ସାପ୍ତାହିକ
Postal Regd. No.: SBP/14/2019-2021
ସ୍ୱୀକାର
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.25 | Issue - 41 | 14 - 20 November 2021 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ପୁରୁଣା ଡାକଘର ହେବ ଐତିହ୍ୟ ଡାକଘର

ରେଳମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଓଡ଼ିଶାରେ ରେଲୱେ ପକ୍ଷରୁ କରାଯାଉଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଓ ପ୍ରକଳ୍ପ ସାଙ୍ଗକୁ ସୁରକ୍ଷା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟ ଉପରେ ରେଳମନ୍ତ୍ରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ ବୈଷ୍ଣବ ଏକ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ବୈଠକ କରିଥିଲେ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଠାରେ ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ ରେଳପଥ ଏବଂ ପୂର୍ବତଟ ରେଳପଥର ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ଅର୍ଚ୍ଚନା ଯୋଷୀଙ୍କ ସମେତ ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ ରେଳପଥ, ପୂର୍ବତଟ ରେଳପଥ ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ରେଳପଥର ବହୁ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ଉକ୍ତ ବୈଠକରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବରଗଡ଼ ଏମ.ପି ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ, ସମ୍ବଲପୁର ଏମ୍.ପି ନୀତେଶ ଗଙ୍ଗଦେବ, ରେଙ୍ଗାଲି ବିଧାୟକ ନାଉରୀ ନାୟକ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବିଧାୟିକା କୁସୁମ ଟେଟେ, ବୀରମିତ୍ରପୁର ବିଧାୟକ ଶଙ୍କର ଓରାମ, ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, କୁଚିଣ୍ଡାର ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ରବି ନାୟକ ଏବଂ ବ୍ରଜରାଜନଗରର ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ରାଧାରାଣୀ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଉକ୍ତ ବୈଠକରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ରେଳମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ବିସ୍ତୃତ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ଓଡ଼ିଶା ରେଳପଥର ଭିତ୍ତିଭୂମି ସାଙ୍ଗକୁ ଅନେକ ବିକାଶମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉପରେ ବ୍ୟାପକ ଚର୍ଚ୍ଚା ହୋଇଥିଲା । ସେହିଭଳି ରେଳମନ୍ତ୍ରୀ ମଧ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରିବା

ସହିତ ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ ଓ ପୂର୍ବତଟ ରେଳପଥର ପରିସୀମା ମଧ୍ୟରେ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ସୁବିଧାରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଚାଲୁରହିଥିବା ସମସ୍ତ ରେଳ ପ୍ରକଳ୍ପ ଠିକ୍ ସମୟରେ ସମାପ୍ତହେବା ଉପରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ମଧ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରିଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀ ବୈଷ୍ଣବ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ଓ ପୁରୁଣା ଡାକଘର ପରିଦର୍ଶନରେ ଯାଇ ଏହାକୁ ଐତିହ୍ୟ ଡାକଘର ଭାବେ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ପରିଦର୍ଶନ କରି ସେଠାରେ ଥିବା ଷ୍ଟଲ ଗୁଡିକ ବୁଲି ଦେଖିବା ସହ ବିସ୍କୁଟ ଓ ଚା ପିଇ ଷ୍ଟଲ ମାଲିକଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ପରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ସହରରେ ଥିବା ୧୨୯ ବର୍ଷର ପୁରୁଣା ଡାକଘର ବୁଲି ଦେଖିବା ସହ ଏହି ଡାକଘର ଗୌରବ ଓ ସ୍ମୃତି ବହନ କରୁଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଐତିହ୍ୟ ଡାକଘର ଭାବେ ଘୋଷଣା କରିବା ସହ ଦେଶରେ ଭାରତୀୟ ଡାକଘର ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏଭଳି ୩୬ଟି ଡାକଘର ପୁନରୁଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଉଛି ବୋଲି ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ଯେ ବିଜେପି ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ଟଙ୍କଧର ତ୍ରିପାଠୀ ଏ ନେଇ ନିକଟରେ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବା ପରେ କେନ୍ଦ୍ର ଯୋଗାଯୋଗ ରେଳ ଓ ଆଇଟିଆଇ ମନ୍ତ୍ରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ ବୈଷ୍ଣବଙ୍କୁ ପତ୍ର ଲେଖିଥିଲେ ।

ପୁଣି ଆରମ୍ଭ ହେବ ଏମ୍.ପି ଲାଡ୍ ସ୍କିମ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ସାଂସଦମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଏମ.ପି ଲାଡ୍ ସ୍କିମ୍ ପୁଣି ଆରମ୍ଭ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କେନ୍ଦ୍ର କ୍ୟାବିନେଟ ବୈଠକରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । କୋଭିଡ୍ ୧୯ ମହାମାରୀ ବିରୋଧରେ ଲଢ଼ିବା ପାଇଁ ଏମପିଲାଡ୍ ସ୍କିମ୍ ୨୦୨୦-୨୧ର ପାଣ୍ଠିକୁ ବିନିଯୋଗ କରାଯାଇଥିଲା । ଫଳରେ ସାଂସଦମାନେ ଏହି ପାଣ୍ଠି ବ୍ୟବହାର କରିପାରି ନ ଥିଲେ । କ୍ୟାବିନେଟ୍ ନିଷ୍ପତ୍ତି ପରେ ଏଣିକି ସେମାନେ ନିଜ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ବିକାଶମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଏହାକୁ ଲଗାଇ ପାରିବେ ।

କରୋନା ସଂକ୍ରମଣର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ପାଣ୍ଠି ଆବଶ୍ୟକ ପଡିଥିଲା । ତେଣୁ ଏମ.ପିଲାଡ୍ ସ୍କିମ୍ ପାଣ୍ଠିକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥିଲା । ଏବେ ୨୦୨୧-୨୨ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ବଳକା ଅବଧି ପାଇଁ ଏହାକୁ ପୁନଃ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯିବ । ଏହି ସ୍କିମ୍ ୨୦୨୫-୨୬ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଳବତ୍ତର ରହିବ ।

୨୦୨୧-୨୨ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ବଳକା ଅବଧି ନିମନ୍ତେ ସାଂସଦଙ୍କ ପିଛା ଗୋଟିଏ କିସ୍ତିରେ ୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ଲେଖାଏଁ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ । ୨୦୨୨-୨୩ ରୁ ୨୦୨୫ -୨୬ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାର୍ଷିକ ସାଂସଦଙ୍କ ପିଛା ୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ଲେଖାଏଁ ଦୁଇଟି କିସ୍ତିରେ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ।

ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ, କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ସାଂସଦ ସ୍ଥାନୀୟ କ୍ଷେତ୍ର ବିକାଶ ଯୋଜନା ଅନୁସାରେ ଲୋକସଭା ଓ ରାଜ୍ୟସଭା ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ଲେଖାଏଁ ରାଶି ଆବଣ୍ଟନ କରୁଛନ୍ତି । ସାଂସଦମାନେ ସେମାନଙ୍କ ସଂସଦୀୟ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ଆବଶ୍ୟକତା ଆଧାରରେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନକୁ କେତେକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ସାଂସଦ ନିଧି ଯୋଜନା ନିୟମକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ସାଂସଦଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ମୁତାବକ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ କରିଥାନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ୧୯୯୩ ରେ ସଂସଦର ଶୀତ ଅଧିବେଶନରେ ଏହି ଯୋଜନା ଲାଗୁ ପାଇଁ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ସାଂସଦ ନିଧି ଯୋଜନା ଅନୁସାରେ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଆବଣ୍ଟିତ ହୋଇଥିଲା । ଏବେ ଏହା ବାର୍ଷିକ ୫ କୋଟି ଟଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ।

ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଗ୍ରହଣ କଲେ ମିତ୍ରଭାନୁ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ପ୍ରସିଦ୍ଧ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଗୀତ 'ରଙ୍ଗବତୀ'ର ଗୀତିକାର ମିତ୍ରଭାନୁ ଗୌନ୍ତିଆ ସମ୍ମାନଜନକ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ସମ୍ମାନ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଗତ ୨୦୨୦ ବର୍ଷ ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଭବନରେ ଆୟୋଜିତ ସମାରୋହରେ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ସମ୍ମାନରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ରାମନାଥ କୋବିନ୍ଦ ସମ୍ମାନିତ କରିଛନ୍ତି ।

ଓଡ଼ିଶାର ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଉପାନ୍ତ ବାମରା ବ୍ଲକର ବିଲୁଙ୍ଗ ଗାଁରେ ଜନ୍ମିତ ମିତ୍ରଭାନୁ ପିଲାଟି ଦିନରୁ ନାଟକ, ଗୀତ ପ୍ରତି ରୁଚି ରଖି ଆସିଥିଲେ । ପରେ ଗୀତ, ନାଟକ ଏବଂ ଗୀତି କବିତା ରଚନା ପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେ କୁଚିଣ୍ଡା କଳା ପରିଷଦ ସହ ସାମିଲ ହୋଇ ତାଙ୍କ କଳାକାର ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରିଥିବା ବେଳେ ଆକାଶବାଣୀ ସମ୍ବଲପୁରର ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତ ଗୀତିକାର ଭାବେ ଖ୍ୟାତି ଅର୍ଜନ କରି ଆସିଛନ୍ତି । ସତୁରୀ ଦଶକରେ ତାଙ୍କ ରଚିତ ରଙ୍ଗବତୀ ଗୀତ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଖ୍ୟାତି ଅର୍ଜନ କରିବା ସହିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷାକୁ ବିଶ୍ୱବିଦିତ କରିବାରେ ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ଶତାଧିକ ଗୀତ ଏବଂ ନାଟକ ଆଜି ବି ଆକାଶବାଣୀରେ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ବହୁ ପ୍ରଶଂସା ସାଉଁଟି ପାରିଛି । ରଙ୍ଗବତୀ ଗୀତର ସ୍ରଷ୍ଟା ଭାବେ ତାଙ୍କର ଜନ୍ମମାଟି ବିଲୁଙ୍ଗରୁ ଇତି-ମଧ୍ୟରେ ସରକାରୀ ରେକର୍ଡରେ ରଙ୍ଗବତୀ ବିଲୁଙ୍ଗ ନାମରେ ନାମିତ ହୋଇସାରିଛି ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ପିଜୁଳିର ଲାଭ

ବାଇଗଣର ଔଷଧ ଗୁଣ

ଦେହକୁ ହିତ ନିମ୍ବପତ୍ର

କଖାରୁର ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ସାଲ୍‌ଗମ୍‌ର ଉପକାରିତା

‘ଶାନ୍ତି ଓ ଶ୍ରମର ପ୍ରତୀକ’ ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀ

ସ୍ୱର୍ଗତା ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀ- ‘ଶାନ୍ତି ଓ ଶ୍ରମର ପ୍ରତୀକ’ । ୧୯୩୬ ମସିହା ଫେବୃୟାରୀ ୪ ତାରିଖ ରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀ ଥିଲେ ବରଗଡ଼ ନିକଟସ୍ଥ ଇତିହାସ ପ୍ରସିଦ୍ଧ କଟାପାଲି ଗ୍ରାମର ୰ ଶ୍ରୀମତୀ ବିଷ୍ଣୁପ୍ରିୟା ଦେବୀ ଏବଂ ୰ ଶିବ ଶଙ୍କର ଦାଶଙ୍କ ପଞ୍ଚମ ସନ୍ତାନ ଓ ଚତୁର୍ଥ କନ୍ୟା । ବୃତ୍ତିଯୋଗୁଁ ବାପା ସମ୍ବଲପୁର ସହରର ପଟ୍ଟନାୟକପଡ଼ାରେ ଘର କିଣି ରହିଥିଲେ । ସେହି ପଟ୍ଟନାୟକ ପଡ଼ାରେ ଶାନ୍ତି ଦେବୀଙ୍କ ଜନ୍ମ ତଥା ଘରପାଖ ବିଦ୍ୟାଳୟମାନଙ୍କରେ ପ୍ରାଥମିକ ଓ ମାଧ୍ୟମିକ ଶିକ୍ଷା ପରେ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରୁ କଳାରେ ସ୍ନାତକ ହାସଲ କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ଜୀବନରେ ଉଭୟ ଶିକ୍ଷା ଓ ଶିକ୍ଷା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କର୍ମାନୁଭୂତିରେ ସେ ଥିଲେ ବେଶ୍ ଆଗ୍ରହୀ । ପାଠ, ଗୀତ, ନାଚ, ରନ୍ଧା, ଖେଳ, ସଫେଇ, ସେବା ଆଲୋଚନା ଆଦି ପ୍ରତି ସେ ଥିଲେ ଆଗ୍ରହୀ । ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ମଧ ପାଠ୍ୟୋତ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଏପରିକି ଛାତ୍ର ଆନ୍ଦୋଳନରେ ମଧ ସେ ସକ୍ରିୟ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଘରର ଆର୍ଥିକ ସ୍ଥିତି ସ୍ୱଚ୍ଛଳ ନ ଥିବାରୁ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ସୁଲଭ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଯୋଗୁଁ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଏବଂ ଅଧାପକମାନଙ୍କ ଅନୁଗ୍ରହରୁ ଆର୍ଥିକ ଅନୁଦାନ ପାଇଥିଲେ ।

ସ୍ନାତକ ହେବାପରେ ଶିକ୍ଷକତା ନିମନ୍ତେ ଆଗ୍ରହୀ ହୋଇ ରାଧାନାଥ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନରେ ଯୋଗଦେବା ପାଇଁ ଯୋଗ୍ୟ ବିବେଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କୁ ଲେଡିଲୁଇସ୍ ମାଧ୍ୟମିକ ବାଳିକା ବିଦ୍ୟାଳୟ, ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ବୋର୍ଡ ସମ୍ବଲପୁର ଶାଖାର ସେ ହେଲେ ମୁଖ୍ୟ ସେବିକା । ସ୍ଥାନୀୟ ବୋର୍ଡର ଅଧକ୍ଷା ତଥା ଶାନ୍ତି ଦେବୀଙ୍କୁ ଭଲଭାବରେ ଜାଣିଥିଲେ । ଶାନ୍ତି ନିକେତନରୁ ତାଲିମ ପାଇ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରୁଥିଲେ ଦକ୍ଷତାର ସହ । ରାଜ୍ୟ ବୋର୍ଡରେ ଅଧକ୍ଷା ଅନୁପସ୍ଥିତି ରହୁଥିଲେ ସେ ଦାୟିତ୍ୱରେ ରହୁଥିଲେ । ସେବା ଦାନରେ ଥିଲେ ଧୂରୀଣ ।

୧୯୬୧ ରେ ପାରିବାରିକ ଘନିଷ୍ଠ ସଂପର୍କ ଥିବା ମହାପାତ୍ର ପରିବାରର ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କୁ ସେ ବିବାହ କରିଥିଲେ । ସେ ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ବୋର୍ଡରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇ ପୁନଃ ରାଧାନାଥ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନରେ ତାଲିମ ନେବା ପରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର କୁଣ୍ଡୁକେଲା ଲମ୍ବୋଦର ହାଇସ୍କୁଲରେ ସହକାରୀ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ରୂପେ ଯୋଗଦେଲେ । ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନରେ ମଧ ସେ ତାଙ୍କ କୃତିତ୍ୱ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ସେ ଥିଲେ ସମସ୍ତଙ୍କ ‘ନାନୀ’ ଏବଂ ଅଧକ୍ଷ ମହୋଦୟ ମଧ ତାଙ୍କୁ ‘ନାନୀ’ କହି

ଅନ୍ତେବାସିନୀଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନର ଦାୟିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରୁଥିଲେ । ପାଠ୍ୟୋତ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମାନଙ୍କରେ ମଧ ସେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ ।

ଲମ୍ବୋଦର ହାଇସ୍କୁଲର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଥିଲେ ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର ଏବଂ ସହକାରୀ ଶିକ୍ଷକ ପଦ ଖାଲିଥିଲା । ଯୋଗ ଦେବାର କିଛି ମାସ ମଧରେ ସେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରତିପାଦନ କଲେ ଶିକ୍ଷାଦାନ ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନାରେ । ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଅଷ୍ଟମରୁ ଏକାଦଶ ଶ୍ରେଣୀରେ ଥିଲେ ସାମାନ୍ୟ କେତେଜଣ ଛାତ୍ରୀ । ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଗଣ ତାଙ୍କୁ ଏସ୍.ଏଲ ଆଜ୍ଞା ବୋଲି ସମ୍ବୋଧନ କରୁଥିଲେ । ଏସ.ଏଲ ଆଜ୍ଞାଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତି ଯୋଗୁଁ ଛାତ୍ରୀସଂଖ୍ୟା ହୁ ହୁ ବଢ଼ି ଚାଲିଲା । ବିଦ୍ୟାଳୟ କାହିଁକି ଏହି ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ସୃଷ୍ଟିହେଲା ବାଳିକା ଶିକ୍ଷା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ଓ ଝିଅଙ୍କ ପ୍ରତି ସ୍ନେହ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ବିକାଶରେ ତାଙ୍କ ଅବଦାନ ଯୋଗୁଁ ୧୯୮୮ ରେ ସେ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ପଦୋନ୍ନତି ଯୋଗୁଁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର ହୋଇଥିଲେ । ଶାନ୍ତି ଦେବୀ ରାଣୀ ବିନକୀ ବାଳିକା ମାଧ୍ୟମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ବୁର୍ଲା ଓ ଶେଷରେ ନିଜେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିଥିବା ଲେଡିଲୁଇସ୍ ବାଳିକା ମାଧ୍ୟମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ସହକାରୀ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ରୂପେ ସୂଚାରୁ ରୂପେ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରି ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇଥିଲେ । ଉକ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରୀ ଅଭିଭାବିକା ଓ ଅଭିଭାବକ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଅବସର ଗ୍ରହଣ ପରେ ବୃହତ୍ ସମାଜର ସେବା ନିମନ୍ତେ ସହରର ନାରୀସେବା ସଂଘ, ହୀରାଖଣ୍ଡ ନାଗରିକ ପରିଷଦ ସଦୃଶ ଅନୁଷ୍ଠାନ ମାନଙ୍କର ସଦସ୍ୟ ରହି ସମାଜ ସେବାରେ ନିଜକୁ ନିୟୋଜିତ କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ପାରିବାରିକ, ସାମାଜିକ ଜୀବନ ଥିଲା ଉଦାହରଣ ଯୋଗ୍ୟ । ସାନବଡ଼, ନାରୀ ପୁରୁଷ, ସମ୍ପର୍କୀୟ ଅତି ସମ୍ପର୍କୀୟ, ସାଧାରଣ ତଥା ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ, ସେବା ଓ ମଧୁର ସମ୍ପର୍କ ମାଧମରେ ବାନ୍ଧି ରଖୁଥିଲେ । ମିଠା କଥା, ସୁସ୍ୱାଦୁ ଖାଦ୍ୟ, ସହଯୋଗ, ଅର୍ଥ ଆଦି ବାଣ୍ଟୁଥିଲେ ନିର୍ବିକାର ଭାବରେ । ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ସଦସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କୀୟ, ସହକର୍ମୀ, ସହଯାତ୍ରୀ ଆଦି ସମସ୍ତେ ଥିଲେ ତାଙ୍କ ପ୍ରିୟ ଓ ଆପଣାର ମଣିଷ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନିଜର ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ରହୁଥିଲେ ଅଚଳ । ‘ଭୟ’ ଶବ୍ଦଟି ତାଙ୍କ ଅଭିଧାନରେ ନ ଥିଲା । ସ୍ନେହ ଶ୍ରଦ୍ଧା, ଦୟା, ଭକ୍ତି ଆଦିର ସେ ଥିଲେ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି । ଏକ ସାର୍ଥକ ଜୀବନର ପରିସମାପ୍ତି ହେଲା ପରିଣତ ବୟସରେ । ବୟସାଧିକ୍ୟ ଓ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ଯୋଗୁଁ ସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମମାନଙ୍କରୁ ସେ ଦୂରେଇ ଗଲେ । ପରେ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ହେଲା ପଡିଯିବାରୁ ଡାହାଣ ଜଂଘ ଭାଙ୍ଗିଗଲା ଏବଂ ସେ ପ୍ରାୟ ୩ବର୍ଷ ଶଯ୍ୟାଶାୟୀ ହୋଇଥିଲେ । ଚିକିତ୍ସାଧୀନ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ନର୍ସିଂ ହୋମରେ ନଭେମ୍ବର ୧ ତାରିଖରେ ସେ ଶେଷ ନିଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗକଲେ ।

୧୧୩ ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ବଣ୍ଟନ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମରେ ବସ୍ତିବାସିନ୍ଦାଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ବିଜୁ ଆଦର୍ଶ କଲୋନି ନିର୍ମାଣ ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଏହି ଯୋଜନାରେ ମହାନଗର ନିଗମରେ ଥିବା ୧୫୦ଟି ବସ୍ତିକୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ୪୭ଟି ବସ୍ତିରେ ୧୧୩ଟି ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ପ୍ରଦାନ ହୋଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ମୋଟ ୫ କୋଟି ୯୯ ଲକ୍ଷ ୬୪ ହଜାର ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟ ହେବ ବୋଲି ନିଗମ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସ୍ଥିତ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶୁଭମ ସକସେନା ବସ୍ତିବାସିନ୍ଦା ସଂଘକୁ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ପରବର୍ତ୍ତି ସମୟରେ ଅବଶିଷ୍ଟ ୧୦୩ଟି ବସ୍ତି ଅଞ୍ଚଳରେ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ପ୍ରଦାନ ହେବ ବୋଲି ଏସ୍ଏମ୍ସି ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ।

ଏହି ଯୋଜନା ଫଳରେ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ଧରି ନାନାଦି ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟରେ ରହି ଛଟପଟ ହେଉଥିବା ବସ୍ତିବାସିନ୍ଦାଙ୍କୁ ଉନ୍ନତ ସୁବିଧା ମିଳିପାରିବ । ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ ଅଞ୍ଚଳରେ ଆଉ ବସ୍ତି(ସ୍ଲମ୍) ରହିବ ନାହିଁ । ବସ୍ତି ଅଞ୍ଚଳରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ମୌଳିକ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ । ବସ୍ତି ବଦଳରେ ବିଜୁ ଆଦର୍ଶ କଲୋନି ଭାବେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିଚୟ ପାଇବ । ବସ୍ତିରେ ଥିବା ମସସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିବା ସହ ମମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସୁବିଧା ଯୋଗାଇବାକୁ ବସ୍ତି ବାସିନ୍ଦା ସଂଘ ଗଠନ ହୋଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର

ମହାନଗର ନିଗମ ଅଞ୍ଚଳରେ ଥିବା ମୋଟ ୧୭୧ଟି ବସ୍ତି ମଧ୍ୟରୁ ଏହି ଯୋଜନାରେ ୧୫୦ଟି ବସ୍ତିକୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି । ଅନ୍ୟା ୨୧ଟି ବସ୍ତି ଯେଉଁ ଗୁଡିକ ରେଳବାଇ, ଜଙ୍ଗଲଜମି ତଥା ବୁଡ଼ି ଅଞ୍ଚଳରେ ରହିଛି ତାହା ଏହି ଯୋଜନାରୁ ବାଦ୍ ପଡିଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ଜାଗା ମିଶନ୍ ମାଧମରେ ମହାନଗର ନିଗମର ୧୫୦ଟି ବସ୍ତିରେ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ଯେଭଳି ଠିକଣା ଭାବେ ପରିଚାଳିତ ହେବ ଏନେଇ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିବା ସମସ୍ତ ବସ୍ତିରେ ବସ୍ତିବାସିନ୍ଦା ସଂଘ ଗଠନ ହୋଇଛି । ଏହି ସଂଘ ମାଧମରେ ସମସ୍ତ ନିର୍ମାଣକାର୍ଯ୍ୟ ପରିଚାଳିତ ହେବ । କେଉଁ ବସ୍ତିରେ କଣ ସବୁ ସମସ୍ୟା ରହିଛି ଏନେଇ ସଂଘ ଗୁଡ଼ିକୁ ତଥ୍ୟ ଦେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ପ୍ରସ୍ତାବ ଅନୁଯାୟୀ ବସ୍ତି ଗୁଡ଼ିକରେ ମୁଖ୍ୟତଃ ରାସ୍ତା ନିର୍ମାଣ, ଡ୍ରେନ୍ ନିର୍ମାଣ, ସମସ୍ତ ଘରକୁ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଯୋଗାଣ, ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଲାଇଟ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ପାନୀୟ ଜଳ ଯୋଗାଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା ସହ ପ୍ରତି ଘରେ ପାଇଖାନା ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ । ସେହିପରି ବସ୍ତିର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସହ ପରିଚୟ ଗୃହ ଓ ଶିଶୁ ଖେଳ ସାମଗ୍ରୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯିବ ବୋଲି ନିଗମ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ପ୍ରଦାନ ସମୟରେ ନିଗମ ଆୟୁକ୍ତ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ, ସହକାରୀ ଆୟୁକ୍ତ, କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ବାହୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ, ଉପ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ, ଗୋଷ୍ଠୀ ସଙ୍ଗଠିକା, ଗୋଷ୍ଠି ସଙ୍ଗଠକ ଓ ଜାଗା ମିଶନର କର୍ମଚାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀମତୀ ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀଙ୍କ ସ୍ମରଣରେ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରତିଭା ଦେବୀ

ଏଇ ନଭେମ୍ବର ମାସ ୧ ତାରିଖ ଦିନ ଆମର ଅତିପ୍ରିୟ ଶାନ୍ତି ମାଉସୀ ୮୬ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଚାଲିଗଲା । ଆମ ପାଇଁ ଛାଡି ଦେଇଗଲା ଅନେକ ସ୍ମୃତି । ଏପରି ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଯିଏ କି ପାରିବାରିକ ହେଉ କିମ୍ବା ସାମାଜିକ ହେଉ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦାୟିତ୍ୱକୁ ଖୁବ୍ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଭାବରେ ସୁରୁଖୁରୁରେ ତୁଲେଇ ଦେଇ ପାରୁଥିଲା । ଶାନ୍ତି ମାଉସୀ ଅଛି ତ ସମସ୍ତେ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ । ସବୁ ଦାୟିତ୍ୱ ତାର ସେ ଯାହା ଆମ ମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଉଥିଲା ଆମେ ତାକୁ ପାଳନ କରୁଥିଲୁ । ଖୁବ୍ ସ୍ନେହୀ, କାହାର ଦୁଃଖ ସହି ପାରୁ ନ ଥିଲା । ଷାଠିଏ ଦଶକରେ ଯେତେବେଳେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଝିଅ କଲେଜ ଯିବାର ସୁଯୋଗ ପାଉଥିଲେ ସେ ଜି.ଏମ୍ କଲେଜରୁ ବି.ଏ ପାସ କରିବା ପରେ ଡିଷ୍ଟ୍ରିକ୍ଟ ୱେଲଫେଆର ଅଫିସର ଭାବରେ ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ବୋର୍ଡରେ ଚାକିରୀ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁରରେ ହାତ ଗଣତି ଝିଅ ସେହି ସମୟରେ ଚାକିରୀ କରୁଥିଲେ । ସାଙ୍ଗଠନିକ କ୍ଷମତା ତାର ବହୁତ ବେଶୀ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ବିବାହ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଶିକ୍ଷକତାକୁ ଆପଣେଇ ନେଇଥିଲା । ତେଣୁ ସଂଗଠନ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷକତା ହେଉ କିମ୍ବା ପାରିବାରିକ ଦାୟିତ୍ୱ ହେଉ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ପରିଦେଇ ପାରୁଥିଲେ । ଆଜି ତାର ଅବର୍ତ୍ତମାନରେ ତାରି ସହିତ ବିତେଇ ଥିବା ସମୟର ଅନେକ ଘଟଣା ମନେ ପଡିଯାଉଛି । ସେ ପୁଣି ଥରେ ନୂଆ ରୂପରେ ଆମ ପାଖକୁ ଫେରିବ ଏହା ହିଁ ଆଶା । ଓମ୍ ଶାନ୍ତି ।

