ସାପ୍ତାହିକ ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 4 | 23 - 29 January 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ବିଶ୍ୱର ଲୋକପ୍ରିୟ ନେତା ଶୀର୍ଷରେ ମୋଦୀ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ଲୋକ ପ୍ରିୟ ନେତାଙ୍କ ତାଲିକାରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ ପୁଣିଥରେ ଶୀର୍ଷରେ ରହିଛନ୍ତି । ଆମେରିକା ଓ ରୁଷିଆ ସହିତ ବହୁ ୟୁରୋପୀୟ କ୍ଷମତାଶାଳୀ ରାଷ୍ଟ୍ରନେତାଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ମୋଦୀ ପୁଣିଥରେ ଲୋକପ୍ରିୟତାକୁ ନେଇ ଏକ ନମ୍ବରରେ ରହିଛନ୍ତି । ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ନେତାଙ୍କ ଲୋକପ୍ରିୟତାକୁ ନେଇ ଆମେରିକୀୟ ସଂସ୍ଥା 'ମର୍ଣ୍ଣ କନସଲ୍ଟ' ସର୍ଭେ କରିଥିଲା ବେଳେ ମୋଦୀଙ୍କୁ ଏହି ତାଲିକାର ଶୀର୍ଷରେ ରଖିଛି ।

ଏହି ସର୍ଭେରେ ମୋଦୀଙ୍କ ଲୋକପ୍ରିୟତାକୁ ନେଇ ଆପ୍ରୁଭାଲ ରେଟିଂ ପଏଣ୍ଟ ୭୧ ପ୍ରତିଶତ ରହିଛି । ଯାହାକି ବିଶ୍ୱର ଅନ୍ୟ ଯେକୌଣସି ନେତାଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସବୁଠୁ ଅଧିକ । ଏହି ତାଲିକାରେ ମୋଟ ୧୩ ନେତାଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଆମେରିକୀୟ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଜୋ ବାଇଡେନଙ୍କ ରେଟିଂ ପଏଣ୍ଟ ୪୩ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିବା ବେଳେ ସେ ତାଲିକାର ଷଷ୍ଠ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ବାଇଡେନଙ୍କ ପଛକୁ କାନାଡା ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଜଷ୍ଟିନ ଟ୍ରୁଡେ ସପ୍ତମ ଓ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ସ୍କଟ ମୋରିସନ ୪୧ ପ୍ରତିଶତ ରେଟିଂ ପଏଣ୍ଟ ପାଇ ଅଷ୍ଟମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ମୋଦୀଙ୍କ ପଛକୁ ମେକ୍ସିକୋ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଆଣ୍ଡ୍ରେସ୍ ମାନୁଏଲ୍, ଲୋପେଜ୍ ଓବ୍ରାଡୋର ୬୬ ପ୍ରତିଶତ ରେଟିଂ ପଏଣ୍ଟ ପାଇ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଥିବା ବେଳେ ଇଟାଲୀ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମାରିଓ ଡ୍ରାଘି ୬୦ ପ୍ରତିଶତ, ଜାପାନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଫୁମିଓ କିଶିଡା ୪୮ ପ୍ରତିଶତ, ଜର୍ମାନୀ ଚାନସେଲର ଓଲାଫ ସ୍କୋଲଜୋ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ, ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଜୋ ବାଇଡେନ ୪୩ ପ୍ରତିଶତ, କାନାଡାର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଜଷ୍ଟିନ ଟ୍ରୁଡେ ୪୩%, ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ସ୍କଟ ମୋରିସନ ୪୧ ପ୍ରତିଶତ, ସ୍ପେନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ପେଡ୍ରୋ ସାଥେଜ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ, ଦକ୍ଷିଣ କୋରିଆ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ମୁନ୍ ଜେଇ-ଇନ୍ ୩୮ ପ୍ରତିଶତ, ବ୍ରାଜିଲ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଜାୟର ବୋଲସେନାରେ ୩୭ ପ୍ରତିଶତ, ଫ୍ରାନ୍ସ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଇମାନୁଏଲ୍ ମାକ୍ରନ ୩୪ ପ୍ରତିଶତ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ଏହି ତାଲିକାର ସବୁଠୁ ନିମ୍ନରେ ରହିଛନ୍ତି ବ୍ରିଟେନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ବୋରିସ୍ ଜନସନ । ବୋରିସ ଜନସନ ନିକଟରେ ଏକ ଘଟଣାକୁ ନେଇ ବିବାଦୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଥିଲା ବେଳେ ତାଙ୍କୁ ମାତ୍ର ୨୬ ପ୍ରତିଶତ ରେଟିଂ ପଏଣ୍ଟ ମିଳିଛି ।

ଇନ୍ଦ୍ରମଣି ତ୍ରିପାଠୀ ଆଇ.ଏ.ଏସ୍ ପାହ୍ୟାକୁ ଉନ୍ନୀତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ରାଜ୍ୟ ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଇନ୍ଦ୍ରମଣି ତ୍ରିପାଠୀ ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ ପଦବୀରୁ ଭାରତୀୟ ପ୍ରଶାସନିକ ପଦବୀକୁ ପଦୋନ୍ନତି ପାଇଛନ୍ତି । ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ କାର୍ମିକ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ତଥା ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କର ବିଜ୍ଞପ୍ତିନାମା ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଜଣେ ଦକ୍ଷ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ ରୂପେ ଶ୍ରୀ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ଖ୍ୟାତି ରହିଛି ।

ପାଣିମୋରାର ଶେଷ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ପରଲୋକ

ବରଗଡ଼ : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଶେଷ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ତାଙ୍କ ପାଣିମୋରା ସ୍ଥିତ ବାସ ଭବନରେ ପରଲୋକ ଘଟିଛି । ମୃତ୍ୟୁବେଳକୁ ତାଙ୍କୁ ୧୦୨ ବର୍ଷ ବୟସ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ଗାଁରେ ଶେଷକୃତ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରାଯାଇଛି । ତାଙ୍କ ବଡ ନାତି ଦେବରାଜ ପ୍ରଧାନ ମୁଖାଗ୍ନି ଦେଇଥିଲେ ।

କିଛି ଦିନ ହେଲା ତାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବସ୍ଥା ଖରାପ ଥିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ବୁର୍ଲା ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା । ସେଠାରେ ଆଣ୍ଟିଜେନ ଟେଷ୍ଟରେ ତାଙ୍କ କୋଭିଡ୍ ରିପୋର୍ଟ ନେଗେଟିଭ ଆସିଥିଲା । ମାତ୍ର ତାଙ୍କ ଶ୍ୱାସ କ୍ରିୟା ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଥିବାରୁ ଆରଟିପିସିଆର ଟେଷ୍ଟ ପାଇଁ ନମୂନା ପଠାଯାଇଥିଲା । ତେବେ ବୁର୍ଲା ଡ଼ାକ୍ତରଖାନାର ରୋଗୀ ସେବାରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ କରି ତାଙ୍କ ପରିବାର ବର୍ଗ ତାଙ୍କୁ ପାଣିମୋରାକୁ ଫେରାଇ ଆଣିଥିଲେ ।

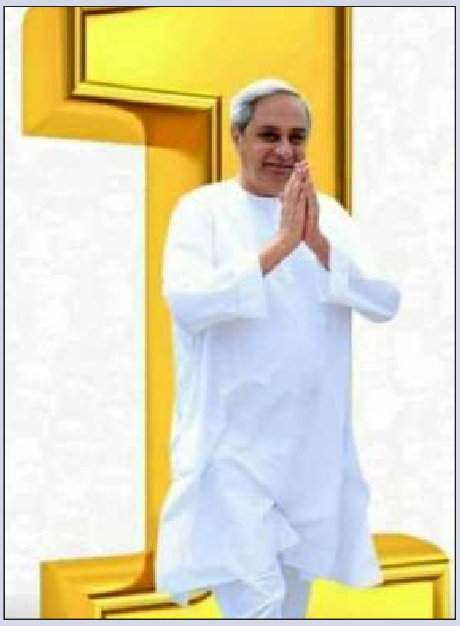
ଖବର ପାଇ ଶ୍ରମ ଓ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂହ ତାଙ୍କ ଶେଷ ଦର୍ଶନ କରି ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିବା ସହିତ ଅନ୍ତିମ ସଂସ୍କାରରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରଶାସନ ତରଫରୁ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନବୀନ ପଟେଲ, ଅତିରିକ୍ତ ଏସପି ସି.ସୋରେଙ୍ଗ, ପଦ୍ମପୁର ଏସଡ଼ିପିଓ ବିଭୂତି ଭୂଷଣ ଭୋଇ, ସୋହେଲା ତହସିଲଦାର ମାନସ ରଞ୍ଜନ ସ୍ୱାଇଁ, ଥାନା ଆଇଆଇସି ହରିବନ୍ଧୁ ଗଡ଼ତିଆ, ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରିଣୀ କଲ୍ୟାଣୀ ଦାସ, ବ୍ଲକ ଅଫିସର ସହକାରୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ ନରେଶ କୁମାର ଅଗ୍ରୱାଲ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ମହମ୍ମଦ ରଫିକ, ଜିଲ୍ଲା ବିଜୁ ଯୁବ ଜନତା ଦଳର ସଭାପତି ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ତ୍ରିପାଠୀ, ଯୁବ ନେତା ସତ୍ୟନାରାୟଣ ଦେବତା ଓ ସୁଶାନ୍ତ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ସଂଗ୍ରାମୀଙ୍କ ଶେଷ ଦର୍ଶନ କରି ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିବା ସହିତ ଅନ୍ତିମ ସଂସ୍କାରରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦବେତା ଓ ବରଗଡ଼ର ପୂର୍ବତନ ସାଂସଦ ଡକ୍ଟର ପ୍ରଭାସ

ସିଂ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଗଭୀର ଶୋକ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ଭାରତଛାଡ ଆନ୍ଦୋଳନ ସମୟରେ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ ଓ ବିନୋବା ଭାବେଙ୍କ ଆଦର୍ଶରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ସୋହେଲା ନିକଟସ୍ଥ ପାଣିମୋରା ଗ୍ରାମର ୩୨ଜଣ ଯୁବକ ଭାରତର ସ୍ୱାଧୀନତା ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଯୁବକମାନେ ୧୯୪୨ ମସିହାରେ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଜୀଙ୍କ ଭାରତ ଛାଡ ଆନ୍ଦୋଳନ ଡାକରାରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ସାମିଲ ହେବା ପାଇଁ ପାଣିମୋରା ଗାଁରେ ଏକ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସଭାରେ ଗାଁର ୩୨ଜଣ ଯୁବକ ଜାତୀୟ ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଭାଗ ନେବାକୁ ସ୍ଥିର ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ସ୍ୱର୍ଗତ ଜୀତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପ୍ରଧାନ ମଧ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ମୋହନ ପ୍ରଧାନ ଓ ମାତା ତୁଳସୀ ପଧାନଙ୍କ ତୃତୀୟ ସନ୍ତାନ ଭାବରେ ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟଙ୍କ ଜନ୍ମ ୧୯୧୯ ମସିହାରେ ହୋଇଥିଲା । ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟଙ୍କୁ ମାତ୍ର ୨ ବର୍ଷ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କ ମାତା ତୁଳସୀଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ ହେବା ପରେ ସେ ବଡଭାଇ ଭାଉଜଙ୍କ ନିକଟରେ ରହି ବଡ ହୋଇଥିଲେ । ଗାଁ ସ୍କୁଲରେ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଠ ପଢ଼ିଥିବା ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ମଧ ଗ୍ରାମର ଦେଶପ୍ରେମୀ ଯୁବକମାନଙ୍କ ସହିତ ଭାରତର ଜାତୀୟ ସଂଗ୍ରାମରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଭାରତଛାଡ ଆନ୍ଦୋଳନ ବେଳେ ସେ ଗ୍ରାମର ଅନ୍ୟତମ ସଂଗ୍ରାମୀ ଚମରୁ ପରଡିଆଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ବରଗଡ଼ ଏସଡିଓଙ୍କ କୋର୍ଟକୁ ଦଖଲ କରିବା ପାଇଁ ଯାଇଥିଲେ । କୋର୍ଟ ଦଖଲ ସମୟରେ ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ ନ ଥିବାରୁ ଯୁବ ସଂଗ୍ରାମୀ ଚମରୁ ପରଡିଆ ଖଦଡ ପିନ୍ଧି ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟଙ୍କ ଚୌକିରେ ବସି ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ ଦାୟିତ୍ୱ ସମ୍ପାଦନ କରିଥିବା ବେଳେ ସାଥୀ ପୂର୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ପଧାନ ପେସ୍କାର ଦାୟିତ୍ୱ ଓ ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପ୍ରଧାନ ଅର୍ଦଳି ସାଜି ମୁଦାଲାମାନଙ୍କୁ କୋର୍ଟରେ ହାଜର ହେବା ପାଇଁ ଡାକିଥିଲେ । ଖବର ପାଇ ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ ପହଞ୍ଚି ଏମାନଙ୍କୁ ଗିରଫ ବାକୁ ପୁଲିସକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ସାଥୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସଂଗ୍ରାମୀ ଜୀତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପଧାନ ମଧ ଗିରଫ ହୋଇ ସମ୍ବଲପୁର ଜେଲରେ ୬ ମାସ କାରାବରଣ କରିଥିଲେ । ୫୦ଟଙ୍କା ଜୋରିମାନା ଦେଇଥିଲେ ।

ଦେଶର ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ପୁଣିଥରେ ଓଡ଼ିଶା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଲୋକପ୍ରିୟତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦେଶର ଶୀର୍ଷ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବରେ ମାନ୍ୟତା ପାଇଛନ୍ତି । ଦେଶର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ୯ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସୂଚୀରେ ନବୀନଙ୍କୁ ମିଳିଛି ୭୧.୧% ସମର୍ଥନ । ଏହି ସୂଚୀରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମମତା ବାନାର୍ଜୀ, ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ତାମିଲନାଡୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏମ୍.କେ.ଷ୍ଟାଲିନ୍ ଓ ଚତୁର୍ଥ ସ୍ଥାନରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଉଦ୍ଧବ ଠାକ୍‌ରେ ରହିଛନ୍ତି ।



ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପିନାରାୟୀ ବିଜୟନ ପଞ୍ଚମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ଷଷ୍ଠ ସ୍ଥାନରେ ଅଛନ୍ତି ଦିଲ୍ଲୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ କେଜ୍ରିଓ୍ୱାଲ । ଏହି ସୂଚୀରେ ଏକ ମାତ୍ର ବିଜେପି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି ହିମନ୍ତ ବିଶ୍ୱଶର୍ମା । ଆସାମର ଏହି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ସପ୍ତମ ସ୍ଥାନ ମିଳିଛି । କଂଗ୍ରେସର ଦୁଇ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଭୂପେଶ ବାଘେଲ ଓ ଅଶୋକ ଗେହଲଟ ଯଥାକ୍ରମେ ଅଷ୍ଟମ ଓ ନବମ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି । ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଉଛି, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତାଲିକାରେ ଶୀର୍ଷରେ ଥିବା ନବୀନଙ୍କଠାରୁ ଷଷ୍ଠ ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ଅରବିନ୍ଦ କେଜ୍ରିଓ୍ୱାଲଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତ ନେତା ଆଞ୍ଚଳିକ ଦଳର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରୁଛନ୍ତି ।

ଜାତୀୟ ପତ୍ରିକା 'ଇଣ୍ଡିଆ ଟୁଡେ' ଦ୍ୱାରା ଦେଶର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ନେଇ କରାଯାଇଥିବା ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଏହି ତଥ୍ୟ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି । ନବୀନଙ୍କୁ ଲୋକପ୍ରିୟ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସମ୍ମାନ ବ୍ୟତୀତ କୋଭିଡ୍ ପରିଚାଳନାରେ ଓଡ଼ିଶାର ସଫଳତା ମଧ ତାଙ୍କୁ ଅନୁରୂପ ଭାବରେ ସାରା ଦେଶରେ ପ୍ରଶଂସିତ କରିଛି । କୋଭିଡ ପରିଚାଳନାରେ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ମୁକାବିଲାକୁ ନେଇ ମଧ ସର୍ବାଧିକ ଲୋକ ସନ୍ତୋଷ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟର ୭୬.୭% ନାଗରିକ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ କୋଭିଡ ପରିଚାଳନାକୁ ଉତ୍ତମ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । କୋଭିଡ୍ ମୁକାବିଲା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନବୀନଙ୍କ ଦୂରଦୃଷ୍ଟି ଏବଂ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ମୁକାବିଲାକୁ ୭୬.୭% ଲୋକେ ସମର୍ଥନ କରିଛନ୍ତି । ବିଶେଷ କରି ପ୍ରଥମ ଲହରରୁ ଶିକ୍ଷା ନେଇ ବିତୀୟ ଲହରରେ ଅଧିକ ହସ୍ପିଟାଲ ଶଯ୍ୟା ପ୍ରସ୍ତୁତି, ସାରା ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ରାଜ୍ୟକୁ ଅକ୍ସିଜେନ୍ ଯୋଗାଣ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିବା ଏବଂ ସାରା ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତି ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ଅକ୍ସିଜେନ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇପାରିବା ଭଳି ପଦକ୍ଷେପ ନବୀନଙ୍କୁ ଅନ୍ୟ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କଠାରୁ ଦୁଇପାଦ ଆଗରେ ରଖୁଛି । ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ ଓ ଆସାମ ପରି ବିଜେପି ଶାସିତ ରାଜ୍ୟ ଏବଂ ତାମିଲନାଡୁ ଓ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ପରି ଅଣବିଜେପି ଶାସିତ ରାଜ୍ୟ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓଡ଼ିଶାଠାରୁ ପଛରେ ରହିଛନ୍ତି ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ଅସ୍ଥିକୁ ମଜଭୁତ ରଖେ ସଜନା ଛୁଇଁ

ଡାଇବେଟିସ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ମକା

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ କଲରା

ଥାଇରଏଡ୍ ପାଇଁ ରାମବାଣ ଅଳସୀ

ପଣସର ଉପକାରିତା

ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୭୩୦୧ ଜଣ ଦାଖଲ କଲେ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର

ବରଗଡ଼ : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ତ୍ରିସ୍ତରୀୟ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ସକାଶେ ବିଭିନ୍ନ ପଦବୀ ପାଇଁ ମୋଟ ୭୩୦୧ ଜଣ ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ ଅନ୍ତିମ ଦିନରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୨୬୧୭, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୬୪୬, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୪୫୬ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୫୩ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କୁ ମିଶାଇ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୪୮୮୪, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୧୩୬୩, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୯୩୧ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧୨୩ଟି ପ୍ରାର୍ଥିପତ୍ର ପଡ଼ିଛି ।

ଅତାବିରା ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨୩୪, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୭୫, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୫୪ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୭ ମୋଟ ୩୭୦ ଜଣ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଅତାବିରା ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରୁ ବିଜେଡିର ସୁଦାମ ଜାଲ, କଂଗ୍ରେସର ସୁରେଶ ମାଝି, ଜୋନ ୨ରୁ କଂଗ୍ରେସର ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ପତି, ଜୋନ ୩ରୁ ବିଜେଡିର ମମତା ପ୍ରଧାନ, କଂଗ୍ରେସର ବାସନ୍ତି ବାରିକ, ଜୋନ ୪ରୁ କଂଗ୍ରେସର ଉମାଶଙ୍କର ଭୋସାଗର ଓ ବିଜେପିର ଅନ୍ତରାମ ଭୋସାଗର ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଅମ୍ବାଭୋନା ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧୫୧, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୪୮, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩୫, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨ ମୋଟ ୨୩୬ ଜଣ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଅମ୍ବାଭନା ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରେ ବିଜେପିର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ପ୍ରଧାନ, ଜୋନ ୨ରୁ ବିଜେପିର ବିନୋଦିନୀ ରାଏ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଗାଇସିଲେଟ ବ୍ଲକରୁ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧୭୩, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୫୫, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩୩ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩ ମୋଟ ୨୬୪ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଗାଇସିଲେଟ ଜିଲ୍ଲା

ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରେ ବିଜେଡିର ନୀଳମଣି ବରିହା, ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ସରୋଜ ବରିହା ଓ ଜୋନ ୨ରେ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ସୁକାନ୍ତି ସାହୁ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଝାରବନ୍ଧ ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧୪୫, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୩୫, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩୭, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୪ ମୋଟ ୨୨୧ ଜଣ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତ । ଝାରବନ୍ଧ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରେ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ସୁଶୀଳ ମେହେର, ଜୋନ ୨ରେ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ବେହେରା, ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମୁକ୍ତେଶ୍ୱର ବେହେରା ଓ ଜବାହରଲାଲ ସିଂହ ବରିହା ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ପାଇକମାଲ ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୨୧୨, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୪୩, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨୪ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ପାଇଁ ୬ ମୋଟ ୨୮୫ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ପାଇକମାଲ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରେ କଂଗ୍ରେସର ରାମ ନାଏକ, ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ପୂର୍ବତନ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷା ଗୀତାଞ୍ଜଳି ପୁଟା ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଜୋନ ୨ରେ କଂଗ୍ରେସର ଅର୍ଜୁନ ଭୋଇ, ବିଜେଡିର ରାଜେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ରାଉତ, ଜୋନ ୩ରେ କଂଗ୍ରେସର ବାସନ୍ତି ବଳମ ଓ ବିଜେଡିର ରମାକାନ୍ତ ବରିହା ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ବରଗଡ଼ ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩୧୫, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୭୫, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୫୨ ଓ ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩ ମୋଟ ୪୪୫ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ ପାଇଁ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମିତା କୁମ୍ଭାର, ଜୋନ ୩ ପାଇଁ ବିଜେପିର ରାଜେଶ କୁମ୍ଭାର ଓ ଆମ ଆଦମୀ ପାର୍ଟିର କ୍ଷୀରେଶ୍ୱର ସେଠ ଶୁକ୍ରବାର ନାମାଙ୍କନ ଭରିଛନ୍ତି ।

ବରପାଲି ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୨୨୩, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୫୨, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩୬ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୫ ମୋଟ ୩୧୬ ଜଣ ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ବରପାଲି ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ ପାଇଁ ସିପିଆଇରୁ ଶାନ୍ତ କୁମାର ମେହେର, ଜୋନ ୨ ପାଇଁ ବିଜେଡିର ଅନନ୍ତ ସେଠ, କଂଗ୍ରେସର ଦେବାନନ୍ଦ ମହାନନ୍ଦ, ଜୋନ ୩ ପାଇଁ ବିଜେଡିର ସୀତାୟା ସାହୁ ଓ କଂଗ୍ରେସର ମାମି ପ୍ରଧାନ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ବିଜେପୁର ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧୯୫, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୫୯, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୪୮ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୯ ମୋଟ ୩୧୧ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ବିଜେପୁର ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରେ ବିଜେଡିର ମାନିନୀ ଭୋଇ, ବିଜେପିର ଆହ୍ଲାଦିନୀ ମହାପାତ୍ର, କଂଗ୍ରେସର ସାବିତ୍ରୀ ଗୁରୁ, ଜୋନ ୨ରେ ବିଜେଡିର ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପୂଜାରୀ, ବିଏସପିର ସରୋଜ କୁମ୍ଭାର, କଂଗ୍ରେସର ପରେଶ ମହାନନ୍ଦ, ଜୋନ ୩ରେ ବିଜେଡିର ସୁଦାମ ଚରଣ ସାହୁ, କଂଗ୍ରେସର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଓ ଆରପିଆଇର ଭୁର୍ଜ ମହାନନ୍ଦ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଭଟଲି ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୧୪୨, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୩୪ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨୩ ମୋଟ ୧୯୯ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତ । ଭେଡ଼େନ ବ୍ଲକ : ଭେଡ଼େନ ବ୍ଲକରେ ଶୁକ୍ରବାର ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨୯୩, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୬୭, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୫୭ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୪ ମୋଟ ୪୨୧ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଭେଡେନ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ ପାଇଁ କଂଗ୍ରେସର ସୀମା ଭାଇନା, ଜୋନ ୨ ପାଇଁ ବିଜେଡିର ସତ୍ୟଜିତ ପୁରୋହିତ, କଂଗ୍ରେସର ଗୋପାଳ ଚନ୍ଦ୍ର ବାଗ, ଜୋନ ୩ ପାଇଁ କଂଗ୍ରେସର ଇତିଶ୍ରୀ ଛୁରିଆ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ରାଜବୋଡ଼ାସମ୍ବର ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨୫୧, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୩୯, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୪୨ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୭ ମୋଟ ୩୩୯ ଜଣ ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ରାଜବୋଡ଼ାସମ୍ବର ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଜୋନ ୧ ପାଇଁ କଂଗ୍ରେସର ପ୍ରେମାନନ୍ଦ ନାଏକ, ବିଜେଡିର ରାଜନୀ ସାହୁ, ଆମଆଦମୀ ପାର୍ଟିର ପୌଲସ୍ତ ଶାହା, ଜୋନ ୨ରେ ବିଜେଡିର ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ରଣା, କଂଗ୍ରେସର ମାଳତି ସାହୁ, ଜୋନ ୩ରେ ବିଜେଡିର ସଞ୍ଜୁକ୍ତା ମାଝି ଓ ବହୁଜନ ସମାଜ ପାର୍ଟିର ତୁଳସୀ ତାଣ୍ଡୀ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ସୋହେଲା ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପଦ ପାଇଁ ୨୮୩, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୬୪, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧୫ ଓ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୩ ମୋଟ ୩୬୫ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ସୋହେଲା ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ଜୋନ ୧ରୁ କଂଗ୍ରେସର ମମତା ବେହେରା, ଜୋନ ୨ରୁ ବହୁଜନ ସମାଜ ପାର୍ଟିର ଚନ୍ଦ୍ରମା ଲୁହାର ଓ ୩ରୁ କଂଗ୍ରେସର ବନିତା ଭରାସାଗର ପ୍ରାର୍ଥିପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ୭୩୧୯ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ତ୍ରିସ୍ତରୀୟ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ୨୩୧୯ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଶେଷ ଦିବସରେ ୯ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ, ୧୫୪ ସମିତି ସଭ୍ୟ, ୨୨୧ ସରପଞ୍ଚ ଓ ୭୮୫ ଜଣ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କୁ ମିଶାଇ ମୋଟ ୧୧୬୯ ଜଣ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । କିର୍ମିରା ବ୍ଲକରେ ମୋଟ ୧୧୭ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୱାର୍ଡ ମେମ୍ବର ଓ ସରପଞ୍ଚ ପଦ ପାଇଁ ଯଥାକ୍ରମେ ୮୧ ଓ ୨୦ ଜଣ, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପଦବୀ ପାଇଁ ୧୬ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । କୋଲାବିରା ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ମେମ୍ବର ପଦବୀରେ ୧୧୮ ପ୍ରାର୍ଥୀ, ସରପଞ୍ଚ ପଦ ପାଇଁ ୨୦ ଜଣ, ସମିତି ପାଇଁ ୧୬ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କୁ ମିଶାଇ ମୋଟ ୧୫୪ ପ୍ରାର୍ଥୀ । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ମେମ୍ବର ପଦବୀରେ ୧୪୯ ପ୍ରାର୍ଥୀ, ସରପଞ୍ଚ ପଦ ପାଇଁ ୪୩, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପଦବୀ ପାଇଁ ୨୦ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମିଶି ମୋଟ ୨୧୨ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ । ସେହିପରି ଲଇକେରାରେ ଦାଖଲ ହୋଇଥିବା ମୋଟ ୧୯୭ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ମଧ୍ୟରୁ ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ମେମ୍ବର ପଦବୀ ପାଇଁ ୧୩୪ ପ୍ରାର୍ଥୀ, ସରପଞ୍ଚ ପଦ ପାଇଁ ୩୪ ପ୍ରାର୍ଥୀ, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପଦବୀ ପାଇଁ ୩୦ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଏବଂ ଲଖନପୁର ବ୍ଲକରେ ୱାର୍ଡ ମେମ୍ବର ପଦବୀରେ ୩୦୩ ପ୍ରାର୍ଥୀ, ସରପଞ୍ଚ ପଦ ପାଇଁ ୧୦୫ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟ ପଦବୀ ପାଇଁ ୭୨ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମିଶି ମୋଟ ୪୮୦ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଏହାଛଡ଼ା ଦାଖଲ ହୋଇଥିବା ଉଭୟ ବିଏସ୍‌ପି ଓ ଭାଜପାର ୪ଟି ଲେଖାଏଁ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କ ସହ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମିଶି ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଆସନ ପାଇଁ ମୋଟ ୯ଟି ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ ହୋଇଛି । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଲଇକେରା ଜୋନ୍-୨ ସହ ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ସମସ୍ତ ୩ଟି ଜୋନ୍ ମିଶି ଭାଜପାର ୪ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ । କୋଲାବିରା, ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ଉଭୟ ଜୋନ୍ ଏବଂ ଲଖନପୁର ଜୋନ୍-୩ ରେ ବିଏସପିର ୪ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଓ ଲଖନପୁର ଜୋନ୍-୩ରେ ଜଣେ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଅପରପକ୍ଷରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଦାଖଲ ହୋଇଥିବା ମୋଟ ୨୩୧୯ଟି ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ମଧ୍ୟରୁ କୋଲାବିରା ଓ ଲଖନପୁର ଜୋନ୍-୩ରେ ସର୍ବାଧିକ ୫ ଜଣ ଲେଖାଏଁ ପ୍ରାର୍ଥୀ, ଲଖନପୁର ଜୋନ୍-୨ ଓ ୩ ତଥା ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ଉଭୟ ରେ ୪ ଜଣ ଲେଖାଏଁ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲାର ଅବଶିଷ୍ଟ କିର୍ମିରା ଓ ଲଇକେରା ଉଭୟ ଜୋନ୍‌ରେ ୩ ଜଣ ଲେଖାଏଁ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମିଶି ମୋଟ ୩୫ ଜଣ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଭାଗବତ

ରୁକ୍ମିଣୀ ହରଣ

ବଳରାମ ସେତେବେଳେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଉପଦେଶ ବାଣୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ରୁକ୍ମୀ ଥିଲା ଅତି ଉଦ୍ଧତ । ତେବେ ବି ସେତେବେଳେ ସେ ବଳରାମଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ କରିଥିଲା । ରୁକ୍ମିଣୀ ମନେ ମନେ ଭାବିଲେ, "ମା ଦେଢ଼ଶୁର ସତରେ କେଡ଼େ ଉତ୍ତମ ବ୍ୟକ୍ତି । ମୋର ଉଦ୍ଧତ, ପାପୀ, ବଧଯୋଗ୍ୟ ଭାଇର ପ୍ରାଣ ରକ୍ଷା କଲେ । ପାପୀ ଭାଇକୁ କ୍ଷମା କରିଦେଲେ ।

ଆଜିକାଲିର ସଂସାର କିମିତି ? ବିବାହ ପରେ ଭାଇ ଭାଇ ଏକାଠି ଆଉ ରହିପାରୁ ନାହାନ୍ତି ମନ ଯଦି ବିଶାଳ ହୁଅନ୍ତା ତେବେ ଝଗଡ଼ାଝାଟି ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ଆମ ଦେଶର ଆଦର୍ଶ ହେଉଛି ସଂଯୁକ୍ତ ପରିବାର । ରାମ-ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଏକାଠି ରହୁଥିଲେ ପାଣ୍ଡବମାନେ ଏକାଠି ରହୁଥିଲେ ।

କୃଷ୍ଣ, ବଳରାମ, ରୁକ୍ମିଣୀ ଦ୍ୱାରିକାରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଏଥର କୃଷ୍ଣ-ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ବିବାହ ଉତ୍ସବ ହେବ କୃଷ୍ଣ ନନ୍ଦବାବାଙ୍କୁ, ଯଶୋଦା ମାତାଙ୍କୁ, ଗୋପୀମାନଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କଲେ । ସେ ଉଦ୍ଧବଙ୍କ ହାତରେ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ପତ୍ର ପଠାଇଲେ । ତାଙ୍କ କୃଷ୍ଣ ବିବାହ ହେବାକୁ ଯାଉଛି ନନ୍ଦଙ୍କର ଆନନ୍ଦ କହିଲେ ନ ସରେ । ତେବେ ସେ ମନେ ମନେ ଭାବିଲେ, 'ସେ ତ କେବେ କାଇଁ ଏଠାକୁ ଆସୁନାହିଁ, ଖାଲି ଆମକୁ ଡାକି ଦେଉଛି ନା, ଆମେ ଯିବୁ ନାହିଁ ।" ସେ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ କହିଲେ, ଆମେ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଲୁ ଆମେ ଖୁସି । ମାତ୍ର ଆମେ ଯିବୁ ନାହିଁ ବିବାହ ଦିନ ଆମେ ଏଠାରେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ଭୋଜନ ଦେବୁ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଏ କଥା ଜାଣିଲେ । ସେ ନିଜେ ଗୋକୁଳକୁ ଆସିଲେ ନନ୍ଦ-ଯଶୋଦାଙ୍କୁ କହିଲେ, "ଆପଣମାନେ ଆଉ ଗୋପୀମାନେ ଯଦି ନ ଆସନ୍ତି ତେବେ ମୁଁ ବିବାହ କରିବି ନାହିଁ । ନନ୍ଦ-ଯଶୋଦା ଓ ଗୋପୀମାନେ ଦ୍ୱାରିକା ଗଲେ । ଗୋପୀମାନେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କଲେ, ଭଗବାନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରି ସେଠାରେ ଦେହୋତ୍ସର୍ଗ କରିଦେଲେ ଗୋପୀମାନଙ୍କର ଶ୍ରୀଅଙ୍ଗର ମାଟିରୁ ହିଁ ଗୋପୀ ଚନ୍ଦନ ହୋଇଛି ସେଠାରେ ଗୋପୀ ସରୋବର ଅଛି । ଗୋପୀ-ଚନ୍ଦନର ମହିମା ଅପାର ଦ୍ୱାରିକାରେ ମହାପ୍ରଭୁ ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ଆସ୍ଥାନ ଅଛି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ ସେଠାରେ ଭାଗବତ ପାଠ କରିଥିଲେ ।

ଯଥା ସମୟରେ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ପିତା ମହାରାଜ ଭୀଷ୍ମକ ଆସି ପହଞ୍ଚିଲେ । ଦୁର୍ବାସାଙ୍କର ଅଭିଶାପ ଯୋଗୁ କୃଷ୍ଣ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ସହିତ ଦ୍ୱାରିକାରେ ରହିପାରି ନଥିଲେ । ତେଣୁ ମାଧବପୁରୀରେ ବିବାହକାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ ହେଲା । ବ୍ରହ୍ମା ବିବାହ ତିଥି ସ୍ଥିର କରିଥିଲେ ମାର୍ଗଶୀର ମାସ ପଞ୍ଚମୀ ଦିନ । ଏହି ଦିନ ବିବାହ ମଣ୍ଡପକୁ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କୁ ଅଣାଗଲା । ବ୍ରାହ୍ମଣ ସମୁଦାୟ ସ୍ୱସ୍ତି-ବାଚନ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ ।

ଆମ ପ୍ରଭୁଙ୍କ କପାଳରେ କସ୍ତୁରୀ ତିଳକ, ବକ୍ଷସ୍ଥଳରେ କୌସ୍ତୁଭମଣି ଥାଏ । ନାକର ଅଗ୍ରଭାଗରେ ସୁନ୍ଦର ମାତିର ବିନ୍ଦି ଥାଏ । ହାତରେ ବଂଶୀ ଓ ବାହୁରେ ବାହୁଟି ଥାଏ । ସମଗ୍ର ଶରୀରରେ ହରିଚନ୍ଦନ ବୋଳା ହୋଇଥାଏ, ଗଳାରେ ମନୋହର ମୋତିମାଳା ଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କୁ ଗୋପୀମାନେ ଘେରି ରହିଥାଆନ୍ତି । ଏପରି ଦୃଶ୍ୟ ହେଉଥିବା ପ୍ରଭୁ ସବୁ ସମୟରେ ସମସ୍ତଙ୍କର କଲ୍ୟାଣ କରୁଥାଆନ୍ତି ।

ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନାରାୟଣଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରି ଯାଦବମାନେ ଅତି ପ୍ରସନ୍ନ ହେଲେ । ରୁକ୍ମିଣୀ ହେଉଛନ୍ତି ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀ, ଆଉ କୃଷ୍ଣ ନାରାୟଣ । ଜୀବ(ମଣିଷ) ଯଦି ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କ ପୁଅ ଭଳି ହୋଇ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ କରେ ତେବେ ସେ ତାକୁ ଭଗବାନଙ୍କ କୋଳରେ ବସାଇ ଦେବେ । ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କୁ ଆମେ ମାତାଙ୍କ ସ୍ଥାନ ଦେଲେ ସୁଖୀ ହେବା କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ସ୍ୱାମୀ ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ପତନର ଗର୍ଭରେ ନିପତିତ ହେବା । ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କୁ ମାତା ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କଲେ ଆମର କଲ୍ୟାଣ ହୁଏ ।

କାମ ଜଗତକୁ ସନ୍ତପ୍ତ କରେ । ମାତ୍ର କାମ ହେଉଛି ଭଗବାନ୍ ବାସୁଦେବଙ୍କ ଅଂଶ । କାମ ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କୁ ସନ୍ତପ୍ତ କରି

ଦେଇଥିଲା । କାମ ମହା ଅଭିମାନୀ । କାମ ଶିବଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲା । ଶିବ କାମକୁ ଦଣ୍ଡ ଦେଇଥିଲେ ତାକୁ ଅନଙ୍ଗ କରି ଦେଇଥିଲେ । କାମର ଅଙ୍ଗକୁ ସିନା ଶିବ ନଷ୍ଟ କରିଦେଇ ଥିଲେ, ତାର ଆତ୍ମା ଥିଲା ଅବିନାଶୀ ଓ ନିତ୍ୟ ।

ଅଭିମାନୀ କାମ ଏକଦା ରାସେଶ୍ୱର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରିଥିଲା । ଭଗବାନ୍ ତାକୁ ରାସଲୀଳାରେ ପରାସ୍ତ କଲେ ।

ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ଗୃହରେ ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନଙ୍କ ପ୍ରାକଟ୍ୟ ହେଲା । ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ହେଉଛନ୍ତି କାମଦେବ । ସେ ସମ୍ବରାସୁରକୁ ବଧ କଲେ । ସମ୍ବରାସୁର ଗୃହରେ ରତି ଦେବୀ ଅନେକ ଦିନ ଧରି ଲୁଚି ରହିଥିଲେ । ରତିଙ୍କୁ ଧରି ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ଦ୍ୱାରିକାକୁ ଆସିଲେ । ଆମେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ସାତ୍ତ୍ୱିକ ତଥା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସତ୍‌କର୍ମ କରିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ହେଉ । ସେତେବେଳେ ସମ୍ବରାସୁର ଆସି ଆମ ସତ୍‌କର୍ମକୁ ଢାଙ୍କି ଦିଏ । ସତ୍‌କର୍ମରୁ ଆମେ ନିବୃତ୍ତ ହୋଇଯାଉ । ଲୌକିକ କାମ ହେଉଛି ସମ୍ବରାସୁର । ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ହେଉଛନ୍ତି ଅଲୌକିକ କାମ । ଲୌକିକ କାମକୁ ଅଲୌକିକ କାମ ଦ୍ୱାରା ନଷ୍ଟ କରୁଥିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଜଗତରେ କୌଣସି ଜୀବ ସହିତ ନୁହେଁ, ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସହିତ ମିଳନ ନିମନ୍ତେ ଆଶା ଓ ଇଚ୍ଛା ପୋଷଣ କରୁଥିବା ଉଚିତ । ନାରାୟଣ-ଧାମକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥିବା ଉଚିତ । ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସହିତ ମିଳନ ହେଲେ ଜୀବକୁ ଅଲୌକିକ ଆନନ୍ଦ ମିଳେ । ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ମିଳନ ନିମନ୍ତେ ଆତୁରତା ବଢ଼ିଲେ ଲୌକିକ କାମ ନାଶ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ସମ୍ବରାସୁରକୁ ମାରି ରତିଙ୍କ ସହିତ ଦ୍ୱାରିକାକୁ ଆସିଲେ । ଏହି ରତି କିଏ ? ଭଗବାନଙ୍କ କଥା ପ୍ରତି ରୁଚି ହେଉଛି ରତି । ଏହି ରତି ସହିତ ବିବାହ ହେଲେ ଜୀବ ପ୍ରଭୁ ମିଳନ ନିମନ୍ତେ ଆତୁର ହୋଇଥାଏ ।

ଜୀବ ବଦ୍ଧ । କାରଣ ଜୀବ ମାୟାର ସଂସର୍ଶରେ ରହେ । ଜୀବର ଯଦି ମାୟା ସହିତ ସଂସର୍ଗ ନ ହୁଅନ୍ତା ତେବେ ତାର ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ନ୍ତା ନାହିଁ । ଜୀବ ଜାଣେ ସେ ବଦ୍ଧ । ତେଣୁ ସେ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କରେ । ଜୀବ ଥାଏ ମାୟାର ବନ୍ଧନରେ । ମାୟାର ସଂସର୍ଗ ଯୋଗୁଁ ହିଁ ଜୀବ ଜୀବ ସଂଜ୍ଞା ଲୋଭ କରୁଛି । ମାୟା, ମୋହ ଓ ତମ ଏହା ହେଉଛି ଅବିଦ୍ୟା । ଅବିଦ୍ୟା ଜୀବର ବିଶୁଦ୍ଧ ଜ୍ଞାନକୁ ନାଶ କରିଦିଏ । ଏହାର ବଶ୍ୟତା ସ୍ୱୀକାର କରି ଜୀବ ନିଜ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ଦେହ ଭାବ ପ୍ରକାଶ କରେ, ଝଗଡ଼ା କରେ, ଖରାପ ଭାଷା ବ୍ୟବହାର କରେ । ନିଜକୁ ନିଜେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ପତନ ଆଡ଼କୁ ନେଇଯାଏ ।

ଭଗବାନ ହେଉଛନ୍ତି ସତ୍ୟ ସଂକଳ୍ପ । ସେ ସର୍ବଜ୍ଞ, ସେ ମହାନ୍ । ଜୀବ କ୍ଷୁଦ୍ର ଏକ ସୀମାରେ ଆବଦ୍ଧ ଏବଂ ସେ ଆନୁମାନିକ ଆଧାର ଉପରେ ଚିନ୍ତା କରେ । ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ସବୁକିଛି ଘଟଣା ହସ୍ତାମଳକ ଭଳି ।

ଭଗବାନ ନର ରୂପେ ଅବତାର ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ନରଙ୍କ ଭଳି ଲୀଳା କରନ୍ତି, ନରଙ୍କ ଲାଞ୍ଛନା ସହ୍ୟ କରନ୍ତି । ସେ କେତେକ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଭଳି ସବୁ ସହିଯାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ ସେ ନର ଅବତାର ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି ତାହା ସାଧନା କରନ୍ତି । ଭଗବାନଙ୍କ ପାଇଁ ତ୍ରିଲୋକରେ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ । ଗୀତାରେ ଭଗବାନ ନିଜେ କହିଛନ୍ତି, ନ ମେ ପାର୍ଥାସି କର୍ତ୍ତବ୍ୟଂ ତ୍ରିଷୁ ଲୋକେଷୁ କିଞ୍ଚନ । ଏହା ସତ୍ୟ ତାଙ୍କର ଅଲୌକିକ ଗୁଣକୁ ସେ ଗୋପନ ରଖୁଥିବାରୁ ଲୋକମାନେ ସେମାନଙ୍କର ମୂଢ଼ତା ହେତୁ ତାଙ୍କୁ ସାଧାରଣ ଲୋକ ବୋଲି ମନେକରନ୍ତି ।

ଅସାଧାରଣ ଅଲୌକିକ କର୍ମ କରିପାରୁଥିବା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମଣିଷର ପ୍ରଧାନ ରିପୁର ଦମନ ନିମନ୍ତେ ଏହାପରେ ସ୍ୟମନ୍ତକ ମଣି ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଛି ଭାଗବତରେ । ଏହା ମାଧମରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସତ୍ୟଭାମାଙ୍କୁ ବିବାହ କଲେ ।

ଏହାପରେ ଭଗବାନ୍ ସତ୍ୟଭାମା, ଜାମ୍ବବତୀ, ଯମୁନାଙ୍କ ଅଂଶରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ କାଳିନ୍ଦୀ ଆଦିଙ୍କୁ ବିବାହ କଲେ । ଭଗବାନଙ୍କର ଅଷ୍ଟ ପାଟରାଣୀ ଥିଲେ ।

ଏହି ଅଷ୍ଟପାଟରାଣୀ କିଏ ? ଅଷ୍ଟଧା ପ୍ରକୃତି ହେଉଛନ୍ତି ଭଗବାନଙ୍କର ଆଠ ପାଟରାଣୀ । ପ୍ରକୃତିମାନେ ଭଗବାନଙ୍କ ସେବା କରିଥାଆନ୍ତି । ଗୀତା ମଧ ପ୍ରକୃତିର ବର୍ଣ୍ଣନା ଏହିପରି କରିଛି ।

ଜୀବ ଥାଏ ପ୍ରକୃତିର ଅଧୀନରେ । ଈଶ୍ୱର କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତିର ଅଧୀନରେ ନ ଥାନ୍ତି । ଜୀବ ଅଷ୍ଟଧା ପ୍ରକୃତିର ବଶରେ ଥାଏ । ଈଶ୍ୱର କିନ୍ତୁ ସେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ନିଜ ବଶରେ ରଖିଥାନ୍ତି । ପ୍ରକୃତି ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱଭାବ ! ଆମେ ସ୍ୱଭାବର ଅଧୀନରେ ନ ରହି ସ୍ୱଭାବକୁ ଅଧୀନସ୍ଥ କରି ରଖିବା ଉଚିତ । ମଣିଷ କିନ୍ତୁ ସ୍ୱଭାବ ପାଖରେ ହାରିଯାଏ । ନିଜର ସ୍ୱଭାବକୁ, ପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିପାରିଥିବା ମଣିଷ ସୁଖୀ ହୋଇଥାଏ । ସେ ହିଁ ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରେ । ଏମିତି ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ପ୍ରକୃତି ଓ ପ୍ରାଣ ଅଙ୍ଗାଙ୍ଗୀ ଭାବରେ ଜଡ଼ିତ । ତେବେ ବି ଯଦି ଜପ, ଧାନ, ସେବାସ୍ମରଣ, ସଙ୍ଗ, ସତ୍‌କର୍ମ କରାଯାଏ, ସଦ୍‌ଗ୍ରନ୍ଥ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଏ ତେବେ ସ୍ୱଭାବ ସୁଧୁରି ପାରେ । ସତ୍ ସଙ୍ଗର ଅର୍ଥ କୃଷ୍ଣଭକ୍ତଙ୍କ, ସାଧୁ-ସନ୍ଥଙ୍କର ଓ ସଦ୍‌ଗ୍ରନ୍ଥର ସଙ୍ଗ ।

ଶ୍ରଦ୍ଧାବାନ୍ ଲଭତେ ଜ୍ଞାନମ୍

ଶ୍ରଦ୍ଧା ଏକ ଆଧାତ୍ମିକ ତତ୍ତ୍ୱ, ଆଦର୍ଶ ପ୍ରତି ଅଗାଧ ପ୍ରେମ, ଏକ ଦୈବୀ ଶକ୍ତି ଅଟେ, ଯାହା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅସମ୍ଭବରେ ବି ସମ୍ଭବର ସମ୍ଭାବନାକୁ ଦେଖିବାର ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇଥାଏ । ଏହା ମାୟାର, ଅଜ୍ଞାନର ସଘନ ଆବରଣର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ମିଟିମିଟି ହେଉଥିବା ସତ୍ୟକୁ ଦେଖିବା, ସେ ଦିଗରେ ବଢ଼ିବା ଓ ତାହାକୁ ଧାରଣ କରିବାର ବୋଧ ଦେଇଥାଏ । ଏହା ସେହି ଲକ୍ଷ୍ୟ, ସେହି ଉଡ଼ାଣ ଅଟେ, ଯାହା ବୁଦ୍ଧିର ଅପଙ୍ଗତାକୁ ପକ୍ଷ ଲଗାଇ ଦିଏ ଓ ତାକୁ ପରମ ସତ୍ୟର ଝଲକ ଦେଖାଇ ଜୀବନର ରାଜମାର୍ଗର ପଥ ପ୍ରଶସ୍ତ କରିଥାଏ । ତର୍କଶୀଳ ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରାୟ ଏହି ଉଡ଼ାଣକୁ ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ, ଏଣୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ଏହି ଉଡ଼ାଣକୁ ସେ ଅନ୍ଧଶ୍ରଦ୍ଧା ବି କହିଦିଏ, କିନ୍ତୁ ନିଜ ପରିଣତିରେ ଏହାର ଚମତ୍କାର ଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖି ତର୍କପ୍ରଧାନ ବୁଦ୍ଧି ମୌନ ହାଇଯାଏ ଓ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ଶକ୍ତି-ସାମର୍ଥ୍ୟ ଆଗରେ ତାକୁ ନତମସ୍ତକ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ବାସ୍ତବରେ ସାଂସାରିକ ଦୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଅନ୍ଧ ହିଁ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ସେହି ଦୃଷ୍ଟି ଏହା ମଧ୍ୟରେ ଝିଲିମିଲି କରୁଥିବା ପ୍ରକାଶ ଓ ସମାଧାନର କିରଣକୁ ଦେଖିପାରେ ନାହିଁ କି ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ଅନ୍ଧଶ୍ରଦ୍ଧା ଯେବେ ନିଜର ନିଷ୍ଠାର କଷଟିରେ ଅନ୍ତିମ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଟିକି ରହେ ଓ ଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ, ତ ଏଥିରେ ପ୍ରଜ୍ଞାର କୁସୁମ ଫୁଟିଥାଏ ଏବଂ ଜୀବନର ପରମ ସମାଧାନ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରଦ୍ଧାରୁ ପ୍ରଜ୍ଞାର ଯାତ୍ରା ନିଷ୍ଠା ଆଧାରରେ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ ଶ୍ରଦ୍ଧା ନିଜର ସତ୍ୟ ସହିତ ସାକ୍ଷାତ୍କାର ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଟଳ ନ ରହିବ, ତାହା କି ପ୍ରକାର ଶ୍ରଦ୍ଧା । ଏଭଳି ସଂଶୟଗ୍ରସ୍ତ ଅସ୍ଥିର ଶ୍ରଦ୍ଧାକୁ ହତାଶା-ନିରାଶା ଓ ଅସଫଳତା ହିଁ ମିଳିଥାଏ, ଅନ୍ୟଥା ଅତୁଟ ଶ୍ରଦ୍ଧା ନିଜର ଫଳଶ୍ରୁତିରେ ଏବଂ ପରିଣତିରେ ଅବ୍ୟର୍ଥ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ ।

ଗୀତାରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଯାହାର ଶ୍ରଦ୍ଧା ଯେପରି ହୋଇଥାଏ, ସେ ସେହିପରି ହୋଇଯାଏ । ଶ୍ରଦ୍ଧା ତାମସିକ ହେଉ ବା ରାଜସିକ ବା ସାତ୍ତ୍ୱିକ, ତଦନୁରୂପ ଏହା ଫଳିତ ହୋଇଥାଏ । ନିଜର ପାବନତମ ଭାବରେ ଆରୂଢ଼ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଦେବତ୍ୱ ଓ ଈଶ୍ୱରତ୍ୱର ଅନୁଦାନ ଦ୍ୱାରା କୃତାର୍ଥ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରଜ୍ଞା ରୂପୀ ପ୍ରକାଶପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ରୂପେ ଫଳିତ ହୋଇଥାଏ । ଯାହାର ଘୋଷଣା କରି ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତା କହିଥାଏ- ଶ୍ରଦ୍ଧାବାନ୍ ଲଭତେ ଜ୍ଞାନମ୍ ଅର୍ଥାତ୍ ଶ୍ରଦ୍ଧାବାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରଦ୍ଧା କେଉଁ ସୋପାନଗୁଡ଼ିକ ଦେଇ ପ୍ରଜ୍ଞାର ଦ୍ୱାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିଥାଏ । ଏହି ସୋପାନଗୁଡ଼ିକର ସୁନ୍ଦର ବର୍ଣ୍ଣନ ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗ ଦର୍ଶନରେ ମିଳିଥାଏ । ସଂଯମ ଏହାର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ବିନ୍ଦୁ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ଏହାରି ଆଧାରରେ ସେହି ଉର୍ଜା ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥାଏ । ଯାହା ନିଷ୍ଠାକୁ ଅନ୍ତିମ ନିଷ୍କର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇବାର କାମ କରିଥାଏ । ସଂଯମ ବିନା ଶ୍ରଦ୍ଧାକୁ ନିଷ୍ଠାର ସେହି ବଳ, ଶକ୍ତି ଓ ଇନ୍ଧନ ମିଳିପାରେ ନାହିଁ, ଯାହା ଏହାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇ ପାରିବ ଏବଂ ତାହା ରାସ୍ତାରେ ହିଁ ଭ୍ରମିତ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ ହୋଇ ଦମ୍ ହରାଇ ଦିଏ । ନିଜର ଚରମ ଫଳଶ୍ରୁତି ହେତୁ ଶ୍ରଦ୍ଧା ପରମ ଆଦର୍ଶ ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସହିତ ଯୋଡ଼ି ହେବା ଅଭୀଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ତାହେଲେ ଏହା ଅଟଳ ନିଷ୍ଠାକୁ ଧାରଣ କରି ନିଜର ଅନ୍ତିମ ଧ୍ୟେୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚି ପାରେ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ଏହା ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଆଧାତ୍ମିକ ଚମତ୍କାର ଘଟିତ ହୋଇଥାଏ ଫଳିତ ହୋଇଥାଏ ।

