Postal Regd. No.: SBP/14/2019-2021

ସାପ୍ତାହିକ

ସ୍ୱୀକାର

The Sweekar स्वीकार

www.sweekarweekly.com

ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା

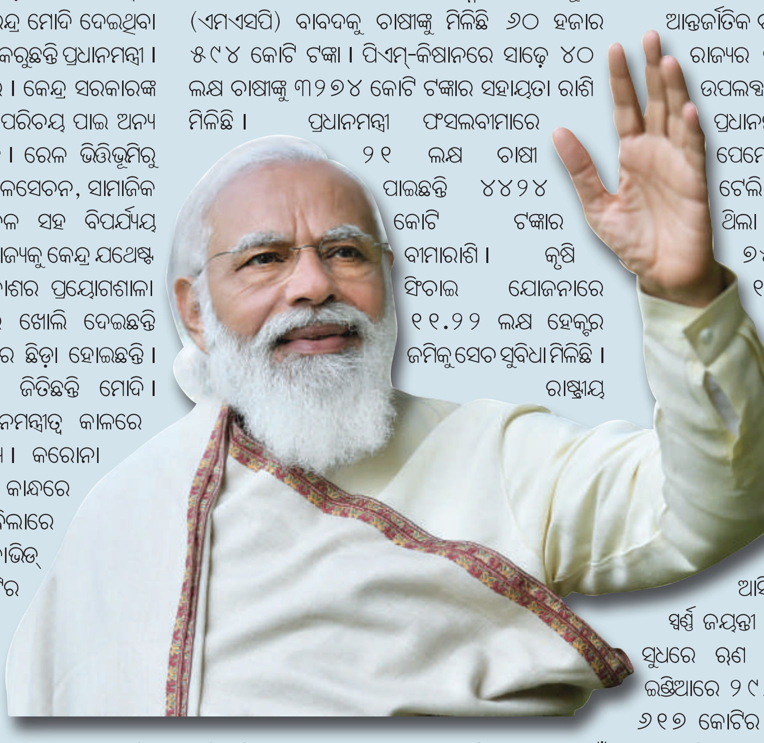
RNI No. 66443/94

Vol.25 | Issue - 34 | 19 - 25 September 2021 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶର ଦ୍ୱାର ପାଲଟିବ ବୋଲି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଦେଇଥିବା ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ହେଉଛି ପୂରଣ

ସମ୍ବଲପୁର : ପୂର୍ବ ଭାରତରେ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶର ଦ୍ୱାର ପାଲଟିବ ବୋଲି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଦେଇଥିବା ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିକୁ ଅକ୍ଷରେ ଅକ୍ଷରେ ପୂରଣ କରୁଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ । ଓଡ଼ିଶା ଏବେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ରାସ୍ତାରେ । କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ସହଯୋଗରେ ରାଜ୍ୟ ଏବେ ନୂଆ ପରିଚୟ ପାଇ ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟ ପାଇଁ ଉଦାହରଣ ପାଲଟିଛି । ରେଳ ଭିତ୍ତିଭୂମିରୁ ଆରମ୍ଭ କରି କୃଷି, ଶିକ୍ଷା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଜଳସେଚନ, ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା, ପର୍ଯ୍ୟଟନ, ପାନୀୟ ଜଳ ସହ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ଆଦି ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାଜ୍ୟକୁ କେନ୍ଦ୍ର ଯଥେଷ୍ଟ ସହଯୋଗ କରିଛି । ଓଡ଼ିଶାକୁ ବିକାଶର ପ୍ରୟୋଗଶାଳା ଭାବେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବାକୁ ଭଣ୍ଡାର ଖୋଲି ଦେଇଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ । ଓଡ଼ିଶାର ସୁଖଦୁଃଖରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କ ଆସ୍ଥା ଓ ଭରସା ଜିତିଛନ୍ତି ମୋଦି । ୨୦୧୪ରୁ ଏଯାଏ ତାଙ୍କ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀତ୍ୱ କାଳରେ ଭରପୁର ଲାଭ ଉଠାଇଛି ରାଜ୍ୟ । କରୋନା ମହାମାରୀ ସମୟରେ ରାଜ୍ୟ ସହ କାନ୍ଧରେ କାନ୍ଧ ମିଳାଇ ବିପଦର ମୁକାବିଲାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଛି । ରାଜ୍ୟକୁ କୋଭିଡ୍ ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ୩୮୮ କୋଟିର ସହାୟତା ଯୋଗାଇଛି । ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ଅର୍ଥ କମିଶନଙ୍କ ସୁପାରିଶରେ ରାଜ୍ୟ ୧ ଲକ୍ଷ ୮୪ ହଜାର କୋଟିର ପାଣ୍ଠି ପାଇଛି । ଏହା ତ୍ରୟୋଦଶ ଅର୍ଥ କମିଶନଙ୍କ ପାଣ୍ଠି (୬୯,୩୧୬ କୋଟି) ତୁଳନାରେ ୧୧୮ % ଅଧିକ । ପଞ୍ଚଦଶ ଅର୍ଥ କମିଶନ ରାଜ୍ୟର ପୌରସଂସ୍ଥାକୁ ୧୦୮୭ କୋଟି ଓ ପଞ୍ଚାୟତକୁ ୨୨୫୮ କୋଟି ଟଙ୍କା ଦେବାକୁ ସୁପାରିଶ କରିଛନ୍ତି । ଦେଶରେ ଜିଏସଟି (ଦ୍ରବ୍ୟ ଓ ସେବାକର) ଲାଗୁ ହେବା ପରେ ଓଡ଼ିଶା ୧୪ ହଜାର ୧୧୩ କୋଟିର ଲାଭ ଉଠାଇଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦୂରଦୃଷ୍ଟିସଂପନ୍ନ ନୀତିରୁ ଜିଲ୍ଲା ଖଣିଜ ପାଣ୍ଠି (ଡିଏମ୍ଏଫ୍)ରେ ବିଭିନ୍ନ ବିକାଶମୂଳକ କାମ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଖଣିଜ କ୍ଷେତ୍ର ଯୋଜନାରେ ୧୧ ହଜାର ୩୨୬ କୋଟି ଟଙ୍କା ମିଳିପାରିଛି ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଦୁର୍ବିପାକ ହେଉଛି ରାଜ୍ୟର ଚିରସାଥୀ । ଏହାର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପ୍ରଶମନ ପାଣ୍ଠିରେ ୪୧୩୦ କୋଟି ଓ ଏନଡିଆରଏଫରୁ ଦୁର୍ବିପାକ ସମୟରେ ମିଳିଛି ୪୯୧୪ କୋଟି ଟଙ୍କା । ମୋଦି ସରକାର ଓଡ଼ିଶାର ଚାଷୀକୂଳର ବିକାଶ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଯଥେଷ୍ଟ ଆନ୍ତରିକତା ଦେଖାଇଛନ୍ତି । ଚାଷୀମାନଙ୍କଠାରୁ ୭ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ୩୭୭ ଲକ୍ଷ ମେଟ୍ରିକ ଟନ ଧାନ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇଛି । ସର୍ବନିମ୍ନ ସହାୟକ ମୂଲ୍ୟ (ଏମଏସପି) ବାବଦକୁ ଚାଷୀଙ୍କୁ ମିଳିଛି ୬୦ ହଜାର ୫୯୪ କୋଟି ଟଙ୍କା । ପିଏମ୍-କିଷାନରେ ସାଢ଼େ ୪୦ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀଙ୍କୁ ୩୨୭୪ କୋଟି ଟଙ୍କାର ସହାୟତା ରାଶି ମିଳିଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଫସଲବୀମାରେ ୨୧ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀ ପାଇଛନ୍ତି ୪୪୨୪ କୋଟି ଟଙ୍କାର ବୀମାରାଶି । କୃଷି ସିଂଚାଇ ଯୋଜନାରେ ୧୧.୨୨ ଲକ୍ଷ ହେକ୍ଟର ଜମିକୁ ସେଚ ସୁବିଧା ମିଳିଛି । ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ କୃଷି ବିକାଶ ଯୋଜନାରେ ୪୧୩ଟି ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟରେ ୩୪୩୮ କୋଟି ନିବେଶ ହୋଇଛି । ଜାତୀୟ ବାଉଁଶ ମିଶନ, ଗୋକୁଳ ମିଶନ ସହ ନାବାର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ମଧ୍ୟ ଚାଷୀଙ୍କୁ ସହଯୋଗ ମିଳିଛି । ରାଜ୍ୟକୁ ଜିଏସଟି କ୍ଷତିପୂରଣ ବାବଦରେ ୧୭୭୮ କୋଟି ଟଙ୍କା ମିଳିଛି । ରାଜ୍ୟରେ ଯୋଗାଯୋଗ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିବାକୁ ଜାତୀୟ ରାଜପଥକୁ ଅଧିକ ଫୋକସ୍ କରାଯାଇଛି । ଉପା ସରକାର ଅମଳରେ ମାତ୍ର ୧୩୫୮ କିମି ଅଧିକ ରାଜପଥ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିଲା । ମାତ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ଅମଳରେ ୮୧୬ କି.ମି ନିର୍ମାଣ ସରିଥିଲା ବେଳେ ସାଢ଼େ ୫୬ ହଜାର କି.ମିର କାମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଗ୍ରାମ ସଡ଼କ ଯୋଜନାରେ ୧୬ ହଜାର ୬୦୦ କିମି ରାସ୍ତା ନିର୍ମିତ ହୋଇଛି । ଏ ବାବଦକୁ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଛି ୯,୬୮୮ କୋଟି ଟଙ୍କା । ରେଳ ବିକାଶକୁ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଦେଇ ମୋଦି ସରକାର ୨୦୧୪-୧୯ ମଧ୍ୟରେ ୨୦ ହଜାର କୋଟିର ପାଣ୍ଠି ଦେଇଛନ୍ତି । ୨୦୨୦-୨୧ରେ ମିଳିଛି ୪୩୭୩ କୋଟି । ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ନୂଆ ବିମାନବନ୍ଦର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇଥିଲା ବେଳେ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ବିମାନବନ୍ଦରକୁ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଚଳାଚଳ ୨୦୧୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟର ବହୁ ଦୁର୍ଗମ ଅଞ୍ଚଳରେ ବ୍ୟାଙ୍କ ସେବା ଉପଲବ୍ଧ ହେଉନଥିଲା । ଏହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ୍ରମେ ୬୫୦ ପୋଷ୍ଟ ପେମେଣ୍ଟ ବ୍ୟାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇଛି । ଟେଲି ସାନ୍ଦ୍ରତା ରାଜ୍ୟରେ ୨୦୧୪ ବେଳକୁ ଥିଲା ମାତ୍ର ୬୦.୯% । ଯାହା ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ୭୫.୭୪% ରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ମାଓପ୍ରବଣ ୧୮ ଜିଲ୍ଲାରେ ୪୮୩ ମୋବାଇଲ ଟାୱାର ବସିଛି । ଭାରତ ନେଟରେ ୨୯୨୫ ପଞ୍ଚାୟତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇ ସହଜ କେନ୍ଦ୍ର ଖୋଲିଛି । ଖଣି ଓ ଖଣିଜ ବିକାଶ ନିୟମ ସଂଶୋଧିତ ହେବା ପରେ ୧୩ କୋଇଲା ଖଣି ଓ ୫ ଅଣ କୋଇଲା ଖଣିରୁ ୭୧ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ରାଜ୍ୟ ରାଜକୋଷକୁ ଆସିଛି । ମହିଳା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀଙ୍କୁ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଜୟନ୍ତୀ ଗ୍ରାମ ସ୍ୱରୋଜଗାର ଯୋଜନାରେ କମ୍ ସୁଧରେ ଋଣ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଉଛି । ଷ୍ଟାଣ୍ଡ ଅପ୍ ଇଣ୍ଡିଆରେ ୨୯୬୪ ଜଣଙ୍କୁ ଉଦ୍ୟୋଗ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ ୬୧୭ କୋଟିର ଋଣ ମିଳିଛି । ମୁଦ୍ରାଋଣ ଯୋଜନାରେ ୧ କୋଟି ୮୦ ଲକ୍ଷ ଲାଭବାନ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ମିଳିଛି ୫୪୫୯୬ କୋଟି ଟଙ୍କା । ରାଜ୍ୟର ୧୦ ପଛୁଆ ଜିଲ୍ଲାକୁ ବିକାଶ ସ୍ରୋତରେ ସାମିଲ କରିବାକୁ 'ଆକାଂକ୍ଷୀ' ଜିଲ୍ଲା ତାଲିକାରେ ନିଆଯାଇଛି । ଏହି ଜିଲ୍ଲାଗୁଡ଼ିକର ବିକାଶ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧ୍ୟାନ ଦେଉଛନ୍ତି । ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନାରେ ୩ କୋଟି ୨୩ ଲକ୍ଷ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ଟଙ୍କିକିଆ ଚାଉଳ ମିଳୁଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳା ଯୋଜନାରେ ୪୭.୩୯ ଲକ୍ଷ ପରିବାରକୁ ମାଗଣାରେ ମିଳିଛି ରନ୍ଧନ ଗ୍ୟାସ୍ ସଂଯୋଗ । ସୌଭାଗ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟର ୯୬.୭୧ ଲକ୍ଷ ଘରକୁ ବିଜୁଳି ସଂଯୋଗ ମାଗଣାରେ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଆନ୍ତରିକତାରୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଭାରତ ଅଭିଯାନରେ ରାଜ୍ୟରେ ୫୮.୮୧ ଲକ୍ଷ ଶୌଚାଳୟ ନିର୍ମାଣ ହୋଇପାରିଛି । ରାଜ୍ୟରେ ପରିମଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ୧୦.୬୧ଧରୁ ଏବେ ଶତ ପ୍ରତିଶତ ଛୁଇଁଛି । ଅମୃତ ଯୋଜନାରେ ୧୫୯୯ କୋଟିର ଅନୁଦାନ ମଞ୍ଜୁର ହୋଇଥିଲା ବେଳେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆବାସରେ ଏଯାଏ ୧୯.୧୬ ଲକ୍ଷ ଘର ନିର୍ମାଣ ହୋଇଛି । ଜଳ ଜୀବନ ମିଶନରେ ସାଢ଼େ ୮ ଲକ୍ଷ ପରିବାରକୁ ପିଇବା ପାଣି ମିଳିଛି । ରାଜ୍ୟରେ ୧.୬୯ କୋଟି ଜନଧନ ଖାତା ଖୋଲିଥିଲା ବେଳେ ମନରେଗାରେ ୧୦୦୦.୮୪ କୋଟି ବ୍ୟୟରେ ୭୪.୪୨ ଲକ୍ଷ କର୍ମଦିବସ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟର ସବୁ ଜିଲ୍ଲାରେ ବେଟି ବଚାଓ ବେଟି ପଢ଼ାଓ ଅଭିଯାନ ଚାଲୁ ରହିଥିଲା ବେଳେ ୮ ପଛୁଆ ଜିଲ୍ଲାରେ ମହିଳା ଶକ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ଆର୍ଥିକ ସହଯୋଗ କରିଛି । ରାଜ୍ୟର ଯୁବକ ଯୁବତୀଙ୍କ କୌଶଳ ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ପିଏମ କୌଶଳ ବିକାଶ ଯୋଜନାରେ ୨.୭ ଲକ୍ଷ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଉପକୃତ ହୋଇଛନ୍ତି । ୬.୩୬ ଲକ୍ଷ ପିଲାଙ୍କୁ ପ୍ରି-ମାଟ୍ରିକ ବୃତ୍ତି ଏବଂ ୫.୫୪ ଲକ୍ଷ ପିଲାଙ୍କୁ ପୋଷ୍ଟ ମାଟ୍ରିକ ବୃତ୍ତି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି । ଏ ବାବଦରେ ମୋଦି ସରକାର ଖର୍ଚ୍ଚ କରିଛନ୍ତି ୬୩୯ କୋଟି ୨୩ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା । ପର୍ଯ୍ୟଟନକୁ ବିକଶିତ କରିବାକୁ ଗୋପାଳପୁର, ବରକୁଳ, ସାତପଡ଼ା ଓ ତାମ୍ପରା ଉପକୂଳ ସର୍କିଟ୍ ପାଇଁ ୭୬ କୋଟି ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ । କୋଣାର୍କରେ ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ଇଣ୍ଟରପ୍ରିଟେସନ ସେଣ୍ଟର ନିର୍ମାଣ ହୋଇଛି । ପୁରୀ ବେଳାଭୂମିକୁ ମିଳିଛି 'ବ୍ଲୁ ଫ୍ଲାଗ୍' ମାନ୍ୟତା । ଦୀଘା-ଗୋପାଳପୁର ଉପକୂଳ ରାଜପଥ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ସାଢ଼େ ୯ ହଜାର କୋଟି ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବ । ଗତ ୬ ବର୍ଷରେ ତୈଳ ଓ ଗ୍ୟାସ୍ ରାଷ୍ଟ୍ରାୟତ୍ତ ଉଦ୍ୟୋଗ ପକ୍ଷରୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରର ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ୪୨ ହଜାର କୋଟିର ନିବେଶ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଉର୍ଜ୍ଜା ଗଙ୍ଗାରେ ୭୬୬ କିମି ପାଇପଲାଇନ୍ କାମ ହୋଇଥିଲା ବେଳେ ୧୯ ଜିଲ୍ଲାରେ ସିଟି ଗ୍ୟାସ୍ ବଣ୍ଟନ ପ୍ରକଳ୍ପ କାମ ହାତକୁ ନିଆଯାଇଛି । ୩୩,୫୫୫ କୋଟିର ପାରାଦୀପ ଆଇଓସିଏଲ୍ ବିଶୋଧନାଗାର ୨୦୧୬ରୁ ଜାତି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଲୋକାର୍ପିତ ହୋଇଛି । ଧାମରା ଏଲଏନଜି ଟର୍ମିନାଲ ସ ଭଦ୍ରକରେ ଟେକ୍ସଟାଇଲ୍ ପାର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଉଛି । ରାଜ୍ୟରେ ଶିଳ୍ପାୟନର ବାତାବରଣ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମଧ୍ୟ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଛନ୍ତି । ଆର୍ସେଲର ମିତ୍ତଲ ପକ୍ଷରୁ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ାରେ ଏକ ଇସ୍ପାତ କାରଖାନା ୫୦ ହଜାର କୋଟିର ନିବେଶରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯିବ । ଖୋର୍ଦ୍ଧା ବରୁଣେଇଠାରେ ପାଇକ ସ୍ମାରକୀ ମଧ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ହେବ । ରାଜ୍ୟରେ ୯୧୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ନିବେଶରେ ୭ ନୂଆ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଛି । କରୋନା ମୁକାବିଲା ପାଇଁ କୋଭିଡ ହସପିଟାଲ ଖୋଲିବା, ଅକ୍ସିଜେନ୍ ପ୍ଲାଣ୍ଟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ଢେର ସହଯୋଗ କରିଛି । ବାତ୍ୟା ସମୟରେ ଖୋଦ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଓଡ଼ିଶାକୁ ଗସ୍ତରେ ଆସି ଆର୍ଥିକ ସହଯୋଗ ଯୋଗାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାକୁ ବିକଶିତ ରାଜ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବାକୁ ସବୁବେଳେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧ୍ୟାନ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଆସିଛନ୍ତି ।



ଓଡ଼ିଶା ମିଲେଟ୍ ମିଶନକୁ 'ପୋଷଣ ଅନାଜ ପୁରସ୍କାର'

ଭୁବନେଶ୍ୱର : କୃଷି ଓଡ଼ିଶାରେ ମିଲେଟ 'ମାସ୍କଟ' ଭାବେ ପରିଚିତ ହୋଇଥିବା ଓଡ଼ିଶା ମିଲେଟ୍ ମିଶନକୁ ମିଳିଛି' ପୋଷକ ଅନାଜ ପୁରସ୍କାର । ହାଇଦ୍ରାବାଦରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଜାତୀୟ ସମାବେଶରେ କେନ୍ଦ୍ର କୃଷି ଓ କୃଷକ କଲ୍ୟାଣ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନରେନ୍ଦ୍ର ସିଂହ ତୋମାରଙ୍କ ଠାରୁ ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ କୃଷି ବିଭାଗ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଡକ୍ଟର ଏମ୍.ମୁଥୁକୁମାର ଏହି ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାର ମାଣ୍ଡିଆକୁ ଆଇସିଏଆର ଆଇଆଇଏମଆର୍ ଓ ଏଫଏଓ ଅଧିନରେ 'ପୋଷକ ଅନାଜ ପୁରସ୍କାର' ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଆଦିବାସୀ ଅଧ୍ୟୁଷିତ ଅଞ୍ଚଳରେ ମିଲେଟର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ଓ ଖାଦ୍ୟ ଥାଳିରେ କ୍ଷୁଦ୍ରଶସ୍ୟର ପୁନରୁଦ୍ଧାର ପାଇଁ ୨୦୧୭ ମସିହାରେ ରାଜ୍ୟସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । 'ଓଡ଼ିଶା ମିଲେଟ୍ ମିଶନ' । ମାଣ୍ଡିଆର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ଦିଗରେ

ଓଡ଼ିଶାକୁ 'ଶ୍ରେଷ୍ଠ ମିଲେଟ୍ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ ରାଜ୍ୟ' ଭାବେ ବିବେଚିତ ହୋଇଛି । ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ସହରାଞ୍ଚଳରେ ଲୋକଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ଖାଦ୍ୟ ହୋଇ ପାରିଛି । ଓଡ଼ିଶାରେ ୧୫ଟି ଜିଲ୍ଲାର ୮୪ ବ୍ଲକରେ ୫୧୫୬୧ ହେକ୍ଟର ଚାଷ ଜମିରେ କ୍ଷୁଦ୍ର ଶସ୍ୟ ଚାଷ କରାଯାଉଛି ।

Please Like & Subscribe

You Tube

Subscribe

Channel of

SWEEKAR WEEKLY

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ ଘିକୁଆଁରୀ

ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ପୂରଣ କରେ ମୁଗ ଡାଲି

ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣର ଲାଭ

ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବ ବିଶ୍ରାମ

ମହୁଲର ଉପକାରିତା

ହକିର ଗଡ଼ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ଓଡ଼ିଶାର ଆଦିବାସୀ ବହୁଳ ଜିଲ୍ଲା ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବିଗତ ତିନି ଦଶନ୍ଧି ଧରି ହକି ଖେଳର ଗଡ଼ ଭାବେ ସାରା ଦେଶରେ ସ୍ୱୀକୃତି ଲାଭ କରିଛି । ଉନବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ମଧ୍ୟଭାଗ (୧୮୬୦) ରେ ଇଂରେଜ ମିଶନାରିମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହକି ଖେଳର ଆବିର୍ଭାବ ହୋଇଥିଲା ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ । ସମୟର ଅଗ୍ରଗତି ସହିତ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଆଦିବାସୀ ଯୁବକ, ଯୁବତୀମାନେ ହକି ଖେଳ ପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ହେଲେ ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ହକି ଆଦିବାସୀ ସଂସ୍କୃତିର ଏକ ଅଙ୍ଗ ଭାବେ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନ ଜିଇଁ ବାର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଧାରାରେ ପରିଣତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଜିଲ୍ଲାର ସବଡେଗା ଗ୍ରାମର ପିଟର ତିର୍କି ରାଜ୍ୟର ପ୍ରଥମ ଖେଳାଳି ଭାବେ ୧୯୮୨ ରେ ମାଲେସିଆରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଜୁନିୟର ବିଶ୍ୱ କପ୍ ହକିରେ ଭାରତୀୟ ଦଳର ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ପ୍ରଥମ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଖେଳାଳି ହେବାର କୃତିତ୍ୱ ହାସଲ କରିଥିଲେ । ୧୯୮୫ ରେ ରାଉରକେଲାର ପାନପୋଷ ଠାରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହକି କ୍ରୀଡ଼ା ଛାତ୍ରାବାସ ଏବଂ ପରେ ପରେ ଆଷ୍ଟ୍ରୋଟର୍ଫ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେଲାପରେ ଏହି ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତିଭାବାନ୍ ଖେଳାଳିମାନେ ୧୦/୧୨ ବର୍ଷ ବୟସରୁ ଛାତ୍ରାବାସରେ ରହି ଆଧୁନିକ ହକିର କଳା କୌଶଳରେ ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ । ଫଳରେ ସେମାନେ ଜାତୀୟ ଓ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତିଭା ପ୍ରଦର୍ଶନର ସୁଯୋଗ ପାଇ ପାରିଲେ । ଏହାର ସୁଫଳ ମିଳିଥିଲା ୧୯୯୫ ରେ ଯେତେବେଳେ ବାଲିଶଙ୍କରା ବ୍ଲକର ଛୋଟିଆ ଗାଁ ସଉନାମରାର ଦିଲ୍ଲୀପ ତିର୍କୀ ପ୍ରଥମ ଓଡ଼ିଆ ଖେଳାଳି ଭାବେ ଭାରତୀୟ ସିନିୟର ହକି ଦଳର ସଦସ୍ୟ ହୋଇ ଏହି ଅଞ୍ଚଳ ପାଇଁ ସୁନାମ ଆଣିଥିଲେ । ଜାତୀୟ କ୍ରୀଡ଼ା ମେଧା ଚୟନ ଯୋଜନା ଅନ୍ତର୍ଗତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଦ୍ୱାରା ୧୦/୧୧ ବର୍ଷ ବୟସରୁ ଦିଲ୍ଲୀପଙ୍କ ପ୍ରତିଭା ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିଲା । ୧୯୯୫ ରୁ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଖେଳାଳି ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିବା ଦିଲ୍ଲୀପ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ୩ଟି ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ, ବିଶ୍ୱକପ୍, ଏସୀୟ କ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରଭୃତିରେ ଭାରତ ପକ୍ଷରୁ ୪୧୨ ମ୍ୟାଚ୍ ଖେଳି ବିଶ୍ୱ କୀର୍ତ୍ତିମାନ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ସହିତ ପ୍ରଥମ ଓଡ଼ିଆ ହକି ଖେଳାଳି ଭାବେ ଅର୍ଜୁନ ପୁରସ୍କାର ଏବଂ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ସମ୍ମାନରେ ସମ୍ମାନିତ ହୋଇଥିଲେ ।

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରୁ ପ୍ରାୟ ୩୦୦ ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମହିଳା ଓ ପୁରୁଷ ଖେଳାଳି ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଖେଳି ସାରିଥିବା ବେଳେ ୭୦ ରୁ ଅଧିକ ଖେଳାଳି ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଦେଶକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଛନ୍ତି ୧୦ ଅଲିମ୍ପିଆନ, ୩ ଅର୍ଜୁନ ପୁରସ୍କାର ବିଜେତା, ୨ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ସମ୍ମାନରେ ସମ୍ମାନିତ ଏବଂ ୫ ଜଣ ଭାରତୀୟ ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳା ଦଳର ପୂର୍ବତନ ଅଧିନାୟକ ।

ଏହି ଜିଲ୍ଲାର ଯେଉଁ ଗ୍ରାମଗୁଡିକରୁ ଏକାଧିକ ଅଲିମ୍ପିଆନ୍ସ ଓ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଖେଳାଳି ବାହାରିଛନ୍ତି ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ସମ୍ୟକ ଆଲୋକପାତ କରାଯାଇପାରେ ।