ଦ୍ୱାସୂପର୍ଣ୍ଣା, ସମଲେଶ୍ୱରୀ ଏଭିନ୍ୟୁ, ମୁଦିପଡ଼ା, ସମ୍ବଲପୁର

ଭାଗବତ

ରଜସ-ଲୀଳାରମ୍ଭ

ରାଜସ ଭକ୍ତଙ୍କ ମନର ନିରୋଧ ନିମନ୍ତେ ରାଜସ ଲୀଳା ପ୍ରସଙ୍ଗ ନିର୍ମିତ ହୋଇଛି । କୃଷ୍ଣକଥା ସବୁପ୍ରକାର ଲୋକଙ୍କୁ ଜୀବଙ୍କୁ ଆନନ୍ଦପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସବୁପ୍ରକାର ଲୋକଙ୍କୁ ଆକର୍ଷଣ କରି ପ୍ରଭୂତ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । କୁବଜୀଙ୍କୁ ବି ସେ କୃତାର୍ଥ କରିଛନ୍ତି ।

ଏହାପରେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅକ୍ରୁରଙ୍କ ଘରକୁ ଆସି ତାଙ୍କୁ କହିଲେ ହସ୍ତିନାପୁରରେ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର ପାଣ୍ଡବଙ୍କୁ ଜତୁଗୃହରେ ପୋଡ଼ି ହତ୍ୟା କରିଦେବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା ଚଳାଇଛି । ତୁମେ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ରଙ୍କ ଘରକୁ ଯାଅ । ସେଠାରେ ତାଙ୍କ ଘରେ ଦୁଇ ଚାରିଦିନ ରହି ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର ଓ କୌରବଙ୍କର ପାଣ୍ଡବଙ୍କ ସହିତ କିପରି ଭାବଅଛି ଦେଖି ଆସ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷରେ କ'ଣ କ'ଣ ହେଉଛି ତାହା ଦେଖିଆସ ।ଅକ୍ରୁର ହସ୍ତିନାପୁରକୁ ଆସିଲେ । ସେ ସେଠାରେ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ରଙ୍କ ଘରେ ଦୁଇମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଲେ । ସେ ସମସ୍ତ କଥା ଅନୁଧାନ କରିବା ପରେ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ରଙ୍କୁ କହିଲେ ହେ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର । ଜୀବ ଏକାକୀ ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ । ଆଉ ମରେ ମଧ ଏକାକୀ । ତେଣୁ କୁଟୁମ୍ବଙ୍କ ପାଇଁ ପାପ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଅନୁଚିତ କଥା ।

ଚକ୍ଷୁହୀନ ଅନ୍ଧ ପ୍ରକୃତ ଅନ୍ଧ ନୁହେଁ । ଆଖି ଥାଇ ସୁଦ୍ଧା ଯିଏ ଲୋଭ, ମୋହ, ମଦ, କାମ ଆଦି ପଟ୍ଟୀ ଯୋଗୁଁ ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ ସେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଅନ୍ଧ । ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ରର ଆଖି ମୋହ, ଆଉ ଲୋଭରେ ଅନ୍ଧ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ଯାହାର ଆଖିକୁ ଟଙ୍କା ସୁନାର ମୋହ ଢାଙ୍କି ରହିଥାଏ ସେ ହିଁ ପ୍ରକୃତରେ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର । ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର ଭଳି ଲୋଭୀ ଅକ୍ରୁରଙ୍କ ଭଳି ସତସଙ୍ଗ ଲାଭକରି ସୁଦ୍ଧା ସୁଧୁରିପାରେ ନାହିଁ ।

ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଧନ ନୁହେଁ, ଧର୍ମ

ଓ ସତସଙ୍ଗ ସାଥିରେ ଯାଇଥାଏ । ତେବେ ବି ବିଚିତ୍ରତା ହେଉଛି ମଣିଷ ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଷୟ ସୁଖ ପଛରେ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ସଂସାର ବିନା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଠାରେ ସେ ଆନନ୍ଦ ନିମନ୍ତେ ଆଦୌ ଯତ୍ନ ନିଏ ନାହିଁ ।

ଅକ୍ରୁର ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ରଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ ତୁମେ ଜାଣି ଶୁଣି ଏପରି ପାପ, ଏପରି କପଟ କାହିଁକି କରୁଛ ?

ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର କହିଲେ ଆପଣଙ୍କ କଥା ମୁଁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ । ତେବେ ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନ ମୋ ପାଖକୁ ଆସିଯବା କ୍ଷଣି ମୋର ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ, ବିଚାର, ବିବେକ ସବୁ କେଉଁଆଡେ ଉଡିଯାଉଛି । ମୁଁ କ'ଣ କରିବି କିଛି ଜାଣି ପାରୁ ନାହିଁ । ମୁଁ ଜ୍ଞାନ ଭୁଲି ଯାଉଛି ।

ଯିଏ ସତ୍ୟ ଓ ଠିକ୍ ବୋଲି ଜାଣିସୁଦ୍ଧା ପାପ କରେ, ଜାଣି ଶୁଣି ପାପକରେ ସେ ହିଁ ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର । କୌରବଙ୍କର ବିନାଶ ହେଉ, ଏହା ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଇଚ୍ଛା ହେଲା । ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଥିଲେ ବି କୁସଙ୍ଗ ହେତୁ ଯାହା କଳୁଷିତ ହୋଇଥାଏ, ତାକୁ ଶଠ କୁହାଯାଏ । ଯାହାର ବୀଜ ହିଁ ଦୁଷ୍ଟ ତାକୁ ଖଳ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ସତସଙ୍ଗ ଦ୍ୱାରା ଶଠ ସୁଧୁରିଯାଏ, ହେଲେ ଖଳ ସୁଧୁରେ ନାହିଁ ।

ମନ୍ଦାରମୂଳେ ବଦନାଭିରାମଂ
ବିମ୍ବାଧରେ ପୂରିତବେଣୁନାଦମ୍ ।
ଗୋଗୋପଗୋପୀଜନମଧସଂସ୍ଥ
ଗୋବିନ୍ଦ ଦାମୋଦର ମାଧବେତି ।

ଅର୍ଥାତ୍- ଯାହାର ମୁଖାରବିନ୍ଦ ଅତିଶୟ ମନୋହର, ଯିଏ ବିମ୍ବ ସମ ନାଲି ଓଠରେ ବଂଶୀରଖି ମଧୁର ତାନ ଛାଡିବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି, ଯିଏ କଦମ୍ବ ବୃକ୍ଷର ଛାୟାରେ ଧେନୁ, ଗୋପୀଗଣଙ୍କ ମଧରେ ବିରାଜମାନ ଅଛନ୍ତି, ସେପରି ଭଗବାନଙ୍କୁ ହେ ଗୋବିନ୍ଦ ହେ ଦାମୋଦର ହେ ମାଧବ ଏପରି ସମ୍ବୋଧନ କରି ସବୁବେଳେ ସ୍ମରଣ କରୁଥିବା ଉଚିତ ।

ଆୟୁର୍ବେଦ ପରମ୍ପରାର ପୁନର୍ଜୀବନ

ଆୟୁଷ ଓ ବେଦ - ଏ ଦୁଇଟି ଶବ୍ଦକୁ ମିଶାଇଲେ ଆୟୁର୍ବେଦ ଶବ୍ଦ ହୋଇଥାଏ । ଆୟୁଷର ସମ୍ବନ୍ଧ ଜୀବନ ସହିତ ତଥା ବେଦର ସମ୍ବନ୍ଧ ଜ୍ଞାନ ଓ ବିଜ୍ଞାନ ସହିତ ଥିବା କାରଣରୁ ଆୟୁର୍ବେଦ, ଜୀବନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିଜ୍ଞାନ ହୋଇଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ କୁହାଯାଇଛି- ଯାହା ମାଧମରେ ଆୟୁର ହିତ ଅହିତର ଜ୍ଞାନ ହେବ ତାହାର ପରିମାଣ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ, ସେହି ଜ୍ଞାନକୁ ଆୟୁର୍ବେଦ କହନ୍ତି ।

ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱରେ ଆୟୁର୍ବେଦକୁ ମାନବୀୟ ସଭ୍ୟତାର ପ୍ରାଚୀନତମ ଲିଖିତ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ରୂପେ ମାନ୍ୟତା ମିଳିଛି । ଆଧୁନିକ ବିଦ୍ୱାନମାନଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଅତି କମରେ ୩୦୦୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଆୟୁର୍ବେଦର ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ଏବଂ ଆଜକୁ ପ୍ରାୟ ୨୮୦୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଏ ବିଷୟରେ ପୁସ୍ତକ, ଗ୍ରନ୍ଥ, ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡିକର ରଚନା ମଧ ପ୍ରାରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଥିଲା ।

ମାନ୍ୟତା ଅଛି ଯେ ମାନବତାର ରକ୍ଷା ଏବଂ ରୋଗଗୁଡିକର ବିନାଶ ନିମନ୍ତେ ସୃଷ୍ଟିର ରଚୟିତା ପ୍ରଜାପତି ବ୍ରହ୍ମା ଆୟୁର୍ବେଦ ଉପରେ ଏକ ଲକ୍ଷ ଶ୍ଳୋକ ବିଶିଷ୍ଟ ଗ୍ରନ୍ଥ 'ବ୍ରହ୍ମ ସଂହିତା' ରଚନା କରିଥିଲେ ତଥା ଏହି ବିଜ୍ଞାନକୁ ଦକ୍ଷ ପ୍ରଜାପତିଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ପରେ ଦକ୍ଷ ପଜାପତି ଏହି ଜ୍ଞାନ ଅଶ୍ୱିନୀକୁମାରଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କଲେ ଏବଂ ଅଶ୍ୱିନୀକୁମାର ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଏହି ରହସ୍ୟ ବୁଝାଇଲେ । ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଠାରୁ ମହର୍ଷି ଭରଦ୍ୱାଜ ଏହି ଜ୍ଞାନକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ଋଷି ପୁନର୍ବସୁ ଓ ଅତ୍ରେୟଙ୍କୁ ଦେଲେ । ଅତ୍ରେୟ ଋଷିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ 'ଅତ୍ରେୟ ସଂହିତା' କୁ ଏହି କାରଣରୁ ଆୟୁର୍ବେଦର ମୂଳ ଗ୍ରନ୍ଥ ରୂପେ ମାନ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି ।

କାଳାନ୍ତରରେ ମହର୍ଷି ଚରକ ଏହି ଅତ୍ରେୟ ସଂହିତାକୁ ବିସ୍ତୃତ ରୂପ ପ୍ରଦାନ କରି 'ଚରକ ସଂହିତା' ନାମରେ ଲେଖିଲେ । ମହର୍ଷି ଚରକଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ମହର୍ଷି ସୁଶ୍ରୁତ ଆୟୁର୍ବେଦର ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ତମ୍ଭ ରୂପେ ବିଶ୍ୱବିଖ୍ୟାତ । ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଦତ୍ତ ପଥରେ ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଶଲ୍ୟ କ୍ରିୟାର ମୂଳ ଭାବ ରହିଛି । ଏହା ପରେ ମହର୍ଷି ବାଗଭଟ୍ଟ ଚରକ ପ୍ରଦତ୍ତ କାୟା ଚିକିତ୍ସା ଓ ସୁଶ୍ରୁତ ପ୍ରଦତ୍ତ ଶଲ୍ୟ କ୍ରିୟାକୁ ଯୋଡ଼ି 'ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ହୃଦୟ' ନାମରେ ଗ୍ରନ୍ଥ ରଚନା କଲେ । ଏହା ଅତିରିକ୍ତ

ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଶାରଙ୍ଗଧରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ 'ଶାରଙ୍ଗଧର ସଂହିତା' ଓ ମାଧବାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ 'ମାଧବ ନିଦାନ' ମଧ ଆୟୁର୍ବେଦର ମୌଳିକ ଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡିକ ମଧରୁ ଗୋଟିଏ ।

ରୋଗ ନିଦାନର କାରଣ ଜାଣିବା ପାଇଁ ମାଧବ ନିଦାନ, ସୂତ୍ରଗୁଡିକ ପାଇଁ ବାଗଭଟ୍ଟଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ହୃଦୟ ଶାରୀରିକ ଜ୍ଞାନ ହେତୁ ସୁଶ୍ରୁତ ସଂହିତା ଏବଂ ଚିକିତ୍ସକୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ଚରକ ସଂହିତା ସର୍ବୋତ୍ତମ ଗ୍ରନ୍ଥ ।

ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ମତାନୁସାର ମାନବ ଶରୀରର ଉତ୍ପତ୍ତି ପଞ୍ଚ ମହାଭୂତରୁ ହୋଇଛି । ମନୁଷ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପରେ ଶରୀରର କ୍ରିୟାଗୁଡିକ ସେହି ଭୋଜନକୁ ବିଭକ୍ତ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରି ଦିଅନ୍ତି । ଆୟୁର୍ବେଦ କହିଥାଏ ଯେ ଭୋଜନର ସ୍ୱାଦ ତାହାର ରସର ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ମିଠା ଭୋଜନ ରକ୍ତ, ମାଂସ, ଚର୍ବି, ଅସ୍ଥି ବୀର୍ଯ୍ୟ ତଥା ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଏହିପରି ଖଟା ପଦାର୍ଥ ପାଚନଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ ତଥା ବାତ ଶମନ କରିଥାଏ । ଖାରା ପଦାର୍ଥ ମଧ ବାତନାଶକ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ କଫ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ ।

ପାଚନ ସମୟରେ ଭୋଜନରୁ ଆହାର ରସ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଆହାର ରସରୁ ରସ ଧାତୁ, ରସ ଧାତୁରୁ ରକ୍ତ, ରକ୍ତରୁ ମାଂସ, ଚର୍ବି, ଅସ୍ଥି, ବୀର୍ଯ୍ୟ, ଅସ୍ଥିମଜ୍ଜା ଓ ଓଜ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ଆୟୁର୍ବେଦର ମତାନୁସାର ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରରେ ରୋଗଗୁଡିକର ଉତ୍ପତ୍ତିର କାରଣ ବାତ, ପିତ୍ତ ଓ କଫର ଅସନ୍ତୁଳନ ଅଟେ । ଏହାକୁ ହିଁ 'ତ୍ରିଦୋଷ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ' କୁହାଯାଏ । ଆୟୁର୍ବେଦ ଅନୁସାରେ ରୋଗୀର ପରୀକ୍ଷା ନାଡ଼ୀ ପରୀକ୍ଷା, ଜିହ୍ୱା ପରୀକ୍ଷା, ତ୍ୱଚା ଓ ଅଙ୍ଗ ପରୀକ୍ଷା, ଛାତି ପରୀକ୍ଷା, ମଳ ମୂତ୍ର ପରୀକ୍ଷା ତଥା ଶାରୀରିକ ପରୀକ୍ଷା ମାଧମରେ କରାଯାଏ ।

ବାତ ଅଥବା ବାୟୁକୁ ଅନ୍ୟ ଦୋଷ ଓ ଧାତୁଗୁଡିକୁ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚାଉଥିବା ଶୀଘ୍ର ଚାଲୁଥିବା, ରଜୋଗୁଣ ଯୁକ୍ତ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ଚଞ୍ଚଳ ମନେ କରାଯାଏ । ଏଥିରେ ପୁଣି କଣ୍ଠରେ ଉଦାନ ବାୟୁ, ହୃତପିଣ୍ଡରେ ପ୍ରାଣ ବାୟୁ, ନାଭିରେ ସମାନ ବାୟୁ, ମଳାଶୟରେ ଅପାନ ବାୟୁ ଓ ସମଗ୍ର ଶରୀରରେ ବ୍ୟାନ ବାୟୁର ନିବାସ ମନେ କରାଯାଏ ।

ଏହିପରି ପିତ୍ତକୁ ପାଚକ, ରଚକ, ସାଧକ, ଆଲୋଚକ ଓ ଭ୍ରାଜକ ଆଦି ନାମ ତାହାର କ୍ରିୟାଗୁଡିକର ଭେଦ ଆଧାରରେ ଦିଆଯାଇଛି । କଫଂକୁ ମଧ କର୍ମଭେଦ ଅନୁସାରେ କ୍ଲେଦନ, ଅବଲମ୍ବନ, ରସନ, ସ୍ନେହନ ଓ ଶ୍ଳେଷଣ ନାମ ଦିଆଯାଇଛି । ଏଗୁଡିକର ପରସ୍ପର ସମ୍ବନ୍ଧ ଅନୁସାରେ ହିଁ ଆୟୁର୍ବେଦ ଶାସ୍ତ୍ର ମାନବୀୟ ପ୍ରକୃତିକୁ ସାତ ପ୍ରକାରରେ ମାନି ଆସିଛି, ଯଥା ବାତ ପ୍ରକୃତି, ପିତ୍ତ ପ୍ରକୃତି, କଫ ପ୍ରକୃତି, ବାତ ପିତ୍ତ ପ୍ରକୃତି, ବାତ-କପ ପ୍ରକୃତି, ପିତ୍ତ-କଫ ପ୍ରକୃତି ଏବଂ ବାତ- ପିତ୍ତ- କଫ ପ୍ରକୃତି ।

ଏହିପରି ଆୟୁର୍ବେଦ ଶରୀରରେ ତେର ପ୍ରକାର ବେଗ ଥିବା କହିଥାଏ । ଯାହା ମଧରେ ମଳ- ମୂତ୍ର, ଅଧୋବାୟୁ, ବମନ ଆଦି ଆସିଥାଏ । ଏହିପରି ଧାନପୂର୍ବକ ଦେଖିଲେ ଆୟୁର୍ବେଦର ବିଜ୍ଞାନ ଏକ ଗମ୍ଭୀର ବିଚାରକୁ ନେଇ ରଚନା କରାଯାଇଛି । କାଳାନ୍ତରରେ ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଆଠଟି ଅଙ୍ଗ ବିକଶିତ ହୋଇଗଲା, ଯାହା ମାଧମରେ କାୟା ତନ୍ତ୍ର (ଔଷଧି ଦ୍ୱାରା ଚିକିତ୍ସା), ଶାଲାକ୍ୟ ତନ୍ତ୍ର (ଆଖି, ନାକ, ମୁଖ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ରୋଗ ଗୁଡିକର ଚିକିତ୍ସା), ଶଲ୍ୟ ତନ୍ତ୍ର (ଚିରି ଫାଟି ଚିକିତ୍ସା କରିବା), ଅଗଦ ତନ୍ତ୍ର (ବିଷ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ରୋଗ ଗୁଡିକର ଚିକିତ୍ସା), ଭୂତ ବିଦ୍ୟା (ଗ୍ରହଗୁଡିକ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଓ ମାନସିକ ବ୍ୟାଧି ଗୁଡିକର ଚିକିତ୍ସା), କୌମାର ଭୃତ୍ୟ (ପିଲାମାନଙ୍କୁ ହେଉଥିବା ରୋଗଗୁଡିକର ଚିକିତ୍ସା), ରସାୟନ ତନ୍ତ୍ର (ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାର ବିକାରଗୁଡିକରୁ ମୁକ୍ତି ପ୍ରଦାନକାରୀ କାୟାକଳ୍ପ ଚିକିତ୍ସା) ତଥା ବାଜୀକରଣ (ବୀର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ବ୍ୟାଧିଗୁଡିକର ଚିକିତ୍ସା) । ଏସବୁ ଅଙ୍ଗକୁ ମିଶାଇ ଆୟୁର୍ବେଦକୁ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଆୟୁର୍ବେଦ କୁହାଯାଏ ।

ପିଜୁଳିର ଲାଭ

ପିଜୁଳିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭିଟାମିନ୍ସ ଓ ମିନେରାଲ୍ସ ଭରି ରହିଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରକୁ ଅନେକ ଉପକାର ମିଳିଥାଏ । ଯେମିତିକି ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଟାସିୟମ ଓ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଆମର ହୃତପିଣ୍ଡ ଏବଂ ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜଭୁତ ରଖିବା ସହ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ସେହିପରି କୁହାଯାଏ, ଏହାକୁ ନିୟମିତ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଥଣ୍ଡା କାଶଜନିତ ସମସ୍ୟା ଖୁବ୍ କମ୍ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷେ ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ କେ ଥିବାରୁ, ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ଚୁଟି ମଜଭୁତ ହେବା ସହ ଆଖି ମଧ ସୁସ୍ଥ ରହିଥାଏ । ତା' ଛଡ଼ା ପିଜୁଳିରେ ବିଟାକାରୋଟିନ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଆମକୁ ଚର୍ମ ରୋଗରୁ ବି ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ବି ପିଜୁଳି ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ନିୟମିତ ପିଜୁଳି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ବି ଧୀରେ ଧୀରେ ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ସେହିପରି କୁହାଯାଏ ନିୟମିତ ପିଜୁଳି ଖାଇଲେ ପାଟି ଘା' ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଖୁବ୍ କମ୍ ରହିଥାଏ । ଏପରି କି ଏହା ଶରୀରରେ ଥିବା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ପରିମାଣକୁ ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ ।

ମେଟାଭର୍ସ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଡ଼ିଜିଟାଲ ବିପ୍ଳବରେ 'ମେଟାଭର୍ସ' ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । 'ମୋବାଇଲ ଇଣ୍ଟରନେଟ' ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତରେ 'ମେଟାଭର୍ସ' ପରିବେଶକୁ ଉନ୍ନୀତ ହେବା ସଂଭାବନା ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ହେବା ପରେ ଯୋଗାଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଗ୍ରଣୀ ଗଣମାଧମରେ ଏହା ପ୍ରଭାବ ସଂପର୍କରେ ଆକଳନ ଗୁରୁତ୍ୱ ବହନ କରିଛି । ଅକ୍ଟୋବର ଶେଷ ସପ୍ତାହରେ ଫେସବୁକ ମେଟାଭର୍ସକୁ ଲମ୍ଫ ପ୍ରଦାନ କରୁଥିବା ଘୋଷଣା ପରେ ନଭେମ୍ବର ପ୍ରଥମ ସପ୍ତାହରେ ମାଇକ୍ରୋସଫ୍ଟ ପକ୍ଷରୁ ଅନୁରୂପ ସୂଚନା ୨୦୨୨ ସୁଦ୍ଧା ସୃଜନଶିଳ୍ପୀଙ୍କ କାଳ୍ପନିକ ମେଟାଭର୍ସ ବାସ୍ତବ ଦୁନିଆ ଓ ଭର୍ଚୁଆଲ ଦୁନିଆ ମଧରେ ପ୍ରଭେଦ ବିଲୋପରେ ସୂତ୍ରଧର ସାଜିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଉଛି । ଫେସବୁକ ଅଧକ୍ଷ ମାର୍କ ଜୁକେରବର୍ଗ ତ କହୁଛନ୍ତି ଚଳିତ ଦଶକ ଶେଷ ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ତାଙ୍କରି ମଞ୍ଚର ମେଟାଭର୍ସ ପରିବେଶରେ ଶହେ କୋଟି ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କୁ ସାମିଲ କରିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ।

'ମେଟାଭର୍ସ'କୁ ସରଳଭାବେ ବୁଝାଇବା ଆୟସସାଧ । ମେଟାଭର୍ସ ବୁଝିବାକୁ ହେଲେ ଆର୍ଟିଫିସିଆଲ ଇଣ୍ଟିଲିଜେନ୍ସ, ଆଗୁମେଣ୍ଟେଡ଼ ରିଆଲିଟି ଓ ଇମେସିଉଭ ଟେକନୋଲଜି ଭଳି କାରିଗରୀ କୌଶଳ ସଂପର୍କରେ ସାମାନ୍ୟ ପରିଚିତି ଆବଶ୍ୟକ । ମେଟାଭର୍ସ ଉପପାଦ୍ୟର ଓଡ଼ିଆ ଅନୁବାଦ ''କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପନ୍ନ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରଯୋଜିତ ପରିବେଶରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ମଧରେ ପାରସ୍ପରିକ ଯୋଗାଯୋଗ'' ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ପାରେ । ତେବେ ସାଧାରଣ ବିଚାରରେ ଏଭଳି ବିଶ୍ଳେଷଣ ପ୍ରାୟ ମୂଲ୍ୟହୀନ । ହୁଏତ 'ମେଟାଭର୍ସ' ବର୍ଣ୍ଣନା ପାଇଁ ପାଠ୍ୟ ବଦଳରେ ଭିଡ଼ିଓ ଅନୁକୂଳ ।

ଉଦାହରଣରେ ମାର୍କ ଜୁକେରବର୍ଗ ନିଜ କମ୍ପାନୀ 'ଫେସବୁକ'କୁ 'ମେଟା' ପୁନଃନାମିତ କରିଥିବା ଅବସରରେ ୨୮ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୧ରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ଡ଼େମା ଭିଡ଼ିଓରେ ମେଟାଭର୍ସର ଉପଯୋଗ ସଂପର୍କରେ ତଥ୍ୟାବଳୀ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ସେଥିରେ ପ୍ରଥମେ ଜୁକେରବର୍ଗଙ୍କ ବନ୍ଧୁମାନେ ଭର୍ଚୁଆଲ ପରିବେଶରେ ତାସ ଖେଳରେ ନିମଜ୍ଜିଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କୁ ଖେଳିବା ପାଇଁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରିଥିଲେ । ଏହା ପ୍ରାୟ ସପ୍ନିଳ ବୋଧ ହେଉଥିଲା । ବନ୍ଧୁମାନେ ବିଭିନ୍ନ 'ଅବତାର' ଅର୍ଥାତ ମନପସନ୍ଦ ରୂପାନ୍ତରିତ ଚେହେରାରେ ସଜ୍ଜିତ ହୋଇ ତାସ ଖେଳୁଥିଲେ । ଏପରିକି ଜଣେ ବନ୍ଧୁ ତ ଶୂନ୍ୟରେ ଉଡୁଥିଲେ । ଠିକ ଏହି ସମୟରେ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ଡ଼ାଏଲ କଲେ । ବନ୍ଧୁ ରାଜରାସ୍ତାରେ ଚଳପ୍ରଚଳ ହେବା ବେଳେ ସହରର କାନ୍ଥରେ ଏକ ଆକର୍ଷଣୀୟ କାନ୍ଥଚିତ୍ର 'ଗ୍ରାଫାଟି' ଦେଖି ଜୁକରବର୍ଗଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦେଲେ । ସେ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିବାରୁ ଆଗୁମେଣ୍ଟେଡ଼ ରିଆଲିଟି ସଂଯୁକ୍ତ ଗ୍ରାଫାଟିର ଲିଙ୍କ ପଠାଇ ଦେଲେ । ଜୁକେରବର୍ଗ ମେଟାଭର୍ସ ଯୋଗେ ସେହି ଗ୍ରାଫାଟିର ତ୍ରି-ଡାଇମନସନ ବିଭବ ଉପଭୋଗ କଲେ ।

କମ୍ପ୍ୟୁଟରରେ ଯେଉଁମାନେ ଡିଜିଟାଲ ଗେମ ଖେଳିଥାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷେ 'ମେଟାଭର୍ସ' ବୁଝିବା ସହଜ । ଏକ ପକ୍ଷରେ ଡିଜିଟାଲ ଗେମର ଟୁ-ଡାଇମନସନ ଆଙ୍ଗିକ ମେଟାଭର୍ସରେ ତ୍ରି-ଡାଇମନସନରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇ ପାରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଖେଳାଳୀ ନିଜେ ନିଜ ନିର୍ବାଚିତ ରୂପ ଅବତାରରେ ଖେଳ ପରିବେଶରେ ସାମିଲ ହୋଇ ପାରିବେ । ମେଟାଭର୍ସ ବ୍ୟବହାର ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉପଭୋକ୍ତା ହେଡ଼-ଗିଅର ପରିଧାନ କରିବା ଜରୁରୀ । ଜୁକରବର୍ଗ କହୁଛନ୍ତି କମ୍ପ୍ୟୁଟିଂ ଦୁନିଆରେ ଡ଼େସ୍କଟପରୁ-ଓ୍ୱେବରୁ- ମୋବାଇଲ ଏବଂ ଟେକ୍ସଟରୁ-ଫାଟରୁ-ଭିଡ଼ିଓ ଶେଷ ନୁହେଁ । ଯାହା ଆମେ ଦେଖି ଆସିଥିଲେ, ତାହା ଭର୍ଚୁଆଲ ପରିବେଶରେ ଅନୁଭବ କରିବା ସମୟ ଉପନୀତ ।

ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ 'ଫେସବୁକ'ର ନାମକରଣରେ କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇ ନାହିଁ । ଫେସବୁକ ମଞ୍ଚର ପ୍ରାୟୋଜକ କମ୍ପାନୀକୁ 'ମେଟା' ପୁନଃନାମିତ କରିଛନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ଇଣ୍ଟରନେଟ ଭଳି 'ମେଟାଭର୍ସ' ଉପରେ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କମ୍ପାନୀର କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ନାହିଁ । ଏହା ଏକ ବିକାଶଶୀଳ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ । ଇଣ୍ଟରନେଟରେ ଅସଂଖ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ତୁଲ୍ୟ ମେଟାଭର୍ସରେ ମଧ ବହୁ ଅଂଶଧାରୀ ।

'ମେଟାଭର୍ସ' ନାମକରଣ ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀ ଶେଷ ଦଶକରେ କାଳ୍ପନିକ ବିଜ୍ଞାନ ଉପନ୍ୟାସ ସୂତ୍ରକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିଥାଏ । 'ସ୍ନୋ କ୍ରାସ' ନାମକ ୧୯୯୨ରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ଲୋକପ୍ରିୟ ଉପନ୍ୟାସରେ 'ମେଟାଭର୍ସ' ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥିଲା । 'ଭର୍ସ' ୟୁନିଭର୍ସ ବା ପୃଥିବୀ ଏବଂ 'ମେଟା' ଟ୍ରାନସେଡ଼େଣ୍ଟ ବା ସୀମାପାର ସୂଚିତ କରିଥାଏ । ମେଟାଭର୍ସ ଅର୍ଥ ପୃଥିବୀ ସୀମାପାର ପରିବେଶକୁ ବୁଝାଏ । ଫେସବୁକ, ମାଇକ୍ରୋସଫ୍ଟ ସହ ଭିଡ଼ିଓ ଗେମ କମ୍ପାନୀ 'ଏପିକ ଗେମ୍ସ' ଓ ଚିପ ପ୍ରସ୍ତୁତକର୍ତ୍ତା 'ନିଭିଦା' ଭଳି ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଗୁଡ଼ିକ ମେଟାଭର୍ସ ମଞ୍ଚରେ ପ୍ରାଥମିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ ହେଉଥିବା ଆକଳନ କରାଯାଏ । ଫେସବୁକରେ ମେଟାଭର୍ସ ମଞ୍ଚ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଦଶ ହଜାର କର୍ମଚାରୀ ନିୟୋଜିତ ଥିବା ତଥା ୨୦୨୨ ସୁଦ୍ଧା ୟୁରାପୀୟ ଦେଶପୁଞ୍ଜରୁ ଅଧିକା ଦଶ ହଜାର କର୍ମଚାରୀ ନିଯୁକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ଥିବା ଶୁଣାଯାଏ ।

ଫେସବୁକ ମେଟାଭର୍ସ ନିମନ୍ତେ ବ୍ୟଗ୍ରଥିବା ଚାରିଗୋଟି କାରଣ 'ନିଉୟର୍କ ଟାଇମ୍ସ' ବିଶ୍ଳେଷକ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ପ୍ରଥମତଃ, ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା, ବ୍ରିଟେନ, ୟୁରୋପୀୟ ଦେଶପୁଞ୍ଜ ଭଳି ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଯୁବ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଫେସବୁକ ମଞ୍ଚରୁ କ୍ରମଶଃ ଓହରି ଆସି ଟିକ୍ ଟକ୍ ଭଳି ସର୍ଟଭିଡ଼ିଓ ମଞ୍ଚରେ ପହଞ୍ଚୁଥିବା ଫେସବୁକ ପାଇଁ ଚିନ୍ତାର କାରଣ ପାଲଟିଛି । ତେଣୁ ଭିଡ଼ିଓର ଉନ୍ନତ ସୋପାନ ମେଟାଭର୍ସରେ ଫେସବୁକ ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ପହଞ୍ଚିବ, ଲୋକପ୍ରିୟତା ଓ ବ୍ୟାବସାୟିକ ସ୍ତରରେ ଲାଭଦାୟକ ହେବ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଫେସବୁକ ମୁଖ୍ୟତଃ ମୋବାଇଲ ଫୋନଆଶ୍ରିତ ହୋଇପଡିଥିବା ସ୍ଥଳେ ମୋବାଇଲ ଆପ୍ଲିକେସନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଲାଗି ଫେସବୁକକୁ ଏଣ୍ଡ୍ରଏଡ଼ ଓ ଆଇଓଏସ ବା ଗୁଗୁଲ ଓ ଏପଲ ମଞ୍ଚ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବାକୁ ପଡୁଛି । ମେଟାଭର୍ସକୁ ଲମ୍ଫ ପ୍ରଦାନ କଲେ ଅନ୍ୟ ଉପରେ ଫେସବୁକର ନିର୍ଭର କମିଯିବ ।

ତୃତୀୟତଃ, ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଫେସବୁକ ନିୟାମକଙ୍କ କୋପ ଦୃଷ୍ଟିରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ପଡ଼ିଲାଣି । ବିଭିନ୍ନ କାରଣକୁ କେନ୍ଦ୍ରକରି ଫେସବୁକର ପ୍ରସାରକୁ ଆକଟ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ ଅବ୍ୟାହତ ରହିଛି । ଫେସବୁକ ମେଟାଭର୍ସରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଅନ୍ତତଃ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଦଶ ବର୍ଷ ଯାଏଁ ନିୟାମକ କଟକଣାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିପାରେ । ଚତୁର୍ଥତଃ, ନିକଟ ଅତୀତରେ ଫେସବୁକ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅପଦସ୍ତ ହୋଇଛି । ନାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହ ମଞ୍ଚ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲେ ଅପବାଦରୁ ମଧ ନିସ୍ତାର ସଂଭବପର ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରେ । 'ଫେସବୁକ'ର 'ମେଟା' ପୁନଃ ନାମକରଣ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ପରିସରେ ଏକ ନୂତନ ଅଧାୟ । 'ମେଟାଭର୍ସ' ଏକ ବୈଷୟିକ ପଦ୍ଧତିକୁ ବୁଝାଉଥିବା ତଥା ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ଏହାର ପରିଧିରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଜନାରେ ସଂପୃକ୍ତି ଥିବା ସ୍ଥଳେ ଫେସବୁକର 'ମେଟା' ନାମକରଣକୁ ଏକ ପଦ୍ଧତି ପରିସୀମାରେ ବ୍ୟବସାୟିକ ଅନୁପ୍ରବେଶ ବୋଲି ସମାଲୋଚନା କରାଯାଇଥାଏ । ତେବେ ଫେସବୁକର ପୁନଃନାମକରଣ ଯେ 'ମେଟାଭର୍ସ'କୁ ସର୍ବସାଧାରଣ ଚର୍ଚ୍ଚାର ପରିସରକୁ ଆଣିଛି ଏବଂ ଏହାର ପ୍ରସାର ଦିଗରେ ଫେସବୁକ ଭଳି ବୃହତ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ କମ୍ପାନୀର ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦାନ ରହିବ, ଏହାକୁ କେହି ଅସ୍ୱୀକାର କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ପ୍ରଶ୍ନଉଠେ, ମନୋରଞ୍ଜନ ଦୁନିଆରେ ତ 'ମେଟାଭର୍ସ' ବାଜିମାତ କରିବ, ତେବେ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଷଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହାର ଭୂମିକା କ'ଣ ହେବ ?

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଶ୍ରୀ ଭଗବାନଙ୍କ ଅନନ୍ତ ଗୁଣ ମଧରେ ଗୋଟିଏ ଗୁଣ ହେଉଛି ନିଜ କଥା ଶୁଣି ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେବା । ତେଣୁ ସେ ଭାଗବତ, ରାମାୟଣ, ମହାଭାରତ ଆଦି ପୁରାଣ ଶାସ୍ତ୍ରକୁ ନିଜର ବାଗ୍ମୀୟାବତାର କହିଛନ୍ତି । ଏସବୁ ପୁରାଣ ଯେଉଁଠି ପାଠ କରାଯାଏ, ଭଗବାନ ସେ ପୁରାଣମାନଙ୍କ ମଧରୁ ବାହାରି ଆସି ଶ୍ରୋତୃମଣ୍ଡଳୀ ମଧରେ ବସି କଥା ଶୁଣନ୍ତି । ତେଣୁ ତ ଦେବର୍ଷିଙ୍କୁ କହିଛନ୍ତି ମୁଁ ବୈକୁଣ୍ଠରେ ନ ଥାଏ କିମ୍ବା ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ହୃଦୟରେ ନ ଥାଏ । ଭଗବାନ୍ ଅବ୍ୟାପ୍ତ ସକଳ କାମ ଏବଂ ସୁଖର ମୂର୍ତ୍ତି କିନ୍ତୁ ସେ ନିଜର ଦିବ୍ୟ ଜନ୍ମ ଗୁଣ ଓ କର୍ମକୁ ଶୁଣି ସୁଖୀ ହୁଅନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ଏକନାଥଜୀ ମହାରାଜ ନିଜ ଭାଗବତରେ ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଲେଖିଛନ୍ତି- ସମୁଦ୍ରରେ ଶିଳା ଭସାଇ ଥିଲେ ହାତର ଅଙ୍ଗୁଳିରେ ଗୋବର୍ଦ୍ଧନ ପର୍ବତ ଟେକିଲେ, ସୁପ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ନିଦ୍ରା ଭଙ୍ଗ ନ କରି ସାରା ମଥୁରା ନଗରୀକୁ ଦ୍ୱାରକା ଘେନି ଆସିଥିଲେ, ମୃତ ଗୁରୁପୁତ୍ରଙ୍କୁ ଆଣିଦେଲେ, ଦାବାଗ୍ନିକୁ ନିଜ ମୁଖରେ ଗିଳିଦେଲେ, ମାତା ଦେବକୀଙ୍କୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କର ଛଅ ମୃତ ପୁତ୍ରଙ୍କୁ ଫେରାଇ ଆଣିଦେଲେ । ସେହି ଅଜନ୍ମାଙ୍କ ଜନ୍ମର, ନିର୍ଗୁଣର ଗୁଣର ବର୍ଣ୍ଣନ କଲେ, ତାକୁ ଶୁଣି ଶ୍ରୀମପତି ଭଗବାନ୍ ସୁଖୀ ହୁଅନ୍ତି । ଏକଥା ସ୍ୱାଭାବିକ ଯେ ସୁଖର ମୂର୍ତ୍ତି ସେ ନିଜର ଜନ୍ମ କର୍ମ ଗୁଣ ଏବଂ ବୈଭବର କୀର୍ତ୍ତନ ଗାନରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆନନ୍ଦୋଲ୍ଲସିତ ହୁଅନ୍ତି । ତେଣୁ ତ ତାଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଥିବା ନବଧା ଭକ୍ତି ମଧରେ କୀର୍ତ୍ତନ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ସାଧନ । ଶ୍ରବଣ କୀର୍ତ୍ତନ ବିଷ୍ଣୋଃ ସ୍ମରଣଂ ପାଦ ସେବନମ୍, ଅର୍ଚ୍ଚନଂ ବନ୍ଦନଂ ଦାସ୍ୟଂ ସଖ୍ୟମାତ୍ମ ନିବେଦନାମ୍ । ଏହି କୀର୍ତ୍ତନର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ଏ ଘୋର କଳି କାଳରେ ମଧ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଚୈତନ୍ୟଙ୍କ ମାଧମରେ କରାଇ ଥିଲେ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, କେଉଁ ଯୁଗରେ ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତିର କେଉଁ ସାଧନ ମଧରେ କୀର୍ତ୍ତନ ରହିଛି । ସତ୍ୟ ଯୁଗ ଧାନ ପ୍ରଧାନ, ତ୍ରେତୟା ଯୁଗ ଯଜ୍ଞ ପ୍ରଧାନ, ଦ୍ୱାପର ଯୁଗ ପରିଚର୍ଯ୍ୟା, ପୂଜା ଓ ସେବା, କଳି ଯୁଗ କୀର୍ତ୍ତନ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଧାନ । ତେଣୁ ପ୍ରଭୁ ଅଖିଳ ବିରୁଦ୍ଧ ଗୁଣ ଧର୍ମାଶ୍ରୟ ହୋଇ ମଧ ସ୍ୱଭକ୍ତଙ୍କ ଠାରୁ ନିଜ ଗୁଣ ମହିମା ଶୁଣିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ।

ଆଜ୍‌ମାର ଘରୋଇ ଉପଚାର

ଆଜମା ହେଉଛି ଏକ ଶ୍ୱାସଜନିତ ସମସ୍ୟା । ଏହା ଗୁରୁତର ଆକାର ଧାରଣ କଲେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇ ଚିକିତ୍ସିତ ହେବାକୁ ପଡିଥାଏ । ତେବେ ଏପରି କେତେକ ଘରୋଇ ଉପଚାର ରହିଛି ଯାହାକୁ ଅନୁସରଣ କରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏଥିରୁ କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ଲାଭ କରି ପାରିବ । ଜଣେ ଆଜମା ରୋଗୀ ନିଜ ଓଜନକୁ ସବୁବେଳେ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବା ନିହାତି ଜରୁରୀ । ତେଣୁ ନିଜର ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ଧାନ ଦିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଫଳ ଓ ସବୁଜ ପନିପରିବା ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ, ଭିଟାମିନ୍ ସି ଏବଂ ଇ ପରି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଅଛି, ଯାହା ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଚାଲିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଆଜମାରୁ ଉପଶମ ପାଇବା ପାଇଁ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ତାହା ଆଜମା ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ନିୟମିତ ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଫିଟ୍ ରହିବେ । ତା' ସହ ଷ୍ଟ୍ରେଚିଂ ଓ ବ୍ରେଥିଂ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଆଜମା ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଭଲ ।

ଡିମେନସିଆକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାର ନୂଆ ଉପାୟ

ଡିମେନସିଆ ହେଉଛି ଏକ ସ୍ନାୟୁଜନିତ ରୋଗ । ଏହାକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବା ପାଇଁ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ଥିବା ୭ଟି ଜିନିଷର ସମ୍ମିଶ୍ରଣରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି ଆମିନୋ ଏଲପି -୭ । ଜାପାନସ୍ଥିତ ନ୍ୟାଶନାଲ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ ଫର କ୍ୱାଣ୍ଟମ ସାଇନ୍ସ ଆଣ୍ଡ ଟେକ୍ନୋଲୋଜିର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏପରି ନୂଆ ଉପାୟ ଉଦ୍ଭାବନ କରିଛନ୍ତି । ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଣିବାରେ 'ଆମିନୋ ଏଲ୍‌ପି-୭' ସଫଳ ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଆଶା ପ୍ର କଟ କରିଛନ୍ତି । ଆମିନୋ ଏସିଡକୁ ନେଇ ଗଠିତ ପ୍ରୋଟିନର ପରିମାଣ ଶରୀରରେ କମିଗଲେ ନାନା ପ୍ରକାର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖାଯାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରଭାବିତ ହେବା ସହ ଆଲଜିମର୍ସ ରୋଗ ମଧ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ।

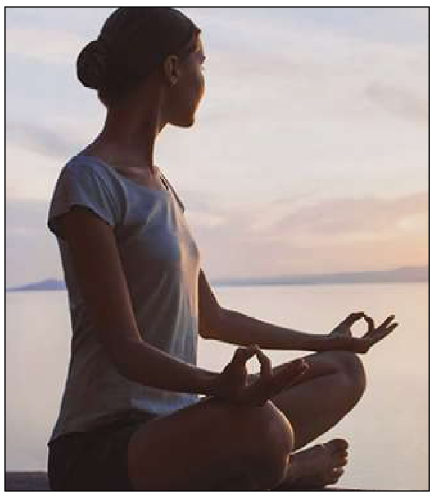
ଶାନ୍ତ ମନରେ ଧାନ ସାଧ୍ୟ ହୁଏ

ଧାନ ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ଥିରତା, ଏକାଗ୍ରତା, ତନ୍ମୟତା । ଧାରଣାର ପ୍ରବାହରେ ଯେବେ ମନର ଲୟ ହେବାରେ ଲାଗେ ଓ ମନ ଯେତେବେଳେ ସେହି ଦିଗରେ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ସେଥିରେ ଲୀନ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ଧାନ କହନ୍ତି । ପତଞ୍ଜଳି କହିଛନ୍ତି- ତତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟୈକେତାନତା ଧାନମ୍ ଅର୍ଥାତ୍ ଯାହା ଆମେ ଧାରଣା କଲେ ତାହା ସହିତ ମନର ତାଦାତ୍ମ୍ୟ ହେଲେ, ସେଥିରେ ମନ ତଦାକାର ହେଲେ, ଧାନ ହେଲା ବୋଲି ବୁଝିନିଅ । ପ୍ରାୟ ମନ ଗୋଟିଏ ବିଷୟରେ ତିଷ୍ଠି ରହେ ନାହିଁ । ତିଷ୍ଠି ରହିବା ତାହାର ସ୍ୱଭାବ ନୁହେଁ । ସେ ଚଞ୍ଚଳ ହୋଇଥାଏ । କ୍ଷଣିକ ପାଇଁ ବି ତାହା କେଉଁଠି ଅଟକେ ନାହିଁ । କେତେବେଳେ କୌଣସି ବିଚାର ମନରେ ଆସେ ତ କେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବିଚାର ଆସେ । କେତେବେଳେ କେଉଁ ଭାବ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତ ଆଉ କେତେବେଳେ ସ୍ମୃତି ଘେରିନିଏ ।

ବିଚାର, ବୃତ୍ତି ଓ ସ୍ମୃତି ଏଗୁଡିକର ଲହରୀ ମନର ସରୋବରରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହି ଲହରୀଗୁଡିକ ଥମିବାର ନାଁ ଧରେ ନାହିଁ । ଆମେ ଶୋଇ ନ ଯିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିଛି ନା କିଛି ଭାବିଥାଉ । ସକାଳୁ ଉଠିବା ପର ଠାରୁ ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବାର ପୂର୍ବ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯଦି ଆମେ ନିଜର ମନକୁ ଦେଖିବା ଅର୍ଥାତ୍ ମନର ଖେଳ ଦେଖିବା ଯେ ଆମେ କ'ଣ ସବୁ କରିଥାଉ ? ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ଯେ ଆମେ କିଛି ନା କିଛି ଭାବିଥାଉ, ସେହି ଭାବିବାର ମଧ୍ୟ ବିବିଧ ରୂପ ଥାଏ ।

କେବେ ଆମ ମନରେ କଳ୍ପନା ଜନ୍ମନିଏ ତ କେବେ କୌଣସି ଇଚ୍ଛା ଜାତ ହୁଏ । କେବେ କୌଣସି ଭାବ ଉଠେ ତ କେବେ କାହା କଥା ମନେପଡେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଅନେକ ପ୍ରକାର ବିଚାର ଓ ଭାବ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥାଏ, ଥମେ ନାହିଁ । ଶୋଇଯିବା ପରେ ଯେ ଏହା ଅଟକିଯାଏ, ଏହା ଆମେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ କହି ପାରିବା ନାହିଁ । କାରଣ ଯଦି ଶୋଇଯିବା ପରେ ଏହା ଥମି ଯାଉଥାନ୍ତା, ତାହେଲେ ସ୍ୱପ୍ନ କାହିଁକି ଆସନ୍ତା ? ମନରେ, ମସ୍ତିଷ୍କରେ କିଛି ନା କିଛି ଚାଲୁଥିବାରୁ ସ୍ୱପ୍ନ ମଧ୍ୟ ଆସେ ଏବଂ ଏହି ସ୍ମୃତି ଆଜିର ନୁହେଁ, ବରଂ ଯେବେ ଠାରୁ ଆମର ହୋସ ଆସିଲା, ଆମେ ହେତୁ ପାଇଲେ ଓ ଜୀବଯାପନ କରିବା ଆରମ୍ଭ କଲେ ସେବେଠାରୁ ଏହା ଲାଗି ରହିଛି ।

ପିଲାମାନେ ତ କେତେ ଥର ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖନ୍ତି ଓ ସ୍ୱପ୍ନକୁ ସତ୍ୟ ମାନି ନିଅନ୍ତି, ଯେପରିକି ସ୍ୱପ୍ନରେ ସେମାନେ ନିଜ ପାଇଁ ଖେଳଣା ସଂଗ୍ରହ କରି ନେଇଥାନ୍ତି । ଆମର ଯାହା ଇଚ୍ଛା ହୋଇଥାଏ, ତାହାର ଆଖପାଖ ବିଷୟକୁ ନେଇ ଆମେ ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖିଥାଉ, ସେଥିପାଇଁ ପିଲାମାନେ ଉଠିବା ପରେ ଖେଳଣା ଖୋଜନ୍ତି ଓ ପଚାରନ୍ତି ମୋ ଖେଳଣା କେଉଁଆଡେ ଗଲା ? ଏବେ ତ ଏଇଠି ରଖିଥିଲି । ସେମାନଙ୍କୁ ଜଣା



ହିଁ ନ ଥାଏ ଯେ ସେମାନେ ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖିଥାନ୍ତି, ଯାହାକି ବାସ୍ତବତା ନୁହେଁ । ଏହିପରି ଆମର ମନ ସହଜରେ କେଉଁଠି ତିଷ୍ଠେ ନାହିଁ । କେଉଁଠି ସ୍ଥିର ରହେ ନାହିଁ । ମନକୁ ସ୍ଥିର କରିବା କଥା ଆମେ ଭାବିଥାଉ ।

ଧାନ କରିବାକୁ ବସିବା ବେଳେ ମନ ଭିତରେ ବଡ଼ ଟଣାଓଟରା ହୋଇଥାଏ । ଅନେକ ଦିଶାରେ ମନ ଟାଣି ହୋଇଯାଏ ଏବଂ କେତେ ଥର ଆମର ଧାନ ଏହି କାରଣରୁ କ୍ଲାନ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଏ । ଆମେ ଥକିଯାଉ, କାରଣ ସାଧାରଣ ସ୍ଥିତିରେ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ଆମେ ମନ ସହିତ ଟଣାଓଟରା କରି ନ ଥାଉ । ମନ ଯାହା କରିବାକୁ ଚାହିଁଥାଏ ତାକୁ କରିବାକୁ ଦେଉ, କିନ୍ତୁ ଧାନ କଲା ବେଳେ ଆମେ ଭାବିଥାଉ ଯେ ଆମେ ଧାନ ଲଗାଇବା ଉଚିତ । ଏଥିରେ ଆମର ଏକାଗ୍ରତା ରହିବା ଦରକାର । ସେହି ବିଷୟ ଉପରେ ଆମେ କେନ୍ଦ୍ରିତ ହେବା ଦରକାର ଏବଂ ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ବଡ଼ ଟଣାଓଟରା କରିଥାଉ । ଏହିପରି ଭାବରେ ଧାନ ଆମ ପାଇଁ ବିଶ୍ରାମ ନୁହେଁ ବରଂ କ୍ଲାନ୍ତି ହୋଇଯାଏ ।

ଆମେ କହି ପାରିବା ଯେ ଧାନ କଥା ତ ଜଣା ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ କିଛି ସମୟ ଆମକୁ ଗଭୀର ନିଦ ଆସି ଯାଇଥିଲେ ବିଶ୍ରାମ ଅବଶ୍ୟ ମିଳିଥାନ୍ତା । ଆମକୁ ସତେଜତା, ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ମିଳିଥାନ୍ତା, କିନ୍ତୁ ଧାନରେ ଏପରି ମିଳିପାରୁ ନାହିଁ, କାରଣ ଧାନରେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବାର ଚେଷ୍ଟାରେ ଆମେ ଥକି ଯାଉଛୁ । କୁହାଯାଏ ଧାନରେ ବଡ଼ ଆନନ୍ଦ ମିଳେ, କିନ୍ତୁ ଏହି ଧାଁ ଦଉଡ଼ରେ, ଏହି କ୍ଲାନ୍ତିରେ ଆନନ୍ଦ ମିଳିବ କିପରି ? କାରଣ ଏପରି ଧାନକୁ କରିବାରେ ଆମେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବାର ଚେଷ୍ଟାରେ ହିଁ ଲାଗି ରହିଥାଉ ।

ସତ କଥା ହେଲା ଧାନ ହିଁ ଏଭଳି ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଏପରି ଏକ ବିଧି, ଯାହା ବିନା କୌଣସି ଚେଷ୍ଟାରେ ପୂରଣ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁଠି ଚେଷ୍ଟା ନାହିଁ, କୌଣସି ଶ୍ରମ ନାହିଁ କେବଳ ବିଶ୍ରାମ ଅଛି ଓ ଯେଉଁଥିରେ କିଛି କରିବାର ନାହିଁ ଯେପରି ଆମେ ଆସନ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରୁ ଏବଂ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ କ୍ରମରେ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଶବାସନ କରିଥାଉ ତ ଆମେ କ'ଣ କରିଥାଉ, କିଛି କରି ନ ଥାଉ । ଶାନ୍ତ, ଶିଥିଳ ହୋଇ ଶୋଇଯାଉ ।

ମନ ଶାନ୍ତ ହେଲେ ତାହା ଧାନରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଆମେ ଶରୀରରେ ତ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଉ, କିନ୍ତୁ ମନରେ ଚେଷ୍ଟା କରି ଚାଲିଥିବାରୁ ବିଶ୍ରାମ ହେଲା କେଉଁଠି ? ଧାନ ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତ, ସେହି କ୍ଷଣ ଅଟେ, ଯେଉଁଥିରେ ଆମକୁ କିଛି ବି କରିବାକୁ ପଡି ନ ଥାଏ । ଶରୀରରେ ନୁହେଁ କି ମନରେ ନୁହେଁ । ଏଥିରେ କୌଣସି ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହୋଇ ନ ଥାଏ । କେବଳ ଭାବର ଗଭୀରତାରେ ସମ୍ମିଳିତ ହୋଇଯିବାକୁ ପଡ଼େ, ବୁଡ଼ ପକାଇବାକୁ ହୁଏ, ସେଥିପାଇଁ ଧାନକୁ ଆମେ ମନର ସ୍ନାନ ବି କହି ପାରିବା ।

ମନର ସରୋବରରେ ବୁଡ଼ ପକାଇବା, ପୂରାପୁରି ବୁଡ଼ିଯିବା ଧାନ ଅଟେ । ଯଦି ଆମେ ଧାନ କରିବା ଓ ଆମର ଧାନ ଲାଗିବ ତ ଆଶ୍ରମ ବିଶ୍ରାମ ମିଳିବ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଶରୀର ଓ ମନକୁ ଏକ ନୂତନ ଜୀବନ, ଏକ ନୂଆ ଉତ୍ସାହ, ଏକ ନୂଆ ଉଲ୍ଲାସ, ଏକ ନୂଆ ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି, ଏକ ନୂଆ ଶକ୍ତି, ଏକ ନୂଆ ଉର୍ଜା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ, କାରଣ ସାରା ଦିନର ଉତ୍ଥାନ ପତନରେ ଆମେ ନିଜର ସମସ୍ତ ଉର୍ଜା ହରାଇ ଦେଇଥାଉ ଏବଂ ଧାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ପୁନଶ୍ଚ ନିଜର ହରାଇଥିବା ଉର୍ଜାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଉ ଓ ତାହାର ସଂଗ୍ରହ କରିପାରୁ ।

ଆମକୁ ନିଦର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି କାହିଁକି ? ସତ କହିବାକୁ ଗଲେ ନିଦ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଧାନ ହିଁ ଅଟେ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଶରୀର ଓ ମନକୁ ଶିଥିଳ କରିଦେଉ, ଛାଡିଦେଉ ଓ ଶୋଇଯାଉ ତ ମନ ସହଜ ରୂପେ ଧାନର ଅବସ୍ଥାକୁ ଚାଲିଯାଏ । ଯେହେତୁ ଶୋଇବା ସମୟରେ ଆମେ ଅଚେତନରେ ପ୍ରବେଶ କରିଯାଉ, ଆମେ ଜାଗ୍ରତ ରହି ନ ଥାଉ, ସେଥିପାଇଁ ଆମକୁ ଏହି ଧାନରେ ପ୍ରବେଶର ଅନୁଭବ ହୁଏ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସତେଜତା, ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ଓ ଶକ୍ତି ରୂପେ ଏହାର ପ୍ରତିଫଳ ଆମକୁ ମିଳିଥାଏ । ଆଜିକାଲିର ସ୍ଥିତିରେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ ଏହି ସହଜ ଧାନର ଲାଭ ହିଁ ମିଳିପାରୁ ନାହିଁ, କାରଣ ଆଜିକାଲି ନିଦ ବି ମୁସ୍କିଲ ହୋଇ ଗଲାଣି । ମୁସ୍କିଲ ଏଥିପାଇଁ ଯେ ଲୋକମାନେ ନିଦ ନ ଆସିବାର ଅଭିଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି ।

ନିଦ ଆସୁ ନାହିଁ, କାରଣ ସେମାନଙ୍କୁ ଚିନ୍ତା ଘେରି ରହିଥାଏ ଓ ମଜା କଥା ହେଲା ନିଦ ବି ଆଜିକାଲି କ୍ଲାନ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଗଲାଣି । ସେଥିରେ ବି ସେଇ ଟଣାଓଟରା ଲାଗିଥାଏ । ସକାଳେ ଏହା କରିବା, ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ତାହା କରିବା, ଦିନ ସାରା ଏହି ବିଚାର ଘେରି ରହିଥାଏ ଏବଂ ସତ କଥା ହେଲା ଏହି ବିଚାର ଆମକୁ ବହୁତ କ୍ଲାନ୍ତ କରିଥାଏ ।

ଆପଣ ଦେଖନ୍ତୁ ଯାହାଙ୍କର ଡିପ୍ରେସନ ଥାଏ, ସେମାନଙ୍କ ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେମାନଙ୍କର ବି ବିଚାରଗୁଡିକର ପ୍ରବାହ ଆସିଥାଏ । କେତେ ଥର କ୍ୱଚିତ୍ ଆସିଥାଏ ତ ଆଉ କେତେ ଥର ଅନାୟାସ ଆସି ଯାଉଥାଏ । କ୍ୱଚିତର ଅର୍ଥ ବିଚାରର ଏକ ପ୍ରବାହ କେବେ ସକାଳେ ଆସେ ତ କେବେ ଏକ ପ୍ରବାହ ଦିପହରରେ ଆସେ ଏବଂ ପୁଣି କେବେ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଆସେ । କାହାକୁ କାହାକୁ ଋତୁ ଅନୁରୂପ ଡିପ୍ରେସନ ହୋଇଥାଏ । ଶୀତ ଯାଉଥିବା ଓ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଆସିବାର ଥିବ ତ ଡିପ୍ରେସନ ହୋଇଯାଏ । ଶୀତ ଆସିବାର ଥିଲେ ଡିପ୍ରେସନ । ଅନେକ ବିଚିତ୍ର ପ୍ରକାର ଡିପ୍ରେସନ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ଏବଂ ଏସବୁର କାରଣ ହେଉଛି ଆମେ ବିଚାରଗୁଡିକରେ ଘେରି ରହିଥାଉ ଓ ସେଗୁଡିକର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ଲାଗି ରହିଥାଉ । ଆମକୁ ଚିନ୍ତା ଘେରି ରହିଥାଏ ।

ଏହିପରି ମନୋଭାବ ହିଁ ଆମ ପାଇଁ କେତେ ଥର ମନୋରୋଗ ହୋଇଯାଏ । ଆମର ଅସୁରକ୍ଷା, ଅନିଶ୍ଚିତତା, ଭୟ ଓ ଚିନ୍ତା ଏସବୁ ଆମର ମନ ଉପରେ ବୋଝ ହୋଇଥାଏ । ସବୁରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଶାନ୍ତ ମନରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ହିଁ ଧାନର ସରୋବରରେ ସ୍ନାନ ଅଟେ ଏବଂ ଏହି ଶାନ୍ତ ମନରେ ଆମେ ଯେତିକି ସମୟ ସ୍ଥିର ରହିଥାଉ, ସେତିକି ସମୟ ଆମର ଧାନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଧାନ ପ୍ରାପ୍ତିର ଅଭ୍ୟାସ ଆମେ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ସ୍ତ୍ରୀ : ତୁମେ କେଉଁଠି ଅଛ ?
ସ୍ୱାମୀ : ଅଫିସ୍‌ରେ ଅଛି । କ'ଣ ହେଲା କି ?
ସ୍ତ୍ରୀ : ଆମ ଚାକରାଣୀ କାହା ସହିତ ପଳେଇଛି ତ ସେଥିପାଇଁ ପଚାରୁଥିଲି ।

× × × ×

ମୋନୁ : ଆଜି ମୁଁ ଘରେ ବେହୋସ ହୋଇଗଲି ।
ସୋନୁ : କ'ଣ ହେଲା ?
ମୋନୁ : ଘରେ ପୁରୁଣା କାଗଜପତ୍ର ଦେଖୁଥିଲି । ଆଉ ସ୍ତ୍ରୀର ଦଶମ ଶ୍ରେଣୀର ରିପୋର୍ଟ କାର୍ଡ ପାଇଲି ।
ସୋନୁ : ଏଥିରେ ବେହୋସ କେମିତି ହେଲୁ ?
ମୋନୁ : ରିପୋର୍ଟ କାର୍ଡ ତଳେ ଲେଖାଥିଲା ମିଷ୍ଟଭାଷୀ ଓ ଶାନ୍ତିପ୍ରିୟ ଛାତ୍ରୀ ।

× × ×

ରିନା : ତୁମ ସ୍ୱାମୀ କେଉଁ ଫିଲ୍ଡରେ କାମ କରନ୍ତି ?
ମୀନା : ଅଏଲ ଆଣ୍ଡ ଗ୍ୟାସ୍ ।
ରିନା : ବାଃ, ତାଙ୍କର ପୋଷ୍ଟିଙ୍ଗ କେଉଁଠି ?
ମୀନା : ରୋଷେଇ ଘରେ ।

× × × ×

ପପୁ : ତୁ ଏତେ ବ୍ୟସ୍ତ କ'ଣ ପାଇ ଦେଖାଯାଉଛୁ ?
ଗପୁ : ଆଜି ରାଶିଫଳରେ ଲେଖାଥିଲା ଆର ବର୍ଷ ସନ୍ତାନ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତି ହେବ ।
ପପୁ : ଏଥିରେ ବ୍ୟସ୍ତ ହେବାର କ'ଣ ଅଛି ?
ଗପୁ : ମୋର ତ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାହାଘର ହୋଇନି ।

× × × × × ×

ସରୋଜଙ୍କ ପଡୋଶୀଙ୍କ ନାମ ଭଗବାନ ଓ ତାଙ୍କ ଝିଅ ନାମ ଭକ୍ତି ।
ମମି କହିଲେ ପୁଅ ତୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଭକ୍ତି ସହ ନିଜ ମନକୁ ଲଗାଇ ଦେ ତତେ ସବୁ ମିଳିଯିବ ।
ସରୋଜ : ଏବେ ମମିଙ୍କୁ କେମିତି ବୁଝାଇବି କି ଭକ୍ତିଠାରେ ତ ମନ ଲଗାଇ ରଖିଛି, ହେଲେ ଭଗବାନ କିଛି ବି ଶୁଣୁ ନାହାନ୍ତି ।

× × × × × ×

ବିବାହ ଦିନ ରାତିରେ ରାମୁ ଭାବି ପାରୁ ନ ଥିଲା ତା' ନବବିବାହିତା ପତ୍ନୀଙ୍କ ସହିତ କ'ଣ କଥା ହେବ ।
କିଛି ସମୟ ପରେ ଡରି ଡରି କହିଲା ଏଇଟି ଶୁଣୁଛ, ତୁମେ ଘରେ କହିକି ଆସିଛ ତ ଆଜି ରାତିରେ ତୁମକୁ ଏଇଠି ରହିବାକୁ ପଡିବ ବୋଲି ।

× × × × × ×

ପପୁ ଛିଡ଼ା ହୋଇ କାନ ଭିତରେ ବାଇକର ଚାବି ପୁରାଇ ଘୁରାଉଥିଲା ।
ପିଙ୍କୁ ଆସି କହିଲା, ଭାଇ ଯଦି ଶୀଘ୍ର ଷ୍ଟାର୍ଟ ନ ହୋଇ ପାରୁଛି ଏବେ କହ ନା ମୁଁ ତୋ ପଛରୁ ଏକ ଧକ୍କା ଦେବି କି ?

ବର୍ଷ ୨୫, ସଂଖ୍ୟା-୪୧, ୧୪ - ୨୦ ନଭେମ୍ବର ୨୦୨୧

ଗାଁକୁ ଫେରିବାର ବେଳ

କରୋନା ମହାମାରୀ ଆମଠାରୁ ଅନେକ କିଛି ଛଡ଼େଇ ନେଇଥିବା ବେଳେ ଆମକୁ ଏକ ବଡ଼ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଯାଇଛି । ତାହା ହେଉଛି ବିକାଶର ଗାଡ଼ିର ଦିଗକୁ ଏବେ ବଦଳେଇବାର ସମୟ ଆସିଛି । ଗାଁକୁ ସହରୀକରଣ କରିବାର ଯେଉଁ ବିକାଶର ଧାରା ଆମେ ଆପଣେଇଛୁ ସେହି ଧାରାକୁ ପରଖିନେବାର ସମୟ ଆସିଯାଇଛି ବୋଲି ମହାମାରୀ ଚେତେଇ ଦେଇଛି ।

ମହାମାରୀ ସମୟରେ ହୋଇଥିବା ଲକ୍ ଡାଉନରେ ଆମେ ଦେଖିଲେ ଯେ, ଯେଉଁ ଶ୍ରମିକମାନେ ସହରରେ ରହି ସହରକୁ ନିର୍ମାଣ କଲେ, ସହରର ରାସ୍ତାଘାଟ, କୋଠାବାଡ଼ି ତିଆରି କଲେ, କରୋନା ସମୟରେ ସେହି ସହର ସେମାନଙ୍କୁ ଆଶ୍ରୟ ଦେଇ ପାରିଲା ନାହିଁ । ବିପଦ ସମୟରେ ସହର ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କୁ ଖାଇବାକୁ ଦେଇ ପାରିଲା ନାହିଁ । ସେମାନେ ଭୋକ ଉପାସରେ ରହିବାକୁ ବାଧ ହେଲେ । ବାଧ ହୋଇ କୌଣସି ପରିବହନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନ ଥାଇ ମଧ ଚାଲି ଚାଲି ଗାଁ ମୁହାଁ ହେଲେ । ଯଦି ଗାଁ ନ ଥାନ୍ତା, ତେବେ ସେମାନେ ଯାଇଥାନ୍ତେ କୁଆଡ଼େ ? ଖାଇଥାନ୍ତେ କ'ଣ ? ବଞ୍ଚିଥାନ୍ତେ କିପରି ? ଗୋଟିଏ କଥା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଗଲା ଯେ, ସହର ଯେତେ ଚାକଚକ୍ୟ ଭରା ହୋଇଥାଉନା କାହିଁକି, ଗାଁ ହିଁ ହେଉଛି ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବାର ମୁଖ୍ୟ ଆଧାର । ଗାଁ ବିନା ଆମ ଦେଶର କୋଟି କୋଟି ସାଧାରଣ ଲୋକ ଜୀବନଧାରଣ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । କରୋନା ସମୟରେ ଏକଥା ପୁଣି ଥରେ ପ୍ରମାଣ ହୋଇଗଲା ।

ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ଭାଷାରେ ଗାଁ ଭାରତର ପ୍ରାଣ । ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଗାଁରେ ହିଁ ଭାରତର ଆତ୍ମା ଅଛି । ଗାଁରେ ଯେପରି ପରସ୍ପରଙ୍କ ମଧରେ ଭାଇଚାରାର ସମ୍ପର୍କ ଥାଏ ସହରରେ ସେପରି ନ ଥାଏ । ଏପରି କି ଦୁଇଟି ପାଖାପାଖି ଘରର ଲୋକମାନେ ମଧ ପରସ୍ପରକୁ ଜାଣି ନ ଥାନ୍ତି । ଗାଁର ଲୋକମାନେ ଏକ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ରଜ୍ଜୁରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇଥାନ୍ତି । ପରସ୍ପରଙ୍କ ସୁଖ ଦୁଃଖରେ ସମସ୍ତେ ଠିଆ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସମସ୍ତେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗ କରି ଜୀବନ ବଞ୍ଚନ୍ତି । ସେଇଥିପାଇଁ ତ ଲକଡାଉନ ସମୟରେ ଗାଡ଼ି ଘୋଡ଼ା ନ ଥାଇ ଲୋକମାନେ ଜୀବନକୁ ବାଜି ଲଗେଇ ଗାଁକୁ ଫେରିଲେ । ହଜାର ହଜାର ଶ୍ରମିକ ଚାଲି ଚାଲି ଗାଁକୁ ଫେରିଲେ । ସାଇକେଲରେ ଫେରିଲେ । ହଠାତ୍ ଲକ ଡାଉନ ଘୋଷଣା ହୋଇଯିବାରୁ କମ୍ପାନୀ ସବୁ ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲା । ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କୁ କାମ ମିଳିଲା ନାହିଁ । ପାଖରେ ପଇସା ନାହିଁ । ଖାଇବାକୁ ଖାଦ୍ୟ ବି ନାହିଁ । କମ୍ପାନୀ ଦରମା ବି ଦେବା ବନ୍ଦ କରିଦେଲା । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଏକମାତ୍ର ବିକଳ୍ପ ଓ ବଞ୍ଚିବାର ରାହା ଥିଲା ଗାଁ । କାରଣ ସେମାନେ ଜାଣିଥିଲେ, ସେମାନେ ଗାଁ ଠାରୁ ଯେତେ ଦୂରରେ ରହିଲେ ବି ସେମାନଙ୍କର ଗୋଟେ ଗାଁ ଅଛି । ଯେଉଁଠି ତାଙ୍କର ଆତ୍ମୀୟମାନେ ଅଛନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନେ ଅନେକ ବିପଦ ମୁଣ୍ଡେଇ ଗଣ୍ଠିଲି ବାନ୍ଧି ଗାଁ ଦିଗରେ ମୁହାଁଇଲେ । ସମସ୍ତେ ମନେ ମନେ ନିଶ୍ଚୟ ଥିଲେ ଯେ, ଗାଁରେ ହିଁ ସେମାନେ ଶାନ୍ତିରେ ରହିପାରିବେ । ମହାମାରୀ ଯେତେ ବି ମାରାତ୍ମକ ହେଉ ଗାଁ ଥିଲେ କିଛି ଅସୁବିଧା ହେବ ନାହିଁ । ସେଇଥିପାଇଁ ତ ଲୋକମାନେ ହଜାର ହଜାର କିଲୋମିଟର ଚାଲି ଚାଲି ଗାଁକୁ ଫେରିଲେ ।

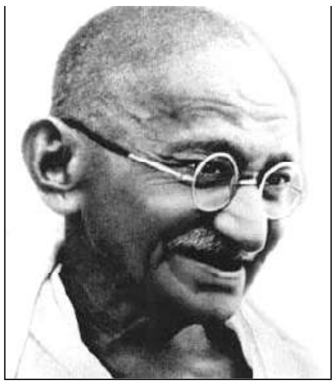
ବେରଜାମ୍ ପାହାଡ଼ିଆ ନାମକ ଜଣେ ୫୪ ବର୍ଷୀୟ ଶ୍ରମିକ ଦୀର୍ଘ ୧୨୦୦ କିଲୋମିଟର ଚାଲି ଚାଲି ଦିଲ୍ଲୀରୁ ନିଜ ଗାଁ ଝାଡ଼ଖଣ୍ଡରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ତାଙ୍କୁ ମାସାଧିକ କାଳ ଚାଲିବାକୁ ପଡ଼ିଲା । କାରଣ ସମସ୍ତଙ୍କ ମନରେ ଗୋଟିଏ ଆଶା ଥିଲା, ଆମ ଗାଁରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଆମେ ବଞ୍ଚିଯିବୁ ।

ଗାଁରେ ଚାଷବାସ ଅଛି । ଯେତେ ବି ଦରଦାମ୍ ବୃଦ୍ଧି ହେଉ କି ଲକଡାଉନ୍ ଲମ୍ବା ହୋଇ ବଜାର ଘାଟ ବନ୍ଦ ହେଉ, ଗାଁ ଲୋକମାନେ ଉପାସରେ ରହିବେନି । କାରଣ ଗାଁରେ ହିଁ ସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଦ୍ରବ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ହେଉଛି । ଗାଁରେ ନଦୀ ଅଛି । ଜମିରେ ଫସଲ ଅଛି । ଏପରି କି ପଡ଼ିଆ ଜମିରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଶାଗ ଅଛି । ଗାଁରେ ଜଙ୍ଗଲ ଅଛି, ଜଙ୍ଗଲରେ ଭଳିକି ଭଳି ଫଳ ଅଛି, କନ୍ଦା ଅଛି, ଛତୁ ଅଛି, ଶାଗ ଅଛି । ଗାଁ କେବେ ବି ଉପାସରେ ରହିବ ନାହିଁ । ଏତଦବ୍ୟତୀତ ଗାଁର ଭାଇଚାରାର ସଂସ୍କୃତି ନିଆରା । ଗାଁ ଲୋକମାନେ ଦାଦି, ଖୁଡୀ, ମଉସା, ମାଉସୀ, ପିଉସା, ପିଉସୀ, ମାମୁଁ, ମାଇଁ ପ୍ରମୁଖ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସମ୍ପର୍କ ଡୋରିରେ ବନ୍ଧା ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏପରି କି ନିଜର ନିକଟ ସମ୍ପର୍କୀୟ ନ ହୋଇଥିଲେ ମଧ ଲୋକମାନଙ୍କର ପରସ୍ପର ମଧରେ ଏକ ସମ୍ପର୍କ ଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପର୍ବପର୍ବାଣିକୁ ସମସ୍ତେ ମିଳିମିଶି ପାଳନ କରିଥାନ୍ତି । ଏପରି କି ଗାଁରେ ଜଣକ ଘରେ ଖାଦ୍ୟ ନ ଥିଲେ, ଅନ୍ୟମାନେ ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗ କରିବାକୁ ଆଗେଇ ଆସିଥାନ୍ତି । ଗାଁରେ ଭୋକରେ ମରିବାର ଘଟଣା ବିରଳ । ଯଦି ଗାଁର ଅନ୍ୟ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଖାଦ୍ୟ ନ ଥାଏ ତେବେ ପରିସ୍ଥିତି ଅଲଗା ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଖାଦ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ ଥାଏ, ତେବେ ସେମାନେ ଭୋକିଲାକୁ ନିଶ୍ଚୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ଏହା ଗାଁର ସଂସ୍କୃତି ।

ଆମ ଦେଶର ଗାଁକୁ ଦୂରରୁ ଦେଖିଲେ ଏକ ପରିବାର ପରି ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଏବେ ଦଳୀୟ ରାଜନୀତି ଯୋଗୁଁ ଗାଁର ସେ ପୁରୁଣା ସଭ୍ୟତା ଓ ସଂସ୍କୃତି ଧୀରେ ଧୀରେ ଭାଙ୍ଗିବାରେ ଲାଗୁଛି । ଏପରି କି କିଛି ନ୍ୟସ୍ତ ସ୍ୱାର୍ଥ ଜାଣି ଜାଣି ଗାଁକୁ ଭାଙ୍ଗିବାର କାମ କରୁଛନ୍ତି । ତଥାପି ଆଜି ଯେତିକି ବି ଗାଁ ବଞ୍ଚିଛି, ସେଥିରେ ଆମେ ଛିନ୍ନମୂଳ ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଦିଗ ଦେଇ ଏକ ସୁସ୍ଥ, ନିରାମୟ ଓ ସଂସ୍କୃତିସମ୍ପନ୍ନ ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଉପାଦାନ ଅଛି । ଗାଁରେ ସମ୍ପର୍କ ଲୋକମାନଙ୍କର ହୃଦୟରେ ଥାଏ । ଗାଁରେ ଗୋଟେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମାଜିକ ଜୀବନ ଅଛି, ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ପାଇଁ କାମ୍ୟ ।

ସହର ଅପେକ୍ଷା ଗାଁ ଗୁଡିକ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସ୍ୱାବଲମ୍ବନଶୀଳ । ଲକଡାଉନ ସମୟରେ ଆମେ ଦେଖିଲେ ଯେ, ସହରର ଲୋକମାନେ ଯେପରି ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ, ଗାଁ ଲୋକମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଭଲ ସ୍ଥିତିରେ ରହିଲେ । କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ସେମାନଙ୍କର ନିତ୍ୟ ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ରବ୍ୟ ଓ ଖାଦ୍ୟ ସବୁ ଉପଲବ୍ଧ ଥିଲା । ଖାଦ୍ୟ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକୀୟ ସାମଗ୍ରୀ ପାଇଁ ଗାଁ ସହର ପରି ଅନ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ନୁହେଁ । ଆଦିବାସୀ ଗାଁ ଗୁଡିକ ଯାହା ଅନ୍ୟ ଗାଁଗୁଡିକ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସ୍ୱାବଲମ୍ବନଶୀଳ, ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ଲକଡାଉନର କିଛି ବି ପ୍ରଭାବ ପଡିଲା ନାହିଁ । ଏଥିରୁ ଗୋଟିଏ କଥା ବୁଝିହେଲା ଯେ, ବିପତ୍ତି ସମୟରେ ଆମ ବିକାଶ ଯେତିକି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମନେହେଲା ନାହିଁ ତା' ଠାରୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମନେହେଲା ଆମ ସ୍ୱାବଲମ୍ବନଶୀଳ । ସେଇଥିପାଇଁ ତ ଆଦିବାସୀ ଗାଁ ଗୁଡିକ ଉପରେ ଲକଡାଉନ କି ଶଟଡାଉନର କିଛି ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଲା ନାହିଁ । ତେଣୁ କରୋନା ଭଳି ବିପତ୍ତି ହେଉ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବିପତ୍ତି ହେଉ ସହର ଅପେକ୍ଷା ଗାଁ ହିଁ ଅଧିକ ସଫଳତାର ସହିତ ତାକୁ ସାମନା କରିପାରିବ ବୋଲି ଆଜିର ପରିସ୍ଥିତିରୁ ବୁଝାପଡୁଛି ।

କରୋନା ଆଜି ପୁଣି ଥରେ ଶିଖେଇ ଦେଲା ଆମକୁ ଗାଁକୁ ଫେରିବାକୁ ହେବ । ଆଜି ସମୟ ଆସିଛି, ଜଗତୀକରଣ ସହିତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜିନିଷର ସ୍ଥାନୀୟକରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଜଗତୀକରଣ ଆଜି ପୁରୁଣା ହୋଇଗଲାଣି । ସ୍ଥାନୀୟକରଣ ହିଁ ଆଜି ଏକମାତ୍ର ସମାଧାନ । କରୋନା ଏହି କଥାକୁ ଆଜି ଆମ ସାମନାରେ ଉଜାଗର କରିଛି । ସ୍ଥାନୀୟ ବା ଆଞ୍ଚଳିକ ସ୍ତରରେ ଉତ୍ପାଦନ ଉପରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବାକୁ ହେବ । ସେହିପରି ସ୍ଥାନୀୟ ସ୍ତରରେ କ୍ରୟ ବିକ୍ରୟ ହିଁ ଲୋକମାନଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ସ୍ଥିତିକୁ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ଭାବେ ସବଳ କରିପାରିବ । ଯାହା ଫଳରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଅର୍ଥନୀତି ମହଜୁତ ହେବ । ସ୍ଥାନୀୟ ଅର୍ଥନୀତି ମଜଭୁତ ହେଲେ ଯେକୌଣସି ପ୍ରାକୃତିକ ବା ମନୁଷ୍ୟକୃତ ବିପର୍ଯ୍ୟୟକୁ ସାମନା କରିବାର ଶକ୍ତି ଆସିବ । ଆଞ୍ଚଳିକ ସ୍ତରରେ ରୋଜଗାରର ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି ଉପରେ ବି ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବାକୁ ହେବ । ସ୍ଥାନୀୟ ରୋଜଗାର ବଢ଼ିଲେ ସମାଜ ସମୃଦ୍ଧ ହୋଇପାରିବ ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମୟରେ ଆମେ ହଠାତ୍ ଅସହାୟ ହୋଇପଡ଼ିବା ନାହିଁ ।



ଗୋଜାତି

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

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

ହିନ୍ଦୁର ଧର୍ମ ଗୋଜାତିର ରକ୍ଷାକୁ ନିୟମ ବୋଲି ମାନିଛି, ମାତ୍ର ତା' ବୋଲି ଜଣେ ଅଣହିନ୍ଦୁ ପ୍ରତି ହିଂସା ଆଚରଣକରି ଗୋଜାତିର ରକ୍ଷା କରିବାକୁ କଦାପି ଧର୍ମ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଆଇନଦ୍ୱାରା ଗୋହତ୍ୟାକୁ ବନ୍ଦ କରାଇ ଏକ ମୁସଲମାନ ସଂଖ୍ୟାଲଘିଷ୍ଠତା ଉପରେ ସେହି ଆଇନକୁ ନେଇ ଲଦିଦେବା ଏକ ହିନ୍ଦୁ ବହୁସଂଖ୍ୟକତା ପକ୍ଷରେ ଅବିଜ୍ଞ ଓ ଅନୁଚିତ କାର୍ଯ୍ୟ ହେବ ।

ହିନ୍ଦୁ ଏବଂ ମୁସଲମାନ ଉଭୟେ ହିନ୍ଦି ଓ ଉର୍ଦ୍ଦୁ ଉଭୟ ଲିପିକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ନିଅନ୍ତୁ ବୋଲି ମୁଁ ଯେଉଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଛି, ତାହା ହେଉଛି ଏକ ଐକିକ ପଦ୍ଧତି । ସରକାରୀ ବିଭାଗମାନଙ୍କରେ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତାର ଭାବକୁ ନେଇ ପ୍ରବେଶ କରାଇବା ଯେକୌଣସି ଭଲ ସରକାର ନିମନ୍ତେ ଆତ୍ମଘାତକ ହେବ । ସଂଖ୍ୟାଲଘୁ ସମ୍ପ୍ରଦାୟଗୁଡିକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତମ ନ୍ୟାୟ ଅବଶ୍ୟ ମିଳେ । କେବେ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ଓ ଯୋଗ୍ୟତାର ହିଁ ବିଚାର କରାଯିବ । ଯଦି ଆମେ ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଏକ ନମନୀୟ ଏବଂ ଉଦାର ମନୋଭାବ ପୋଷଣ କରି ପାରିବା ତେବେଯାଇ ଆମର ଅଭିଳଷିତ ଏକତା ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇ ପାରିବ । କେବଳ ସହନଶୀଳତା ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଉତ୍ତମ ପ୍ରତିବେଶୀ ତଥା ବନ୍ଧୁରୂପେ ବାସ କରିବା ଲାଗି ସମର୍ଥ କରି ପାରିବ । ଜାତୀୟତା ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତା ଠାରୁ ବଡ଼ । ସେହି ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଦେଖିଲେ, ଆମେ ହେଉଛୁ ସବାଆଗେ ଭାରତୀୟ । ତା' ପରେ ଯାଇ ହିନ୍ଦୁ, ମୁସଲମାନ, ପାର୍ସୀ, କିମ୍ବା ଖ୍ରୀଷ୍ଟିଆନ ।

ରାଷ୍ଟ୍ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଧର୍ମନିରପେକ୍ଷ ହେବାକୁ ବାଧ ହେବ । ଏହିପରି ଭାବରେ ସବୁ ନାଗରିକ ଆଇନ ଚକ୍ଷୁରେ ସମାନ ହୋଇ ରହିବେ । ମାତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଧାରଣ ଆଇନର ଭଙ୍ଗ ନ କରୁଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅବାଧ ଭାବରେ କୌଣସି ଏକ ଧର୍ମ ଅନୁସରଣ କରିବା ଲାଗି ସ୍ୱାଧୀନତା ଲାଭ କରିଥିବ ।

ଅବସାଦ ଦୂର କରେ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟ

ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ଓ ମଜଭୂତ ରଖିବାରେ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଗ୍ଲିନିଆସିସ୍ ଗ୍ଲୋବାଲ ହସ୍ପିଟାଲ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା ଏକ ସଦ୍ୟତମ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ସୁଷମ ତଥା ଭିଟାମିନ୍ ବିହୀନ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଆମେ ଅବସାଦର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ଅବସାଦର ଶିକାର ହେବା ପରେ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ମେଦବହୁଳତା ପରି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ତେବେ ଅବସାଦ ଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରେଇ ରଖିବା ପାଇଁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ସନ୍ତୁଳିତ ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ଧାନ ଦେବା ଦରକାର । ଅବସାଦ ଠାରୁ ନିଜକୁ କେତେକାଂଶରେ ଦୂରେଇ ରଖିବା ପାଇଁ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଓମେଗା ୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଏବଂ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ ।

ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀର

କଞ୍ଚା ରସୁଣ ଖାଇବାକୁ ସବୁ ଲୋକେ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି ନାହିଁ। ଯେତେବେଳେ କ୍ଷୀର ସହ ରସୁଣ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼େ ତାହା ଆହୁରି ସ୍ୱାଦହୀନ ହୋଇପଡ଼େ। କିନ୍ତୁ ଏହି ସ୍ୱାଦହୀନ ପାନୀୟର ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ରସୁଣର ଭୂମିକା ଖୁବ୍ ଗୁରୁତ୍ୱ ପୂର୍ଣ୍ଣ।

ଶ୍ୱାସ ଓ ନିମୋନିଆ: ଶ୍ୱାସ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ପ୍ରତିଦିନ ତିନିରୁ ଚାରି କୋଲା ରସୁଣ ଚୋବାଇ ଖାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ନିମୋନିଆ ଲକ୍ଷଣ ଆରମ୍ଭ ହେଉଥିଲେ କ୍ଷୀରରେ ରସୁଣ ସିଝାଇ ଦିନକୁ ଦୁଇରୁ ତିନିଥର ପିଅନ୍ତୁ।

ହୃଦ୍ ସମସ୍ୟା: ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲମାତ୍ରା ବଢ଼ିଲେ ହୃଦଜନିତ ସମସ୍ୟା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ। ଧମନୀରେ ରକ୍ତ ସୁଚାରୁ ରୂପେ ସଞ୍ଚାଳନ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ। ତେବେ ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ମାତ୍ରା କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀର ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ।

ଜଣ୍ଡିସ୍: ଶରୀରରେ ଟକ୍ସିନର ମାତ୍ରା ବଢ଼ିଲେ କଲିଜା ଜଳିବା ପରି ଅନୁଭବ ହୁଏ ଏବଂ ଜଣ୍ଡିସ୍ ପରି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ। ତେବେ ଏପରି କିଛି ଲକ୍ଷଣ ଅନୁଭବ କଲେ ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀର ପିଇବାରେ ଜମା ବି ହେଳା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହା ଶରୀରରୁ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଦୂର କରେ।

ଆର୍ଥରାଇଟଇସ୍: ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଜନିତ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅର୍ଥାତ୍ ଅର୍ଥାଇଟିସ୍ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଔଷଧ ଅପେକ୍ଷା ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀର ତୁରନ୍ତ କାମ କରେ।

ଇନ୍ସୋମିନିଆ: ଇନ୍ସୋମିନିଆ ଅର୍ଥାତ ଅନିଦ୍ରା ପରି ସମସ୍ୟାର ସାମ୍ନା କରୁଥିଲେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଏକ ଗ୍ଲାସ ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀର ପିଅନ୍ତୁ। ଅଳ୍ପ କିଛିଦିନର ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ଆପଣଙ୍କୁ ଦେବ ସୁନିଦ୍ରା।

କଫ: ଯଦି କଫ ଜମି କାଶ ହେଉଛି ତେବେ ଏକ ଗ୍ଲାସ ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀରରେ ଟିକେ ହଳଦୀ ପକାଇ ଫୁଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଓ ଗରମ ଗରମ ପିଅନ୍ତୁ ଦେଖିବେ ଏହା କଫ୍ ସିରପ ଠାରୁ ମଧ ଶୀଘ୍ର ଆରାମ ଦେବ।

ପେଟ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ: ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହେଉ ନଥିଲେ ଏକ ଗ୍ଲାସ ଉଷୁମ ରସୁଣ ଓ କ୍ଷୀର ପିଇବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ। ହଜମ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ସହ ଶରୀରର ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ ବଢ଼ାଏ।

ଅର୍ଶ ରୋଗ ପାଇଁ ମୂଳା

ଯେଉଁଭଳି ଅର୍ଶ ହେଉ ପଛେ ମୂଳା ରସ ୬୦ ମି.ଲି.କୁ ଛାଣି ସକାଳେ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ୨ ଥର ଜୁସ୍ ତିଆରି କରି ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପିଇବ ଏବଂ ମୂଳାକୁ ଶୁଖାଇ କପଡ଼ାରେ ପୁଟୁଳି କରି ବାନ୍ଧି ଗରମ କରି ମଳଦ୍ୱାରରେ ସେକ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ପୀଡ଼ା ଶାନ୍ତ ହେବ। ରୋଗ ପୁରୁଣା ହୋଇଥିଲେ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହ ଏ ପ୍ରୟୋଗ କିଛି ଦିନ କଲେ ଚିରଦିନ ପାଇଁ ଅର୍ଶ ଭଲ ହୋଇଯାଏ।

କଖାରୁର ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ଅନେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ କଖାରୁ ଖାଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି ନାହିଁ। ଆଉ କିଛି ଲୋକ କଖାରୁକୁ ଅତି ସାଧାରଣ ପରିବା ବୋଲି ଭାବନ୍ତି। କିଛି ଲୋକଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଏହାର ସେମିତି କିଛି ଉପକାରୀ ଗୁଣ ନାହିଁ। ମାତ୍ର ଜାଣନ୍ତି କି ହେୟ ଭାବୁଥିବା ଏହି ପରିବାଟିର ଉପକାରିତା ଅନେକ।

➪ କଖାରୁରେ ଅତି ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର କ୍ୟାଲୋରି ଥାଏ। ୧୦୦ ଗ୍ରାମ୍ କଖାରୁରେ ମାତ୍ର ୨୬ ଗ୍ରାମ୍ କ୍ୟାଲୋରୀ ଥାଏ। ଏଥିରେ କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ ଏବଂ ସ୍ୟାଚୁରେଟେଡ୍ ଫ୍ୟାଟ୍ ଆଦୌ ନ ଥାଏ।

➪ କଖାରୁରେ ଫାଇବର୍ ବା ତନ୍ତୁର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଯାହା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ।

➪ କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଏବଂ ଓଜନ ହ୍ରାସ ପାଇଁ ଡାଏଟିସିଆନ୍‌ମାନେ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଏହାକୁ ସାମିଲ୍ କରିବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି।

➪ କଖାରୁରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଓ ଭିଟାମିନ୍ସ ଭରି ରହିଛି।

➪ କଖାରୁରେ ଅଛି ଉପକାରୀ ପଲି ଫେନୋଲିକ୍ ଫ୍ଲାଭନଏଡ୍ ଓ ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏଥିରେ ଫୋଲେଟ୍, ନିଆସିନ୍, ଭିଟାମିନ୍ ବି-୬, ଥାୟାମିନ୍ ଏବଂ ପାନଟୋଥେନିକ୍ ଏସିଡ୍ ଭଳି ଉପକାରୀ ବି କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ ଗୋଷ୍ଠୀର ଭିଟାମିନ୍ ଭରି ରହିଛି।

➪ କପର୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ପୋଟାସିୟମ ଏବଂ ଫସଫରସ୍ ଭଳି ମିନେରାଲ୍ସ ମଧ କଖାରୁରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଅଛି।

➪ ନିୟମିତ କଖାରୁ ଖାଇଲେ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ।

➪ କଖାରୁରେ ଥିବା ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍ କ୍ୟାନସର ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ।

➪ କଖାରୁ ଭଳି ଏହାର ପତ୍ର ଓ ମଞ୍ଜି ମଧ ଅତି ଉପକାରୀ।

ନିଦ୍ରାହୀନତାରୁ ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା

ନିଦ୍ରାହୀନତାର ଶିକାର ଲୋକଙ୍କ ଠାରେ ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ବୋଲି ଏକ ନୂତନ ଅଧ୍ୟୟନରେ ସତର୍କ କରି ଦିଆଯାଇଛି। ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଚାଇନା ମେଡିକାଲ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ଗବେଷକ କ୍ୱିଓ କହନ୍ତି, 'ଶରୀର ପାଇଁ ନିଦ୍ରା ହେଉଛି ଖୁବ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ଆମ ଜୀବନକାଳର ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ ସମୟ କେବଳ ଶୋଇବାରେ ହିଁ ବିତିଯାଏ। କିନ୍ତୁ ଆଧୁନିକ ସମାଜରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ନିଦ୍ରାହୀନତାର ଶିକାର ହେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ କରନ୍ତି। ନିଦ୍ରାହୀନତା ସହ ହୃଦରୋଗ ବା ହୃଦଘାତ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଜଡିତ। ଯେଉଁମାନେ ନିଦ୍ରାହୀନତାର ଶିକାର ହୋଇଥାଆନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ଶେଯରେ ଗଡିପଡିଲେ ମଧ ନିଦ ନ ଲାଗିବା, ଅଧିକ ସମୟ ନିଦ ଜାରି ନ ରହିବା, ବେଳାବେଳି ଉଠି ପଡିବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣମାନ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ। ଗବେଷକମାନେ ସମୁଦାୟ ୧,୬୦,୮୬୭ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କୁ ନେଇ ୧୫ଟି ଅଧ୍ୟୟନ ବିଶ୍ଳେଷଣ

କରିଥିଲେ। ଏଥିରୁ ଜାଣିବାକୁ ମିଳିଲା ଯେ, ବିଳମ୍ବରେ ନିଦ ଲାଗିବା, ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଦ ଜାରି ନ ରହିବା ଏବଂ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ନିଦ ଭାଙ୍ଗିଯିବା ଆଦି କାରଣ ପାଇଁ ହୃଦରୋଗ ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ। ବଡ଼ି ଭୋରରୁ ଉଠିବା ସହିତ ଶରୀରରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବର କୌଣସି ସମ୍ପର୍କ ନାହିଁ। ତେବେ ଗବେଷକମାନେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ ଯେ, ବିଳମ୍ବରେ ନିଦ ଲାଗିବା, ଅଧିକ ସମୟ ନିଦ ଲାଗି ନ ରହିବା ଏବଂ ହଠାତ୍ ନିଦରୁ ଉଠି ପଡିବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ଯୋଗୁଁ ହୃଦରୋଗ ଆଶଙ୍କା ଯଥାକ୍ରମେ ୨୭, ୧୧ ଓ ୧୮ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ। ତେବେ ନିଦ୍ରାହୀନତାର ଶିକାର ପୁରୁଷଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ମହିଳାଙ୍କ ଠାରେ ହୃଦରୋଗ ଓ ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି।

ବାଇଗଣର ଔଷଧ ଗୁଣ

ବାଇଗଣରେ ଔଷଧ ଗୁଣ ଅଛି। ଏହା ରକ୍ତ କରାଏ, ହଜମ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ, ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ କ୍ରିୟାଶୀଳ କରାଏ ଏବଂ କ୍ଷୁଧା ବୃଦ୍ଧି କରେ।

କଫ ଏବଂ କାଶ ରୋଗରେ ବାଇଗଣ କଞ୍ଚା ଛେଚି ସେହି ରସରେ ମହୁ ମିଶାଇ ଖିଆଯାଏ।

ଏହି ଗଛର ପତ୍ରକୁ ବାଟି ମେହ ରୋଗରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ।

ପ୍ରତିଦିନ ଦୁଇ, ତିନୋଟି କଷି ବାଇଗଣକୁ କଞ୍ଚା ଚୋବାଇ ଖାଇଲେ ଶରୀର ପାଇଁ ତାହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର କ୍ଷାରତତ୍ତ୍ୱ ଏଥିରୁ ମିଳିଥାଏ। ସୁନିଦ୍ରା ହୋଇଥାଏ।

ଯକୃତ ରୋଗର ସବୁଠାରୁ ଫଳପ୍ରଦ ଔଷଧ ହେଉଛି ବାଇଗଣ। ବାଇଗଣକୁ ପୋଡି ସେଥିରେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ଅଳ୍ପ ଟିକେ ଖାଣ୍ଟି ସୋରିଷ ତେଲ ମିଶାଇ ଏହି ଭର୍ତ୍ତା ଯଦି ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ରୁଟି ସାଥିରେ ଖିଆଯାଏ, ତେବେ ଜଣେ ସହଜରେ ଯକୃତ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ପାଇପାରେ।

ଅଗ୍ନିଜଳା ବା ଅଗ୍ନିଦଗ୍ଧ ବାଇଗଣ ଚର୍ମରୋଗ ନାଶକ।

ବାଇଗଣକୁ ପୋଡି କ୍ଷାର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ନଡିଆ ତେଲ ସହିତ ମିଶାଇ ଲେପ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଉପଦଂଶଜନିତ ଘା'ରେ ପ୍ରଲେପ ଦେଲେ ଘା' ଶୁଖିଯାଏ।

ବାଇଗଣ ଭିତରେ ଥିବା ପୋକକୁ ପାଚିଲା କଦଳୀ ଭିତରେ ପୁରାଇ ଋତୁସ୍ନାନ ପରେ ଗିଳିଲେ ବନ୍ଧ୍ୟାନାରୀ ସନ୍ତାନସମ୍ଭବା ହୁଏ।

ଏକଶିରା, ହାର୍ନିଆ ଆଦି ରୋଗରେ ପୀଡିତ ରୋଗୀ, ଶ୍ୱାସରୋଗୀ ଏମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବାଇଗଣ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷେଧ।

ମଦ୍ୟପାନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଗୁରୁପାକ ମସଲାଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ଅନିୟମିତ ଆହାର କରି ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଲିଭରର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଶକ୍ତି କମିଯାଉଛି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବିଶେଷ ଲାଭପ୍ରଦ।

ବାଇଗଣ ରସକୁ ହାତଗୋଡ଼ରେ ମାଲିସ କଲେ ଝାଳ ବାହାରିଥାଏ।

ଛେଳି ପିତ୍ତକୁ ବାଇଗଣ ପୋଡାରେ ପୁରାଇ ଗିଳି ଖାଇଲେ ଅନ୍ଧାରକଣା ହୁଏ।

ଛୋଟ କଷି ବାଇଗଣ ଅନିଦ୍ରା ନିବାରକ। ଏହା ନାଡୀ ସଂସ୍ଥାନ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭପ୍ରଦ। ବାଇଗଣକୁ ସିଝାଇ ସେଥିରେ ମହୁ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ଭଲ ନିଦ ହୁଏ।

ଦେହକୁ ହିତ ନିମ୍ବପତ୍ର

ନିମ୍ବ ଏପରି ଏକ ବୃକ୍ଷ ଯାହାର ପତ୍ର, କଢ଼, ମଞ୍ଜି, ଛେଲି ଆଦି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶରେ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି। ଏହା ପାଟିକୁ ପିତା ଲାଗୁଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଶରୀର ପାଇ ହିତକର ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ। ଏହାର କାଠିକୁ ଗାଁ ଗହଳିର ଲୋକେ ଦାନ୍ତକାଠି ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି। ଏହାର ପତ୍ର ଓ ମଞ୍ଜିକୁ ମଧ ଔଷଧ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉ ଥିବା ବେଳେ ନିମ୍ବର ତେଲକୁ କେଶରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା କେଶ ଝଡିବା ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୁଏ। ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଲି ପେଟରେ ନିମ୍ବର ଚାରୋଟି ପତ୍ର ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଫା ହେବା ସହିତ ପେଟ ଜନିତ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ସହଜରେ ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଏହାସହ ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା

ଆସିଥାଏ।

ମେଲେରିଆ, ପେଟ ଏବଂ ନାଡିର ଘା' ଡ଼ିଚା ସମସ୍ୟା, ଦରଜ, ଜ୍ୱର ଆଦି ଠିକ୍ କରିବା ପାଇଁ ଏହାର ଛାଲକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ନିମ୍ବରେ ଏପରି ରସାୟନ ଭରି ରହିଛି, ଯାହାକି ରକ୍ତ ଶର୍କରା ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରି ପାଚନତନ୍ତ୍ରରେ ଘା' ଭଲ କରିଥାଏ। ଏହା ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଜୀବାଣୁକୁ ବିନାଶ କରେ।

କଅଁଳ ନିମ୍ବ ପତ୍ର କିମ୍ବା ଫୁଲକୁ ଚୋବାଇ ଖାଇଲେ କୃମି ଦୂର ରୋଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ।

ନିମ୍ବ ପତ୍ର ସହ ହଳଦିକୁ ବାଟି ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଚର୍ମ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ।

ସେହିପରି ନିମ୍ବ ତେଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା କେଶରେ ଯେକୌଣସି ସଂକ୍ରମଣ ଦୂର କରିଥାଏ। ଏପରି ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଚାଷରେ ରୋଗପୋକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଲାଗି ନିମ୍ବତେଲ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି।

ରାମକଥା

ଯାହା ହୋଇଯାଉ ପଛେ, ମନର ଶାନ୍ତି କଦାପି ଭଙ୍ଗ କରିବା ଅନୁଚିତ । ଏହିଭଳି ମନ୍ଥନ କରି ଲହୁଣୀ ବାହାର କରିବା ଉଚିତ । କରିଥିବା କର୍ମ ହେଉଛି କାଠ । ଏହାକୁ ଜାଳି ଯୋଗାଗ୍ନି ପ୍ରକଟ କରି ଏହି ଲହୁଣୀକୁ ଗରମ କରାଯାଏ । ସମସ୍ତ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିଦେବା ଉଚିତ । ଲହୁଣୀ ଗରମ କରିବା ପରେ ମମତା ରୂପୀ ଫେଣ ଏଥିରୁ ଅଲଗା କରିଦେବା ଉଚିତ । ଏହି ବିଧିରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିବା ଜ୍ଞାନ - ବୈରାଗ୍ୟ ରୂପୀ ଘିଅକୁ ହୃଦୟ ରୂପୀ ଦୀପରେ ଢ଼ାଳି ତିନି ଗୁଣ ରୂପୀ ବଳିତା ତିଆରି କରି ତହିଁରେ ଜ୍ଞାନଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକଟ କରି ଏହି ଦୀପକୁ ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ମୁଁ ଶରୀର ନୁହେଁ, ମୁଁ ମନ ନୁହେଁ, ମୁଁ ପ୍ରାଣ ନୁହେଁ । ମୁଁ ହେଉଛି ଚୈତନ୍ୟ ଆତ୍ମା, ମୁଁ ବ୍ରହ୍ମ । ଏଭଳି ଦୃଢ଼ ଭାବନା ରଖି ଅନୁସନ୍ଧାନ ରଖି, ଏହି ଜ୍ୟୋତିକୁ ପ୍ରକଟ କରାଯାଏ । ଏହାର ପ୍ରକାଶରେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଗଣ୍ଠି ଖୋଲିଯାଏ । ଜଡ଼ ଶରୀରରୁ ଚେତନ ଆତ୍ମା ପୃଥକ୍ ହେଲେ ଏହି ଗଣ୍ଠି ଫିଟିଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ସମୟରେ ମାୟା ନାନା ବିଘ୍ନ ଉପସ୍ଥିତ କରେ ।

ବିଷୟରୂପୀ ପବନ ବହି ଦୀପକୁ ଲିଭାଇ ଦିଏ । ଦୀପ ଲିଭି ଗଲେ ଜଡ଼ଚୈତନ୍ୟର ଗଣ୍ଠି ଆଉ ଫିଟିପାରେ ନାହିଁ । ଜ୍ଞାନର କଥା ଆଉ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଯଦି ବା କିଛି କିଛି ବୁଝିହୁଏ, ତେବେ ବି ଅନୁଭବ କରିବା କଠିନ ହୋଇଯାଏ । ଅନ୍ତିମ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ସୁସ୍ଥିର ରହିପାରେ ନାହିଁ । ଶରୀର ଅଶକ୍ତ ହୋଇଯିବା ପରେ ଜ୍ଞାନ ସ୍ଥିର ରହିପାରେ ନାହିଁ । ଯିଏ ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟ, ଯାହାଙ୍କ ଜୀବନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୈରାଗ୍ୟ ଆସିଯାଇଛି, ସେ ହିଁ କେବଳ ଜ୍ଞାନକୁ ହଜମ କରିପାରେ । ବୈରାଗ୍ୟ ବିନା ଜ୍ଞାନ ହଜମ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ସିଦ୍ଧ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଜ୍ଞାନ ମାର୍ଗ ଅତି ଦୁଃସାଧ୍ୟ । ଏଥିରେ ପତନ ହୋଇଯିବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ଥାଏ ।

ଭକ୍ତି ହେଉଛି ଚିନ୍ତାମଣି । ଏହା ଏପରି ପ୍ରକାଶ ଯେ ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଦୀପ, ବଳିତା, କି ଘିଅ କୌଣସିଟିର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ରତ୍ନର ପ୍ରକାଶ ନିମନ୍ତେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାଶର ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼େ ନାହିଁ । ଭକ୍ତିରୂପୀ ରତ୍ନଦୀପ ଯାହାର ହୃଦୟକୁ ପ୍ରକାଶିତ କରୁଛି ମୁଁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ସେବକ ଏପରି ଯିଏ ଭାବନା କରି ଅନବରତ ଭକ୍ତି କରିବାରେ ଲାଗିଛି, ତା' ବୁଦ୍ଧିକୁ ସବୁବେଳେ ପ୍ରକାଶ ମିଳୁଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ମହତ୍ ମନୀଷୀ ଜାନିୟେ, ମାୟିକ ଜୀତ ସ୍ୱଭାବ ।
ଚେତନ ଧର୍ମ ସ୍ୱଭାବ ମେଁ, ଜଗ କା ହୋୟ ଅଭାବ ।।୨୮।।

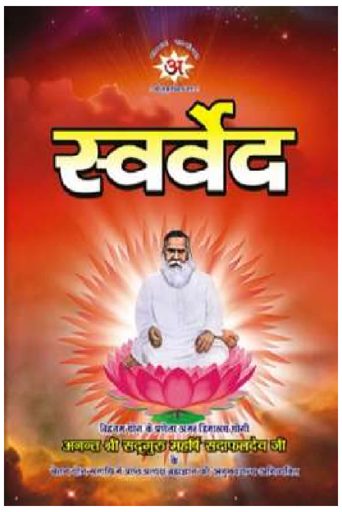
ଭାଷ୍ୟ - ମହାନ୍ ମେଧାବୀ ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱଦର୍ଶୀ ତାଙ୍କୁ ବୁଝାଯିବ ଯିଏ ପ୍ରକୃତିର ତ୍ରିଗୁଣ ସ୍ୱଭାବଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭକରି ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ଧର୍ମକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ଜଗତକୁ ତିରୋଭାବ କରିଛନ୍ତି ।

ଅର୍ଧ ମୁଖ ଝାଁକୀ ଭଇ, ବନ ଗୟ ଅଜ୍ଞ ସ୍ୱଭାବ ।
ଭଜନ ନିରନ୍ତର ଜାନିୟେ, ଉଧ ମୁଖ ସହଜ ସ୍ୱଭାବ ।।୨୯।।

ଭାଷ୍ୟ - ମୁକ୍ତିର ଅର୍ଦ୍ଧଦ୍ୱାରକୁ ଦେଖୁଁ ଦେଖୁଁ ଏହି ଜୀବ ଅଜ୍ଞାନରୁ ଜଡ଼ ସ୍ୱଭାବକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିନେଲା । ଆତ୍ମାର ଅର୍ଦ୍ଧଦୃଷ୍ଟି ହିଁ ଜୀବର ପତନର କାରଣ ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ଆତ୍ମିକ ଚେତନାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖ କରି ନିଜ ସହଜ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଭଜନ କରନ୍ତୁ । ଆତ୍ମାକୁ ମୁକ୍ତିରୁ ଆସିବାର ସଂସ୍କାର ତା ଭିତରେ ରହିଥାଏ । ଯେତେ କର୍ମଭୋଗ ଜୀବ କରିଥାଏ ସେହି ସମସ୍ତ କର୍ମର ସଂସ୍କାର ଚିତ୍ତ ଭିତରେ ସଂଚିତ ହୋଇଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସରେ ଚିତ୍ତର ସଂସ୍କାର ପ୍ରକଟ ହେବାକୁ ଲାଗେ ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ ପୁରାତନ କର୍ମ ଆତ୍ମା ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରକଟ ହେବାରେ ଲାଗନ୍ତି । ସେହି ପ୍ରକାର ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀଙ୍କୁ ନିଜ ଅନ୍ତରର ମୁକ୍ତିରୁ ସମସ୍ତ ଧର୍ମ ଏବଂ ବ୍ୟବହାର ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ପ୍ରକଟ ହୋଇଯାଏ । ଆତ୍ମା ଶୁଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ମାତ୍ରେ ସମସ୍ତ ଜଡ଼ ଚେତନ ପଦାର୍ଥର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀଙ୍କୁ ମୁକ୍ତିର ଜ୍ଞାନ ସର୍ବଦା ସ୍ମରଣ ରହିଥାଏ । ସେହି ଭାବକୁ ଏହି ପଦରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ମୁକ୍ତିରୁ ଆବୃତ୍ତି ଜାଣିବା ପାଇଁ ତର୍କ, ବୁଦ୍ଧି ଅଥବା ଶାସ୍ତ୍ର ପ୍ରମାଣ ଆଦିର ଆବଶ୍ୟକତା ହୋଇଥାଏ, ସେହି ଯୋଗୀ, ଋଷି ନୁହନ୍ତି, କାହିଁକି ନା ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀ ଭିତରେ ସ୍ପଷ୍ଟତଃ ମୁକ୍ତିତତ୍ତ୍ୱର ପରିଚୟ ରହିଥାଏ ଏବଂ ଜୀବନ ଅର୍ଦ୍ଧମୁଖୀ ହେଲେ ହିଁ ଜଗତରେ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅନୁଭୂତି ଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ସର୍ବଦା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ରହିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମୀକ ଚେତନାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖ କରି ନିରନ୍ତର ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଭଜନ କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ହିଁ ଏହି ଦୋହାର ଅଭିପ୍ରାୟ ।

କଥନ ତ୍ୟାଗ ବୈରାଗ କୀ, ବିନା ଜ୍ଞାନ କିସ କାମ ।
ଶୋଭା ପାବ ନ ପତି ବିନା, ମହିଲା ସାଜ ନିକାମ ।।୩୦।।

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁ-ଅନୁଭବ-ଭେଦ ଜ୍ଞାନ ସାଧନରହିତ ହୋଇ ତ୍ୟାଗ, ବୈରାଗ୍ୟର କଥା କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନୁହେଁ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଭ୍ୟନ୍ତର-ଭେଦ-ସାଧନ ସହିତ ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ବୈରାଗ୍ୟ ଏବଂ ତ୍ୟାଗର ମହିମା ପ୍ରକଟିତ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ବାହ୍ୟ ସଂସାରର ସମ୍ବନ୍ଧ ତ୍ୟାଗକରି ବିଷୟ-ତୃଷ୍ଣାରହିତ ହୋଇ ଗଲେ ହିଁ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହାର ପରୋକ୍ଷ-ଅପରୋକ୍ଷ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ତଥା ଅନୁଭବ ଯୋଗ ଭେଦ ସାଧନ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି । ବାଚକ ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ବାହ୍ୟ ଜଗତକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଦେବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ଜଗତରେ ପ୍ରବେଶ ହୋଇ ପାରେନାହିଁ, ବରଂ ଏଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ସାଧନ-ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି । ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନରହିତ ସନ୍ନ୍ୟାସ ଏବଂ ବୈରାଗ୍ୟ ସେହି ପ୍ରକାର ଅଟନ୍ତି, ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ସୌଭାଗ୍ୟବତୀ ମହିଳାର ଶୃଙ୍ଗାର ପତି ବ୍ୟତିରେକ ଶୋଭା ପାଇ ନ ଥାଏ, ବରଂ ବ୍ୟର୍ଥ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଅନୁଭବ ସାଧନ ତତ୍ତ୍ୱର ପ୍ରାପ୍ତିରୁ ହିଁ ଭଜନ କରିବା ଯୋଗୁଁ ବୈରାଗ୍ୟ ଏବଂ ତ୍ୟାଗ ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ବାହ୍ୟ ପ୍ରପଞ୍ଚ ମାୟାକୁ ଛାଡ଼ି ସନ୍ନ୍ୟାସ ନେଇ ବଣକୁ ଗଲେ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ ନ ଥାଏ, ବରଂ ଆତ୍ମ-ଉତ୍ଥାନ ନିମନ୍ତେ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତି-ଜଗତରୁ ଅସଙ୍ଗ ହୋଇ ଚେତନ ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା ଜଗତକୁ ତ୍ୟାଗ ଏବଂ ବିଷୟାରସରୁ



ବୈରାଗ୍ୟ ହେବା ଯୋଗୁଁ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଜ୍ଞାନହୀନ ତ୍ୟାଗ ତଥା ବୈରାଗ୍ୟ ମନ ଭିତରେ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ମନର ବିଚାର ଏବଂ ମନନ ଯୋଗୁଁ ମନସା ତ୍ୟାଗ ଏବଂ ଆତ୍ମ-ସାକ୍ଷାତ୍କାରରୁ ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଯୋଗ ହିଁ ଏକମାତ୍ର ସାଧନ ଅଟେ, ଯେଉଁଥିରୁ ଆତ୍ମାର ଚେତନା ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜଗତରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପକୁ ଆସିବାରେ ଲାଗେ ଏବଂ କ୍ରମଶଃ ଆତ୍ମିକ ଉତ୍ଥାନରୁ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତିର ସାଧନ ହେବାରେ ଲାଗେ । ଅତଏବ ଚେତନ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଅନୁଭବ-ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ପରଂବ୍ରହ୍ମ ପ୍ରାପ୍ତିର ସାଧନା କରିବା ଉଚିତ, ବାହାରି ତ୍ୟାଗ ଏବଂ ମନ୍ମଥ ମାୟା ପ୍ରପଞ୍ଚରେ ପଡ଼ିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

ବିନା ଜ୍ଞାନ ବୈରାଗ କେ, ପ୍ରଭୁ ସେ ମିଲନ ନ ହୋୟ ।
ଜଗ ବନ୍ଧନ ଛୁଟେ ନହିଁ, ଜନମ ମରଣ ଦୁଖ ହୋୟ ।।୩୧।।

ଭାଷ୍ୟ - ଜ୍ଞାନ ବୈରାଗ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣହେବା ଫଳରେ ଭକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ବିନା ଜ୍ଞାନ ବୈରାଗ୍ୟରେ ସଂସାର ବନ୍ଧନର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଜନ୍ମ, ମରଣ, ଦୁଃଖ ଆଦି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସଂସାରର ବିଷୟ ନିବୃତ୍ତି ଜ୍ଞାନ-ବୈରାଗ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟ ପିପାସୁମାନଙ୍କୁ ଜ୍ଞାନ ବୈରାଗ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଅଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟ-ପଥରେ ଉନ୍ନତିଶୀଳ ହେବା ଉଚିତ ।

ମନ ମାୟା ମରତୀ ନହିଁ, ନହିଁ ବାସନା ନାଶ ।
ଯହ ଶରୀର ମରି-ମରି ଗୟା, କର ମାୟା ମନ ନାଶ ।।୩୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ସଂସାରର ଦୁଃଖର କାରଣ ଆତ୍ମା ଏବଂ ମନର ସମ୍ବନ୍ଧ ଅଟେ । ମନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆତ୍ମାକୁ ଦୁଃଖ ସୁଖର ପ୍ରତୀତ ହୋଇଥାଏ । ଦୁଃଖ ଏବଂ ସୁଖ - ଏ ଦୁହେଁ ପ୍ରକୃତି ଜଗତରେ ମନର ଧର୍ମ ଅଟନ୍ତି । ସାରା ସଂସାର ମନର ଆଧାରରେ ବିଷୟ ପ୍ରପଞ୍ଚ ଏବଂ ତାହାରି ପ୍ରବାହରେ ପ୍ରବହମାନ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କରେ ବିଷୟ ଭୋଗର ଆସକ୍ତି ଏବଂ ପ୍ରବଳତା ମନ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ଏବଂ ମନର ସମ୍ବନ୍ଧ ଛିନ୍ନ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ସଂସାରଚକ୍ର ମଧ୍ୟ ଜୀବ ଠାରୁ ଛିନ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ମନର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ, ଅଶାନ୍ତି ଏବଂ ଅଜ୍ଞାନତାରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ କବଳିତ । ଯେହେତୁ ମନ ଠାରୁ ଜୀବର ସମ୍ବନ୍ଧ ଛିନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ ସେଥିପାଇଁ ଏହି ସଂସାରଚକ୍ରରେ ଆତଯାତର ଦୁଃଖ ମଧ୍ୟ ଛିନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ମନର ପ୍ରବଳ ବନ୍ଧନରୁ ଜୀବ ଦୁଃଖୀ ହୋଇ ତ୍ରିତାପ ସ୍ୱରୂପ ଅତିଶୟ କଷ୍ଟ ଭୋଗୁଛି । ସଂସାରରେ ଯେତେ ଅଶାନ୍ତି, ଉପଦ୍ରବ ଏବଂ କଳହ ହେଉଛି, ସେସବୁ ମନର ପ୍ରବଳ ବେଗକୁ ଧାରଣ ନ କରିବାରୁ ଘଟୁଛି । ଯେତେବେଳେ ମନକୁ ଯୋଗୀ ଜିଣିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ କଷ୍ଟ, ଦୁଃଖ ଏବଂ ବିପଦ ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି । ମନର ସଂକଳ୍ପ ଏକ ରୂପରେ ଜୀବନକୁ ସ୍ଥିର ରଖେନାହିଁ । ମନର ତରଙ୍ଗକୁ ରୋଧ କରିବା ସମୁଦ୍ରର ଚପଳ ତରଙ୍ଗକୁ ରୋଧ କରିବା ଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଷ୍କର ଅଟେ । ମନର ଚକ୍ରରେ ପଡ଼ି ବଡ଼ ବଡ଼ ତ୍ୟାଗୀ, ବିଦ୍ୱାନ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ଯୋଗୀ ମଧ୍ୟ ସଂସାରର ବିଷୟ ପ୍ରପଞ୍ଚରୁ ବଂଚି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ମନର ସ୍ୱାମୀ ଆତ୍ମା ମନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ଭୋଗ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସର୍ବଦା ତତ୍ପର । ତାକୁ ନିଜ ସୁଖ ପ୍ରତି ଆଦୌ ଭ୍ରୁକ୍ଷେପ ନାହିଁ ବରଂ ମନର ବିବିଧ ବିଷୟ ପ୍ରବାହରେ ତାକୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଏବଂ ସୁଖୀ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମା ମନର ସୁଖକୁ ଛାଡ଼ି ନିଜ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଯତ୍ନ ନ କରିବ, ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମାକୁ ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ଏବଂ ଶାନ୍ତି ମିଳି ପାରିବ ନାହିଁ । ଯୋଗର କଳା ଦ୍ୱାରା ଯେବେ ଆତ୍ମା ଚେତନ-ପ୍ରଭାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ, ତେବେ ମନର ସ୍ୱଭାବ ଛାଡ଼ିଯାଏ ଏବଂ ସେ ଶାନ୍ତ ତଥା ଆତ୍ମାନୁକୂଳ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାରେ ଲାଗେ । ଆଗକୁ ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ଭୂମିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ଫଳରେ ଜୀବ ଠାରୁ ମନର ସମ୍ବନ୍ଧ ଛିନ୍ନ ହୁଏ ଏବଂ ଆତ୍ମାମନସ୍ୱୀ ହୋଇ ପରମାନନ୍ଦ ନିତ୍ୟ ସୁଖ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପଦରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ମନ ରୂପୀ ମାୟା କେବେ ମରେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ସଂସାର ଭୋଗର ବାସନା ଚିତ୍ତରୁ ନାଶ ହୁଏନାହିଁ । ମନର ମୃତ୍ୟୁରେ ହିଁ ସଂସାର ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳି ପାରିବ । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ ଅଛି, ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂସାର, ଭବ ବନ୍ଧନ, ଆତଯାତର ଦୁଃଖ ଆସୁଥିବ । ଏହି ଶରୀର ବାରମ୍ବାର ମରେ, ପରନ୍ତୁ ମନର ମୃତ୍ୟୁ ହେଉ ନ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ଏହି ଭବ-ବନ୍ଧନ ଦୁଃଖ ଛାଡ଼େ ନାହିଁ, ସେଥିପାଇଁ ମାୟାର ନିବୃତ୍ତି ନିମନ୍ତେ ମନର ନିବୃତ୍ତି ଏବଂ ବିନାଶ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ । ମନ ରୂପୀ ମାୟାର ଅଭାବରୁ ହିଁ ଏହି ସଂସାର-ସାଗରରୁ ଜୀବ ପାରି ହୋଇ ପରମାନନ୍ଦ ମୋକ୍ଷ ଲାଭ କରିପାରିବ, ସେଥିପାଇଁ ସମସ୍ତ ବାହ୍ୟ ଦୃଶ୍ୟପ୍ରପଞ୍ଚ ମନ ଗହନରେ ଅବସ୍ଥିତ ଅର୍ଥାତ୍ ମନ ହିଁ ମାୟା ଅଟେ ଏବଂ ମନ ଭିତରେ ହିଁ ମାୟା ଲୁକ୍କାୟିତ । ଏହି ମନକୁ ହିଁ ମାରିବା ଏବଂ ଜିତିବାର ଉପଦେଶ ଅନୁଭବୀ, କ୍ରାନ୍ତପ୍ରାଜ୍ଞ ତତ୍ତ୍ୱଦର୍ଶୀ ସନ୍ତଗଣ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଜୀବର ପ୍ରବଳ ଶତ୍ରୁ ମନ ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ମନକୁ ନିଗ୍ରହ ପୂର୍ବକ ଏହାର ମୂଳ କାରଣରେ ବିଳୟ କରି ଦେବା ପରେ ହିଁ ଆତ୍ମାକୁ ବାସ୍ତବିକ ସୁଖ ଏବଂ ଶାନ୍ତି ଲାଭ କରିବାର ପଥ ସୁଗମ ହେବ ।

ସାଲ୍‌ଗମ୍‌ର ଉପକାରିତା

ସାଲ୍‌ଗମ୍ ଏକ କମ୍ କ୍ୟାଲୋରିଯୁକ୍ତ ପରିବା । ସାଧାରଣରେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ପ୍ରାୟତଃ ନାହିଁ । ତଥାପି ଏହାର ଗୁଣ ଅନନ୍ୟ । ମିନେରାଲ୍, ଫାଇବର ସହ ଏଥିରେ ଭରି ରହିଛି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ତତ୍ତ୍ୱ । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଶରୀର ପାଇଁ ବହୁତ ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ଏଥିସହ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧୀ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଏହା କ୍ଷତିକାରକ ଫ୍ରି ରେଡିକାଲ୍‌ସ, କ୍ୟାନସର ଆଦିରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଏଥିରୁ ଯଥେଷ୍ଟ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ମଧ ମିଳିଥାଏ । ଯେ କୌଣସି ରୋଗୀ ସାଲଗମ୍ ଖାଇବାରେ କିଛି ଅସୁବିଧା ନାହିଁ ।

କଞ୍ଚା ସାଲ୍‌ଗମ୍ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଡାଇରିଆ ବା ତରଳଝାଡା ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ମିଳେ ।

ସାଲଗମ୍ ଅନେକ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱର ଭଣ୍ଡାର । ସାଲ୍‌ଗମ୍ ଅପେକ୍ଷା ଏହାର ମୂଳରେ ଅଧିକ ମିନେରାଲ୍ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ ରହିଛି । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ଭିଟାମିନ୍-ସି, କେରୋଟିନାଇଡ୍ ଏବଂ ଲ୍ୟୁଟିନ୍ ପରି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ କେ ଉପଲବ୍ଧ । ଏଥିସହ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, କପର୍, ଆଇରନ ଏବଂ ମାଙ୍ଗାନିଜ୍ ଏଥିରୁ ମିଳିଥାଏ ।

ଗୋଇଠି ଫାଟୁଥିଲେ ସାଲ୍‌ଗମ୍‌କୁ ସିଝାଇ ସେହି ପାଣିରେ ଗୋଇଠି ଧୁଅନ୍ତୁ । ପରେ ପରେ ସେଥିରେ ସାଲ୍‌ଗମ୍ ଘଷନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ କରନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଏକ ସଫାକପଡ଼ା ବାନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଫଟା ଗୋଇଠିକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ ।

ଶ୍ୱାସ, କାଶ ଏବଂ ଗଳା ବସିବା ପରି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ସାଲଗମ୍ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ସାଲଗମ୍‌କୁ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ସେହି ପାଣିକୁ ଛାଣି ସେଥିରେ ଚିନି ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରୁ ଆରୋଗ୍ୟ ମିଳିଥାଏ ।

ସାଲଗମରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏବଂ ଫାଇଟୋକେମିକାଲ୍‌ସ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବାରୁ ଏହା କ୍ୟାନସରର ବିପଦକୁ ଟାଳିଦେବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ଗ୍ଲୁକୋସାଇନୋଲେଟସ କ୍ୟାନସରର ପ୍ରଭାବ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ଏହାକୁ ସାମିଲ୍ କରି ସ୍ତନକ୍ୟାନସର, ଟ୍ୟୁମର ଆଦିର ବିପଦକୁ ଏଡାଇ ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ମଧୁମେହ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଦିନ ସାଲଗମ୍ ଖାଇବା ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ସାଲଗମ୍ ଖାଇପାରିବେ । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ -ଏ' କାରଣରୁ ଏହା ଆଣ୍ଟିଇନଫ୍ଲାମେଟୋରି ଗୁଣରେ ଭରପୂର । ଏହା ହୃଦଘାତ ସହ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ହୃଦରୋଗଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖେ । ସାଲଗମରେ ଉପଲବ୍ଧ ଫୋଲେଟ ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ ।

ଆଙ୍ଗୁଳି ଫୁଲା ଥିଲେ ୫୦ ଗ୍ରାମ୍ ସାଲଗମକୁ ଗୋଟେ ଲିଟର ପାଣିରେ ସିଝାନ୍ତୁ । ସେହି ପାଣିରେ ହାତପାଦ ବୁଡ଼ାଇ ରଖିଲେ ଫୁଲା କମିଯାଏ ।

ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଏବଂ ପଟାସିୟମ୍ ଭରପୂର ଥିବାରୁ ଏହା ହାଡ଼ର ସୁସ୍ଥତା, ବିକାଶ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟ ଭଲ ଭାବେ ତୁଲାଇଥାଏ । ନିୟମିତ ସାଲଗମ୍ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଛୋଟ ଛୋଟ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିବା, ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍‌ର ବିପଦ ଏବଂ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠିର ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ ।

ପରିସ୍ରା ଠିକ୍ ଭାବେ ହେଉ ନଥିଲେ ଏବଂ ରହି ରହି ହେଉଥିଲେ ସାଲଗମ୍ ଏବଂ କଞ୍ଚାମୂଳାକୁ କାଟି ଖାଆନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଏହି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ସିଗାରେଟ୍ ଧୂଆଁରୁ ମିଳୁଥିବା କାର୍ସିନୋଜେନସ ଶରୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ କମ୍ ଥିଲେ ଅନେକ କ୍ଷତି ଘଟାଇଥାଏ । ଏହା ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସହ ଏମ୍ଫିସେମା ବା ବାତସ୍ଫୀତିର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ସାଲଗମରେ ଉପଲବ୍ଧ ଭିଟାମିନ୍-ଏ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଅଧିକ ଓଜନ ଥିଲେ ଓଜନ କମାଇବା ପାଇଁ ଏବଂ ନିଜକୁ ଫିଟ୍ ରଖିବା ପାଇଁ ସାଲଗମ୍ ନିୟମିତ ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରି ବହୁତ କମ୍ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ଏହା ଶରୀରକୁ ସତେଜ ରଖିବା ସହ ମେଟାବଲିଜିମ୍‌କୁ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ ।

ସାଲଗମର ସୁପ୍ ବା ସାଲାଡ୍ ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଥିବା ଲୁଟିନ୍ ଆଖିକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ଏଥିରେ ଥିବା ଆଉକିଛି ତତ୍ତ୍ୱ ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ ଏବଂ ମସ୍କୁଲାର୍ ଡିଜେନେରେସନକୁ ରୋକିଥାଏ ।

ପାଚନତନ୍ତ୍ରକୁ ଠିକ୍ କରିବା ପାଇଁ ସାଲଗମ୍ ଖାଇବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହା ରକ୍ତଚାପ ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ ।

ତ୍ୱଚାକୁ ଶୁଷ୍କତାରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସାଲଗମର ଜୁସ୍ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହାର ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ଏଥିରେ ଗାଜର ମିଶାଇ ପାରନ୍ତି ।

ଖବରକାଗଜ ଉପରେ ଖାଇବା କ୍ଷତିକାରକ

କେବଳ ଆମ ଭାରତରେ ନୁହେଁ, ବରଂ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ରାଷ୍ଟ୍ରର ଅଧିକାଂଶ ରାସ୍ତାକଡ଼ ଖାଦ୍ୟ ଦୋକାନରେ ମଧ ଖବରକାଗଜରେ ଗୁଡ଼ାଇ ଶୁଖିଲା କିମ୍ବା ଛଣା ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ଦିଆଯାଏ । ତେବେ ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ କ୍ଷତିକାରକ । ଲଣ୍ଡନର ବିଶେଷଜ୍ଞ ଦଳ ୨ ମାସ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପରେ ବିଶ୍ୱବାସୀଙ୍କୁ ଏ ସମ୍ପର୍କିତ ସଚେତନତାର ବାର୍ତ୍ତା ଦେଇଛନ୍ତି । ଖବର କାଗଜରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ସ୍ୟାହି ଖାଦ୍ୟର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି ତାହାକୁ ବିଷାକ୍ତ କରେ । ଏହା ସହ ଗୋଟିଏ ଖବରକାଗଜ ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ହାତରେ ଲାଗିଥାଏ । ସେମାନଙ୍କ ହାତର ଜୀବାଣୁ ଖାଦ୍ୟ ସହ ଲାଗିଥାଏ । ତାହା ଖାଇଲେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପେଟ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ତେଣୁ ସାଧାରଣ ଲୋକେ ନିଜେ ହିଁ ସଚେତନ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ପଲିଥିନ୍ ପରି ଖବରକାଗଜରେ ଖାଦ୍ୟ ଗୁଡ଼ାଇବା ଓ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ କୁପ୍ରଭାବ ପକାଉଥିବାର ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ମହୁ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ବର୍ଷ ଧରି ରହିଲେ ବି ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ । ଜଣେ ଆବିଷ୍କାରକ ୨୦୦୦ ବର୍ଷ ତଳର ମହୁର ସନ୍ଧାନ ପାଇଥିଲେ । ସେହି ମହୁର ସ୍ୱାଦ ଟିକିଏ ବି ଖରାପ ଲାଗି ନ ଥିଲା । ଏହାପରେ ଜଣାପଡିଥିଲା ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ଧରି ରହିଲେ ବି ମହୁର ସ୍ୱାଦ କି ଗୁଣ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ ।
- ଦୀର୍ଘ ୧୫୦ ନିୟୁତ ବର୍ଷ ଧରି ମହୁମାଛି ମାନେ ସମାନ ପଦ୍ଧତିରେ ମହୁ ତିଆରି କରି ଆସୁଛନ୍ତି ।
- ମହୁମାଛି ଏକ ମାତ୍ର କୀଟ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସ୍ତୁତ ଖାଦ୍ୟକୁ ମଣିଷ ଖାଇଥାଏ ।
- ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ମିଶରର ରାଣୀ କ୍ଲିଓପାଟ୍ରା ନିଜ ରୂପଚର୍ଯ୍ୟାରେ ମହୁକୁ ସାମିଲ କରୁଥିଲେ ।
- ଗୋଟିଏ ମହୁ ଫେଣାରେ ୨୦ ହଜାରରୁ ୬୦ ହଜାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମହୁ ବାସ କରିଥାଆନ୍ତି । ତେବେ କର୍ମୀ ମହୁମାଛିଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ମାଈ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନେ ସମସ୍ତ କାମ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନ କାଳ ୬ ସପ୍ତାହ ହୋଇଥାଏ ।
- ମହୁମାଛିମାନେ ନାଚିବା ଦ୍ୱାରା ଜଣେ ଅନ୍ୟଜଣକ ସହିତ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିଥାଆନ୍ତି ।
- ଗୋଟିଏ ମହୁମାଛି ଥରକେ ୫୦ ରୁ ୧୦୦ ଫୁଲରୁ ମହୁ ସଂଗ୍ରହ କରିବା ପରେ ବସାକୁ ଫେରିଥାଏ ।
- ମାଛ ଶରୀରରେ ସିନା ରକ୍ତ ଥାଏ । ହେଲେ ଷ୍ଟାରଫିଶ୍ ! ଶରୀରରେ ଥିବା ରକ୍ତ ପ୍ରକୃତରେ ଫିଲ୍ଟର ହୋଇଥିବା ସମୁଦ୍ର ଜଳ ।

କହିପାରିବେ କି ?

୧) ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ପ୍ରଥମ ଅବତାର କ'ଣ ?
(୨) ରାଜା ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର ମାତାଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୩) ଶ୍ରୀ ଗଣେଶଙ୍କ ଦାନ୍ତ କିଏ ଭାଙ୍ଗିଥିଲେ ?
(୪) ନଳକୁବେର କାହାର ପୁତ୍ର ?
(୫) ମାୟାସୁରର ପତ୍ନୀ କିଏ ?
(୬) ସବୁଠାରୁ ଡେଙ୍ଗା ପ୍ରାଣୀ କିଏ ?
(୭) ଶରୀରର ସବୁଠାରୁ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଅଙ୍ଗ କେଉଁଟି ?
(୮) ଉଦିତ ସୂର୍ଯ୍ୟର ଦେଶ କାହାକୁ କହନ୍ତି ?
(୯) ସ୍ଥଳଭାଗର ସବୁଠାରୁ ଦ୍ରୁତଗାମୀ ପ୍ରାଣୀର ନାମ ?
(୧୦) ବିଦ୍ୟୁତଶକ୍ତି କିଏ ଉଦ୍ଭାବନ କରିଥିଲେ ?

JUMBLE WORDS

1) DOSTED	=	6) TINYU	=
2) LYODL	=	7) IGBEE	=
3) ZIPER	=	8) DLIFED	=
4) SNIYKN	=	9) GTYIZL	=
5) GAUTEO	=	10) AGEMO	=

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. ଥୋମାସ ଆଲଭା ଏଡିସନ୍, ୨. ବୈଜ୍ଞାନିକ ଆଲ୍‌ଫ୍ରେଡ୍ ନୋବେଲ, ୩. ଭାଲେଣ୍ଟିନା, ୪. ହାଇଡ୍ରୋକ୍ଲୋରିକ, ୫. ବଡ଼, ୬. ଦଧୀଚି, ୭. ହନୁମାନ, ୮. ବାଳକାଣ୍ଡ, ୯. ଐରାବତ, ୧୦. ଡାହାଣହାତ ।

Jumble Words **ର ଉତ୍ତର :-**

(1) KNELT (2) PETITE (3) BEWARE (4) TWICE (5) KNEED (6) THEORY (7) NUMBER (8) BUNCH (9) ARENA (10) CANVAS.

ସନ୍ଥ ତୁକାରାମଙ୍କ ଈଶ୍ୱରଭକ୍ତି

ଭାରତର ପୁଣ୍ୟଭୂମିରେ ନିର୍ଗୁଣ ନିରାକାର ବ୍ରହ୍ମ ସମୟ ସମୟରେ ସଗୁଣ ସାକାର ରୂପେ ପ୍ରକଟ ହୋଇ ଆସୁଛନ୍ତି । ଭାରତର ଏହି ପୁଣ୍ୟଧାରା କେବେ ଭଗବାନ ରାମ ତ କେବେ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅଦଭୂତ ଓ ଅଲୌକିକ ଲୀଳାର ସାକ୍ଷୀ ରହିଛି । ଏହି ପୁଣ୍ୟଧାରା ଯୁଗ ଯୁଗରୁ ଏପରି ସନ୍ଥ, ଋଷି- ମୁନି, ଯୋଗୀ, ତପସ୍ୱୀମାନଙ୍କ କର୍ମଭୂମି ଓ ତପୋଭୂମି ରହି ଆସିଛି, ଯେଉଁମାନେ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଗ ସାଧନ ବଳରେ ସଗୁଣ ନିର୍ଗୁଣ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ଉପାସନା ଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସାକ୍ଷାତକାର କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ନିଜର ଅମୃତଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ମାନବତାକୁ ଅଭିସିଞ୍ଚିତ, ଆନନ୍ଦିତ ଓ ଆହ୍ଲାଦିତ କରିଥିଲେ ।

ସନ୍ଥମାନଙ୍କର ସେହି ପାବନ ପୁଣ୍ୟ ପରମ୍ପରାରେ ସନ୍ଥ ତୁକାରାମଙ୍କ ନାମ ବଡ଼ ଆଦରର ସହିତ ନିଆଯାଏ । ତୁକାରାମ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ଜଣେ ମହାନ୍ ସନ୍ଥ ଥିଲେ । ତାଙ୍କର ଜନ୍ମ ଦେହୁ ନାମକ ଗ୍ରାମରେ ଭଗବଦ୍ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ଏକ ପବିତ୍ର କୁଳରେ ସନ ୧୬୦୮ ରେ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ମାତାପିତାଙ୍କ ନାମ କନବାଈ ଓ ବୋଲୋଜି ଥିଲା । ତୁକାରାମଙ୍କ ମଧରେ ପିଲାଦିନରୁ ହିଁ ବୈରାଗ୍ୟ ଭାବନା ବଳବତୀ ଥିଲା । ମାତାପିତା ତଥା ବଡ଼ ଭାଇଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ତାଙ୍କ ଦୁଃଖର କୌଣସି ସୀମା ରହିଲା ନାହିଁ । ପୁଣି ଆର୍ଥିକ ଅସୁବିଧା ମଧ ଚରମରେ ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଅଭାବରେ ବି ତାଙ୍କ ଉଦାରତା ଦେଖିଲେ ହିଁ ଜାଣି ହେଉଥିଲା ।

ଥରେ ସେ କ୍ଷେତରୁ ଆଖୁ ନେଇ ଆସୁଥିଲେ । ତାଙ୍କୁ ଆଖୁ ନେଇ ଯାଉଥିବାର ଦେଖି କିଛି ପିଲା ଆଖୁ ପାଇଁ ତାଙ୍କ ପଛରେ ପଡିଗଲେ । ସେ ପ୍ରସନ୍ନତାପୂର୍ବକ ପିଲାଙ୍କୁ ଆଖୁ ଦେଇ ଚାଲିଲେ । ଶେଷରେ ଗୋଟିଏ ଆଖୁ ବଳିଥିଲା, ଯାହାକୁ ନେଇ ସେ ଘରକୁ ଆସିଲେ । ତାଙ୍କ ହାତରେ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ଆଖୁ ଦେଖି ଭୋକିଲା ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ବଡ଼ କ୍ରୋଧ ଆସିଲା । କ୍ରୋଧରେ ସେହି ଆଖୁରେ ସେ ତାଙ୍କ ପିଠିକୁ ପିଟିଦେଲେ । ଫଳରେ ସେହି ଆଖୁଟି ଦୁଇ ଖଣ୍ଡ ହୋଇଗଲା । ଏଥିରେ ସେ କ୍ରୋଧ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ହସି ଉଠିଲେ କହିଲେ 'ତୁମେ ବଡ଼ ସାଧ୍ୱୀ । ତୁମେ କହିବା ବିନା ଏଇ ଆଖୁକୁ ଦୁଇ ଖଣ୍ଡ କରିଦେଲ । ନିଅ ଖଣ୍ଡେ ତୁମର ଓ ଖଣ୍ଡେ ମୋର ।

ଥରେ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଜିଜାଈ ବଜାରରୁ କେତୋଟି ଜିନିଷ କିଣି ଆଣିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ କିଛି ପଇସା ଦେଲେ କିନ୍ତୁ ସେ ବାହାରକୁ ବାହାରିବା ମାତ୍ରେ ଜଣେ ଦୁଃଖୀ ଲୋକକୁ ଦେଖିଲେ । ତାକୁ ଦେଖିବା ମାତ୍ରେ ତାଙ୍କର ଦୟା ଆସିଗଲା ଓ ତାକୁ ସେ ସବୁ ପଇସା ଦେଇଦେଲେ । ସେହି ସମୟରେ ସେଠାରେ ଭୟଙ୍କର ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ପଡ଼ିଲା । ସେହି ଦୁର୍ଭିକ୍ଷରେ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଓ ପୁତ୍ର ଚାଲିଗଲେ । ବୋଧହୁଏ ତୁକାରାମଙ୍କ ବୈରାଗ୍ୟକୁ ଆହୁରି ପ୍ରବଳ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଭୁ ତାଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ଏସବୁ ବିପଦ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିଲେ ଓ ତାଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ନିଜ ଶରଣକୁ ଆସିବା ପାଇଁ ପ୍ରେରିତ କରୁଥିଲେ ।

ଘୋର ଆର୍ଥିକ ବିପଦ ସାଙ୍ଗକୁ ନିଜର ସମ୍ପର୍କୀୟ ସ୍ତ୍ରୀ, ପୁତ୍ର ସମସ୍ତଙ୍କୁ ହରାଇଦେବା ପରେ ବି ତୁକାରାମ ଭଗବଦ୍ ଭକ୍ତିରୁ କେବେ ବିଚଳିତ ହେଲେ ନାହିଁ । ବିପଦରେ ହିଁ ଭକ୍ତିର ଅସଲ ପରୀକ୍ଷା ହୋଇଥାଏ । ସେହି ସମସ୍ତ ବିପଦକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଇଚ୍ଛା ମନେକରି, ନିଜର ପ୍ରାରବ୍ଧ ମନେକରି ସେ ସେଗୁଡିକୁ ସହି ଅବିଚଳିତ ରହିଲେ । ହେ ପ୍ରଭୁ ! ଯେପରି ତୋର ଇଚ୍ଛା । ହେ ପ୍ରଭୁ ! ତୋର ଇଚ୍ଛା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉ ଏପରି କହି କହି ସେ ବିପଦ, କଷ୍ଟ, ସମସ୍ୟାଗୁଡିକୁ, ମମତା ଓ ଆସକ୍ତିର ବନ୍ଧନକୁ ପାର କରି ଚାଲିଲେ । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ମଧ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ମାର୍ଗରେ ଚାଲିବା ସଚ୍ଚା ଭଗବଦଭକ୍ତର ପରିଚୟ ହୋଇଥାଏ । ସେ ସର୍ବଦା ନିଜର ଇଚ୍ଛାକୁ ନୁହେଁ, ବରଂ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଇଚ୍ଛାକୁ ସର୍ବୋପରି ମାନୁଥିଲେ । ସେ ମାନୁଥିଲେ ଯେ ଈଶ୍ୱର ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଓ ନ୍ୟାୟକାରୀ । ଏଣୁ ଈଶ୍ୱର ଯାହା ବି କରୁଛନ୍ତି, ସେଥିରେ ହିଁ ଭକ୍ତର ମଙ୍ଗଳ, ଭକ୍ତର ହିତ, ଭକ୍ତର କଲ୍ୟାଣ ନିହିତ ।

ତେଣୁ ତୁକାରାମ ନିଜ ଜୀବନରେ ଆସିଥିବା ବିପଦଗୁଡିକର ଦାବାନଳରୁ ବୈରାଗ୍ୟ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ହିଁ ବାହାରିଲେ । ଏବେ ସେ ଯୋଗକ୍ଷେମର ସମସ୍ତ ଭାର ଭଗବାନଙ୍କ ଭରସାରେ ଛାଡି ଭଗବଦ୍ ଭଜନ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେ ପ୍ରାୟ କୀର୍ତ୍ତନରେ ବା ଧାନରେ ଲାଗି ରହିଲେ । ତାଙ୍କର ସଚ୍ଚା ଭକ୍ତି କାରଣରୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପ୍ରେରଣାରେ ଚୈତନ୍ୟ ନାମକ ଜଣେ ସିଦ୍ଧ ସନ୍ଥ ତୁକାରାମଙ୍କୁ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦର୍ଶନ ଦେଲେ । ସେ ସ୍ୱପ୍ନରେ ହିଁ ତୁକାରାମଙ୍କୁ 'ରାମକୃଷ୍ଣ ହରି' ମନ୍ତ୍ରର ଉପଦେଶ ଦେଲେ । ପ୍ରାତଃକାଳରେ ନିତ୍ୟକର୍ମରୁ ନିବୃତ୍ତ ହୋଇ ସେ ବିଟଠଲ ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିରକୁ ଯାଉଥିଲେ, ସେଠାରେ ସେ ତାଙ୍କର ପୂଜାପାଠ ଓ ସେବା କରୁଥିଲେ ।

ସେଠାରୁ ସେ କେବେ ଇନ୍ଦ୍ରାୟଣୀ ନଦୀ ଆର ପାରିରେ ଥିବା ଭାଗନାଥ ପର୍ବତ ତ କେବେ ଗୋଣ୍ଡା ବା ଭାରାଡାରା ପର୍ବତ ଉପରେ ଚଢ଼ି ସେଠାରେ ଏକାନ୍ତରେ 'ଜ୍ଞାନେଶ୍ୱରୀ' ବା 'ଏକନାଥୀ ଭାଗବତ'ର ପାରାୟଣ କରୁଥିଲେ ଏବଂ ଦିନ ସାରା ନାମସ୍ମରଣ କରୁଥିଲେ । ସନ୍ଧ୍ୟା ହେଲେ ସେ ଗାଁକୁ ଫେରୁଥିଲେ ଓ ହରିକୀର୍ତ୍ତନ ଶୁଣୁଥିଲେ, ଯେଉଁଥିରେ ପ୍ରାୟ ଅଧା ରାତି ବିତି ଯାଉଥିଲା । ତାଙ୍କ ପୂର୍ବଜମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ ବିଟଠଲ ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର ବହୁତ ଜୀର୍ଣ୍ଣଶୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ସେ ନିଜ ହାତରେ ସେହି ମନ୍ଦିରର ମରାମତି କଲେ । ତୁକାରାମ ସାଧନା ସମୟରେ

ସନ୍ଥ ଜ୍ଞାନେଶ୍ୱର ଓ ନାମଦେବଙ୍କ ପରି ପୂର୍ବକାଳୀନ ସନ୍ଥମାନଙ୍କ ଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡିକୁ ଗଭୀର ଭାବରେ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ଅଧୟନ କରୁଥିଲେ, ସ୍ୱାଧାୟ କରୁଥିଲେ । କଠିନ ସାଧନାଗୁଡିକ ପରେ ଶେଷରେ ତୁକାରାମଙ୍କ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ଭଗବନ୍ନାମର ସ୍ମରଣ ଧାନରେ ଲୀନ ହେବାରେ ଲାଗିଲା । ତାଙ୍କ ଚିତ୍ତ ନିର୍ମଳ ହୋଇଗଲା ।

ଯେତେବେଳେ ସାଧକର ଚିତ୍ତ ନିର୍ମଳ ହୋଇଯାଏ ସେତେବେଳେ ତା' ଉପରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଅନୁଗ୍ରହ, ଅନୁଦାନ ବରଦାନ ବରଷିବା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଏ । ଭଗବାନ ମଧ ତାକୁ ନିଜର ଯନ୍ତ୍ର, ଉପକରଣ କରି ନିଅନ୍ତି । ତାକୁ ଭଗବତ୍ କାର୍ଯ୍ୟ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତି । ତୁକାରାମ ମଧ ଏବେ ଭଗବାନଙ୍କ ଯନ୍ତ୍ର, ଉପକରଣ ହେବାର ପାତ୍ରତା ପ୍ରାପ୍ତ କରି ନେଇଥିଲେ । ଭଗବତ୍ କୃପାରୁ କୀର୍ତ୍ତନ କରିବା ସମୟରେ ତାଙ୍କ ମୁଖରୁ 'ଅଭଙ୍ଗ ବାଣୀ' ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ହେଲା । ତାଙ୍କ ମୁଖରୁ ବାକ୍ୟ ରୂପେ ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ଈଶ୍ୱରୀୟ ଜ୍ଞାନକୁ ଶୁଣି ବଡ଼ ବିଦ୍ୱାନ ଓ ସାଧୁ ସନ୍ଥ ତାଙ୍କ ଚରଣରେ ନତମସ୍ତକ ହେବାରେ ଲାଗିଲେ ।

ତାଙ୍କର ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଦେଖି କେତେକ ବିଦ୍ୱାନ ପଣ୍ଡିତ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଈର୍ଷା କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେମାନେ ମଧରୁ ଜଣେ ଥିଲେ ପଣ୍ଡିତ ରାମେଶ୍ୱର ଭଟ୍ଟ । ତୁକାରାମଙ୍କ ଭଳି ଇତର ଜାତିର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁଖରୁ ଅଭଙ୍ଗ ବାହାରିବ ଆଉ ଲୋକେ ତାଙ୍କୁ ସନ୍ଥ ମନେକରି ପୂଜିବେ, ଏକଥା ତାଙ୍କୁ ଜମା ପସନ୍ଦ ଲାଗିଲା ନାହିଁ । ସେ ଦେହୁର ହାକିମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ତୁକାରାମଙ୍କୁ ଦେହୁ ଛାଡି ଅନ୍ୟତ୍ର କେଉଁଆଡେ ଚାଲିଯିବାର ଆଜ୍ଞା ଦିଆଇଲେ । ଏ ଉପରେ ତୁକାରାମ ପଣ୍ଡିତ ରାମେଶ୍ୱର ଭଟ୍ଟଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲେ ଓ ତାଙ୍କୁ କହିଲେ ମୋ ମୁଖରୁ ଯେଉଁ ସବୁ ଅଭଙ୍ଗ ବାହାରୁଛି ତାହା ଭଗବାନ ପାଣ୍ଡରଙ୍ଗଙ୍କ ଆଜ୍ଞାରୁ ବାହାରୁଛି । ଆପଣ ବ୍ରାହ୍ମଣ, ଆପଣ ଆଜ୍ଞା ଦେଇଥିବାରୁ ମୁଁ ଅଭଙ୍ଗ ରଚନା ଛାଡି ଦେବି, କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ସବୁ ଅଭଙ୍ଗ ରଚିତ ହୋଇ ଯାଇଛି ଓ ଲେଖି ରଖିଛି ସେଗୁଡିକ କ'ଣ କରିବି ? ଭଟ୍ଟ କହିଲେ ସେଗୁଡିକୁ ନଦୀରେ ବୁଡ଼ାଇ ଦିଅ ।

ପଣ୍ଡିତଙ୍କ ଆଜ୍ଞା ଶିରୋଧାର୍ଯ୍ୟ କରି ତୁକାରାମ ସେହିପରି କଲେ । ସମସ୍ତ ଅଭଙ୍ଗଙ୍କୁ ଇନ୍ଦ୍ରାୟଣୀର ଧାରାରେ ବୁଡ଼ାଇ ଦେଲେ, କିନ୍ତୁ ଏପରି କରିବାରେ ତୁକାରାମଙ୍କ ହୃଦୟ ବହୁତ ବ୍ୟଥିତ ହେଲା । ଭଗବତ୍ ପ୍ରେମୋଦ୍‌ଗାର ରୂପୀ ଅଭଙ୍ଗଗୁଡିକୁ ବୁଡ଼ାଇ ଦେଇ ସେ ବହୁତ ବ୍ୟଥିତ ହେଲେ । ସେ ଅନ୍ନ ଜଳ ତ୍ୟାଗ କରିଦେଲେ । ସେ ବିଟଠଲ ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର ସାମନାରେ ଏକ ଶିଳା ଉପରେ ବସିଗଲେ ଏବଂ ପଣ କଲେ ଯେ ଏବେ ଭଗବାନ ମିଳିବେ ବା ଏହି ଜୀବନର ଅନ୍ତ ହେବ ।

ଏହିପରି କଠୋର ପଣର ସହିତ ଭକ୍ତ ତୁକାରାମ ଶ୍ରୀ ପାଣ୍ଡୁରଙ୍ଗଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ ଦର୍ଶନର ଲାଳସାରେ ସେହି ଶିଳା ଉପରେ ବସି ରହିଲେ । ସେ ନ ଖାଇ, ନ ପିଇ ତେର ଦିନ ଓ ତେର ରାତି ସେଠାରେ ପଡ଼ି ରହିଲେ । ଶେଷରେ ତୁକାରାମଙ୍କ ସଚ୍ଚା ଭକ୍ତିକୁ ଦେଖି ଭକ୍ତବତ୍ସଳ ଭଗବାନ ନିର୍ଗୁଣ ନିରାକାର ବ୍ରହ୍ମ ସଗୁଣ ସାକାର ରୂପରେ ପ୍ରକଟ ହେଲେ । ତୁକାରାମଙ୍କ ହୃଦୟରେ ତ ସେ ପୂର୍ବରୁ ହିଁ ବିରାଜିତ ଥିଲେ ।

ତୁକାରାମ ଭଗବାନଙ୍କ ଚରଣରେ ଲୋଟିଗଲେ । ଭଗବାନ ତାଙ୍କୁ ଦୁଇ ହାତରେ ଉଠାଇ ଛାତିରେ ଲଗାଇଦେଲେ । ତାପରେ ଭଗବାନ କହିଲେ ପୁତ୍ର ! ମୁଁ ତୁମର ଅଭଙ୍ଗ ବହିଗୁଡିକୁ ନଦୀର ଧାରାରେ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିଥିଲି । ଆଜି ସେଗୁଡିକୁ ତୁମର ଭକ୍ତମାନଙ୍କୁ ଦେଇ ଆସିଛି । ଏହା କହି ଭଗବାନ ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଧାନ ହୋଇଗଲେ । ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସାକ୍ଷାତକାର ପରେ ତୁକାରାମଙ୍କ ଶରୀର ପନ୍ଦର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଲୋକରେ ରହିଲା । ସେ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଲେ, ତାଙ୍କ ମୁଖରୁ ସତତ ଭଗବତ୍ ଅମୃତଧାରା ବରଷୁଥିଲା, ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିଲା । ସେହି ଧାରାରେ ସ୍ନାନ କରି, ତାଙ୍କ ଉପଦେଶଗୁଡିକୁ ଶୁଣି ଲୋକେ କୃତାର୍ଥ ହେବାରେ ଲାଗିଲେ ।

ସେ ପ୍ରାୟ ଲୋକଙ୍କୁ ସାଂସାରିକ ମାୟା ମୋହରୁ ମୁକ୍ତ ହେବାର ଉପଦେଶ ଦେଉଥିଲେ ଓ କହୁଥିଲେ ବାରମ୍ବାର ତୁମେ କାହିଁକି ମରିବାକୁ ଚାହୁଁଛ ? ଏଥିରୁ କ'ଣ ମୁକୁଳି ଖସିଯିବାର କୌଣସି ଉପାୟ ତୁମ ପାଖରେ ନାହିଁ । ଆରେ ଭାଇ ! ଏଇ ଶରୀର ବଡ଼ ଅଦଭୁତ । ଏହି ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ଭଲା କ'ଣ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ନ ପାରିବ ? ଭକ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଜନ ଦ୍ୱାରା, ଭଗବତଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା, ଭଗବାନଙ୍କ ଶରଣ ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ସାକ୍ଷାତ ଭଗବତ୍ କୃପା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପାରିବ । ଆମକୁ ଭଗବାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପାରିବେ । ସେହି ପ୍ରଭୁ ଆମର ହୃଦୟରେ ଆସି ବିରାଜମାନ କରି ପାରିବେ, ପୁଣି ତାଙ୍କ ଯୋଗୁଁ ଆମର ଜୀବନ ଧନ୍ୟ ହେବ । ଭଗବାନଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ, ଭଜନ, ଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ କୌଣସି କଉଡି ବି ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ । ଭଗବନ୍ନାମର ସ୍ମରଣ ଦ୍ୱାରା ସାଂସାରିକ ପ୍ରପଞ୍ଚ, ସାଂସାରିକ ବନ୍ଧନଗୁଡିକରୁ, ସାଂସାରିକ ମାୟା ମୋହରୁ ଆମକୁ ମୁକ୍ତି ମିଳି ପାରିବ । ବାସ୍, ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ଆମେ ସଚ୍ଚା ମନରେ ଭଗବନ୍ନାମର ସ୍ମରଣ, ଭଜନ, ଧାନ କରିବା । ଦିନେ ତୁମ ଉପରେ ଭଗବାନଙ୍କ କୃପା ଅବଶ୍ୟ ହେବ, ଠିକ୍ ଯେପରି ମୋ ଭଳି ଦୀନ ଉପରେ ବି ଭଗବାନ କୃପା କଲେ । ସନ୍ଥ ତୁକାରାମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଦର୍ଶିତ ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତି ଓ ମାୟାରୁ ମୁକ୍ତିର ମାର୍ଗ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ବି ସୁଲଭ, ଆମେ ମଧ ଏହି ମାର୍ଗରେ ଚାଲି ଭଗବଦ୍ କୃପା ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିବା । ଆମେ ସ୍ୱୟଂକୁ ମାୟା ମୋହ ଓ ପ୍ରପଞ୍ଚରୁ ମୁକ୍ତ କରି ପାରିବା ।

ସକ୍ରିୟ ହେବ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟା

ଧନିଆ ପତ୍ରରେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି । ବିଶେଷ ଭାବରେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସମୟରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ଏବଂ ତାହା ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ାଇଦିଏ । ତେବେ ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା ପରିମାଣକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବାରେ ଏହା ଅନେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଧନିଆ ପତ୍ର ହୃତପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ମଧ ଉପକାରୀ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଅନ୍ତଃନଳୀ ସମସ୍ୟା, ବାନ୍ତି, କୋଷ୍ଠ କାଠିନ୍ୟରୁ ଏହା କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ଦେଇଥାଏ । ଏହା ମାନସିକ ରୋଗରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ବୋଲି ଏକ ସଦ୍ୟତମ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଅନିଦ୍ରା ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ଫୁଲା ସମସ୍ୟାରୁ ଧନିଆ ପତ୍ର ଉପଶମ ଦେଇଥାଏ । ସକାଳୁ ଖାଲିପେଟରେ ଧନିଆରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ସର୍ବତ ପିଇଲେ ତାହା ଶରୀର ପାଇଁ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଆଉ ୮ ଜଣ ଦୁର୍ନୀତିଗ୍ରସ୍ତ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ବହିଷ୍କୃତ କଲେ

ଭୁବନେଶ୍ୱର: ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଆଉ ୮ଜଣ ଅପାରଗ ଓ ଦୁର୍ନୀତିଗ୍ରସ୍ତ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଚାକିରୀରୁ ବାଧତାମୂଳକ ଅବସର ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହାକୁ ମିଶାଇ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସରକାର ୧୩୦ ଜଣ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ବାଧତାମୂଳକ ଅବସର ଦେଇ ଚାକିରୀରୁ ବହିଷ୍କାର କରି ସାରିଛନ୍ତି ।

ବାଧତାମୂଳକ ଅବସର ଦିଆଯାଇଥିବା ୮ ଜଣ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ନିମାପଡ଼ାର ପୂର୍ବତନ ତହସିଲଦାର ତଥା ସବରେଜିଷ୍ଟ୍ରାର ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଶାସନିକ ସେବାର ଅଧିକାରୀ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଜେନା, ଜଗତସିଂହପୁରର ପୂର୍ବତନ ଡେପୁଟି କଲେକ୍ଟର ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଶାସନିକ ସେବା ଅଧିକାରୀ ଗୌରାଙ୍ଗ ଚରଣ ମହାନ୍ତି, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଲାଠିକଟାର ପୂର୍ବତନ ତହସିଲଦାର ଏବଂ ଏବେ ଅମ୍ବାଭୋନାରେ ବିଡିଓ ଥିବା ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଶାସନିକ ସେବାର ଅଧିକାରୀ ଆଲଫୋନ୍ସ ବିଲୁଙ୍ଗ, କେନ୍ଦୁଝର ଜଳ ସମ୍ପଦକ ବିଭାଗ ବୈତରଣୀ ଡିଭିଜନର ପୂର୍ବତନ ଅଧୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ରୀ ବିଧାନ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, କଳାହାଣ୍ଡି ଲାଞ୍ଜିଗଡ଼ ବ୍ଲକ ବିଶ୍ୱନାଥପୁର ଠାରେ ସମନ୍ୱିତ ଶିଶୁ ବିକାଶ ଯୋଜନାର ସିଡିପିଓ ଥିବା ମୀନା ପାତ୍ର, କଳାହାଣ୍ଡି ଜିଲ୍ଲା ଥୁଆମୂଳ ରାମପୁର ବ୍ଲକର ସମନ୍ୱିତ ଶିଶୁ ବିକାଶ ଯୋଜନା ସିଡିପିଓ ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି ରଥ, ଅବକାରୀ ସେବା ଅଧୀନରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଦେବଗଡ଼ର ପୂର୍ବତନ ଡେପୁଟି ସୁପରିଟେଣ୍ଡେଣ୍ଟ ଅଜିତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ଓ ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲା ତିହିଡି ବ୍ଲକର କ୍ୟାସିୟର ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ପ୍ରଭାକର ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ରହିଛନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀ ଜେନାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ତିନିଟି ଦୁର୍ନୀତି ଅଭିଯୋଗ ରହିଛି । ଦୁର୍ନୀତି ନିର୍ବାରଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ତଲାସି ସମୟରେ ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ଏକାଧିକ ପ୍ୟାନ କାର୍ଡ ସହିତ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଜବତ କରାଯାଇଥିଲା । ତାଙ୍କୁ ଚାକିରିରୁ ନିଲମ୍ବିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି ଜଗତସିଂହପୁର ପୂର୍ବତନ ଡେପୁଟି କଲେକ୍ଟର ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ବିରୋଧରେ ୭ଟି ଦୁର୍ନୀତି ଅଭିଯୋଗ ଥିଲା । ସରକାରୀ ପାଣ୍ଠି ଆତ୍ମସାତ ତଥା ସରକାରୀ ଯୋଜନାରେ ମିଳୁଥିବା ସୁବିଧା ପ୍ରଦାନରେ ଅନିୟମିତତା ଅଭିଯୋଗ ରହିଥିଲା । ତାଙ୍କୁ ବାଧତାମୂଳକ ଅବସର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଅପରପକ୍ଷରେ ଶ୍ରୀ ବିଲୁଙ୍ଗଙ୍କ ନାମରେ ତିନିଟି ଦୁର୍ନୀତି ଅଭିଯୋଗ ରହିଛି । ଜମିର କିସମ ପରିବର୍ତ୍ତନ ତଥା ରାଜସ୍ୱ ଆଦାୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନୁଚିତ ଅନୁଗ୍ରହ ପ୍ରଦାନ କରି ସରକାରଙ୍କୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇଥିଲେ । ସେହିପରି ପୂର୍ବତନ ଅଧୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ରୀ ବିଧାନ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁଙ୍କ ନାମରେ ଗୋଟିଏ ଦୁର୍ନୀତି ଅଭିଯୋଗ ରହିଛି । ୨୦୨୧ ଅକ୍ଟୋବର ମାସରେ ବହୁ ପରିମାଣର ଟଙ୍କା ଧରି ଯାଉଥିବା ଖବର ପାଇ ଦୁର୍ନୀତି ନିବାରଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଯାଞ୍ଚ କରାଯାଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ନିକଟରୁ ନଗଦ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଜବତ ହୋଇଥିଲା । ଏହାପରେ ତାଙ୍କ ସମ୍ପତି ଉପରେ ଚଢ଼ଉ କରାଯାଇ ବହୁ ପରିମାଣର ଆୟ ବହିର୍ଭୁତ ସମ୍ପତ୍ତି ଠାବ କରାଯାଇଥିଲା । ଅନୁରୂପ ଭାବେ କଳାହାଣ୍ଡି ଲାଞ୍ଜିଗଡ଼ ବ୍ଲକ ବିଶ୍ୱନାଥପୁର ସିଡିପିଓ ଥିବା ମୀନା ପାତ୍ର ୨୦୨୧ ଅକ୍ଟୋବର ୪ ତାରିଖରେ ଦୁଇଟି ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ ଠାରୁ ଛତୁଆ ଯୋଗାଣ ପାଇଁ ୮୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଲାଞ୍ଚ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ବେଳେ ଦୁର୍ନୀତି ନିବାରଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ତାଙ୍କୁ ଧରାଯାଇଥିଲା । ଭବାନୀପାଟଣାରେ ତାଙ୍କର ଦୁଇଟି କୋଠା ଘର ଓ ୬ଟି ପ୍ଲଟ ରହିଛି । ତାଙ୍କର ସମୁଦାୟ ସମ୍ପତ୍ତିର ମୂଲ୍ୟ ୧ କୋଟି ୮୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ହେବ ବୋଲି ଆକଳନ କରାଯାଇଛି ।

କଳାହାଣ୍ଡି ଜିଲ୍ଲା ଥୁଆମୂଳ ରାମପୁର ବ୍ଲକର ସିଡିପିଓ ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି ରଥ ୨୦୨୧ ଅକ୍ଟୋବର ମାସ ୨୫ ତାରିଖରେ ଜଣେ କର୍ମୀଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ଦେବା ପାଇଁ ୧ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦାବି କରି ଲାଞ୍ଚ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ବେଳେ ଦୁର୍ନୀତି ନିବାରଣ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଧରା ପଡିଥିଲେ । ଯାଞ୍ଚ ସମୟରେ ତାଙ୍କର ବହୁ ପରିମାଣର ସମ୍ପତ୍ତି ଠାବ କରାଯାଇଥିଲା । ବଲାଙ୍ଗୀରରେ ଗୋଟିଏ ଦୁଇ ତାଲା ଘର, ଗୋଟିଏ ଟାଟା ନେକସନ କାର, ତିନିଟି ପ୍ଲଟ ଏବଂ ତା ସହିତ ନିଜର ଓ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ନାମରେ ଅନେକ ପୁଞ୍ଜି ବିନିଯୋଗ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ସେହିପରି ଅବକାରୀ ସେବା ଅଧୀନରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଦେବଗଡ଼ର ପୂର୍ବତନ ଡେପୁଟି ସୁପରିଟେଣ୍ଡେଣ୍ଟ ଶ୍ରୀ ମହାପାତ୍ର ୨୦୨୧ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୯ ତାରିଖରେ ଦେଢ଼ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଲାଞ୍ଚ ନେଉଥିବା ବେଳେ ଦୁର୍ନୀତି ନିବାରଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ତାଙ୍କୁ ଧରାଯାଇଥିଲା । ତଲାସି ସମୟରେ ବ୍ରହ୍ମପୁର ସହରରେ ୬୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ମୂଲ୍ୟର ଏକ ମହଲା ବିଶିଷ୍ଟ କୋଠାଘର ବ୍ରହ୍ମପୁର ତହସିଲରେ ପତ୍ନୀଙ୍କ ନାମରେ ଦୁଇଟି ପ୍ଲଟ ଓ ଅନେକ ସୁନା ଅଳଙ୍କାରର ପତ୍ତା ମିଳିଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲା ତିହିଡି ବ୍ଲକର କ୍ୟାସିୟର ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ଠାରୁ ୨୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଲାଞ୍ଚ ନେଇଥିଲେ । ସେ ସରକାରୀ ଅର୍ଥକୁ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଓ ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବଙ୍କ ବ୍ୟାଙ୍କ ଖାତାରେ ଜମା କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ନାମରେ ଦୁଇଟି ଅଭିଯୋଗ ରହିଛି । ତାଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇ ବିଚାର ବିଭାଗୀୟ ହାଜତରେ ରଖାଯାଇଛି । ଉପରୋକ୍ତ ୮ ଜଣ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଚାକିରୀରୁ ସରକାର ବାଧତାମୂଳକ ଅବସର ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସମ୍ମିଳନୀ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ବାଗଡିହି ସ୍ଥିତ ମହାକାଳ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ଲଇକେରା ଥାନା ଅଧିକାରୀଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ କରୋନା କଟକଣାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧୀକ୍ଷକଙ୍କ ଆତିଥ୍ୟରେ ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ କିର୍ମିରା ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷ ତେଜରାଜ ସାହୁ, ଜିଲ୍ଲା ଅତିରିକ୍ତ ଅଧୀକ୍ଷକ କେଶବ ଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରା, ଉଇଙ୍ଗ କମାଣ୍ଡର ଦେବାଶିଷ ମଙ୍ଗରାଜ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଏସଡିପିଓ ନିର୍ମଳ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ବ୍ରଜରାଜନଗର ଏସଡିପିଓ ଦିଲ୍ଲୀପ କୁମାର ଦାସଙ୍କ ସହ ଜିଲ୍ଲାର ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନରୁ କରୋନା, ଦରବୃଦ୍ଧି, ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ରାଜନୈତିକ ବାତାବରଣ, ଶିଳ୍ପାଞ୍ଚଳ କୋଲ କୋରିଡର ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ବାହାରୁ ଲୋକଙ୍କ ଆଗମନ ଯୋଗୁଁ ଅଞ୍ଚଳରେ ଭୟ, ଆତଙ୍କ ଓ ଅପରାଧକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ସହିତ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ପୋଲିସ ଓ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ ଭୂମିକାକୁ ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଅନେକ ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀ ଓ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ବିଜୁ ଜନତା ଦଳର କର୍ମୀ ସମ୍ମିଳନୀ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଲଇକେରା ବ୍ଲକ କାଙ୍କମାଲଠାରେ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଲଇକେରା ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ (୧) ଓ ଜୋନ (୨)ର କର୍ମୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ସମ୍ମିଳନୀରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରୀ ନବ କିଶୋର ଦାସ ଯୋଗଦେଇ କର୍ମୀଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିବା ସହ ଦଳକୁ ଆହୁରି ସୁଦୃଢ଼ କରିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ । ରାଜ୍ୟସଭା ସଦସ୍ୟ ତଥା ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ସୁବାସ ସିଂ ଯୋଗଦେଇ ସମସ୍ତେ ଏକଜୁଟ ହୋଇ ନିର୍ବାଚନ ରଣାଙ୍ଗନରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ ହେବାକୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ । ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟକ କିଶୋର କୁମାର ମହାନ୍ତି ନିଜ ଭିତରେ ଉତ୍ତମ ବୁଝାମଣା ରଖି ଦଳ ଯେପରି ମଜବୁତ ହୋଇପାରିବ ସେଥିପାଇଁ ସଜାଗ ହେବାକୁ କର୍ମୀଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟପଟେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷ ଲକ୍ଷ୍ମୀନାରାୟଣ ପଟେଲ, ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷା ରୋଜାଲିନ ପଟେଲ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ବ୍ରଜକିଶୋର ସୁନାନୀ, ବିଜେଡି ବ୍ଲକ ସଭାପତି ଟଙ୍କଧର ନାଏକ, ଖୁନ୍ତାମାଲ ସମିତି ସଭ୍ୟା ସୁକାନ୍ତି ଜୟପୁରିଆ, ବ୍ଲକ ମହିଳା ସଭାନେତ୍ରୀ ସୁରମା ପଟେଲ, ପୂର୍ବତନ ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷ ଯୋଗିନ୍ଦ୍ର ନାଏକ, ବ୍ଲକ ଉପାଧକ୍ଷ ମୋହନ କିଶାନ ପ୍ରମୁଖ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଉପାଧକ୍ଷ ଭୂପାଳ ଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ସାମାଜିକ କର୍ମୀ ଦୁର୍ଗା ପ୍ରସାଦ ନାଏକ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଏନଟିପିସିର ୪୭ ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ଏନଟିପିସି ଦର୍ଲିପାଲି ବୃହତ ତାପଜ ବିଦ୍ୟୁତ ପ୍ରକଳ୍ପ ତରଫରୁ ଏନଟିପିସିର ୪୭ ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଉପଲକ୍ଷେ ପ୍ରକଳ୍ପ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଆୟୋଜିତ ସମାରୋହରେ ପ୍ରକଳ୍ପର ଚିଫ ଜେନେରାଲ ମ୍ୟାନେଜର ଏ.କେ ସାମେୟାର ଏନଟିପିସି ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରି ଦେଶରେ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପାଦନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏନଟିପିସିର ଅବଦାନ ଓ ଗୌରବମୟ ଐତିହ୍ୟ ସଂପର୍କରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସେ ପ୍ରକଳ୍ପର ଅଧିକାରୀ ଓ କର୍ମଚାରୀମାନେ ନିଷ୍ଠାପର ଭାବେ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସଂପାଦନ ପାଇଁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଉପଲକ୍ଷେ ପ୍ରକଳ୍ପ ପରିସରରେ ବୃକ୍ଷରୋପଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସମାରୋହରେ ଅଭିଳାଷା ଲେଡିସ କ୍ଲବର ସଭାନେତ୍ରୀ ମନୀଷା ସାମେୟାର, ଏନଟିପିସି ଡୁଲଙ୍ଗୀ କୋଇଲା ଖଣି ପ୍ରକଳ୍ପର ମୁଖ୍ୟ ଶିବମ ଶ୍ରୀବାସ୍ତବଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଭାଗର ଜିଏମ୍, ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀମାନେ କୋଭିଡ ନିୟମ ଅନୁଯାୟୀ ଭର୍ଚୁଆଲ ମୋଡ଼ରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ ।

ସମଲେଇଙ୍କ ପୀଠ ପାଇଁ ୧୪୦ କୋଟି ମଞ୍ଜୁର

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରର ଅଧିଷ୍ଠାତ୍ରୀ ଦେବୀ ମା’ ସମଲେଇଙ୍କ ପୀଠର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକରଣ ଓ ଉନ୍ନତିକରଣ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରାୟ ୧୪୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ମଞ୍ଜୁର ହୋଇଛି ।

ଏହି ଅର୍ଥରେ ମା’ଙ୍କ ପୀଠର ୩୬ ପ୍ରକାର ଉନ୍ନତିକରଣ କରାଯିବ । ସେଥିରେ ସମଲେଇଙ୍କ ପୀଠ ନିକଟରେ ପାଦଚଲା ରାସ୍ତା ଲାଗି ସର୍ବାଧିକ ୧୯.୫୬ କୋଟି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବାକୁ ରହିଥିବା ବେଳେ ଆଲୋକୀକରଣ ଲାଗି ୧୧.୩୪ କୋଟି ଐତିହ୍ୟ କରିଡର ଲାଗି ୬.୨୬ କୋଟି ଏବଂ ଭେଣ୍ଡିଂ ଜୋନ ଲାଗି ୬ କୋଟି ୭ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ । ଏହାବାଦ୍ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ, ରାତ୍ରି ରହଣୀସ୍ଥଳ, ପୁଷ୍କରିଣୀ, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କଳାକୃତି ପଥର ପାନୀୟଜଳ ଯୋଗାଣ, ବର୍ଷାଜଳ ସଂରକ୍ଷଣ, ବର୍ଜ୍ୟ ନିଷ୍କାସନ, ଚପଲ ଷ୍ଟାଣ୍ଡ ପ୍ରଭୃତି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯିବ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

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

Subscription Rate of The Sweekar

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

Advertisement Tariff of The Sweekar

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

Colour Advertisement - 100% Extra

ସ୍ୱୀକାର
14 - 20 November 2021

ଘଣ୍ଟେଶ୍ୱରୀ ପୀଠ ଉନ୍ନୟନ ପାଇଁ ହେବ ମାଷ୍ଟର୍ ପ୍ଲାନ୍

ସମ୍ବଲପୁର : ଘଣ୍ଟେଶ୍ୱରୀ ପୀଠର ଉନ୍ନୟନ ପାଇଁ ମାଷ୍ଟର୍ ପ୍ଲାନ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶୁଭମ ସକସେନା ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ସେହିପରି ସେଠାରେ ଚାଲିଥିବା ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଆସନ୍ତା ମାର୍ଚ୍ଚ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ କରିଛନ୍ତି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଘଣ୍ଟେଶ୍ୱରୀ ପୀଠ ପରିଦର୍ଶନ କରି ସେଠାରେ ଚାଲିଥିବା ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟର ତଦାରଖ କରିବା ସହ ଆଉ କଣ ସବୁ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇ ପାରିବ ଏନେଇ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ ।

ପ୍ରକାଶ ଥାଉକି ପୀଠର ଉନ୍ନୟନ ପାଇଁ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ପକ୍ଷରୁ ୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ଦିଆଯାଇଛି । ଉକ୍ତ ଟଙ୍କା ବ୍ୟବହାର ହୋଇ ପୀଠରେ ଏକ ବଡ ଘଣ୍ଟି ଲଗାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଉଛି । ସେହିପରି ଏଠାକୁ ଆସୁଥିବା ଭକ୍ତ ଓ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ପାଇଁ ଜୋତା ଷ୍ଟାଣ୍ଡ, ନଦୀ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ସ୍ନାନ ଘାଟ, ଗାଡି ପାର୍କିଂ ସ୍ଥାନ, ସ୍ମୃତିଚିହ୍ନ ଥିବା ମନ୍ଦିରର ମୁଖ୍ୟ ଗେଟ୍, ରାସ୍ତା ପ୍ରଶସ୍ତିକରଣ, ବସିବା ପାଇଁ ଚୌକି, ଚିପିଲିମା ପାର୍ଶ୍ୱରୁ ମନ୍ଦିରକୁ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାକୁ ପାୱାର୍ ଚ୍ୟାନାଲ୍ ଉପରେ ଏକ ପୋଲ ନିର୍ମାଣ, ଗେଷ୍ଟ ହାଉସ୍, ୱାଚ୍ ଟାୱାର୍, ଆଧାତ୍ମିକ ବାତାବରଣ ପାଇଁ ଧ୍ୟାନ ମଣ୍ଡପ ସହ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉନ୍ନତି ମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ଯୋଜନା ରହିଛି ।

ରାଜ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ମାନଚିତ୍ରରେ ପୀଠ ସ୍ଥାନ ପାଇଥିଲେ ମଧ ଅଦ୍ୟାବଧି ଏଠାକୁ ଆସୁଥିବା ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ପାଇଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କୁ ଯେଭଳି ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ କରାଯାଇ ପାରିବ ଏନେଇ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ ମହଲରେ ଦାବି ହୋଇ ଆସୁଛି । ବିଶେଷ କରି ପୀଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ପିଲ୍‌ୱେ ଉପର ଦେଇ ଯାଇଥିବା ପୋଲର ସଂପ୍ରଶାରଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ ହୋଇପଡିଛି । ବଣ ଭୋଜି ପାଇଁ ଆସୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ପାନୀୟ ଜଳ ନେଇ ସମସ୍ୟା ଥିବାରୁ ପାନୀୟ ଜଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ଶକ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ଠାରୁ ମାତ୍ର ୨/୩ ମିଟର ଦୂରରେ ଥିଲେ ମଧ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଆଲୋକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମଧ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ସୁରକ୍ଷା ଦୃଷ୍ଟି କୋଣରୁ ଆଲୋକିକରଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା ତୁରନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବାକୁ ସାଧାରଣରେ ଦାବି ହେଉଛି । ସେହିପରି ପାୱାରଚେନାଲ୍ ଉପର ଦେଇ ପୀଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯଦି ରେପଓ୍ୱେ ବ୍ୟବସ୍ଥା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯିବା ସହ ଶକ୍ତିକେନ୍ଦ୍ର ନିକଟରେ ଥିବା ବନ୍ଧରେ ବୋଟିଂ ବ୍ୟବସ୍ଥା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଲେ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରିବ ବୋଲି ମତ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଗସ୍ତ ଅବସରରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗ-୨ ନିର୍ବାହିଯନ୍ତ୍ରୀ ବଶିଷ୍ଟ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ଏମ୍‌ସିଏଲ୍, ଚିପିଲିମା ଶକ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସହ ମନ୍ଦିର ଟ୍ରଷ୍ଟ ବୋର୍ଡ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରୀ ନାଟକ ସଙ୍କଳନ ପଞ୍ଚମ ବେଦ ଉନ୍ମୋଚିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଧନୁପାଲି ଚେତନା ନାଟ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ପୁସ୍ତକ ଉନ୍ମୋଚନ ଓ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଉତ୍ସବ ଶଙ୍କର ମଠ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ଅଶୋକ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଧର, ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ପଣ୍ଡା, ଡକ୍ଟର ଗୌରିଦାସ ପ୍ରଧାନ, ସହକାରୀ ପ୍ରଧାପକ ଅଖିଳ ବିଶ୍ୱାଳ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ନାଟ୍ୟକାର ପ୍ରଶାନ୍ତ ମାଝୀଙ୍କ ସମ୍ବଲପୁରୀ ନାଟକ ସଙ୍କଳନ 'ପଞ୍ଚମ ବେଦ'କୁ ଅତିଥିମାନେ ଉନ୍ମୋଚନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସଙ୍ଗୀତ ନାଟକ ଏକାଡେମୀ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରାପ୍ତ ଗୀତିକାର ବିନୋଦ ପଶାୟତ ଓ ସଙ୍ଗୀତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିସହ ଅଭିନେତା ସୁରେଶ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କୁ ଚେତନା ନାଟ୍ୟ ସମ୍ମାନ ଓ ଯୁବଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପୀମାନଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ପ୍ରବୀର ମିଶ୍ର ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ସଂପାଦକ ଶରତ ପାଢ଼ୀ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ପଙ୍କଜିନୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ପରଲୋକ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ସରବାହାଲ ଡିଏଭି ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲର ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ପଙ୍କଜିନି ପ୍ରଧାନଙ୍କ ୫୩ ବର୍ଷ ବୟସରେ ହୃଦଘାତ ଜନିତ ବିୟୋଗ ଘଟିଛି । ସମ୍ବଲପୁର ନିବାସୀ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ପଙ୍କଜିନି ପ୍ରଧାନ ୨୦୦୬ ରୁ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷକ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଆସୁଥିଲେ । ସେ ଏକାଧାରରେ ଜଣେ ସଫଳ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ, ଗାଇଡ଼ କ୍ୟାପଟେନ, ସୁସାହିତ୍ୟିକ, ପରିବେଶବିତ ଓ ସମ୍ବଲପୁର ଆକାଶବାଣୀ ଉଦଘୋଷିକା ଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଆତ୍ମାର ସଦଗତି ପାଇଁ ଡିଏଭଳି ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲକୁ ଗୋଟିଏ ଦିନ ଛୁଟି ଘୋଷଣା କରାଯିବା ସହିତ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ମୃତି ସଭାର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା ଓ ଏକ ଶାନ୍ତି ଯଜ୍ଞର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଅଶ୍ରୁଳ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି

ସ୍ୱର୍ଗତ ଶାନ୍ତିଲତା ଦେବୀ
ମୁଦିପଡ଼ା, ସମ୍ବଲପୁର
ଆବିର୍ଭାବ: ୪.୦୨.୧୯୩୭
ତିରୋଧାନ: ୧.୧.୨୦୨୧

-: ଶୋକ ସନ୍ତପ୍ତ :-
ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର (ସ୍ୱାମୀ), ଅମିତାଭ, ମମତା, ଶୁଭଙ୍କର, ରାକ୍ଷୀ, ପଞ୍ଚାନନ ତ୍ରିପାଠୀ, ସୌରଭ, ବେଦବ୍ୟାସ, ସଂଯୁକ୍ତା, କାରୁବାକି ଓ ପରିବାର ବର୍ଗ ।

ହୀରାଖଣ୍ଡ ନାଗରିକ ପରିଷଦର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର : ହୀରାଖଣ୍ଡ ନାଗରିକ ପରିଷଦର ୩୧ ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଅନୁଷ୍ଠାନ ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ଜୟଦେବ ମେହେରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ବଲପୁର ଆଇଆଇଏମ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ମହାଦେଓ ଜୟସ୍ୱାଲ ଓ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଏନ୍ ନାଗାରାଜୁ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଡକ୍ଟର ନନ୍ଦ କିଶୋର ଦେବତା ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ପାଠ ଓ ଯୁଗ୍ମ ସମ୍ପାଦକ ନାରାୟଣ ନାୟକ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ । ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ଗିରିଜାଶଙ୍କର ଶର୍ମା ଓ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ଏ ଅବସରରେ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା ।

Please Like & Subscribe
YouTube
Subscribe
Channel of
SWEEKAR WEEKLY

ବିଶ୍ୱଜିତ ସାହୁ ପୂର୍ବତଟ ରେଳପଥର ମୁଖ୍ୟ ଜନସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ଭାରତୀୟ ରେଳପଥ ଷ୍ଟୋର ସର୍ଭିସ (ଆଇଆରଏସଏସ) ୨୦୧୩ ବ୍ୟାଚ ଅଧିକାରୀ ବିଶ୍ୱଜିତ୍ ସାହୁ ପୂର୍ବତଟ ରେଳପଥର ନୂତନ ମୁଖ୍ୟ ଜନସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ (ସିପିଆରଓ) ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । ମରିସସ୍ ରେଳବାଇକୁ ଡେପୁଟେସନରେ ବିଦେଶ ଯାଉଥିବା ବିଦାୟୀ ସିପିଆରଓ ତଥା ଭାରତୀୟ ରେଳବାଇ ମେକାନିକାଲ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ସେବା ଅଧିକାରୀ କୌଶଳେନ୍ଦ୍ର କିଶୋର ଖାଡ଼ଙ୍ଗାଙ୍କ ଠାରୁ ସେ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ।

ପୂର୍ବରୁ ଶ୍ରୀ ସାହୁ ପୂର୍ବତଟ ରେଳପଥ ମୁଖ୍ୟାଳୟଠାରେ ଉପମୁଖ୍ୟ ଭଣ୍ଡାର ପ୍ରବନ୍ଧକ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିଲେ । ରେଳୱେ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନାରେ ତାଙ୍କର ବଳିଷ୍ଠ ଅଭିଜ୍ଞତା ରହିଛି । ସେ ବିଶାଖାପାଟନମ ଠାରେ ସିନିୟର ମ୍ୟାଟେରିଆଲ ମ୍ୟାନେଜର, ଡିଭିଜନାଲ ମ୍ୟାଟେରିଆଲ ମ୍ୟାନେଜର ଏବଂ ଭୁବନେଶ୍ୱରର ମଞ୍ଚେଶ୍ୱର ଠାରେ ଥିବା ରେଳଡବା ମରାମତି କାରଖାନା ଠାରେ ସିନିୟର ମ୍ୟାଟେରିଆଲ ମ୍ୟାନେଜର ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ବୁଢ଼ାପାଳ ନିବାସୀ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ସାହୁଙ୍କ ସୁପୁତ୍ର ଶ୍ରୀ ସାହୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର କଲେଜ ଅଫ୍ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂରୁ ବିଟେକ୍ ଏବଂ ଆଇଆଇଟି କାନପୁରରୁ ଏମଟେକ୍ ସମାପ୍ତ ପରେ ୨୦୧୫ ରେ ଭାରତୀୟ ରେଳବାଇରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

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