ସାପ୍ତାହିକ
ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.28 | Issue - 41 | 13 - 19 October 2024 | Sambalpur | Pages- 8 | Invitation Price Rs.10

सत्यमेव जयते

'ପବିତ୍ର ବିଜୟା ଦଶମୀ -୨୦୨୪' ଅବସରରେ ମାନ୍ୟବର ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ବାର୍ତ୍ତା ।

ପବିତ୍ର ବିଜୟା ଦଶମୀ ଅବସରରେ ମୁଁ ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କୁ ମୋର ଆନ୍ତରିକ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଓ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଉଛି ।

ବିଜୟା ଦଶମୀ ହେଉଛି ଅସତ୍ୟ ଉପରେ ସତ୍ୟର, ଅନ୍ୟାୟ ଉପରେ ନ୍ୟାୟର ଏବଂ ଅଶାନ୍ତି ଉପରେ ଶାନ୍ତିର ବିଜୟ ପ୍ରତୀକ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ଜୀବନରେ ତଥା ସମାଜରେ ସତ୍ୟ, ନ୍ୟାୟ ଏବଂ ଶାନ୍ତିର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିଗରେ ନିଷ୍ଠାପର ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ ଜଣାଉଛି ।

(ରଘୁବର ଦାସ)

ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

ଦୁର୍ଗାପୂଜା ଅବସରରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଶୁଭେଚ୍ଛା ବାର୍ତ୍ତା

ପବିତ୍ର ଦୁର୍ଗାପୂଜା ଓ ଦଶହରା ଅବସରରେ ରାଜ୍ୟବାସୀ ଭାଇ ଓ ଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ ମୋର ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଉଛି ।

ମାତୃଶକ୍ତିର ଉପାସନା ଆମ ସଂସ୍କୃତିର ଏକ ଅନନ୍ୟ ପରମ୍ପରା । ମା' ଦୁର୍ଗାଙ୍କ ଆରାଧନା ଏପରି ଏକ ଧାର୍ମିକ, ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଉତ୍ସବ, ଯେଉଁଠାରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଭାବ ସହ ଆନନ୍ଦମୟ ଭାବର ସମ୍ମିଳିତ ପରିପ୍ରକାଶ ହୋଇଥାଏ ।

ଜଗତ୍‌ଜନନୀ ମା' ଦୁର୍ଗାଙ୍କ ଅପାର କରୁଣାରୁ ସମସ୍ତଙ୍କ ଜୀବନରେ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ଭରିଉଠୁ, ପାର୍ବଣର ଏହି ଅମୃତ ଲଗ୍ନରେ ମା'ଙ୍କ ନିକଟରେ ଏତିକି ପ୍ରାର୍ଥନା ।

(ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ)
ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା

ଗ୍ରୀଷ୍ମକାଳୀନ ପାନୀୟ ଆଖୁରସ

ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ ମାଟିପାତ୍ର ପାଣି

ଓଜନ କମ୍‌କରେ ଜିରା ପାଣି

ଗୋଲମରିଚର ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ

ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୁର ଖଜୁରୀ

ତରଭୁଜର ଉପକାରିତା

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା ସମ୍ପର୍କିତ ବୈଠକ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଜିଲ୍ଲା ଖଣିଜ ପାଣ୍ଠି ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା ସମ୍ପର୍କିତ ଏକ ବୈଠକ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା କମିଟି ଅଧକ୍ଷା ଅବୋଲି ସୁନୀଲ ନରୱଣେଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ରାସ୍ତା ଦୁର୍ଘଟଣା ସମ୍ପର୍କିତ ତଥ୍ୟ ତର୍ଜମା, ଗତ ଜାନୁଆରୀରୁ ଅଗଷ୍ଟ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା ସମ୍ପର୍କିତ ଏନଫୋର୍ସମେଣ୍ଟ, ରୋଡ଼ ସାଇଡରୁ ପାର୍କିଂ ହଟାଇବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ସିକ୍ୟୁରିଟି ଗାର୍ଡ ମୁତୟନ, ରାଜ୍ୟ ରାଜପଥ-୧୦ ଓ ଜାତୀୟ ରାଜପଥ-୪୯ରେ ଢାବା, ଗ୍ୟାରେଜ, ପେଟ୍ରୋଲ ପମ୍ପ କି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ସଂଲଗ୍ନ ରାସ୍ତା

ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବେନିୟମ ଭାବେ କରାଯାଉଥିବା ପାର୍କିଂର ତଦାରଖ ଦିଗରେ ଆଲୋଚନା ପୂର୍ବକ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଭାଗ ତଥା ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନକୁ ଏସବୁ ଦିଗରେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ବୈଠକରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଗୋବିନ୍ଦପୁର ଟୋଲ ଗେଟରେ ଟଏଲେଟ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ଅକ୍ଟୋବର ୧୫ ତାରିଖ ସୁଦ୍ଧା ପ୍ରସନ୍ନ ପଣ୍ଡା ଛକ ସଂଲଗ୍ନ ବାଇପାସ ରାସ୍ତା ଓ ଓଭର ବ୍ରିଜରେ ଆଲୋକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ସହ ଚଳାଚଳ ଉପଯୋଗୀ କରିବା ପାଇଁ ସମ୍ପୃକ୍ତ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ସେହିପରି ଏସ୍‌ପିଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖ ଓ ସଂଲଗ୍ନ ଓଭରବ୍ରିଜ ତଳେ ବସ ଷ୍ଟପେଜ ନ କରିବାକୁ ତାଗିଦ ସହ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଓଡ଼ିଶା ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଯାଉଥିବା ବସରେ ସୁରକ୍ଷାଗତ କାରଣରୁ ଏଣିକି ୪୦ରୁ ଅଧିକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନ ନେବାକୁ ବାରଣ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ବିନା ଅନୁମତିରେ କୌଣସି ଡଙ୍ଗାରେ ଯାତ୍ରୀ ନେବା ଆଣିବାକୁ ବୋଟ ସୁରକ୍ଷା କମିଟି ବୈଠକରେ ନିଷେଧ କରାଯାଇଛି । ନିୟମ ଅବମାନନାକାରୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ ବୋଲି ସତର୍କ କରାଇ ଦିଆଯାଇଛି । ଲାଇସେନ୍ସ ନ ଥିବା ବୋଟ ଜବତ୍ କରାଯିବା ଓ ବିଭିନ୍ନ ନଦୀଘାଟ ଓ ଫେରି ଘାଟଗୁଡ଼ିକ କମିଟି ଦ୍ୱାରା ନିୟମିତ ତଦାରଖ କରାଯିବାକୁ ବୈଠକରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । ବୈଠକରେ ଏସ୍.ପି ସ୍ମିତ ପି ପରମାର, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ (ରାଜସ୍ୱ) କିଶୋର ଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁ, ଡାକ୍ତର ମହେଶ ମୋହନ ପଣ୍ଡା, ଆରଟିଓ ଦୀନବନ୍ଧୁ ଶୁଣ୍ଡି, ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ, ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ଅଞ୍ଚଳରେ ପାଉଁଶ ଡମ୍ପିଂକୁ ବିରୋଧ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ଅଞ୍ଚଳର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କାରଖାନାରୁ ନିର୍ଗତ ପାଉଁଶ ଏଣେତେଣେ ପକାଯାଉଥିବାରୁ ଅଞ୍ଚଳବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ତୁରନ୍ତ ଏହାକୁ ବନ୍ଦ କରିବା ଦାବିରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଏକ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ନାଗରିକ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ମଧ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ଏଥିରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଏ ଦିଗରେ କୌଣସି ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ ନ କଲେ ଅଞ୍ଚଳବାସୀ ଏହାର ପ୍ରତିବାଦ ରେ ଆନ୍ଦୋଳନ କରିବା ପାଇଁ ଚେତାବନୀ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ପାୱାର ପ୍ଲାଣ୍ଟରୁ ନିର୍ଗତ ଫ୍ଲାଏଆସ୍ (ବିଷାକ୍ତ ପାଉଁଶ) ଜୋର ଜବରଦସ୍ତ ଶହ ଶହ ଟ୍ରକ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ୧୯ ଖଣ୍ଡ ମୌଜା ପିଥିଣ୍ଡା ପଞ୍ଚାୟତ ଅମ୍ବାପାଲି ପଥର ଖାଦାନ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବାଦିମାଲ, ରାସ୍ତାଘାଟ, ଜଙ୍ଗଲ ଆଦି ସ୍ଥାନରେ ପକାଯାଉଛି । ଉଣେଇଶ ଖଣ୍ଡ ମୌଜାର ଅମ୍ବାପାଲି ଠାରେ ପକାଯାଉଥିବା ବିଷାକ୍ତ ପାଉଁଶ ଭୂତଳ ଜଳରେ ସିଧାସଳଖ ମିଶ୍ରିତ ହୋଇ ହୀରାକୁଦ ଜଳଭଣ୍ଡାରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବ । ଫଳରେ ପାନୀୟ ଜଳ ପ୍ରକଳ୍ପରୁ ଯୋଗାଣ କରାଯାଉଥିବା ବିଷାକ୍ତ ଜଳ ଅନେକ ପଞ୍ଚାୟତବାସୀଙ୍କ ପାଇଁ ମରଣଯନ୍ତା ପାଲଟିବ । ରାସାୟନିକ ଗବେଷଣାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ଉକ୍ତ ପାଉଁଶରେ ବହୁ ବିଷାକ୍ତ ରସାୟନ ଯଥା ଲିଡ, ମରକ୍ୟୁରି, ୟୁରାନିୟମ ଇତ୍ୟାଦି ମିଶ୍ରିତ ରହିଛି । ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ପାଉଁଶ ଡମ୍ପିଂ ଫଳରେ ଅଞ୍ଚଳ ରେ ଅନେକ ନୂଆଁ ରୋଗ ଯଥା ଚର୍ମ ରୋଗ, ଶ୍ୱାସ ରୋଗ, ହୃଦୟ ରୋଗ, କିଡିନୀ, କ୍ୟାନ୍ସର ଭଳି ଅଞ୍ଚଳବାସୀ ଅନେକ ଭୟଙ୍କର ବ୍ୟାଧିର ଶିକାର ହେବାର, ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏହାବ୍ୟତୀତ ଧାନ ଫସଲ ସହ ବିଭିନ୍ନ ପନିପରିବା ଚାଷ, ବୃକ୍ଷଲତା ମଧ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ବିଶ୍ୱ ତାପମାନ ବୃଦ୍ଧି ହେବ । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଅଞ୍ଚଳବାସୀ ଅନେକ ଥର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିବା ବେଳେ କୌଣସି କରିଛନ୍ତି । ଏଥପ୍ରତି ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇ ବିଷାକ୍ତ ପାଉଁଶ ଡମ୍ପିଂକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବନ୍ଦ କରିବା ପାଇଁ ସାଧାରଣରେ ଦାବି ହୋଇଛି ।

ମହଲତ ନେଲେ ବିଧାୟକ ଯୋଗେଶ ସିଂ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବିଧାନସଭା ଆସନ ଲାଗି ହୋଇଥିବା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେତା ବିଜେଡି ବିଧାୟକ ଯୋଗେଶ ସିଂଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଆଗତ ଏକ ମାମଲାର ଲିଖିତ ଜବାବ ଦାଖଲ କରିବାକୁ ସେ ଅଦାଲତ ନିକଟରୁ କିଛି ଦିନ ସମୟ ଲୋଡ଼ିଛନ୍ତି । ଓଡିଶା ହାଇକୋର୍ଟରେ ଏହି ମାମଲା ବିଚାରାଧିନ ଥିବା ବେଳେ ବିଚାରପତି ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ମିଶ୍ର ମାମଲାର ଶୁଣାଣି କରି ମାମଲାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶୁଣାଣି ଲାଗି ଚଳିତ ମାସ ୨୧ତାରିଖକୁ ସମୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସହ ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ନିଜ ପକ୍ଷ ରଖିବା ଲାଗି ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ସିଂହଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଇନ୍ଦ୍ରମଣି ଭଇସାଲଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଆଗତ ଏହି ମାମଲାରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ସିଂହ ଦାଖଲ କରିଥିବା ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ରରେ ଅନେକ ତଥ୍ୟ ଲୁଚାଇଛନ୍ତି । ତେଣୁ ତାଙ୍କ ବିଧାୟକ ପଦକୁ ରଦ୍ଦ କରାଯାଇ ସାନି ନିର୍ବାଚନ କରାଯାଉ । ହାଇକୋର୍ଟ ଏହି ମାମଲାକୁ ବିଚାର ପାଇଁ ଗ୍ରହଣ କରି ଆବେଦନକାରୀଙ୍କୁ ଲିଖିତ ଜବାବ ଦାଖଲ ଲାଗି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ ।

ବିଜେପିରେ ମିଶିଲେ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ମେଣ୍ଡେଲୀ

ସମ୍ବଲପୁର : ମାନେଶ୍ୱର ଜୋନ୍ ୨ର ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ତଥା ବିଜେଡି ନେତା ସତ୍ୟନାରାୟଣ ମେଣ୍ଡଲୀ ବିଜେଡିରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇ ବିଜେପିରେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । କଚେରି ରୋଡ଼ସ୍ଥିତ ବିଜେପି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ଆସି ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ରଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ବିଜେପିରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ବିଜେପି ନେତା ରମେଶ ପ୍ରଧାନ, ସୁଧୀର ପାଢ଼ୀ, ସମୀର ବାବୁ, ସୁଶାନ୍ତ ପୁରୋହିତ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମ ଓ ସଂସ୍କୃତିରେ ନବରାତ୍ର ପୂଜା

ପ୍ରଦୀପ୍ତ କୁମାର କର

ନବରାତ୍ର ଏକ ମହାନ୍ ହିନ୍ଦୁ ପର୍ବ ଓ ଏହା ନଅ ଦିନ ଧରି ଶରତ ଋତୁରେ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଏହା ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ଓ ଭାରତୀୟ ସାଂସ୍କୃତିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ ପାଳନ କରାଯାଏ । ତାତ୍ୱିକ ଭାବରେ ଚାରୋଟି ଋତୁରେ ଋତୁ କାଳୀନ ନବରାତ୍ର ରହିଛି । ତେବେ ସାଧାରଣତଃ ମୌସୁମୀ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶାରଦୀୟ ନବରାତ୍ରି ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରଧାନ । ଏଥିରେ ମା ଦେବୀ ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ ଜଣାଇ ଏହି ନବରାତ୍ର ପୂଜା ପାଳନ କରାଯାଏ । ଏହି ପୂଜା ହିନ୍ଦୁ ପାଞ୍ଜିର ଆଶ୍ୱିନ ମାସର ଶୁକ୍ଳ ପକ୍ଷରେ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଅନ୍ୟ ନବରାତ୍ର ଗୁଡ଼ିକ ହେଲା ୧) ପୌଷ ନବରାତ୍ର ଯାହା ପୌଷ ଶୁକ୍ଳ ଅଷ୍ଟମୀ ତିଥିରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପୌଷ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଏହି ନବରାତ୍ର ପ୍ରତିପଦାରୁ ନ ହୋଇ ଏହା ଅଷ୍ଟମୀ ତିଥିରେ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଓ ଏହା ନଅ ଦିନ ଜାଗାରେ ଆଠ ଦିନ ପାଳନ ହୁଏ । ୨) ମାଘ ନବରାତ୍ର ମାଘ ଶୁକ୍ଳ ପ୍ରତିପଦ ତିଥିରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ନବମୀ ଯାଏଁ ଚାଲେ । ୩) ଚୈତ୍ର ନବରାତ୍ର ଆଷାଢ଼ ଶୁକ୍ଳ ପ୍ରତିପଦ ତିଥି ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ନବମୀ ଯାଏଁ ଚାଲେ । ୪) ଆଷାଢ଼ ଶୁକ୍ଳ ପ୍ରତିପଦ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ନବମୀ ଯାଏଁ ଗୁପ୍ତ ନବରାତ୍ର ଚାଲେ ।

ଶରତ ଋତୁର ନବରାତ୍ର ଆଶ୍ୱିନ ଶୁକ୍ଳ ପ୍ରତିପଦ ତିଥି ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ନବମୀ ଯାଏଁ ଚାଲେ ଯାହାକି ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ପାଳନ କରନ୍ତି ।