ସଉନାମରା- ଦିଲ୍ଲୀପ ତିର୍କୀ (ପଦ୍ମଶ୍ରୀ, ଅର୍ଜୁନ ପୁରସ୍କାର ଓ ଅଲିମ୍ପିଆନ) ସୁଭଦ୍ରା ପ୍ରଧାନ (ଭାରତୀୟ ଦଳର ପୂର୍ବତନ ଅଧିନାୟିକା), ଅମିତ ରୋହିଦାସ (ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ ବିଜେତା, ଟୋକିଓ ୨୦୧୧) ।

ଲୁଲକିଡିହି, ନୂଆପଡ଼ା ବାମନିବାହାଲ: ଇଗ୍ନେସ ତିର୍କୀ (ଅର୍ଜୁନ ପୁରସ୍କାର ଓ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ, ଅଲିମ୍ପିଆନ) ପ୍ରବୋଧ ତିର୍କୀ (ପୂର୍ବତନ ଅଧିନାୟକ), ଦିପଗ୍ରେସ୍ ଏକ୍କା (ଅଲିମ୍ପିଆନ), ବିନିତା ଟପ୍ପୋ, ଆନାରିତା, କେରକେଟା, ନାଲିମା କୁଜୁର, ମୁକ୍ତା ବାର୍ଲା ।

ତିଲେଇକାନି: ଲାଜରସ୍ ବାର୍ଲା (ଅଲିମ୍ପିଆନ) ବାହାମଣି ତିର୍କୀ ।

ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ଗୁରୁଣ୍ଡିଆ, ରାଜଗାଙ୍ଗପୁର ଓ ବଡ଼ଗାଁ ବ୍ଲକ ଅଞ୍ଚଳରୁ ବାହାରିଥିବା ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଖେଳାଳିମାନେ ହେଲେ ବୀରେନ୍ଦ୍ର ଲାକ୍ରା (ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ବିଜେତା), ଜ୍ୟୋତି ସୁନିତା କୁଲୁ (ଅର୍ଜୁନ ପୁରସ୍କାର), ନମିତା ଟପ୍ପୋ, ଲିଲିମା ମିଞ୍ଜ, ସୁନିତା ଲାକ୍ରା ଏବଂ ୱିଲିୟମ ଖାଲକୋ (ସମସ୍ତେ ଅଲିମ୍ପିଆନ୍ସ) । ପଞ୍ଜାବର ସନସାରପୁର ଯଦି ଭାରତୀୟ ହକି ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣିମ ଅଧ୍ୟାୟର ଅତୀତ ହୁଏ ତେବେ ହରିୟାଣାର ସାହାବାଦ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶାର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଭାରତୀୟ ହକିର ବର୍ତ୍ତମାନ ଏବଂ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଅଜସ୍ର ସମ୍ଭାବନା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ଆକାଶବାଣୀର ପୂର୍ବତନ ଅଧିକାରୀ ବଦ୍ରି ନାରାୟଣ ମିଶ୍ରଙ୍କ ପରଲୋକ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ଆକାଶବାଣୀର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଅଧିକାରୀ ବଦ୍ରି ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର (୭୧) ଙ୍କର ପରଲୋକ ହୋଇଯାଇଛି । ଗୋପାଳମାଳରେ ରହୁଥିବା ନନ୍ଦପଡ଼ା ମୂଳନିବାସୀ ଶ୍ରୀ ମିଶ୍ର ସ୍ଥାନୀୟ ଏକ ଘରୋଇ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସାଧୀନ ଅବସ୍ଥାରେ ଆଖି ବୁଜିଥିଲେ । ଶେଷ ଶଯ୍ୟାରେ ନିକଟରେ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ସୁଜାତା, କନ୍ୟା ସ୍ନିଗ୍ଧା ଓ ଆତ୍ମୀୟ ସ୍ୱଜନ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ରାଜଘାଟ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଅନ୍ତ୍ୟେଷ୍ଟି କ୍ରିୟାରେ ପୁଅ ବିଜୟ ମୁଖାଗ୍ନି ଦେଇଥିଲେ । ୧୯୫୦ ରେ ଜନ୍ମିତ ଶ୍ରୀ ମିଶ୍ର ୧୯୭୩ ରେ କୃଷି ବିଜ୍ଞାନରେ ସ୍ନାତକ ହାସଲ କରି କୃଷି ବିଭାଗରେ ଫିଲ୍ଡ ରିପୋର୍ଟର ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଥିଲେ । ୧୯୮୧ ରେ ସେ ସମ୍ବଲପୁର ଆକାଶବାଣୀରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ୧୯୯୪ ରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ନିଷ୍ପାଦକ ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଉଦ୍ୟମରେ ଆକାଶବାଣୀରେ ଓଡ଼ିଆରେ ବାଜୁଥିବା 'ଚାଷର୍ ହାଲ୍' କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସମ୍ବଲପୁରୀରେ ଅନୁବାଦିତ ହୋଇ ପ୍ରଚାରିତ ହୋଇଥିଲା । ସେ ନିଜେ ଅନୁବାଦ କରିବା ସହ ଅନେକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ନିଜେ ସ୍ୱର ମଧ ଦେଇଥିଲେ । ସେ ବହୁ ପ୍ରାମାଣିକ ଓ ଫିଚର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସହ ଅନେକ ପୁରସ୍କାର ଲାଭ କରିଥିଲେ । ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷାର ପ୍ରଚାର ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସହ ଶ୍ରୀ ମିଶ୍ର ନନ୍ଦପଡ଼ା ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରା କମିଟିର ଜଣେ ସକ୍ରିୟ ସଦସ୍ୟ ଥିଲେ ।

ବିଜେପି ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚାର କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକ

ସମ୍ବଲପୁର: ବିଜେପି ଜିଲ୍ଲା ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚା ପ୍ରଥମ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚା ସଭାପତି ଅଶ୍ୱିନୀ ମାଝୀ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ରେଙ୍ଗାଲି ବିଧାୟକ ନାଉରୀ ନାଏକ ଓ ରାଜ୍ୟ ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚା ସଭାପତି ଇରାଶିଷ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ନାଏକ ବିଭିନ୍ନ କାରଖାନାରେ ସ୍ଥାନୀୟ ନିଯୁକ୍ତିକୁ ନେଇ ଆନ୍ଦୋଳନ ପାଇଁ ସଜବାଜ ହେବା ପାଇଁ ଆହ୍ୱାନ କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଜୟନାରାୟଣ ଲୋକଙ୍କ ଦୁଃଖସୁଖରେ ସାମିଲ ହେବାକୁ ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚା କର୍ମୀମାନଙ୍କୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକରେ ଜିଲ୍ଲାର ୪ଟି ବିଧାନସଭା କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଶତାଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ବିଜେପି ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଗିରିଶ ପଟେଲ, ଜିଲ୍ଲା ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଅନିଲ ବେହେରା, ବିଜେପି ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ସଦସ୍ୟ ଦେବେନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର, ଜିଲ୍ଲା ମହିଳା ମୋର୍ଚ୍ଚା ସଭାନେତ୍ରୀ ଅନ୍ନପୂର୍ଣ୍ଣା ବାରିକ, ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚା ରାଜ୍ୟ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଓମ୍ ପ୍ରକାଶ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚା ଜିଲ୍ଲା ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଶିବ ଦିଓ୍ୱନ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ମିଶନଶକ୍ତି ଗୃହ ଓ କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ବରଗଡ଼ : ଅତାବିରା ବ୍ଲକ ଜହ୍ନାପଡା ଗାଁରେ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବା ମିଶନଶକ୍ତି ଗୃହ ଓ କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପକୁ ବିଧାୟିକା ସ୍ନେହାଙ୍ଗିନୀ ଛୁରିଆ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ସରୋଜ ଦୀପଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଯୁବକ ସଂଘ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ନୂଆଖାଇ ଭେଟଘାଟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ବିଧାୟିକା ସ୍ନେହାଙ୍ଗିନୀ ଛୁରିଆ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଓ ବ୍ଲକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ରୀତା ସାହୁ, ବିଜେଡ଼ି ନେତ୍ରୀ କେ ସରସ୍ୱତୀ, ଆତ୍ମା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଉର୍କୁଳୁ ସାହୁ, ଦଖଲ ପ୍ରଧାନ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ପରମ୍ପରା ଯୋଗାଇ ଥାଏ ଏକତା ବୋଲି ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ଅଧ୍ୟାପକ ମୋହନ ସାହୁ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ଶିକ୍ଷା, କଳା ଓ କାରିଗରୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାରଦର୍ଶିତା ହାସଲ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରିଥିଲେ । ଅର୍ଜୁନ ପାଇକ, ସୁଶାନ୍ତ ପାଇକ, ବାଚସ୍ପତି ଦୀପ, ସରୋଜ ଗରଡିଆ ପ୍ରମୁଖ ପରିଚାଳନାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିବା ବେଳେ ଲାଲଜି ପାଇକ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷଣ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସିଆରପିଏଫ୍‌ର ଗ୍ରୁପ୍ ସେଣ୍ଟର ହସ୍ପିଟାଲ୍ ଉଦଘାଟିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ଏଠାରେ ସିଆରପିଏଫର ଗ୍ରୁପ୍ ସେଣ୍ଟର ହସ୍ପିଟାଲ୍ ଉଦଘାଟିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସେଣ୍ଟ୍ରାଲ ଜୋନର ଅତିରିକ୍ତ ଡିଜି ନୀତିନ ଅଗ୍ରୱାଲ ୧୦ ଶଯ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ହସ୍ପିଟାଲକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶା ସେକ୍ଟରର ଆଇଜିପି ଏସ୍.କେ. ମହାନ୍ତି ଡିଆଇଜି ଲାଲ୍ ଚାନ୍ଦ ଯାଦବ ଓ ସମ୍ବଲପୁର ସିଆରପିଏଫ ପରିବାରର ସଭ୍ୟମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଏକ ବୃକ୍ଷରୋପଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମଧ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ନୀତିନ ଅଗ୍ରୱାଲଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଏକ ସାମରିକ ସମ୍ମିଳନୀ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଭାଗବତ

ଉଦ୍ଧବାଗମନ ପ୍ରସଙ୍ଗ

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ଇଏ ସେହି ଯମୁନା ଯେଉଁଠାରେ କହ୍ନେଇ ପ୍ରତ୍ୟହ ଜଳକ୍ରୀଡ଼ା କରୁଥିଲା । ସେଠାରେ ଗିରିରାଜକୁ ଦେଖ । ଦିନେ କହ୍ନେଇ ସେହି ଗିରିରାଜକୁ ତା କାଣି ଆଙ୍ଗୁଠିରେ ଟେକି ଧରିଥିଲା । ଆପଣ ଯେଉଁ ବନ ଅରଣ୍ୟ ଦେଖି ଆସିଲେ ସେହି ବନ ଅରଣ୍ୟରେ କହ୍ନେଇ ଗାଈ ଚରାଉଥିଲା, ଆଉ ବଂଶୀ ବଜାଉଥିଲା । ସେହି ଯେଉଁ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ପ୍ରାନ୍ତର ଦେଖୁଛ, ସେଠାରେ କହ୍ନେଇ ଗୋପାଳବାଳକଙ୍କ ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ଖେଳ ଖେଳୁଥିଲା । ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ମୁଁ ଏ ସବୁକୁ ଦେଖି ଦେଖି ମୋ ମନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣମୟ ହୋଇଯାଏ, ଆଉ ମୁଁ ପାଗଳ ଭଳି ହୋଇଯାଏ । ମୋତେ ଜଣାପଡ଼େ, ସତେ ଯେପରି କହ୍ନେଇ ମଥୁରାରେ ନାହିଁ ଏହି ସବୁ ସ୍ଥାନରେ ଅଛି, ଏଇଠି ଅଛି । ମୋତେ ବେଳେ ବେଳେ ଦେଖାଯାଏ, ଆମଘରେ ଥିବା ଝୁଲାରେ କହ୍ନେଇ ଶୋଇଛି । କାଲି ରାତି ସାରା କହ୍ନେଇ ପଲଙ୍କରେ ବସିଥିଲା ଆଉ ମୁଁ ତା ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରି କରି ରାତିଟି କଟାଇ ଦେଇ ଥିବା ଭଳି ମୋର ମନେ ହେଉଛି । ସକାଳ ହେବାକ୍ଷଣ ତାକୁ ଉଠାଇ ଦେବାକୁ ଭାବିଥିଲି, ନ ହେଲେ ଗାଈ ଗୋଠକୁ ଯିବାରେ ତାର ବିଳମ୍ବ ହୋଇ ଯାଇ ପାରେ । କହିଲ ଦେଖି, ମୁଁ ତାକୁ ଭୁଲିପାରିବି କିପରି ?

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ମୋତେ ତାର ବଂଶୀର ସ୍ୱନ ଶୁଣାଯାଉଛି । ସେ ବଂଶୀ ବଜାଇ ବଜାଇ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଦୁଃଖ ହରଣ କରିନିଏ ପରା । ମତେ ଜଣାପଡ଼େ ସତେ ଯେମିତି ସେ ଅନେକ ସମୟ ଧରି ବଂଶୀ ବଜାଉଛି, ଆଉ ଏବେ ତାକୁ ଭୋକ ହେବଣି । ମୁଁ ଏପରି ଅନୁଭବ କରି ଲହୁଣୀ ମିଶ୍ରିଧରି କଦମ୍ବ ମୂଳକୁ ଯାଏ, ହେଲେ ତାକୁ କେଉଁଠି ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ ।

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ଅନେକ ଥର ମୋତେ ଲାଗିଛି, ସତେ ଯେପରି ସେ ମୋ କୋଳରେ ବସି ଖେଳୁଛି, ଆଉ ମୋ ମୁହଁକୁ ବୁଲାଇ ତାକୁ ଦେଖିବା ପାଇଁ ଟାଣୁଛି । ଯମୁନାକୁ ସ୍ନାନକରିବା ପାଇଁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ସେ ମୋ ପଛେ ପଛେ ଆସୁଥିବା ଭଳି ମୋତେ ଅନୁଭବ ହୋଇଛି ।

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ମୁଁ କହ୍ନେଇକୁ କାନ୍ଧରେ

ବସାଇ ବୁଲାଉ ଥିଲି । ଏବେ ବି ମୋ କାନ୍ଧରେ ସେ ବସିଥିବା ଭଳି ଅନେକ ଥର ଅନୁଭବ କରିଛି । ସେ କ'ଣ ମୋ ପାଖକୁ ଆସି ସତରେ ପୁଣିଥରେ ମୋ କାନ୍ଧରେ ଆଉ ବସିବ ? ସେ ଦିନ କ'ଣ ସତରେ ଫେରି ଆସିବ ?

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! କଂସ ଭଳି ପ୍ରତାପୀ ରାକ୍ଷସକୁ ସେ ମାରିଦେବାରୁ ଲୋକମାନେ ତାକୁ ଈଶ୍ୱର ବୋଲି ମାନୁଛନ୍ତି । ଲୋକଙ୍କୁ ଯାହା ଭଲ ଲାଗୁଛି ସେମାନେ ତାହା ମାନିପାରନ୍ତି । ମୋର ସେଥିରେ କିଛି ଆପତ୍ତି ନାହିଁ, ହେଲେ କୃଷ୍ଣ ତ ମୋ ପୁଅ ନା ।

ମୋତେ ତ ଝୁଲାରେ, ଘରର ସବୁଆଡ଼େ, ପଡ଼ିଆରେ, ବଣରେ, ଯମୁନାକୂଳରେ କହ୍ନେଇ ସବୁବେଳେ ଦେଖା ଯାଉଛି । କହିଲ କହିଲ, ସେ କେବେ ଫେରିବ ?

ନନ୍ଦ ଏହିପରି କହୁଥିବା ସମୟରେ ତାଙ୍କ ଦୁଇ ଆଖିରୁ ଧାର ଧାର ଲୁହ ଗଡ଼ିପଡୁ ଥାଏ । ସେ ପୁଣି କହନ୍ତି- କହିଲ କହିଲ ଉଦ୍ଧବ ! ସେ କ'ଣ ଆଉ ଆମ ଉପରେ ରାଗିଛି କି ?

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! ବସୁଦେବଙ୍କୁ କହିବ, କହ୍ନେଇ ତାଙ୍କର ପୁଅ, ଆଉ ମୁଁ ହେଉଛି ଦାସ । ଯଶୋଦା ସବୁବେଳେ ଖାଲି କାନ୍ଦୁଛି । କହ୍ନେଇ ଥିଲାବେଳେ ତା ମା'ଙ୍କୁ ସେ ପ୍ରବୋଧନା ଦେଇ ବୁଝାଇ ଦେଉଥିଲା । ଏବେ ତ ସିଏ ନାହିଁ । ତା ମା'କୁ ବୁଝାଇବ କିଏ ?

ନନ୍ଦ ଏତିକି କହୁ କହୁ ଆବେଗ ଓ ପ୍ରବଣତାରେ ତାଙ୍କର ଗଳାରୁଦ୍ଧ ହୋଇଗଲା । ସେ ଅତି ବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇଗଲେ ।

ଏଥର ଉଦ୍ଧବ ବଡ଼ ଅସୁବିଧାରେ ପଡ଼ିଗଲେ । ସେ ବସ୍ତୁତଃ କିଂକର୍ତ୍ତବ୍ୟବିମୂଢ଼ ହୋଇଗଲେ । ସେ ଭାବିଲେ ଏପରି ପିତାକୁ ମୁଁ କି ପ୍ରକାର ଉପଦେଶ ଦେଇପାରିବି ? ଏହାକୁ ତ ସବୁଆଡ଼େ କୃଷ୍ଣ ଦେଖାଯାଉଛନ୍ତି । ଏହାଙ୍କୁ ସବୁ ଦ୍ରବ୍ୟ ତ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣମୟ ଦେଖାଯାଉଛି । ବ୍ରହ୍ମର ସର୍ବବ୍ୟାପକତାର ଉପଦେଶକ ହୋଇ ମୁଁ ତ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏଭଳି ଅନୁଭବ ପାଇପାରି ନାହିଁ । ମୁଁ ଏପରି ବ୍ରହ୍ମଦୃଷ୍ଟି ସମ୍ପନ୍ନ ନନ୍ଦଙ୍କୁ କି ଉପଦେଶ ଦେବି ? ଉଦ୍ଧବ ଏପରି ଭାବି ନନ୍ଦଙ୍କୁ କହିଲେ, ବାବା । ଆପଣ ଧନ୍ୟ । ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନ ସଫଳ ହୋଇଯାଇଛି । ଆପଣଙ୍କ ଜନ୍ମ ମଙ୍ଗଳମୟ ହୋଇଯାଇଛି । ଆପଣ ସ୍ୱୟଂ କୃଷ୍ଣମୟ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି ।

ଆମେ କ'ଣ ଖାଇବା ଉଚିତ ?

ଯେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତୃପ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରେ, ଓଜ, କାନ୍ତି ଓ ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରେ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରେ, ଯଦ୍ୱାରା ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସବୁ କର୍ମରୂପି ଯଜ୍ଞ ନିମିତ୍ତ ସକ୍ଷମ ହୁଅନ୍ତି, ତାହା ସେବନ ଯୋଗ୍ୟ ଅଟେ । ଅବିଚ୍ଛିନ୍ନ, ଯଦ୍ୱାରା ଶ୍ରମ କରିବାର ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହେବ, ଆଳସ୍ୟ ବା ନିଶା ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବ, ସେଭଳି ଔଷଧି (ଖାଦ୍ୟପଦାର୍ଥ)କୁ ସଂଗ୍ରହ କର ନାହିଁ, ସେବନ କର ନାହିଁ ।

ଆହାରର ପ୍ରଭାବ ବ୍ୟାପକ ଅଟେ । ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହେଉ ବା ମାନସିକ ସ୍ଥିତି, ଉଭୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆହାର ଅନୁରୂପ ଉତ୍ଥାନ ପତନ ଦେଖା ଯାଇଥାଏ । ଏହା ଏପରି ଏକ ସତ୍ୟ ଯେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ସମସ୍ତେ ଜୀବନରେ ଥରେ ନୁହେଁ, ଅନେକ ଥର ଅନୁଭବ କରିଛୁ ଏବଂ ଆଜି ମଧ୍ୟ ଅନୁଭବ କରୁଛୁ । ବିକୃତି ଓ ଅନିୟମିତ ଆହାର ଯେ କେବଳ ଶରୀରକୁ ରୁଗ୍ଣ କରିଥାଏ ତା ନୁହେଁ, ମନକୁ ମଧ ଚଞ୍ଚଳ ଓ ଉଦ୍‌-ବିଗ୍ନ କରି ପକାଏ । ଗରିଷ୍ଠ ରାଗଯୁକ୍ତ, ଭଜା ବା ଛଣା, ଉବାବନ୍ଧ ବାସି ଆହାରର ଦୁଷ୍ପ୍ରଭାବ ଯଦି ଗଣିବସିବା ତେବେ ସମୁଦାୟ ରୋଗର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯିବ, କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ବା ପରୋକ୍ଷ ରୂପରେ ପ୍ରାୟ ସବୁ ରୋଗର ସମ୍ବନ୍ଧ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ରହିଛି । ପ୍ରାୟ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଆଜିର ବହୁପ୍ରଚଳିତ ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ଓ ଜଙ୍କଫୁଡରେ ମଧ ରହିଛି । ଖାଦ୍ୟପେୟର ଏଇ ନୂତନ ଶୈଳୀ ପ୍ରସାର ଲାଭ କରିଛି ଏବଂ ମାନବୀୟ ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ବିପଦ ଗ୍ରସ୍ତ କରିଛି ।

ଆହାର ଜୀବନର ନୈସର୍ଗିକ ଆବଶ୍ୟକତା, ଏକଥା ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି । ହେଲେ କ'ଣ ଖାଇବା ? କେବେ ଖାଇବା ଏବଂ କିପରି ଖାଇବା ? ଏସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକ ଜାଣନ୍ତି । କ'ଣ ଖାଇବା ? ଏହା ଏପରି ଏକ ପ୍ରଶ୍ନ ଯେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜେ ନିଜକୁ ଏବଂ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର ପଚାରିବା ଉଚିତ । ଯଦି ଏପରି କୌଣସି ଜିଜ୍ଞାସା ଜାତ ହୁଏ ତେବେ ଏହାର ଏକମାତ୍ର ଉତ୍ତର ହେଉଛି - କେବଳ ସେସବୁ ଜିନିଷ ଖାଇବା, ଯେଉଁସବୁ ଜିନିଷ କି ଶରୀରର ପୋଷଣକାରୀ ଅଟେ । ଏକଥା କେହି କଦାପି ଭୁଲିଯିବା ଅନୁଚିତ ଯେ ଭୋଜନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ନିହାତି ଦରକାର, ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ନୁହେଁ । ଭୋଜନର ଔଚିତ୍ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଯଦି ବ୍ୟଞ୍ଜନ ସାମଗ୍ରୀର ସୂଚୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ହୁଏ ତେବେ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର ନିରୂପଣ କେବଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପୋଷଣ ପ୍ରଦାନ କାରୀ ତତ୍ତ୍ୱସବୁକୁ ହିଁ ପ୍ରଧାନତା ଦେବାକୁ ହେବ । ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ସହଜରେ ବଛା ଯାଇପାରେ । ତଟକା ଫଳ, ତଟକା ପରିବା, ଡାଲି, ଶସ୍ୟ ଆଦିର ଉପଯୋଗିତା ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି ।

ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାରେ ମରିଚ ମସଲା ଆଦିର ବ୍ୟବହାର ତଥା ଆଚାର ଆଦିର କୌଣସି ଉପଯୋଗିତା ନାହିଁ । ଭାଜିବା ଓ ଛାଣିବା ମଧ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଅନାବଶ୍ୟକ । ଏଭଳି ଯେଉଁସବୁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଏ ତଦ୍ୱାରା ଉପଯୋଗୀ ଭୋଜନ ମଧ ଅନୁପଯୋଗୀ ଓ ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନକାରୀ ହୋଇଯାଏ । ଖାଦ୍ୟପେୟକୁ ବିଗାଡୁଥିବା ପଦାର୍ଥ ରୋଷେଇ ଶାଳାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ରୋଷେଇଶାଳା ବାହାରେ ମଧ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ । ନିଶାପଦାର୍ଥ, ମାଦକଦ୍ରବ୍ୟ, ପାନ, ତମାଖୁ, ଜରଦା-ଗୁଟକା ଆଦି ଅସଂଖ୍ୟ ପ୍ରକାର ଜିନିଷକୁ ଆଜି ଆହାରର ପୂରକର ସଂଜ୍ଞା ଦିଆଯାଉଛି । ଅତି ସାମାନ୍ୟ ଢଙ୍ଗରେ ଲୋକେ ଏସବୁ ଜିନିଷ ଖାଦ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ ବା ପରେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଏହି ଅବସ୍ଥା ଆଜି ଏତେ ଦୂର ପହଞ୍ଚି ଯାଇଛି ଯେ ତଥାକଥିତ ସମ୍ପନ୍ନ ପରିବାରର ଲୋକଙ୍କର ଭୋଜନ ଦେଖିଲେ ମନେ ହେଉଛି, ପରମେଶ୍ୱର ଏମାନଙ୍କ ବୁଦ୍ଧିକୁ ଛଡେଇ ନେଇଛନ୍ତି । ଧନ ଓ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏମାନଙ୍କର ବିବେକକୁ କେଜାଣି କାହିଁକି ଭଗବାନ୍ ଛଡାଇ ନେଉଛନ୍ତି ? ଅବଶ୍ୟ ଏହି ବର୍ଗରେ ମଧ କିଛି ବିବେକବାନ୍ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ହେଲେ ସେମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ଖୁବ୍ କମ ।

ଯଦି ପ୍ରଶ୍ନ କରାଯାଏ - କେବେ ଖାଇବା ? ତେବେ ତା 'ର ଏକମାତ୍ର ଉତ୍ତର ହେଉଛି- ଦିନସାରା ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଦୁଇଥର ଏବଂ ତାହା ବି ଭଲଭାବରେ ଭୋକ ହେବା ପରେ । ମନଇଚ୍ଛା ଖାଉଥିବା, ନିୟମିତ ଭୋଜନ ବ୍ୟତୀତ ଅନେକ ଥର ଜଳଖିଆ ଖାଇବା କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ବିବେକପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ । ଖାଇବା-ପିଇବାର ଶୈଳୀ ଆଜି ଏତେ ବିଗିଡ଼ିଯାଇଛି ଯେ ଚିକିତ୍ସକ ଓ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏହାକୁ ଗବେଷଣାର ବିଷୟ କରି ନେଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଭୋକ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ, ଯଥା - ଅନ୍ୟର ଖାଇବା ଦେଖି ନିଜେ ଖାଇବାକୁ ଲାଳାୟିତ ହେବା, ଚିନ୍ତା କିମ୍ବା ଉଦ୍‌ବେଗପୂର୍ଣ୍ଣ ସମୟରେ ବାରମ୍ବାର ଖାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରିବା ଏବଂ ଜୈବିକ ଲୟ ଅନୁସାରେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଭୋକ ଲାଗିବା । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ଭୋକ ଠିକ୍ ନୁହେଁ ।

ପ୍ରକୃତ ଭୋକ ହେବା ପରେ ହିଁ ଭୋଜନ କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ଜାଣିବା ପରେ ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଜାତ ହୁଏ ।

କିପରି ଖାଇବା ? ତା'ର ଉତ୍ତର ହେଉଛି ସ୍ଥିର ଚିତ୍ତ ହୋଇ, ଶାନ୍ତ ମନରେ, ଈଶ୍ୱର ସ୍ମରଣପୂର୍ବକ ଭୋଜନକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରସାଦ ମନେ କରି ଖାଇବା ଉଚିତ । ଭୋଜନ ଯଦି ପ୍ରସାଦ ରୂପରେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ, ତେବେ ଶାଗ-- ପଖାଳ ମଧ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବର୍ଦ୍ଧକ ହୋଇଥାଏ । ବିପରିତ ପକ୍ଷରେ ଚିଡ୍-ଚିଡା ଓ ଅସ୍ଥିର ମନରେ ଛଅ-ତିଅଣ ନଅ-ଭଜା ଖାଇଲେ ମଧ ତାହା ଦେହରେ ଲାଗେ ନାହିଁ । ଉପଯୁକ୍ତ ଭୋଜନ ଉଚିତ ରୀତିରେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ହିଁ ଆରୋଗ୍ୟର ରହସ୍ୟ ଅଟେ ।

ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଏକ ପ୍ରବାଦ ଅଛି । ଥରେ ମହର୍ଷି ଚରକ ଭାବିଲେ -ମୁଁ ଯାହା କହିଲି, ତାକୁ ମୋର ଶିଷ୍ୟମାନେ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝିଲେ କି ନାହିଁ ତା 'ର ପରୀକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତ । ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସେ ଏକ କପୋତର ରୂପ ଧାରଣ କଲେ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ବୃକ୍ଷ ଉପରେ ବସି ଗଲେ । ସେହି ବାଟ ଦେଇ ଅନେକ ବୈଦ୍ୟ ଯାଉଥିଲେ । କପୋତ କହିଲା - କା ରୁକ ? କା ରୁକ ? କା ରୁକ ? - ସ୍ୱସ୍ଥ କିଏ ? ସ୍ୱସ୍ଥ କିଏ ? ସ୍ୱସ୍ଥ କିଏ ? ବୈଦ୍ୟମାନେ ତା'ର ଏହି ପ୍ରଶ୍ନକୁ କର୍ଣ୍ଣପାତ କଲେ ନାହିଁ । ମହର୍ଷି ଚିନ୍ତାକଲେ - ହୁଏ ତ ଏମାନେ ବୁଝି ପାରୁ ନାହାନ୍ତି କିମ୍ବା ମୋତେ ଉପେକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି । ସେ ସେଠାରୁ ଉଡିଗଲେ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ବସିଲେ । ସଂଯୋଗବଶତଃ ସେହି ବାଟ ଦେଇ ବାଗ୍-ଭଟ ଯାଉଥିଲେ । ସେ ମହର୍ଷିଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନ ଶୁଣିଲେ । ସେ କହିଲେ - ହିତଭୁକ୍, ହିତଭୁକ୍, ହିତଭୁକ୍ - ସୁସ୍ଥ ସିଏ, ଯିଏ ହିତଭୋଜୀ, ହିତଭାଜୀ, ହିତଭୋଜୀ । କପୋତ ରୂପଧାରୀ ଚରକ କହିଲେ - କା ରୁକ ? କା ରୁକ ? କା ରୁକ ? ବାଗ୍-ଭଟ ଉତ୍ତର ଦେଲେ- ମିତ ଭୁକ, ମିତଭୁକ, ମିତ ଭୁକ । ପକ୍ଷୀ ପୁନର୍ବାର ପ୍ରଶ୍ନ କଲା- କା ରୁକ୍ ? କା ରୁକ୍ ? କା ରୁକ୍ ? ବାଗ୍-ଭଟ ଉତ୍ତର ଦେଲେ- ଋତ ଭୁକ୍, ଋତ ଭୁକ୍, ଋତ ଭୁକ୍ । ପକ୍ଷୀ ଉଡିଗଲା, କାରଣ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା ।

ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତିନିଗୋଟି ଶବ୍ଦ କୁହାଯାଇ ପାରେ- ହିତ, ମିତ ଓ ଋତ । ହିତଭୋଜୀ ତାହାକୁ କୁହାଯାଏ, ଯିଏ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅନୁକୂଳ ଓ ଉପଯୋଗୀ ପଦାର୍ଥ ଗ୍ରହଣ କରେ । ଏଭଳି ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖାଇଥାଏ । ମିତଭୋଜୀ ତାହାକୁ କୁହାଯାଏ ଯିଏ ଅଳ୍ପ ଖାଇଥାଏ । ଯେତିକି ଆବଶ୍ୟକ ସେତିକି ଖାଇଥାଏ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ଅଷ୍ଟମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର

ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ

ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଜନସ୍ୱାର୍ଥ ସୁରକ୍ଷା ଲକ୍ଷ୍ୟବଦ୍ଧ ସାମ୍ବାଦିକତା ଲୋକାଭିମୁଖୀ 'ପବ୍ଲିକ ଇଣ୍ଟରେଷ୍ଟ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ନାମିତ । 'କୋଭିଡ଼-୧୯' ମହାମାରୀ-ପର ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶ 'ନିଉ ନରମାଲ'ରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ପାରମ୍ପରିକ ସାମ୍ବାଦିକତା ମଡ଼େଲଗୁଡ଼ିକ ବିଘଟନ 'ଡ଼ିସରାପସନ' ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ମୂଳସ୍ରୋତ 'ମେନ୍ ଷ୍ଟ୍ରିମ' ଗଣମାଧମର ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ଓ ଗ୍ରହଣୀୟତା ଫେରାଇ ଆଣିବାରେ ସହାୟକ ହେଉଥିବା କେତେକ ଗବେଷଣାରେ ପ୍ରମାଣିତ ହେବା ପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଲାଭ କରିଛ । ଉପର ଠାଉରିଆ ଭାବେ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ଜନଜୀବନ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହେଉଥିବା ଯୁକ୍ତି ଆଧାରରେ ସନ୍ତୋଷ ପରିବର୍ତ୍ତେ ସାମାଜିକ ସମସ୍ୟା ଗୁଡ଼ିକର ପୁଙ୍ଖାନୁପୁଙ୍ଖ ସମୀକ୍ଷା ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତାର ମୂଳ ଉତ୍ସ । ଗଣମାଧମ ପରିବେଶରେ ବୈଷୟିକ ପ୍ରଗତି ସହ ତାଳ ରଖି ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ନିଜସ୍ୱ ସତ୍ତା ବଜାୟ ରଖିବା ନିମନ୍ତେ ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ପ୍ରବର୍ତ୍ତନକୁ ଏକ ସୁଯୋଗ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ସମୟ ଉପନୀତ ।

ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସମ୍ପାଦକୀୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟର ପ୍ରତିଫଳନ । ଗଣମାଧମ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ବିଚାରରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଜିଜ୍ଞାଷା ତଥା ଜାଣିବାର ଅଧିକାର ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ସାମ୍ବାଦିକତାର ଧର୍ମ । ବିଭିନ୍ନ ସାମାଜିକ ସୂଚନା ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଉନ୍ମୋଚନରେ ଅବହେଳା କଲେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଅପ୍ରକାଶିତ, ଅନାଲୋଚିତ ହୋଇ ଜନଜୀବନରେ କ୍ଷତି ପହୁଞ୍ଚାଇଥାଏ । ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ସମ୍ବାଦ ସହ ସର୍ବସାଧାରଣରେ ଅଭିମତ ପ୍ରକାଶନ ଜରିଆରେ ବିତର୍କଲାଗି ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଗଣତନ୍ତ୍ରରେ ଏହି ପରିବେଶ ସମୀକ୍ଷା, ସଂଶୋଧନ ଓ ଯୋଜନା ପ୍ରଣୟନରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ । ସାମ୍ବାଦିକ ମାନେ ବୃତ୍ତିରେ ନିୟୋଜିତ, ଅଭିଜ୍ଞ ଓ ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଏଦିଗରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଆଶା କରାଯାଇ ନ ପାରେ ।

ସାମ୍ବାଦିକତା ସ୍ୱଭାବତଃ ଅନୁସନ୍ଧାନଧର୍ମୀ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ବିଧିବଦ୍ଧ ଅନୁସନ୍ଧାନମୂଳକ ସମ୍ବାଦ ରଚନା 'ଇନଭେଷ୍ଟିଗେଟିଭ ରିପୋର୍ଟିଂ' ଅତୀତରେ ବହୁ ଅଘଟଣର ପର୍ଦ୍ଦାଫାଶ କରିଥିବା ଉଦାହରଣ ଚର୍ଚ୍ଚିତ । ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ଆୟୋଜନରେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପ୍ରକାଶକ ଓ ସମ୍ପାଦକମାନେ ଅନୁସନ୍ଧାନଧର୍ମୀ ସମ୍ବାଦ ରଚନାକୁ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଦେଇଥାନ୍ତି । ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଅନୁସନ୍ଧାନଧର୍ମୀ ସମ୍ବାଦିକତାରେ ମାନବୀୟ ସମ୍ମାନ 'ହ୍ୟୁମାନ ଡ଼ିଗ୍ନିଟି' ଏବଂ ସାଂସ୍କୃତିକ ପୃଷ୍ଠଭୂମି 'କଲଚରାଲ ରେଫରେନ୍ସ'କୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା ବିଧେୟ । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ନୈତିକତା ଓ ପ୍ରଚଳିତ ଆଇନକାନୁନ ପରିଧିରେ ବିଚରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ପାଠକ, ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କ ମନୋରଞ୍ଜନ ବଦଳରେ ଜନଜୀବନର ମାନବୃଦ୍ଧି ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ମୂଳଲକ୍ଷ୍ୟ ।

ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତାର ବିଭିନ୍ନ ବିଭବ ମଧରେ ସମ୍ବାଦ ବସ୍ତୁନିଷ୍ଠ 'ଅବଜେକ୍ଟିଭ', ସ୍ୱାଧୀନ 'ଇଣ୍ଡିପେଣ୍ଡେଣ୍ଟ', ସନ୍ତୁଳିତ 'ଫେୟାର', ବିଶ୍ୱସନୀୟ 'ଟ୍ରଷ୍ଟୱୋର୍ଦି', ସାମାଜିକ ଦାୟବଦ୍ଧ 'ସୋସିଆଲ ରେସପନସିବଲ' ଏବଂ ନୈତିକତା ପ୍ରଭାବ 'ଏଥିକାଲ ସେନସିବ୍ଲିଟି' ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରଧାନ । ଏହି ପରିସୀମାରେ ସାମ୍ବାଦିକ ସାମାଜିକ ପ୍ରହରୀ 'ୱାଚଡ଼ଗ' ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ । ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ପ୍ରସାରଣରେ ସାଧାରଣ ନାଗରିକ ସାମାଜିକ ସ୍ଥିତାବସ୍ଥା ସଂପର୍କରେ ଅବଗତ ହୋଇ ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ମତ ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ଶାସନ ସୁଦୃଢ଼ ହୁଏ । ଗୁଣାତ୍ମକ ସାମ୍ବାଦିକତା ଅଭାବରେ ନାଗରିକମାନେ ବହୁ ବିଷୟରେ ଅଜ୍ଞ ରହିଯିବା ବା ଭୂଲ ବୁଝିବା ଯୋଗୁଁ ସାମାଜିକ ସଂସ୍କାର ଓ ନିର୍ବାଚନରେ ତୃଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଚରଣ ହେତୁ ମନୁଷ୍ୟକୃତ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶାଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ମୁଦ୍ରଣ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ପ୍ରସାର କାଳରେ ଆଧୁନିକ ସାମ୍ବାଦିକତାର ପରିପ୍ରକାଶ ଘଟିଥିଲା । ଏଥି ସହ ସମତାଳରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ଶାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଭ୍ୟୁଦୟ ଅନ୍ୟତମ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପକ୍ରମ । ବୈଷୟିକ ବିପ୍ଲବ, ସାମ୍ବାଦିକତା ଓ ଗଣତନ୍ତ୍ର ବିଗତ ପାଞ୍ଚଶହ ବର୍ଷ ଧରି ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଜନଜୀବନର ଗୁଣାତ୍ମକ ବିକାଶର ଅନ୍ୟତମ ତ୍ରିକାଣ ସୂତ୍ରଧର ସାଜିଛି । ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ଶେଷ ପାଦରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବିକାଶ ଏବଂ ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀ ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ଦଶକରେ ସ୍ମାର୍ଟ ମୋବାଇଲ ଫୋନ ବ୍ୟାପ୍ତି ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ସାମ୍ବାଦିକତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଛି ଏବଂ ଗଣତନ୍ତ୍ରର ଭିତ୍ତିଭୂମି ମଧ ଦୋହଲି ଯାଇଛି ।

ମୁଦ୍ରିତ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ଅଷ୍ଟାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀ ଆରମ୍ଭରୁ ଦୁଇଶହ ବର୍ଷ ଧରି ବିଜ୍ଞାପନ ଆଶ୍ରିତ ମଡ଼େଲରେ ପରିପୁଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରକାଶକ ଗଣ ସମ୍ବାଦ ଉତ୍ପାଦ ଯଥା : ମୁଦ୍ରିତ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ଓ ପତ୍ରପତ୍ରିକା ବ୍ୟବସାୟରେ ସାଧାରଣରେ ୮୫ ପ୍ରତିଶତ, ଏପରିକି ସ୍ଥଳ ବିଶେଷରେ ଶତପ୍ରତିଶତରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଆୟ ବିଜ୍ଞାପନ ଏବଂ ମାତ୍ର ପନ୍ଦର ପ୍ରତିଶତ କିମ୍ବା ତାହାଠାରୁ କମ ବିକ୍ରୀମୂଲ୍ୟ ଗ୍ରାହକଚାନ୍ଦା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଥିଲେ । ଫଳରେ ସମ୍ବାଦ ଉପଭୋକ୍ତାମାନେ ଉତ୍ପାଦନ ଖର୍ଚ୍ଚଠାରୁ ଢ଼େର କମ ଦରରେ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ଖରିଦ କରିବା ସମ୍ଭବ ହେଉଥିଲା । ଏହି ମଡ଼େଲ ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ପ୍ରଥମ ଭାଗରେ ବିକଶିତ ରେଡ଼ିଓ, ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧୋତ୍ତର ଅବସ୍ଥାରେ ଟେଲିଭିଜନ ଏପରିକି ଶେଷ ଦଶକରେ ଡିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚ ପ୍ରକାଶନରେ ମଧ ବିନିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା ।

ପାରମ୍ପରିକ ବ୍ୟାବସାୟିକ ମଡ଼େଲରେ ପ୍ରଥମତଃ, ସମ୍ପାଦକମାନେ ପାଠକ, ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କ ଅଭିରୁଚି ଆକଳନ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରୁଥିଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ସମ୍ପାଦନାମଣ୍ଡଳୀ 'ନିଉଜ ରୁମ'ମାଧମରେ ଘଟଣା, 'ଫେକ୍ଟ', ଚିତ୍ର 'ଇମେଜେସ', ଅଭିମତ 'ଓପିନିୟନ' ପୃଷ୍ଠଭୂମି 'କନଟେକ୍ସଟ' ଓ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ 'ପ୍ରସପେକ୍ଟିଭ' ନିର୍ବାଚନ ତଥା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ ସମାହିତ ହେଉଥିଲା । ତୃତୀୟତଃ, ପରିଚାଳକ 'ମ୍ୟାନେଜର'ମାନେ ସମ୍ବାଦ କର୍ମୀଙ୍କ ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ଓ ଖର୍ଚ୍ଚକାଟ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନ ଏବଂ ଚତୁର୍ଥତଃ, ବିଜ୍ଞାପନ ଓ ପ୍ରସାର ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା କର୍ମଚାରୀମାନେ ବ୍ୟାବସାୟିକ ଆୟ ତଦାରଖ କରୁଥିଲେ । ବିଶ୍ୱର ସର୍ବତ୍ର ଏହି ମଡ଼େଲର ରୂପାୟନ ନିମନ୍ତେ ସୁଦୃଢ଼ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଓ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ସଂଖ୍ୟକ ସମ୍ବାଦ କର୍ମୀ ଓ ପରିଚାଳକଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରାଯାଇ ଆସିଛି । ଏମାନଙ୍କ ମଧରେ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ଅଭିଜ୍ଞ ଏବଂ ସ୍ୱଳ୍ପ ସଂଖ୍ୟକ ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତ ସମ୍ବାଦ କର୍ମୀଙ୍କ ମଧରେ ଅଣ-ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବାର କାରଣ ଏହି ଯେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶରେ ସାଧାରଣରେ ଅଣ-ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତଙ୍କୁ ପୁନଃ-ତାଲିମ ପ୍ରଦାନ କଷ୍ଟସାଧ । ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ୧୯୯୫ ସୁଦ୍ଧା ପାରମ୍ପରିକ ସମ୍ବାଦ ବ୍ୟବସାୟ ମଡ଼େଲ ସୁଦୃଢ଼ ଥିବା ସ୍ଥଳେ କ୍ରମଶଃ ଡିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚର ଆବିର୍ଭାବ, ସର୍ଚ୍ଚଇଞ୍ଜିନ, ଇ-କମର୍ସ ଓ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ପ୍ରସାର ତଥା ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଭଳି ମୋବାଇଲ ଉପକରଣ ବ୍ୟବହାର ମୁଦ୍ରଣ ଗଣମାଧମରେ ଗୁରୁତର ବିଭ୍ରାଟ ସୃଷ୍ଟି କଲା ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ମହାଭାରତରେ ଗୋଟିଏ ରାଜସୂୟ ଯଜ୍ଞ ବିଷୟରେ କୁହାଯାଇଛି । ତା ସହିତ ଗୋଟିଏ ନେଉଳର ପ୍ରସଂଗ ମଧ ରହିଛି । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ରାଜସୂୟ ଯଜ୍ଞ ସମ୍ପନ୍ନ କରାଯାଇଥିଲା ସମସ୍ତଙ୍କ ଅହଂକାର ବଢ଼ିଯାଇଥିଲା । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାବୁଥିବେ ତାଙ୍କରି ଯୋଗୁଁ ହିଁ ଆୟୋଜନ ସଫଳ ହେଲା । ଆମେ ଏତେ ଦାନ ଦେଲୁ , ଏତେ ଭୋଜନ କରେଇଲୁ , ଆମେ ସତେଇଶ ଅଶ୍ୱମେଧ ମହାଯଜ୍ଞ ମଧ କରି ସାରିଛୁ , ବାଜପେୟ ଯଜ୍ଞ ମଧ କରିସାରିଛୁ ଏବଂ ଏହି ନିକଟ ଅତୀତରେ ତିରୁପତିରେ ମଧ ଗୋଟିଏ ଅଶ୍ୱମେଧ ଯଜ୍ଞ ସମ୍ପନ୍ନ କରିଛୁ । କେବେ କେବେ ଆମେ ବି ଖୁସି ହୋଇଯାଉ ପାଗଳ ହୋଇଯାଉ ଯେ, ଏସବୁ ଆମେ କରିଛୁ । ଗୁରୁ ସତ୍ତାର ପ୍ରତାପରୁ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛି, ସେଥିରେ କିଏ କାହିଁକି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅହଂକାର ପୋଷଣ କରିବାକୁ ଯିବ ? କିନ୍ତୁ ଏପରି ହୋଇଯାଏ । ପାଣ୍ଡବମାନେ ବି ଏପରି କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ କୌଣସି ଏକ ଜାଗାରେ କିଛି ଅଭାବ ରହିଯାଇଥିବା ପରି ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ମନେ ହେଉଥିଲା । ସେ ଭାବିଲେ ଯେ, ସେଥିପାଇଁ ଏଇ ଅହଂକାର ପୋଷଣ କରାଯାଉଛି ଏବଂ ଏହା ଯଜ୍ଞୀୟ ଭାବରେ କରାଯାଇ ନ ଥିବାର ସ୍ପଷ୍ଟ ଦେଖାଯାଉଛି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଯଜ୍ଞ ସ୍ଥାନକୁ ନେଇଗଲେ । ସେଠି ସମସ୍ତେ ଏକ ବିଚିତ୍ର ପରିସ୍ଥିତି ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ । ନେଉଳଟିଏ ଯଜ୍ଞ ଭସ୍ମରେ ଗଡୁଥିଲା । ତା'ର ଅଧା ଶରୀର ସୁନାର ଏବଂ ବାକି ଅଧା ଶରୀର ସାଧାରଣ । ସମସ୍ତେ ଏହି ବିଚିତ୍ର ପ୍ରାଣୀଟିକୁ ଚାହିଁ ରହିଲେ । ଏହା କ'ଣ ଏବଂ କିପରି ହେଲା ବୋଲି ଭଗବାନଙ୍କ ପାଖରୁ ଜାଣିବାକୁ ଚାହିଁଲେ । ଭଗବାନ ନେଉଳ ସହିତ ତାରି ଭାଷାରେ କଥା କହିଲେ । ମଣିଷମାନେ ବୁଝିପାରିବା ଭାଷାରେ ସେ କହିଲା, 'ଆଗରୁ ମୁଁ ଏପରି ଏକ ମହାଯଜ୍ଞରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲି । ସେଥିରେ ମୋର ଅଧା ଶରୀର ସୁନାର ହୋଇଯାଇଥିଲା । ବାକି ଶରୀର ସୁନାର ହୋଇଯିବାର ଆଶା ନେଇ ମୁଁ ଏଠିକୁ ଆସିଥିଲି । ସେଥିପାଇଁ ଗଡୁଛି , କିଛି ଲାଭ ହେଉନାହିଁ ।

ଗତ ଯଜ୍ଞ କିପରି ହୋଇଥିଲା ବୋଲି ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ନେଉଳକୁ ପଚାରିଲେ, ସେ କହିଲା - ଗୋଟିଏ ବ୍ରାହ୍ମଣ ପରିବାର ଅନୁଷ୍ଠାନ କରୁଥିଲା । ସେତେବେଳେ ଭୟଙ୍କର ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ପଡିଥିଲା । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ନଅଦିନ ପରେ ସେମାନେ ବାକିଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଠିକ୍ କରିଥିଲେ । ନବମ ଦିନ ଭାବନାତ୍ମକ ପୂର୍ଣ୍ଣାହୁତି ଦେଇ ପରିବାରଟି ଖାଇବାପାଇଁ ବସିଛନ୍ତି କି ନାହିଁ ଗୋଟିଏ ଚଣ୍ଡାଳ ଆସି ପହଞ୍ଚିଲା, ଚଣ୍ଡାଳ କହିଲା - ମୋତେ ଭୋକ ଲାଗୁଛି ଖାଇବାକୁ ଦିଅ । ବ୍ରାହ୍ମଣ ତାଙ୍କ ଖାଦ୍ୟ ଦେଇ ଦେଲେ । ଖାଇ ସାରିବା ପରେ ସେ କହିଲା - ପେଟ ପୁରିଲା ନାହିଁ । ସେଉଠୁ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀ ମଧ ତାଙ୍କ ଭାଗ ଖାଦ୍ୟ ଚଣ୍ଡାଳକୁ ଦେଇଦେଲେ । ଖାଇ ସାରିବା ପରେ ଚଣ୍ଡାଳ ପୁଣି କହିଲା, ଭାରି ଜୋରରେ ଭୋକ ଲାଗୁଛି । ଏତକ ଖାଇ ବି ଶାନ୍ତି ଲାଗିଲା ନାହିଁ । ଶେଷ ଆଶା ରୂପେ ଥିବା ଗୃହସ୍ଥ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କର ପୁତ୍ର ଦୁଇଜଣଙ୍କର ଖାଦ୍ୟା ମଧ ଚଣ୍ଡାଳକୁ ଦେଇ ଦେଲେ । ଚଣ୍ଡାଳ ପଚାରିଲା, ଭଗବାନ୍ ! ଆପଣ ବର୍ତ୍ତମାନ କ'ଣ ଖାଇବେ ? ବ୍ରାହ୍ମଣ କହିଲା ଯେ, ପାଣି ପିଇ ନେଇ ପରାୟଣ କରିବୁ । ଭଗବାନଙ୍କର ଏହାହିଁ ଇଛା ବୋଲି ମନେ କରିବୁ । ଅତିଥି ଦେବତା ଉପବାସରେ ଯିବେ, ଏହା କିପରି ହେବ ? ଚଣ୍ଡାଳ ଖାଇ ସାରିଲା, ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଲା ଏବଂ ଭଲ ଭାବରେ ମୁହଁ ଧୋଇ ତୃପ୍ତିର ଭାବ ପ୍ରକାଶ କଲା । ଆର୍ଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଚକିତ ପାଣ୍ଡବଙ୍କ ସହିତ ନେଉଳ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ମଧ କହିଲା ଯେ, ସେ ଚଣ୍ଡାଳ ଯେଉଁ ଯାଗାରେ କୁଳୁକୁଞ୍ଚ ପକେଇଥିଲା ସେଠି କେତୋଟି ଦାନା ଭାତ ପଡିଥିଲା । ମୁଁ ସେଥିରେ ଗଡିଯିବାରୁ ଅଧା ଦେହ ସୁନାର ହୋଇଗଲା । ମୁଁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିଲି ଯେ, ସପରିବାର ବ୍ରାହ୍ମଣ ଦେବତା ଚଣ୍ଡାଳ ରୂପୀ ଅତିଥିକୁ ପ୍ରଣାମ କରିବା ପାଇଁ ନଇଁ ପଡିଲେ ଉଠିବା ବେଳକୁ ସେଠାରେ ନାରାୟଣ ହରିଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ । ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ ଚଣ୍ଡାଳ ରୂପ ଧାରଣ କରି ବ୍ରାହ୍ମଣ ପରିବାରର ଯଜ୍ଞୀୟ ବୃତ୍ତି ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଆସିଥିଲେ । ପ୍ରତିକୂଳତା ଭିତରେ ମଧ ଯାହାର ଯଜ୍ଞୀୟ ଭାବ ଜୀବିତ, ସେଇମାନେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥରେ ଦେବତା ହାଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ଏପରି ଦେବତା ଥିବା ସମୟରେ ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ନ ହେବା କଥା । ଭଗବାନ ଏପରି କହିବା କ୍ଷଣି ମୂଷଳ ଧାରାରେ ବର୍ଷା ହେବାକୁ ଲାଗିଲା ଏବଂ ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ଦୂର ହେଲା । ପୁଣି ଏହିପରି ଗୋଟିଏ ଯଜ୍ଞ ହେବା ପାଇଁ ମୁଁ ଯୁଗଯୁଗ ଧରି ଅପେକ୍ଷା କରିଛି । ମୋର ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ଯେ, ଏପରି ମହାଯଜ୍ଞରେ ମଧ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଶା ଏବଂ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଶରୀର ନେଇ ମତେ ଫେରିବାକୁ ହେଉଛି । ଏ କଥା କହି ନେଉଳ ଚାଲିଗଲା । ହତପ୍ରଭ ପାଣ୍ଡବଙ୍କୁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଲେ, ଦେଖିଲେ ଆପଣମାନେ ଆପଣମାନଙ୍କର ପ୍ରତାପ ।

ପିତୃ ଶ୍ରାଦ୍ଧର ମହିମା

ଆଶ୍ୱିନ ମାସ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ପ୍ରତିପଦାଠାରୁ ଅମାବାସ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାଳ ବା ପକ୍ଷ ପିତୃ ଉପାସନାର ପ୍ରକୃଷ୍ଟ ସମୟ ବୋଲି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । ଏହି ସମୟରେ ହେମନ୍ତ ଋତୁ ଧରାପୃଷ୍ଠରେ ପ୍ରବେଶ କରେ ଓ ଭଗ ନାମକ ହିରଣ୍ୟ ରେତସ ସୂର୍ଯ୍ୟ କନ୍ୟା ରାଶିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରନ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ଆଶ୍ୱିନ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ତିଥି ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । କୁହାଯାଏ କି ଏହି ସମୟରେ ପିତୃଲୋକର ସବୁ ଅତୃପ୍ତ ପ୍ରେମ ପ୍ରେତଆତ୍ମାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଥାନ୍ତି । କନ୍ୟାରାଶିକୁ ଭଗ ବା ନାମ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଗମନ କଲେ ପିତୃରାଜ୍ୟରେ ଶୁଭଫଳ ମିଳିଥାଏ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି । ତେଣୁ ଅବିମୁକ୍ତ ଥିବା ପ୍ରେତମାନେ ଏହି ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର କିରଣକୁ ସହ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ ପିତୃଲୋକମାନେ କନ୍ୟା ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇ ତିଳୋଜଳ ପାଇଁ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିଥାନ୍ତି ।

ପିତୃପକ୍ଷଙ୍କୁ ଲଗାତର ୧୫ ଦିନ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଅବସରରେ ଅନ୍ନ ଭୋଗ ଲାଗି ଦିଆଯିବା କାରଣରୁ ମୃତ୍ୟୁ ଲୋକରେ ପିତୃପୁରୁଷ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହେବାରୁ ସମସ୍ତେ ଏକଜୁଟ୍ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ ପହଞ୍ଚିବାରୁ ବ୍ରହ୍ମା ତାଙ୍କୁ ଅଗ୍ନିଦେବଙ୍କ ନିକଟକୁ ପଠାଇ ଦେଇଥିଲେ । ଅଗ୍ନିଦେବ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ସମସ୍ୟାକୁ ଜାଣିବା ପରେ ଅଗ୍ନିଦେବ କହିଥିଲେ କି ସମସ୍ତ ପିତୃପୁରୁଷ ମୋ ନିକଟରେ ବସି ଭୋଜନ କର ଆଉ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ରହିବ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ସମୟରେ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ଅଗ୍ନିଙ୍କୁ ଭୋଗ ଲଗାଯାଇଥାଏ ।

ମାନ୍ୟତା ଅନୁସାରେ ପିତୃପକ୍ଷ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ବିଧି ବିଧାନପୂର୍ବକ କରିବା ଉଚିତ । ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ହୋମ ଏହାପରେ ପିଣ୍ଡଦାନ କରାଯିବା ଉଚିତ । ପ୍ରଥମ ତର୍ପଣ ପିତାଙ୍କୁ ଏହାପରେ ଜେଜେ ଓ ଅଣଜେଜେଙ୍କୁ ତର୍ପଣ କରାଯାଇଥାଏ ।

ପିତୃପକ୍ଷ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ପାଇଁ ତିଳ ଓ କୁଶ ଖୁବ୍ ମହତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ମାନ୍ୟତା ଅନୁସାରେ ତିଳ ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ଝାଳ ତଥା କୁଶ ତାଙ୍କ ଲୋମରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି । ତେଣୁ ବ୍ରହ୍ମା, ବିଷ୍ଣୁ ଓ ମହେଶ୍ୱର ଏଥିରେ ବାସ କରନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଅବସରରେ କୁଶ ଓ ତିଳ ନିତ୍ୟନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ମାନ୍ୟତା ରହିଛି କି ବ୍ରାହ୍ମଣ ଭୋଜନ ବିନା ଶ୍ରାଦ୍ଧ କର୍ମ ଅଧୁରା ରହିଯାଏ । ଧର୍ମ ଗ୍ରନ୍ଥ ଅନୁସାରେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ସହିତ ବାୟୁ ରୂପୀ ପିତୃ ବି ଭୋଜନ କରନ୍ତି । ମାନ୍ୟତା ରହିଛି କି ବ୍ରାହ୍ମଣ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଉଥିବା ଭୋଜନ ସିଧା ପିତରଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିଥାଏ । ଭୋଜନ କରିବା ପରେ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଘର ଦ୍ୱାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂରା ସମ୍ମାନର ସହିତ ବିଦା କରିବା ଉଚିତ୍ । ମାନ୍ୟତା ରହିଛି ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ସହିତ ପିତୃପୁରୁଷ ମଧ ଚାଲିଯାଇଥାନ୍ତି ।

ମହାଭାରତ ଅନୁସାରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ପକ୍ଷ ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶୀ ତିଥିରେ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । କାହିଁକି ନା ଏହି ତିନ ଲୋକ ତିଥି ଅନୁସାରେ ନିଜର ପରିଜନଙ୍କ ଯେଉଁମାନେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦେଉଥାନ୍ତି ଏହି ଲୋକ ଖୁବ୍ ବିବାଦ ଘେର ଭିତରେ ରହିଥାନ୍ତି ।

ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧରେ ପିତୃ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରିବା ପାଇଁ ବହୁତ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଆମର ଧର୍ମ ଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡିକରେ ବହୁ ପ୍ରକାର ଶ୍ରାଦ୍ଧ ରହିଛି । ଏହି ସମସ୍ତ ମହତ୍ତ୍ୱ ମଧ ଅଲଗା ଅଲଗା । ଭବିଷ୍ୟ ପୁରାଣ ଅନୁସାରେ ୧୨ ପ୍ରକାରର ଶ୍ରାଦ୍ଧ ରହିଛି । ଏଗୁଡିକ ହେଲା- ନିତ, ନୈମିତ୍ତିକ, କାମ୍ୟ, ବୃଦ୍ଧି, ସପିଣ୍ଡନ, ପାର୍ବଣ, ଗୋଷ୍ଠୀ, ଶୁଦ୍ଧର୍ଥ, କର୍ମାଙ୍ଗ, ବୈଦିକ, ଯାତ୍ରାର୍ଥ, ପୁଷ୍ଟ ପର୍ଥ ।

ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବା ସମୟରେ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କୁ ତର୍ପଣ କରାଯାଇଥାଏ, ନଚେତ ପିଣ୍ଡ ଦାନ ସମୟରେ ଅଙ୍ଗୁଳିରେ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦିଆଯାଇଥାଏ । ମହାଭାରତ ଓ ଅଗ୍ନି ପୁରାଣ ଅନୁସାରେ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କୁ ଜଳ ଦେବା ସମୟରେ ଆତ୍ମାକୁ ଶାନ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଗ୍ରନ୍ଥରେ କୁହାଯାଇଛି, ପୂଜା ପଦ୍ଧତି ଅନୁସାରେ ଯେଉଁ ଭାଗରେ ଅଙ୍ଗୁଳି ରହିଥାଏ, ଏହି ଭାଗକୁ ପିତୃ ତୀର୍ଥ କୁହାଯାଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ଅଙ୍ଗୁଠିରେ ଚଢ଼ାଯାଉଥିବା ପିତୃ ତୀର୍ଥରୁ ହୋଇ ପିଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇ ଥାଏ । ପିତୃ ତୀର୍ଥ ଜଳ ଅଙ୍ଗୁଳି ମାଧମରେ ପିତୃ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିଯାଏ ଓ ପିତୃପୁରୁଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ତୃପ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

କାଶୀକୁ ମୋକ୍ଷ ନଗରୀ କୁହାଯାଇଥାଏ । ଏଠାରେ ସ୍ୱୟଂ ଶିବ ତାଙ୍କର ସୃଷ୍ଟି ରଚନା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । କୁହାଯାଏ କି ମନୁଷ୍ୟର ଶେଷ ନିଃଶ୍ୱାସ ନେବା ପୂର୍ବରୁ କାଶୀକୁ ଆସିଥାନ୍ତି କାହିଁକି ନା ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ସେମାନଙ୍କ ଆତ୍ମାକୁ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଯିବ । କାଶୀରେ ରହିଛି ପିଶାଚ ମୋଚନ କୁଣ୍ଡ । ଏଠାରେ ତ୍ରିପିଣ୍ଡି ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବା ଫଳରେ ପିତୃ ପୁରୁଷଙ୍କ ବ୍ୟାଧି ଦୂର ହେବା ସହିତ ଅକାଳରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ୟାଧିରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଥାନ୍ତି ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଶ୍ରାଦ୍ଧର ନିୟମ

ଗଙ୍ଗା, ଗୟା ଓ ଗୋଦାବରୀକୁ ଯାଇ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବା ଫଳରେ ପିତୃପୁରୁଷ ଯେ ପ୍ରସନ୍ନ ହୁଅନ୍ତି ତାହା ନୁହେଁ, ଘରେ ମଧ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ପିଣ୍ଡ ଦାନ କଲେ ପିତୃପୁରୁଷ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଆଶୀର୍ବାଦ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରିବା ପାଇଁ କିଛି ବିଶେଷ ବିଧିକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଇଥାଏ । ବିଧି ମତେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦେଲେ ପିତୃ ପୁରୁଷ ଶାନ୍ତି ହେବା ସହିତ ଘରେ ସୁଖ ସମୃଦ୍ଧି ବୃଦ୍ଧିଥାଏ ।

ଶ୍ରାଦ୍ଧ ତିଥି ଦିନ ସକାଳୁ ଶଯ୍ୟା ତ୍ୟାଗ କରି ଘରଦ୍ୱାର ଲିପାପୋଛା କରି ଗଙ୍ଗା ଜଳ କିମ୍ବା ଗୋମୂତ୍ର ସିଞ୍ଚନ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

ଦିନ ୧୨ ଟା ସୁଦ୍ଧା ଶ୍ରାଦ୍ଧ କର୍ମ ଶେଷ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

ଦକ୍ଷିଣ ଦିଗକୁ ମୁହଁ କରି ବାମ ମୋଡ଼ କରି, ବାମ ଆଣ୍ଠୁକୁ ଭୂମିରେ ରଖି ଟେକି ହୋଇ ବସିବା ଉଚିତ୍ । ଏହାପରେ ତମ୍ବାର ଏକ ବଡ଼ ପାତ୍ରରେ କଳାତିଳ, ଗାଈର କଞ୍ଚାକ୍ଷୀର, ଗଙ୍ଗାଜଳ ଓ ପାଣି ଢ଼ାଳନ୍ତୁ । ଏହି ଜଳକୁ ଦୁଇ ହାତରେ ଭରି ସିଧା ହାତରେ ଅଙ୍ଗୁଳି ଢ଼ାଳି ଏହି ପାତ୍ର ଭିତରେ ଢ଼ାଳନ୍ତୁ । ଏହି ପରି ୧୧ ଥର କରିବା ସହିତ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କୁ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତୁ ।

ଘରର ଅଗଣାରେ ମୁରୁଜ ପକାନ୍ତୁ । ମହିଳା ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ପାଇଁ ଭୋଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଶ୍ରାଦ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଡକାଇ ଥାନ୍ତି । ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ପାଦକୁ ଧୋଇବା ଉଚିତ୍ । ଏପରି କରିବା ସମୟରେ ମହିଳାମାନେ ଡାହାଣ ପଟକୁ ଚାହିଁବା ଉଚିତ୍ ।

ଶ୍ରାଦ୍ଧ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ପକାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାନ୍ତି । ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ଭୋଜନ କରିବା ପାଇଁ ନିମନ୍ତ୍ରିତ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ପ୍ରତି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ୍ । ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଭୋଜନ ଦେବାବେଳେ ମଧ ମହିଳାମାନେ ଡାହାଣ ପଟକୁ ମୁହଁ କରି ଅନ୍ନ ବାଢ଼ିବା ଉଚିତ୍ ।

ଦକ୍ଷିଣ ଦିଗକୁ ମୁହଁ କରି କୁଶ, ଜଅ, ତିଳ, ଚାଉଳ ଓ ଜଳ ନେଇ ସଂକଳ୍ପ କରନ୍ତୁ ଓ ଅତି କମରେ ଏକ ବା ତିନି ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଭୋଜନ କରାନ୍ତୁ ।

ପ୍ରସନ୍ନ ଚିତ୍ତରେ ଭୋଜନ ପରଷନ୍ତୁ । ଭୋଜନ ଉପରାନ୍ତେ ଯଥାଶକ୍ତି ଦକ୍ଷିଣା ଓ ଅନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଦାନ କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଗାଈ, ଭୂମି, ତିଳ, ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ, ଘିଅ, ବସ୍ତ୍ର, ଶସ୍ୟ, ଗୁଡ଼, ଚାନ୍ଦି ଓ ଲୁଣ ଦାନକୁ ମହାଦାନ କୁହାଯାଇଥାଏ । ଏହା ପରେ ନିମନ୍ତ୍ରିତ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଚାରି ଥର ପ୍ରଦକ୍ଷିଣ କରି ଆଶୀର୍ବାଦ ନିଅନ୍ତୁ । ବ୍ରାହ୍ମଣ ସ୍ୱସ୍ତିବଚନ ତଥା ବୈଦିକ ପାଠ କରି ଗୃହସ୍ଥଙ୍କର ଶୁଭକାମନା ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତୁ ।

ଶ୍ରାଦ୍ଧରେ ଧଳା ଫୁଲର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତୁ । ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ କ୍ଷୀର, ଗଙ୍ଗାଜଳ, ମହୁ, ଧଳା ପୋଷାକ ପରିଧାନ କରିବାର ନିୟମ ରହିଛି ।

ଶ୍ରାଦ୍ଧରେ ଗୃହର ମହିଳାମାନେ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ଘର ଇଷ୍ଟଦେବ ତଥା ବାହାରେ ଗାଈ, କୁକୁର ଓ କାଉଙ୍କ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ଲାଗି କରିବା ଉଚିତ୍ ।

ବିଦେଶରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ

ବିଦେଶରେ ପିତୃପକ୍ଷ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ । ଚୀନ, ଜର୍ମାନୀ, ସିଙ୍ଗାପୋର, ମାଲେସିୟା ଓ ଥାଇଲାଣ୍ଡ ସମସ୍ତ ଦେଶରେ ମୃତ ଆତ୍ମାଙ୍କୁ ଶାନ୍ତି ପାଇଁ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଚୀନରେ ଛାଙ୍ଗ ମିଂ ଫେଷ୍ଟିଭାଲ ଏକ ପରମ୍ପରା ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ । ଛାଙ୍ଗର ଅର୍ଥ 'ସଫା' ଓ ମିଙ୍ଗର ଅର୍ଥ 'ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ' । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଚୀନରେ ମୃତବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କବର ସ୍ଥଳକୁ ଯାଇ ଏହାକୁ ସଫା କରି ଫୁଲ ମାଳ ଚଢ଼ାଇ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ପରେ ପରିବାର ଲୋକ କବର ସ୍ଥଳକୁ ୩/୪ ଥର ପରିକ୍ରମା କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ଉତ୍ସବ ଏପ୍ରିଲ ମାସ ୫ ତାରିଖରେ ଏଠାରେ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଜର୍ମାନୀରେ କ୍ୟାଥୋଲିକ୍‌ମାନେ ୧ ନଭେମ୍ବରରେ ଆଲ୍ ସେଣ୍ଟସ୍ ଡେ' ପାଳନ କରିଥାନ୍ତି । ଶୀତ ଦିନରେ ପୂର୍ବଜଙ୍କୁ ଶାନ୍ତି କରିବା ପାଇଁ କବରରେ ମହମବତୀ ଜଳାଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ପୂର୍ବ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଥାନ୍ତି ।

ଏହା ବୌଦ୍ଧ ଧର୍ମରେ ପ୍ରଚଳନ । ଏହି ଫେଷ୍ଟିଭାଲ ସିଙ୍ଗାପୁର, ମାଲେଶିଆ, ଥାଇଲାଣ୍ଡ, ଶ୍ରୀଲଙ୍କା, ଆସୋସ, କାମ୍ବୋଡ଼ିଆ, ଭିଏତନାମ, ତାଇୱାନ, ଇଣ୍ଡୋନେସିଆ, ଜାପାନ ଓ ଚୀନ ସମେତ ଏସିଆର ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ । ଘୋଷ୍ଟ ଫେଷ୍ଟିଭାଲରର ଆୟୋଜନ ସମୟ ମାସରେ ୧୫ ତାରିଖ ରାତିରେ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହି ମାସକୁ ଘୋଷ୍ଟ ମାସ ରୂପରେ ମାନିଥାନ୍ତି । ଏଥିରେ ପୂର୍ବଜଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ପସନ୍ଦୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ମୋନୁ (ଫୋନରେ) ହେଲୋ, ମତେ ଚିହ୍ନି ପାରୁଛନ୍ତି ?
ସ୍ୱିଟି : ନାଁ ମୁଁ ଜାଣିପାରୁନି ଆପଣ କିଏ କହୁଛନ୍ତି ?
ମୋନୁ : ତୁମେ ମତେ ଭୁଲି କେମିତି ପାରିଲ ।
ସ୍ୱିଟି : ତୁମେ କ'ଣ ମୋବାଇଲ ପାସୱାର୍ଡ ହୋଇଛ ଯେ ଭୁଲି ପାରିବିନି ।

× × × ×

ଅଜୟ : ସାଙ୍ଗ ଆଜି ମତେ ଭାରି ଏକୁଟିଆ ଲାଗୁଛି ।
ବିଜୟ : ଆଜି ରାତିରେ ଘରର ସବୁ ଲାଇଟ୍ ବନ୍ଦ କରି ଭୂତ ଫିଲ୍ମ ଦେଖିବୁ ।
ସତ କହୁଛି ତତେ ଜମା ଏକୁଟିଆ ଲାଗିବନି । ସବୁବେଳେ ତତେ ଲାଗିବ ଯେମିତି ତୋ ପଛରେ କେହି ଛିଡ଼ା ହୋଇଛି ।

× × ×

ଚିଣ୍ଟୁ : କାଲି ଦେହ ଖରାପର ମିଛ ବାହାନ କରି ଅଫିସ୍‌ରୁ ଛୁଟି ନେଇଥିଲି । ଆଉ ଆଜି ମୋର ସତରେ ଦେହ ଖରାପ ହୋଇଗଲା ।

ଛୋଟୁ : ବହୁତ ଖରାପ ହେଲା ତୋ ସହିତ ।
ଚିଣ୍ଟୁ : ଆରେ ନାଁରେ, ମୁଁ ଭାବୁଛି ଆଉ ସପ୍ତାହରେ ମୋ ବାହାଘର ବାହାନ କରିବି ।

× × × ×

ସ୍ୱାମୀ ରାତିରେ ଘରକୁ ଫେରି ନ ଥିଲା । ସକାଳୁ ଯେତେବେଳେ ଆସିଲା -ସ୍ତ୍ରୀ (ରାଗିକି) : କାଲି ରାତିରୁ ଘରକୁ ଆସିନ । ଏବେ ସକାଳ ସାତଟାରେ ଘରକୁ କ'ଣ ପାଇଁ ଆସିଛ ?
ସ୍ୱାମୀ : ଖାଇବା ପାଇଁ ।

× × × × × ×

ରାଜୁ : ରାକେଶକୁ କହିଲା ଜାଣିଛୁ ସାଙ୍ଗ ଆମେ ନା ୪୫ ଭାଇ ଭଉଣୀ ।
ରାକେଶ : କ'ଣ ତୁମର ଘରକୁ ଜନସଂଖ୍ୟା ନିୟନ୍ତ୍ରଣବାଲା ଆସି ନ ଥିଲେ ?
ରାଜୁ : ଆସିଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ସେତେବେଳେ ଆମେ ପଢ଼ୁଥିଲୁ... । କୋଚିଂ କ୍ଲାସ ଭାବି ଚାଲିଗଲେ ।

× × × × × ×

ପପୁକୁ ତା'ର ସବୁ ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ ରିଜେକ୍ଟ କରି ଦେଇଥିଲେ । ସେ ସାଧୁଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ ପହଞ୍ଚିଲା, ସେଠାରେ ତିନି ଜଣ ସାଧୁ ବସିଥିଲେ ।
ପପୁ କହିଲା ମହାରାଜ : ମୋର ସମସ୍ୟା ଦୂର କରନ୍ତୁ ।
ମୋତେ କେହି ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ ବିବାହ କରିବାକୁ ରାଜି ହେଉ ନାହାନ୍ତି ।
ବାବା : ଆସ ଆମ ପାଖରେ ଆଉ ଏକ ଆସନ ପକାଇ ଏଇଠି ବସି ଯାଅ ।

ସ୍ୱୀକାର

ବର୍ଷ ୨୫, ସଂଖ୍ୟା-୩୪, ୧୯ - ୨୫ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧

ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତି

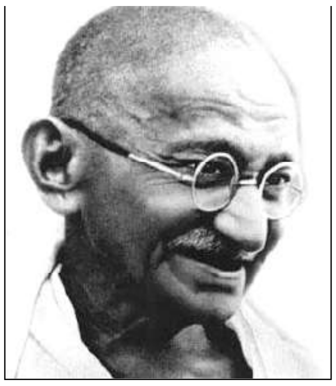
ରାଜନୀତି ସଂସ୍କୃତି ଗଢ଼େ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ସଂସ୍କୃତିର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଅଙ୍ଗ । ଭାରତବର୍ଷର ସଂସ୍କୃତି ମୁନି ଋଷିମାନେ ଗଢ଼ିଥିଲେ । ଏଣୁ ଏହାର ପରମ୍ପରା ମହାନ ହୋଇ ପାରିଛି । ସ୍ୱାଧୀନତା ପରେ ଭାରତବର୍ଷରେ ଏକ ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତିର ମୂଳଦୁଆ ପଡ଼ିଲା । ସତ୍ୟ ଆଉ ନ୍ୟାୟର ସ୍ତମ୍ଭକୁ ଭାଙ୍ଗି ଦିଆଗଲା । ନିରପେକ୍ଷତାର ଦ୍ୱାହି ଦେଇ ପକ୍ଷପାତିତାକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦିଆଗଲା । ରାଜନୀତିରେ ଅସତ ଚରିତ୍ରମାନଙ୍କର ପ୍ରବେଶ ହେଲା । ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀମାନେ ପ୍ରଚ୍ଛଦରେ ସମର୍ଥନ ଜ୍ଞାପନ କଲେ । ଯାହା ଫଳରେ ଭାରତବର୍ଷରେ ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତିର ସଂପ୍ରସାରଣ ପାଇଁ ରାସ୍ତା ତିଆରି ଚାଲିଲା ।

ରାଜନୀତି ଅସାମାଜିକତାକୁ ସଂରକ୍ଷଣ କରି ରଖିଥାଏ । ଯାହାଫଳରେ ରାଜନୀତି ସମାଜର କଥା କୁହେନାହିଁ । ରାଜନୀତି କ୍ଷମତା ଦଖଲ ପାଇଁ ଭୁଲ ବାଟକୁ ଆପଣେଇ ଥାଏ । ଏଣୁ ରାଜନୀତି ସମାଜର ବାସ୍ତବଚିତ୍ର ଆଙ୍କିପାରେନା । ରାଷ୍ଟ୍ର ପାଇଁ ସବୁକିଛି ତ୍ୟାଗ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରହି ନ ଥାଏ । ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସହ ମିତ୍ରତା ବାନ୍ଧେ । ସ୍ୱାର୍ଥ ହାସଲ ପରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅଣଦେଖା କରିଥାଏ । ଏଣୁ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ନିଜର ସାମାଜିକ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ରକ୍ଷା ନ କରି କର୍ପୋରେଟରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଏ । ରାଜନୀତି ଦ୍ୱାରା ନେତାମାନଙ୍କର ସ୍ୱାର୍ଥହାସଲ ପାଇଁ ବାଟ ଫିଟିଯାଏ । ସ୍ୱାର୍ଥ ହେଉଛି କ୍ଷମତା ଦଖଲ । ସ୍ୱାର୍ଥ ହାସଲ ପାଇଁ ବହୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡିଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ଗଣତନ୍ତ୍ର ସହ ଜଡ଼ିତ । ଗଣତନ୍ତ୍ରକୁ ଅପହରଣ ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଭୁଲ ରାସ୍ତା ଦେଖାଇ ମିଛ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଥାଏ । ଏଣୁ ଆପେ ଆପେ ଗଣତନ୍ତ୍ର ନିଜ ହାତ ମୁଠାରେ ରହିଯାଏ । କ୍ଷମତା ଦଖଲ ସୁରୁଖୁରୁରେ ହୋଇଯାଏ । ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତି ଆମକୁ ଭୁଲ ରାସ୍ତାରେ ନେଇଯାଏ ।

ନେତାର ସଂଜ୍ଞା ଦେବାକୁ ଯାଇ ଜଣେ ନୋବେଲ ବିଜେତା କହିଥିଲେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଯିଏ ଘଟଣାକୁ ବେଶୀ ଦେଖେ, ଶୁଣେ, ଆଉ ଅନୁଭବ କରିପାରେ ସେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ନେତା । ଜଣେ ରାଜନୈତିକ କର୍ମୀ ନେତା ହେବା ପାଇଁ କେତେ ପାହାଡ଼ ଚଢ଼ିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ସେମାନେ ଜାଣି ପାରନ୍ତିନି । ବାଟ ଚାଲିବା ଅପେକ୍ଷା ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ଏଣୁ ଅର୍ଥ, ବାହୁବଳ, ମଦ, ଦ୍ୱାରା କ୍ଷମତା ପାଇଁ ହୀନମନ୍ୟତା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି । ଆଜି ସମୟରେ ସଫଳ ହୁଅନ୍ତି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତି କହିଲେ ଆମେ ବୁଝୁ ଅବାଟରେ ଯାଇ ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ନିଜର ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ପ୍ରତିପାଦନ କରିବା । ଅବାଟ ହିଁ ଅପସଂସ୍କୃତିର ଧାରା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଗଣତନ୍ତ୍ର, ସ୍ୱାଧୀନତାକୁ ବୁଝି ନଥିବା ବହୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଶୋଷଣର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି । ରାଜନୀତି ଆଜି ଗଣତନ୍ତ୍ର ଆଉ ସ୍ୱାଧୀନତାକୁ ଅପହରଣ କରିଛି । ସେମାନଙ୍କର ସ୍ଥିତି ନାହିଁ ବୋଲି ସର୍ବସାଧାରଣରେ ପ୍ରକାଶ କରୁଛି । ପାଟି ଫିଟାଉଥିବା ଅଥବା ଗଣତନ୍ତ୍ରକୁ ସମ୍ମାନ ଜଣାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ରାଜରାସ୍ତାରେ ଆକ୍ରମଣ କରାଯାଉଛି । ପୁଣି ପାଟି ଫିଟାଇଲେ ହତ୍ୟା କରାଯାଉଛି । ଏଣୁ ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତି ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କଳୁଷିତ ହୋଇଯାଉଛି । ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତିରେ ବିବେକ ବୋଲି କିଛି ନ ଥାଏ । ସତ୍ୟ ଆଉ ଅହିଂସାକୁ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ମାର୍ଗ କହୁଥିବା ଭାରତବର୍ଷରେ ମିଥ୍ୟା ଆଉ ହିଂସାର ଚିତ୍ର ରକ୍ତରେ ଲେଖାଯାଉଛି । ଭାରତ ବର୍ଷରେ ମହାନତା ଚିତ୍ର ମଳିନ ପଡିଯାଉଛି । ଏଣୁ ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତି ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପଦ୍ଧତିକୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଅକାମି କରି ଦେଉଛି । ଗଣତନ୍ତ୍ର ଆଜି ରାଜନୀତିର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଗୋଡ଼ାଣିଆ ପାଲଟିଯାଇଛି । ଗଣତନ୍ତ୍ର ଆଜି ବନ୍ଧା ପଡିଯାଇଛି କିଛି ବାହୁବଳିଙ୍କ ହାତରେ ।

ଏଣୁ ରାଜନୀତି କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ସଂଗଠନକୁ ମଜବୁତ କରିବା ଆଳରେ ଛଳନାର ମୁଖା ପିନ୍ଧୁଛି । ଅନ୍ୟକୁ ଭୁଲ ନିଜକୁ ଠିକ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଆଳ କରୁଛି । ଯାହାଫଳରେ ସମାଜରେ ନିଜ ପତିଆରା ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଭୁଲ ରାସ୍ତାର ପଥିକ କହି ନିଜ ରାସ୍ତାରୁ ହଟାଇ ଦେଉଛି । ଏଣୁ ସମାଜ ଏକ ବ୍ୟୁରୋକ୍ରାସି ହାତରେ ଖେଳଣା ସାଜୁଛି । ସମାଜଠାରୁ ବ୍ୟକ୍ତି ବଡ଼ ନୁହେଁ ତଥାପି ସମାଜକୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଚଳାଇଥାଏ । ରାଜନୀତିକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ରଖିବା ପାଇଁ ଆଉ ଅହିଂସାର ଆଭିମୁଖ୍ୟ ନେଇ ଗଣତନ୍ତ୍ରକୁ ସୁଦୃଢ଼ କଲେ ସିନା ରାଜନୈତିକ ସଂସ୍କୃତି ସାମାଜିକତା ଭଳି ମହାନ୍ ହୋଇପାରିବ ।



ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

ମୁଁ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛି ଯେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ହଜାରକରେ ନଅଶହ ଅନେଶତ ରୋଗକୁ ସୁନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟ, ଜଳଚିକିତ୍ସା ଏବଂ ମାଟିର ଚିକିତ୍ସା ଓ ଘରେ କରାଯାଇ ପାରୁଥିବା ପ୍ରତିବିଧାନଗୁଡିକ ଦ୍ୱାରା ଭଲ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ମୋ'ର ମତ ଯେ ଯେଉଁସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ, ଗୃହସମ୍ବନ୍ଧିତ ଏବଂ ସାଧାରଣ ସ୍ୱଚ୍ଛତାର ନିୟମଗୁଡିକୁ କଠୋର ଭାବରେ ପାଳନ କରାଯାଏ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ତଥା ବ୍ୟାୟାମ ବିଷୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଯତ୍ନ ନିଆଯାଏ, ତେବେ ଆଦୌ କୌଣସି ଅସୁସ୍ଥତା ଅଥବା ରୋଗ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଯଦି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶୁଦ୍ଧତା, ଅନ୍ତର ତଥା ବାହାର ଉଭୟର ଶୁଦ୍ଧତା ରହିଥାଏ, ତେବେ ଅସୁସ୍ଥତା ଆଦୌ ସମ୍ଭବ ହୁଏନାହିଁ । ଗାଆଁର ଲୋକମାନେ ଯଦି ଏତିକି ମାତ୍ର ବୁଝନ୍ତେ, ତେବେ ସେମାନଙ୍କ ଲାଗି ଡାକ୍ତର, ହାକିମ କିମ୍ବା ବୈଦ୍ୟର ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ରହନ୍ତା ନାହିଁ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା କହିଲେ ଏକ ଆଦର୍ଶ ଜୀବନକୁ ବୁଝାଏ ଏବଂ ଆଦର୍ଶ ଜୀବନ କହିଲେ ସହର ଏବଂ ଗାଆଁମାନଙ୍କରେ ଜୀବନଧାରଣର ଆଦର୍ଶ ପରିବେଶ ରହିଥିବାକୁ ବୁଝାଏ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ନାମ ହେଉଛି ଅସଲ କେନ୍ଦ୍ର, ଯାହା ଚାରିପାଖରେ ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାର ବ୍ୟବସ୍ଥାଟି ବେଷ୍ଟିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ, ଚିକିତ୍ସାରୂପେ ଯାହାକିଛି ହେବ, ତାହା ଯଥାସମ୍ଭବ ଅଧିକ ଶସ୍ତା ଓ ଅଧିକ ସରଳ ହୋଇଥିବ । ଏଥିରେ ଆଦର୍ଶର କଥାଟି ହେଉଛି ଯେ, ଗ୍ରାମମାନଙ୍କରେ ହିଁ ଏହି ଚିକିତ୍ସାର ପ୍ରଚଳନ ହେଉଥିବ । ଆବଶ୍ୟକ ସାଧନ ଏବଂ ସାମଗ୍ରୀ ଯୋଗାଇ ଦେଇ ପାରିବା ଲାଗି ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କର ସାମର୍ଥ୍ୟ ରହିଥିବ । ଯେଉଁସବୁ ପଦାର୍ଥ ଗାଆଁରେ ନମିଳିବ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ବାହାରୁ ଯୋଗାଡ଼ କରି ଆଣିବାକୁ ହେବ ।

ଜୀବନ ବିଷୟରେ ଆମର ଯେଉଁ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ରହିଥାଏ, ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ଉନ୍ନତ ଏକ ଭୂମିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରି ନେବାର ନିଶ୍ଚିତ ସମ୍ଭାବନା ନିହିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ନିୟମ ଅନୁସାରେ ଆପଣାର ଜୀବନକୁ ନିୟମିତ କରି ଆଣିବା ଲାଗି ଏକ ପ୍ରେରଣା ମିଳିଥାଏ । ଏହା କେବଳ ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ମାଗଣାରେ ଅଥବା ପଇସା ଦେଇ ଔଷଧ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ବୁଝାଏ ନାହିଁ । ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ମାଗଣାରେ ଚିକିତ୍ସା ନେଉଥିବା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କାହାର ଅନୁଗ୍ରହକୁ ହିଁ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ମାତ୍ର, ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଆଦୌ ଭିକ୍ଷା ମାଗେନାହିଁ । ନିଜେ ନିଜକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମସମ୍ମାନ ବୃଦ୍ଧିପାଏ ! ନିଜ ଦେହ ଭିତରୁ ବିଷଗୁଡିକ ଦୂର କରିଦେଇ ସେ ନିଜେ ନିଜର ଆରୋଗ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ପଦକ୍ଷେପମାନ ଗ୍ରହଣ କରେ ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତରେ ମଧ ସେ ଯେପରି ଆଉ ଅସୁସ୍ଥ ହେବ ନାହିଁ, ସେଥି ଲାଗି ସତର୍କ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗ୍ରହଣ କରିନିଏ ।

---୦୦---

ନବଧା ଭକ୍ତିରେ ନିହିତ ଅଛି ସମସ୍ତ ସାଧନାର ସାର

ନବଧା ଭକ୍ତିରେ ନବମ ଭକ୍ତି ହେଉଛି, (ନବମ୍ ସରଲ୍ ସବ୍ ମନ୍ ଛଲ୍ ହୀନା । ମମ ଭୃରାସ ହିୟ ଦରଷ ନ ଦୀନା)

ସରଳତାର ଅର୍ଥ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହିତ ନିଷ୍କପଟ ଭାବରେ ବାର୍ତ୍ତାଳାପ କରିବା, ହୃଦୟ ଭିତରେ ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ଭରଷା କରିବା ଏବଂ ଯେ କୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ମଧ ହର୍ଷ କିମ୍ବା ବିଷାଦର ଭାବ ନ ରଖିବା । ଏହି ଅନ୍ତିମ ଭକ୍ତି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ସରଳ ଓ ନିଷ୍କପଟ ହେବା ଉପରେ ଭଗବାନ୍ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ଦେଇଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଭାବନା ଈଶ୍ୱରାନୁଖୀ ହୋଇଥିବ ଓ କାମନା ବାସନା ରହିତ ହୋଇଥିବ ସେ କେବଳ ଏହିପରି ହୋଇ ପାରିବ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବୁଦ୍ଧିର ମାନଦଣ୍ଡ ଦ୍ୱାରା କୁଚକ୍ରପୂର୍ଣ୍ଣ ଷଡଯନ୍ତ୍ରରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଛି, ତାକୁ ହିଁ ଭକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଈଶ୍ୱର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସେ ବୁଦ୍ଧି ବଳରେ ଜ୍ଞାନର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପାରିଛି ।

'ଆମେ ଯଦି ନୀଚଲୋକ ପରି ଗୁରୁ ଶିଷ୍ୟର ଛଳନା କରି ନିଜର କାମନା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ଦାବି ପରେ ଦାବି କରୁଥାନ୍ତେ ଏବଂ ବ୍ୟବସାୟ ପରି ପ୍ରେମର ଜାଲ ବିଛାଇ ଦିଅନ୍ତେ, ତାହେଲେ ନିରାଶା ଓ ଅଭିଯୋଗଭରା ମାନସିକ ଅବସ୍ଥାରେ କାଳାତିପାତ କରନ୍ତେ । 'ଦିବ୍ୟତତ୍ତ୍ୱର ଏତିକି ଅନ୍ତତଃ ବୃଦ୍ଧିଥାଏ ଯେ, ମନୁଷ୍ୟର ସ୍ୱାର୍ଥପରତା ଓ ପ୍ରେମଭାବର ବାସ୍ତବିକ ପ୍ରଭେଦ ବୁଝିପାରେ । ବସ୍ତୁତଃ ହୃଦୟ ଯେତେବେଳେ ନିଷ୍କପଟ ଶିଶୁ ତୁଲ୍ୟ ସରଳ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ତହିଁରେ ଚୁମ୍ବକତ୍ୱ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ଯାହା କି ସ୍ୱୟଂ ପରମାତ୍ମାଙ୍କୁ ଆକର୍ଷଣ କରିପାରେ । ଏହି ଭକ୍ତିର ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରସଙ୍ଗର ଯେଉଁଠାରେ 'ମମ ଭରୋସ'ର ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି, ସେଠାରେ ଗୀତାର ଏହି ବାଣୀ ଉପଯୁକ୍ତ ଜଣାପଡେ । ଯେଉଁଥିରେ କୁହାଯାଇଛି, 'ତେଷାଂ ନିତ୍ୟାଭିଯୁକ୍ତାନାଂ ଯୋଗ କ୍ଷେମ ବାହାମ୍ୟହମ ।' ମୋ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ, ମୋ ଭିତରେ ଲୀନ ଭକ୍ତଗଣଙ୍କର ଦାୟିତ୍ୱ ମୁଁ ବହନ କରିଥାଏ । ଆମେ ଏତିକି ବିଶ୍ୱାସ ରଖିବା ଉଚିତ୍ ଯେ, ଈଶ୍ୱର ହିଁ ଆମର ରକ୍ଷକ । ତାଙ୍କ ଉପରେ ଆମର- ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭରସା ଅଛି । ଯଦି ସଫଳତା ମିଳେ, ତାହା ଆମର ନୁହେଁ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କର । ଆମେ ଆନନ୍ଦିତ ମନରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଶ୍ରେୟ ଦେବା ଉଚିତ । ନିଜକୁ ନୁହେଁ । ଦୁଃଖୀ ହେବା ମଧ ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଭଗବାନଙ୍କର ଆପଣାର, ସେ କାହାକୁ ଭୟ କରେ ନାହିଁ । ତା 'ର ଆତ୍ମ ଅବମାନନାର ଭାବ କାହିଁକି ରହିବ ? ଯେତେବେଳେ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ଦୃଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ଆସିଯାଏ, ଭକ୍ତ ସୁଖ ଦୁଃଖରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠିଯାଏ ।

ଯେ ସୁଖ ଦୁଃଖରେ ଭଗବାନଙ୍କର ହୋଇ ରହେ, ସେ ବି ପ୍ରକୃତ ଭକ୍ତ । ଶିଶୁ ଦୌଡିଯାଇ ମାଆ କୋଳରେ ହିଁ ଶାନ୍ତିପାଏ । ବାସ୍ତବିକ ଭକ୍ତ ଶିଶୁପରି ଭଗବାନଙ୍କ କୋଳରେ ରହିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦରକାର । ଏଥିରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଚରଣର ବ୍ୟାଖ୍ୟା ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି ।

ଶବରୀକୁ ନବଧାଭକ୍ତି ପ୍ରସଙ୍ଗ ଶୁଣାଇ ଭଗବାନ୍ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର କହୁଛନ୍ତି, ନବମ ହିଁ ଜିନ୍-କେ ଏକୌ ହୋଈ । ନାରୀ ପୁରୁଷ ସଚରାଚର କୋଈ । 'ଏହି ନଅଗୋଟି ମଧରୁ ଯାହାର ଗୋଟିଏ ମଧ ଥାଏ, ସେ ସ୍ତ୍ରୀ, ପୁରୁଷ, ଜଡ, ଚେତନ ଯାହା ହୋଇଥିଲେ ମଧ ଉଦ୍ଧାର ପାଇଯାଏ । ନବଧା ଭକ୍ତି, ଭିତରୁ ଆମେ ଜୀବନରେ ଗୋଟିଏ ମଧ ପ୍ରତିପାଳନ କରିପାରିଲେ, କୁସଂସ୍କାରଠାରୁ ପ୍ରାରବ୍ଧ କର୍ମର ଅନ୍ତଃକରଣରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାକୁ ବିଳମ୍ବ ହେବନାହିଁ । କଳିଯୁଗରେ କେବଳ ଭକ୍ତି ହିଁ କାମନାର ଯୋଗ୍ୟ । ନବଧାଭକ୍ତି ମଧରୁ ଗୋଟିଏ ମଧ ସୂତ୍ର ଯଦି ଆମ ଜୀବନରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇ ପାରିବ, ତାହେଲେ ଆମର କଲ୍ୟାଣ ହେବ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ ଘିକୁଆଁରୀ

ଘିକୁଆଁରୀ ଗୋଟିଏ ଉପାଦେୟ ଔଷଧୀୟ ଗଛ, ସବୁଆଡେ ମିଳେ । ବହୁ ଶତାବ୍ଦୀ ହେଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ପାଇଁ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ହେଉଛି । ଆୟୁର୍ବେଦରେ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ପେଟ ବିନ୍ଧା, ଚର୍ମରୋଗ, କୃମି ଅପସାରଣ ଓ ପ୍ରଦାହରେ ବ୍ୟବହାର ହୋଇ ଆସୁଛି । ଫଂଗସ୍ (କବକ)ର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଏହା ଗୋଟିଏ ଚାଇନିଜ୍ ଔଷଧ । ତ୍ରିନିଦାଦ୍ ଓ ଟବାଗୋରେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ପାଇଁ ଘିକୁଆଁରୀ (ଆଲୋଭେରା) ବ୍ୟବହାର ହୁଏ । ମେକ୍ସିକାନମାନେ ଏହାକୁ ଡାଇବେଟିସ୍ ଔଷଧ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ସବୁ ରୋଗର ମହୌଷଧି ନୁହେଁ । ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷରୁ ବହୁ ଦେଶରେ ଏହାର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣକୁ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଭାରତରେ ସବୁଆଡେ ଏହି ଗଛ ରହିଛି । ଏହା ଉପରେ ଅଧିକ ଗବେଷଣା ହେଲେ ଦେଶ ଉପକୃତ ହେବ । ପେଟଦୋଷରେ ଏହି ଗଛର ରସ ପିଇବାକୁ ଦିଆଯାଉଛି । ବିଭିନ୍ନ ଚର୍ମରୋଗରେ, ପୋଡା ଘା'ରେ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଘା' ଶୁଖିବାରେ ଏହା ଗୋଟିଏ ଅବ୍ୟର୍ଥ ଔଷଧ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ଏହି ଗଛ ପ୍ରଥମେ ସୁଦାନରେ ଓ ଆରବରେ ଉପଦ୍ୱୀପଗୁଡିକରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଲା । ପରେ ଏହା ଆଫ୍ରିକାର ଜଙ୍ଗଲରେ, ପୂର୍ବ ଏସିଆ, ଦକ୍ଷିଣ ଭୂମଧ୍ୟସାଗର ଅଞ୍ଚଳରେ ବହୁଳ ଆକାରରେ ଦେଖାଗଲା । ଆମେରିକାର ଦକ୍ଷିଣରେ ଓ ମେକ୍ସିକୋରେ ଏହା ଚାଷ କରାଯାଉଛି । ଏହି ଗଛର ୨୪୦ ସମଜାତୀୟ ଉଦ୍ଭିଦ ରହିଛି । ଏଥିରୁ କେବଳ ୪ ଟିର ପୁଷ୍ଟିକର ଗୁଣ ରହିଛି । ଏହାର ପତ୍ରର ୭୫ ପ୍ରକାର ପୁଷ୍ଟିକାରକ ପଦାର୍ଥ ୨୦ ଧାତବ, ୨୦ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ (ପ୍ରୋଟିନ) ଏବଂ ୧୨ ଭିଟାମିନ୍ ଅଛି ।

ଘିକୁଆଁରୀ ରସ ଉପରେ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଏଚ.ଆର୍.ମାକଡାନିଏଲ ୧୬ ବର୍ଷ ଗବେଷଣାକରି ଅନେକ ତଥ୍ୟ ଉନ୍ମୋଚନ କରିଛନ୍ତି । ଏହାର ସକ୍ରିୟ ଉପାଦାନରେ ୮ ପ୍ରକାର ସୁଗାର ରହିଛି, ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକ ଶରୀର ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ଏହା ଚିନିରୁ ତିଆରି ହେଉଥିବା ଶର୍କରା ନୁହେଁ । ଏହି ଗ୍ଲୁକୋଜ ମିଶ୍ରିତ ପୁଷ୍ଟିସାର ପାଟିକୁ ମିଠା ଲାଗେ ନାହିଁ । ଏହା ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀମାନେ ଚା ଓ କଫିରେ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ତାଙ୍କର ବ୍ଲଡସୁଗାର ବଢ଼େ ନାହିଁ । ଏହା ରକ୍ତ ଶର୍କରା ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧି କରେ ନାହିଁ । ପାନକ୍ରିୟାସରୁ ରକ୍ତକୁ ଇନସୁଲିନ୍ ପ୍ରେରଣ ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ଉପାଦାନର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ରହିଛି ଓ ତୁରନ୍ତ ଘା' ଶୁଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏହାର ପତ୍ରରେ ଥିବା ଅଠାଳିଆ ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ଅନେକ ଗବେଷଣା

ହୋଇଛି । ଏହା ଅଶୋଧିତ ହୋଇଥିଲେ ଅନେକ ଭଲ ଗୁଣ ରହିଥାଏ । ପତ୍ର ଶୁଖିଲା ରସରେ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି । ଘିକୁଆଁରୀପତ୍ରର ଅଠାଳିଆ ଜେଲି ଜୀବାଣୁ ନାଶକ ଓ ପ୍ରଦାହ ଉପଶମ କରେ । ବିଭିନ୍ନ ଚର୍ମରୋଗ ପାଇଁ ମହୌଷଧି । ଚର୍ମ କୁଣ୍ଡାଇ ହେଲେ, ଫୁଲିଗଲେ ଓ ବିନ୍ଧା ହେଲେ ଏହା ଲଗାଇଲେ ଉପକାର ମିଳେ । ଆମେରିକାର ଶିଶୁ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ପତ୍ରିକାରେ ଘିକୁଆଁରୀ ପତ୍ରର ରସ ଲଗାଇଲେ ଓ ଖାଇଲେ କ୍ଷତ ଶୀଘ୍ର ଶୁଖିଯାଏ ବୋଲି ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି । ଛଅଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଘା' ଶୁଖିବା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇ ସାରିଛି । ମୁହଁର ବ୍ରଣ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ସର୍ଜରି କରାଯାଉଛି । ବ୍ରଣ ଗୁଡିକ ରାମ୍ପି କାଢ଼ିଦେବା ପରେ ଗୋଟିଏ ପାଖରେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ମଲମରେ ଡ୍ରେସିଂ କରାହେଲା ଓ ଅନ୍ୟ ପାଖରେ ଘିକୁଆଁରୀ ଜେଲ ଲଗାହେଲା । ଯେଉଁ ପାଖରେ ଘିକୁଆଁରୀ ଲଗାଯାଇଥିଲା, ତାହା ୭୨ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ଶୁଖିଗଲା । ଏହି ପରୀକ୍ଷା ଆମେରିକାର କାଲିଫର୍ଣ୍ଣିଆର ବିଶିଷ୍ଟ ଚର୍ମରୋଗ ବିଶାରଦ ଜେମସ୍ ଫଲଟନଙ୍କ ମତ । ସେ ଏହା ଉପରେ ଗବେଷଣା କରିଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ସିଲେଇ ହୋଇଥିବା କ୍ଷତ କିମ୍ବା ଚର୍ମ କ୍ୟାନସର ଅପରେଶନ ପର କ୍ଷତରେ ଘିକୁଆଁରୀ ଲଗାଇଲେ ଶୀଘ୍ର ଶୁଖିଯିବ । ଘିକୁଆଁରୀ ରସ ପିଇଲେ ଦେହ ଭିତର କ୍ଷତ ଶୀଘ୍ର ଉପଶମ ହେବ । ଝାଡା କଠିନ ହେଲେ ଓ ଆମ୍ବିଳି ହାକୁଟି ହେଲେ ଏହି ରସ ପିଇଲେ ସୁଫଳ ମିଳେ । ଅନ୍ତ୍ରରେ ବହୁଦିନ ପ୍ରଦାହ ଲାଗି ରହିଲେ ଏହି ରସ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ତଥ୍ୟ ବିକଳ୍ପ ଭେଷଜ ପତ୍ରିକାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି । ଦଶଜଣ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଦୁଇ କପ ରସ ଦିନକୁ ୩ ଥର କରି ସାତଦିନ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଗଲା । ଗୋଟିଏ ସପ୍ତାହ ପରେ ସବୁ ରୋଗୀଙ୍କର ପତଳା ଝାଡା ଭଲ ହୋଇଗଲା । ଚାରି ଜଣଙ୍କର ନିୟମିତ ସ୍ୱାଭାବିକ ଝାଡା ହେଲା । ତିନି ଜଣଙ୍କର ଦୁର୍ବଳତା ଦୂରହେଲା ।

ଗବେଷକମାନଙ୍କ ମତ ଅନୁଯାୟୀ ଘିକୁଆଁରୀ କ୍ଷୁଦ୍ରାନ୍ତ୍ର ଓ ବୃହଦନ୍ତ୍ରକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ କରିଦିଏ । ଏହାର ସଂକୋଚନ ପ୍ରସାରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବଜାୟ ରଖେ । ମଳର ଘନତ୍ୱ ବୃଦ୍ଧିକରେ ଏବଂ ଏଥିରେ ଥିବା କ୍ଷତିକାରକ ଅଣୁଜୀବ ଓ ଫଙ୍ଗସ୍ ସଂଖ୍ୟା କମାଇଦିଏ । ଫଳରେ ବୃହଦନ୍ତ୍ରରେ ବିଷାକ୍ତ ମିଥେନ ଗ୍ୟାସ୍ କମ ରହେ ଓ କ୍ୟାନସର ହୁଏ ନାହିଁ । ପାକସ୍ଥଳୀର ଅମ୍ଳ କମିଯାଏ ଓ ଘା' ହୁଏ ନାହିଁ, କୋଷ୍ଠ କାଠିନ୍ୟ ଦୂରହୁଏ । ଘିକୁଆଁରୀ ରସକୁ ଗରମ କରିବା, ଫୁଟାଇବା କିମ୍ବା ଫ୍ରିଜ୍ ଡ୍ରାଇ କରିବା ଅନୁଚିତ । ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ରସ ଅପମିଶ୍ରିତ । ଏଥିରେ ଚିନି ପାଣି ଓ ସଂରକ୍ଷଣ କରୁଥିବା ପଦାର୍ଥ ମିଶିଥାଏ । ଏହାର ରଙ୍ଗ ସଦ୍ୟ ଅଙ୍ଗୁର ରସ ପରି ହେଲେ ବିଶୁଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ପୂରଣ କରେ ମୁଗ ଡାଲି

ବହୁତ କମ୍ ଲୋକ ମୁଗ ଡାଲି ଖାଆନ୍ତି । ତେବେ ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ଅନେକ ଫାଇଦା ମିଳେ । ତ୍ୱଚାର ଦାଗ, ଆଖି ତଳ କଳା ଦାଗ ଦୂର କରିବାରେ ମୁଗ ଡାଲି ସହାୟକ । ଭିଟାମିନ୍ ଓ ଫସଫରସ୍ ମାତ୍ରା ପ୍ରଚୁର ଥିବାରୁ ଦୈନିକ ମୁଗ ଡାଲି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ତ୍ୱଚାରେ ବୟସ ଛାପ ହ୍ରାସପାଏ । ମୁଗ ଡାଲିରେ ଯଥେଷ୍ଟ ମାତ୍ରାରେ କପର୍ ଥିବାରୁ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ କେଶ ମଜବୁତ ହୁଏ । ବିନା ବାଧାରେ ମୁଗ ଡାଲି ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଅମ୍ଳଜାନ ପହଞ୍ଚାଉଥିବାରୁ କେଶ ମୂଳ ମଜବୁତ ହୋଇଥାଏ । ବଦହଜମି ଦୂର କରେ । ପାଚନ କ୍ରିୟା ମଜବୁତ କରିବା ସହ ପେଟ ଗ୍ୟାସରୁ ରକ୍ଷାମିଳେ ।

ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ଶରୀରରୁ ବାହାର କରିବାରେ ସହାୟକ । ରକ୍ତଚାପ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରେ । ରକ୍ତରେ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ସ୍ତର ସନ୍ତୁଳିତ ରଖେ । ଚୋପାମୁକ୍ତ ମୁଗ ଡାଲି ଖାଇଲେ ପେଟ ସଫା ରହେ । ଏଥିରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ କ୍ୟାଲସିୟମ, ଭିଟାମିନ୍ ବି କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ ଓ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଥାଏ । ଶରୀରରେ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଭାବ ପୂରଣ କରେ । ଅନ୍ୟ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ଯୋଗାଇଥାଏ । ଓଜନ କମାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଲାଭପ୍ରଦ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇପାରେ । ଏଥିରେ ୧୦୦ ରୁ ମଧ୍ୟ କମ୍ କ୍ୟାଲୋରି ରହିଛି । ଏହାକୁ ଖାଇବା ପରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଭୋକ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ଅତିରିକ୍ତ କ୍ୟାଲୋରି ନେବାକୁ ପଡେନାହିଁ ।

ଓଜନ କମ୍ କରିବାର ସରଳ ଉପାୟ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଗ ତଥା ବୟସର ଲୋକ ଏବେ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା ସହ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ଅତିବାହିତ କରିବା ନିମନ୍ତେ । ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ସେମାନେ ନିଜର ଚେଷ୍ଟା ଚଳାଇଛନ୍ତି । ବ୍ୟାୟାମ, ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣ, ଜିମ୍, ଯିବା ଇତ୍ୟାଦିରେ ଲୋକେ ଲାଗିପଡିଛନ୍ତି । କାନାଡାର ଗବେଷକଦଳ ସ୍ଥାନୀୟ ୧୨ ଟି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ସାମିଲ କରିଥିଲେ । କେବଳ ମୋଟା ଲୋକଙ୍କୁ ଏଥିରେ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା । ୯-୧୨ ମାସ ସେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ପାନୀୟ ପିଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ସମୟକ୍ରମେ ଏହି ମୋଟା ବର୍ଗର ଲୋକଙ୍କ ଓଜନ କମ୍ ହୋଇଥିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଦହି ପାଣି ନିୟମିତ ଭାବେ ପିଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ବିଶେଷ କରି ଦ୍ୱିପହର ଭୋଜନ ପରେ ଅଧ ଗିଲାସ ଦହି ପାଣି ପିଇବା ଉଚିତ । ଏହା ଆମ ପାଚନତନ୍ତ୍ରକୁ ମଜଭୁତ୍ କରିବା ସହ ଶରୀରରେ

କୋଲେଷ୍ଟରଲର ସ୍ତରକୁ ମଧ କମ୍ କରିଥାଏ ।

ପୂର୍ବରୁ ଅନେକଥର ପରୀକ୍ଷା ହୋଇଥିବା ଆପଲ୍ ସାଇଡର ଭିନେଗାର ମଧ ଓଜନ କମ୍ କରିଥାଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ସକାଳବେଳା ଜଳଖିଆ ପୂର୍ବରୁ ଓ ଦ୍ୱିପହର ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ଏକ ଗିଲାସ ନଖ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ୨ ଚାମଚ ଭିନେଗାର ମିଶାଇ ପିଇବା ଲାଭକାରୀ ।

ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଉଥିବା ହଳଦୀକୁ ମଧ ଉପଯୋଗ କରିହେବ । ନଖ ଉଷୁମ କ୍ଷୀର ୧ କପରେ ଅଧ ଚାମଚ ହଳଦୀ ମିଶାଇ ୨ ମାସ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପାନୀୟ ଦିନକୁ ୨ ଥର ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ ଏଇ ହଳଦୀ କ୍ଷୀର ଓଜନ ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

ଅଦା ଲେମ୍ବୁ ଚା' ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ ହେବା ସହ ଶୀଘ୍ର ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ମଧ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଭୋଜନ ପରର ନିୟମ

ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କର ଧାରଣା ରହିଥାଏ, ନିୟମିତ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟପେୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଠିକ୍ ରହିଥାଏ । ଭୋଜନର ପରର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନେଇ ନିକଟରେ ଏକ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଛି, ଯେଉଁଥିରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଭୋଜନ ପରେ କେଉଁ କେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ୍ ଯଦ୍ୱାରା କୌଣସି ପ୍ରକାରର ରୋଗ ହେବ ନାହିଁ ।

ରାତ୍ରି ଭୋଜନ କରିବା ପରେ ତୁରନ୍ତ ଶୋଇବାକୁ ଡାକ୍ତରମାନେ ମନା କରିଥାନ୍ତି । କାରଣ ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ ହଜମ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଭୋଜନ କରିବାର ଅତିକମରେ ଦେଢ଼ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଶୋଇବା ଉଚିତ ।

ଅନେକ ଲୋକ ଭୋଜନ କରିବା

ପରେ କିମ୍ବା ରାତ୍ରିବେଳା ସ୍ନାନ କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଭୋଜନ କରିବାର ୩୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ହିଁ ସ୍ନାନ କରିବା ଉଚିତ । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି, ଭୋଜନ ପରେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଧୂମପାନ କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ ବହୁତ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା କର୍କଟ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଥାଏ ।

ଭୋଜନର ତୁରନ୍ତ ପରେ ଚଲାବୁଲା କରିବା ଅନୁଚିତ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଭୋଜନ କରିବାର ପ୍ରାୟ ୩୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ଦାନ୍ତ ଘଷିବା ଉଚିତ, ଏହାଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତରେ ଆଉ ଖାଦ୍ୟ ଜମି ରହିବ ନାହିଁ ।

ରାମକଥା

ଗରୁଡ଼ କହିଲେ, 'ମୋତେ ମୋହଗ୍ରାସ କରିଥିଲା । ହେଲେ ଭଲ ହେଲା । ରାମ-କଥା ଶୁଣିବାର ସୁଯୋଗ ଓ ସୌଭାଗ୍ୟ ମୁଁ ପାଇଲି ।'

କାକଭୁଶୁଣ୍ଡି କହିଲେ, 'ହେ ଗରୁଡ଼ ! ତୁମେ ତ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଅତି ଅଲିଅଳ । ତୁମର କେବେ ବି ମୋହ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଏସବୁ ହେଉଛି ସେହି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଲୀଳା । ମୋ ଭଳି ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ନାମ ବର୍ଦ୍ଧନ କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ସେ ଏପରି ଲୀଳା କରୁଛନ୍ତି । ହେ ଗରୁଡ଼ ! ଏହି ସଂସାର ହେଉଛି ମାୟାମୟ । ଏହି ସଂସାରକୁ ଯିଏ ଆସେ, ମାୟା ତା ଦେହରେ କଳଙ୍କ ଲଗାଏ । ମାୟା ହେଉଛି ଭୟଙ୍କର । କାମଦେବ ପାଗଳ କରି ଦେଇ ନ ଥିବା ଏପରି ଜଣେ ବୋଲି କେହି ଅଛି କି ? ଏପରି କେହି ଅଛି କି ଯାହାର ହୃଦୟ କ୍ରୋଧରେ ଥରେ ବୋଲି ଜଳି ନାହିଁ ? ପୁତ୍ରୈଷଣା, ଦ୍ରବ୍ୟୈଷଣା, ଲୋକୈଷଣା କାହା ମତିକୁ ମଳିନ କରି ନାହିଁ ? ଚିତାରୂପୀ ସର୍ପିଣୀ କାହାକୁ ଦଂଶନ କରିନାହିଁ ? କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମତ୍ସର- ଏମାନେ ସମସ୍ତେ ମାୟାର ପରିଚାରକ । ଜ୍ଞାନୀମାନେ ଠିକ୍ ରୂପେ ମାୟାକୁ ଚିହ୍ନି ପାରି ନାହାନ୍ତି । ବଡ଼ ବଡ଼ଙ୍କୁ ବି ଏହା ଭୁଲାଇ ଦେଉଛି । ମାୟା ହେଉଛି ସ୍ତ୍ରୀ । ଏହି ମାୟା ହେଉଛି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଦାସୀ । ଯିଏ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ସେବା କରେ ତାକୁ ମାୟା ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରେ ନାହିଁ । ମାୟା ହେଉଛି ସ୍ତ୍ରୀ, ଜ୍ଞାନ ହେଉଛି ପୁରୁଷ । ଜ୍ଞାନୀଙ୍କୁ ମାୟା ବନ୍ଧନରେ ପକାଇଦିଏ । ଜ୍ଞାନୀନା.. ମହାମାୟା ପ୍ରପଚ୍ଛତି । ଜ୍ଞାନୀନାଂ ଇତି ଶଦ୍ଦେନ ଭକ୍ତାନାଂ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦଃ । ମାୟା ଜ୍ଞାନୀଙ୍କୁ ହିନସ୍ତା କରେ । କିନ୍ତୁ ମାୟା ଆଉ ଭକ୍ତି ଦୁହେଁ ସ୍ତ୍ରୀ । ସ୍ତ୍ରୀ ସ୍ତ୍ରୀ ଉପରେ ମୋହିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଭକ୍ତି ମାୟାରେ ମୋହିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ମାୟା ଭକ୍ତିକୁ ଡ଼ରେ । ଯିଏ ଭକ୍ତି କରେ ମାୟା ତାକୁ ତ୍ରାସ ଦେଖାଇ ପାରେ ନାହିଁ । କାରଣ ଭକ୍ତି ହେଉଛି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଅତି ପ୍ରିୟ । ଆଉ ମାୟା ବିଚାରୀ ହେଉଛି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଦାସୀ ।

ମାୟା ଭକ୍ତଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ଦିଏ ନାହିଁ । ଜ୍ଞାନୀଙ୍କୁ ହିଁ ହିନସ୍ତା କରେ । ହେ ଗରୁଡ଼ । ତୁମକୁ କେବଳ ମୋହ ହୋଇଛି, ଏପରି ଭାବ ନାହିଁ । ମୋତେ ବି ଥରେ ମାୟା ହିନସ୍ତା କରିଥିଲା । ମୋର ମୋ ନିଜର ଅନେକ ଜନ୍ମର କଥା ମନେଅଛି ।

ବାଳ-ରାମ ମୋର ଇଷ୍ଟ ଦେବ । ଇଷ୍ଟଦେବ ମମ ବାଲକ ରାମା ।

ପିଲାମାନେ ଅଙ୍କକରେ, ଆଉ ଶୀଘ୍ର ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ମୁଁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ପୂଜା କରେ, ମାତ୍ର ମୋତେ ବାଳ ସ୍ୱରୂପର ଶ୍ରୀରାମ ଭଲ ଲାଗେ । ବାଳ-ରାମ ଠୁମକ୍ ଠୁମକ୍ ଚାଲୁଥିବେ, ତାଙ୍କ ପାଦର ପାହୁଞ୍ଜି ଝୁମ୍ ଝୁମ୍ ଶୁଭୁଥିବ, ସେ ଅଣ୍ଟା ବାଙ୍କି ବାଙ୍କି ନାଚୁଥିବେ, ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ସେହି ଚାରିବର୍ଷ ବୟସର ସୁନ୍ଦର ସ୍ୱରୂପ ସତେ କି ମନୋହର । ମୋର ଏହି ସ୍ୱରୂପ ସହିତ ଖେଳିବାକୁ ସବୁବେଳେ ମନ ହୁଏ । ଥରେ ପ୍ରଭୁ ବି ମୋ ସହିତ ଅପୂର୍ବ ଲୀଳା କରିଥିଲେ ।

'ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ଦିନ ମୁଁ ଅଯୋଧ୍ୟାକୁ ଯାଇଥିଲି । ଅଗଣାରେ ଶ୍ରୀରାମ, ବାଳ ରାମ ଅଇଁଠା ପଡିଥିଲା,

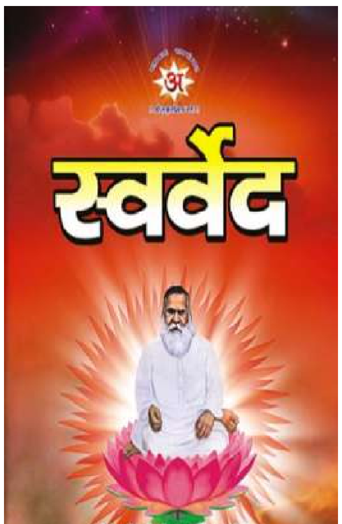
ସେ ଯାହା ଖାଇ ପକାଇ ଦେଉଥିଲେ ତାହା ମୁଁ ଖାଉଥିଲି । ମୁଁ ବନ୍ଦନ କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯେତେବେଳେ ଯାଉଥିଲି ଶ୍ରୀରାମ ଦୂରକୁ ପଳାଉଥିଲେ । ମୁଁ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ସେ କାନ୍ଦ ଆରମ୍ଭ କରି ଦେଉଥିଲେ । ଆଉ ତାଙ୍କ କୁନି ହାତରେ ମାଲପୁଆ ଧରି ମୋ ଆଡ଼କୁ ବଢ଼ାଉଥିଲେ । ମୁଁ ମାଲପୁଆ ଲାଳସାରେ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ସେ ପୁଣି କାନ୍ଦ ଆରମ୍ଭ କରି ଦେଉଥିଲେ । ମୋ ସହିତ ପ୍ରଭୁ ବାଳ ରାମ ଏହିପରି ଲୀଳା କରୁଥିଲେ । ମୁଁ ମଧ ତାଙ୍କ ସହିତ ଖେଳୁଥିଲି । ମୋ ଉପରେ ବାଳ ରାମଙ୍କର କୃପା ଥିଲା ଅପାର । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ କେହି ଏହା ଆଦୌ ଜାଣି ନ ଥିଲେ । ମହାରାଜ ଦଶରଥ କି କୌଶଲ୍ୟା ମାତା, କେହି ବି ଆମ ଦୁହିଁଙ୍କ ସମ୍ପର୍କ ଜାଣି ନ ଥିଲେ ।

ଏହିପରି କେତେଦିନ ଧରି ପ୍ରତିଦିନ ମୁଁ ବାଳ ରାମଙ୍କ ସହିତ ଖେଳିଛି । ଦିନେ ମୋର ସନ୍ଦେହ ହେଲା- 'ଇଏ ମଣିଷ ଶିଶୁ, ନା' ସତରେ ପରମାତ୍ମା ? ମୁଁ ତାଙ୍କୁ ଛାଡି ଉଡି ପଳାଉଥିବା ବେଳେ ସେ କାନ୍ଦନ୍ତି କାହିଁକି ? ଶ୍ରୀରାମ ଯଦି ପରମାତ୍ମା ତେବେ ସେ କାନ୍ଦନ୍ତି କାହିଁକି ? ଏହିପରି ଭାବି ଭାବି ମୁଁ ଆକାଶକୁ ଉଠିଗଲି, ଉଡିଲି । ଦେଖିଲି, ମୋତେ ଧରିବା ପାଇଁ ସେ ହାତ ବଢ଼ାଉଛନ୍ତି । ମୁଁ ଧୀରେ ଧୀରେ ଅଗଣାରୁ ପାଚିରି ଉପରକୁ ପାଚିରି ଉପରୁ ଆକାଶକୁ ଉଠିଲି- ହାତ ଧୀରେ ଧୀରେ ମୋତେ ଧରିବା ପାଇଁ ଲମ୍ବା ହେବାରେ ଲାଗିଥାଏ । ମୁଁ ଆକାଶରେ ବହୁତ ଉଚ୍ଚକୁ ଉଠିଗଲି । ଦେଖିଲି ସେହି ହାତ ମୋ ପଛରେ ଲାଗି ରହିଛି । ଉଡି ଉଡି ମୁଁ ବ୍ରହ୍ମଲୋକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗଲି, ମୋ ପଛେ ପଛେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ହାତ ଲମ୍ବା ହେବାରେ ଲାଗିଥାଏ । ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ହାତ ଓ ମୋ ଭିତରେ ମାତ୍ର ଦୁଇ ଆଙ୍ଗୁଳି ବ୍ୟବଧାନ ଥାଏ । ଜୀବ ଯେତେବେଳେ ନିର୍ମାନ ତଥା ନିର୍ମୋହ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ହାତକୁ ଆସେ । ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଅଲୌକିକ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟର ଜ୍ଞାନ ମୁଁ ପାଇଲି । ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଅଙ୍ଗୁଳିଗୁଡିକ ଅତି କୋମଳ । ସେ ହାତରେ କଙ୍କଣ ପରିଧାନ କରିଥିଲେ । ଏପରି ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖି ମୋ ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇ ଗଲା । ଯେ ମୁଁ ସିଧା ବ୍ରହ୍ମଲୋକରୁ ଖସି ଆସି ଅଯୋଧାରେ, ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଅଗଣାରେ ପଡିଲି । ଶ୍ରୀରାମ ମୋତେ ଦେଖି ଖିଲି ଖିଲି ହସିବାରେ ଲାଗିଲେ । ମୋତେ ଜଣାଗଲା, ସତେ ଯେପରି ମୁଁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ପେଟରେ ପଶିଯାଇଛି । ବ୍ରହ୍ମଲୋକ, କୈଳାସ, ମୋର ନୀଳାଚଳ ପର୍ବତ ଏ ସମସ୍ତ ସ୍ଥାନ ମୁଁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ପେଟରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲି । ଦି' ଘଡି ଭିତରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ପେଟରେ ସମସ୍ତ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ମୁଁ ଦେଖିଲି । ଏସବୁ ଦେଖି ମୋତେ ଖୁବ୍ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଲାଗିଲା ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ଅନ୍ତର ଅଗମ ଅଗାଧ ମେଁ, ବୁଡ଼େ ସନ୍ତ ସମାୟ,
ରୋମ ରୋମ ମଜା ଗଜୈ, ପଲକ ଦରଶ ଝଲକାୟ । (୬୧)

ଭାଷ୍ୟ : ଯେବେ ସନ୍ତ ସହଜ ଭୂମିକୁ ପାର କରି ଚିଦାକାଶ ରୂପୀ ଅନନ୍ତ ମହାସାଗରରେ ବୁଡି ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରେ, ତେବେ ଅଗମ ଅଥାହ ଶବ୍ଦ ସାଗରର ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ । ଶରୀର ତଥା ସମସ୍ତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ପ୍ରାଣ ତଥା ଅନ୍ତଃକରଣରେ ଶବ୍ଦ ହିଁ ପ୍ରକାଶମାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ଏବଂ ସେହି କାଳରେ ଯୋଗୀର ଅନୁଭବ ଚେତନ ଦୃଷ୍ଟି ଯେଉଁଠାକୁ ଯାଏ, ସେଠାରେ ପ୍ରକାଶମାନ ବ୍ରହ୍ମ ପ୍ରଭା ସ୍ପଷ୍ଟ ଅନୁଭବ ପ୍ରକଟ ହୁଏ । ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ସମାଧି, ଚେତନ ବିଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ତାହା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ସେହି ଯୋଗୀ ଯୋଗ ବିଜ୍ଞାନରୁ ବାହାର ଭିତର ସମସ୍ତ ପଦାର୍ଥରେ ଏକମାତ୍ର ବ୍ରହ୍ମର ହିଁ ଅନୁଭବ କରିବାରେ ଲାଗେ । ଶବ୍ଦ ପ୍ରକାଶରେ ଅତିରିକ୍ତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ । ସେହି ଯୋଗର ମହାନ୍ ଭୂମି ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗୀ ସନ୍ତମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଏହି ଜୀବନମୁକ୍ତ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗୀର ସ୍ଥିତି



ଅଟେ, ଯାହା ଏହି ପଦରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି ।

ନୟନ ଶ୍ରବଣ ମୁଖ ନସିକା, ନଖ ଶିଖ ଶବ୍ଦ ସମାୟ ।
ଦେବ ସଦାଫଳ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୈ, ଜହଁ ଦେଖୋ ତହଁ ପାୟ । (୬୨)

ଭାଷ୍ୟ : ଯେତେ ବେଳେ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ଭବ ଭୂମିପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ସମାଧି ଭୂମିର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଯାଏ, ତେବେ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ ପ୍ରାଣ ଆଦି ଶବ୍ଦ ପ୍ରକାଶରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ସବୁଠି ଶବ୍ଦ ପ୍ରକଟ ପ୍ରବେଶ ହୋଇ ଅନୁଭବ ହୁଏ । ଯେଉଁଠି ବି ସନ୍ତର ଚେତନ ଦୃଷ୍ଟି ପଡ଼େ, ଏକମାତ୍ର ଶବ୍ଦର ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନୁଭବ ହୁଏ । ଶବ୍ଦର ପୂର୍ଣ୍ଣତାରେ ଦେହ ସଂଘାତ ଆତ୍ମ ପ୍ରଦୀପ୍ତ ହୋଇ ତଥା ଚେତନ ପ୍ରକାଶରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ସେହି ଯୋଗୀର ଆତ୍ମ ପ୍ରଭା ଜଡ଼ ଜଗତରେ ହିଁ ପ୍ରକଟ ହୁଏ, ଯେଉଁଠି ସେହି ଯୋଗୀ ଦେଖି ମୁଗ୍ଧ ହୋଇ ଆନନ୍ଦର ପରମ ପ୍ରକାଶରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ତୃପ୍ତ ରହେ । ବ୍ରହ୍ମ ପ୍ରଭାକୁ ଯୋଗୀ ଜଗତରେ କିପରି ପ୍ରକଟ କରେ କିମ୍ବା ଶରୀର, ଇନ୍ଦ୍ରିୟରେ ତାର ଶକ୍ତି କିପରି ବିଶିଷ୍ଟ ରୂପରେ ପ୍ରକଟ କରାଯାଏ, ଏହା ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ଯୋଗର କଳା ଅଟେ, ଯାହାକୁ ସଦଗୁରୁ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗାଭ୍ୟାସୀ, ଅନୁଭବଦର୍ଶୀ ସନ୍ତଜନ ଜାଣନ୍ତି । ଏହି ପଦରେ ମଧ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧିର ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ସ୍ୱର୍ବେଦର ଏହି ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନର ପୂର୍ଣ୍ଣବୋଧ ଓ ଆନନ୍ଦର ପ୍ରାପ୍ତି ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସାଧନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଇଥିବା ବାଲା ଅନୁଭବ ଚେତନ ପଥ ଅଟେ ।

ଆମେ କ'ଣ ...

ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ଅଧିକ ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କୌଣସି ପ୍ରକାର ସାଧନା କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେ ତ ଖାଇବା ପରେ କେବଳ ପାଚକ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ହଜମୀ ଗାଲି ଖୋଜିବାରେ ଲାଗିଥାଏ ।

ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତୃତୀୟ ଏବଂ ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଶବ୍ଦ ହେଉଛି ଋତ । ଉତର ସମ୍ବନ୍ଧ ପବିତ୍ରତା ଏବଂ ଚେତନାର ନିର୍ମଳତା ସହିତ ରହିଛି । ଋତର ଅର୍ଥ ଭୋଜନରେ ସମାହିତ ଭାବନାରେ ନିହିତ । ଭୋଜନ ତିଆରି କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଭାବନା କ'ଣ ? ପୁଣି ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କର୍ତ୍ତବ୍ୟନିଷ୍ଠ ନା ନାହିଁ ? ଉତ ଭୋଜନକୁ କେବଳ ସେ ତିଆରି କରିପାରେ ଯିଏ କି ଭାବନାଶୀଳ, ଯାହାଠାରେ ମା'ର ମମତା ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହି ଭୋଜନକୁ କେବଳ ସେ ଖାଇପାରିବ ଯିଏ କି ମାହାଲିଆ ଖାଏ ନାହିଁ, ଅନ୍ୟକୁ ଶୋଷଣ କରେ ନାହିଁ । ମନେ ରଖନ୍ତୁ, ଆମେ ଅନ୍ୟକୁ ଯେତିକି ସଦ୍-ଭାବନା ଅର୍ପିତ କରିଥାଉ ଆମର ଆନ୍ତରିକ ବଳ ସେତିକି ବଢିଥାଏ । ଅନ୍ୟକୁ କଷ୍ଟ ଦେଇ ଯେଉଁ ଭୋଜନ ଆମ ପେଟକୁ ଯାଏ ତାହା ଆମ ଭାବନାକୁ ବିକୃତ କରେ । ବାସ୍ତବତା ହେଉଛି, ଆହାରର ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ ଚେତନାର ବିକାଶର ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ ଅଟେ । ଉତ-ଆହାରର ସ୍ୱରୂପ ଆମର ଚେତନାକୁ ପରିଷ୍କୃତ ବା ବିକୃତ କରିଥାଏ । ଏହି ପରିଷ୍କୃତି ବା ବିକୃତିର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଆମର ବେଶ ବିନ୍ୟାସରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ ।

ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବ ବିଶ୍ରାମ

ଆମ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ସକ୍ରିୟ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ନ ହେଲେ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ଏହାକୁ ଦୃଢ଼ ରଖିବାକୁ ଆମେ ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ନଜର ଦେଇ ଥାଉ । କିନ୍ତୁ ଏପରି ଏକ ଉପାୟ ରହିଛି, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିପାରିବ । ଏ ନେଇ ନିକଟରେ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ଓ୍ୱାଶିଂଟନ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ପୁଷ୍ଟିବିଜ୍ଞାନୀମାନେ । ତାହା କ'ଣ ଜାଣନ୍ତି ? ବିଶ୍ରାମ । ଆମେ ଯଦି ପ୍ରତିଦିନ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ତେବେ ଆମ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ପ୍ରଭାବୀ ହେବା ଆଶଙ୍କା କମ୍ ରହିବ । ଏଭଳି ଉକ୍ତିରେ କେତେ ସତ୍ୟତା ରହିଛି ତାହା ମଧ ସେମାନେ ଏକ ସର୍ଭେରୁ ଜାଣିପାରିଛନ୍ତି । ନିୟମିତ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ବିଶ୍ରାମ ନେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଭଲ ଥିଲା ବୋଲି ସେମାନେ ଏହି ସର୍ଭେରୁ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛନ୍ତି । ପ୍ରତିଦିନ ଆମେ ଅତିକମରେ ୬-୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ନିହାତି ଜରୁରୀ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଦିନତମାମର କ୍ଲାନ୍ତି ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ତା' ସହ ମାନସିକତା ସକାରାତ୍ମକ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ବିଶ୍ରାମ ସମୟ ପ୍ରତି ମଧ ନଜର ଦେବା ଦରକାର ବୋଲି ସେମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ମହୁଲର ଉପକାରିତା

ମହୁଆ, ମୋହା, ମଧୁକା, ଇଲୁପ୍ପାଇ, ମଡୁରଗମ, ମାଭାଗାମୀ, କୁଲିଙ୍ଗମ୍, ଚିଟିନାମ୍ ମୋଆରା ପରି ଭାରତର ବିଭିନ୍ନ ଭାଷାରେ ମହୁଲ ବୃକ୍ଷର ଏପରି ପୃଥକ ନାମ ରହିଛି । ଓଡ଼ିଶା ସମେତ ଝାଡଖଣ୍ଡ, ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ, ବିହାର, କେରଳ ଓ ଗୁଜୁରାଟର ଜଙ୍ଗଲଗୁଡ଼ିକରେ ଏହି ବୃକ୍ଷ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । କେବଳ ଜଙ୍ଗଲ କାହିଁକି ଛାଇ ପାଇଁ ଏହାକୁ ବାଡିବଗିଚା, ରାସ୍ତାକଡ଼ରେ ମଧ ଲଗାଯାଇଥାଏ । ଏହି ଗଛଟି ବାରରୁ ପନ୍ଦର ମିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼ିପାରେ । ଏହାର କାଠ ବେଶ୍ ମଜଭୁତ । ମହୁଲର ଫୁଲ ମିଠା ଲାଗିଥାଏ । ମହୁଲରୁ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ମହୁଲି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ । କେତେକ ଅଞ୍ଚଳରେ ମହୁଲକୁ ରାନ୍ଧି ଖିଆଯାଏ । ମହୁଲ ମଞ୍ଜିରୁ ତେଲ ବାହାର କରାଯାଇ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ମହୁଲ ଫୁଲର ବାସ୍ନା ମନକୁ ଆହ୍ଲାଦିତ କରେ । ଏହି ବୃକ୍ଷର ପତ୍ର, ଛାଲି, ଫୁଲ, ମଞ୍ଜିରେ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି । ବାତ, ପିତ୍ତ, କଫକୁ ଏହା ଶାନ୍ତ କରିଥାଏ ।

ପିପ୍ପଳି, ବଚ, ଗୋଲମରିଚ, ମହୁ ଏବଂ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ନାକପଟେ ନେବା ଦ୍ୱାରା ଅପସ୍ମାର, ଉନ୍ମାଦ, ସନ୍ନିପାତ ଆଦି ରୋଗରେ ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ ।

ମହୁଲର ଛାଲି ପୁରୁଷର ଧାତୁ ପୁଷ୍ଟିରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଛାଲିର ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ଗାଈ କ୍ଷୀରରେ ଚିନି ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଲାଭ ମିଳିଥାଏ ।

ଛେଳି କ୍ଷୀରରେ ମହୁଲ ଫୁଲକୁ ସିଝାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।

ସନ୍ତାନ ପ୍ରସବ କରିଥିବା ମହିଳାଙ୍କର କ୍ଷୀର ହେଉ ନ ଥିଲେ ପ୍ରତ୍ୟହ ସକାଳେ ଏବଂ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ମହୁଲ ଫୁଲର ରସ ଚାରି ଚାମଚ ଲେଖା ତାଙ୍କୁ ପିଇବାକୁ ଦେବା ଦରକାର ।

ପାଟି ଓ ନାକରୁ ରକ୍ତ ପଡୁଥିଲେ ପ୍ରତିଦିନ ଦୁଇ ଚାମଚ ଲେଖା ମହୁଲ ଫୁଲର ରସ ପିଇଲେ ରକ୍ତପଡିବା ବନ୍ଦ ହୁଏ । ମହୁଲ ଫୁଲର କାଢ଼ା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ସକାଳେ ଏବଂ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଦୁଇଥର ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କାଶ ରୋଗ

ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଆହୁରି ମଧ ମହୁଲ ପତ୍ରରୁ କାଢ଼ା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ରୋଗୀକୁ ପିଇବାକୁ ଦେବା ଦ୍ୱାରା କାଶ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଗ୍ୟାସ୍ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ମହୁଲର ପତ୍ର ବେଶ୍ ଉପକାରୀ । ଏହାର ପତ୍ରକୁ ଗରମ କରି ବାୟୁଜନିତ କାରଣରୁ ପୀଡା ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନରେ ବାନ୍ଧିଲେ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ ।

ଅର୍ଶରୋଗ ପାଇଁ ଲବଣୀବିହୀନ କ୍ଷୀର ସହ ମହୁଲ ଫୁଲର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ବାରମ୍ବାର ହାକୁଟି ଉଠୁଥିଲେ ମହୁଲ ଫୁଲର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଏକ ଚାମଚ ଲେଖା ଦିନକୁ ତିନିଥର ମହୁ ସହିତ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ହାକୁଟି କମିଯିବ ।

ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ ଥିଲେ ୫୦ ଗ୍ରାମ ମହୁଲ ଫୁଲକୁ ଏକ ଗ୍ଲାସ୍ କ୍ଷୀରରେ ଫୁଟାଇ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଦୁର୍ବଳତା ଦୂର ହୁଏ ।

ମହୁଲ ଫୁଲରେ ଅଣ୍ଡକୋଷକୁ ସେକିବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ଫୁଲା ଥିଲେ କିମ୍ବା ସେଥିରେ ଜ୍ୱଳନ ହେଉଥିଲେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ସେହିପରି ତାଜା ମହୁଲ ଫୁଲକୁ ପାଣିରେ ପକାଇ ତାକୁ ଫୁଟାନ୍ତୁ ସେଥିରୁ ବାହାରୁଥିବା ବାମ୍ପରେ ଅଣ୍ଡକୋଷକୁ ସେକିଲେ ଏକଶିରାର ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ ।

ଦାନ୍ତମାଢ଼ି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ଦାନ୍ତ ହଲୁଥିଲେ ମହୁଲ ଡାଳର ଦାନ୍ତକାଠି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ତିନି ଚାରିଦିନ ଦାନ୍ତ ଘଷିବା ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତ ମଜଭୁତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ମାଢ଼ିରୁ ରକ୍ତ ପଡିବା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ।

୨୦ରୁ ୪୦ ମି.ଲି ମହୁଲ ଫୁଲର କାଢ଼ା ଦୈନିକ ଦୁଇରୁ ତିନି ଥର ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଜ୍ୱରରୁ ରକ୍ଷା ମିଳେ । ଆହୁରି ମଧ ଏହା ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରେ । କୌଣସି କାରଣରୁ ଗଳା ବସି ଯାଇଥିଲେ ମହୁଲର ମଞ୍ଜିକୁ ପାଣିରେ ଘୋରି ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଗଳା ଖୋଲିଯାଇଥାଏ ।

ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟା ହେଉ ବା ପବନ ଅଟକିବା ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଶରୀରର କୌଣସି ଅଂଶରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଥିଲେ ମହୁଲ ତେଲକୁ କିଛିଦିନ ପାଇଁ ନିୟମିତ ଭାବେ ମାଲିସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଯନ୍ତ୍ରଣା ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ । ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଥଣ୍ଡା ହୋଇଥିଲେ ମହୁଲ ତେଲକୁ ଶରୀରରେ ମାଲିସ କରନ୍ତୁ ଆରାମ ମିଳିବ ।

ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣର ଲାଭ

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ପ୍ରତ୍ୟହ ସକାଳ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଅତି କମ୍‌ରେ ୧୫-୨୦ ମିନିଟ୍ ଚାଲିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ହିତକାରୀ । ନିୟମିତ ଭ୍ରମଣରେ ଯାଉଥିବା ଲୋକଙ୍କ ମଧୁମେହ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହୁଥିବାବେଳେ ରକ୍ତଚାପ ମଧ କମ୍ ରହେ ।

ବାହାରେ ଭ୍ରମଣ କଲେ ଆମ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିବା ସହ ସକାଳବେଳା ଚାଲିବାରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣ ମଧ ଶରୀରକୁ ଭିଟାମିନ୍ ଡି ଯୋଗାଇଥାଏ ।

ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ଖାଇବା ସହ ନିୟମିତ ଚାଲିଲେ ୧-୨ ମାସ୍ ମଧରେ ଓଜନ କମିବା ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ମେଦବହୁଳ ରୋଗୀ ଏଇ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ ।

ହୃଦରୋଗୀମାନେ ମଧ ନିୟମିତ

ପ୍ରାତଃ ସାନ୍ଧ୍ୟ ଭ୍ରମଣ କରିବା ଭଲ । ଏହା ସେମାନଙ୍କ ହୃଦଯନ୍ତ୍ର ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ତେବେ ହୃଦରୋଗୀମାନେ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ସମୟ ଅନୁସାରେ ଭ୍ରମଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

କ୍ଷିପ୍ର ଗତିରେ ପ୍ରତ୍ୟହ ଚାଲିଲେ ଆମ ଶରୀରର ମାଂସପେଶୀକୁ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ମଧୁମେହ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ନିୟମିତ ଭାବେ ଚାଲିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରିବା କୌଣସି ଔଷଧ ସେବନ ଠାରୁ କମ୍ ନୁହେଁ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ସୁରା ଓ ଧୂଆଁପତ୍ର ତୁଳନାରେ ଗଞ୍ଜେଇ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ କ୍ଷତିକାରକ । ଏକାଧିକ ଗବେଷଣା ଓ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଏହା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବେ ପ୍ରମାଣିତ ।
- ମାତ୍ର ନଅ ପ୍ରତିଶତ ଗଞ୍ଜେଇ ସେବନକାରୀ, ଏହାର କୁ ପ୍ରଭାବର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି ।
- ଆମେରିକାର ଅନେକ ପ୍ରଦେଶରେ ଗଞ୍ଜେଇ ସେବନ ଓ ବିକ୍ରି ଅପରାଧ ପଦବାଚ୍ୟ । ପ୍ରତି ବର୍ଷ ସେଠାରେ ଏହି ଅପରାଧରେ ପ୍ରାୟ ଆଠ ଲକ୍ଷ ଲୋକ ଗିରଫ ହେଉଥିବା ପ୍ରକାଶ ।
- ଉତ୍ତର କୋରିଆ ଓ ଉରୁଗୁଏରେ ଗଞ୍ଜେଇର ବ୍ୟବହାର ଆଇନ ଅନୁମୋଦିତ ।
- ଗଞ୍ଜେଇରେ ଥିବା ଏକ ଉପାଦାନ କର୍କଟ କୋଷକୁ ବ୍ୟାପିବାକୁ ଦିଏନାହିଁ ।
- ଜର୍ଜ୍ ୱାସିଂଟନ୍ ଗଞ୍ଜେଇ ଚାଷ କରୁଥିଲେ ।
- ଚାଇନାରେ ୪୭୦୦ ବର୍ଷ ତଳେ ଗଞ୍ଜେଇ ଚାଷ କରାଯାଉଥିଲା ।
- ଭୁଟାନରେ ଏକଦା ଘୁଷୁରିଙ୍କୁ କଞ୍ଚା ଗଞ୍ଜେଇ ପତ୍ର ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଉଥିଲା ।
- ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ ମାଧମରେ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ବିକ୍ରି ହୋଇଥିବା ଜିନିଷ ଥିଲା ଗଞ୍ଜେଇ ।
- ୧୯୭୧ ରେ 'ଏମ୍ଆଇଟି'ର ଛାତ୍ରଙ୍କଠାରୁ 'ଷ୍ଟାନ୍‌ପୋର୍ଡ'ର ଛାତ୍ରମାନେ ତାହା କିଣିଥିଲେ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ହିନ୍ଦୁସ୍ଥାନର ସ୍ଥାପନା କେବେ ହୋଇଥିଲା ?
(୨) ଭିଟାମିନ୍ -ଇ' ର ରାସାୟନିକ ନାମ କ'ଣ ?
(୩) ଅମରାବତୀ ସ୍ତୁପ କେଉଁଠାରେ ଅଛି ?
(୪) ସ୍ୱାଧୀନ ଭାରତର ପ୍ରଥମ ରେଳମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୫) ଜିଏସ୍‌ଟି ଲାଗୁ କରିଥିବା ବିଶ୍ୱର ପ୍ରଥମ ଦେଶ କିଏ ?
(୬) ପୃଥ୍ୱୀରାଜ ଚୌହ୍ୱାନଙ୍କୁ ବନ୍ଦୀ କରି ମହମ୍ମଦ ଘୋରି କେଉଁ ସ୍ଥାନକୁ ନେଇଯାଇଥିଲେ ?
(୭) ଉତ୍ତର ଆମେରିକାର ସବୁଠୁ ଦୀର୍ଘତମ ନଦୀର ନାମ କ'ଣ ?
(୮) ଋଗ୍ ବେଦରେ ସବୁଠୁ ପବିତ୍ର ନଦୀ କାହାକୁ କୁହାଯାଇଛି ?
(୯) ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଏକତା ଦିବସ କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୧୦) ଦିଆସିଲି ରଞ୍ଜନ କେଉଁଥିରେ ତିଆରି ହୋଇଥାଏ ?

JUMBLE WORDS

1) NARSIP	=	6) MELRIB	=
2) TIKNTE	=	7) LEWDL	=
3) CNIEM	=	8) GNAAEM	=
4) TMSPO	=	9) MUDIH	=
5) LYOCIP	=	10) CIYPK	=

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. ଅର୍ଜୁନ , ୨. ଶୁଆ, ୩. ଅସ୍ତି ଓ ପ୍ରାପ୍ତି, ୪. କ୍ଷୀର ସାଗର, ୫. ମନ୍ଥରା, ୬. ଜିରାଫ, ୭. ଲଦାଖ, ୮. ସର୍ଦ୍ଦାର ବଲ୍ଲଭଭାଇ ପଟେଲ , ୯. ପଞ୍ଜାବର ଅମୃତସର, ୧୦. ଲାଲ ବାହାଦୁର ଶାସ୍ତ୍ରୀ ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) SIGHT (2) AHEAD (3) GROWTH (4) BATTEN (5) MINUS
(6) BOSSY (7) KERNEL (8) UNSAID (9) GIANT (10) THINK

ଲୋକାଭିମୁଖୀ... ଚତୁର୍ଥ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ଅନଲାଇନ ପରିବେଶରେ ଉପଭୋକ୍ତାମାନେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରିବା ତଥା ବିନାମୂଲ୍ୟରେ ସମ୍ବାଦ ହାତ ପାଆନ୍ତାରେ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଆଙ୍ଗିକରେ ପାଇପାରିବା ପରେ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ଓ ଟେଲିଭିଜନକୁ ହତାଦାର କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ। ସମ୍ପାଦକୀୟ ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣରେ ଏକଚାଟିଆ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଅତିଷ୍ଠ ସମ୍ବାଦ ପାଠକବର୍ଗ ଭୌଗଳିକ ସୀମାପାର ସୂତ୍ର ଖୋଜି ନୂତନ ଉପତ୍ୟକାରେ ବିଚରଣକୁ ପସନ୍ଦ କଲେ। ଅନଲାଇନ ପରିଧିରେ ଅନ୍ୱେଷଣ 'ବ୍ରାଉଜିଂ' ଏକ ଚିରନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟା। ସର୍ବୋପରି ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ପ୍ରସାର ପରେ ସାଧାରଣ ଉପଭୋକ୍ତା ନିଜ ପରିବାର, ପରିଚିତ ବର୍ଗ ଓ ରୁଚି ଅନୁଯାୟୀ ସମ୍ବାଦ ସୂତ୍ର ନିର୍ବାଚନକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଲେ। ଫଳତଃ ପାରମ୍ପରିକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚର ପାଠକ ଓ ଗ୍ରାହକ ହାନୀ ଅଣାୟତ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଲା।

ବ୍ୟାବସାୟିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାରମ୍ପରିକ ମଡ଼େଲରେ ବିଜ୍ଞାପନ ଆୟ ମୂଳ ଭିତ୍ତି ପାଲଟିଥିବା ଅବସରରେ ଇ-କମର୍ସ, ସର୍ଚ୍ଚ ଇଞ୍ଜନ ଓ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆକୁ ବିଜ୍ଞାପନ ସ୍ଥାନାନ୍ତର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜାରୀ ରହିଲା। ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ଦଶନ୍ଧିରେ ପ୍ରାୟ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଇଥିବା ତଥା ସମପରିମାଣରେ ସମ୍ବାଦକର୍ମୀ ନିଯୁକ୍ତି ହରାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ବିକାଶଶୀଳ ରାଷ୍ଟ୍ରମାନଙ୍କରେ ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନର ପ୍ରଭାବ ଅନୁଭବ ନହେବା ବିଶ୍ୱାସରେ ମୂଳସ୍ରୋତର ପାରମ୍ପରିକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ମହାମାରୀ-ପୂର୍ବାବସ୍ଥା ଯାଏଁ ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ରହିଥିଲେ। ତେବେ ୨୦୨୧ ମଧ୍ୟଭାଗ ସୁଦ୍ଧା ଦେଢ଼ ବର୍ଷ ଧରି ମହାମାରୀ ଜନିତ ସୃଷ୍ଟ ଅର୍ଥନୀତିକ ମାନ୍ଦାବସ୍ଥା ଓ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଆଚରଣ ଅନେକଙ୍କୁ ବିସ୍ମିତ କଲା। ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପରିଚାଳନାରେ ମହାମାରୀ-ପୂର୍ବାବସ୍ଥା ଫେରିବା ବିଶ୍ୱାସ ସମକାଳର ସ୍ଥିତାବସ୍ଥା ଭୁଲ ପ୍ରମାଣିତ କରିବାରେ ଲାଗିଲା।

ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପରିଚାଳନାଗତ ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ଜଣାଯାଉଛି ଯେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଆହରଣ ଅଭ୍ୟାସ 'ପବ୍ଲିକସ ଚେଞ୍ଜିଂ ହେବିଟ୍ସ ଅଫ ମିଡ଼ିଆ କନଜମ୍ପସନ'କୁ ତାଳ ଦେଇ ସମ୍ପାଦକୀୟ ନୀତି ବଦଳି ନପାରିଲେ ପାଠକ ହରାଇବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ବିଗତ ତିନି ଦଶକରେ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଇଥିବା ଅଧିକାଂଶ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପାରମ୍ପରିକ ବ୍ୟାବସାୟିକ ମଡ଼େଲ ଜାବୁଡ଼ି ଧରି ବସିଥିଲେ। ପ୍ରଚଳିତ ବିଜ୍ଞାପନ-ଆଶ୍ରିତ ବ୍ୟବସାୟକୁ କିପରି କ୍ରିୟାଶୀଳ କରାଯାଇ ପାରିବ ସେଦିଗରେ ଅହରହ ଉଦ୍ୟମ 'ଟ୍ରାଇ ହାର୍ଡର ଷ୍ଟ୍ରାର୍ଟେଜି' ଅନୁସରଣ କରିଥିଲେ। କିନ୍ତୁ କ୍ରମଶଃ ବିଜ୍ଞାପନ ଓ ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦା ଉଭୟ ହରାଇ ବ୍ୟବସାୟ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା।

ଗବେଷକ ମାନେ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମୂଳସ୍ରୋତ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚର ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ନିମନ୍ତେ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ବୈଷୟିକ କୌଶଳକୁ ଦାୟୀ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ପାରମ୍ପରିକ ବ୍ୟାବସାୟିକ ମଡ଼େଲ ନବଦଳାଇବା, ଅନଲାଇନ ପରିବେଶକୁ ସାମ୍ନା କରିବା ନିମନ୍ତେ ଅଫଲାଇନ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଷଣରେ ଗୁଣାତ୍ମକ ବିକାଶରେ ପାରଦର୍ଶିତା ହାସଲ ନକରିପାରିବା ଏବଂ ସର୍ବୋପରି ନୂତନ ଆୟ ସୂତ୍ର ପ୍ରଯୋଜନାରେ ଅକ୍ଷମତା ଇତ୍ୟାଦି ଭୁଲ ଭଙ୍ଗକା ଚିହ୍ନଟ କରିଥାନ୍ତି। ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚରେ ସଙ୍କଟ ସୃଷ୍ଟିକାଳରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ଛଟେଇ କରିବା ଫଳରେ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଷଣରେ ଉତ୍କର୍ଷ ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା। ଫଳରେ ପାରମ୍ପରିକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚର ପାଠକ ସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟ ସଂକୁଚିତ ହେବାରେ ଲାଗିଲା। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଅନଲାଇନ ପରିବେଶରେ ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ସମ୍ବାଦ ସୂତ୍ର ଅଭାବରେ ସାଧାରଣ ପାଠକ ଅସତ୍ୟ, ଗୁଜବ, ଅତିରଞ୍ଜିତ, ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପ୍ରଣୋଦିତ ସମ୍ବାଦ ଆହରଣ କରିବାକୁ ବାଧ ହେଲା। ସାମଗ୍ରିକ ଭାବେ ଏତାଦୃଶ ଘଟଣାକ୍ରମ ସାମାଜିକ ଓ ରାଜନୀତିକ ବିଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ଇନ୍ଧନ ଯୋଗାଇଲା। ଏହା ଜାତୀୟ ବିପତ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟାୟଭୁକ୍ତ।

ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ବ୍ୟବସାୟରେ ମହାମାରୀ-ପର ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶରେ ବିଜ୍ଞାପନ ଆୟ ଓ ପାଠକ ସଂଖ୍ୟା ହ୍ରାସ ଅବସରରେ ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ନୀତି ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ଉଭୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯଥାସମ୍ଭବ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଇ ପାରେ। ଉତ୍ତର ଆମେରିକାର ବହୁ ସମ୍ବାଦପତ୍ର, ରେଡ଼ିଓ ଷ୍ଟେସନ ଓ ଟେଲିଭିଜନ ଚ୍ୟାନେଲ ଲୋକାଭିମୁଖୀ ଆଭିମୁଖ୍ୟକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା ପରେ ପାଠକ, ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକ ବୃଦ୍ଧିରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୋଇଥିବା ଜଣାଯାଏ। ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ସମ୍ପାଦକୀୟ ନୀତି ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହ ନିଜସ୍ୱ ପାଠକ ସମାଜକୁ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରଯୋଜନା, ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚରେ ଆର୍ଥିକ ନିବେଶ ଓ ବ୍ରାଣ୍ଡ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାମିଲ କରାଯାଇଥାଏ।

କେବଳ ବିଜ୍ଞାପନ ଓ ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦା ବଦଳରେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପାଠକବର୍ଗ ଓ ସାମାଜିକ ସଂଗଠନ ଗୁଡ଼ିକରୁ ସହଭାଗିତା ସୂତ୍ରରୁ ଆୟ ନିମନ୍ତେ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଉଦ୍ୟମ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ। ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଚଳିତ ଧାରାର ବୈଧିକରଣ କରିବା ପ୍ରାଥମିକତା ଦାବିକରେ। ବ୍ୟାବସାୟିକ ବିଜ୍ଞାପନ ଅଭାବରେ ପ୍ରାୟୋଜିତ ସମ୍ପାଦକୀୟ ରଚନା 'ଏଡ଼ଭାଟୋରିଆଲ' ଓ ସାମାଜିକ ବିଜ୍ଞାପନ 'ସୋସିଆଲ ଏଡ଼ଭାଟାଇଜିଂ' ବିକଳ୍ପ ଆୟର ମାଧ୍ୟମ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ପାରେ। ସାମ୍ବାଦିକତା ଜନହିତ କଳ୍ପେ ନିୟୋଜିତ ହେଲେ ବଦାନ୍ୟତା ଉଭୟ ଭିତ୍ତିଭୂମି ସଂପ୍ରସାରଣରେ ନିବେଶ ଓ ପରିଚାଳନା ବ୍ୟୟ ଭରଣା କରିବାରେ ଆପତ୍ତି ନଥାଏ। ଅବଶ୍ୟ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ମାଲିକାନା ଅଣ-ଲାଭଜନକ ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବା ସମୀଚୀନ।

ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ପାଠକୀୟ ଆଗ୍ରହ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ପ୍ରଥମତଃ, ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ସୂଚନା ପରିବେଷଣ ପାଠକଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରେ। ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ଏକକ ସୂତ୍ରରୁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସମ୍ବାଦ ଆହରଣ ଫଳରେ ପାଠକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପ୍ରତି ଅନୁଗତ ହୋଇପଡେ। ତୃତୀୟତଃ, ପାଠକ ବାରମ୍ବାର ସଂପୃକ୍ତ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚରେ ପହଞ୍ଚିଥାଏ। ଚତୁର୍ଥତଃ, ଅନୁଗତ ପାଠକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ ଆର୍ଥିକ ସହଯୋଗ ଦେବାରେ ଅବହେଳା କରେନାହିଁ। ପଞ୍ଚମତଃ, ଅନୁଗତ ପାଠକମାନେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚର ପ୍ରଶସ୍ତି ନିଜ ପରିଚିତବର୍ଗଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କଥୋପକଥନ ଓ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ଯୋଗେ ପ୍ରସାର କରନ୍ତି। ଏହା ନୂତନ ପାଠକ, ଶ୍ରୋତା ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କୁ ସଂପୃକ୍ତ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚ ପ୍ରତି ନିକଟତର କରାଇଥାଏ।

ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ଲାଗି ପାଠକ ସଂପୃକ୍ତି 'ରିଡର୍ସ ଏନଗେଜମେଣ୍ଟ' ପ୍ରତି ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚପକ୍ଷରୁ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ ହେଲେ ପାଠକ ସହଭାଗିତା 'ରିଡର୍ସ ପାର୍ଟିସେପେସନ' ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ। ପାରମ୍ପରିକ ବ୍ୟାବସାୟିକ ମଡ଼େଲ ସାମନ୍ତବାଦୀ ଚିନ୍ତାଧାରା ସମ୍ବଳିତ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ଗଣମାଧ୍ୟମ ଉପତ୍ୟକାରେ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରେ। ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକର ସମ୍ପାଦକୀୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାବସାୟିକ ପରିଚାଳନା ନୀତି କ୍ରମଶଃ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚ ନିଜସ୍ୱ ଅନୁଗତ ପାଠକମଣ୍ଡଳୀ 'କମ୍ୟୁନିଟି' ଗଠନ ନ କରି ପାରିଲେ ବହୁମୁଖୀ ଗଣମାଧ୍ୟମ ପରିବେଶରେ ଏଣିକି ତିଷ୍ଠିବା ଅସମ୍ଭବ ବିଚାର କରାଯାଏ।

ଅକ୍ସଫୋର୍ଡ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ରଏଟର ଇନଷ୍ଟିଚିଉଟ ଅଫ ଷ୍ଟଡ଼ି ଅଫ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ ପକ୍ଷରୁ ମହାମାରୀ ପୂର୍ବାବସ୍ଥା ୨୦୧୯ରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ୪୦ ରାଷ୍ଟ୍ରର ୨୦୦ ଗୋଟି ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ଗହଣରେ ଆୟୋଜିତ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ତତ୍କାଳୀନ ବ୍ୟାବସାୟିକ ଆୟ ସୂତ୍ର ସଂପର୍କରେ ତଥ୍ୟ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା। ସେଥିରୁ ଜଣାଯାଇଥିଲା ଯେ ସମଗ୍ର ଆୟର ୫୨ ପ୍ରତିଶତ ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦା, ୨୭ ପ୍ରତିଶତ ବ୍ୟାବସାୟିକ ବା ଡ଼ିସପ୍ଲେ ବିଜ୍ଞାପନ, ୮ ପ୍ରତିଶତ ସ୍ଥାନୀୟ ବା ନେଟିଭ ବିଜ୍ଞାପନ, ୭ ପ୍ରତିଶତ ବଦାନ୍ୟତା, ୩ ପ୍ରତିଶତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବ୍ୟବସାୟ ଏବଂ ଦୁଇ ପ୍ରତିଶତ ଲେଖା ଇଲାକ୍ଟ୍ରିନିକ କମର୍ସ ଓ ଇଭେଣ୍ଟର ଆୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଥିଲେ। ଏହି ତାଲିକାରୁ ବିଜ୍ଞାପନ ସୂତ୍ରରୁ ଆୟ ହ୍ରାସ, ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦାକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପାଠକ ସଂପୃକ୍ତି ଆୟ ଗଢ଼ି ତୋଳିବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ ବେଶ ପ୍ରମାଣିତ।

ଅତଏବ, ଲୋକାଭିମୁଖୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ମଡ଼େଲ ଉପଯୋଗ ଫଳରେ ସମ୍ପାଦକୀୟ ନୀତି ଏବଂ ବ୍ୟାବସାୟିକ ଢାଞ୍ଚା ପରିବର୍ତ୍ତନ ସଂପୃକ୍ତ ମଞ୍ଚ ପାଠକଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରି ଅନୁଗତ ପାଠକ ମଣ୍ଡଳୀ ଗଠନରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ। ବିଜ୍ଞାପନ-ଆଶ୍ରିତ ମଡ଼େଲରୁ ଅପସରି ଗ୍ରାହକ ଦେୟ ଓ ସାମାଜିକ ବିଜ୍ଞାପନ ଆୟ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ବ୍ୟବସାୟ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚକୁ ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ ଗଢ଼ି ତୋଳେ। ଏହି ପରିବେଶ ଜନସ୍ୱାର୍ଥ ସାଧନରେ ସାମ୍ବାଦିକତାର ଭୂମିକା ଚରିତାର୍ଥ କରିବା ସହ ସମକାଳୀନ ସାମ୍ବାଦିକତାକୁ ଭାରତରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମ କାଳର ସମ୍ମାନଜନକ ସ୍ଥିତିକୁ ଯେ ଫେରାଇ ନେବା ସମ୍ଭବ-ଏହା ବିଶ୍ୱାସ ଯୋଗ୍ୟ।

ପିତୃ ଶ୍ରାଦ୍ଧ... ପଞ୍ଚମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ଏଥିପାଇଁ ଆଶ୍ୱିନ ମାସରେ ପିତୃପକ୍ଷ ଅବସରରେ ପାପ ମୋଚନ କୁଣ୍ଡରେ ଅହେତୁକ ଭିଡ ଲଗାଇଥାନ୍ତି ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁ ପିଣ୍ଡ ଦେବା ପାଇଁ। ଶ୍ରାଦ୍ଧର ଏହି ବିଧି ଓ ପିଶାଚ ମୋଚନ ତୀର୍ଥସ୍ଥଳର ବର୍ଣ୍ଣନା ଗରୁଡ଼ ପୁରାଣରେ କରାଯାଇଛି।

ବସୁ, ରୁଦ୍ର, ଆଦିତ୍ୟ ପିତୃପକ୍ଷ ଶ୍ରାଦ୍ଧର ମୁଖ୍ୟ ଦେବତା। ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମରେ ପିତାମାତାଙ୍କୁ ସବୁଠୁ ବଡ଼ ପୂଜ୍ୟ ବୋଲି ମନେ କରାଯାଏ। ତେଣୁ ଶାସ୍ତ୍ରାନୁଯାୟୀ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ଉଦ୍ଧାର ନିମନ୍ତେ ପୁତ୍ର ଜନ୍ମ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ। ଜନ୍ମଦାତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ତାଙ୍କୁ ଯେପରି ଭୁଲି ଯିବେ ନାହିଁ, ସେଥିପାଇଁ ପିତୃଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦେବାର ବିଶେଷ ବିଧାନ ରହିଛି। ଆଶ୍ୱିନ ମାସ କୃଷ୍ଣ ପ୍ରତିପଦ ଠାରୁ ଅମାବାସ୍ୟା ଯାଏ ସାରା ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ପିତୃ ପ୍ରାଣଙ୍କର ଶକ୍ତି ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ରହିଥାଏ। ତାହାର ବୈଜ୍ଞାନିକ କାରଣ ମଧ୍ୟ ଅଛି। ପୁରାଣ କହେ ପିତୃପକ୍ଷରେ ଯେଉଁ ତର୍ପଣ କରାହୁଏ, ତାହାଦ୍ୱାରା ପିତୃପ୍ରାଣ ସ୍ୱୟଂ ଆପ୍ୟାୟିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। ପୁତ୍ର ନିଜ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଯେଉଁ ପିଣ୍ଡଦାନ ଦେଇଥାଏ ତାହାଦ୍ୱାରା ପରିବାରର ଋଣ ଚିରଦିନ ପାଇଁ ଶୁଝିଯାଏ।

