ସାପ୍ତାହିକ ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/14/2019-2021
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 1 | 02 - 08 January 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ବିଦାୟ କିଶୋର...

କିଶୋର କୁମାର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଆକସ୍ମିକ ବିୟୋଗ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ତବ୍ଧ କରି ଦେଇଛି । ଜନ୍ମ ହେଲେ ମୃତ୍ୟୁ ଧ୍ରୁବ ସତ୍ୟ ବୋଲି ଜାଣି ମଧ କିଶୋରଙ୍କ ଅକାଳ ବିୟୋଗ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଶୋକାଭିଭୂତ କରିଛି । ବହୁ ନେତା ମୃତ୍ୟୁବରଣ କଲେ ତାଙ୍କର ମୁଷ୍ଟିମେୟ କିଛି ସମର୍ଥକ ମ୍ରିୟମାଣ ହେଉଥିବା ବେଳେ କିଶୋରଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁରେ ସର୍ବ ସାଧାରଣ ଝୁରି ହେଉଛନ୍ତି । ଏହା ହିଁ ତାଙ୍କର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା । ରାଜନୈତିକ ନେତାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସେ ଥିଲେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ । ପ୍ରକୃତରେ ଲୋକଙ୍କ ସେବା କରିବା ପାଇଁ ସେ ରାଜନୀତି କରୁଥିଲେ । ପରୋପକାର କରିବା ଥିଲା ତାଙ୍କର ପରମ ଧର୍ମ । ଏକ ସାଧାରଣ ପରିବାରରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରି ଅଭାବ ଅସୁବିଧା କ'ଣ ତାହା ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିଥିବାରୁ ଅନ୍ୟର କଷ୍ଟକୁ ଲାଘବ କରିବା ପାଇଁ ସାଧମତେ ସେ ଉଦ୍ୟମ କରୁଥିଲେ । ରାଜନୀତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ନିଜ ଦଳରେ ନିଜକୁ ସୀମିତ ନ ରଖି ଦଳମତ ନିର୍ବିଶେଷରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ନେହ ଓ ସମ୍ମାନ ନେବା ଥିଲା ତାଙ୍କର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଗୁଣ । ଜଣେ ଦରଦୀ ମଣିଷ ରୂପେ ସେ ବେଶ୍ ଜଣାଶୁଣା ଥିଲେ ।

କିଶୋର ମୋର ସାନଭାଇ ସନ୍ତୋଷର ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ବନ୍ଧୁ ଥିବାରୁ ତାଙ୍କର ସହ ମୋର ଯଥେଷ୍ଟ ଘନିଷ୍ଠତା ଥିଲା । ସେ ମୋତେ ସବୁବେଳେ ଅଗ୍ରଜର ମାନ୍ୟ ଦେଇ 'ଦାଦା' ବୋଲି ଡାକୁଥିଲେ । ଏଣୁ ତାଙ୍କର ଜୀବନର ଅନେକ ଘଟଣା ମୁଁ ଖୁବ୍ ପାଖରୁ ଦେଖିଛି । ମୁଁ ସ୍ୱଚକ୍ଷୁରେ ଦେଖିଥିବା ଏକ ଘଟଣା ଏଠାରେ ଉଲ୍ଲେଖ ନ କରି ରହିପାରୁ ନାହିଁ । କିଛିବର୍ଷ ତଳେ ମୁଁ କିଶୋରଙ୍କ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ମଙ୍ଗଳବଜାରରେ ଥିବା ତାଙ୍କ ଘରକୁ ଯାଇଥାଏ । ସେଠାରେ ଦେଖାହୁଏ ଗୋଟିଏ ଛୋଟିଆ ଝିଅ ସହିତ । କିଶୋରଙ୍କ ଘରକୁ ତା'ର ଆସିବାର କାରଣ ପଚାରି ବୁଝି ବାରେ ଜାଣିଲି ଯେ, ତା ପୂର୍ବଦିନ କିଶୋର ସେହି ଝିଅ ପାଠ ପଢୁଥିବା ସ୍କୁଲକୁ ବୁଲିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ । ସେଠାରେ ସେହି ଝିଅ ଏକ ଚିରା ଫ୍ରକ୍ ପିନ୍ଧିଥିବା ଦେଖି ତାକୁ ତା'ପର ଦିନ ତାଙ୍କ ଘରକୁ ଆସିବାକୁ କହିଥିଲେ । ସେହି ଝିଅ ଘରକୁ ଆସିବା ପରେ ତାର ଫ୍ରକ୍ର ମାପ ନେବା ପାଇଁ ଜଣେ ଦରଜୀକୁ ଡକାଇ ଥିଲେ । ଏହା ଶୁଣିବା ପରେ ମୋର ମନ ଆନ୍ଦୋଳିତ ହୋଇ ଉଠିଲା ଏବଂ ଏବେ ମଧ ରାଜନୀତିଜ୍ଞ ମାନେ କ'ଣ ଏତେ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଅଛନ୍ତି ବୋଲି ମୁଁ ନିଜକୁ ନିଜେ ପ୍ରଶ୍ନ କରି କିଶୋରଙ୍କ ଏହି ମହାନତାକୁ ପ୍ରଶଂସା କଲି । ପାଠକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ହୁଏତ ଏକ ସାମାନ୍ୟ ଘଟଣା ହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଘଟଣାରୁ କିଶୋରଙ୍କ ମଣିଷ ପଣିଆ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବେ ବାରି ହୋଇ ପଡିଥିଲା ।

କ୍ଷମତାରେ ଥିଲେ ମଧ କିଶୋରଙ୍କ ମନରେ ଅହଂ ଭାବ ଓ ଗର୍ବ କିପରି ନ ଥିଲା ତାହା ଅନ୍ୟ ଏକ ଘଟଣା ଦର୍ଶାଉଛି । ମୋର ସହଧର୍ମିଣୀ ଗାଡ଼ିରେ ଯାଇ ଥାଆନ୍ତି ରେଙ୍ଗାଲି ହାଇସ୍କୁଲକୁ । ସେଠାରୁ ତାଙ୍କର ଫେରିବାର ଥାଏ ଗାଁ କୁ । ମୋର ସାନଭାଇ ସନ୍ତୋଷଙ୍କ ସଙ୍ଗେ ବିଧାୟକ କିଶୋର ପହଞ୍ଚିଲେ ସ୍କୁଲରେ । ସ୍କୁଲ ଛୁଟୀ ହେବା ପରେ ମୋର ସହଧର୍ମିଣୀ ବାହାରି ଗାଡ଼ିରେ ବସିବା ବେଳକୁ ଗାଡ଼ି ଷ୍ଟାର୍ଟ ହେଲା ନାହିଁ । ଏହା ଦେଖି ପାଖରେ ଥିବା ଲୋକମାନେ ଗାଡ଼ି ଠେଲିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ଅନ୍ୟ ଗାଡିରେ ବସିଥିବା କିଶୋର ମଧ ଗାଡ଼ିରୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆସି ଲୋକଙ୍କ ସହ ନିଜେ ଗାଡ଼ି ଠେଲିଲେ । କୌଣସି କାମକୁ ସେ ଛୋଟ ବୋଲି ନ ଭାବି ଏପରି କାମ କରିବାକୁ ପଛଘୁଞ୍ଚା ନ ଦେବା ଦେଖି ଉପସ୍ଥିତ ଲୋକମାନେ ଚକିତ ହୋଇ ପଡିଥିଲେ ଓ କିଶୋରଙ୍କୁ ସାବାସି ଦେଇଥିଲେ ।

କିଶୋରଙ୍କ ଏପରି ଅନେକ ଘଟଣା ଦେଖିଛି । ରାସ୍ତାରେ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ଲୋକଙ୍କୁ ଉଠାଇ ହାସ୍ପାତାଲ ନେବା ଓ ସେଠାରେ ତାଙ୍କର ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବାର ଅନେକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ରହିଛି । ଛୋଟରୁ ବଡ଼ ଲୋକଙ୍କ ସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଲେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଯୋଗ ଦିଅନ୍ତି । ମାତ୍ର ଲୋକ ଦେଖାଣିଆ ଭାବେ ନୁହେଁ ଆନ୍ତରିକତାର ସହ ସେ ଯୋଗ ଦିଅନ୍ତି । ରାଜନୀତିରେ ପ୍ରତିପକ୍ଷଙ୍କୁ ମଧ ଯଥାର୍ଥ ସମ୍ମାନ ଦେବା ପାଇଁ କେବେ ଭୁଲନ୍ତି ନାହିଁ । କୌଣସି ସଭା ସମିତିରେ ତାଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇ ତାଙ୍କର ଘୋର ବିରୋଧୀଙ୍କୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କଲେ ମଧ ଉଦାରତାର ସହ ଯୋଗ ଦେଉଥିଲେ । ଅଞ୍ଚଳର ସ୍ୱାର୍ଥ ରକ୍ଷା ପାଇଁ ଲଢ଼େଇ କରିବାକୁ ସର୍ବଦା ଆଗେଇ ଆସୁଥିଲେ । ପ୍ରବାଦ ପୁରୁଷ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ପରେ ତାଙ୍କ ପୁଅ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଥିଲେ ସେ ଦୃଢ଼ ସମର୍ଥକ । ଦଳ ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କୁ ଯେଉଁ ଦାୟିତ୍ୱ ଦେଇଛି ସେ ସଫଳତାର ସହ ତାହା ତୁଲାଇଛନ୍ତି । ବିଜେଡିର ଜଣେ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କର୍ମୀ ରୂପେ ଲୋକଙ୍କ ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ଆଜୀବନ କାମ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ପ୍ରିୟନେତା ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ସୋସିଏଲ ୱେଲଫେୟାର ଏସୋସିଏସନ ଗଠନ କରି ଗରିବ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କୁ ପାଠ ପଢ଼ାଇବା ଓ ଚିକିତ୍ସା କରାଇବା ବୃକ୍ଷରୋପଣ ଓ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ମଧ ଆୟୋଜନ କରୁଥିଲେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମାଜରେ ମଣିଷ ପଣିଆର ଘୋର ଅଭାବ ଦେଖା ଦେଇଥିବା ବେଳେ ଏଭଳି ଜଣେ ପରୋପକାରୀ ଓ ଦରଦୀ ମଣିଷର ଅକାଳ ମୃତ୍ୟୁ ସମାଜ ପାଇଁ ଅପୂରଣୀୟ କ୍ଷତି । ତେବେ ବିଧିର ବିଧାନକୁ କେହି ଭାଙ୍ଗି ପାରିବେ ନାହିଁ । ପ୍ରାଣୀର ଭଲ ମନ୍ଦ ବାଣୀ, ମରଣ କାଳେ ତାହା ଜାଣି ବୋଲି ଯାହା ଭାଗବତରେ କୁହାଯାଇଛି ତାହା କିଶୋରଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅକ୍ଷରେ ଅକ୍ଷରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇଛି । ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଖବର ପ୍ରଚାରିତ ହେବା ପରେ ଯେଉଁ ଜନସମୁଦ୍ର ଦେଖା ଦେଇଥିଲା ସେଥିରୁ ତାଙ୍କର ଜନପ୍ରିୟତା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ତେବେ ଭଗବାନ ତାଙ୍କୁ ଅଫେରା ରାଜ୍ୟକୁ ନେଇ ଯାଇଛନ୍ତି । ତେବେ ସେ ଯେଉଁଠାରେ ବି ରହିବେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଶାନ୍ତିରେ ରହିବେ ଏହା ନିଃସନ୍ଦେହ । ଓଁ ଶାନ୍ତି ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ରାଜନୀତି ଅମ୍ବରର

ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତମ ଜ୍ୟୋତିଷ୍କ ଅସ୍ତମିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ଜନପ୍ରିୟ ଟାଣୁଆ ବିଜେଡ଼ି ନେତା, ପୂର୍ବତନ ବାଚସ୍ପତି ତଥା ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟକ କିଶୋର କୁମାର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଗତ ଗୁରୁବାର ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଆକସ୍ମିକ ନିଧନ ହୋଇଯାଇଛି । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିଜେଡ଼ି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ଆହୁତ ଏକ ଶୋକସଭାରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ସମୟରେ ହୃଦ୍‌ଘାତ ହେବାରୁ ସେ ଗୁରୁତର ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିଲେ ।

ସେଠାରୁ ପାଖରେ ଥିବା ଏକ ଘରୋଇ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନେବା ପରେ ସେଠାରେ ଚିକିତ୍ସିତ ଅବସ୍ଥାରେ ତାଙ୍କର ପରଲୋକ ହୋଇଥିଲା । ସେ ତାଙ୍କ ପଛରେ ପତ୍ନୀ ଅଳକା, ପୁଅ- ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଓ ଝିଅ ପ୍ରିୟମ୍ବଦାକୁ ଛାଡି ଚାଲିଯାଇଛନ୍ତି ।

୧୯୫୮ ମସିହା ଡିସେମ୍ବର ୪ ତାରିଖ ଦିନ ଜନ୍ମିତ କିଶୋରଙ୍କ ରାଜନୈତିକ କ୍ୟାରିୟର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ଏକ କାଉନସିଲର ପଦବୀରୁ । ସେ ୧୯୮୪ ମସିହାରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ପୌର ପରିଷଦର କାଉନସିଲର୍ ହେବା ସହ ନଗରପାଳ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେ ପ୍ରଥମ କରି ୧୯୯୦ ମସିହାରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିଧାନସଭା କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଜନତା ଦଳର ପ୍ରାର୍ଥୀଭାବେ ବିଧାୟକ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ପରେ ୧୯୯୦ରୁ ୧୯୯୫ ଯାଏଁ ଜନତା ଦଳର ବିଧାୟକ ଏବଂ ୨୦୦୦ରୁ ୨୦୦୪ ଯାଏଁ ବିଜେଡ଼ିର ବିଧାୟକ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟକ ଭାବେ ଗତ ୨୦୧୯ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ସେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ଏଥିସହ ୨୦୧୦ ମସିହାରେ ରାଜ୍ୟସଭା ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ୨୦୧୫ ମସିହାରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ମନୋନୀତ ହୋଇଥିଲେ । ସେ ୨୦୦୪ରୁ ୨୦୦୯ ମସିହା ମଧ୍ୟରେ ବିଧାୟକ ଥିବା ସମୟରେ ବିଧାନସଭାର ବାଚସ୍ପତି ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ଏହା ପୂର୍ବରୁ ବିଧାନସଭାରେ ଶାସକ ଦଳର ମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ଥିଲେ ।

ତୃଣମୂଳ ରାଜନୀତିରୁ ବିଧାନସଭା ଗୃହର ସର୍ବୋଚ୍ଚ କର୍ତ୍ତା

୧୯୮୮ ମସିହାରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଥାନା ସମ୍ମୁଖରେ ଏକ ଟ୍ରକ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇଥିବା ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ କ୍ଷତିପୂରଣ ଦାବିରେ ହୋଇଥିବା ଆନ୍ଦୋଳନର ନେତୃତ୍ୱ ନେବା ପରେ କିଶୋରଙ୍କ ରାଜନୈତିକ ଅଭ୍ୟୁଦୟ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଘଟଣାର ଦୁଇବର୍ଷ ପରେ ଜନତା ଦଳ ଟିକଟରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିଧାନସଭା ଆସନରୁ ଲଢ଼ି ବିପୁଳ ଭୋଟ୍‌ରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲେ । ତେବେ ୨୦୦୪ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ସେ ତୃତୀୟ ଥର ବିଧାୟକ ନିର୍ବାଚିତ ହେବା ପରେ ତାଙ୍କର ଦୀର୍ଘ ଅନୁଭୂତିକୁ ଆଧାର କରି ବିଧାନସଭାର ବାଚସ୍ପତି ରୂପେ ମନୋନୀତ ହୋଇଥିଲେ ।

କିଶୋରଙ୍କୁ ଗୋଡ଼ାଉଥିଲା କ୍ଷମତା

୨୦୦୯ ମସିହାରେ ଲଇକେରା ବିଧାନସଭା ଆସନ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ସହ ବିଲୀନ ହେବା ପରେ ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନରେ କିଶୋର ପରାଜୟ ବରଣ କରିଥିଲେ । ତେବେ ସେ ସମୟରେ ରାଜ୍ୟସଭାରେ ଖାଲି ପଡିଥିବା ଏକ ଆସନକୁ ସେ ତୁରନ୍ତ ବିଜେଡ଼ି ଟିକଟରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ସେହିପରି ୨୦୧୪ ନିର୍ବାଚନରେ ସେ ପରାସ୍ତ ହେବା ପରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ବିକାଶ ଧାରାକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କର ଲୋକପ୍ରିୟତାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ତାଙ୍କୁ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଦାୟିତ୍ୱ ଦେଇଥିଲେ ।

ଦଳୀୟ ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ ପ୍ରତିବାଦ କରୁ ନ ଥିଲେ

ପ୍ରବାଦ ପୁରୁଷ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଆଦର୍ଶରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ସ୍ୱର୍ଗତ କିଶୋର ମହାନ୍ତି ତାଙ୍କର ରାଜନୈତିକ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ବିଜୁ ବାବୁଙ୍କ ନାମରେ ଗଠିତ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳର ସେ ଅନ୍ୟତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସଦସ୍ୟ ଥିଲେ । ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ତାଙ୍କର ପାରମ୍ପରିକ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦୀ ନବ ଦାସ ବିଜେଡ଼ିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । କିଶୋର ମହାନ୍ତି ନବଙ୍କୁ ବିରୋଧ କରିବେ ବୋଲି ସାଧାରଣରେ ବେଶ୍ ଚର୍ଚ୍ଚା ହେଉଥିଲା । ତେବେ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ଦଳୀୟ ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରତିବାଦ ନ କରି ନବଙ୍କୁ ଦଳରେ ଆପଣେଇ ନେଇ ଜଣେ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କର୍ମୀର ପରିଚୟ ଦେଇଥିଲେ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ ସେ ନିଜ ପାରମ୍ପରିକ ଆସନକୁ ଛାଡ଼ି ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରୁ ଦଳୀୟ ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇଥିଲେ ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୧ମ ପୃଷ୍ଠାରେ)

ଦୈନିକ ପିଅନ୍ତୁ ମେଥି ପାଣି

ଶୀତଦିନରେ ଖାଆନ୍ତୁ ଧନିଆ ପତ୍ର

ଶରୀର ପାଇଁ ଉତ୍ତମ କାଜୁ

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ ଲେମ୍ବୁ

ବଚର ଉପକାରିତା

ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ନିଯୁକ୍ତି ମେଳା

ସମ୍ବଲପୁର : ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ନିଯୁକ୍ତି ମେଳାର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ରେଙ୍ଗାଲି ସୁରଜମଲ କଲେଜରେ ମୋଟ ୧୦୩୮ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ସେଥି ମଧ୍ୟରୁ କୁଚିଣ୍ଡାରୁ ୧୮, ଧନକଉଡାରୁ ୩୨୭, ଜମନକିରାରୁ ୮୧, ରେଢ଼ାଖୋଲରୁ ୩, ଜୁଜୁମୁରାରୁ ୩୫, ମାନେଶ୍ୱରରୁ ୧୦୫, ବାମରାରୁ ୮୬, ନାକଟିଦେଉଳରୁ ୨ ଏବଂ ରେଙ୍ଗାଲିରୁ ମୋଟ ୩୯୪ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏଥି ମଧ୍ୟରୁ ୨୫୮ ଜଣ ଟ୍ରେନିଂ ଆଧାରରେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ମନୋନୀତ ହେଇଥିବା ବେଳେ ୭୮୦ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ସିଧାସଳଖ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଁ ଯୋଗ୍ୟତା ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ନିଯୁକ୍ତି ମେଳାରେ ୧୨ ଟି ନିଯୁକ୍ତିଦାତା ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ସ୍କିଲ ଟ୍ରେନିଂ ନିମନ୍ତେ ୬ ଗୋଟି ଏଜେନ୍ସି ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶ୍ରୀ ଦିଲ୍ଲୀପ କୁମାର ବଳ ସମେତ ଆଞ୍ଚଳିକ ସହକାରୀ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଏମପ୍ଲୟମେଣ୍ଟ ଶ୍ରୀ ଶଙ୍କର ଚରଣ ମୁର୍ମୁ, ଓରମାସର ଡେପୁଟି ସିଇଓ ଶ୍ରୀମନ୍ତ ହାତା, ବିଡ଼ିଓ ରେଙ୍ଗାଲି ଶଙ୍କର ମୋହନ ସାହୁ, ଏମ୍ପ୍ଲୟ ଅଫିସର ବିଦ୍ୟୁତ ସାହୁ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ରେଙ୍ଗାଲି ସୁରଜମଲ କଲେଜ ଅଧକ୍ଷ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଅଧକ୍ଷତା କରିଥିଲେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିନରେ ରେଢ଼ାଖୋଲ ସ୍ଥିତ ଭୀମ ଭୋଇ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ନିଯୁକ୍ତି ମେଳାରେ ୫୦୩ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ରାଜସ୍ୱ ଶ୍ରୀ ଉମାକାନ୍ତ ରାଜକାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ରେଢ଼ାଖୋଲ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ପବିତ୍ର ବେହେରା, ରେଢ଼ାଖୋଲ ବିଡ଼ିଓ ପରୀକ୍ଷିତ ସାହୁ ଓ ନାକଟିଦେଉଳ ବିଡ଼ିଓ ବିବେକାନନ୍ଦ ସାହୁ, ଓରମାସର ଡେପୁଟି ସିଇଓ ଶ୍ରୀମନ୍ତ ହୋତା, ଇ. ଓ ବିଦ୍ୟୁତ ସାହୁ, ଏମ୍ପ୍ଲମେଣ୍ଟର ଆଞ୍ଚଳିକ ସହକାରୀ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶଙ୍କର ଚରଣ ମୁର୍ମୁ, ଭୀମଭୋଇ କଲେଜ ପ୍ରିନସିପାଲ ଦିଲ୍ଲୀପ ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସିଧାସଳଖ ନିଯୁକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ୯୨ ଜଣ ମନୋନୀତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଟ୍ରେନିଂ ଆଧାରରେ ୮୯ ଜଣ ଯୋଗ୍ୟତା ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି । ନିଯୁକ୍ତି ଦାତା ୬ ଟି ଆସିଥିବା ବେଳେ ସ୍କିଲ ଟ୍ରେନିଂ ତରଫରୁ ୫ ଟି କମ୍ପାନୀ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ନାକଟିଦେଉଳରୁ ୧୦୬, ମାନେଶ୍ୱରରୁ ୩, ରେଢ଼ାଖୋଲ ୨୭୭, ଜମନକିରା ୩୧, ଯୁଜୁମୁରା ୧୩ ରେଙ୍ଗାଲି ୫୦, ଧନକଉଡାରୁ ୯ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ପଞ୍ଜିକରଣ କରିଥିଲେ ।

ଅସହାୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଶବସତ୍କାର କଲା 'ସମ୍ବଳ'

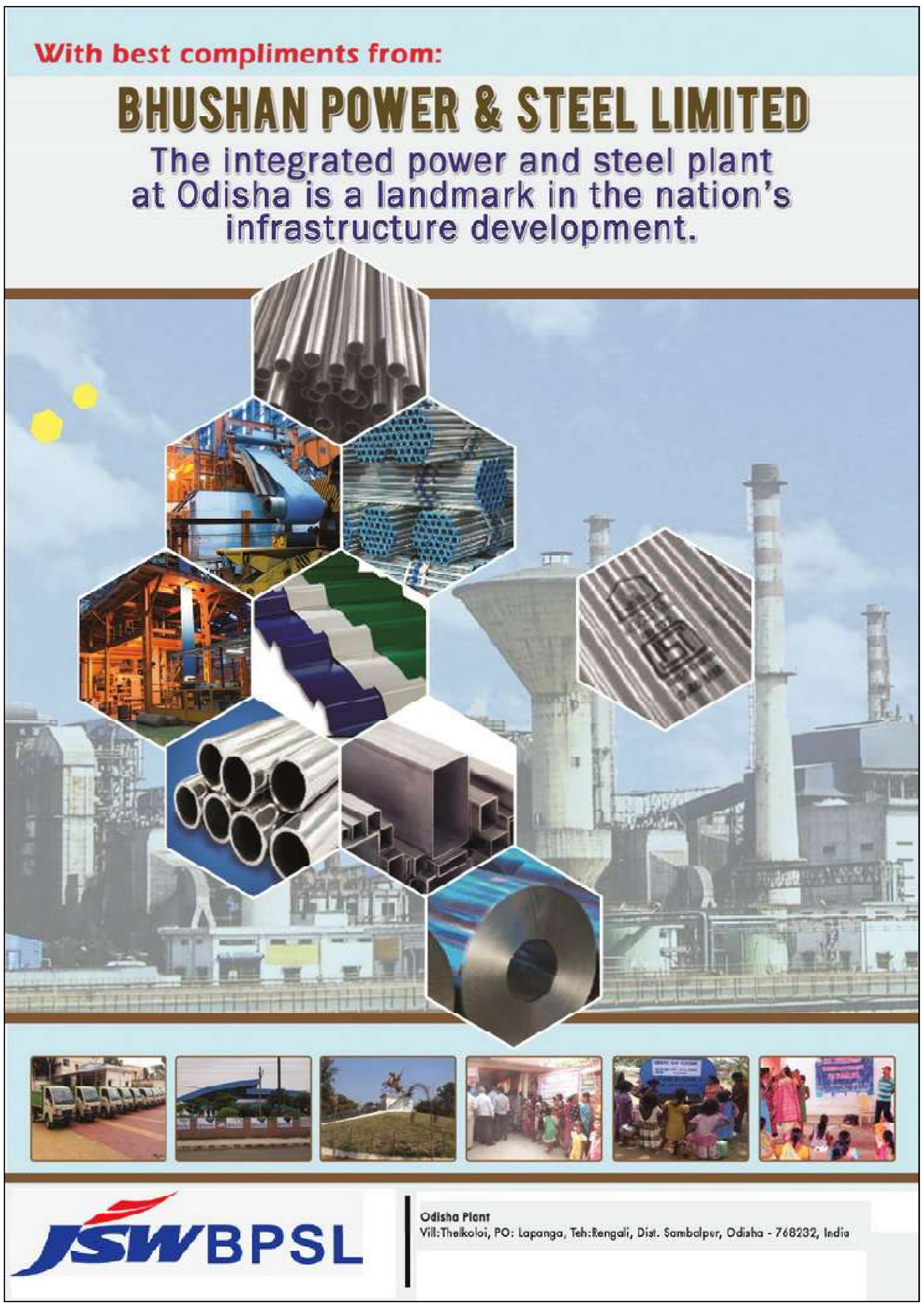
ସମ୍ବଲପୁର : ରେଙ୍ଗାଲି ନିକଟସ୍ଥ କେଉଁଟଡିହିରେ ଥିବା ସହାୟତା ବୃଦ୍ଧାଶ୍ରମର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ପୁରୋହିତ (୬୬)ଙ୍କ ପରଲୋକ ହୋଇଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ରାଜଘାଟରେ 'ସମ୍ବଲ' ଅନୁଷ୍ଠାନର ସହାୟତାରେ ତାଙ୍କ ଶେଷକୃତ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରାଯାଇଥିଲା । ସମ୍ବଲ ଅନୁଷ୍ଠାନର ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା ଏବଂ ସହାୟତା ବୃଦ୍ଧାଶ୍ରମ ପକ୍ଷରୁ ସାମ୍ବାଦିକ ସୁବ୍ରତ ପାଢ଼ୀ ଏବଂ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ହରିଶଙ୍କର ସିଂଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଶବ ସତ୍କାର କରାଯାଇଥିଲା । ବୃଦ୍ଧାଶ୍ରମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବା ଦିନଠାରୁ ସ୍ୱର୍ଗତ ପୁରୋହିତ ଅନ୍ତେବାସୀ ରୂପେ ରହି ଆସୁଥିଲେ । ଗତ କିଛିଦିନ ହେଲା ସେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ଅନୁଭବ କରୁଥିଲେ । ବୃଦ୍ଧାଶ୍ରମର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଶଶିଭୂଷଣ ସାହୁ, ଉପସଭାପତି ଶିଶିର ସାହୁ, କୋଷାଧକ୍ଷ ଗୋବର୍ଦ୍ଧନ ବାରିକ, ସାମ୍ବାଦିକ ନରେଶ ମହାଣା, ଅଚ୍ୟୁତ ପାଢ଼ୀ ପ୍ରମୁଖ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ବହୁ ସଦସ୍ୟ ଏବଂ ଅନ୍ତେବାସୀ ଶେଷ ଦର୍ଶନ କରିବା ସହ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜ୍ଞାପନ କରିଥିଲେ । କୁମାର ନାମରେ ପରିଚିତ ରେଙ୍ଗାଲି ନିକଟସ୍ଥ କାଶିପାଲି ଗ୍ରାମର ବାସିନ୍ଦା ଦିବଙ୍ଗତ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ପୁରୋହିତ ସିପିଆଇ ଦଳର ଜଣେ ନିଷ୍ଠାପର ଓ ସକ୍ରିୟ କର୍ମୀ ଥିଲେ । ସେ କିଛି ବର୍ଷ ସାମ୍ବାଦିକତା ମଧ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ସୁରଟ ଗୁଜୁରାଟ ନିବାସୀ ଟ୍ରକ ଚାଳକ ଆଦେଶ କୁମାର ଶର୍ମା (୫୩) ଙ୍କର ଚାରମାଳ ଥାନା ନିକଟରେ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ପରିବାରରୁ କେବଳ ଆଦେଶଙ୍କ ୧୦ ବର୍ଷର ପୁଅ ଶିବା ଶର୍ମା ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ରେଢ଼ାଖୋଲ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଶବ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ ପରେ ଶବକୁ ତାଙ୍କ ଗାଁକୁ ପଠାଇବା ସମ୍ଭବ ନ ଥିଲା । ଚାରମାଳ ପୁଲିସ ପାଖରୁ ଖବର ପାଇ ସମ୍ବଳର ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା, ଦିଲ୍ଲୀପ ବୋଷ ଏବଂ ସୌରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଶବସତ୍କାର କରିଥିଲେ । ଚାରମାଳ ଥାନାର ଏଏସଆଇ ଗଣେଶ ବାରିକ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ମାଗଣା କମ୍ବଳ ବଣ୍ଟନ ଠେବରା