ପୁରାଣ ବର୍ଣ୍ଣନା ଅନୁସାରେ ଦୁର୍ଗ ରାକ୍ଷସ ସୃଷ୍ଟି କର୍ତ୍ତା ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ ଠାରୁ ବର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଭୀଷଣ ବଳଶାଳୀ ହୋଇ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଅତ୍ୟାଚାରୀ ହୋଇ ଉଠିଲା । ସେ ତ୍ରୈଲୋକ୍ୟ ଜିଣିବା ପରେ ସ୍ୱର୍ଗ କୁ ଯାଇ ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଭୟଭୀତ କରାଇଲା । ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ ଦେବା ଦେବୀ ନିଜର ଆୟୁଧ ଦ୍ୱାରା ତାକୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ପରାଜିତ ହେବା ପରେ ଦୁର୍ଗ ରାକ୍ଷସ ସେମାନଙ୍କୁ ବନ୍ଦୀ କରି ଅନେକ ନିର୍ଯାତନା ଦେବାକୁ ଲାଗିଲା ଏଥିରେ ସମସ୍ତ ଦେବ ଗଣ ଭୀତଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ସେମାନଙ୍କ ଉଦ୍ଧାର ପାଇଁ ମା ମହାଶକ୍ତି ଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ ଓ ମା ମହାଶକ୍ତି ଏଥିରେ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ମା ଆବିର୍ଭୁତ ହୋଇ ନିଜର ଅଗ୍ନିଗର୍ଭା ନେତ୍ରରେ ଦୁର୍ଗ ରାକ୍ଷସର ଦୁର୍ଗ ଧ୍ୱଂସ କରି ସମସ୍ତ ଦେବା ଦେବୀ ମାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ମା ସହସ୍ର ଭୁଜା ହୋଇ ଅସୁମାରୀ ଅସ୍ତ୍ର ଶସ୍ତ୍ର ଧାରଣ କରି ଦୁର୍ଗ ରାକ୍ଷସକୁ ବଧ କରିଥିଲେ । ସେହି ଦିନ ଠାରୁ ଦେବୀଙ୍କୁ ଦୁର୍ଗା ଭାବରେ ନାମିତ କରଯାଇ ପୂଜା କରାଯାଉଛି । ସିଂହ ବାହିନୀ ଭାବରେ ମା ସ୍ନେହମୟୀ ଓ ଭୟଙ୍କରୀ ମଧ । ସିଂହ ଉପରେ ବସି ସେ ଚତୁର୍ଭୁଜା, ଅଷ୍ଟ ଭୁଜା, ଏପରିକି ସେ ସହସ୍ର ଭୁଜା ମଧ ହୋଇ ପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ହସ୍ତ ସର୍ବଦା ବରଦା ବା ଶାନ୍ତ ମୁଦ୍ରାରେ ଥାଏ । ମାଆଙ୍କ ପାଖରେ ଯିଏ ଶରଣାଗତ, ମାଙ୍କୁ ସ୍ତୁତି କରନ୍ତି ମା ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଅଭୟ, କରୁଣା,ଦୟା, ଓ କରୁଣା ମୟୀ ଓ ଯେଉଁ ମାନେ ଦୁରାଚାରୀ, ରାକ୍ଷସ, ସ୍ୱଭାବର ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ଦୁଷ୍ଟ ସ୍ୱଭାବର ମା ହୋଇଯାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଅତି ଭୟଙ୍କର । ବସନ୍ତ ଏବଂ ଶରତ ଋତୁରେ ଦେବୀ ଆରାଧନା କରାଯାଏ । ଚୈତ୍ର ଶୁକ୍ଳ ଏବଂ ଆଶ୍ୱିନ ଶୁକ୍ଳ ପ୍ରତିପଦ ଠାରୁ ନବମୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନବଗୌରି ବା ନବଦୁର୍ଗାଙ୍କ ପୂଜା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ନଅ ଦିନର ପୂଜାରେ ମାଙ୍କ ପ୍ରଥମ ଦିନ ମାଙ୍କୁ ଶୈଳପୁତ୍ରୀ ଯାହା କି ପ୍ରଥମ ସ୍ୱରୂପ । ଶୈଳ ରାଜ ହିମାଳୟଙ୍କ ତପସ୍ୟାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଦେବୀ ତାଙ୍କ କନ୍ୟା ରୂପରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିବସ ରେ ମା ଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ରେ ଦୀପ୍ତିମନ୍ତ ତେଜ ପ୍ରକାଶ ହୋଇ ମା ବ୍ରହ୍ମ ଚାରିଣି ନାମରେ ଡାହାଣ ହାତରେ ମନ୍ତ୍ର ଜପମାଳ ଓ ବାମ ହାତରେ କମଣ୍ଡଳୁ ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି ।ତୃତୀୟ ଦିବସରେ ଦେବୀଙ୍କ ଉଗ୍ର ରୂପ ହୋଇ ଦଶ ଭୁଜା ଓ ବ୍ୟାଘ୍ର ଉପରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଦେବୀଙ୍କ ମୁଦ୍ରା ଯୁଦ୍ଧାଭିମୁଖୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସ୍ୱରୂପ କୁ ଚନ୍ଦ୍ରଘଣ୍ଟା କୁହାଯାଏ । ପୌରାଣିକ ମତରେ ଦେବୀଙ୍କ ହସରୁ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ସୃଷ୍ଟି ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଏହି ରୂପରେ ଦେବୀ ଅଷ୍ଟଭୁଜା ଓ ହାତରେ କମଣ୍ଡଳୁ, ଧନୁ , କମଳ, ଅମୃତ୍ କଳସ ,ଚକ୍ର , ଗଦା,ଓ ଜପମାଳ ଧାରଣ କରିଥାଆନ୍ତି ।ଏହି ସ୍ୱରୂପ ଦେବୀଙ୍କ କୁଷ୍ମାଣ୍ଡ ନାମରେ ବିଦିତ । ପଞ୍ଚମ ଦିନରେ ଦେବୀଙ୍କୁ ସ୍କନ୍ଦ ମାତା ସ୍ୱରୂପ ରେ ପୂଜା କରାଯାଏ । କୁମାର କାର୍ତ୍ତିକେୟଙ୍କୁ ସ୍କନ୍ଦ କୁହାଯାଏ ଓ ତାଙ୍କର ମାତା ହୋଇ ଥିବାରୁ ସେ ସ୍କନ୍ଦ ମାତା ରୂପରେ ନିଜ ପୁତ୍ର କୁ କୋଳରେ ଧରି ପୂଜା ପାଆନ୍ତି । ନବରାତ୍ରର ଷଷ୍ଠ ଦିନରେ ମାଙ୍କୁ କାତ୍ୟାୟନୀ ରୂପେ ପୂଜା କରାଯାଏ କାରଣ ଋଷି କାତ୍ୟାୟନଙ୍କ ତପସ୍ୟାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଦେବୀ ତାଙ୍କ କନ୍ୟା ରୂପରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ କୃଷ୍ଣ ଙ୍କୁ ନିଜ ପତି ରୂପରେ ପାଇବାକୁ ବ୍ରଜ ଗୋପୀ ମାନେ ମା କାତ୍ୟାୟନୀଙ୍କୁ ଆରାଧନା କରିଥିଲେ । ସପ୍ତମ ଦିବସରେ ଦେବୀଙ୍କୁ କାଳରାତ୍ରି ସ୍ୱରୂପରେ ଉପାସନା କରାଯାଏ । ଏହା ଦେବୀ ଙ୍କ ବିକଟାଳ ରୂପ ଏହି ରୂପରେ ଦେବୀ ତ୍ରିନେତ୍ର ଧାରିଣୀ, ଶରୀରର ବର୍ଣ୍ଣ ଗାଢ଼ କଳା ଓ ଦେବୀ ଚତୁର୍ଭୁଜା ହୋଇ ଗର୍ଦ୍ଦଭ ବାହନ ରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ଓ ହାତରେ ଲୌହ ଖଡଗ ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି । ଅଷ୍ଟମ ଦିବସରେ ଦେବୀଙ୍କୁ ମହାଗୌରୀ ରୂପେ ପୂଜା କରାଯାଏ । ଏହି ରୂପରେ ଦେବୀଙ୍କ ରୂପ ସୌମ୍ୟ ଶାନ୍ତ ଥାଏ, ଦେବୀ ବୃଷଭ ବାହିନୀ ହୋଇ ଶୁଭ୍ର ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ଚତୁର୍ଭୁଜା ହୋଇ ଡମ୍ବରୁ ଓ ତ୍ରିଶୂଳ ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି । ନବରାତ୍ରର ଶେଷ ଦିବସରେ ଦେବୀଙ୍କୁ ସିଦ୍ଧିଦାତ୍ରୀ ସ୍ୱରୂପରେ ଉପାସନା କରାଯାଏ । ଦେବୀ ପଦ୍ମାସନା, ଚତୁର୍ଭୁଜା, ହାତରେ ଶଙ୍ଖ, ଚକ୍ର , ଗଦା ଓ ପଦ୍ମ ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ପୂଜାର ବିଧି ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରଥମେ ପୂଜା ସ୍ଥଳରେ ଘଟ ସ୍ଥାପନ କରି ଦେବୀଙ୍କୁ ଆବାହନ କରାଯାଇଥାଏ । ଧାନ ବା ଗହମ କୁ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ତଳେ ବାଲି ଦେଇ ତା ଉପରେ ଏହି ଭିଜା ଧାନ ବା ଗହମ କୁ ଦେଇ ତା ଉପରେ ଘଟ ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଥାଏ । ଘଟରେ ଦେବୀଙ୍କ ଚିତ୍ର ବା ସ୍ୱସ୍ତିକ ଚିହ୍ନକୁ ଆଙ୍କି ପୂଜା କରାଯାଏ । ପୂଜା ଶେଷରେ ସେହି ଘଟକୁ ନଦୀ ବା ପୁଷ୍କରିଣୀରେ ବିସର୍ଜନ କରାଯାଏ । ଘଟ ପୂଜାର ପରମ୍ପରା ଓ ସମୟ କୁ ସଠିକ୍ କହିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ । ଆମର ସଂସ୍କୃତି ଅନୁଯାୟୀ ଘଟ ପୂଜା ପଞ୍ଚଭୁତ ଉପରେ ଆଧାରିତ । ତାହା ହେଲା କ୍ଷିତ୍, ଆପ, ତେଜ , ମରୁତ୍ ଓ ବ୍ୟୋମ । କ୍ଷତି ଅର୍ଥାତ୍ ପୃଥିବୀ ମାନେ ମାଟି ଯିଏକି ଆମକୁ ଆଶ୍ରୟ ଦେଇଛି ରହିବା ପାଇଁ,ମାଟିରୁ ଉତ୍ପାଦିତ ହେଉଥିବା ଉତ୍ପାଦ କୁ ଖାଇ ଆମେ ଜୀବନ ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି,ସେହିପରି ଆପ ଅର୍ଥ ଜଳ ଯାହା କି ମନୁଷ୍ୟ ର ଜନ୍ମ ରୁ ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆବଶ୍ୟକ ପଡିଥାଏ , ସେହିପରି ମରୁତ ବା ପବନ ବିନା ମନୁଷ୍ୟ ର ଗୋଟିଏ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ବଞ୍ଚିବା କଷ୍ଟକର ବ୍ୟାପାର ହୋଇଯାଏ, ତେଜ ବା ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ରଶ୍ମି ସକଳ ଶକ୍ତିର ଆଧାର, ତେଜ ମଧ ଅଗ୍ନିକୁ ବୁଝାଏ ଯାହାର ଆବଶ୍ୟକତା ମନୁଷ୍ୟ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ ସର୍ବଶେଷରେ ବ୍ୟମ ଅର୍ଥ ଆକାଶ ଯେଉଁଠାରେ ଆମ ପୃଥିବୀ ଶୂନ୍ୟରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସୌର ମଣ୍ଡଳରେ ଘୁରିଛି ଓ ଅସଂଖ୍ୟ ଜଳ କଣିକାକୁ ଧାରଣ କରି ବର୍ଷା କରାଇ ଆମର ଅନେକ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରେ । ଏହି ଘଟରେ ଯେଉଁ ଦେବା ଦେବୀ ମାନଙ୍କୁ ଆବାହନ କରାଯାଇଥାଏ ସେମାନେ ହେଲେ ଗଙ୍ଗା, ଯମୁନା, ଗୋଦାବରୀ, ସରସ୍ୱତୀ, ନର୍ମଦା, ସିନ୍ଧୁ ଓ କାବେରୀ, ଗଣେଶ, ବରୁଣ, ଇନ୍ଦ୍ର, ଦଶ ଦିଗପାଳ, ସୂର୍ଯ୍ୟ, ନବଗ୍ରହ, ଗ୍ରାମ ଦେବତା ଓ ଦେବୀ ମାନଙ୍କୁ ଆବାହନ କରାଯାଇଥାଏ । ଘଟ ର ମୁଖରେ ଶିବ, ତଳ ଭାଗରେ ବ୍ରହ୍ମା, ମଧ ଭାଗରେ ଅଷ୍ଟାଦଶ ମାତୃଗଣ, ସପ୍ତ ସାଗର, ସପ୍ତ ଦ୍ୱୀପ ଓ ଉଦରରେ ସମସ୍ତ ତୀର୍ଥକୁ ସ୍ମରଣ କରି ପୂଜା କରାଯାଏ ।

ପ୍ଲଟ ନଂ ୨୫, ସୂର୍ଯ୍ୟ ନଗର, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ରାମାୟଣ କଥା : ମହାରାଜାରୁ ମହର୍ଷି

ଡ଼ଃ ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ପଣ୍ଡା

ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ କାନ୍ୟକୁବ୍ଜ ରାଜ୍ୟରେ ପୁରୁ ବଂଶୀୟ ରାଜା ଗାଧି ରାଜତ୍ୱ କରୁଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଅନ୍ତେ ରାଜ୍ୟଭାର ତାଙ୍କର ପୁତ୍ର କୌଶିକଙ୍କ ହାତକୁ ଗଲା । କୌଶିକ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପରାକ୍ରମୀ ଓ ପ୍ରଜାବତ୍ସଳ ଥିଲେ । ସୈନ୍ୟ ସାମନ୍ତଙ୍କ ସହ ଏକଦା ବଣରେ ବିଚରଣ କରୁକରୁ ସେ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଆଶ୍ରମରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠ ତାଙ୍କର ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ କଲେ । ଆଶ୍ରମର ଗୋମାତା ସୁରଭି ପୁତ୍ରୀ ନନ୍ଦିନୀକୁ ସମସ୍ତ ଅତିଥିଙ୍କ ଭୋଜନ ଦାୟିତ୍ୱ ଅର୍ପଣ କଲେ । ସମସ୍ତଙ୍କ ମନମୁତାବକ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ଆଜ୍ଞା ଦେଲେ । ମହର୍ଷିଙ୍କ ଆଦେଶ ପ୍ରତିପାଳିତ ହେଲା । ମନପସନ୍ଦ ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ କରି ସମସ୍ତେ ନନ୍ଦିନୀଙ୍କ ଆତିଥ୍ୟରେ ପରମ ତୃପ୍ତ ଓ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆନନ୍ଦିତ ହେଲେ । ଗୋମାତା ନନ୍ଦିନୀଙ୍କ ଅଭୂତପୂର୍ବ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଦେଖି ରାଜା କୌଶିକ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ ହେଲେ । ଏକ ଲକ୍ଷ ଗୋମାତା ପ୍ରତିଦାନରେ ମାତା ନନ୍ଦିନୀଙ୍କୁ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କଲେ ବଶିଷ୍ଠଙ୍କୁ । ମହର୍ଷି ଅସହମତ ହେବାରୁ ରାଜାଜ୍ଞା ଅବମାନନାର ଦ୍ୱାହି ଦେଇ ରାଜା କୌଶିକ ନନ୍ଦିନୀଙ୍କୁ ବଳପୂର୍ବକ ନେବା ପାଇଁ ସୈନ୍ୟଙ୍କୁ ଆଦେଶ ଦେଲେ । ଅପଚେଷ୍ଟା କଲେ ।

ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ତପୋବଳରେ ବଳୀୟାନ ଓ ପୁଷ୍ଟ ଥିଲେ ମାତା ନନ୍ଦିନୀ । ଏକମାତ୍ର ହୁଙ୍କାରରେ ସେ ସର୍ଜନା କଲେ ହଜାର ହଜାର ସୈନିକ । ରାଜସୈନ୍ୟ ଏବଂ ଋଷିସୈନ୍ୟଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘମାଘୋଟ ଯୁଦ୍ଧ ହେଲା । ରାଜା କୌଶିକ ପରାଜୟ ବରଣ କଲେ । କୌଶିକପୁତ୍ର ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କୁ ସମୂହ ଆକ୍ରମଣ କରିବାକୁ ଉଦ୍ୟତ ହୁଅନ୍ତେ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠ ତପ ବଳରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଭସ୍ମୀଭୂତ କଲେ ।

ପରାଜୟରେ ମ୍ରିୟମାଣ ରାଜା କୌଶିକ ତାଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ଜୀବିତ ପୁତ୍ରକୁ ରାଜ୍ୟଭାର ଅର୍ପଣ କରି ହିମାଳୟାଭିମୁଖେ ପ୍ରସ୍ଥାନ କଲେ । ଘୋର ତପସ୍ୟା ବଳରେ ଭଗବାନ ଶଙ୍କରଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କଲେ । ଦେବତା, ଦାନବ, ଗନ୍ଧର୍ବ, ଯକ୍ଷ, ରାକ୍ଷସଙ୍କ ପାଖରେ ଉପଲବ୍ଧ ସମସ୍ତ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ପ୍ରାପ୍ତ କଲେ । ଦେବାସ୍ତ୍ର ପ୍ରୟୋଗରେ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଆଶ୍ରମ ବିନଷ୍ଟ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ପରନ୍ତୁ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ବ୍ରହ୍ମଦଣ୍ଡ ସମ୍ମୁଖରେ ସମସ୍ତ ଦେବ ଅସ୍ତ୍ର ଶାନ୍ତ ପଡିଗଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ବାର ପରାଜିତ ରାଜା କୌଶିକ କ୍ରୋଧିତ ହୋଇ ମନେମନେ ଚିନ୍ତା କଲେ ବ୍ରହ୍ମ ବଳ ଆଗରେ କ୍ଷତ୍ରିୟ ବଳ ଅତ୍ୟନ୍ତ ତୁଚ୍ଛ ଅଟେ । ବ୍ରାହ୍ମଣତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ସକାଶେ ସେ ସଂକଳ୍ପ ନେଲେ । ନିଜ ପତ୍ନୀଙ୍କ ସହ ଘନଘୋର ବଣରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭୟଙ୍କର ତପସ୍ୟାରେ ମଗ୍ନ ହେଲେ । ଏକହଜାର ବର୍ଷରୁ ଉଗ୍ର ତପସ୍ୟା ପଶ୍ଚାତ ବ୍ରହ୍ମଦେବ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ତାଙ୍କୁ ରାଜର୍ଷି ପଦ ପ୍ରଦାନ କଲେ । ବ୍ରାହ୍ମଣତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ଆକାଂକ୍ଷାରେ ତପସ୍ୟାରତ ରାଜା କୌଶିକ ପରମ ପିତା ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦରେ ଅପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ପୁନଃ ତପସ୍ୟା କରିବାରେ ଲାଗିଲେ ।

