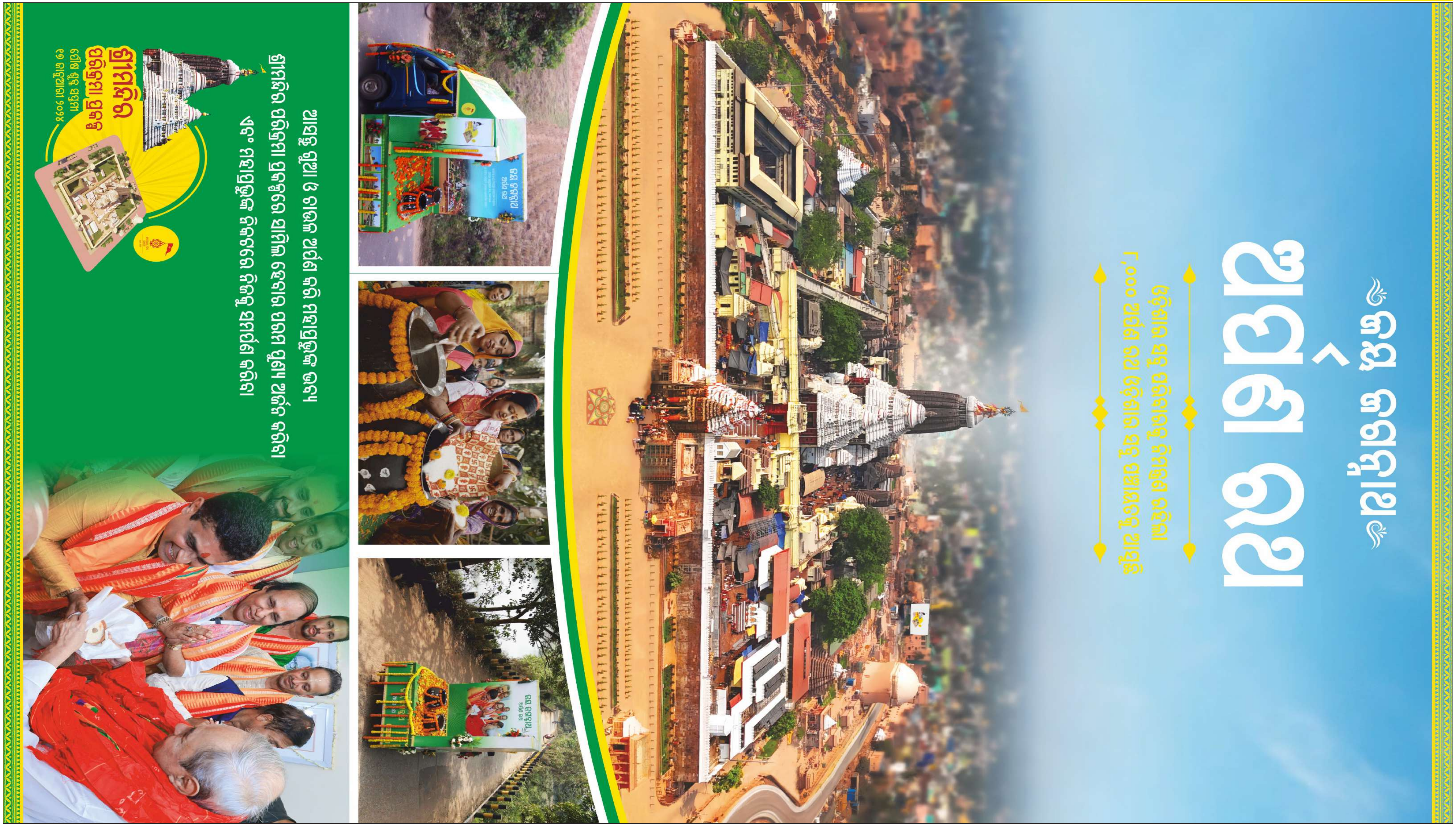
ଶାସନ ହାଇସ୍କୁଲରେ ସାଧାରଣ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା

ସମ୍ବଲପୁର : ବ୍ରଜୌଲି ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ଶାସନ ହାଇସ୍କୁଲରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସାଧାରଣ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ଦେବୀ ପ୍ରସାଦ ମିଶ୍ର, ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ମିଶ୍ର, ସାରଙ୍ଗଧର ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସ୍କୁଲର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଶ୍ରୀମତୀ ତାରାବତୀ ବେହେରାଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ କୃତୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସାପ୍ତାହିକ ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.28 | Issue - 2 | 17 January 2024 | Sambalpur | Special Issue | Page- 8 | Invitation Price Rs.10



Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663- 2950945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra

୨ ପୃଷ୍ଠାରେ...

ବଥୁଆ ଶାଗର ଉପକାରିତା | ଗର୍ଭବତୀଙ୍କ ପାଇଁ ପାଣି ସିଙ୍ଗଡ଼ା | ଶରୀର ପାଇଁ ଉତ୍ତମ କାଜୁ | ବହୁ ଉପକାରୀ ଖଜୁରୀ | ସ୍ତନ କର୍କଟରୁ ରକ୍ଷା କରିବ ଚେରୀ ଜୁସ୍ | ଓଜନ ହ୍ରାସ ଲାଗି ଆହାର

ସର୍ବୋତ୍ତମ ଔଷଧ ସଙ୍ଗୀତ

ଅତୀତରେ କରାଯାଇଥିବା ଅନୁସନ୍ଧାନ ଗୁଡ଼ିକରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ ଯେ ସଙ୍ଗୀତ କେବଳ ମନକୁ ଶାନ୍ତି ଦେଇ ନଥାଏ, ବରଂ ଏହା ଅନେକ ରୋଗକୁ ଦୂର କରିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ଗୁଣୀ ଓ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଚିକିତ୍ସକ ଉପଚାର ବେଳେ ସଙ୍ଗୀତକୁ ମଧ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିର ଅଙ୍ଗ ବୋଲି ମାନିଛନ୍ତି, ଯାହାକୁ ରାଗ ଚିକିତ୍ସା କହିବା ଶ୍ରେୟସ୍କର ହେବ ।

ଏବେ ଡାକ୍ତରମାନେ ସ୍ୱୀକାର କଲେଣି ଯେ ସଙ୍ଗୀତ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା କେବଳ ମାନସିକ ନୁହେଁ, ବରଂ ଶାରୀରିକ କିଛି ବ୍ୟାଧିର ଉପଚାର ମଧ ସମ୍ଭବ । ରାଗ ରିସର୍ଚ୍ଚ ସେଣ୍ଟର, ଚେନ୍ନାଇର ରାଗ ଆଧାରିତ ସଙ୍ଗୀତ ଦ୍ୱାରା ଉପଚାରର ସମ୍ଭାବନା ଉପରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରି ନିଷ୍କର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଛି ଯେ ରକ୍ତଚାପ, ସିଜୋଫ୍ରେନିୟା ଓ ଏପିଲେପ୍‌ସୀ ଆଦି ରୋଗର ଉପଚାର କରାଯାଇ ପାରେ । ସଙ୍ଗୀତ ଦ୍ୱାରା ମନ ଖୁସୀ ରହିଲେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଉପଚାର ସମୟରେ ଔଷଧର ଭଲ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବ । ଶଯ୍ୟା ଉପରେ ପଡ଼ିଥିବା ରୋଗୀ ସୁମଧୁର ସଙ୍ଗୀତ ଶୁଣି ଉଠି ବସିପଡ଼େ । ତା' ଭିତରେ ଏକ ନୂତନ ଉତ୍ସାହର ସଞ୍ଚାର ହେବାକୁ ଲାଗେ ।

ଚିକିତ୍ସକ ମାନଙ୍କ ମତରେ ପରିଣତ ବୟସର ରୋଗଗୁଡ଼ିକ, ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଆଘାତ ଓ ଅଲଜାଇମର ଭଳି ରୋଗ ଆଦିର ଉପଚାରରେ ସଙ୍ଗୀତ ବିଶେଷ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ । ଯଦ୍ୟପି ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗୀ ଉପରେ ଏହାର ଏକା ଭଳି ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ି ନଥାଏ । ସଙ୍ଗୀତର ପ୍ରଭାବ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପରେ କେତେ ମାତ୍ରାରେ କେତେ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପଡ଼ିବ ଏହା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ । ସଙ୍ଗୀତ ଆମର ତନ୍ତ୍ରିକାଗୁଡ଼ିକୁ ଶାନ୍ତ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମନକୁ ମଧ ଏକାଗ୍ର କରିଥାଏ । ଏହା ଜୀବନର ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ଆବେଶକୁ ଦୁର୍ବଳ କରିଦିଏ ।

ରୋଗୀ ଭାରତୀୟ ସଙ୍ଗୀତକୁ ଥରେ ନିଶ୍ଚିତ ଶୁଣିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ରାଗ ଚିକିତ୍ସା ଅଟେ, ଯାହାର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସକମାନେ ମଧ ବୁଝିଲେଣି । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଏହାକୁ ନାଦଯୋଗ କୁହାଯାଉଥିଲା । ଆମ ଶରୀର ଓ ମନ ଉପରେ ଧ୍ୱନିର ଗଭୀର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ । ରାଜା–ମହାରାଜାଙ୍କ ବୈଦ୍ୟମାନେ ମଧ ଶହ ଶହ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଚିକିତ୍ସା ସମୟରେ ନାଦ ଯୋଗର ପ୍ରୟୋଗ କରୁଥିଲେ ।

ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀରେ ମଧ ଲୋକମାନଙ୍କର ଏହି ରାଗ ଚିକିତ୍ସା ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ବୃଦ୍ଧି ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଏହାକୁ ଆମେ ପୂରକ ଚିକିତ୍ସା ମଧ କହି ପାରିବା । କେତେକ ଚିକିତ୍ସକ ତ ଆସ୍ଥମା ଓ ତନ୍ତ୍ରିକା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ ଉପଚାରରେ ରାଗ ଚିକିତ୍ସାର ବି ପ୍ରୟୋଗ କରୁଛନ୍ତି ।

ସଙ୍ଗୀତ ଆମକୁ ଭାବନାତ୍ମକ ସମ୍ବଳ ଦେଇଥାଏ । ରାଗ ଓ ବାଦ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ଧ୍ୱନୀ ଆମ ଶରୀରରେ ଏକ ନୂତନ ରସଧାରା ଗୋଳିଥାଏ । ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଇଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନିଜେ ବ୍ୟାଧିଗୁଡ଼ିକର ଉପଚାର କରିଥାଏ ବା ଔଷଧଗୁଡ଼ିକ ସାଙ୍ଗରେ ମିଶି ରୋଗକୁ ଖତମ କରିଥାଏ ।

ପ୍ରାଚୀନ ଭାରତୀୟ ଗ୍ରନ୍ଥ ସ୍ୱର ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ ଆମର ଏଠାରେ ପ୍ରାୟ ୭୨ଟି ବିଶେଷ ରାଗ ଅଛି, ଯାହା ଶରୀରର ୭୨ଟି ଅତ୍ୟନ୍ତ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନାଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଯଦି କେହି ଏହି ରାଗଗୁଡ଼ିକୁ ବହୁତ ଧ୍ୟାନ ପୂର୍ବକ ଓ ଉଚ୍ଚାରଣକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ପଷ୍ଟତାର ସହିତ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପ୍ରବେଶ କରାଏ ତ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ବିଶେଷ ତନ୍ତ୍ରିକାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଗଭୀର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ ।

କେତେକ ରାଗର ଭାବନାତ୍ମକ ଓ ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ ଏପରି ଗମ୍ଭୀର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ ଯେ ବ୍ୟକ୍ତି କୋମାରୁ ମଧ ମୁକୁଳି ଆସେ । ଏହି କାରଣରୁ ବଡ଼ ବଡ଼ ଡାକ୍ତରଖାନାର ସ୍ନାୟୁରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ମଧ ଏହାର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ସ୍ୱୀକାର କଲେଣି । ସଙ୍ଗୀତ ଦ୍ୱାରା ସ୍ମୃତି ହରାଇଥିବା ରୋଗୀମାନଙ୍କର ମଧ ଉପଚାର ସମ୍ଭବ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ କେତେକ ରାଗ ଧ୍ୱନି ର ଏପରି କମ୍ପନ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ମାଂସପେଶୀରୁ ନେଇ ସ୍ନାୟୁଗୁଡ଼ିକ ଓ ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ । ନାଡ଼ି ଗୁଡ଼ିକ ମଧରେ ସଂଚାର ସାମାନ୍ୟ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ଆବେଶ ରହିତ ଅନୁଭବ କରେ ଏବଂ କେତେକ ରୋଗ ମଧ ଦୂର ହୋଇଯାଏ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ କେତେକ ଚିକିତ୍ସକ ରୋଗଗୁଡ଼ିକର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଯେଉଁ ରାଗଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରୟୋଗ କରୁଛନ୍ତି, ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧରେ ରାଗ ଚନ୍ଦ୍ରକୌସ, ପହାଡ଼ୀ ରାଗ, ରାଗ ମାଲକୋସ, ରାଗ ଭୂପାଳୀ ଓ ରାଗ ତୋଡୀ ମୁଖ୍ୟ । ପାହାଡ଼ୀ ରାଗ ଶ୍ୱାସ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବେମାରି ଗୁଡ଼ିକରେ ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ ତ ରାଗ ଚନ୍ଦ୍ରକୌସ ହୃଦୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗରେ କାମ କରିଥାଏ । ରକ୍ତଚାପର ଉପଚାରରେ ରାଗ ଅସବାରୀ ଓ ମାଲିକୋସର ପ୍ରୟୋଗ ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ରାଗ ତୋଡ଼ୀ ଓ ଭୂପାଳୀ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ଏହାର ଉତ୍ତମ ପରିଣାମକୁ ଦେଖି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ରାଗ ଚିକିତ୍ସାର ବିଶେଷତା ଯୋଗୁଁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଉଥିବା ବେଳେ ରୋଗୀମାନେ ଖୁସି ହେଉଛନ୍ତି ।

ଆଶା କରାଯାଉଛି ଯେ ନାଦଯୋଗ ଅର୍ଥାତ୍ ରାଗ ଚିକିତ୍ସାର ମହତ୍ତ୍ୱ ଦିନକୁ ଦିନ ବଢ଼ିବ ଏବଂ ସମସ୍ତ ଡାକ୍ତର ଏହାକୁ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ମାନି ରୋଗୀମାନଙ୍କର କେତେକ ଗମ୍ଭୀର ରୋଗର ନିଦାନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବେ । ସଙ୍ଗୀତ ଶୁଣିବା ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଉତ୍ତେଜନା ଦୂର ହୁଏ ନାହିଁ, ବରଂ ରୋଗ ସହିତ ଲଢ଼ିବାର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ବୈଦିକ କାଳରେ ସଙ୍ଗୀତ ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ରୋଗର ଉପଚାର କରାଯାଉଥିଲା ।

ସଙ୍ଗୀତ ଅନ୍ତର୍ଗତ ନୃତ୍ୟ ଶାରୀରିକ ଓ ସଙ୍ଗୀତ ମାନସିକ ରୋଗଗୁଡ଼ିକର ଉପଚାର କରୁଥିଲା । ଆଜି ଏହି ଚିକିତ୍ସା ବିଧିଗୁଡ଼ିକ ସଙ୍ଗୀତ ଚିକିତ୍ସା ଓ ନୃତ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ନାମରେ ପ୍ରଚଳିତ । ମୋକ୍ଷାୟାତନ ଇଣ୍ଟରନ୍ୟାସନାଲ ଯୋଗାଶ୍ରମର ନୃତ୍ୟ ଏବଂ ଯୋଗ ଚିକିତ୍ସକ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କହନ୍ତି ଯେ ଆଜି ଅଧିକାଂଶ ରୋଗ ମନ କାରଣରୁ ହିଁ ହୋଇଥାଏ । ତିନିଟି ପକ୍ଷ– ଯୋଗ, ନୃତ୍ୟ ଓ ସଙ୍ଗୀତର ବିଷୟ ଶରୀର ନ ହୋଇ ମନ ହୋଇଥାଏ । ମନ ଉପରେ ପଡୁଥିବା ପ୍ରଭାବ ଶରୀର ଉପରେ ମଧ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ସମସ୍ତ ସାଧନାର ସାର - ଧ୍ୟାନ

ସାଧନା ପଦ୍ଧତି ଗୁଡ଼ିକରେ ଧ୍ୟାନର ମହତ୍ତ୍ୱ ସର୍ବୋପରି । ସମସ୍ତ ଧର୍ମ-ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ପୂଜା ପଦ୍ଧତିରେ ଧ୍ୟାନ କୌଣସି ନା କୌଣସି ରୂପେ ଜଡ଼ିତ । ଆମେ ରାଜଯୋଗ, ହଠଯୋଗ, ଲୟଯୋଗ, ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ, ଜ୍ଞାନଯୋଗ, କର୍ମଯୋଗ, ଭକ୍ତିଯୋଗ ଆଦି ଯେକୌଣସି ସାଧନାତ୍ମକ ମାର୍ଗର ଅବଲମ୍ବନ କରୁ ନା କାହିଁକି ସେଥିରେ ଧ୍ୟାନର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ଆମେ ଯେଉଁ ମାର୍ଗର ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ବି ସେଥିରେ ଧ୍ୟାନର ମହାନ୍ ଭୂମିକା ରହିଥାଏ । ରାଜଯୋଗର ଆରମ୍ଭ ଯମ, ନିୟମରୁ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ତାପରେ ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରତ୍ୟାହାର, ଧାରଣା ଆଦି ଦ୍ୱାରା ମନର ମଳିନତାକୁ ସମାପ୍ତ କରାଯାଏ, ଚିତ୍ତର ଚପଳତା ଓ ଚଞ୍ଚଳତା ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିହୁଏ ।

ମନର ମଳିନତା ସମାପ୍ତ ହେବା ମାତ୍ରେ ମନ ଧ୍ୟାନ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବାରେ ଲାଗେ ଏବଂ କ୍ରମଶଃ ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି ସକାଶେ ଉପଯୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ତାପରେ ମନ ଧ୍ୟାନ-ସମାଧିରେ ବୁଡ଼ିଯାଏ ଏବଂ ସାଧକ ପାଇଁ ଭଗବତ୍ ଦର୍ଶନ ଓ ମୋକ୍ଷର ସମ୍ଭାବନା ସାକାର ହେବାରେ ଲାଗେ । ହଠଯୋଗ ସାଧନାର ଆରମ୍ଭ ଆମେ ଷଟ୍‌କର୍ମରୁ କରିଥାଉ । ଆମେ ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ମୁଦ୍ରା, ବନ୍ଧ ଆଦି ହଠଯୌଗିକ କ୍ରିୟା କରିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ଏସବୁର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ମଧ ଶରୀର ଶୁଦ୍ଧି କରି ମନକୁ ଶୁଦ୍ଧ ଓ କ୍ରମଶଃ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ହୋଇଥାଏ । ହଠଯୋଗ ପ୍ରାଣ ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ମନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ସାଧକ ଏହାଠାରୁ ଆଗକୁ ଧ୍ୟାନ-ସମାଧିରେ ଲୀନ ହୋଇପାରେ ।

ଲୟଯୋଗରେ ମନର ଲୟ ନାଦବ୍ରହ୍ମରେ ସେତେବେଳେ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ, ଯେତେବେଳେ ମନର ଚପଳତା, ମନର ଚଞ୍ଚଳତା, ଚିତ୍ତର ବୃତ୍ତି ଗୁଡ଼ିକ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ଅନ୍ୟଥା ମନର ଲୟ କିପରି ସମ୍ଭବ ? ମନ୍ତ୍ରଯୋଗର ସାଧନା କରି ମଧ ମନକୁ ମନ୍ତ୍ରର ଦେବତା ଓ ଇଷ୍ଟଙ୍କ ଠାରେ ଲଗାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ମନ ଯଦି ମନ୍ତ୍ରର ଦେବତା ଓ ଇଷ୍ଟଙ୍କ ଠାରେ ନ ଲାଗିଲା ତ ମନ୍ତ୍ରଯୋଗର ସାଧନା ମଧ ସଫଳ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ମନ୍ତ୍ର ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ ନ ହୋଇ କିଛି ଶବ୍ଦର ଉଚ୍ଚାରଣ ମାତ୍ର ହୋଇ ରହିଯିବ । ଜ୍ଞାନଯୋଗର ସାଧନା ସେତେବେଳେ ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିବ, ଯେତେବେଳେ ଆମକୁ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସର୍ବବ୍ୟାପକତା, ସର୍ବଜ୍ଞତାର ବୋଧ ହେବ ।

ଆମକୁ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ସଂସାରର ଅସାରତା ଓ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଶାଶ୍ୱତତାର ବୋଧ ହେଉ, ଆମକୁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଭୌତିକ ସୁଖ ସାଧନ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜନିତ ସୁଖର କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁରତା, ଅତୃପ୍ତତା ଓ ଶାଶ୍ୱତ ସୁଖରେ ମିଳୁଥିବା ସ୍ଥାୟୀ ତୃପ୍ତିର ବୋଧ ହେଉ ଏବଂ ଆମକୁ ଭୋଗରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ଦୁଃଖ ଓ ଯୋଗରୁ ମିଳୁଥିବା ଆନନ୍ଦର ବୋଧ ହେଉ ।

କର୍ମଯୋଗର ସାଧନାରେ ମଧ ଧ୍ୟାନ ଆବଶ୍ୟକ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମ ନିଷ୍କାମ ହେଉ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମ ଶୁଭ- ଅଶୁଭ, ଭଲ-ମନ୍ଦ, ପାପ-ପୁଣ୍ୟର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ହେଉ । ତାହେଲେ ଆମର କର୍ମ ନିଷ୍କାମ ହୋଇ ପାରିବ । ନିଷ୍କାମ କର୍ମ, ଫଳାସକ୍ତିରୁ ମୁକ୍ତ କର୍ମ, କର୍ତ୍ତାପଣର ଭାବନାରୁ ମୁକ୍ତ କର୍ମ ହିଁ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ଏହା ସେତେବେଳେ ସମ୍ଭବ ହେବ, ଯେତେବେଳେ ଆମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ କର୍ମ କରୁଥିବେ, କିନ୍ତୁ ଆମର ମନ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ଲାଗି ରହିବ, ଅନ୍ୟଥା କେବଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା କର୍ମ ନିଷ୍କାମ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ମନକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ଲଗାଇବା ବିନା କେବଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା କର୍ମ ନିଷ୍କାମ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ ଏବଂ ସେପରି କର୍ମ ଆମ ଚିତ୍ତରେ ପୁନଶ୍ଚ ନୂଆ ସଂସ୍କାର, ପ୍ରଭାବ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିବ ଓ ସେହି ସଂସ୍କାର ପୁନଃ ଆମର ଚିତ୍ତକୁ ଚଞ୍ଚଳ କରିବ ତଥା ସେତେବେଳେ ଆମ ଚିତ୍ତରେ ପୁନଶ୍ଚ ବିଭିନ୍ନ କର୍ମର ସଂସ୍କାର ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବ ।

ଏ ପ୍ରକାର ଆମର ଚିତ୍ତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଠାରେ ଲାଗିବ କିପରି ? ସେତେବେଳେ ଆମର ମନ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଧ୍ୟାନରେ ବୁଡ଼ି ପାରିବ କିପରି ? ପୁଣି ଆମର କର୍ମଯୋଗର ସାଧନା କିପରି ସଫଳ ହୋଇ ପାରିବ ? ଭକ୍ତିଯୋଗର ସାଧନାରେ ମଧ ଯଦି ଭକ୍ତର ମନ ଚଞ୍ଚଳ ରହେ ଓ ତା'ର ମନ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଠାରେ ନ ଥାଏ, ବରଂ ବିଷୟ ଗୁଡ଼ିକରେ ବୁଡ଼ି ରହିଥାଏ ତେବେ ଏହା ତା'ର କି ପ୍ରକାର ଭକ୍ତି ? କି ପ୍ରକାର ଭକ୍ତିଯୋଗ ? ଏଭଳି ଅବସ୍ଥାରେ ତ ସେ ଭକ୍ତିଠାରୁ ଅନେକ କୋଶ ଦୂରରେ ରହିଥାଏ ।

ଭକ୍ତି ହେଉଛି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତି ପରମ ପ୍ରେମ, ପରମ ଅନୁରାଗ ଏବଂ ଯଦି ମନ ସାଂସାରିକ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ଚିନ୍ତନରେ ବୁଡ଼ି ରହେ ତେବେ ସେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପ୍ରେମରେ ବୁଡ଼ି ପାରିବ କିପରି ? ହଁ ! ନିତ୍ୟ-ନିରନ୍ତର ଭକ୍ତିର ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ମନ ଯେତେବେଳେ ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯିବ, ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ, ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ମନର ଅନୁରାଗ ସମାପ୍ତ ହୋଇଯିବ, ସେତେବେଳେ ମନ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପ୍ରେମରେ, ଅନୁରାଗରେ ବୁଡ଼ିଯିବ, ଅବତରଣ କରିବ ଓ ସମାପ୍ତ ହୋଇ ଚାଲିବ ।

ଯଜ୍ଞ ଭଳି କର୍ମକାଣ୍ଡୀୟ କ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ କରି ମଧ ମନ ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ଠାରେ ଲାଗିଥାଏ, ବୁଡ଼ି ରହିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଯଜ୍ଞ ବାସ୍ତବରେ ଯଜ୍ଞ ବୋଲାଇଥାଏ, ଅନ୍ୟଥା ତାହା ମାତ୍ର କର୍ମକାଣ୍ଡ ହୋଇ ରହିଯାଏ । ସନାତନ ଧର୍ମର ସାଧନା ପଦ୍ଧତିଗୁଡ଼ିକରେ ନୁହେଁ, ବରଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାଧନା ପଦ୍ଧତି, ପୂଜା ପଦ୍ଧତିରେ ମଧ ଧ୍ୟାନର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ସ୍ତୁତି କରି ମନ ଭଗବାନଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତେ ସଂସାରର ଚିନ୍ତନରେ ହିଁ ଲାଗି ରହିବ ତେବେ ପୁଣି ତାହା ସ୍ତୁତି କିପରି ? ସେହି ପୂଜନ କୃତ୍ୟ ଆମକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଯୋଡ଼ି ପାରିବ କିପରି ?

ସେତେବେଳେ ତ ସେହି ପୂଜନ ହାତ-ଗୋଡ଼ ଚଳାଇବା, ବୁଲାଇବାର ଏକ କ୍ରିୟା ମାତ୍ର ହୋଇ ରହିଯିବ । ସେତେବେଳେ ତ ତାହା ଆତ୍ମପ୍ରବଞ୍ଚନା ଓ ବାହ୍ୟ ଆଡ଼ମ୍ବର ମାତ୍ର ହୋଇ ରହିଯିବ ।

କେବଳ କର୍ମକାଣ୍ଡ ସମ୍ପନ୍ନ କରିନେଲେ କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ନାହିଁ । କର୍ମକାଣ୍ଡ କରିବା ସହିତ ମନ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ ଲାଗି ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ, ତେବେ ଯାଇ ତାହା ଉପାସକ ପାଇଁ ସଫଳ ହୋଇଥାଏ, ଅନ୍ୟଥା ନୁହେଁ । ମନ୍ଦିରରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଅଭିଷେକ କରି, ପୂଜନ କରି, ଆରତି ବନ୍ଦନ କରି ମଧ ଆମର ମନ ଯଦି ଭଗବାନଙ୍କ ଠାରେ ନ ଲାଗିଲା ତେବେ ଆମ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା କ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ କେବଳ କ୍ରିୟା ଓ କର୍ମକାଣ୍ଡ ହିଁ କୁହାଯିବ । ସେହିପରି ଦେବାଳୟରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ବେଳେ ଆମର ମନ ତାଙ୍କ ଠାରେ ଲାଗି ରହିବା ଉଚିତ । ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ସହିତ ଆମର ମନ, ଚିନ୍ତନ, ଧ୍ୟାନ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଠାରେ ରହିବା ଉଚିତ, ଅନ୍ୟଥା ପ୍ରାର୍ଥନା ରୂପରେ ଜିହ୍ୱାରୁ କିଛି ଶବ୍ଦର ଉଚ୍ଚାରଣ ମାତ୍ର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଲାଭ କ'ଣ ?

ପ୍ରାର୍ଥନାରେ ପ୍ରାଣ ତ ସେତେବେଳେ ଆସିବ, ଯେତେବେଳେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ସହିତ ଆମର ମନ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଠାରେ ଲାଗି ରହିବ, ବୁଡ଼ି ରହିବ । ଏସବୁର ସାରତତ୍ତ୍ୱ ହେଲା ଧ୍ୟାନ ସମସ୍ତ ସାଧନା ପଦ୍ଧତିର ସାର, ନିଷ୍କର୍ଷ ଅଟେ । ଧ୍ୟାନ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପୂଜା ପଦ୍ଧତିର ନବନୀତ, ନିଷ୍କର୍ଷ ଅଟେ । ଧ୍ୟାନ ମୋକ୍ଷ, ମୁକ୍ତି, ଭଗବତ୍ ପ୍ରାପ୍ତିର ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାର । ଧ୍ୟାନ ଶାଶ୍ୱତ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ସୌଭାଗ୍ୟର ରାଜମାର୍ଗ । ପ୍ରକୃତରେ ସମସ୍ତ ସାଧନାର ସାର ହେଉଛି ଧ୍ୟାନ ।

ଗଳା ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷାକରେ ଗୁଜୁରାତି

ଋତୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅନୁସାରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଶାରୀରିକ ସଂକ୍ରମଣ ଦେଖାଦିଏ । ଶୀତ ଋତୁରେ ବିଶେଷକରି ଗଳା ସଂକ୍ରମଣ ଅଧିକ ହୁଏ । କେତେବେଳେ ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ଯୋଗୁଁ ଗଳା ବସିଯାଏ ତ କେତେବେଳେ ଗଳା ଭିତରେ କୁଣ୍ଡାଇହୁଏ । ଏଭଳି ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଗୁଜୁରାତି ବେଶ୍ ଲାଭପ୍ରଦ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳ ଓ ରାତିରେ ୨ଟି ଛୋଟ ଗୁଜୁରାତିକୁ ଭଲଭାବେ ଚୋବାଇ ଖାଇବା ପରେ ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇଦେଲେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି ସଂକ୍ରମଣ କାରଣରୁ ଗଳା ନାଲି ପଡିଥାଏ କିମ୍ବା ଲାଲ ଦାନା ସଦୃଶ ଫଳିଯାଏ, ତେବେ ମୂଳା ରସରେ ଗୁଜୁରାତି ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମଣ ଧୀରେ ଧୀରେ ଭଲ ହୋଇଯିବ । ଅନେକ ସମୟରେ କାଶ ଦୀର୍ଘଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଗିରହେ । ଏଥିରୁ ଆରାମ ପାଇବାକୁ ହେଲେ ଗୁଜୁରାତି, ଅଦା, ଲବଙ୍ଗ ଏବଂ ତୁଳସୀ ପତ୍ରକୁ ମିଶାଇ ଚୋବାନ୍ତୁ । ଭଲ ଲାଗିବ ।

ଅସୁରମାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଜୀବନ

ଆସୁରୀ ପ୍ରକୃତି ବିଶିଷ୍ଟ ମନୁଷ୍ୟ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ସେମାନଙ୍କୁ କେଉଁ କର୍ମରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବା ଉଚିତ ଏବଂ କେଉଁ କର୍ମରୁ ନିବୃତ୍ତ ରହିବା ଉଚିତ, କାରଣ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ନା ଶୁଚିତା, ନା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଆଚରଣ ନା ସତ୍ୟପାଳନର ଭାବନା ଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟ ସେହି କର୍ମରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବା ଉଚିତ, ଯାହାର ଆଚରଣ ଓ ଅନୁଶୀଳନ ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱୟଂର ପରିମାର୍ଜନର ଅଥବା ସୃଷ୍ଟିର କଲ୍ୟାଣର ସମ୍ଭାବନା ବଳବତୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ବିପରୀତ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟର ଆଚରଣ ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱୟଂର ତଥା ସୃଷ୍ଟିର ଅକଲ୍ୟାଣ ହୋଇଥାଏ, ସେହି କର୍ମ ନିବୃତ୍ତି ଯୋଗ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଆସୁରୀ ସ୍ୱଭାବ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏପରି କରିପାରିବାରେ ଏଥିପାଇଁ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି, କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଶୁଚିତା ଅର୍ଥାତ୍ ବାହ୍ୟ ଏବଂ ଆନ୍ତରିକ ଶୁଦ୍ଧି, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଆଚରଣ ତଥା ସତ୍ୟପାଳନ କରିବାର ଭାବ ରହି ନ ଥାଏ ।

ଆସୁରୀ ସ୍ୱଭାବ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ସେହି କର୍ମରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ଯାହାକୁ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କୁ ସୁଖ ମିଳିବା ଦେଖାଯାଏ ଏବଂ ଯେଉଁ କର୍ମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥସିଦ୍ଧି ହେବା ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ– ସେହି କର୍ମରୁ ତାଙ୍କର ନିବୃତ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଏପରି କର୍ମ କରିବାରୁ ସେମାନେ ଦୂରେଇ ରହିଥାନ୍ତି । ସ୍ୱାଭାବିକ ରୂପେ ଯାହା ପାଇଁ କେବଳ ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥ, ନିଜର ଅହଙ୍କାର ଏବଂ ନିଜର ଭୋଗ-ବିଳାସ ମୁଖ୍ୟ ହୋଇଥାଏ, ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଧର୍ମ, ନ୍ୟାୟ, ନୀତି, ସଦାଚାର, ପରୋପକାର ପରି ବିଷୟ ଗୌଣ ହୋଇଯାଏ । ଯେହେତୁ ଆସୁରିକ ବୃତ୍ତି ଯୁକ୍ତ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଏବଂ ନିବୃତ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ କ'ଣ କରିବ ଓ କ'ଣ ନ କରିବ ଏହି ଉଭୟକୁ ଜାଣେ ନାହିଁ, ସେଥି ପାଇଁ ତା' ପାଖରେ ନା ତ ବାହ୍ୟ ଓ ଆନ୍ତରିକ ଶୁଦ୍ଧି ଥାଏ, ନା ସେ ଏପରି ଆଚରଣ କରିପାରେ, ଯାହାକୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବା ପବିତ୍ର କୁହାଯାଇ ପାରିବ ଏବଂ ଏହା ସହିତ ସେ ନିଷ୍କପଟ, ହିତକର, ସତ୍ୟଭାଷଣ ଏବଂ ସତ୍ୟପାଳନ ଠାରୁ ମଧ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବିମୁଖ ହୋଇଥାଏ ।

ଜଗତ ଆଶ୍ରୟରହିତ, ସର୍ବଥା ଅସତ୍ୟ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ବିନା, ଆପେ ଆପେ କେବଳ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷଙ୍କ ସଂଯୋଗରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି, ତେଣୁ କେବଳ କାମ ହିଁ ଏହାର କାରଣ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏହି ସଂସାର ହେବାର ଅନ୍ୟ କ'ଣ କାରଣ ହୋଇପାରେ ? ଆସୁରୀ ବୃଦ୍ଧି ସମ୍ପନ୍ନ ମନୁଷ୍ୟର ଲକ୍ଷଣର ପରିଭାଷା ବୁଝାଇ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ସ୍ୱଭାବ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରବୃତ୍ତି-ନିବୃତ୍ତିର ଭେଦକୁ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ, ଏହା ସହିତ ସେମାନେ ଏହା କହିଥାନ୍ତି ଓ ମାନିଥାନ୍ତି ଯେ ଏହି ଚରାଚର ଜଗତର ଅର୍ଥାତ୍ ସଂସାରର ତ ଧର୍ମ-ଅଧର୍ମ ରୂପରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଆଧାର ଓ ଆଶ୍ରୟ ନାହିଁ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଆଶ୍ରୟ ନାହିଁ ସେତେବେଳେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ହିଁ ସନ୍ଦିଗ୍ଧ ହୋଇଯାଏ ତଥା ଏହି ଜଗତର କୌଣସି ରଚୟିତା, ଶାସକ ଏବଂ ନିୟାମକ ମଧ ନାହାନ୍ତି ।

ତାଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଏହି ଜଗତ କୌଣସି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ବିନା କେବଳ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷଙ୍କ ପରସ୍ପର କାମବଶତଃ ସଂଯୋଗ କାରଣରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି, ତେଣୁ କାମ ହିଁ ଏହାର ଅସ୍ତିତ୍ୱର ଏକମାତ୍ର କାରଣ ଅଟେ- ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏହାର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ ।

ଏହି ବିଷୟ କହିବା ପଛରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଅଭିପ୍ରାୟ ହେଉଛି ଏପରି ସ୍ୱଭାବ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନନ୍ତି ଯେ ଏହି ଜଗତର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କେବଳ ଏଠାରେ ଏହାର ମନଇଚ୍ଛା ଭୋଗ, ଭୋଗି ନେବା ଉଚିତ । ସେମାନଙ୍କର ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରେ, କର୍ମ ବିଧାନରେ, କୌଣସି ଜୀବନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱାସ ନଥାଏ, ତେଣୁ ସେମାନେ ଭାବନ୍ତି ଏଠାରେ ଯେଉଁ କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ମିଳିଥାଏ– ତାହାକୁ ଭୋଗିବାରେ ଜୀବନକୁ କଟାଇ ଦେବା ଉଚିତ । ସେଥିପାଇଁ ଚାର୍ବାକ ଦର୍ଶନରେ କୁହାଯାଇଛି- ଯଦି ଏହି ଜୀବର କୌଣସି ଆବାଗମନ ନାହିଁ, ତା'ର ଜନ୍ମ ଭଗବାନଙ୍କ ଠାରୁ ହୋଇନାହିଁ, ତାକୁ ମରିବା ପରେ ନିଜ କର୍ମର ପରିଣାମ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ପାଇଁ କେଉଁଆଡ଼େ ଯିବାର ନାହିଁ, ତାହେଲେ ଯେତେ ଦିନ ବଞ୍ଚିବ, ସୁଖ ଭୋଗ କରିବା ପାଇଁ ହିଁ ବଞ୍ଚ ।

ଏପରି ବଞ୍ଚିବାର ଇଚ୍ଛା ରଖୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି ଉଧାର ନେଇ ମଧ ଘିଅ ପିଇବାକୁ ଚାହେଁ, ତାହେଲେ ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ ନୁହେଁ, କାରଣ ମରିବା ପରେ କାହାକୁ କୌଣସି ହିସାବ ଦେବାର ନାହିଁ । ଯେତେ ବେଳେ କୌଣସି ହିସାବ ଦେବା –ନେବାକୁ କେହି ନାହାନ୍ତି, ତାହେଲେ ପୁଣି କର୍ମ କରିବା ସହିତ ଦାୟିତ୍ୱ ବୋଧର କଥା ମଧ ନିରର୍ଥକ ହୋଇଯାଏ । ସେଥି ପାଇଁ ଏପରି ଭାବନା ସମ୍ପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତି, ଯେହେତୁ ତା'ର ବିଶ୍ୱାସ ଦାୟିତ୍ୱବୋଧ ବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମରେ ନ ଥାଏ, ସେଥିପାଇଁ ତାକୁ ଚୋରି, ଅପରାଧ, ହିଂସା, ବ୍ୟଭିଚାର କରିବାରେ କିଛି ଖରାପ ନଜରକୁ ଆସେ ନାହିଁ । ସେମାନେ ଭାବନା କରିଥାନ୍ତି ଯେ ଯଦି କୁକର୍ମ କରି ମଧ ସୁଖ ମିଳିଥାଏ ତେବେ ସେହି କୁକର୍ମକୁ ନିଃସଙ୍କୋଚ କରିବା ଉଚିତ, କାରଣ ଜୀବନ ନିରର୍ଥକ, ତାହାର କୌଣସି ପରମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନାହିଁ । ଏପରି ଚିନ୍ତନ ଆସୁରୀ ସ୍ୱଭାବ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ହୋଇଥାଏ ।

ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତ କଥା ଠିକ୍ ଯେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏପରି ଚିନ୍ତା କରୁଛି, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଦେଖିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଏପରି ଚିନ୍ତାର ପରିଣାମ କ'ଣ ବାହାରୁଛି, ତେବେ ପରିଣାମ ସ୍ପଷ୍ଟ କରୁଛି ଯେ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଭୋଗକୁ ପାଗଳଙ୍କ ଭଳି ଭୋଗିନେବାର ଭାବ ରଖୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ ମଧ ପାଗଳାମିରେ, ଅସ୍ତବ୍ୟସ୍ତତାରେ, ଅରାଜକତାରେ ବଦଳିଯାଏ । ଦୈବୀ ସମ୍ପଦ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ ଏକ ଦିଗ, ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟ, ଏକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପାଇଁ ସମର୍ପିତ ହୋଇଥାଏ ।

ସେଥିପାଇଁ ତା' ଜୀବନରେ ଏକ ସନ୍ତୁଳନ, ଏକ ସଙ୍ଗୀତ, ଏକ ସାର୍ଥକତା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଏହାର ବିପରୀତ ଜଗତର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ନିରର୍ଥକ ବୁଝୁଥିବା, ଆସୁରୀ ସମ୍ପଦ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଜୀବନ ପ୍ରାୟ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ସମାନ ହୋଇଯାଏ । ତା' ଜୀବନରେ ନା କୌଣସି ଦିଗ ଥାଏ, ନା କୌଣସି ଗନ୍ତବ୍ୟ । ବାସନାର ଦଲକାଏ ପବନ ଆସେ ଏବଂ ସେ ତାହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ବାହାରି ପଡ଼େ । ଏବେ ସେହି ଦୌଡ଼ରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ କି ନାହିଁ ସେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଦୌଡ଼ରେ ସାମିଲ ହୋଇଯାଏ । ଜୀବନ ତା' ପାଇଁ ଏକ ଧାଁ- ଦଉଡ଼, କେବେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରୁ ନଥିବା ତୃଷାରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଯାଏ ।

ଶ୍ରୀଭଗବାନ କହିଛନ୍ତି, ଆସୁରୀ ସ୍ୱଭାବ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନିଥାଏ ଯେ ଏହି ଜଗତ ପଛରେ କୌଣସି ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ନାହିଁ, ବରଂ ଏହା ତ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷଙ୍କ କାମ-ସଂଯୋଗରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ବିଚାର ରଖୁଥାଏ, ତା' ଜୀବନର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କାମନାଗୁଡ଼ିକର ଭୋଗ କରିବା ରହିଯାଏ । ପୁଣି ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ପେଟ ଭରିବା ତଥା ପ୍ରଜନନ କରିବା ଅତିରିକ୍ତ ଜୀବନର କୌଣସି ଅନ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରିପାରି ନ ଥାଏ ।

ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ନରପଶୁ, ନରପାମର ଅଟନ୍ତି ଯାହାଙ୍କ ଶରୀର ଓ ଆକୃତି ଯଦିଓ ମନୁଷ୍ୟ ସମାନ ହୋଇଥାଏ, ପରନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ଚିନ୍ତନରେ କେବଳ ପାଶବିକ ପ୍ରବୃତ୍ତିର ଆଧିପତ୍ୟ ରହିଥାଏ । ସେମାନେ କାମଭୋଗ ଅତିରିକ୍ତ ଜୀବନର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଆଧାତ୍ମିକ ବା ସାର୍ଥକ ଲକ୍ଷ୍ୟର କଳ୍ପନା ମଧ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଦୈବୀ ସମ୍ପଦ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ ଏକ ଅର୍ଥ, ଏକ ପ୍ରୟୋଜନ ପାଇଁ ସମର୍ପିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ତା'ର ଜୀବନରେ ଆନନ୍ଦର କେବେହେଲେ ଅଭାବ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ପରନ୍ତୁ ଆସୁରୀ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁର ଭୋଗକୁ ଭୋଗିବାରେ ହିଁ ବ୍ୟତୀତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ତା' ଜୀବନରୁ ଅରାଜକତା ତଥା ବିକ୍ଷିପ୍ତତା କେବେହେଲେ ହ୍ରାସ ପାଇ ନ ଥାଏ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

କଥାରେ ଅଛି ଭଗବାନ ସବୁ ସହିପାରନ୍ତି, ହେଲେ ଗର୍ବ ସହିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଶାସ୍ତ୍ରରେ ବି କୁହାଯାଇଛି ଗର୍ବଗଞ୍ଜନ ନରହରି, ଗର୍ବ ନରଖନ୍ତି କାହାରି । ଏକଦା ନାରଦଙ୍କ ମନରେ ଗର୍ବ ଆସିଲା ଯେ, ଏହି ତ୍ରିଭୁବନରେ ତାଙ୍କ ପରି ବଡ଼ ଭକ୍ତ ଆଉ କେହି ନାହାଁନ୍ତି । ଏକଥା ଭଗବାନ ଜାଣିପାରି ନାରଦଙ୍କୁ ଡାକି କହିଲେ– ମର୍ତ୍ତ୍ୟ ଭୂମିରେ ମୋର ଜଣେ ଗୃହୀ ଭକ୍ତ ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇ ଧର୍ମ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରି ଆସିବ । ନାରଦ କାଳ ବିଳମ୍ବ ନ କରି ମର୍ତ୍ତ୍ୟ ଭୂମି ଆଡ଼କୁ ଅଗ୍ରସର ହୋଇ ସେହି ଭକ୍ତଙ୍କ ନିକଟରେ ଯାଇ ପହଞ୍ଚି ଦେଖନ୍ତେ, ଭକ୍ତ ଜଣକ ହେଉଛନ୍ତି ଜଣେ କୃଷକ । କୃଷକଟି ସକାଳୁ ଉଠି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରି ବିଲକୁ କାମ କରିବାକୁ ଯାଉଛି । ଦିନସାରା ବିଲରେ କାମ କରି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଘରକୁ ଫେରୁଛି । ରାତିରେ ଖାଇସାରି ଆଉଥରେ ହରିଙ୍କ ନାମ ନେଇ ଶୋଇବାକୁ ଯାଉଛି । ନାରଦ ମନେମନେ ଭାବିବାକୁ ଲାଗିଲେ– ଦିନକୁ ଯିଏ କେବଳ ଦୁଇଥର ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନାମ ନେଇ ପାରୁଛି ତାଙ୍କଠାରେ ମୁଁ କି ଧର୍ମଚର୍ଚ୍ଚା କରିବି ? ନାରଦ ବୈକୁଣ୍ଠକୁ ଫେରିଆସି ସବୁ କଥା ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କୁ କହିଲେ । ସବୁ ଶୁଣିସାରି ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁ କହିଲେ– ଗୋଟିଏ କାମ କର, ଏହି ତେଲମାଠିଆକୁ ମୁଣ୍ଡରେ ଧରି କିଛି ସମୟ ବୁଲି ଆସିବ । କିନ୍ତୁ ମନେ ରଖିବ, ଟୋପାଏ ତେଲ ସୁଦ୍ଧା ଯେପରି ତଳେ ନ ପଡ଼େ । ନାରଦ ଅତି ସତର୍କତାର ସହ ଆଦୌ ବିଚଳିତ ନହୋଇ ତେଲମାଠିଆ ଧରି ବୁଲିବାକୁ ବାହାରି ପଡ଼ିଲେ । ଚାଲିବା ସମୟରେ ସେ କେବଳ ମାଠିଆକୁ ହିଁ ଧ୍ୟାନ ଦେଉଥିଲେ, ଯେଭଳି ତେଲ ତଳେ ପଡ଼ି ନ ଯାଏ । କିଛି ସମୟ ମଧରେ ବୁଲି ଆସି ବୈକୁଣ୍ଠ ଧାମରେ ପହଞ୍ଚିଗଲେ । ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁ ଦେଖିଲେ, ସତରେ ତେଲ ମାଠିଆରୁ ଟୋପାଏ ସୁଦ୍ଧା ତେଲ ତଳେ ପଡ଼ିନାହିଁ । ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁ ପଚାରିଲେ, ନାରଦ ତେଲମାଠିଆ ମୁଣ୍ଡରେ ନେଲାବେଳେ ମୋ ନାମ ତୁମେ କେତେ ଥର ନେଇଛ । ନାରଦ ଆବାକ୍ । କହିଲେ– ତେଲ ପଡ଼ିଯିବା ଭୟରେ ମୁଁ ଅତି ସତର୍କତାର ସହ, ମନ କାଳେ ଚଞ୍ଚଳ ହୋଇଯିବ, ତେଣୁ ଆପଣଙ୍କ ନାମ ନେଇ ପାରିଲି ନାହିଁ । ଭଗବାନ କହିଲେ ନାରଦ ତୁମେ ସାମାନ୍ୟ ତେଲ ମାଠିଆକୁ ମୁଣ୍ଡରେ ନେଇ ଥରେ ହେଲେ ମୋ ନାମ ନେଇ ପାରିଲ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ସେହି ଯେଉଁ ଚାଷୀ, ଯାହାର ମୁଣ୍ଡରେ ସଂସାରର ବୋଝ ରହିଛି, ସେ କିଭଳି ମୋ ନାମ ନେଇପାରିବ ? ତଥାପି ଏତେ ଜଞ୍ଜାଳ ଭିତରେ ରହି ସୁଦ୍ଧା ସେ ମୋ ନାମ ଦୁଇଥର ଅତି ଆନ୍ତରିକତାର ସହ ନେଇପାରୁଛି । ନାରଦ ଲଜ୍ଜାରେ ନାଲି ପଡ଼ିଗଲେ । ତାଙ୍କର ଗର୍ବ ଚୂରମାର ହୋଇଗଲା ।

ମନୁଷ୍ୟର ଋଣ

ଜଣେ ସଦ୍‌ପୁରୁଷଙ୍କର ବୈରାଗ୍ୟଜାତ ହେଲା । ସେ ଘର ଦ୍ୱାର ପିତାମାତା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ସନ୍ୟାସୀ ହୋଇଗଲେ ଓ ମୋକ୍ଷପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ କଠୋର ତପସ୍ୟା କଲେ । ଧାନ, ଧାରଣା, ଜପ ତପ ଓ ସର୍ବଦା ହରିନାମ କୀର୍ତ୍ତନରେ ମଜ୍ଜି ରହିଲେ । ଦିନେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଗଲା । ମଲାପରେ ତାଙ୍କର ଆତ୍ମା ସଂଜୀବନୀ ପୁରରେ ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ଓ ଯମରାଜଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିଗଲା । ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ପାଞ୍ଜି ଦେଖି କହିଲେ, ଏହାଙ୍କ ଜନ୍ମ ଏକ ଉତ୍ତମ ପରିବାରରେ ହେବା କଥା । ଧର୍ମରାଜ ଯମ ସ୍ୱୀକୃତି ଦେଲେ କିନ୍ତୁ ସନ୍ଥ ଆତ୍ମା ପ୍ରତିବାଦ କଲେ । କହିଲେ, ମୁଁ ପୁନର୍ଜନ୍ମ ନ ପାଇବାକୁ ଓ ଜନ୍ମ ମରଣ ଚକ୍ରରୁ ମୋକ୍ଷ ପାଇବାକୁ ଜୀବନ ବ୍ୟାପୀ ସାଧନା କରି ଆସିଛି । ସେ ସବୁ କ'ଣ ବ୍ୟର୍ଥ । ମୁଁ ପୁନର୍ଜନ୍ମ ପାଇବି କାହିଁକି ?

ଧର୍ମରାଜ ତାଙ୍କୁ ବୁଝାଇବାକୁ ଯାଇ କହିଲେ 'ମହାତ୍ମନ୍ ! ଆପଣଙ୍କର ଜୀବନ ବ୍ୟାପୀ ସାଧନା ବ୍ୟର୍ଥ ଯାଇ ନାହିଁ । ତେଣୁ ତ ଆପଣ ଏକ ଉତ୍ତମ ପରିବାରରେ ଜନ୍ମ ହେବେ । ଏହି ସଂସାରରେ ମାନବ ଶରୀର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ଲଭଶରୀର । ମନୁଷ୍ୟ ପିତା ମାତାଙ୍କ ଠାରୁ ଜନ୍ମନିଏ । ପିତା ମାତା ବହୁ କଷ୍ଟ ସହି ତାକୁ ପାଳନ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ତ୍ୟାଗ ଅପୂର୍ବ । ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ ସମାଜର ସ୍ନେହ ରୀତିନୀତି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆତ୍ମୀୟ ସ୍ୱଜନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସେ ବଳିଷ୍ଠ ହୁଏ । ସମସ୍ତଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗରେ ସେ ବଢ଼େ ପୁଣି ଜଳ, ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କର କିରଣ, ବୃକ୍ଷଲତାର ଫଳ, ଫୁଲ, ଶାକ, କନ୍ଦ ତା ଦେହକୁ ପରିପୁଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ଗୁରୁଙ୍କ ଠାରୁ ବିଦ୍ୟା ଶିକ୍ଷା ମାନକୁ ଉନ୍ନତ କରିଥାଏ । ଶରୀର ଓ ମନ ଠିକ୍ ନ ଥିଲେ ଆପଣ ଈଶ୍ୱରାଧନା ଓ ଯାବତୀୟ ସାଧନା କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ପାରିଥାନ୍ତେ କି ? ଏହିପରି ଭାବେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନ ଅନେକଙ୍କ ଋଣରେ ବନ୍ଧା ହୋଇ ରହିଥାଏ ।

ପିତାମାତାଙ୍କ ଋଣକୁ ପିତୃ ମାତୃ ଋଣ କହନ୍ତି । ସନ୍ତାନ ଯଦି ସକ୍ଷମ ହୋଇ ଦୁର୍ବଳାବସ୍ଥାରେ ପିତାମାତାଙ୍କ ଉପଯୁକ୍ତ ସେବା ଯତ୍ନ କରେ ବିବାହ କରି ବଂଶ ଧାରାକୁ ବଜାୟ ରଖେ, ସେ ମାନଙ୍କର ମଲାପରେ ବି ଶ୍ରଦ୍ଧାରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦାନ କରେ ତେବେ ସେ ପିତୃମାତୃ ଋଣରୁ ଉଦ୍ଧାର ପାଏ । ମନୁଷ୍ୟ ଯଦି ନିଜ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ଉପାର୍ଜନକୁ କେବଳ ନିଜ ସ୍ୱାର୍ଥରେ ନ ଲଗାଇ ନ୍ୟାସୀ ଭାବରେ ପରୋପକାରରେ ଲଗାଇ ସମାଜର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ହିଁ ବ୍ୟୟକରେ ତାର ସାମାଜିକ ଋଣ ପରିଶୋଧ ହୋଇଥାଏ । ଆମ୍ଭେମାନେ ପାଉଥିବା ଜଳ, ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି, ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ କିରଣ, ଭୂମି ସମୁଦ୍ର, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରାଣୀ, ସ୍ଥାବର, ବୃକ୍ଷଲତାର ଶସ୍ୟ, କନ୍ଦ, ଫଳମୂଳ, ମହୁ, ବିଭୀକ୍ଷୀର ଇତ୍ୟାଦି ଏ ସବୁ ଦେବତାଙ୍କ ଦାନ । ଦେବଋଣ ତେଣୁ ପ୍ରକୃତିର ପୂଜା, ପରିବେଶର ନିର୍ମଳତ୍ୱ ରକ୍ଷା କରିବା, ଦେବତାଙ୍କ ପାଇଁ ହବିଯଜ୍ଞ କରିବା, ଜନ୍ମ ଭୂମିର ଉନ୍ନତି ଓ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଆତ୍ମଦାନ କରିବା, କୃଷି ଓ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରି ପ୍ରକୃତିର ଗୌରବ ବଢ଼ାଇ ଦେବ ଋଣ ପରିଶୋଧ ହୁଏ । ଗୁରୁଙ୍କ ଠାରୁ ବିଦ୍ୟା ଶିକ୍ଷା କରି ତାଙ୍କୁ ଉପଯୁକ୍ତ ସମ୍ମାନ ଦେବା ସହ ତାଙ୍କ ଶିକ୍ଷାକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରି ପ୍ରସାରିତ କଲେ 'ଗୁରୁ ଋଣ' ପରିଶୋଧ ହୋଇଥାଏ । ପୂର୍ବ କାଳରୁ ଆମରି ହିତ ପାଇଁ ତପସ୍ୱୀ ଋଷିଗଣ ବହୁତ୍ୟାଗ ସ୍ୱୀକାର କରି ଅନେକ ଶାସ୍ତ୍ର ରଚନା କରି ଯାଇଛନ୍ତି । ସାହିତ୍ୟ ଓ ବିଜ୍ଞାନ ସୃଷ୍ଟି କରି ଯାଇଛନ୍ତି ସେ ଗୁଡିକର ଚିନ୍ତା ଓ ଚେତନା ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନକୁ ଉନ୍ନତ କରି ସଭ୍ୟତାର ବିକାଶ ଘଟାଇ ଆସିଅଛି । ସେଗୁଡିକର ସଂରକ୍ଷଣ, ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର କରିବା ନିଜେ ଅନୁରୂପ ସାହିତ୍ୟ ଓ ବିଜ୍ଞାନ ସୃଷ୍ଟି କରିବାରେ ବ୍ରତୀ ହେଲେ ଋଷି ଋଣ ପରିଶୋଧ ହୁଏ ।

ହେ ପବିତ୍ର ଆତ୍ମା ତୁମ୍ଭେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପାଇଁ ସାଧନା କରିଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଉପରୋକ୍ତ ଋଣାଦି ପରିଶୋଧ ପାଇଁ କିଛି କରି ନାହିଁ ? ଆପଣଙ୍କର ଋଣରେ ଶରୀର ଧାରଣ କରି କେବଳ ନିଜ ସ୍ୱାର୍ଥ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଧାନ ଧାରଣାରେ କଟାଇଛ । ଅନେକଙ୍କ ଠାରୁ ଉପକାର ପାଇ ସୁଦ୍ଧା କେବେ ପରୋପକାର ପ୍ରତି ଧାନ ଦେଇନାହିଁ । ଚିନ୍ତାକର, ଏ ଶରୀର ନ ଥିଲେ ତୁମେ ଈଶ୍ୱର ଚିନ୍ତନ କରି ପାରିଥାନ୍ତ କି ? ମନେରଖ, ଏଭଳି ଋଣୀ କୁ ଈଶ୍ୱର ମୋକ୍ଷ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏଣୁ ଯାଅ ଉତ୍ତମ ପରିବାରରେ ପୁର୍ନଜନ୍ମ ଲାଭ କରି ଏ ସବୁ ମନୁଷ୍ୟର ଋଣ ପରିଶୋଧ କରି ମୋକ୍ଷ ଲାଭ ପାଇଁ ଫେରି ଆସିବ । ତେବେ ଈଶ୍ୱର ନିଶ୍ଚୟ କୋଳେଇ ନେଇ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରଦାନ କରିବେ । ଦୁର୍ଲଭମାନବ ଶରୀର ଧାରଣ କରି ଯେଉଁ ଆତ୍ମା ଉପରୋକ୍ତ ମନୁଷ୍ୟ ଋଣ ପରିଶୋଧ ପାଇଁ ସର୍ବଦା ପ୍ରଯତ୍ନଶୀଳ ରହି ଈଶ୍ୱରାର୍ପିତ ରହେ ତାକୁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ କହନ୍ତି । ଏଭଳି ଆତ୍ମା ଅବଶ୍ୟ ମୋକ୍ଷ ଲାଭ କରେ ।

ବର୍ଷ ୨୮, ସଂଖ୍ୟା- ୨, ୧୭ ଜାନୁଆରୀ ୨୦୨୪

ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ରାମରାଜ୍ୟ

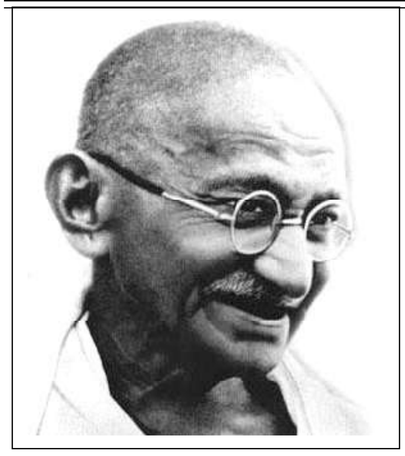
ଭାରତରେ ଆଦର୍ଶ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଗଠନର ପରିକଳ୍ପନା ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ନୈତିକ ଚେତନା, ଧର୍ମୀୟ ଆସ୍ଥା ଓ ରାଜନୈତିକ ଦର୍ଶନରୁ ପ୍ରସୂତ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାରତୀୟ ସମାଜ ନୀତି । ଗ୍ରୀକ୍ ଦାର୍ଶନିକ ପ୍ଲାଟୋଙ୍କ 'ଆଦର୍ଶରାଷ୍ଟ୍ର' ଏବଂ ଜର୍ମାନ ଦାର୍ଶନିକ କାର୍ଲମାକ୍ସଙ୍କ 'ରାଷ୍ଟ୍ରବିହୀନ ସମାଜ'ର ପରିକଳ୍ପନା ପରି ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଏକ ସୁସଂଗଠିତ ଚିନ୍ତାଧାରା । ଏ ସମସ୍ତ ମନୀଷୀମାନେ ଇଚ୍ଛା କରୁଥିଲେ ସମାଜରୁ ଅନୀତି, ଦୁର୍ନୀତି ଏବଂ ଅରାଜକତା ଦୂର କରି ଏକ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଏବଂ ସୁଶାସିତ ରାଜ୍ୟ ଗଠନ ପାଇଁ । ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ ଭାରତକୁ ବ୍ରିଟିଶ ଶାସନରୁ ମୁକ୍ତ କରି 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଗଠନର ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖିଥିଲେ । ଭାରତୀୟମାନଙ୍କ ଉପରେ ଇଂରେଜମାନଙ୍କ ଅତ୍ୟାଚାର ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କୁ ମର୍ମାହତ କରିଥିଲା । ଏଥିପାଇଁ ସେ ସର୍ବଦା ଚିନ୍ତିତ ଥିଲେ । ସେ ନିଶ୍ଚିତ ଥିଲେ ଯେ ସଶସ୍ତ୍ର ଯୁଦ୍ଧରେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବ୍ରିଟିଶ ବାହିନୀକୁ ପରାସ୍ତ କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ଗାନ୍ଧିଜୀ ଅନୁଭବ କରିଥିଲେ ଯେ ରାଜନୀତିର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକୀକରଣ, ଅହିଂସା ଓ ସତ୍ୟାଗ୍ରହ, ସତ୍‌ପନ୍ଥାର ଅବଲମ୍ବନ, କାର୍ଯ୍ୟରେ ନୈତିକତା, ମାନବଧର୍ମର ପାଳନ, ବିଦେଶୀ ନିର୍ମିତ ପଦାର୍ଥର ବର୍ଜନ ଦ୍ୱାରା ଇଂରେଜ ସରକାରଙ୍କୁ ପରାସ୍ତ କରିହେବ । ଫଳରେ 'ଇଂରେଜ ରାଜ' ବଦଳରେ ଭାରତରେ 'ସୁରାଜ୍ୟ' ଓ 'ସ୍ୱରାଜ' ଉଭୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇ ପାରିବ । ବସ୍ତୁତଃ ଏଗୁଡିକ ହେଲା ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ମୌଳିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ଏବଂ ଏହାରି ମଧ୍ୟରେ ଲୁଚି ରହିଛି ତାଙ୍କର ପରିକଳ୍ପିତ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ।

ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ ଏବଂ 'ଅମୃତ ବଜାର' ପତ୍ରିକା 'ହରିଜନ' , 'ୟଙ୍ଗ ଇଣ୍ଡିଆ' ଆଦିରେ ପ୍ରକାଶିତ କେତେକ ପ୍ରବନ୍ଧରୁ ଆମେ 'ରାମରାଜ୍ୟର' ଭାବନା ପାଇଥାଉ । ଏସବୁ ଲେଖାକୁ ପର୍ଯ୍ୟାଲୋଚନା କଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ମତରେ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ହେଉଛି ପ୍ରକୃତ ଗଣତନ୍ତ୍ର । ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଧୀନତା ହିଁ 'ରାମରାଜ୍ୟ' । ଏଠାରେ ଉଭୟ ରାଜପୁତ୍ର ଏବଂ ଦରିଦ୍ରତମ ପୁତ୍ରକୁ ସମାନ ଅଧିକାର ମିଳିଥାଏ । 'ରାମରାଜ୍ୟ'ରେ ଲୋକମାନଙ୍କ ସାର୍ବଭୌମତ୍ୱକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ଏଠାରେ ଛୁଆଁ ଅଛୁଆଁ ଭେଦଭାବ ନ ଥାଏ । ସବୁ ଧର୍ମ ପ୍ରତି ସମାନ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ସମ୍ମାନ ହେଉଛି 'ରାମରାଜ୍ୟ'ର ଏକ ବିଶେଷ ଉପାଦାନ । ଗାନ୍ଧିଜୀ କହୁଥିଲେ, 'ମୋ ପାଇଁ ରାମ ଓ ରହିମ୍ ଏକ ଓ ଅଭିନ୍ନ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ହିଁ 'ରାମରାଜ୍ୟ' । ମୁଁ କେବଳ ସତ୍ୟକୁ ଭଗବାନ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରେ । ନୀତିନିଷ୍ଠା ହିଁ 'ରାମରାଜ୍ୟ'ର ଆଧାର । ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ମତରେ 'ରାମରାଜ୍ୟ'କୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଗଣତନ୍ତ୍ର ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ । ଏଠାରେ ସର୍ବହରା ବି ନ୍ୟାୟ ପାଇବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏପରିକି ୧୯୨୯ ମସିହାରେ 'ୟଙ୍ଗ ଇଣ୍ଡିଆ'ରେ ଗାନ୍ଧିଜୀ ଲେଖିଥିଲେ 'କୁକୁରଟିଏ ମଧ 'ରାମରାଜ୍ୟ'ରେ ନ୍ୟାୟ ପାଇଥାଏ । ସେ କହୁଥିଲେ, ମୁଁ ନିର୍ବାଣକୁ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରେ ।

ଅହିଂସା ମାର୍ଗ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ହେଉଛି 'ରାମରାଜ୍ୟ'ର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ । ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ମତରେ ବ୍ରିଟିଶ୍ ସେନାବାହିନୀ ଠାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଜାତୀୟ ସେନା ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେବା ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱାଧୀନତା ନୁହେଁ । କାରଣ ଜାତୀୟ ସୈନ୍ୟବାହିନୀ ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଏକ ରାଷ୍ଟ୍ର ସବୁବେଳେ ନୈତିକତାକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ନ ପାରେ । ସମସ୍ତଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନୈତିକତା ନ ରହିଲେ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ସ୍ଥାପନା ଅସମ୍ଭବ । ସେଥିପାଇଁ ବ୍ରିଟିଶ ଶାସନରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ଅର୍ଥ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଆସିଯିବ ବୋଲି ଭାବିବା ଭୁଲ୍ । ଗାନ୍ଧଜୀ କହିଥିଲେ ଆମେ ହୃଦୟରେ ହିଂସାଭାବ ରଖି ଅହିଂସାର ପଥ ଅନୁସରଣ କଲେ ରାମରାଜ୍ୟର ଯଥାର୍ଥତା ରହିବ ନାହିଁ । ତାଙ୍କ ମତରେ ଅହିଂସା ହେଉଛି ବ୍ୟକ୍ତିର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ଧାର୍ମିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । କାୟ ମନ, ବାକ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ପାଳନ କଲେ ରାମରାଜ୍ୟ ସାକାର ହେବ । ଏଠାରେ ପ୍ରେମ, ସମବେଦନା ଏବଂ ଦୟା ବ୍ୟକ୍ତି ହୃଦୟରେ ବିରାଜ କରେ । ଆତ୍ମତ୍ୟାଗ ଓ ଆତ୍ମ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ 'ରାମରାଜ୍ୟ'ର ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ଅଟେ । ଯେଉଁ ସମୟରେ ଶାସକ, ଶାସିତ ସୁଖରେ ସୁଖୀ ହୁଏ ଏବଂ ଶାସିତର ଦୁଃଖରେ ଦୁଃଖୀ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ରାମରାଜ୍ୟର ରୂପାୟନ ହୁଏ । ସୁଶାସନରେ ହିଁ 'ରାମରାଜ୍ୟ'ର ପ୍ରତିଫଳନ ହୁଏ । ସବୁ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭଲ ଶାସନ ହିଁ ସୁଶାସନ । ଏହାକୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ଶାସନ କୁହାଯାଏ । ଏହା ଆଇନର ଶାସନ । ଶାସକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସାଧୁତା, ଲୋକଙ୍କ ଦୁଃଖ ବୁଝିବାରେ ସମର୍ଥତା, ସହାନୁଭୂତିଶୀଳତା, ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଇତ୍ୟାଦି ଗୁଣଥିଲେ ସୁଶାସନ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ ।

ପୁନଶ୍ଚ ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ମତରେ ସ୍ୱରାଜ ଓ ଆତ୍ମସଂଯମ 'ରାମରାଜ୍ୟ'ର ପ୍ରତିବିମ୍ବ । ଋଗ୍‌ବେଦ ଦ୍ୱାରା ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ଗାନ୍ଧିଜୀ କହିଥିଲେ ମୋକ୍ଷ କିମ୍ବା ନିର୍ବାଣ ସହ ଏହାକୁ ତୁଳନା କରାଯାଇପାରେ । ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ସ୍ୱରାଜ ହେଉଛି ସ୍ୱ ଶାସନ । ତାଙ୍କ ମତରେ 'ସ୍ୱରାଜ'ର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯୋଗଦାନ ବା ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଗଣତନ୍ତ୍ର । ଏଥିରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା ପାଇଁ ଅଧିକାର ଥାଏ । ଗାନ୍ଧିଜୀ କହିଥିଲେ, 'ଅଳ୍ପକିଛି ଲୋକ କ୍ଷମତା ଅଧିକାର କଲେ ସ୍ୱରାଜ ଆସେ ନାହିଁ । ସ୍ୱରାଜ ସେତେବେଳେ ଆସିବ ଯେତେବେଳେ କ୍ଷମତା ଅପବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ସରକାରଙ୍କୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାକୁ ସର୍ବସାଧାରଣ ସକ୍ଷମ ହେବେ । ଗାନ୍ଧିଜୀ ୧୯୦୮ ମସିହାରେ 'ହିନ୍ଦ୍ ସ୍ୱରାଜ' ପୁସ୍ତିକାରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ 'ସ୍ୱରାଜ' ବିଷୟରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ବ୍ରିଟିଶ୍ ଶାସନ ଏବଂ ଭାରତୀୟ ଶାସନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଲୋକେ ନିଜକୁ ଶାସନ କଲେ 'ସ୍ୱରାଜ' ଉପଲବ୍ଧ ହେବ ବୋଲି ସେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିଲେ ।

ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମର ଅର୍ଦ୍ଧଭାଗରେ ଭାରତରେ 'ସ୍ୱରାଜ' ପ୍ରତିଷ୍ଠା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ବୋଲି ଗାନ୍ଧିଜୀ ଅନୁଭବ କରିଥିଲେ । ଏଣୁ ସେ 'ଗ୍ରାମ ସ୍ୱରାଜ' ବିଷୟକୁ ଉତ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଏହାର ରୂପାୟନ ପାଇଁ ସେ ଦୁଇଟି ଦିଗ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମଟି ହେଲା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ଥିଲା ରାଜନୈତିକ । ତାଙ୍କ ଭାଷାରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ରୂପାନ୍ତର ଆବଶ୍ୟକ । 'ସ୍ୱରାଜ' ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆତ୍ମଶୁଦ୍ଧି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ । ନୈତିକ ବିକାଶ ବିନା ସ୍ୱରାଜ ଏକ ସ୍ୱପ୍ନ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଶାସନର ବିକେନ୍ଦ୍ରୀକରଣ ଉପରେ ସେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରତିଗ୍ରାମ ସ୍ୱଆୟତ୍ତ ଓ ଆତ୍ମ ନିର୍ଭରଶୀଳ ହେଉ ବୋଲି ଗାନ୍ଧିଜୀ ଚାହିଁଥିଲେ । ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ପରିକଳ୍ପିତ 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଏହି ସମସ୍ତ ବିଚାରର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଥିଲା । ରାମରାଜ୍ୟରେ ପରିକଳ୍ପିତ ଦରିଦ୍ର ନାରାୟଣ ସେବା ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ କରିବାର ରାଷ୍ଟ୍ରନୀତି ସମ୍ପର୍କରେ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କର ଚିନ୍ତନରେ ଓଡ଼ିଶାକୁ ତାଙ୍କର ଆଠଥର ଆଗମନ ସମୟରେ ଦରିଦ୍ର ନାରାୟଣଙ୍କ ସହ ସାକ୍ଷାତକାର ନିଶ୍ଚୟ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥିବ । ସମ୍ପ୍ରତି ମହାତ୍ମାଙ୍କ ଓଡ଼ିଶା ଆଗମନର ଏକଶହ ବର୍ଷ ପୂର୍ତ୍ତି ପାଳନ ଅବସରରେ ସମାଜର ଶେଷ ଧାଡିରେ ଅଟକିଥିବା ଦରିଦ୍ରତମ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଉତ୍ଥାନ ପାଇଁ ଆଜିର ସରକାର ଯେଉଁ ସବୁ ବିକାଶ ଯୋଜନା ହାତକୁ ନେଉଛନ୍ତି ତା' ପଛରେ ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କର 'ରାମରାଜ୍ୟ' ଓ 'ଗ୍ରାମ ସ୍ୱରାଜ' ଭଳି ଆଦର୍ଶ ପରିକଳ୍ପନାର ପ୍ରେରଣା ନିଶ୍ଚୟ ଅନୁଭବ କରିହୁଏ ।



ସୁରାପାନ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

ମେଲେରିଆ ବା ତତ୍ତୁଲ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗ ଯେତେ ଅନିଷ୍ଟର କାରଣ ହେଉଛନ୍ତି, ସୁରାପାନ ଓ ନିଶା ସେବନ ଅନେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅନନ୍ତ ଗୁଣରେ ଅଧିକ ଅନିଷ୍ଟ କରୁଛନ୍ତି । କାରଣ, ମେଲେରିଆ ତ କେବଳ ଦେହର କ୍ଷତି କରୁଛି, ମାତ୍ର ଅନ୍ୟ ଦୁଇଟି ଶରୀର ଏବଂ ଆତ୍ମା ଉଭୟଙ୍କୁ ନଷ୍ଟ କରି ଦେଉଛନ୍ତି ।

ଆମ ଭିତରେ ହଜାର ହଜାର ସୁରାସକ୍ତ ମନୁଷ୍ୟ ରହିବା ଅପେକ୍ଷା ଭାରତବର୍ଷ ବରଂ କାଙ୍ଗାଳ ହୋଇ ଯିବାକୁ ମୁଁ ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରିବି । ଭାରତକୁ ସୁରାପାନରୁ ମୁକ୍ତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ତାହାକୁ ଶିକ୍ଷାରୁ ବଞ୍ଚିତ କରି ରଖିବା ଯଦି ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହୁଏ, ତେବେ ମୁଁ ଭାରତ ଶିକ୍ଷାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରହୁ ବୋଲି ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରିବି ।

ସୁରାପାନର ଅଭ୍ୟାସ ଭିତରେ ପଡ଼ି ଯାଇଥିବା ଗୋଟିଏ ଜାତିର ଭାଗ୍ୟରେ ସର୍ବନାଶ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କିଛି ନାହିଁ । ଇତିହାସ ସାକ୍ଷ୍ୟ ଦେଇଯାଏ ଯେ, ସେହି ଅଭ୍ୟାସଟିର କାରଣରୁ କେତେ କେତେ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ଛାରଖାର ହୋଇ ଯାଇଛି । ଭାରତବର୍ଷରେ ମଧ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ରହିଛି ଯେ, ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଯେଉଁ ଲୋକସମୂହରେ ଜଣେ ସଦସ୍ୟ ଥିଲେ, ସେଇଟି ମଧ ଉକ୍ତ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଛାରଖାର ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ରୋମ୍‌ର ପତନରେ ମଧ ନିଃସନ୍ଦେହ ଭାବରେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ମନ୍ଦଟି ଏକ ସହାୟକ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲା ।

ସୁରାପାନର ଅଭ୍ୟାସ ମନୁଷ୍ୟର ଆତ୍ମାକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ ଏବଂ ତାହାକୁ ଗୋଟିଏ ପଶୁରେ ପରିଣତ କରିଦେବାର ପ୍ରବୃତ୍ତି ରଖିଥାଏ । ମଣିଷ ଆଉ ତା'ପରେ ପତ୍ନୀ, ମାଆ ଏବଂ ଭଉଣୀ ମଧ୍ୟରେ ବି କୌଣସି ଭେଦ ରଖୁପାରେ ନାହିଁ । ସୁରାର କୁପ୍ରଭାବରେ ପଡ଼ି ମନୁଷ୍ୟମାନେ ଏହି ଯାବତୀୟ ଭେଦକୁ ଭୁଲି ଯାଉଥିବାର ମୁଁ ନିଜେ ଦେଖିଛି ।

ଏଥିରେ ମୋ'ର କୌଣସି ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ଯେ, ବିଚରା ସୁରାପାନକାରୀ ମାନଙ୍କର ନୈତିକ ତଥା ଭୌତିକ ସମ୍ବଳକୁ ହରଣ କରି ନେଉଥିବା ଏହି ଟିକସ ଆଉ ଆଉ ନ ଆସିଲେ ଦେଶର ଯାହା କ୍ଷତି ହେବ, ସୁରାପାନ ବନ୍ଦ କରିଦେବା ଦ୍ୱାରା ହେଉଥିବା ଲାଭ ଅବଶ୍ୟ ତାହାର କ୍ଷତିପୂରଣ କରାଇନେବ ଓ ଆହୁରି ଅଧିକ ଆୟର କାରଣ ହେବ । ପୁନଶ୍ଚ, ସମରବିଭାଗର ବ୍ୟୟବୋଝଟି, ଯାହାକୁ ସମର୍ଥନ କରି ଅବକାରୀ ବିଭାଗର ଖଜଣାକୁ ଅବଶ୍ୟ ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ ବୋଲି ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯୁକ୍ତି ଦର୍ଶାଯାଇ ଆସିଛି, ସ୍ୱାଧୀନ ଭାରତରେ ତାହାର କୌଣସି ଅବକାଶ ରହିବ ନାହିଁ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ସେହି ବୋଝଟି ମଧ ରହିବ ନାହିଁ । ତେଣୁ, କୌଣସି ବିଳମ୍ବ ନକରି ଓ ଅକୁଣ୍ଠଭାବରେ ଅବକାରୀ ବିଭାଗର ଟିକସ ଆୟକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହି ବାବଦର ଟିକସ ଆଉ ଆସିବ ନାହିଁ, ଏହି ଭାବନାଟି ଯେପରି ଉପସ୍ଥିତ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ସଂସ୍କାରଟିକୁ ଅଗ୍ରସର କରାଇ ନେବାରେ ଆଦୌ କୌଣସି ହସ୍ତକ୍ଷେପ ନକରେ !...

ନିଶାନିବାରଣର ସକାରାତ୍ମକ ଦିଗଟି ତାହାର ନକାରାତ୍ମକ ଦିଗଟି ସହିତ ସମାନ୍ତର ହୋଇ ରହିଥିବା ଉଚିତ । ସକାରାତ୍ମକ ପ୍ରତିକାରଟି ସୁରାପାନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏପରି ନାନା ପ୍ରତିଆକର୍ଷଣ ଆଣି ଯୋଗାଇ ଦେବ, ଯାହାକି ତାକୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିବ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ମନୋରଞ୍ଜନର ଅବସରଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ ଆଣିଦେବ ।

ଉପରକୁ ସତ୍ୟ ବୋଲି ମନେ ହେଉଥିବା ଏହି ଯୁକ୍ତିଟିର ଜାଲରେ ତୁମେ କଦାପି ପଡ଼ିଯିବ ନାହିଁ ଯେ, ଭାରତକୁ ବାଧ କରି ସୁରାପାନରୁ ମୁକ୍ତ କରାଯିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ ସୁରାପାନ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ସେଥିଲାଗି ଅବଶ୍ୟ ସୁବିଧାମାନ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ । ରାଷ୍ଟ୍ର କଦାପି ନିଜ ଜନଗଣଙ୍କର ପାପାଚରଣ ନିମନ୍ତେ ସୁବିଧାମାନ ଆଣି ଖଞ୍ଜିଦିଏ ନାହିଁ । ଆମେ ବେଶ୍ୟାଳୟ ଗୁଡ଼ିକର କୌଣସି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରୁନାହିଁ ବା ସେଗୁଡ଼ିକ ଲାଗି ଅନୁମତିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରୁନାହିଁ । ଚୋରି କରିବାଲାଗି ଚୋରମାନଙ୍କର ରହିଥିବା ପ୍ରବୃତ୍ତି ଚରିତାର୍ଥ ହେବ ବୋଲି ଆମେ କଦାପି ଚୋରମାନଙ୍କୁ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇ ଦେଉନାହିଁ । ମୁଁ ସୁରାପାନକୁ ଚୋରି କରିବା ଠାରୁ ଅଧିକ ନିନ୍ଦନୀୟ ବୋଲି ବିଚାର କରେ, ଏପରିକି ହୁଏତ ବେଶ୍ୟାବୃତ୍ତି ଠାରୁ ମଧ ଅଧିକ ନିନ୍ଦନୀୟ ବୋଲି ବିଚାର କରେ । ସୁରାପାନ ହିଁ ଉକ୍ତ ଉଭୟଟିର ଜନକ ପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ନାହିଁ କି ?

ସୁରାପାନକୁ ପାପ ଅପେକ୍ଷା ଏକ ରୋଗ ବୋଲି ଅଧିକ ପରିମାଣରେ କୁହାଯିବ । ମୁଁ କୋଡ଼ି କୋଡ଼ି ଲୋକଙ୍କୁ ଜାଣେ, ଯେଉଁମାନେ କି ପାରିଲେ ଖୁସୀ ହୋଇ ସୁରାପାନକୁ ବର୍ଜନ କରିବେ । ମୁଁ ଏପରି ଲୋକଙ୍କୁ ଜାଣେ ଯେଉଁମାନେ କି ସେମାନଙ୍କ ଠାରୁ ପ୍ରଲୋଭନଟିକୁ ଦୂରକୁ ନେଇ ନିଆଯାଉ ବୋଲି ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଲୋଭନଟିକୁ ଦୂରକୁ ନେଇ ନିଆଯାଇଥିଲେ ମଧ ମୋ' ଜାଣିବାରେ ସେମାନେ ସୁରା ଚୋରାଇ ଆଣି ପିଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ନିଜର ଇଚ୍ଛା ନ ଥିଲେ ମଧ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଅବଶ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

କେବଳ ମୋ' ଉପରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗମାନ କରି ହିଁ ମୁଁ ଉପରକୁ ଉଡ଼ିଯାଇ ପାରିବି । ମୁଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ପରମ ଅଦ୍ୱିତୀୟତାରେ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ତେଣୁ, ମନୁଷ୍ୟସମାଜର ଅଦ୍ୱିତୀୟତାରେ ମଧ ବିଶ୍ୱାସ କରେ । ଆମର ଯେ ଅନେକ ଶରୀର ଅଛି, ଏ କଥାଟି କାହିଁକି ଏକ ଅନ୍ତରାୟ ହୋଇ ଠିଆହେବ ? ଆମର କେବଳ ଗୋଟିଏ ଆତ୍ମା ରହିଛି । ପ୍ରତିଫଳନ ଦ୍ୱାରା ସୂର୍ଯ୍ୟର ରଶ୍ମିଗୁଡ଼ିକ ଅନେକ ହୋଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ମାତ୍ର ସେମାନଙ୍କର ଉତ୍ସ ଗୋଟିଏ । ତେଣୁ, ମୁଁ ନିଜକୁ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଦୁଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ମଧ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ କରିନେଇ ପାରିବି ନାହିଁ । (ସେହି କାରଣରୁ, ମୋତେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଗୁଣଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ସହିତ ଏକାତ୍ମ ହୋଇ ରହିବାରୁ କେହି ବଞ୍ଚିତ କରିପାରିବ ନାହିଁ ।) ତେଣୁ, ମୁଁ ଇଚ୍ଛା କରେ ବା ନ କରେ, ମୋତେ ମୋ'ର ପ୍ରୟୋଗ ଗୁଡ଼ିକରେ ସବୁ ମନୁଷ୍ୟଙ୍କୁ ନାନା ପ୍ରୟୋଗର କେବଳ ଏକ ଅଶେଷ ଶୃଙ୍ଖଳା ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ ।

ଓଜନ ହ୍ରାସ ଲାଗି ଆହାର

ଆମେରିକାର ସେଣ୍ଟର କଣ୍ଟ୍ରୋଲ ଆଣ୍ଡ ପ୍ରିଭେନସନ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡିଛି ଓଜନ ହ୍ରାସ ପାଇଁ ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ ତୁଳନାରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଏବଂ ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ୧୦ ପ୍ରତିଶତ କ୍ୟାଲୋରୀ ନଷ୍ଟ ହେବାବେଳେ ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ୱାରା ୫-୧୫ ପ୍ରତିଶତ କ୍ୟାଲୋରୀ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ତାହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ, ବ୍ୟାୟାମ ଆମ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ । ଅଧ୍ୟୟନ ମୁତାବକ ବ୍ୟାୟାମ ତୁଳନାରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଭାବେ ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କାରକ । ଓଜନ ହ୍ରାସ ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଆହାର ଗୁଡିକ ହେଲା ଛତୁଆ, ଭେଜିଟେବଲ ସୁପ୍, ଅଣ୍ଡା, ମକା, ସତେଜ ଫଳ । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ ଲାଗି ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର, ଯେଉଁଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଫାଇବର, ମିନେରାଲ, ଭିଟାମିନ୍ ରହିଥାଏ । ଏଣୁ ନିତିଦିନ ଉପଯୁକ୍ତ ଅନୁପାତରେ ଏହାକୁ ଖାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ଓଜନ କମାନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ପ୍ରକୃତି ପରିଣାମୀ ରହେ, କାରଣ
କାରଜ ଭାଓ୍ୱ ।
ଆତମ ମଧ୍ୟମ ପୁରୁଷ ହେଁ,
ପରିଣିତ କର୍ମ ସ୍ୱଭାଓ୍ୱ ।।୩୧।।

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତି ପରିଣାମୀ ଅଟେ । ସେ କାରଣ ଆଉ କାର୍ଯ୍ୟ ଉଭୟ ରୂପକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ ଚେତନ ଆତ୍ମା ପ୍ରକୃତିର କର୍ମ, ଗୁଣ ଏବଂ ସ୍ୱଭାବର ସମ୍ବନ୍ଧ ହେବା ଫଳରେ ଅନେକ ରୂପରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମା ନିତ୍ୟ, ଚେତନ ସତ୍ତା ଅଟେ । ତାହାର ସ୍ୱରୂପ ସତ୍ତାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅଳ୍ପ ଜ୍ଞାନୀ ହେବା ଫଳରେ ପ୍ରକୃତିର ଆବରଣ ଭିତରେ ଅନେକ ରୂପରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ । ବାସ୍ତବରେ ଆତ୍ମା ଶୁଦ୍ଧ ସତ୍ତାରେ ରୂପାନ୍ତର ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଅକ୍ଷର ଅଟଲ କୁଟସ୍ଥ ହେଁ, ପ୍ରକଟ
ଗୁପ୍ତ ଦୋ ଭେଓ୍ୱ ।
ସାହେବ ଉତ୍ତମ ପୁରୁଷ ହେଁ,
ପରମକ୍ଷର ମମ ଦେଓ୍ୱ ।।୩୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷର ପ୍ରକଟ ଏବଂ ଗୁପ୍ତ - ଏପରି ଦୁଇ ଭେଦରେ ସତ୍ୟ ସ୍ଥିତପ୍ରଜ୍ଞ ଅଟେ । ପରମ ପୁରୁଷ ସମସ୍ତଙ୍କର ଆରାଧ୍ୟ ଏବଂ ସେହି ଉତ୍ତମ ପରମ ପ୍ରଭୁ ମୋର ଦେବ ଅଟନ୍ତି ।

ସତ ରଜ ତମ ଗୁଣ ଜାହିକେ,
ପ୍ରକୃତି ମୂଲ କହ ତାହି ।
ମିଶ୍ରଣ ତ୍ରିଗୁଣ ତ୍ରିଘାତ ମେଁ, ସୃଷ୍ଟି
ଅମିତ ଭଓ୍ୱ ଜାହି ।।୩୩।।

ଭାଷ୍ୟ - ସତ୍ୱ, ରଜ ଓ ତମ - ଏହି ତ୍ରିଗୁଣର ସତ୍ତାକୁ ପ୍ରକୃତି କୁହାଯାଏ । ଏହି ତ୍ରିଗୁଣର ତ୍ରିଘାତରୁ ଅସୀମ ସୃଷ୍ଟି, ନାମରୂପ, ଚରାଚର ଜଗତର ସଂରଚନା ହୋଇଥାଏ ।

ମାୟା ପରମାଣୂ ଭନେ, ପ୍ରକୃତି
ଏକ ହୀ ଭାଓ୍ୱ ।
ପରିଭାଷା କେ ଭେଦ ହେଁ, ତତ୍ତ୍ୱ
ଅର୍ଥ ମହ ଆଓ୍ୱ ।।୩୪।।

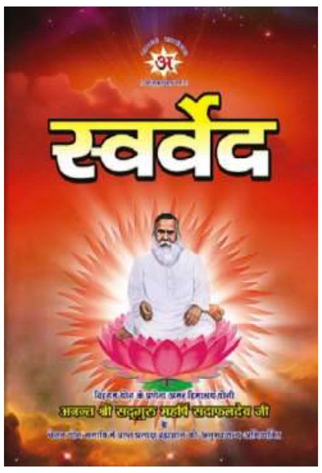
ଭାଷ୍ୟ - ମାୟା, ପରମାଣୁ ଏବଂ ପ୍ରକୃତି - ପରିଭାଷା ଭେଦରେ ମଧ୍ୟ ଏକାର୍ଥବାଚକ ତଥା ସମାନ ଭାବର ସୂଚକ ଅଟନ୍ତି ।

ଜେହି ଓ୍ୱିଭାଗ ନହିଁ ହୋ ସକେ,
ପରମାଣୂ କହ ତାହି ।
ସାଠ ଅଣୂ ପରମାଣୁ ହେଁ, କିରଣ
କଣା ଅଣୁ ଜାହି ।।୩୫।।

ଭାଷ୍ୟ - ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ରଶ୍ମି ସମ ଯେଉଁ କଣିକା ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୋଇଥାଏ, ତାହାକୁ ଅଣୁ କୁହାଯାଏ । ଗୋଟିଏ ଅଣୁରେ ଷାଠିଏ ପରିମାଣ ପରମାଣୁ ରହିଥାନ୍ତି ଯାହାକୁ ବିଖଣ୍ଡିତ କରିବା ଦୂରୁହ ବ୍ୟାପାର । ତାକୁ ପରମାଣୁ କୁହାଯାଏ ।

ସକଲ ପଦାରଥ ସୃଷ୍ଟି କେ, ସଗୁଣ
ସହିତ ଗୁଣ ପାୟ ।
ନିର୍ଗୁଣ ସବ ଅନ୍ୟ ଗୁଣନ ସେ,
ସଗୁଣ ଅଗୁଣ ଜଗ ଆୟ ।।୩୬।।

ଭାଷ୍ୟ - ସୃଷ୍ଟିର ସକଳ ପଦାର୍ଥ ସ୍ୱ-ଗୁଣଯୁକ୍ତ ହୋଇ ସଗୁଣ ଅଟନ୍ତି ଓ ଅନ୍ୟର ଗୁଣରେ ନିର୍ଗୁଣ ଅଟନ୍ତି । ସଗୁଣ ଆଉ ନିର୍ଗୁଣ ଉଭୟ ପଦାର୍ଥ



ସଂସାରରେ ବିଦ୍ୟମାନ ରହିଛନ୍ତି ।

ଅଗୁଣ ସଗୁଣ ଦୋଓ ଜୀଓ୍ୱ ହେଁ,
ପୁରୁଷ ଦୋନୋ ସେ ନ୍ୟାର ।
ନିର୍ଗୁଣ ମନ ତନ ସଗୁଣ ହେଁ, ନିଜ
ସ୍ୱରୂପ ଇନ ପାର ।।୩୭।।

ଭାଷ୍ୟ - ନିର୍ଗୁଣ ଆଉ ସଗୁଣ ଉଭୟ ଜୀବ ଅଟନ୍ତି ଏବଂ ପରମ ପୁରୁଷ ଏ ଦୁଇଟିରୁ ଭିନ୍ନ ଅଟନ୍ତି । ମନ ନିର୍ଗୁଣ ଆଉ ଶରୀର ସଗୁଣ ଅଟେ ଏବଂ ଏ ଦୁଇଟିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଆତ୍ମା ଅବସ୍ଥାନ କରେ ।

ଓ୍ୱିକୃତ ଭୂତମୟ ସୃଷ୍ଟି ହେଁ, ନାମ
ରୂପ ସଂସାର ।
ଓ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଶବ୍ଦ କ୍ଷର ଜାନିୟେ, ପ୍ରକୃତି
ମୂଲ ରହ ଧାର ।।୩୮।।

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତିର ବିକୃତି, ପଞ୍ଚଭୂତ ସୃଷ୍ଟି, ନାମ ରୂପ ଜଗତ ଏବଂ ସମସ୍ତ କ୍ଷର ବର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଶବ୍ଦ - ଏ ସବୁର କାରଣ ଏବଂ ଆଧାର ମୂଳ ପ୍ରକୃତି ଅଟେ ।

ପଞ୍ଚ ଶବ୍ଦ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ କେ, ଅରୁ
ଅନହଦ ମୟ ନାଦ ।
କ୍ଷର ଅନିତ୍ୟ ୟହ ଜାନିଏ, ତତ୍ତ୍ୱ
ଦରଶୀ ତତ ଓ୍ୱାଦ ।।୩୯।।

ଭାଷ୍ୟ - ସର୍ବ ତତ୍ତ୍ୱଦର୍ଶୀ ଅନୁଭବୀ ପୁରୁଷ, ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡୀ ପଞ୍ଚଶବ୍ଦ, ଅନହଦ ନାଦ - ଏ ସବୁକୁ କ୍ଷର ଏବଂ ଅନିତ୍ୟ ବୋଲି ଅଭିହିତ କରିଥାନ୍ତି ।

ଅକ୍ଷର ଭନେ କୁଟସ୍ଥ କୋ,
ନିଃଅକ୍ଷର ସବ ପାର ।
ସବ ମେଁ ରହ ସବ ସେ ଅଲଗ,
ଜେହି ଅଧାର ସଂସାର ।।୪୦।।

ଭାଷ୍ୟ - କୂଟସ୍ଥକୁ ଅକ୍ଷର ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ନିଃଅକ୍ଷର ପରମ ପୁରୁଷ ସକଳ ଦେହରେ ବ୍ୟାପକ ରୂପରେ ସର୍ବ ଭିନ୍ନ ସର୍ବାଧାର ହୋଇ ତିନିପାଦ ଅମୃତରେ ଏବଂ ପରମାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ସାର ଶବ୍ଦ ନିଃଅକ୍ଷର, ମାନୋ
ଆର୍ଷ ପ୍ରୟୋଗ ।
ଗୁରୁଗମ ଭେଦ ଓ୍ୱିଓ୍ୱେକ ମେଁ,
ଅନ୍ତର ଅନୁଭଓ୍ୱ ୟୋଗ ।।୪୧।।

ଭାଷ୍ୟ - ନିଃଅକ୍ଷର ସାରଶବ୍ଦ ନିତ୍ୟ ଅନାଦି ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ବାଣୀ ଅଟେ । ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଭେଦ-ସାଧନ ମାର୍ଗ ଦ୍ୱାରା ଅନୁଭବ ମାର୍ଗରେ ସାରଶବ୍ଦ, ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

କାରଣ କାରଜ ସୃଷ୍ଟି କା, ଜଡ଼
ଚେତନ ଦୋଉ ରୂପ ।
ଅନ୍ତରାତମା ସକଲ କା,
ଜଗଦାତମ ପର ରୂପ ।।୪୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତି କାର୍ଯ୍ୟ ରୂପରେ ପରିଣତ ହୋଇ ଚରାଚର ଜଗତର ରଚନା ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେହି ଜଡ଼ ଚେତନ ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟିର ଆଧାର ଆତ୍ମା ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି ।

ବ୍ରହ୍ମଜୀଓ୍ୱ ଅରୁ ପ୍ରକୃତି ସେ,
ରଚନା ସୃଷ୍ଟି ପସାର ।
କାରଣ ଧାରକ ପୁରୁଷ ହେଁ,
ଚୌଥା ଅଗମ ଅପାର ।।୪୩।।

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମ, ଜୀବ ଓ ପ୍ରକୃତି ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟିର ରଚନା ଆଉ ତାହାର ବିସ୍ତାର ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଚତୁର୍ଥ ଅଗମ୍ୟ ପରମ ପୁରୁଷ, ସମସ୍ତ ଜଗତର ଆଧାର ଯିଏ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଧାରଣ କରିଛନ୍ତି ସେ ନିମିତ୍ତ କାରଣ ଅଟନ୍ତି ।

ଅକ୍ଷର ଚେଷ୍ଟା ସନିଧି ସେ, ପ୍ରକୃତି
ଚାଲ ସଂସାର ।
କାରଜ କାରଣ ରୂପ ମେଁ, ନାଶ
ଓ୍ୱଦତ ବ୍ୟଓ୍ୱହାର ।।୪୪।।

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷରର ଚେଷ୍ଟାରେ ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକରେ ଗତି ପ୍ରକଟିତ ହୋଇଥାଏ ତଥା ବିଶାଳ ସୃଷ୍ଟିର ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ରୂପରେ ପରିଣତ ହେଲେ ସୃଷ୍ଟି ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ ବ୍ୟବହାରର କାରଣ ରୂପରେ ପରିଣତ ହେଲେ ତାକୁ ନାଶ କୁହାଯାଏ ।

ସତ ସ୍ୱରୂପ ଓ୍ୱହ ପ୍ରକୃତି ହେଁ,
ସତଚିତ ରୂପହିଁ ଜୀଓ୍ୱ ।
ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ହେଁ, ସୋ
ଜାନହୁ ନିଜ ପୀଓ୍ୱ ।।୪୫।।

ଭାଷ୍ୟ - ସତ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରକୃତି, ସତ୍‌ଚିତ୍ ସ୍ୱରୂପ ଜୀବ ଓ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ମୋର ଆରାଧ୍ୟ ଦେବତା ପ୍ରଭୁ ଅଟନ୍ତି ।

ପ୍ରକୃତି ତ୍ରିଘାତ ଅନନ୍ତ ମେଁ,
ପ୍ରକଟତ ରୂପ ଅନନ୍ତ ।
ଜଗ କୁଟସ୍ଥ ରଚନା କରେ,
ମହିମା ଦେଓ୍ୱ ଅନନ୍ତ ।।୪୬।।

ଭାଷ୍ୟ - ପରମାଣୁମାନଙ୍କର ଅନନ୍ତ ତ୍ରିଗୁଣ ତ୍ରିଘାତରୁ ଏହି ଅନନ୍ତ ରୂପକ ବିଶାଳ ସୃଷ୍ଟିର ରଚନା ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସଂସାରର ରଚନା ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଆଧାରରେ କୂଟସ୍ଥ ଅକ୍ଷର ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ସେହି ପ୍ରଭୁଙ୍କର ମହିମା ଅନନ୍ତ ଅଟେ । ଏହି ବିଶାଳ ସୃଷ୍ଟିର ରଚୟିତା ଅନନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁ ଅଟନ୍ତି ।

ପରମାଣୂ ଦୋ ମଧ୍ୟ ମେଁ,
ଚିଦାକାଶ ପରକାଶ ।
ଏକ ପାଦ ଘୀରା ରହେ, ରଚନା
ସମୟ ଓ୍ୱିକାଶ ।।୪୭।।

ଭାଷ୍ୟ - ଦୁଇଟି ପରମାଣୁ ମଧ୍ୟରେ ଚିଦାକାଶ ଅବସ୍ଥିତ । ଏକପାଦର ମଣ୍ଡଳ ଅଛି, ଯେଉଁଥିରେ ପରମାଣୁମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଳୟର ଅନ୍ତ ପରେ ସୃଷ୍ଟିର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ସୃଷ୍ଟିର ମୂଳ ପରମାଣୁ, ପ୍ରଳୟରେ ଶାନ୍ତ, ନିସ୍ପନ୍ଦ ରହିଥାନ୍ତି ଏବଂ ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ସେହି ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକରେ ଗତି ଆସିଥାଏ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଜଗତର ରଚନା ହୋଇଥାଏ ।

ଜୀଓ୍ୱନ କର୍ମ ଓ୍ୱିଚିତ୍ର ହେଁ, ତେଂଓ୍ୱ
ଓ୍ୱିଚିତ୍ର ସଂସାର ।
ଭେଦ ଓ୍ୱିଭାଗ ଅନନ୍ତ ହେଁ, ସୋ
ସବ କର୍ମ ଅଧାର ।।୪୮।।

ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବମାନଙ୍କର ବିଚିତ୍ର କର୍ମରୁ ହିଁ ସଂସାର ବିଚିତ୍ରତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଅଛି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ଅନନ୍ତ ପ୍ରକାରର ଭେଦ ବିଭାଗ ଅଛି । ସେସବୁର କାରଣ କର୍ମ ଅଟେ । କର୍ମର ବିଭିନ୍ନତା ଯୋଗୁଁ ସୃଷ୍ଟି ବିଚିତ୍ର ଅଟେ ।

ଓ୍ୱାପକ ବ୍ୟାପ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧ ହେଁ,
ପାସ୍ୟ ଉପାସକ ଆଓ୍ୱ ।
ଅରୁ ଆଧାର ଆଧେୟ ହେଁ, ସ୍ୱାମୀ
ସେଓ୍ୱକ ଭାଓ୍ୱ ।।୪୯।।

ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବ ଏବଂ ପ୍ରକୃତି ଭିତରେ ପରମ ପ୍ରଭୁ ଓତପ୍ରୋତ ବ୍ୟାପକ ଅଟନ୍ତି । ଜୀବ ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମର ସମ୍ବନ୍ଧ ବ୍ୟାପ୍ୟ-ବ୍ୟାପକ, ଉପାସ୍ୟ-ଉପାସକ, ଆଧାର-ଆଧେୟ ଏବଂ ସ୍ୱାମୀ-ସେବକର ଅଟେ । ଜୀବ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଉପାସନାରେ ଜନ୍ମ ମରଣରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । ସମସ୍ତଙ୍କର ସ୍ୱାମୀ ସର୍ବ ଆରାଧ୍ୟ ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି ।

ଆତମ ପରମାତମ ଗୁଥା, ମଣି
ଇଓ୍ୱ ସୂତ୍ର ସମାନ ।
ସୋ ୟହ ନିତ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧ ହେଁ, ଛୁଟ
ନ କବହୂ ଜାନ ।୫୦।।

ଭାଷ୍ୟ - ମଣିରେ ସୂତା ସମାନ ଆତ୍ମାରେ ପରମାତ୍ମା ସଂଲଗ୍ନ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଜୀବ ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମର ନିତ୍ୟ ନିତ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧ କଦାପି ଛାଡ଼େ ନାହିଁ ।

ସ୍ତନ କର୍କଟରୁ ରକ୍ଷା କରିବ ଚେରୀ ଜୁସ୍

ଚେରୀ ଖୁବ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଫଳ । ଏହାର ଖଟା ମିଠା ସ୍ୱାଦ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପସନ୍ଦ । ତେବେ ଜାଣନ୍ତି, ଚେରୀ କେବଳ ପାଟିକୁ ସୁଆଦିଆ କରେ ତା' ନୁହେଁ ବରଂ ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ବି, ସି, ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ, ପଟାସିୟମ ଏବଂ ଫସ୍‌ଫରସ୍ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଚେରୀରେ ତିଆରି ଜୁସ୍‌ରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏବଂ ସେଲିସାୟାଲିକ୍ ଏସିଡ୍ ମହଜୁଦ୍ ଥାଏ । ଏହା ପାଚନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ ଚେରୀ ଜୁସ୍‌କୁ ନିୟମିତ ସେବନ କଲେ, ଏହା ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଯଦ୍ୱାରା ସ୍ତନ କର୍କଟ ଭଳି ଦୁରାରୋଗ୍ୟରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।

ବହୁ ଉପକାରୀ ଖଜୁରୀ

ସର୍ବପ୍ରଥମେ ମୋଗଲମାନେ ହିଁ ଭାରତରେ ଖଜୁରୀ ବ୍ୟଞ୍ଜନର ମୂଳଦୁଆ ପକାଇଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ସାଉଦି ଆରବ, ଭାରତର କେତେକ ପ୍ରାନ୍ତ ସହ ବ୍ରିଟେନରେ ଏହି ଖଜୁରୀ କୋଳିର ଆଦର ବେଶ୍ ରହିଛି । ନିୟମିତ ଭାବେ ଖଜୁରୀ ଖାଇଲେ ତାହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ଡାଇରିଆ ରୋଗୀ ଖଜୁରୀ ଖାଇଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ପୂର୍ବେ ଶରୀର ଦୁର୍ବଳତା ରୋଗ ଦୂର କରିବା ନିମନ୍ତେ ବଇଦମାନେ ଖଜୁରୀକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିଲେ ।

ଯୁବତୀ ଓ ମହିଳାମାନେ ଏହି ଖଜୁରୀ ଖାଇବା ଉପକାରୀ । ଏହା ସେମାନଙ୍କୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇବା ସହ ଗର୍ଭବତୀ ସମୟରେ ପୋଷାକତତ୍ତ୍ୱ ଉଭୟ ମା' ଓ ଶିଶୁକୁ ଯୋଗାଉଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ମିଳିଥିବା ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ପ୍ରତ୍ୟହ ଖଜୁରି ଖାଇଲେ ପାକସ୍ଥଳୀ କର୍କଟ, ଗର୍ଭାଶୟ କର୍କଟ, ଯକୃତ କର୍କଟ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଯଥେଷ୍ଟ କମ୍ ।

ହୃଦରୋଗୀମାନେ ପ୍ରତ୍ୟହ ଖଜୁରୀ ଖାଇବା ଖୁବ୍ ଭଲ । ଗବେଷଣାରୁ ପ୍ରକାଶ ଯେ ସପ୍ତାହକୁ ଅନ୍ତତଃ ୨ ଥର ଖଜୁରୀ କୋଳି ଖାଇଲେ ସେମାନଙ୍କ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହିଥାଏ । ଖଜୁରୀରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଥିବାରୁ ତାହା କେଶ ଓ ତ୍ୱଚା ପାଇଁ ମଧ ଉତ୍ତମ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ମନୋସ୍କାମନା ପୂରଣ କରିବାକୁ ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀ ଟଙ୍କା ପକାଇବାକୁ କୁଅ ପାଖିକୁ ଗଲେ ।
ପ୍ରଥମେ ସ୍ୱାମୀ ଗଲା ଟଙ୍କା ପକାଇବାକୁ । ହେଲେ ସ୍ତ୍ରୀ ଯେତେବେଳେ ଗଲା ତା'ର ଗୋଡ଼ ଖସିଗଲା ଏବଂ କୁଅରେ ଗଳି ପଡିଲା ।
ସ୍ୱାମୀ : ଭଗବାନ ଆପଣ ଏତେ ଜଲଦି ମୋ ଡାକ ଶୁଣିନେଲେ ।

× × ×

ପିଙ୍କୁ : ଆମ ପଡୋଶୀ ମୋ ସହିତ ଏତେ ମିଠା ମିଠା କଥା କହୁଛନ୍ତି ଯେ ସତରେ ମତେ ସୁଗାର ହୋଇଗଲାଣି ।
ଚିଙ୍କୁ : ତା' ହେଲେ ତୁ କେମିତି କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରୁଛୁ ?
ପିଙ୍କୁ : ମୋ ସ୍ତ୍ରୀକୁ ଧନ୍ୟବାଦ । ଗଳାରୁ ଏତେ ବିଷ ଓଗାଳୁଛି ଯେ ମୋର ସବୁ ସୁଗାର ଚାଲିଯାଉଛି ।

× × × ×

ମୋନୁ : ବାହା ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଖବର କାଗଜରେ କେବେ ତାଙ୍କର ରାଶିଫଳ ଦେଖନ୍ତି ନାହିଁ ।
ସୋନୁ : ସେ ସ୍ତ୍ରୀର ଚେହେରା ଦେଖି ଜାଣିନେବ ଆଜିର ଦିନ କେମିତି କଟିବ ।

× × × ×

ଛାତ୍ର : ସାର୍ ମୁଁ କିଛି କହିବି ।
ସାର୍ : ହଁ କୁହ ।
ଛାତ୍ର : ମୁଁ ଯେଉଁ କାମ କରି ନାହିଁ କ'ଣ ଆପଣ ମତେ ତା'ର ଦଣ୍ଡ ଦେବେ ।
ସାର୍ : ବିଲକୁଲ୍ ନୁହେଁ ।
ଛାତ୍ର : ମୁଁ ଆଜି ହୋମଓ୍ୱାର୍କ କରିନି ।

× × × × × ×

ମହେଶ ସ୍ତ୍ରୀକୁ : ଜାଣିଛ ସବୁଦିନ ସକାଳେ ଆଖି ଖୋଲୁ ଖୋଲୁ ମୁଁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରେ, ତମଭଳି ସ୍ତ୍ରୀ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ମିଳୁ ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ସତ ।
ମହେଶ- ହଁ । କାହିଁକି ନା ଭାବେ ଦୁନିଆରେ ଏକୁଟିଆ ମୁଁ ହିଁ କାହିଁକି ଦୁଃଖୀ ରହିବି ।

× × × × × ×

ପରୀକ୍ଷାରେ କମ୍ ମାର୍କ ଆସିବାରୁ ମା'
ପପୁକୁ : ହଉ ମନ ଦୁଃଖ କରନା । ଏବେ ତୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଭକ୍ତି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେ ।
ଦେଖିବୁ ନିଶ୍ଚୟ ସଫଳ ହେବୁ ।
ପପୁ : ମା' ତମକୁ ଆଉ କ'ଣ କହିବି, ପଡିଶା ଘର ଭଗବାନ ଅଙ୍କଲଙ୍କ ଝିଅ ଭକ୍ତି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବାରୁ ହିଁ ତ ମୋର ରେଜଲ୍ଟ ଖରାପ ହେଲା ।

ବଥୁଆ ଶାଗର ଉପକାରିତା

ବଥୁଆ ଶାଗ ଖରିଫ ଫସଲ ଅମଳ ସମୟରେ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ଭରପୁର । ହୃଦରୋଗ ଓ କିଡନୀ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ସହ ହାଇଟ ବଢ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

ଶୀତ ଦିନେ ବଥୁଆ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ । ବଥୁଆରେ ପ୍ରଚୁର ଆଇରନ ରହିଛି । ଏହା ପାଚନ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରେ, ବହୁ ରୋଗରୁ ବି ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ବଥୁଆ ଚାଷରେ ବେଶୀ ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡେନି । ଗାଁ ଗହଳିର ବାଡି ବଗିଚାରେ ମଧ ବଥୁଆ ଶାଗ କରାଯାଏ । ବଥୁଆ ଏକ ସାଧାରଣ ଶାଗ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ତା'ର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ରହିଛି । ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ପୁରୁଣା ଆଘାତ ଯୋଗୁଁ କଷ୍ଟ, ତ୍ୱଚାର ରୁକ୍ଷତା, ବଦହଜମୀ ଓ ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ବଥୁଆ ।

ପଥୁରୀ ଦୂର କରେ: କିଡନୀରୁ ଷ୍ଟୋନ ବା ପଥୁରୀ ସମସ୍ୟା ବଥୁଆ ଶାଗ ଖାଇବା ଫଳରେ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ବଥୁଆ ରସରେ ଚିନି ମିଶାଇ ସେବନ କରାଯାଏ ।

ଲିଭର: ଭିଟାମିନ୍ସ ଓ ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଗୁଣରେ ଭରପୁର ବଥୁଆ ଶାଗ ତରକାରି ପ୍ରତିଦିନ ଖାଇବା ଫଳରେ ଲିଭର ସୁସ୍ଥ ରହେ ।

ହୃଦରୋଗ: ବଥୁଆ ଶାଗର କଅଁଳିଆ ପତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ସାମାନ୍ୟ ଲାଲ । ଏହି ଲାଲ୍ ପତ୍ର ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦରୋଗ ଓ ହାର୍ଟ ଆର୍ଟାକ୍ ଭୟ ଦୂର ହୋଇ ଯାଇଥାଏ ।

ପୋଡ଼ାଜଳା ଦୂର କରେ: ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ଅକସ୍ମାତ୍ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ପୋଡିଯାଏ କିମ୍ବା ଗରମ ଜିନିଷ ଲାଗିଯାଏ ତେବେ ବଥୁଆ ପତ୍ର ତୁରନ୍ତ ବାଟି ପୋଡା ସ୍ଥାନରେ ଲେପ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଫଳରେ ପୋଡା ଜନିତ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ଓ ଘା' ଶୀଘ୍ର ଠିକ୍ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ ।

କବଜ: ବଥୁଆ ରସ ପ୍ରତଦିନ ପିଇବା ଫଳରେ ଏସିଡିଟି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏହାର ରସ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଗି ଲାଭ ଦାୟକ ।

ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରେ: ଭିଟାମିନ୍, ମିନେରାଲ୍, କପର, ମର୍କ୍ୟୁରୀରେ ଭରପୁର ଗୁଣକାରୀ ବଥୁଆ ଶାଗରେ ଦହି ମିଶାଇ ଖାଇବା ଫଳରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବଢ଼ିଥାଏ । ଏହା ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହିତ ହାଇଟ୍ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ବଥୁଆ ଶାଗ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

ଶରୀର ପାଇଁ ଉତ୍ତମ କାଜୁ

ଖାଦ୍ୟରେ ପଡୁଥିବା କାଜୁ ତରକାରୀକୁ କେବଳ ସୁସ୍ୱାଦୁ କରି ନ ଥାଏ ବରଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ ହିତକର ହୋଇଥାଏ । କାଜୁରେ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥିବାରୁ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ ହୃଦଘାତ ରୋକିବାରେ ଏହା ସାହାଯ୍ୟ କରେ । କାଜୁ କୋଲେଷ୍ଟୋରାଲକୁ କଣ୍ଟ୍ରୋଲରେ ରଖେ । ଏଥିରେ ପ୍ରୋଟିନର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥିବାରୁ ହାଡକୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

କାଜୁର ତେଲକୁ ଭାତୁଡି ଏବଂ ଯାଦୁର ଉପଚାର ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ୭ ରୁ ୧୦ କାଜୁ ଖାଇଲେ ଦେହ ପାଇଁ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । କାଜୁରେ ଥିବା ଫାଇଟୋ କେମିକାଲ୍ସ କ୍ୟାନ୍ସର ଏବଂ ଅନ୍ୟ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ମହିଳାଙ୍କୁ ପ୍ରତିଦିନ ଫ୍ରେଶ୍ ରଖିବାରେ କାଜୁ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଗର୍ଭବତୀଙ୍କ ପାଇଁ ପାଣି ଶିଙ୍ଗଡ଼ା

ଶୀତଦିନରେ ମିଳୁଥିବା ପାଣି ଶିଙ୍ଗଡ଼ା ଏକ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଫଳ । ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ । ଏଥିରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ସି, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ, ଟୋନିନ୍, ଏମିଲୋଜ୍, ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ନିକୋଟୋନିକ୍ ଏସିଡ୍ ଭଳି ପୋଷାକ ତତ୍ତ୍ୱ ମହଜୁଦ୍ ରହିଛି । ଗର୍ଭାବସ୍ଥା ସମୟରେ ଏହାର ସେବନ ମା' ଓ ଶିଶୁ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ । ନିୟମିତ ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ଗର୍ଭପାତ ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ହେଉ ନଥିଲେ, ପାଣି ଶିଙ୍ଗଡ଼ା ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଏଥିରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଶୀତଦିନେ ମାଂସପେଶୀରେ ପ୍ରବଳ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ । ଏକ୍ଷେତ୍ରରେ ପାଣି ଶିଙ୍ଗଡ଼ା ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଯନ୍ତ୍ରଣା ଲାଘବ ହୋଇଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଶହେ ମିଲିୟନ୍ ବର୍ଷ ତଳେ ଭାରତ ଏକ ଦ୍ୱୀପ ମାତ୍ର ଥିଲା ।
- ଇନ୍ଦୁସ୍ ନଦୀ ନାମରୁ ଇଣ୍ଡିଆ ନାମ କରଣ ହୋଇଛି ।
- ଇନ୍ଦୁସ୍ ଉପତ୍ୟକାରେ ଗଢ଼ି ଉଠିଥିବା ସଭ୍ୟତା ହେଉଛି ସାରା ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ପୁରାତନ ସଭ୍ୟତା ।
- ଭାରତ ହେଉଛି ପୃଥିବୀର ସବୁଠାରୁ ପୁରାତନ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ସଭ୍ୟତା ।
- ଜାତିସଂଘର ଶାନ୍ତି ସୁରକ୍ଷା ମିଶନ ଆରମ୍ଭରୁ ଭାରତ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସଙ୍ଗଠକ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଆସୁଛି ।
- ବୃହତ୍ତମ ତଥା ସକ୍ରିୟ ସେନା ରଖିବାରେ ଆମେରିକା, ଚୀନକୁ ଛାଡି ଦେଲେ ଭାରତ ହେଉଛି ପୃଥିବୀର ତୃତୀୟ ଦେଶ ।
- ଭାଟିକାନ୍ ସିଟି ଓ ମକ୍କା ପରିଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଯାଉଥିବା ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ଦୁଇଗୁଣ ପର୍ଯ୍ୟଟକ ବାଲାଜୀ ମନ୍ଦିର ଓ କାଶୀବିଶ୍ୱନାଥ ମନ୍ଦିର ପରିଦର୍ଶନ କରିଥାନ୍ତି ।
- ବାରଣାସୀ ପୃଥିବୀର ସର୍ବ ପୁରାତନ ସହର ଭାବେ ଏବେ ବି ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଲାଭ କରିଛି ।
- ଅନ୍ୟ ଦେଶଗୁଡିକଠାରୁ ଭାରତରେ ଅଧିକ ମସଜିଦ୍ ରହିଛି । ପ୍ରାୟ ୩ ଲକ୍ଷ ।
- ମୁସଲମାନ ବହୁଳ ରାଷ୍ଟ୍ରଭାବେ ଭାରତ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି ।
- ତକ୍ଷଶୀଳା ହେଉଛି ପୃଥିବୀର ସର୍ବ ପ୍ରଥମ ତଥା ସର୍ବ ପୁରାତନ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ । ଏହାକୁ ଖ୍ରୀଷ୍ଟ ପୂର୍ବ ୭୦୦ ମସିହାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଇଥିଲା ।

ନକାରାତ୍ମକ ଭାବଗୁଡିକର ନିଗ୍ରହ

ଭାବ-ସମ୍ବେଦନାଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ହୃଦୟ କ୍ଷେତ୍ର ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଏପରି ତତ୍ତ୍ୱ, ଯାହା ଅସ୍ତିତ୍ୱର ଗହନତମ ତଳଗୁଡ଼ିକରୁ ଉଦ୍‌ଭୂତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିର ବିଚାର ଓ ବ୍ୟବହାରକୁ ସିଧା ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଭାବ ଅନୁରୂପ ଗଢ଼ି ହେବା ପାଇଁ ହିଁ ବିଚାର ବିବଶ-ବାଧ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ବିଚାର ଅନୁରୂପ ହିଁ କର୍ମ ଘଟିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଭାବ ସକାରାତ୍ମକ ଓ ନକାରାତ୍ମକ, ଦୁଇ ରୂପରେ ବିଦ୍ୟମାନ ଥାଏ ।

ସକାରାତ୍ମକ ଭାବ ତ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଜୀବନକୁ ପ୍ରେରିତ ଓ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ, ଏଥିପାଇଁ ଇନ୍ଧନର କାମ କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବଗୁଡ଼ିକର ମଧ ନିଜର ଉପଯୋଗିତା ରହିଥାଏ, ଯଥା- କ୍ରୋଧ, ଭୟ, ଈର୍ଷା, ଅପରାଧ ବୋଧ, ହୀନତା ଆଦି । କ୍ରୋଧ ଏକ ସୀମା ମଧରେ ଇନ୍ଧନର କାମ କରିଥାଏ, ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ପାଇଁ, ଅନ୍ୟାୟ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଠିଆ ହେବା ପାଇଁ, ଦୁଷ୍ଟତା ବିରୁଦ୍ଧରେ ସଂଘର୍ଷ କରିବା ପାଇଁ ଦରକାର ହୋଇଥାଏ; କିନ୍ତୁ ଏହା ଅନାବଶ୍ୟକ ରୂପେ ବ୍ୟକ୍ତ ହେବାକୁ ଲାଗିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ଘାତକ ହୋଇଯାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ଭୟ ଜୀବନ ରକ୍ଷାରେ ସହାୟକ ଭାବ ଅଟେ, ଯାହା ଆମକୁ ଅନାବଶ୍ୟକ ବିପଦଗୁଡ଼ିକରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଭୟ ଅତ୍ୟଧିକ ବଢ଼ିବାକୁ ଲାଗିଲେ ଏହା ପ୍ୟାନିକରୁ ନେଇ ଫୋବିୟା ରୂପରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନକୁ ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟରେ ଘାଣ୍ଟିଦିଏ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଅପରାଧ ବୋଧ ଏକ ସୀମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅବାଞ୍ଛନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଏହା ଏକ ଗ୍ରନ୍ଥି ରୂପେ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ଘର କରିଯାଏ ତ ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନକୁ କୁଣ୍ଠିତ କରିଦିଏ । ଈର୍ଷାର ଭାବ ଯଦି ସୁସ୍ଥ ପ୍ରତିସ୍ପର୍ଦ୍ଧା ପାଇଁ ପ୍ରେରିତ କରିଥାଏ ତ ଏହାକୁ ଉପଯୋଗୀ ମାନି ନିଆଯାଇ ପାରେ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅନାବଶ୍ୟକ ଜ୍ୱଳନ, ପ୍ରତିସ୍ପର୍ଦ୍ଧା ଓ ନକାରାତ୍ମକ କ୍ରିୟା ପାଇଁ ପ୍ରେରିତ କରିବାକୁ ଲାଗେ ତ ଏହାକୁ ହାନିକାରକ କୁହାଯିବ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାବର ସକାରାତ୍ମକ ଓ ନକାରାତ୍ମକ ପକ୍ଷକୁ ଦେଖାଯାଇ ପାରେ । ସକାରାତ୍ମକ ଭାବଗୁଡ଼ିକର ଅଧିକତା ମଧ ଜୀବନରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ବହୁତ ଅଧିକ ଖୁସୀ, ପ୍ରେମ, ଦୟା, କରୁଣା ଆଦି ନିଜର ପରିଣତିରେ କ୍ଷତି କାରକ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ । ଅତ୍ୟଧିକ ପ୍ରେମରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆସକ୍ତିର ବଶୀଭୂତ ହୋଇପାରେ, ଖରାପ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେଇପାରେ । ଅତ୍ୟଧିକ ଖୁସୀରେ ଜୀବନର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱରୂପକୁ ବୁଝି ପାରି ନ ଥାଏ । ଅତ୍ୟଧିକ ଦୟାର ଭାବ ମଧ ବ୍ୟାବହାରିକ ଜୀବନକୁ ବାଧିତ କରିପାରେ । ଅତ୍ୟଧିକ ବିନମ୍ରତାକୁ ମଧ ଉଚିତ ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଏ ନାହିଁ ।

ସକାରାତ୍ମକ ଭାବଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବ ନିଜର ତୀବ୍ରତାରେ ଅଧିକ ଘାତକ ହୋଇଥାଏ । ଘନୀଭୂତ ରୂପେ ଏହା ଜୀବନକୁ ଗଭୀର ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିର ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରୁ ନେଇ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ନଷ୍ଟଭ୍ରଷ୍ଟ କରିଦିଏ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଶାରୀରିକ ରୋଗ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବ ସହିତ ଯୋଡ଼ି ହୋଇଥିବାର କୁହାଯାଏ । ମାନସିକ ରୂପେ ଏହା ହାଲୁକା ମନୋବିକାର ଠାରୁ ନେଇ ଗମ୍ଭୀର ମାନସିକ ରୋଗର ରୂପ ନେଉଥିବାର ଦେଖାଯାଏ ।

ଏହି ଭାବ ରହିବା ଯୋଗୁଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ବ୍ୟବହାର ଓ ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଖରାପ ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ତା'ର ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟରେ ଭରିଯାଏ, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କଳହ-କ୍ଲେଶ ଏଥିରେ ଯୋଡ଼ି ହୋଇଯାଏ, ଘରୋଇ ହିଂସାରୁ ନେଇ ଆପରାଧିକ ସ୍ତର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାର ଚିନ୍ତାଜନକ ବିସ୍ତାର ଦେଖା ଯାଇପାରେ । ଏହାର ପ୍ରଭାବରୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ସାମାଜିକ ଜୀବନ ମଧ ବିକଟ ହୋଇଯାଏ । ସୁସ୍ଥ ସମ୍ବନ୍ଧ ଓ ସମାୟୋଜନର ଅଭାବରେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ସମାଜରେ ଏକାକୀ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ସାର୍ଥକ ଯୋଗଦାନ ସ୍ଥିତିରେ ସେ ରହି ନ ଥାଏ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ଅସନ୍ତୁଳନ ପାଇଁ ସଂଘର୍ଷ କରୁଥାଏ, ତା'ଠାରୁ ସମାଜ ପାଇଁ କୌଣସି ସାର୍ଥକ କାର୍ଯ୍ୟର ଆଶା କରାଯାଇ ନ ପାରେ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଏକ ସୁଖୀ, ସଫଳ ଓ ସାର୍ଥକ ଜୀବନ ଯାପନ ପାଇଁ ଭାବ-ସମ୍ବେଦନାଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରବନ୍ଧନ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଯାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ସଚେଷ୍ଟ ପ୍ରୟାସର ଆଧାରରେ ଏହାର ବୁଢ଼ିଆଣୀ ଜାଲରୁ ମୁକୁଳି ପାରେ ।

କ୍ରୋଧର ଆବେଗ ଆସିଲେ ମୌନ ରହିବା ଉଚିତ, ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ କୌଣସି ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେବା ଅନୁଚିତ । ନିଜର ଶ୍ୱାସ ଉପରେ ଧାନ କେନ୍ଦ୍ରିତ କରି ଏହାକୁ ଲୟବଦ୍ଧ କରିବାର ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ନିଜ ଭିତରେ ଧାନ କେନ୍ଦ୍ରିତ କରି କିଛି ମିନିଟ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ଏଥିପାଇଁ ଆପଣ ୧ ରୁ ୨୦ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗଣିବାର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ ପାରନ୍ତି । କ୍ରୋଧର ବେଗ ଶାନ୍ତ ହେଲା ପରେ ନିଜର ବାଣୀ ଓ ବ୍ୟବହାରର ସଂଯମକୁ ଦେଖି ସନ୍ତୋଷର ଭାବ ଜାଗ୍ରତ ହେବ, ମନରେ ଅଧିକ ସ୍ଥିରତା ଓ ସନ୍ତୁଳନ ଅନୁଭବ ହେବ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଭୟର ସଂବେଗର ପ୍ରବନ୍ଧନ କରାଯାଇ ପାରେ । ଭୟ ନିଜର ବର୍ଦ୍ଧିତ ରୂପରେ ଜୀବନକୁ ସ୍ତମ୍ଭିତ କରୁଥିବା ଏକ ବଡ଼ ତତ୍ତ୍ୱ । ସିଧା ବଡ଼ ଭୟର ସାମନା କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଚରଣବଦ୍ଧ ରୂପରେ ଏହାର ସାମନା କରି, ଏହା ଉପରେ କାବୁ ପାଇବା ଉଚିତ । ଯେମିତି କାହାକୁ ମଞ୍ଚ ଉପରେ ଭିଡ଼ର ସାମନା କରିବାକୁ ଭୟ ଲାଗିଥାଏ ତ ପ୍ରଥମେ ଛୋଟ ସମୂହ ମଧରେ କହିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଇ ପାରେ । ଛୋଟ ଭୟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ କ୍ରମିକ ରୂପେ ବଡ଼ ଭୟ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରାଯାଇ ପାରେ ।

ଦ୍ୱେଷ-ଦୁର୍ଭାବ ପ୍ରାୟ ବୁଝାମଣା ଅଭାବରୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମୂଳରେ ସଂବାଦହୀନତା ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଜଣେ ଅନ୍ୟ ସହିତ ସକାରାତ୍ମକ ସଂବାଦ ସ୍ଥାପନ କରିବା ମାଧମରେ ଏହାର ପରିଷ୍କାର କରାଯାଇପାରେ । ଈର୍ଷାରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ଅନାବଶ୍ୟକ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦିତା ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରଗତିରେ ଜଳିବା ଭାବ ରହିଥାଏ । ଏହା ସ୍ଥାନରେ ନିଜର ମୌଳିକତାକୁ ବୁଝି ନିଜ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ରିତ ରହନ୍ତୁ ଏବଂ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ପାଳନ କରନ୍ତୁ ।

ଏହି ଈର୍ଷା ନିଗ୍ରହର ଏକ ପ୍ରଭାବୀ ଉପାୟ ରହିଛି । ଅପରାଧ ବୋଧ ପ୍ରାୟ କୌଣସି ଭୁଲ କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ହେଲେ ଏହାର ଗଭୀରତାକୁ ପ୍ରବେଶ କରି ନିଜର ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ୍ତ ଭାବକୁ ଜାଗ୍ରତ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁଧାରର ସଂକଳ୍ପିତ ପ୍ରୟାସପୂର୍ବକ ଏହାର ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବକୁ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଯତ୍ନ କରନ୍ତୁ । ଏହା ସହିତ ସତତ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଚିନ୍ତନ ଓ କର୍ମରେ ନିମଗ୍ନ ରହିଲେ ଏହାର ଗହନତମ ସ୍ତରରୁ ଉପଚାର ହୋଇ ପାରିଥାଏ ।

ହୀନତା ପ୍ରାୟ ନିଜକୁ ଅନ୍ୟ ସହିତ ତୁଳନା କରିବା ଯୋଗୁଁ, ନିଜକୁ କମ୍ କରି ଆଙ୍କିବା ଫଳରେ ଜାଗ୍ରତ ହୋଇଥାଏ । ନିଜ ଜୀବନର ମୂଳ ବିଶେଷତା ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟକୁ ଖୋଜି ଏହା ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଫଳରେ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ନିଜର ଅଦ୍ୱିତୀୟ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକର ଆଧାରରେ ନିଜର ଶ୍ରେଷ୍ଠତାର ଚିନ୍ତନ ଏଥିରୁ ମୁକୁଳିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହା ସହିତ ସଂଯମ, ସ୍ୱାଧାୟ, ସାଧନା ଓ ସେବା ଭଳି ଆଧାତ୍ମିକ ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକର ଅଭ୍ୟାସ କରି ନକାରାତ୍ମକ ଭାବଗୁଡ଼ିକର ସମୂଳ ଉପଚାରର ପୃଷ୍ଠଭୂମି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇ ପାରେ । ଏହିପରି ଆମେ ଯେଉଁଠି ଠିଆ ହୋଇଛେ, ସେଠାରୁ ନିଜ ଜୀବନରେ ଉତ୍ତରାଧାକାରରେ ମିଳିଥିବା ନକାରାତ୍ମକ ଭାବଗୁଡ଼ିକର ସଚ୍ଚୋଟତା ପୂର୍ବକ ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ କରି, ସେଗୁଡ଼ିକର ଉପଚାରର ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ପାଳନ କରି ଏହାର ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ପ୍ରବନ୍ଧନ କରାଯାଇ ପାରେ ।

ଭାବଗୁଡିକର ଅର୍ପଣ ହେଉଛି ପ୍ରାର୍ଥନା

ପ୍ରାର୍ଥନା ଯାଚନା ନୁହେଁ, ବରଂ ଯାଚନାର ଅଭାବ । ଏଥିରେ ଜୀବନ ଓ ଜୀବନ ଦେଉଥିବା ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ କୌଣସି ଅଭିଯୋଗ ନାହିଁ, ବରଂ ଜୀବନର ସହଜ ଓ ପ୍ରସନ୍ନତା ପୂର୍ବକ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱୀକାରୋକ୍ତି ରହିଛି । କେତେ ଥର ଆମେ କହୁ ଯେ ଆମର ପ୍ରାର୍ଥନା ଅସଫଳ ହୋଇଗଲା, କାରଣ ଆମକୁ ମନ ମୁତାବକ ମିଳିଲା ନାହିଁ । ସତ କଥା ହେଲା, ଆମର ପ୍ରାର୍ଥନା ତ ସେହି ସମୟରେ ଅସଫଳ ହୋଇଗଲା, ଯେତେବେଳେ ଆମେ କିଛି ମାଗିଲେ, ଯେତେବେଳେ ଆମେ ନିଜର ଇଚ୍ଛା ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରକଟ କଲେ । ଯିଏ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଦ୍ୱାର ନିକଟରେ ହାତ ପସାରି ମାଗେ, ସେ ଖାଲି ହାତରେ ଫେରିଥାଏ । ଯିଏ ସେଠାରେ କିଛି ନ ମାଗି ହାତ ଖୋଲି ଠିଆ ହୋଇଯାଏ, କେବଳ ସେ ହିଁ ଝୁଲି ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଫେରିଥାଏ ।

ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତି ହେଉଛି ପ୍ରାର୍ଥନା ମୂଳକ । ସମଗ୍ର ଋଗ୍‌ବେଦ ପ୍ରାର୍ଥନା ମୂଳକ, ଯଜୁର୍ବେଦ, ସାମବେଦ, ଅଥର୍ବବେଦ ଓ ଉପନିଷଦ୍ ପ୍ରାର୍ଥନା ମନ୍ତ୍ର ଅଟେ । ପ୍ରାର୍ଥନା ହେଉଛି ହୃଦୟ ସହିତ ହୃଦୟର ସମ୍ବାଦ, ଅନ୍ତର୍ଭାବର ନିବେଦନ । ଶୂନ୍ୟ ସହିତ ବିରାଟର ବାର୍ତ୍ତା । ପ୍ରାର୍ଥନା ବିଚାର ରହିତ ବାକ୍ୟ । ନିର୍ବିଚାର ବାଣୀ । ହୃଦୟ ତନ୍ତ୍ରୀର ସ୍ୱର । ମୌନର ସଙ୍ଗୀତ । ଅକିଞ୍ଚନତାର ଡାକ, ନିର୍ଧୂମ ଅଗ୍ନି ଏବଂ ଆକାଂକ୍ଷା ରହିତ ଯାଚନା । ପ୍ରାର୍ଥନା ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଚିତ୍ତଦଶା । ଏହା ଲଘୁତାରୁ ବ୍ୟାପକତା ଦିଗରେ ସ୍ନେହର ନିମନ୍ତ୍ରଣ । ଏହା ରିକ୍ତ ଚିତ୍ତର ଡାକ । ଏହା ଅନନ୍ତର ସ୍ୱାଗତ ଏବଂ ଅଭିନନ୍ଦନର ତତ୍ପରତା ଅଟେ ।

ଉର୍ଜାଃ ବଡ଼ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପିଣ୍ଡରୁ ତଳ ଆଡ଼କୁ ବହିଥାଏ । ବିଜ୍ଞାନର ନିୟମାନୁସାର ଉର୍ଜାର ନିମ୍ନ ତଳ ଆଡ଼କୁ ପ୍ରବାହ ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲିଥାଏ, ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଭୟ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପିଣ୍ଡର ଉ ତଳ ସମାନ ନ ହୋଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ଦୁଇ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପିଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ଯୋଜକତା ଆବଶ୍ୟକ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାର୍ଥନାର ଯୋଜକତା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣୀର ନିମ୍ନ ଉର୍ଜାଃ ପରମ ଉର୍ଜାଃର ବରାବର ହୋଇପାରେ ନାହିଁ, ବାସ୍ତବରେ ଏକ ହିଁ ହୋଇଯାଏ । ଭକ୍ତ ଭଗବାନ ହୋଇଯାଏ, ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ ବ୍ରହ୍ମ ହୋଇଯାଏ ।

ପ୍ରାର୍ଥନା ମଧ ବିରାଟ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସହିତ ଭାବପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଜକତାର ସମ୍ବନ୍ଧ । ପ୍ରାର୍ଥନା ଅମାବାସ୍ୟା ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ହୋଇଯିବାର ଅଭୀପ୍ସା– 'ତମସୋ ମା ଜ୍ୟୋତିର୍ଗମୟ'ର ତୃଷା । ପ୍ରାର୍ଥନା ଏକକରୁ ଅନନ୍ତର ଯୋଜକତା ଅଟେ । ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଉର୍ଜାଃର ନିମ୍ନ ତଳରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଅସ୍ତିତ୍ୱ ପରମ ଉର୍ଜାଃ । ପ୍ରାର୍ଥନା ହେଉଛି ପରମ ଉର୍ଜାର ପ୍ରବାହ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ପ୍ରାଚୀନ ବିଜ୍ଞାନ ।

ପ୍ରାର୍ଥନା ହେଉଛି ତର୍କାତୀତ ଅନୁଭୂତି । ପ୍ରାର୍ଥନା ପୂର୍ବରୁ ତର୍କ ଉଠିଥାଏ । ବାଦ-ପ୍ରତିବାଦ– ସମ୍ବାଦର କ୍ରିୟା-ବ୍ୟାପାର ଚାଲିଥାଏ, ପୁଣି ପ୍ରତୀତି ଆସିଥାଏ । ପ୍ରତୀତି ପରେ ଅନୁଭୂତି ଆସେ । ଅନୁଭୂତି ନିଜର କାମ କରେ । ଅନୁଭୂତିରୁ ଦର୍ଶନ ଆସିଥାଏ । ଦର୍ଶନର ଶକ୍ତି ଦ୍ରଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ଦ୍ରଷ୍ଟା ନିର୍ବିଚାର ହୋଇଥାଏ । ତା'ର ଚିତ୍ତରେ ଶୂନ୍ୟ ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ । ଋଚାଗୁଡ଼ିକ ଏହି ଶୂନ୍ୟକୁ ଭରିବା ପାଇଁ ତତ୍ପର ହୋଇଥାଏ । ଚିତ୍ତର ଶୂନ୍ୟ ବିରାଟ ଦ୍ୱାରା ଭରିଥାଏ । ପ୍ରାର୍ଥନାଗୁଡ଼ିକ ଫୁଟି ଉଠେ, ସ୍ତୁତିଗୁଡ଼ିକ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ବୈଦିକ ଋଚାଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଋଷିମାନଙ୍କର ଅନୁଭୂତି ଜନିତ ସତ୍ୟର କାବ୍ୟ ସୃଜନ ଅଟେ । ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଦର୍ଶନରେ ପ୍ରାର୍ଥନାର ସ୍ଥାନ ନାହିଁ । ପ୍ରାର୍ଥନା ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ଆବଶ୍ୟକ, ଗୋଟିଏ ପ୍ରାର୍ଥନା ଓ ଦ୍ୱିତୀୟରେ ଆରାଧ । ଦାର୍ଶନିକ ଓ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରାର୍ଥନା ଭାବ ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ନଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ସୃଷ୍ଟି ରହସ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ଅନ୍ୱେଷକ ହୋଇଥାନ୍ତି । ତାଙ୍କର କୌଣସି ଆରାଧ ନଥାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ ଓ ବିଜ୍ଞାନ ପରମ୍ପରାର ଋଷି ପ୍ରାର୍ଥନା ଭାବରେ ଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ପଶ୍ଚିମର ସମସ୍ତ ବିଦ୍ୱାନ ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ ଉପରେ 'ଭାବବାଦୀ' ହେବାର ଆରୋପ ଲଗାଇଥାନ୍ତି ।

ସେମାନେ ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନର ଯଥାର୍ଥ ବାଦୀ, ଭୌତିକବାଦୀ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବିଚାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଭାବ ଜଗତୟର ଅନୁଭୂତି ମଧ ଯଥାର୍ଥର ହିଁ ଅଂଶ । ଭୌତିକବାଦରେ ମା' କେବଳ ସ୍ତ୍ରୀ । ଭାବ ଜଗତରେ ଏହି ସ୍ତ୍ରୀ ପୂଜ୍ୟ ଓ ଆରାଧ ମା' ଅଟେ । ମା' ଜନନୀ, ପୋଷକ, ଏଣୁ ଦିବ୍ୟ ଓ ଦେବୀ ମଧ । ଭାରତର ପ୍ରାର୍ଥନା ସଂସ୍କୃତିର ବିକାଶ ନିରାଧାର ନୁହେଁ । ବେଦ ଓ ଉପନିଷଦ୍ ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଦର୍ଶନରେ ଆପ୍ଲାବିତ, କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ମଧ ପ୍ରାର୍ଥନା ରହିଛି ।

ଈଶାବାସ୍ୟାପନିଷଦ୍ ଏକ ଦର୍ଶନ । ପ୍ରଥମ ୧୪ଟି ମନ୍ତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ପ୍ରାର୍ଥନା ନାହିଁ । ସମସ୍ତ ମନ୍ତ୍ର ଦର୍ଶନ ସହିତ ଓତପ୍ରୋତ । ୧୪ଟି ମନ୍ତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାତ୍ରା, ଦୃଷ୍ଟିକୁ ଦାର୍ଶନିକ କରିଥାଏ । ଚିତ୍ତ ନିର୍ବିଚାର ହୋଇଥାଏ, ନିଷ୍କଳୁଷ ହୋଇଥାଏ, ନିଷ୍କମ୍ପ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏକ ବିରାଟ ଶୂନ୍ୟର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ । ସତ୍ୟର ଦୀପ୍ତି ଥାଏ । ସତ୍ୟ ବାକ୍ ହୋଇଥାଏ । ବାକ୍ ପ୍ରାର୍ଥନା ହୋଇଥାଏ । ଋଷି ପୂଷଣ, ସୂର୍ଯ୍ୟ, ବାୟୁ ଓ ଅଗ୍ନି ଭଳି ଦେବମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରାର୍ଥନାଗୁଡ଼ିକରେ ସତ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତିର ମହତ୍ତ୍ୱାକାଂକ୍ଷା ରହିଛି । ବିଦିକ ଋଷି ଆନ୍ତରିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସମୃଦ୍ଧ ଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ବ୍ୟକ୍ତ ସଂସାରର ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତି ଏବଂ ଅବ୍ୟକ୍ତ, ଅପ୍ରକଟ ସଂସାରର ଦର୍ଶନ ମଧ କରିଥାନ୍ତି ।

ବେଦ, ଉପନିଷଦ୍ ଗୁଡ଼ିକର ଋଷି ଇନ୍ଦ୍ର, ମାତରିଶ୍ୱନ, ଅଗ୍ନି ଓ ବାୟୁ ଆଦି ମଧ୍ୟରେ ଏକ ହିଁ ପରମ ତତ୍ତ୍ୱ ଦେଖୁଛନ୍ତି । ସବୁ ଦିଗରେ ଉପର-ତଳ, ଆଗ-ପଛ, ବାମ-ଡାହାଣ, ଭିତର-ବାହାର, ବ୍ୟକ୍ତ-ଅବ୍ୟକ୍ତ ଗୋଟିଏ ହିଁ ଆଲୋକ, ଗୋଟିଏ ହିଁ ପରମ ଦୀପ୍ତି, ଏକ ହିଁ ଅନହଦନାଦର ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ପ୍ରାର୍ଥନା ବ୍ରହ୍ମାସ୍ତ୍ର । ଭାରତୀୟ ପରମ୍ପରା ପ୍ରସ୍ଥାନତ୍ରୟୀର ଚର୍ଚ୍ଚା କରିଛି । ଜ୍ଞାନଯାତ୍ରାର ପ୍ରାରମ୍ଭ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ଥାନ ସମୟରେ ତିନିଟି ଜିନିଷ ପାଖରେ ରହିବା ଉଚିତ ।

ଉପନିଷଦ୍ ବ୍ରହ୍ମସୂତ୍ର ଓ ଗୀତା ପ୍ରସ୍ଥାନତ୍ରୟୀ ଅଟେ । ବାକି ସବୁ ଜିନିଷ ସାଧାରଣ, କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ଚିତ୍ତରେ 'ପ୍ରାର୍ଥନା ଭାବ' ରହିବା ଉଚିତ । ଜ୍ଞାନଯାତ୍ରାର ପ୍ରଥମ ଚେତନା ଜିଜ୍ଞାସା । ଜାଣିବାର ଇଚ୍ଛା ହିଁ ଜ୍ଞାନଯାତ୍ରା ଦିଗରେ ନେଇଯାଏ, କିନ୍ତୁ ଜିଜ୍ଞାସା ସହିତ 'ମୁଁ' ଯୋଡ଼ି ହୋଇ ଯାଏ- ମୁଁ ଜାଣିବାକୁ ଚାହୁଁଛି । ମୁଁ ଜ୍ଞାନଯାତ୍ରାର ବାଧକ ଭାବ ଅଟେ । ପ୍ରାର୍ଥନା ଭାବ 'ମୁଁ' କୁ ଲଘୁତମ କରିଥାଏ ଏବଂ ସୃଷ୍ଟିକୁ ମହାନ୍ ଦେଖିଥାଏ ।

ପ୍ରାର୍ଥନା ଯାଚନା ହୋଇ ନ ଥାଏ । ବୈଦିକ ଋଷିମାନଙ୍କର ପ୍ରାର୍ଥନା ଜିଜ୍ଞାସା ଓ ଧନ୍ୟବାଦ ଭାବରେ ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ହୋଇଛି । ଋଷିମାନଙ୍କର ଜିଜ୍ଞାସା ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କ ଜିଜ୍ଞାସା ସମାନ ନୁହେଁ । ଏହି ଜିଜ୍ଞାସା ବିନମ୍ର, କିନ୍ତୁ ବିନମ୍ରତାରେ ଯାଚନା ନାହିଁ । ଯାଚକ ଭାବର ଚିତ୍ତ ସଂକୋଚ ଓ ହୀନତାରେ ସଙ୍କୁଚିତ ହୋଇ ଜଡ଼ ହୋଇଥାଏ । ଏଠାରେ ପ୍ରଥମେ ଦର୍ଶନ ଅଛି । ଦର୍ଶନରୁ ବିଶ୍ୱାସ ଜନ୍ମ ନେଲା ଏବଂ ପ୍ରାର୍ଥନା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଗଲା । ଗୀତାର ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟରୁ ନେଇ ଏକାଦଶ ଅଧ୍ୟାୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜ୍ଞାନ, କର୍ମ, ଭକ୍ତି ଆଦିର ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ।

ଏଥିରେ ପ୍ରାର୍ଥନା ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଏକାଦଶ ଅଧ୍ୟାୟ, ଶ୍ଳୋକ ୩୬ ଓ ୪୦ରେ ଅର୍ଜୁନ ବିଶ୍ୱରୂପର ଦର୍ଶନ କଲେ, ସେ ଆନନ୍ଦିତ ଥିଲେ, ଆନନ୍ଦମଗ୍ନ ଥିଲେ, ସେ ଧନ୍ୟବାଦ ଭାବରେ ସି ଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ଅନ୍ତରରେ ପ୍ରାର୍ଥନା ଉଛୁଳି ଉଠିଲା, ତୁମେ ବାୟୁ, ତୁମେ ଯମ-ନିୟମ-ଅନୁଶାସନ ଅଟେ । ତୁମେ ଅଗ୍ନି, ବରୁଣ, ସମୁଦ୍ରାଦି, ତୁମେ ଚନ୍ଦ୍ର, ତୁମକୁ ନମସ୍କାର କରୁଛି । ସାମନାରୁ ନମସ୍କାର, ପଛରୁ ନମସ୍କାର, ଚାରିପଟରୁ ନମସ୍କାର– 'ନମୋସ୍ତୁ ତେ ସର୍ବତ ଏବ ସର୍ବ', ଏଠାରେ ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି, ଜଳ ଓ ଚନ୍ଦ୍ର ଭୌତିକ ଅଟନ୍ତି, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଟନ୍ତି । ସମସ୍ତଙ୍କ ପଛରେ ଏକ ପରମ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ରହିଛି । ଯିଏ ଦେଖିଲା, ଜାଣି ଲା, ସେ ଗାଇଲା । ପରମ ତତ୍ତ୍ୱ ଗାନ ହିଁ କରାଯାଇପାରେ । ସଂଯୋଗ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଜନକ ନୁହେଁ । ଭାରତର ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଦର୍ଶକ ଋଷି କବି ହିଁ ଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ପରମ ତତ୍ତ୍ୱର ଗାନ ଶୁଣି ହିଁ ପରମ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳି ନଥାଏ । ବେଦ, ଉପନିଷଦ୍ ଓ ଗୀତାର ଘୋଷଣା ହେଉଛି ଯେ ପ୍ରବଚନ ବା ଅଧ୍ୟୟନ ଦ୍ୱାରା ମିଳନ୍ତି ନାହିଁ ।

ପ୍ରାର୍ଥନାରେ ବ୍ୟାପକ ଉର୍ଜାଃ ଅଛି । ସଂସାର ବିରାଟ । ସମାଜ ବଡ଼ । ରାଷ୍ଟ୍ର ଆରାଧ । ଭାରତରେ ବିରାଟ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନାର ପରମ୍ପରା ଅଛି, ସମାଜ ଓ ରାଷ୍ଟ୍ରର ଆରାଧନାର ପରମ୍ପରା ମଧ ରହିଛି । ରାଷ୍ଟ୍ରର ଆରାଧନାର ପରମ୍ପରା ଭାରତର ହିଁ ଅବଦାନ । ରାଷ୍ଟ୍ର ଜୀବନର ଲୋକମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା ଭାବ ହିଁ ଆନନ୍ଦଦାୟକ । ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ଭାବ ସନ୍ତୋଷଜନକ, କିନ୍ତୁ ଅର୍ଥାର୍ଥ ବୁଦ୍ଧିରେ ଅବତରଣ କରିବା ବ୍ୟର୍ଥ । ଶବ୍ଦାର୍ଥର ମୂଲ୍ୟ ହୋଇନଥାଏ । ଶବ୍ଦ ସ୍ୱୟଂ କୌଣସି ନାମର ସଙ୍କେତ ଥାଏ । ନାମ ସ୍ୱୟଂ କୌଣସି ପଦାର୍ଥର ସଙ୍କେତ ହୋଇଥାଏ । ପଦାର୍ଥ ସ୍ୱୟଂ କୌଣସି ଅରୂପର ରୂପ ହୋଇଥାଏ । ଭୌତିକବାଦୀ ପ୍ରାର୍ଥନାକୁ ନିରର୍ଥକ ବୋଲି ମାନନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାର୍ଥନା ଭୌତିକ ବିଜ୍ଞାନ ଠାରୁ ଆଗର ଯାତ୍ରା ଓ ଉତ୍‌କ୍ରାନ୍ତି ଅଟେ ।

ଭୌତିକ ବିଜ୍ଞାନ ଉର୍ଜାଃ ଓ ପଦାର୍ଥ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ସ୍ଥାପନ କରିଥାଏ । ରସାୟନ ବିଜ୍ଞାନ ଉର୍ଜାଃ ତତ୍ତ୍ୱ ଓ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥିତିଗୁଡ଼ିକ କାରଣରୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥିବା ରୂପ, ଗୁଣ ଆଦିର ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିଥାଏ । ପ୍ରାର୍ଥନା ରସାୟନ ବିଜ୍ଞାନର ସମୀପ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାର୍ଥନା ଚିତ୍ତ ଓ କାୟାର ମୂଳ ଘଟକ ଗୁଡ଼ିକରେ ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଥାଏ । ବିଶ୍ୱାସ ଯଦି ନ ହୁଏ, ତେବେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ଉଚିତ । ସୁଖୀ ବା ଦୁଃଖୀ କୌଣସି ବିଶେଷ ପରିସ୍ଥିତିରେ ରକ୍ତଚାପ, ରକ୍ତ ବିଶ୍ଳେଷଣର ରିପୋର୍ଟ ନେବା ପରେ ପ୍ରଗାଢ଼ ଭାବରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ଉଚିତ । ତାପରେ ରକ୍ତଚାପ ଓ ରକ୍ତର ମୂଳ ସଙ୍ଗଠକଗୁଡ଼ିକର ରାସାୟନିକ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଚକିତ କରିଦେବା ଭଳି ତଥ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରେ ।

ଭୌତିକ ବିଜ୍ଞାନୀ, ପ୍ରାର୍ଥନାର ରସାୟନ ବିଜ୍ଞାନ ଜାଣିଥିବା ଲୋକେ ଏହି ରହସ୍ୟକୁ ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ମାନିଥାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କେବଳ ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହିଁ ହୋଇ ନଥାଏ । ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଭୌତିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଠାରୁ ବଡ଼ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ସୃଷ୍ଟିର ରହସ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ଅନ୍ୱେଷଣକାରୀ ମୁମୁକ୍ଷୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ କୌଣସି ବଡ଼ କଥା ନୁହେଁ ।

ଏକ ଛୋଟିଆ ଔଷଧ ଗୋଳି ବା ଏକ ଗୁଡ଼ ଟେଳା ମଧ ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାର୍ଥନା ଏହାଠାରୁ ମଧ ବଡ଼ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଥାଏ । ଏହା ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ବୁଦ୍ଧିକୁ ବିବେକ କରିଥାଏ । ବୁଦ୍ଧି ଖଣ୍ଡିତ ସୂଚନାଗୁଡ଼ିକର ସଂଗ୍ରହ କରିଥାଏ । ବିବେକ ସାର-ଅସାର ଓ ସଂସାରର ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ଅଟେ । ପ୍ରାର୍ଥନା ବିବେକ ଠାରୁ ମଧ ଆଗକୁ ନେଇଯାଏ, ଯେଉଁଠି ସାର-ଅସାର ଓ ସଂସାରର କୌଣସି ଅର୍ଥ ନ ଥାଏ ।

ପ୍ରାର୍ଥନା ଦ୍ୱୈତ ଭାବରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଅଦ୍ୱୈତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇ ଦିଏ । ଏହା ସାଧକକୁ ହିଁ ଆରାଧ କରିଥାଏ । ସେତେବେଳେ ସେଠାରେ କୌଣସି ପ୍ରାର୍ଥନା ନଥାଏ ଏବଂ କୌଣସି ଆରାଧ ନ ଥାନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ସେଠାରେ ବ୍ରହ୍ମ ରହି ନଥାଏ କି ମାୟା ନ ଥାଏ । ଋଷିମାନେ ଏହାକୁ ଆନନ୍ଦଲୋକ କହିଛନ୍ତି ଏବଂ ଆନନ୍ଦଲୋକ, ବ୍ରହ୍ମଲୋକ କୌଣସି ଭୌଗୋଳିକ ଧାରଣା ନୁହେଁ । ଏହା ଦେଶ – କାଳରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଗୋଚର ନୁହେଁ । ତେଣୁ ଏହାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ପ୍ରାର୍ଥନା ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଟେକ୍‌ନିକ୍ । ଏକ ପରିଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରଗାଢ଼ ବିଦ୍ୟା । ପ୍ରାର୍ଥନା ତ ପରମ ପ୍ରେମ, ଯେଉଁଥିରେ କୌଣସି ଇଚ୍ଛା କି କୌଣସି ଅଭିଯୋଗ ନ ଥାଏ । ଏଥିରେ କୌଣସି ଯାଚନା କି କୌଣସି ବାସନା ନ ଥାଏ । ପ୍ରେମ ତ ସର୍ବଦା ଯାଚନା ଶୂନ୍ୟ ହୋଇଥାଏ, ସର୍ତ୍ତ ବିହୀନ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାର୍ଥନାର ବାସ୍ତବିକ ଅନୁଭୂତି ସେତେବେଳେ ହୋଇଥାଏ, ଯେତେବେଳେ ପ୍ରାର୍ଥନା ହିଁ ଆମର ଆନନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ଆନନ୍ଦ, ପ୍ରାର୍ଥନାର ବାହୁକୁ ଧରି ଚାଲେ ନାହିଁ । ପଛରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ପରି କୌଣସି ଇଚ୍ଛା ରହିବା ଅନୁଚିତ, ତାହେଲେ ଆନନ୍ଦ ମିଳିବ । ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବାରେ ଆନନ୍ଦ ମିଳିଲେ ସେ ହିଁ ତାହା ପ୍ରାର୍ଥନା ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରାର୍ଥନା ଯେତେବେଳେ ହୃଦୟରେ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ ତ ପ୍ରାର୍ଥନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଲା ନାହିଁ ବୋଲି କହିବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ । ପ୍ରାର୍ଥନା ହେବା ହିଁ ତାହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ଅଟେ । ପ୍ରାର୍ଥନା ଜୀବନର ଶିଖର । ପ୍ରାର୍ଥନା ଏହି ଜଗତ୍‌ର ଫୁଟିଥିବା ଅନ୍ତିମ ଫୁଲ । ତାହା ଶେଷ ଉଚ୍ଚତା, ଯାହାକୁ ମନୁଷ୍ୟ ପାଇ ପାରେ । ଏହାର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଆଉ କିଛି ନାହିଁ ।

ରୋଗ ଉପଶମ ପାଇଁ ମେଥି

ଅଗ୍ନିମାନ୍ଦ୍ୟ : ସମ ଓଜନର ଜିରା, ଯୁଆଣି ଓ ମେଥିକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରିବ । ପ୍ରତ୍ୟହ ୧ ଗ୍ରାମ୍ ଲେଖାଏଁ ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ଉଷୁମ ପାଣି ସହିତ ସେବନ କଲେ ଅଗ୍ନିମାନ୍ଦ୍ୟ, ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ, ବାୟୁଦୋଷ ଇତ୍ୟାଦି ରୋଗ ୧୦, ୧୫ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଦୂର ହୁଏ ।

ଅନ୍ତଃବାତ : ସମ ଓଜନର ବଚଳ ଓ ମେଥିକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରିବ । ସେହି ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ଦିନକୁ ଥରେ ଲେଖାଏଁ ୨ ଚାମଚ କରି ପାଣି ସହ ଖାଇଲେ ଅନ୍ତଃବାତ ଦୂର ହୁଏ ।

ଅନିୟମିତ ଋତୁସ୍ରାବ : ସମୟ ସମୟରେ ସ୍ତ୍ରୀଲୋକମାନଙ୍କର ଋତୁସ୍ରାବ ନିୟମାନୁସାରେ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହାର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଭଜା ମେଥିଗୁଣ୍ଡ ୨, ୩ ଚାମଚ ଓ ଅଳ୍ପ ଚିନି ଏକତ୍ରିତ କରି ଉଷୁମ ପାଣିରେ ପ୍ରତିଦିନ ଥରେ ଲେଖାଏଁ ଖାଇବାକୁ ପଡିବ । ବିଶେଷତଃ ଋତୁସ୍ରାବ ସମୟରେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ କରି ଏକ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିୟମିତ ରୂପେ ଉକ୍ତ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ଚିନିକୁ ଖାଇଲେ ଋତୁସ୍ରାବ ଠିକ୍ ସମୟରେ ହୁଏ ।

ଅରୁଚି ନିବାରଣ : ଭଜା ମେଥି ଗୁଣ୍ଡ (୨, ୩, ଚାମଚ), ୨, ୩ କୋଳା ପୁରୁଣା ତେନ୍ତୁଳି । ୨/୩ ଚିମୁଟା ଲୁଣଗୁଣ୍ଡ ଏବଂ ମିଶ୍ରିଗୁଣ୍ଡ ୧ ଚାମଚ ଏକତ୍ରିତ କରି ପ୍ରତ୍ୟହ ସେବନ କଲେ ଅଳ୍ପଦିନ ଭିତରେ ଅରୁଚି ଦୂର ହୁଏ ।

ବ୍ରଣ : ମେଥିବଟାକୁ ଅଳ୍ପ ଉଷୁମ କରି ବ୍ରଣ ଉପରେ ଲେପ ଦେଲେ ଅଳ୍ପଦିନ ଭିତରେ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ମେଥିପତ୍ରକୁ ବାଟି ଜଡ଼ାତେଲ ସହିତ ଭାଜି ଅପକ୍ୱ ବ୍ରଣ ଶୋଥରେ ଲେପନ କଲେ ବ୍ରଣ ପାଚି ଫାଟିଯାଏ । ଅଳ୍ପ ଦିନ ଭିତରେ ବ୍ରଣ ଶୁଖିଯାଏ ଏବଂ ବ୍ରଣ ଦାଗ ମଧ ଲିଭିଯାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ ଲେମ୍ବୁ

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲେମ୍ବୁ କେତେ ଉପକାରୀ ତାହା ନ କହିବା ଭଲ । କାରଣ ଏହା କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଔଷଧର ବିକଳ୍ପ ଭାବରେ କାମ କରିଥାଏ । ଲେମ୍ବୁପାଣି ଶରୀରରେ ଫ୍ଲୁଇଡ୍ ଆକାରରେ କାମ କରିଥାଏ । ଏହାକୁ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଜଳୀୟ ଅଂଶ ସନ୍ତୁଳିତ ରହିଥାଏ । ନିୟମିତ ଲେମ୍ବୁପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଭିତରେ ଥିବା ୟୁରିକ୍ ଏସିଡ୍ ନାମକ ବିଷାକ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ଲିଭର ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ।

ଲେମ୍ବୁ ମଞ୍ଜିକୁ ଖାଇଲେ ତାହା ମସ୍ତିଷ୍କ ଜନିତ ସମସ୍ୟାକୁ କେତେକାଂଶରେ ଦୂର କରିଥାଏ ।

ଲେମ୍ବୁପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଅମ୍ଳଜାନର ଅଭାବ ପୂରଣ ହୁଏ । ଏପରି କି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାଜନିତ ସମସ୍ୟା ଅନେକାଂଶରେ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।