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଜନନେତା ସ୍ୱର୍ଗତ ପ୍ରସନ୍ନ କୁମାର ପଣ୍ଡାଙ୍କ ୨୪ ତମ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ବାର୍ଷିକୀ ଅବସରରେ ଠେବରା ଗାନ୍ଧୀ ଯୁବକ ସଂଘ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ମାଗଣା କମ୍ବଳ ବଣ୍ଟନ ଉତ୍ସବ ଠେବରା ଗ୍ରାମରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଭଉଁରଖୋଲ ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତର ଅଧିନରେ ଥିବା ଠେବରା, ଭଉଁରଖୋଲ, ସାଗରପାଲି ଖୋଲ ଜାମକାନୀ ଗ୍ରାମର ୧୦୦ ଜଣ ଅସହାୟ ବୃଦ୍ଧ, ବୃଦ୍ଧାଙ୍କୁ ମାଗଣା କମଳ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା । ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ବଦାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଗଦୀଶ ପ୍ରସାଦ ବୁଦ୍ଧିଆଙ୍କ ଅନୁଦାନରୁ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ମଞ୍ଚର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସଭ୍ୟ ଅର୍ଜୁନ ଲାଲ ମୋର, ଭିକମପାଲି ହାଇସ୍କୁଲର ପୁରାତନ ଛାତ୍ର ସଂସଦର ସଭାପତି ଲଳିତ କୁମାର ପୁଜାରୀ ଏବଂ ବିପିଏସ୍ ହାଇସ୍କୁଲର ପ୍ରାଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଶିକ୍ଷକ ଭାବଗ୍ରାହୀ ସାହୁ କମ୍ବଳ ବିତରଣ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ପ୍ରସନ୍ନ ପଣ୍ଡା ସ୍ମୃତି ସଂସଦର ସଭ୍ୟ ଯତା ପଞ୍ଚାନନ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଗାନ୍ଧୀ ଯୁବକ ସଂଘ ଠେବରାର ସଭାପତି ଜନାର୍ଦ୍ଦନ ବଢ଼େଇ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ରାଉତ, ସନାତନ ବଢ଼େଇ, ନରୋତ୍ତମ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ନିରଞ୍ଜନ ତନସନା, ସନାତନ ଭୋଇ, ନରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମେହେର, ଶଶୀ ଭୂଷଣ ଭୋଇ, ପ୍ରଭାକର ପୁଝାରୀ, ନିତ୍ୟାନନ୍ଦ ମୁଣ୍ଡା ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ସଭାକୁ ଦୋଳଗୋବିନ୍ଦ ବିଶ୍ୱାଳ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ଓ ପଞ୍ଚାନନ ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଜିଲ୍ଲାପାଳ, ଏସପିଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଘରାଇ ଡାକ୍ତରଖାନା ପରିଦର୍ଶନ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାର ସଫଳ ରୂପାୟନ ନେଇ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ତରଫରୁ ବ୍ୟାପକ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଉଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ଶୁଭମ ସକସେନା ଏବଂ ଏସପି ଶ୍ରୀ ବି. ଗଙ୍ଗାଧର ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ଘରୋଇ ଡାକ୍ତରଖାନା ଗୁଡିକ ବୁଲି ଦେଖିଛନ୍ତି । ଡାକ୍ତରଖାନାର ବିଭିନ୍ନ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପଚାରି ବୁଝିବା ସହ ଚିକିତ୍ସା, ରୋଗୀମାନଙ୍କ ସହ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବେ ଏହି ଯୋଜନା ସମ୍ପର୍କରେ ପଚାରି ବୁଝିଥିଲେ । ଯୋଜନା କିଭଳି ସଠିକ ଭାବେ ହିତାଧିକାରୀ ପାଇବେ ସେଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ଡାକ୍ତରଖାନା କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଜିଲ୍ଲପାଳ ଏବଂ ଏସପି ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯାଜନାରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ଥିବା ଅମ୍ରିତା ହେଲଥ କେୟାର, ଗୌରୀ ଶଙ୍କର ନର୍ସିଂ ହୋମ, ସମଲେଶ୍ୱରୀ ନର୍ସିଂ ହୋମ, ସୁଶ୍ରୁତ ନର୍ସିଂ ହୋମ, ତ୍ରିଲୋଚନ ନେତ୍ରାଳୟ ପରିଦର୍ଶନ କଲି ସଫଳ ରୂପାୟନର ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ସୂଚନା ଯେ, ଅମ୍ରିତା ହେଲଥ କେୟାରରେ ଜଣେ, ତ୍ରିଲୋଚନ ନେତ୍ରାଳୟରେ ୨୨, ଗୌରୀ ଶଙ୍କର ନର୍ସିଂ ହୋମରେ ୮ ସମଲେଶ୍ୱରୀ ନର୍ସିଂ ହୋମରେ ୬ ଏବଂ ସୁଶ୍ରୁତ ନର୍ସିଂ ହୋମରେ ୧୧ ଜଣ ବିଜୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କାର୍ଡ ଧାରୀ ଚିକିତ୍ସାଧୀନ ଅଛନ୍ତି । ଡାକ୍ତରଖାନା ପରିଦର୍ଶନରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସିଡ଼ିଏମଓ ଏଣ୍ଡ ପିଏଚଓ ଡାକ୍ତର ଭରତ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ, ଡିଏମଓ (ଏମଏସ) ଡାକ୍ତର ଅଲେଖ ମହାପାତ୍ର, ଡିପିଏମ, ଏନଏଚଏମ ଡାକ୍ତର ମୌସୁମୀ ମିଶ୍ର, ଡିସି. ଏସଏଚଏଏସ ପ୍ରଜ୍ଞା ପରିମିତା ଦାସ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲାକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ଫକିର ମାହନ ମାଝୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।



ଭାଗବତ /// ରୁକ୍ମିଣୀ ହରଣ

ଆମେ ଜାଣିବା ଉଚିତ ଯେ ମନୁଷ୍ୟର ସୁନ୍ଦରତାର କାରଣ ହେଉଛନ୍ତି ଈଶ୍ୱର । ଭାଗବତ ସୁନ୍ଦର ଦୃଷ୍ଟି ଦିଏ । ଅହମ୍‌ର ଦୃଷ୍ଟିକୁ ବଦଳାଇ ଦିଏ । ଜଗତ ଯେପରି ଅଛି ସେହିପରି ରହିଥାଏ, ପ୍ରଶ୍ନ କିନ୍ତୁ ଦୃଷ୍ଟିର । ଦୃଷ୍ଟି ଯେପରି ହୋଇଥାଏ ଠିକ୍ ସେହିପରି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।

ହେ ନାଥ । ଆପଣ ଅତିଶୟ ସୁନ୍ଦର । ସୁନ୍ଦରତା ସହିତ ଆପଣଙ୍କର ସଦଗୁଣାବଳୀର ବର୍ଣ୍ଣନା ମୁଁ ମହାତ୍ମା ସାଧୁମାନଙ୍କର ମୁଖରୁ ଶୁଣିଛି । ଆଉ ଏଇଥିପାଇଁ ମୁଁ ଆପଣଙ୍କୁ ବିବାହ କରିବା ପାଇଁ ନିଶ୍ଚୟ କରିଛି । ଆପଣଙ୍କର ସଦଗୁଣାବଳୀ ମୋ ମନକୁ ବିମୋହିତ କରିଦେଇଛି । ଆପଣ ମୋ ଚିତ୍ତକୁ ଚୋରାଇ ନେଇଛନ୍ତି । ମୋ ମନ ଏବେ ନିର୍ଲଜ ହୋଇ ଯାଇଛି । ରୁକ୍ମିଣୀ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପାଦପଦ୍ମରେ ଲଜ୍ୟାକୁ ବି ସମର୍ପଣ କରି ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଆମେ ଯଦି ବାରମ୍ବାର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ କଥା ଶ୍ରବଣ କରିବା ତେବେ ସେ ଆମର ମନକୁ ହରଣ କରିନିଅନ୍ତି । ଶୁକଦେବଙ୍କ ଭଳି ନିରପେକ୍ଷ ବକ୍ତା ବି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କଥା କହିବାକୁ ଆଗ୍ରହ କରି ଥାଆନ୍ତି । ତାଙ୍କୁ ଯେତେବେଳେ କେହି ଶ୍ରୋତା ମିଳନ୍ତି ନାହିଁ ସେ ବୃକ୍ଷମାନଙ୍କୁ ରାସପଞ୍ଚାଧ୍ୟାୟୀ ଶୁଣାଇବାରେ ଲାଗୁଥିଲେ ।

ରୁକ୍ମିଣୀ ଲେଖିଥିଲେ ହେ ନାଥ । ମୁଁ କୌଣସି କାମୀ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ବିବାହ କରିବା ପାଇଁ ମନ କରିନାହିଁ । ମୁଁ ମୋ ଆତ୍ମାକୁ ଆପଣଙ୍କ ପାଦତଳେ ସମର୍ପଣ କରି ଦେଇଛି ।

କାଳେ ପତ୍ର ପଢ଼ିବା ପରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଭାବି ପାରନ୍ତି- ଏପରି ନିର୍ଲଜ କନ୍ୟାକୁ କିପରି ବିବାହ କରିବି । ଏପରି ଭାବନାକରି ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶ୍ଳୋକରେ ରୁକ୍ମିଣୀ ଲେଖିଥିଲେ, ହେ ନାଥ । ଏପରି ଲେଖିବାରେ ମୋର କୌଣସି ଦୋଷ ନାହିଁ । ମୁଁ ନିର୍ଲଜ ହୋଇ ଯାଇଛି । ପୂର୍ବେ ମୁଁ ନିର୍ଲଜ ନ ଥିଲି । ଲଜ୍ୟାଯୁକ୍ତ ଥିଲି । କିନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କର ସଦଗୁଣାବଳୀ ମୋର ଲଜ୍ୟାକୁ ହରଣ କରି ନେଇଛି । ମୋତେ ନିର୍ଲଜ କରି ଦେଇଛି । ମୋର ଏହି ଯେଉଁ ନିର୍ଲଜତା ଦୋଷ କଥା ଆପଣ ଭାବୁଛନ୍ତି ଏ ସମସ୍ତ ନିମନ୍ତେ ଆପଣଙ୍କ ସଦଗୁଣ ହିଁ ଦୋଷୀ । ଆପଣ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ, ମୁଁ ଆଉ ଅଧିକ କ'ଣ ଲେଖିବି ? ମୋର ମନୋଭାବନା ସହିତ ଆପଣ ସୁପରିଚିତ । ରୁକ୍ମିଣୀ

ଶିଶୁପାଳର ନାମ ଉଲ୍ଲେଖ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁ ନ ଥିଲେ । କିନ୍ତୁ କାଳେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଭାବି ପାରନ୍ତି ଯେ ମୋତେ ହରଣ କରି ବିବାହ କଲେ ତାଙ୍କୁ ଆଉ କିଛି ମିଳିବ ନାହିଁ । ଯେଉଁ କନ୍ୟା ନିଜ ସହିତ କିଛି ସମ୍ପତ୍ତି ଆଣିବ ନାହିଁ, ସେପରି କନ୍ୟାକୁ ବିବାହ କଲେ କି ଲାଭ ମିଳିବ ? ଏପରି କଥା ଭାବି ରୁକ୍ମିଣୀ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶ୍ଳୋକରେ ଲେଖିଥିଲେ, ନାଥ । ମୁଁ ମୋର ନିଜର ସମସ୍ତ ସମ୍ପତ୍ତି ଆପଣଙ୍କୁ ଏବେଠାରୁ ଦେଇ ଦେଇଛି । ଏହି ସମ୍ପତ୍ତି କ'ଣ ? ଏ ସମସ୍ତ ହେଉଛି, ରୁକ୍ମିଣୀ ପ୍ରତ୍ୟହ କରୁଥିବା ସତକର୍ମ । ବୃନ୍ଦାବତୀ ପୂଜା ନ କରିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଜଳ ସ୍ପର୍ଶ କରୁ ନ ଥିଲେ ।

ଆଜିକାଲିର କଥା ବିଚାର କରିବା । ଆଜିକାଲିର ନାରୀ ତୁଳସୀ ପୂଜା ତ ଆଦୌ କରୁ ନାହାନ୍ତି । ଆଉ ଯେଉଁ କେତେକ କରୁଛନ୍ତି ଚାହାପାନ କରିବା ପରେ ହିଁ କରୁଥିବା ଦେଖାଯାଏ । ସଂଯମ ଓ ସଦାଚାର ବିନା ଜୀବନ କିପରି ସୁଧୁରିବ ? ସଦାଚାରର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଶାସ୍ତ୍ର- ସମ୍ମତ, ଧର୍ମ ଦ୍ୱାରା ଆଚାର ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାର ନୁହେଁ । ରୁକ୍ମିଣୀ କହୁଛନ୍ତି, ମୁଁ ଅନେକ ବ୍ରତ ନିୟମ ଆଦି କରିଛି । ଗରିବଙ୍କୁ ପ୍ରଚୁର ଅନ୍ନ ଓ ବସ୍ତ୍ର ଦାନ କରିଛି । ମୁଁ ମୋର ସଞ୍ଚିତ ପୁଣ୍ୟ ସମ୍ପତ୍ତି ସାଙ୍ଗରେ ନେଇଯିବି । ମୋର ଅଲୌକିକ ସମ୍ପତ୍ତି ସାଙ୍ଗରେ ନେଇଯିବି । ବସ୍ତୁତଃ ସେ ସମସ୍ତ ତ ଆପଣଙ୍କର ହୋଇ ଯାଇଛି । ଆପଣ ତେଣୁ ମୋତେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତୁ ।

ପତିବ୍ରତା ଓ ପୁଣ୍ୟଶାଳୀ ନାରୀ ତା ଜୀବନକାଳ ମଧ୍ୟରେ କେବେ ବି ଦୁଃଖୀ ହୁଏ ନାହିଁ । ସୁଖୀ ଜୀବନ ହିଁ ଅତିବାହିତ କରିଥାଏ ।

ନିଜର ସ୍ୱପାର୍ଜିତ ସମ୍ପତ୍ତିର ବିବରଣୀ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପରେ ତାଙ୍କୁ କିପରି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପାଇ ପାରିବେ ତାହାର ଉପାୟ ମଧ ସେ ବତାଇ ଦେଇଛନ୍ତି ମୁଁ ପ୍ରତିଦିନ ଦେବୀ ପାର୍ବତୀଙ୍କୁ ପୂଜା କରିବା ପାଇଁ ମନ୍ଦିରକୁ ଯାଏ । ମୋତେ ଆପଣ ସେଠାରୁ ହରଣ କରି ନେବେ । ମୋର ବିଶ୍ୱାସ ଆପଣ ଏହି ଦାସୀଙ୍କୁ ସ୍ୱୀକାର କରିବେ । ଯଦି ଆପଣ ସ୍ୱୀକାର ନ କରନ୍ତି ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ ପାଇବା ପାଇଁ ମୋତେ ହଜାର ହଜାର ଜନ୍ମ ନେବାକୁ ପଡ଼ିଲେ ବି ମୁଁ ତାହା କରିବାକୁ କୁଣ୍ଠିତ ହେବି ନାହିଁ, ଅର୍ଥାତ୍ ମୁଁ ବ୍ରତଦ୍ୱାରା ଏହି ଶରୀରକୁ ନଷ୍ଟ କରି ଦେବାରେ ଲାଗିଥିବି । ମୁଁ ଆପଣ, ନିଷ୍କାମ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ହିଁ ବିବାହ କରିବି । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପୁରୁଷଙ୍କୁ କଦାପି ନୁହେଁ ।

ଜୀବନର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ଉତ୍କର୍ଷର ପଥ

ମନୁଷ୍ୟ ଏ ପୃଥିବୀର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରାଣୀ ଓ ତା'ର ସମ୍ଭାବନା ଅସୀମ । ମହାଭାରତର ଶାନ୍ତିପର୍ବରେ ମହର୍ଷି ବେଦବ୍ୟାସ ମାନବକୁ ଏ ସୃଷ୍ଟିର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରାଣୀ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । ସମସ୍ତ ଧର୍ମ ଓ ସଂସ୍କୃତିର ମତ ହେଉଛି ମାନବର ବିକାଶ ଏକ ସୀମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ଭବ, ସେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ପୈଗମ୍ବର, ଦେବଦୂତ ତ ହୋଇ ପାରେ, କିନ୍ତୁ ଭଗବାନ ନୁହେଁ । ଯଦ୍ୟପି ସନାତନ ଧର୍ମ ଓ ସଂସ୍କୃତିରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି ଯେ, ଜୀବୋ ବ୍ରହ୍ମୈବ ନାପରଃ ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ପରମସତ୍ତାର ସମକକ୍ଷ । ଏହାର କାରଣ ଏଇ ମାନବ ଦେହରେ ତା'ର ଅଭ୍ୟୁଦୟ ଓ ମୁକ୍ତିର ସେହି ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନା ବିଦ୍ୟମାନ ରହିବା, ଯାହାର ଆଧାରରେ ତା' ପାଇଁ କିଛି ବି ଅସମ୍ଭବ କୁହାଯାଇ ନ ପାରେ । ଐତରେୟ ଉପନିଷଦରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଏଇ ପୁରୁଷ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ପ୍ରକାଶ ସ୍ଥାନ ଅଟେ, ଯେଉଁଥିରେ ପରମାତ୍ମା ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ମାନବ ଶରୀରରେ ଆତ୍ମାର ଆବିର୍ଭାବ ସ୍ତର ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଠାରୁ ଅଧିକ । ତା' ମଧ୍ୟରେ ଜ୍ଞାନ ଅଛି ଓ ପ୍ରଜ୍ଞାନ ବି ଅଛି । ଏହି ଆଧାରରେ ଶତପଥ ବ୍ରାହ୍ମଣରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ନର ହିଁ ନାରାୟଣଙ୍କର ସର୍ବାଧିକ ସମୀପ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଶବ୍ଦରେ 'ମୁଁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଶରୀରର ନିର୍ମାଣ କଲି, କିନ୍ତୁ ମୋତେ ଏହି ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀର ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରିୟ । ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଶଙ୍କର ବିବେକ ଚୂଡ଼ାମଣିରେ ତିନିଟି ଅତି ଦୁର୍ଲଭ ଅନୁଗ୍ରହ- ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ, ମୁମୁକ୍ଷତ୍ୱ ତଥା ମହାପୁରୁଷ ସଂଶ୍ରୟରେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱକୁ ହିଁ ପ୍ରଧାନ ମାନିଛନ୍ତି । ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନର ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱକୁ ଦେଖି ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡିକରେ ପଦେ ପଦେ ଏହି ବହୁମୂଲ୍ୟ ଜୀବନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜାଗରୂକତା ଏବଂ ଅପାର ଧୈର୍ଯ୍ୟ ନିଷ୍ଠାର ସହିତ ସଜାଇବା ଓ ସମ୍ଭାଳିବା ପାଇଁ କୁହାଯାଇଛି । ତୀର୍ଥଙ୍କର ମହାବୀର ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନର ଗୁରୁତ୍ୱକୁ ଦେଖି କହିଛନ୍ତି ଯେ, କର୍ମର ଫଳ ବଡ଼ ପ୍ରଗାଢ଼ ଓ ତୀବ୍ର ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁକରି ହେ ଜୀବ, କ୍ଷଣିକ ପାଇଁ ବି ତୁ ପ୍ରମାଦ କର ନାହିଁ । ଦେବୀ ଭାଗବତ ଏହି ସୁରଦୁର୍ଲଭ ମାନବ ଜନ୍ମର ପ୍ରମୁଖ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରତି ଇସାରା କରି କହିଥାଏ ଯେ, ଏହି ଅନିତ୍ୟ ମାନବ ଦେହକୁ ପାଇ, ଏହା ଦ୍ୱାରା ନିତ୍ୟ, ଶାଶ୍ୱତ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଜାଣିବାର ପ୍ରୟାସ କରି ଆତ୍ମକଲ୍ୟାଣ ଲାଭ କରିବା ଉଚିତ । ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡିକର ଏସବୁ ଘୋଷଣା ସତ୍ତ୍ୱେ ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଏ ସଂସାରରେ ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସାରା ଜୀବନର ପୁରୁଷାର୍ଥ ଦେହ- ମନର ବନ୍ଧନଗୁଡିକର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଯିଏ ମୁକ୍ତ ହେବାର ପ୍ରୟାସ କରିଥାଏ, ସେ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପୁରୁଷାର୍ଥ ଚତୁଷ୍ଟୟର ସିଦ୍ଧି କରିଥାଏ, ଯାହା କ୍ରମଶଃ ଧର୍ମ, ଅର୍ଥ, କାମ ଓ ମୋକ୍ଷ । ଏଗୁଡିକର ଦେବ ସଂସ୍କୃତିର ଚାରିଟି ପ୍ରମୁଖ ଆଧାର, ଯାହା ଉପରେ ଏହାର ଜୀବନ ଦର୍ଶନ ତିଷ୍ଠି ରହିଛି । ଏଗୁଡିକ ମାନବ ଜୀବନ ଯାତ୍ରାର ପରମ ଆବଶ୍ୟକ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟତା ମଧ । ଏହାର ଦୁଇଟି ମୂଳ ପ୍ରୟୋଜନ ବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଉଛି- କାମ ଓ ମୋକ୍ଷ ତଥା ଏ ଦୁଇ ପୁରୁଷାର୍ଥର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ଦୁଇଟି ସାଧନ ହେଲା ଅର୍ଥ ଓ ଧର୍ମ । ଦୁଇଟି ସାଧ ଓ ଦୁଇଟି ସାଧନର ଯୋଡ଼ା ମିଶା ପୁରୁଷାର୍ଥ ଚତୁଷ୍ଟୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ହିଁ ଜୀବନର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । କେହି ଅର୍ଥ ଅର୍ଥାତ୍ ଧନ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ପୁରୁଷାର୍ଥ କରିଥାଏ, ତ କେହି କାମ ଅର୍ଥାତ୍ ସୁଖ ପାଇଁ ପ୍ରୟାସରତ ରହିଥାଏ । କେହି ଏ ଦୁଇଟିର ମୂଳ ଧର୍ମ ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟାରତ ରହିଥାଏ । ଧର୍ମର ପ୍ରାପ୍ତି ପରେ ଅର୍ଥ ଓ କାମ ସ୍ୱତଃ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ଏ ତିନିଟିର ବିଧିବତ୍ ଉପାର୍ଜନ ସହିତ ଅନ୍ତିମ ପୁରୁଷାର୍ଥ ମୋକ୍ଷ ଅର୍ଥାତ୍ ବନ୍ଧନ ମୁକ୍ତିକୁ ମନୁଷ୍ୟ ଅନାୟାସ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ଯାହା ମାନବ ଜୀବନର ସଫଳତାର ଦ୍ୟୋତକ । ମହାଭାରତର ଶାନ୍ତିପର୍ବରେ କୁହାଯାଇଛି, ଧର୍ମରେ ଫଳର ଅଭିଳାଷ ଅର୍ଥାତ୍ ତାହା ସକାମ ହୋଇଯିବା, ଅର୍ଥରେ ଗୋପନତା ଅର୍ଥାତ୍ ତାକୁ ଲୁଚାଇବା, ଦାନ ଦେଇ ତାହାର ସୁନିୟୋଜନ ନ କରିବା କି ତାହାର ଉପଭୋଗ ନ କରିବା ଅର୍ଥାତ୍ ପରିଗ୍ରହ କରିବା ତଥା କାମରେ ସଂପ୍ରମୋହ, ଅଧିକାଧିକ ମୋହ ବାସନାର ଜାଲରେ ଫସିଯିବା ଏ ତିନି ମଳ ଅର୍ଥାତ୍ ଦୋଷ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନକୁ ନିରନ୍ତର ଆକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ । ଏହାକୁ କ୍ରମଶଃ ଅହଂକାର, ତୃଷ୍ଣା ଓ ବାସନା କୁହାଯାଇଛି । ଏହି ଭବବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହେବାକୁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ବା ମୋକ୍ଷ କୁହାଯାଇଛି । ତେଣୁକରି ଋଷି ସର୍ବଦା ଏହି ସନ୍ଦେଶ ଦେଇ ଆସିଛନ୍ତି ଯେ ସକାମ ନୁହେଁ, ନିଷ୍କାମ ଭାବରେ ଧର୍ମର ଅନୁଷ୍ଠାନ କର । ଅର୍ଥର ଉପାର୍ଜନ ଉପଭୋଗ ହେତୁ ନୁହେଁ, ତ୍ୟାଗ ପାଇଁ କର ତଥା କାମର ସେବନ, ଶରୀରମାଦ୍ୟଂ ଖଳୁ ଧର୍ମସାଧନମ୍ ଅନୁସାରେ କେବଳ ଶରୀରର ରକ୍ଷଣ ପାଇଁ କର । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବା ସମାଜ ଏହି ସୂତ୍ରଗୁଡିକର ପାଳନ କରୁଥିବ, ସେ କେବେହେଲେ ଦୁଃଖୀ, ବିକ୍ଷୁବ୍ଧ ହୋଇ ନ ପାରେ ।

ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଉପଭୋଗ ପ୍ରଧାନ ସଭ୍ୟତା ଓ ସମାଜ କାମ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ରିତ ତଥା ଅର୍ଥ ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଇଥାଏ । ଆଧୁନିକ ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନରେ ଧର୍ମ ଅର୍ଥାତ୍ ନୀତିମତ୍ତା, ସମ୍ବେଦନା, ନିଷେଧ, ମର୍ଯ୍ୟାଦା ତଥା ଜୀବନକୁ ଦିଶା ଦେଉଥିବା ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନର ଅଭାବ ହେବା କାରଣରୁ ସେ ଭବବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଧର୍ମର ଅଭାବରେ ସନ୍ତାପ, ଦୁଃଖ, ବିଗ୍ରହ, ବିଦ୍ୱେଷରେ ଫସି ସନ୍ତପ୍ତ ଜୀବନଯାପନ କରିଥାଏ । ମାନବ ଚେତନାର ମର୍ମଜ୍ଞ ଋଷିମାନେ ମାନବ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରାରମ୍ଭରୁ ହିଁ ଦୁଇଟି ମାର୍ଗ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି ପ୍ରେୟ ଓ ଶ୍ରେୟ । ପ୍ରଥମଟି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୁଖ କାମନା ପ୍ରଧାନ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟଟି ସମଷ୍ଟିଗତ ସୁଖ ଭାବନା ପ୍ରଧାନ । ଗୋଟିଏ ଅର୍ଥ ଓ କାମକୁ ପ୍ରଧାନତା ଦିଏ ତ ଅନ୍ୟଟି ଧର୍ମର ଆଧାରରେ ଅର୍ଥ ଓ କାମର ଉପାର୍ଜନ ଏବଂ ସେବନ କରିଥାଏ, ଯାହା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମୋକ୍ଷ ଦିଗରେ ନେଇଯାଏ ।

ଦେବ ସଂସ୍କୃତି ସମସ୍ତ ପୁରୁଷାର୍ଥର ତ୍ୟାଗରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ତଥା ଜୀବନର ଉଦାରୀକରଣର ଆଦର୍ଶ ପ୍ରତିପାଦିତ କରିଥାଏ । ଉପାର୍ଜନ ପାଇଁ ମନା କରେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ବାଣ୍ଟିବା ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଭୋଗର ନିଷେଧ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସଂଯମକୁ ତା ସହିତ ଯୋଡ଼ା ଯାଇଛି । ଧର୍ମ ଓ ମୋକ୍ଷ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଯତ୍ନଶୀଳ ନ ହୋଇ କେବଳ ଅର୍ଥ ଓ କାମର ହିଁ ଚିନ୍ତା କରିବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଷାର୍ଥକୁ ହାତଛଡ଼ା କରିବା ସଂଗେ ସମାନ । ଦେବ ସଂସ୍କୃତି ଗୃହସ୍ଥ ଜୀବନଯାପନ କରି ଏହି ପୁରୁଷାର୍ଥ ଗୁଡିକର ସମ୍ପାଦନର ବ୍ୟାବହାରିକ ନୀତି ପାଳନ ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ଏହି ଶରୀର ଓ ମନକୁ ଜୀବନ୍ତ ଜାଗ୍ରତ ଦେବାଳୟ କରି ଜୀବନର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ଉତ୍କର୍ଷ ଏବଂ ଜୀବନ ସିଦ୍ଧିର ମାର୍ଗ ଦେଖାଇଥାଏ ।

ଖାଲି ପେଟରେ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ଏହି ସବୁ ଜିନିଷ

ଆମେ ଖାଉଥିବା ଖାଦ୍ୟରେ କିଛି ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ରହିଛି ଯେଉଁଗୁଡିକ ଖାଲିପେଟରେ ଖାଇବା କଥା ନୁହେଁ ।

କନ୍ଦମୂଳ : କନ୍ଦମୂଳ ସୁପରଫୁଡ୍ ଶ୍ରେଣୀରେ ପରିଗଣିତ, ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରେ ଥିବା ପେକ୍ଟିନ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟାକୁ ବଢ଼ାଇଦିଏ ।

ଖଟା ଫଳ : ସେହି ଭଳି ଖାଲି ପେଟରେ ଲେମ୍ବୁ ଓ କମଳା ଆଦି ଖଟାଜାତୀୟ ଫଳକୁ ମଧ ସେବନ କରିବା ଅନୁଚିତ । ଏହାକୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଖାଇଲେ ଗ୍ୟାସ୍ ଓ ଏସିଡିଟି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇଥାଏ ।

କଦଳୀ : ଶରୀରର ଓଜନ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ କଦଳୀ ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଏହାକୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ ଏହା ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକ୍ସନ ବିଲ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଭାରତୀୟ ନାଗରିକଙ୍କ ଅନ-ଲାଇନ ତଥ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିବା ଅଭିପ୍ରାୟରେ ପ୍ରଣୀତ 'ପରସନାଲ ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକ୍ସନ ବିଲ ୨୦୧୯' ଅନୁଶୀଳନ ନିମନ୍ତେ ଗଠିତ ଜଏଣ୍ଟ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟରୀ କମିଟି ନିଜ ରିପୋର୍ଟ ୨୦୨୧ ଡ଼ିସେମ୍ବର ମଧଭାଗରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିଥିଲେ । ବିଜେପି ସାଂସଦ ପି.ପି. ଚୌଧୁରୀଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଗଠିତ ଏହି କମିଟିରେ ଲୋକସଭାର ୨୦ ଜଣ ଏବଂ ରାଜ୍ୟସଭାର ୧୦ ଜଣ ସାଂସଦ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ଓଡିଶାରୁ ଲୋକସଭା ସଦସ୍ୟ ଭର୍ତ୍ତୃହରି ମହତାବ, ଅପରିଜିତା ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ଏବଂ ରାଜ୍ୟସଭା ସଦସ୍ୟ ଡ଼କ୍ଟର ଅମର ପଟ୍ଟନାୟକ ଏହି କମିଟିର ଅଂଶବିଶେଷ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧରେ ଲୋକସଭାର ଦୟାନିଧି ମାରନ, ମହୁଆ ମୈତ୍ର, ମନୀଷ ତିୱାରୀ ତଥା ରାଜ୍ୟସଭାର ଡ଼େରିକ ଓ'ବ୍ରେନ, ଜୟରାମ ରମେଶ, ସୁରେଶ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରମୁଖ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ କମିଟିର ସଦସ୍ୟ ରହିଥିଲେ ।

ସୁପ୍ରିମ କୋର୍ଟ ପକ୍ଷରୁ ୨୦୧୭ରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ଐତିହାସିକ ରାୟରେ ଗୋପନୀୟତାକୁ ବଞ୍ଚିବାର ଅଧିକାର ଓ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା ଅଂଶବିଶେଷ ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଇ ଏହି ଦିଗରେ ଆଇନ ପ୍ରଣୟନ ନିମନ୍ତେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ଏହି କ୍ରମରେ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ନିଯୁକ୍ତ ଜଷ୍ଟିସ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କମିଶନ ପକ୍ଷରୁ ରିପୋର୍ଟ ଓ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ଚିଠା ବିଲ ୨୦୧୮ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । ବିଲଟି ୨୦୧୯ରେ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟରେ ଉପସ୍ଥାପିତ ହେବା ପରେ ଆଲୋଚିତ ହୋଇ ଜଏଣ୍ଟ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟରୀ କମିଟି ଦ୍ୱାରା ତର୍ଜମା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରେରଣ କରାଯାଇଥିଲା । କମିଟି ଦୁଇବର୍ଷ ସମୟ ସୀମାରେ ୫୪୨ ପୃଷ୍ଠାର ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ମୂଳ ଚିଠା ବିଲରେ ୮୧ ଗୋଟି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ୧୫୧ ଗୋଟି ସଂଶୋଧନ ନିମନ୍ତେ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିବା କୁହାଯାଉଛି । ତେବେ କମିଟିର ପରାମର୍ଶଗୁଡ଼ିକ ମାନିବା ନିମନ୍ତେ ସରକାର ବାଧ ନୁହନ୍ତି ।

ଗଣମାଧମ ସମୀକ୍ଷକମାନେ ଜଏଣ୍ଟ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟରୀ କମିଟିର ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ଆଇନ କାର୍ଯ୍ୟକାରିତାର ପରିସର ବୃଦ୍ଧି, ଡ଼ାଟା ସଂଗ୍ରହକାରୀ ସଂଗଠନଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ତର ଦାୟିତ୍ୱ ସାବ୍ୟସ୍ତ ଏବଂ ବୈଧାନିକ ନିୟାମକ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପ୍ରତି ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ମୁଖ୍ୟତଃ ତିନିଗୋଟି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ଆଇନର ପ୍ରଭାବକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଥାଏ ।

ପ୍ରଥମତଃ, ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ ଫେସବୁକ ଭଳି ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରସାରିତ ସମସ୍ତ ବିଷୟର ପ୍ରକାଶକ ଭାବେ ବିବେଚିତ ହେବେ । ଅର୍ଥାତ, ସଂପୃକ୍ତ ମଞ୍ଚରେ ପ୍ରସାରିତ ସମସ୍ତ ବିଷୟ ନିମନ୍ତେ ଉତ୍ତରଦାୟୀ ରହିବେ । ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଚଳିତ ଆଇନ ଅନୁଯାୟୀ ମଧସ୍ଥି 'ଇଣ୍ଟରମିଡ଼ିଆରି' ବିବେଚନା କରାଯାଉଛି ଏବଂ ଫଳତଃ ଦାୟିତ୍ୱ ସୀମିତ ରହୁଛି । ଏହାକୁ ନେଇ ବିବାଦ ଉପୁଜିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । କାରଣ ଫେସବୁକଭଳି ମଞ୍ଚରେ ଉପଭୋକ୍ତାମାନେ ପାଠ୍ୟ, ସ୍ୱର ଓ ଦୃଶ୍ୟ ଉପସ୍ଥାପନ 'ପୋଷ୍ଟ' କରିଥାନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକ ସଂପର୍କରେ ଅନ୍ୟମାନେ ଅଭିମତ ବା ମନ୍ତବ୍ୟ 'କମେ' ଯୋଡ଼ିଥାନ୍ତି । ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଂପୃକ୍ତ ମଞ୍ଚକୁ ପ୍ରକାଶକଭାବେ ଦାୟୀ କରାଯାଇ ପାରିବ କି ?

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଡ଼ାଟା ସୁରକ୍ଷା ଦିଗରେ 'ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକ୍ସନ ଅଥରିଟି' ନାମରେ ନିୟାମକ ଗଠନ ନିମନ୍ତେ ରିପୋର୍ଟରେ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଡ଼ାଟା ସୁରକ୍ଷା ସଂପର୍କୀୟ ଯାବତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ଏହି ବୈଧାନିକ ସଂସ୍ଥା ମାଧମରେ ସମାହିତ ହେବ । ଏତାଦୃଶ ପରାମର୍ଶ ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ବିଚାର କରାଯାଏ । ଅନଲାଇନ ପରିବେଶ ସଂପର୍କରେ ସଭିଏଁ ପରିଚିତ ନଥିବା ଏବଂ ଏଦିଗରେ ବୈଷୟିକ ଦକ୍ଷତା ଆବଶ୍ୟକତାଥିବା ହେତୁ ଏକ ସଂସ୍ଥା ମାଧମରେ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ ସୁଫଳ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଆଶା କରାଯାଇ ପାରେ । ତୃତୀୟତଃ, ସରକାରୀ କଳକୁ ନାଗରିକଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ଗୋପନୀୟ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ ଏବଂ ତାହା ପ୍ରସ୍ତାବିତ ଆଇନ ପରିସରଭୁକ୍ତ ନ କରିବା ପାଇଁ ରିପୋର୍ଟରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ବିବାଦ ଉପୁଜିଛି । ଖୋଦ ଜଏଣ୍ଟ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟରୀ କମିଟିର ସଦସ୍ୟମାନେ ଏହାର ବିରୋଧ କରି ନୋଟ ଲେଖିଛନ୍ତି । କମିଟିର ଅଧକ୍ଷ ପି. ପି. ଚୌଧୁରୀ ରିପୋର୍ଟର ଧାରା-୩୫ରେ ସରକାରୀ କଳକୁ ଡ଼ାଟା ସୁରକ୍ଷା ଆଇନରୁ ବାଦ ଦିଆଯାଇଥିବା ବାବଦରେ କୈଫିୟତ ଦେଇଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଦେଶର ସର୍ବଭୌମତ୍ୱ, ସୁରକ୍ଷା, ଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ବନ୍ଧୁ ରାଷ୍ଟ୍ରଙ୍କ ସହ ସଂପର୍କ ରକ୍ଷାରେ ତଥ୍ୟର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି ଏବଂ ଏଦିଗରେ କୌଣସି ସାଲିସ କରିବା ପ୍ରଶାସନିକ ସ୍ତରରେ ସଂଭବ ନୁହ ।

ପରସନାଲ ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକ୍ସନ ବିଲ ୨୦୧୯ ଜଏଣ୍ଟ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟରୀ କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ଆଗତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତାବ ମଧରେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ବିଲରୁ 'ପରସନାଲ' ଶବ୍ଦଟି ହଟାଇ ଦିଆଯିବା ନିମନ୍ତେ କୁହାଯାଇଛି । ଡ଼ାଟା ସୁରକ୍ଷା ଦିଗରେ ଉଭୟ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ ତଥ୍ୟକୁ ସମାନଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ନିମନ୍ତେ ମତ ରଖାଯାଇଛି । ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ ସାଜସରଞ୍ଜାମ ନିର୍ମାତାମାନେ ହାର୍ଡୱାର ମାଧମରେ ଡ଼ାଟା ସଂଗ୍ରହରେ ସଂପୃକ୍ତ ରହୁଥିବା ହେତୁ ସେମାନଙ୍କୁ ମଧ ଆଇନ ପରିସରଭୁକ୍ତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି ।

ଯେକୌଣସି ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବ୍ୟାବସାୟିକ ସଂସ୍ଥା ଡ଼ାଟା ସଂଗ୍ରହ କରୁଥିଲେ ଭାରତରେ ସ୍ଥାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସ୍ଥାପନ ଓ ଡ଼ାଟା ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ନିଯୁକ୍ତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନିୟମ ପ୍ରଣୟନ ଲାଗି ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଛି । ସେହିପରି ବିଦେଶୀ କମ୍ପାନୀମାନେ ଦେଶୀୟ ଡ଼ାଟା ବିଦେଶକୁ ନନେବା ନିମନ୍ତେ ମଧ ଆଇନଗତ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଲାଗି ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଛି । କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ଯେ ବିଲଟି ଆଇନରେ ପରିଣତ ହେଲେ ବିନିଯୋଗ ଲାଗି ସଂପୃକ୍ତ ପକ୍ଷମାନଙ୍କୁ ୨୪ ମାସ ମହଲତ ଦିଆଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । କମିଟିର ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ବହୁ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ବିରୋଧୀ ଦଳର ସାଂସଦ ମନୀଷ ତିୱାରୀ, ମହୁଆ ମୈତ୍ର, ଗୌରବ ଗୋଗାଇ, ରିତେଶ ପାଣ୍ଡେ, ବିବେକ ତନଖା, ଜୟରାମ ରମେଶ, ଡ଼େରିକ ଓ'ବ୍ରେନ ଏବଂ ଡ଼କ୍ଟର ଅମର ପଟ୍ଟନାୟକ ଅସମ୍ମତି ପ୍ରକାଶ କରି ନୋଟ ଲେଖିଛନ୍ତି ।

ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶରେ ଉଭୟ ଅନ-ଲାଇନ ଓ ଅଫ-ଲାଇନ ଡ଼ାଟାର ଗୁରୁତ୍ୱ ବୃଦ୍ଧିପାଇଛି । ବୈଷୟିକ ପ୍ରଗତିରେ ବ୍ୟକ୍ତିକେନ୍ଦ୍ରୀକ ତଥ୍ୟ, ଯଥା: ସେ କ'ଣ ପଢୁଛି, ଦେଖୁଛି, କିଣୁଛି, କେଉଁଠିକୁ ଯାଉଛି, ତାହାର ଆୟ କେତେ, ବ୍ୟୟ କେତେ ଯାବତୀୟ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇପାରୁଛି । ଏହାକୁ ସଂକଳିତ କରି କୃତ୍ରିମବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା 'ଆର୍ଟିଫିସିଆଲ ଇଣ୍ଟଲିଜେନ୍‌ସ' ଭଳି କାରିଗରୀ କୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗରେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କ ଗତିବିଧିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ସଂଭବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ତଥ୍ୟାବଳୀ ବ୍ୟାବସାୟିକ, ରାଜନୀତିକ, ପ୍ରଶାସନିକ ସ୍ତରରେ ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଛି । ଭବିଷ୍ୟତରେ ଆହୁରି ଅଧିକ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ ଓ ଉପଯୋଗର ଧାରା ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ଏକ ପକ୍ଷରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ ଓ ବ୍ୟବହାର ଗୋପନୀୟତା ଉଲଂଘନ କରୁଥିବାସ୍ଥଳେ ଅପରପକ୍ଷରେ ତଥ୍ୟକୁ ନେଇ ଅପରାଧିକ ମାମଲା ମଧ ବଢ଼ିଚାଲିଛି । ଏହି ପୃଷ୍ଠଭୂମିରେ ଡ଼ାଟା ପ୍ରୋଟେକ୍ସନ ବିଲ ୨୦୨୧ ତୁରନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ଜରୁରୀ ହୋଇପଡ଼ିଛି ।

ଦୈନିକ ପିଅନ୍ତୁ ମେଥି ପାଣି

ଆପଣଙ୍କ କିଚେନରେ ଏପରି ଅନେକ ଜିନିଷ ରହିଥାଏ ଯେଉଁଥିରେ ଉପସ୍ଥିତ ଔଷଧିୟ ଗୁଣ ଆପଣଙ୍କୁ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ମେଥି ଦାନା ମଧ ସମାନ ଗୁଣରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ମେଥି ଦାନା ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମିଯାଏ । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ମଧ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ପୁଷ୍ଟିକର ତତ୍ତ୍ୱରେ ପରିପୂର୍ଣ ମେଥି ଦାନାରେ ଫାଇବର, ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ 'ଡି' ଭରପୂର ରହିଥାଏ । ମେଥିରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ଫାଇବର ରହିଥାଏ । ଏହା ହଜମକୁ ଉନ୍ନତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଶରୀରରେ ଜମା ହୋଇଥିବା ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥକୁ ବାହାର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବଲ୍ଡ ସୁଗାର ଲେବଲ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଜାଣନ୍ତୁ କେଉଁ ଉପାୟରେ ମେଥି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କୁ ଅଧିକ ଲାଭ

ମିଳିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାରେ କରନ୍ତୁ ମେଥି ସେବନ, ମେଥି ଦାନା ଏବଂ ମହୁ ମେଥି ଏବଂ ମହୁ ଖାଇବା ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ମହୁକୁ ଇମ୍ୟୁନିଟି ବୁଷ୍ଟର ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ଏହା ଶରୀରରେ ଥିବା ପ୍ରଦାହକୁ ଗ୍ରାଇଣ୍ଡ କରି ଗୁଣ୍ଡ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଏକ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ଏହାକୁ ଖାଆନ୍ତୁ । ଗଜା ହୋଇଥିବା ମେଥି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଏକ ଷ୍ଟଡି ଅନୁଯାୟୀ ଗଜା ମେଥିରେ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ଏହା ସହଜରେ ହଜମ ହୋଇଯାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ଏହାକୁ ଭୋଜନ କରନ୍ତୁ । ମେଥି ପାଣି, ଓଜନ କମାଇବା ପାଇଁ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ମେଥି ପାଣି ପିଇ ପାରିବେ । ଏଥି ପାଇଁ ଏକ ଚାମଚ ମେଥିକୁ ରାତିରେ ପାଣିରେ ଭିଜାନ୍ତୁ । ସକାଳେ ଏହାକୁ ଛାଣି ତାହାର ପାଣିକୁ ପିଅନ୍ତୁ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଭଗବାନଙ୍କୁ ସମର୍ପିତ କରାଯାଇଥିବା ବସ୍ତୁ କଲ୍ୟାଣ ଦାୟିନୀ ହୋଇଥାଏ ତଥା ଅନ୍ୟକୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ବସ୍ତୁ କେବଳ ଦୁଃଖାବହ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରୀହରିଙ୍କ ଠାରେ ସମର୍ପିତ ବସ୍ତୁରେ କଳଙ୍କ ଲାଗେ ନାହିଁ । ଶରୀରର ସକଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ମଧ ଶ୍ରୀହରିଙ୍କ ଠାରେ ସମର୍ପିତ କରି ଦେବା ପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଉପଦେଶ ରହିଛି । ଚକ୍ଷୁ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଦିନ ଶ୍ରୀହରିଙ୍କ ଦର୍ଶନ କରୁଥିବ, କୃଷ୍ଣ ନାମ ଗୁଣାଦିର କୀର୍ତ୍ତନ କର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱାରା ଶୁଣିବ । ଶ୍ରୀହରିଙ୍କ ପାଦୋଦକ ଜିହ୍ୱା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଦିନ ସେବନ କରୁଥିବ । ଗୋବିନ୍ଦ ପଦ ପଙ୍କଜରେ ସମର୍ପିତ ତୁଳସୀଜଳ ଆଘ୍ରାଣ କରିବ । ଘ୍ରାଣେନ୍ଦ୍ରିୟ ବା ନାସିକା ଦ୍ୱାରା, ହରିଭକ୍ତମାନଙ୍କୁ ମନରେ ଶ୍ରୀହରି ସ୍ମରଣ କରି ସ୍ପର୍ଶେନ୍ଦ୍ରିୟ ଦ୍ୱାରା ସ୍ପର୍ଶ କରିବ- ଏହା କଲେ ଜୀବନ ସାର୍ଥକ ହେବ । ଆଭ୍ୟନ୍ତରିକ ଅଙ୍ଗୁଳର ବିନାଶ କେବଳ ପ୍ରେମା - ଭକ୍ତି ଜଳ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସମ୍ଭବ । ଭଗବାନଙ୍କର ଚରଣ କମଳର ସେବା ପାଇଁ ନିରନ୍ତର ବର୍ଦ୍ଧମାନ ଅଭିଳାଷା ତାଙ୍କର ଚରଣ ନଖରୁ ନିର୍ଗତ ଗଙ୍ଗା ସମାନ ସଂସାର ତାପ ସନ୍ତପ୍ତ ଜୀବଗଣଙ୍କର ସମସ୍ତ ଜନ୍ମରୁ ସଞ୍ଚିତ ମନୋମଳକୁ ତତ୍କାଳ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ । ଯାହାଙ୍କର ପାଦପଦ୍ମ ଆଶ୍ରୟ କରିଥିବା ପୁରୁଷ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ଦୋଷକୁ ଦେଇଥାଏ ତଥା ନୈରାଶ୍ୟ ଏବଂ ତତ୍ତ୍ୱ ସାକ୍ଷାତକାର ରୂପ ବଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପୁନଶ୍ଚ ଏହି ଦୁଃଖମୟ ସଂସାର ଚକ୍ରରେ ପଡେ ନାହିଁ । ଅନ୍ତଃମଳର ବିନାଶ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଚରଣରେ ପ୍ରେମ କରିବାରେ ହିଁ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରୀଭଗବାନଙ୍କର ଉଦଘୋଷ ହେଉଛି ଯେ ଭକ୍ତିଯୁକ୍ତ ପ୍ରାଣୀ କେବଳ ନିଜକୁ ନୁହେଁ ବରଂ ସମସ୍ତ ଭୁବନକୁ ପବିତ୍ର କରିଦିଏ ।

ପରମ ଆନନ୍ଦର ଦ୍ୱାର ହେଉଛି ଧାନ

ଧାନ ଆତ୍ମୋପଲବ୍ଧିର ସାଧନ । ଧାନ ନିଜ ଆତ୍ମଲୋକରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଦ୍ୱାର । ଧାନ ନିଜର ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପକୁ ପାଇବାର ସାଧନ । ଧାନ ଚେତନାର ଆନନ୍ଦମୟ, ଚୈତନ୍ୟମୟ ଓ ସତ୍ୟମୟ ଅବସ୍ଥା । ଧାନରେ ବସି ହିଁ ଜୀବାତ୍ମାକୁ ଏହି ଆନନ୍ଦମୟ ଅବସ୍ଥାର ଉପଲବ୍ଧି ଓ ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ । ଏବେ ତ ଆମେ ସଂସାରରେ ହଜି ଯାଇଛେ । ସଂସାରରେ ଶୋଇଛେ । ସଂସାରରେ ବାସ କରୁଛେ । ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ଗୁଡ଼ିକର କୋଳାହଳରେ ଆମେ ନିଜର ଅନ୍ତଃକରଣର ଡାକ ଶୁଣିପାରୁ ନାହିଁ । ଆମେ ସୁଖର ଅନ୍ୱେଷଣରେ ସୁଖର ଇଚ୍ଛାରେ ଜଣା ନାହିଁ କେବେ ଠାରୁ କେତେ ଜନ୍ମରୁ ବିଷୟ ଭୋଗ ଗୁଡିକ ପଛରେ ଧାଉଁଛେ । ଜଣା ନାହିଁ କେତେ ଜନ୍ମରେ କେତେ ଶରୀରରେ ଆମେ ସୁଖର ଇଚ୍ଛାରେ ବିଷୟଗୁଡିକୁ ଭୋଗିଲେ, ବାସନାଗୁଡିକ ପାଇବା ପାଇଁ ବଞ୍ଚିଲେ, ତଥାପି ମନ କେବେ ତୃପ୍ତ ହେଲା ନାହିଁ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡିକ କେବେ ତୃପ୍ତ ହେଲେ ନାହିଁ ।

ସୁଖ ପାଇବାର ଏହି ମୃଗତୃଷ୍ଣା ପାଇଁ ଜଣା ନାହିଁ ଆମେ କେତେ ଥର ଜନ୍ମିଲେ ଆଉ କେତେ ଥର ମଲେ, ତଥାପି ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଓ ମନ ତୃପ୍ତ ହେଲେ ନାହିଁ । ପ୍ରକୃତରେ ବିଷୟ ଭୋଗ ଦ୍ୱାରା ସୁଖ ପାଇବାର ଏହି ମୃଗତୃଷ୍ଣା ମରୁଭୂମିରେ ଶୀତଳ ଜଳ ପାଇବା ଏବଂ ତାକୁ ପିଇ ତୃପ୍ତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସମାନ । ତେଣୁ ଆମେ ସୁଖ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ଶୀତଳ ଜଳ ପାଇବା ଓ ପିଇବାର ଆଶାରେ ମରୁଭୂମିରେ ଚାଲିଥାଉ, ହାଲିଆ ହେଉ ଓ ଆଗକୁ ବଢୁ, କିନ୍ତୁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ଇଚ୍ଛା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ପାରିଲା ନାହିଁ । ଆମେ ମରୁଭୂମିରେ କେବେ ଶୀତଳ ଜଳ ପାଇଲେ ନାହିଁ ଓ ଶୋଷ କେବେ ମେଣ୍ଟିଲା ନାହିଁ ।

ସୁଖ ପାଇବାର ଆମର ଇଚ୍ଛା, ଆମର ତୃଷ୍ଣା ଭୁଲ ଅଟେ । ତାକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ଭୁଲ ଦିଗରେ ଯିବା ହିଁ ଖରାପ । ଆମେ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭୁଲ ଦିଗରେ ଚାଲିଛେ । ତେଣୁ ସୁଖ ପାଇବାର ଆମର ଇଚ୍ଛା ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରହିଛି । ଜୀବାତ୍ମା ମଧରେ ଆନନ୍ଦ ପାଇବାର ଇଚ୍ଛା ରହିବା ସ୍ୱାଭାବିକ, କାରଣ ଜୀବାତ୍ମା ମଧରେ ସତ-ଚିତ୍-ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ପରମାତ୍ମା ବିଦ୍ୟମାନ, କିନ୍ତୁ ନିଜକୁ ଶରୀର, ବୁଦ୍ଧି, ମନ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡିକର ସମୁଚ୍ଚୟ ବୋଲି ଭାବି ବସିବା କାରଣରୁ ଆମକୁ ନିଜ ଭିତରେ ବସିଥିବା ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିର ବୋଧ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେ ଥିବାର ଅନୁଭୂତି ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଯେଉଁ ଦିନ ଯେଉଁ କ୍ଷଣରେ ଏହି ନ ଥିବାର ବୋଧ ନ୍ୟୁନ ହୋଇଯିବ, ସେହି ସମୟରେ, ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମ ପାଇଁ ଆନନ୍ଦର ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଯିବ । ସେଥିପାଇଁ ଆମକୁ ବାହାରେ ନୁହେଁ, ନିଜ ଭିତରକୁ ହିଁ ଯାତ୍ରା କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜର ସତ୍ ଚିତ୍ ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପକୁ ପାଇବା ପାଇଁ ଆମକୁ ଆତ୍ମଲୋକରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ହେବ, ଆମକୁ ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, କିନ୍ତୁ ଏହି ଯାତ୍ରା ନିମନ୍ତେ ଆମକୁ ଗୋଟିଏ ସମର୍ଥ ସାଧନର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ିବ । ଧାନ ଏପରି ଏକ ସମର୍ଥ ସାଧନ, ଯାହା ଉପରେ ଆରୂଢ଼ ହୋଇ, ଯାହା ମାଧମରେ ଯାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମେ ଏହି ଯାତ୍ରାର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରି ପାରିବା ।

ଏମିତିରେ ତ ଧାନର ଅନେକ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରଚଳିତ । ଧାନରେ ଆମେ ନିର୍ଗୁଣ, ନିରାକାର, ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ଧାନ କରି ପାରିବା । ଆମେ ସାକାର ଧାନର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଭଗବାନ ରାମ, କୃଷ୍ଣ, ବିଷ୍ଣୁ, ଶିବ, ହନୁମାନ, ଗାୟତ୍ରୀ, ଦୁର୍ଗା ରୂପରେ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସାକାର ସ୍ୱରୂପର ଧାନ କରି ପାରିବା ।

ନିଜର ଅଭିରୁଚି ଓ ପ୍ରକୃତି ଅନୁସାରେ ଆମେ ଏ ଭିତରୁ ଯେ କୌଣସି ଧାନର ଅଭ୍ୟାସ କରି ପାରିବା, କିନ୍ତୁ ଧାନରେ ନିୟମିତତା ଓ ନିରନ୍ତରତା ମଧ ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ସହିତ ଜୀବନରେ ସଂଯମ, ସେବା ଓ ସଦାଚାର ମଧ ଆବଶ୍ୟକ, ତାହାହେଲେ ଆମର ଧାନ ନିର୍ବିଘ୍ନ ହୋଇ ପାରିବ । ଆମର ଅନ୍ତର୍ଯାତ୍ରା ନିର୍ବିଘ୍ନ ହୋଇ ପାରିବ, ଆମର ଯାତ୍ରା ପୂରା ହୋଇ ପାରିବ । ଧାନକୁ ଓହ୍ଲାଇଲା ପରେ ହିଁ ଆମର ଯାତ୍ରା ପ୍ରାରମ୍ଭ ହୋଇ ପାରିବ । ଆମେ ଧାନରେ ଯେତେ ଅଧିକ ତଳକୁ ଓହ୍ଲାଇବା, ଆମର ଧାନ ସେତେ ଅଧିକ ଗଭୀରତାରେ ପ୍ରବେଶ କରିବ, ଆମର ଏହି ଯାତ୍ରା ସେତିକି ହିଁ ତୀବ୍ର ହେବାକୁ ଲାଗିବ । ଆମର ବାହାରର ଯାତ୍ରା ସେତିକି ପରିମାଣରେ କମିଯିବ, ସଂକୁଚିତ ହୋଇଯିବ ଆଉ ଆମେ ନିଜର ଆତ୍ମଲୋକ ଦିଗରେ ସେତିକି ତୀବ୍ରତାର ସହିତ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା । ଆମର ମନ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡିକ ଚଞ୍ଚଳତା ସେତେବେଳେ ସେତିକି ମାତ୍ରାରେ ଊଣା ହେବାକୁ ଲାଗିବ । ଚିତ୍ତରେ ଉଠୁଥିବା ସଂସ୍କାରଗୁଡିକର ହୋହଲ୍ଲା ଧୀରେ ଧୀରେ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ । ଆଉ ପୁଣି ଚିତ୍ତର ସଂସ୍କାର ଶୂନ୍ୟ ହେବା କ୍ଷଣି ଆମେ ନିଜର ଆତ୍ମଲୋକରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପାରିବା ।

ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ ନିଜର ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ କହୁଥିଲେ ଯେ କୋଲକାତାରୁ ବନାରସ ଦିଗରେ ଯେତେ ଅଧିକ ଅଗ୍ରସର ହେବା, କୋଲକାତା ସେତିକି ପଛରେ ରହିଯିବ ଆଉ ବନାରସ ପହଞ୍ଚିବା ମାତ୍ରେ କୋଲକାତା ପୁରାପୁରି ପଛରେ ରହିଯିବ । ପ୍ରକୃତରେ ଏହା ସଂସାର ଠାରୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାର ଯାତ୍ରା ଅଟେ ।

ସଂସାର ଯେତିକି ପଛକୁ ହଟିଯିବ, ଆମେ ଭଗବାନଙ୍କର ସେତିକି ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚି ଯିବା, ସଂସାର ପ୍ରତି, ବିଷୟ ଭୋଗଗୁଡିକ ପ୍ରତି ଆମର ଆସକ୍ତି ଯେତିକି କମ୍ ହେବାରେ ଲାଗିବ, ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଆମର ପ୍ରେମ ସେତିକି ପ୍ରଗାଢ଼ ହେବାକୁ ଲାଗିବ, ପ୍ରବଳ ହେବାକୁ ଲାଗିବ । ମନର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯିବା ଏତେ ସରଳ ନୁହେଁ ତ ଅସମ୍ଭବ ମଧ ନୁହେଁ । ଏଥିପାଇଁ ଯେତେବେଳେ ଅର୍ଜୁନ ଗୀତାରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ ଭଗବାନ୍ । ବାୟୁ ଠାରୁ ଅଧିକ ବେଗବାନ୍, ଗତିବାନ୍ ଓ ଚଞ୍ଚଳ ମନକୁ କିପରି ବଶବର୍ତ୍ତୀ କରାଯାଇ ପାରିବ । ସେତେବେଳେ ଭଗବାନ କହିଲେ ମନ ନିଃସନ୍ଦେହ ଚଞ୍ଚଳ, କିନ୍ତୁ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ବୈରାଗ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ବଶ କରାଯାଇପାରେ । ବୈରାଗ୍ୟର ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ସଂସାର ପ୍ରତି ଆମର ଆସକ୍ତି ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ଆମକୁ ନିତ୍ୟ ଅନିତ୍ୟ, ସତ୍ୟ- ଅସତ୍ୟର ବୋଧ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଆମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥଳର ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିଯାଉ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମେ କୌଣସି ବାୟୁଯାନରେ ଯାତ୍ରା କରୁ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଗତିଶୀଳ ବାୟୁଯାନରେ ବସି ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ କେତେ ସହର ପଛରେ ଛାଡି ହୋଇଯାଏ, କେତେ ନଦୀ ରାସ୍ତାରେ ଆସେ, କିନ୍ତୁ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଯାଏ, ରାସ୍ତାରେ କେତେ ସାଗର ମହାସାଗର ଆସେ ଓ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଯାଏ । ସେଗୁଡିକ ପଛରେ ପଡିଯାଏ । କେତେ ବନ କ୍ଷେତ୍ର ଆସେ, ପର୍ବତ ଶୃଙ୍ଖଳା ଆସେ ଓ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଯାଏ, କେବେ ଘୋର ଅନ୍ଧକାର ରାତ୍ର ଆସେ ଆଉ ଚାଲିଯାଏ । କେବେ ସକାଳ ହୁଏ ଓ ସୂର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରକାଶ ପ୍ରକଟ ହୁଏ । ଏସବୁ ଦେଖି, ସେ ସବୁର ମଝିରେ, ଉପରେ ଗତି କରି ଆମେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଯାଉ । ଶେଷରେ ଆମର ବାୟୁଯାନ ନିଜର ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ଯାଇ ବିମାନଘାଟିରେ ଓହ୍ଲାଇବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯାଏ । ବାୟୁଯାନ ଓହ୍ଲାଇବା କ୍ଷଣି ଆମେ ନିଜର ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ଯାଉ । ଆମେ ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିବା କ୍ଷଣି ପ୍ରସନ୍ନତା ବ୍ୟକ୍ତ କରୁ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଧାନର ଯାନର ବସି ଧାନ ମଧ ଦେଇ ଆମେ ମଧ ଆତ୍ମଲୋକର ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରି ଥାଉ । ଆମେ ନିଜର ହିଁ ଆନ୍ତରିକ ଯାତ୍ରାରେ, ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରି ପଡୁ । ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ଧାନ କରୁ କରୁ ଆତ୍ମା ବ୍ରହ୍ମରେ ଲୀନ ହୋଇଯାଏ, ବୁଡ଼ିଯାଏ ଏବଂ ଆମକୁ କେତେ ପ୍ରକାର ଦୃଶ୍ୟ ପରିଦୃଶ୍ୟ ଦେଖାଯିବାକୁ ଲାଗେ, କିନ୍ତୁ ସେହି ଦୃଶ୍ୟ ଗୁଡିକ ପ୍ରତି ଏବେ ଆମର କୌଣସି ଆସକ୍ତି ରହି ନ ଥାଏ, କାରଣ ସେତେବେଳକୁ ଆମେ କେବଳ ଯାତ୍ରାର ଦ୍ରଷ୍ଟା ହୋଇ ରହିଯାଇ ଥାଉ, ତେବେ ଯେ କୌଣସି ଦୃଶ୍ୟ, ଯେକୌଣସି ବିଷୟ ଭୋଗ ଆମ ଭିତରେ କୌଣସି ହଲଚଲ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଜଗତର ପ୍ରପଞ୍ଚକୁ ସାକ୍ଷୀ ଭାବରେ ଦେଖିଥାଉ ।

ଜଗତର ଖେଳକୁଦ ଅବଶ୍ୟ ଦେଖିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ଖେଳାଳି ଭଳି କିମ୍ବା ଦୃଶ୍ୟ ଭଳି ନୁହେଁ, କାରଣ ଆମେ ଏବେ ତଟସ୍ଥ ହୋଇ ଯାଇଥାଉ । ଖେଳରେ ହାରିବା ହେଉ ଅଥବା ଜିତିବା, ଏବେ ତାହାର ପରବାୟ ନ ଥାଏ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ପପୁ ରୋଜିକୁ : ଆଇ ଲଭ୍ ୟୁ ରୋଜି । ତୁମେ ବି କୁହନା ।
ରୋଜି : ରହ ତୋ ବାପାଙ୍କୁ କହୁଛି ।
ପପୁ : ବାପାଙ୍କୁ କାହିଁକି ଆଇ ଲଭ୍ ୟୁ କହିବ । ସେ ତ ବିବାହିତ ।

× × × ×

ରାଜେଶ ସନ୍ତୋଷକୁ : ତୁମ ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀ ଭିତରେ ଝଗଡ଼ା ହୁଏ ?
ସନ୍ତୋଷ : ହଁ, ବହୁତ ହୁଏ ।
ରାଜେଶ : ଝଗଡ଼ା ବନ୍ଦ କରିବା ପାଇଁ ମୋ ପାଖରେ ଏକ ଫର୍ମୁଲା ଅଛି ।
ସନ୍ତୋଷ : କ'ଣ ?
ରାଜେଶ : ସ୍ତ୍ରୀ ଝଗଡା କଲାବେଳେ କହିବୁ ତମେ ସୁନ୍ଦରୀ ବୋଲି କ'ଣ ଯାହା ଇଚ୍ଛା ତାହା କହିବ ।'
ଦେଖିବୁ ଏଇ କଥା ଶୁଣୁ ଶୁଣୁ ସେ ଗାଳି ଦେବା ବନ୍ଦ କରିଦେବ ।

× × ×

ମଣ୍ଟୁ ବ୍ୟାଙ୍କକୁ ଯାଇ : ମୁଁ ଏକ ଜଏଣ୍ଟ ଆକାଉଣ୍ଟ ଖୋଲିବାକୁ ଚାହୁଁଛି ।
ବ୍ୟାଙ୍କ କର୍ମଚାରୀ : କାହା ସହ ?
ମଣ୍ଟୁ : ଯାହା ଆକାଉଣ୍ଟରେ ବହୁତ ଟଙ୍କା ଥିବ ।
ବ୍ୟାଙ୍କ କର୍ମଚାରୀ ଗାର୍ଡକୁ : ବାହାର କର ଏଇ ପାଗଳକୁ ।

× × × ×

ପୁଅ ବାପାଙ୍କୁ ରିପୋର୍ଟ କାର୍ଡ ଦେଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ : ବାପା ତମେ ବହୁତ ଭାଗ୍ୟବାନ ।
ବାପା : କେମିତି ?
ପୁଅ : ତମେ କହୁଥିଲ ନା ମୁଁ ପାସ୍ ହେଲେ ତମେ ମୋତେ ପାଇଁ ଭଲ ଦାମୀ ସାଇକେଲ ଆଣିଦେବ । ତମକୁ ଆଉ ଏତେ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରି ଆଣିବାକୁ ପଡିବନି । କାହିଁକି ନା ମୁଁ ଫେଲ୍ ହେଇଯାଇଛି ।

× × × × × ×

ଗୋଟେ ମୋଟା ପହିଲବାନ ପିଲା ଏକ ଦୁର୍ବଳିଆ ପିଲାକୁ ଚାପୁଡା ମାରିଲା ।
ଦୁର୍ବଳ ପିଲା : ତୁ ମତେ ରାଗିକି ମାରିଲୁ ନା ମଜାରେ ମାରିଲୁ ?
ମୋଟା ପିଲା : ରାଗିକି । କ'ଣ କରିବୁ ମୋର ?
ଦୁର୍ବଳ ପିଲା : ନାଇଁ କିଛି ନାହିଁ । ରାଗିକି ମାରିଛୁ ତ ଭଲ କଥା । ମତେ ଥଟ୍ଟାମଜା ଜମାରୁ ଭଲ ଲାଗେନି ।

× × × × × ×

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ମହିଳାଙ୍କୁ : ଜାଣନ୍ତି ମୁଁ ଅନେକ ବହି ଲେଖିଛି ।
ମହିଳା : ମୁଁ ଜାଣେ । ଆପଣ ତ ପୁରା ଆକବର ବାଦଶାହଙ୍କ ପରି ଲେଖନ୍ତି ।
ବ୍ୟକ୍ତି : ହେଲେ ଆକବରଙ୍କୁ ଲେଖିବା ଆସୁ ନ ଥିଲା ।
ମହିଳା : ସେଇଥିପାଇଁ ତ ମୁଁ କହିଲି ।

ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର

ବର୍ଷ ୨୭, ସଂଖ୍ୟା-୧, ୦୨ - ୦୮ ଜାନୁଆରୀ ୨୦୨୨

ବଢ଼ି ଚାଲିଛି ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣର ସଂକଟ

ଦୁନିଆରେ ଏବେ ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ବିପଜ୍ଜନକ ସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚି ଯାଇଛି । ପୂର୍ବରୁ ଆମେ ପ୍ରାକୃତିକ ସମ୍ପଦ ଯଥା ଜଳ, ମୃତ୍ତିକା, ବନ ଇତ୍ୟାଦିକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତିତ ଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ଏବେ ଦୂଷିତ ହେଉଥିବା ବାୟୁ ତା'ଠାରୁ ବି ବଡ଼ ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ ହୋଇଯାଇଛି ଏବଂ ଆଜି ଏହା ସବୁଠୁ ବଡ଼ ପରିବେଶ ସଂକଟ ରୂପେ ଆମ ମଧ୍ୟରେ ବିଦ୍ୟମାନ ।

ଜଳର ଆବଶ୍ୟକତା ତ ଆମକୁ କିଛି ସମୟ ଅନ୍ତରାଳରେ ଜଣାପଡେ, ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଦିନରେ ଦୁଇ ତିନି ଥର ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ, କିନ୍ତୁ ଶ୍ୱାସ ନେବା ପାଇଁ ବାୟୁ ତ ଆମକୁ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଆବଶ୍ୟକ । ସେଥିପାଇଁ ଆମର ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡିକରେ ଏହାକୁ ଜୀବନ ସହିତ ଯୋଡ଼ିକରି ଦେଖା ଯାଇଛି ଓ ପ୍ରାଣକୁ ବାୟୁର ସଂଜ୍ଞା ଦିଆଯାଇଛି । ବାୟୁର ଗୁରୁତ୍ୱକୁ ବୁଝିବା ଓ ବୁଝାଇବାର ଏହାଠାରୁ ଉତ୍ତମ ଉପାୟ ଆଉ କିଛି ହୋଇ ନ ପାରେ । ଏବେ ପ୍ରକାଶିତ ଗ୍ଲୋବାଲ ଏୟାର ରିପୋର୍ଟ ମଧ୍ୟ ଏହି ତଥ୍ୟର ପୁଷ୍ଟି କରିଛି ।

ଏହି ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଦୁନିଆର ୯୧% ଜନସଂଖ୍ୟା ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ । ଯଦି ସ୍ଥିତି ଏପରି ସଙ୍ଗୀନ ତ ବହୁତ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ଉଚିତ । ଏହାର କାରଣଗୁଡ଼ିକୁ ଯାଞ୍ଚ କରିବା ସହିତ ନିରାକରଣର ଉପାୟ ଓ ଏଥିପାଇଁ ବଡ଼ ରଣନୀତି ଉପରେ ବିମର୍ଶ ହେବା ଉଚିତ । ଭାରତ ତ ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ଦ୍ୱାରା ଗମ୍ଭୀର ରୂପେ ପ୍ରଭାବିତ । ଦୁନିଆର ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଦୂଷିତ ସହରଗୁଡିକର ଏକ ବଡ଼ ସଂଖ୍ୟା ଭାରତରେ ରହିଛି । ବାୟୁ ଶୁଦ୍ଧତାର ମାନକ ଅନୁସାରେ ବାୟୁରେ ପ୍ରଦୂଷଣ କଣିକା ୮୦ ପି.ଏମ୍. ମଧ୍ୟରେ ରହିବା ଉଚିତ, କିନ୍ତୁ ବୋଧ ହୁଏ ଦେଶର ଏମିତି କୌଣସି ସହର ବାକି ନ ଥିବ ଯେଉଁଠି ସାଧାରଣତଃ ୧୫୦ ରୁ ୨୦୦ ପି.ଏମ୍. ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଦୂଷଣ ହୋଇ ନ ଥିବ ।

ଆଜି ଦୁନିଆ ଯେଉଁ ବିକାଶର ରେଖା ଆଡ଼କୁ ଦୌଡିବାରେ ଲାଗିଛି, ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ବିନାଶ ମଧ୍ୟ ଲୁଚି ରହିଛି । ଆମେ ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତି ଉପନ୍ନ କରି ଦେଇଛେ ଯେ ଆମେ ନା ଗରମ ସହି ପାରୁଛେ, ନା ଥଣ୍ଡା । ଏଥିରୁ ଉପଶମ ପାଇବା ପାଇଁ ଆମେ ଯେଉଁ ସବୁ ସାଧନାର ବ୍ୟବହାର କରୁଛେ ସେଗୁଡିକ ଆହୁରି ଅଧିକ ଘାତକ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ଏଣୁ ବାତାନୁକୂଳିତ ଉପକରଣ ଗୁଡିକର ଅଧିକ ଉପଯୋଗ ଥଣ୍ଡା ଗରମକୁ ଏକ ନୂଆ ଆୟାମ ଦେଇ ଦେଇଛି ।

ଅଧିକ ଗରମ ପଛରେ ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ରହିଛି, କାରଣ ଏୟାରକଣ୍ଡିସନ ବା ଏ ପ୍ରକାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସୁବିଧା ବାତାବରଣରେ ହାଇଡ୍ରୋଫ୍ଲୋରୋ କାର୍ବନ, କ୍ଲୋରୋଫ୍ଲୋରୋ କାର୍ବନର ପରିମାଣ ବଢ଼ାଇ ଥାଏ, ଯାହାର ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ପରିବେଶ ଉପରେ ପଡିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତିର ତାପକ୍ରମ ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ଫଳରେ ଗ୍ରୀଷ୍ମଦିନ ଭାଟି ଭଳି ଉତ୍ତପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଶୀତଦିନ ଫ୍ରିଜ ପରି ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ । ସଡ଼କ ଉପରେ ବଢ଼ି ଚାଲିଥିବା ଗାଡ଼ିଗୁଡ଼ିକର ସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟ ବାୟୁର ପ୍ରକୃତିକୁ ବିଗାଡ଼ି ଦେଉଛି ।

ଆଜି ପ୍ରାୟ ଏକ ଅର୍ବୁଦ ୩୫ କୋଟି ଗାଡ଼ି ଦୁନିଆରେ ଧୂଆଁ ଛାଡୁଛି ଏବଂ ସନ ୨୦୨୫ ସୁଦ୍ଧା ଏହା ଦୁଇ ଅର୍ବୁଦ ହୋଇଯିବ । ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଗାଡ଼ି ବର୍ଷକୁ ପ୍ରାୟ ୪.୭ ମେଟ୍ରିକ ଟନ କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ ଉତ୍ସର୍ଜନ କରିଥାଏ । ଏକ ଲିଟର ଡିଜେଲ ପୋଡ଼ିଲେ ୨.୬୮ କି.ଗ୍ରା କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ ବାହାରେ, ପେଟ୍ରୋଲରୁ ଏହା ୨.୩୧ କି.ଗ୍ରା ବାହାରିଥାଏ । ଯାବତୀୟ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଇନ୍ଧନର ଉପଲବ୍ଧତା ସତ୍ତ୍ୱେ ଆଜି ମଧ୍ୟ ଗୋବର ଘଷି ଓ କାଠର ବ୍ୟବହାର ହେଉଛି । ଅବଶ୍ୟ ସମୟ ସହିତ ଏଗୁଡିକର ଉପଯୋଗ ହ୍ରାସ ପାଇଛି, ତଥାପି ଦୁନିଆର ପ୍ରାୟ ଅଧା ଜନସଂଖ୍ୟା ଅର୍ଥାତ୍ ୩.୬ ଅର୍ବୁଦ ଲୋକ ଏଭଳି ଇନ୍ଧନର ପ୍ରୟୋଗ କରୁଛନ୍ତି ।

ଏହା ବ୍ୟତୀତ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ, ଫସଲର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ଓ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକକୁ ପୋଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣ ବହୁତ ବଢ଼ିଛି । ଏସବୁ ଉପରେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଲଗାମ ଲଗାଇବାକୁ ହେବ । ଆଜିର ସ୍ଥିତିରେ ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ଦୁନିଆର ପଞ୍ଚମ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଆହ୍ୱାନ ପାଲଟି ଯାଇଛି । ଏହି କାରଣରୁ ଶ୍ୱାସରୋଗ, ହୃଦରୋଗ, ଫୁସଫୁସ କର୍କଟ ଓ ଚର୍ମରୋଗ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଆଜି ସମସ୍ତ ଅସାଧ ରୋଗର ମୂଳ ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ସହିତ ଜଡିତ । ଏହାର ଦୁଷ୍ପ୍ରଭାବ ମଧ୍ୟ ଭାରତ ଓ ଚୀନରେ ଅଧିକ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି ।

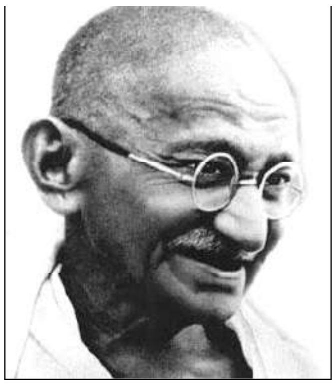
ପ୍ରଦୂଷଣ କାରଣରୁ ପିଲାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ଓ ମାନସିକ ବିକାର ଉପନ୍ନ ହେଉଛି । ପ୍ରଦୂଷଣ ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ହିଁ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ନେଇଯାଉଛି । ପ୍ରଦୂଷଣର ବଢୁଥିବା ପ୍ରକୋପ ଥମିବା ସମ୍ଭବ ମନେ ହେଉ ନାହିଁ, କାରଣ ସୁବିଧା ଓ ବିଳାସିତାର ଦୌଡ଼ ଥମିବ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ତଥାକଥିତ ବିକାଶର ପ୍ରତୀକ ମାନି ନିଆଗଲାଣି । ଆମେରିକା ବିଳାସିତାର ଯେଉଁ ଉଦାହରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି, ବାକି ସବୁ ଦେଶ ତାହାକୁ ହିଁ ହାସଲ କରିବାର ଦୌଡରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ଏଭଳି ତଥାକଥିତ ବିକାଶର ଦୌଡରେ ଶକ୍ତିର ଉପଯୋଗ ବଢ଼ିଯାଉଛି ।