ସେ ସମୟରେ ଅଯୋଧାରେ ଇକ୍ଷ୍ୱାକୁ ବଂଶୀୟ ରାଜା ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ରାଜତ୍ୱ କରୁଥିଲେ । ଥରେ ତାଙ୍କ ମନରେ ବିଚାର ଆସିଲା କେଉଁ ଯଜ୍ଞ କଲେ ସେ ସଶରୀର ସ୍ୱର୍ଗଲୋକ ଯାଇପାରନ୍ତେ । ନିଜ ମନକଥା ସେ କୁଳଗୁରୁ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଆଗରେ ପ୍ରକାଶ କଲେ । ଆନ୍ତରିକ ଇଚ୍ଛାର ପୂର୍ତ୍ତି ସକାଶେ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପାଇଁ ବିନତି କଲେ । ଯଜ୍ଞ ଆୟୋଜନ ପାଇଁ ଅନୁରୋଧ କଲେ । ଅପିତୁ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠ ସଶରୀର ସ୍ୱର୍ଗାରୋହଣ ନିୟତି ବିରୁଦ୍ଧ ଓ ଅସମ୍ଭବ କହି ଯଜ୍ଞ କରିବାକୁ ସିଧାସଳଖ ମନା କରିଦେଲେ । ରାଜା ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ନିରାଶ ହେଲେ । ଦକ୍ଷିଣରେ ତପସ୍ୟାରତ ବଶିଷ୍ଠ ପୁତ୍ରଙ୍କ ଶରଣାଗତ ହେଲେ । ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଶତପୁତ୍ର ମଧ ଯଜ୍ଞ କରିବାକୁ ମନା କଲେ । କ୍ରୋଧାନ୍ୱିତ ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ଅନ୍ୟର ସହଯୋଗ ନେବାକୁ କୁହନ୍ତେ ସେମାନେ ତାଙ୍କୁ ଚାଣ୍ଡାଳ ରୂପ ଧାରଣ କରିବାର ଅଭିଶାପ ଦେଲେ । ରାଜା ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ଚାଣ୍ଡାଳ ରୂପରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଗଲେ । ରାଜାଙ୍କ ଏତାଦୃଶ ଅବସ୍ଥା ଦେଖି ସମସ୍ତ ସୈନ୍ୟ ସାମନ୍ତ ଛତ୍ରଭଙ୍ଗ ଦେଲେ । ପଳାୟନ କଲେ ।

ମର୍ମାହତ ଚାଣ୍ଡାଳରୂପୀ ରାଜା ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ସେହି ବଣରେ ତପସ୍ୟାରତ ରାଜ ଋଷି କୌଶିକଙ୍କ ଶରଣ ଗଲେ । ଜଣେ ରାଜାଙ୍କ ଚାଣ୍ଡାଳ ରୂପ ଦେଖି କୌଶିକଙ୍କ ହୃଦୟରେ କରୁଣା ଜାଗ୍ରତ ହେଲା । ସେ ତ୍ରିଶଙ୍କୁଙ୍କୁ ସଶରୀର ସ୍ୱର୍ଗଲୋକ ପଠେଇବାର ଆଶ୍ୱାସନା ଦେଲେ । ଯଜ୍ଞ ସାମଗ୍ରୀ ଏକତ୍ରିତ କରିବା ପ୍ରାରମ୍ଭ ହେଲା । ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଅତିରିକ୍ତ ପୃଥିବୀର ସମସ୍ତ ମୁନିଋଷିଙ୍କୁ ଯଜ୍ଞନିମନ୍ତ୍ରଣ ପଠାଗଲା । ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ପୁତ୍ରମାନେ ଚାଣ୍ଡାଳ ରାଜା ପାଇଁ କ୍ଷତ୍ରିୟ ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଯଜ୍ଞରେ ବ୍ରାହ୍ମଣମାନେ କିପରି ଭୋଜନ କରିବେ କହି ଯୋଗଦାନ କରିବାକୁ ମନା କରିଦେଲେ । ଏହା ଶୁଣି କ୍ରୋଧିତ କୌଶିକ ସାତଶହ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନେ ଚାଣ୍ଡାଳ ଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରନ୍ତୁ କହି ଅଭିଶାପ ଦେଲେ ।

ଯଜ୍ଞ ପ୍ରାରମ୍ଭ ହେଲା । ରାଜର୍ଷି କୌଶିକ ସମସ୍ତ ଦେବଗଣଙ୍କୁ ଆବାହନ କରି ନିଜନିଜ ସ୍ଥାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ । ଦେବଗଣ ତାଙ୍କ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବାରୁ କ୍ରୋଧ ଜର୍ଜରିତ ରାଜର୍ଷି କୌଶିକ ଚାଣ୍ଡାଳରୂପୀ ତ୍ରିଶୁଙ୍କୁଙ୍କୁ ସଶରୀରେ ସ୍ୱର୍ଗପୁରୀ ଯିବାକୁ ଆଦେଶ ଦେଲେ । ତତ୍କ୍ଷଣାତ ତ୍ରିଶୁଙ୍କୁ ଶୂନ୍ୟରେ ଉଡିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ସ୍ୱଚାଳିତ ଯନ୍ତ୍ର ସଦୃଶ ସ୍ୱର୍ଗଲୋକରେ ପହଂଚିଗଲେ । ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଦେବଗଣ ଚାଣ୍ଡାଳର ସ୍ଥାନ ସ୍ୱର୍ଗରେ ନାହିଁ କହି ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନାଦେଶ ଦିଅନ୍ତେ ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ନିମ୍ନମୁଖୀ ହୋଇ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠକୁ ଖସିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ଭୟାତୁର ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ଜୀବନ ରକ୍ଷା ପାଇଁ କୌଶିକଙ୍କୁ ବିକଳ ବିନତି କଲେ । ସ୍ୱଅର୍ଜିତ ପୂଣ୍ୟ ବଳରେ ରାଜର୍ଷି କୌଶିକ ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱର୍ଗ ଏବଂ ମର୍ତ୍ତ୍ୟ ମଝିରେ ଅବସ୍ଥାନ କରାଇଲେ । ଗ୍ରହ ନକ୍ଷତ୍ରାଦି ସୃଷ୍ଟି କଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ୱର୍ଗ ରଚନାର ପ୍ରଯତ୍ନ କଲେ । ଏହା ଦେଖି ଦେବଲୋକରେ ଭାଳେଣି ପଡିଲା । ଦେବଗଣ ରାଜର୍ଷି କୌଶିକଙ୍କ ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ । ଭିନ୍ନ ଏକ ସ୍ୱର୍ଗଲୋକ ନିର୍ମାଣରୁ ବିରତ ହେବାକୁ ଅନୁରୋଧ କଲେ । ତାଙ୍କ ସୃଷ୍ଟ ଗ୍ରହ ନକ୍ଷତ୍ର ଓ ନିମ୍ନମୁଖୀ ତ୍ରିଶଙ୍କୁ ଚିରକାଳ ଆକାଶରେ ପ୍ରକାଶମାନ ରହିବେ । ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ପୁରୁଷର ଅମୀୟ ଆନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରିବେ ବୋଲି କଥା ଦେଲେ । ରାଜର୍ଷି ଭିନ୍ନ ସ୍ୱର୍ଗ ନିର୍ମାଣରୁ କ୍ଷାନ୍ତ ହେଲେ । ଦେବଗଣ ଆଶ୍ୱସ୍ତ ହେଲେ ।

ଦକ୍ଷିଣ ଦିଗରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବାରୁ ତପସ୍ୟାରେ ବିଘ୍ନ ଘଟିବା ଚିନ୍ତାକରି ରାଜର୍ଷି କୌଶିକ ପଶ୍ଚିମଦିଶାସ୍ଥିତ ପୁଷ୍କର ବଣରେ ପୁନଃ ତପସ୍ୟା କଲେ । ସେ ସମୟରେ ଅଯୋଧାରେ ରାଜା ଅମ୍ବରିଶ ରାଜତ୍ୱ କରୁଥିଲେ । ତାଙ୍କ ପରାକ୍ରମ ବୃଦ୍ଧି ଦେଖି ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରାସନ ହରେଇବା ଆଶଙ୍କା କଲେ । ଯଜ୍ଞ ଭ୍ରଷ୍ଟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ରାଜାଙ୍କ ଯଜ୍ଞପଶୁ ଅପହରଣ କରିନେଲେ । ଯଜ୍ଞ ପଶୁ ହଜିଲେ ଅଶୁଭ । ଏପରି ଶଙ୍କଟରୁ ବର୍ତ୍ତିବାର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କଲେ ତାଙ୍କ ରାଜପୁରୋହିତ । ତାଙ୍କରି ଉପଦେଶାନୁସାରେ ରାଜା ଯଜ୍ଞପଶୁ ଖୋଜିବାରେ ଲାଗିଲେ । କିନ୍ତୁ ବିଫଳ ହେଲେ । ବିକଳ୍ପ ସ୍ୱରୂପ ରୁଚିକ ଋଷିଙ୍କ ମଧ୍ୟମ ପୁତ୍ରକୁ ପୁରୁଷପଶୁ ରୂପେ କ୍ରୟ କଲେ । ଅଯୋଧା ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ ସମୟରେ ପୁଷ୍କର ବଣରେ ତାପସ୍ୟାରତ ନିଜର ମାମୁଁ ରାଜର୍ଷି କୌଶିକଙ୍କୁ ଶେଷ ସାକ୍ଷାତ କରିବାକୁ ରୁଚିକଙ୍କ ପୁତ୍ର ରାଜା ଅମ୍ବରୀଶଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କଲା । ମାମୁଁ ଶରଣାପନ୍ନ ଭଣଜାକୁ ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁ ଓ ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଦୁଇଟି ମନ୍ତ୍ର ଶିକ୍ଷା ଦେଲେ । ବଳି ସମୟରେ ମନ୍ତ୍ରଦ୍ୱୟ ସଶ୍ରଦ୍ଧ ସ୍ତୁତି କଲେ ତାଙ୍କର ମନୋବାଞ୍ଛା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବ କହିଲେ । ସ୍ତୁତିମନ୍ତ୍ର ପାଠରେ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକଟ ହେଲେ । ଅପହରଣ କରିଥିବା ଯଜ୍ଞପଶୁ ଫେରସ୍ତ କରି ପୁରୁଷପଶୁ ରୁଚିକ ପୁତ୍ରର ପ୍ରାଣରକ୍ଷା କଲେ ।

ରାଜର୍ଷି କୌଶିକ ଉତ୍ତର ଦିଗକୁ ଯାତ୍ରା କରି ଅଘୋର ବଣରେ ଘୋର ତପ କଲେ । ତାଙ୍କରି ତପସ୍ୟାରେ ବିଘ୍ନ ଘଟେଇବା ପାଇଁ ଇନ୍ଦ୍ରଦେବ ଅପସରା ମେନକାଙ୍କୁ ପ୍ରେରଣ କଲେ । ପ୍ରାତଃ କାଳରେ ରାଜର୍ଷି କୌଶିକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ନିକଟସ୍ଥ ସରୋବରରେ ସ୍ନାନରତା ଅପସରା ସୁନ୍ଦରୀ ମେନକାଙ୍କ ଉପରେ ପଡିଲା । ରାଜର୍ଷିଙ୍କ ସଂକଳ୍ପ କାମଦେବଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ପରାଜିତ ହେଲା । ମେନକାଙ୍କ ରୂପରେ ସମ୍ମୋହିତ ରାଜର୍ଷି ତାଙ୍କୁ ନିଜ ଆଶ୍ରମରେ ନିବାସ କରିବାର ଅନୁମତି ଦେଲେ । ସମୟ ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗିଲା । ମେନକା ଓ କୌଶିକଙ୍କ ଶକୁନ୍ତଳା ନାମ୍ନୀ ଏକ ପୁତ୍ରୀ ଜାତ ହେଲା । ରାଜର୍ଷିଙ୍କ ତପସ୍ୟା ଭଙ୍ଗ ହେଲା ।

ନିଜ ତ୍ରୁଟିର ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ କରିବାକୁ ରାଜର୍ଷି ମନସ୍ଥ କଲେ । ପୁନଃ ଉଗ୍ର ତପସ୍ୟାରେ ଲିପ୍ତ ହେଲେ । ତପଭଙ୍ଗ ପାଇଁ ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ର ଏଥର ଅପସରା ରମ୍ଭାକୁ ପ୍ରେରଣ କଲେ । ତପସ୍ୟା ବିରତ ରାଜର୍ଷି ଚକ୍ଷୁ ଉନ୍ମିଳିତ କରନ୍ତେ ନିଜ ସମ୍ମୁଖରେ ଅପସରା ରମ୍ଭାକୁ ଦେଖି ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ କପଟାଚାର ବୁଝିଗଲେ । କ୍ରୋଧିତ ରାଜର୍ଷି ଅପସରା ରମ୍ଭାକୁ ଅଭିଶାପ ଦେଲେ । ତାକୁ ତତକ୍ଷଣାତ ଶିଳାରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରିଦେଲେ ।

ତତ୍ପରେ ପୂର୍ବ ଦିଗକୁ ଯାତ୍ରା କରି କଠିନ ତାପସ୍ୟାରେ ମଗ୍ନ ହେଲେ । ଇତ୍ୟବସରରେ ବ୍ରହ୍ମଦେବ ପ୍ରକଟ ହେଲେ । ବ୍ରାହ୍ମଣତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ତୁମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ଯୋଗ୍ୟ ନୁହଁ ବୋଲି ଚେତାବନୀ ଦେଲେ । ରାଜର୍ଷି ଅସହଜ ଅନୁଭବ କଲେ । ହେଲେ ବ୍ରହ୍ମଦେବଙ୍କୁ ବୁଝିବା ସହଜ ହେଲା । କାମ ଏବଂ କ୍ରୋଧ ରୂପୀ ଶତ୍ରୁ ବଶୀଭୂତ ନହେଲେ ବ୍ରାହ୍ମଣତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତି ଅସମ୍ଭବ ବୋଲି ହୃଦୟଙ୍ଗମ କଲେ । ସୁସଂଯମିତ ଶୁଦ୍ଧପୂତ ମନ ଓ ଶରୀରରେ ପୁନଃ ଏକ ହଜାର ବର୍ଷ ଘୋର ତପସ୍ୟା କଲେ । ପରଂ ପିତା ବ୍ରହ୍ମା ପରିଶେଷରେ ପ୍ରସନ୍ନ ହେଲେ । ନିଜେ ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକଟ ହୋଇ ସାନନ୍ଦ ଚିତ୍ତରେ ତାଙ୍କୁ ବ୍ରାହ୍ମଣତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କଲେ । ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ନାମରେ ନାମିତ କଲେ । ସେହି ଦିନଠାରୁ ରାଜା କୌଶିକ ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ବୋଲାଇଲେ । କ୍ଷତ୍ରିୟ ମହାରାଜାଙ୍କ ଦୃଢ଼ ସଂକଳ୍ପ ତାଙ୍କୁ ବ୍ରାହ୍ମଣରେ ରୂପାନ୍ତରିତ କଲା ।

ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଓ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ରାଜର୍ଷି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ରଙ୍କ ସଂଘର୍ଷପୂର୍ଣ୍ଣ ଇତିହାସ ଓ ସଫଳତା କାହାଣୀ ଶୁଣି ନିଜକୁ ଧନ୍ୟ ମନେକଲେ । ମହାତ୍ମା ଗୌତମ ଓ ଦେବୀ ଅହଲ୍ୟାଙ୍କ ପୁତ୍ର ତଥା ମିଥିଳା ନରେଶ ଜନକଙ୍କ କୁଳପୁରୋହିତ ସତାନନ୍ଦ ମହର୍ଷି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର, ପ୍ରଭୁ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଓ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ ଜଣେଇ ଯଜ୍ଞଶାଳାକୁ ସାଦରେ ପାଛୋଟି ନେଲେ ।

ପ୍ରାକ୍ତନ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ,
ସମ୍ବଲପୁର

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଦିନେ ଜଣେ ଶିକ୍ଷକ ଶ୍ରେଣୀରେ ପଢ଼ାଉ ଥିବାବେଳେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଖଣ୍ଡେ ଖଣ୍ଡେ କାଗଜ ଦେଇ କହିଲେ ଏକ ପ୍ରବନ୍ଧ ଲେଖ । ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ- ସାର୍, କାଗଜରେ କୌଣସି ପ୍ରଶ୍ନ ନାହିଁ, କାଗଜଟି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଧଳା ଓ କେବଳ ଗୋଟିଏ କଳା ବିନ୍ଦୁ ଅଛି । ଶିକ୍ଷକ କହିଲେ- ସେହି କାଗଜରେ ଯାହା ଦେଖୁଛ ତାହାରି ଉପରେ ଏକ ପ୍ରବନ୍ଧ ଲେଖ । କିଛି ସମୟ ପରେ ସମସ୍ତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ସେମାନଙ୍କର ଉତ୍ତର ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଦେଲେ । ଶିକ୍ଷକ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ କିଛି ପିଲା କାଗଜରେ ଥିବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଧଳା ଅଂଶ ବିଷୟରେ ଲେଖୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଆଉ କିଛି ପିଲା କଳା ବିନ୍ଦୁ ବିଷୟରେ ଲେଖୁଛନ୍ତି, ଯାହାକି କାଗଜରେ ଟିକିଏ ସ୍ଥାନ ନେଇଛି । ଶିକ୍ଷକ କହିଲେ- ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କାଗଜଟି ଧଳା ଥିବାବେଳେ ଯେପରି ଭାବରେ କିଛି ପିଲା ଏକ ଛୋଟ କଳା ବିନ୍ଦୁ ଉପରେ ଆଜି ପ୍ରବନ୍ଧ ଲେଖିଛ, ତାହା ଆମ ଜୀବନ ସହିତ ମଧ ଘଟେ । ଆମେ ଆମ ଚାରିପାଖରେ ଥିବା ସୁଖ, ଶାନ୍ତି ଓ ପ୍ରେମକୁ ଅଣଦେଖା କରୁ ଏବଂ ଛୋଟ ଛୋଟ ଅସୁବିଧାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଅଧିକ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଥାଉ । ଏହା ହିଁ ଦର୍ଶାଇଥାଏ ଯେ ଆମର ମନ ଏବଂ ଚିନ୍ତାଧାରା ନକାରାତ୍ମକ ଦିଗରେ ଗତି କରୁଛି । ସାଧାରଣତଃ ମଣିଷ ଜୀବନ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତି ଦେଇ ଗତି କରିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ଜୀବନରେ କିଛି ନା କିଛି ପାଇବାର ଆଶା ଥାଏ, କାରଣ ଜୀବନ ଅଛି ମାନେ ଆଶା କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ପାଇବାର ଆଶା କାହା ପାଇଁ କିପରି ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଦୁଃଖର ମାତ୍ରା କାହାର ଅଧିକ ଥାଏ ତ' କାହାର କମ୍ ଥାଏ । ଯଦି ସବୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କଥାକୁ ଭାବିବା ଓ ଭାଗ୍ୟ ଖରାପ କହି ନିଜକୁ ଦୁଃଖ ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣା ମଧ୍ୟରେ ବୁଡ଼େଇ ଦେବା ତେବେ ଜୀବନରେ ଖୁସି ମିଳିବ ନାହିଁ । ଅନେକ ଛୋଟ ଛୋଟ ଘଟଣା ଓ ଦୁର୍ଘଟଣାକୁ ଅଣଦେଖା କରିବାକୁ ହେବ, କାରଣ ଜୀବନ ଅଛି ମାନେ ସମସ୍ୟା ଅଛି । ସବୁ ସମସ୍ୟାର କେବେ ଅନ୍ତ ଘଟିବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେହି ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟରେ ଆମକୁ ଖୁସିରେ ରହିବାକୁ ହେବ । ଆମର ଏହି ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରା ପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ପରିମାଣରେ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ପରିବେଶ ଓ ଦୁର୍ବଳ ମାନସିକତା ଦାୟୀ ।

