ସାପ୍ତାହିକ
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024

ସ୍ୱୀକାର

The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94

Vol.27 | Issue - 34 | 20 - 26 August 2023 | Sambalpur | Page- 8 | Invitation Price Rs.10

सत्यमेव जयते

ପବିତ୍ର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ – ୨୦୨୩ ଅବସରରେ
ମାନ୍ୟବର ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ବାର୍ତ୍ତା ।

ପବିତ୍ର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଅବସରରେ ମୁଁ ରାଜ୍ୟବାସୀ ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଓ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଉଛି । ଓଡ଼ିଶାକୁ ଦେଶର ଅନ୍ୟତମ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ରାଜ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତେ ମିଳିମିଶି ନିଷ୍ଠାପର ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ମୁଁ ଆହ୍ୱାନ ଜଣାଉଛି ।

ଗଣେଶୀ ଲାଲ
(ଗଣେଶୀ ଲାଲ)
ମାନ୍ୟବର ରାଜ୍ୟପାଳ, ଓଡ଼ିଶା

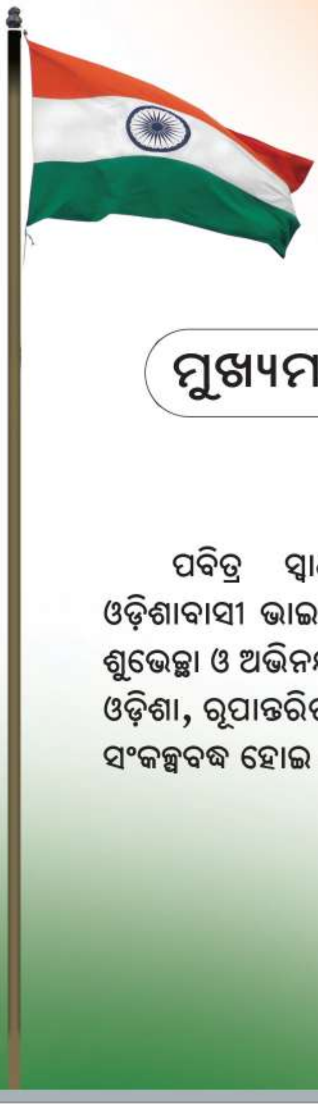
ପବିତ୍ର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଅବସରରେ
ବାର୍ତ୍ତା

ପବିତ୍ର ୭୭ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଅବସରରେ ମୁଁ ଓଡ଼ିଶାବାସୀ ସମସ୍ତ ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ ଆନ୍ତରିକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଓ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଉଛି ।

ଦେଶପ୍ରେମୀ ସଂଗ୍ରାମୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମୋତ୍ସର୍ଗ, ଜାତୀୟ ପ୍ରୀତି, ଅହିଂସା-ଅସହଯୋଗ ମନ୍ତ୍ର ବଳରେ ଭାରତର ସ୍ୱାଧୀନତା ପ୍ରାପ୍ତି ଆମର ମହାନ୍ ଉପଲବ୍ଧି ।

ଆସନ୍ତୁ, ସ୍ୱାଧୀନତାର ମୂଲ୍ୟବୋଧକୁ ସ୍ମରଣ କରି ସେହି ସଂଗ୍ରାମୀମାନଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନକୁ ସାକାର କରିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଏବଂ ଏକ ସମୃଦ୍ଧ ଓ ସଶକ୍ତ ଓଡ଼ିଶା ନିର୍ମାଣ କରିବାକୁ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ହେବା ।

ପ୍ରଦିପ କୁମାର ଅମାତ
(ପ୍ରଦିପ କୁମାର ଅମାତ)
ଜଙ୍ଗଲ, ପରିବେଶ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ,
ପଞ୍ଚାୟତିରାଜ ଓ ପାନୀୟଜଳ ଏବଂ
ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା



ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଶୁଭେଚ୍ଛା

ପବିତ୍ର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଅବସରରେ ଓଡ଼ିଶାବାସୀ ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ ମୋର ଆନ୍ତରିକ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଓ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଉଛି । ଆସନ୍ତୁ ଏକ ନୂଆ ଓଡ଼ିଶା, ରୂପାନ୍ତରିତ ଓଡ଼ିଶା ଗଠନ ଦିଗରେ ସମସ୍ତେ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ହୋଇ କାମ କରିବା ।

ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ
ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା

କେନ୍ଦ୍ରରେ ମୋଦୀ ଓ ଓଡ଼ିଶାରେ ପୁଣି ନବୀନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱ ଏନଡିଏ ମେଣ୍ଟ ଆଗାମୀ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶାରେ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ବିଜେଡ଼ି ବିଜୟୀ ହୋଇ କ୍ଷମତା ଦଖଲ କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ବୋଲି ଟାଇମ୍ସ ନାଓ ଇଟିଜି ପକ୍ଷରୁ

ହୋଇଥିବା ଜନମତ ସର୍ଭେରେ କୁହାଯାଇଛି । ସର୍ଭେ ଅନୁଯାୟୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ କ୍ରମାଗତ ତୃତୀୟ ଥର ପାଇଁ ଦେଶର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ହେବେ । ହିନ୍ଦୀ ଭାଷାଭାଷୀ ଅଞ୍ଚଳରେ ଏନଡିଏ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ଆସନ ହାସଲ କରିବ ବୋଲି ସର୍ଭେରେ କୁହାଯାଇଛି । ଦେଶରେ ଯଦି ବର୍ତ୍ତମାନ ନିର୍ବାଚନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ତେବେ ଏନଡିଏ ମେଣ୍ଟ ୨୯୬ରୁ ୩୩୨ଟି ଆସନ ପାଇ ସରକାର ଗଠନ କରିବ । ବିରୋଧୀ ଇନ୍‌ଡିଆ ମେଣ୍ଟ ୧୬୦ରୁ ୧୯୦ଟି ଆସନ ପାଇବ ବୋଲି ସର୍ଭେରେ ପୂର୍ବାନୁମାନ କରାଯାଇଛି । ସର୍ଭେରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ୨୦୧୯ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଏନଡିଏ ପାଇଥିବା ଆସନ ସଂଖ୍ୟା ୨୦୨୪ରେ କମ୍ ରହିବ । ୨୦୧୯ରେ

'ଟାଇମ୍ସ ନାଓ- ଇଟିଜି'ର ପ୍ରାକ୍ ନିର୍ବାଚନୀ ଆକଳନ

ଏନଡିଏ ୩୫୩ଟି ଆସନରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲା ।

ସେହିପରି ଓଡ଼ିଶାରେ ପୁଣି ବିଜୁ ଜନତା ଦଳକୁ ବିପୁଳ ସମର୍ଥନ ମିଳିବ ବୋଲି ସର୍ଭେରେ କୁହାଯାଇଛି । ଏହାହେଲେ କ୍ରମାଗତ ଷଷ୍ଠଥର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ହେବେ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ । ଉଭୟ ଲୋକସଭା ଓ ବିଧାନସଭାରେ ବିଜେଡିର ଆସନ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ଦୁଇ ସପ୍ତାହ ତଳେ ଇଣ୍ଡିଆ ଟିଭି ସର୍ଭେ ରିପୋର୍ଟ ପରେ ଏବେ ଟାଇମ୍ସ ନାଓ ଏପରି ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିଛି ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୭ମ ପୃଷ୍ଠାରେ)

୨ ପୃଷ୍ଠାରେ...

ବହୁ ଉପାଦେୟ ସଜନା ମଞ୍ଜି

ଶ୍ୱାସ ରୋଗର ମହୌଷଧ ସୋରିଷ ତେଲ

ଔଷଧୀୟ ମକା

ଚକ୍ଷୁ ଓ ମେଦ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ ଲେମ୍ବୁ

କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରେ ସୋୟାମିଲ୍କ

ଜହ୍ନିର ଉପକାରିତା

ସମ୍ବଲପୁର ସରକାରୀ ମହିଳା କଲେଜରେ ସ୍ପୋକେନ୍ ଇଂଲିଶ୍ କ୍ଲାସ୍ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଶ୍ରୀବଲ୍ଲଭ ଏଣ୍ଡ୍ ସୁନନ୍ଦା ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ଥାନୀୟ ସରକାରୀ ମହିଳା କଲେଜରେ ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ (ସ୍ପୋକେନ୍ ଇଂଲିଶ୍) ଇଂରାଜୀ କ୍ଲାସ୍ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଆଇ.ଆଇ.ଏମ୍- ସମ୍ବଲପୁରର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ମହାଦେଓ ଜୟସ୍ୱାଲ ଏହାକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ସମ୍ବଲପୁର ସରକାରୀ ମହିଳା କଲେଜର 'ମୋ କଲେଜ' ଅଭିଯାନର ସଂଯୋଜକ ଅଧାପକ ଯୋଗେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଭୋଇଙ୍କ ପରିଚାଳନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଉଦ୍‌ଘାଟନୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପାଠ୍ୟକ୍ରମ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର କାମଦେବ ସାହୁ ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଇଥିଲେ । ଫାଉଣ୍ଡେସନର ମେନେଜିଙ୍ଗ୍ ଟ୍ରଷ୍ଟି ତଥା ସ୍ୱର୍ଗତା ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଦମ୍ପତିଙ୍କ ବଡ଼ପୁଅ ପ୍ରିୟଦର୍ଶୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ସ୍ଥାପନର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ, ତାଙ୍କ ବାପା ସ୍ୱର୍ଗତ ଶ୍ରୀବଲ୍ଲଭ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ସାଧାରଣ ଜୀବନକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଓ ସଚ୍ଚୋଟ କରିବା ସହିତ ସମାଜର ସାମୂହିକ ଉତ୍‌ଥାନ ପାଇଁ ଆଜୀବନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ତାଙ୍କ ମାଆ ସ୍ୱର୍ଗୀୟା ସୁନନ୍ଦା ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଇଂରାଜୀ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟର ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଭାବେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ସହ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ସଶକ୍ତିକରଣ ପାଇଁ ସର୍ବଦା ପ୍ରୟାସରତ ଥିଲେ । ତେଣୁ ଉଭୟଙ୍କ ଆଦର୍ଶକୁ ପାଥେୟ କରି ମୁଁ ଓ ମୋ ଭାଇ ରାଜର୍ଷି ମିଳିତ ଭାବରେ ଏହି ଫାଉଣ୍ଡେସନ ଗଠନ କରିଛୁ । ଆମ ଅଂଚଳରେ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉନ୍ନତି, ଅସହାୟ ମାନଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ, ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରି ବକ୍ତୃତାମାଳାର ଆୟୋଜନ ଇତ୍ୟାଦି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହାତକୁ ନେବାକୁ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛି । ସେଦିଗରେ ଏକ ପଦକ୍ଷେପ୍ ଭାବେ ମୋ ମାଆ ସ୍ୱର୍ଗୀଆ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଦୀର୍ଘ ୨୫ ବର୍ଷ ଧରି ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ସମ୍ବଲପୁର ସରକାରୀ ମହିଳା କଲେଜରେ ଛାତ୍ରୀଙ୍କର ପାଇଁ ନିଶୁଳ୍କରେ ସ୍ପୋକେନ୍ ଇଂଲିଶ କ୍ଲାସ୍‌ର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବା ଶ୍ରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ କହିଥିଲେ । ସାମ୍ବାଦିକ ସୁଭାଷଚନ୍ଦ୍ର ପାଣିଗ୍ରାହୀ ସମ୍ବଲପୁର ସରକାରୀ ମହିଳା କଲେଜ ସହ ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ସୁନନ୍ଦା ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କର ଆତ୍ମିକ ସମ୍ପର୍କ ବାବଦରେ ସୂଚନା ଦେଇଥିବା ବେଳେ ଫାଉଣ୍ଡେସନର ଅଧକ୍ଷା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ଭିଡ଼ିଓ ବାର୍ତା ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଥିଲା । କଲେଜ ଅଧକ୍ଷା ଡକ୍ଟର ରାଜଶ୍ରୀ ବରାଳ ଓ ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରାଧାପକ ଡକ୍ଟର ଉମାଶଙ୍କର୍ ଦାଶ ଫାଉଣ୍ଡେସନର ପ୍ରଯୋଜନାରେ ମୋ କଲେଜ ଅଭିଯାନରେ ଆରମ୍ଭ ହେବାକୁ ଯାଉଥିବା ଏହି ସ୍ପୋକେନ୍ ଇଂଲିଶ କ୍ଲାସ୍ ଦ୍ୱାରା ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ଛାତ୍ରୀମାନେ ଉପକୃତ ହେବେ ବୋଲି କହିଥିଲେ । କଲେଜର ପୂର୍ବତନ ଅଧକ୍ଷା ତଥା ସ୍ୱର୍ଗୀୟା ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷର ସହକର୍ମୀ ଡକ୍ଟର ରେଣୁ ମିଶ୍ର ମଧ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ଫାଉଣ୍ଡେସନର ଉପଦେଷ୍ଟା ସାମ୍ବାଦିକ ଶିବଶଙ୍କର ନନ୍ଦ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଦେଶର ଅଖଣ୍ଡତା, ସାର୍ବଭୌମତ୍ୟ, ଏକତା ଓ ଜାତୀୟ ସଂହତିକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ମୌଳିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ସମ୍ବିଧାନ ପ୍ରଦତ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ସୂଚାରୁ ରୂପେ ନିର୍ବାହ ପୂର୍ବକ ଦେଶ ପ୍ରଗତିରେ ସହଯୋଗ ପାଇଁ ୭୭ତମ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପ୍ୟାରେଡରେ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ ଅବସରରେ ଶ୍ରମ ଓ କର୍ମଚାରୀ ରାଜ୍ୟ ବୀମା ମନ୍ତ୍ରୀ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ସ୍ଥାନୀୟ ମନମୋହନ ସ୍କୁଲପଡ଼ିଆ ଠାରେ ଶ୍ରମମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନାୟକ ସମବେତ ଜନତା ଓ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଉଦବୋଧନ ଛଳରେ ଦେଶ ପ୍ରଗତିରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହଯୋଗ କାମନା କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ପ୍ୟାରେଡ଼ରେ ପୁଲିସ ବ୍ୟାଣ୍ଡ ସହ ସ୍କୁଲ କଲେଜର ମୋଟ ୨୮ଟି ଦଳ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ସିନିଅର ଡିଭିଜନରେ ଟୁ ଏୟାର ସ୍କ୍ୱାର୍ଡନ ଏନ୍‌ସିସି, ଜୁନିଅର ଡିଭିଜନରେ ଜବାହର ନବୋଦୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ସବ୍‌ଜୁନିଅରରେ ଲିଟିଲ ଷ୍ଟାର ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ୟାରେଡ଼ ଦଳ ଭାବେ ବିବେଚିତ ହୋଇ ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଛନ୍ତି । ରିଜର୍ଭ ଇନ୍‌ସପେକ୍ଟର ନୀଳମାଧବ ସ୍ୱାଇଁ ପ୍ୟାରେଡ଼ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ଓ ଧଳ ବାହାଦୁର ଭଟରାୟ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ଏହି ଅବସରରେ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ ଓ ଅନୁଷ୍ଠାନକୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ଲୋକଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା ସହାୟତା ଯୋଗାଇବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ୧୧ଜଣଙ୍କୁ ଗୁଡ ସମାରିଟାନ ପୁରସ୍କାର ସହ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କୁ ୨ ହଜାର ଟଙ୍କା, ପୁଲିସ ବିଭାଗର ୭ଜଣ ପଦାଧିକାରୀ, ପାଞ୍ଚ ଜଣଙ୍କୁ ପ୍ରକୃତିମିତ୍ର, ମାଟ୍ରିକ ପରୀକ୍ଷାରେ ଜିଲ୍ଲାରୁ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନମ୍ବର ରଖିଥିବା ଦୁଇ ଜଣକୁ, ଯୁକ୍ତ ଦୁଇ ପରୀକ୍ଷାରେ ୪ଜଣ, ଯୁକ୍ତ ତିନି ପରୀକ୍ଷାରେ ୩ଜଣଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟର ଲେବର ରୁମ ୟୁନିଟ ଓ କେମୋଥେରାପି ୟୁନିଟକୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ୟଙ୍ଗ ଷ୍ଟାର ଚାରିଟେବୁଲ ଟ୍ରଷ୍ଟ ପକ୍ଷରୁ ସତସ୍ତରୀ ୟୁନିଟ ରକ୍ତଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଲାୟନ୍‌ସ କ୍ଲବ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ଓ ଭଏସ ଅଫ ଓ୍ୱିମେନ ପକ୍ଷରୁ ଉପ କାରାଗାରରେ ଫଳ ଓ ମିଷ୍ଟାନ୍ନ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା । ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଙ୍କ ସହ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅବୋଲୀ ସୁନିଲ ନରଓ୍ୱଣେ, ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ସ୍ମିତ ପି. ପରମାର, ପ୍ରବନ୍ଧକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ (ପୁନର୍ବାସ ଓ ଥଇଥାନ) ଆଲୋମଣୀ ସେଠୀ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ପ୍ରବୀର କୁମାର ନାୟକ, ଲଙ୍କେଶ୍ୱର ଅମାତ, ଉପ ଜିଲ୍ଲାପାଳ କିଶୋର ଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁ, ଡେପୁଟି କଲେକ୍ଟର ପ୍ରତିମା ମିଞ୍ଜ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ବେହେରାମାଲ ସ୍ଥିତ କମ୍ୟୁନିଟି ହଲଠାରେ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ମୁଖ୍ୟ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ତପିରାମ ମାଝୀ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ନାୟକ ଓ ଶ୍ରୀ ଅମାତ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ଓ ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ବରଗଡ଼ରେ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ

ବରଗଡ଼ :ବରଗଡ଼ ଜର୍ଜ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ୭୭ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ସମାରୋହ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରମିଳା ମଲ୍ଲିକ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବା ସହ ସମ୍ମିଳିତ ପ୍ୟାରେଡରେ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଫ୍ଲିଟ କମାଣ୍ଡର ଶାନ୍ତନୁ କୁମାର ପ୍ରଧାନୀଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ୩୯ଟି ପ୍ୟାରେଡ ପ୍ଲାଟୁନ ମାର୍ଚ୍ଚ ପାଷ୍ଟ କରି ଜାତୀୟ ପତାକାକୁ ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ଆୟୋଜିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି

ବିଜୁପଟ୍ଟନାୟକ ଟାଉନହଲଠାରେ ମଧୁବାବୁ ପେନସନ ଯୋଜନାର ହିତାଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ଭତ୍ତା ବଣ୍ଟନ କରିବା ସହିତ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିଳୟର ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଓ ଜିଲ୍ଲା କାରାଗାରର ଅନ୍ତେବାସୀମାନଙ୍କୁ ଫଳ ଓ ମିଷ୍ଟାନ୍ନ ବଣ୍ଟନ କରିଥିଲେ । ଉତ୍ସବ ବିଧାୟକ ଦେବେଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୋନିଷା ବାନାର୍ଜୀ, ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ପି.ଏସ. ମୀନା, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମିର୍ଦ୍ଧା ଟପ୍ପୋ, ମୁଖ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ ତଥା କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଆଦିତ୍ୟ ଗୋୟଲ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଲଲାଟ ଲୁହା, ପୌର କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ନାରାୟଣ ଡ଼ନସେନା, ଅତିରିକ୍ତ ଏସପି ତପନ ମହାନ୍ତି, ଏସଡ଼ିପିଓ ପଦାରବିନ୍ଦ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀ, ଗଣ୍ୟମାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି, ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ, ଅଭିଭାବକ ଓ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରାପ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ କଲ୍ୟାଣୀ ଦାଶ ଓ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ସମସ୍ତ କର୍ମଚାରୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ପରିଚାଳନା କରିଥିବା ବେଳେ ଟାଉନଥାନାଧିକାରୀ ସତ୍ୟଜିତ କାଣ୍ଡେଲକେଲଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ପୁଲିସ ଫୋର୍ସ ଆଇନ ଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ଟ୍ରାଫିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

'ଫେମିନା' ପ୍ରଚ୍ଛଦ ପୃଷ୍ଠାରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ମୁ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ମୁଙ୍କ ଜୀବନ କାହାଣୀକୁ ନେଇ ଟାଇମ୍ସ ଗ୍ରୁପ୍ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶିତ ବହୁଳ ପ୍ରସାରିତ ପତ୍ରିକା 'ଫେମିନା'ର ଅଗଷ୍ଟ ସଂସ୍କରଣରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଛି । ଏଥି ସହିତ ଏହି ପତ୍ରିକାର ପ୍ରଚ୍ଛଦ ପୃଷ୍ଠାରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କୁ ସ୍ଥାନ ଦିଆଯାଇଛି । ଭାରତର ପ୍ରଥମ ମହିଳା ଆଦିବାସୀ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଭାବେ ତାଙ୍କର ଦୀର୍ଘ ସଂଘର୍ଷମୟ କାହାଣୀକୁ ବିଶେଷ ଭାବେ ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଟାଇମ୍ସ ଗ୍ରୁପର ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ବିନିତ୍ ଜୈନ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଭବନରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ମୁଙ୍କୁ ଭେଟିବା ସହିତ ଏହି ସଂସ୍କରଣର ପ୍ରଥମ ପତ୍ରିକା ଦେଇଛନ୍ତି । ଫେମିନା ପତ୍ରିକାର ଏହି ନୂତନ ସଂସ୍କରଣରେ ମହିଳା ସଶକ୍ତିକରଣକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଏହିକ୍ରମରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ମୁଙ୍କୁ ମହିଳା ସଶକ୍ତିକରଣର ସର୍ବୋତ୍ତମ ଉଦାହରଣ ଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଯେଉଁଥିରେ ତାଙ୍କୁ ପିଲାଦିନର କଥା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଙ୍କର ଜୟଯାତ୍ରା ସମ୍ପର୍କରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି ।

ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ୩ ସେତୁ ପାଇଁ ୩୯ କୋଟି ମଞ୍ଜୁର

ବରଗଡ଼ : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୩ଟି ବୃହତ ସେତୁର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ୩୯ କୋଟି ଟଙ୍କା ମଞ୍ଜୁର କରିଛନ୍ତି । ଏହି ତିନିଟି ସେତୁ ନିର୍ମାଣ ହେଲେ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରାୟ ୭.୨୫ ଲକ୍ଷ ଲୋକ ଉପକୃତ ହେବେ । ମଞ୍ଜୁର ହୋଇଥିବା ୩ ଟି ସେତୁ ମଧରେ ବରପାଲିରେ ଗୋଟିଏ ବୃହତ ସେତୁ ରହିଛି । ବରପାଲି ଜୁଲଟ ନାଳ ଉପରେ ଏକ ସେତୁ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ । ୧୨୦ ମିଟର ଦୀର୍ଘ ଏହି ସେତୁ ପାଇଁ ୧୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟ କରାଯିବ । ଏହା ବରଗଡ଼ ଓ ବରପାଲି ବ୍ଲକ ମୁଖ୍ୟାଳୟକୁ ସଂଯୋଗ କରିବା ସହିତ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟାଳୟକୁ ମଧ ଯୋଗାଯୋଗର ସୁବିଧା ସୃଷ୍ଟି କରିବ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାୟ ୨ ଲକ୍ଷ ୨୫ ହଜାର ଲୋକ ଉପକୃତ ହେବେ । ସେହିପରି ବରଗଡ଼ ପୌରାଞ୍ଚଳ ଅଡ଼ଗାଁ ନଳା ଉପରେ ୬୦ ମିଟର୍ ଲମ୍ବର ସେତୁ ନିର୍ମାଣ କରିବା ଲାଗି ୧୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ମଞ୍ଜୁର କରାଯାଇଛି । ଏହା ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟାଳୟ ସହିତ ବରପାଲି ଓ ଭେଡେନ୍ ବ୍ଲକ ମୁଖ୍ୟକାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ଯୋଡ଼ିବ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ୨ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଲୋକ ଉପକୃତ ହେବେ । ତୃତୀୟ ସେତୁଟି ସରଳା ନାଳ ଉପରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ । ୧୫୦ ମିଟର ଦୈର୍ଘ୍ୟ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ସେତୁ ପାଇଁ ୧୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ମଞ୍ଜୁର କରାଯାଇଛି । ଏହା ଭଟଲି ବ୍ଲକ ମୁଖ୍ୟାଳୟକୁ ବରଗଡ଼ ଓ ଅତାବିରା ବ୍ଲକ ମୁଖ୍ୟାଳୟକୁ ଯୋଡିବ । ଏହି ସେତୁ ନିର୍ମାଣ ହେଲେ ୨ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଲୋକଙ୍କ ଗମନାଗମନ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହେବ ।

ଯେପରି ଶ୍ରଦ୍ଧା, ସେପରି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ

ଭାବନା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ନିର୍ମାଣ କରିଥାଏ । ଏଥିରୁ ଆମର ଜୀବନ ସଂରଚନା, ସମ୍ବନ୍ଧ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଉତ୍କୃଷ୍ଟତା ଅଥବା ନିକୃଷ୍ଟତାର ପରିଚୟ ମିଳିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ତ ଡାନିଏଲ ଗୋଲମେନଙ୍କ ଭଳି ବିଚାରକ ଭାବନାତ୍ମକ କ୍ଷମତାକୁ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଚୁମ୍ବକୀୟ ଉର୍ଜା ରୂପେ ପରିଭାଷିତ କରିଛନ୍ତି । ପଶ୍ଚିମ ଦୁନିଆ ଯେଉଁ ସତ୍ୟକୁ ଆଜି ବୁଝିବା ଓ ସ୍ୱୀକାର କରିବାର ପ୍ରୟାସ କରୁଛି, ତାହାକୁ ଭାରତୀୟ ବିଚାରକମାନେ କେତେ ଯୁଗ ପୂର୍ବରୁ ବୁଝି ନେଇଥିଲେ । ଏହି କାରଣରୁ ସେମାନେ ସମ୍ବନ୍ଧଗୁଡ଼ିକର ରକ୍ଷା-ନିର୍ବାହ, ସାମୂହିକ - ସହଜୀବନର ସମ୍ବେଦନ ଉପରେ ଜୋର ଦେଇଥିଲେ । ଆମର ସହଜୀବନ ସମ୍ବନ୍ଧର ସଂରଚନାର କଥା ଗୁଡ଼ିକରେ ଆମର ବୈଦିକ ସାହିତ୍ୟ ଓତପ୍ରୋତ ଭାବେ ଜଡ଼ିତ ବୈଦିକ ସାହିତ୍ୟରେ 'ସଂଗଚ୍ଛଧ୍ୱଂ ସଂବଦଧ୍ୱଂ'ର ଗୁଞ୍ଜରଣ ଶୁଣାଯାଏ । ଯୋଗେଶ୍ୱର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମଧ ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତାର ଗାୟନରେ ଏହି ସତ୍ୟର ଉଦ୍‌ଘୋଷ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ସେ ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍ ଗୀତାର ସପ୍ତଦଶ ଅଧ୍ୟାୟର ତୃତୀୟ ଶ୍ଳୋକରେ କହିଛନ୍ତି –

ସତ୍ତ୍ୱାନୁରୂପା ସର୍ବସ୍ୟ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଭବତି ଭାରତ ।

ଶ୍ରଦ୍ଧା ମୟୋଽୟଂ ପୁରୁଷୋ ଯୋ ଯଚ୍ଛ୍ରଦ୍ଧଃ ସ ଏବ ସଃ ।। (ଗୀତା ୧୭/୩)

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଛନ୍ତି ଯେ ସବୁ ପ୍ରକାର ମନୁଷ୍ୟଙ୍କ ସ୍ୱାଭାବିକ ଶ୍ରଦ୍ଧା ସେମାନଙ୍କ ଅନ୍ତଃକରଣ ଅନୁରୂପ ହୋଇଥାଏ, କାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ଶ୍ରଦ୍ଧାମୟ ଏବଂ ଏହି ଶ୍ରଦ୍ଧା ତିନି ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ- ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଶ୍ରଦ୍ଧା, ରାଜସିକ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ତାମସିକ ଶ୍ରଦ୍ଧା । ଏଣୁ ଅନ୍ତଃକରଣ ମଧ ତିନି ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ- ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଅନ୍ତଃକରଣ, ରାଜସିକ ଅନ୍ତଃକରଣ ଓ ତାମସିକ ଅନ୍ତଃକରଣ ।

ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଅନ୍ତଃକରଣ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶ୍ରଦ୍ଧା ସାତ୍ତ୍ୱିକ ହୋଇଥାଏ, ରାଜସିକ ଅନ୍ତଃକରଣ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶ୍ରଦ୍ଧା ରାଜସିକ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ତାମସିକ ଅନ୍ତଃକରଣ ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶ୍ରଦ୍ଧା ତାମସିକ ହୋଇଥାଏ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେପରି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ତା'ର ସ୍ୱରୂପ ଅଟେ ଅର୍ଥାତ୍ ତାହା ତା'ର ବାସ୍ତବିକ ସ୍ଥିତି (ନିଷ୍ଠା) ଏବଂ ସେହି ଅନୁସାରେ ତା'ର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହୋଇଥାଏ ।

ଯୋ ଚ୍ଛଦ୍ଧଃ ସ ଏବଂ ସଃ ଅର୍ଥାତ୍ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ଯେପରି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଯୁକ୍ତ ହେବ, ତା'ର ସ୍ୱରୂପ ସେପରି ହେବ ଏବଂ ତା'ର ନିଷ୍ଠା ମଧ ସେପରି ହେବ । ଯାହାର ଯେପରି ନିଷ୍ଠା ହେବ, ତା'ର କର୍ମର ଗତି ସେପରି ହେବ । ତା'ର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାବ ଓ କ୍ରିୟା, ତା' ଅନ୍ତଃକରଣର ଶ୍ରଦ୍ଧା ଅନୁସାରେ ହିଁ ହେବ ଏବଂ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଏ ସଂସାର ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ରଖିବ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ତଃକରଣ ଅନୁରୂପ ତା'ର ସ୍ୱରୂପ ହେବ ।

ଏଣୁ ବାହାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବାକୁ ହେଲେ, ପରିବର୍ତ୍ତନ ତା'ର ଅନ୍ତଃକରଣରୁ ଆଣିବାକୁ ହେବ । ଅନ୍ତଃକରଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବିନା ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ଏବଂ ଅନ୍ତଃକରଣରେ ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ତା'ର ଶ୍ରଦ୍ଧାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବ, କିନ୍ତୁ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଚାନକ ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନ ଥାଏ, ବରଂ ବହୁତ ଧୀର ଧୀରେ ଲଗାଏତ ପ୍ରୟାସ ଓ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ ।

ମନୁଷ୍ୟର ଶ୍ରଦ୍ଧା ହିଁ ତା'ର ପ୍ରକୃତ ପରିଚୟ, ତା' ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଆଧାର, ଯାହା ଉପରେ ତା' ଜୀବନର ସଂରଚନା ନିର୍ମିତ ହୋଇଛି । ଯଦି ମନୁଷ୍ୟର ଶ୍ରଦ୍ଧା ଆଳସ୍ୟରେ ଥାଏ, ତେବେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ କଥାରେ ତା'ର ଅଳସୁଆମିର କଥା ରହିବ । ଯଦି ଶ୍ରଦ୍ଧା ରାଜସିକ ହୋଇଥାଏ, ମହତ୍ତ୍ୱାକାଂକ୍ଷା ଓ ବେଗପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ, ତାହେଲେ ତା'ର ଜୀବନ ବ୍ୟସ୍ତ ବହୁଳତାର କାହାଣୀ କହିବ ଏବଂ ଯଦି ମନୁଷ୍ୟର ଶ୍ରଦ୍ଧା ସତ୍ତ୍ୱ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ତା' ଜୀବନରେ ଶାନ୍ତି ଓ ପ୍ରସନ୍ନତାର ଏକ ସୁଗନ୍ଧ ରହିବ । ଏହିପରି ମନୁଷ୍ୟର ଶ୍ରଦ୍ଧା ଯେପରି ହେବ, ତା'ର ଜୀବନ ମଧ ସେହି ଅନୁସାରେ ହେବ ।

ଶ୍ରଦ୍ଧା ଅର୍ଥାତ୍ ଆମର ସେହି ଅଭ୍ୟାସ, ଯାହାକୁ ଆମେ ଏହି ଜନ୍ମରେ ହିଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମଗୁଡ଼ିକରୁ ଦୋହରାଇ ଆସୁଛେ ଏବଂ ଯଦି ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସୁଧାରିବା ନାହିଁ, ବଦଳାଇବା ନାହିଁ, ତାହେଲେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜନ୍ମରେ ତାହାକୁ ହିଁ ଦୋହରାଉଥିବା ଏବଂ ଗୋଟିଏ ଭୁଲକୁ ବାରମ୍ବାର କରୁଥିବା । ଏହି କାରଣରୁ ଭଗବାନ ବୁଦ୍ଧ ଓ ଭଗବାନ ମହାବୀର ନିଜର ସାଧକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ବିଲକ୍ଷଣ ପ୍ରୟୋଗ ଅନ୍ୱେଷଣ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ତା'ର ପୂର୍ବ ଜନ୍ମଗୁଡ଼ିକର ସ୍ମରଣ କରାଇ ନ ଦେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାକୁ ସାଧନା ପାଇଁ ନେଉ ନ ଥିଲେ । ଥରେ ବୃଦ୍ଧଙ୍କୁ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଏ ବିଷୟରେ ପଚାରିଲା- "ପୂର୍ବ ଜନ୍ମକୁ ସ୍ମରଣ କରିବା କି ଦରକାର ? ମୁଁ ତ ଏବେ ଶାନ୍ତ ହେବାକୁ ଚାହୁଁଛି, ତାହାର କୌଣସି ରାସ୍ତା ମୋତେ ବତାନ୍ତୁ ।

ସେତେବେଳେ ବୁଦ୍ଧ କହିଲେ- "ମନ ଶାନ୍ତ ହେବାର ଏଇ କଥା ତୁ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମଗୁଡ଼ିକରେ ବି ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବୁଦ୍ଧଙ୍କୁ କହି ସାରିଛୁ ଯେ ମୁଁ ଶାନ୍ତ ହେବାକୁ ଚାହୁଁଛି, ମୋତେ କୌଣସି ରାସ୍ତା ବତାନ୍ତୁ ଏବଂ ରାସ୍ତା ତତେ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମଗୁଡ଼ିକରେ ମଧ ବତାଯାଇଛି, କିନ୍ତୁ କେବେ ବି ତୁ ତାହାର ପାଳନ କରି ନାହୁଁ । ତେଣୁ ତୁ ମୋର ସମୟ ନଷ୍ଟ କର ନାହିଁ । ମୁଁ ତତେ ରାସ୍ତା ବତାଇବି ଓ ତୁ ତାହାର ପାଳନ କରିବୁ ନାହିଁ; କାରଣ ପୂର୍ବରୁ ମଧ ତୁ ଏହିପରି ଅନ୍ୟ ବୁଦ୍ଧମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଶାନ୍ତ ହେବାର ରାସ୍ତା ପଚାରିଛୁ, କିନ୍ତୁ କେବେ ବି ତୁ ତାହାର ପାଳନ କରି ନାହୁଁ । ତୁ କେବଳ ନିଜର ଅଭ୍ୟାସ ଦୋହରାଉଛୁ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ମୁଁ ତତେ ତୋର ପୂର୍ବ ଜନ୍ମଗୁଡ଼ିକର ସ୍ମରଣ କରାଇଦେବାକୁ ଚାହୁଁଛି, ପ୍ରଥମେ ତୁ ନିଜର ଦୁଇ-ଚାରି ଜନ୍ମର ସ୍ମରଣ କରିନିଅ, ଯଦ୍ୱାରା ତତେ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ଯେ ତୁ ସେହି ବୃତ୍ତକୁ ପୁଣି ଥରେ ତ ଦୋହରାଉ ନାହୁଁ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ସେହି ମନୁଷ୍ୟ କିଛି ବୁଝି ପାରିଲା । ଏକ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ବୃଦ୍ଧଙ୍କ ପାଖରେ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମଗୁଡ଼ିକର ସ୍ମରଣ ପାଇଁ ରହିଲା ଏବଂ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଗଲା ଯେ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ ମଧ ଯେତେ ବେଳେ ତା'ର ପତ୍ନୀ ମରିଯାଇଥିଲା, ସେତେବେଳେ ବି ସେ ଜଣେ ବୃଦ୍ଧପୁରୁଷଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇଥିଲା, ତା ପୂର୍ବ ଜନ୍ମରେ ମଧ ଯେତେବେଳେ ତା'ର ପତ୍ନୀ ମରି ଯାଇଥିଲା, ସେତେବେଳେ ସେ ଜଣେ ବୃଦ୍ଧପୁରୁଷଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇଥିଲା ଏବଂ ଏବେ ବି ଏହି ଜନ୍ମରେ ଯେତେବେଳେ ତା'ର ପତ୍ନୀ ମରିଯାଇଛି, ତ ସେ ବୃଦ୍ଧଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସି କହୁଛି ଯେ ମୋର ମନ ବଡ଼ ଅଶାନ୍ତ, ମୋତେ ଶାନ୍ତି ଦରକାର । ଏସବୁ ଜାଣି ସେ ଘାବୁରେଇ ଗଲା ।

ସେ ବୃଦ୍ଧଙ୍କୁ ପଚାରିଲା – 'ଇଏ କ'ଣ ? ଏସବୁ ମୁଁ କରୁଛି ବା ମୋ ଦ୍ୱାରା ଜବରଦସ୍ତି କରାଯାଉଛି ? ବୃଦ୍ଧ କହିଲେ– "ଯଦି ତୁ ଜାଣିବୁ ନାହିଁ, ତେବେ ତୁ ଏସବୁ କରି ଚାଲିବୁ, କାରଣ ତତେ ଜଣାନାହିଁ ଯେ ତୁ କେବଳ ଏସବୁ ଦୋହରାଉଛୁ, ତୁ କେବଳ ଏହି ଘଟଣାକ୍ରମର ପୁନରୁକ୍ତି କରୁଛୁ, କାରଣ ତୋର ପୂର୍ବଜନ୍ମ କଥା ସ୍ମରଣ ନାହିଁ, ତେଣୁକରି ବାରମ୍ବାର ସେହି ଘଟଣାକ୍ରମ ଦୋହରାଉଛୁ ।

ଯଦ୍ୟପି ପୂର୍ବ ଜନ୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ସ୍ମରଣ କରିବା ସମସ୍ତଙ୍କ ସକାଶେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଆମକୁ ବିତିଯାଇଥିବା ଅତୀତ ତ ଜଣା ଅଛି, ନିଜର ବିତି ଯାଇଥିବା ଅତୀତରେ ଆମେ ଯେଉଁ ଭୁଲ କରିଥାଉ, ତାହାକୁ ବି ଆମେ ଦୋହରାଇ ଥାଉ । ଯେପରି – ଆମେ କାହା ଉପରେ କ୍ରୋଧ କରିବା ପରେ ପଶ୍ଚାତ୍ତାପ କରିଥାଉ ଯେ ଏଣିକି ଆଉ କ୍ରୋଧ କରିବୁ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ପୁଣି ଆମେ କ୍ରୋଧ କରିଥାଉ । କାରଣ କ୍ରୋଧ କରିବା ଆମର ଅଭ୍ୟାସରେ ସାମିଲ ହୋଇଯାଇଛି, ଏହି କାରଣରୁ ନ ଚାହିଁଲେ ବି ଅଭ୍ୟାସବଶତଃ ଆମେ କ୍ରୋଧ କରିଥାଉ । ଏଠାରେ କ୍ରୋଧ ଆମର ଶ୍ରଦ୍ଧାରେ ସାମିଲ ହୋଇଯାଇଛି, ଆମର ପରିଚୟ ପାଲଟି ଯାଇଛି ।

ତେଣୁକରି ଆମେ ନିଜର ଶ୍ରଦ୍ଧାକୁ ଠିକ୍‌ରେ ଚିହ୍ନିବା ଜରୁରୀ, କାରଣ ଏହାକୁ ନ ଚିହ୍ନିଲେ ଜୀବନରେ ବଡ଼ ଜଟିଳତା ସବୁ ବଢ଼ିଯିବ । ଯେପରି- ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଳସୁଆ, ସେ ସୁଖ ପାଇବାର ଲାଳସା ରଖୁଥାଏ, କିନ୍ତୁ ସୁଖ ରାଜସିକ ଲୋକଙ୍କୁ ମିଳେ, ଅଳସୁଆଙ୍କୁ ନୁହେଁ । ଯେଉଁମାନେ ରାଜସିକ ପ୍ରକୃତିର ଲୋକ ହୋଇଥାନ୍ତି, ବହୁତ ଧାଁଦଉଡ଼ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ଜୀବନରେ ଶାନ୍ତି ଚାହାନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ଶାନ୍ତି ସାତ୍ତ୍ୱିକ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ହିଁ ମିଳିଥାଏ ।

ଏହିପରି ଜୀବନରେ ଏକ ଓଲଟପାଲଟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟମାନେ ତମୋଗୁଣ ପ୍ରଧାନ, ସେମାନେ ସୁଖ-ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟର ସୁବିଧା ଚାହାନ୍ତି, ଯାହା ରଜୋଗୁଣ ଧର୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟମାନେ ରଜସ୍ ଗୁଣ-ଧର୍ମ ପ୍ରଧାନ, ସେମାନେ ଶାନ୍ତି ଚାହାନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ କି ଶାନ୍ତି ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣର ଅବସ୍ଥା ଅଟେ । ଯଦି ସେମାନଙ୍କୁ ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣର ଉପଲବ୍ଧି ହୁଏ, ସେମାନେ ନିଜର ରଜସ୍ ଗୁଣ-ଧର୍ମକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରି ପାରିବେ ନାହିଁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ- ରାଜନୀତିରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହୁଥିବା ଲୋକେ ନିଜ ଜୀବନରେ ଯଦି ଶାନ୍ତି ଚାହିଁବେ, ତେବେ ଏହା ସେମାନଙ୍କୁ କିପରି ମିଳିପାରିବ । ଶାନ୍ତି ପାଇଁ ତ ସେମାନଙ୍କୁ ରାଜନୀତି ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଆମେ ନିଜେ ନିଜକୁ, ନିଜ ଭିତରକୁ ଠିକ୍‌ରେ ଚିହ୍ନିବା ଜରୁରୀ । କାରଣ ଆମ ଭିତରେ ନିବାସ କରୁଥିବା ଆମର ଶ୍ରଦ୍ଧା ହିଁ ଆମର ବାସ୍ତବିକ ଜୀବନ । ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ଯେପରି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଯୁକ୍ତ, ସେ ସ୍ୱୟଂ ତାହା ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ମନୁଷ୍ୟ ନିଜେ ନିଜକୁ, ନିଜ ଭିତରକୁ ଠିକ୍‌ରେ ଚିହ୍ନିନେବ, ତ ସେ ବୁଝିଯିବ ଯେ ଜୀବନରେ ତୃପ୍ତି କୌଣସି ଏକ ଗୁଣ-ଧର୍ମରୁ ମିଳି ନ ପାରେ, ବରଂ ସେଥିପାଇଁ ତିନି ଗୁଣ-ଧର୍ମର ସଂଯୋଗ ଜରୁରୀ ଏବଂ ତିନିଟିର ସଂଯୋଗରେ ହିଁ ତାକୁ ତୃପ୍ତି ମିଳିଥାଏ, ତିନିଟିର ସଂଯୋଗରୁ ହିଁ ତା'ର ଏକ ପ୍ରତୀତି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏ ତିନିଟିର ସଂଯୋଗ ହିଁ ଧୀରେ ଧୀରେ ମନୁଷ୍ୟକୁ ସେହି ଦିଗରେ ନେଇଯାଏ, ଯାହା ଗୁଣାତୀତ ।

ଏଣୁ ଆମେ ନିଜ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ଗୁଣ-ଧର୍ମକୁ ଚିହ୍ନିବା ଦରକାର, କାରଣ ତାହା ଆମର ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅସଲ ପରିଚୟ, ପୁଣି ଆମେ ନିଜର ଶ୍ରଦ୍ଧାକୁ ବି ନୂଆ ରୂପ ଦେବାକୁ ହେବ, ତାହାକୁ ସଠିକ ଦିଶାଧାରା ଦେବାକୁ ହେବ ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବନର ତ୍ରିଗୁଣରେ ଏକ ସନ୍ତୁଳନ ସ୍ଥାପନ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା, ଆମର ଭାବନାତ୍ମକ ପରିଷ୍କାର ଦ୍ୱାରା, ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ଜୀବନର ଢାଞ୍ଚା ଏବଂ ସମ୍ବନ୍ଧଗୁଡ଼ିକର ସଂରଚନା ଅଧିକ ତେଜସ୍ୱୀ ଓ ରସମୟ ହୋଇ ପାରିବ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଇଟାଲିର ପ୍ରଖ୍ୟାତ ସନ୍ଥ ଥିଲେ ଫ୍ରାନ୍‌ସିସ୍ । ଏକଦା ଜଣେ ଯୁବକ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଆସିଥିଲେ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ । ଆଳାପ ଆଲୋଚନାରେ ଯୁବକ ସନ୍ଥଙ୍କୁ କହିଥିଲେ, ମୋତେ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନେ ପ୍ରାଣାଧିକ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ନେଇ ମୁଁ ଗର୍ବ ଅନୁଭବ କରେ ।'

ସନ୍ଥ ଏହା ଶୁଣି କହିଥିଲେ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଏପରି ଅତିରଞ୍ଜିତ ଧାରଣା ଆଣିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ପ୍ରାଣାଧିକ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ବୋଲି କହିବାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ କ'ଣ ହୋଇପାରେ ? ଏ ଦୁନିଆରେ ଆପଣାର କେହି ବି ନାହାନ୍ତି । ସମସ୍ତେ ମାୟା ମୋହର ଶିକୁଳିରେ ବନ୍ଧା । ଏକା ଆସିଥାଇଁ ଏକା ଯିବ । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପିତାମାତାଙ୍କ ସୁବିଧା-ଅସୁବିଧା ବୁଝିବା ସହ ସେମାନଙ୍କ ସେବା କରୁଥିବ, ପତ୍ନୀ-ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଳନ ପୋଷଣ ସୁଚାରୁରୂପେ ନିର୍ବାହ କରୁଥିବ ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନେ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଭାବି ତୁମକୁ ଭଲ ପାଇବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଏଥିରେ ଭଟ୍ଟା ପଡ଼ିଲେ ସମ୍ପର୍କରେ ଭଟ୍ଟା ପଡ଼ିଯିବ । ଯୁବକ ସନ୍ଥଙ୍କ ଏ କଥା ଉପରେ ଭରସା କରିପାରିଲେ ନାହିଁ । ଦୃଢ଼ତାର ସହ କହିଥିଲେ- 'ମହାଭାଗ ! ଆପଣଙ୍କର ବିଶ୍ୱାସ ହେଉନାହିଁ ମୋର ପରିବାର ଲୋକ ମୋତେ କେତେ ଅଧିକ ସ୍ନେହ କରନ୍ତି । ଯଦି ଦିନଟିଏ ଘରକୁ ନଯାଏ ତେବେ ତାଙ୍କର ଭୋକଶୋଷ ଉଡ଼ିଯାଏ । ଆଉ ପତ୍ନୀ ? ସେ ତ ମୋ ବିନା ଜିଇ ରହିବା ଅସମ୍ଭବ ।

ଏଭଳି ଅତିଶୟୋକ୍ତି ଶୁଣି, ସଂସାରବାସୀଙ୍କ ମତି-ଗତି-ପ୍ରକୃତି ବିଷୟରେ ଉତ୍ତମ ଭାବେ ଅବଗତ ଥିବା ସନ୍ଥ କହିଥିଲେ- ଆଚ୍ଛା ଏମନ୍ତ କଥା । ତେବେ ଗୋଟିଏ କଥା କରନ୍ତୁ । କାଲି ପ୍ରତ୍ୟୁଷରୁ ଶଯ୍ୟାତ୍ୟାଗ ନ କରି ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ମସ୍ତକରେ ଧାରଣ କରି ସମାଧିସ୍ଥ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡ଼ି ରହିବ । ଆଉ ଯାହା ହେବ ମୁଁ ତାହା ସମ୍ଭାଳିବି । ଅନ୍ୟ ଦିନ ଯୁବକ ତାହା ହିଁ କରିଥିଲେ । ମୃତ ଭାବି ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନେ କନ୍ଦାକଟା କରିଥିଲେ । ଠିକ୍ ଏହି ସମୟରେ ଫ୍ରାନ୍‌ସିସ୍ ସେଠାରେ ପହଞ୍ଚି କହିଥିଲେ ତୁମେମାନେ ବିଳାପ କରିବା ବନ୍ଦ କର । ମୁଁ ମନ୍ତ୍ର ବଳରେ ତାଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଇ ଦେବି । ହେଲେ ଏଥିଲାଗି କଳସୀଏ ପାଣି ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ମଧରୁ କେହି ପିଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହି ମନ୍ତୁରା ପାଣିର ଏଭଳି ଶକ୍ତି ଯେ ମୃତ ଯୁବକ ଜିଇ ଉଠିବେ । କିନ୍ତୁ ପିଇଲାବାଲା ନିଶ୍ଚୟ ମରିବେ । ଏହା ଶୁଣି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଏକୁ ଆରେକ ମୁଖକୁ ଚାହାଁଚାହିଁ ହେଲେ ପାଣି ପିଇବାକୁ କେହି ଆଗଭର ହେଉ ନ ଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ସନ୍ଥ ଫ୍ରାନ୍‌ସିସ୍ କହିଲେ- 'ତେବେ ମୁଁ ଏହି ପାଣି ପିଉଛି । ସନ୍ଥଙ୍କଠାରୁ ଏହା ଶୁଣି ସମସ୍ତେ ଆନନ୍ଦରେ କୁରୁଳି ଉଠିଥିଲେ । ଉତ୍‌ଫୁଲ୍ଲ ହୋଇ ଏକ ସ୍ୱରରେ କହିଥିଲେ- 'ମହାଭାଗ ! ଆପଣ ସତରେ ଧନ୍ୟ, ଆପଣଙ୍କ ଭଳି ମହାତ୍ମାମାନେ ପରୋପକାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ହିଁ ଜନ୍ମ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଜୀବନ ମୃତ୍ୟୁ ସବୁ ଏକାଭଳି । ଯଦି ଆପଣ ଏହା କରନ୍ତି ବଡ଼ କୃପା ହେବ । ଆମେ କୃତଜ୍ଞ ରହିବୁ ।' ନିସ୍ତେଜ ହୋଇ ପଡ଼ିରହିଥିବା ଯୁବକ ଏବେ ପୂର୍ବରୁ ସନ୍ଥ କହିଥିବା କଥାର ସତ୍ୟତା ଅନୁଭବ କରିଥିଲେ । ଶୋଇବାରୁ ଉଠିବସି ସନ୍ଥଙ୍କୁ ହାତଯୋଡ଼ି କହିଥିଲେ- 'ମହାତ୍ମନ୍ ! ଆପଣ ସେହି ପାଣି ପିଇବାର କଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସାଂସାରିକ ସମ୍ବନ୍ଧ କ୍ଷଣିକ, ମିଥ୍ୟା, ସବୁ କେବଳ ମାୟା- ଏହା ମୁଁ ଏବେ ଜାଣିଗଲି । ଆପଣ ମୋତେ ଜୀବନର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣିମ ଦିଗ ଦେଖାଇଲେ । ଏ ନିମନ୍ତେ ଆପଣଙ୍କଠାରେ ମୁଁ କୃତଜ୍ଞ ।

କ୍ୟାନସର ଭଲ କରିବ ପିପ୍ପଳୀ

ଭୋଜନକୁ ମସଲାଦାର ଓ ସୁଗନ୍ଧିତ କରିବା ପାଇଁ ଭାରତୀୟମାନେ ପିପ୍ପଳୀର ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏବେ ଏକ ନୂତନ ରିସର୍ଚ୍ଚ ଅନୁଯାୟୀ କ୍ୟାନସର ରୋଗର ପ୍ରତିକାର ପାଇଁ ଖୁବ ଶୀଘ୍ର ପିପ୍ପଳୀରୁ ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବ । ଜୈବ ରସାୟନ ବିଜ୍ଞାନ ଜର୍ଣ୍ଣାଲରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁଯାୟୀ ପିପ୍ପଳୀରେ ଏଭଳି ଏକ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ଅଛି ଯାହା

ଶରୀରରେ ଟ୍ୟୁମର ତିଆରି କରୁଥିବା ଏଞ୍ଜାଇମ୍‌ର ଉତ୍ପାଦକୁ ରୋକିଥାଏ । ୟୁଟି ଦକ୍ଷିଣ ପଶ୍ଚିମ ମେଡ଼ିକାଲ ସେଣ୍ଟରର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ପିପ୍ପଳୀରେ କ୍ୟାନସର ନିରୋଧୀ ଗୁଣ ଖୋଜି ପାଇଛନ୍ତି । ପିପ୍ପଳୀରେ ମିଳୁଥିବା ରସାୟନ ପିପରଲୋଗୁମାଇନ୍ (ପିଏଲ) ଅନେକ ପ୍ରକାର କ୍ୟାନସର ଯେପରିକି ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ କ୍ୟାନସର, ସ୍ତନ କ୍ୟାନସର, ଲିଉକୋମିଆ ତଥା ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ତରରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଟ୍ୟୁମର ଓ ଆମାଶୟ କ୍ୟାନସର ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ଜୈବ ରସାୟନ ଓ ବିକିରଣ ସେଣ୍ଟରର ସହାୟକ ପ୍ରଫେସର ଡାକ୍ତର କେନିଥ ବେଷ୍ଟଓଭର ଏହି ତଥ୍ୟ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ବର୍ଷ ୨୭, ସଂଖ୍ୟା- ୩୪, ୨୦ - ୨୬ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୩

ଇତିହାସରେ ପରିଚୟ ଖୋଜୁଛି ଆମକୋ ସିମକୋ

୮୪ ବର୍ଷ ତଳେ ଅର୍ଥାତ ୧୯୩୯ ମସିହାର ଏପ୍ରିଲ ୨୫ ତାରିଖରେ ବ୍ରିଟିଶ ଗୁଳିରେ ସହିଦ ହୋଇଥିବା ୪୯ଜଣ ଆଦିବାସୀଙ୍କ ବୀରତ୍ୱ ଓ ସଂଗ୍ରାମ ସ୍ମାରକୀ ହେଉଛି ଓଡ଼ିଶାର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ସହିଦ ପୀଠ ଆମ୍‌କୋ ସିମ୍‌କୋ । ୮୪ବର୍ଷ ପରେ ମଧ ଏହି ସଂଗ୍ରାମର କାହାଣୀ ରାଜ୍ୟ ଅଥବା କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ପାଠ୍ୟ ପୁସ୍ତକରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଲା ନା ଇତିହାସରେ ଏହାକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ମାନ୍ୟତା ମିଳିଲା । ୧୯୩୯ ମାସ ଏପ୍ରିଲ ମାସ ୨୫ତାରିଖ । ତତ୍କାଳୀନ ଗାଙ୍ଗପୁର ଗଡ଼ଜାତ ତଥା ବର୍ତ୍ତମାନର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବୀରମିତ୍ରପୁର ତହସିଲ ଓ କୁଆଁରମୁଣ୍ଡା ରାୟବଗା ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଆମ୍‌କୋ-ସିମ୍‌କୋ ଗାଁରେ ବ୍ରିଟିଶ ସରକାର ଗୁଳିରେ ଟଳିପଡ଼ିଲେ ୪୨ଜଣ ଓ ଆହତ ହେଲେ ୫୦ଜଣ । ବେସରକାରୀ ବିବରଣୀ ଅନୁସାରେ ଉପସ୍ଥିତ ୩ ହଜାର ପ୍ରଜାଙ୍କ ମଧରୁ ପ୍ରାୟ ୩୦୦ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଗୁଳିମାଡ଼ରେ ପ୍ରାଣ ଯାଇଥିଲା ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନ ଓ ବିପ୍ଲବର ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଥିଲା ବହୁ ପରୁଣା । ପ୍ରାୟ ୪୦ବର୍ଷ ଧରି ବ୍ରିଟିଶ ଶକ୍ତିର ଅଭୟ ଓ ଛତ୍ରଛାୟା ଗାଙ୍ଗପୁର ରାଜବଂଶର ପ୍ରଜା ଶୋଷଣ ବିସ୍ଫୋରକ ରୂପ ନେଇଥିଲା । ଏହି କଷଣ ଓ ଶୋଷଣକୁ ନେଇ ବିଭିନ୍ନ ଜନଜାତି ଯଥା ମୁଣ୍ଡା, ଓରାମ, କିଶାନ, ଖାଡିଆ ଆଦି ଆନ୍ଦୋଳନ ପାଇଁ ରଣହୁଙ୍କାର ଦେଇଥିଲେ । ଐତିହାସିକ ଡକ୍ଟର ପ୍ରଭାତକୁମାର ମଲ୍ଲିକଙ୍କ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ମାହ୍ରିକାଲେ ଓ ଭୂୟାଁ ମେଳି, କନୋଲି ବନ୍ଦୋବସ୍ତ ନ୍ୟାବାଦୀ ବନ୍ଦୋବସ୍ତ ଓ ମୁଖାର୍ଜୀ ବନ୍ଦୋବସ୍ତ ପ୍ରଜା ଶୋଷଣ ଓ ଅତ୍ୟାଚାର ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଥିଲା । ବଡ଼ଗାଁ କୁରେଇବଗା ଗାଁର ଭୂୟାଁ ସର୍ଦ୍ଦାର ମାହ୍ରିକାଲୋଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ହୋଇଥିବା ପ୍ରଥମ ପ୍ରଜା ଅସନ୍ତୋଷକୁ ବ୍ରିଟିଶ ସେନାବାହିନୀ ସହାୟତାରେ ରାଜା ରଘୁନାଥ ଶେଖର ଦେଓ ଦମନ କରିବା ସହ ୧୯୧୦ରେ ମାହ୍ରିକାଲୋ କାରାମୁକ୍ତ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କଲେ ମଧ ବିପ୍ଳବର ବହ୍ନି ଜାଳି ଦେଇଥିଲେ । କନୋଲି ବନ୍ଦୋବସ୍ତ ପରେ ରାଜା ରଘୁନାଥ ଶେଖର ଦେଓ ୧୯୧୬ରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ୧୯ ଟଙ୍କାର ମାଲଗୁଜାରୀ ଉପରେ ବାରଅଣାର ପଞ୍ଚ ନାମକ ମନୋମୁଖୀ ମାହାସୁଲ ଆଦାୟ କରାଗଲା । ନ୍ୟାବାଦୀ ବନ୍ଦୋବସ୍ତ ନାମରେ କୃଷି ଉପଯୋଗୀ କରାଯାଇଥିବା ଜମି ଉପରେ କର ଲଗାଗଲା । ଏହାପରେ ଆସିଥିବା ମୁଖାର୍ଜୀ ବନ୍ଦୋବସ୍ତ ପ୍ରଜାର ଅତ୍ୟାଚାର ଓ ଉତ୍ପୀଡନର ସୀମା ଲଂଘନ କଲା । ଏଥିରେ ୧୨ କିସମର ଜମି ପାଇଁ ପୃଥକ ପୃଥକ କର ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଗଲା । ପ୍ରଜାଙ୍କ ମନରେ ବିଦ୍ରୋହ ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ନେତୃତ୍ୱର ଅଭାବ ଥିଲା । ଏଥିପାଇଁ ଆଶାର କିରଣ ହେଲେ ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡା । ପ୍ରଥମ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ଏବଂ ପରେ ବିଏସଏଲ କମ୍ପାନୀରେ ଚାକିରୀ କରିଥିବା ବରଟୋଲି ଗାଁର ଗଞ୍ଜା ମୁଡରା ମୁଣ୍ଡାଙ୍କ କନିଷ୍ଠ ପୁତ୍ର ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଅଧିକାର ହାସଲ ପାଇଁ ସ୍ୱର ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ ଶୋଷିତ ପ୍ରଜାକୂଳ । ଗାଙ୍ଗପୁରର ରାଜମାତା ରାଣୀ ସାହେବା ଜାନୀ ରହେୟା ଆମ୍ବାରାଜେ ରାଜାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପୁତ୍ର ନାବାଳକ ଥିବାରୁ ବ୍ରିଟିଶ ସରକାର ସହାୟତାରେ ରାଣୀଙ୍କ ଏକଛତ୍ର ବଢି ଚାଲିଥିଲା । ତଥାପି ରାଣୀଙ୍କ ଗସ୍ତ ବେଳେ ଅନ୍ୟାୟର ପ୍ରତିବାଦ କରିବା ପାଇଁ ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ବାହଦୂର ଭଗତ, ତିନ୍ତୁଷ ମୁଣ୍ଡା ଓ ଯାକୁବ ଗୁଡିଆଙ୍କ ଭଳି ସାଥିମାନେ ୭ ଦଫା ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କଲେ । ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କ ଉପରେ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରାଗଲା । ଚାପ କାମ ଦେଲା ନାହିଁ । ଫଳରେ ଯୋଜନା ହେଲା ଆନ୍ଦୋଳନକୁ ଦମନ କରିବା ପାଇଁ । ୧୯୩୯ ମାର୍ଚ୍ଚ ୩୦ରେ ଗଡଜାତ ସମୂହର ପଲିଟିକାଲ ଏଜେଣ୍ଟ ଧମକ ଦେଇ ଚାଲିଗଲେ । ୧୯୩୯ ଏପ୍ରିଲ ୧୦ ତାରିଖରେ ଜଣେ କନେଷ୍ଟବଲଙ୍କୁ ମିଥ୍ୟା ଆକ୍ରମଣ ଅଭିଯୋଗ ଅଣାଯାଇ ଏପ୍ରିଲ ୧୮ ତାରିଖରେ ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କୁ ଗିରଫ ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ ହେଲା, କିନ୍ତୁ ତାହା ସଫଳ ହେଲା ନାହିଁ । ୧୯୩୯ ଏପ୍ରିଲ ମାସ ୨୫ ତାରିଖ ପୁଲିସ ବାହିନୀ ଆମକୋ ସିମକୋ ଗାଁରେ ପଶିଲେ । ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କ ଘରକୁ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ସଶକ୍ତ ଆଦିବାସୀ ଘେରିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ । ଉପସ୍ଥିତ ସମସ୍ତେ ନିଜକୁ ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡା ବୋଲି କହିବାରୁ ବ୍ରିଟିଶ ପୁଲିସ ବାହିନୀ ଦ୍ୱନ୍ଦରେ ରହିଲା । ପୁଲିସର ନେତୃତ୍ୱ ନେଉଥିବା ଆସିଷ୍ଟାଣ୍ଟ ପଲିଟିକାଲ ଏଜେଣ୍ଟ ମାର୍ଗେଟ ସାହେବ ବିପ୍ଳବୀମାନେ ଏକ ନୁଆଁଣିଆ ଚାଳକୁ ଘେରିଥିବାରୁ ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡା ଥିବେ ଭାବି ଏହା ଭିତରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । ବାଉଁଶରେ ତାଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ଫାଟିଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ କେହି ତାଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଛି ବୋଲି କହି ପାଖରେ ମନିଆ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କଲେ । ମନିଆ ମୁଣ୍ଡାର ପୁଅ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇ ମାର୍କେଟକୁ ଆକ୍ରମଣ କଲା ବେଳେ ପାଖରେ ଥିବା ବସ୍କୋ ସାହେବ ବିପ୍ଳବୀଙ୍କ ଉପରକୁ ଗୁଳି ଚଳାଇବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଲେ । ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଟଳି ପଡିଲେ ବିପ୍ଳବୀ । ସରକାରୀ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ୪୮ ଜଣ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କଲେ ଏବଂ ୮୨ ଆହତ ହେଲେ । ୧୯୧୯ର ଜାଲିଓ୍ୱାନାବାଗ ଘଟଣାର ୨୦ବର୍ଷ ପରେ ଏହି ଲୋମହର୍ଷଣକାରୀ ଚିତ୍ର ଓ ସଂଗ୍ରାମ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା । ଏହି ଘଟଣାର ୨୧ଦିନ ପରେ ୪ ସହଯୋଗୀଙ୍କ ସହ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ବିପ୍ଳବୀ ନିର୍ମଳ ମୁଣ୍ଡା ୧୯୪୭ ଦେଶ ସ୍ୱାଧୀନ ପରେ କାରାମୁକ୍ତ ହେଲେ । ୧୯୫୭ ଦ୍ୱିତୀୟ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଶ୍ରା-ପାନପୋଷ ସଂରକ୍ଷିତ ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀରୁ ବିଧାୟକ ଭାବେ ନିର୍ବାଚିତ ହେଲେ । ସ୍ୱାଧୀନତାର ରଜତ ଜୟନ୍ତୀ ଅର୍ଥାତ ୧୯୭୧ ମସିହାରେ ଭାରତ ସରକାର ତାଙ୍କୁ ତାମପତ୍ର ଦେଇ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀର ମାନ୍ୟତା ଦେଲେ । ଅଦ୍ୟାବଧି ଏହି ଗୁଳିକାଣ୍ଡରେ ଆତ୍ମବଳି ଦେଇଥିବା ମହାନ ସଂଗ୍ରାମୀମାନଙ୍କୁ ସହିଦର ମାନ୍ୟତା ମିଳିନାହିଁ । ଏହି ପୀଠକୁ ସହିଦପୀଠର ମାନ୍ୟତା ମିଳିଲା ନାହିଁ । ରାଜ୍ୟ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ବହୁ ସ୍ୱାଧିନତା ସଂଗ୍ରାମର ବହୁ ଅନାଲୋଚିତ ଅଧାୟକୁ ଆମ ଉତରପିଢୀ ଜାଣିବା ପାଇଁ ପାଠ୍ୟ ପୁସ୍ତକରେ ସନ୍ନିବେଶିତ କରୁଛନ୍ତି । ଆମକୋ ସିମକୋ ପୀଠ ଏବେ ବି ଇତିହାସରେ ଏହାର ପରିଚୟ ଖୋଜୁଛି ।

ମୋ'ର ରଚନାବଳି

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

କଥା କହିବା ବିଷୟରେ ମୋ'ର କୁଣ୍ଠା ଏକଦା ଅତ୍ୟନ୍ତ ବିରକ୍ତିକର ଥିଲା, ମାତ୍ର ବର୍ତ୍ତମାନ ତାହା ଏକ ସୁଖକର ଅନୁଭୂତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ଏଥିରୁ ମୋତେ ଏହି ସର୍ବୋତ୍ତମ ଲାଭଟି ମିଳିଛି ଯେ, ତାହା ମୋତେ ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗର ସଂଯମ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଛି । ମୁଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ମୋ' ନିଜ ଭାବନାକୁ ସଂଯତ କରି ରଖିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରିନେଇ ପାରିଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ନିଜକୁ ଏପରି ଏକ ପ୍ରମାଣପତ୍ର ଅବଶ୍ୟ ଦେଇପାରିବି ଯେ, କୌଣସି ବିଚାରହୀନ ଶବ୍ଦ ମୋ' ତୁଣ୍ଡରୁ ବା ମୋ' କଲମରୁ ଅତି କ୍ୱଚିତ୍ ଖସି ବାହାରି ପାରୁଛି । ମୋ' କଥାରେ ଅଥବା ଲେଖାରେ ମୁଁ ଅନାବଶ୍ୟକ କିଛି ବ୍ୟକ୍ତକରି ପକାଇଲି ବୋଲି କେବେ ଦୁଃଖ ପ୍ରକାଶ କରିଥିବାର ଅବସର ଆଦୌ ସ୍ମରଣ କରିପାରୁ ନାହିଁ । ଏହା ଫଳରେ ମୁଁ ଅନେକ ଅଘଟଣ ତଥା ସମୟ ନଷ୍ଟ କରିବାରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିପାରିଛି ।

'ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ଓପିନିଅନ୍' ପତ୍ରିକାଟି ବାହାର କରିବାର ପ୍ରଥମ ମାସଟିରେ ହିଁ ମୁଁ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିଲି ଯେ, ସେବା କରିବା ହିଁ ସାମ୍ବାଦିକତାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହୋଇ ରହିବା ଉଚିତ ।

ସମ୍ବାଦପତ୍ରର ମୁଦ୍ରଣ ଯନ୍ତ୍ର ହେଉଛି ଗୋଟିଏ ଅତିବୃହତ୍ ଶକ୍ତି; ମାତ୍ର ବନ୍ଧ ବନ୍ଧାହୋଇ ନ ଥିବା ଏକ ଜଳସ୍ରୋତ ଯେପରି ବିସ୍ତୃତ ଭୂଖଣ୍ଡଗୁଡ଼ିକୁ ଜଳମଗ୍ନ କରି ରଖେ ଏବଂ ଶସ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ଆଦୌ ଆୟତ୍ତରେ ରହି ନଥିବା ଏକ କଲମ କେବଳ ବିନାଶ କାର୍ଯ୍ୟରେ ହିଁ ଲାଗିଥାଏ । ଯଦି କେବଳ ବାହାରୁ ହିଁ ତାହା ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରହିଥାଏ, ତେବେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନ ରହିବାର କ୍ଷତିଠାରୁ ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ଆହୁରି ଅଧିକ ବିଷମୟତାର ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । କେବଳ ଭିତରୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣଟି କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୋଇ ପାରୁଥିଲେ ଯାଇ ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି ମୋ'ର ଏହି କଥାଗୁଡ଼ିକ ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ପୃଥିବୀର କେତୋଟି ପତ୍ରପତ୍ରିକା ସେହି ପରୀକ୍ଷାରେ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ପାରିବେ । ମାତ୍ର, ଯାହାର ଆଦୌ କୌଣସି ଉପଯୋଗିତା ନାହିଁ, ତାହାକୁ ପ୍ରକୃତରେ କିଏ ବନ୍ଦ କରିପାରିବ ? ତେଣୁ ଯେପରି ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ ସାଧାରଣତଃ ଏକାଠି ରହିଥାନ୍ତି, ଠିକ୍ ସେହିପରି ଉପକାରୀ ଏବଂ ଅପକାରୀ ନୁହେଁ ଅବଶ୍ୟ ଏକାଠି ରହିଥିବେ ଏବଂ ମଣିଷକୁ ହିଁ ଦୁଇଟି ମଧରୁ ଗୋଟିକୁ ବାଛି ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ମୋ' ଲେଖାଗୁଡ଼ିକରେ ଅସତ୍ୟ ଲାଗି ଆଦୌ କୌଣସି ସ୍ଥାନ ରହିପାରିବ ନାହିଁ, କାରଣ ମୁଁ ଅଟଳ ଭାବରେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଛି ଯେ, ସତ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଧର୍ମ ନାହିଁ ଏବଂ ସତ୍ୟକୁ ବଳିଦେଇ ମିଳୁଥିବା କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ଯେ ମୁଁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିପାରିବି, ମୋ'ର ସେହି ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅବଶ୍ୟ ରହିଛି ।

ମୋ'ର ରଚନା ମଧରେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତି ଆଦୌ କୌଣସି ଘୃଣା ରହିବ ନାହିଁ, କାରଣ ମୋ' ଭିତରେ ସର୍ବଦା ଦୃଢ଼ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି ଯେ, ପ୍ରେମ ହିଁ ଏହି ପୃଥିବୀକୁ ସମ୍ଭବ କରି ରଖିଛି ।

ସାମ୍ବାଦିକତା କରିବା ପାଇଁ ହିଁ ମୁଁ ସାମ୍ବାଦିକତାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିନାହିଁ; ମାତ୍ର, ମୁଁ ଯାହାକୁ ମୋ' ଜୀବନର ବ୍ରତରୂପେ ଅନୁଭବ କରୁଛି, କେବଳ ତାହାରି ସହାୟକ ହେବାଲାଗି ମୁଁ ସାମ୍ବାଦିକତାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିଛି । ଅତ୍ୟନ୍ତ ସଂଯମ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ତଥା ଶିକ୍ଷାଦାନ ଦ୍ୱାରା ସତ୍ୟାଗ୍ରହର ସେହି ପଟାନ୍ତରହୀନ ଅସ୍ତ୍ରଟିର ବ୍ୟବହାର ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ମୁଁ ଜୀବନର ବ୍ରତରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିଛି; ସେହି ସତ୍ୟାଗ୍ରହକୁ ମୁଁ ଅହିଂସା ଏବଂ ସତ୍ୟର ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଉପପ୍ରମେୟରୂପେ ହିଁ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ।...

ତେଣୁ, ମୋ'ର ମୂଳ ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ନିଷ୍ଠାବାନ୍ ରହିବା ନିମନ୍ତେ କ୍ରୋଧ ବା ଈର୍ଷାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ କିଛି ଲେଖିବା ମୋ'ଲାଗି ଆଦୌ କୌଣସି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସାଧନ କରିବନାହିଁ । ମୁଁ ଆଳସ୍ୟର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ଆଦୌ କିଛି ଲେଖି ପାରିବି ନାହିଁ । କେବଳ ଭାବାବେଶଗୁଡ଼ିକର ଉଦ୍ରେକ କରିବାଲାଗି ମୁଁ କିଛି ଲେଖି ପାରିବି ନାହିଁ । ମୁଁ କେଉଁ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକୁ ବାଛିବି ଓ କେଉଁ ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବି, ସପ୍ତାହକୁ ସପ୍ତାହ ତାହାର ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବାରେ ମୋତେ ଯେ କେତେ ସଂଯମ ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହୁଏ, ପାଠକ ତାହାର ଧାରଣା ହିଁ କରି ପାରିବେ ନାହିଁ । ଏହା ହେଉଛି ମୋ' ଲାଗି ଗୋଟିଏ ତାଲିମ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମୁଁ ନିଜ ଭିତରକୁ ଅବଲୋକନ କରିବାକୁ ଏବଂ ମୋର ଦୁର୍ବଳତାଗୁଡ଼ିକୁ ଆବିଷ୍କାର କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୋଇଥାଏ । ଅନେକ ସମୟରେ ଆପଣା ଭିତରେ ଥିବା କୌଣସି ଦମ୍ଭର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ମୁଁ ଏକ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ବା ମୋ'ର କ୍ରୋଧ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରେରିତ ହୋଇ ଏକ କର୍କଶ ବିଶେଷଣ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ଭାରି ପ୍ରଲୁବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ପ୍ରକୃତରେ ଏକ ଭୟଙ୍କର ପରୀକ୍ଷା, ମାତ୍ର ଏହି ଅପତୃଣଗୁଡ଼ିକୁ ଉପାଡ଼ି ଫିଙ୍ଗିଦେବା ପାଇଁ ତାହା ଏକ ଚମତ୍କାର ସୁଯୋଗ ମଧ ଆଣି ଦେଇଥାଏ ।

ଲେଖିବା ସମୟରେ ଈଶ୍ୱର ମୋତେ ଯେଉଁଭଳି ପରିଚାଳିତ କରନ୍ତି, ମୁଁ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଲେଖି ଯାଉଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ, ମୋ'ର ଯାବତୀୟ ସଚେତନ ଭାବନା ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ କେବଳ ତାଙ୍କରି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରେରିତ ହେଉଥାଏ ବୋଲି ମୁଁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟଭାବରେ ଯେ ଜାଣିଛି, ମୁଁ କଦାପି ସେହି ଦାବି କରି ପାରିବିନାହିଁ । ମାତ୍ର, ନିଜ ଜୀବନରେ ମୁଁ ଯେଉଁସବୁ ବୃହତ୍ତମ ପଦକ୍ଷେପମାନ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ଏବଂ ଆଉ ଯେଉଁସବୁ ପଦକ୍ଷେପକୁ ହୁଏତ ସାମାନ୍ୟତମ ବୋଲି ମଧ କୁହାଯାଇ ପାରିବ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ମୁଁ ବେଶ୍ ଦେଖିପାରୁଛି ଯେ, ସେଗୁଡ଼ିକ ସବୁଯାକର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କେବଳ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିଲା ବୋଲି କହିଲେ ଆଦୌ ଅଯଥାର୍ଥ ହେବ ନାହିଁ ।

ବିଚାରଗୁଡ଼ିକର ଉପସ୍ଥାପନାରେ ମୋ'ର ଅବଶ୍ୟ କିଛି ମୌଳିକତା ରହିଛି । ମାତ୍ର, ଲେଖିବା ହେଉଛି ଏକ ଗୌଣ ଉପପରିଣାମ । ମୁଁ ମୋ' ନିଜ ବିଚାରର ପ୍ରଚାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ହିଁ ଯାହାକିଛି ଲେଖିଥାଏ । ସାମ୍ବାଦିକତା ଆଦୌ ମୋ'ର ବ୍ୟବସାୟ ନୁହେଁ ।

ମୁଁ ଯାହାସବୁ କହିଛି ବା ଲେଖିଛି, ତାହା ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇ ରହିବ ନାହିଁ । ମୁଁ ଯାହାକିଛି କରିଛି, ତାହାହିଁ ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇ ରହିବ ।

ପାଇଲସ ଦୂର କରେ ଷ୍ଟ୍ରବେରୀ

ନିକଟରେ ଏକ ଅଧୟନରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଷ୍ଟ୍ରବେରୀକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଫଳରେ ମଳାଶୟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଆନ୍ତଃକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଇନଫ୍ଲାମେଟୋରୀ ବୋବେଲ ଡିଜିଜ୍ ଭଳି ଏକ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ସମସ୍ୟା ଯୋଗୁଁ ଝାଡାରେ କଷ୍ଟ ବା କବଜ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏଥିଯୋଗୁଁ ପାଇଲସ୍ ବା ଅର୍ଶ ରୋଗ ବାହାରି ଥାଏ, ବ୍ୟକ୍ତି ଅସହ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି । ଏହାର ଉପଚାର ଔଷଧ ଓ ସର୍ଜରୀ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥାଏ । ଏହି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ନିକଟରେ ମୂଷାଙ୍କ ଠାରେ ଏକ ଅଧୟନର ନିଷ୍କର୍ଷରୁ ଜଣାପଡିଛି କି ଷ୍ଟ୍ରବେରୀ ଖାଇବା ଫଳରେ ଓଜନ କମ୍ ହେବ ତଥା ରକ୍ତ ଅର୍ଶର ଚିକିତ୍ସା ମଧ ହୋଇପାରିବ ।

ଆମେରିକାର ୟୁନିଭରସିଟି ମାସାଚ୍ୟୁସେଟସର ହାଙ୍ଗ ଜିଆଓ କହିଛନ୍ତି, ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଜୀବନ ଶୈଳୀ ଓ ଅନିୟମିତତା ଖାଦ୍ୟର ଅଭ୍ୟାସ ଯୋଗୁଁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ମୋଟାପାର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି, ତେଣୁ ନିୟମିତ ଷ୍ଟ୍ରବେରୀ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଫ୍ୟାଟ୍ କମିଥାଏ । କାହିଁକି ନା ଷ୍ଟ୍ରବେରୀରେ କମ୍ ଫାଇବର ରହିଥାଏ । ଏହା ଆନ୍ତଃ ତଥା ମଳାଶୟ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବା ସହିତ ରକ୍ତଅର୍ଶ ପାଇଁ ରାମବାଣ ପରି କାମ କରେ ।

ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ଷ୍ଟ୍ରବେରୀରେ ପ୍ରଚୁର ରହିଥିବା ହେତୁ ଏହା ରୋଗ ସହିତ ଲଢ଼େଇ କରବାର କ୍ଷମତାକୁ ବଢ଼ାଇବା ସହ ରୋଗକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖେ ।

ଷ୍ଟ୍ରବେରୀରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ରହିଥିବା ହେତୁ ଏହା ଆଖିକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ଏଥିରେ ଫ୍ଲେବୋନଏଡ୍, ଫଲେଟ୍, କେମ୍ଫୋରାଲ ଭଳି ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ଯାହାକି କ୍ୟାନସର ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଥିବା କୋଷିକାକୁ ନାଶ କରିଥାଏ ।

ଷ୍ଟ୍ରବେରୀରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ପୋଟାସିୟମ୍ ରହିଥାଏ ଯାହାକି ହାର୍ଟ ଆର୍ଟାକ୍ ଓ ହାର୍ଟ ଷ୍ଟ୍ରୋକର ଭୟକୁ ଦୂର କରିଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ପୂର୍ବ କର୍ମ ଇସ ଦେହ କା, କାରଣ
ୟୌଗିକ ଭୋଗ ।
ତୀନ ଭୋଗ ଇହ ଭୋଗତା,
କେୱଲ ପୂର୍ୱ ନ ଭୋଗ ॥୦୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ପୂର୍ବ କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ଭୋଗ, ଶାରୀରିକ କର୍ମ ଏବଂ ସଂଯୋଗିକ ଭୋଗ - ଏ ତିନି ଭୋଗକୁ ଆତ୍ମା ଏହି ଶରୀରରେ ଭୋଗ କରିଥାଏ । କେବଳ ପୂର୍ବ କର୍ମର ଭୋଗକୁ ହିଁ ଭୋଗ କରେ ନାହିଁ ।

ବହୁତ କର୍ମ ଜନମାନ୍ତର,
କଳ୍ପାନ୍ତର ବହୁ ଭୋଗ ।
କର୍ମ ଛୁଟେ ନହିଁ ଭୋଗ ବିନୁ,
ଜ୍ଞାନ ଦଗ୍ଧ କ୍ରିୟ ଭୋଗ ॥୦୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବ ଅନେକ କର୍ମକୁ ଜନ୍ମାନ୍ତର ଏବଂ କଳ୍ପାନ୍ତରରେ ଭୋଗ କରିଥାଏ । ଭୋଗ ବିନା କର୍ମ ଛାଡ଼େ ନାହିଁ । ଯୋଗାଗ୍ନିରେ ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ କର୍ମ ଭୋଗ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।

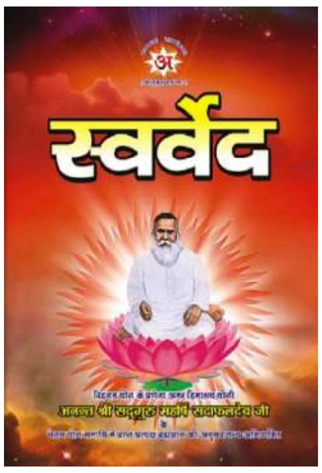
କର୍ମ ସେ ଆୟୁ ଜାତି ହୈ, କର୍ମ
ସେ ଭୋଗତ ଭୋଗ ।
କର୍ମ ୱିପାକ ନ ଛୁଟଇ, କର୍ମନ
ସଂସୃତ ରୋଗ ॥୧୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବ ନିଜର ଶୁଭାଶୁଭ କର୍ମାନୁସାରେ ଆୟୁ, ଜାତି ଆଉ ଭୋଗଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । କର୍ମଫଳ ବିନା ଭୋଗର ଅନ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ । ସଂସାରରେ ଜନ୍ମ-ମରଣର କାରଣ କର୍ମ ଅଟେ ।

ମୃତ୍ୟୁଂୟ ୟୋଗୀ ବନେ,
ମହାପ୍ରଲୟ ତନ ରାଖି ।
ୟହ ତୋ ଭଜନ ପ୍ରତାପ ହୈ,
ମହିମା ଭକ୍ତ ସୁଭାଖି ॥୧୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ମୃତ୍ୟୁଂୟ ଯୋଗୀ ନିଜ ଭଜନର ପ୍ରତାପରୁ ନିଜ ଶରୀରକୁ ମହାପ୍ରଳୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରଖିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହା ଭକ୍ତିର ମହତି ମହିମା ଅଟେ ।

ଆତ୍ମ ଭୋଜ୍ୟ ଶବ୍ଦାମୃତ, ଅନ୍ୟ



ୱସ୍ତୁ ନହିଁ କୋୟ ।
ଅନ ଜଲ ୱାୟୁ ଅସନ ହୈ, ୟହ
ଜଡ଼ ତନ ସଙ୍ଗ ସୋୟ ॥୧୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମାର ଭୋଜନ ଶବ୍ଦାମୃତ ଅଟେ, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ନୁହେଁ । ଅନ୍ନ, ଜଳ ଏବଂ ବାୟୁ ଏହି ଜଡ଼ ଶରୀରର ଭୋଜନ ଅଟେ, ଆତ୍ମାର ନୁହେଁ ।

ଅମୃତ ଅନ ଜଲ ୱାୟୁ ସେ, ରକ୍ଷା
ପ୍ରାଣିନ ହୋୟ ।
ନିୟମ ସମୟ ପରମାଣ ସେ,
ଦେତ ମହାପ୍ରଭୁ ସୋୟ ॥୧୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅମୃତ, ଜଳ, ଅନ୍ନ ଏବଂ ବାୟୁ ବଳରେ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କର ରକ୍ଷା ହୋଇଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ସଂରକ୍ଷକ ପ୍ରଭୁ ନିୟମ ଓ ଉଚିତ ବିଧାନରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି ।

ସବ ରକ୍ଷକ ପ୍ରଭୁ ଆପ ହୈ, ସର୍ୱ
ଦେୱ ପର ଦେୱ ।
କୀରୀ କୁର ଦେତ ହୈ, ପୁର୍ଣ୍ଣ
କୋଶ ନିତ ଭେୱ ॥୧୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ସର୍ବ ଦେବଙ୍କର ଦେବ ଏବଂ ସର୍ବ ସଂରକ୍ଷକ ସ୍ୱୟଂ ମହାପ୍ରଭୁ ଅଟନ୍ତି । ସେ ନିଜର ନିତ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଣ୍ଡାରରେ ସମସ୍ତ ଶରୀରଧାରୀ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିଥାନ୍ତି ।

ଜ୍ଞାନ ଅନନ୍ତ ଅନନ୍ତ ମେଁ, ଜାନତ
ଭେଦ ଅନନ୍ତ ।
ଚୌରାସୀ ହୈ କଳ୍ପନା, ୟୋନିଜ
ଜୀୱ ଅନନ୍ତ ॥୧୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅନନ୍ତ ଭିତରେ ଅନନ୍ତର ଜ୍ଞାନ ରହିଛି ଓ ତାହାର ଭେଦ କେବଳ ଅନନ୍ତଙ୍କୁ ହିଁ ଜଣା । ସଂସାରରେ ଚୌରାଶୀ ଲକ୍ଷ ଯୋନିମାନଙ୍କର କଳ୍ପନା କରାଯାଇଅଛି । ଜୀବମାନଙ୍କର ଯୋନି ଅନନ୍ତ ଅଟେ ।

ଦେୱୀ ପୃଥ୍ୱୀ ଶଶି ସୂର୍ଯ୍ୟ ହୈ,
ନୱଗ୍ରହ ଅରୁ ଧ୍ରୁୱ ଆୟ ।
ତୀନ ଲୋକ ଚୌଦହ ଭୁୱନ,
ୟହ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ କହାୟ ॥୧୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ନବ ଗ୍ରହ, ତିନି ଲୋକ, ଚଉଦ ଭୁବନ ଏବଂ ଧ୍ରୁବ - ଏ ସବୁକୁ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ କୁହାଯାଏ । ପୃଥିବୀ, ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ ଓ ଦିବ୍ୟ ଲୋକ - ଏ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ନେଇ ତ୍ରୀଲୋକ ସଂରଚିତ ।

ଅମିତ ଲୋକ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ହୈ, ସତ୍ତା
ସୃଷ୍ଟି ଅନନ୍ତ ।
ପ୍ରଭୁ ଅନନ୍ତ ମହିମା ଅମିତ,
ଲୀଲା ତାସୁ ଅନନ୍ତ ॥୧୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ମହାପ୍ରଭୁ ଅନନ୍ତ ଅଟନ୍ତି ଓ ତାଙ୍କର ରଚନା ଅନନ୍ତ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ସୃଷ୍ଟି ଅଟେ ତଥା ଅନନ୍ତ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଅନନ୍ତ ମହିମା ହୋଇଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କର କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ ଅଟେ ।

ମହାପ୍ରଲୟ ଏକ ପାଦ ମେଁ, ଜିୱ
ପରମାଣ ଅନନ୍ତ ।
ଧାରଣ ସତ୍ତା ମେଁ ରହେଁ,
ବ୍ୟୋମନ ଅସ୍ତି ଭନନ୍ତ ॥୧୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ମହାପ୍ରଳୟରେ ଅନନ୍ତ ଜୀବ ତଥା ପରମାଣୁ ଏକପାଦରେ ଆକାଶ ପରି ବ୍ୟାପକ ସାରଶବ୍ଦ, ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ଆଧାରରେ ସ୍ଥିତ ରହିଥାନ୍ତି ।

ବନ ଆକାଶ ପରମାଣୁ ସେ,
ଶୂନ୍ୟ ଅକାଶ ନ ହୋୟ ।
ବ୍ୟୋମ ତତ୍ତ୍ୱ ଅୱକାଶ ହୈ,
ରଚନା ୱିୱିଧ ସମୋୟ ॥୧୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ପରମାଣୁ ଦ୍ୱାରା ଆକାଶ ନିର୍ମିତ ହୋଇଛି । ତାହା ଶୂନ୍ୟ ବସ୍ତୁ ନୁହେଁ । ଆକାଶର ବ୍ୟାପକତ୍ୱରେ ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସୃଷ୍ଟି ସମାବିଷ୍ଟ ହୋଇଛି ଅର୍ଥାତ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ରହିଛି ।

ଶୂନ୍ୟ ଅୱସ୍ତୁ ମେଁ ଗୁଣ ନହୀଁ, ଶବ୍ଦ
ବ୍ୟୋମ ଗୁଣ ହୋୟ ।
ୟହ ଅକାଶ ଏକ ତତ୍ତ୍ୱ ହୈ,
କାରଣ ପ୍ରକୃତି ସମାୟ ॥୨୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ଶୂନ୍ୟ ବସ୍ତୁରେ ଗୁଣ ନ ଥାଏ ଆଉ ଆକାଶରେ ଶବ୍ଦ ଗୁଣ ରହିଛି । ସେଥିପାଇଁ ଆକାଶ ଏକ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଟେ ଏବଂ ତାହାର କାରଣ ନିତ୍ୟ ପ୍ରକୃତି ଅଟେ ।

ଦୃଶ୍ୟ ଅଧୃଶ୍ୟ ଦୋ ତତ୍ତ୍ୱ ହେଁ,
ଭେଦ କରଣ ଦୋ ଜାନ ।
ହୈ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନିଜ କରଣ ସେ,
ନୀରଭ୍ରାନ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ଜ୍ଞାନ ॥୨୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ଦୃଶ୍ୟ ଏବଂ ଅଦୃଶ୍ୟ - ଏଭଳି ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ପଦାର୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି । ପ୍ରକୃତି ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ବହୁତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପଦାର୍ଥ ରହିଛି, ଯାହା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଉ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୂରରେ ଥିବାରୁ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ମାତ୍ର ସେ ସମସ୍ତ ପଦାର୍ଥ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଅଥବା ଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି । ଅତଏବ ଚର୍ମ ଚକ୍ଷୁରେ ଦେଖା ଯାଉ ନ ଥିବା କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଆତ୍ମାର ଜଡ଼ ଆଉ ଚେତନ ଦୁଇ ପ୍ରକାର କରଣ ହୋଇଥାନ୍ତି । ପ୍ରକୃତିର ସୂକ୍ଷ୍ମ ପଦାର୍ଥ ଅଥବା ପରମାଣୁ ମଧ୍ୟ ଅଦୃଶ୍ୟ ଅଟନ୍ତି, ଏହାକୁ ବୈଜ୍ଞାନିକ କିମ୍ବା ପାରଦର୍ଶୀ ଯୋଗୀ ହିଁ ଦେଖି ପାରନ୍ତି । ଉଭୟ ଭୌତିକ ଏବଂ ଚେତନ ପଦାର୍ଥ ସାଧନ (ସହଜ ଯୋଗ)ରୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହା ନିର୍ଭ୍ରାନ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ଅଟେ ।

ବହୁ ଉପାଦେୟ ସଜନା ମଞ୍ଜି

ସଜନା ଶାଗ ଓ ଛୁଇଁ ଭାରି ସୁଆଦିଆ । ଛୁଇଁକୁ ତରକାରୀ କିମ୍ବା ଭାଜି ଖାଇବାର ମଜା ବି ନିଆରା । କିନ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ, ଅନେକ ଛୁଇଁ ଭାଜିବା କିମ୍ବା ତରକାରୀରେ ପକାଇବା ସମୟରେ ତା'ର ମଞ୍ଜି ବାହାର କରିଦିଅନ୍ତି । ଏହା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଛୁଇଁର ମଞ୍ଜିରେ ବହୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକାରୀ ଉପାଦାନ ରହିଛି । ମଞ୍ଜି ପୌଷ୍ଟିକ ଉପାଦାନରେ ଭରପୂର । ଭିଟାମିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଆଇରନ ଓ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକୀୟ ଖଣିଜ ଲବଣ ବି ଏଥିରୁ ମିଳେ ।

ସଜନା ମଞ୍ଜିରୁ ପ୍ରଚୁର ଫାଇବର ମିଳେ । ଏହା ହଜମ କ୍ରିୟାରେ ସହାୟକ । ନ୍ୟୁଟ୍ରିସନିଷ୍ଟଙ୍କ ମତରେ ସଜନା ମଞ୍ଜି ଜିଙ୍କର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଉତ୍ସ । ଏହା ବ୍ଲଡ ସୁଗାରନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଡାଇବେଟିସରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ପାଳଙ୍ଗ କିମ୍ବା ପୋଇରୁ ଆଇରନ ମିଳିବା ଭଳି ସଜନା ମଞ୍ଜିରୁ ମଧ ଆଇରନ ମିଳେ । ନିରାମିଷାଶୀମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଲୌହର ଅଭାବ ରହିଥିଲେ ଏହା ବେଶୀ ଦରକାର । ରକ୍ତପ୍ରବାହ ଭଲ ରହିବା ସହ ମାଂସପେଶୀ, ତନ୍ତୁ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗକୁ ଅମ୍ଳଜାନ ବହନ କରିବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ନିଏ ।

ସଜନା ମଞ୍ଜି କ୍ୟାଲସିୟମର ଭଣ୍ଡାର । ଏଣୁ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଗଣ୍ଠିଯନ୍ତ୍ରଣା ହ୍ରାସ ପାଏ । ଦେହ ବିନ୍ଧାଛିଟିକା ହେଉଥିଲେ ତାହା ମଧ କମିଯାଏ ।

କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ମାତ୍ରା ଅତ୍ୟଧିକ ରହିଥିଲେ ସଜନା ମଞ୍ଜି ଭଲ କାମ କରେ । ଏହା ଶରୀରରୁ କ୍ଷତିକାରକ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ଦୂର କରିଥାଏ । କାର୍ସିନୋଜେନିକ ଇଫେକ୍ଟ ଲାଗି ସଜନା ମଞ୍ଜି ବେଶୀ ଜଣାଶୁଣା । ଏହା କ୍ୟାନସର

ସୃଷ୍ଟିକାରୀ କୋଷ ବିକାଶରେ ବାଧା ଦିଏ । ଶରୀରରେ ଅକ୍ସିଡାଇଜଡ଼ ଲିପିଡ କମାଇବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ନିଏ । ହାର୍ଟ ଟିସ୍ୟୁଗୁଡିକର ସୁରକ୍ଷା କରେ ଓ ହାର୍ଟ ପୂରା ସୁସ୍ଥ ରଖେ ।

ସଜନା ମଞ୍ଜି ତେଲରେ ୩୦ ପ୍ରକାରର ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ରହିଛି । ଭିଟାମିନ୍ -ଏ, ବିକମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ, ସି ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଫ୍ରି ରାଡିକାଲ୍ସ ମିଳେ ମଞ୍ଜିରୁ । ଏହା ଅକ୍ସିଡେଟିଭ ଡ୍ୟାମେଜରୁ ରକ୍ଷା କରେ । ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ଏହା ପୂରା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ପପୁ ରୁଟିର ଗୋଟିଏ ଟୁକୁଡା ନିଜେ ଖାଇ ଆଉ ଗୋଟେ ଟୁକୁଡା ପାଖରେ ଥିବା କୁକୁଡାକୁ ଦେଉଥାଏ ।
ଏହା ଦେଖି ମା' ପପୁକୁ : ଇଏ କ'ଣ କରୁଛୁ ?
ପପୁ : ଚିକେନ୍ ସହ ରୁଟି ଖାଉଛି ।

× × ×

ପୁଅଘର : ଆମକୁ ଝିଅ ପସନ୍ଦ ।
ବାହାଘର ତା'ହେଲେ କେବେ କରିବା ?
ଝିଅଘର : ଟିକେ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ଆମ ଝିଅ ତ ଏବେ ପଢୁଛି ।
ପୁଅଘର : ଚିନ୍ତା କରନ୍ତୁନି । ଆମ ପୁଅ କୋଉ ଛୋଟ ପିଲା ଯେ, ତା' ବହି ଚିରି ଦେବ ।

× × × × ×

ଡାକ୍ତର ପାଗଳକୁ : ତମେ ଛାତରେ ଏମିତି କାହିଁକି ଝୁଲି ରହିଛ ?
ପାଗଳ : ଜାଣି ପାରୁନ । ମୁଁ ହେଉଛି ଲାଇଟ୍ ବଲ୍ବ ।
ଡାକ୍ତର : ଓଃ.. ତା' ହେଲେ ଜଳୁନ କାହିଁକି ?
ପାଗଳ : ଏବେ ଲାଇନ୍ ନାହିଁ ପରା ।

× × × × ×

ରାଜୁ ଓ ତା' ସ୍ତ୍ରୀ ଝଗଡା ହେବା ପରେ
ସ୍ତ୍ରୀ : ଆସ ଖାଇବ ।
ରାଜୁ ରାଗିକି : ତମ ହାତ ରନ୍ଧା କୁକୁର ବି ଖାଇବନି ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ସେଥିପାଇଁ ତ ତମକୁ ଖାଇବାକୁ ଦଉଛି ।

× × × ×

ଶିକ୍ଷକ : ମଣ୍ଟୁ କହିଲୁ ଦେଖି - 'ବହୁତ ଜୋର୍‌ରେ ପବନ ହେବା ସହ ବର୍ଷା ହେଉଛି'ର ଭବିଷ୍ୟତ କାଳ କ'ଣ ହେବ ?
ମଣ୍ଟୁ : ସାର୍ ଏହାର ଭବିଷ୍ୟତ କାଳ ହେଉଛି, 'ଲାଇନ୍ ଚାଲିଯିବ' ।

× × × × ×

ମୋହନ ଗଛ ତଳେ ବସିଥିବାର ଦେଖି
ରାଜେଶ : ଗଛ ତଳେ କାହିଁକି ବସିଛୁ ?
ମୋହନ : ମତେ ଜଣେ କହିଲେ, ଗଛ ତଳେ ବସିଲେ ଶୀତଳ ଛାୟା ମିଳିବ ।
ରାଜେଶ : ଓଃ ସେଥିପାଇଁ ବସିଛୁ ।
ମୋହନ : ହଁ, ହେଲେ ଏ ଯାଏଁ ନା ଶୀତଳ ଆସିଲା, ନା ଆସିଲା ଛାୟା ।

ଔଷଧୀୟ ମକା

ବର୍ଷା ଋତୁରେ ମକା ଖାଇବାର ମଜା କିଛି ନିଆରା । ଆଜିକାଲି ରାସ୍ତା କଡ଼ରେ ମକା ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ପସରା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । କୋଇଲା ରଡ଼ ନିଆଁରେ ପୋଡ଼ାଯାଉଥିବା ମକା ବେଶ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ । ଆୟୁର୍ବେଦ ଅନୁସାରେ ମକା ଏକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ ଖାଦ୍ୟ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଭିଟାମିନ୍ ରହିଛି ।

ଆୟୁର୍ବେଦ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ମକା ତୃପ୍ତିଦାୟକ, ବାତକାରକ, କଫ, ପିତ୍ତନାଶକ, ମଧୁର ଓ ରୁଚି ଉତ୍ପାଦକ ଶସ୍ୟ । ଏଥିରେ ଫୋଲିକ୍ ଏସିଡ୍, ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ କାର୍ବୋ ହାଇଡ୍ରେଟ୍ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ରହିଥିବାରୁ ବହୁ ରୋଗ ପାଇଁ ଫଳ ପ୍ରଦ ।

ମକାକୁ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ସେହି ପାଣିରେ ମିଶିରି ମିଶାଇ ପିଇଲେ ପରିସ୍ରା ଜ୍ୱଳନ, କିଡନୀ ରୋଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ମକାରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବର ରହିଛି । ଏଣୁ ଖାଦ୍ୟ ସହଜରେ ହଜମ ହୋଇଥାଏ । କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ଅର୍ଶ ଓ ପେଟ କ୍ୟାନସରର ଭୟ ଦୂର କରେ ।

ଏଥିରୁ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍, ଆଇରନ୍, କପର ଓ ଫସ୍‌ଫରସ ମିଳିଥାଏ । ଯାହାକି ଅସ୍ଥି ମଜବୁତ କରିଥାଏ । ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥିବା ହେତୁ ଅସ୍ଥି ଭାଙ୍ଗିବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ ।

ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଥିବାରୁ ସ୍କିନ୍ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦିଶେ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ସହିତ ଏହାର ତେଲ ଲଗାଇବା ଉଚିତ । ମକା ତେଲରେ ଲିନୋଲିକ୍ ଏସିଡ୍ ଥିବାରୁ ତ୍ୱଚାର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦାଗ ଦୂର କରିବା ସହିତ ଚର୍ମରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ମକା ତେଲ ତ୍ୱଚାକୁ କୋମଳ ରଖିଥାଏ ।

ଆଇରନ ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥିବା ହେତୁ ରକ୍ତହୀନ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ରାମବାଣ ସଦୃଶ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ବି' ଓ ଫୋଲିକ୍ ଏଡିସ୍ ରହିଛି । ଯାହାକି ରକ୍ତହୀନତା ଦୂର କରିଥାଏ ।

ଡାଇରିଆ ରୋକେ ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ର

ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ରରେ କାର୍ମିନେଟିଭ ଗୁଣ ରହିଥାଏ । ଏହା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରେ । ପେଟ ଗୋଳମାଳରେ ସୁଧାର ଆଣିଥାଏ । ବଦହଜମୀ ଦୂର କରିବା ସହିତ ପାଚନ କ୍ରିୟାର ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ରରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଥିବାରୁ ତ୍ୱଚା ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ଏ' ଆଖି ପାଇଁ ବହୁତ ଜରୁରୀ । ପ୍ରତିଦିନ ଖାଲି ପେଟରେ ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ର ଖାଇଲେ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ।

ଭୃଶଙ୍ଗପତ୍ରରେ ଥିବା କାର୍ଗୋଜୋଇ କାରଣରୁ ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲକୁ କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ରକୁ ଡାଇରିଆ ରୋଗୀ ଖାଇବା ଫଳରେ ତୁରନ୍ତ ଏହି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବା ସହିତ ତରଳ ଝାଡ଼ା ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ । ଡାଇରିଆ ପାଇଁ ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ର ଓ ଗୋଲମରିଚ ବାଟି ପିଇବା ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ ।

ଘନ ଓ କଳା କେଶ ଚାହୁଁଥିଲେ ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ର ବାଟି ଏହାକୁ ସପ୍ତାହକୁ ୨ ଥର ଲଗାନ୍ତୁ । ଫଳରେ କେଶ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । କେଶର ଶୁଷ୍କତା ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଘନ ଓ କଳା କେଶ ମିଳିଥାଏ ।

ଭୃଶଙ୍ଗ ପତ୍ରରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଥିବାରୁ କ୍ୟାନସର ଭଳି ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଏହା ମଧ ଲ୍ୟୁକେମିଆ ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ୍ କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।

ଜହ୍ନିର ଉପକାରିତା

ଜହ୍ନି ଏକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ ପରିବା ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ଏହାକୁ ଖାଇବାକୁ ବହୁ ଲୋକ ପସନ୍ଦ କରି ନ ଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଜହ୍ନିରେ ପ୍ରଚୁର ଭିଟାମିନ୍ ରହିଛି ଏବଂ ଏଥିରେ ରକ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପଥୁରି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାୟ ଅନେକ ରୋଗର ନିଦାନ ବି ରହିଛି ।

ଆଖିରୋଗ: ଜହ୍ନିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ରହିଥିବାରୁ ଶରୀରର ପାଣି କମିବାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ବୀଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ।

ପେଟ ରୋଗ ଦୂର: ଜହ୍ନି କବ୍ଜକୁ ଦୂର କରି ପେଟ ସଫା କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ଅର୍ଶ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ଓ ପେଟର ଅନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ ।

ଲିଭରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ: ନିୟମିତ ଜହ୍ନି ଖାଇବା ଫଳରେ ରକ୍ତରେ ମିଶିଥିବା ଦୂଷିତ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ସଫା କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିସହିତ ଆଲକୋହଲ ନିଶାକୁ ମଧ କମ୍ କରିବା ସହିତ ଲିଭରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ ଜହ୍ନି ।

ପଥୁରି ଦୂର କରେ : ପଥୁରି ସମସ୍ୟା ରହିଥିଲେ ଏହି ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଜହ୍ନି ବହୁତ ଭଲ । ଆୟୁର୍ବେଦ ଅନୁସାରେ

ପ୍ରତିଦିନ ଜହ୍ନି ଖାଉଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଆଦୌ ପଥୁରି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସକାଳୁ ଜହ୍ନି ସହିତ ଗାଈ କ୍ଷୀର କିମ୍ବା ଅଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଜହ୍ନିକୁ ବାଟି ପିଇବା ଫଳରେ ପଥୁରି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଯାଇଥାଏ ।

ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର: ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଜହ୍ନି ଖଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ନଡ଼ିଆ ତେଲରେ ପକାଇ ଚାରି ଦିନ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ପରେ ଏହାକୁ ଚୁଲିରେ ବସାଇ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ପରେ ଏହି ତେଲକୁ ଏକ ବୋତଲରେ ରଖିବା ସହିତ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠିରେ ମାଲିସ୍ କରନ୍ତୁ ତୁରନ୍ତ ଆରାମ ମିଳିବ ।

କାମଳ ରୋଗ: କାମଳ ରୋଗ ହୋଇଥିଲେ ଜହ୍ନିଫୁଲର ରସକୁ ବାହାର କରି ଦୁଇ ବୁନ୍ଦା ରୋଗୀର ନାକରେ ପକାଇବା ଫଳରେ କାମଳ ରୋଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଗର୍ଭବତୀଙ୍କ ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦ: ଜହ୍ନିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ, ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ ଫାଇବର ରହିଥାଏ । ବି କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ ଓ ଫଲିକ ଏସିଡ୍ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଫଳପ୍ରଦ ।

ଓଜନ କମ୍ କରେ: ଜହ୍ନିରେ କେବଳ ୨୫ ପ୍ରତିଶତ କ୍ୟାଲୋରି ରହିଥିବା ହେତୁ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଚର୍ବି ଓ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ମଧ ବହୁତ ସୀମିତ ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ । ଯାହା ଫଳରେ ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଆର୍ଣ୍ଟାର୍କଟିକାର ଗ୍ଲାସିଅରରେ ଜମିଥିବା ବରଫରେ ଶତକଡ଼ା ତିନିଭାଗ ପେଙ୍ଗୁଇନଙ୍କ ୟୁରିନ ରହିଛି ।
- ନାସା ଏଭଳି ଏକ ମେସିନ ତିଆରି କରିଛି ଯାହା ମହାକାଶ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ପରିଶ୍ରାକୁ ପିଇବା ଯୋଗ୍ୟ ପାଣିକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହି ପାଣି ଆମେରିକାର ସପ୍ଲାଇ ପାଣିଠୁ ବି ବିଶୁଦ୍ଧ ।
- ମଣିଷ ଜନ୍ମହେଲା ବେଳେ ୩୦୬ ଟି ହାଡ଼ ଥିବା ବେଳେ ବୟସ ବଢ଼ିବା କ୍ଷଣି ଏହି ସବୁ ହାଡ଼ ଯୋଡି ହୋଇ ୨୦୬ ଟି ରହିଯାଏ ।
- ମଣିଷ ଏବଂ ଜିରାଫ ବେକରେ ସମାନ ହାଡ଼ ରହିଥାଏ ।
- ମଣିଷ ଶରୀରର ସବୁଠୁ ଛୋଟ ହାଡ଼ ରହିଛି କାନରେ, ଯାହା ୦.୧୧ ଇଞ୍ଚ ଏବଂ ସବୁଠୁ ବଡ଼ ହାଡ଼ ଜଂଘରେ ।
- ପ୍ରତି ୭ବର୍ଷ ପରେ ଆମ ପୁରୁଣା ହାଡ଼ ସ୍ଥାନରେ ନୂଆ ହାଡ଼ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।
- ପୃଥିବୀ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ୨୫ଟି ପର୍ବତଶୃଙ୍ଗ ମଧରେ ୧୯ଟି ରହିଛି ହିମାଳୟ ପର୍ବତମାଳାରେ ।
- ନାଉରୁ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାସାଗର ମଧରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଦ୍ୱୀପରାଷ୍ଟ୍ର ଯାହାର କୌଣସି ରାଜଧାନୀ ନାହିଁ ।
- ମଣିଷ ଶରୀରରେ ସବୁଠୁ ମଜବୁତ ହାଡ଼ ଜଂଘରେ ରହିଥିବା ବେଳେ ସବୁଠୁ ନରମ ହାଡ଼ ରହିଛି ନାକ ଆଗରେ ।
- ମ୍ୟାନହାଟନରେ ଏମିତି ଅନେକ ଘର ରହିଛି ଯେଉଁଗୁଡିକର ନିଜସ୍ୱ ଜିପ୍ କୋଡ୍ ରହିଛି ।
- ଆଫ୍ରିକା ଏମିତି ଏକ ମହାଦେଶ ଯାହା ଉତ୍ତର ଦକ୍ଷିଣ, ପୂର୍ବ, ପଶ୍ଚିମ, ଚାରିଟି ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧକୁ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ।

କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରେ ସୋୟାମିଲ୍କ

ସୋୟାରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଭିଟାମିନ୍ ଭରି ରହିଥିବାରୁ ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବଡ଼ ଉପକାରୀ । ଆପଣ ହୁଏତ ଜାଣି ନ ଥିବେ ସୋୟା କ୍ଷୀର ଖୁବ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ତଥା ଏହା ମଧ ଆମକୁ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ସୋୟାବିନକୁ ଭଲ ଭାବରେ ପେଶି କ୍ଷୀରରେ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଚୁଲିରେ ବସାଇ ରାନ୍ଧିବା ପରେ ଅଳ୍ପ ବହଳିଆ ହେବା ପରେ ଓହ୍ଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ସୋୟା ମିଲ୍କ ନଖଉଷୁମ ହେବା ପରେ ଏଥିରେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ ।

ସୋୟା ମିଲ୍କରେ କ୍ୟାଲୋରି ମାତ୍ରା ଖୁବ୍ କମ୍ ଥାଏ । ଫଳରେ ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ କ୍ୟାନସର ପାଇଁ ରାମବାଣ ସଦୃଶ କାମ

କରିବା ସହିତ ଏହି ଭୟାନକ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ।

ଅସ୍ଥି ମଜବୁତ କରିବା ପାଇଁ ସୋୟା ମିଲ୍କରେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇବା ଉଚିତ୍ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ଭିଟାମିନ୍ ଡି' ଓ ଆଇରନ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି ଯାହାକି ଅସ୍ଥିକୁ ମଜଭୁତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଯଦି ଆପଣ ଜିମ ଯାଉଛନ୍ତି ଓ ଷ୍ଟ୍ରଙ୍ଗ ମସଲସ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ ନିୟମିତ ସୋୟା ମିଲ୍କ ପିଅନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ରହିଛି ଯାହାକି ମସଲ୍ସକୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ହୃଦୟ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସୋୟା ମିଲ୍କ ଖୁବ୍ ଗୁଣକାରୀ । ଏଥିରେ ଥିବା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ମାତ୍ରା ଖୁବ୍ କମ୍ ରହିଥାଏ ଫଳରେ ହାର୍ଟ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଶାରୀରିକ କମଜୋର ଦୂର କରିଥାଏ ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ୧୨ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରା ରହିଥିବା କାରଣରୁ ସୋୟା ମିଲ୍କ ପିଇବା ଫଳରେ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇବା ସହିତ କମଜୋର ଦୂର କରେ ।

ଚକ୍ଷୁ ଓ ମେଦ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ ଲେମ୍ବୁ

ସୁସ୍ଥ ଓ ନୀରୋଗ ଶରୀର ସମସ୍ତଙ୍କ କାମ୍ୟ । ସେଥିପାଇଁ କିଏ ବ୍ୟାୟାମ କରୁଛି ତ କିଏ ଭିଟାମିନ୍ ବଟିକା ଖାଇବା ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିଣତ କଲାଣି । ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ ଅଧଘଣ୍ଟାରୁ ଘଣ୍ଟାଏ ବ୍ୟାୟାମ ସହିତ ଖାଦ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ ଫଳ ଖାଇବା ଉଚିତ୍ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଫଳରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭିଟାମିନ୍ ଥାଏ । ଏହା ଆମକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗଠାରୁ

ଦୁରେଇ ରଖେ । ଦେହ ଓ ମନକୁ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ରଖି ଶରୀରର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ବଢ଼ାଇଥାଏ ।

ଆମ୍ବରେ ବିଟା କାରୋଟିନ୍ ତଥା ଜୀବସାର ଗ' ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ମିଳେ । ଏଥିରେ ଥିବା ବାୟୋଫ୍ଲୋଭୋନୟକ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ଅଦ୍ରବଣୀୟ ତନ୍ତୁ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଦୂର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

କମଳାରେ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ଜୀବସାର ଗ' ରହିଛି । ଏହା ଶରୀରକୁ ସ୍କର୍ଭି ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ଭାବେ ମଧ ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଆମମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ତନ୍ତୁର ୨୮ ପ୍ରତିଶତ ଗୋଟିଏ କମଳା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପୁରଣ ହୋଇଥାଏ ।

କମଳା ଭଳି ଲେମ୍ବୁ ମଧ ଜୀବସାର ଗ'ରେ ଭରପୁର ଓ ସ୍କର୍ଭି ରୋଗ ଦୂର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଚକ୍ଷୁରୋଗ ତଥା ମେଦ ସମସ୍ୟାରୁ ଏହା ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳୁ ଲେମ୍ବୁ ସର୍ବତ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପୁରୁଷଙ୍କ ଶୁକ୍ରାଣୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହେ ଓ ଶରୀରରୁ ସମସ୍ତ ବିଷ ଓ ମଇଳା ବାହାରିଯାଏ । ନିୟମିତ ଲେମ୍ବୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଶିରା ଶକ୍ତ ହୁଏ ।

ଶ୍ୱାସ ରୋଗର ମହୌଷଧି ସୋରିଷ ତେଲ

ଶ୍ୱାସ ଏକ ବଡ଼ କଷ୍ଟଦାୟକ । ରୋଗୀର ଛାତିରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ ହେବା ସହ ନାକପଟେ ନିଃଶ୍ୱାସ ନେଇ ହୁଏ ନାହିଁ । ଫଳରେ ରୋଗୀ ଧଇଁସଇଁ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ଏହି ରୋଗ ପିଲାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବୁଢ଼ାଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ । ଶ୍ୱାସ ରୋଗକୁ କିଛି ଘରୋଇ ଉପାୟରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିହେବ ।

ଏକ ଲିଟର ପାଣିରେ ୧ ଚାମଚ ମେଥି ଦାନା ପକାଇ ଅଧଘଣ୍ଟା ସିଝାନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଛାଣି ଅଳ୍ପ ଅଦା ରସ ଓ ମହୁ ମିଶାଇ ଏହାକୁ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ପାଣି ସେବନ କରିବା ଫଳରେ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ ।

ଭିଟାମିନ୍ ସି'ରେ ଭରପୁର ଅଁଳା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉତ୍ତମ । ଏକ ଛୋଟ ଚାମଚରେ ଅଁଳା ପାଉଡର ପକାଇ ମିକ୍ସ କରନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ ଏହାକୁ ଖାଇବାରେ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଶୁଦ୍ଧ ମହୁ ଏକ ତାଟିଆରେ ନେଇ ଏହାକୁ ଶୁଙ୍ଘିବା ଫଳରେ ଶ୍ୱାସରେ ମହୁକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଫଳରେ ଶ୍ୱାସ ରୋଗୀଙ୍କ ପେଲି ହେବା ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ ।

ସୋରିଷ ତେଲରେ କର୍ପୁର ପକାଇ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ଏହି ତେଲ ଶରୀରରେ ମାଲିସ୍ କରିବା ସହିତ ପିଠିରେ ମାଲିସ କରନ୍ତୁ । ଦିନରେ ୨/୩ ଥର ଏହାକୁ ମାଲିସ କରିବା ଫଳରେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ଧାନ ରଖନ୍ତୁ ସୋରିଷ ତେଲ ଛାତିରେ ଆଦୌ ମାଲିସ କରିବେ ନାହିଁ, କାରଣ କଫ ଛାତିରେ ଜମାଟ ବାନ୍ଧି ଯାଏ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) କେଉଁ ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ୩୦୦ ମ୍ୟାଚ୍‌ରୁ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ମ୍ୟାଚ୍ ହାରିଛନ୍ତି ?
(୨) କେଉଁ ଟେନିସ୍ ଖେଳାଳୀଙ୍କ ବହିର ନାମ 'ହୋଲଡିଙ୍ଗ ସାର୍, ପସେଭରିଙ୍ଗ ଅନ୍ ଆଣ୍ଡ ଅଫ୍ ଦି କୋର୍ଟ' ?
(୩) କମଲ ହାସନ ଏବଂ ରଜନୀ କାନ୍ତ ଶେଷଥର ପାଇଁ କେଉଁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ ଏକାଠି ଅଭିନୟ କରିଥିଲେ ?
(୪) କେଉଁ ବଲିଉଡ୍ ହିରୋଇନଙ୍କ ହଲିଉଡ୍ ଡେବ୍ୟୁ ଥିଲା 'ବେୱାଚ୍' ?
(୫) ପିଅର୍ସ ବ୍ରୋସନାନ ଏବଂ ସଇଦ୍ ଜାଫରିଙ୍କ ଅଭିନୀତ କେଉଁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ ଓଡ଼ିଶାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କର ଏକ ଛୋଟିଆ ଚରିତ୍ର ଥିଲା ?
(୬) ୱେଷ୍ଟଇଣ୍ଡିଏନ୍ କ୍ୟାପଟେନ ସାର୍ ଫ୍ରାଙ୍କ୍ ଓରେଲଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ କେଉଁ ଭାରତୀୟ ଖେଳାଳୀ ୨ଥର ୫୦୦ ରନ କରିଥିଲେ ?
(୭) ଅଭିନେତା ହେବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛୁକ ଥିବା କେଉଁ ଅଭିନେତା ପରେ ଡିରେକ୍ଟର ହୋଇଥିଲେ ?
(୮) ୱାର୍ଲଡ ନଂ-୧ ମହିଳା ସୁଟର ପେଶାରେ ଥିବା ଦାନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ନାଁ କ'ଣ ?
(୯) ଇନ୍ଦିରା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିଥିବା ବଡ଼ିଗାର୍ଡଙ୍କ ନାଁ କ'ଣ ?
(୧୦) ଇନ୍ଦ୍ରନଇ କେଉଁ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ବିଜିନେସ୍ ସ୍କୁଲରୁ ଏମ୍.ବି.ଏ କରିଛନ୍ତି ?

JUMBLE WORDS

1) LYWOLE	=	6) CAAEDF	=
2) PIDEEM	=	7) CEFTA	=
3) RRHYU	=	8) NREAA	=
4) DIUOA	=	9) DYYAEH	=
5) NUSIEW	=	10) SCAAUB	=

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.ଭୋଲେଲ୍ ଖାନ୍ ଲୋଦି, ୨.୧୯୫୫ ମସିହା, ୩. ୧୮୫୬ ମସିହା, ୪.୧୯୯୬ ମସିହା, ୫.୧୯୪୭ ମସିହା, ୬. ସାର୍ ୱାଲଟର ରାଲେଁ, ୭.୧୭୪୨ ମସିହା, ୮.ଫରିଦାବାଦ୍, ୯.୧୮୮୦ ମସିହା, ୧୦.ଆନିବେସାନ୍ତ ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର **:-**

(1) TARGET (2) RATHER (3) SHINY (4) WITCH (5) INDIGO
(6) FORGET (7) WHOSE (8) DRESS (9) APPEAR (10) EXCUSE

ସ୍ୱୀକାର

ସମ୍ବଲପୁରରେ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ନେଲସନ ମାଣ୍ଡେଲା ଛକଠାରେ ଆୟୋଜିତ ୭୭ ତମ ଜିଲାସ୍ତରୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଗୃହ ଓ ନଗର ଉନ୍ନୟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବା ସହ ମିଳିତ ପ୍ୟାରେଡରେ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

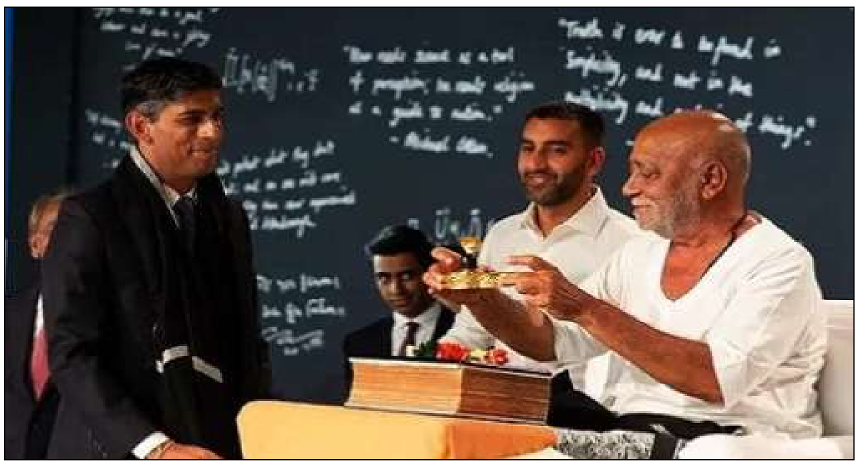
ମିଳିତ ପ୍ୟାରେଡରେ ରିଜର୍ଭ ଇନ୍ସପେକ୍ଟର ଅନିଲ କୁମାର ମୁଖୀ ନେତୃତ୍ୱ ନେଇଥିବାବେଳେ ପୁଲିସ ପକ୍ଷରୁ ଏପିଆର ଫୋର୍ସ, ହୋମଗାର୍ଡ ଓ ବ୍ୟାଣ୍ଡପାର୍ଟି ସହ ବିଭିନ୍ନ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନର ୧୨ଟି ସମରଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ବାହିନୀ ଦଳ (ଏନସିସି) ଓ ୧୫ଟି ଏନଏସସ, ରେଡକ୍ରସ, ସ୍କାଉଟ ଓ ଗାଇଡ ଦଳ ତଥା ପ୍ରଜ୍ଞାପନ ମେଢ଼ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ପ୍ୟାରେଡ ପରେ ବିଭିନ୍ନ ବିଦ୍ୟାଳୟର ୬ଟି ଦଳ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ୨୦୨୨-୨୩ ମାଟ୍ରିକ ପରୀକ୍ଷାରେ ଜିଲାରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ମାର୍କ (୯୪.୩୩%) ରଖିଥିବା କୁଚିଣ୍ଡା ସରସ୍ୱତୀ ଶିଶୁ ବିଦ୍ୟା ମନ୍ଦିରର ସମୀକ୍ଷା ପଟେଲ, ଦ୍ୱିତୀୟ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ମାର୍କ (୯୪୧୭%) ରଖିଥିବା ରେଢ଼ାଖୋଲ ବଡ଼ବାହାଲ ପଞ୍ଚଖଣ୍ଡା ହାଇସ୍କୁଲର ଅଭିଳାଷ ପଣ୍ଡା, ଉତ୍ସର୍ଗୀକୃତ ସମାଜସେବା ପାଇଁ ପ୍ରେମରାଜ ନିଆଲ ଓରଫ ନିହାଲ ସିଂ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଓ ନାକଟିଦେଉଳ ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଭିତ୍ତିଭୂମି ବିକାଶ ପାଇଁ ଡାକ୍ତର ଅମୂଲ୍ୟ ରତ୍ନ ମହନ୍ତ ଏବଂ ସଦର ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ମହତ୍ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ପାଇଁ ସର୍ଜରୀ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଡାକ୍ତର ସୁଧାଂଶୁ ଶେଖର ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାବ୍ୟତୀତ କୁଇଜ, ଚିତ୍ରାଙ୍କନ, ବକ୍ତୃତା, ପ୍ରବନ୍ଧ ଆଦି ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ

ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ପ୍ୟାରେଡ ବରିଷ୍ଠ ବର୍ଗ ଏନସିସିରେ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଆର୍ମି ଦଳ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବାବେଳେ କନିଷ୍ଠ ବର୍ଗରେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଜୁନିଅର ଡିଭିଜନ ପ୍ରଥମ ଓ ଗୁରୁନାନକ ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲ ଜୁନିଅର ଡିଭିଜନ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ସିଭିଲିଆନରେ ଦୟାନନ୍ଦ ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲ ପ୍ରଥମ, ଲେଡିଲୁଇସ ଗାର୍ଲସ ହାଇସ୍କୁଲ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ସେଭେନ ହିଲ୍ସ ରେସିଡେନ୍ସିଆଲ ସ୍କୁଲ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ହାସଲ କରି ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଛନ୍ତି । ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଧନକଉଡ଼ା ଓଡ଼ିଶା ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବାବେଳେ ଲେଡିଲୁଇସ ଗାର୍ଲସ ହାଇସ୍କୁଲ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ବିକାଶ ଦ କନସେପ୍ଟ ସ୍କୁଲ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି । ପ୍ରଜ୍ଞାପନ ମେଢ଼ ସକାଶେ ସମସ୍ତ ଜିଲା ପରିଷଦ, ଜିଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ୟୁନିଟ, ଜିଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ, ଜିଲା ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ବିଭାଗ, ସମଗ୍ର ଶିକ୍ଷା ଅଭିଯାନ ଓ ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମକୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ଜିଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ 'ଉତ୍ସର୍ଗ' ପକ୍ଷରୁ ମିଳିତ ଭାବେ ଗେଇଟି ରୋଡସ୍ଥିତ ଅନୁଷ୍ଠାନର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଆୟୋଜିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଶିବିରରେ ୮୦ ୟୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଡାକ୍ତ କମ୍ଳେଶ କକ୍କଡ଼ଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଜିଲା ରେଡକ୍ରସ ରକ୍ତଭଣ୍ଡାରର ଟେକନିସିଆନ ଓ ଅନ୍ୟମାନେ ଶିବିର ପରିଚାଳନା କରିଥିବାବେଳେ 'ଉତ୍ସର୍ଗ'ର କର୍ମକର୍ତ୍ତାମାନେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀମତୀ ଉଷା ଦେବୀ ଦୁର୍ଗାପାଲି ସ୍ଥିତ ଦୟାମଣି ବୃଦ୍ଧାଶ୍ରମ ପରିଦର୍ଶନରେ ଯାଇ ସେଠାରେ ଅନ୍ତେବାସୀମାନଙ୍କୁ ଫଳ ଓ ମିଷ୍ଟାନ୍ନ ବଣ୍ଟନ କରିଥିଲେ । ସେଠାରେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରମିଳା ବହିଦାର, ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଭୋଳା ଟିବ୍ରେୱାଲ, ଡାକ୍ତର ଦାଶ, ବେଣୁଧର ତ୍ରିପାଠୀ ପ୍ରମୁଖ ସ୍ୱାଗତ କରିଥିଲେ ।

ମୁରାରୀ ବାପୁଙ୍କ ପ୍ରବଚନରେ ବ୍ରିଟେନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

ଲଣ୍ଡନ: ସଂପ୍ରତି ସନ୍ଥ ମୁରାରୀ ବାପୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବ୍ରିଟେନର କେମ୍ବ୍ରିଜ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ



ରାମ କଥା ପ୍ରବଚନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଚାଲିଥିଲା ବେଳେ ଭାରତର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସରେ ବ୍ରିଟେନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଋଷି ସୁନକ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରବଚନ ସ୍ଥଳରେ ଋଷି ସନକ ୫ ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ, ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବେ ନୁହେଁ, ବରଂ ଜଣେ ହିନ୍ଦୁ ଭାବେ ସେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଆସିଛନ୍ତି । ସେ ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଲା ବେଳକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭାବବିହ୍ୱଳ ହୋଇ ପଡିଥିଲେ । ଉପସ୍ଥିତ ଜନ ସମାବେଶକୁ ସେ 'ସୀୟା ରାମ୍' କହି ସମ୍ବୋଧନ କରିବା ପରେ ସେ କହିଥିଲେ ଯେ, ଆଜି ସେ ଯେଉଁଠି ପହଞ୍ଚିଛନ୍ତି ସେଥିପାଇଁ ତାଙ୍କ ଧର୍ମ ଏବଂ ପରାମ୍ପରାର ପ୍ରଭାବ ବହୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ବହନ କରୁଛି । ଜଣେ ସାଧାରଣ ଭକ୍ତଭାବେ ସେ ବହୁ ସମୟ ଧରି ରାମକଥା ଶୁଣିଥିଲେ । ସେ ପ୍ରବଚନ ସ୍ଥଳରେ ୪୦ ମିନିଟ୍ ରହିବା ସହ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପ୍ରସାଦ ବାଣ୍ଟିଥିଲେ । ଆରତି କରିବା ସହ ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କ ସହ ବାର୍ତ୍ତାଳାପ କରିଥିଲେ । ରାମକଥା ଶୁଣିବା ସହ କିଛିସମୟ ଧ୍ୟାନ କରିଥିଲେ । ସୁନକଙ୍କ ଏହି ଅଚାନକ ଗସ୍ତକୁ ନେଇ ମଧ ସନ୍ଥ ମୁରାରୀ ବାପୁ ସ୍ତବ୍ଧ ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ । ବିଶେଷକରି ଭାରତର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସରେ ସୁନକ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଆସିଥିବାରୁ ସେ ସୁନକଙ୍କୁ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଦେବା ସହିତ ବ୍ରିଟେନବାସୀଙ୍କ ସର୍ବମଙ୍ଗଳ କାମନା କରିଥିଲେ । ବ୍ରିଟେନବାସୀଙ୍କ ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ କୁଶଳ ପାଇଁ ପ୍ରଭୁ ହନୁମାନ ସୁନକଙ୍କୁ ଅସୀମ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ ବୋଲି ବାପୁ କହିଥିଲେ । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ସୁନକ ପ୍ରଥମ ବିଦେଶୀ ନେତା ଭାବେ କୌଣସି ରାମକଥା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହାବ୍ୟତୀତ ଜଣେ ହିନ୍ଦୁ ଭାବେ ତାଙ୍କ ଧର୍ମ ପ୍ରତି ତାଙ୍କର ଅନୁରାଗ କେତେ ରହିଛି ତାହାକୁ ମଧ ପ୍ରମାଣିତ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରବଚନ ଶୁଣିବାକୁ ଇଂଲଣ୍ଡ, ଆମେରିକା ଓ କାନାଡ଼ାର ବହୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏକ ଗଣମାଧମକୁ ସାକ୍ଷାତକାର ଦେଇ ମୁରାରି ବାପୁ କହିଥିଲେ ଋଷି ସନକଙ୍କ ସେଦିନର ଆଚରଣ ଅନ୍ୟ ଦେଶର ମୁଖ୍ୟମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଉଦାହରଣ ।

କେନ୍ଦ୍ରରେ ମୋଦୀ ... (ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଧାନସଭା ଓ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନ ହେଲେ ବିଜେଡି ପୁନର୍ବାର ବିପୁଳ ବିଜୟ ହାସଲ କରିବ ବୋଲି ଟାଇମ୍ସ ନାଓ ସଂସ୍ଥାର ସର୍ଭେରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଗତ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ୫୬% ଲୋକସଭା ଆସନ ଓ ୭୬% ବିଧାନସଭା ଆସନରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲା । ଏଥର ଫଳାଫଳ କେବଳ ଭିନ୍ନ ହେବ ନାହିଁ । ବିଜେଡି ଉଭୟ ଲୋକସଭା ଓ ବିଧାନସଭାରେ ଅଧିକ ଆସନ ଅକ୍ତିଆର କରିବ । ୨୦୧୯ ନିର୍ବାଚନଠାରୁ ଦଳର ଭୋଟ ହାର ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ଓ ଆସନ ସଂଖ୍ୟା ମଧ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ବଢ଼ିବ ବୋଲି ଟାଇମ୍ସ ନାଓ-ଇଟିଜି ପକ୍ଷରୁ ପୂର୍ବାନୁମାନ କରାଯାଇଛି । ୨୦୧୯ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ୪୨.୮% ଭୋଟ ସହ ୧୨ଟି ଲୋକସଭା ଆସନ ଦଖଲ କରିଥିଲା । ଅନୁରୂପ ଭାବରେ ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଦଳ ଲୋକସଭା ଭୋଟ ଠାରୁ ପାଖାପାଖି ୨% ଅଧିକ ୪୪.୭୧% ଅର୍ଥାତ୍ ୧.୦୨ କୋଟି ଭୋଟ ପାଇଥିଲା । ୨୦୧୯ରେ ରାଜ୍ୟର ମୋଟ ୩.୨୪ କୋଟି ଭୋଟରଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୨.୩୬ କୋଟି ଭୋଟର ମତଦାନ କରିଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ୨୦୨୩ରେ ପଞ୍ଚାୟତ ଓ ପୌର ନିର୍ବାଚନରେ ଏହି ଭୋଟ ହାର ୧.୨ କୋଟିକୁ ଛୁଇଁଥିଲା । ଫଳାଫଳ ଦେଖିଲେ ପ୍ରାୟ ୫୦%ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଭୋଟର ବିଜେଡିକୁ ପସନ୍ଦ କରିଥିଲେ । ପରିଣତି ସ୍ୱରୂପ ଦଳ ରାଜ୍ୟର ୩୦ଟି ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦରେ ବିପୁଳ ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥିଲା । ନିର୍ବାଚନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିବା ୩ ମହାନଗର ଓ ୯୦% ପୌରାଞ୍ଚଳରେ ବଳ ବିଜୟ ବୈଜୟନ୍ତୀ ଉଡ଼ାଇଥିଲା । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଆଗାମୀ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ଅନ୍ୟୁନ ୫୫% ଭୋଟ ସଂଗ୍ରହ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି । ପଞ୍ଚାୟତ ଓ ପୌର ସଫଳତାକୁ ବିଧାନସଭା - ଓ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଦୋହରାଇବା ନିମନ୍ତେ ବିଜେଡି ଯେଉଁ ଅଭେଦ୍ୟ ରଣନୀତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି ତାହା ଆଗାମୀ ନିର୍ବାଚନରେ ଦଳକୁ ବିପୁଳ ସଫଳତା ଦେବ ବୋଲି ଆକଳନ କରାଯାଉଛି ।

ସୋନପୁରରେ ୭୭ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର: ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲା ରାମେଶ୍ୱର ଷ୍ଟାଡିୟମଠାରେ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ୭୭ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ ହସ୍ତତନ୍ତ, ବୟନ ଓ ହସ୍ତଶିଳ୍ପୀ ମନ୍ତ୍ରୀ ରୀତା ସାହୁ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବା ସାଙ୍ଗକୁ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ବିମଳେନ୍ଦୁ ରାୟ ଓ ଏସପି ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା ମଧ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ରିଜରଭ ଇନ୍ସପେକ୍ଟର କାହ୍ନୁଚରଣ ମାରାଣ୍ଡିଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ପରିଚାଳିତ ପ୍ୟାରେଡରେ ବିଭିନ୍ନ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ୩୭ଟି ଦଳ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାରଦର୍ଶିତା ଲାଭ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ ଓ ଅନୁଷ୍ଠାନକୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ନୂତନ ଭାବରେ ନିର୍ମିତ କୁଞ୍ଜ ଛକ ଠାରୁ ପଟାଭାଡ଼ି ଛକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାସ୍ତାରେ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରାଯାଇଥିଲା । ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ସହରର ନୂତନ ଟାଉନହଲ ଠାରେ ସ୍କୁଲ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ରଙ୍ଗାରଙ୍ଗ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଅତିଥି ଭାବରେ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ବିମଳେନ୍ଦୁ ରାୟ, ଏସପି ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା, ପୌରାଧକ୍ଷା ତାମସୀ ତାମସ୍ମିତା ନାଏକ ଯୋଗଦେଇ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥିବା ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ବିଦ୍ୟାପତି ପଣ୍ଡା ସଂଯୋଜନା କରିଥିବାବେଳେ ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ଭୋଇ ଓ ଯମୁନା ପ୍ରଧାନଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଆୟୋଜିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଦୁଃଖୀଶ୍ୟାମ ସେଠୀ, ମାନଭଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ, ବିନୋଦ ଦାନୀ, ଚମରା ବିଶି, ନିରାକାର ଦେହେରୀ ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ 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

ମହାନଦୀ କୋଲ ଫିଲ୍ଡସ୍‌ର ସଦର ମହକୁମାରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ

ବୁର୍ଲା : ଏମ୍.ସି.ଏଲ୍ ପକ୍ଷରୁ ୭୭ ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଆନନ୍ଦ ବିହାର ସ୍ଥିତ ପଡିଆରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ସମାରୋହରେ କଂପାନୀର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଓ.ପି. ସିଂହ ଯୋଗଦେଇ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବା ସହିତ ସମବେତ ପ୍ୟାରେଡରେ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ କାର୍ମିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କେଶବ ରାଓ, ମୁଖ୍ୟ ସତର୍କତା ଅଧିକାରୀ ପ୍ରଣବ କୁମାର ପଟେଲ, ବୈଷୟିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଜେ.କେ ବୋରା, ଅର୍ଥ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଏ.କେ ବେହୁରା ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହା ପୂର୍ବରୁ କାର୍ମିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶ୍ରୀ ରାଓ କର୍ପୋରେଟ୍ ଅଫିସ ପରିସରରେ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ୧୧ଟି ସ୍କୁଲର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭବ୍ୟ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷିତ ହୋଇଥିଲା । ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ଜାଗୃତି ମହିଳା ମଣ୍ଡଳର ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ପଦ୍ମଜା ସିଂ, ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷା ଅଞ୍ଜନା ଶୁକ୍ଳା ରାଓ, ଆରତୀ ଦେହୁରୀ, ରଶ୍ମୀ ବେହୁରା ଏବଂ ଅଞ୍ଜଳୀ ବାପତ କୃତୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ଡିଏଭି ସ୍କୁଲର ୧୦ମ ଏବଂ ଦ୍ୱାଦଶ ଶ୍ରେଣୀର ମେଧାବୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ, କଂପାନିର ୮ ଜଣ କର୍ମଚାରୀ ଏବଂ ପ୍ୟାରେଡର ବିଜେତାଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି କଂପାନିର ସମସ୍ତ ଶାଖା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ମଧ୍ୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି ।

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