ସାପ୍ତାହିକ ସ୍ୱୀକାର
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.28 | Issue - 50 | 15 - 21 December 2024 | Sambalpur | Pages- 8 | Invitation Price Rs.10

ସୁଜିତ କୁମାର ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦରେ ନିର୍ବାଚିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ଓଡ଼ିଶାରେ ଖାଲି ପଡିଥିବା ଏକମାତ୍ର ରାଜ୍ୟସଭା ଆସନ ପାଇଁ ବିଜେପି ପ୍ରାର୍ଥୀ ସୁଜିତ କୁମାର ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଉପ ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ଏକମାତ୍ର ପ୍ରାର୍ଥୀ ଭାବେ ସୁଜିତ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଥିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ନିର୍ବାଚିତ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି । ରିର୍ଟର୍ଣ୍ଣିଂ ଅଫିସର ଅବନିକାନ୍ତ ପଟ୍ଟନାୟକ ସୁଜିତ କୁମାରଙ୍କୁ ବିଜୟ ନେଇ ପ୍ରମାଣପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ଗତ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୬ ତାରିଖରେ ସୁଜିତ କୁମାର ରାଜ୍ୟସଭା ସଦସ୍ୟ ପଦ ଓ ବିଜେଡ଼ିରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇ ବିଜେପିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହାପରେ ଉପ ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ସେ ବିଜେପିରୁ ଗତ ୯ ତାରିଖରେ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଥିଲେ । ରାଜ୍ୟସଭା ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୬ ଯାଏଁ ରହିଛି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ମଶାତେଲ କିଣା ଦୁର୍ନୀତିରେ ୪ ଜଣ ଗିରଫ୍

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡା ପୌର ପରିଷଦରେ ମଶାତେଲ କିଣା ଦୁର୍ନୀତି ମାମଲାରେ ଭିଜିଲାନ୍ସ ୪ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପୌର ପରିଷଦ ଅକାଉଟାଣ୍ଟ ଅଚ୍ୟୁତାନନ୍ଦ ସ୍ୱାଇଁ, ସାନିଟେସନ ଏକ୍ସପର୍ଟ ବିଶ୍ୱରଞ୍ଜନ ସାହୁ ଓ ପୂର୍ବତନ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ମନୋଜ ତାଣ୍ଡିଙ୍କ ସହ ମଶାତେଲ ଯୋଗାଇ ଥିବା ଫ୍ୟୁଜନ୍ ଗ୍ରୁପର ମାଲିକ ଆଶୁତୋଷ ଅଗ୍ରୱାଲ ଗିରଫ ହୋଇଛନ୍ତି । ପୌର ପରିଷଦ ମଶାତେଲ ୭୭ ଟଙ୍କା ବଦଳରେ ୭୪୦ ଟଙ୍କା ଲିଟର ପିଛା ୭ ହଜାର୫୦୦ ଲିଟର କିଣିଥିଲେ । ଗତକିଛି ଦିନ ତଳେ ଭିଜିଲାନ୍ସ ବିଭାଗ ମଶାତେଲ ଯୋଗାଇ ଥିବା ହୋଲସେଲରଙ୍କ ଗୋଦାମରେ ଚଢ଼ାଉ କରିଥିଲେ । ଏହାଛଡ଼ା ପୌର ପରିଷଦରୁ ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତ କାଗଜପତ୍ର ଜବତ କରିଥିଲେ ।

ଝାରସୁଗୁଡା ପୌର ପରିଷଦ ରେ ଗତ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୩ ମସିହା ରୁ ନଭେମ୍ବର ୨୦୨୩ ମଧ୍ୟରେ ୭ହଜାର ୫୦୦ ଲିଟର ମଶାତେଲ କୁ ୫୫ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଟଙ୍କାରେ ଫ୍ୟୁଜନ୍ ଗ୍ରୁପ ନାମକ ସଂସ୍ଥା ଠାରୁ କିଣାଯାଇ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏହାପୂର୍ବରୁ ୨୦୧୯ ରୁ ୨୦୨୨ ମଧ୍ୟରେ ଲିଟର ପିଛା ମାତ୍ର ୭୭ ଟଙ୍କାରେ କିଣାଯାଇ ଥିବା ତେଲ ଦର ହଠାତ୍ ୧୦ ଗୁଣ ବଢ଼ିଯିବାରୁ ଏ ନେଇ ନାନା ପ୍ରକାର ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିଲା । ଏହାପରେ ପୁଣି ହୋଇଥିବା ଟେଣ୍ଡରରେ ଏହି ତେଲକୁ ୪୨୩ ଟଙ୍କାରେ ଦେବାକୁ ଫ୍ୟୁଜନ୍ ଗ୍ରୁପ ଦେବାକୁ ରାଜି ହେବା ଏହି ଦୁର୍ନୀତିକୁ ଖୋଲିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଛି । କାଗଜପତ୍ର ଯାଞ୍ଚ ପରେ ଫ୍ୟୁଜନ୍ ଗ୍ରୁପ ଝାରସୁଗୁଡାର ଏକ ହୋଲସେଲର ଝାରସୁଗୁଡା ମାର୍କେଟିଂରୁ ୧୨୦ ଟଙ୍କା ରୁ ୨୧୦ ଟଙ୍କାରେ ମଶାତେଲ କିଣି ପୌର ପରିଷଦକୁ ୭୪୦ ଟଙ୍କାରେ ବିକ୍ରି କରି ୫୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ମୁନାଫା କମାଇ ଥିବା ଜଣାପଡିଥିଲା ।

ବୁର୍ଲା ହାଇସ୍କୁଲର ପ୍ଲାଟିନମ୍ ଜୁବୁଲି ଉତ୍ସବ

ବୁର୍ଲା : ବୁର୍ଲା ସରକାରୀ ହାଇସ୍କୁଲର ଦୁଇଦିନିଆ ପ୍ଲାଟିନମ୍ ଜୁବୁଲି ଉତ୍ସବ ରାଜସ୍ୱମନ୍ତ୍ରୀ ସୁରେଶ ପୁଝାରୀ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ଲାଟିନମ୍ ଜୁବୁଲି ପାଳନ କମିଟିର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ରାଜକିଶୋର ଜାଜୋଡିଆଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ର ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପୁରାତନ ଛାତ୍ର ସଂଘର ସଭାପତି ନିରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଏବଂ ଦେବାଶିଷ ନନ୍ଦ ମଧ୍ୟ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍କୁଲର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଶିକ୍ଷକମାନଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସୁସ୍ଥ ଓ ଆଇନ ସମ୍ମତ ସମାଜ ଗଠନ ପାଇଁ ଓକିଲ ମାନେ ଆଗେଇ ଆସନ୍ତୁ: ଜଷ୍ଟିସ୍ ମିଶ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର : ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ଆଇନ ସମ୍ମତ ସମାଜ ଗଠନ କରିବା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ବିଚାରପତି ଜଷ୍ଟିସ୍ ଶଶୀକାନ୍ତ ମିଶ୍ର ଓକିଲ ମାନଙ୍କୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀଜ୍ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଧାନପାଲି ସ୍ଥିତ ପାବନ ସରୋବରରେ ଜଜ୍ ଏବଂ ଓକିଲମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆୟୋଜିତ ଏକ ଆଧାତ୍ମିକ ସଂଗୋଷ୍ଠୀରେ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଜଷ୍ଟିସ୍ ମିଶ୍ର କହିଥିଲେ ଯେ, ଆଇନ ବ୍ୟବସାୟ ପ୍ରତି ଓକିଲ ମାନଙ୍କ ସମ୍ମାନବୋଧ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଜାତିର ଜନକ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ଦେଶରେ ଓକିଲ ଥାଇ ବହୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଛନ୍ତି । ଓକିଲ ମାନେ ଚାହିଁଲେ ସମାଜକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଦିଗ୍‌ଦର୍ଶନ ଦେଇ ପାରିବେ ବୋଲି ଜଷ୍ଟିସ୍ ମିଶ୍ର ତାଙ୍କ ଭାଷଣରେ କହିଥିଲେ ।

ଉତ୍ସବରେ ରାଜ୍ୟ ମାନବ ଅଧିକାର କମିଶନର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଜଷ୍ଟିସ୍ ଶତ୍ରୁଘ୍ନ ପୂଜାରୀ ଏବଂ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ହାଇକୋର୍ଟର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଜଜ୍ ଜଷ୍ଟିସ୍ ବି.ଡି. ରାଠୀ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ରାଜଯୋଗିନୀ ପାର୍ବତୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମକୁମାରୀ ଦୀପାଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ବ୍ରହ୍ମକୁମାରୀ ଆରତୀ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ମାଉଣ୍ଟଆବୁର ଜୁରିଷ୍ଟ ୱିଙ୍ଗ୍‌ର ଜାତୀୟ ସଂଯୋଜକ ଲତା ଆର୍. ଅଗ୍ରୱାଲ ମଧ୍ୟ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ବ୍ରହ୍ମକୁମାର ଜୟକୃଷ୍ଣ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିବା ବେଳେ ବ୍ରହ୍ମକୁମାରୀ ଜ୍ୟୋତି ଧ୍ୟାନ କରାଇଥିଲେ ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

କର୍କଟରୁ ରକ୍ଷା କରିବ କଦଳୀ ପତ୍ର

କାଢ଼ା ପିଉଥିଲେ ସତର୍କ ରହନ୍ତୁ

ଔଷଧୀୟ କଲରା

ଲାଭକାରୀ ରାଶି

ପେଟ ଚର୍ବି କମାଇବ ହଳଦୀ

ବ୍ରୋକଲିର ଉପକାରିତା

ଗୀତା ଜୟନ୍ତୀ ମହୋତ୍ସବ ପାଳନ

ବରଗଡ଼: ଚକରକେନ୍ଦ ଛକ ସ୍ଥିତ ଶାନ୍ତି ତପୋବନ ଆଶ୍ରମ, ମାତୃଛାୟା, ବାନପ୍ରସ୍ଥ ତଥା ନର ନାରାୟଣ ସେବା ମନ୍ଦିରରେ ଷୋଡଶ ତମ ଗୀତା ଜୟନ୍ତୀ ମହୋତ୍ସବ ପାଳନ ହୋଇଯାଇଛି ।

ପଣ୍ଡିତ ବୈଷ୍ଣବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ଓ ରତ୍ନାକର ଦେବତା ଙ୍କ ପୌରୋହିତ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଗୀତା ଜୟନ୍ତୀ ମହୋତ୍ସବରେ ଆଶ୍ରମର ମୁଖ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଦେବଦତ୍ତ ତ୍ରିପାଠୀ ଓ ଧର୍ମପତ୍ନୀ ଜୟନ୍ତୀ କର୍ତ୍ତା ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ ତୁଲାଇ ଥିଲେ । ପଣ୍ଡିତ ରତ୍ନାକର ଦେବତା ଶାନ୍ତି ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ ଓ ଗୋପୁଜନ ହୋଇ ଯଜ୍ଞ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଆଶ୍ରମର ସହ ପରିଚାଳିକା ଲବଙ୍ଗ ସାହୁ ଓ ଅନସୂୟା ଭୋଇ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ମହିଳା ମହା ବିଦ୍ୟାଳୟ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ବିଧାୟକଙ୍କ ନିବେଦନ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଜିଲ୍ଲାରେ ଥିବା ଏକ ମାତ୍ର ମହିଳା ମହା ବିଦ୍ୟାଳୟର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ବିଧାୟକ ଟଙ୍କଧର ତ୍ରିପାଠୀ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ଏକ ଚିଠି ଲେଖି ଏହାର ଭିତ୍ତି ଭୂମି ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଅନୁଦାନ ଯୋଗାଇ ଦେବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀ ତ୍ରିପାଠୀ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଦେଇଥିବା ଚିଠିରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରି କହିଛନ୍ତି ଯେ, ୧.୫ ବିଶିଷ୍ଟ ଏକର ଜମିରେ କଲେଜ ଥିବା ବେଳେ ୧.୧୬ ଭିତ୍ତିଭୂମି ରହିଛି । ଯେଉଁଥିରେ ତିନୋଟି ବିଭାଗର ପାଠ ପଢ଼ା ଓ ଦୁଇଟି ଛାତ୍ରୀ ନିବାସ ରହିଛି । ଏହି ମହା ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ପରିବାରର ଝିଅ ମାନେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ରହିଥିଲେ ହେଁ ଏଠାରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହ, ଉଚ୍ଚ ପାଠାଗାର, ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ,ଖେଳ ପଡିଆ ର ବ୍ୟବସ୍ଥା ନାହିଁ । ଇଂରାଜୀ, ହିନ୍ଦି, ଅର୍ଥନୀତି ଓ ରାଜନୀତି ବିଜ୍ଞାନରେ ସ୍ନାତକୋତ୍ତର ପାଠ୍ୟକ୍ରମ ମଧ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ଏଣୁ ଏହି ମହା ବିଦ୍ୟାଳୟ ର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଅନୁଦାନ ଯୋଗାଇ ଦେବାକୁ ରାଜ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶୀ ସୁରଜ୍ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ପତ୍ର ମାଧ୍ୟମରେ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ତ୍ରିପାଠୀ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ଦୁଇଦିନିଆ ଫୁଟବଲ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତା

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଆକ୍ସନ ଇସ୍ପାତ ଆଣ୍ଡ ପାୱାର ପ୍ରାଇଭେଟ୍ ଲିମିଟେଡ ସହଯୋଗ ରେ ପଣ୍ଡରିପଥର ଏବଂ ମରାକୁଟା ଖେଳ ପଡ଼ିଆ ରେ ଆଞ୍ଚଳିକ ଦଳ ମାନଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ଦୁଇ ଦିନିଆ ଫୁଟବଲ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ଉକ୍ତ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ୮ ଟି ଦଳ ଯଥା ପଣ୍ଡରିପଥର, ମରାକୁଟା, ଯମେରା, ବୁଢ଼ିପଦର, ହିରମା, ବଡମାଲ,ସାରସମାଲ ଏବଂ ତିପାପଡା ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ପ୍ରଥମ ଦିନ ନକଆଉଟ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିନ ସେମି ଫାଇନାଲ ଏବଂ ଫାଇନାଲ ମ୍ୟାଚ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ସମଲେଶ୍ୱରୀ କ୍ଲବ ପଣ୍ଡରିପଥର ଓ ସାରସମାଲ ମଧ୍ୟ ରେ ଫାଇନାଲ ମ୍ୟାଚ ଖେଳାଯାଇଥିଲା ଯେଉଁଥିରେ ସମଲେଶ୍ୱରୀ କ୍ଲବ ପଣ୍ଡରିପଥର ୨-୦ ଗୋଲ ରେ ବିଜୟୀ ହୋଇ ଏ ବର୍ଷର ଚମ୍ପିୟାନ ହେଇଥିଲା । ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ସମାରୋହରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ତହସିଲଦାର ସଦାନନ୍ଦ କୁମାର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସଭାରେ ଆକ୍ସନ ଇସ୍ପାତ ଆଣ୍ଡ ପାୱାର ପ୍ରାଇଭେଟ୍ ଲିମିଟେଡର ମୁଖ୍ୟ ଚରଣ କୁମାର ଜେନା ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଣୟ ଦେଓ, ହଁସମୁରା କଟାପାଲି ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ ର ସରପଞ୍ଚ ଦେବାର୍ଚ୍ଚନ ସେଟ୍, ଯମେରା ଗ୍ରାମର ବୁଦ୍ଧିଜିବୀ ମିତ୍ରଭାନୁ ସାହୁ, ମରାକୁଟାର ବୁଦ୍ଧିଜିବୀ ତଥା ଏକ୍ସ ସରପଞ୍ଚ ବିରଞ୍ଚି ମେହେର, ନୃପ ମେହେର, ବେଣ୍ଡୁଧର ବିର୍ତ୍ତିଆ, ହେମନ୍ତ ସିଂହ ଉପସ୍ଥିତ ରହି କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ଦେଇଥିଲେ ।

ରଜାମାଲ ଫୁଟବଲ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ସରବାହାଲ ଚମ୍ପିୟାନ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: କୋଲାବିରା ବ୍ଲକ ରଜାମାଲ ଗ୍ରାମରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନାରାୟଣ ଯୁବକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀ ଯାତ୍ରା ଉପଲକ୍ଷେ ଆୟୋଜିତ ଦ୍ୱିଦିବସୀୟ ଫୁଟବଲ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ସରବାହାଲ ଜୟ ଜବାନ କ୍ଲବ୍ ଚମ୍ପିୟାନ ହୋଇଛି । ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ରେ ମୋଟ ୧୬ ଦଳ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।ଫାଇନାଲ ମ୍ୟାଚର ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ କୌଣସି ଫଳାଫଳ ନ ହେବାରୁ ଟ୍ରାଇ ବ୍ରେକର ସହାୟତାରେ ଜୟ ଯବାନ କ୍ଲବ୍ ସରବାହାଲ ଦଳ ୫-୪ ଗୋଲରେ ରୋମିକ୍ସ କ୍ଲବ୍ ସୁନ୍ଦରଗଡକୁ ପରାସ୍ତ କରି ଚମ୍ପିୟାନ ହୋଇଛି । ଖେଳ ଗୁଡ଼ିକୁ ରେଫରୀ ମିତ୍ରଭାନୁ ନାଏକ, ନୀଳ ନାଏକ, ଲକ୍ଷ୍ମଣ କିସାନ, ନବୀନ ଦେଓ, କିଶୋର ମାଝୀ ପ୍ରମୁଖ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ସମାସିଂହା ସରପଞ୍ଚ କରୁଣାକର ସେଠଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱ ରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ଉତ୍ସବରେ ବିଜେପି ମଣ୍ଡଳ ସଭାପତି ରାଜେନ୍ଦ୍ର ଦାଶ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ ସେଓ୍ୱା ଅନୁଷ୍ଠାନ ର ସମ୍ପାଦକ ସୁଶୀଲ କୁମାର ଦାଶ ମୁଖ୍ୟ ବକ୍ତା ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ବିଜେତା ଦଳ କୁ ୩୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ସହ ଟ୍ରଫି ଓ ଉପ ବିଜେତା ଦଳ କୁ ୨୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଓ ଟ୍ରଫି ପ୍ରଦାନ କରି ଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଝିର୍ଲାପାଲି ସରପଞ୍ଚ ତିଳୋତ୍ତମା ଛତ୍ରାନ, କୁଲିହାମାଲ ର ପୂର୍ବତନ ସରପଞ୍ଚ ଅଞ୍ଜନ ପଟେଲ, ଅବସର ପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଅଶୋକ କୁମାର ବେହେରା, ବିଜେପିର ମଣ୍ଡଳ ଉପସଭାପତି ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ପୂଜାରୀ, ଯୁବ ନେତା ଲିଙ୍ଗନ ଟଣ୍ଡକାର, ସମାଜସେବୀ ଭାଗିରଥି ଛତ୍ରିଆ, ସେଓ୍ୱାର ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ରବୀନ୍ଦ୍ର ବେହେରା, ଫୁଟବଲ୍ କମିଟି ର ସଭାପତି ପବିତ୍ର ମାଝୀ ଓ ସମ୍ପାଦକ ଟୋକାରାମ ବାଗ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ଆୟୋଜକ ଲକ୍ଷ୍ମୀନାରାୟଣ ଯୁବକ ସଂଘର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରୀ ଧନୁଯାତ୍ରା କମିଟିର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ବଳରାମ ବରଣ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁରୀ ଧନୁଯାତ୍ରା କମିଟି ତରଫ ରୁ ଆସନ୍ତା ଜାନୁୟାରୀ ୧୫ତାରିଖରୁ ୧୯ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ବଲପୁରରେ ହେବାକୁ ଥିବା ସମ୍ବଲପୁରୀ ଧନୁଯାତ୍ରା ନିମନ୍ତେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ବଳରାମ ବରଣ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଯାଇଅଛି ।ଛତାବର ର ଦୁଷ୍ମନ୍ତ ପଣ୍ଡା ଓ ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି ପଣ୍ଡାଙ୍କ ପୁତ୍ର ଓମ ସାଇରାମ ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅଭିନେତା ଭାବେ ବରଣ କରାଯାଇଥିଲା ।ଏଥିରେ କମିଟି ର ସଭାପତି ସଞ୍ଜୟ ବାବୁ କର୍ତ୍ତା ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇ ଥିବାବେଳେ ପଣ୍ଡିତ ସୁବ୍ରତ ପୁରୋହିତ ପୂଜକ କାର୍ଯ୍ୟ ତୁଲାଇଥିଲେ । ସେହିପରି ଚିହ୍ନିକିପାଲିର ଅଶୋକ ତନସନା ଓ ଅହଲ୍ୟା ତନସନା ଙ୍କ ପୁତ୍ର ସତ୍ୟବ୍ରତ ଙ୍କୁ ବଳରାମ ଭୂମିକା ନିମନ୍ତେ ବରଣ କରାଯାଇ ଥିଲା । ଏଥିରେ କମିଟିର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି କମଲ ଲୋଚନ ପଣ୍ଡା କର୍ତ୍ତା ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇଥିବା ବେଳେ ପଣ୍ଡିତ ପଦ୍ମ ଲୋଚନ ପୁରୋହିତ ପୂଜକ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ ତୁଲାଇଥିଲେ ।ଉଭୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ରେ କମିଟି ର ସମ୍ପାଦକ ଗୁଣରଞ୍ଜନ ସାଲିମା, କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ନିଶିକାନ୍ତ ବିଶ୍ୱାଳ, ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ବାବଲୁ ବାଗ, ସାଂସ୍କୃତିକ ସମ୍ପାଦକ କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ବାଗ ଙ୍କ ସମେତ କମିଟି ର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସଦସ୍ୟ ସଦସ୍ୟା ଚୈତନ୍ୟ ନାୟକ, ଯୋଗେଶ ନନ୍ଦ, ଲଳିତ ମୋହନ ବେବର୍ତ୍ତା, ଜୟକୃଷ୍ଣ ବେହେରା, ଲିଳିମା ମଲ୍ଲିକ, ସୌରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଘୁନୁ ଚରଣ ପାଢ଼ୀ, ଇଂ.ଅନମୋଲ ଦାଶ, ସୂର୍ଯ୍ୟ ପାଣିଗ୍ରାହୀ,ସନ୍ତୋଷ ରାୟଗୁରୁ,ସସ୍ମିତା ଦୀପ, ବେଦି ବାରିକ, ପ୍ରଜ୍ଞା ପୂଜାରୀ, ନରେଶ ସିଂ, ସରୋଜ ମହାପାତ୍ର, ପିତୁ ରାଉତ, ଦୁଲାଲ ରାୟ ଓ ଶେଷଦେବ ଗୁରୁ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ନୃସିଂହ ଗୁରୁ ସ୍ମୃତି ସମିତି, ମୁଦିପଡ଼ା, ସମ୍ବଲପୁର

ପ୍ରବୀଣ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ତଥା ବିଶିଷ୍ଟ ସାମ୍ବାଦିକ **'ଓଡ଼ିଶାର ଗାନ୍ଧୀ'** ରୂପେ ପରିଚିତ **ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ** ୪୧ ତମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ଅବସରରେ ବିଗତ ବର୍ଷମାନଙ୍କ ଭଳି ଚଳିତ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟ କେ.ଜି, ସବ୍‌ଜୁନିଅର (ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ), ଜୁନିଅର (ଚତୁର୍ଥରୁ ସପ୍ତମଶ୍ରେଣୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ), ସିନିୟର (ଅଷ୍ଟମରୁ ଦଶମ ଶ୍ରେଣୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ) ଓ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତରୀୟ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା **ଆସନ୍ତା: ୨୨.୧୨.୨୦୨୪ (ରବିବାର)** ଦିବା ୧୦ ଘଣ୍ଟା ସମୟରେ ସମ୍ବଲପୁରର ପଟ୍ଟନାୟକପଡ଼ା ସ୍ଥିତ **ବ୍ରଜମୋହନ ପଟ୍ଟନାୟକ ୟୁ.ପି. ସ୍କୁଲ**ରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ବକ୍ତୃତା, ପ୍ରବନ୍ଧ ଓ କୁଇଜ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଭାରତୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମ ଓ ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ଜୀବନୀ ଉପରେ ଆଧାରିତ ହେବ । କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଆସନ୍ତା ୦୨.୦୧.୨୦୨୫ (ଗୁରୁବାର) ଦିନ ଆୟୋଜିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧୋତ୍ସବରେ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯିବ ।

	ପ୍ରତିଯୋଗିତା ନାମ	ବିଷୟ ବସ୍ତୁ		ଆବଶ୍ୟକ ସୂଚନା
୧	ପ୍ରବନ୍ଧ ଲିଖନ	ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆରମ୍ଭ ୧ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଶୀର୍ଷକ ଦିଆଯିବ		ସମୟ ୧ ଘଣ୍ଟା
୨	ବକ୍ତୃତା	ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆରମ୍ଭରୁ ୧ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଶୀର୍ଷକ ଦିଆଯିବ		ସମୟ ୫ ମିନିଟ୍
୩	ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତରୀ (Quiz)			ପ୍ରତିବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ୪ ଜଣିଆଁ ଏକାଧିକ ଦଳ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିପାରିବେ ।
୪	ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭଗବତ୍ ଗୀତା ଶ୍ଳୋକ ଆବୃତ୍ତି	(ପଞ୍ଚଦଶ ଅଧ୍ୟାୟ)		
୫	ଦେଶାତ୍ମବୋଧ ସଙ୍ଗୀତ ଓ ଭଜନ	ଓଡ଼ିଆ ବା ହିନ୍ଦୀରେ		ସମୟ ୫ ମିନିଟ୍
୬.	ଚିତ୍ରାଙ୍କନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା			ସମୟ ୧ ଘଣ୍ଟା
	(କେ.ଜି-୧ ଓ କେ.ଜି ୨)	ରଙ୍ଗଭର୍ତ୍ତି କରିବା	**(ପ୍ରଥମ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ)**	ପଦ୍ମଫୁଲ କିମ୍ବା ଆଇସକ୍ରିମ୍
	(ତୃତୀୟ ଓ ଚତୁର୍ଥ ଶ୍ରେଣୀ)	ପ୍ରାକୃତିକ ଦୃଶ୍ୟ କିମ୍ବା ମନ୍ଦିର	**(ପଞ୍ଚମ ଓ ଷଷ୍ଠ)**	ଲାଇଟ୍ ହାଉସ୍ କିମ୍ବା ବିବିଧତା ମଧ୍ୟରେ ଏକତା
	(ସପ୍ତମ ଓ ଅଷ୍ଟମ)	ଜଳ ସଂରକ୍ଷଣ କିମ୍ବା କୌଣସି ଏକ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଚିତ୍ର		
	(ନବମ ଓ ଦଶମ)	ଗ୍ଲୋବାଲ ୱାର୍ମିଂ କିମ୍ବା କୌଣସି ଏକ ପର୍ବ		
	(କଲେଜ ଓ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ)	ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କିମ୍ବା ସାଂସ୍କୃତିକ ଐତିହ୍ୟ		
୭.	ସୁନ୍ଦର ହସ୍ତାକ୍ଷର ଲିଖନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା । **(ସମୟ ୧ଘଣ୍ଟା)**			

ଚିତ୍ରାଙ୍କନ ଓ ସୁନ୍ଦର ହସ୍ତାକ୍ଷର ଲିଖନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ସକାଳ ୯ ଘ. ସମୟରେ ଆରମ୍ଭ ହେବ । ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଡ୍ରଇଂ ପେପର ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ । ସେମାନେ ତାଙ୍କର ନିଜସ୍ୱ ପେନ୍‌ସିଲ, ରଙ୍ଗ, ତୁଳୀ ଆଦି ନିଜ ସାଙ୍ଗରେ ନେଇ ଆସିବେ । ସୁନ୍ଦର ହସ୍ତାକ୍ଷର ଲିଖନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ପାଇଁ ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ କାଗଜ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ।

ବି.ଦ୍ର: (୧) ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ସେମାନେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟର ୧ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ଆସି ନାମ ପଞ୍ଜିକରଣ କରାଇବେ ।

(୨) ପ୍ରବନ୍ଧ ଲିଖନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ପାଇଁ ଖାତା ଆୟୋଜକଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ।

(୩) ପ୍ରତିଯୋଗିତା ସମ୍ପର୍କରେ ସବିଶେଷ ବିବରଣୀ ପାଇଁ **ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର (ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଶିକ୍ଷା ମଣ୍ଡଳାଧୀଶ), ଶାନ୍ତିନଗର, ସମ୍ବଲପୁର,** ମୋ- ୯୪୩୮୩୮୬୯୮୪ ଙ୍କ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ଜୀବନୀ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ www.nrusinghguru.in ୱେବସାଇଟ୍‌କୁ ଯାଇ ପାରିବେ । ଏଥିରେ ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରକାଶିତ ଇଂରାଜୀ, ହିନ୍ଦୀ ଓ ଓଡ଼ିଆ ପୁସ୍ତକ ମାଗଣାରେ ଉପଲବ୍ଧ ଅଛି ।

ରାମାୟଣ କଥା : ନିଜକୁ ଚିହ୍ନିଲେ ଅନ୍ୟକୁ ଚିହ୍ନିହେବ

ଡ଼ଃ ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ପଣ୍ଡା

ରାମାୟଣର ଏକ ପ୍ରମୁଖ ପାତ୍ର । ଯାହାଙ୍କ ଅନେକ ନାମ । ଶହେଆଠ ବୋଲି ମାନ୍ୟତା ରହିଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ବାର ନାମ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୁଭ ଓ ଚମତ୍କାରୀ । ମାରୁତି, ହନୁମାନ, ଅଞ୍ଜନିପୁତ୍ର, ବାୟୁସୁତ, ରାମେଷ୍ଟ, ଅଧିକର୍ମଣ, ଫାଲ୍ଗୁନୀସଖା, ସୀତାଶୋକ ବିନାଶକ, ପିଙ୍ଗାକ୍ଷ, ମହାବଳୀ, ଲକ୍ଷ୍ମଣ ପ୍ରାଣଦାତା ଓ ଦଶଗ୍ରୀବାଦର୍ପ । ଏତଦଭିନ୍ନ ସଙ୍କଟ ମୋଚନ ଏବଂ ବଜରଙ୍ଗବଳି ନାମରେ ସେ ବିଖ୍ୟାତ । ବେଶ ଜଣାଶୁଣା । ଲୋକପ୍ରିୟ । ପିଲାଦିନ ନାମ ମାରୁତି । ମରୁତ ପୁତ୍ର । କୁହାଯାଏ, ଭଗବାନ ହନୁମାନଙ୍କ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବାର ନାମ ପ୍ରାତଃ ଏକକାଳୀନ ସ୍ମରଣ ଅଥବା ଉଚ୍ଚାରଣ କଲେ ପୁଣ୍ୟଫଳ ମିଳେ । ତ୍ରେତା ଯୁଗର ଅନ୍ତିମ ଚରଣରେ ୮୫ ଲକ୍ଷ ୫୮ ହଜାର ୧୧୨ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଚୈତ୍ର ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ମଙ୍ଗଳବାର ଦିନ ସକାଳ ୬.୦୩ ରେ ଚିତ୍ରା ନକ୍ଷତ୍ର ମେଷ ରାଶିରେ ହନୁମାନଙ୍କ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ବୋଲି ଜ୍ୟୋତିଷ ଶାସ୍ତ୍ରୀମାନେ ମତ ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ଏହା ଗବେଷଣା ସାପେକ୍ଷ ।

ହନୁମାନଙ୍କ ଜନ୍ମ ବୃତ୍ତାନ୍ତ ଅତ୍ୟନ୍ତ ରହସ୍ୟମୟ । ଏସମ୍ପର୍କରେ ଏକାଧିକ ମତ ଓ ମାନ୍ୟତା ଗୋଚର ହୁଏ । ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ମୋହିନୀ ରୂପାକର୍ଷଣରେ କାମାତୁର ଶିବଶକ୍ତି ସ୍ଖଳନରୁ ହନୁମାନଙ୍କ ସୃଷ୍ଟି ବୋଲି ମାନ୍ୟତା ରହିଛି । ଅନ୍ୟେକ ମାନ୍ୟତାନୁସାରେ ବାୟୁଦେବ ଓ ଅଞ୍ଜନାଙ୍କ ସଙ୍ଗମରୁ ହନୁମାନଙ୍କ ଜନ୍ମ । ନିଜ ରୁଦ୍ର ଶକ୍ତିର ଅଂଶ ଭଗବାନ ସଦାଶିବ ପବନ ରୂପରେ ହବନ କୁଣ୍ଡରେ ଅର୍ପିତ କରିଥିଲେ ଯାହା ଅଞ୍ଜନୀଙ୍କ ଗର୍ଭରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥିଲା ଓ ହନୁମାନଙ୍କ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ବୋଲି ମତ ପୋଷଣ କରନ୍ତି ଅନେକେ । ଅନ୍ୟ କେତେକେ ବାନରରାଜ କେଶରୀ ଓ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଅଞ୍ଜନୀ ଅଖଣ୍ଡ ତପୋବଳରେ ଭଗବାନ ଶିବଙ୍କୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରି ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସଦୃଶ ବଜ୍ରାଙ୍ଗ, ବାୟୁ ଦେବଙ୍କ ଭଳି ବେଗବାନ ଓ ଗଣେଶଙ୍କ ସମତୁଲ ବୁଦ୍ଧିମନ୍ତ ପୁତ୍ର ବରଦାନ ପାଇଥିବାର ଦର୍ଶାନ୍ତି । ତେବେ, ତ୍ରେତା ଯୁଗରେ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ସପ୍ତମାବତାର ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସହାୟତା ସକାଶେ ଏକାଦଶ ରୁଦ୍ରାବତାର ହନୁମାନଙ୍କ ଆବିର୍ଭାବ ଏହା ସମସ୍ତେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ।

ବାଲ୍ୟକାଳରେ ହନୁମାନ ଥିଲେ ଚପଳ ଓ ନଟଖଟ । ଏକଦା ସହସ୍ର ଯୋଜନ ସ୍ଥିତ ଉଦୀୟମାନ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦେବଙ୍କୁ ମଧୁର ଫଳ ଭାବି ଗ୍ରାସ କରିଥିଲେ ହନୁମାନ । ସୂର୍ଯ୍ୟଗ୍ରାସ କେବଳ ରାହୁର ଅଧିକାରଭୁକ୍ତ । ତାରି ଅଭିଯୋଗ କ୍ରମେ କ୍ରୋଧିତ ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ର ହନୁମାନ ମୁହଁରେ ବଜ୍ର ପ୍ରହାର କରନ୍ତେ ସୂର୍ଯ୍ୟଦେବଙ୍କ ମୁକ୍ତି ହେଲା । ଅନାଲୋକିତ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ଆଲୋକିତ ହେଲା । ଅମା ଅନ୍ଧକାର ହଟିଲା । ରାହୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେଲା । ପରନ୍ତୁ ବଜ୍ରାଘାତ ସହ୍ୟ କରିନପାରି ସରଳ ଶିଶୁ ମାରୁତିର ପ୍ରାଣ ଛାଡିଲା । ଆକାଶରୁ ଭୂମି ପତିତ ନିଜ ପୁତ୍ରକୁ ଦେଖି କ୍ରୋଧିତ ବାୟୁ ଦେବ ସମସ୍ତ ଜଗତରୁ ବାୟୁ ଶୋଷଣ କରିନେଲେ । ବିନା ବାୟୁରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଜଗତରେ ହାହାକାର ପଡିଲା । ଭଗବାନ ଶିବ ଓ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଦେବତା ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଭର୍ତ୍ସନା କଲେ । ଜୀବଦାନ ପାଇଁ ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କୁ ନିବେଦନ କଲେ । ପର ପିତାଙ୍କ ଅନୁକମ୍ପାରେ ହନୁମାନଙ୍କୁ ପୁନର୍ଜନ୍ମ ମିଳିଲା । ସମସ୍ତ ଦେବଗଣ ତାଙ୍କର କଲ୍ୟାଣ କାମନା କଲେ । ବରଦାନ ଦେଲେ । ଇନ୍ଦ୍ର ଦେବ ନିଜର ଭୂଲ ବୁଝିପାରିଲେ । ବାୟୁ ଦେବଙ୍କ କ୍ରୋଧ ଶାନ୍ତ ହେଲା । ହେଲେ, ବଜ୍ରାଘାତରେ ବାୟୁପୁତ୍ରର ହନୁ ଚେପା ପଡିଲା । ତହିଁରୁ ତାଙ୍କ ନାମ ହନୁମାନ ପଡିଲା । ମାରୁତି ହନୁମାନ ନାମରେ ଖ୍ୟାତ ହେଲେ ।

ହନୁମାନଙ୍କ ବାଲ୍ୟ ଚପଳତା ଓ ଉଦଣ୍ଡ ପ୍ରକୃତି ଯୋଗୁଁ ମୁନିଋଷିଙ୍କ ତପସ୍ୟା ଏବଂ ହୋମଯଜ୍ଞାଦିରେ ବିଘ୍ନ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା । ଅତିଷ୍ଠ ଋଷିଗଣ ବ୍ରାହ୍ମଦେବଙ୍କ ଶରଣାଗତ ହେଲେ । 'ହନୁମାନ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିସ୍ମରଣ କରିବେ ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେହି ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଶକ୍ତି କଥା ସ୍ମରଣ ନକରାଏ ଏବଂ ଏଣୁଏଣିକି ସେ ରାମ ଭକ୍ତିରେ ଲୀନ ହେବେ 'ଶାପିତ କଲେ ଭୃଗୁବଂଶୀ ଋଷି ଏବଂ ଅଙ୍ଗିରା ବ୍ରହ୍ମଦେବଙ୍କ ଉପଦେଶାନୁକ୍ରମେ । ସୂର୍ଯ୍ୟପୁତ୍ରୀ ସୁବର୍ଚ୍ଚଳାକୁ ଅପମାନିତ କରିଥିବାରୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦେବଙ୍କ ଅଭିଶାପାନୁସାରେ ତାଙ୍କର ସ୍ମୃତିହାନୀ ଘଟିଥିଲା ବୋଲି ଅନେକେ କୁହନ୍ତି ।

ସୀତାନ୍ୱେଷଣ ସମୟରେ ସମୁଦ୍ର କୂଳରେ ଜାମ୍ବବାନ ତାଙ୍କର ଶକ୍ତି ଓ ଅଭିଶାପିତ ଜୀବନ କାହାଣୀ ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ମରଣ କରେଇଥିଲେ । ଆତ୍ମପରିଚିତି ଉପରାନ୍ତେ ଶହେ ଯୋଜନ ସମୁଦ୍ର ଲଂଘିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଥିଲେ ସେ । ସମୁଦ୍ର ପାର କରିବା ବେଳେ ସୁରସା ଏବଂ ସିଂହିକା ନାମ୍ନୀ ଦୁଇ ରାକ୍ଷସୀ ତାଙ୍କ ମାର୍ଗ ଅବରୋଧ କରି ବିଫଳ ହୋଇଥିଲେ । ହାର ମାନିଥିଲେ ପବନପୁତ୍ର ହନୁମାନଙ୍କ ଚତୁରତା ଓ ପରାକ୍ରମ ଆଗରେ । ସମୁଦ୍ର ଅଞ୍ଚଳରେ ମୈନାକ ପର୍ବତ ହନୁମାନଙ୍କୁ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ସେଠି ବିଶ୍ରାମ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ 'ସର୍ବପ୍ରଥମେ ରାମକାର୍ଯ୍ୟ ତହିରେ ବିଶ୍ରାମ 'କହି ହନୁମାନ ନିମିଷେକ ପାଇଁ ପାଦ ଥାପି ମୈନାକ ପର୍ବତରେ ଅନୁରୋଧ ରକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ମାନ ରଖିଥିଲେ ।

ସମୁଦ୍ର ପାର ପରେ ଦେବୀ ଲଙ୍କିନୀ ସହ ହନୁମାନଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ ହୁଏ । ଲଙ୍କିନୀର ବିନାନୁମତିରେ ଲଙ୍କା ପ୍ରବେଶ କରିବା କାହାରି ପକ୍ଷେ ସମ୍ଭବ ନଥିଲା । ପରନ୍ତୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ରୂପ ଧାରଣ କରି ଅତି ଚତୁରତାର ସହିତ ହନୁମାନ ଲଙ୍କାରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଥିଲେ । ରାମଭକ୍ତ ହନୁମାନଙ୍କ ଲଙ୍କା ପ୍ରବେଶ ଲଙ୍କିନୀର ମୁକ୍ତିର ପଥ ଉନ୍ମୋଚିତ କରିଥିଲା । ନିଜସ୍ୱ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ସେ ବ୍ରାହ୍ମଲୋକ ଗମନ କରିଥିଲେ । ପରଂ ପିତା ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ କଠୋର ଶାପରୁ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିଥିଲେ । ପୁନଃ ବ୍ରାହ୍ମଲୋକର ସୁରକ୍ଷାଧିକାରୀର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ ।

ଲଙ୍କା ଥିଲା ବିରାଟ । ବିଶାଳ । ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ନଗରୀ । ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୁନ୍ଦର । ମନୋରମ । ଦେବୀ ସୀତାଙ୍କୁ ଏତେ ବଡ଼ ନଗରୀରେ ଖୋଜି ଠାବକରିବା ହନୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଥିଲା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ ଓ ଆହ୍ୱାନପୂର୍ଣ୍ଣ । ରାମକୃପାରୁ ଲଙ୍କାରେ ତାଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ ହୁଏ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ରାମଭକ୍ତ ସହିତ । ରାବଣ ଭ୍ରାତା ବିଭୀଷଣ । ତାଙ୍କଠାରୁ ମାତା ସୀତାଙ୍କ ସମାଚାର ମିଳେ । ଅଶୋକ ବାଟିକାରେ ରାକ୍ଷସୀଙ୍କ କଡା ପହରା ଭିତରେ ଦେବୀ ସୀତାଙ୍କୁ ରଖିଥିବା ସମ୍ବାଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ହନୁମାନ । ରାମଦୂତ ହନୁମାନ ସାକ୍ଷାତ କରନ୍ତି ମାତା ସୀତାଙ୍କୁ ଅଶୋକ ବାଟିକାରେ । ପିରିଚୟ ଓ ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ମୁଦ୍ରିକା ଅର୍ପଣ କରନ୍ତି ଦେବୀ ସୀତାଙ୍କୁ । ରାମ କଥା ଓ ଗାଥା ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତି । ସୀତାଙ୍କ ହାଲଚାଲ ବୁଝନ୍ତି । ମନ କଷ୍ଟ କରନ୍ତି । ଅଶ୍ରୁ ଗଡ଼ାନ୍ତି । ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦିଅନ୍ତି । ମାତା ସୀତାଙ୍କ ଚୂଡ଼ାମଣି ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଦେବାପାଇଁ । ଅଶୋକ ବାଟିକା ଧ୍ୱସ୍ତ ବିଧ୍ୱସ୍ତ କରନ୍ତି । ଅକ୍ଷୟ କୁମାରକୁ ବିନାଶ କରନ୍ତି ଶନିଦେବଙ୍କୁ ବନ୍ଧନମୁକ୍ତ କରନ୍ତି । ସୂର୍ଯ୍ୟ ଶିଷ୍ୟ ହନୁମାନ । ସୂର୍ଯ୍ୟ ପୁତ୍ର ଶନି । ଉଭୟେ ଭାଇ ଭାଇ । ଦୁଇ ଭାଇ ସୁନାର ଲଙ୍କାକୁ ଚୂନା କରନ୍ତି । ନିଆଁ ଲଗାଇ ଭସ୍ମୀଭୂତ କରନ୍ତି । ରାବଣଙ୍କୁ ଚେତାବନୀ ଦିଅନ୍ତି ମାତା ସୀତାଙ୍କୁ ଫେରେଇବାକୁ । ରାମଙ୍କ ଶରଣାଗତ ହେବାକୁ ।

ମରଣ କାଳେ ବିପରୀତ ବୁଦ୍ଧି । ଗର୍ବ ଏବଂ ଅହଙ୍କାରରେ ଅନ୍ଧ ବିଶ୍ରବା ପୁତ୍ର ରାବଣ । ଚତୁର୍ବେଦଜ୍ଞାତା । ହେଲେ ବିବେକହୀନ । ଆଖି ଥାଇ ଅନ୍ଧ । ଜ୍ଞାନ ଥାଇ ଅଜ୍ଞାନ । ପଣ୍ଡିତ । କିନ୍ତୁ ଚଣ୍ଡାଳର ବ୍ୟବହାର । ଧରାକୁ ସରା ମଣୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ରାମଭକ୍ତି ଓ ରାମଶକ୍ତି ବୁଝିବ କିପରି ? ରାମଭକ୍ତ ହନୁମାନ ଦାସ୍ୟ ଭକ୍ତିର ଅପୂର୍ବ ନିଦର୍ଶନ । ରାମଦୂତ । ସୀତାଶୋକବିନାଶକ । ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଗୁଣର ଅପୂର୍ବ ଭଣ୍ଡାର । ଅତୁଳିତ ବଳ ଓ ପରାକ୍ରମଶାଳୀ ବୀର ହନୁମାନ । ଯିଏ ରାମ, ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଓ ସୀତାଙ୍କ ହୃଦୟରେ ବାସ କରନ୍ତି । ଲକ୍ଷ୍ମଣପ୍ରାଣଦାତା, ସଂଜୀବନୀ ବୁଟି ଆଣି ଯିଏ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ପ୍ରାଣ ରକ୍ଷା କରନ୍ତି । ଯିଏ ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ପାଇଁ ଭରତ ସମାନ । ଯାହାଙ୍କ ମନ୍ତ୍ରରେ ମୁଗ୍ଧ ବିଭୀଷଣ । ଯାହାଙ୍କ ଭୟରେ ସମସ୍ତ ଭୂତ ପିଶାଚ ଥରହର । ଯିଏ ସଙ୍କଟ ମୋଚନ । ଯାହାଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ ମାତ୍ରେ ରୋଗ ପୀଡାଦି ଦୂର ହୁଏ । ସର୍ବ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ବନ୍ଧନ ମୁକ୍ତ ହୁଏ ତାଙ୍କୁ ଆମର କୋଟି ପ୍ରଣାମ ।

କୁହାଯାଏ, ଏବେ ମଧ ଭଗବାନ ହନୁମାନ ସଶରୀରେ ବିଦ୍ୟମାନ । ଯିଏ ତାଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ଭକ୍ତି କରେ ସେ ତାର ସକଳ ସଙ୍କଟ ଦୂର କରନ୍ତି । ହନୁମାନଙ୍କ ଭକ୍ତ ଉପରେ ଶନିଙ୍କ ବକ୍ର ଦୃଷ୍ଟି ପଡ଼େ ନାହିଁ । ରାମାୟଣର ମୁଖ୍ୟ ପାତ୍ର ହନୁମାନଙ୍କ ଜୀବନରୁ ଅନେକ କଥା ଶିଖିବାକୁ ମିଳେ । ପରିଚୟ ଜାତି କିମ୍ବା ଧର୍ମରୁ ମିଳେ ନହିଁ । କର୍ମରୁ ମିଳେ । ଆବଶ୍ୟକାନୁସାରେ ବଳ ନୁହେଁ ବୁଦ୍ଧିର ପ୍ରୟୋଗ ସଫଳତା ଆଣେ । ବଳଶାଳୀ ଓ ବୁଦ୍ଧିମାନ ହେବା ସହିତ ବିବେକବାନ ହେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ବିବେକ ହିଁ ଭଲ ମନ୍ଦର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାଏ । ବୃହତ ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ ଛୋଟିଆ ସ୍ୱାର୍ଥର ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେବା କିଛି ଖରାପ ନୁହେଁ । ମନରେ ସର୍ବଦା ସାହସ ସହିତ ସମର୍ପଣ ଭାବ ରଖିବା ଦରକାର ।

'ମହୀ ମଣ୍ଡଳେ ଦେହ ବହି, ଦେବତା ହେଲେ ବି ମରଇ 'ଏହି ଭାଗବତ ବାଣୀ ନିଛକ ସତ । ଜଗତର ଦୁଇଟି ସତ୍ୟ, ଜନ୍ମ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁ । ଜନ୍ମ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ମଝିରେ ଜୀବନର ଦୋଳିଖେଳ । ପବନ ଯିବା ଆସିବା କରୁଛି । ଜୀବନ ଅଛି । ପବନ ବନ୍ଦ, ସବୁ ସମାପ୍ତ । ଆଜି ଅଛି କାଲି ନହିଁ । ଜୀବନ ଅବଧି କାହାକୁ ଜଣା ନହିଁ । ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଅଜଣା । ଅଜଣା କାଳ ମଧରେ କିଛି ଜାଣିବାର ଅଛି । ଶିଖିବାର ଅଛି । ଜୀବନରେ ବ୍ୟବହାର କରିବାର ଅଛି । ହନୁମାନ ଭଳି ତତ୍ତ୍ୱଦର୍ଶୀଙ୍କ ଦର୍ଶନ ଆମ ଜୀବନର ଦର୍ପଣ ହେଲେ ଭଲ ଭାବେ ଦର୍ଶନ କରିହୁଅନ୍ତା । କାହାକୁ ? ନିଜେ ନିଜକୁ । ଦର୍ପଣରେ ତ ନିଜର ପ୍ରତିଛବି ଦେଖାଯିବନା ?

ନିଜେ ନିଜକୁ ଚିହ୍ନିଗଲେ ଆଉ କାହାକୁ ଚିହ୍ନିବା ଆବଶ୍ୟକ ନହିଁ । ଠିକ ହନୁମାନ ଭଳି । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରଭୁ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ହନୁମାନଙ୍କୁ କହିଥିଲେ 'ତୁମେ କେବଳ ସୀତା ଠାବ ପାଇଁ ନୁହଁ, ନିଜେ ନିଜର ଠାବ କରିବାକୁ ଯାଉଛ 'ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ବୋଧେ ଶ୍ରୀମଦ ରାମାୟଣର ମୂଳ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବିଷୟ । ଚିନ୍ତନ କରି ଦେଖନ୍ତୁ । ଭୂଲ ନା ଠିକ । ସତ ନା ମିଛ ।

ପ୍ରାକ୍ତନ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ, ସମ୍ବଲପୁର

ପାଦରେ ବି ଚାଲନ୍ତୁ

ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଟେକ୍‌ନିକ୍‌ର ଆଧୁନିକ ଯୁଗ ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନକୁ ସୁଖ-ସୁବିଧା ସଂପନ୍ନ କରିଦେଇଛି । ମାଉସ୍‌ର ଏକ କ୍ଲିକରେ, ମୋବାଇଲରେ ଅଙ୍ଗୁଳି ଘଷିବା କ୍ଷଣି ଅନେକ କାମ ବସି ବସି ହୋଇଯାଉଛି । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ରୂପ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଧିକ ଅଳସୁଆ ହୋଇଯାଇଛି । ପୁଣି କୋଭିଡ ପରେ ଜୀବନ ଅନଲାଇନ ପ୍ରାରୂପରେ ଏତେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଯାଇଛି ଯେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶାରୀରିକ ଗତିବିଧ ସୀମିତ ହୋଇଯାଇଛି ଏବଂ ଶାରୀରିକ ଶ୍ରମ ଅଭାବରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅସନ୍ତୁଳନ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି ।

ପ୍ରଥମରୁ ହିଁ ବିଗିଡ଼ି ଯାଇଥିବା ଜୀବନଶୈଳୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କେତେ ରୋଗର କାରଣ ହୋଇ ରହିଥିଲା, ଏହା ସହିତ ଚାରି କାନ୍ଥ ଭିତରେ ସୀମିତ ଜୀବନ ସ୍ଥିତିକୁ ଆହୁରି ଖରାପ କରିଦେଇଛି । ହୃଦ୍‌ରୋଗରୁ ନେଇ ମଧୁମେହ, ମେଦବହୁଳତା, ଆବେଶ, ଅନିଦ୍ରା, ରକ୍ତଚାପ ଭଳି ବ୍ୟାଧିଗୁଡ଼ିକ ସାଧାରଣ ହୋଇଗଲାଣି । ଏହା ସହିତ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ଆବେଶ, ଅବସାଦ ଜୀବନ ଉର୍ଜାକୁ ଚିପୁଡ଼ି ଦେଇ ମାନସିକ ସନ୍ତୁଳନକୁ ବିଗାଡ଼ି ଦେଉଛି । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ରଚନାତ୍ମକତା ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟର ଉତ୍ପାଦକତା କମ୍ ହେବାରେ ଲାଗିଛି ତଥା ଜୀବନର ଗୁଣବତ୍ତା ଓ ସନ୍ତୁଷ୍ଟିର ସ୍ତର ଶୋଚନୀୟ ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛି ।

ଏହାର ଉପଚାର ପାଇଁ ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ କେତେ ପ୍ରକାରର ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଉଛି । ଯାହା ମଧ୍ୟରୁ ସର୍ବସୁଲଭ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ହେଉଛି ପାଦରେ ଚାଲିବାର ଅଭ୍ୟାସ । ଏଥିରେ ଭଲ ଜୋତା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବିଶେଷ ସାମଗ୍ରୀର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ି ନଥାଏ । ଯଦି ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ମିନିଟରୁ ନେଇ କିଛି ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାକୁ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟାରେ ସାମିଲ କରାଯାଏ, ତେବେ ଏହାର ଅଗଣିତ ଲାଭ ଦ୍ୱାରା ଜୀବନକୁ କୃତାର୍ଥ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ଉପରୋକ୍ତ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଅଧିକାଂଶ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇପାରେ । ପାଦରେ ଚାଲିବା ଉପରେ ହେଉଥିବା ଅନେକ ଗବେଷଣା ଅଧ୍ୟୟନ ଏହାର ବୈଜ୍ଞାନିକ ଆଧାରକୁ ମଧ ପୁଷ୍ଟ କରିଥାଏ ଏବଂ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟାରେ ସାମିଲ କରିବା ପରେ କିଛି ସମୟ ମଧରେ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱୟଂ ଏହାର ଲାଭଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିପାରେ ।

ପ୍ରତିଦିନ ପାଦରେ କେତେ ଚାଲିବା, ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିର ସ୍ଥିତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତିର ଆୟୁ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସ୍ଥିତି, କାର୍ଯ୍ୟର ବ୍ୟସ୍ତତା ଭଳି କାରକଗୁଡ଼ିକ ଆଧାରରେ ଏହାର ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରାଯାଇପାରେ । ଏମିତିରେ ପ୍ରତିଦିନ ୧୦,୦୦୦ ପାହୁଣ୍ଡ ପାଦରେ ଚାଲିବା ଏକ ଆଦର୍ଶ ମାନକ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି, ଯାହା ପ୍ରାୟ ୮ କି.ମି. ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୫ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ଜୀବନରେ ବହୁତ ସମସ୍ୟା ଭିତରେ ଥିଲା । ଦୁନିଆର ସବୁ ସମସ୍ୟା ତା' ପାଖରେ ରହିଯାଇଥିବା ପରି ସର୍ବଦା ତା'ର ମନେ ହେଉଥିଲା । ଥକିଯାଇ, ହାରିଯାଇ ଦିନେ ସେ ଜଣେ ସନ୍ଥଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲା ଓ ତାଙ୍କ ଆଗରେ ନିଜର ମନୋବ୍ୟଥା ରଖିଲା । ସନ୍ଥ କହିଲେ– 'ବାପା ! ତୁ ଆଜି ରାତିରେ ମୋ ପାଖରେ ରହିଯାଅ । ମୋ ପାଖରେ ଶହେଟି ଓଟ ଅଛନ୍ତି, ତୁ ସେମାନଙ୍କର ଦେଖାରଖା କରିବୁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଭିତରୁ କାହାରିକୁ ଠିଆହୋଇ ରହିବାକୁ ଦେବୁ ନାହିଁ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ଦିନ ସନ୍ଥ ଉଠିବାରୁ ସେଇ ବ୍ୟକ୍ତି କହିଲା–'ମହାରାଜ ! ମୁଁ ତ ରାତି ସାରା ଓଟମାନଙ୍କୁ ବସାଇବାରେ ବହୁତ ହଇରାଣ ହୋଇଗଲି । ଜଣକୁ ବସେଇଲା ବେଳକୁ ଆଉ ଜଣେ ଠିଆ ହୋଇଯାଉଥିଲା । ରାତି ସାରା ଏମିତି ଚାଲିଲା । ସନ୍ଥ କହିଲେ- ବାପା ! ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ବି ଏଇ ଓଟମାନଙ୍କ ପରି । କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟା ଏକସଙ୍ଗେ ସମାଧାନ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । ସେଗୁଡ଼ିକ ଥାଇ ମଧ ଜୀବନରେ ଆନନ୍ଦରେ ରହିବା ଶିଖ, ଅନ୍ୟଥା ଏଇ ଓଟମାନଙ୍କୁ ବସାଇବା ପରି ତୁ ଜୀବନ ସାରା ସମସ୍ୟାରେ ହିଁ ରହିବୁ ।

ବର୍ଷ ୨୮, ସଂଖ୍ୟା - ୫୦, ୧୫ - ୨୧ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୨୪

ପୁଣି ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ

ଓଡ଼ିଶାର ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତ ପୁଣି ଚର୍ଚ୍ଚାରେ । ବଲାଙ୍ଗୀର ଓ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ସୀମାରେ ଥିବା ଏହି ପର୍ବତ ତା'ର ବିଶେଷତ୍ୱକୁ ନେଇ ଗରିମାମୟ । ପ୍ରାକୃତିକ, ଆଧାତ୍ମିକ ଓ ଜୈବବିବିଧତା ପାଇଁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପାର୍ବତ୍ୟ ଅଞ୍ଚଳ ୧୯୮୦ ଦଶକରେ ଜାତୀୟ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ପରିଣତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଦୀର୍ଘ ଦଶନ୍ଧି ପରେ ପୁଣି ଥରେ ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ହୋଇଛି ।

ପୌରାଣିକ ଗାଥା ଓ କିମ୍ବଦନ୍ତୀ ଅନୁଯାୟୀ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନର ଆଧାତ୍ମିକ ଗରିମା ଅତୁଳନୀୟ । ଏହି ପର୍ବତ ସହିତ ବୀରହନୁମାନଙ୍କ ବିଶଲ୍ୟକରଣୀ ସନ୍ଧାନ ଓ ହାତରେ ପର୍ବତ ଧାରଣ କରିଥିବା ମୂର୍ତ୍ତି ଜଡ଼ିତ । ସେହିପରି ଦ୍ୱାପର ଯୁଗରେ ପାଣ୍ଡବମାନେ ଅଜ୍ଞାତବାସ କାଳରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରେ କିଛିଦିନ ରହିଥିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ । ଗବେଷକଙ୍କ ମତରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତ ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ବୌଦ୍ଧ ଧର୍ମ ଓ ସଂସ୍କୃତିର ପ୍ରାଣକେନ୍ଦ୍ର ଥିଲା । ସାତବାହାନ ରାଜବଂଶର ଶାସକ ପ୍ରଥମ ସାତକର୍ଣ୍ଣୀ ଏଠାରେ ଏକ ବୌଦ୍ଧ ବିହାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲେ ବୋଲି ଚୀନ୍ ପରିବ୍ରାଜକ ହୁଏନ୍‌ସାଂ ତାଙ୍କର ଭାରତ ଭ୍ରମଣ ବୃତ୍ତାନ୍ତ ପୁସ୍ତକ 'ସି-ୟୁ-କି'ରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ସେ ଉକ୍ତ ପୁସ୍ତକରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତକୁ 'ପ-ଲୋ-ମ-ଲୋ-କିଲି' ବୋଲି ଲେଖିଛନ୍ତି, ଯାହାକୁ 'ପରିମଳ ଗିରି' ଭାବେ ନାମିତ କରାଯାଏ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଶୋଭାରାଜିରେ ଭରା ଏହି ପର୍ବତର ଉଚ୍ଚତା କେଉଁଠି ୨୦୦୦ ଫୁଟ ତ କେଉଁଠି ୩୨୭୪ ଫୁଟ । ପର୍ବତ ଶିଖରରେ ରହିଛି ଏକ ସମତଳ ସ୍ଥାନ, ଯାହାର ଦୈର୍ଘ୍ୟ ପ୍ରାୟ ୧୬ କିଲୋମିଟର ଓ ପ୍ରସ୍ଥ ଏକ କିଲୋମିଟର । ଘଞ୍ଚ ଅରଣ୍ୟରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଏହି ପର୍ବତମାଳା ଦିନେ ବିଭିନ୍ନ ବନ୍ୟଜନ୍ତୁଙ୍କ ଆବାସସ୍ଥଳୀ ଥିଲା । ଜିଓଲୋଜିକାଲ ସର୍ଭେ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆର ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାଯାଏ ଯେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରେ ଦୁଇହଜାରରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଜାତିର ବୃକ୍ଷ ରହିଛି, ଯାହା ପରିବେଶକୁ ସନ୍ତୁଳିତ କରିବାରେ ଓ ଜୈବମଣ୍ଡଳକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ । ୨୦୦ରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଜାତିର ଔଷଧୀୟ ବୃକ୍ଷ, ଗୁଳ୍ମ ମଧ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରେ ରହିଛି । ସୁନାରୀ ଝରଣା ସହିତ ୪ଟି ଝରଣା ଓ ୨୨ଟି ଜଳଧାର ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରୁ ବହିର୍ଗତ ହୋଇଛି । ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରୁ ନିର୍ଗତ ଜଳଧାର ଅଙ୍ଗ ଓ ସୁକତେଲ ନଦୀ ନାମରେ ନାମିତ, ଯାହା ମହାନଦୀ ସହିତ ମିଶି ବରଗଡ଼, ସମ୍ବଲପୁର, ବଲାଙ୍ଗୀର ଆଦି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ୫ଟି ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ବରଦାନ ହୋଇଛି ।

ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନର ଏକ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ହରିଶଙ୍କର ତୀର୍ଥକ୍ଷେତ୍ର ରହିଥିଲା ବେଳେ ଅନ୍ୟପାର୍ଶ୍ୱରେ ନୃସିଂହନାଥ କ୍ଷେତ୍ର ରହିଛି । ଏଠାରେ ବିନ୍ଧ୍ୟବାସିନୀ ଦୁର୍ଗା, ଦଶମହାବିଦ୍ୟା, ଦକ୍ଷିଣକାଳୀ, ବିଭୁଜା ଦୁର୍ଗା, ଜଟାନୃସିଂହ, ଗୁପ୍ତେଶ୍ୱର, ଗଣେଶ, ଜଗନ୍ନାଥ, ବଳଭଦ୍ର, ସୁଭଦ୍ରା ଆଦି ଦେବଦେବୀ ପୂଜା ପାଉଛନ୍ତି । ନୃସିଂହନାଥ ମନ୍ଦିର ଠାରୁ ଏକ କିଲୋମିଟର ଭିତରେ ଭୀମ ମଣ୍ଡପ, ସତ୍ୟ ଆମ୍ବ, ସପ୍ତଧାର, କପିଳଧାର, ପଞ୍ଚୁପାଣ୍ଡବ ଘାଟ, ତ୍ରିବେଣୀ ଘାଟ, ସୀତା କୁଣ୍ଡ, ଚାଲଧାର, ଭୀମଧାର, ଗୋକୁଣ୍ଡ ଘାଟ, ଗଣେଶ ଘାଟ, ଶିବ ଘାଟ ଆଦି ଦର୍ଶନୀୟ ସ୍ଥାନ ରହିଛି । ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତ ଆଦିବାସୀ ସମୁଦାୟଙ୍କ ପାଇଁ ଦେବତା ସଦୃଶ । ସେମାନେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରୁ ବିଭିନ୍ନ ଜଙ୍ଗଲଜାତ ସମ୍ପଦ ଓ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସଂଗ୍ରହ କରି ଗୁଜୁରାଣ ମେଣ୍ଟାଇଥା'ନ୍ତି । ସେହିପରି ଏହି ପର୍ବତ ସନ୍ନିକଟରେ ଦୁଇଟି ଆୟୁର୍ବେଦ ଚିକିତ୍ସା ଅନୁଷ୍ଠାନ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନର ଔଷଧୀୟ ଲତା, ଗୁଳ୍ମ ଓ ବୃକ୍ଷକୁ ଆଧାର ଓ ପ୍ରୟୋଗଶାଳା ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ଶତାଧିକ ଆୟୁର୍ବେଦ ଚିକିତ୍ସକ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନରୁ ଔଷଧୀୟ ଉପକରଣ ସଂଗ୍ରହ କରି ସରକାରୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ଗରିବ ସମ୍ପ୍ରଦାୟଙ୍କୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଯୋଗାଇ ଦେଇ ସେମାନଙ୍କୁ ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧିରୁ ମୁକ୍ତ କରୁଛନ୍ତି ।

ଉପରୋକ୍ତ ବିବିଧ ଭଣ୍ଡାର ସହିତ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତ ପ୍ରଚୁର ଖଣିଜ ସମ୍ପଦରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା ଜଣାପଡ଼ିବା ପରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପାର୍ବତ୍ୟାଞ୍ଚଳରୁ ଖଣିଜ ସମ୍ପଦକୁ ଲୁଟି ନେବାର ଷଡ଼ଯନ୍ତ୍ର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ୧୯୪୮ ମସିହାରେ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ଖଣି ବିଭାଗ (ଓଡିଏମ୍), ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଖଣିଜ ସମ୍ପଦ ଉତ୍ତୋଳନ ନିଗମ(ଏମ୍‌ଇସିଏଲ) ଓ ଜିଓଲୋଜିକାଲ ସର୍ଭେ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ(ଜିଏସ୍‌ଇ) ମିଳିତ ଭାବରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନରେ ଖଣିଜ ସମ୍ପଦର ଉପସ୍ଥିତି, ତା'ର ପରିମାଣ ଓ ମାନ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ କଲେ । ୧୯୫୯ ମସିହା ବେଳକୁ ଏମାନେ ନିଶ୍ଚିତ ହେଲେ ଯେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତ ମଧରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଉନ୍ନତମାନର ବକ୍ସାଇଟ ଗଚ୍ଛିତ ରହିଛି, ଯାହାର ପରିମାଣ ପ୍ରାୟ ୨୦୦ ନିୟୁତ ଟନ୍‌ରୁ ଅଧିକ ହୋଇପାରେ । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ୧୯୭୫ ମସିହା ବେଳକୁ ମଧପ୍ରଦେଶର କୋରବାଠାରେ ସ୍ଥାପିତ ଆଲୁମିନିୟମ କାରଖାନା ପାଇଁ ବକ୍ସାଇଟ ନେବାକୁ ବାଲକୋ ପକ୍ଷରୁ ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ମାତ୍ର ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକଙ୍କ ବିରୋଧରୁ ଏହା ସାକାର ହୋଇପାରିଲା ନାହିଁ । 'ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ସୁରକ୍ଷା ଯୁବ ପରିଷଦ' ଦ୍ୱାରା ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ସମର୍ଥନ ମିଳିଲା । କେତେକ ରାଜନେତା ମଧ ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଯୋଡ଼ିହେଲେ । ସର୍ବୋଦୟ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନକୁ ସହଯୋଗ ମିଳିବା ପରେ ରାଜ୍ୟ ଓ ଦେଶରୁ ବହୁ ପରିବେଶ କର୍ମୀ ଏବଂ ଆନ୍ଦୋଳନକାରୀ ଏହି ଅଞ୍ଚଳକୁ ଆସି ସହଯୋଗ କଲେ । କ୍ରମଶଃ ଜାତୀୟ ଓ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରସଙ୍ଗ ଆଲୋଚନାର ବିଷୟ ହୋଇଥିଲା । ସ୍ଥାନୀୟ ଆନ୍ଦୋଳନକାରୀଙ୍କ ସହିତ ସର୍ବୋଦୟ ସମାଜ, ପରିବେଶ ପ୍ରେମୀ, କର୍ପୋରେଟ ବିରୋଧୀ ଗୋଷ୍ଠୀ, ସମାଜବାଦୀ ଆଦି ଏକଜୁଟ ହେଲେ ଏବଂ ଏମାନଙ୍କର ମିଳିତ ଶକ୍ତି ନିକଟରେ ସରକାର ଓ କମ୍ପାନୀର ଖଣିଲୁଟ୍ ଯୋଜନା କାମ କଲାନାହିଁ ।

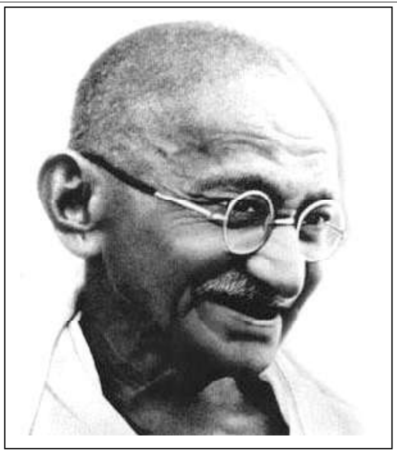
ପ୍ରାୟ ୩୦ ବର୍ଷ ପରେ ପୁଣି ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଗଣମାଧମରେ ଚର୍ଚ୍ଚାର ବିଷୟ ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟରେ ବିଜେପି ସରକାର ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ କ୍ଷମତା ହାସଲ କରିବା ପରେ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରମୁଖ ଲାଭକାରୀ ସଂସ୍ଥା, ସରକାରୀ ଉଦ୍ୟୋଗ, ବନ୍ଦର, ବିମାନ ବନ୍ଦର, ଖଣିଖାଦାନ ବହୁରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ କମ୍ପାନୀମାନଙ୍କ ହାତରେ ଟେକିଦେବାକୁ ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ କରିଦେଇଛନ୍ତି । ଦେଶର ବହୁ ସମ୍ପଦର ଅଧିକାରୀ ଆଦାନୀ ଗ୍ରୁପ୍‌ର ନଜର ପଡ଼ିଛି ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ଉପରେ । ଆଦାନୀ ଗ୍ରୁପ୍‌ର ଏହି ଯୋଜନାକୁ ଡବଲ ଇଞ୍ଜିନ ସରକାର ସହଯୋଗ କରୁଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି । ମାତ୍ର ଆଦାନୀର ଏହି ଯୋଜନାକୁ ଲୋକଲୋଚନ ଉହାଡ଼ରେ ରଖିବା ପାଇଁ ଏବଂ ଆଦାନୀ ଯେପରି ବାଲକୋ ପରି ଜନବିରୋଧର ସମ୍ମୁଖୀନ ନହୁଏ ସେଥିପାଇଁ ନୂଆ କୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଉଛି ।

ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତର ଚାରିପାଖରେ ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ଜମି କିଣିଛି । ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ଖପ୍ରାଖୋଲ ବ୍ଲକ ଅଞ୍ଚଳରେ ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ପକ୍ଷରୁ ନିକଟରେ ୧୮ ଏକର, ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଗାଇସିଲଟ ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ କଟାବାହଲ ପଞ୍ଚାୟତର ଯୁବାଖୋଲ ଗାଁରେ ୨୩ ଏକର, ବେଲପଡ଼ା ବ୍ଲକ ଡୁଡୁକାମଲରେ ୩୩ ଏକର, ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ପାଟଣାଗଡ଼ ତହସିଲ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଭାଲୁପୁରୀ ଗାଆଁରେ ୬୧ ଏକର, ଭଇଁଷା ଆରଆଇ ସର୍କଲ ଅଧୀନରେ ୪୩ ଏକର ଜମି ଆଦାନୀ ଗ୍ରୁପ୍ କିଣିଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଏହିପରି ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନର ଚାରିପାଖରେ ୨୭ଟି ପ୍ଲଟ୍ ଆଦାନୀ ନାମରେ କିଣାଯାଇଛି । ସେହିସବୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ଗ୍ରାଫାଇଟ ଓ ମାଙ୍ଗାନିଜ ଖଣିଜ ସମ୍ପଦ ମହଜୁଦ ରହିଛି । ଏହାକୁ ସାଧାରଣ ଲୋକେ ସହଜରେ ଗ୍ରହଣ କରିପାରୁ ନଥିଲାବେଳେ କମ୍ପାନୀ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଉଛି ଯେ ଆଦାନୀର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଖଣି ଖନନରୁ ସୃଷ୍ଟ ପରିବେଶୀୟ କ୍ଷତିଭରଣା ପାଇଁ ଚାରାରୋପଣ ପୂର୍ବକ ପରିବେଶକୁ ସନ୍ତୁଳିତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯିବ । ଯଦି ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀର ଏତେ ପରିବେଶ ପ୍ରେମ ରହିଛି, ତେବେ କମ୍ପାନୀ ସେହି ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ପରିବେଶ ସନ୍ତୁଳନ ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ ନକରି ସୁଦୂର ବଲାଙ୍ଗୀର ଓ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ତାହା ପୁଣି ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତର ଚାରିପଟେ କାହିଁକି ? ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ପାଖରେ ନାହିଁ ଏବଂ ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ଦେବାକୁ ଇଚ୍ଛାକରୁ ନାହିଁ । ଘଟଣାର ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସରକାର ଓ ପ୍ରଶାସନର ନିରବତା ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଅଧିକ ରହସ୍ୟମୟ କରିଛି ।

ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଜଣାଯାଏ ଯେ କେତେମାସ ହେବ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ଅଞ୍ଚଳରେ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ସର୍ଭେ କାମ ଜାରି ରହିଛି । କ'ଣ ପାଇଁ ଏହି ସର୍ଭେ କରାଯାଉଛି ତାହା ପ୍ରଶାସନ କାହାରିକୁ ଜଣାଉନାହାନ୍ତି । ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ହେଉଥିବା ସର୍ଭେ ଓ ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ପକ୍ଷରୁ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତ ଚାରିପାଖରେ ଜମିକିଣା ଘଟଣାରୁ ଏହି ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି ଯେ କେନ୍ଦ୍ର ଓ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଏବଂ ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ମିଳିତ ଭାବେ ଏକ ବ୍ୟାପକ ଯୋଜନାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ଯୋଜନା ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ଲୁଟ୍ ନୁହେଁ ତ ଆଉ କ'ଣ ହୋଇପାରେ ? ଯେତେବେଳେ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ଚାରିପଟର ଜମି ଆଦାନୀ କିଣିନେବ ସେତେବେଳେ କମ୍ପାନୀ ପକ୍ଷରୁ ସେଠାରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅର୍ଥନୀତିକ ଅଞ୍ଚଳ ବା ଏସ୍‌ଇଜେଡ୍ ଘୋଷଣା କରାଯିବ । ଏସ୍‌ଇଜେଡ୍ ନୀତି ଅନୁଯାୟୀ ସେଠାରେ ସରକାରଙ୍କର କୌଣସି ଆଇନ ଏବଂ ଶାସନ କାମ କରିବ ନାହିଁ । ତାହା ଆଦାନୀର ସ୍ୱୟଂଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳ ହେବ । ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକମାନେ ଜଳକା ହୋଇ ଚାହିଁ ରହିଥିବେ ଓ ଆଦାନୀ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନକୁ ଦିନ ଦି'ପହରରେ ଲୁଟି ନେଉଥିବ - ଏହି ଆଶଙ୍କାକୁ ମଧ ଏଡ଼ାଇ ଦେଇ ହେବ ନାହିଁ ।

ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଓ ଧନସମ୍ପତ୍ତି

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ମୁଁ ଏପରି ଏକ ସମୟର କଳ୍ପନା କରିପାରୁ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳେ କି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଆଉଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ଅଧିକ ଧନୀ ହୋଇ ରହି ନ ଥିବ । ମାତ୍ର, ମୁଁ ଏପରି ଏକ ସମୟର ଅବଶ୍ୟ କଳ୍ପନା କରିପାରୁଛି, ଯେତେବେଳେ କି ଧନୀମାନେ ଦରିଦ୍ରମାନଙ୍କୁ ଦରିଦ୍ର କରି ରଖି ଆପଣାର ଧନଚଢ଼ାଇବାକୁ କେବେହେଲେ ମନ କରିବେ ନାହିଁ ଏବଂ ଦରିଦ୍ରମାନେ ମଧ ଧନୀମାନଙ୍କୁ ଆଦୌ ଈର୍ଷା କରିବେ ନାହିଁ । ଆଦୌ କୌଣସି ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ନ ଥିବା ଏକ ପୃଥିବୀରେ ଆମେ କଦାପି ଅସମାନତାକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଏଡ଼ିଦେଇ ପାରିବା ନାହିଁ, ମାତ୍ର ଆମକୁ ଯାବତୀୟ ପ୍ରକାରର ସଂଘର୍ଷ ତଥା ତିକ୍ତତାକୁ ଏଡିବାକୁ ହିଁ ପଡିବ ଏବଂ ଆମେ ସେ କଥା ଅବଶ୍ୟ କରି ପାରିବା । ମୁଁ ମୋ' ବହୁସଂଖ୍ୟକ ଦେଶବାସୀଙ୍କୁ ଏପରି କରୁଥିବାର ଶୁଣିବାର ଶୁଣିଛି ଯେ, ଆମେ ଆମେରିକା ପରି ବହୁତ ଧନୀ ହେବା, ମାତ୍ର ତା'ର ପ୍ରଣାଳୀଗୁଡିକୁ ଆଦୌ ଅନୁସରଣ କରିବା ନାହିଁ । ମୁଁ ସାହସ ଅବଲମ୍ବନ କରି ତଥାପି କହିବି ଯେ, ଯଦି ସେପରି ଏକ ଉଦ୍ୟମ କରାଯାଏ, ତେବେ ତାହା ବିଫଳ ହେବ ହିଁ ହେବ । ଆମେ ଗୋଟିଏ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ କଦାପି 'ପ୍ରଜ୍ଞାସମ୍ପନ୍ନ, ମିତାଚାରଯୁକ୍ତ ଏବଂ ପ୍ରବଳ' ହୋଇ ପାରିବା ନାହିଁ । ଭାରତବର୍ଷରେ ଆମେ ଦେଖୁଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ରାଜ ପ୍ରାସାଦ ଭାରତ ବର୍ଷର ଧନାଢ଼୍ୟତାର ଆଦୌ ପ୍ରତିପାଦନ କରାଏ ନାହିଁ । ମାତ୍ର ଧନାଢ଼୍ୟତା ଅଳ୍ପ କେତେଜଣଙ୍କୁ କ୍ଷମତା ବିଷୟରେ ଯେଉଁ ଦାମ୍ଭିକତା ଆଣି ଦେଇଥାଏ, ଏଗୁଡିକ ହେଉଛନ୍ତି ତାହାରି ପ୍ରତୀକ । ଭାରତ ବର୍ଷର କୋଟି କୋଟି ନିଃସ୍ୱଙ୍କ ଠାରୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ଭାବରେ ଆଦାୟ କରା ଯାଇଥିବା ଶ୍ରମଦ୍ୱାରା ହିଁ ସେହି ଅଳ୍ପ କେତେଜଣ ଧନାଢ଼୍ୟ ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି ।

ସେମାନଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କ'ଣ ହେବା ଉଚିତ, ଧନୀମାନଙ୍କର ସେହି ବିଷୟରେ ଭଲଭାବରେ ଚିନ୍ତା କରିବା ଉଚିତ । ଆପଣାର ଧନସମ୍ପତ୍ତିକୁ ଜଗିବାଲାଗି ଯେଉଁମାନେ ବେତନ ଦେଇ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରି ରଖୁଛନ୍ତି, ସେହି ଜଗୁଆଳିମାନେ ହିଁ ହୁଏତ ଦିନେ ସେମାନଙ୍କର ସମ୍ପତ୍ତିକୁ ଲୁଟି ନେବାକୁ ମନ କରିବେ । ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ରର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ ଅଥବା ଅହିଂସାର ଅସ୍ତ୍ର ଧରି କିପରି ଲଢ଼ାଇ କରିବାକୁ ହେବ, ପଇସାବାଲା ବର୍ଗଗୁଡିକୁ ତାହା ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ ।

ଯେଉଁମାନେ ଦ୍ୱିତୀୟ ମାର୍ଗଟିକୁ ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଲାଗି 'ତେନ ତ୍ୟକ୍ତେନ ଭୁଞ୍ଜୀଥାଃ' (ତ୍ୟାଗଦ୍ୱାରା ହିଁ ନିଜର ଧନକୁ ଉପଭୋଗ କର) ବାକ୍ୟଟି ସବୁଠାରୁ ଅମୋଘ ମନ୍ତ୍ର ପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ପ୍ରାଞ୍ଜଳଭାବରେ କହିଲେ, ଏହି ବାକ୍ୟଟିର ଅର୍ଥ ହେଉଛି, ଆପଣାର କୋଟି ପରିମାଣ ଧନକୁ ତୁମେ ଅବଶ୍ୟ କମାଇବ । ମାତ୍ର, ତୁମର ଧନ ଯେ ତୁମର ନୁହେଁ, ତୁମେ ସେ କଥାକୁ ମଧ ବୁଝିଥିବ । ଏହା ଜନସାଧାରଣଙ୍କର ଧନ । ଆପଣାର ବୈଧ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ଲାଗି ତୁମର ଯେତିକି ଆବଶ୍ୟକ, ତୁମେ ସେତିକି ଗ୍ରହଣ କରିବ । ଅବଶିଷ୍ଟ ଧନକୁ ସମାଜ ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବ ।

ଏହି ସତ୍ୟଟିକୁ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇ ନାହିଁ, ମାତ୍ର, ଏହି ବିପତ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ସମୟରେ ମଧ ଯଦି ପଇସା ଥିବା ଶ୍ରେଣୀମାନେ ତାହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟରେ କରି ନ ଦେଖାନ୍ତି, ସେମାନେ ଆପଣା ସମ୍ପତ୍ତିର ତଥା, ବାସନାଗୁଡିକର କେବଳ କ୍ରୀତଦାସସ୍ୱରୂପ ହୋଇ ରହିବେ ଏବଂ ତାହା ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ, ଯେଉଁମାନେ ସେଗୁଡିକୁ ଦଖଲ କରିବେ, ସେମାନଙ୍କର ବି ଦାସ ହୋଇ ରହିବେ ।

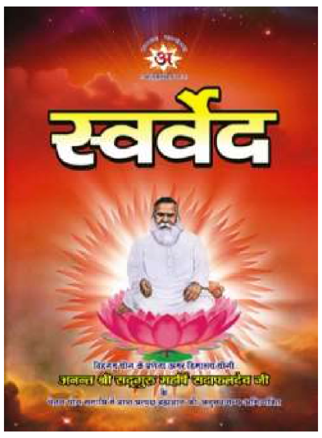
ଦରିଦ୍ରମାନେ ହିଁ ଶାସନ କରିବାର ଦିନଟି ଆସୁଥିବାର ମୁଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ପାରୁଛି । ଏହି ଶାସନ ଅସ୍ତ୍ରର ବଳଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ ଅଥବା ଅହିଂସାର ବଳଦ୍ୱାରା ଏହାର ସ୍ଥାପନା ହେବ । ଏ କଥା ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ, ଏହି ଶରୀର ପରି ଶାରୀରିକ ବଳ ମଧ ଅତ୍ୟନ୍ତ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ମାତ୍ର, ଆତ୍ମାର ବଳ ହେଉଛି ଚିରସ୍ଥାୟୀ, ଆତ୍ମା ଚିରସ୍ଥାୟୀ, ତେଣୁ ତାହାର ବଳ ମଧ ଚିରସ୍ଥାୟୀ ।

ଏଥିରେ ଏକମତ ହେବାଲାଗି ମୁଁ ଆଦୌ କୁଣ୍ଠିତ ହେବି ନାହିଁ ଯେ, ସାଧାରଣତଃ ଧନୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏବଂ ସେହି କାରଣରୁ ଅଧିକାଂଶ ମନୁଷ୍ୟ କିପରି ଭାବରେ ସେମାନେ ଅର୍ଥ ଉପାର୍ଜନ କରନ୍ତି, ସେ ବିଷୟରେ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦୃଷ୍ଟି ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଅହିଂସା ପଦ୍ଧତିର ପ୍ରୟୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେତେ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ ହୋଇଥାଉ ପଛକେ, ମନୁଷ୍ୟୋଚିତ ଏବଂ ଯଥାର୍ଥ କୌଶଳପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ତାହାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ସିଏ ଯେ ତଥାପି ସଂସ୍କାର ଭିତରକୁ ଫେରିଆସି ପାରିବ, ଆମକୁ ତାହା ଉପରେ ଅବଶ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ଆମେ ମନୁଷ୍ୟ ମଧରେ ରହିଥିବା ଭଲଟିକୁ ହିଁ ନିବେଦନ କରିବା ଏବଂ ନିଶ୍ଚୟ ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତର ମିଳିବ ବୋଲି ଆଶା ରଖିଥିବା ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ନିଜ ସ୍ୱରୂପ ସେ ଭିନ୍ନ ଜୋ, ସୋ ସବ ମାୟା ଜାନ ।
ସହସ ରୂପ ମେଁ ପ୍ରକଟ ହେଁ, ଯହ ଜଗ ଦୃଶ୍ୟ ମହାନ ।।୦୮।।

ଭାଷ୍ୟ -ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପରୁ ଭିନ୍ନ ଯେଉଁ ଜଡ଼ଅନାତ୍ମଜଗତ ଅଛି, ସେ ସବୁ ମାୟା ଅଟେ । ସେହି ମାୟାରୁ ହଜାର ହଜାର ରୂପ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାନ୍ତି ଓ ସେଥିରୁ ଏହି ବିଶାଳ ଏବଂ ମହାନ୍ ସୃଷ୍ଟିର ରଚନା ହୋଇଥାଏ । ଜଗତର ମୂଳ କାରଣ ମାୟା ଅଟେ ।



ମନମୋହକ ପରପ ହେଁ, ରଚନା ଲଲିତ ୱିଶାଲ ।
ଏକ ଅନ୍ୟ ଆକର୍ଷ ମେଁ, ବନ୍ଧ ସମ୍ବନ୍ଧ କି ଚାଲ ।।୦୯।।

ଭାଷ୍ୟ - ଏହି ମନୋହର, ବିଶାଳ ରଚନା ଅତ୍ୟନ୍ତ ମନମୋହକ ତଥା ମହାନ ଅଟେ । ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣର ମୋହ ଆକର୍ଷଣରେ ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହି ମୋହ ସମ୍ବନ୍ଧର ମୂଳରେ ଥିବା ମାୟାର ଗତିକୁ କେହି ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ହମ ହମାର ଅଭିମାନ ମେଁ, ଭୂଲ ପଡ଼େ ସବ ଜୀୱ ।
ଦୁଖ ଅପାର ସୁଖ ଲେଶ ହେଁ, ଫିର ନହିଁ ଜାନତ ପୀୱ ।।୧୦।।

ଭାଷ୍ୟ - ଅଜ୍ଞାନୀ ଜୀବ, ମୋହ ଏବଂ ଅଭିମାନ କାରଣରୁ ଏହି ବିଷୟ ମାୟାର ସୁଖରେ ଭୁଲି ରହି ଯାଇଛି । ମାୟାର ସ୍ୱରୂପକୁ ହିଁ ନିଜ ମନେ କରୁଛି ଏବଂ ଆମେ ଏବଂ ଏହା ଆମର ଅଟେ, ଏହି ଅଜ୍ଞାନ, ଭୁଲରେ ପଡ଼ି ରହିଛି । ସଂସାରରେ ଦୁଃଖ ଅପାର ଅଟେ ଆଉ ବିଷୟ ସୁଖ ଲେଶମାତ୍ର, ଅଳ୍ପ ଅଟେ, ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ଅଜ୍ଞାନୀ ଜୀବ ଏହି ଅପାର ଦୁଃଖକୁ ପାଇ ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଜାଣିପାରେ ନାହିଁ, ତଥା ଭକ୍ତି ମଧ୍ୟ କରେନାହିଁ ।

ରଙ୍ଗ ରାଗ ଧନ ଧାନ୍ୟ ସବ, ରାଜ ସାଜ ବହୁ ଭାଁତି ।
ଲାଲା ମାୟା ଜାନିୟେ, କନକ କାମିନୀ ଭାତି ।।୧୧।।

ଭାଷ୍ୟ - ରଙ୍ଗ ରାଗ, ଧନ ଧାନ୍ୟ, ରାଜ ସାଜ ଏବଂ କନକ କାମିନୀ - ସଂସାରର ଏହି ସମସ୍ତ ପଦାର୍ଥ ମାୟାର ଲୀଳା ଅର୍ଥାତ୍ ମାୟାର ଦୃଶ୍ୟ ଅଟନ୍ତି ।

ପୁରୁଷ ନାରି ନାରୀ ପୁରୁଷ, ପ୍ରେମ ଅକର୍ଷିତ ହୋୟ ।
ଏକ ଅନ୍ୟ ମାୟା ବନେ, ସଂସୃତ ବନ୍ଧନ ସୋୟ ।।୧୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ପୁରୁଷ ଆଉ ନାରୀ ଦୁହେଁ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣର ପ୍ରେମ ଏବଂ ଆକର୍ଷଣରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ନିମନ୍ତେ ମାୟାର ବନ୍ଧନରେ ଜଡ଼ିତ । ଏହି ପ୍ରକାର ସଂସାରର ମୋହ ବନ୍ଧନ ଦୁଃଖରେ ସମସ୍ତ ଜୀବ ପଡ଼ିଛନ୍ତି ।

ସୁତ କଲତ୍ର ୱର କାମିନୀ, ମହଲ ବନେ କମନୀୟ ।
ମୋହିତ ଜୀୱ ଅଜ୍ଞାନ ମେଁ, ଜରତ ଦୁସହ ଦୁଖ ହୀୟ ।।୧୩।।

ଭାଷ୍ୟ - ସ୍ତ୍ରୀ, ପୁତ୍ର, ସୁନ୍ଦରୀ କାମିନୀ ଏବଂ ଶୋଭନୀୟ ମହଲ ତିଆରି ହୋଇଛି ଯାହାର ମୋହରେ ଜୀବ ଅଜ୍ଞାନତାବଶତଃ ମୋହିତ ହୋଇ ହୃଦୟରେ ଅସହ୍ୟ ଦୁଃଖ ସହ୍ୟ କରୁଛି ।

ପାଦରେ ବି... (ଦ୍ୱିତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ଯଦ୍ୟପି ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ଅନୁସାରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଦିନ ଅତି କମ୍‌ରେ ୮୦୦୦ ପାହୁଣ୍ଡ ଅବଶ୍ୟ ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦରକାର, ଯାହା ପ୍ରାୟ ୬ କି.ମି. ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ସ୍ଥିତି ଅନୁରୂପ ଏହାକୁ କମ୍-ବେଶୀ ମଧ କରିପାରେ ।

ଆଜିର ବ୍ୟସ୍ତ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟାରେ ଯଦି ବିଧିବତ୍ ବ୍ୟାୟାମ, ଯୋଗ, ଜିମ୍ ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଖେଳ ଆଦିରେ ସମୟ ଦେବା କଠିନ ହେଉଛି, ତେବେ ପାଦରେ ଚାଲି ବାର ଅଭ୍ୟାସ କରି ଶାରୀରିକ ଶ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ସହଜରେ ପୂରଣ କରାଯାଇ ପାରେ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଯଦି ଅଧା ଘଣ୍ଟା ବି ଟହଲିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଏ, ତେବେ ଏହା ଫଳରେ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ବିପଦ କମ୍ ହୋଇଯାଏ । ଆମେରିକାନ ହାର୍ଟ ଆସୋସିଏସନ ଅନୁସାରେ ଅଳ୍ପ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ପାଆଚାରି ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡର ରକ୍ତ ସଂଚରଣ ତୀବ୍ର ହୋଇଥାଏ, ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ସ୍ତର କମ୍ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ରକ୍ତଚାପ ସ୍ଥିର ହୋଇଥାଏ ।

ଏକ ଗବେଷଣାର ନିଷ୍କର୍ଷ ଅନୁସାରେ ସପ୍ତାହରେ ଅତି କମ୍‌ରେ ପାଞ୍ଚ ଦିନ ଅଧା ଘଣ୍ଟା ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ପ୍ରାୟ ୧୯ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କମ୍ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଯଦି ଚାଲିବାର ଦୂରତା ବଢ଼ାଇ ଦିଆଯାଏ, ଏହାର ଲାଭ ଆହୁରି ବଢ଼ିଯାଏ । ଏହା ସହିତ ଶରୀରର ଭାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ, ଯାହା ମେଦବହୁଳତାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଟହଲିବା ଉର୍ଜାର ସ୍ତରକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ, ଯାହା ମନୋଦଶାକୁ ଉତ୍ତମ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏକ ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁସାର ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ତନ୍ତ୍ରିକା ତନ୍ତ୍ରରୁ ସ୍ରାବିତ ହେଉଥିବା ଏଣ୍ଡୋର୍ଫିନ ହରମୋନରେ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ଆବେଶ କମ୍ ହୋଇଯାଏ, ମସ୍ତିଷ୍କ ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ ଏବଂ ଅଜାଇମର, ଡିମେନସିଆ ଭଳି ରୋଗଗୁଡ଼ିକର ବିପଦ କମ୍ ହୋଇଯାଏ । ପାଆଚାରି ମଧୁମେହର ସମ୍ଭାବନାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ, ରକ୍ତ ସଂଚାଳନକୁ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ ।

ପାଦରେ ଚାଲିବା ସହିତ ଗଭୀର ଶ୍ୱାସ ନେବାର ଅଭ୍ୟାସ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷମତାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । କାରଣ ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ଅକ୍ସିଜେନର ପ୍ରବାହ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କେବଳ ଦୃଢ଼ ହୁଏ ନାହିଁ, ବରଂ ଏହା ସହିତ ଜଡ଼ିତ କେତେକ ରୋଗରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । କାରଣ ବାହାରର ଖୋଲା ପବନ ଓ ବିଶେଷ କରି ଦିନର ଆଲୋକରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା 'ଭିଟାମିନ-ଡି'ର ଖର୍ଚ୍ଚକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଏହା ସହିତ ହାଡ଼ଗୁଡ଼ିକୁ ପୋଷଣ ମିଳିଥାଏ । ଚାଲିବା ଫଳରେ ହାଡ଼ ଓ ମାଂସପେଶୀଗୁଡ଼ିକର ବ୍ୟାୟାମ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏହା ମଜଭୁତ ହୋଇଥାଏ ।

ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହନ୍ତି ଯେ ରାତ୍ରି ଭୋଜନ ପରେ ଅତି କମ୍‌ରେ କୋଡ଼ିଏ ମିନିଟ ଅବଶ୍ୟ ଟହଲିବା ଦରକାର, ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମର ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ଏବଂ ଆହାର ଶୀଘ୍ର ହଜମ ହେବା ପାଇଁ ସହାୟତା ମିଳିଥାଏ । ପାଆଚାରି ନିଦର ଗୁଣବତ୍ତାରେ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଟହଲିବା ସହିତ ରକ୍ତଚାପରେ ସୁଧାର ହୋଇଥାଏ, ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବଢ଼ିଥାଏ ଏବଂ ରୋଗଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସଂଘର୍ଷ କରିବାର ଶାରୀରିକ ତନ୍ତ୍ର ମଧ ମଜଭୁତ ହୋଇଥାଏ ।

ଖାଲି ସେତିକି ନୁହେଁ, ପାଦରେ ଚାଲିବା କ୍ୟାନ୍‌ସର ଭଳି ରୋଗର ବିପଦକୁ ମଧ କମ୍ କରିଥାଏ । ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରେ ୧୦୦୦ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଉପରେ ଫ୍ଲୁ ସମୟରେ ଗବେଷଣା କରାଗଲା । ଏମାନଙ୍କୁ ଅଧା ଘଣ୍ଟାରୁ ପଞ୍ଚଚାଳିଶ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଧ୍ୟମ ଗତିରେ ପାଦରେ ଚାଲିବା ପାଇଁ ଅଭ୍ୟାସ କରାଗଲା । । ଏହି ପ୍ରତିଭାଗୀମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଶ୍ୱସନ ମାର୍ଗର ସଂକ୍ରମଣ ଓ ରୋଗର ବିପଦ ୪୩ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ମିଳିଲା । ପାଦରେ ଚାଲିଲେ ଆୟୁ ମଧ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ସାଧାରଣ ଗତିରେ ପ୍ରତିଦିନ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ମୃତ୍ୟୁର ବିପଦ ୨୦ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ହୋଇଥାଏ, ଯଦିଓ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ପ୍ରତିଦିନ ଚାଲିବା ଫଳରେ ମୃତ୍ୟୁର ବିପଦ ୨୪ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କମ୍ ହୋଇଯାଏ ।

ପାଦରେ ଚାଲିବା ଆବେଶର ସ୍ତରକୁ ମଧ କମ୍ କରିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ସୁଧାର ହୋଇଥାଏ । ଅଧ୍ୟୟନଗୁଡ଼ିକରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି ଯେ ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ଚିନ୍ତା, ଅବସାଦ ତଥା ନକାରାତ୍ମକ ମନୋଦଶା କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା କମ୍ ହୋଇଥାଏ ତଥା ବ୍ୟକ୍ତିର ମନୋଦଶାରେ ସୁଧାର ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଆତ୍ମସମ୍ମାନରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଟହଲିବା ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକଲା ହୋଇଥାଏ, ଏହି ଏକାଧିକ କ୍ଷଣ ତାକୁ ନିଜର ସୁଧାର ପାଇଁ ବିଚାର କରିବାକୁ ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଏ ।

ଏହା ସହିତ ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା ବିଚାରଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରବାହ ଖୋଲିଥାଏ ଏବଂ ରଚନାତ୍ମକତା ବଢ଼ିଥାଏ । ଏଣୁ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଅସମଂଜସ ଦେଖାଦେଲେ ଟହଲିବ ଅଭ୍ୟାସର ସହାୟତା ନିଆଯାଇପାରେ । ଏହି ପ୍ରକାର ପାଆଚାରି ଜୀବନରେ ସନ୍ତୁଳନକୁ ସାଧିରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଯଦି ପାଆଚାରିକୁ ଜୀବନଶୈଳୀର ଅଭିନ୍ନ ଅଂଗ କରି ଦିଆଯାଏ, ତ ଏହା ସହିତ ଜୀବନର ଗୁଣବତ୍ତାରେ ସୁଧାର କରାଯାଇପାରେ । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଯେଉଁମାନେ ନିତ୍ୟ ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ନିଜ ଜୀବନରେ ଅଧିକ ପ୍ରସନ୍ନ ରହନ୍ତି, ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଏମାନଙ୍କ ରଚନାତ୍ମକତାରେ ନୂତନ ପ୍ରେରଣା ଲାଗିଯାଏ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟର ଉତ୍ପାଦକତାରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଜନକ ସୁଧାର ହୋଇଥାଏ ।

ଏଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଜୀବନଚର୍ଯ୍ୟାରେ ଆପଣାନ୍ତୁ । ପାଦରେ ଚାଲିବାକୁ ଅଭିନ୍ନ ରୂପେ ଯୋଡ଼ିବା ଉଚିତ । ନିଜର ବ୍ୟସ୍ତତାକୁ ଧାନରେ ରଖି ନରେ ପ୍ରାତଃ-ସାନ୍ଧ୍ୟ ଅଥବା ଯେତେବେଳେ ସମୟ ମିଳିବ, ଏହାକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସ୍ଥାନ ଦିଆଯାଇପାରେ । ନିଜର ବାହନକୁ ଅଫିସ ଠାରୁ ଅଳ୍ପ ଦୂରରେ ରଖି ପାଦରେ ଚାଲିବାର ଅବସର ବାହାର କରାଯାଇପାରେ । ଲିଫ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଶିଡ଼ି ଉପରେ ଚାଲିବାକୁ ପ୍ରାଥମିକତା ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅତି କମ୍‌ରେ ଅଧା ଘଣ୍ଟା ପାଦରେ ଚାଲିବା ଉଚିତ । ଜଣେ ସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତି ସାମାନ୍ୟ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ପାଦରେ ଚାଲିପାରେ । ଯଦ୍ୟପି ଜଣେ ବୃଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତି ସାମାନ୍ୟ ଗତିରେ ସେତିକି ହିଁ ଚାଲନ୍ତୁ । ଯେତିକିରେ ସେ କ୍ଳାନ୍ତି ଅନୁଭବ କରିବେ । ଚାଲିବା ବେଳେ ଶ୍ୱାସ ଯେତିକି ଗଭୀର ହେବ, ସେଥିପ୍ରତି ଧାନ ଦେବା ଜରୁରୀ । ନିଜର ଶ୍ୱାସ ଉପରେ ଧାନ କେନ୍ଦ୍ରିତ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ପାଦରେ ଚାଲିବାର ଅଭ୍ୟାସକୁ ନିଶ୍ଚିତ ଆପଣାନ୍ତୁ ।

କର୍କଟରୁ ରକ୍ଷା କରିବ କଦଳୀ ପତ୍ର

କିଛି ବର୍ଷ ତଳେ ଅଧିକାଂଶ ଭାରତୀୟଙ୍କ ବାଡ଼ିବଗିଚାରେ କଦଳୀ ଗଛ ପ୍ରାୟତଃ ଦେଖା ଯାଉଥିଲା । ଦିନକୁ ଦିନ କିଛି ଲୋକଙ୍କ ମାନସିକତାରେ ଏକ ବିରାଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉଥିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଉଛି । ଆଜିର ସମୟରେ ଲୋକେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଜାତିର ଫୁଲଗଛ ଲଗାଇବାରୁ ବରଂ ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି । ବାଡ଼ି ବଗିଚାରେ ଔଷଧୀୟ ଗଛ ଓ କଦଳୀ, ପିଜୁଳି, ଆମ୍ବ ଲଗାଇବାର ପରମ୍ପରା ଯେପରି ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲାଣି କହିଲେ ଚଳେ । ଏସବୁ ଗଛର ଆବଶ୍ୟକତା କିନ୍ତୁ ଯଥେଷ୍ଟ ଅଧିକ ରହିଛି । ନିକଟରେ ବାରଣାସୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକଗଣ ପରୀକ୍ଷା କରି ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ କଦଳୀ ଓ ଏହାର ପତ୍ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । କଦଳୀ ପତ୍ରରେ କର୍କଟ ପ୍ରତିରୋଧୀ ତତ୍ତ୍ୱମାନ ରହିଛି । ଏଣୁ କଦଳୀ ପତ୍ରରେ ଖାଇଲେ କିମ୍ବା କଦଳୀ ପତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରି ବ୍ୟଞ୍ଜନମାନ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମହୌଷଧି ଅଟେ । ଭାରତରେ କେବଳ ଦକ୍ଷିଣ ପ୍ରାନ୍ତରେ ହିଁ କଦଳୀପତ୍ରରେ ଭୋଜନ ପରମ୍ପରା ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅବ୍ୟାହତ ରହିଛି । ଗବେଷଣାରୁ ପ୍ରକାଶ ଯେ, ପ୍ରତି ୧୦୦ ଜଣରେ ୨ଜଣ ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତୀୟ କର୍କଟ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅନ୍ୟପାଖେ ଉତ୍ତର ଭାରତରେ ପ୍ରତି ୭୫ ଜଣରେ ୨୨ ଜଣ କର୍କଟ ରୋଗୀ । ଏଣୁ କଦଳୀ ପତ୍ରର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଏଥିରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣିତ

ହେଉଛି । କଞ୍ଚା କଦଳୀ ମଧ ଶରୀରକୁ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଯୋଗାଇଥାଏ । ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ଲୋକଙ୍କ ସୁସ୍ଥତାର ପ୍ରମୁଖ ରହସ୍ୟ ହେଲା ସେମାନେ ନିୟମିତ ଭାବେ କଞ୍ଚା କଦଳୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଖାଇଥାନ୍ତି । ସହରରେ ଆଜିକାଲି ରାସାୟନିକ ସାର ବ୍ୟବହୃତ ପନିପରିବା ମିଳୁଛି । ଏଣୁ ଏସବୁ ଖାଇଲେ ମଧ ଶରୀର ଉପରେ କୌଣସି ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପଡୁନାହିଁ ବରଂ ଏହା ରୋଗ ସୃଷ୍ଟିର କାରଣ ହେଉଛି । ନିୟମିତ ଭାବେ କଦଳୀ ପତ୍ରରେ ଭୋଜନ କଲେ କିମ୍ବା କଦଳୀ ପତ୍ରପୋଡ଼ା କୌଣସି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ କର୍କଟ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ସୋନୁ: ଶୀତଦିନରେ କେବେକେବେ ସୂର୍ଯ୍ୟ କାହିଁକି ଦେଖାଯାଆନ୍ତିନି ?

ମୋନୁ: କାହିଁକି ନା ଶୀତଦିନରେ ଥଣ୍ଡା ଡରରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ତାଙ୍କ ଘରୁ ବାହାରି ନ ଥାନ୍ତି ।

× × ×

ପପୁ: ବାପା, ମୋତେ ଗୋଟେ ବାଜା କିଣିଦିଅ ।

ବାପା: ନା, ତୁ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ହଇରାଣ କରିବୁ ।

ପପୁ: ହଇରାଣ କରିବିନି ବାପା, ଯେତେବେଳେ ସମସ୍ତେ ଶୋଇ ପଡିବେ ସେତେବେଳେ ବଜାଇବି ।

× × × ×

ଚଙ୍ଗୁ: ଯଦି ନଦୀ ମଝିରେ ଲେମ୍ବୁ ଗଛ ଅଛି, ତେବେ ଲେମ୍ବୁ କେମିତି ଆଣିବା ?

ମଙ୍ଗୁ: ଚଢ଼େଇ ହୋଇ !

ଚଙ୍ଗୁ: ଆରେ ମୂର୍ଖ ତୋତେ ଚଢ଼େଇ କିଏ କରିବ ?

ମଙ୍ଗୁ: ସେଇ କଥା, ଯିଏ ନଦୀ ମଝିରେ ଲେମ୍ବୁଗଛ ଲଗେଇଛି ସିଏ ମୋତେ ଚଢ଼େଇ କରିବ !

× × × ×

ସ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ: ତମର ମନେ ଅଛି, ନୂଆ ନୂଆ ବାହାଘର ସମୟରେ ମୁଁ ଯାହା ରୋଷେଇ କରୁଥିଲି ତମେ କମ୍ ଖାଉଥିଲ । ମତେ ଖୁବ୍ ସ୍ନେହରେ ବେଶୀ ବେଶୀ ଖୁଆଇ ଦେଉଥିଲ ।

ସ୍ୱାମୀ: ହଁ, ମନେ ଅଛି ।

ସ୍ତ୍ରୀ: ଏବେ ତ କାହିଁ ସେମିତି କରୁନ ।

ସ୍ୱାମୀ: ସେତେବେଳେ ତମେ ରୋଷେଇ ଶିଖି ନ ଥିଲ, ଏବେ ଶିଖି ଗଲଣି । ସେଇଥିପାଇଁ ଆଉ ଖୁଆଇବାକୁ ପଡୁନି । ନିଜେ ଖାଇ ଦେଉଛି ।

× × × ×

ଥରେ ଦୁଇଟି ମୂଷା ବାଇକ୍‌ରେ ଯାଉଥାନ୍ତି । ରାସ୍ତାରେ ଏକ ବାଘ ଛୁଆ ଦେଖିଲେ । ବାଘ ଛୁଆ ସେମାନଙ୍କୁ ଅଟକାଇ କହିଲା: ମତେ ଟିକେ ତମ ସାଙ୍ଗରେ ବାଇକ୍‌ରେ ନେବ ?

ଦୁଇ ମୂଷା: ଆମେ ମନା କରୁଛୁ ତତେ ନେବାକୁ । ହେଲେ ତୋ ମା' ଯଦି ଦେଖିନେବେ ତା' ହେଲେ ଦୁଇ ବଦମାସ୍ ଗୁଣ୍ଡାସହ ବୁଲୁଛୁ କହି ତତେ ଖୁବ୍ ପିଟିବେ ।

ବ୍ରୋକଲିର ଉପକାରିତା

କୋବି ପରି ବ୍ରୋକଲି ମଧ୍ୟ ଏକ ଶୀତ ଦିନିଆ ପରିବା । ଶାକାହାରୀଙ୍କ ଲାଗି ବ୍ରୋକଲି ଉତ୍ତମ ବିକଳ୍ପ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ରହିଛି । ଶରୀରକୁ ମଜଭୁତ ଓ ରୋଗମୁକ୍ତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରୋଟିନର ସ୍ରୋତ : ପ୍ରୋଟିନ୍ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଗି ବହୁ ଉପଯୋଗୀ । ଏଣୁ ମାଂସାହାରୀ ଲୋକଙ୍କ ଲାଗି ବ୍ରୋକଲି ଏକ ବିଶେଷ ବିକଳ୍ପ । ୟୁଏସଡିଏ (ୟୁନାଇଟେଡ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟ ଅଫ୍ ଏଗ୍ରିକଲଚର) ଅନୁସାରେ ଗୋଟିଏ ଅଣ୍ଡାରେ ପ୍ରାୟ ୬ ଗ୍ରାମ ପ୍ରୋଟିନ ରହିଥିବା ବେଳେ ୧୦୦ ଗ୍ରାମ୍ ବ୍ରୋକଲିରେ ପ୍ରାୟ ତିନି ଗ୍ରାମ୍ ପ୍ରୋଟିନ୍ ରହିଥାଏ । ଅଣ୍ଡା ତୁଳନାରେ ବ୍ରୋକଲିରେ କ୍ୟାଲୋରି କମ ରହିଥାଏ । ଏଣୁ ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବା ସହିତ ଫିଟ୍ ରହିବା ଲାଗି ବିଶେଷ ଉପଯୋଗୀ । ଏଥିସହିତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ ବ୍ରୋକଲି ବ୍ରୋକଲିରେ ପ୍ରାୟ ୨.୬ ଗ୍ରାମ୍ ଡାଏଟରୀ ଫାଇବର ମିଳିଥାଏ, ଯାହାକି ପାଚନତନ୍ତ୍ରକୁ ଠିକ୍ ରଖିବା ସହିତ ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ ।

କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରେ : ବ୍ରୋକଲି ଏକ ପ୍ରକାର କ୍ରୁସିଫେରସ ପରିବା, ଯେଉଁଥିରେ ବହୁ ପ୍ରକାରର ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ରହିଥାଏ । ଏହି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଶରୀରରେ କ୍ୟାନସର ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଥିବା ସେଲ୍ ଅଟେ, ଯାହାକି ସେଲ୍‌କୁ ଡ୍ୟାମେଜ କରିଦିଏ । ନିୟମିତ ରୂପରେ ବ୍ରୋକଲି ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କ୍ୟାନସର ଭୟ ଖୁବ୍ ରହିଥାଏ ।

ହାଡ ମଜଭୁତ କରେ : ବ୍ରୋକଲିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଓ କୋଲେଜନ ଉତ୍ତମ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି, ଯାହାକି ହାଡକୁ ମଜଭୁତ

କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିସହିତ ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ - କେ ହାଡକୁ ଶକ୍ତ କରିବାରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ଓ ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ଭଳି ରୋଗକୁ ରୋକିବାରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।

ଇମ୍ୟୁନିଟି ବୃଦ୍ଧି କରେ : ଶୀତ ଦିନେ ଇମ୍ୟୁନିଟି ମଜଭୁତ ରଖିବାରେ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ । ବ୍ରୋକଲିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ରହିଛି । ଯାହା ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ । ଏହା ଥଣ୍ଡା-କାଶ ଭଳି ସାମାନ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ସହିତ ଇମ୍ୟୁନ୍ ସିଷ୍ଟମକୁ ମଜଭୁତ କରିଥାଏ ।

କିପରି ଖାଇବେ : ବ୍ରୋକଲିକୁ କଞ୍ଚା ବା ହାଲକା ସିଝାଇ ସାଲାଡ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଖାଇପାରିବେ ।

ସୁପ୍ : ଏହାର ସୁପରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଭିଟାମିନ୍ ଓ ମିନେରାଲ୍ ରହିଛି । ତରକାରି ଏହାକୁ ଅନ୍ୟ ପରିବା ସହିତ ମିଶାଇ ତରକାରୀ କରି ଖାଇପାରିବେ । ଏଥିସହିତ ଏହାକୁ ମସଲା ଦେଇ ଭାଜି ଖାଇପାରିବେ । ବ୍ରୋକଲି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣ ସୁସ୍ଥ ରହିପାରିବେ ଓ ଦୀର୍ଘ ଦିନର ରୋଗକୁ ଦୂର କରିପାରିବେ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଦିନ ଅପେକ୍ଷା ରାତି ସମୟରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ଥାଏ ।
- ଜନ୍ମ ପରେ ନାକ, କାନର ଆକାର ବଢ଼ିଥାଏ, ଆଖିର ଆକାର ସ୍ଥିର ରହେ ।
- ଜିଭ ସର୍ବାଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ । ମାଂସପେଶୀ ଓ ମାଢ଼ି ଅସ୍ଥି ସବୁଠୁ ଟାଣ ।
- ପୁରୁଷ ଶରୀରର ଆନୁମାନିକ ରକ୍ତ ପରିମାଣ ୬.୮ ଲିଟର୍ ଓ ମହିଳାଙ୍କର ପାଞ୍ଚ ଲିଟର ।
- ରକ୍ତପ୍ରବାହ ହେଉ ନ ଥିବା ଏକ ମାତ୍ର ଅଙ୍ଗ ଆଖିର କର୍ଣ୍ଣିଆ, ଏହା ବାୟୁମଣ୍ଡଳର ଅମ୍ଳଜାନ ନିଏ ।
- ପୁରୁଷଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମହିଳାଙ୍କ ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନ ଅଧିକ କ୍ଷିପ୍ର, ଆଘ୍ରାଣ ଶକ୍ତି ବି ଅଧିକ ।
- ପ୍ରତି ମିନିଟରେ ତିନି ଶହ ନିୟୁତ କୋଷ ଶରୀରରେ ସମାପ୍ତ ନିଅନ୍ତି ଏବଂ ଦିନକୁ ତିନି ଶହ କୋଟି ନୂଆ କୋଷ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି ।
- ଶରୀରର ସମୁଦାୟ ଅସ୍ଥିର ଅଧା ରହିଛି କେବଳ ହାତ ଓ ପାଦରେ ।
- ଜୀବନକାଳ ମଧ୍ୟରେ ଜଣେ ମଣିଷର ଜିଭରୁ ଝରୁଥିବା ସମୁଦାୟ ଲାଳ ଦୁଇଟି ସନ୍ତରଣ କୁଣ୍ଡ ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ।
- ଦଶ ବର୍ଷରେ ଥରେ କଙ୍କାଳର ଗଠନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସ୍ୱତଃପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ ।
- ହୀରାକୁଦ ପୃଥିବୀର ଦୀର୍ଘତମ ଡ୍ୟାମ୍ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଏସିଆର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କୃତ୍ରିମ ହ୍ରଦ ।

ଲାଭକାରୀ ରାଶି

କଳା ଏବଂ ଧଳା ରାଶି ଶରୀର ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । ଏହାର ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ଅନେକ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ଦୁଇ ଚାମଚ କଳା ରାଶିକୁ ଚୋବାଇ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପିଇଲେ, ପେଟ ରୋଗରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । କଳା ରାଶି ଏବଂ ଗୁଡ଼ ମିଶା ଲଡ଼ୁକୁ ପ୍ରତିଦିନ ରାତିରେ ଛୋଟ ପିଲାଙ୍କୁ ଖାଇବାକୁ ଦେଲେ, ବିଛଣାରେ ପରିସ୍ରା କରିବା ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷାମିଳେ । ଏହାବ୍ୟତୀତ ଶୁଖିଲା କାଶ ହେଉଥିଲେ ୪-୫ ଚାମଚ ମିଶ୍ରି ସହ ସମାନ ପରିମାଣର ରାଶିକୁ ଅଧ ଗିଲାସ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ପିଇଲେ, ଉପଶମ ମିଳେ । ୨୦-୨୫ ଗ୍ରାମ୍ ରାଶିକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରି ନଖଉଷୁମ ପାଣିରେ ପିଇଲେ ଗ୍ୟାଷ୍ଟିକ୍ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା ମିଳେ । ଏପରିକି ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ଯଦି କଳା ରାଶିକୁ ଚୋବାଇ ଖିଆଯାଏ, ତେବେ ଦାନ୍ତ ମାଢ଼ି ମଜଭୁତ୍ ରହେ । କେବଳ ରାଶି ଦାନା ନୁହେଁ ଏଥିରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ତେଲ ମଧ୍ୟ ବେଶ ଉପକାରୀ । ରାଶି ତେଲକୁ କେଶ ମୂଳରେ ଲଗାଇଲେ, କେଶ ଝଡ଼ା କମ୍ ହୁଏ । ନିୟମିତ ଯଦି ଏହି ତେଲକୁ ମୁଣ୍ଡରେ ମାଲିସ୍ କରନ୍ତି, ତେବେ କୋଷିକା ସକ୍ରିୟ ହେବା ସହ କେଶ ଘନ ଓ ଲମ୍ବା ହୁଏ । ରକ୍ତପ୍ରବାହ ମଧ୍ୟ ଭଲ ହୁଏ ।

ପେଟ ଚର୍ବି କମାଇବ ହଳଦୀ

ଓଜନ ହ୍ରାସ ମାମଲାରେ ହଳଦୀ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରେ । ଟଫଟସ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଏହି ତଥ୍ୟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ହଳଦୀରେ ଥିବା ଯୌଗିକ କର୍କୁମିନ୍

କୋଷିକା ମଡେଲରେ ହଳଦୀ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ହ୍ରାସ କରିଥିଲା । ଶରୀରରେ ପ୍ରଦାହ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ହଳଦୀ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରେ, ଯାହା ମେଦବହୁଳତା ସହ ଲଢ଼ିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରେ । ଚର୍ବି କୋଷିକା ବୃଦ୍ଧିକୁ ଦମନ କରି ଅତିରିକ୍ତ ଚର୍ବି ଜମାଟ ବାନ୍ଧିବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ଅଧ୍ୟୟନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥିବା ଭୂଷା ଓ ଅନେକ ସମୟରେ ମେଦବହୁଳତା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ପେଟର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ହଳଦୀ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିଥାଏ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କର ଓଜନ ହ୍ରାସ ଯାତ୍ରାକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିଥାଏ ।

ଔଷଧୀୟ କଲରା

କଲରା ପିତା ପରିବା ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ । ଶୀତ ଦିନେ ଏହାକୁ ଖାଇବା ରାମବାଣ ସଦୃଶ । ଶୀତଦିନେ ବିଶେଷ କରି ତ୍ୱଚା ରୋଗ ତଥା ଚର୍ମରୋଗ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । ତେଣୁ କଲରାର ପିତା ଅଂଶ ଚର୍ମରୋଗ ତଥା ମଧୁମେହ ପାଇଁ ମହୌଷଧି ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ ।

କଲରାର ତାଜା ପତ୍ରକୁ ପେଷ୍ଟ କରି ମଥାରେ ଲଗାଇବା ଫଳରେ ମୁଣ୍ଡ ବ୍ୟଥାରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଘା' ଉପରେ କଲରାର ଚେରକୁ ବାଟି ଲଗାଇବା ଫଳରେ ବଥ ଶୀଘ୍ର ପାଚି ଯାଇଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ଘା' ମଧ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ଭଲ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ ।

କାଢ଼ା ପିଉଥିଲେ ସତର୍କ ରହନ୍ତୁ

ଶରୀରର ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ସହ କରୋନା ଭାଇରସ୍ କବଳରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ନିମନ୍ତେ 'କାଢ଼ା ପିଇବା'କୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଉଛନ୍ତି । ବିଶେଷଜ୍ଞ ଦଳ ନିକଟରେ ଏହା ଉପରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ତଥ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । କାଢ଼ା ଦିନକୁ ଥରୁଟିଏ ସକାଳବେଳା ପିଇବା ଉଚିତ । ହେଲେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଚିନ୍ତାଧାରା ଯେ ଏହି ପାନୀୟକୁ ଅଧିକ ଥର ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ । ପ୍ରକୃତରେ କିନ୍ତୁ ଅଧିକ ଥର କାଢ଼ା ପିଇବା ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହାନିକାରକ ।

ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିଦିନ ଫଳ ଓ କ୍ଷୀର ସେବନ କରିବା ଉଚିତ । ଯୋଗ, ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ସହ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଭରପୂର ପନିପରିବା ଖାଇବା ଉପରେ ବଙ୍ଗ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି ।

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ କହିବାନୁସାରେ କାଢ଼ାରେ ମହଜୁଦ୍ ଥିବା ତତ୍ତ୍ୱ ଆମ ବୃକକ୍ ଓ ଯକୃତ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଅଧିକ ଥର କାଢ଼ା ପିଇଲେ ଲିଭର୍‌ଏସ୍ପିସ୍ ଓ ପେଟରେ ଅଲ୍ସର୍ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଥାଏ ।

କାଢ଼ା ପିଇବାର ପ୍ରକୃଷ୍ଟ ସମୟ ହେଉଛି ସକାଳବେଳା । କରୋନାର ପ୍ରକୋପ ପରେ ୪୧% ଲୋକ ୪-୫ଥର ଏହି ପାନୀୟ ପିଉଥିଲେ । ଏହା କାରଣରୁ ବହୁ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଣୁ କାଢ଼ା ଅଧିକ ଥର ନ ପିଇ ନିଜ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଭରପୂର ପନିପରିବା, ଫଳମୂଳକୁ ସାମିଲ କରାଇବା ଉଚିତ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ଇଂରାଜୀ ସାହିତ୍ୟରେ ପ୍ରକୃତି କବି କାହାକୁ କୁହାଯାଏ ?
(୨) ଭାରତୀୟ ସାହିତ୍ୟିକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଏ ନୋବେଲ ପୁରସ୍କାର ପାଇଛନ୍ତି ?
(୩) ମହାକାଶ ଯାତ୍ରା କରିଥିବା ଭାରତର ପ୍ରଥମ କୃତ୍ରିମ ଉପଗ୍ରହର ନାମ କ'ଣ ?
(୪) ବର୍ତ୍ତମାନ ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆର ଗଭର୍ଣ୍ଣର କିଏ ଅଛନ୍ତି ?
(୫) ସୌରଜଗତର ଲାଲ ଗ୍ରହ ଭାବେ କିଏ ପରିଚିତ ?
(୬) ତାଜମହଲ କିଏ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲେ ?
(୭) ରାମଙ୍କୁ ୧୪ ବର୍ଷ ବନବାସ କିଏ ପଠେଇଥିଲେ ?
(୮) କାହାର ଜନ୍ମଦିବସକୁ ଗୁରୁ ଦିବସ ରୂପେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୯) ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଷ୍ଟିଓଲୋଜି ଶରୀର କେଉଁ ଅଂଶର ଅଧ୍ୟୟନକୁ କୁହାଯାଏ ?
(୧୦) ଲଦାଖ କେବେ କେନ୍ଦ୍ର ଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳ ହୋଇଥିଲା । ?

JUMBLE WORDS

1) CMISU	=	6) MICPR	=
2) NSALT	=	7) PTYREO	=
3) CUEQHN	=	8) TTTEAL	=
4) DOWNEO	=	9) CDNEU	=
5) ORJEK	=	10) CAKNK	=

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.ପାଞ୍ଚଜନ୍ୟ, ୨.ଦେବଦତ୍ତ, ୩.ପୌଣ୍ଡ୍ର, ୪.ଅନନ୍ତ ବିଜୟଞ୍ଚ, ୫.ସୁଘୋଷା, ୬.ମଣିପୁଷ୍ପକ, ୭.ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶ, ୮.ତିନୋଟି , ୯.ଦୁଇଟି ବର, ୧୦. ୧୪ ବର୍ଷ ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) DECEIT (2) HUMANE (3) DRIFT (4) KNIFE (5) EUREKA (6) HOLLOW (7) DRODP(8) BUDDY (9) ACCUSE (10) SCRIPT

ସ୍ୱୀକାର

ଚିକିତ୍ସା ଅବହେଳାରୁ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟଣାର ରିପୋର୍ଟ ଦେବାକୁ ଝାରସୁଗୁଡା ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ

ଝାରସୁଗୁଡା: କୋଲାବିରା ବ୍ଲକ ରେଙ୍ଗାଲପାଲି ସ୍ଥିତ ସୋଡ଼ାମାଲ ଆଶ୍ରମ ବିଦ୍ୟାଳୟ ବାଳିକା ହଷ୍ଟେଲର ଚତୁର୍ଥ ଶ୍ରେଣୀରେ ପାଠ ପଢୁଥିବା ଜଣେ ଛାତ୍ରୀ ଅସୁସ୍ଥ ଥିବା ସମୟରେ ସ୍କୁଲ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଚିକିତ୍ସାରେ ଅବହେଳା କରିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା। ବିଳମ୍ବରେ ହଷ୍ଟେଲ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ କୋଲାବିରା ମେଡିକାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଇଥିଲେ ଓ ପରେ କୋଲାବିରା ଡାକ୍ତର ଝାରସୁଗୁଡା ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରିଥିଲେ। ଅଭିଭାବକଙ୍କୁ ଝିଅ ଅସୁସ୍ଥ ଥିବା କୌଣସି ସୂଚନା ଦିଆ ଯାଇ ନ ଥିଲା। ମୃତ୍ୟୁ ପରେ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଅଭିଭାବକଙ୍କୁ ଜଣାଇଥିଲେ। ସଠିକ୍ ସମୟରେ ଚିକିତ୍ସା ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ଛାତ୍ରୀ ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପଡିଲେ ବୋଲି ପରିବାର ଲୋକେ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। ଏହି ଘଟଣାଙ୍କୁ ନେଇ ଛାତ୍ର ସାମ୍ମୁଖ୍ୟର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସଂଯୋଜକ ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟ ଧୁରୁଆ ଜାତୀୟ ମାନବିକ ଅଧିକାର କମିଶନଙ୍କ ନିକଟରେ ମାମଲା ରୁଜୁ କରିଥିଲେ। କମିଶନ ଉକ୍ତ ମାମଲାକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ୮ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରଦାନ ପାଇଁ ଝାରସୁଗୁଡା ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି। କୋଲାବିରା ବ୍ଲକ ରେଙ୍ଗାଲପାଲି ସ୍ଥିତ ସୋଡ଼ାମାଲ ଆଶ୍ରମ ବିଦ୍ୟାଳୟ ବାଳିକା ହଷ୍ଟେଲରେ ରହି ଚତୁର୍ଥ ଶ୍ରେଣୀ ପାଠ ପଢୁଥିବା ଲିଜା ବାଗ୍ ଗତ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ମାସ ୧୪ ତାରିଖ ଦିନ ହଠାତ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ ହେଁ ତାଙ୍କର ସଠିକ ଚିକିତ୍ସା ସ୍କୁଲ ପକ୍ଷରୁ କରାଯାଇ ନ ଥିବାର ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା। ଫଳରେ ତାଙ୍କୁ ଜ୍ୱର ହୋଇଥିଲା ତେବେ କୋଲାବିରା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗର ଏଏନ୍ଏମ୍ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀ ଆସି ଲିଜାଙ୍କୁ ପାରାସିଟାମଲ ଖାଇବାକୁ ଦେଇଥିଲେ। ମେଡ଼ିସିନ ଖାଇଲା ପରେ ହଷ୍ଟେଲ କିମ୍ବା ସ୍କୁଲ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଲିଜାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥାକୁ ନେଇ କୌଣସି ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ନ ଥିଲେ ଅଥବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତାଙ୍କୁ କୌଣସି କଥା ପଚାରି ବୁଝି ନ ଥିଲେ। ଏହା ପରେ ସନ୍ଧ୍ୟା ୮ ଟା ସମୟରେ ବିସ୍କୁଟ କେତେ ଟା ଖାଉ ଖାଉ ତାଙ୍କ ଦେହ ଅଧିକ ଖରାପ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା। ସେ ୨ ଟି ବାନ୍ତି କରିଥିଲେ ଓ ତାଙ୍କୁ ଝାଡା ମଧ ହୋଇଥିଲା। କୋଲାବିରା ଡାକ୍ତରଖାନରେ ଲିଜାଙ୍କୁ ରାତି ୧୧. ୩୦. ରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଥିଲା। ଲିଜାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ଗୁରୁତର ଥିବାରୁ ଡାକ୍ତର ଝାରସୁଗୁଡା ନେଇ ଯିବାକୁ କହିଥିଲେ। କିନ୍ତୁ ଝାରସୁଗୁଡାରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ଡାକ୍ତର ମୃତ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ। ଝିଅର ଏହି ଅସ୍ୱାଭାବିକ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟଣାକୁ ପରିବାର ଲୋକ ଗ୍ରହଣ କରି ପାରି ନ ଥିଲେ। ଏହାର ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ତଦନ୍ତ ଦାବି କରି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ସହ ଦୋଷୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ବାପା ପ୍ରଶାନ୍ତ ବାଗ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ନିକଟରେ ଦାବି କରିଥିଲେ। ଏହି ଘଟଣା ନେଇ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶା ଆଦିବାସୀ ମହାସଂଘ ଝାରସୁଗୁଡା, ସମ୍ମିଳିତ ଆଦିବାସୀ ସମାଜ, ଛାତ୍ର ସାମ୍ମୁଖ୍ୟ, ସ୍କୁଲ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଅସନ୍ତୋଷ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ସହ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଠାରେ ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରି ଦୋଷୀ ବିଦ୍ୟାଳୟ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଦୃଢ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଦାବି କରିଥିଲେ। ଏହି ଘଟଣା ବିଭିନ୍ନ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ଛାତ୍ର ନେତା ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟ ଧୁରୁଆ ଏନ୍ଏଚ୍ଆରସିଙ୍କ ନିକଟରେ ମାମଲା ଦାୟର କରି ମୃତକ ପରିବାରକୁ ନ୍ୟାୟ ଏବଂ ଉପଯୁକ୍ତ କ୍ଷତିପୂରଣ ପାଇଁ ଆବେଦନ କରିଥିଲେ। କମିଶନ ମାମଲାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଠାରୁ ରିପୋର୍ଟ ତଲବ କରିଛନ୍ତି।

ଜାତୀୟ ସମ୍ବଲପୁରୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଉଦ୍‌ଯାପିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ ଏକତା ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଜାତୀୟ ସମ୍ବଲପୁରୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଉଦଯାପିତ ହୋଇଛି। ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ ଏକତା ମଞ୍ଚର ଆବାହକ ଭବାନୀଶ ଭୋଇଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଆୟୋଜିତ ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଆଡ଼ଭୋକେଟ୍ ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ ରଥ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ଗୁରୁ ଭଗବାନ ସାହୁଙ୍କ କାଳଜୟୀ ନାଟକ 'ଟଙ୍କେଲ' ମଞ୍ଚସ୍ଥ ହୋଇଥିଲା। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ମାସିକ ପତ୍ରିକା ସମ୍ବଲପୁରୀ ଦର୍ପନ ଉନ୍ମୋଚନ ହୋଇଥିଲା। ପତ୍ରିକାର ପ୍ରକାଶିକା ଡଲିମା ଭୋଇ, ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା, ଦେବୀପ୍ରସାଦ ଭୋଇ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ। ସମ୍ବଲପୁରୀ ପୁସ୍ତକ ପ୍ରକାଶନ ସଂସ୍ଥା ସମ୍ବଲପୁରୀ ଗୁଚ୍ଛାର ଶିବଶଙ୍କର ପୂଜାରୀ, ଶିକ୍ଷା ବିକାଶର ବିକାଶ ସାହୁ ଏବଂ ଅକ୍ଷର ଅନୁଷ୍ଠାନର କାଳିନ୍ଦୀ ପ୍ରତାପ ସିଂହଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ଦେଇ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ବରଗଡ଼ରେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଦିନ ଆୟୋଜନ କରୁଥିବା ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ ଏକତା ମଞ୍ଚ ବରଗଡ଼ ଶାଖାକୁ ମଧ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା।

ପୂର୍ବରୁ ସମ୍ବଲପୁରୀ ସାହିତ୍ୟ ଓ ସଂସ୍କୃତି ଉପରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଆଲୋଚନାଚକ୍ରରେ ଗୁରୁ ଭଗବାନ ସାହୁଙ୍କ ଜୀବନ ସଂଘର୍ଷ ଉପରେ ସୁରେନ୍ଦ୍ର ବୀର ଭୁବନ ଭୋଇ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ। ସେହିପରି ଶବ୍ଦ ନୃତ୍ୟ ଉପରେ ବାସୁଦେବ ନାୟକ ଏବଂ ଗଦାଧର ବରିହା ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଥିଲେ। ଖଗେଶ୍ୱର ସାହିତ୍ୟ ଉପରେ ଦୟାନିଧି କୁମାର ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ। ଆଲୋଚନାରେ ବକୁଳ ବାରିକ, ଡ଼କ୍ଟର ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକାଶ ପଣ୍ଡା, କିଶୋର ଧରେଇ, ରାଜେଶ ସ୍ୱାଇଁ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ।

ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଡକ୍ଟର ଜିତେନ୍ଦ୍ର ହରିପାଲ ଚତୁର୍ଥ ସମ୍ବଲପୁରୀ ସମ୍ମିଳନୀକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ। ଉଦଘାଟନୀ ଉତ୍ସବରେ ବିଶିଷ୍ଟ ସମ୍ବଲପୁରୀ ସଂସ୍କୃତି ଗବେଷକ ଡକ୍ଟର ନିମାଇଁ ଚରଣ ପଣ୍ଡା, ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ଧର, ସମ୍ବଲପୁରୀ ସଙ୍ଗଠକ ଉପନ୍ନ ଭୋଇ, ସମ୍ବଲପୁରୀ ବହି ଆନ୍ଦୋଳନର ପୁରୋଧା ଶିବଶଙ୍କର ପୂଜାରୀ, ଜିଏମ୍‌ୟୁ ଇତିହାସ ବିଭାଗ ମୁଖ୍ୟ ଅତୁଳ ପ୍ରଧାନ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ।

ପରେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବହି ପସରା, ବାନ୍ଧକଳାର ପୁରୋଧା ରାଧେଶ୍ୟାମ ମେହେରଙ୍କ ବିଷୟରେ ପର୍ଯ୍ୟବେସିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବାନ୍ଧକଳାର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ନାମରେ ଏକ ପ୍ରଦର୍ଶନୀ, ସମ୍ବଲପୁରୀ କପଡା ଏବଂ ଖାଦ୍ୟପେୟର ବିଭିନ୍ନ ଷ୍ଟଲକୁ ଅତିଥି ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ଶିକ୍ଷା ବିକାଶ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ କ୍ୟାଲେଣ୍ଡର ଓ ପଦ୍ମପୁରରୁ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିବା ସମ୍ବଲପୁରୀ ପତ୍ରିକା 'ବାଟ କଢୁଆଳ' ଉନ୍ମୋଚନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିସହ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଦିନ୍ ଅୟୋଜନ କରିଥିବା ସଂଗଠନ ଓ ଗୁରୁଶ୍ରୀ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ବହିଦାରଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତୀ ନିର୍ମାଣରେ ସହଯୋଗ କରିଥିବା ବଦାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନେଇ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବକ୍ତୃତା ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏହାକୁ ସୁଷମା ପ୍ରଧାନ ଏବଂ ଡ.ସ୍ୱୟଂପ୍ରକାଶ ପଣ୍ଡା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ।

ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ରେଙ୍ଗାଲିର ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ନାଉରୀ ନାୟକ, ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହୋତା, ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ ଏକତା ମଞ୍ଚର ଉପଦେଷ୍ଟା ଓମ୍ ଶ୍ୟାମାପ୍ରସାଦ ମିଶ୍ର ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ। କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂଯୋଜକ ଦଶରଥ ମେହେର ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ରାଜେଶ ସ୍ୱାଇଁ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ। ମାନସ ମିଶ୍ର ଏବଂ ସତ୍ୟ ନାରାୟଣ ସାହୁ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ତୁଷରାରୁ ଆସିଥିବା ସାନ ବଡ଼ ଘୁଡ଼କା ନୃତ୍ୟ ପରିବେଶିତ ହୋଇଥିଲା। ଏହାସହ ସମ୍ବଲପୁରୀ ପିନ୍ଧନ୍ ଉଡନ୍ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଧନୁଯାତ୍ରାର କଂସ ମହାରାଜ ଫଣୀନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା, ବିଶିଷ୍ଟ ସମ୍ବଲପୁରୀ ନାଟ୍ୟକାର ବିପିନ ଦାସ ଏବଂ ଛତିଶଗଡ଼ର ସମ୍ବଲପୁରୀ ସଙ୍ଗଠକ ବିଦ୍ୟାଭୂଷଣ ଶତପଥୀ, ସେବା ଶଙ୍କର ଅଗ୍ରୱାଲ ମିଳିତ ଭାବେ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ। ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ ଏକତା ମଞ୍ଚ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଶାଖାକୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ସେହିପରି ଚେତନାମୟୀ ବେହେରା, ଅରୁଣ ରାଜହଂସ, ଅଜୟ ନାଥ, ନୂପୁର ମଲ୍ଲିକ, କାଳୀଚରଣ (ମଏନୁ) ଗୁରୁ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଗୀତ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ। କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂଯୋଜକ ଦଶରଥ ମେହେର ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ରାଜେଶ ସ୍ୱାଇଁ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ। ତର୍ପଣ ପ୍ରଧାନ ଓ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ସାହୁ ପରିଚଳନା କରିଥିଲେ।