ଗ୍ରୀଷ୍ମକାଳୀନ ପାନୀୟ ଆଖୁରସ

ଆଉ ଦିନ କେଇଟାରେ ରୌଦ୍ରତାପ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯିବ । ଏହି ଋତୁରେ ସମସ୍ତ ବର୍ଗର ଲୋକ ନିଜ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ନେଇ ସଚେତନ ରହିବା ଜରୁରୀ । ଖାଦ୍ୟ ପାନୀୟ ବାବଦରେ ସତର୍କ ରହିବା ସହ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ନିୟମିତ ଭାବେ ଆଖୁ ରସ ପିଇବା ଶରୀର ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଭଲ ।

ଆଖୁ ରସ ଏକ ମହଙ୍ଗା ପାନୀୟ ନୁହେଁ । ଏଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ପିଇବାରେ କୌଣସି ଅସୁବିଧା ନାହିଁ । ଖରାଦିନେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ପେଟ ଗରମ ରହିଥାଏ । ଏହି ପାନୀୟ ପିଇଲେ ପେଟ ଥଣ୍ଡା ରହିବା ସହ ଶରୀରରେ ଜଳାଭାବ ସମସ୍ୟା ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଭରପୁର ଆଖୁ ରସ ପିଇଲେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିବା ସହ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସଂକ୍ରମଣରୁ ମଧ ରକ୍ଷା କରେ ।

ଖରାରେ ଅଳ୍ପ ସମୟ ବୁଲିଲେ ଥକ୍କା ଲାଗିଥାଏ । ସେଇ ସମୟରେ ଆଖୁ ରସ ପିଇଲେ ତାହା ଶକ୍ତିବର୍ଦ୍ଧକ ପାନୀୟ ଭାବେ କାମ କରୁଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ନିଶାସେବନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଯକୃତ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ । ଆଖୁ ରସ ସେମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଉତ୍ତମ ପାନୀୟ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଅନୁଧାନରୁ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି, ନିଦ୍ରାହୀନ ରୋଗୀ ଆଖୁ ରସ ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ଭଲ ନିଦ ହୋଇଥାଏ । ଦିନକୁ ୨ ଥର ଆଖୁରସ ପିଇବା ଶରୀର ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ବାରମ୍ବାର ଆଖୁ ରସ ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହାନିକାରକ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ୱୀକାର
ବର୍ଷ ୨୮, ସଂଖ୍ୟା - ୪୧, ୧୩ - ୧୯ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୪

ଆରଏସଏସର ପଞ୍ଚ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ପ୍ରୟୋଗର ସଫଳତା

ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜୟଧାରା ଅବ୍ୟାହତ ରଖି ହରିଆନାରେ ଭାରତୀୟ ଜନତା ପାର୍ଟି (ବିଜେପି) ହ୍ୟାଟ୍ରିକ ଅର୍ଜନ କରିଥିବା ବେଳେ ଜାମ୍ମୁ-କାଶ୍ମୀରରେ ବିଜେପି ଆଶା ଓ ଆକାଂକ୍ଷାକୁ ପ୍ରତିହତ କରି ନ୍ୟାସନାଲ କନଫରେନ୍ସ (ଏନସି) -କଂଗ୍ରେସ ମେଣ୍ଟ ବାଜିମାତ କରିଛି ।

ମୋଟ ୯୦ ଆସନ ବିଶିଷ୍ଟ ଜାମ୍ମୁ-କାଶ୍ମୀର ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ଫଳାଫଳ ଅନୁସାରେ ନ୍ୟାସନାଲ କନଫରେନ୍ସ (ଏନସି) -କଂଗ୍ରେସ ମେଣ୍ଟ ମ୍ୟାଜିକ ନମ୍ବର (୪୬) ଅତିକ୍ରମ କରି ସରକାର ଗଢ଼ିବା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ସେହିଭଳି କ୍ରମାଗତ ବିଜୟ ହାସଲ କରିଥିବା ବିଜେପି ୯୦ ଆସନ ବିଶିଷ୍ଟ ହରିଆନା ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ଫଳାଫଳ ଅନୁସାରେ ମ୍ୟାଜିକ ନମ୍ବର (୪୬) ଅତିକ୍ରମ କରି ପୁନର୍ବାର ସରକାର ଗଢ଼ିବା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି ।

ହରିଆନାରେ ବିଜେପି ୪୮ ଆସନରେ ବାଜିମାତ କରିଥିବା ବେଳେ କଂଗ୍ରେସ ୩୭ଟି ଆସନ ଅକ୍ତିଆର କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୋଇଛି । ଭାରତୀୟ ଜାତୀୟ ଲୋକ ଦଳ (ଆଇଏନଏଲଡି) ୨ଟି ଆସନ ପାଇଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟ ଦଳ ଓ ସ୍ୱାଧୀନଙ୍କ ସପକ୍ଷରେ ୩ଟି ଆସନ ଯାଇଛି । ସେହିଭଳି ଜାମ୍ମୁ-କାଶ୍ମୀର ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ନ୍ୟାସନାଲ କନଫରେନ୍ସ (ଏନସି)-କଂଗ୍ରେସ ମେଣ୍ଟ ୪୮ଟି ଆସନରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବିଜେପି ୨୯ଟି ଆସନ ଦଖଲ କରିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଛି । ଜାମ୍ମୁ-କାଶ୍ମୀରର ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମେହବୁବା ମୁଫତିଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱାଧୀନ ପିପୁଲ୍ସ ଡେମୋକ୍ରାଟିକ ପାର୍ଟି (ପିଡିପି) ମାତ୍ର ୩ ଟି ଆସନ ପାଇଛି । ଅନ୍ୟ ଦଳ ଓ ସ୍ୱାଧୀନଙ୍କ ସପକ୍ଷରେ ୧୦ଟି ଆସନ ଯାଇଛି ।

ଆରଏସଏସ୍ ଓ ବିଜେପି ଉପରେ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ନଜର ରଖୁଥିବା ରାଜନୈତିକ ବିଶ୍ଳେଷକଙ୍କ ମତ ଯେ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନ ପରେ ଅଗଷ୍ଟ ଶେଷ ଓ ସେପଟେମ୍ବର ପ୍ରଥମ ସପ୍ତାହରେ ଆରଏସଏସର କେରଳ ବୈଠକରେ ଯେଉଁ ରଣନୀତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇ ପଞ୍ଚ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥିଲା ତାର ସୁଫଳ ମିଳିଛି ।

ଇଣ୍ଡି ମେଣ୍ଟ ଯେପରି ସଫଳ ନ ହୁଏ ସେଥିପାଇଁ ସଂଘ ଅଗଷ୍ଟ ଶେଷରେ କେରଳରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ ଏହି ଯୋଜନାର ବ୍ଲୁପ୍ରିଣ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲା । ଏବେ ଏହି ବୈଠକରେ ହୋଇଥିବା ବିଚାରବିମର୍ଶରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ପଞ୍ଚ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଫର୍ମୁଲାକୁ ସଂଘ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଛି । ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମର ପ୍ରଥମ ନୀତି ହେଉଛି ସମସ୍ତ ଜାତିକୁ ସାଙ୍ଗରେ ନେବା, ଜାତି ଜନଗଣନାକୁ ସମର୍ଥନ କରିବା, ଦ୍ୱିତୀୟଟି ହେଉଛି ପାରିବାରିକ ଜ୍ଞାନ, ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ ଦେଶର ୩୦ କୋଟି ପରିବାର ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିବା, ତୃତୀୟଟି ହେଉଛି ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ୩୩% ସଂରକ୍ଷଣ ଖୁବଶୀଘ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା, ଚତୁର୍ଥଟି ହେଉଛି ବିଜେପି ସଂଘର ଛତ୍ରତଳେ ଏବଂ ପଞ୍ଚମ ହେଉଛି ସଂଘ ଅଧୀନରେ କାମ କରିବ ।

ବାସ୍ତବରେ ଯଦି ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସ୍ୱୟଂସେବକ ସଂଘ ଏକ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରେ, ତେବେ ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ମଧ କରିଥାଏ । ହରିୟାନା ନିର୍ବାଚନ କେବଳ ଆରଏସଏସର ଯୋଜନାର ଟ୍ରେଲର ଥିଲା । ଆରଏସଏସ୍ ମଧ ୨୦୨୯ ର ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି । ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନ ପରେ ମାତ୍ର ୪ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ହରିୟାନାରେ ପୂରା ଖେଳ ବଦଳାଇବା ପାଇଁ ଆରଏସଏସ୍ ବିଜେପି ସହ ମିଶି କାମ କରିଥିଲା । ଯାହାଫଳରେ ହରିୟାନା ନିର୍ବାଚନରେ ଏମିତି କିଛି ଘଟିଛି ଯାହା କେହି ଆଶା କରି ନ ଥିଲେ ।

ଗତ ୪ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ହରିୟାନାରେ ଆରଏସଏସ୍ ୧୬ହଜାର କ୍ଷୁଦ୍ର ବୈଠକ କରିଛି । ସେପ୍ଟେମ୍ବର ପହିଲାରେ ହରିୟାନାର ସମସ୍ତ ୨୨ଟି ଜିଲ୍ଲାରେ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ସଂଘର ୨୨ଟି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହାପରେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୭ରୁ ୯ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହରିୟାନାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ଆରଏସଏସର ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ବୈଠକ ହେଉଥିଲା । ୩ ଦିନରେ ସମୁଦାୟ ୯୦ଟି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥର ଆରଏସ୍ଏସ୍ ଏହାର ପାରମ୍ପରିକ ଢଙ୍ଗରେ କାମ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା, ଯେଉଁଥିରେ ସ୍ୱୟଂସେବକମାନେ ପ୍ରାୟ ୬୦ହଜାର ଗାଁ ଏବଂ ଛୋଟ ସହରରେ ଘରକୁ ଘର ପହଞ୍ଚିଥିଲେ । ସାର୍ବଜନୀନ ସ୍ଥାନରେ କେନ୍ଦ୍ର ଓ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ନୀତି ସମ୍ପର୍କରେ ଲୋକଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦେଉଥିଲେ ।

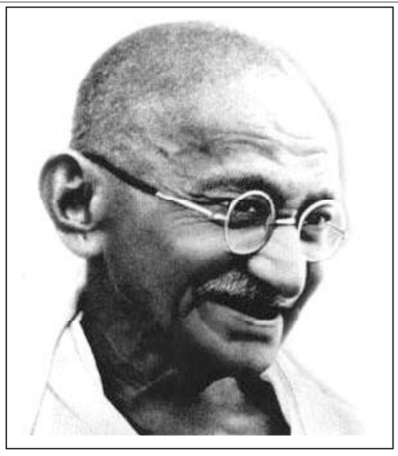
ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେପିର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଯେଉଁଠାରେ ଦୁର୍ବଳ ଥିଲା ହରିୟାନାର ସେହିସବୁ ଆସନକୁ ଆରଏସଏସ୍ ଗସ୍ତ କରିଥିଲା । ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଆରଏସ୍ଏସ୍ ଏବଂ ବିଜେପି ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟର ଅଭାବକୁ ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ହରିୟାନା ନିର୍ବାଚନରେ ଏହି ତ୍ରୁଟିକୁ ସୁଧାରି ଦିଆଯାଇଛି । ରାଜ୍ୟରେ ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ସଂଘ ଓ ବିଜେପି ମଧ୍ୟରେ ଅନେକ ସାଂଗଠନିକ ସ୍ତରୀୟ ବୈଠକ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ବୈଠକରେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଚୟନଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ତୃଣମୂଳ ସ୍ତରରେ ମାଇକ୍ରୋ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । ଚାରିମାସ ଧରି ବିଜେପି ଓ ଆରଏସ୍ଏସ୍ ଚୁପ୍‌ଚାପ କାମ କରିଥିବାରୁ ଏହି ଫଳାଫଳ ଆସିଛି ।

ହରିୟାନାରେ ଆରଏସ୍ଏସର ଏହି ଭିତ୍ତିଭୂମି କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଦାୟୀ ଇଣ୍ଡି ମେଣ୍ଟ । ସେହି ଇଣ୍ଡି ମେଣ୍ଟର ନେତାମାନେ ମଧ ଅନୁଭବ କରି ନ ଥିଲେ ଯେ ବିଜେପି ଆରଏସ୍ଏସ୍ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ରହିଛି । ସେମାନେ ସଂଘ ମୁଖ୍ୟ ମୋହନ ଭାଗବତ, ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଏବଂ ୟୁପି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଆଦିତ୍ୟନାଥଙ୍କ ଏହି ବୟାନଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖିବା ଉଚିତ, ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ଭୁଲ ଧାରଣା ଦୂର ହୋଇଯିବ ।

ଯଦି ଆରଏସ୍ଏସ୍ ଓ ବିଜେପି ଅଲଗା ହୋଇଥାନ୍ତେ ତେବେ ଏପରି ହୋଇନଥାନ୍ତା । ଏହି ବୟାନ ମାଧ୍ୟମରେ ସଂଘ ଏବଂ ବିଜେପି ମିଳିତଭାବେ ଇଣ୍ଡି ମେଣ୍ଟର ଜାତିଗତ ଜନଗଣନା କାହାଣୀ ଉପରେ ଶେଷ ପ୍ରହାର ଲଗାଇଛନ୍ତି । ମିଳିଥିବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ହରିୟାନାରେ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ଆରଏସ୍ଏସ୍ ଦୁଇଟି ମୋର୍ଚ୍ଚାରେ କାମ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା । ପ୍ରଥମ ମୋର୍ଚ୍ଚା ହେଉଛି ବିଜେପିର ସମର୍ଥନ ଭିତ୍ତିଭୂମି । ଦ୍ୱିତୀୟ ମୋର୍ଚ୍ଚା: ଅନ୍ୟ ଦଳର ନେତା ଓ ବିଜେପିର ପୁରୁଣା କର୍ମୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ । ତୃତୀୟ ମୋର୍ଚ୍ଚା: ଅଗ୍ନିବୀର ଯୋଜନାକୁ ନେଇ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବା । ଚତୁର୍ଥ ମୋର୍ଚ୍ଚା : ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆଣ୍ଟି-ଇନକମ୍ବେନ୍ସି ଏବଂ କ୍ରୋଧର ପ୍ରଭାବ ଦୂର କରିବା । ପଞ୍ଚମ ମୋର୍ଚ୍ଚା ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ସମସ୍ୟା ବୁଝି ତାହାର ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ତୃଣମୂଳ ସ୍ତରରେ କାମ କରିବା ।

ଏହା ବ୍ୟତୀତ ହରିୟାନାରେ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ବିଜେପିର ଦୁର୍ବଳତା ଜାଣିବା ପାଇଁ ସଂଘ ଏକ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ସର୍ଭେ ମଧ କରିଥିଲା । ଏଥିପାଇଁ ବିଜେପିର ରାଜ୍ୟ ନିର୍ବାଚନ କମିଟି ପ୍ରତି ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଚୟନ ପାଇଁ ୪ ଜଣଙ୍କ ନାମର ଏକ ପ୍ୟାନେଲ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ସର୍ଭେ ପାଇଁ ସଂଘକୁ ଏହି ତାଲିକା ହସ୍ତାନ୍ତର କରାଯାଇଥିଲା । ପ୍ରତି ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀରେ ସର୍ଭେ ପରେ ସଂଘ ବିଜେପିକୁ ଅନେକ ଆସନରେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ କହିଥିଲା । ଗତ ଦୁଇଟି ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଯେଉଁ ଆସନରେ ବିଜେପିର ପ୍ରାର୍ଥୀ ହାରିଥିଲେ ଏବଂ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେପିକୁ ପରାଜୟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା, ସେହି ଆସନଗୁଡ଼ିକରେ ନୂଆ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଦେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା ।

ଅନେକ ସ୍ଥାନରେ ବିଜେପି ଜିତିଥିବାବେଳେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବଦଳାଇବାକୁ ମଧ କୁହାଯାଇଥିଲା । ସଂଘର ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ ହରିୟାନା ନିର୍ବାଚନରେ ପାଖାପାଖି ୪୦ ଜଣ ବିଧାୟକଙ୍କ ଟିକେଟ କଟିଥିଲା । ୨୦୨୯ରେ ଚତୁର୍ଥ ଥର ପାଇଁ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କୁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ କରିବା ପାଇଁ ସଂଘ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି । ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେପି କିଛି ଆସନ ହରାଇବା ପରେ ମଧ ସଂଘ ଏଥିପାଇଁ ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ କରିଦେଇଛି । ହିନ୍ଦୁତ୍ୱର ଆଜେଣ୍ଡା ସହିତ ସଂଘ ଏବେ ଏଭଳି ବହୁମୁଖୀ ଚିନ୍ତାଧାରା ନେଇ କାମ ଆରମ୍ଭ କରିଛି ଏବଂ ଏଭଳି ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି ।



ଆତ୍ମରକ୍ଷା ଲାଗି ତାଲିମ ଓ ଦୁରାଗ୍ରହ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

ମୁଁ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛି ଯେ ଏହି ଯୁଗରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ଆତ୍ମରକ୍ଷାର କଳା ଶିକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତ । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଗତରେ ଏହି କଳାଟି ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ରର ମାଧ୍ୟମରେ କରାଯାଏ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାଳ ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପୁରୁଷକୁ ସୈନ୍ୟବାହିନୀରେ ତାଲିମ ପାଇବା ପାଇଁ ଗ୍ରହଣ କରି ନିଆଯାଏ । ସତ୍ୟାଗ୍ରହର ତାଲିମ ବୟସ ଏବଂ ଲିଙ୍ଗ ନିର୍ବିଶେଷରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ଏହି ତାଲିମର ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଶଟି ଶାରୀରିକ ନୁହେଁ, ମାନସିକ । ମାନସିକ ତାଲିମରେ ଆଦୌ କୌଣସି ବାଧବାଧକତା ରହି ପାରିବ ନାହିଁ । ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗର ବାତାବରଣ ନିଃସନ୍ଦେହ ଭାବରେ ମନ ଉପରେ କ୍ରିୟା କରିଥାଏ ସତ, ମାତ୍ର ତାହା କଦାପି ବାଧବାଧକତାକୁ ଠିକ୍ ବୋଲି ପ୍ରମାଣ କରିଦେବ ନାହିଁ ।

ସଶସ୍ତ୍ର ପ୍ରତିରୋଧ ତୁଳନାରେ ସତ୍ୟାଗ୍ରହର ସ୍ଥାନ ସର୍ବଦା ଅଧିକ ଉଚ୍ଚରେ । କୌଣସି ଯୁକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନୁହେଁ, ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ତାହାର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରମାଣ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏହି ଅସ୍ତ୍ରଟି କେବଳ ବଳବାନର ହିଁ ଭୂଷଣ ହୋଇପାରେ । ଦୁର୍ବଳ କଦାପି ଏହାର ଉପଯୁକ୍ତ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ଦୁର୍ବଳ କହିଲେ ଏଠାରେ ଶରୀରରେ ଦୁର୍ବଳ ନୁହେଁ, ମନରେ ଏବଂ ଆତ୍ମାରେ ଦୁର୍ବଳ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର କଥା କୁହାଯାଉଛି । ସେହି ସୀମାଟିକୁ ଏକ ଗୁଣ ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରାଯିବ, ଏକ ଅଭାବ ବୋଲି କହି ତାହାର ନିନ୍ଦା କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଏହାର ଆଉ ଗୋଟିଏ ସୀମାକୁ ମଧ ବୁଝି ରଖିଥିବା ଉଚିତ । ଏକ ଭୁଲ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ କଦାପି ତାହାର ବ୍ୟବହାର ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାମରେ ଓ ସହରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଡ଼ାରେ ସତ୍ୟାଗ୍ରହ ବାହିନୀ ଗଢ଼ାଯାଇ ପାରିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବାହିନୀରେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ରହିଥିବେ, ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ସଂଗଠକମାନେ ଭଲଭାବରେ ଜାଣିଥିବେ । ଏହି ହିସାବରେ ସତ୍ୟାଗ୍ରହର ସଶସ୍ତ୍ର ରକ୍ଷା ବାହିନୀଠାରୁ ଏକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ଦ୍ୱିତୀୟଟିର କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାଷ୍ଟ୍ର ହିଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ସେବାକୁ ନାମାଙ୍କିତ କରି ନେଇଥାଏ । ସତ୍ୟାଗ୍ରହ ସେନାର କ୍ଷେତ୍ରରେ, ଯେଉଁମାନେ ସତ୍ୟ ଓ ଅହିଂସାରେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥାନ୍ତି, କେବଳ ସେହିମାନେ ହିଁ ଏଥିଲାଗି ଯୋଗ୍ୟ ବିବେଚିତ ହୁଅନ୍ତି । ତେଣୁ ନାମାଙ୍କିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିସ୍ତୃତଭାବରେ ଅବଗତ ରହିଥିବା ସଂଗଠକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ହିଂସାର ପ୍ରଣାଳୀଗୁଡିକୁ ଗ୍ରହଣ କଲେ ଭାରତବର୍ଷ ପାଇଁ ମୁଁ କେବଳ ଦୁର୍ବିପାକ ହିଁ ଦେଖି ପାରୁଛି । ଅପରାଧମୂଳକ ଭାବରେ ଶ୍ରମିକମାନେ ଆଇନଗୁଡିକୁ ଅମାନ୍ୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆପଣାର କ୍ରୋଧକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରି ବାହାରିଲେ ତଦ୍ୱାରା ସେମାନେ କେବଳ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କଲାପରି ହେବ ଏବଂ ଭାରତବର୍ଷକୁ ଅକଥନୀୟ ଦୁର୍ଗତି ଭୋଗିବାକୁ ପଡିବ ।

ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ସତ୍ୟାଗ୍ରହ ଓ ଆଇନ ଅମାନ୍ୟର ପ୍ରଚାର ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲି, ସେଥିରେ ଅପରାଧମୂଳକ ଆଇନଭଙ୍ଗ ଲାଗି କୌଣସି ସ୍ଥାନ ରହିବ ବୋଲି ସେତେବେଳେ କୌଣସି ଅଭିପ୍ରାୟ ନ ଥିଲା । ମୋ ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ମୁଁ ଶିକ୍ଷା ପାଇଛି ଯେ, ହିଂସାର ଆଚରଣ କରି ଆମେ କେବେହେଲେ ସତ୍ୟର ପ୍ରଚାର କରିପାରିବା ନାହିଁ ।

ଯେଉଁମାନେ ଆପଣା ଲକ୍ଷ୍ୟର ନ୍ୟାୟୋଚିତତା ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଅସୀମ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ରହିଥିବା ଆବଶ୍ୟକ, ଯେଉଁମାନେ କଦାପି ଅପରାଧମୂଳକ ଆଇନ୍ ଅମାନ୍ୟ ଅଥବା ହିଂସାଚରଣ କେବେ ମଧ କରିବେ ନାହିଁ, କେବଳ ସେହିମାନେ ହିଁ ଆଇନ ଅମାନ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ଯୋଗ୍ୟ ହେବେ ।

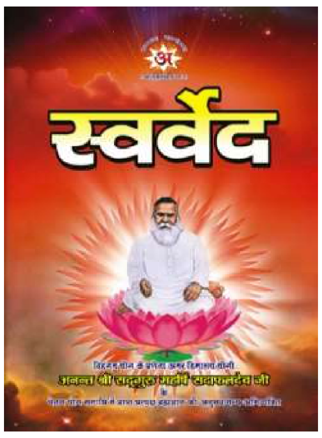
ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେପରି ଯୁଗପତଭାବରେ ଶାନ୍ତ ଏବଂ କ୍ରୋଧାନ୍ୱିତ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ସେ ଯୁଗପତଭାବରେ ଶାନ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥା ଅପରାଧମୂଳକ ଆଇନ ଅମାନ୍ୟରେ ମଧ ଭାଗ ନେଇପାରିବ ନାହିଁ । ପୁନଶ୍ଚ, ଆପଣାର ଅତିପ୍ରବଳ ବାସନାଗୁଡିକୁ ସ୍ୱଆୟତ୍ତ କରି ରଖିପାରିଲେ ଯାଇ ଯେପରି ଆତ୍ମସଂଯମ ହାସଲ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ସ୍ୱେଚ୍ଛାପ୍ରବୃତ୍ତ ଭାବରେ ଦେଶର ଆଇନଗୁଡିକୁ ମାନିବା ପାଇଁ ଜଣେ ଆପଣାକୁ ଶୃଙ୍ଖଳା ଭିତରେ ରଖି ପାରିଥିଲେ ଯାଇ ଶାନ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଇନଭଙ୍ଗ ନିମନ୍ତେ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅର୍ଜନ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ।

ବହୁ ପ୍ରଲୋଭନର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିଲେ ମଧ ଯିଏ ସେଗୁଡିକର ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାରେ ସଫଳ ହେଉଛି, କେବଳ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଯାବତୀୟ ପ୍ରଲୋଭନକୁ ଏଡି ପାରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେଉଛି ବୋଲି ଯେପରି କୁହାଯାଇ ପାରିବ, ଠିକ୍ ସେହିପରି, କ୍ରୋଧାନ୍ୱିତ ହେବା ଲାଗି ଯଥେଷ୍ଟ କାରଣ ରହିଥିଲେ ମଧ ଆମେ ଯଦି ତଥାପି କ୍ରୋଧ ସମ୍ବରଣ କରିପାରୁଛୁ, କେବଳ ସେତିକିବେଳେ ଯାଇ ଆମେ କ୍ରୋଧକୁ ଜୟକରି ପାରିଲୁ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ ।

ଧାରଣା ଦେଇ ବସିବାର ପଦ୍ଧତି ଅନୁସରଣ କରି କେତେକ ଛାତ୍ର ବର୍ବରତାର ସେହି ପୁରାତନ ରୀତିଟିକୁ ପୁଣି ଚଳାଇବାର ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି । ଏହାକୁ ମୁଁ ବର୍ବରତା ବୋଲି କହୁଛି, କାରଣ ଏହା ହେଉଛି ବଳ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାର ଏକ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଅଶୋଧିତ ପଦ୍ଧତି । ଏହା ଏକ ଭୀରୁତାର ବି ପଦ୍ଧତି କାରଣ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଧାରଣାରେ ବସିଛି, ତାକୁ କଦାପି କେହି ମାଡି ଦଳି ଦେବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେ ଉତ୍ତମରୂପେ ଜାଣିଛି । ଏହି ରୀତିଟିକୁ ହିଂସା ବୋଲି କହିବା କଷ୍ଟକର, ମାତ୍ର ଏହା ଯେ ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଖରାପ ସେଥିରେ କୌଣସି ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଯଦି ଆମେ ଆମର ପ୍ରତିପକ୍ଷ ସହିତ ଲଢ଼ିବାକୁ ଯିବା, ତେବେ ଆମେ ତାକୁ ଅନ୍ତତଃ ପ୍ରତିଆକ୍ରମଣ ନିମନ୍ତେ ଅବଶ୍ୟ ସମର୍ଥ କରିବା । ମାତ୍ର, ଯଦି ଆମେ ତାକୁ ଆମ ଉପର ଦେଇ ଚାଲିଯିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଉଥିବା ଏବଂ ସେ ତାହା କଦାପି କରିବ ନାହିଁ ବୋଲି ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଜାଣିଥିବା, ତେବେ ସେଭଳି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ତାକୁ ପ୍ରକୃତରେ ଏକ ବଡ଼ ଅସହଜ ଓ ଅପମାନଜନକ ସ୍ଥିତିରେ ପକାଇ ରଖିଥିବା । ମୁଁ ଭଲ ଭାବରେ ଜାଣିଛି ଯେ, ଯେଉଁ ଅତ୍ୟୁତ୍ସାହୀ ଛାତ୍ରମାନେ ଧାରଣା ଦେଇ ବସିଥିଲେ, ସେମାନେ ଆପଣାର ସେହି କାର୍ଯ୍ୟଟିର ବର୍ବରତା ବିଷୟରେ କେବେହେଲେ ଚିନ୍ତା କରି ନ ଥିଲେ । ମାତ୍ର ଯିଏ ତା' ଆପଣା ବିବେକର ବାଣୀକୁ ଅନୁସରଣ କରି କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି ବୋଲି ପ୍ରତ୍ୟାଶା କରାଯାଉଛି ଏବଂ ଯାବତୀୟ ବିପଦର ସମ୍ମୁଖରେ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ଏକାକୀ ଛିଡ଼ାହୋଇ ପାରିବ ବୋଲି ଆଶା ରହିଛି, ସିଏ କଦାପି ଏପରି ବିବେଚନାହୀନ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । **(କ୍ରମଶଃ)**

ସ୍ୱର୍ବେଦ



ଅର୍ଧ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମେଁ ଯୋଗ ହେଁ, ଜୀଓ୍ୱ ବ୍ରହ୍ମ ମେଁ ଯୋଗ ।
ଯହ ରହସ୍ୟ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେଁ, ତତ୍ତ୍ୱ ତତ୍ତ୍ୱ ମେଁ ଯୋଗ ॥୪୯॥

ଭାଷ୍ୟ - କେଉଁଠି ଅର୍ଧ ଏବଂ କେଉଁଠି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଅଛି । ଏ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଭୂମିର ଜ୍ଞାନ ହେବାପରେ ଦୁହିଙ୍କର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯୋଗ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଜ୍ଞାନ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଜୀବ ଆଉ ବ୍ରହ୍ମର ସଂଯୋଗ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଆତ୍ମାରେ କ୍ରମଶଃ ବ୍ରହ୍ମଶକ୍ତିର ସଂଚୟ ହୋଇଥାଏ । ବ୍ରହ୍ମଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଷୋହଳ ତତ୍ତ୍ୱର ଜୀବାତ୍ମା ବଳବାନ ଓ ତେଜସ୍ୱୀ ହୋଇଥାଏ । ଏ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଅର୍ଧ-ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଏବଂ ଜୀବ-ବ୍ରହ୍ମର ଯୋଗ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ଭୂମିରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଦାର୍ଥର ଯୋଗ ଅଛି । ଏହି ଯୋଗବିଦ୍ୟାର ରହସ୍ୟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅଟେ ।

ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ଦୋ ରୂପ ହେଁ, ଜ୍ଞାନ ଯୋଗ ଯହ ଜାନ ।
ପ୍ରଥମ ବୋଧ ସବ ତତ୍ତ୍ୱ କା, ପୀଛେ ଯୋଗ ଓ୍ୱିଧାନ ॥୫୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଦୁଇଟି ଭେଦ ଅଛି - ପ୍ରଥମତଃ ପରୋକ୍ଷ ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଆଭ୍ୟନ୍ତର ଅନୁଭବ ଭେଦ ସାଧନ । ପ୍ରଥମଟିରେ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ବୋଧ ହୋଇଥାଏ, ଏହା ପରେ ଯୋଗସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମା ବିକାଶ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଯତ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଜ୍ଞାନ ଓ ଯୋଗ - ଏ ଦୁଇ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ସ୍ୱରୂପ ଅଟନ୍ତି ।

ଯୋଗ ସହଜ ଅଭ୍ୟାସ ମେଁ, ଶୁଦ୍ଧ ଆତ୍ମ ଓ୍ୱିଜ୍ଞାନ ।
ଜିଓ୍ୱନ୍ମୁକ୍ତି ପ୍ରଭୁ ମିଲନ ହେଁ, ପୁନି ଓ୍ୱିଦେହ ନିରଓ୍ୱାନ ॥୫୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ସହଜ ଯୋଗର ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମା ବିଜ୍ଞାନକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଜୀବିତାବସ୍ଥାରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ, ମୃତାବସ୍ଥାରେ ନୁହେଁ । ଏହାକୁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି କହନ୍ତି । ଏହି ଶରୀରରେ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି, ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ଅଛି ଆଉ ଦେହାନ୍ତ ପରେ ଯେଉଁ ଆତ୍ମା ପ୍ରକୃତି ବନ୍ଧନରୁ ନିତାନ୍ତ ବାବରେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ତାହାକୁ ବିଦେହମୁକ୍ତି କହନ୍ତି ।

ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ଷି ଅନୁପାୟିନୀ, ସୁଖଦ ଓ୍ୱିଶଦ ଗୁଣ ଖାନ ।
ଦିନ ଅଧୀନ ଜନ ମିଲତୁ ହେଁ, ପ୍ରଭୁ ଆପନ କରି ଜାନ ॥୫୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ସମସ୍ତ ମହାନ ଗୁଣର ଖଣି, ସୁଖଦାୟିନୀ, ସମଭାବାପନ୍ନ ରହୁଥିବା ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତି ଅଟେ । ଦୀନ ଅଧୀନ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତକୁ ପ୍ରଭୁ ନିଜର ମନେକରି ତାହାର ଭକ୍ତିକୁ ସ୍ୱୀକାର କରି କୃତକୃତ୍ୟ କରି ଦିଅନ୍ତି ।

ହଁସ ଦଶା ନିର୍ମଲ ରହେ, ନିତ୍ୟ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ରହ ସଂଗ ।
ଦେଓ୍ୱ ସଦାଫଲ ପ୍ରେମ ରତ, ଭକ୍ଷି ସଦା ସତ୍ସଙ୍ଗ ॥୫୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ପ୍ରକୃତିର ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଚେତନ ଅମୃତସ୍ୱରୂପକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିନିଏ ସେତେବେଳେ ସେହି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପ୍ରବାହୀ ସହଜ ଯୋଗୀକୁ ନିତ୍ୟ ଅନାଦି ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ସଂଗ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ସେହି ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ସହଜ ଯୋଗୀର ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ପ୍ରେମପୂର୍ବକ ସତ୍ସଙ୍ଗ କରି ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ଭକ୍ତି କରିବା ଉଚିତ, ଯାହା ଫଳରେ ମାନବ ଜୀବନର କଲ୍ୟାଣ ହୋଇପାରିବ ।

॥ ଇତି ସ୍ୱର୍ବେଦ ଚତୁର୍ଥ ମଣ୍ଡଳ, ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ ଭାଷ୍ୟ ସମାପ୍ତ ॥

ତୃତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ- (ଭକ୍ଷି)

ଯୋଗ ଭକ୍ତି ଉପାସନା, ଏକ ଅର୍ଥ କର ଓ୍ୱାଚ ।
ଅନନ୍ୟ ଭାଓ୍ୱ ପ୍ରଭୁ ଶରଣ ମେଁ, ପ୍ରେମ ନିରନ୍ତର ସାଚ ॥୦୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯୋଗ, ଭକ୍ତି ଆଉ ଉପାସନା ଏ ସମସ୍ତ ସମାନାର୍ଥୀ ଶବ୍ଦ ଅଟନ୍ତି । ପ୍ରଭୁ ଶରଣରେ ସତ୍ୟ, ଏକ ସମାନ ନିରନ୍ତର ଅନନ୍ୟଭାବକୁ ଭକ୍ତି କହନ୍ତି ।

ଅନୁରାଗ ଅନୂରକ୍ଷ ପର, ପ୍ରେମ ନିରତ ନିଷ୍କାମ ।
ମୀନ ଜିଓ୍ୱନ ଜିମି ନୀର ହେଁ, ଭକ୍ଷି ଅଚଲ ସତ୍ୟନାମ ॥୦୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ପରମପ୍ରଭୁଙ୍କର ନିକଟରେ ସର୍ବଦା ଏକ ସମାନ ନିଷ୍କାମ ରହନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ପ୍ରେମ କହନ୍ତି । ମାଛ ଓ ଜଳ ସମାନ ଏକାକାର ପ୍ରେମ ସତପରୁଷଙ୍କ ନିକଟରେ ଦୃଢ଼ ରହନ୍ତୁ । ତେବେ ଭକ୍ତି ପୂର୍ଣ୍ଣରସରେ ସାର୍ଥକ ହୋଇଥାଏ । ଜଳ ମୀନବତ୍ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତି ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଟେ । ନିଷ୍କାମ ପ୍ରେମରେ ଭକ୍ତି ଉଜ୍ୱଳ, ପ୍ରକାଶମାନ ହୋଇଥାଏ । କାମନାଯୁକ୍ତ ଭକ୍ତିରେ ହ୍ରାସ ବୃଦ୍ଧି ଓ ପତନ ହେବାର ଭୟ ସର୍ବଦା ରହିଥାଏ ।

ସହଜ ପ୍ରେମ ପ୍ରଭୁ ମେଁ ଲଗେ, ପ୍ରୀତି ନିରନ୍ତର ଧାର ।
ଲଗ୍ନ ଓ୍ୱିରହ ଉର ଦାହ ମେଁ, ସୁରତି ଗଗନ ଗମ ତାର ॥୦୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମାର ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରେମ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ ସର୍ବଦା ଲାଗି ରହିଥାଏ । ପ୍ରେମର ନିରନ୍ତର ଧାର ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥାଏ ଏବଂ ହୃଦୟରେ ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତିର ବିରହ ଜ୍ୱାଳା ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହେଉଥାଏ । ତେବେ ସୁରତି ଗଗନମୁଖୀ ହୋଇ ଏକତାର ସେହି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ ଲାଗି ରହିବ । ଏହାକୁ ଅନନ୍ୟ ଅନପାୟିନୀ ଭକ୍ତି କହନ୍ତି ।

ଐନ ଓ୍ୱୟନ ମୁଖ ନୟନ ମେଁ, ଅନ୍ତର ସୟନ ନ ଆନ ।
ପଲ ପଲ ସୁମିରନ ଭଜନ ମେଁ, ଜ୍ଞାନ ଧ୍ୟାନ ମମ ପ୍ରାନ ॥୦୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମାର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ମନ, ବାଣୀ ଏବଂ ପ୍ରାଣ ସର୍ବଦା ପ୍ରଭୁଙ୍କର ସ୍ମରଣରେ ରହୁ ଆଉ ଜ୍ଞାନ, ଧ୍ୟାନ ଏବଂ ଭଜନ - ଏ ତିନି ସେଥିରେ ଲାଗିରହୁ । ସମସ୍ତ ମାନବଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଏକାକାର ବ୍ରହ୍ମ ନିକଟରେ ଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ଲାଗିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଜୀବନରେ ପରମାନନ୍ଦ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରୀତି ଧୂଲି ଅନ୍ତର ମିଲୀ, ସର୍ୱ ଅଙ୍ଗ ଭୟ ଲାଲ ।
ରୋମ ରୋମ ଧ୍ୱନି ହୋତ ହେଁ, ଭକ୍ଷି ଓ୍ୱିମଲ ଭଲ ଭାଲ ॥୦୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ବାହ୍ୟ ମାୟାରୁ ପ୍ରେମ ଛଡ଼େଇ ହୋଇ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତରରେ ଆସିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହା ଅନ୍ତରର ସମସ୍ତ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗରେ ମିଶିଯାଇ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଲାଲ କରିଦିଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମାର ବିଛାଡ଼ି ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବା ଶକ୍ତିକୁ ଯେତେବେଳେ ଏକତ୍ରୀତ କରି ଦିଆଯାଏ ତାହା ପୁଞ୍ଜୀଭୂତ ହୋଇ ଆତ୍ମାର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ବଳବତୀ, ତେଜସ୍ୱୀ କରିଦିଏ । ଯାହା ଫଳରେ ସାରା ଜୀବନ ଉତ୍ସାହ, ଉଦ୍ଦୀପନା ଏବଂ ଆନନ୍ଦରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ । ସମସ୍ତ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗରେ ଶବ୍ଦ ହିଁ ଶବ୍ଦର ପ୍ରକାଶ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଏହା ହିଁ ଭକ୍ତିର ଅସଲ ସ୍ୱରୂପ । ଭକ୍ତିର ଏହି ମହତି ମହିମାକୁ କୌଣସି ଭାଗ୍ୟବାନ ପୁରୁଷ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କରି ଲଲାଟରେ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଶ୍ୱେତ ପ୍ରକାଶରେ ଉଜ୍ୱଳିତ ହୋଇ ନିଜର ବାସ୍ତବିକ ଆନନ୍ଦକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ ।

ମନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ତନ ସିଥିଲ ହେଁ, ସୁରତି ଗଈ ପିଓ୍ୱ ପାସ ।
ଓ୍ୱିରହ ମିମୋରା ଉର ଶଲେ, ରହେ ନ ଅନ୍ୟ ଜଗ ଆଶ ॥୦୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମାର ଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଗୁରୁ ପ୍ରଦେଶକୁ ପହଞ୍ଚି ଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଦେହ ସଂଘାତ ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର, ମନ ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଦି ଶିଥିଳ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ପ୍ରେମ, ବିରହର ଅଗ୍ନି ହୃଦୟରେ ସର୍ବଦା ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହୋଇ ସଂସାରର କୌଣସି ଆଶା ରହେନାହିଁ । ଏହା ଉତ୍କଟ ଭକ୍ତିର ସ୍ୱରୂପ ଅଟେ ।

ହୃଦ୍‌ରୋଗରୁ ବର୍ତ୍ତିବା ପାଇଁ ସୁପରଫୁଡ୍

ଭାରତୀୟ ରୋଷେଇ ଶାଳରେ ରସୁଣର ସ୍ଥାନ ବେଶ୍ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର । ଛୁଙ୍କ ସମୟରେ ରସୁଣ ଛେଚାର ବାସ୍ନା ଯେପରି ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗକୁ ମହକାଇ ଦିଏ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ଏହାର ଗୁଣବତ୍ତା ମଧ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ରକ୍ତଚାପ, ହୃଦରୋଗ ତଥା ଓଜନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବାକୁ ଚାହିଁଲେ, ଆପଣ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣର ରସୁଣ ରୋଷେଇ ବେଳେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ । ବିଶେଷ କରି ୩୦ ବର୍ଷ ପାର ହେବା ପରେ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଅଳ୍ପ ବହୁତେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସମୟରୁ ହିଁ ରସୁଣର ଉପଯୋଗ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ । ନିଶାସେବନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଖାଦ୍ୟରେ ରସୁଣର ବ୍ୟବହାର ନିହାତି ଭାବେ କରାଯିବା ଉଚିତ । ରସୁଣରେ ଥିବା ସେଲେନିୟମ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ଆମ ଯକୃତକୁ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରୁଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ଅନ୍ୟ ଏକ ସୁପର ଖାଦ୍ୟ ହେଉଛି ଡାଳିମ୍ବ ରସ । କାନାଡାରେ ହୋଇଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ଡାଳିମ୍ବ ରସରେ ଥିବା ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ହୃଦରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଡାଳିମ୍ବ ରସରେ ଥିବା ପଲିଫିନଲ୍ସ, ଭିଟାମିନ୍ ସି ଓ

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ସହ ହୃଦଘାତରୁ ରକ୍ଷା କରୁଥିବାର ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ।

ଆଉ ଏକ ଚମତ୍କାରୀ ମସଲା ହେଉଛି ହଳଦୀ । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରୁ ଭାରତରେ ହଳଦୀକୁ ଔଷଧ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିଲା । ଏଥିରେ ଥିବା କରକ୍ୟୁମିନ୍ ନାମକ ତତ୍ତ୍ୱ ହୃଦରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ସହ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଶୁଦ୍ଧ ହଳଦୀ ଉପଯୋଗ ଆପଣଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ପ୍ରଦାନ କରେ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ଡାକ୍ତର ରମେଶଙ୍କୁ : ତୁମର ଆଗ ତିନି ଦାନ୍ତ କେମିତି ଭାଙ୍ଗିଲା ?
ରମେଶ : ସ୍ତ୍ରୀ ପଥର ଭଳି ଟାଣ ରୁଟି ତିଆରି କରିଥିଲା ।
ଡାକ୍ତର : ତା' ହେଲେ ତମେ ଖାଇଲ କାହିଁକି ମନା କଲନି ।
ରମେଶ : ମୁଁ ଖାଇବାକୁ ମନା କରିବାରୁ ତ ଏଇ ଅବସ୍ଥା ହେଲା ।

× × × ×

କଞ୍ଜୁସ ରାଘବର ପୁଅ ପିଣ୍ଟୁ ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ ସହ ଡେଟରେ ଯାଇଥାଏ ।
ଏକଥା ଜାଣିବା ପରେ ରାଘବ ପିଣ୍ଟୁକୁ : କୁଳାଙ୍ଗାର କେତେ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିକି ଆସିଲୁ ?
ପିଣ୍ଟୁ : ୫୦୦ ଟଙ୍କା ।
ରାଘବ : ଏତେ ଟଙ୍କା । ଲାଜ ଲାଗୁନି ।
ପିଣ୍ଟୁ : ତା' ପାଖରେ ତ ଏତିକି ହିଁ ଥିଲା ।

× × × ×

ଡାକ୍ତର ଚିଣ୍ଟୁକୁ : ଏକ୍ସ-ରେ ରେ ତୁମର ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିଥିବା ଜଣା ପଡୁଛି ।
ଚିଣ୍ଟୁ : ଯାହା ହଉ ଭଗବାନଙ୍କ କୃପାରୁ ଏକ୍ସରେ ରେ ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିଛି । ସତରେ ମୋ ଗୋଡ଼ ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିଥିଲେ ଭାରି ଅସୁବିଧା ହେଇଥାନ୍ତା ।

× × × ×

ଅଜୁ : ବିଜୁ, ତୋର ଫୋନ ବିଷୟରେ କିଛି ଜ୍ଞାନ ଅଛି ?
ବିଜୁ : କ'ଣ ପଚାରୁନୁ ଫୋନ ବିଷୟରେ, ମୁଁ ତ ଫୋନର ମାଷ୍ଟର ।
ଅଜୁ : କହିଲୁ ଆଇ ଫୋନ୍ କେଉଁ କମ୍ପାନୀର ନେବି ।

× × × ×

ମୁନା ତା' ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ସହିତ ଗାଁ ବୁଲୁଥିଲା । ଏହି ସମୟରେ ସେ କହିଲା ଯିଏ ମୋର ଇଚ୍ଛା ପୂରଣ କରିବ ମୁଁ ତାକୁ ୧ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦେବି ।
ସବୁ ସାଙ୍ଗମାନେ ତାକୁ ପଚାରିଲେ ତୋର କ'ଣ ଇଚ୍ଛା ଅଛି କହ ।
ମୁନା : ମୋର ଦୁଇଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦରକାର ।
ଏକଥା ଶୁଣି ସାଙ୍ଗମାନେ ବେହୋସ ।

× × × ×

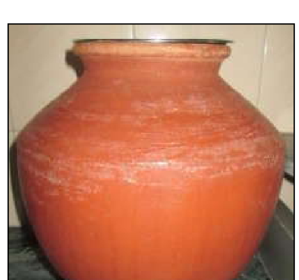
ଦୀପୁ ମନ୍ଦିରକୁ ପୂଜା କରିବାକୁ ଯାଇଥିଲା ।
ଯେତେବେଳେ ସେ ମନ୍ଦିରରୁ ବାହାରକୁ ଆସିଲା ସେ ଦେଖିଲା ଜଣେ ଭିକାରି ତାକୁ ଆଶୀର୍ବାଦ ଦେଉଛନ୍ତି ।
ଭିକାରି : ପୁଅ, ତୁମ ଯୋଡି ଭଲ ରହୁ ।
ଦୀପୁ ଭିକାରିକୁ : ଭାଇ, ମୁଁ ତ ସିଙ୍ଗଲ ଅଛି ।
ଭିକାରି : ଆରେ ମୁଁ ତ ତୁମ ଜୋତା ବିଷୟରେ କହୁଛି ।

ଚାଲିବା ଅଭ୍ୟାସ କରି ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତୁ

ବୟସ ବଢ଼ିବା ପରେ ନିଜ ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ନେଇ ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ୬୦ ବର୍ଷ ପରେ ଏକ ରୁଟିନ୍ ବନ୍ଧା ନିୟମରେ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରିବା ଉଚିତ । ନିୟମିତ ଭାବେ ୨୦-୩୦ ମିନିଟ୍ ଚାଲିବାର ଅଭ୍ୟାସ ରଖନ୍ତୁ । ଯୋଗ ପ୍ରାଣାୟାମ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି କସରତ ଯଦି କରି ନ ପାରୁଛନ୍ତି, ତେବେ ପ୍ରତ୍ୟହ ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣ ଓ ସାନ୍ଧ୍ୟ ଭ୍ରମଣ ହିଁ ଆପଣଙ୍କୁ ନୀରୋଗ ରଖିପାରିବ । କାଲିଫର୍ଣ୍ଣିଆ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକ ସମୂହ ୫୦୦ ଜଣ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ଅନୁଧାନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ହୃଦରୋଗୀ ଥିଲେ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ବୟସ୍କ ପିଢ଼ି ଖାଦ୍ୟ ପାନୀୟ ସତର୍କତା ସହ ନିୟମିତ ଚଲାବୁଲାର ଅଭ୍ୟାସ ରଖିଥିଲେ । ନିଜକୁ ରୋଗୀ ବୋଲି ଭାବି ବସି ରହିଲେ, ଅଧିକ ମାନ୍ଦା ଲାଗିବା ସହ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଚିନ୍ତା ମଧ ମନକୁ ଆସେ । ବୟସ୍କ ଲୋକ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ କରିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ । ନଚେତ୍ ହୃଦରୋଗ, ରକ୍ତଚାପ ଓ ମଧୁମେହରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ଭୟ ରହିଥିବା ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ ମାଟିପାତ୍ର ପାଣି

ଖରାଦିନେ ଗୋଟିଏ ଗ୍ଲାସ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଯେଉଁ ଶାନ୍ତି ଦେଇଥାଏ, ତାହା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ମୃଦୁପାନୀୟରୁ ମିଳିନଥାଏ । ଫ୍ରିଜ୍ ପାଣି ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ଶାନ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ହେଲେ ଏହା ଶରୀର ପ୍ରତି ବହୁ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଆପଣ ମାଟିପାତ୍ରରେ ପାଣି ଭରି ରଖିଲେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ସହ ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ ଗୁଣକାରୀ ହୋଇଥାଏ ।



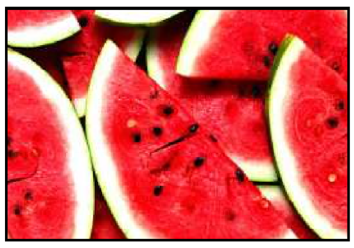
ମାଟି ପାତ୍ରରୁ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପାଚନ ଶକ୍ତି ସହ ଶରୀରରେ ଟେଷ୍ଟୋଷ୍ଟେରନ ମାତ୍ରା ମଧ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ସେହିପରି ମାଟିପାତ୍ର ପାଣିରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଆବର୍ଜନାକୁ ସଫା କରିବା ସହ ମାଟିରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଖଣିଜଦ୍ରବ୍ୟ ମିଳିଥାଏ । ଏହି ପାଣି ଶରୀରରୁ ସମସ୍ତ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ବାହାର କରି ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବଢ଼ାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିସହ ମାଟିପାତ୍ରରେ ରଖାଯାଇଥିବା ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ପିଏଚ୍ ବାଲାନ୍ସ ଠିକ୍ ରହିଥାଏ । ବଡ଼କଥା ହେଲା ଫ୍ରିଜ୍ ପାଣି ଦ୍ୱାରା ଗଳାରେ ସଂକ୍ରମଣ ସହ ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ଖରାପ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଥିବା ବେଳେ ମାଟିପାତ୍ରର ପାଣିରେ ସେପରି କୌଣସି ଆଶଙ୍କା ନ ଥାଏ ।

ତରଭୁଜର ଉପକାରିତା

ତରଭୁଜ ଏକ ପାଣି ଜାତୀୟ ଫଳ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରରେ ପାଣି ଅଭାବ ହେବାକୁ ଦେଇ ନ ଥାଏ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ, ପଟାସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଏବଂ ସୋଡିୟମ୍ ଭଳି ଡ୍ରାଇଡ୍ରେସନ କରାଇ ପାରୁଥିବା ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥିବାରୁ ଦିନଟିଏ ପାଣି ନ ପିଇ ମଧ ତରଭୁଜ ଖାଇଲେ ବା ଏହାର ରସ ପାନ କଲେ ଶରୀର ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ଜଳ ପାଇଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରକୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଭିଟାମିନ୍ ଯୋଗାଇଥାଏ ।

ତରଭୁଜରେ ଥିବା ଲାଇକୋପିନ୍ ରେଟିନାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖେ ଏବଂ ମୋତିଆ ବିନ୍ଦୁ ଭଳି ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ଷୁରୋଗରୁ ମୁକ୍ତ ରଖେ । ଏଥିରେ ପୁଣି ଭିଟାମିନ୍ 'ସି', ଲ୍ୟୁଟିନ୍ ଏବଂ ଜିଜାନ୍ଥାଇନ୍ ରହିଥିବାରୁ ଆଖିକୁ ସୁସ୍ଥରଖେ ଏବଂ ସଂକ୍ରମଣରୁ ମୁକ୍ତ ରଖେ । ପ୍ରତିଦିନ କପେ ତରଭୁଜ ରସ ପାନ କଲେ ଆଖି ସୁସ୍ଥ ଓ ଉଜ୍ୱଳ ହୋଇଥାଏ । ଭିଟାମିନ୍ ବି-୬ ରେ ଭରପୁର ତରଭୁଜ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ସତେଜ ରଖେ । ଅବସାଦ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ା ପଣ ଯୋଗୁଁ ମୁହଁ ବା ଶରୀରରେ ସୃଷ୍ଟି ଭଙ୍ଗକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ପୁଣି ଏହା ହରମୋନ ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷାକରି ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା ଠିକ୍ ରଖେ ।

ତରଭୁଜ ଶରୀରରୁ ସମସ୍ତ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥରୁ ନିର୍ଗତ କରି ଯକୃତ ଭଳି ମୂଲ୍ୟବାନ ଅଂଶକୁ ସଫା ରଖେ । ଯଦ୍ୱାରା କିଡନି ସୁସ୍ଥ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିଥାଏ । ଏହା ମଧ ୟୁରିକ୍ ଏସିଡ୍ର ପରିମାଣ କମାଇଥାଏ । କିଡ଼ିନି ଷ୍ଟୋନ ଜନିତ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ମୁତ୍ରାଶୟ ଜନିତ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ତରଭୁଜ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ମୁତ୍ରାଶୟ ଜନିତ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ତରଭୁଜ ଖାଇବା ବା ଏହାର ରସପାନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।