ଏହାକୁ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣରୁ ବୁଝି ପାରିବା ଯେ ଦୁନିଆରେ ୫୫ ପ୍ରତିଶତ ସହରୀ ଲୋକ ୭୦% ଶକ୍ତି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ବିଳାସିତାର ପାଖକୁ ଯାଉ ଯାଉ ଆମେ କେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତି ଠାରୁ ଦୁରେଇ ଗଲେ, ଏହାର ଜ୍ଞାନ ଆମର ରହିଲା ନାହିଁ । ପ୍ରଥମେ ଆମେ ପାଣିକୁ ହରାଇଲେ, ଯାହାର ବିକଳ୍ପ ରୂପେ ଆମେ ପ୍ୟୁରିଫାୟର ଓ ବୋତଲବନ୍ଦ ପାଣିର ବ୍ୟାବସାୟିକ ବିକଳ୍ପ ଖୋଜିନେଲେ । ଆଜି ଦେଶ ପାଣିର ବଡ଼ ସଂକଟ ଦେଇ ଗତି କରୁଛି । ଏବେ ବାୟୁର ପାଳି ଏବଂ ଏବେ ପବନ ଡବାର ପ୍ରଚଳନ ବି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଗଲାଣି ।

ପ୍ରଦୂଷଣ ବିଷୟରେ କୌଣସି ବଡ଼ ତର୍କବିତର୍କ ହେଉ ନାହିଁ ଏବଂ ନୀତି ନିର୍ମାତାମାନେ ମଧ୍ୟ ଏ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଚିନ୍ତା କରୁ ଥିବାର ଦେଖାଯାଉ ନାହିଁ । ନିର୍ବାଚନରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ଅଣଦେଖା କରାଯାଉଛି । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଏ ଉପରେ କୌଣସି ସରକାରକୁ ଦୋଷ ବି ଦିଆଯାଇ ନ ପାରେ, କାରଣ ଜନତାକୁ ଏହାର ପରବାୟ ହିଁ ନାହିଁ । ଯଦି ଆମେ ଏବେ ବି ଜାଗ୍ରତ ନ ହେବା ତ ପରିସ୍ଥିତି ଆହୁରି ବିଗିଡ଼ିଯିବ । ପୁଣି ଏମିତି ଏକ ଦିନ ଆସିବ ଯେ ଆମେ ସ୍ୱର ଉତ୍ତୋଳନ କରିବାକୁ ବି ବଞ୍ଚି ନ ଥିବା, କାରଣ ସେତେବେଳକୁ ଦୁନିଆ ଗ୍ୟାସ୍ ଚ୍ୟାମ୍ବର ହୋଇ ଯାଇଥିବ । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ଦୁନିଆ ଓ ଆଗାମୀ ପିଢ଼ିଗୁଡିକର ଭବିଷ୍ୟତ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପରିବେଶ ବଞ୍ଚାଇବାର ସଂକଳ୍ପ ନେବାକୁ ହେବ । ପରିବେଶ ବଞ୍ଚିଲେ ହିଁ ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବ । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଆମକୁ ନିଜର ନିହିତ ସ୍ୱାର୍ଥକୁ ତିଳାଞ୍ଜଳି ଦେଇ ପରିବେଶ ସଂରକ୍ଷଣ ଓ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନ ହେତୁ ଯୋଗଦାନ ଦେବା ଜରୁରୀ ।

ଗ୍ରାମବାସୀ ଜନଗଣଙ୍କର ଆଶା

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ମୁଁ ଅନେକ ସମୟରେ ଏପରି କହିଛି ଯେ ଯଦି ତୁମେ ଭାରତର ସାତଲକ୍ଷ ଗାଆଁକୁ ଜୀବିତ ରଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥାଅ ଏବଂ ସବୁ ସଭ୍ୟତାର ମୂଳରେ ରହିଥିବା ଶାନ୍ତିକୁ ଯଦି ହାସଲ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତେବେ ଆମକୁ ଏହି ଚରଖାକୁ ସକଳ କୁଟୀରଶିଳ୍ପର କେନ୍ଦ୍ରରେ ଆଣି ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଚରଖା ମୋ ପାଇଁ ଜନଗଣଙ୍କର ଆଶାରୂପେ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ହୋଇଛି । ଚରଖାକୁ ହରାଇବା ପରେ ବସ୍ତୁତଃ ଜନଗଣ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱାଧୀନତାକୁ ମଧ୍ୟ ହରାଇ ବସିଲେ । ଚରଖା ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କ ଲାଗି କୃଷିର ପରିପୂରକ ହୋଇ ରହିଥିଲା ଏବଂ ସେହି କୃଷିକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଆଣି ଦେଉଥିଲା । ଏହା ବିଧବାର ବନ୍ଧୁ ଏବଂ ସାନ୍ତ୍ୱନା ହୋଇ ରହିଥିଲା । ଏହା ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଆଳସ୍ୟରୁ ନିବୃତ୍ତ କରୁଥିଲା । କାରଣ, ଚରଖା କ୍ଷେତ୍ରଟି ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ପୂର୍ବର ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନର ସବୁଯାକ ଉଦ୍ୟୋଗ ତୁଳାରୁ ମଞ୍ଜି କାଢ଼ିବା, ତୁଳାକୁ ଭିଣିବା, ତନ୍ତ ପାଇଁ ଟାଣି ତିଆରି ଇତ୍ୟାଦି କରିବା, ରଙ୍ଗ ଦେବା ଓ ଲୁଗା ବୁଣିବା, ସବୁ ଅନ୍ତର୍ଗତ ହୋଇ ରହିଥିଲା । ଏସବୁ ଗାଆଁର ବଢ଼େଇ ଓ କମାରକୁ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରତ କରି ରଖି ପାରୁଥିଲେ । ଚରଖା ସାତ ଲକ୍ଷ ଗ୍ରାମକୁ ସ୍ୱୟଂପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାରେ ସମର୍ଥ କରୁଥିଲା । ଚରଖା ବିଦାୟ ନେବା ପରେ ତେଲଘଣା ଆଦି ଅନ୍ୟ ଉଦ୍ୟୋଗମାନେ ମଧ୍ୟ ବିଦାୟ ନେଲେ । ଏସବୁ ଉଦ୍ୟୋଗ ସ୍ଥାନରେ ନୂଆ ହୋଇ କିଛି ଆସିଲା ନାହିଁ । ତେଣୁ ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କର ବହୁବିଧ ଧନ୍ଦାଗୁଡିକ ସେମାନଙ୍କ ଠାରୁ ହାତଛଡ଼ା ହୋଇଗଲା, ସେମାନଙ୍କର ସୃଜନକାରୀ ପ୍ରତିଭା ଏବଂ ଏହିସବୁ ଉଦ୍ୟୋଗରୁ ମିଳୁଥିବା ଯତକିଞ୍ଚିତ୍ ଆୟ ମଧ୍ୟ ଚାଲିଗଲା । ତେଣୁ ଯଦି ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କୁ ପୁନର୍ବାର ଟାଣ ହୋଇ ତିଷ୍ଠି ରହିବାକୁ ହୁଏ ତେବେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ସ୍ୱାଭାବିକଭାବରେ ଚରଖା ଓ ତାହାର ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଆଉ ସବୁକିଛିର ପୁନରୁଦ୍ଧାର ହିଁ ସମାଧାନ ପରି ଦିଶିଯାଉଛି ।

ମୋର ମନରେ ତିଳେମାତ୍ର ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ଯେ ଚରଖା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବିକା ଅର୍ଜନ କରିବାର ସାଧନରୂପେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇ ପାରିବ ଏବଂ ଯୁଗପତ୍ ଭାବରେ କର୍ମୀକୁ ତା'ର ପ୍ରତିବେଶୀମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ ସେବା କରିବାକୁ ସମର୍ଥ କରିବ । ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ସହିତ ଚରଖା ଚଳାଇବାକୁ ହେଲେ ତାହାକୁ ସୂତାକଟାର ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ଓ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସକଳ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଅଭିଜ୍ଞ ହେବାକୁ ପଡିବ । କେବଳ ହାତରେ ସୂତା କାଟିବାର ପୁନଃପ୍ରଚଳନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଭାରତବର୍ଷ ତାହାର ପୁରାତନ ଗୌରବକୁ ଯେ ଫେରି ପାଇବ, ଏହି ଦୃଢ଼ ବିଶ୍ୱାସଟି ମୋ' ଭିତରେ ମୁଁ ଭାରତକୁ ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟ ଦାନା ବାନ୍ଧି ସାରିଥିଲା । ତା' ପରେ ମୁଁ ଚରଖାକୁ ମଝିରେ ଥିବା ସୂର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ତୁଳନା କରିଛି, ଯାହାର ଚାରିପାଖରେ କି ଆମ ଗ୍ରାମ ଅର୍ଥନୀତିର ସୌରମଣ୍ଡଳଟି ଆବିର୍ଭୂତ ହେବାର ଲାଗିଛି । ଧନୀ ଓ ଦରିଦ୍ର ମଧ୍ୟରେ ଏହା ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣସେତୁରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ ।

ଆମେ ଚରଖାକୁ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟର ସାନ ବା ବଡ଼ ମେସିନଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ଆଦୌ ସମତୁଳ କରିପାରିବା ନାହିଁ । ସେଠାରେ ତ ଅଳ୍ପ କେତୋଟି ବିଶେଷ ସ୍ଥାନମାନଙ୍କରେ କୋଟି କୋଟି ଘଣ୍ଟା ତିଆରି ହୋଇଯାଉଛି । ସାରା ପୃଥିବୀରେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ନେଇ ବିକ୍ରୀ କରାଯାଉଛି । ସିଲେଇ ମେସିନ୍ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହି କାହାଣୀ । ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଭ୍ୟତାର ପ୍ରତୀକ । ଚରଖା ଠିକ୍ ବିପରୀତ ଏକ ସଭ୍ୟତାର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରୁଛି ।

ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ବୃହତ୍ ପରିମାଣରେ ଚରଖା ତିଆରି କରି ଆମେ ତାହାକୁ ସର୍ବଜନୀନ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁନାହୁଁ । ଯେଉଁଠାରେ କଟାଳିମାନେ ବାସ କରୁଛନ୍ତି, ସେହି ସ୍ଥାନରେ ହିଁ ଚରଖା ଓ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ସକାଳ ସରଞ୍ଜାମକୁ ନିର୍ମାଣକରିବା ହେଉଛି ଆମର ଆଦର୍ଶ । ଠିକ୍ ଏହିଠାରେ ହିଁ ଚରଖାର ମୂଲ୍ୟ ନିହିତ ହୋଇ ରହିଛି । ଯଦି ଚରଖାରେ କେଉଁଠି କିଛି ଅସଜ ହୋଇଯିବ, ତେବେ ସେହିଠାରେ ହିଁ ତାହାକୁ ସଜାଡ଼ି ଦେଇହେବ ଏବଂ ସେହିସବୁ ମରାମତି କାମ କଟାଳିମାନଙ୍କୁ ଶିଖା ଯାଇଥିବ ।

ଶୀତଦିନରେ ଖାଆନ୍ତୁ ଧନିଆ ପତ୍ର

ଶୀତଦିନରେ ମିଳୁଥିବା ଧନିଆ ପତ୍ରର ସୁଗନ୍ଧ ଓ ସ୍ୱାଦ, ଖାଦ୍ୟର ମଜାକୁ ଦ୍ୱିଗୁଣିତ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍‌ସ୍, ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ, ଫୋଲେଟ୍, ବେଟା କେରୋଟିନ୍ ଆଦି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ । ମଧୁମେହ ଓ କୋଷ୍ଠ କାଠିନ୍ୟରେ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଧନିଆ ପତ୍ର ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ । କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ଧନିଆପତ୍ର ହିତକାରୀ । କିଡନି ଡିଟକ୍ସ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଧନିଆପତ୍ର ସବୁଠାରୁ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ । ଏହା ରକ୍ତରେ ଶର୍କରାର ପରିମାଣକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ । ହଜମ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ ଧନିଆପତ୍ର ଖାଇବା ଉଚିତ ।

ପାଣିପିଇ ଓଜନ କମାନ୍ତୁ

ପାଣି ପିଇ ଯେ ଓଜନ କମ୍ କରାଯାଇ ପାରେ ଏକଥାକୁ ଆପଣ ବିଶ୍ୱାସ କରି ନ ପାରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ବର୍ମିହାମ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏକ ନୂଆ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଦାବି କରିଛନ୍ତି, ଯଦି ପାଣିକୁ ଠିକ୍ ଭାବେ ପିଆଯାଏ ବଢୁଥିବା ଓଜନ ଯେ ଖାଲି ସ୍ଥିର ରହେ ତା' ନୁହେଁ ବରଂ ଓଜନକୁ ମଧ କମାଯାଇ ପାରେ । ବୈଜ୍ଞାନିକଙ୍କ ମୁତାବକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଅଧ ଲିଟର ପାଣି ପିଇଲେ ଓଜନ କମ କରାଯାଇ ପାରେ । ଏହିଭଳି ୧୨ ସପ୍ତାହ ଅର୍ଥାତ ତିନି ମାସ କଲେ ୪.୩ କିଲୋ ଓଜନ କମ୍ କରାଯାଇ ପାରିବ । ରିସର୍ଚ୍ଚ ମୁତାବକ ଯଦି ତାଏଟି କରୁଛନ୍ତି ତ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଅଧ ଲିଟର ପାଣି ଲଗାତର ପିଇ ଓଜନ ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଣିବା ଅତି ସହଜ ହୋଇଯାଏ । ମାତ୍ର ଯେଉଁମାନେ ଲଗାତାର ଏଭଳି ନକରନ୍ତି ସେମାନେ ଏହାର ସେମିତି ଭଲ ଫାଇଦା ପାଆନ୍ତି ନାହିଁ । ରିସର୍ଚ୍ଚ ମୁତାବକ ଯେଉଁ ଲୋକ ଦିନରେ ଥରୁଟେ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ପାଣି ପିଉଥିଲେ ସେମାନଙ୍କ ଓଜନ କମ୍ ହୋଇଥିଲା ମାତ୍ର ୮୦୦ ଗ୍ରାମ । ରିସର୍ଚ୍ଚ କରୁଥିବା ଗବେଷକମାନଙ୍କ କହିବା କଥା ହେଲା ସାଦା ପାଣିରେ ଓଜନ କମ୍ କରିବାର ଗୁଣ ରହିଛି । ହେଲେ କେତେ ସମୟରେ, କେତେ ପାଣି ପିଇଲେ, କେତେ ଓଜନ କମିବ ତା'ର କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣ ନାହିଁ । ତଥାପି ପାଣି ପିଇ ଯେ ଓଜନ କମାଯାଇ ପାରିବ ଏକଥାକୁ ସେମାନେ ସତ୍ୟ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ଏହି ରିସର୍ଚ୍ଚରେ କେବଳ ସାଦା ପାଣିକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା । ଉଷୁମ ପାଣି କିମ୍ବା ସୋଡ଼ା ଆଦିକୁ ଏଥିରେ ସାମିଲ କରାଯାଇ ନ ଥିଲା ।

ନିୟମିତ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ପାଣି ପିଇଲେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଯଥେଷ୍ଟ କମ୍ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ତେବେ ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ଫ୍ରିଜ୍ ପାଣି କିମ୍ବା ମୃଦୁ ପାନୀୟ ପିଇବା ଉଚିତ । ବିଭିନ୍ନ ଅନୁସନ୍ଧାନରୁ ପ୍ରକାଶ ଯେ ନିୟମିତ ଭାବେ ସକାଳୁ ଖାଲିପେଟରେ ୧ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ମେଦବହୁଳତା, କୋଲେଷ୍ଟରଲ, ଭର୍ଟିଗୋ ଆଦିରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ବର୍ଷକ ୧୨ ମାସ ଏହାକୁ ଅଭ୍ୟାସରେ ରୂପାନ୍ତର କରିବା ଜରୁରୀ । ପେରୁର ଗବେଷକଙ୍କ ପରୀକ୍ଷାରୁ ପ୍ରକାଶ ଯେ ବିଶ୍ୱରେ କେବଳ ଜାପାନ ବାସିନ୍ଦା ସବୁଠୁ ଦୀର୍ଘାୟୁ । ଏହା ପଛର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ହେଲା ଜାପାନରେ ପିଲାଠାରୁ ବୟସ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତେ ଉଷୁମ ପାଣି ହିଁ ପିଇଥାନ୍ତି । ଏପରିକି ଜାପାନର ରେଷ୍ଟୋରାଁର ମଧ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ହିଁ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ମିଳି ନଥାଏ । ଏଣୁ ଉଷୁମ ପାଣିର ଆବଶ୍ୟକତା ଶରୀର ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ, ଏଥିରୁ ଅନୁମାନ କରିହେଉଛି । ତେବେ ବୟସ ଅନୁସାରେ ଶରୀରକୁ ପାଣିର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ୧ ବର୍ଷରୁ ୮ ବର୍ଷର ପିଲାମାନେ ଦୈନିକ ୫ରୁ ୬ ଗିଲାସ ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇବା ଉଚିତ । ପିଲାଙ୍କୁ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ପିତାମାତା ହିଁ କରାଇବା ଉତ୍ତମ ପଦକ୍ଷେପ । ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀର ଉପରେ କୌଣସି କୁପ୍ରଭାବ ପଡେନହିଁ । ୯ ରୁ ୧୭ ବର୍ଷ ବୟସର ପିଲା ଦୈନିକ ୯ ରୁ ୧୦ ଗିଲାସ ପାଣି ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପଡେ । ୧୮ ରୁ ୬୦ ବର୍ଷ ବୟସର ପୁରୁଷ ନିୟମିତ ଭାବେ ୧୦ ଗିଲାସ ପାଣି ପିଇବା ଭଲ । ସେହିପରି ଏହି ବୟସର ମହିଳାମାନେ ମଧ ୯ ରୁ ୧୦ ଗିଲାସ ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇବା ଉଚିତ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ଔଷଧୀୟ ଘିଅ

କେବଳ ଭାରତୀୟ ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ ତାହା ପୁଣି ବିଶେଷ କରି ଉତ୍ତର ଭାରତ ଓ ପଞ୍ଜାବରେ ଘିଅର ବ୍ୟବହାର ବହୁତ ମାତ୍ରାରେ ହୋଇଥାଏ । ଅନେକଙ୍କ ଧାରଣା ଯେ ଘିଅ ଖାଇଲେ ଓଜନ ବଢ଼ିବା ସହ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ସ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ଏ ବାବଦରେ ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଯୁକ୍ତି ହେଉଛି ଶୁଦ୍ଧ ଘିଅର ଉପଯୋଗ ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ କଲେ ବରଂ ଶରୀରର ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଅନେକ ବର୍ଷ ତଳେ ଭାରତର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାନ୍ତରେ କେବଳ ଘିଅ ହିଁ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିଲା, ତେବେ ଇଂରେଜ ଶାସନ ପରେ ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ରକମର ତେଲରେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତିର ମୂଳଦୁଆ ଭାରତରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଘିଅର ଉପଯୋଗିତା ବିଭିନ୍ନ ବିଜ୍ଞାନ ପତ୍ରିକା ତଥା ୱେବସାଇଟରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେବା ପରେ ଏବେ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ବଜାରରେ ମଧ ଘିଅର ଲୋକପ୍ରିୟତା ବଢ଼ିଥିବାର ପ୍ରକାଶ ।

ପ୍ରତ୍ୟହ ଘିଅ ସେବନ କଲେ ତ୍ୱଚାରେ ବିଶେଷ ଚମକ ଆସିବା ସହ ଶୁଷ୍କ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଘିଅରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଆଖିର ଜ୍ୟୋତିକୁ ବଢ଼ାଇବା ସହ ଗ୍ଲୁକୋମା ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରେ । ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ରୋଗୀ କିମ୍ବା ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବା ପରେ ଶରୀର ପୀଡ଼ା ହେଲେ, ଘିଅର ଉପଯୋଗ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ କରିବା ଉଚିତ ।

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟରେ ଭରପୁର ଘିଅ ଖାଦ୍ୟକୁ ଶୀଘ୍ର ହଜମ କରିଥାଏ । ଏଣୁ ଘିଅ ଖାଇଲେ ବଦହଜମ ହେବା ଆଶଙ୍କା ଆଦୌ ନାହିଁ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ନିଜ ସ୍ମୃତିଶକ୍ତିକୁ ବୟସ୍କ ଲୋକେ ଠିକ୍ ରଖିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ, ଶୁଦ୍ଧ ଘିଅର ଉପଯୋଗ ଖାଦ୍ୟରେ କରିବା ସବୁଠୁ ଉଚିତ ଉପାୟ ।

ନିୟମିତ ଘିଅ ସେବନ କଲେ ଶରୀରର ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ ।

ଧ୍ୟାନରେ ରଖିବେ ଯେ ଘିଅର ଉପଯୋଗିତା, ସର୍ବାଧିକ, ତେବେ ଏହା ଶୁଦ୍ଧ ହେବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ମିଶ୍ରିତ ଘିଅ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ କୁପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ।

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 କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋରାଲକୁ 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 ।

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 ୟୁରିକ 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 ।

ଲେମ୍ବୁପାଣିରେ ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ଗୁଣ ରହିଛି । ମ୍ୟାଲେରିଆ, ହଇଜା, ଡିପଥେରିଆ, ଟାଇଫଏଡ଼ର ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆକୁ ବିନାଶ କରିବାର ଶକ୍ତି ଏହା ନିକଟରେ ରହିଛି ।

ନିୟମିତ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ଧମନୀ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ଅଧିକ କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇଥାଏ ।

ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତିଜନିତ ସମସ୍ୟାକୁ କେତେକାଂଶରେ ଦୂର କରିଥାଏ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ।

ଲେମ୍ବୁ ପାଣିରେ ୨୨ ପ୍ରକାର କ୍ୟାନସର ନିରୋଧୀ ଗୁଣ ରହିଛି ବୋଲି ଆମେରିକା କ୍ୟାନସର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ସଦ୍ୟତମ ଗବେଷଣାରୁ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛନ୍ତି ।

କମ୍ ଶୋଇବା ହିଁ ମୁଖ୍ୟ ବିପଦ !

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁସନ୍ଧାନରୁ ମିଳିଥିବା ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ଦୈନିକ ଅତିକମରେ ୮ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ଉଚିତ । ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ନ ଶୋଇଲେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ବଢ଼ିଥାଏ । ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶିତ ଲଣ୍ଡନ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଗବେଷକଗଣଙ୍କ ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ୮ ଘଣ୍ଟା ନ ଶୋଉଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ବଢ଼ିଥାଏ । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଏମାନେ ମାନସିକ ଅବସାଦର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି, ପରେ ନିଦରେ ବାଧା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ କାମର ଚାପ ହେଉ କିମ୍ବା ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା କାରଣରୁ, ଅନେକେ ନିଦ୍ରାହୀନତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାନ୍ତି । ବିଭିନ୍ନ ବର୍ଗ ତଥା ବୟସର ୧୫ ହଜାର ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଗବେଷଣାରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ୮ ଘଣ୍ଟାରୁ କମ୍ ଶୋଉଥିବା ଲୋକ ରକ୍ତଚାପ, ହୃଦରୋଗରେ ଅଧିକ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବୋଲି ତଥ୍ୟରୁ ଜଣାପଡିଥିଲା । ଏଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଶୋଇବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଘରୋଇ ଉପଚାର

ଆଜିକାଲି ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟା କେବଳ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି ନୁହନ୍ତି ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଠାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଲାଣି । ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ଜାଣିବା ମାତ୍ରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ଚିକିତ୍ସା କରାଇନେବା ଦରକାର । ତେବେ ଏଥିରୁ ଉପଶମ ପାଇବା ପାଇଁ କେତୋଟି ଘରୋଇ ଉପଚାରକୁ ଆପଣେଇ ପାରନ୍ତି ।

ଥଣ୍ଡା ହୋଇଥିଲେ କ୍ଷୀର ଅଦା ମିଶ୍ରିତ ଚା' ପିଇଲେ ଗଣ୍ଠି ବ୍ୟଥାରୁ କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ରାତିରେ ଉଷୁମ କ୍ଷୀରରେ ହଳଦୀ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ତାହା ଥଣ୍ଡା ଦୂର କରିବା ସହ ଏପରି ସମସ୍ୟାରୁ ଆରାମ ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳୁ ରସୁଣ ଖାଆନ୍ତୁ ଏହାଦ୍ୱାରା ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଅମୃତଭଣ୍ଡା ହେଉଛି ଭିଟାମିନ୍ 'ସି'ର ଏକ ଉତ୍ସ । ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ କେତେକାଂଶରେ ଲାଘବ ମିଳିଥାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ଇ' ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ବାଦାମ ଏବଂ ମାଛ ଏହି ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡିତ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ।

ରାମକଥା

ବାର- ପନ୍ଦର ବର୍ଷ ଏହିପରି ଠାକୁରଙ୍କର ସେବା କରିବା ପରେ ସେହି ଦମ୍ପତିଙ୍କର ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନଟିଏ ଜନ୍ମ ହେଲା । ପୁଅଟିଏ ଜନ୍ମ ହେବାରୁ ଦମ୍ପତିଙ୍କ ମନ ଆନନ୍ଦ ହୋଇଗଲା । ଯାହା ହେଉ ପ୍ରଭୁ ଆମକୁ କୃପା କରିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବାଳକ ପ୍ରତି ଦମ୍ପତିଙ୍କର ସ୍ନେହ ଏପରି ବଢ଼ିଗଲା ଯେ, ସେମାନେ ଠାକୁରଙ୍କ ସେବା କ'ଣ କରିବେ, ଦିନ ତମାମ ପୁଅର ସେବା କରି କରି କଟାଇବାରେ ଲାଗିଲେ । ବାଳକ କ୍ରମେ ଖିନୀ ଖିନୀ କଥା କହିବା ଆରମ୍ଭ କଲା । ଏଥର ମା- ବାପାଙ୍କର ଆନନ୍ଦ ଦେଖେ କିଏ ? ପୁଅକୁ ମୁହୂର୍ତ୍ତେ ମାତ୍ର ପାଖଛଡ଼ା କରିପାରୁ ନ ଥିଲେ ।

ଧୀରେ ଧୀରେ ଭକ୍ତିର ନିୟମ ଭାଙ୍ଗିଲା । ମଝିରେ ମଝିରେ ସେମାନେ ପୂର୍ବେ ଯେପରି ଭକ୍ତି କରିପାରୁ ଥିଲେ ସେପରି ଭକ୍ତି କରିପାରୁ ନାହାନ୍ତି ବୋଲି ଭିତରୁ ଆର୍ତ୍ତନାଦ ଶୁଣୁଥିଲେ । ଠିକ୍ କରୁନାହାନ୍ତି ବୋଲି ଭାବୁଥିଲେ । ତେବେ ସେମାନେ ମନକୁ ବୁଝାଇ କହୁଥିଲେ -ଏଇ ପୁଅଠାରେ ବି ତ

ଭଗବାନ ଅଛନ୍ତି । ଏହାର ସେବା ବି ଭଗବାନଙ୍କ ସେବା ସହିତ ସମାନ ।

ମଣିଷ ମନରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ବାସନା ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଜୀବ ଈଶ୍ୱର ବିମୁଖ ଯେପରି ରହିବ ସେଥିପାଇଁ ମନ ସବୁବେଳେ ଚେଷ୍ଟା ଚଳାଇଥାଏ । ମନ ଖରାପ କଥା ଶିଖାଏ ।

ପୁଅଠାରେ ବି ଭଗବାନ ଅଛନ୍ତି । ପୁଅଠାରେ ଭଗବାନ ଅଛନ୍ତି ବୋଲି ଧାରଣା କରିବା ଖରାପ ବା ଭୁଲ କଥା ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ପୁଅର ଯତ୍ନ ନେବାକୁ ଯାଇ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପୁରାପୁରି ଭୁଲିଯିବା, ଭକ୍ତିକୁ ଭୁଲିଯିବା, ମନକୁ ସବୁବେଳେ ପୁଅଠାରେ ଲଗାଇ ରଖିବା, ଭଗବାନଙ୍କୁ କିପରି ଭଲ ଲାଗନ୍ତା ? ପ୍ରଭୁ ଜାଣିଲେ ଯେ, ଏପରି ଆଉ କିଛିଦିନ ଚାଲିଲେ ଏହାର ପତନ ହୋଇଯିବ । ପୁତ୍ରସୁଖ ଆଉ ଅଧିକ ଦିନ ପାଇଁ ଦେବା ଠିକ୍ ହେବ ନାହିଁ । ତାକୁ ମୁଁ ପ୍ରକୃତ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରଦାନ କରିବି ।

ସଂସାରର ସମସ୍ତ ସୁଖ ସଂଯୋଗ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହେ । ବିୟୋଗରେ ଦୁଃଖ ହୁଏ ।

ସର୍ବେଦ

ସତୀ ଚିତା ପର ଭସ୍ମ ହୋ,
ସତୀତ୍ୱହିଁ ପରିଚୟ ଦେୟ ।
ଜୀତେ ଜୀ କ୍ୟୋଁ ମାନିୟେ, ସିଧ
ପ୍ରମାଣ ପରମେୟ ॥୧୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ସତୀ ସ୍ତ୍ରୀ ନିଜ ପତିର ଚିତାରେ ଝାସ ଦେଇ ନିଜ ସତୀତ୍ୱ ରକ୍ଷାକରି ନିଜର ପରିଚୟ ଦେଇଥାଏ । ଜୀବିତାବସ୍ଥାରେ ସେ ସତୀତ୍ୱର ପରିଚୟ କେମିତି ଦେଇ ପାରିବ ? ସେ ଭସ୍ମ ହୋଇ ହିଁ ସ୍ୱତଃ ସତୀତ୍ୱର ପ୍ରମାଣକୁ ସିଦ୍ଧ କରିଥାଏ । ଜୀବନ୍ତ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଆବୋରି ନେଲା ପରି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ କଲେ ସେହି ପରମପ୍ରଭୁଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଭକ୍ତିପଥରେ ବୀର ଯୋଦ୍ଧା ଏବଂ ସତୀର ଉଦାହରଣ ଦେଇ ଭକ୍ତିର ପରମ ପଥର ମହିମା ଗାନ କରାଯାଇଛି । ତଦ୍‌ସଦୃଶ ଯେତେ ବେଳେ ପ୍ରଭୁ ଭକ୍ତ ନିଜ ସମସ୍ତ ଆଶା ତଥା ଅଭିମାନକୁ ତ୍ୟାଗକରି ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତିରେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଅର୍ପଣ କରିଦିଏ, ସେତେବେଳେ ସେହି ପରମପଦ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତିରୁ କୃତକୃତ୍ୟ ହୋଇଯାଏ । ସତୀ ଅନ୍ୟର ଅନୁକରଣ କରେ ନାହିଁ, ବରଂ ସେ ନିଜର ପରିଚୟ ନିଜେ ଦେଇ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରମାଣ ସ୍ୱରୂପ ହୋଇ ସଂସାର ନିମନ୍ତେ ନିଜେ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ପାଲଟି ଯାଏ ।

ଏକ ଅୱସ୍ଥା ଲୟ ମିଲୈ, ଅନ୍ୟ
ଅୱସ୍ଥା ଆୟ ।
ସାଥ ସାଥ ନହିଁ ବନତ ହୈ, ଧର୍ମୀ
ଧର୍ମ ବତାୟ ॥୧୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଧାର୍ମିକ ରହିଥାଏ, ସେ ନିଜ ସ୍ଥିତିରେ ଏବଂ ଦଶାରେ ନିଜ ଧର୍ମର ପାଳନ କରିଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଧର୍ମୀ ଅନୁସାରେ ହିଁ ଧର୍ମ ହୋଇଥାଏ । ଧାର୍ମିକ ଯେଉଁ ଭୂମିର ହୋଇଥାଏ, ତଦନୁସାରେ ସେ ଧର୍ମ କରିଥାଏ । ଏକ ଅବସ୍ଥାର ଅଭାବରେ ଅନ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଦୁଇଟି ଯାକ ଅବସ୍ଥା ଏକତ୍ର ରହି ନ ଥାନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ନିଜ ଭୂମିର ଜ୍ଞାନ ଅନୁସାରେ ହିଁ ନିଜର ସାଧ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ତାହାର ପ୍ରକାଶ-ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଆନନ୍ଦର ଉପଲବ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

ୟହ ରହତେ ତୋ ୱହ କହାଁ, ୱହ
ରହତେ ୟହ ନାହିଁ ।
ଜିୟତ ମରେ ସୋ ପୁରୁଷ ହୈ,
ଅମର ଭୟେ ଗଜ ମାହିଁ ॥୧୮॥

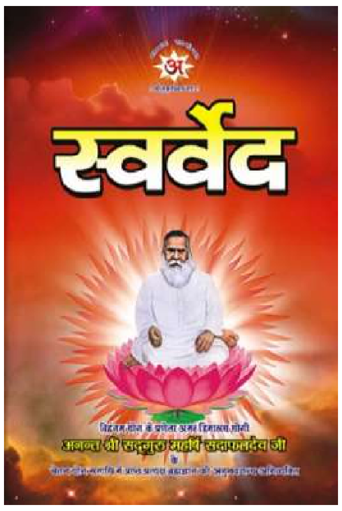
ଭାଷ୍ୟ - ମନ ରୂପୀ ମାୟା ସଂସାରରେ କ'ଣ ପରମପ୍ରଭୁ ଅବସ୍ଥାନ କରନ୍ତି ? ପରମପ୍ରଭୁ ଅବସ୍ଥାନ କଲେ ମନର ମାୟା ଉଭେଇ ଯାଏ । ସଂସାରରେ ରହି ସୁଦ୍ଧା ଯିଏ ମନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜଗତରୁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି ସେମାନେ ହିଁ ସତ୍ୟ ଅର୍ଥରେ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନେ ହିଁ ଏହି ଭୌତିକ ସଂସାରରେ ମରି ସୁଦ୍ଧା ଅମର ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ନିଜ ପରମାନନ୍ଦକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ସେଥିରେ ସଦୈବ ନିମଗ୍ନ ରହିଥାନ୍ତି ।

ଏକ ସ୍ୱରୂପ ଅଭାୱ ମେଁ, ଉଦୟ
ଦୂସରା ରୂପ ।
ସମଝବ ପରମ ୱିୱେକ ହୈ,
ପରଖୋ ଶବ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ॥୧୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ଗୋଟିଏ ସ୍ୱରୂପର ଅଭାବ ହେଲେ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱଭାବର ଆବିର୍ଭାବ ହୋଇଯାଏ । ଅନୁଭବ-ଭେଦ-ସାଧନରେ ଏହି ରହସ୍ୟ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନକୁ ଜାଣିବା ଉତ୍ତମ ବିବେକ ଅଟେ । ଅନେକ ସ୍ୱରୂପକୁ ଛାଡ଼ି ଚିନ୍ମୟ ସ୍ୱରୂପର ପ୍ରାପ୍ତି, ଆନନ୍ଦର ଉପଲବ୍ଧି, ଧ୍ୟେୟ ତତ୍ତ୍ୱର ଜ୍ଞାନ କରିବା ଜଣେ ଉତ୍ତମ ମେଧାବୀ ପୁରୁଷର କାର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ଏବଂ ସ୍ୱରୂପଗୁଡ଼ିକର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ନିର୍ଭ୍ରାନ୍ତ ଜ୍ଞାନ କରି ସର୍ବୋପରି ସାରଶବ୍ଦ ସତ୍‌ପୁରୁଷଙ୍କର ଭଜନ କରନ୍ତୁ । ପରୋକ୍ଷ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ବୋଧରୁ ହିଁ ଶାନ୍ତି ଏବଂ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଅନେକ ସ୍ୱରୂପଗୁଡ଼ିକର ଜ୍ଞାନ ରଖି ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପର ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ପରମାନନ୍ଦ ସତ୍‌ପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତି ଆଉ ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱର ବୋଧ କରିବା ପରମ ବିବେକ ଅଟେ ।

ଥୂଳ ଅଭାୱ ସୁକ୍ଷମ ରହେ, ସୁକ୍ଷ୍ମ
ସେ କାରଣ ଦେହ ।
କାରଣ ମୟ କାରଣ ରହେ, ମହ
ପର କେୱଲ ଦେହ ॥୨୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରର ଅଭାବରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ରହିଥାଏ ଏବଂ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରର ଅଭାବ ହେଲେ ପର-କାରଣ ଶରୀରର ଭାବ ରହିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାରେ, କାରଣ-



ଶରୀରର ଅଭାବ ହେଲେ ପର-ମହାକାରଣ ଶରୀର ରହିଥାଏ ଏବଂ ମହାକାରଣ ଶରୀରର ଅଭାବ ହେଲେ ଆତ୍ମା କୈବଲ୍ୟ ଶରୀରରେ ଅବସ୍ଥାନ କରେ । ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ସମସ୍ତ ଦେହ-ସଂଘାତରେ ଏବଂ ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଭିନ୍ନ ପ୍ରଦେଶରେ ଆତ୍ମାର ଚେତନା ରହିଥାଏ, ସେହି ପ୍ରକାର ଆତ୍ମାର ସ୍ଥିତି ସେହି ଭୂମିରେ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାର ଭାବ ଏବଂ ଅଭାବର ସ୍ୱରୂପ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏହି ଦୋହାରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି ।

କୈୱଲ୍ୟ ଦେହ ଅଭାୱ ମେଁ, ହଁସ
ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରକାଶ ।
ଭୂଲେୱ ହଁସ ସ୍ୱରୂପ କୋ, ଆନନ୍ଦ
ଶବ୍ଦ ୱିକାଶ ॥୨୧॥

ଭାଷ୍ୟ - କୈବଲ୍ୟ ଶରୀରର ଅଭାବ ହୋଇଯିବା ପରେ ହଂସ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରେ ବିରାଜମାନ ହୋଇଥାଏ । ପରନ୍ତୁ ହଂସ ସ୍ୱରୂପ ମଧ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ଶବ୍ଦପ୍ରକାଶ ସ୍ୱରୂପକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ, ସେତେବେଳେ ନିଜ ହଂସ ସ୍ୱରୂପର ମଧ୍ୟ ଧ୍ୟାନ ରହେନାହିଁ । ଏକମାତ୍ର ଲୌହ-ଅଗ୍ନିବତ୍ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସାଧର୍ମକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ତନ୍ମୟ ତଦାକାର ହୋଇଯାଏ । ଧ୍ୟାନକାରୀ ଧ୍ୟେୟର ସ୍ୱରୂପ ହୋଇ ନିଜ ଆନନ୍ଦରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ଆନନ୍ଦର ପରାକାଷ୍ଠା ଏତେ ମାତ୍ରାରେ ବଢ଼ିଯାଏ ଯେ ଭୋକ୍ତାକୁ ନିଜ ସ୍ୱରୂପର ଧ୍ୟାନ ରହେନାହିଁ, ବରଂ ଏକମାତ୍ର ପରଂବ୍ରହ୍ମ ହିଁ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହାକୁ ଆତ୍ମା ଏବଂ ପରମାତ୍ମାର ଏକତ୍ୱ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ନିଜ ସ୍ୱରୂପ ଶୂନ୍ୟସମ ପ୍ରତୀତ ହୁଏ ଏବଂ ଏକମାତ୍ର ଧ୍ୟେୟ ପ୍ରକାଶମାନ ରହେ, ଏହାକୁ ସମାଧି ଏବଂ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି କୁହାଯାଏ । ଚେତନ ପଦାର୍ଥ କୂଟସ୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ସମାଧିରେ ଚେତନତ୍ୱ ଶୂନ୍ୟ ସଦୃଶ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଆତ୍ମା ବ୍ରହ୍ମସୁଖର ଉପଭୋଗ କରେ । ଏହା ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତିର ସ୍ୱରୂପ ଅଟେ । ଜୀବ ନିଜ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ନ ହରାଇ ଲୌହ ଅଗ୍ନିବତ୍ ବ୍ରହ୍ମ ସ୍ୱରୂପ ହୋଇଯାଏ । ଜୀବ-ବ୍ରହ୍ମ ଦୁହେଁ ଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ ଅଟନ୍ତି, ଯାହାକୁ ଅନୁଭବୀ ଯୋଗୀ ସମାଧିରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି । ସମାଧି-ବିଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ପର ଅପର ସମସ୍ତ ବାହ୍ୟାଭ୍ୟନ୍ତର ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ନିର୍ଭୁଲ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ ।

ସଦ୍‌ଗୁରୁ ସୁକୃତଦେୱ ଜୀ, ସଦା
ରହେଁ ମମ ସାଥ ।
ମୁଝ ଚିନ୍ତା କିସ କାମ କା, ଜା ପର
ପ୍ରଭୁ କର ହାଥ ॥୨୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁ ସୁକୃତଦେବଜୀ ସର୍ବଦା ମୋ ସହିତ ରହିଥାନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ମୋତେ କୌଣସି କାମର ଚିନ୍ତା ନ ଥାଏ, କାହିଁକି ନା ତାଙ୍କରି ବରଦ ହସ୍ତ ମୋ ଉପରେ ରହିଛି । ପ୍ରଭୂଙ୍କର ଶରଣାଗତ ଏବଂ ଅନନ୍ୟଶରଣ ଭକ୍ତର ଯୋଗ-କ୍ଷେମ ପ୍ରଭୁ ସ୍ୱୟଂ କରିଥାନ୍ତି । ସମସ୍ତ ଆଶା, ସଂକଳ୍ପ, ବିକଳ୍ପକୁ ଛାଡ଼ି ଭକ୍ତ ଯେତେବେଳେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଶରଣାଗତ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଭକ୍ତକୁ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଚିନ୍ତା ରହେନାହିଁ । ଭକ୍ତବତ୍ସଳ ପ୍ରଭୁ ଆତ୍ମସମର୍ପିତ ଭକ୍ତର ସମସ୍ତ ସତ୍ୟ କାମ ଗୁଡ଼ିକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥାନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ନିଜ ଜୀବନ ରଜ୍ଜୁ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ହାତରେ ଦେଇ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରି ଭକ୍ତିର ମହାପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ଉଚିତ । ତେବେ ଜୀବର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଏବଂ ସଂକଳ୍ପଗୁଡ଼ିକର ସିଦ୍ଧି ହୋଇପାରିବ । ପୂର୍ଣ୍ଣକାମ ପ୍ରଭୁ ହିଁ କରିଥାନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କ ଉପରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ବରଦ ହସ୍ତ ସର୍ବଦା ସ୍ଥିର ରହିଥାଏ ।

କଶା ଅସୀମ ସମୁଦ୍ର କା, ମୀନ
କରୋଡ଼ୋଁ ମାହିଁ ।
ଲାଲ ଗୁରୁ କୋଇ ଏକ ହୈ,
ଦୁର୍ଲଭ ହୈ ଜଗ ମାହିଁ ॥୨୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅନନ୍ତ ପରମପୁରୁଷ ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦ-ସାଗରରେ ମୀନ ରୂପୀ ଅନେକ ଯୋଗୀ, ସନ୍ଥ ଏବଂ ବିଦ୍ୱାନ୍ ନିବାସ କରିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ସେହି ଅନେକ ଜୀବମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ପ୍ରିୟ କେହି ଜଣେମାତ୍ର ହୋଇଥାନ୍ତି, ଯାହା ଉପରେ ପରମପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅସୀମ କୃପା ରହିଥାଏ ଏବଂ ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସଂସାରର ଅଜ୍ଞାନ ଅନ୍ଧକାର ଦୂର ହୋଇ ସତ୍ୟ ସୂର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରକାଶ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି ସତ୍‌ପୁରୁଷ ସଂସାରରେ ଦୁର୍ଲଭ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅନେକ ସନ୍ଥ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କେହି ଜଣେମାତ୍ର ସଦ୍‌ଗୁରୁ ହୋଇଥାନ୍ତି । ହାକୁ ଏହି ପଦରେ ଗୁରୁଙ୍କର ପ୍ରିୟ ବୋଲି ଅଭିହିତ କରି ସମ୍ବୋଧନ କରାଯାଇଛି ।

କାଲ ଚକ୍ର ସଂସାର କା, ସଦା
ଚଲେ ଦିନ ରାତ ।
ଜୀୱ ମୋହ ଅଜ୍ଞାନ ମେଁ, ଅନ୍ଧ
କାଲ ବହ ଜାତ ॥୨୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଂସାରର କାଳଚକ୍ର ଦିବାରାତ୍ର ଅବିରତ ଚାଲିଛି । ଜୀବ ନିଜ ଯଥାର୍ଥ କର୍ତ୍ତବ୍ୟରୁ ବିଚ୍ୟୁତ ହୋଇ ଅଜ୍ଞାନ ଅନ୍ଧକାରରେ ଜଗତର ପ୍ରବାହରେ ଭାସି ଯାଉଛି । ମାୟା ମୋହର ଫାନ୍ଦରେ ପଡ଼ି ଜୀବ ନିଜ ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱରୂପକୁ ନ ଜାଣି ମାୟାର ପ୍ରବଳ ପ୍ରବାହରେ ବହି ଯାଉଛି । ଅତଏବ ଏହି ଅମୂଲ୍ୟ ଜୀବନକୁ ନଷ୍ଟ ନ କରି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଭକ୍ତି କରନ୍ତୁ ।

ବେନ ଚକ୍ର ସେ ପୃଥକ ହୋ,
ଦେଖେ ଜୀୱନ ହାଲ ।
କାଲ ଚକ୍ର ଛୂଟେ ନହିଁ, ଲଖେ ନ
ମନ କୀ ଚାଲ ॥୨୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବ ମନର ଗତିକୁ ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ କାଳଚକ୍ରରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରେନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନୀ ପୁରୁଷ ମନର ଗତିକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି ଏହାର ଫାଶରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରି ଜୀବନର ମହାନ୍ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପାଳନ କରିଥାନ୍ତି । ମନର ଫାଶରେ ପଡ଼ି ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଭୁଲି ହୋଇଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଉତ୍ତମ ବିବେକୀ ପୁରୁଷ ଏହାର ଫାଶରେ ନ ପଡ଼ି, ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଭେଦ ପ୍ରକାଶକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନର ନିର୍ମାଣ କରିଥାନ୍ତି ।

ବଚର ଉପକାରିତା

ଉଗ୍ରା, ଉଗ୍ରଗନ୍ଧା, ଷଡ଼୍‌ଗ୍ରନ୍ଥା, ଶତପର୍ବିକା, କ୍ଷୁଦ୍ରପତ୍ରୀ, ମାଙ୍ଗଲ୍ୟା, ଗୋଲୋମି, ଜାତିଲା, ଲୋମଶା ପରି ସଂସ୍କୃତରେ ବଚର ଆହୁରି ଅନେକ ନାଁ ରହିଛି । ବଚର ବୁଦା ବେଶୀ ବଡ଼ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହା ମଣିପୁର, ଆସାମରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଫଂଫଂସା ତଥା ସନ୍ତସନ୍ତିଆ ଜାଗାରେ ଏହା ଭଲ ବଢ଼େ । ଏହି ଗଛର ମୂଳ ବା କନ୍ଦ ବେଶୀ ମୋଟା ନୁହେଁ । ଏହାର ପତ୍ରର ଲମ୍ବ ୦.୯ ମିଟରରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ୧.୮ ମିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଇଂରାଜୀରେ ଏହି ଗଛଟି ସୁଇଟ୍ ଫ୍ଲାଗ୍, କାଲାମସ୍ ରୁଟ୍ ନାଁରେ ପରିଚିତ । ବଚ ତୀବ୍ର ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଉଗ୍ରଗନ୍ଧା କୁହାଯାଏ । ଏହା ମାନସିକ ବିକାର, ପେଟ ସଫା ରଖିବା, ଉନ୍ମାଦ ଏବଂ ବାତ ଆଦି ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଔଷଧ ଭାବେ ବିବେଚିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଥଣ୍ଡା ଏବଂ କଫ ରୋଗକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏହା ଶରୀରରେ ଉଷ୍ଣତା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଦେହରେ ଜ୍ୱର ଥିଲେ କମ୍ପ ଆସୁଥିଲେ ତାହାର ଉପଚାର କରେ । ପକ୍ଷାଘାତରେ ପୀଡିତ ଅଙ୍ଗରେ ଏହାର ଲେପ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ଏହା ମୂତ୍ର ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବାରୁ ପଥରୀ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟରେ ଲାଭପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ । ବଚ ସ୍ମୃତି ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରେ, କଣ୍ଠକୁ ସଫା ରଖେ । ଶରୀରରୁ ବିଜାତୀୟ ପଦାର୍ଥକୁ ଏହା ବାହାରକୁ ବାହାର କରିଦିଏ । ଗାୟକମାନଙ୍କ କଣ୍ଠ ପଡିଗଲେ ବଚ ଖାଇ ସେମାନେ କଣ୍ଠକୁ ପୂର୍ବାବସ୍ଥାକୁ ଫେରାଇ ଆଣିବାକୁ ପ୍ରଯତ୍ନ କରିଥାନ୍ତି । ଏହାର ସେବନ ଦ୍ୱାରା କୃମିରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଏହାର ଆନ୍ତରିକ ପ୍ରୟୋଗ ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ବଚକୁ ଅଦାରସ କିମ୍ବା ଦୁଗ୍ଧରେ ସିଝାଇ ତାକୁ ଶୋଧ କରାଯାଇଥାଏ ।

ବଚକୁ ସଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ପାଚକର କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ହଜମ କାରକ ହୋଇଥାଏ । ମାତ୍ର ଅଧିକ ନେବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ବାନ୍ତି କରାଇ ଦେଇଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପେଟରୋଗରେ ଏହାକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ । ବିଶେଷକରି ବାୟୁରୋଗ ପାଇଁ ନାଭି ଉପରେ ଏହାର ପ୍ରଲେପ ଦେବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗର ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ ।

ମାନସିକ ବିକାର ଦୂର ପାଇଁ ବ୍ରାହ୍ମୀ, ମଣ୍ଡୁକପର୍ଣ୍ଣୀ ଏବଂ ଶଙ୍ଖପୁଷ୍ପୀ ସହ ବଚର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ । ଛାତିରେ କଫ ଜମା ହୋଇଥିଲେ ମୁଲେଠି, ଅରୁସା ଏବଂ ତୁଳସୀ ସହିତ ଏହାର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ ।

ବଚର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ୫ ରତି ନେଇ ହାଲକା ଉଷ୍ମମ କ୍ଷୀର ସହ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଛାତିରୁ କଫ ବାହାରି ଯାଇଥାଏ । କ୍ଷୀର କିମ୍ବା ଘିଅ ସହ ଏହାର ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ସୁପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଏହା ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରେ । ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଏହି ଗଛର କନ୍ଦର ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ଦିନକୁ ଦୁଇଥର ମହୁ ସହ ସେବନ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ ।

ଉନ୍ମାଦ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ୫ ରୁ ୧୦ ରତି ନେଇ ମହୁ ସହ ଚାଟି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗର ଉପଶମ ଘଟେ । ବାନ୍ତି କରାଇବା ପାଇଁ ୬୨୫ ମି.ଗ୍ରା.ରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଦୁଇଗ୍ରାମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ବଚର ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ପାଣିରେ ଭଲ ଭାବେ ଘୋଟି ଜ୍ୱର ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ମଥାରେ ପ୍ରଲେପ ଦେବା ଦ୍ୱାରା ଜ୍ୱରରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଜଟିଳ ପ୍ରସବ ସମୟରେ ବଚ ସହ ଗୋଲମରିଚ ଗଛର ମୂଳ ଏବଂ କେଶରକୁ ମିଶାଇ ସେବନ ପାଇଁ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ଯନ୍ତ୍ରଣାପ୍ରଦ ମାସିକ ସ୍ରାବ ସମୟରେ ଏହାର ମଧ ଉପଯୋଗ କରାଯାଇଥାଏ ।

ସାବଧାନତା: ବଚର ବ୍ୟବହାରରେ କେତେକ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଜରୁରୀ । ଆମେ ଜାଣି ରଖିବା ଦରକାର ବଚ ସ୍ୱଭାବରେ ଉଷ୍ମ । ଶିଶୁ ଗର୍ଭରେ ଥିବା ବେଳେ କିମ୍ବା ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଉଥିବା ସମୟରେ ଏହାର ସେବନ କରିବା ଅନୁଚିତ । ମାତ୍ରାଧିକ ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଏହା ବାନ୍ତି କରାଇବା, ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧିବା ତଥା ପିତ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରାଇଥାଏ । ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଏହା ସେବନ ନ କରିବା ଭଲ । ମାସିକ ଋତୁସ୍ରାବରେ ଅନିୟମିତତା, ଅର୍ଶ, ପେଟରେ ଘା' ଆଦି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ବଚ ସେବନ କରିବା ଅନୁଚିତ । ପିତ୍ତ ପ୍ରକୃତିର ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାର ସେବନ ନ କରିବା ଭଲ । ଦୀର୍ଘଦିନ ପାଇଁ ଏହାର ଲଗାତର ସେବନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ବଚ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କୌଣସି ଦୁଷ୍ପ୍ରଭାବ ପଡିଥିଲେ ତାକୁ ଏଡାଇବା ପାଇଁ ତୁରନ୍ତ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ।

ମହୁଖାଇ ଅନେକ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଆନ୍ତୁ

ସାଧାରଣତଃ ଶୀତ ଦିନେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କୁ ଥଣ୍ଡା ଓ କାଶ ଆଦି ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ବି ଏମିତି ସମସ୍ୟାରେ ପଡୁଛନ୍ତି ତା ହେଲେ ମହୁ ଖାଆନ୍ତୁ । କାରଣ ମହୁରେ ଥିବା ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଥଣ୍ଡା ଓ କାଶ ଭଳି ସମସ୍ୟାରୁ ଆରାମ ଦିଏ । ତେବେ ଏଥି ପାଇଁ ଏହାକୁ କେମିତି ଖାଇବାକୁ ହେବ, ତାହା ଜାଣିବା ଜରୁରୀ । ଶୀତଦିନେ ଥଣ୍ଡା ଜିନିଷ ଖାଇଲେ ଗଳାରେ ଇନଫେକ୍ସନ ହୋଇଥାଏ । ଶୀତଦିନେ ଜ୍ୱର, ଥଣ୍ଡା, ନାକ ନର୍ଫଟିବା ଓ କାଶକୁ ଠିକ୍ କରିବା ପାଇଁ ମହୁ ରାମବାଣ ପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଥି ପାଇଁ ଅଦାରସରେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ଏ ସବୁ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଯିବ । ମହୁକୁ ଚାଟି ଖାଇଲେ ମଧ ଥଣ୍ଡା ଓ କାଶ ଭଳି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇପାରିବେ । ଦିନକୁ ଏହିପରି ଦୁଇରୁ ତିନିଥର ମହୁକୁ ଖାଇଲେ କାଶ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଡାଲଚିନି ପାଉଡରରେ ବି ମହୁ ମିଶାଇ ଖାଇ ପାରିବେ । ଏହା ବି ବେଶ୍ ଫାଇଦା ଦେଇଥାଏ । ଗୋଟେ କପ୍ ଗରମ ପାଣିରେ ୧ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଦିନସାରା ଶରୀରକୁ ଏନର୍ଜି ମିଳିଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ନ୍ୟାୟ ଦର୍ଶନ ଗୌତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲେ ।
- ମହର୍ଷି କଣାଦ ବୈଶେଷିକ ଦର୍ଶନ, ମହର୍ଷି କପିଳ ସାଂଖ୍ୟ ଦର୍ଶନର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲେ ।
- ଏକ ସର୍ଭେ ଅନୁଯାୟୀ ବିଶ୍ୱରେ ସମୁଦାୟ ୬,୫୦୦ ଭାଷା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଛି ।
- ଉଦ୍ଭିଦଗୁଡିକ ଝାଉଁଳି ପଡିବାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହେଉଛି ପ୍ରସ୍ୱେଦନ ।
- ୧୯୮୮ ମସିହାରେ ସିଓଲରେ ଅଲିମ୍ପିକ ଖେଳରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଟେବଲ୍ ଟେନିସ୍ ଖେଳାଯାଇଥିଲା ।
- ବୁକର୍ ପୁରସ୍କାର ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସାହିତ୍ୟ ପୁରସ୍କାର । ୧୯୬୯ ମସିହାରେ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଚଳନ ହୋଇଥିଲା ।
- ସାରା ଭାରତରେ ଷ୍ଟେଟ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ ପକ୍ଷରୁ ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ ଶାଖା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଇଛି ।
- ଭାରତର ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟଗୁଡିକ ଠାରୁ ସହରୀ ଲୋକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଅଧିକ ।
- ବହୁ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଉପନ୍ୟାସ 'ଗଡ୍ ଅଫ୍ ସ୍ମଲ୍ ଥିଙ୍ଗସ୍' ଲେଖିକା ଅରୁନ୍ଧତି ରାୟ ।
- ହିମାଳୟର ସୃଷ୍ଟି ୪୫ ମିଲିୟନ୍ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ବୋଲି ବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣା ପଡିଛି ।
- ସଂସଦର ତଳସଦନ ଲୋକସଭାର ସଦସ୍ୟମାନେ ସିଧାସଳଖ ଲୋକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

କହିପାରିବେ କି ?

୧) ଓଡ଼ିଶାର କେଉଁ ଜିଲ୍ଲା ଝୋଟ ଚାଷରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି ?

(୨) ଓଡ଼ିଶାର କେଉଁ ବଂଶର ଶାସନକାଳକୁ ସୁବର୍ଣ୍ଣଯୁଗ କୁହାଯାଏ ?

(୩) 'ସ୍ୱଚ୍ଛ ସର୍ବେକ୍ଷଣ ୨୦୨୧' ଅନୁସାରେ ଦେଶର କେଉଁ ସହରକୁ ଲଗାତାର ପଞ୍ଚମ ଥର ପାଇଁ ସବୁଠୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ସହର ଘୋଷଣା କରାଗଲା ?

(୪) ନିକଟରେ ତ୍ରିପାକ୍ଷିକ ନୌସେନା ଅଭ୍ୟାସ 'ସିଟ୍‌ମେକ୍ସ' କେଉଁ ତିନୋଟି ଦେଶର ନୌସେନା ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା ?

(୫) କେଉଁ ସଂସ୍ଥାକୁ 'ଇନ୍ଦିରା ଗାନ୍ଧୀ ଶାନ୍ତି ପୁରସ୍କାର ୨୦୨୧' ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି ?

(୬) ପଞ୍ଜାବର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?

(୭) 'ଆଇପିଏଲ୍ ୨୦୨୧'ରେ ସବୁଠୁ ମହଙ୍ଗା ଖେଳାଳି କିଏ ହୋଇଛନ୍ତି ?

(୮) ବିଶ୍ୱ ଡାକ ଦିବସ କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?

(୯) ଜଟାୟୁର ବଡ଼ଭାଇଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ଥିଲା ?

(୧୦) କେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ଭାଗିରଥୀ ଓ ଅଳକାନନ୍ଦା ମିଶି ଗଙ୍ଗା ହୋଇଥାନ୍ତି ?

JUMBLE WORDS

1) VAHYE	=	6) UGYBG	=
2) ICIMM	=	7) TRECIM	=
3) MLYHAN	=	8) BFAULI	=
4) DUTBEG	=	9) VORRE	=
5) SFINF	=	10) EDAAH	=

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.ନିକୋଟିନ୍, ୨.ଆସାମ, ୩.କବିତା ରାଓ, ୪.ମେଜର ଧ୍ୟାନଚାନ୍ଦ ଖେଳରତ୍ନ ପୁରସ୍କାର, ୫.ଶାହାଜାହାନ୍, ୬. ୧୯୫୦, ୭. ୧୪ଟି, ୮. ମୀରାବାଈ ଚାନୁ, ୯.ଉତ୍ତରା, ୧୦.ଦେବଗଡ଼ ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) SWAMPY (2) DUPLEX (3) UNCLE (4) CROSS (5) TRENDY (6) LOCALE (7) BLAND (8) AUDIO (9) TOOTHY (10) SPIGOT.

ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ପୋଷଣ କରନ୍ତୁ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ବିଚାର କରିବାର ଏକ ଢଙ୍ଗ ଥାଏ । ନିଜର ଏହି ବିଚାର କାରଣରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟ ଠାରୁ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଓ ଅଲଗା ଢ଼ଙ୍ଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବିଚାରରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ସମାନତା ବି ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଜୀବନଯାପନ ଓ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ଢ଼ଙ୍ଗରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ଠାରେ ଭିନ୍ନତା ଥାଏ, ଏହି କାରଣରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମୌଳିକ ହୋଇଥାଏ । ତା' ଭିତରେ କିଛି ମୌଳିକ ଗୁଣ ଥାଏ, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ସେ ବିଶେଷ ହୋଇଥାଏ । ଚିନ୍ତନ ବିଚାରର କଳା ଏକ ନଦୀ ପରି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ବିଚାରରେ ନକାରାତ୍ମକତା ଗୋଳି ହୋଇଯିବା ନଦୀରେ ପୋଚାନାଳ ମିଶିବା ସଙ୍ଗେ ସମାନ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ନଦୀର ପାଣିକୁ ଗୋଳିଆ ଓ ପ୍ରଦୂଷିତ କରିଦିଏ ଏବଂ ଏପରି ପାଣି କ୍ଷତିକାରକ ବି ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍ ଏହିପରି ବିଚାରରେ ନକାରାତ୍ମକତାର ପ୍ରବେଶ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଚିନ୍ତନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦୂଷିତ ହୋଇଯାଏ ।

ଜୀବନରେ ନକାରାତ୍ମକତା ଘନ ଅନ୍ଧକାର ଧୂଆଁ ପରି ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ଆମକୁ ଆଗର ରାସ୍ତା ସ୍ପଷ୍ଟ ଦିଶେ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହି କାରଣରୁ ଆମର ଚିନ୍ତନ, ଆମର ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ନକାରାତ୍ମକ ହେଲେ ଆମେ ବିବ୍ରତ ହୋଇଯାଉ, ଉଦାସ ହୋଇଯାଉ, ନିରାଶ ହୋଇଯାଉ । ଜୀବନରେ ଆଗକୁ ରାସ୍ତା ଥାଇପାରେ, ଜୀବନରେ କୌଣସି ଆଶା ଥାଇପାରେ ଆମେ ସେତେବେଳେ ଏକଥା ଚିନ୍ତା କରିପାରି ନ ଥାଉ ଯେତେବେଳେ କି ସକାରାତ୍ମକତା ଜୀବନରେ ସେହି ପ୍ରକାଶ ଭଳି ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଆମକୁ ସବୁ କିଛି ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ଦେଖାଇଥାଏ ଏବଂ ଆମକୁ ସେହି ରାସ୍ତା ବି ଦେଖାଏ, ଯାହା ଆମ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ସକାରାତ୍ମକତାର ପ୍ରକାଶରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ବଞ୍ଚିବାର ଆଶା ମିଳିଥାଏ ତଥା ତା' ଜୀବନରେ ରଚନାତ୍ମକତା ନୂତନ ରୂପେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସକାରାତ୍ମକତା ଯୋଗୁଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଉତ୍ସାହ ଓ ଉଦ୍ଦୀପନାରେ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସକାରାତ୍ମକତା ବଳରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନରେ ନିର୍ଭୀକ ହୋଇ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଥାଏ ତଥା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ବି ଆଗକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଜୀବନରେ ଯେତେବେଳେ ଚାରିଆଡ଼େ ନକାରାତ୍ମକତା ଓ ନିରାଶାର ବାତାବରଣ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ବଞ୍ଚିବାର ଏକମାତ୍ର ରାସ୍ତା ବାକି ରହେ ଏବଂ ତାହା ହେଉଛି ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାର । ଯଦି ଜୀବନରେ ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ନାହିଁ, ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଶା କରିବା ବି ଛାଡ଼ିଦିଏ ଏବଂ ନକାରାତ୍ମକତା ଓ ନିରାଶା ଆଗରେ ବିବଶ ହୋଇ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିଦିଏ ।

ଏହି କାରଣରୁ ଜୀବନରେ, ବିଚାରରେ ନକାରାତ୍ମକତା ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିଗଲେ ମନୋରୋଗ ବଢ଼ିଯାଏ ଏବଂ ବିଚାର କାରଣରୁ କେତେ ଲୋକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାକୁ ବିବଶ ହୋଇଯାନ୍ତି, କାରଣ ନକାରାତ୍ମକତାର ଦଂଶନ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏତେ ବିବଶ ଓ ବ୍ୟାକୁଳ କରିଦିଏ ଯେ ସେ ନିଜର ଏହି ଜୀବନରୁ ମୁକ୍ତି ଚାହିଁଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ଭାବେ ଯେ ମରିଯିବା ପରେ ହୁଏତ ମାନସିକ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ, ପୀଡ଼ା ଓ ବ୍ୟାକୁଳତାରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଯିବ । ବାସ୍ତବରେ ଏପରି ହୋଇ ନ ଥାଏ, କାରଣ ଶ୍ରୀମଦ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତା ଅନୁସାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ମୃତ୍ୟୁ ସମୟରେ ଯେଉଁ ମାନସିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଏ, ତାହା ତା'ର ଗତି ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଜୀବନରେ ସକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନ ରହିବା ଜରୁରୀ । ଆମର ଶୁଭଚିନ୍ତକ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ସର୍ବଦା ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ରଖିବାର ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି ଓ ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାର କଲେ ଆମକୁ ବାଧା ଦିଅନ୍ତି ।

ମନୋଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ମତରେ ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ପୋଷଣକାରୀଙ୍କୁ ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାର କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସଫଳତା ମିଳିବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ ଥାଏ । ବିଦ୍ୱାନ ପୁରୁଷମାନେ କହନ୍ତି ଯେ ଜଣେ ବିନାଶକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସୁଯୋଗରେ କଠିନତା ଦେଖାଯାଏ ତ ଜଣେ ଆଶାବାଦୀ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ କଠିନତାରେ ସୁଯୋଗ ଥିବାର ଦେଖାଯାଏ । ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ବ୍ୟକ୍ତିର ତନୁ ଓ ମନ, ଉଭୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ । ଏପରି ବିଚାର ରଖିବା ଦ୍ୱାରା କେବଳ ନିଜ ଜୀବନକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ ମିଳେ ନାହିଁ, ବରଂ ଏହା ଯୋଗୁଁ ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନର ଅନୁଭବ ଅଧିକ ସୁଖଦ ହୋଇପାରେ ।

ଏହି କାରଣରୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନରେ ନମନୀୟତା ଆସିଥାଏ, ସେ ଜୀବନରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ମାନସିକ ରୂପେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିଥାଏ ଏବଂ ଚିରାଚରିତ ଜୀବନରୁ ଅଲଗା ଭାବରେ ନିଜ ଜୀବନରେ କିଛି ନୂଆ କରିଥାଏ, ଯାହା ତାକୁ ସନ୍ତୋଷ ଓ ସୁଖ ଦେଇଥାଏ । ବାସ୍, କେବଳ ନିଜ ମନରେ ଆସୁଥିବା ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାରକୁ ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାରରେ ବଦଳେଇବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ଏବଂ ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଆମେ ବିଚାରଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରକୃତିକୁ ଚିହ୍ନି ପାରୁଥିବା ଦରକାର ତଥା ଆମେ ନିଜ ମନରେ ଆସୁଥିବା ବିଚାରଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ଜାଗରୁକ ରହିବା ଉଚିତ, କାରଣ ଆମେ ନିଜର ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାରଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନି ପାରିଲେ ହିଁ ମନରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାରଗୁଡ଼ିକୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇ ପାରିବା ।

ଯେପରି ଘରର ଦୁଆର ଖୋଲିଲେ ବାହାରର ଧୂଳି, ପବନ ଆଦି ଘରେ ସ୍ୱତଃ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଘରର ଦୁଆରେ ଜାଳି ଲାଗିଥିବ ତେବେ ସେଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା କମ୍ ହୋଇଯାଏ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ମନର ଝରକା ଖୋଲିବା ପୂର୍ବରୁ ତା ଉପରେ ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାରର ଜାଲି ଲଗାଇ ଦେବା ଦରକାର, ଯଦ୍ୱାରା ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ଅଯଥାରେ ଆମ ମନରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ୟୁ.ଏସ୍ ନ୍ୟାସନାଲ ସାଇନ୍ସ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ବିଚାର ଉପରେ ଏକ ଗବେଷଣା କରିଛି ଏବଂ ପାଇଛି ଯେ ସାଧାରଣତଃ ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ଆମ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପ୍ରାୟ ୫୦ ହଜାର ବିଚାର ଆସିଥାଏ । ଚମକାଇ ଦେବା ପରି କଥା ହେଲା ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ୭୦ ରୁ ୮୦% ବିଚାର ନକାରାତ୍ମକ ହୋଇଥାଏ । ଏବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି ଯେ ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାରକୁ ଆମେ ସକାରାତ୍ମକ କିପରି କରିବା ? ମନରେ ବିଚାର ଆସିବା ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ବିଚାର ସମସ୍ତଙ୍କ ମନରେ ଆସେ, କିନ୍ତୁ ସେହି ବିଚାରକୁ ମାନ୍ୟ ଓ ମହାନ୍ କୁହାଯାଏ, ଯାହା ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାର ନିଜର କୌଣସି ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଥାଏ । ତେଣୁକରି ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଚାର ନିମନ୍ତେ ଆମେ ନୂଆ ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବା, ଉତ୍ତମ ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ମିଶିବା, ସମସ୍ତଙ୍କ ବିଚାର ଓ ଅନୁଭବ ଶୁଣିବା, ନିଜର ଇଷ୍ଟଦେବଙ୍କ ପ୍ରତି ଆସ୍ଥା, ବିଶ୍ୱାସ ଓ ନିଷ୍ଠା ରଖିବା ନିଜର ବ୍ୟସ୍ତ ଜୀବନରେ କିଛି ସମୟ ଧ୍ୟାନ ଓ ଯୋଗ ପାଇଁ ଅବଶ୍ୟ ବାହାର କରିବା ଉଚିତ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ନୂତନ ଓ ଉତ୍ତମ ବିଚାର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଏହି ବିଚାରର ପ୍ରଭାବ ମଧ୍ୟ ତା' ଜୀବନରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ ।

ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାରକୁ ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାରରେ ବଦଳେଇବା ପାଇଁ ଆମକୁ ନିଜ ଜୀବନଶୈଳୀରେ କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ଜରୁରୀ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ନିଜର ପ୍ରତ୍ୟେକ କାମକୁ ଖୁସିରେ ରହି କରିବାକୁ ହେବ, କାରଣ ଖୁସିରେ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ମନ ଓ ଆଖିପାଖର ବାତାବରଣ ହାଲୁକା ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏପରି ବାତାବରଣରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଭାରି ଓ ବୋଝ ପରି ଦେଖାଯାଉଥିବା କାମ ମଧ୍ୟ ରୁଚିକର ଲାଗିଥାଏ ।

ମାନବର ସ୍ୱଭାବ ହିଁ ଏହିପରି, ଯାହା ଜୀବନରେ ସାମାନ୍ୟ ଟିକେ ଅସୁବିଧା ହେଲେ ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାର କରିବାରେ ଲାଗେ, ଘାବରେଇ ଯାଏ, ପୁଣି ଯଦି ଜୀବନରେ କିଛି ବଡ଼ ଅସୁବିଧା ହୁଏ, ତାହେଲେ ତା'ର ହୋସ ଉଡିଯାଏ । ତେଣୁକରି ବ୍ୟକ୍ତି ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାରର ପରିଧିରେ ରହିବାର ଏତେ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଉଚିତ ଯେପରି ସାମାନ୍ୟ ନକାରାତ୍ମକତା ତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରି ନ ପାରିବ ଏବଂ ସେ ବଡ଼ରୁ ବଡ଼ ନକାରାତ୍ମକତାର ଅନ୍ଧକାରକୁ ଚିରି ଆଗକୁ ବଢ଼ିଯିବ ।

ସକାରାତ୍ମକ ବିଚାରର କଳା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସେହି ସ୍ପଞ୍ଜ ପରି କରିଦିଏ, ଯାହା ସହିତ ଧକ୍କା ଖାଇ ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ତାକୁ ଆହତ କରିପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ତା' ମଧ୍ୟରେ ସ୍ଥାୟୀ ରୂପେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରେ ନାହିଁ, ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ଜୀବନରେ ନିଜର ଚିନ୍ତନଶୈଳୀ, ବିଚାର ଓ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣକୁ ସର୍ବଦା ସକାରାତ୍ମକ ରଖିବା ଜରୁରୀ ।

ପରମ ଆନନ୍ଦର ଦ୍ୱାର...

(ପଞ୍ଚମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ହର୍ଷ ହେଉ ଅଥବା ବିଷାଦ ହେଉ, ମାନ ହେଉ ଅଥବା ଅପମାନ ହେଉ, ଏହାର ଚିନ୍ତା ହିଁ ନ ଥାଏ । ଚିତ୍ତରେ ଦବି ପଡ଼ିଥିବା କେତେ ଜନ୍ମର ସଂସ୍କାର ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଏ ଆଉ ଅଦୃଶ୍ୟ ମଧ୍ୟ ହୁଏ ।

ଏବେ ଆମେ କୌଣସି ଦୃଶ୍ୟରେ କୌଣସି କ୍ରିୟାରେ ବାନ୍ଧିହୋଇ ନ ଥାଉ, କାରଣ ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମ ହିଁ ନିଷ୍କାମ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଏବେ ଆମେ ଦର୍ଶକ ନୁହେଁ, ଦ୍ରଷ୍ଟା ହୋଇଗଲେ । ଭୋଗଗୁଡ଼ିକର ମଧ୍ୟରେ ରହି ମଧ୍ୟ ଅଭୋଗୀ ହୋଇଗଲେ । କର୍ମ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନିଷ୍କାମ ହୋଇଗଲେ । ଆମ ଚିତ୍ତର ସାରା ସଂସ୍କାର ଗୋଟି ଗୋଟି କରି ହଟିଯାଏ । ଯେମିତି ବାୟୁଯାନରେ ବସିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସାମନାରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଦୃଶ୍ୟ ପଛରେ ପଡିଯାଏ । ଯେଉଁ ଭୋଗ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖି କେବେ ଚିତ୍ତ ସାଗରରେ ବଡ଼ ବଡ଼ ଲହରୀ ଉଠୁଥାଏ, ସେ ସବୁ ଲହରୀ ଗୋଟି ଗୋଟି କରି ଶାନ୍ତ ହେବାକୁ ଲାଗେ ।

ଧ୍ୟାନରେ ବୁଡ଼ି ରହିଥିବା ଆଖିଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ ଆମେ କିପରି ବିଶାଳ ଚିତ୍ତ ସାଗରକୁ ପାର କରି ନିଜ ହୃଦୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଉ । ଆମେ ନିଜର ଆତ୍ମଲୋକରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଉ । ଆମର ମନ ମଧ୍ୟ ଏବେ ଶୂନ୍ୟରେ ବିଲୀନ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ପୁଣି ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ ଆମ ହୃଦୟର ଗମ୍ଭୀର ଶାନ୍ତିରେ ଏହି ଅଗ୍ନିଶିଖା ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ଏହା ହେଉଛି ଆମ ଅନ୍ତଃକରଣରେ ରହୁଥିବା ଭଗବାନଙ୍କ ଦିବ୍ୟ ଅଂଶ, ଆମର ସତ୍ୟ, ସତ୍ତା ଆମର ଆତ୍ମା । ଏହା ହିଁ ହେଉଛି ଆମର ଆତ୍ମଲୋକ, ଯାହାର ଅନନ୍ତ କ୍ଷିତିଜରେ କୋଟି କୋଟି ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଚନ୍ଦ୍ର, ତାରା ଚକମକ କରୁଥାନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଅନୁଭବ କରିଥାଉ ଯେ ଆମର ହୃଦୟ ଲୋକରେ, ଆତ୍ମଲୋକରେ ପୁରା ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ହିଁ ସମାହିତ ।

ଏହି ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ, ଆକାଶ, ଏ ସାରା ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ଆମର ହିଁ ଆତ୍ମାର ବିସ୍ତାର ମାତ୍ର । ହୃଦୟରେ କରୁଣା ଓ ପ୍ରେମର ଅଖଣ୍ଡ ଅମୃତ ଧାରାଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ସାଗର ମହାସାଗରର ରୂପ ଧାରଣ କରୁଛି । ସାଗରର ସେହି ଲହରଗୁଡ଼ିକରେ ଆମ ଆତ୍ମାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକାଶ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ର ହୋଇ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହେଉଛି । ଆମ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକାଶ ସୂର୍ଯ୍ୟ ପରି ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ରୂପରେ ଆମର ହୃଦୟାକାଶରେ ପ୍ରକଟିତ ହେଉଛି ।

ଆମର ହୃଦୟରେ ଜଳୁଥିବା ଛୋଟିଆ ଅଗ୍ନିଶିଖା ହିଁ ସୂର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ଚମକୁଛି । ଏହା ହେଉଛି ଅଗ୍ନି ରୂପ ଆତ୍ମାର ସୂର୍ଯ୍ୟ ରୂପ ପରମାତ୍ମାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତଃ ବିଲୟ, ବିସର୍ଜନ ଓ ବିଶ୍ରାମ । ଏହା ହେଉଛି ଆତ୍ମା ସହିତ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ମିଳନ । ସାଧକଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି କ୍ଷଣ, ଏହି ପଳ ବଡ଼ ଆନନ୍ଦଦାୟକ, ଏହା ସମାଧି, ମୋକ୍ଷ, ମୁକ୍ତି, କୈବଲ୍ୟ ଓ ନିର୍ବାଣ ଏହା ହେଉଛି ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତକାର ଓ ଈଶ୍ୱର ସାକ୍ଷାତକାର । ଏହା ଧ୍ୟାନର ଅନ୍ତିମ ସ୍ଥଳ ଓ ପରିଣତି । ଏହା ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ଯାତ୍ରାର ଅନ୍ତ ଅଟେ । ଏହା ନିଜ ଆତ୍ମା ମଧ୍ୟରେ ସତ ଚିତ ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିର ଅନୁଭୂତି । ଏହି ଅନୁଭୂତିରେ ଆନନ୍ଦ, ପରମାନନ୍ଦ ଓ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦ ନିହିତ । ଏହି ଅନୁଭୂତି ସେହି ଋଷି ମାନଙ୍କର, ଯୋଗୀମାନଙ୍କର, ଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କର, ଭକ୍ତମାନଙ୍କର, ସାଧକମାନଙ୍କର, ତପସ୍ୱୀମାନଙ୍କର ଯେଉଁମାନେ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସତତ ଚିନ୍ତନ କରି ଧ୍ୟାନ କରି ନିଜ ଆତ୍ମାରେ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମର ଅନୁଭୂତିର, ପରମ ଆନନ୍ଦର ଅନୁଭୂତି କରିଛନ୍ତି । ଏଣୁ ଏହା ଏକ ଅନୁଭୂତ ସତ୍ୟ । ଏହା ଯାଞ୍ଚ ପରଖ କରାଯାଇଥିବା ମାର୍ଗ । ଏହି ମାର୍ଗ ଆମ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସୁଲଭ ଓ ସହଜ । ବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ନିରନ୍ତର ଧ୍ୟାନ କରୁଥିବା ଯେକୌଣସି ସାଧକ ଏହାର ଅନୁଭୂତି କରିପାରେ । ଯେମିତି କି ସନ୍ଥ କବୀର ନିଜର ପ୍ରସ୍ତୁତ ଦୋହାରେ କହିଛନ୍ତି- କୌଣସି ଲେଖା ଯାଇଥିବା କଥା ନୁହେଁ ବରଂ ଦେଖା ଯାଇଥିବା କଥା, ସତତ ଚିନ୍ତନ ଓ ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା ଜୀବାତ୍ମା ପରବ୍ରହ୍ମ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଅନୁଭୂତି କରିପାରେ । ତୁମେ କାଗଜରେ ଲେଖା ଯାଇଥିବା କଥା କହୁଛ, କିନ୍ତୁ ମୁଁ ତ ତାହା କହୁଛି, ଯାହାକୁ ମୁଁ ନିଜ ଆଖିରେ ଦେଖୁଛି ଓ ଅନୁଭବ କରିଛି ।

ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତମ ଜ୍ୟୋତିଷ୍କ... (ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ବିଜେଡ଼ିର ପ୍ରାଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଥିଲେ

ବିଜୁ ଜନତା ଦଳ ଗଠନ ହେବା ପରେ ସେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାର ମଙ୍ଗ ଧରିଥିଲେ । ୨୦୧୯ ନିର୍ବାଚନରେ କଂଗ୍ରେସରୁ ଆସି ବିଜେଡିରେ ମିଶିଥିବା ନବ ଦାସଙ୍କୁ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ କେବିନେଟ୍‌ରେ ସ୍ଥାନ ମିଳିଥିଲା । ତେବେ ଜିଲ୍ଲାରେ ସଂଗଠନ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଉପରେ ଆସ୍ଥା ପ୍ରକଟ କରି ତାଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଦାୟିତ୍ୱ ଦେଇଥିଲେ ।

ବ୍ରଜରାଜନଗରରେ ବିଜେଡ଼ିର ଖାତା ଖୋଲିଥିଲେ

ବିଜେଡି ଗଠନ ହେବା ପର ଠାରୁ ଦଳ ଭାଗରେ କେବେ ପଡୁ ନ ଥିବା ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାନସଭା ଆସନରୁ ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ଦଳର ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇ ତାଙ୍କ ନିକଟତମ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦୀ ବିଜେପି ପ୍ରାର୍ଥୀ ଶ୍ରୀମତୀ ରାଧାରାଣୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ୧୨ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ଭୋଟ୍‌ରେ ପରାଜିତ କରି ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲେ । ଏହା ବ୍ରଜରାଜନଗର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ବିଜେଡିର ପ୍ରଥମ ବିଜୟ ଥିଲା । ଏହି ନିର୍ବାଚନ ପରେ କିଶୋରଙ୍କ ସମଗ୍ର ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଗ୍ରହଣୀୟତା ଥିବା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିଷ୍ଠାର କର୍ଣ୍ଣଧାର ଥିଲେ କିଶୋର

୧୯୯୪ ମସିହା ଜାନୁଆରୀ ପହିଲାରେ ସମ୍ବଲପୁରରୁ ଅଲଗା ହୋଇ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ମୁଖ୍ୟ ବିନ୍ଧାଣୀ ଥିଲେ କିଶୋର । କିଶୋରଙ୍କ ଉଦ୍ୟମ ଏବଂ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସହ ସୁସଂପର୍କରୁ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାକୁ ଜିଲ୍ଲା ଭାବେ ପରିଚୟ ମିଳିଥିଲା । ମନମୋହନ ଏମ.ଇ ସ୍କୁଲ ପଡ଼ିଆରେ ଆୟୋଜିତ ଜିଲ୍ଲାର ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଉତ୍ସବରେ କୃତଜ୍ଞତା ସ୍ୱରୂପ ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାବାସୀ ରକ୍ତଦାନ କରି ବିଜୁ ବାବୁଙ୍କୁ ସମାନ ଓଜନର ରକ୍ତ ସହ ଓଜନ କରିଥିଲେ ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ପ୍ରଗତିର ସାରଥୀ

କଂଗ୍ରେସ ସରକାରଙ୍କ ଅମଳରେ ଭାସ୍କର ସୂତାକଳ, ଓରିଏଣ୍ଟ କାଗଜକଳ, କେଏସ୍ ରିଫାକ୍ଟୋରିଜ ଆଦି ବନ୍ଦ ହେବା ପରେ ଯେଉଁ ଅର୍ଥନୈତିକ ସଙ୍କଟ ଏବଂ ନିଯୁକ୍ତିର ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇନଥିଲା ସେଥିରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ଲାଗି ୨୦୦୦ ମସିହା ପରଠାରୁ ଦ୍ରୁତ ଶିଳ୍ପାୟନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ଏହି ଶିଳ୍ପ ବିକାଶର ଅଗ୍ରଜ ତଥା ସାରଥୀ ସାଜିଥିଲେ କିଶୋର । ବେଦାନ୍ତ ପ୍ରକଳ୍ପ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଠେଲକୋଲୋଇ ଠାରେ ଭୂଷଣ ଷ୍ଟିଲ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆନୁସଂଗିକ ଶିଳ୍ପ କାରଖାନା ପ୍ରତିଷ୍ଠାରେ କିଶୋରଙ୍କ ବଡ଼ ଭୂମିକା ରହିଥିଲା । କେବଳ ଶିଳ୍ପ ବିକାଶ ନୁହେଁ ଗମନାଗମନ ପାଇଁ ସେତୁ, ରାସ୍ତା ନିର୍ମାଣ ସହ ଦେଶର ମାନଚିତ୍ରରେ ଏକ ଅର୍ଥନୈତିକ କେନ୍ଦ୍ର ଭାବେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାକୁ ଗଢ଼ି ତୋଳିବାରେ କିଶୋରଙ୍କ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଅବଦାନ ଥିଲା ।

ଗରୀବ ଜନତାର ତ୍ରାଣକର୍ତ୍ତା

କିଶୋର ପ୍ରତିଦିନ ନିଜ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର କୋଣଅନୁକୋଣ ଗସ୍ତ କରି ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା ଶୁଣିବା ସହ ସମାଧାନର ବାଟ ଫିଟାଉଥିଲେ । ତାଙ୍କ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ଗସ୍ତ ସମୟରେ ଜଣେ ମହିଳା ତାଙ୍କ ଦୁଃଖ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଗୁହାରୀ କରିବା ପରେ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ଭାବବିହ୍ୱଳ ହୋଇ ତାଙ୍କୁ କୋଳେଇ ନେଇ ନିଜେ ମଧ କାନ୍ଦି ପକାଇଥିବା ଘଟଣା ଗତ କିଛିଦିନ ତଳେ ବେଶ୍ ଚର୍ଚ୍ଚାର ବିଷୟ ହୋଇଥିଲା । ୨୦୧୬ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୩ ତାରିଖ ଛତିଶଗଡ଼ ଚନ୍ଦରପୁରରୁ ମହାନଦୀ ପାଣି ସୁଅରେ ଭାସି ଆସିଥିବା ଜଳ କନ୍ୟା ସୋନି ଯାଦବଙ୍କୁ ବିଧାୟକ କିଶୋର ଓ ପତ୍ନୀ ଅଳକା ଯାନି ଯୌତୁକ ଦେଇ କନ୍ୟାଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଶେଷ କୃତ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ

ପୁରୁଣାବସ୍ତି ପାଖରେ ଥିବା ଝାଡ଼େଶ୍ୱର ମୁକ୍ତିଧାମରେ ହଜାର ହଜାର ଲୋକ ଓ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ସହ କିଶୋରଙ୍କ ଅନ୍ତ୍ୟେଷ୍ଟି କ୍ରିୟା ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିଲା । ପୁଅ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ମୁଖାଗ୍ନି ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ତ୍ୟେଷ୍ଟି କ୍ରିୟା ବେଳେ ସେଠାରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବା ଶୋକାକୁଳ ଜନତାଙ୍କ କିଶୋର ମହାନ୍ତି ଅମର ରହେ ଧ୍ୱନିରେ ସେହି ଅଞ୍ଚଳ ପ୍ରକମ୍ପିତ ହୋଇ ଉଠିଥିଲା ।

କିଶୋରଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ସବୁ ବନ୍ଦ

ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଅକାଳ ବିୟୋଗରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତବ୍ଧ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ଶୋକ ପାଳନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ସବୁ କିଛି ବନ୍ଦ ରହିଥିଲା । କିଶୋରଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ ଜଣାଇ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ବ୍ରଜରାଜନଗର ଓ ବେଲପାହାଡ଼ ସହରର ସମସ୍ତ ଦୋକାନ ବଜାରକୁ ଲୋକେ ସ୍ୱତଃପ୍ରବୃତ୍ତ ଭାବରେ ବନ୍ଦ ରଖିଥିଲେ । ଏମିତିକି ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଘରୋଇ ବସ୍ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ସମସ୍ତ ବସ ଚଳାଚଳ ବନ୍ଦ ରଖାଯାଇଥିଲା ।

କିଶୋରଙ୍କୁ ସତେ ଅପେକ୍ଷା କରିଥିଲା..

ଝାଡ଼େଶ୍ୱର ମୁକ୍ତିଧାମର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରାୟ ସରିଥିଲା । ମାତ୍ର ନୂତନ ଭାବେ ନିର୍ମିତ ଶବ ଦାହ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଶବ ଦାହ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ସେହି ନୂତନ ଶବଦାହ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ବିଧାୟକ କିଶୋର କୁମାର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ହାତରେ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରାଇବାକୁ ଅନେକ ଦିନରୁ ପ୍ରୟାସ ହୋଇଥିଲା । ମାତ୍ର ତାହା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ହେଲେ ଖୋଦ କିଶୋର ବାବୁଙ୍କ ଚିତା ସେଠାରେ ପ୍ରଥମ କରି ଜଳିବା ସହ ଶବ ଦାହ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ସତେ ଯେପରି କିଶୋର ବାବୁଙ୍କୁ ମୁକ୍ତିଧାମ ଅପେକ୍ଷା କରିଥିଲା ବୋଲି ଲୋକେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଆଲୋଚନା କରୁଥିବା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳିଥିଲା ।

ପ୍ରକାଶଯୋଗ୍ୟ ଏହି ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ପୁରୁଣାବସ୍ତି ଝାଡ଼େଶ୍ୱର ମନ୍ଦିର ପାଖ ମୁକ୍ତିଧାମର ବାଉଣ୍ଡରୀ, ୱେଟିଂ ହଲ୍ ଆଦିର ନିର୍ମାଣ ଦିଗରେ କିଶୋର ଅକୁଣ୍ଠ ସହଯୋଗ କରିବା ସହ ମୁକ୍ତିଧାମ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସହ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ସଂପର୍କରେ ରହିଥିଲେ । କିଶୋରଙ୍କ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସହଯୋଗ ପାଇଁ ସ୍ଥାନୀୟ ଅଞ୍ଚଳବାସୀ ଗୁଣଗାନ କରି ଲୁହ ଗଡ଼ାଉଥିବା ଦେଖାଯାଇଥିଲା ।

କିଶୋରଙ୍କ ବିୟୋଗରେ 'ଦୁଲଦୁଲି' ସ୍ଥଗିତ

କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ଉତ୍ସବ 'ଦୁଲଦୁଲି'କୁ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ବାତିଲ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସକୁ ନିରାଡମ୍ବର ଭାବେ ପାଳନ କରାଯାଇଛି ।

ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଶୋକ ପ୍ରକାଶ

କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ସମଗ୍ର ରାଜ୍ୟରେ ଶୋକର ଛାୟା ଖେଳି ଯାଇଛି । ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ରାଜ୍ୟପାଳ, ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ମନ୍ତ୍ରୀମଣ୍ଡଳର ବହୁ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ସମେତ ଦଳମତ ନିର୍ବିଶେଷରେ ନେତୃବୃନ୍ଦ ଗଭୀର ଶୋକ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ସମ୍ବଲପୁର ଠାରେ ଲୋକାର୍ପିତ ହେଲା ଆଞ୍ଚଳିକ ଆର୍ଟ ଗ୍ୟାଲେରୀ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଚାରୁକଳାର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ନିମନ୍ତେ ସମ୍ବଲପୁର ଠାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିବା ଆଞ୍ଚଳିକ ଆର୍ଟ ଗ୍ୟାଲେରୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଲୋକାର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହା ଆର୍ଟ ଗ୍ୟାଲେରୀ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ହୋଇ ପାରିଲେ ରାଜ୍ୟର ଚିତ୍ରଶିଳ୍ପୀ ଓ କଳାକାର ମାନେ କୃତିର ସମ୍ମାନ ହେବା ସହିତ ସେମାନେ ଏହି ଦିଗରେ ଅନେକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ରିଙ୍ଗ ରୋଡ ସ୍ଥିତ ଗୌରୀ ଶଙ୍କର ସାହାଣୀ ପାର୍କ ଠାରେ ନିର୍ମିତ ହୋଇଥିବା ଆଞ୍ଚଳିକ ଆର୍ଟ ଗ୍ୟାଲେରୀ ଚାରୁକଳା ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୋଇ ପାରିବା ସହ ଏହାର ବିକ୍ରିବଟା ଦିଗରେ ପଥ ପରିଷ୍କାର ହେବ । ଓଡିଶା ଲଳିତ କଳା ଏକାଡେମୀ ଏବଂ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା, ସାହିତ୍ୟ ଓ ସଂସ୍କୃତି ବିଭାଗ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଗଠିତ ଏହି ଆର୍ଟ ଗ୍ୟାଲେରୀରେ ଆଞ୍ଚଳିକ ପ୍ରତିଭା ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଅପୂର୍ବ ସୁଯୋଗ ଯୋଗେଇଦେବ । ତରୁଣ ପ୍ରତିଭା ଓ ଆଗାମୀ ପିଢ଼ିର ଯୁବ ଶିଳ୍ପୀ ଏହା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ ହେବେ । ଏହି ଲୋକାର୍ପଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ଶୁଭମ ସକସେନା, ଏସ.ଏମ.ସି କମିଶନର ଶ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ ସମେତ ଡେପୁଟି ଡାଇରେକ୍ଟର ପର୍ଯ୍ୟଟନ ତଥା ଅତିରିକ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଉଥିବା ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ ହେମନ୍ତ ପ୍ରଧାନ. ସମେତ ଅନ୍ୟ ପ୍ରମୁଖ ଅଧିକାରୀ, ଚିତ୍ର କଳା ଶିଳ୍ପୀ, ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ଆର୍ଟ ଗ୍ୟାଲେରୀ ରେ ଶିଳ୍ପୀ ମାନେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିବା ସୁନ୍ଦର ସୁନ୍ଦର ୪୩ ଗୋଟି ଫୋଟ ଚିତ୍ର ରଖାଯାଇଛି ।

ମାନେଶ୍ୱର ବ୍ଲକ କଳା ସଂସ୍କୃତି ସଂଘ ଗଠିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ମାନେଶ୍ୱର ବ୍ଲକର କଳାକାର ମାନଙ୍କର ଏକ ବୈଠକ ଏଡିବିଓ ଜୟରାମ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସଭାରେ ସର୍ବ ସମ୍ମତି କ୍ରମେ ବ୍ଲକ କଳା ସଂସ୍କୃତି ସଂଘ ବିକେଏସଏସ ଗଠନ ହେବା ସହିତ ସଭାପତି ଭାବରେ କମଳ ଲୋଚନ ପଣ୍ଡା, ଉପ ସଭାପତି ଭାବରେ ରଞ୍ଜିତ ସାହୁ, ସଂପାଦକ ଭାବରେ ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ବାରିକଙ୍କୁ ଚୟନ କରାଯାଇଥିଲା । ତା ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କମିଟି ସଦସ୍ୟ ରୂପେ ଶେଷଦେବ ନାଥ, ଭାଗବତିଆ ବାଗ, ନିରାକାର ରଣା ଓ ରାସବିହାରୀ ନାଥଙ୍କୁ ମନୋନୀତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହା ସହିତ ଉଭୟ ମାନେଶ୍ୱର ଚେୟାରମେନ୍, ଏବିଡିଓ, ଏକ୍‌ଜିକ୍ୟୁଟିଭ ଅଫିସ ସେକ୍ରେଟେରୀ, ସିଡିପିଓ, ଆଇସିଡିଏସ ଅଫିସ ମେମ୍ବର, ବିଏସଏସଓ ମେମ୍ବର ଦାୟିତ୍ୱରେ ରହି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନା କରିବେ । ଶେଷରେ ସଦସ୍ୟ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ବିଶି ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

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

Subscription Rate of The Sweekar

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

Advertisement Tariff of The Sweekar

Full Page	-	Rs. 2,00,000.00
Half Page	-	Rs. 1,00,000.00
Quarter Page	-	Rs. 50,000.00
Colour Advertisement	-	100% Extra

ସ୍ୱୀକାର
02 - 08 January 2022

ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧାକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ସମ୍ମିଳିତ ଉଦ୍ୟମ ଲୋଡା

ସମ୍ବଲପୁର : ଓଡ଼ିଶାକୁ ଚୈତନ୍ୟଙ୍କ ଆଗମନ ପରେ ସଂପର୍ଦ୍ଧାର ବିକାଶ ହୋଇଛି । ଧର୍ମକୁ ସାହିତ୍ୟ ମାଧମରେ ଶହଶହ ବର୍ଷ ହେବା ପ୍ରଚାର କରିବାର ମାଧମ ପାଲଟିଛି । ସମାଜରେ ଗୁରୁ ପରମ୍ପରାକୁ ବଜାୟ ରଖି ସମାଜରେ ସଦଭାବ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଇ ପାରିଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ଏହି ବିଦଗ୍ଧ କଳା କାଳକ୍ରମେ ଲୋପ ପାଇଯାଉଥିବାରୁ ଏହା ଯେପରି ବଞ୍ଚି ରହିବ ସେଥିପାଇଁ ସବୁ ସ୍ତରରେ ଉଦ୍ୟମ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ବୋଲି ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନେ ମତପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ସ୍ଥାନୀୟ ହୋଟେଲ ଶିଲା ଟାୱାର ଠାରେ ସାପ୍ତାହିକ 'ସ୍ୱୀକାର' ପକ୍ଷରୁ ନେତାଜୀ ସୁବାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ଭୋଇଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା କଳାକାର ସମ୍ମିଳନୀ ଓ କର୍ମଶାଳାରେ ଉତ୍କଳ ସଂସ୍କୃତି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ସାଧୁଚରଣ ପଣ୍ଡା ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଲେ ଯେ, ଆଦି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଣୀତ ଗ୍ରନ୍ଥ ଓ ଗୋସ୍ୱାମୀ ତୁଳସୀ ଦାସଙ୍କ ରାମଚରିତ ମାନସରେ ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା ବିଷୟରେ ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଛି । ଏହା ପୀଢି ପୀଢି ଧରି ଚାଲିଆସିଛି । ଏହି କଳାକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ମାନ୍ୟତା ଦେବା ପାଇଁ କାହାରି ପଛରେ ନ ଗୋଡାଇ ଏହାକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବା ଦିଗରେ

କଳାକାର ମାନେ ସମ୍ମିଳିତ ପ୍ରୟାସ କରିବାକୁ ସେ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ ।

ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଉପାଧକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର କାମଦେବ ସାହୁ ଏଥିରେ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଲେ ଯେ, ବର୍ତ୍ତମାନ ସମାଜରେ ପାରମ୍ପରିକ ନୃତ୍ୟ ଓ ଖେଳ ହେଉନାହିଁ । ଆମର ସଂସ୍କୃତିକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବାକୁ ହେଲେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଲୋକକଳାକାର ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଚିତ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ରାଶିର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ । ବିଶିଷ୍ଟ ଲୋକସାହିତ୍ୟ ଓ ସଂସ୍କୃତି ଗବେଷକ ଡକ୍ଟର ନିମାଇଁ ଚରଣ ପଣ୍ଡା ଅନ୍ୟତମ ସମ୍ମାନିତ ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଲେ ଯେ, ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା ହେଉଛି ଆମର ସଂସ୍କୃତି । ଅତୀତରେ ସମସ୍ତ ଯାନିଯାତ୍ରାରେ ଏହା ସ୍ଥାନ ପାଉଥିଲା । ତେବେ ସାମ୍ପ୍ରତିକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆଧୁନିକ ସଙ୍ଗୀତ ପ୍ରତି ଲୋକଙ୍କ ରୁଚି ବଢିଯାଇଛି । ତଥାପି ସବୁ ସ୍ତରରେ ପ୍ରୟାସ ହେଲେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ଏହି ସମୃଦ୍ଧ ଲୋକକଳା କେବେ ଲୋପ ପାଇବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେ ଆଶା ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ ।

ବରଗଡର ପୂର୍ବତନ ଲୋକସଭା ସାଂସଦ ଡକ୍ଟର ପ୍ରଭାସ ସିଂହ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ, ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା ହେଉଛି ଏକ ଜୀବନ୍ତ ଲୋକକଳା । ଏହାର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ସେ ସରକାରୀ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ତରରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଉଦ୍ୟମ କରିବେ ବୋଲି ଉପସ୍ଥିତ କଳାକାର ମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଥିଲେ ।

ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପତ୍ରିକାର ସମ୍ପାଦକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମାନଙ୍କ ମଧରେ ଶିକ୍ଷକ ବିଭୀଷଣ ପ୍ରଧାନ, ଛତିଶଗଡର ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା ଗୁରୁ ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପ୍ରଧାନ, ବାଦିମାଲର ତ୍ରିନାଥ ଖମାରୀ, ବେହେରାମୁଣ୍ଡାର ବିରବଲ ଭୋଇ, ବରଧରାର ଶୁକଦେବ ପ୍ରଧାନ ଓ ଗୁଲାଲୁ ଖମାରୀ, ଟେଙ୍ଗନାମାଲର ମେଘନାଦ ସାହୁ, ସଞ୍ଚାର ଗାୟକ ଦୁଃଖିନାଶନ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ଏହି କର୍ମଶାଳାରେ ଭାଗ ନେଇ ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା କଳାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ପରେ ବରଧରା ଓ ଟେଙ୍ଗନାମାଲର କଳାକାର ମାନେ ସମ୍ପର୍ଦ୍ଧା ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ ।

ହଳଦୀ ବାହାଲରେ ୧୦୮ ଦିନ ବ୍ୟାପୀ ଅଖଣ୍ଡ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ

ସମ୍ବଲପୁର : ଗତ ଅକ୍ଟୋବର ମାସ ୮ ତାରିଖରୁ ମାନେଶ୍ୱର ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ନୂଆଁ ତିହୁରା ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତର ଗମ୍ଭାରିପାଲି ହଲଦିବାହାଲ ଗ୍ରାମରେ ୧୦୮ ଦିନ ବ୍ୟାପୀ ଅଖଣ୍ଡ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଏହା ଚନ୍ଦନ କାଠରେ 'ଓଁ ନମୋ ଭଗବତେ ବାସୁଦେବାୟ' ମନ୍ତ୍ରରେ ଘୃତ ସହ ଆହୁତି ଦିଆଯାଇଛି । ବହୁ ଦୂର ଦୂରାନ୍ତରରୁ କୀର୍ତ୍ତନ ଦଳ ମାନେ ଆସି ଏଠାରେ ଦାନ ଦେବା ସାଙ୍ଗକୁ କୀର୍ତ୍ତନ ପରିବେଷଣ କରୁଛନ୍ତି । ବେଳେ ବେଳେ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ କୀର୍ତ୍ତନ ଦଳ ଆସିଯାଉଥିବାରୁ ସେମାନେ ମଣ୍ଡପରେ କୀର୍ତ୍ତନ କରିବାର ସୁଯୋଗ ନ ପାଇ ବାହାରେ କୀର୍ତ୍ତନ କରୁଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଜଣେ ଲେଖାଏଁ ବ୍ୟକ୍ତି କର୍ତ୍ତା ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରି ଦିନକର ସମସ୍ତ ଖର୍ଚ୍ଚ ବହନ କରୁଛନ୍ତି । ବାବା ଧର୍ମ ଦାସଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ତତ୍ତ୍ୱାବିଧାନ ତଥା ମହେଶ କୁମାର ପଣ୍ଡା, ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ପଧାନ ଓ ସୁବାଷିନୀ ପଧାନଙ୍କ ସମେତ ଆଖପାଖ ଗ୍ରାମର ବହୁ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଚାଲୁଛି । ଏହି ଗ୍ରାମରେ ନିର୍ମାଣାଧୀନ ଥିବା ଅଷ୍ଟବୈଭବ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ମନ୍ଦିରର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କରାଯିବା ପାଇଁ ଏହି ଆଧାତ୍ମିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ମୁଖ୍ୟ ଆୟୋଜକ ବାବା ଧର୍ମ ଦାସ କହନ୍ତି ଯେ, କିଛି ବର୍ଷ ତଳେ ଲିଟିମୁଣ୍ଡା ରେଙ୍ଗାଲ କାନି ଗ୍ରାମରେ ୧୦୮ ଦିନ ଭାଗବତ ପାଠ ଓ ବଲଣ୍ଡା କ୍ୟାମ୍ପରେ ୧୦୮ ଦିନ ରାମାୟଣ ଓ ଅଷ୍ଟାଦଶ ପୁରାଣ ପାଠ କରିବା ପରେ ୧୦୮ ଦିନ ଅଖଣ୍ଡ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ଆୟୋଜନ କରିବାକୁ ସେ ମନସ୍ଥ କରିଥିଲେ । ସେ ବୃନ୍ଦାବନରେ ଥିବାବେଳେ ଦୀର୍ଘ ଚଉଦ ବର୍ଷ ଅଖଣ୍ଡ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ କରିଥିବାରୁ ଏଠାରେ ମଧ ଦୁଇ ଚାରିଜଣଙ୍କୁ ନେଇ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କରିଥିଲେ । ତେବେ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଅଧିବାସୀମାନଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିବା ପରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ନାମଯଜ୍ଞ ଆୟୋଜନ କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇ ୧୫ କ୍ୱିଣ୍ଟାଲ ଚାଉଳ ଓ ୫/୭ ହଜାର ଟଙ୍କାରୁ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିଲା । ତାପରେ ଦିନକୁ ଦିନ ବଦାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ସ୍ୱତଃ ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତ ଭାବେ ଆଗେଇ ଆସି କିଏ ଟଙ୍କା, କିଏ ଚାଉଳ ତ କିଏ ପରିବା ଏପରି ଦେବା ଆରମ୍ଭ କଲେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ କର୍ତ୍ତା ହେବା ପାଇଁ ମଧ ଲୋକମାନେ ବାହାରି ଆସିଲେ । କର୍ତ୍ତା ତାଲିକା ଏତେ ଲମ୍ବା ହେଲା ଯେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସୁଯୋଗ ଦିଆ ହୋଇ ପାରିଲା ନାହିଁ । ଏହା ସାଙ୍ଗକୁ ନିର୍ମାଣାଧିନ ଥିବା ମନ୍ଦିର ପାଇଁ ମଧ ବଦାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଯଥାଶକ୍ତି ଦାନ ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ କୃପାରୁ ଅଖଣ୍ଡ ନାମ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ସଫଳ ହେବା ସାଙ୍ଗକୁ ଅର୍ଦ୍ଧ ନିର୍ମିତ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବା ମନ୍ଦିରର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବ ବୋଲି ବାବା ଆଶା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

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