ମହାମାରୀର ତୃତୀୟ ତରଙ୍ଗରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର

ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ

ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ 'କୋଭିଡ୍-୧୯' ମହାମାରୀ ଜନିତ ପ୍ରତିଷେଧାତ୍ମକ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ଶିଳ୍ପ ସମୂହରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ ପ୍ରମୁଖ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରେ । ଭାରତରେ ମହାମାରୀର ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ତରଙ୍ଗରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ଗୁଡ଼ିକରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରଦର୍ଶନ ବନ୍ଦ ରହିଥିବା କାରଣରୁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣ, ବିତରଣ, ପ୍ରଦର୍ଶନ ଓ ପ୍ରଚାର ସମସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆର୍ଥିକ ଶୃଙ୍ଖଳ ଦୋହଲି ଯାଇଥିଲା । ସଂକ୍ରମଣ ହ୍ରାସ ପରିପେକ୍ଷୀରେ ପ୍ରଥମ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ତରଙ୍ଗ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଅବସ୍ଥାରେ କିଛି ଦିନ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟରେ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ଓ କିଛି ଦିନ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦର୍ଶକଙ୍କୁ ନେଇ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଅନୁମତି ଫଳରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ ଅଣ୍ଟା ସଳଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲା ।

ତେବେ ୨୦୨୨ ଜାନୁୟାରୀରୁ ତୃତୀୟ ତରଙ୍ଗ ସଂକ୍ରମଣ ହେତୁ ବିଭିନ୍ନ ରାଜ୍ୟରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ପୁଣି କଟକଣା ଜାରୀ ହୋଇଥିବା ତଥା ଅନ୍ତତଃ ପକ୍ଷେ ମାର୍ଚ୍ଚ ମାସ ଯାଏଁ ସଂକ୍ରମଣ ବଳବତ୍ତର ରହିବା ଆକଳନ କରାଯାଉଥିବା ହେତୁ ଭାରତୀୟ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପରେ ଆର୍ଥିକ ପୁନରୁଦ୍ଧାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ପୁନର୍ବାର ପ୍ରତିହତ ହୋଇଛି । କରୋନା ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଅଭିଯାନରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ସାର୍ବଜନୀନ ମନୋରଞ୍ଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ପ୍ରଥମେ ନିଷେଧାଜ୍ଞା ଜାରି ହେଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ସର୍ବଶେଷରେ ଉଠିଥାଏ ।

ବ୍ୟାବସାୟିକ ମାନଙ୍କ 'ବିଜିନେସ ରେଟିଂ' ସଂଗଠନ 'କ୍ରିସିଲ' ପକ୍ଷରୁ ୨୦୨୨ ଜାନୁୟାରୀ ପ୍ରଥମ ସପ୍ତାହରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ବିବରଣୀରେ ଭାରତୀୟ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ ମୁଖ୍ୟତଃ ମଲଟିପ୍ଲେକ୍ସ ଗୁଡ଼ିକର ଆୟ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ଏବଂ ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ତିନିରୁ ପାଞ୍ଚ ମାସ ଯାଏଁ ବଳବତ୍ତର ରହିବା ଅନୁମାନ କରାଯାଇଛି । ପୂର୍ବରୁ ମହାମାରୀର ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ତରଙ୍ଗ ଜନିତ କ୍ଷତି ୨୦୨୨ ପ୍ରଥମ ତ୍ରୟମାସରେ କେତେକାଂଶରେ ଭରଣା ଆଶା କରାଯାଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ତୃତୀୟ ତରଙ୍ଗ ଉପସ୍ଥିତିରେ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି ।

'କ୍ରିସିଲ' ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ 'ଟ୍ରିପଲ ଆର', 'ଜର୍ସି' ଭଳି ବଲିଉଡ଼ର ବଡ଼ ବଜେଟର କେତେକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ରିଲିଜ ତାରିଖକୁ ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ରିଲିଜ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅନ୍ୟ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ମଧ ପଦାଙ୍କ ଅନୁସରଣ କରିବେ । ଯଦି ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟସ୍ତରରେ ୨୦୨୨ ମାର୍ଚ୍ଚ ସୁଦ୍ଧା ସଂକ୍ରମଣ ହାର କମିଆସେ, ତେବେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣ ଓ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥା ଫେରିବାକୁ କିଛି ସମୟ ଲାଗିଯିବ । ମଲଟିପ୍ଲେକ୍ସ ଗୁଡ଼ିକ ନିଜର କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଭରଣା କରିବା ନିମନ୍ତେ ୨୦୨୨-୨୩ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ଶେଷାର୍ଦ୍ଧ ଯାଏଁ ଅପେକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ ବୋଲି ପୂର୍ବାନୁମାନ କରାଯାଇଛି ।

ଓଡ଼ିଶାରେ ମଲଟିପ୍ଲେକ୍ସ ବା ଏକାଧିକ- ରୂପେଲି- ପରଦା- ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ସଂଖ୍ୟା କମ । ଅଧିକାଂଶ ଏକକ ରୂପେଲି ପରଦା ବିଶିଷ୍ଟ ଏବଂ ସୀମିତ ଆର୍ଥିକ ନିବେଶରେ ପରିଚାଳିତ । ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀ ଶେଷ ୧୯୯୯ ମହାବାତ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ ରାଜ୍ୟରେ ୨୦୦ ଯାଏଁ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମଥିଲା । ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ଟେଲିଭିଜନ ପ୍ରସାରଣ ସେବା ଉପଲବ୍ଧ ହେବା ପରେ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରଦର୍ଶନ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ମହାବାତ୍ୟାରେ ବହୁ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ଭାଙ୍ଗିରୁଜି ଯିବା ହେତୁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରଦର୍ଶନଭଳି ଦୁର୍ବଳ ବ୍ୟବସାୟରେ ଅଧିକ ନିବେଶ କରିବା ନିମନ୍ତେ ମାଲିକମାନେ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କଲେନାହିଁ । ମହାବାତ୍ୟା ପର ଅବସ୍ଥାରେ ପ୍ରାୟ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା ।

ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ପ୍ରଥମ ଦଶକରେ ରାଜ୍ୟରେ ଏକ ଶହ ପାଖାପାଖି ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ରହିଥିଲା । ତେବେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଦଶକ ମଧଭାଗରୁ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବ୍ୟାପ୍ତି, ୪ଜି କାରିଗରୀ କୌଶଳ ଉପଯୋଗ ଓ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ବ୍ୟବହାର ଫଳରେ ସହରାଞ୍ଚଳ ସମେତ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ଦର୍ଶକଙ୍କ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଉପଭୋଗ ଆଚରଣରେ ବ୍ୟାପକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସୂତ୍ରପାତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି କାରଣରୁ ସର୍ବୋତଭାବେ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ପ୍ରଦର୍ଶନି ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିଲା ।

ମହାମାରୀରେ ଦୀର୍ଘକାଳ ଧରି ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ବନ୍ଦ ରହିବା ହେତୁ ଦୁଇ ଦଶକପରେ ରାଜ୍ୟର ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ଶିଳ୍ପ ପୁନର୍ବାର ଜୀବନ-ମରଣ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲା । କୁହାଯାଉଛି ଯେ ରାଜ୍ୟରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ସଂଖ୍ୟା ୨୦୨୨ ଆରମ୍ଭ ସୁଦ୍ଧା ୫୦ ରୁ ୬୦କୁ ହ୍ରାସ ପାଇଛି । ସେହିପରି ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ଦଶକରେ ଡିଜିଟାଲ ରୂପାନ୍ତର ପରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ବିତରକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଶହେରୁ ପାଞ୍ଚରୁ କମ ସଂଖ୍ୟାକୁ କମି ଆସିଛି ।

ମହାମାରୀ ଜନିତ ଅନିଶ୍ଚିତତା, ଓଡ଼ିଆ ଦର୍ଶକଙ୍କ ଆଚରଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ଅତି ଅଳ୍ପ ସଂଖ୍ୟକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟକୁ ବିଚାରକୁ ନେଇ ମହାମାରୀ ପୂର୍ବରୁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣଲାଗି ଅଣ୍ଟାଭିଡ଼ିଥିବା ବହୁ ପ୍ରଯୋଜକ ନିଜ ଯୋଜନାକୁ ଏକେତ ବନ୍ଦ କରି ଦେଇଛନ୍ତି କିମ୍ବା ଦୀର୍ଘଦିନ ଯାଏଁ ବନ୍ଦ ରଖିଛନ୍ତି । ନିଜର ସାଟେଲାଇଟ ଟେଲିଭିଜନ ଚ୍ୟାନେଲ ଚଳାଉଥିବା ଦୁଇ ତିନିଗୋଟି ଗଣମାଧମ ସଂସ୍ଥା ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣକରି ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ତଥା ନିଜ ଚ୍ୟାନେଲରେ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣ ନାମକୁ ମାତ୍ର ଜୀବିତ ରଖିଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଆରେ ଓଟିଟି ମଞ୍ଚ ବିକଶିତ ହୋଇ ନ ଥିବା ହେତୁ ୱେବସିରିଜ ମଧ ଉଧାଇପାରୁ ନାହିଁ ।

ଏହି ପ୍ରେକ୍ଷାପଟରେ ୨୦୨୨ ଆରମ୍ଭ ବେଳକୁ ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ ସହ ସଂପୃକ୍ତ ପ୍ରଯୋଜକ ଓ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ମାଲିକମାନେ ବିକଳ୍ପ ବ୍ୟବସାୟରେ ମନୋନିବେଶ କରିଥିବା ସ୍ଥଳେ ବୈଷୟିକ କର୍ମୀ ଟେକନିସିଆନ ମାନେ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧରୁ ଅନେକ ବାଧ ବାଧକତାରେ ଉନ୍ମେଷମୁଖୀ ଭିଡ଼ିଓ ଓ ଅଡ଼ିଓ ଶିଳ୍ପରେ ସାମିଲ ହେବେ ସତ, ତେବେ ଓଡ଼ିଆରେ ଡିଜିଟାଲ ମାର୍କେଟିଂ ଶିଳ୍ପ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ ନ ହୋଇଥିବା ହେତୁ ମଧବର୍ତ୍ତୀ 'ଟ୍ରାନଜିଟରି' ଅବସ୍ଥାରେ ଆର୍ଥିକ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ନିଶ୍ଚିତ ।

ଓଡ଼ିଶାରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୋଗ, ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ବ୍ୟବହାର ଓ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ଲୋକପ୍ରିୟତା ବୃଦ୍ଧିରେ ଗଣମାଧମ ୨୦୨୨ ମସିହାରେ ଏକ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ମାଡ଼ ନେବା ଆଶା କରାଯାଏ । ପ୍ରଥମତଃ, ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପର ସୃଜନ ପ୍ରତିଭା ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ସଙ୍ଗେ ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଫେବୃୟାରୀ ମାସରେ ତ୍ରିସ୍ତରୀୟ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ଆୟୋଜନ ଏବଂ ଭର୍ଚୁଆଲ ପ୍ରଚାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ମାର୍କେଟିଂକୁ ଶିଳ୍ପ ମାନ୍ୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବ । ତୃତୀୟତଃ, ୨୦୨୧ ଶେଷ ପାଦରେ ବ୍ରହ୍ମପୁରର ପାରିବାରିକ କଳହ ରାଜ୍ୟର ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଆଧିପତ୍ୟ ଜାହିର କରିଥିବା ଉଦାହରଣ ଏବଂ ଚତୁର୍ଥତଃ, ରାଜ୍ୟ ସରକାର ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବାବସ୍ଥାରେ ପାରମ୍ପରିକ ଗଣମାଧମ ସହ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରଚାରଲାଗି ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବ୍ୟୟ ନୂତନ ଶିଳ୍ପର ଭିତିଭୂମି ପ୍ରତିଷ୍ଠାରେ ସହାୟକ ହେବା ସମ୍ଭବ । ପଞ୍ଚମତଃ, ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଭିଡ଼ିଓ ଓ ଅଡ଼ିଓ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଲାଗି ଉନ୍ନତମାନର ସରଳ ଓ ଆକର୍ଷଣୀୟ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ହେତୁ ପ୍ରଯୋଜିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମଗୁଡ଼ିକର ଗୁଣାତ୍ମକ ଅଭିବୃଦ୍ଧିର ସୁଯୋଗ ପହଞ୍ଚିଛି ।

ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଗଣମାଧମ ପରିବେଶ, ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଆଚରଣ ଓ ବୈଷୟିକ କ୍ରମାନ୍ନତି ପାରମ୍ପରିକ ଆଙ୍ଗିକରେ ସଂଶୋଧନ ଦାବି କରୁଛି । ଏହାକୁ ପ୍ରତିରୋଧ ନ କରି ସ୍ୱାଗତ କରିବା ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ । ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ ଯେ ବିଲୋପ ପାଇବ ତାହା ନୁହ, ପ୍ରତିଭାଶାଳୀ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାତାମାନେ ଓଡ଼ିଆ କାହାଣୀ, ଭାବଧାରା, ଆଶା ଆକାଂକ୍ଷାକୁ ନେଇ ଅବଶ୍ୟ ଅଳ୍ପ ସଂଖ୍ୟକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣ କରିବେ । ଡିଜିଟାଲ ମଞ୍ଚରେ ତାହାକୁ ରାଜ୍ୟ ସହ ଦେଶ ବିଦେଶର ଢ଼େର ଅଧିକ ଦର୍ଶକ ଦେଖିବେ । ଦୁଇ ବର୍ଷ ମଧରେ ୨୬ ଗୋଟି ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟରେ ସପ୍ତାହକରୁ ଅଧିକ ସମୟ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୋଇ ପାରି ନଥିଲା । ଏଥିରୁ କ'ଣ ଆମର କିଛି ଶିଖିବାର ନାହିଁ ?

ଉପକାରୀ ହଳଦୀ ମିଶା କ୍ଷୀର

ହଳଦୀ ମିଶା କ୍ଷୀର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ହଳଦୀ ମିଶା କ୍ଷୀର ପିଇଲେ ପାଚନ କ୍ରିୟା ଠିକ୍ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ବହୁ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ, ଯେମିତିକି ଅଲ୍ସର, ଡାଇରିଆରୁ ବି ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଉଷୁମ କ୍ଷୀରରେ ଅଳ୍ପ ହଳଦୀ ମିଶାଇଲେ ନିଦ ଗାଢ଼ ହୋଇଥାଏ । ହଳଦୀ ମିଶା କ୍ଷୀର ପିଇଲେ ହାଡ଼ ମଜବୁତ ହେବା ସହିତ ଆହୁରି ବଡ଼ ରୋଗରୁ ବି ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ମହାରାଜା ପରୀକ୍ଷିତଙ୍କୁ ଶୁକଦେବ କହୁଛନ୍ତି, ରାଜନ୍ ! ଯେଉଁ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ନିଜ ପିତାଙ୍କର ପଣ ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଦେଲେ, ଯେ ଏତେ ସୁକୁମାର ଥିଲେ ଯେ ନିଜର ପ୍ରାଣପ୍ରିୟା ଜାନକୀଙ୍କ ପାଣି ସ୍ପର୍ଶ ମଧ ସହନ କରିପାରୁ ନ ଥିଲେ । ସେ ରାମ ଅତି ମୃଦୁଳ ଚରଣ କମଳରେ ବନ ବନ ବିଚରଣ କରିଚାଲିଥିଲେ । ଯାହାଙ୍କ ପଥଶ୍ରମକୁ ଭକ୍ତ ହନୁମାନ, ତଥା ଅନୁଜ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଦୂର କରୁଥିଲେ । ସୁର୍ପଣଖାକୁ ବିରୂପ କରିବା କାରଣରୁ ପ୍ରିୟା ହରଣର ବିରହ ବ୍ୟଥାରେ କୁପିତ ତଥା କୁଟିଳ ଭ୍ରୁକୁଟୀରେ ସାଗର ଭୟଭୀତ ହୋଇ ଉଠୁଥିଲା । ତା ଉପରେ ସେତୁ ବାନ୍ଧି ଦୁଷ୍ଟଦଳନ ରୂପ ବନାଇବା ପାଇଁ ଦାବାନଳ ହୋଇଥିଲେ । ସେହି କୋଶଳ କିଶୋର ଆମର ରକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ଭକ୍ତଙ୍କ କଥା ତ ଅଲଗା, ଭକ୍ତ ତ ଇହଲୋକର ଜୀବ ନୁହନ୍ତି, ସେ ବାସ କରନ୍ତି ଭାବ ଜଗତରେ । ସେ ତ ଅନୁଗ୍ରହ୍ୟ ସୃଷ୍ଟିର ଜୀବ ଅଟନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ସଂସାରୀ ମନୁଷ୍ୟ, ସେମାନଙ୍କୁ ମଧ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଚରିତ୍ର ଆଦର୍ଶ ଲାଗେ । ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ରହଣି, ସହଣ, ତାଙ୍କର ଚାଲିଚଳନ ରାମଙ୍କ ଆଚାର ବିଚାର ତାଙ୍କର ହସ ଏବଂ କଥାବାର୍ତ୍ତା, ତାଙ୍କ ଖେଳକୁଦ, ପଢ଼ାଲେଖା, ଏପରିକି କ୍ରୋଧ ମଧ ମାନବ ସମାଜର ଆଦର୍ଶ । ଏସବୁରେ ନ୍ୟୁନତା ନ ଥିଲା ତ୍ରୁଟି ବିଚ୍ୟୁତି ନ ଥିଲା, ପରିପୂର୍ଣ୍ଣଙ୍କ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହିଁ ଥିଲା । ଆମେ ରାମଙ୍କ ଜୀବନଚର୍ଯ୍ୟା ଉପରେ ବିହଙ୍ଗମ ଦୃଷ୍ଟି ପକାଇଲେ, ଆମକୁ କୌଣସି କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ଅପୂର୍ଣ୍ଣତା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ସମୟରେ ଯାହା କରିବା ଉଚିତ ରାମ ସେପରି କରୁଥିଲେ । ରାମନୀତି, ରୀତି, ପ୍ରୀତି ଆଦର୍ଶ ସ୍ଥାନୀୟ । ଶ୍ରୀରାମ ପରମେଶ୍ୱର ହୋଇ ମଧ ମାନବ ରୂପ ଧାରଣ କରିଥିବାରୁ ମାନବ ଜାତିକୁ ମାନବତାର ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥିଲେ । ଇଂରାଜୀରେ ପ୍ରବାଦ ଅଛି, ଉଦାହରଣ ଉପଦେଶଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଏ ପ୍ରବାଦକୁ ସାକାର କରିଥିଲେ, ନିଜ ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀ ଓ ବ୍ୟବହାରରେ । ମାୟାତୀତ ମହେଶ ସର୍ବେଶ୍ୱର ସର୍ବେଶ ହୋଇ ମଧ ସେ ମାୟାର ଆଶ୍ରୟ ନେଇ ମାନବଲୀଳା ସମ୍ପାଦନ କରିଥିଲେ କାହିଁକି ? ଏହା ଥିଲା ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ପରମାବତାର ଗ୍ରହଣର ଅନ୍ୟତମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ଧର୍ମ ସଂସ୍ଥାପନାର୍ଥାୟ ତାହା କି ଧର୍ମ, ତାହା ହେଉଛି ମାନବ ଧର୍ମ । ଧର୍ମ କ'ଣ ? ଧର୍ମ ହେଉଛି ତାହା, ଯାହାର ଅଧୀନ ହୋଇ ପ୍ରାଣୀ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ କୁଶଳତା ପୂର୍ବକ, ଉତ୍ତମତା ପୂର୍ବକ ପାଳନ କରିଥାଏ । ନିଜର ଅସୀମିତ ବିଷୟ ବାସନାକୁ ସୀମିତ କରି ନିର୍ବିଷୟ ହୋଇପାରେ । ଧର୍ମ ସାଧ ନୁହେଁ, ସାଧନା । ଭଗବାନଙ୍କ ରାମାବତାର ସାଧନ ଶିଖାଇବା ନିମିତ୍ତ ହୋଇଥିଲା କାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ସାଧକ ଅଟେ । କର୍ମ ମାତ୍ରେ ଦୋଷଯୁକ୍ତ, ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ବନ୍ଧନର ହେତୁ ଅଟେ । ଏଣୁ ନୈଷ୍କର୍ମ୍ୟ ସ୍ଥିତିକୁ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ କୁହାଯାଇଛି । ନୈଷ୍କର୍ମ୍ୟ ସ୍ଥିତି କର୍ମ ନ କରି ନିକମା, ଅଳସୁଆ ହୋଇ ବସି ରହିବା ନୁହେଁ । କର୍ମ କରି ହିଁ ନୈଷ୍କର୍ମ ସ୍ଥିତି ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଇ ପାରେ । ଅତଃ ଧର୍ମ ପୂର୍ବକ କର୍ମ କରିବା ହିଁ ଉତ୍ତମ ସାଧନ ଅଟେ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଅନୁକୂଳ ବିଷୟ ସକଳ ଭୋଗରେ ହିଁ ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଥାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସମୂହ ଏତେ ଅତୃପ୍ତ ଯେ, ଏତେ ଭୋକିଲା ଯେ, ବିଷୟ ସକଳ ଭୋଗ କରି ମଧ ଏମାନେ ତୃପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ସେଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା ହିଁ ମାନବ ଧର୍ମର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ ।

ଜଳର ଔଷଧୀୟ ପ୍ରୟୋଗ

ଜଳ ଏକ ଔଷଧ, ତେଣୁ ଏହାର ଉପଯୋଗ ଔଷଧ ସମାନ ଉଚିତ ମାତ୍ରାରେ କରିବା ଦରକାର । ପ୍ରାୟ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପରେ ତୁରନ୍ତ ବହୁତ ପାଣି ପିଅନ୍ତି, ଯାହାକି ଆୟୁର୍ବେଦ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଉଚିତ ନୁହେଁ; ସେଥିପାଇଁ ଧ୍ୟାନ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ଆମେ ଖାଇ ସାରିବା ପରେ ତୁରନ୍ତ ପେଟ ଭରି ପାଣି ପିଇବା ନାହିଁ । ମୁଖ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଢୋକ ପାଣି ପିଇବା ଦରକାର ଏବଂ ପ୍ରାୟ ଦେଢ଼ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଆମେ ପାଣି ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ଯାହା ଖାଇଥିବା ତାହା ବହୁତ ଶୀଘ୍ର ହଜମ ହୋଇଯିବ, ପାଚନ କ୍ରିୟା ଉତ୍ତମ ହେବ ଓ ଆମ ଶରୀରର ଜଠରାଗ୍ନି ମଧ ବହୁତ ଉତ୍ତମ ରୂପେ କାମ କରିବ ଏହା ସହିତ ଆମେ ଯାହା ଖାଇଥିବା, ତାହାର ଉତ୍ତମ ରୂପେ ପାଚନ ହେବ । ଏ ସନ୍ଦର୍ଭରେ କିଛି ଜରୁରୀ କଥା ସ୍ମରଣ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ସମ୍ଭବ ହେଲେ ତାହାକୁ ଅବଶ୍ୟ ପାଳନ କରନ୍ତୁ ।

ଭୋଜନ କରିବାର ପ୍ରାୟ ୪୦ ମିନିଟ୍ ପୂର୍ବରୁ ପାଣି ପିଇବା ଦରକାର, ଭୋଜନ ଆରମ୍ଭ କରିବାର ତୁରନ୍ତ ପୂର୍ବରୁ ନୁହେଁ କି ଭୋଜନ କରି ସାରିବାର ତୁରନ୍ତ ପରେ ନୁହେଁ । ଆମେ ଢୋକେ-ଦି'ଢ଼ୋକ ଯେଉଁ ପାଣି ପିଇବା, ତାହା ଥଣ୍ଡା ହୋଇ ନ ଥିବ । ତାହା ସାଧାରଣ ବା ନଖ ଉଷୁମ ହୋଇଥିଲେ ଅତି ଉତ୍ତମ । ଯଦି ସକାଳ ଜଳଖିଆ ଖାଇବାର ତୁରନ୍ତ ପରେ ଆମକୁ ବହୁତ ପାଣିର ଅଭାବ ଅନୁଭବ ହୁଏ ବା ଶୋଷ ଲାଗେ ତେବେ ଏଥିପାଇଁ ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ ତ ଆମେ କମଳା ବା ମୌସମ୍ବୀ ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଫଳର ରସ ପାନ କରି ପାରିବା ଏବଂ ଯଦି ଦିପହର ଭୋଜନ କରିବା ପରେ ଆମକୁ ଅଧିକ ଶୋଷ ଲାଗେ ତ ଖାଇବାର ତୁରନ୍ତ ପରେ ଆମେ ଦହି ଲସି ବା ଘୋଳଦହି ପିଇ ପାରିବା ।

ରାତିରେ ଖାଇବାର ତୁରନ୍ତ ପରେ ଦୁଧ ସେବନ କରାଯାଇ ପାରେ । ଏପରି କଲେ ଆମ ଶରୀରରେ କୌଣସି କ୍ଷତି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହେ ନାହିଁ, କାରଣ ଏହା ଖାଦ୍ୟକୁ ହଜମ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଆମେ ଯେବେ ବି ପାଣି ପିଇବା ତ ଚା', କଫି ପିଇବା ପରି ପିଇବା । ଏକାବେଳେ ଏକ ଶ୍ୱାସରେ ଗିଲାସର ସବୁ ପାଣି ପିଇ ନ ଦେଇ ଢୋକେ ଢୋକେ କରି ପିଇବା ।

ତମ୍ବାର ଏକ ପାତ୍ର ନେଇ ରାତିରେ ସେଥିରେ ପାଣି ଭରି ରଖିନେବେ ଓ ସକାଳୁ ଉଠି ସେହି ପାଣିକୁ ଢୋକେ ଢୋକେ କରି ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ପିଇବେ । ଯଦି ଆମେ ତମ୍ବା ପାତ୍ରରେ ପାଣି ରଖିବା ତ ସେହି ପାଣିକୁ ଫୁଟାଇବା ଦରକାର ନାହିଁ । କାରଣ ସେଥିରେ ସେହି ସବୁ ଗୁଣ ଆସିଯାଏ, ଯାହା ଆମକୁ ପାଣି ଫୁଟାଇ ଥଣ୍ଡା କରିବା ପରେ ମିଳିଥାଏ ।

ତମ୍ବା ପାତ୍ରରେ ପାଣି ରଖି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ମୁଖମଣ୍ଡଳ ବି ଚମକି ଥାଏ । ଯଦି ଆମର ଚର୍ମ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟା ଥାଏ ବା ଆମେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଚର୍ମ ପାଇବା ପାଇଁ ନାନା ପ୍ରକାର ପ୍ରସାଧନ ବ୍ୟବହାର କରି ଥକି ଯାଉଛେ ତ ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣି ପିଇବା ଆରମ୍ଭ କରିଦେବା ଉଚିତ । ଆମର ଚର୍ମ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯିବ ଓ ଚମକିବାରେ ଲାଗିବ । ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀରରୁ ବିଷାକ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ବାହାରକୁ ବାହାରି ଯାଏ ।

ସକାଳୁ ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଏବଂ ରାତିରେ ଖାଇବା ପରେ ଗରମ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପାଚନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ – ସମସ୍ୟା ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଓ ଗ୍ୟାସ୍ ଭଳି ସମସ୍ୟା ହଇରାଣ କରେ ନାହିଁ । ଭୋକ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ମଧ ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣି ବହୁତ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣିରେ ଗୋଟିଏ ଲେମ୍ବୁର ରସ ଓ ଗୋଲମରିଚ ଏବଂ ସ୍ୱାଦାନୁସାର ଲୁଣ ପକାଇ ପିଇଲେ ପେଟ ଭାରୀ ଲାଗିବା କିଛି ସମୟ ମଧରେ ଦୂର ହୋଇଯାଏ । ଖାଲି ପେଟରେ ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ମୂତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ତଥା ଛାତିର ଜ୍ୱଳନ କମିଯାଏ । ବାତରୁ ଉପନ୍ନ ରୋଗ ଗୁଡ଼ିକରେ ଗରମ ପାଣି ପିଇବା ଅମୃତ ସମାନ ଲାଭଦାୟକ ମନେ କରାଯାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଗରମ ପାଣିର ସେବନ ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ତୀବ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା ବଢ଼ିଥାଏ ଓ ଝାଳ ମାଧମରେ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ବାହାରି ଯାଏ । ଜ୍ୱର ବେଳେ ଶୋଷ ଲାଗିଲେ ରୋଗୀକୁ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପରିବର୍ତ୍ତେ ଗରମ ପାଣି ପିଆଇବା ଉଚିତ । ଏଥିରୁ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି ଶରୀରର କୌଣସି ଅଂଶରେ ଗ୍ୟାସ୍ କାରଣରୁ ପୀଡ଼ା ହେଉଥାଏ ତ ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ଗ୍ୟାସ୍ ବାହାରି ଯାଏ ।

ଅଧିକାଂଶ ପେଟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ ଦୂଷିତ ପାଣି ପିଇବା ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ । ପାଣିକୁ ଗରମ କରିବା ପରେ ଥଣ୍ଡା କରି ପିଇଲେ ପେଟର ଅଧିକାଂଶ ବେମାରି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତିର ସଞ୍ଚାର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା କାଶ ଓ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ ବହୁତ ଶୀଘ୍ର ଦୂର ହୋଇଯାଏ ।

ଦମା, ହାକୁଟି ଓ କୁଣ୍ଡିଆ ଆଦି ରୋଗରେ ଭଜା ଓ ଛଣା ପଦାର୍ଥର ସେବନ ପରେ ଗରମ ପାଣି ପିଇବା ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ସକାଳୁ ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣିରେ ଗୋଟିଏ ଲେମ୍ବୁର ରସ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ଭିଟାମିନ-ସି ମିଳିଥାଏ । ଗରମ ପାଣିରେ ଗୋଟିଏ ଲେମ୍ବୁର ମିଶ୍ରଣ ଶରୀରର ପ୍ରତିରକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀକୁ ଦୃଢ଼ତା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ପି.ଏଚ.ର ସ୍ତର ମଧ ସନ୍ତୁଳିତ ରହିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ପାଣି ମସ୍ତିଷ୍କର କୋଷଗୁଡ଼ିକ ସକାଶେ ଏକ ଉତ୍ତମ ଟନିକର କାମ କରିଥାଏ । ଏହା ମୁଣ୍ଡର ତ୍ୱଚାକୁ ନରମ କରିଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ଏହା ଶୁଖିଯିବାର ସମସ୍ୟା ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ।

ଓଜନ କମ୍ କରିବାରେ ଗରମ ପାଣିର ବହୁତ ବଡ଼ ଯୋଗଦାନ ରହିଛି । ଖାଇ ସାରିବାର ଏକ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଗରମ ପାଣି ପିଇଲେ ମେଟାବଲିଜମ (ଚୟାପଚୟ) ବଢ଼ିଥାଏ । ଯଦି ଗରମ ପାଣିରେ ଅଳ୍ପ ଲେମ୍ବୁ ରସ ଏବଂ କିଛି ବୁନ୍ଦା ମହୁ ମିଶାଇ ଦିଆଯାଏ ତ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ସୁଡ଼ୁଳ ହୋଇଯାଏ । ସର୍ବଦା ଯବାନ ଦେଖାଯିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଗରମ ପାଣି ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ଔଷଧ ରୂପେ କାମ କରିଥାଏ । ଏହିପରି ଯଦି ଜଳର ସମୁଚିତ ଉପଯୋଗ କରାଯାଏ ତ ଏହା ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ଔଷଧର କାମ କରିଥାଏ ।

ଅସ୍ଥିକୁ ମଜଭୁତ ରଖେ ସଜନା ଛୁଇଁ

ସଜନା ଶାଗ ହେଉ କି ସଜନା ଛୁଇଁ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସଜନା ଛୁଇଁକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରଣାଳୀରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଉଥିଲେ ହେଁ ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତର ଲୋକେ ଏହାକୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଡାକ୍ତର ଅବରାର ମୁଲତାନୀ କୁହନ୍ତି ଯେ, ସଜନା ଛୁଇଁରେ ଭିଟାମିନ୍, ମିନେରାଲ, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ପୋଟାସିୟମ୍, ଆଇରନ ଆଦି ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ । ଯାହାକି, ଅନେକ ବିପଜ୍ଜନକ ଜୀବାଣୁଠାରୁ ଶରୀରକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଅସ୍ଥି ମଜଭୁତ ହେବା ସହ ବୃକକ୍ ଭଲ ଭାବେ କାମ କରିଥାଏ । ସଜନା ଛୁଇଁରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଥିବାବେଳେ ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଏଥିରେ କମଳାଠାରୁ ୭ ଗୁଣ ଅଧିକ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି', ଗାଜର ତୁଳନାରେ ୧୦ଗୁଣା ଅଧିକ ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ମିଳିଥାଏ । ଏ ସମସ୍ତ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ଲାଗି ନିହାତି ଜରୁରୀ । ଏଥିରେ ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ଆଇରନ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ରକ୍ତହୀନତା ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂରେଇ ଦିଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଆମିନୋଏସିଡ୍, ଫାଇବର୍, ଭିଟାମିନ୍ 'ବି', 'ସି' ଏବଂ 'ଇ' ମିଳିଥାଏ ।

ସଜନା ଛୁଇଁରୁ ମିଳୁଥିବା ଫାଇଟୋକେମିକାଲକ୍ସ ବ୍ଲଡ୍ ସୁଗାରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ କାମ କରିଥାଏ । ସଜନା ଛୁଇଁ ପେଟ ଲାଗି ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ । ଏହା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା, ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଗ୍ୟାସ୍ ଆଦି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରେ । ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି ଇନ୍‌ଫ୍ଲାମେଟରୀ ତତ୍ତ୍ୱ ଅସ୍ଥିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର କରି ଅଷ୍ଟିଓପରାସିସ୍ ସହିତ ଲଢ଼ିବାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଯାହାଫଳରେ ଅସ୍ଥିଗୁଡ଼ିକ ମଜଭୁତ ରହିଥାଏ । ସଜନା ଛୁଇଁ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରି ହୃତପିଣ୍ଡକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦିଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ଘାତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ରହିଥାଏ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ମୁନୁ ମନ୍ଦିରରେ ଠାକୁରଙ୍କୁ ବହୁତ କାକୁତିମିନତି ହୋଇ ସୁମରଣା କରୁଥାଏ: ହେ ପ୍ରଭୁ, ଆନ୍ଧ୍ର ପ୍ରଦେଶକୁ ଆମେରିକାର ରାଜଧାନୀ କରିଦିଅ । ମୁଁ ସବୁଦିନ ଖାଲି ପାଦରେ ଚାଲି ଚାଲି ମନ୍ଦିର ଆସି ପୂଜା କରିବି । ଗରିବଙ୍କୁ ଖାଇବାକୁ ବି ଦେବି ।

ଠାକୁର ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ : ହଉ ଠିକ୍ ଅଛି ।

ହେଲେ ଏମିତି କାହିଁକି କରିବି ?

ମୁନୁ: ମୁଁ ପରୀକ୍ଷାରେ ପରା ଲେଖିକି ଆସିଛି, ଆମେରିକାର ରାଜଧାନୀ ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶ ।

× × × ×

ସୋହମ୍ ରାଜେଶକୁ: ଆଜି ମୁଁ ବାବା ଶ୍ୟାମଚରଣଙ୍କ ଉପଦେଶ ଶୁଣୁଥିଲି । ଭାରି ଭଲ ଲାଗିଲା । ତୁ ବି ଶୁଣ ।

ରାଜେଶ: ଆଉ କାହା ଉପଦେଶ କ'ଣ ଶୁଣିବି । ମୁଁ ତ ୧୦ ବର୍ଷ ହେଲା ଗୀତା ଉପଦେଶ ଶୁଣୁଛି ।

ସୋହମ୍: ସତ ! ବହୁତ ଭଲ ।

ରାଜେଶ: କ'ଣ ଭଲ ।

ଗୀତା ମୋ ସ୍ତ୍ରୀ ।

× × ×

ଝିଅ ବାପାଙ୍କୁ: ମୁଁ ପଡ଼ୋଶୀ ଘର ଯୁବକକୁ ଭଲ ପାଉଛି । ଆଉ ଘର ଛାଡ଼ି ତା' ସହ ଯାଉଛି ।

ବାପା: ଯାହା ହେଉ ମୋ ସମୟ ଓ ପଇସା ଉଭୟ ବଞ୍ଚିଗଲା ।

ଝିଅ: ବାପା ମୁଁ ମୋ କଥା କହୁନି । ଚିଠି ପଢୁଛି, ଯାହାକୁ ସୀମା ରଖି ଦେଇ ଯାଇଛନ୍ତି ।

× × × ×

ଶିକ୍ଷକ ରାଜୁକୁ: ଜଣେ ମହିଳା ୧ ଘଣ୍ଟାରେ ୫୦ଟି ରୁଟି କରୁଛନ୍ତି । ତେବେ ୩ ଜଣ ମହିଳା ଏକ ଘଣ୍ଟାରେ କେତୋଟି ରୁଟି ତିଆରି କରିବେ ?

ରାଜୁ: ଗୋଟିଏ ବି ନୁହେଁ, କାରଣ ତିନିଜଣ ମିଶି ଗପିବେ ଓ ଚୁଗୁଲି କରିବେ ।

× × × × × × ×

ପପୁ ରାସ୍ତାକଡ଼ରେ ଜିଲାପି ତିଆରି କରି ବିକୁଥାଏ । ହେଲେ ବଡ଼ ପାଟି କରି କହୁଥାଏ ଆଳୁ ନିଅ ଆଳୁ ।

ଏହା ଦେଖି ମନୋଜ: ଆରେ ଏ କ'ଣ ? ତମେ ଜିଲାପି ବିକୁଛ, ହେଲେ କହୁଛ ଆଳୁ ନିଅ ଆଳୁ ।

ପପୁ: ଚୁପ୍ ରହ । ନ ହେଲେ ମାଛି ତମ କଥା ଶୁଣି ଚାଲିଆସିବେ ।

ସ୍ୱୀକାର
ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା-୪, ୨୩ - ୨୯ ଜାନୁଆରୀ ୨୦୨୨

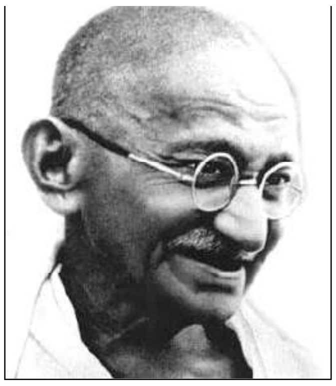
୧୦% ଧନୀଙ୍କ ପାଖରେ ଦେଶର ୪୫% ସମ୍ପତ୍ତି

ଦେଶରେ ଥିବା ୯୮ ଜଣ ଧନୀ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଖରେ ଯେତିକି ଧନ ରହିଛି ତାହା ସମାଜର ନିମ୍ନ ଆୟ ବର୍ଗରେ ବାସ କରୁଥିବା ୫୫.୨ କୋଟି ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ଥିବା ସମ୍ପତ୍ତି ସହ ସମାନ । ଭାରତରେ ଧନୀ ଓ ଗରିବଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଆୟ ଅସମାନତାର ଏଭଳି ଚିତ୍ର ପ୍ରକାଶ କରିଛି ଅକ୍ସଫାମ୍ ଇଣ୍ଡିଆ । ଏହା 'ଇନ୍‌ଇକ୍ୱାଲିଟି କିଲସ' ନାମକ ରିପୋର୍ଟ ଜାରି କରି ଜଣାଇଛି ଯେ କୋଭିଡ୍ ମହାମାରୀ ବ୍ୟାପିବା ପରେ ଦେଶର ୮୪ ପ୍ରତିଶତ ପରିବାରଙ୍କ ଆୟ ହ୍ରାସ ପାଇଛି । କିନ୍ତୁ ସେହି ସମୟରେ ବିଲିଓନେୟାରଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧୦୨ରୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ୧୪୨ରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ଯେଉଁମାନଙ୍କ ପାଖରେ ୧୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କାରୁ ଅଧିକ ସମ୍ପତ୍ତି ରହିଛି ସେମାନଙ୍କୁ ବିଲିଓନେୟାର କୁହାଯାଉଛି । ଦେଶର ୧୦% ଧନୀ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ୪୫% ଜାତୀୟ ସମ୍ପତ୍ତି ଥିବା ବେଳେ ନିମ୍ନ ଆୟ ବର୍ଗରେ ବାସ କରୁଥିବା ୫୦% ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ମାତ୍ର ୬% ଜାତୀୟ ସମ୍ପତ୍ତି ରହିଛି । ମହାମାରୀ ପରେ ଧନୀମାନେ ଅଧିକ ବିତ୍ତଶାଳୀ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଗରିବମାନେ ଆହୁରି ଗରିବ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ବିଶ୍ୱ ଅର୍ଥନୈତିକ ଫୋରମ୍ର ଡାଭୋସ୍ ଏଜେଣ୍ଡା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଅକ୍ସଫାମ୍ ଜାରି କରିଥିବା ଏହି ରିପୋର୍ଟରୁ ଏହି ସଙ୍କେତ ମିଳୁଛି ।

ଭାରତର ଶୀର୍ଷ ୧୦୦ ଜଣ ଧନୀ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ୫୭.୩ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କାର ସମ୍ପତ୍ତି ରହିଛି । ୨୦୨୦ ମାର୍ଚ୍ଚରୁ ୨୦୨୧ ନଭେମ୍ବର ମଧ୍ୟରେ ମହାମାରୀ ସମୟରେ ବିଲିଓନେୟାରମାନଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ୨୩,୧୪ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କାରୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ୫୩.୧୬ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କାରେ ପହଞ୍ଚିଛି । କିନ୍ତୁ ଏହି ସମୟରେ ୪.୬ କୋଟି ଲୋକ ଉତ୍କଟ ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ମୁହଁ ଠେଲି ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି । ଜାତିସଂଘ ଅନୁସାରେ ବିଶ୍ୱର ଅଧା ନୂଆ ଗରିବ ଭାରତରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛନ୍ତି ।

ଦେଶର ୧୦ ପ୍ରତିଶତ ଧନୀଙ୍କ ଉପରେ ୧ ପ୍ରତିଶତ ହାରରେ ସରଚାର୍ଜ ଲଗାଇଲେ ସ୍କୁଲ, ଶିକ୍ଷା, ସାର୍ବଜନୀନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଓ ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଖର୍ଚ୍ଚ ବାହାରିଯିବ ବୋଲି ଏହି ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି । ଅକ୍ସଫାମ୍ ଏହାର ରିପୋର୍ଟରେ ଜଣାଇଛି ଯେ ପରୋକ୍ଷ ଟିକସ ଉପରେ ସରକାର ସର୍ବଦା ନିର୍ଭରଶୀଳ ରହୁଛନ୍ତି । ୨୦୦୦ ମସିହାରେ ମୋଟ ଟିକସରେ ପରୋକ୍ଷ ଟିକସର ଭାଗ ୬୩.୬୯ ପ୍ରତିଶତ ଥିଲା ମହାମାରୀ ସମୟରେ ବି ସ୍ଥିତି ତାହା ରହିଛି । ପେଟ୍ରୋଲ୍ ଓ ଡିଜେଲ୍ ଉପରେ ଟିକସ ବୃଦ୍ଧି ଯୋଗୁଁ ୨୦୨୦-୨୧ର ପ୍ରଥମ ୬ ମାସରେ ଟିକସ ସଂଗ୍ରହରେ ୩୩% ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି । ବିଡ଼ମ୍ବନା ହେଉଛି ଅତି ଧନୀଙ୍କ ଉପରେ ଲଗାଯାଇଥିବା ଟିକସକୁ ୨୦୧୬ରେ ପ୍ରତ୍ୟାହାର କରାଯାଇଛି । କର୍ପୋରେଟ ଟିକସ ହାର ୩୦% ରୁ କମାଇ ୨୨% କରାଯାଇଛି । ଫଳରେ ଦେଶ ୧.୫ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କାର ଟିକସ ହରାଇଛି । ଧନୀଙ୍କ ଉପରୁ ଟିକସ କମ୍ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ମହାମାରୀ ଦ୍ୱାରା ଗୁରୁତର ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିବା ଗରିବ, ଉପେକ୍ଷିତ ଓ ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ବର୍ଗର ଲୋକ ଉଚ୍ଚ ହାରରେ ଟିକସ ଗଣୁଛନ୍ତି । ସମାଜର ସବୁ ବର୍ଗରୁ ସମାନ ଭାବେ ଟିକସ ସଂଗ୍ରହ କରିବାରେ ବିଫଳ ହୋଇଥିବାରୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଶିକ୍ଷା ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ଉଚିତ ଧ୍ୟାନ ଦେଉନାହାନ୍ତି । ଏହି ଦୁଇ କ୍ଷେତ୍ରର ଘରୋଇକରଣ ଯୋଗୁଁ ଅସମାନତା ଆହୁରି ବଢ଼ିଛି ।

ଅକ୍ସଫାମ୍ ପକ୍ଷରୁ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ସର୍ଭେରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ପ୍ରାଇଭେଟ୍ ସ୍କୁଲରେ ପିଲାଙ୍କୁ ପାଠ ପଢ଼ାଇଲେ ପରିବାର ଆୟର ୧୫% ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପଡୁଛି । ଏହି ସର୍ଭେରେ ଭାଗ ନେଇଥିବା ୫୨% ଅଭିଭାବକ କହିଛନ୍ତି ଯେ ସେମାନେ ସ୍କୁଲ ଫି' ବାବଦରେ ଅଧିକ ଟଙ୍କା ଗଣୁଛନ୍ତି । ଠିକ୍ ସମୟରେ ଫି' ଦାଖଲ କରାଯାଇ ନ ଥିବାରୁ ୩୫% ପିଲାଙ୍କ ଶିକ୍ଷାକୁ ବନ୍ଦ କରାଯାଇଛି । ୩୮% ଅଭିଭାବକ ନାମଲେଖା ସମୟରେ ବେଆଇନ ଫି' ଦେଇଥିବା କହିଛନ୍ତି । ୫୭% ଅଭିଭାବକ କହିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ଘୋଷିତ ଖର୍ଚ୍ଚ ବାହାରେ ଅଲଗା ଫି' ଦେବାକୁ ପଡୁଛି ! ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସମାନ ସ୍ଥିତି ରହିଛି । ସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲ ତୁଳନାରେ ଘରୋଇ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇଥିବା ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରାୟ ୬ ଗୁଣା ଅଧିକ ଖର୍ଚ୍ଚ ହେଉଛି ।



ଶିକ୍ଷା- ଆର୍ଥିକ ଜୀବନ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

ସ୍ୱଦେଶୀ ଭାବନାରୁ ପ୍ରାଣ ଘାତକ ଭାବରେ ଦୂରକୁ ଚାଲିଯାଇ ଆମକୁ ଏକ ଭୟଙ୍କର ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଭିତରେ ଗତି କରିବାକୁ ହୋଇଛି । ଆମେ ଶିକ୍ଷିତ ଶ୍ରେଣୀ ଏକ ବିଦେଶୀ ଭାଷାର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମ ଶିକ୍ଷା ଲାଭ କରିଛୁ । ତେଣୁ, ଜନଗଣଙ୍କର ଜୀବନ ଉପରେ ଆମେ କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ପକାଇ ପାରିନାହୁଁ । ଆମେ ଜନଗଣଙ୍କର ପ୍ରତିନିଧି ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛୁ, ମାତ୍ର ବିଫଳ ହୋଇ ଯାଉଛୁ । ସେମାନେ ଇଂରେଜୀ ହାକିମମାନଙ୍କୁ ଯେପରି ଆଖିରେ ଦେଖୁଛନ୍ତି, ଆମକୁ ମଧ୍ୟ ତା'ଠାରୁ ଖୁବ୍ ବେଶୀ ଭିନ୍ନ ଆଖିରେ ଦେଖୁ ନାହାନ୍ତି । ଉଭୟଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କାହାରି ଆଡ଼କୁ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ହୃଦୟ ଏକ ଉନ୍ମୁକ୍ତ ପୁସ୍ତକ ପରି ହୋଇ ରହିନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କର ଆକାଂକ୍ଷା ଆମ ଆକାଂକ୍ଷାଠାରୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭିନ୍ନ । ତେଣୁ, ମଝିରେ ବ୍ୟବଧାନ ରହିଯାଇଛି । ତେଣୁ ଫଳରେ ସଂଗଠନ କରିବାରେ ଯେକୌଣସି ବିଫଳତା ଆସି ପହଞ୍ଚିଛି ତା' ନୁହେଁ, ପ୍ରତିନିଧିମାନେ ଏବଂ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ସେମାନେ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରୁଛନ୍ତି, ଦୁହିଁଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କୌଣସି ମେଳ ରହି ପାରୁନାହିଁ । ଯଦି ଗତ ପଚାଶ ବର୍ଷ କାଳ ଆମେ ଭାରତୀୟ ଭାଷାଗୁଡ଼ିକର ମାଧ୍ୟମରେ ଶିକ୍ଷା ପାଇଥାନ୍ତୁ, ତେବେ ଆମର ଗୁରୁଜନମାନେ, ଆମର ଭୃତ୍ୟମାନେ ଓ ଆମର ପ୍ରତିବେଶୀ ମାନେ ମଧ୍ୟ ଆମ ସ୍ଥାନରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରି ପାରିଥାନ୍ତେ । ତେବେ, ରାମାୟଣ ଏବଂ ମହାଭାରତ ପରି ଜଣେ ବୋସ୍ ବା ଜଣେ ରାୟଙ୍କ ଆବିଷ୍କାରମାନ ଘର ଭିତରର ସମ୍ପତ୍ତି ହୋଇ ରହିଥାନ୍ତା । ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ଥିତି ଯେପରି ହୋଇଛି, ସାଧାରଣ ଜନଗଣଙ୍କର ବିଚାର କରି ଦେଖିଲେ, ଏହି ବୃହତ୍ ଆବିଷ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ସତେଅବା ବିଦେଶୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ପରି ମନେ ହେଉଛି । ଯଦି ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରର ଜ୍ଞାନ ଭାରତୀୟ ଭାଷାଗୁଡ଼ିକର ମାଧ୍ୟମରେ ଦିଆ ଯାଇଥାନ୍ତା, ମୁଁ ସାହସର ସହିତ କହିପାରିବି ଯେ, ସେଗୁଡ଼ିକ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଚମତ୍କାର ଭାବରେ ସମୃଦ୍ଧ ହୋଇ ପାରିଥାନ୍ତେ ।

ଆର୍ଥିକ ତଥା ଔଦ୍ୟୋଗିକ ଜୀବନରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ବିନାଶକାରୀ ଭାବରେ ସ୍ୱଦେଶୀରୁ ହଟିଯିବା ଫଳରେ ଜନଗଣଙ୍କର ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଅନେକ ଅଂଶରେ ଦେଖା ଦେଇଛି । ଯଦି ଭାରତବର୍ଷର ବାହାରୁ ବାଣିଜ୍ୟର ଗୋଟିଏ ବି ପଣ୍ୟ ଏଠାକୁ ଅଣାଯାଇ ନଥାନ୍ତା, ତେବେ ଭାରତବର୍ଷ ବର୍ତ୍ତମାନ ଦୁଗ୍ଧ ଏବଂ ମଧୁରେ ଭାସୁଥାନ୍ତା । ମାତ୍ର, ସେପରି ହେବାର ନଥିଲା । ଆମେ ଲୋଭୀ ହୋଇ ପଡ଼ିଲୁ, ଇଂଲଣ୍ଡ ମଧ୍ୟ ଲୋଭୀ ହୋଇ ପଡ଼ିଲା । ଇଂଲଣ୍ଡ ଓ ଭାରତ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ବନ୍ଧଟି ଏକ ଭୁଲ ଉପରେ ଆଧାରିତ ହୋଇ ରହିଲା ।

ଯଦି ଆମେ ସ୍ୱଦେଶୀ ନୀତିର ଅନୁସରଣ କରନ୍ତେ, ତେବେ ଏଭଳି ପ୍ରତିବେଶୀମାନଙ୍କୁ ଖୋଜି ବାହାର କରିବା ତୁମର ଓ ମୋ'ର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହୁଅନ୍ତା, ଯେଉଁମାନେ କି ଆମେ ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଆମକୁ ଯୋଗାଇ ଦେଇପାରନ୍ତେ । ଏପରି ପ୍ରତିବେଶୀ ରହିଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ସୁସ୍ଥ ଧନ୍ଦାଟିଏ ଆବଶ୍ୟକ କରୁଛନ୍ତି, ସେହିଭଳି ଅନୁମାନ କରି, ଯେଉଁସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଗକୁ ଯିବା ସେମାନଙ୍କୁ ଜଣାନାହିଁ, ସେହି ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଯୋଗାଇ ଦେବା ଲାଗି ଆମେ ସେମାନଙ୍କୁ ଶିଖାଇ ଦିଅନ୍ତେ । ତେବେ ଭାରତବର୍ଷର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାମ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ ଏବଂ ସ୍ୱୟଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକକରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଆନ୍ତା । କେବଳ ଯେଉଁସବୁ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ସ୍ଥାନୀୟଭାବରେ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିବା ସମ୍ଭବ ହେଉନାହିଁ, ସେହି ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ହିଁ ସେମାନେ ଅନ୍ୟ ଗ୍ରାମମାନଙ୍କଠାରୁ ବଦଳରେ ନେଇ ପାରନ୍ତେ ।

ଏହି ସବୁଯାକ କଥା ନିରର୍ଥକ ଶୁଣା ଯାଇପାରେ । ସମସ୍ତେ ତ ଜାଣନ୍ତି, ଭାରତବର୍ଷ ହେଉଛି ଅନେକ ନିରର୍ଥକ କଥାର ଦେଶ । ଜଣେ ଦୟାର୍ଦ୍ରହୃଦୟ ମୁସଲମାନ ପିଇବା ଲାଗି ଶୁଦ୍ଧ ଜଳ ଆଣି ଦେଉଥିବା ବେଳେ, ତୁମେ ତୃଷାରେ ତଣ୍ଟିକୁ ଶୁଖାଇ ରହିବ, ଏଇଟି ମଧ୍ୟ ଗୋଟିଏ ନିରର୍ଥକ କଥା । ତଥାପି, ଏପରି ହଜାର ହଜାର ହିନ୍ଦୁ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ କି ଗୋଟିଏ ମୁସଲମାନ ଘରୁ ପାଣି ପିଇବା ଅପେକ୍ଷା ବରଂ ଶୋଷରେ ମରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯିବେ । ସେମାନେ କେବଳ ଭାରତ ବର୍ଷରେ ତିଆରି ହେଉଥିବା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବାଲାଗି ସେମାନଙ୍କର ଧର୍ମ ଦାବି କରୁଛି ଓ କେବଳ ଭାରତରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ଖାଦ୍ୟଦ୍ରବ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଅନୁମତି ଦେଉଛି ବୋଲି ଥରେ ସେମାନଙ୍କର ହୃଦ୍‌ବୋଧ କରାଇ ପାରିଲେ ଏହି ନିରର୍ଥକ ମନୁଷ୍ୟମାନେ ମଧ୍ୟ ଆଉ କୌଣସି ଅନ୍ୟ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବାକୁ ଓ କୌଣସି ଅନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ମନା କରିଦେବେ ।

ଡାଇବେଟିସ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ମକା

ଶୀତଦିନେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣ ମକା ମିଳିଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ରାସ୍ତା କଡ଼ରେ ମକା ବିକାଳିଙ୍କ ବେପାର ବେଶ ଜମିଯାଏ । ସେସେକା ପୋଡ଼ା ହେଉକି ସିଝା ଲେମ୍ବୁରସ ଚିପୁଡ଼ି ଏଥିସହ ବିଟ ଲୁଣ ସିଞ୍ଚନ କରି ଦୋକାନୀ ଖୁବ୍ ଆଦରରେ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ହାତକୁ ବଢ଼ାଇ ଦିଏ । ପାଟିକୁ ସୁଆଦ ଲାଗୁଥିବା ମକା ଦାନା ଯେ, ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କେତେ ଉପକାରୀ ତାହା ଆପଣ ଜାଣିଲେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବେ । ମକା ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ରାମବାଣ ସଦୃଶ କାମ କରିଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଆହୁରି ଅନେକ ରୋଗ କବଳରୁ ମକା ଆମକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ମଧୁମେହ ଲାଗି ଭଲ: ମକାରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଫାଇଭର ଓ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଏହି କାରଣରୁ ଡାଇବେଟିସ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଲାଗି ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ମକା ଖାଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । ଡାଇବେଟିସ ରୋଗୀ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ କିଛି ମକା ଖାଇବା ଭଲ । ଏଥିସହିତ ମକା ରୁଟି ମଧ୍ୟ ଖାଇବା ଡାଇବେଟିସ ରୋଗୀଙ୍କ ଲାଗି ବେଶ ଫଳପ୍ରଦ ।

କେଶ ବୃଦ୍ଧି : ମକାରେ ଭରି ରହିଥିବା ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ କେଶର ମୂଳକୁ ଶକ୍ତ କରିବା ସହିତ କେଶକୁ ଗ୍ରୋଥ କରିଥାଏ । ନିୟମିତ ମକା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା କେଶ ମଜଭୁତ ଓ ସାଇନି କରିଥାଏ ।

ଆଖି : ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ବି ଓ ସି', ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ଓ ପୋଟାସିୟମ୍ ରହିଛି । ଏହା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟର ପାୱାର ହାଉସ, ଯାହାକି ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସହାୟ ହୋଇଥାଏ । ମକା ଡ୍ରାୟ ଆଇଜ୍ ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ, ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ

ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ ।

ଇମ୍ୟୁନିଟି ବୃଦ୍ଧି : ମକାରେ ରହିଛି ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଭିଟାମିନ୍ ସି, ବି-୬, ଆଇରନ, ଥିୟାମିନ୍, ଜିଙ୍କ୍ ଓ ମାଗ୍ନେସିୟମ୍ । ଏହି କାରଣରୁ ମକା ଖାଇଲେ ଇମ୍ୟୁନିଟି ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସହାୟ କରିଥାଏ ଓ ରୋଗ ସହିତ ଲଢ଼େଇ କରିବାକୁ ସହାୟ କରିଥାଏ ।

କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ କମ୍ କରେ: ଏହା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲକୁ କମ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏହା ଧମନୀକୁ ବ୍ଲକେଜ ହେବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ଏଥିସହିତ ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ଅଖରୋଟ୍

ଅଖରୋଟ୍ କେବଳ ହୃତପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ହିତକର ନୁହେଁ, ମସ୍ତିଷ୍କ ପାଇଁ ମଧ ଖୁବ୍ ଭଲ । ବୟସ୍କଙ୍କ ବୋଧଶକ୍ତି ଅକ୍ଷୁର୍ଣ୍ଣ ରଖିବାରେ ଅଖରୋଟ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ବୋଲି ସଦ୍ୟ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁସାରେ ପୌଢ଼ାବସ୍ଥାରେ ଅଖରୋଟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଧୀ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପତନ ଧୀମା ହୋଇପାରେ । ଆମେରିକୀୟ ପତ୍ରିକା କ୍ଲିନିକାଲ ନ୍ୟୁଟ୍ରିସନରେ ଅଧ୍ୟୟନଟି ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଲା, ଦୁଇ ବର୍ଷ ମଧରେ ଅଖରୋଟ ଖାଇଥିବା ବୟସ୍କଙ୍କ ସ୍ମୃତି ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ ଅଳ୍ପ ପ୍ରଭାବ ପଡିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ବୟସ୍କମାନେ ଧୂମପାନ କରିଥିଲେ ଏବଂ ସ୍ନାୟବିକ ପରୀକ୍ଷାରେ ଦୁର୍ବଳ ଥିଲେ, ସେମାନଙ୍କ ଠାରେ ଅଖରୋଟର ପ୍ରଭାବ ବହୁତ ଭଲ ଜଣାପଡିଲା । ଏହି ଫଳାଫଳ ସେତେ ବଡ଼ ଧରଣର ନ ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଏ ନେଇ ଗବେଷଣା କରାଗଲେ ଆହୁରି ଭଲ ନିଷ୍କର୍ଷ ବାହାରିବେ ବୋଲି ଏହାର ଅଧ୍ୟୟନକର୍ତ୍ତା ଆମେରିକାର ଲୋମା ଲିଣ୍ଡା ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ଜୋନ ସାବେଟ୍ କହିଛନ୍ତି । ଗବେଷକମାନେ ଲୋମା ଲିଣ୍ଡା, କାଲିଫର୍ଣ୍ଣିଆ, ଆମେରିକା, ବାର୍ସେଲୋନା, କାଟାଲୋନିଆ ଓ ସ୍ପେନର ପ୍ରାୟ ୬୪୦ ବୟସ୍କଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଦଳକୁ ୨ ବର୍ଷ ଧରି ଅଖରୋଟ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ଅନ୍ୟ ଦଳକୁ ଅଖରୋଟ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖାଗଲା । ଅଖରୋଟରେ ଓମେଗା -୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଓ ପଲିଫେନଲ ରହିଛି, ଯାହା ଧୀ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପତନ ପାଇଁ ଦାୟୀ ଅବସାଦ, ଚାପ ଆଦିରୁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦୂରରେ ରଖେ ବୋଲି ପୂର୍ବ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ବୋଧଶକ୍ତି ଉପରେ ଅଖରୋଟର ପ୍ରଭାବ ସମ୍ପର୍କିତ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ବେଶ ସନ୍ତୁଳିତ ଓ ସଠିକ୍ ବୋଲି ଅଧ୍ୟୟନର ଗବେଷକମାନେ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି । ଅଖରୋଟର କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ହ୍ରାସକାରୀ ପ୍ରଭାବ ରହିଛି । ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ମାତ୍ରା ମଧ ହ୍ରାସକରେ ବୋଲି ଅଧ୍ୟୟନରେ ସାମିଲ ଗବେଷକମାନେ ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲେ ।

ଦେହ ପାଇଁ ଭଲ ସେଓ

ଇଂରାଜୀରେ ଏକ ଢ଼ଗ ଅଛି 'ଓ୍ୱାନ୍ ଏପଲ ଏ ଡେ, କିପସ ଦ ଡକ୍ଟର ଆୱେ' ଅର୍ଥାତ୍ ଗୋଟିଏ ସେଓ ଖାଅ ଓ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଦୂରରେ ରଖ । ଭିଟାମିନ୍, ଖଣିଜ ତଥା ଶରୀର ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ଯାବତୀୟ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୂର ଏହି ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଫଳ ସେଓ ପ୍ରାଣୀଜଗତ ପ୍ରତି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଅନ୍ୟତମ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବଦାନ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ - ଏ, ଭିଟାମିନ୍ -ସି, ଇ, କେ, ବି-୧, ବି-୬, ଖଣିଜ ପୋଟାସିଅମ, କ୍ୟାଲସିଅମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିଅମ, ଲୌହ, ସୋଡିୟମ ପ୍ରଭୃତି ସହ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍,

ପ୍ରୋଟିନ୍ ରହିଥାଏ । ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଏହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ମଧ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏହା ମଧ ଏକ ଉତ୍ତମ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ । ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ପଡୁଥିବା ବୟସର ପ୍ରଭାବ ହ୍ରାସ କରେ । ଏଥିରେ ଥିବା କ୍ୱାରସିଟିନ୍ କୋଷକୁ କବଚ ପରି ରକ୍ଷାକରେ । ନିୟମିତ ଖାଇଲେ କର୍କଟ ରୋଗର ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ ପାଏ । ମଧୁମେହ ଟାଇପ୍-୨ ର ଆଶଙ୍କା ପ୍ରତିହତ କରେ । ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ମାତ୍ରା ସ୍ୱାଭାବିକ କରେ । ଯକୃତ ସୁସ୍ଥ ରଖେ ଏବଂ ରୋଗ ଓ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରେ ।

ଦାନ୍ତ ଓ ମାଢ଼ିକୁ ମଜଭୁତ କରେ । ଅନାବଶ୍ୟକ ଓଜନ ବଢ଼ିବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ଝାଡା, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଏବଂ ଦାନ୍ତ ବ୍ୟଥା ଦୂର କରେ । ମୁହଁରେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟଜନିତ ଭାଙ୍ଗ ଓ ଦାଗକୁ ହଟାଇବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

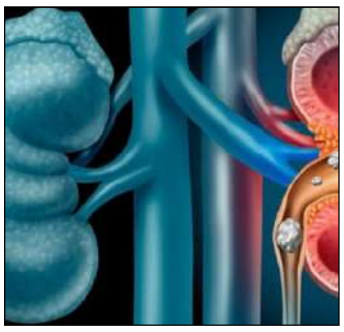
ରକ୍ତହୀନତା ଦୂର କରେ ଏବଂ ନୂତନ କୋଷିକା ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ଶୀତରେ ବଢ଼ାନ୍ତୁ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି

ଶୀତଦିନେ ଥଣ୍ଡା ଜ୍ୱର, କାଶ ଇତ୍ୟାଦି ରୋଗ ହେବା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା । ଏହାର ଏକ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହେଉଛି ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ର ହ୍ରାସ । ଏଣୁ ଯଥା ସମ୍ଭବ ଶୀଘ୍ର ଉଠି ଯଥା ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିବା ସହ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହିଥାଏ । ଆଳସ୍ୟ କାରଣରୁ ଅନେକ ଲୋକ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତି, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ମାଂସପେଶୀ ପରିଚାଳନା ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଫଳରେ ଶରୀରରେ ଶ୍ୱେତରକ୍ତ କଣିକା ମଧ ହ୍ରାସ ଘଟିଥାଏ । ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼େଇବାରେ ଶ୍ୱେତରକ୍ତ କଣିକାର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ହ୍ରାସ ପରୋକ୍ଷ ଭାବେ ଶୀତଦିନିଆ ରୋଗର ଅନ୍ୟ ଏକ କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ହୃଦରୋଗୀମାନେ ଶୀତଦିନେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସକାଳୁ ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ହୃତପିଣ୍ଡଜନିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଶୀତଦିନେ ଦୈନିକ ଗ୍ରୀନ୍ ଟି ସେବନ ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିବା ସହ ତ୍ୱଚା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦେଖାଯାଇଥାଏ ।

କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନର ଘରୋଇ ଉପଚାର

ଡିହାଇଡ୍ରେଶନ କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନର ଏକ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ଦିନକୁ ଅତିକମ୍‌ରେ ୮-୧୨ ଗ୍ଲାସ ପାଣି ପିଇବା ଉଚିତ । ୟୁରିନ୍ ରଙ୍ଗରୁ ଡିହାଇଡ୍ରେଶନ ଯାଞ୍ଚ କରାଯାଇପାରେ । ଲଗାତର ଅଧିକ ହଳଦିଆ ରଙ୍ଗ ୟୁରିନ୍ ହେଲେ ଡିହାଇଡ୍ରେଶନ ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ ।



ଲେମ୍ବୁ ରସ ଓ ଅଲିଭ୍ ତେଲ ମିଶାଇ ପିଇପାରିବେ । ଲେମ୍ବୁ ରସ ଷ୍ଟୋନ କମ୍ କରିବାରେ ଓ ଅଲିଭ୍ ତେଲ ଏହାକୁ ବାହାର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ନିୟମିତ ଅଙ୍ଗୁର ଖାଇବା ଉଚିତ । ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୂର ଥିବାରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରରେ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ଅଭାବ ରୋକିଥାଏ ।

ତୁଳସୀରେ ଥିବା ଏସିଟିକ୍ ଏସିଡ୍ ଷ୍ଟୋନ ଛୋଟ କରିବା ସହ ଦରଜ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଏଥି ସହ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଓ ଆଣ୍ଟିଇନ୍‌ଫ୍ଲେମେଟ୍ରି ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ହେଲେ ତୁଳସୀର ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ଲୋ ବ୍ଲଡ ସୁଗର ଲୋ ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର ଆଶଙ୍କା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ।

ସେଓ ରସ ଓ ଭିନେଗାରରେ ସିଟ୍ରିକ୍ ଏସିଡ୍ ଥାଏ ଯାହା କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡରେ ପରିଣତ କରିଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟବହାର ସମୟରେ ପରିଣାମ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ କେତେ ଜିନିଷ

ହଳଦୀ ମସଲାର ଗୁଣକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ଏଥିରେ କୁରକ୍ୟୁମିନ ନାମକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଅଛି । ଦୀର୍ଘ ଦିନର ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ଏହି ହଳଦି ଦୂର କରେ । ରାତିରେ ଶୋଇବା ସମୟରେ ହଳଦୀ ଓ କ୍ଷୀରକୁ ଫୁଟାଇ ପରେ ତାକୁ ଥଣ୍ଡା କରି ତାହାକୁ ପାନ କଲେ ଓଷ୍ଟିୟୋପୋରସିସ୍ ଭଳି ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ମିଳେ । ସକାଳ ସମୟରେ ଏକ ଚାମଚ ହଳଦୀକୁ ଗିଲାସେ କ୍ଷୀର ସହ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ରୋଗରୁ ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଅଳ୍ପ ହଳଦୀ, ଲୁଣ ଓ ସୋରିଷ ତେଲକୁ ପ୍ରଥମେ ମିଶାଅ । ଦାନ୍ତ ଏବଂ ମାଢ଼ିକୁ ମଜବୁତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ନେଇ ବ୍ରସିଂ କରି କଞ୍ଚା ହଳଦୀକୁ ପେଶୀ ଏହାକୁ ଦାନ୍ତରେ ଘଷିଲେ ଆରାମ ମଧ ମିଳେ । କଞ୍ଚା ହଳଦୀର କଷା ଅଂଶକୁ ମାଲିଶ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବିନ୍ଧା ଦୂର ହେବା ସହ ଦାନ୍ତ ମୂଳରେ ଥିବା କୀଟାଣୁର ମଧ ଅବସାନ ଘଟେ ।

ଏକ ଗିଲାସ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ କିଛି ହଳଦୀ ମିଶାଇ କୁଳି କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାଟି ଧରାରୁ ମଧ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ହଳଦୀ କ୍ଷତ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥାନର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ମଧ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ଏକ ଗିଲାସ କ୍ଷୀରରେ ଗୋଟିଏ ଚାମଚ ହଳଦୀ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା କ୍ଷତ ହୋଇଥିବା

ସ୍ଥାନରୁ ବୋହୁଥିବା ରକ୍ତ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ମାଡ଼ ହେଲେ ପାଣି ଓ ହଳଦୀର ଲେପକୁ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆରାମ ମିଳେ । ଅଧା ଲିଟର ଗରମ ପାଣି, ଅଧାଚାମଚ ଲୁଣ, ଏକ ଚାମଚ ହଳଦୀକୁ ମିଶାଇ ଏହାକୁ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ପୁଣି ତାକୁ ଚିପୁଡି କ୍ଷତ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥାନରେ ସେକ ଦେଲେ ଆରାମ ଲାଗେ ।

ଅଦା : ଏହା କ୍ୟାନସରକୁ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ରେଡିକଲକୁ ନଷ୍ଟ କରିବା ସହ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଏହା ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ଦୂର କରେ ଏବଂ ଏଥିରେ କପର ଓ ମେଗ୍ନିଜ ଥାଏ । ଆଣ୍ଠୁ, ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ଉପଶମ ପାଇଁ ଅଦା ଜୁସ୍ ପିଇବା ଭଲ । ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ଯେଉଁମାନେ ନିୟମିତ ଅଦା ଜୁସ୍ ପାନ କରନ୍ତି ସେମାନେ କଦାପି କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଶିକାର ହୋଇ ନ ଥାନ୍ତି । ଦାନ୍ତ ବଥା ଓ ମୁଣ୍ଡ ବ୍ୟଥାରୁ ମଧ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଡାଳଚିନି : ଡାଳଚିନି ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ଉପଶମ ମିଳେ ନାହିଁ ବରଂ ଏହା ଦ୍ୱାରା ବେକ୍ଟେରିଆଲ ଇନଫେକସନରୁ ମଧ ତ୍ରାହି ମିଳେ । ଏକ ଚାମଚ ମହୁ ସହ ଅଳ୍ପ ଡାଳଚିନି ପାଉଡର ମିଶାଇ ଦାନ୍ତରେ ପ୍ରତିଦିନ ଦୁଇ କିମ୍ବା ତିନି ଥର ଘଷିଲେ ଦାନ୍ତର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୁଏ । ଏହାର ପାଉଡରରେ କିଛି ପାଣି ମିଶାଇ ସେହି ମିଶ୍ରଣକୁ ପେଷ୍ଟ କରି ମଥାରେ ଲଗାଇଲେ ଥଣ୍ଡା ଜନିତ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାରୁ ଉପଶମ ମିଳେ । ମହୁ ସହ ଡାଳଚିନି ପାଉଡର ମିଶାଇ ପାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା ମିଳେ । ଏକ ଚାମଚ ମହୁ ସହ ଅଳ୍ପ ଡାଳଚିନି ପାଉଡର ମିଶାଇ ପିଇଲେ ପେଟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ଏସିଡିଟିରୁ ଆରାମ ମିଳେ । ଉଷୁମ ପାଣିରେ କିଛି ଡାଳଚିନି ପାଉଡର ଏବଂ ମହୁ ମିଶାଇ କଷ୍ଟ ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନରେ ମାଲିଶ କଲେ ଉପଶମ ମିଳେ ।

ଚେରି : ଚେରି କଷ୍ଟକୁ କମ୍ କରେ । ବିଭିନ୍ନ ସୂତ୍ରରୁ ଏହା ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ପ୍ରତିଦିନ ୪ କିମ୍ବା ୫ ଟି ଚେରି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ଉପଶମ ମିଳେ । ଚେରିରେ ମେଲାଟୋନିନ ନାମକ ଏକ ତତ୍ତ୍ୱର ପରିମାଣ ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ଅଛି । ଯାହାକି ଆମ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବାରେ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରେ । ଚେରିରେ ଏଥୋସାଇନିନ ନାମକ ଏକ ଲାଲ ରଙ୍ଗର ପିଗମେଣ୍ଟ ମିଳେ । ଏହା ଏଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଭଳି କାମ କରେ । ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଓ ଏଥୋସାଇନିନ ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରରେ ମିଳୁଥିବା କୋଲାଜେନ ମଜବୁତ ହୁଏ ।

ବାଦାମ : ଏଥିରୁ ଆମକୁ ବିଭିନ୍ନ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳେ ଯାହା ଆମକୁ ଇଂଫ୍ଲାମେଶନରୁ ଉପଶମ କରାଇ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ରକ୍ଷା କରେ । ଏହିଭଳି ବାଦାମରେ ରିବୋଫ୍ଲୋବିନ୍ ମିଳେ । ଯଦି ବହୁ ସମୟ ଧରି ଦୁର୍ବଳ ଯୋଗୁଁ ହାଲିଆ ଲାଗେ ତେବେ ଏହାକୁ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତ୍ରାହି ମିଳେ । ଏହା କେବଳ ଶରୀରକୁ ନୁହଁ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ମଧ ସତେଜ ରଖେ । ଏଥିରୁ ଏଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଓ ପ୍ରଚୁର ଭିଟାମିନ୍ ମିଳେ ଯାହା ଫଳରେ ବୟସ ବଢ଼ିଲେ ମଧ ଏହା ମନୁଷ୍ୟକୁ ସତେଜ ରଖେ । ଏଥିରେ ପ୍ରୋଟିନ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ରହିଅଛି ।

ରାମକଥା

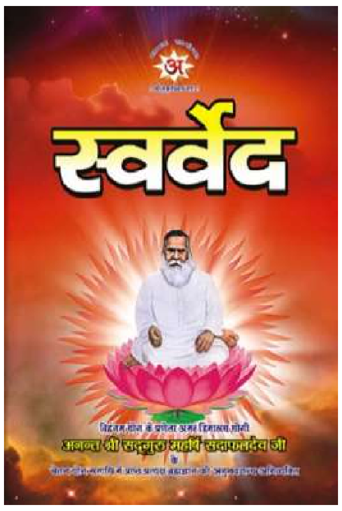
ସୀତାରାମ ସୀତାରାମ କୀର୍ତ୍ତନ କରି କରି ଫୁଟ୍‌କି ମାରି ମାରି ହନୁମାନ ନାଚୁଥିଲେ । କୀର୍ତ୍ତନ କରି କରି ହନୁମାନ ସୀତାରାମଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ ବି କରୁଥିଲେ । ଜୀବ ଅତି ଆନନ୍ଦରେ ନାଚେ । କେତେକ ଲୋକ ହାତକୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଆସିଗଲେ ନାଚନ୍ତି । ଯାହା ପାଖକୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀପତି ଆସନ୍ତି ସେ ତ ନିଶ୍ଚିତ ଅତି ଆନନ୍ଦରେ ନାଚିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଏଥିରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବାର କ'ଣ ଅଛି ? ହନୁମାନ ତ ଆତ୍ମହରା ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ । ସେ ଦେହଜ୍ଞାନ ହରାଇ ପକାଇଥିଲେ । ସେ ଆନନ୍ଦରେ କୀର୍ତ୍ତନ କରି କରି ଥେଇ ଥେଇ ନାଚିବାରେ ଲାଗିଥିଲେ । ହନୁମାନଙ୍କର କୀର୍ତ୍ତନ ଶୁଣି ଶ୍ରୀରାମ ଅପାର ଆନନ୍ଦ ପାଉଥିଲେ । ବୈଷ୍ଣବ ପ୍ରେମରେ କୀର୍ତ୍ତନ କଲେ ଭଗବାନ ନିଶ୍ଚୟ ତାହା ଶୁଣନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀରାମ ତ ଖାଲି ହାଇ ମାରିବାରେ ଲାଗିଥାଆନ୍ତି । ସୀତା ଏହାର ରହସ୍ୟ ଜାଣି ନ ପାରି ବିବ୍ରତା ହୋଇ ପଡିଲେ । କୌଶଲ୍ୟାମାତା ଏହା ଜାଣିଲେ । ସେ ଦୌଡ଼ି ଆସି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ କପାଳରେ ହାତ ବୁଲାଇବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେ ବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ି କହିଲେ ତାକୁ ଶ୍ୱାସ ହୋଇଛି ବୋଧେ । ସେ ଅଣନିଶ୍ୱାସୀ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବାରୁ ମୁହଁ ବନ୍ଦ କରୁ ନାହିଁ, କି କିଛି କହୁ ନାହିଁ ।

ବଡ଼ମାନଙ୍କର ସ୍ୱଭାବ ବି ଏହିପରି । କିଛି ଅଘଟଣ ହୋଇଗଲେ ବା କିଛି ଦେହ ଖରାପ ହୋଇଗଲେ ସେମାନେ ତାହା ସହଜେ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଆଜି ପ୍ରଭୁ କିଛି କହୁ ନାହାନ୍ତି ବା ଶାନ୍ତିରେ ତାଙ୍କୁ ନିଦ ବି ଆସୁ ନାହିଁ । କୌଶଲ୍ୟାମାତା ଭାବିଲେ 'ଯାକୁ ଆଉ ରାକ୍ଷସ କାହାର ଦୃଷ୍ଟି ଲାଗିଯାଇ ନାହିଁ ତ । ଅଧରାତି ହୋଇଥିଲେ ବି ସେବକକୁ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଆଶ୍ରମକୁ ପଠାଗଲା । ବଶିଷ୍ଠଙ୍କୁ କହିଲେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ନିଦ ହେଉ ନାହିଁ । ଆଉ ସେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଶ୍ୱାସ ନେଇପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ଧଇଁ ପେଲୁଛନ୍ତି ।

ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠ ତତକ୍ଷଣାତ ଦୌଡି ଆସିଲେ । ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ କ'ଣ ହୋଇଛି ? ଶ୍ରୀରାମ ତ ହାଇ ମାରିବାରେ ଲାଗିଥାଆନ୍ତି । ପାଟି ବନ୍ଦ କଲେ ତ କଥା କହିବେ । ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ଅତି ଗେଲବସର ଭକ୍ତଙ୍କୁ ଯଦି କେହି ଅକାରଣରେ ହିନସ୍ତା କରେ, ମନଦୁଃଖ କରାଏ, ତାହା ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସୁଖ ଲାଗେ ନାହିଁ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ



ଉତ୍ତମ ସହଜା ବୃତ୍ତି ହୈ, ଏକାକୀ ଏକାନ୍ତ ।
ନିଷ୍ପୃହ ଭଜନ ୱିୱେକ ମେଁ, ୱିୱିଧ ଠାମ ରହ ଶାନ୍ତ ॥୪୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ସନ୍ଥ, ଯୋଗାଭ୍ୟାସୀକୁ ଭଜନ ନିମନ୍ତେ ସହିଷ୍ଣୁ ହୋଇ ସହଜା ବୃତ୍ତିରେ ଏକାକୀ ନିର୍ଜନ ସ୍ଥାନରେ ରହିବା ଉତ୍ତମ ଅଟେ । ସେହି ପରାଗ୍ରହୀ ସନ୍ଥ ସଂସାରର ଆଶା ଏବଂ ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଏକାକୀ ବିବିଧ ସ୍ଥାନରେ ରହି ନିଜର ଭଜନ ଅନୁଭବ-ଭେଦ-ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନରେ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇ ଶାନ୍ତ ରହିଥାନ୍ତି ।

ପ୍ରଭୃତି ଗୁହା ଜଙ୍ଗଲ ନଦୀ, ଝରନା ନିର୍ଜନ ଧାମ ।
ସେୱକ ରହିତ ଏକାନ୍ତ ମେଁ, ଭଜନ ବନେ ନିଷ୍କାମ ॥୪୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ପର୍ବତ ଅବା କୃତ୍ରିମ ଗୁମ୍ଫା, ନଦୀ, ବଣ, ଝରଣା କିମ୍ବା ନିର୍ଜନ ସ୍ଥାନରେ ନିଷ୍କାମ ଭାବରେ ଏକାକୀ ରହି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଉପାସନା ହୋଇଥାଏ । କୃତ୍ରିମ ଗୁମ୍ଫା ଏମିତି ହେବା ଉଚିତ ଯାହା ଭୂଇଁକୁ ଖୋଳି ତିଆରି ହୋଇ ନ ଥିବ, ବରଂ ପୃଥିବୀର ଉପରେ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ହେଉଥିବା ଉଚିତ ଯେଉଁଠାରେ ଉଭୟ ପଟୁ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ ହେଉଥିବ । ଯେଉଁଠାରେ ବାୟୁ ନ ଥାଏ, ପୃଥିବୀର ଗରମ ଯୋଗୁଁ ଆଉ ଶରୀରର ମଳ ଦୋଷ ଯୋଗୁଁ ମସ୍ତିଷ୍କ କ୍ଷୟ ଭଳି ଅନେକ ପ୍ରକାର ବ୍ୟାଧିରେ ଶରୀର ଗ୍ରସିତ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଗୁମ୍ଫାରେ ନିବାସ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଭୋଜନ, ସଂଯମ, ସଦାଚାର ଏବଂ ଶରୀରର ଶୁଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ନିବାସ କରିବା ଉଚିତ । ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣ, ବ୍ରାହ୍ମମୁହୂର୍ତ୍ତ ବାୟୁ ଏବଂ ଜଳ, ଗୁମ୍ଫାରେ ନିବାସ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ । ଅନୁକୂଳ ଜଡ଼ିବୁଟିର ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ବ୍ରାହ୍ମୀ, ଗୋଘୃତ ଏବଂ ଧାରୋଷ୍ଣ ଦୁଗ୍ଧ, ଆବଶ୍ୟକ ଫଳ, ପୁଷ୍ପ ଏବଂ କନ୍ଦ ସେବନ କରି ଦୃଢ଼ାସୀନ ଯୋଗୀ ପରଂବ୍ରହ୍ମ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ସାଧନା କରିବା ଉଚିତ । ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଆଦେଶ ଏବଂ ନିୟମ ମାନିବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତର ଶୁଦ୍ଧି ହେବାରେ ଲାଗେ, ସେତେବେଳେ ଗୁମ୍ଫା ଅନୁଷ୍ଠାନ ଏବଂ ଗୁମ୍ଫା ନିବାସ ଲାଭପ୍ରଦ ତଥା ଉତ୍ତମ ହୋଇଥାଏ । ସମସ୍ତ କାଳ ଏବଂ ସମସ୍ତ ଅବସ୍ଥାର ଜ୍ଞାନ ରଖି ଗୁରୁଙ୍କ ନିୟମ ପାଳନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ଗୁମ୍ଫା-ନିବାସ ଏବଂ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରି ବ୍ରହ୍ମପ୍ରାପ୍ତିର ସାଧନା କରି ଉତ୍ତମ ଲାଭ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ସଦ୍‌ଗୁରୁ ବିହୀନ, ସଂଶୟଶୀଳ, ମାନ-ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ଲୋଲୁପ ସାଧକ ହୋଇ ଗୁମ୍ଫା-ନିବାସ କଲେ ସୁଦ୍ଧା ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସଦ୍‌ଗୁରୁ ପ୍ରକାଶ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକର ନିୟମ-ମର୍ଯ୍ୟାଦା-ବ୍ୟବହାର ଅନୁରୂପ ରହି ଗୁମ୍ଫା-ନିବାସ କଲେ ହିଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଦୟା ଏବଂ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଅସୀମ କୃପାରୁ ସଂଲତା ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ଗୁମ୍ଫାରେ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନବୋଧ ଏବଂ ଅନୁଭବଗମନର ସ୍ଥିତି ଦୃଢ଼ ହୋଇ ପାରେନା, ସେଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଆଜ୍ଞା ଏବଂ ତାଙ୍କର ଛତ୍ରଛାୟାରେ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ଯୋଗର ସାଧନା ଏବଂ ତାହାର ଅନୁଭବ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ଉଚିତ ।

ଉତ୍ତମ ଏକାକୀ ରହେ ମଧ୍ୟମ ସେୱକ ସଙ୍ଗ ।
କନିଷ୍ଠ ଅନେକୋ ସାଥ ମେଁ, ଅଧମ ନଗର ବହୁ ରଙ୍ଗ ॥୪୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁଠାରେ ଅନ୍ୟ କାହାରି ଉପସ୍ଥିତି ନ ଥାଏ, ସେଠାରେ ଏକାକୀ ଉତ୍ତମ ଭଜନ ହୋଇଥାଏ । ସେବକଙ୍କୁ ସାଥରେ ରଖୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ମଧ୍ୟମ ଭଜନ ହୋଇଥାଏ । କନିଷ୍ଠ ଭଜନ ଅନେକଙ୍କ ଗହଣରେ ରହି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଅଧମ ଭଜନ ନଗର ମଧ୍ୟରେ ଏବଂ ରଂଗ-ରାଗରେ ରହୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ହୋଇଥାଏ ।

ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତ ଆଶା ତଜେ, ଜଗ ସେ ରହେ ନିରାସ ।
ସଂରକ୍ଷ ପ୍ରଭୁ ଆପ ହୈଁ, ଭକ୍ତି ରହସ୍ୟ ୱିଲାସ ॥୪୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଆଶାକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ ଏକମାତ୍ର ଆଶା ରଖିଥାଏ । ଜଗତର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ସେ ଆଶା ରଖେନାହିଁ । ସଂସାରର ଆଶା ହିଁ ବନ୍ଧନ ଏବଂ ଦୁଃଖର କାରଣ ଅଟେ । ଯିଏ ସଂସାରର ଆଶାରେ ବଂଚେ, ସେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ଭକ୍ତ ନୁହେଁ କିମ୍ବା ସେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଶରଣରେ ଆସି ପାରେନାହିଁ । ଅନନ୍ୟ ଶରଣ ପ୍ରଭୁ-ଭକ୍ତକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅତିରିକ୍ତ ଅନ୍ୟ ପଦାର୍ଥରେ ଆଶା ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ନିଷ୍କାମୀ ପ୍ରଭୁଭକ୍ତର ଆଶାକୁ ପ୍ରଭୁ ସ୍ୱୟଂ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥାନ୍ତି । ଅନନ୍ୟ ଶରଣ ଭକ୍ତର ସଂରକ୍ଷକ ପ୍ରଭୁ ସ୍ୱୟଂ ହୋଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କର ଶରଣାଶ୍ରୀତ ହେଲେ ସେ ଭକ୍ତି ଅନୁଭବ ଭେଦର ପରମ ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି ।

ମିଲନା ପ୍ରଭୁ ସେ ଚାହତେ, ତୋ ତୁମ ମିଲୋ ନ କାହୁ ।
ମାୟା ସଂଗ୍ରହ ତ୍ୟାଗିଏ, ଏକ ଲୀନ ଅଜ ଆହୁ ॥୪୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେବେ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଭେଟିବାକୁ ଚାହୁଁଛ, ତେବେ ତୁମେ ଅନ୍ୟ କାହାକୁ କାହିଁକି ଭେଟ କରୁଛ ? ସଂସାରର ସଂଗ୍ରହ ବିଷୟ ଉପଭୋଗ ଇଚ୍ଛାକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଏକ ନିତ୍ୟ ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଭକ୍ତିରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇଯାଅ । ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରାରମ୍ଭ କାଳରେ ସମସ୍ତ ଋଷି, ମହର୍ଷି ଏହି ଅନୁଭବ ସିଦ୍ଧ ମାର୍ଗର ପ୍ରତିପାଦନ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଭୁଭକ୍ତି ବିନା ମାୟାରୁ ମୁକ୍ତି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ସଂସାର ସାଗର ପାରି ହେବାକୁ ହେଲେ ଏକମାତ୍ର ପ୍ରଭୁ ଉପାସନା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ମେଁ ଅପନେ କୋ ଆପ ମେଁ, କରତ ସମର୍ପଣ ପାହି ।
ରଖେଁ ଜହାଁ ତହୱାଁ ରହୁଁ, କରେ କରାୱେ ତାହି ॥୪୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ମୁଁ ନିଜକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଶରଣରେ ସମର୍ପଣ କରୁଛି । ସେ ଯେଉଁଠି ରଖିବେ ସେଇଠି ରହିବି ଏବଂ ସେ ଯାହା କରାଇବେ ତାହା ହିଁ କରିବି । ଯେତେବେଳେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଶରଣାଗତ ହୋଇ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ନିୟମ, ଆଦେଶ ଅନୁକୂଳ ସାରା ଜୀବନ ବ୍ୟତୀତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ପ୍ରଭୁ-ପ୍ରାପ୍ତିର ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ପ୍ରଭୁଭକ୍ତକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଅନନ୍ୟଶରଣ ଭକ୍ତି କୁହାଯାଏ ।

ମାୟା ସାଁଚେ ଦୁଖ ମିଲୈ, ସିଂଚତ ବବୁର ମେଁ କାଁଟ ।
ସେୱେକ୍ୱ ପ୍ରଭୁ ଅମୃତ ମିଲୈ, ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଭୱକ୍ୱ ଦୁଖ କାଟ ॥୪୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖ ଉପଭୋଗରେ ମନକୁ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ତାହାର ବିୟୋଗ ଅଥବା ସେହି ଉପଭୋଗ ବସ୍ତୁର ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତିରେ ବାଧା ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହୃଦୟରେ ପରିତାପ ଏବଂ କଷ୍ଟ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ସେଥିପାଇଁ ଆତ୍ମିକ ଉତ୍ଥାନ ଇଚ୍ଛୁକ ବିବେକୀ ପୁରୁଷକୁ ଏଇୟା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ, ସଂସାର-ବିଷୟ-ମାୟା-ସମ୍ବନ୍ଧକୁ ଛାଡ଼ି ଏକମାତ୍ର ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତି ସାଧନାରେ ଲାଗିଯିବା ଉଚିତ । ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ବବୁଲ ବୃକ୍ଷକୁ ଯତ୍ନ ସହକାରେ ବଢ଼ାଇଲେ ସୁଦ୍ଧା ସେଥିରେ କଣ୍ଟା ଅତିରିକ୍ତ ଅନ୍ୟ କିଛି ମିଳେ ନାହିଁ, ସେହି ପ୍ରକାର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜାତ ସୁଖର ଉପଭୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତାହାର ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ଆତ୍ମାକୁ କେବଳ ଦୁଃଖ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ସେବାଭକ୍ତିରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭବବନ୍ଧନ ଦୁଃଖ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ତୁଟିଯିବା ଦ୍ୱାରା ଅମୃତ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ଏକ ଏକାନ୍ତ ଦୋ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହୈ, ତୀନ ଗ୍ରାମ ସମ ଜାନ ।
ପାଞ୍ଚ ନଗର ସମ ମାନିୟେ, ଭଜନ ଏକ ପରମାନ ॥୫୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ଏକାକୀତ୍ୱକୁ ଏକାନ୍ତ କୁହାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଦୁଇଜଣ ଏକତ୍ର ରହିବେ ସେତେବେଳେ ଦୁହିଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହେବାର ଭୟ ରହିବ, ସେଥିପାଇଁ ଦୁଇଜଣଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧ ମଧ୍ୟ ଉପଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ । ତିନିଜଣ ଏକତ୍ର ହୋଇଯିବା ଫଳରେ ଗ୍ରାମଟିଏ ହୋଇଯାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ତିନଜଣଙ୍କର ସମ୍ବନ୍ଧକୁ ଗାଁ'ଟିଏ ବୋଲି ଜଣାଯାଏ । ଯେଉଁଠାରେ ପାଞ୍ଚର ସମୂହ ହୋଇଯାଏ ତାକୁ ନଗର ସମାନ ଗଣାଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଏସବୁ ଛାଡ଼ି ଏକାକୀ ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହୋଇ ଭଜନ କରିବାର ବିଧାନ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଟେ ।

ନାମ ଧନୀ ଶିର ସୌଁପ କର, ସନ୍ତ ୱିଜୟତା ହୋୟ ।
ମରେ ଡରେ କାୟର ବନେ, ଧିକ ଜୀୱନ ଜଗ ସୋୟ ॥୫୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ନାଦ, ବିନ୍ଦ ଏବଂ ଅନହଦ ସମସ୍ତ ନାମର ଆଧାର, ସ୍କମ୍ଭ ସ୍ୱାମୀ ହୋଇଥିବାରୁ ପରମ ପୁରୁଷ ସାରଶବ୍ଦଙ୍କୁ ନାମଧନୀ କୁହାଯାଏ । ସେହି ନାମଧନୀଙ୍କ ନିକଟରେ ମନ, ପ୍ରାଣ ଏବଂ ଆତ୍ମା ସର୍ବସ୍ୱ ସମର୍ପଣ କରି ସନ୍ଥଜନ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ବିଜୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାନ୍ତି । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କଠାରେ ସମର୍ପଣ ନ କରିବ, ସେତେବେଳେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜର ଅଭିମାନ ରହିଥିବ । ଯିଏ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସର୍ବସ୍ୱ ଅର୍ପଣ କରି ନିଜକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କଠାରେ ସମର୍ପି ଦେଇଛି ସେହି ଆତ୍ମସମର୍ପିତ ସନ୍ଥ ପ୍ରକୃତିରୂପୀ ଦୁର୍ଗକୁ ଜିଣି ବିଜୟୀ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ପାଇବା ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥାଏ । ଯିଏ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ ଆତ୍ମ ସମର୍ପଣ କରିପାରେ ନାହିଁ, ସେ ପ୍ରକୃତିର ବନ୍ଧନରେ ପଡ଼ି ପ୍ରକୃତିର ତ୍ରିବିଧ ତାପରେ ତାପିତ ହୁଏ ଏବଂ କିଂକର୍ତ୍ତବ୍ୟବିହୀନ ହୋଇ ଦୀନ ଅଧୀନ ଜୀବନ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଅତ୍ୟନ୍ତ କଷ୍ଟ ଭୋଗକରେ ।

ପଲଟ ପ୍ରକୃତି ୱିଲୋମ କୋ, କାରଜ କାରଣ ହୋୟ ।
ମରେ ଦୋଷମୟ ପ୍ରକୃତି କା, ହଂସ ଅସଂଗ ସମୋୟ ॥୫୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ସହଜ ଯୋଗୀ ସଦ୍‌ଗୁରୁ-ଭେଦ-ସାଧନ-ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତିର ବହିର୍ମୁଖୀ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରି କ୍ରମଗତିରେ ତାହାର ମୂଳ କାରଣରେ, ତାହାର କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଲୟ କରିଦିଏ ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ତ୍ରିଗୁଣ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱଗୁଡ଼ିକୁ ନଷ୍ଟକରି ତ୍ରିବିଧ ଦୋଷଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରେ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ)

ପଣସର ଉପକାରିତା

ପାଚିଲା ପଣସ ଯେତିକି ସୁଆଦିଆ, କଞ୍ଚା ପଣସ କଠା ତରକାରି ଆହୁରି ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ। ପଣସରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ସି, ଥିୟାମିନ୍, ପୋଟାସିୟମ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଆଇରନ୍, ଫଲିକ୍ ଏସିଡ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଓ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଅଧିକ ରହିଛି। ଯାହାକି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ।

ବ୍ଲଡ ସୁଗାର କଣ୍ଟ୍ରୋଲ: ଡାଏବେଟିସ୍ ରୋଗୀ ନିଜର ଡାଏଟ୍ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଖୁବ୍ ଜରୁରୀ। ତେଣୁ ପଣସକୁ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବ୍ଲଡ ସୁଗାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ।

ଲମ୍ବା ଓ ଘନ କେଶ: କେଶ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ପଣସ ଲାଭଦାୟକ। ପଣସ ମଞ୍ଜିକୁ ପେଶି କେଶରେ ଲଗାଇଲେ କେଶ ଉପୁଡିବା ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିସହ ଘନ, କଳା ଓ ଲମ୍ବା କେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ।

କବଜ୍ ସମସ୍ୟା: ପଣସରେ ଫାଇବର ମାତ୍ରା ଅଧିକ। ଏହା ଖାଦ୍ୟ

ହଜମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ସଫା କରେ ଓ କବଜ୍ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିଥାଏ। ଏଥି ସହିତ କୋଲନ୍ କ୍ୟାନସର ହେବାର ଆଶଙ୍କାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ।

ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ: ଏହା ରକ୍ତଚାପକୁ କମ୍ କରିଥାଏ। ନିୟମିତ ପଣସ ଖାଇଲେ ହୃଦରୋଗ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଟାସିୟମ୍ ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜଭୁତ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ।

ମୋଟାପା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ: ଓଜନ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ପଣସ ମଞ୍ଜିକୁ ଖାଇ ପାରିବେ। ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରି ମାତ୍ରା କମ୍ ଥିବାରୁ ମୋଟାପାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ।

ଆଖି ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦ: ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଆଖି ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭପ୍ରଦ। ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଥିବାରୁ ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ଷୁ ସମସ୍ୟା ଯେପରିକି ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ, ଅନ୍ଧାରକଣା ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦ। ଭାଇରାଲ୍ ଇନଫେକସନକୁ ମଧ୍ୟ ଭଲ କରିଥାଏ।

ଶ୍ୱାସରୋଗ: ପଣସ ଚେର ଶ୍ୱାସରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭପ୍ରଦ। ଏହାର ଚେରକୁ ପାଣିରେ ଗରମ କରି ଛାଣି ପିଇବା ଶରୀର ପାଇଁ ଉତ୍ତମ।

ଥାଇରଏଡ୍: ପଣସରେ ଥିବା ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଥାଇରଏଡକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ।

ଥାଇରଏଡ୍ ପାଇଁ ରାମବାଣ ଅଳସୀ

କୌଣସି ଏକ ସମୟରେ ଥାଇରଏଡ୍ ରୋଗ ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକଙ୍କୁ ହେଉଥିଲା। କିନ୍ତୁ ଆଜିର ସମୟରେ ଏହି ରୋଗ ଘରେ ଘରେ ବ୍ୟାପିବାରେ ଲାଗିଲାଣି। ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଥାଇରଏଡ୍ ରୋଗରେ ପୀଡିତ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ଥାଇରଏଡ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି ଠିକ୍ ଭାବେ କାମ କରିପାରେ ନାହିଁ।

ଏହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତରେ ଥାଇରକ୍ସିନ୍ ନାମକ ହର୍ମୋନ୍ ସ୍ତର ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ। ଏହି ପ୍ରଭାବକୁ ଦୁଇଟି ଶ୍ରେଣୀରେ ବିଭକ୍ତ। ଗୋଟିଏ ହାଇପରଥାଇରଏଡିଜିମ୍ ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ହାଇପୋଥାଇରଏଡିଜିମ୍। ତେବେ ଏଭଳି ରୋଗରେ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଔଷଧ ସାଙ୍ଗକୁ ଯୋଗ ପ୍ରାଣାୟମ୍ ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥାଏ। ଏବେ କିନ୍ତୁ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛନ୍ତି, ଥାଇରଏଡ୍ ଭଳି ଭୟାନକ ରୋଗ ପାଇଁ ଘରୋଇ ଉପଚାର ମହଜୁଦ୍ ରହିଛି। ତାହା ହେଉଛି ଅଳସୀ। ଏହା ଥାଇରଏଡ୍ ପାଇଁ ରାମବାଣ ପରି କାମ କରିବ। ଅଳସୀରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଓମେଗା-୩। ଫାଟି ଏସିଡ୍ ରହିଥାଏ। ଏହି ଏସିଡ୍ ଥାଇରଏଡ୍ ଗ୍ରନ୍ଥିକୁ ସଠିକ୍ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାରେ ଆବଶ୍ୟକ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରେ। ହାଇପୋ ଥାଏରଡିଜିମ୍‌ରେ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଳସୀ ମଞ୍ଜି ଏବଂ ତେଲ ସେବନ କରିବା ଉଚିତ। ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ଅଳସୀକୁ ଚୋବାଇ ଖାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ ଭଲ ଫଳ ମିଳିଥାଏ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ କଲରା

ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣିଛେ କଲରାରେ ବହୁ ପରିମାଣର ଭିଟାମିନ୍ ମହଜୁଦ୍ ରହିଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ୍ ଆମକୁ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ରୋଗରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ।

ମଧୁମେହ: ମଧୁମେହ ହୋଇଥିଲେ ଦୈନିକ ୨୦ ଗ୍ରାମ କଲରା ରସ ସକାଳେ ଖାଲିପେଟରେ ପିଇଲେ ୧ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ମୂତ୍ର ଶର୍କରା ଓ ରକ୍ତ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହୁଏ।

ଗଣ୍ଠିବାତ: କଲରାକୁ ଛାଞ୍ଚି ଏହାର ଶେଷ ଭାଗକୁ ନିଆଁରେ ରଖି ପୋଡିବ। ଶିଝିଗଲାପରେ ଏହାକୁ ବାହାର କରି ଛେଚି ସେଥିରେ ଟିକେ ଚିନି ମିଶାଇ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଗରମ ଗରମ ଖୁଆଇ ଦେବେ। ପ୍ରତିଥର ୧୦ ଗ୍ରାମ ଲେଖାଏଁ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ।

ଏହିପରି ଭାବରେ ରୋଗୀଙ୍କୁ ୧୦ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖୁଆଇବ। ଏହାଦ୍ୱାରା ସ୍ନାୟୁଗତ ବାତ, ସନ୍ଧିବାତ ଆଦିରେ ବିଶେଷ ଲାଭ ହୁଏ ଏବଂ ପୀଡାସ୍ଥାନରେ କଲରାର ରସ ବାହାର କରି ଲେପ କରୁଥିବେ।

ଅନ୍ଧାରକଣା: ଏହାର ରସରେ ଗୋଲମରିଚ ଘୋରି ଆଖିର ଉପର ଓ ତଳ ପତାରେ ଲଗାଇଲେ ଭଲ ହୁଏ।

ବାନ୍ତି ହେଉଥିଲେ: କଲରାର ୨/୩ ଟି ମଞ୍ଜି ସମଭାଗରେ ଗୋଲମରିଚ ସହିତ ଶିଳରେ ବାଟି ଅଳ୍ପ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ଛାଣି ଟିକେ ଟିକେ ପିଆଇଲେ ପିଲାମାନଙ୍କର ଆଉ ବାନ୍ତି ହେବ ନାହିଁ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ପରସ୍ପର ସହ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ବିଶ୍ୱର ସର୍ବ ବୃହତ ଇଣ୍ଟର ଲିଙ୍କ ରେଳଷ୍ଟେସନ୍ ହେଉଛି ଦିଲ୍ଲୀ ଷ୍ଟେସନ।
- ସବୁଠୁ ବଡ଼ ନାଁ ଥିବା ଭାରତୀୟ ରେଳ ଷ୍ଟେସନର ନାଁ ହେଉଛି 'ଭେଙ୍କଟନରସିଂହରାଜୁୱାରିପେଟା'।
- ସବୁଠୁ ସାନ ନାଁ ଥିବା ଷ୍ଟେସନର ନାଁ ଇବ୍।
- ସର୍ବନିମ୍ନ ଦୂରତ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତ ଦୁଇଟି ଷ୍ଟେସନ ହେଲେ ନାଗପୁର ଏବଂ ଅଜନି। ଏହି ଦୁଇଟି ଷ୍ଟେସନ ମଧ୍ୟରେ ଦୂରତ୍ୱ ମାତ୍ର ତିନି କିଲୋମିଟର।
- ନବପୁରରେ ଅବସ୍ଥିତ ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ଦୁଇଟି ରାଜ୍ୟର ସୀମା ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତ। ଏହି ଷ୍ଟେସନର ଅର୍ଦ୍ଧେକ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଥିବା ବେଳେ ବାକି ଅଧା ଗୁଜରାଟରେ ଅବସ୍ଥିତ।
- ସବୁଠୁ ଅଧିକ ବ୍ୟସ୍ତ ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ହେଉଛି ଲକ୍ଷ୍ନୌ। ଏହି ଷ୍ଟେସନରୁ ଦୈନିକ ୬୪ ଟି ରେଳ ଯାତ୍ରା କରିଥାଏ।
- ବିଶ୍ୱର ସବୁଠୁ ଦୀର୍ଘ ରେଳ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗର ଖଡ଼ଗପୁର।
- ନାମକରା ମୋବାଇଲ କମ୍ପାନୀ ଭାବେ ଜଣା ନୋକିଆର ଗୋଟିଏ ମଡ୍ରେଲ ନୋକିଆ ୧୧୦୦ ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ ସବୁଠୁ ଅଧିକ ବିକ୍ରି ହୋଇଥିଲା। ୨୫ କୋଟି ୟୁନିଟ୍ ଏହି ମଡେଲ ବିକ୍ରି ହୋଇଥିବାର କମ୍ପାନୀ ତରଫରୁ ଜଣାପଡିଛି।
- ଆମେରିକାରେ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ବିକ୍ରି ହୋଇଥିବା ମୋବାଇଲ ଫୋନର ମୂଲ୍ୟ ୨ ଲକ୍ଷ ୬୮ ହଜାର ଟଙ୍କା ଥିଲା।

କହିପାରିବେ କି ?

୧) ଅସୁରମାନଙ୍କ ଗୁରୁ କିଏ ଥିଲେ ?
(୨) 'ଲାଙ୍ଗୁଏଜ୍ ଅଫ୍ ଟ୍ରୁଥ୍' ପୁସ୍ତକର ଲେଖକ କିଏ ?
(୩) ଯୋଜନା ଆୟୋଗ କେବେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ?
(୪) କାଜିରଙ୍ଗା ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉଦ୍ୟାନ କେଉଁ ରାଜ୍ୟରେ ଅଛି ?
(୫) ପବିତ୍ରତା କାରଣରୁ କେଉଁ ନଦୀକୁ ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତର ଗଙ୍ଗା କୁହାଯାଏ ?
(୬) କଲ୍ପକ୍କମ୍ ନ୍ୟୁକ୍ଲିୟର ପ୍ଲାଣ୍ଟ କେଉଁଠାରେ ଅଛି ?
(୭) ଭାରତର ଅନ୍ତିମ ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଜେନେରାଲ୍ କିଏ ଥିଲେ ?
(୮) ଭାରତୀୟ ହେଭି ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକାଲ୍ସ ଲିମିଟେଡ୍‌ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୯) ସୃଷ୍ଟି ଗୋସ୍ୱାମୀ କେଉଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନକ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ହୋଇଥିଲେ ?
(୧୦) ଭାରତର ପ୍ରଥମ ସିଡିଏସ୍‌ଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?

JUMBLE WORDS

1) LEEFYU	=	6) VLAYLE	=
2) BDAONU	=	7) RSFIK	=
3) GVARE	=	8) CCAHO	=
4) HVOSE	=	9) TCNOOT	=
5) USONIC	=	10) CWTIEK	=

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. ସୂର୍ଯ୍ୟ, ୨. କର୍ଣ୍ଣ, ୩. ସୁଚବାର୍ତ୍ତା, ୪. ତାରା, ୫. ତୁଳା, ୬. ଫ୍ରାନ୍ସ, ୭. ଲିଓନାର୍ଡୋ ଦା ଭିନ୍‌ସି, ୮. ଆପୋଲୋ, ୯. ଆଲେକଜାଣ୍ଡାର ଗ୍ରାହାମ ବେଲ୍, ୧୦. ଉତ୍ତର ପୂର୍ବ ଆଫ୍ରିକାରୁ।

Jumble Words **ର ଉତ୍ତର :-**

(1) EMCEE (2) FORTY (3) ROTARY (4) SPOKEN (5) YOUTH (6) DAISY (7) DEPICT (8) MODEST (9) GROWL (10) THUMP

ହସ ହସ ରହନ୍ତୁ

ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ ମୃଦୁହାସର ବିଶେଷ ମହତ୍ତ୍ୱ ଅଛି । ମୃଦୁହାସ ଯୁକ୍ତ ମୁଖ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମୁଖରେ ମଧ ମୃଦୁହାସ ଖେଳାଇ ଦିଏ, ସେଥି ପାଇଁ ସମ ବିଷମ ଉଭୟ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସର୍ବଦା ମୃଦୁହାସ ଜାରି ରଖ । ମୃଦୁହାସ ଦ୍ୱାରା କେବଳ ଆମେ ନିଜେ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇ ନ ଥାଉ, ବରଂ ଏହି କାରଣରୁ ସମ୍ପର୍କରେ ଆସୁଥିବା ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।

ମୃଦୁହାସ ଆମ ଜୀବନରେ ଏକ ଜୀବନଦାୟିନୀ ଔଷଧ ପରି, ସେଥିପାଇଁ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସ୍ମିତ ପ୍ରକଟ କରି ଆନନ୍ଦ ବିକ୍ଷେପଣର ପ୍ରଯତ୍ନ କରୁଥିବା ଦରକାର । ମୃଦୁହାସ ଏକ ଯୌଗିକ କ୍ରିୟା ମଧ, ଯଦ୍ୱାରା ଆମର ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ସୁସ୍ଥ ଓ ପ୍ରସନ୍ନ ରହିଥାଏ । ଏହା ଏକ ଭାବବ୍ୟଞ୍ଜନା, ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା ଓ ଅନୁଭୂତିର ବିଷୟ । ସ୍ମିତାନନ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଭଲ ଲାଗିଥାଏ, ଯାହାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଚାରିଆଡ଼େ ସକାରାତ୍ମକତା ଓ ପ୍ରସନ୍ନତାର ପ୍ରସାର କରିଥାଏ । ଏହା ଗୋଟିଏ କ୍ଷଣରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ମଧୁର ସ୍ମୃତି ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମ ଜୀବନରେ ଲାଗି ରହିଥାଏ ।

ଜୀବନରେ ମୃଦୁହାସକୁ ବୟସ ବର୍ଗ ଅନୁସାରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରାଯାଇ ପାରେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୟସର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୃଦୁହାସକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରେ ଅଲଗା ଅଲଗା ସମ୍ବୋଧନ ଦ୍ୱାରା ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଇ ପାରେ । ବୟସ ବର୍ଗ ଅନୁସାରେ ବାଲ୍ୟ କାଳରେ ପିଲାମାନଙ୍କ ମୃଦୁହାସ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆନନ୍ଦିତ କରିଥାଏ, କାରଣ ଏହା ନିଷ୍ଛଳ ଓ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ଭାବରେ ଓତପ୍ରୋତ ହୋଇଥାଏ । ପିଲାମାନେ ବିନା କୌଣସି କାରଣରେ ହସୁଥାନ୍ତି-ସ୍ମିତ ପ୍ରକଟ କରୁଥାନ୍ତି ଏବଂ ନିଜର ଏହି ସ୍ମିତ କାରଣରୁ ସେମାନେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନତା ତ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି, ତା ସହିତ ସେମାନେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ନିଜ ଆଡ଼କୁ ଆକର୍ଷିତ ମଧ କରନ୍ତି ।

ଯୁବାବସ୍ଥାରେ ଯୁବାମାନଙ୍କ ମୃଦୁହାସରେ ସକାମତା ଓ ପ୍ରେମଭାବନା ଥିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିପାରେ । ସେମାନଙ୍କ ମୃଦୁହାସ ବ୍ୟଙ୍ଗାତ୍ମକ ଓ ଅଭିବାଦନୀୟ ଗୁଣରେ ଅଭିପୂରିତ ହୋଇ ପାରେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରଶଂସାର ସ୍ୱୀକାର୍ଯ୍ୟତାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରେ ମଧ ମୃଦୁହାସ ନିହିତ ଥାଏ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ବୃଦ୍ଧି ଜନିଙ୍କ ମୃଦୁହାସ ଅଧିକାଂଶତଃ ମଙ୍ଗଳମୟ ଓ ଶୁଭକାମନାରେ ଓତପ୍ରୋତ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ଆଶୀର୍ବାଦ ଓ କଲ୍ୟାଣମୟ ଭାବନାର ସମ୍ପଦ ଲୁଚି ରହିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଉତ୍ତମ କାର୍ଯ୍ୟର ପରିଣତିରେ ଆସୁଥିବା ମୃଦୁହାସ ସନ୍ତୋଷ ପ୍ରଦାନକାରୀ ଓ ଖୁସିର ମଣରେ ଖୁସି ବିଚ୍ଛୁରଣକାରୀ ହୋଇଥାଏ ।

ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଗୁଣ, ସ୍ୱଭାବ ଓ ଅଭିରୁଚି ଅନୁସାରେ ସେମାନଙ୍କ ମୃଦୁହାସର ବିଭିନ୍ନ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ବି ହୋଇପାରେ । ଆଜିର ସଂଘର୍ଷପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ଚାପପୂର୍ଣ୍ଣ ବାତାବରଣରେ ଲୋକେ ମୃଦୁହାସକୁ ଏକ ପ୍ରକାରେ ଭୁଲି ଯାଉଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ସବୁ ପରିବାରରେ ଯେତେ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟର ଚାପ ରହିଛି, ସେହି ପରିବାର ଗୁଡ଼ିକର ମୁଖମଣ୍ଡଳ ସେତେ ମୃଦୁହାସ ବିହୀନ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ଉଦାସ ହୋଇଥାଏ ତ ନିରାଶା ତାକୁ ଘେରିନିଏ ଏବଂ ସେତେ ବେଳେ ତା' ମୁଖ ମଣ୍ଡଳରୁ ମୃଦୁହାସ ମଧ ଦୂରେଇ ଯାଏ, କିନ୍ତୁ ଯେବେ ବ୍ୟକ୍ତି ଉତ୍ସାହିତ ହୋଇଥାଏ ଓ ଆଶାନ୍ୱିତ ହେବା ସହିତ ଉଲ୍ଲାସ – ଉଦ୍ଦୀପନାରେ ଭରି ରହିଥାଏ ତ ତାହାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରେ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ତା' ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ମୃଦୁହାସ ଆସିଥାଏ । ଜୀବନରେ ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ଆସିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗମ୍ଭୀର ହୋଇଯାଏ, କିନ୍ତୁ ସେହି ସମସ୍ୟା ଗୁଡ଼ିକର ସମାଧାନ ମିଳିଗଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ମୃଦୁହାସ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମର ମସ୍ତିଷ୍କରେ କୌଣସି ନୂଆ ବିଚାର ଆସେ, କାର୍ଯ୍ୟଯୋଜନା ଆସେ, କୌଣସି ସୁଖଦ କଳ୍ପନା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, କୌଣସି ପୁରୁଣା ସୁଖଦ ସ୍ମୃତି ମନ ଭିତରେ ଉଙ୍କି ମାରେ ସେତେବେଳେ ଆମ ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ସ୍ୱତଃ ମୃଦୁହାସ ଆସିଯାଏ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଜଣାପଡ଼େ ଯେ, ମୃଦୁହାସର ଏକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ମୁଖମଣ୍ଡଳକୁ ଚାପମୁକ୍ତ ତଥା ବିଷାଦ ମୁକ୍ତ କରିଦିଏ ।

ମୃଦୁହାସର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱୟଂକୁ ପ୍ରସନ୍ନତା ଦେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନେକ ମୁଖରେ ସ୍ମିତ ଖେଳାଇ ଦିଏ ଏବଂ ଏହିପରି ମୃଦୁହାସର ଲୋଭ କ୍ଷଣିକ ମଧରେ କେତେ ଲୋକଙ୍କୁ ମିଳିଯାଏ । ସର୍ବଦା ମୃଦୁହାସର ଅଭ୍ୟାସ ଯଦି ଆମର ହୋଇଗଲା ତ ଏହା ଆମର ସ୍ୱଭାବର ବି ଏକ ଅଙ୍ଗ ହୋଇଯିବ । ଯାହା ଆମକୁ ସୁସ୍ଥ ଓ ପ୍ରସନ୍ନ ରଖିବ ଏବଂ ଆମ ଆଖ ପାଖରେ ରହୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ମଧ ମୃଦୁହାସର ପ୍ରେରଣା ଦେବ ।

ପ୍ରସନ୍ନତାର ରାଜମାର୍ଗ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟ ଖୁସିର ଅନ୍ୱେଷଣରେ ଥାଆନ୍ତି । ଜ୍ଞାତ ଅଜ୍ଞାତରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରୟାସ ଓ ଚେଷ୍ଟାଗୁଡ଼ିକ ପଛରେ ଗୋଟିଏ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥାଏ, ତାହା ହେଉଛି ସେ କିପରି ଖୁସିରେ ରହିବ । ତା'ର ଦିନଯାକର କ୍ରିୟାକଳାପ ସାଧାରଣତଃ ଏହି ଗୋଟିଏ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟର ପାଖାପାଖି କେନ୍ଦ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଯେତେ ବେଳେ ଲେଖାଯୋଖା କରାଯାଏ ତ ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱୟଂକୁ ଖୁସି ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅଧିକ ଦୁଃଖୀ ହେବାର ପାଆନ୍ତି । ଜୀବନର ଅନ୍ତିମ ସମୟରେ ଯେବେ ସାରା ଜୀବନର ଲେଖାଯୋଖା କରାଯାଏ ତ ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି, ଅର୍ଥାତ୍ ଗଭୀର ପଶ୍ଚାତ୍ତାପ, ଦୁଃଖ ଏବଂ ଅଶାନ୍ତିରେ କ୍ଳାନ୍ତ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି ଖୁସିର ମୃଗତୃଷ୍ଣାରେ ଜୀବନ ବ୍ୟର୍ଥରେ ଚାଲିଯାଏ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ଭାବ ବାକି ରହେ ଯେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ସୁଯୋଗ ମିଳନ୍ତା ତ ଜୀବନକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ବଞ୍ଚିପାରନ୍ତି ।

ବାସ୍ତବରେ ମନୁଷ୍ୟ ଖୁସି ପାଇଁ ଦୁଇ ସ୍ତରରେ ପ୍ରୟାସ କରିଥାଏ । ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ସର୍ବପ୍ରଥମ ସ୍ତର ହେଉଛି ଦେହର, ଯେଉଁଥିରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖ ଓ ଭୋଗ ନିହିତ ଥାଏ ତଥା ଦ୍ୱିତୀୟଟି ହେଉଛି ସଂସାରର ଧନ ବୈଭବ, ନାମ- ଯଶ, ସଫଳତା ଓ ଉତ୍କର୍ଷର- ଯାହାକୁ ଆମେ ମାନସିକ ସ୍ତର କହି ପାରିବା । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖ ତାଙ୍କୁ, ତତ୍କାଳ ଖୁସୀ ଦେଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହି ଖୁସୀ ସଦାବେଳେ ରହେ ନାହିଁ ।

ଗୋଟିଏ ସମୟ ପରେ ଏହି ସୁଖ, ଭୋଗ ନୀରସ ଲାଗିଥାଏ । ଯେଉଁ ବ୍ୟଞ୍ଜନଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱାଦ ସୁଖରେ ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ଝାମ୍ପି ପଡ଼େ, ରୋଗରେ ପଡ଼ିବା ପରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ମୁହଁ ବୁଲାଇ ମଧ ଦେଖେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ବୁଝାପଡ଼େ ଯେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖ ରୋଗ ଗୁଡ଼ିକରେ ଯେଉଁ ଖୁସୀ ପ୍ରତୀତ ହେଉଥିଲା, ତାହା ସ୍ଥାୟୀ ନୁହେଁ । ଏହା ସହିତ ଏଥିରେ ଅଧିକ ଲିପ୍ତତା ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନୀଶକ୍ତିକୁ ଚିପୁଡ଼ି ଦେଇ ତା' ପାଇଁ ନାନା ପ୍ରକାର ଆଧି ବ୍ୟାଧିର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ବିଷୟ ସୁଖଗୁଡ଼ିକରେ ଖୁସୀର ଅନ୍ୱେଷଣ ଅନ୍ତତଃ ଏକ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ଚେଷ୍ଟା ରୂପେ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖ ପରେ ସାଂସାରିକ ସୁଖ- ଉପଲବ୍ଧିଗୁଡ଼ିକ ମଧ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ତତ୍‌କାଳିକ ରୂପେ ଗଭୀର ହର୍ଷ ଏବଂ ସୁଖର ଅନୁଭୂତି ଦେଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ତାତ୍‌କାଳିକ ଖୁସୀର ଶିଖରରେ ନିଜକୁ ପାଇଥାଏ । ଧନ ପାଇବା ପରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମନେହୁଏ ଯେ ସାରା ସଂସାର ତା' ହାତମୁଠାକୁ ଆସିଗଲା । ଏବେ ସେ ଯାହା ଚାହିଁବ, ସେହି ଖୁସୀ କିଣି ପାରିବ, ଜୀବନର ସୁଖ ଆନନ୍ଦକୁ ଭୋଗି ପାରିବ, କିନ୍ତୁ ସୁଖର ଏହି ଦଉଡ଼ ମଧ ଧୀରେ ଧୀରେ ମୃଗ ମରୀଚିକା ହିଁ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଗୋଟିଏ ସମୟ ପରେ ଧନ ସହିତ ଅର୍ଜିତ ଖୁସୀ ଏବେ ଅନେକ ଦୁଃଖକଷ୍ଟର କାରଣ ହୋଇଯାଏ ଆଉ ଅଶାନ୍ତିକୁ ହିଁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ବର୍ଦ୍ଧିତ ଧନ ସହିତ ଚିତ୍ତରେ ଦବି ପଡ଼ିଥିବା ଇଚ୍ଛାଗୁଡ଼ିକ ମଧ ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ନିଜର ଭୋଗ ପାଇଁ ଲାଳାୟିତ କରିଥାଏ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କେତେ ପ୍ରକାର ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସର ଶିକାର କରିଦିଏ, ଯାହା ଅନ୍ତତଃ ବ୍ୟକ୍ତିର ବରବାଦର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ପୁଣି ଧନର ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ, ଏହାକୁ କାଏମ ରଖିବା ତଥା ସଂଚିତ ଧନ ହରାଇବାର ଚିନ୍ତା ଜୀବନରେ ଅନ୍ତହୀନ ଆଦେଶ ଓ ଦୁଃଖର କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ନାମ ଯଶ ଏବଂ କୌଣସି ଉପଲବ୍ଧିର ଉତ୍କର୍ଷରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମନେହୁଏ, ସେ ଖୁସିଗୁଡ଼ିକର ଶିଖରରେ ବିରାଜମାନ । ଏହି ମଦରେ ମାତାଲ ହୋଇ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱୟଂ'କୁ ଦୁନିଆର ବାଦଶାହ ବୋଲି ଭାବେ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ମଜା ମଧ ଶୀଘ୍ର ଚୂର୍ଣ୍ଣବିଚୂର୍ଣ୍ଣ ହେବାକୁ ଲାଗେ, ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ କେହି ତା'ଠାରୁ ବଡ଼ ଉପଲବ୍ଧିର ସହିତ ସାମନାରେ ଠିଆ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ସହିତ ଏହି ନାମ ଓ ଉପଲବ୍ଧିକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ, ବିରୋଧୀମାନଙ୍କ ଦୁରଭିସନ୍ଧି ଗୁଡ଼ିକର ସାମନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ଏବଂ ସମୟ ସହିତ ଏହାର ଖସି ଯାଉଥିବା ଆଧାର ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଆଣି ଠିଆ କରିଦିଏ ଯେ ସାଂସାରିକ ନାମଯଶ ଓ ମହତ୍ତ୍ୱାକାଂକ୍ଷା ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଖୁସୀ ଗଭୀର ବିଷାଦ ଓ ଦୁଃଖର କାରଣ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏହା ଦ୍ୱାରା ମୋହଭଙ୍ଗର ସ୍ଥିତି ଆସିଯାଏ । ଜୀବନର ଯଥାର୍ଥ ବୋଧ ଏପରି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ହିଁ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ ।

ତାକୁ ପ୍ରତୀତ ହୋଇଥାଏ ଯେ ଖୁସିଗୁଡ଼ିକ କେଉଁଠି ବାହ୍ୟ ସାଂସାରିକ ସୁଖ ଉପଲବ୍ଧ ଓ ସାଧନ ଗୁଡ଼ିକରେ ନାହିଁ, ବରଂ ନିଜର ହିଁ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ଏବଂ ସଦ୍‌ବୁଦ୍ଧିରେ ନିହିତ । ଯେଉଁ ଖୁସିଗୁଡ଼ିକ ବାହାର ସୁଖ ଭୋଗ ତଥା ଉପଲବ୍ଧି, ନାମ-ଯଶରେ ଆଭାସିତ ହେଉଥିଲା, ତାହାର ବାସ୍ତବିକ ସ୍ରୋତ ତ ନିଜ ଭିତରେ ହିଁ ଥିଲା । ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ଶାନ୍ତ, ସ୍ଥିର ହୋଇ ଭିତରେ ସ୍ଥିତ ସେହି ସ୍ରୋତ ଆଡ଼କୁ ଉନ୍ମୁଖ ହୋଇଥାଏ, ତାହାର ବିଧିକୁ ଜାଣିବା - ବୁଝିବାକୁ ଲାଗିଥାଏ, ତ ତାକୁ ଜୀବନରେ ବାସ୍ତବିକ ସୁଖର ମର୍ମ ବୁଝା ପଡ଼ିଥାଏ । ପରସ୍ତ ପରେ ପରସ୍ତ ତା'ର ଜୀବନରେ ବାସ୍ତବିକ ସୁଖ, ସନ୍ତୁଷ୍ଟି ଓ ଖୁସିର ପରସ୍ତ ଖୋଲିବାକୁ ଲାଗେ । ଏହା ସାଙ୍ଗକୁ ସେ ଜୀବନର ବାସ୍ତବିକ ଅର୍ଥ ସହିତ ମଧ ପରିଚିତ ହେବାରେ ଲାଗେ ।

ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଜୀବନକୁ ସୁଧାରିବା ପାଇଁ ବତାଯାଇଥିବା ନୀତି ମାର୍ଗ ବୁଝାପଡ଼େ ଆଉ ସେତେବେଳେ ସ୍ୱାଭାବିକ ରୂପେ ଜୀବନରେ ନୈତିକତା ଏବଂ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଜୀବନ ଶୈଳୀର ସମାବେଶ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ଧର୍ମ - ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସହଜ ରୂପେ ଜୀବନର ଅଂଶ ହୋଇଯାଏ । ଜୀବନରେ ଯମ- ନିୟମକୁ ଆପଣାଇବାର ବିଜ୍ଞାନ- ବିଧାନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେ ଧାରଣା-ଧ୍ୟାନର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ବୁଝିଥାଏ ତଥା ଜୀବନରେ ଖୁସୀ-ପ୍ରସନ୍ନତା ପାଇଁ ନିଜର ବାସ୍ତବିକ ସ୍ୱରୂପ ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହୋଇଥାଏ, ଯାହାର ସାରକୁ ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସତ୍‌-ଚିତ୍‌-ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଆନନ୍ଦର ଏହି ସହଜ ଅବସ୍ଥାରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଖୁସିର ବାସ୍ତବିକ ସ୍ରୋତ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ । ବାହ୍ୟ ଭ୍ରମ ଥମିଯାଏ ଆଉ ବ୍ୟକ୍ତି ଖୁସିର ରାଜମାର୍ଗରେ ଆଗକୁ ବଢେ ।

ସର୍ବେଦ...

(ଅଷ୍ଟମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ମନ ମରତେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମରେ,
ଅନ୍ତର କମଲ ସୁଓ୍ୱାସ ।
ଲକ୍ଷ୍ୟ ଶାନ୍ତ ସ୍ଥିର ରହେଁ, ଚେତନ
ଅନୁଭଓ୍ୱ ଭାସ ।।୫୩।।

ଭାଷ୍ୟ - ଚେତନ ଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରକଟ ହୋଇଯିବା ପରେ ନବମ କମଳର ଗନ୍ଧରେ ମନ ମରିଯାଏ ଏବଂ ତାହା ଶାନ୍ତ ଏବଂ ବିଳୟ ହୋଇଯିବା ପରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଧ୍ୟେୟରେ ଚେତନା ଶାନ୍ତ ଏବଂ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଚେତନ ବ୍ରହ୍ମ-ପ୍ରଭା ଆତ୍ମା ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାରେ ଲାଗେ ।

ସନ୍ଧି ଭେଦ ବୈଠକ ବନେ,
ଅନୁଭଓ୍ୱ କେ ଘର ଆୟ ।
ଦେଓ୍ୱ ସଦାଫଲ ଅମର ହେଁ,
ଆଓ୍ୱାଗମନ ନଶାୟ ।।୫୪।।

ଭାଷ୍ୟ - ପିଣ୍ଡ ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ଭେଦ ସ୍ଥାନରେ ସୁରତିକୁ ସ୍ଥିର କରି ଯୋଗୀ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱସ୍ଥ ଉଭୟ ଭୂମିରେ ପ୍ରବେଶ କରେ ଏବଂ ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରେ ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ଜରାମରଣରହିତ ହୋଇ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ଯାହା ଫଳରେ ସଂସାର-ଚକ୍ର ଭବ-ବନ୍ଧନ-ଦୁଃଖରୁ ମୁକ୍ତି ଲାଭକରେ । ଯୋଗୀର ଏହି ଅମର ପଦ, ବିଦେହ ମୁକ୍ତି ଅଟେ । ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତିରୁ ହିଁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି, ପରମାନନ୍ଦଙ୍କ ଉପଲବ୍ଧି ଏବଂ ତ୍ରିତାପ ଦୁଃଖର ନିବୃତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଜୀବନର ମହାନ୍ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଅଟେ ଏବଂ ଅନ୍ତିମ କୃତକୃତ୍ୟତା ଅଟେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ପାଳନ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ୭୩ ତମ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ପାଳନ ନିମନ୍ତେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡାଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଏକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସାମ୍ପ୍ରତିକ ପରିସ୍ଥିତିରେ କରୋନା ମହାମାରୀ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ବଢୁଥିବାରୁ ସରକାରଙ୍କର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ମୁତାବକ କରୋନା କଟକଣା ମଧରେ ସୀମିତ ସରକାରୀ, କରୋନା ଯୋଦ୍ଧା, ପୋଲିସ ପ୍ରଶାସନ ପ୍ରେସ ମିଡ଼ିଆଙ୍କୁ ନେଇ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଛି । ବୈଠକରେ ହୋଇଥିବା ନିଷ୍ପତ୍ତି ଅନୁଯାୟୀ ଜାନୁଆରୀ ୨୬ ତାରିଖ ଦିନ ପ୍ରାତଃ ୪.୩୦ ମି ସମୟରେ ସହରରେ ଡାକବାଜି ଯନ୍ତ୍ର ଦ୍ୱାରା ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ରାମଧୁନ ପରିବେଷଣ କରାଯିବ । ଜାତୀୟ ଦିବସ ପାଳନ ଅବସରରେ ସହରସ୍ଥିତ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରେ ମାଲ୍ୟାର୍ପଣ କରାଯିବ । ପୂର୍ବାହ୍ନ ୮.୩୦ ମିନିଟ ସମୟରେ ଦିବସର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଅର୍ଥ ଓ ଅବକାରୀ ମନ୍ତ୍ରୀ ନିରଞ୍ଜନ ପୂଜାରୀ ସ୍ଥାନୀୟ ନେଲସନ ମଣ୍ଡେଲା ଛକ ପାଖ ରାଜରାସ୍ତା ଠାରେ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ଭାବେ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ ଓ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିବେ । କେବଳ ପୋଲିସ ବାହିନୀ ପ୍ୟାରେଡରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଙ୍କୁ ଗାର୍ଡ ଅଫ ଅନର ପ୍ରଦାନ କରିବେ । ପ୍ୟାରେଡରେ କୌଣସି ବିଦ୍ୟାଳୟ, ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ ନ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଛି । କରୋନା କଟକଣା ପାଇଁ କୌଣସି ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରାଯିବ ନାହିଁ । କୋଭିଡ ଯୋଦ୍ଧା ମାନଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନିଷ୍ପତି ନିଆଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜିତ ଏହି ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକରେ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ରାଜସ୍ୱ ଉମାକାନ୍ତ ରାଜ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସାଧାରଣ ଅଜମ୍ବର ମହାନ୍ତି, ସମ୍ବଲପୁର ମୁନିସିପାଲିଟି କମିଶନର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ, ସଦର ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୟୁର ସୂର୍ଯ୍ୟାଂସୀ ବିକାଶ, ରିଜର୍ଭ ଇନିସପେକ୍ଟର ରାଜୀବ ଲୋଚନ ସେଠ, ଇ.ଇ.ଡିଆରଡିଏ ସୂର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତ ବିଶ୍ୱାଳ, ଏଡିଇଓ ଜୟଶ୍ରୀ ଦୋରା, ଇ. ଇ. ଏସଇଇଡି ଟିପିଡ଼ବ୍ଲୁଓଡିଏଲ ମାନସର ଟାଁଗା ସମେତ ଡିଏସପି ଟ୍ରାଫିକ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ହୀରାକୁଦ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ରର ଉତ୍ପାଦନ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି

ସମ୍ବଲପୁର :ବୁର୍ଲା ସ୍ଥିତ ହୀରାକୁଦ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ରର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ରାଜ୍ୟର ଏକ ଅଗ୍ରଣୀ ଏବଂ ଖ୍ୟାତି ସମ୍ପନ୍ନ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ କେନ୍ଦ୍ର ଭାବେ ଏହା ୧୯୫୬ ମସିହାରୁ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପାଦନ କରି ଆସୁଅଛି । ଏହି କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅବସ୍ଥାପିତ ଥିବା ୟୁନିଟ୍-୫ ଓ ୟୁନିଟ୍-୬ ଦୀର୍ଘ ୫୦ ବର୍ଷ ଧରି ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ କରିପାରୁଛି । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସିଇଏର ମାର୍ଗଦର୍ଶିକା ଅନୁଯାୟୀ ୨ଗୋଟି ୟୁନିଟର ନବୀକରଣ, ଆଧୁନିକୀକରଣ ଓ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧିକରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଓଡ଼ିଶା ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ନିଗମ ଦ୍ୱାରା ହାତକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକୁ କରିବା ପାଇଁ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ନିଗମ ଭଏଥ୍ ହାଇଡ୍ରୋ ପ୍ରାଃ ଲିଃ (ଇଣ୍ଡିଆ)କୁ ୨୦୧୫ ମସିହା ଅକ୍ଟୋବରରେ ୧୫୮.୭୭ କୋଟି ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟ ବରାଦରେ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ଜାରି କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ୟୁନିଟ ଗୁଡିକର ନବୀକରଣ, ଆଧୁନିକୀକରଣ ଓ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧିକରଣ ପରେ ୟୁନିଟ୍-୫ ଓ ୬ ର ବ୍ୟବସାୟିକ ଉତ୍ପାଦନ ଗତ ୨୦୨୧ ମସିହା ନଭେମ୍ବର ୨ ଏବଂ ଚଳିତ ବର୍ଷ ଜାନୁୟାରୀ ୯ ତାରିଖରୁ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଛି ।

ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ ପରେ ୟୁନିଟ୍ ଦ୍ୱୟର କ୍ଷମତା ୩୭.୫ ମେଗାୱାଟରୁ ୪୩.୭୫ ମେଗାୱାଟକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ୧୨.୩ ମେଗାୱାଟ୍ ଅଧିକ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ରାଜ୍ୟ ଗ୍ରୀଡକୁ ଯୋଗାଇବାରେ ଏହା ସମର୍ଥ ହୋଇଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ହୀରାକୁଦ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ରର ଉତ୍ପାଦନ କ୍ଷମତା ୨୭୫.୫ ମେଗାୱାଟରୁ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ୨୮୭.୮ ମେଗାୱାଟ ହୋଇଅଛି । ଯାହାକୁ ରାଜ୍ୟର ଉପଭୋକ୍ତାମାନଙ୍କୁ ସୁଲଭ ଓ ସବୁଜ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଛି । ବିଗତ ଦିନରେ ଓଡ଼ିଶା ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ନିଗମ ଏହି ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅବସ୍ଥାପିତ ଥିବା ୟୁନିଟ୍ ୧,୨,୩ ଓ ୪ ମାନଙ୍କରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟ କ୍ରମେ ନବୀକରଣ, ଆଧୁନିକୀକରଣ ଓ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧିକରଣ କରାଯାଇ ଅଧିକ ୪୦ ମେଗାୱାଟ୍ ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ରାଜ୍ୟ ଗ୍ରୀଡକୁ ଯୋଗାଇ ଦେଇ ଆସୁଛି । ଉପରୋକ୍ତ ୟୁନିଟ୍ ଗୁଡିକର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ହେବା ଫଳରେ ଓଡ଼ିଶା ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ନିଗମର ଆର୍ଥିକ ସ୍ଥିତି ସୁଦୃଢ ହେବ । ବୁର୍ଲା ସ୍ଥିତ ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେନ୍ଦ୍ରର ସମସ୍ତ ୭ ଗୋଟି ୟୁନିଟ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ଷମତାରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଛି । ସେହିପରି ଚିପିଲିମାରେ ଅବସ୍ଥାପିତ ୩ ଗୋଟି ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ ୟୁନିଟ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ଷମତାରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ କରୁଅଛି ।

ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ୪୪୩୪ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ତ୍ରିସ୍ତରୀୟ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ୪୪୩୪ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ୱାର୍ଡ ମେମ୍ବର ପାଇଁ ୩୦୨୦ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଥିବା ବେଳେ ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୭୪୯, ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୫୭୭ ଜଣ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ପାଇଁ ୮୮ ଜଣ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ଉଲ୍ଲେଖ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ୯ଟି ବ୍ଲକରେ ୧୮ଟି ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ, ୧୩୮ଟି ସରପଞ୍ଚ/ସମିତି ସଭ୍ୟ ଏବଂ ୧୭୪୩ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ମତଦାନ ହେବ । ଏଥର ୫ ଲକ୍ଷ ୨୯ ହଜାର ୫୧୨ ଭୋଟର ପ୍ରତିନିଧି ବାଛିବେ । ୫ଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ହେବାକୁ ଥିବା ନିର୍ବାଚନରେ ଫେବ୍ରୁଆରୀ ୧୬ରେ ଯୁଯୁମୁରା ଓ ରେଢାଖୋଲ ବ୍ଲକ୍, ଫେବ୍ରୁଆରୀ ୧୮ରେ ମାନେଶ୍ୱର ଓ ନାକଟିଦେଉଳ, ଫେବ୍ରୁଆରୀ ୨୦ରେ ଜମନକିରା ଓ ରେଙ୍ଗାଲି, ଫେବ୍ରୁଆରି ୨୨ରେ ବାମରା ଓ ଧନକଉଡ଼ା ଏବଂ ଫେବ୍ରୁଆରୀ ୨୪ରେ କୁଚିଣ୍ଡା ବ୍ଲକ୍ ମତଦାତା ମତଦାନ ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିବେ ।

ସମଲେଇ ପ୍ରକଳ୍ପ ସମୀକ୍ଷା କଲେ ଆର୍‌ଡିସି

ସମ୍ବଲପୁର : ସମଲେଇ ପ୍ରକଳ୍ପର ଅଗ୍ରଗତି ସମ୍ପର୍କରେ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଆୟୁକ୍ତ (ଆରଡ଼ିସି) ଡ଼କ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳାଇ ସମୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରକଳ୍ପର ଅଗ୍ରଗତି, ଥଇଥାନ ନୀତି, ସ୍ଥାନ ଚିହ୍ନଟ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଜମି ଅଧିଗ୍ରହଣ ସମେତ ବିସ୍ଥାପିତ ହେବାକୁ ଥିବା ସ୍ଥାନୀୟ ବାସିନ୍ଦାଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଟିକିନିଖି ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ବିଶେଷକରି ଜମି ଅଧିଗ୍ରହଣ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱରୋପ କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବିସ୍ଥାପିତଙ୍କୁ ଥଇଥାନ କରିବା ପାଇଁ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିବା ଦୁର୍ଗାପାଲି ରିଂ ରୋଡ଼ ରାସ୍ତାକଡ଼ ଜମି ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରକଳ୍ପ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଠାରୁ ପଚାରି ବୁଝିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ସହ ଏହାର ଅଗ୍ରଗତି ଉପରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବାକୁ ଶ୍ରୀ ଦଳାଇ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡ଼ା, ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ କମିଶନର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ, ସମଲେଇ ପ୍ରକଳ୍ପର ଓଏସଡ଼ି ଅନିରୁଦ୍ଧ ପ୍ରଧାନ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୟୁର ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶୀ ସମେତ ଅନ୍ୟ ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀଲତା ମିଶ୍ର ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପରିଷଦ ସଂପାଦକ

ସମ୍ବଲପୁର: ଅଧାପିକା ଶ୍ରୀଲତା ମିଶ୍ର ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପରିଷଦ ସମ୍ବଲପୁର ଶାଖାର ସଂପାଦକ ରୂପେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ଏହି ପଦବୀରେ ଥିବା ଡାକ୍ତର ସୁଚେତାରାଣୀ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅକାଳ ବିୟୋଗ ପରେ ଏହି ପଦବୀ ଖାଲି ପଡ଼ିଥିଲା । ଗତ ୨୧ ତାରିଖ ଦିନ ପରିଷଦର ସଭାପତି ଶ୍ରୀ ପରମେଶ୍ୱର ଦାଶଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ବୈଠକରେ ଶ୍ରୀମତୀ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ପରିଷଦର ସଂପାଦକ ରୂପେ ନିର୍ବାଚିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାଛଡ଼ା ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ବିଦ୍ୟାମନ୍ଦିରର ସମ୍ପାଦକ ରୂପେ ମଧ ଶ୍ରୀମତୀ ମିଶ୍ର ମନୋନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହାଛଡ଼ା ଶ୍ରୀ ବିମଳ କୁମାର ପାଣ୍ଡିଆ ଓ ଲଳିତ ଅଗ୍ରୱାଲ ପରିଷଦର ନୂତନ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭ୍ୟରୂପେ ମନୋନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ବାପାଙ୍କ ସ୍ୱଅର୍ଜିତ କିମ୍ବା ପୈତୃକ ସମ୍ପତ୍ତିର ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ହୋଇ ପାରିବେ ଝିଅ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ବାପାଙ୍କ ସ୍ୱଅର୍ଜିତ ଓ ପୈତୃକ ସମ୍ପତ୍ତିର ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ହୋଇ ପାରିବେ ଝିଅ । ବାପାଙ୍କର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ନ ଥିଲେ ଝିଅମାନଙ୍କୁ ଏହି ଅଧିକାର ମିଳିବ ବୋଲି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନ୍ୟାୟାଳୟ କହିଛନ୍ତି । ଏମିତି କି ଅନ୍ୟ ସମ୍ପର୍କୀୟ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଝିଅଙ୍କୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଗ୍ରାଧିକାର ମିଳିବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ବିଚାରପତି ଏସ୍. ଅବଦୁଲ ନଜିର ଓ କୃଷ୍ଣା ମୁରାରିଙ୍କୁ ନେଇ ଗଠିତ ପୀଠ । ହିନ୍ଦୁ ଉତ୍ତରାଧିକାର ଆଇନାନୁସାରେ ମହିଳା ବା ବିଧବାଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ଅଧିକାର ସମ୍ପର୍କିତ ମାଡ୍ରାସ ଉଚ୍ଚ ନ୍ୟାୟାଳୟଙ୍କ ଏକ ରାୟର ପ୍ରତିବାଦରେ ଆଗତ ମାମଲାର ଶୁଣାଣି କରି ପୀଠ ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ରାୟ ଶୁଣାଇଛନ୍ତି ।

ହିନ୍ଦୁ ପରିବାରର ପୁରୁଷ ମୁଖ୍ୟଙ୍କର ଯଦି କୌଣସି ଇଚ୍ଛାପତ୍ର ବିନା ମୃତ୍ୟୁ ଘଟେ ସେପରି କ୍ଷେତ୍ରରେ ତାଙ୍କ ସ୍ୱଅର୍ଜିତ ସମ୍ପତ୍ତି ବା ସେ ଉତ୍ତରାଧିକାର ସୂତ୍ରରେ କିମ୍ବା ଭାଗ ଆକାରରେ ପାଇଥିବା ପାରିବାରିକ ସମ୍ପତ୍ତି ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ଝିଅଙ୍କୁ ମିଳିପାରିବ । ମୃତକଙ୍କ ଭାଇଙ୍କ ପୁଅ ବା ଝିଅଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନିଜ ଝିଅଙ୍କୁ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଭିତ୍ତିରେ ଏହି ସମ୍ପତ୍ତି ଅଧିକାର ମିଳିବ । ବାପାଙ୍କ ସ୍ୱଅର୍ଜିତ ସମ୍ପତ୍ତି ଉପରେ ଅନ୍ୟ କେହି ଦାବିଦାର ନ ଥିଲେ ଝିଅଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଧିକାର ରହିଛି । କିନ୍ତୁ ବାପାଙ୍କ ଜୀବିତ ପୁତୁରା ଝିଆରୀଙ୍କର ନାହିଁ ବୋଲି ପୀଠ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି । ଏମିତି କି ପ୍ରଚଳିତ ହିନ୍ଦୁ ଉତ୍ତରାଧିକାର ଆଇନ ଏବଂ ବହୁବିଧ ବିଚାର ବିଭାଗୀୟ ରାୟ ଅନୁସାରେ ମୃତକଙ୍କ ବିଧବା ଓ ଝିଅଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ଅଧିକାରରୁ ବଞ୍ଚିତ କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଏକାବନ ପୃଷ୍ଠାର ରାୟରେ ବିଚାରପତି ମୁରାରି ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଜଣେ ବିଧବାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହେଲେ ସେ ଉତ୍ତରାଧିକାର ସୂତ୍ରରେ ବାପା କିମ୍ବା ମାଆଙ୍କ ଠାରୁ ପାଇଥିବା ସମ୍ପତ୍ତି ତାଙ୍କ ବାପାଙ୍କ ଉତ୍ତରାଧିକାରୀଙ୍କୁ ମିଳିବ । ବାପାଙ୍କର କଥିତ ସମ୍ପତ୍ତି ସ୍ୱଅର୍ଜିତ ହୋଇଥିବାରୁ ଝିଅ ଏହାକୁ ହାସଲ କରିପାରିବେ । ପରିବାରର ଅନ୍ୟ କେହି ଏହା ଉପରେ ଭାଗ ଦାବି କରିପାରିବେ ନାହିଁ ବୋଲି ପୀଠ କହିଛନ୍ତି ।

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

ଜେଏସଡବ୍ଲ୍ୟୁ ଭୂଷଣ ସ୍ଲରିପଣ୍ଡ ଭୁଶୁଡ଼ି ଗାଁକୁ ପଶିଲା ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁ

ସମ୍ବଲପୁର : ଠେଲକୋଲୋଇ ସ୍ଥିତ ଭୂଷଣ - ଜେଏସ୍‌ଡବ୍ଲ୍ୟୁ କାରଖାନାର ବର୍ଜ୍ୟ ତରଳ ଲୌହ ଜମା ହେଉଥିବା ପୋଖରୀ (ସ୍ଲରି ପଣ୍ଡ) ଭୁଶୁଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ବିରାଟ ଅଞ୍ଚଳକୁ ମାଡ଼ି ଯାଇଛି । କାରଖାନାର ପାଚେରୀ ଭାଙ୍ଗି ଏହା ପ୍ରାୟ ଅଧ କି.ମି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟାପି ଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଟ୍ରାକ୍ଟର, ଜେସିବି ପରି ଅନେକ ମେସିନ୍ ବି ଏଥିରେ ବୁଡ଼ିଯାଇଛି । ନିକଟରେ ଥିବା ବେଙ୍ଗିବେର୍ଣା ଗାଁ ପାଖକୁ ଏହି ବିଷାକ୍ତ ବର୍ଜ୍ୟ ବି ମାଡ଼ି ଯାଇଛି । ସେପଟେ, ଏଥିରେ ଜଣେ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀ ମଧ ନିଖୋଜ ଥିବା ନେଇ କଂପାନି ଏବଂ ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ତେବେ, ଏହି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ ଘଟଣାସ୍ଥଳକୁ ପୁଲିସ, ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସମେତ ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡ ଅଧିକାରୀ ଗସ୍ତ କରି ସ୍ଥିତିର ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କ ସହିତ ତ୍ରିପାକ୍ଷିକ ବୈଠକ କରି କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଆକଳନ ପରେ କଂପାନି କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତଙ୍କୁ କ୍ଷତିପୂରଣ ପ୍ରଦାନ କରିବ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରିଛି ।

ଘଟଣାସ୍ଥଳକୁ ସମ୍ବଲପୁର ଏଡିଏମ ଅଜାମ୍ବର ମହାନ୍ତି, ରେଙ୍ଗାଲି ତହସିଲଦାର ଦମୟନ୍ତୀ ସାହୁ, ଅତିରିକ୍ତ ଏସପି

ତପନ ମହାନ୍ତି, ଏସଡିପିଓ ପ୍ରଦୀପ ସାହୁ, ଠେଲକୋଲୋଇ ଥାନା ଅଧିକାରୀ ବିଦୁ ଭୂଷଣ ମିଶ୍ର, ରେଙ୍ଗାଲି ଥାନା ଅଧିକାରୀ ଧବଳେଶ୍ୱର ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଘଟଣା ସ୍ଥଳକୁ ଯାଇ ସ୍ଥିତିର ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଛନ୍ତି । ରେଙ୍ଗାଲି ଅଗ୍ନିଶମ ବିଭାଗ ମଧ ଘଟଣା ସ୍ଥଳକୁ ଯାଇ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିଛି ।

ସେପଟେ, ସ୍ଥିତିର ଅନୁଧ୍ୟାନ ପରେ ଗାଁରେ ପ୍ରଶାସନ, ଗ୍ରାମବାସୀ ଏବଂ କଂପାନି କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ତ୍ରିପାକ୍ଷିକ ବୈଠକ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ବ୍ୟାପିଥିବା ସ୍ଲରିକୁ ଦୁଇ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ କାଢିବାକୁ କଂପାନି ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛି । ଏହାଛଡା ଏଥିରେ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିବା ୭ ଜଣ ଚାଷୀଙ୍କ ସମେତ କୁକୁଡା ଫାର୍ମ ମାଲିକଙ୍କୁ କ୍ଷତିପୂରଣ କଂପାନି ପ୍ରଦାନ କରିବ ବୋଲି ସ୍ଥିର ହୋଇଛି । ଏହାଛଡ଼ା ରାଜସ୍ୱ, କୃଷି ଏବଂ ପଶୁ ସଂପଦ ବିଭାଗର ଆକଳନ ରିପୋର୍ଟ ଆଧାରରେ କ୍ଷତିପୂରଣ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ ବୋଲି ଆଲୋଚନାରେ ସ୍ଥିର ହୋଇଛି । ତେବେ, ଏହି ଘଟଣାର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଯେପରି ଭବିଷ୍ୟତରେ ନ ହୁଏ ସେନେଇ ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ କଂପାନିକୁ ଚେତାବନୀ ଦିଆଯାଇଛି । ସେହିପରି ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡର ଆଞ୍ଚଳିକ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ମଧ୍ୟ ଏହାର ତଦନ୍ତ କରି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଆଉ ଏହାର ସ୍ଥାୟୀ ପ୍ରତିକାର ନ ହେବା ଯାଏ ସ୍ଲରି ପଣ୍ଡ ବନ୍ଦ ରଖିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଥିବା ନେଇ ବୋର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ନିରଞ୍ଜନ ପୂଜାରୀ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବେ

ସମ୍ବଲପୁର : ଚଳିତ ବର୍ଷ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସରେ ସମ୍ବଲପୁରରେ ଆୟୋଜିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ

ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ ସମାରୋହରେ ଅର୍ଥ ଓ ଅବକାରୀମନ୍ତ୍ରୀ ନିରଞ୍ଜନ ପୂଜାରୀ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବେ । ସେହିପରି ବରଗଡ଼ରେ ବାଣିଜ୍ୟ ଓ ପରିବହନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପଦ୍ମନାଭ ବେହେରା, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁରରେ କୃଷି ମନ୍ତ୍ରୀ ଅରୁଣ ସାହୁ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ଶ୍ରମମନ୍ତ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂ, ନୂଆପଡ଼ାରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବକିଶୋର ଦାସ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବେ । ଦେବଗଡ଼ ଓ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ସେହି ଜିଲ୍ଲାର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମାନେ ସେଠାରେ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବାକୁ ଥିବାବେଳେ ରାଉରକେଲାରେ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ କମିଶନର ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳେଇ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିବେ ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେଲା ବୈଜାମୁଣ୍ଡାର ସମନ୍ୱିତ ଭିତ୍ତିଭୂମି କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ

ସମ୍ବଲପୁର: ମହାନଗର ନିଗମ ଅନ୍ତର୍ଗତ ବୈଜାମୁଣ୍ଡା ଗ୍ରାମରେ ୨୫ କୋଟି ୪୩ ଲକ୍ଷ ୬୨ ହଜାର ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟରେ ନିର୍ମିତ ସମନ୍ୱିତ ଭିତ୍ତିଭୂମି କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରାଯାଇଛି । ଏଣେ ତେଣେ ବୁଲି ନିରାଶ୍ରୟ ଜୀବନ ବିତାଉଥିବା ଅସହାୟ ଓ ଭିକାରୀଙ୍କୁ ଥଇଥାନ କରାଯିବା ସହ ସେମାନଙ୍କୁ ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ତାଲିମ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ନେଇ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ସମନ୍ୱିତ ଭତ୍ତିଭୂମି କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସର କଳ୍ପନା କରାଯାଇଛି । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ଉତ୍ସବରେ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ କମିଶନର ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳେଇ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସମ୍ବଲପୁର ଶ୍ରୀ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡା, ଏସପି ସମ୍ବଲପୁର ବି. ଗଙ୍ଗାଧର ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା ଓ ଭିନ୍ନକ୍ଷମ ସଶକ୍ତିକରଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସର୍ଭେ କରାଯାଇ ବସଷ୍ଟାଣ୍ଡ, ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ମନ୍ଦିର, ମଲ ଇତ୍ୟାଦି ବାହାରେ ବସୁଥିବା ଭିକାରୀଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇଥିଲା । ଉନ୍ନତ ମାନର ଖାଦ୍ୟପେୟ, ରହଣି, ମନୋରଞ୍ଜନ ଓ ଖେଳକୁଦ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସରଞ୍ଜାମ ଏବଂ ଦେହ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ଯୋଗ ଓ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଉପଲବ୍ଧ ରହିବ । ଭିକ୍ଷା ବୃତ୍ତି କରି ବଞ୍ଚୁଥିବା ଏବଂ ଭିନ୍ନକ୍ଷମ ଲୋକେ ବାଧ ହେଉଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସେମାନେ ଏଠାରେ ରହିପାରିବେ । ଉଦ୍ଧାର ହୋଇଥିବା ୪୭ ଜଣ ଭିକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଥଇଥାନ କରାଯାଇଛି ।

୫ ପଞ୍ଚାୟତରୁ କେହି ପ୍ରାର୍ଥୀ ହେଲେନି

ଦେବଗଡ : ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ତିଳେଇବଣି ବ୍ଲକର ପାରପୋଷି, ଗଣ୍ଡମ, ଝରାଗୋଗୁଆ, ଡିମିରିକୁଦା ଓ ଝାରମୁଣ୍ଡା ଆଦି ୫ଟି ପଞ୍ଚାୟତରୁ କେହି ଜଣେ ବି ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନରେ ଭାଗ ନେବାକୁ ଏଥର ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖିଲ କରିନାହାନ୍ତି । ସେ ଅଞ୍ଚଳରେ ମୋବାଇଲ୍ ସେବା ମିଳୁ ନ ଥିବାରୁ ଅସନ୍ତୋଷ ହୋଇ ସେମାନେ ଏହି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି । ମୋବାଇଲ୍ ନେଟ୍‌ୱାର୍କର ସ୍ଥାପନ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲୋକେ ଭୋଟ୍ ଦେବେ ନାହିଁ କି ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନରେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ହେବେ ନାହିଁ ବୋଲି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇ ଆନ୍ଦୋଳନ ଚଳାଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଶାସନ ସହିତ ଦୁଇ ଦୁଇ ଥର ଆଲୋଚନା ମଧ ବିଫଳ ହୋଇଛି । ମୋବାଇଲ ସେବା ଅପହଞ୍ଚ ଥିବା ଆଦିବାସୀ ପ୍ରବଣ ତିଳେଇବଣି ବ୍ଲକର ପାରପୋଷି, ଗଣ୍ଡମ, ଝରାଗୋଗୁଆ, ଡିମିରିକୁଦା ଓ ଝାରମୁଣ୍ଡା ପଞ୍ଚାୟତର ଜନସାଧାରଣ ମୋବାଇଲ ସେବା ଯୋଗାଇବା ନିମନ୍ତେ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ହେଲା ଦାବି କରି ଆସୁଛନ୍ତି । ମାତ୍ର ଦାବି ପୂରଣ ହେଉ ନ ଥିବାରୁ ଉପରୋକ୍ତ ୫ଟି ପଞ୍ଚାୟତର ଜନସାଧାରଣ ଭୋଟ ବର୍ଜନ ପାଇଁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି । ଏହି କ୍ରମରେ ଉକ୍ତ ୫ଟି ପଞ୍ଚାୟତର ଜନସାଧାରଣ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖିଲ ନ କରିବା ପାଇଁ ଡାକବାଜି ଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । କଥା ନ ମାନିଲେ ପଞ୍ଚାୟତ ବିରୋଧୀ ଆଖ୍ୟା ଦିଆଯିବ ବୋଲି ଚେତାବନୀ ଦେଇଥିଲେ । ଏହା ଫଳରେ ଭୟରେ ହେଉ କି ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ହେଉ ୫ଟି ପଞ୍ଚାୟତରେ କେହି ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖିଲ କରିନାହାନ୍ତି । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ବ୍ରଜବନ୍ଧୁ ଭୋଇ, ଦେବଗଡ଼ ଆଦର୍ଶ ଥାନା ଅଧିକାରୀ ସୁରେନ୍ଦ୍ର ନାୟକ, ଜିଲ୍ଲା ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ସଂସ୍ଥାର ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଲୁକାସ ପ୍ରଧାନ, ତିଳେଇବଣି ବ୍ଲକର ବିଡିଓ କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ଦଳପତି ଓ ଦେବଗଡ଼ ତହସିଲଦାର ପଲ୍ଲବୀ ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଅଞ୍ଚଳକୁ ଯାଇ ଆନ୍ଦୋଳନକାରୀଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ ହେଁ କୌଣସି ସୁଫଳ ମିଳିନି । ଆନ୍ଦୋଳନ ନ କରି ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସହଯୋଗ କରିବାକୁ ବୁଝାଇଥିଲେ । ସମ୍ପୃକ୍ତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଏକାଧିକ ମୋବାଇଲ ଟାୱାର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଚାଲିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଏନ୍‌ଓସି ଦେଇଥିବା କହିଥିଲେ । ମାତ୍ର ଆନ୍ଦୋଳନକାରୀ ଜିଦ୍‌ରେ ଅଟଳ ରହିଛନ୍ତି । ମୋବଇଲ ଟାୱାର ନିର୍ମାଣ କାମ ଆରମ୍ଭ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନେ ଆନ୍ଦୋଳନରୁ ଓହରିବେ ନାହିଁ ବୋଲି ରୋକ୍ ଠୋକ୍ କହିଛନ୍ତି ।

ରାଜ୍ୟରେ ଦାଖଲ ହେଲା ୨,୨୯,୦୬୨ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ସାରା ରାଜ୍ୟରେ ତ୍ରି-ସ୍ତରୀୟ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ-୨୦୨୨ର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ସାରିଛି । ଏହି ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପର୍ବର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ ନାମାଙ୍କନ ଶୁକ୍ରବାର ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି । ଗତ ୧୭ରୁ ୨୧ ତାରିଖ ମଧରେ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୧,୬୨,୨୯୭, ସରପଞ୍ଚ ପାଇଁ ୩୪,୬୧୩, ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ସଭ୍ୟ ପାଇଁ ୨୮,୧୫୩ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ପାଇଁ ୩୯୯୯ଟି ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ ହୋଇଛି । ଏହି ପରି ଭାବେ ମୋଟ ୨,୨୯,୦୬୨ଟି ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲର ଶେଷ ଦିନରେ ୧୨,୫୧୨ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ପାଇଁ ୨୧୯୧ଟି ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ ହୋଇଛି । ଏହିପରି ଭାବେ ଶୁକ୍ରବାର ମୋଟ ୯୪,୬୦୫ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ଦାଖଲ କରାଯାଇଛି ।

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