ଏଥିରେ ଥିବା ଲାଇକୋପିନ୍ ଅନ୍ୟ ଏକ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟସ୍ ସହିତ ମିଶି କର୍କଟ ରୋଗର ପ୍ରତିରୋଧ କରିଥାଏ । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼େ ଯେ, ଲାଇକୋପିନ୍ ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ୍, ଫୁସଫୁସ୍ କୋଲନ ଏବଂ ଏଣ୍ଡୋମେଟିଅକାଲ ସହିତ ସ୍ତନ କର୍କଟର ଆଶଙ୍କା କମାଇଥାଏ ।

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟସ୍ର ଗନ୍ତାଘର ତରଭୁଜରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ସହିତ ଲାଇକୋପିନ୍, ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍, ଲ୍ୟୁଟଇନ୍, ଜିଜାନ୍ଥାଇନ, କପ୍ଟୋଜାନ୍ଥାଇନ ଭଳି ଫ୍ଲାବୋନଏସ୍ ରହିଛି ଯାହାକି ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଜନିତ ରୋଗ, ଆଜମା, ହୃଦଘାତ, ପୋଡାଜ୍ୱାଳା ଭଳି ଅନେକ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଅତି ବାଇଗଣୀ ରଶ୍ମୀ ପ୍ରଭାବରୁ ଚର୍ମ ଜନିତ ରୋଗ ସମସ୍ୟାକୁ ରୋକିଥାଏ । ଆଉ ଚର୍ମକୁ ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ଉଜ୍ୱଳ ରଖେ । ଏଥିରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଥିବାରୁ ଆଲର୍ଜି ଭଳି ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ତରଭୁଜ ଖାଇଲେ ବା ତା'ର ରସ ପାନ କଲେ ଶରୀରକୁ ପ୍ରାୟ ୨୩ ପ୍ରତିଶତ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଭିଟାମିନ୍ ବି-୬ ଏବଂ ବି- ୧ ସହିତ ଏହା ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଏବଂ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ ।

ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୁର ଖଜୁରୀ

ଡ୍ରାଏଫ୍ରୁଟସ୍ ଭାବେ ପରିଚିତ ଖଜୁରୀ କୋଳି, ନିୟମିତ ସକାଳ ଜଳଖିଆରେ ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ହିତକାରୀ । ପିଲାଠାରୁ ବୟସ୍କ ସମସ୍ତେ ଏହି ଖଜୁରୀ ଖାଇବା ଉଚିତ । କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଭରପୁର ଥିବା କୋଳିକୁ ରାତିରୁ ଗରମ ପାଣିରେ ବତୁରାଇ ରଖନ୍ତୁ । ସକାଳୁ ଉଠିବା ପରେ ସେଥିରୁ ମଞ୍ଜି ବାହାର କରି କ୍ଷୀରରେ ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ଫୁଟାଇବେ । ସେହି କ୍ଷୀରକୁ ଥଣ୍ଡା ହେବା ପରେ ୧ କପ୍ ଲେଖାଏଁ ସପରିବାର ପିଇବା ଉଚିତ । ନିୟମିତ ଏହି ଖଜୁରୀ ପାନୀୟ ସେବନ କଲେ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ ।

ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀ ଖଜୁରି ଖାଇବା ସହ କୌଣସି ଏକ ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ ଏହାକୁ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ସେମାନଙ୍କ ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଉଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ଟମାଟୋ ଖଟାରେ ଖଜୁରୀକୁ ମିଶାଇ ଖାଇ ପାରିବେ, ନଚେତ କଷ୍ଟାର୍ଡ କିମ୍ବା ଖଜୁରୀ କ୍ଷୀରି ମଧ ତିଆରି କରି ଖାଆନ୍ତୁ ।

ଯୁବତୀ ଓ ମହିଳାମାନେ ନିଜ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଖଜୁରୀକୁ ମିଶାଇବା ଜରୁରୀ । ସେମାନଙ୍କ ହଡ଼, ଗୋଡ଼, ଶକ୍ତ ନିମନ୍ତେ ଖଜୁରୀର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରେ ।

କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା, ଦୁର୍ବଳ ଲାଗୁଥିଲେ ଖଜୁରୀ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଇଲେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହେଉଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ୬ ରୁ ୧୦ ମିଲିଅନ୍ ପ୍ରଜାତିର କୀଟପତଙ୍ଗ ରହିଛନ୍ତି ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ କୀଟର ଶରୀର ତିନି ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ । ବକ୍ଷ, ଉଦର ଓ ମୁଣ୍ଡ ।
- ମହୁମାଛି, ଉଈ ଓ ପିମ୍ପୁଡି ବେଶ୍ ସଂଗଠିତ ଭାବେ ସାମାଜିକ କଲୋନୀ କରି ରହନ୍ତି ।
- କେବଳ ପୁରୁଷ ଝିଣ୍ଟିକା କାନ ଫୁସାଫୁସି କରନ୍ତି ।
- କୀଟମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଶାନ୍ତ ଚିତ୍ତର ଜୀବ ।
- ଅଧିକାଂଶ କୀଟ ଅଣ୍ଡାରୁ ସୃଷ୍ଟି ହୁଅନ୍ତି ।
- ମାଈ ମଶା ଅଣ୍ଡା ଦେବାବେଳେ ଆବଶ୍ୟକ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ପାଇବା ପାଇଁ ମନୁଷ୍ୟଙ୍କ ରକ୍ତ ଶୋଷିଥାନ୍ତି ।
- ବୁଢ଼ିଆଣୀ କୀଟପତଙ୍ଗ ପ୍ରଜାତିର ନୁହେଁ ।
- ମହୁମାଛି ଆଣ୍ଟାର୍କଟିକାକୁ ବାଦ୍ ଦେଲେ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ମହାଦେଶରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାନ୍ତି ।
- ୧୯୩୫ ଏପ୍ରିଲ ପହିଲାରେ ଭାରତୀୟ ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା ।
- ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପରେ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଆନିମେସନ ୧୯୭୩ ରେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥିଲା । ରୋବଟ ଉପରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର 'ୱେଷ୍ଟୱାର୍ଲଡ' ନିର୍ମିତ ହେବା ବେଳେ ଏହା କରାଯାଇଥିଲା ।
- ୧୯୨୩ ରେ ଶକ୍ତିଚାଳିତ ୱାଇପର କାର୍‌ରେ ସାଧାରଣ ଭାବେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଲା ।
- ୧୦ ମିନିଟରେ ଏକ ହରିକେନ ଝଡ଼ ଯେତିକି ଶକ୍ତି ଛାଡିବ ତାହା ପୃଥିବୀର ସବୁ ଅଣୁ ଅସ୍ତ୍ରର ମିଳିତ ଶକ୍ତିଠାରୁ ଅଧିକ ।

ଗୋଲମରିଚର ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ

ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଭାରତୀୟ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଓ ଖାଦ୍ୟର ଗରମ ଗୋଲମରିଚ ଚା' ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ବଇଦମାନେ ଗୋଲମରିଚର ଉପଯୋଗ ଔଷଧରେ କରୁଥିଲେ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ ଏଇ ଗୋଲମରିଚକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରି ନିୟମିତ ସେବନ କଲେ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼େ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଋତୁରେ ସକାଳବେଳା ଗୋଲମରିଚ ଚା' ପିଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ଚିମୁଟାଏ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ଚା'ରେ ମିଶାଇଲେ ତାହା ଆମ ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଉଥିବାର ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ଅମ୍ଳ ରୋଗ ପ୍ରତ୍ୟହ ଲେମ୍ବୁ, ପାଣିରେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ଅଧ ଚାମଚ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ଶୀଘ୍ର ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଗୋଲମରିଚରେ ମହଜୁଦ୍ ପେପରାଇନ୍ ତତ୍ତ୍ୱ କାରଣରୁ ମାନସିକ ଚାପ ମଧ କମ୍ ହେଉଥିବାର ଜଣାପଡିଛି । ନିୟମିତ ଗୋଲମରିଚ ଚା' ସେବନ କଲେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ଜାଣିପାରିବେ । ଭିଟାମିନ୍ ସି, ଏ ଫ୍ଲାବୋନଏଡ, ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ତତ୍ତ୍ୱ ଥିବା କାରଣରୁ କର୍କଟରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧୀ ଭାବେ ମଧ ଗୋଲମରିଚ କାମ କରିଥାଏ । ଦୈନିକ ସକାଳବେଳା ନଖ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ଚିମୁଟାଏ ଗୋଲମରିଚ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଓଜନ ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହେ ।

ଓଜନ କମ୍‌କରେ ଜିରା ପାଣି

ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ଲାଗି ଆମେ ଜିରାକୁ ମସଲା ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଜିରା ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଓଜନ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ଅର୍ଥାତ୍ ମୋଟାପା ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଜିରା ପାଣି ଏକ ଉତ୍ତମ ବିକଳ୍ପ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁଯାୟୀ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ଜିରା ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ପେଟରେ ଅଧିକ ଚର୍ବି ଜମି ଯାଇଛି ତେବେ ଜିରାପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରୁ ତୁରନ୍ତ ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଜିରା ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଇନସୁଲିନ୍ ମାତ୍ରା ଠିକ୍ ରହିଥାଏ । ଜିରା ଆମ ଶରୀରର ମେଟାବଲିଜିମ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଠିକ୍ ରଖିବା ସହ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଜଭୁତ କରିଥାଏ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ନିୟମିତ ଜିରା ପାଣି ପିଇବାର ୨୦ ଦିନ ମଧରେ ଫରକ ଅନୁଭୂତ ହୋଇଥାଏ ।

ବହୁ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡିଛି ଜିରାରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ରହିଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏଥିରେ କପର, ମାଙ୍ଗାନିଜ, ମିନେରାଲ୍ସ ମଧ ରହିଛି । ଏହି ସବୁ ରସାୟନ ଆମ ଶରୀରକୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଉଥିବା ଉପାଦାନ ଠାରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିଥାଏ ଓ ସେସବୁକୁ ଶରୀରରୁ ବାହାର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଠାରେ ସୂଚାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରେ ଯେ ଏକ ଚାମଚ ଜିରାରୁ ୭ କ୍ୟାଲୋରୀ ମିଳିଥାଏ । ନିୟମିତ ଏକ ଗ୍ଲାସ ଜିରା ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ଓଜନ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସ୍ତରରେ କେଉଁ ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥାଏ ?
(୨) ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାର ନିମନ୍ତେ ଚୟନ ହୋଇଥିବା ପିଲାଙ୍କ ବୟସ କେତେ ହୋଇଥିବା ଆବଶ୍ୟକ ?
(୩) ୨୦୧୯ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଦିଆଯାଉଥିବା ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାରରେ କେତୋଟି ନୂଆନାମରେ ପୁରସ୍କାର ଦିଆଯାଇଛି ?
(୪) ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଏଇ ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାରକୁ ପ୍ରଥମେ କିଏ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ?
(୫) ନେହରୁ କେଉଁ ମସିହାରେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ?
(୬) ଏହି ଜାତୀୟ ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାର ଅତିକମରେ କେତେଜଣଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ ?
(୭) ଆଇସିସିଡବ୍ଲୁକୁ କେଉଁ ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ସାହସିକତା ନିମନ୍ତେ ଆବେଦନ ମିଳିଯିବା ଉଚିତ୍ ?
(୮) ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାର ସମ୍ପର୍କରେ କେବେ ଘୋଷଣା କରାଯାଏ ?
(୯) ଘୋଷଣା ପରେ ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାର କେବେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ ?
(୧୦) ସାହସିକତା ପୁରସ୍କାର ବର୍ଷକୁ କେତେଥର ଦିଆଯାଏ ?

JUMBLE WORDS

1) TAPOD	=	6) ROSYR	=
2) OSGEO	=	7) QKWUSA	=
3) DUGLES	=	8) SARPOT	=
4) GTORNS	=	9) TIWYT	=
5) SYEZT	=	10) TCEHF	=

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. ମୁମ୍ବାଇ, ୨. ଜନଗଣ ମନ ଅଧି.., ୩. ଏଡଓ୍ୱିନ୍ ଲ୍ୟାଣ୍ଡସିର୍ ଲୁଟୟେନ୍ସ, ୪. ଗେଟୱେ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ, ୫. ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ, ୬. କେରଳ, ୭.ସ୍ମାଇଲିଂ ବୁଦ୍ଧ, ୮. କେରଳ, ୯.ମାଣ୍ଡୋଭି, ୧୦.ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର **:-**

(1) TRUDGE (2) PODIUM (3) ICING (4) SHYLY (5) GENDER (6) FUSION (7) ISSUE (8) ABATE (9) GROUCH (10) BARREL

ବେଟି ବଞ୍ଚାଅ ବେଟି ପଢ଼ାଅ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ପୌରାଞ୍ଚଳ ସମନ୍ୱିତ ଶିଶୁ ବିକାଶ ପ୍ରକଳ୍ପ ପକ୍ଷରୁ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଶିଶୁ କନ୍ୟା ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ବେଟି ବଞ୍ଚାଅ ବେଟି ପଢ଼ାଅ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରକଳ୍ପ ଅଧିକାରିଣୀ ମୀନତି ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଝାଡ଼ୁଆପଡ଼ାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ରୂପେ ଶିଶୁ କଲ୍ୟାଣ ସମିତି ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଶାନ୍ତ ପାଢ଼ୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଡାକ୍ତର ସ୍ୱାତି ନାରୀ ସଶକ୍ତୀକରଣ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରିଥିଲେ । ସମାଜସେବୀ ଜ୍ୟୋତି ଶତପଥି, ସୁପରଭାଇଜର ସାଧନା ସିଂ, ସଖୀ କେନ୍ଦ୍ରର ସଂଯୋଜିକା ମୌସୁମୀ ଦୋରା ପ୍ରମୁଖ ଶିଶୁକନ୍ୟାଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା, କଲ୍ୟାଣ ଏବଂ ଶିକ୍ଷା ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ବକ୍ତୃତା ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଅସ୍ମିତା ନାୟକ, ଆଦ୍ୟାଶା ଶର୍ମା, ସ୍ୱାଗତିକା ବେହେରା ଓ ପାୟଲ ରାଉତଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷଣ ହୋଇଥିଲା । ସୁପରଭାଇଜର ସୈରିନ୍ଦ୍ରୀ ନାୟକ, ସୁଲୋଚନା ଅର୍କଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଅଙ୍ଗନବାଡି କର୍ମୀ, ସ୍କୁଲ ଓ କଲେଜର ଛାତ୍ରୀ ତଥା ମହିଳାମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ମିଶନ ଆଶ୍ରାରେ ବିଶ୍ୱ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦିବସ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଏଚ୍.କଟାପାଲି ସ୍ଥିତ ମିଶନ ଆଶ୍ରା ଠାରେ ବିଶ୍ୱ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ଜିଲ୍ଲା ଖଣିଜ ପାଣ୍ଠି ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ପିପୁଲ୍ସ ଫୋରମ୍ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ସମସ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରର ପରିଚାଳକଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଆୟୋଜିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଜିଲ୍ଲା ଆଇନ ସେବା ପ୍ରାଧିକରଣ ମୁଖ୍ୟ ସଚିବ ଆଲୋକମୟୀ ପ୍ରଧାନ, ଜିଲ୍ଲା ଅଦାଲତର ବରିଷ୍ଠ ବିଚାରପତି ସ୍ମୃତିରଞ୍ଜନ ମହାପାତ୍ର, ଜିଲ୍ଲା ଆଇନ ସେବା ପ୍ରାଧିକରଣର ମୁଖ୍ୟ ସଜଦା ବେଗମ୍, ଜିଲ୍ଲା ଆଇନ ସେବା ପ୍ରାଧିକରଣ ଉପ ମୁଖ୍ୟ ଧମାଲି ପଟେଲ ଯୋଗ ଦେଇ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ମାନସିକ ରୋଗର ନିରାକରଣ ଓ ଚିକିତ୍ସା ଇତ୍ୟାଦି ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରି ସଚେତନ କରାଇଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପିପୁଲ୍ସ ଫୋରମର ଅନ୍ତେବାସୀଙ୍କ ସମେତ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ହେରିଟେଜ୍ ଡାକଘରେ ଅସ୍ଥାୟୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍‌ଘାଟନ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ସହରସ୍ଥିତ ହେରିଟେଜ ଡାକଘରେ ଅସ୍ଥାୟୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୋଇଛି । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ମନ୍ତ୍ରୀ ଡକ୍ଟର ମୁକେଶ ମହାଲିଙ୍ଗ ଯୋଗଦେଇ ଅସ୍ଥାୟୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସ୍ଥାନୀୟ ବିଧାୟକ ଟଙ୍କଧର ତ୍ରିପାଠୀ ମଧ ଯୋଗଦେଇ ଚଳିତ ଦୁର୍ଗା ପୂଜା ସମୟରେ ସହରବାସୀ, ଆଖପାଖ ଅଞ୍ଚଳ ଓ ବାହାରୁ ପୂଜା ବୁଲିବାକୁ ଆସୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଅସ୍ଥାୟୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଯୋଗାଇ ଦେବା ଦିଗରେ ସହାୟକ ହେବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରଟି ଅକ୍ଟୋବର ୧୬ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ରହିବ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍‌ଘାଟନ ସମୟରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅବୋଲି ସୁନୀଲ ନରୱଣେ, ଡାକ୍ତର ମହେଶ ମୋହନ ପଣ୍ଡା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ପରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ମନମୋହନ ସ୍କୁଲ ପଡ଼ିଆରେ ଟାଉନ ଦୁର୍ଗା ପୂଜା କମିଟି ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜିତ ପୂଜା ପେଣ୍ଡାଲ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ ।

ବିଲୁପ୍ତ ଲୋକକଳା ଓ ଜନଜାତି କଳା ଉତ୍ଥାନ ଫେଷ୍ଟିଭାଲ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ସଂସ୍କୃତି ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ବିଲୁପ୍ତ ଲୋକକଳା ଓ ଜନଜାତି କଳା ଉତ୍ଥାନ ଫେଷ୍ଟିଭାଲ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ପୂର୍ବାଞ୍ଚଳ ସାଂସ୍କୃତିକ କେନ୍ଦ୍ର ଓ ଉକିଆ ଅନୁଷ୍ଠାନ ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁରୀର ଫୋକ୍ ଗବେଷକ ଡକ୍ଟର ଦ୍ୱାରିକାନାଥ ନାୟକ, ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଧର ଓ କେଶ ରଞ୍ଜନ ପ୍ରଧାନ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଲୁପ୍ତ ହୋଇଥିବା ତଥା ବିଲୁପ୍ତପ୍ରାୟ ଲୋକକଳା ଗୁଡ଼ିକର କେମିତି ଉତ୍ଥାନ ହୋଇ ପାରିବ ସନେଇ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବଲାଙ୍ଗିର ଓ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ୩ଟି ଦଳ ଯୋଗ ଦେଇ ଢାଲଖାଇ, ଡ୍ରାପ ଓ ଡୁପକୁଡୁ ଆଦି ଲୋକନୃତ୍ୟ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାର ଦୁଲଦୁଲି କଳା ପରିଷଦର ଦଳପତି ବାସୁଦେବ ସାହା, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଲହରୀ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଦଳପତି ଡକ୍ଟର ମୋହିତ ସାଇଁ ଓ ନଟରାଜର ଅନୁଷ୍ଠାନର ଦଳପତି ମହେଶ ପଟେଲଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଦୀପାଳି ଚୌଧୁରୀ ପରିଚାଳନା କରିଥିବା ବେଳେ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଗୁରୁ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ 'ଉକିଆ' ଅନୁଷ୍ଠାନର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ଗୁରୁ ରଞ୍ଜନ କୁମାର ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ସଣ୍ଡେ ଗ୍ରୁପର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର : ସାମାଜିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସଣ୍ଡେ ଗ୍ରୁପର ୧୮ ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ସଣ୍ଡେ ଗ୍ରୁପର ସଦସ୍ୟମାନେ ଦୁର୍ଗାପାଲି ସ୍ଥିତ ଦୟାମଣି ବୃଦ୍ଧାଶ୍ରମରେ ଅନ୍ତେବାସୀଙ୍କ ସହ ଭାବବିନିମୟ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଆୟୋଜିତ ସଭାରେ ପୂର୍ବତନ ସାଂସଦ ତଥା ଆଶ୍ରମର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରମିଳା ବହିଦାର ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ଯୁବକମାନେ ଆଗେଇ ଆସିଲେ ସମାଜ ତଥା ଦେଶର ମଙ୍ଗଳ ହେବ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ଚରିତ୍ର ନିର୍ମାଣ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ରାଷ୍ଟ୍ର ଗଠନ ପାଇଁ ସେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ସଣ୍ଡେ ଗ୍ରୁପର ସଭାପତି ସତ୍ୟନାରାୟଣ ଠାକୁର, ବରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ଶକ୍ତି ପ୍ରସାଦ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ଅନୁଷ୍ଠାନ ତରଫରୁ ଅନ୍ତେବାସୀଙ୍କୁ କମ୍ବଳ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଆର୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍ ସମ୍ବଲପୁରର ବିଜୟାଦଶମୀ ଉତ୍ସବ

ସମ୍ବଲପୁର : ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସ୍ୱୟଂ ସେବକ ସଂଘ, ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗରର ବିଜୟା ଦଶମୀ ଉତ୍ସବ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ମହାନଗର ସଂଘଚାଳକ ଦୀପକ କୁମାର ପଣ୍ଡାଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ହୋଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମହିଳା କଲେଜର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରାଧାପିକା ଡ.ରେଣୁବାଳା ମିଶ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଆର୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍ ସହ ସରକାର୍ଯ୍ୟବାହକ ରାମଦତ୍ତ ଚକ୍ରଧର ଜୀ ମୁଖ୍ୟ ବକ୍ତା ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ରାଜସ୍ୱ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନବନିର୍ମିତ କୋଠା ଲୋକାର୍ପିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁରେଶ ପୂଜାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବିଭିନ୍ନ ନବନିର୍ମିତ କୋଠାଗୁଡିକୁ ଲୋକାର୍ପିତ କରାଯାଇଛି । ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ କୁମ୍ଭାରବନ୍ଧ ସ୍ଥିତ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଭଣ୍ଡାରିକା ମନ୍ଦିରରେ ଭୋଗ ମଣ୍ଡପ ଓ ଭଣ୍ଡାର ଗୃହକୁ ଲୋକାର୍ପିତ କରିଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ, ମନ୍ଦିର ପୂଜକ ଓ ଅନେକ ଭାଜପା କର୍ମୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସେହିପରି କୁମ୍ଭାରବନ୍ଧ ପଞ୍ଚାୟତ ରେଙ୍ଗାଲି ଗ୍ରାମରେ ଓପିଜିସି ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରାୟ ୫୦ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟୟ ଅଟକଳରେ ନିର୍ମିତ କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପକୁ ଲୋକାର୍ପିତ କରିଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ଓପିଜିସିର ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ମାନସ ରଂଜନ ରାଉତଙ୍କ ସମେତ ଅନେକ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଶିଶୁ କନ୍ୟା ଦିବସ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଶିଶୁ କନ୍ୟା ଦିବସ ଅବସରରେ ସଭା, ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ, ସଚେତନତାଧର୍ମୀ ନାଟିକା ଓ ସମ୍ବଲପୁରୀ ନୃତ୍ୟ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ (ସାଧାରଣ) ବ୍ରଜବନ୍ଧୁ ଭୋଇ ସାମ୍ପ୍ରତିକ ସମାଜରେ ଝିଅମାନେ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ଓ କୃତିତ୍ୱ ବଳରେ ସମ୍ମାନଜନକ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚ ପାରିଥିବା କହିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ଅଧିକାରୀ ପୁଣ୍ୟବତୀ ହେଲେନ ଖେସଙ୍କ ପରିଚାଳନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଡାକ୍ତର ରାଧାରମଣ ବିର୍ତ୍ତିଆ, ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ସୁନନ୍ଦ ମହାରଣା, ସିଡବ୍ଲ୍ୟୁସି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଆଶିଷ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ ଶିକ୍ଷିତା ହେଲେ ଦେଶର ଉନ୍ନତି ସମ୍ଭବ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ଶାଳିନୀରାଣୀ ପାଲ, କାଞ୍ଚନ ନାଏକ ଓ ପ୍ରତୀକ୍ଷା ଜୟପୁରିଆ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଗଦେବା ପରେ ସେମାନେ କିପରି ମନୋବଳ ଦୃଢ଼ କରିପାରିଛନ୍ତି ସେ ବିଷୟରେ ନିଜ ଅଭିଜ୍ଞତା ବଖାଣିଥିଲେ । କିର୍ମିରା ବ୍ଲକର ଅଦ୍ରିକା ଝିଅମାନେ ଏକ ସଚେତନତାଧର୍ମୀ କ୍ଷୁଦ୍ର ନାଟିକା ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ବାଲ୍ୟବିବାହ ଜିଲ୍ଲା ସଂଯୋଜକ ପୀତବାସ ବେହେରା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ପିଓ ଯାଜ୍ଞସେନୀ ମହାନନ୍ଦ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

ସାପ୍ତାହିକ 'ସ୍ୱୀକାର' ନେବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ଗ୍ରାହକମାନେ ତାଙ୍କର ଦେୟ କାନାରା ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ବଲପୁର ଶାଖାର ଏକାଉଣ୍ଟ ନମ୍ବର ୦୧୮୫୨୦୧୦୨୧୫୩୮, ଆଇଏଫସି କୋଡ- ସିଏନଆର୍‌ବି 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

ମୁମ୍ବାଇରେ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍‌ଘାଟ୍ : ମିତ୍ରଭାନୁ ଗୌନ୍ତିଆ ସମ୍ମାନିତ

ମୁମ୍ବାଇ : ମୁମ୍ବାଇର ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ପରିବାର ପକ୍ଷରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭୋଟ୍ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଲ୍.ଆଇ.ସି ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ରତ୍ନାକର ପଟ୍ଟନାୟକ, ଆରବିଆଇ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଚାରୁଲତା କର, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ମିତ୍ରଭାନୁ ଗୌନ୍ତିଆ ଓ ଡକ୍ଟର ସପନ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ଚମ୍ପକ୍ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ମନ୍ତ୍ରୋଚ୍ଚାରଣ ମଧ୍ୟରେ ଦୀପ ପ୍ରଜ୍ୱଳନ କରି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଆୟକର ବିଭାଗର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରମୁଖ କମିଶନର ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ଚାଟାର୍ଜୀ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ରଙ୍ଗବତୀ ଗୀତର ସ୍ରଷ୍ଟା ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ମିତ୍ରଭାନୁ ଗୌନ୍ତିଆଙ୍କୁ 'ତୃତୀୟ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ପରିବାର ମୁମ୍ବାଇ ଗୌରବ ସମ୍ମାନ' ରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାଛଡ଼ା ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷା ଓ ସଂସ୍କୃତିର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ଥିବାରୁ ଡକ୍ଟର ସପନ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ମଧ ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁରର 'ରଙ୍ଗଫଂରୁଆ' ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ଗୁରୁ ଦୁର୍ଗା ଦାଶ ଓ ଗୁରୁ ଅସୀମ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାରେ କଳାକାର ମାନେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ନୃତ୍ୟ ଓ ଗୀତ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ୫୦୦ରୁ ଅଧିକ ସଦସ୍ୟ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରେ ଖାଦ୍ୟ ଓ ଫେସନ୍ ସୋ ଆୟୋଜନ ହୋଇଥିଲା । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ କବିତା ସାହାଣୀ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ଦୀପକ ପୂଜାରୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ ରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ଧନୁପାଲି ଦୁର୍ଗାପୂଜାର ସ୍ମରଣିକା ଉନ୍ମୋଚିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଧନୁପାଲି ଦୁର୍ଗାପୂଜାର ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଜୟନ୍ତୀ ସମାରୋହ ଅବସରରେ ଏହାର ସ୍ମରଣିକା 'ଦଶଭୂଜା' ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଜୟ ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଦୁର୍ଗାପୂଜା କମିଟିର ଅଧକ୍ଷ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ବରିଷ୍ଠ ପରାମର୍ଶଦାତା ରବୀନ୍ଦ୍ରନାଥ ନାୟକଙ୍କ ସହିତ ସଭାପତି ନରେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରକାଶ ରାୟଗୁରୁ, ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ପ୍ରମୋଦ ମହାପାତ୍ର, ସ୍ମରଣିକାର ମୁଖ୍ୟ ସଂପାଦକ ଡକ୍ଟର ଦ୍ୱାରିକାନାଥ ନାୟକ ଓ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମାଝୀ ମଧ ମଂଚାସୀନ ଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ପୂଜା କମିଟିର ୨୮ ଜଣ ଦିବଂଗତ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ସ୍ମୃତି ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ପ୍ରଦୀପ ପଣ୍ଡା ଏବଂ ମମତା ପଣ୍ଡାଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭାରେ ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂପାଦକ ଅଶୋକ ପଟ୍ଟନାୟକ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ବଂଶୀଧର କର ପାଇଲେ ପ୍ରକୃତି ବନ୍ଧୁ ପୁରସ୍କାର

ସମ୍ବଲପୁର : ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ପାଇଁ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ସମାଜକୁ ପ୍ରକୃତି ମିତ୍ର ପୁରସ୍କାର ମିଳିଛି । ରାଜ୍ୟ ଜଙ୍ଗଲ, ପରିବେଶ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭାରେ ଡିଏଫ୍‌ଓ ଏହି ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ସଂଗଠନର ସଭାପତି ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର, ଉପସଭାପତି ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହୋତା ଏବଂ ସଂପାଦକ ପ୍ରଦୀପ ପଣ୍ଡା ଏହି ମାନପତ୍ର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଇଂ. ଅବିନାଶ ମିଶ୍ର ଏବଂ ସମାଜସେବୀ ବଂଶୀଧର କରଙ୍କୁ ମଧ ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଶେଷ ଅବଦାନ ପାଇଁ ପ୍ରକୃତିବନ୍ଧୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି ।

ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନ ମୂଳକ ପ୍ରକଳ୍ପର ସମୀକ୍ଷା କଲେ ଆର.ଡି.ସି

ସମ୍ବଲପୁର : ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଆୟୁକ୍ତ ସଚିନ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଯାଦବ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପରିଦର୍ଶନ କରି ଜିଲ୍ଲାରେ ଚାଲିଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନମୂଳକ ପ୍ରକଳ୍ପ ଯୋଜନାର ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ଏଥିସହ ବିଭାଗ ଗୁଡ଼ିକର ରେଜିଷ୍ଟର, ନଥିପତ୍ର ଆଦି ଯାଞ୍ଚ କରିଥିଲେ । ନୂତନ ଭାବରେ ନିର୍ମାଣ ହେଉଥିବା ଜିଲ୍ଲାପାଳ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ମଧ ପରିଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଜିଲ୍ଲାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା, ପୋଷଣ ଆଦି ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରିଥିଲେ । ସମସ୍ତ ବିଭାଗକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ବୈଠକରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଜିଲ୍ଲାରେ ଥିବା ହସ୍ପିଟାଲ ଏବଂ ଏହାର ବେଡ୍ କ୍ଷମତା, ଆଇସିୟୁ ସୁବିଧା, ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଆଦି ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଅବଗତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଆରଏଣ୍ଡବି, ୱାଟ୍, ଟିପିଡବ୍ଲ୍ୟୁଓଡିଏଲ୍ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପ ଉପରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ନିମନ୍ତେ ଆସୁଥିବା ଅର୍ଥ ସମ୍ପର୍କରେ ବୁଝିଥିଲେ । ବୈଠକରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ବଳିରାମ ବୋନ୍ଦର, ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ କମିସନର ବେଦ ଭୂଷଣ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ରାଜସ୍ୱ ଅଜାୟର ମହାନ୍ତି, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସାଧାରଣ ସୁଚାରୁ କୁମାର ବଳ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ମୁଖ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ମଲ୍ଲିକଙ୍କ ସମେତ ସମସ୍ତ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ଶିଶୁ କନ୍ୟା ଶୁଭ କଲ୍ୟାଣ ସମାରୋହ

ସମ୍ବଲପୁର : ପବିତ୍ର ନବରାତ୍ରୀରେ ଶିଶୁକନ୍ୟା ଶୁଭ କଲ୍ୟାଣ ସମାରୋହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିକାଶ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନର ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିକାଶ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ଟ୍ରଷ୍ଟର ଅଧକ୍ଷା ମୃଦୁଳା ଠାକୁର ପ୍ରଧାନ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ବିଧାୟକ ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଆୟୁକ୍ତ ଶ୍ରୀ ସଚିନ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଯାଦବ, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ବଳିରାମ ବୋନ୍ଦର, ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ କମିସନର ଶ୍ରୀ ବେଦ ଭୂଷଣ ଓ ସିଡିଏମଓ ସୁଜାତା ରାଣୀ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ବିକାଶ ଫାଉଣ୍ଡେସନର ରାଜ୍ୟ ସଂଯୋଜକ ରବି ଦାଶ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ବିକାଶ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ପକ୍ଷରୁ ମୋଟ ୨୧ ଜଣ କନ୍ୟା ପିତାମାତାଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯିବା ସହ ଉତ୍କଳ ବାଳାଶ୍ରମ, ଶିଶୁ ଯତ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ର ଅନ୍ତେବାସୀଙ୍କୁ ସୁକନ୍ୟା ସମୃଦ୍ଧି ଯୋଜନା ଚେକ୍ ପ୍ରଦାନ ସହ ପୋଷାକ ମଧ ଦିଆ ଯାଇଥିଲା । ଶେଷରେ ଟ୍ରଷ୍ଟର ଜିଲ୍ଲା ସଂଯୋଜକ ସାଗର କୁମାର ଘଡେଇ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସୁବ୍ରତ ନାଥ ଓ ସୁବାଷ ନାଏକ ପାଇଲେ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ପୁରସ୍କାର

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ଚିଡିଆଖାନା ପରିସରରେ ବିଶ୍ୱ ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ସପ୍ତାହର ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ଉତ୍ସବ ହୀରାକୁଦ ବନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀ ବନଖଣ୍ଡ ଅଧିକାରୀ ଅଂଶୁପ୍ରଜ୍ଞା ଦାସଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଉତ୍ସବରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ବଳିରାମ ବୋନ୍ଦର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ ଆଞ୍ଚଳିକ ବନ ସଂରକ୍ଷକ ଟି.ଅଶୋକ କୁମାର, ମହାନଗର ନିଗମ ଆୟୁକ୍ତ ବେଦଭୂଷଣ ଓ ସମ୍ବଲପୁର ବନ ଖଣ୍ଡ ଅଧିକାରୀ କାଲୁଙ୍ଗେ ଗୋରଖ ଓ୍ୱାମନ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ବନ ଓ ବନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀ ସୁରକ୍ଷା ଦିଗରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ପରିବେଶବିତ ସୁବାସଚନ୍ଦ୍ର ନାୟକ, ଇଞ୍ଜିନିୟର ସୁବ୍ରତ କୁମାର ନାଥ ଓ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଖେଳ ଶିକ୍ଷକ ସୁଧାଂଶୁ କୁମାର ଛନ୍ଦଙ୍କୁ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରରେ ଆୟୋଜିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ଶେଷରେ ସହକାରୀ ବନଖଣ୍ଡ ଅଧିକାରୀ ରେବତୀ ରମନ୍ ଯୋଶୀ ଧନ୍ୟବାଦ୍ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

କୁଚିଣ୍ଡାରେ ନୂତନ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ

ସମ୍ବଲପୁର: କୁଚିଣ୍ଡାର ନୂତନ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଭାବେ ଡକ୍ଟର ଗୌରବମୟ ପ୍ରଧାନ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । ସେ ପୂର୍ବରୁ ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ବ୍ରହ୍ମପୁର ଅତିରିକ୍ତ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିଲେ । ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ରିଆମାଳ ବ୍ଲକର ମୂଳବାସିନ୍ଦା ଡକ୍ଟର ପ୍ରଧାନ କୁଚିଣ୍ଡାରେ ଯୋଗଦେବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ରାଜନୈତିକ ଦଳ, ସଂଗଠନର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ସୌଜନ୍ୟ ମୂଳକ ସାକ୍ଷାତ କରି ସ୍ୱାଗତ ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 9437348018
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra