ସାପ୍ତାହିକ

ସ୍ୱୀକାର

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

The Sweekar स्वीकार

www.sweekarweekly.com

ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ⁄ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା

RNI No. 66443/94

Vol.26 | Issue - 43 | 23 - 29 October 2022 | Sambalpur | Page- 8 | Invitation Price Rs.10

ବହୁ ପ୍ରତୀକ୍ଷିତ ସମ୍ବଲପୁର ଫ୍ଲାଏଓଭର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଦୀର୍ଘ ୮ ବର୍ଷ ପରେ ସମ୍ବଲପୁରର ବହୁ ପ୍ରତୀକ୍ଷିତ ଫ୍ଲାଏଓଭର ବିରୋଧୀ ଦଳ ନେତା ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, ପୂର୍ତ୍ତ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ମଲ୍ଲିକ, ସାଂସଦ ନିତେଶ ଗଙ୍ଗଦେବ ଏବଂ ରେଙ୍ଗାଲି ବିଧାୟକ ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିରୋଧୀ ଦଳ ନେତା ତଥା ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଜୟନାରାୟଣ ମିଶ୍ର ଫିତା କାଟି ଏହାକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିବା ବେଳେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ମଲ୍ଲିକ ଫଳକକୁ ଲୋକାର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ବିଜେଡିର ସମ୍ବଲପୁର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ନଳିନୀକାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ, ଆରଡିସି ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳେଇ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅନନ୍ୟା ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ୧୮୮୦ ମିଟର ଲମ୍ବ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ସେତୁ ଗତ ୨୦୧୩ ମସିହାରେ ଘୋଷଣା ହୋଇ ଅର୍ଥ ବିଭାଗର ମଞ୍ଜୁରୀ ପାଇଥିଲା । ଆଉ ୨୦୧୪ରେ ଏହାର ଶିଳାନ୍ୟାସ ହୋଇ କାମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ତେବେ, ଜମି ଅଧିଗ୍ରହଣରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ପାଇଁ ଏହାର ନିର୍ମାଣରେ ଅହେତୁକ ବିଳମ୍ବ ହୋଇଥିଲା । ଏପରିକି ଏହାର ମୂଳ ବ୍ୟୟ ଅଟକଳ ମଧ୍ୟ ଅନେକ ଗୁଣରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ସହିତ କାମ ଶେଷ ପାଇଁ ୪ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଥର ମିଆଦ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥିଲା । ଆଉ ବର୍ଷକ ପରେ ଏହାର ନିର୍ମାଣ ଶେଷ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ସର୍ଭିସ୍ ରୋଡ୍ ପାଇଁ ଏହାର ଉଦଘାଟନ ଅଟକି ରହିଥିଲା । ତେବେ, କିଛି ମାସ ହେଲା ସର୍ଭିସ୍ ରୋଡ ପାଇଁ ଜମି ଅଡୁଆ ତୁଟାଇବାକୁ ପ୍ରଶାସନ ତତ୍ପରତା ଦେଖାଇଥିଲା । ଆଉ ଇତିମଧ୍ୟରେ ଉଭୟ ପଟରେ ସର୍ଭିସ୍ ରୋଡ ନିର୍ମାଣ ଶେଷ ହେବା ପରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ସମ୍ବଲପୁରବାସୀଙ୍କ ପାଇଁ ଉତ୍ସର୍ଗ କରାଯାଇଛି ।

ଭିସୁଟ୍ ଛାତ୍ରଙ୍କ ଟିମ୍‌କୁ ଡିଆରଡିଓ ପୁରସ୍କାର

ବୁର୍ଲା : ଭିସୁଟ୍ ଛାତ୍ର ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ମହାନ୍ତି ଓ ଟିମ୍ ସମ୍ମାନଜନକ 'ଡିଆର୍‌ଡିଓ ଡେୟାର୍ ଟୁ ଡ୍ରିମ୍ ୩.୦ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ

ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ଇଣ୍ଟିଗ୍ରେଟେଡ୍ ସେନ୍ସର ମଡ୍ୟୁଲ୍ ମାନବ ବିହୀନ ଯାନ ବ୍ୟବହାର କରି ଆଣବିକ, ରସାୟନିକ, ଜୈବିକ ବିସ୍ଫୋରକ ଠାବ କରିବା ସଂପର୍କିତ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରକଳ୍ପ ଏହି ପୁରସ୍କାର ଜିତିଥିଲା । ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକାଲ୍ ଓ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ (ଇଇଇ) ବିଭାଗ ବିଟେକ୍ ଶେଷ ବର୍ଷ ଛାତ୍ର ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଅନ୍ୟ ୫ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ମିଶି ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । ପ୍ରତିରକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜନାଥ ସିଂହ ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ଏପିଜେ ଅବଦୁଲ କଲାମଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜଣାଇ ଭାରତୀୟ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ଗବେଷଣା ଓ ଉନ୍ନୟନ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ (ଡିଆର୍‌ଡିଓ) ଆୟୋଜିତ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଉପଲବ୍ଧି ପାଇଁ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ବଂଶୀଧର ମାଝୀ ଓ ଅନ୍ୟ ଅଧ୍ୟାପକ, ଅଧ୍ୟାପିକାମାନେ ସଂପୃକ୍ତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

ଅର୍ପିତା ଦାଶ ହିନ୍ଦୁସ୍ଥାନୀ ଭୋକେଲ ସଙ୍ଗୀତରେ ପ୍ରଥମ

ବରଗଡ଼ : ଟୁକର୍ଲା ବିଜ୍ଞାନ କେନ୍ଦ୍ର ଠାରେ ଆୟୋଜିତ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ କଳା ଉତ୍ସବ ଉଦ୍‌ଯାପିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହିନ୍ଦୁସ୍ତାନୀ ଭୋକାଲ ମ୍ୟୁଜିକ ବାଳିକା ବିଭାଗ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ବିକାଶ ସ୍କୁଲର ଛାତ୍ରୀ କୁମାରୀ ଅର୍ପିତା ଦାଶ ପ୍ରଥମ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେ ଜୋନାଲ

ସ୍ତରୀୟ କଳା ଉତ୍ସବରେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିବେ । ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଜ୍ୟୋତିକାନ୍ତ ସାହୁଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ପୁରସ୍କାର ବିତରଣୀ ଉତ୍ସବରେ ନାଟ୍ୟଗୁରୁ ଶଙ୍କର ପଟ୍ଟନାୟକ, ଡକ୍ଟର ତପସ୍ୱିନୀ ଗୁରୁ, ନୃତ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଗାନ୍ଧୀ ବାରିକ, ଗୋପାଳ ମିଶ୍ର, ସୁରଥ କୁଅଁର, ଅନିରୁଦ୍ଧ ପାଇକ ଓ ଅମୂଲ୍ୟ ଭୋଇ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ପୁରସ୍କାର ବଣ୍ଟନ କରିଥିଲେ । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ସୁଶ୍ରୀ ଦାଶ କିଛିଦିନ ପୂର୍ବରୁ ବୁର୍ଲା ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏନ.ସି.ସି. ଶିବିରରେ ମଧ୍ୟ ସଂଗୀତ ପରିବେଷଣ କରି ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ କ୍ୟାଡେଟ ଭାବେ ବିବେଚିତ ହୋଇଥିଲେ ।

ଏଣିକି ଅନଲାଇନରେ ମିଳିବ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଶାଢ଼ୀ ଓ ବସ୍ତ୍ର

ବୁର୍ଲା : ନିଜର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିଚୟ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିବା ସମ୍ବଲପୁରର ବାନ୍ଧକଳା ବିଶ୍ୱ ଦରବାରରେ ପହଞ୍ଚିବ । ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରର ସ୍ୱାତ୍ୟନ୍ତ୍ରତା ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଏଣିକି ଅନଲଇନରେ କାରବାର ହେବ । ସମ୍ବଲପୁର ଆଇଆଇଏମ୍ ପକ୍ଷରୁ ଏପରି ଏକ ଅଭିନବ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯିବା ସହ ସିଡ଼ିବିଆଇ ଓ ଫ୍ଲିପ୍‌କାର୍ଟ ସହିତ ଏମଓୟୁ ସ୍ୱାକ୍ଷର ହୋଇଛି । ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉତ୍ସବରେ ଆଇଆଇଏମ୍‌ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ମହାଦେଓ ଜୟସ୍ୱାଲ ସିଡ଼ିବିଆଇର ମୁଖ୍ୟ ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ଶୁଭ୍ରାଂଶୁ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଫ୍ଲିପକାର୍ଟ ଗ୍ରୁପର ପୂର୍ବାଞ୍ଚଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କ ସହିତ ଏମଓୟୁ ସ୍ୱାକ୍ଷର କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅନନ୍ୟା ଦାସ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ ଅନଲାଇନ ପ୍ଲାଟଫର୍ମର ଯଥେଷ୍ଟ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଘରୋଇ ବଜାର ସହିତ ବିଶ୍ୱ ବଜାରର ଚାହିଦାକୁ ମଧ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବୁଣାକାର ଭାଇମାନେ ବଜାରର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ମଧ୍ୟ ବୁଝିବା ଦରକାର । ଆଜିକାଲି ବୁଣାକାର ପରିବାରର ନୂଆ ପୀଢ଼ି ବାନ୍ଧକଳା ଶିକ୍ଷା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରୁନାହାନ୍ତି ବୋଲି ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ଦାସ କହିଥିଲେ । ଅନ୍ୟତମ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୋନୀଷା ବାନାର୍ଜୀ କହିଥିଲେ ଯେ ୨୦/୩୦ ବର୍ଷ ତଳେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରର ଉତ୍ପାଦନ ବିଶେଷ ନ ଥିଲା । ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୭ ହଜାର ବୁଣାକାର ପରିବାର ଅଛନ୍ତି । ଏବେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଶାଢ଼ୀ ଓ ବସ୍ତ୍ରର ଚାହିଦା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଆଇଆଇଏମର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶ୍ରୀ ଜୟସ୍ୱାଲ କହିଥିଲେ ଯେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ର ବିଦେଶରେ

ଲୋକପ୍ରିୟ ହେବା ଦରକାର । ସେଥିପାଇଁ ଆଇଆଇଏମ୍ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ଜାତୀୟ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ତିଆରି କରିବାରେ ଏହି ପ୍ରୟାସ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଛି । ଆମ ଦେଶର ଟ୍ୟାଲେଣ୍ଟ କଣ ତାହା ବିଶ୍ୱ ଦେଖିବ । ବୁଣାକାରଙ୍କ ଉତଥାନ ସହ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବ୍ରାଣ୍ଡ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଯେପରି ହେବ ସେ ଦିଗରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହଯୋଗ କାମନା କରିଥିଲେ । ଜାତୀୟ ଖ୍ୟାତି ପ୍ରାପ୍ତ ବୁଣାକାର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ମେହେର ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଇ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବାନ୍ଧକଳା ହାତ ତିଆରି ପାଇଁ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଅଟେ । ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଏହାର ପ୍ରଚାର ଓ ପ୍ରସାର ହେବା ଦରକାର । ଅନ୍ୟତମ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ବୁଣାକାର ରାମକୃଷ୍ଣ ମେହେର କହିଥିଲେ ଯେ ହସ୍ତତନ୍ତରେ ବୁଣାକାରଙ୍କର ଏକ ଭାବଗତ ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି । ସେଥିରେ ଆମର କଳା, ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରମ୍ପରା ଜଡ଼ିତ ରହିଛି । ବୁଣାକାରମାନଙ୍କୁ ନେଇ କର୍ମଶାଳା କରାଗଲେ ସେମାନେ ବୈଷୟିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ଶିଖିପାରିବେ । ପ୍ରଫେସର ପୁନମ କୁମାର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଧାର୍ଯ୍ୟ ସମୟରେ ସରିବ କୁଚିଣ୍ଡା ଷ୍ଟାଡିୟମ୍‌ର ନିର୍ମାଣ କାମ : ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅନନ୍ୟା ଦାସ

ସମ୍ବଲପୁର : ଗତ ୨୧ ତାରିଖ ଦିନ ଆଭାସି ମାଧ୍ୟମରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିଥିବା କୁଚିଣ୍ଡାର ମୁକୁନ୍ଦି ଷ୍ଟେଡିୟମର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସମୟ ସୀମା ମଧ୍ୟରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କରାଯିବ ବୋଲି ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅନନ୍ୟା ଦାସ କହିଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲାପାଳ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ୧ କୋଟି ୩୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପକୁ ଜଣେ କ୍ରୀଡ଼ାକୁ ଭଲ ପାଉଥିବା ସ୍ଥାନୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଜମିରେ ଏହାର ନିର୍ମାଣ କରାଯାଉଛି । ଷ୍ଟାଡିୟମ ନିର୍ମାଣ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଅଞ୍ଚଳରେ କ୍ରୀଡ଼ା ବିକାଶ ହୋଇ ପାରିବ ।

ଏଥିରୁ ସମସ୍ତେ ଲାଭ ପାଇବେ ଓ କ୍ରୀଡ଼ାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ମିଳିବ ବୋଲି ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅନନ୍ୟା ଦାସ କହିଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ସହିତ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ ସହାୟତାରେ ଜିଲ୍ଲାରେ ଅନେକ ଉନ୍ନୟନ ପ୍ରକଳ୍ପ ହାତକୁ ନିଆଯାଇଛି । ସେଥି ମଧ୍ୟରୁ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ଅନ୍ୟତମ । ଏହି ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ଶେଷ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ଏହା ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ସହିତ ସହରବାସୀଙ୍କର ମଧ୍ୟ କାମରେ ଆସିପାରିବ । ସେହିଭଳି ଜିଲ୍ଲାର ବିକାଶ ପାଇଁ ଆହୁରି ଅନେକ ପ୍ରକଳ୍ପ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଆଯାଇଛି । ବିକାଶ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଚାଲିଥିବା ଅନେକ ପ୍ରକଳ୍ପ ଉଦଘାଟିତ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଆଜୀବିକା ଯୋଜନା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ବିଭିନ୍ନ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ । ସେହିପରି ସମ୍ବଲପୁର ସହରରେ ନୂତନ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ କମିଶନର୍ସ କଲୋନୀ ନିକଟରେ ଜାଗା ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇ ପ୍ରାୟ ୧୮ କୋଟି ଟଙ୍କାର ଡିପିଆର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଛି । ତେବେ ପୂର୍ବରୁ ଏଥିପାଇଁ ଚିହ୍ନଟ ଏସଡିଏ ମାର୍କେଟ ନିକଟସ୍ଥ ଜମିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ବାବଦରେ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯିବ ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ । ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ କୁଚିଣ୍ଡା ଓ ରେଢ଼ାଖୋଲ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମଧ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ଦେଶୀ ସ୍ନାକ୍ସ ମଖାନା

ଅଦାର କ୍ଷମତା

ଚା'ପତିର ସଦୁପଯୋଗ କରନ୍ତୁ

ଗ୍ରୀନ ଟି ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା କମାଏ

ଔଷଧୀୟ ପିଆଜ ଶଣ୍ଢା

ଗୁଡ଼ର ଉପକାରିତା

ଉଦ୍‌ଘାଟନ ପୂର୍ବରୁ ସରକାରୀ କୋଠା ଧୂଳିସାତ୍

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ପାଇଁ ଓଟିଡିସି ପକ୍ଷରୁ ସରକାରୀ ଅର୍ଥରେ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବା ପାନ୍ଥନିବାସ ଉଦ୍‌ଘାଟନର ସୌଭାଗ୍ୟ ପାଇଲା ନାହିଁ । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ସହର ଓ ଏମପି ଅଞ୍ଚଳର ଜେଲଖାନା ନିକଟରେ ୨୦୧୬ରୁ ନିର୍ମାଣ କାମ ଶେଷ ହୋଇ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଅପେକ୍ଷାରେ ଥିବା ଏହି କୋଠା ଏବେ ମାଟିରେ ମିଶି ସାରିଛି । ବର୍ଷକ ପୂର୍ବରୁ ଯେଉଁଠି ସୁନ୍ଦର ନବନିର୍ମିତ ସୁବିଧା କେନ୍ଦ୍ରର କୋଠା ଥିଲା ଏବେ ସେଠି ଏକ ବେସରକାରୀ ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ ତାରକା ହୋଟେଲ ନିର୍ମାଣ ସକାଶେ ଗଭୀର ନିହଁ ଖୋଳିବା କାମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଛି । ସରକାରୀ କାଗଜପତ୍ର ଅନୁସାରେ କୋଠାକୁ ବିକଶିତ କରି ଉନ୍ନତମାନର ସ୍ୱଳ୍ପାବଧି ରହଣୀ ଆବାସ କରିବାକୁ ଏକ ବଡ଼ ହୋଟେଲ ଗ୍ରୁପକୁ ଲିଜ୍‌ରେ ଦିଆଯାଇଥିବା କୁହାଯାଉଥିଲେ ହେଁ ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ କୋଠାର ଚିହ୍ନବର୍ଣ୍ଣ କେବେଠୁ ଲିଭିଗଲାଣି । ଏଥିରୁ ସରକାରୀ ତହବିଲରୁ ଜନତାଙ୍କ କଷ୍ଟଲବ୍ଧ ଅର୍ଥ କିଭଳି ମାଟିରେ ମିଶେ ତାହାର ପ୍ରକୃଷ୍ଟ ଉଦାହରଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ।

ସୂଚନାନୁସାରେ ଓଡ଼ିଶା ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଉନ୍ନୟନ ନିଗମ (ଓଟିଡିସି) ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରାୟ ୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଆସୁଥିବା ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ସୁବିଧା କେନ୍ଦ୍ର ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିଲା । ୨୦୧୫ ମସିହାରେ ଅଢ଼େଇ ଏକର ପରିମିତ ଜମିରେ ଏହି କୋଠା ନିର୍ମାଣ କରାଯିବା ସହ ପରି ପାର୍ଶ୍ୱରେ ସବୁଜିମା ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକରଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଓଟିଡିସିର ଯାନ୍ତ୍ରିକ ବିଭାଗ ଅଧୀନରେ ହୋଇଥିବା ଏହି ନିର୍ମାଣ କାମ ୨୦୧୬ ଡିସେମ୍ବରରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ କରୋନା କାଳ ଯାଏ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ହୋଇ ପାରି ନ ଥିଲା । କରୋନା କାଳରେ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଏହି କୋଠା କୁ ସଙ୍ଗରୋଧ କେନ୍ଦ୍ର ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥିଲା । ତା ପରେ ପୁଣି ଭୂତବଙ୍ଗଳା ଭଳି ପଡ଼ିରହିଲା ଉକ୍ତ କୋଠା । ହେଲେ ଏବେ ୨୦୨୨ ଅକ୍ଟୋବର ମାସରେ ଦେଖିବା ବେଳକୁ କୋଠାର ଚିହ୍ନବର୍ଣ୍ଣ ନାହିଁ । ଯେଉଁଠାରେ କୋଠା ଥିଲା ଏବେ ସେଠାରେ ନିହ ଖୋଲା ଯାଇଥିବା ବେଳେ ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାରରେ ବିଶାଳକାୟ ତୋରଣ ନିର୍ମାଣ କାମ ଜାରି ରହିଛି । ତା ଛଡ଼ା ଉକ୍ତ ଜମିର ଅପରପାର୍ଶ୍ୱରେ ଏକ କୋଠାର ୧୦ରୁ ୧୨ ଫୁଟ ନିର୍ମାଣ ସରିଲାଣି ।

ଖବର ନେବାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ, ଜେଲଖାନା ନିକଟ ଓ ପ୍ରସ୍ତାବିତ କର୍କଟ ଚିକିତ୍ସାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଏକ ତାରକା ହୋଟେଲ ଗ୍ରୁପକୁ ଓଟିଡିସିର ଉକ୍ତ କୋଠାର ଜମିକୁ ମିଶାଇ ୫ଏକର ଜମି ଲିଜ୍‌ରେ ଦିଆଯାଇଛି । ଏଥି ସକାଶେ ୧ କୋଟି ଟଙ୍କା ସିକ୍ୟୁରିଟି ଜମା ଓ ବାର୍ଷିକ ଏହାର ୧୦ ପ୍ରତିଶତ ଅର୍ଥାତ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଭଡ଼ା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇଛି । ହୋଟେଲ ମାଲିକ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଲାଗୁନ୍ ନିର୍ମାଣ କରିବେ ବୋଲି ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ କମିଶନରଙ୍କ ଦେବଗଡ଼ ଗସ୍ତ

ଦେବଗଡ : ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରାଜସ୍ୱ କମିଶନର ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳାଇ ଦେବଗଡ ଜିଲ୍ଲା ଗସ୍ତରେ ଆସି ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନ ମୂଳକ ଯୋଜନାର ସମୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି । ବିଶେଷତଃ ଜିଲ୍ଲାରେ ସମସ୍ତ ସରକାରୀ ଯୋଜନା ଗୁଡିକର ସଫଳ ରୂପାୟନ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରିବାସହ ଧାର୍ଯ୍ୟ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାରେ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗକୁ ଆସୁଥିବା ଜନସମସ୍ୟାର ଆଶୁ ସମାଧାନ ପାଇଁ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସକଙ୍କ ସହ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରି ତ୍ୱରିତ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାରେ ଚାଲିଥିବା ଧାନ କିଣାର ଅଗ୍ରଗତି ଓ ଚାଷୀଙ୍କୁ କ୍ଷତିପୂରଣ ସହ ରାଜସ୍ୱ ଆଦାୟ ସମ୍ପର୍କରେ ତର୍ଜମା କରିବାସହ ଧାର୍ଯ୍ୟ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୁରଣ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ବୈଠକରେ ଏଡିଏମ୍ ରେବିକା ବିଲୁଙ୍ଗ, ଏପିଡି ଡିଆରଡିଏ ବିଶ୍ୱରଞ୍ଜନ ମଲ୍ଲିକ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ବ୍ରଜବନ୍ଧୁ ଭୋଇ, ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷାଧିକାରୀ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ବେହେରା, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାକାରିଣୀ ଡାକ୍ତର ସାଧନା ଦାଶ, ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ରୋମିଓ ମହାପାତ୍ର ଓ ଜିଲ୍ଲା ଶ୍ରମ କମିଶନର୍ ପ୍ରସନ୍ନ ସିଂଙ୍କ ସହ ସହକାରୀ ଜିଲ୍ଲାପାଳ କୈବଲ୍ୟ କିଶୋର କର, ଜିଲ୍ଲା ଜରୁରୀକାଳୀନ ଅଧିକାରୀ ସୁଶାନ୍ତ ନାୟକ, ଜିଲ୍ଲା ବେସାମରିକ ଯୋଗାଣ ଅଧିକାରୀ ରଞ୍ଜନ ପଣ୍ଡା ଓ ବିଭିନ୍ନ ଲାଇନ୍ ବିଭାଗର ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀ ମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ୟୁନିୟନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ହିନ୍ଦୀ ପକ୍ଷ ସମାରୋହ

ସମ୍ବଲପୁର : ୟୁନିୟନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ, ସମ୍ବଲପୁର କ୍ଷେତ୍ରୀୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ହିନ୍ଦୀ ପକ୍ଷ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବ୍ୟାଙ୍କର ସମ୍ବଲପୁର କ୍ଷେତ୍ରର କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ପଙ୍କଜ କୁମାର କାପସିମେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ହିନ୍ଦୀ ପକ୍ଷ ସମାପନ ଓ ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ ସମାରୋହ କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଶ୍ରୀ କାପସିମେ ଓ ଉପ- କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ହରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ଜେନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ହିନ୍ଦୀ ଭାଷାର ମହତ୍ୱ ଏବଂ ଭାରତର ଜନସଂପର୍କକୁ ଯୋଡି ରଖିବାରେ ଏହାର ଭୂମିକା ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ କାପସିମେ ବ୍ୟାଙ୍କର ଏକ ଋଣ ଯୋଜନା 'ନାରୀ ଶକ୍ତି ଯୋଜନା' ଉପରେ ସନ୍ଦର୍ଭ ସାହିତ୍ୟର ଉନ୍ମୋଚନ କରିଥିଲେ । ବ୍ୟାଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ସମାରୋହରେ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିବା ସ୍ମୃତି ଶକ୍ତି, ଗୀତ, କଲିଗ୍ରାଫି, ରଙ୍ଗୋଲି, ନିବନ୍ଧ, ଲେଖନ ଆଦି ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ବିଜେତାମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ହିନ୍ଦୀରେ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିବା ନିମନ୍ତେ ୪ଟି ଶାଖା ଓ ୫ ଜଣ ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ଏକ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ବି ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ରାଜଭାଷା ପ୍ରଭାରୀ ରୋହିତ ସା' କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା ଓ ବ୍ୟାଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରବନ୍ଧକ ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ପ୍ରେମ ହିଁ ପରମେଶ୍ୱର

ଅନୁଭବୀ ଲୋକେ କହିଛନ୍ତି – 'ପ୍ରେମ ହିଁ ପରମେଶ୍ୱର' । ପ୍ରେମ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଯେଉଁଠି ଶୂନ୍ୟ ହୋଇଯାଏ, ସେଠାରେ ପରମାତ୍ମା ପ୍ରକଟ ହୁଅନ୍ତି । ନିଜର ଅନନ୍ତ ଅନନ୍ତ ରୂପରେ ତାଙ୍କର ବାସ୍ତବତା ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଯେଉଁଠି ନିଜକୁ ହଜାଇ ଦେଉ, ସେଠାରେ ତାଙ୍କର ବୀଣା ବାଜି ଉଠେ । ତାଙ୍କର ଅନନ୍ତ ସ୍ୱର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ଘେରିନିଏ । ଏହା ଏପରି ବିଲକ୍ଷଣ ଅନୁଭୂତି, ଯାହାକୁ କହିବା ପାଇଁ ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ରହେ ନାହିଁ । ପ୍ରେମକୁ ଜାଣିବା ବ୍ୟକ୍ତି ତାହାକୁ ଜାଣିବାରେ ହଜିଯାଏ, ସେଥିରେ ଗୋଳି ହୋଇଯାଏ, ଭାସିଯାଏ । କହିବା ପାଇଁ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ପ୍ରେମ ଏଭଳି ଏକ ପେଣ୍ଡୁ, ଯାହାକୁ ଯେତେ ଜୋର୍‌ରେ ଫିଙ୍ଗାଯିବ ତାହା ସେତେ ଜୋର୍‌ରେ ଫେରି ଆମ ଆଡ଼କୁ ଆସିବ ।

ଯଦି ଆମେ କାହାକୁ ସଚ୍ଚା ହୃଦୟରେ ସ୍ମରଣ କରିବା ତେବେ ତା' ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ତରଙ୍ଗ ପହଞ୍ଚିବ । ଏହିପରି ଯାହାକୁ ସ୍ମରଣ କରାଯିବ, ସେ ଆମ ପାଖକୁ ଧାଇଁ ଆସିବ । ଏହାର ନାମ ପ୍ରେମ । ପ୍ରେମର ଅନ୍ୟ ନାମ ଭକ୍ତି । ଏହା ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବିଶେଷତା, ଯାହା ଯେତିକି ମାତ୍ରାରେ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ ତାକୁ ସେତିକି ସ୍ନେହରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ସମ୍ପନ୍ନ କରି ରଖିବ । ଆନନ୍ଦର ଅନ୍ୱେଷଣରେ ଆମେ ଏଣେତେଣେ ଭ୍ରମିତ ହୋଇଥାଉ । ଆମେ ଖାଦ୍ୟପେୟ ଓ ଭୋଗର ସାମଗ୍ରୀ ଗୁଡ଼ିକୁ ଆନନ୍ଦ ବୋଲି ବୁଝୁ । ଏହା ଆନନ୍ଦ ନୁହେଁ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜନିତ ସଂବେଦନା ଅଟେ । ମନୁଷ୍ୟର ଜିଭର ସ୍ୱାଦ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ରହେ ।

ଆନନ୍ଦ କ'ଣ ? ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟଶାଳାର ଭାଷାରେ ଏହାକୁ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଆନନ୍ଦ ମନୁଷ୍ୟ ଭିତରେ ହିଁ ଅଛି ଏବଂ ଏହାକୁ ଲୋକେ ଭଗବାନ ମାନନ୍ତି । ସେଥିରେ ଭଗବାନଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ଦେଖାଯାଏ । ତାହା ଆନନ୍ଦ ଅଟେ, ପରମାତ୍ମା ତ କେବଳ ଅନୁଭବ କରିବାର ଜିନିଷ ।

ଖୁଦା ହମକୋ ଐସୀ ଖୁଦାଈ ନ ଦେ, କି ଅପନେ ସିୱା କୁଛ ଦିଖାଈ ନ ଦେ

ଖୁଦା ଐସେ ଏହସାସ କା ନାମ ହୈ, ରହେ ସାମନେ ଔର ଦିଖାଈ ନ ଦେ ।

ଏହି ପଙ୍‌କ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ମାଧ୍ୟମରେ ମୁନ୍‌ସୀ ପ୍ରେମଚନ୍ଦ ଲେଖିଛନ୍ତି କି ଯେଉଁ ବସ୍ତୁ ଆନନ୍ଦ ଦେଇ ପାରିବ ନାହିଁ, ତାହା ସୁନ୍ଦର ହୋଇ ନ ପାରେ । ତାହା ସତ୍ୟ ମଧ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଆନନ୍ଦ କ'ଣ ? ସତ୍ୟ କ'ଣ ? ସୁନ୍ଦର କ'ଣ ?

ଏହାର ଉତ୍ତର ହେଉଛି ଯେ ସୁନ୍ଦର ତାହା, ଯାହା ଶାଶ୍ୱତ, ନିତ୍ୟ । ଠିକ୍ ସେହିପରି, ଯେପରି ପ୍ରେମ ଅଜର-ଅମର । ପ୍ରେମର ଆଧାରରେ ଆମେ ସ୍ୱୟଂକୁ ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସୁଧାରି ପାରିବା । ପ୍ରହ୍ଲାଦ ନିଜ ପିତାଙ୍କୁ ବହୁତ ପ୍ରେମ କରୁଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ସେ ନିଜ ପିତାଙ୍କର ଅନୁଚିତ ଆଦେଶ ସ୍ୱୀକାର କଲେ ନାହିଁ । ପ୍ରେମ କରି କରି ତାଙ୍କର ଆଦେଶ ପାଳନ କରିବା ଛାଡ଼ିଦେଲେ । ଆମେ ମଧ ଏହିପରି କାହା ପ୍ରତି ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକଟ କରି ପାରିବା । ଏହା ତାକୁ ଠିକ୍ ରାସ୍ତାରେ ଆଣିବାର ଉପଯୁକ୍ତ ଢଙ୍ଗ । ସର୍ତ୍ତ ହେଉଛି ଯେ ଆମର ପ୍ରେମ ତାହାର ଆଧାର ହେଉ ।

ଏହିପରି ଆମର ଆନନ୍ଦ, ଶାନ୍ତି, ସମ୍ପନ୍ନତା, ଗୌରବ, ଗରିମାରେ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ କେଉଁ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରେ ଦେଖୁଛେ, ଏହା ଆମ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଯଦି ଆମେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆପଣାର ମାନୁଛେ ତେବେ ସମସ୍ତେ ଆମକୁ ଆପଣାର ଦେଖାଯାନ୍ତି । ଆମକୁ ଚାରିଆଡ଼େ ଆପଣାତ୍ୱ ବିଛେଇ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବାର ଦେଖାଯାଏ । ପ୍ରେମ ପାଷାଣର ଘରଗୁଡ଼ିକରେ ନୁହେଁ, ବରଂ ମାନବ ମନର ମନ୍ଦିରରେ ନିବାସ କରେ । ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରେମ ହିଁ ପରଲୋକର ପରମାତ୍ମା । ପ୍ରେମ ହିଁ ଶକ୍ତି, ଭକ୍ତି ଓ ମୁକ୍ତିର ପରମ ସାଧନ । ଏଣୁ ପ୍ରେମର ପବିତ୍ର ଭାବନାକୁ ସ୍ୱପ୍ନରେ ବି ଆମେ ନିଜ ଠାରୁ ଅଲଗା ହେବାକୁ ଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

ପ୍ରେମ ପରମାନନ୍ଦ ଅଟେ, ଯାହାର ବଳରେ ହୃଦୟରୁ ଘୃଣାର ଭାବନାକୁ ସମାପ୍ତ କରାଯାଇ ପାରେ । ପ୍ରେମ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସତ୍ୟ ଓ ଶାନ୍ତିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଇ ପାରେ । ସେଥିପାଇଁ ତ ସନ୍ଥ କବୀର କହିଛନ୍ତି

କବୀର ପ୍ୟାଲା ପ୍ରେମ କା ଅନ୍ତର ଲିୟା ଲଗାୟ, ରୋମ-ରୋମ ମେଁ ରମି ରହା ଔର ଅମଲ କ୍ୟା ଖାୟ ।

ପ୍ରେମ ନ ବାଡ଼ୀ ଉପଜେ, ପ୍ରେମ ନ ହାଟ ବିକାୟ, ରାଜା ପ୍ରଜା କେହି ରୁଚେ, ଶୀଶ ଦେଇ ଲେ ଜାୟ ।

ଯିଏ ଥରେ ପ୍ରେମର ପିଆଲା ପିଇନେଲା, ତାକୁ ଆଉ କୌଣସି ବସ୍ତୁର ଆବଶ୍ୟକତା ନ ଥାଏ । କାରଣ ପ୍ରେମ କୌଣସି ଦୋକାନରେ ବିକ୍ରି ହୁଏ ନାହିଁ କି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ଅହଂକାର ନଷ୍ଟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ମାନବ ମନ ଉପରେ ଏହାର ପୂରା ଅଧିକାର ହୋଇଯାଏ ତ ସ୍ୱୟଂ ଭଗବାନ ମଧ ତା' ସହିତ ମିଶିବା ପାଇଁ ଅଧୀର ହୋଇ ଉଠନ୍ତି ।

ପ୍ରେମର ଶକ୍ତି ହିଁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଭକ୍ତ । ସେଥିପାଇଁ ସୁଫୀ ସନ୍ଥ କହିଛନ୍ତି –

ମୁହବତ କୀ ନହୀ ଜାତୀ, ମୁହବତ ହୋ ହୀ ଜାତୀ ହୈ,

ୟହ ଶୋଲା ଖୁଦ ଭଡକତା ହୈ, ଭଡକାୟା ନହୀଂ ଜାତା ।

ପ୍ରେମର ସୀମା ଅସୀମ । ଏହା ସମୟ ଓ ଦେଶର ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ । ଏହାକୁ ବନ୍ଦୀ କରାଯାଇ ନ ପାରେ । ଏହା ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧକୁ ନଷ୍ଟ କରି ଦେଇଥାଏ ।

ଆମେ ପ୍ରେମର ଶୀତଳ ଜଳ ଦ୍ୱାରା ହୃଦୟରୁ ଘୃଣାର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଅଗ୍ନିକୁ ଶାନ୍ତ କରି ପାରିବା । ପ୍ରେମର ଭାବନା ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଲେ ଆମ ହୃଦୟରେ କାହା ବିରୋଧରେ ଘୃଣା ଭାବନା ରହେ ନାହିଁ । ଆମେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ନିଜର ସ୍ୱରୂପ ମାନିବା ତ ନିଜ–ପରର ଲୁଚକାଳି ସମାପ୍ତ ହୋଇଯିବ । ପରପଣର ଭାବନା ସମାପ୍ତ ହୋଇଗଲେ କେହି କାହାରିକୁ କଷ୍ଟ ଦେବେ ନାହିଁ ।

ସେତେବେଳେ କେହି କାହାରିକୁ ଦୁଃଖୀ କରିବେ ନାହିଁ । କାରଣ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପୀଡ଼ା, କଷ୍ଟ ଓ ଦୁଃଖ ସେତେବେଳେ ନିଜର ହୋଇଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମର ହୃଦୟ ପ୍ରେମରେ ଜୁବୁବୁବୁ ହୋଇଯିବ ତ ଆମକୁ ପଶୁପକ୍ଷୀ ମଧ ପ୍ରେମ କରିବେ । ସେମାନେ ମଧ ଆମ ପ୍ରେମର ବଶ ହୋଇ ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରସନ୍ନତାରେ ରହିବେ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରେମ ଭାବନାର ଅଭାବରେ ଆମେ ସେମାନଙ୍କୁ ପୀଡ଼ା ଦେଉ ଓ ଦୁଃଖୀ କରିଥାଉ ।

ମୁକ୍ତିର ରହସ୍ୟ ପବିତ୍ର ପ୍ରେମ ଓ ପରୋପକାରରେ ଲୁଚି ରହିଛି । ତେଣୁକରି ପ୍ରେମକୁ ଆପଣାଇ ନିଅନ୍ତୁ, କାରଣ ପ୍ରଭୁ ହିଁ ପ୍ରେମ ଅଟନ୍ତି । ସୁଫୀ ସନ୍ଥମାନଙ୍କ ହୃଦୟ ଉଦ୍‌ଗାର ଏହିପରି ଡାକି ଉଠେ -

ହୈ ଇନ୍‌ସାନ କା ମୁହବତ ମୁହଜତ - ମୁହବତ୍

ବଢ଼ାଏ ୟହ ଆପସ ମେଂ ରିସ୍ତା-ଏ-ଉଲ୍‌ଫତ ।

ଜୀବର ଉତ୍ପତ୍ତି ଓ ଜୀବନର ଆଧାର ମଧ ପ୍ରେମ । ଆମ ଆତ୍ମାର ଆହାର ପ୍ରେମ । ପ୍ରେମ ଠାରୁ ବଳି ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଆରାଧନା ନାହିଁ ଏବଂ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବାର ସାଧନ ମଧ ପ୍ରେମ ହିଁ ଅଟେ । ପ୍ରେମ ଜୀବର ସ୍ୱାଭାବିକ ଗୁଣ, ପ୍ରାକୃତିକ ଆବଶ୍ୟକତା । ଯେପରି ରୁଟି ଆମ ଶରୀରର ଆହାର, ସେହିପରି ପ୍ରେମ ଆମ ଆତ୍ମାର ଆହାର । ରୁଟି ଆମକୁ ଶାରୀରିକ ବଳ ଦିଏ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରେମ ଆମକୁ ଆତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।

ପ୍ରେମର ମାର୍ଗ ବିକାଶ ଆଡ଼କୁ ନେଇଯାଏ ଏବଂ ଆମକୁ ଖୁସି ଓ ଶାନ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରେମ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଫୁଟିଥିବା ଫୁଲ ପରି ହୋଇଥାଏ । ତା'ର ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ସର୍ବଦା ଓଜସ୍ୱୀ ଚମକ ରହିଥାଏ, ଯାହାକୁ ଦେଖି ସମସ୍ତେ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇଥାନ୍ତି । ତା'ର ବ୍ୟବହାର ଫୁଲର ସୁଗନ୍ଧ ପରି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆନନ୍ଦ ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରଭୁଙ୍କ ରଚନାକୁ ପ୍ରେମ କରିବା ହିଁ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ପାଇନେବା, କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ଆସକ୍ତ ହେବା ଅନୁଚିତ । ପ୍ରାଣୀ ମାତ୍ରର ପୀଡ଼ାକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ହିଁ ପ୍ରେମ ମାର୍ଗର ପ୍ରଥମ ଶିଡ଼ି ।

କେହି ଜଣେ ଠିକ୍ ହିଁ କହିଛନ୍ତି-

ନହୀଂ ପ୍ରେମ ଜିସମେଂ ୱହ କ୍ୟା ଆଦମୀ ହୈ,

ୱହ ଦୁନିୟା ମେଂ ଆକର କଟେଂ ଦିନ କଟୀ ହୈ ।

ଏହାର ବିପରୀତ ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରେମ କରିଥାଏ, ତାକୁ ସାରା ଦୁନିଆ ନିଜର ଲାଗିଥାଏ ଏବଂ ସାରା ଦୁନିଆ ତାକୁ ନିଜର ହିଁ ମାନିଥାଏ । ପ୍ରେମ ଏକ ଏଭଳି ସ୍ଥାନ, ଯେଉଁଠି ସ୍ୱୟଂକୁ ହଜାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରେ, କିନ୍ତୁ ଖୋଜାଯାଇ ପାରେ ନାହିଁ । ଏହାର ପ୍ରଗାଢ଼ ଅନୁଭବରେ ସ୍ୱୟଂର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ହଜିଯାଏ ଏବଂ ପରମାତ୍ମା ମିଳିଥାନ୍ତି ।

କ'ଣ ଖାଇବା ? କାହିଁକି ଖାଇବା ? କିପରି ଖାଇବା ?

ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଋଗବେଦରେ ଗୋଟିଏ ମନ୍ତ୍ର ଅଛି -

ନ ମା ତମନ୍ନ ଶ୍ରମନ୍ନୋତ ତନ୍ଦ୍ରନ୍, ବୋଚାମ ମା ସୁନୋତେତି ସୋମମ୍। ଯୋ ମେ ପୃଣାଦ୍ୟୋ ଦଦଦ୍ୟୋ ନିବୋଧାଦ୍ୟୋ, ମା ସୁନ୍ୱନ୍ତମୁପ ଗୋଭିରାୟତ୍ ।। ଋଗ୍‌ବେଦ ୨/୩୦/୭

ଅର୍ଥାତ୍ ହେ ମନୁଷ୍ୟଗଣ ! ଯେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଦେଇ ତୃପ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରେ, ଓଜ, କାନ୍ତି ଓ ସୁଖ ଦିଏ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରେ, ଯଦ୍ୱାରା ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ କର୍ମ ରୂପୀ ଯଜ୍ଞ ହେତୁ ସମର୍ଥ ରହେ, ତାହା ସେବନ ଯୋଗ୍ୟ । ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଶ୍ରମ କରିବାର ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହୁଏ, ଆଳସ୍ୟ ବା ନିଶା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ଏଭଳି ଔଷଧ (ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ) ଗୁଡ଼ିକର ସେବନ କର ନାହିଁ ।

ମାନବ ଶରୀର ଉପରେ, ମାନବ ଜୀବନ ଉପରେ ଆହାରର ବହୁତ ବ୍ୟାପକ ପ୍ରଭାବ ରହିଛି । ଆହାର ବିନା ମାନବ ଜୀବନ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ମାନବ ଶରୀରର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଆହାର ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ବିନା ଆହାରରେ ମାନବ ଶରୀରରେ ପ୍ରାଣବଳ ଓ ଶରୀର ବଳ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ମନୁଷ୍ୟର ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉଭୟରେ ଆହାରର ବହୁତ ଗଭୀର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ ଏବଂ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଉଥିବା ଆହାର (ସାତ୍ତ୍ୱିକ, ରାଜସିକ ଓ ତାମସିକ ଆହାର) ଅନୁରୂପ ଏଥିରେ ଉତ୍ଥାନ-ପତନ ଆସିଥାଏ । ଆହାର ଦ୍ୱାରା ମନ ଉପରେ ପଡୁଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ପ୍ରଭାବକୁ ଦେଖି ଆମ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ଖାଦ୍ୟପେୟର ଶୁଦ୍ଧତାକୁ ଅତ୍ୟଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି ।

ବିକୃତ ଓ ଅନିୟମିତ ଆହାର କେବଳ ଶରୀରକୁ ବେମାର କରେ ନାହିଁ, ବରଂ ମନକୁ ମଧ୍ୟ ଚଞ୍ଚଳ ଓ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ କରିଦିଏ । ଗରିଷ୍ଠ, ତୀକ୍ଷ୍ଣ, ଛଣା-ଭଜା, ଡବାରେ ବନ୍ଦ ଥିବା, ବାସି ଆହାର ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଅନେକ ଦୁଷ୍ପ୍ରଭାବ ରହିଛି, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରରେ କେତେ ପ୍ରକାର ବେମାରି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ବା ପରୋକ୍ଷ ରୂପେ ଆହାର ସହିତ ପ୍ରାୟ ସବୁ ବେମାରିର ସମ୍ବନ୍ଧ ଥାଏ । ଆଜିକାଲିର ପ୍ରଚଳନରେ ଫାଷ୍ଟ ଫୁଡ ଓ ଜଙ୍କ ଫୁଡର ବହୁଳତା ରହିଛି, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ନୂଆ ବେମାରି ମାନବ ଶରୀରରେ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି ।

ଆହାର ଆମ ଜୀବନର ନୈସର୍ଗିକ ଆବଶ୍ୟକତା, ଏଣୁ ଏହା ବିଷୟରେ କିଛି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥ୍ୟ ଜାଣିବା ଜରୁରୀ । ଆହାରର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଶରୀରର ଦୁର୍ବଳତା ପୂରଣ କରିବା ଓ ତାହାର ବୃଦ୍ଧି କରିବା । ଶିଶୁର ଓଜନ ଜନ୍ମ ସମୟରେ ମାତ୍ର ୩-୪ ସେର ହୋଇଥାଏ, ସେ ଧୀରେ ଧୀରେ ବଢ଼ି ଦୁଇ- ଦେଢ଼ ମହଣର ଯୁବକ ହୋଇଯାଏ ତ ଏହା ଆହାର ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟର ଶରୀର ପ୍ରତିକ୍ଷଣ କିଛି ନା କିଛି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଗଭୀର ନିଦରେ ଶୋଇ ଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଓ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ଫଳରେ ଶରୀରର କୋଷ ଗୁଡ଼ିକର ନିର୍ମାଣର ଭାର ଆମର ଜୀବନୀଶକ୍ତି ଉପରେ ଥାଏ ଏବଂ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ଆହାର ମାଧ୍ୟମରେ ହିଁ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ଯଦି କୌଣସି କାରଣ ବଶତଃ ଶରୀରକୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଆହାର ନ ମିଳେ ତେବେ ତାକୁ କ୍ଲାନ୍ତି ଓ ଦୁର୍ବଳତା ଜଣାପଡ଼େ । ଯଦି ନିରନ୍ତର ଏହି କ୍ରମ ଚାଲେ ତ ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ, କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଶେଷରେ ପ୍ରାଣକୁ ଧାରଣ କରିପାରିବା ମଧ୍ୟ କଠିନ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁକରି ଶରୀରର ପୋଷଣ ହେତୁ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହେତୁ, ତାକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବଢ଼ାଇବା ହେତୁ ଏବଂ ଶରୀରର କ୍ରିୟାବିଧି ସଠିକ ଢଙ୍ଗରେ ସୁଚାରୁ କରିବା ହେତୁ ପୋଷଣ ଯୁକ୍ତ ଆହାର ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଆହାରର ସାଧାରଣ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ମହର୍ଷି ସୁଶ୍ରୁତ କହିଛନ୍ତି- ଆହାର ଶରୀରର ପୁଷ୍ଟିକାରକ, ବଳକାରକ, ଦେହ ଧାରଣକାରୀ, ଆୟୁ, ତେଜ, ଉତ୍ସାହ, ସ୍ମୃତି, ଓଜ ଓ ଅଗ୍ନି ବୃଦ୍ଧିକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ଏଣୁ ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ପାଞ୍ଚଟି ସୂତ୍ର କୁ ଜାଣିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ- (୧) କ'ଣ ଖାଇବା ? (୨) କେତେ ଖାଇବା ? (୩) କେତେବେଳେ ଖାଇବା ? (୪) କାହିଁକି ଖାଇବା ? (୫) କିପରି ଖାଇବା ?।

(୧) କ'ଣ ଖାଇବା ? ଆମେ କେବଳ ସେହି ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକୁ ଖାଇବା, ଯାହା ଶରୀରର ପୋଷଣ କରୁଥିବ । ଏକଥା ସର୍ବଦା ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ ଭୋଜନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଜରୁରୀ, ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ନୁହେଁ ।

(୨) କେତେ ଖାଇବା ? ମିତାଶୀ ସ୍ୟାତ୍ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବା । ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଯେତେ ପୌଷ୍ଟିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବର୍ଦ୍ଧକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେଗୁଡ଼ିକର ସେବନ ଯଦି ଉଚିତ ମାତ୍ରାରେ କରା ନ ଯାଏ ତେବେ ସେଗୁଡ଼ିକ କ୍ଷତିକାରକ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ବାନ୍ତି ଲାଗିବା ଏବଂ ବାହାରକୁ ଆସିବା ଭଳି ଭୋଜନ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ ଏବଂ ଶରୀରକୁ ପୋଷଣ ନ ମିଳିଲା ଭଳି ଏକ କମ୍ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ ।

(୩) କେତେବେଳେ ଖାଇବା ? ଭୋଜନ ଅଗ୍ନିହୋତ୍ର ଭଳି ଦୁଇ ଥର କରିବା ଦରକାର । ପ୍ରଥମ ଭୋଜନ ଦିନ ୧୨ଟା ବାଜିବା ପୂର୍ବରୁ ତଥା ଦ୍ୱିତୀୟ ଭୋଜନ ସନ୍ଧ୍ୟା ୭ଟା ବାଜିବା ସୁଦ୍ଧା କରିନେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇ ଥର ଭୋଜନ କରିବାର ବିଧାନ ଅଛି । ନିଜ ଭୋଜନର ସମୟ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଓ ଉଚିତ ମାତ୍ରାରେ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଭୋଜନ ଠିକ୍ ସମୟରେ ହଜମ ହୋଇଯାଏ । ଏଣୁ ଭୋଜନ ଦିନ ଯାକରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଦୁଇ ଥର ଓ ତାହା ପୁଣି ଜୋର୍‌ରେ ଭୋକ ଲାଗିଲେ କରିବା ଉଚିତ । ଯେତେବେଳେ ସେତେବେଳେ ଖାଇବା, ନିୟମିତ ଭୋଜନ ବ୍ୟତୀତ ଅନେକ ଥର ଜଳଖିଆ ଖାଇବା କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ବିବେକପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନୁହେଁ ।

ଖାଦ୍ୟପେୟର ରୀତିନୀତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଚିକିତ୍ସକ ଓ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ଭୋକ କେତେ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ କାହାକୁ ଖାଇବାର ଦେଖି ଖାଇବା ପାଇଁ ଲାଳାୟିତ ହେବା । ଚିନ୍ତା ଓ ଚାପ ସମୟରେ ବାରମ୍ବାର ଖାଇବାର ଇଚ୍ଛା କରିବା ଅଥବା ଜୈବିକ ଲୟ ଅନୁସାରେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଭୋକ ଲାଗିବା ।

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଭୋକ ଭୁଲ । କେବଳ ତୃତୀୟ ପ୍ରକାର ଭୋକ ଠିକ୍- ଜୈବିକ ଲୟ ଅନୁସାରେ ଭୋକ ଲାଗିଲେ ହିଁ ଖାଇବା । ଏଣୁ ଠିକ୍‌ରେ ଖୋଲା ଭୋକ ଲାଗିଲେ ହିଁ ଭୋଜନ କରିବା ଉଚିତ ।

(୪) କାହିଁକି ଖାଇବା ? ଭୋଜନ କରିବାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି- ନିଜ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ, ନୀରୋଗ ଓ ବଳବାନ୍ କରିବା । ମନୁଷ୍ୟର ଧର୍ମ ହେଉଛି- ଶରୀରକୁ ନୀରୋଗ ରଖିବା, କାରଣ ଶରୀର ମାଧ୍ୟମ ଖଳୁ ଧର୍ମସାଧନମ୍- ଅର୍ଥାତ୍ ଏଇ ସ୍ଥୂଳଶରୀର ହେଉଛି ଧର୍ମ, କାମ, ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତିର ମାଧ୍ୟମ । ଏଣୁ ଭୋଜନ ସର୍ବଦା ସୁସ୍ଥ ଓ ଜୀବିତ ରହିବା ପାଇଁ କରାଯିବା ଉଚିତ, କେବଳ ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ଏବଂ

ଖାଇବା ପାଇଁ ନ ବଞ୍ଚି, ଜୀବିତ ଓ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ଆମେ ଖାଇବା ଉଚିତ ।

(୫) କିପରି ଖାଇବା ? ଏହାର ଉତ୍ତର ହେଉଛି ଏପରି ଭୋଜନ କରିବା ଉଚିତ, ଯେଉଁଥିରେ ଜଠରାଗ୍ନିକୁ ଅତି କମ୍ ଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମ ମୁଖରେ ୩୨ଟି ଦାନ୍ତ ଅଛି । ଏଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାସକୁ ସେତିକି ଥର ଚୋବାଇବା ଉଚିତ, ଯଦ୍ୱାରା ଭୋଜନ ତରଳ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ତାହା ତଳକୁ ଚାଲିଯିବ ।

କୁହାଯାଏ ଯେ ଭୋଜନକୁ ପିଇବା ଓ ପାଣିକୁ ଖାଇବା ଦରକାର । ଯେଉଁ ଭୋଜନ ସାମନାକୁ ଆସିବ ତାହାର ପୂଜା କରି, ସ୍ଥିର ଚିତ୍ତ ହୋଇ, ଶାନ୍ତ ମନରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରି ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରସାଦ ରୂପେ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରସାଦ ରୂପେ ଯଦି ଭୋଜନ କରାଯିବ ତା'ହେଲେ ରୁଖା ଶୁଖା ରୁଟି ବି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବର୍ଦ୍ଧକ ହୋଇଯାଏ । ଯଦି ଏହାର ବିପରୀତ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ା ମନରେ ତରବର ହୋଇ ଶୁଷ୍କଫଳ – ମିଷ୍ଟାନ୍ନ ଓ ପିଠା ଆଦି ଖିଆଯିବ ତେବେ ତାହା ରୋଗ ବୃଦ୍ଧିକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହେବ ।

ଭୋଜନ କରିବା ସମୟରେ ଅଧିକ ପାଣି ପିଇଲେ ଭୋଜନ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହଜମ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହିପରି ବିଲକୁଲ ପାଣି ନ ପିଇଲେ ମଧ୍ୟ ଭୋଜନ ଠିକ୍‌ରେ ଜୀର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ ନାହିଁ । ଭୋଜନ କରିବାର ଏକ ଘଣ୍ଟା ପରେ ପାଣି ପିଇବା ପ୍ରାରମ୍ଭ କରି, ପ୍ରତି ଘଣ୍ଟାରେ କିଛି କିଛି ପାଣି ପିଉଥିବା ଦରକାର । ଏପରି କଲେ ଭୋଜନ ଶୀଘ୍ର ହଜମ ହୋଇଯାଏ । ଅଇଁଠା ଭୋଜନ କାହାକୁ ଦେବା ଓ ଅନ୍ୟର ଅଇଁଠା ଖାଇବା ଅନୁଚିତ ।

ମହର୍ଷି ଚରକ ନିଜ ଶିକ୍ଷାର ସମୁଚିତ ବିସ୍ତାର କରି ସାରିବା ପରେ ଭାବିଲେ ମୁଁ ଯାହା କହିଛି, ତାହାକୁ ମୋର ଶିଷ୍ୟମାନେ ଠିକ୍‌ରେ ବୁଝିଛନ୍ତି କି ନାହିଁ, ଏହାର ପରୀକ୍ଷା ନେବାକୁ ହେବ । ଏଣୁ ପରୀକ୍ଷା ନେବା ପାଇଁ ସେ ଏକ ପାରା ରୂପରେ ଗୋଟିଏ ଗଛ ଉପରେ ବସି ପଡ଼ିଲେ, ଯାହାର ତଳେ ବହୁତ ବୈଦ୍ୟ ବସିଥିଲେ । ପାରା ରୂପୀ ମହର୍ଷି ଚରକ ନିଜ ଭାଷାରେ ବୈଦ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ କୋଽରୁକ ? ଅର୍ଥାତ୍ ରୋଗୀ କିଏ ? ଏବଂ ସେ ନୀରୋଗ ଓ ସୁସ୍ଥ କିପରି ହୋଇଥାଏ ?

ଏହି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବାରେ ତାଙ୍କର ଅଭିପ୍ରାୟ ଥିଲା ଯେ ଯିଏ ରୋଗର ମୂଳ କାରଣକୁ ଜାଣିଥିବ, ସେ ତାହାର ନିବାରଣର ଉପାୟ ବତାଇବ । ସେହି ବୈଦ୍ୟର ଚିକିତ୍ସା ଉପଚାର ମଧ୍ୟ ସଫଳ ହେବ, ଅନ୍ୟଥା କେବଳ ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ରୋଗର ସ୍ଥାୟୀ ନିରାକରଣ ସମ୍ଭବ କେଉଁଠି ? ପାରା ରୂପରେ ମହର୍ଷି ଚରକ ବାରମ୍ବାର ସମସ୍ତ ବୈଦ୍ୟଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ନିଜର ପ୍ରଶ୍ନ ଦୋହରାଇଲେ - କୋଽରୁକ ? କୋଽରୁକ ? କୋଽରୁକ ? ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରରେ ସମସ୍ତେ ନିଜର ମାନ୍ୟତା ବ୍ୟକ୍ତ କଲେ ।

ସମସ୍ତେ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବା ନିମିତ୍ତ ସବୁ ଉପଚାର କହି ଚାଲିଲେ, କିନ୍ତୁ ରୋଗ ହେବାର ଅବସର ଯେମିତି ନ ଆସିବ ସେହି ଉପାୟ କେହି କହିଲେ ନାହିଁ । ବୈଦ୍ୟମାନେ କହୁଥିବା ଉତ୍ତର ତ ଶାସ୍ତ୍ରସମ୍ମତ ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ସେଗୁଡ଼ିକରେ ସମସ୍ତ ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ସମାବେଶ ନ ରହିବାରୁ ପାରା ରୂପୀ ମହର୍ଷି ଚରକଙ୍କୁ ସନ୍ତୋଷ ଲାଗିଲା ନାହିଁ ଏବଂ ସେ ଖିନ୍ନ ମନରେ ଉଦାସ ହୋଇ ଗୋଟିଏ କୋଣରେ ଯାଇ ବସିଲେ ଓ ଭାବିଲେ ଏଇ ଲୋକମାନଙ୍କ ଅନୁଭବ ଏବେ ଗମ୍ଭୀର ନୁହେଁ । ସେତିକିବେଳେ ସେଇ ବାଟ ଦେଇ ମହର୍ଷି ବାଗ୍‌ଭଟ୍ଟ ଯାଉଥିଲେ । ତାଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପାରା ସେହି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିଲା ।

ବାଗ୍‌ଭଟ୍ଟ ପାରା ରୂପରେ ଥିବା ମହର୍ଷି ଚରକଙ୍କୁ ଚିହ୍ନି ଦେଲେ ଓ ନତମସ୍ତକ ହୋଇ ତାଙ୍କରି ଭାଷାରେ ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତର ଦେଇ ତିନିଟି ଶବ୍ଦ କହିଲେ- ମିତଭୁକ୍, ହିତଭୁକ୍, ଋତଭୁକ୍ । ସଠିକ୍ ଉତ୍ତର ଶୁଣି ମହର୍ଷି ଚରକ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେଲେ ଏବଂ ସେ ସେହି ପକ୍ଷୀ ରୂପରେ ହିଁ ସେଠାରୁ ଉଡ଼ିଗଲେ । କାରଣ ତାଙ୍କୁ ନିଜ ପ୍ରଶ୍ନର ସଠିକ ଉତ୍ତର ମିଳି ଯାଇଥିଲା ।

ମିତଭୁକ୍- ଅର୍ଥାତ୍ ଭୋକ ଠାରୁ କମ୍ ଖାଇବା । ଯେତିକି ଆବଶ୍ୟକ, ସେତିକି ଖାଇବା, କାରଣ ଅଧିକ ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କୌଣସି ପ୍ରକାରର ସାଧନା କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ସେ ତ ଖାଇବା ପରେ କେବଳ ହଜମକାରୀ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ଗୋଳି ହିଁ ଖୋଜିଥାଏ । ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀର ଧୀରେ ଧୀରେ ଦୁର୍ବଳ ଓ ଶକ୍ତିହୀନ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସେଥିପାଇଁ ଘରେ ଖିଆଯାଉ ବା ବାହାରେ ଖିଆଯାଉ, ପାଚନ କ୍ରିୟା ଉପରେ, ପେଟ ଉପରେ କେବେ ଯେପରି ଅନୁଚିତ ଭାର ନ ପଡ଼ିବ ଏଥିପ୍ରତି ସର୍ବଦା ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୫ମ ପୃଷ୍ଠାରେ)

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କ ବାଲ୍ୟକାଳର ନାମ ଥିଲା ନରେନ୍ଦ୍ର । ସେ ସମୟରେ ନରେନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ପିତା ଜୀବିତ ଥିଲେ । ପିତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ହିଁ ତାଙ୍କ ପରିବାର ଉପରକୁ ଅଚାନକ ବିପତ୍ତି ମାଡ଼ି ଆସିଥିଲା । ଘୋର ଅଭାବ-ଅନଟନ ଭିତରେ କାଳାତିପାତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ଖାଲି ପେଟରେ କର୍ମସଂସ୍ଥାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନ ବୁଲିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ଛାତ୍ରାବସ୍ଥାରେ ନରେନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ପଣ୍ଡିତ ଶିବରାମ ନାମକ ଜଣେ ଶିକ୍ଷକ ସଂସ୍କୃତ ପଢ଼ାଉଥିଲେ । ପଣ୍ଡିତ ଶିବରାମ ଜଣେ ଦକ୍ଷ ସଂସ୍କୃତ ଶିକ୍ଷକ ଥିଲେ । ସେ ଘୋର ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଭିତରେ କାଳାତିପାତ କରୁଥିଲେ । ସ୍ୱଳ୍ପ ରୋଜଗାରରେ ପରିବାର ପ୍ରତିପୋଷଣ ଥିଲା ଦୁରୂହ । ଅଭାବରୁ ପରିବାରବର୍ଗ ପ୍ରାୟତଃ ଭୋକ ଉପାସରେ ରହୁଥିଲେ । ହେଲେ ଏହା ପଣ୍ଡିତେ କେବେ ବି ପ୍ରକାଶ କରୁ ନ ଥିଲେ ।

ଏକଦା ପୂରା ପରିବାରକୁ କିଛିଦିନ ଧରି ଅଭୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ଭୋକ-ଉପାସରେ ପରିବାର ସଦସ୍ୟମାନେ ଆଉଟୁପାଉଟୁ ହେଉଥିଲେ । ହେଲେ ଏହାର ବିରାଟ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଥିଲେ ପଣ୍ଡିତ ମହାଶୟ । କ୍ଷୁଧାର ଅପ୍ରତିହତ ଜ୍ୱାଳା ସହ୍ୟ କରି ସେ ବେଶ୍ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ନରେନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ପାଠ ପଢ଼ାଇବାକୁ ଯାଉଥାନ୍ତି ।

ସେଦିନ ପାଠ ପଢ଼ାଉଥିବା ସମୟରେ ନରେନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଡାକବାଲା ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ମନିଅର୍ଡରଟିଏ ଦେଇଗଲା । ମନିଅର୍ଡରର ରସିଦ୍ ଦେବା ସହ ଦଶଟଙ୍କା ଦେଇ ଚାଲି ଯାଇଥିଲା । ସେ ସମୟରେ ଦଶଟଙ୍କାର ମୂଲ୍ୟ ଖୁବ୍ ଅଧିକ ଥିଲା । ମନିଅର୍ଡରରେ ଉଲ୍ଲିଖିତ ଲେଖା ପଢ଼ି ପଣ୍ଡିତଙ୍କ ଆଖି ଲୁହ ଛଳଛଳ ହୋଇଉଠିଲା । ନରେନ୍ଦ୍ର ଏହା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିଲେ । ଉତ୍ସୁକତାବଶତଃ ପଚାରିଥିଲେ, ଗୁରୁଜୀ ! ଏଭଳି କ'ଣ ଲେଖା ଅଛି ଯେ ଆପଣ ଏତେ ଭାବପ୍ରବଣ ହୋଇଗଲେ ? ଆପଣଙ୍କ ଆଖିରେ ଅଶ୍ରୁ ! କିଛି ଦୁଃଖଦ ଖବର ପଢ଼ିଲେ କି ?

ପଣ୍ଡିତ ଶିବରାମ ତାଙ୍କର ଅତି ପ୍ରିୟ କୌତୂହଳୀ ଛାତ୍ରଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କହିଥିଲେ- 'ନରେନ୍ (ଶ୍ରଦ୍ଧାନାମ) ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅପାର କୃପା ଦେଖିଲା ପରେ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି କୃତଜ୍ଞତାରେ ମୋ ଆଖି ସ୍ୱତଃ ଲୁହରେ ଭରି ଯାଇଛି । ଏ ହେଉଛି ଆନନ୍ଦାଶ୍ରୁ । ସତରେ ପ୍ରଭୁ କେତେ ଦୟାମୟ ।"

ଏହା କହି ସାରିବା ପରେ ରସିଦ୍‌ଟି ନରେନଙ୍କୁ ପଢ଼ିବାକୁ ଦେଇଥିଲେ । ନରେନ୍ ଏହା ନେଇ ଆଗ୍ରହରେ ପଢ଼ିଥିଲେ । ମନିଅର୍ଡର କାଶୀରୁ ଆସିଥିଲା । ଏହା ଥିଲା ଜଣେ ଶିବଭକ୍ତଙ୍କ ପ୍ରେରିତ ।

ସେଥିରେ ଲେଖାଥିଲା- 'କାଲି ରାତିରେ ମୁଁ ଗଭୀର ନିଦ୍ରାମଗ୍ନ ଥିଲି ଓ ନିଶାର୍ଦ୍ଧରେ ଭଗବାନ ଶିବଶଙ୍କର ମୋତେ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖାଦେଇ କହିଲେ ମୋର ଜଣେ ପରମପ୍ରିୟ ଭକ୍ତ ପଣ୍ଡିତ ଶିବରାମ ବରାହନଗର, କଲିକତାରେ ଅଛନ୍ତି । ସେ ଅତି ଦରିଦ୍ର । ତିନିଦିନ ହେଲା ଭୋକ ଉପାସରେ ପରିବାରବର୍ଗ ସହ ରହୁଛନ୍ତି । ତୁମେ ତାଙ୍କୁ ସହାୟତା କର । ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଆଜ୍ଞାରେ ମୁଁ ଏହି ଅର୍ଥ ପଠାଉଛି । ଆପଣ ଏହାକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିବେ ବୋଲି ଆଶା । ସ୍ୱପ୍ନରେ ହିଁ ପ୍ରଭୁ ଆପଣଙ୍କର ନାମ ଠିକଣା ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ ।

ନରେନ୍ ଏହା ଶୁଣି ଶିକ୍ଷକ ପଣ୍ଡିତ ଶିବରାମଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କହିଥିଲେ- ଆପଣ ସତରେ ଧନ୍ୟ ଗୁରୁଜୀ । ଆପଣ ତିନିଦିନ କାଳ ଅଭୁକ୍ତ ରହି ମୋତେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ପଢ଼ାଉଛନ୍ତି, ହେଲେ ମୋତେ ଏହା କହିଲେ ନାହିଁ କାହିଁକି ? (ସେ ସମୟରେ ନରେନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ଅସ୍ୱଚ୍ଛଳତା ନ ଥିଲା) । ଶିବରାମ ଏହାକୁ ଅତି ହାଲୁକା ଭାବରେ ନେଇ କହିଥିଲେ - 'ନରେନ୍ ! ଯେତେବେଳେ ମୋର ପିତା ପରମାତ୍ମା ମୋ କଥା ଚିନ୍ତା କରୁଛନ୍ତି ସେତେବେଳେ ମୁଁ ଅନ୍ୟ କାହାକୁ କାହିଁକି ବା ମାଗିବି ?' ଶିକ୍ଷକଙ୍କଠାରୁ ଏହା ଶୁଣି ନରେନ୍ଦ୍ର ଅଭିଭୂତ ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ଅନୁପମ ଭକ୍ତିରେ ।

ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୪୩, ୨୩ - ୨୯ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୨

ବିଶ୍ୱକୁ ଗ୍ରାସ କରିବ ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟ

ଏବେ ବିଶ୍ୱର ଜନସଂଖ୍ୟା ପାଖାପାଖି ୮ ଶହ କୋଟି ହେବ । ଆଗାମୀ ୪ ଦଶନ୍ଧି ମଧ୍ୟରେ ଭାରତର ଜନସଂଖ୍ୟା ପ୍ରାୟ ୧୭୦ କୋଟି ଛୁଇଁ ସାରିଥିବ । ଏତେବଡ଼ ବିଶାଳ ଜନସଂଖ୍ୟାଙ୍କ ଦୈନିକ ଆହାର ଯୋଗାଇବା ସେତେବେଳେ ଦେଶ ପାଇଁ ନୂତନ ଆହ୍ୱାନ ସୃଷ୍ଟି କରିବ । ଜନସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ଅନୁଯାୟୀ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ହ୍ରାସ ପାଇଲେ ବିଶ୍ୱରେ ଅନାହାର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହେବ ।

ପ୍ରତି ଶହେ ବର୍ଷରେ ଆବଶ୍ୟକ ଜନସଂଖ୍ୟାଙ୍କୁ ଆହାର ଯୋଗାଇବା କଷ୍ଟସାଧ ବୋଲି ୧୭୯୮ରେ ଖ୍ୟାତନାମ ଅର୍ଥଶାସ୍ତ୍ରୀ ଥମାସ୍ ମୈଲଥସ ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ମତ ଅନୁଯାୟୀ ଜନସଂଖ୍ୟା ଦୁଇଗୁଣ ବଢୁଥିବା ବେଳେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଏକ ଗୁଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି । ତେଣୁ ଶହେ ବର୍ଷରେ ଯେତେ ଜନସଂଖ୍ୟା ଥିବେ ସେମାନେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆହାର ଯୋଗାଇବା କଷ୍ଟକର ବୋଲି ସେ ମତ ଦେଇଥିଲେ । ରୋଗ, ମରୁଡ଼ି, ବନ୍ୟା ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ବିପଦ ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଜନସଂଖ୍ୟା ଓ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ରଖିବା ଜରୁରୀ ମନେହୁଏ । ୧୯୬୦ରେ ସବୁଜ ବିପ୍ଳବ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ପାଇଁ ମାଇଲ ଖୁଣ୍ଟ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଧାରା ବଜାୟ ରହି ପାରିଲା ନାହିଁ । ଫଳତଃ ପୁନଃ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ହ୍ରାସ ପାଇବା ଆରମ୍ଭ କଲାଣି । କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ଜନସଂଖ୍ୟା ପାଇଁ କିପରି ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ କରାଯିବ ସେ ନେଇ ୧୯୬୦ରେ ଏକ ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ସର୍ବେକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିଲା । ପାରମ୍ପରିକ କୃଷି ବଦଳରେ ଆଧୁନିକ ଯନ୍ତ୍ରାଂଶ ସାହାଯ୍ୟରେ ଚାଷ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ମତ ଦେଇଥିଲେ । ୬୦ ଦଶକରୁ ଅଧିକ ଅମଳକ୍ଷମ ବିହନ (ହାଇବ୍ରିଡ) ପ୍ରଥମେ ଉତ୍ପାଦନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଉନ୍ନତ ତଥା ଅଧିକ ଅମଳକ୍ଷମ ଗହମ ବୀଜ ଉତ୍ପାଦନ କରିଥିବାରୁ ୧୯୭୦ରେ ଡକ୍ଟର ନର୍ମନ ବରେଲୋଙ୍କୁ ନୋବେଲ ଶାନ୍ତି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଥିଲା । ଭାରତର ପଞ୍ଜାବ ଓ ହରିୟାଣାର କୃଷକମାନେ ବରେଲୋଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ ଗହମ ଚାଷ କରି ଅଧିକ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ କରିବା ସହ ଲାଭବାନ ହୋଇ ପାରିଥିଲେ । ସବୁଜ ବିପ୍ଳବ ଫଳରେ ୧୯୫୦ ରୁ ୧୯୯୦ ମଧ୍ୟରେ ଗହମ ଉତ୍ପାଦନ ୧୭୪ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିଲା । ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଜନସଂଖ୍ୟା ୧୧୦ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିଲା । କେବଳ ଭାରତରେ ୧୯୬୫ରୁ ୧୯୭୩ ମଧ୍ୟରେ ଗହମ ଉତ୍ପାଦନ ୭ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିଲା । ସେହିପରି ଧାନ ୧୮ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଥିଲା । ସେପରିସ୍ଥିତି ଆଉ ଏବେ ନାହିଁ । ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯୋଗୁଁ ଅଧିକ ଅମଳ କରିବା ଏବେ କଷ୍ଟକର ବ୍ୟାପାର । ଏବେ କୃଷି ପାଇଁ ଯେତେକ ଜମି ଅଛି ଆଗାମୀ ଦିନରେ ତାହା ସଙ୍କୁଚିତ ହୋଇଯିବ । ୨୦୦୮ରେ ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟ ଦେଖା ଦେଇଥିଲା । ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ଦେଶରେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ମୂଲ୍ୟ ଆଶାତୀତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିଲା । ବିଶ୍ୱରେ ବଜାର କୃଷି ବ୍ୟବସ୍ଥା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଶୁଡ଼ି ପଡ଼ିଥିଲା । କେତେକ ଦେଶରେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଯୋଗାଡ଼କୁ ନେଇ ହିଂସାକାଣ୍ଡମାନ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଥିଲା ।

ଏବେ କୃଷି ପାଇଁ ଜମି ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା ବେଳେ ସଂଶୋଧନ ମଧ କମିଛି । ଏବେ ବିଶ୍ୱରେ ଯେତକ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ହେଉଛି ବିନା ନଷ୍ଟରେ ଯଦି ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଏହାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିଯାଇ ପାରେ ଅଭାବ ଅନାଟନ ଦେଖାଯାଆନ୍ତା ନାହିଁ । ଅମଳରୁ ଥାଳି ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିବା ବେଳକୁ ୨/୩ ଗୁଣ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଏକ ଆକଳନ ଅନୁଯାୟୀ ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷକରି ୟୁରୋପ ଓ ଆମେରିକାରେ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ବିକଶିତ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସଂଶାଧନ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ତେଣୁ ସେଠାରେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହେଲେ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ କିଛି ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ ନାହିଁ ।

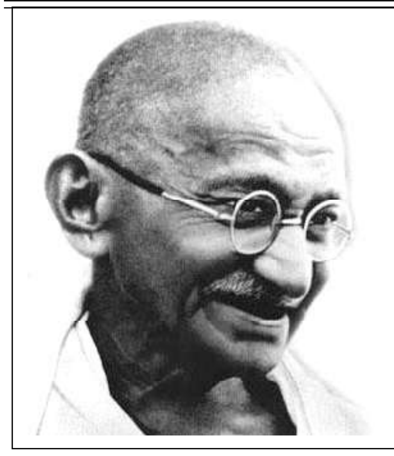
ତେବେ ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ ଦ୍ୱାରା ଖାଲି ଯେ ବିଶ୍ୱ ଅର୍ଥବ୍ୟବସ୍ଥା ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଛି ତା' ନୁହେଁ, ଜଳବାୟୁ ଉପରେ ମଧ ଏହାର ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପଡୁଥିବା ପ୍ରକାଶିତ ଡବ୍ଲ୍ୟୁଏଫ୍‌ପି ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଅନେକ ସମୟରେ ବଳକା ଖାଦ୍ୟକୁ ଡଷ୍ଟବିନ୍‌ରେ ପକାଇ ଦିଆଯାଏ । ଏହି ଖାଦ୍ୟବର୍ଜ୍ୟ ବାୟୁମଣ୍ଡଳରେ କାର୍ବନ ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଦାୟୀ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଜଳର ଅପଚୟ ମଧ ଘଟେ । ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ୧.୩ ବିଲିୟନ୍ ଟନ୍ ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହେଉଛି, ଯାହାର ହାରାହାରି ମୂଲ୍ୟ ୧ ଟ୍ରିଲିୟନ୍ ଡଲାର । ଉତ୍ପାଦନ ହେଉଥିବା ମୋଟ ଖାଦ୍ୟର ତିନି ପ୍ରତିଶତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଷ ନଷ୍ଟ ହେଉଥିବା ୱାର୍ଲ୍ଡ ଫୁଡ୍ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍ (ଡବ୍ଲ୍ୟୁଏଫ୍‌ପି) ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି । 'ଯଦି ଖାଦ୍ୟବର୍ଜ୍ୟକୁ ଗୋଟିଏ ଦେଶ ବୋଲି ମନେ କରାଯାଏ ତେବେ ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ଉତ୍ପାଦନରେ ଆମେରିକା ଓ ଚାଇନା ପରେ ଏହା ତୃତୀୟ ଦେଶ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହେବ ।'

ବାୟୁମଣ୍ଡଳରୁ ନିର୍ଗତ ମୋଟ କାର୍ବନର ୮-୧୦% ଖାଦ୍ୟବର୍ଜ୍ୟରୁ ବାହାରିଥାଏ । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ ଫିଙ୍ଗାଯାଉଥିବା ବଳକା ଖାଦ୍ୟରୁ ୩.୩ ବିଲିୟନ୍ ଟନ୍ ପରିମାଣର କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ୍ ବାହାରିଥାଏ । ତେବେ ସମାନ ପରିମାଣର ଅଙ୍ଗାରକାମ୍ଳ ପ୍ରତିବର୍ଷ ସବୁଜ ଗୃହରୁ ନିର୍ଗତ ହେଉଛି । ବାହାରେ ପିଙ୍ଗାଯାଉଥିବା ଖାଦ୍ୟ ସକାଶେ ବ୍ୟବହୃତ ଜଳର ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ନଷ୍ଟ ହେଉଛି, ଯାହାର ପରିମାଣ ୧୭୨ ବିଲିୟନ୍ ଡଲାର ଆକଳନ କରାଯାଇଛି । ଜାତିସଂଘର ଏନ୍‌ଭାରନ୍‌ମେଣ୍ଟ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ (ୟୁଏନଇପି) ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶିତ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ବୈଷ୍ଠିକ ଖାଦ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନର ୧୭ ପ୍ରତିଶତ ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ଏହି ଖାଦ୍ୟ ବର୍ଜ୍ୟର ୬୧% ଖାଦ୍ୟ ଘରୁ ଆସୁଥିବାବେଳେ ୨୬% ଫୁଡ୍ ସର୍ଭିସ୍ ଏବଂ ୧୩% ଦୋକାନରୁ ଆସିଥାଏ । ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିବାକୁ ଦାୟିତ୍ୱହୀନତା ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷେ ଏହା ୱେଷ୍ଟ ମ୍ୟାନେଜ୍‌ମେଣ୍ଟ ମେକାନିଜମ୍ ଉପରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଚାପ ପକାଉଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ସ୍ଥଳ ଭାଗରେ ଖାଦ୍ୟବର୍ଜ୍ୟ ଜମା ହେବା ସହ ଅନେକ ସମୟରେ ଏହା ପ୍ରବାହିତ ଜଳରେ ଭାସି ଯାଉଥିବା ମଧ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବିଶ୍ୱରେ ଖାଦ୍ୟ ସଙ୍କଟର ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ୨୦୧୯ରେ ଖାଦ୍ୟାଭାବ କାରଣରୁ ବିଶ୍ୱର ୬୯୦ ନିୟୁତ ଲୋକ ଭୋକିଲା ରହୁଥିବା ଏଫ୍‌ଓ (ଫୁଡ୍ ଆଣ୍ଡ୍ ଏଗ୍ରିକଲଚର୍ ଅର୍ଗାନାଇଜେଶନ୍)ର ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଥିଲା । ୨ ବିଲିୟନ୍ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସୁଯୋଗ ଥିଲେ ମଧ ସେମାନେ ଉପାସ ରହୁଛନ୍ତି । ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ବ୍ରିଟେନ୍ ପକ୍ଷରୁ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଆସନ୍ତା ୨୦୩୦ ବେଳକୁ-ବୈଶ୍ୱିକ ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟକୁ ମୂଳଚ୍ୟୁତ କରିବ ବୋଲି ଯୋଜନା ରଖିଛି । ବଳକା ଖାଦ୍ୟରୁ କମ୍ପୋଷ୍ଟ ଖତ ତିଆରି କରାଗଲେ ଏହା ଉପଯୋଗୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପାରିବ । ଅନ୍ୟପଟେ ଫୁଡ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଜରିଆରେ ଭୋକିଲାଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଗଲେ ମଧ ଖାଦ୍ୟନଷ୍ଟକୁ ରୋକିହେବ ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆଫ୍ରିକୀୟ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଏସିଆ ସମୂହ ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ନଷ୍ଟ ହେଉଥିଲେ ହେଁ ଉତ୍ପାଦନ ହ୍ରାସ ପାଇ ଆସୁଛି । ତେଣୁ ଏହି ସବୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ବର୍ଷ ସାରା ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ଅଭାବଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇ ଆସୁଛି । କୌଣସି ଆଫ୍ରିକୀୟ ଦେଶରେ ବଜାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ପହଞ୍ଚିବା ବେଳକୁ ଏକ-ତୃତୀୟାଂଶ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ଦେଶରେ ଜଳବାୟୁ ତଥା ବର୍ଷା ସଠିକ ପରିମାଣରେ ହେଉଥିଲେ ହେଁ ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହେଉଥିବାରୁ ଚାଷୀମାନେ ଅଭାବୀ ବିକ୍ରିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି । ସମସ୍ତ କୃଷକଙ୍କ ନିକଟରେ ଶୀତଳ ଭଣ୍ଡାରର ସୁବିଧା ଏଯାଏ ନାହିଁ । ଯଦି ବା କେଉଁଠି ଅଛି ସେଠାରେ ବିଜୁଳି ସମସ୍ୟା ଲାଗି ରହୁଛି । ତେଣୁ ଆଗକୁ ଯେପରି ଖାଦ୍ୟ ଶସ୍ୟ ସମସ୍ୟା ନଉପୁଜେ ସେଥିପାଇଁ ସରକାର ଏବେଠାରରୁ ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ମନେହୁଏ ।

କୌଣସି 'ତୁଷ୍ଟୀକରଣ' ନୁହେଁ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



'ତୁଷ୍ଟୀକରଣ' ପ୍ରତି ମୁଁ କେବେହେଲେ କୌଣସି ପକ୍ଷପାତକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେଇନାହିଁ । ଏହି ତୁଷ୍ଟୀକରଣ ଶବ୍ଦଟି ଇଂରାଜୀ ଭାଷାରେ ମଧ ଏକ ଭର୍ତ୍ସନାସୂଚକ ଶବ୍ଦରେ ପରିଣତ ହୋଇ ଗଲାଣି । ସମଗ୍ର ମାନବ ସମାଜରେ ମୁଁ ଶାନ୍ତି ହିଁ ଚାହୁଁଛି; ମାତ୍ର ମୁଁ ଯେକୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ଦେଇ ତାହାକୁ ଆଦୌ ଚାହେଁନାହିଁ, ଅନ୍ତତଃ ଆକ୍ରମଣକାରୀକୁ ତୁଷ୍ଟ କରି ଆଦୌ ନୁହେଁ ଅଥବା ନିଜର ସମ୍ମାନକୁ ବିସର୍ଜନ ଦେଇ ମଧ ନୁହେଁ । ତେଣୁ, ଏହି ଦୁଇଟି ଅପରାଧ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସି ଗୋଟିକରେ ଅପରାଧୀ ବୋଲି ଯଦି କେହି ଚିନ୍ତା କରୁଥାଏ, ସିଏ ସେପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ରହିଥିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟଟିର ନିଶ୍ଚୟ ପ୍ରଭୂତ କ୍ଷତି କରିବ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଥିବା ମୋ'ର ଅଭିଜ୍ଞତା ମୋତେ କହୁଛି ଯେ, ମନୁଷ୍ୟ ପାଇଁ ସମ୍ଭବ ହେଉଥିବା ଯଥାସମ୍ଭବ ଅଧିକ ପରିମାଣର ସତ୍ୟ ଓ ଅହିଂସାକୁ ଜୀବନରେ ସ୍ୱୀକାର କରିନେବା ବ୍ୟତୀତ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଥବା ଜାତି କାହାରି ପାଇଁ କଦାପି ଶାନ୍ତି ଆସି ପାରିବ ନାହିଁ । ପ୍ରତିଶୋଧ ନେବାର ରୀତିଟି କେବେ ସଫଳତା ଲାଭ କରିନାହିଁ । ଏବେ ତ ଏପରି କହିବା ଗୋଟିଏ ଫେଶନ ହୋଇଗଲାଣି ଯେ, ଆମେ ସମାଜକୁ କଦାପି ଅହିଂସାର ଧାରାରେ ସଂଗଠିତ କରି ପାରିବା ନାହିଁ ଅଥବା ଚଳାଇ ପାରିବା ନାହିଁ । ମୁଁ ଏହି କଥାଟିରେ ରାଜି ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । କୌଣସି ପରିବାରରେ, ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବାପା ତା'ର ଅପଥଗାମୀ ସନ୍ତାନକୁ ଚାପୁଡ଼ାଟିଏ ପକାଉଛି, ସେତେବେଳେ ସନ୍ତାନଟି କଦାପି ପ୍ରତିଶୋଧ ନେବାଲାଗି ଚିନ୍ତା କରୁନାହିଁ । ଚାପୁଡ଼ାଟାଏ ଖାଇଲା ବୋଲି ତାହାରି ଦ୍ୱାରା ଦବିଯାଇ ଯେ ସିଏ ବାପାକୁ ମାନୁଛି ତା' ନୁହେଁ, ମାତ୍ର ବାପାର ଉକ୍ତ ଆଚରଣ ପଛରେ ରହିଥିବା ଅପମାନିତ ସ୍ନେହଟିକୁ ସେ ଆଘ୍ରାଣ କରିପାରୁଛି ବୋଲି ସେକଥା କରୁଛି । ମୋ' ମତରେ, କେଉଁ ରୀତିରେ ସମାଜକୁ ସଂଗଠିତ କରିବା ଉଚିତ, ଏହି ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତଟିରୁ ତା'ର ଏକ ନିଦର୍ଶନ ମିଳିଯିବା ଉଚିତ । ପରିବାର ବେଳକୁ ଯାହା ସତ, ଏକ ବୃହତ୍ ପରିବାର ପରି ହିଁ ହୋଇଥିବା ସମାଜ ବେଳକୁ ମଧ ତାହା ହିଁ ସତ ହେବ । ମୋ' ବିଶ୍ୱାସଟିକୁ ମୁଁ ଦୋହରାଇ କହିବି ଯେ, ଯୁଦ୍ଧର ଫଳପ୍ରଦତା ଉପରେ ସେମାନଙ୍କର ରହିଥିବା ବିଶ୍ୱାସଟିକୁ ଛାଡ଼ି ନ ଦେବାଯାଏ ମିତ୍ରପକ୍ଷ ଅଥବା ପୃଥିବୀ ଲାଗି ଆଦୌ କୌଣସି ଶାନ୍ତି ସମ୍ଭବ ହେବନାହିଁ । ଯୁଦ୍ଧ ସହିତ ଯେଉଁ ଭୟଙ୍କର ପ୍ରବଞ୍ଚନା ଓ ଶଠତା ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଭାବରେ ରହିଥାଏ, ତାହାକୁ ନ ଛାଡ଼ିବା ଯାଏ ଏବଂ ପୃଥିବୀର ସକଳ ସମୂହ ଏବଂ ଜାତିଙ୍କ ଲାଗି ସ୍ୱାଧୀନତା ତଥା ସମତା ଉପରେ ଆଧାରିତ ଏକ ଯଥାର୍ଥ ଶାନ୍ତିକୁ ନିର୍ମାଣ କରି ନ ଆଣିବା ଯାଏ ଯଥାର୍ଥ ଶାନ୍ତି ଆଦୌ ସମ୍ଭବ ହେବନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ଜାତି ଆଉ ଗୋଟିଏ ଜାତିକୁ ଶୋଷଣ କରୁଥିବ ଓ ତାହା ଉପରେ ଆଧିପତ୍ୟ ବିସ୍ତାର କରି ରହିଥିବ, ଯାବତୀୟ ଯୁଦ୍ଧର ଅବସାନ ଘଟାଇବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ କରୁଥିବା ଏକ ପୃଥିବୀରେ ତାହାଲାଗି ଆଦୌ କୌଣସି ସ୍ଥାନ ରହିବ ନାହିଁ । କେବଳ ଏହିପରି ଏକ ପୃଥିବୀରେ ହିଁ ସାମରିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳ ଜାତିମାନେ ଭୟପ୍ରଦର୍ଶନ ଅଥବା ଶୋଷଣରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ବାସ କରି ପାରିବେ ।

ହିଂସାଦ୍ୱାରା ହିଂସାର ଜବାବ ଦେବା ନୁହେଁ, ମାତ୍ର ନିଜର ଉଦ୍ୟତ ହାତକୁ ପ୍ରତ୍ୟାହୃତ କରି ରଖି ଓ ଯୁଗପତ୍ର ଭାବରେ ବଳଦ୍ୱାରା ସମର୍ଥିତ ହୋଇ ଆସିଥିବା ଆକ୍ରମଣକାରୀ ପାଖରେ ମୁଣ୍ଡ ନୁଆଁଇବାକୁ ଆଦୌ ସମ୍ମତ ନ ହୋଇ ହିଂସାକୁ ପ୍ରଭାବହୀନ କରିଦେବା ହେଉଛି ଏହି ପୃଥିବୀରେ ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବାର ଏକମାତ୍ର ସଭ୍ୟତା ସମ୍ପନ୍ନ ମାର୍ଗ । ଆଉ ଯେକୌଣସି ମାର୍ଗକୁ ଗ୍ରହଣ କଲେ ତାହା କେବଳ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ରର ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଆଡ଼କୁ ଟାଣିନେଇଯିବ ସେତେବେଳେ ମଝିରେ ମଝିରେ ପ୍ରୟୋଜନ ହେଉଥିବା ଶାନ୍ତିର କ୍ଷୁଦ୍ର ଅବସରମାନ ରହୁଥିବ କାରଣ ସମସ୍ତେ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବେ ଏବଂ ଆହୁରି ଅଧିକ ଶାଣିତ ଆକାରର ହିଂସା ପାଇଁ ସମସ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ମଧ ହେଉଥିବେ । ନିଜର ହିଂସାବଳକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବୃଦ୍ଧି କରି ଯେଉଁ ଶାନ୍ତି ଆସେ, ତାହା ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ ପରମାଣୁ ବୋମା ଓ ତାହାର ଯାବତୀୟ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଆଡ଼କୁ ହିଁ ଟାଣି ନେଇଯାଏ । ତାହାକୁ ଅହିଂସାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବର୍ଜନ ବୋଲି କହିବାକୁ ହେବ ଗଣତନ୍ତ୍ରର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବର୍ଜନ ବୋଲି ମଧ କୁହାଯିବ, କାରଣ ଅହିଂସା ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରକୃତରେ କେଉଁ ଗଣତନ୍ତ୍ର ସମ୍ଭବ ହେବ ?

ମୁଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତ୍ୟୟର ସହିତ କହି ପାରିବି ଯେ, ଯଦି ପୃଥିବୀ ପାଇଁ ଶାନ୍ତି ଆଣିବାକୁ ହୁଏ, ତେବେ କେବଳ ଅହିଂସାକୁ ହିଁ ସେଥିପାଇଁ ପନ୍ଥାରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ଦେଶୀ ସ୍ନାକ୍ସ ମଖାନା

ମଖାନା ଏକ ପ୍ରକାର କୋଳି । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ତନ୍ତୁ, ପ୍ରୋଟିନ ଓ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟସ୍ ରହିଛି । ଏହିକୋଳି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗ୍ଲୁଟେନ ମୁକ୍ତ ।

ମଖାନାକୁ ଫକ୍ସ ସିଡ୍ସ ବା ଲୋଟସ ସିଡ୍ସ କୁହାଯାଏ । ଏହା ସ୍ଥିର ପାଣିଥିବା ଗାଡିଆ, ହ୍ରଦ ଓ ସନ୍ତସନ୍ତିଆ ଜାଗାରେ ହୁଏ । ଏହି କୋଳିକୁ ଫାଷ୍ଟିଂ ଫୁଡ ବି କୁହାଯାଏ । କାରଣ ଆଧାତ୍ମିକ ଉତ୍ସବମାନଙ୍କରେ ଏହାର ଆବଶ୍ୟକତା ବେଶୀ ରହିଛି । ଏହି ଦେଶୀ ସ୍ନାକ୍ସ ଏବେ ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ପ୍ରୋଟିନଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଭାବେ ଗଣାଯାଉଛି । ଏମିତିକି ୱାଲଟସ୍ ଓ ଆଲମଣ୍ଡ ଠାରୁ ଏହା ଆଗରେ ରହିଥିବା କୁହାଯାଉଛି ।

ମଖାନାରେ ବେଶୀ ତନ୍ତୁ ଓ କମ୍ କ୍ୟାଲୋରି ରହିଥିବାରୁ ଏହା ଓଜନ କମ୍ କରେ । କମ୍ ସୋଡିୟମ ଓ ବେଶୀ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଥିବାରୁ ଏହା ହାର୍ଟ ଡିଜିଜ, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ , ଡାଇବେଟିସ୍ ଓ ମେଦ ବହୁଳତାରେ ପୀଡିତଙ୍କ ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟି ଏଜିଂ ଏଞ୍ଜାଇମ୍ ଥିବାରୁ ଏହା କ୍ଷତି ହୋଇଥିବା ପ୍ରୋଟିନ ଭରଣା କରିପାରେ । ଅତ୍ୟଧିକ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟସ ରହିଥିବ ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଏହାର ଗ୍ଲିସେମିକ ଇଣ୍ଡେକ୍ସ କମ୍ । ଏହି କାରଣରୁ କିଡନୀ ଲାଗି ଏହା ଉପକାରୀ ।

ମଖାନାକୁ କଞ୍ଚା ଭାଜି କିମ୍ବା ସିଝାଇ ଖାଇ ପାରିବେ । ସାଲାଡରେ ବି ମିଶାଇ ଖାଇ ପାରିବେ । କ୍ଷୀରିରେ ମଧ ପକାଯାଏ । ବାଜରା ଓ ସୋୟା ସହ ଏହାକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରି ମାଖନା ଖିଆଯାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ପରମ ପୁରୁଷ ଘନ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୈ,
ଅମିତ ଅନନ୍ତ ଅପାର ।
ଦର୍ଶନ ସେ ଓ୍ୱେ ମିଲତ ହୈ, ଶୁଦ୍ଧ
ହଁସ ଗତି ପାର ।।୦୭।।

ଭାଷ୍ୟ - ପରମ ପୁରୁଷ ରୂପୀ ଧନ, ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଅପାର ଅଟନ୍ତି ।ସେ ପ୍ରକୃତି ପାର ଚେତନ ସାଧନା ବଳରେ ଶୁଦ୍ଧ ଆତ୍ମାମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ପ୍ରକୃତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜଡ଼ ଜାନିୟେ,
ସୂକ୍ଷ୍ମାନ୍ତର ଜିଓ୍ୱ ମାନ ।
କୂଟସ୍ଥ ଜୀଓ୍ୱ ସେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହୈ,
ବ୍ୟାପକ କଶା ମହାନ ।।୦୮।।

ଭାଷ୍ୟ - ପ୍ରକୃତି ସବୁଠାରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଏବଂ ଜଡ଼ ଅଟେ ।ତାହାଠୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜୀବ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଜୀବ ଠାରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ କୂଟସ୍ଥ ଅର୍ଥାତ୍ ଅକ୍ଷର ଏବଂ ତାହାଠାରୁ ମଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବ୍ୟାପକ ପରଂବ୍ରହ୍ମ ଅଟନ୍ତି ।

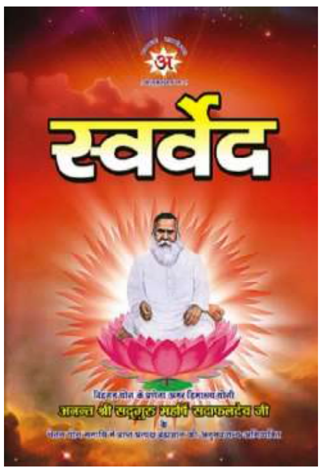
ଆତ୍ମାହିଁ ସ୍ତ୍ରୀ ପୁରୁଷ ହୈ, ଆତ୍ମ
ନପୁଂସକ ଜାନ ।
ଆତମ ଅପନେ କର୍ମ ଓ୍ୱଶ, ଓ୍ୱିଓ୍ୱିଧ
ଦେହ ନିର୍ମାନ ।।୦୯।।

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମା ହିଁ ସ୍ତ୍ରୀ, ପୁରୁଷ ଆଉ ନପୁଂସକ ଅଟେ ।ସେ ନିଜ କର୍ମବଶତଃ ଅନେକ ଶରୀରକୁ ଧାରଣ କରିଥାଏ ।

ଓ୍ୱାଣୀ ସବ ଉତପନ୍ନ ହୋ, ଜାକର
କର ଗୁଣ ଗାନ ।
ଲୟ ପହୁଁଚେ କର ଜାହି ମେଁ,
ସୋୟ ବ୍ରହ୍ମ ନିରଓ୍ୱାନ ।।୧୦।।

ଭାଷ୍ୟ - ସମସ୍ତ ବାଣୀ ଯାହାଠାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ଯାହାର ଗୁଣମାନଙ୍କର ଗାନ କରିଥାନ୍ତି ଆଉ ଯାହାଠାରେ ଯାଇ ପରିଶେଷରେ ଲୟ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ସେ ନିର୍ବାଣ ପରମପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି ।

ଜହାଁ ସେ ଓ୍ୱାଣୀ ଉଦୟ ସବ, ଜହାଁ
କରେ ଓ୍ୱିଶରାମ ।
ଅର୍ଥ ଶବ୍ଦ ଆଧାର ମେଁ, ସବ
ଆଶ୍ରୟ ସତ୍ୟ ନାମ ।।୧୧।।



ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁଠାରୁ ସମସ୍ତ ବାଣୀ ଉଦୟ ହୋଇ ତାହାରି ଆଧାରରେ ସ୍ଥିତ ରହିଥାନ୍ତି, ସେହି ଅର୍ଥ, ଶବ୍ଦ, ସମସ୍ତଙ୍କର ଆଧାର, ସର୍ବ ଆଶ୍ରୟ, ସତ୍ୟନାମ ପରମ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି ।

ଜାହି ଭୂମି ରଚା ଚଲେ, ସବ
ମଣ୍ଡଲ ପରକାଶ ।
ଅସତ ଜାହି କେ ସନ୍ଧି ମେଁ, ସବ
ଭାସିତ ଜଗ ଭାସ ।।୧୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁ ଭୂମିରୁ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରକଟ ହୋଇ ମନ, ଆତ୍ମା ଏବଂ ପ୍ରକୃତି ଭିତରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇ ସଂସାରରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆଲୋକିତ କରେ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ତାହାରି ସମୀପକୁ ଯାଇ ସେଥିରେ ବିଲୀନ ହୋଇଯାଏ ସେ ସବୁର ଆଧାର କାରଣ ନିରକ୍ଷର ପରମ ବ୍ରହ୍ମ ଅଟନ୍ତି । ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନର କାରଣ ଏବଂ ଆଧାର ଏକମାତ୍ର ପରମ ବ୍ରହ୍ମ ଅଟନ୍ତି ।

ଆତମ ଅନ୍ତର ଆତମା, ଜାନେ
ସନ୍ତ ସୁଜାନ ।
ଅଷ୍ଟ ଚକ୍ର ନଓ୍ୱ ଦ୍ୱାର ସେ, ଆଓ୍ୱୃତ
ତ୍ରୈଗୁଣ ମାନ ।।୧୩।।

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମା ଭିତରେ ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷ ବିଦ୍ୟମାନ, ଯାହାଙ୍କୁ କେବଳ ଅନୁଭବୀ ସନ୍ଥ ଜାଣନ୍ତି । ସେହି ପରମ ପୁରୁଷ ଅଷ୍ଟ ଚକ୍ର, ନବଦ୍ୱାର ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ତ୍ରିଗୁଣରେ ଢାଙ୍କି ହୋଇଛନ୍ତି ।ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତିର ଆବରଣ ହଟିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ସେହି ପରମ ବ୍ରହ୍ମ ଆତ୍ମାକୁ ଅନୁଭବ ସାକ୍ଷାତ୍କାର ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ବ୍ରହ୍ମଓ୍ୱେତ୍ତା ଓ୍ୱିଜ୍ଞାନ ମେଁ, ତୃପ୍ତ
ସୋମରସ ପାନ ।
ଦୁଲ ମୃତ୍ୟୁ ସେ ଅଭୟ ଓ୍ୱେ,
ନିଜସ୍ୱରୂପ ପହିଚାନ ।।୧୪।।

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଅନୁଭବୀ ବିଦ୍ୱାନ ତଥା ସହଜ ଯୋଗୀ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧିରେ ବ୍ରହ୍ମାମୃତ ସୋମରସ ପାନକରି ତୃପ୍ତ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ନିଜ ଆତ୍ମ ସ୍ୱରୂପର ବଳ ପ୍ରକଟ ହୋଇଯିବା ଫଳରେ ଦୁଃଖ ଆଉ ମୃତ୍ୟୁଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

ବ୍ରହ୍ମଓ୍ୱେତ୍ତା ଓ୍ୱିଜ୍ଞାନ ମେଁ, ତୃପ୍ତ
ସୋମରସ ପାନ ।
ଦୁଲ ମୃତ୍ୟୁ ସେ ଅଭୟ ଓ୍ୱେ,
ନିଜସ୍ୱରୂପ ପହିଚାନ ।।୧୪।।

ଭାଷ୍ୟ - ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଅନୁଭବୀ ବିଦ୍ୱାନ ସହଜ ଯୋଗୀ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସମାଧିରେ ବ୍ରହ୍ମାମୃତ ସୋମରସ ପାନକରି ତୃପ୍ତ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ନିଜ ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପର ବଳ ପ୍ରକଟ ହୋଇଯିବା ଫଳରେ ଦୁଃଖ ଆଉ ମୃତ୍ୟୁଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

ଆତ୍ମ ଭୂମି ସ୍ୱଃ ଭୂମି ମେଁ, ଅଓ୍ୱର
ଧରା ଭୂ ମାହିଁ ।
ଜୋ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ଭରମଣ କରେ, ଅତ୍ରି
କହେଁ ମୁନି ତାହିଁ ।।୧୫।।

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁ ଆତ୍ମା ଚେତନ ମଣ୍ଡଳ ମୁକ୍ତିରେ ଆଉ ଜଡ ପୃଥିବୀ ମଣ୍ଡଳ ଏବଂ ଆତ୍ମା ଭିତରେ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ଭ୍ରମଣ କରେ, ସେହି ଯୋଗଜୀତ ମୁନିଙ୍କୁ 'ଅତ୍ରି' କହନ୍ତି ।

ସର୍ଓ୍ୱ ଦ୍ରଷ୍ଟୁ ମହ ମମ ପ୍ରଭୁ, ସାଦର
ଦୀନ ପ୍ରଣାମ ।
ଦୟା ଦୃଷ୍ଟି ଅଓ୍ୱଲୋକିୟେ, ଶରଣ
ଅଧୀନ ଅକାମ ।।୧୬।।

ଭାଷ୍ୟ - ହେ ମହାନ୍ ସର୍ବଦ୍ରଷ୍ଟା ପରମ ପ୍ରଭୁ ! ଆପଣଙ୍କୁ ସାଦର ଏବଂ ବିନମ୍ର ଭାବରେ ନମସ୍କାର ।ମୁଁ ନିଷ୍କାମ ହୋଇ ଆପଣଙ୍କ ଶରଣରେ ଅଛି ।ଆପଣ ମୋତେ ଦୟା ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖନ୍ତୁ ।ନିଷ୍କାମୀ, ଆର୍ତ୍ତ, ଦୀନ, ଅଧୀନ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତ ଉପରେ ପ୍ରଭୁ ନିଜ ଦୟାର ପ୍ରସାର କରିଥାନ୍ତି ।

କଶା ଭଜନ ଓ୍ୱିମୁଚ୍ଛ କର, ଅରୁ ଅଜ
ସୁକୃତ ଦେଓ୍ୱ ।
ହମ ଜନ ଭୀ ସୁମିରନ କରେଁ,
ଋଷି ମୁନି ଜା କହଁ ସେଓ୍ୱ ।।୧୭।।

ଭାଷ୍ୟ - ସାରଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ଭଜନ, ଜୀବନ ମୁକ୍ତ ନିତ୍ୟ ଅନାଦି ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଏବଂ ଋଷି ମୁନି ସମସ୍ତେ କରିଥାନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଆମେ ମନୁଷ୍ୟଗଣ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କୁ ଭକ୍ତି କରିବା ଉଚିତ ।

ଜିଓ୍ୱନ୍ମୁଚ୍ଛ ମଧୁମାନ କୀ, କରୁ ସେଓ୍ୱା
ସତ୍ସଙ୍ଗ ।
ଦୁର୍ଗୁଣ ରହିତ ସଦ୍‌ଗୁଣ ମିଲୈ,
ପାରଶ ପରସତ ଅଙ୍ଗ ।।୧୮।।

ଭାଷ୍ୟ -ସୋମରସ ପାନ କରୁଥିବା ସହଜ ଯୋଗୀର ସେବା ଆଉ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ କରନ୍ତୁ, ଯାହାର ସ୍ପର୍ଶରେ ସମସ୍ତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କର ଦୋଷ ଦୁର୍ଗୁଣ ନଷ୍ଟ ହୋଇ ସଦ୍‌ଗୁଣ ଏବଂ ସହଜ ଶାନ୍ତି ତଥା ଶୀତଳତା ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଯେମିତି ପାରସ ମଣିର ସ୍ପର୍ଶରେ ଲୁହା ସୁବର୍ଣ୍ଣରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଏ, ସେହିପରି ମଧୁମାନ ଯୋଗୀର ସଂସ୍ପର୍ଶରୁ ଜୀବନ ସରସ, ଦୋଷମୁକ୍ତ ଏବଂ ମଧୁମୟ ହୋଇଯାଏ । ଯୋଗୀ ଏବଂ ସନ୍ଥମାନଙ୍କର ନିଷ୍କପଟ ତଥା ଶୁଦ୍ଧ ଭାବରେ ସେବା କରି ତାଙ୍କ ଠାରୁ ସଦ୍‌ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ଉଚିତ । ଦୋଷ ଦୁର୍ଗୁଣଯୁକ୍ତ ଜୀବନ ସତ୍‌ମାର୍ଗ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ସୁଦ୍ଧା ଜୀବନରେ ଉତ୍ଥାନ କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ନିଷ୍କାମ ଏବଂ ଶୁଦ୍ଧ ଭାବରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଶରଣାଗତ ହୋଇ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଯନ୍ନ କରିବା ଉଚିତ ।

କ'ଣ ଖାଇବା ? କାହିଁକି ଖାଇବା ?...

ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ହିତଭୁକ୍- ଅର୍ଥାତ୍ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଖାଇବା । ହିତଭୋଜୀ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ସୁସ୍ଥ ରହିଥାଏ । ହିତଭୋଜୀ ମାନେ ଯିଏ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଅନୁକୂଳ ଏବଂ ଉପଯୋଗୀ ପଦାର୍ଥ ହିଁ ଭୋଜନ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖାଇଥାଏ ।

ଋତଭୁକ୍- ଅର୍ଥାତ୍ ନ୍ୟାୟ ଉପାର୍ଜିତ ଖାଇବା । ଋତ ଶବ୍ଦ ପବିତ୍ରତା ଓ ଚେତନାର ନିର୍ମଳତା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ । ଋତର ଅର୍ଥ ଭୋଜନରେ ସମାହିତ ଭାବନା ସହିତ ଜଡ଼ିତ । ଭୋଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତକାରୀର ଭାବନା କିପରି ? ପୁଣି ତାହାକୁ ଖାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କର୍ତ୍ତବ୍ୟନିଷ୍ଠ କି ନୁହେଁ । ଋତ ଭୋଜନକୁ ଭାବନାଶୀଳ ଓ ଯାହା ଠାରେ ମା'ର ମମତା ରହିଛି, ସେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରେ । ତେଣୁକରି ଏହି ଭୋଜନକୁ ସିଏ ଖାଇପାରେ, ଯିଏ ମାଗଣାରେ ଖାଏ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଶୋଷଣ କରେ ନାହିଁ । ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଯେତେ ଅଧିକ ସଦ୍‌ଭାବନା ଅର୍ପଣ କରୁ, ଆମର ଆନ୍ତରିକ ବଳ ସେତେ ବଢ଼ିଥାଏ, ଏକଥା ଧ୍ୟାନ ରଖିବାର ଯୋଗ୍ୟ । ତେଣୁ ଆହାରର ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ ଚେତନାର ବିକାଶର ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ ଅଟେ । ଋତ ଆହାରର ସ୍ୱରୂପ ଆମର ଚେତନାକୁ ପରିଷ୍କୃତ ବା ବିକୃତ କରିଥାଏ । ଆହାର ସନ୍ଦର୍ଭରେ ଆୟୁର୍ବେଦର ସବୁଠାରୁ ପ୍ରାଚୀନ ଗ୍ରନ୍ଥ 'ଚରକ ସଂହିତା'ରେ ଲେଖା ଅଛି-

ମାତ୍ରାଶୀ ସ୍ୟାତ । ଆହାରମାତ୍ରା ପୁନରାଗ୍ନିବଳାପେକ୍ଷିଣୀ ।।

ଦ୍ରବ୍ୟାପେକ୍ଷୟା ଚ ତ୍ରିଭାଗସୌହିତ୍ୟମର୍ଦ୍ଧସୌହିତ୍ୟଂ ବା ଗୁରୁଣାମୁପଦିଶ୍ୟତେ । ଲଘୁନାମପି ଚ ନାତିସୌହିତ୍ୟଂ ଅଗ୍ନେର୍ୟୁକ୍ତ୍ୟର୍ଥମ୍ ।

ଅର୍ଥାତ୍ ମନୁଷ୍ୟମାନେ ପରିମିତ ମାତ୍ରାରେ ଭୋଜନ କରିବା ଉଚିତ । ଆମର ପାଚନଶକ୍ତି ଅନୁସାରେ ତାହାର ମାତ୍ରା ହେବା ଦରକାର ।

ପୁଣି ଭୋଜନରେ ବିଳମ୍ବରେ ହଜମ ହେଉଥିବା (ଗୁରୁପାକ) ଓ ଶୀଘ୍ର ହଜମ ହେଉଥିବା (ଲଘୁପାକ) ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକର ମଧ ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଉଚିତ । ହଜମ ପାଇଁ ଗରିଷ୍ଠ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକୁ ଅଧା ବା ତିନି ଚତୁର୍ଥାଂଶ ପେଟ ଭରି ଖାଇବା ଉଚିତ ଏବଂ ହାଲୁକା ବା ଲଘୁ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକୁ ଭୋକ ଠାରୁ କିଛି କମ୍ ଖାଇବା ଉଚିତ, ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଜଠରାଗ୍ନିର ବଳ ବଜାୟ ରହିବ । ଏହି କଥାକୁ 'ଭାବପ୍ରକାଶ' ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଏହିପରି କୁହାଯାଇଛି-

କୁ କ୍ଷେ ର୍ଭା ଗ ଦ୍ୱ ୟଂ ଭୋଜ୍ୟୈସ୍ତୃତୀୟେ ବାରି ପୂରୟେତ୍ ।

ବାୟୋଃ ସଂଚାରଣାର୍ଥାୟ ଚତୁର୍ଥମବଶେଷୟେତ୍ ।

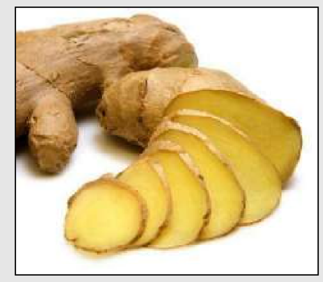
ଅର୍ଥାତ୍ ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ କରିବାରେ ପାକସ୍ଥଳୀର ଦୁଇ ଭାଗ ଭୋଜନ ଦ୍ୱାରା ଓ ଏକ ଭାଗ ପାଣି ଦ୍ୱାରା ପୂରଣ କରାଯାଉ ଏବଂ ଚତୁର୍ଥ ଭାଗକୁ ବାୟୁ ସଂଚରଣ ପାଇଁ ଖାଲି ଛାଡ଼ି ଦିଆଯାଉ । ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଏହି ନିୟମ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ସକାଶେ ହିତକାରୀ ଏବଂ ଶକ୍ତି ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନକାରୀ; କାରଣ ଯଦି ଆମେ ଭୋଜନର ସ୍ୱାଦରେ ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ଖୁନ୍ଦି ଖୁନ୍ଦି ପେଟକୁ ଭରିନେବା ତ ତାହାର ପରିଣାମ ସର୍ବଦା ବହୁତ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି ଭୋଜନ କେବେ ହେଲେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହଜମ ହୋଇ ପାରେ ନାହିଁ । ଏ ପ୍ରକାର ଭୋଜନ ଦ୍ୱାରା କୋଷ୍ଠବଦ୍ଧତା ଓ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଏ ପ୍ରକାର ଭୋଜନ ଦ୍ୱାରା ସଞ୍ଚିତ ଶକ୍ତିର ମଧ ଅପବ୍ୟୟ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହି କାରଣରୁ ଆମେ ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଉ । ତେଣୁକରି ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ କରିବାରେ ସ୍ୱାଦର ବଶୀଭୂତ ହେବା ଅନୁଚିତ ଏବଂ ସାଦା ଓ ସୁପାଚ୍ୟ ଭୋଜନ ପରିମିତ ମାତ୍ରାରେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ ।

ଅଦାର କ୍ଷମତା

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଅଦାକୁ ମହୌଷଧି ଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଦୈନିକ ଅନ୍ୟ ମିଶ୍ରିତ ଚା' ପିଇଲେ ଏହା ଭୋକ ବଢ଼ାଇବା ସହ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଅଦା ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଋତୁ ତୁଳନାରେ ଶୀତରେ ଏହାକୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଥଣ୍ଡା କାଶ, ବଦହଜମ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ସହ ପେଟ ସଫା ରଖିଥାଏ ଅଦା ।

ଭୋକ ନ ହେଉଥିଲେ ନିୟମିତ ଭାବେ ଅଦା ଚୁନାଚୁନା କାଟି ତାହାକୁ ସାଲାଡ୍ ଭାବେ ନଚେତ୍ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବ୍ୟଞ୍ଜନରେ ମିଶାଇ ଖାଇ ପାରିବେ । ୧ ସପ୍ତାହ ଏହିପରି କଲେ ଭୋକ ହେବା ସହ ପେଟ ମଧ ପରିଷ୍କାର ହୁଏ ।

ଦୈନିକ ଅଦା ଛେଚା ଚା' ପିଇଲେ ମାଇଗ୍ରେନ୍ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।



ଜ୍ୱର, ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା, ଛିଙ୍କ ଇତ୍ୟାଦିରୁ ଆରାମ ପାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଅଦା ଚା' ପିଇବା ଖୁବ୍ ଲାଭକାରୀ ।

କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ରୋଗୀ ନିୟମିତ ଅଦା ଛେଚା ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇଲେ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ମୋନା ବୟଫ୍ରେଣ୍ଡ ରାକେଶକୁ : ତମର ଆଉ ମୋ ଫୋନ ରିଚାର୍ଜ କରିବା ଦରକାର ନାହିଁ ।
ରାକେଶ : କାହିଁକି ? କ'ଣ ଚାକିରି ହେଇଗଲାକି ?
ମୋନା : ନା, ନୂଆ ବୟଫ୍ରେଣ୍ଡ ମିଳିଗଲା ।

× × ×

ସ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ : ଚାଲନା ସ୍ୱିଟ୍‌ହାର୍ଟ କୋଉ ହରର୍ ମୁଭି ଦେଖିବାକୁ ଯିବା ।
ସ୍ୱାମୀ : କୁଆଡ଼େ କାହିଁକି ଯିବା ?
ଆଲମାରୀରୁ ଆମ ବାହାଘର ସିଡି ବାହାର କରି ଦେଖିଦିଅ ।

× × × ×

ଜଣେ ବୃଦ୍ଧା ଟ୍ରେନରେ ଗଲାବେଳେ
ଟିକେଟ୍ କଲେକ୍ଟର : ମାଉସୀ ଟିକେଟ୍ ଦେଖାଅ ।
ବୃଦ୍ଧା : ଏଇ ନିଅ ପୁଅ ।
ଟିକେଟ୍ କଲେକ୍ଟର : ଏ କ'ଣ ଏଇଟା ତ ପୁରୁଣା ଟିକେଟ୍ ।
ବୃଦ୍ଧା : ହଇରେ ପୁଅ ତୁ ତ ଏମିତି କହୁଛୁ, ଯେମିତି ଏ ଇ ଟ୍ରେନକୁ ସାଙ୍ଗେ ସାଙ୍ଗେ ଶୋ' ରୁମରୁ ଅଣା ହେଇଛି ।

× × × × × ×

ରାସ୍ତାରେ ରମେଶ ଜଣେ ବାବାଙ୍କୁ ଭେଟି ପଚାରିଲେ ?
ରମେଶ : ବାବା କେମିତି ଅଛନ୍ତି ?
ବାବା : ଆମେ ତ ସାଧୁ ଲୋକ ପୁଅ । ଆମର ରାମ ଆମକୁ ଯେମିତି ରଖିଛନ୍ତି ସେମିତି ରହୁଛୁ ?
ତୁମେ ଖୁସି ଅଛ ତ !
ରମେଶ : ମୁଁ ତ ସଂସାରୀ ଲୋକ ବାବା, ମୋ ସୀତା ମତେ ଯେମିତି ରଖିଛି ମୁଁ ସେମିତି ରହୁଛି ।

× × × × × ×

ଶିକ୍ଷକ ପପୁକୁ କହିଲେ, କିଛି ହୃଦୟକୁ ଛୁଇଁବା ଭଳି ସାୟରି ଶୁଣା ।
ପପୁ : ମୋଟା ମରତା ମୋଟି ପେ ଭୁଖା ମରତା ରୋଟି ପେ,
ମାଷ୍ଟରଜୀ କି ହୈ ଦୋ ବେଟି ଔର
ମେ ମରତା ହୁଁ ଛୋଟି ପେ ।
ଶିକ୍ଷକ : ବେହୋସ ।

× × × × × ×

ଜଣେ ମଦ୍ୟପ ମଦ ପିଇ ଗାଡ଼ି ଚଳାଉଥିଲା ଅଚାନକ ଗାଡ଼ି ଏକ ଖମ୍ବରେ ପିଟିହେଲା ।
ପୋଲିସ : ଆବେ ବାହାରକୁ ଆ !
ମଦ୍ୟପ : କ୍ଷମା ଦିଅନ୍ତୁ ସାର ।
ପୋଲିସ : ଆବେ ମଦ ପିଇ ଗାଡ଼ି ଚଲାଉଛୁ ପାଟି ମେଲା କର ।
ମଦ୍ୟପ : ଆଉ ପିଇବିନି ସାର୍ ମୁଁ ଖୁବ୍ ପିଇ ଦେଇଛି, ଆଉ କେତେ ପିଇବି ।

× × × × × ×

ରବି କାର ଧୋଉଥିଲା..
ପଡୋଶୀ ଆଣ୍ଟି ଆସି ପଚାରିଲେ ଆରେ ପୁଅ କ'ଣ କାର ଧୋଉଛୁ ।
ରବି : ନାହିଁ ପାଣି ଦେଉଛି, କାଲେ ବଡ଼ ହୋଇ ବସ୍ ହୋଇଯିବ ।

ଗୁଡ଼ର ଉପକାରିତା

ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଗୁଡ଼କୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ସୁସ୍ଥ ଓ ଅମୃତ ବୋଲି ମଣୁଥିଲେ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ମିଠା ଖାଇବାର ଇଚ୍ଛା ରହିଛି ତେବେ ଡାଏଟରେ ଏହାକୁ ନିଶ୍ଚୟ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ହଁ ସୁଗର ରୋଗୀ ମଧ ଗୁଡ଼ ଖାଇ ପାରିବେ । କାରଣ ଏଥିରେ ଅନରିଫାଇନଡ ନାଚୁରାଲ ସୁଗାର ରହିଛି, ଯାହାକି ଡାଇବେଟିସ ରୋଗୀଙ୍କୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇ ନ ଥାଏ । ଆୟୁର୍ବେଦ ଅନୁସାରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାପରେ ଗୁଡ ଖାଇବା ଉଚିତ । ଗୁଡ ଖାଦ୍ୟକୁ ଭଲ ଭାବରେ ହଜମ କରିଦେଇଥାଏ ।

ଶ୍ୱାସରୋଗ: ୧ କପ ଚୁନା ଚୁନା କଟା ହୋଇଥିବା ମୂଳାରେ ଗୁଡ଼ ଓ ଲେମ୍ବୁରସ ମିଶାଇ ୨୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ଓ ପ୍ରତିଦିନ ଏହାକୁ ଖାଆନ୍ତୁ, ଶ୍ୱାସ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ ।

ପେଟ ପାଇଁ ଗୁଣକାରୀ ଗୁଡ଼: ପେଟରେ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ରହିଥିଲେ, ଗୁଡ ରାମବାଣ ପରି କାମ କରିଥାଏ, ଗ୍ୟାସ, ଏସିଡିଟି, କବଜ ସମ୍ୟାକୁ ଦୂର କରେ ।

ସୁସ୍ଥ ଫୁସଫୁସ୍: ଗୁଡ, ଗଳା ଓ ଛାତି ଇନଫେକ୍‌ସନକୁ ଠିକ୍ କରିଥାଏ । ଏହା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ପରି କାମ କରିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ସଠିକ୍ ମାତ୍ରାରେ ଗୁଡ ଖାଇବା ଫଳରେ ଫୁସଫୁସ୍ ହେଲଦୀ ରହିଥାଏ ।

ସର୍ଦ୍ଦି ଥଣ୍ଡା: ଗୁଡ ଖାଇବା ଫଳରେ ଶରୀର ଗରମ ରହିଥାଏ, ଏହା ସର୍ଦ୍ଦି ଥଣ୍ଡାରୁ ଦୂରେଇ ରଖିବାରେ ଖୁବ୍ ପ୍ରଭାବୀ । ଗୋଲମରିଚ ଓ ଅଦା

ସହିତ ଗୁଡ ଖାଇବା ଫଳରେ ଥଣ୍ଡା-କାଶ, ଗଳା ଖରାପ ଆଦି ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଗୁଡ ଖସାର ବର୍ଫି ତିଆରି କରି ଖାଇବା ଫଳରେ ଶରୀରରୁ ସର୍ଦ୍ଦି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଛାଡି ଯାଇଥାଏ ।

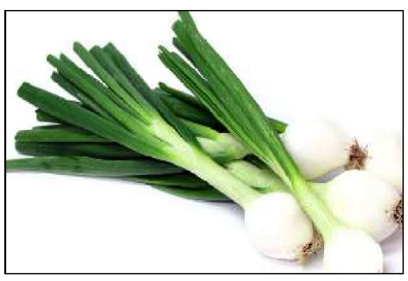
ନାକ ଆଲର୍ଜୀ: ଯଦି ନାକ ଆଲର୍ଜୀ ରହିଛି, ଏ ନେଇ ସକାଳୁ ଉଠିବା ମାତ୍ରେ ଛିଙ୍କ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଉଛି । ତେବେ ଏହି ରୋଗୀ ସକାଳୁ ଉଠି ଖାଲି ପେଟରେ ୧ ଚାମଚ ଅଦା ଗୁଣ୍ଡ ଓ ୨ ଚାମଚ ଅଁଳା ରସ ସହିତ ଗୁଡ ମିଶାଇ ଖାଇବା ଉଚିତ ଏହା ଥଣ୍ଡାରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ ।

ତ୍ୱଚା ପାଇଁ ଉତ୍ତମ: ଗୁଡ ଶରୀରରୁ ହାନିକାରକ ବିଷକୁ ବାହାର କରିଦିଏ, ଏହା ତ୍ୱଚାକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଫଳରେ ମୁହଁ ବ୍ରଣରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ଓ ତ୍ୱଚା ଗ୍ଲୋ କରିଥାଏ ।

ଔଷଧୀୟ ପିଆଜ ଶଣ୍ଢା

ଶୀତ ଦିନେ ପିଆଜ ଶଣ୍ଢା ଖାଇବାକୁ ଖୁବ୍ ଟେଷ୍ଟି ଲାଗିଥାଏ । ଏହାକୁ ସ୍ପ୍ରିଙ୍ଗ ଓନିଅନ୍ ବା ଗ୍ରୀନ୍ ଓନିୟନ କୁହାଯାଇଥାଏ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରୀ କମ୍ ଓ ସଲ୍ଫରର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ରହିଥିବା ହେତୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଏହା ଖୁବ୍ ଲାଭକାରୀ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ: ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ସି, ବି, ଭିଟାମିନ୍ ବି-୨, କପର, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ, ପୋଟାସିୟମ, ମାଙ୍ଗାନିଜ ଥାଇମିନ୍ ଆଦି ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା



ପେକ୍ଟିକ୍ ନାମକ ପଦାର୍ଥ କ୍ୟାନସର ଭଳି ଭୟାନକ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ମଧ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଆଖିକୁ ସୁସ୍ଥ: ଧଳା ହେଉକି ନାଳି ପ୍ରତ୍ୟେକ ପିଆଜ ଶଣ୍ଢା ଆଖି ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ।

ସୁସ୍ଥ ହୃଦୟ: ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟରେ ଭରପୁର ପିଆଜ ଶଣ୍ଢା ଡିଏନଏରେ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇବାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ରକ୍ତ ଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲକୁ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରିଥାଏ ।

ଡାଇବେଟିସ୍ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ: ମଧୁମେହ ପୀଡ଼ିତ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ପିଆଜ ଖାଇବା ଖୁବ୍ ଭଲ । ଏଥିରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ସଲଫର ରହିଥାଏ, ଯାହାକି ଇନସୁଲିନ୍ ସ୍ତରର ସନ୍ତୁଳନକୁ ବଜାୟ ରଖିଥାଏ ।

କ୍ୟାନସରକୁ ରୋକିବ: ଗ୍ରୀନ୍ ଓନିଅନ୍ ଶରୀରରେ କ୍ୟାନସର ସେଲ ବଢ଼ିବାକୁ ଦିଏନାହିଁ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ୧୮୫୩ ମସିହା ଏପ୍ରିଲ ୧୬ ତାରିଖରେ ମୁମ୍ବାଇ - ଠାଣେ ମଧରେ ପ୍ରଥମ ଟ୍ରେନ୍ ଚଳାଚଳ ହୋଇଥିଲା ।
- ୧୯୮୪,ଅକ୍ଟୋବର ୨୪ ତାରିଖରେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ କଲିକତା ଠାରେ ଭୂମିରେ ଚାଲୁଥିବା ମେଟ୍ରୋ ରେଳ ଚଳାଚଳ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।
- ଭାରତର ବର୍ତ୍ତମାନ ଚେନାବ୍ ନଦୀ ଉପରେ ତିଆରି କରାଯାଉଥିବା ପୋଲ ହେଉଛି ପୃଥିବୀର ସବୁଠୁ ଉଚ୍ଚ ରେଳ ପୋଲ । ଏହାର ଉଚ୍ଚତା କୁତବ୍ ମିନାରଠାରୁ ପ୍ରାୟ ୫ ଗୁଣ ଅଧିକ ।
- 'ମେଟୁପଲାୟମ୍ ଉଟି ନୀଳଗିରି ପାସେଞ୍ଜର' ହେଉଛି ଭାରତର ସବୁଠୁ ମନ୍ଥର ବେଗରେ ଗତି କରୁଥିବା ଟ୍ରେନ୍ । ଏହା ପ୍ରତି ଘଣ୍ଟାକୁ ୧୦ କି.ମି ଗତି କରିଥାଏ ।
- ସବୁଠୁ ତୀବ୍ର ବେଗରେ ଗତି କରୁଥିବା ଟ୍ରେନ୍ ହେଉଛି 'ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ଭୋପାଳ ଶତାବ୍ଦୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍' । ଏହା ନୂଆଦିଲ୍ଲୀରୁ ଭୋପାଳ ମଧରେ ଥିବା ୭୪୦ କି.ମି ଦୂରତାକୁ ମାତ୍ର ୭ ଘଣ୍ଟା ୫୦ ମିନିଟରେ ଅତିକ୍ରମ କରିଥାଏ ।
- ଜର୍ମାନୀ ୨୦୧୪ ଫିଫା ବିଶ୍ୱକପ ଜିତିଥିଲା ।
- ରାମାନୁଜଙ୍କୁ ବିଶିଷ୍ଟ ଅଦ୍ୱୈତ ଦର୍ଶନର ଉପସ୍ଥାପକ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ ।
- ପ୍ରଥମ ଟଙ୍କା (ରୁପି) ଶେରଶାହା ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ କରିଥିଲେ ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।
- ୧୮୧୩ ର ସନନ୍ଦ ଆଇନ ଅନୁସାରେ ଭାରତରେ ବ୍ରିଟିଶ ଶାସନର ସର୍ବୋଚ୍ଚ କର୍ତ୍ତା ହେଲେ ଫୋର୍ଟ ଉଇଲିୟମର ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଜେନେରାଲ ।

ଗ୍ରୀନ ଟି ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା କମାଏ

ଫ୍ୟାଟ୍ ଏବଂ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ କାରଣରୁ ହୃଦଘାତ ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁରୁ ଗ୍ରୀନ ଟି ରକ୍ଷା କରିବ ବୋଲି ବ୍ରିଟେନର ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏକ କମ୍ପାଉଣ୍ଡ ଖୋଜି ପାଇଛନ୍ତି ଯାହାକି ଯୌଗିକ ରକ୍ତ

କୋଷିକାରେ ଦେଖା ଦେଉଥିବା ଭୟଙ୍କର ପ୍ରୋଟିନ୍ ପ୍ଲାକ୍ୟୁ ଗ୍ରୀନ ଟିରେ ଭଲ ଭାବରେ ମିଶି ଯାଇ ତାକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ତେବେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏ ନେଇ ରକ୍ତ ବାହିକାରେ ସେହି କମ୍ପାଉଣ୍ଡକୁ ପରିଚିତ କରିବା ଲାଗି କାର୍ଯ୍ୟ ଜାରି ରଖିଛନ୍ତି । ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ଗ୍ରୀନଟି ପିଇବାର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡିବ ।

ଚା'ପତିର ସଦୁପଯୋଗ କରନ୍ତୁ

ଟି ବ୍ୟାଗ କିମ୍ବା ଖୋଲା ଚା'ପତି ବ୍ୟବହାର କରିସାରିବା ପରେ ନିଶ୍ଚୟ ଫିଙ୍ଗି ଦେଉଥିବେ । ହେଲେ ଏହାର ଅନ୍ୟ ବ୍ୟବହାର ବି ରହିଛି । ଟି ବ୍ୟାଗରେ ଆଜିକାଲି ଡାଲଚିନି, ଲେମ୍ବୁ, ପୋଦିନା ମିଶା ଯାଉଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଚା' କରିବା ପରେ ବି ମଶା, ମାଛି ଆଦି ଘଉଡ଼ାଇବା ଲାଗି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ ।

ପିପରମେଣ୍ଟ ଟିବ୍ୟାଗ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପରେ ଘରକୁ ମୂଷା ପଶୁଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଏହାକୁ ରଖିଦିଅନ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି ବାସ୍ନା ଆଦୌ ପସନ୍ଦ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ଏପରି ଟିବ୍ୟାଗ୍ ରହିଲେ ମୂଷା ଘରକୁ ପଶିବେନି । ପୁଣି ପିପରମେଣ୍ଟ ଟିବ୍ୟାଗ୍ ଗରମ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ାଇ ଘରର ସମସ୍ତ କୋଣରେ ରଖିଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ବାସ୍ନାରେ ବୁଢ଼ିଆଣୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କୀଟପତଙ୍ଗ ବି ଘରୁ ଚାଲିଯିବେ ।

ଯଦି ମଶା ବେଶୀ ହେଉଥାନ୍ତି ତେବେ ଟିବ୍ୟାଗର ପତି ହେଉ କି ଖୋଲା ଚା' ପତି ତା' ସହିତ ଦୁଇତିନୋଟି ଲବଙ୍ଗ ମିଶାଇ ତାୱାରେ ଗରମ କରି ଘରର ବିଭିନ୍ନ କୋଣରେ ଧୂଆଁ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ମଶା ପଳାଇବେ ।

ଆଇନା କିମ୍ବା ଝରକାର କାଚ ସଫା କରିବାକୁ ହେଲେ ଚା'ର ପାଣି ସ୍ପ୍ରେ କରନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ସଫା କପଡ଼ାରେ ପୋଛି ଦେବେ । ଯଦି ଚଟାଣ କାଠରେ ଡେକୋରେଟ୍ କରିଛନ୍ତି, ତେବେ ଏହାକୁ ବ୍ଲାକ୍ ଟି (ବିନା ଚିନି)ରେ ପୋଛିଲେ ଏଥିରେ ଥିବା ଟେନିନ୍ ଚଟାଣକୁ ଚକ୍‌ଚକ କରିବ । ପୁରା ପ୍ୟାକ୍ ଜୋତା କି ଚପଲ ପିନ୍ଧିଲେ ପାଦରୁ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଆସିଥାଏ । ତେଣୁ ହାଲ୍‌କା ଉଷୁମ ପାଣିରେ ବ୍ୟବହାର ହୋଇ ସାରିଥିବା ଟିବ୍ୟାଗ୍ ପକାଇ ସେଥିରେ ପାଦକୁ କିଛି ସମୟ ବୁଡ଼ାଇ ରଖନ୍ତୁ । ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଚାଲିଯିବ ।

ପୋଷାଙ୍କ ଲୋମରେ ଯଦି ପୋକ ହୋଇଯାଇଥାନ୍ତି ତେବେ ସେମାନଙ୍କ ବିଛଣା ଉପରେ ଚା' ପତି ଛିଞ୍ଚି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାର ବାସ୍ନାରେ ପୋକ ମରିଯିବେ ।

ସେହିପରି ଫ୍ରିଜରୁ ଯଦି ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଆସୁଥାଏ ତେବେ ସେଥିରେ କିଛି ଟିବ୍ୟାଗ୍ ରଖିଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଅବଶୋଷକ ପରି କାମ କରେ ଏବଂ ଶୀଘ୍ର ଫ୍ରିଜକୁ ଦୁର୍ଗନ୍ଧମୁକ୍ତ କରିଦିଏ ।

ଚା' ପାଣିରେ କିଛି ପୋଦିନା ପତ୍ର ଏବଂ ଚିମୁଟାଏ ଲୁଣ ପକାଇ କୁଳି କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ପାଟିର ସମସ୍ତ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଶେଷ ହୋଇଯାନ୍ତି । ଏହି ପାଣି ମାଉଥୱାସ୍ ପରି କାମ କରେ ।

ବଳକା ଚା'ପତି ନ ଫିଙ୍ଗି ଏହାକୁ ବଗିଚା କିମ୍ବା କୁଣ୍ଡରେ ଲଗାଇଥିବା ଗଛ ମୂଳର ମାଟିରେ ମିଶାଇ ଦେଇ ପାରିବେ । ଏହା ବିଶେଷକରି ଗୋଲାପ ଗଛ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଭଲ ଖତ କାମ କରିଥାଏ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କର ମହାନାରାୟଣ ବେଶ କେଉଁ ଋତୁରେ ପାଳନ ହୁଏ ?
(୨) କେଉଁ ଋତୁରେ ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କର ଚାଚେରୀ ବେଶ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୁଏ ?
(୩) ବିଶ୍ୱ ଶରଣାର୍ଥୀ ଦିବସ କେବେ ଠାରୁ ପାଳିତ ହୋଇ ଆସୁଅଛି ?
(୪) ବିଶ୍ୱ ସାଗର ଦିବସ କେବେ ପାଳନ ହୁଏ ?
(୫) ଆମେରିକାର ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ପଦରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିବା ଏକମାତ୍ର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୬) ଫେବୃଆରୀ ମାସ କେଉଁ ଠାରୁ ଆସିଅଛି ?
(୭) ଲୋକସଭାକୁ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି କେତେ ଜଣ ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ମନୋନୀତ କରନ୍ତି ?
(୮) ସୁପ୍ରିମ କୋର୍ଟର ବିଚାର ପତିଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା କିଏ ଅଦଳବଦଳ କରି ପାରିବ ?
(୯) ପଞ୍ଚାୟତି ରାଜ କେଉଁ ମସିହାରୁ ଭାରତରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ?
(୧୦) ସୁପ୍ରିମ କୋର୍ଟରେ ବିଚାରପତି ହେବା ପାଇଁ ହାଇକୋର୍ଟରେ କେତେ ବର୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଜରୁରୀ ?

JUMBLE WORDS

1) HNETT	=	6) LOEGK	=
2) LXIPE	=	7) EPDXNA	=
3) SOEBWT	=	8) RAAYIV	=
4) POYRTH	=	9) NEPDU	=
5) GUCOH	=	10) ACEYD	=

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.ସାର୍ ଜେ.ବି.ଟେଲର, ୨.୧୯୩୮ ମସିହା, ୩.ଦୁଇ ଟଙ୍କା, ୪.୧୯୫୭ ମସିହାରେ, ୫.୬୪ ପଇସା, ୬.୩୫ ପ୍ରତିଶତ, ୭.୨.୪ ପ୍ରତିଶତ, ୮.ଜମ୍ମୁ କାଶ୍ମୀର, ୯.ଡିଗ୍‌ବୋଇ, ଆସାମ, ୧୦.ଆରାବଳୀ ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) WALRUS (2) GALLOP (3) ROVER (4) WATCH (5) NOVICE (6)FOURTH (7) TEETH(8) SHOWN (9) INJURE (10) MUTTER

ବାଙ୍ଗୀରେ ଅବକାରୀ ଅଫିସର ଓ ମଦ ଭାଟିର ବିହାରୀ ଗୁଣ୍ଡାଙ୍କ ଉନ୍ମତ୍ତ କାଣ୍ଡ ଘଟଣାରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଦାବି

ଝାରସୁଗୁଡା: ସମ୍ମିଳିତ ଆଦିବାସୀ ସମାଜ ଲଇକେରା ବ୍ଲକର ବାବୁଛିପିଡିହି ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତ ଅନ୍ତର୍ଗତ ବାଙ୍ଗୀ ଗ୍ରାମର ଆଦିବାସୀମାନଙ୍କୁ ଗତ ୨୬ ତାରିଖ ଦିନ ହୋଇଥିବା ଅବକାରୀ ଅଫିସର ଓ ମଦ ଭାଟିର ବିହାରୀ ଗୁଣ୍ଡାଙ୍କ ଉନ୍ମତ୍ତ କାଣ୍ଡ, ମାରଣାନ୍ତକ ଆକ୍ରମଣ ଓ ଲଇକେରା ଥାନା ଓ ବାଗଡିହି ଫାଣ୍ଡିର କର୍ମରତ ସମ୍ପୃକ୍ତ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅବହେଳା ବିରୁଦ୍ଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଦାବିକରି ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ବିକ୍ଷୋଭ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ବିକ୍ଷୋଭକାରୀଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଛି ଯେ, ୨୬ ତାରିଖ ବୋଲେରୋ ଗାଡ଼ିରେ ସନ୍ଧ୍ୟା ୭ ଟା ସମୟରେ ଅବକାରୀ ବିଭାଗର ଅଫିସର କର୍ମଚାରୀ ଓ ମଦ ଭାଟିର କାର୍ଯ୍ୟରତ ବିହାରୀ ଗୁଣ୍ଡା ମିଶି ଚାଳିଶ ପଚାଶ ଜଣ ବାଙ୍ଗୀ ଗ୍ରାମର ବିଭିନ୍ନ ଗୃହରେ ପଶି ଅତର୍କିତ ଆକ୍ରମଣ କରି ବିଶିକେସନ ବାଗ, ଦେବାନନ୍ଦ ବାଗଙ୍କୁ ମାଡ ମାରି ମରଣାନ୍ତକ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ଯାହା ଫଳରେ ଗ୍ରାମବାସୀ ବିଶିକେସନ ବାଗକୁ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ୧୦୮ ଆମ୍ବୁଲାନ୍ସ ଡକାଇ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ପଠାଇ ଥିଲେ । ଦେବାନନ୍ଦ ବାଗଙ୍କ ପତ୍ନୀ ବିଲାସିନୀ ବାଗଙ୍କ ଶାଢୀ ବ୍ଲାଉଜକୁ ଟାଣି ଚିରି ଦେଇଛନ୍ତି । ଏ ନେଇ ୨୭ ତାରିଖ ଗ୍ରାମର ଏକାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତି ଲଇକେରା ଥାନାରେ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଏଫଆଇଆରଟି ରେଜିଷ୍ଟ୍ରେସନ ହେଲା କି ନାହିଁ ତାହା ସଠିକ ଭାବରେ ଜଣା ପଡୁନାହିଁ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଥାନାଧିକାରୀ କହୁଛନ୍ତି ଏହି ବିଷୟରେ କୋର୍ଟରେ କେସ ଫାଇଲ କର । ସେ ଦିନ ଗାଁରେ ଦେବାନନ୍ଦ ବାଗଙ୍କୁ ପିଟିଲେ ଓ ପୁଣି ଗ୍ରାମରୁ ଉଠାଇ ନେଇ ପୁଣି ଅବକାରୀ ଅଫିସରେ ରଖି ରାତି ସାରା ପିଟିଲେ ଓ ସକାଳେ ମୋତିଲାଲ ଯାଦବ ମେମୋରିଆଲ ସମଲେଶ୍ୱରୀ ହସ୍ପିଟାଲ ଭଳି ଏକ ଘରୋଇ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଭର୍ତ୍ତି କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ପିଠିରେ ଲାଠିମାଡର ଅନେକ କଳା ଦାଗ ପଡିଛି । ଆଖି ତାଡି ଦେଉଥିବାର ଜଣା ପଡୁଛି । ତାର ମୁଣ୍ଡରେ ଏଭଳି ମାଡ ହେଇଛି ଯେ ସେ ପାଗଳାମି ଭଳି କଥା ବାର୍ତ୍ତା କରୁଛି । ଶ୍ରୀ ବାଗର ପୁରାପୁରି ଠିକ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ ଓ ପରିବାର ପୋଷିବ ତାହା ସନ୍ଦେହ ଘେରରେ ରହିଛି । ଅବକାରୀ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀମାନେ ଖସି ଯିବା ପାଇଁ ଏହା ଏକ ସୁପରିକଳ୍ପିତ ଷଡଯନ୍ତ୍ର ବୋଲି ଅନୁମାନ କରାଯାଉଛି । ସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି ନ କରି ସିଧାସଳଖ ଘରୋଇ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିବା ନେଇ ନାନା ସନ୍ଦେହ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଦେବାନନ୍ଦଙ୍କ ମା' କେନସର ରୋଗରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନରୁ ପୀଡିତ ହୋଇ ବୁର୍ଲା ମେଡିକାଲ କଲେଜ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଛନ୍ତି । ବର୍ତ୍ତମାନ ସେ ଶଯ୍ୟାଶାଇ । ଏହି ଅଂଚଳର ଆଦିବାସୀମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଭୟଭୀତ ଅବସ୍ଥାରେ କାମ ଧନ୍ଦା ଖାଇବା ପିଇବା ବନ୍ଦ କରି ଦେଇଛନ୍ତି ଓ ଭୟରେ ଘରୁ ବାହାରୁ ନାହାନ୍ତି । ସେମାନେ କହୁଛନ୍ତି ଯେ ଗାଁର ଆଉ ଜଣେ ଦୁଇଜଣଙ୍କୁ ଉଠାଇ ନେବା ପାଇଁ ଧମକ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏହି ପରିସ୍ଥିତରେ ଦେବାନନ୍ଦ ବାଗର ପତ୍ନୀ ବିଳାସିନୀ ବାଗ ଉଭୟ ଲଇକେରା ଥାନା ଓ ବାଗଡିହି ଫାଣ୍ଡିରେ ଏତଲା ଦେବା ପାଇଁ ଯାଇଥିଲେ ମଧ ଉଭୟ ଥାନା ବାବୁ ଏତଲା ରଖିବା ପାଇଁ ମନା କରିଦେଲେ । ଏମିତି ହେଲେ ଆଦିବାସୀ ମାନେ ଦେଶ ବିକାଶର ମୁଖ୍ୟ ସ୍ରୋତରେ କେମିତି ସାମିଲ ହେବେ ବୋଲି ସମ୍ମିଳିତ ଆଦିବାସୀ ସମାଜ ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛି । ୨୭ ତାରିଖ ଦିନ ଗ୍ରାମର ଏକାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତି ଲଇକେରା ଥାନାରେ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରି ଦେଇଥିବା ଏଫଆଇଆର କପିକୁ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରି ଆଗାମୀ ୭ଦିନ ଭିତରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ସମସ୍ତ ଅବକାରୀ କର୍ମଚାରୀ ଓ ଗୁଣ୍ଡା ମାନଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ବିହିତ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରି ଜେଲକୁ ପଠା ଯିବାକୁ ଆଦିବାସୀ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ଦାବି କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଲଇକେରା ଥାନା ଓ ବାଗଡିହି ଫାଣ୍ଡିର କର୍ମରତ ସମ୍ପୃକ୍ତ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅବହେଳା ଯୋଗୁଁ ତାଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ବିହିତ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବା ଓ ଦେବାନନ୍ଦ ବାଗର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ଥିତ ଏମ୍ସକୁ ପଠାଯାଉ ନ ହେଲେ ସମ୍ମିଳିତ ଆଦିବାସୀ ସମାଜ କଠୋର ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବ ଓ ସେଥି ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ ପ୍ରଶାସନ ଦାୟୀ ରହିବେ ବୋଲି ଚେତାବନୀ ଦିଆଯାଇଛି ।

ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା ପରିଚାଳନା ବୈଠକ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର: ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା ପରିଚାଳନା ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସୂର୍ଯ୍ୟ ନାରାୟଣ ଦାଶଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ବୈଠକରେ ଉପ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ଚନ୍ଦ୍ର ଶେଖର ସାହୁ, ଜିଲ୍ଲା ପରିବହନ ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ଜେନା, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ଅଧିକାରୀ ଡ଼ାକ୍ତର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଗୁରୁ, କନିଷ୍ଠ ଏମ ଭି ଆଇ, ଏସଡିଓ ଆରଏଣ୍ଡ ବି, ସୋନପୁର, ବରିଷ୍ଠ ସହାୟକ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗର ମଦନ ଗୋପାଳ ନାଏକ, ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ, ସଦସ୍ୟ ସଦସ୍ୟା ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇ ସଡ଼କ ସୁରକ୍ଷା ପରିଚାଳନା ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ବିଶେଷ ଭାବେ ଜିଲ୍ଲା ଦେଇ ଯାଇଥିବା ରାଜ୍ୟ ରାଜପଥ ତଥା ଜାତୀୟ ରାଜପଥରେ ଥିବା ବୁଲାଣୀ ଓ ଦୁର୍ଘଟଣା ପ୍ରବଣ ସ୍ଥାନ ଗୁଡିକରେ ବିଶେଷ ସୂଚନା ଫଳକ ସହ ଆଲୋକୀକରଣ ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ତଥା ଅଧକ୍ଷ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟ ମାନଙ୍କରେ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ସମସ୍ତ ଯାନବାହାନ ଗୁଡିକ ମୋଟର ଯାନ ଆଇନ ମୁତାବକ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ପଦକ୍ଷେପ ନେବା ସହିତ ନାବାଳକ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଗାଡିଚାଳନା ଉପରେ ଆବଶ୍ୟକ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ବୈଠକରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । ଗ୍ରାମୀଣ ରାସ୍ତାରୁ ଜାତୀୟ ରାଜପଥକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ରାସ୍ତାରେ ସୂଚନା ଫଳକ ଓ ସ୍ପିଡ଼ ବ୍ରେକର ଲଗାଇବାକୁ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେବାକୁ ବୈଠକରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି । ଏତଦ ବ୍ୟତୀତ ଜିଲ୍ଲାର ସଡ଼କ ଦୁର୍ଘଟଣା ସହ ଦୁର୍ଘଟଣା ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ଜନ ସଚେତନତା ତଥା ପୋଲିସ ପ୍ରଶାସନ ସହ ମିଳିତ ଭାବେ ଜୋରଦାର ଚଢ଼ାଉ ଉପରେ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ଦାଶ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ ।

ବିଜେଡିର ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଲଇକେରା ଓ କୋଲାବିରା ବ୍ଲକରେ ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ଲଇକେରା ମୁଖ୍ୟ ବଜାରରୁ ଅପେରା ପଡିଆ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଓ କୋଲାବିରାରୁ ରଘୁନାଥପାଲି ଛକ ପର୍ଯ୍ରନ୍ତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବ ଦାସଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ପଦଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଆୟୋଜିତ ସଭାରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷା ତୁଲାବତୀ ମିଞ୍ଜ, ବଲ୍ ଅଧକ୍ଷ ସଞ୍ଜିତ ନାଏକ, ଉପାଧକ୍ଷା ଭଗବତୀ ବେହେରା, ଟଙ୍କଧର ନାଏକ ମଞ୍ଚରେ ଥିଲେ । କୋଲାବିରା ସଭାରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣୀ ଦାସ, ବ୍ଲକ ସଭାପତି ଗୌତମ ନାଏକ, ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷ ଭୋଜରାଜ ପଟେଲ, ଉପାଧକ୍ଷ ମନି ସାହୁ, ସଭାନେତ୍ରୀ ସନ୍ତୋଷିନି ନାଏକ, ଉପସଭାନେତ୍ରୀ ଜୟନ୍ତୀ ବାହୁକ, ଯୁବ ସଭାପତି ପ୍ରବୀଣ ସାହୁ, ଛାତ୍ର ସଭାପତି ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାନନ୍ଦିଆ ମଞ୍ଚରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ଓ ମଣ୍ଟୁ ନାଏକ, ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ନାଏକ, ଯୋଗେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, କାର୍ତ୍ତିକ ମହାନନ୍ଦ, ସନ୍ତୋଷ ପଟେଲ, ହେମନ୍ତ ସାହୁ, ଚନ୍ଦନ, ପଟ୍ଟନାୟକ, ସଞ୍ଜୀବ ମନ୍ଦାର, ଚିନ୍ମୟ ବହିଦାର, ଚେତାନନ୍ଦ୍ ନାଇ, ଦୀନବନ୍ଧୁ ଧୁରୁଆ, ରଞ୍ଜନ ସରାଫ, ବୃନ୍ଦାବନ ପଟେଲ, ସୁଧାଂଶୁ ନାଏକ, ବିପିନ ଧରୁଆ, ମଙ୍ଗଳ ଭୋଇ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ବିଜେଡିର କର୍ମୀ ସମ୍ମିଳନୀ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ା କାଳିମନ୍ଦିର ରୋଡ଼ସ୍ଥିତ ରାଉତରାୟ ବଗିଚାରେ ବିଜେଡିର କର୍ମୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି କର୍ମୀ ସମ୍ମଳନୀରେ ଉଭୟ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଓ ବ୍ରଜରାଜନଗର ଶତାଧିକ କର୍ମୀ, ଜନ ପ୍ରତିନିଧିମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ନବନିଯୁକ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ତଥା ରାଉରକେଲା ବିଧାୟକ ସାରଦା ପ୍ରସାଦ ନାଏକ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିଧାୟକ ତଥା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବ ଦାସ, ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟିକା ଅଳକା ମହାନ୍ତି ମଧ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷା ତୁଳବତୀ ମିଞ୍ଜ, ରବି ସିଂ, ରଘୁମଣୀ ପଟେଲ, ହରିଶ ଗଣତ୍ରା, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବ୍ଲକ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ଚିତ୍ରେଣୀ ପଟେଲ, ଲଇକେରା ବ୍ଲକ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ସଞ୍ଜିତ ନାୟକ, କିର୍ମିରା ବ୍ଲକ ଚେୟାରମ୍ୟାନ କୃଷ୍ଣପ୍ରିୟା ସାହୁ, ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ହୁତେଶ୍ୱରୀ ତିହିରିଆ, କୋଲାବିରା ବ୍ଲକ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ଭୋଜରାଜ ପଟେଲ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ମ୍ୟୁନିସିପାଲିଟି ଚେୟାରମ୍ୟାନ ରାନୀ ହାତୀ, ବ୍ରଜରାଜନଗର ମ୍ୟୁନିସିପାଲିଟି ଚେୟାରମ୍ୟାନ ଯଜ୍ଞସେନି ଓରାମ, ବେଳପାହାଡ଼ ଭାଇସ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ରୀନା ସୁନା, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଭାଇସ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ବେଣୁଗୋପାଳ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ବ୍ରଜରାଜନଗର ଭାଇସ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ଗୋପାଳ ସିତାନି, ଦୀପା ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ତାପସ ରାୟ ଚୌଧୁରୀ ମଞ୍ଚ ପରିଚାଳନା କରିଥିବା ବେଳେ ପ୍ରଶାନ୍ତ ଜେନା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ବିଜେପୁର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ବିଜେଡିର ପଦଯାତ୍ରା

ସୋନପୁର: ବରଗଡ ଜିଲ୍ଲାର ବିଜେପୁର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ପ୍ରାୟ ବାର ହଜାରରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳର କର୍ମୀ ପ୍ରାୟ ୬ କିଲୋମିଟରରୁ ପଦଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରି ନିକଟସ୍ଥ ପଡା ଗ୍ରାମର ବିରାଟ ଫୁଟବଲ ପଡ଼ିଆ ଠାରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ । ପରେ ବିଜେପୁର ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷ ମୋତିରାମ ସାହୁଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଜନସମୁଦ୍ର ମହାସଭାରେ ଅତିଥି ଭାବେ ରାଜ୍ୟ ବିଜୁ ମହିଳା ସଭାନେତ୍ରୀ ସ୍ନେହାଙ୍ଗିନୀ ଛୁରିଆ, ହସ୍ତତନ୍ତ ବୟନ ଓ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ବିଜେପୁର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ବିଧାୟିକା ରୀତା ସାହୁ, ବିଜେପୁର ବିଜ୍ଞାପିତ ଅଞ୍ଚଳ ପରିଷଦ ର ଅଧକ୍ଷା ସୀତା ବାରିକ, ଉପାଧକ୍ଷ ଉମାକାନ୍ତ ବେଶନ, ଗାଇସିଲେଟ ବ୍ଲକର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଣୟ କୁମାର ସାହୁ, ବରପାଲି ଏନଏସି ଅଧକ୍ଷ ଦିନେଶ ଗହିର, ବରପାଲି ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷା ରିନା ଥଇତ, ବିଜେପୁର ବ୍ଲକ ଉପାଧକ୍ଷା ବିନୋଦିନୀ ଧରୁଆ, ସମାଜସେବୀ ଟିକାୟତ ମହତ୍ତମ, ସାଇପାଲି ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ସୁଦାମ ଚରଣ ସାହୁ, ଗାଇସିଲେଟ ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ନିଲମଣୀ ବରିହା, ଗାଇସିଲେଟ ବ୍ଲକ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳର ସଭାପତି ନାରଦ ବରିହା, ବିଜେପୁର ବିଜେଡି ମହିଳା ସଭାନେତ୍ରୀ ମିନୁ ଶର୍ମା, ବିଜେପୁର ବିଜୁ ଯୁବ ଜନତା ଦଳର ସଭାପତି ସରଜନ ଚିରଗୁନ, ପୂର୍ବତନ ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷା ରାଜକୁମାରୀ ମହାପାତ୍ର, ନାରୀନେତ୍ରୀ ରଙ୍ଗିନୀ ମାହାଣା ଏବଂ ସମସ୍ତ ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତର ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟସଭ୍ୟା ସକ୍ରିୟ ଭାବେ ଯୋଗଦାନ କରି ଅକ୍ଟୋବର ୨ରୁ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବା ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା କାହିଁକି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି, ସେ ବିଷୟରେ ଲୋକଙ୍କୁ ବୁଝାଇଥିଲେ । ଶେଷରେ ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ସୁଦାମ ଚରଣ ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

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

Subscription Rate of The Sweekar

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

Advertisement Tariff of The Sweekar

Full Page	-	Rs. 2,00,000.00
Half Page	-	Rs. 1,00,000.00
Quarter Page	-	Rs. 50,000.00

Colour Advertisement - 100% Extra

ରଙ୍ଗ ଫଗୁଆ ପକ୍ଷରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍‌ଘାଟ

ସମ୍ବଲପୁର: ସାଂସ୍କୃତିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ 'ରଙ୍ଗଫଗୁଆ' ପକ୍ଷରୁ ମାଝୀପାଲି ଠାରେ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍‌ଘାଟ୍ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ବିନୋଦ ବିହାରୀ ନାଏକଙ୍କ ଉଦ୍ୟମ ଓ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ଅନନ୍ୟା ଅନୁସୂୟା ନାୟକଙ୍କ ପରିଚାଳନାରେ ତଥା ମୁଖ୍ୟ ସଂଯୋଜକ କଳାକାର ଦୁର୍ଗା ଦାସଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ମନ୍ତ୍ରୀ ନବ କିଶୋର ଦାସ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ସାଂସଦ ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଡକ୍ଟର ଜିତେନ୍ଦ୍ର ହରିପାଲ, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ମିତ୍ରଭାନୁ ଗୌନ୍ତିଆ, ଲୋକକବି ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ହଲଧର ନାଗ, ଭିମସାର ବୁର୍ଲାର ଅଧକ୍ଷ ଏଲ୍.କେ ମେହେର, ଭିସୁଟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ବଂଶୀଧର ମାଝି, ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଡକ୍ଟର ଗିରିଧାରୀ ଗମାଙ୍ଗ, ଆଇ.ଆଇଏମର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ଜୟସ୍ୱାଲ, ଏସ୍.ପି ବାତୁଲା ଗଙ୍ଗାଧର, ଆୟକର କମିଶନର ମନୋରଂଜନ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ୬୩ ତମ ପୁଲିସ ସହିଦ ଦିବସ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରର ରିଜର୍ଭ ପୁଲିସ ପଡ଼ିଆରେ ୬୩ ତମ ପୁଲିସ ସହିଦ ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ରେଞ୍ଜ ଆଇଜି ଦୀପକ କୁମାର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ସହିଦମାନଙ୍କ ନାମ ପାଠ କରିବା ସହ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ପରେଡରେ ଆଇଜିଙ୍କ ସହ ସମ୍ବଲପୁର ଏସ୍.ପି ବି ଗଙ୍ଗାଧର ଯୋଗଦେଇ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସମ୍ବଲପୁର ପୁଲିସ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ୪୦ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା ।

'ସେତୁ'ର ୭୫ତମ ସ୍ୱନକ୍ଷତ୍ର ଦିବସ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁରର ଅଗ୍ରଣୀ ଶିକ୍ଷା ଓ ସାମାଜିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସେତୁର ସ୍ୱନକ୍ଷତ୍ର ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ଡକ୍ଟର ମୀନକେତନ ପାଠୀଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ସଭାରେ ଯୋଗଦେଇ ଓଡିଶା ରାଜ୍ୟ ମୁକ୍ତ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଅର୍କ କୁମାର ଦାଶ ମହାପାତ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସେତୁ ସାହିତ୍ୟ ପତ୍ରିକା'ର ଲୋକାର୍ପଣ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଗତ ମେଟ୍ରିକ ପରୀକ୍ଷାରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସଂଖ୍ୟା ରଖି ଉତ୍ତୀର୍ଣ ହୋଇଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଇଥିଲା । ସଭାରେ ଆୟୋଜିତ ସାହିତ୍ୟ ଆସରରେ ଜୟକୃଷ୍ଣ ବେହେରା, ପ୍ରଫେସର ଗିରିଜା ଶଙ୍କର ଶର୍ମା, ସୁନୀତି ମିଶ୍ର, ଆର୍ତ୍ତତ୍ରାଣ ମିଶ୍ର, ପ୍ରଫେସର କାମଦେବ ସାହୁ, ପଦ୍ମାଳୟା ପଣ୍ଡା, ସୁଧୀର ମିଶ୍ର, ଡକ୍ଟର ସ୍ୱୟଂପ୍ରକାଶ ପଣ୍ଡା, ରୀତାରାଣୀ ମିଶ୍ର, ଧ୍ରୁବ ପ୍ରସାଦ ପଣ୍ଡା, ଅଶୋକ କୁମାର ଶତପଥୀ, ମାହେଶ୍ୱରୀ ପ୍ରସାଦ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଡକ୍ଟର ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ସ୍ୱରଚିତ କବିତା ଓ ଗଳ୍ପ ପାଠ କରିଥିଲେ । ସମ୍ପାଦକ ସୁକାନ୍ତ କର ଏହି ସଭା ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ସଭା ପୂର୍ବରୁ ହୋଇଥିବା ଅନୁଷ୍ଠାନର ସାଧାରଣ ପରିଷଦ ବୈଠକରେ ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ପାଠ କରିଥିଲେ ଏବଂ ଶେଷରେ ସହସମ୍ପାଦକ ହରି ନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଦୀପ୍ତିବାଳା ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି

ସମ୍ବଲପୁର : ସମାଜସେବୀ ଡାକ୍ତର ଦୀପ୍ତିବାଳା ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ଅବସରରେ ସୋସିଆଲ ଷ୍ଟାର କ୍ଲବ ପକ୍ଷରୁ ସର୍ବଧର୍ମ ପ୍ରାର୍ଥନା ସଭା ଏବଂ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଆୟୋଜନ ଜରିଆରେ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଛି । ଶିବିରରେ ୮୦

ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇଥିଲା । ସଦର ହସ୍ପାତାଲର ରକ୍ତଭଣ୍ଡାର ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର କଳକେଶ କାକ୍କଡ ଓ ତାଙ୍କ ସହଯୋଗୀମାନେ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲେ । ସର୍ବଧର୍ମ ପ୍ରାର୍ଥନା ସଭାରେ ପଣ୍ଡିତ ଗୋପବନ୍ଧୁ ରଥ ମୌଲାନା କାଶିମ ରାଜା, ଫାଦର ମିଞ୍ଜ ଓ ସର୍ବଜିତ ସିଂ ଅମର ଆତ୍ମାପ୍ରତି ପ୍ରାର୍ଥନା ନିବେଦନ କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧରେ ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀ, ସମାଜସେବୀ ସୁଧୀର ପୂଜାରୀ, ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହୋତା, ଅଶୋକ ଜଲାନ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । କ୍ଲବର ସଭାପତି ମାନସ ରଞ୍ଜନ ପାଢ଼ୀ ଓ ଉପସଭାପତି ଆତିଫ ଆଲମଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସଭ୍ୟ ଅନନ୍ତ ମହାନ୍ତି, ଶିବ ମହାରଣା, ପ୍ରଦୀପ ପଣ୍ଡା ପରିଚାଳନାରେ ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

କମ୍ୟୁନିଟି ପୁଲିସକୁ ପ୍ରଶଂସା

ସମ୍ବଲପୁର : ବିଭିନ୍ନ ସଭାସମିତି ଓ ଯାନିଯାତ୍ରାରେ ଆଇନ ଶୃଙ୍ଖଳା ରକ୍ଷା କରିବା ଦିଗରେ ସେବା ଓ ସମର୍ପଣ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନେଇ ଗଠିତ ଇଣ୍ଡିଆନ କମ୍ୟୁନିଟି ପୁଲିସ ଏକ

ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରି ବିଭିନ୍ନ ମହଲରେ ପ୍ରଶଂସା ସାଉଁଟୁଛି । ନିକଟରେ ଧନକଉଡା ବ୍ଲକ ଶାସନ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଦେବେଇପାଲି ଠାରେ ଆୟୋଜିତ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟଘାଟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଆୟୋଜକମାନଙ୍କ ଅନୁରୋଧରେ ଭିଡ ଓ ଟ୍ରାଫିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଇଣ୍ଡିଆନ କମ୍ୟୁନିଟି ପୁଲିସ ପକ୍ଷରୁ କରାଯାଇଥିଲା । ମୁଖ୍ୟ କମାଣ୍ଡର କଳାରତ୍ନ ବଂଶୀଧର କରଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ସଦସ୍ୟ ଓ ସଦସ୍ୟାମାନେ ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସେବା କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିବାରୁ ଅତିଥି ଓ ଆୟୋଜକଙ୍କ ତରଫରୁ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରଶଂସା କରାଯାଇଛି ।

ଗୋବିନ୍ଦତୋଲା ଦୁର୍ଗାପୂଜାର ଲଟେରି ଉଠାଣ

ସମ୍ବଲପୁର : ସହରର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଦୁର୍ଗାପୂଜା କମିଟି ଗୋବିନ୍ଦତୋଲାର ଲଟେରି ଉଠାଣ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଶ୍ରୀ ତର୍ପଣ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ସଭାପତି ସୁରେଶ୍ୱର ମିଶ୍ର ଓ ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ସିନ୍ଦୁରପଙ୍କ ପୂଜା କମିଟିର ସଭାପତି ଓ ଅଇଁଠାପାଲି ପୂଜା କମିଟିର ସଭାପତି ସୁଧୀର ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ୧୦ଟି ବିଜେତାଙ୍କ ନାମ ଘୋଷଣା କରାଯାଇ ସେମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଅନ୍ୟାନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧରେ ପୂଜାକମିଟିର ସଭାପତି ପ୍ରଦୀପ ପାଢ଼ୀ, ଉପସଭାପତି ସଞ୍ଜୟ ସାହୁ, ସମ୍ପାଦକ ଶୁଭମ ମହାପାତ୍ର, ସହ ସମ୍ପାଦକ ଦିନେଶ ପଟ୍ଟନାୟକ, କୋଷାଧକ୍ଷ ବାଙ୍କ ବିହାରୀ ପଣ୍ଡା, ସହ କୋଷାଧକ୍ଷ ନରେଶ ସୋନାର, ପରାମର୍ଶଦାତା ଦେବେନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର, ଲଟେରୀ କମିଟୀ ଅଧକ୍ଷ ରମାକାନ୍ତ ବେରିହା, କୋଷାଧକ୍ଷ ମନୋଜ ନାୟକ, ସହ କୋଷାଧକ୍ଷ ସୁପ୍ରିୟ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସର୍ବଶ୍ରୀ ଡମ୍ବରୁ ଧର ରଣା, ରାଜେଶ ନାୟକ, ପ୍ରସନ୍ନ ପାଢ଼ୀ, ସ୍ୱରୂପ ପୁରୋହିତ ପ୍ରମୁଖ ଲଟେରୀ ଉଠାଣରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ବୁର୍ଲାରେ ବିଜେଡିର ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା

ବୁର୍ଲା: ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଆହ୍ୱାନକ୍ରମେ ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାନସଭା କ୍ଷେତ୍ର ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ବୁର୍ଲାରେ ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା କାର୍ଯକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ପଦଯାତ୍ରା ନେତାଜୀ ଛକ ନିକଟରୁ ବାହାରି ବଜାର ଅଞ୍ଚଳ ଦେଇ ଭାରତୀ କ୍ଲବ ଦୁର୍ଗା ମଣ୍ଡପ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇଥିଲା । କର୍ମୀମାନେ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଦଳକୁ ଆହୁରି ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବା ପାଇଁ ଶପଥ ନେଇଥିଲେ । ପୂର୍ତ୍ତ ଓ ଖଣି ବିଭାଗ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ମଲ୍ଲିକ ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ କୁମୁଦିନୀ ନାୟକ, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ଇଞ୍ଜିନିୟର ନଳିନୀକାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ, ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଇଂ. ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଦାସ, ଦଳର ମୁଖପାତ୍ର ସଞ୍ଜୟ ବାବୁଙ୍କ ସହିତ ଦେଓନାରାୟଣ ତିୱାରୀ, ସଂଜିତ ମହାନ୍ତି, ବନ୍ଦିତାରାଣୀ ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ନେତାମାନେ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ଅଶୋକ ମହାକୁଡ, ଆର. ଶିବ କୁମାର, ରମାକାନ୍ତ ସାହୁ, କଳ୍ପନା ବେହେରା, ଅନିତା ନାୟକ, ଶାନ୍ତିଲତା କର,

ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ତଥା ରାଜ୍ୟ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ରକ୍ରମରେ ତରଣୀସେନ ଚାନ୍ଦ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ରାଜକୁମାରୀ ନିଆଲ, ଦୁର୍ଗେଶିନୀ, ସୁକାନ୍ତି ବାରିକ, ବେଲି ଲାମା, ହେମ ସୁନା, ବୈଜୟନ୍ତୀ ପାଢ଼ୀ, ଶାନ୍ତି ମହାନ୍ତି, ଗୋକୁଳି ରାଉତ, ବିଭୀଷଣ ଭୀଷର, ସୂର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତ ସ୍ୱାଇଁ ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ନିରଞ୍ଜନ ବିଶି ହିନ୍ଦୀ ଉପଦେଷ୍ଟା ସମିତି ସଦସ୍ୟ

ସମ୍ବଲପୁର: ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ହିନ୍ଦୀ ଉପଦେଷ୍ଟା ସମିତିର ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ରାଜ୍ୟସଭା ସାଂସଦ ନିରଞ୍ଜନ ବିଶିଙ୍କୁ ମନୋନୀତ କରାଯାଇଛି । ପୂର୍ବରୁ ସେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ବିଜ୍ଞାନ, ପ୍ରଯୁକ୍ତିବିଦ୍ୟା, ଜଙ୍ଗଲ, ପରିବେଶ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବିଭାଗ ସଂସଦୀୟ ବ୍ୟାପାର ଷ୍ଟାଣ୍ଡିଂ କମିଟିର ସଦସ୍ୟ ଏବଂ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଆଦିବାସୀ ବ୍ୟାପାର ମନ୍ତ୍ରାଳୟର ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟି ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ମନୋନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ହୃଦ୍ ଚିକିତ୍ସା କେନ୍ଦ୍ର ପାଇଁ ଚୁକ୍ତି ସ୍ୱାକ୍ଷରିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ୧୦୦ ଶଯ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଚିକିତ୍ସା କେନ୍ଦ୍ର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଏମସିଏଲ ଓ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ମଧରେ ଏମ୍‌ଓୟୁ ସ୍ୱାକ୍ଷରିତ ହୋଇଛି । ଏହି ୧୦୦ ଶଯ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ଡାକ୍ତରଖାନା ସହ ଡାକ୍ତର ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୪୨ଟି କ୍ୱାର୍ଟର୍ସ ଏବଂ ୧୦୦ ଶଯ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ନର୍ସ ହଷ୍ଟେଲ୍ ମଧ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍‌ର ସିଏସ୍‌ଆର୍ ପାଣ୍ଠିରୁ ଏହାର ନିର୍ମାଣ ହେବ । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସରୋଜ ସାମଲ ଏବଂ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ସିଏସ୍‌ଆର୍ ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ରଜନୀକାନ୍ତ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଏହି ଏମ୍‌ଓୟୁ ସ୍ୱାକ୍ଷରିତ ହୋଇଥିଲା ।

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