ଚତୁର୍ଥ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଗୁରୁ ଭଗବାନ ସାହୁଙ୍କ କାଳଜୟୀ ନାଟକ ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏ ମଞ୍ଚସ୍ଥ ହୋଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ଗୁରୁ ଭଗବାନ ସାହୁଙ୍କ ବିଷୟରେ ଗବେଷଣା କରି ପୁସ୍ତକ ଆକାରରେ ପ୍ରକାଶିତ କରିଥିବା ରବିନ ଲୁଲୁ ଦାସ, ବରିଷ୍ଠ ସଙ୍ଗୀତଜ୍ଞ ଦଧିବାବନ ମିଶ୍ର ଏବଂ ତୁଳସୀ ଚରଣ ଦାସଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ପୂର୍ବରୁ ସମ୍ବଲପୁରୀ କବିତା ପାଠ ଆୟୋଜନ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ ଆସିଥିବା ବହୁ କବି ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକାଶ ପଣ୍ଡା, ସୁଷମା ପ୍ରଧାନ, କିଶୋର ଧରେଇ ଏବଂ ଲଳିତା ଭୋଇ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ।

ଲୋକ ମହୋତ୍ସବ ସ୍ମରଣିକା ସକାଶେ ଲେଖା ଆହ୍ୱାନ

ସମ୍ବଲପୁର: ଆସନ୍ତା ଜାନୁଆରୀ ୪ ତାରିଖରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବାକୁ ଯାଉଥିବା ସମ୍ବଲପୁର ଲୋକମହୋତ୍ସବ ସ୍ମରଣିକା ସକାଶେ ଗବେଷକ ଓ ଲେଖକମାନଙ୍କଠାରୁ ଲେଖା ଆହ୍ୱାନ କରାଯାଉଛି। ଲେଖକମାନେ ଏଥିନିମନ୍ତେ ଲୋକଧାରା ସମ୍ପର୍କିତ ଯଥା ଲୋକସଂସ୍କୃତି, ଲୋକଗୀତ, ଲୋକନୃତ୍ୟ, ଲୋକବାଦ୍ୟ, ଲୋକନାଟକ, ଲୋକବିଶ୍ୱାସ, ଲୋକକ୍ରୀଡ଼ା, ଲୋକକଳା ଆଦି ବିଷୟରେ ଅଥବା ଆଞ୍ଚଳିକ ଐତିହ୍ୟ ପରମ୍ପରା ବିଷୟରେ ନିଜ ଲେଖା ସମ୍ବଲପୁରୀ, ଓଡ଼ିଆ, ହିନ୍ଦି କିମ୍ବା ଇଂରାଜୀରେ ଡିଟିପି କରି ଇ-ମେଲ ଯୋଗେ lokmahotsavsouvenir2025@gmail.com ରେ ପଠାଇପାରିବେ। ଲେଖା ପଠାଇବାର ଶେଷ ତାରିଖ ଡିସେମ୍ବର ୨୦ ତାରିଖ। ସ୍ମରଣିକା ଉପକମିଟି ଆବାହକ ଡାକ୍ତର ରାଜାରାମ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ (୯୪୩୭୪୦୫୪୫୫) ଓ ସହ ଆବାହକ ସୁକାନ୍ତ କୁମାର କର (୯୪୩୭୧୪୯୧୭୬) ଜଣାଇଛନ୍ତି। ଲେଖକମାନେ କୌଣସି ବିଶେଷ ସୂଚନା ସକାଶେ ଉପରୋକ୍ତ ମୋବାଇଲ ନମ୍ବର ଗୁଡ଼ିକରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରିପାରିବେ।

ବନ୍ଧବାହାଲ ଧନୁଯାତ୍ରା ମହୋତ୍ସବର କଂସ ବରଣ

ଝାରସୁଗୁଡା: ଆସନ୍ତା ଜାନୁଆରୀ ୭ ରୁ ୧୩ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବନ୍ଧବାହାଲ ଶିଳ୍ପାଞ୍ଚଳ ରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଆଞ୍ଚଳିକ ଧନୁଯାତ୍ରା ମହୋତ୍ସବର କଂସ ବରଣ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି। ଧନୁଯାତ୍ରା ମହୋତ୍ସବ କମିଟିର ସଦସ୍ୟ ବୃନ୍ଦ ବଲାଙ୍ଗୀର ଲୋଇସିଂହା ଯାଇ ଚଳିତ ବର୍ଷର ମହୋତ୍ସବର କଂସ ଭୂମିକାରେ ଅଭିନୟ କରିବାକୁ ଥିବା ରବିନ୍ଦ୍ର ସାହୁଙ୍କ ବାସଭବନରେ ନଡ଼ିଆ ସହ ବରଣ ମାଳା ଦେଇଛନ୍ତି। ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ତଥା ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶା ରେ ଅନ୍ୟତମ ଆକର୍ଷଣ ପାଲଟିବା ଆଞ୍ଚଳିକ ଧନୁଯାତ୍ରା ମସୋତ୍ସବ ୧୮ ବର୍ଷ ରେ ପଦାର୍ପଣ କରିବ। ଚଳିତ ବର୍ଷ ମହୋତ୍ସବ କୁ ଆହୁରି ଲୋକମୁଖୀ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଉଛି। କଂସ ବରଣ ରେ ଧନୁଯାତ୍ରା ମସୋତ୍ସବର ସଂପାଦକ ପ୍ରେମାନନ୍ଦ ସାହୁ କାର୍ଯ୍ୟ କାରୀ ସଦସ୍ୟ ତଥା କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ବିରଞ୍ଚି ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି କଂସ ବରଣରେ ନୀତି କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପାଦକ କରିଛନ୍ତି।

ମହିଳା କଲେଜରେ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ସରକାରୀ ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ସ୍ନାତକୋତ୍ତର ପଦାର୍ଥ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ ତରଫରୁ 'ସ୍ୱିନ ଆଧାରିତ ଅକ୍ଷୟ ଉଦଜାନ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପାଦନ ଏବଂ ନାନା ଉପାଦକ' ଉପରେ ଏକ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି। ଏଥିରେ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧକ୍ଷା ପ୍ରଫେସର ରାଜଶ୍ରୀ ବରାଳ ଅଧକ୍ଷତା କରିଥିଲେ। ସଭାରେ ମୁଖ୍ୟ ଆଲୋଚକ ଭାବେ ଦିଲ୍ଲୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରାଧ୍ୟାପକ ଡକ୍ଟର ଦେବବ୍ରତ ମିଶ୍ର ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଅଧକ୍ଷା ପ୍ରଫେସର ବରାଳ ସ୍ୱାଗତ ସମ୍ଭାଷଣ ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଶକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ। ପଦାର୍ଥ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ ଡ. ରାକେଶ କୁମାର ସାହୁ ଅତିଥି ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ବେଳେ ପ୍ରଫେସର ଯୋଗେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଭୋଇ ସଭା ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ। ଭିସୁର୍ଟ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପଦାର୍ଥ ବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରାଧାପକ ଡ.ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ ସଭାରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ।

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 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

ସମ୍ବଲପୁରରେ ସନାତନ ସୁରକ୍ଷା ମଞ୍ଚର ଶୋଭାଯାତ୍ରା ଓ ପ୍ରତିବାଦ ସଭା

ସମ୍ବଲପୁର : ବାଂଲାଦେଶରେ ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କ ଉପରେ ହେଉଥିବା ଅତ୍ୟାଚାରର ପ୍ରତିବାଦ କରି ସନାତନ ସୁରକ୍ଷା ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଜରିଆରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଏକ ସ୍ମାରକ ପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ପୂର୍ବରୁ ସୁରକ୍ଷା ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ସମଲେଶ୍ୱରୀ ମନ୍ଦିର, ବୁଢ଼ାରଜା ଜଗନ୍ନାଥ ମନ୍ଦିର ଏବଂ ଜେଲ୍ ଛକ ନିକଟରେ ଥିବା ଫୋର୍-ସି ପଡ଼ିଆରୁ ୩ଟି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଶୋଭାଯାତ୍ରା ବାହାରି ମହିଳା ଥାନା ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ସେଠାରୁ ସମସ୍ତେ ଏକାଠି ହୋଇ ଏକ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ଯାଇ ସେଠି ପ୍ରତିବାଦ ସଭା କରିବା ସହ ଦାବିପତ୍ର ଦେଇଥିଲେ । ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ପ୍ରଦୀପ ବହିଦାର, ରାଜୀବ ଶତପଥି, ଗିରିଶ ପଟେଲ, ଶିବ କୁମାର ଅଗ୍ରୱାଲ, ଗୋବିନ୍ଦ ଅଗ୍ରୱାଲ, ସମୀର ବାବୁ, ମୁକେଶ ଜରିୱାଲ, ଅଧାପକ ବିଶ୍ୱରଞ୍ଜନ ପୁଜାରୀ, କାର୍ତ୍ତିକ ପ୍ରସାଦ ବହିଦାର ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ସମେତ ସମ୍ବଲପୁର ସହର ତଥା ଆଖପାଖ ଅଞ୍ଚଳର ଅନେକ ଧାର୍ମିକ, ସାମାଜିକ ତଥା ସାଂସ୍କୃତିକ ସଙ୍ଗଠନର ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସେହିପରି ମଞ୍ଚର ଆବାହକ ଡାକ୍ତର ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଅଗ୍ରୱାଲଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ପ୍ରତିବାଦ ସଭାରେ ଆର.ଏସ୍.ଏସ୍.ର ପୂର୍ବତନ ପ୍ରାନ୍ତୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଅଧାପକ ବିପିନ ବିହାରୀ ନନ୍ଦ, ଯୁବ ନେତା ସୁଧିର ବହିଦାର, ସ୍ୱାମୀ ଶିବାନନ୍ଦ, ଅନାମିକା ପଣ୍ଡା ଓ ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଭାଷଣ ଦେଇ ବାଂଲାଦେଶରେ ଚାଲିଥିବା ହିନ୍ଦୁଙ୍କ ପ୍ରତି ଅମାନବୀୟ ଅତ୍ୟାଚାରର ତୀବ୍ର ନିନ୍ଦା କରିଥିଲେ ।

ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘର ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ କ୍ରିକେଟ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତା

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଫୋର-ସି ପଡ଼ିଆରେ ସୁରଜ କୁମାର ବିଶ୍ୱାଳ ସ୍ମାରକୀ ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ କ୍ରିକେଟ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଉଦଘାଟିତ ହୋଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ବଳିରାମ୍ ବୋନ୍ଦର ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଏକ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇଥିବା ସଂଘର ଯୁବ ଓକିଲ ସୁରଜ କୁମାର ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆୟୋଜିତ ହୋଇଛି । ଏଥିରେ ସମ୍ବଲପୁର, ବରଗଡ଼, ଦେବଗଡ଼, ଢେଙ୍କାନାଳ, କଟକ, କୋରାପୁଟ, ପୁରୀ, ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାର ମୋଟ ୯ଟି ସଂଘ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଉଦ୍‌ଘାଟନୀ ଉତ୍ସବରେ ଓକିଲ ସଂଘର ସଭାପତି ସତ୍ୟନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା, ସମ୍ପାଦକ ପ୍ରବୀଣ କୁମାର ସିଂହଦେଓ, କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ବାହୀ ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ମଧୁସୁଦନ ମିଶ୍ର, ଆଶୁତୋଷ ପାତ୍ର, ପ୍ରଦୀପ ବହିଦାର, ରବି ପୂଜାରୀ, ଚନ୍ଦ୍ର ମହାନ୍ତି, ଅତନୁ ଗୌଡ଼, ସୁରେନ୍ଦ୍ର ମହାନ୍ତି, ସଚ୍ଚିକାନ୍ତ ମିଶ୍ର, ସାବିର୍ ଏହମଦ୍, ଚନ୍ଦ୍ର ପୁରୋହିତ, ଅନୁପ ତରିଆ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ଚାଷୀ ମାନଙ୍କୁ ଇନପୁଟ୍ ସବସିଡି ବଣ୍ଟନ

ସମ୍ବଲପୁର : ବରଗଡ଼ର ସୋହେଲା ଠାରୁ ଓଡ଼ିଶାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜ୍ୟର ଚାଷୀମାନଙ୍କୁ କ୍ୱିଣ୍ଟାଲ ପ୍ରତି ୮୦୦ ଟଙ୍କା ଇନପୁଟ୍ ସବସିଡି ବଣ୍ଟନ କରିଛନ୍ତି ।

ଏହି ଅବସରରେ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଅଡିଟୋରିୟମରେ ଇନପୁଟ୍ ସହାୟତା ବଣ୍ଟନ ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପଞ୍ଚାୟତିରାଜ ଓ ପାନୀୟ ଜଳ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ରବି ନାରାୟଣ ନାଏକ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ଶ୍ରୀ ନାଉରି ନାୟକ ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ସମୀର ବାବୁ, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ବଳିରାମ ବୋନ୍ଦର ଓ ସମ୍ବଲପୁର ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ମୁକେଶ କୁମାର ଭାମୁ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାରେ ପଞ୍ଜୀକରଣ କରିଥିବା ୫୯୮୯୫ ଜଣ ଚାଷୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ସେହିଦିନ ୪୬୦୦ ଚାଷୀଙ୍କୁ ପାଖାପାଖି ୫୩ କୋଟି ଟଙ୍କା ଦିଆଯାଇଥିଲା । ମୁଖ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ ତଥା କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ପସନା କୁମାର ପାତ୍ର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସମୟ ପ୍ରବନ୍ଧନ ଏବଂ ପ୍ରଭାବୀ ସଂଚାର ଉପରେ ଏମସିଏଲରେ ଆଲୋଚନା

ବୁର୍ଲା : ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ପକ୍ଷରୁ ଆଇଏସ୍‌ଟିଡି ସହାୟତାରେ ସମୟ ପ୍ରବନ୍ଧନ ଏବଂ ପ୍ରଭାବୀ ସଂଚାର ଉପରେ ଏକ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏମ୍‌ସିଏଲ୍‌ର କାର୍ମିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କେଶବ ରାଓ ଏହାକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ଡକ୍ଟର ରମଣ ବଲ୍ଲଭ, କେ.ଏମ୍. ପ୍ରସାଦ, ବିଶ୍ୱବାସୁ ବେଉରିଆ ପ୍ରମୁଖ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ । ଏମ୍.ସି.ଏଲ୍‌ର ଅଧିକାରୀ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱ-ବିଦ୍ୟାଳୟ ଏବଂ ଭି.ଏସ୍.ଏସ୍.ୟୁଟିର ଅଧାପକ ମାନେ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଭାଗବତ ନନ୍ଦଙ୍କ ୮୮ତମ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ବିଶିଷ୍ଟ ସମାଜସେବୀ ଭାଗବତ ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କର ୮୮ତମ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତା ତଥା ଡକ୍ଟର ଗୌରୀଦାସ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଜୟନ୍ତୀ ଉତ୍ସବରେ ଉତ୍କଳ ସଂସ୍କୃତି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ନରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମିଶ୍ର ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଏବଂ ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପଞ୍ଚାନନ କାନୁନଗୋ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଭାଗବତ ନନ୍ଦଙ୍କର ବହୁମୁଖୀ ପ୍ରତିଭା ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ 'ସମଦୃଷ୍ଟି'କୁ 'ଭାଗବତ ନନ୍ଦ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମାନ' ଏବଂ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ମେଣ୍ଡୁଲିଙ୍କୁ 'ଭାଗବତ ନନ୍ଦ ସେବା ସମ୍ମାନ'ରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍ୱର୍ଗତ ନନ୍ଦଙ୍କ ଆତ୍ମଜୀବନୀ 'ମନେ ପଡେ' ମଧ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଏନଏସ୍‌ସିବି କଲେଜରେ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ଯୁବ ଉତ୍ସବ

ସମ୍ବଲପୁର : ନେହେରୁ ଯୁବ କେନ୍ଦ୍ର ତରଫରୁ ନେତାଜୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ସରକାରୀ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଯୁବଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିକାଶର 'ପଞ୍ଚ ପ୍ରତିଜ୍ଞା' ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ନେଇ କବିତା ଲିଖନ, ବକ୍ତୃତା ପ୍ରତିଯୋଗିତା, ଚିତ୍ରାଙ୍କନ, ମୋବାଇଲ ଫୋଟୋଗ୍ରାଫି, ବିଜ୍ଞାନ ମେଳା-ଏକକ ଓ ସାମୁହିକ, ଦଳଗତ ନୃତ୍ୟ ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ମହା-ବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ହରପାଲଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଉଦଘାଟନୀ ସଭାରେ ଡକ୍ଟର ହେମ କୁମାର ନାୟକ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ପ୍ରଫେସର ଦୁଲ୍ଲଭ କୁମାର ସା ମୁଖ୍ୟ ବକ୍ତା ଓ ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଜନସଂପର୍କ ଅଧିକାରୀ ସଂଯୁକ୍ତା କୁଲୁ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ଉତ୍ସବରେ ଭାରତୀୟ ଷ୍ଟେଟ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ୍, ଗ୍ରାମୀଣ ଆତ୍ମନିଯୁକ୍ତି ତାଲିମ କେନ୍ଦ୍ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ସୁବାଷ ତ୍ରିପାଠୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ନେହେରୁ ଯୁବ କେନ୍ଦ୍ରର ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ ଅଧିକାରୀ

ମାରିଆନୁସ ବିଲୁଙ୍ଗ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଜ୍ଞାପନ କରିଥିବା ବେଳେ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ଭୋଇ ସଭା ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ ଏବଂ ଡ. ରଘୁମଣି ନାୟକ ଧନ୍ୟବାଦ୍ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଉଦ୍‌ଘାଟନୀ ଏବଂ ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ଉତ୍ସବରେ ଛାତ୍ରୀ ଲିସା ପଧାନ, ପ୍ରିୟଙ୍କା ମୁନା ଓ ବବ୍ଲି ଷାଣ ସ୍ୱାଗତ ସଙ୍ଗୀତ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ଏନ୍‌ଏସସିବି ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଜାତୀୟ ସେବା ଯୋଜନା ଶାଖାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅଧିକାରୀ ସୁରେଶ ଏକ୍କା, ମିଲି ସାହୁ, ରୋଜାଲି ସେଠ୍, ବିଶ୍ୱଜିତ୍ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଏସ୍.କେ. ଫାଇଜନ, ମାସୁଦ ଆଲମ୍, ସୁଶାନ୍ତ, ସୁବ୍ରତ, ଶିଖା, ବର୍ଷା, କିରଣ, ସୁମିତ, ମଞ୍ଜିତ୍, ସୁନୟନା, ସୁଦର୍ଶନ, ବିଶ୍ୱ ଇତ୍ୟାଦି ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ସୂଚନା ଥାଉ କି ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରରେ କୃତିତ୍ୱ ଅର୍ଜନ କରିଥିବା ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନେ ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ଯୁବ ଉତ୍ସବରେ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିବେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୋତିଲାଲ ଦୋରା, ସୂର୍ଯ୍ୟ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ପ୍ରତାପ ଦେଓ, ପ୍ରଶାନ୍ତ ମାଝୀ, ମନୋଜ ଚୌଧୁରୀ, ନମିତା ବଡ଼ପଣ୍ଡା, କରୁଣାକର ଶତପଥୀ, ଆଶିଷ ପ୍ରଧାନ, ଡକ୍ଟର ସତ୍ୟନାରାୟଣ ଠାକୁର, ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ଭୋଇ, ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ବିଶ୍ୱାଳ, ସତ୍ୟନାରାୟଣ ଚୌଧୁରୀ, ଶୁଭଶ୍ରୀ ବାରିକ, ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ଦାସ, ପବିତ୍ର ମୋହନ ବେହେରା, ଶାନ୍ତନୁ ପଧାନ, ସତ୍ୟନାରାୟଣ ପଟେଲ, ଡକ୍ଟର ହେମ କୁମାର ନାୟକ, ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଏବଂ ସନ୍ତୋଷ ରଞ୍ଜନ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ବିଚାରକ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ ।

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