ବିଷ୍ଣୁ ପୁରାଣ ଅନୁସାରେ ଦରିଦ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ ଅନ୍ନ, ଶାଗ, ପତ୍ର, ଫଳ ଏବଂ ନ୍ୟୁନତମ ଦକ୍ଷିଣା ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ଦାନ ଦେଇ ପିତୃପକ୍ଷ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିପାରିବେ। ଏସବୁ ନହୋଇ ପାରିଲେ ଦିନସାରା କୌଣସି ଏକ ଗାଈକୁ ଘାସ ଖୋଇଲେ ମଧ୍ୟ ପିତୃପକ୍ଷ ଶ୍ରାଦ୍ଧର ବିଧାନ ସମାପନ ହୁଏ। ଯଦି କିଛି ଦେଇ ପାରିବାର ଉପାୟ ନ ଥାଏ। ତାହେଲେ କେବଳ ଦଶ ଦିଗପାଳ ଓ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦେବତାଙ୍କୁ ଯାଚନା କରି କହିବାକୁ ପଡେ ହେ ପ୍ରଭୁ ମୁଁ ନିଃସ୍ୱ ସମ୍ବଳହୀନ, ମୋ ପିତୃପୁରୁଷ କେବଳ ଭକ୍ତିରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତୁ।

ହରିଦ୍ୱାର, ଗଙ୍ଗାସାଗର, ପୁରୀ, କୁରୁକ୍ଷେତ୍ର, ଚିତ୍ରକୁଟ, ପୁଷ୍କର, ବଦ୍ରିନାଥ ସ୍ଥାନକୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବିବେଚନା କରାହୋଇଛି। କିନ୍ତୁ ଗୟାରେ ପିତୃପକ୍ଷ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ସର୍ବୋପରି ଫଳଦାୟୀ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଗୟାର ଫଲଗୁ ନଦୀ କୂଳରେ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ଶ୍ରାଦ୍ଧକର୍ମ କଲେ ଅଧିକ ପୂଣ୍ୟ ମିଳିଥାଏ।

ଲଗାଣ ବର୍ଷାରେ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲା ଜଳମଗ୍ନ

ସୋନପୁର : ଗତ ଚାରି ଦିନ ହେବ ଲଗାଣ ବର୍ଷା ଯୋଗୁଁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାର ତରଭା ବ୍ଲକ ସମେତ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ବ୍ଲକରେ ଶହ ଶହ ଏକର ଧାନ ଚାଷ ଜମିରେ ଚାରି ଫୁଟ ଉଚ୍ଚରେ ପାଣି ଲଗାତାର ଚାରି ପାଞ୍ଚ ଦିନ ଧରି ଜମି ରହିଥିବାରୁ ଧାନ ଅମଳ ପୂର୍ବରୁ ଏବେ ନଷ୍ଟ ହେବାକୁ ବସିଛି । କରୋନା ମହାମାରୀ ପରେ ଚାଷୀ କେବଳ ଚାଷକୁ ହିଁ ଆପଣେଇ ଖୁବ ଆଶା ଭରସାରେ ଥିବା ବେଳେ ଧାନ ପ୍ରସ୍ତୁତ ପୂର୍ବରୁ ଜମିରେ ଏଭଳି କୃତ୍ରିମ ବନ୍ୟା ସମଗ୍ର ଜିଲ୍ଲାର ଚାଷୀକୁଳକୁ ଏବେ ଖୁବ୍ ଚିନ୍ତାରେ ପକାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଚାଷୀଙ୍କ ପ୍ରକୃତ କ୍ଷୟକ୍ଷତିର ଆକଳନ କରାଯାଇ ଚାଷୀଙ୍କୁ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା କରିବାକୁ ଦାବି ହୋଇଛି ।

ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଘଣ୍ଟେଶ୍ୱରୀ ପୀଠ ପରିଦର୍ଶନ

ଗୋଶାଳା : ମାଁ ଘଣ୍ଟେଶ୍ୱରୀ ପୀଠକୁ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଏବଂ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା, ସାହିତ୍ୟ, ସଂସ୍କୃତି ଓ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକାଶ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପରିଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି । ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପୀଠରେ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ରେଙ୍ଗାଲି ବିଧାୟକ ନାଉରୀ ନାୟକ ପୀଠର ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଅନୁଦାନ ସହ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଥିଲେ । ଅତିଶୀଘ୍ର ଭୁବନେଶ୍ୱରରୁ ଏକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଦଳ ସମୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଠାଯିବା ସହ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକରଣ କରାଯିବାକୁ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଜିଏମ୍‌ୟୁ ରାଜନୀତି ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗରେ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର : ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ରାଜନୀତି ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ୱେବିନାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । 'କ୍ଲାଇମେଟ ଜଷ୍ଟିସ୍' ଶୀର୍ଷକ ଉପରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ୱେବିନାରରେ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଫେସର ଜ୍ଞାନରଞ୍ଜନ ସ୍ୱାଇଁ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେବା ସହ ଅତିଥି ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଏନ୍.ନାଗରାଜୁ ୱେବିନାରକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା ୟେଲ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଦର୍ଶନଶାସ୍ତ୍ର ଓ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ବ୍ୟାପାରର ପ୍ରଫେସର ଥୋମାସ୍ ପୋଗ୍ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ 'କ୍ଲାଇମେଟ୍ ଜଷ୍ଟିସ୍' ର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ଦିଲ୍ଲୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଫେସର ଅଶୋକ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଆଲୋଚକ ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନର କୁପ୍ରଭାବ ପରପିଢ଼ି ଉପରେ ପଡ଼ିବ ବୋଲି ମତ ରଖିଥିଲେ । ସହକାରୀ ଅଧାପିକା ଡକ୍ଟର ପ୍ରତିମା ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀ, ପିଜି କାଉନସିଲର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ମୋହିନ ମହମ୍ମଦ, କୁଳସଚିବ ଯୁଗଳେଶ୍ୱରୀ ଦାଶଙ୍କ ସମେତ ବିଭାଗର ସମସ୍ତ ଅଧାପକ ଅଧାପିକା, ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଅଧାପିକା ଡକ୍ଟର ବନିତା ମହାନନ୍ଦିଆ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଡିଏଭିରେ ହିନ୍ଦୀ ସପ୍ତାହ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ସ୍ଥାନୀୟ ଡିଏଭି ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲ ତରଫରୁ ହିନ୍ଦୀ ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡାଙ୍କ ତତ୍ୱାବଧାନରେ ଆୟୋଜିତ ହିନ୍ଦୀ ପଖୱାଡ଼ା ପାଳନ ଅବସରରେ ହିନ୍ଦୀ ବିଭାଗୀୟ ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଓ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହିନ୍ଦୀ ସାହିତ୍ୟ ଉପରେ ଅନଲାଇନରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ଅଧକ୍ଷ ଶ୍ରୀ ପଣ୍ଡା ରାଷ୍ଟ୍ରଭାଷା ହିନ୍ଦୀର ମର୍ଯ୍ୟାଦାକୁ ଅକ୍ଷୁର୍ଣ୍ଣ ରଖିବା ଲାଗି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଉଦବୋଧନ ଦେଇଥିଲେ । ଶିକ୍ଷକ ଦେବାଶିଷ ଶ୍ୟାମଲ ହିନ୍ଦୀ କବିତା ପାଠ କରିଥିବା ବେଳେ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଗାୟତ୍ରୀ ଶର୍ମା ଓ ଶିକ୍ଷକ ସୁମନ୍ତ ବେହେରା ଏହି ସନ୍ଦର୍ଭରେ ନିଜ ବିଚାର ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ମଞ୍ଜୁଶ୍ରୀ ବେଦୁଲା, ଗାୟତ୍ରୀ ଶର୍ମା, ନେହା ସିଂ, ନମିତା ପାଣ୍ଡେ, ସଙ୍ଗୀତା ସିହ୍ନା ଆଦି ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ପକ୍ଷବ୍ୟାପୀ ଆୟୋଜିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟାକଳାପ ତଥା ହିନ୍ଦୀ ସାହିତ୍ୟ ଚର୍ଚ୍ଚାର ସକ୍ରିୟ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । ରିତିକା ବେଦୁଲା, ଏମ୍. ଆଭାସ, ଅତୀକ୍ଷ ରାଜ, ପ୍ରତୀକ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଏମ୍. ଆୟୁଶ, ପାଖୀ ସଚାନ, ରକ୍ଷିତା ବେଦୁଲା, ବିଶ୍ୱଜିତ ଭରଦ୍ୱାଜ, ଅଙ୍କିତା ହାତୀ, ସାଫିୟା ନାଜ ଆଦି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଅନଲାଇନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇ ନିଜସ୍ୱ ଶୈଳୀରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାହିତ୍ୟ ଚର୍ଚ୍ଚା କରିଥିଲେ । ପ୍ରକାଶ ଥାଉ କି ହିନ୍ଦୀ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ହିନ୍ଦୀ ଶିଶୁସାହିତ୍ୟ ଉପରେ ଏକ ୱେବିନାରର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଓଡ଼ିଶା ଜୋନ-୨ ର ଆଞ୍ଚଳିକ ଅଫିସର ଲୋକନାଥ ପ୍ରଧାନ, ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ ଲକ୍ଷ୍ମୌ ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନ କଲେଜ ଅଧକ୍ଷ ଡ. ସୁରେଶ ବିକ୍ରମ, ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଭୋପାଳରୁ ଶିଶୁସାହିତ୍ୟକାର ଡ. ପ୍ରୀତି ପ୍ରବୀଣ ଖରେ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ହିନ୍ଦୀବିଭାଗ ପ୍ରଧାପିକା ଡ. ମୀନା ସୋନୀ ଏବଂ ଡିଏଭି ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଆଇଆଇଟି ଜେଇଇ ମେନ ପରୀକ୍ଷାରେ ଡିଏଭି ଛାତ୍ରୀ ତାନିଆ ରାଜ୍ୟ ମହିଳା ଟପ୍ପର

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟଙ୍କ ଅଧୀନ ତଥା ନ୍ୟାସନାଲ ଟେଷ୍ଟିଂ ଏଜେନ୍ସି ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜିତ ଆଇଆଇଟି ଜେଇଇ ମେନ -୨୦୨୧ ପରୀକ୍ଷାରେ କୃତିତ୍ୱ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଡିଏଭି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ । ଏହି ପରୀକ୍ଷାରେ ଡିଏଭିର ମେଧାବୀ ଛାତ୍ରୀ ତାନିଆ ଦୀକ୍ଷିତ ୯୯.୮ ପ୍ରତିଶତ ସହ ରାଜ୍ୟ ମହିଳା ଟପ୍ପର୍ ହେବାର ସୌଭାଗ୍ୟ ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି । ତାନିଆଙ୍କ ସହିତ ଚନ୍ଦନ ମେହେର ୯୭.୨, ଶଶୀ ରେଡ୍ଡୀ ୯୫.୫, ଜାନକୀ ସିଂ ୯୪.୫୮, ବସନ୍ତ ଶର୍ମା ୯୩, ପ୍ରତୀକ ବେହେରା ୯୨.୯୫ ଓ ସୌମ୍ୟ ରଞ୍ଜନ ସିଂହଦେଓ ୯୦.୪୨ ପ୍ରତିଶତ ରଖି ଜେଇଇ ମେନ ତଥା ଷ୍ଟେଜ-୧ ପରୀକ୍ଷାରେ କୃତିତ୍ୱ ସହ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହେବା ସାଙ୍ଗକୁ ଜେଇଇ ଷ୍ଟେଜ-୨ ପାଇଁ ମନୋନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ପ୍ରକାଶ ଥାଉକି, ପ୍ରତିବର୍ଷ ପରି ଏ ବର୍ଷ ମଧ ଡିଏଭି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଜେଇଇ ପରୀକ୍ଷାରେ କୃତିତ୍ୱ ହାସଲ କରି ବିଦ୍ୟାଳୟ ଇତିହାସରେ ଏକ ନୂତନ ଫର୍ଦ୍ଦ ଯୋଡ଼ିଛନ୍ତି । ବିଦାଳୟର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଶାନ୍ତ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ସମେତ ବିଭାଗୀୟ

ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ନୀଲିମା ପଟେଲ, ସୁବାସ ଚନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର, ଏମଭିଏଲଏନ ରାଓ, ପଞ୍ଚାନନ ପଟେଲ, ଦେବାଶିଷ ଶ୍ୟାମଲ, ଅଲେଖ ବିହାରୀ ସାହୁ, ସୁମନ୍ତ ସାହୁ, ଅମରନାଥ ଯାଦବ, ଦେବଦ ମିଶ୍ର, ସୁମନ୍ତ ବେହେରା ଓ ସୋନୁ କୁମାର କୃତୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

କୁଚିଣ୍ଡାରେ ବିଜେଡିର ଜୋନସ୍ତରୀୟ ବୈଠକ

କୁଚିଣ୍ଡା : କୁଚିଣ୍ଡା ବ୍ଲକ କୁନ୍ତରା ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ ଆଠଗାଁ ଛକ ଠାରେ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳର ଜୋନ-୨ ର ଏକ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । କୁଚିଣ୍ଡା ବ୍ଲକ ବିଜେଡି ସଭାପତି ଅମୂଲ୍ୟ ମିଶ୍ରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ନଳିନୀକାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ବିଧାୟକ କିଶୋର ଚନ୍ଦ୍ର ନାଏକ, ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ସଭାପତି ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଦାସ, ରାଜ୍ୟ ବିଜେଡି ମହିଳା ଉପସଭାନେତ୍ରୀ ଊର୍ମିଳା ପଣ୍ଡା, ରାଜ୍ୟ ବିଜେଡି ମହିଳା ସଂପାଦିକା ମିତାଲି ସାହୁ, ରାଜ୍ୟ ବିଜେଡି ସଂପାଦକ ଭୁବନେଶ୍ୱର କିସାନ, ଜିଲ୍ଲା ଜୋନ ସଭାନେତ୍ରୀ ସବିତା ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ବାମରା ବ୍ଲକ ବିଜେଡି ସଭାପତି ରାଜକୁମାର ଶୁକ୍ଳା, ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ ବିଜେଡି ସଭାପତି ଲକ୍ଷ୍ମୀ ମହାପାତ୍ର, ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ସଂପାଦକ ସନ୍ତୋଷ ବାରିକ, ବାମରା ଜୋନ ୧ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟା କୁମୁଦିନୀ ନାୟକ, ବ୍ଲକ ଉପାଧକ୍ଷ ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର କିସାନ, ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ ବିଜେଡି ସଂପାଦକ ସମ୍ପ୍ରିତ ପଣ୍ଡା, ବିଜୁ ଛାତ୍ର ଜନତାଦଳ ବ୍ଲକ ସଭାପତି ଭରତ କୁମାର ନାୟକ, ବ୍ଲକ ଯୁବ ବିଜେଡି ସଭାପତି ମିଳନ ନାୟକ, ସୁରେଶ ବାଘ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ଆଗାମୀ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ସଂଗଠନକୁ କିପରି ସୁଦୃଢ଼ କରି ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜୟୀ ହେବ ସେ ଉପରେ ନେତୃବୃନ୍ଦ କର୍ମୀମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ କଲ୍ୟାଣକାରୀ ଯୋଜନା କିପରି ଭାବେ ଘରେ ଘରେ ଲୋକଙ୍କ ପାଖିକୁ ପହଞ୍ଚିବ ସେ ଦିଗରେ କର୍ମୀମାନଙ୍କୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ । ବୈଠକରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯୁଧିଷ୍ଠିର ପ୍ରଧାନ, ଅକ୍ଷୟ ପଟେଲ, ସୁଶୀଲ ନାୟକ, ମନବୋଧ କଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ସମେତ ୮ ଟି ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ ବିଜେଡି ସଭାପତି ଓ କର୍ମୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

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

ଓଡ଼ିଶାର ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଡକ୍ଟର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ପତିଙ୍କ ଭୂମିକା ଅତୁଳନୀୟ

ସମ୍ବଲପୁର : ଓଡ଼ିଶାକୁ ସ୍ୱାଧୀନତା ପରବର୍ତ୍ତୀ କାଳରେ ଉତ୍ତମ ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ଗଠନ କରିବାରେ ଯେଉଁ କେତେଜଣ ଅଗ୍ରଣୀ ଶିକ୍ଷାବିତଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ଥିଲା ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଫେସର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କୁମାର ପତି ଅନ୍ୟତମ ଥିଲେ ବୋଲି ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଏନ.ନାଗରାଜୁ କହିଛନ୍ତି ।

ସମ୍ବଲପୁର ପବ୍ଲିକ ଲାଇବ୍ରେରୀ ଓ ଓଡ଼ିଶା ସାଂସ୍କୃତିକ ସମାଜର ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ସ୍ୱର୍ଗତ ଡଃ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କୁମାର ପତିଙ୍କ ଜନ୍ମ ଶତବାର୍ଷିକୀ ପାଳନ ଅବସରରେ ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ସ୍ମାରକୀ ବକ୍ତୃତା ପ୍ରଦାନ କରି ପ୍ରଫେସର ନାଗରାଜୁ କହିଥିଲେ ଯେ, ଡକ୍ଟର ପତି ଜଣେ ସ୍ୱନାମଧନ୍ୟ ଅଧ୍ୟାପକ, ଶିକ୍ଷା ସଂସ୍କାରକ, ସମାଜ ସୁଧାରକ, ନିଷ୍ଠାପର, ସଙ୍କଳ୍ପବଦ୍ଧ ସଫଳ ମଣିଷ ଥିଲେ । ରାଜ୍ୟରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ପରବର୍ତ୍ତୀ କାଳରେ ତିନିଜଣ ଇଂରାଜୀ ସାହିତ୍ୟର ବିଦ୍ୱାନ ମଧ୍ୟରେ ଡକ୍ଟର ପତି ଅନ୍ୟତମ । ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଶିକ୍ଷାପ୍ରାପ୍ତ କରି ଶହ ଶହ ଛାତ୍ର ପରବର୍ତ୍ତୀ କାଳରେ ରାଜ୍ୟ ଓ ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ଡକ୍ଟର ପତିଙ୍କ ଭଳି ଦୂରଦ୍ରଷ୍ଟା ଶିକ୍ଷାନୁରାଗୀ ସେହି ସମୟରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ନୂତନ ଆଶା ଓ ଉଚ୍ଚାକାଂକ୍ଷା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିଥିଲେ । ଯାହା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ମଧ ଫଳବତୀ କରି ପାରିଛନ୍ତି । ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କୁଳପତି ଓପିଏସସି ସଭ୍ୟ ଭାବରେ ଉଚ୍ଚ କର୍ମ ପରମ୍ପରା ସୃଷ୍ଟି କରିଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀ ନାଗାରାଜୁ କହିଥିଲେ ଯେ, ରାଜ୍ୟରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ୩୨ରୁ ଅଧିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ୧୫ ଶହରୁ ଅଧିକ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ରହିଥିବା ବେଳେ ସେଥିରେ ୯.୯୪ ଲକ୍ଷ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଅଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟରେ ଆଦିବାସୀ, ଜନଜାତି, ଜନସଂଖ୍ୟା ଏକ ବିଶେଷ ଅନୁପାତ ବହନ କରୁଥିବାରୁ ଏହା ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜରୁରୀ ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ । ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ଚଳିତ ବର୍ଷଠାରୁ ଡକ୍ଟର ପତିଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ଏକ ସ୍ମାରକୀ ବକ୍ତୃତା ଓ ତାଙ୍କ ଆତ୍ମଜୀବନୀ 'ନିଜ କଥା'କୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଇଂରାଜୀ ଅନୁବାଦ କରାଯିବ ବୋଲି ପ୍ରଫେସର ନାଗରାଜୁ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ପବ୍ଲିକ ଲାଇବ୍ରେରୀ ଉପ ସଭାପତି ପ୍ରଫେସର ଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ପତି ସ୍ୱର୍ଗତ ପତିଙ୍କ ଜୀବନୀ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିବା ବେଳେ ସମ୍ପାଦକ ରଘୁନାଥ ମିଶ୍ର ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ ଓ ଓଡ଼ିଶା ସାଂସ୍କୃତିକ ସମାଜର ସଭାପତି ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହୋତା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ସାଂସଦ ଭେଟିଲେ ରେଳମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ସାଂସଦ ନିତେଶ ଗଂଗଦେବ ରେଳମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭେଟି ସମ୍ବଲପୁର-ପୁରୀ- ସମ୍ବଲପୁର ଇଣ୍ଟରସିଟି ଓ ରାଉରକେଲା- ସମ୍ବଲପୁର ମେମୁ ଟ୍ରେନ୍ ଚଳାଚଳ କରିବାକୁ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । କୋଭିଡ୍ କଟକଣା ଉଠି ଯାଇଥିବାରୁ ସମ୍ବଲପୁର ସହ ପୁରୀ ଓ ରାଉରକେଲାକୁ ଯୋଡୁଥିବା ଏହି ଟ୍ରେନ୍ ଦ୍ୱୟ ଚଳାଚଳ ପାଇଁ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି ।

ଓଏସ୍ଓୟୁରେ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର: ହିନ୍ଦୀ ଦିବସ ଅବସରରେ ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ମୁକ୍ତ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଅନଲାଇନ୍ ଆଲୋଚନାଚକ୍ରରେ ପ୍ରସାର ଭାରତୀ ନିଯୁକ୍ତି ବୋର୍ଡର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ଜଗଦୀଶ ଉପାସନେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ହିନ୍ଦୀ ଭାଷାର ଦେଶବ୍ୟାପୀ ପ୍ରଚଳନ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଥିଲେ । ପାଟନା ଜନସେବା ଆୟୋଗର ସଦସ୍ୟ ପ୍ରଫେସର ଅରୁଣ କୁମାର ଭଗତ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ତଥା ଜବାହରଲାଲ ନେହେରୁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ନୂଆଦିଲ୍ଲୀର ହିନ୍ଦୀ ବିଭାଗ ପ୍ରଫେସର ଗଙ୍ଗାସହାୟ ମୀନା ଏବଂ ଆଇଆଇଟି ଖଡଗପୁରର ବରିଷ୍ଠ ହିନ୍ଦୀ ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ରାଜୀବ କୁମାର ରାଓ୍ୱତ ସମ୍ମାନିତ ବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଅର୍କ କୁମାର ଦାସ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଓ କୁଳସଚିବ ଡକ୍ଟର ମାନସ ରଞ୍ଜନ ପୂଜାରୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ୱେବିନାର୍ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଆକାଶବାଣୀ ସମ୍ବଲପୁର କେନ୍ଦ୍ରରେ ହିନ୍ଦୀ ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର: ଆକାଶବାଣୀ ସମ୍ବଲପୁର କେନ୍ଦ୍ରରେ ହିନ୍ଦୀ ଦିବସ ଓ ହିନ୍ଦୀ ପକ୍ଷ ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ସମାରୋହ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । କେନ୍ଦ୍ର ମୁଖ୍ୟ ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଭୋଇଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭାରେ ବଲାଙ୍ଗିର ରାଜେନ୍ଦ୍ର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ହିନ୍ଦୀ ବିଭାଗ ମୁଖ୍ୟ ଡକ୍ଟର ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ସିଂ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ହିନ୍ଦୀ ଭାଷାର ମହତ୍ୱ ଓ ବ୍ୟବହାରିକତା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱରାଷ୍ଟ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ପ୍ରସାର ଭାରତୀର ସିଇଓଙ୍କ ବାର୍ତ୍ତା ଏବଂ ଶପଥ ପାଠ କରାଯାଇଥିଲା । ଆକାଶବାଣୀର ସମ୍ବଲପୁର କେନ୍ଦ୍ରରେ ହିନ୍ଦୀ ପକ୍ଷ ପାଳନ ଅବସରରେ ଆୟୋଜିତ ପତ୍ରଲିଖନ, ପ୍ରବନ୍ଧ, ଅନୁବାଦ, ତର୍କ ଓ ହିନ୍ଦୀ ଲିଖନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ବିଜେତା ଅଧିକାରୀ ଏବଂ କର୍ମଚାରୀ ମନୋଜ କୁମାର ପୂଜାରୀ, ସନ୍ତୋଷ ସିଂ,

ରାଜକିଶୋର ପଣ୍ଡା, ଜଗନ୍ନାଥ କୁଅଁର, କୈବର୍ତ୍ତ ସାହୁ, ଲଳିତା କେର୍କେଟା, ସୁଶୀଳା ମ୍ପିଲା ମିଞ୍ଜ, ପ୍ରବୀଣ କୁମାର ଖାଡିଆ, ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ଭୋଇ, ଦେବେନ୍ଦ୍ର ନାଥ ଚୌବେ, ମାଳିକ ମୁଣ୍ଡା, ବ୍ୟାସଦେବ ଦୀପ, ଲମ୍ବୋଦର ବୁଦୁଲା, ଦୀପକ୍ ଓରାମଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ସମାରୋହକୁ କେନ୍ଦ୍ରର ହିନ୍ଦୀ ଅଧିକାରୀ କ୍ଷେତ୍ରମଣି ବିଭାର ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ ।

ଆଦିତ୍ୟ ଆଲୁମିନିୟମ ପକ୍ଷରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍

ସମ୍ବଲପୁର: ଲପଙ୍ଗା ଆଦିତ୍ୟ ଆଲୁମିନିୟମ ପକ୍ଷରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ କରୋନା ମହାମାରୀର ନିରନ୍ତର ସେବା ଯୋଗାଇ ଦେଇଥିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକାରୀ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ରେଙ୍ଗାଲି ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ଆଶିଷ ମାଝୀ, ରେଙ୍ଗାଲୀ ପ୍ରାଥମିକ କେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର କୈଳାସ ମାଝୀ, ଆଦିତ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ରଞ୍ଜନ ଲେଙ୍କା, ଡାକ୍ତର ଦେବସ୍ମିତା ସେନାପତି, ଡାକ୍ତର ଅତୁଲ ରବୀନ୍ଦ୍ରନ, ଡାକ୍ତର ସ୍ୱପ୍ନା ସୁସ୍ମିତା ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରଥମେ ମାଁ ସମଲେଶ୍ୱରୀଙ୍କ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରି, ମାଁ ସମଲେଶ୍ୱରୀଙ୍କ ଉପରେ ଆଧାରିତ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହୋଇଥିଲା । କମ୍ପାନୀ ମୁଖ୍ୟ ସମୀର ନାଏକ, ବିବେକାନନ୍ଦ ମିଶ୍ର ମାନବ ସମ୍ବଳ ମୁଖ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରମ୍ପରା ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଶ୍ୱେତା ଉପାଧ୍ୟାୟ ପାରପାର୍ଶ୍ୱିକ ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ ଓ ମନୋରଞ୍ଜନ ବେହେରାଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମଟି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା ।

Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663-2400945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra