସହ ଶାଖା ଓ ଉପନଦୀରେ ୨୨ ଚେକ୍‌ଡ୍ୟାମ୍ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ସରକାର ବିଚାର କରୁଛନ୍ତି । ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ରୁର୍‌କି ଆଇଆଇଟିକୁ ମାଷ୍ଟରପ୍ଲାନ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଏ ପ୍ରକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରା ରାଜ୍ୟରେ ପାନୀୟ ଜଳ ଯୋଗାଣ, ଶିଳ୍ପସଂସ୍ଥାକୁ ପାଣି ସହ ଜଳସେଚନ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ସେତେବେଳେ ଶ୍ରୀ ଜେନା କହିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଘୋଷଣାର ୪ ବର୍ଷ ପରେ ମଧ ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣରେ ଅଗ୍ରଗତି ହୋଇନାହିଁ । ଏବେ ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ମିଳିଥିବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ମାତ୍ର ୮ଟିର ଇନଷ୍ଟ୍ରିମ୍ ଷ୍ଟୋରେଜ୍ ଷ୍ଟ୍ରକଚର୍ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ୨୨ଟିର ଟେଣ୍ଡର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚାଲିଛି । ୨୦୨୨-୨୩ରେ ଆଉ ୧୬ଟି ଏପରି ଜଳ ସଂରକ୍ଷଣ ପ୍ରକଳ୍ପକୁ ଅନୁମତି ମିଳିଛି । ୨୦୨୫ ସୁଦ୍ଧା ଏ ବାବଦରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ମୋଟ ୧୧ ହଜାର ୭୦୦ କୋଟି ବ୍ୟୟବରାଦ କରିଛନ୍ତି । ପର୍ଯ୍ୟାୟକ୍ରମେ ଏହି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ ବୋଲି ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ।

ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ଯେ ମହାନଦୀର ୮୫୧ କିଲୋମିଟର ଲମ୍ବା ପ୍ରବାହରୁ ୪୯୪ କିଲୋମିଟର ରହିଛି ଓଡ଼ିଶା ମାଟିରେ । ଉପନଦୀ ଇବ, ଅଙ୍ଗ, ତେଲ, ଜିରା, ବାଘ, ସାଇଁକି, କୁଆଁରିଆ, ହରିହରଜୋର, ସଗଡ଼ା, ରେତ୍, ହାତୀ, ଇନ୍ଦ୍ର, ସୁଲ, ଉତେଇ, ରେମାଳ, ଉଦ, ସାପୁଆ ମହାନଦୀକୁ ପାଣି ଯୋଗାଉଛି । ମହାନଦୀରୁ ବାହାରିଛି ଶାଖାନଦୀ କାଠଯୋଡ଼ି, ବିରୁପା, କୁଆଖାଇ, ଦୟା, ଭାର୍ଗବୀ, କୁଶଭଦ୍ରା, ବିଲୁଆଖାଇ, ଦେବୀ, କଦଳା, ଚିତ୍ରୋତ୍ପଳା, ଲୁଣା, କରଣ୍ଡିଆ, ପାଇକା ଓ ବଡ଼ଗେଙ୍ଗୁଟି ଓ ମହାନଦୀ ଅବବାହିକାରେ ମୋଟ ୨୭ଟି ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ହେଲା ପ୍ରସ୍ତାବ ରହିଛି । ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ଅନୁସନ୍ଧାନ ଡିଭିଜନ୍ ଏ ଦିଗରେ ସର୍ଭେ କରିଛି । କେଉଁଠି ପ୍ରକଳ୍ପ ରିପୋର୍ଟ ତିଆରି ଚାଲିଛି ତ ଆଉ କେଉଁଠି ଅନୁମୋଦନ ଅପେକ୍ଷାରେ ରହିଛି । ଗୋଟିଏ ବ୍ୟାରେଜ୍ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇପାରିଲା ନାହିଁ । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଦେଇଥିବା ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ, ମହାନଦୀର ୪୮% ପାଣି ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିଲା ବେଳେ ୫୨% ସମୁଦ୍ରରେ ମିଶୁଛି । ଛତିଶଗଡ଼ ସରକାର ଏକତରଫା ଭାବେ ମହାନଦୀର ଉପରମୁଣ୍ଡ ଏବଂ ଏହାର ଉପନଦୀଗୁଡ଼ିକରେ ୮ଟି ବୃହତ୍ ଓ ୨୯ଟି ମଧମ ନଦୀବନ୍ଧ ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ମାଣ କରିଛନ୍ତି । ଆହୁରି ୪ଟି ବୃହତ୍ ଓ ୩ଟି ମଧମ ନଦୀବନ୍ଧ ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ମାଣଧୀନ ରହିଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଉପରମୁଣ୍ଡରେ ୫୧୬ଟି ଚେକଡ୍ୟାମ୍ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବାରୁ ଓଡ଼ିଶାକୁ ଜଳପ୍ରବାହ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ମହାନଦୀ ଓଡ଼ିଶାକୁ ପ୍ରବେଶ ପଥ ସୁଖାସୋଡାରେ ଶୁଖିଲା ପଡିଛି । ବର୍ଷକୁ ୮ ମାସ ମହାନଦୀରେ ପାଣି ରହୁନଥିବାରୁ ଚାଷୀ, ମତ୍ସ୍ୟଜୀବୀ ମୁଣ୍ଡରେ ହାତ ଦେଲେଣି । ଏହି ଧାରା ଜାରି । ରହିଲେ ଆଗାମୀ କିଛି ବର୍ଷରେ ପିଇବା ପାଣି ମଧ ମିଳିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡିବ । ହୀରାକୁଦ ଜଳଭଣ୍ଡାରରେ ନିଅଣ୍ଟିଆ ପରିସ୍ଥିତି ଯୋଗୁଁ ଆଜିର ଦିନରେ ବୁର୍ଲା ଓ ଚିପିଲିମାରେ ୬୩% କମ୍ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇପାରୁଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଓ ସୋନପୁର ଜିଲ୍ଲାର କେନାଲ ତଳମୁଣ୍ଡରେ ପାଣି ପହଞ୍ଚି ପାରୁ ନ ଥିବାରୁ ରବି ଚାଷ ବନ୍ଦ ହେବାକୁ ଲାଗିଛି ।

ମହାନଦୀକୁ ନେଇ ଓଡ଼ିଶା-ଛତିଶଗଡ଼ ମଧରେ ବିବାଦର ସମାଧାନ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ଟ୍ରିବ୍ୟୁନାଲ ଗଠନ କରିଥିଲେ ମଧ ଏଯାଏ ଓଡ଼ିଶା ଏଥିରୁ କିଛି ଲାଭ ପାଇନି । କେବଳ ଶୁଣାଣି ପରେ ଶୁଣାଣି ଚାଲିଛି । ଅଣମୌସୁମୀ ସମୟରେ ଓଡ଼ିଶାକୁ ପାଣି ଛାଡ଼ିବା ପାଇଁ ଛତିଶଗଡ଼କୁ ଟ୍ରିବ୍ୟୁନାଲ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଉନାହିଁ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଆମ ପାଖରେ ଗୋଟିଏ ବିକଳ୍ପ । ବର୍ଷାଦିନେ ମହାନଦୀ ଜଳକୁ ସଂରକ୍ଷଣ କରି ରଖିବା ଏକମାତ୍ର ବାଟ । ବିଳମ୍ବରେ ହେଲେ ମଧ ମହାନଦୀ ଓ ଏହାର ଅବବାହିକାରେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ବ୍ୟାରେଜ ଗୁଡିକୁ ତୁରନ୍ତ ନିର୍ମାଣ କରିବା ଜରୁରି ହୋଇପଡିଛି । ନେଡ଼ିଗୁଡ଼ କହୁଣୀକୁ ବୋହିଗଲା ପରେ ଯଦି ଆମେ ବୁଦ୍ଧି ନ ଶିଖିବା ତେବେ ରାଜ୍ୟର ଜୀବନରେଖା ମହାନଦୀ ଆଉ କିଛି ବର୍ଷ ପରେ ମରିଯିବ ବୋଲି ଆଶଙ୍କା ପ୍ରକାଶ ପାଇଲାଣି ।

# ଅନାହାରରେ ରହିବେ ୧୬୦ କୋଟି

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ରୁଷ-ୟୁକ୍ରେନ ଯୁଦ୍ଧ ଇତିମଧରେ ତିନି ମାସ ଟପିଗଲାଣି । ଏହି ଯୁଦ୍ଧକୁ ନେଇ ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଶ୍ୱରେ ନୂଆ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିଛି । ଏବେ ବିଶ୍ୱକୁ ମାନ୍ଦାବସ୍ଥାର ଭୟ ଘାରିବାରେ ଲାଗିଥିବା ନେଇ ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟାଙ୍କ ଚେତାବନୀ ଦେବାର ଦିନକ ପରେ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଘୋର ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟ ଦେଖାଦେବା ନେଇ ମିଳିତ ଜାତିସଂଘ (ୟୁଏନ୍) ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟ ଯୋଗୁଁ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ୧୬୦ କୋଟି ଲୋକ ଅନାହାର ମଧକୁ ଠେଲି ହୋଇଯିବେ । ତେବେ ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଉଛି ଯେ ଏବେ ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ପରିଚାଳନା କରିବା ଲାଗି ୨୦୨୩ରେ ହାତରେ ସମୟ ବହୁତ କମ୍ ରହିଥିବା ଜାତିସଂଘ ଚେତାଇ ଦେଇଛି । ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିବା ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟାଙ୍କ ରିପୋର୍ଟରେ ଚଳିତଥର ମାନ୍ଦାବସ୍ଥା ୧୯୭୬-୧୯୭୯ର ସ୍ଥିତି ତୁଳନାରେ ଦୁଇଗୁଣ ଅଧିକ ସାଂଘାତିକ ହେବ ବୋଲି କୁହାଯାଇଥିଲା ।

ଆଗକୁ ବିଶ୍ୱରେ ଘୋର ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟ ଦେଖାଦେବ । ରୁଷ-ୟୁକ୍ରେନ ଯୁଦ୍ଧ ଯୋଗୁଁ ସାରା ଦୁନିଆରେ ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତି ଦେଖାଦେବାକୁ ଯାଉଛି । ପରିସ୍ଥିତି ଏମିତି ହେବ ଯେ, ଏହିପରି ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡିକ ନିକଟରେ ଖୁବ୍ କମ୍ ସମୟ ରହିଛି । ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ସାରା ବିଶ୍ୱର ୯୪ଟି ଦେଶର ୧୬ ବିଲିୟନ ବା ୧୬୦ କୋଟି ଲୋକ ଅନାହାର ଭଳି ସଙ୍କଟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବେ ବୋଲି ମିଳିତ ଜାତିସଂଘ ତା'ର ରିପୋର୍ଟରେ ଦର୍ଶାଇଛି । ବିଶ୍ୱ ସଙ୍କଟ ପରିଚାଳନା ଗୋଷ୍ଠୀ (ଜିସିଆରଜି) ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ୟୁକ୍ରେନ୍ ଯୁଦ୍ଧ ଯୋଗୁଁ ଏହି ୧୬୦ କୋଟି ଲୋକ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆର୍ଥିକ, ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ଶକ୍ତି ସଙ୍କଟ ଦେଇ ଗତି କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିମଧରୁ ପ୍ରାୟ ୧୨୦ କୋଟି ଲୋକ ସର୍ବାଧିକ ପ୍ରଭାବିତ ଦେଶରେ ବାସ କରୁଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଏହି ତିନୋଟି ସଙ୍କଟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ଜୁନ୍ ୮ ରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏହି ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ଇନ୍ଧନ ମୂଲ୍ୟ ସ୍ଥିର କରିବା, ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଏବଂ ବିକାଶଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ରିପୋର୍ଟରେ ଆହୁରିମଧ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଯଦି ଯୁଦ୍ଧ ଜାରି ରହେ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଫସଲ ଋତୁରେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଏବଂ ସାରର ବଜାର ଦର ଅତ୍ୟଧିକ ରୁହେ, ତେବେ ଏଭଳି ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟର ଉପଲବ୍ଧତା ହ୍ରାସ ପାଇବ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ମକା, ଗହମ, ପନିପରିବା ଏବଂ ତେଲ ଭଳି ସାଂପ୍ରତିକ ସଙ୍କଟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ, ଯାହା କୋଟି କୋଟି ଲୋକଙ୍କୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ କରିବ । ଏଥିଯୋଗୁଁ ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ମଧରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟାରେ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି । ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବିଷୟ ହେଉଛି, କରୋନା ସଙ୍କଟ ପରେ ବିଶ୍ୱରେ ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ଜନିତ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ଲୋକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ୨୭ କୋଟିରୁ ଅଧିକକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି, ଯାହା ପୂର୍ବରୁ ସାଢ଼େ ୧୩ କୋଟି ରହିଥିଲା । ରିପୋର୍ଟ ଉପରେ ଜାତିସଂଘର ମହାସଚିବ ଆଣ୍ଟୋନିଓ ଗୁଟେରସ୍ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ୟୁକ୍ରେନ ଯୁଦ୍ଧର ପ୍ରଭାବ ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି । ଏଥିରୁ କୌଣସି ଦେଶ କିମ୍ବା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବେ ନାହିଁ । ଜୀବନ ଏବଂ ଜୀବିକା ରକ୍ଷା ପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଶ୍ୱର ଦେଶମାନଙ୍କୁ ମିଳିତ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡିବ । ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ବର୍ତ୍ତମାନ କ୍ଷୁଧା ସଙ୍କଟ ବଢୁଛି । ଯଦି ଏ ଦିଗରେ କୌଣସି ପଦକ୍ଷେପ ନିଆ ନ ଯାଏ, ତେବେ ଏହା ଆହୁରି ଜଟିଳ ହୋଇପାରେ ।

## ଆଇନଜୀବୀ ଦୁଷ୍ମନ୍ତ ନାଏକଙ୍କ ପରଲୋକ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ବରିଷ୍ଠ ଆଇନଜୀବୀ ତଥା ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସ ସଭାପତି ଦୁଷ୍ମନ୍ତ କୁମାର ନାଏକଙ୍କ ପରଲୋକ ହୋଇଯାଇଛି । ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱର୍ଗତ ହେମାନନ୍ଦ ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କ ଜଣେ ଘନିଷ୍ଠ ସହଯୋଗୀ ଥିବା ସ୍ୱର୍ଗତ ନାୟକ ଜଣେ ଦକ୍ଷ କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଗଠକ ମଧ ଥିଲେ । ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଗଭୀର ଶୋକ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇଛି । ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ପ୍ରଭାବ କୁମାର ଭୋଳଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଶୋକ ସଭାରେ ୨ ମିନିଟର ନୀରବ ପ୍ରାର୍ଥନା କରାଯାଇ ତାଙ୍କ ସ୍ମୃତିଚାରଣ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସେହିପରି ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ତରଫରୁ ଏକ ଶୋକସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଓକିଲ ସଂଘ ସଭାଗୃହ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଶୋକ ସଭାରେ ତାଙ୍କର ଅମର ଆତ୍ମାର ସଦଗତି କାମନା କରି ୨ ମିନିଟ୍ ନିରବ ପ୍ରାର୍ଥନା କରାଯାଇ ତାଙ୍କ ଫଟୋଚିତ୍ରରେ ପୁଷ୍ପମାଲ୍ୟ ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଥିଲା । ତାଙ୍କର ବିୟୋଗରେ ସମ୍ମାନ ଜଣାଇ କୋର୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ବନ୍ଦ ରଖାଯାଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘର ସଭାପତି କମଳ ଲୋଚନ ସେନଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଶୋକସଭା ହୋଇଥିଲା ।

ଏହାଛଡ଼ା ରାଜଗାଙ୍ଗପୁର ଓକିଲ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ମଧ ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଏକ ଶୋକସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଶୋକସଭାରେ ସଭାପତି ପ୍ରଳୟ ହାଜରା, ଉପସଭାପତି ଅଶୋକ ପାଣି, ସମ୍ପାଦକ ରବିନ୍ଦ୍ର ଦାଶ, ମହମ୍ମଦ ମହସିନ, ପ୍ରଦୀପ ପଟ୍ଟନାୟକ, ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ସମେତ ସଂଘର ଅନ୍ୟ ଆଇନଜୀବୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

# ଭାଗବତ

## ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ

ମହାରାଜ । କଥା କହୁଛି ଶୁଣନ୍ତୁ । ବାଣ ତିଆରି କରୁଥିବା କମାରକୁ ବି ମୁଁ ଗୁରୁ କରିଛି । ସେ ଜଣେ କମାର ବାଣ ତିଆରି କରୁଥିଲା । ତା ଦୋକାନ ରାଜରାସ୍ତା ଦାଣ୍ଡରେ ଥିଲା । ସେ ଏତେ ତଲ୍ଲୀନ ହୋଇ ବାଣ ତିଆରି କରିବାରେ ଲାଗିଥିଲା ଯେ ତା ଚାରିପାଖରେ କ'ଣ ସବୁ ଘଟୁଛି ସେ ଜାଣିପାରୁ ନଥିଲା । ରାଜ ରାସ୍ତାରେ ରାଜା ଓ ତାଙ୍କର ପଟୁଆର ବାଜାବଜାଇ ଚାଲିଗଲେ, ତାହା ମଧ ସେ ଜାଣିପାରି ନଥିଲା ।

ଏଥିରୁ ଜାଣିଲି ଲୌକିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ତନ୍ମୟତା ବିନା ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେପରି ସ୍ଥଳରେ ପାରଲୌକିକ କାର୍ଯ୍ୟ ନିମନ୍ତେ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଆରାଧନା ନିମନ୍ତେ ତନ୍ମୟତା ବିନା ସିଦ୍ଧି ମିଳିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରନ୍ତା କି ? ଧାତା, ଧାନ ଓ ଧେୟ ଯେତେବେଳେ ଏକରୂପ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଜୀବ କୃତାର୍ଥ ହୋଇଯାଏ ।

ବିଷୟରୁ ମନ ହଟିଗଲେ ବୈରାଗ୍ୟ ଜାତ ହୁଏ । ବୈରାଗ୍ୟ ଆସିଲେ ତାକୁ ବଳବତ୍ତର କରି ରଖିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଅଭ୍ୟାସ ନିୟମିତ ବଢ଼ାଇଥିଲେ କ୍ରମଶଃ ଚିତ୍ତର ନିରୋଧ ହୁଏ । ଏହି ସମୟରେ ନା ବାହାରର କିଛି ନା ଭିତରର, ମଣିଷକୁ ଦେଖାଯାଏ । ରାଜନ୍ ! ସର୍ପ ବି ମୋର ଏକ ଗୁରୁ । ସର୍ପ ସର୍ବଦା ଏକାକୀ ରୁହେ । ଯତି, ମୁନି, ସାଧୁ ସେହିଭଳି ସବୁବେଳେ ଏକାକୀ ରହୁଥିବା ଉଚିତ । ମୁଁ ସର୍ପଠାରୁ ଏହି ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରି ସର୍ବଦା ଏକାନ୍ତରେ ନିଃସଙ୍ଗ ଭାବରେ ଆତ୍ମ-ଚିନ୍ତନ କରୁଥାଏ ।

ସର୍ପ କୌଣସି ଏକ ସ୍ଥାନରେ ବହୁ ଦିନ ରହେ ନାହିଁ । ସେ ସବୁବେଳେ ଭ୍ରମଣ କରୁଥାଏ । ଯତି ସେହିଭଳି ସବୁ ସମୟରେ ଭ୍ରମଣ କରୁଥିବା ଉଚିତ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଲେ ସ୍ଥାନପ୍ରତି ଆସକ୍ତ ଓ ମୋହ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ମୁଁ ସର୍ପଠାରୁ ଏହି ଶିକ୍ଷା ଆହରଣ କରି ସର୍ବଦା ଭ୍ରମଣ କରୁଥାଏ । ମୋହ ହିଁ ଆମର ପରମ ଅହିତ କରିଥାଏ । ସର୍ପକୁ ଚକ୍ଷୁଶ୍ରବା କୁହାଯାଏ । କାରଣ ସେ ଆଖିରେ ଦେଖେ ଓ ଶୁଣେ ଓ ସେଥିପାଇଁ ସର୍ବଦା ସଚେତ ଥାଏ । ପରମାର୍ଥ ବିଷୟରେ ଯତି ସେହିଭଳି ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷଣ ସଚେଷ୍ଟ ରହିବା ଉଚିତ । କଦାପି ତମୋଗୁଣର ଆଶ୍ରୟଭୂତ ଆଳସ୍ୟ, ନିଦ୍ରା ପ୍ରମାଦକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ତମଃ ଆମକୁ ଅନ୍ଧକାର ଗର୍ଭକୁ ନେଇଯାଏ ।

ସର୍ପ ଏକାନ୍ତରେ କେବଳ ରହେ ନାହିଁ, ସେ କେତେ ଖାଏ, କେତେ ଶୁଏ, ଏହା କେହି ବି ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏ ସମସ୍ତକୁ ସେ ଗୋପନ ରଖେ । ଯତି ସେହିଭଳି ତାର ସାଧନାକୁ ଗୋପନ ରଖିବା ଉଚିତ । ଆଜିକାଲି ତ ସାମାନ୍ୟ ମାତ୍ର ସତ୍‌କର୍ମ କରୁଥିବା ଲୋକ କରତାଳି, ଫୁଲମାଳ ଓ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପଛରେ ପାଗଳ ଭଳି ଲାଗିଯାଏ । ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ମୋହ ସାଧନାରତ ଯତିକୁ ଦାୟିକ ଓ ପତନମୁଖୀ କରିଦିଏ । ପ୍ରକୃତ ସାଧୁ ପୂଜା, ସ୍ୱାଗତ ଯେଉଁଭଳି ଲୋକମାନେ

କରନ୍ତି ସେଥିରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ରାଜନ୍ ! ସର୍ପ ସ୍ୱଳ୍ପଭାଷୀ । ସେ ବିଲ୍‌କୁଲ ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ କରେ ନାହିଁ କହିଲେ ଚଳେ । ମାତ୍ର ତାର ଦର୍ଶନ ମାତ୍ରେ ମଣିଷ ଦେହରେ ଆତଙ୍କ ଖେଳିଯାଏ । ଯତି ସେହିଭଳି ସ୍ୱଳ୍ପଭାଷୀ ବା ମୌନୀ ହୋଇଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯତିର ଆଚରଣ, ବ୍ୟବହାର ଦେଖି ଜନ ସମୁଦାୟ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସ୍ୱଳ୍ପଭାଷୀର ଉଚ୍ଚାରିତ ଶବ୍ଦ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇଥାଏ ।

ଆଜିକାଲି ଅନେକ ମଠ ମନ୍ଦିର ଆମେ ଦେଖୁ । ଯାହା ନିଜକୁ ଧରି ପକାଏ ତଥା ବାନ୍ଧିଦିଏ, ଗ୍ରହଣ କରିପକାଏ ତା'ର ନାମ ଘର । ଗୃହସ୍ଥ ଘର ତିଆରି କରେ । ମାତ୍ର ସେ ସୁଖରେ ଥାଏ କି ? ଗୃହସ୍ଥ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଚିନ୍ତା କରେ, ଗୃହସ୍ଥ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ ସମୟରେ ଅତ୍ୟଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରେ ଏବଂ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ ପରେ ଏହାର ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣରେ ଚିନ୍ତାକୁଳ ଅବସ୍ଥାରେ କାଳଯାପନ କରେ । ମଠର ମହନ୍ତ, ସାଧୁର ମନ୍ଦିର ସାଧୁକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦେଇପାରେ । ମାତ୍ର ତା ସାଧନାରୁ ତାକୁ ପତନ କରାଇଦିଏ । ବଡ଼ ବଡ଼ ସାଧୁମାନେ ମଠ ପଛରେ ପଡ଼ି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଥିବାର ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଅନେକ । ବୁଢ଼ିଆଣୀ ତା ମୁଖରୁ ଲାଳ ବାହାର ଖେଳେ ଏବଂ ତା ମନ ସନ୍ତୋଷ ପରମାତ୍ମା ଏହି ସଂସାର ସୃଷ୍ଟି କରି ନିଜର ସତ୍ତାଶକ୍ତି ସମସ୍ତରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇ ଲୀଳା କରନ୍ତି । ତାଙ୍କର ମନ ସନ୍ତୋଷ ହୋଇଗଲେ ସେ ଲୀଳା ସମ୍ବରଣ କରିନିଅନ୍ତି । ଏ ଦୁନିଆ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଲୀଳା ଭୂମି ଜାଣି ଆମେ ଅତି ଉଦାର ରହିଥିବା ଉଚିତ ।

ରାଜନ୍ ! ବୁଢ଼ିଆଣୀ ବି ମୋର ଗୁରୁକରି ଜାଲ ତିଆରି କରେ । ସେହି ଜାଲରେ ସେ ହୋଇଗଲେ ସେ ଜାଲକୁ ପୁଣି ନିଜେ ଗିଳି ପକାଏ । ରାଜନ୍ ! କୀଟଠାରୁ ବି ମୁଁ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରିଛି । ଭ୍ରମର କୀଟକୁ ଧରି ତାର କ୍ଷୁଦ୍ର ବିଳ ମଧରେ ରଖେ । ବିଳ ମଧରେ ବନ୍ଦୀ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବା କୀଟ ଦିନରାତି ଭୟଭୀତ ଅବସ୍ଥାରେ ଭ୍ରମରକୁ ଦେଖୁଥାଏ, ଚିନ୍ତା କରୁଥାଏ ଓ ପରିଶେଷରେ ସେ ଭ୍ରମର ଭଳି ହୋଇ ବାହାରକୁ ଉଡ଼ିଆସେ ।

ରାଜନ୍ ! ଜୀବ ଯାହାକୁ ବା ଯାହାକଥା ସବୁବେଳେ ଚିନ୍ତାକରେ ସେ ତାହାଭଳି ହୋଇଯାଏ । ଯିଏ ବିଷୟବସ୍ତୁ ଧାନ କରିବ ସେ ବିଷୟ ଯୁକ୍ତ ହୋଇଯିବ । ଆଉ ଯିଏ ବ୍ରହ୍ମକୁ ଧାନ କରିବ ସେ ବ୍ରହ୍ମମୟ ହୋଇଯିବ । ଯତି ସବୁବେଳେ ଏକନିଷ୍ଠ ଭାବରେ ବ୍ରହ୍ମ ଚିନ୍ତନ କରୁଥିବା ଉଚିତ । ଈଶ୍ୱର ଚିନ୍ତନ କରି କରି ଜୀବ ଈଶ୍ୱର ହୋଇଯାଏ । ଏଇ ମଣିଷ ବି ମର୍ତ୍ତ୍ୟରେ ଭଗବାନ ହୋଇଥିବା ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଆଜିକାଲି ବି ଦେଖାଯାଏ ।

ରାଜନ୍ ! ଦେହଠାରୁ ବି ମୁଁ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରିଛି । ମାନବ ଶରୀରର ଅନିତ୍ୟତା, ଅସାରତା, ଜର୍ଜରତା ଦେଖି ମୁଁ ଜାଣିଲି ଯେ ଏହି ଦେହର ସ୍ଥାୟିତ୍ୱ ନାହିଁ । ବୃଥାରେ ଶରୀରର ଯତ୍ନ ନେଇ କିଛି ଲାଭ ନାହିଁ । ଯତ୍ନନେଲେ ବି ଶରୀରର ନାଶ ହେବ, ଯତ୍ନ ନ ନେଲେ ବି ଏହାର ନାଶ ହେବ । କେବଳ ପରମାତ୍ମା ହିଁ ନିତ୍ୟ, ସତ୍ୟ, ଶାଶ୍ୱତ । ଦେହର ଯତ୍ନରେ ଅଧିକ ସମୟ ବ୍ୟତୀତ ନ କରି ସେହି ସମୟରେ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଚିନ୍ତନ କଲେ ଅଧିକ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଯତି ନିଜ ଦେହ ପ୍ରତି ଯତ୍ନଶୀଳ ନ ହୋଇ ପରମାର୍ଥ ଚିନ୍ତନରେ ସବୁ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରୁଥିବା ଉଚିତ । ଯଦୁରାଜା ଅବଧୂତ ଦତ୍ତାତ୍ରେୟଙ୍କଠାରୁ ଏପରି ସମସ୍ତ ସାରାତିସାର ଉପଦେଶ ଗ୍ରହଣ କରି ତାଙ୍କୁ ପୂଜା କଲେ । ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ଏହାପରେ ପୁଣି ପୃଥିବୀ ଭ୍ରମଣରେ ଚାଲିଗଲେ । ଏହିକଥା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ କହିଲେ ।

# ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ କର୍ମଯୋଗ

ଏ ସଂସାର ଅନେକ ବିଷମତା, ଅନେକ ବିଡ଼ମ୍ବନାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏ ସଂସାର କେଜାଣି କେତେ ବିବିଧତା ଓ ଘଟଣାରେ ଭରି ରହିଛି । ଏ ସଂସାରରେ ସୁଖୀ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ଓ ଦୁଃଖୀ ଲୋକ ବି ଅଛନ୍ତି । କିଏ କମ୍ ଦୁଃଖୀ ତ କିଏ ଅଧିକ ଦୁଃଖୀ । କିଏ କମ୍ ସୁଖୀ ତ କିଏ ଅଧିକ ସୁଖୀ । କାହାର ଜୀବନରେ ସୁଖ ହିଁ ସୁଖ ଅଛି ତ କାହାର ଜୀବନରେ ଦୁଃଖ ହିଁ ଦୁଃଖ ଅଛି । କାହାର ଜୀବନ ଉତ୍ସବ ଭଳି, ତ କାହାର ଜୀବନ ଶୋକ ଭଳି । ଉତ୍ତମ କର୍ମ କରି ମଧ କିଛି ଲୋକ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଥାନ୍ତି ତ ମନ୍ଦ କର୍ମ କରି ମଧ କିଛି ଲୋକ ସୁଖୀ, ହର୍ଷିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । କିଛି ଲୋକ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ଦେଇ, କନ୍ଦାଇ ସୁଖୀ ହୋଇଥାନ୍ତି, ବିନା ପରିଶ୍ରମରେ ମାଲାମାଲ ହୋଇଥାନ୍ତି, ତ କିଛି ଲୋକ ପରିଶ୍ରମ ଓ ସଚ୍ଚୋଟତା ପୂର୍ବକ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ମଧ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

କିଛି ଲୋକ ସୁଖ ଓ ଦୁଃଖ, ହର୍ଷ ଓ ବିଷାଦର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ପରମ ଆନନ୍ଦ ଅବସ୍ଥାରେ ଅଛନ୍ତି । ସଂସାରରେ ଭଲା ଏଭଳି ବିଷମତା କାହିଁକି ? ଏସବୁ କ'ଣ ଅକାରଣ ଅଥବା ଏହା ପଛରେ କୌଣସି ବଳିଷ୍ଠ କାରଣ ଅଛି ? ମନ୍ଦ କର୍ମ କରିବା ଲୋକେ ଦୁଃଖୀ ହୁଅନ୍ତି, ଏକଥା ତ ବୁଝିହୁଏ, କିନ୍ତୁ ଉତ୍ତମ କର୍ମ କରୁଥିବା ଲୋକେ ମଧ ଦୁଃଖୀ ହେଉଛନ୍ତି, ଭଲା ଏମିତି କିପରି ହୋଇ ପାରୁଛି ? କ'ଣ ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ, ଶୁଭ କର୍ମ, ଉତ୍ତମ କର୍ମ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ଉତ୍ତମ କର୍ମର ସୁଫଳ କେବେ ମିଳିବ ନାହିଁ ? କ'ଣ ଅନୀତି, ବେଇମାନିର ରାସ୍ତାରେ ଚାଲୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ମନ୍ଦ କର୍ମର ଦଣ୍ଡ ମିଳି ପାରିବ ? ଏଭଳି ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଆମ ମନ ଭିତରେ ପ୍ରାୟ ଉଠିଥାଏ ।

କିଛି ପିଲା ସୁନାର ଝୁଲଣାରେ ପଡ଼ି ହର୍ଷଧ୍ୱନି କରୁଥାନ୍ତି ତ କିଛି ପିଲା ଜନ୍ମରୁ ହିଁ ଦୁଃଖୀ, ଅପଙ୍ଗ ଓ ରୋଗୀ ହୋଇ କାନ୍ଦୁଥାନ୍ତି । ଭଲା ଏପରି ବିଷମତା ରହିଛି କାହିଁକି ? ଏଭଳି ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଆମ ସମକ୍ଷରେ ଉଠିଥାଏ । ଏସବୁ ବିଷମତା ପଛରେ, ବିବିଧ ଘଟଣା ଓ ପରିଣାମ ଗୁଡ଼ିକ ପଛରେ କିଛିନା କିଛି କାରଣ ତ ଅବଶ୍ୟ ରହିଛି; ଯେହେତୁ ଏ ସଂସାରରେ କୌଣସି ଘଟଣା କେବଳ ସଂଯୋଗ ହୋଇ ନଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରିୟା, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘଟଣା, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିଣାମ ପଛରେ କୌଣସି ନା କୌଣସି ବଳିଷ୍ଠ କାରଣ ତ ଅବଶ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଉପର ସ୍ତରରେ ଏହି ବିଷମତା, ଘଟଣା ଓ ପରିଣାମ ଗୁଡ଼ିକ ପଛରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ କୌଣସି ତର୍କ, କୌଣସି ଔଚିତ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସତକଥା ହେଲା ଯେ ସେହି ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକ ପଛରେ ଅବଶ୍ୟ କୌଣସି ବଳିଷ୍ଠ କାରଣ ରହିଛି, ଯାହାକୁ ସୂକ୍ଷ୍ମଦୃଷ୍ଟିରେ ହିଁ ବୁଝିହୁଏ ଓ ଦେଖିହୁଏ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମଦୃଷ୍ଟି, ଦାର୍ଶନିକ ଦୃଷ୍ଟି, ଆଧାତ୍ମିକ ଦୃଷ୍ଟି ଓ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଦେଖିଲେ କୌଣସି ପ୍ରାଣୀ କେବଳ ବର୍ଷ ମାନରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ସ୍ଥୁଳଶରୀର ନୁହେଁ, ବରଂ ବାସ୍ତବିକ ପ୍ରାଣୀ ତ ଜୀବାତ୍ମା ଅଟେ, ଯିଏ ବିଭିନ୍ନ ଜନ୍ମରେ ବିଭିନ୍ନ ଶରୀର ପରିତ୍ୟାଗ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଶରୀର ଧାରଣ କରିଆସିଛି, କିନ୍ତୁ ଜୀବାତ୍ମାକୁ ନିଜର ବର୍ତ୍ତମାନ ଜୀବନରେ ନିଜର ପୂର୍ବଜନ୍ମରେ କରାଯାଇଥିବା ଶୁଭ-ଅଶୁଭ କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ସ୍ମରଣ ହେଉ ନଥିବା ଯୋଗୁଁ ସେ ନିଜର ସୁଖ ଓ ଦୁଃଖର ତାତ୍କାଳିକ କାରଣଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ ।

ଏହି ସତ୍ୟକୁ ଯୋଗେଶ୍ୱର ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଗୀତା (୪/ ୫) ରେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ପ୍ରକଟ କରି କହିଛନ୍ତି- "ହେ ପରନ୍ତପ ଅର୍ଜୁନ ! ମୋର ଓ ତୋର ବହୁତ ଜନ୍ମ ହୋଇସାରିଛି । ସେହି ସବୁ ଜନ୍ମକୁ ତୁ ଜାଣିନାହୁଁ, କିନ୍ତୁ ମୁଁ ଜାଣିଛି ।"

ପ୍ରକୃତରେ ଶରୀର ତ୍ୟାଗ କରିବା ପରେ ବି ସେହି ଶରୀରରେ ରହି କରାଯାଇଥିବା କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ସଂସ୍କାରକୁ ଜୀବାତ୍ମା ବିଭିନ୍ନ ଜନ୍ମରେ ବୋହି ଚାଲିଥାଏ ଏବଂ ତାହାର ଭଲ-ମନ୍ଦ ପରିଣାମ ଗୁଡ଼ିକୁ ଭୋଗିଥାଏ ।

କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ସଂସ୍କାର ବିଭିନ୍ନ ଜନ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବାତ୍ମାର ପିଛା କରିଥାଏ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଜନ୍ମରେ ନିଜର ଭଲ-ମନ୍ଦ ପରିଣାମଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରକଟ କରିଥାଏ । ଏକଥା ସତ ଯେ ଭଲ କର୍ମର ପରିଣାମ ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ କର୍ମର ପରିଣାମ ମନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏ ଜନ୍ମରେ ଆମେ ଯାହା ବି ଭଲ ବା ମନ୍ଦ କର୍ମ କରୁଛେ ସେଗୁଡ଼ିକର ଫଳ ଆମକୁ ଏଇ ଜନ୍ମରେ ଯେ ମିଳିବ, ଏହା ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ । ସେହି ଫଳ ଆମକୁ ଏ ଜନ୍ମରେ ମିଳିପାରେ ଓ ଆଗାମୀ ଜନ୍ମରେ ବି ମିଳିପାରେ ।

ଏହି ଆଧାରରେ କେହି ଜନ୍ମ ନେବା ମାତ୍ରେ ସୁଖଦ, ଅନୁକୂଳ ପରିସ୍ଥିତି ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । ଅନୀତିର ମାର୍ଗରେ ଚାଲି ମଧ ସୁଖୀ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଲୋକେ ବସ୍ତୁତଃ ନିଜର ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ ମନ୍ଦ କର୍ମଗୁଡ଼ିକ କାରଣରୁ ସୁଖୀ ନୁହନ୍ତି, ବରଂ ପୂର୍ବଜନ୍ମରେ କରାଯାଇଥିବା ଉତ୍ତମ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ହିଁ ସୁଖୀ ଅଟନ୍ତି । ହଁ ! ସେମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେଉଁ ମନ୍ଦ କର୍ମ କରୁଛନ୍ତି, ସେହି କର୍ମଗୁଡ଼ିକ ବି ସଞ୍ଚିତ ହେଉଛି; ଯାହା ପ୍ରାରବ୍ଧ ହୋଇ ଭବିଷ୍ୟତରେ ବା ଆଗାମୀ ଜନ୍ମରେ ଦୁଃଖଦ ପରିଣାମ ରୂପେ ପ୍ରକଟ ହେବ । ଏଥିରେ ସଂଶୟ ବା ସନ୍ଦେହର କୌଣସି ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ ।

ଏଣୁ ଆମ ସକାଶେ ଆଦର୍ଶ ଓ ଅନୁକରଣୀୟ ହେଉଛି ଆମେ ଯେକୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ସଚ୍ଚୋଟତା ଓ ସତ୍ୟର ମାର୍ଗରେ ଚାଲୁଥିବା; କାରଣ ସତ୍ୟ ହଇରାଣ ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ପରାସ୍ତ କଦାପି ନୁହେଁ । ଆମର ଉତ୍ତମ କର୍ମ ଦିନେ ନା ଦିନେ ଆମକୁ ଉତ୍ତମ ପରିଣାମ ଅବଶ୍ୟ ଦେବ । ଆମେ ମନ୍ଦ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକରୁ ଦୂରେଇ ରହି ସର୍ବଦା ଉତ୍ତମ କର୍ମ, ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ ହିଁ କରିବା, କିନ୍ତୁ ଏକଥା ବୁଝିନେବା ସେତିକି ଆବଶ୍ୟକ ଯେ ବାଜ ବୁଣିବା ମାତ୍ରେ ରାତାରାତି ବୃକ୍ଷରେ ପରିଣତ ହୋଇଯିବ ନାହିଁ ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠା)

# 'ବିବିସି'ର ଡ଼ିଜିଟାଲ-ଫାଷ୍ଟ ନୀତି

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

'କୋଭିଡ଼-୧୯' ମହାମାରୀ-ପର ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶ 'ନ୍ୟୂ-ନରମାଲ'ରେ ଗଣମାଧ୍ୟମର ଡ଼ିଜିଟାଲ ରୂପାନ୍ତର ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ ବିଚାର କରାଯାଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୨୨ ମେ' ମାସ ଶେଷ ସପ୍ତାହରେ ବ୍ରିଟିଶ ବ୍ରଡ଼କାଷ୍ଟିଂ କରପୋରେସନ 'ବିବିସି'ର ଡ଼ିଜିଟାଲ-ଫାଷ୍ଟ ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ଘୋଷଣା ଏକ ଉଲ୍ଲେଖ ଯୋଗ୍ୟ ଘଟଣା । ପାରମ୍ପରିକ ଆଙ୍ଗିକରେ ଗଣମାଧମ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ଘରୋଇ ଉଦ୍ୟୋଗ କିମ୍ବା ସରକାରୀ ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୀନ ରହୁଥିବା ବେଳେ ବ୍ରିଟେନର ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଠାରୁ ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରସାରଣ ଲାଇସେନ୍ସ ଫି ସରକାରୀ କଳ ଆଦାୟ କରି ବିବିସିକୁ ଅନୁଦାନ ଆକାରରେ ଦେଇଥାଏ । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ବିଷୟ ଏହିଯେ ବ୍ୟବସାୟିକ ଗଣମାଧମ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ବିଜ୍ଞାପନ-ଆଶ୍ରିତ ମଡ଼େଲ ଭୁଷୁଡ଼ି ଯିବାପରେ ଡ଼ିଜିଟାଲ ମୁହାଁ ହେଉଥିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଉଥିବା ଅବସରରେ ୧୯୨୨ରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ବିଶ୍ୱର ସର୍ବପ୍ରାଚୀନ ଜାତୀୟ ପ୍ରସାରକ ବୈଷୟିକ ପ୍ରଗତି ଓ ଦର୍ଶକୀୟ ରୁଚିର ପରିପନ୍ଥୀ ପଥଚାରୀ ହେବାକୁ ଉଚିତ ମଣିଲା ନାହିଁ ।

ଲଣ୍ଡନକେନ୍ଦ୍ରୀକ ବିବିସି ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ସର୍ବବୃହତ ଗଣମାଧମ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ । ଏଥିରେ ବାଇଶି ହଜାର କର୍ମଚାରୀ ନିୟୋଜିତ । ଏହାର ବଜେଟର ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ରେଡ଼ିଓ ଓ ଟେଲିଭିଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିକ୍ରୀ ଇତ୍ୟାଦି ବ୍ୟାବସାୟିକ ସୂତ୍ରରୁ ଆଦାୟ ହେଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ତିନି-ଚତୁର୍ଥାଂଶ ଜନସାଧାରଣଙ୍କଠାରୁ ସଂଗୃହୀତ ଟିକସରେ ଭରଣା ହୋଇଥାଏ । ବ୍ରିଟେନରେ ଟେଲିଭିଜନ ତଥା ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଉପକରଣ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିବାର ଭାରତୀୟ ମୁଦ୍ରାରେ ବାର୍ଷିକ ପ୍ରାୟ ଷୋହଳ ହଜାର ଟଙ୍କା ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରସାରଣ ଟିକସ ଦେଇଥାନ୍ତି । ମହାମାରୀ-ପର ଅବସ୍ଥାରେ ଆର୍ଥିକ ମାନ୍ଦାବସ୍ଥା ଦେଖା ଦେଇଥିବା ହେତୁ ମୁଦ୍ରାସ୍ଫୀତି ଅନୁପାତରେ ଏହି ବାର୍ଷିକ ଟିକସହାର ବୃଦ୍ଧିକୁ ଦୁଇ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୪ ଯାଏଁସ୍ଥିର 'ଫ୍ରିଜ' ରଖାଯିବା ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । ଫଳରେ ବିବିସିର ଆୟ କମି ଯିବା ବିଚାର କରାଯାଏ । ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଏହା ମଧ ଏକ କାରଣ ।

ବିବିସି ନିମନ୍ତେ ସରକାରୀ ଅନୁଦାନ କାଟ ଲାଗିରହିଛି । ପୂର୍ବରୁ ୨୦୧୦ରେ ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରସାରଣ ଟିକସ ବାର୍ଷିକ ବୃଦ୍ଧି ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯିବା ପରେ ବିବିସିର ଆୟ ୨୦ ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ଦୁଇହଜାର ନିଯୁକ୍ତି ହ୍ରାସ କରାଯାଇଥିଲା । ଖର୍ଚ୍ଚ କାଟ ଲାଗି ୨୦୧୬ରେ ତିନିଗୋଟି ଟେଲିଭିଜନ ଚ୍ୟାନେଲ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଡ଼ିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ ହୋଇଥିଲା । ବିବିସିର ଭବିଷ୍ୟତ ପଦକ୍ଷେପ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ପୂର୍ବପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ୨୦୧୭ରେ ଘୋଷିତ ନୀତି ଅନୁଯାୟୀ ରେଡ଼ିଓ ଓ ଟେଲିଭିଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବିଭିନ୍ନ ଦର୍ଶକ ବର୍ଗଙ୍କ ରୁଚି ଅନୁଯାୟୀ ସଂପ୍ରସାରଣ ଓ ଶିଶୁ କେନ୍ଦ୍ରୀକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଡିଜିଟାଲ ରୂପାନ୍ତର ନିମନ୍ତେ ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ ଅନ୍ୟତମ । ସେହିପରି କ୍ରମବିକଶିତ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ସଫଳ ମୁକାବିଲା ନିମନ୍ତେ ୨୦୦୭ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା 'ଆଇ-ପ୍ଲେୟାର' ଭିଡ଼ିଓ-ଅନ-ଡିମାଣ୍ଡ ମଞ୍ଚକୁ ୨୦୧୩ରୁ ସଶକ୍ତ କରାଯାଇ ଥିଲା ।

ବିବିସିର ପ୍ରସ୍ତାବିତ ଡ଼ିଜିଟାଲ-ଫାଷ୍ଟ ନୀତିରେ ପ୍ରଥମତଃ, ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ମଞ୍ଚ 'ଆଇ-ପ୍ଲେୟାର'କୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯିବ । ସମୁଦାୟ ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କ ମଧରୁ ୭୫ ପ୍ରତିଶତ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ସେବାକୁ ଅପସାରିତ ହେବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଯୋଜନା ଓ ପ୍ରସାରଣ ଆୟୋଜନ ପ୍ରତି ଧାନ ଦେବା ସ୍ଥିରୀକୃତ ହୋଇଛି । ଏହି ନିଷ୍ପତ୍ତି ସମୟ ଉପଯୋଗୀ ମନେହୁଏ । ମହାମାରୀ-ପୂର୍ବାବସ୍ଥାରେ ଟେଲିଭିଜନ, ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଓ ରେଡ଼ିଓ ପ୍ରସାରଣକୁ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ସେବା ଟକ୍କର ଦେବା ନିମନ୍ତେ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ଏକତ୍ର କରିବା ଦିଗରେ ସଫଳ ହୋଇ ପାରିଥିବା ତଥା ମହାମାରୀ କାଳରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଜନପଦ ବନ୍ଦ ଅବସରରେ ଗୃହାବଦ୍ଧ ଜନସାଧାରଣ ଡିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚ ସହ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇସାରିବାପରେ ମହାମାରୀ-ପର ଅବସ୍ଥାରେ ପୁଣି ଥରେ ପାରମ୍ପରିକ ଗଣମାଧମ ଢାଞ୍ଚାକୁ ଫେରିବାକୁ ଅମଙ୍ଗ । ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଉଭୟ ବିକଶିତ ଓ ବିକାଶଶୀଳ ଦୁଇ ପର୍ଯ୍ୟାୟର ପରିବେଶରେ ଅନୁଭୂତ । ଅତଏବ ପ୍ରସାରଣ ଓ ଆହରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ଗଣମାଧମ ମଞ୍ଚରେ ଏକତ୍ରୀକରଣ 'କନସୋଲିଡ଼େସନ' ସମୃଦ୍ଧ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ସେବାକୁ ହିଁ ଭବିଷ୍ୟତ ବିଚାର କରାଯାଇ ପାରେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ବିବିସିର ଡ଼ାଇରେକ୍ଟର- ଜେନେରାଲ ଟିମ ଡ଼ାଭେଙ୍କ ବିଚାରରେ ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକ ଯେଉଁ ଉପାଦାନ, ଯେଉଁ ଢ଼ଙ୍ଗରେ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତାହାକୁ ଭିତ୍ତିକରି ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯିବା ଉଚିତ । ଅର୍ଥାତ, ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କ ରୁଚି ଅନୁଯାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସାଙ୍ଗକୁ ସେମାନେ କେଉଁ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ଆଧାରିତ ଉପକରଣ ଓ ମଞ୍ଚରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶୁଣିବା ଓ ଦେଖିବା ନିମନ୍ତେ ଆଗ୍ରହୀ ସେଥିପ୍ରତି ପ୍ରାଥମିକତା ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଇଣ୍ଟରନେଟର ବ୍ୟାପ୍ତି ଓ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ବ୍ୟବହାର ବୃଦ୍ଧି ପରେ ଜନସାଧାରଣ ହାତପାଆନ୍ତାରେ ପାଠ୍ୟ, ଶ୍ରାବ୍ୟ ଓ ଦୃଶ୍ୟ ଆହରଣ କ୍ଷମତାର ଅଧିକାରୀ ହେବାପରେ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ମଞ୍ଚର ଲୋକପ୍ରିୟତା ବୃଦ୍ଧି ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ । ବିବିସିର ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ମଞ୍ଚକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଉଦାହରଣ ଦେଶ ବିଦେଶରେ ଗଣମାଧମ ନିବେଶରେ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନକୁ ସୂଚାଇଥାଏ ।

ତୃତୀୟତଃ, ବିବିସି ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଯେଉଁ ଚ୍ୟାନେଲ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମଗୁଡ଼ିକ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇ ପାରୁ ନାହିଁ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ହଟାଇ ଦିଆଯିବ । ସେହିପରି ଅନାବଶ୍ୟକ ଅମଲାତାନ୍ତ୍ରିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଯୋଜନା ଖର୍ଚ୍ଚ ହ୍ରାସ ନିମନ୍ତେ ତୁରନ୍ତ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯିବ । ଆଧୁନିକ ପରିଚାଳନା ତତ୍ତ୍ୱରେ ଧାର୍ଯ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣରେ ଅକ୍ଷମ ଉପାଦାନ, ରକ୍ଷଣଶୀଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ଉଦବୃତ୍ତ ଖର୍ଚ୍ଚକୁ ରୋକିବା ନିମନ୍ତେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ମହାମାରୀ-ପର ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶ 'ନ୍ୟୂ-ନରମାଲ'ରେ ନିବେଶ ଓ ଆୟ ସଂକୁଚିତ ହୋଇଥିବା ଏବଂ ପ୍ରଭାବ ଦୀର୍ଘକାଳ ବ୍ୟାପୀ ଅନୁଭୂତ ହେବା ଆକଳନ କରାଯାଉଥିବା ହେତୁ ଏହାର ମୁକାବିଲା ଦିଗରେ ସମସ୍ତ ପଦକ୍ଷେପ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ମନେହୁଏ ।

ଚତୁର୍ଥତଃ, ବିବିସି ଉଭୟ ବ୍ରିଟେନ ଓ ବୈଦେଶିକ ବଜାରରେ ଏହାର ସ୍ୱାଧୀନ, ବିଶ୍ୱସନୀୟ ଓ ଗୁଣାତ୍ମକ ସମ୍ବାଦ ଓ ଚଳନ୍ତି ଘଟଣା ପ୍ରବାହ 'କରେଣ୍ଟ ଏଫାୟର୍ସ' କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଲାଭ କରିଆସିଥିବା ହେତୁ ଏହି ଦିଗରେ ସଶକ୍ତିକରଣ ନିମନ୍ତେ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଉଦ୍ୟମ ଲାଗି ନୀତି ଗୃହୀତ ହୋଇଛି । ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଯୋଜନା ସାଙ୍ଗକୁ ଏକକ ୨୪ ଘଣ୍ଟିଆ ବିଶ୍ୱ ସମ୍ବାଦ ବୁଲେଟିନ ପ୍ରସାରଣ ପ୍ରତି ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରାଯାଇଛି । ସମ୍ବାଦ ପ୍ରସାରଣ ନିମନ୍ତେ ଲକ୍ଷ୍ୟବଦ୍ଧ ଚ୍ୟାନେଲଗୁଡ଼ିକ ସେଦିଗରେ ଗୁଣାତ୍ମକ ବିକାଶ ସାଧନ ବଦଳରେ ସେଥିରେ ମନୋରଞ୍ଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଖଞ୍ଜିବା ଭଳି ମାନସିକତା ଶସ୍ତା ଲୋକପ୍ରିୟତା ହାସଲ କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ହ୍ରାସର କାରଣ ହୁଏ । ଫଳରେ ଦୀର୍ଘମିଆଦୀ ସୂତ୍ରରେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ନିଜର ମୌଳିକତା ହରାଇବସେ । ବିବିସିର ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଉଦାହରଣ ।

ପଞ୍ଚମତଃ, ଉଭୟ ରେଡ଼ିଓ ଓ ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରସାରଣ ଲାଗି ଆଞ୍ଚଳିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଯୋଜନାରେ ଉତ୍କର୍ଷ ହାସଲ ନିମନ୍ତେ ମଧ ବିବିସି ପକ୍ଷରୁ ଯୋଜନା କରାଯିବ । ଏକପକ୍ଷରେ ପ୍ରସାରଣ ଡ଼ିଜିଟାଲ-ଫାଷ୍ଟ ଢ଼ାଞ୍ଚାକୁ ଅପସାରିତ ହେଲେ ଗଭୀର ଆଞ୍ଚଳିକ 'ହାଇପର- ଲୋକାଲ' ସ୍ତରରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଯୋଜନା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଶସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେବ । ଅପରପକ୍ଷରେ ସାଧାରଣ ଗଣମାଧମ ଉପଭୋକ୍ତା ଗଭୀର ଆଞ୍ଚଳିକଭିତ୍ତିକ ସମ୍ବାଦ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ହେତୁ ସେମାନଙ୍କ ରୁଚି ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ପ୍ରତିଯୋଗିତା ନିମନ୍ତେ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ପାରିବ । ବିଗତ ଦଶବର୍ଷରୁ କୁହାଯାଇ ଆସୁଛି ଯେ ଗଣମାଧମର ସଫଳତା ଏଣିକି ଉପାଦନଭିତ୍ତିକ 'କଣ୍ଟେଣ୍ଟ ଇଜ ଦି କିଙ୍ଗ' । ବିବିସି ସେହି ତତ୍ତ୍ୱ ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ନିମନ୍ତେ ବଦ୍ଧପରିକର ଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇ ପାରେ ।

ବିବିସି ଏକ ଲୋକସେବା ଗଣମାଧମ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ 'ପବ୍ଲିକ ସର୍ଭିସ ମିଡିଆ ଅର୍ଗାନାଇଜେସେନ' ଭାବେ ଗଢ଼ି ଉଠିଛି । ଇତିହାସ ପୃଷ୍ଠାରେ ବିଭିନ୍ନ ପରିବର୍ତ୍ତନର ସଫଳ ମୁକାବିଲା କରି ନିଜର ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖିବା ଏହାର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ । ପ୍ରସ୍ତାବିତ ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣରେ ଡ଼ିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚରେ ଅଡ଼ିଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରସ୍ତୁତି ସଂପର୍କୀତ ସମୀକ୍ଷା ଅନ୍ୟ ଏକ ଉଲ୍ଲେଖ ଯୋଗ୍ୟ ଉପକ୍ରମ । ଗଣମାଧମ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଅଡ଼ିଓ ବଜାର ବ୍ୟାପକ ବୃଦ୍ଧି ଆକଳନ କରୁଥିବା ବିବିସି ଉଦାହରଣରୁ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଯୋଜନା ଓ ପ୍ରସାରଣରେ ନୂତନ ନୀତି ତୁରନ୍ତ ଲାଗୁ କରାଯିବା ନେଇ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ ।

# ଅତ୍ୟଧିକ ନିଦ୍ରା ଓ ହୃଦ୍‌ରୋଗ

ସୁସ୍ଥ ତଥା ନୀରୋଗ ଶରୀର ପାଇଁ ନିଦ୍ରା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ । ଏଥିରେ ଅନିୟମିତତା ଦେଖାଦେଲେ ତାହା କେତେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର କାରଣ ସାଜିଥାଏ । ତେଣୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଦିନ ଅତିକମରେ ୬-୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ନିହାତି ଜରୁରୀ । ହେଲେ କେତେକ ଆଳସ୍ୟତା ହେଉ ଅବା ଆଉ କେତେକ କାରଣରୁ ଆବଶ୍ୟକତା ସମୟଠାରୁ ଅଧିକ ସମୟ ଶୋଇଥାଆନ୍ତି । ଏହାର ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ହୃତପିଣ୍ଡ ଉପରେ ପଡିଥାଏ ।

## ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ମନୁଷ୍ୟ ରାଜା ବା ପ୍ରଶାସକ ରହିତ ରାଜ୍ୟ କିମ୍ବା ବହୁ ରାଜା ବା ଶାସକ ଥିବା ରାଜ୍ୟରେ ନିବାସ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେ । ବାଳ ନେତୃତ୍ୱ ଥିବା ରାଜ୍ୟରେ ବାସ କରିବା ଅନୁଚିତ । କୁମାରୀ ଅବସ୍ଥାରେ ସ୍ତ୍ରୀର ରକ୍ଷା ପିତା କରନ୍ତି । ଯୁବାବସ୍ଥାରେ ତା'ର ରକ୍ଷାର ଭାର ପତି ଉପରେ । ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ପୁତ୍ର ତା'ର ଦାୟିତ୍ୱ ବହନ କରେ । ଅର୍ଥ ପାଇଁ ଆତୁର ମନୁଷ୍ୟର କେହି ମିତ୍ର ନଥାନ୍ତି, କେହି ବନ୍ଧୁ ନଥାନ୍ତି । କାମାତୁର ମନୁଷ୍ୟର କୌଣସି ଭୟ ବା ଲଜ୍ଜା ନଥାଏ । ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ପାଇଁ ସୁଖ ନାହିଁ କି ନିଦ ନାହିଁ । କ୍ଷୁଧାତୁର ମନୁଷ୍ୟର ଶରୀରରେ ବଳ ନଥାଏ କିମ୍ବା ତେଜ ନଥାଏ । ଅର୍ଥାତୁରାଣା ନ ସୁହୃତ୍ର ବନ୍ଧୁ କାମାତୁରାଣାଂ ନ ଭୟଂ ନ ଲଜ୍ଜା, ଚିନ୍ତାତୁରାଣଂ ନ ସୁଖଂ ନ ନିଦ୍ରା କ୍ଷୁଧାତୁରାଣଂ ନ ବଳଂ ନ ତେଜଃ । ଦରିଦ୍ର ତଥା ଅନ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରେରିତ ଦୂତ, ପର ନାରୀରେ ଆସକ୍ତ ପୁରୁଷ, ଅନ୍ୟର ଧନ ଅପହରଣରେ ଲାଗିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ନିଦ ଆସେ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଋଣ ରହିତ ଏବଂ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ସେ ସୁଖପୂର୍ବକ ନିଦ୍ରାର ଉପଭୋଗ କରେ । ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ନିଦ୍ରାର ସୁଖ ଉପଭୋଗ କରେ ଯେ ପର ସ୍ତ୍ରୀ ସଂସର୍ଗ କରେ ନାହିଁ । ଜଳର ଗଭୀରତା ଅନୁସାରେ କମଳ ନାଡ଼ ଉପରକୁ ଉଠିଥାଏ । ସ୍ୱାମୀର ପାରିବାର ପଣିଆକୁ ଧରି ଚାକର ଉନ୍ମତ୍ତ ହୁଏ । ନିଜର ସ୍ଥାନ ଜଳାଶୟରେ ଥିବାରୁ ବରୁଣ ଦେବ ଏବଂ ସୂର୍ଯ୍ୟ ନାରାୟଣ କମଳ ସହିତ ମୈତ୍ରୀପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି କିନ୍ତୁ ସେହି କମଳ ସ୍ଥାନଚ୍ୟୁତ ହୋଇଗଲେ ଅର୍ଥାତ ଜଳରୁ ବାହାର ହୋଇଗଲେ ସେହି ସୂର୍ଯ୍ୟ ପଦ୍ମକୁ ଶୁଖାଇ ଦେଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ପଦାସୀନ ହେବାବେଳେ ଅନେକ ମିତ୍ର ଯୁଟିଥାନ୍ତି । ପଦଚ୍ୟୁତ ହୋଇଗଲେ ସେ ମିତ୍ରତା ଆଉ ରହେ ନାହିଁ । ନିଜର ସ୍ଥାନ ବା ପଦରେ ଅବସ୍ଥିତ ରହିଲେ ମନୁଷ୍ୟର ପୂଜା ହୋଇଥାଏ । ସ୍ଥାନ ଏବଂ ପଦଚ୍ୟୁତ ହେବା ପରେ ସେହିପରି ପୂଜା ହୁଏ ନାହିଁ ବା ସମ୍ମାନ ମିଳେ ନାହିଁ, ଠିକ୍ ଯେପରି ଶରୀରରୁ ପୃଥକ୍ ହୋଇଗଲେ କେଶ, ଦାନ୍ତ, ନଖ ଶୋଭିତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । 'ସ୍ଥାନ ସ୍ଥିତାନି ପୂଜ୍ୟନ୍ତେ ପୂଜ୍ୟନ୍ତେ ଚ ପଦେସ୍ଥିତଃ, ସ୍ଥାନଭ୍ରଷ୍ଟା ନ ପୂଜ୍ୟରେ କେଶ ଦନ୍ତା ନଖା ନରା । ଆଚାରକୁ ଦେଖି କୁଳର ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ, ଭାଷା ବା କଥାବାର୍ତ୍ତାରୁ ଦେଶର ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ, ସମ୍ଭ୍ରମରୁ ସ୍ନେହ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ, ଶରୀରକୁ ଦେଖି ଭୋଜନର ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ । ଆଚାରଃ କୁଳମାଖ୍ୟାତି ଦେଶମାଖ୍ୟାତି ଭାଷିତମ୍, ସମ୍ଭ୍ରମଃ ସ୍ନେହ ମାଖ୍ୟାତି ବପୁରାଖ୍ୟାତି ଭୋଜନମ୍ । ସମୁଦ୍ରରେ ବର୍ଷା ହେବା ବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଧନୀକୁ ଦେବା ଦାନ ବ୍ୟର୍ଥ ଅଟେ । ପେଟପୂରା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପୁନଶ୍ଚ ଭୋଜନ ଦେଲେ ତାହା ନିରର୍ଥକ ହୋଇଥାଏ । ସମୁଦ୍ରରେ ପାଣି ଢାଳିଲେ ଲାଭ କ'ଣ ? ନୀଚ ଲୋକ ପାଇଁ କରାଯିବା ସୁକୃତ ବ୍ୟର୍ଥ ଅଟେ ।

# ଜୀବନ ଏକ ମେଳା

ମେଳ-ମେଳାପରୁ ମେଳା ହୋଇଯାଏ । ବିଚାରଗୁଡ଼ିକର ମେଳାପ ଯଦି ହୁଏ ତେବେ ସେଥିରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବିଚାରର ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ସହିତ ମିଶିବା, ସେମାନଙ୍କୁ ବୁଝିବାର ଅବସର ମିଳିଥାଏ । ଏଥିରେ ଦୂରଦୂରାନ୍ତରୁ ଆସିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନିଜର ସୁବିଧାକୁ ଛାଡ଼ି ଏକଜୁଟ ହୋଇଥାନ୍ତି । ବିରୋଧୀ ଓ ପରସ୍ପର ବିପରୀତ ଅନୁଭୂତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଭାବ ଜାଗ୍ରତ କରିବା ପାଇଁ ଏହାଠାରୁ ଉତ୍ତମ ଅଭ୍ୟାସ ଭଲା ଆଉ କ'ଣ ହୋଇପାରେ । ମିଶିବାର ଅର୍ଥ ଯୋଗ ବି ହୋଇଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବନ କର୍ମର ସାଧନା କରି ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସହିତ ମିଶିବା ।

ଯଦି ମେଳାର ଭାବ ବୁଝି ହୋଇଯାଏ ତେବେ ଜୀବନରେ ସୁଖ-ଦୁଃଖରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିପାରେ । ଜୀବନରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରକ୍ଷା କରାଯାଇ ପାରେ । ମନ ବଡ଼ ଚଞ୍ଚଳ । ମେଳାରେ ଚଳିତ କ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକର ମିଳନ ହୋଇଯାଏ । ଅନେକ ପ୍ରକାର ଦୃଶ୍ୟ, ବିଚାର ମିଶିଥାଏ, ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାଭାବିକ ରୂପେ ଚଞ୍ଚଳ ମନର ସଂଘଟନ ହୋଇଯାଏ । ଦାର୍ଶନିକ ଭାଷାରେ ମେଳାକୁ କ୍ଷଣିକ ବା ଅସ୍ଥାୟୀ ମିଳନ କୁହାଯାଏ । ଗୋଟିଏ ଦିନରୁ ନେଇ ଅତି ବେଶିରେ ଏକ ମାସର ମେଳା ପରମ୍ପରା ଆମ ଦେଶରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ।

ଏହିପରି ଜୀବନ ବି ଏକ ମେଳା । କିଏ ୩୫ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଆସିଛି, କିଏ ୫୦ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଆସିଛି ତଥା କିଏ ୭୫ ବା ୯୦ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଦୁନିଆକୁ ଆସିଛି । ଏହି ମେଳାଗୁଡ଼ିକରୁ ଯଦି ଉକ୍ତ ପ୍ରେରଣା ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ ତେବେ ଜୀବନରେ ଅସନ୍ତୁଳନ ବା ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରହିବ ନାହିଁ । ଏଠାରେ ବିଚ୍ଛିନ୍ନତା ଅଛି, ତଥାପି ଏକତା ରହିଛି । ଆସିଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ପୋଷାକ, ଖାଦ୍ୟପେୟ, ରଙ୍ଗରୂପ, ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତିର ପଦ୍ଧତି ଅଲଗା ଅଲଗା, ତଥାପି ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ନାଁ ନେଇ ପବିତ୍ର ନଦୀରେ ସ୍ନାନ କରିବା ସମୟରେ ମନ, ବୁଦ୍ଧି, ଶରୀର ସବୁ ପବିତ୍ର ହୋଇଯାଏ । ଏକ ହୋଇଗଲେ କିଏ କାହା ପ୍ରତି ରାଗ (ପ୍ରେମ) କରିବ, କିଏ କାହା ପ୍ରତିଦ୍ୱେଷ କରିବ ?

ସଂସାରରେ ସବୁ କିଛି ନିଜର ମନ ଅନୁକୂଳ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଅନୁକୂଳତାଗୁଡ଼ିକ ବିରଳ ହେବ, କମ୍ ହେବ, ପ୍ରତିକୂଳତା ଗୁଡ଼ିକ ଅଧିକ ରହିବ । ଗୀତାକୁ ବେଦର ସାର କୁହାଯାଇଛି ; କାରଣ ସେଥିରେ ଜୀବନକୁ ସନ୍ତୁଳିତ କରିବାର ଉପାୟ ବତାଯାଇଛି । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବିପରୀତ ପରିସ୍ଥିତି ଗୁଡ଼ିକରେ ବିଚଳିତ ହୁଏ ନାହିଁ, ସେ ସ୍ଥିତପ୍ରଜ୍ଞ, ତେଣିକି ବେଶ ଯାହା ହେଉ ନା କାହିଁକି । ଇନ୍ଦ୍ରପଦ ମିଳୁ ଅଥବା ପାଞ୍ଚ ଘରୁ ଭିକ୍ଷାନ୍ନ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କରିବାକୁ ପଡୁ, ଉଭୟ ସ୍ଥିତିରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହୁଥିବା, ସମାନ ମାନସିକତାରେ ଜୀବନଯାପନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କେହି ବିଚଳିତ କରି ନପାରେ । ଏହା ହିଁ ପରମହଂସର ଅବସ୍ଥା, ଯାହାକୁ ବ୍ରାହ୍ମୀସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଇଛି । ସେଥିରେ ଜୀବନର ଏହି ସବୁ ବିକ୍ଷୋଭ ଦୂର ହୋଇଯାଏ, ତା'ପରେ ମନୁଷ୍ୟକୁ ସ୍ଥାୟୀ ଶାନ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଧର୍ମ ମନୁଷ୍ୟର ସହଯୋଗୀ, ସାଥୀ ଓ ମାର୍ଗଦର୍ଶକ, କିନ୍ତୁ ଆଧାତ୍ମିକତା ବହୁତ ଉଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା, ଯାହାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଉଛି ପରମାତ୍ମା, ଆତ୍ମାନୁଭୂତି- ଏହା ସମକ୍ଷରେ ସୁଖ ଭୋଗର କୌଣସି ମହତ୍ତ୍ୱ ନାହିଁ । ପ୍ରଭୁପ୍ରେମୀଙ୍କ ଭାବଦଶା ବିଚିତ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟଶାଳୀ, ସମ୍ପନ୍ନଙ୍କ ତୁଳନା ପ୍ରାୟ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ବୈଭବ ସହିତ କରାଯାଏ, କିନ୍ତୁ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସ୍ଥିତି ସର୍ବଦା ଭୟାତୁର ରହିଥାଏ । ତାଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ପୁଣ୍ୟଫଳ କାଳେ କାହାର ଉଦୟ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ଇନ୍ଦ୍ରପଦରୁ ଅଲଗା କରିଦିଆଯିବ ଏହି କଥାର ଚିନ୍ତା, ଏହି ଭୟ ସର୍ବଦା ତାଙ୍କର ଲାଗି ରହିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଆମ ସିଂହାସନ ଉପରେ ବସିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କେହି ଖସାଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଆତ୍ମବୋଧ ହୋଇଗଲେ ଗୃହସ୍ଥି ହେଉ କି ସନ୍ନ୍ୟାସୀ ହେଉ, ସେ କେବେ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହି ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଯାହା ମିଳି ନାହିଁ, ତାହାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ଭାବ ବ୍ୟକ୍ତିର ମନ ଭିତରେ ଅସନ୍ତୋଷକୁ ଜନ୍ମ ଦେଇଥାଏ । ଯାହା ମିଳିଛି, ସେଥିପ୍ରତି ସନ୍ତୁଷ୍ଟିର ଭାବ ରଖିବା ଉପାସନା ଅଟେ । ଯିଏ ଆତ୍ମସିଂହାସନ ଉପରେ ବିରାଜମାନ ହୋଇ ନିଜାତ୍ମବୋଧର ଆନନ୍ଦରେ ମଗ୍ନ, ତା' ସମକ୍ଷରେ ଇନ୍ଦ୍ରାସନ ମଧ୍ୟ ତୃଣବତ୍ ହୋଇଥାଏ । ସେ ମନରେ ସ୍ଥିର ଓ ଅଚ୍ୟୁତ ହୋଇଯାଏ । ଯିଏ ଯେଉଁ ଇଷ୍ଟଙ୍କର ଉପାସନା କରିଥାଏ, ସେ ସେହି ଇଷ୍ଟଙ୍କ ସହିତ ଏକାକାର ହୋଇଯାଏ । ବାସ୍ତବରେ ସାଧନା ପଦ୍ଧତିଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ, ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବାର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମାର୍ଗ । ତେଣୁକରି କାହାରିକୁ ନିଜର ଇଷ୍ଟଦେବ ବଦଳାଇବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ଆଦି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ ପାଞ୍ଚ ଉପାସନା ପ୍ରଚଳିତ କରିଥିଲେ - ଶିବ ଶକ୍ତି, ବିଷ୍ଣୁ, ଗଣେଶ ଓ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ଉପାସନା । ଅନ୍ୟ କାହାରିକୁ ଦୁଃଖ ବା କଷ୍ଟ ନ ଦେଇ, ନିଜ ଇଷ୍ଟଙ୍କର ପୂଜା କରିବାର ଅଧିକାର ସମସ୍ତଙ୍କର ସମାନ ଭାବରେ ରହିଛି ।

ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଯେତେବେଳେ ଧର୍ମ ଜୀବନର ଆବଶ୍ୟକ ଓ ଅନ୍ତିମ ଅଙ୍ଗ ଥିଲା, ସେତେବେଳେ ଆସୁରୀ ଶକ୍ତି ସହିତ ଲୋକେ ଲଢ଼େଇ କରୁଥିଲେ ଓ ସେଥିପାଇଁ ବଳିଦାନ ଦେଉଥିଲେ । ସଂସ୍କୃତି ଓ ଧର୍ମର ରକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ ତତ୍ପର ରହୁଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ଆଜି ସଂସ୍କୃତିର ଉନ୍ନୟନ କଥା କେହି କହୁ ନାହାନ୍ତି । ଧର୍ମର ବୃକ୍ଷକୁ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ବିଶ୍ୱାସର ଜଳରେ ସିଞ୍ଚନ କରି ପୋଷିତ-ପଲ୍ଲବିତ କରାଯାଇ ପାରେ । ବୈରାଗ୍ୟର ପୁଷ୍ପ ଲାଗିଲେ, ମୋକ୍ଷର ଫଳ ଆପେ ଆପେ ଲାଗିଯାଏ । ମୋକ୍ଷ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ନୁହେଁ, ଜୀବିତ ଥାଇ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଇ ଥାଏ । ଆମର ଯେତେ ସମ୍ପଦ ଅଛି, ତାହା ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଶକ୍ତି ହୋଇଯାଉ, ଏହି ଭାବ ଆମର ରହିବା ଦରକାର । କେବଳ ସମ୍ପତ୍ତି ହିଁ ନୁହେଁ, ବିପତ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ବସ୍ତୁ ମନେକରି ତାଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିଦେଲେ ସଂସାରର କୌଣସି ବି ଶକ୍ତି ଆମକୁ ବିଚଳିତ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଘନଘୋର ଓ ଭୟାବହ ସଂକଟ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ଡରାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସମ୍ପତ୍ତି ଏବଂ ବିପତ୍ତିରେ, ସୁଖ ଓ ଦୁଃଖରେ ଏକରୂପତା, ସମାନତାର ପ୍ରତୀତି କରିବା ଉଚିତ । ଯଦି ଏହି ଧାରଣା ଦୃଢ଼ ହୋଇଯାଏ ତ ଜୀବନ ପ୍ରଭୁମୟ ହୋଇଯିବ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସୁଖ-ଦୁଃଖରେ ବିଚଳିତ ହୁଏ ନାହିଁ, ସମସ୍ତଙ୍କ ପ୍ରତି ସମଭାବ ରଖେ ନାହିଁ, ସମସ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଛବି ଦେଖିଥାଏ- ତା ମଧ୍ୟରେ ଆଧାତ୍ମିକତାର ଅଙ୍କୁରଣ ହୋଇଥାଏ । ଅଗ୍ନିର, ତ୍ୟାଗର ପ୍ରଭାକୁ ପ୍ରକଟ କରୁଥିବା ସନ୍ନ୍ୟାସୀମାନଙ୍କର ଗୈରିକ ବସ୍ତ୍ର ଯଦ୍ୟପି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ, କିନ୍ତୁ ବେଶ ହିଁ ସବୁ କିଛି ନୁହେଁ ।

ଗୃହସ୍ଥାଶ୍ରମରେ ରହୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି ଏହି ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ଗ୍ରହଣ କରେ ତେବେ ତାକୁ ମଧ୍ୟ ସେହି କୋଟିର ସାଧକ ବିବେଚନ କରାଯିବ । ମନୁଷ୍ୟ ଏହି ଅନୁଭବ କରିବା ଦରକାର ଯେ ସେ ଯଦି କେବଳ ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ପ୍ରେମ କରେ, କେବଳ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ନିଜର ଜୀବନ ସମର୍ପିତ କରେ, ତାହେଲେ ସେ ସର୍ବଦା ଆନନ୍ଦମଗ୍ନ ରହିପାରିବ । ଆନନ୍ଦ କେବଳ ପ୍ରଭୁଚରଣରେ ହିଁ ରହିଛି । ଜୀବନର ଏହି ମେଳାରେ କେବଳ ପରମ୍ପରା ହିଁ ସର୍ବସ୍ୱ । ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ଦୃଢ଼ ହୋଇଗଲେ ସେ ଜୀବନରେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯିବ । ଜୀବନ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ପ୍ରବାହ । ପ୍ରକୃତରେ ଜୀବନ ରୂପେ ପରମାତ୍ମା ପ୍ରବାହିତ ହେଉଛନ୍ତି । ଏହି ଜୀବନ ପ୍ରବାହ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ପବିତ୍ର, ପରିମାର୍ଜିତ ଓ ପରିଷ୍କୃତ ।

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତାରେ କହିଛନ୍ତି- ମୟି ସର୍ବମିଦଂ ପ୍ରୋତଂ ସୂତ୍ରେ ମଣିଗଣା ଇବ । । ଅର୍ଥାତ୍ ମୋ ଠାରେ ସମସ୍ତେ ସେହିପରି ଗୁନ୍ଥି ହୋଇଛନ୍ତି, ଯେପରି ସୂତାରେ ମଣିଗୁଡ଼ିକ ଗୁନ୍ଥି ହୋଇଥାନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣି ଦ୍ୱାରା ସୂତାର ସ୍ପର୍ଶ ହିଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବାତ୍ମାର ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସହିତ ସଂସ୍ପର୍ଶ ଅଟେ । ଜୀବନ ମେଳା ମଧ୍ୟ କିଛି ଏହିପରି । ଏଥିରେ ଉପର ସ୍ତରରେ ତ ବହୁତ ଭେଦଭାବ ଅଛି, କିନ୍ତୁ ଭିତର ସ୍ତରରେ ସେହି ସତ୍ୟର ଅନୁଭବ ରହିଛି, ଯେଉଁଥିରେ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏହି ମହାମେଳାରେ ଏକତ୍ର କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅନୁଭବ ଆମକୁ ବିସଙ୍ଗତି ଗୁଡ଼ିକରେ ସୁସଙ୍ଗତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହା ହିଁ ଦୁଃଖରେ ସୁଖ, ଅନ୍ଧକାରରେ ପ୍ରକାଶର ଅନ୍ୱେଷଣର ପଥ ।

ଘର-ପରିବାରର ଏକତା ହେଉ ଅଥବା କୁଟୁମ୍ବ ଓ ସମ୍ପର୍କୀୟମାନଙ୍କର, ସମାଜର ମେଳମେଳାପ ହେଉ ଅଥବା ସଂସ୍କୃତିଗୁଡ଼ିକର ସମ୍ମିଳନ, ଆମ ଦେଶର ଭୂମି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କଥା ହେଉ ବା ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱ ବସୁଧାର କଥା ଏସବୁ ନିଜ ଜୀବନ ମେଳାର ହିଁ ବିବିଧ ରୂପ । ମେଳା ଉତ୍ସବ, ରାଗ, ଅନୁରାଗ, ଉଲ୍ଲାସର ପର୍ଯ୍ୟାୟ । ଯିଏ ବି ଏହି ସତ୍ୟକୁ ଜାଣିନିଏ, ସେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଖୁସିରେ ଭରିଦିଏ । ଆସନ୍ତୁ ଜୀବନ ରୂପୀ ଏହି ମେଳାର ଆନନ୍ଦ ଉଠାଇବା ।

--00--

## ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ପତି ପତ୍ନୀଙ୍କୁ କହିଲେ ହେଇଠି ଶୁଣୁଛ ?

ତୁମେ ଟିକେ ରାମବାବୁଙ୍କ ଘରକୁ ଯାଇ ମେନ୍ଥୋପ୍ଲସଟା ନେଇ ଆସିବ ।

ପତ୍ନୀ : ନାଇ ବାବା ମୁଁ ଯାଇ ପାରିବି ନାହିଁ, ସେ ତ ଜଣେ କଞ୍ଜୁସ ଲୋକ ... ଖାଲି କଞ୍ଜୁସ ନୁହେଁ କଞ୍ଜୁସଙ୍କ ସର୍ଦ୍ଦାର କହିଲେ ଭୁଲ୍ ହେବ ନାହିଁ ।

ପତି : ତେବେ ଠିକ୍ ଅଛି ଆଲମିରାରୁ ତୁମ ମେନ୍ଥୋପ୍ଲସଟା ନେଇ ଆସୁନ ?

ପତ୍ନୀ : ଆରେ ଏ କ'ଣ କହୁଛ... ସରିଯିବ ପରା... ।

× × × ×

ଶିକ୍ଷକ : ରାଜୁ ତୁ କାଲି କାହିଁକି ସ୍କୁଲ ଆସି ନ ଥିଲୁ ?

ରାଜୁ : କହିବି ନି ସାର ?

ଶିକ୍ଷକ : ଏକ ଚାପୁଡ଼ା ମାରି... କହିଲେ ଜଲଦି କହ ।

ରାଜୁ : ସାର ଗାର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ ସହିତ ବୁଲିବାକୁ ଯାଇଥିଲି ?

ଶିକ୍ଷକ : ଏତେ ଛୋଟ ବେଳୁ ଗାର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ ଧରି ବୁଲିଲୁଣି । ସତ କହ ସିଏ କିଏ ?

ଆପଣଙ୍କ ଝିଅ ସାର୍ ।

× × ×

ସ୍କୁଲରୁ ଫେରି ସିନୁ କାନ୍ଦୁଥିଲା ।

ବାପା : ଆରେ ସିନୁ କାନ୍ଦୁଛୁ କାହିଁକି ?

ସିନୁ : ବାପା ସାର ମାରିଲେ ?

ବାପା : ତୁ କ'ଣ ଦୁଷ୍ଟାମୀ କରିଥିବୁ ବୋଧ ହୁଏ ?

ସିନୁ : ନାହିଁ ବାପା ମୁଁ କିଛି ବି କରିନି, ମୁଁ ତ ମୋର ଚୁପଚାପ କ୍ଲାସରେ ଶୋଇଥିଲି ।

× × × ×

ରଘୁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଯାଇ କହିଲା ସାର୍ ପେଟରେ ଖୁବ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଛି ।

ଡାକ୍ତର : ଆଛା କୁହ ତୁମେ ଖାଦ୍ୟ କେଉଁଠି ଖାଉଛ ?

ରଘୁ : ହୋଟେଲରେ ସାର ।

ଡାକ୍ତର : ଆରେ ନିଜ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ଯତ୍ନ ନିଅ, ହୋଟେଲରେ ଆଉ ଖାଅନି ?

ରଘୁ : ଠିକ୍ ଅଛି ସାର ଏଥର ଘରକୁ ପ୍ୟାକ କରି ଆଣି ଖାଇଦେବି ।

× × × ×

ବଜାରକୁ ଜଣେ ଯୁବତୀ କମଳା କିଣିବାକୁ ଯାଇ ଦୋକାନୀକୁ ପଚାରିଲେ କମଳା କିଲୋ କେତେ ?

ଫଳ ଦୋକାନୀ : ୧୦୦ ଟଙ୍କାରେ ୧୦ ଟା କମଳା ମିଳିବ ?

ଯୁବତୀ : ଭାଇ କିଛି ତ କମ କରି ଦିଅନା ପ୍ଲିଜ୍ ?

ଫଳ ଦୋକାନୀ : ଠିକ୍ ଅଛି ତେବେ ୮୦ ଟଙ୍କାରେ ୮ ଟା କମଳା ନେଇଯାଅ ।

ଯୁବତୀ : ଥ୍ୟାଙ୍କ୍ୟୁ ଭାଇ, ଏଇ ସିନା ଗୋଟେ କଥା । ଏବେ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

× × × × × ×

ଶିକ୍ଷକ : ପିଲାମାନେ ଜାଣିଛ ଯଦି ହୃଦୟରୁ ସହିତ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବ ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ ଫଳ ପାଇଯିବ ।

ପପୁ : ସେ କଥା କୁହନ୍ତୁନି ସାର, ଯଦି ଏମିତି କିଛି ହୋଇ ଯାଆନ୍ତା ନା ତେବେ ଆପଣ ସାର ନୁହେଁ ଶ୍ୱଶୁର ହୋଇଥାନ୍ତେ ।

ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୨୪, ୧୨ - ୧୮ ଜୁନ୍ ୨୦୨୨

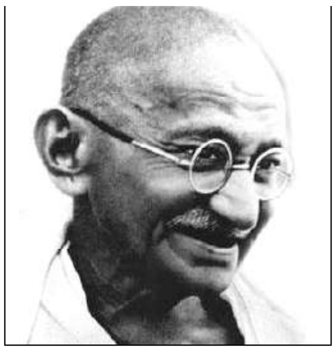
## ମହାନଦୀ ସବୁଜ ମିଶନର ଗତି କୁଆଡ଼େ ?

ମହାନଦୀର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଜଳଧାରଣ କ୍ଷମତା ବଢ଼ାଇବା, ଭୂତଳ ଜଳ ହ୍ରାସ ରୋକିବା ଏବଂ ଅନୁକୂଳ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ଲକ୍ଷ୍ୟ ନେଇ ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ୨୦୧୮ ଜୁଲାଇରେ ସବୁଜ ମହାନଦୀ ମିଶନ ହାତକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଏହି ମହତ୍ତ୍ୱାକାଂକ୍ଷୀ ଯୋଜନାକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଆଭିମୁଖ୍ୟ ରହିଥିଲା ଯେ ୫ବର୍ଷରେ ମହାନଦୀର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବ୍ୟାପକ ବନୀକରଣ କରାଯିବା ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ନଦୀପଠାରେ ଚାରାରୋପଣ କରାଯିବ । ନଦୀ କ୍ଷୟକୁ ରୋକାଯିବା ସହିତ ନଦୀର ଜଳଧାରଣ କ୍ଷମତା ବଢ଼ାଇବ । ହେଲେ ମିଶନର ଅବଧି ପୂରଣ ହେବାକୁ ଆଉ ମାତ୍ର ୧ମାସ ବାକି ରହିଥିବା ବେଳେ ଏହା ଫସର ଫାଟି ଗଲା ଭଳି ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଉଛି । ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ମିଶନ ପୂରଣ ପାଇଁ ପୂର୍ବରୁ ଯେଭଳି ଆନ୍ତରିକତା ଦେଖାଉଥିଲା ତାହା ଏବେ ଆଉ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁନାହିଁ । ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଜନା ବାବଦରେ ଯେଉଁ ଅର୍ଥ ଆସୁଛି ତାହା ଠିକଣା ଭାବେ ଖର୍ଚ୍ଚ ହେଉନାହିଁ । କେବଳ କାଗଜପତ୍ରରେ ଚାରାରୋପଣ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

ଅଭିଯୋଗ ଅନୁଯାୟୀ ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଇତିମଧ୍ୟରେ ଗତ ୫ବର୍ଷରେ ୧୨୧,୫୪ କୋଟି ଟଙ୍କା କେବଳ ଏହି ମିଶନରେ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଛି । ହେଲେ ମହାନଦୀ ଅବବାହିକାର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱ ଗତ ୫ବର୍ଷ ତଳେ ଯେମିତି ଥିଲା ତା'ଠାରୁ ଏବେ ଦୟନୀୟ ସ୍ଥିତିରେ ଅଛି । ମହାନଦୀ ପଠାର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଚାରାରୋପଣ ନହେବା ଯୋଗୁଁ ବର୍ଷାରେ ମାଟି କ୍ଷୟ ହେବା ସହିତ ବନ୍ଧବାଡ଼ ଖାଇ ଗଲାଣି । ଯାହାଫଳରେ ବର୍ଷାଦିନେ ମହାନଦୀର ଜଳ ନିଷ୍କାସନ ସମୟରେ ତଳମୁଣ୍ଡକୁ ଠିକଣା ଭାବେ ପାଣି ନ ଆସି ଜନବସତିକୁ ଜଳାର୍ଣ୍ଣବ କରୁଥିବାରୁ ନାହିଁ ନଥିବା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି । ବିଭାଗୀୟ ତଥ୍ୟ କହୁଛି ଯେ ୨୦୧୮-୧୯ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ୨୯.୫୪ କୋଟି ଟଙ୍କା କେବଳ ଚାରାରୋପଣ ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଛି । ସେହିପରି ୨୦୧୯-୨୦ରେ ୫୧କୋଟି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଥିବାବେଳେ ୨୦୨୦-୨୧ରେ ୩୧କୋଟି, ୨୦୨୧-୨୨ରେ ୫କୋଟି ଏବଂ ୨୦୨୨-୨୩ରେ ୫କୋଟି ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଇତିମଧ୍ୟରେ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ମହାନଦୀ ସବୁଜ ୦୧.୫୪ କୋଟି ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ସାରିଲାଣି । ହେଲେ ଏହି ଅର୍ଥରେ ଯେତିକି ପରିମିତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଚାରାରୋପଣ ହେବା କଥା ତାହା ହୋଇନାହିଁ । ଯୋଜନା ପ୍ରଣୟନ ବେଳେ ବିଭାଗର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଥିଲା ଯେ ମହାନଦୀ, ଇବ୍ ଏବଂ ତେଲ ନଦୀ ପଠାର ୪୧ହଜାର ହେକ୍ଟର ପରିମିତ ଅଞ୍ଚଳରେ ୫କୋଟି ଚାରାରୋପଣ ହେବ । ଏହାବାଦ୍ ରାଜ୍ୟର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ୨କୋଟି ଲେଖାଏଁ ଚାରାରୋପଣ କରାଯିବ । ଚାରାରୋପଣ ବେଳେ ଅର୍ଥକାରୀ ଫସଲ ଆମ୍ବ, ପଣସ ଓ ଜାମୁକୋଳି ଗଛ ମଧ୍ୟ ଲଗାଯିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥିଲା । ଉଦ୍ୟାନ ଓ ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ସମନ୍ୱୟରେ ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ମିଶନ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହିଥିଲା । ଯୋଜନାର ସଫଳ ରୂପାୟନ ଉପରେ ଆଗାମୀ ଦିନର ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ଅନୁକୂଳ ପରିବେଶ ନିର୍ଭରଶୀଳ । ଏହାସହିତ ମହାନଦୀର ଉପର ମୁଣ୍ଡରେ ଛତିଶଗଡ଼ ସରକାର କରିଥିବା ୬୫ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସେତୁ ସତ୍ତ୍ୱେ ୧୬ଟି ଜିଲାର ଲୋକେ ପାଣି ପାଇଁ ତହଲବିକଳ ହୋଇ ନଥାନ୍ତେ । ମିଶନ ବାଟ ହୁଡ଼ିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ଦିଗ ପ୍ରତି କାହାର ଦୃଷ୍ଟି ନାହିଁ । ଏମିତିକି ଗତ ୨ବର୍ଷ ଧରି ଏହି ମିଶନର ଗୋଟିଏ ହେଲେ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକ ହୋଇ ନହିଁ ।

## ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକର ଦ୍ୱିପ୍ରହର ନିଦ

ଦ୍ୱିପ୍ରହରେ ଶୋଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ ଭଲ କି ଖରାପ ? ଏହି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ପ୍ରାୟତଃ ସମସ୍ତେ ରହିଥାନ୍ତି । ଦ୍ୱିପହରେ ଖାଇବା ପରେ ଶୋଇବାକୁ କେତେକ ଭଲ କହୁଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକଙ୍କ ମତରେ ଏହା ଶରୀର ପାଇଁ ହାନିକାରକ । ତେବେ ଏସବୁ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ଅନ୍ତ ଜଣାଇଛନ୍ତି ବୈଜ୍ଞାନିକ । ୟୁନିଭରସିଟି ଅଫ୍ ପେନସିଲଭାନିଆ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣା ଅନୁଯାୟୀ ଦ୍ୱିପହରେ ଶୋଇବା ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ଆଳସ୍ୟ ଦୂର ହେବା ସହ ଶରୀରର ସକ୍ରିୟତା ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ । ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ ଦ୍ୱିପହରେ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ହୃଦରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ବହୁମାତ୍ରାରେ କମିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦ୍ୱିପହରେ ଶୋଇବା ପରେ ନିଦ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନହୋଇ ନିଦ ଭାଙ୍ଗିଗଲେ ଏହା ଆପଣଙ୍କ ଆଳସ୍ୟକୁ କମାଇବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ । ଏଣୁ ଯେଉଁମାନେ ଦ୍ୱିପହରେ ଶୋଇବାରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ନୁହଁନ୍ତି ସେମାନେ ଦ୍ୱିପହରେ ନଶୋଇବା ଭଲ ।



## ଭାରତବର୍ଷ ସମସ୍ତ ମାନବଜାତିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିନିଏ

**ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ**

ମୁଁ ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କିଛି ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ଚାହୁଁନାହିଁ । ମୋ'ର ଦେଶଭକ୍ତି ସାଧାରଣତଃ ମନୁଷ୍ୟସମାଜର ମଙ୍ଗଳକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରି ରଖୁଛି । ତେଣୁ ଭାରତବର୍ଷ ଲାଗି ମୋ'ର ସେବା ଭିତରେ ମନୁଷ୍ୟଜାତିର ସେବା ମଧ୍ୟ ଅନ୍ତର୍ଗତ ରହିଛି । ଭାରତବର୍ଷର ମୁକ୍ତି ଲାଗି ହୋଇଥିବା ସମଗ୍ର ଯୋଜନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ବଳର ବିକାଶ ଉପରେ ଆଧାରିତ କରି ରଖା ଯାଇଛି । ଏଇଟି ହେଉଛି ଏକ ଆତ୍ମଶୁଦ୍ଧିକରଣର ଯୋଜନା । ତେଣୁ, ଏହାର ଅନ୍ତର୍ମୁଖ୍ୟର ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କୁ ନିୟୋଜିତ କରି ହିଁ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଗତର ଜାତିମାନେ ଭାରତୀୟ ଆନ୍ଦୋଳନଟିକୁ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟଭାବରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବେ । ଏକ ଖୋଲାମନ ନେଇ ସେହି ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏଠାକୁ ଆସନ୍ତୁ ଏବଂ ସତ୍ୟର ଜଣେ ଅନୁସନ୍ଧାନୀ ଭିତରେ ଯେଉଁଭଳି ଅବଶ୍ୟ ରହିବା ଉଚିତ, ବିନୟର ଏକ ମନୋଭାବ ନେଇ ସେମାନେ ଭାରତକୁ ଆସନ୍ତୁ ।...ଲିଖିତ ଅଥବା କଥିତ ଶବ୍ଦଶକ୍ତି ଅପେକ୍ଷା ଭାବନାଶକ୍ତିରେ ମୋ'ର ଅଧିକ ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି । ମୁଁ ପ୍ରତିନିଧି କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥିବା ଆନ୍ଦୋଳନଟି ମଧ୍ୟରେ ଯଦି ପ୍ରକୃତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ରହିଥାଏ ଏବଂ ତା' ଉପରେ ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦ ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ, ତେବେ ସଶରୀରେ ପୃଥିବୀର ବିଭିନ୍ନ ଭାଗରେ ଯାଇ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇ ନପାରିଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀ ମଧ୍ୟକୁ ଅବଶ୍ୟ ଭେଦିଯାଇ ପାରିବ । ଯଦି ମୁଁ କୌଣସି ଔଦ୍ଧତ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ନକରି ସମୁଚିତ ବିନୟ ସହିତ ଏ କଥା କହି ପାରିବି, ତେବେ ଏହା ଏକାନ୍ତ ସତ୍ୟ ଯେ, ମୋ'ର ବାଣୀ ଓ ମୋ'ର ପ୍ରଣାଳୀଗୁଡ଼ିକର ମର୍ମତଃ ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀ ନିମନ୍ତେ ହିଁ ଏକ ନିବେଦନକ୍ଷେତ୍ର ରହିଛି ଏବଂ ଏକଥା ଜାଣିବାରେ ମୁଁ ଗଭୀର ସନ୍ତୋଷ ଲାଭ କରୁଛି ଯେ, ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଗତର ବହୁସଂଖ୍ୟକ ତଥା ଦିନକୁ ଦିନ ସଂଖ୍ୟାରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ବହୁ ନରନାରୀଙ୍କ ହୃଦୟରେ ତାହା ଇତିମଧ୍ୟରେ ଏକ ଚମତ୍କାର ଅନୁସ୍ପନ୍ଦନ ଲାଭ କରିପାରିଛି ।

ମୁଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ କ୍ଷୋଭର ସହିତ ସଚେତନ ରହିଥିବା ମୋ'ର ସକଳ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ସହିତ ମୁଁ କାହିଁକି ଅନୁଭବ କରୁଛି ଯେ, ମୋ'ର ପ୍ରୟୋଗଟିକୁ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ସୀମାବଦ୍ଧ କରି ରଖିବାକୁ ହେବ । ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ବା ଖଣ୍ଡ ବିଷୟରେ ଯାହା ସତ, ସମ୍ଭବତଃ ସମଗ୍ର ବିଷୟଟିରେ ମଧ୍ୟ ତାହା ହିଁ ସତ ହେବ । ମୁଁ ତାହାକୁ ଆସୁଥିବାର ଦେଖି ପାରୁଛି । ମାତ୍ର, ମୁଁ ଭଲକରି ଜାଣିଛି ଯେ, ଏହା ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବନ୍ୟା ପରି, ଆମର ସକଳ ଆବର୍ଜନାକୁ ହରଣ କରି ନେଉଥବା ଓ ଶକ୍ତିରେ ଭରିଦେଇ ଯାଉଥିବା ଏକ ବନ୍ୟା ପରି ଆମ ପାଖରେ ଆସି ହାବୁଡ଼ିଯିବା ପୂର୍ବରୁ ଆମକୁ ତାହାର ଉପଯୁକ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

## ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ଚରିତ୍ରର ଅବଧାରଣା

ଚରିତ୍ର ନିର୍ମାଣ ସର୍ବଦା ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିର କେନ୍ଦ୍ର ହୋଇ ରହିଛି । ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିର ବିଶିଷ୍ଟତା ଓ ଏହାର ମହାନତାର ପ୍ରମୁଖ ଆଧାର ଏହାର ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠ ନାଗରିକ, ଶାସକ ଓ ଗଣ୍ୟମାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ହୋଇଥାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଆଧାରରେ ଏଠାକାର ନାଗରିକ ଆଦର୍ଶର ଉଦାହରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି । ପରିବାର ନରରତ୍ନମାନଙ୍କ ଖଣି ହୋଇଛି ତଥା ପୂରା ସମାଜ ସୁଖୀ, ସମୃଦ୍ଧି ଓ ଶାନ୍ତିର ଉଚ୍ଚତମ ମାନକକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରି ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ନିଜର ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ଏବଂ ଅଦ୍ୱିତୀୟତାର ସହିତ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି ।

ମଧ୍ୟଯୁଗରେ ଚାରିତ୍ରିକ ଦୁର୍ବଳତା କାରଣରୁ ଯେବେ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଗଲା ତ ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ବିଦେଶୀ ଆକ୍ରମଣକାରୀଙ୍କୁ ଏହା ମଧ୍ୟରେ ଅନୁପ୍ରବେଶ କରିବାର ସୁଯୋଗ ମିଳିଲା ଏବଂ ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମାଜ ଦାସତାର ଦଂଶନ ସହିଲା । ପୁନଃ ଏହାର ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠ ନେତୃତ୍ୱ ଓ ଜାଗ୍ରତ ଜନଚେତନା ଆଧାରରେ ସମାଜ ଏହି ଦାସତାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଲା ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ନିଜର ସନାତନ ଗୌରବ-ଗରିମାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବା ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଛି, କିନ୍ତୁ ଏବେ ବି ବହୁତ କାର୍ଯ୍ୟ ବାକି ଅଛି ।

ଆମର ପୂର୍ବପୁରୁଷଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଦତ୍ତ ଶିକ୍ଷା ଓ ଉପଦେଶ ଗୁଡ଼ିକୁ ପୁନଃ ସ୍ମରଣ କରିବା, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିବା ଏବଂ ଜୀବନରେ ଧାରଣ କରି ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂକ୍ରମଣର ଏହି ସମୟରେ ଦେବ ସଂସ୍କୃତିର ସଚ୍ଚା ସଂବାହକ ହୋଇ ନିଜର ସକାରାତ୍ମକ ଯୋଗଦାନ ଦେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

ଚରିତ୍ର ନିର୍ମାଣକାରୀ ଦେବୀ ତତ୍ତ୍ୱ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ଭରି ରହିଛି । ଯେଉଁ ସଂସ୍କୃତିର ଜୀବନ ଦର୍ଶନ ବ୍ୟକ୍ତିର ଲୌକିକ ଏବଂ ପାରଲୌକିକ କଲ୍ୟାଣକୁ ସିଦ୍ଧ କରିଥାଏ, ଯାହା 'ଆତ୍ମବତ୍ ସର୍ବଭୂତେଷୁ' ଓ 'ବସୁଧୈବ କୁଟୁମ୍ବକମ୍'ର ଆଦର୍ଶ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ, ଯାହା ଧର୍ମମୟ ଅର୍ଥ ଓ କାମର ଆଧାରରେ ମୋକ୍ଷର ମାର୍ଗ ଦେଖାଇଥାଏ, ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ପଥ ପ୍ରଶସ୍ତ କରିଥାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ସେବା ଓ ତ୍ୟାଗର ଆଦର୍ଶକୁ ସଂସ୍କାର ଗୁଡ଼ିକରେ ଘୁଟି ପରି ପିଆଯାଏ, ତା' ପାଇଁ ଚରିତ୍ର ନିର୍ମାଣ ମାନବୀୟ ବିକାଶର ସହଜ ପ୍ରକ୍ରିୟା ହୋଇ ରହିଛି ।

ବେଦର ସ୍ପଷ୍ଟ ଆଦର୍ଶ ହେଉଛି 'ଋତସ୍ୟ ପରଂ ପ୍ରେତ' ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ୟ ଓ ପବିତ୍ର ମାର୍ଗରେ ଚାଲ । ବେଦରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ସ୍ୱରରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରାଯାଇଛି – ମୋର ଜୀବନ ଯଜ୍ଞର ଅଗ୍ରଣୀ ଅଗ୍ନିଦେବ । ମୋତେ ସବୁଆଡୁ ଦୁଶ୍ଚରିତ୍ରରୁ ରକ୍ଷା କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁଚରିତ୍ରରେ ମୋର ପ୍ରୀତି ଓ ଭକ୍ତି ରହୁ । ମୁଁ ତାହାର ସେବନ କରିବି । ଦେବ ଓ ଦେବୋପମ ମାନବଙ୍କ ଅନୁସରଣ କରି ମୁଁ ନିଜ ଜୀବନରେ ଉତ୍ଥାନର ମାର୍ଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବି ଏବଂ ଜୀବନର ଉଚ୍ଚ ସ୍ତରରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବି ।

ସାରା ଭାରତକୁ ସାଂସ୍କୃତିକ ଏକତାର ସୂତ୍ରରେ ଆବଦ୍ଧ କରିଥିବା ଆଦି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଶବ୍ଦରେ ଚରିତ୍ର, ଶୀଳ ଓ ସଦାଚାର ପର୍ଯ୍ୟାୟବାଚୀ ଶବ୍ଦ । ଏହି ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠା କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନକୁ ମୂଲ୍ୟବାନ୍ କରିଥାଏ, ଶ୍ରଦ୍ଧାପାତ୍ର କରିଥାଏ ।

ବାଲ୍ମୀକି ରାମାୟଣ ଅନୁସାରେ ବିଦ୍ୱାନ୍ ନିଜର ବିଦ୍‌ବତ୍ତା ଯୋଗୁଁ ପ୍ରଶଂସାର ପାତ୍ର ହୋଇଯାଏ, କିନ୍ତୁ ଚରିତ୍ରବାନ୍ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜ ଚରିତ୍ରର ଆଦର୍ଶ ଦ୍ୱାରା ଲୋକଙ୍କର ଶ୍ରଦ୍ଧାଭାଜନ ହୋଇ ନିଜ ପ୍ରତି ଆଦରଭାବ ଉତ୍ପନ୍ନ କରି ସେମାନଙ୍କ ହୃଦୟରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଏ ।

ତେଣୁକରି ଭଗବଦ୍‌ଗୀତା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦାୟିତ୍ୱବାନ୍ ବିଚାରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଆଚରଣ କରିବା କଥା କହିଥାଏ । କାରଣ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପୁରୁଷଙ୍କ ଆଚରଣ ଅନୁସାରେ ହିଁ ଅନ୍ୟ ପୁରୁଷମାନେ ଆଚରଣ କରନ୍ତି ତଥା ସେମାନଙ୍କ ଆଦର୍ଶର ଅନୁଗମନ କରନ୍ତି । କୀର୍ତ୍ତିରେ କଳଙ୍କ ଲାଗିବାକୁ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତି ଅନୁସାରେ ମୃତ୍ୟୁଠାରୁ ବଳି ମନେକରାଯାଏ । ସେଥପାଇଁ ଚରିତ୍ରନିଷ୍କାର ଭାବ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ଅଗ୍ନିଜ୍ୱାଳା ଭଳି ଧମନୀଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ । ଯାହାର ଅଗଣିତ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୁଗରେ ଜନମାନସକୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠତାର ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରେରିତ କରିଆସୁଛି ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ)

# କୋକୋ ପାଉଡରର ଉପକାରୀ ଗୁଣ

ଓଜନହ୍ରାସ ପାଇଁ ଅନେକ ଉପାୟ ବିଷୟରେ ପଢ଼ିଥିବେ। ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି କି କୋକୋ ପାଉଡର ଓଜନ ହ୍ରାସ କରେଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଲୋକଙ୍କୁ ଚିନ୍ତାରେ ପକାଇଥାଏ। ଓଜନ କମ୍ କରିବା ମଧ କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ। ସେଥିପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଭଲ ଉପାୟ ଡାଏଟ୍ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ ଓ ସକ୍ରିୟ ରହିବା। କିନ୍ତୁ ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଆହୁରି ଅନେକ ଉପାୟ ରହିଛି ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ। କୋକୋ ପାଉଡର ସେଥି ମଧ୍ୟରୁ ଅନ୍ୟତମ। କୋକୋ ପାଉଡରରୁ ଅନେକ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ତିଆରି ହୋଇଥାଏ।

ଏହି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଯୋଗୁଁ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଏହି ପାଉଡରକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଖାଇଲେ ଓଜନ କମ୍ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। କୋକୋ ପାଉଡର ଓ ଚକୋଲେଟ୍‌କୁ ସାଧାରଣତଃ ସମସ୍ତେ ଗୋଟିଏ ଜିନିଷ ବୋଲି ମାନିଥାନ୍ତି। କୋକୋ ବିନ୍ସକୁ ପେଷା ଯାଇ କୋକୋ ପାଉଡର ତିଆରି ହୋଇଥାଏ। ଏହା କେବଳ ପାଉଡର, ଏଥିରେ ଫ୍ୟାଟ୍ ଓ ଚିନି ଇତ୍ୟାଦି ନ ଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଚକୋଲେଟରେ ସୁଗାର, କୋକୋ ବଟର ପରି ଜିନିଷ ମିଶିଥାଏ। ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଫ୍ୟାଟ ବଢ଼ିଥାଏ। ଚକୋଲେଟରେ କୋକୋ ପାଉଡରର ମାତ୍ରା ଯେତିକି ଅଧିକ ଥାଏ, ସେତେ ଅଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକାରୀ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ସେଥିପାଇଁ ଫିଟନେସ୍ ୱାର୍କଆଉଟ୍ ପୂର୍ବରୁ ଟ୍ରେନର୍ସମାନେ ଚକୋଲେଟ ଡ୍ରିଙ୍କସ୍ ଦିଅନ୍ତି, କାରଣ କୋକୋ ପାଉଡର ଆପଣଙ୍କ ମେଟାବୋଲିଜିମକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଫ୍ୟାଟ୍ ଶୀଘ୍ର ମେଟାବୋଲିଜ୍ ହୋଇଥାଏ। କୋକୋ ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟ ଏକ ଫାଇଦା ହେଲା ଏହା ବ୍ଲଡପ୍ରେସର କମ୍ କରିଥାଏ। କୋକୋରେ ଯେଉଁ ଫ୍ଲେବେନାଇଡସ୍ ଥାଏ ତାହା ବ୍ଲଡରେ ନାଇଟ୍ରିକ୍ ଅକ୍ସାଇଡର ମାତ୍ରାକୁ ଅଧିକ କରିଥାଏ। କୋକୋରେ ହାର୍ଟ ଆଟାକ୍ ଓ ଷ୍ଟ୍ରୋକର ରିସ୍କ କମ୍ କରିବା ପରି ଗୁଣ ରହିଛି। ଏହା ଡିପ୍ରେସନ ଦୂର କରିବାରେ ମଧ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ତେଣୁ କୋକୋ ଓ କୋକୋ ଦ୍ୱାରା ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଡକ୍ଟସ୍ ଓଜନ କମ୍ କରିବା ସହିତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଉପକାର ଦେଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଠିକ୍ ପରିମାଣରେ ସେବନ କରିବା ଉଚିତ୍।

# ଭଜା ବୁଟର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ଭଜା ବୁଟ ସବୁଦିନ ଖାଇଲେ ଶରୀରକୁ ବହୁ ପ୍ରକାରର ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ। ଭଜାବୁଟ ଖାଇଲେ ମୋଟାପଣ କମ୍ ହେବା ସହ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ପେଟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଆହୁରି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ରୋଗରୁ ବି ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ। ରିସର୍ଚ୍ଚରୁ ଜଣାପଡିଛି କି ପ୍ରତିଦିନ ୫୦ ଗ୍ରାମ ଲେଖାଏଁ ଭଜା

ବୁଟ ଖାଇଲେ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ। ଫଳରେ ପାଣିପାଗ ବଦଳିବାର ପ୍ରଭାବ ହଠାତ୍ ପଡି ନଥାଏ। ଏହା ସହିତ ମୋଟାପଣର ଶିକାର ହୋଇଥିଲେ ଭଜାବୁଟ ବେଶ୍ ଫାଇଦା ଆଣିଥାଏ। ପ୍ରତିଦିନ ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ଶରୀରରେ ଥିବା ଅତିରିକ୍ତ ଚର୍ବି ବାହାରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଯଦି ପରିସ୍ରା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ ତାହେଲେ ଗୁଡ ସହିତ ଭଜାବୁଟ ଖାଇଲେ ଉପକାର ମିଳିଥାଏ। ଲଗାତର ଏହାକୁ ଖାଇଲେ କିଛି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ। ଭଜାବୁଟ ଗୁଣ୍ଡ କରି ତାକୁ କ୍ଷୀର ସହିତ ଖାଇଲେ ନପୁନସକତା ପ୍ରାୟତଃ ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ବୀର୍ଯ୍ୟବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ। ଭଜାବୁଟକୁ ମହୁ ସହିତ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ମଧ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ।

# ବହୁ ଗୁଣରେ ଭରପୁର ମେଥି ଶାଗ

ସ୍ୱାଦରେ ଅଳ୍ପ କଡ଼ା ଲାଗୁଥିବା ମେଥି ଶାଗରେ ବହୁ ପୋଷଣ ତତ୍ତ୍ୱ ଭରି ରହିଛି। ବହୁ ରୋଗ ସମାଧାନ ନିମନ୍ତେ ମେଥି ଶାଗକୁ ଖାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରାଚୀନ କାଳର କବିରାଜ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି। ଏହିପରିକି ମେଥି ଶାଗକୁ ଚେରମୂଳ ଔଷଧରେ ମଧ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ଏହି ଶାଗକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଖାଇଲେ ଶରୀରର ତାପ ବଢ଼ିଥାଏ। ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ଏସିନୋଫେଲିଆ ରୋଗୀ ଏହି ଶାଗକୁ ସେବନ କଲେ ଉପଶମ ମିଳେ। ମେଥି ଶାଗରେ ତମ୍ବା, ପୋଟାସିୟମ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଲୌହ, ସେଲେନିୟମ, ଦସ୍ତା ମାଙ୍ଗାନିଜ ଓ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଭଳି ଖଣିଜ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୂର ହୋଇ ରହିଥାଏ। ଏହାଛଡ଼ା ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଭରି ରହିଥାଏ। ପେଟ ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ମେଥି ଶାଗ ଏକ ବରଦାନ। ଏହା ପାଚନ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ। ମେଥି ଚା'କୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ସେବନ କଲେ ପେଟ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ। ଶରୀରରେ ଦରଜ କିମ୍ବା ଗଣ୍ଠି ଦରଜ ଦେଖାଗଲେ ମେଥି ଶାଗକୁ ସେବନ କଲେ ଏହି

ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ। ମେଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ଆଇରନ ଓ ଫସଫରସ ରହିଥାଏ। ଯାହା ଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ। ମେଥି ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟରୋଲ ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରେ। ଏଥିରେ ଲିପ୍ରୋପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ରହିଥାଏ। ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ଶରୀରରେ ଇନସୁଲିନକୁ ଉତ୍ପନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏଣୁ ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ଏହି ଶାଗକୁ ଖାଇବା ଉଚିତ। ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ମେଥିର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ଏଥିରେ ଗାଲାକ୍ଟୋମାନାନ୍ ପୋଷଣ ଥିବା କାରଣରୁ ଏହା ହୃଦୟ ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜବୁତ କରାଇଥାଏ। ମେଥିରେ ପୋଟାସିୟମ ଥିବା କାରଣରୁ ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ ସନ୍ତୁଳନ ରହିଥାଏ। ମେଥି ଶାଗର ବାସ୍ନା ଏବଂ ସ୍ୱାଦ କାରଣରୁ ଏହାକୁ ଶୁଖାଇ ଖାଦ୍ୟରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ପାଚନ ସମସ୍ୟା ଓ ଗ୍ୟାସ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ମେଥି ଚା' ସେବନ କରୁଥିଲେ। ମେଥି ଶାଗକୁ ଶୁଖାଇ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ ମେଥି ଚା' କରାଯାଇଥାଏ। ଏହାଛଡ଼ା ଏହି ଚା'କୁ କେଶ ଧୋଇବାରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ।

# ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ ଗୁଡ଼

ଆମେ ସଭିଏଁ ଜାଣିଛନ୍ତି ଯେ, ଆମେ ଚିନି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ମୋଟାପଣ ବଢ଼ିଥାଏ କିନ୍ତୁ, ଗୁଡ଼ ମୋଟାପା କମ୍ କରି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ। ବୈଜ୍ଞାନିକଙ୍କ ଅନୁଯାୟୀ, ଗୁଡ଼ର ପୋଷଣ ଗୁଣବତ୍ତାର ବିଶେଷ ମହତ୍ୱ ରହିଛି। ୧୦୦ ଗ୍ରାମ ଗୁଡ଼ରେ ପ୍ରାୟ ୧୦.୪ ଗ୍ରାମ ପ୍ରୋଟିନ୍, ୦.୧ ଗ୍ରାମ ଚର୍ବି, ୮୦ ମିଲି ଗ୍ରାମ୍ କ୍ୟାଲସିୟମ, ୪୦ ମିଲିଗ୍ରାମ୍ ଫସଫରସ, ୧୧.୪ ମିଲିଗ୍ରାମ ଲୌହ, ୦.୬ ରୁ ୧ ଗ୍ରାମ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ, ୧୬୮ ମିଲିଗ୍ରାମ ଭିଟାମିନ୍ ସି ଏବଂ ୩୮୩ କିଲୋ କ୍ୟାଲୋରୀ, ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନକାରୀ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ ରହିଥାଏ। ଚିନିରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଚିନି ପ୍ରସ୍ତୁତି ସମୟରେ ହଟାଇ ଦିଆଯାଏ। ଗୁଡ଼ ତିଆରି ସମୟରେ ରିଡ୍ୟୁସିଙ୍ଗ୍ ସୁଗାର ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଖଣିଜର ମାତ୍ରା ବଢ଼ିଯାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ଗୁଡ଼ ଅଧିକ ପୋଷକ ହୋଇଯାଏ। ତେଣୁ ଗାଁ ମାନଙ୍କରେ ଚିନି ପରିବର୍ତ୍ତେ ଗୁଡର ପ୍ରୟୋଗ ଅଧିକ ହୁଏ, ଏହାଦ୍ୱାରା ମଧୁମେହ ରୋଗ କମିଯାଏ।

ଚିନିରେ ସୁକ୍ରୋଜର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ହେବା କାରଣରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ, ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଗୁଡରେ ମହଜୁଦ କ୍ୟାଲସିୟମ, ମାଙ୍ଗାନିଜ୍ ଏବଂ ମାଗ୍ନେସିୟମ ପରି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଉପସ୍ଥିତ ଔଷଧୀୟ ମହତ୍ତ୍ୱ ବଢ଼ାଇଥାଏ। ତେଣୁ ଗୁଡ଼ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ। ଗୁଡ ଉତ୍ପାଦନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ, କାନାଡ଼ା, ସଂଯୁକ୍ତ ଆରବ ଏମିରେଟ, ଘାନା, ହଙ୍ଗକଙ୍ଗ୍, ଜାପାନ, ଇଣ୍ଡୋନେସିଆ, ବ୍ରିଟେନ,

ଆମେରିକା ଇତ୍ୟାଦି ଦେଶ ସାମିଲ ଅଛି। ଏହି ଦେଶଗୁଡିକ ଅପେକ୍ଷା ଭାରତର ଗୁଡ ଅଧିକ ଲୋକପ୍ରିୟ। ଗୁଡ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବେଳେ ସଂକ୍ରମଣ ରହିତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରୟାସ କରାଯାଏ। ନୂତନ ପ୍ରାଦ୍ୟୋଗିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉତ୍ପାଦନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚିରା କପଡ଼ା, ମଇଳା ରହି ନ ଥାଏ ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ମଧ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହାର ମୂଲ୍ୟ ଅଧିକ। ବର୍ତ୍ତମାନ ତରଳଗୁଡ ମଧ ତିଆରି ହୋଇ ବିକ୍ରି ଚାଲିଛି। ଗୁଡ଼ ସମଘନାକୃତି ମଧ ତିଆରି ହେଉଛି।

# ଦହି ଖାଇବା ଉପକାରୀ

ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ନିୟମିତ ଦହି ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ହିତକାରୀ। ଏହା ପେଟ ଥଣ୍ଡା ରଖିବା ସହ ଖାଦ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ହଜମ କରାଇଥାଏ।

ଦହିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ଭିଟାମିନ୍, ଲାକ୍ଟୋଜ୍, ଲୌହ, ଫସଫରସ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡିକ ଭରପୂର ଥିବାରୁ ତାହା ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ।

ଦ୍ୱିପହର ଭୋଜନରେ ଦହି ଖାଉଥିବା ଲୋକଙ୍କ ମସ୍ତିଷ୍କ ଶାନ୍ତ ରହେ ଓ ଭଲ ନିଦ ହେଉଥିବାର ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାପଡିଛି।

ଦହିରେ ମହଜୁଦ୍ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ହାଡ଼ ମଜଭୁତ୍ ରଖିବା ସହ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ।

ନିୟମିତ ଭାବରେ ଏହାକୁ ଖାଉଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗ ସହଜରେ ଆକ୍ରମଣ କରି ପାରି ନ ଥାଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ।

ଗରମଦିନେ ଏହା ଏକ ସର୍ବୋତ୍ତମ ପାନୀୟ। ଦହି ଗରମରେ ପିଇଲେ ଶରୀରକୁ ଶୀତଳତା ପ୍ରଦାନ କରେ।

# ଦେହ ପାଇଁ ତେଜପତ୍ର

ତେଜପତ୍ରକୁ ବାଟି ଚର୍ମରେ ଲଗାଇଲେ ଚର୍ମରୋଗ ହୋଇ ନ ଥାଏ।

ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ ଏହି ପତ୍ରକୁ ମସଲା ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରି ଖାଇଲେ ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଉତ୍ତମ ଭାବରେ ହୁଏ। ବାଲଟିଏ ପାଣିରେ ତେଜପତ୍ର ୧୫

ମିନିଟ୍ ବତୁରାଇ ସ୍ନାନ କଲେ ଚର୍ମରୋଗ ହୋଇ ନଥାଏ।

ଥଣ୍ଡା ଜର୍ନିତ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ସମୟରେ ତେଜପତ୍ର ବାଟି ମଥାରେ ଲଗାଇଲେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାରୁ ଉପଶମ ମିଳେ। କାଶ ହେଲେ ତେଜପତ୍ର ଓ ଅଳ୍ପ ମିଶ୍ରିକୁ ମିଶାଇ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ, ସେହି ପାଣିକୁ ଥଣ୍ଡା କରି ପିଇଲେ କାଶରୁ ରକ୍ଷା ମିଳେ। ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ତେଜପତ୍ର ଫୁଟା ପାଣିକୁ ନିୟମିତ ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ। ତେଜ ପତ୍ର ରୋଷେଇରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଲେ ହଜମ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରାଏ।

# ସ୍ୱର୍ବେଦ

**ବାହର ଭୀତର ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୈ, ବ୍ୟାପକ ଅକ୍ଷର ମାହିଁ ।**
**ଅନ୍ତର ଅନୁଭଓ୍ୱ ହୋ ରହା, ନିଃଅକ୍ଷର ମମ ଆହିଁ ॥୨୯॥**

ଭାଷ୍ୟ - ସମଗ୍ର ଶରୀର ଏବଂ ଆତ୍ମାରେ ବ୍ୟାପକ ଅକ୍ଷର ବ୍ରହ୍ମ ବାହାରେ ଏବଂ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟନ୍ତି । ସେହି ଅକ୍ଷର ଭିତରେ ନିଃଅକ୍ଷରଙ୍କର ପରମ ପ୍ରକାଶ ଅନୁଭବରେ ମୋତେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ଅକ୍ଷର ଭିତରେ ଗତି ଏବଂ ପ୍ରକାଶ ଦେଉଥିବା ଅନିର୍ବାଚ୍ୟ ପରମ ପୁରୁଷ ଶାରଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି । ଏହା ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଏବଂ ଗ୍ରନ୍ଥକାରଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନୁଭବ ଅଟେ ।

**ମମ ଅନୁଭଓ୍ୱ ଯହ ହୋତ ହୈ, ନିଃଅକ୍ଷର କା ସୋତ ।**
**ଅକ୍ଷର ଭୁମି କୋ ଫୋରତା, ଆୟା ଆତମ ଗୋତ ॥୩୦॥**

ଭାଷ୍ୟ - ମୋତେ ଏହି ଅନୁଭବ ହେଉଛି ଯେ ନିଃଶବ୍ଦଙ୍କର ପ୍ରବାହ ଅକ୍ଷର ମଣ୍ଡଳକୁ ଭେଦକରି ମୋ ଆତ୍ମାରେ ଆସୁଅଛନ୍ତି, ଅର୍ଥାତ୍ ନିଃଅକ୍ଷରଙ୍କର ଚେତନଧାର ଅକ୍ଷର ମଣ୍ଡଳ ଦେଇ ଆତ୍ମାରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି ।

**ଯହ ଅନୁଭଓ୍ୱ ଓ୍ୱିଜ୍ଞାନ ହୈ, ସର୍ଓ୍ୱ ତତ୍ତ୍ୱ ହୈ ଦୃଶ୍ୟ ।**
**ପରମ ତତ୍ତ୍ୱ ପରକାଶ ମେଁ, ଅବ କଛୁ ନାହିଁ ଅଦୃଶ୍ୟ ॥୩୧॥**

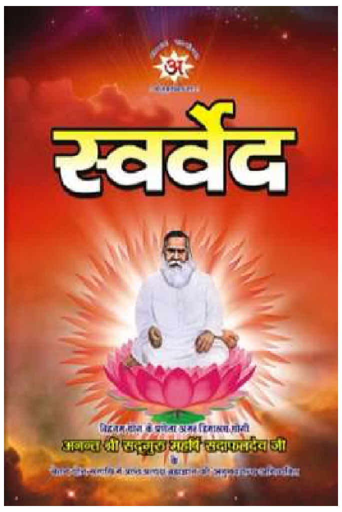
ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧିର ଅନୁଭବ ବିଜ୍ଞାନରେ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଯୋଗ ବିଜ୍ଞାନର ପରମ ପ୍ରକାଶ ଉଦୟ ହେବା କାରଣରୁ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଆବରଣ ଭିତରେ ରହିଯାଏ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ ପାଖରେ ପରୋକ୍ଷ, ଅପରୋକ୍ଷ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ନିର୍ଭ୍ରାନ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଥାଏ । ଗୁପ୍ତ ଅଥବା ଅଦୃଶ୍ୟ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ରହି ନ ଥାଏ । ଏହା ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧିର ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱ ବିଜ୍ଞାନ ଅଟେ । ପର ଅପର - ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ବିବେକ ପାରଦର୍ଶୀ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କୁ ସ୍ୱତଃ ହୋଇଯାଏ ।

**ଅମୃତ ସିନ୍ଧୁ ଅସୀମ ହୈ, ପୂରଣ ଅଗମ ଅପାର ।**
**ତାହି ସୋତ ଆତମ ମିଲା, ଅର୍ଧ ପ୍ରଓ୍ୱାହୀ ଧାର ॥୩୨॥**

ଭାଷ୍ୟ - ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଗତି ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ପହଞ୍ଚି ପାରୁ ନ ଥିବାରୁ ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ 'ଅଗମ୍ୟ' କୁହାଯାଏ । ଅନନ୍ତ - ଯାହାର ଅନ୍ତ ନାହିଁ, ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି । ସେହି ଶବ୍ଦାମୃତ ମହାସାଗରଙ୍କର ସ୍ରୋତ ଅର୍ଥାତ୍ ଅର୍ଦ୍ଧ ପ୍ରବାହୀ ଧାରା ଆତ୍ମାରେ ଆସି ମିଶିଯାଏ । ଶବ୍ଦସାଗରର ସ୍ରୋତ ଆତ୍ମାରେ ଆସି ପଡ଼େ । ଏହା ଏହି ପଦର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ, ଯାହାକୁ ଅନୁଭବୀ ଯୋଗୀ ନିଜ ଭିତରେ ଅନୁଭବ କରି ପରମାନନ୍ଦରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

**ଯହୀ ସୁକ୍ଷମ ଧାର କୋ, ପକଡ଼ି କେ ଆତମ ଜାୟ ।**
**ଅମିୟ ମହାନଦ କୋ ମିଲେ, ପରମ ଅମିତ ସୁଖ ପାୟ ॥ ୩୩॥**

ଭାଷ୍ୟ - ଅର୍ଦ୍ଧ ପ୍ରବାହୀ ଚେତନ ଧାରକୁ ଧରି ଆତ୍ମା ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖୀ ହୋଇଯାଏ ଆଉ ଅମୃତ ଶବ୍ଦ ମହାସାଗରରେ ମିଶିବା ପରେ ଅସୀମ ପରମାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ମହାନ୍ ସୁଖକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । ଶବ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତିରୁ ହିଁ ଆନନ୍ଦ ମିଳେ । ଆନନ୍ଦ ସାଗର ଶବ୍ଦ, ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ପରମ ପ୍ରଭୁ ଅଟନ୍ତି । ଶବ୍ଦ ଅତିରିକ୍ତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଆନନ୍ଦ ନାହିଁ ।




ସେଥିପାଇଁ ମାନବ ଜାତିର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଶବ୍ଦାନନ୍ଦର ପ୍ରାପ୍ତି ଅଟେ ।

**ସୁକ୍ଷ୍ମ ସୋତ ନିଃଶବ୍ଦ କା, ନଦ୍ଦ ନଦୀ ଜିମି ସୋତ ।**
**ଅନୁଭଓ୍ୱ ମେଁ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ହୈ, ଶୀତଲ ତନ ଚିଦ୍ ହୋତ ॥୩୪॥**

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ବଡ଼ ନଦୀର ପ୍ରବାହ ଛୋଟ ନଦୀରେ ଆସି ପଡ଼ିଥାଏ, ସେହି ପ୍ରକାର ନିଃଶବ୍ଦଙ୍କର ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ରୋତ ମନ, ଆତ୍ମା ଆଉ ଶରୀରକୁ ଆସି ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ତୃପ୍ତ କରି ଶୀତଳ ମଧୁମୟ କରିଦିଏ । ବ୍ରହ୍ମାମୃତର ପ୍ରବାହ ଆତ୍ମା, ଶରୀର ଆଉ ମନକୁ ପବିତ୍ର କରି ଶୁଦ୍ଧ, ଶାନ୍ତ, ଶୀତଳ କରିଦିଏ । ଯୋଗୀଜନ ଏହି ସୋମ ପ୍ରବାହକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ସର୍ବଦା ଆନନ୍ଦିତ ରହିଥାନ୍ତି । ଏହାର ପ୍ରବାହ, ଅନୁଭବରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୁଖ ଆଉ ଶାନ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସୁଷ୍ମନ ପ୍ରବାହ ପଛକୁ ଚେତନ ମୁଖରେ ନିଃଶବ୍ଦଙ୍କର ଧାରା ତଳକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ତାହା ସୋମରସ ଅଟେ, ଯାହାକୁ ଯୋଗୀଜନ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଜନ୍ମ ମରଣ ପରି ତ୍ରିତାପ ଦୁଃଖରୁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିଥାନ୍ତି । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପ୍ରବାହ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ନ ଯାଇଛି, ନା ମନ ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ତପନ ଶାନ୍ତ ହୁଏ ନା ଆତ୍ମା ପବିତ୍ର ହୋଇ ବଳବାନ୍ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ପରମ ପୁରୁଷାର୍ଥ କରି ଜୀବନରେ ନିଃଶବ୍ଦର ଧାରାକୁ ପ୍ରକଟ ଅନୁଭବ କରିବା ଉଚିତ ।

**ଅକ୍ଷର ମେଁ ନିଃଶବ୍ଦ କା, ଅନୁଭଓ୍ୱ କୀଜେ ଭେଦ ।**
**ଗଗନ ମଣ୍ଡଲ କୋ ଚଢ଼ି ଚଲୋ, ଛୂଟତ ଜଗ କା ଖେଦ ॥୩୫॥**

ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ସନ୍ଧିଭେଦ ଜ୍ଞାନରୁ ଅକ୍ଷର ଆଉ ନିଃଶବ୍ଦର ଭେଦିକ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଅନୁଭବରେ ଦୁଇ ତତ୍ତ୍ୱର ମଣ୍ଡଳ ଭେଦର ଜ୍ଞାନ କରି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଚେତନ ମଣ୍ଡଳକୁ ଆରୋହଣ କରନ୍ତୁ ଯଦ୍ୱାରା ସଂସାରର ତ୍ରିବିଧ ତାପ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ । ସାରଶବ୍ଦଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତିରେ ହିଁ ତ୍ରିତାପ ଦୁଃଖର ନିବୃତ୍ତି ଆଉ ପରମାନନ୍ଦ ମହାନ୍ ସୁଖର ଉପଲବ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

**ଯନ୍ତ୍ରୀ ଯନ୍ତ୍ର ଅନୂପ ହୈ, ଓ୍ୱାଣୀ ମଧୁର ଅମୋଲ ।**
**ରାଗ ଗାଗିନୀ ସବ ବନେ, ଅନହଦ ଓ୍ୱାଣୀ ଓ୍ୱୋଲ ॥୩୬॥**

ଭାଷ୍ୟ - ଏହି ଅଖିଳ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ଚକ୍ରର ସଂଚାଳକ ଅର୍ଥାତ୍ ଯନ୍ତ୍ରୀ ସାରଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି । ସେହି ଅକ୍ଷର ରୂପୀ ଯନ୍ତ୍ରରୁ ସମସ୍ତ ରାଗ-ରାଗିଣୀ, ଅନହଦ ଆଉ ସମସ୍ତ ଭୌତିକ ବାଣୀ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅନହଦ ନାଦ, ସ୍ୱର ଏବଂ ସର୍ବ ବାଣୀମାନଙ୍କର ଆଧାର ପରମ ପୁରୁଷ ସାରଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି ।

**ଅକ୍ଷର ସେ ଯହ ହୋତ ହୈ, ପାଁଚ ଶବ୍ଦ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ।**
**ଜାକୀ ସତ୍ତା ସେ ଚଲୈ, ସକଲ ଚକ୍ର ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ॥୩୭॥**

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷରର ଧାରାରୁ ହିଁ ଦେହ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ପଞ୍ଚଶବ୍ଦ ନିର୍ମିତ । ପଞ୍ଚଶବ୍ଦର କାରଣ ଅକ୍ଷର ନାଦ ଅଟେ । ଅକ୍ଷର ସତ୍ତାରୁ ହିଁ ଏ ସମସ୍ତ ଅଖିଳ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ଚକ୍ର ଚାଲୁଅଛି । ଅକ୍ଷରର ଆଧାର ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷ ସାରଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି ।

**ସବ ଘଟ ବୋଲତ ବ୍ରହ୍ମ ଯହ, ତାକୋ ଲେ ପହିଚାନ ।**
**ତେହି ଅନ୍ତର ପରଂବ୍ରହ୍ମ କୋ, ଅନୁଭଓ୍ୱ ଭେଦ ପିଛାନ ॥୩୮॥**

ଭାଷ୍ୟ - ସମଗ୍ର ଦେହ ସଂଘାତ ତଥା ଆତ୍ମା ଭିତରେ ସେହି ଶକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଅଛି । ସେହି ଅକ୍ଷର ଧ୍ୱନି ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏକତାର ହେଉଅଛି, ସେଥିପାଇଁ ଏହି ପଦରେ 'ବୋଲତ ବ୍ରହ୍ମ' ବାଚ୍ୟ କରି ଏଭଳି ସଙ୍କେତ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ସମସ୍ତ ଘଟମାନଙ୍କରେ ଏବଂ ଚରାଚର ଜଗତରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ସେହି ବ୍ରହ୍ମଙ୍କୁ ଚିହ୍ନିବା ଅର୍ଥାତ୍ ଅନୁଭବ ସାକ୍ଷାତ୍କାର କରି ତାଙ୍କ ଭିତରେ ପରମ ପୁରୁଷ, ସାରଶବ୍ଦଙ୍କୁ ଅନୁଭବ ଭେଦ ଦ୍ୱାରା ଜାଣିବା ଉଚିତ । ଅକ୍ଷର ବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହେଲା ପରେ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ଅନୁଭବ ସାକ୍ଷାତ୍କାର କରିବା ଉଚିତ ।

**କ୍ଷର ଅକ୍ଷର ଅରୁ ଆତମା, ପ୍ରକୃତୀ ପୁରୁଷ ଅପାର ।**
**ପାଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱ ସେ ଯନ୍ତ୍ର ହୈ, ରଚନା ସବ ସଂସାର ॥୩୯॥**

ଭାଷ୍ୟ - ପୁରୁଷ, ଅକ୍ଷର, ଆତ୍ମା, ପ୍ରକୃତି ଆଉ ଜଡ଼ ଜଗତକୁ ନେଇ ସମସ୍ତ ସଂସାରର ରଚନା ହୋଇଥାଏ । ଉକ୍ତ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱରୁ ହିଁ ଏହି ସଂସାର ଚକ୍ର ଗତିଶୀଳ ହୋଇଥାଏ ।

# ସାବାସରେ କାଲା ବସ୍

## ଶ୍ରୀ ଦିଲିପ କୁମାର ଗୁରୁ

### ଆଦର୍ଶ ଶିକ୍ଷକ ହର ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ଅବସରରେ

'ସାବାସରେ କାଲା ବସ୍' ଏହି କଥା ପଦକ ଆଲୋଚନାରେ କିମ୍ବା ଶୁଣିଲା ମାତ୍ରକେ ସ୍ୱତଃ ହାଇସ୍କୁଲ ଜୀବନର ଛାତ୍ରାବସ୍ଥା ଆପଣା ଛାଏଁ ସ୍ମୃତି ପଟକୁ ଭାସି ଆସେ । ବିଶେଷ କରି ମନେ ପଡନ୍ତି, ଆମର ପ୍ରିୟ 'ହର ଗୁରୁ' ଯାହାଙ୍କର ମୁହଁରୁ ଏହି କଥା ପଦକ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମୟରେ ବାହାରି ଥାଏ । ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ହରପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦ, ଏକାଧାରରେ ଜଣେ ଶିକ୍ଷାବିତ୍, ଛାତ୍ରବତ୍ସଳ ଶିକ୍ଷକ, ସମାଜ ସେବକ, ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଯଥା, ସାହିତ୍ୟ, ଶିକ୍ଷା, ସାମାଜିକ, ସାଂସ୍କୃତିକ ଓ ଧାର୍ମିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ଯୋଡି ହୋଇଥିବା ମଣିଷ ଟିଏ । ସେ ଥିଲେ ଛାତ୍ର ଗଢା କାରାଖାନାର ଯନ୍ତ୍ରୀ । ତାଙ୍କର ଶିକ୍ଷାରେ ଅନେକ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ସମାଜର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଚ୍ଚ ପଦବୀରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିଛନ୍ତି । ହର ଗୁରୁ ସମଗ୍ର ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ଜଣେ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଶିକ୍ଷକ । ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ବିଷୟରେ ତାଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ଥିଲେ ମଧ ଭୁଗୋଳ ଶିକ୍ଷାଦାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତାଙ୍କର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାନ ଥିଲା । ବିନା ଭୁଗୋଳ ବହି ଦେଖି କିମ୍ବା ମାନଚିତ୍ରକୁ ଦେଖି ସେ ନିର୍ଭୁଲ ଭାବରେ ଅନର୍ଗଳ ପାଠ ପଢାଉଥିଲେ । ଅତି ଦୁର୍ବଳ ଛାତ୍ର ମଧ ତାଙ୍କର ପଢାଇବା ଶୈଳୀରେ ସରଳ ଭାବରେ ପାଠକୁ ବୁଝି ପାରୁଥିଲା । ୧୯୪୦ ମସିହା ନଭେମ୍ବର ୨୫ ତାରିଖରେ ତତ୍କାଳୀନ ବାମଣ୍ଡାର ରାଜଧାନୀ ଦେବଗଡରେ ଏକ କୁଳୀନ ସମ୍ଭ୍ରାନ୍ତ ବ୍ରାହ୍ମଣ ପରିବାରରେ ପିତା ଅନନ୍ତ ନନ୍ଦ ଓ ମାତା ଶ୍ରୀମତୀ କନକ ମଂଜରୀ ଦେବୀଙ୍କ ଔରଷରୁ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ବାଲ୍ୟ ଜୀବନରୁ ଝଡ ଝଞ୍ଜା ମଧରେ ସଂଘର୍ଷ କରି ଶିକ୍ଷା ସମାପ୍ତ ପରେ ଜଣେ ଶିକ୍ଷକ ଭାବରେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍କୁଲରେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଥିଲେ । ଜୀବନରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି କିମ୍ବା ରାଜ୍ୟପାଳ ପୁରସ୍କାର ପାଇ ନ ଥିଲେ ମଧ, ସେ ଛାତ୍ର ମହଲରେ ବେଶ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଶିକ୍ଷକ ଭାବରେ ପରିଚିତ ଥିଲେ । ସ୍କୁଲ ଜୀବନରେ ପଂଚମରୁ ଷଷ୍ଠ ଶ୍ରେଣୀକୁ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ଐତିହାସିକ ରାଜା ବାସୁଦେବ ହାଇସ୍କୁଲ ନାମ ଲେଖାଇଲା ମାତ୍ରେ ହର ଗୁରୁଙ୍କର ପାଇଁ ସମସ୍ତ ଛାତ୍ରଙ୍କର ମନରେ ଭୟ, ସମ୍ମାନ ଓ ଶ୍ରଦ୍ଧା ସ୍ୱତଃ ଜାଗି ଉଠୁଥିଲା । କ୍ଲାସରେ ପାଠ ପଢାଇଲା ବେଳେ କୌଣସି ଛାତ୍ର ଯଦି ଦୁଷ୍ଟାମୀ କରୁଥିଲା ତେବେ ସେ କଠୋର ହୋଇ ତାଙ୍କୁ ଶାସ୍ତି ଦେଉଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ପରେ ପୁଣି ତାଙ୍କର ଉଦାର ହୃଦୟରେ ତାଙ୍କୁ ବୁଝାଇ ଦେଇ ସମାଜର ଭଲ ମଣିଷ ହେବାର ପ୍ରେରଣା ଯୋଗାଉଥିଲେ । ହର ଗୁରୁ, ଦେବଗଡ ଜିଲ୍ଲାରେ ଶିକ୍ଷାର ବିକାଶ ପାଇଁ ଚିନ୍ମୟ ଇଂରାଜୀ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ଥାପନା କମିଟିର ପ୍ରଥମ ସଭାପତି ଥିଲେ । ସେହିପରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅନେକ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ସେ ଜଡିତ ଥିଲେ । ସେହିପରି ସାହିତ୍ୟର ବିକାଶ ପାଇଁ ସେ ଜଗନ୍ନାଥ ସାହିତ୍ୟ ସଂସଦର ସକ୍ରିୟ ସଦସ୍ୟ ଓ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଦସ୍ୟ ଥିଲେ । ଦେବଗଡ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମାନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ସକ୍ରିୟ ଭାବରେ ଜଡିତ ଥିଲେ । ବିଶେଷ କରି ଗୋପାଳଜୀ ମନ୍ଦିର, ଗୋପୀନାଥ ମନ୍ଦିର ଓ ବାସୁଦେବ ପୁରର ବସୁଧେଶ୍ୱର ମନ୍ଦିରର ପରିଚାଳନା ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇଥିଲେ । ଗୁରୁସାହି ଦେବଗଡ ଠାରେ ସମାଜରେ ଶାନ୍ତି ଓ ସୌହାର୍ଦ୍ଦ ପାଇଁ ଗାୟତ୍ରୀ ଯଜ୍ଞ କମିଟିର ବିଭିନ୍ନ ପଦପଦବୀରେ ଥିଲେ । ଏବେ ମଧ ତାହା ସାମାଜିକ ଜୀବନରେ ଅନେକ ସାମାଜିକ କାମରେ ଜଡିତ ରହି ଅନେକ ଶବଦାହ କରିଥିଲେ । ଗତ ବର୍ଷ ୨୨.୦୬.୨୦୨୧ ମ ରାତ୍ରୀ ୯.୧୫ ମି. ସମୟରେ ପରିବାର ସହିତ ଟି.ଭି. ଦେଖୁଥିବା ବେଳେ, ଅଚାନକ ହୃଦ୍‌ଘାତରେ ହର ଗୁରୁ ଆରପାରିକୁ ଚାଲିଗଲେ । କେହି କିଛି ବୁଝିବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ତାଙ୍କର ଶେଷ ନିଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ କରିଥିଲେ । ହରଗୁରୁ ଏହି ମର୍ତ୍ତ୍ୟ ମଣ୍ଡଳରୁ ଚାଲିଯାଇଥିଲେ ମଧ ସବୁଦିନ ପାଇଁ ସେ ତାଙ୍କ ପ୍ରିୟ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ଅମର ହୋଇ ରହିବେ । ହୁଏତ ତାଙ୍କ ମୁହଁରୁ ସାବାସରେ କାଲା ବସ୍ ଏହି କଥା ପଦକ ଆଉ ଶୁଣିବାକୁ ମିଳିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ, ଏହି କଥା ପଦକ ସବୁଦିନ ପାଇଁ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମହଲରେ ସ୍ମୃତି ହୋଇ ରହିଥିବ ।

**ବରିଷ୍ଠ ଆଇନଜୀବୀ,**
**ଗୁରୁ ସାହି, ଦେବଗଡ**

## ଭେଣ୍ଡିର ଉପକାରିତା

ଭେଣ୍ଡି ଏକ ବାରମାସୀ ପରିବା ହୋଇଥିଲେ ହେଁ, ବର୍ଷା ଦିନିଆ ଭେଣ୍ଡି ଖାଇବାକୁ ଖୁବ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ । ଭେଣ୍ଡିରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଖାଇବାକୁ ଯେତିକି ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଲାଗିଥାଏ ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ ରାମବାଣ ପରି କାମ କରିଥାଏ ।

ଭେଣ୍ଡିରେ ୭ ଗ୍ରାମ ସୋଡିୟମ୍, ୨୯୯ ଏମଜି ପୋଟାସିୟମ୍, ୭ ଗ୍ରାମ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, ୩୨ ଜି.ଡାଇଟରୀ ଫାଇବର, ୧.୫ ଗ୍ରାମ ସୁଗାର, ୧.୯ ଗ୍ରାମ ପ୍ରୋଟିନ୍, ୧୪% ଭିଟାମିନ୍ ଏ', ୩୮% ଭିଟାମିନ୍ ସି, ୮% କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ୩% ଆଇରନ, ୧୦% ଭିଟାମିନ୍ ବି-୬ ଓ ୧୪% ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ରହିଥାଏ ।

ଭେଣ୍ଡିକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଖଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟି ଏକ ଗ୍ଲାସ ପାଣିରେ ସାରା ରାତି ଭିଜାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପର ଦିନ ସକାଳୁ ଏହି ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣି ଇନସୁଲିନ୍ ପରି କାମ କରିଥାଏ ଓ ବ୍ଲଡ ସୁଗାରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଭେଣ୍ଡିକୁ ଗରମ କରି ଏଥିରେ ଲୁଣ ଓ ଲେମ୍ବୁ ପକାଇ ସ୍ନାକ୍ସ ପରି ଖାଆନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ରାନ୍ଧିବା ବେଳେ ଅଧିକ ତେଲ ଓ ମସଲାକୁ ପ୍ରୟୋଗ ଆଦୌ କରନ୍ତୁନି ।

ଭେଣ୍ଡିରେ ଖୁବ୍ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭରି ରହିଛି ଯାହାକି ଶରୀରକୁ ଫ୍ରି ରେଡିକଲ୍ସ ଅଭାବରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏହା ଶରୀରରେ କ୍ୟାନସର ସେଲ୍ସର ବିକାଶର ଗତିକୁ ଧୀମା କରିଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା କ୍ୟାନସରର ଭୟ ଖୁବ୍ କମ୍ କରି ଦେଇଥାଏ ।

୧ ଡାଟିଆ ଭେଣ୍ଡିରେ କେବଳ ୩୩ କ୍ୟାଲୋରି ରହିଥିବା କାରଣରୁ ଏହା ଓଜନ ବୃଦ୍ଧିକୁ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରିଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଭେଣ୍ଡି ପାଣିକୁ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଓଜନ କମ୍ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଏହା ମେଟାବଲିଜମ୍ ଓ ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ

ସଠିକ୍ ରଖିଥାଏ ।

ଭେଣ୍ଡିରେ ଲୋ ଗ୍ଲାଇସେମିକ୍ ଇଣ୍ଡେକ୍ସ ରହିଥାଏ, ଯାହା ସୁଗାର ଲେବଲକୁ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ଘୋଳନଶୀଳ ଫାଇବର ରହିଥାଏ, ଯାହାକି ଗ୍ଲୁକୋଜକୁ ସୁଖାଇ ବ୍ଲଡ ସୁଗାର ଲେବଲକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ ।

ଏଥିରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ଫାଇବର ରହିଥାଏ, ଯାହାକି ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଏଥିରେ ଆପଣଙ୍କ ପେଟ ଫୁଲିବା, ପେଟ ମୋଡି ହେବା, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ଏସିଡିଟି, ଡାଇରିଆ ଆଦିରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।

ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ: ଭେଣ୍ଡିରେ ପୋଟାସିୟମର ଭରପୁର ମାତ୍ରା ରହିଥାଏ । ଯାହା ଶରୀରରେ ଫ୍ଲୁଇଡର ସ୍ତରକୁ ବାଲାନ୍ସ ରଖିଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ରକ୍ତଚାପକୁ ମଧ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ହୃଦକ୍ରିୟାକୁ ମଧ ସଠିକ୍ ରଖିଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଏହାର ପାଣି ପିଇବା,ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦରୋଗର ଭୟ ଖୁବ୍ କମିଯାଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତିଦିନ ଏହାର ପାଣି ସେବନ କରିବାରେ ହାର୍ଟ ଆଟାକ୍ ଓ ଷ୍ଟ୍ରୋକର ଭୟରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।

ଭ୍ରୁଣ ବିକାଶ ଲାଗି ଭେଣ୍ଡି ଖାଇବା ଖୁବ୍ ଜରୁରୀ । ଏଥିରେ ଫୋଲେଟ୍ ରହିଥାଏ, ଯାହାକି ଭ୍ରୁଣକୁ ବିକଶିତ ହେବାକୁ ଦେଇଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ଡାକ୍ତର ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କୁ ଭେଣ୍ଡି ଖାଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ଆନେମିଆ ସମସ୍ୟା ରହିଛି ତେବେ ପ୍ରତିଦିନ ଭେଣ୍ଡି ପାଣି ନିଶ୍ଚୟ ପିଅନ୍ତୁ ଓ ସପ୍ତାହକୁ ୩-୪ ଥର ଏହି ପାଣି ସେବନ କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଶରୀରର ରକ୍ତ ଅଭାବ ପୂରଣ ହେବ ଓ ଆନେମିଆ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଯିବ ।

ପ୍ରତିଦିନ ୧୦୦ ଗ୍ରାମ ଭେଣ୍ଡି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଇମ୍ୟୁନ୍ ସିଷ୍ଟମ ବଢ଼ିଥାଏ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କୁ ବଦଳୁଥିବା ଋତୁ ଜନିତ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

## ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ପୃଥିବୀର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ମନ୍ଦିର କାମ୍ବୋଡିଆରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହାକୁ ଅଁକୋର ୱାଟ୍ କୁହାଯାଏ ।
- କାମ୍ବୋଡିଆର ଜାତୀୟ ପତାକା ପୃଥିବୀରଅନ୍ୟ ସବୁ ଦେଶର ଜାତୀୟ ପତାକା ତୁଳନାରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ । କାରଣ ଏଥିରେ ଅଁକୋର ୱାଟର ଚିତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦେଶର ପତାକାରେ ଧାର୍ମିକ ପୀଠର ଚିତ୍ର ଉଲ୍ଲେଖ ନ ଥାଏ ।

- କାମ୍ବୋଡିଆର ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ନିଜର ଜନ୍ମଦିନ ମନେ ରଖନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ କାମ୍ବୋଡିଆରେ ଜନ୍ମଦିନ ପ୍ରାୟ ପାଳନ କରାଯାଏ ନାହିଁ ।
- କାମ୍ବୋଡିଆରେ ଲୋକମାନେ ଟ୍ରାଫିକ୍ ନିୟମ ମାନନ୍ତି ନାହିଁ ।
- କାମ୍ବୋଡିଆର ଜନସଂଖ୍ୟାର ୫୦ ପ୍ରତିଶତଙ୍କ ବୟସ ୧୫ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ।
- କାମ୍ବୋଡିଆର ନାଁ ଆଗରୁ କାମ୍ପୁଚିଆ ଏବଂ ତାହା ପୂର୍ବରୁ 'ଦ ଖେମର ରିପବ୍ଲିକ୍' ଥିଲା ।
- କାମ୍ବୋଡିଆରେ ମ୍ୟାମଡୋନାଲ୍ଡ ଏବେ ବି ପ୍ରବେଶ କରିପାରି ନାହିଁ । ତେଣୁ ଏହି ଦେଶରେ ମ୍ୟାକଡୋନାଲ୍ଡର ଗୋଟିଏ ବି ଆଉଟଲେଟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ନାହିଁ ।
- କାମ୍ବୋଡିଆରେ ଲୋକେ ଜନ୍ମଦିନ ପାଳନ କରୁ ନଥିଲେ ମଧ ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଅର୍ଥ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିଥାଆନ୍ତି ।

## ମହୁର ଚମତ୍କାରୀତା

ମହୌଷଧି ମହୁକୁ ନିୟମିତ ସେବନ କରିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶରେ ପିଲାଠାରୁ ବୟସ୍କ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ମହୁ ଖାଇବା ଉଚିତ ।

୧ ଚାମଚ ମହୁରେ ଅଧ ଚାମଚ ପାଣି ମିଶାଇ କେଶରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ୧୫ ମିନିଟ୍ ପରେ କେଶ ଶ୍ୟାମ୍ପୁ କଲେ କେଶ କୋମଳ ହେବା ସହ ଚମକପ୍ରଦ ହୁଏ ।

ମହୁ, ପାଣି ଓ ଭିନେଗାରକୁ ସମାନ ଭାବରେ ମିଶାଇ ସ୍ପ୍ରେ ପରି ଗଛରେ ପକାନ୍ତୁ । ଏହା ଏକ କୀଟନାଶକ ଭଳି କାମ କରେ ।

ବ୍ରଣକୁ ତୁରନ୍ତ ଦବାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଆଙ୍ଗୁଠି ଟିପରେ ମହୁ ନେଇ ବ୍ରଣ ସ୍ଥାନରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ବ୍ରଣ ଦବିଯିବ ।

ସୁଗାର ଫ୍ରି ବଦଳରେ ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ମହୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ରକ୍ତରେ ଶର୍କରାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

ନିଦ୍ରାହୀନତା ରୋଗୀ ଅଧ ଚାମଚ ମହୁରେ ସାମାନ୍ୟ ଲୁଣ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ଭଲ ନିଦ ହୋଇଥାଏ ।

ଶରୀରର କୌଣସି ଜାଗା କଟିଗଲେ, ତୁରନ୍ତ ମହୁ ଲଗାଇଲେ ତାହା ଆଣ୍ଟିସେପଟିକ୍ ଭାବେ କାମ କରେ ।

ଶରୀରର ତ୍ୱଚାକୁ ସଫା କରିବାକୁ ହେଲେ ୩ ଚାମଚ ମହୁ ଓ ୨ ଚାମଚ ଅଲିଭ ତେଲକୁ ନେଇ ବାଲଟିଏ ପାଣିରେ ମିଶାନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣିରେ ଗାଧୋଇଲେ ତ୍ୱଚା ସଫା ହୁଏ ।

ଅତ୍ୟଧିକ ଉଦବେଗରେ ଥିଲେ ୧ କପ୍ ଚାହାରେ ଅଧ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଦୁର୍ବଳ ଲାଗିଲେ ୧ ଚାମଚ ମହୁ ଖାଇଲେ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ମିଳେ ।

## କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ବିଶ୍ୱ ହେପାଟାଇଟିସ୍ ଦିବସ କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୨) କରମା କେଉଁ ରାଜ୍ୟର ଲୋକନୃତ୍ୟ ?
(୩) ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଶରୀରର କେଉଁ ଅଙ୍ଗର ଏକ୍ସରେ କରାଯାଇଥିଲା ?
(୪) ଭାରତୀୟ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ କଂଗ୍ରେସର ପ୍ରଥମ ଅଧକ୍ଷ କିଏ ହୋଇଥିଲେ ?
(୫) ଓଡ଼ିଶାରେ ସର୍ବୋଦୟ ଆନ୍ଦୋଳନର ଜନକ କିଏ ଥିଲେ ?
(୬) ଲୋକସଭାର ଅଧକ୍ଷ ତାଙ୍କ ଇସ୍ତଫା ପତ୍ର କାହାକୁ ଦେଇଥାନ୍ତି ?
(୭) ଇସ୍ରୋ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୨୪ ସୁଦ୍ଧା କେଉଁ ଗ୍ରହ ପାଇଁ ଏକ ମହାକାଶଯାନ ତିଆରି ନିମନ୍ତେ ଯୋଜନା କରୁଛି ?
(୮) ମାଧବ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉଦ୍ୟାନ ଭାରତର କେଉଁ ରାଜ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତ ?
(୯) କଟକ ଆକାଶବାଣୀ କେନ୍ଦ୍ର କେବେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଥିଲା ?
(୧୦) ରାମାୟଣରେ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର ଓ ଲକ୍ଷ୍ମଣ କେଉଁ ଋଷିଙ୍କ ସହିତ ଜନକପୁରୀ ଯାଇଥିଲେ ?

### JUMBLE WORDS

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1) LIUTG | = | 6) PRUTE | = |
| 2) SOARE | = | 7) FROPTI | = |
| 3) NKLEEN | = | 8) PSMUTE | = |
| 4) MYSHIW | = | 9) ODRPU | = |
| 5) CANRH | = | 10) RHAWTT | = |

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.ରାଜା ରାମ ମୋହନ ରାୟ, ୨.୪୦, ୩. ତାମିଲନାଡୁ, ୪.ବ୍ରହ୍ମପୁତ୍ର, ୫.ଆସାମ, ୬. ଗୁରୁ ତେଗ୍ ବାହାଦୁର, ୭.ଭି.ଏସ୍. ନାଇପୁଲ, ୮. ୨୩ ଏପ୍ରିଲ, ୯.ଗୁପ୍ତ, ୧୦. ସୁମନ ବେରି ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) ALPHA (2) CIRCUS (3) STEREO (4) SUEDE (5) SHAKY (6) THIRST (7) EMERGE (8) TAKEN (9) LINER (10) COMEDY

## ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ... (ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ହଁ ! ସେହି ବୁଣା ଯାଇଥିବା ବୀଜର ସଂରକ୍ଷଣ, ପୋଷଣ କରିଚାଲିଲେ ସେହି ବୀଜ ଦିନେ ଅବଶ୍ୟ ବୃକ୍ଷ ହୋଇ ପାରିବ ଏବଂ ଆମକୁ ତାହାର ମଧୁର ଫଳ ଅବଶ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ବାସ, ଆମେ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ରଖିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଯେପରିକି ସନ୍ଥ କବୀର କହିଛନ୍ତି- ମନରେ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ରଖିଲେ ସବୁ କିଛି ହୋଇଥାଏ । ଯଦି କୌଣସି ମାଳୀ କୌଣସି ବୃକ୍ଷକୁ ଶହେ ଘଡ଼ି ପାଣିରେ ସିଞ୍ଚନ କରାଏ ତେବେ ଫଳ ତ ଉପଯୁକ୍ତ ଋତୁ ଆସିଲେ ହିଁ ଫଳିବ । ସଚ୍ଚୋଟତାର ମାର୍ଗରେ ଚାଲି ଉତ୍ତମ କର୍ମ କରୁଥିବା ଲୋକେ ପ୍ରାୟ ନିଜ କର୍ମଗୁଡ଼ିକରେ ତ୍ୱରିତ୍ ପରିଣାମ ନ ମିଳିବା ଦେଖି ନିରାଶ-ହତାଶ ହୋଇ ମନ୍ଦ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗନ୍ତି ଏବଂ ଶେଷରେ ମନ୍ଦ କର୍ମର ମନ୍ଦ ପରିଣାମ ପାଇ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଏଣୁ ଆମେ କଠିନରୁ କଠିନ, ପ୍ରତିକୂଳରୁ ପ୍ରତିକୂଳ ପରିସ୍ଥିତିରେ ବି ସତ୍ୟର ପଣତକୁ, ସଚ୍ଚୋଟତାର ପଣତକୁ ଧରି ରଖିବା ଉଚିତ । ଆମେ ଆମର ଉତ୍ତମ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ଫଳ ତୁରନ୍ତ ନ ମିଳିବାର ଦେଖି ସତ୍ୟର ପଣତ, ସଚ୍ଚୋଟତାର ପଣତ, ଉତ୍ତମର ମାର୍ଗ ଛାଡ଼ିଦେବା ଅନୁଚିତ । ମନ୍ଦ କର୍ମଗୁଡ଼ିକରୁ ମିଳୁଥିବା ସୁଖ, ବୈଭବ ଓ ସଫଳତାର ପ୍ରଲୋଭନରୁ ଆମେ ଯେକୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଦୂରେଇ ରହିବା ଜରୁରୀ ।

ଯେ ଅନୀତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ସଫଳତା ଅପେକ୍ଷା ନୀତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ଅସଫଳତାକୁ ଶିରୋଧାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଶ୍ରେୟସ୍କର; କାରଣ ଯିଏ ନୀତି ଉପରେ, ସଚ୍ଚୋଟତା ଉପରେ ଚାଲି ତାତ୍କାଳିକ ରୂପେ ସଂଘର୍ଷ କରୁଥିବାର ଦେଖାଯାଉଛି, କଷ୍ଟ-କଠିନତାରେ ଥିବାର ଦେଖାଯାଉଛି, ସେ ନିଜର ସତ୍ୟ ବଳରେ ହିଁ ଦିନେନା ଦିନେ ସଫଳତା ଅବଶ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିବ ଏବଂ ସଚ୍ଚୋଟତାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ସଫଳତା, ଅନୀତିରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ସଫଳତା ଅପେକ୍ଷା ଅନନ୍ତ ଗୁଣ ଅଧିକ ସୁଖଦ ଓ ସ୍ଥାୟୀ ହେବ । ଅନୀତି ଦ୍ୱାରା ସଫଳତା ପ୍ରାପ୍ତ କରିନେବା ପରେ ବି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଶେଷରେ ଆତ୍ମଗ୍ଳାନି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ତାକୁ ମନ୍ଦ କର୍ମ, ଅନୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ମ କରିବାର ଦୁଃଖଦ ପରିଣାମ ବି ଭୋଗିବାକୁ ହିଁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଏକଥା ବି ସ୍ମରଣୀୟ ଯେ ଆମେ ଉତ୍ତମ କର୍ମ ଅବଶ୍ୟ କରିବା, କିନ୍ତୁ ଉତ୍ତମ କର୍ମ, ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକରୁ ମିଳୁଥିବା ଉତ୍ତମ ଫଳଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ମଧ ଜୀବାତ୍ମା ସକାଶେ କର୍ମ-ସଂସ୍କାର ରୂପୀ ବନ୍ଧନ ଅଟେ ଏବଂ ଜୀବାତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ଓ ମୋକ୍ଷରେ ବାଧକ ଅଟେ । ଏଣୁ ଆମେ ନିଷ୍କାମ କର୍ମ କରିବା, କର୍ତ୍ତାପଣର ଭାବରୁ ରହିତ ହୋଇ କର୍ମ କରିବା । ନିଜର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଆର୍ପଣ କରିଚାଲିବା ଏବଂ ତାହାର ପରିଣାମର ଚିନ୍ତା କରିବା ନାହିଁ ।

ଆମେ ଯେଉଁ ଭଲ କାମ ହାତକୁ ନେବା, ତାହାକୁ କୁଶଳତାପୂର୍ବକ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବା, ସେଥିରେ ନିଜର ଶତ ପ୍ରତିଶତ ପ୍ରୟାସ ଲଗାଇ ଦେବା । ନିଜର ସମସ୍ତ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଓ ଏକାଗ୍ରତା ସେହି କାମରେ ଲଗାଇ ଦେବା ଏବଂ ତାହାର ପରିଣାମକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଉପରେ ଛାଡ଼ିଦେବା । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଯଦି କର୍ମର ପରିଣାମ ଆମର ଅନୁକୂଳ ନ ଆସିଲା ତେବେ ବି ଆମର ଆତ୍ମବଳ, ମନୋବଳ ଉଚ୍ଚ ହୋଇ ରହିବ, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ପୁନଃ ପୁରୁଷାର୍ଥ କରି ସେହି କାମରେ ସଫଳତା ପ୍ରାପ୍ତ କରିପାରିବା । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମର କର୍ମ ସଂସ୍କାର ରହିତ ହେବ ଓ ଆମେ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା । ଏହା ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ଅଟେ । ଏହା କର୍ମଯୋଗ ଅଟେ । ଏହା ହିଁ କର୍ମବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତିର ମାର୍ଗ ।

ଭଗବାନ ମହାବୀର ମଧ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଜୀବ ସହିତ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭଲ ବା ମନ୍ଦ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ସଂସ୍କାର, ପ୍ରଭାବର ବନ୍ଧନ ଲାଗିଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏଇ ଜୀବ ଏ ସଂସାରରେ ଜନ୍ମ- ମରଣ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ସୁଖ ଓ ଦୁଃଖ ଭୋଗୁଥିବ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଏଇ ଜୀବ ନିଜର ସତ୍ୟ ପୁରୁଷାର୍ଥ ଅର୍ଥାତ୍ ଅହିଂସା, ସଂଯମ, ତପ, ତ୍ୟାଗ, ଧାନ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଏହି କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ବନ୍ଧନକୁ ଛିନ୍ନଭିନ୍ନ କରିଦେବ, ସେତେବେଳେ ଏଇ ଜୀବ ମୁକ୍ତି ପାଇବାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇ ପାରିବ । ଜୀବ ନିଜର କର୍ମଗୁଡ଼ିକୁ ସ୍ୱୟଂ ନଷ୍ଟ କରିପାରେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ସେ କେବଳ ସ୍ୱୟଂ ହିଁ ସତ୍ପୁରୁଷାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା କରି ପାରିବ ।

ଥରେ ମୁକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ କରିନେଲେ ଏହି ଆତ୍ମା ଅନନ୍ତ କାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୁକ୍ତିରେ ହିଁ ରହିଥାଏ । କାରଣ ଏଇ ଜୀବକୁ ସଂସାରରେ ଜନ୍ମ-ମରଣ କରାଇବା ଏବଂ ସୁଖ-ଦୁଃଖ ଦେବାର କାରଣ ଯେଉଁ କର୍ମ-ସଂସ୍କାର ହୋଇଥାଏ, ତାହାର ସର୍ବଥା ଅଭାବ ହୋଇଯାଏ । ଭୌତିକ ଶରୀରରେ ରହି ମଧ ସେ ଜୀବନମୁକ୍ତ ରହିଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଆନନ୍ଦିତ ରହିଥାଏ । ଭୌତିକ ଶରୀରର ପରିତ୍ୟାଗ କରିଦେବା ପରେ ବି ଜୀବାତ୍ମା ଏକ ଅନୁପମ, ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ ସଚ୍ଚା ସୁଖ, ଶାଶ୍ୱତ ସୁଖର ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଏହି ମୁକ୍ତିର ମାର୍ଗ କୌଣସି ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ସଂସାରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ପାଇଁ ଖୋଲା ହୋଇଛି । ତାକୁ କେବଳ ସମ୍ୟକ୍ ପୁରୁଷାର୍ଥ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଆମ ପାଇଁ ଯୋଗେଶ୍ୱର ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଆହ୍ୱାନ ହେଉଛି ।- ତୋର କର୍ମ କରିବାରେ ହିଁ ଅଧିକାର ଅଛି, ତାହାର ଫଳରେ କେବେ ନୁହେଁ । ତେଣୁକରି ତୁ କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ଫଳର ହେତୁ ହୁଅ ନାହିଁ ତଥା ତୋର କର୍ମ ନ କରିବାରେ ବି ଆସକ୍ତି ନ ହେଉ ।

ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ଅର୍ଥାତ୍ କର୍ମଯୋଗକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରି ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଛନ୍ତି ଯେ ତୁ ନିରନ୍ତର ଆସକ୍ତି ରହିତ ହୋଇ ସର୍ବଦା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମକୁ ଉତ୍ତମ ରୂପେ କରିଚାଲ । କାରଣ ଆସକ୍ତି ରହିତ ହୋଇ କର୍ମ କରୁଥିବା ମନୁଷ୍ୟ ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ।

ଜନକ ଆଦି ଜ୍ଞାନୀଜନ ମଧ ଆସକ୍ତି ରହିତ କର୍ମ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ପରମ ସିଦ୍ଧିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ସମସ୍ତ କର୍ମରେ ଓ ସେଗୁଡ଼ିକର ଫଳରେ ସର୍ବଥା ଆସକ୍ତି ତ୍ୟାଗ କରି ସଂସାରର ଆଶ୍ରୟରୁ ରହିତ ହୋଇଯାଇଛି ଏବଂ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଠାରେ ନିତ୍ୟ ତୃପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ସେ କର୍ମଗୁଡିକ ଉତ୍ତମ ରୂପେ କରୁଥିଲେ ମଧ ବାସ୍ତବରେ କିଛି ବି କରି ନଥାଏ । ଯାହାର ଆସକ୍ତି ସର୍ବଥା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି, ଯିଏ ଦେହାଭିମାନ ଓ ମମତାରୁ ରହିତ ହୋଇଯାଇଛି, ଯାହାର ଚିତ୍ତ ନିରନ୍ତର ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଜ୍ଞାନରେ ସ୍ଥିତ ରହିଥାଏ, ଏଭଳି କେବଳ ଯଜ୍ଞ ସମ୍ପାଦନ ପାଇଁ କର୍ମ କରୁଥିବା ମନୁଷ୍ୟର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ମ ଉତ୍ତମ ରୂପେ ବିଲୀନ ହୋଇଯାଏ । ଏଣୁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଉପଯୁକ୍ତ ଆହ୍ୱାନ ଓ ଦିବ୍ୟ ସନ୍ଦେଶର ଅନୁସରଣ କରି ଆମେ ମଧ କାହିଁକି ଆସକ୍ତି ରହିତ କର୍ମ, ନିଷ୍କାମ କର୍ମ କରିବା ନାହିଁ କାରଣ ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ କର୍ମବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତିର ମାର୍ଗ । ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ କର୍ମଯୋଗ ଅଟେ । ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ ବନ୍ଧନ ରହିତ କର୍ମ ଅଟେ । ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ ମୁକ୍ତିର ମାର୍ଗ ।

## ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ... (ଷଷ୍ଠ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ଏହି ଆଧାରରେ ମନୁସ୍ମୃତି ଅନୁସାରେ ଏଇ ଆର୍ଯ୍ୟାବର୍ତ୍ତରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜର ଚରିତ୍ର କାରଣରୁ ସଂସାରର ଲୋକମାନଙ୍କ ଆଦର୍ଶ ହେଉଥିଲେ । ରାମାୟଣରେ ଚାରିତ୍ରିକ ରୂପେ ଅନୁକରଣୀୟ ସମସ୍ତ ଆଦର୍ଶ ପାତ୍ର ମିଳନ୍ତି । ପିତାଙ୍କ ରୂପେ ଦଶରଥ, ମାତାଙ୍କ ରୂପେ କୌଶଲ୍ୟା, ପୁତ୍ର ରୂପେ ଶ୍ରୀରାମ ଓ ଶ୍ରବଣକୁମାର, ଭାଇ ରୂପେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ, ଭରତ ଓ ପତ୍ନୀ ରୂପେ ମାତା ସୀତା । ସମସ୍ତେ ଚାରିତ୍ରିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଅପ୍ରତିମ ଛାପ ଛାଡ଼ିଛନ୍ତି ।

ବାଲ୍ମୀକି ରାମାୟଣରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଛି ଯେ ଅଯୋଧାରେ ଜଣେ ବି କାମୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଦୁରାଚାରୀ, କଞ୍ଜୁଷ, କ୍ରୂର, ଅଶିକ୍ଷିତ ଓ ନାସ୍ତିକ ପୁରୁଷ ଦେଖାଯାଉ ନ ଥିଲେ । ସମସ୍ତ ନରନାରୀ ଧାର୍ମିକ, ସଂଯମୀ, ପ୍ରସନ୍ନ ଓ ନିର୍ମଳ ହୃଦୟର ଥିଲେ । ଅଯୋଧା ନଗରୀ ମଧରେ ଅଗ୍ନିହୋତ୍ର ଆଦି ନିୟମ ପାଳନ କରୁ ନଥିବା, କ୍ଷୁଦ୍ରବୃତ୍ତି, ଚୋର, ଦୁରାଚାରୀ ଓ ବ୍ୟଭିଚାରୀ ଗୃହସ୍ଥ କେହି ନ ଥିଲେ ।

ସମସ୍ତ ଅଯୋଧାବାସୀ ଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ଓ ପବିତ୍ର ଥିଲେ ଓ ସମସ୍ତେ ମିଳିମିଶି ବିଚାର କରୁଥିଲେ । କେବଳ ସାରା ଅଯୋଧା ନଗରରେ ହିଁ ନୁହେଁ, ପୂରା ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ମଧ କୌଣସି ଅସତ୍ୟବାଦୀ ପୁରୁଷ ନ ଥିଲେ । ଦୁଷ୍ଟ ଓ ବ୍ୟଭିଚାରୀ, ପର ସ୍ତ୍ରୀ ସଙ୍ଗ କରୁଥିବା ପୁରୁଷ ମଧ ସେଠାରେ କେଉଁଠି ଦେଖାଯାଉ ନ ଥିଲେ । ଏହିପରି ଅଯୋଧା ନଗର ଓ ସାରା ରାଷ୍ଟ୍ର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶାନ୍ତି ଯୁକ୍ତ ଏବଂ ଅପରାଧ ମୁକ୍ତ ଥିଲା ।

ଦର୍ଶନର ଚରମୋତ୍କର୍ଷ କାଳରେ ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ ଉପନିଷଦରେ ଋଷିଙ୍କ ସ୍ୱର ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠାର ଆଦର୍ଶକୁ ମୁଖରିତ କରି କହିଥାଏ- ମୋ ଦେଶରେ କେଉଁଠି କୌଣସି ଚୋର, କୃପଣ, ମଦ୍ୟପାନକାରୀ, ଦୈନିକ ଅଗ୍ନିହୋତ୍ର କରୁ ନଥିବା, ମୂର୍ଖ ଓ ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ନିବାସ କରନ୍ତି ନାହିଁ, ପୁଣି ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚରଣ କରୁଥିବା ମହିଳା ଭଲା ରହିପାରିବେ କିପରି ?

ଏହି ଭାବପ୍ରବାହ ଇତିହାସର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣିମ କ୍ଷଣରେ ବିଦ୍ୟମାନ ଥୁଲା, ଯେତେବେଳେ ପଶ୍ଚିମ, ଭାରତଠାରୁ ଆଶଭରା ଦୃଷ୍ଟିରେ କିଛି ଶିଖିବା ଓ ପାଇବାର ଇଚ୍ଛାରେ ଏଠାରେ ପଦାର୍ପଣ କରୁଥିଲା । ପ୍ରାୟ ଅଢ଼େଇ ହଜାର ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଖ୍ରୀ.ପୂ. ୩୦୩ରେ ମୌର୍ଯ୍ୟଯୁଗରେ ସେଲ୍ୟୁକସ ସମ୍ରାଟ ଚନ୍ଦ୍ରଗୁପ୍ତ ମୌର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଶାସନ କାଳରେ ନିଜର ରାଜଦୂତ ମୋଘାସ୍ଥିନିସଙ୍କୁ ପାଟଳିପୁତ୍ର ପଠାଇଥିଲେ । ସେ ନିଜର ପୁସ୍ତକ ଇଣ୍ଡିକାରେ ଲେଖୁଛନ୍ତି ଏଠାକାର ଲୋକେ ନିଜ ଘରେ ତାଲା ଲଗାଇବା ପ୍ରଥା ସହିତ ଅପରିଚିତ ଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ଜ୍ଞାନ, ବୈଭବ ଅଦ୍ଭୁତ ଗୌରବଶାଳୀ ଥିଲା । ଭାରତୀୟ ସମାଜର ଛୋଟ ବର୍ଗରେ ମଧ ସର୍ବତ୍ର ସଚ୍ଚୋଟତା ଭରି ରହିଥିଲା ।

ଖ୍ରୀଷ୍ଟାବ୍ଦ ୬୨୯ରେ ଚୀନା ପରିବ୍ରାଜକ ହୁଏନସାଂ ଭାରତ ଆସିଥିଲେ ଓ ତାଙ୍କ ଶବ୍ଦରେ – ଭାରତବାସୀ ବଡ ସତ୍ୟବାନ୍ ଓ ପ୍ରତିଷ୍ଠାବାନ୍ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ସର୍ବଦା ପାପ-ପୁଣ୍ୟର ଧାନ ରଖନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାର ମଧୁର ଓ ନମ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଦେଶରେ ଅପରାଧୀ ଓ ବିଦ୍ରୋହୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବହୁତ କମ୍ । ଯେବେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଆଇନ ଭଙ୍ଗ କରେ ତ ତା' ବିରୁଦ୍ଧରେ ତତ୍କାଳ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆଯାଏ । ଏହିପରି ଗୁପ୍ତଯୁଗରେ ଅନ୍ୟ ଚୀନା ପରିବ୍ରାଜକ ଫାହିଆନ୍ ଭାରତରେ ନାଗରିକମାନଙ୍କ ଉଚ୍ଚ ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠାର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି ।

ଆଉରଙ୍ଗଜେବ କାଳୀନ ଇତିହାସକାର ଶଫୀ ଖାଁ ଶିବାଜୀ ମହାରାଜଙ୍କ ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠାର ବର୍ଣନ କରି ଲେଖୁଛନ୍ତି - ଶିବାଜୀ ମରାଠାରେ ନିୟମ ପ୍ରଣୟନ କରିଥିଲେ ଯେ ସିପାହୀମାନେ ଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ ଯେଉଁଠି ବି ପହଞ୍ଚିବେ, ସେଠାରେ କୌଣସି ମସଜିଦ ବା ଖୋଦାଙ୍କ ପୁସ୍ତକ ବା କୌଣସି ନାରୀର କ୍ଷତି କରିବେ ନାହିଁ । ଯେବେ ପବିତ୍ର କୋରାନର କୌଣସି ପ୍ରତି ତାଙ୍କ ହାତରେ ପଡ଼ିଯାଉଥିଲା ତ ସେ ତାହାକୁ ଆଦରପୂର୍ବକ ରଖୁଥିଲେ ଓ ନିଜର କୌଣସି ମୁସଲମାନ ଅନୁଚରଙ୍କୁ ଦେଇ ଦେଉଥିଲେ । ଏହିପରି ଶିବାଜୀଙ୍କର ସମସ୍ତ ସୈନିକ ଓ ଶିବିର ଚରିତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ତ ଓ ଦୋଷରୁ ମୁକ୍ତ ଥିଲା । ବିଜିତ ପ୍ରଦେଶଗୁଡ଼ିକର ନାରୀମାନଙ୍କୁ ମଧ ସେ ସ୍ପର୍ଶ ସୁଦ୍ଧା କରୁ ନଥିଲେ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ 'ମାତୃତ୍ ପରଦାରେଷୁ'ର ଆଦର୍ଶ ସେଠାରେ ଜୀବନ୍ତ ଥିଲା ।

ମହାଭାରତର ଉଦ୍ୟୋଗ ପର୍ବ ୧୩୨/୧୭ରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ବର୍ଣ୍ଣନ ହୋଇଛି ଯେ ଶାସକର ଚରିତ୍ରର ଉତ୍ଥାନ ବା ପତନରୁ କୌଣସି ରାଷ୍ଟ୍ରର ନୈତିକତା ବା ଅନୈତିକତା, ତ୍ୟାଗ ଓ ତପସ୍ୟା ବିଷୟରେ ଜଣାପଡ଼େ । ରାଜା ବା ପ୍ରଶାସକ ପାପୀ ହେଲେ ପ୍ରଜା ପାପିଷ୍ଠ ହୋଇଯାନ୍ତି ଏବଂ ଧର୍ମନିଷ୍ଠ ହେଲେ ପ୍ରଜା ମଧ ଧାର୍ମିକ ହୋଇଯାନ୍ତି । ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ ସମସ୍ତ ଦିନ ସମାନ ରୂପେ ଶୁଭ ଓ ପବିତ୍ର । ଏଥରେ ଶୁଭ ଅଥବା ଅଶୁଭର ଆରୋପଣ ମନୁଷ୍ୟ ସ୍ୱୟଂ ନିଜର ବିଚାର ଦ୍ୱାରା କରିଥାଏ । ଏଠାର " ଯଥା ରାଜା ତଥା ପ୍ରଜା'ର ଭକ୍ତି ଚରିତାର୍ଥ ହୋଇଥାଏ । କବି ଶିରୋମଣି କାଳିଦାସଙ୍କ ଶବ୍ଦରେ – ଯେଉଁଠି ଅପୂଜ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପୂଜା ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ପୂଜ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପୂଜାରେ ବିଘ୍ନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ସେଠାରେ ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ, ମୃତ୍ୟୁ ଓ ଭୟ ତିନିଟି ଜିନିଷ ରହିଥାଏ । ଭାରତ ଏହିପରି ଚାରିତ୍ରିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଦୂରଦର୍ଶିତାହୀନ ଓ ଦୁର୍ବଳ ଶାସକମାନଙ୍କ କାରଣରୁ ଶତାବ୍ଦୀ ଶତାବ୍ଦୀ ଧରି ଦାସତାର ଦୀର୍ଘ ପୀଡ଼ାଦାୟକ ଗୋଲାମିର ଯନ୍ତ୍ରଣାପୂର୍ଣ୍ଣ ସମୟ ଦେଖୁଛି, କିନ୍ତୁ ଏବେ ପରିସ୍ଥିତି ବଦଳୁଛି । ଭାରତ ପୁନଃ ନିଜର ସାଂସ୍କୃତିକ ଗୌରବ ଗରିମା ସହିତ ବିଶ୍ୱପଟଳରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବା ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଛି । ଚରିତ୍ରନିଷ୍ଠାର ସନାତନ ପ୍ରବାହ ପୁନଃ ଆମର ଧମନୀଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଛି ।

# ଜିଲ୍ଲା ଗଠନର ୨୮ ବର୍ଷ ପରେ ମଧ୍ୟ ଦେବଗଡ଼ ଅବହେଳିତ

ଦେବଗଡ : ଏକଦା ବୈଜ୍ଞାନିକ ବିପ୍ଳବରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ସୁନାମ ଅର୍ଜନ କରିଥିବା ତତକାଳୀନ ବାମଣ୍ଡା (ଅଧୁନା ଦେବଗଡ଼) ଏବେ ରାଜନୈତିକ ଚରମ ଅବହେଳା ତଥା ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଆନ୍ତରିକତା ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ବିଜ୍ଞାନ ଓ ବୈଷୟିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେବଳ ଐତିହାସିକ ମୂକସାକ୍ଷୀ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡିରହିଛି । ଗତ ୧୯୯୪ ମସିହା ଠାରୁ ଏହା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଜିଲ୍ଲାର ମାନ୍ୟତା ପାଇଥିଲେ ମଧ ଯେତିକି ଉନ୍ନତି କରିବା କଥା ସେତିକି ଉନ୍ନତି କରିପାରି ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗଭୀର ଅସନ୍ତୋଷ ଦେଖାଦେଇଛି ।

ଦେବଗଡ଼ ପୂର୍ବରୁ ଅଖୋଜ ବାମଣ୍ଡା ଭାବେ ସାରା ଭାରତ ବର୍ଷରେ ବେଶ୍ ପରିଚିତ ଥିଲା । ସେତେବେଳର ବାମଣ୍ଡା ଇଷ୍ଟେଟ୍ କହିଲେ ପୂର୍ବତନ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଦେବଗଡ ଓ କୁଚିଣ୍ଡା ସବ୍-ଡିଭିଜନ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଭୌଗଳିକ ସୀମାକୁ ବୁଝାଉଥିଲା । କୁଚିଣ୍ଡା ଉପଖଣ୍ଡର ଉତ୍ତର ଦିଗରେ ଅବସ୍ଥିତ ବାମରା ଗୋବିନ୍ଦପୁର ଧରି ପଶ୍ଚିମରେ ଟିକିଲିପଡା ଓ ବଡରମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତଥା ପୂର୍ବରେ ଠିଆନାଳ ଓ ବମ୍ପରଡା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଦକ୍ଷିଣରେ ପରା ଓ ବୁଢାପାଳ ଅଞ୍ଚଳ ସମେତ ଦେବଗଡ ପୌରାଞ୍ଚଳକୁ ମିଶାଇ ମୋଟ ୧୯୮୮ ବର୍ଗ ମାଇଲ୍ ପରିମିତ ବିସ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ଭୂଖଣ୍ଡକୁ ବାମଣ୍ଡା ଇଷ୍ଟେଟ୍ ବୁଝାଉଥିଲା । ଯାହାକି ସେତେବେଳେ ପାହାଡ଼ ପର୍ବତ ଘେରା ନିଘଞ୍ଚ ଜଙ୍ଗଲରେ ପରିବେଷ୍ଟିତ ଥିଲା । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳ ବିଶେଷତଃ ବୈଷୟିକ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ପାଇଁ ଦେଶ ବିଦେଶରେ ବେଶ୍ ସୁଖ୍ୟାତି ଅର୍ଜନ କରିଥିଲା । ଏପରିକି ବିଜ୍ଞାନ ଓ ବୈଷୟିକ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ବାମଣ୍ଡାର ତତ୍କାଳୀନ ରାଜା ସାର୍ ବାସୁଦେବ ସୁଢଳଦେବ ଓ ତାଙ୍କ ପୁଅ ରାଜା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ତ୍ରିଭୁବନ ଦେବଙ୍କୁ ଇଂଲଣ୍ଡ ଓ ଜର୍ମାନି ଭଳି ବିଦେଶୀ ବୈଜ୍ଞାନିକ ମଧ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରଶଂସା କରିଯାଇଛନ୍ତି । ୧୯୦୫ ମସିହାରେ ବିଜ୍ଞାନ ବିପ୍ଳବୀ ରାଜା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ତ୍ରିଭୁବନ ଦେବଙ୍କୁ 'ବିଜ୍ଞାନ ବିନୋଦ' ଉପାଧିରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ରାଜା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ଏହି ବୈଷୟିକ ବିଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଦେଖାଇବା ସହ ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ତାଙ୍କ ବାପା ରାଜା ସାର୍ ବାସୁଦେବ ସୁଢଳ ଦେବ ଏହାର ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିସାରିଥିଲେ । ପ୍ରମାଣ ସ୍ୱରୂପ ଗତ ୧୮୭୨ ମସିହାରେ ସମ୍ବଲପୁର-ବାମଣ୍ଡା ଭୌଗୋଳିକ ସୀମାରେ ଅବସ୍ଥିତ ବଡରମା ଜଙ୍ଗଲରେ ଏକ ଭ୍ରାମ୍ୟମାଣ କରତକଳ ସ୍ଥାପନ କରି କାଠ ରେଲ୍ୱେ ସ୍ଲିପର୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସହିତ କଲିକତାର ବିଏମ୍ଆର୍ କମ୍ପାନିକୁ ବିକ୍ରି କରି ପ୍ରଚୁର ଅର୍ଥ ଉପାର୍ଜନ କରିଥିଲେ । ଏପରିକି ସେତେବେଳେ ବାମଣ୍ଡା (ଅଧୁନା ବାମରା) ରେଳ ଷ୍ଟେସନ୍ କେବଳ ଏହି ରେଲ୍ୱେ ଟ୍ରାକ୍ ସ୍ଲିପର୍ ପରିବହନ

ପାଇଁ ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଦେଶ ଗଠନରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ଭାଷା ଆନ୍ଦୋଳନ ପତ୍ରିକା 'ହିତୈଷିଣୀ' ଗତ ୧୮୮୯ ମସିହାରେ ରାଜା ସୁଢଳ ଦେବଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଏହି ବାମଣ୍ଡା ମାଟିରୁ ହିଁ ଜନ୍ମଲାଭ କରି ସାରା ପ୍ରଦେଶରେ ପ୍ରସାର ଲାଭ କରିଥିଲା । ଏହାଛଡ଼ା 'ହିତୈଷିଣୀ' ପତ୍ରିକା ବିଦ୍ୟୁତ ମେସିନ୍‌ରେ ମୁଦ୍ରଣ ପାଇଁ ଗତ ୧୯୧୧ ମସିହାରେ ପ୍ରଥମେ ୨ଟି ଡାଇନେମୋ ସାହାଯ୍ୟରେ ଜଗନ୍ନାଥ ବଲ୍ଲଭ ଇଲେକ୍ଟ୍ରି ମେସିନ୍ ଆରମ୍ଭ ହେବା ସହ ବାମଣ୍ଡା ଗଡଜାତର ତତକାଳୀନ ରାଜା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ତ୍ରିଭୁବନ ଦେବ ଏହାର ମୁଖ୍ୟ ପୃଷ୍ଠପୋଷକ ଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ୧୯୧୬ ମସିହାରେ ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଭାବେ ବିଦ୍ୟୁତିକରଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଓଡ଼ିଶାର ସର୍ବପ୍ରଥମ ବିଜ୍ଞାନ ପତ୍ରିକା ରଚୟିତା ଭାବେ ରାଜା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ଗତ ୧୮୯୩ ମସିହାରେ 'ବୃଷ୍ଟି ବିଜ୍ଞାନ' ନାମକ ଏକ ପତ୍ରିକା ସହ 'ବିଜୁଳି' ନାମକ ଅନ୍ୟଏକ ସାପ୍ତାହିକ ପତ୍ରିକା ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବାମଣ୍ଡା ସେତେବେଳେ ବିଜ୍ଞାନ ବିକାଶ ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଏମିତି ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା କରିଥିଲା ଯେ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରୁ ଲେଖକ, କବି ଓ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇ ବାମଣ୍ଡା ମାଟିକୁ ଆସି ବିଜ୍ଞାନ ପତ୍ରିକା ସଂକଳନରେ ସକ୍ରିୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏଭଳି ବହୁ ବିଦ୍ୱାନ ଲୋକଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି ଉତ୍ସାହିତ ରାଜା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ୧୮୯୩ ମସିହାରେ ବାରକୋଟ ବ୍ଲକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ରମ୍ପେଇ ଗାଁରେ ଚିନିକଳ ଓ ଲୁଗାକଳ ସହ ଚିନାମାଟି ପାତ୍ର ନିର୍ମାଣ କାରଖାନା ସ୍ଥାପନ କରି ପ୍ରଜାଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ସୁଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିସହ ବାମଣ୍ଡା ଉଆସରେ ୧୮୯୪-୯୫ ମସିହାରେ 'ମାନମନ୍ଦିର' ନାମକ ଏକ ବିଜ୍ଞାନଶାଳା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ସହ ଦୂରବୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଅଣୁବୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ର ସମେତ ଫନୋଗ୍ରାଫ୍ ଓ ପାଗ-ଦିଗ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ଯନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାପନ କରି କଲିକତାର ଯୋଗେଶ୍ ଚନ୍ଦ୍ର ରାୟଙ୍କୁ ଏହାର ପରିଚାଳକ ନିଯୁକ୍ତ ଦେଇଥିଲେ ।

ସେହିପରି ବାମଣ୍ଡା ମାଟିର ଏହି ଦୂରଦ୍ରଷ୍ଟା ପ୍ରଜାବତ୍ସଳ ରାଜା ୧୮୮୯ ମସିହାରେ କୋରଡକୋଟ ଜଳପ୍ରପାତ ଠାରେ ଚୂନ, ଇଟା ଓ ଗେଙ୍ଗୁଟି ପଥର ସାହାଯ୍ୟରେ ଏକ ସୁରମ୍ୟ ଅଟ୍ଟାଳିକା ନିର୍ମାଣ କରିବା ସହ ସେତେବେଳେ ଇଂଲଣ୍ଡ ଓ ଜର୍ମାନ୍ ଦେଶର ଲୌହନିର୍ମିତ ଟର୍ବାଇନ୍ ଖଞ୍ଜି ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ (ହାଇଡ୍ରୋ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିସିଟି) ଉତ୍ପନ୍ନ କରି ଦେବଗଡ ସହରକୁ ବିଦ୍ୟୁତିକରଣ କରାଇଥିଲେ । ଏପରିକି ଉକ୍ତ ଜଳବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ରଟି ସେତେବେଳେ ବେଙ୍ଗଲ୍ ପ୍ରେସିଡେନ୍ସି ତଥା ଓଡ଼ିଶାର ସର୍ବପ୍ରଥମ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ର ରୂପେ ପରିଗଣିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିସହ ଜଳପ୍ରପାତ ଜଳକୁ ଗଚ୍ଛିତ ରଖି ଲୌହ ପାଇପ୍ ସାହାଯ୍ୟରେ ପୁରୁଣା ରାଜଧାନୀ ପୁରୁଣାଗଡ ଅଞ୍ଚଳକୁ ପାନୀୟଜଳ ଭାବେ ଯୋଗାଣ ହେଉଥିଲା ।

ତେବେ ଗତ ୧୯୧୨-୧୩ ମସିହାରେ ଅଗ୍ନିକାଣ୍ଡ ଯୋଗୁଁ ରାଜଧାନୀ ଦେବଗଡର ଅନେକ ପ୍ରଜା ପ୍ରଭାବିତ ହେବାରୁ ତତ୍କାଳୀନ ରାଜା ଦିବ୍ୟଶଙ୍କର ସୁଢଳଦେବ ୧୯୧୬ ମସିହାରେ ତଅଁଳା ସାହି ନିକଟ ମକରଧ୍ୱଜ ପାହାଡ଼ ପାଦଦେଶରେ ଏକ ମାଟି ଟାଇଲ୍ କାରଖାନା ସ୍ଥାପନ କରି ପ୍ରଜାଙ୍କୁ ସୁଲଭ ଦରରେ ଘର ଛପର ଯୋଗାଇ ଦେଇଥିଲେ ।

# କେମିତି ହୁଏ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିର୍ବାଚନ

ସମ୍ବଲପୁର : ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିର୍ବାଚନ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ ଭଳି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏଥିରେ ଜନତା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ସାମିଲ ହୋଇ ନ ଥାନ୍ତି । ବରଂ ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ବାଚିତ ସାଂସଦ ଓ ବିଧାୟକ ହିଁ ମତଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ତେବେ ବିଧାୟକ ଓ ସାଂସଦମାନଙ୍କର ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ପୃଥକ୍ ହୋଇଥାଏ । 'ଇଲେକ୍ଟୋରାଲ୍ କଲେଜ୍'ର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହି ଇଲେକ୍ଟୋରାଲ୍ କଲେଜରେ ଲୋକସଭା ଓ ରାଜ୍ୟସଭାର ନିର୍ବାଚିତ ସଦସ୍ୟ, ଦିଲ୍ଲୀ ଓ ପଡୁଚେରି ଏବଂ ସମସ୍ତ ରାଜ୍ୟ ବିଧାନସଭାର ନିର୍ବାଚିତ ପ୍ରତିନିଧି ସଦସ୍ୟ ରହିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ ସଂସଦର ଉଭୟ ଗୃହ ଏବଂ ବିଧାନସଭାର ମନୋନୀତ ପ୍ରତିନିଧିମାନେ ମତଦାନ କରିବାକୁ ଯୋଗ୍ୟ ବିବେଚିତ ହୋଇ ନ ଥାନ୍ତି ।

ଭାରତର ଯେ କୌଣସି ନାଗରିକ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ପଦ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇପାରିବ । ତେବେ ତାଙ୍କୁ କିଛି ଅତିରିକ୍ତ ସର୍ତ୍ତାବଳି ପୂରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଦେଶର ଏହି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ପଦ ପାଇଁ ସର୍ବନିମ୍ନ ବୟସ ୩୫ ବର୍ଷ ହୋଇଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସେହିଭଳି ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନ ଲଢ଼ିବା ଲାଗି ଯୋଗ୍ୟ ବିବେଚିତ ହେବା ଜରୁରୀ । ସେ କୌଣସି ଲାଭକାରୀ ସଂସ୍ଥାରେ ନ ଥିବେ । ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ପ୍ରାର୍ଥୀ ହେବା ଲାଗି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଅତିକମ୍‌ରେ ୫୦ ପ୍ରସ୍ତାବକ ଓ ୫୦ ସମର୍ଥକ ରହିବେ, ଯେଉଁମାନେ କି ରାଜ୍ୟ ଓ ଜାତୀୟ ସ୍ତରୀୟ ଜନ ପ୍ରତିନିଧି ହୋଇଥିବେ । ଅନାବଶ୍ୟକ ଭାବେ ମନୋନୟନକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଏହି ନିୟମ ଲାଗୁ ହୋଇଥିଲା । ତେଣୁ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିର୍ବାଚନ ଜିତିବା ପାଇଁ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଯୋଗ୍ୟତା ନ ଥିବ, ସେମାନଙ୍କୁ ଏଥିରେ ସାମିଲ କରାଯିବ ନାହିଁ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଂସଦଙ୍କ ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୭୦୦ ଧାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ରାଜ୍ୟଗୁଡିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଧାୟକମାନଙ୍କର ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସମ୍ପୃକ୍ତ ରାଜ୍ୟଗୁଡିକର ମୋଟ ଜନସଂଖ୍ୟା ଓ ବିଧାନସଭା ଆସନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ତାହା ସ୍ଥିର ହୋଇଥାଏ । ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ ଦେଶର ସର୍ବାଧିକ ଜନବହୁଳ ରାଜ୍ୟ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହାର ସ୍କୋର ମୂଲ୍ୟ ସର୍ବାଧିକ ୨୦୮ ରହିଛି । ରାଜ୍ୟରେ ୪୦୩ ବିଧାୟକ ଥିବାରୁ ଏମାନଙ୍କର ମୋଟ୍ ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୮୩,୮୨୪ । ସେହିଭଳି ୟୁପିରେ ୮୦ ସାଂସଦ ଥିବାରୁ ଏମାନଙ୍କ ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୫୬,୦୦୦ ହେବ । ଏହାର ମୋଟ୍ ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୩୯,୮୨୪ । ଅନ୍ୟ କ୍ଷୁଦ୍ର ରାଜ୍ୟଗୁଡିକର ବିଧାୟକଙ୍କର ଭୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ସବୁଠୁ କମ୍ । ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ମୋଟ୍ ୧୦ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ଭୋଟ୍ ହିସାବକୁ ନିଆଯିବ ।

ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିର୍ବାଚନରେ କେବଳ ଅଧିକ ଭୋଟ୍ ହାସଲ କଲେ ଜଣେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ ହୋଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ସେହି ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇପାରିବେ, ଯିଏ ସାଂସଦ ଓ ବିଧାୟକମାନଙ୍କର ଭୋଟ୍‌ର ମୋଟ୍ ମୂଲ୍ୟର ଅର୍ଦ୍ଧାଧିକ ହାସଲ କରିଥିବେ । ଇଲେକ୍ଟୋରାଲ କଲେଜର ମୋଟ୍ ଭୋଟ ମୂଲ୍ୟ ଯଦି ୧୦,୯୮,୮୮୨ ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କୁ ୫,୪୯,୪୪୨ ଭୋଟ୍ ହାସଲ କରିବାକୁ ପଡିବ । ଯେଉଁ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଆଗ ଏହି ସଂଖ୍ୟା ହାସଲ କରିନେବେ, ସେ ହିଁ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇ ପାରିବେ ।

ଇଲେକ୍ଟୋରାଲ କଲେଜର ମୋଟ୍ ସଦସ୍ୟ ସଂଖ୍ୟା ୪,୮୦୯ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଲୋକସଭାର ୫୪୩, ରାଜ୍ୟସଭାର ୨୩୩ ଏବଂ ବିଧାନସଭାଗୁଡିକର ୪,୦୩୩ ସଦସ୍ୟ ସାମିଲ । ଭାରତୀୟ ନିର୍ବାଚନ ଆୟୋଗଙ୍କ ତଥ୍ୟରୁ ଏହା ଜଣାପଡିଛି । ଇଲେକ୍ଟୋରାଲ କଲେଜର ଭୋଟ ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରାୟ ୧୦,୯୮,୮୮୨ ।

# ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଦେବଙ୍କ ୫୫ତମ ଜୟନ୍ତୀ

ବୁର୍ଲା: ସତସଙ୍ଗର ପୂଜ୍ୟପାଦ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଦେବ ଙ୍କ ୫୫ତମ ଜନ୍ମ ଦିନ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ କମିଶନର ଶ୍ରୀ ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳାଇ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଓ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

## 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 ମାଧମରେ 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

# ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାରେ ରାଜନେତା ଓ ଅଧିକାରୀ ସାମିଲ

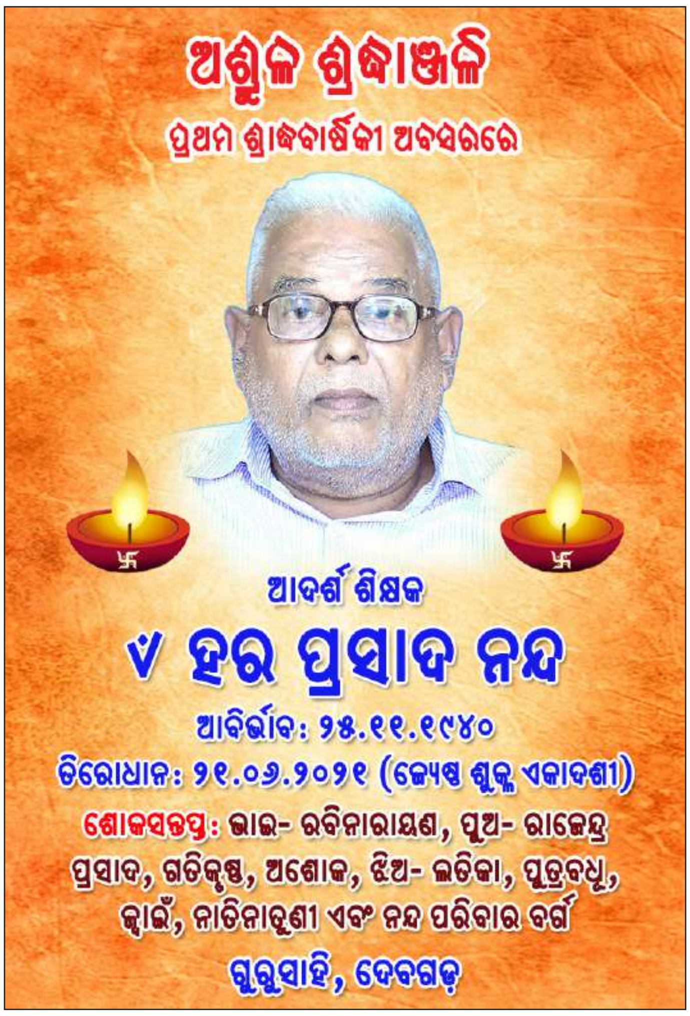
ସମ୍ବଲପୁର: ଚଳିତ ବର୍ଷ ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାରେ ଅନେକ ରାଜନେତା ଓ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ସାମିଲ ହୋଇଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା । କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ, ବିଧାୟକ ଜୟ ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, ନାଉରୀ ନାୟକ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପ୍ରମୁଖ ଯାତ୍ରାରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ସେହିପରି ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଆୟୁକ୍ତ ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳେଇ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡ଼ା, ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ କମିସନର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ଅଧିକାରୀ ଯାତ୍ରାରେ ସକ୍ରିୟ ଭାବେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ଆରଡିସି, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଏବଂ କମିସନର ମୁଦିପଡ଼ା ଯାତ୍ରା ପରିଦର୍ଶନ ପାଇଁ ଯାଇଥିବା ବେଳେ ସେଠାରେ ଜାଗେଶ୍ୱର ବାବାଙ୍କ ପାଲିଙ୍କି କାନ୍ଧେଇଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ପରିଡ଼ା ମଧ ଏହା ପୂର୍ବରୁ ବିଭିନ୍ନ ପଡାକୁ ଯାଇ ଯାତ୍ରାର ଅଗ୍ରଗତି ସଂପର୍କରେ କମିଟି ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ ।

# ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବ ଦାସଙ୍କୁ ଭିମସାର୍‌ରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

ବୁର୍ଲା : ଶ୍ରୀ ନବକିଶୋର ଦାସ ପୁଣିଥରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ଭିମ୍‌ସାରରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଭିମ୍‌ସାରର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ଲଳିତ କୁମାର ମେହେରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ଡି. ପ୍ରଫେସର ଜୟଶ୍ରୀ ଦୋରା ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଦାସଙ୍କୁ ଭିଏସଏସୟୁଟିର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ବଂଶୀଧର ମାଝୀ, ପ୍ରଫେସର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ପ୍ରଫେସର ସୁନୀଲ କୁମାର ଶର୍ମା, ଡାକ୍ତର ବିନୋଦ ବିହାରୀ ନାଏକ, ଓମ୍‌ଟାର ବୁର୍ଲା ଶାଖାର ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ଶର୍ମା, ଛାତ୍ର ସଂସଦର ସଭାପତି ଦିବ୍ୟଦର୍ଶନ ତ୍ରିପାଠୀ, କନିଷ୍ଠ ଡାକ୍ତର ସଂଘର ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ଅଭିଜିତ ଦାସ, ସିନିଅର ରେସିଡେଣ୍ଟଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଡାକ୍ତର ବାବୁଲ ଅଗ୍ରୱାଲ, ହାଉସ ସର୍ଜନ ମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ପିନାକି ପ୍ରସାଦ ଭଲ, ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ କର୍ମଚାରୀ ପକ୍ଷରୁ ସଭାପତି ନରେନ୍ଦ୍ର ମେହେର, ନର୍ସିଂ ଅଫିସର ଏସୋସିଏସନ ପକ୍ଷରୁ ତୁଷାର ତରଙ୍ଗିଣୀ ଦାଣ୍ଡିଆ, ନର୍ସିଂ କଲେଜର ଅଧକ୍ଷା ଶ୍ରୀମତୀ ଗୀତାଞ୍ଜଳି ବେହେରା ଏବଂ ଚତୁର୍ଥ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ କିରଣ କୁମାର ସୁନା ଓ ଶିବ କୁମାର ସେନ୍ଦ୍ରିଆ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଜଣାଇଥିଲେ ।

# ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାରେ ବିଭିନ୍ନ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ ଜଳ ବଣ୍ଟନ

ସମ୍ବଲପୁର : ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରା ଅବସରରେ ବିଭିନ୍ନ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ଯାତ୍ରା ଦେଖି ଆସୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ତଥା ପାନୀୟଜଳ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା । ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ସଂଗଠନ 'ସମ୍ବଳ' ପକ୍ଷରୁ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଦହି ସରବତ୍ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଅଗ୍ରୱାଲ ସମ୍ମେଳନ ପକ୍ଷରୁ ପୁରୀ ଓ ତରକାରୀ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ଯାତ୍ରାବେଳେ ଖାଦ୍ୟ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା ।




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